

【保存版】もう何度も説明しなくていい! Claudeを自分専用カスタマイズする「CLAUDE.md」完全ガイド

あなたの「専属秘書」を育てる魔法のルールブック





「また同じ指示を入力するのか…」

回答は必ず
箇条書きに

はえっ!!

専門用語

冒頭必ず
挨拶して

専門用語を
排して簡潔に

冒頭の
挨拶は
不要

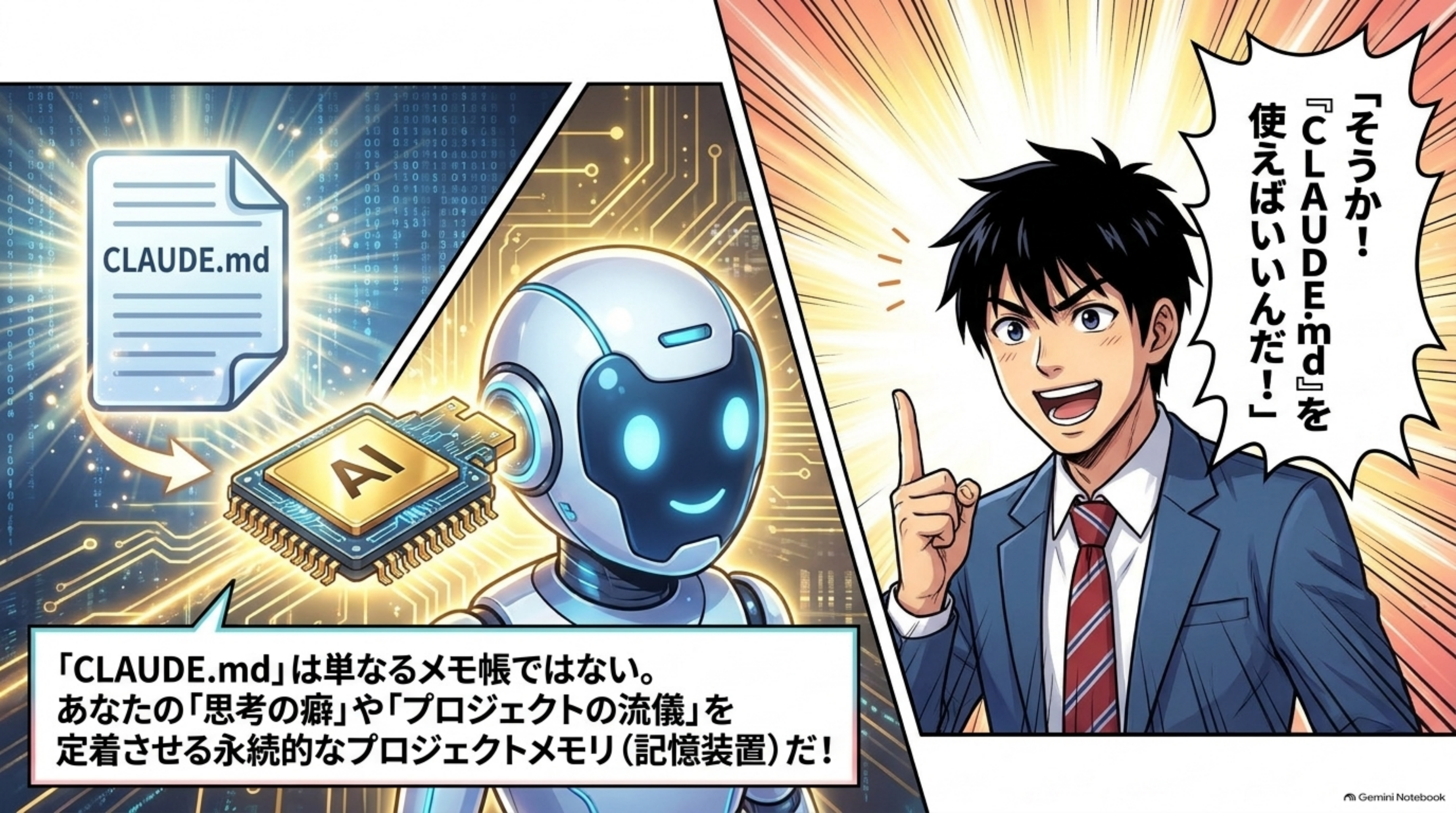
なれ!!

あんな!!

ガニー!!

ナー!!

せっかくの高度なAIも、
毎回「はじめまして」から教育し直すでは、
真の効率化とは呼べない!



「そうか！
『CLAUDE.md』を
使えばいいんだ！」

「CLAUDE.md」は単なるメモ帳ではない。
あなたの「思考の癖」や「プロジェクトの流儀」を
定着させる永続的なプロジェクトメモリ（記憶装置）だ！



安定したルールブックが、Claudeの「次トークン予測」を正しい軌道へと導き、回答の再現性を劇的に向上させる。



ルールを固定することで、「記述力 (Description)」のプロセスが自動化。その結果、「委任力 (Delegation)」が飛躍的にアップする！



短いリクエストだけで、AIがインサイトを保持したまま完璧に業務を展開!



