

Yジクラブ経営×AI研究会_第21回定例会 / 2026年6月10日

Claudeでおこす業務変革～実践編～

Chrome・Excel・PowerPoint・Coworkを使いこなす1時間

本資料についてのお断り（免責事項）

本セミナー資料は **2026年6月2日時点**の情報に基づいて作成しています。

本でご紹介する機能・名称・対応プラン・価格・提供状況は、今後 **予告なく変更・統廃合される場合があります**。実際にご利用の際は、必ず **各サービスの公式情報**を最新でご確認ください。
また、本資料には**発表者個人の見解**が含まれており、所属組織の公式見解を示すものではありません。

はじめに ― 盛りだくさんでお届けします

本日は“**出血大サービス**”で内容を詰め込んでいます。

本来なら**3時間ほど**かかる内容を、時間の都合で**1時間にギュッと凝縮**しました。

駆け足になり、分かりづらい部分もあるかもしれませんが、あらかじめご了承ください。**1つでも持ち帰れば大成功**です。

現場のリアル

その手作業、毎月どれだけ時間を奪っていますか？

試算表の確認、現場の日報、ケア記録、勤怠の集計、スキルシート整形…どの仕事にも“終わらない繰り返し”がある。

そもそもClaudeとは？



対話できるAI

文章で指示すると答えてくれる**対話型AI**。
最近は**あなたのパソコンの中で“作業”まで**
してくれるようになりました。

理由① 人手が足りない

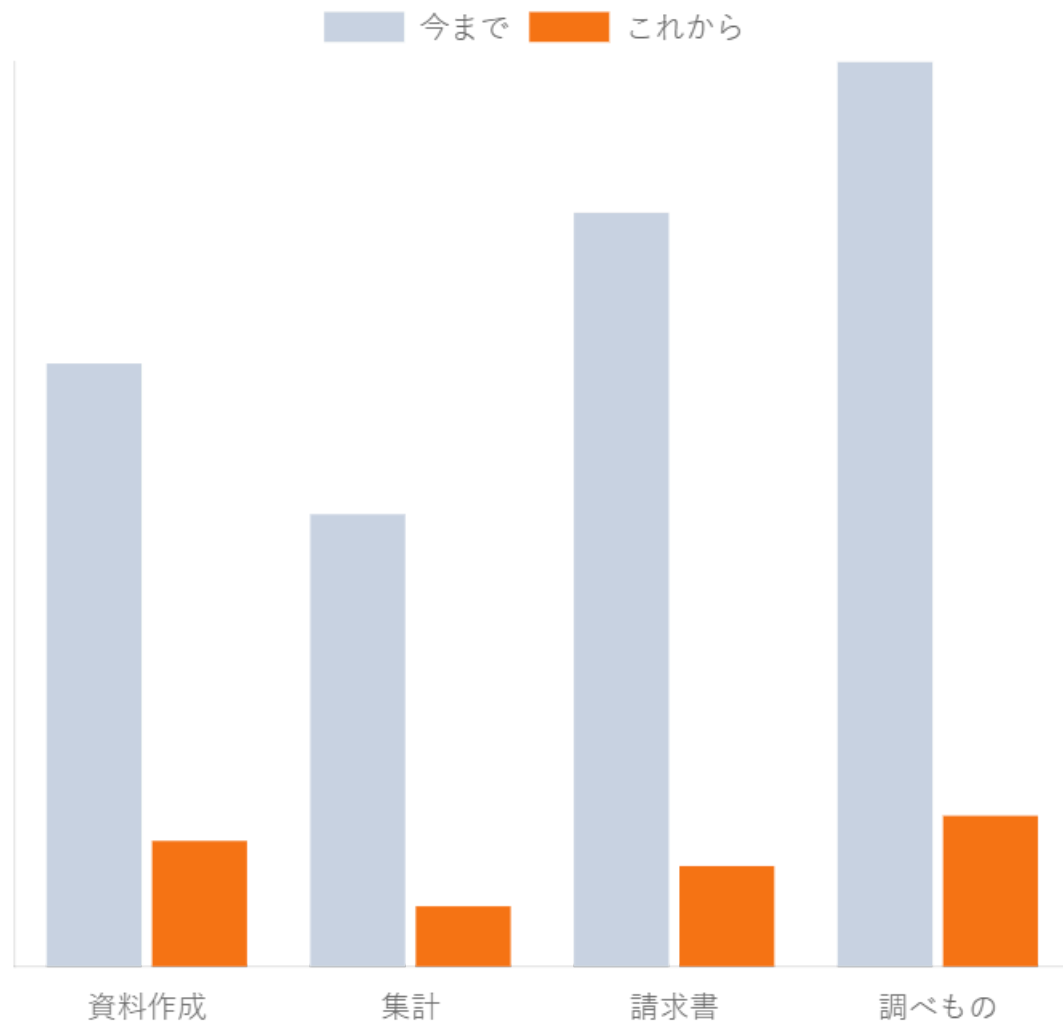


少ない人数でも

調べもの・表づくり・整理を**AIが肩代わり**。
新しく雇わずに“**もう一人**”増えた感覚です。

理由② 時間がかかる

作業ボリューム：今まで → これから(イメージ)



