

2026年8月版

ChatGPT・Claude・Gemini・Codex・Claude Code・Manus...

今、法人で使うAIはどれ？ 生成AI使い分けガイド

「AIを導入したいが、種類が多すぎてどれから手をつければいいか分からない」。

本ガイドは、自社の宿泊・レンタルスペース事業をAIで実際に自動化してきた実務者の視点で、
主要な生成AIを「やりたいこと別」「業種別」「いま契約しているもの別」に整理した資料です。

対象: ChatGPT／Claude／Gemini／Microsoft Copilot／Claude Code／Codex／Google Antigravity／Manus
／Genspark／Grok

ブルーステージ合同会社

法人向け 生成AI・Claude Code 実践研修

まず結論 —— 「やりたいこと」で選べば迷わない

生成AIは「どれが一番賢いか」で選ぶと失敗します。自社で何をやりたいかから逆算するのが最短です。下の表で、当てはまる行から見てください。

やりたいこと	まず使うAI	ポイント
メール・企画書・議事録など、日々の文章仕事を速くしたい	ChatGPT Claude Gemini	この用途なら3つとも合格点。すでに契約しているものから始めるのが正解です。
会議資料・スライドをとにかく速く形にしたい	Genspark などのスライド特化AI	骨子を渡すとスライド一式まで自動生成。仕上げの微調整は人が行う前提で使うと効果大。
調査・リサーチを丸ごと任せたい	ChatGPT Gemini のDeep Research、Manus	「調べて→まとめて→レポートに」まで自走。GeminiのDeep Researchは、Web上の情報に加えてGmail・ドライブなど自社側の資料も調査対象に指定できます（対象に含めるかは利用者側で選べます）。
Excel集計・レポート作成など毎回同じ手順の業務を自動化したい	Claude Code Codex	チャット型との最大の違いはここ。「答えてもらう」ではなく「働いてもらう」エージェント型（本ガイドP4）。
社内ツール・業務の仕組みを外注せず内製したい	Claude Code	非エンジニアでも業務ツールを作れます。当社はこの方法で社内ツール70本を内製しました。
Google Workspace中心の会社	Gemini	Gmail・ドキュメント・スプレッドシートの中でそのまま使えるのが最大の強み。現在はGoogle Workspaceの法人向けプランに統合されており、新たにAIサービスを契約しなくても始められる場合があります（使える範囲はご契約プランにより異なります）。
社内マニュアル・規程・議事録をAIに読ませて、社内の質問対応を減らしたい	Gemini Notebook	Gemini Notebook（旧NotebookLM）は渡した資料の範囲だけで答えるのが特徴。社内ルールの調べもの、新人向けの教材づくりに向きます。
Microsoft 365中心の会社	Copilot	Word・Excel・Teamsに統合。既存の社内ルールのまま導入しやすい選択肢。
SNSの評判・トレンドなど「いま」の情報を調べたい	Grok	X（旧Twitter）と連動したリアルタイム情報が独自の強み。用途は絞られます。

迷ったらこの2択で十分です。①文章・調べもの中心 → いま契約しているチャットAIを使い倒す。②定型業務の削減が目的 → エージェント型（Claude Code／Codex 等・P4参照）を検討する。どちらか判断がつかない場合は、巻末の30分無料相談で業務内容を伺って整理します。

主要生成AI 10種 早見表

各サービスの位置づけを1行で掴むための表です。料金は2026年8月時点の概況で、各社とも頻繁に改定されます。

サービス	ひとこと言うと	得意なこと	こんな会社に	敷居
ChatGPT (OpenAI)	いちばん普及している万能チャットAI	文章・企画・壁打ち・画像生成・Deep Research。情報も事例も最多	まず1本入れるなら。従業員に配りやすい	低
Claude (Anthropic)	長文と丁寧な文章に強いチャットAI	資料の読み込み・要約、自然な日本語の文章、コード生成	文書量の多い業務、品質重視の文章仕事	低
Gemini (Google)	Google製。Workspaceに溶け込むAI	Gmail・ドキュメント・スプレッドシートの中での下書きと集計、動画/画像/PDFの理解、Gemini Notebook（旧NotebookLM）での社内資料の整理	Google Workspace利用企業（ご契約プランにより使える範囲が異なります）	低
Copilot (Microsoft)	Microsoft 365に組み込まれたAI	Word/Excel/PowerPoint/Teams内での下書き・集計・要約	Microsoft 365利用企業	低
Claude Code (Anthropic)	働いてもらうAI（エージェント型）の代表格	定型業務の自動化、社内ツールの内製、ファイル・データの一括処理	「毎回同じ作業」を減らしたい会社。内製化した会社	中 （研修対応領域）
Codex (OpenAI)	OpenAI版の開発・自動化エージェント	Claude Codeと同系統。ChatGPT有料プランの範囲で使い始められる	ChatGPTを契約済みで、追加費用を抑えて自動化を試したい会社	中 （研修対応領域）
Google Antigravity	Google側の「働いてもらう」自動化ツール（開発者向け）	Claude Code／Codexと同系統。アプリ版とターミナル版があり、Gemini以外のAIモデルも選べます。無料で試せるプランもあります（画面表示は英語のみ）	技術担当がいて、Google中心の環境で自動化まで揃えたい会社	高
Manus	仕事を丸ごと任せる自律型エージェント	調査→資料化→サイト作成まで複数工程を自走	任せたい仕事で明確で、従量課金を許容できる会社	高
Genspark	スライド・資料づくりに強いエージェント	構成案からスライド一式の自動生成、調査まとめ	提案書・社内資料の作成が多い会社	中
Grok (xAI)	X（旧Twitter）連動のリアルタイムAI	SNS上の評判・トレンド・速報の調査	SNSマーケティング・広報に力を入れる会社	低

