

# 楽天ルーム×Manus AI

月収3万円 完全攻略ガイド

# このスライドで得られる価値 | 3つの約束

数字と手順で「すぐ実践」できるように、要点を凝縮。ブルー系×ゴールドの標準テンプレート。

## 抽象論ゼロ

- 数字と手順で即実践（計算式・KPIつき）
- 1スライド1メッセージで要点を明確化
- チェックリストで確実に行動

## 自動化重視

- Manusでリサーチ→生成→投稿を半自動化
- バッチ処理で5商品一括レビュー生成
- 詰まった時の即解決トラブル対処

## 再現性

- コピペOKのプロンプトと文章テンプレ
- 季節カレンダー×5大ジャンルで継続運用
- 3ヶ月ロードマップとKPIで改善を定着

**POINT** このテンプレート（content\_standard）は以降の標準ページに適用します。

# 全体像マップ | リサーチ→生成→投稿→集客→分析

Manusで半自動化し、循環型の運用で成果を積み上げるフロー。



🔄 **運用ループ** 分析で学び → 次のリサーチに反映 → 成果を積み上げる

# 収益構造 | 月3万円への逆算

前提を固定し、必要売上→購入件数→クリック数を数式で明確化。運用で圧縮する現実的アプローチも提示。



## 前提条件（達成シミュレーション）

平均報酬率 4%（Aランク想定） / 平均購入単価 2,000円 / 目標報酬 30,000円/月

### Step 1 | 必要売上

$30,000円 \div 0.04 = 750,000円$

報酬率4%で月3万円を得るための売上高

### Step 2 | 必要購入件数

$750,000円 \div 2,000円 = 375件$

平均単価2,000円の場合の購入件数

### Step 3 | 必要クリック数

CVR 2%想定 →  $375 \div 0.02 \approx 18,750$ クリック/月

購入率(CVR)はジャンル/セールで変動

実践で圧縮するコツ 高単価×ランクUP×セール連動で必要件数を下げる

#### 高単価×料率アップ

$5,000円 \times 5\% = 250円/件 \rightarrow 120件$

美容/食品・ランクA~Sで狙う

#### 高単価重視

$10,000円 \times 6\% = 600円/件 \rightarrow 50件$

季節家電/ギフトで件数を圧縮

#### CVR向上（セール連動）

CVR 5%想定 → 必要クリック 7,500

スーパーSALE/マラソンで購買率UP

### 運用目安（投稿×時間帯）

- 導入期: 5-7投稿/日（夜20-22時中心）
- 成長期: 3-5投稿/日 | 安定期: 2-3投稿/日
- 週次でクリック/購入をレビュー→改善1点

### 重点施策

- 高単価ジャンル+季節需要を優先
- ランクB→Aへ（ボーナス加点で料率UP）
- セール事前告知→開始直後の即時投稿

# 【保存版】Manusプロンプト（コピペOK）

目的・手順・制約・出力例の4セクション。コードボックスをそのままManusに貼り付けて使えます。



Manus依頼文（そのままコピペ）

コピーしてManusに貼り付け

## [目的]

楽天市場の「[ジャンル]」売れ筋から、楽天ROOM向けレビュー文とタグを作成し、可能なら投稿まで行う。

## [手順]

- 1) [https://ranking.rakuten.co.jp/daily/\[カテゴリID\]/](https://ranking.rakuten.co.jp/daily/[カテゴリID]/) の上位5~10商品を抽出。
- 2) 各商品の「商品名/価格/レビュー平均/主要特徴(2-3)」を要約。
- 3) 150~180字のレビュー文を作成（ベネフィット×2、誰向け、使用感/一言CTA）。
- 4) ハッシュタグ5~8個（#楽天ROOM #[ジャンル] #[季節/イベント] など）。
- 5) ログイン済みならROOMへ投稿。未ログイン時は投稿せず文面のみ出力。

## [制約]

- 投稿間隔5分以上・重複投稿禁止・1商品3分以内
- 絵文字は3個以内・誇張/断定的表現NG
- 参考情報のURLは必要時のみ併記

## [出力形式]

---

商品名: [商品名]

レビュー: [150~180字の文章]

