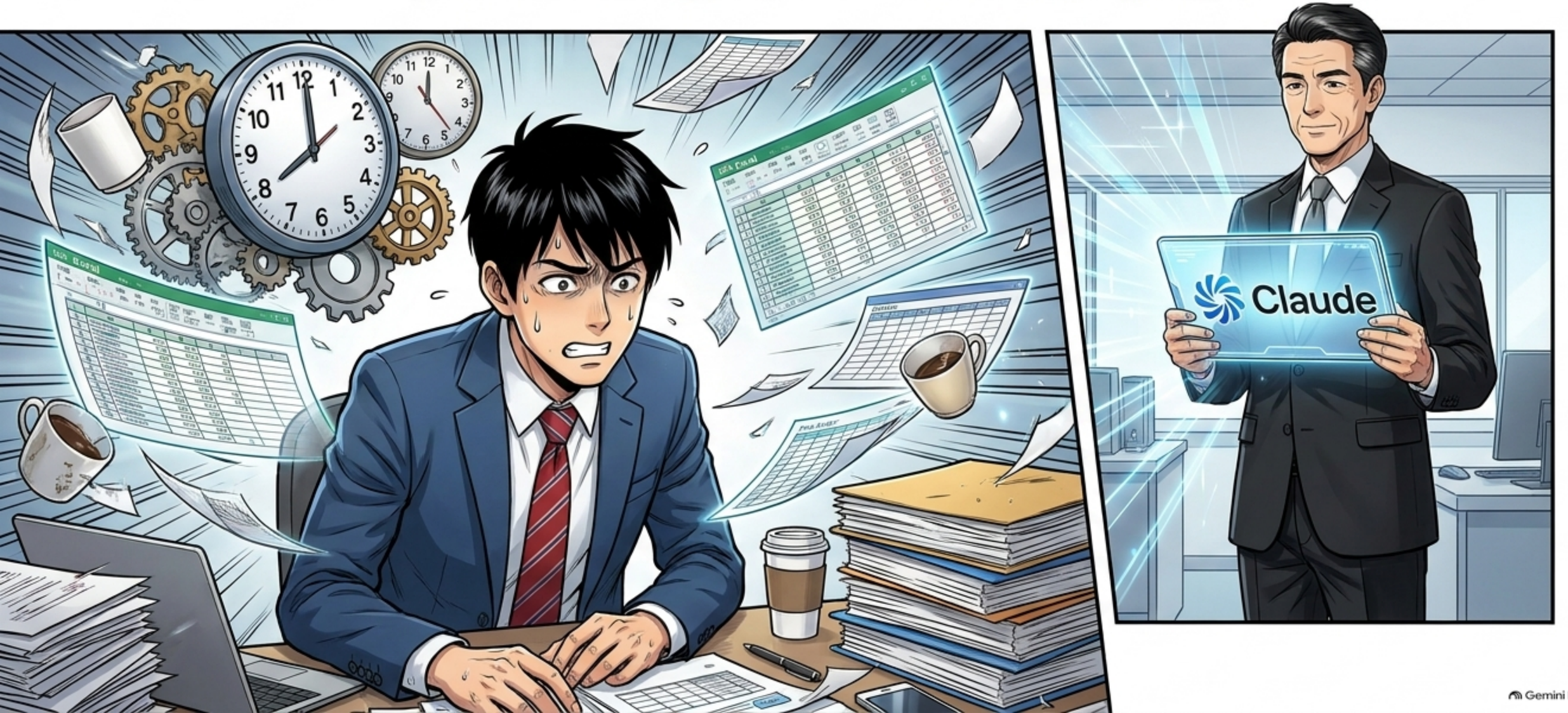
