

誰も教えてくれない

英語のSNSが スラスラ読める本

トイグルEnglish
田邊竜彦

話題の投稿を英語のまま理解！



米国大統領のX (旧Twitter)



海外セレブのInstagram



スポーツ選手のTikTok

待望の
電子書籍！

はじめに

いま、英語の学び方が変わりつつあります。

辞書で調べ、文法を確認し、正しい例文を覚える——それももちろん大切ですが、私たちが日常的に目にする英語は、もっと速くて、もっと砕けていて、もっと“生きている”ものです。その最たる例が、SNSの英語です。

Instagram、X（旧Twitter）、TikTok、YouTubeのコメント欄…。そこに並ぶ英語は、教科書のルールを軽やかに飛び越えた、「リアルなネイティブの言葉の使い方」であふれています。

主語や動詞が抜けていたり、絵文字や略語が混ざっていたり、一見「間違っているように見える」表現が堂々と使われていたりします。

しかし、それこそが現代英語の最前線です。

SNSの英語は、正しさよりも、スピードや感情、そして“空気感”が命です。だからこそ、最初は読みにくく感じるかもしれません。

でも、一度コツを掴んでしまえば、まるでネイティブの頭の中を覗いているかのような感覚で、英語がスラスラと入ってくるようになります。

この本では、そんなSNS英語の世界を、「文法的に正しいかどうか」ではなく、「どう読めば伝わるのか」「どう感じれば意味がとれるのか」という視点から丁寧に解き明かしていきます。

略語、スラング、省略された文、感情を伝えるリズム、そして絵文字や記号の使い方まで——SNSだからこそ見えてくる「ネイティブの感覚」を、この一冊でまるごと体感してみてください。

きっと、これまで“読めなかった”英語が、“なんか読める気がする”に変わっていくはずです。

あなたのスマホに届く英語の投稿が、英語学習の最高の教材になりますように。

トイグルEnglish
田邊竜彦

第1章

SNS英語の 特徴とは？

英語のSNS投稿を見て、「え？
これで意味が通じるの？」と戸
惑った経験はありませんか？

教科書で習ったような文法に当
てはまらず、単語だけで書かれ
ていたり、絵文字ばかりだっ
たり、略語やスラングが飛び交っ
ていたり…。最初は戸惑って当
然です。

しかし、ネイティブスピーカーたちは、そうした形式の英語を日常的に使っています。

文法的に正確であることよりも、スピードや感情の伝わりやすさが重視されるのがSNSならではの特徴です。

この章では、SNS英語を読み解くための基礎知識として、代表的な5つの特徴を紹介します。

これらを知っておくことで、投稿の“見え方”が大きく変わってきます。

特徴1

文が驚くほど短い

SNSでは、1文に含まれる情報量が極端に少ないことがよくあります。主語・動詞・目的語といった文の基本構造がすべて揃っていない文も珍しくありません。実際、たった1語だけで構成された投稿も日常的に見られます。

たとえば、Same. という一言は、「私も同じ気持ち」や「それ、わかる」といった共感を表す表現です。

また、Mood. には、「今の気分
ぴったり」という意味合いがありま
す。こうした短文は、それ単体では
なく、画像や前後の投稿とのつなが
りによって意味が成立しています。

つまり、英語のSNSは“省略と空
気”で成立する世界です。だからこ
そ、背景をくみ取る読解力が求めら
れる一方で、形式にとらわれずに英
語の面白さを感じられる場でもあり
ます。

特徴2

主語やbe動詞がよく 省略される

教科書的な英語では、「I am so tired. (とても疲れている)」のように主語と動詞がしっかりと書かれるのが普通です。しかしSNSでは、So tired. というように主語やbe動詞を省いた形が当たり前のように使われます。

これは、単に文字数を減らしたいという理由だけでなく、リズムやテンポを重視しているからでもあります。

SNSの世界では、素早く感情や状況を伝えることが優先されるため、多少文法が崩れていても支障はありません。

また、Finally home.（やっと帰宅）や Feeling blessed.（ありがたく感じている）など、こうした簡略表現は、むしろ自然でこなれた印象を与えることすらあります。

特徴3

感情は“リズム”で伝わる

SNSでは、言葉そのものよりも、言い回しのリズムや間（ま）によって感情が表現されることがよくあります。句点や改行を駆使して、まるで会話のようなテンポを生み出すスタイルです。

