

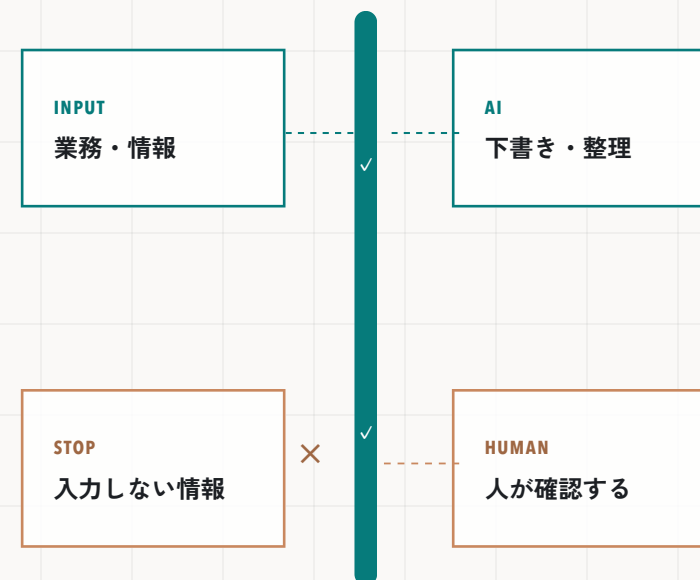
1回完結 / 企業向けAI研修

社員のAI利用が不安な会社へ。 基本と安全な使い方を、 2時間で。

生成AIで何ができるか、何を入力する前に確認するか、
出力のどこを人が確かめるか。会社と社員が同じ説明を聞き、
日常業務で試せる使い方まで共有する社内研修です。

社内AI活用研修 ご案内

会社としての判断基準



DURATION

1回120分。休憩10分を含む

PRICE

1社50,000円（税別）＋交通費

PARTICIPANTS

標準30名程度まで。同一料金

PREPARATION

参加者用PC・AIアカウント不要

START WITH THE CONCERN

AIを禁止するか、 自由に使えるか。 その二択にしない。

生成AIを仕事に使う社員が増える一方で、会社側には
情報管理や誤った回答への不安があります。

01 入力する情報

個人情報や社内資料を、どこまで入力してよいか分からない。

02 AIの回答

もっともらしい誤りがあっても、社員が気づけるか不安。

03 個人判断での利用

一部の社員が使い始めているが、
会社として何を伝えるべきか決まっていない。

04 業務での使い方

便利そうではあるが、どの業務から試せばよいか分からない。

THREE ESSENTIALS

基本、安全、業務活用。まず必要な3つに絞ります。

特定のAIツールのボタン操作を覚える研修ではありません。

どの生成AIを使う場合にも必要になる考え方を、実演とケースで確認します。

01

生成AIの基本

回答を作る大まかな仕組み、
得意なこと、苦手なこと、
もっともらしい誤りが出る理由を説明します。

02

安全に使うための確認

利用するAIの契約や設定、入力する情報、
出力後に人が確認する点を、
身近なケースで整理します。

03

日常業務での活用例

メール、会議メモ、資料構成、表作業など、
身近な業務での使い方を講師が実演します。

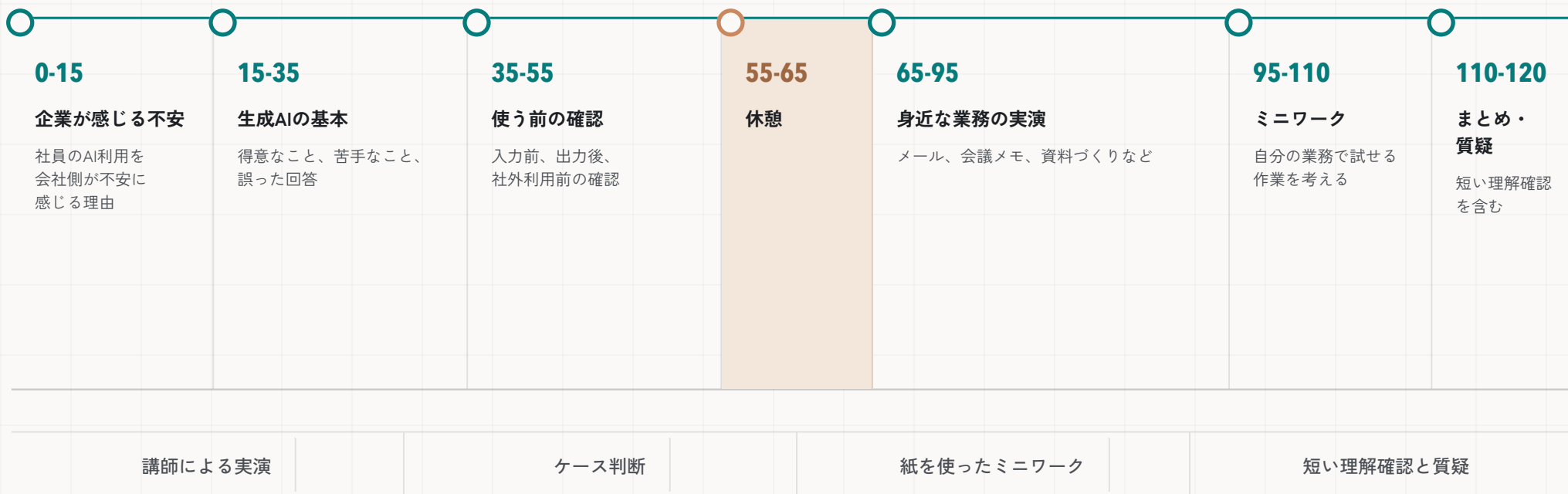
研修の位置づけ

この2時間は、全員の操作習得や、会社専用の利用規程の完成を目的とした研修ではありません。会社として注意したい点を共有し、自分の業務で試せる作業を考える入口です。

120-MINUTE PROGRAM

講義だけで終わらない、120分の入門研修です。

参加者のPC操作は行いません。講師の実演、ケース判断、紙を使った短いワークを組み合わせ、途中に10分の休憩を入れます。



