

AI シナジー・プレイブック：デジタル・コパイロットを 使いこなすための戦略的ガイド（2025 年版）

はじめに：ツールユーザーから AI ストラテジストへ

現状のランドスケープと我々の課題

2025 年 9 月に実施された社内 AI 利用状況調査の結果は、我々が大きな転換点にいることを明確に示しています¹。多くの社員が週に数回、あるいはほぼ毎日、生成 AI ツールを業務に活用しており、その結果として「作業効率の向上」や「アウトプットの質の向上」といった具体的な成果を実感しています。これは、AI が単なる目新しい技術ではなく、日々の業務に不可欠な生産性向上ツールとして定着しつつあることの力強い証拠です。

しかし、同調査は同時に、我々が直面する「習熟度のギャップ」も浮き彫りにしました¹。多くの社員が「AI にうまく指示を出せない（プロンプトの書き方がわからない）」「AI の結果が期待通りでない」「自分の業務にどう活かせるかイメージが湧かない」といった課題を抱えています。これは、ツールの基本的な操作は理解しているものの、そのポテンシャルを最大限に引き出し、より複雑で付加価値の高い業務へと応用する段階で壁に直面していることを意味します。本研修資料は、このギャップを埋め、皆さんが直面している壁を乗り越えるために作成されました。

パラダイムシフト：AI を「使う」から「協働させる」へ

これからの時代に求められるスキルは、単一の AI ツールを使いこなす能力ではありません。それは、「どのツールを使うべ

きか？」という問いから、「目的達成のために、専門性を持つ複数の AI アシスタントをどのように連携させ、協働させるか？」という、より高度で戦略的な問いへと進化しています。このプレイブックは、単なるツールの使い方を解説するマニュアルではありません。これは、人間と AI のインターフェースを極め、AI を個々のタスクを処理する「道具」から、複雑なプロジェクトを共に遂行する「戦略的パートナー（コパイロット）」へと昇華させるための思考フレームワークです。

我々の指導理念：真の競争優位性は「使い分け」と「組み合わせ」に宿る

本研修資材が目指す最終的な着地点は明確です。特定のツールに固執するのではなく、それぞれの強みと弱みを深く理解し、業務の性質に応じてインテリジェントに使い分け、あるいは相乗効果を狙って組み合わせる技術を習得すること。これこそが、AI 時代における真の競争優位性です。このスキルを身につけることで、AI は単なる便利なツールを超え、皆さんのキャリアを加速させる強力なパーソナル・アシスタントとなるでしょう。会社としても、この「AI との協働」を前提とした働き方を推進し、組織全体の生産性と創造性を新たな次元へと引き上げることを目指しています¹。

第 1 部：現代の AI ツールキット：戦略的比較

（2025 年 Q3 時点）

このセクションでは、当社が業務利用を承認している主要 AI ツールについて、それぞれの戦略的な位置づけと 2025 年時点での最新機能に焦点を当て、詳細な比較分析を行います。

1.1 ChatGPT (GPT-5 搭載) : 創造性とカスタマイズのエンジン

コア・アイデンティティ

ChatGPT は、我々のツールキットの中で最も汎用性が高く、柔軟性に富んだ「マスター・ジェネラリスト」であり「クリエイティブ・パートナー」です。創造的なアイデア出し、ニュアンスの豊かな文章生成、そして特定の業務に特化したカスタマイズが求められるタスクにおいて、その真価を発揮します。

主要機能の深掘り

- **GPT-5 の統合** : 最新モデルである GPT-5 は、推論能力、コーディング能力、そして指示追従性が大幅に向上しています²。これにより、以前のモデルでは困難だった複雑な要求にも、より高い信頼性で応えることが可能になりました。例えば、曖昧な指示からでも意図を汲み取り、質の高いアウトプットを生成する能力が強化されています⁴。
- **Canvas : 共同編集ワークスペース** : Canvas は、単なるチャットウィンドウを超えた、革新的な共同作業空間です⁵。チャット画面の横に専用の編集ウィンドウが開き、AI と人間が並行して長文のドキュメントやコードを編集できます⁵。インラインでの修正提案、バージョン履歴の管理、直接編集といった機能により、プロンプトを何度も往復させる手間が省け、流れるような対話的セッションを通じて成果物を洗練させることが可能です⁷。
- **Agent Mode : 自律的タスク実行エージェント** : Agent Mode は、ChatGPT が「思考する存在」から「実行する存在」へと進化したことを象徴する機能です¹⁰。ユーザーの指示に基づき、ウェブサイトの閲覧、フォームへの入力、ファイルの分析といった複数ステップのタスクを、専用のブラウザ環境内で自律的に実行します¹¹。例えば、「競合他社 A、B、C の最新プレスリリースを調査し、主要な発表内容を要約して」と指示するだけで、Agent が自動で各社のウェブサイトを巡回し、レポートを作成します。ただし、月間の利用回数には制限があり、常に人間の監督下で利用することが重要です¹。
- **カスタム GPT とメモリ機能** : これらは、ChatGPT を特定の業務に合わせて高度にパーソナライズするための鍵です。社内の B3 チームが医療翻訳のタスクで大きな成果を上げた事例は、この機能の強力さを物語っています¹。彼らは、医療専門用語や社内独自の表現を学習させたカスタム GPT を構築することで、翻訳の品質を劇的に向上させ、同時に外注費を大幅に削減することに成功しました。このように、特定の知識体系を組み込むことで、汎用 AI を専門分野のエキスパートへと変貌させることができます。

