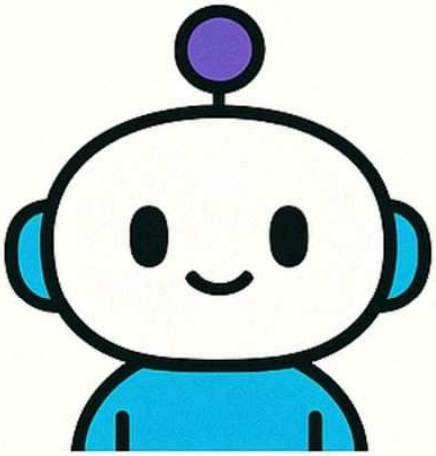
AI BUSINESS

From Skill Zero to Career Freedom



スキルゼロから始める

AIビジネス大全

100人
以上実践

キャリア×副業×独立
これ一冊で道は見える!

AI時代に"やらない人"が損をする
AIでできる仕事はこんなにもある！

まえがき｜「AIで食える人」は、一部の天才じゃない。

「AIで稼げるらしい」
「でも、自分には無理そう」

もしかしたら、そんな気持ちを持ちながら、この本を手に取ってくれたのかもしれません。

正直に言います。

今、AIで成果を出している人たちも、最初はみんな「よく分からない」と思っていました。

ChatGPT？プロンプト？API？何それ…という状態から、“ちょっとずつ慣れて、ちょっとずつ結果を出した”だけなんです。

この本で伝えたいのは、ただの「AIの使い方」ではありません。

あなたが、

- 何を伸ばせばいいのか？
- どこで活かせるのか？
- どうすれば仕事や収入に変えられるのか？

“AIと一緒にキャリアを創っていく方法”を、ゼロから丁寧にお伝えします。

対象にしているのは、こんな方々です。

- AI が気になっているけど、何から始めればいいか分からない人
- 副業や独立に興味があるけど、自信が持てない人
- 今の仕事をもっとラクにしたい、価値を上げたいと思っている
- できれば「好きなこと」と「AI」をつなげて収入を得たい人

もし、ひとつでも当てはまったら、この本はきっとあなたの役に立ちます。

本書では、専門的な言葉はできるだけ使わず、 1 つずつステップを踏みながら、
「自分にもできそう！」と思える形で解説しています。

図解や事例も豊富に入れて、読みながらイメージがつかめるよう工夫しました。

AI 時代は、**「使えるか使えないか」ではなく、**
「使って動けるかどうか」で差がつく時代です。

そして、動くために必要なのは、完璧な知識ではなく
“使ってみる勇気”と“やりながら学ぶ姿勢”だけ。

この本を読み終える頃には、 きっとあなたは「最初の一歩」を踏み出しているはずです。

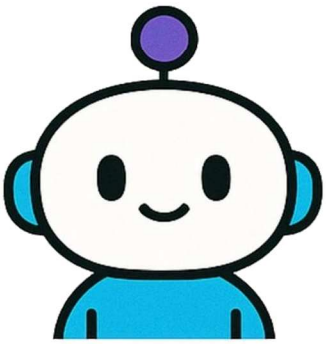
そんな未来を信じて、この本を贈ります。

では、はじめましょう。

あなたの「AI キャリアアップ」の第一歩を。

AI BUSINESS

From Skill Zero to Career Freedom



スキルゼロから始める

AIビジネス大全

第１章：AI スキル全体像

なぜ今、AI なのか？

気づけば、どこを見ても「AI」だらけになってきた。

ChatGPT に画像生成 AI。

電車の中でスマホをのぞけば、AI 活用のノウハウやニュースがタイムラインを埋め尽くしてる。

「でも…正直、自分に関係あるの？」

僕も最初はそう思ってた。

でもある日、仕事で ChatGPT を試してみて**ガツンと衝撃を受けた。**

「こんなに文章を整えてくれるの？」
「しかも、こっちの意図まで汲んでくる？」

言葉にできないほどの“未来感”があった。

で、調べてみたら驚いた。

これ、**誰でも今すぐ無料で使える**し、**ビジネスに使ってる人が次々と成果を出してる**。

実際、企業だけじゃなくて、個人が AI を使って

・短時間で記事を量産したり
・クライアントワークを自動化したり
・デザインを一瞬でつくったりして、

どんどん自由を手にしている。

しかも、AI は **24 時間働き続ける“デジタル部下”にもなる。**

「知識も経験もない」っていう人でも、
“使い方”さえ分かればいくらでもキャリアに変えられる時代だ。

これって、ちょっと前までは考えられなかった。

昔なら、高度なプログラミングができる人とか、
理系のエリートが扱う領域だった。

でも今はちがう。

スマホ 1 つで誰でも AI を使える時代が始まってる。

あなたも、じわじわ感じてないだろうか？

「なんか置いていかれそう…」
「やったもん勝ちかも…」

って。

正解だ。

もう、**待ってる人じゃなく“使い始めた人”から成果が出てる。**

この本は、そんな時代に、あなたが一歩踏み出せるように書いてる。

安心してほしい。

僕も「ゼロから」始めたひとりだったから。

企業だけじゃない。個人にもチャンスがある理由

「AI って、結局は企業が使うもんでしょ？」

そう思ってる人、まだまだ多い。

たしかに、昔はそうだった。

でも今、状況はガラッと変わってる。

むしろ、チャンスがあるのは“企業よりも個人”の方なんだ。

なぜか？

企業って、大きいぶん決断も遅い。

新しいツールを導入しようとしても、社内会議、稟議、上司の許可…

その間に、**個人はもう動いてる。**

たとえば、副業でブログをやってる人。

AI を使えば、リサーチ、構成、執筆まで **1 時間で 1 記事**作れる。

しかも質がいい。

企業の編集部が数日かけて書いてる記事を、**個人が 1 日で 3 本書ける時代**だ。

動画編集でも同じ。

音声を AI でナレーション化、字幕も自動。サムネは画像生成 AI で一発。

「人手がいるからできない」

は、もう言い訳にならない。

もちろん、企業が本気を出せば強い。

でも、その“本気”の準備をしている間に、個人はもう結果を出してる。

ここがポイントだ。

今の AI は「先に動いた人」が勝つ世界になっている。

スピード勝負なら、柔軟で決断の早い個人の方が圧倒的に有利なんだ。

僕の周りでも、

「AI でプレゼン資料を自動化して、業務時間を 2 時間短縮した」
「副業の SNS 運用を全部 AI に任せて、売上が伸びた」

そんな話がごろごろある。

個人が AI を使って“仕組み”を持てる時代。

これは、正直ワクワクしかない。

「何者でもない自分が、AI を使って“誰かの力”になれる」

そんな未来が、すぐそこにある。

キャリアアップ＝収入 UP だけじゃない

キャリアアップって聞くと、
「収入が増えること」と思うかもしれない。

もちろん、間違ってない。

でも**それだけじゃ、もったいない。**

僕自身、AI を使うようになって、一番大きく変わったのは
「時間の価値」と「自分の使い方」だった。

たとえば、昔は記事を 1 本書くのに 5 時間かかってた。

構成を考えて、リサーチして、書いて、整えて…

今は、AI に下書きまで作ってもらえば、**2 時間で 3 本書ける。**

つまり、“稼ぎたい時間”じゃなくて、“生きたい時間”が増えたんだ。
これって、収入が上がること以上にデカい。

「朝ゆっくりコーヒーを飲む時間」
「子どもと昼から散歩できる時間」
「アイデアをぼーっと考える余白」

全部、AI がくれた。

しかも AI って、自分の知識も深めてくれる。

ChatGPT に質問すれば、**専門家レベルの視点が秒で返ってくる。**

「自分が一段、成長した」って感覚がじわじわ湧いてくる。

気づいたんだ。

キャリアアップって、「自分の価値を上げること」なんだって。

稼げるようになる。

でも、それ以上に「時間・自由・自信」が手に入る。

これが AI 時代のキャリアアップの本質だと思う。

だからこそ、今やってる仕事に満足してもいい。

でも**“もっと自分の時間を活かしたい”って思うなら、AI は味方になる。**

AI 時代に“やらない人”が損をする理由

「別に AI なんて興味ないし」
「自分の仕事には関係ないから」

そう思ってスルーしてる人、まだ多い。

でもね、これは完全に“情報格差の罠”なんだ。

やってる人と、やってない人。

この差は、もう“知識”のレベルじゃない。
収入、時間、チャンス…全部の差になってきてる。

たとえば、僕の知人で、同じ職種・同じ案件を受けてた人がいる。

片方は AI を使って、作業時間を半分にして月 5 万円アップ。

もう片方は手作業を続けて、徹夜して納期に追われてる。

「え？それってズルくない？」

…いや、**違うんだ。知ってたか、知らなかったか。それだけの話。**

これ、もっと進むとどうなるか？

・“AI 前提”で仕事を組める人は、短時間で成果を出す
・“AI 拒否”してる人は、仕事が遅くて質も落ちる
・企業は、AI を使えるフリーランスに仕事を振るようになる

つまり、**やらない人は、意図せず市場から外れていく**ってことだ。

「別に困ってないからいいよ」って思ってる人ほど危ない。

気づいたときには、“自分の周りだけが置いていかれてた”…なんてザラにある。

怖い話をしたいわけじゃない。

ただ、**今のうちに少しでも触れておけば、それだけで大きく変わる。**

むしろ“やったもん勝ち”のボーナスタイムは、まだ終わってない。

大げさに聞こえるかもしれない。

でも、AI って“やらない理由”がないんだ。

無料で使える。
誰でも試せる。

そして、やった人から“先に得をする”。

さて、あなたはどうする？

今すぐ始めるべき“3 つの理由”

