

スキルとMCP入門

その場限りのプロンプトから、再現できる仕組みへ

作成日 2026.07.19

高橋 俊 CTO / 技術責任者



結論から

- 「毎回結果がぶれる」「コピペが残る」は、プロンプトの上手下手ではなく **仕組みの問題**
- 手順と品質をそろえたいなら **スキル** — AIに渡す手順書
- 外部のデータ・システムと直接やり取りするなら **MCP** — AIと道具の接続口
- どちらも特定AI専用ではない **共通規格** — モデルを乗り換えても資産が残る

次の一步はプロンプトの言い回しより 仕組み化

チャット利用の壁

1. チャット利用の壁

2. スキル — AIへの手順書

3. MCP — AIと道具の接続口

4. 使い分けと組み合わせ

5. 将来も残る共通規格

AI活用でよくある2つの壁

ChatGPT・Claudeを使い始めた方から、この2つの相談が最も多く届きます。

同じ頼み方でも、毎回結果がぶれる

- 先週うまくいった依頼が、今週は違う形式・違う品質で返ってくる
- 頼む人によっても結果が変わり、そのたびに手直しが発生する

AIの外で、コピペ作業が残る

- 元データを毎回チャットへ貼り付けるところから作業が始まる
- AIの回答をExcelへ貼り、Excelからシステムへ転記して仕事が終わる

毎回「初日の新人」に頼んでいる状態

優秀なAIがなぜ安定しないのかを、新しく来たスタッフに例えて整理します。

-  **手順書を渡していない**
毎回口頭（プロンプト）で説明するため、伝え方次第で結果が変わる
-  **社内の道具に触れさせていない**
Excelやシステムにアクセスできず、最後の作業は人が引き取る
-  **教えたことが翌日に残らない**
チャットを閉じると説明した内容が消え、また最初からやり直しになる

足りないのはAIの能力ではなく 手順書と道具の接続

スキル — AIへの手順書

1. チャット利用の壁

2. スキル — AIへの手順書

3. MCP — AIと道具の接続口

4. 使い分けと組み合わせ

5. 将来も残る共通規格

スキルとは — AIに渡す手順書

スキルの正体は、AIが必要なときに読む小さなマニュアルファイルです。

-  **実体はテキストの手順書**
「この仕事はこの手順・この形式で」と書いたファイル（SKILL.md）
-  **必要なときだけAIが読む**
依頼内容に合うスキルをAIが自分で選んで参照する
-  **一度作れば使い回せる**
チームに配れば、誰がいつ頼んでも同じ手順で動く
-  **プログラミングは不要**
日本語の文章で書けるため、業務を知る人がそのまま作れる

プロンプトだけとスキルの差

毎週の報告書作成を例に、同じ依頼がどう変わるかを比べます。

プロンプトだけの場合

- 毎回長い指示文を書き直すか、探して貼り直す
- 書き方が少し違うだけで構成や形式がぶれる
- 上手な人と初めての人で結果に差が出る

スキルがある場合

- 「週報を作って」の一言で手順書どおりに動く
- 形式・トーン・チェック項目が毎回そろう
- チームの誰が頼んでも同じ品質になる

名人の頼み方をチームの手順書に変える

スキル化に向く仕事の例

「毎回同じ型でやってほしい仕事」がスキル化の第一候補です。

-  **週次レポート・議事録の整形**
決まった構成・見出し・トーンで毎回出力させる
-  **見積書・請求書のチェック**
自社のチェック観点を漏れなく同じ順番で確認させる
-  **提案書・ブログの下書き**
会社の文体・禁止表現・体裁ルールを守らせる
-  **問い合わせメールの分類・返信案**
分類基準と返信テンプレートを固定する

ファインチューニングとの違い

「AIに業務を覚えさせるには学習が必要では？」という質問に答えます。

比較軸	ファインチューニング	スキル
やること	AIモデル自体を追加学習させる	AIに手順書を読ませる
必要なもの	大量の学習データ・専門人材	日本語の文章だけ
反映までの時間	学習と検証に数週間	書いたその場で使える
直したいとき	再学習が必要	ファイルを直すだけ

