

プロジェクトの暗黙知をAIに継承せよ! 魔法のファイル『CLAUDE.md』活用術



毎回同じ指示をAIに入力する「指示のループ」から抜け出し、
Claudeを最強の相棒に進化させる実践ガイド。

ディレクトリ構成は
崩さないで...

コーディング規約は
これに従って...

また新しい
チャットか...

報告書はいつも
この
フォーマットで...

何度伝えても、
新しいチャットのたびに
記憶がリセットされる！
無駄な重労働だ...

課題：推論のドリフト（指示のブレ）と、終わりのない「指示のループ」。

まだ毎回、手作業で
同じルールを
打ち込んでいるのか？



僕が(lond)、
憲法をこるかって
いたっている…？

君のClaudeには
『憲法』が必要だ。
魔法のファイル
『CLAUDE.md』を
使いたまえ！

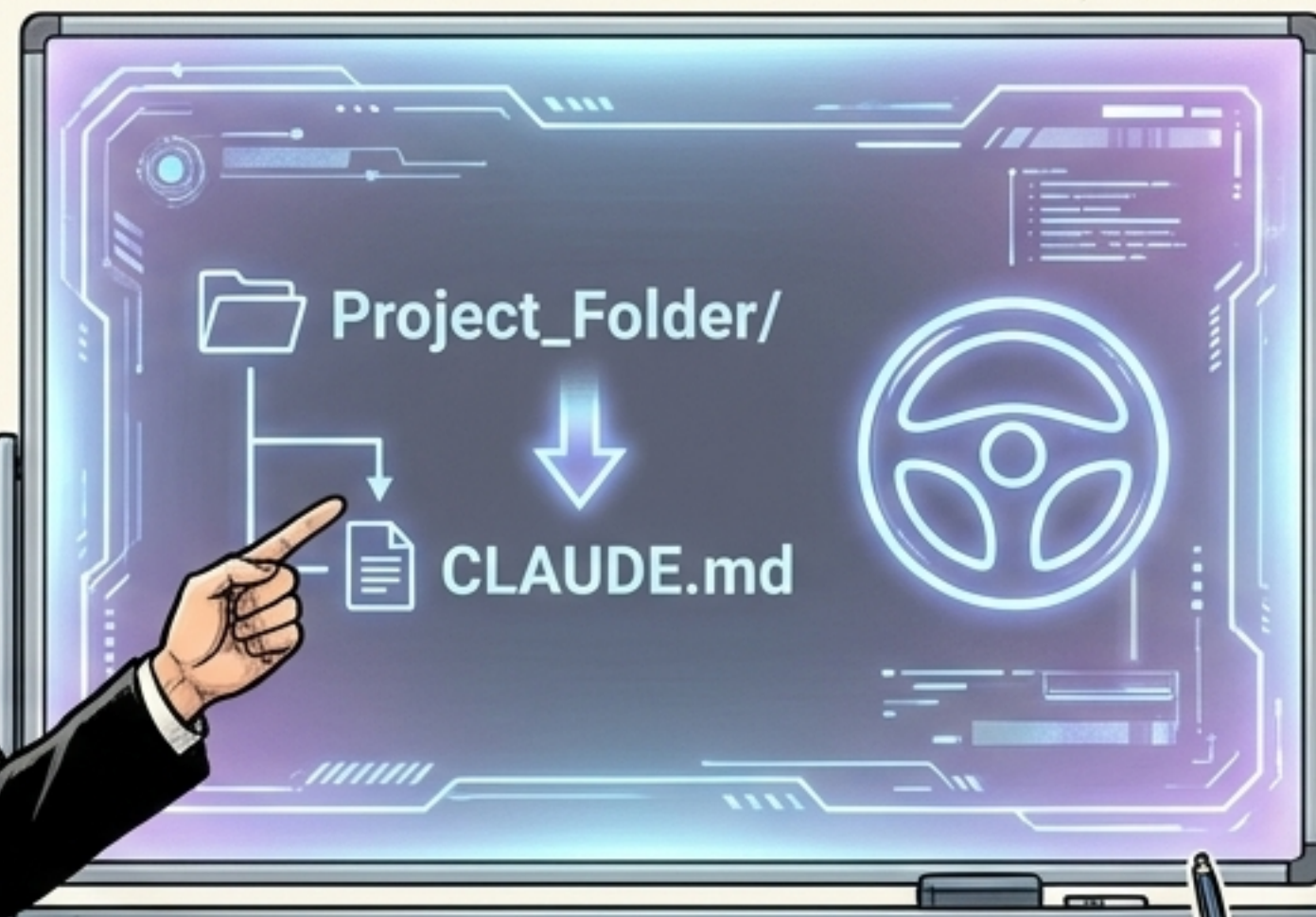


憲法…？

ステアラビリティ（操作可能性）の獲得

AIは提示された「パターン」を継続する性質を持つ。このファイルがプロジェクト固有のルールや背景を自動で読み取らせる「ハンドル」となり、AIの推論の脱線を防ぐ。

CLAUDE.mdは、
プロジェクトの一番上の階層
(ルートディレクトリ)に置く、
永続的なメモリ(記憶)だ。



CLAUDE.mdがある世界

規定通り、
ライブラリBで実装し、
キャメルケースを
厳守しました。



AI Fluencyの体現：AIが「こだわり」を先回りして理解。指示を出す前からルールが適用される。

CLAUDE.mdがない世界

古いライブラリAは
使わないでって
言ったのに！



