

投稿前の最終チェック



公開前 3分待て

一度投稿すると、
修正版を再投稿しても
「初速」は戻りません。

そのミスひとつで
離脱されていませんか？

▲ 再生数への影響大



視覚・テキスト情報

- ✓ 誤字脱字はありませんか？（テロップ・キャプション）
- ✓ サムネイル（カバー画像）は魅力的に設定しましたか？
- ✓ 全体の色味は適切ですか？（暗すぎる・白飛びなど）



音声・書き出し品質

- ✓ 音ズレしていませんか？（口の動きと声のタイミング）
- ✓ 音量バランスは適切ですか？（BGMが声を邪魔していないか）
- ⚠ 書き出しミス（ノイズ、黒い画面）はありませんか？



投稿設定・ルール

- ✓ 適切なハッシュタグは入力されていますか？
- ✓ 企業案件の場合、「#PR」「タイアップ投稿」表記はありますか？
- ✓ キャプションの冒頭は「続きを読みたくなる」文章ですか？

※投稿後はインサイト分析のために、数値が悪くても最低24時間は削除・非公開にしないでください。

ハッシュタグとキャプション戦略

読まれるキャプションの4要素



冒頭3行のフック

フィードでは最初の数行しか表示されません。「続きを見る」を押させる強力な一言を。



検索キーワード（SEO）

文章の中に自然な形でターゲット語句を入れ込みます。発見タブへの露出率を高めます。



CTA（行動喚起）

「見返したい人は保存」「○○な人はコメント」など、具体的なアクションを言葉で促します。



関連ハッシュタグ

投稿内容と直接関係のあるタグを厳選して配置します。無関係なタグは逆効果です。

ハッシュタグ選定の黄金比



規模別ミックス戦略（大・中・小）

ビッグ（10万件～）、ミドル（1～10万件）、スモール（～1万件）をバランスよく組み合わせます。



競合アカウントの調査

同ジャンルで伸びているアカウントが使っているタグをリサーチし、リスト化して活用します。



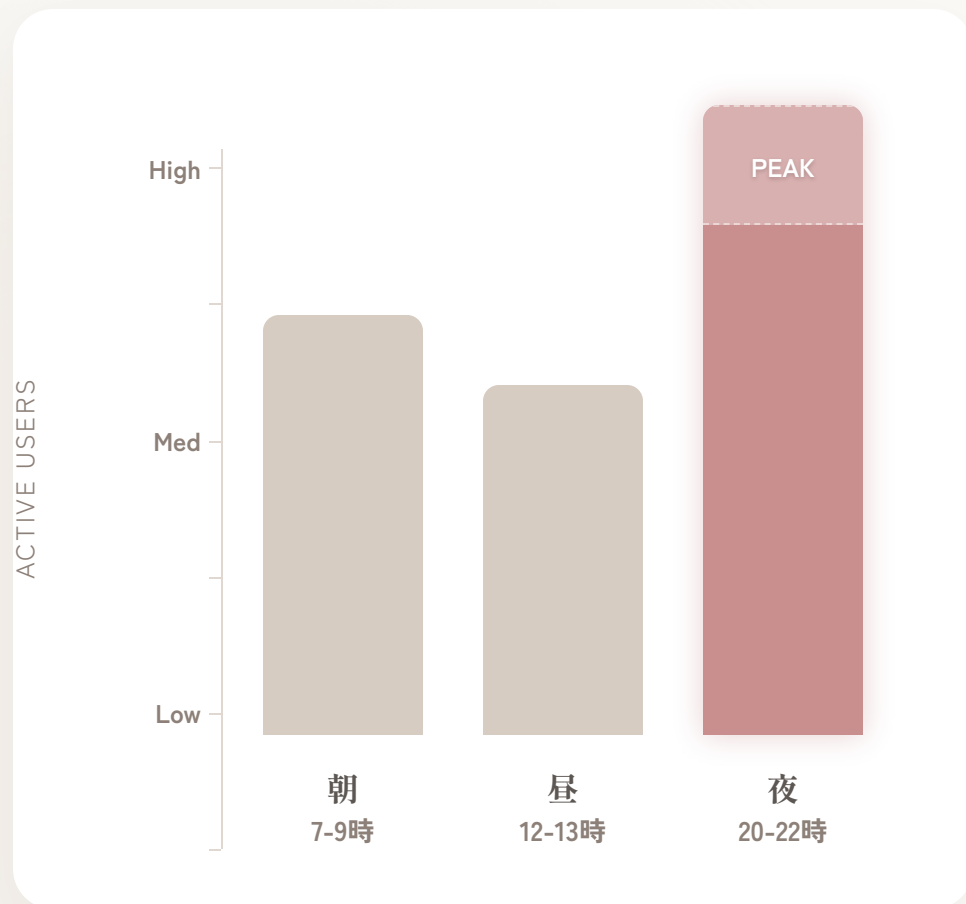
固定タグと変動タグ

自分のブランドタグやジャンル固定タグと、その投稿特有のタグを使い分けましょう。



無関係なタグの乱用は、アカウントの評価を下げる（シャドウバン）原因になります。

最適な投稿時間と頻度



ターゲットの活動時間

社会人なら「通勤・ランチ・就寝前」。主婦なら「家事の合間」。
ターゲットがスマホを見る時間を狙い撃ちします。



投稿頻度の目安

理想は毎日ですが、品質維持のため **週3~5回** を目指します。
不定期的な10本より、定期的な3本の方がファンがつきます。



ABテストで最適解を探す

「月曜の19時」と「月曜の21時」で比較するなど、
同条件で時間を変えて投稿し、初速の反応を見ます。



最終的には、あなたのアカウントの「インサイト」に表示される
フォロワーのアクティブな時間を正解としてください。

投稿後1時間が勝負！「初速」を最大化する



1時間以内のコメント全返信

即座に反応することでエンゲージメント率を高め、AIに「活発な投稿」と認識させます



ストーリーズで即再掲（シェア）

既存フォロワーに通知し、初動の視聴回数を確保します



固定コメントで議論喚起

「皆さんはどう思いますか？」など、コメントしやすい問いかけを自分で書いて固定します



関連投稿への内部リンク

キャプションやコメント欄に過去の関連動画URLを貼り、回遊を促します

インサイト（分析画面）の見方

必ず確認すべき重要指標（KPI）



到達数・再生数

動画がどれだけ拡散されたか。企画やサムネイルの良し悪しが反映されます。



平均視聴時間・維持率

動画の質そのもの。「2秒離脱」と「完走率」をチェックしましょう。



エンゲージメント

いいね、保存、シェア、コメントの反応率。アルゴリズム評価に直結します。



フォロー転換率

プロフィールへの遷移数と、そこからフォローされた数。ファン化の指標です。

数値から改善点を見つける



保存数は「バズ」の種

特にInstagramでは「保存＝見返す価値」として高く評価されます。保存数を伸ばす構成を意識しましょう。



2秒離脱率の改善

冒頭ですぐ離脱されるなら「フック」が弱いです。最初の2秒で惹きつける工夫が必要です。



仮説検証のサイクル

「なぜ伸びたか？」「なぜ低かったか？」を言語化し、次の動画に活かすことが成長の近道です。



感覚ではなく、必ず数値を記録して「改善仮説」を立てる癖をつけましょう。