「AI、ちょっと気になる」

そう思ってこの本を読んでくれてるなら
今すぐ始めた方がいい。間違いなく。

なんでか？理由は 3 つある。

まずひとつ目。

“やればわかる”世界だから。

AI って、頭で考えてるうちは「難しそう…」ってなる。

でも、ChatGPT を 1 回使ったらびっくりする。

「え、ここまでやってくれるの？」って。

想像じゃなく、体感で理解できる。

触ってみたら、99%の人が「なんだ、こんなに使えるのか」ってなる。

ふたつ目。

今なら“差がつけやすい”から。

世の中のほとんどの人は、まだ AI を使ってない。

つまり、「今始めた人」は、それだけで周りと一歩差がつく。

あと半年、1 年もすれば「できて当たり前」になる。

“今”こそボーナスタイムだ。

そして、みっつ目。

「失敗しても損がない」から。

だって、無料。リスクなし。

知識ゼロでも、使ってみるだけで学べる。

これって、冷静に考えるとヤバい。

これだけのポテンシャルがあって、“ノーリスクで試せる”って、今だけだ。

もしあなたが「ちょっとやってみようかな」って思ってるなら
その“ちょっと”が、未来を変える第一歩になるかもしれない。

この本で得られることと、次章へのガイド

ここまで読んでくれたあなたは、
きっともう気づいてるはずだ。

「AI は、特別な人のものじゃない」
「自分にもできるかもしれない」って。

実際、その直感は正しい。

この本で伝えたいのは、
AI を「難しいもの」じゃなく、

“使える武器”として手に入れる方法なんだ。

しかも、ただのテクニック本じゃない。

あなたの強みや、これからの働き方をどう広げるか

“AI でキャリアを創る”ための設計図として使ってほしい。

この本では、こんなことがわかる：

- どんな仕事が AI で生まれているのか？
- どのスキルをどの順番で身につければいいのか？
- 今すぐ始めるなら、何から手をつければいいのか？

これからの時代、スキルや資格よりも、
「どれだけ AI を味方につけられるか」が分かれ目になる。

もし今、「何をすればいいのかわからない」と思っていても大丈夫。

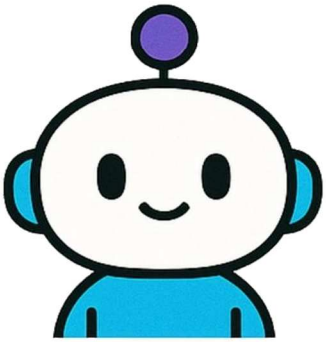
次の章では、あなたが AI でできる仕事の“全体マップ”を見せる。

きっと、「え、こんな選択肢があるのか」って驚くはずだ。

そしてその中から、自分に合った道を一緒に見つけよう。

AI BUSINESS

From Skill Zero to Career Freedom



スキルゼロから始める

AIビジネス大全

第2章：

AIでできる仕事はこんなにある！全体マップ

「AIを使って稼ぐ」って言われても、ピンとこないかもしれない。

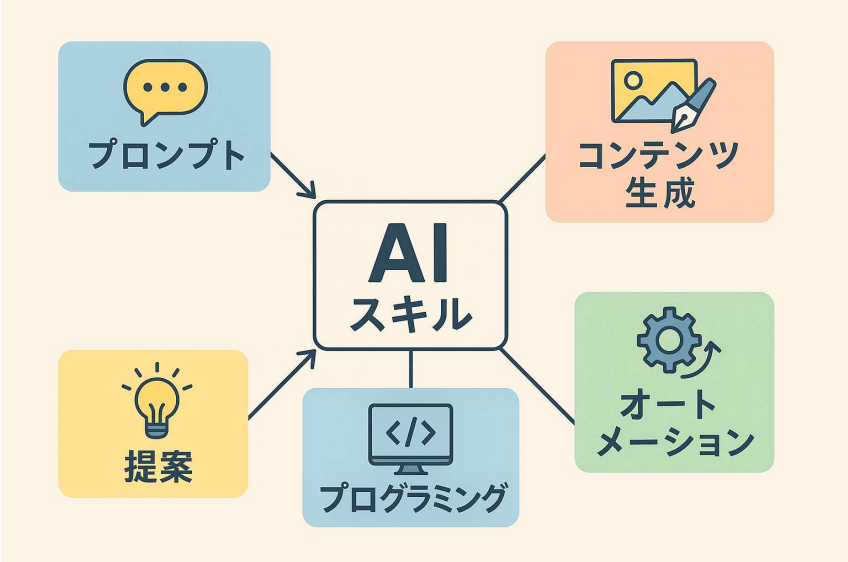
だけど、実はもう、いろんな仕事に“AI 専門家”として関われる時代になってる。

しかも、スキルが高い人だけの話じゃない。

ゼロからでも始められる仕事が、ちゃんとあるんだ。

たとえば、こんなふうに分けられる。

- 「AIに命令を出す」→ プロンプトエンジニア
- 「AIを組み込んでツールを作る」→ アプリ開発者
- 「AI導入で困ってる企業を助ける」→ コンサルタント
- 「AIを教える」→ トレーナーや講師
- 「AI で文章・画像・動画・音声を作る」→ コンテンツクリエイター



中でもチャンスが大きいのは、「制作系」。

ブログ、SNS、YouTube、資料作成、どれも AI で一気に時短＆高品質にできる。

だから、副業やフリーランスでもすぐ収益につながりやすい。

しかも最近は、ノーコードやテンプレートが進化してるから、開発系も入りやすくなった。

たとえば、「ChatGPT×Google スプレッドシート」だけでも、
ちょっとした業務効率化ツールが作れる。

これだけで、個人で稼げるレベルのサービスになる。

そして今、多くの企業がこう思ってる。

「AI 使いたいけど、よくわからない」

ここに“ちょっと使える個人”のニーズが爆発的に広がってる。

この章では、そんな“個人が主役になれる AI 仕事”をひとつずつ紹介していく。

「これ、自分にもできそう」

そう思える仕事が、きっと見つかるはずだ。

プロンプトエンジニア｜指示の達人が価値を生む時代

AI に命令を出す。

たったそれだけで、結果が変わる時代が来ている。

「プロンプトエンジニア」って聞いたことあるだろうか？

ざっくり言えば、ChatGPT などの生成 AI に“どう命令するか”を極めた専門家だ。

ちょっと不思議に聞こえるかもしれないけど、これが本当に奥が深い。

同じ質問をしても、言い方を少し変えるだけで、まるで違う答えが返ってくる。

まるで、魔法の呪文を操るかのように。

たとえば、

「記事を書いて」とだけ言うと、ありきたりな文章が返ってくる。

でも、構成やトーン、読者の悩みまで指定すると、プロ級の原稿が出てくる。

この「命令文＝プロンプト」をうまく設計するのがプロンプトエンジニアの仕事だ。

今、企業の現場では AI 導入が進んでるけど、

「うまく使えない」「期待通りに出力されない」

って悩みが山ほどある。

そこにプロンプトエンジニアが入ると、

「こんなふうに聞けば、狙った答えが返ってくるんですよ」

と一発で解決する。

しかも、このスキルは副業レベルでもすぐ活かせる。

ライター、マーケター、教育系、資料作成…どれもAI活用が求められていて、「プロンプト設計できます」というだけで差別化になる。

つまり、これは技術職というより“伝え方のプロ”だ。

理系じゃなくても、文系でも、言葉の扱いが得意な人にこそ向いてる。

最初はChatGPTで遊ぶところからでいい。

「どう命令すれば、どんな結果が返ってくるか」を試せば試すほど、武器になる。

プロンプトは、AI時代の“スキル以前の土台”。

それを制する者が、AIを使いこなす。

AI アプリ開発者｜API とノーコードで稼ぐ仕組みづくり

「プログラミングできないと、AI って無理ですよね？」

そんなふうに思ってた頃が、僕にもあった。

でも実は、今はコードを書けなくても“AI アプリ”が作れてしまう時代なんだ。

その鍵になるのが「API」と「ノーコードツール」。

たとえば、OpenAI の API を使えば、 ChatGPT を“自分専用の AI チャットボット”として動かすことができる。

しかも、Google スプレッドシートや Notion と連携させるだけで、業務が自動化される。

これ、最初はちょっと面倒そうに見える。

でもやってみると、「あれ？これ、できるかも」ってなるスピード感がすごい。

さらに便利なのが、ノーコード系のサービス。

たとえば、Make や Zapier を使えば、

・フォームに入力された情報を AI に渡す
・要約させて、メールで自動返信
・Slack や LINE に通知まで飛ばす

みたいなことが、画面上の操作だけで作れてしまう。

これを“業務改善ツール”として企業に納品する人もいるし、 “ひとり SaaS”として販売している人もいる。

つまり、これは
「作業を減らす仕組みを作ってあげる仕事」。
コーディングスキルよりも、

“困ってる人の悩みをどう解決するか”という視点が大事になる。

僕も、最初はスプレッドシートに API をつなぐだけだった。

でもそれが、クライアントの定型業務を 1 日 2 時間分カットして感謝された時、「仕組みって、こんなに価値があるんだ」って実感した。

いまや、

「コードが書けるか？」

より

「何を自動化できるか？」の時代。

AI アプリ開発は、個人にこそ向いている。

AI コンサルタント｜企業の“AI 導入迷子”を救う仕事

最近、企業の人からよく聞く言葉がある。

「AI って、結局なにから始めればいいの？」

そう。実は今、“AI 導入迷子”になっている会社がめちゃくちゃ多い。

ChatGPT は知ってる。画像生成 AI も話題だ。

でも、「で？うちの会社は何に使えばいいの？」ってなる。

そこで登場するのが、AI コンサルタントだ。

専門的な技術者じゃなくていい。

むしろ必要なのは、“現場の困りごと”をヒアリングして、AI で解決策を見つける力。

たとえば、こんな事例がある。

ある中小企業では、営業が毎日お客さんに送っているメールがある。

これを ChatGPT にテンプレを作らせ、自動生成するようにした。

結果、1 日 30 分の時短×5 人分＝月 60 時間削減。

さらに反応率もアップして、売上まで伸びた。

コンサルタントの仕事は、こういう“AI 活用の設計図”を描くこと。

自分でコードを書く必要はない。

ノーコードでサンプルを見せたり、 「こんなふうに使えますよ」とプロンプトやツールの選定を提案するだけでも十分価値になる。

特に地方の中小企業や士業・教育・介護・製造業など、
IT に強くない業界は、まだまだブルーオーシャン。

「IT 苦手そうな社長」と仲良くなれる人は、それだけで武器になる。

もしあなたが「話を聞くのが得意」「仕組みを考えるのが好き」なら、 AI コンサルはまさにぴったりのポジションだ。

これからは、“自分が AI を使えるか”じゃなく、“誰かに AI を使わせてあげられるか”が価値になる。

AI 講師・トレーナー｜教えられる人が圧倒的に足りてない

今、世の中には「AI を教えてほしい」って人が山ほどいる。

でも、「教えられる人」は、ほんの一握りしかいない。

学校の先生も、企業の社員も、
ChatGPT のアカウントすら作ってない人がまだまだ多い。

だから今、「ちょっと使える人」が“教える側”に立てるタイミングが来てる。

しかも、求められているのはガチガチの専門家じゃない。

・ChatGPT の使い方
・Midjourney の画像の出し方
・AI で資料を作るコツ

このくらいのことを「やったことあるよ」って人が、
「未経験の人」にとっては“先生”なんだ。

実際、企業研修や自治体のセミナーでは、
AI の初歩を教えるだけで講師料 2〜5 万円が発生してる。

オンライン講座や勉強会を開いて、副業で月 10 万以上稼いでる人も増えてきた。

「話すのが苦手…」って人でも大丈夫。

スライドを共有して、画面を見せながら解説するだけで成立する。

むしろ、初心者の気持ちがわかる人のほうが向いてる。

「ここでつまづいた」「最初は怖かった」っていう体験が、そのまま教材になるからだ。
そして何より、人に教えると、自分の理解も深まる。

僕も最初は「怖かったらここだけ押して」っていうだけの講座から始めた。

でも受講者に「ありがとう！できた！」って言われたとき、
「これは価値だな」って心から思えた。

AI 講師・トレーナーは、今から始められる“教える副業”。

あなたの経験が、誰かのスタートになるかもしれない。

AI ライター｜書くことが仕事じゃない、“AI で仕上げる”仕事

「ライター」と聞くと、文章をゼロから自分で書くイメージがあるかもしれない。

でも、AI 時代のライターはちょっと違う。

“全部書かなくても、仕事になる”んだ。

今や、ChatGPT を使えば、記事の骨組みや下書きは数秒で出てくる。

ライターの役割はそこから先

構成を整えて、伝わる言葉に変えて、精度を上げる。

つまり、“AI に任せて、仕上げるプロ”になるということ。

この働き方、正直めちゃくちゃ効率がいい。

昔は 1 記事書くのに 3〜4 時間かかってた。

でも AI を活用すれば、1 時間で 2 記事は当たり前。

しかも、ただ時短になるだけじゃない。

「読者の感情に刺さる一言」や「人間らしい温度感」は、AI にはまだ出せな

い。

そこを“人間の手”で仕上げるからこそ、価値になる。

実際、企業のメディアやブログ運営代行でも、 「AI＋人間の W ライティング」がどんどん主流になってきてる。

編集者目線で見れば、「AI だけの記事」は読みたくないけど、
“AI を使いこなすライター”は今すぐ欲しい存在なんだ。

そして、AI ライターはスキルの蓄積も早い。

書けば書くほど、

「どんなプロンプトでどんな文章が出るか」
「どこを直せば人間っぽくなるか」

って感覚が研ぎ澄まされていく。

これって、普通のライター修行よりはるかに早く、うまくなる道。

「文章が苦手でも AI が下書きをくれる」
「得意な人なら、もっと早く、もっと量をこなせる」

どっちにしても、“稼げる速度”は上がる。

書くことに少しでも興味があるなら、
AI ライターは、これからの王道副業になる。

AI 画像クリエイター
Midjourney や Canva でビジュアルを量産

「デザインなんてやったことない」

そう思ってる人ほど、驚くはずだ。

今はもう、センスや経験がなくても“いい感じの画像”が作れる時代。

AI 画像クリエイターは、まさにその代表的な仕事だ。

使うのは、たとえば「Midjourney」

テキストで「こういう画像がほしい」と入力するだけで、
まるでプロが描いたようなイラストやビジュアルが出てくる。
それだけじゃない。

Canva には AI による画像生成や背景除去、スタイル変換まである。

しかも、ノーコード・ノーデザイン知識で操作できる。

じゃあ、何が仕事になるのか？

それは、“世界観をつくる力”。

たとえば…

•SNS の投稿画像を統一感あるデザインでまとめる
•セールスページや LP のアイキャッチを AI で量産する
•クライアントのサービスに合った雰囲気のビジュアルを提案する