資料・集計・調べもの。
手作業の時間を大きく圧縮。
空いた時間を本業へ。

※どれだけ短縮できるかは案件・要件によって変わります。

理由③ 人によってやり方がバラバラ



手順を引き継ぐ

「あの人しかできない」作業をClaudeに覚えさせると、
だれでも・いつでも・同じ品質でできます。

Claudeを使うイメージ



あなた専属のチーム

超優秀なコンサルタントを4人雇って、
24時間365日、あなたのために働いてくれる。
そんな“もう一つのチーム”を手に入れる感覚です。

AIに任せやすい作業とは



くり返し作業

毎月・毎週の定型



下書き仕事

メール・報告・提案の素案



調べもの

制度・要件・競合の調査



整理・集計

書類・データのまとめ

まずは「重要度は低いが、何度もやる作業」から。失敗しても痛くなく、効果を実感しやすい。

たとえば、こんな本格活用ができます



税理士法人

- 全顧問先の月次推移表を取得し異常を検知
- 顧問先別の所見コメントを一気に作成



社労士法人

- 勤怠データから36協定・割増の異常を検知
- 就業規則を法改正と突合し改定案を提示



会計事務所

- 増減分析と往査の質問リストを自動作成
- 調書・開示の整合性をチェック



建設業

- 現場写真と日報を実行報告書に編集
- 見積・発注・請求を突合し未請求を検出



介護

- 記録からモニタリング報告書を生成
- 加算要件の算定漏れを自動チェック



IT・SES

- バラバラのスキルシートを統一・要約
- 案件要件と要員を自動マッチング

今日おぼえる7つの使い方



Chrome

ブラウザ操作



Excel

表・分析



PowerPoint

スライド



Cowork

PC内の相棒



つなぐ(MCP)

自社サービス



Dispatch

スマホから



定期実行

自動で



+ 特典

(Yジクラブ会員特典：あとでお渡し)

AIで“一日”がこう変わる

これまで

- 朝：メールの仕分けに30分
- 昼：資料づくりに2時間
- 夕方：請求書の転記に1時間

VS

これから

- 朝：AIが要点を3分で要約
- 昼：たたき台が10分で完成
- 夕方：AIが自動で集計

1

第1部 ・ 5分

Claudeはどこにいる？

パソコン・ブラウザ・Office・スマホー どこでも同じClaude

Claudeはどこにいる？



パソコンアプリの3つのモード



話し相手

Chat（チャット）

- 気軽に質問・相談



作業者

Cowork（コワーク）

- PCの中で実際に作業
- 成果物を仕上げる



開発者向け

Code（コード）

- プログラム開発向け

Tips : Claude Code を“あえて”今日は扱いません

3つ目の**Code（コード）**は開発者向けに**PCを深く操作できる強力モード**。便利な反面、**あつかえる権限が広い**のが特徴です。

巷では**Claude Code**研修があふれていますが、**本音**を話すと**導入ハードルは高い**のが実体です。抵抗がなければ実施いただいても構いませんが、**無理に導入して使わなくても問題ありません**。この後お話しする**Cowork**でも同等のことは十分に実現できます。



なぜ今日は外すか

- 扱いを誤ると情報漏えい等の事故リスク



矢崎会計でも

- Claude本体の提供は全社員に“あえて”未展開（全社展開の実績はGoogle WorkspaceのGeminiのみ）



正直な見解

- “非エンジニアOK”の声もあるが、気軽に使うにはハードルが高い

…そういう私は、
実はClaude Code しか使っていません。

(今日お話しするチャットやCoworkは、ほとんど使っていません…)

Claude Code、本当に便利です。

ご興味があれば導入研修も承りますので、個別にご相談ください！

料金プラン早見表

プラン	月額（USD／円は目安）	かんたん説明
無料	\$0（0円）	お試し。一部の機能だけ
Pro	\$20（約3,000円）	今日の機能のほぼ全部が使える★
Max	\$100・\$200（約1.5～3万円）	たくさん使う人向け
Team	\$25/席～（約4,000円～）	会社・チーム向け（管理機能つき）
Enterprise	要問合せ	大企業向け（高度な管理）

価格はUSD建て（円は為替による目安）。最新の正確な料金は公式ページでご確認ください → claude.com/pricing

機密情報を扱うなら Team プランを“推奨”します

なぜ？ — 個人プラン（Pro／Max）との決定的な違い



入力データをAI学習に使わない（既定）

- Team = 商用規約で入力・出力を既定で学習に使わない／Pro・Maxは“モデル改善”オンで学習対象・保持最長5年



組織で一元管理・統制

- 管理コンソール・SSO・役割別権限・利用上限



データの管理者は“組織”

- 退職者の即時遮断・エクスポートなど組織が保有・管理

業種別：守るべき機密情報の例



IT・SES

- 顧客のソースコード／認証情報・APIキー／未公開仕様



会計事務所・士業

- 顧問先の決算・試算表・仕訳／給与・マイナンバー



製造業・一般企業

- 顧客名簿・取引先／社員の個人情報／原価・図面

さらに厳格な要件（監査ログ・SCIM・データ保持制御・IP制限・HIPAA対応）は **Enterprise**。価格は公式 claude.com/pricing。出典：anthropic.com/news（[学習・規約](#)）

料金のポイント & 最新トピック

NEW 2026年5月：Excel・PowerPoint・Word が
すべての有料プランで正式に使えるように（Outlookはベータ提供）

AIは日々かしこくなっています。最近は「じっくり考える／速く答える」を選べる（Effort）ように。迷ったら既定のままでOK。

出典：claude.com/blog / support.claude.com (Effort)

用語のかんたん早わかり (1/2)



Chat

- 気軽に質問・相談する画面



Cowork

- PCの中で実際に作業する相棒



つなぎ口(コネクタ)

- ボタンひとつで他サービスとつなぐ

用語のかんたん早わかり (2/2)



MCP

- Claudeと色々をつなぐ“共通プラグ”
- (USB-Cのような差込口)



