

第3章

アカウントを爆速で伸ばして
人気裏垢男子になる方法

第3章ではフォロワーといいね数を爆速で伸ばす方法をお話します。

【最速でフォロワーを伸ばす方法】

アポを取るには女の子に自分のツイートを見てもらう必要があります。

そこで重要なのが「裏垢男子の横の繋がりを作り」ということです。

裏垢男子は相互フォローと相互いいねの文化があります。

なので最初の段階は裏垢男子と相互フォローと相互いいねしてアカウントの土台を作ります。

具体的な方法としては、まず自分からフォローをし、フォローを返してもらうという流れになります。

フォロバされやすいアカウントをフォローすることで、効率的にフォロワーを増やせます。

・自発フォローのやり方

【フォロワー100人まで】

アカウント動かしたての時期はシャドウバンや凍結のリスクがあります。

なのでゆっくりなペースでやっていきましょう。

具体的には、一度にフォローするのは5人まで、フォローの間隔を30分以上空けましょう。

1日に30人を目標に自発フォローしてください。

また、フォロー時に2日以上前のツイートを2件以上いいねしてください。

相手に「○○さんが2件いいねしました」と通知がいくので、フォロバ率が上がります。



1日

ゆい liked 2 of your posts

意識飛ぶまで首絞められるながら奥ガン突きされてモノ扱いされたいんでしょ？

[Show all](#)

フォローする裏垢男子の探し方ですが、まずは discord の自己紹介チャットで自分のアカウントを宣伝しましょう。

皆さん一斉にフォローしてくれます。

講習生同士でフォローし合った後は、講習生以外を フォローしていきましょう。

具体的には、裏垢男子のフォロワーから以下の条件に当てはまる裏垢男子をフォローしましょう。

- ・ フォローとフォロワーが同じくらい
- ・ 平均インプが 1000 以上
- ・ 雰囲気写真を載せてる垢を優先してフォローする

要はフォローバックされやすくて、アカウントがある程度伸びているアカウントということですね。

雰囲気写真を載せている方が裏垢男子と裏垢女子の質のいいフォロワーを抱えている場合が多いので、優先してフォローしましょう。

動画でも解説しました。

<https://www.loom.com/share/d4b1f811fb9343a2b96fd8da0e218c1f?sid=79b23fd5-ff74-480c-b496-1a3e9ec92a40>

また、フォロワー100人まではプロフ文に「フォロバ100」という文言を付けましょう！

その文言を付けると裏垢男子の方からフォローしてくれるようになります。

裏垢男子からのフォローバックですが、イケてるアカウントは積極的にフォローを返しましょう。

具体的にはインプレッションが多い、雰囲気写真を載せている、女の子と会ってる感を出している、などですね。

逆にフォロワーもインプレッションも少なくてアニメアイコンの裏垢男子はフォローを返さなくてOKです。

【フォロワー100人以上】

裏垢男子のみでフォロワー100人まで伸ばせば、雰囲気写真をアイコンと固定ツイートにおけるアポは取れます。

アポを取るのはフォロワー数よりも雰囲気写真があるか、ツイートが刺さるか、DMしていく安心感があるか、というところの方が重視されます。

なので、フォロワー100人超えたならアポを取りに行きましょう。

具体的には、裏垢男子と並行して裏垢女子をフォローしていきます。

裏垢女子の探し方は、雰囲気写真を載せてる裏垢男子のフォロワーから探すようにしましょう。

女の子はフォローとフォロワーが同じくらいでフォロワーが多くない子をフォローするようにしましょう。

フォロワーが多い子はライバルが多いですしフォローバックされづらいです。

フォロワー300人以下を基準にフォローします。

また、フォロワー1~2桁、初期アイコンや鍵垢の子はライバルが少ないですし可愛い子率が高いので狙い目です。

可愛い子はリアルで承認欲求を満たされているので、表垢でエロい画像などをあげることなく、こっそり裏垢男子のツイートを見ています。

The screenshot shows a Twitter profile page. At the top, there's a blue header bar with a back arrow, a search icon, and a three-dot menu icon. Below the header is a circular profile picture of a white cat. To the right of the profile picture are three icons: a gift box, an envelope, and a follow button labeled "フォロー許可待ち". Underneath these are two small icons: a Japanese flag and a lock symbol. The username "@jia002711" is displayed. Below the username is a female gender symbol. A note indicates the user started using X in August 2025. At the bottom, it shows 86 followers and 97 following.

