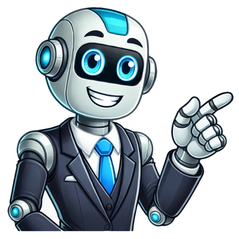
I'm not a bot



OpenAI社が開発・提供する対話型AIサービス、ChatGPT (チャットGPT) 。2024年8月時点のアクティブユーザー数は2億人を突破しており、大学生にも浸透し始めています。 この記事では、ChatGPTの概要や始め方、ChatGPTを使ってできること、大学生向けの効果的な使い方などをご紹介します。 ChatGPTに関して使い方をより学びたい人は、以下の動画講座も併せて参考にしてみてください。 My CareerStudyの動画講座ではアカウント登録をすることで誰でも無料で社会で役立つ知識やスキルを身につけることができます。 ChatGPT (チャットGPT) は、ユーザーが入力した質問に対し、自然な会話形式でAIが回答してくれるツールです。 ChatGPTは米国サンフランシスコのOpenAIが開発したGPTという言語に基づいています。このモデルはインターネット上の膨大な情報を学習しており、複雑な表現も理解することができます。簡単な質問に回答してくれるだけでなく、文章の要約や英文の翻訳などさまざまな用途に利用されており、ビジネスの場での活用も模索されています。 基本的に無料で利用でき、アカウント登録をすればAIと会話を始められます。 ここからは、パソコン版とスマートフォンアプリ版に分けてChatGPTの始め方を解説します。 ChatGPTをパソコンで操作する際、システムをインストールするなど特別な手続きは必要ありません。アカウント登録さえ完了すればすぐに利用できます。 アカウント作成の手順は以下のとおりです。 1.公式サイト (⿻にアクセス 2.「Sign UP」を選択してアカウント登録 登録後にログインすれば、すぐに無料版 (2025年1月時点ではGPT-4o mini) を利用できます。また、有料版を契約すればより高度なモデルを利用できるようになります。 ChatGPTにはスマートフォンアプリ版もあり、iOSの場合はApp Storeから、Androidの場合はGoogle Playから「ChatGPT」と検索しインストールします。 アプリを起動するとログイン画面が表示されるため、パソコン版と同じくアカウント作成とログインをすれば利用可能です。 TODOはしなければならないことを書き出したリストであるのに対し、タスクでは各TODOがいつまでに完了するのかを明確にします。 続いて、ChatGPTがどのように活用できるかをご紹介します。 ChatGPTでは、AIに指示 (プロンプト) をすることで効率的に文章を作成できます。 例えば、上記の画像のように記事のテキストを作成する場合や、メール文や資料・レポートの説明文の表現を整えてもらいたい場合に活用するとよいでしょう。 また、文章の日本語や英語への翻訳、誤字脱字の確認や文章の校正・校閲なども得意です。そのため、長い文章でもChatGPTを活用することで効率的にチェックができるようになります。 ただし、ChatGPTの出力するテキストには誤りや不自然な表現が含まれている可能性もあるため、自分でも読んだうえで参考にするとよいでしょう。 ChatGPTは文章を要約したい場合にも利用可能です。 特定の文章を要約するように指示を出すことで、簡潔でわかりやすくまとめてくれます。指示を出す際に「100文字でまとめてください」「初心者にもわかりやすい表現で要約してください」など細かく条件を伝えることで、より希望に沿ったものを出力してくれます。 ただし、ChatGPTには文字数制限があるため、うまく回答を得られない場合は適宜文章を分けるなどして対応しましょう。 ChatGPTは、アイデア出しのサポートツールとしても利用できます。 例えば広告のキャッチフレーズのアイデアが思い浮かばないとき、ChatGPTに聞けば有効なアイデアを出してくれる可能性があります。また、大学のサークルでイベントを企画する際にイベント内容の案を出してもらいたい場合にも活用できるでしょう。 漠然とした質問でも具体的なアイデアを回答してくれるため、このように企画に悩む場面などで活躍してくれるでしょう。いったん仮の案を出してもらうことで、そこからよりよい新たなアイデアが生まれることもあるかもしれません。 ChatGPTにデータの整理・集計をサポートしてもらうことも活用方法の一つです。 例えば、以下のようなケースが考えられます。 複数のデータをカテゴリごとにグループ化したい 複数のデータセットを1つのデータに結合したい 平均値や中央値などの基本統計を計算したい また、データの集計や整理に加えて「表でまとめてください」のようにフォーマットを指示することも可能です。ただし、ChatGPTの集計結果が必ずしも合っているとは限らないため、自身でも結果を確認したうえで活用しましょう。 実装したい機能などを言語化してChatGPTに入力すれば、内容に応じたコードが出力されます。コーディングの作業が効率化され、短時間でプログラムを組むことが可能になります。 ただし、ChatGPTが生成したコードの回答精度にはムラが出る可能性があります。インターネット上のデータをもとに回答を出力する仕組みの関係上、情報源に間違いがあった場合、回答内容に影響するためです。そのため、ChatGPTの回答をそのまま実装するだけではなく、正常に動くかテストすることも必要です。 ChatGPTでできることを踏まえ、ここからは大学生活や就職活動での効果的な使い方を解説します。 まずは、大学生活での活用方法について見ていきましょう。 レポート作成をすべてChatGPTで完結するのはNGですが、作業の一部をサポートしてもらう形で利用するのは有効です。 例えば、以下のような作業をChatGPTにサポートしてもらうとよいでしょう。 レポートの骨組み (アウトライン) の作成 レポートに使う参考文献の要約 作成したレポートの校正 大学の課題レポートでは、資料探しや参考文献の読み込みに苦労することがあります。そうした作業をChatGPTに任せることで、自分の理解が合っているのか、どこが資料の要点なのかを把握しやすくなります。 また、どうしても難しい場合はレポートの骨組み (アウトライン) のアイデアを出してもらうのもよいでしょう。さらに、レポート作成後に誤字脱字などの校正や内容の校閲をさせることで、レポートのブラッシュアップと質の向上につながります。 レポートの書き方やコツは、My CareerStudyの以下の講座で詳しく解説しています。 また、以下の記事でもレポートの書き出しやまとめるコツをご紹介しています。ぜひご覧ください。 ChatGPTは語学学習の練習相手としても利用できます。 自分が書いた文章が文法的に間違っていないかを添削してもらったり、間違っている箇所をどのように修正すればよいのか代替案を出してもらったりすることで、語学スキルの向上が期待できます。添削の結果にムラが生じることはありますが、添削作業をAIで完結できるのは大きなメリットです。 ChatGPTは、授業で勉強した内容を復習する際にも利用できます。 復習したい教科や分野を入力すれば、AIが自動的に復習問題や練習問題を出してくれます。それらの問題の解答を出力させることも可能です。 また、復習しているなかで浮かんだ疑問やそれに対する自分の考えをChatGPTに確認してもらうという活用方法もあります。そのうえで、教授にその疑問や自分の考えが正しいかを確認することで効率的に復習できるでしょう。 次に、就職活動での活用方法について見ていきましょう。 ChatGPTは、自己分析をする際のコーチング相手として利用できます。 例えば自己分析では、自分の今までの経験や努力したこと、過去に掲げた目標などを洗い出して「自分史」を作ることがあります。その際に、自分史のフォーマット作成をChatGPTに依頼してみましょう。 一例として「私にさまざまな質問をして、私の自分史を作成してください」「質問が終了したら表形式でまとめてください」と指示を出すと、「小学生時代に興味があった分野・教科は何ですか？」「小学生時代の印象的なできごとは何ですか？」などの質問をしてくれます。 最後には、自己分析の資料として活用できるよう質問と回答を表にまとめてくれます。 また、自分の学生生活やアルバイト、サークルなどのエピソードをChatGPTに入力して、「このエピソードから読み取れる私の強みと弱みを5個ずつ挙げてください」と指示を出すと、自分の強みや弱みを言語化してくれます。強みや弱みは言語化するのが難しいと感じる人も多いため、試してみるとよいでしょう。 自己分析の進め方や、ChatGPTを活用して自己分析をおこなう際のポイントについて知りたい人は、My CareerStudyの以下の講座もぜひ参考にしてください。 エントリーシートの作成をChatGPTにサポートしてもよいでしょう。 自己PRや志望動機、ガクチカ (学生時代に力を入れたこと) で自分が伝えたい内容を入力したうえで、より魅力的にするにはどうすればよいかをChatGPTに質問してブラッシュアップしていきます。 ただし、ChatGPTは内容が一般的かつ似通ったものになりやすい傾向があります。文章案はあくまでも参考として、最終的な文章は自分で手を加えて作成するとよいでしょう。 My CareerStudyでは、以下の講座でエントリーシートの基礎や書き方、ChatGPTを使ってエントリーシートを作成する際のポイントを詳しくご紹介しています。ぜひご覧ください。 企業研究での情報収集にもChatGPTは活用できます。 応募先の企業の事業内容や商品・サービスの特徴、社風などを表にまとめてもらえば、他の企業との比較・分析に活用できます。その際、企業が公開しているサービス資料なども参考に入力するとよいでしょう。 My CareerStudyでは、以下の講座で企業研究の基礎を詳しくご紹介しています。ぜひご覧ください。 インターンシップ・仕事体験へ参加する場合や面接を受ける場合は人事担当者とメールでやり取りすることもあります。そのメールの作成や添削にもChatGPTが役に立ちます。 まずは自分でメールを作成したうえで、以下のようなポイントをChatGPTに確認してみましょう。 誤字・脱字はないか 尊敬語・謙譲語は正しく使われているか 文章の構成で改善点はないか 言葉の使い方が適切で読みやすい構成のメールを作成することで、人事担当者に好印象を与えられるでしょう。ChatGPTを活用しつつ、自分が伝えたいことを人事担当者に適切に伝えられるようにブラッシュアップしましょう。 ChatGPTは便利なツールですが、利用するうえで知っておきたい注意点もあります。ここでは、4つのポイントをご紹介します。 ChatGPTの回答は常に正しいわけではなく、ときには間違った回答が生成されることもあります。人名や年号、企業名、商品名など就職活動でも特に重要な情報が古かったり、間違っていたりすることがあるかもしれません。 また、参照するインターネットの情報がそもそも間違っている場合、ChatGPTの回答にも間違いが生じてしまう可能性があります。