

Vol 3. 2023年7月発行



ChatGPT

生成AI・ChatGPT活用ハンドブック

話題のAIをフル活用し、
ビジネスをアップデートしませんか？

発行者：静岡ChatGPT勉強会 代表 中村俊也

HP： <https://learningc.jp/ai/> E-mail： nakamura@learningc.jp

A I時代がやってきました！

はじめまして、中村俊也（なかむらとしや）と申します。

最近、生成型A I（人工知能）やChatGPT（チャットジーピーティー）が急速に普及しています。あなたはもう触って見ましたか？

最初は「A Iなんて自分には関係ない…」と思っていた私ですが、実際に使ってみたらびっくり！今までとは桁違いのスピードで文章が作れるし、アイデア出し、悩み相談、文字起こし、動画製作だって出来ます。

しかも、プログラミングなどの専門知識は不要。私のような素人でも簡単に使えます。

もはやA Iを使わずに仕事をするなんて考えられません。これからは、A Iを使いこなす人と、使わない人で、取返しのつかないほど大きな差がつくでしょう。A I時代が本格的にやってきたのです。

しかし現実には、A Iについて誤解をしている人や、上手く使いこなせない人がほとんどです。そこで本冊子では、ChatGPTを始めとした生成A Iの魅力や活用法を、初心者にも分かりやすくお届けします。

本冊子が、皆様の一助となれば幸いです。



創業 & A Iコンサルタント
静岡ChatGPT勉強会 代表
中村俊也

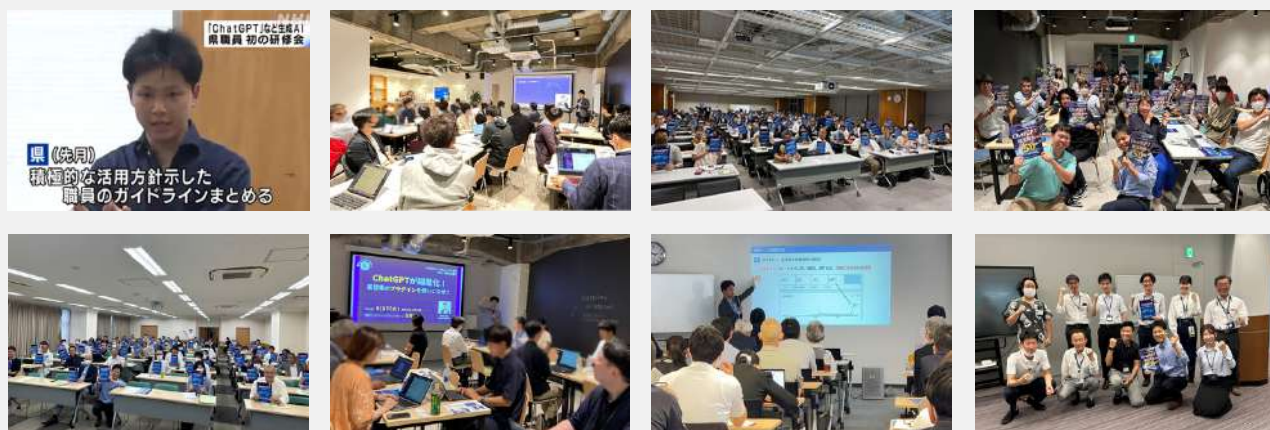
特別講義を動画で公開中！



【完全攻略】生成AI・ChatGPT
ビジネス活用入門講座！
～これ1本で基本が全部分かる～
https://youtu.be/G_gQRr90wsI



セミナーの様子 現在、企業・公的機関・金融機関・教育機関等で多数の講座を開催中です！



【中村俊也のA I講演実績・予定】 静岡県、焼津市、静岡商工会議所、沼津商工会議所、静岡県中小企業団体中央会、静岡市産学交流センター、三菱UFJ銀行、静岡信用金庫、静岡焼津信用金庫、静岡銀行協会、静岡イノベーションプラットフォームSHIP、NPO法人しずおかビジネス支援パートナーズ、静岡ガス株式会社、静岡福祉大学、静岡県中小企業診断士協会など

静岡新聞に掲載されました（2023年7月26日）→



※注意事項
・本資料の情報は、2023年7月時点のものです。A Iの情報は日々変化しているため、最新の情報をキャッチしてください。
・A Iに関する法整備が追い付いていません。活用は自己責任でお願いします。
・本資料で提供した内容に関して、ご利用される方が不利益を被る事態が生じても、責任を負いかねますのでご了承ください。

生成AIとは？

生成AI (generative AI)

いま話題になっているのが、テキストや画像を作る「**生成型のAI**」です。英語で**generativeAI** (ジェネレーティブAI) と呼びます。

例えば、画像生成AIに「アニメ調の女の子」と文字を入力するだけで、図のような高精度の画像を簡単に作ることができます。これまでも同様のAIは存在しましたが、いよいよ人間並み、または人間を超えるクオリティになってきたのです。文章作成、画像作成など、これまでの仕事の在り方が大きく変わるでしょう。



AIが急激に普及

右のグラフは、「AI」という言葉の検索数を示したものです。ChatGPTが登場した2022年から、検索数が爆発的に増加。AIに対する世界の関心が、急激に高まっていることがわかります。

これまでは、主に「一部の専門家がAIを使う時代」でしたが、これからは、「**みんながAIを使う時代**」になったのです。

現在、個人から企業、行政、国家まで、AIが急速に普及しており、ニュースが絶えません。AIが当たり前になる社会がやってきたのです。



Googleトレンドで中村が調査・作成したデータ

写真がしゃべる！？

文章や画像だけでなく、「**音声**」や「**動画**」を作るAIも急速に発展しています。

こちらのQRコードを読み取ると、「**AI中村**」が話している様子を見ることができます。実はこの動画、AIに写真と文章を与えることで、人工の音声と動画を作っているのです。