2025年8月からXを利用しています

86 フォロー中 97 フォロワー

はる
@haruharu_0140

2024年8月からXを利用しています

36 フォロー中 10 フォロワー

はるとさんとRii ゆさんにフォローされています

ポスト 返信 動画 画像

はるさんがリポスト

ゆうや @YuuyaHayashi · 2025/07/31

返信先: @yanagi228040 さん

愛ってのわ。。

アルファベットでエッチの後にあるの。。

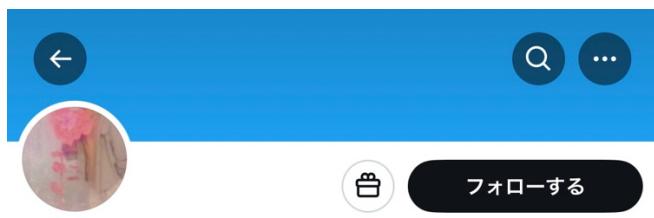
それはちがう、逆だと思う。。

Iがあるからエッチ。。

あとは一見裏垢女子っぽくない見る専のアカウント
もおすすめです。

アイドルやコンビニスイーツ、美容などのツイート
を RT していて、こっそり裏垢男子のツイートも見
ているような子ですね。

こういう子はライバルが少ないのでアポを取りやす
いです。



ぴよ

@mochi_piyo7

2025年4月からXを利用しています

24 フォロー中 3 フォロワー

ポスト

返信

動画

画像

→ ぴよさんがリポスト



しいたけ @Ctakenken · 2025/08/09

...