1.2 Google Gemini (2.5 Pro 搭載) : 厳密なリサーチと分析のパワーハウス

コア・アイデンティティ

Gemini は、我々のチームにおける「主席リサーチ・アナリスト」です。その強みは、Google 検索との深い連携、膨大な情報を処理する能力、そして事実に基づいた検証可能な回答を提供するという思想にあります。

主要機能の深掘り

- **比類なきコンテキストウィンドウ（100 万トークン以上）** : これは Gemini が持つ最大の武器です¹⁴。100 万トークンというコンテキスト長は、日本語で約 70～80 万文字に相当し、分厚い書籍、長大な技術レポート、数時間に及ぶ会議の議事録、あるいは大規模なコードベース全体を、一度のプロンプトで読み込ませて分析することを可能にします¹。これにより、従来では不可能だったマクロな視点での分析が実現します¹⁸。
- **高度な推論（"Thinking" & Deep Think）** : Gemini 2.5 Pro は、応答を返す前に内部で「思考」するプロセスを経ることで、複雑な問題に対する回答の精度を高めています¹⁹。これは単なる処理速度の向上ではなく、より厳密な論理的思考プロセスであり、特に分析的なタスクで高い効果を発揮します²⁰。モデル選択時に「Thinking」が有効なバージョンを選ぶことは、質の高いアウトプットを得るための重要な実践的テクニックです。
- **グラウンディングと Web ソースに基づく回答** : Gemini は、常に最新のウェブ情報を参照し、回答にその出典元 URL を明記する「グラウンディング」機能に優れています¹。これにより、情報の鮮度が重要となる市場動向の調査や、ファクトチェックが不可欠なレポート作成において、信頼性の高い情報源として機能します。ChatGPT にも Web 閲覧機能はありますが、Gemini はモデル自体が必要に応じて自律的に検索を行う点で、よりシームレスな体験を提供します。
- **ネイティブ・マルチモーダル** : テキストだけでなく、画像、音声、動画といった多様な形式の情報を統合的に理解し、推論する能力を持っています¹⁵。将来的には、クライアントから提供された製品画像や、インタビュー動画などを直接分析し、インサイトを抽出するといった活用も期待されます。

1.3 Microsoft 365 Copilot : 統合されたワークフローの加速器

コア・アイデンティティ

Microsoft 365 Copilot は、「信頼できる社内アシスタント」です。そのユニークな力は、我々が日常的に使用する Microsoft 365 のツール群に深く統合され、社内データに安全にアクセスできる点にあります。

主要機能の深掘り

- **Microsoft Graph の力** : Copilot は、単に Office 製品に GPT-5 が搭載されたものではありません。その核となるのは、Microsoft Graph を通じて、我々の組織内のデータ（メール、チャット、ドキュメント、予定表など）にアクセスし、文脈を理解した上で応答を生成する能力です¹。重要なのは、既存のアクセス権限を完全に遵守するため、ユーザーが表示権限を持たない情報に Copilot がアクセスすることはないという点です²²。これは、社内アンケートで多く寄せられたセキュリティへの懸念に応える重要なポイントです¹。
- **アプリケーション特化のワークフロー** : 2025 年時点での具体的な活用例は以下の通りです。
 - **Teams** : 会議内容をリアルタイムで要約し、決定事項やアクションアイテムを自動で抽出します。さらに、会議の議事録から特定のタスクに特化した「エージェント」を作成することも可能になり、議事録作成の手間を大幅に削減します¹。
 - **Excel** : 単純な関数提案に留まらず、データテーブル内の傾向を分析してインサイトを提示したり、グラフを自動生成したり、さらには高度なデータ分析のために Python コードを直接実行することもできます¹。
 - **PowerPoint** : Word ドキュメントや Excel ファイルを指定するだけで、プレゼンテーションのドラフトを自動生成します。その際、社内の公式テンプレートを適用し、各スライドのスピーカーノートまで作成することが可能です¹。