Create Project

① Projects機能から
新規プロジェクトを作成。
（「営業報告自動化」など）

② 「CLAUDE.md」という
名前のファイルを作成・
配置する。

CLAUDE.md

② 「CLAUDE.md」とい
う名前のファイルを作
成・配置する。

「注意！階層が深いと
AIが迷子になる。
必ずプロジェクトの
ルートディレクトリ
（一番上の玄関口）に
置くこと！」

<role>:
ペルソナと役割の定義

<conventions>:
守るべき形式・規約の構造化

effort level:
タスクへの努力量
(例: /effort max)

情報の境界線を明確にすることで、AIの推論が
予期せぬ方向へ逸脱する「推論のドリフト」を完全に防ぐ！

ただのテキストの羅列じゃダメだ。
ステアラビリティ（操作可能性）を
高めるために、
XMLタグを使うんだ！



これぞまさに、
「阿吽(あうん)
の呼吸」!

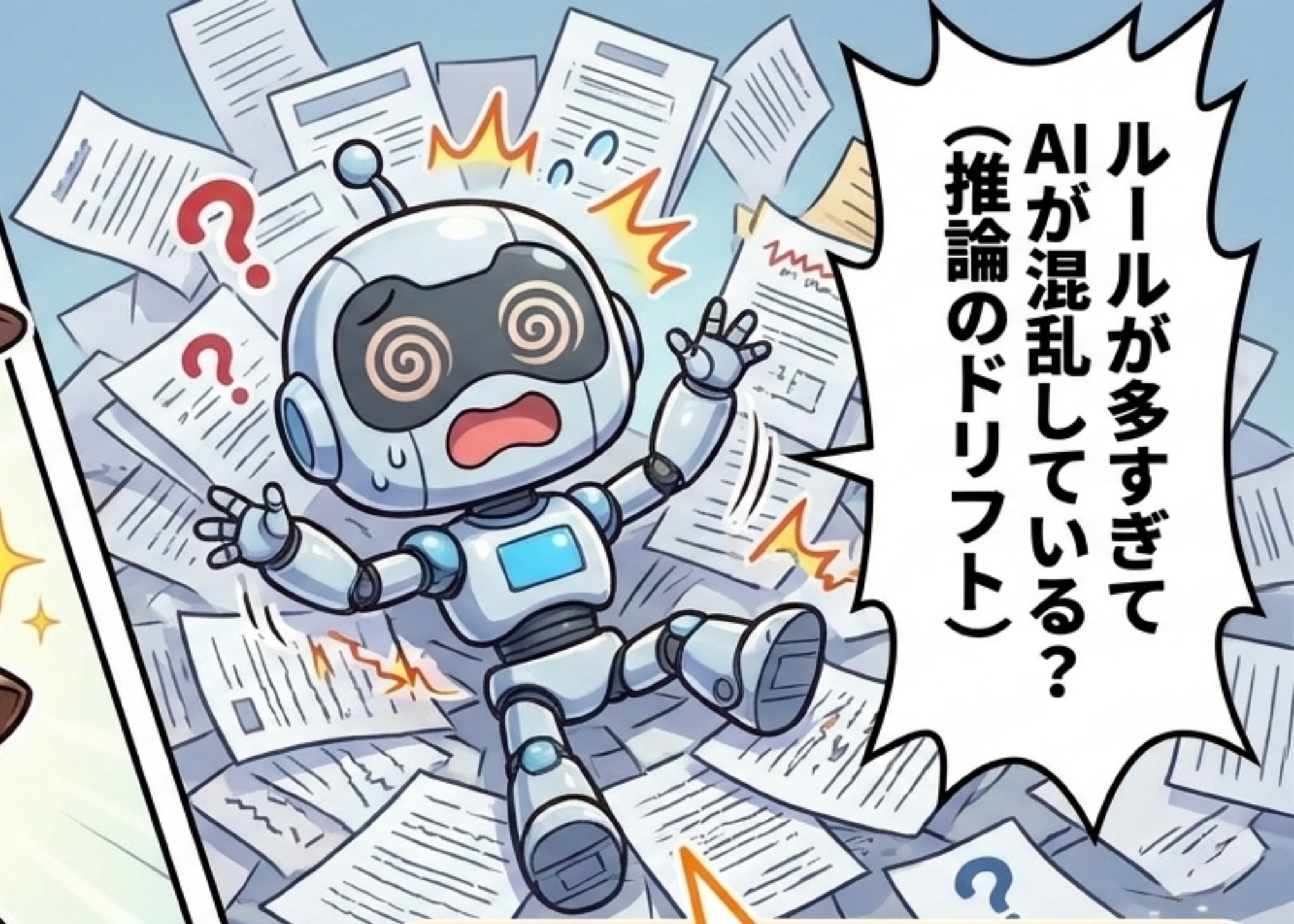
おお!
この複雑なデータ整理と
報告書、もうできののか!?
しかも完璧だ…

「ええ、プロジェクトメモリのおかげで、私の意図を100%汲み取ってくれるんです。」

もっともらしい嘘
嘘作話/ハルシネーションが
混ざる時は…



対処法:「推論の過程をステップバイステップで説明を残すずで説明させる」など、事実確認 (Fact-check) の手順を明文化せよ!