料金の目安：チャットAIにもエージェント型にも、無料で試せる範囲と有料プランの両方がありますが、その線引きは製品ごとに大きく異なります。**2026年はプラン体系や利用量の数え方の変更が相次いでいます。料金は導入時点で必ず各社公式サイトをご確認ください。**

分かれ目は「答えてもらう」か「働いてもらう」か

2026年のAI活用で最も大きな分かれ目は、チャット型とエージェント型の違いです。ここを知っておくと、AI選びの解像度が一気に上がります。

	チャット型（ChatGPT・Claude・Gemini等）	エージェント型（Claude Code・Codex・Google Antigravity等）
関わり方	人が質問し、AIが答える	人が仕事を渡し、AIが作業する
例：売上集計	データをコピーして貼り付け、「集計して」と毎回依頼する	「毎朝、売上データを集計してレポートを作る仕組み」を一度作れば、以後は自動で回る
成果の残り方	その場の回答（人が毎回操作する）	仕組み・ツールとして会社に蓄積される
向いている業務	文章・アイデア・調べもの・一回きりの作業	毎日・毎週くり返す定型業務、ファイルやデータを大量に扱う業務

「エンジニアがいないと無理」ではなくなりました

エージェント型は一見エンジニア向けに見えますが、実際には日本語で業務手順を伝えられれば使えます。当社代表はプログラミング未経験の非エンジニアのまま、自社の民泊・レンタルスペース事業で **業務ツール70本・作業自動化の仕組み63本** をClaude Codeだけで内製し、日常業務を回しています。

- 宿泊予約の管理・売上の自動集計と月次レポート化
- 施設案内ページの量産、問い合わせ対応の下書き自動化
- 請求・経理データの整形、SNS投稿やニュース配信の自動運用 など

ChatGPTを契約済みの会社へ。 OpenAIのCodexを使えば、いまのChatGPT有料プランの延長で エージェント型を試せます。「まずCodexで小さく自動化を体験 → 本格導入時にClaude Codeと比較」という 段階的な進め方も現実的です。

Googleを使っている会社は、どこから始めるか

Googleにも「働いてもらう」側の選択肢があります。開発・自動化向けの**Google Antigravity**（アプリ版とターミナル版があります。2026年8月時点で画面表示は英語のみ）に加え、Google Workspaceの上位プランには**Google Workspace Studio**という、やりたいことを書くと定型処理の流れを組み立ててくれる機能も用意されています（ご利用可否はご契約プランと管理者設定によります）。

Google Workspaceをお使いの会社へ。 まずは日々の業務でGeminiを使い倒し、自動化は社内向けの機能から小さく試す順路が現実的です。本格的な内製に進む段階でClaude Code／Codex／Google Antigravityを比較すれば十分間に合います。

業種別 ―― 効果が出やすい「最初の一步」

AI導入で最初に迷うのは「どのツールか」ではなく「自社のどの業務から手をつけるか」です。業種別に、効果が出やすい着手を挙げます。

業種	最初に自動化・効率化しやすい業務	相性のよいAI
店舗運営 (飲食・小売・多店舗)	日報・売上データの集計とレポート化／シフト表のたたき台／求人原稿・店舗マニュアルの作成／店舗ごとにばらつく情報の集約	チャットAI＋ Claude Code／Codex
Web制作・広告・マーケティング	広告レポートの集計・整形／競合調査／記事・広告文の下書き／提案資料の作成。制作・分析の「前工程」はかなりの部分を自動化できます	チャットAI＋Genspark＋ Claude Code／Codex
宿泊・民泊・レンタルスペース	予約対応・案内文面の自動化／レビュー返信の下書き／清掃・運営の段取り管理／売上集計と月次レポート（当社が実際に自動化してきた領域です）	Claude Code 中心
士業・バックオフィス	議事録の要約・整理／定型書類のドラフト作成／メール対応の下書き／経理データの下処理・チェック	チャットAI＋ Claude Code／Codex
建設・不動産	物件・現場資料の要約と横断検索／報告書の作成／写真・図面情報の整理／協力会社への連絡文面	チャットAI＋ Claude Code

