

第8回 全組合同 Instagram勉強会

2025/9/25



目次

1. 本日のテーマ
2. なぜキャッチコピーが重要なのか
3. 読者の心に届く「言葉」の力
4. 視認性を意識した設計ポイント
5. キャッチコピーの6つの型（A～F）
6. ワーク：過去投稿のキャッチコピーを改善
7. まとめとGPTの紹介

本日のテーマ

本日のテーマ

1枚目で惹きつける。見られる投稿は
キャッチコピーで決まる



なぜキャッチコピーが
重要なのか？

なぜキャッチコピーが重要なのか？

1枚目のキャッチコピーは読者のスクロールを止めるための「表紙」

投稿の第一印象を決める

最初に目に入るのは1枚目の画像と文字。その時点で「見るか・スルーするか」が決まります。

スクロールは0.5秒で判断

ユーザーは直感的に次々と投稿を見ている。印象に残らなければ即スルーです。

キャッチコピー＝表紙タイトル

Instagramにおいてキャッチコピーは“投稿の表紙”です。本で言えばタイトル。ここで興味を惹かなければ中身は読まれません。

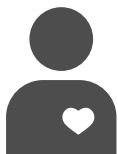
キャッチコピーが世界観をつくる

投稿の1枚目は単体ではなく、プロフィール全体の世界観を形成します。

キャッチコピーは 最初の判断材料

キャッチコピーは最初の判断材料

読者は「読む価値があるか」をコピーで判断します。



感情を動かす

人が行動するきっかけは「感情」です。心が動けば、指が止まります。



感情を動かす仕掛け

「共感」「驚き」「気づき」「悩みの言語化」など、感情の引き金になる言葉を選びます。



興味を引き出すのは「言葉」

画像のデザイン以上に、読者の心を動かすのは言葉。「自分ごとに思わせる」「内容が知りたい」。



キャッチコピー＝表紙タイトル

Instagramにおいてキャッチコピーは“投稿の表紙”です。本で言えばタイトル。

注意点：コピーと中身が伴わないと離脱される

視認性を意識しよう

視認性を意識しよう

どれだけ良い言葉も「読まれなければ意味がない」。
スマホ画面で目を引く「視認性」が重要。

一瞬で判断される環境

インスタはスクロールが早く、ユーザーは0.5秒程度で投稿を判断。パッと見て内容が分らないと素通りされてしまいます。

スマホ前提の最適化

スマホ画面で見ることが前提。文字が小さすぎたり、背景に埋もれると読まれません。

視認性を高める構造テクニック

・全体で4～12文字／1行3～5文字／最大2行 が推奨・改行で目を引く構造に・強めの言葉を文頭に置くなど、構造で差をつける。

フィード内で目立つ工夫

他の投稿と並ぶ環境だからこそ、配置・色・余白など全体バランスで勝負を。

刺さるキャッチコピー

6つの型と具体例

インスタで刺さるキャッチコピー6タイプ

1

ペルソナ訴求型 属性＋悩み＋成果

- 30代ママが、料理10分で家族が笑顔に
- ワーママの悩み「時間が無い」を“ゼロ”にする方法
- 子育て×在宅ワークでも1日1時間で完結ごはん

2

ベネフィット直撃型 強ワード＋対象＋期間

- 最速で-3kg！産後ダイエット1週間チャレンジ
- 保存数1万超！神レシピ10分で完成
- 5日で整う朝のルーティン大全

3

ギャップ訴求型 原因＋解決

- 食べてるのに痩せない理由、これでした
- フォロワーが増えない原因は〇〇でした
- やめたら人生変わった「夜やってた〇〇」

インスタで刺さるキャッチコピー6タイプ

4

ローリスク ・ハイリターン型 (=少時間+効果)

- 1日5分、たったこれだけで家計が整った話
- 1日1品、炊飯器だけで生活が変わった
- お金も時間もかけずに朝のストレス激減！

5

ビフォーアフター型 (=変化・成長)

