

ゼロからのChatGPT  
ひとり起業女子のための  
AI活用法！

# はじめに

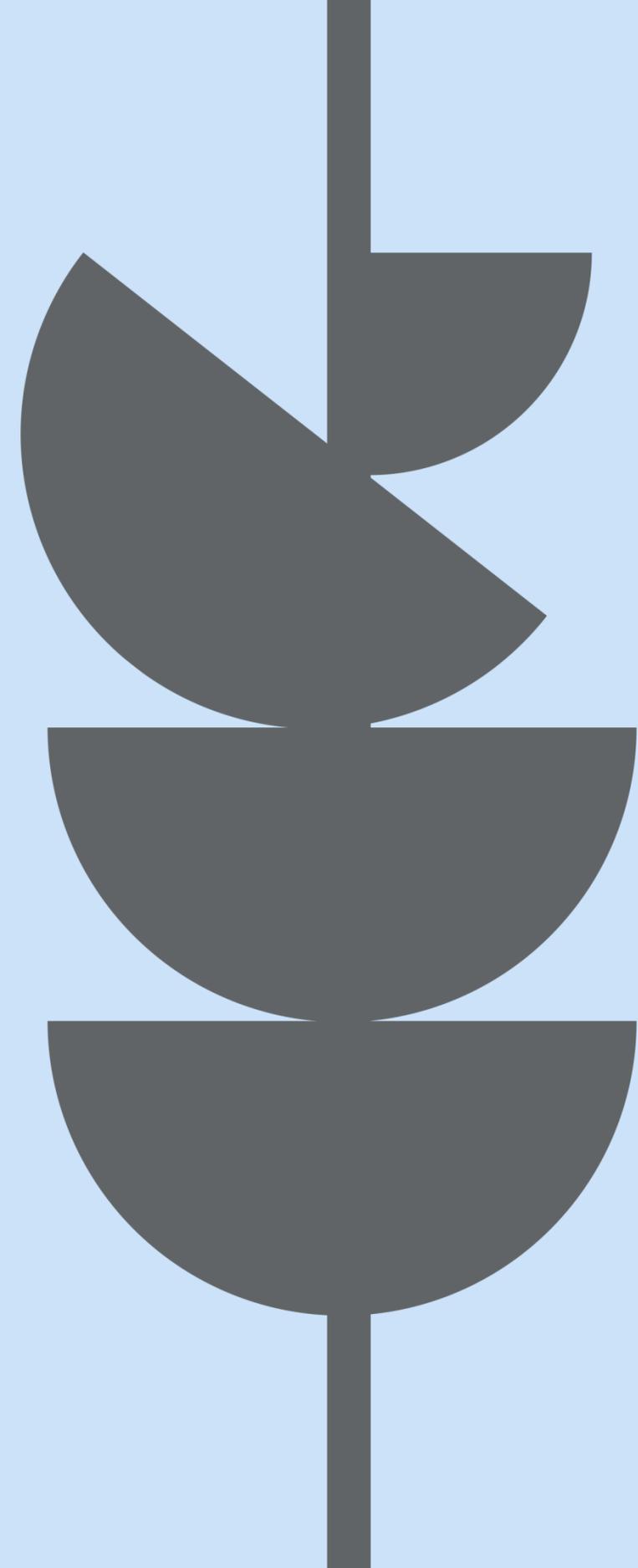
2022年11月に公開されたOpenAIのAIチャットボット、ChatGPTは、私たちの生活の中に急速に浸透し、仕事やプライベートで使う機会が増えてきた人も多いと思います。しかし、ChatGPTが自分の思うように動作してくれないという声もよく聞かれます。

そんな中、自分の望む答えをChatGPTからうまく引き出す手法である『プロンプトデザイン』がAI分野の大きな研究対象となっていて、日々、様々な手法が開発されています。

今回はChatGPTからうまく答えを引き出すプロンプト手法について  
第1章 ChatGPTの仕組み  
第2章 最新プロンプト手法10選  
の2章構成で、非エンジニアの方にも分かりやすいように解説します。

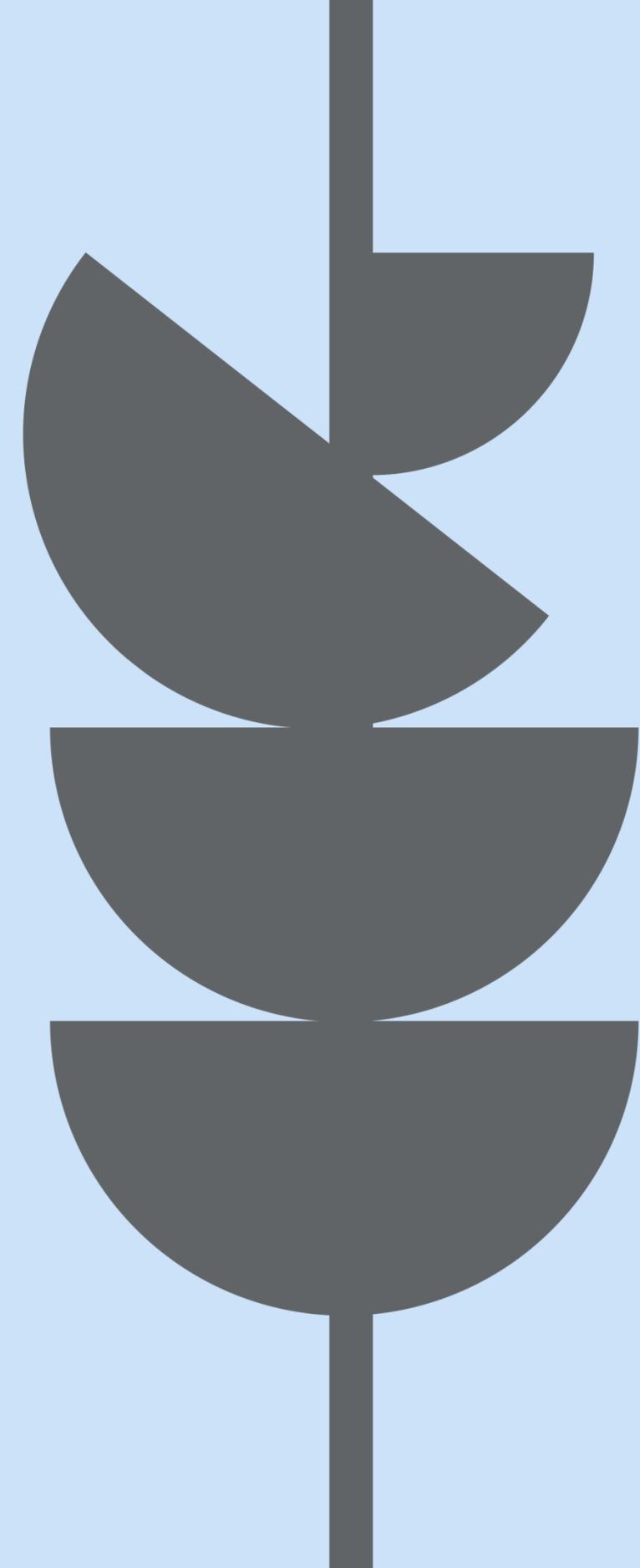
# 第1章

## ChatGPTの仕組み



## ChatGPTとは？

チャット形式の画面でAIとやり取りしながら簡単に文章を生成できるChatGPTは、一往復で終わらずに連続して会話できるのが大きな特徴で、まるで人間と会話しているような感じでチャットできる