旧来のAI活用：毎回長文プロンプトを入力。チャットが長引くと指示を忘れ、修正に追われる。

作業メモリ(コンテキストウィンドウ)の枯渇: 毎回指示を送ると、Claudeの「作業机」がルール説明で埋まり、途中で情報が迷子になる。

CLAUDE.md (外部記憶)

ルール
説明

ルール
説明

ルール
説明

ルール
説明

ルール
説明

ルール
説明

ルール
説明

ルール
説明

ルール
説明

ルールを
CLAUDE.mdという
『外部記憶』に固定
(壁に貼る)すれば、
作業机を最大限広く、
複雑なタスクに
使えるというわけだ。

1.

1. ファイル作成：プロジェクトのルートに
CLAUDE.md という空ファイルを作る。

2.

2. 最初の一文：まずは1行
「このプロジェクトは〇〇を実現する
ためのもの」と目標を書く。

3.

3. 読み込み：Claude Code /
Cwork などのツール、または
Projects機能で読み込む。



ブラウザは勝手に
ローカルファイルを見られないからね。
解決策は2つだ。

エージェント

ブラウザ

エージェント利用: Claude Code
や Cowork を使い、作業フォル
ダを指定(マウント)する。

ブラウザ利用: Claude.aiの
「Projects」機能を開き、
「Custom Instructions」
欄に中身をコピペする。

Ignored

ファイルを作ったのに、
ブラウザのClaudeが
無視します！

「Aへの適切な
『委任力 (Delegation)』の鍵は
鍵は『記述力』だ。
XMLタグで情報を構造化し、
(Example-based prompting)
を示そう。」

