AI伴走LABO

となりのパソコン教室

TONARI PC SCHOOL

全部覚えなくていい。
聞き方を、となりで。



となりのパソコン教室は、AIエンジニア監修の出張パソコンレッスンです。操作を1から全部覚えるのではなく、わからないことをAIに聞いて、確かめて進めるやり方を、ご自宅・職場・学校へ伺って横でお教えします。

- ①課題集中
- ②導入
- ③AIはじめて
- ④学校・子ども
- ⑤〜⑦Excel
- ⑧〜⑩HP・LP・チラシ
- ⑪業務アプリ

株式会社スリーピース　AI伴走LABO
〒650-0046　神戸市中央区港島中町6-3-6　／　0120-935-593

CONTENTS

目次

はじめに・教え方

- となりのパソコン教室とは — 3つのお約束 — 03
- 料金 — 1名あたり・出張料0円・団体割引 — 04
- 教え方は5ステップ — 覚えるもの／聞けばいいもの — 05
- AIエンジニア監修の近道 — 資格の教室ではありません — 06
- AIと上手につきあうために — 3つの約束・答えが人で違うとき — 07
- コース一覧 — ①〜⑪とオーダーメイド — 08

お申込みと受講

- オーダーメイドと職場の研修 — 組み方の例・安心導入パック — 18
- 教材・アプリとお申込み — 聞き方カードメーカー・予約の流れ・受講条件 — 19
- お問い合わせ — 電話・メール・公式LINE — 20

コースのご紹介（各1ページ）

- ① 課題集中 — 09
- ② 導入 — 10
- ③ AIはじめて — 11
- ④ 学校・子ども向け — 12
- ⑤ Excel 初心者 — 13
- ⑥ Excel 中級者 — 14
- ⑦ Excel 上級者 — 15
- ⑧⑨⑩ HP・LP・チラシ — 16
- ⑪ アプリ作成パック — 17

このカタログの読み方

各コースのページは「こんな方に・回ごとの内容・エンジニアの近道・AIへの聞き方の例・持ち帰るもの・料金」の順で同じ形にそろえています。表示価格は税抜です。

ABOUT

となりのパソコン教室とは

ご自宅・事務所・お店・学校へ伺い、いつも使っているパソコンで、横に座ってお教えする出張レッスンです。「何がわからないのかわからない」からで大丈夫です。

PROMISE 01

全部覚えなくていい

覚えるのは毎回使う最低限だけ。細かい操作や関数は、AIに聞けば出てきます。教室ではその「聞き方」と「確かめ方」を練習します。

PROMISE 02

AIエンジニア監修の近道

業務アプリやAIの仕組みをつくっているエンジニアが、現場で使っている「こうすれば簡単」をカリキュラムにしました。

PROMISE 03

塾と英会話教室の教え方

運営は個別指導塾・英会話教室を続けてきた会社。答えを先に言わず、ご本人に手を動かしてもらい、明日ひとりでできる形にします。

こんなときに

- 今さら1から覚えるのは大変
- 「ブラウザ」「ログイン」が分からない
- 新しいシステムを入れたけど使いこなせない

こんな方に

- Excelはずっと我流
- 毎月の集計に何時間もかかる
- AIを使ってみたいけど不安

こんな場所に

- ご自宅・事務所・お店
- 学校の授業・校内研修・PTA
- 地域・団体のイベント

運営　株式会社スリーピース（2007年設立）　個別指導塾 大阪市内8か所／大阪大学生講師の個別指導「学」／オンライン英会話／AI伴走LABO

PRICE

料金

受講料は1名あたり。出張料・入会金はいただきません。表示価格は税抜で、別途消費税（10%）がかかります。

1名あたりの受講料（キャンペーン価格）

1回の時間	一般的な相場	当教室（税抜）	税込	
1時間	3,000〜7,000円	2,000円	2,200円	
2時間	6,000〜14,000円	3,800円	4,180円	5%OFF
3時間	9,000〜21,000円	5,400円	5,940円	10%OFF

一般的な相場は、出張・個別のパソコンレッスンの1時間あたりの目安です。1回は1〜3時間、1〜10名まで一緒に受講できます。

NO EXTRA FEE

出張料・入会金 0円

法人・団体・学校で10名のご予約は、1回の訪問ごとに総額（税抜）から**5,000円引き**。

制作パック（値引き対象外）

⑧ ホームページ	120,000円＋税	10時間
⑨ LP・広告	100,000円＋税	8時間
⑩ チラシ・名刺など	50,000円＋税	6時間
⑪ 業務アプリ	200,000円＋税	20時間

