CLAUDE × エージェント型AI 導入支援｜仙台・宮城

経営者に張りついた仕事をAIに渡せる形にします

時間は経営者に、知恵は会社に残ります。



発行：合同会社Trash-B ／ 2026年10月版

この資料は5分で読めます

道具はClaude（クロード）。プログラミングは要りません。
日本語で指示するだけです。

本日お伝えすること

1

AIに任せられる仕事を、部署ごとに分けてつくる

秘書室・広報部・総務部・マニュアル室。話しかける相手は室長ひとり

2

ご相談から導入までの5つのステップ

無料相談から使い始めるまで、最短で2〜3週間が目安

3

費用の目安

一括の目安金額（月々のお支払いではありません）



こんなお悩みはありませんか

- AIを試してはみたが、日常の仕事に定着しなかった
- 何から手をつければいいのか分からない
- 人を採りたいが、人件費も採用の手間も重い
- ITに詳しい社員が社内にいない
- 導入支援を頼みたいが、実際に何をしてくれるのか分からない



みなさん、同じところで止まっています。
「これなら任せられる」その手応えを、最初の相談で。

Trash-BのAI導入支援とは

「うちのやり方を覚えてくれる相手がほしい」

ひとり経営者と少人数の会社のための、**仕事の組み替え**です。
いまある仕事を書き出して、人がやらなくていいものを見つける。
AIが迷わず動けるように、判断のルールを文章にしておく。

このルールが、**御社専用の取扱説明書**になります。一度作れば、毎回説明しなくても同じ品質で動きます。

道具はClaude（クロード）を使います。プログラミングは要りません。**日本語で指示するだけ**です。



> ここは、AIの使い方を教える場所ではありません。あなたの1週間を一緒に見て、人がやらなくていい仕事を切り出し、AIが動く形に組み直します。**覚えることは増えません。増えるのは、経営者にしか決められない仕事に使える時間です。**

いったいAIで、何ができるの？ いま4つの部署を、ぜんぶあなたが兼務している状態です



経営者（あなた）
決めるのと送るのは、人

—— 話しかけるのは、室長ひとり ——



室長AI
御社の取扱説明書を読み込み、仕事を各部署に回して、できあがりをまとめて返します

返事に追われる

秘書室 AI

返事と段取りを、先に用意しておく。

- 問い合わせメールの返信を下書きします（送る前に経営者が確認）
- 調べものをまとめて、判断の材料にします
- 打ち合わせ資料のたたき台を作ります

貯まるもの
返信の型



発信が後回しになる

広報部 AI

発信の下書きを、先にそろえておく。

- SNS投稿の文面を、御社の言い方で作ります
- HPのお知らせやブログの下書きを作ります
- チラシ・POPの文面を作ります

貯まるもの
御社の言い方



書類が夜に残る

総務部 AI

書類の下書きを、夜に残しにくくする。

- 見積書・請求書の下書きを、御社の型から作ります
- 打ち合わせのメモや文字起こしから、議事録や報告書を作ります
- 日報・台帳を整理して、探さなくて済む形にします

貯まるもの
書類の型



自分にしか分からない仕事

マニュアル室 AI

経営者のやり方を、会社のマニュアルに。

- 仕事の手順書・マニュアルを作ります
- 新しい人に教える資料を作ります
- 会議の記録からマニュアルを作ります

貯まるもの
仕事の手順



各部署の仕事は、基本は「下書きまで」。送る・決めるのは人です。LINEの一次対応や予約投稿のように自動で出す仕事は、出してよい範囲を先に決めます。部署名は役割の呼び名で、実体は御社専用の設定（取扱説明書）。必要な部署と仕事だけを、お見積りします。

任せる仕事は、73枚のカードから選べます

カード1枚が、仕事ひとつ

秘書室

カード17枚

返事と段取りを、先に用意しておく

- 返信の下書き
- 調べもののまとめ
- 打ち合わせ資料のたたき台
- 日程調整の連絡文
- お礼状・季節のご挨拶

ほか12枚



広報部

カード16枚

発信の下書きを、先にそろえておく

- SNS投稿の文面
- お知らせ・ブログの下書き
- チラシ・POPの文面
- HPの文章の言い換え
- HPの直したい所の整理

ほか11枚



総務部

カード17枚

書類の下書きを、夜に残しにくくする

- 見積書・請求書の下書き
- 議事録・報告書
- 日報・台帳の整理
- 注文書・発注書
- 数字の集計と表

ほか12枚



マニュアル室

カード13枚

経営者のやり方を、会社のマニュアルに

- 手順書・マニュアル
- 新しい人に教える資料
- 会議の記録からマニュアル
- 社内ルールの文書化
- 引き継ぎ資料

ほか8枚



経営企画室

カード10枚

判断の材料を、先にそろえておく

- 数字を見る形
- 価格を決める材料
- 業界情報・規制の要約
- アンケートの集計
- 新サービスの企画たたき台

ほか5枚





基本は「下書きまで」で、送る・決めるのは人です。自動で出す仕事は、出してよい範囲を先に決めます。**カードに載っていない仕事もご相談ください。**同じ仕事でも、量ややり方で中身が変わります。お話を伺ってから、必要なものだけをお見積りします。

