

【超有料級】

女にモテる  
一言フレーズ

50選



## 【一言フレーズを覚える前の大前提】

# 男として最低限の合格ラインを満たすこと

- ✓ 見た目は最低ラインをクリアしているか？
- ✓ 声がボソボソしていたり小さかったりしないか？
- ✓ 口臭、体臭などはきちんとケアできているのか？
- ✓ 喋るとき挙動不審になって体が動いていないか？
- ✓ 変に緊張して声がうわずったりしていないか？

ノウハウが無駄になるどころかドン引きされてしまう！

# 女にモテる 一言フレーズ

## 世間話編

恋愛が苦手な非モテと呼ばれる人ほど、恋愛の会話テクニックを使おうと躍起になるが初対面でテクニックを使ったとしてもコミュニケーションとして違和感でしかない。世間話するのは無駄だと思われがちだが、世間話をずっとして当たり障りない会話が続くのがNGなのであって、世間話をする事そのものは別に悪いことじゃない

1

今日暑いね (寒いね)



いやあ、今日暑いね  
体調崩してない？

最初のとっかかりの  
挨拶にかなり使える

2

(店や道路が) 混んでない？



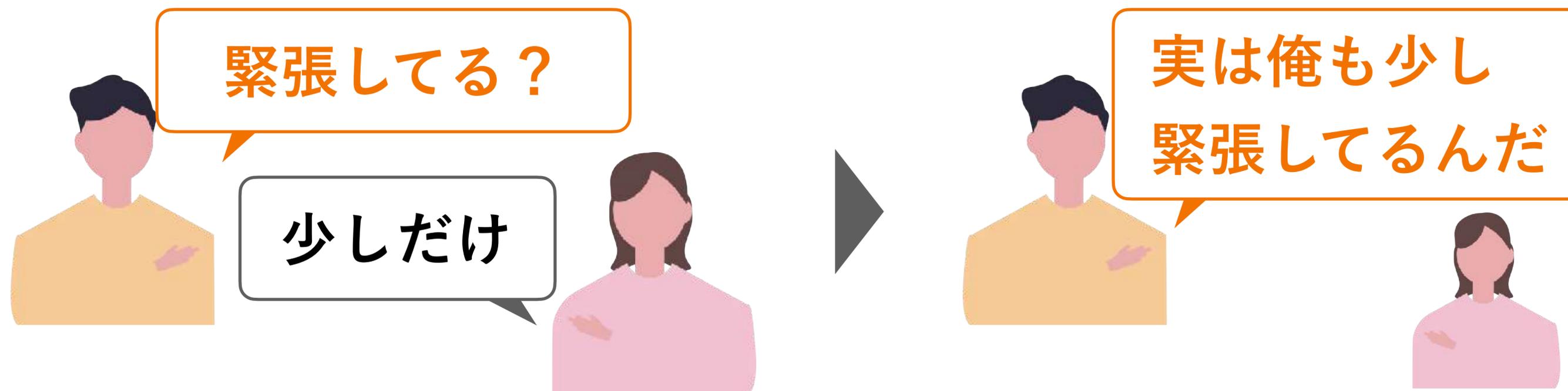
めっちゃ混んでるね！  
そんなに人気なんだ!?

