

# はじめに ～提案資料づくり、こんな悩みはありませんか？～



## 資料作成、こんな悩みはありませんか？

- ✕ 提案書や企画書を毎回ゼロから作るのが大変...
- ✕ PowerPointで言いたいことを形にするのが苦手
- ✕ いつも同じようなデザインになってしまう
- ✕ 資料作成に時間がかかりすぎて本来の業務ができない

## 今日できるようになること

### ✔ Copilotを起動・利用できる

Microsoft 365アプリに搭載されたAIアシスタントの基本操作

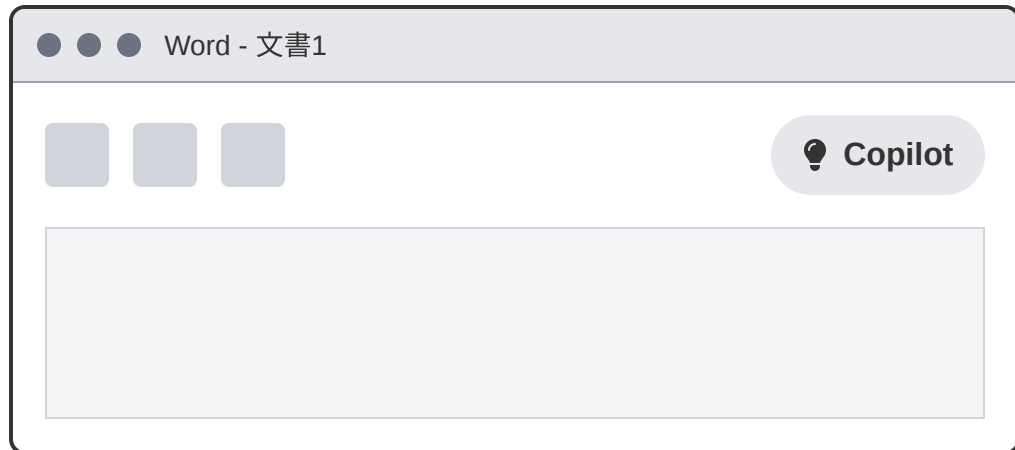
### ✔ 企画書を自動生成できる

Wordで指示を入力するだけで必要な文章を作成

### ✔ スライドも自動で作れる

PowerPointでデザイン性の高い提案資料を短時間で作成

# Copilotって何？どこから使えるの？



## Copilotとは

Microsoft 365に搭載されたAIアシスタント。あなたの業務をサポートする「デジタルの同僚」です。

- ✓ 文書作成・プレゼン資料・データ分析などをAIが支援
- ✓ 自然な日本語で指示するだけで、高品質な成果物を作成
- ✓ Word・PowerPoint・Excel・Outlookなど複数のアプリに対応

## 起動方法

- 1 アプリを開く  
Word、PowerPointなどのMicrosoft 365アプリを起動
- 2 Copilotボタンを探す  
画面右上の「Copilot」アイコン（電球マーク）をクリック
- 3 指示を入力  
チャットのように日本語で指示を入力し、生成ボタンをクリック