経営者の時間は、ひと月でこれだけ戻ります

ひと月で戻る時間

28時間

ひと月では
1日分ちかく

1年では
14日分

時給4,000円で換算すると
ひと月11万円分　1年で **132万円分**

内訳は、この5つの仕事です

仕事	1件あたりの短縮 × 月の回数	ひと月
メールの返信	1通 22分 × 40通	14.7時間
見積書の作成	1件 20分 × 10件	3.3時間
打合せの議事録	1件 50分 × 4件	3.3時間
日報	1日 12分 × 20日	4.0時間
時間外の一次対応	1件 20分 × 8件	2.7時間
ひと月の合計	**ほぼ丸1日分の時間**	**28時間**

※ メールは1日2通・月20営業日（月40通）の想定です。1通あたり22分の削減は、弊社の実測値（1日1時間 → 15分）を1日2通で割った数字です。ほかの4つは一般的な目安で、回数も月あたりの想定です。業種やお仕事の量によって変わります。時給は年商1,000万円・月200時間の稼働で計算しています。

あなたの会社だと、何時間戻るか。30分の相談で、その場で試算します。

ご相談から、はじめの一歩まで

全部で5つのステップ。どのステップも、こちらからご案内します



STEP 1

30分の相談

いまの仕事のことを、話していただくだけです。資料の準備も、下調べも必要ありません。

この時点で費用はかかりません。無理におすすめすることもありません。



STEP 2

お見積り

人がやらなくていい作業を選び出し、どこまで引き受けるか・いくらか・いつお渡しできるかを書面でお示しします。

見送られた場合、その後のご連絡はいたしません。



STEP 3

設計と制作

判断のルールを文章にして、御社専用の取扱説明書を作ります。単価や言い回しなど、間違えてはいけないところは固定します。

この間、お客様の作業はありません。



STEP 4

導入の日

お伺いするかオンラインで、設定を入れて、実際のお仕事を1つ動かしてみるところまでやります。

覚えることは増えません。日本語で指示するだけです。



STEP 5

伴走の打ち合わせ

使ってみて出た疑問を、その場で解消します。「思ったように動かない」「別の仕事も任せたい」を整理します。

回数はプランによって変わります。

無料相談から使い始めるまで、最短で2〜3週間が目安です（お仕事の内容によって変わります）

どのステップでも「合わない」と感じたら、その場でお断りいただけます。無理なおすすめはしません。

お渡しするもの

御社専用の設定ファイル

判断のルール・言い回し・間違えてはいけない数字を書いた取扱説明書（CLAUDE.md）

業務ごとのAIエージェント

部署ごとの「係」。仕事が増えたら、あとから係を足せます

運用マニュアル

毎日の使い方の手引き。スタッフの方にも渡せます

フォルダ設計と記録の残し方

AIが迷わず情報を見つけられる置き場所と、記録の残し方

導入後の伴走打ち合わせ

実際の仕事で使いながら、定着するまで一緒に直します

契約が終わっても、設定と記録は御社の中に残ります。
担当者が変わっても、仕事の知恵が残る形をお渡しします。

設計に含まれる項目（必要なものを組み合わせます）

- お使いのサービスとつなぐ（MCP連携）
- 情報を守る設計
- 自動ルーチン
- 成長ログ
- 利用量の節約設計
- モデルの使い分け
- 禁止ワードの自動検知
- 定期バックアップ

自分で育てることもできます

それでも、頼んだほうが早い理由

① 育てる時間

優秀な新人を採用しても、会社のやり方を覚えるまで数か月かかります。AIも同じです。「うちの言い方」「うちの手順」を覚えさせる工程が、いちばん時間を食います。

② 仕組みを学ぶ時間

エージェント型AIは、設定ファイル・係の分け方・つなぎ方の設計が要ります。仕組みから学ぶと、経営者の時間が数十時間の単位で消えます。

③ 追いかける時間

AIは1週間前の情報が古くなることが珍しくありません。最新を追い続けることが、それ自体ひとつの仕事になります。

自分で育てる場合

①②③の時間が、すべて経営者に乗ります。しかも③は、使い続けるかぎり終わりません。本業の合間に進めるため、途中で止まりがちです。

Trash-Bに頼む場合

7社の導入で貯めた「係の分け方」と「導線の型」を持ち込み、初日から「お願いするだけ」の状態に仕上げます。経営者に残るのは、話すことと決めること。学ぶ時間は要りません。