現在は違和感がありますが、いずれ、AIで作る音声や動画は、本物と見分けがつかなくなるでしょう。

※音声はCoeFont、動画はD-IDを使用しています



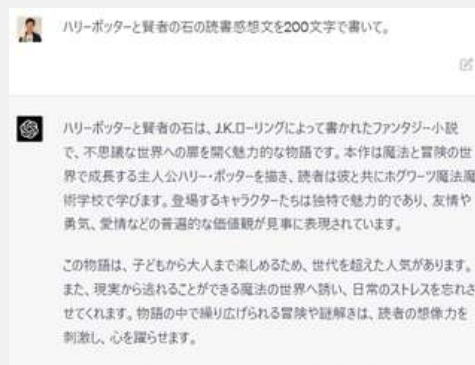
ChatGPTとは？

高精度なチャット型AI

ChatGPTは、高度なAI技術を用いて自然な会話を実現する**チャット型のAI**です。ネット上などの膨大なテキストデータを学習し、まるで人間のような回答を生成できるように設計されています。*

※これを大規模言語モデル（LLM）といいます。

例えば、「**ハリーポッターと賢者の石の読書感想文を200文字で書いて**」と入力すると、まるで人間が書いたような文章が返ってくるのです。



ChatGPTの基礎知識

- アメリカのOpenAI社が開発
- 2022年11月29日に一般公開
- 5日で100万、2ヶ月で1億ユーザー突破
- 巨大テック企業Microsoft社と連携
- 2023年3月、ChatGPTの「API」が公開（詳しくはp13）
- 2023年3月、有料版の「GPT-4」が一般公開

※GPT-4は、無料版ChatGPT（GPT-3.5）よりはるかに高精度です。

- 2023年5月から、様々な**拡張機能**が搭載

※2023年7月現在は、有料課金ユーザー限定で、①ChatGPTプラグイン、②Code Interpreter、③Custom instructionsの3つの追加機能が使えます。



参照元 <https://openai.com/>

ChatGPTにできること

ChatGPTは、**驚くほど多様な機能**を持っています。（詳しくはp7）

• 文章の作成	• 翻訳	• プログラミング	• 文章を子ども向けに言い換える
• 文章の要約	• メール文の作成	• コードのバグ発見	• 旅行スケジュールの作成
• 文章の添削	• 英会話	• アプリ開発	• プレゼン資料のひな形作成
• アイデア出し	• 悩み相談	• レシピの提案	• 試験問題の作成

ChatGPTの基本的な注意点

※現在、様々な追加機能やサービスが登場し、こうした弱点が日々改善されています。

ChatGPTは万能ではありません。弱点や注意点を理解して、正しく使うことが必要です。

- ① 検索や計算には向かない
- ② 最新情報は反映していない
- ③ 自信满满に間違える
- ④ 偏った意見も出る
- ⑤ 著作権侵害になる可能性がある
- ⑥ 機密情報・個人情報の入力は避ける
- ⑦ 長文入力ができない
- ⑧ 長期記憶ができない
- ⑨ 日本語より英語の方が性能が高い

ChatGPT = 検索ではない！

検索ではない！

ChatGPTは検索ではありません。多くの人が、検索と同じ感覚でChatGPTに質問をしていますが、これは間違った使い方です。

- × 「明日の天気は？」
- × 「おススメの飲食店を教えて」
- × 「（自分の名前）って知ってる？」

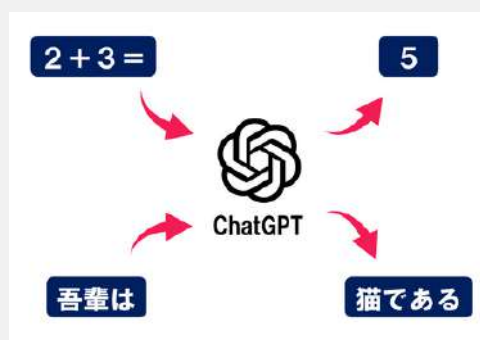


ChatGPTは直前の文章をつなげている！

実はChatGPTは、大量に学習させたデータをもとに、『直前の文章をつなげている』のです。

例えば、「2 + 3」と聞けば「5」という回答を作り、「吾輩は」と聞けば「猫である」という回答を作ります。文のつながりを判断し、確率の高い言葉をつなげているのですね。※

※補足：ChatGPTは、ある程度は自由（ランダム）に回答するように設定されています。いつも同じ回答になるとは限りません。



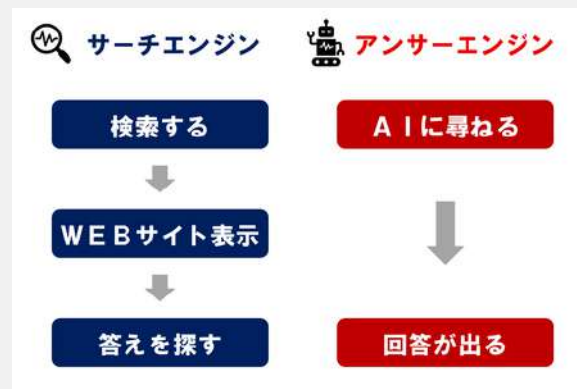
検索とAIを使い分けよう！

これからの時代は、検索とAIを使い分ける力が必要です。

おおまかに言えば、「リサーチ作業」は検索が得意で、文章などの「創作活動」はAIが得意です。

中には「検索」と「AI」の機能を両方合わせ持つツールもあります。「Microsoft Bing」や「Google Bard」を使うことで、最新情報を検索しつつ、AIに回答させることができます。

今までの検索（サーチエンジン）に比べ、AIは質問に対してダイレクトに回答します。これは「アンサーエンジン」と呼ばれ、ネットの使い方が大きく変わると予想されています。



ChatGPTを使いこなすコツ5選

プロンプト（呪文）が命

ChatGPTを使いこなすためには、上手な指示「**プロンプト（呪文）**」を与えることが重要です。

よく、「AIの回答はありきたりで面白くない」、「ChatGPTを使ってみたけれど、全然使えない」なんて声を聞きますか？実はそれ、プロンプトが間違っていることがほとんどです。ここでは、いくつかのコツを紹介します。