スキル

- よくやる手順を覚えさせて一発実行



Dispatch

- 外出先からスマホでPCに頼む

2

第2部 ・ 18分

毎日のツールにClaudeが入る

Chrome（ブラウザ）／Excel／PowerPoint

Chromeに入るClaudeとは



ブラウザの右側に常駐

いつものChromeの**右側**にClaudeが常駐。
画面を見て、**クリック**や**入力**まで代わりに
やってくれます。

Chrome拡張機能として利用できます。

Chromeでできる3つのこと



くり返し作業の自動化

- フォーム入力など
- 一度教えると次から自動



メール・予定の整理

- Gmail・カレンダーを操作



複数サイトの調べもの

- タブをまたいでまとめる

デモ①：取引先の登録番号を一括照合 & 実在チェック



デモ①：実際の頼み方



“こう頼むだけ”

この一覧の登録番号について、国税庁サイトで有効性と名称一致を1件ずつ確認し、失効・名義不一致だけを「要確認リスト」にまとめてください。

人手の目視チェックを、横断で一気に。

Chromeを安全に使うコツ

⚠ 気をつけること

- あやしいサイトの“ニセの指示”
- 知らないサイトでの操作
- 勝手に送信・購入

VS

✓ 対策

- まず信頼できるサイトから
- 送信・購入の前は必ず確認
- 一度OKした操作だけ自動に

一度教えれば、次から自動



操作を一度**記録**して教えると、
次回からは**ボタン**ひとつで同じ作業。
毎週の定型作業にぴったりです。

本格例：定型フォーム入力を“教えて自動化”



操作を記録して再利用



一度だけ手本を見せる

- e-Govや各種ポータルの入力操作を記録



次回からワンクリック

- 同じ申請・登録を自動入力
- 毎回の単純入力がゼロ手間に

ExcelのClaudeとは

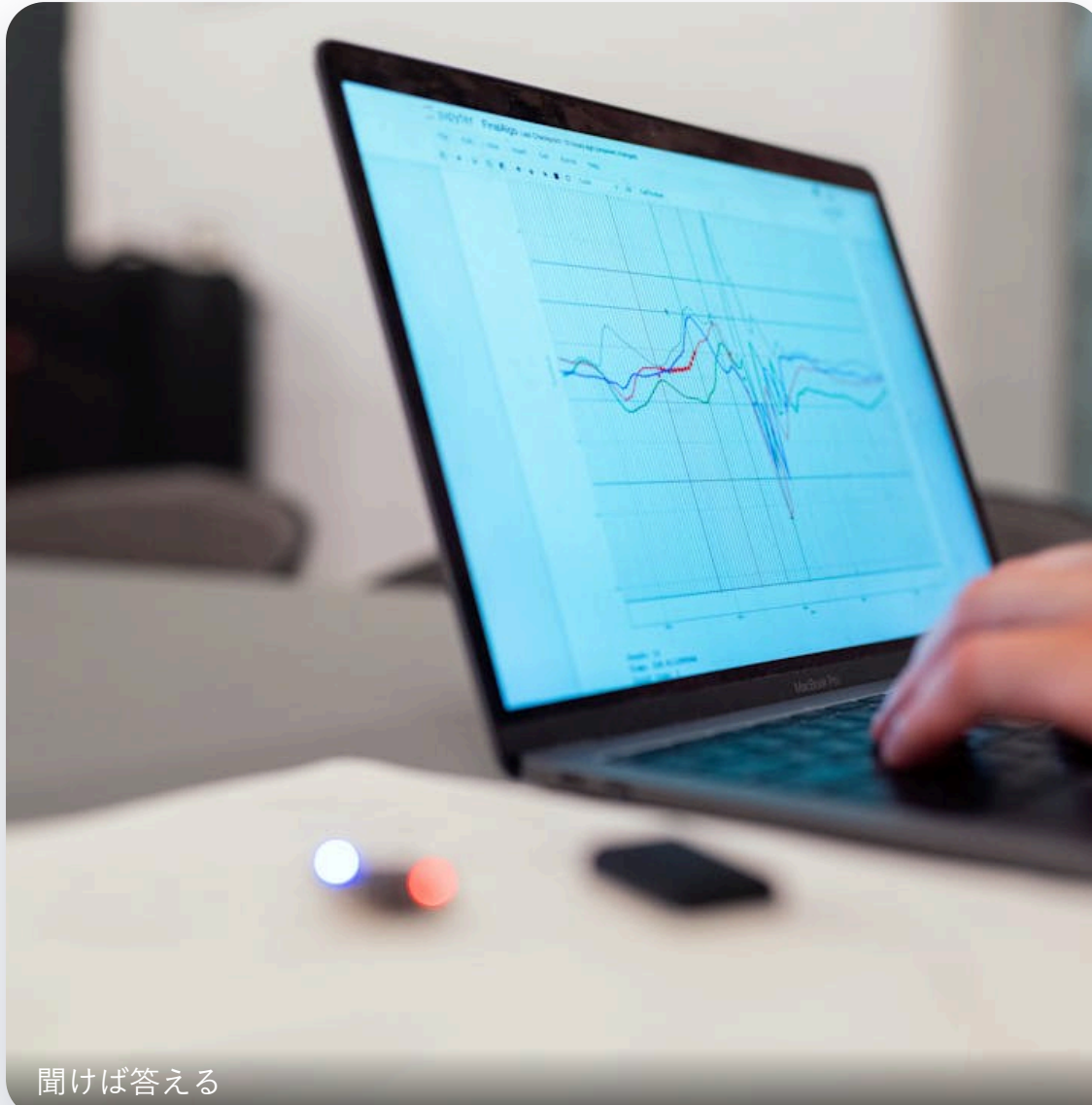
項目	内容
使える人	有料プランならだれでも
呼び出し	Ctrl+Alt+C（同時押し）
できること	表・グラフ・集計・修正
対応	Windows / Mac

出典：support.claude.com



表計算の相棒

Excelでできること①：質問と修正



?