基本時間を超えた分は1講義ごとにパック料金（税抜）の5%。着手から2か月以内の完成が目安。

お支払い

- 銀行振込
- 請求書払い（法人・団体・学校）
- クレジットカード

当日の現金払いはありません。

キャンセル

- 受講日の2日前まで：無料
- 前日：受講料の50%
- 当日：受講料の100%

当社の都合で実施できなかった場合は全額返金します。

HOW WE TEACH

教え方は、毎回この5ステップ

操作を1つずつ覚えるのではなく、「AIへの聞き方」と「答えの確かめ方」を練習します。教室が終わったあとも、AIに聞きながら続きを覚えていけます。

01 言葉にする

やりたいことを「〇〇の画面で、〇〇したい」の一文に

02 AIに聞く

一文に「使っているもの」と「欲しい形」を足して聞く

03 やってみる

AIの手順どおり、ご本人が操作。講師は指差しだけ

04 確かめる

画面の言葉と合うか。少ないデータで小さく試す

05 カードに残す

うまくいった聞き方を「聞き方カード」に書いて持ち帰る

覚えるもの（毎回使う最低限）

- 電源の入れ方・切り方、保存
- 元に戻す（Ctrl＋Z）、コピー・貼り付け
- 画面の言葉（セル・行・列、ブラウザなど）…AIに正しく聞くため
- そのコースで一番よく使う操作1〜2個

AIに聞けばいいもの

- 関数・式の書き方、ショートカットキー
- 設定の場所、細かい手順
- エラー表示の意味と直し方
- 文章の下書き、アイデア出し

聞き方の型　今の状況 ＋ やりたいこと ＋ 使っているもの ＋ 欲しい形　　例）Excelで売上表を作っています。担当者ごとの合計を出したいです。Microsoft 365のExcelです。手順を番号つきで教えてください。

ENGINEER'S SHORTCUT

AIエンジニア監修の「こうすれば簡単」

教科書どおりの使い方より、実際の仕事で「こうすると早い」というやり方をお伝えします。

01

式は書かない

「A列が〇〇のとき…」と言葉で頼めば、関数はAIが作ります。出てきた式は「分解して説明して」で意味まで確認。

02

表の形を整えるだけ

1行に1件・1列に1種類。結合セルや「円」付きの数字をやめるだけで、集計もグラフも一瞬に。

03

毎月の作業は「更新」だけに

コピペの繰り返しは、パワークエリやGASで仕組みにして終わらせます。

04

エラーは読まずに貼る

表示をそのままAIに渡せば、原因と直し方がわかります。名前やパスワードは隠してから。

こんな方に向いています

- 仕事を早く終わらせたい
- 自分でできるようになりたい
- AIを実務で使いたい

資格・検定の教室ではありません

Excel検定やMOSなどの試験対策は行っていません。試験の範囲を順番に覚えるより、明日の仕事が速くなるやり方をお教えします。資格の取得が目的の方には、試験対策の講座をおすすめします。

AI RULES

AIと上手につきあうために

使うのは無料で使えるAI（ChatGPT・Gemini・Windowsに入っているCopilotなど）。Excelの中で動くCopilotは有料なので、なくてもできる形でお教えします。

RULE 01

入れない

名前・住所・電話番号・パスワード・お客様の情報は、AIに入れません。

RULE 02

確かめる

AIはときどき間違えます。お金・契約・健康・期限など大事なことは、公式の情報で確かめます。

RULE 03

任せきりにしない

AIは下書き係。最後に決めるのはご自身です。

AIの答えは、人や回によって少しずつ変わります

同じ質問でも答えが違うのはAIの性質で、故障や間違いではありません。教室では先に「完成形」をお見せし、そこにたどり着ければ手順が違っても正解として進めます。答えの見比べ方・整え方もあわせてお伝えします。

複数人で受けるとき

- 全員同じ「聞き方カード」の文と練習ファイルを使う
- 結果で答え合わせ（式が違っても結果が合えばOK）
- 隣の人と見比べて、違いを確かめ方の練習に
- 7名以上は補助講師 or 2グループで進行

