

ChatGPT | Gemini | Copilot

頭がいい人の最新AIの使い方 完全ガイド Contents

- P034  テーマを決めて専門誌記事のような
詳細なレポートをまとめる
- P035  レポートは Google ドキュメントに保存
- P035  ちょっとした質問なら会話しただほうが早い!
- P036  回答を Google Keep に保存して
メモとして活用しよう
- P037  ChatGPT なら文章の誤字脱字も
見逃すことなく修正してくれる
- P038  プロンプトに正解を含めれば
キャッチフレーズも一発回答
- P039  マニアックな相談も OK!
自分だけの AI でほしい回答がもらえる
- P040 [COLUMN]
作業効率爆上げ間違いなし!
使えるプロンプト満載のアドオン

PART 3 生成AIに かしこく作らせる

- P042 生成AIをうまく使いこなせば
さまざまなデータを自在に作れる!
- P044  さまざまな目的のメールを
臨機応変にサクッと作ってもらう
- P045  作らせたメールに足りない要素を
教えてもらってブラッシュアップする
- P046  Gmail から指定期間の予定を抜き出して
Google カレンダーにイベントを作成
- P047  今日やるべきことをピックアップして
効率的なタイムスケジュールを作る

PART 1 生成AIをかしこく使う 基礎知識

- P008 大注目の ChatGPT 最新版『GPT-5』がついに登場!
- P010 複数 AI のいいところ取りをして
使い分けるのがもっとも効率がいい
- P012 高精度な回答をしてくれる生成 AI
『ChatGPT』を使ってみよう!
- P016 Google サービスとの連携が魅力!
『Gemini』を使ってみよう!
- P020 Office を AI でパワーアップ!
『Copilot』を使ってみよう!
- P022 [COLUMN]
AI で生成したコンテンツは使っても
法律上の問題はない?

PART 2 生成AIで かしこく時短する

- P024 生成 AI の得意を知ることが
時短生活へのはじめの一歩
- P026  必要な情報を提示して返信メールを最短で生成する
- P027  情報の分類を自動化して資料作成の時間を短縮しよう!
- P028  新製品をバズらせるためのステップを具体化する
- P029  回答をアップデートして最高のキャッチコピーを生成
- P030  セルフダブルチェックであやしい回答を見つけ出す
- P031  写真で見た気になる建築物への
行き方を瞬時に調べよう!
- P032  長すぎる PDF は要点だけをまとめてチェックする
- P033  製品テストの動画を見ずに要点だけを確認する

PART 5

生成AIを
かしこく普段使い

- P070 日常生活の「ちょっと困った」も
生成 AI に相談すれば即解決!
- P071 ✦ ハワイに行きたい!じゃあ Gemini で
格安航空券とホテルを予約だ
- P072 ✦ あの大人気マンガの聖地巡礼へ!
ルートは Google マップが教えてくれる
- P073 ✦ 「あんな動画が見たい」という
あいまいなワードで動画を検索できる
- P074 ④ 毎週憂鬱になる夕飯のメニュー決めも
AI にまかせればもう悩まない!
- P075 ✦ やさしい親友にグチ聞き役をお願いする
- P075 ④ これ、「投稿して大丈夫?」をチェック!
- P076 ✦ 結婚する幼なじみに素敵な
オリジナルメッセージカードを送ろう
- P077 ④ ブラウザーゲームをゼロから
つくって遊ぶ究極の暇つぶし
- P078 ✦ 読むのが面倒な印刷物は
撮影して要点をまとめてもらう
- P079 ✦ あなたが絶対に気に入る本を
読書のプロに教えてもらおう!
- P080 ④ SNS に毎日投稿してフォロワーを増やす
- P080 ✦ 商品をいっしょに見ながら、お土産の相談をする
- P081 ④ 友だちのためにプロ顔負けの
オリジナルソングをプレゼントする
- P082 [COLUMN]
「かわいい」と SNS で大バズリ!
ペットを人間に生まれ変わらせよう

PART 6

生成AIで
かしこく学習する

- P084 アイデア次第で活用方法は無限大!
生成AIでスキルアップを目指そう
- P085 ④ 学習のゴールを明確にして
学習計画やスケジュールを作る

- P048 ④ 作成した 1 日のタイムスケジュールを
iPhone のカレンダーアプリに取り込む
- P049 ✦ ④ 画像や手書きメモをアップロードして
書かれている内容からテキストを作る
- P050 ④ 走り書きしたメモをもとにして清書した議事録を作る
- P051 ④ フローチャートやクイズを盛り込んだ
新入社員用マニュアルを作る
- P052 ④ Excel ファイルのデータを使って
プレゼンで使えるグラフを作る
- P053 ④ 抽象的な指示でも問題なし!
画像を生成してから編集機能で整える
- P054 ④ ChatGPT の Canvas を使ってブログ記事を作る
- P055 ✦ Gemini の Canas をフル活用して
ゼロから Web ページを作る
- P056 [COLUMN]
スマホ版 Gemini アプリなら
音声だけで Web ページが完成する!