回答の正確性を担保するためにも、正しい情報ソースを自分で確認する必要があります。 ChatGPTの欠点として、最新の情報に対応していない点が挙げられます。実際、ChatGPTの公式サイトには以下のような記載があります。 The knowledge cutoff for GPT-4o models is October, 2023. The knowledge cutoff for GPT-4o-mini models is October, 2023. The knowledge cutoff for o1 and o1-mini models is October, 2023. The knowledge cutoff for GPT-4o Realtime models is October, 2023. The knowledge cutoff for GPT-4o Audio models is October, 2023. The knowledge cutoff for the latest GPT-4 Turbo version is December, 2023. 出典：OpenAI公式ホームページ 2025年1月時点でのChatGPTの回答には2024年以降の情報は反映されません。2024年以降の最新情報を収集したい場合はChatGPTを利用せず自力で調査したほうが正確な情報を揃えられるでしょう。 ChatGPTは、質問に対して最適な回答をするように機械学習されていますが、質問の仕方次第で回答が変わる可能性があります。質問の言い回しによっては求めたものと異なる回答が表示されることもあるでしょう。 求めていた答えが返ってこない場合は、文章の表現を変えながら複数回質問してみましょう。 ChatGPTはパソコンにインストールして利用するのではなく、Webでアクセスして利用するツールです。 そのため、ハッキングなどの不正アクセスによってアカウント情報や個人情報が漏えいするリスクがあります。また、入力された情報がAIとの対話のなかで流出する可能性もあります。ChatGPTを利用する際は個人情報や大学・企業の内部情報などを入力しないほうがよいでしょう。 最後に、ChatGPTに関するよくある質問をピックアップしました。気になる内容があれば、ぜひ参考にしてみてください。 ChatGPTは基本的に無料で利用できますが、より高性能な有料プランを利用することも可能です。2024年1月現在のChatGPTの料金プランは以下のとおりとなっています。 プラン ChatGPT ChatGPT Plus ChatGPT Team ChatGPT Enterprise おすすめの人 ChatGPTを始めたばかりの人 分析や情報収集の生産性を向上させたい人 複数人でChatGPTを活用したい人 AIで労働力強化を目指すグローバル企業 月額費用 無料 月20ドル 月25ドル / 人 (年額課金) 月30ドル / 人 (月額課金) 要問合せ AIのモデル GPT-4o mini GPT-4、GPT-4o、GPT-4o mini GPT-4o mini、GPT-4、GPT-4oなど GPT-4、GPT-4o、GPT-4o miniなど 出典：OpenAI「ChatGPT価格設定」 そのため、ハッキングなどの不正アクセスによってアカウント情報や個人情報が漏えいするリスクがあります。また、入力された情報がAIとの対話のなかで流出する可能性もあります。ChatGPTを利用する際は個人情報や大学・企業の内部情報などを入力しないほうがよいでしょう。 ChatGPTにはいくつかのバージョンがあります。 GPT3.5はかつて無料版として採用されていたバージョンで、2025年1月現在はGPT-4o miniに切り替わっています。GPT4は3.5のアップグレード版で、テキストだけでなく画像の生成やより正確な回答、長い文章の出力などが可能です。GPT4oはGPT4の改良版であり、画像処理や音声認識の性能がさらに向上しています。 ChatGPTは、テキストフォームに質問するだけでAIから回答が得られる、シンプルな操作性が特徴のツールです。情報収集や学習支援、資料・レポートの骨組みの作成など大学生にとってもさまざまな場面で利用できるでしょう。 ただし出力される回答に間違いがあったり、質問の仕方によって回答の内容が変わったりする場合があります。また、汎用的で類似した文章が量産されるなどの課題もあり、作業のすべてをChatGPTに置き換えることはできないのが現状です。ここでご紹介したメリットとデメリットを把握したうえで活用方法を考えてみましょう。 My CareerStudyでは、ChatGPTの活用術に関する講座をご用意しています。ぜひご覧ください。 近年、急速に注目を集めている「ChatGPT」は、OpenAIが開発した対話型AIです。 まるで人と会話しているかのような自然なやりとりができ、調べものから文章作成、アイデア出しまで幅広く活用されています。 ビジネスや教育の現場でも導入が進み、効率化や創造性の向上に貢献している点も魅力のひとつです。 本記事では、ChatGPTの基本的な仕組みや使い方、できること、さらには実際の活用事例や利用時の注意点まで、わかりやすく解説していきます。 ChatGPTとはChatGPTとは、アメリカのOpenAI社が開発した対話型のAIチャットサービスです。質問に対する回答や、文章の作成、要約、翻訳、プログラミングコードの生成など、幅広い用途に対応しています。人間と会話しているかのような自然な文章を生成できるのが特徴です。 GPTとは「Generative Pre-trained Transformer」の略で、膨大なデータをもとに事前学習されたモデルを活用し、高精度なテキスト生成を実現しています。ビジネスから教育まで、さまざまな場面で活用が進んでいます。 ChatGPTの仕組み ChatGPTは、OpenAI社が開発した言語モデル「GPT (Generative Pre-trained Transformer) 」を基盤とする対話型AIです。 その仕組みは、まず入力された文章を単語や単語のかたまり (トークン) に分解し、それぞれの関連性を膨大なテキストデータをもとに解析します。次に、その文脈から最も自然と思われる単語を予測し、順に文章を組み立てていくことで、流れのある自然な応答を実現しています。 GPTはすでに学習済みのモデルであるため、ユーザーは新たな学習を行うことなく、高度な言語処理を手軽に利用することができます。 ChatGPTの基本的な使い方 ChatGPTは、直感的な操作で誰でも簡単に使い始められるAIチャットサービスです。基本的には、専用のウェブサイトやアプリにアクセスし、質問や指示を入力するだけで、自然な回答が返ってきます。ここでは、初めての方でも迷わず利用できるよう、ChatGPTの基本的な使い方をわかりやすく解説します。 1. ChatGPTにログインする ChatGPTを利用するには、まず公式サイトまたは専用アプリにアクセスし、ログインを行います。ログイン方法は、事前に登録したメールアドレスとパスワードを入力する方法のほか、Google、Microsoft、Appleなどの外部アカウントを使って簡単に行うことも可能です。 まだアカウントを持っていない場合でも、数分で無料登録ができるので安心です。ログイン後は、画面に表示される入力欄に文章を打ち込むだけで、すぐに会話を始められます。 2. 質問したいことを入力して送信する ChatGPTにログインしたら、画面下部の入力欄に質問や指示を入力して送信するだけで利用可能です。たとえば「○○について教えてください」や「○○について考えてください」といった形式で質問すれば、AIが丁寧に回答してくれます。 会話形式で進めたい場合は、まず「こんにちは」などの挨拶から始めると、より自然なやりとりが可能になります。人力は日本語でも問題なく、初心者でも気軽に使えるのが魅力です。 3. 生成された返答をもとに会話を進める ChatGPTから返ってきた回答が、自分のイメージと少し違うと感じた場合は、遠慮せずに追加の指示や修正点を伝えましょう。「もっと簡単に説明して」「別の例を挙げて」などと依頼すれば、より希望に近い内容を生成してくれます。 最初の回答が完璧でなくても、対話を重ねることで徐々に理想の回答に近づけていくのが基本的な使い方です。 このように、ChatGPTとは一方通行ではなく、やりとりを通じて活用するAIなのです。 ChatGPTでできること ChatGPTは、文章作成から プログラミング・コーディング、 画像生成、翻訳まで、さまざまなシーンで活用できるAIツールです。アイデア出しやメールの文章考案など、ビジネスに役立つ多彩な機能を備えています。 ここでは、ChatGPTで実際にどのようなことができるのかを具体的にご紹介します。 資料作成 ChatGPTは、伝えたい内容や掲載したい項目、用途などを指示することで、資料作成にも活用できます。たとえば「プレゼン用に○○についての概要を作ってほしい」「営業資料として使えるように構成を整えて」などと依頼すれば、目的に合った構成や文章を自動で生成してくれます。 修正や追加の指示にも柔軟に対応できるため、スムーズにクオリティの高い資料を作成できるのが大きな強みです。 ※KW「生成ai プロンプト コツ」の記事への内部リンクを設置" プログラミング・コーディング ChatGPTは、プログラミングやコーディングのサポートにも活用できます。たとえば「Pythonで○○を実装するコードを教えて」といった質問をすれば、目的に応じたサンプルコードを生成してくれます。 また、動作しないコードを入力すれば、エラーの原因や修正方法を教えてもらうことも可能です。複数の言語に対応しており、初心者でも安心して使えるため、学習から実務まで幅広いシーンで役立ちます。 文章の作成・校正 ChatGPTは、テーマや文字数、文体などの条件を指定することで、希望に沿った文章を作成してくれます。レポートやメール、ストーリーなど幅広いジャンルに対応しており、指示に忠実なアウトプットが可能です。 また、作成済みの文章を送れば、誤字脱字や文法ミス、表現の不自然さをチェックし、より読みやすく自然な文章へとブラッシュアップしてもらうこともできます。文章作成や校正の効率化に大いに役立ちます。 文章や資料の要約 ChatGPTは、長文の文章や資料を短時間で簡潔に要約することができます。要約したい内容を入力するだけで、重要なポイントを抽出してまとめてくれるため、レポートや議事録の確認作業が効率的になります。 また、「箇条書きで要約して」「○○文字以内でまとめて」など、書式や文字数の指定も可能です。ビジネスや学習の現場で、情報整理や内容把握を効率的にサポートする役割を果たします。 翻訳 ChatGPTは、高精度な翻訳機能を備えており、「英語に翻訳して」「フランス語でお願い」などと指示するだけで、瞬時に翻訳を行ってくれます。