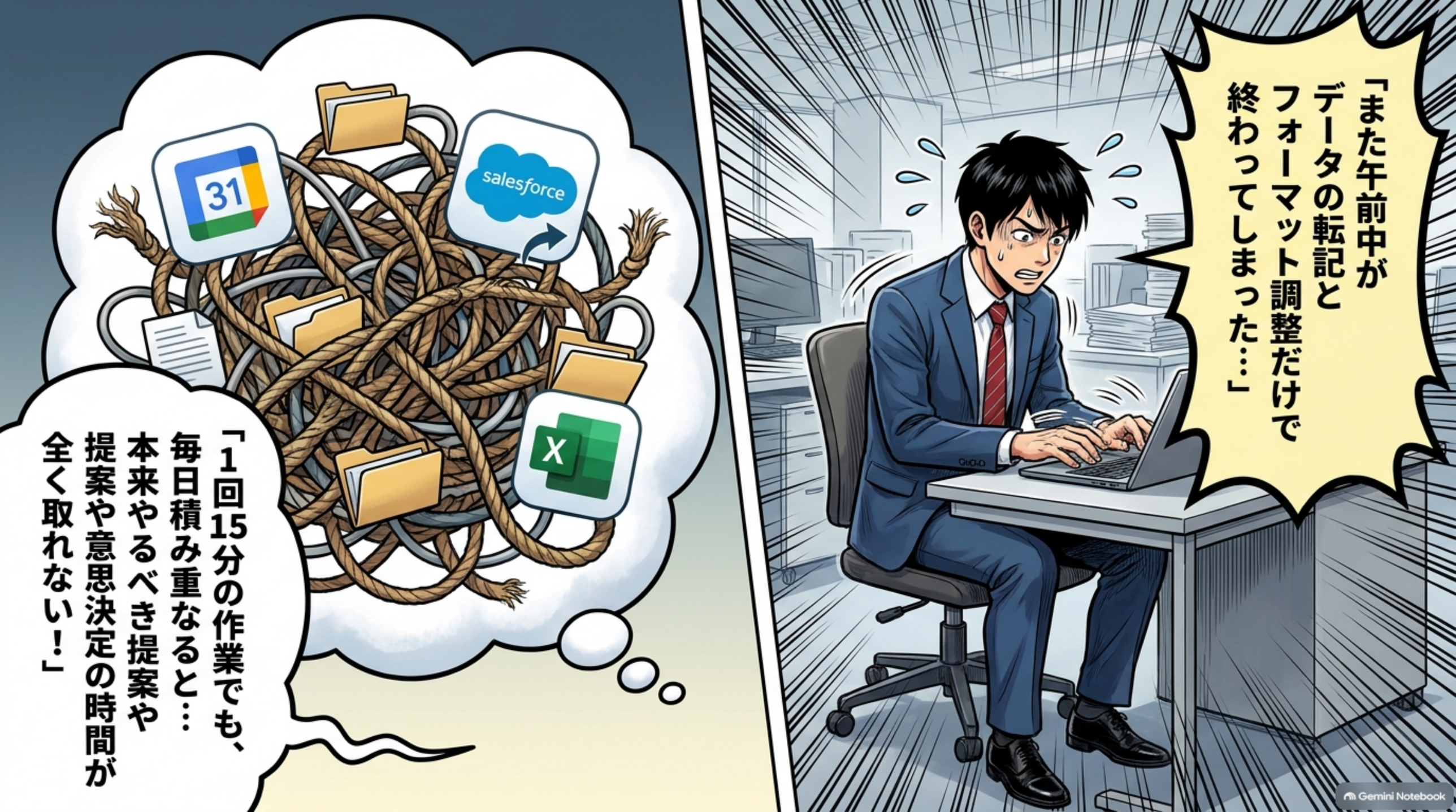
