

AIで一人起業の教科書

法人版・2026年4月版 / note DL資料 v1.0

STEP 1

読む

noteの13本記事で深く学ぶ

本文 約6万字 / 読了時間 約9時間

STEP 2

計算する

シミュレーターで自分の数字を試算

年商×3パターン×1分で結果

STEP 3

持ち歩く

このDL12枚を保存して何度も参照

図解&早見表で即時判断

起業フローチャート

合同/株式の選択 + 設立10ステップ

DECISION / STEP 0

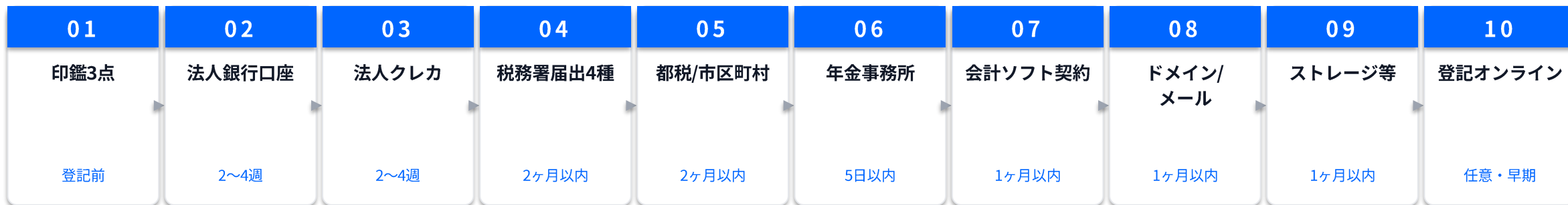
合同会社 or 株式会社

- 対外信用が必要な業種 → 株式会社
- 資金調達(VC/銀行)を視野 → 株式会社
- 上記2つともNO → 合同会社で十分
- 後から組織変更も可能 (1~2ヶ月)

COST & TIMING

項目	合同会社	株式会社
設立費用	約6万円	約20万円
定款認証	不要	必要 (5万円)
登録免許税	6万円	15万円
所要日数	約2週間	約3~4週間

SETUP / 10 STEPS



出典：本書 第1部 起業手続き（最短ルート）／国税庁 法人設立届出書様式(2026年4月)／法務省 商業登記法

業種選び 10問診断 & 8業種マップ

自分の前職・スキル・必要年商から最適業種が分かる

DIAGNOSIS / 7 AXES

10問診断の7軸 (各5点)

- 01 前職経験 業界・職種の重なり度
- 02 保有スキル 技術・コミュカ・営業力
- 03 興味・適性 3年継続できる主題か
- 04 必要年商 300万 / 1,000万 / 3,000万
- 05 参入難易度 初年度の挫折リスク
- 06 立ち上がり速度 初受注までの月数
- 07 伸びしろ 天井年商と単価カーブ

INDUSTRY / 8 PLAYBOOKS

受託開発(AI活用)	★★★★★		30-130
AXコンサル	★★★★★		50-300
業務設計コンサル	★★★★★		80-200
BAコンサル(希少)	★★★☆☆		130-200
経営コンサル	★★★☆☆		20-100
広告運用	★★★★★		10-50
ウェブ制作	★★★★★		20-150
ウェブデザイン	★★★★★		25-120

★=立ち上がりやすさ(5段階) / 帯=月単価レンジ(低-中央-高、万円)

出典：本書 第2部 2-1 業種診断 / 第7部 業種別プレイブック / ファインディ調査(2026年) フリーランスエンジニア月単価 / 経済産業省 DSS ver.2.0 (2026年4月)

役員報酬 3パターン 決定マトリクス

2問の質問で①②③のどれが最適かが決まる

No.	Q1: 個人で月20万以上のキャッシュが必要？	Q2: 実態のある業務分担で配偶者等を雇える？	→ 最適パターン	目安
1	YES	(不問)	②手取り最大型	年商の50~65%
2	NO	YES	③マイクロ法人型	月4.5~10.4万
3	NO	NO	①節税最適型	年商の30~45%