タグ: [#楽天ROOM #○○ #△△]

投稿完了: [Yes/No]

---

### 目的

ROOM向けの売れる文章とタグ作成→投稿まで。

### 手順

ランキング抽出→要約→150-180字レビュー→タグ→投稿。

### 制約

5分間隔/重複禁止/誇張NG/1商品3分以内。

### 出力例

商品名/レビュー/タグ/投稿完了を定型で出力。

### 💡 備考 | 無料版の使い方

無料版の目安は日次300クレジット・同時1タスク。節約には「5商品まとめ依頼（バッチ）」+「投稿は手動コピペ」を推奨。セッション切れ対策として依頼文は簡潔に、1タスク3~5分で完了する粒度に分割してください。

# 投稿戦略 | 1日の件数×黄金タイミング

フェーズ別の投稿数を守り、反応が最も高い時間に分散投稿する。

 導入期 (1-2ヶ月)

**5-7** 件/日

目安 150-210件/月

目的：露出増・Bランク到達

 成長期 (3-4ヶ月)

**3-5** 件/日

目安 90-150件/月

目的：質の向上・Aランク挑戦

 安定期 (5ヶ月～)

**2-3** 件/日

目安 60-90件/月

目的：ヒット拡張・Sランク志向

 黄金タイミング | 平日

7:00-8:00

12:00-13:00

**20:00-22:00**

夜帯は反応が最も高い。投稿は分散。

 黄金タイミング | 休日

14:00-16:00

**20:00-22:00**

日中～夜にかけて購買行動が活発。

 “ゼロコレ”で上位表示を狙う

0:00直後に1件投稿（ランキング日次リセット）。

頻度：週1-2回／短時間に連投は避ける（5分以上間隔）。

# トラブルシューティング | Manusが動かない時の即解決5選

症状と対策をセットで提示。カードを見れば即解決へ。

## 問題1 | 意図不明・話が噛み合わない

**症状** 質問がループ／曖昧な返答が続く

**対策** プロンプトを「目的・手順・出力」に分割+1件のサンプルを添える

## 問題2 | 楽天ページにアクセスできない

**症状** タイムアウト／URL解釈違い

**対策** カテゴリURLを明示（例：  
ranking.rakuten.co.jp/daily/[ID]）→  
「収集」と「生成」を分離

## 問題3 | 楽天ROOMへの投稿ができない

**症状** ログイン保持不可／ボタン操作失敗

**対策** Manusはレビュー生成まで→投稿は手動コピペで確実に

## 問題4 | クレジットがすぐ切れる

**症状** 途中停止／生成未完了

**対策** 5商品まとめ依頼（バッチ処理）+簡潔プロンプトで消費を抑制

## 問題5 | セッションが切れる・動作が不安定

**症状** 長時間タスクで失敗／途中離脱

**対策** 1タスク3-5分設計／短文プロンプト／失敗時はフォールバック手順を明記

**TIP** 「レビュー生成はManus／投稿は手動」の二段構えが最も安定。投稿間隔は5分以上空けてスパム回避。

# 稼げるジャンルTOP5（報酬率×売れやすさ）

報酬率・単価・売れやすさのバランスで選定。まずは2-3ジャンルに特化し、季節ネタで回転数を上げる。

## 1 美容・コスメ

レビュー映え・リピート強

- 報酬率: 3-5%
- 単価目安: 3,000-8,000円
- 推奨理由: トренд多くSNS相性抜群、回転が速い

## 2 家電・便利グッズ

▼1件の報酬が大きい

