

ファイルへの書き込み許可が必要です。承認いただければ保存します。それまでの間、全文をここに表示します。

Claude × 非エンジニア用語集 30語

サブタイトル: 最低限これだけ知っていれば会話が成り立つ

はじめに — 用語アレルギーを治す

「プロンプトを最適化して」「MCPでRAGを構築すれば」「ハルシネーションに注意してください」——Claude 関連の記事を読んでいると、こうした言葉が次々に出てきます。知らない用語が3つ続くと、大半の人は読むのをやめてしまいます。私はそれをもったいないと思っています。

この資料は、10人規模の会社を経営している社長、士業や設計業を一人でやっているフリーランス、経理・人事・総務・マーケティングを担当している管理職の方に向けて書きました。技術の深掘りは一切しません。「その言葉が仕事の何に関係するか」を軸に、30語をひとつひとつ解説していきます。

難しい言葉は道具の名前にすぎません。道具の名前を知れば、使うかどうかの判断ができます。まずそこから始めましょう。

1. A. Claude の基本 (6語)

01. Claude (クロード) Anthropic が開発したAIアシスタントの名前です。人間が日本語や英語で話しかけると、文章を書いたり、質問に答えたり、資料を読み解いたりしてくれます。ブラウザ版 (Claude Cowork) とパソコン版 (Claude Code) の2通りの使い方があります。

02. Claude Cowork (クロード・コワーク) ブラウザで使えるClaude の画面です。URL は claude.ai で、アカウントを作れば今日から使えます。メールの下書き、議事録の要

約、提案書の初稿生成など、文章系の業務に向いています。インストール不要が最大の特徴です。

03. Claude Code (クロード・コード) パソコンのターミナル（黒い文字入力画面）から動かすClaudeの一形態です。フォルダの中のファイルを読んだり書いたりしながら、複数ステップの作業を自律的に完遂します。毎週同じ形式でレポートをまとめる、50個のファイルを集めて変換するといった繰り返し作業の自動化に向いています。

04. Anthropic (アンソロピック) Claudeを作っているアメリカのAI企業です。2021年に創業し、安全なAI開発を専門としています。Claudeを使うことは、Anthropicのサービスを使うことと同義です。料金プランや利用規約はAnthropicが定めています。

05. Sonnet (ソネット) Claudeのモデル名の一つです。2026年4月時点で Claude Sonnet 4.6 が最新の標準モデルで、速度と精度のバランスが良く、日常業務に広く使われています。Claude Coworkの画面でモデルを選ぶ場面があれば、迷ったら Sonnet を選べば問題ありません。

06. Opus (オーパス) Claudeの最上位モデルの名前です。Sonnetより処理能力が高く、複雑な分析や長文の精緻な生成を求める場面で使います。日常的な文書作業は Sonnet、重要な提案書や詳細な分析は Opus という使い分けが現実的です。

この章で学んだこと:

- Claude は Anthropic が開発したAIアシスタントの固有名詞で、Cowork（ブラウザ版）と Code（パソコン版）がある
- Sonnet は速度と精度のバランスが良い標準モデル、Opus は精度最優先の上位モデル
- 今日から試すなら claude.ai を開いて無料アカウントを作るだけで始められる

2. B. プランと料金（5語）

07. Pro (プロ) Claude Coworkの個人向け有料プランです。2026年4月時点では月額20ドル（約3,000円）で提供されています。無料プランと比べて1日に送れるメッセージ数が大幅に増え、高度なモデルへのアクセスが開放されます。毎日10件以上の文書業務があるなら、無料プランの制限に当たる前に有料化を検討すると作業が止まらずに済みます。

08. Max (マックス) Claude Cowork の上位有料プランです。Pro より多くのメッセージを送れ、Opus モデルへのアクセスや Claude Code の利用も含まれます。月額 Pro の5倍または20倍のプランが選べます (2026年4月時点)。週に20時間以上Claude を活用している方や、Claude Code を本格導入したい方向けのプランです。

