

第1章

はじめる準備

入れる → 話しかける → 安全に使う準備

Claude Codeに話しかけられて、自分の会社のフォルダが開けたら、今日のゴールです。

動画1と一緒に使うノートです / AI FIRE部（佐藤彩佳・小川春香・亀山千晴）

この章の進め方

順	やること	見るもの
1	動画1を見る	動画1
2	アプリを入れて、会社のフォルダで「こんにちは」	特典① 3～6ページ目
3	安全の準備（学習オフ・渡すもの）	特典④ 2～7ページ目
4	頭（モデル）と動き方（モード）	このノート
5	今日のチェック	このノート

このノートの使い方

くわしい手順は、特典①・④にまとめてあります。このノートは「どこを、どの順で見ればいいのか」の案内役です。

青い文字を押すと、その特典が開きます。

💡 ポイント

- ページ番号は「PDFの何ページ目か」

表紙が1ページ目です。携帯なら、画面に出る「4 / 14」のような数字です。

1 「答えるAI」から、「やってくれるAI」へ

答えるAI（チャット型）

- 1 質問すると、答えを返してくれる
 - 2 でも、コピーして、貼って、送るのは自分
- 結局、手を動かすのは私たち。

やってくれるAI（Claude Code）

- 1 パソコンの中のファイルを開いて、書いて、直して、報告するところまでやる
 - 2 やることは、話しかけるだけ
- 「答えを聞く」から、「仕事を任せる」へ。

よくある3つの思い込み

「自分でやったほうが早い」

それは最初の数回だけ。一度覚えてもらえば、次からはずっと任せられます。

「なんか難しそう」

やることは、話しかけるだけです。

「お金がかかりそう」

月にいくら払って、**どれだけの作業を手放せるか**で考えてみてください。

2 インストールで見るところ

特典①「迷わない Claude Code 初期設定 完全ガイド」の3～6ページ目だけ、順番にやってください。

ページ	中身
3	STEP 1 準備するもの（パソコン・アカウント・Proプラン）
4	STEP 2 アプリを入れる（Windows／Mac）
5	STEP 3 ログインして「Code」を開く・初回だけ出る質問
6	STEP 3 画面の見方（覚える場所は3つ）

ここでゴール

会社のフォルダを開いて「こんにちは」と送り、**返事が来たら、インストールは終わりです。**

その他のページは、いつ見る？

ページ	いつ見る？
2	このガイドの使い方。読むだけでOK
7～8	基本の操作・最初のあいさつ。 入れ終わってから
9	取扱説明書 → 第3章 で使う
10	最初の1つを任せる → 第5章 で使う
11	安全ルール5か条 → この章 （特典④と一緒に）
12～13	困ったとき → 止まったときだけ
14	次の一步 → 第6・8・9章

⚠ 注意 読みかえてほしいところ

特典①で作った「AI秘書」フォルダは、そのまま**会社の大元のフォルダ**として使ってOK／7ページ目の「確認」「計画」→今のアプリでは「**手動**」「**プラン**」

3 AIが触っていい場所を、先に決める

「あなたの会社のフォルダ」をつくる理由

AIは、基本的にこのフォルダの中で働きます。

だから、ほかの大事なファイルを勝手に触られる心配がありません。

場所はどこでもOK。大事なのは、**AIの会社の「箱」を先に用意しておくこと**です。

佐藤彩佳の場合

今は、事業ごとにフォルダがあって、その中に部署があります。

でも、**最初は空っぽのフォルダ1つ**から始めて、少しずつ育ってきました。

教材を見つけた夜は、興奮して寝られなかったくらい（笑）。次の日には、ダウンロードのフォルダの片付けを頼んでいました。

💡 ポイント

- **今日は、空っぽの1つから大丈夫**

特典①で「AI秘書」フォルダを作った人は、それをそのまま使ってOKです。名前は自分の会社の名前でOK。まだ決まっていなければ「AIカンパニー」でも大丈夫。あとから移動・名前変更はしないでください。

4 安全の準備で見るところ

特典④「AIに渡すもの・渡さないもの 安全チェックリスト」の2～7ページ目を見てください。

ページ	中身
2	大原則3つ
3	渡すもの／渡さないもの
4～5	「学習に使わない」設定（今すぐオフに）
6	「許可しますか？」の3分類（印刷してパソコンの横に）
7	許可を押す6つのルール・そのまま貼る確認の文
8	お仕事（在宅ワーク・お客様の資料）で使う人は必ず
9～11	困ったとき・やってしまったかと思ったとき