①

節税最適型

目安：年商の30~45%

- 法人実効税率と個人税率の交点で最適化
- 内部留保で将来の退職金原資を厚く
- 標準的・万能

例) 年商1,000万 → 月50万

②

手取り最大型

目安：年商の50~65%

- 個人キャッシュを最優先
- 内部留保が薄くなる代わりに今が楽
- 生活費が大きい層向け

例) 年商1,000万 → 月54.2万

③

マイクロ法人型

目安：月4.5~10.4万

- 標報最低等級で社保を圧縮
- 業務分担の実態が必須（過大評価リスク）
- ハイレベル節税

例) 年商1,000万 → 月4.5万

出典：国税庁 法人実効税率 (2026年4月) / 厚生労働省 社保料率 28.38% (40歳未満) / 本書 第4部 役員報酬3パターン

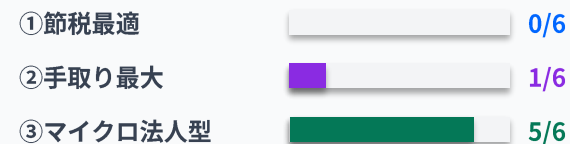
年商別シミュレーション早見表

6年商 × 3パターンの総手取り（万円）。緑セルが各年商での最大値

年商	①節税最適	②手取り最大	③マイクロ法人型	おすすめ
200万	80.49	81.53	75.20	②
500万	253.77	242.07	257.21	①or③
1,000万	548.81	539.86	605.20	③
2,000万	1,191.55	1,143.74	1,202.91	③
3,000万	1,782.76	1,690.14	1,791.93	③
5,000万	2,934.96	2,756.03	3,020.27	③

