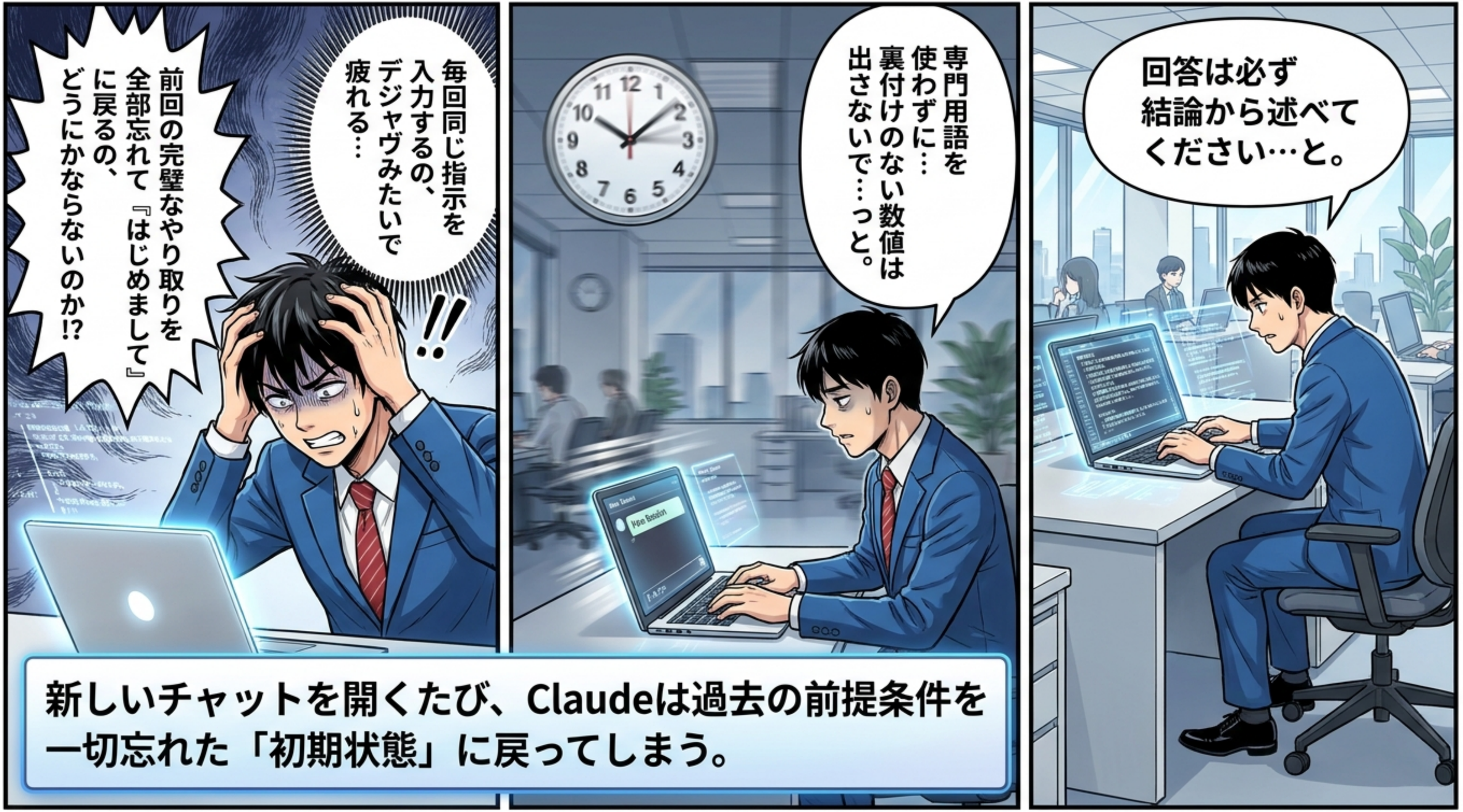
