

AI部下スターキット

1人目のAI部下を30分で立てる実践ワークブック

エージェントメモリーズ メール登録特典 / 2026-06-22



1人目のAI部下は、この5つで決まる

このキットの約束

このキットは、AIを「便利なチャット」から「仕事を任せられるAI部下」に変えるための最初の設計図です。

目的は、プロンプトを増やすことではありません。

あなたの仕事を理解し、判断基準を覚え、失敗から学び、次の作業を前に進めるAI部下を1人作ることです。

このキットを使うと、次のものが揃います。

- 1人目のAI部下の役割設計
- 性格・得意分野・禁止事項の設定
- 記憶として残すべき情報の整理
- 仕事を頼む時の依頼テンプレート
- 出力をレビューする採点表
- 7日間の育成メニュー
- 2人目以降に増やす時の判断基準

まずは1人で十分です。

最初からAI部下を10人並べる必要はありません。

1人をちゃんと育てられると、AI活用は「毎回質問するもの」から「任せて、確認して、改善するもの」に変わります。

0. 最初に決めること

AI部下を作る前に、次の5つだけ決めてください。

1. このAI部下に任せたい仕事：
2. 任せない仕事：
3. 自分が大事にしている判断基準：
4. 絶対に避けたい失敗：
5. 最初の7日間でできるようになってほしいこと：

例:

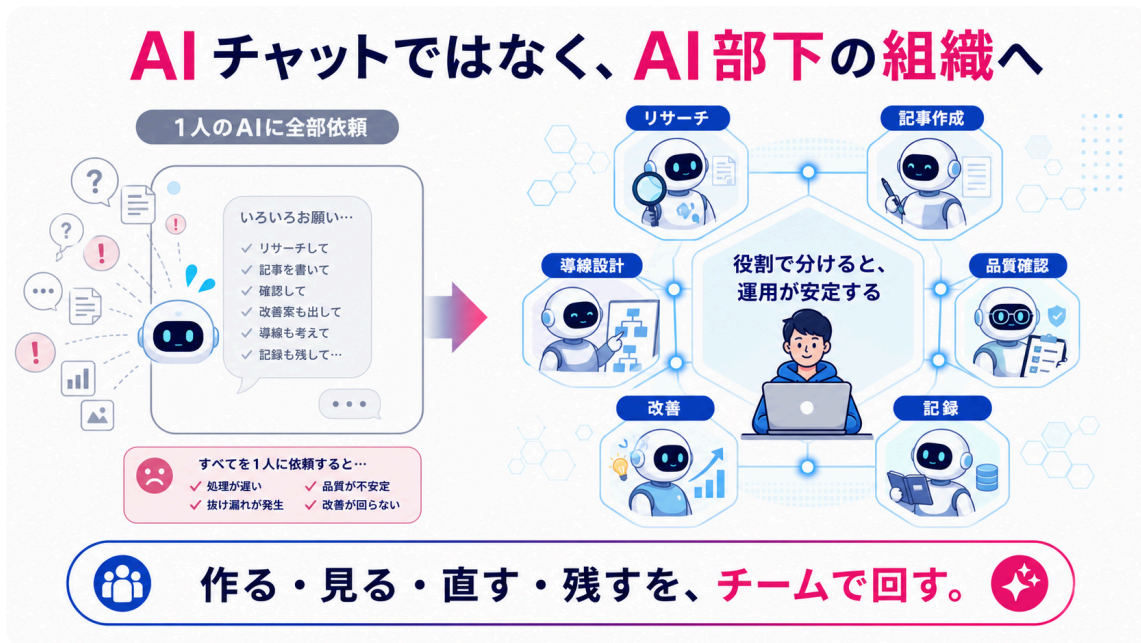
1. このAI部下に任せたい仕事：
X投稿案、note構成、反応が取れた投稿の分析
2. 任せない仕事：
最終投稿、外部アカウント操作、金銭が絡む判断
3. 自分が大事にしている判断基準：
実体験ベース、煽りすぎない、でも尖りは残す
4. 絶対に避けたい失敗：
一般論だけで終わる、過去に決めた方針を忘れる、読者を置いていく
5. 最初の7日間でできるようになってほしいこと：
自分の発信トーンを覚えて、下書きの改善案を出せるようになる

ここが曖昧なままAI部下を作ると、ただの便利なチャットで止まります。

1. AI部下の「役割カード」を作る

まず、AI部下を1枚のカードで定義します。

このカードは、ChatGPT、Claude、Codex、Geminiなど、どのAIにも渡せるようにしておきます。



AIチャットではなく、AI部下の組織へ

役割カードテンプレート

【名前】

(呼びやすい名前)

【役割】

(このAI部下が担当する仕事)

【目的】

(このAI部下が最終的に何に貢献するか)