AIの回答の正確性は保証されません。AIの回答をもとにした判断・操作の結果について当社は責任を負いかねますので、大切な判断は公式の情報などでご確認ください。

COURSE LIST

コース一覧

決まったカリキュラムから選ぶことも、回数・順番・中身を自由に組むこともできます（18ページ）。金額は1名あたり・税抜です（制作パックは1案件あたり）。

	コース	こんな方に	回数・時間	料金（税抜）	ページ
①	**課題集中**	「これだけ知りたい」がある方	1回・1〜2時間	2,000円〜	09
②	**導入**	何から聞けばいいか分からない方	全4回・各2時間	計15,200円	10
③	**AIはじめて**	ChatGPTなどを使ってみたい方	1〜2回・各2時間	1回3,800円	11
④	**学校・子ども向け**	授業・研修・子どもの教室	45〜90分	お見積り	12
⑤	**Excel 初心者**	入力はできるが我流の方	全2回・各3時間	計10,800円	13
⑥	**Excel 中級者**	表計算の資料を作りたい方	全3回・各3時間	計16,200円	14
⑦	**Excel 上級者**	複数ファイルを扱う方	全3回・各3時間	計16,200円	15
⑧	**ホームページ**	HPを自分で持ちたい方	10時間	120,000円	16
⑨	**LP・広告**	1枚ページで申込を増やしたい方	8時間	100,000円	16
⑩	**チラシ・名刺など**	印刷物を自分で作りたい方	6時間	50,000円	16
⑪	**業務アプリ**	毎日の作業を仕組みにしたい方	20時間	200,000円	17

COURSE 01

① 課題集中

困りごとを、その場で。次は自分で。

1回
1〜2時間
1〜10名



回ごとの内容

ゴール　今日の困りごとが解決し、次に同じことが起きたら自分でAIに聞いて直せる

困りごとを一緒に解決する　60〜120分

困りごとを直すだけで終わらせず、「次は自分で聞ける」状態で帰ってもらう

1. **困りごとをやって見せてもらう**
   口の説明より、実際の画面の方が原因が早く見つかる。本人のくせもわかる
2. **やりたいことを一文にする**
   AIに聞く力の土台は「言葉にする力」。ここを講師が代わりに言わない
3. **AIに一緒に聞く**
   答えを講師が教えるのではなく、AIから答えを引き出す体験をさせる
4. **AIの手順どおりに本人が操作する**
   「確かめながら進む」習慣をつける。AIの答えは100%正しいとは限らない
5. **聞き方カードに書き残す**
   操作手順ではなく「聞き方」を持ち帰る。これが自走の道具になる

次回までに：次に困ったとき、まずカードの型でAIに1回聞いてみる

こんな方に

「これだけ知りたい」がある方
メール・LINE設定／プリンター／写真整理／PDF／Zoom／共有フォルダ／請求書など

エンジニアの近道

- エラーは読まずに、表示をそのままAIに貼る（写真でもOK）
- やりたいことが一文にできたら、半分は解決している
- 直す前にコピーを取る。困ったらCtrl＋Zで戻す

AIへの聞き方の例

> Windows11のパソコンで、〇〇の画面から〇〇したいです。手順を番号つきで教えて

> 画面に「〇〇」と出て先に進めません。どういう意味で、どうすればいいですか？

> 今の手順の3番がうまくいきません。画面には「〇〇」と表示されています

持ち帰るもの

聞き方カード（その日うまくいった聞き方）

料金

1名 1時間 2,000円＋税〜（2時間 3,800円＋税）

COURSE 02

② 導入

怖さをなくして、声で聞けるところまで。

全4回
各2時間
1〜10名



回ごとの内容

ゴール　基本の操作ができて、わからないことはAIに声や文字で聞ける

第1回　パソコンと仲良くなる　120分

怖さをなくす。「全部覚えなくても、聞けばいい」を最初に体験してもらう

電源の入れ方・切り方 ／ マウスとクリック ／ 文字を打つ（キーボード） ／ 声で文字を入れる（Windowsキー＋H） ／ AIに声で聞いてみる

次回までに：わからない言葉を1つ、AIに声で聞いてみる

第2回　インターネットを使う　120分

「検索」と「AI」の違いと使い分けを知り、答えを確かめる習慣をつける

ブラウザを開く ／ 検索してみる ／ 同じことをAIに聞いて比べる ／ AIの答えを確かめる ／ 長いページを要約してもらう

次回までに：気になるニュースを1つ、AIに3行でまとめてもらう

第3回　アカウントとログイン　120分

ログインで止まらない。エラーが出たら、落ち着いてAIに意味を聞ける

アカウントとパスワードの意味 ／ パスワードの管理方法を決める ／ 2段階認証（確認コード） ／ エラー画面をAIに見せる ／ AIのアカウントを作る

次回までに：パスワードの置き場所を決めて整理する

第4回　メールと安全　120分

メールの送受信ができて、あやしいメールをAIと一緒に見分けられる

メールを読む・送る ／ 添付ファイル ／ あやしいメールの見分け方 ／ AIに「あやしいところ」を聞く ／ 返信の下書きをAIに頼む

次回までに：聞き方カードを見ながら、1週間に1回はAIに何か聞いてみる

こんな方に

何から聞けばいいか分からない方

エンジニアの近道

- 打つのが苦手なら、Windowsキー＋Hで声で入力する
- 画面はWindowsキー＋Shift＋Sで撮って、AIに見せる
- 迷ったらまずCtrl＋Z（元に戻す）