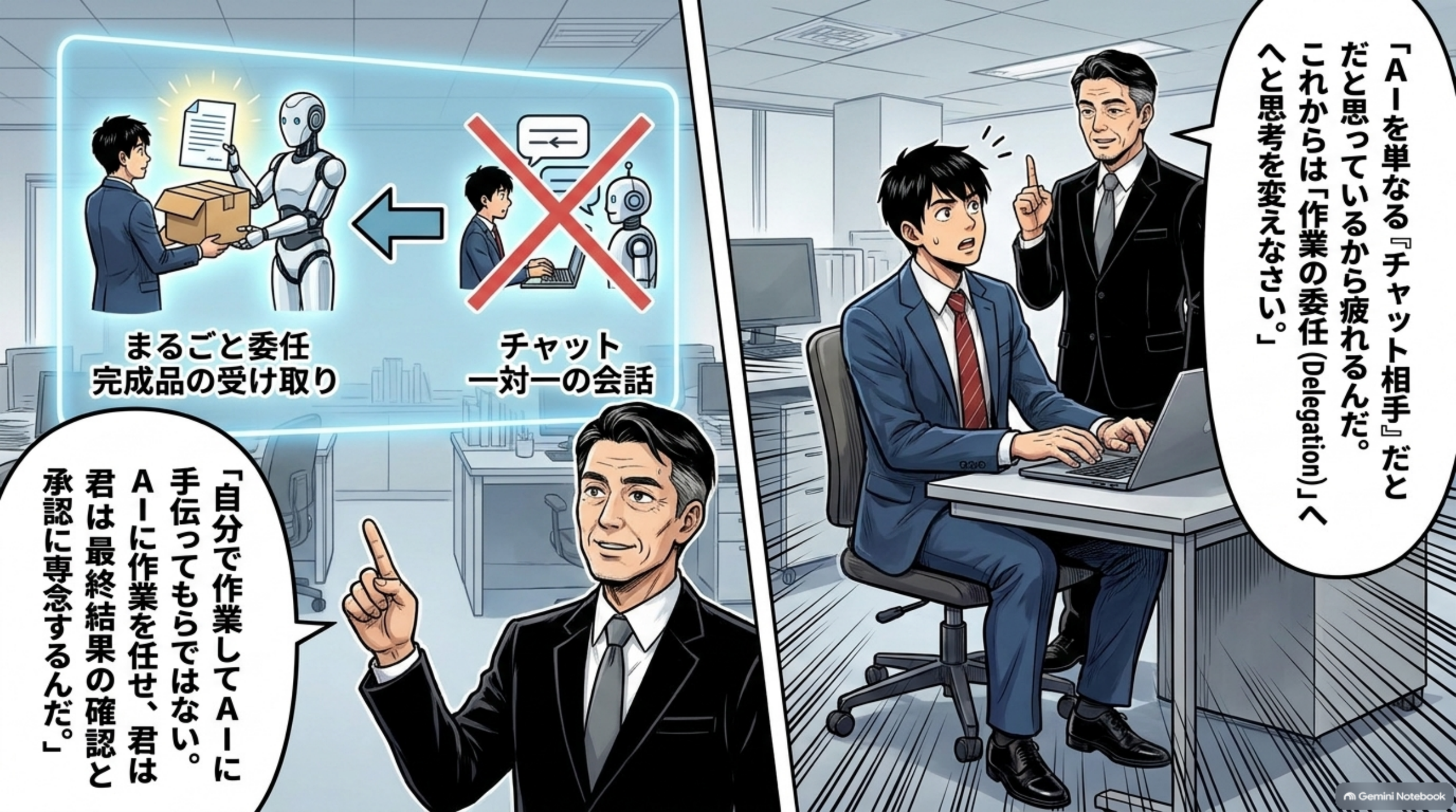
【初心者向け】Claude「スキル」完全ガイド