これは、

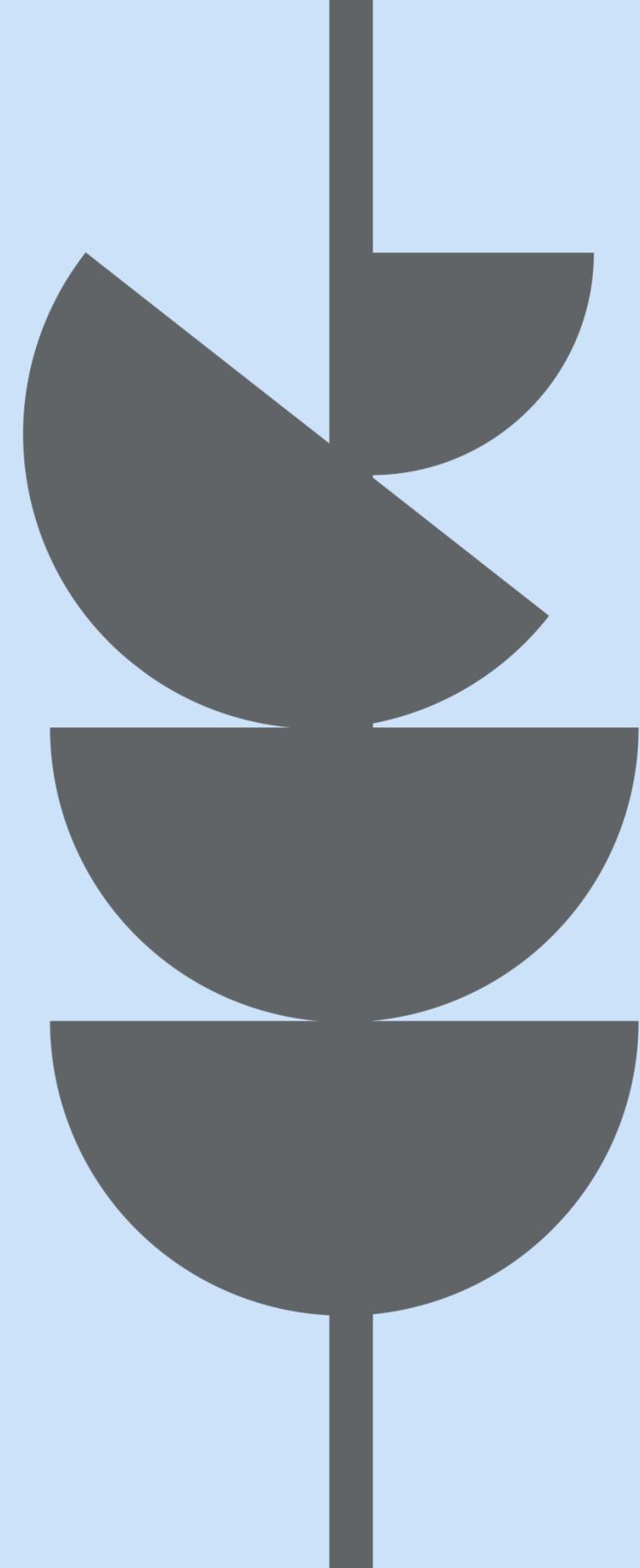
ChatGPTに内蔵されている

『**大規模言語モデル**』

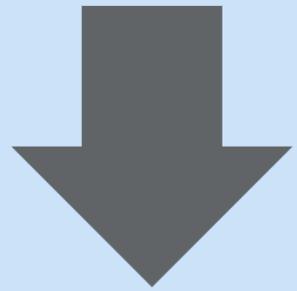
と呼ばれるAIが、

ネット上の膨大なデータを学習  
しているから

その時の会話に合わせた最適な  
答えを生成できる



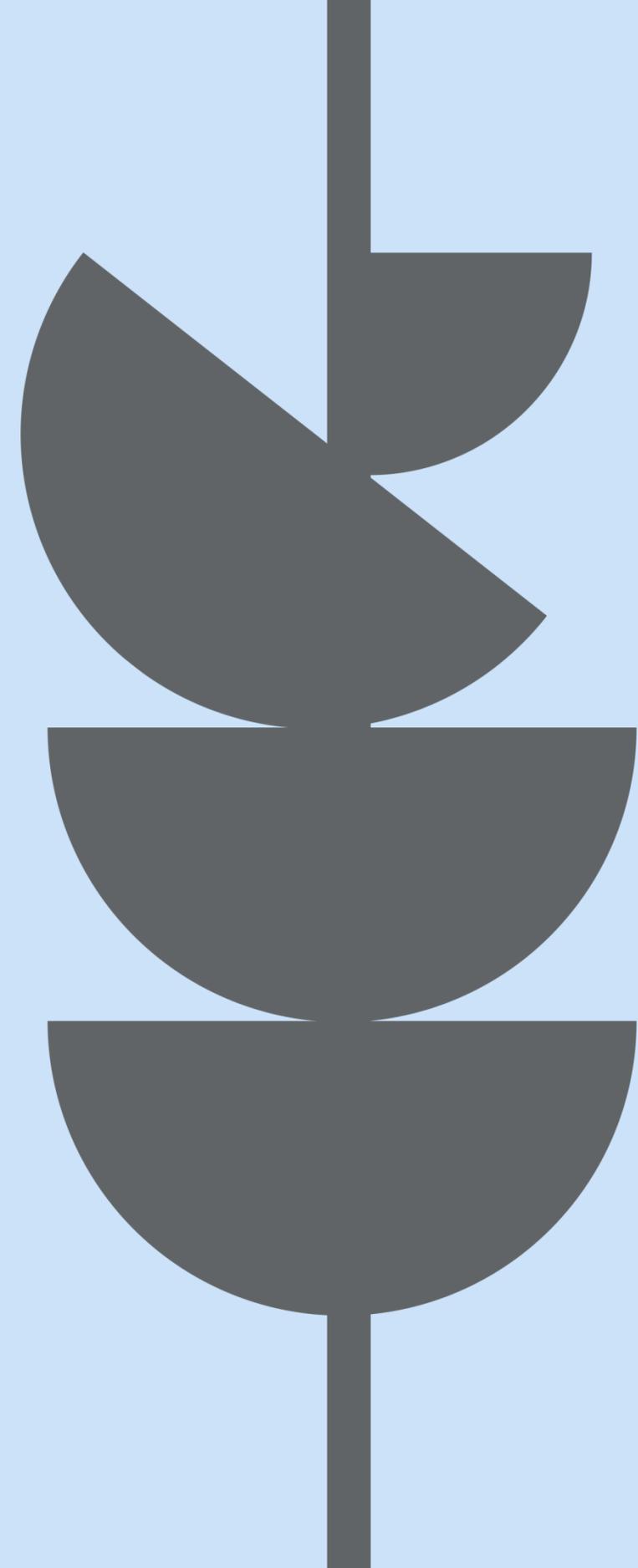
ChatGPTはユーザーの質問に対して



確率上

最も無難な回答を出力するよう

設計されている

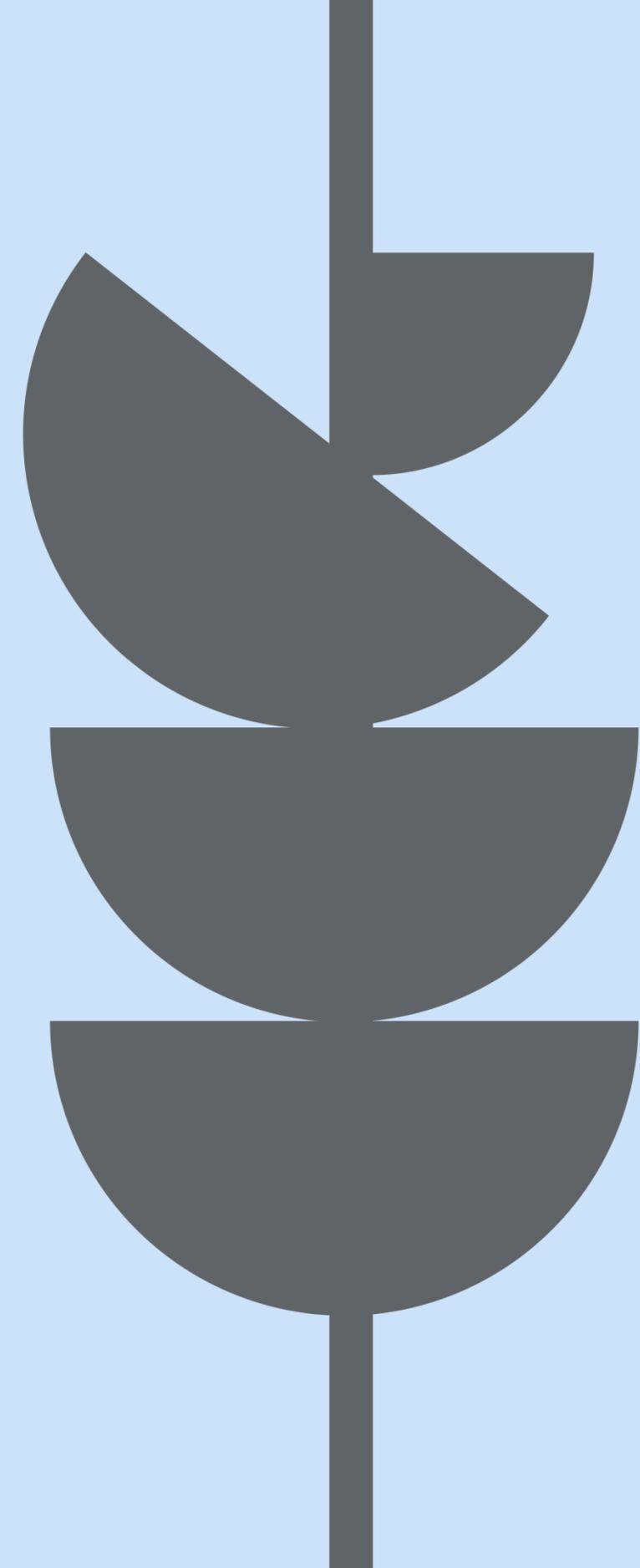


例えば…

「江戸幕府を立ち上げたのは誰ですか」とChatGPTに質問するとChatGPTは「江戸幕府を立ち上げたのは徳川〇〇」のような感じで回答するが、、、

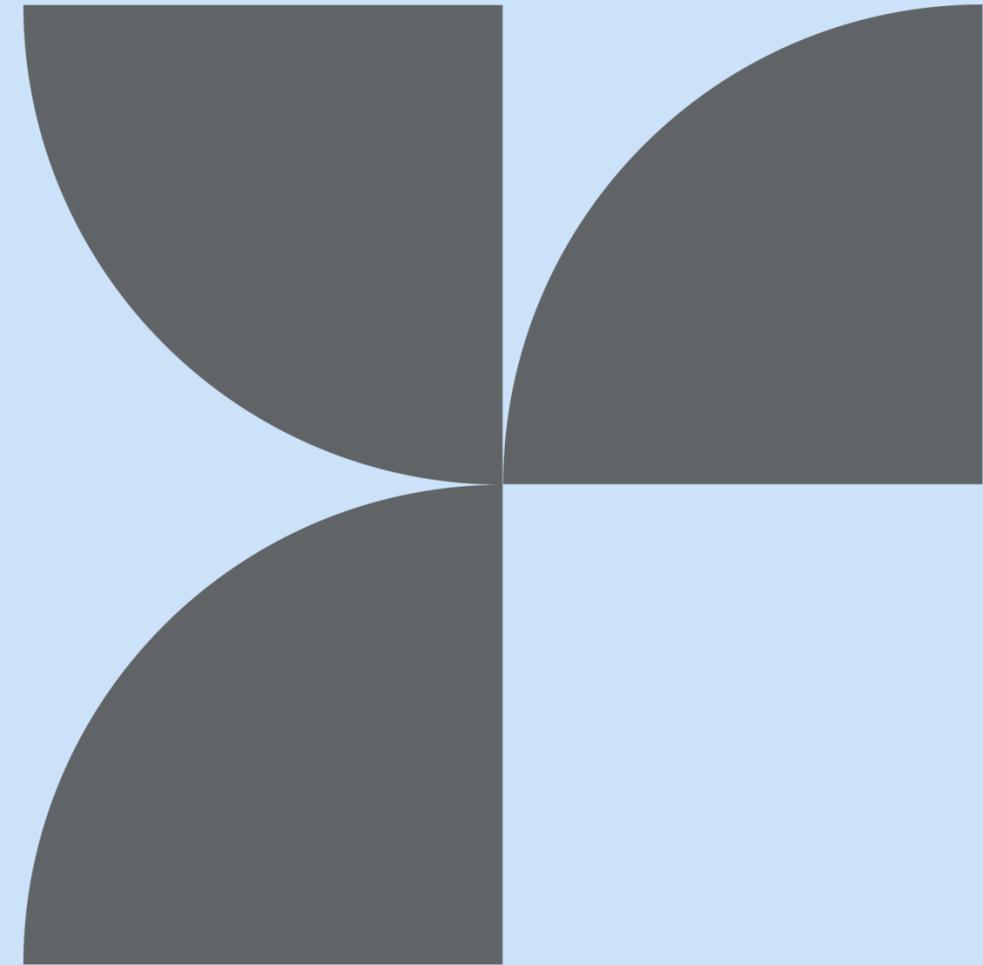
ChatGPTは〇〇の部分を

『徳川家康』か『徳川家光』か、  
はたまた『徳川慶喜』かといった感じで  
予測しつつ、次の単語の出現確率が1番高い  
ものを当てはめていく



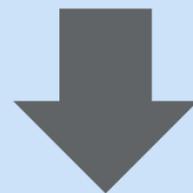
つまりChatGPTが答えているのは事実関係ではなく  
あくまで出現確率

このように順々に単語を当てはめつつ  
「江戸幕府を立ち上げたのは徳川家康です。  
1603年に徳川家康は征夷大將軍に任じられ江戸  
幕府を開設しました」  
のような感じで答えてくれる