こういう“目的に合ったビジュアル”を作れる人は、めちゃくちゃ重宝される。

実際、AI 画像生成を使った SNS 代行、電子書籍の表紙デザイン、EC ショップの商品画像制作など、副業レベルでも月 3〜10 万円を狙える案件はゴロゴロある。

しかも、作業スピードが早い。

1 枚ずつ Photoshop でつくる時代じゃない。

プロンプトで 10 パターン出して、使えるものを選ぶだけ。

「デザイナーになるのは無理」と思ってた人が、
いま、AI を武器にして“見せ方のプロ”になってる。

画像は、見るだけで伝わる。

だからこそ、AI と組んだ瞬間、あなたの発信力が一気に伸びる。

AI 画像クリエイターは、“表現の壁”を壊す仕事だ。

AI 動画クリエイター｜YouTube・TikTok を量産する仕掛け人
今、一番「AI で変わったな」と感じるジャンルがある。

それが動画だ。

これまでは、動画 1 本作るのに

企画 → 撮影 → 編集 → テロップ入れ → サムネ作成…

と、何時間もかかってた。

でも今は、AI を使えば“量産”できる。

たとえばこうだ。

•音声は VOICEVOX や ElevenLabs で自動ナレーション
•動画素材は Pexels や Pixabay からフリー映像を取得
•テロップは Premiere Pro の自動文字起こし
•サムネは Canva や画像生成 AI で一瞬

これをテンプレート化すれば、 1 日で YouTube 動画を 3 本、TikTok を 5 本投稿するのも現実的になってくる。

ポイントは、“顔出し・撮影なし”でもコンテンツが作れること。

今、動画クリエイターの副業案件でも
「AI で素材を組み合わせて、編集だけして納品」
っていうスタイルが増えている。

しかも、ジャンルによっては個人でチャンネルを育てて広告収入を得ることもできる。

ナレーション系のストーリー動画や、トレンドまとめ動画は特に相性がいい。

もちろん、最初は戸惑うかもしれない。

「動画って難しそう…」って思ってる人は多い。

でも実際は、AI をうまく組み合わせるだけで、十分に“仕事レベル”になる。

重要なのは、何を伝えるか、どんな構成にするか。

ここを押さえて、あとは AI に任せる。

動画は今後も伸びるジャンル。

そこに、AI という“加速装置”が加わった今、
個人がメディアを持つ時代が本格的に始まった。

AI 動画クリエイターは、「仕掛ける人」になれるポジションだ。

AI 音声・音楽クリエイター
「声」や「音」が稼げる時代

「声や音で仕事になるなんて、プロの世界でしょ？」

そう思ってた人ほど驚くかもしれない。

でも今は、AI が“声”も“音楽”も作ってくれる時代なんだ。

たとえば、VOICEVOX や ElevenLabs を使えば、
台本を入力するだけで、自然なナレーション音声が完成する。

滑舌もいいし、トーンの指定もできる。

自分で声を出す必要は、一切ない。

動画クリエイターや教材制作者は、
この AI ナレーションを毎日のように使ってる。

じゃあ、どこに仕事があるのか？

答えは、「音のない場所を埋める」こと。

・動画に入れるナレーションや効果音
・Web 広告に使う短い BGM
・アプリやサービスのオープニング音
・企業プレゼンのバックミュージック

音のニーズって、気づかれにくいけど、常にある。

しかも、音楽生成 AI（Suno、Soundraw、AIVA など）を使えば、
10 秒で BGM が作れる。しかも著作権フリーで。
そこに「曲調」や「雰囲気」の指示を加えるだけで、
サービスやブランドにピッタリ合う“音の演出”ができてしまう。

このスキル、今はまだやってる人が少ない。

だから、「AI で音作れますよ」と言うだけで差別化になる。

しかも、作った音素材をストックサイトに登録すれば、不労型の収入源にもなる。

「自分の声が苦手でも」
「楽器ができなくても」

AI を通せば、“伝わる音”を作れる。

AI 音声・音楽クリエイターは、
あなたの中に眠ってる“感性”を仕事に変えてくれる。

自分に合った AI 仕事を見つける 3 つの視点

ここまで 9 つの AI 関連職を見てきて、

「どれも面白そうだけど、自分に何が向いてるのか分からない…」

そう感じたかもしれない。

大丈夫。

ここでは“3 つの視点”で、自分に合った AI 仕事を見つける方法を紹介する。

まず 1 つ目は、「スキル」視点。

今の自分に何ができるか？

もし「文章が得意」なら AI ライター、

「しゃべるのが得意」なら AI 講師、「Excel 使える」ならアプリ開発…と、すでにある能力を活かせる仕事を選ぶのが近道だ。

2 つ目は、「時間」視点。

空いている時間に細切れでやりたいのか？

がっつり集中して作業したいのか？

たとえば、AI 画像・音声クリエイターは“短時間で成果が出やすい”。

一方、AI コンサルや講師は人とのやりとりもあるから、時間にゆとりが必要になる。

そして 3 つ目は、「好き・感性」視点。

これが一番大事かもしれない。

「これ、面白そう」「ちょっとワクワクする」

その感覚は、学びを続ける力になる。

AI を長く使っていくには、やらされ感よりも「遊べる」領域を選んだ方が絶対に伸びる。
この 3 つをかけあわせてみてほしい。

「スキル × 時間 × 好き」

ここに、自分にぴったりの仕事がある。

全部に完璧に当てはまらなくてもいい。

最初は 7 割くらいの納得感で十分。

やっていくうちに、「意外とこっちが楽しいかも」とか、「この仕事、他の人にも教えられるかも」っていう気づきが必ず出てくる。

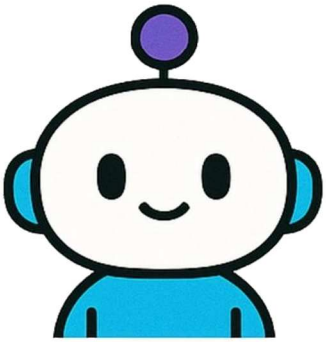
大事なのは、“選びきること”じゃない。

“まずやってみること”。

第 3 章からは、そのための「スキルの伸ばし方」に入っていこう。

AI BUSINESS

From Skill Zero to Career Freedom



スキルゼロから始める

AIビジネス大全

第３章：

AI スキルのレベルは 6 段階で考える

「AI を学ぼう」と思ったとき、まず迷うのが
「自分は今どれくらいのレベルなのか？」ってこと。

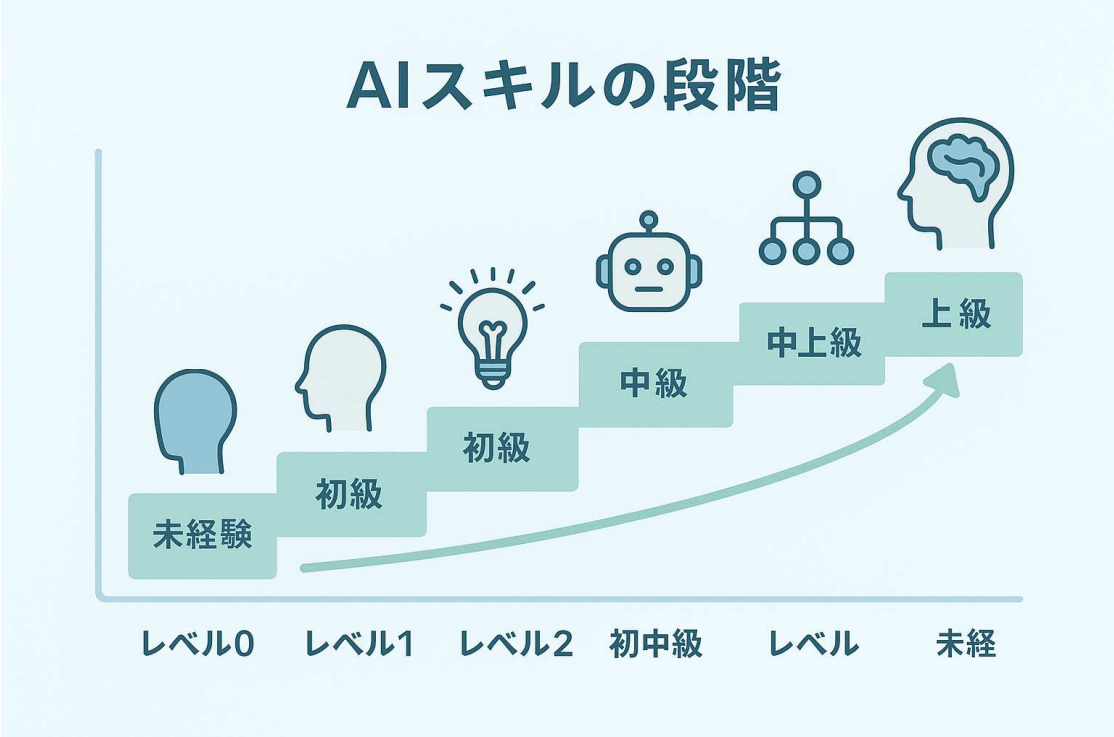
スクールや本を見ても、いきなり専門用語ばかりで、
「え…このレベル前提で話されても無理」ってなる。

だからこの章では、“0〜5 の 6 段階”で、AI スキルをわかりやすく整理していく。

ざっくり言うと、こうなる：

- レベル 0：AI をまだ触ったことがない
- レベル 1：ChatGPT などを軽く使ったことがある
- レベル 2：AI ツールを業務や副業に“活用”できる
- レベル 3.1：プロンプトを極めて、言葉で AI を操れる
- レベル 3.2：ノーコードや API 連携で仕組み化できる
- レベル 4〜5：AI を武器にして提案・収益化できる

ここで大事なのは、
「高レベルを目指すこと＝正解」
じゃないってこと。



副業として月 3 万円を目指すなら、レベル 2〜3.1 で十分。

一方、仕組みを作って時間を生み出したいなら、3.2 や 4 を目指すといい。

この本は、「自分が目指す目的に合わせたレベル設定」ができるように作ってある。

今の時点で、「レベル 0」でもまったく問題ない。

むしろそれは、可能性しかないスタート地点だ。

次のページからは、1 段階ずつレベルの特徴と伸ばし方を解説していく。

「自分はどこにいて、どこを目指すのか」
そのヒントが、きっと見つかるはずだ。

レベル 0｜AI 未経験者。だけど“最も伸びしろがある”