セルや数式に質問

- 「この数字の意味は？」に答える
- 元のセルへジャンプ



エラーを直す

- #REF! などの原因を特定して修復

Excelでできること②：表・グラフ作成

作る・整える

- ゼロから表を作る
- ピボット集計表を作る
- 並べ替え・絞り込み

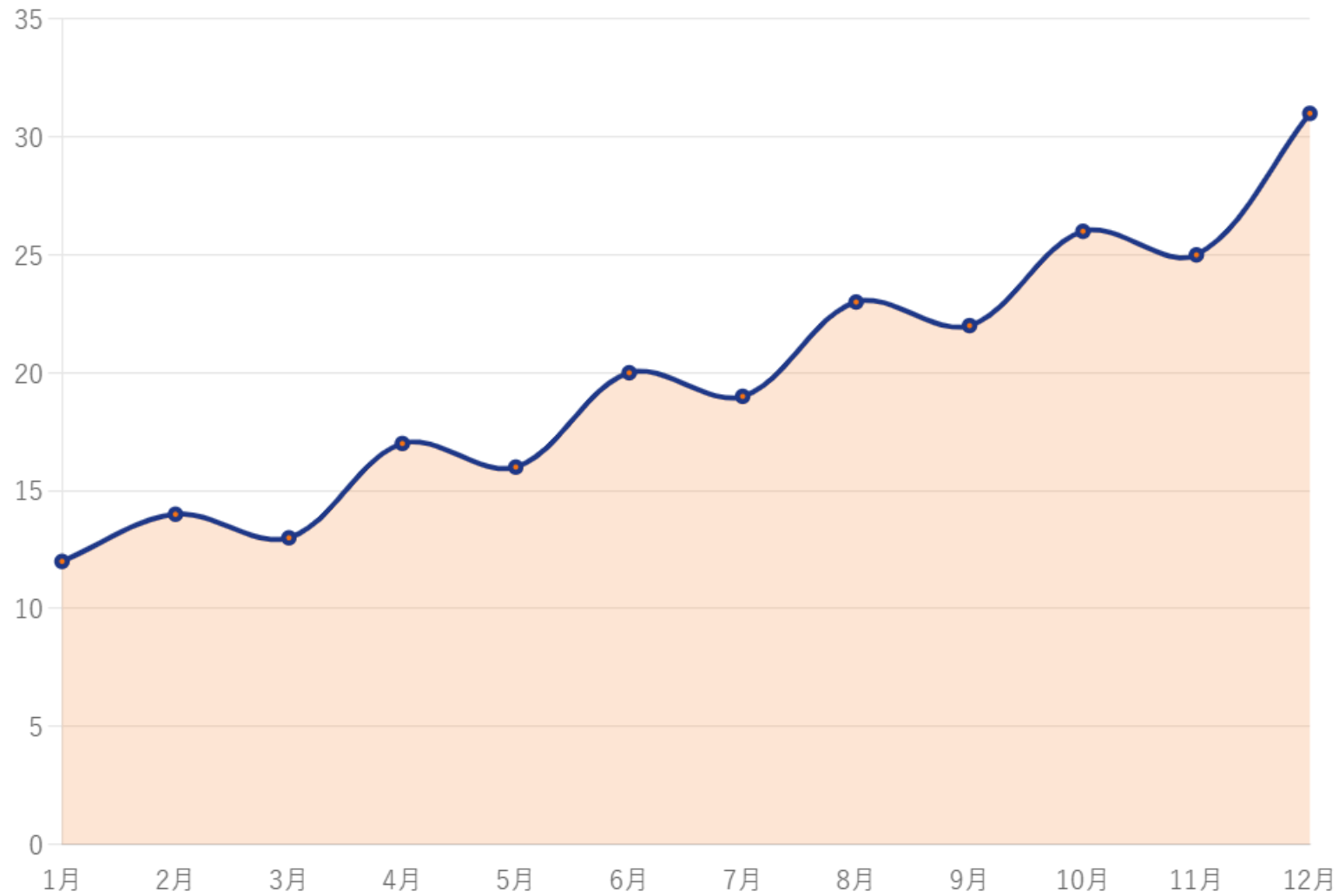
VS

見やすくする

- グラフを作る
- 色分け（条件付き書式）
- 印刷の体裁を整える

Claudeが作るグラフの例

月別の売上



地域別の割合

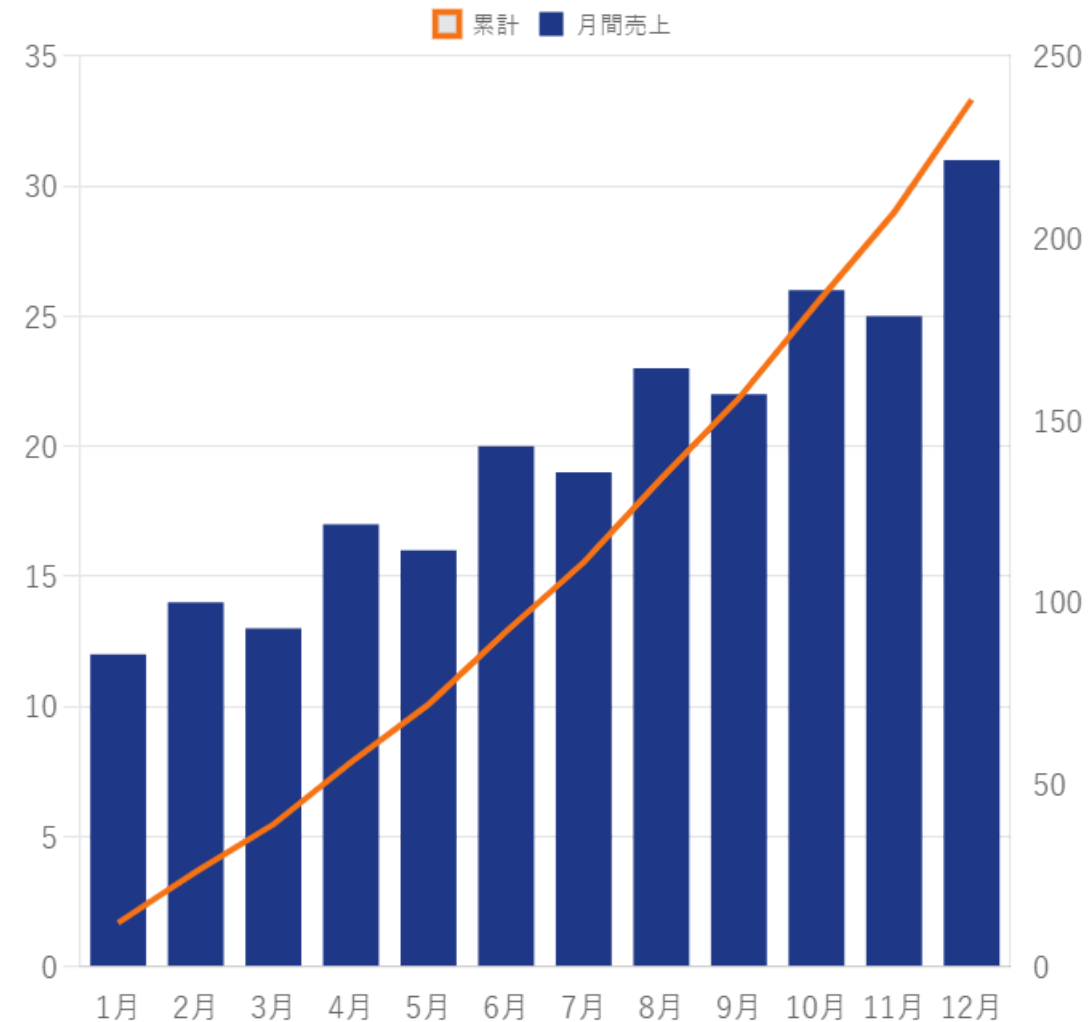


デモ②：会計データの“異常”を自動で見つける



デモ②：完成イメージ

月別売上ダッシュボード



ただの集計表ではなく、
“危ない動き”をAIが指さす資料に。
経営会議でも要点が一目で伝わります。

関数が苦手でも大丈夫



日本語で頼むだけ

むずかしい関数を覚えなくてOK。

「合計を出して」「平均は？」と

日本語で頼めばClaudeが式を作ります。

Before / After：売上表

Before（よくある表）

- 表記がバラバラ（東京/TOKYO）
- 空欄・重複が混じる