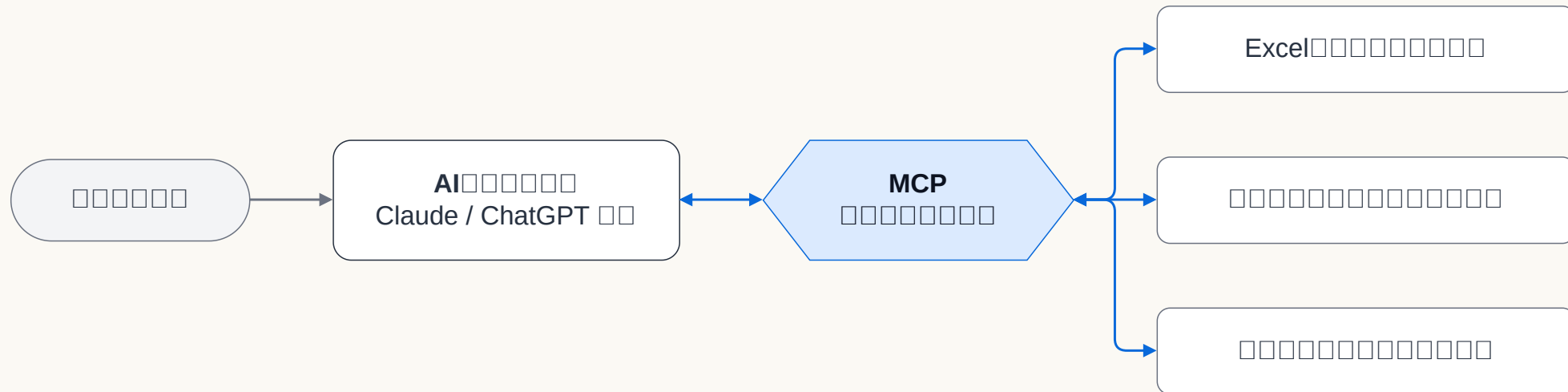
- 業務の「型をそろえたい」ニーズの大半は、学習なしのスキルで足りる
- 学習させない仕組みなので、間違いに気づいたらすぐ手順を直して反映できる

MCP — AIと道具の接続口

1. チャット利用の壁
2. スキル — AIへの手順書
3. MCP — AIと道具の接続口
4. 使い分けと組み合わせ
5. 将来も残る共通規格

MCPとは — AIと道具をつなぐ接続口

MCPは、AIが外部のデータやシステムを直接読み書きするための接続規格です。



※ USB-Cのように「共通の差し込み口」を決めた規格。対応サービスなら、どれも同じ方法でAIとつながる。

Excel転記の作業はこう変わる

「AIの回答をコピーしてシステムへ登録」という例で、MCPの効果を見ます。

MCPなし — 人がデータを運ぶ

- 元データをコピーしてチャットへ貼る
- AIの回答をExcelへ貼り直す
- Excelを見ながらシステムへ手入力する

MCPあり — AIが道具を直接使う

- AIが元のExcelを自分で読みに行く
- 整理した結果をそのままシステムへ登録する
- 人は最後に内容を確認して承認するだけ

人がAIの手足になるのをやめAIに道具を持たせる

身近なMCP対応サービスの例

主要なビジネスツールは、すでにMCPでの接続口を公開し始めています。

-  **ドキュメント・ノート**
Notion、Google Drive、Box など
-  **コミュニケーション**
Slack、Gmail、カレンダー など
-  **業務SaaS**
会議AI（議事録）、CRM、会計 など
-  **自社システム**
接続口を用意すれば、社内DBや基幹システムにも広げられる