「AI って気になるけど、まだ触ったことがない」

そんなあなたは、まさに“レベル 0”の状態だ。

でも、安心してほしい。

このレベルにはひとつだけ、他の誰にもない武器がある。

それが伸びしろ。

今の AI は、専門知識がなくても使えるように進化してる。

ChatGPT も、画像生成 AI も、ほとんどがアカウント登録だけでスタートできる。

つまり、“やるか・やらないか”だけで、いきなり一歩抜け出せるってこと。

たとえば、僕が最初にやったのは、
ChatGPT に「おすすめの本教えて」と聞いたこと。

それだけで「おお、すげえ…」と声が出た。

その後、ブログの構成を作ってもらったり、SNS の投稿案を出してもらったり。

気づけば、「使ってみる」だけで収益化のヒントが見えてきた。

この段階でやるべきことは、ただひとつ。

まずは触ってみること。

とにかく、実際にやってみると、

「なんで今まで触ってなかったんだろう…」

ってなる。

しかも、周りの人も意外とまだ触ってない。

だからこそ、“少し触った人”が一気にリードできる。

スマホでも、無料で。

今すぐその場で始められる。

レベル 0 は、恥でも劣ってるわけでもない。

むしろ、ここからが一番ワクワクするスタートラインだ。

レベル 1｜ちょっと触った初心者。脱“なんとなく使ってる”

ChatGPT は登録した。

画像生成 AI も試してみた。

でも…「これ、どう活かせばいいの？」って感じてる。

そんなあなたは、まさに“レベル 1”の段階だ。

このレベルでは、まだ“遊び”や“興味”で使っている人が多い。

- とりあえず話しかけてみた
- プロンプトの意味はよくわからない
- 出力された文章をそのまま眺めて終わり

悪くない。

でも、このままだと活用にはならない。

ここから抜け出すには、“なんとなく”から“目的ありき”に切り替えることが大事だ。

たとえばこうだ。

「ブログを書きたい」→ ChatGPT に構成を出させる
「営業メールを早く作りたい」→ 定型文をテンプレ化してもらう

「SNS で何投稿しよう…」→ アイデア出しを手伝ってもらう

要は、「何をしたいか？」を AI に伝えて、その“最初の一歩”を一緒に考えてもらうイメージ。
この段階では、まだ“完璧な使い方”なんていらない。

むしろ、試行錯誤が成長そのものだ。

「こう言えばこう返ってくるのか」
「もっと具体的に聞いた方が精度が上がるな」

そんな“感覚の引き出し”を増やしていく時期。

これだけで、次のレベル 2 に自然と上がっていける。

そして、ここまで来た人がもう“ただの一般ユーザー”ではない。

すでに多くの人より一歩前を歩いている。

「なんとなく使ってる」から「狙って使える」へ。

その意識が、AI 活用者としてのスタートを切る合図だ。

レベル 2｜AI ツールを“活用できる”初級者ライン

ここが、「趣味ユーザー」と「実用ユーザー」の分かれ目だ。

レベル 2 になると、AI を“目的ありき”で使い始めている。

つまり、「これをやりたいから AI を使う」が当たり前になっている状態だ。

たとえば、

•ChatGPT で記事の骨組みを作ってから、自分で整える
•Canva で画像生成→SNS 投稿までの流れを 1 セットにする
•音声 AI でナレーションを作り、動画に組み込む

こういった具体的なアウトプットに AI を組み込んでいる人が、このレベルだ。

副業に興味がある人なら、この時点で

「AI×ブログ」
「AI×SNS 運用」
「AI×コンテンツ制作」

で成果が出始める人もいる。

重要なのは、「ツールに慣れる」だけじゃなく、
“どうすればもっと使えるか？”を考えられるかどうか。

たとえば、プロンプトもこの頃から工夫しはじめる。

「トーンはやさしく」
「中学生でもわかるように」

といった細かい指示が出せるようになる。

すると、出力の質が一気に上がる。

この時期にやるべきことは、

① よく使うツールを“型化”して自分専用の使い方にしていくこと
② AI で成果が出るフロー（例：構成→生成→修正）を体に覚えさせること

この 2 つを意識すると、「作業の一部が AI に置き換えられている」という実感が持てる。

レベル 2 は、“成果につながる AI 活用”の入り口。

ここからは、分岐のステージに入っていく。

次の章では、「プロンプトを極めるか？」「仕組みで自動化するか？」 あなたの得意に合った道を選んで進んでいこう。

レベル 3-A｜プロンプトを極めて差別化する実践者タイプ

「AI に同じことを聞いてるのに、なんであの人はすごいアウトプットが出せるの？」

それ、プロンプトの差だ。

レベル 3.1 では、AI への“命令文＝プロンプト”を意識して設計できるレベルに達している。

たとえば、ライターとして ChatGPT を使う場合。

レベル 1〜2 では「ブログ書いて」と頼むだけだった人が、

ここでは、

「読者は 30 代男性。副業に興味はあるけど行動できないタイプ。共感→問題提起→解決の構成で、感情に訴える文章を 800 字で書いて」

…というように、明確な“条件”を出せる。

結果、AI の出力は驚くほど自分好みに近づいてくる。

プロンプトを極めることで、

•文章生成
•キャッチコピー

•スライド構成
•ストーリー
•教材設計

など、言葉を扱うあらゆる仕事の質と速度が上がる。

しかもこれ、“コード不要”でできる。

文系・トーク系・構成系の人が最も輝ける道なんだ。

このタイプに向いている人はこういう人だ。

•言葉に敏感な人
•コピーやキャッチに興味がある人
•コンテンツ制作・教育・ライティングが好きな人

そして副業としても成り立ちやすい。

AI ライター、プロンプト講師、AI 教材の設計者など、

“自分の思考力”を武器にできる仕事が一気に増える。

プロンプトは、AI を“道具”から“相棒”に変える力を持っている。

この道を進むなら、 あなたはもう、AI を「使われる側」じゃない。

使いこなす側に立っている。

レベル 3-B｜自動化・API 連携で仕組みを作る技術者タイプ

「自分の作業、毎回同じこと繰り返してないか？」

そう感じたら、次に進むのは“仕組み化”の道。

レベル 3.2 は、AI と他のツールを組み合わせて業務を自動化できるレベルだ。

たとえば、こんなことができる。

- フォームに入力された内容を ChatGPT に送って、自動返信メールを生成
- Notion に追加されたタスクを、AI が要約＆Slack 通知
- スプレッドシートのデータを API で分析＆レポート化

これらすべて、コードを書かなくても Make や Zapier で実現できる。

さらに慣れてくれば、Python や GAS を使ってより柔軟な処理や高度な自動化も可能になる。

このタイプの強みは、「人の面倒くさいを解決できる」こと。

つまり、“自分の効率化”だけでなく、“他人の業務改善”も商品になる。

実際、副業やフリーランスでも

•小さなツール開発（例：AI 返信ツール）
•業務自動化の構築サポート
•チャットボット作成代行

などで、月 5〜10 万円レベルの収益化は十分に現実的。

この道に向いている人は…

•Excel や GAS が苦じゃない人
•効率化・改善が好きな人
•「人がやらなくていい仕事」を減らしたい人

自動化は「裏方」に見えるかもしれないけど、

誰かにとって“時間を取り戻してくれるヒーロー”でもある。

AI は単体でもすごい。

でも、それを“仕組み”に落とし込めると、働き方そのものが変わる。

あなたが作った自動化は、寝ている間も、勝手に仕事を続けてくれる。

レベル４｜AI を“設計・提案できる”プロフェッショナル

レベル４になると、単に“使える人”では終わらない。

「どう使うかを考えて、提案できる人」になる。

これは、AI 時代において非常に価値が高いポジションだ。

たとえば、企業からこんな相談を受けたとしよう。

「ChatGPT を業務に取り入れたいけど、何から始めたらいい？」

ここで“設計者”の出番だ。

•業務の中で、どこが AI に置き換えられるか？
•どのツールを使えば効果的か？
•社員が無理なく使いこなせる導入方法は？

これらをヒアリング＋提案＋設計図で提示するのが、レベル４の仕事。

具体的には、こういった役割がある。

•AI 導入コンサルタント
•社内研修の設計者
•AI 活用マニュアルの作成支援
•部署ごとの自動化フローの可視化

ここでは、技術力だけでなく、“相手視点の設計力”が求められる。

だからこそ、文系や営業・企画職出身でもこのレベルに立てる人が多い。

副業としても、単発のアドバイスではなく

「プロンプトの設計＋運用指導」

で月 5〜20 万円クラスの案件が発生する。

企業側も「うちにはできないけど、AI は使いたい」という状態なので、「できる人にお任せしたい」ニーズが強い。

このレベルを目指すなら大事なのは、「自分ができる」よりも、“相手にできるようにしてあげる”こと。

だから、教える力・伝える力・提案力が武器になる。

あなたが作るのは、ツールじゃない。

“AI を活かす仕組み”そのものだ。

レベル 5｜AI を“武器化して稼ぎ続ける”エキスパート

レベル 5 は、単にスキルが高いだけじゃない。

“AI を使って稼げる仕組みを持っている人”のことだ。

ここまで来ると、AI をツールとして使うのではなく、
「事業」や「商品」に組み込んでしまっている。

たとえば…

- ChatGPT を活用したオーダーメイド教材の自動生成サービス
- AI×Canva でスライドを量産して、コンテンツ販売に活用
- 自動化ツールを商品として提供し、サブスク型で販売
- AI ライティング＋AI 動画で、広告運用を回すスキームを構築