話題作りのつかみ  
として話を広げやすい

感情ベースのコミュニケーションの入り口となる重要な一言

3

緊張してる？ → 俺も緊張してる



● 使える場面

目的地に向かって歩いている時  
カフェや居酒屋で注文が終わったあと

● 使うポイント

緊張しているそぶりを見せずに言うことで  
男の余裕を見せつつ、気配りもできる

4

なに頼む？なにが好き？

なに頼む？

ハイボールで

普段からよく  
お酒飲むの？

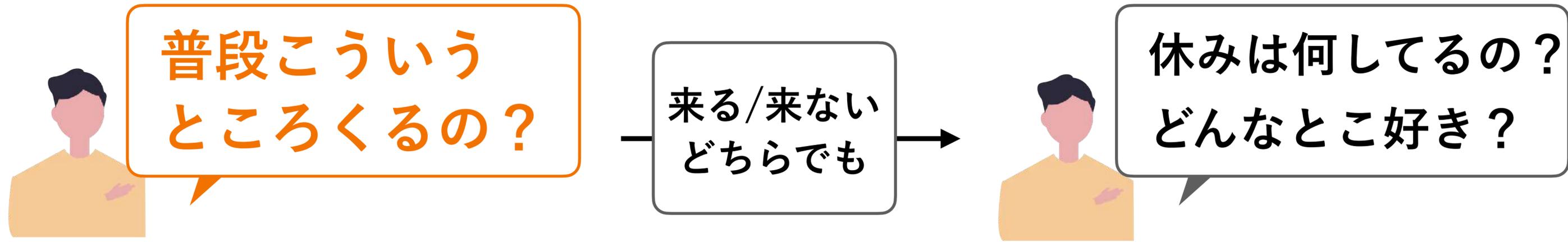
なにが好き？

イタリアンが  
好きかな〜…

家でよく料理  
とかしてるの？

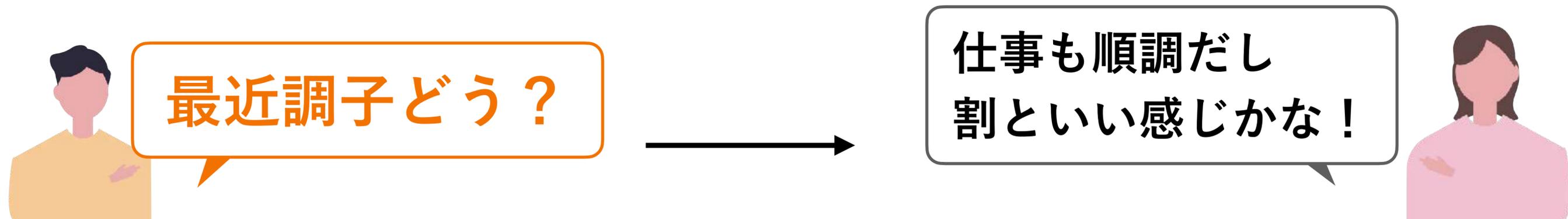
女性について深掘りする話題への起点に使えるのでおすすめ

## 5 普段こういうところ来る？



どちらの回答でも次の会話に繋がられるので使いやすい

## 6 最近調子どう？



全ての会話の起点になるのでどのタイミングで使ってもOK

7

## あの話どうなった？

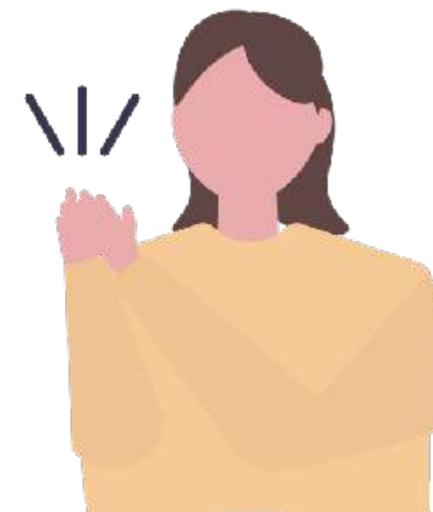


デート前にLINEやアプリのメッセージで盛り上がった話のテーマがある場合…

⋮

そういえばあの話どうなった？

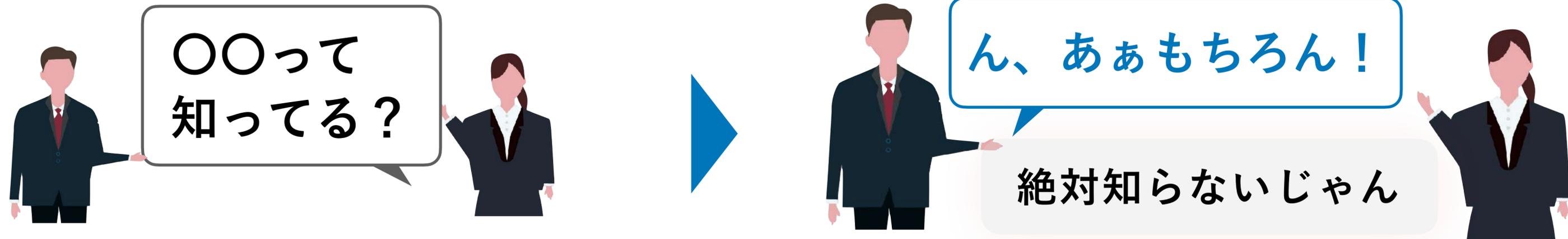
そうそう！実はあの後ね…



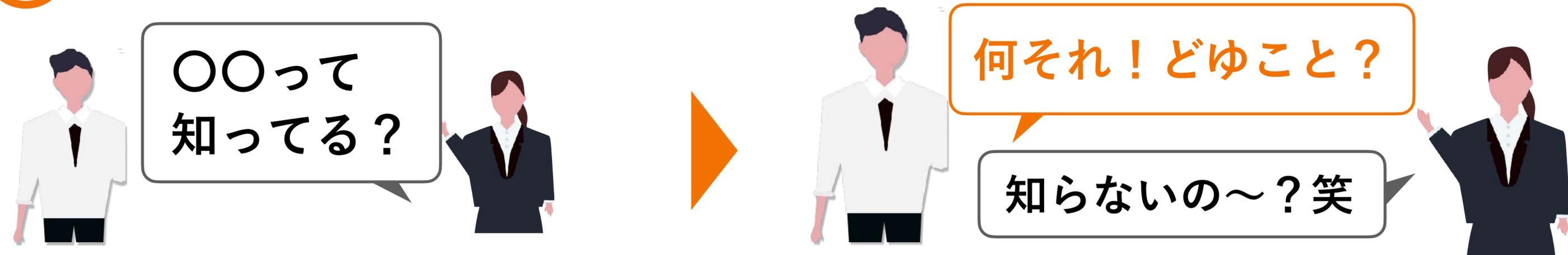
女性中心に話をさせてあげるきっかけを作ることができる

# 8 何それ？ どういうこと？

✕ 知ったかぶりは一瞬で見抜かれる



○ 素直に聞くと女性も嬉しくなる



素直に聞くことで話題のストックも増えるため一石二鳥

# 女にモテる 一言フレーズ

## リアクション編

恋愛が苦手な非モテ男子の特徴としてとにかくリアクションが薄い傾向がある。

実はリアクション1つ変えるだけで、女子との会話の7~8割くらい成立してしまうほどリアクションは重要となるため、適切な切り返しを身につける事は必要不可欠となる

9

## リアクション (小)

うんうん



ほうほう



はいはい



女子が話しているときの相槌になる小さなリアクション。  
あなたの話をちゃんと聞いているという合図をするイメージ

10

## リアクション (中)



お酒が入るとつい  
食べ過ぎるじゃん？



それわかるわ～



元彼が全然連絡  
くれない人でさ…



あ～、なるほど



女性が感情を共有しようとしている時に使えるリアクション

11

## リアクション (大)



元彼がわたしの  
友達と浮気してさ！



うそ！まじで!?



