

AIへの頼み方 ひな形シート（4つの箱）

AIに仕事を頼むときの「4つの箱」と、「はい」を押す前に見る所を、書き込みながら身につけるシート。スマホでもパソコンでも、そのまま書き込めます。

① 「予定表作って」がうまくいかない理由をつかんだか

AIは、会社のことを何も知らない、とても仕事の早い新人さんです。

【ストラテジストの視点：AIは、どの現場か・いつの週か・どんな形がいいかを知りません。足りない所は想像で作るので、それらしく見えて、まちがいに気づきにくい。頼む側が、新人さんに渡すつもりで材料と形を伝えるのが近道です。

- ☐ 「予定表作って」だけだと、AIは想像で作ってしまう
- ☐ それらしく見えるので、まちがいに気づきにくい
- ☐ AI=会社を知らない、仕事の早い新人さん、と思って頼む

② 4つの箱で頼めたか

1つの箱に1行で大丈夫。慣れると30秒で書けます。

【ストラテジストの視点：頼み方は①何を見て（材料）②何を作る（いつの・何の書類）③どんな形で（表・列・長さ）④わからなければ先に聞いての4つ。4つ目は「空けて印をつけて」でもOK。わからない所をAIに作らせないのがコツです。

①何を見て

例：「AIの練習」フォルダの、現場メモを見て

②何を作る

例：来週の現場の予定表を

③どんな形で

例：月～金・現場名・作業・担当の表で

④わからなければ

例：わからない所は、作る前に聞いて

- ☐ AIから質問が来たら、普通の言葉で答えた
質問＝想像で作らずに確かめてくれる印

③ 「はい」を押す前に2つ見たか

全部「はい」でなくて大丈夫です。

【ストラテジストの視点：確認が出たら何をする？（新しく作る・書き換える・消す）とどこに？（ファイル名と場所が練習フォルダの中か）の2つを見ます。消す・送る・外に出すを書いてあったら、一度止まる。わからなければ「いいえ」。

- ☐ 何をする？（作る・書き換える・消す）を読んだ
- ☐ どこに？（ファイル名・場所が「AIの練習」の中か）を読んだ
- ☐ 消す・送る・外に出す、は一度止まって人が確かめる
- ☐ わからないときは「いいえ」で、どうしてほしいかを普通の言葉で伝えた
例：新しいファイルにして。元のメモは変えないで

4 来週頼む仕事を1つ決めたか

日報のまとめ・見積の下書き・写真の整理。小さな仕事で大丈夫です。

【ストラテジストの視点：最初は小さく・やり直しがきく仕事から。練習では本物の個人情報はいれない。できたものは自分の目で確かめ、1回で完ぺきを目指さず、言い直して育てます。

来週AIに頼みたい仕事（4つの箱で）

例：①今週の日報5日分を見て ②社長に出す週の報告を ③箇条書き10行で ④読めない字は先に聞いて

できたものを確かめる人

例：係長のタクミさん



スマホで開く・最新版はこちら

goen-growth.com/ai-kouza/sheet-09/

※書いた内容は、お使いの端末の中だけに保存されます（御縁には送られません）。社内で自由にお使いください（社外への再配布はご遠慮ください）。制度・法律の最終判断は、公的機関や専門家にご確認ください。内容は2026年10月時点のものです。

会社のAI導入講座／支援事業 御縁 (goen-growth.com)