この橋長カービィを捕獲するために全ての星を巡る旅に出ます。探さないでください。



裏垢女子をフォローする際も2日以上前のツイートに2件以上いいねしましょう。

ツイートにいいねする際に注意なのが、「**えっちな画像や動画にはいいねしない**」ということです。

たくさんえっちな画像にいいねしていると「なんかこの人やだな・・・」と引かれてしまいます。

また、顔写真についても「なんかこの人媚びてるな」と思われてしまうので、いいねしないほうがいいです。

なので、いいねするツイートは普通の日常ツイートなどにしましょう。

えっちな文章投稿についてはいいねしてOKです。

裏垢女子のフォローのやり方も動画で解説しました。

<https://www.loom.com/share/13f422c3bcb44d25a89512b4c4ed22c2>

・いいね回り

・フォロー解除

フォロワーが増えてきたら FF 比を意識しましょう。

フォローがフォロワーよりも明らかに多いと印象が悪いです。

フォロワーが少ないうちはそこまで厳密に意識しなくていいですが、フォロワー500人を超えたたら意識してください。

フォロバされていないアカウントを古い順から手動

でフォロー解除していきましょう。

フォロー解除する際は以下に注意しましょう。

✓一気にフォロー解除しない

一度にフォロー解除するのは10人までにしましょ
う。

✓フォローとフォロー解除の間隔は30分以上空
ける

フォローとフォロー解除は必ず間隔を空けて行いま
しょう。

✓フォローしたばかりの垢はフォロー解除しない

フォローしてから 2 日以上経ったアカウントをフォロー解除するようにしましょう。

・業者の見分け方

裏垢には業者と呼ばれるアカウントが多数存在します。

業者は、他の SNS や出会い系サイトに誘導させ、登録させることで報酬を得ることを目的にしています。

体感では 8 割くらいは業者です。

業者を見分けて普通の裏垢女子を探す必要がありま

ですが、業者は特徴が分かりやすいです。

業者はフォローしない、DMを送らないということを意識しましょう。

そうすれば時間を無駄にすることが無くなります。

業者にフォローされた際はブロックせず放置しましょう。

実は、業者はフォロワーのカサ増しになるのでありがたい存在です。

フォローされているだけならなんの害もないしフォロワー数が増えるし、いいことばかりです。

では、業者の特徴をお伝えしていきます。

- ・LINE や出会い系に誘導

1通目で LINE の ID や出会い系サイトの URL を送つ
てくる場合は業者です。



hxuwek51guidt
@kkwbv37sfih

2023年3月から Twitter を利用しています • 0 フォロ…

昨日

どうしても付き添いしてくれる人
が欲しい 毎日一人でオナニーする
のは気持ち悪いから来て
line:daisy1324

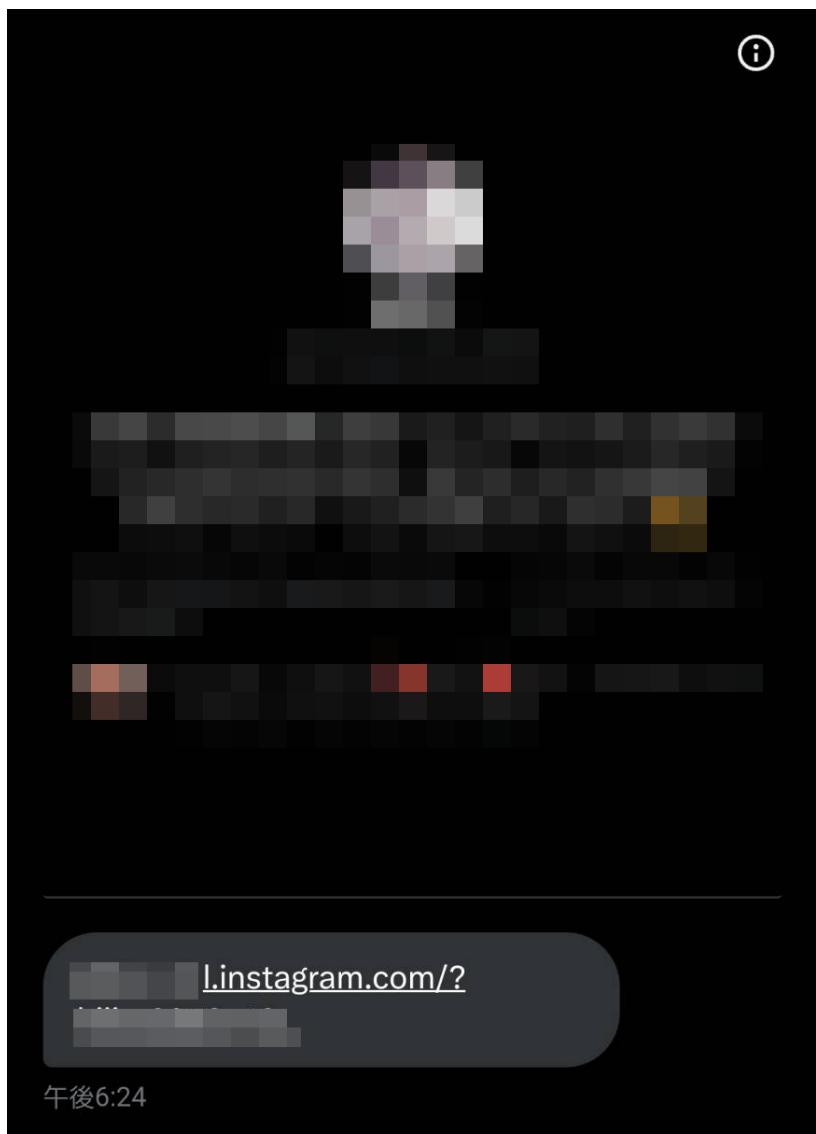


10:45

いきなり LINE や他のサイトに誘導してたら 10
0 % 業者ですので注意しましょう。

また、業者じゃなくても URL を送ってくる場合があ
ります。

これはアカウントを乗っ取られるので、絶対に URL
をクリックしないでください。



- ・ 1通目がテンプレ

1通目がテンプレっぽい場合は間違い無く業者です。



らな

@rana_u63

💕夜のパートナー募集💕

✨25歳

✨148cm、むねはもみやすい大きさ

✨漫画、アニメ、ゲームが好きです

✨甘えん坊でドM、お料理とか作ってあげるのが好きです

2022年2月からTwitterを利用しています・677フォ…

今日

フォローありがとう。少しづつ、
いい関係になれたらいいなあ ❤️

21:59

このタイプはプロフィールを見ても業者か分かりづらいです。