元彼が全然連絡  
くれない人でさ…



それやばいね！



女子が特に大きく感情を吐き出した時に使えるリアクション

12

## リアクション（あえて薄く）

この前超うまく  
料理できたんだ～



へえすご～い  
（棒読み）



ちょっと～  
ちゃんと聞いて笑



女性との距離が縮まってきた時に使えるリアクション。  
真剣な話をしている最中に使うと不快にさせるのでNG

13

## リアクション（からかい）

〇〇君の髪の毛  
キレイだよね！



わ～、嬉しい～  
（棒読み）



いや絶対思っ  
てないでしょ(笑)



露骨にデレデレして魅力を下げるのを防ぐために使える。  
やりすぎるとウザくなるので素直にお礼を言うのも大切

# 女にモテる 一言フレーズ

ノリツツコミ編

実はお笑い芸人がめちゃくちゃモテる大きな理由が「ユーモア」があるから。そしてユーモアとは「機転の早さ」でもあり、女性から優秀な人であると認識してもらえる。また、笑いは感情が動きやすく、感情の生き物である女性と相性が良いため、心に余裕があるならユーモアの代名詞であるノリツツコミを活用するのがおすすめ。

14

〇〇すぎて□□しかできなかった



今日は楽しみすぎて10時間しか寝られなかった！

いや、めっちゃ寝てるじゃん！笑



緊張しすぎて昨日5食しか食べられなかったよ！

結構食べてるじゃん！笑

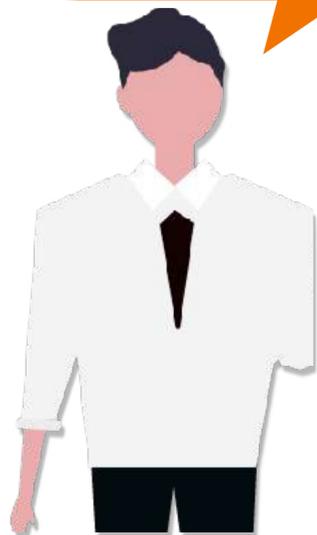


カフェでの注文後など場を和ませる起点に使うのがおすすめ

15

〇〇の面白い理由を言えたら勝ち選手権をしよう

こんなに渋滞してる  
面白い理由を言えたら  
勝ち選手権しよう！笑



何それ〜笑



### 【使える場面】

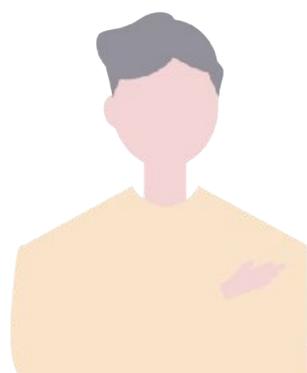
- ドライブ中の大渋滞
- 料理が長時間出てこない
- 長蛇の列に並んでいる

場の悪い空気を一変させる心の余裕やユーモアが評価される

16

この人〇〇って言ってまーす

ねえ、あの店員さん  
鼻毛出てたよ…笑



あの一、この人が店員さん  
