リールキットの使い方

Claude Code・Codexで、AIと相談しながらリールを作ります。このキットは、リールづくりの土台となる基本スキルです。

1. キットを入れる

ダウンロードしたZIPは、展開しなくて大丈夫です。Codex アプリなら、ZIPをチャットに添付します。Codex CLI／Claude Code なら、ZIPを置いた場所（例：ダウンロードフォルダ）を伝えます。

> このZIPから、Claude Code用のリールスキルを入れてください。

Codex なら「Codex用の」と送ります。AIの案内に沿って進めます。新しい版に変えるときは「入れて」を「更新して」にします。今までの設定（フォント・保存した型など）はそのまま残ります。

2. 素材を1つのフォルダにまとめる

あるものだけで大丈夫です。そろっていなくても、相談しながら決められます。

・参考にしたいリール（お手本）の動画。リンクだと読み込めないので、動画ファイルにします。

・自分が入れたい動画や写真

・アフレコした声（録音）

・台本のテキスト

・ライブや対談の録画（2人が上下に映ったコラボライブも、そのまま使えます）

3. お手本を見せて「こういう風にしたい」と伝える

> このフォルダの素材でリールを作りたいです。お手本のリールみたいにしたいです。

続けて、どの型で作るかを聞かれます。アフレコ・コラボライブの切り抜き・1人で話す動画・5選の4つから選びます（見本は3ページ）。お手本があっても聞かれます。合いそうな型は、AIがすすめてくれます。

AIから「お手本のどこを参考にしますか？ 書体ですか？ 文字の動きですか？ テンポですか？」と聞かれるので、好きな所を答えます（いくつでも）。

参考にすると答えた所は、そのあと聞かれず、お手本に合わせて作られます。答えなかった所だけ「お手本に合わせますか？ おまかせにしますか？」と短く聞かれます。

お手本がなければ、見本帳で選びます。見本帳（reel-mihon.pages.dev）で、テロップの出し方・場面の切り替わり・写真の見せ方・文字の色を、動く見本で見られます。気に入ったものの名前（例：「蛍光ペン」「横ブレ」）をAIに伝えます。1つだけでも、「おまかせ」でも大丈夫です。

ほかに、何を伝えたいか・誰に見てほしいか、最後に見た人へ何をしてほしいか（保存、フォロー、申込みなど）も聞かれます。分かる範囲で答えます。素材がまだなければ、台本と撮るものを一緒に決められます。

4. 短い見本を見て、好みに合わせる

好みの参考動画をAIに見せて、文字や色、動きなどを相談しながら、自分に合う形へカスタマイズできます。参考は雰囲気を伝えるために使い、動画には自分が使ってよい素材を使います。

AIが、内容と見た目の案をまとめます。短い見本を見て、気になるところをそのまま伝えてください。

> 文字をもう少し大きくして。色は柔らかい青にしたいです。
>
> この言葉だけ目立たせて。途中の写真は入れないでください。
>
> この雰囲気で大丈夫です。このまま作ってください。

書体の名前や編集の言葉を覚える必要はありません。「もっとやさしく」「少し落ち着かせて」などでも伝えられます。

5. 完成動画を受け取る

見本が気に入ったら、本編を作ってもらいます。完成動画を開いて、文字・声・映像を確認します。直したい箇所があれば「何秒あたりを、どう変えたいか」を伝えてください。

気に入ったら、次のように頼むと次回も使いやすくなります。

> この文字と色の好みを、次回用に保存してください。

そのまま使える、お願いの例

> 料理教室の申込みにつながるリールを作りたいです。話している録画があります。途中の写真は入れず、文字は柔らかい青にしたいです。ほかはおまかせで、まず短い見本を見せてください。

うまく進まないときは、画面に出た言葉をそのままAIへ伝えてください。

こちらのキットがバージョンアップした場合は、またお知らせします。

リールの型（4つ）

手元の素材によって、作れる型が変わります。どれにするかは、最初にお手本のすぐあとにAIから聞かれます（お手本があっても聞かれます）。「2人のライブを切り抜きたい」のように、型を先に伝えても大丈夫です。