コツ1：具体的に書く

あいまいで抽象的な指示を与えても、良い回答は得られません。できるだけ**具体的に書きましょう**。

以下のように、**明確な指示**を与えることも効果的です。

- | | |
|----------|-----------------|
| • ~を教える | • ~の良い点、悪い点を挙げて |
| • ~を要約して | • ~と~の違いは何？ |
| • ~を校正して | • 以下をグルーピングして |

具体的に書くほど良い回答が得られやすい

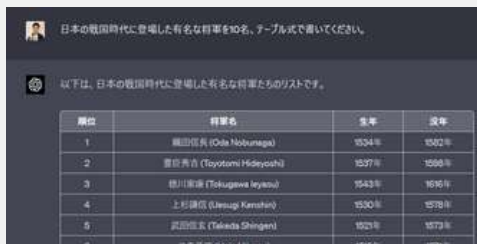
- × 「オムライスのブログを書いて」
- ◎ 「初心者でも簡単にオムライスが作れるレシピを紹介したブログを書いて。書き出しは、初めてオムライスを作る人の気持ちに寄り添うこと。500文字以内で、優しく語り掛ける口調にすること」

コツ2：表現を指定する

表現方法（出力方法）を指定することも大変有効です。

- | | |
|--------------|---------------|
| • 子供でもわかるように | • 専門用語を使わずに |
| • 簡潔にまとめて | • 優しく語り掛けるように |
| • ○○文字以内で | • エモく書いて |
| • テーブル式で | • 詩のように書いて |

例：「テーブル式で書いて」と伝えると表が出る

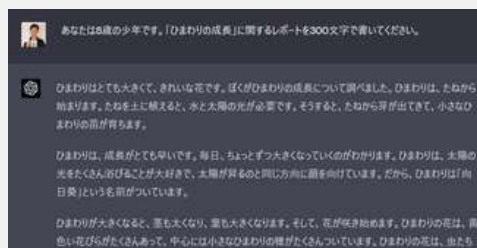


コツ3：役割を与える（Role prompting）

ChatGPTに**役割を与える**ことで、回答の精度が向上することがあります。これをRole Promptingと呼びます。

- | |
|--------------------|
| • あなたはプロの編集者です |
| • あなたは8歳の少年です |
| • 面接官のように振るまってください |
| • あなたの使命は~することです |

例：「8歳の少年」らしい口調で回答する

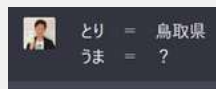


コツ4：例を与える (Few-shot Prompting)

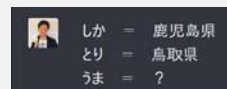
ChatGPTに**回答例を与える**ことで、精度が向上することがあります。これはFew-shot Promptingと呼ばれ、プロンプトを操る際の基本的かつ強力なテクニックです。

例えば、図のようなナゾナゾをChatGPTに質問します。回答例が少ないと不正解になりますが、回答例を多く与えることで文脈を理解し、正答率が上がります。ChatGPTが思うような回答をしてくれない時は、例を与えて指示を出してみましょう。

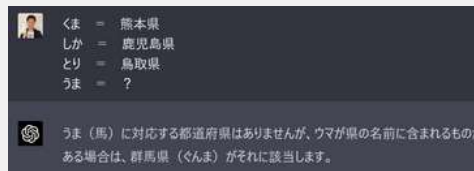
回答例1つ → 不正解



回答例2つ → 不正解



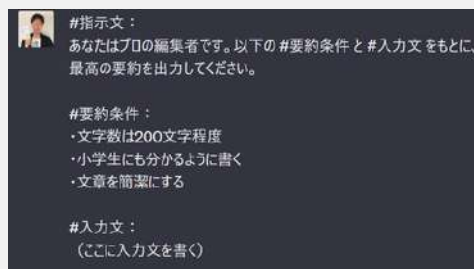
回答例3つ → 正解



コツ5：#等で区切る

プロンプトが長くなると、ChatGPTは混乱してしまいます。人間と同じですね。そんな時は、#等の記号で、**文章を区切ってみましょう**。

例えば私の場合、「文章の要約」をする時には、「#指示文」「#要約条件」「#入力文」を、明確に区切っています。長いプロンプトを入力する時に試してみましょう。



大前提として…有料版GPT-4が絶対おススメ！

無料のChatGPT (GPT-3.5) を試してみて、「なーんだ、ChatGPTって大したことないじゃん」なんて思った方はいませんか？

実は、無料版よりも、**有料版のGPT-4の方が圧倒的に精度が高くなります**。ビジネスで使いたいのであれば、迷わずGPT-4を使用しましょう。



上級編：ChatGPTを強化する 上級

上級者向けの技術として、ChatGPTを使いやすいように強化する方法があります。これにより、ChatGPTの機能を補うことができます。

例えばこちらの「**Toshiya-AI**」は、ChatGPTに中村俊也の情報を与えたものです (笑)

通常のChatGPTは中村俊也のデータを持っておらず、回答できません。しかし、事前に情報を与えることで回答を実現できます。

「業界データ」「社内情報」「よくある質問」等を与えれば、**自分専用・自社専用のAIツールやチャットボットを作ることも可能です**。業務の大幅な効率化が期待できるため、非常に注目されています。



コレがChatGPT 10大用法だ！

「ChatGPTを触ってみたけど、具体的な活用法が分からない…」そんな質問をたくさんいただきます。そこで本ページでは、ChatGPTを8ヶ月、ほぼ毎日触ってきた中村から、**おすすめの10大用法**を紹介させていただきます。まずはこの中から、自分が興味のあるものを使ってみましょう。

※詳細は、別冊の「ChatGPT超活用術50」をご覧ください。



LINE登録で冊子をGET！

①文章の要約

ChatGPTは文章の要約が大得意！要約したい時にサクッと使いましょう。「〇〇文字以内で」「箇条書きで」などの条件を追加すると、自分好みの回答に近づきます。

例「あなたはプロの編集者です。以下の文章を300字程度で要約して」

②文章の校正

文章の校正・修正や、誤字脱字のチェック、英語の文法チェックなどができます。中村のオススメプロンプトは以下の通り。私は、以下のプロンプトを**辞書登録して、一瞬で使える**ようにしています。めっちゃ便利！

