

副業で5億を生んだAI実践法：売上に直結する「積み上げ型」活用の全手順

～チャット型で消耗するのを終わらせ、自分とAIと一緒にレベルアップする仕組みを作る～

配信元：成長哲学／ニッシー 公式LINE

※本資料の無断転載・複写・共有は固く禁じます。

まずこれだけ（3分で要点）

差がつくのはツールの新しさではなく「ワンショットか、積み上げか」。チャット型は忘れて散らばる。フォルダで貯まるエージェント型（Cursor等）に移し、入れて→出して→また入れる“循環”で育てる。

1. テーマ別フォルダに、自分の前提情報をマークダウンで貯める
2. 「プロンプト」より「コンテキスト（前提を正しく渡す）」
3. ゼロから始めるなら、AIより先に“強い人”と繋がる

目次

01. はじめに：AIの差は「ワンショット」か「積み上げ」かで決まる
02. 本編：売上に直結するAI活用 5つの原則
 - 原則1 チャット型をやめ、エージェント型へ
 - 原則2 主導権（リード）は手放さない
 - 原則3 ナレッジ循環ループで“育てる”
 - 原則4 プロンプトより「コンテキスト」
 - 原則5 複数を触り、変数を見極める
03. 実践ツール：今日から始める5ステップ&AIで気をつけること
04. おわりに：ゼロから始めるなら、AIは“2の次”

01. はじめに：AIの差は「ワンショット」か「積み上げ」かで決まる

「ChatGPTからGeminiに乗り換えて、そこで止まっている」「Claude CodeやらAIエージェントやら、毎日のように新しいツールの話が流れてきて、何をを使えばいいのか置いていかれている感じがする」——多く

の会社員・副業実践者が、いま同じ場所で足踏みをしています。ですが、本当に差がつくのはツールの新しさではありません。

AI活用で差になるのは「ワンショット」か「継続的な積み上げ」か。チャット型は忘れ、会話が散らばり、積み上がらない。

ChatGPTやGeminiのチャット型は、相談するたびに前提を忘れます。こちらが何を聞いたかも流れていき、作った文章もどこかへ散らばっていく。これでは知識が積み上がりません。一方、**フォルダ構成を持つエージェント型 (CursorやClaude Code)** は、ファイルの中に知識が整理されたまま残ります。散らばらない。これが「売上に直結するAI活用」の出発点です。

こんな使い方は、消耗しています

- 相談するたびに、自分の前提や経歴をゼロから説明し直している
- 作った文章・アイデアがどこかへ散らばり、積み上がっていない
- 「すごいプロンプト集」に課金して、それを覚えることに消耗している
- ChatGPT一つだけで止まり、AI全体の変化や違いが分からない

02. 本編：売上に直結するAI活用 5つの原則

原則1：チャット型をやめ、エージェント型へ

チャット型は便利ですが、知識が流れていきます。**テーマごとにフォルダを分け、ファイルに自分のナレッジを貯めていく**エージェント型に移ることで、過去のやり取りも成果物も「整理されたまま」手元に残ります。何がどこにあるかを自分でも把握できる状態——この“認知性”が、後から効いてきます。

観点	チャット型 (ChatGPT / Gemini)	エージェント型 (Cursor / Claude Code)
記憶	聞いたことが流れて忘れる	フォルダ・ファイルに残る
蓄積	会話も成果物も散らばる	ナレッジが整理されたまま積み上がる
認知性	何がどこにあるか分からない	何がどこにあるか自分で把握できる
向いた用途	単発の相談・下書き	継続的な制作・PDCA

補足：非エンジニアの文章作成なら**Cursor**が特におすすめ（Obsidianと併用するとナレッジ管理がさらに快適）。Claude Codeでも可。

原則2：主導権（リード）は手放さない

AIに完全に任せきりにするのは、まだ早い。**リードは自分が持ち、頼るところは頼る**。これがいまのベストバランスです。自分で全体感を把握し、どんな過程でその答えが出てきたかを見ながら進める。主導権をAIに握らせない状態で、うまくAIを使いこなしましょう。

原則3：ナレッジ循環ループで“育てる”

核になるのは、たった一つのループです。**自分の情報・インプットをAIに入れる → アウトプット（台本・企画・壁打ち）する → それをまたインプットとしてAIに戻す**。この循環を回すほど、AIも自分も一緒にレベルが上がっていきます。「お願いして出ました、で終わり」ではなく、出力を次の参照ナレッジにして“育てる”感覚です。

そのまま使える頼み方

「自分のパーソナルナレッジを作りたい。君がうまく機能するために必要なことを、質問形式で順番に聞いていって」とお願いする。AIが「対象は誰か」「その人の悩みは」「動画を見るとどうなるか」と質問してくれるので、答えるだけで自分の価値が言語化され、そのまま壁打ちにもなります。

