

検索ツールからの脱却! Claudeを最強の 「相棒」に変える方法

AI Fluencyを極める実践ガイド

「まだ毎回、
ゼロから背景を
説明しているのか？」

「えっ…
違うんですか!？」



未来のやり方：『面』での協働



文脈を共有した継続的な協力体制。
プロジェクトの全体像を「記憶」する
デジタル・パートナー。

過去のやり方：『点』の対話



ブラウザ版での単発のやり取り。
毎回背景説明を繰り返す
「記憶喪失のAI」。



「一発で完璧な答えを求めるな。
全体像を共有し、対話を重ねるんだ!」

+23.6pt

+17.1pt

目標の明確化
の向上

欠落している
文脈の特定改善

※AI Fluency Index 2026の調査データより

「スラッシュコマンド
を入力…よし！」



/setup-cowork



※半角スラッシュ (/) を使用。
有料プラン限定。

Mode

Chat

Cowork

Chat

Analyze



2. 「Coworkモード」を選択
(エージェント型の自律動作
モードへ切り替え)

1. デスクトップアプリの導入
(macOS / Windows /
Linux対応)



役割（Role）のインストール = 専用プラグインの有効化

ソフトウェアエンジニア

TypeScript/
Rust

セキュリティ
最優先

コード
レビュー

マーケティングマネージャー

市場投入
戦略

競合分析

SNS企画

「君の『専門的な視点』を
Claudeに教え込むんだ。」

ブランドのトーンとデータに
基づく論理的判断を重視。



「情報が多すぎると
注意が散漫になる。
必要なフォルダだけを
繋ぐのがコツだ。」



プロジェクトの「憲法」。
ルール、使用技術、命名規約を記述。
Claudeが最優先で参照する
永続的メモリ。

フォルダの指定（アップ
ロードの手間をゼロに）





マーケティング

「過去3ヶ月分のSNS投稿と競合事例を比較し、エンゲージメント低下の共通点から改善点を3つ提案して」



エンジニアリング

「CLAUDE.mdの規約に従い、このディレクトリのapi_handler.tsのエラーハンドリングと型定義をレビューして」



法務・コンプライアンス

「最新の契約書ひな形と今年の改正法PDFを照らし合わせ、法的リスク箇所と修正文言を作成して」

「ローカルだけでは不十分だ。
情報の『死角』をなくせ！」



議論の文脈



最新のシート



メールの
やり取り

設定メニュー > 「Connectors」 からOAuth認証を完了させるだけ。

情報源の使い分けマトリクス

Target	Tools	Example
Enterprise Search (社内ツール検索)		
組織特有の暗黙知、 進行中の議論、 内部ドキュメント	   Slack, Google Drive, M365	「今日の#client-feedback チャンネルでの議論と、 製品ロードマップの 整合性を確認して」
Research モード (外部ウェブ検索)		
最新の市場動向、 広範なニュース、 特定技術の深掘り調査	 Web Search	「最新のAI法規制に関する ニュースを調査し、 社内ポリシーへの 影響を要約して」