例「あなたはプロの編集者です。以下の文章を100点満点で評価し、改善案を提案してください。」

③説明させる

分からない用語を説明してもらいましょう。「子どもにも分かるように」「箇条書きで」「～と比較して」など、表現を変えて説明させることができるため、**辞書や検索を超える使い方**が可能となりました。

例「円安について、子どもにも分かるように説明してください」
例「Excelで偏差値を計算する方法を教えてください」

④文章の作成

※文章にはコードも含まれます。

ChatGPTの活用法として非常に注目されているのが、文章の作成です。メール文、案内文、企画書、報告書、マニュアル、ブログ、SNS投稿文、書籍、プレゼンの原稿、プログラミングコードなど、ChatGPTに文章を作ってもらえるようになれば、**業務の効率化**は間違いありません！

例「クライアントにスケジュール変更の連絡をするメール文を作成して」
例「以下の条件に従い、消防設備点検の案内文を作成してください」

⚠️この能力により、**情報爆発**が起きると予想されます（詳細はp10へ）

⑤会話する

ChatGPTとおしゃべりしてみましょう！応用すれば、面接や英会話の練習をしたり、2人の人物を召喚してディベートやロールプレイを行ったりすることも可能です。

例「あなたは面接官です。就職活動の採用面接を始めましょう！」
例「マスクを外すべきか？AさんBさんの2人で議論を始めてください」

⚠️この能力により、**情報との対話**が可能になりました（詳細はp10へ）

⑥ 悩み相談

悩み相談は、ChatGPTの代表的な使用法です。相談するときは、相手の役割を指定したり、相談内容を具体的にすると良い回答が得られます。

- 例 「カフェで開業したいのですが、何から始めれば良いですか？」
- 例 「17歳の娘への誕生日プレゼント、何がいいかな？」

⑦ アイデア出し

ChatGPTは、できるだけ多様な回答をするよう設計されているので、**アイデア出しが大得意**！しかも速いんです！この特徴により、**アイデア出しやブレインストーミングの概念が大きく変わった**と考えています。これからの創造的なプロジェクトにおいて、AIは欠かせないツールとなるでしょう。

- 例 「抹茶を活用した新商品のアイデアを5つ挙げてください」
- 例 「小学生が参加できる親子向けのイベントを10個挙げてください」

⑧ 分析する

ChatGPTに評価や分析、審査等をさせてみるのも大変有効です。

- 例 「以下のプレスリリースを100点満点で評価してください」
- 例 「～の手続きで、お客様がつまづきやすいポイントを挙げてください」
- 例 「以下の事業について、SWOT分析をしてください」

⑨ 擬人化・召喚

ChatGPTはごっこ遊びが大好き。**役割や人格を与えることで、まるで特定の人物のように振る舞います**。工夫すれば、税理士のような専門家を登場させたり、歴史上の偉人を疑似的に**召喚**することも可能です。

- 例 「ギャルになりきって、決算書の仕組みを説明してください」
- 例 「審査員の立場から、以下のプランに助言をしてください」

⚠️ 今後は、**AIクローン**の活躍が期待されます（詳細はp10へ）

⑩ 文章の変換

文章を様々な表現に変換します。「キャッチーにして」「子どもに分かるように」「格調高く」「腰痛で悩んでいる高齢者に向けて」など、ビジネスでの活用も非常に期待されます。

- 例 「以下の文章を、子供向けに言い換えてください」

⚠️ 今後は、**情報の個別最適化**が期待されます（詳細はp10へ）

ChatGPTの活用実態

ChatGPTは、実際の業務でどう使われているのでしょうか？いくつかの資料を分析しました。

以下の調査によると、日本人は**文章作成**にChatGPTを多用しているようです。

【ChatGPTを仕事で利用する目的】	
第1位	メール・レポートの作成
第2位	ブログ・SNS文などの作成
第3位	プレゼン資料の作成
第4位	要約
第5位	データ分析

業界によって、期待される活用法が異なるようです。

【業界別活用例】	
・	商品説明文の作成（小売）
・	広告の作成（マーケティング）
・	顧客調査（マーケティング）
・	論文調査の効率化（製薬）
・	与信審査の効率化（金融）

AIは**以下の5分野**で大きな経済インパクトを与えると予想されます。

【生成AIの経済インパクト】	
①	ソフトウェア開発（149兆円）
②	セールス（81兆円）
③	マーケティング（77兆円）
④	カスタマー対応（67兆円）
⑤	製品開発（55兆円） ※数値は予想市場規模

出典：日経XTREND マクロミル「生活や仕事に関するアンケート」2023年4月

出典：McKinsey & Company 「The economic potential of generative AI」2023年6月

補足：ChatGPT活用のコツ

上手に活用する4つの心構え

以下の4点を押さえておくと、ChatGPTをより効果的に活用できるでしょう。

①手段より目的

AIはただの手段・道具です。「何のために使うのか？」という「目的」を強く意識して触るようにしましょう。

②上手な指示文（プロンプト）

ChatGPTのイメージは「超優秀な留学生！」あいまいで抽象的な指示ではなく、具体的に明確な指示を出しましょう。

③習うより慣れる

勉強やスポーツと同様に、見本を眺めているだけでは上達しません。実際に触ってみて、試行錯誤を繰り返すことが重要です。

④遊び心がとっても大切！

AIを、業務のコアな部分に導入するのは、なかなかハードルが高いものです。まずは遊びながら楽しんで触ってみましょう！

長文作成は意外と難しい 中級

「ChatGPTでブログやプレゼン構成を作ってみたけど、全然良い文章にならなかった…」そんな方も多いのではないのでしょうか？ChatGPTに、2,000文字を超えるような長文を一発で作らせるのは、やはり無理があります。そんな時は、**ステップを踏んで文章を作る**のがおススメ！AIに頼りきるのではなく、**人間の能力と上手く組み合わせる**ことが必要です。