対応言語は英語や中国語はもちろん、韓国語、フランス語、ドイツ語など100以上に及び、日常会話からビジネスメールまで幅広く対応可能です。 自然な言い回しを得意としているため、翻訳結果も読みやすく、海外とのやり取りにも活用できます。 アイデア出し・企画考案の相談 ChatGPTは、アイデア出しや企画の相談にも役立ちます。「○○に関するアイデアを出して」「このテーマで記事の構成を考えてほしい」などと入力すれば、テンポよく対話を重ねながら、具体的で実用的な提案をしてくれます。 漠然とした悩みでも会話を通じて方向性が見えてくるため、ブレインストーミングや企画立案のサポート役としても活躍します。 表計算ソフトの関数の作成 ChatGPTは、Excelなどの表計算ソフトで使用する関数の作成にも役立ちます。「日付ごとの売上を合計したい」「条件に応じて分類したい」など目的を伝えるだけで、複雑な関数もわかりやすく生成してくれます。 関数の意味や使い方も丁寧に説明してくれるため、初心者でも安心して活用でき、作業効率の大幅な向上が期待できます。 メールの文章の考案 ChatGPTは、ビジネスや日常のシーンに合わせたメール文章の作成にも活用できます。送信先や伝えたい内容、トーンなどを伝えるだけで、目的に応じた丁寧な文章を自動で作ってくれます。 生成されたメール文は、必要な情報が揃っていれば、敬語が適切かどうかを最終確認することで、実用的な文章としてそのまま利用可能です。メール作成の時間短縮や言い回しの改善にも役立ちます。 炎上リスクの判断 SNS投稿や広報文などを公開する前に、ChatGPTに内容をチェックしてもらうことで、炎上リスクを事前に把握することができます。差別的な表現や誤解を招く言い回しが含まれていないかを確認でき、必要に応じて改善案も提案してもらえます。 投稿前の一手間で、企業や個人の信頼を守るリスク管理ツールとして活用可能です。 ChatGPTの活用事例 ChatGPTは、その柔軟な応答力と高い文章生成能力を活かし、個人利用にとどまらず、企業や教育機関など、さまざまな分野で活用が広がっています。 実際にどのような場面でChatGPTが活用されているのか、具体的な事例を紹介します。 社内向けAIとしてChatGPTを導入 | 伊藤忠商事 大手総合商社の伊藤忠商事は、業務の生産性向上を目的に、全社員約4,200人を対象にChatGPTの社内利用を本格展開しました。セキュリティ対策が万全な環境構築や、独自インターフェースの整備を行い、議事録作成や調査業務への活用を進めています。 今後は自社業務システムとの連携や独自プラグイン開発も視野に入れ、伊藤忠に特化した生成AIの構築を目指しています。生成AIを通じて、少人数で多様な事業を担う社員の負担軽減にもつなげていきたいとしています。 社内の幅広い業務のサポートにChatGPTを活用 | 大和証券株式会社 大和証券株式会社は、業務の効率化と新たな活用法の模索を目的に、全社員約9,000人を対象にChatGPTを導入しました。 マイクロソフト社のクラウドサービス「Azure」の、申請許可制のサービスである「Azure OpenAI Service」を通じてセキュアな環境を確保し、英語での情報収集や資料作成支援など、幅広い業務での効果が期待できるとして、ChatGPTを活用しています。 今後は、社員による実践的な利用を通じて、さらなる活用アイデアを創出し、業務改革や顧客対応力の向上を目指しています。 広告制作の時間を短縮 | GMOアドマーケティング GMOアドマーケティングは、広告クリエイティブ制作の属人化や時間的負担の課題を解決するために、2022年よりChatGPTを導入。広告のリサーチやコピー案の作成、画像・動画制作などに活用し、月130時間かかっていた作業時間を約35時間短縮することに成功しました。 生成内容は人の目で最終確認する独自体制を整備し、品質も担保しています。今後は広告効果の最大化とさらなるオペレーション改善に向け、AIの活用をより一層推進していく方針です。 ChatGPTと連携したチャットサービスを顧客サポートのため導入 | 株式会社東京ドーム 株式会社東京ドームは、電話問い合わせの負担軽減と業務効率化を目的に、ChatGPTと連携したAIチャットボット「SELFBOT」を法人向けサイトに導入しました。 独自のRAG技術により高精度な情報提供が可能となり、問い合わせ対応の工数削減と、従業員の負担軽減、顧客満足度の向上を実現しています。今後も、変化する社会や顧客のニーズに応じて柔軟に対応しながら進めていく予定とのことです。 ChatGPTが苦手としていること ChatGPTは多様な分野で活用されていますが、すべてが得意なわけではありません。便利さの裏には限界もあり、用途によっては注意が必要です。 ここでは、ChatGPTが苦手とする分野や誤解されがちなポイントを紹介し、活用時に意識すべき注意点について解説します。 複雑・抽象的な文章を理解すること ChatGPTは複雑で整理されていない文章や、抽象的な問いの理解が苦手です。質問文が長すぎたり、情報が混在していたりすると、意図をうまく汲み取れず、的外れな回答になることがあります。 逆に、簡潔すぎる抽象的な質問では、表面的で曖昧な返答になりがちです。正確な回答を得るためには、質問の目的や条件を明確に伝える工夫が求められます。 最新情報・マイナー情報の出力 ChatGPTは、最新情報やマイナーな情報の取り扱いが苦手です。新しいニュースや流行については、学習データに反映されていないため、正確な情報を出力できないことがあります。 また、マイナーな話題や専門性の高い分野では、情報自体が少なく、誤った内容を生成してしまうリスクもあります。信頼性が求められる場面では、他の情報源と併せて確認することが必要不可欠です。 ユーザーの感情の読み取り ChatGPTは、ユーザーの感情や意図を正確に読み取ることが難しいです。文章の裏にある微妙なニュアンスや感情の機微を捉えるのが難しく、時には質問の意図を取り違えたり、ズレた返答をしてしまうことがあります。 特に皮肉や冗談といった文脈の理解には限界があり、適切な反応が返ってこない場合もあります。そのため、感情に配慮が必要な場面では慎重な使い方が求められます。 独自性のあるアイデアを考える ChatGPTは過去のデータに基づいて学習しているため、完全に新しいアイデアや独自の発想を生み出すことは得意ではありません。生成されるアイデアは、既存の情報を組み合わせた結果として現れるため、非常に革新的なコンセプトや独自性の高い発想には限界があります。 たとえば、独創的なビジネスアイデアや芸術的な作品の制作においては、完全に新しいものを提案するのは難しく、出力される内容は既存の枠組みにとどまることが多いです。 ChatGPTのプランごとの料金を紹介！ ChatGPTには無料で使えるプランから、より高度な機能が使える有料プランまで、複数の利用プランが用意されています。それぞれのプランで利用できるモデルや機能が異なるため、自分の目的に合ったプランを選ぶことが大切です。 ここでは、各プランの特徴や料金、できることの違いをわかりやすく解説します。 無料版 ChatGPTの無料版では、最新モデルの一つである「GPT-4o mini」にアクセスできるほか、GPT-4oやその他の機能にも制限付きで利用可能です。リアルタイム検索を活用した情報取得や、カスタムGPTの利用、macOS版アプリでのコード編集にも対応しています。 ただし、ファイルのアップロードや画像生成、音声モードなどの機能には一部制限があります。日常的な用途であれば、無料でも十分に活用可能です。 Plus ChatGPTの「Plus」プランは、月額20ドルで利用できる個人向けの有料プランです。無料版の機能に加え、より高性能なGPT-4やGPT-4.5 (研究プレビュー版) へのアクセスが可能になります。 さらに、ファイルアップロード、画像生成、音声モードなどの機能も強化されており、プロジェクトやタスクの管理、カスタムGPTの作成にも対応可能です。創造性や生産性を高めたいユーザーにおすすめのプランです。 Pro ChatGPTの「Pro」プランは、月額200ドルで提供される最上位の個人向けプランです。Plusプランの全機能に加えて、すべてのリーズニングモデルやGPT-4oへの無制限アクセス、高度な音声モードや画面共有も無制限で利用できます。 さらに、Soraによる動画生成やOperatorの研究プレビュー版、o1プロモードによる高精度な応答にも対応しています。より専門的・高度なAI活用を求めるユーザーに最適なプランです。 Team Teamプランは、複数人での利用を想定したビジネス向けプランで、ユーザー1人あたり月額30ドル (年額契約なら25ドル) から利用可能です。Plusプランの全機能に加え、GPT-4oの高いメッセージ上限、複数の高度なAIモデルへのアクセス、Googleドライブとの連携などが特徴です。 さらに、チームで共有できるカスタムGPTや安全な管理者コンソールも搭載されており、業務効率化に役立ちます。データは学習から自動で除外されるため、組織内の情報が外部に流出して、新しい学習データとして取り込まれる心配が少なく、プライバシーが保護されるのでの安心です。 Enterprise ChatGPT Enterpriseは、大規模な業務ニーズに対応する法人向けプランです。GPT-4oや各種高度なモデルへの無制限アクセスに加え、大容量ファイル対応や長文処理が可能な拡張コンテキストウィンドウを提供しています。 SSOやドメイン認証、ユーザー管理など企業向けのセキュリティ機能も充実しているほか、データは学習から自動で除外され、コンプライアンスにも配慮しているのが特徴です。 料金は利用規模に応じて異なり、詳細は問い合わせが必要です。 ChatGPTの始め方 ChatGPTを使い始めるのは、とても簡単です。パソコンではブラウザから公式サイトにアクセスするだけで、スマートフォンでは専用アプリを使って手軽に始められます。 以下では、それぞれの方法について、初心者の方でもわかりやすく手順を解説します。 パソコン (ブラウザ版) で始める場合 パソコンでChatGPTを始める手順は、以下の4ステップです。 ChatGPTをパソコンで使い始めるには、まず公式サイトにアクセスし、画面右上の「登録 (Sign up) 」をクリックします。 メールアドレスやパスワード、名前、生年月日、電話番号などの基本情報を入力してください。 入力したメールアドレスには確認メールが届くので、「Verify email address」のリンクをクリックして認証を完了します。 SMSで届いたコードを入力すると登録が完了し、ログイン可能になります。 ログイン後は、画面上に表示される「ChatGPT」を選択することで、すぐにAIとのチャットが始められます。複雑な手順はなく、誰でも数分で始められるのが魅力です。 スマートフォンで始める場合 スマートフォンでChatGPTを始める手順は、以下の3ステップです。 まずアプリストアから「ChatGPT」アプリをダウンロードします。