- 忙殺ママ → 10分ごはんて笑顔ママへ
- 自信ゼロ → 1日5分で“わたし”が戻ってきた
- 残業続き → 定時帰宅、家族時間が増えた話

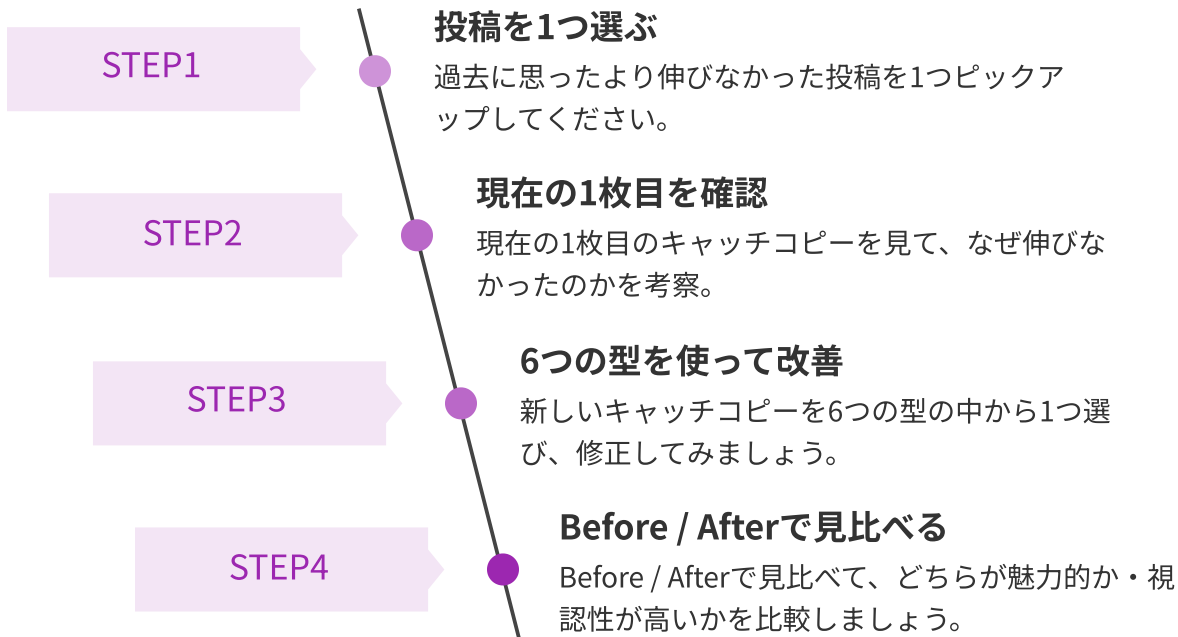
6

常識破壊型 (=逆張り・暴露)

- ダイエット常識、それ嘘です
- 副業界隈の闇を暴露します
- ○○だけやっても痩せません (←これ盲点)

ワーク

過去投稿の1枚目を改善して、思わず続きを見たくなるコピーにリライトする



まとめ

キャッチコピーは感覚ではなく目的を持って作る！

01 キャッチコピーは1枚目の“命”

スクロールを止め、続きを読ませるための「引き」の要素。

02 型を活用して設計する

感覚ではなく、6つの型で設計する！

【特典】 インスタの キャッチコピー 作るさん紹介



インスタキャッチコピー作るさんとは？

インスタ投稿の“1枚目”でスクロールを止める 感情に刺さるキャッチコピーを自動生成するGPT

01/

▼ 特徴

- ・ 6型のキャッチ自動生成
- ・ 最大2行・12文字以内
- ・ 感情・悩み・願望に刺さる設計

02/

▼ 使い方

- ・ 「最初から作る」 or 「画像を読み込んで作る」を選択
- ・ 入力：ペルソナ、投稿内容を伝える
- ・ 6つの型×各3案を出力（計18案）

