

# 初心者向け説明書

ZIP解凍からAIエージェントへのフォルダ指定、2つの試作品の使い始めまで

AIエージェントの準備がまだの場合は、同じフォルダの「AIエージェント導入ガイド.html」または「AIエージェント導入ガイド.pdf」を先に開いてください。

## この説明書でできること

ZIPを解凍し、AIエージェントに読ませる作業フォルダを指定し、2つの試作品を使い始めるところまでを説明します。

Markdownの図解が表示されないメモ帳でも困らないように、画面イメージ入りのHTMLとPDFで読める形にしました。

AIエージェントの準備がまだの場合は、同じフォルダにある「AIエージェント導入ガイド.html」から先に読むと迷いにくいです。

日本語環境では、フォルダの区切り記号が円マークのように見えることがあります。ここではフォルダの区切りとして読めば大丈夫です。

- 最初に開くファイルがわかる
- 作業フォルダの場所をコピーできる
- AIへの頼み方をそのまま貼れる
- 公開やお金の前に止まれる

## 1. ZIPを展開する

ZIPは、たくさんのファイルが入った箱です。右クリックして「すべて展開」を選び、普通のフォルダにします。

- ZIPを右クリック
- すべて展開を選ぶ
- 展開されたフォルダを開く

### 1. ZIPを展開する

まず圧縮された箱を、普通のフォルダにします



1 右クリックして「すべて展開」

ZIPのままだと、AIが中のファイルを扱いにくいことがあります。最初に普通のフォルダへ展開します。

成功の合図: README.md が見える

## 2. 練習用フォルダに展開する

最初は test-run のような練習用フォルダを使います。大事なメモと混ざらないので、安心して試せます。

- おすすめ: AIエージェント用作業フォルダ¥test-run
- README.md が見える場所まで開く
- 本番データと混ぜない

### 2. 展開先を決める

練習用フォルダに入れると、本番メモと混ざりません



2

迷ったら test-run を練習場にします

いきなり大事なフォルダで試さず、練習用の場所に展開します。失敗しても本番のメモが散らかりにくいです。

おすすめ:  
AIエージェント用作業フォルダ¥test-run

### 3. READMEを見つける

READMEは説明書の表紙です。AIにも最初にREADMEを読ませると、次にやることがわかりやすくなります。

- README.md
- 00\_Start\_Here.md
- Dashboard/Today.md
- templates フォルダ

### 3. READMEを見つける

展開したフォルダの案内板を確認します

エクスプローラー - starter-kit-template

AIエージェント用作業フォルダ¥starter-kit-template

|     |                  |            |
|-----|------------------|------------|
| MD  | README.md        | 最初に読む案内板   |
| MD  | 00_Start_Here.md | 最初の手順      |
| DIR | 05_Context       | 自分の前提を書く場所 |
| DIR | Dashboard        | 今日見る作戦ボード  |
| DIR | templates        | コピーして使う型紙  |

3

README.md が見えたら成功です

READMEは説明書の表紙です。まずAIにREADMEを読ませると、次の行動がわかりやすくなります。

AIへの合言葉:  
READMEから読んで、次の1手を教えて。

## 4. フォルダの場所をコピーする

フォルダの場所は、AIに教える住所です。PC全体ではなく、使うフォルダ1つだけをコピーします。

- アドレスバーをクリック
- Ctrl + C でコピー
- PC全体やユーザーフォルダ全体を指定しない

### 4. フォルダの場所をコピーする

AIに教える住所をコピーします

エクスプローラー

アドレスバーをクリック

AIエージェント用作業フォルダ¥starter-kit-template

Ctrl + C

これで住所をコピー

4

この住所をAIに貼ります

フォルダの場所は家の住所のようなものです。AIには、PC全体ではなく、この住所だけを伝えます。

NG: PC全体を指定する  
広すぎて秘密が混ざりやすいです。

## 5. AIに読む範囲を伝える

AIには、読ませたいフォルダと、安全ブレーキを一緒に伝えます。最初は「読むだけ」「案内だけ」です。

- READMEから読んでもらう
- 次の1手だけ案内してもらう
- 削除・公開・送信・お金の判断は止める

### 5. AIにフォルダを読ませる

最初は「読むだけ」「案内だけ」で始めます

● ● ● AIエージェント

AIエージェント用作業フォルダ¥starter-kit-template を読んでください。  
README.md と 00\_Start\_Here.md を確認し、次にやることを1つずつ案内してください。

**まだファイル削除、外部送信、SNS投稿、公開、お金の判断はしないでください。**

了解です。まずREADMEを確認し、初心者向けに次の1手だけ案内します。

5

安全ブレーキを一緒に書きます

AIに頼む文章には、してほしくないことも入れます。これは料理でいう火加減の指定です。

## 6. 2つの試作品を使い分ける

日々の整理はAI相棒作戦ボード、長文調査の整理はDeep Researchテンプレを使います。最後は7日実験へ小さく落とします。

- AI相棒作戦ボード: 毎日の作業机
- Deep Researchテンプレ: 長文調査の整理台
- 最初は1つだけ7日実験

### 6. 2つの試作品の使い分け

日々の整理と長文調査の整理を分けて使います

迷ったら左から。調査結果があるときは右も使います。

#### AI相棒作戦ボード

毎日のメモ、今日やること、note/SNSネタを整理する工具箱です。

#### Deep Researchテンプレ

長文調査を、事実、推測、収益候補、採点、7日実験へ分けるまな板です。

#### 7日実験へ

最初は1つだけ小さく試す

## 7. 安全ルール

AIは案内役です。公開、販売、送信、削除、投資判断、契約判断は、人間が確認してから進めます。

- PC全体を読ませない
- 秘密ファイルを入れない
- 外部公開の前に人間確認
- 自動投稿・自動DM・自動売買はしない

### 7. 安全ルール

公開・お金・削除・送信の前に必ず人間が確認します

#### AIに頼んでよいこと

- READMEの要約
- 次に読むファイルの案内
- テンプレートの使い方説明
- 下書きや整理案の作成

#### AIに任せないこと

- SNSへの自動投稿
- DMの自動送信
- ファイルの大量削除
- 投資や契約の確定判断

合言葉: このフォルダだけ読んで、次の1手だけ教えて。



## そのまま貼れるプロンプト

フォルダの場所は、自分が使う場所に置き換えてください。

## AI相棒作戦ボードを始める

AIエージェント用作業フォルダ¥starter-kit-template を読んでください。  
まず README.md と 00\_Start\_Here.md を確認し、完全初心者向けに次にやることを1つずつ案内してください。  
まだファイル削除、外部送信、SNS投稿、公開、お金の判断はしないでください。

## Deep Researchテンプレを始める

AIエージェント用作業フォルダ¥deep-research-revenue-template を読んでください。  
README.md と 00\_Start\_Here.md に沿って、Deep Research結果をどこに貼ればいいのか案内してください。  
まだファイル削除、外部送信、SNS投稿、公開、お金の判断はしないでください。

## 説明がむずかしいとき

もっと初心者向けに、1ステップずつ説明してください。  
専門用語を使う場合は、料理や道具箱のたとえで説明してください。  
今すぐやる操作だけを教えてください。