- ぱっと見で分からない

VS

After（Claude整形後）

- 表記を統一
- 重複・空欄を修正
- グラフで一目瞭然

PowerPointのClaudeとは



スライド作りの相棒

2026年5月から、すべての有料プランで使えるように（以前は上位プラン限定）。
会社のテンプレートに合わせてスライドを作ります。

出典：claude.com/blog

PowerPointでできること



テンプレート通り

- 会社の書式・色を守って作る



図やグラフに変換

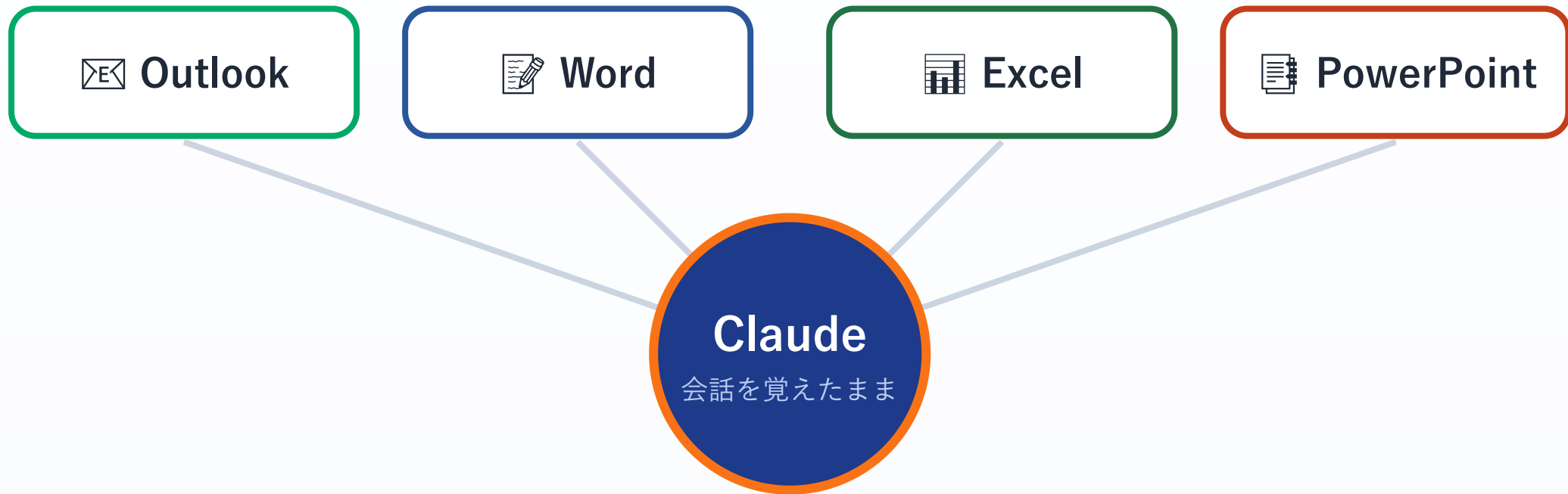
- 箇条書き → 編集できる図に



あとで直せる

- 作った後も自由に編集

4つのアプリが“記憶”でつながる



Excelの数字を直すと PowerPoint のグラフも自動で直る

デモ③：Excel → PowerPoint 一気に



本格例：数字を直すと、資料も自動で直る



Excel ↔ PowerPoint 連動

Excelの実数から報告書・提案書を生成。
**あとでExcelの数字を直すと、PowerPoint
のグラフも自動で追従。**
毎月の“数字差し替え & 作り直し”が消えます。

