



CLAUDE × エージェント型AI 導入支援 | 広島・竹原

経営者に張りついた仕事を AIに渡せる形にします

時間は経営者に、知恵は会社に残ります。

発行：合同会社Trash-B（広島県竹原市 拠点）／ 2026年9月版

この資料は5分で読めます



道具はClaude（クロード）。プログラミングは要りません。
日本語で指示するだけです。

本日本伝えること

1

AIの係を置く5つの部署と、任せられる仕事

秘書室・広報部・総務部・マニュアル室・経営企画室。仕事は69枚のカードから選びます

2

ご相談から導入までの5つのステップ

ひとつの業務なら、ご相談から使い始めるまで数週間が目安

3

費用の目安

一括の目安金額（月々のお支払いではありません）



最後に、30分の無料相談のご案内があります。

「気づいたら、事務作業で1日が終わっている」

そんな毎日を変えたい経営者へ

- 何から始めればいいか、わからない
- 一度試したけれど、続かなかった
- うちの仕事に合うのか、判断できない
- AIに何ができるのか、いまいちピンと来ない
- パソコンが苦手で、自分に使えるか不安



みなさん、同じところで止まっています。

「これなら任せられる」その手応えを、最初の相談で。

Trash-BのAI導入支援とは 全部で4つの考え方

「うちのやり方を覚えてくれる相手がほしい」

ひとり経営者・少人数の会社のための、仕事の組み替えです。AIを入れることが目的ではありません。人がやらなくていい仕事を見つけて、組み替えることが目的です。



考え方 1

いまの仕事を、書き出すところから

いまある仕事を書き出し、人がやらなくていいものを見つけるところから始めます。AIを契約すれば仕事が変わるわけではありません。



考え方 2

判断のルールを、文章にしておく

「この場合はこうする」「これは人が見る」。この積み重ねが、御社専用の取扱説明書になります。一度つくれば、毎回説明しなくても同じ品質で動きます。



考え方 3

日本語で指示するだけ

道具はClaude（クロード）。プログラミングは必要ありません。パソコンが苦手な方でも、ご相談のときに実際に動かしてお見せします。



考え方 4

引き渡せる資産をお渡しします

作業を代行することが目的ではありません。ご自身の会社で回せる状態にするところまでを、一緒に作ります。ご契約が終わったあとも、社内に残って働き続ける形をお渡しします。

ここは、AIの使い方を教える場所ではありません。あなたの1週間を一緒に見て、人がやらなくていい仕事を切り出し、AIが動く形に組み直します。覚えることは増えません。増えるのは、経営者にしか決められない仕事に使える時間です。

いったいAIで、何ができるの？

経営者が兼務している5つの部署に、AIの係を置いていきます



経営者（あなた）

いまは、この5つの部署をぜんぶ兼務している状態です。

話しかけるのは、室長ひとり



室長 AI

御社専用に設定したAIです。頼まれた仕事をどの室に回すか決め、できあがりをもとめて返します。使うほど、御社のやり方を覚えていきます。

返事に追われる



秘書室 AI

返事と段取りを、先に用意しておく。

- メールの返信を下書きします（送る前に経営者が確認）
- 夜や休日のお問い合わせに、まず一次対応をします
- 日程調整の連絡文と、打ち合わせ資料のたたき台を作ります



カード17枚

発信が後回しになる



広報部 AI

発信の下書きを、先にそろえておく。

- SNS投稿とお知らせ・ブログの下書きを、御社の言い方で作ります
- チラシ・掲示物・お客様へのご案内文を作ります
- ホームページの直したいところを、その日に直せる形にします



カード15枚

書類が夜に残る



総務部 AI

書類の下書きを、夜に残しにくくする。

- 見積書・注文書の下書きを、御社の型から作ります
- 打ち合わせの録音から、議事録と宿題の一覧を作ります
- 日報・台帳・現場写真を、探さなくて済む形にします



カード17枚

自分にしか分からない仕事



マニュアル室 AI

経営者のやり方を、会社のマニュアルに。

- 仕事の手順書・マニュアルを作ります
- 新しい人に教える資料と、引き継ぎ資料を作ります
- お客様ごとの記録を、前回の話がすぐ出る形にします



カード10枚

数字を見る時間がない



経営企画室 AI

判断の材料を、先にそろえておく。

- ホームページの数字を読める形にまとめ、直し方の案を出します
- 価格を決める材料や、業界の動きを並べます
- 事業計画・新サービスのたたき台を作り、壁打ちの相手になります