※ 対応状況・接続方法は各サービスの公式情報で確認する（2026年7月19日時点）。

社内データとつなぐときの安全性

個人情報を扱う社内システムとの接続で、よく質問される点を整理します。

-  **鍵はアクセス権の設計**
「誰がどのデータを見られるか」はAI接続以前からのデータ設計の問題
-  **操作の記録を残せる**
MCP経由の接続なら「誰が何にアクセスしたか」のログを取れる
-  **学習に使わせない設定**
ChatGPT・Claudeとも、入力内容を学習に使わないよう設定できる
-  **最後は入力する人の運用**
何を貼ってよいかのルールと教育は、どんな仕組みでも変わらず必要

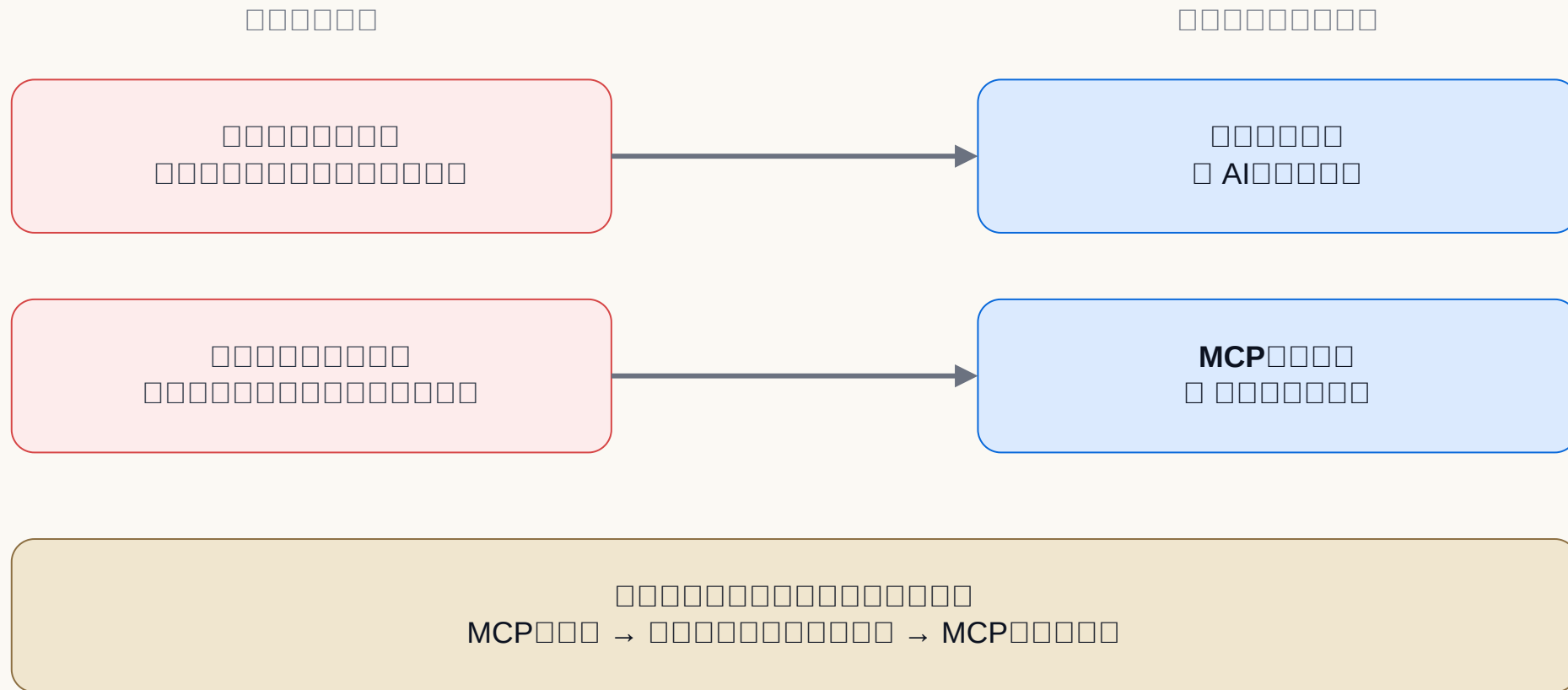
セキュリティの鍵はAI以前からのデータ設計とアクセス権

使い分けと組み合わせ

1. チャット利用の壁
2. スキル — AIへの手順書
3. MCP — AIと道具の接続口
- 4. 使い分けと組み合わせ**
5. 将来も残る共通規格

スキルかMCPかをこう選ぶ

いまの悩みがどちらのタイプかで、最初に用意するものを決めます。



スキルとMCPの比較

2つは競合ではなく、解決する問題が異なる別々の部品です。

比較軸	スキル	MCP
例えば	仕事の手順書	道具への差し込み口
解決する悩み	出力が毎回ぶれる	コピペ・転記が残る
実体	手順を書いたファイル	システム同士の接続規格
用意する人	業務を知る人が文章で書く	提供側が用意し、利用者は接続設定

- どちらか一方を選ぶものではなく、悩みに合わせて足していく
- 利用者の目線では「スキルは自分で書ける・MCPはつなぐだけ」

組み合わせの例 — 転記業務の自動化

冒頭の「Excelコピペ問題」は、2つを組み合わせると仕組みになります。

-  **MCPで元データを読む**
AIが共有フォルダのExcelを直接開く
-  **スキルの手順書どおりに整える**
変換ルール・チェック観点・除外条件を毎回同じに適用する
-  **MCPでシステムへ登録する**
結果を直接登録し、人は最終確認だけを行う

GOOD

この形になると「人が繰り返す作業」が「AIが繰り返す仕組み」に変わり、担当者は確認と例外対応に集中できる。

将来も残る共通規格

1. チャット利用の壁
2. スキル — AIへの手順書
3. MCP — AIと道具の接続口
4. 使い分けと組み合わせ
5. 将来も残る共通規格

どちらもオープンな共通規格

スキルもMCPも、特定のAI製品だけが使える独自機能ではありません。

MCP — 業界標準になった接続規格