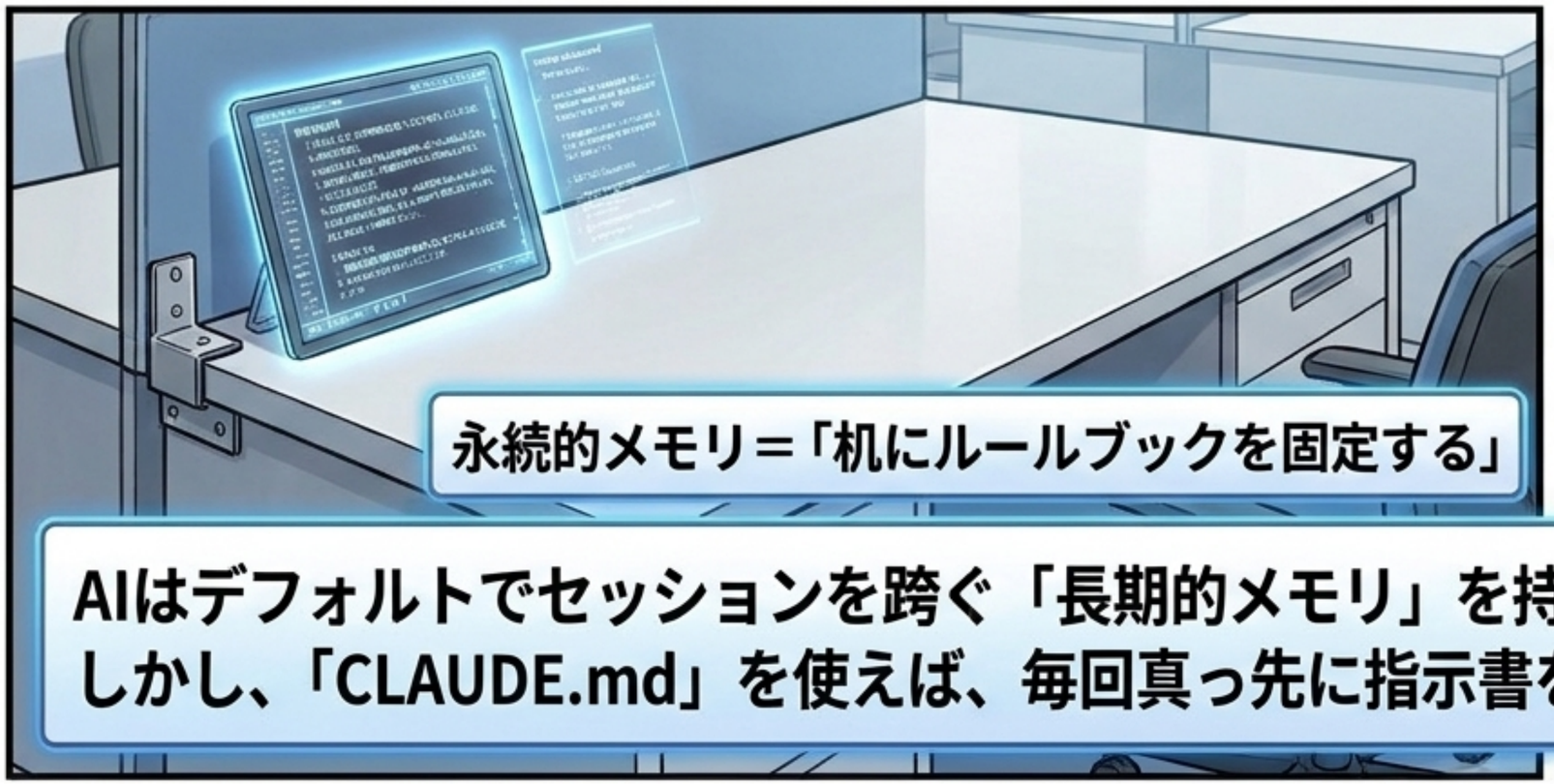


