第1回 ・ 第1部 決める

生成AIの正体と「何を任せるか」

今日のゴール　自分の業務を20個書き出し、**任せる／任せない／分からない**に仕分ける。

持ち帰るもの　**委任マップ v0**（A4・1枚の紙）— 業務一覧＋週あたり時間＋仕分け結果

今日書く「週あたり時間」が、**16回全体の効果を測る基準値**になります。
最終回で「週6時間が1時間になった」と言えるかどうかは、今日にかかっています。

このプログラムのゴール

ゴールは「AIに詳しくなる」ことではありません。

> **「自分がいないと回らない」を、やめること。**

今、あなたの頭の中に会社の仕組みが入っています。
この業務はこうやる、この場合はこう判断する、これができたと言えるのはこういうとき——全部、頭の中にある。
だから渡せない。16回かけて、それを**外に出します**。出した先がAIと仕組みです。

16回の地図 —— 自転車と大型バイク

> **Claude Code は、いきなり自転車すっ飛ばして大型バイクに乗るようなもん。**

Claude Code は、8ヶ月後にあなたが乗っている道具です。自分で漕がなくても進み、
パソコンの中のファイルを開いて、書いて、確かめるところまでやります。
ただ、大型バイクなので**転ぶと大きい**。だから順番に乗ります。

回	乗るもの	越えると
第1〜4回	**自転車**（チャット）。第4回で交通ルール（社内ルール）を決める	**あなたが速くなる**
第5〜8回	**大型バイク**（Claude Code）。第8回で転んで、起こし方を知る	**あなたの仕事が減る**
第9〜12回	後ろに部下を乗せて、運転を教える	**部下が楽になる**
第13〜16回	社内に教習所を開く	**会社に広がる**

なぜ、今日これをやるのか

> 「AIで何ができるか、まだよく分からない」

これは、あなただけの話ではありません。

生成AIをまだ積極的に使っていない中小企業が挙げた課題で、最も多かったのが
「具体的な活用場面が不明」42.0%。
ところが、すでに積極的に使っている企業では **21.5%** と、半分になります。

出典：商工中金「中小企業の生成AIの利用にかかる調査（2026年1月調査）」2026年3月31日公表。有効回答3,892社

使い道が見えている会社は使っていて、見えていない会社は使っていない。
では、使い道はどこにあるのか。

> **問題は、AIを知らないことではありません。**
> **自分の業務を、分解していないことです。**

あなたは毎日、判断して、指示して、確認しています。
でもそれを「どういう手順でやっているか」、言葉にしたことはありますか。
ないはずです。体で覚えているから、言葉にする必要がなかった。

> **AIに任せられるかどうかは、AIの性能では決まりません。**
> **あなたがその仕事を言葉にできるかどうかで決まります。**
> **使い道は、あなたの業務の中にしかありません。**

今日見ていただいた講師の作例も、**最初にやったのは業務を言葉にすることでした。**

1. 生成AIとは何か（覚えるのは1つだけ）

> **生成AIは「探して」いません。「それらしい続き」を作っています。**

検索はすでにあるページを持ってきます。
生成AIはその場で言葉を組み立てて返します。だから同じ質問でも毎回少し違う答えになります。

性質	経営上の意味
言葉にできることは得意	手順・判断基準を言葉にすれば、任せられる
言葉になっていないことは苦手	「察してやる」はできない。頭の中にあるものは渡せない

> **AIに渡せるかどうかの境界線は、「言葉にできるかどうか」。**

2. 第1部の順番 —— 4D

Anthropic（Claudeを作っている会社）が大学の研究者と公開している枠組みです。

D	意味	回
Delegation（デリゲーション）	何を任せ、何を任せないか決める	**第1回（今日）**

D	意味	回
Description（ディスクリプション）	やってほしいことを的確に伝える	第2回
Discernment（ディサーンメント）	返ってきたものを見極める	第3回
Diligence（ディリジェンス）	責任を持って使う	第4回

何を任せるか決まっていないのに、伝え方を学んでも意味がない。 だから今日は1つ目だけです。

4D AI Fluency Framework は Anthropic と Rick Dakan / Joseph Feller が公開した枠組み（CC BY-NC-SA 4.0）。本プログラムは名称と考え方を出典つきで参照しているもので、Anthropic の公認・提携・推奨を受けたものではありません。

3. 任せる／任せないを決める4つの軸

軸	質問	任せやすい
手順	毎回同じ順番でやっているか	はい
頻度	週1回以上あるか	はい
判断	判断より作業の割合が大きいか	はい
材料	元になる資料が手元にあるか	はい

4つ全部が「はい」なら ○。**1つでも「いいえ」があるなら、今日は「？」に入れてください。**
「？」の業務は、**第9回で分解します。**今日決めきる必要はありません。

任せないもの

- 相手の状況を見て毎回変わる対応
- 責任の重い判断そのもの
- **手順が人によってバラバラで、まだ型が決まっていないもの**（AIを入れると混乱が増えます）