- 2024年にAnthropic（Claude開発元）が公開し、ChatGPT・Codex・Geminiも対応
- 2025年末に中立団体（Linux Foundation傘下）へ移管され、OpenAI・Google・Microsoft・Amazonなどが運営に参画

スキル — 共通の手順書形式

- SKILL.mdという公開された形式で、同じファイルが複数のAIツールでそのまま動く
- Claude、Codex（OpenAI）、Gemini CLI、GitHub Copilotなど対応ツールが拡大中

※ 各社の対応状況は2026年7月19日に公式情報で確認。

モデルが進化しても資産は残る

- 今後も各社から、より賢いモデルが**出続ける**
- スキル（手順書）とMCP（接続）は共通規格なので、**AIを乗り換えても持ち運べる**
- 「どのAIを使うか」は選び直せる — 「自社の仕事をAIに教えた資産」は残り続ける

特定のAIではなく 仕組みに投資する

まとめ

1. 「結果がぶれる」「コピペが残る」は、プロンプトではなく**仕組み**で解決する
2. 手順と品質をそろえたいなら**スキル** — AIへの手順書
3. データ・システムと直接やり取りするなら**MCP** — AIと道具の接続口
4. 迷ったら「型の悩みか、接続の悩みか」で選び、必要なら**組み合わせる**
5. どちらも共通規格なので、モデルを乗り換えても**資産が残る**

次の一步はプロンプト磨きより**スキルとMCPの仕組み化**

主要出典・関連リンク

共通規格に関する記述は、次の公式資料で確認しました。

- [Anthropic — Donating the Model Context Protocol](#)
- [Linux Foundation — Agentic AI Foundation の発足](#)
- [OpenAI — MCP and Connectors](#)
- [Agent Skills 公式サイト — 対応ツール一覧](#)
- [ZENSHIN — AI相談サービス](#)

※ 各社の機能・対応状況は2026年7月19日に確認。最新の状況は各公式資料を参照する。

ありがとうございました

ご質問は、以下のいずれかからお気軽にお寄せください。

公式ホームページのお問い合わせ

www.zenshin-inc.co.jp/contact/?type=tech-blog

ZENSHIN CTO 高橋 俊へのご質問

X @suguru_takaha4 DMまたはリプライ

ZENSHINホームページ

www.zenshin-inc.co.jp

