

目次

パソコン ChatGPTではじめる生成AI	
AIとChatGPTの基本を知ろう	1
AIを安全に楽しむために	4
ChatGPT を開いてみよう	5
ChatGPTのアカウントを作成する	7
ブックマークバーに登録する	12
【参考】ブックマークバーが表示されていない場合	14
AIに質問してみよう（基本の入力）	15
新しいチャット（会話）を始める	19
履歴を使う	20
チャットのタイトルを変更する	21
履歴を削除する	22
●練習1●	23
●練習2●	24
マイクで音声入力する	25
案内状の文章を作ってみよう	28
文章の雰囲気を変える	29
プロンプトを修正する	30
文章を短くする	32
文章を長くする	34
●練習3●	37
●練習4●	38

目次

パソコン ChatGPTではじめる生成AI	
画像生成機能とは	39
画像を作ってみよう	41
画像を保存する	43
●練習5●	45
●練習6●	46
Webサイトの文章を貼り付けて要約する	47
Webサイトの一部を貼り付けて要約する	53
WebサイトのURLを貼り付けて要約する	57
AIで翻訳してみよう	60
●練習7●	62
●練習8●	63
文章を生成し、Wordで印刷する	64
プロンプトをコピーする	67
回答の一部をコピーしてレシピ集を作る	70
【参考】ワードにきれいに貼り付けるコツ	74
●練習9●	75
●練習10●	76
【参考】AIへの指示には「見出し」を付けよう	77
メールの本文を作成してみよう	78
印刷・下書き用に整形させる	79
メール作成画面に共有する	80
●練習11●	85
●練習12●	86

AIとChatGPTの基本を知ろう

このテキストでは、「AI（エーアイ）」や「ChatGPT（チャットジーピーティー）」が一体どのようなものなのか、そして日常生活の中での活用方法を、分かりやすく実践しながら学べます。



AI : Artificial Intelligence（人工知能）の略称

「AI」とは、SF映画のような遠い存在ではなく、現代の私たちにとって非常に身近な「物知りな助手」です。

従来のコンピューターとは違い、AIは自ら学習し、私たちの言葉を理解して自分で考えて答えを出せるようになりました。

ChatGPTとは「おしゃべりできる百科事典」

ChatGPTは、数あるAIの中でも「対話（チャット）」が得意なAIです。

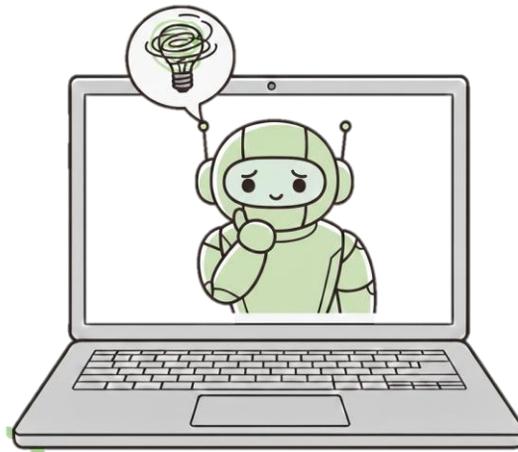
まるでLINEやメールを送るような感覚で、話しかけるだけで瞬時に返事をしてくれます。

AIとChatGPTの基本を知ろう

はじめる前に、知っておいてほしいこと

AIは万能ではありません。時には間違った回答を出すこともあります。ですので、AIを信じ切るのではなく、「一緒に下書きを作る協力者」として接するのが、楽しく使いこなす最大のコツです。