3

第3部 ・ 15分

Cowork — PCの中の相棒

フォルダごと任せて、成果物を仕上げてもらう

Coworkとは



PCの中で作業する相棒

フォルダを渡すと、**たくさんのファイルを
読んで**
報告書やまとめを**1本に仕上げて**返してくれます。

2026年4月から Windows でも正式に使えます。

出典：support.claude.com

ChatとCoworkのちがい

	Chat（チャット）	Cowork（相棒）
頼み方	1問1答	「成果物」をお願い
ファイル	その都度あげる	フォルダごと渡す
やること	その場で回答	計画→分担→仕上げ
結果	会話	ファイルで納品

だから安心して任せられる



渡したフォルダだけ

- それ以外は触らない



先に計画を見せる

- OKしてから作業開始



消す前に必ず確認

- 勝手に削除しない



小さく始める

- 大事でないフォルダから

デモ④：散らかったフォルダを整理



デモ⑤：請求書PDFをまとめて集計



請求書の山を一括処理



読み取り

- PDF5枚から 取引先・金額・期日



出力

- 一覧／集計／支払日カレンダー

プラグインとスキル



プラグイン

- 営業・法務・経理など
- 役割ごとの“追加パック”



スキル

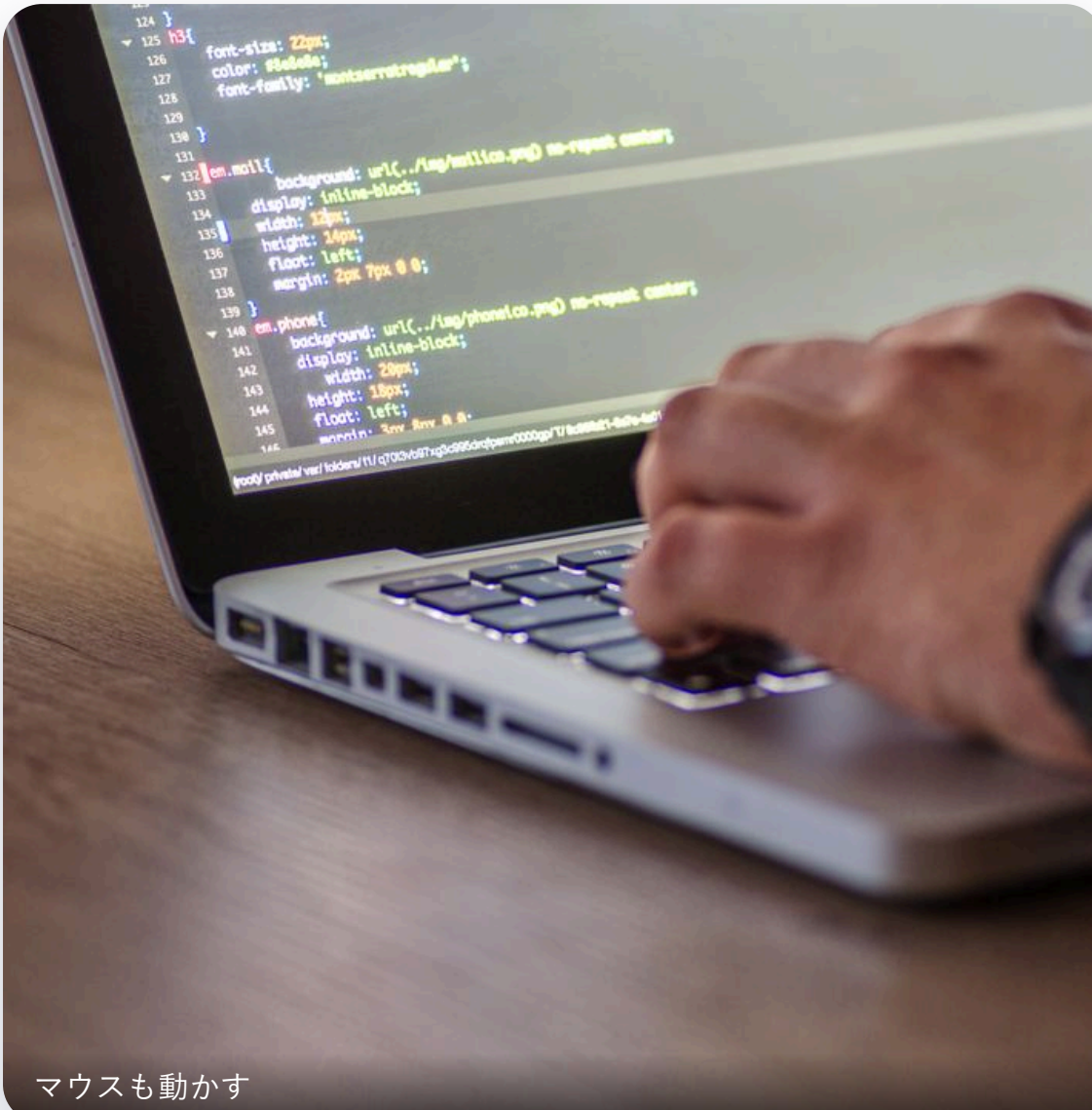
- よくやる手順を覚えさせる
- 次からワンクリック



例

- 毎月の請求書集計
- 競合調査スライド

Computer Use（画面操作機能）



Claudeがマウスやキーボードを直接動かして、
アプリを操作してくれる機能（お試し版）。

主に“つなぎ口が無い社内システム”を動かす時の最終手段。

出典：support.claude.com

使う順番のおすすめ

1

つなぎ口でつなぐ

いちばん速くて確実



2

ブラウザで操作

Web上の作業はこれ



3

Computer Use（画面操作）

最後の手段

“わが社流”を覚えさせる

「日付はこの形式」「原本は触らない」など

社内ルールを一度伝えると、
次からはそれを守って作業します。



ルールを記憶

Coworkが得意な仕事



資料づくり

- 複数ファイルから報告書



整理・分類

- フォルダ整理・棚卸し



調査・要約

- 長い資料を要点に



第3.5部 ・ 8分