【完全ガイド】毎回同じ指示をを入力していませんか？

CLAUDE.mdで自分専用のClaudeルールを
固定して作業効率を飛躍させる方法

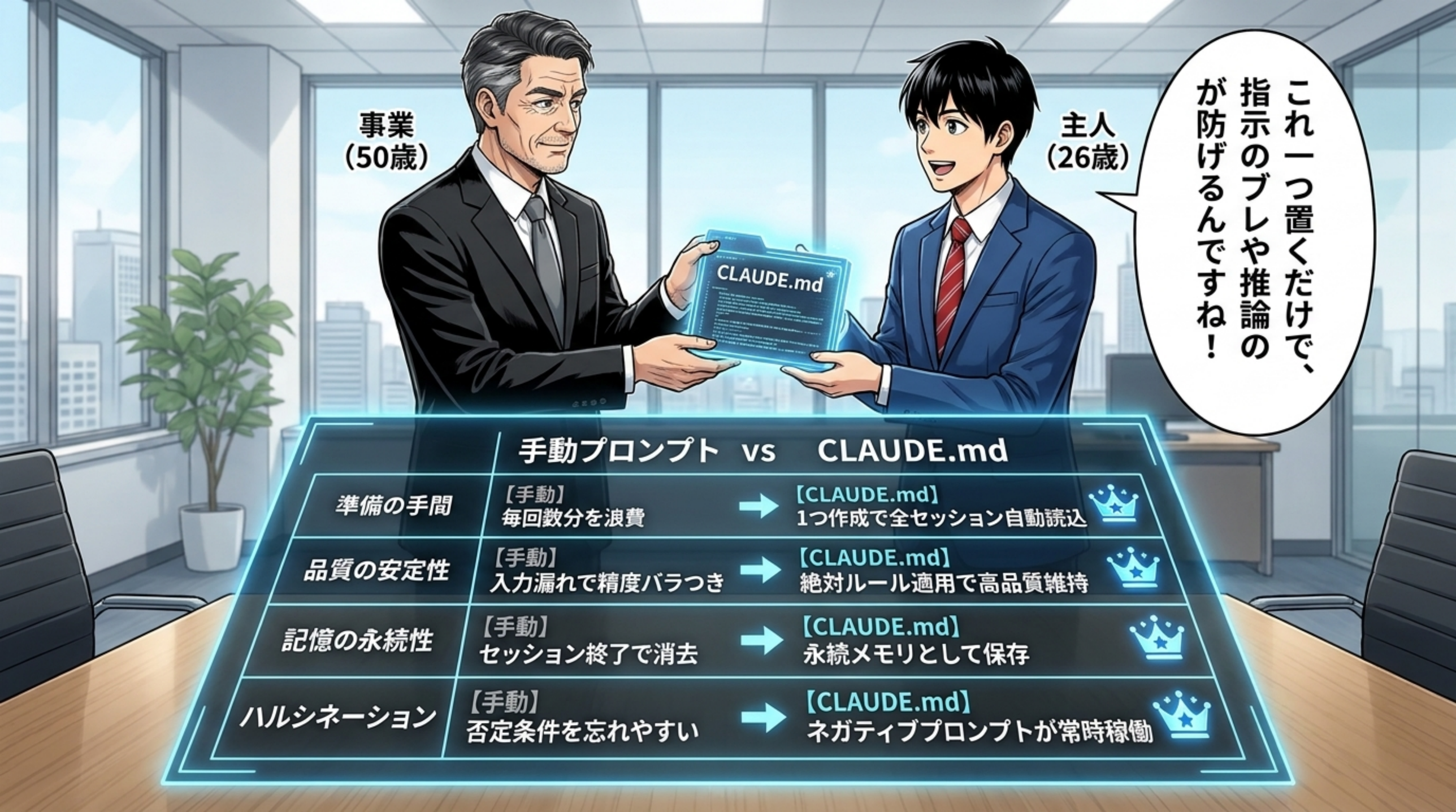

毎回同じ指示を
入力するの、
デジャヴみたいで
疲れる…
!!
前回の完璧なやり取りを
全部忘れて『はじめまして』
に戻るの、
どうにかならないのか!?
専門用語を
使わずに…
裏付けのない数値は
出さないで…っと。
回答は必ず
結論から述べて
ください…と。
新しいチャットを開くたび、Claudeは過去の前提条件を
一切忘れた「初期状態」に戻ってしまう。