1 声と映像を組み合わせる

アフレコ。声＋動画・写真・画面録画・スクショ

元になる素材

録音した声（アフレコ）＋動画・写真・画面録画・スクショ

仕上がり

声に合わせて映像が切り替わり、言葉どおりのテロップが出ます



2 2人の対談を切り抜く

上下2画面。2人のライブ・インタビューから

元になる素材

2人が上下に映ったライブ・コラボライブ・インタビューの録画。長くても、そのままで大丈夫です

仕上がり

上下に2人の画面・見出し・名前の札。話す人ごとにテロップの色を変えられます



3 1人で話す動画を切り抜く

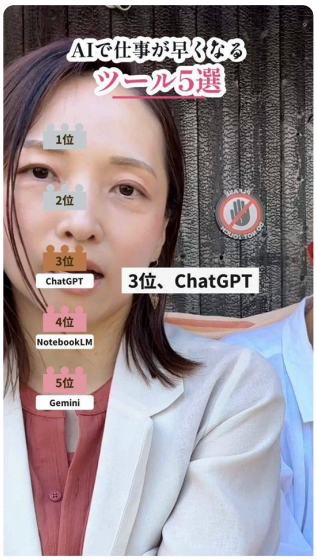
1画面。顔出しで話す録画から

元になる素材

1人が映って話している録画（顔出し）

仕上がり

言い直しや間を詰めて、テロップを付けます



4 5つを順番に紹介する（5選）

5位から1位へ。王冠に順番に色が付く

元になる素材

声（または話す動画）＋紹介するものの画面

仕上がり

5位から1位へ。順位を言った瞬間に、左の王冠に色が付いて名前が出ます

頼み方の例

> 2人でやったインスタライブの録画です。盛り上がった所を切り抜いてリールにしたいです。

> AIツールを5つ紹介するリールを作りたいです。声と、それぞれの画面のスクショがあります。

「◯分あたりが盛り上がった」と伝えると、切り抜く場所が正確になります。ほかの人が映っている録画は、映っている人全員に載せてよいか確認してから使ってください。
見た目（文字の雰囲気や色）は型とは別に選べるので、どの型にも組み合わせられます。

文字の見本 — 同じ文で選ぶ

迷ったら「おまかせ」。好みに近い見本の名前をAIに伝えてください。

すっきり / Noto Sans JP



丸くやさしい / Zen Maru Gothic



上品 / しっぽり明朝



普通の文字・大事な言葉の色



通常は静かに。大事な言葉だけ、大きさや色で強調できます。



例：「丸い文字にして。大事な言葉だけ黄色に。動きは控えめで」

大事な言葉を光らせる（覆い焼き）

いちばん伝えたい言葉だけ、大きく・右に少し傾けて、映像がうっすら透けて光る色で出せます。上には小さな白い一言を添えます。



文字の中に、うしろの映像の明るいところ・暗いところが残り、光って見えます。見え方は背景によって変わります。

白っぽい背景（白い壁・白い机など）の上では白く飛んで読みにくくなります。少し暗めの場面で使ってください。

選べる色



ピンク紫（いつもの色）



青



緑



金

ピンク紫・青・緑・金。好きな色を1つ指定することもできます。

> 例：「大事な言葉だけ覆い焼きにして。色は青で。まず見本を見せてください」

効果音の入れ方

ふだんは効果音なしで仕上がります。音を入れたい場所があるときだけ、そこを頼んでください。
BGMは、投稿するときにインスタで付けられます。

キットには効果音は入っていません。使う音は自分で用意します。一度置いた音は、次のリールでも使えます。

音を入れるまでの3ステップ

1	音をダウンロードする	無料の「効果音ラボ」（soundeffect-lab.info）などで、聞いて選べます
2	「se」フォルダに入れる	「書類」→「reel-brand」→「se」。ファイル名はそのままで大丈夫です
3	鳴らしたい場所を伝える	「この言葉が出るところで」のように、場所を言うだけです

効果音ラボの音は、リールの中で使うなら商用・クレジット表記なしでOKです。音のファイルを人に配るのはNGです。