いま契約しているものから始める（追加コストを抑える順路）

- ChatGPTを契約済み → まずChatGPTを業務の型に組み込み、自動化はCodexから試す
- Google Workspaceの会社 → Geminiは法人向けプランに統合されているため、新しいAI契約なしで始められる場合があります（管理者側での有効化と、プランごとに使える範囲の確認が必要です）。社内資料の整理はGemini Notebook（旧NotebookLM）、定型処理の自動化はGoogle Workspace Studioが入口になります
- Microsoft 365の会社 → Copilotで日常業務を底上げし、定型業務の自動化は別途エージェント型で
- まだ何も契約していない → 「やりたいこと」（P2の表）から1本だけ選んで小さく始める

どのパターンでも共通する失敗は、「**全社に配って終わり**」です。ツールの契約よりも「どの業務を・誰が・どの手順でAIに渡すか」の設計が成果を分けます。ここが研修・伴走の出番です。

本ガイドのAIすべてに、研修・導入支援で対応します

ブルーステージ合同会社の法人研修は、Claude Codeを軸に、ChatGPT・Codex・Claude・Gemini／Google Workspaceなど「御社がすでに契約しているAI」に合わせてカリキュラムを調整できます。講師は、自社事業をAIで自動化してきた実務者本人。一般論の解説ではなく、実際に動いている業務の実録をもとに指導します。

メニュー	こんなときに	料金（税別）
生成AI業務自動化 スターター研修 半日3.5時間／1日7時間	まず試したい・お急ぎの会社に。社内勉強会・ハンズオン形式での開催も可能（1社5名まで、対面／オンライン）	半日 ¥150,000～ 1日 ¥280,000～
Claude Code実践 リスキリング研修 正味12時間（2日または3回）	従業員の方に、業務ツールを自分で作れるスキルを身につけさせたい中小企業に。人材開発支援助成金の活用可能性を考慮した設計	¥350,000／名～ 最少催行2名～
経営者のためのAI経営 個別集中プログラム 1日 または 半日×2回	経営者・役員本人が1対1で集中的に習得したい方に。自社の事業に合わせた完全個別カリキュラム	¥300,000～ 500,000／日

※上記は最低価格の目安です。参加人数・実施日数・出張の有無・カリキュラム内容により変動します。※助成金の支給は管轄労働局の審査により決定されるものであり、当社が支給を保証するものではありません。助成金は訓練終了後の後払いのため、受講料はいったん全額お立て替えいただけます。申請手続きはお客様（または顧問社労士）にて行っていただけます。最新の要件は管轄労働局にご確認ください。詳細は別資料「助成金活用ガイド」をご覧ください。

30分無料オンライン相談（売り込みはいたしません）

「自社ならどのAIか」「どの業務から手をつけるか」を、御社の状況を伺いながら30分で整理します。ChatGPT・Claude・Gemini・Codex・Claude Codeのどれをお使いでも（これからでも）ご相談いただけます。各AIサービスのご契約・導入は御社にて手続きいただきます（当社は研修のみを承ります）。

▼ ご予約はこちら（オンライン・30分）

<https://calendly.com/bluestage-lcc-info/30-claude-code>

▼ 研修の詳細・資料請求

<https://www.bluestage-lcc.com/services/claude-code-training>

発行: ブルーステージ合同会社（〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町2-8-7 光起ビル B1F／info@bluestage-lcc.com）

本資料の内容は2026年8月時点の情報です。各サービスの機能・料金は変更される場合があります。

記載の製品名・サービス名（ChatGPT、Codex、Claude、Claude Code、Gemini、Gemini Notebook、Google Workspace、Google Workspace Studio、Google Antigravity、Copilot、Manus、Genspark、Grok 等）は各社の商標または登録商標です。当社は記載の各社と提携・後援・承認関係にはありません。Claude および Claude Code は Anthropic PBC の商標です。本研修は Anthropic PBC が提供・後援・承認するものではありません。Gemini、Gemini Notebook、Google Workspace、Google Workspace Studio、Google Antigravity は Google LLC の商標です。本研修は Google LLC が提供・後援・承認するものではありません。