AIへの聞き方の例

> スリープとシャットダウンの違いを、やさしく教えて

> パソコンの画面の文字を大きくするには？ Windows11です

> 「デスクトップ」ってなんですか？ 60代の初心者にもわかるように

持ち帰るもの

パソコンの言葉カード・覚えるキー7つ・あやしいメール見分けワーク

料金

計 15,200円＋税（税込 16,720円）／1名

COURSE 03

③ AI はじめて

頼み方の型ひとつで、AIは頼れる助手に。

1〜2回
各2時間
1〜10名



回ごとの内容

ゴール　AIに上手に頼めて、答えを確かめ、仕事や暮らしに1つ取り入れられる

第1回　AIと話してみる　120分

AIは「質問の仕方しだいで答えが変わる相手」だとわかり、自分の型を持つ

1. **AIを開いて、まず普通に聞く**
2. **頼み方の型を教える**
3. **聞き直す・注文をつける**
4. **写真を見せて聞く**
5. **AIの3つの約束**

次回までに：型を使って、生活のことを3つAIに頼んでみる

第2回　仕事で使う　120分

毎週の作業を1つ選び、AIに任せる部分を決めて、ひな形として保存する

1. **くり返しの作業を1つ選ぶ**
2. **AIと人の分担を決める**
3. **指示文を作ってためす**
4. **ひな形として保存する**
5. **アプリで自動化できることを紹介**

次回までに：保存したひな形を、実際の仕事で3回使う

こんな方に

ChatGPTなどを使ってみたい方

エンジニアの近道

- 頼み方は「誰が・何をしたい・どんな形で」の型1つで足りる
- うまくいった指示文は、ひな形としてメモに保存して使い回す
- 長い文章は「3行で」「箇条書きで」と形を指定する

AIへの聞き方の例

> 私は〇〇です。〇〇したいので、〇〇の形で教えて

> 今の答えを、もっと短く・箇条書きで

> この写真の説明書で、〇〇のやり方の部分を教えて

持ち帰るもの

頼み方の型シート・仕事のAI化ワークシート・指示文ひな形

料金

1回 3,800円＋税（2時間・1名）

COURSE 04

④ 学校・子ども向け

AIは、考えを広げる相棒。

45〜90分
クラス単位も可
お見積り



回ごとの内容

ゴール　子ども：AIを「考える相棒」として安全に使う感覚を知る／先生：授業や校務でAIを使う型を持つ

授業の型（45分）　45分

AIは答えを教える機械ではなく、考えを広げる相棒。使い方のルールも一緒に学ぶ

1. AIってなに？（導入5分）
2. 先生の画面でAIに聞いてみせる（説明10分）
3. AIの答えを確かめる（実習25分）
4. 3つの約束（振り返り5分）

次回までに：おうちの人と3つの約束を話してみる

先生向け校内研修・PTA講座（90分）　90分

授業準備・校務でのAI活用の型を持ち、子どもに伝えるルールを共有する

1. AIでできること・できないこと
2. 校務で使う（お便り・プリント）
3. 授業準備で使う
4. 子どもに伝えるルールを決める

次回までに：お便りを1通、AIの下書きで作ってみる

こんな方に

学校・先生・保護者・地域の方

エンジニアの近道

- AIに答えを出させるのではなく、「問い」や「考え方」を出させる
- 答えは本や教科書で確かめる、をセットにする

AIへの聞き方の例

> （先生の画面で）〇〇について、小学生にもわかるように説明して

> 〇〇の自由研究のテーマを5つ提案して

> この答えにまちがいがないか、どう確かめればいい？

持ち帰るもの

AIとなかよく使う3つのやくそく（児童用ワーク）・お便り下書きワーク

料金

内容・人数に合わせてお見積り

COURSE 05

⑤ Excel 初心者

言葉を3つ覚えたら、あとはAIと。

全2回
各3時間
1〜10名



回ごとの内容

ゴール　表を作って計算・印刷ができ、知らない操作はAIに聞いて自分で見つけられる

第1回　画面と入力の基本　180分

Excelの言葉（セル・行・列）を知り、作りたい表をAIと相談して速く作れる

1. 画面の言葉を覚える
2. 入力と修正
3. 作りたい表をAIに相談する
4. AIの表をExcelに貼る
5. 見た目を整える
6. ショートカットはAIに聞く