経営者の時間は、学ぶことではなく、決めることに使ってください。

料金　どの仕事を、いくつ任せるかで決まります。月々のお支払いではなく、一括の目安金額です

ひとつ任せ

25万円（税別）

1つの業務を、AIに任せる形にします。

任せる仕事	1つ
AIエージェント	1体
導入後の伴走打ち合わせ	1回

こんな方に

一人で仕事をされている方／お試しで始めたい方

おすすめ

まとめて任せ

50万円（税別）

複数の業務を、まとめて任せられる形にします。

任せる仕事	複数
AIエージェント	複数体（業務の数に応じて）
導入後の伴走打ち合わせ	2回

こんな方に

事務も自分でやっている方／スタッフが数名いる方

まるごと任せ

100万円〜（税別）

会社全体の仕組みづくりまで行います。

任せる仕事	仕組みごと
AIエージェント	複数体＋お使いのサービスとの連携
導入後の伴走打ち合わせ	3回以上

こんな方に

複数人で使う方／既存のシステムとつなげたい方

交通費

仙台市内は無料。市外は訪問先までの距離と所要時間に応じて算出し、お見積り時にご提示します

Claudeのご利用料

月20ドル程度から。お客様が直接ご契約いただきます

伴走期間が終わったあと

続けたい方には、継続サポートを別途ご提案します

金額は目安です。お話を伺って、必要なものだけをお見積りします。まずは1つだけ、というご相談も歓迎です。

導入いただいた5社の、いまの様子



テニススクール 様

代表 M 様／宮城県名取市

ChatGPTは2年以上使っていましたが、自分の仕事に合わせた「自分専用のAI」を持てたことが今回一番の収穫です。特に驚いたのが、1年分のコーチングデータをそのまま読み込めたこと。その資産がやっとフル活用できる形になったと感じています。



歯科医院 様

院長 S 様／仙台市青葉区

これ、LINE運用も全部AIで回せるの？当初は学会資料の効率化が目的でしたが、いちばん時間を取られていたのは患者さんとのLINE対応でした。



眼鏡専門店チェーン 様

マネージャー G 様／眼鏡店18店舗・宮城／福島

Claudeを使い始めて、経理のメール下書きや店舗マニュアルのたたき台作成を任せられるようになりました。その分、本当に自分が判断すべきことに集中できるようになって、「DX担当として動ける時間」が確実に増えました。



内科クリニック 様

仙台市太白区／2026年5月～

ホームページの更新が外注待ちで、数日かかっていました。院長先生のパソコンにClaudeを入れて原稿づくりを内製化し、お知らせをその日のうちに出せる形になりました。



住宅リフォーム業 様

仙台市・個人事業主／2026年7月～

ホームページからの問い合わせが増えないことが悩みでした。検索まわりを整え、アクセス解析をAIにつないで、数字を見ながらご自身で直せる形になりました。

はじめてでも、パソコンが苦手でも、大丈夫です

プログラミングの知識も、特別な準備も必要ありません。一人で仕事をされている方から、スタッフが数名いる会社まで、ITに詳しくない経営者に向けた設計です。

業種も規模もちがう、7つの導入事例 どんな仕事をAIに任せたのか

CASE 01	**創業約50年・複数店舗の小売業 様** 店舗の事務・SNS・マニュアル整備が本部に集中	Claude Teams 3アカウントで文書づくりを集約 → **導入9日で店舗スタッフが自走（口コミ返信・チラシ作成）**
CASE 02	**仙台市の歯科医院 様** 患者さんとのLINE対応に時間を取られていた	LINE運用5本柱と院内業務の型を設計 → **月6,000円の運用で年48万円相当の生産性UP見込み（伴走中）**
CASE 03	**仙台市のクリニック 様** HP更新が外注待ちで数日かかっていた	院長PCにClaude Proを導入し、原稿づくりを内製化 → **お知らせをその日のうちに出せる体制に**
CASE 04	**宮城県のスポーツ教室 様** 集客も発信も事業計画も、代表1人に集中	AIエージェント4体を配備し役割ごとに任せる形に → **1年分のコーチングデータが日々の発信に活きる体制へ**
CASE 05	**宮城県の住宅改修業 様** HPからの問い合わせが、思うように増えない	検索まわりを整備し、アクセス解析をAIに接続 → **問い合わせ0件→1件。数字を見て自分で直せる体制に**
CASE 06	**東北の学生スポーツ団体 様** 2団体。HP更新が属人化し、役員交代のたびに停滞	HPを移行しAI更新フローを標準化 → **ホスティング費ゼロ化。数日かかった更新が当日反映に**
CASE 07	**Trash-B 自社サイト** 「自社で実証してから、お客様に勧める」がスタンス	サイト全体をClaude×エージェント型AIで構築・運用 → **「仙台 AI 導入」で平均掲載順位1.4位（2026年8月16日〜9月12日・Search Console）**