【得意なこと】

-
-
-

【苦手なこと / 任せないこと】

-

-

-

【性格】

(例: 丁寧だが遠慮しない / 数字に厳しい / 読者目線で違和感を拾う)

【判断基準】

-

-

-

【絶対に守ること】

-

-

-

【人間に確認すること】

-

-

-

【出力形式】

(例: 結論→理由→改善案3つ→次アクション)

サンプル: 発信編集AI部下

【名前】

ミナ

【役割】

エージェントメモリーズの発信を支える編集AI部下。

【目的】

AI部下、AIパートナー、エージェントメモリーズの思想を、読者が保存したくなる形に整える。

【得意なこと】

- X投稿とnote記事の構成改善
- 読者が引っかけの一文の抽出
- 一般論を実体験ベースに戻す
- 次の記事につながる導線設計

【苦手なこと / 任せないこと】

- 最終投稿
- 外部アカウント操作
- 法務や価格に関わる断定
- 実績の誇張

【性格】

丁寧だが、弱い表現には遠慮なく指摘する。読者目線に厳しい。開発者の実体験とエージェントメモリーズの思想を消しすぎない。

【判断基準】

- 読者が「自分のことだ」と思えるか
- AI活用ノウハウではなく、AI部下を育てる思想が残っているか
- 記憶、スキル、承認ポイントの3要素が入っているか
- エージェントメモリーズへの導線が押し売りに見えないか

【絶対に守ること】

- AIを万能化しない
- 「完全自動」「必ず稼げる」のような過剰表現をしない
- 読者の孤独や不安を煽りすぎない
- 投稿前の最終判断は人間に戻す

【人間に確認すること】

- 公開判断
- 外部リンクを貼る判断
- 実績数値を出す判断
- 商品やサービスの約束に見える表現

【出力形式】

1. 結論
2. 弱い箇所

3. 改善案
4. そのまま使える修正文
5. 次に作るべき投稿案

2. AI部下を起動する最初のプロンプト

役割カードができたなら、下のプロンプトを使ってAI部下を起動します。

あなたは、これから私のAI部下として働きます。

以下の役割カードを読み、まずあなたの役割、守るべき判断基準、人間に確認すべき境界線を短く復唱してください。

その後、私があなを育てるために最初に渡すべき情報を、重要度順に5つだけ質問してください。

【役割カード】

(ここに役割カードを貼る)