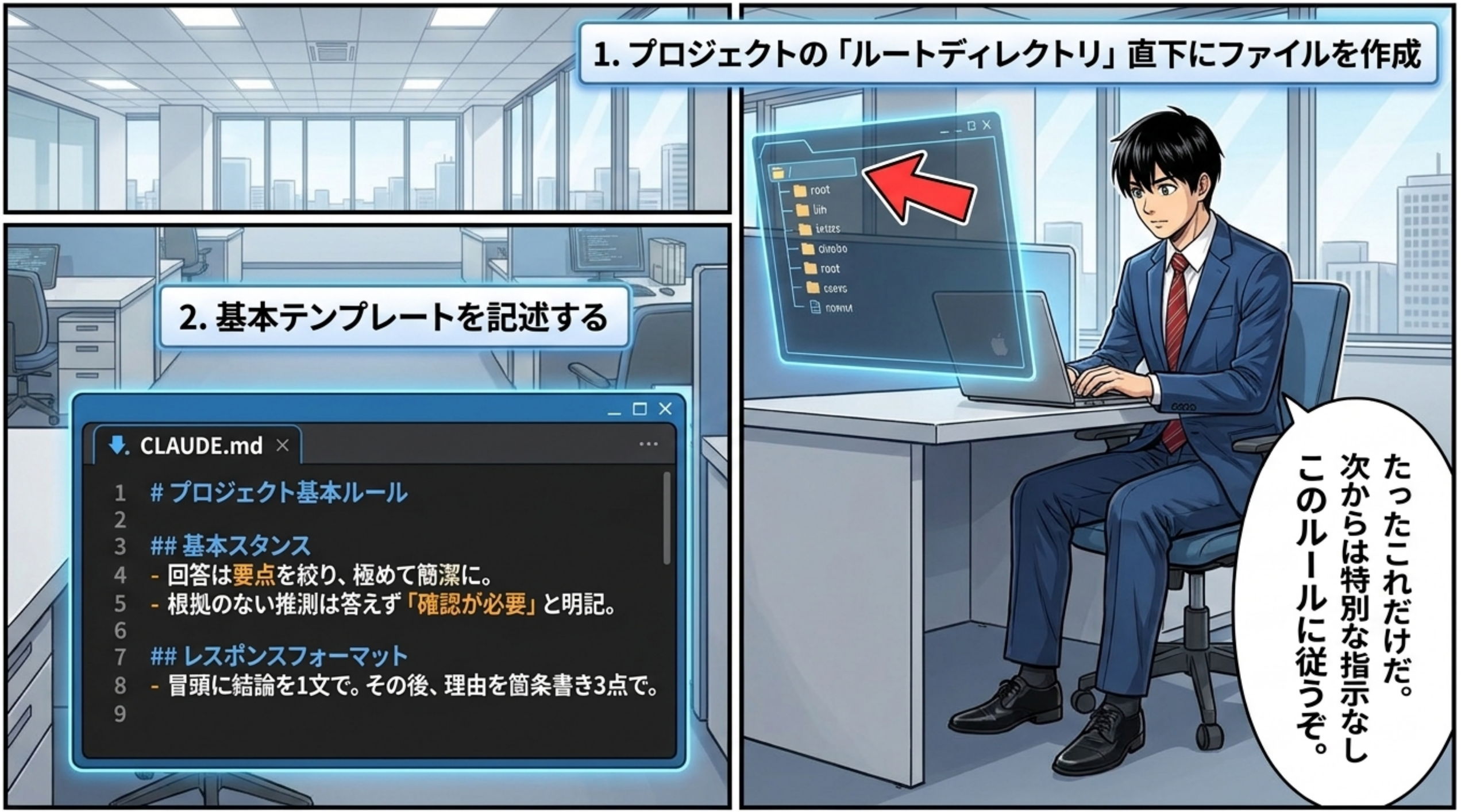




AIはデフォルトでセッションを跨ぐ「長期的メモリ」を持たない。
しかし、「CLAUDE.md」を使えば、毎回真っ先に指示書を机に広げてくれるようになる。



	手動プロンプト	vs	CLAUDE.md
準備の手間	【手動】 毎回数分を浪費	→	【CLAUDE.md】 1つ作成で全セッション自動読込
品質の安定性	【手動】 入力漏れで精度バラつき	→	【CLAUDE.md】 絶対ルール適用で高品質維持
記憶の永続性	【手動】 セッション終了で消去	→	【CLAUDE.md】 永続メモリとして保存
ハルシネーション	【手動】 否定条件を忘れやすい	→	【CLAUDE.md】 ネガティブプロンプトが常時稼働


1. プロジェクトの「ルートディレクトリ」直下にファイルを作成
2. 基本テンプレートを記述する
CLAUDE.md
1 # プロジェクト基本ルール
2
3 ## 基本スタンス
4 - 回答は要点を絞り、極めて簡潔に。
5 - 根拠のない推測は答えず「確認が必要」と明記。
6
7 ## レスポンスフォーマット
8 - 冒頭に結論を1文で。その後、理由を箇条書き3点で。
9
root
lib
root
users
たったこれだけだ。
次からは特別な指示なし
このルールに従うぞ。