# Wordで「企画書」を一発作成！

## Copilotへの指示例

### Copilot

「社内の健康増進イベントを企画してください。運動不足の解消と従業員同士の交流を目的とした内容で、企画書形式でまとめてください。」

### 指示のポイント

- ✔ 具体的な**目的**を伝える
- ✔ 希望する**形式**を指定する
- ✔ 必要な**内容の詳細さ**を伝える

## 生成された企画書

企画書.docx



### 社内健康増進イベント企画書

#### 1. 目的

本イベントは、従業員の運動不足解消と社内交流の活性化を目的として実施する。

#### 2. 開催概要

イベント名：「ヘルシーチャレンジ2025」

実施期間：2025年8月1日～8月31日（1ヶ月間）

対象者：全社員（参加任意）

#### 3. 主な活動内容

- ・ チーム対抗歩数チャレンジ（1週間ごとに集計）
- ・ ランチタイムヨガ教室（週2回、オンライン配信）
- ・ 健康レシピ共有会（社内SNS活用）

## 企画書作成 活用ポイント



### 叩き台として活用

AIが生成した企画書をベースに、自分のアイデアを追加



### 時間短縮効果

ゼロから考える時間を削減し、内容の磨き上げに集中



### 構成の整った文書

見出し・項目立てが整理された状態で生成され編集しやすい

# PowerPointで提案スライドを一瞬で！

## WordからPowerPointへの変換方法

### 1 Word文書を開く

企画書や提案書などの完成した文書

### 2 Copilotを起動

右上のCopilotボタンをクリック

### 3 指示を入力

「この文書からパワーポイントのスライドを作成」

 枚数やデザインの指定も可能です

## 生成されたスライド

企画提案.pptx



#### タイトル

社内健康増進イベント  
ヘルシーチャレンジ

#### 目的

- 運動不足解消
- 社内交流促進

#### 実施内容

- 歩数チャレンジ
- ヨガ教室

#### スケジュール

実施：8/1～8/31  
効果：健康増進

## PowerPoint作成の時間短縮効果



作業時間の大幅削減  
通常1時間→約10分に短縮



構成の自動最適化  
重要ポイントを抽出



微調整のみで完成  
確認と微調整のみで提出可能

# Copilot活用で業務がこう変わる！

| 業務項目   | Copilot 導入前       | Copilot 導入後      |
|--------|-------------------|------------------|
| 資料作成時間 | ✕ 一から作成するため時間がかかる | ✓ 短時間で完成させられる    |
| アイデア出し | ✕ アイデアが出ずに悩む時間が長い | ✓ アイデア出しをAIがサポート |
| 成果物の品質 | ✕ スキル差で品質にばらつきあり  | ✓ 一定水準以上の品質を確保   |
| 業務効率   | ✕ 資料作成に時間を取られる    | ✓ 本来の業務に集中できる    |
| 柔軟性    | ✕ フォーマットが固定的      | ✓ 多様な形式に対応可能     |
|        |                   |                  |

## 様々な業務シーンで活用できます



### 営業報告

データ分析と報告資料を自動作成



### 社内会議

議事録作成と重要ポイントの抽出



### 企画提案

アイデア出しとプレゼン資料作成



### メール対応

返信文面の作成と要約整理

# ふりかえりと明日からのヒント

## 本日のポイント3つ

1

### Copilotは簡単に使える

Word・PowerPoint・Excelなどから直接アクセス可能

2

### 指示文がカギ

具体的な指示で、より満足度の高い成果物が生まれる

3

### 資料作成の負担が軽減

ゼロから考える時間を短縮し、創造的な業務に集中できる

## あなたの業務で使えるような場面は？

明日から、どんな場面でCopilotを活用できそうですか？

例：週報作成、会議の議事録まとめ、企画書の素案づくり...



**簡単なことから** 始めてみましょう。短い文章生成やアイデア出しなど、小さな成功体験を積み重ねることが大切です。



**何度も生成し直す** ことができます。最初の結果に満足できなければ、指示を変えて再チャレンジしましょう。



**同僚と共有** して、お互いの活用法を学び合うことで、さらに効果的な使い方が見つかります。

## 「AI活用」は新しいスキルです

上手に指示して、自分の業務を効率化していきましょう

# 自習ワーク ～あなたの提案をAIに任せてみよう～

## 練習問題（お題）

### ☰ 以下のお題から選んでチャレンジ

#### お題1：業務効率化提案

「営業部門の業務効率化に関する提案書を作成してください。課題と3つの改善策を含めてください。」

#### お題2：社内コミュニケーション

「リモートワーク環境での社内コミュニケーション活性化のアイデアをまとめてください。」

#### お題3：会議資料作成

「新規サービス開発の会議資料を作成してください。市場、競合、提案内容の構成で。」

## 入力例と生成結果

### Copilot 活用例



「営業部門の業務効率化に関する提案書を作成してください。」

#### 営業部門 業務効率化提案書

##### 1. 現状分析と課題

- 顧客データの入力・更新に時間を費やしている
- 複数ツールによる報告業務の煩雑さ
- 訪問計画と移動時間のロス

##### 2. 改善提案

###### 提案1: CRMシステムの一元化

顧客データ、商談情報、タスク管理を統合

###### 提案2: モバイル活用の拡大

タブレットを活用した訪問報告の即時入力

## あなたにもできます！



まずは試してみることから

完璧を目指さず、対話を楽しみながら使おう



AIの出力は編集して使おう

生成内容に専門知識を加えて仕上げよう



スキルは使うほど成長します

繰り返し使って指示の質を高めましょう