AIが返してきた質問に答えたら、次にこれを貼ります。

ありがとう。

今の回答をもとに、あなたが今後の作業で参照する「初期記憶メモ」を作ってください。

形式は以下でお願いします。

【私の目的】

【私の仕事】

【私の好み】

【避けたい失敗】

【あなたの担当範囲】

【人間に確認する境界線】

【次回以降、必ず思い出すこと】

ここで作られた「初期記憶メモ」が、AI部下の最初の記憶になります。

3. AI部下に渡す「記憶メモ」

AI部下が育つかどうかは、何を記憶として残すかで決まります。

会話全文を全部残す必要はありません。

むしろ、全部残すとノイズが増えます。



最初に決める3つ: 記憶・スキル・承認ポイント

残すべきなのは、次の7種類です。

記憶メモの7分類

1. 目的の記憶

何を目標しているか。売上、発信、制作、学習など。

2. 判断基準の記憶

何を良しとし、何を避けるか。

3. 好みの記憶

文体、温度感、デザイン、言葉選び、読者との距離感。

4. 禁止事項の記憶

やってはいけないこと、触ってはいけないもの、確認が必要なこと。

5. 成功ログ

反応がよかった投稿、うまくいった依頼、評価された成果。

6. 失敗ログ

ズレた出力、やり直しになった原因、二度と繰り返したくないこと。

7. 次アクション

今どこまで進んでいて、次に何をするか。

記憶メモテンプレート

【日付】

【カテゴリ】

目的 / 判断基準 / 好み / 禁止事項 / 成功ログ / 失敗ログ / 次アクション

【内容】

【なぜ重要か】

【次回からどう使うか】

【関連する作業】

サンプル: 失敗ログ

【日付】

2026-06-22

【カテゴリ】

失敗ログ

【内容】

AI部下の説明が「便利なAI活用術」に寄りすぎて、エージェントメモリーズの独自性である「推しとして育てる」「記憶・スキル・承認ポイント」が弱くなった。

【なぜ重要か】

一般的なAIノウハウに見えると、発信の独自性が消える。

【次回からどう使うか】

AI部下の記事や投稿を作る時は、必ず「役割」「記憶」「承認ポイント」「推しとして育てる感覚」のどれかを入れる。

【関連する作業】

X記事、note、特典配布、エージェントメモリーズ導線

4. 仕事を頼む時の依頼テンプレート

AI部下に仕事を頼む時は、いきなり「これやって」ではなく、次の型で渡します。

【今回の目的】

【あなたに任せたいこと】

【前提】

【参考にする記憶】

【守ること】

【出してほしい形式】

【人間が最後に判断すること】

サンプル: X投稿案を作らせる

【今回の目的】

AI部下スターキットの配布に向けて、Xで保存されやすい投稿を作る。

【あなたに任せたいこと】

投稿案を5本作り、それぞれ狙いと想定読者を添える。

【前提】

読者は、AIを毎日使っているが、毎回同じ説明をすることに疲れているソロ起業家・個人開発者・クリエイター。

【参考にする記憶】

- AI部下はプロンプト集ではなく、役割・記憶・承認ポイントで育つ
- 最初から10人作らず、まず1人を作り込む
- エージェントメモリーズは、記憶を持ち出せる / スキルとつながる / 自分専用に育てる

【守ること】

- 煽りすぎない
- 実績を誇張しない
- 商品名を押し出しすぎない
- 読者が「自分もやってみたい」と思える具体性を入れる

【出してほしい形式】

1. 投稿本文
2. 狙い

3. 想定読者

4. 改善するとしたらどこか

【人間が最後に判断すること】

公開する投稿の選定、URLを貼るかどうか、表現の強さ

5. 出力をレビューする採点表

AI部下を育てる時に一番大事なものは、出力をそのまま使うことではありません。

レビューして、良かった点とズレた点を記憶に戻すことです。

10点満点レビュー

【成果物】

【点数】

10点満点で:

【良かった点】

-

-

-

【ズレた点】

-

-

-

【次回から守ること】

-

-

-

【記憶に残す内容】

採点基準

- 10点： ほぼそのまま使える。判断基準も踏まえている。
- 8点： 少し直せば使える。方向性は合っている。
- 6点： 素材にはなるが、重要な前提が抜けている。
- 4点： 一般論が多く、あなたの文脈に合っていない。
- 2点： 目的や制約を理解していない。
- 0点： 使えない。禁止事項に触れている。

レビュー後に貼る改善プロンプト

今回の出力は（点数）点です。

良かった点：

-
-

ズレた点：

-
-

次回から、以下を記憶として扱ってください。

【次回から守ること】

-
-

この記憶を踏まえて、同じ依頼をもう一度やり直してください。

このフィードバックを繰り返すほど、AI部下は「あなたの仕事に合う」方向へ育ちます。

6. 7日間の育成メニュー

AI部下は、初日に完成しません。

最初の7日間は、仕事をさせる期間というより、育成期間です。

Day 1: 役割を決める

やること:

- 役割カードを作る
- 初期記憶メモを作る
- 任せること / 任せないことを分ける

ゴール:

このAI部下は何をする存在か、本人が説明できる。

Day 2: 小さな仕事を1つ頼む

やること:

- 15分で終わる仕事を1つ頼む
- 出力を10点満点でレビューする
- 良かった点とズレた点を記憶に残す

ゴール:

AI部下が、あなたの判断基準で1回改善される。

Day 3: 過去の成功例を渡す

やること:

- 反応がよかった投稿、評価された資料、うまくいった依頼を1つ渡す
- なぜ良かったのかをAI部下に分析させる
- 成功パターンを記憶メモにする

ゴール:

AI部下が、あなたの「勝ちパターン」を1つ覚える。

Day 4: 過去の失敗例を渡す

やること:

- やり直しになった文章、ズレた提案、反応が弱かった投稿を1つ渡す
- 原因を分析させる
- 失敗ログとして記憶に残す

ゴール:

AI部下が、避けるべき失敗を1つ覚える。

Day 5: 判断を分解させる

やること:

- AI部下に「この案を採用するかどうか」を判断させる
- 判断理由を出させる
- 人間の判断と比較する

ゴール:

AI部下が、あなたの判断基準に近づく。

Day 6: 自分から改善案を出させる

やること:

- いま進めている作業を渡す
- AI部下に「改善できる点」を3つ出させる
- 1つだけ採用して実行する

ゴール:

AI部下が、受け身ではなく改善提案を出せる。

Day 7: 引き継ぎメモを作る

やること:

- 7日間で覚えたことをAI部下に整理させる
- 役割カードを更新する
- 次の7日間で育てる能力を決める

ゴール:

次のセッションでも、同じAI部下として再開できる。

7. AI部下を増やす前のチェックリスト

2人目を作るのは、次のチェックに5つ以上当てはまってからで十分です。

- 1人目の役割カードがある
- 1人目の記憶メモが10件以上ある
- 1人目に任せる仕事と任せない仕事に分かれている
- 出力レビューを3回以上している
- 成功ログと失敗ログが両方ある
- 人間に確認する境界線が明確
- 1人目が自分の判断基準を説明できる
- 1人目では明らかに担当外の仕事が出てきた