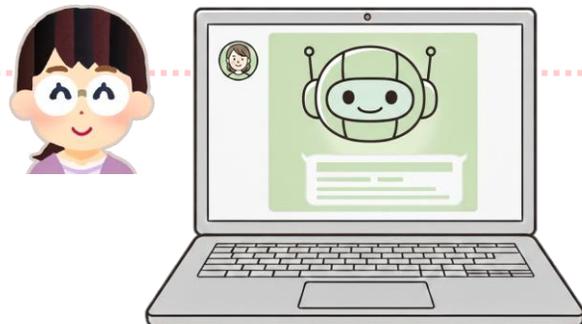
このようなAIによる誤情報の生成は「ハルシネーション（幻覚）」と呼ばれます。



最初は「何を聞けばいいのかわからない」「間違えたらどうしよう」と不安になるかもしれません。

でも大丈夫。AIは機械ですから、何度間違えても、どんなに初歩的な質問をしても大丈夫です。

このテキストで、あなた専属の「物知りな助手」との会話を楽しんでみましょう！



ChatGPT を開いてみよう

④ ChatGPTを開けました。



画面下部に以下のメッセージが表示された場合は
『**必須項目以外を拒否する**』をクリックしておきましょう。

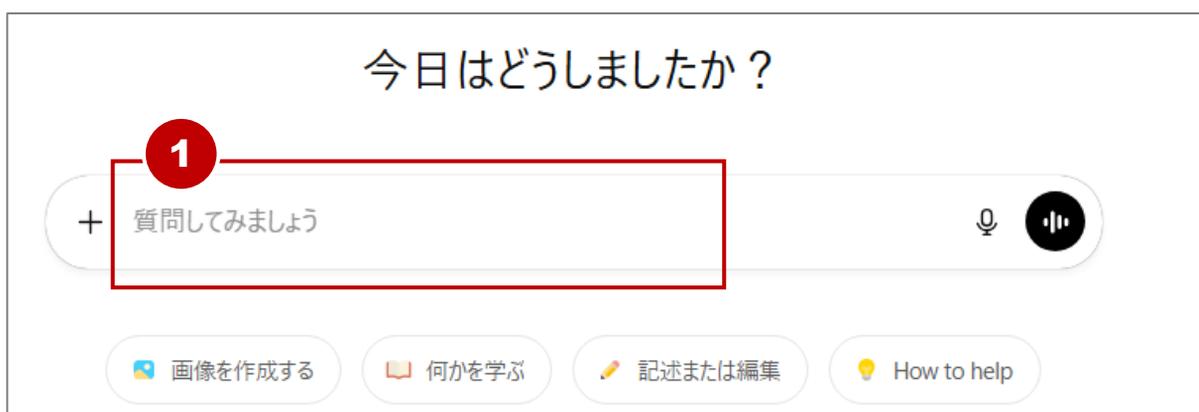


AIに質問してみよう（基本の入力）

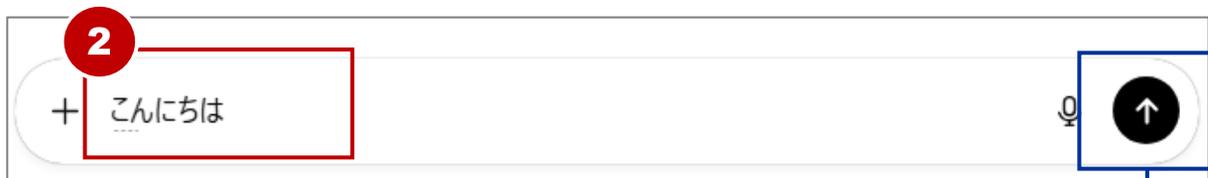
簡単な質問をして、AIと会話をしてみましょう。

こちらからの会話や質問は、**プロンプト入力欄**に入力します。

- ① 画面中央の『**質問してみよう**』と書かれた枠内をクリックします。
この欄が『**プロンプト入力欄**』です。



- ② プロンプトを入力します。今回はAIに挨拶をしてみます。
『**こんにちは**』と入力しましょう。



- ③ 入力後『**Enter**』キーを押します。



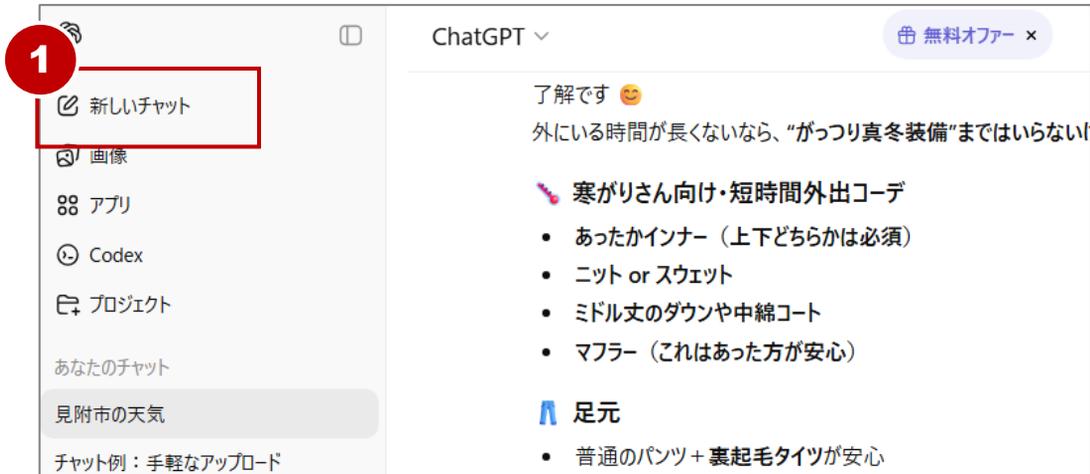
または『**↑（送信ボタン）**』をクリックします。

新しいチャット（会話）を始める

ChatGPTとの会話を「**チャット**」と呼びます。

違う話題に切り替えたい場合や、回答の精度がいまいちだと感じた場合、新しいチャットを新規作成して会話を始めます。

- ① 画面左上『**新しいチャット**』をクリックします。



- ② 新規チャット画面が開きました。



● 練習3 ●

- ① 新しいチャットを開きましょう。
- ② 以下のプロンプトを入力・送信しましょう。

以下の内容を元に、丁寧な日記を作成してください。
最後に、読んだ人が温かい気持ちになる一言を添えてください。

- ・今日は近所の公園へ散歩に行った。
- ・河津桜が五分咲きで、綺麗だった。
- ・帰りに寄ったパン屋のカレーパンが美味しかった。

- ③ 生成された文章を確認し、さらに以下のプロンプトを入力・送信しましょう。

上記の文章を、情緒あふれる歌詞にしてください。
300文字程度で作成してください。

- ④ このチャットのタイトルを『**歌詞制作**』に編集しましょう。