鼻毛出てるって言ってまーす



ちょ、やめてよ！笑



ある程度仲良くなった女性がちょっと性格悪そうなことを  
言ったときに他人を巻き込んで使えるユーモアのフレーズ

17

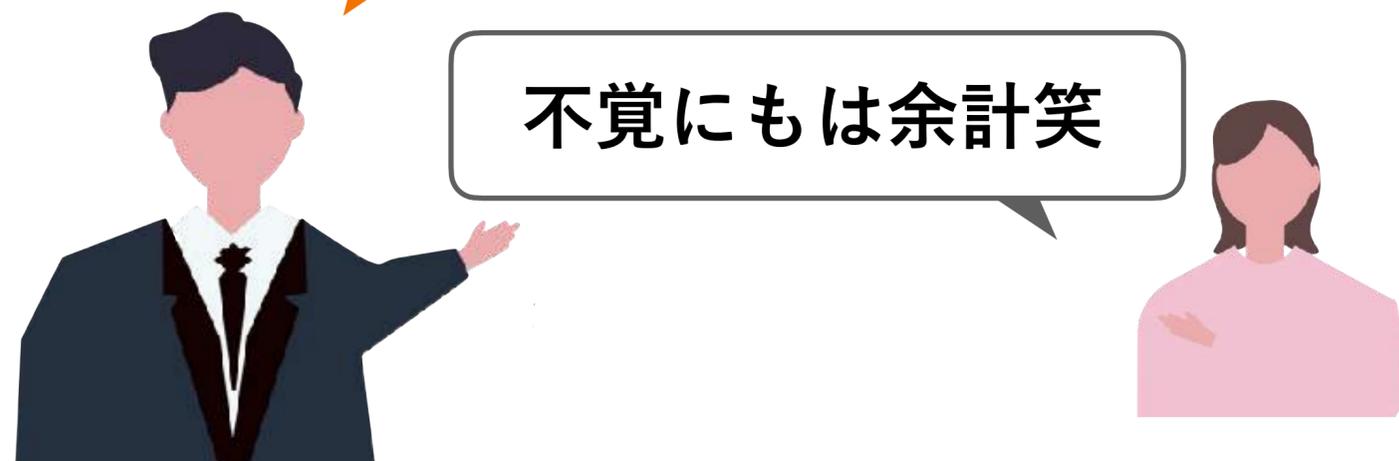
不覚にも〇〇だと思ってしまった

髪型変えてみたんだけどどうかな…？



不覚にも可愛いって  
思ってしまったわ笑

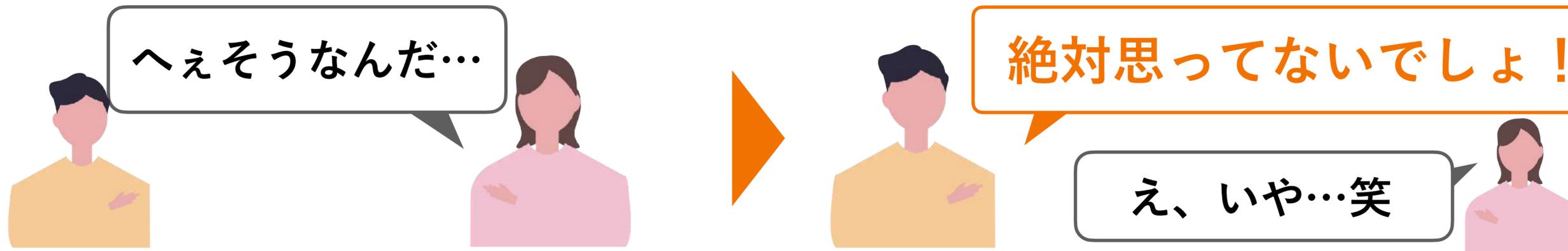
不覚にもは余計笑



あまりにベタに褒めすぎるとかえって印象が悪くなることもあるため褒めとユーモアのバランスを取りたい時に使える

18

絶対思っていないでしょ！



あくまで場の空気が和んでいる状態で相手の反応が薄い時に使う

19

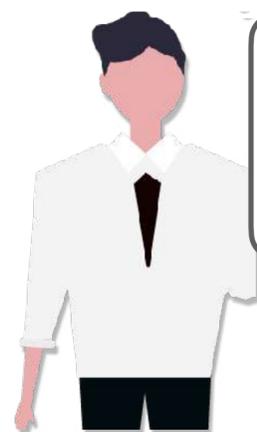
顔に思いっきり嘘って書いてるよ



お世辞を言ってるなと感じたらユーモアも交えて返すのが効果的

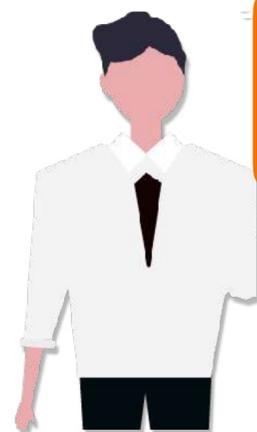
20

ねえ、ちゃんとして



服にご飯つぶ  
ついてるよ!

あ、ほんとだ



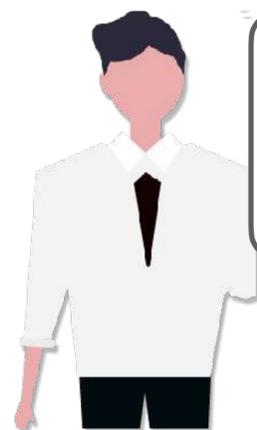
ねえちゃんとして!

ごめんごめん笑



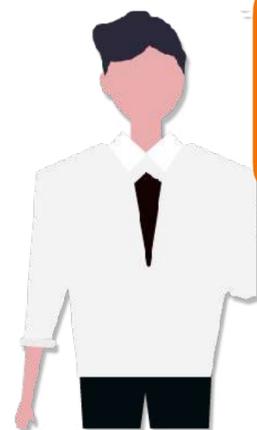
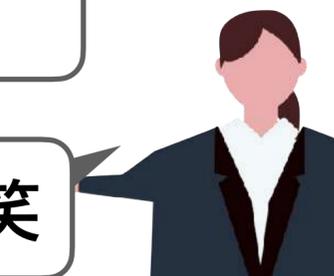
21

可愛いところあるね



ほっぺにソース  
ついてるよ!

気づかなかった笑



可愛いところあるね

それ褒めてるの?笑



女性がドジした時にSっ気や包容力を演出することができる

# 女にモテる 一言フレーズ

## 恋愛トーク編

女性との会話を制する上で最もカギとなる話題が間違いなく恋愛トーク。なぜならそもそも99%の女性が大好きな話題であり、さらに女性の攻略の糸口が掴めるから。また、マッチングアプリのメッセージのやり取りでも必ず聞かれる話題になるためここで紹介するフレーズを活用すれば女性の心を一気に掴むことができる。