- 報酬率: 2-4%
- 単価目安: 10,000-50,000円
- 推奨理由: 季節需要を捉えやすく、少数成約で伸びる

## 3 ファッション

👕 供給豊富・回転数で勝負

- 報酬率: 2-3%
- 単価目安: 1,000-5,000円
- 推奨理由: プチプラ×トレンドでクリックが集まる

## 4 食品・グルメ

🍴 高料率・ギフト需要

- 報酬率: 4-6%
- 単価目安: 2,000-5,000円
- 推奨理由: 訳あり・セット商品で成約率UP

## 5 日用品・雑貨

🏠 低ハードル・リピート

- 報酬率: 3-5%
- 単価目安: 500-3,000円
- 推奨理由: 実用訴求で購入障壁が低い

**推奨** まずは2-3ジャンルに特化し、季節カレンダーと組み合わせて投稿を最適化。

# 12ヶ月季節商品カレンダー（投稿ネタ）

各月の狙い目×5 | 季節アイコンつき。先取り（2ヶ月前）で仕込むと成約率UP。

❄️ 1月

福袋 加湿器 防寒インナー おせち  
手帳

♥️ 2月

バレンタイン 花粉対策 春先コスメ  
受験グッズ 電気毛布

🌱 3月

新生活家電 収納 卒入学  
花見グッズ ホワイトデー

🌿 4月

新生活消耗品 ガーデニング UV対策  
春アウター 通勤バッグ

🎁 5月

母の日 旅行グッズ 梅雨準備  
初夏スキンケア 布団乾燥機

☔️ 6月

梅雨対策 父の日 サーキュレーター  
レイン用品 除湿機

⚙️ 7月

冷感グッズ 水着 アウトドア BBQ  
夏家電

👒 8月

防災 帰省土産 残暑対策  
夏物セール 扇風機

🍂 9月

秋ファッション ハロウィン準備  
運動会 新米 加湿器予習

👤 10月

暖房準備 乾燥対策 ハロウィン本番  
ブーツ ニット

🛍️ 11月

ブラックフライデー クリスマス準備  
加湿器 コート 防寒寝具

🎁 12月

クリスマス 大掃除 年末セール  
おせち予約 ギフト包装

**TIP** 各月の約2ヶ月前から「予告投稿」→セール直前「再掲」でCVRを高めましょう。

# 魅せるプロフィール設計術（テンプレ付）

名前・自己紹介文・アイコン・ヘッダーの4要素を整えて「フォローする理由」を明確に。



## コピー用テンプレート

名前： [ニックネーム] | [専門ジャンル]

自己紹介（～150字）： [属性]。[専門] 中心に、[ベネフィット] を得られるアイテムだけ紹介。フォローで [読者のメリット]。

投稿テーマ： [ジャンル1] / [ジャンル2] / [季節ネタ]

ポイント：属性+専門+ベネフィット+呼びかけの順で簡潔に。



## 実例（コピーして編集OK）

名前：まい | 時短家電×プチプラコスメ

自己紹介（～150字）：30代ワーママ。時短家電とプチプラコスメを中心に、忙しい日でも「助かった」を増やすアイテムだけ紹介。フォローでお得&時短術を最速キャッチ！

投稿テーマ：家事短縮／コスパ美容／季節の買うべきリスト

一読で「誰に」「何を」「何の得があるか」が伝わる構成に。



## アイコンのポイント

- 明るい顔写真 or シンプルなイラスト/ロゴ
- 背景は無地で高コントラスト（円形切抜きを想定）
- 被写体を中央に配置し小サイズでも判別



## ヘッダーのポイント

- キャッチコピー+専門ジャンルを明記
- フォローメリット（お得速報/レビュー等）を一言で
- ブランドカラー統一（青×ゴールド推奨）／推奨サイズ目安：1500×500px