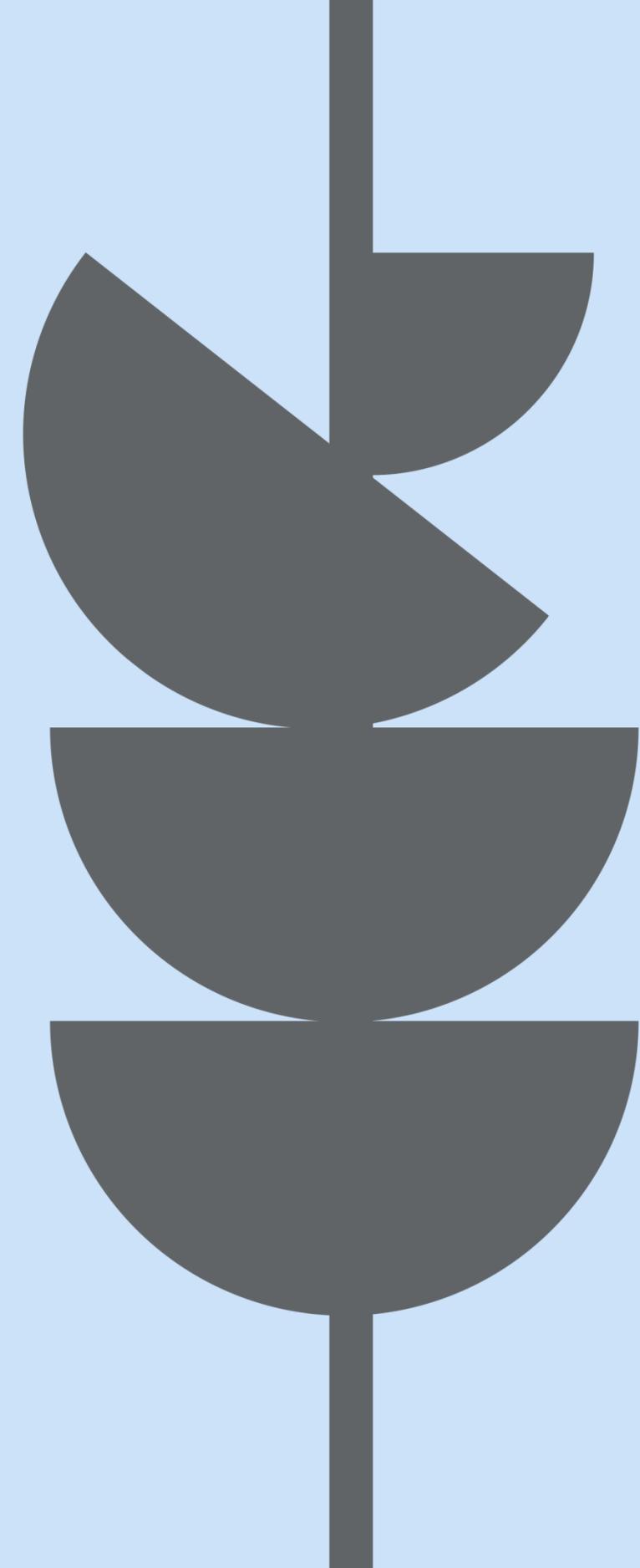


ChatGPTは**確率的に最も可能性のある文章を生成している**

ChatGPTを使いこなすにはまずこのことを頭に入れておく必要がある  
そのため回答は平均的なものになることが多く新しいアイデアや示唆が得られない可能性がある



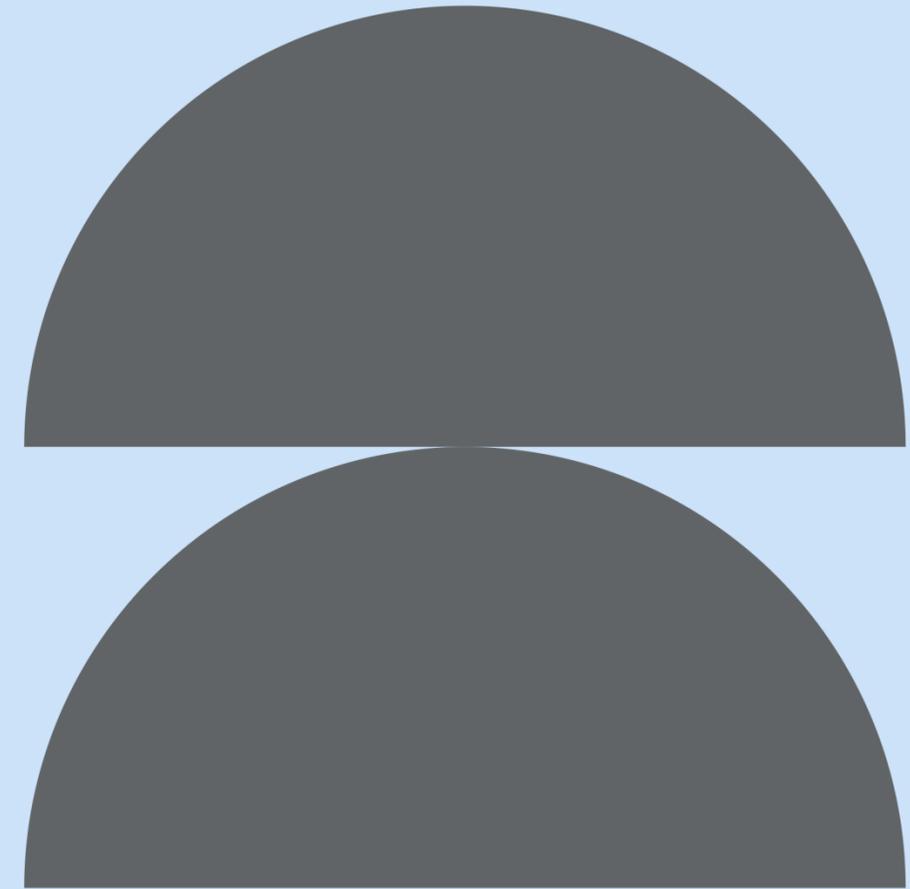
ChatGPTで求めている答えを引き出したり狙い通りの文章を生成できるかどうかは、**質問の仕方**にかかってくる



ChatGPTに質問する際の文章  
『**プロンプト**』

精度の高い回答が得られるようにプロンプトを構築する技術  
『**プロンプトエンジニアリング**』

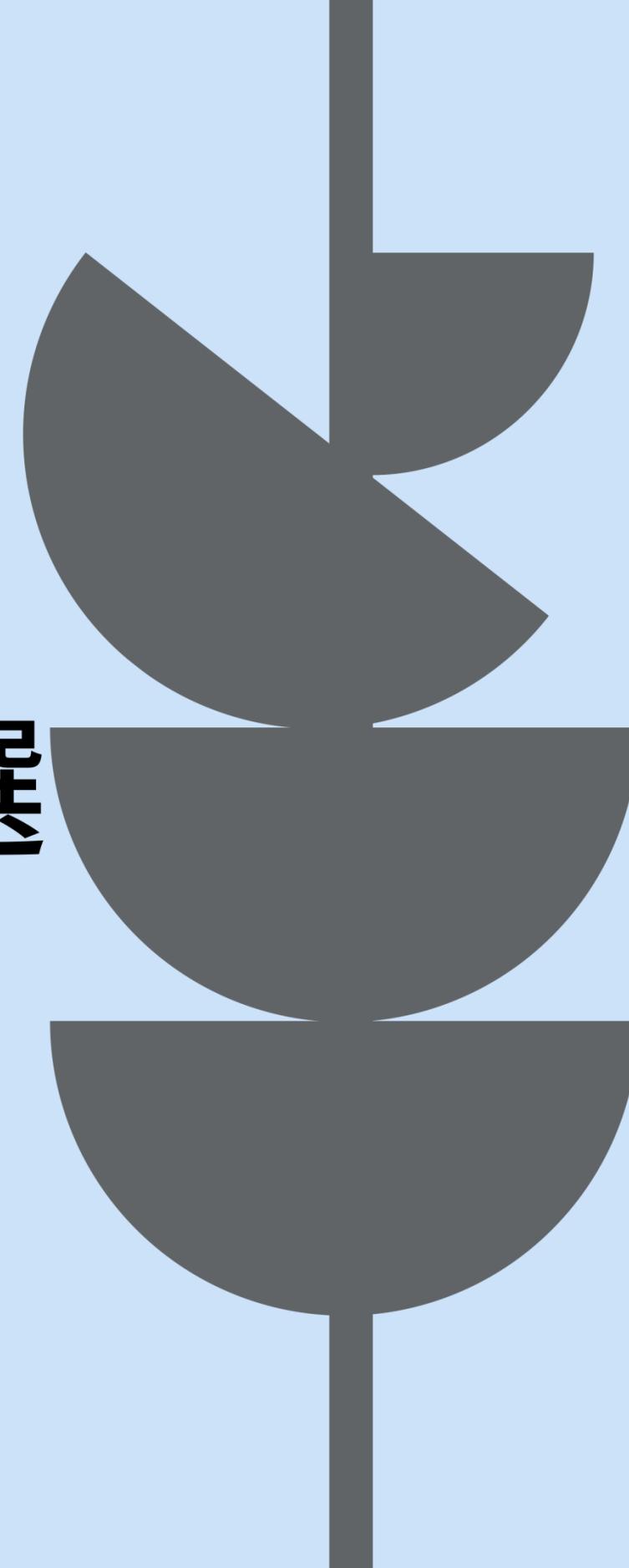
プロンプトをデザインすること  
『**プロンプトデザイン**』



# 第2章

## 最新プロンプト手法10選

第2章では、ChatGPT力を上げるために著名人が生み出したプロンプトや主なプロンプト研究事例を中心にChatGPTからうまく答えを引き出す手法を紹介



この章ではChatGPTからうまく答えを引き出すプロンプト手法を最新の研究内容や著名人が使っている手法を交えて紹介

例 1

ChatGPTの回答精度を向上させる研究結果の紹介

Microsoftなどの研究グループは有料版のChatGPTで利用できるGPT4やメタのラマ2などの大規模言語モデルに**感情的な刺激を与えることで回答出力の制度を向上させる**ことが明らかになったとの研究結果を発表した