実演内容は共通カリキュラムを基本に、事前確認で伺った業種や参加者の仕事に近い例を選びます。個別カリキュラムの新規作成や、実際の社内データを使った操作は研修本体に含みません。

AI AND HUMAN ROLES

便利な例だけでなく、 人が確認するところまでお見せします。

AIに任せる部分と、人が責任を持って確認する部分を分けて見るのが、この研修の基本です。

業務例	AIに任せる部分	人が確認する部分
メールの下書き	箇条書きから文章案を作る	宛先、事実、数字、約束する内容、言葉づかい
会議メモの整理	決定事項と次の作業を整理する	発言の意味、担当者、期限、記録の正確さ
資料構成のたたき台	目的と相手に合わせて構成案を出す	出典、根拠、数字、第三者の権利、最終判断
表作業の相談	分類案や確認項目を出す	元データ、計算、抜け漏れ、業務上の例外

**AIの出力は
完成品ではありません。** 下書きや整理案として扱い、使う人が事実と用途を確認します。速く作ることと、責任を持って使うことを分けて説明します。

THREE CHECKPOINTS

入れる前、 使う前、 外に出す前に 確認します。

禁止事項だけを覚えるのではなく、
利用する環境と、情報の種類と、
使う場面を順番に見ます。

01

入力前

- 利用するAIの契約と設定を確認する
- 会社のルールを確認する
- 入力する情報の種類を確認する

02

出力後

- 事実、数字、出典を確認する
- 著作権や第三者の権利を確認する
- 相手と用途に合う表現か確認する

03

社外利用前

- 誰に何の目的で出すか確認する
- 必要な責任者や担当者の確認を入れる
- 人に影響する判断をAIだけで決めない

ID・パスワード・APIキー等は
入力しません。

実演には公開情報、架空データ、
ダミー資料を使います。

個人情報や社内資料を扱えるかは、
ツール名だけでなく、契約・設定・
会社のルールを確認します。

SIMPLE COMPANY PRICING

1回50,000円（税別）。参加者用のPCは必要ありません。

研修本体費用 / 1社

1回120分

50,000円

（税別）

55,000円（税込）＋交通費

標準30名程度までは同一料金です。

対面研修の交通費と、宿泊が必要な場合の費用は、
会場所在地を確認して事前にお見積もりします。

時間	1回120分。休憩10分を含む
人数	標準30名程度まで。30名程度までは同一料金
形式	貴社会場での対面・投影形式
参加者	PC、AIアカウントともに不要
31名以上	会場条件と進行方法を確認し、必要に応じて実施回を分けてご提案
事前確認	15～30分。参加者、AI利用状況、業務例、会場設備を確認