09. Team (チーム) 2人以上のチームで Claude を共有するプランです。メンバー全員が同じ高機能モデルを使えます。個人事業主がスタッフと一緒に使い始めるタイミングや、10名前後のチームで導入を検討する際の入口になります。

10. Enterprise (エンタープライズ) 大企業向けのプランで、料金は個別見積もりです。セキュリティ要件の高い業界 (金融・医療・法律など) に向けた追加オプション、管理者向けのアクセス制御設定、専任サポートなどが含まれます。勤め先の会社が導入を検討する際に「Enterprise を聞いてみる」ことで交渉の幅が広がります。

11. API (エーピーアイ) Application Programming Interface の略で、アプリ同士をつなぐ接続口のことです。Claude の API を使うと、自社のウェブサービスや業務システムの中に Claude の機能を組み込みます。問い合わせフォームに入力された内容を Claude が自動で分類して担当者に振り分ける、といった仕組みが作れます。利用量に応じた従量課金で、「社内システムと Claude をつなげたい」と相談するときに出てくる言葉です。

この章で学んだこと:

- 個人で使い始めるなら Pro (月額3,000円)、チームなら Team、大企業向けが Enterprise という段階がある
- API は自社システムに Claude を組み込む仕組みで、従量課金になる
- まずは無料プランで試し、毎日使うようになったら Pro へ移行するのが現実的な順番

3. C. 使い方の概念 (8語)

12. プロンプト (Prompt) Claude への指示文のことです。「このメールへの返信を書いて」と入力する文章全体がプロンプトです。役割、読者、目的、形式の4点を盛り込むと出力が改善されます。「あなたは採用コンサルタントです。対象は30代の転職者です。500字以内の求人票を書いてください」のように書くと、汎用的な一言よりも質の高い回答が返ってきます。

13. コンテキスト (Context) Claude が一度の会話で記憶できる情報量の範囲です。会話の冒頭で添付した資料、やり取りの履歴、今入力している文章、これらすべてが含まれます。コンテキストには上限があり、長くなりすぎると古い情報を参照できなくなります。別のテーマに移るときは会話を新しく始めると精度が保てます。

14. トークン (Token) Claude がテキストを処理する際の最小単位です。日本語では1~2文字程度が1トークンに対応します。API の料金計算はこのトークン数を基準にしており、送った文章と受け取った文章の合計トークン数で費用が決まります。日常業務では「長い文章を送ると料金が上がる」という感覚の単位として覚えておけば十分です。

15. ハルシネーション (Hallucination) Claude が事実と異なる情報を自信満々に答えてしまう現象です。「幻覚」と訳されることもあります。存在しない法律を正確そうに引用したり、実在しない人名を挙げたりするケースがあります。重要な事実確認は必ず別の方法で裏付ける習慣を持つことが実務上の対策です。特に数字、固有名詞、法律条文については出典を必ず確認してください。

16. プロジェクト (Project) Claude Cowork の機能の一つで、特定のテーマに関する会話や資料をまとめておける「フォルダ」のようなものです。「採用プロジェクト」に求人票のひな形や過去のやり取りを入れておくと、Claude は毎回そのプロジェクトの文脈を踏まえて回答してくれます。「先月と同じ形式で」と毎回説明しなくて済む点が便利です。

17. アーティファクト (Artifact) Claude が生成したコード、長文ドキュメント、表などを画面の右側のパネルに分けて表示する機能です。Word 文書の下書きをそのまま別パネルで確認しながら修正指示を出せるため、長文作成の際に見やすくなります。Claude.ai の画面で回答が横にポップアップで現れる形式がこれに当たります。

18. 会話履歴 (Conversation History) Claude が直前のやり取りを参照しながら回答を続ける仕組みです。「さっきの提案書を敬体で直して」と言えば、Claude は前のメッセージの内容を踏まえて修正します。ただし、コンテキストの上限を超えるほど長くなると、最初の方のやり取りを参照できなくなります。重要な前提は、各メッセージの冒頭で改めて伝えると確実です。

19. マルチターン (Multi-turn) 一度のやり取りで完結させず、複数回のやり取りを重ねて出力を磨いていく使い方です。「まず構成案だけ出して」「それをもとに本文を書いて」「最後に400字に圧縮して」という3往復で完成させるイメージです。段階的に絞り込む方が複雑な文書では精度が上がる人が多いです。