たとえば、No. Just no. という投稿は、単に「いやだ」と言うよりも、強い拒否感や呆れをにじませる表現になります。

また、Wow. Just wow. は、「驚いた」という意味ですが、言葉にできないほどの衝撃や感動を含んでいる場合もあります。

こうした表現は、声に出して読むとよりわかりやすく、まるで誰かが本当にしゃべっているような印象を受けます。つまりSNS英語は、文章でありながら“セリフの感覚”に近いスタイルを持っているのです。

特徴4

絵文字や記号も文章の一部

SNSにおける絵文字や記号は、単なる飾りではなく、文の意味を担う重要な要素です。

たとえば、Thank you 🙏 とあれば、単なる「ありがとう」ではなく、心からの感謝や敬意といったニュアンスが含まれていることがわかります。

また、Still can't believe this happened 😭 のように、涙の絵文字が加わることで、驚きや感激、悲しさなどの感情がより明確に伝わってきます。

こうした絵文字や記号は、文法的にはルール外ですが、SNSではむしろ“ルールそのもの”として機能しています。

特に ... や !!! のような記号表現は、言葉では伝えきれない感情の強度を補うために欠かせないものとなっています。

特徴5

文法やスペルの正しさより 「伝わるかどうか」が優先される

SNSでは、英語の文法ミスやスペルミスが頻繁に見られます。ネイティブスピーカーであっても、「your」と「you're」などの混同は珍しくありませんし、動詞の形や時制が適当なこともあります。

たとえば、Im so ready といった投稿では、本来必要なアポストロフィ（I'm）が省略されています。

また、They is wild lol のように文法的に誤っている表現も、ジョークや軽いノリの一環として使われることがあります。さらに、u ok? のような短縮形も、若者を中心に広く使われています。

このように、SNSでは“正しさ”よりも“わかりやすさ”や“スピード感”が重視される傾向があります。英語を学んでいる立場から見ると戸惑うかもしれませんが、「伝わればいい」という前提を理解すれば、SNS英語は一気に読みやすくなります。

第2章

よく出る略語 スラング一覧

SNSを読んでいると、普通の辞書には載っていない略語やスラングに必ず出くわします。

OMG や LOL はまだしも、SMH や FOMO などは初めて見るとまったく意味が分からないかもしれません。

けれど、これらの表現はSNSではごく当たり前に使われています。

この章では、SNSで特によく見かける略語やスラングを、ジャンル別に紹介していきます。単なる語彙のリストではなく、「どんな投稿で、どんなニュアンスで使われるのか」という使い方まで一緒に見ていきましょう。

略語系

英語を“短く素早く”伝える 省略表現

略語は、言葉を打つ時間や文字数を節約するために生まれました。ただ短いだけでなく、カジュアルさや感情を含んだニュアンスも持っています。

- ・ OMG (Oh my God)

驚きや喜び、時には呆れなど幅広い感情に使われます。

例：OMG this is amazing!!

(うわ、すごい！)

- ・ LOL (laughing out loud)

笑っていることを表す定番の略語。軽いノリの投稿に頻出。

例：I just dropped my phone in the toilet lol

(スマホ落とした(笑))

- ・ IDK (I don't know)

曖昧な返事や困惑、あるいは開き直りの気持ちもこもることが多いです。

例：IDK what to say...

(何て言えばいいのかわからない…)

- ・ SMH (shaking my head)

呆れや失望、がっかりした気持ちを込めた表現です。

例：He did it again... smh.

(またやらかしたよ…はあ…)

- ・ TMI (too much information)

「聞きたくなかった」系の投稿やコメントに使われます。

例：TMI but I haven't showered in 3 days

(言いたくないけど3日風呂入っていない)

- ・ FYI (for your information)

ちょっとしたお知らせや共有事項の前置きに。ややビジネス寄りの語感もあり。

例：FYI, the meeting was moved to 3pm.

(ちなみに、会議は3時に変更になったよ)

スラング系 文化や世代を反映した “ノリ”の英語

スラングは意味が移り変わりがやすく、世代や地域によってもニュアンスが異なります。ここでは比較的安定して使われている表現を中心に紹介します。

- ・ GOAT (Greatest Of All Time)
史上最高の選手や人物を讃えるときの表現。

例 : Serena is the GOAT. No debate.

(セリーナは史上最高。異論なし。)

- ・ lowkey (控えめに言って)

“実は”や“けっこう”といった控えめな気持ちを表すときに使います。

例：Lowkey love this song.

(ひそかにこの曲好き)

- ・ savage (容赦ない／イカしてる)

行動や発言が大胆・鋭い・面白いときに使われます。

例：That comeback was savage!