PATTERN WINNERS

6ケース中の最適パターン

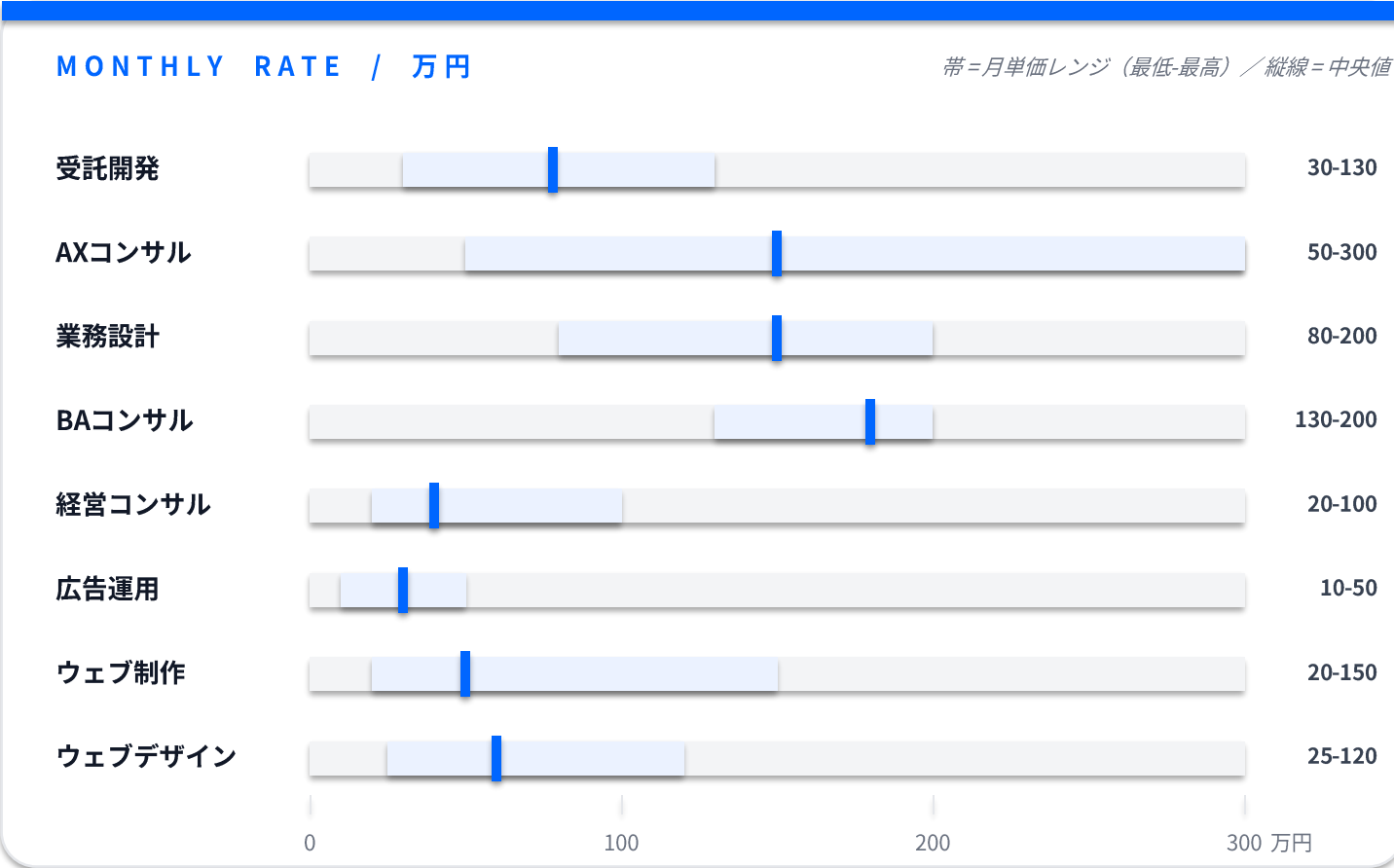


READING THIS TABLE

- ③が幅広く優位
- ただし業務分担の実態が必須
- 実態薄なら①が安全
- 200万は赤字ライン要注意

業種別 単価レンジ & 固定費プリセット

8業種を1枚で横並び比較。月単価帯と全社固定費の標準値



MONTHLY FIXED COST / 万円

業種	月次固定費
受託開発	約10万
AXコンサル	約8万
業務設計	約6万
BAコンサル	約6万
経営コンサル	約6万
広告運用	約4万
ウェブ制作	約5万
ウェブデザイン	約5万

役員社保を除く全社固定費 (ツール・通信・事務・税公課・その他)

出典：本書 第3部 3-2 業種別固定費プリセット / 第7部 業種別プレイブック / ファインディ調査(2026年) / マネーフォワード調査 / AXコンサル工数削減50-80% (本書 第0部)

AI×一人起業 ツール早見表

業種別の標準スタック × Standard運用の月額 (プロ実用基準・2026年4月時点・USD=¥150)

業種	Claude (Pro/Max)	ChatGPT (Plus/Pro)	Gemini Advanced	Cursor	Notion (Bus/AI)	Perplexity Pro	Figma Pro+AI	Midjourney	Gamma	Standard 月額目安
受託開発(AI)	●Max	●Plus	○Pro	●Pro	-	-	-	-	-	¥21,000~30,000
AXコンサル	●Max	●Plus	○Pro	-	●Bus	●Pro	-	-	○Pro	¥27,000~35,000
業務設計	●Pro	●Plus	○Pro	-	●Bus	-	-	-	-	¥11,700~18,000
BAコンサル	●Max	●Plus	○Pro	-	○Bus	●Pro	-	-	-	¥26,700~33,000
経営コンサル	○Pro	●Plus	●Pro	-	●Bus	●Pro	-	-	-	¥14,700~20,000
広告運用	-	●Plus	●Pro	-	-	○Pro	○Pro	●Std	-	¥18,000~25,000
ウェブ制作	●Max	●Plus	-	●Pro	-	-	○Pro	-	-	¥23,250~30,000
ウェブデザイン	○Pro	○Plus	-	-	-	-	●Pro	●Std	-	¥12,750~18,000