1.4 Google NotebookLM : 安全でハルシネーションを抑制する専門家

コア・アイデンティティ

NotebookLM は、「高潔なファクトチェッカー」として位置づけられます。その最大の目的は、ユーザーが提供したソースドキュメントの範囲内でのみ応答を生成することで、AI の「ハルシネーション（もっもらしい嘘）」を徹底的に排除することです。正確性と検証可能性が絶対的に求められる業務に最適なツールです。

主要機能の深掘り

- **ソースに基づいた応答**：NotebookLM の基本原則は、知らないことを語らない、という点です。全ての回答は、アップロードされた資料（PDF、Google Docs、Web ページなど）から導き出され、常に出典元（ページ番号や該当箇所）が明記されます¹。これにより、社内の過去レポートのレビュー、クライアント提供資料の精査、あるいは特定の研究論文群に基づいた要約作成など、情報源が限定されたタスクにおいて絶大な信頼性を発揮します。
- **リサーチ指向の機能群**：自動要約、FAQ 生成、学習ガイド作成といったリサーチ支援機能が充実しています。特にユニークなのが「Audio Overview」機能で、これは複数の資料の内容を AI が対話形式で議論するポッドキャスト風の音声コンテンツを生成するものです³³。移動中などに耳で情報をインプットする新しい学習スタイルを可能にします。
- **信頼性の担保**：他のツールが広範な Web 情報を参照できるのに対し、NotebookLM は分析対象を意図的に「ウォールドガーデン（壁に囲まれた庭）」内に限定します。これにより、機密性の高いプロジェクトデータを、外部情報と混ざることなく安全に分析するためのクリーンな環境を提供します。

Table 1: AI ツール選択マトリクス（2025 年版）

ツール名	アイデンティティ（役割）	主なユースケース	データソース	強み	マスターすべき 2025 年の主要機能
ChatGPT	クリエイティブ・パートナー	アイデア出し、プレス ト、文章のドラフト作 成、翻訳、要約、コ ーディング支援	ユーザー入力、限 定的な Web 閲 覧（2021 年以 降の情報はプラグ イン等で補完）	創造性、柔軟 性、高度な対話 能力、カスタマイ ズ性	Canvas、Agent Mode、カスタム GPT
Gemini	主席リサーチ・アナリス ト	最新情報の調査、 市場分析、長文資 料の読解・要約、フ ァクトチェック	リアルタイム Web 検索、ユーザーが 提供した大量のド キュメント	最新性、網羅 性、出典明記に よる信頼性、巨 大なコンテキスト 処理能力	100 万トークンのコ ンテキストウィンドウ、 Deep Research、 高度な推論
M365 Copilot	信頼できる社内アシス タント	社内資料の作成・ 検索、会議の要 約、メールの下書 き、Excel でのデー タ分析	Microsoft 365 内の自社データ （メール、ファイル、 チャット、予定 表）、Web	Office 製品との 完全統合、社内 データへの安全 なアクセス、業務 文脈の理解	Teams での会議 要約、Excel からの PowerPoint 生 成、Copilot Chat
NotebookLM	高潔なファクトチェッカ ー	提供された資料に 基づく Q&A、社内 文書の精査、機密 情報の分析、レポー トの裏付け調査	ユーザーがアップロ ードした特定の資 料群のみ	ハルシネーション の抑制、出典明 記による高い検 証可能性、セキ ュアな分析環境	ソースに基づいた Q&A、複数資料の 横断分析、Audio Overview

第 2 部：シナジー・プレイブック：マーケットリサーチ業務のための高度なワークフロー

このセクションでは、前述の理論を実践に移し、複数のツールを連携させることでいかに優れた成果を生み出せるかを、具体的な業務シナリオを通じて解説します。これらは単なる使用例ではなく、シード・プランニングの業務に即した戦略的な「プレイ」です。

2.1 ワークフロー：白紙から勝ち筋のクライアント提案書を作成する

このシナリオは、アイデア創出から最終的な提案書の完成まで、各 AI の得意分野をリレー形式で繋いでいくことで、質とスピードを両立させるモデルです。

1. フェーズ 1：アイデア創出と切り口の発見（ChatGPT）

- **目的**：創造性を最大限に活用し、ありきたりではないユニークな提案の核を見つけ出す。
- **実行**：ChatGPT の柔軟な発想力を利用して、ブレインストーミングを行います。
- **プロンプト例**：「あなたは経験豊富なマーケットリサーチ戦略家です。[特定業界]向けの新しい調査提案について、まだ満たされていない顧客ニーズに焦点を当てた、斬新なアプローチを 5 つ提案してください。」