iPhoneをお使いの場合は、Apple Storeで、AndroidはGoogle Play Storeで「ChatGPT」を検索してください。正しいアプリを確認するために、開発者名がOpenAIであることを確認しましょう。 ダウンロードが完了したら、アプリを開き、画面に従って「アカウント作成」を選択し、メールアドレス、パスワード、名前などを入力します。 入力が終わったら、登録したメールアドレスに確認メールが届きますので、そのリンクをタップしてアカウントを有効化し、アプリに戻ってログインを完了させます。 ログイン後はすぐにChatGPTとの対話を楽しむことができます。 ChatGPTを使うときの注意点 ChatGPTを効果的に活用するためには、いくつかの注意点を理解しておくことが大切です。以下では、ChatGPTを安全かつ便利に利用するためのポイントを紹介します。 正確でない返答が生成される可能性がある ChatGPTは広範なデータに基づいて情報を提供しますが、必ずしも正確な回答をするわけではありません。学習データに含まれる誤った情報や古い情報が、生成された文章に反映されることがあります。特に技術的な質問や時事的な内容に関しては、更新されていない情報を提供する可能性があるため、正確性を確認することが重要です。 また、AIは時に「ハルシネーション」と呼ばれる根拠のない虚偽の回答を生成することもあります。必ず他の信頼できる情報源と照らし合わせて内容を確認しましょう。 不適切な表現を用いた返答が生成される可能性がある ChatGPTは、生成された回答に偏った意見や不適切な表現が含まれる可能性があるため、注意が必要です。特に、差別的な表現や誤解を招く内容が含まれる場合があり、そのまま使用することはリスクを伴います。 炎上を避けるためには、生成された文章が公序良俗に反していないか、他者への配慮が十分かを確認することが重要です。最終的には、人間の判断で内容をチェックし、倫理的に問題がないか慎重に見直すことが求められます。 著作権を侵害するものを生成するリスクがある ChatGPTはインターネット上の情報をもとに文章を生成するため、意図せず他者の著作物に類似した内容を生成してしまうリスクがあります。特に、企業や個人が公的なコンテンツを作成する際には、著作権侵害の問題が生じる可能性があるため注意が必要です。 著作権侵害を避けるために、生成された文章やコンテンツが既存の著作物に似ていないかを公開前に十分に調査し、必要に応じて編集・改変しましょう。 情報漏えいのリスクがある ChatGPTに入力した情報は、将来的に学習データとして利用される可能性があるため注意が必要です。意図せず他のユーザーへの回答に反映されるリスクもあり、個人情報や企業の機密情報などは絶対に入力すべきではありません。 特に業務利用の場合は、情報漏えいを防ぐために社内ガイドラインを設け、入力内容の制限や利用ルールを明確にしておくことが重要です。安全に活用するためには、情報管理への十分な配慮が欠かせません。 料金は米ドルで支払う ChatGPTの有料プランは米ドルでの支払いとなるため、日本円での請求額は為替レートの変動により変わる可能性があります。また、日本のクレジットカードを使用する場合、海外事務手数料や為替手数料が別途発生します。これらの追加費用を含めると、想定より高くなる場合もあるため注意が必要です。 有料版を契約する際は、利用頻度やコストパフォーマンスをよく考えたうえで検討しましょう。 ChatGPTを効果的に活用して業務効率化を目指そう 本記事では、ChatGPTの基本的な仕組みや使い方、実際の活用事例などを網羅的に解説しました。 業務の自動化や顧客対応の効率化、アイデア出しのサポートなど、ChatGPTは多岐にわたるシーンで活用可能です。特に、定型業務の軽減や迅速な情報提供ができるといったメリットは、多くの企業にとって大きな魅力となっています。 今後活用していく際は、セキュリティ面や運用体制の整備をしながら、自社に合った形で活用を進めることが重要です。ChatGPTをうまく取り入れ、働き方改革や業務効率の向上を実現させましょう。 こんにちは。スキルアップAI編集部です。リリースと同時に世界的な注目を集めたChatGPT。すでに仕事で使っている方もいれば、名前だけ聞いたことがあるという方もいると思います。 この記事では、ChatGPTに興味関心のあるあらゆる方向けに、ChatGPTの概要について徹底解説していきます。ChatGPTとは何かを紹介した上で、始め方・使い方やできること、活用事例、おすすめの機能を紹介します。 ChatGPTの機能や便利な使い方を知りたい方はぜひ参考にしてください。 また、スキルアップAIでは毎週無料で実践的AI勉強会「スキルアップAIキャンプ」を実施しています。AIやデータ分析を主なテーマとして扱っており、ChatGPTを活用する上で欠かせないプロンプトエンジニアリングなど、ChatGPTに関するテーマも取り扱っています。参加は無料なので、お気軽にご参加ください。 ChatGPTとは ChatGPTの利用料金 ChatGPTの始め方・ログイン方法 ChatGPTでできること ChatGPTができないこと ChatGPTを使ってみた例とポイント 政府や企業のChatGPT活用事例 ChatGPT登場以降の採用市場の動き ChatGPTの著作権・商用利用について ChatGPTのおすすめChrome拡張機能 ChatGPT以外のおすすめ生成AIサービス ChatGPTに関するおすすめの講座 ChatGPTに関するよくある質問 まとめ ChatGPTとは ChatGPTとは、2022年11月にOpenAI社がリリースした自然言語処理モデルです。 対話型の言語モデルを使用しているため、人間のように自然な会話形式で回答できるのが特徴です。また、大量のテキストデータを学習することで、精度の高いやり取りを可能にしています。 ChatGPTはリリース前から大きな注目を集め、リリース後5日間でユーザ数100万人、2ヶ月間でユーザ数1億人を突破しました。2023年9月現在では、ビジネスにおける活用も進み、多くの企業にChatGPTが導入されています。 OpenAI社は、イーロン・マスク氏らアメリカの企業家や投資家などによって、2015年に設立されました。以降、人工知能の研究・開発を行っています。 2018年にGPTがリリースされたのち、GPT-2、GPT-3を続々と発表しました。そして2022年11月、GPT-3.5にあたるChatGPTが発表され、2023年3月にはGPT-4も発表されました。 これまでも対話型生成AIは存在していましたが、ChatGPTは従来の対話型生成AIに比べて会話能力やタスク解決力が遥かに高いといわれています。 ChatGPTを利用する際の注意点 ChatGPTは非常に便利な反面、注意するべき点もいくつかあります。ChatGPTに限った話ではありませんが、以下の点に対して注意が必要です。 幻覚 誤った情報を本当の情報のように提示することがあり、このような現象を「幻覚」といいます。重要な判断に利用する際は人間によるチェックを徹底するようにしましょう。 バイアス 偏見や差別的な内容を含む回答を生成することがあり、このような回答を「バイアスを含む回答」といいます。どのような大規模言語モデル (LLM) を用いたとしても、バイアスを含む可能性はゼロにはならないため、センシティブな回答を利用する際は人間によるチェックが必要になります。 カットオフ ChatGPTは基本的に、大規模言語モデル (LLM) の学習データ期間よりも未来のことを回答できません。ChatGPTの言語モデルであるGPT-3.5やGPT-4は、2021年9月までのデータによって学習されています。ChatGPTは基本的にそれよりも未来のことを回答できないため、プロンプトに最新情報を加えるなどの工夫が必要です。 そのほか、ユーザがChatGPTに入力した情報は、ChatGPTに利用される可能性があるため、機密情報や個人情報をChatGPTに入力しないよう注意する必要があります。 以下の動画では、ChatGPTを仕事で利用する方に向けて、ChatGPTのリスクについて解説しています。また、企業が取るべき対策も紹介しているので、ぜひチェックしてみてください。 ChatGPTの利用料金 ChatGPTは、基本的に無料で利用できます。 ChatGPTの機能性を考えると、無料で利用できるのは驚きです。Google検索のように気軽に利用できます。 ChatGPT Plusの特徴や料金 ChatGPTには、ChatGPT Plusという有料のプランもあります。ChatGPT Plusにすることで、無料版にはない特典を利用できます。具体的には、以下の4つの特典があります。 GPT-4oを利用できる GPTsが使える サーバが混雑しても優先的に利用できる 最新の情報を得られる (※ChatGPT Plusを利用した場合) ChatGPT Plusの料金は月額20ドルで、クレジットカードでのみ決済可能です。 ChatGPTの始め方・ログイン方法 ここでは、ChatGPTの始め方をブラウザとアプリに分けて紹介します。 PC・スマホのブラウザで始める方法 PC・スマホのブラウザで始める方法は、次の通りです。 ChatGPTの公式サイトにアクセスする 「Sign up」を選択してアカウント登録に進む メールアドレスとパスワードを入力する メールアドレス宛にメールが届く 名前と生年月日を入力する 電話番号を入力する 届いたコードを入力する 届いたコードを入力して認証されたら、登録完了です。 アプリで始める方法 アプリで始める方法も、iPhoneとAndroidに分けて紹介します。 iPhoneでChatGPTのアプリを利用する場合は、AppStore