安全で、いちばん大事なこと

- 1 渡すのは「小さな鍵」だけ。会社のフォルダ1つだけ。パソコン全体やお客様の情報が混ざった大きなフォルダは渡さない。
- 2 見るのは任せる。押すのは自分。送信・投稿・購入・予約の最後のボタンは、自分の手で押す。
- 3 分からないままOKしない。「これは何をする操作？まだ実行しないで」と聞き返す。

💡 ポイント（お仕事で使うとき）

- 個人情報は、そのまま入れない
- 取引先の情報を扱うときは、「AIを使います」という同意書を書いてもらうと確実
- AIの出した数字は、「どこから持ってきたの？」と聞いてから使う

5 AIの「頭」と、最初のあいさつ

頭（モデル）の選び方

名前	どんな頭？
Sonnet（ソネット）	ふだん使い。迷ったらこれでOK
Opus（オーパス）	とても賢い。むずかしいことをじっくり考える
Haiku（ハイク）	速くて軽い。かんたんな仕事をサッと片づける
Fable（フェイブル）	開発向け。複雑なアプリを作るとき以外は使わなくて大丈夫

切り替え方：入力欄の右下の頭の名前を押す（または「/model」と打つ）。

最初のあいさつ（特典①の8ページ目と同じ）

はじめまして。今日からあなたに、私の仕事を任せていきます。

まだ何も設定していないので、

①いまあなたができること

②私が最初にやっておくと後がラクになること
を、専門用語を使わずに3つずつ教えてください。

私の仕事は【 】です。

千晴 頼むときの基本形：①自分は初心者だと言う ②やりたいこと ③今は説明だけか、実行してOKか ④次の操作を1つずつ、と頼む

6 AIの「動き方」を知っておく

画面の名前	どんな動き方？
手動	変更する前に、毎回「いいですか？」と確認してくれる
編集を受け入れる	ファイルの書きかえは、全部自動で進めてくれる
プラン	変更する前に、先に計画を見せてくれる
自動	何を許可するかを、Claudeが判断して進めてくれる

💡 ポイント

- 一度「手動」をためしてみる

入力欄の下ボタンで切り替えられます。慣れてきたら「編集を受け入れる」→「自動」と、一段ずつ上げていきましょう。

佐藤彩佳の場合

ふだんは「自動」。何かの拍子に「手動」になっていて、毎回聞かれるのを「エラーかな？」と思ったことがあります。一度「手動」の動きを知っておくと、あわてません。

7 止まったら / 今日のチェック

😞 止まったら、スクショを貼って聞く

この画面で止まっています。何が起きていますか？次に何をすればいいか、教えてください。

順	どこに聞くか
1	Claude Code に、そのまま打つ／スクショを貼る
2	開けないとき → ブラウザの Claude
3	アカウントもないとき → ChatGPT・Gemini など
4	AI FIRE部の質問箱（会員用LINE） 。24時間以内にお返事

くわしくは、[特典①の12～13ページ目](#)と、[特典④の9～11ページ目](#)。

今日のチェック

- ☐ Claudeのアプリを入れて、ログインした
- ☐ 会社のフォルダを作って、Codeで開いた
- ☐ 「こんにちは」と送って、返事が来た
- ☐ 「学習に使わない」設定をオフにした
- ☐ 許可の3分類を見られるところに置いた
- ☐ 頭（モデル）の切り替え方が分かった
- ☐ 「手動」の動き方を一度ためした

話しかけられたら、今日はもう十分です。 次の章では、あなたの会社のCEOを、AIでつくります。

8 AIと一緒に進める

STEP 1 ノートを入れる

AIに読ませるノートのページで
「ダウンロード」を押し、Claude
Codeの入力欄の左下の「+」で「AIに
読ませるノート_第1章.md」を選ぶ。

STEP 2 ひとつ送る

このノートを読んで、第1章を
一緒に進めて

STEP 3

AIが**1つずつ**聞いてくれるので、
答えるだけ。最後に、今日のチェックを
一緒に確かめてくれます。

💡 ポイント

- 「+」でうまく入らないときは
同じページの「**全部コピー**」を押し、入力欄に貼り、そのまま送ってもOKです。 <https://aifire-note.pages.dev/>

この章で使う特典

- ① 迷わない Claude Code 初期設定 完全ガイド
<https://utagesystem.s3.ap-northeast-1.wasabisys.com/Gzqllsij7iWc/bENLjBoWacB4.pdf>
- ④ AIに渡すもの・渡さないもの 安全チェックリスト
<https://utagesystem.s3.ap-northeast-1.wasabisys.com/Gzqllsij7iWc/tznpUqdaKBVH.pdf>

私が始めるきっかけになった「Claude Codeの教科書」(Brain)

<https://brain-market.com/u/ikehaya/a/b2kzM5UjMgoTZsNWa0JXY?from=bwAD05gzMgojclNXd>

※PR（アフィリエイトリンクを含みます）