🔥 パーソナルナレッジ 質問リスト（AIに答える形で埋める）

対象は誰か →

その人の悩みは →

見るとどうなるか →

自分の実績・経歴 →

原則4：プロンプトより「コンテキスト」

かつては“賢い指示を出すプロンプトエンジニアリング”が重視されました。ですが今のAIは十分賢い。差がつくのは**どれだけ自分の情報を整理して正しく渡せているか=コンテキスト**です。前提が揃い、目的が明確なら、あとは勝手にやってくれます。だから、自分の思考はできるだけAIに入れる。会議や日常の会話も録音して入れる、くらいの姿勢が土台になります。

ただし、**情報は多ければいいわけではありません**。入れすぎるとコンテキストがオーバーし、かえって精度が落ちます（AIが“バカになる”）。大事なのは**量と質のバランス**。「この作業なら、どれくらいの情報量を渡すのが適切？」と、渡す量そのものをAIに聞きながら調整するのがコツです。

コンテキストの核心問い

「賢い指示」を考える前に——自分の前提情報を、AIに正しく・十分に渡せているか？

原則5：複数を触り、変数を見極める

ChatGPT・Gemini・Claude・Cursorなどを複数触っておくと、何が本質的に変わり、何が変わらないかが見えてきます。あるアップデートが「メジャー」なのか「マイナー」なのかを判断できる。あえて“不便を感じる”ことで、どこで何をすべきかが分かるようになります。大事なのは新ツールの知識自慢ではなく、AIへの向き合い方そのものです。

実例：この特典の“きっかけ動画”も、AIで作っている

チャンネルで一番伸びている12万再生の「体力オバケ」動画も、実はAI活用で作られています。リサーチ → 伸びている企画を参考 → 自分のナレッジで味付け → 構成 → 文章提案という流れ。「AIがなければ無理だった」と言い切れるレベルです。

しかも相手はAI。出力が微妙なら遠慮なくダメ出しできる（人に切れるより、ずっとメンタルに優しい）。費用は月数万円ほどで、人ひとり以上の稼働をしてくれる。これが“積み上げ型”の威力です。

03. 実践ツール：今日から始める5ステップ&AIで気をつけること

難しく考えなくて大丈夫。まずは小さく始めて、自分の前提情報を“貯まる場所”に移すところから。

STEP	やること
1	Cursorを導入する（Proプラン月20ドルほどは必要経費と考える）
2	テーマごとにフォルダを分け、ファイルで自分のナレッジを貯める（Obsidian併用も◎）
3	AIに「質問形式でナレッジを作って」と頼み、答えてパーソナルナレッジを言語化する
4	そのナレッジを参照して、台本・企画・壁打ちをアウトプットする
5	アウトプットを次のインプットに戻し、ループを回して育てる（=PDCA）

移行も簡単：ChatGPTやGeminiに「過去の俺の情報を出して」と言えばまとめてくれます。それをCursorに引っ越すだけ。

AIに入れていい情報・ダメな情報

区分	例	扱い方
入れてOK	自分の経歴・思考・発信ノウハウ・会議や日常のメモ	むしろ積極的に食わせる
慎重に	顧客情報・他人の個人情報	セキュリティを確認してから
直接入れない	APIキー・クレジットカード番号・銀行口座情報	鍵のかかった場所へ。リスクはAIに聞く

AI活用セルフチェック（気をつけること）

- 自分の前提情報を、マークダウン等のファイルで貯めている
- テーマごとにフォルダで整理できている
- アウトプットを次のインプットに循環させている
- 複数のAIを触り、変化が「メジャー／マイナー」か判断できる
- 矛盾する指示（右ストレートと左ジャブを同時に）を出していない
- 新しい仕組みを作るとき、リスク・デメリットを必ずAIに聞いている
- 顧客情報・APIキー・カード情報を直接入れていない
- 「YESの時に、分からないままYESと言っていない」（迷ったら必ず確認する）**

04. おわりに：ゼロから始めるなら、AIは“2の次”

意外に思うかもしれませんが——もし20代後半・副業ゼロから始めるなら、最初にやるべきはAIではありません。**まず、自分より強い人・周りを勝たせている人の近くに行くこと**です。何かしらのスキルやツールを一つ持って飛び込み、その人を勝たせる。2~3年すると自分の“型”ができてきます。AIに食わせるのは、そのあとです。

同時に、前提として持っておいてください。**もう「AIを使わない」という選択肢はありません**。ルーティン業務は人がやる意味が薄れていきます。だからこそ人間は、**AIが到達できない領域——身体性、情緒、そして「この人とやりたい」と思われること**——で勝負する。そこにこそ価値が残ります。

そのうえで、今日からできる土台づくりは一つ。**自分の前提情報を、AIが読みやすいマークダウン形式のファイルで貯めておくこと**。発信しよう。壁打ちしよう。それをAIに食わせよう——この循環が、あなたのナレッジを資産に変えていきます。

大きなパラダイムシフトは確実に起きています。煽りに踊らされるのでも、思考停止で全部任せるのでもなく、**「この波に乗るべきか」を自分で判断できる関わり方**を。とりあえず、使い始めましょう。

特典資料：副業で5億を生んだAI実践法（積み上げ型活用の全手順） © 成長哲学／ニッシー 本資料は動画内容をもとにした要約であり、特定の成果を保証するものではありません。