つまり、AI を“単発の助っ人”ではなく、“収益装置”として回している状態。

このレベルの人は、複数のスキルを持っている。

でも実は、それ以上に強いのが「統合力」だ。

- プロンプト×自動化
- 教育×AI 運用
- コンテンツ×マーケティング

これらを掛け合わせて、「仕組みで稼ぐ」形にしている。

副業・独立でも、この状態になると収入が安定しやすい。

単発で終わる案件ではなく、継続契約・商品化・ストック型に移行できるからだ。

ここを目指すには、すごい才能が必要…

そんなことはない。

むしろレベル３あたりから“自分の得意”を突き詰めて、「誰にどう価値を出せるか？」を考え続けた人がたどり着く場所なんだ。

この段階ではもう、

「どの AI を使うか」

よりも、

「どうビジネスを作るか」がテーマになる。

あなたが得意な領域に AI を掛け合わせれば、
それは他の誰にも真似できない“武器”になる。

AI エキスパートは、技術者じゃない。

AI で成果を生む“戦略家”なのだ。

どのレベルを目指すかは「目的次第」でいい

ここまで読んで、「うわ、自分はまだレベル 1 にも届いてないかも…」と思った？

大丈夫。焦る必要はまったくない。

AI スキルに“正解のゴール”はない。

目指すべきレベルは、「あなたの目的次第」でいいんだ。

たとえば副業で月 3 万円を目指すなら、

レベル 2 で十分成果は出る。

ブログを AI で効率化したり、SNS 投稿を自動化したり。

それだけでも、時間と収益のバランスは大きく変わる。

逆に、独立して自分のビジネスを作りたい人なら、 レベル 3.2〜4 を目指して、“仕組み化”や“提案力”を育てていけばいい。

よくある落とし穴が、

「とにかくスキルを高めなきゃ」と思って、

学習ばかりして、行動が止まってしまうこと。

でも現実は違う。

“稼いでる人”＝“完璧に使える人”ではない。

むしろ、「この場面ではこう使う」という
“限定的な使い方”を突き詰めている人の方が成果を出している。

だから大切なのは、

「今の自分の強み」

に AI をどうかけ合わせるか。

・文章が得意 → プロンプト活用でライター
・人に教えるのが得意 → トレーナーや講師
・仕組みを作るのが好き → 自動化・開発系

そこに合ったレベルまで上がれば、じゅうぶん勝てる。

この章の内容を“地図”として活用してほしい。
今どこにいて、どこを目指すのか。

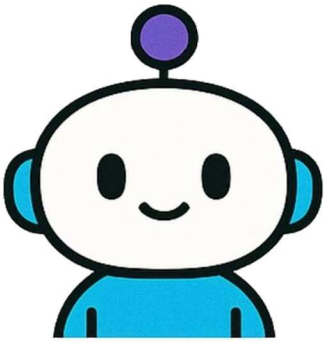
それがわかれば、焦らず着実に進める。

次の章では、具体的なスキルごとの習得マップを見ていこう。

あなたのキャリアに、AI をどう組み込むか
その道筋がもっとクリアになるはずだ。

AI BUSINESS

From Skill Zero to Career Freedom



スキルゼロから始める

AIビジネス大全

第４章：スキル別に学ぶ！AI 習得カテゴリマップ

AI スキルは 5 カテゴリに分けて考えよう

「AI スキルって、どれを学べばいいの？」

これは、誰もが最初にぶつかる壁だ。

理由はシンプル。

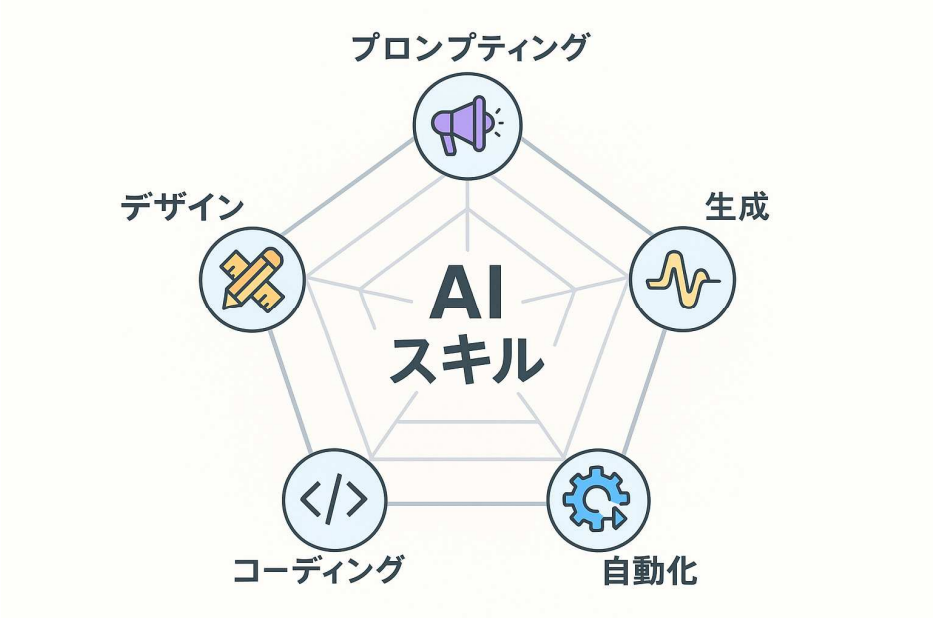
“AI スキル”という言葉が広すぎるから。

だからこの章では、迷わないようにスキルを 5 つのカテゴリに整理する。

分類すると、こうなる：

1.プロンプト設計：AI に“的確な指示”を出すスキル
2.生成コンテンツ制作：文章・画像・動画・音を AI で作るスキル
3.ノーコード/API 連携：業務を自動化・効率化するスキル
4.プログラミング（任意）：さらに高度な開発を可能にするスキル
5.提案・設計スキル：他人のために AI を“使わせる”力

この 5 つのどれを強化するかで、あなたの仕事の形も大きく変わってくる。



たとえば…

- 「プロンプト＋生成スキル」で AI ライターや教材制作ができる
- 「ノーコード＋提案スキル」で業務改善のコンサルができる
- 「生成＋自動化」でコンテンツ販売の仕組み化ができる

つまり、自分の強みと組み合わせてどこを伸ばすかが重要になる。

そしてありがたいのが、この 5 カテゴリは“全部やらなくていい”ということ。

たとえば、「言葉が得意」ならプロンプト設計だけを極めてもいいし、「仕組み化が好き」ならノーコードと API 連携に集中してもいい。

だからこの章では、各カテゴリについて

- どんなスキルがあるのか
- どの仕事に使えるのか

- どうやって学べばいいか

を順番に紹介していく。

スキルは、「一気に全部」じゃなくていい。

選んで、伸ばして、組み合わせる。

次から、それぞれのスキルの世界を一緒に見ていこう。

プロンプト設計｜AI に“言葉で思考させる”最強スキル

AI を使いこなす力。

その中心にあるのが、プロンプト設計スキルだ。

プロンプトとは、AI に与える「指示文」のこと。

でも、ただの命令じゃない。

「どんな前提で」
「誰に向けて」
「どんな形で出すか」

までを設計する、思考のスキルなんだ。

たとえば同じ「ブログ書いて」という指示でも…

「30 代会社員向けに」
「副業を始めたいけど不安な気持ちを共感から入れて」
「800 文字」

こう伝えれば、AI はまるでコピーライターのような文章を返してくる。

逆に、ざっくりした命令では、
“それっぽいけど使えない”文章が返ってくる。

この差が、まさにプロンプトの力だ。

プロンプト設計ができると、こんなことが可能になる：

•ブログ・LP・ステップメールの構成と下書きを AI に任せる
•プレゼン資料やセールストークを自動生成する
•LINE 返信や顧客対応のテンプレを AI に書かせる
•教材やレッスンの原案を高速で組み立てる

つまり、「思考を言語に落とし込む力」こそが、AI 活用の核になる。

このスキルを学ぶうえでのコツは 3 つ：

1.AI の癖を観察すること（どんな指示でどう反応するか）
2.例を混ぜること（Few-shot というテクニック）
3.意図を明確にすること（「誰に」「なぜ」を含める）

この 3 つだけでも、出力精度は一気に跳ね上がる。

「自分には文章力がない」と思っていても大丈夫。

プロンプト設計は、“編集者”の感覚に近い。

考えることを、AI が形にしてくれる。

その設計力さえあれば、どんな仕事にも応用できる武器になる。

生成コンテンツ制作｜文章・画像・動画・音を作る“アウトプット力”

AI のすごさを最初に実感するのは、たぶんこのスキルだ。

「え、こんなに簡単に作れるの？」

って衝撃を受ける。

それが、生成コンテンツ制作。

AI に“作らせる”スキルだ。

文章、画像、動画、音声。

全部、もう AI で作れる時代。

たとえば…

•ChatGPT で SEO 記事の下書きを作成
•Midjourney や Canva で SNS 用の画像を生成
•Pexels＋VOICEVOX＋CapCut で YouTube のナレーション動画を量産
•Suno や Soundraw で短い BGM やジングルを自動作曲

これらは、1 人でも、専門知識なしで、短時間で作れる。

このスキルの最大の強みは、「案件化の早さ」だ。

ブログ運営・SNS 投稿・LP 制作・動画編集…

AI 生成を使えば、月 1 万円～10 万円の副収入に直結しやすい。

しかも、“苦手を補ってくれる”のが最高にありがたい。

•書くのが遅い → 文章を整えてくれる
•絵が描けない → イラストを出力してくれる
•喋りが苦手 → ナレーションを作ってくれる

つまり、「できなかったこと」が“できる”に変わる。
コツは、「AI を素材作りに使って、自分で整える」こと。

最初から 100 点を求めない。AI に 60 点を出させて、自分が 80 点に仕上げる。

この流れができれば、圧倒的に速く・安く・多く作れる。

生成スキルは、“自分の表現力”を拡張する力だ。

あなたが伝えたいことを、AI が一緒に形にしてくれる。

アイデアはあるけど、カタチにできなかった。

そんな人こそ、このスキルで可能性が一気に広がる。

ノーコード・API 連携｜業務を自動で回す“効率化のスキル”

「毎回同じ作業をしてるな…」

そう思ったことがあるなら、このスキルは間違いなく武器になる。

それが、ノーコードと API 連携による自動化スキル。

これまで「業務効率化＝エンジニアの仕事」だった。

でも今はちがう。

Make（旧 Integromat）や Zapier、Google Apps Script（GAS）を使えば、コードを書かずに、自分だけの“自動化ツール”が作れる。

たとえば、

- フォームに入力された内容を AI に送って、自動で返信メールを生成
- 毎朝、Google カレンダーと ChatGPT で「今日やることリスト」を作る
- LINE に問い合わせが来たら、AI が答えて返信＋スプレッドシートに保存

全部、人の手を介さず“勝手に動く仕組み”が作れる。

このスキルは、特に副業と相性がいい。

- 自分の業務を自動化して「時間」を増やす
- クライアントの業務を自動化して「価値」を提供する

つまり、“作業”ではなく“仕組み”を売る仕事ができるようになる。

学ぶステップはシンプル。

1.ノーコードツールの基本操作を知る（Make、Zapier など）
2.ChatGPT や他の AI と連携する方法を学ぶ（API の仕組み）
3.よくある業務フローをテンプレ化して応用する

この 3 ステップで、「自分が働かなくても回る仕事」を実現できる。

そして面白いのが、「ちょっとだけできる人」が一番重宝されること。

なぜなら、多くの人が“そもそも知らない”から。

つまり、知っているだけで差別化になる。

ノーコード・API 連携スキルは、
“働く時間を減らして、価値を増やす”最高の武器。

プログラミング｜Python・GAS で高度な処理も可能に…

ここまで読んで、「やっぱりコード書けないと無理なのかな…」と思ったかもしれない。

結論から言うと

大丈夫。プログラミングは“任意”だ。

実際、ノーコードやテンプレを駆使すれば、
副業レベルの成果はコードなしでも十分出せる。

でも、

「もっと自由に処理を組みたい」
「細かいカスタマイズも自分でやってみたい」

そんな人にとって、Python や GAS（Google Apps Script）は強力な武器になる。

たとえば、こんなことができる。

•ChatGPT API とスプレッドシートを連携して、文章を一括生成
•LINE Bot と AI を組み合わせて、自動応答＋顧客対応
•Web サイトから情報を自動取得して、AI で要約＆分類する

つまり、「AI × プログラム」で、作れるものの幅が一気に広がる。

じゃあ、どこまで学べばいいのか？

全部やる必要はない。

最初は、“欲しい機能を実現するためだけの学び”で OK だ。

•Python なら：API を呼び出す・データを送る・返す
•GAS なら：スプレッドシートとの連携・簡単なトリガー実行

このレベルだけでも、実務に活かせる場面は山ほどある。

そして、AI を使えば学習そのものも効率化できる。

「このコードの意味を解説して」
「この処理を簡単にしたい」

…と、ChatGPT に聞けば自分だけの家庭教師がついてくる感覚だ。

プログラミングは、AI 時代の“万能パーツ”。

でも、使うかどうかは自分次第。

必要な場面が来たら、少しだけ踏み込んでみればいい。

提案・設計スキル｜“自分じゃなく他人に使わせる”技術

「自分で使うだけじゃ限界がある」

そう感じたら、次に身につけたいのがこのスキル

“人に使わせる”力。

それが、提案・設計スキルだ。

AI 活用が広まる中で、こういう相談が増えている。

「AI を導入したいけど、どう使えばいいか分からない」
「社員に教えたいけど、自分もよく分かっていない」
「ツールはあるけど、活用できていない」

ここに対して、最適な“活用設計”を提案するのがレベル 4 以上の役割。

たとえば、提案・設計スキルがあると…

- ChatGPT 導入に向けた「業務マップ」を整理してあげる
- 現場スタッフが迷わないよう「マニュアル」や「プロンプト集」をつくる
- オンライン研修や社内勉強会の講師として立てる
- 社長や管理職に向けた「導入プレゼン」を構成できる