問への回答文章や長文生成などに対応します。DALL-E 3テキスト入力から高品質な画像を生成します。canvas文章作成や見出しのための専用ワークスペースです。Searchウェブ検索を会話に統合し、最新情報を提供します。Deep Research高度な検索・分析によって高精度なレポートを生成するエージェント機能です。タスクリマインダー機能でスケジュール管理を効率化できます。GPTs特定のタスクに特化したカスタムアプリケーションの作成・利用ができます。高度なデータ分析複雑なデータ分析やビジュアライゼーションが可能です。輸出指示AIの応答をユーザーの好みに合わせてカスタマイズできます。ファイルアップロードPDFや画像などのファイルを分析・処理します。ファイル出力分析結果やコンテンツ生成をファイルとして出力します。音声モード音声での対話が可能です。感情や話し方のニュアンスも理解できます。また、画像や画面を共有しながらの音声会話も可能です。 表にある機能を組み合わせることで、様々なタスクを効率的に行えるようになります。 なお、ChatGPTのタスク機能について詳しく知りたい方は、下記の記事を合わせてご確認ください。 ChatGPTの適用範囲は幅広く、その活用の可能性は無限にあります。ビジネスの現場で使うと、つい効率化に目が行きがちですが、ChatGPTの能力はそれだけにとどまりません。教育の場で活用したり、エンターテイメントの一部としても使用可能です。 ただ単に外国語を訳すだけでなく、文脈をしっかりと把握して自然な訳文を生成します。業界の専門用語や言い回しにも対応できるため、原文の意図をより忠実に翻訳することが可能です。 また、翻訳をするだけでなく、翻訳の結果を詳しく解説してくれるので、外国語学習に利用することもできます。 長めの文章を短くてシンプルな要約に変えることを得意としています。学術的な論文やビジネスに関するレポート、記事などの複雑なテキストでも、主要なポイントをキャッチしながら、分かりやすくまとめることが可能です。 要約の文字数を指定したり、特定の主題に焦点を設定して指示を出すこともできます。したがって、一つの文章であっても、さまざまなアプローチで要約することが可能です。 アイデア出しやブレインストーミングの強い味方となります。自分だけではなかなか創造的なアイデアが思い浮かばない状況は、誰でも経験があるはずです。先入観や主観が優先されてしまい、思考の幅が制限されがちな時ってありますよね。商品の企画や問題の解決法、イベントの構想など、多種多様なシーンで斬新な提案をしてくれます。 さらに、指定された要件や制約に従って複数の選択肢を示し、それぞれの長所や実現の可能性についても教えてくれます。 24時間いつでも話し相手になってくれます。そして、どんな話題でも会話を楽しめます。語学学習の練習相手として発音やフレーズの添削、ビジネスシーンを想定したロールプレイ、専門的な議論のディスカッションパートナーとしても活用できます。 「おはよう」や「今日は何をしよう」など、日常会話にもいいですね。「好きな人が出来たけど、どうしたらいい？」などの悩み相談もできますので、仕事以外の場面でもいろいろと話しかけてみるといいかもしれませんね。 ブログの投稿、SNSのメッセージ、電子メールの文面など、さまざまなトピックに合わせた文章作成を得意としています。例えば、「柔らかい口調で」「敬語で」「300語以内で」などのトーンや文体、範囲を指定し、指令通りの文章を生成する事が可能です。 「SEO対策を意識して」くれるよう指示すれば、それに合わせて文を作成します。 既に完成している文章のチェックや改善点の提案も可能です。 多くのプログラミング言語に対応していて、指示に従いコードの作成や修正を行います。プログラムの構造やアルゴリズムの解説もわかりやすく行うことができます。ASCIIアートや簡単な図表の生成、フローチャートやシーケンス図といった設計ツールも活用可能で、視覚化する手助けをしてくれます。 テキストによる指示を元に、写真やイラスト、グラフィック素材などの画像生成が可能です。例えば、「PC作業中の手描きの男性の横顔」といったようにキーワードを入力することで、要望に応じた画像を生成します。 画風や色彩も指定できるため、美術作品や商品のイメージ、ロゴデザインなど、いろいろな形の画像を作成できます。既存の画像の編集や加工、画像に基づく説明や解析も可能なため、作品の修正や既出の作品との重複チェックも行なうことができます。 無料版と有料版（ Plus・Pro・Team・Enterprise ）の2種類のプランを提供しています。 無料版では、チャット機能や画像生成（上限あり）、GPTsの利用などが可能です。 一方有料版のChatGPT Plusは、月額20ドル（約3,000円）で、最新モデルの使用やGPTsの作成、スピーディなレスポンス、混雑していても安定した接続、新機能の優先利用などの特典が付いてきます。 ビジネス向けにはTemaやEnterpriseなどのプランも用意されていて、さらに高機能なセキュリティ対策や管理機能が提供されています。 また2024年12月から、月額200ドルで最高モデルとツールに無制限にアクセスできる有料版「Pro」も解禁されました。 特別なソフトウェアをダウンロードすることなく、インターネットブラウザから直接アクセスして使用することができます。手軽に利用できることや、異なるデバイスやOSでも利用できることが特徴です。 ブラウザ版ChatGPTの使い方の手順を説明します。 まずChatGPTの公式サイトにアクセスし、「Sign up」をクリックします。メールアドレス、パスワードを入力するか、Google・Microsoft・Appleのそれぞれのアカウントや電話番号での登録も可能です。生年月日の入力と電話番号認証が必要で、SMSで送られてくる確認コードを入力します。 次に、OpenAIの公式サイトから「Log in」をクリックし、登録済みのメールアドレスとパスワードを入力するか、Googleアカウントでのログインを選択できます。 初回ログイン時には利用規約への同意が求められます。ログイン後は自動的に日本語が表示され、すぐにチャットを開始できます。 画面下部の入力欄に質問や指示を日本語で入力し、Enterキーを押すか送信ボタンをクリックすることで開始できます。質問は具体的で明確な方が、より適切な回答を得られます。 回答の生成中は「再生成」「停止」ボタンが表示され、必要に応じて使用できます。過去の会話履歴は左側に表示され、新しい会話は「＋新規チャット」から始められます。 事前にアプリをダウンロード・インストールしてから使用します。インターネット接続が不安定な環境でも使用可能であり、より高速な処理や応答ができます。 OpenAIの公式サイトからダウンロードできます。WindowsとmacOS両方に対応しており、それぞれのOSに適したインストーラーを選択します。 インストール完了後、デスクトップにアイコンが作成され、ブラウザを開かずともChatGPTを利用できるようになります。 アプリを起動すると、まずログイン画面が表示されます。ブラウザ版と同様に、登録済みのメールアドレスとパスワードを入力するか、Googleアカウントでのログインが可能です。 初回ログイン時には、アプリへのアクセス許可を求められます。ログイン情報は保存することができ、次回からは自動的にログインできます。アプリの言語設定は自動的に日本語に設定されます。 ブラウザ版と同様の操作で行えます。画面下部の入力欄に日本語で質問や指示を入力し、Enterキーまたは送信ボタンで会話を開始できます。 アプリ版の特徴として、ショートカットキーの活用や、デスクトップ通知の設定が可能です。また、他のアプリを使用中でも、すぐにChatGPTにアクセスできる利便性があります。 常に持ち運ぶことができ、いつでもどこでも操作することができます。また、タッチ操作に特化してデザインされていますので、スクロールやタイピングが素早く簡単に行えます。 iPhoneではApp Store（iOS）、AndroidではGoogle Playストア（Android）から無料でダウンロードできます。ストアで「ChatGPT」を検索し、OpenAI社が提供する公式アプリを選択してインストールします。（クリックするとダウンロードページに飛びます。） ダウンロード後、初回起動時にはスマートフォンへのアクセス許可（通知など）を求められますので、必要に応じて設定してください。 アプリを起動すると、ログイン画面が表示されます。既存のOpenAIアカウントでログインする場合は、メールアドレスとパスワードを入力するか、Googleアカウントでのログインを選択できます。 初回ログイン後は、生体認証（Face IDやTouch ID）の設定が可能で、次回からより簡単にアプリにアクセスできます。言語設定は自動的に端末の設定に対応してくれます。 画面下部の入力欄に日本語でメッセージを入力し、送信ボタンをタップして開始します。音声入力にも対応しているため、長文の入力も簡単にできます。 回答は自動でスクロールされ、画像の添付や共有も可能です。会話履歴は左上のメニューから確認でき、新しい会話は「＋」ボタンから開始できます。また、ダークモードにも対応しています。 なお、ChatGPTで困ったときの問い合わせ方法について詳しく知りたい方は、下記の記事を合わせてご確認ください。 なかなか自分が思うような文章にならないなと思う時はありませんか？ちょっとしたコツを意識することで、より簡単に、自分が考えているような文章を生成してくれるようになります。日常的な業務で困ったときや、言葉遣いに頭を悩ませる時には、積極的に利用してみてください。 初めのプロンプトで詳細な条件や役割を明確に設定すると良いでしょう。たとえば、「あなたは経験豊富なマーケティング専門家」といった具体的な役割や、「最大文字数は300文字」といった枠組みを指定すると、目的に適合した文章を生成してくれます。「初心者にも理解できるように説明してください」などと指定すると、専門的な用語の使い方や文体のレベルを調整することも可能です。 関連する背景や参照資料を提供することで、より質の高い文章を作成することができます。例えば、「下記のテキストを元に」とか「このデータに基づき」といった形式で関連する情報を提示し、その後に問い合わせや命令を出すと良いでしょう。 単に指示をするだけでなく、基盤となる画像やテキストのデータを参照することで、より具体的で実践的な提案や分析が可能となります。 返答が途中で切れてしまったときは、「続きを教えてくれますか」や「先ほどの説明の続きをお願いします」とリクエストすると、中断した箇所からの続きを回答してくれます。特に、長文や詳細な説明が必要となる時に有効です。 続きの文章を要求する際、同じ説明が反復される場合があります。そのため、途切れた部分の直前の文を引用して続きを求めると、文脈がより自然につながるでしょう。 AIはどんなに使い勝手が良くても機械であることに変わりありません。時には正確な答えを出せない場面も出てきます。安心して利用するためには、その使用法のコツを理解し、上手に活用することが重要です。どの部分に注意を払い、どのように使うべきかをしっかりと把握しましょう 回答の中には、実際には存在しない情報や誤った事実が含まれることが稀にあります。これは「ハルシネーション（幻覚）」という現象によるものです。 数多くのサイトからデータを収集していますが、その中には誤った情報が混在していることがあります。そして、その誤った情報を誤って利用してしまうことがあります。 具体的な数値データや最新の情報、専門的な引用については、自分自身でも必ず調査しましょう。信頼できるウェブサイトで確認し、事実確認の習慣を持つことが重要です。複数の人々が確認することも欠かせません 学習データには更新の時点があり、常に最新の情報を参照できるわけではありません。そのため、情報は大体2年前のものと考えていただくとよいでしょう。例えば、「現在の日本の総理大臣は誰ですか？」のような、頻繁に変動する情報に対する質問には、誤った回答をする可能性があります。 最新情報を必要とする質問をする際は、自分で最新の情報を調べてから、その情報を元に作業をすることをおすすめします。