2. フェーズ 2：市場での検証とデータによる裏付け（Gemini）

- **目的**：ChatGPT で得たアイデアを、客観的なデータで検証し、説得力を持たせる。
- **実行**：最も有望なアイデアを Gemini に渡し、Deep Research 機能を使って最新の市場データ、統計、競合の動向を収集させます。出典 URL が明記されるため、ファクトチェックが容易です¹。
- **プロンプト例**：「[提案テーマ]に関する最新（2025 年時点）の市場規模、主要な成長ドライバー、および関連する統計データを、すべての情報源を引用してまとめてください。」

3. フェーズ 3：ドラフト作成と社内ナレッジの統合（M365 Copilot）

- **目的**：収集した情報と社内の過去資産を組み合わせ、具体的なドキュメントを作成する。
- **実行**：Word を起動し、Copilot に指示を出します。Copilot は SharePoint 内の過去のプロジェクト文書を検索し、関連性の高いケーススタディを提案に組み込むことができます。また、Excel 上で Gemini が収集したデータをグラフ化し、そのグラフを Word 文書に貼り付けるといったアプリ間連携もスムーズです¹。

- **プロンプト例**：「添付の構成案とデータ[Gemini から]に基づき、提案書のドラフトを作成してください。さらに、SharePoint を検索し、[クライアントの業界]に関連する過去の成功事例を盛り込んでください。」

4. フェーズ 4：最終ファクトチェックと推敲（NotebookLM & ChatGPT Canvas）

- **目的**：提案書内の主張が、参照したデータと完全に一致しているかを確認し、文章表現を磨き上げる。
- **実行**：完成したドラフトと、Gemini が収集した主要なレポートを NotebookLM にアップロードします。特定の主張について、ソースとの整合性をピンポイントで確認します。その後、全文を ChatGPT の Canvas に貼り付け、専門用語の統一や表現の洗練といった最終的な推敲を行います¹。
- **プロンプト例（NotebookLM）**：「提案書ドラフトの 3 ページ目にある市場成長率に関する記述は、添付の市場調査レポートのデータと一致していますか？相違点があれば指摘してください。」

2.2 ワークフロー：詳細な業界調査レポートを遂行する

このシナリオは、膨大な情報の中からインサイトを抽出し、信頼性の高い専門的なレポートを効率的に作成するためのモデルです。

1. フェーズ 1：網羅的な文献レビュー（Gemini）

- **目的**：Gemini の巨大なコンテキストウィンドウを活用し、関連文献を一度に読み込み、全体像を把握する。
- **実行**：数十本の学術論文、業界レポート、ニュース記事などをまとめてアップロードします。Gemini はこれらの文書を横断的に分析し、主要な論点、専門家の間での意見の一致点や対立点を整理します¹⁶。
- **プロンプト例**：「これら 20 本のドキュメントを分析してください。それぞれの主要な主張を要約し、論点の一致点と矛盾点を特定し、テーマ別注釈付き参考文献リストを作成してください。」

2. フェーズ 2：機密性の高い独自データの安全な分析（NotebookLM）

- **目的**：クライアントから提供された NDA 対象のデータや、社内の機密調査データを、外部情報と隔離された安全な環境で分析する。
- **実行**：対象となるファイルを NotebookLM にアップロードします。NotebookLM は提供された情報源のみに基づいて応答するため、情報漏洩のリスクを最小限に抑えながら、データに関する質疑応答を行うことができます¹。
- **プロンプト例**：「提供されたインタビューの文字起こしのみに基づき、顧客が言及した上位 3 つのペインポイント（悩み）は何ですか？」

3. フェーズ 3 : 論理的な構成と本文の執筆 (ChatGPT Canvas)

- **目的** : Gemini と NotebookLM から得られたインサイトを、説得力のある物語 (ナラティブ) として再構築する。
- **実行** : 分析結果を箇条書きなどで ChatGPT の Canvas に移し、AI との共同作業でレポートの骨子を組み立て、各セクションを執筆していきます。Canvas の対話的なインターフェースは、複雑な論理構造を持つ長文の作成に適しています⁵。
- **プロンプト例** : 「これらの分析結果を、5 つのセクションからなるレポートとして構成してください。まず、文献レビューで特定された主要な市場の変化に焦点を当てた序論を執筆してください。」

4. フェーズ 4 : プロジェクト管理とチーム連携 (M365 Copilot)

- **目的** : レポート作成プロジェクトの進捗を可視化し、チーム内のコミュニケーションを円滑にする。
- **実行** : プロジェクトの Teams チャンネル内で Copilot を呼び出します。Copilot はチャット履歴を分析し、進捗状況の要約や、未完了のタスクとその担当者をリストアップすることができます¹。
- **プロンプト例** : 「今週の業界レポート作成プロジェクトに関する進捗を要約し、チャット履歴に基づいて未解決のアクションアイテムとその担当者をリストアップしてください。」