●=必須スタック / ○=推奨ツール / -=業種で通常不要 / 各セルの後置記号=推奨プラン(Pro/Max/Plus/Bus/Std)

LIGHT ¥6,000~10,000/月

Light運用
Pro tier × 1~2 ツール
GPT Plus ¥3,000 / Claude Pro ¥3,000
→ 副業・スモールスタート

STANDARD ★ ¥15,000~30,000/月

Standard運用 (本表想定)
Max + 補助ツール 3~5
Claude Max 5x ¥15,000 + 補助 ¥10,000
→ プロ実用・年商500万~

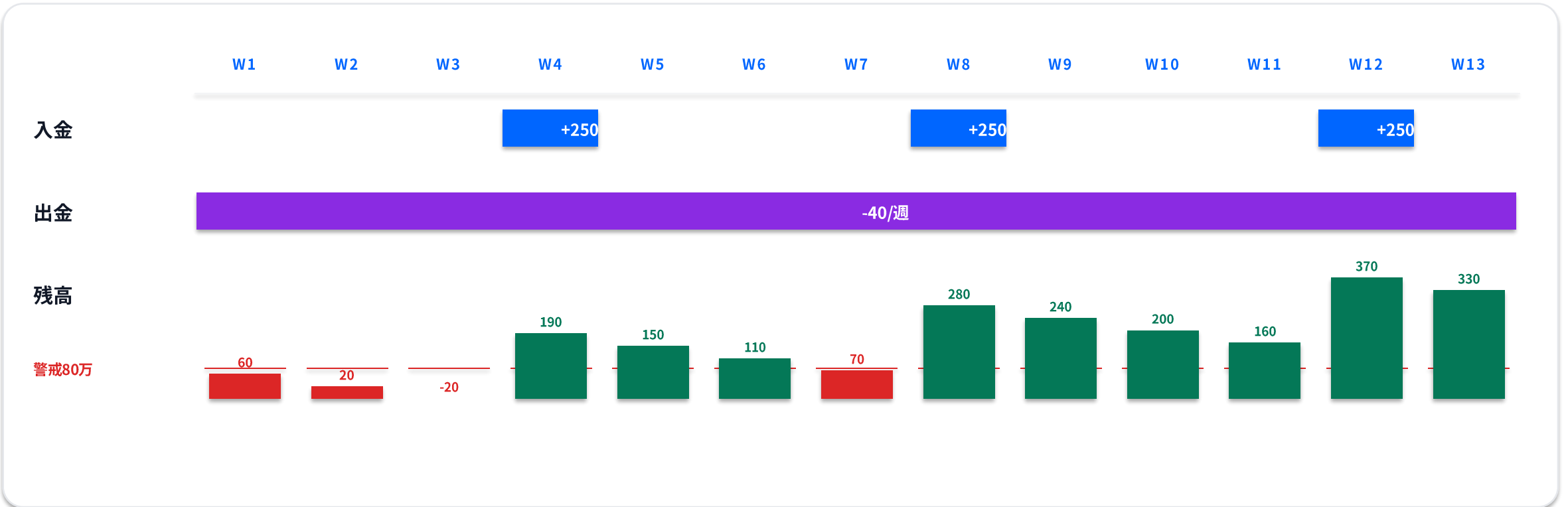
HEAVY ¥60,000~150,000+/月

Heavy運用
Max 20x + 多ツール + API
Claude Max 20x ¥30,000 + API ¥10~50k
→ AIヘビー使い・年商2,000万~

出典：各ツール公式 (Anthropic / OpenAI / Google / Cursor / Notion / Perplexity / Figma / Midjourney / Gamma / Adobe) 2026年4月確認 / 本書 第0部 AI×一人法人レバレッジ論 / 第7部 業種別プレイブック