様々なサービスにMCPでつなぐ

“共通プラグ（MCP）”でClaudeが社内の言葉を理解する

MCP（共通プラグ）でつながるとは



Claudeと色々なサービスをつなぐ**共通の差込口=MCP**。

たとえるなら**USB-C**。1本で何でもつなげる発想です。

むずかしい開発は不要。**つなぐだけ**。

企業にとっての意味

ベンダーに開発を頼まなくても、
サービス側が対応していれば“つなぐだけ”で使える

自社の基幹システムも対応すれば、Claudeが社内の言葉を分かる“部下”になります。

MCPでつなげるものは3種類

① つなぎ口（公式・200種類超）

ボタンひとつでつながる

② 自社サービス用のつなぎ口

もらった住所(URL)を貼るだけ

③ PC内のファイルにつなぐ

パソコンの中の書類やデータ

つなぐのは **1～2分**。画面の案内に従うだけ（パスワードは渡しません）。

つなぐのはこんなに簡単

つなげるサービスの種類(イメージ)



■ 書類・保存 ■ メール・チャット ■ 開発 ■ 業務ソフト ■ その他

200種類超

公式のつなぎ口

1～2分

つなぐ時間

無料でも

一部つながる

出典：anthropic.com/news

使い方の例（1/2）：士業・会計



税理士法人

- 会計ソフトから試算表を取得→増減を自動コメント
- 申告前チェックリスト



社労士法人

- 就業規則の新旧対照たたき台
- 助成金の要件を調べて該当性メモ



会計事務所

- 財務の増減分析を自動コメント
- 長い資料を要点に要約

使い方の例（2/2）：現場・IT



建設業

- 現場写真＋メモから作業報告書
- 見積・発注・請求の突合



介護

- 介護記録の要約・ケアプランの下書き
- 加算要件の確認（機微情報は社内ルールで）



IT・SES

- スキルシートの体裁を統一
- 案件×人材のマッチング表・稼働集計

本格例：Gmail × カレンダーで日程調整まで



デモ⑥：問い合わせを“放置ゼロ”に — Gmail→kintone→Chatwork — 気通貫



ここがAIならではの：非定型メールから要件・予算・緊急度・確度を構造化 → 既存案件と重複照合 → 担当・期限・初動まで提案。単なる転記ではなく“読んで・判断して・段取り”まで。 **読解→kintone登録→Chatwork通知まで当日ライブ**（デモ環境で実行）。