22

アプリで他の人と会って見ました？



アプリで他の人と会って見ました？

2.3人会ったけど、どの人もあんまりで…



様々な恋愛トークの起点にできる非常に使い勝手の良いフレーズ

23

会ってみて1番やばかった人は？



会ってみて1番やばかった人は？

1ヶ月前に会った人がかなりワケありな人で…



共通の敵を作る（悪共有）ことでさらに女性と仲良くなれる

24

どんな人がタイプなんですか？



どんな人がタイプ？

仕事に一生懸命  
取り組む人かな！



これからのやり取りで  
取り入れるべきことや  
避けるべきことが掴める

25

どんな人が無理なんですか？



どんな人がムリ？

清潔感がない人は  
生理的にムリ…



なってはいけない男性像  
を把握できるだけでなく  
共通の敵も作れる

26

前の彼氏はどんな人だったんですか？

前の彼氏はどんな人  
だったんですか？

色々とリードして  
くれて頼りがいの  
ある人だったな

積極的にリード  
して男らしさを  
出さないとな…！

女性の理想の男性像を聞き出して攻略の糸口を掴める

27

どうして別れちゃったんですか？

実はつい最近彼氏と別れたばかりで…

どうして別れちゃったの？

束縛がひどい人です。  
一日中LINEを要求されたり飲み会の報告させられたり…

別れた理由から自分が気をつけるべき地雷ポイントが分かる

28

彼氏とどんなことしたいですか？

理想の彼氏とどんなことしたいですか？

旅行とか一緒に行きたいんだよね

実は僕も旅行好きなんです！この前も有馬温泉に行って…

この人となら割と気が合うかも…！

趣味嗜好を女性に合わせてすることで価値観のすり合わせができる

29

彼氏とどんな関係を築きたいですか？

彼氏とどんな関係を  
築きたいですか？



適度に距離感を保って  
関わっていききたいな。  
後は周りの人を大切に  
する人がいいかな！



なるほど…



恋愛 + 人生の価値観を聞き出すことができる大事なフレーズ

30

〇〇さんは会ってどうでしたか？（への返答）

〇〇さんは他の人と  
会ってどうでした？



×

全然良い人いなくて！

ネガティブな印象を与える



○

友達としては良いと  
思ったけど恋愛対象  
としては少し違って…

前向きに恋愛を捉えている

見た目が清潔でないとただの上から目線の男になるので注意

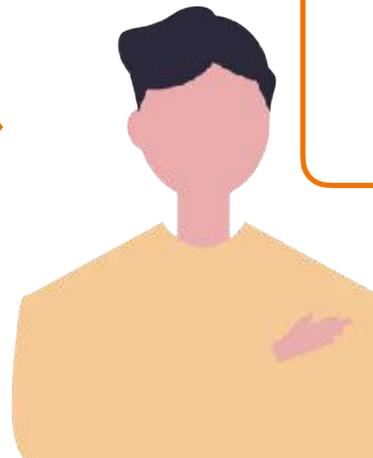
31

〇〇さんはどんな人がタイプですか？（への返答）

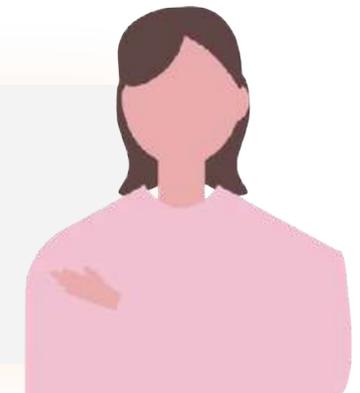
〇〇さんはどんな人がタイプですか？



僕も〇〇さんと同じで見た目より価値観が合う人が好き。あとは自分磨きを忘れない人が魅力的だなんて思う！



自分の恋愛観を持っててこの人とは気が合いそう



相手の好みに合わせる + 自分のタイプを伝えることがポイント

32

どんな人と付き合ってきたんですか？（への返答）

今までどんな人と付き合ってきたんですか？



程よい距離感を保てる人が理想  
だけど中々うまくいなくて…

【付き合ったことがない人は理想像を伝える】



割とお互いを束縛することなく  
自由に過ごせる人が多いかな！

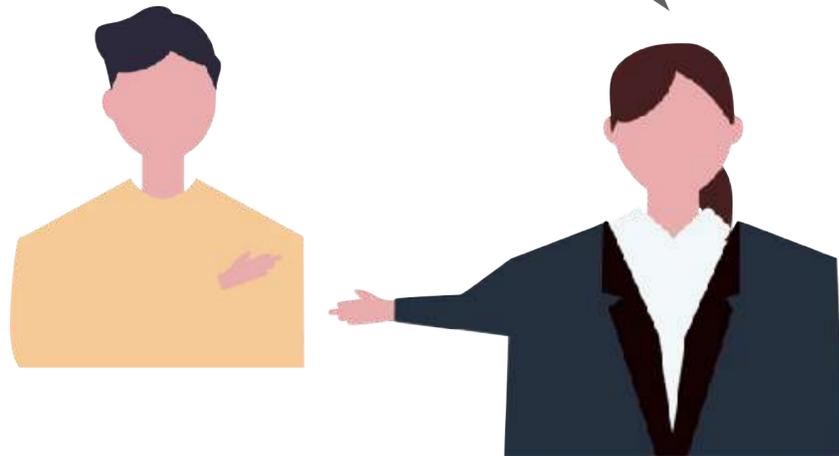
【付き合ったことがある人は正直に伝える】

恋愛経験がない男には女性は不安を抱くのでぼやかしてOK

33

どうして別れちゃったんですか？（への返答）

前の人とはなんで別れたんですか？



- 遠距離になってしまった
- お互い将来の夢があった
- 仕事を優先しすぎた



✕ 正直であっても印象が悪くなる理由なら話すのはNG

良い別れ方をしていないなら 上記3つのいずれかを使えばOK

34

彼女とどんなことしたいですか？（への返答）

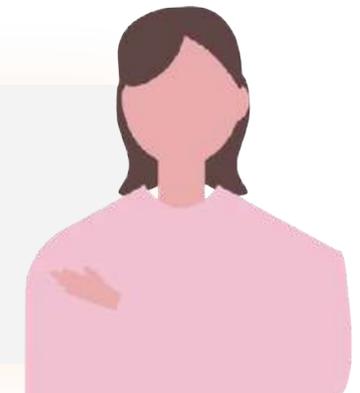
理想の彼女とどんなことしたいですか？



〇〇さんと同じで休日に  
まったりカフェ巡りしたいね。  
あとは半年に一回は遠くに  
温泉旅行とかもいきたいな！



好きなことも一緒だし  
この人とは相性良さそう

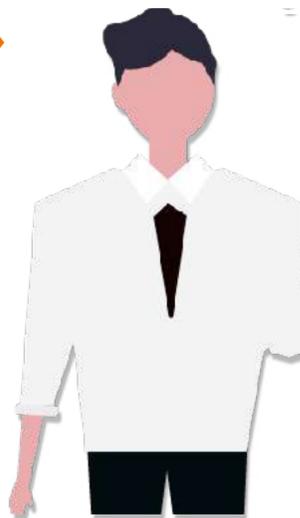
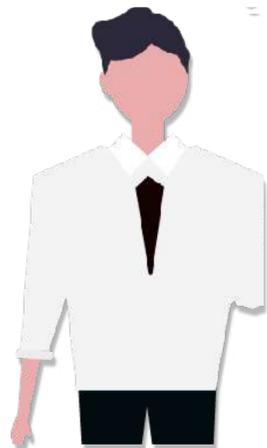