**TIP** プロフィールは月1回見直し。売れた投稿の傾向に合わせて「専門」を微調整。

# 無料版で稼ぐ vs 7日間トライアル活用

使い分け戦略 | 無料版は「毎日回す仕組み」、トライアルは「短期ブースト」で在庫化



## 無料版の稼ぎ方（安定運用）

日次300クレジット／同時1タスク

≡ 5商品のバッチ生成で節約

👉 投稿は手動コピペで確実に

🕒 1タスク3-5分設計

📅 目安5-7投稿/日（月150-210）

- 役割分担：Manus=リサーチ/レビュー生成、あなた=投稿
- 狙い：運用の習慣化とベースづくり



## 7日間トライアル活用（短期ブースト）

複数タスク／安定セッションで大量処理

👉 日20-30投稿×3日=60-90件在庫

☰ ジャンル別にテンプレ整備

📈 反応の良いネタ特定→以降強化

📄 レビューストック50本作成

- 狙い：短期で土台を一気に拡張（在庫化）

## 7日間トライアルのタイムライン

Day1  
設定/ログイン  
プロフィール/  
ROOM最適化

Day2  
プロンプト確立  
テスト投稿10件

Day3  
大量投稿開始  
20-30件

Day4  
ジャンル検証  
勝ち筋特定

Day5  
在庫化  
合計60-90件

Day6  
分析  
クリック/反応

Day7  
ストック50本  
以降は無料運用

## 判断軸（移行の目安）

月5,000円以下：無料版継続+改善

月1万円超：有料化を検討（時間短縮）

月1.5万円超：移行推奨（ROI十分）

# 3ヶ月ロードマップ | 月3万円への道筋 (週次TODO付き)

月ごとのフェーズと目標・重点施策・KPIを明確化し、実行と改善を高速で回します。



## 月1 基礎

### 月1 | 基礎を固める

#### 目標

- 投稿150件/月、Bランク到達

#### 重点施策

- プロフィール完成・テンプレ整備
- 毎日5-7投稿+いいね周り30分
- Manusプロンプト確立 (5商品バッチ)

#### KPI

- 投稿: 150/月、クリック: 500+、フォロワー: 300+



## 月2 成長

### 月2 | 成長を加速

#### 目標

- 月売上2,000-3,000円/Aランク挑戦

#### 重点施策

- 季節ネタ投入・オリジナル写真投稿
- Instagram連携・反応良いジャンル特化
- ゼロコレ週1で露出拡大

#### KPI

- 月クリック: 1,000+、フォロワー: 600+



## 月3 加速

### 月3 | 収益を伸ばす

#### 目標

- 月売上1-3万円/Aランク到達

#### 重点施策

- セール起点のまとめ投稿 (回遊強化)
- 高単価・高料率ジャンルの比率UP
- データ分析でタイトル/時間帯最適化

#### KPI

- 月クリック: 3,000+、成約率: 2%目標、平均単価: 2,000円+

## 週次TODO (毎週これだけ)

毎日3-7投稿 (20-22時含む)

季節ネタを1本投入

いいね周り30分

成果記録 (投稿/クリック/売上)