もしフォローして上の画像のようなメッセージがきたらすぐにブロックしましょう。

- ・プロフィールが明らかにおかしい

プロフィールが明らかにおかしかったら業者です。

例えば、プロフィール文に「フォローしてくれたらDMします」と書いてあつたら業者です。

YUNA
@YUNA0201534881 フォローされています

164cm／愛CUP♡25歳❤️ 工〇好きな女の子❤️ フォ
ローしてくれたらDMします✨

2023年3月からTwitterを利用しています

29 フォロー中 0 フォロワー

ツイート ツイートと返信 メディア いいね

また、FF 比が明らかにおかしい場合も業者です。

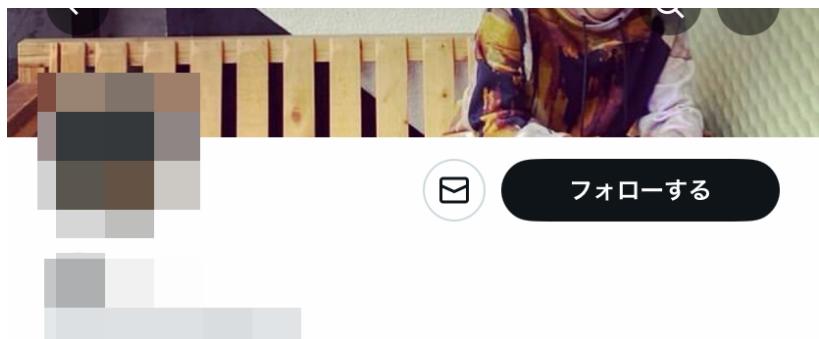


A screenshot of a Twitter profile page. At the top, there's a blue header with a back arrow, a search icon, and a three-dot menu icon. Below the header is a circular profile picture of a girl with brown hair. To the right of the profile picture is a dark button with the white text "フォローする" (Follow). The username "かな" (Kana) is displayed in bold black text, followed by the handle "@kana51107734". A bio section shows a calendar icon followed by the text "2023年1月からTwitterを利用しています" (Using Twitter from January 2023). Below the bio, engagement statistics are shown: "963 フォロー中 122 フォロワー" (Following 963 people, 122 followers). Underneath these stats are three small circular icons showing profile pictures of other users. Next to them is the text "ユウキさん、Tamotsuさん、さとちんさん、他 19人にフォローされています" (Followed by Yuuki-san, Tamotsu-san, Satomin-san, and 19 others). Below this is a navigation bar with four items: "ツイート" (Tweet), "ツイートと返信" (Tweet and reply), "メディア" (Media), and "いいね" (Like). The "ツイート" item is underlined with a blue line. At the bottom of the profile page, there's a post by the user. It shows a small circular profile picture next to the name "かな" and the handle "@kana51107734 · 2023/02/03". To the right of the name is a three-dot ellipsis icon. Below the name is a thumbnail image of a video frame showing a close-up of a person's face.