相手に合わせながら 自分の意見も持っていると認識してもらう

35

彼女とどんな関係を築きたいですか？（への返答）

理想の彼女ができたなら  
どんな関係を築いて  
いきたいんですか？



〇〇さんみたいに恋愛だけ  
じゃなくて周りも大切に  
できる関係になりたいな。  
あとはお互いを束縛しない  
良い距離感は大切だね！

この人なら長い間一緒に  
いても安心できそうだな



「どう返答するか」 も恋愛攻略において欠かせないスキル！

# 女にモテる 一言フレーズ

## 仕事観編

大前提として、女性は仕事ができる男や尊敬できる男に魅力を感じ抱かれないと  
感じる生き物。そのため仕事ができる、尊敬できる要素を全面に出す必要がある。

ここで紹介する仕事に関する重要フレーズを覚えてしっかりと活用することで  
確実に女性に尊敬される格上の存在になることができる。

36

## 仕事がいめっちゃ楽しい



上司がいめっちゃうざくて  
早く辞めたいんだよね！

あなたの人間性にも  
問題ありそうじゃん…



仕事の愚痴を言うのは女性にとってのマイナス要素ではない



今の仕事ほんと楽しくて  
毎日刺激的なんだよね！

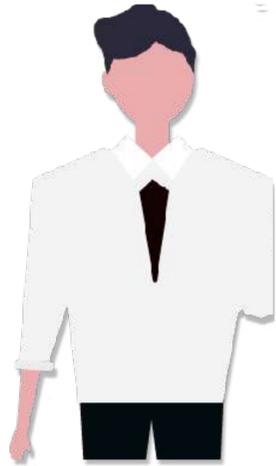
イキイキ仕事していて  
かっこいいなあ…



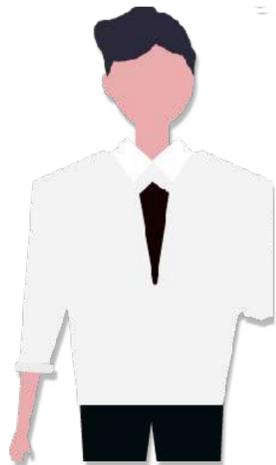
仕事を楽しむ = 自分との時間も楽しんでもらえる

37

〇〇が結果を出してくれるのがやりがい



色々試行錯誤もしたけど  
部下が結果を出してくれて  
本当に嬉しかったんだ！



お客さんからの成果報告  
とか感想をもらった時が  
本当にやりがいだ！

リーダーシップも  
あって人に結果を  
出させられるって  
尊敬できるなあ…



頼り甲斐のある男になることでモテの次元はさらに上がる

38

いずれは〇〇になりたい

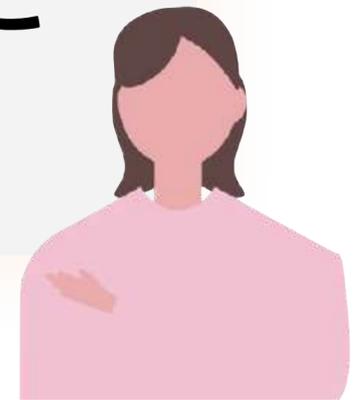


いずれは独立して自分の  
お店を持ちたいんだよね



5年以内には海外にも  
挑戦したいと思ってる