この研究プロジェクトページでは大規模言語モデルの強化に心理学を活用する『**エモーションプロンプト**』となるフレームワークで検証したところ、

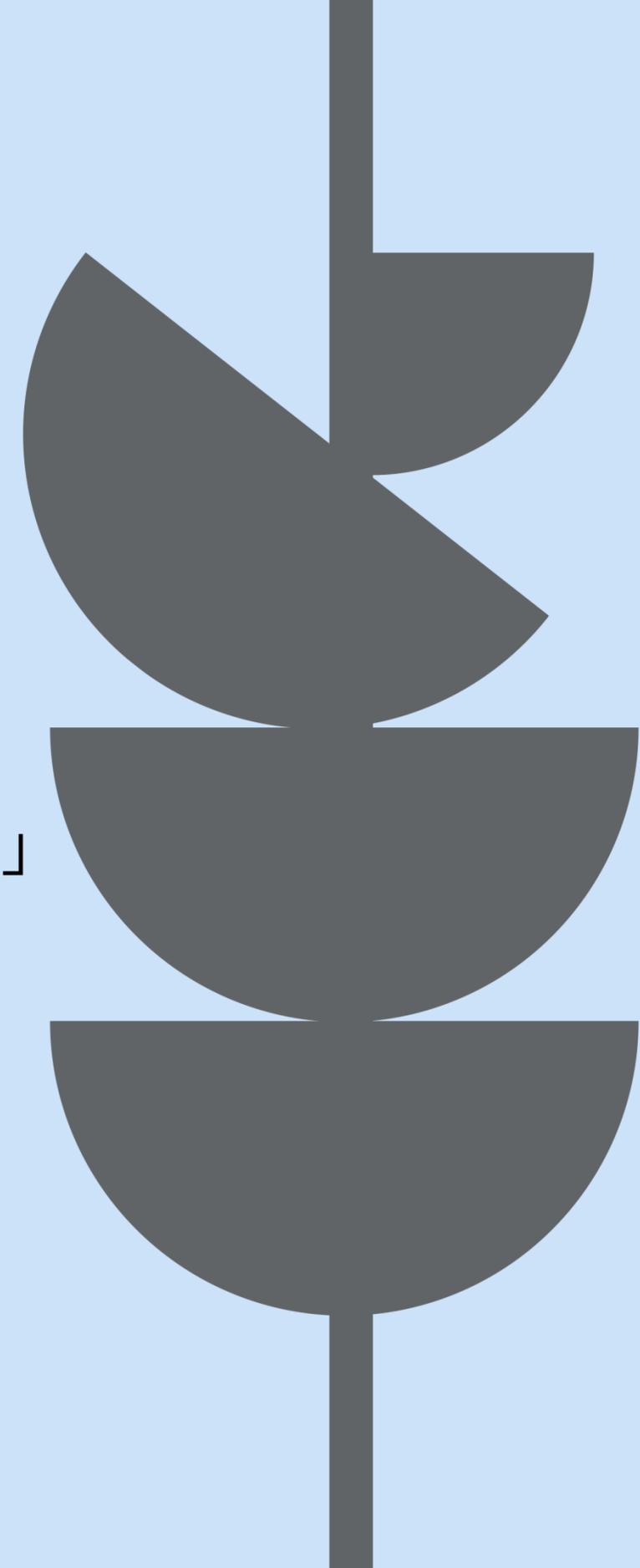
「これは私のキャリアにとって非常に重要です」

「自分の能力を信じて限界を超えてください」

「このチャレンジを成長の機会だと考えて挑戦してください」

「それがファイナルアンサーですか？」

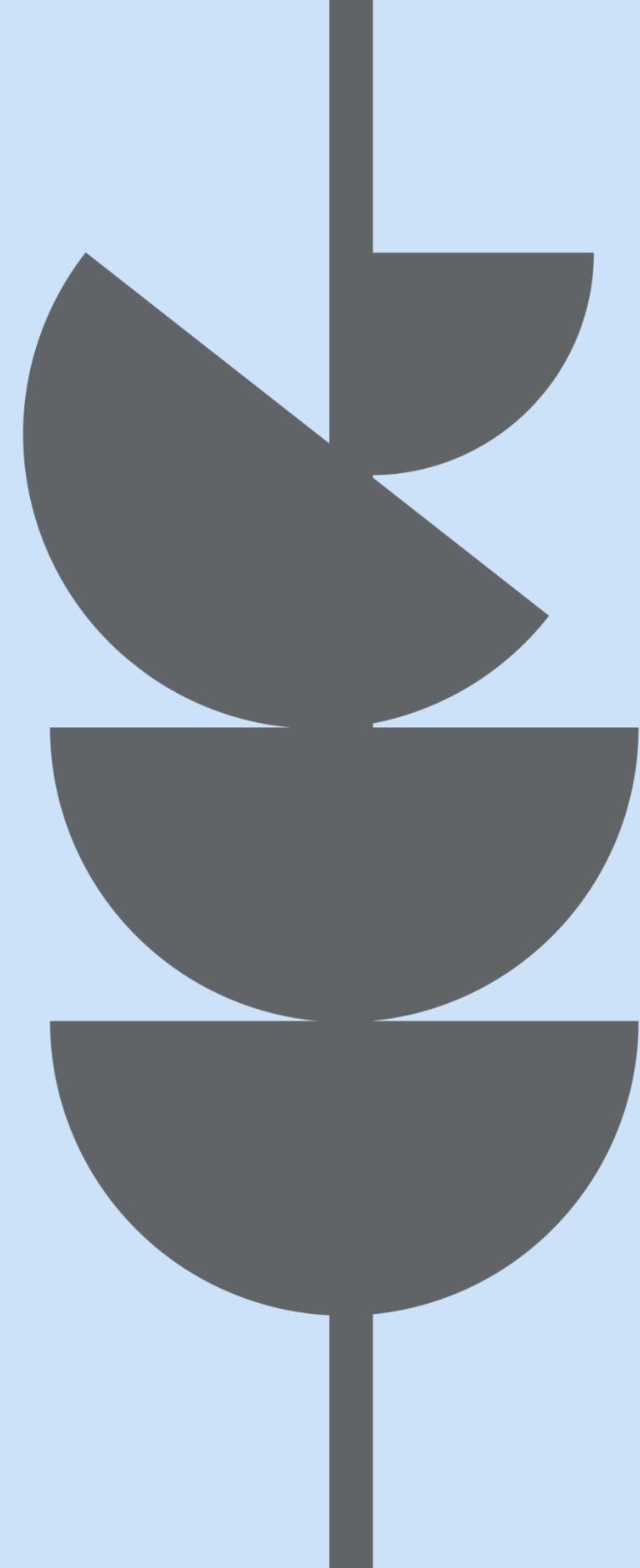
といった**感情を込めたプロンプト**を追加するだけでGPT4などの様々な大規模言語モデルに回答出力の制度の向上が見られたとのこと



とはいえ、この検証結果には主観的な評価要素があるので個人差はある

この研究は2023年11月にSNS上で拡散されて大きな話題になった

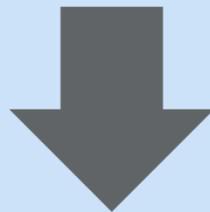
SNS上では『松岡修三メソッド』と呼ばれた



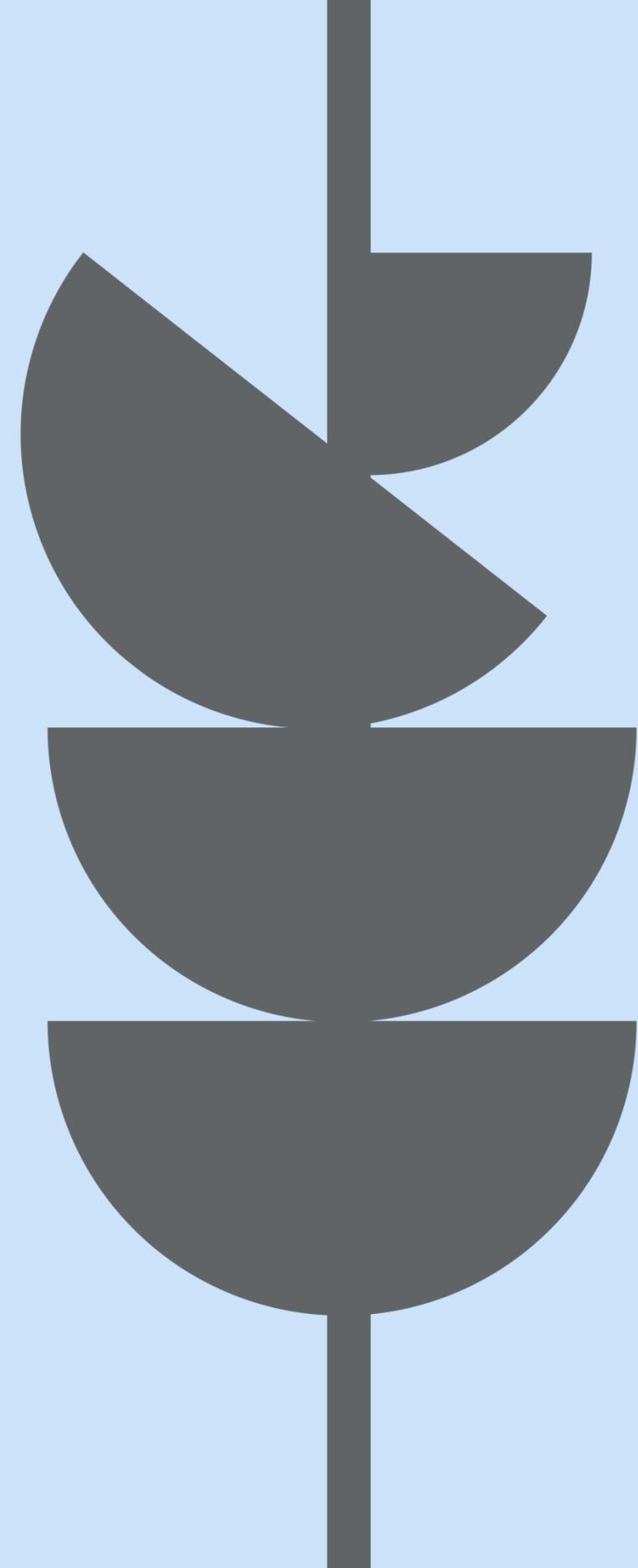
例2

ChatGPTに円卓議論させるプロンプトの紹介

ソフトバンクグループの孫正義社長は  
思いついた発想をChatGPTに相談して  
毎日知恵の壁打ち(自由討論)をしている



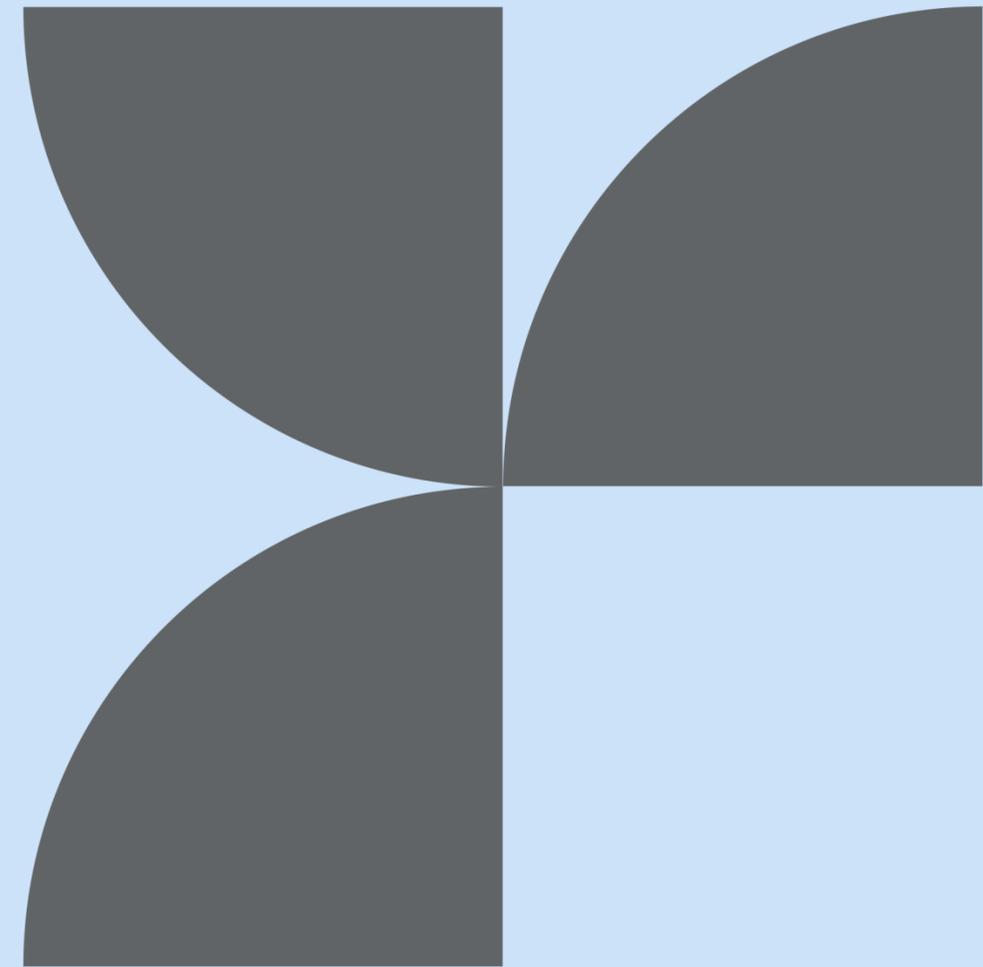
ChatGPTと壁打ちできるプロンプトが  
SNSで話題となったり、壁打ちを再現  
できるいくつかのプロンプトが公開さ  
れている



