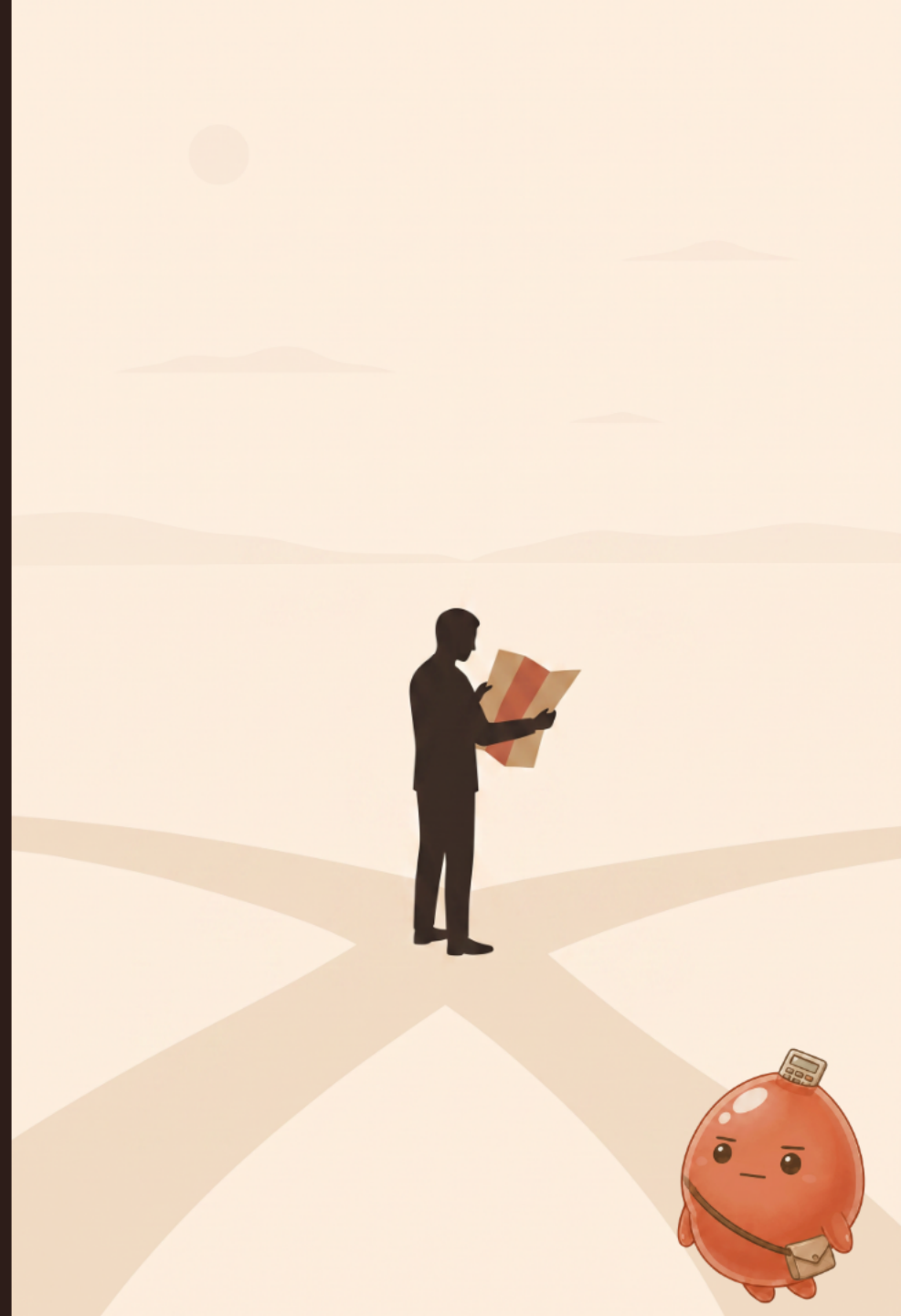


どのAIツールを、 いつ使う？

答えるAIと、手を動かすAI。まず、この違いから



「答えるAI」と「手を動かすAI」

答えるAI

- ChatGPT・クロード・Gemini
- 質問すると、文章で返してくれる
- 相談・アイデア出し・文章づくり

手を動かすAI（AIエージェント）

- Claude Code・Codex・Cursor・コワーク
- ファイルの作成・編集・実行ができる
- 繰り返し作業の自動化



レシピを教えてくれる人と、 台所に立って作ってくれる人

どれだけ丁寧にレシピを教わっても、
レシピだけでは、料理は出てこない。

「AIが勝手に作ってくれる」は、台所に立てるAIの話



なぜチャットのAIには「できない」のか

答えるAI

パソコンの中を見ることも、触ることもできない

インターネットの向こう側にいて、文章や画像を送れば読んでくれるが、フォルダの中身までは知らない。

実行AI

パソコンの中に入って動く

「このフォルダを整理して」と頼めば、実際にファイルを動かし、作り、直すところまでやってくれる。



だから「フォルダを指定する」という手順がある

最初の質問

どのフォルダで作業しますか

パソコンの中に入って作業するAIだから、どの部屋に入っているかを最初に伝える必要がある。

安全装置

指定していない場所には触れない

面倒な手続きではなく、「ここから先だけ触っていい」という範囲を自分で決めておく仕組み。



振り回されない選び方

相談

答えるAIを開く

壁打ち、文章の下書き、調べもの、アイデア出し。

実行

手を動かすAIを開く

ファイルの作成・編集、繰り返し作業の自動化。



AIに任せること VS 人が手放さないこと

AIに任せる

- ・ 作業そのもの
- ・ ファイルの作成・編集・実行
- ・ 繰り返し作業の自動化

人が手放さない

- ・ 任せる範囲の設計
- ・ どこまで触らせるか
- ・ どんな操作は確認を挟むか



道具の見分け方が 分かったところで

次はこのコースの本題です。

第2回「なぜ“正しい使い方”を
探すと動けないのか」を扱います。

無料AIユーザーレベルチェック →

ai-sozo.com/tools/ai-user-level