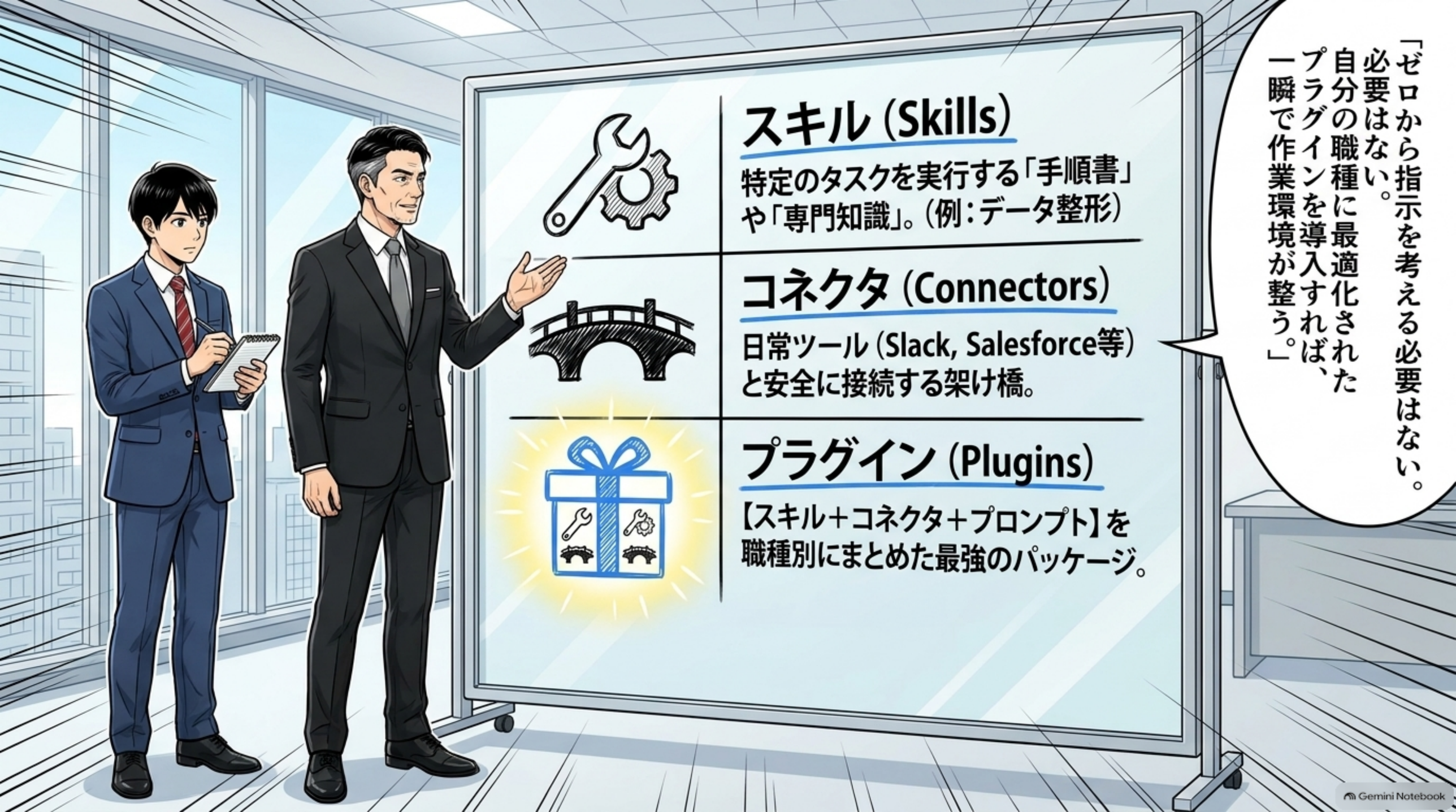
～毎日の定型作業をまるごと自動化～



Gemini Notebook


「また午前中が
データの転記と
フォーマット調整だけで
終わってしまった…」
31
salesforce
X
「1回15分の作業でも、
毎日積み重なると…
本来やるべき提案や
提案や意思決定の時間が
全く取れない！」
Gemini Notebook


「AIを単なる『チャット相手』だと
だと思っているから疲れるんだ。
これからは「作業の委任(Delegation)」へ
へと思考を変えなさい。」
チャット
一対一の会話
まるごと委任
完成品の受け取り
「自分で作業してAIに
手伝ってもらうではない。
AIに作業を任せ、君は
君は最終結果の確認と
承認に専念するんだ。」
Gemini Notebook