初心者が陥りがちな「3つの罠」！

罠1：ファイル名の表記揺れ



➡ 必ずすべて大文字の CLAUDE.md と命名！

罠2：隠れた拡張子



➡ CLAUDE.md.txt になっていないか 二重拡張子を確認！

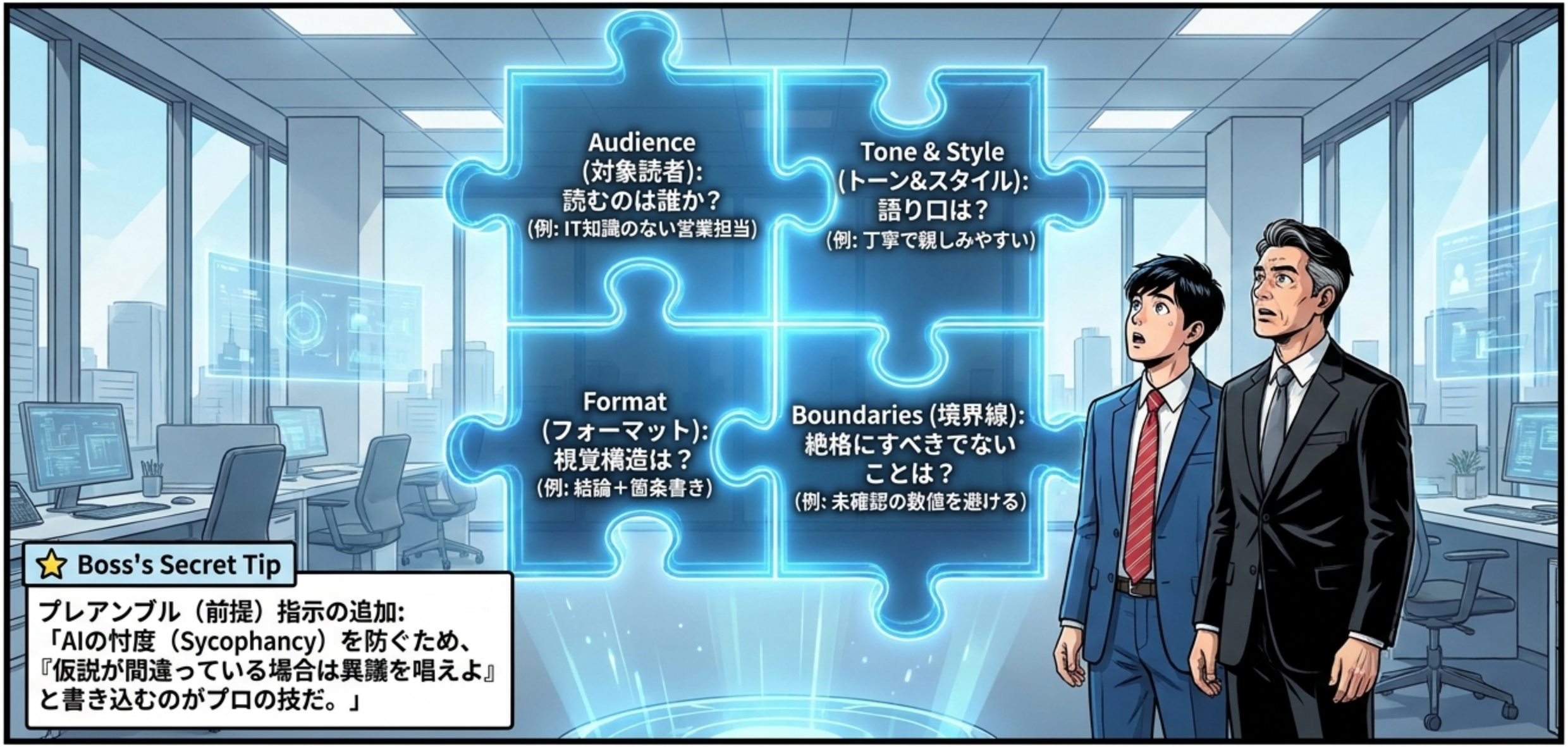
罠3：サブフォルダへの配置

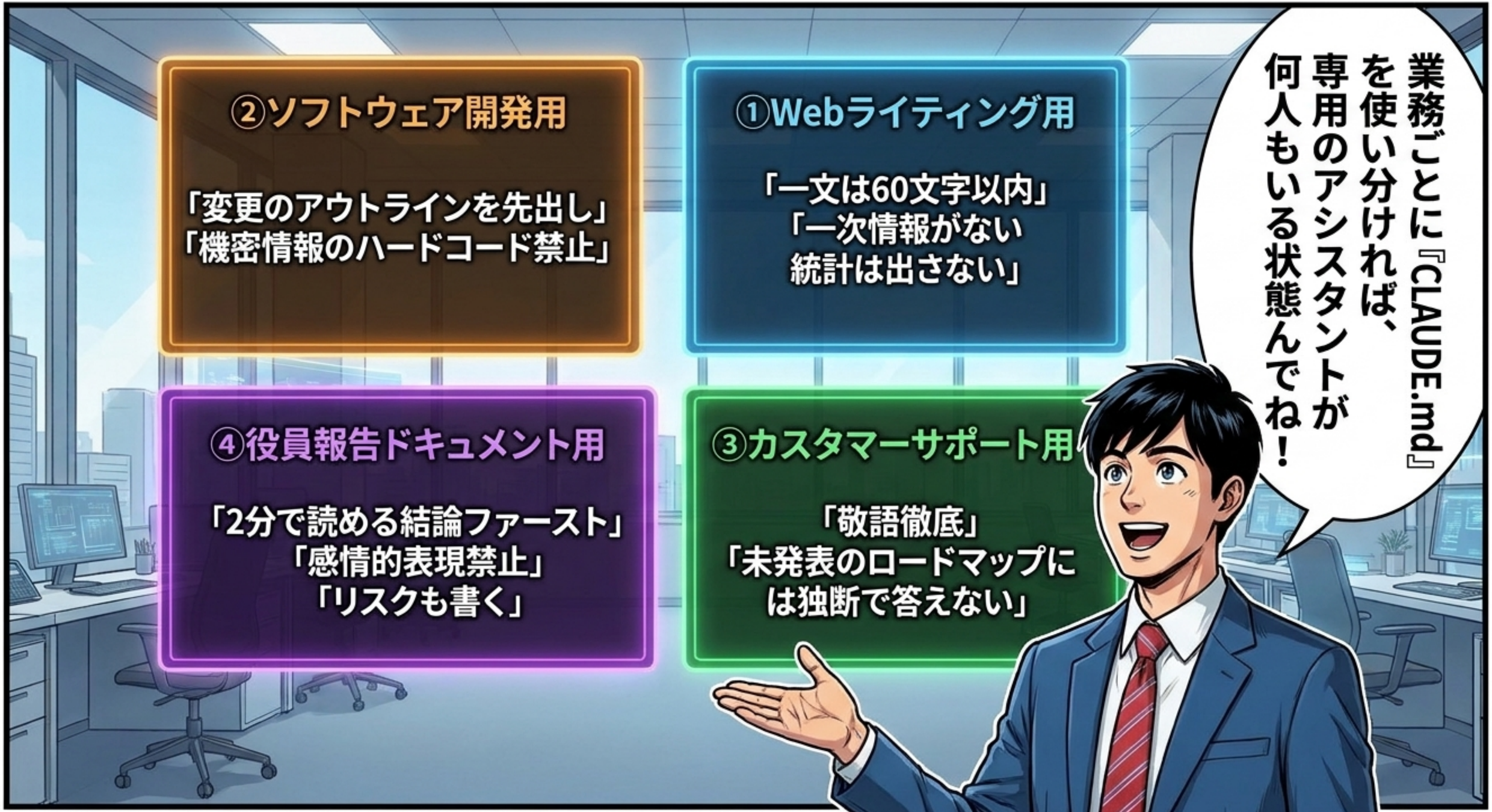


➡ 必ずプロジェクトの 一番上(ルート)に配置！

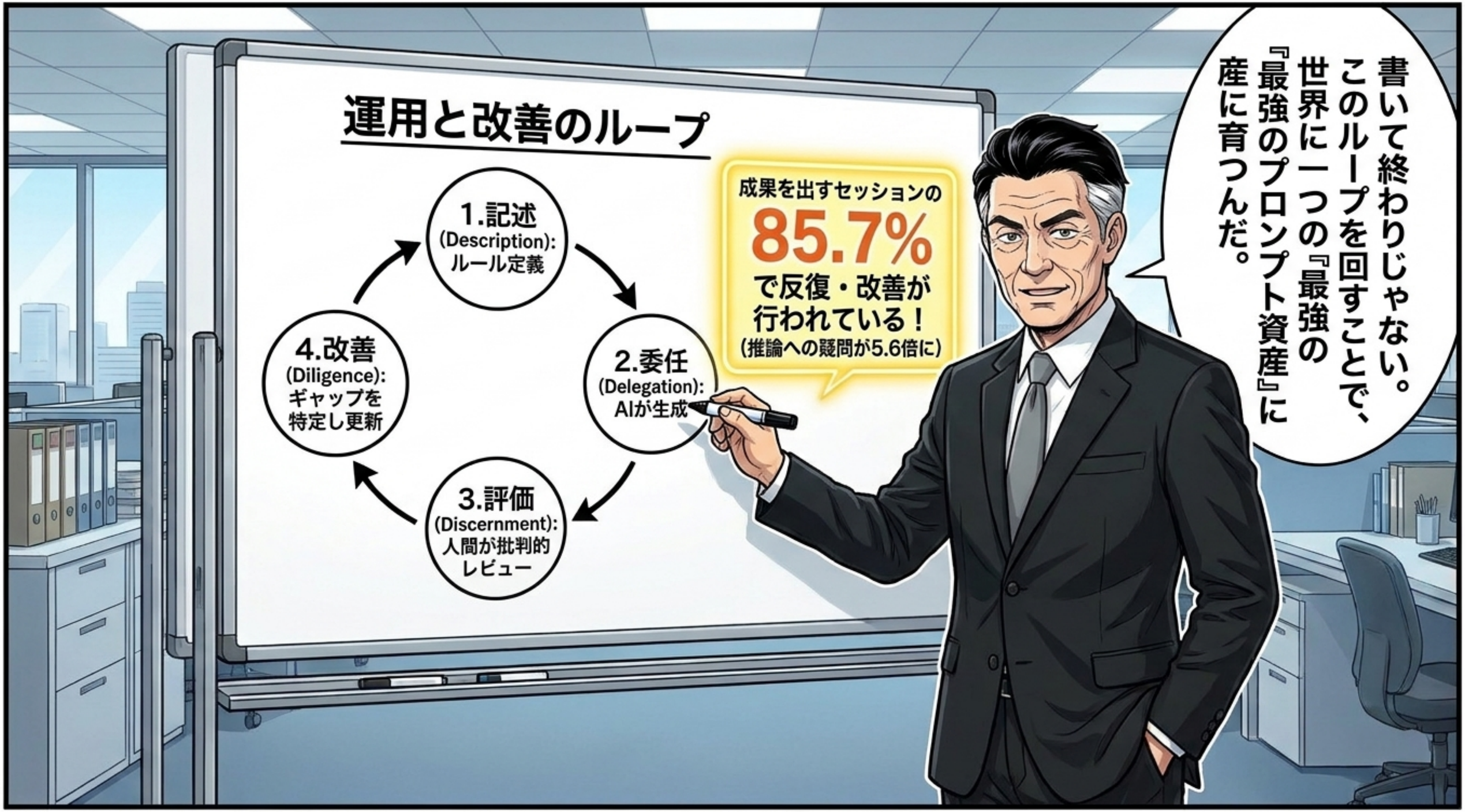


ステアラビリティを高める「4つの必須要素」

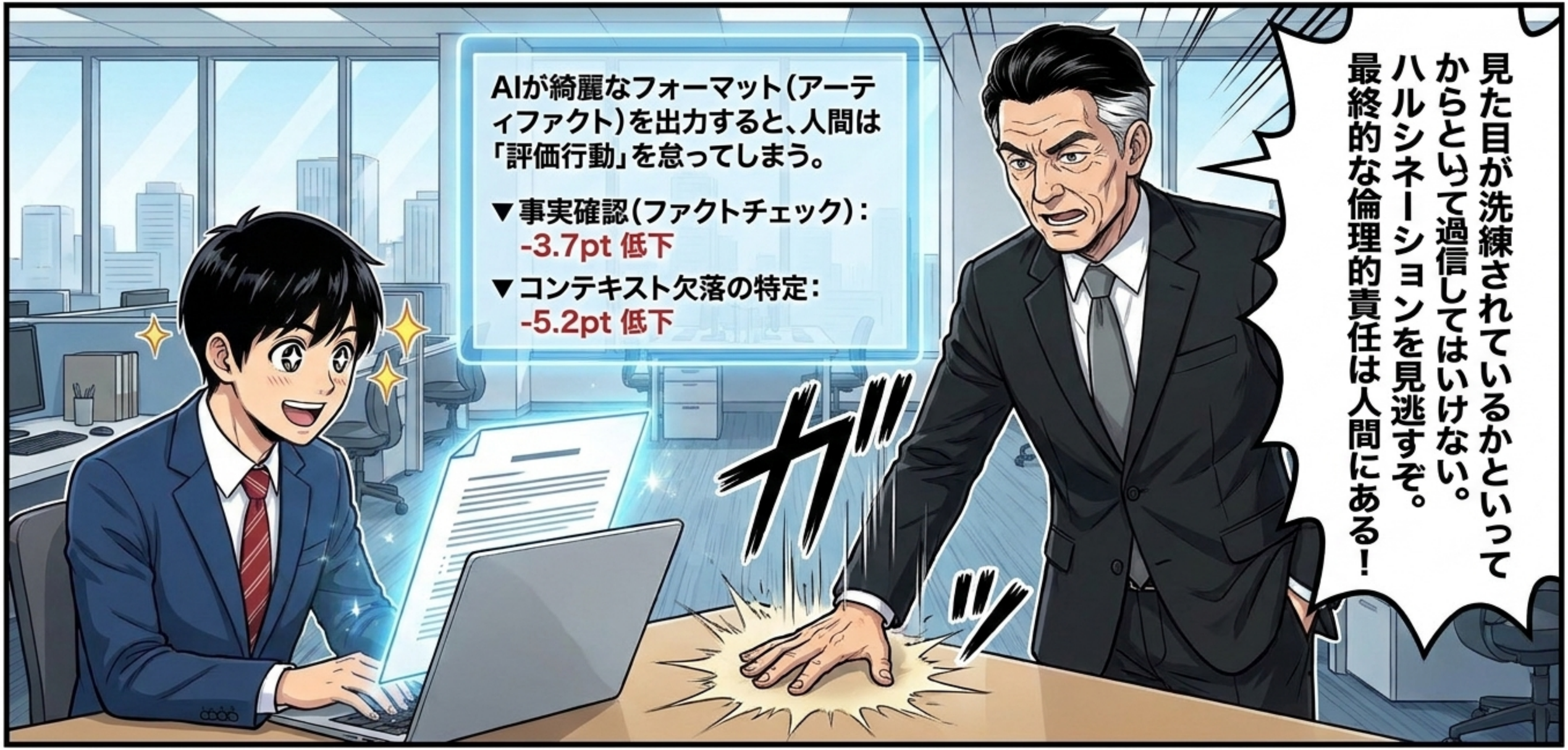