つながるサービスの例



Drive
書類保存



Gmail
メール



カレンダー
予定



Slack
チャット



会計ソフト
経理



顧客管理
営業



決済
売上



Notion
メモ

会計事務所のある一日



4

第4部 ・ 7分

外出先から／自動で

スマホから頼む・決まった時刻に自動で動かす

スマホからPCに頼む（Dispatch）



条件は**会社のPCがついていてアプリが開いていること**。

デモ⑦：電車の中からPCを動かす



自動で動かす（定期実行）の例



毎朝7時

- 今日の予定とメールを要約



毎週金曜

- 競合サイトの更新をチェック



毎月1日

- 先月の請求書一覧を更新

“いつ・どこで動くか”の早見表

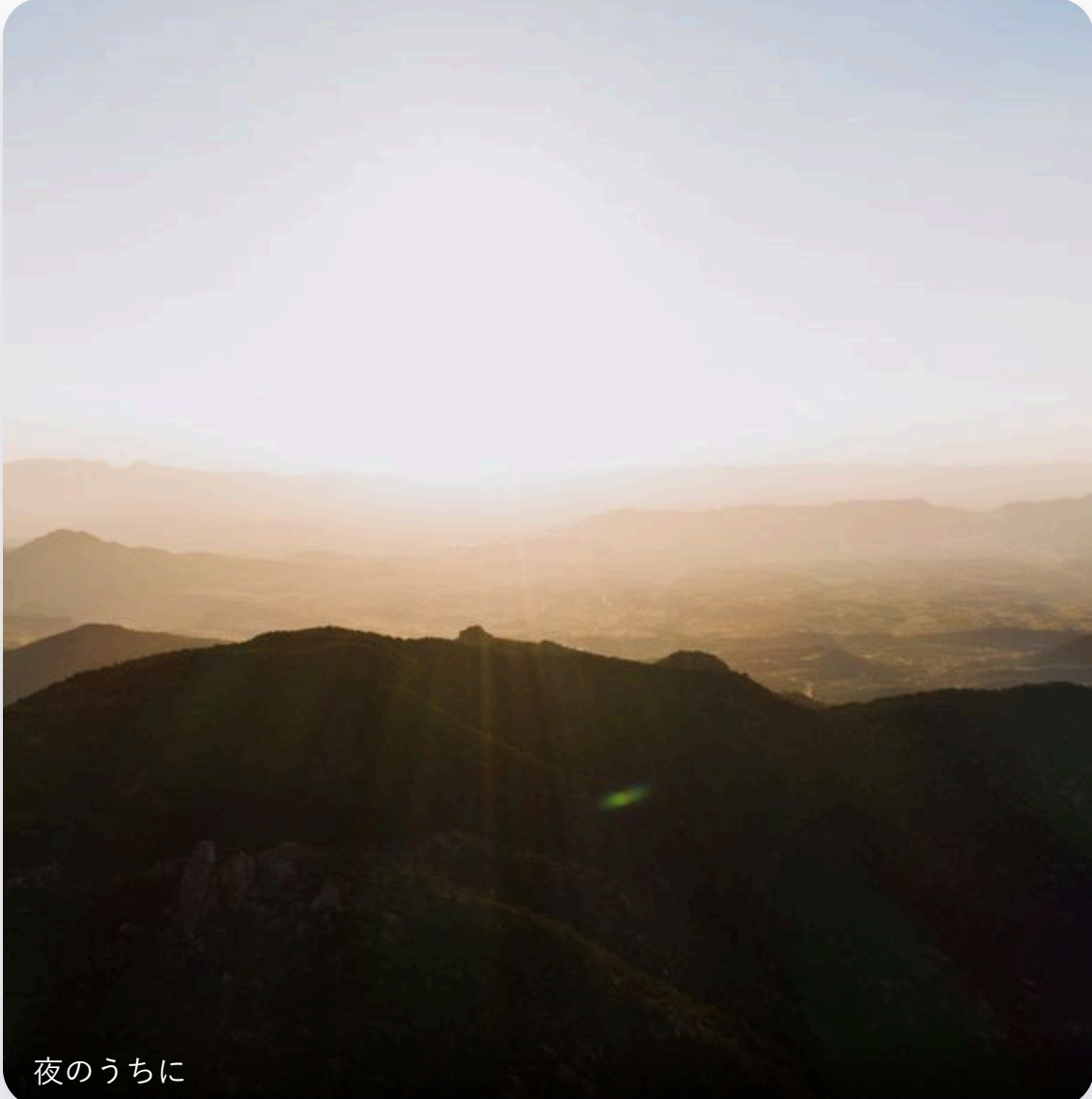
やり方	動く場所	必要なこと	用途
Chat	ネット上	いつでも	その場の会話
Cowork	会社のPC	PCがついている	1回の作業
定期実行	会社のPC	時刻にPCがついている	くり返し
スマホから	会社のPC	同上	外出先から

決まった時刻に自動で（Cowork／Chatの定期実行）

Cowork や Chat から、
「**毎朝7時に～して**」のように
決まった時刻の**自動実行（定期実行）**を設定できます。

実行には**会社のPCがついていて、アプリが開いている必要があります**（PCが寝ていたら、次に起動した時に実行）。

出典：[support.claude.com](https://support.claude.com/ja/cowork-regular-execution)（Coworkの定期実行）



夜のうちに

セキュリティとプライバシーの安心



勝手に送らない

- 送信・購入の前に必ず確認



見る範囲を限定

- 許可したフォルダ・サイトだけ



個人情報・機微情報

- 給与・労務・介護記録・顧問先データは
- 社内ルールの範囲で扱う

社労士・介護・会計など機微な個人情報を扱う業務ほど、最初は**ダミーデータ**で試すのが安全。

Claudeが得意なこと / 人の役割

Claudeが得意

- 調べもの・要約
- 表や資料の下書き
- くり返し作業

VS

人が担うこと

- 最終チェック・判断
- お客様との関係づくり
- 責任ある意思決定

今日できるようになったこと



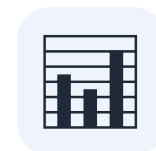
Chrome

ブラウザ操作を任せる



Cowork

PC内で作業を仕上げる



Excel / PPT

表・グラフ・スライド



連携・自動

自社サービス・定期実行

はじめ方ロードマップ

Week 1

まずChatに慣れる + Chrome拡張を入れる

～1ヶ月

Excel連携 + つなぎ口を1つ試す

2ヶ月目

Coworkで毎月の作業を自動化

3ヶ月～

スマホ操作・複数サービス連携へ

今日のキーマッセージ

- ① Claudeは**PCの中で実際に作業**してくれる
- ② **自社のサービス**にもつなげられる
- ③ **少しずつ**使い方を広げればいい
- ④ 最初は「**大事でない×くり返し作業**」から

Yジクラブ会員様特典のご案内

Yジクラブの会員様特典は**Claude**で作成した本格的で便利なHTMLツール。

Yジクラブ会員様には**個別URL**を配布いたします。

⚠ ブラウザのキャッシュ（ローカルストレージ）に入力されたデータを保存し、保持されます。ブラウザの履歴等を削除する場合は一緒にデータも消える可能性がありますのでご注意ください。

⚠ 本特典ツールはデモツールです。算出・判定・表示される内容の正確性・完全性は保証されず、誤りを含む場合があります。実際のご利用の際は必ずご自身で内容をご確認のうえ、あくまで機能を体感いただく目的でお使いください。利用により生じたいかなる結果・損害についても提供者は一切の責任を負いかねます。

特典

便利HTMLツール（全6種）

会議効率化／請求書チェック／カンバン／ホワイトボード／案件パイプラインCRM／顧問先報告

⚠ 特典の便利HTMLツールはWindows環境のChromeで動作確認済みです（macOS環境は未検証）

ありがとうございました

まずは一步踏み出してみましょう！

「まずは日々の単純作業の効率化」から。あなたの“もう一人の戦力”を育てていきましょう。