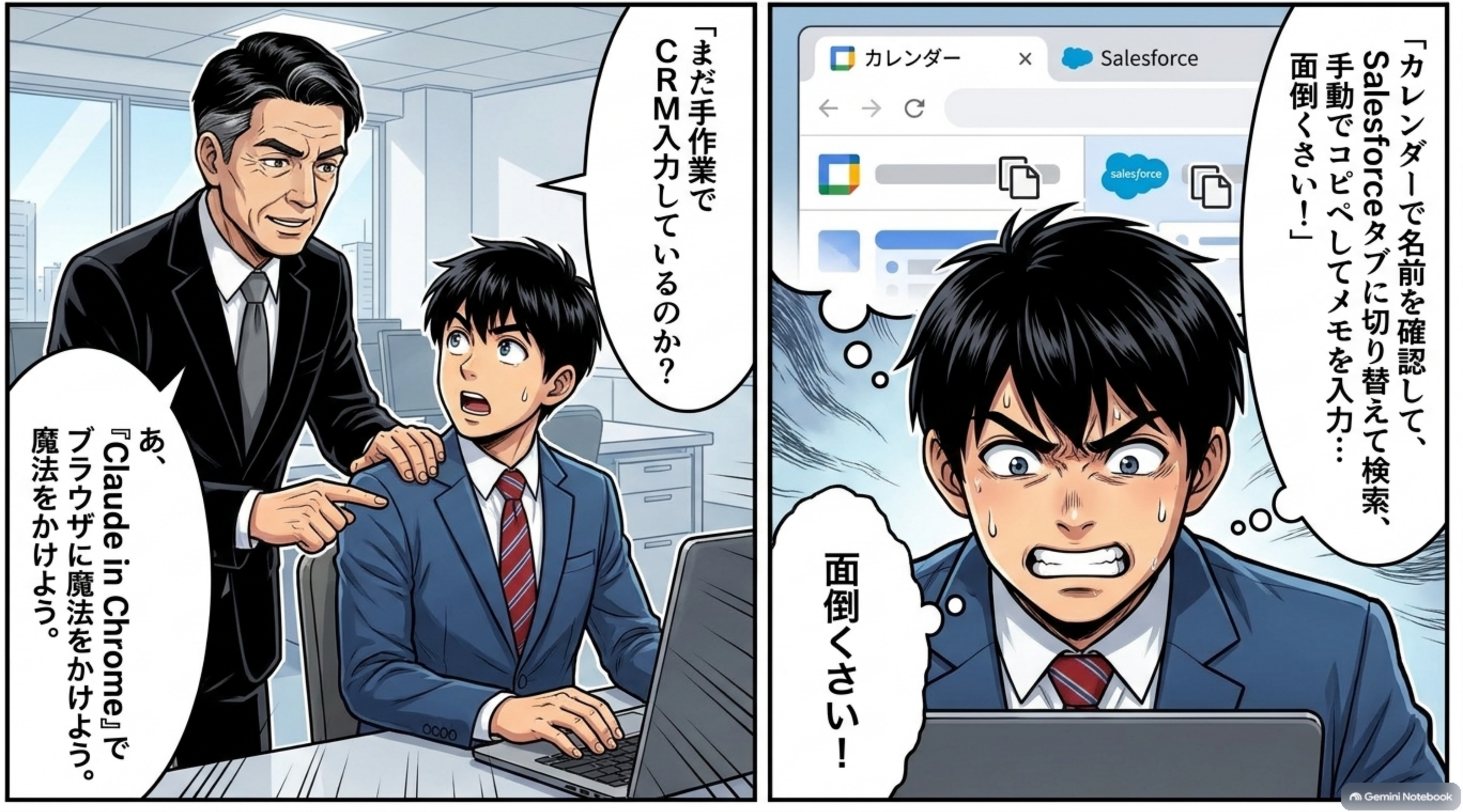

スキル（Skills）
特定のタスクを実行する「手順書」や「専門知識」。（例：データ整形）
コネクタ（Connectors）
日常ツール（Slack, Salesforce等）と安全に接続する架け橋。
プラグイン（Plugins）
【スキル＋コネクタ＋プロンプト】を職種別にまとめた最強のパッケージ。
「ゼロから指示を考える必要はない。必要はない。自分の職種に最適化されたプラグインを導入すれば、一瞬で作業環境が整う。」
Gemini Notebook


「まずはClaude Desktopアプリで『Coworkモード』を開きなさい。」
「コマンドを一つ叩くだけで、対話型のセットアップが始まったぞ…！」
Claude Desktop
Claude
あなたの役割（職種）を選んでください
/setup-cowork
「コマンドを一つ叩くだけ、対話型のセットアップが始まったぞ…！」
Gemini Notebook