例：ブログ記事を作る4ステップ

STEP.1
読者のニーズ調査

STEP.2
タイトル作成

STEP.3
目次・構成作り

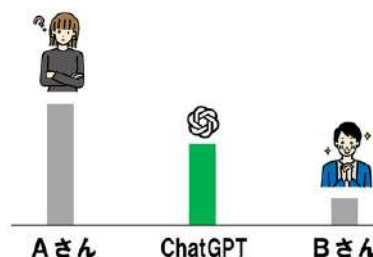
STEP.4
本文の作成

AIの使い所を見抜け！

ChatGPTは、**弱点の補強に優れています**。

例えば、メール作成に慣れているAさんにとっては、ChatGPTはそれほど便利ではありません。一方で、メール作成が苦手なBさんにとっては、ChatGPTが見本となるメール文を作成してくれるため、業務が非常に効率化します。このように、現状のChatGPTは、能力の底上げ・弱点の補強に優れています。

例：ビジネスメールを作る能力



ですから、漠然とAIと導入しても、大きな効果は期待できません。そうではなく、「ここでAIを使うんだ！」と、**使い所を見抜くことで、絶大な効果を発揮するのです**。

衝撃…！ AIによる情報革命

ChatGPTの登場によって、**情報という概念に革命的な変化が起きています**。ここでは、中村が驚異的と感じている5つの情報革命を紹介します。

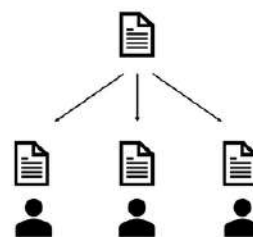
革命① 情報爆発

1つ目は**情報爆発**です。文章の大量生産・高速生産が可能になったことで、将来的には、文章や情報は**AIで作ったもので溢れる**でしょう。よって今後は、より人間らしい発信（例：生の体験談や、リアルな写真）が、ますます価値を高めていくと予想されます。

革命② 情報の個別最適化

2つ目は**情報の個別最適化（ハイパー・パーソナライズ）**です。「文章の変換術」を使えば、情報を個人個人に合わせてカスタマイズすることが可能です。例えば、学生に合わせた特別な問題集を作ることができたり、企業ごとにオーダーメイドの営業メールを自動で作成することができます。今後、ビジネスの世界で非常に注目される技術となるでしょう。

1人1人に自動カスタマイズ



革命③ 情報と会話できる

3つ目は**AIとの会話**です。私たちは、情報を一方的に受け取るだけでなく、**情報と会話ができる**ようになりました。これからは、本や論文に質問をしたり、ネット上のアバター（キャラクター）や動画と会話できるサービスが登場すると予想しています。

革命④ AIアシスタントの誕生

4つ目は**AIアシスタント**の誕生です。ChatGPTを活用して「役割や人格を与える」ことで、自分の分身である「AIクローン」、企業の「AI社員」、個人の「AI秘書」などを作ることが可能になります。また、ステイブ・ジョブズのような**歴史上の偉人を仮想的に召喚**することも可能です。この技術は、今後、多くの産業に革命的な変化をもたらす可能性を秘めています。

実際にわたくし中村俊也（なかむらとしや）も、『AIコンサルタント とろーしゃ君』を作っています



革命⑤ 現実世界への拡張

最後の1つが、**現実世界への拡張**です。現在、ChatGPTのような対話型AIに、画像・音声認識、画像・音声生成などの機能が組み込まれ始めました。言ってみれば、これは**AIに目や耳や口がついた状態**です。今後はPCの中だけでなく、**見たもの、聞いたものがAIと連携する**時代が来るのです。

Bing・Bardが超進化中！

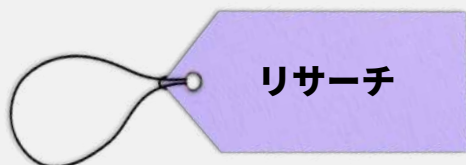
BingやBardは検索もできる！

通常のChatGPTには、「検索ができない」という大きな弱点があります。しかし、Microsoftの「新しいBing」や、Googleの「Bard」には、AIにWEB検索の機能が追加されています。

「最新情報が欲しい」「リサーチに使いたい」そんな時は、ChatGPTではなく、BingやBardを使うようにしましょう。

※どちらも実験版で動作が不安定。現在、急速に進化中です。

検索を反映しているので、今の総理大臣も回答できる



「AI+検索」を使うことで、**リサーチ時間を大幅に短縮**できたり、従来の検索とは**全く違う切り口でリサーチ**できることが期待されます。

例「ロシアのウクライナ侵攻のニュースについて、全く知識がない人を対象に、この問題が起きている背景から説明してください」

例「Excelの使い方を解説したWEBサイトを3つ挙げ説明してください」

BingやBardの便利機能

BingやBardには、様々な便利機能があります。

①会話スタイル

Bingでは「創造的」「バランス」「厳密」の3つの会話スタイルを使い分けることができます。ニュースなど正確な情報が欲しい時は「厳密」に。アイデア出しなど多様な回答が欲しい時は「創造的」に設定すると良いでしょう。

②WEBサイト参照

Bingでは、AIが参照したWEBサイトの情報が表示されます。情報の真偽や詳細が気になる場合は、実際にWEBサイトをチェックしてみるのも良いでしょう。

③追加質問

Bingでは、会話に続く追加の質問候補を挙げてくれます。これにより、会話を自然な形でサポートしてくれます。

④各種サービスと連携

Bardでは、回答をGmailやGoogleドキュメントにボタン1つで出力できる機能があります。今後Bardは、Googleの各種サービスと連携すると期待されています。

⑤回答を3択から選べる

Bardでは、回答を3択から選べるようになっています。複数の回答を一度に比較できるのが便利です。

Bingでは、①会話スタイルの変更や、②WEBサイト参照ができる



Bardでは、⑤回答を3択から選択できる



⑥画像認識・音声認識・画像生成

BingやBardには、画像や音声を認識する技術や、画像を生成する技術が次々に追加されています。今後注目です。

有料版ChatGPTの魅力



有料版「ChatGPT Plus」に加入することで、より精度の高い**GPT-4**が使えるほか、**様々な追加機能**を試すことができます。今はβ版（実験版）ですが、未来を先取りできるワクワク感を味わうことができます。