これらプロンプトを一通り試したところnoteやXでChatGPTやAIのニュースを配信している「ChatGPT研究所」さんがXに投稿したプロンプトが一番分かりやすかったので紹介します

➡ <https://twitter.com/ctgptlb/status/1712990511915819106>

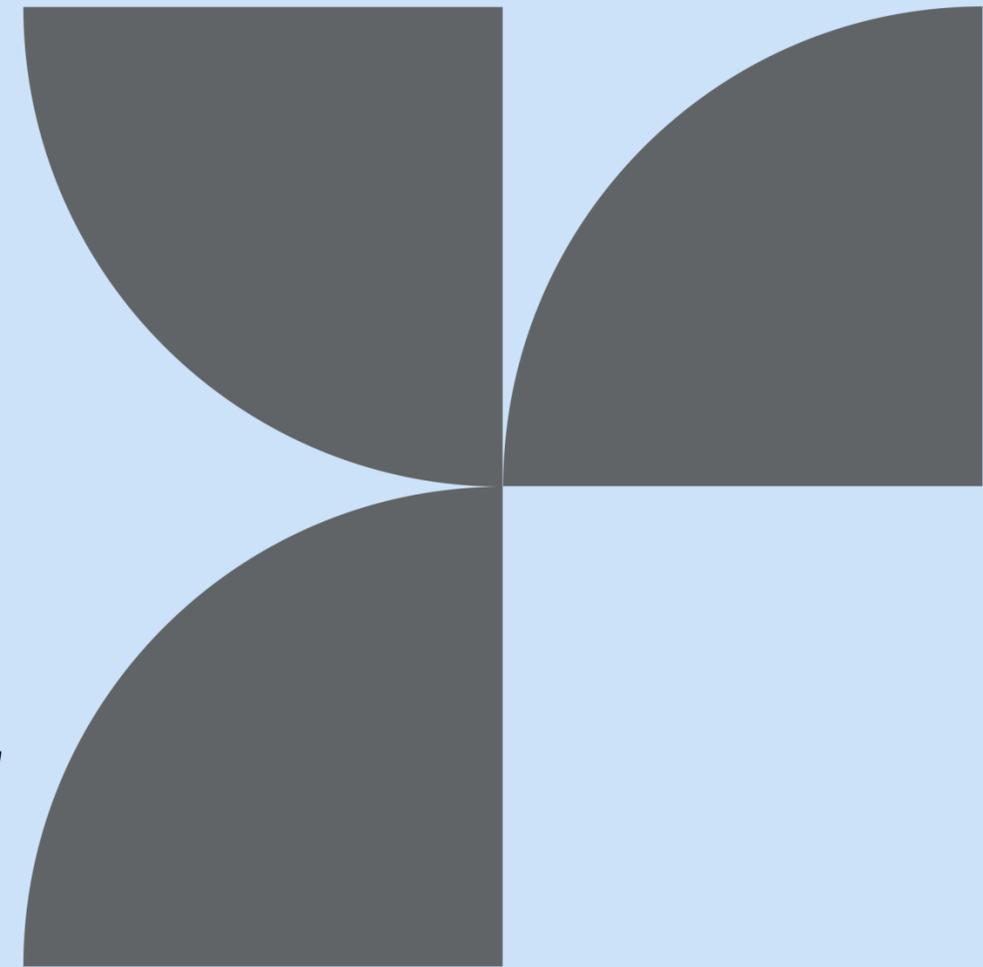
**このプロンプトを使うと5人の専門家のAIが  
ゴール達成のために協力してくれ、AIが円卓  
議論を行って最適な解決策を提案してくれる**

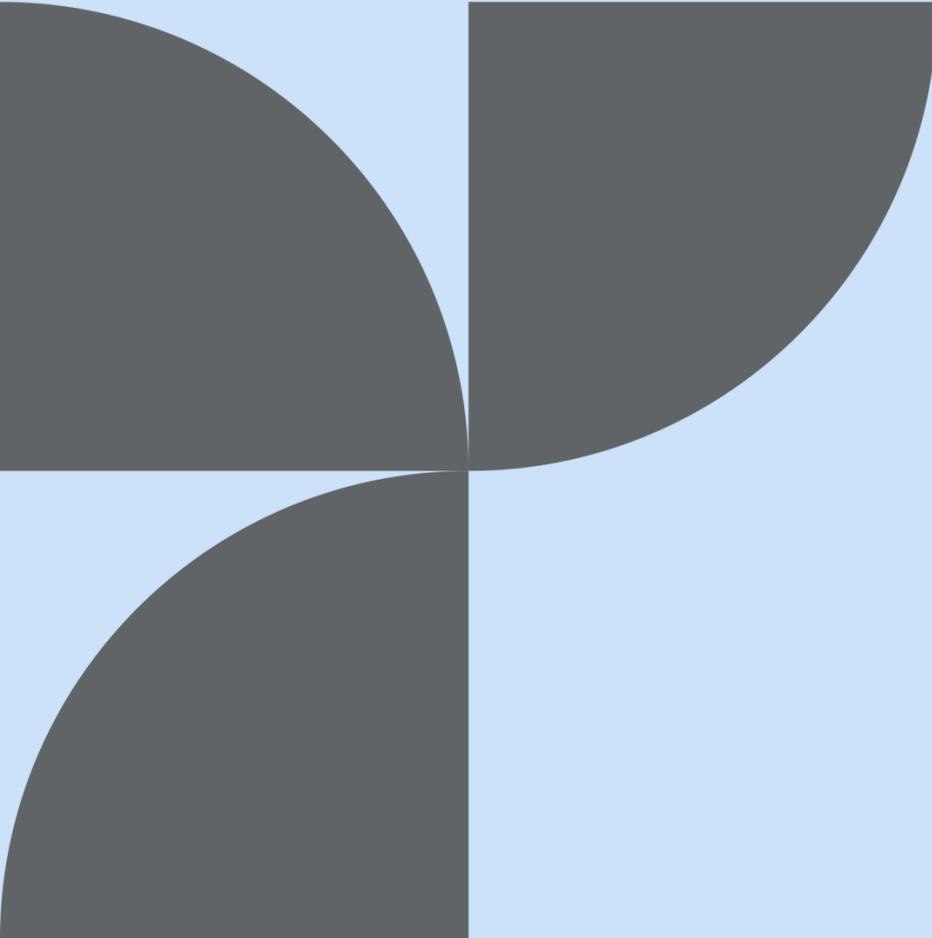


このプロンプトはChatGPTに何をしたいか事前に設定して回答形式を設定できる『カスタム指示機能』の画面で入力

カスタム指示機能を使うには…

- ① パソコンのweb版ではChatGPTの画面の左下にある自分の名前が表示されている部分を押して出てきた画面の『カスタム指示』の部分を押して出てきたポップアップ下部の「チャットGPTにどのように応答して欲しいですか？」の部分に該当のプロンプトを入力して保存する
- ② その後ChatGPTのフォームに「/start(スラッシュスタート)」と入力して送信すると、以後ChatGPTがガイドしてくれるので5人の専門家と議論しながら目標達成まで進めることができる





# カスタム指示機能は ChatGPTの無料ユーザーも使える

- ✔ このAI円卓議論プロンプトとは事業の立ち上げや商品開発などのビジネス系の相談からプライベートの相談まで様々な場面で幅広く利用できる
- ✔ ChatGPTに「/start」と打ち込むだけですぐに使えるので何か困難に直面した場合にこのプロンプトを利用すれば悩みの解決につながるかもしれない

例3

## 『深津式プロンプト』の紹介

noteのCXOの深津貴之(ふかつたかゆき)さんが  
noteのYouTubeチャンネルでのライブ

### 『あなたの仕事が劇的に変わるChatGPT 使いこなし最前線』

(<https://www.youtube.com/live/ReoJcerYtuI?si=ARZzCnqUrQy-ZGfj>)