ゼロコレを週1回実施

KPIレビュー→改善点を1つ決定

# 今日から始める7つのアクション

チェックボックス付きの即実践ステップで、今夜から運用をスタート。

## プロフィールを刷新

名前・自己紹介・アイコン・ヘッダーをテンプレート通りに整備

## Manusプロンプトをコピペ

保存版プロンプトを登録し、5商品バッチの試運転

## 本日3投稿

20-22時を含めて時間分散で3本投稿

## 季節テーマを1つ選定

12ヶ月カレンダーから今月の狙い目を決定

## いいね周り30分

関連ジャンル中心に露出を増やす

## 成果記録シート作成

投稿URL・時間・クリック・売上を記録する表を準備

## “ゼロコレ”を週1回実施

0時直後に投稿してランキング露出を獲得

## ポイント

「毎日3投稿+いいね30分+記録」の最低限を1週間継続すると、改善点が明確になります。

# 継続の秘訣

## 小さく回して 太く伸ばす

毎日の“小さな実行”を仕組み化し、データで改善。成果は後から太く伸びます。



### 毎日30分の“最低限”を死守

投稿/いいね/簡易分析の3点セットを欠かさない。



### 勝ちネタは横展開で増やす

色違い・類似商品・価格帯違いで回遊を強化。



### 規約順守 & スпам回避

投稿間隔/重複回避/自己購入NGを徹底。



### 週1のKPIレビューで1改善

クリック/成約/時間帯を確認し、次週の1点に集中。

# 即実践チェックリスト（保存版）

7項目で運用を仕組み化し、今日から継続できる土台をつくる。



## プロフィール整備

名前・自己紹介・アイコン・ヘッダーを統一



## Manusプロンプト保存

5商品バッチ用の完成版をテンプレ化



## 本日の投稿（3件）

20-22時を含めて分散投稿



## いいね周り（30分）

関連ジャンルを中心に交流



## 記録シート作成

投稿・クリック・売上をスプレッドシートで



## 週次レビュー

KPI確認→改善点を1つ決定



## セール日程を登録

スーパーSALE/マラソン等をカレンダーへ

## 継続運用＝仕組み化がカギ

毎日30分の最低限ルーチン

テンプレ+バッチ処理で時短

季節カレンダーでネタ切れ防止

週次KPIレビューで改善継続

# GitHub連携の全体像（2026版）

GitHub Actions × Manus APIで実現する「規約遵守型」半自動化フロー

🔄 2026 New Standard

## 🔗 半自動化連携フロー（規約遵守モデル）



GitHub Actions

定時実行(cron)  
トリガー



Manus API

レビュー生成  
タグ抽出



リポジトリ出力

MD/CSV保存  
通知(Slack/Issue)



人間による作業

最終確認・編集  
ROOM手動投稿

必須

## 導入設定 3ステップ

1

### リポジトリ作成 & Secrets登録

GitHubでPrivate Repo作成。MANUS\_API\_KEY と WEBHOOK\_URL を設定。

2

### Workflow (Actions) 追加

cronで朝7時に実行設定。出力先を content/reviews に指定して自動コミット。

3

### 通知確認 → 手動投稿

スマホに届いた生成文をコピー。ROOMアプリで写真を選んで投稿完了。

## 完全自動化との違い（リスク管理）

### ⊘ 完全自動化（API/スクリプト投稿）

非推奨

- 規約違反リスク大：第11条(4)「機械的投稿」に抵触
- アカウント停止：一発BANの可能性あり
- 品質低下：AIの誤情報をそのまま拡散

### ✔ 半自動化（生成自動+投稿手動）

2026推奨

- 規約遵守：最終アクションは人間が行うため安全
- 品質担保：投稿前にリライト・写真選定が可能
- 効率化：思考・作成時間をゼロにし、作業時間のみ残す

# 成功者レビュー分析手法

人気ユーザーの投稿パターンを科学的に分析し、再現性の高い「勝ちパターン」を抽出する方法。

## 🔍 「おすすめユーザー」のを見つけ方

### 👑 ROOM公式

特集ページ、ランキング上位、#オリジナル写真投稿者から抽出

### 🐦 外部SNS

X(Twitter)やInstagramで「楽天ROOM」プロフィール検索

## 📋 具体的なリサーチ手順

- 1 サンプルング**  
成功者の直近20投稿をピックアップし、クリック数やいいね数が多いものを特定
- 2 定量化・構造化**  
スプレッドシートで要素（文字数、タグ、構成）を分解・記録
- 3 AI学習用データ化**  
抽出した特徴をJSON/CSV形式にまとめ、Manusの学習ソースとして活用

## 📊 分析すべき5つの要素

- ① タイトル長・キーワード
- ② 本文文字数
- ③ 絵文字密度・種類
- ④ タグ数・選定傾向
- ⑤ 投稿時間帯

## ★ 成功レビューの3つの共通パターン

### パターン①：論理的構造（型がある）

結論 → 使用文脈 → 具体メリット → 注意点 → CTA

### パターン②：圧倒的具体性

「すごく良い」ではなく「重さ180gでiPhoneより軽い」「3ヶ月毎日使ってもヘタらない」など数値や事実で語る。

### パターン③：信頼性の担保

メリットだけでなく、「ここは注意」というデメリットも正直に書くことで信頼を獲得。

# AI学習プロンプト設計（保存版）

成功者の「勝ちパターン」を学習し、高品質なレビューを自動生成する2ステップ手法

📄 コピペOK

**A** Step A: 成功パターン学習

→ **B** Step B: レビュー生成

## 📖 学習用プロンプト

成功レビューを入力として渡す

📄 Copy

以下の成功レビュー群を分析し、共通する  
「構造・語り口・文字数・タグ傾向」を抽出せよ。

次に、その分析結果に基づき、  
【カテゴリ/季節/ターゲット】に最適化された  
レビュー設計指針（Persona, Tone, Structure）を  
JSON形式で出力してください。

## 🔗 生成用プロンプト

商品情報を入力として渡す

📄 Copy

上記の設計指針を適用し、  
【商品名/価格/特徴/使用シーン】を踏まえ  
150~200文字でレビュー文を作成せよ。

### 【必須要素】

- ・具体的なメリット2点
- ・対象読者への呼びかけ
- ・軽い注意点（信頼性担保）
- ・一言CTA + タグ5~8個

出力形式: YAML (title, body, tags)