`<tone>`

プロフェッショナルかつ、簡潔に。

`</tone>`

`<formatting>`

常にマークダウンの箇条書きを使用すること。

`</formatting>`

曖昧な「きれいに書いて」ではなく、対象読者・構成・トーンを
明確に定義することで期待を120%超える成果を引き出す。



**業界や状況に応じたルールを事前設定することで、
AIはあなたの意図を完璧に反映したアウトプットを出し続ける。**

CLAUDE.mdは「生きているドキュメント」。
記述・評価のループを回す。

アイコンが
必要なときは
lucide-react
を優先して。

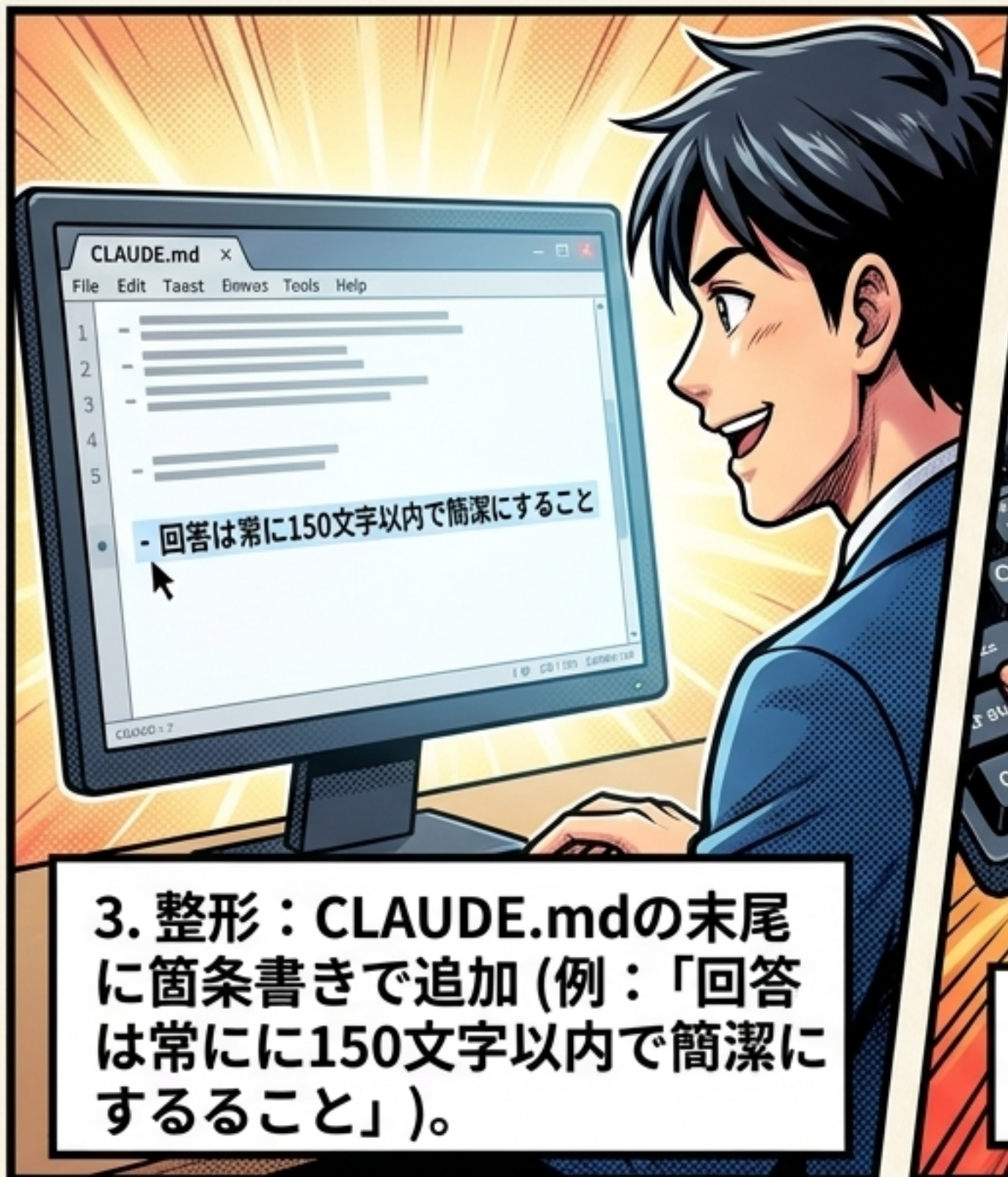
「Anthropicのデータによれば
、反復と改善を取り入れると、
目標の明確化が【+23.6ポイン
ト】も向上するんだ！」