で紹介したプロンプト

このプロンプトはネット上で評価が高く  
『深津式プロンプト』と呼ばれている



『深津式プロンプト』はChatGPTへの指示を明確にすることを目的として作られたプロンプト

テンプレートが用意されている

「命令書」の部分でChatGPTの役割を入力

**# 命令書:**  
あなたは<プロの編集者>です。  
以下の制約条件と入力文をもとに<最高の要約>を出力してください。

**# 制約条件:**

- 文字数は300文字以内。
- 小学生にもわかりやすく。
- 重要なキーワードを取り残さない。
- 文章を簡潔に。

「制約条件」の部分で指示を箇条書きで入力

**# 入力文:**  
<ここに文章を入力>

「入力文」の部分に指示文を入力

**# 出力文:**

「入力文」を元に「出力文」を作ることを明確にするために出力文の文字を入れる

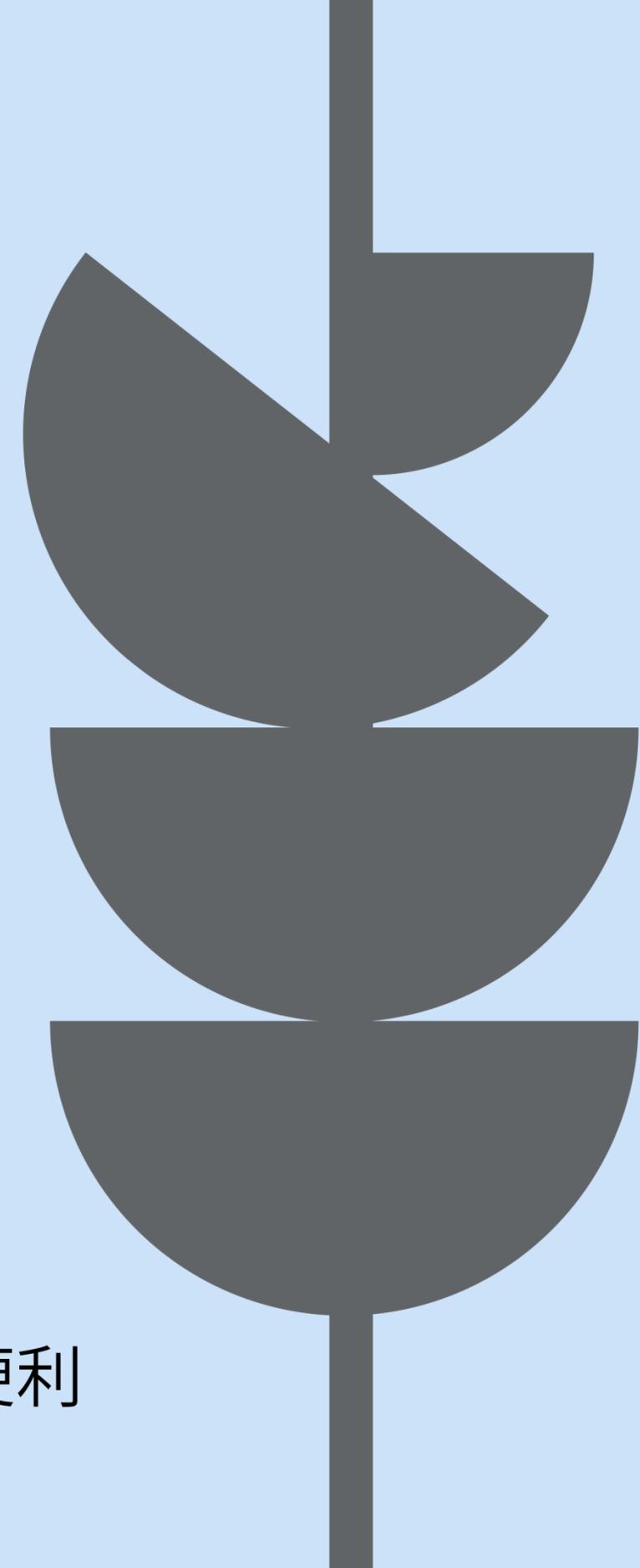
これら「命令書」「制約条件」「入力文」「出力文」の先頭には「#(スラッシュマーク)」をつけて、本文とそれ以外の箇所を明確にしている

例えば…

深津式テンプレートにAIの危険性についての400文字の文章を「AIの先生」という役割を与えて「100文字以内でまとめてください」とお願いすると、このような感じで100文字以内で要約してくれる

深津式テンプレートはプレゼン資料の構成やキャッチコピーの作成、小説の構想、ビジネスメールの作成まで色々な文書生成に対応しているし、スラッシュマークを追加して指示を増やし自分でプロンプトをカスタマイズして利用することもできる