次回までに：自分の仕事の表を1つ、AIと相談して作ってみる

第2回　計算と印刷　180分

合計・平均ができ、やりたい計算をAIに伝えて式を作ってもらえる。きれいに印刷できる

1. オートSUMで合計
2. 式の読み方を知る
3. やりたい計算をAIに伝える
4. エラーの意味をAIに聞く
5. 印刷を1ページに収める

次回までに：実際の仕事の表で、AIに式を1つ作ってもらう

こんな方に

入力はできるが、操作は我流の方

エンジニアの近道

- 表の設計はAIに出させて、貼り付けて直すだけ
- 式は書かずに、列の名前を使って言葉で頼む
- 最初にCtrl＋Tでテーブルにしておくと、あとが全部楽になる

AIへの聞き方の例

> Excelで〇〇を管理する表を作りたい。どんな列があるといい？ 5つに絞って

> その列で、サンプルの行を3つ入れた表を作って

> Excelで〇〇するには？ 手順を番号つきで。バージョンはMicrosoft 365です

持ち帰るもの

練習ファイル（備品リスト・売上表）と完成形・聞き方カード

料金

計 10,800円＋税（税込 11,880円）／1名

COURSE 06

⑥ Excel 中級者

関数は、条件を言葉にできれば作れる。

全3回
各3時間
1〜10名



回ごとの内容

ゴール　条件つきの計算・表引き・集計・グラフを、AIに作らせて中身を確かめながら使える

第1回　関数と参照　180分

条件を文章で伝えて関数を作ってもらい、式を分解して理解できる。$の意味がわかる

条件を文章にする ／ AIに式を作ってもらう ／ 式を分解して確かめる ／ 少ないデータで試す ／ $（絶対参照）の意味

次回までに：自分の表で、条件つきの式を1つAIと作る

第2回　表から引く・まとめる　180分

別の表からデータを引き、テーブル・並べ替え・ピボットで集計できる

テーブルにする（Ctrl＋T） ／ 別の表から引く（XLOOKUP） ／ 並べ替えとフィルター ／ ピボットテーブルで集計 ／ 入力ミスを防ぐ（プルダウン）

次回までに：毎月やっている集計を1つ、ピボットで作り直す

第3回　見せる・分析する・仕上げ　180分

グラフと色分けで伝わる表にし、AIに気づきと報告文の下書きを出させる

グラフを作る ／ 条件付き書式で色分け ／ 集計結果をAIに読ませる ／ 報告文を下書きさせる

次回までに：月次の報告を1回、今日の流れで作ってみる

こんな方に

表計算の資料を自分で作りたい方

エンジニアの近道

- 条件は日本語の箇条書きにして、そのままAIに渡す
- 出てきた式は「分解して説明して」で理解まで持っていく
- いきなり全体に使わず、答えがわかっている3行で試す

AIへの聞き方の例

> Excelで、A列が〇〇で、B列が〇〇以上のとき、C列に〇〇を出す式を作って

> この式を1つずつ分解して説明して：（式）

> この式を下にコピーしたら結果がずれます。何が原因？

持ち帰るもの

売上データ120行の練習ファイルと完成形（集計・グラフ入り）

料金

計 16,200円＋税（税込 17,820円）／1名

COURSE 07

⑦ Excel 上級者

毎月のコピペを、「更新」ボタンだけに。

全3回
各3時間
1〜10名



回ごとの内容

ゴール　複数ファイルの集計を自動にし、マクロ・GASはAIに書かせて安全に試せる

第1回　集計しやすい形にする　180分

自動化できる「データの形」を知り、今の表の直し方をAIと決められる

よくない表の形を知る ／ 1行1件の形にする ／ 今の表をAIに見せて相談 ／ 直す作業もAIに聞きながら

次回までに：扱っている表を1つ、1行1件の形に直す

第2回　パワークエリで自動にする　180分

複数ファイルをまとめる仕組みを作り、翌月から「更新」ボタンだけで済むようにする

フォルダにファイルをまとめる ／ パワークエリで結合 ／ 更新ボタンで反映 ／ エラーをAIに聞いて直す ／ 手順書をAIに作らせる

次回までに：翌月分で、更新ボタンだけで集計できるか試す

第3回　共有と自動化　180分

マクロ（VBA）やGASをAIに書かせ、テスト用コピーで安全に試し、中身を説明できる

共有の仕方を決める ／ やりたい作業を手順に分ける ／ AIにコードを書かせる ／ テスト用コピーで動かす ／ 各行の意味を説明させる

次回までに：自動化したい作業を1つ、手順に書き出しておく

こんな方に

複数ファイルをまとめて扱いたい方

エンジニアの近道

- 「1行に1件」にするだけで、集計もグラフも一瞬になる
- 毎月のコピペはパワークエリで「更新」ボタンだけにする
- コードは書かない。人の作業の手順を書いてAIに渡す