そうすることで、最新のデータを活用した回答を作成することができます。 ChatGPTに入力した情報はOpenAIのサーバー上に保存されます。サーバーに永続的に保持されると困る情報については注意が必要です。例えば、企業秘密、個人を特定できる情報、パスワードなどのセンシティブな情報は避けて入力しましょう。 必要性がある場合は、情報を抽象化したり、匿名化したりして利用することを推奨します。また、AIに情報を保存させない設定を使うことも一つの方法です。 文部科学省や総務省など行政機関からも生成AIの取り扱いに関するガイドラインが発表されていますので、参考にしてはいかがでしょうか。※2 なお、ハルシネーションについて詳しく知りたい方は、下記の記事を合わせてご確認ください。 最後に、ChatGPTについてよくある質問・悩みをまとめました。ChatGPTを利用するうえで疑問に感じたことがあれば、ぜひ参考にしてください。 ChatGPTは無料で使える？ ChatGPTは無料で利用可能です。会話の回数制限や画像生成の回数制限、GPTsの利用における制限などはありますが、基本的な機能は無料で利用可能です。 ただし、ログインする場合としない場合でも利用できる範囲は変わってきますので注意してください。 ChatGPTは日本語に対応している？ ChatGPTは日本語に完全に対応しています。ブラウザの場合は英語が初期設定ですが、言語設定を日本語に変更も可能です。スマホアプリの場合は、インストールしたデバイスの言語設定に従います。 ただし、DALL-E 3を利用した画像生成では、日本語の再現は難しくほとんどの場合反映されません。また、日本語のプロンプトよりも英語のプロンプトの方が画像の精度は高くなります。 ChatGPTはどんな活用方法がある？ ChatGPTは以下のようなシーンで役立ちます。 文章の作成やアイデア出し プログラミングのサポート 語学学習や翻訳 雑談やリラックスのための対話 学習やリサーチの補助　etc. 上記以外にも、分析や開発研究など様々なシーンで活用することができます。 ChatGPTの安全性は？ ChatGPTの開発元であるOpenAIは、ユーザーの個人情報保護に配慮しています。ただし、機密情報やプライベートな情報の入力は避けるのが安全です。やり取りの内容は、AIの品質向上のために活用される可能性があるため注意が必要です。 また、ChatGPTは時折、事実と異なる情報を提供するハルシネーションを起こすことがあります。そのため、重要な情報は信頼できるソースで確認するのが良いでしょう。 なお、ChatGPTを企業利用するリスクと対策について詳しく知りたい方は、下記の記事を合わせてご確認ください。 ChatGPTは、会話から高度なテキスト生成、さらには画像生成に至るまで、広範な機能を日本語で活用できます。ChatGPTを含む生成AIは自治体や省庁でも取り入れられてきています。※3 ポイントをつかんで適切に利用すれば、日々の業務を助けてくれることは確実です。 【ChatGPTでできること】自然な日本語での対話・質問応答 ブログ記事やビジネス文書の作成 長文の要約・文章校正 プログラミングコードの生成・デバッグ 多言語翻訳と文法チェック AIによる画像生成（DALL-E 3） データ分析・可視化 会議の議事録作成 アイデア出し・ブレインストーミング 学習支援・教材作成 ChatGPTは日常や仕事の様々なシーンで役立つ非常に便利なAIツールですが、ハルシネーションや情報漏洩といったリスクも持ち合わせています。 注意点も踏まえたうえで、日本語も堪能なChatGPTを上手く活用していきましょう！ いかがだったでしょうか？ 生成AIは日本語のコミュニケーションや業務効率化を一段と高める力を秘めています。これをどう活かせるか、新たな可能性を探してみてください。 株式会社WEELは、自社・業務特化の効果が出るAIプロダクト開発が強みです！ 開発実績として、 ・新規事業室での「リサーチ」「分析」「事業計画検討」を70％自動化するAIエージェント ・社内お問い合わせの1次回答を自動化するRAG型のチャットボット・過去事例や最新情報を加味して、10秒で記事のたたき台を作成できるAIプロダクト・お客様からのメール対応の工数を80％削減したAIメール・サーバーやAI PCを活用したオンプレでの生成AI活用・生徒の感情や学習状況を踏まえ、勉強をアシストするAIアシスタント などの開発実績がございます。 まずは、「無料相談」にてご相談を承っておりますので、ご興味がある方はぜひご連絡ください。 ➡生成AIを使った業務効率化、生成AIツールの開発について相談をしてみる。 「生成AIを社内で活用したい」「生成AIの事業をやっていきたい」という方に向けて、通勤時間に読めるメルマガを配信しています。 最新のAI情報を日本最速で受け取りたい方は、以下からご登録ください。 また、弊社紹介資料もご用意しておりますので、併せてご確認ください。 ChatGPT は Open AI 社が提供する人工知能のチャットサービスです。 ChatGPTは、まるで人間のように自然な文章で対話できるAIチャットサービスです。従来のコンピューターは人間の言葉を理解できず、活用範囲も限定されていました。しかし、その後の技術革新により、ChatGPTでは人間の文章を理解できるようになり、質問に対して的確な答えを返すことができます。さらに世界中に散らばる膨大な情報を学習し、さまざまなジャンルについて幅広く回答できるため、世界中で注目を集めています。そこで今回はChatGPTの概要や始め方、使い方や問題点を徹底解説します。 ChatGPT（チャットジーピーティー）とは、アメリカの人工知能研究所「OpenAI（オープンエーアイ）」が開発したAIチャットサービスです。ユーザーが入力した質問内容を理解し、まるで人間が書いたかのような自然な文章で回答を返します。世界中に散らばる膨大な情報を学習しており、たとえば今日の天気やおすすめの映画、文章の要約や翻訳、小説・歌詞の作成、プログラムのコーディングなど幅広いジャンルに対応しています。 2022年11月に一般ユーザー向けに公開されると、たった2ヶ月でユーザー数1億人を突破し、世界中で話題となっています。ChatGPTは将来的に既存の検索エンジンに取って変わる可能性を秘めており、検索エンジン大手のGoogleは対抗する形で会話型AI「Bard」を発表しました。今後もAIを巡る開発競争はますます加熱し、進化を遂げていくと見られています。 ChatGPTの始め方は非常に簡単で、公式サイトでアカウントを作成し、ログインすれば使用可能となります。以下、詳しい手順を記載します。 ChatGPTの公式サイトにアクセスする 「Try ChatGPT」からログイン画面に遷移する 「Sign up」を選択する（※既にアカウント作成済みの場合は「Log in」を選択すればすぐに使用可能） 「メールアドレスとパスワード」または「Google/Microsoftアカウント」を入力してアカウントを作成する OpenAIから登録したメールアドレス宛にメールが届く メール本文に記載された「Verify email address」から登録画面に遷移する 「名前」と「電話番号」を入力し、ショートメールで送られる「6桁の認証コード」を入力すると登録が完了する ログイン後の画面に遷移し、ChatGPTが使用可能になります ChatGPTはアカウント作成後にログインすると、以下の画面が表示されます。 画面下のテキストボックスに質問内容を入力して送信すると、質問内容に応じた回答が返ってきます。 ChatGPTはテキストベースでの会話や相談が可能です。こちらの質問に対して、まるで人間が書いたかのような自然な文章で回答が返ってきます。 たとえば、以下は「男女の仲を深める会話は？」という相談内容を入力した際の回答です。 （※回答が長いため、途中まで表示しています） ChatGPTは通常の会話だけでなく、Excelの関数・プログラミング言語の記述も可能です。 たとえば、「今日の運勢をランダムで出力できるプログラムをc#で記述して。」と入力すると、実際のコードが返ってきました。 上記のプログラムを実際に実行すると、以下の通り「今日の運勢」が表示されました。 ChatGPTはGoogleを始めとする検索エンジンの代行も可能で、検索エンジンを使用しなくても知りたい内容を代わりに調べて教えてくれます。 たとえば、「豚肉と牛肉のカロリーをそれぞれ教えてください。」と入力すると、あなたの代わりにChatGPTが調べて答えを返してくれました。 ChatGPTは、小説や脚本などの執筆も得意です。 たとえば、「芥川賞を受賞できるサスペンス小説の脚本を考えてください。」と入力すると、以下の通りオリジナルの小説を作ってくれます。 （※回答が長いため、途中まで表示しています） 一見便利なChatGPTですが、いくつかの問題点も指摘されています。 ChatGPTの問題点として、質問に対する回答が間違っている可能性があります。たとえば、2023年3月時点で「現在の日本の総理大臣は誰？」と質問すると「菅義偉」と回答されますが、正しくは「岸田文雄」です。 現在は「私の知識は2021年9月までのもの」と表示されるようになっている 主な理由としては以下が挙げられます。 情報が古いから（※2023年8月時点で「私の知識は2021年9月までのもの」と回答される） 現在の技術では人間の言葉（自然言語）を完全に理解できないから 情報を取得する中で間違った情報を参照してしまうケースがあるから 人工知能(AI)の進化によって人間の言葉を理解できるようになり、これまで人間が行っていた業務の一部を代替できるようになりました。その結果、業務の生産性が上がる一方で、「人工知能(AI)に雇用を奪われ、失業社が増えるのでは？」という懸念の声も挙がっています。 総務省の発表資料によると、有識者から以下の指摘が挙げられています。 技術革新に伴って、それに関連する雇用が失われるのは時代の常で今に始まったことではない。 出展：人工知能（AI）の進化が雇用等に与える影響（総務省） 以下は、人工知能(AI)の進化によって「仕事を奪われる可能性が高い」とされている主な職種です。 一般事務員 コンビニやスーパーの店員 タクシーや鉄道の運転手 ホテルのフロントマン 銀行員 飲食店のウエイター 警備員 など 進化した人工知能(AI)が犯罪者に悪用されることで、サイバー犯罪がこれまでより容易に起こる危険性が懸念されています。 人工知能(AI)の犯罪行為への具体的な転用例として、以下が挙げられます。 フィッシングメールの作成代行 データの盗難代行 ボットネットやマルウェアなど悪意あるコードの作成代行 ここでは、ChatGPTに関するよくある質問に回答します。 はい、ChatGPTは無料で利用できます。ChatGPTは当初、無料のトライアルプランを発表し、その後に月額20ドルのサブスクリプションプラン「ChatGPT Plus」をリリースしました。