カード10枚

各室の仕事は「下書きまで」。送る・決めるのは人です。室は役割の呼び名で、実体は御社専用の設定（取扱説明書）です。

経営者がやらなくていい仕事は、この5つ

AIに任せた会社の、ある1日



朝 7:30

 **返す**

メールを返す時間

朝、返信の下書きが揃っている

月14.7時間戻ります



午前 9:00

 **書く**

書類をつくる時間

見積書は、数字を入れるだけ

月3.3時間戻ります



昼 13:00

 **まとめる**

話を記録に変える時間

録音を渡すと、議事録と宿題リストになる

月3.3時間戻ります



夕方 17:30

 **残す**

記録を貯める時間

話すだけで、日報と記録が貯まる

月4.0時間戻ります



夜 22:00

 **任せる**

留守を任せる時間

寝ている間も、AIが一次対応する

月2.7時間戻ります

AIに任せられる仕事は、この5つだけではありません。まずは効果の出やすいここから始めます。時間の根拠は8ページに。

任せる仕事は、69枚のカードから選べます

カード1枚が、仕事ひとつ



秘書室

17枚

返事と段取りを、先に用意しておく。

代表的な仕事（4枚）

返す 組み直す 任せる

調べる

そのほかにお任せいただけること（13枚）

スケジュール調整の連絡文

お礼状・季節のご挨拶

お問い合わせへの返信文

お詫び・お断りの文面

ほか9枚



広報部

15枚

発信の下書きを、先にそろえておく。

代表的な仕事（4枚）

伝える 広める 配る

直す

そのほかにお任せいただけること（11枚）

お知らせ文・掲示物

患者さん・お客様へのご案内文

値上げのご案内文

ホームページの文章

ほか7枚



総務部

17枚

書類の下書きを、夜に残しにくくする。

代表的な仕事（5枚）

書く 集める 整える

まとめる 残す

そのほかにお任せいただけること（12枚）

注文書・発注書

数字の集計と表づくり

行政への提出書類の下書き

お支払いの催促文

ほか8枚



マニュアル室

10枚

経営者のやり方を、会社のマニュアルに。

代表的な仕事（1枚）

たどる

そのほかにお任せいただけること（9枚）

社内マニュアル

社内ルールの文書化

引き継ぎ資料

業務フローの整理

ほか5枚



経営企画室

10枚

判断の材料を、先にそろえておく。

代表的な仕事（1枚）

見る

そのほかにお任せいただけること（9枚）

アンケート結果の集計と傾向

業界情報の要約

価格を決めるための材料づくり

新サービスの企画たたき台

ほか5枚



すべて「下書きまで」で、送る・決めるのは人です。カードに載っていない仕事もご相談ください。同じ仕組みで、御社だけのカードを作れます。

経営者の時間は、ひと月でこれだけ戻ります

ひと月で戻る時間

28時間

ひと月では
1日分ちかく

1年では
14日分

時給4,000円で換算すると
ひと月11万円分 1年で 132万円分

内訳は、この5つの仕事です

仕事	1件あたりの短縮 × 月の回数	ひと月
メールの返信	1通 22分 × 40通	14.7時間
見積書の作成	1件 20分 × 10件	3.3時間
打合せの議事録	1件 50分 × 4件	3.3時間
日報	1日 12分 × 20日	4.0時間
時間外の一次対応	1件 20分 × 8件	2.7時間
ひと月の合計	ほぼ丸1日分の時間	28時間

※ メールは1日2通・月20営業日（月40通）の想定です。1通あたり22分の削減は、弊社の実測値（1日1時間 → 15分）を1日2通で割った数字です。ほかの4つは一般的な目安で、回数も月あたりの想定です。業種やお仕事の量によって変わります。時給は年商1,000万円・月200時間の稼働で計算しています。

