

AIカテキョ カリキュラム計画書

(ホップ・ステップ・ジャンプ ロードマップ)

受講対象: 社会保険労務士法人リライエ 所長 石田 隆利 様	伴走メンター: 有限会社シーエヌサービス 飯田 正勝
作成日: 2026年9月28日	受講期間目安: 集中して1ヶ月／じっくりなら3ヶ月

🎯 本カリキュラムのゴール:

「石田先生専用のAI商談秘書」と「YouTube動画ディレクター体制」を自社内に構築し、新しいAIが出てても自分で使いこなせる【完全な自学自習(自走)】へ到達すること。

STAGE 1: 🐘【ホップ】PCとAIの基礎固め(足腰づくり)

ここでの目標: AIを動かすための土台を整え、困った時にすぐ画面で質問できる環境をつくる

- 1. 画面で伝える技術(スクリーンショットの撮り方):
つまずいた時やエラーが出た時に、「今ここです」と一発で共有できるショートカットやツールの設定を行います。
- 2. 思考とメモの一元化(Obsidianなどのメモアプリ導入):
日々の気づきやプロンプト、打ち合わせのメモが散らからないための専用メモ環境を構築します。
- 3. メインGoogleアカウント(Gmail)の統一:
スプレッドシートやGeminiがスムーズに連動するよう、核となるアカウントを1つに集約します。
- 4. スマホでの音声対話(Geminiライブモード体験):
移動中や車の中で、声だけでAIに相談・壁打ちする感覚を体験します。

STAGE 2: 🧑🏻【ステップ】Claude Code基本操作 & 作る楽しさを体感

ここでの目標: 黒い画面(ターミナル)への恐怖心をなくし、AIにツールを動かしてもらう面白さを体感する

- 1. Claude Codeのインストール & 基本操作:
画面共有で飯田が完全セットアップします(先生が頑張る必要はありません)。対話しながら指示を出すコツを習得します。
- 2. AIが動きやすいPC環境(初めてのフォルダ整理・操作):
AIが迷わずデータを読み込める、シンプルで整理されたフォルダ構造を一緒に作ります。

- 3. 拡張機能の導入(スキル・プラグイン・MCP体験):

Claude Codeに新しい能力を追加するプラグインやMCP(Model Context Protocol)の組み込みを体験します。

- 4. 感動の体験(簡単なWebアプリ・スケジュール連携の作成):

教科書通りの勉強ではなく、「自分のPC上で実際に動く小さなツール」を作ってみることで、自作の喜びを掴みます。

STAGE 3: 🚀【ジャンプ】実務直結!「AI商談秘書」&「AI動画体制」完成

ここでの目標: 先生の現場業務(顧客管理・商談準備・YouTube発信)を自動化し、自走状態へ到達する

- 1. 石田先生専用「AI商談秘書」の本格稼働(スプレッドシート連携):

顧客管理スプレッドシートに企業名を入れるだけで、相手の事業概要・求人状況・業界労務リスクをAIが自動リサーチ。「今日ぶつけるべき質問アジェンダ」を商談前に手元にお届けします。さらに、面談後の走り書きメモから、社長への御礼メール下書きも5分で完成します。

- 2. YouTubeを最強の営業マンにする「AI動画ディレクター体制」:

離脱されない企画台本を5分で作成し外注業者へ指示。先生は編集作業を一切せず、動画1本からメルマガ・ブログ・セミナーレジュメを全自動で量産します。

- 3. 自学自習(完全自走・卒業)へ:

新しいAIが登場しても自分で調べて使いこなせるトラブル解決力を身につけ、堂々と卒業していただきます。

📁 完成成果物:「石田先生専用・AI商談秘書」+「AI動画ディレクション体制」

🔥 なぜ挫折しないのか?モチベーションが続く5つの仕組み

- 1. 「お勉強・宿題」は一切なし。現場の実務そのものが教材:

「今週のこの商談」「いま困っているあの作業」をその場で一緒に片付けるため、忙しくても実務が前に進む快感があります。

- 2. スクショ1枚で「つまずき」を即解消(熱が冷めない):

エラーが出たらスクショをChatworkに投げるだけ。飯田が最速で解決策を返すので、手が止まるストレスがありません。

- 3. 「ここは頑張るところじゃない」(環境設定は飯田に丸投げ):

面倒な初期設定は飯田が完全代行し、先生は一番面白い「実務への活用とアイデア出し」だけに集中できます。

- 4. 週1回40分の「固定枠」が最強のペースメーカー:

「来週のこの時間に飯田さんと話す」というリズムが自然に作られ、モチベーションの波に左右されずに継続できます。

- 5. 毎週「目に見えて動く成果物」ができる達成感:

毎週必ず動くものが手に入る(スモールサクセスの連打)ので、次の一步が待ち遠しくなります。

安心の伴走ルール

- ここは頑張るところじゃない: パソコンのインストールや初期設定は飯田が完全代行します。先生が悩む必要はありません。
- 1ヶ月単位でいつでも終了OK: 「1ヶ月でAI秘書が動いたから終了」も自由です。無理な引き止めはいたしません。
- 秘密保持とデータ完全破棄: 伴走中にお預かりした非公開データは、契約終了時にバックアップ含め責任を持ってすべて完全削除いたします。

💡 参考資料 (AI活用アイデア集):

所内の他業務への横展開や発想の引き出しとして、DeNA社の実践事例集をご参照いただけます。

👉 DeNA『AI活用100本ノック(#001-100)』スライド(PDF):

https://fullswing.dena.com/pdf/AI_100tips_slide.pdf

社会保険労務士法人リライエ 様 × 有限会社シーエヌテーサービス (AIカテキョ)

オフィス所在地: 〒103-0027 東京都中央区日本橋2丁目16-4 remix日本橋 6階