(あの切り返しヤバかった！)

- ・ sus (suspicious)

怪しい、うさんくさい、嘘っぽいといった意味合い。ゲーム文化 (Among Us) から普及。

例：He's acting sus lately...

(最近アイツ怪しくない？)

- ・ slay (完璧にこなす / 超かっこいい)

特にファッションやパフォーマンスに対して称賛を送る言葉。

例：She slayed that outfit.
(あの服、完璧に着こなしてた)

- ・ extra (やりすぎ / 大げさ)

表現や態度が過剰すぎるときに使います。褒め言葉にも皮肉にもなります。

例：He brought a full cake to a meeting. So extra.

(会議にホールケーキ持ってきた。
やりすぎ)

その他

SNS特有の言い回しや略記

- ・ DM (direct message)

「ダイレクトメッセージを送る／受け取る」という意味で動詞としても使われます。

例：DM me if you're interested.
(興味あったらDMして)

- ・ TL;DR (too long; didn't read)

長すぎて読む気がしない、という皮肉。要約を添えるときにも使われます。

例：TL;DR: I quit my job.
(要するに、仕事辞めました)

- ・ POV (point of view)

「～の視点から見た」という意味で、ミームやショート動画でもよく使われます。

例 : POV: You just found out it's Monday.

(月曜だと気づいた瞬間の自分)

こうした略語やスラングは、最初こそ戸惑いますが、意味やニュアンスを一度知ってしまえば、何度も何度も出てくるため自然に覚えられます。

第3章

SNSならではの
言い回しと
独特の文体

SNS英語を読みこなすには、文の構造や語彙だけでなく、その文体そのもののクセを知っておく必要があります。

一見、意味がつかめない短い投稿でも、そこに含まれるリズムや言葉の順序、言外のニュアンスがわかるようになると、SNSが「英語教材」ではなく「英語の会話」に近い感覚で読めるようになってきます。

この章では、SNS投稿特有の言い回しや書き方のスタイルを、具体的な例を通して解説していきます。

主語や助動詞が落ちた “極端に短い英語”

SNSでは、主語や助動詞、be動詞が省略されている投稿が頻繁に登場します。

すでに第1章で触れたとおり、これはテンポ感を重視したSNS特有の表現スタイルです。

たとえば、

Can't wait. (待ちきれない)

Not okay. (全然大丈夫じゃない)

Should've known. (知っておくべきだった)

といったように、本来の文法であれば「I」をつけるべきところがすっぱり抜けており、助動詞や時制も極端に省略されます。

また、語尾にピリオドを打つことで、短くても“言い切った感”を出すのがSNSの特徴です。

So done.（もううんざり）という表現も、シンプルながら感情の振れ幅がよく伝わる表現として多用されます。

感情を“間”で 伝える書き方

SNS英語では、話し言葉のような間（ま）やリズムを表現するために、意図的に文を区切ることがあります。

Wait. What?

（ちょっと待って、何それ？）

No. Just no.

（無理。絶対イヤ。）

Wow. Just wow.

（うわ…。本当に驚いた。）

このような書き方は、単に短文を並べているようでいて、実際には感情の段階や“空気”を演出している表現技法です。

映画やドラマのセリフを思い出すと、こうした言い回しが自然に耳に残ることがあるかもしれません。

また、...（三点リーダー）や !!! のような記号も、感情の高まりやためらい、呆れなどを表すための“文体的ツール”として定着しています。

セリフ調の文体： タイムライン上の独白

SNSは基本的に一人語りのメディアであるため、セリフ調の文章がよく登場します。

語りかけ、ツッコミ、ひとりごとのような文体は、SNSをSNSらしく見せる大きな要素です。

たとえば、

Guess who's back.

（誰が帰ってきたと思う？ = 自分のこと）

Not me checking my phone
every 3 minutes.

（3分おきにスマホ見てるのは
誰？→私）

Why am I like this.

（なんで私はこんななんだ…）

このように、自分をツッコんだり
皮肉ったりするような表現は、ネ
イティブの投稿に多く見られま
す。

また、名詞や動詞をそのまま文に
したような構造（例：No sleep.
Just coffee.）も、会話的なテン
ポを作る技法のひとつです。

否定形や反語を使った “間接表現”

SNSでは、強い断定を避けるためにあえて否定形を使うというスタイルもあります。

これは英語圏のカジュアルなユーモア感覚と結びついていて、日本語で言えば「むしろ逆でしょ？」のような言い回しに近いものです。

例：

Not the best day I've had.

（最高の日ってわけじゃない＝かなり悪い日）

Not me crying at 2am watching this.

