



質問に答えるだけで、 資料づくりの第一歩。

介護事業所の説明・提案・研修に。

好みのデザインから選び、ChatGPTと内容を整えるキットです。

最初に使うファイル

00_はじめる.html

ZIPを右クリック → 「すべて展開」 → 上のファイルをダブルクリック。EdgeやChromeなどのブラウザで開きます。

使い方は、4つのステップ。

1. 見本を見て選ぶ。

5種類の表紙と中面を比較。画像はクリックで拡大。

2. 分かるところだけ入力する。

誰に見せるか、伝えたいこと、使いたい文章を記入。

3. 事業所の色を相談する。

ロゴやパンフレットの色に合わせるかを選択。

色番号が分からなくても大丈夫です。

4. 相談文をChatGPTへ貼り付ける。

選んだPPTXとpreview.jpgを添付。

未回答の項目から1問ずつ聞き取ります。

入力はこのPCのブラウザ内だけで扱います。この画面からAIへ自動送信しません。画面を閉じると入力は消えるため、必要な設定を保存してください。

まず、テイストを選びましょう。

迷ったらDから。色はあとで、事業所のブランドにそろえられます。



A 写真で伝える

初回相談・管理者への説明。余白を使った落ち着いた印象。各4枚のPPTX・PDF付き。



B 図解で整理する

導入提案・計画。比較表や工程の説明に。各4枚のPPTX・PDF付き。



C 場面から学ぶ

職員研修・ロールプレイ。落ち着いたイラスト。各4枚のPPTX・PDF付き。



D やさしい挿絵

AI入門・短い勉強会。素朴で親しみやすい表現。各4枚のPPTX・PDF付き。



E 可愛いアニメ

体験研修・導入のきっかけ。明るい参加型の場面に。各4枚のPPTX・PDF付き。

写真・挿絵はAI生成。Dは公式いらすとや素材ではありません。既存の4枚はデザイン見本で、内容は利用目的に合わせて確認・差し替えます。Cの同意研修は一部抜粋であり、単独で研修全体を網羅するものではありません。

「よく分からない」から、始めて大丈夫。

ChatGPTには、1回に1問だけ聞き、例や選択肢を出すよう指示しています。既に入力したことは聞き直しません。

聞くこと	回答の例
誰が見る資料ですか？	AIが初めての職員です。
何ができるようにしたい？	案内文の下書きを作りたい。
どこで何分使いますか？	職員会議で10分。投影します。
元になる文章は？	箇条書きだけあります。

ブランドも、見た目で相談します。

1. 今の資料に合わせるかを確認。
ロゴ・パンフレット・色の決まりがあるかを聞きます。
2. 印象と、使わない色を確認。
「信頼感」「あたたかさ」「明るさ」などで選べます。
3. 2案の色見本を見比べる。
画像から拾った色は仮案。正式な色と断定しません。
4. 選んだ色を保存し、全ページに統一。
主色・補助色・背景・文字・書体・ロゴ位置を記録。次回も同じ設定を読み込みます。

実名は、完成後に差し込みます。

事業所名は手元の設定用。AIへの依頼文は「[事業所名]」とし、最後にご自身でPowerPointへ入力します。

原稿に利用者・家族・職員の個人情報や個別のケア記録を入れないでください。ロゴ等は利用する権利があるものを使い、法人のAI利用ルールを優先してください。

小さく作り、品質をそろえる。

最初は6枚

構成を確認 → 表紙と中面の2枚で色・文字を確認
確認 → 残りを3枚ずつ制作。

修正は必要なページだけ

既存の型と画像を再利用。全ページの作り直しや、不要な画像生成を減らします。

6枚・3枚ずつはこのキットの運用目安です。ChatGPTの契約上限・制作保証ではありません。

モデルの使い方

聞き取り・文章整理は通常の設定で。難しい構成や最終確認だけ、利用できる高い能力の設定を検討します。Work/Codexに軽量モデルの選択肢があれば定型整理に。通常のChatでは選択肢が異なります。標準速度を基本にし、速い設定＝省使用量とは考えません。

完成までの残りど、契約の残りは別です。

例：計画6枚 － 作成・目視確認済み2枚 ＝ あと4枚。

契約利用枠はアプリで確認します。そこから「あと何枚作れるか」を正確に換算することはできません。

仕上げのチェック

- ☐ 原稿の内容と出典 ☐ 全ページの色とロゴ
- ☐ 小さすぎる文字・はみ出し ☐ 表紙と中面の画像
- ☐ 実際のPPTX・PDFを開く ☐ 本番のPCで確認

制限が出たら「再開メモを作って」と依頼し、アプリの案内に従って再開します。追加課金やAPI設定を前提にしません。

Plusの円建て請求額は購入画面で確認してください。月に何枚作れるかは保証しません。受取人のPlus実アカウントでの一連の操作は未検証です。ファイル作成機能がなければページ別原稿を手元のPowerPointへ差し込めます。

公式情報・確認日：2026-10-07

learn.chatgpt.com/docs/pricing(利用枠)

learn.chatgpt.com/docs/models(モデル選択)

learn.chatgpt.com/docs/web(ファイル作成)