2.3 ワークフロー : グローバル医師調査の効率化 (B3 チーム事例より)

このシナリオは、B3 チームの成功事例を参考に、専門性が高く、多言語対応が求められる業務を AI でいかに効率化するかを示します¹。

1. フェーズ 1 : 専門翻訳 AI の構築 (カスタム GPT)

- **目的** : 社内の知識を AI に学習させ、一貫性と専門性の高い翻訳品質を実現する。
- **実行** : B3 チームのモデルに倣い、社内で承認された医薬品や医療分野の専門用語集をアップロードして、カスタム GPT を構築します。これを調査票 (スクリーナー) やインタビューガイド、報告書の翻訳に用いることで、品質のばらつきをなくし、迅速な納品を可能にします¹。

2. フェーズ 2 : ニュアンスを考慮したクライアントコミュニケーション (ChatGPT)

- **目的** : 海外のクライアントとのコミュニケーションにおいて、文化的な背景やビジネス上の慣習を考慮した、適切な表現を用いる。
- **実行** : Outlook でメールを作成する際に使用します。メールのスレッド全体や添付ファイルを文脈として理解し、より丁寧で適切な表現を提案します。

- **プロンプト例**：「このメールのドラフトを確認してください。[国名]のクライアントに適した、よりフォーマルなトーンに修正し、主要な技術的ポイントが明確に伝わるようにしてください。」

3. フェーズ 3：多言語ソースの横断分析（Gemini）

- **目的**：複数言語で書かれた海外のレポートを、言語の壁を越えて分析し、グローバルな視点でのインサイトを得る。
- **実行**：Gemini の広大なコンテキストウィンドウと高度な翻訳能力を活用します。各国のレポートを原文のままアップロードし、横断的な分析を指示します。
- **プロンプト例**：「添付されたドイツ語と日本語のレポートを分析してください。両方で言及されている共通の規制上の課題を特定し、その内容を英語で要約してください。」

第 3 部：プロンプトの技術：人間と AI の対話を極める

社内調査で最も多くの社員が課題として挙げたのが、効果的なプロンプトの作成です¹。このセクションでは、基本的なティップスを超え、AI の能力を最大限に引き出すための高度なコミュニケーションフレームワークを紹介します。

3.1 指示から対話へ：AI を新人のチームメンバーとして扱う

プロンプト作成の最も重要な心構えは、AI を単なるコマンド実行ツールとしてではなく、「非常に優秀だが、プロジェクトの背景知識がない新人のチームメンバー」として扱うことです。これは B3 チームの成功の根底にもある考え方です¹。優れた指示には、単に「何をするか」だけでなく、「なぜそれをするのか（目的）」「誰のためにするのか（対象者）」「どのような形式で欲しいのか（フォーマット）」といった背景情報が含まれています。

3.2 高度なプロンプトフレームワーク

- **RAFT 法 (Role, Audience, Format, Tone)**

- AI に役割を与え (**Role**)、読み手 (**Audience**) を定義し、出力形式 (**Format**) と文体 (**Tone**) を指定することで、アウトプットの質と適合性を劇的に向上させるフレームワークです。
- **例**：「あなたは** (R) **金融アナリスト**です。(A) **テクノロジー業界に詳しくない投資家向けに**、(F) **箇条書きのサマリー形式で**、(T) **専門用語を避けた平易な言葉で、最新の半導体市場の動向を説明してください。」

- **思考の連鎖 (Chain-of-Thought, CoT) とステップ・バイ・ステップ**

- 複雑な分析や推論を求める際に、「ステップ・バイ・ステップで考えてください」という一文を加えるだけで、AI は結論に至るまでの思考プロセスを明示するようになります。これにより、AI がどのように結論を導き出したかが透明化され、回答の信頼性が向上し、間違いを発見しやすくなります。

- **コンテキストと事例の提供 (Few-Shot Prompting)**

- AI にタスクを依頼する際、望ましいアウトプットの例をいくつか示す (Few-Shot) ことで、AI はそのスタイルやフォーマットを学習し、より意図に近い結果を生成します。
- **例**：「以下の文章を、例のように要約してください。¥n **例**：¥n 原文：『...』¥n 要約：『...』¥n¥n **本題**：¥n 原文：『...』¥n 要約：」

3.3 フィードバックループ：AI を育て、洗練させる

AI からのアウトプットが期待外れだった場合、そこで諦めるのではなく、具体的な修正指示を与えることが重要です。これは AI を「コーチング」するプロセスであり、対話を重ねることで精度を高めていくことができます。B3 チームも、期待通りのアウトプットが得られた場合もそうでなかった場合も、その都度フィードバックを与えることの重要性を強調しています¹。