（こんなの見て夜中2時に泣いてるの、私だけじゃないよね？）

直接的に「良くない」「泣いた」と書くのではなく、遠回しな否定形で感情をにじませるのがSNS流の抑制された表現です。

この文体は、怒りや悲しみを軽く表現したり、共感を引き出すときに使われることが多いです。

第4章

ジャンル別で
見えてくる
英語の“クセ”

SNS上の英語は一見ランダムに見えますが、実は書き手の立場や職業によって、使う英語の特徴に一定の傾向があります。

たとえば、アメリカの政治家が投稿する英語と、ハリウッドの俳優やミュージシャンが投稿する英語では、文体や語彙の選び方がまったく異なります。

この章では、英語SNSをジャンル別に見て、どんな“クセ”があるのかを具体的に紹介します。

政治家： 短く力強く、メッセージ 重視の英語

政治家のSNSは、短い中に政治的な主張や姿勢を含めた表現が多く見られます。

一文一文が簡潔で、かつ人々の心に残るようなフレーズを意識して作られていることが特徴です。

例：

We will not back down.

（私たちは決して引き下がらない）

Democracy must prevail.

（民主主義は必ず勝たねばならない）

Thank you for standing with us.

（私たちと共にいてくれてありがとう）

“unite”（団 結 す る）, “justice”（正義）, “freedom”（自由）といった抽象的だが感情に訴える語彙がよく使われます。

疑問形や感情的な表現は控えめで、あくまで公的な文体を意識した“整ったカジュアル”が基本です。

セレブ・俳優： カジュアル、感情的、 スラングが多い

ハリウッド俳優、歌手、モデルなどのセレブアカウントは、SNSでの表現が最も自由で感情的です。スラングや略語、絵文字の使用頻度も高く、話し言葉に近い文体でファンとの距離を縮めようとします。

例：

Can't believe I did that lol

（自分があんなことしたなんて信じられない（笑））

So proud of my team tonight 🥰🌟
(今夜のチーム、本当に誇らしい)

Y'all have no idea how much this
means to me 😭

(みんな、これがどれだけ嬉しいかわからないよ)

“lol” や “y'all” 、 “can't even”、 “literally”、 “so freaking happy” など、感情やテンションをストレートに伝える表現が多いのが特徴です。

改行や絵文字による“リズム感”も重視されており、フォロワーとの一体感や親密さを演出するのが目的です。

アスリート： 短文＋感謝＋ 決意のテンプレート型英語

スポーツ選手のSNSは、パターンが比較的はっきりしています。試合後の報告、チーム・家族・ファンへの感謝、次への意気込みという流れが定番です。

例：

Tough game. Respect to the opponent.

（厳しい試合だった。相手に敬意を）

Proud of my team. We go again.

（チームを誇りに思う。また次だ）

Grateful for the support. See you in the finals.

（応援に感謝。決勝で会いましょう）

使用される語彙も比較的シンプルで、“grind”（努力）、“grateful”（感謝）、“grind never stops”（努力は止まらない）など、努力・闘志・感謝といった“美德”を表す語がよく登場します。

ただし、オフの日や私生活の投稿では、セレブ寄りのラフな表現に切り替わることもあり、英語のギャップも見どころのひとつです。

ジャンルごとの“癖”を知れば、読み方が変わる

こうしてジャンル別に見ていくと、英語そのものというよりも、どういう立場で誰に向かって書いているのかによって、表現の選び方が変わっていることがわかります。

政治家：力強く、公式寄りの英語

セレブ：感情的でくだけた、リズミカルな英語

アスリート：短く、感謝と決意を込めた実直な英語

SNSは自由な場であると同時に、それぞれの“役割”に応じた文体が自然と形成されています。

そのクセに気づくと、投稿の意図や文脈が読みやすくなり、辞書にはないリアルな英語力が身についていきます。

第5章

実際のSNS

投稿を読む

（実例と解説）

これまでの章では、SNS英語の文体や語彙、スラング、略語、そしてジャンルごとの傾向について見てきました。

この章では、それらの知識をふまえて、実際の英語SNS投稿を読んでみましょう。

今回は、政治家、セレブ、アスリートといった異なるジャンルから5つの投稿を取り上げ、どのように文法・語彙・文体が組み合わさって使われているかを、具体的に読み解いていきます。

トランプ元大統領の投稿： 短文＋命令形＋スローガン

まず最初に紹介するのは、ドナルド・トランプ元アメリカ大統領の投稿です。

"Get out and VOTE tomorrow! We
will MAKE AMERICA GREAT
AGAIN!"

