

網頁與 Office 工作，怎麼接續？

看網頁、做文件、在Office裡編輯，是不同的工作環節。

本課成果

一份附來源的工具分工表與可交付文件。

使用條件

本課主練習只需能讀公開來源與建立檔案的Cowork；Chrome擴充、桌面內建瀏覽器及Office add-in都是額外路線，不是完成講義的必要安裝。

虛構練習材料

- 虛構情境：松禾文具要安排一次20分鐘內部學習，內容是Cowork如何準備一件小任務。
- 來源：Claude Academy 〈Delegating your first task in Claude Cowork〉，
<https://academy.claude.com/tutorials/delegating-your-first-task-in-claude-cowork>。此頁影片示範桌面版，本課只整理交辦、看計畫、修正與核對成果的方法，不拿舊影片推論目前所有平台限制。
- 交付：一頁Word學習安排，欄位為要學的事、來源、準備材料、人工確認。
- 不得操作報名、寄信、提交表單或改正式Office檔案。

操作與判斷

1. 先選最少的工具

只是要把公開文章整理成講義，可以讓Cowork讀取指定網址並產生Word。它能讀到什麼仍要看網頁與帳號能力；讀不到時明確列出，不編寫看似完整的內容。

要操作你Chrome裡已登入的網站，才涉及Claude in Chrome擴充與網站權限。Cowork桌面內建瀏覽器是另一個環境，不能假定會直接承接你Chrome的登入狀態。

2. Office裡的協作是另一條路

Claude for Excel／PowerPoint是在相容Office環境裡使用的add-in，需要相符帳號、Office版本與組織允許。它與Cowork產生檔案後再下載開啟，是不同的使用方式。

Microsoft 365 connector又是雲端資料的連接方式，不能把它與Office add-in混稱。本課先走下載文件，不要求你把三種方式全部裝好。

3. 讀來源時，留下可以回查的線索

請Claude列出頁面標題、原網址、查閱日，再寫學習安排。分清原頁說了什麼，以及我們為松禾文具安排的練習，不能把自己設計的20分鐘活動說成官方課程長度。

如果讀不到原頁，可以換成你有權提供的文字節錄來整理，但要注明輸入是節錄；不能宣稱已完整閱讀網站。

4. 文件交付到能打開才算數

下載docx後，確認繁中標題、網址、表格和換頁。若另產生PDF，也逐頁看過，不能只看副檔名正確。

正式工作的外部操作，例如寄出給同事或上傳到共用區，先由人確認內容與對象。本課最後停在本機可開啟、來源可核對的文件。

交辦要求與修正

先提供練習資料，再交辦

請只讀我指定的Claude Academy公開網址，先列頁面英文標題、網址、查閱日與是否成功讀取。依內容為虛構松禾文具設計20分鐘內部學習安排，產出一頁繁中Word：要學的事、來源、準備材料、人工確認。20分鐘是我安排的練習長度，不是官方課程時長。不要報名、寄信、提交表單或操作其他網站；讀不到請說明，不編造來源。

補充或修正

請核對每個產品說法都有原頁根據；自己設計的練習另標為本課安排。提供可下載docx，保留可點擊的來源網址。

我的練習紀錄

使用日期：_____ 操作環境：_____

結果檔案：_____

這次卡住或修改的地方：

完成後的核對標準

先自己練習，再對照作者編寫的標準；這些不是未執行的AI實測結果。

- 分工：Cowork下載檔、Chrome擴充、Office add-in分清。
- 來源：標題、網址與原頁一致。
- 安排：20分鐘明示自訂，不冒稱官方長度。
- 交付：Word實際可讀；另產生PDF時逐頁核對。

完成清單

- ☐ 我選了完成這件工作需要的最少工具。
- ☐ 文件中的來源可回查。
- ☐ 沒有把自訂練習寫成官方功能或承諾。

資料來源 | 2026-09-27查閱

建立與下載檔案

<https://support.claude.com/en/articles/12111783-create-and-edit-files-with-claude>

Claude in Chrome 入門

<https://support.claude.com/en/articles/12012173-get-started-with-claude-in-chrome>

Claude for Excel

<https://claude.com/docs/office-agents/excel>

Cowork 內建瀏覽器

<https://claude.com/blog/cowork-built-in-browser>

本課指定公開教材

<https://academy.claude.com/tutorials/delegating-your-first-task-in-claude-cowork>