あなたの会社だと、何時間戻るか。30分の相談で、その場で試算します。 ホームページの「AIに渡せる時間の診断（1分）」でも目安が出ます

ご相談から、はじめの一步まで

全部で5つのステップ。どのステップも、こちらからご案内します



STEP 1 30分の相談

いまの仕事のことを、話していただくだけです。資料の準備も、下調べも必要ありません。

この時点で費用はかかりません。
営業のお電話もいたしません。



STEP 2 お見積り

人がやらなくていい作業を選び出し、どこまで引き受けるか・いくらか・いつお渡しできるかを書面でお示します。

見送られた場合、その後のご連絡はいたしません。



STEP 3 設計と制作

判断のルールを文章にして、御社専用の取扱説明書を作ります。単価や言い回しなど、間違えてはいけないところは固定します。

この間、お客様の作業はありません。



STEP 4 導入の日

お伺いするかオンラインで、設定を入れて、実際のお仕事を1つ動かしてみるところまでやります。

対面の場合、竹原市内・広島市内は交通費不要です。



STEP 5 伴走の打ち合わせ

使ってみて出た疑問を、その場で解消します。「思ったように動かない」「別の仕事も任せたい」を整理します。

回数はプランによって変わります。

ひとつの業務なら、ご相談から使い始めるまで数週間が目安です（お仕事の内容によって変わります）

どのステップでも「合わない」と感じたら、その場でお断りいただけます。無理なおすすめはしません。

お渡しするもの

1

御社専用の設定ファイル

判断のルール・言い回し・間違えてはいけない数字を書いた取扱説明書 (CLAUDE.md)

2

業務ごとのAIエージェント

仕事ごとの「係」。仕事が増えたら、あとから係を足せます

3

運用マニュアル

毎日の使い方の手引き。スタッフの方にも渡せます

4

フォルダ設計と記録の残し方

AIが迷わず情報を見つけられる置き場所と、記録の残し方

5

導入後の伴走打ち合わせ

実際の仕事で使いながら、定着するまで一緒に直します

契約が終わっても、設定と記録は御社の中に残ります。
担当者が変わっても、仕事の知恵が残る形をお渡しします。

設計に含まれる項目（必要なものを組み合わせます）

専門の係をつくる（AIエージェント）

お使いのサービスとつなぐ（MCP連携）

情報を守る設計（セキュリティ）

フォルダ設計と記録の残し方

自動ルーチン

成長ログ

利用量の節約設計

モデルの使い分け

委任の設計

禁止ワードの自動検知

定期バックアップ

料金

どの仕事を、いくつ任せるかで決まります。月々のお支払いではなく、一括の目安金額です

ひとつ任せ

25万円 (税別)

1つの業務を、AIに任せる形にします。

任せる仕事	1つ
AIエージェント	1体
導入後の伴走打ち合わせ	1回

こんな方に

一人で仕事をされている方／お試しで始めたい方

交通費

オンラインでのご支援は無料。対面は、竹原市内・広島市内は無料です。それ以外の地域は、別途ご相談ください

おすすめ

まとめて任せ

50万円 (税別)

複数の業務を、まとめて任せられる形にします。

任せる仕事	複数
AIエージェント	複数体 (業務の数に応じて)
導入後の伴走打ち合わせ	2回

こんな方に

事務も自分でやっている方／スタッフが数名いる方

Claudeのご利用料

月20ドル程度から。お客様が直接ご契約いただきます (弊社を経由しません)

まるごと任せ

100万円～ (税別)

会社全体の仕組みづくりまで行います。

任せる仕事	仕組みごと
AIエージェント	複数体+サービス連携
導入後の伴走打ち合わせ	3回以上

こんな方に

複数人で使う方／既存のシステムとつなげたい方

伴走期間が終わったあと

続けたい方には、継続サポートを別途ご提案します

金額は目安です。お話を伺って、必要なものだけをお見積りします。まずは1つだけ、というご相談も歓迎です。お見積りだけのご依頼も承ります。

導入いただいた会社の、いまの様子

仙台で積み上げたやり方を、そのまま広島でも使います



眼鏡専門店チェーン 様

マネージャー G 様／眼鏡店18店舗・宮城／福島

Claudeを使い始めて、経理のメール下書きや店舗マニュアルのたたき台作成を任せられるようになりました。その分、本当に自分が判断すべきことに集中できるようになって、「DX担当として動ける時間」が確実に増えました。



歯科医院 様

院長 S 様／仙台市青葉区

当初は学会資料の効率化が目的でしたが、いちばん時間を取られていたのは患者さんとのLINE対応でした。いまは返信・議事録・日報・夜の一次対応まで任せています。



テニススクール 様

代表 M 様／宮城県名取市・個人事業主

ChatGPTは2年以上使っていましたが、自分の仕事に合わせた「自分専用のAI」を持てたことが今回一番の収穫です。特に驚いたのが、1年分のコーチングデータをそのまま読み込めたこと。