(明日は投票に行こう！アメリカを
再び偉大な国にするんだ！)

この投稿には、SNS英語の基本とも言えるリズム感と強調が見られます。

主語のない命令文 "Get out and VOTE tomorrow!" は、短くも力強い呼びかけで始まります。

続 く "We will MAKE AMERICA GREAT AGAIN!" は、選挙キャンペーンで多用された決まり文句で、全部大文字で書かれている点に注目してください。

文法的にはシンプルですが、大文字と感嘆符によって感情が強く伝わる構造になっています。

短い文を並べて勢いを生むこのスタイルは、第1章や第3章で紹介した「短文＋断定＋リズム」の典型例です。

テイラー・スウィフトの投稿： リズムと感情の起伏

次は、人気歌手テイラー・スウィフトの投稿です。

“This is unreal. Thank you for the love and support 🥹❤️”

(「信じられない…！愛と応援を本当にありがとう 🥹❤️」)

この投稿はテイラー・スウィフトの実際のInstagram投稿に近い構造です。

一文目で感動を断定し（“This is unreal.”）、二文目では感謝表現を丁寧に伝えます。ピリオドによる区切りが「感情の起伏」を視覚的にも味わえるリズムを生み、絵文字でそのトーンをさらに補強しています。

第3章で解説した「間を使った感情表現」「セリフ調のリズム」、さらに第2章の語彙や絵文字活用が自然に現れています。

スポーツ選手のTikTok： 短文＋キャプションで ノリを作る

“#GameDay vibes. Let’s get it 🤞”
（「ゲーム当日のワクワク感！よし、やるぞ 🤞🔥」）

これはスポーツ選手が試合前後に使いがちなTikTokキャプションの典型形で、実際に多く見られるものです。ハッシュタグと短い断片的なフレーズでノリを作り、絵文字で勢いを引き立てます。

主語なし、テンポ重視、大文字小文字でアクセントをつける形式が第1章の省略構文、第2章のスラング・絵文字表現、第4章のアスリート英語と一致します。

AOCの投稿： 否定と繰り返しで強調する 政治的メッセージ

次に紹介するのは、アメリカ下院議員のアレクサンドリア・オカシオ＝コルテス（AOC）による政治的なメッセージです。

"People shouldn't be afraid of healthcare. People shouldn't have to choose between going broke and staying alive."

（「人が医療を怖がらなきゃいけないなんておかしい。破産するか、生き延びるかなんて、そんな選択をさせるべきじゃない。」）

この投稿では、2つの文が同じ構造で繰り返されており、主張の力強さを生んでいます。

否定表現 "shouldn't" を使いながら、明確に問題提起をしており、語彙も "going broke"（破産する）、"staying alive"（生き残る）といったやや口語的ながらも感情に訴える単語が使われています。

リズムと構文の繰り返しにより、読者の記憶に残りやすく、政治家ならではのメッセージ性を感じさせる投稿です。

リアーナの投稿： ユーモアと絵文字で 距離を縮める

最後は、歌手であり実業家でもある
リアーナの投稿を見てみましょう。

"When I said I was taking a break, I
didn't mean from Fenty. 😂👑"

(「“休む”って言ったけど、それはフ
ェンティのことじゃないからね 😂
👑」)

この投稿では、前半の文で「休むと
言ったときの意図」を伝えたうえ
で、後半で「フェンティ（自身のブ
ランド）のことではない」と冗談ま
じりに否定しています。

このような「落ちのある言い方」や「意外性のある訂正」は、SNS英語でよく見られるスタイルです。さらに、絵文字によってその場の空気感やテンションが補完されており、投稿者と読者の距離を縮める効果があります。

第3章で扱った「セリフ調の独白表現」や「文末の絵文字による補足的感情表現」の好例です。

おわりに

この本では、SNS英語に頻出する語彙や表現パターンを、ジャンルごとの傾向や実際の投稿例とともに紹介してきました。最初は意味がとれなくても、読み続けるうちに「あ、またこの言い回しだ」と気づけるようになります。

そうやって、自分の中に“英語の耳”や“英語の感覚”が育っていくのです。

英語のSNSは、世界中の人が「素の言葉」でつながっている場所です。

読めるようになれば、ニュースでは伝わらない裏側の思いや、世界の空気を直接感じるができるようになります。

ぜひ、あなたの好きなアーティスト
や選手、政治家の投稿を、英語のま
までのぞいてみてください。

意味が100%わからなくても大丈夫で
す。

「なんとなく、わかった気がする」
——そこが、あなたの英語の入り口
です。

トイグルEnglish
田邊竜彦