- **修正指示の例**：「良いスタートですが、全体的にトーンが学術的すぎます。ビジネスの意思決定者向けに、財務的な影響にもっと焦点を当てて書き直してください。」
- **肯定的なフィードバックの例**：「その要約の仕方は非常に分かりやすかったです。今後の要約もこのスタイルをお願いします。」

Table 2: シード・プランニング プロンプト・クックブック

タスク	推奨ツール	プロンプト・テンプレート	解説（フレームワーク）
高精度な医療分野の翻訳	カスタム GPT	「あなたは日本の医療市場を専門とする医療翻訳のエキスパートです。提供された用語集に沿って、以下の英文を日本語に翻訳してください。文体は医師を対象としていることを考慮した、正確かつ自然な表現にしてください。」	**役割設定（Role-Playing）とカスタム知識（Custom Knowledge）** の活用。AI に明確な専門家としての役割を与えることで、出力の専門性が向上する ¹ 。
難しい状況でのクライアント向けメール作成	M365 Copilot	「以下のメールスレッドに基づき、[相手の名前]様宛に、丁寧かつ毅然とした態度のメールを起草してください。[問題点]に関する懸念には理解を示しつつ、[こちらの立場]は添付の契約書で定義された業務範囲に基づくものであることを再確認してください。」	文脈的グラウンディング（Contextual Grounding） 。Copilot がメールの文脈や添付ファイルを理解する能力を活用し、状況に応じた最適なコミュニケーション案を作成させる ¹ 。
インタビュー議事録のテーマ別要約	ChatGPT / Gemini	「添付された 5 つのインタビュー議事録を分析してください。あなたの目標は、[調査目的]に関連するテーマを特定することです。各テーマを象徴する発言をそのまま引用し、結果を『テーマ』『分析結果の要約』『裏付けとなる引用（発言者 ID 付き）』の列を持つ表形式で提示してください。」	構造化された出力（Structured Output）と明確なゴール設定（Goal Definition） 。最終的なアウトプットの形式を具体的に指定することで、AI は情報を整理しやすくなり、人間が後処理しやすい形で結果を提供する ¹ 。

タスク	推奨ツール	プロンプト・テンプレート	解説（フレームワーク）
出典付きの公的情報リサーチ	Gemini	「日本の厚生労働省の公式情報や関連ガイドラインに基づき、[調査対象]に関する最新情報を、参考 URL を含む出典付きでまとめてください。」	信頼性の要求（Reliability Request） 。「出典付き」と明記することで、Gemini のグラウンディング機能を最大限に活用し、ハルシネーションのリスクを低減する ¹ 。

第 4 部：ガバナンス、セキュリティ、そしてサポートの活用

AI の高度な活用は、効果的であると同時に、責任ある方法で行われなければなりません。このセクションでは、AI 利用における基本的なルールを再確認し、社内のサポート体制を最大限に活用する方法を明記します。

4.1 責任ある AI 利用の三本柱

1. データセキュリティの徹底

- 社内 AI 利用マニュアルに定められた**黄金律**を改めて徹底します：**個人を特定できる情報（PII）**、**クライアントの機密情報**、**NDA（秘密保持契約）対象の情報**を、ChatGPT や Gemini などの外部接続が前提の AI ツールに絶対に入力しないこと¹。
- 匿名化・集計化されたデータであれば入力が許可される場合もありますが、判断に迷う場合は必ず上長または情報管理責任者に相談してください¹。Microsoft 365 Copilot は、当社のセキュリティ境界内で動作するため、社内文書の扱いは可能ですが、その場合も既存のアクセス権限が適用されることを理解しておく必要があります²²。

2. 承認済みツールの利用

- 業務目的での利用は、会社が法人契約を結び、安全性を確認したツール（ChatGPT Enterprise,

Gemini Advanced, Microsoft 365 Copilot など）に限られます¹。

- 未承認の無料ツールは、入力したデータが意図せずモデルの学習に利用されたり、広告目的で二次利用されたりするリスクがあります¹。新たなツールの業務利用を希望する場合は、必ず後述の申請フローに従ってください。

3. クライアントへの透明性

- 当社の業務において、補助的に生成 AI を活用する可能性がある場合は、クライアントからの明確な許諾を得ることを原則とします¹。
- 特に、成果物に AI の利用が反映される場合は、提案書や契約書にその旨を明記する必要があります。提案書に記載する際の文例は、社内 AI 利用マニュアルを参照してください¹。

4.2 社内サポートシステムの活用

AI の導入や活用に関して疑問や新たな提案がある場合、一人で悩む必要はありません。当社には、皆さんの挑戦をサポートするための専門チームと正式なプロセスが存在します。