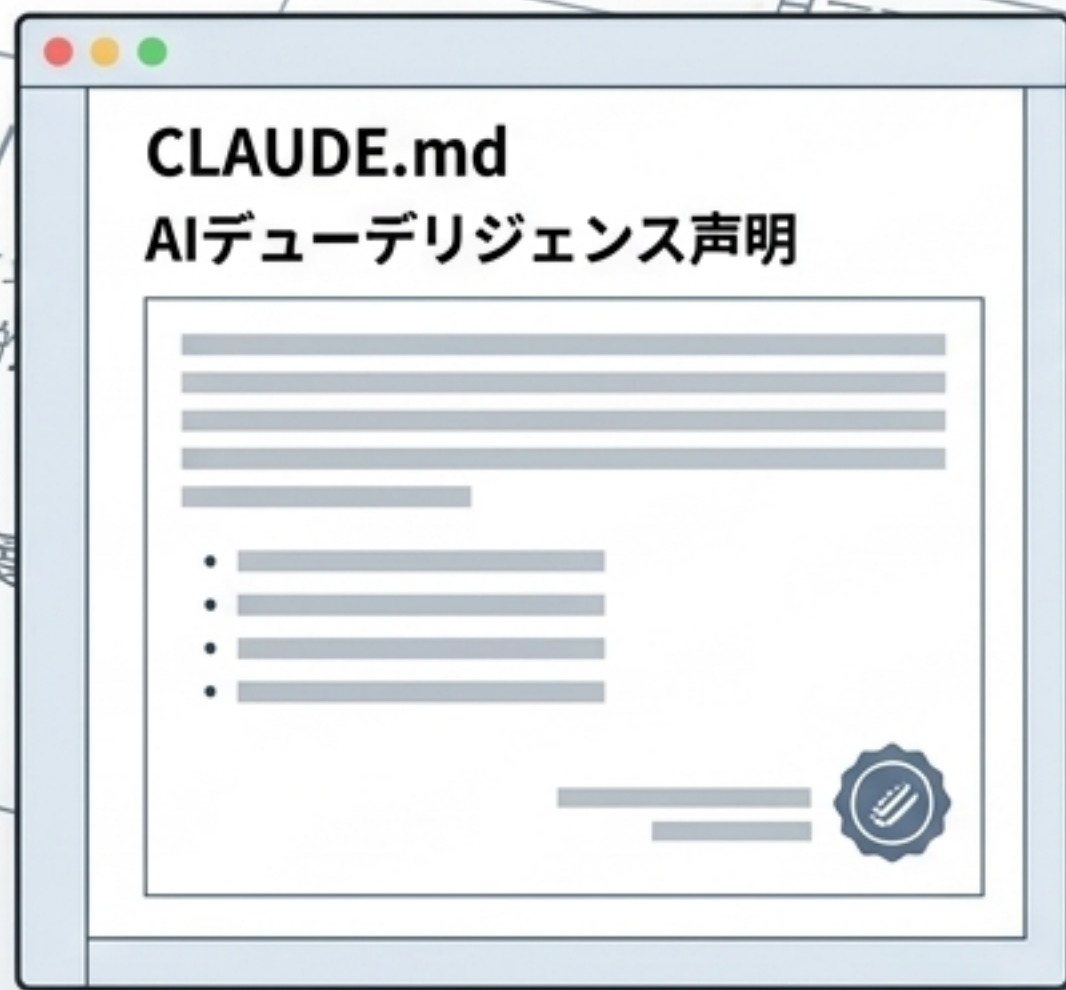


ルールが多すぎて
AIが混乱している?
(推論のドリフト)

対処法:

「Must (絶対)」と
「Should (配慮)」を分け、
重要情報はファイルの先頭へ!

4Dフレームワークの最後
「倫理的責任（Diligence）」。



CLAUDE.mdの末尾に「AIデューデリジェンス声明
（透明性の開示）」を自動生成するルールを組み込もう。
責任あるAI利用で、組織内での信頼を確固たるものに！

「どれだけAIが優秀でも、
最終的な成果物の責任は
責任は人間にある。」

ただの「便利な計算機」から、
あなたの流儀を完全に保持した
「唯一無二の伴走者」へ。

「まずは今日、
絶対に外せない『掟』を
3つだけ書き出してみよう！」

そこから新しい協働の物語が始まる。ワクワクする未来へ、今すぐ一步を踏み出そう！