13週キャッシュフロー予測テンプレ

週次の入金・出金・残高を13週間先まで可視化。毎週金曜30分でレビュー



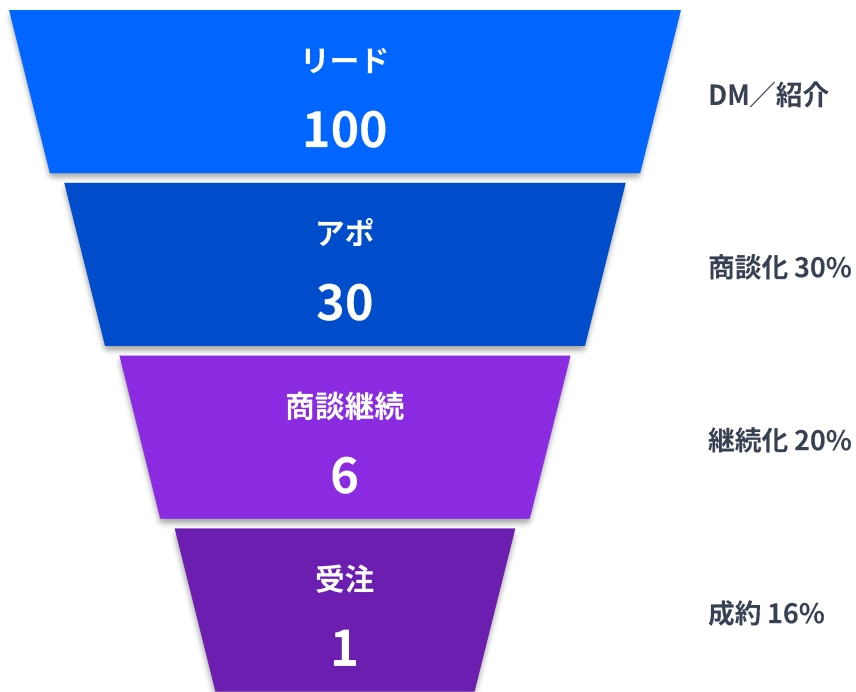
サンプル：受託開発年商1,000万モデル / 月20万×3回検収 (W4・W8・W12) / 固定費月40万 / 警戒ライン80万(固定費×2)

出典：本書 第3部 3-3 13週CF予測 / 受託開発年商1,000万モデル / 固定費月40万 / 中小企業庁 創業期資金ショート No.1

営業ファネル & 契約10条項

数字で逆算する営業ファネル+身を守る契約条項チェックリスト

FUNNEL / 4 STAGES



CONTRACT / 10 ESSENTIALS

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 01 検収日数
5~10営業日 | 02 瑕疵担保
3~6ヶ月 |
| 03 損害賠償上限
直近3ヶ月分 | 04 知財帰属
AI生成物含む |
| 05 再委託
条件付き許可 | 06 秘密保持
3~5年 |
| 07 解除予告
1~3ヶ月 | 08 支払サイト
30~60日以内 |
| 09 業務範囲
準委任 vs 請負 | 10 FL新法対応
12項目文書 |

出典：本書 第6部 営業の方法論 / 6-7 KPIファネル / フリーランス新法第3条 12項目要件 (2024年11月施行) / 業種別歩留まり：受託開発・コンサル平均値

撤退・ピボット判断 3段階信号機

売上が固定費を下回る連続月数で意思決定する

STAGE 1 / CONTINUE

継続

- 1 月次売上が固定費を上回っている
- 2 13週CF残高が固定費×2以上
- 3 次月のパイプラインに受注確度A案件あり

ACTION

このまま継続。月次P&Lと13週CFを毎週金曜30分でレビュー

STAGE 2 / WARNING

3ヶ月警戒

- 1 売上が3ヶ月連続で固定費を下回る
- 2 13週CF残高が固定費×1~2の範囲
- 3 受注確度Aパイプラインが30日先まで空白

ACTION

原因分析→販売チャネル追加 or 単価見直し or 業種ピボット検討

STAGE 3 / EXIT

6ヶ月撤退

- 1 売上が6ヶ月連続で固定費を下回る
- 2 13週CF残高が固定費×1未満
- 3 受注確度A/Bが90日先まで空白

ACTION

撤退判断。解散・清算費用30万、廃業届け、青色赤字繰越の処理

税率 & 社会保険料 早見表

法人実効税率・個人税率・社保料率を1枚で (2026年4月時点)