2023年8月現在、トライアルプランも継続して無料で利用可能です。 はい、ChatGPTは日本語で利用できます。言語を選択する項目はありませんが、日本語での質問には日本語で、英語での質問には英語で回答が返ってきます。 ChatGPTは人間の言葉を理解し、AIと対話できるチャットサービスであるため、Googleを始めとする検索エンジンと完全に置き換えることはできません。また現時点では、ChatGPTは「情報の正確性」などの面で課題を抱えており、実用化できる範囲も限られます。 ただし、世界中の情報を学習し、質問に対して的確な回答が可能であるChatGPTは、将来的に検索エンジンのシェアの大部分を奪う可能性を秘めています。実際にGoogleではChatGPT公開後に社内に向けて「Code Red（非常事態）」を宣言し、危機感を強めています。 ChatGPTの登場によって専門知識が必要だったコンピューターとの意思疎通が容易になり、コンピューターの力をこれまで以上に引き出せるようになりました。世界中のあらゆる情報を学習し、まるで人間のように対話が可能なChatGPTは、今後世界中で人々の行動やビジネスモデルを大きく変える可能性を秘めています。ビジネス面においては業務の効率化や人材不足の解消が期待されており、特に少子高齢化で人口減少が進む日本においては救世主と呼べる存在になるかもしれません。 ただし、プラスの面ばかりではなく、「回答の正確性に欠ける」「AIに仕事を奪われる」といった課題も見えてきています。2023年1月、アメリカのマイクロソフト社はChatGPTを提供するOpenAIに対し、1兆円規模の投資を行うことを発表しました。世界が注目する中で、開発競争が白熱する人工知能(AI)は、今後どんな未来をもたらしてくれるのでしょうか。 「話題になっているChatGPTを使ってみたいけれど、使い方がわからない…」最近話題になっているChatGPTを使ってみたいけれど、未知の世界すぎて分からない…そう思っていませんか？ChatGPTはコツさえ掴めば、誰でもあっという間に使いこなせるようになるのでご安心ください。そこで今回は、まずは一緒に、以下の順番でChatGPTの使い方についてみていきましょう。独学で始めてしまうと壁にぶつかりがちなChatGPTだからこそ、この記事では一個ずつ丁寧に分かりやすくお伝えしていきます。ぜひこの記事を読みながら、私・mikimikiと一緒にChatGPTを使い始めてみましょう。 まずは、パソコンを使ったChatGPTの基本的な使い方について解説していきます。ChatGPTの基本的な使い方は、至ってシンプルなので、AIを使うのが初めての方でも安心してくださいね。ぜひ、実際の画面を操作しながらこの記事を読み進めていきましょう。※すでに、アカウント作成が済んでいる方は「3.【ケース別】さまざまなChatGPTの使い方」から読み進めていただくのがおすすめです。ChatGPTの使い方については、2025年の最新情報を元に30分ほどの動画でも詳しく解説しています！初めてChatGPTを利用するという方は、まずはアカウントを作るところから始めます。アカウント作成は、「ChatGPT」からおこなえます。URLをクリックすると表示されるページは、主に以下の2パターンです。どちらの場合も「新規登録」をクリックすると、このような画面が表示されます。・登録したいメールアドレスを入力して「続ける」をクリックする・Google / Microsoftアカウント / Apple / 電話番号の中から選んでクリックするのいずれかを選んでください。ここでは、新たにメールアドレスを登録してアカウント作成する場合についてご紹介しますね。登録したいメールアドレスを入力したら、そのメールアドレスに「認証コード」が送信されます。メールボックスに届いている8桁の数字を入力しましょう。認証コード登録後は、ChatGPTで表示される名前の登録と、生年月日を入力します。ここまで完了すると、ChatGPTを利用するためのアカウント作成が完了です。アカウント作成が終わると、自動的にChatGPTにログインした状態になる場合がほとんどです。実際に、ログインできているかどうかは、以下のように画面上の右上のアイコン表示で確認できます。この画面でログインできていなければ、せっかくAIに指示を出してもらった内容も保存されず、後日見返すことができないので注意してくださいね。ChatGPTにログインできない…ログインできるけれど、英語になってしまう…というようなお悩みをお持ちの方は、「ChatGPTを日本語で利用する方法｜登録・ログインから活用アイデアまで徹底解説！」で詳しく解説しているのでご覧ください。ここまでくれば、あとはAIに指示を出して活用していくだけです。ChatGPTを使って、AIに指示を出すことを「プロンプト」と呼びます。このプロンプトがChatGPTを使ううえで、とても重要です。実際に、プロンプトを入力してみると、以下のような答えが返ってきました。この画面になると、さまざまな要素が増えてくるので「どこを見たらいいのか分からない！」という方も多いかと思います。画面について少しわかってきたところで、より具体的な使い方やプロンプト入力例については、「3.【ケース別】さまざまなChatGPTの使い方」で解説しますので、ぜひそのまま読み進めていきましょう。2.【スマホ版】ChatGPTの基本的な使い方この記事を読んでいる方のなかには、スマホでChatGPTを使ってみたいという方もいるかと思います。大まかな流れは、PC版と変わりはありません。ここでは、実際のスマホ画面をみながら、スマホ版のChatGPTの基本的な使い方をご紹介していきます。スマホ版のChatGPTは、パソコンと同じようにブラウザにURLを打ち込んで使うこともできますが、アプリをインストールして使うこともできます。どちらも見た目は大きく変わらないので、ここではアプリをインストールして使うケースについてご紹介しますね。まずは、スマホにChatGPTのアプリをインストールしましょう。今すぐにお手元のスマホにアプリをインストールしたい場合は、以下のリンクをご利用ください。AppStoreの場合はこちらからAndroidの場合はこちらからアプリをインストールできたら、次はパソコン版と同じようにアカウントを作ってみましょう。スマホ版では、以下のようになっています。PC版と同じように、手順に沿ってアカウントを作成していきましょう。「ChatGPTへようこそ」という画面が表示されていれば、アカウント作成の手順は完了です。スマホのChatGPTにログインしているかどうかは、以下の箇所をみると分かります。PC版と同じように、ログインして利用することで、会話の履歴が保存されていくので後日見返すこともできますね。2-4. STEP4：プロンプトを入力する（AIと対話）スマホのアプリを使ってChatGPTを使う場合は、画面下のテキスト部分にプロンプト（指示文）を入力しましょう。入力が終わったら、右下にある矢印を押すことでプロンプトを送信できますよ。実際に、スマホ版でChatGPTを使っている画面は、以下のようなイメージです。スマホアプリの場合は、画面こそ小さくなってしまいますが、ボタンの配置や機能面はPC版と大きくは変わりません。ChatGPTの基本的な使い方がわかったところで、早速活用して色々試していきましょう。早速、ケース別の使い方について一緒にみていきましょう。ChatGPTは、何気ない問いかけにも答えてくれるので、雑談相手としても活用できます。何気ない悩み相談から、誰にも言えないような愚痴までも親身になって答えてくれますよ。ChatGPTに対して「こんなことについて教えて欲しい」と指示を出すだけで、Web上にあるさまざまな情報を参考にして、AIが回答となる情報を教えてくれます。例えば、旅行プランを考える際の調べ物に使ってみましょう。自分でゼロから探すと手間がかかってしまいますが、ChatGPTに質問するだけで旅行プランを組めそうですね。もちろん、より精度の高い調べ物にも活用できます。さらに、追加の質問をすることで、調べた情報を深掘りして行くこともできるのです。ChatGPTは対話の中から「あなたに本当に必要な情報」が何なのかを学習し、調べたうえで分かりやすく教えてくれますよ。ChatGPTを使えば、SNS用の短い文章から、数千文字を超える長文まで、さまざまな文章作成もできます。何も指定せずに文章を書かせると、どうしても長文になりがちですが、しっかりとプロンプト入力ができていれば適切な文字数の文章を作れます。ChatGPTで文章をかけるということは、文章力が求められるブログ記事の執筆にも活用できます。ブログ全体の雰囲気／口調／読んでいるターゲット層／記事の目的など、追加情報を教えてあげれば、さらに記事の質も上がります。ChatGPTを使ったブログの半自動化については、30分ほどの動画でも詳しく解説しています！ChatGPTは文章を作るだけでなく、文章の校正もできるんです。このように、校正して欲しい文章＋校正条件を一緒に伝えることで、それぞれのケースに最適になるよう、日本語の確認や誤字脱字チェックをしてくます。ChatGPTに文章を入力して、文章を翻訳することもできます。日本語から英語への翻訳だけではなく、英語の文章を日本語に翻訳することもできるので、翻訳ツールとしての活用もおすすめですよ。ChatGPTとの対話を、アイディア出しのためのブレインストーミングとして活用する人も多くいます。このように、あなたが持っているアイディアに対して意見をもらったり、ChatGPTの回答を参考にアイディアの深掘りもできちゃいます。ChatGPTを使えば、プログラミングやコーディングをすることもできます。試しに、簡単なゲームをプログラミングしてもらいました。Webデザイナーの方や、プログラマーの方であれば、簡単なプログラミングやコーディングを任せられちゃいますね。ChatGPTは、文章のやり取りだけと思われがちですが、実はAIに画像を作ってもらうこともできるんです。実際に、無料版のChatGPTに画像を作ってもらいました。このように、びっくりするほどのクオリティの高いAI画像ができてしまうんです。ChatGPTの画像生成については、20分ほどの動画でも詳しく解説しているのでぜひご覧ください。ChatGPTでは、とうとう文字だけではなく、音声でAIと会話できるようになりました。文章をタイピングして入力するのではなく、マイクを通して自然な会話をできるようになったんです。AIとの音声会話をするには、以下の手順で進めていきましょう。音声を選択したら、そのままマイクに話しかけるだけで、AIとの会話がスタートします。文字だけでは分かりづらいので、実際に使っている動画をご覧いただくと、よりイメージしやすいかと思います。ChatGPTには、無料版と有料版のPlusとProのプランが用意されています。もちろん、無料版で使い続けることもできますが、プランによってはできることに制限が出てくる場合もあるので注意しましょう。それぞれのプランの違いは、以下のようになっています。