※使い方：有料版の「ChatGPT Plus」に加入。ChatGPT画面左下の「Setting」から各種機能を有効にしてください。今は動作が不安定です。

ChatGPT プラグイン

2023年5月登場した**ChatGPTプラグイン**は、ChatGPTに様々な**機能を追加**することができます。

例えば、Wolframというプラグインを有効にすることで、ChatGPT上でグラフが描けるようになります。アイデア、プロンプト、拡張機能の組み合わせ次第で、活用法が無限に広がります。



中村おススメのプラグイン

- WebPilot**・・・特定のWEBサイトを参照します。シンプルですが超強力。**中村おススメの最強プラグインです。**
- Link Reader**・・・WebPilotとほぼ同様の機能です。
- VoxScript**・・・YouTube動画を検索したり、動画内容を文字起こしして分析することができます。こちらも便利。
- HeyGen**・・・ChatGPTで指示するだけで、解説動画を作ることができます。動画製作に革命が起きそうです。

※初めてプラグインを使用する時は、使いたいプラグインを検索してインストールします。プラグインは、最大3つまで同時に使用できます。

ChatGPT コードインタープリター

2023年7月に登場した**Code interpreter**（コードインタープリター）を使うことで、ファイルのアップロードや出力、簡単なプログラムを実行することができます。この技術は『**人間の言語とコンピュータ言語の融合**』と呼ばれ、プログラミングの知識がなくても、日本語でコンピュータに指示を出せるようになりました。革命的！



- | | |
|----------------|--------------|
| できることの例 | |
| • ExcelやPDFを分析 | • 画像の分析 |
| • グラフやチャートの作成 | • 簡単な画像編集 |
| • パワーポイントの作成 | • 簡単な動画編集 など |

文章だけで簡単な動画編集ができちゃいました！これはすごい！
<https://www.youtube.com/shorts/KaYlHH8729s>

ChatGPT カスタムインストラクション

※2023年8月追記 本機能は無料版ユーザーも使えるようになりました。

2023年7月に登場した**Custom instructions**（カスタムインストラクション）は、ChatGPTに**役割**を与えたり、会話のベースとなる**前提条件**を与える補助機能です。言ってみれば、「**ChatGPTを社員にする**」ようなイメージ。わざわざ自己紹介や説明をしなくても、「いつも通りよろしく！」と伝えるだけで、希望の回答が出るようになります。OpenAI社は、この機能を「**AIパーソナルアシスタントの第一歩**」と呼んでおり、今後は自分専用のAIが仕事をサポートしてくれるようになるでしょう。

ChatGPTを連携する

ChatGPTは簡単に連携できる

ChatGPTは、「API※」という技術により、他のアプリやソフトと簡単に連携できます。

例えば、LINEと連携することで、LINE上でChatGPTを動かせるようになります。2023年3月にChatGPTのAPIが公開されてから、ものすごい勢いで新しいサービスが開発され、あらゆるソフトにChatGPTが組み込まれるようになりました。

※APIとは、Application Programming Interfaceの略で、プログラムとプログラムをつなぐ「橋」のような機能を持っています。

一例として、**YouTubeとChatGPTを連携**したサービスを紹介します。なんと、YouTubeと連携すれば、**動画の文字起こし**が可能になり、**要約**だって簡単にできるのです。これにより、長い動画の内容を短時間で把握したり、海外の動画を翻訳して読むことも可能になりました。※

※使い方は超簡単。Google Chromeで「YouTubeDigest」と検索し、拡張機能をインストールするだけ。無料ですぐに使えます。



Googleスプレッドシートで作業が爆速に！ 中級

Googleスプレッドシートは、Excelと同じ表計算ソフトです。ChatGPTと連携させると、セルの中でChatGPTの回答を出力できるようになります。これを使えば、**複数の回答を一度に出力でき、人間ではありえない速度で作業を進めることができます。**

例えば私の場合、**アイデア出しが約20倍にスピードアップしました。**この技術は、働き方を大きく変える可能性を秘めています。



今後、ほぼ全てのアプリ・ソフトがAIになる！？

2023年、アプリやソフトにもものすごい勢いでAI機能が追加されています。今後は、Wordのような文章ソフトを始めとして、表計算ソフト、メール、WEB会議ツール、カメラ、スライド、音楽ソフト、動画ソフト、会計ソフトなど、**ほぼ全てのアプリやソフトが「AI化」**するでしょう。これからは、社会のルールも、働き方も、AIを前提にしたものに変えていかなければなりません。

その他のA I

①特化型A I

便利なChatGPTですが、「専門領域に弱い」「特定の用途には使いにくい」という弱点を抱えています。そこで登場するのが「**専門に特化したA I**」です。

例えば、司法に特化した「A I弁護士」や、英会話に特化した「A I英会話」などのサービスが次々に登場しています。今後は、司法・医療・教育など、様々な分野で特化型A Iが誕生し、ビジネスを大きく変えるでしょう。**自分の分野の特化型A Iには、特に注意を払っていきましょう。**



②音声系A I

ChatGPTだけでなく、音声系のA Iも非常に注目を集めています。音声をテキストに変換する「**文字起こし**」を使えば、会議の議事録を自動で作成することができます。さらに、ChatGPTなどのA Iと連動させることで、議事録を**自動で要約**することもできるのです。

逆に、**テキストから音声を作る**ことも可能です。これを応用すれば、A Iによるナレーションや動画製作、A Iアバターの作成もできます。



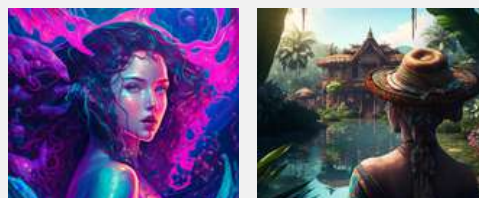
③画像系A I

2022年に登場した高精度の画像生成A Iは、多くの人を魅了しました。※しかし、芸術的な「アート系」の画像は、確かに美しいものの、ビジネスに活用するのは困難でした。

※Midjourney (ミッドジャーニー) や Stable Diffusion (ステーブル・ディフュージョン) が有名です。

2023年は、「**ビジネス系**」の画像生成A Iが注目されています。ロゴ・プレゼン資料・WEBサイト・アプリ・服飾デザイン・3Dデザインなど、ビジネス現場で使われる「**商業デザイン**」をA Iで作ることが可能です。今後は、ビジネス現場で使える画像A Iや動画A Iが、次々と登場するでしょう。