内部知識 / Local

外部知識 / Cloud

**Project
Folders**

CLAUDE.md

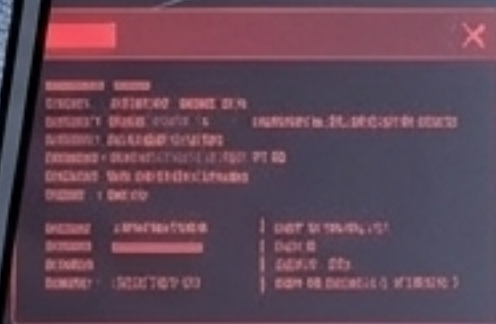
Local Folder

Connectors

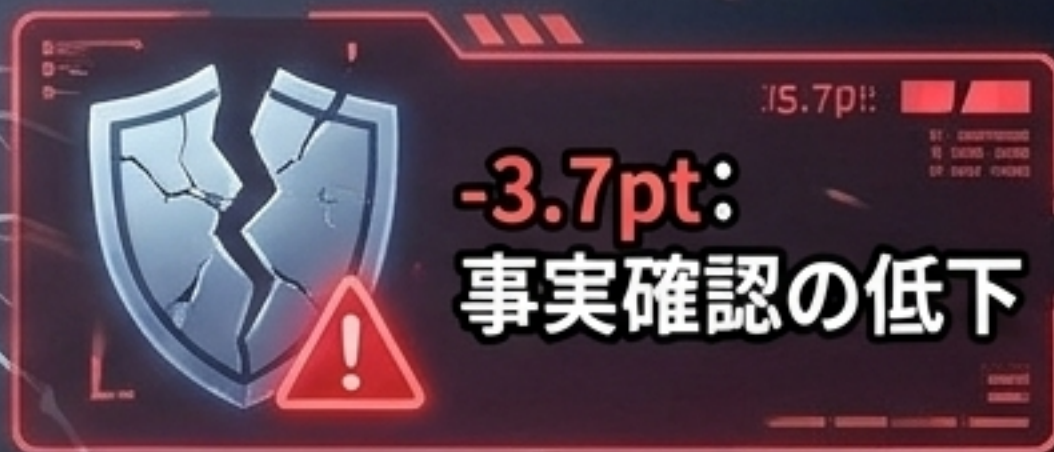
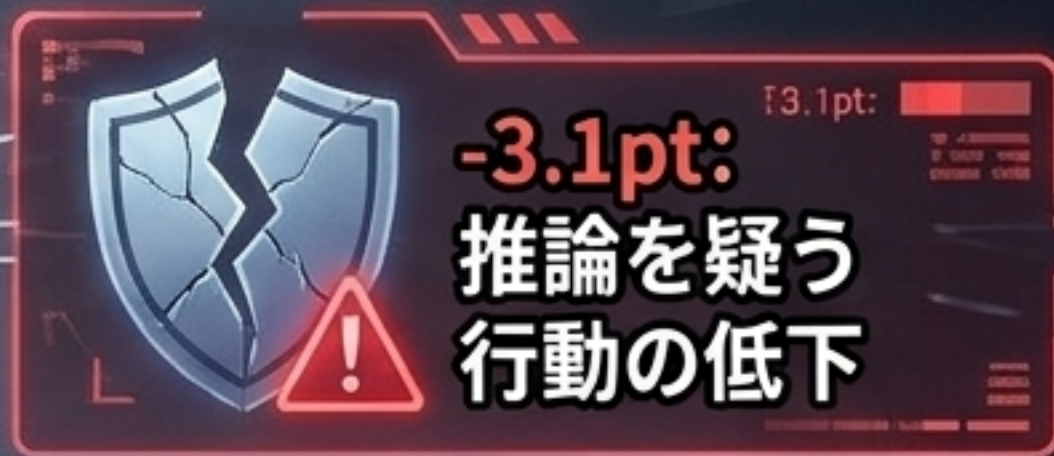
**「全てが繋がった…！
これが僕専用の
エージェント！」**



「気をつける。
見た目が完璧な時ほど、
落とし穴がある。」



【アーティファクト効果】
洗練された文書やコードを
見ると、人間は無意識に
「見極め」を怠ってしまう。



対策：「あえて反対の立場から欠点を3つ挙げてください」とリクエストせよ。

プロの協働作法：4Dフレームワーク

Delegation (適切な委任)

AIと人間の役割の
境界線を明確にする。

Description (詳細な記述)

目的、読者、トーンを
具体的に指示する。

Discernment (批判的な見極め)

回答を鵜呑みにせず、
論理の飛躍を評価する。

Diligence (誠実な責任)

人間が最終成果物に責任を
持ち、検証を透明にする。

成果物の信頼性を担保する「AIデューデリジェンス声明」

- ✓ 支援内容: どの工程でAIを活用したか (例: リサーチ、構成案)
- ✓ 使用ツール: 使用したモデル (例: Claude 3.7 Sonnet)
- ✓ 検証プロセス: 人間がどう内容を確認したか

使用ツール
検証プロセス: 人間がどう内容を確認したか
変更箇所: AIの案をどう修正し、専門性を適用したか
責任の所在: 最終内容について人間が全責任を負う明言

承認済

「このフォルダを全把握して。
背景を踏まえ、今日着手すべ
き最優先事項を3つ提案して。
判断材料が足りなければ、
私に質問を！」

2. 進行中プロジェクトを接続

1. Coworkモード起動

AI
Claude AI
Processing...

AIを操作する「手」から、 AIと協働する「脳」へ。

煩雑な情報整理はClaudeに委任し、
あなたは人間にしかできない
「高度な意思決定」と
「見極め」に集中する。



「さあ、
最強の相棒と
新しい仕事を
始めよう！」