AIへの聞き方の例

> この表を集計しやすい形に直すなら、どう変えればいい？（見出しとサンプル数行）

> Excelで結合セルを解除して、空いたセルに上の値を埋める方法は？

> このデータを1行1件の形に並べ替える方法は？

持ち帰るもの

整形前の表・月次3ファイル・VBA/GASのサンプルコード

料金

計 16,200円＋税（税込 17,820円）／1名

COURSE 08

⑧⑨⑩ HP作成パック（ホームページ・LP・チラシ）

教わりながら、公開まで。更新は自分で。

⑧ HP 10時間
⑨ LP 8時間
⑩ チラシ 6時間



回ごとの内容

ゴール　AIを使って原稿とデザインを作り、公開後の更新も自分でできる

設計と原稿（HP 1〜2回目）　2時間×2回

誰に・何を伝えて・どう動いてほしいかを決め、原稿をAIで下書きして自分の言葉に直す

誰に・何を・どう動いてほしいか ／ ページ構成をAIに相談 ／ 原稿をAIに下書きさせる ／ 自分の言葉に直す

次回までに：写真を集め、原稿に実際のエピソードを1つ足す

作成・公開・更新（HP 3〜5回目）　2時間×3回

作成サービスでページを組み、公開し、お知らせの更新を自分でできる

テンプレートを選んで組む ／ 操作はAIに聞きながら ／ 公開と確認 ／ お知らせの更新を練習 ／ 崩れやエラーはAIに

次回までに：月に1回、お知らせを更新する

LP（8時間）　2時間×4回

1つの商品・サービスに絞った1枚ページを、AIの下書きで作り、申込につなげる

型を知る ／ 見出し案をAIに10個出させる ／ 各ブロックの原稿を作る ／ 申込ボタンと確認

次回までに：見出しを差し替えて反応を比べてみる

チラシ・名刺など（6時間）　3時間×2回

デザインアプリとAIで、伝わるチラシ・名刺を作り、次回から自分で作れる

一番伝えたいことを1つ決める ／ キャッチコピーをAIで ／ テンプレートで組む ／ 印刷の確認

次回までに：季節のお知らせを1枚、一人で作ってみる

こんな方に

ホームページ・LP・チラシを自分で持ちたい方

エンジニアの近道

- 原稿はAIに下書きさせ、お店らしさは人が足す
- 見出しは10案出させてから選ぶ
- 表示の崩れは画面の写真を見せて聞く

AIへの聞き方の例

> 〇〇（業種）で、〇〇な人に来てほしい。ホームページに必要なページと見出しを提案して

> このメモから、トップページの紹介文を200字で：（メモ）

> この文章を、もっとお店の人柄が伝わる言い回しに

持ち帰るもの

HP設計シート・LP構成シート・チラシ企画シート・完成したページ/データ

料金

⑧ 120,000円＋税 ／ ⑨ 100,000円＋税 ／ ⑩ 50,000円＋税

COURSE 09

⑪ アプリ作成パック

今の仕事を、自分で直せる仕組みに。

20時間
2時間×10回
1案件3名まで



回ごとの内容

ゴール　自分の業務アプリを、AIにコードを書かせながら完成させ、自分で直せる

1〜2回目　業務の棚卸しと設計　2時間×2回

今の作業を書き出し、何を仕組みにするかを決める。設計はAIと相談

今の作業を書き出す ／ 面倒・ミスが多いところに印 ／ AIに設計を相談 ／ 完成の形を決める

次回までに：設計を現場の人に見せて、抜けがないか聞く

3〜5回目　土台づくり　2時間×3回

シート・入力画面の土台を作り、入力ルールとチェックを入れる

シートを作る ／ 入力ルールを入れる ／ 入力画面（フォーム） ／ 試しに入力してもらう

次回までに：1週間、実際のデータを入れてみる

6〜8回目　自動化（GAS）　2時間×3回

GASをAIに書かせ、テスト環境で試し、エラーはAIに聞いて直す

1つの動きずつ頼む ／ テスト用のコピーで動かす ／ エラーはそのままAIに ／ コードの意味を説明させる

次回までに：テスト環境で、いつもの作業を一通り流す

9〜10回目　現場で試して引き継ぐ　2時間×2回

現場で使って直し、マニュアルと「困ったときの聞き方」を残す