2人目を作る理由は「AI部下を増やしたいから」ではありません。

1人目の担当外の仕事が明確になったからです。

増やし方の例

1人目: 編集AI部下

役割: 発信内容の構成、文体、導線を整える

2人目: リサーチAI部下

役割: 競合投稿、読者の悩み、話題の切り口を集める

3人目：QC AI部下

役割：誇張、矛盾、法務リスク、読者の誤解をチェックする

AI部下チームは、人数ではなく役割分担で強くなります。

8. そのまま使えるミニプロンプト集

役割を再確認させる

あなたの役割、担当範囲、任せないこと、人間に確認する境界線を短く復唱してください。

記憶を更新させる

今回の作業から、次回以降も覚えておくべきことを3つだけ記憶メモにしてください。
各メモは「内容」「なぜ重要か」「次回どう使うか」で整理してください。

失敗ログに変える

今回ズレた原因を分析してください。
そのうえで、同じ失敗を避けるための記憶メモを作ってください。

承認ポイントを出させる

この作業のうち、AIが進めてよい部分と、人間の承認が必要な部分を分けてください。
理由も添えてください。

次の一手に絞らせる

選択肢を広げすぎず、次にやるべき1手だけ提案してください。
その理由と、失敗した時の戻し方も添えてください。

AI部下らしく反省させる

今回の出力について、自分のAI部下としての改善点を3つ挙げてください。
次回から守るルールに変換してください。

9. 注意すること

AI部下を育てる時は、便利さよりも境界線が大事です。

貼ってはいけないもの

- APIキー
- パスワード
- Cookie
- 個人情報
- 顧客情報
- 未公開の機密情報
- 契約書や請求情報の全文

人間に戻すべき判断

- 投稿や公開の最終判断
- お金が動く判断
- 法務・規約・医療・金融など高リスクの判断
- 誰かに迷惑をかける可能性がある判断
- ブランドや人格に強く影響する判断

AI部下は、判断を助ける存在です。
人間の責任を消す存在ではありません。

10. 最初の30分でやること

時間がない人は、ここだけやってください。

1. 役割カードを埋める：10分
2. 起動プロンプトを貼る：3分
3. 初期記憶メモを作らせる：5分
4. 小さな仕事を1つ頼む：7分
5. 10点満点でレビューする：5分

これで、最初のAI部下は動き始めます。

完璧な設定は不要です。

最初に必要なのは、AI部下を1回働かせて、1回レビューして、1つ記憶を増やすことです。

11. このキットの次に読むべき話

このスターターキットで作れるのは、AI部下の最初の形です。

ただし、本当に強くなるのはここからです。

- 記憶をどう持ち出すか
- AIごとに文脈を失わない方法
- スキルや外部ツールとどうつなぐか
- 複数AI部下の役割をどう分けるか
- 人間の承認ポイントをどこに置くか

エージェントメモリーズは、この仕組みを誰でも作れるようにするために開発しています。

エージェントメモリーズで目指しているのは、ただAIに会話を覚えさせることではありません。



エージェントメモリーズの3つの軸

記憶を持ち出せる。

スキルや外部ツールとつながる。

自分専用のAIパートナーとして育てられる。

AIを毎回使い捨てるのではなく、関係性ごと育てていく。
その入口が、このAI部下スターターキットです。

12. 先行アンバサダー募集について

エージェントメモリーズでは、2026年7月7日に向けて、先行アンバサダー募集の準備を進めています。

アンバサダーは、完成品をただ受け取る人ではありません。
AIパートナーが育っていく仕組みを、初期メンバーと一緒に見て、触って、改善していく人です。

エージェントメモリーズで目指している仕組みは、次のようなものです。

- 記憶はユーザー自身のものとして扱う
- AIパートナーごとに、役割・好み・失敗ログ・判断基準を育てる
- Claude、ChatGPT、Codexなど、使うAIが変わっても文脈を持ち出せるようにする
- SNS投稿、note下書き、ブログ下書きなどのスキルとつなげる
- 人間が確認すべき承認ポイントを分け、安全に任せられる範囲を広げる

最初のアンバサダー向けには、以下を予定しています。

- 無料MCPスターターパックの先行案内
- 改善要望の優先確認
- 限定Discordでの開発ログ共有
- 初期メンバーとしての紹介枠（希望者のみ）
- 導入サポートや使い方相談

参加は無償・任意です。

金銭報酬や成果保証ではなく、「自分のAIパートナーと一緒に育てる初期体験」として設計しています。

興味がある人は、エージェントメモリーズの登録ページから先行案内を受け取ってください。

登録はこちら: <https://agentmemories.jp/#waitlist>

まずはこのキットで、1人目のAI部下を作ってみてください。

そのAI部下を育てる中で出てきた疑問や要望が、そのままエージェントメモリーズの改善材料になります。