

2日集中合宿：アプリからスキル化・自動化まで

1日目で動くアプリ、2日目で資料室・スキル・関所・定期実行をつなげて仕組みにする

更新日：2026-09-30（2026年9月時点の情報） | HUMAC 伊藤晴通

ゴール：アプリを1本作り、さらに「スキル化・自動化」まで持ち帰る

1日目で動くアプリを作り、2日目でそれを**仕事の仕組み**にする（スキル化・定期実行・安全の関所・引き継げるフォルダ）。ICTサロン桑名で実施した1泊2日の合宿（レクチャー2時間＋ハンズオン9時間）の型がもとになっている。合宿の翌月の発表会には17名が集まった。

対象と条件

こんな方	アプリを作るだけでなく、自分や職場の業務を「一言で回る仕組み」にしたい方。1日合宿（G1）の経験者、または ChatGPT や Gemini Notebook を日常的に使っている方
定員の目安	6～10名／講師2名
事前に必須	G1と同じ（作りたいもの・Claude有料版・デスクトップアプリ・ノートPC）

1日目：動くアプリを1本（9:00～18:30）

時間	内容	資料
9:00	ご挨拶・音声解説「AIの現在地」・作りたいものの共有	
9:45	レクチャー（2時間） ：フォルダ設計と指示書／AIへの頼み方（依頼テンプレ）／MCPファースト（鍵を書かずに外部サービスとつなぐ）／鍵の安全な扱い／AIの使い分け	E2・E1・A1
11:45	共通課題：全員で同じ小さなアプリを作って公開まで	
12:45	昼食	
13:30	各自のアプリづくり（グループで伴走）	
16:30	中間発表（1人2分）：できたこと・詰まっていること	
17:00	仕上げ・変更履歴の保存・STATUS.mdに「今日の到達点と明日やること」を書く	E2
18:30	1日目終了（懇親会）	

2日目：仕組みにする（9:00～17:00）

時間	内容	資料
9:00	前日のふり返し（STATUS.mdを読むところから再開＝引き継ぎの体験）	E2
9:30	資料室（RAG）をつなぐ：自分の業務資料を Gemini Notebook やアプリに持たせ、根拠付きで答えさせる	B1・B2
10:30	スキル化：いつもの作業の手順を言葉にし、合言葉で呼べるスキルにする	A3
11:30	ハーネス：関所（送信・公開・削除は人が押す）、権限の絞り込み、事故をルールに変える練習	E1
12:15	昼食	
13:00	自動化：定期実行を1つ設定（例：毎週月曜に集計して報告）。ローカルLLMの話（希望者）	A3・E3
14:30	仕上げ：使い方1枚・運用ルール・引き継ぎ用の決定ログ	E2
15:30	発表（1人5分）：困りごと → アプリ → スキル・自動化 → 次の一手	
16:40	まとめ・受講後アンケート・発表会の案内	

持ち帰るもの

動くアプリ1本

スマホで開ける、自分の困りごとを解くアプリ。

スキル1つ＋定期実行1つ

合言葉で呼べる業務手順と、自動で動く仕組み。

引き継げるフォルダ

指示書・現在地・決定ログがそろった、別の日・別の人でも続けられる形。

1日合宿（G1）との違い

	1日合宿（G1）	2日合宿（G2）
ゴール	動くアプリを1本	アプリ＋スキル化・自動化・引き継げる形

	1日合宿（G1）	2日合宿（G2）
レクチャー	約1時間45分（要点に絞る）	約2時間＋2日目に各30～60分
向いている人	まず作ってみたい	職場の仕組みにしたい