乗る前の12分

今日は自転車です。転んでも擦り傷です。でも、乗る前にやることが3つあります。
講師が横について、一緒に進めます。

⓪ 招待メールからログインする

会社の Claude（Team）の契約は、第1回の前に済ませてあります。届いている招待メールから、**会社のメールアドレスでログイン**します。

- **会社の組織で入っているか**を画面で確かめます（個人のアカウントをお持ちの方は、取り違えやすいところです）
- 「Upgrade to Pro」は押さないでください（会社の契約と二重払いになります）

パスワードや確認コードは、ご自身で入力してください。
会社の契約なので、**入力した内容は、既定ではAIの学習に使われません。** ただし、入力した内容が Anthropic に送られることは変わりません。だから②があります。

① 会社の安全設定を貼る

あなたが**管理画面**を開き、講師が用意した設定（スターターキットの初期設定）を貼って保存します。

管理設定 ＞ Claude Code ＞ Managed settings

これは、**第5回から乗る大型バイクのブレーキの一部を、先に会社として付けておく**ものです。今日のチャットには効きません。効くのは第5回から使う Claude Code です。
届いたかどうかは第4回に確かめ、中身は第4回にあなたの会社のルールに差し替えます。
押すのはあなたです（会社の全員に効く設定なので、講師は押しません）。

② 今日、入れないもの4つ

会社名・取引先名・個人名・金額

業務の**種類**は書いて構いません。「請求書のチェック」はOK、「A社の請求書380万円」は書かない。
どこまで書いてよいかは、**第4回にあなたの会社のルールとして決めます。**

成果物づくり：委任マップ v0

記入は配布した「委任マップ v0」の紙に。 このテキストには書かなくて構いません。

STEP 1　AIに質問させて、業務を出す（12分）

下のプロンプト（講師から届いた文面）を claude.ai に貼り、**AIの質問に答えていきます。**
出てきた業務を、**紙に手で書き写してください。**

貼る文面

私は【業種】の【役職】で、部下が【人数】人います。
自分がやっている業務を、20個書き出したいと思っています。
思い出すための質問を、1つずつしてください。

・質問は1回に1つだけにしてください。私が答えたら、次の質問に進んでください
・観点は「1日の流れ」「1週間の流れ」「1ヶ月・1年の流れ」「私が止まると誰が困るか」の4つです
・私の答えが大きすぎるとき（例：「管理」「営業」）は、もう少し細かく聞き返してください
・業務を勝手に作らないでください。私が言ったことだけを数えてください
・会社名・取引先名・個人名・金額は聞かないでください
・私が「一覧にして」と言ったら、ここまでに出た業務を番号つきの一覧にしてください。時間や良し悪しの判定は付けないでください

AIが質問を3つ4つまとめて出したら、「**1つずつにしてください**」と打てば直ります。言い直していいんです。

STEP 2　週あたり時間を入れる（7分）—— ここはAIを使いません

正確でなくて構いません。**ただし空欄にはしないでください。**
月1回の業務は週あたりに直します（月2時間 → 週0.5時間）。

> **時間はAIに聞かないでください。** AIはあなたの1週間を知りません。
> 聞くと「それらしい数字」が返ってきます。それはあなたの数字ではありません。

STEP 3　4軸で仕分ける（9分）—— ここもAIを使いません

○＝任せる／×＝任せない／？＝分からない。**決めるのは、あなたです。**

STEP 4　合計を出す（★これが基準値）

紙の下の欄に、○・？・× ごとの合計時間と、記入日を書きます。
この数字を、最終回（第16回）で必ず見返します。

覚えておこう

- 生成AIは「探す」のではなく「**それらしい続きを作る**」
- 渡せるかどうかの境界線は「**言葉にできるかどうか**」
- 使い道は、AIの中ではなく**あなたの業務の中にある**
- AIには**答えさせるだけでなく、質問させる**こともできる
- **何を任せるかを決めるのは、あなた**（AIには決めさせない）
- 全部を渡す必要はない。**渡せるものを渡して、渡せないことに時間を使う**

次回までの現場課題（2週間）

1. **○をつけた業務のうち3つ、実際に時間を測る**（開始と終了をメモする程度で構いません）

業務	推測していた時間	実際にかかった時間	差

2. **今日のプロンプト（「今日の1枚」の裏面）をもう一度使い**、書き足したい業務があれば委任マップに追加する
3. （任意）Claude Academy の「AI Fluency: Framework and foundations」を見ておく ― 無料・修了証あり（academy.claude.com）

次回の冒頭で、**測った結果を伺います。**
推測と実際がズレていたら、それが一番おもしろい発見です。

次回予告

第2回は **Description（伝え方）**。
「うまく聞けない」という話をよく伺いますが、上手さは要りません。
部下への指示書が書けるなら、書けます。
次回は、あなたの会社の**型を3本**作って持ち帰ります。