

セットリスト スタッフ用（提出用）

使い方：PA・照明が読む提出用の1枚。曲名だけでなく
SE・MCの位置・つながり・テンポを書くと同番が崩れません

バンド名	出演日・会場・イベント名	出番（○番目）	持ち時間
------	--------------	---------	------

[illegible]

持ち時間→曲数の早見表（1曲4分・MC1回1～1.5分で逆算）

持ち時間	曲数の目安	MCの回数	演奏にあてられる時間
20分	4～5曲	なし～1回（計1分）	16～17分
25分	5～6曲	1～2回（計2分）	20～21分
30分	6～7曲	1～2回（計2～3分）	25～26分
40分	8～9曲	2回（計3～4分）	34～35分
60分	12～14曲	3～4回（計6～8分）	50～52分

書き方の記号： ● MCを入れる位置 ▶ 間を空けずに続ける（つなぎ） 🎵 持ち替え・チューニング ◆ 立ち位置が変わる演出

カバー曲は「曲名(〇〇のカバー)」と必ず

提出するのは**この1枚だけでは足りません**。セットリストは「時間の流れ」、**セット図（ステージプロット）**は「**ステージの配置**」で、ライブハウス提出はこの2つが基本セットです。セット図と回線表はスマホで1分 → set-zu.jp/app/

書き方の解説・曲数の早見表・MCの秒数の数え方：set-zu.jp/guide/setlist-kakikata/ / MCで何を話すかの台本：set-zu.jp/column/band-mc/

セットリスト スタッフ用（提出用）

バンド名

セットズカンズ

出演日・会場・イベント名

2026/10/12（日）
〇〇ホール／Sample Night

出番（〇番目）

3 番目／4組

持ち時間

30分（転換10分）

順	曲名（カバーはアーティスト名も）	尺	テンポ	キー	SE・MC・つながり	照明・持ち替えなどの備考
SE	入場SE「Dawn Signal」	0:40	—	—	幕前から再生。データは事前にお渡しします	暗転のまま。SEが終わる前にメンバー入場
1	アンダーカレント	3:55	速い (BPM176)	Am	SEから間を空けず入ります	頭から白く明るく。Gt=クランチ
2	ネオンの飼い方	4:10	速い (BPM168)	E	1曲目から続けて（つながり）	前曲のまま。落ちサビで一度落とす
MC	MC① 名乗り・挨拶	1:00	約270字	—	2曲目のあと・1分で切ります	明るめのまま。ここで転換なし
3	ジュブナイル	4:30	ミドル (BPM132)	C	MC中にGtがアコギへ持ち替え	少し落として暖色。2番でVoにピンスポ
4	月の裏側	4:40	バラード (BPM72)	F#m	—	暗め。Voのみピンスポ、後半で全体を戻す
MC	MC② 感謝・物販と次回告知	1:30	約400字	—	長めです。1分30秒で切ります	そのまま。Gtはエレキへ戻します
5	サイレン（ザ・ブルーモーメントのカバー）	3:50	速い (BPM150)	G	カバー曲です	明るく。サビで客席も振ってください
6	ハレーション	4:35	速い (BPM180)	D	最終曲。終わりで一度暗転	ラスサビで全開。終わりはそのまま暗転でOK
演奏の合計（曲だけ）		25分40秒 / 入場SE 0:40 + MC 2:30 = 3分10秒				
MC・SE・曲間こみの所要		29分50秒（曲間・チューニングを6曲×10秒で見込み） → 持ち時間30分に対して残り10秒				

持ち時間→曲数の早見表（1曲4分・MC1回1～1.5分で逆算）

持ち時間	曲数の目安	MCの回数	演奏にあてられる時間
20分	4～5曲	なし～1回（計1分）	16～17分
25分	5～6曲	1～2回（計2分）	20～21分
30分	6～7曲	1～2回（計2～3分）	25～26分
40分	8～9曲	2回（計3～4分）	34～35分
60分	12～14曲	3～4回（計6～8分）	50～52分

この例の組み方

- ①1曲目とラストを先に固定（アンダーカレント／ハレーション=いちばん勢いのある曲）。
- ②中盤に谷を作る（4曲目のバラードで落とし、5曲目から戻す）。
- ③MCは2回だけ。1回目は名乗りで1分、2回目は告知で1分30秒。MCの秒数は字数÷270×60で見積もると本番でほぼ合います。
- ④押しても割れる曲を決めておく（この例なら5曲目）。ぴったりで組むと本番はまず押します。

提出するのはこの1枚だけでは足りません。セットリストは「時間の流れ」、セット図（ステージプロット）は「ステージの配置」で、ライブハウス提出はこの2つが基本セットです。セット図と回線表はスマホで1分 → set-zu.jp/app/
書き方の解説・曲数の早見表・MCの秒数の数え方： set-zu.jp/guide/setlist-kakikata/ / MCで何を話すかの台本： set-zu.jp/column/band-mc/

セットリスト 足元用（メンバーが本番中に見る1枚）

提出用とは別に作る、自分たちの手元用。
書くのは**曲名・キー／カポ・MCの位置**だけ。
暗転でも逆光でも読める大きさにしています

順	曲名（略称でOK）	キー／カポ	持ち替え・メモ
1			
2			
●	MC		分 秒
3			
4			
5			
6			
●	MC		分 秒
7			
8			

💡 **印刷と貼り方**：そのままA4で印刷するか、横向きに回して拡大コピーすると文字がさらに大きくなります。ガムテープは床を傷めるのでNGの会場が多いので**養生テープ**で。ドリンクや汗がかからない位置に貼り、**曲名は瞬間的に読める略称**（「スターダスト→スタダ」）で書きます。パートごとに必要な情報が違うので、**メンバー分を人数ぶん印刷して各自が書き足す**のがいちばん確実です。

提出するのは**この1枚だけでは足りません**。セットリストは「時間の流れ」、**セット図（ステージプロット）は「ステージの配置」**で、ライブハウス提出はこの2つが基本セットです。セット図と回線表はスマホで1分 → set-zu.jp/app/
書き方の解説・曲数の早見表・MCの秒数の数え方： set-zu.jp/guide/setlist-kakikata/ / MCで何を話すかの台本： set-zu.jp/column/band-mc/