このテンプレートを基本構成として覚えておくと便利

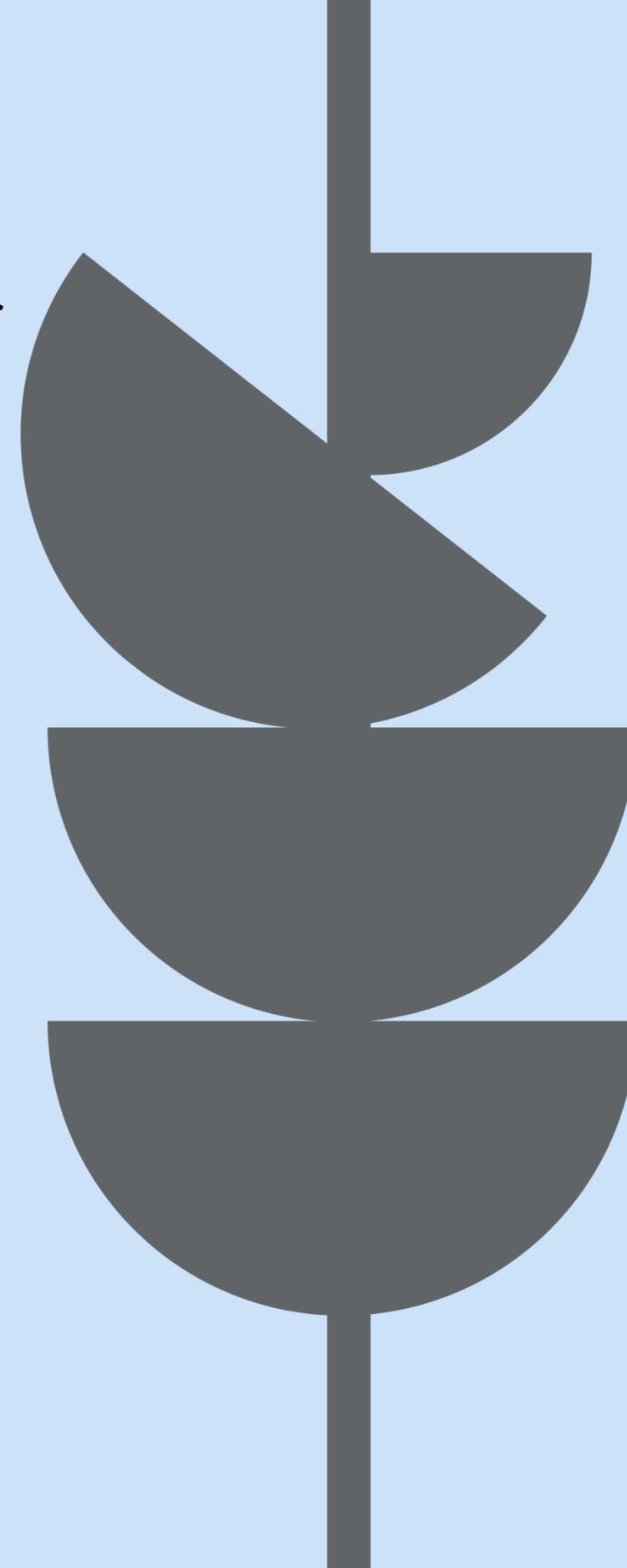


例4

『GOALSeek(ゴールシーク)プロンプト』の紹介

プロンプトアーティストのハヤシシユンスケ  
さんが公開している

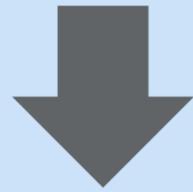
『GOALSeek(ゴールシーク)プロンプト』



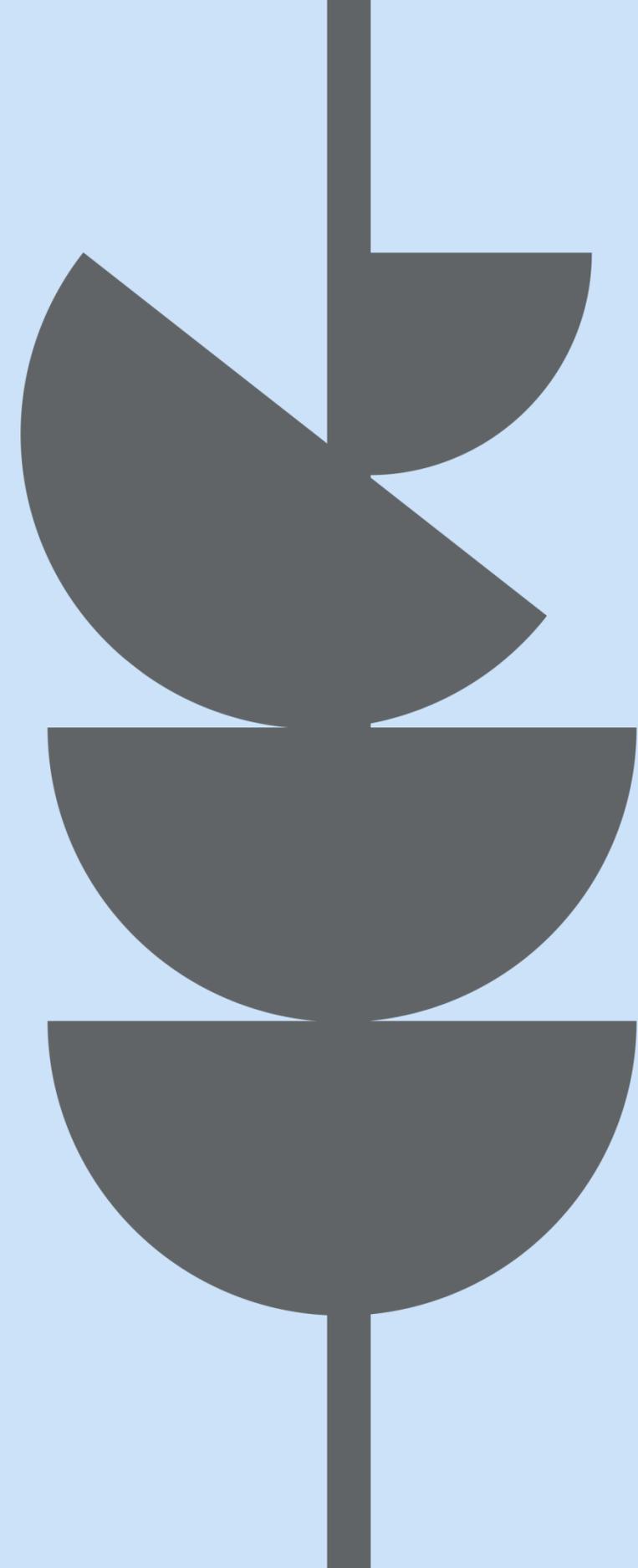
『GOALSeekプロンプト』は…

**ChatGPTが目標を見つけてくれるプロンプト**

ChatGPTに曖昧なゴールを入力すると

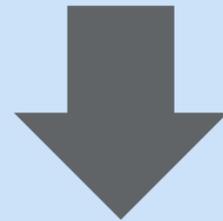


**明確なゴールと**  
**ゴールへ行くまでの道筋を**  
示してくれる

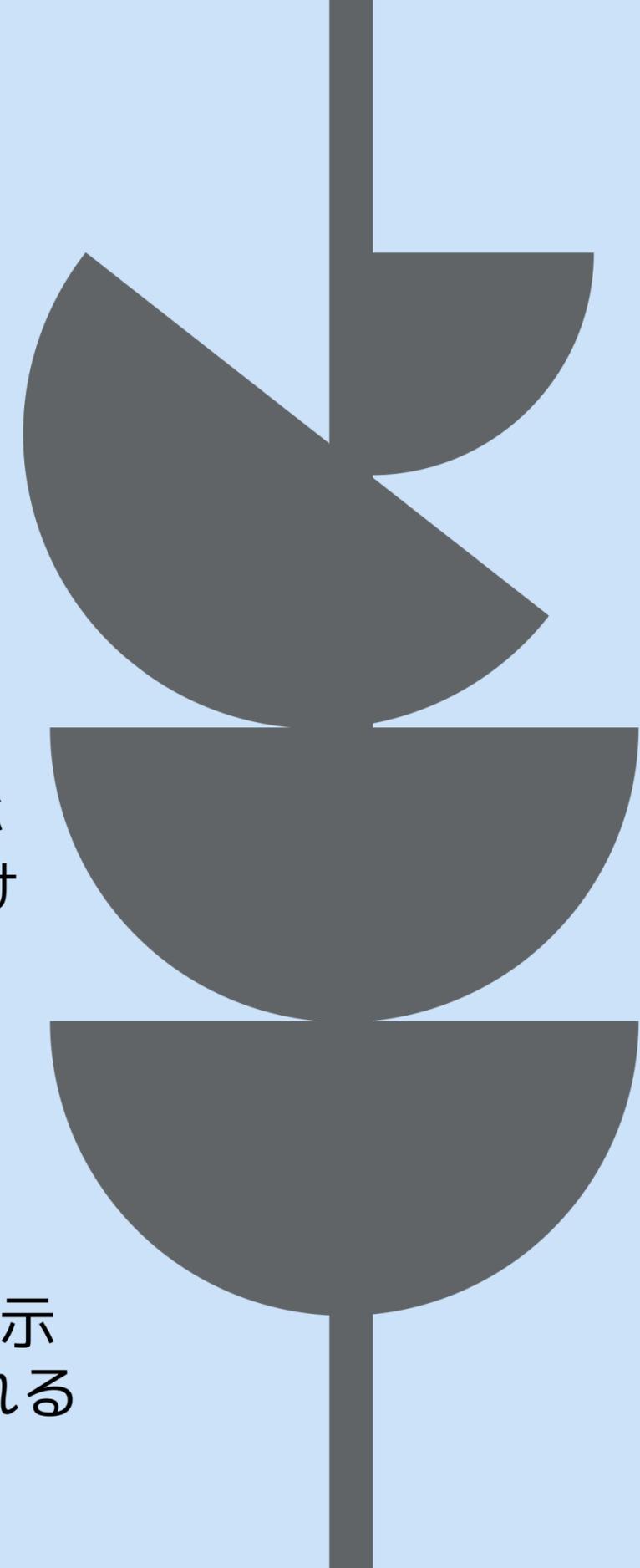


『GOALSeekプロンプト』のテンプレートは  
『ChatGPTプロンプト研究所』  
(<https://exp-p.com/>)というウェブサイトに  
置かれている

このプロンプトをChatGPTに丸ごと入力するとChatGPTが  
「了解しました。このプロンプトのゴールを教えてください  
ますか？」  
と質問してくる

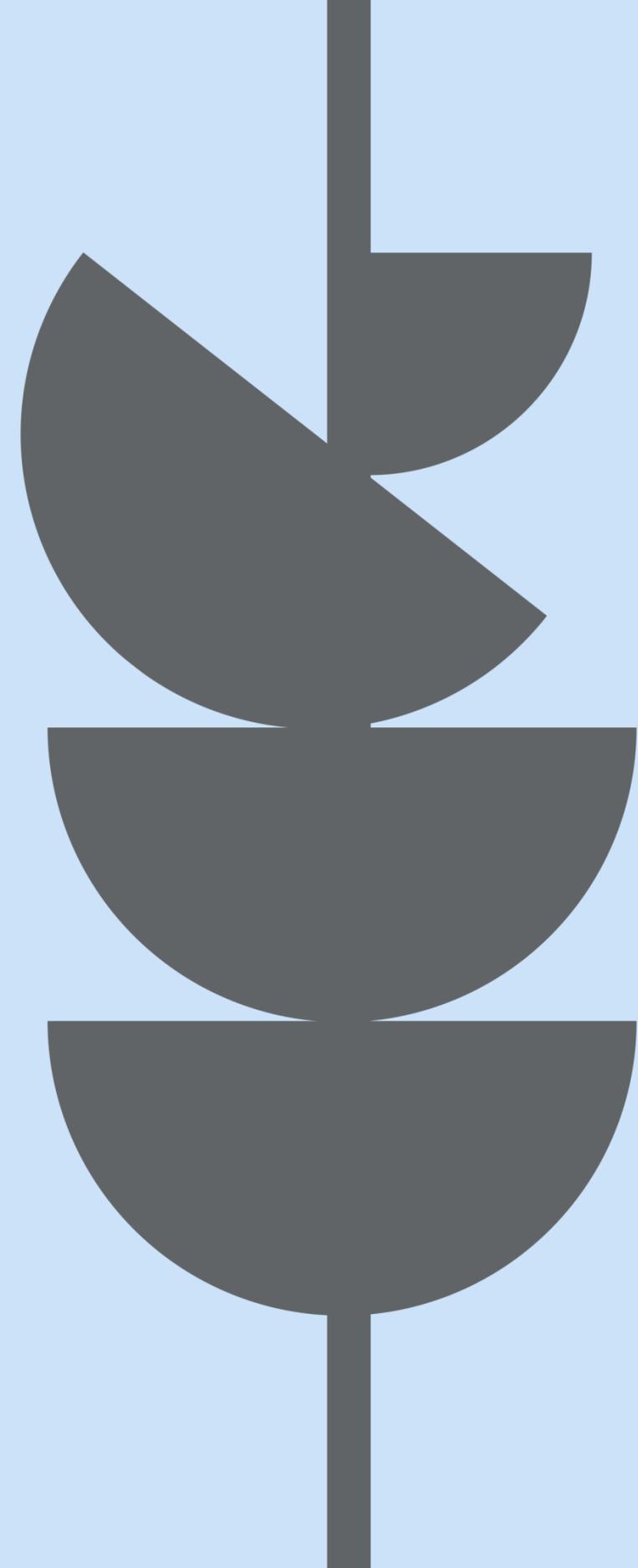


例えば「英検1級を取りたいです」といった感じの目標を提示  
すれば即座に目標達成までの道のりをリストアップしてくれる



「スキル習得のためのゴール設定」  
から  
「事業のゴール設定」  
まで

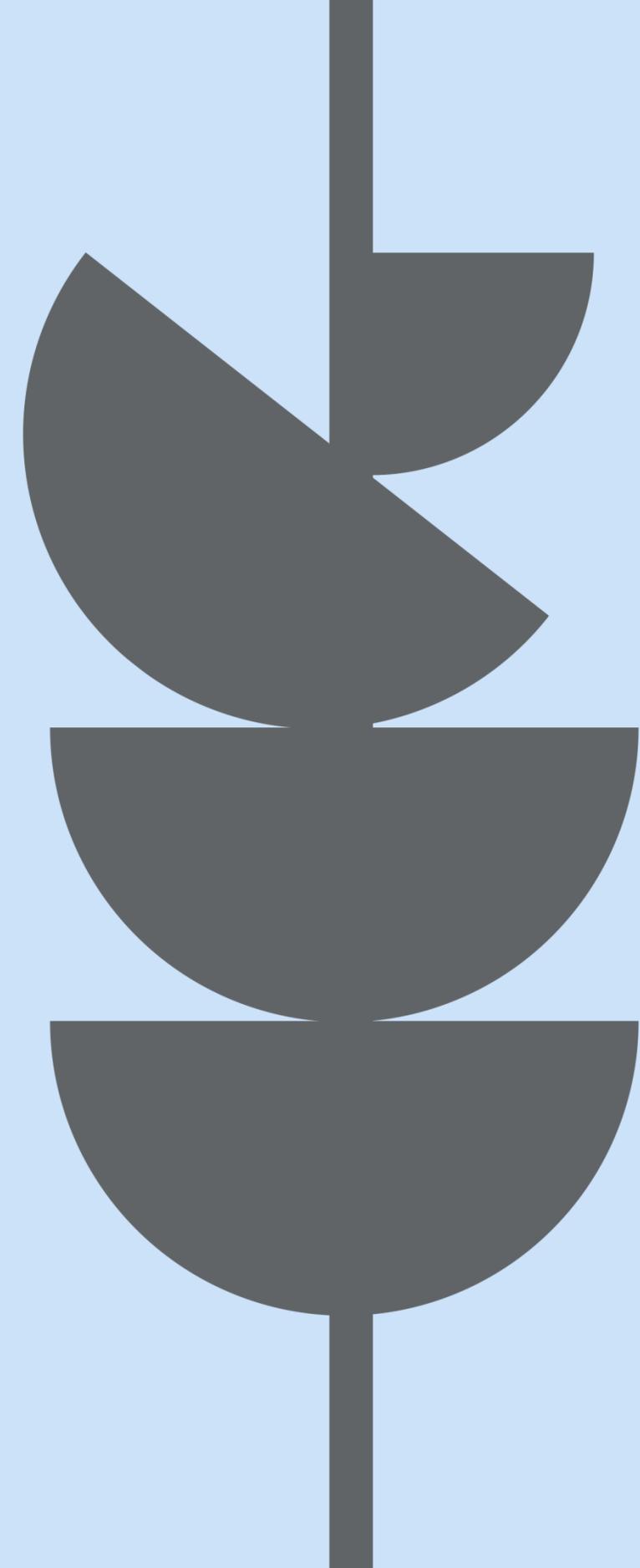
趣味から仕事まで幅広く使える  
プロンプト



例5

「英語で質問する」

ChatGPTの学習データの大半が英語なので  
英語で質問した方がChatGPTの精度は当然  
高くなる



例6

「ChatGPTに役割を与える」

例えば…

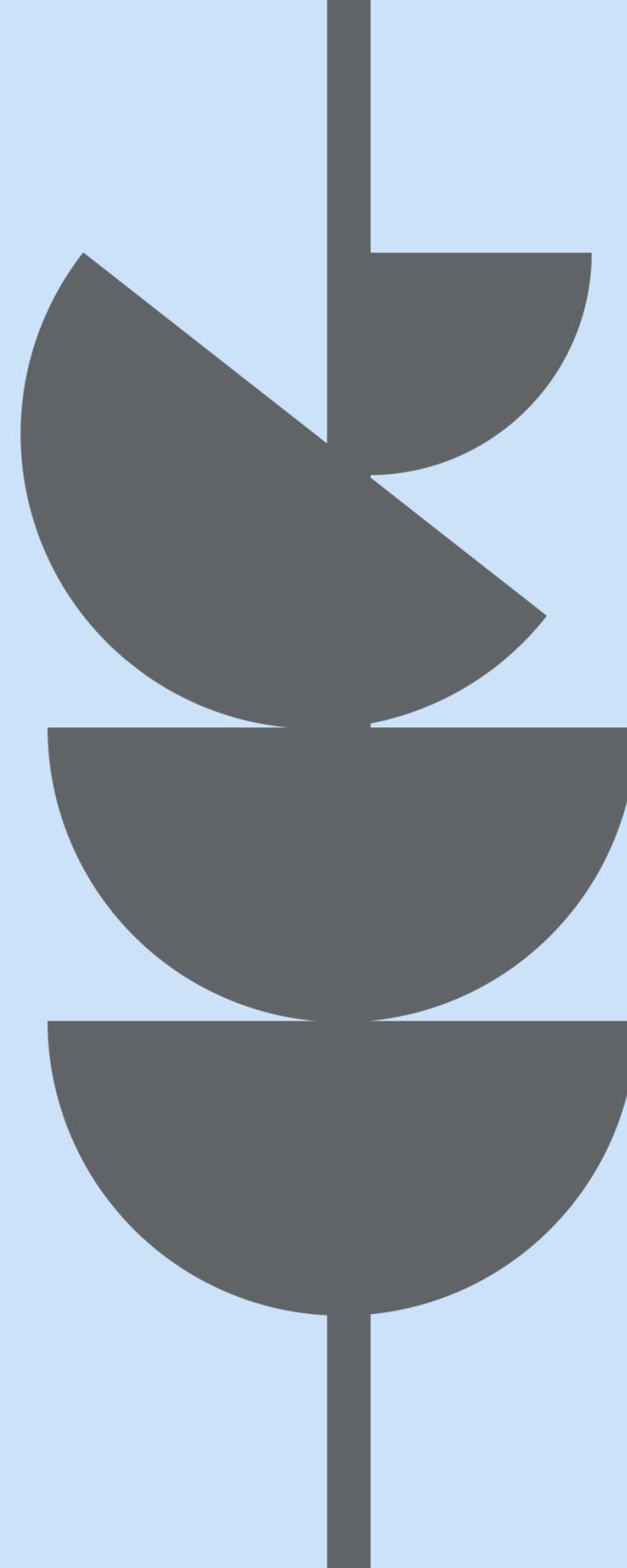
マーケット系の質問をする時には冒頭に  
「あなたは優れたマーケターです」  
といったプロンプトを入れる