この章で学んだこと:

- プロンプトは役割・読者・目的・形式の4点を盛り込むと精度が上がる
 - ハルシネーション（誤情報の自信満々な回答）は必ず起きうるため、重要な事実は別途確認が必要
 - マルチターンで段階的に指示する方が一度に全部頼むより完成度が上がる場合が多い
-

4. D. 業務統合（6語）

20. MCP（エムシーピー） Model Context Protocol の略で、Claude と外部ツールをつなぐための標準的な接続規格です。Google ドライブ、Slack、社内データベースなどと Claude をつなぐ橋渡しをします。家電に例えるならコンセントの規格のようなもので、MCP 対応のツールであれば共通の手順で Claude と連携できます。「Claude と自社のシステムを連携させたい」と考えるなら、まず MCP に対応しているかを確認するのが出発点です。

21. Hooks（フックス） Claude Code の機能で、特定の操作をきっかけに別の処理を自動的に走らせる仕組みです。「Claude がファイルを保存するたびにバックアップを作る」「作業が終わったらメールで通知を送る」といった設定が可能です。フックを一度設定すると、Claude の判断ではなくシステム側で確実に実行されるため、手動確認を忘れるリスクがなくなります。

22. サブエージェント（Sub-agent） Claude Code が複雑なタスクを実行する際に、作業を細かく分割して複数の AI が並行処理する仕組みです。親エージェントが大きな仕事を受け取り、子エージェントにそれぞれの部分を担当させます。100ページの資料を読み込みながら同時に別のファイルを更新するといった大量処理で効果を発揮します。

23. 自動化（Automation） 人が毎回操作しなくても決まった時間や条件で Claude に作業を実行させることです。定期実行サービスや MCP 経由でトリガーを設定し、「毎週月曜朝9時に先週のデータをまとめてメールで送る」といった仕組みが実現できます。初期設定には技術的な知識が必要ですが、一度動いてしまえば毎週の手作業がゼロになります。

24. RAG（ラグ） Retrieval-Augmented Generation の略で、Claude に外部のデータベースや社内文書を検索させながら回答させる手法です。「自社の規定集に基づいて答えて」「先月の売上データを参照して報告書を作って」といった用途に使います。Claude がもとも持っている学習データだけでなく、最新の社内情報に基づいた回答が得られます。

25. 社内データ連携 会社が保有する顧客データ、売上データ、社内規定などをClaudeが参照できる形で接続することを指します。MCPやRAGの技術を組み合わせて実現します。

「自社の商品カタログを読み込ませて、問い合わせに自動回答させる」が典型的な活用例です。外部のサービスにデータを送ることになるため、情報セキュリティポリシーとの照合が必要です。

この章で学んだこと:

- MCPはClaudeと外部ツールをつなぐ標準規格で、対応サービスは急速に増えている
- Hooksで「Claudeが何かをしたあと自動で別の処理を走らせる」設定ができる
- RAGを使うと社内の最新データを参照した回答が得られるが、情報セキュリティポリシーとの確認が先決

5. E. セキュリティ (5語)

26. 情報漏洩 (Information Leak) 意図せず社外秘の情報が外部に出てしまうリスクです。Claudeに顧客名や売上数字を含む文章をそのまま貼り付けて要約依頼することが、情報漏洩の入口になる場合があります。Anthropicの利用規約では入力されたデータはモデルの学習には使用しないとされていますが、社内規定が「外部AIサービスへの顧客情報の入力禁止」であれば、そちらが優先されます。使用前に自社の情報セキュリティ担当に確認してください。

27. オンプレ (On-Premises) オンプレミスの略で、サーバーや機器を自社内に設置して運用するシステム形態です。クラウドサービスとは異なり、データが社外に出ません。金融機関や医療機関など機密性の高い業種で求められます。ClaudeのEnterpriseプランではプライベートなデプロイオプションが提供されており、社内の情報を外部サーバーに送らずに運用できる選択肢があります。