設定して終わり、にはしません。数字を確認しながら改善を続け、社内でAIを使いこなせる担当者が育つまで伴走します。

私たちは広告代理店を使っていません。**HP・毎日のブログ・公式LINE・地図情報をすべて自社でAIと運用**し、同じ仕組みを御社の規模に合わせて作ります。

Trash-Bが選ばれる5つの理由

1 Claudeに特化した仙台のパートナー

Anthropic社のAI「Claude」を専門に扱っています。長い文章の理解と自然な日本語に強く、中小企業の日々の仕事に組み込みやすいと考えているためです。

2 引き渡せる資産になる

「支援する人がいなくなったら回らない」を避けるため、取扱説明書・AIエージェント・運用マニュアルを御社の資産としてお渡しします。契約が終わっても、仕組みは御社の中に残ります。

3 当事者としての経験

代表の濱木は、自身も会社を経営しながら、資料作成・判断・進行管理・集客にClaudeを毎日使っています。自分の会社で使ってきたやり方をお伝えします。

4 経営者の言葉で対話する

代表は元テニスコーチで、専門用語を使わずに相手に合わせて伝えることを長く仕事にしてきました。「来月の資金繰り」「あの担当の残業」といった経営の現実の言葉で、AIの使いどころを一緒に考えます。

5 代表が直接担当する体制

ご紹介を中心に事業を広げており、代表が直接担当します。担当者が途中で変わらないので、御社の事情を一度で覚えたまま進められます。

無理にはおすすめしません

ご相談をうかがううちに、「AIより先に、別のことをやったほうが早い」と分かることがあります。そういうときは、そのままお伝えします。だからご相談は30分・無料です。合わないと感じられたら、その場でお断りいただけます。

大切にしている4つのこと＝見える化（いまの仕事を整理する）／仕組み化（誰でも回せる形に）／安心（お客様の情報をAIの学習に使わせない設定）／伴走（会社に合う仕組みになるまで）

会社案内・代表について



濱木 貴央

はまき たかひさ

合同会社Trash-B 代表社員
Claude（Anthropic社のAI）を専門に扱う事業者。「使う」と「使いこなす」の差を埋めるのが仕事です。

- **テニスコーチ 11年**：「できるまで分解して伝える」指導の型が、AIが初めての経営者への伴走にそのまま生きています
- **不動産売買 14年・賃貸管理 2.5年**：300室自社管理の管理会社で、中小企業の経営現場・資金繰り・人手不足のリアルを内側から理解
- **不動産賃貸業 10年**：戸建1棟・アパート4棟16室を保有・運営。自らも小規模な事業を回している当事者
- **Claudeを毎日使い倒す現役経営者**：資料作成・意思決定・進行管理・営業設計まで、自社の業務で実証し続けています
- 商工会・商工会議所さま向けに、AI入門セミナーの講師としても登壇

会社名	合同会社Trash-B（2021年設立）
所在地	宮城県仙台市青葉区錦ケ丘6丁目4-8　TEL 022-200-2774
事業内容	AI（Claude）導入支援（2026年4月より提供中）／セミナー講師／地域テニス団体のホームページ4サイトの維持管理・運営
社名の由来	「だれかのゴミは、だれかのお宝。」見落とされている価値を見つけて形にする会社でありたい、という思いから

対応エリア｜オンラインは全国、対面は宮城県内へ

仙台市（拠点があります）・名取市・岩沼市・多賀城市など宮城県内、福島・山形などの隣県。画面を一緒に見ながら進めるので、遠方でも支障はありません。交通費は仙台市内は無料。市外は距離と所要時間に応じて算出します。

導入実績 7社



眼鏡店・歯科・内科・テニススクール・住宅改修

まずは30分、
話すだけで大丈夫です

資料も準備もいりません。いまの仕事のことを、そのまま話してください。
合わなければ、そのまま終わって構いません。無理におすすめすることはありません。
営業のお電話もしません。

30分の相談を申し込む　→　trash-b.tech/contact/

合同会社Trash-B

TEL 022-200-2774（平日9:00〜18:00）／ info@trash-b.tech ／ www.trash-b.tech

公式LINEでは、AIが24時間その場でお答えします

ホームページ　公式LINE