本番で使ってみる ／ 直す ／ マニュアルをAIで作る ／ 困ったときの聞き方を残す

次回までに：1か月使って、改善点を3つメモしておく

こんな方に

毎日の作業を仕組みにしたい事業所

エンジニアの近道

- 作り始める前に、今の作業を書き出す。これが設計の9割
- AIには1つの動きずつ頼む。一度に全部頼まない
- 本物のデータでは試さない。必ずコピーで動かす

AIへの聞き方の例

> この作業をスプレッドシートとGASで仕組みにするなら、どんな構成がいい？：（作業の書き出し）

> この構成で、シートと列の設計案を出して

> この仕組みで起きそうなトラブルは？

持ち帰るもの

業務棚卸しシート・アプリ設計シート・使い方マニュアル・完成したアプリ

料金

200,000円＋税（大規模なものは応相談）

CUSTOM & TRAINING

オーダーメイドと職場の研修

AI伴走LABOらしく、講座はあなた用に組み替えられます。1回ごとに中身と時間（1〜3時間）を選び、回数も順番も自由です。料金はお申込み画面で自動計算されます。

組み方の例

Excelをじっくり

⑤初心者 3h　⑤初心者 3h　⑤初心者 2h

初心者コースを3回に分けて、ゆっくり

新人さんの研修

②導入 2h　⑤初心者 3h　③AI 2h

職場で1名から

システム導入の職場

操作研修 2h　⑥中級 3h　操作研修 2h

10名で受講・請求書払い

学校の1学期

④授業 45分　④授業 45分　④先生研修 90分

授業と先生向け研修を組み合わせ

安心導入パック（のーと・だんどりシリーズご利用の方）

導入したアプリを全員が使いこなせるよう、月に決まった回数だけ操作研修に伺います（1回2時間・10名まで）。

月1回	12,000円＋税
月2回	22,000円＋税
月4回	40,000円＋税

値引きの対象外です。

研修1回の進め方

- 困りごとの共有（15分）→ その場でAIに聞いて解決（30分）
- 新しい操作を1つだけ増やす（45分）
- うまくいった聞き方を「社内の聞き方カード」に追加（20分）

APPS & APPLY

教材・アプリとお申込み

お渡しする教材



受講者ハンドアウト（全回）



聞き方カード（切り取り式）

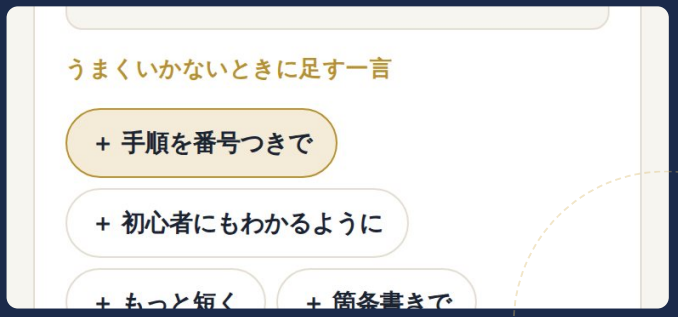


ワークシート・練習ファイル

無料アプリ　聞き方カードメーカー

コースと場面を選んで空欄を埋めるだけで、AIへの上手な聞き方ができあがります。教室が終わったあとも使えます。

ai-labo-pc.netlify.app/card/



お申込みの流れ

空き状況を見る → 申込（3分）・電子サイン → 確定のご連絡 → ご訪問

サイトの空き状況（○△×・▲応相談）から日時を選んでそのまま予約できます。公式LINEから予約すると、受付・確定のお知らせもLINEに届きます。空き状況にない日時もご相談ください。

受講条件

- 1回1〜3時間、1〜10名（受講料は1名ごと）。ご自身の端末を使います
- 端末の故障・データの消失に備え、事前のバックアップをお願いします
- お子さまが受講される場合は、保護者の方がお申込みください
- くわしくは「特定商取引法に基づく表記」をご覧ください

たのみごとと、毎月のお金。

どのサービスをお使いでも、最初からついています

いまお使いの画面に、**「たのみ」と「みなおし」**が入っています。

工事もお掃除も、ひとつの窓口で。毎月かかっているお金は、1枚にして見える形に。

別のサイトも、別のログインも要りません。追加のお代もいただきません。

たのみ ―― たのみごとの手配

A ご自分でお選びになる方

- 近くの業者さんの一覧（お名前・所在地・お電話・できること）
- **このあたりの相場**と**全国の相場**を、幅でお出しします
- お見積りを取るときの**聞き方のひな形**もお付けします
- **ご発注は、お客様から直接。**わたくしどもは間に入りません