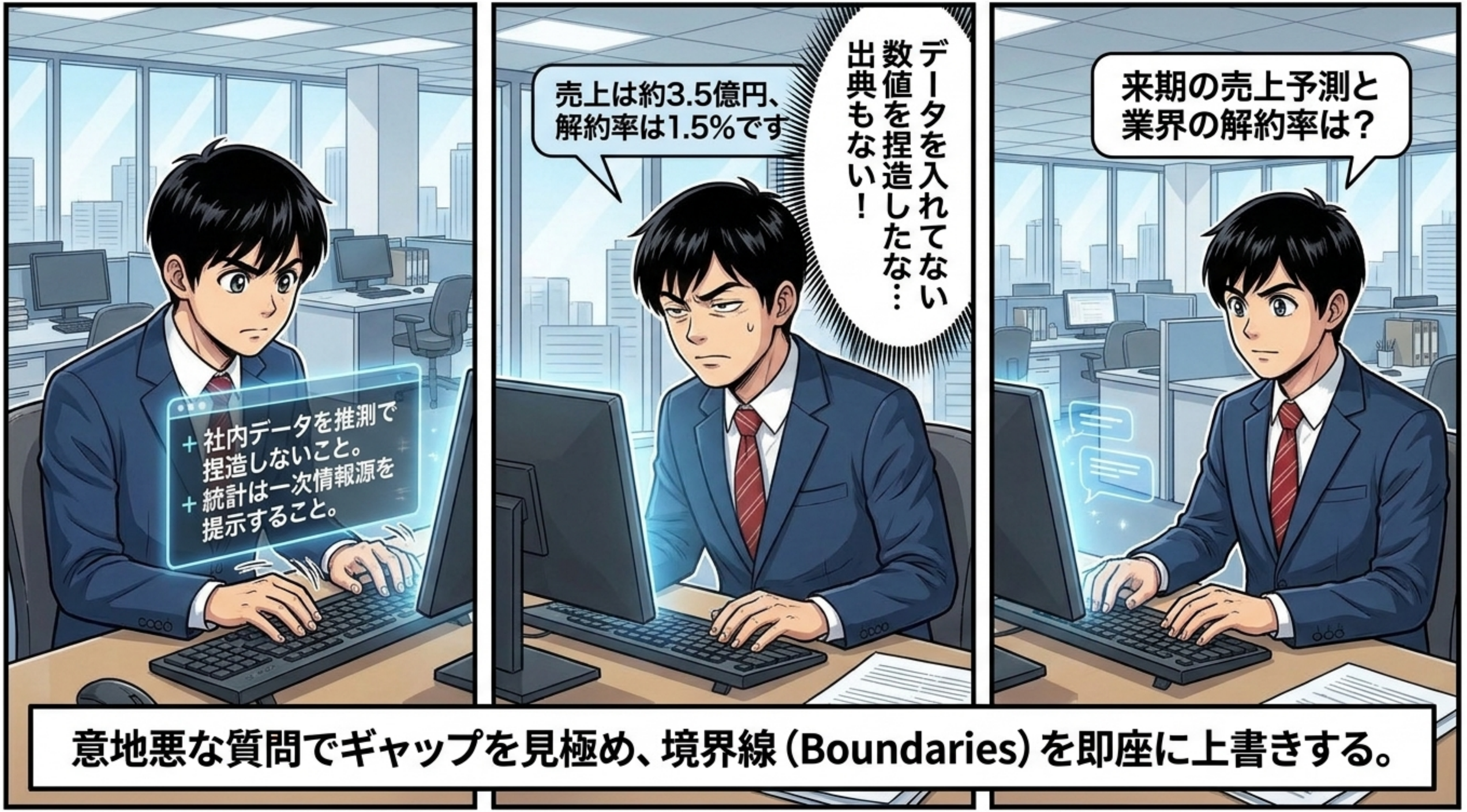

業務ごとに『CLAUDE.md』を使い分ければ、専用のアシスタントが何人もいる状態んでね！
①Webライティング用
「一文は60文字以内」
「一次情報がない統計は出さない」
②ソフトウェア開発用
「変更のアウトラインを先出し」
「機密情報のハードコード禁止」
③カスタマーサポート用
「敬語徹底」
「未発表のロードマップには独断で答えない」
④役員報告ドキュメント用
「2分で読める結論ファースト」
「感情的表現禁止」
「リスクも書く」


すごい！前置きゼロで、
定量データとリスクが一目
でわかる構造になってる！
BEFORE
冗長な挨拶。
「新しいツールへの
移行は魅力的です！