会社側で
ご準備いただくものHDMI対応モニター
またはプロジェクター

講師PC用の電源

受講者の席

広い会場では
必要に応じてマイク

講師PC、接続アダプター、通信環境、配布資料、実演用の予備素材は講師側で用意します。オンライン実施をご希望の場合は、必要環境を別途確認します。

CLEAR SCOPE

1回の研修で扱うことと、 別途ご相談いただくことを分けています。

2時間でできることを曖昧にせず、必要な場合だけ次の支援をご提案します。

INCLUDED

研修に含まれるもの

- 15～30分の事前確認
- 120分の研修
- 講師による実演とケース判断
- 安全利用チェックシート
- 業務活用候補シート
- 短い理解確認と質疑

NOT INCLUDED

研修には含まれないもの

- 参加者一人ずつの操作支援
- AIアカウントの作成、契約、管理者設定
- 会社専用のAI利用規程の作成
- 企業別レポートや部署別テンプレートの作成
- 個別業務のAI業務システム化
- 研修後の継続支援

受講後に持ち帰る資料



安全利用チェックシート



業務活用候補シート



研修資料

FROM TOOLS TO REAL WORK

AIの話を、実際の仕事に置き換えて説明します。

**株式会社コレットラボ**

代表取締役 / AI導入・業務設計支援

出口 宣佳

中小企業向けに、生成AIの業務導入、社員教育、社内ルールづくりを支援。AI業務システムの設計・開発に加え、情報管理・著作権・肖像権を扱う実務ガイドも制作・公開。Webマーケティングを含むプロモーションの現場で約20年、企画から運用まで担当。

AIの機能紹介だけで終わらず、実際の仕事でどう使い、どこを人が確認するかまで整理して説明します。

AI・DXに関する資格・デジタルバッジ



JDLA G検定
2026年第3回 合格



DX推進パスポート1
G検定合格に基づき取得

Q AIの専門知識がなくても受講できますか？

専門知識は必要ありません。生成AIを初めて学ぶ社員にも分かるように、基本から順番に説明します。

Q 会社ごとに内容を変えられますか？

基本カリキュラムは共通です。事前確認をもとに、実演する業務例と質疑の重点を調整します。

Q 実際の顧客情報や社内資料を使いますか？

研修中の実演には使いません。公開情報、架空データ、ダミー資料を使用します。

Q 2時間で使いこなせるようになりますか？

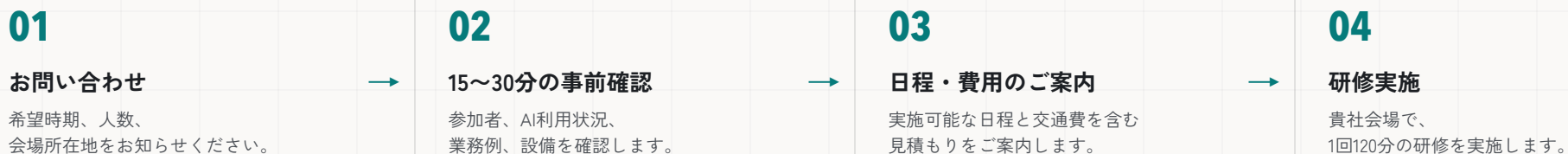
操作習得を約束する研修ではありません。注意点を共有し、自分の業務で試せる作業を考える入口です。

Q 社内ルール作成や業務自動化も依頼できますか？

相談できますが、研修料金には含まれません。内容を確認して別途ご提案します。

FROM INQUIRY TO TRAINING

内容を確認してから、日程と交通費をご案内します。



希望日と参加人数をお知らせください。

希望時期または候補日、参加人数、会場の所在地、投影設備の有無をお知らせください。
実施可能な日程と交通費を確認のうえ、ご返信します。

希望時期・候補日		参加予定人数		会場所在地		投影設備の有無
----------	--	--------	--	-------	--	---------

社内AI活用研修
お問い合わせページcolet-lab.jp/ai-literacy-training/

株式会社コレットラボ
〒870-0036 大分県大分市寿町8-11
GRC opus kotobuki 1F
TEL 097-537-7522

本研修は、生成AIの基本、安全に使うための確認、業務活用例を扱う入門研修です。法務相談、情報セキュリティ監査、正式な社内規程策定、AI利用の社内許可を代替するものではありません。AIの出力は下書きや整理案として扱い、事実、数字、出典、権利、個人情報、契約内容を人が確認します。記載内容と料金は2026年7月18日時点のものです。正式な実施条件は見積書・申込時の案内でご確認ください。