基本的に裏垢女子は裏垢男子からフォローされやすいので、フォロワーの方が多いのが普通です。

ただ前述したように、プレゼント企画を RT している子場合は情報収集アカウントなので、業者じゃないので注意です。

一見裏垢女子っぽくないため、ライバルが裏垢女子と気づいていないので狙い目です。



2019年12月からTwitterを利用しています

427 フォロー中 41 フォロワー



隼人さん、さとしさん、カズくんさん、他6人
にフォローされています

[ツイート](#)

[ツイートと返信](#)

[メディア](#)

[いいね](#)

akrさんがリツイートしました



LINE : ディズニー... 🎯 2023/08/29

...

#ツイステ 新ツム登場記念

＼

[#ツイステ新ツムが当たるキャンペーン 開催](#)

あなたの欲しい新ツムを
10タグ以上入力して応募

- ・金銭を要求してくる

アポを取ると金銭を要求されることがあります。

会う前に PayPay やアマギフなどを要求し、結局会えずにはブロックする、という手口です。

実は今月の 25 に大阪に行く予定
あるのでお誘いしました笑

22:16

26 に会えないかなと思うのですが、いかがでしょうか。

22:27 ·送信済み

————— 1件の新しいメッセージ ————

最初だけ、どんな人かも分からぬ
いし犯罪に巻き込まれるリスクも
あるので、アマギフ 1万円分か 1
万円くらいでほしい物リスト作る
ので、頂けたら、オフパコの日程
調整してます。相性良ければ定期
的にと考えてます



22:38

裏垢女子とは一切金銭のやり取りをせずに会えます
ので、絶対にお金は払わないようにしましょう。

・ツイートの頻度と時間帯

まずツイートの頻度ですが、1日1～2ツイートし
てください。

毎日継続してツイートすることがとても重要になり ます。

毎日ツイートすればフォロワーの裏垢女子の目に留
まりやすいですし、X(Twitter)のアルゴリズム的に毎
日ツイートするといいねが伸びやすくなります。

また、濡れツイや安心ツイツイートする時間帯は 20 時～22 時がおすすめです。

女の子が活発な時間帯にツイートすることで伸びやすくなります。

2 ツイートする場合は 20 時と 22 時がおすすめです。

ツイートの間隔が狭すぎると伸びにくくなるので、最低 1 時間は開けるようにしましょう。

日常ツイートに関しては夜でも日中でも OK です。

カフェに行ったのを日中にツイートすることでリアル感が出ます。

夜に「無機質カフェ行ってきた✨」みたいな感じでツイートするのもあります。

ツイートできるタイミングでツイートしましょう。

・いいね回りのやり方

ツイートを伸ばす上で一番力を入れていただきたいのがいいね回りです。

ツイートのいいねを伸ばすためには、他の裏垢男子の力を借りましょう。

裏垢男子のツイートにいいねをすると、一定の割合でいいねを返してくれます。

いいね回りは1日50人を目指しましょう。

ほとんどの裏垢男子はいいね回りを全然頑張ってい
ないので、圧倒的に差をつけることができます。

いいね回りをするのは裏垢男子のみで、裏垢女子は
いいね回りしないようにしましょう。

裏垢女子のツイートにいいねするのは自発フォロー
時のみになります。

効率的にいいね回りする方法ですが、自分のツイー
トにいいねしてくれた裏垢男子をどんどんリスト
に入れていきましょう。

自分のリスト



S参考

たくみ @takumi_0451



いいね回り

たくみ @takumi_0451



シコい

たくみ @takumi_0451



テクニック

たくみ @takumi_0451



こんな感じで非公開のリストを作るといいです。

いいねする際の注意ですが、一気にいいねしすぎないようしましょう。

一度にいいねするのは 10 ツイートまでとし、30 分以上間隔を空けましょう。

また、いいね数が少ないアカウントについてはいいねをせず、いいね回りリストにも入れないようにしましょう。