内科クリニック 様

仙台市太白区／院長のパソコン1台

ホームページの更新が外注待ちで、数日かかっていました。院長のパソコンにClaudeを入れて原稿づくりを内製化し、お知らせをその日のうちに出せる形になりました。



住宅リフォーム業 様

仙台市・個人事業主

ホームページからの問い合わせが増えないことが悩みでした。検索まわりを整え、アクセス解析をAIにつないで、数字を見ながらご自身で直せる形になりました。

はじめてでも、パソコンが苦手でも、大丈夫です

プログラミングの知識も、特別な準備も必要ありません。おひとりで仕事をされている方から、スタッフが数名いる会社まで。人数が少ないほど、効果が見えやすい面もあります。

大切にしていること

代表からの3つのお約束と、Trash-Bのやり方

① 専門用語は使いません

経営者の言葉でお話しします。代表は元テニスコーチで、「できるだけ分解して伝える」ことを長く仕事にしてきました。「来月の資金繰り」「あの担当の残業」といった経営の言葉で、AIの使いどころと一緒に考えます。

② 押し売りしません

ご相談をうかがううちに、「AIより先に、別のことをやったほうが早い」と分かることがあります。そういうときは、そのままお伝えします。合わないと感じられたら、その場でお断りいただけます。営業のお電話もしません。

③ 引き渡せる資産を作ります

「支援する人がいなくなったら回らない」を避けるため、取扱説明書・AIエージェント・運用マニュアルを御社の資産としてお渡しします。ご契約が終わったあとも、社内で回せる体制にします。

④ なぜClaudeなのか

長い文章や専門的な資料を正確に読み取ることが得意としているためです。契約書の要点整理、議事録、社内マニュアルの下書きといった、間違えられない仕事ほど読み取りの正確さが効いてきます。弊社はClaudeだけを専門に扱っています。

⑤ 自分の会社でも回しています

広告代理店を使わず、ホームページ・毎日のブログ更新・公式LINE・Googleの地図情報を、すべて自社でAIと一緒に運用しています。本社のサイトは「仙台 AI 導入」の検索で1位になりました（自社調べ・順位は変動します）。

情報の扱いは、最初に線引きします

Claudeの有料プランは、入力した内容がAIの学習に使われない設定で運用します。そのうえで、入れてよいものと入れてはいけないものを御社の業務に合わせて最初に決め、うっかり入力したときにその場で確認が入る仕組みも組み込みます。

AIがつくるのは下書きです。最後に目を通していただく前提で組み立て、どこを人が見るかも、あわせて決めます。

会社案内・代表について



濱木 貴央

はまき たかひさ

合同会社Trash-B 代表社員
元テニスコーチ。現在は自社の経営にClaudeを毎日使いながら、AI活用の効果を現役の経営者として確かめ続けています。

- **テニスコーチ 11年**：「できるだけ分解して伝える」指導の型が、AIがはじめての経営者への伴走にそのまま生きています
- **不動産売買 14年・賃貸管理 2.5年**：300室を自社管理する会社で、中小企業の経営の現場を内側から経験
- **不動産賃貸業 10年**：戸建1棟・アパート4棟16室を保有・運営。自らも小さな事業を回している当事者
- **Claudeを毎日使う現役経営者**：資料作成・意思決定・進行管理・営業設計まで、自社の業務で確かめ続けています
- 商工会・団体さま向けのAI入門セミナー、1社ごとのシャドーAI対策研修の講師も担当しています

会社名	合同会社Trash-B（2021年設立） TEL 022-200-2774
所在地	宮城県仙台市青葉区錦ヶ丘六丁目4番地の8
広島拠点	広島県竹原市東野町237
事業内容	Claude（AI）導入支援／AI入門セミナー・研修の講師／WEBサイトの制作・維持管理・運営
社名の由来	「だれかのゴミは、だれかのお宝。」見落とされている価値を見つけて形にする会社でありたい、という思いから

対応エリア | オンラインは全国、対面は広島県内へ

竹原市（拠点があります）・三原市・東広島市など、広島県内へお伺いします。画面を一緒に見ながら進めるので、遠方でも支障はありません。交通費は竹原市内・広島市内は無料。それ以外の地域は、別途ご相談ください。

導入実績 7社



眼鏡店・歯科・内科・テニススクール・住宅リフォーム

まずは30分、 話すだけで大丈夫です

資料も準備もいりません。いまの仕事を、そのまま話してください。
合わなければ、そのまま終わって構いません。
無理におすすめすることはありません。営業のお電話もしません。

30分の相談を申し込む → hiroshima-ai.jp/contact/

合同会社Trash-B（広島県竹原市 拠点）

TEL 022-200-2774（平日9:00～18:00）／ info@trash-b.tech ／ hiroshima-ai.jp

公式LINEからも、そのままご相談いただけます



ホームページ



公式LINE