

Information
System
Department

情報通

2025.May

5月号

発行：東京税理士会
情報システム部生成AIをはじめてみませんか？
～初心者でも簡単、新しい可能性の扉～

情報システム部 副部長 真砂 美穂

はじめに

私が生成AIと出会ったのは一昨年のことです。自分の文章があまりにも拙く感じたため、試しにChatGPTに添削をお願いしたのが最初のきっかけでした。当初は「生成AIといえばChatGPT」という印象を持っていましたが、昨年になってから、実は他にも様々な生成AIサービスが存在することを知り、興味を持って学び始めました。情報収集には主にYouTubeを活用しています。というのも、生成AIの進化は非常に速く、書籍では情報が古くなってしまい、最新の内容をカバーしきれないからです。

生成AIは専門的な知識を持つ方だけが使えるイメージがあるかもしれませんが、現在では、誰でも手軽に、しかも無料で利用できるサービスが増えました。「使ってみたいけれど難しそう」「何ができるのかよく分からない」「少しだけ触ってみただけで使いこなせなかった」といった方にこそ、是非この機会にチャレンジしていただきたいと思います。

生成AIとは？

生成AIは、質問やお願いに対して、まるで人と会話するようなかたちで、文章や画像を自動で作成してくれるAIです。例えば、「夏休みにおすすめの旅行先を教えて」「かわいい猫のイラストを描いて」「敬語を使ったビジネスメールの例文を作成して」「簡単に作れるパスタのレシピを教えてください」といったリクエストにも、すぐに答えてくれます。スマートフォンやパソコンがあればすぐに使い始めることができ、アプリをインストールしなくても利用できるサービスも多くあります。

どうやって始めればいい？

実際に使ってみたくとも、「どこにアクセスすればいいの？」「登録は必要？」と迷ってしまう方もいらっしゃるかもしれません。ここでは、代表的なサービスの始め方を簡単にご紹介します。

【ChatGPT (チャットジーピーティー)】

1. インターネットで「ChatGPT」と検索します。
2. OpenAIの公式サイト (<https://chat.openai.com>) にアクセスします。
3. 初めの方は、メールアドレス、Googleアカウント、Microsoftアカウント、Appleアカウントで無料のアカウント登録を行います。
4. ログイン後は、画面の下にある入力欄に話しかけるように文字を入力するだけで、AIが返答してくれます。



【Claude (クロード)】

1. インターネットで「Claude AI」と検索します。
2. Anthropic社の公式サイト (<https://claude.ai>) にアクセスします。
3. 初めの方は、メールアドレス、Googleアカウントで無料登録を行います。
4. ログイン後、画面上のチャット欄に話しかけるように入力すると、AIが対話形式で答えてくれます。



【Google Gemini (グーグル ジェミニ)】

1. Googleアカウントをお持ちの方は、<https://gemini.google.com>にアクセスします。
2. ログインすると、質問や依頼を入力できるチャット画面が開きます。
3. 「〇〇について教えて」と入力するだけで、わかりやすく答えてくれます。



どれも特別な設定や準備は必要なく、基本的には「検索→アクセス→登録→開始」というシンプルな流れです。

試してみると広がる可能性

生成AIは、パソコンやスマートフォンの操作に自信がない、新しいツールに対して不安がある、という方でも簡単に使うことができます。なぜなら、生成AIは日常生活の中での「ちょっとした困りごと」をサポートするのが得意だからです。

- ✓ 顧問先へお詫びのメール、顧問料値上げの依頼はどう書けばいい？
- ✓ 依頼された記事を書くことが面倒に感じる
- ✓ 〇〇について調べたいけど、時間がない
- ✓ パソコンの使い方がわからないから教えて
- ✓ エクセルの関数を使って表を作りたい
- ✓ 長い文章や会議の録音データを要約してほしい
- ✓ 外国語の文章を翻訳してほしい
- ✓ イベントを開催するのだが、アイデアを出して
- ✓ 資料に使える画像がほしい

このような場面で、生成AIはきっと役に立ってくれます。上手に活用することで、時間の節約や作業の効率化が期待できます。



【こんな画像も作成してくれます】※注

注：この画像も生成AIで作成しました！

<画像の作成手順>

- ChatGPT (有料版) に「生成AI未経験者向けのおすすめを箇条書きで6つ作成」と依頼
 - 長すぎた場合は「もっと短くして」と再依頼
 - 完成した文章を「グラレコ風にまとめて」と画像生成を依頼
- ※グラレコ：内容を図や絵で視覚化する手法
- ※現在のバージョンでは、日本語に変な漢字が混じることもよくありますが、今回は問題ありませんでした。

失敗しても問題ありません

「うまく質問できないかも・・・」「変な答えが返ってきたら困る」と不安に思う方もいらっしゃるかもしれません。しかし、生成AIとのやりとりには、失敗という概念はありません。最初は少し意図と違う返答が返ってくるかもしれませんが、それも含めて体験しながら、徐々に使い方のコツをつかんでいけば大丈夫です。「今日の夕飯に何を作ればいい？」とか、「今日のニュースを簡単に教えて」といった、気軽なやりとりから始めてみてください。「こんなこともできるのか！」という発見がきっとあるはずです。

自分のペースで楽しく使ってみましょう

生成AIは、使えば使うほど「こんなこともできるのか」と、新たな可能性に気づくことができます。ただし、最初からすべてを理解する必要はありません。大切なのは、「少し便利になるかも」「ちょっと使ってみよう」と思ったときに、気軽に試してみることです。焦る必要はありません。自分のペースで少しずつ触れていくうちに、自然と日常に取り入れられるようになるはずです。

注意しておきたいこと

生成AIはとても便利なツールですが、使う際にはいくつか気をつけたいポイントもあります。

- 生成された情報が必ずしも正しいとは限りません。ときどき事実と異なる内容を答えることがありますので、大切な内容は他の情報源で確認しましょう。
- 個人情報や機密情報は入力しないようにしましょう。生成AIは会話内容を学習に使う可能性があります。(使われない設定が可能です。)
- 他人の著作物(文章や画像など)に似た内容を生成する場合がありますので、商用利用や公開する際には注意が必要です。

これらの点を理解した上で、上手に付き合っていくことが大切です。まずは好奇心を持って、気軽に試してみてください。きっと、新しい発見と楽しさが待っています。