### ✍️ オリジナリティ+10%

生成された文章に以下を1行追加するだけで、AIっぽさが消え、成約率が跳ね上がります。

- ・具体的な使用環境（6畳の寝室で...）
- ・過去の商品との比較（去年モデルより...）

### ✖️ 量産型AIレビュー

「この商品は最高です！とても便利で使いやすいです。みんなにおすすめです！ #最高 #便利」

→ 具体的根拠がなく、誰にも響かない。

### 🎯 成功パターン適用

「朝の支度が5分短縮！特に温まる速さが神。少し重いけど、この風量なら許容範囲です🌟 #時短」

→ メリット+軽いデメリットで信頼性UP。

# 完全自動化 vs 半自動化 | リスクと実装ガイド

技術的には可能ですが、リスクを理解した上での選択が必要です（2026年版）



講師スタンス：情報提供のみ。実施は自己責任でお願いします。

## Level 1: 半自動化（推奨・初心者向け）

**規約遵守・安全運用**  
アカウント停止リスク：ほぼゼロ

### 実行フロー



- ✓ 長期的な資産構築に最適
- ✓ 投稿内容の品質チェックが可能

## Level 2: 完全自動化（上級者向け）

**効率最大化・放置型**  
リスク：規約第11条(4)抵触の可能性

### 実行フロー



- ⚠ アカウント停止リスクあり（自己責任）
- ✓ 複数アカウントでのリスク分散を推奨

## Level 3

### 検出回避 テクニック

完全自動化を選択する場合の  
必須リスク管理策



#### 投稿間隔のランダム化

5～15分の不規則な待機時間を設定し、機械的な挙動を隠す。



#### 投稿数の制限

1日最大7件まで。週に1～2日は「投稿なし」の日を作り自然に。



#### 投稿時間の分散

深夜の一斉投稿は避け、人間が活動する7～22時に分散実行。



#### オリジナリティ確保

AI生成文に必ず1～2文の変更を加え、絵文字もランダム化。

# 2026年版ロードマップ | 0→月3万円達成の新フロー

GitHub連携による半自動化と成功者分析を組み込んだ、最新の収益化プロセス。

1

## Month 1: 導入期

基盤構築・自動化設定

### 🔗 基盤構築 & 自動化

- ✓ GitHub連携設定: Repo/Secrets/Actions設定完了
- ✓ 成功者分析: 20投稿を分析し学習データ化
- ✓ 投稿習慣: 1日5-7投稿 (手動確認必須)
- ✓ 勝ちパターン定義: CTR/文字数/タグ数の基準策定

マイルストーン

🚩 Bランク達成 / 半自動化稼働

2

## Month 2: 成長期

検証強化・学習サイクル

### 📈 検証強化 & 連携

- ✓ 季節カレンダー運用: トレンド先取り投稿
- ✓ 学習データ更新: 週次で成功パターンを追加学習
- ✓ SNS連携: Instagram/Xへの誘導強化
- ✓ 分析改善: 反応率の低い投稿の傾向把握

マイルストーン

🚩 Aランク挑戦 / 月間1,500クリック

3

## Month 3: 加速期

仕組み化・収益拡大

### 👑 仕組み化 & 収益化

- ✓ 日次自動生成: 候補抽出～生成を完全自動化
- ✓ ゴールデンタイム投稿: 夜20-22時に手動投稿集中
- ✓ セール連携: まとめ投稿で回遊率アップ
- ✓ 高単価シフト: 利益率の高い商品へ比重移行

マイルストーン

🚩 月収3万円達成 / Aランク維持

### 📊 主要KPIモニタリング

月間投稿数

150件+

クリック率 (CTR)

2.0%+

平均購入単価

¥2,000

タグ適合率

90%+

### 🛡️ リスク対策・バックアップ

- ⚠️ Actions停止時: 手動テンプレ運用へ切り替え
- ⚠️ ログ保存: 成功パターンの資産化・分析
- ⚠️ 規約変更: GitHub通知で即座に検知・対応