B お任せになる方

- わたくしどもが窓口になって、段取り・日程・立ち会い・完了の確認まで
- **ご依頼の中身に応じて、その許可を持つ業者へ**お願いします
- **お客様は、1か所におっしゃるだけ**で済みます
- 許可を確かめられない先には、お願いいたしません

工事
内装・改修／電気／空調・給排水／看板

お掃除
定期清掃／ハウスクリーニング／原状回復

お片づけ
査定／買取／回収・処分／引っ越し

制作物
名刺・チラシ・サイト ― 次のページへ

みなおし ―― 毎月のお金を1枚に

STEP 1
検針票を撮る
電気・ガス・水道・通信・リース・保険。写真でそのまま

STEP 2
毎月の1枚
何にいくらお支払いかが並び、先月・去年と比べられます

STEP 3
気づきをお伝え
「ここが高いかもしれません」。計算の中身もいっしょに

STEP 4
直すなら、たのみへ
照明の取り替えや水まわりの点検は、そのままお手配できます

費用について

お調べすることにも、お手配することにも、手数料はいただきません。無料なのは**お調べとお手配の手間ぶん**です。**ご依頼の中身に応じた代金は別途かかり、お受けする業者さまへ直接お支払い**いただきます。手配から作業まで、ぜんぶ無料というものではございません。

「必ず安くなります」とも申しません。「こうすると、月〇〜〇円ぶん軽くなる計算です」までです。電気やガスの切り替えのお取り次ぎはいたしませんし、**削減されたぶんから手数料をいただくこともありません。**

制作物
SEISAKU

名刺もチラシも、同じ窓口で。

お申し込みから、発注書の電子サインまで、画面の中で

日ごろの事務のなかで出てくる**「作ってもらいたいもの」**を、たのみの中にまとめました。

メニューをお選びいただくと、**必要な確認事項だけ**が出ます。ご希望の文章と、お手持ちのデータをそのまま送っていただけます。

品目	月々のサービスをお使いの方	そのほかの方	中身
名刺	**20,000円**	30,000円	文字づくりから仕上げまで一式。**印刷代は、枚数に応じて別途**
チラシ	**30,000円**	45,000円	仕上がりの大きさを**A4・A3・A2・A1・ポスター**からおえらびいただけます。A4・A3は**ラミネート**もお受けします（1枚につき30円）
ランディングページ	**70,000円**	105,000円	1枚もののご案内ページ。**公開までの作業も込み**です
ホームページ	**100,000円**	150,000円	会社・お店のサイト。**公開までの作業も込み**です
そのほか	お見積りをお出しします		のぼり・封筒・冊子・看板など。ご相談ください

※ 金額はすべて税抜きです。 ※ 印刷代は、大きさと枚数に応じて別途かかります。画面でお選びいただくと、お見積りに含めてお出しします。

画面での流れ

01
品目をえらぶ
名刺・チラシ・サイトなどから

02
大きさと枚数
チラシはラミネートの有無も

03
確認事項に答える
品目ごとに、必要なものだけ出ます

04
ご希望を送る
文章と、お手持ちのデータを添えて

05
お見積り
その場で金額が出ます

06
発注書に署名
画面に指でサインしていただけます

たのみごととは、お代の出どころが違います

- **たのみごと**（工事・お掃除・お片づけ）
  手数料はいただかず、**代金は業者さまへ直接**
- **制作物**（このページ）
  わたくしどもがお受けし、代金をいただきます
- 画面でも、この違いがわかるように分けています

お約束

- **金額は、この表のとおりです。**画面やAIが決めることはありません
- 表にないものは、**お見積りをお出しします**
- **ご発注のあとに、金額を変えることはありません**
- **お預かりしたデータを、ほかのお客様の制作に使うことはありません**

AI 伴走 LABO

CONTACT

まずは、わからないことを1つだけ教えてください。

お問い合わせは30秒ほどで結構です。空き状況の確認とお申込みはサイトから、ご相談は公式LINE・お電話でどうぞ。

TEL（フリーダイヤル）

0120-935-593

9:00〜21:00　年中無休

MAIL

ai-info@3-piece.co.jp

資料のご請求・ご質問

空き状況・お申込み

公式LINE

運営

株式会社スリーピース

AI伴走LABO　〒650-0046 神戸市中央区港島中町6-3-6