2022年はアート系のA Iが話題に



2023年はビジネス系の画像A Iが注目



AIで変わるビジネス

主に変わるのはパソコン作業

よく「AIが仕事を奪う」と言いますが、全ての仕事が影響を受けるわけではありません。

簡単に言うと、現在話題になっている生成AIは、「**パソコン作業**」には大きな影響を与えますが、「**肉体労働**」に与える影響は小さいでしょう。^{※1,2}

例えば、「保育」のような人の温かさが必要な仕事や、「引越し」のような複雑な肉体労働は、機械による影響を受けにくいとされています。



※1【参考資料】 T. Eloundou et. al. GPTs are GPTs: An Early Look at the Labor Market Impact Potential of Large Language Models (2023)
※2【参考資料】 渡邊 正裕 「10年後に食える仕事 食えない仕事: AI、ロボット化で変わる職のカたち」 東洋経済新報社 (2020)

真っ先に影響を受けたのは、ライター・エンジニア

AIは、①文章（コード）→②画像→③動画という順番で普及すると予想されています。^{※3}

このため、現在最も影響を受けているのは、文章を書く**ライター**と、コードを書く**エンジニア**です。数年以内に、画像や動画を扱う**クリエイター**にも影響が及ぶと言われています。

AIが普及する順番



※3【参考資料】 Generative AI: A Creative New World - Sequoia Capital

AIによる破壊的イノベーションとゴールドラッシュ

新しい技術が既存の技術や産業を破壊することを、「**破壊的イノベーション**」といいます。例えば、「スマートフォン」の登場で、「カメラ」や「音楽プレイヤー」は大きな影響を受けました。では、生成AIはどんな産業を破壊するのでしょうか？変化に注目し、備えておかなければなりません。

また同時に、AIは多くのビジネスチャンス「**ゴールドラッシュ**」を生み出します。ぜひあなたも、これから伸びるビジネスを探り、チャンスを掴んでいきましょう。



▶ 生成AIで稼げなくなるビジネスとは？
～破壊的イノベーションに備えよう～

<https://youtu.be/RHUXJadifAw>



▶ 生成AIでビジネスチャンスが到来！？
～ゴールドラッシュに乗り遅れるな！～

<https://youtu.be/O5P40MsZjgQ>

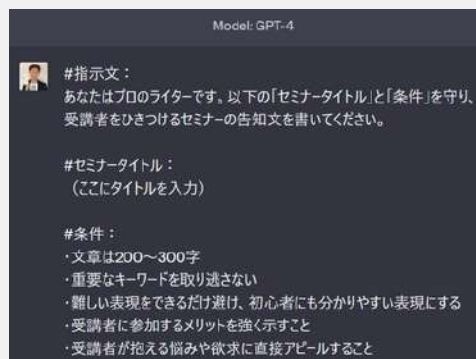


A Iで作業効率が超アップ！

ChatGPTを始めとしたA Iによって、様々な**作業の効率化**が期待できます。

例えば私の場合、セミナーの告知文を書く時に、ChatGPTに図のような命令（プロンプト）を与えています。これにより、**セミナーの文章作成スピードが約2倍**になりました。

その他にも、文章の添削、報告書の作成、動画製作、リサーチ、テストの採点など、様々な作業を効率化できます。ぜひ自分の業務で試してみてください。



A I×専門性の掛け算

私はここまでA Iを触ってみて、「A Iに詳しいだけではダメだ」と感じました。いくらA Iに詳しくても、それを活かす力が無ければ宝の持ち腐れです。

そこで、「**A Iの力を、自分の専門性と掛け合わせる**」という発想はどうでしょう？

実際に私の場合、「A I×講演」という2つのスキルを掛け合わせることで、独自の強みを作っています。あなたはどうか考えますか？



A I導入で企業の期待が高まる！？

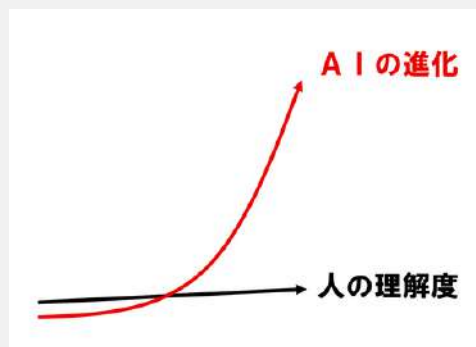
いま、「**A Iを積極的に導入する企業は、期待が高まり、企業価値が向上する**」という現象が起きています。例えばnote株式会社は、A I技術を活用したサービス発表により、株価が1.6倍に上昇しました。今後、「A Iが当たり前の社会」になればなるほど、企業はA Iに対する取り組み姿勢を問われるでしょう。

A I導入と同時に、A Iリテラシーを上げよう！

これから、A Iは爆発的に進化していきます。

ある予測によれば、今の人間の知能を「1」とすると、**10年後のA Iの知能は「1,000,000」**になるそうです。魚の知能が「0.0001」程度なので、それ以上の差になるわけですね。

今後は、A Iの進化が早すぎて、使う側の人間の理解度が追い付かなくなります。せっかくA Iを導入しても、使いこなせない組織がどんどん増えてしまうわけです。



ですから、「むやみにA Iを導入する」のはオススメできません。近年、**D X (デジタル・トランスフォーメーション)**に取り組む企業がとて増えています。しかし、「よく理解しないままツールを導入し、失敗する」ケースが後を絶ちません。A Iも同様に、まずは研修や実験を通じて、基礎理解を深めていきましょう。