つまり、“使う人の立場”に立って AI の活かし方をカスタマイズする仕事ができる。

このスキルは、特に教育・サポート・コミュニケーションが得意な人に向いている。

・人の話を聞いて整理するのが好き
・相手に合わせて伝え方を変えるのが得意
・複雑なことを“わかりやすく”説明できる

そんな人は、AI 導入支援・コンサル・講師として活躍できるポジションに立てる。

しかも、やることは高度じゃなくていい。

・現場の困りごとを聞いて、
・どこに AI を使えば改善できるかを考えて、
・それを相手に合わせて“伝える”。

たったそれだけで、「うちでも AI が使えるかも！」という希望を届けられる。

あなたが設計した AI 活用は、 自分が動かなくても、“人の手を解放する仕組み”になる。

案・設計スキル｜“自分じゃなく他人に使わせる”技術

「自分では使えるようになってきたけど、まわりは全然使ってないな…」

もしそう感じたなら、次に身につけたいのが、“人に使わせる”スキルだ。

これはつまり、提案・設計スキル。

今、いろんな現場でこういう声が上がっている。

「AI を使いたい。でも、何から始めればいいか分からない」
「ツールは入れてみたけど、誰も使ってくれない」
「社員に教えたいけど、自分も自信がない」

そんなとき、使い方を整理して、相手に合わせて提案できる人の出番がくる。

たとえばこんなことができる。

•業務フローの中から「ここに AI を使えばいい」と見つけてあげる
•現場向けのプロンプト集やマニュアルをつくる
•社員研修で「こんなふうに活用できますよ」と教える
•クライアントに向けて、AI 導入の設計図を描いてあげる

つまり、自分が“使う”のではなく、他の人が“使えるようにする”力が問われる。

このスキルは、特に人の話を聞くのが得意な人、整理するのが好きな人に向いている。

・誰かの「分からない」に寄り添える
・「こうすればもっと楽になるのに」と思える
・言葉を変えて説明するのが苦じゃない

そんな人は、AI 導入サポート・講師・設計者として活躍できる。

しかも、やることはむずかしくない。

「この作業、AI に任せたらどうなる？」
「この業務、もっとラクにできない？」

そうやって一緒に考えるだけで、相手の視界がパッと開くことがある。

あなたの提案が、誰かの「AI は無理かも…」を「これならできそう！」に変える。

それって、すごく大きな価値じゃないだろうか？

学び方マップ｜挫折しない学習ルートと時間の使い方

「どこから学べばいいのか分からない」
「いろいろ手を出したけど、続かない…」

そんな悩み、すごくよく分かる。

AI スキルって、広いし深いし、最初は迷うのが当たり前だ。

だからここでは、“自分に合った学び方”が見つかるマップを用意した。

まず前提として伝えたいのは、
「全部やろうとしなくていい」
ってこと。

あなたがやりたいのは、

•今の仕事をラクにしたい？
•副業を始めたい？
•独立していきたい？

この目的によって、進むルートは変わってくる。

たとえば…

◆ラクにしたい人 →
→ ChatGPT の基本操作 → プロンプト設計 → 自動化のテンプレ活用

◆副業したい人 →

→ コンテンツ生成（ライター・画像・動画）→ プロンプト精度 UP → 案件受注・SNS 発信

◆独立したい人 →

→ 自動化や提案スキル → ノーコードや API 連携 → 提案・設計・商品化

最初から全部は無理でも、“今の自分に必要な 1 スキル”を選んで伸ばせばいい。

学ぶ時間も、がんばって確保しなくていい。

スキマ時間で 1 日 15 分でも十分。

•ChatGPT を「調べ物メモ帳」にする
•SNS 投稿を AI と一緒に作ってみる
•仕事のメールを 1 通だけ AI に書かせてみる

こんなふうに、“学び”じゃなく“日常の中で AI を使う”だけで、自然とスキルは上がっていく。

一番大事なのは、挫折しないこと。

継続できれば、必ずどこかで「お、成長してるな」と感じる瞬間がくる。

その感覚が、自信につながる。

そしてその自信が、次のレベルへのモチベーションになる。

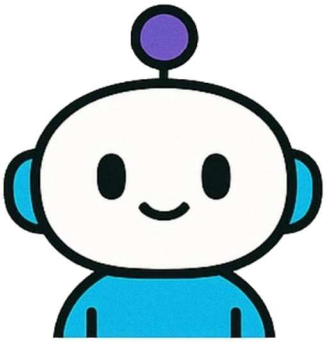
あなたに合った道で、あなたのペースで。

AI は“できる人のもの”じゃなく、“始めた人のもの”だ。

さあ次の章では、いよいよ AI キャリアのつくり方に進もう。

AI BUSINESS

From Skill Zero to Career Freedom



スキルゼロから始める

AIビジネス大全

第5章：

まず決めるべきは「どこで AI を活かすか」

AI を学んできたけど、いざ「収入につなげよう」と思ったとき、迷う人が多い。

「副業に使うべき？　本業に活かす？　独立まで見据える？」

正解がないぶん、手が止まってしまう。

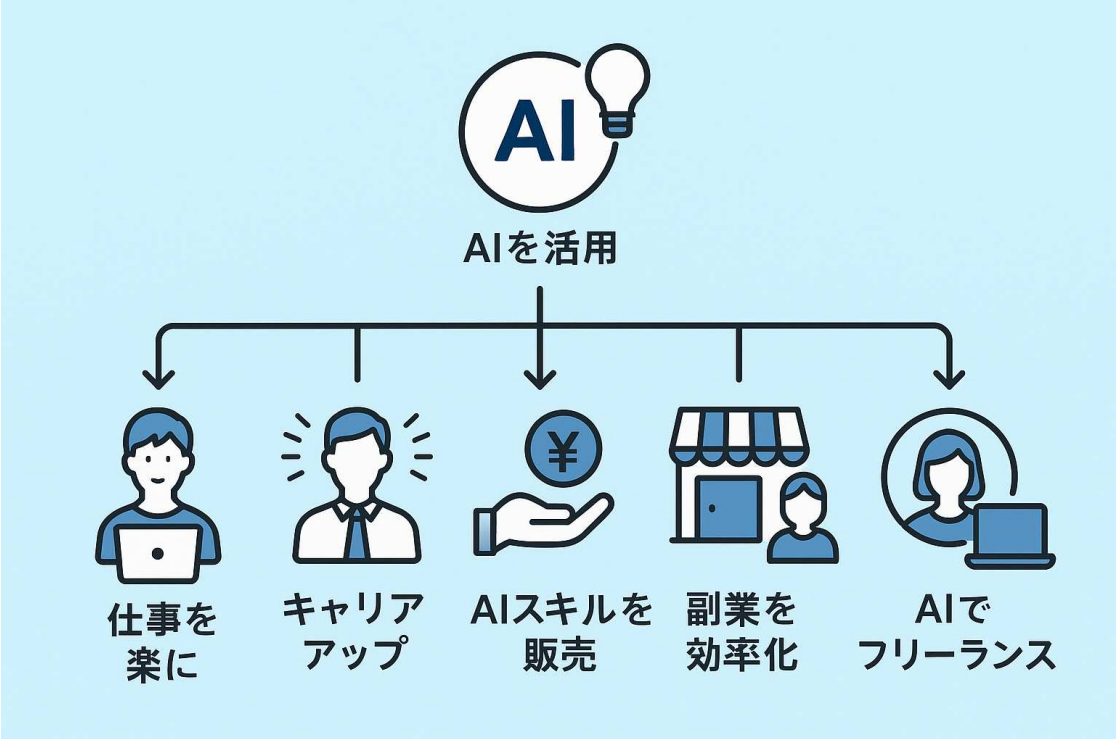
でも大丈夫。

まずやるべきことは、“自分の使い道を決める”こと。

AI の活かし方は、大きく 5 つに分かれる。

1.本業を楽にする：業務の効率化・時短・手間の削減
2.本業でキャリアアップする：提案・教育・資料作成で「できる人」になる
3.AI スキルそのものを売る：講座、テンプレ、AI 代行などで収益化
4.副業を効率化する：ブログ、SNS、動画などを AI で時短＆継続
5.AI×自分の技術で稼ぐ：ライター、講師、マーケなどの仕事に AI をかけ合わせる

この中から、自分に合った方向をまずひとつ選ぶだけでいい。



たとえば、まだ会社員で副業は考えていないなら、
「本業をラクにする」がベストなスタートかもしれない。
一方で、

「すでにスキルがある」
「自分の商品を作りたい」

と思っている人なら、

「AI スキルを売る」
「AI×自分の専門」

で独自ポジションをつくるのが正解かもしれない。

重要なのは、全部をやろうとしないこと。

器用貧乏になるよりも、ひとつに集中して、深めて、広げる。

その方が早く結果が出るし、自信もつく。

この章では、さっきの 5 つの使い方それぞれについて

「どう活かす？」
「どう収益につなげる？」
「どんな行動をすればいい？」

という具体的なルートを一緒に見ていこう。

あなたにとって一番自然で、無理なく続けられる方法が、きっと見つかるはずだ。

本業を“楽にする”だけでも価値になる

「副業とか独立までは考えてないんだけど…」

そう思っている人もいるはず。

それでも大丈夫。

いや、むしろ大事なのが、“本業をラクにする”こと。

実際、AI を使えば、今やっている仕事の中でめんどうな作業・繰り返しのタスク・考えるのがしんどい場面が、どんどん減らせる。

たとえば…

- 報告書やメール文の“たたき台”を ChatGPT に作らせる
- 会議の議事録を録音＋文字起こし AI で整理する
- プレゼン資料の構成やタイトルを一緒に考えてもらう
- 頭の中を整理したいとき、壁打ち相手になってもらう

全部、自分がやるよりも早くて、疲れない。

「それってサボってることにならない？」

って思う人もいるけど、むしろ逆。

あなたの時間と脳みそを、本当に価値のある仕事に集中させることができる。

雑務に追われてるうちは、クリエイティブなことはできない。

でも、AI に下処理を任せるだけで、1 日の“思考の余白”が生まれる。

そしてもうひとつ大事なのが、
「人に気づかれにくい成果」
を、AI で出せること。

たとえば…

•上司に頼まれた資料を、見やすく・早く・内容も整った形で提出できる
•曖昧なアイデアを、AI と対話しながら“言語化”できる
•他の人が残業してる中で、自分だけ定時で帰れる（でも成果は同じ）

こういう違いが、地味に評価を分ける。

だからこそ、まずは「自分の仕事のどこに AI を組み込めるか」を探してみてほしい。

AI は派手な武器じゃない。

でも、毎日をちょっとだけラクにする最強の相棒になる。

AI を武器に“社内評価を上げる”方法

「副業より、今の会社での評価を上げたい」

そう考えている人にとっても、AI は強力な武器になる。

なぜなら、、、

まだ社内で AI をまともに活用している人は圧倒的に少ないから。

つまり、ちょっと使いこなせるだけで、“仕事ができる人”という印象を簡単に獲得できる。

たとえば…

- 「急ぎで提案書がほしい」と言われたとき、ChatGPT を使って構成とタイトル案を 5 分で出す
- 「議事録まとめといて」と言われたら、文字起こし AI＋要約プロンプトで即提出
- 新入社員向けに「社内用の AI 活用ガイド」を作って、チーム内に展開する

これだけで、周りとの“スピードと整理力”に明確な差が出る。

もう少しリアルな場面で言えば
上司がぼんやりとしたアイデアを口にしたとき、

「こういう切り口もありますよ」と AI を使ったアウトラインやネーミング案を

提示できる。

この瞬間、ただの“手が動く部下”から、“頼れる右腕”に昇格する。

そして本当に評価が跳ねるのは、AI を“自分だけで完結させない”動きができたとき。

たとえば…

•AI を業務に組み込むテンプレをチームに共有する
•部署内で「ChatGPT 相談部屋」みたいな Slack チャンネルをつくる
•上司に「こういう場面ではこう使えます」と教えてあげる