将来のビジョンも  
しっかり持ってる  
男の人ってかっこ  
いいなあ…



夢に向かって行動する姿に女性の心は惹きつけられる

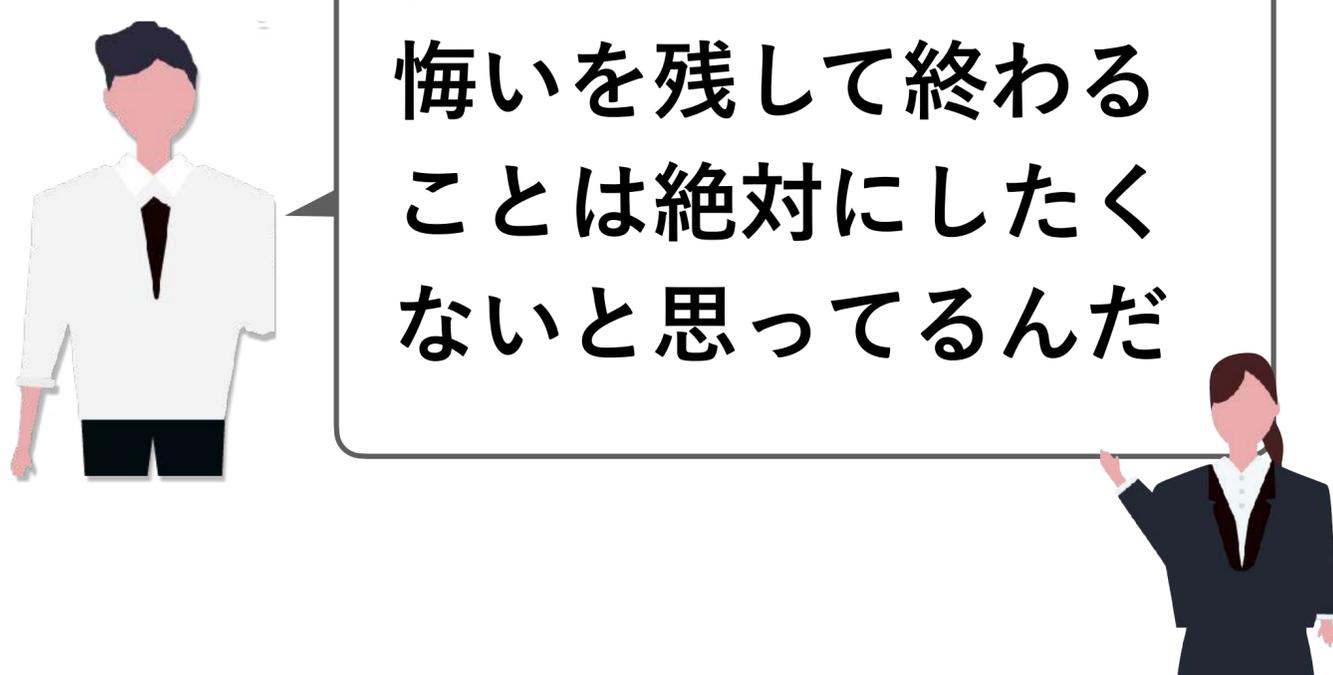
# 女にモテる 一言フレーズ

## 人生観編

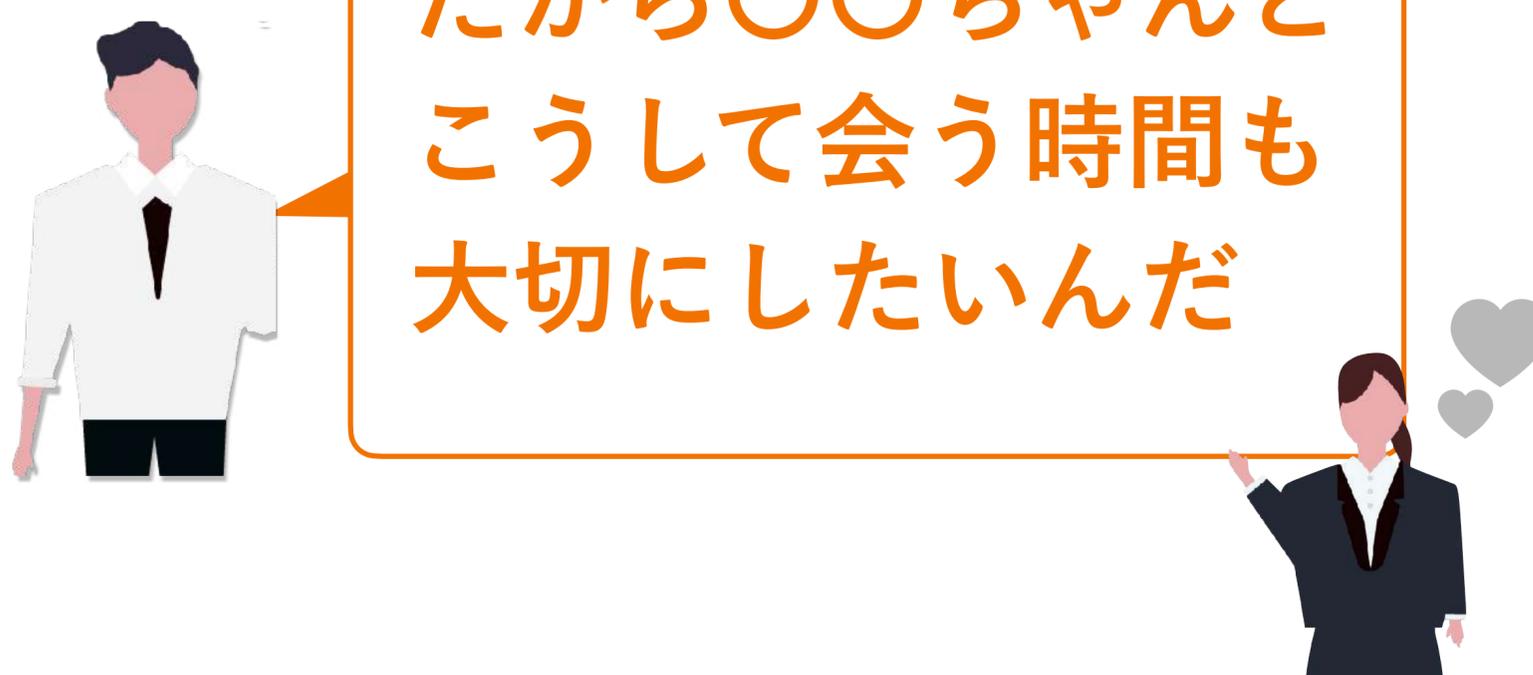
人生観のフレーズを使うのは深い話が始まったとき。相手から人生相談されたり、バーでしっぽりと飲んでいる時に使えばOKで、それ以外は基本的に使わなくてOK。しかし、使うタイミングがくれば、グッと相手に「尊敬の念」を植え付けることができるので、ここで紹介する3つのフレーズは覚えておいて損はない。

39

## 人生に悔いは残したくない



仕事でも人生でも  
悔いを残して終わる  
ことは絶対にしたく  
ないと思ってるんだ



だから〇〇ちゃんと  
こうして会う時間も  
大切にしたいんだ

共感される + 女性に対する想いの強さをアピールできる

40

もっとたくさん挑戦したい



あの時ああしてれば  
良かったなんて思い  
たくないからもっと  
たくさん挑戦したい。



だからこそ彼女にも  
自分の夢に向かって  
頑張って欲しいんだ！

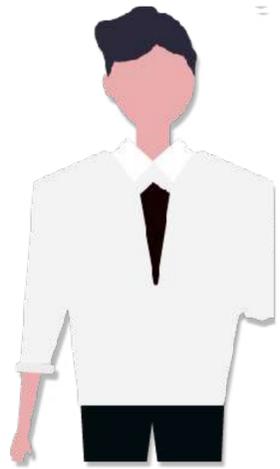
尊敬できる人だなあ…



お互いのこれからの夢について盛り上がることもできる

41

## 全盛期を毎年更新したい



毎年常に自分自身の全盛期を  
更新していききたいんだよね！



✕ 行動が伴っていない口だけの男はすぐに女性にバレる

セリフそのものより普段の行動を根本から変えることが重要

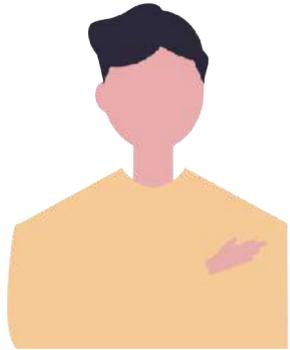
# 女にモテる 一言フレーズ

## ズルい戦略編

モテる男は女性との会話の中に好意を抱かせるズルい戦略を盛り込んでいる。  
「1回目のデートはできるけど2回目のデートにはなかなか繋がらない」  
「1回目のデートの後に、どうやって2回目誘えばいいの？」という悩みを  
解決するズルい一言フレーズを3つ紹介する。