- **相談窓口**：AI に関する技術的な質問、セキュリティに関する懸念、新しいツールの導入提案などは、「**AI 導入会議**」および**情報システム部**が主たる窓口となります。
- **公式な申請フロー**：新しい AI ツールのライセンス発行や、既存ツールと社内システムの連携などを希望する場合は、社内ワークフローシステム「**楽楽精算**」を通じて申請を行ってください¹。
 - **申請手順**：「ワークフロー」→「システム依頼書」→依頼内容/カテゴリで「17.その他相談」を選択。
 - **記載内容**：依頼内容欄に、利用したい AI ツールの名称、具体的な用途、必要なライセンス種別などを明記してください。
- この正式なプロセスを通じて相談・申請を行うことで、セキュリティポリシーの遵守、費用対効果の最大化、そして組織全体としてのナレッジ蓄積を図りながら、安全かつ効果的に AI 活用を推進していくことができます。

未来の成長のために、自分の AI コパイロットを育成する

本プレイブックを通じて、ChatGPT、Gemini、Microsoft 365 Copilot、NotebookLM という 4 つの強力な AI ツールの特性と、それらを連携させる戦略的なワークフローを探索してきました。それぞれのツールには独自の強みがありますが、最終的に最も重要なメッセージは、冒頭で提示した理念に集約されます。それは、「どのツールを使うか」以上に、「どのように使いこなし、組み合わせるか」が成果を決定づけるということです。

ここで紹介したスキルは、特定のソフトウェアの操作方法を覚えることではありません。ソフトウェアは日々進化し、いずれは新しいものに取って代わられるでしょう。しかし、AI とパートナーシップを組み、複雑な課題を解決へと導く思考法、すなわち**「AI と共に働く新しいメソッド」**は、今後何年にもわたって価値を持ち続ける、普遍的で強力なキャリア資産です。

このプレイブックは、皆さんの AI 活用の旅における出発点に過ぎません。ぜひ、ここで学んだことをきっかけに、日々の業務の中で積極的に AI ツールを試し、失敗から学び、成功体験を積み重ねてください。そして、あなた自身が発見した効果的なプロンプトや、独創的なツールの組み合わせ方を、社内のナレッジ共有の場（**Google Drive > 共有アイテム > その他の資料 > ChatGPT**）で積極的に共有してください¹。

シード・プランニングという組織全体の競争力を強化し、AI が社会のあらゆる側面に浸透していくすでに始まっている未来において、我々が業界のリーダーであり続けるための戦略的必須要件です。これらのツールは、正しく育成すれば、間違いなくあなたのキャリアにおける「もう一人の有能なアシスタント」として、期待以上の活躍を見せてくれるはずです。

AI 導入会議

シード・プランニング

引用文献

1. 社内アンケート AI 利用実態について: 中間データ.xlsx
2. help.openai.com, 9 月 13, 2025、<https://help.openai.com/en/articles/6825453-chatgpt-release-notes#:~:text=March%2027%2C%202025,and%20a%20clearer%20communication%20style.>
3. Introducing GPT-5 - OpenAI, 9 月 13, 2025、<https://openai.com/index/introducing-gpt-5/>
4. Nano Banana AI: ChatGPT vs Qwen vs Grok vs Gemini; the top alternatives to try in 2025, 9 月 13, 2025、<https://timesofindia.indiatimes.com/technology/tech-tips/nano-banana-ai-chatgpt-vs-qwen-vs-grok-vs-gemini-the-top-alternatives-to-try-in-2025/articleshow/123863228.cms>
5. What is the canvas feature in ChatGPT and how do I use it? | OpenAI ..., 9 月 13, 2025、<https://help.openai.com/en/articles/9930697-what-is-the-canvas-feature-in-chatgpt-and-how-do-i-use-it>
6. Introducing canvas, a new way to write and code with ChatGPT. | OpenAI, 9 月 13, 2025、<https://openai.com/index/introducing-canvas/>
7. ChatGPT Canvas: A Guide With Examples - DataCamp, 9 月 13, 2025、<https://www.datacamp.com/blog/chatgpt-canvas>
8. How to use ChatGPT canvas - Zapier, 9 月 13, 2025、<https://zapier.com/blog/chatgpt-canvas/>
9. How ChatGPT Canvas Works - Recalc Academy, 9 月 13, 2025、<https://recalcacademy.com/blog-guide/how-chatgpt-canvas-works/>
10. ChatGPT agent | OpenAI Help Center, 9 月 13, 2025、<https://help.openai.com/en/articles/11752874-chatgpt-agent>
11. I Used ChatGPT Agent Mode and Here's What I Learned | by Jennette Cajucom - Medium, 9 月 13, 2025、https://medium.com/@jennette_cajucom/i-used-chatgpt-agent-mode-and-heres-what-i-learned-740926fe24b1
12. How to Use ChatGPT Agent Mode (Step-by-Step Tutorial) - YouTube, 9 月 13, 2025、<https://www.youtube.com/watch?v=k50ZVChTLo8>
13. What's the Most Surprising Thing You've Done with ChatGPT Agent Mode? - Reddit, 9 月 13, 2025、https://www.reddit.com/r/ChatGPTPro/comments/1mp2qbr/whats_the_most_surprising_thing_youve_done_with/
14. Gemini 2.5: Our most intelligent AI model - Google Blog, 9 月 13, 2025、<https://blog.google/technology/google-deepmind/gemini-model-thinking-updates-march-2025/>
15. Gemini 2.5: Pushing the Frontier with Advanced Reasoning, Multimodality, Long Context, and Next Generation Agentic Capabilities. - Googleapis.com, 9 月 13, 2025、https://storage.googleapis.com/deepmind-media/gemini/gemini_v2_5_report.pdf
16. Long context | Gemini API | Google AI for Developers, 9 月 13, 2025、<https://ai.google.dev/gemini-api/docs/long-context>
17. Testing Gemini 2.5 Pro's MASSIVE context window until it BREAKS! - YouTube, 9 月 13, 2025、<https://www.youtube.com/watch?v=jhP78rgnGbI>