これって別に、技術がすごいわけじゃない。

“伝える力”と“ちょっとの仕組み化”があるだけ。

でもそれだけで、社内では「頼られる人」になれる。

キャリアアップに必要なのは、派手なスキルじゃない。

・他の人より少し早く
・他の人より少しラクに
・他の人がやってないことをやる

この「少し」を、AI が自然に生み出してくれる。

社内評価を上げたいなら、AI は“まだ誰も持ってないカード”だ。

AI スキルそのものを売るという選択肢

ここまで読んできて、
「自分が学んだ AI スキル、これって売れるのかな？」
と思った人もいるかもしれない。

答えは、「売れる」どころか、今がまさに売り時。

というのも、世の中には“AI を使いたいけど、よくわからない人”が圧倒的に多い。

つまり、あなたが「少しわかってる側」になった時点で、
すでに“教える・代行する・仕組みを売る”立場に立てるということ。

たとえば、売れるものはこんなにある。

•AI 講座：初心者向けの ChatGPT 使い方セミナーや動画教材
•テンプレート販売：プロンプト集、スプレッドシート＋ChatGPT 連携のひな形
•代行サービス：LP 文章、動画スクリプト、資料構成などを AI で効率的に納品
•社内研修サポート：中小企業向けに「AI 導入の最初の一歩」を伴走するサービス

この中のどれも、専門家じゃなくても可能。

むしろ「初心者のつまずきを理解している人」の方が求められる。

実際、僕の知っている人で、 「ChatGPT を初めて 1 ヶ月で、ノウハウを note で販売」→ 月 5 万円以上の売上

「プロンプトをまとめて PDF にして配布」→ SNS でバズり、コンサル依頼が殺到 という人もいた。

つまり、大事なのは“自分ができることを言語化して、パッケージ化する力”。

あなたが「AI でできるようになったこと」は、
誰かにとっては「まだ知らないこと」であり、
「やってほしいこと」かもしれない。

そして、今はまだ競合が少ない。

「使える人」は増えてきたけど、「教えられる人」「売れる形にできる人」は圧倒的に足りていない。

AI スキルそのものを売るという選択肢は、
“学ぶこと”が“資産になる”という感覚を持てるようになる。

スキルを売るのは、起業でもなく、特別な才能でもない。

「少し前の自分を、今の自分が助けてあげる」

そんな気持ちで、価値を提供していけばいい。

副業の“作業”を AI で高速化する
副業って、始めてみるとわかるけど

思ってたより「作業が多い」んだよね。

ブログを書くにしても、SNSを回すにしても、動画を投稿するにしても、 やることが細かくて、気づけば夜中。

「これ、本業よりしんどくない？」

ってなることもある。

そこで活躍するのが、AIの“作業代行スキル”。

ポイントは、「全部任せる」んじゃなく、“面倒なところだけ任せる”という発想。

たとえばブログ副業なら：

・ChatGPTに構成案＋見出し案を出してもらう
・リード文やまとめ文はAIにドラフトさせ、自分で仕上げる
・画像はCanva＋AI生成でパパッと作る
・投稿文やSNSシェア文も、AIで自動生成

これだけで、記事1本あたりの時間が3〜5倍速くなる。

SNS運用なら

・投稿ネタをAIに一気に20本提案させる
・テキストもキャラ口調で生成（絵文字や句読点も自動）
・反応の良かった投稿を学習させて、次の案に活かす

「アイデアが浮かばない」「書くのがだるい」が、ほぼ消える。

動画系なら：

・シナリオを AI で生成（導入→展開→オチまで構成付き）
・ナレーションは VOICEVOX で自動化
・画像・映像は AI＋フリー素材で素材化

特に“顔出し・声出しナシ”で完結するテンプレ副業と相性が抜群。

副業が続かない理由って、

「時間がない」
「毎回考えるのがしんどい」
「成果が遅い」

のどれか。AI を使えば、この 3 つの壁を一気に下げられる。

やるべきは、自分の副業に“AI 工程”を 1 つでも組み込むこと。

慣れてきたら、2 つ、3 つと増やしていけばいい。

AI は、“副業をやめないための秘密兵器”だ。

AI×あなたの強みで仕事をつくる

AI を学んでいると、つい「AI をどう使うか」ばかり考えてしまう。

でも本当に大事なのは

「AI で何をするか」より、「誰が AI を使うか」だ。

つまり、“あなた自身の強み”を起点に考えること。

たとえば、もともとライティングが得意な人なら、 AI に構成やドラフトを任せて、“仕上げ職人”としての価値を出すことができる。

教育が得意なら、AI で教材を作ったり、 「AI の使い方を教える講座」を組んで、トレーナーとして活躍する道もある。

すでに動画編集ができるなら、 AI で台本・ナレーション・素材を生成して、“企画から編集までワンストップ”のサービスを提供することもできる。

こういうふうに、

「自分の強み × AI」＝オリジナルの働き方

をつくれるのが、今の時代の面白さだ。

しかも、“強み”ってそんなに大げさなものでなくていい。

・人の話を聞くのが得意
・作業をまとめるのが得意
・言葉にするのが得意
・情報を調べるのが得意

そんな“得意なパターン”を AI と組み合わせることで、 あなただけの武器になる。

ポイントは、「AI に置き換えられるか？」ではなく、

「AI を使って、自分の価値を引き上げられるか？」

たとえば、

•文章×AI → “構成が爆速で出せるライター”
•プレゼン×AI → “資料設計＋テンプレまで提供できる講師”
•SNS×AI → “ネタ出し・構成・投稿まで一括対応できる運用者”

どれも、「人間だけ」でも「AI だけ」でも難しい。

でも、その 2 つをつなぐ人には、ちゃんと需要がある。

仕事をつくるって、難しく聞こえるかもしれないけど、
実は「強みを組み合わせて、新しい価値にする」ってこと。

AI は、それをすごく自然に、加速してくれる存在だ。

収益が継続する人に共通する 3 つの思考

「AI で稼げるようになった」と聞くと、 すごいスキルを持ってるとか、圧倒的な才能がある人を想像するかもしれない。

でも実際に成果が出ている人たちに共通するのは、
“考え方”がちょっと違うだけ。

ここでは、特に強く感じた「3 つの思考の共通点」を紹介したい。

① 完璧を目指さない。まずは“動かす”ことを優先する。

AI の出力は、たしかに最初はズレることもある。

でも、そこで止まる人と、「まぁ動いたから OK」と進める人で、大きな差がつく。

うまくいかなくてもいい。60 点で公開、あとから修正。

これを受け入れられるかどうかで、行動量が変わる。

②“やり方”じゃなく“やりやすさ”を重視する。

テンプレやツールを集めまくって「やり方」はわかっていても、
「なんか続かない」「しんどい」となる人は多い。

でも成果を出す人は、自分にとって“やりやすい形”にアレンジしている。

毎日やる作業に AI を組み込む
話し言葉でプロンプトを作る
スプレッドシートで管理しない（したくないなら）

正しさより、“気持ちよく続く形”の方が大事だ。

③ 小さく始めて、大きく育てる。

いきなり稼ごうとすると、焦るし続かない。
でも成功している人は、小さな実験を繰り返して、当たったものを伸ばしている。

・5 人にだけテンプレを配布して反応を見る
・note で 1 記事だけ出してみる
・友人に教えてみて、リアクションをメモする

この繰り返しが、自然と“収益の種”を育てていく。

要するに、続けられる人って、構えてない。

軽くやって、ちゃんと振り返って、伸ばしていく。

だからこそ、無理なく稼げて、長く続いていく。

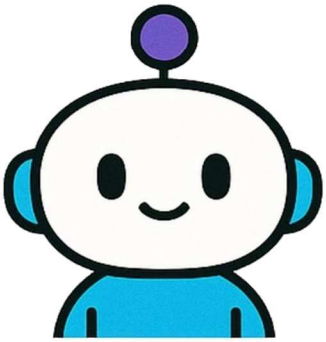
「どうしたら始められるか」より、
「どうしたら続けられるか」を大事にしてみてほしい。

成果は、やった人にしか訪れない。

でも、続けた人にこそ残り続ける。

AI BUSINESS

From Skill Zero to Career Freedom



スキルゼロから始める

AIビジネス大全

第6章：

AI 仕事図鑑の使い方｜“スキルと職種の地図”を持とう

ここまで学んできて、きっとこう思った人もいるはず。

「で、結局どんな仕事に活かせるの？」
「自分のスキルって、どこで使えるんだろう？」

それを明確にするのが、この章の役割だ。

第 6 章では、AI スキルを使ってできる仕事を、ジャンル別・職種別に整理して紹介していく。

ざっくり言うと、以下の 6 ジャンルに分けてある：

1.文章系（ライティング・編集・コピー）
2.デザイン・画像系（Canva・Midjourney など）
3.動画・音声系（映像編集・ナレーション・BGM）
4.自動化・仕組み系（ノーコード・業務効率化）
5.教育・サポート系（講師・コンサル・研修支援）
6.専門職ミックス系（士業・福祉・医療・法律など）

それぞれに対して、

- どんな仕事があるのか
- どんなスキルが求められるか
- どこから始めればいいか

を具体的に解説していく。

この章のポイントはひとつ。

「できそう」なものを見つけること。

全部やる必要はない。

全部読む必要すらない。

1 つでも、「これ、やってみたいかも」と思えるものがあれば、そこからでいい。

大切なのは、「AI で何ができるか？」よりも、
「自分がどんな形で AI を活かせそうか？」という視点。

今あるスキルや経験、得意なことと、AI スキルを掛け算していくイメージだ。

そして最後には、「自分に合った AI×仕事」の地図が頭の中にできていること。

それが、この章のゴールだ。

文章系｜AI×ライター・編集・コピー職の世界

「文章を書く仕事」は、AI と最も相性がいい領域のひとつだ。

特に、構成・下書き・アイデア出しなどは、ChatGPT の得意分野。

人間がゼロから考えていた頃と比べると、作業量もストレスも激減する。

具体的に、AI で関われる文章系の仕事を挙げると…

- ブログ記事の構成＆執筆補助
- セールスコピーの生成サポート（LP、広告文など）
- メールマガジンの下書きや見出し案出し
- Kindle 電子書籍の原稿設計＆アウトライン作成
- SNS 投稿文（X・Instagram など）の量産

これらは「文章を書くのが好き or 苦じゃない」人にとって、
“すぐ始められて、すぐ価値が出る”仕事領域だ。

たとえば副業であれば：

- note に AI と一緒に作った記事を投稿し、読者を集めて販売導線にする
- クラウドソーシングで「AI 下書き＋人間が整える」スタイルで記事納品
- 自分の体験やノウハウを AI と整理して、PDF 教材や eBook にして販売

どれも“プロのライター”である必要はない。

むしろ、AI がベースを作ってくれるからこそ、文章に自信がない人でも挑戦しやすい。

ただし、AI 任せで“それっぽい”文章を量産するだけでは通用しなくなる時代でもある。

だからこそ必要なのが、読者に伝わる言葉に“仕上げる”力。

•共感ポイントを見つけて補足する
•構成を整えて、読みやすくする
•ターゲットに合わせて口調を変える

この“人間ならではの編集力”があるだけで、ライターとしての価値は一気に跳ね上がる。
AI と一緒に文章を書く。

それは「速くなる」だけじゃない。

“伝わる文章”をラクに、楽しく、継続できる力になる。

デザイン・画像系｜AI×Canva・Midjourney で価値を生む

「デザインって、センスがいるでしょ？」

そう思っていた人にこそ、AI は革命を起こす。

今や、デザイン未経験でも“それっぽい”画像がつくれる時代だ。

たとえば、よく使われる AI 系ツールはこのあたり：

•Canva（キャンバ）：テンプレ＋AI 生成で誰でもデザイン可能
•Midjourney：テキストから高品質なイラストや背景画像を生成
•ImageFX / DALL·E：日本語対応でリアルな構図も出しやすい
•RemoveBG / Clipdrop：背景透過・合成の自動化

これらを組み合わせれば、プロデザイナーじゃなくても
SNS 用の画像・バナー・LP のアイキャッチ・電子書籍の表紙などが簡単につくれてしまう。

具体的な仕事例を挙げると…

・SNS 運用代行で、AI×Canva で投稿デザインを量産
・note や Kindle の表紙デザインを受注（Midjourney で提案）
・EC ショップの商品画像やサムネイルを自動加工＆調整
・AI で生成したビジュアルを使って、LINE リッチメニューや LP バナーを制作