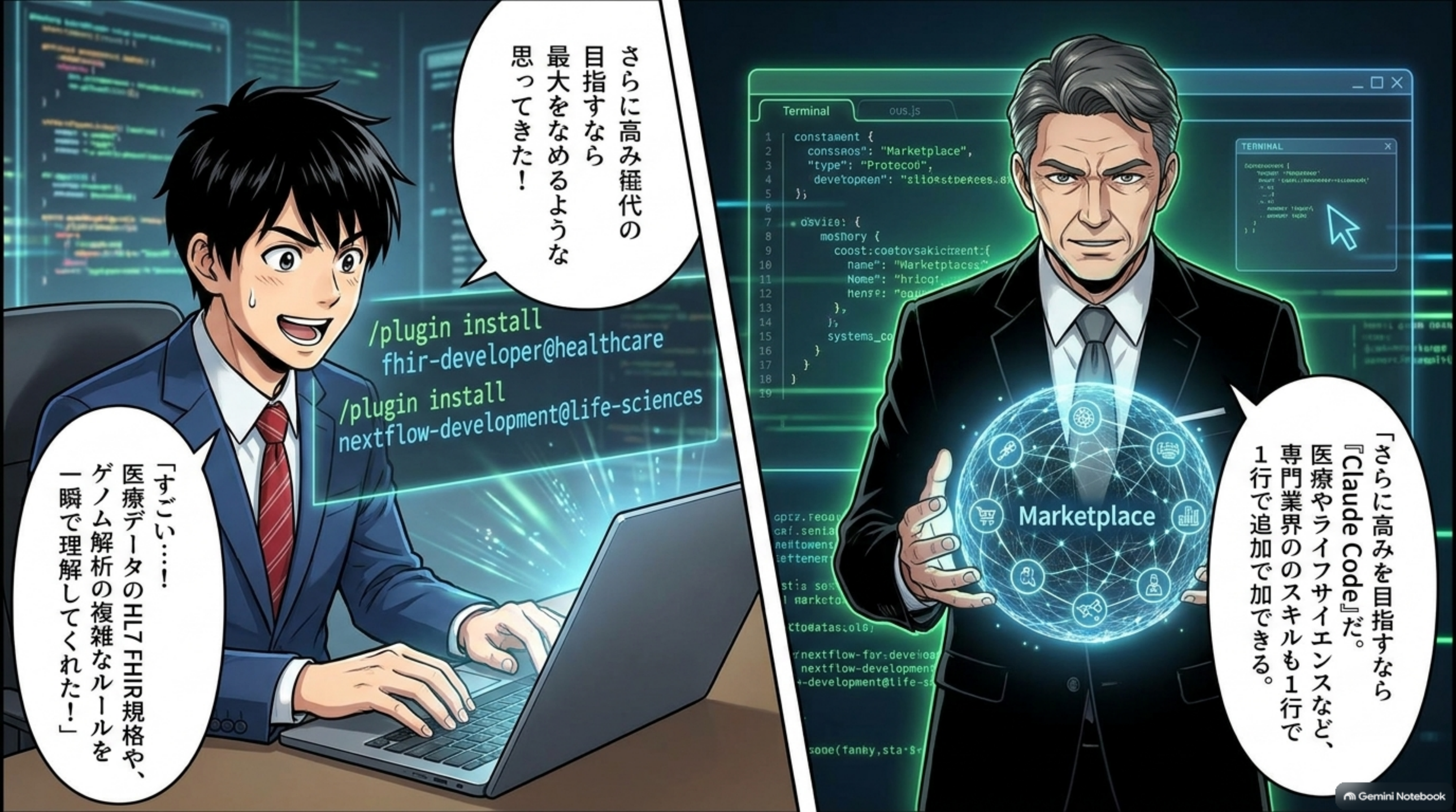




Gemini Notebook


「カレンダーで名前を確認して、Salesforceタブに切り替えて検索、手動でコピペしてメモを入力…面倒くさい！」
カレンダー
Salesforce
面倒くさい！
「まだ手作業でCRM入力しているのか？
あ、『Claude in Chrome』でブラウザに魔法をかけよう。魔法をかけよう。


保存 / 承認
「安心しなさい。
Claudeは勝手に
外部システムへ送信しない。
必ず最後に人間が『承認』
タンを押す安全設計だ。
カレンダー
Salesforc
salesforce
今日の通話をSalesforceに記
録してください…送信しないで
ください。確認できるように
表示してください。
Acme Corp - Sarah Chen
タブを新しいグループに追加
31
salesforce


さらに高み雅代の
目指すなら
最大をなめるような
思ってきた！
/plugin install
fhir-developer@healthcare
/plugin install
nextflow-development@life-sciences
「すごい…！
医療データのHL7 FHIR規格や、
ゲノム解析の複雑なルールを
一瞬で理解してくれた！」
Terminal
TERMINAL
Marketplace
「さらに高みを目指すなら
『Claude Code』だ。
医療やライフサイエンスなど、
専門業界のスキルも1行で
1行で追加できる。


初心者は勘違いしがちだが、
エフォートを
エフォートを『max』にしても
AIの『知識』は増えない。
/effort
low
max
max
これは『どれだけ深く思考し、
自己検証(二重チェック)を行
かを調整するダイヤルだ。
タスクの複雑さに合わせて
合わせて使い分けなさい。
Gemini Notebook


【Before：従来の働き方】
「定型作業を丸ごと委任できたおかげで、顧客との対話や『戦略の立案』に全力を注げるようになった！」
まずは第一歩。Claude Desktopで「Cowork」を開き、
チャットバーに /setup-cowork と入力しよう。
明日からの業務を、今日、委任しよう。
Gemini Notebook