無料版有料版（Plus）有料版（Pro）月額無料20ドル（約2,800円）200ドル（約28,000円）利用可能モデルGPT-4o mini、GPT-4o（制限あり）OpenAI o1-preview、OpenAI o1-mini、GPT-4o、GPT-4o mini、GPT-4OpenAI o1、o1-mini、GPT-4o処理速度混雑時低速になる場合あり安定安定GPTsの利用◯◯◯GPTsの作成×◯◯画像生成◯（制限あり）◯◯音声会話◯（制限あり）◯◯動画生成Soraの利用×◯◯※掲載価格は、2025年4月25日の相場を目安に記載「モデルが違う…」と言われても何のことだか、さっぱりですよね。まずは、大きく分けて以下の3点が違うと覚えておきましょう。・やれることが増える・目的に合わせて違うモデルを使える・カスタムGPTsを作って公開できる簡単に、無料版と有料版の違いについてご紹介していきますね。ChatGPTの無料版と有料版の違いと合わせて、有料版へのアップグレード方法まで知りたい方は「【最新版】ChatGPTの無料版・有料版の違いを徹底解説！最新Proプランの機能や選び方も詳しくご紹介」の記事もおすすめですよ。ChatGPTの無料版と有料版の大きな違いのひとつは、ChatGPTを使ってできることが大幅に広がるという点です。ChatGPT有料版にすることで出来ること・特定の用途で使うためのカスタムGPTsが作れる・ChatGPTとの会話回数の上限数が変わる・画像生成を制限なく使えるようになる・画像生成で仕上がる画像の精度が上がる・動画生成が出来るようになるといっても、そんなに大きく違うの？と感じている方のために、画像を作った場合の実際の違いをご紹介しますね。より質の良い回答・スピーディな回答・回答数の制限回避などをしたい方は、有料版の方をおすすめします。比較表でもお伝えしているように、ChatGPTの無料版と有料版では、利用できるモデルが違います。ChatGPTで利用するモデルによって、得意分野が違うので目的に合わせて使い分けられるのが魅力です。モデル名無料版有料版特徴GPT-4o◯◯自然な会話が得意で、総合的に利用できるGPT-4.5×◯より幅広い知識をベースとしており、自然な会話が得意で調べ物にも適しているo3×◯高度な調べ物に適していて、画像を使った調べ物ができるo4-mini×◯高度な調べ物を高速で行えて、数字に強いo4-mini-high×◯高度な調べ物を高速で行えて、特にコーディングや長文の処理に強い残念ながら無料版では、モデルを自由に変更することはできませんが、有料版だと目的に合わせてモデルを変更できるんです。実際に、モデルを変える方法は以下のように行いましょう。最後に、無料版と有料版の大きな違いのひとつが、カスタムGPTsを「自分で作れる」という点です。カスタムGPTsって何のこと？と思われる方もいるかと思います。実際に画面上でみてみましょう。この画面で表示されているGPTsは、第三者がオリジナルで作ったもので、誰でも無料で利用できるんです。たとえば、「スケジュール」と言葉を入れて検索してみると、以下のようにいろんな人が作ったGPTsが出てきました。GPTsは、特定の目的のために作られているので「あなたが質問する」というよりは、「用意された質問に答えていく」というようなイメージをすると分かりやすいかと思います。このカスタマイズできるGPTsを、有料版ではあなた自身でカスタムして作ることができるんです。GPTsの作り方やメリットについては、「【今話題のAIチャットツール】ChatGPTの使い方とメリット・デメリットについて解説」の記事で詳しくご紹介しているので、ぜひご覧ください。GPTsの作り方やテンプレを知りたい方は、18分ほどの動画でもご紹介しているので、参考にしてみてくださいね。ここまで、ChatGPTの基本的な使い方とケース別の使い方についてご説明してきました。実際に使い始めると、ChatGPTの面白さにハマってしまう方もたくさんいらっしゃいます。気がつくと、何時間も使い続けてしまうかもしれません。とても万能に見えるChatGPTですが、100％信頼して良いというわけではありません。AIが「最適な回答だ」と判断したものでも、間違えている場合もあるんです。だからこそ、上記の4つの注意点を理解したうえで、ご自身でも「ChatGPTの答えはこう言っているけど、本当かな？」と確認するようにしてくださいね。いざ、ChatGPTを使い始めたのはいいけれど、思うような答えが返ってこない…なかなかChatGPTと仲良くなれずに途中で諦めてしまう方も少なくありません。せっかくなので、ChatGPTをより効果的に使いこなせるようになりたいですよね？ChatGPTを使ううえで何よりも重要なのが、文章を入力・指示分・質問などとも呼ばれる「プロンプト」です。意識してプロンプトを入力するだけで、ChatGPTが出してくれる回答の質も大きく変わります。例文と一緒にご紹介していくので、実際に試してみてくださいね。ChatGPTは、あなたが入力したプロンプト（指示文）だけを参考にして、Web上から最適な答えを探してきてくれます。そのため、プロンプトが曖昧だと、出てくる答えも曖昧だったり、的外れになってしまったりするんです。ChatGPTに期待通りの答えを出してもらうためにも、目的を明確にしたプロンプトで指示を出すことが大切になってきます。この参考例でいうと、「レポート」だけでは何のレポートなのかが分かりませんよね。もしかすると、ダイエットに関するレポートだったり、癌治療に関するレポートだったりと、トンチンカンな返答が返ってきてしまうかもしれません。目的が明確になっている場合は、最初からプロンプトでも明確な指示が出せるようにしておきましょう。ChatGPTは、その役になりきって答えることがとても上手なんです。より最適な答えを導きだすためにも、以下のようにターゲットを指定したうえでプロンプトを作ってみるのがおすすめです。事前にプロンプトで指示しておけば、・小学生向けであれば、難しい言葉は使わずに簡単な言い回し・学者向けであれば、専門用語を入れ込んだ言い回しというように、上手になりきったうえで回答してくれますよ。ChatGPTは、自然な会話の中で、質問に対する答えを教えてくれるのが一般的です。しかし、場合によっては「この口調での答えが欲しい」や「自分で文字数調整が大変」ということもあるかと思います。そこで有効なのが、プロンプトで回答の文章の形やスタイルを指定しておくことです。文章の形やスタイル、雰囲気などを指定しておけば、1発で希望通りの回答を導き出せる可能性が高くなるんです！「今の回答を200文字でまとめて」や「もうちょっと分かりやすい言葉で書き直して」と、何度も会話する必要がなくなるので、ぜひ覚えておきましょう。繰り返しお伝えしているように、ChatGPTは何よりもプロンプトに書かれている文章を参考にしています。そのため、しっかりと前提情報を与えてあげることで、あなたが求めている回答を出してくれやすくなるんです。例文のように、事前に「主要な武将3人」という前提条件があれば、必然と出てくる回答が絞られてきますよね。しかし、この前提条件がなければ「戦国時代の文化について」や「戦国時代について要約」などの的外れな答えが出てきてしまうでしょう。すでに前提とする条件がわかっている場合は、最初のプロンプト入力の段階でChatGPTに伝えてあげるようにしてくださいね。ChatGPTは、自然な会話の中で答えを教えてくれるのが一般的な使い方です。しかし、「表で欲しい…」や「コーディングにそのまま使いたい」というケースもあるかと思います。そのような時は、プロンプト入力の段階で出力形式を指定してあげましょう。このように、具体的に指定しておくと、その指示に沿った回答を出してくれます。たとえば、・箇条書き・リスト形式・表・文章形式・エクセル形式・コード形式・要約などのように具体的に形式を指定できるので、ぜひ試してみてくださいね。ここまで読み進めてきたことで、ChatGPTの使い方と、プロンプトの重要性がわかってきたのではないでしょうか？ChatGPTを有効活用していくためには、使い方はもちろんですが、何よりも「プロンプト」が重要になってきます。あなたが、どのような言葉・文章をプロンプトとして入力し、AIに指示を出すのかで出てくる答えも大きく違います。だからこそ、プロンプトの質を高めることが重要なんです。しかし、どんなにご自身で試行錯誤してプロンプトを考えても、ChatGPTが思うように答えてくれないと悩んでいる方がたくさんいらっしゃいます。何が正解か分からずにひとりで闇雲に試すのではなく、公開されているプロンプト例を積極的に活用してくださいね。参考になるプロンプト例を実際に試しながら、「この文章を、こう変えたらどんな答えが返ってくるのかな？」というように、よりあなた自身に最適なプロンプトに変身させていきましょう！今なら、mikimiki webスクール無料INE登録でプロンプト配布中！わたし、mikimikiが講師をしているmikimiki webスクールでは、公式LINEをご登録いただいた方に無料でChatGPTで使えるプロンプトを配布しています。「ChatGPTを使ってみたいけど、知識もないし、何から始めたらいいのか…」初めてのことに挑戦するのは、不安に感じてしまいますよね。私自信も最初は、知識ゼロで不安を感じていた状態からスタートしました。でも、今では自信を持って皆さんにChatGPTやCanvaを使ったデザインなど、心からワクワクできるような知識をお伝えできるようになったんです。少しでも多くの方に、このワクワクを感じてもらいたい。楽しんでもらいたい。そんな思いで、無料で登録できる公式LINEでは・最新のChatGPTの情報・便利なプロンプト集などを随時配信しています。実際に私が使っているプロンプトだからこそ、自信を持って皆さんに使っていただけます！ぜひ、この機会に公式LINE登録で無料プロンプトをGETしてくださいね。この記事では、初心者でもChatGPTを安心して使えるように、ChatGPTの基本的な使い方とケース別の使い方をご紹介してきました。記事を読む前と、今を比較していただくと、ChatGPTを使うことに対する不安は少なくなったのではないでしょうか？ChatGPTは、基本的な使い方とプロンプトの重要性さえ理解していれば、工夫次第でさまざまなシーンで活用できます。このように、ChatGPTを使えるようになると、今まで時間をかけてしていた作業にかける時間も大幅に短縮できますね。さらに、今まではできなかった新しいことへの挑戦もできるようになります。それでも「私に使いこなせるだろうか…」と不安を感じているのであれば、ぜひ私・mikimikiと一緒にChatGPTと仲良くなることから始めませんか？ぜひ、この記事を参考にChatGPTを試しに触ってみたり、mikimikiの公式LINEに登録してChatGPTのプロンプトをゲットすることから始めてみましょう！ChatGPTを使えるようになることで、あなたの生活にも新しい発見が生まれると、とても嬉しいです。