

AIの費用対効果 計算表

AIを入れた仕事の効果（浮いた時間など）と、見えない費用まで含めた費用を書き出して、得か損かを計算し、前と後の測り方を決めるシート。スマホでもパソコンでも、そのまま書き込めます。

① 費用対効果の式をつかんだか

払ったお金に対して、どれだけ返ってきたか。

【ストラテジストの視点：ROI＝（効果－費用）÷費用。プラスなら得、マイナスなら損です。効果は①浮いた時間 ②減ったミス ③増えた売上の3つの財布で数えます。最初は浮いた時間×時給だけで十分です。

- ☐ 効果は、まず「浮いた時間×時給」だけで数える
- ☐ 減ったミス・増えた売上は、おまけとしてあとから足す

② 効果を数えたか

1つの仕事だけで計算してみます。

【ストラテジストの視点：例：日報のまとめ。前は毎日30分×20日＝10時間。時給2,000円なら月2万円分（金額は仮の数字）。

仕事の名前

例：日報のまとめ

前は1日何分×月何日

例：30分×20日＝10時間

時給（会社の目安）

例：2,000円

効果（月）

例：2万円

③ 見えない費用まで入れたか

料金だけで計算すると、得に見えすぎます。

【ストラテジストの視点：見える費用＝毎月のプランの料金。見えない費用＝①覚える時間 ②確かめる時間（毎日）③決まりを作って守る手間。
例：確かめる時間 毎日5分×20日＝約3,300円＋料金3,000円＝約6,300円→毎月約1.4万円の得。

プランの料金（月）

例：3,000円（仮）

確かめる時間（1日何分×月何日）

例：5分×20日

覚える時間（最初だけ）

例：10時間＝2万円分→2か月目で回収

効果－費用＝

例：2万円－6,300円＝約1.4万円

4 前と後の測り方を決めたか

想像ではなく、測って出します。

ストラテジストの視点：入れる前に**1週間**、その仕事に何分かかるかを記録。入れた後も**1週間**、確かめる時間まで含めて記録。会社の目標→追いかける数字→毎日の仕事、と木の枝のように分けます。浮いた時間の使い道を先に決める・数字を盛らない・安さだけで選ばない。3か月ごとに見直します。

会社の目標

例：残業を減らす

追いかける数字

例：毎月の残業時間

☐ 入れる前の1週間を記録した

浮いた時間の使い道

例：現場の写真の整理・お客様への連絡



スマホで開く・最新版はこちら

goen-growth.com/ai-kouza/sheet-12/

※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)