18. Is Gemini 2.5 with a 1M token limit just insane? : r/ClaudeAI - Reddit, 9月 13, 2025.
https://www.reddit.com/r/ClaudeAI/comments/1jlu8ii/is_gemini_25_with_a_1m_token_limit_just_insane/
19. Gemini models | Gemini API | Google AI for Developers, 9月 13, 2025.
<https://ai.google.dev/gemini-api/docs/models>
20. Gemini Pro - Google DeepMind, 9月 13, 2025. <https://deepmind.google/models/gemini/pro/>
21. Microsoft 365 Copilot, 9月 13, 2025. <https://adoption.microsoft.com/en-us/copilot/>
22. 7 best practices for Copilot for Microsoft 365 - The Quest Blog, 9月 13, 2025.
<https://blog.quest.com/7-best-practices-for-copilot-for-microsoft-365/>
23. Microsoft 365 Copilot for executives: Sharing our Customer Zero deployment and adoption journey at Microsoft - Inside Track Blog, 9月 13, 2025.
<https://www.microsoft.com/insidetrack/blog/copilot-for-microsoft-365-for-executives-sharing-our-internal-deployment-and-adoption-journey-at-microsoft/>
24. What's New in Microsoft Teams | August 2025, 9月 13, 2025.
<https://techcommunity.microsoft.com/blog/microsoftteamsblog/what%E2%80%99s-new-in-microsoft-teams--august-2025/4448706>
25. Microsoft 365 Copilot release notes, 9月 13, 2025. <https://learn.microsoft.com/en-us/copilot/microsoft-365/release-notes>
26. What's New in Microsoft Teams | July 2025, 9月 13, 2025.
<https://techcommunity.microsoft.com/blog/microsoftteamsblog/what%E2%80%99s-new-in-microsoft-teams--july-2025/4438302>
27. What's new in Microsoft 365 Copilot | August 2025, 9月 13, 2025.
<https://techcommunity.microsoft.com/blog/microsoft365copilotblog/what%E2%80%99s-new-in-microsoft-365-copilot--august-2025/4449268>
28. Get started with Copilot in Excel - Microsoft Support, 9月 13, 2025.
<https://support.microsoft.com/en-us/office/get-started-with-copilot-in-excel-d7110502-0334-4b4f-a175-a73abdfc118a>
29. 7 Awesome NEW Features in Microsoft 365 Copilot! (2025) - YouTube, 9月 13, 2025.
<https://www.youtube.com/watch?v=U54PJTxDHo>
30. Create a new presentation with Copilot in PowerPoint - Microsoft Support, 9月 13, 2025.
<https://support.microsoft.com/en-us/office/create-a-new-presentation-with-copilot-in-powerpoint-3222ee03-f5a4-4d27-8642-9c387ab4854d>
31. Copilot in PowerPoint help & learning - Microsoft Support, 9月 13, 2025.
<https://support.microsoft.com/en-us/copilot-powerpoint>
32. How to Create Awesome Presentations FAST with Microsoft Copilot! - YouTube, 9月 13, 2025.
<https://www.youtube.com/watch?v=47xWVGluLmg>
33. Google NotebookLM 2025 - Baytech Consulting, 9月 13, 2025.
<https://www.baytechconsulting.com/blog/google-notebooklm-2025>
34. NotebookLM: An LLM with RAG for active learning and collaborative tutoring - arXiv, 9月 13,

2025、<https://arxiv.org/html/2504.09720v2>

35. 6 NotebookLM features to help students learn - Google Blog, 9月13, 2025、
<https://blog.google/technology/google-labs/notebooklm-student-features/>