CORPORATE TAX

所得帯	実効税率
~400万	21.4%
~800万	23.2%
~2,400万	33.6%
2,400万~	34.4%
+ 防衛特別法人税	+3%
+ 子育て支援金	+0.36%

*所得=売上-経費-役員報酬

PERSONAL TAX

課税所得帯	所得税
~195万	5%
~330万	10%
~695万	20%
~900万	23%
~1,800万	33%
~4,000万	40%
4,000万~	45%

+住民税10% +復興特別所得税2.1%

SOCIAL INSURANCE

28.38%

合計料率 (40歳未満・会社負担50%)

健康保険	9.98%
厚生年金	18.30%
雇用保険	0.10% (会社のみ)
健保上限月額	139万円
厚年上限月額	65万円
マイクロ法人標報	健保58,000・厚年 88,000

出典：国税庁 法人税率 / 防衛特別法人税3% / 子育て支援金 / 厚生労働省 社保料率 28.38% (40歳未満) / 健保上限139万 / 厚年上限65万 / 本書 第4部 限界税率早見表 / 役員報酬計算ロジック

失敗事例トップ10 — やらかし回避リスト

40本の失敗事例から、業種を問わず影響が大きい10本を厳選

#01 / 税務

青色申告承認申請出し忘れ

赤字繰越10年が消失（最大数百万）

#02 / 契約

請負で受けた→無限改修地獄

リソースが3ヶ月単位で固定化

#03 / 社保

マイクロ法人を実態なしで運用

5年分損金否認のリスク

#04 / AI

顧客データを公開LLMに投入

守秘義務違反・契約解除

#05 / 資金

2割特例終了を見落とし

消費税納付額が突然2倍化

#06 / 営業

値下げ交渉に即答で値下げ

単価相場が下方硬直化

#07 / 設立

資本金100万未満→クレカ審査落ち

クラウド契約・支払サイト不利化

#08 / 経理

電帳法対応せず紙保管継続

青色65万控除取り消しリスク

#09 / 法令

競業避止条項を対価補償なしで結ぶ

裁判で無効+顧客喪失

#10 / 健康

燃え尽き→業務停止1ヶ月

受注パイプライン壊滅

出典：本書 巻末G-H ワークブック失敗事例集(40本収録) / 業種バランス：受託2 / コンサル系3 / 広告1 / ウェブ系2 / 全業種共通2

Next Steps & リンク集

このDLを読み終えたら、まずやることはこの3つ

ACTION 1

業種を1つに絞る

DL #03 で診断 → DL #06 で単価帯確認 → 1業種を主軸に決める

ACTION 2

役員報酬パターンを決める

DL #04 で2問診断 → シミュレーターで自分の年商で試算 → 月額を確定

ACTION 3

13週CFを作って毎週レビュー

DL #07 のテンプレに自分の数字を埋める → 毎週金曜30分で更新

NOTE / 13 ARTICLES (coming soon)

- 01 AI×一人法人のレバレッジ論
- 02 起業手続き 最短ルート
- 03 業種選びと初年度サバイバル
- 04 固定費とキャッシュフロー
- 05 売上予測と役員報酬3パターン
- 06 年商別シミュレーション
- 07 営業の方法論
- 08 業種別プレイブック 8業種比較
- 09 時間とメンタルヘルス
- 10 事務税務と出口戦略
- 11 巻末まとめ・テンプレ・用語集

SIMULATOR

AIで一人起業 シミュレーター v1.0

業種・年商・販管費を入れるだけで
3パターンの総手取りが1分で算出。

→ note 記事内のリンクから利用

QR
(coming
soon)