…お勧めします。」
（曖昧で感情的）
AFTER
【結論】コストとリス
クの観点から一括移
行は見送り、段階的運
用を推奨。
2. 定量データ：月間約
150時間削減 /
初期設定費 約120万円


運用と改善のループ
1.記述
(Description):
ルール定義
2.委任
(Delegation):
AIが生成
3.評価
(Discernment):
人間が批判的
レビュー
4.改善
(Diligence):
ギャップを
特定し更新
成果を出すセッションの
85.7%
で反復・改善が
行われている！
(推論への疑問が5.6倍に)
書いて終わりじゃない。
このループを回すことで、
世界に一つの『最強の
プロンプト資産』に
産に育つんだ。

見た目の美しさに騙されるな！「アーティファクト効果」の罠





意地悪な質問でギャップを見極め、境界線（Boundaries）を即座に上書きする。

長時間セッションの救世主：「コンテキスト管理」コマンド

セッションが長引くと、ルールの中間が無視される
「Lost in the Middle」現象が起きる。

```
/context  ：現在のメモリ消費量を確認
/compact  ：履歴を圧縮し、ルールの
            優先順位を復活させる
/clear    ：履歴を完全リセット
            （CLAUDE.mdは
            即座に再読込）
/effort   ：タスクに合わせて思考の深さを調整
```



今すぐできる！「3分アクション」