PART 4

生成AIに
かしこく相談する

- P058 これまでにない斬新なアイデアは
生成 AI との対話から生まれる!
- P060 ④ ペルソナ設定でビジネスターゲットの
キャラクターを明確化する
- P061 ④ アイデアに反証させることで
課題のない企画をつくりあげる
- P062 ④ 飲食店のアイデアを
いろいろな角度から出してもらう
- P062 ④ 数撃ち当たる! でアイデア出しが正解
- P063 ④ AtoZ の 26 アイデアで新人アイドルをプロデュース
- P064 ④ 客観的で説得力がある意見は OREO 構文でまとめる
- P065 ④ 資産を形成するためのアイデアを
相反するふたりに議論してもらう
- P066 ④ 就職活動の自己 PR に向けて自分の強みを明確にする
- P067 ④ 自分だけの就活資料を生成して
テレビ局への就職を目指す!
- P068 [COLUMN]
田舎の両親にも紹介したい!
最強家電解説 AI「取説さん」誕生

Word の企画書からプレゼン資料を作る
プレゼン資料を要約
プレゼンの進行を相談

P112 Outlook

メール送信時の不安を解消
メールの下書きを編集
カスタムフォーマットで個性的を再現
長文メールは要約で確認

P115 OneNote

見返したい回答を OneNote に保存
Copilot の回答を直接記録
保存したノートに要約
目的に合わせてノートを編集

P118 [COLUMN]

Copilot Chat でも
これまでに覚えたプロンプトは使える!

PART 8

かしこく併用すべき AI 10選

P120 [テキスト生成] 人間味があるから話しやすい、
第 3 の生成 AI 「Claude」

P121 [検索] 複数の LLM を使い分け、
情報収集能力も高い「Perplexity」

P122 [検索] なんでも調べられる多機能ぶり「Felo」

P123 [ノート] AI がまとめてくれる
自分専用ノート「NotebookLM」

P124 [翻訳] AI で英文を添削・修正「DeepL」

P125 [スライド生成] これまでの自動生成スライドとは
段違いの情報量「Orcha」

P126 [図解生成] レポートやプレゼンテーションの
強い味方「Napkin AI」

P127 [サイト生成] プログラミング知識ゼロで
Web サイトを構築「Same.dev」

P128 [画像生成] 画像とテキストを
まとめてデザイン「Ideogram」

P129 [音楽生成] 今日からあなたも音楽家!? 「Suno」

P086 いまいちわからない英文法は
解説だけでなくクイズで理解度を確認

P087 マイク付きのデバイスなら
英会話の発音を採点してもらえる

P088 AI にその日のテーマを決めてもらい
短い日記を書いて英作文を学習

P089 大学の入試問題を AI に解かせて
わからない部分を質問攻めにする

P090 覚えにくい歴史上の出来事は
得意分野に置き換えて暗記する

P091 ゼロから始めるプログラム学習は
学習支援機能で誘導してもらう

P092 [COLUMN]
なかなか暗記できないものは
歌にしてヘビロテ再生で覚える

PART 7

Officeを AIでかしこく使う

P094 Microsoft 365 に搭載された AI で作業を効率化!

P096 Word

文章の下書き
誤字・脱字を見つける
テキストから表を作成
長文テキストを要約
企画書を作成
和訳や英訳を依頼

P102 Excel

書式をまとめて整える
複雑な条件で並び替え
条件一致のデータを目立たせる
データをもとにグラフ化
データを集計する関数を作る
高度な分析を行う

P108 PowerPoint

新製品の宣伝用資料を生成
スライドに生成画像を追加
スライドを追加で生成

CAUTION

本書で解説しているテクニックは、2025年8月19日時点のものです。今後、AIの仕様や精度、サービス内容等が変更される可能性があるため、掲載しているテクニックが利用できなくなることもあります。各種AIサービスは有料版を利用することで、精度の向上や機能の拡充が提供されます。しかし、本書では無料でAIサービスを活用することを主題としているため、ChatGPTをはじめとするAIサービスは、基本的に無料版を基準として検証しています。