AIのリスク対策

様々なリスクと混乱

便利なAIですが、**様々なリスク**があります。特に代表的なものは次の3つです。

①情報漏洩



韓国企業サムスンでは、ChatGPTを使用したことで、機密情報が流出してしまいました。個人情報・機密情報の管理が大きな障壁となっています。

②著作権侵害



AIで生成したものが、知らず知らずのうちに著作権等を侵害してしまうケースもあります。特に、社外への公開は慎重に行いましょう。

③フェイク情報



AIによる偽情報（フェイク情報）の増加が心配されています。2022年9月にはSNS上で洪水のデマ画像が流れ、大きな問題になりました。

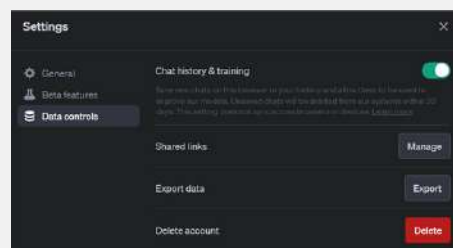
そのほか、犯罪の巧妙化、労働問題、子どもの思考力の低下などが懸念されています。

代表的なリスク対策法3選

大企業や行政、教育機関や金融機関では、**AIのリスク対策**が非常に注目されており、多くの組織で独自の**AIガイドライン**が作られています。ここでは、代表的なリスク対策法を3つ紹介します。

- ①（ツール選びの時）**安全なAI**を使う
- ②（入力する時）個人情報や機密情報を**入力しない**
- ③（公開する時）著作権等の侵害がないか**複数人でチェック**

例えばChatGPTは、設定画面で「Chat history & training」をオフにすることで、安全性が高くなります。



さらに安全性を高めたい場合は、社内独自でデータを管理できるツール導入なども必要でしょう。 ※Microsoft Azure OpenAIなど

リスクを怖れることが、実は最大のリスク！？

これまで多くの組織を支援しましたが、リスクを恐れて動けない組織が想像以上に多いことが分かりました。

しかし私は、**リスクを恐れる気持ちこそが、実は最大のリスクではないか？**と考えています。例えるなら、銃や航空機で戦えるようになったのに、「剣や槍で戦った方が安全だ」と言っているようなものです。過度にリスクを恐れず、ぜひチャレンジして欲しいと思います。



自社専用AIを作りますか？

ここ最近、大きく注目されているのが**自社専用のAIアシスタント**！今回は、AI開発に関わる「スマホサポートしずおかの高橋史郎」先生と対談しました。

■ 自社専用AIアシスタントとは？

中村 「最近、『自社専用のAIアシスタント』が大きく注目されていますね。どのようにお考えですか？」

高橋 「これからの時代、AIが仕事をどんどんサポートしてくれるのは間違いないと思います。MicrosoftがAIを『コパイロット（副操縦士）』と呼ぶように、企業においても専用のAIが一員として存在する時代が来ていると感じます。」

中村 「まさに、**AI社員・AI秘書**が誕生するイメージですね。しかも、**ChatGPTをベースに開発できるのは魅力的です**」

高橋 「はい、優秀なChatGPTに**自社データを与えて強化したり、特定業務に特化させる**ことで、自社専用のAIアシスタントが作れます。中村さんも、実際に作ってみた経験があるとか？」

中村 「はい。私も、創業支援を超速サポートする、『AIコンサルタントとうーしや君』を作ってみました。事業分析のスピードを私自身と勝負したところ、4,156倍速で事業分析をしてくれました！完敗です（笑）」

高橋 「4,156倍速！？圧倒的ですね！」

中村 「いや、ほんとすごいです…。ところで、『ChatGPTに、個人情報などの自社データを与えて使いたい』という声も多いのですが、セキュリティは大丈夫なんでしょうか？」

高橋 「通常のChatGPTに個人情報を入力するのはNGです。しかし、大手のサービスを使ってデータをガードしてあげれば、**セキュリティの問題は解決できます**」



静岡ChatGPT勉強会で登壇する
中村俊也（中央左）と高橋史郎さん（中央右）



実際に、AIアシスタントの作成の挑戦中！

■ AIアシスタントで期待される効果

中村 「具体的に、自社専用のAIアシスタントが誕生すると、どんなことができるとお考えですか？」

高橋 「代表的なところで言えば、
①自社専用の**AIチャットボット**を作って、顧客対応や社内マニュアルの参照を効率化する
②自社専用の**執筆サポートAI**を作って、ブログやSNS、報告書の作成をサポートする
こんなことができますね！」

中村 「なるほど、これは、**業務の効率化や人件費削減**、さらには**新しい価値の創造**も期待できそうです」

高橋 「具体的には、以下のような悩みをお持ちの方には、かなりお力になれると思います。

- ①事務作業に時間を取られる中小企業の経営者
- ②社内DX推進者
- ③リサーチ・文書作成・情報発信を効率化したい方
- ④人材採用・育成でお悩みの方」

中村 「いや～、これはめっちゃめっちゃ楽しみです！これからの時代、自社専用のAIアシスタントはどんどん普及するでしょう。皆様も、作ってみたい方がいたら、ぜひ一度お声掛けください！」

生成AI・ChatGPTを導入し、業績アップ、業務効率化を目指したい企業様へ

AI活用力を爆発的に上げる

ChatGPT パワーアップ講座



AI時代の到来に向けて、まずは基礎理解を深めませんか？

便利なAIが世界を変えると期待されていますが、情報が溢れ、正しく理解・活用できていない人がほとんどです。そのような中で、それらの最新ツールを「きちんと」使いこなし、「効率的に、お金をかけずに、スピーディー」に活用できたらいいなと思いませんか？

そこで、生成AI・ChatGPTの魅力を初心者でも楽々と学べる勉強会・研修会をご案内します。基礎的な理解から、社内での活用法の模索まで、「AI導入の第一歩」としてご検討ください。

詳細・お申込み・お問合せはこちら▶



<https://learningc.jp/ai/>

公式LINEご登録で

生成AI・ChatGPTハンドブック 電子版を無料プレゼント！

(随時更新中)

※内容は予告なく変更になる場合があります



2023年5月発行
Vol. 1

価格：無料



2023年6月発行
ChatGPT活用編

価格：880円



2023年7月発行
Vol. 2

価格：880円



2023年8月発行
AIツール編

価格：550円

発行者：静岡ChatGPT勉強会 代表 中村俊也
HP： <https://learningc.jp/ai/> E-mail： nakamura@learningc.jp

LINE登録はこちら▶



<https://lin.ee/cVQmQIT>