42

そろそろ行かなきゃ



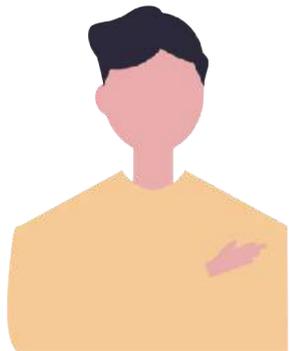
あ、そろそろ行かなきゃ…



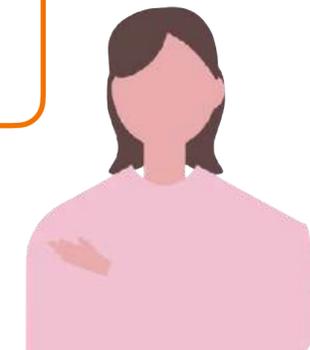
もうちょっと話したかったな…

43

次はいつが空いてる？



次はゆっくり飯でも行こう。いつ空いてる？

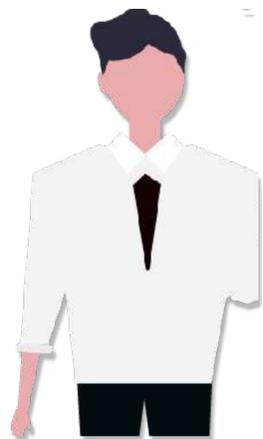


来週の月曜日とかどうかな！？

あえて不完全燃焼で終わることで次に繋がりやすい

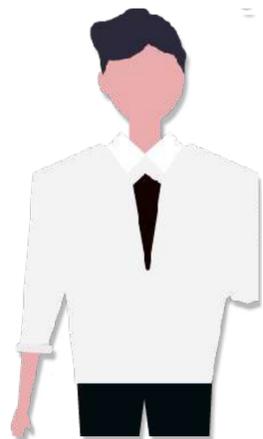
44

帰ったらLINEしてね！



今日はありがとう！  
帰ったらまたLINEして！

こちらこそありがとう！  
家着いたらLINEするね！



今日は楽しかったね！  
また次も行きたいな～笑



女性にアクションを起こさせることで小さな好意が積み上がる

# 女にモテる 一言フレーズ

## フラグ回収編

「ここまで紹介した会話が実践できる」「付き合わずにクロー징したい」「ワンナイトを経験したい」「人が羨ましがらうくらい経験人数を増やしたい」という願望がある場合に役立つ中上級レベルの一言フレーズを紹介。

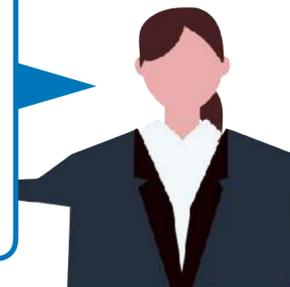
45

たまには火遊びすることもあるでしょ？

たまには火遊びすることだってあるでしょ？

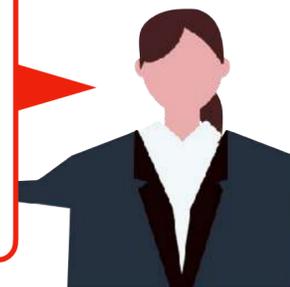


付き合うまで絶対しない！



お持ち帰りされた経験がない女性はキッパリ断る

うーん…  
どうだろね笑



お持ち帰りされた経験がある女性は答えをぼかす

ぼかす女性へクロージングすればうまくいく可能性が高い

46

良い男なら抱かれても良いって思わない？



ぶっちゃけ、良い男なら抱かれても良いって思わない？  
キモい男が言い寄ってくるのが無理なだけでさ！

あ、確かに。それはそうかも



尊敬できるなーって男ならやぶさかじゃないよね？

⋮

多少危険なワードも好感度が上がっていれば受け入れられる

47

どんなプレイが好きなの？



どんなプレイが好きなの？攻められたい派？

どちらかと言うと、そうかも…笑



囁かれたり？言葉責めされるの好きなんだ？

恥ずかしいからやめてよ～笑



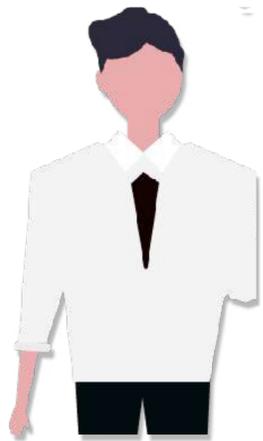
女性の性的スイッチを徐々に高めていくイメージ

48

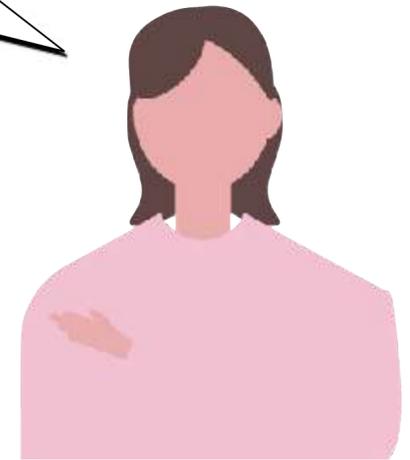
今日は絶対に帰さないからね

【女性が興奮しているサイン場面】

- 明らかにそわそわしだす
- お酒を飲む頻度が上がっている
- 目がうるうるしたり、トロンとしている
- ふとももを触っても嫌がらない



今日は絶対に帰さないからね



性的興奮のサインが出たら男との行為を確信している証拠！

49

〇〇は本当に可愛いね



今日は絶対に  
帰さないからね

え〜、本気で  
言ってるの？(照)



〇〇ちゃんは  
本当に可愛いね

ちょっと、  
恥ずかしいって笑



ストレートな褒め言葉をかけることで女性はかなり喜ぶ

50

じゃ、行こっか



じゃ、行こっか



うん…



興奮して店を出た女性にはこの一言をかけるだけで一発OK