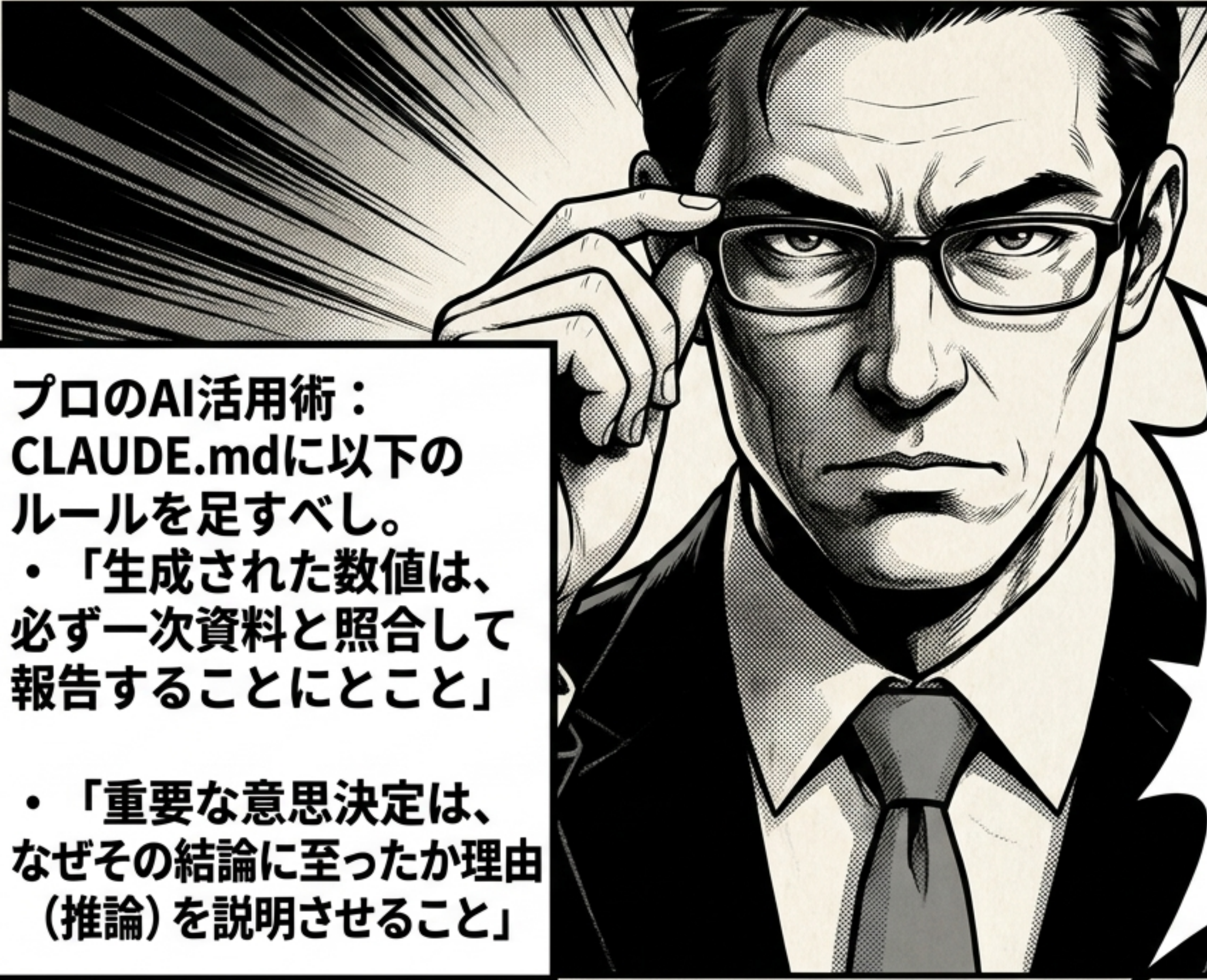
開発中の変更

CLAUDE.mdに
即追記

一度書いて終わりではない。プロジェクトの進化に合わせて、
自分の「評価力 (Discernment)」をファイルに刻み込もう。

実況中継的にルール化する「3回の法則」





倫理的責任 (Diligence)
と透明性の確保。

プロのAI活用術：
CLAUDE.mdに以下の
ルールを足すべし。

- ・「生成された数値は、
必ず一次資料と照合して
報告することにとこと」
- ・「重要な意思決定は、
なぜその結論に至ったか理由
(推論)を説明させること」

「AIが洗練された
出力を出すと、
批判的視点を失う
『アーティファクト
効果』に陥りがちだ。
最終的な責任
(Accountability) は
君にある。」

プロの裏技：最新ツール（Claude Code）のコマンド連携

「チャットが長引きな作業机が散らかっても大丈夫。机をリットしても、CLAUDE.mdという『憲法』があるから一瞬でルールは復元される！」

「複雑なタスクにはエフォートを上げる。CLAUDE.mdに推奨レベルをメモしておけばAI自身が判断するぞ。」

/effort high

/compact & /clear



いちいち指示しなくても、
完璧に仕上げてくれる...
まるで熟練の秘書との
『阿吽の呼吸』ですね！

Claudeは「便利な道具」から、ビジョンを共有する「拡張された知能 (Augmentation)」へ。

【今すぐ試せるアクション】
今取り組んでいるプロジェクトのフォルダに、空の CLAUDE.md を作成し、
「このプロジェクトの最終的なゴール」を1文だけ書いて保存しよう！