ここに「おしゃれ感」や「構成力」が加われば、十分に収益化できる領域にな

る。

もちろん、完璧なデザインじゃなくてもいい。

むしろ「発信者の世界観に合わせて、統一感ある画像をつくる」ことができれば OK。

しかも、AI なら 10 案くらい一気に出せるから、比較・修正も速い。

こんな人に向いてる：

•デザインが好きだけど、技術に自信がなかった人
•Canva は触ったことがある人
•世界観づくりや、イメージの言語化が得意な人

AI でデザインをやるメリットは、センスより“仕組み化”にある。

毎回ゼロから作らなくていい。

テンプレと AI の組み合わせで、「クオリティ×スピード」の両立が可能になる。

動画・音声系｜AI×映像・ナレーション・BGM の仕事

「動画編集は時間がかかる」
「ナレーションや BGM はプロに頼むもの」
そう思われていたのは、もう過去の話。

今は AI を使えば、企画からナレーション・音声生成・編集まで、1 人で完結できる。

たとえばこんな組み合わせが可能。

•ChatGPT：動画台本の企画・構成を生成
•VOICEVOX／ElevenLabs：自動ナレーション音声を作成
•Pexels／Pixabay：動画素材を取得（著作権フリー）
•CapCut／Canva 動画機能：字幕・BGM・編集をノーコードで実施
•Suno／Soundraw：用途別の BGM を AI が自動作曲

これらを組み合わせれば、YouTube、TikTok、リール動画も、顔出しなしで量産可能だ。

仕事として展開できるジャンルは豊富

•YouTube 動画のシナリオ制作（構成・台本だけでも受注可）
•TikTok ナレーション系動画の代行 or 教材販売
•自作動画への BGM・音声加工（自動ナレーション＋SE）
•コンテンツ販売や講座用の解説動画の量産

「撮影ナシ・声出しナシ・編集最小限」でも、視覚×聴覚に刺さるコンテンツが作れる。

しかも AI 活用なら、1 人でも「複数工程をまとめて引き受ける提案」ができる。

たとえば…

「シナリオ・ナレーション・サムネ画像・カット編集、全部まとめて 1 万円」

こういった提案は、コスパで他を圧倒できる上に、実は自分はそこまで手間じゃない。

向いている人はこんなタイプ：

•シナリオやストーリーを考えるのが好きな人
•声の表現や映像の構成に興味がある人
•発信してみたいけど、顔出し・声出しには抵抗がある人

動画・音声系の仕事は、エンタメ・教育・広告すべてに応用が効く。

そして今、AI の登場で“始めやすさ”が爆発的に上がったジャンルだ。

自動化・仕組み系｜AI×ノーコード・API で業務改善

「もっとラクにできる方法、絶対あるよな…」

そう感じたことがあるなら、あなたは自動化・仕組み化タイプかもしれない。

AI とノーコードツールを組み合わせれば、 人の手でやっていたルーチン業務を“勝手に回る仕組み”に変えられる。

たとえば、こんなことができる：

・フォーム入力 → ChatGPT で返信文生成 → メール送信まで自動
・Google カレンダーの予定 → AI に要約させて毎朝 Slack 通知
・スプレッドシートにデータ追加 → 自動で分析レポート生成
・LINE からの質問 → ChatGPT API と連携して AI 自動応答

これらは、Make（旧 Integromat）や Zapier、GAS（Google Apps Script）などのツールで実現可能。

こうした仕組みを作ることで、次のような価値を提供できる：

・業務効率を上げたい個人や中小企業に“時短提案”できる
・SNS 運用やブログ投稿など、コンテンツの量産を“裏側から支える”
・「仕組みを売る」ことで、単発ではなく継続収入化できる

たとえば、

「スプレッドシートに入力するだけで、AI がブログタイトルを出力する自動化ツール」

こんな小さな仕組みでも、販売商品や代行サービスとして成立する。

この分野に向いている人は：

・面倒な作業を放っておけない人
・Excel や Google スプレッドシートに抵抗がない人
・「こうやったらもっと楽になるのに」とつい考えてしまう人

そして何より、自動化・仕組み化の仕事は、“成果が積み上がる”タイプの働き方。

1 度つくった仕組みは、寝ている間も、休日も、ずっと働き続けてくれる。

「自分が動かなくても仕事が進む」

そんな未来を、AI と一緒につくっていけるのがこの領域だ。

教育・サポート系｜AI×講師・コンサル・研修支援

もしあなたが、人に教えるのが好きだったり、

誰かの「分からない」を「分かった」に変える瞬間に喜びを感じるなら教育・サポート系の AI 活用は、ピッタリなフィールドになる。

今、企業も個人も「AI を使いたいけど、使い方がわからない」状態にある。

つまり、そこに“教える人”のニーズが爆発的に広がっている。

たとえば、こんな仕事が生まれている：

- ChatGPT 入門セミナー（個人・企業向け）
- プロンプト設計講座（講師や発信者向け）
- 企業向け AI 導入研修の設計と運営
- 業務フローに AI をどう組み込むかのコンサルティング
- 社内マニュアルやテンプレ集の整備と導入支援

これらは、専門的な技術よりも「伝える力」「仕組み化する力」「相手目線の設計力」があれば十分に対応できる。

たとえば、あなた自身が「最初つまづいた経験」があるなら、

その体験こそが価値になる。

「何が分からなかったか」

「どうやって乗り越えたか」
「今ならこう教える」

それを体系化して伝えるだけで、同じように困っている人の役に立てる。

教育・サポート系のいいところは、“継続しやすい仕事”になりやすいこと。

•法人契約での研修やサポート
•サブスク型のグループ講座
•テンプレートや教材の販売＋フォローアップ

1 回きりではなく、信頼を積み重ねながら価値を広げていける働き方だ。

この分野に向いている人は：

•人に何かを教えるのが好き
•会話や雑談から課題を見つけるのが得意
•自分の経験を他人の役に立てたいと思っている

AI の活用は、これからどんどん「現場」に広がっていく。

でもその現場には、まだ“教えられる人”が圧倒的に足りていない。

あなたの経験と AI の知識が、誰かの「最初の一歩」を後押しできる。

専門職ミックス系｜AI×士業・医療・福祉・法律など

「専門知識を持ってる人こそ、AI で一歩抜け出せる」

この章では、士業・医療・福祉・法律・教育・カウンセリングなどの
専門性が必要とされる分野で、AI がどう活かせるかを見ていこう。

まず結論から言うと、

専門職こそ“AI＋あなたの知識”が唯一無二の武器になる。

AI 単体ではできない領域こそ、あなたの出番だ。

たとえば…

・税理士・行政書士：法改正の概要を AI に要約させて、顧客向けに伝える資料を効率化
・医療系（鍼灸・整体・看護）：AI でセルフケア資料や健康相談チャットを構築
・カウンセラー・コーチ：ChatGPT で自己対話ワークや振り返りシートを生成
・教育系：AI で教材設計、理解度チェックテスト、反転授業の準備を時短化
・福祉・介護：ケース記録の入力支援、報告書ドラフト作成、研修マニュアル作成

どれも「AI が答えを出す」のではなく、あなたの専門知識を“伝える・効率化する・形にする”ために AI が手伝ってくれるという位置づけ。

たとえば、専門職の方がやってしまいがちな“時間泥棒業務”

・同じ説明を何度もする
・報告書をゼロから毎回書いている
・お客様に伝わる言い回しを考えるのに時間がかかる

こうした部分を AI に任せるだけで、
「自分しかできない仕事」にもっと集中できるようになる。

さらに、専門知識×AI で商品を作ることもできる。

・電子書籍（例：経営者向け・セルフケア向け・教育マニュアル）
・自動応答テンプレ（LINE 相談、自動資料送付など）
・独自の AI ツール（例：症状別アドバイスボットなど）

これは、同業者向けに展開することもできるし、
一般顧客に向けて“知識のパッケージ化”として販売も可能だ。

AI は“専門性を失わせるもの”ではない。

むしろ、専門性をより伝わりやすく・使いやすく変換するパートナーだ。

まとめ｜“自分の仕事”を AI で再定義する視点

ここまで読んで、「自分にもできそうなこと」が一つでも見えてきたなら、それだけで大きな一歩だ。
なぜなら、これからの時代。

“仕事”は固定されたものじゃなく、自分で再定義していくものだから。

AI の登場によって、「今ある職業」が消えるというよりも、
“その中身”が変わっていく。

たとえば…

・ライター＝ゼロから書く仕事 → AI と一緒に企画と仕上げを担う仕事へ
・コンサル＝頭の中の知識でアドバイス → AI に例示や設計を任せて“判断”に集中する役割へ
・講師＝話す人 → AI と教材を設計し、受講者の理解を深める“導く人”へ

つまり、「今やってることを AI に奪われる」のではなく、
AI を使って“自分の仕事を進化させる”時代に入っているということ。

そして、この変化の波に乗るのに必要なのは、才能でも資格でもない。

大事なのは、たった 1 つ。

「自分は何に AI を使いたいか？」という視点。

・面倒な作業を減らしたいのか
・副業のスピードを上げたいのか
・自分の商品を作りたいのか
・もっと人に伝える力を広げたいのか

この“目的の明確化”こそが、AI 時代のキャリア設計の土台になる。

AI は道具。でも、その使い方次第で、人生の地図そのものが変わる。

あなたのこれまでの経験も、スキルも、想いも、 AI と組み合わせれば、まったく新しい価値に変わる可能性がある。

ここから先は、「どこまで広げるか」だけ。

あなたにしかできない AI の使い方が、必ずある。

その可能性に、ぜひ賭けてみてほしい。

あとがき｜AI を使って、“選ばれる人”になるということ

ここまで読んでくださり、本当にありがとうございます。

この本を読み終えた今、あなたの中には、きっと何かしらの「可能性の芽」があるはずです。

「自分にもできそうなことが見つかった」
「まだうまく使えないけど、ちょっと前に進めそう」
「このまま、何も変わらないのはもったいない」

そんな前向きな“違和感”や“希望”が、心のどこかで動き出していれば、それだけで十分です。
これからの時代、AI は当たり前になります。

誰でも使えるようになるし、「使えること」自体では、差はつきません。

だからこそ問われるのは、 “AI を使って、何をするか？”

 そしてもう一つ、“どんな姿勢で、それを続けていくか？”です。

AI を使えば、誰でも時短ができます。

クオリティの高いアウトプットも出せます。

だけど、それはあくまで“入り口”にすぎません。

本当の勝負は、

「AI に任せたその時間で、自分は何に集中するのか？」
「この力を、誰のためにどう活かすのか？」

という問いに、自分の言葉で答えられるかどうか。

その“軸”を持った人だけが、これからも選ばれ続けるはずです。

そして、もうひとつ伝えておきたい大事なこと。

成果が出る人に共通しているのは、スキルの高さじゃない。

やり方でも、完璧な戦略でもない。

ただひとつ、共通しているのは
“試行回数”が圧倒的に多いこと。

うまくいかなくても、動く。

ズレても修正する。

失敗しても、検証してまた試す。

この「回し方」ができる人が、最終的に突き抜けていく。

AI は、その試行回数を圧倒的にラクにしてくれます。

一人で考える孤独を、壁打ち相手として支えてくれます。

情報を整理し、感情を整え、時間をくれます。

つまり、AI は“挑戦を続けられる仕組み”を持たせてくれる存在なんです。

あなたがこれから選ぶキャリアは、 きっと「肩書き」や「職業名」でくくられないものになるでしょう。
でもそれは、自分で選び、創る働き方ができる時代に生きているということ。

この本が、その第一歩になるきっかけになれたなら、著者としてこんなに嬉しいことはありません。

AI と一緒に、 あなたの「これから」を、あなた自身の手でデザインしてください。

可能性は、いつだって、“始めた人”に味方します。