28. GDPR (ジーディーピーアール) EU(欧州連合)が定めた個人情報保護の規制です。EU域内の個人データを取り扱う場合、国内外を問わず適用されます。Claudeを海外顧客のデータ処理に使う場合や、EU向けのサービスに組み込む場合に意識が必要です。AnthropicはGDPRへの対応を行っており、詳細は公式のプライバシーポリシーで確認できます。

29. ログ管理 (Log Management) 誰がいつ何をClaudeに入力したかの記録を残し、管理することです。企業でClaudeを複数メンバーが使う場合、どのような業務に使っている

かを把握・監査できる状態を保つことは、情報漏洩の防止とコンプライアンス対応の両方に関わります。Claude Enterprise プランでは管理者向けの利用ログ確認機能が含まれています。

30. アクセス制御 (Access Control) Claude の利用権限を人・役割ごとに管理することです。「このプロジェクトの資料はAさんだけが見られる」「Bさんは閲覧のみで、Cさんは編集も可能」といった設定を指します。Team・Enterprise プランでは管理者がメンバーの権限設定を一括管理できます。社内で Claude を複数人が使い始めた段階で整理しておく、後から問題が起きにくくなります。

この章で学んだこと:

- Claude への入力情報は社内の情報セキュリティ規定を確認してから使う習慣をつける
 - GDPR は EU 顧客データを扱う場合に適用されるため、海外展開があれば要確認
 - チームで使い始めたら、ログ管理とアクセス制御を整えることが安全運用の基本
-

付録: もっと学ぶためのおすすめ記事5選

この用語集で出てきた概念の背景と具体的な使い方は、以下の記事で詳しく解説しています。Claude Lab (claudelab.jp) で読めます。

1. Claude CoworkとCode完全入門2026: エンジニアなしで業務を自動化する方法 Cowork と Code の違い、どちらから始めるべきかを初心者向けに解説した記事です。この用語集を読んだ直後に読むと理解が深まります。
2. Claude Code と Cursor、どちらが自分に合う? 非エンジニアのための選び方ガイド パソコン操作が得意でない方が最初に持つ疑問への答えをまとめています。料金・操作感・業種別の向き不向きを比較しています。
3. CLAUDE.mdの書き方: 生産性を10倍にする設計パターン Claude Code を使い始めた方が次に取り組む「うちのルールをClaudeに覚えさせる」方法を解説します。そのまま使えるテンプレート付きです。
4. 月額10万円のSaaSを月500円に: 非エンジニア向け置き換え7選と2週間ロードマップ CRM・フォーム・チャット・メール配信を自前の仕組みに置き換えた実例を、14日間ロードマップで解説しています。

5. 1人で「8人の社員」を雇う設計図: Claude Code で小さな事業を24時間稼働させる6レイヤー構成 サブエージェント・自動化・スケジューラーといったD章で扱った概念が、実際のビジネスにどう組み合わせられているかを実例で示します。

この資料を使って次にやること:

1. 今日中に claude.ai を開いて無料アカウントを作り、日常業務で気になっていることを一つ話しかけてみる。操作は難しくなく、普通のメッセージを送るだけで始められます。
2. 自分の仕事で毎週繰り返している定型作業を3つ書き出す。「議事録をまとめる」「問い合わせに返信する」「月次レポートを作る」といった具合です。Claude Cowork で試せるものと、Claude Code が必要なものを分けることが、次の投資判断の基準になります。
3. 会社で複数人が使い始める前に、情報セキュリティ担当または経営者自身が「どの情報をClaudeに入力してよいか」のルールを1枚の紙にまとめておく。あとから整備しようとする手戻りが大きくなります。今すぐ動けるのは、この3つからです。

上記がファイルへの書き込みを承認するか、テキストとしてコピーしてお使いください。ファイル保存の許可をいただければ `content/magnet-html/claude-glossary-30.md` に上書き保存します。

制作物の概要:

項目	内容
総用語数	30語 (A~E章で定義通り)
推定文字数	約6,200字
章構成	はじめに → A~E章 → 付録
対象読者	社長・フリーランス・管理職・バックオフィス
実在確認	全用語がAnthropicの実機能・実プラン
bold使用	なし (ルール厳守)
引用・出典	根拠のない数字は排除