↓

ChatGPTに専門家という役割を与え、知りたい情報を教えてくださいと伝えることでChatGPT自身が何を答えるべきかを事前に知ることができる

↓

回答の精度が上がる

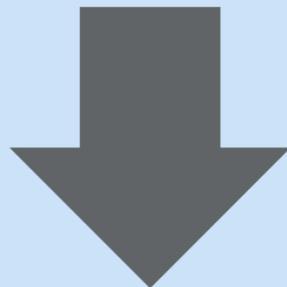


例7

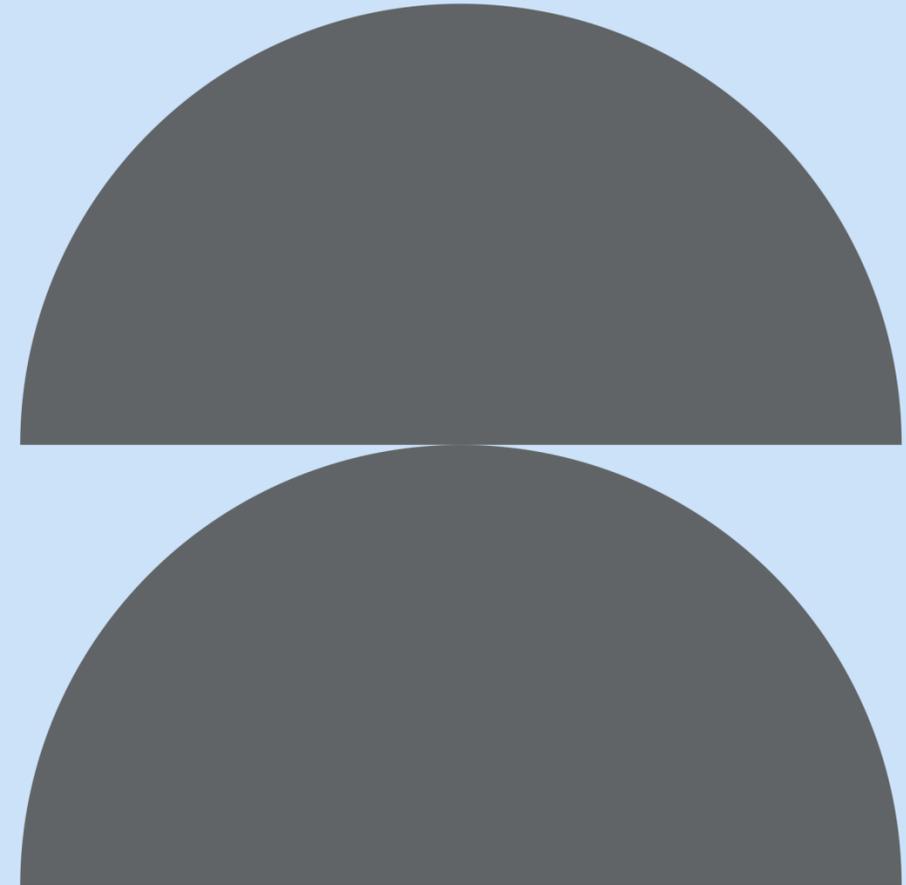
「否定文を使わない」

ChatGPTは肯定的な文言を入れると  
回答精度が上がるのが分かっている

- ✗「この文章を変更しないでください」
- 「この文章をそのまま使ってください」



できるだけ肯定文を入力する癖をつけることが重要



例8

## 「主語や目的語を省略しない」

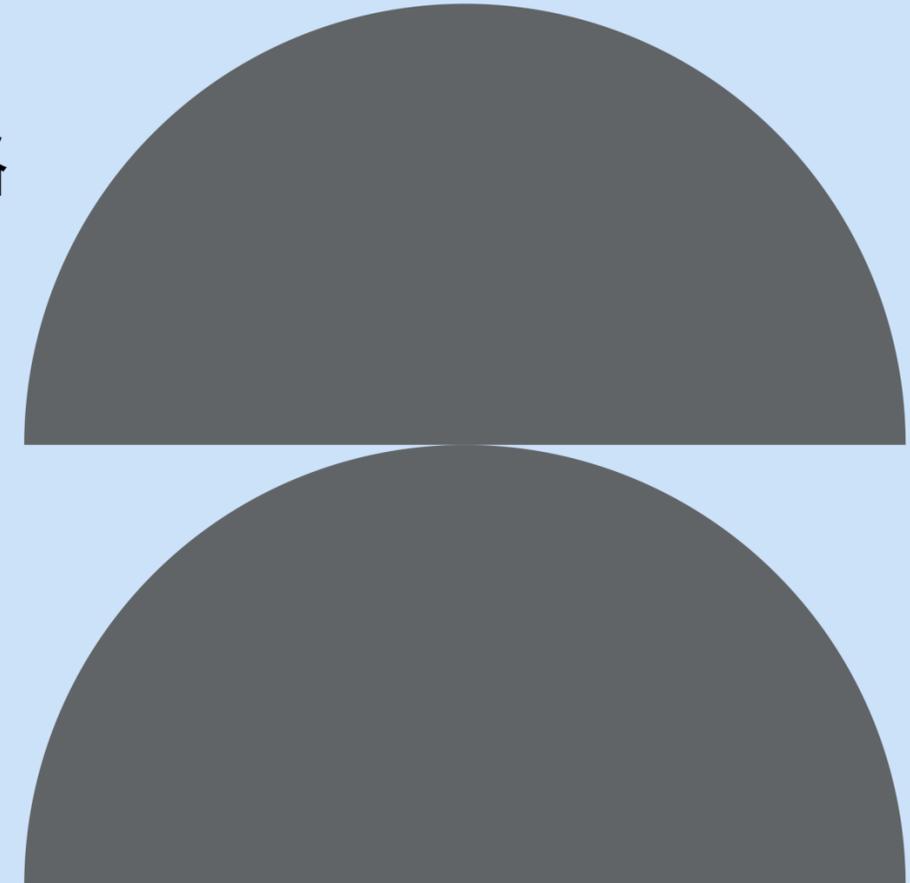
日本語の日常の会話では主語や目的語を省略しても文脈から推測できて通じることが多いのでついつい省略しがち



ChatGPTに質問する場合はSVOつまり主語と動詞、目的語を明確にする必要がある



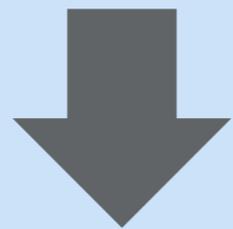
そうしないとChatGPTは文脈を理解できずに場違いな回答をしてしまいがち



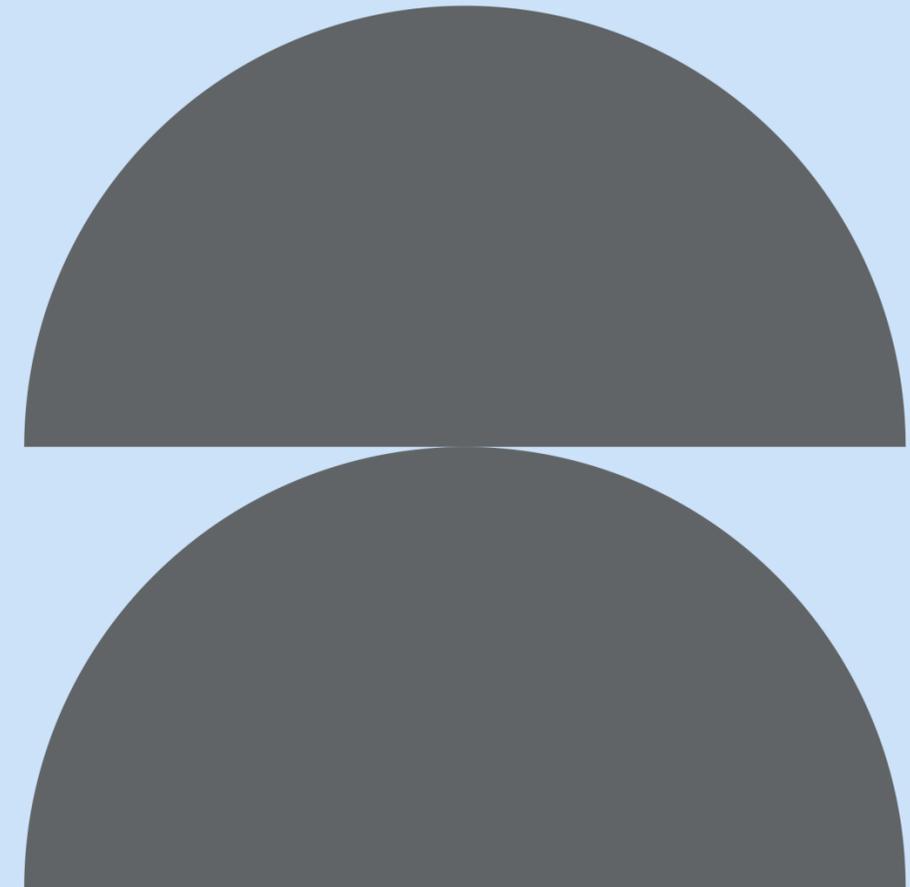
さらに

「これ」「あれ」

といった曖昧な代名詞を入れると  
ChatGPTが混乱するので  
入れない方が無難



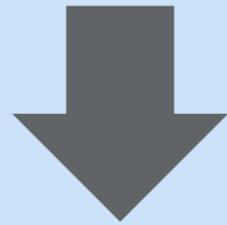
「代名詞」は使わない



例9

「回答の形式を指定する」

プロンプトを入力する際に質問内容にあった出力形式を指定することで



より見やすい分かりやすい回答

「○個答えてください」

「○文字以内で答えてください」

「過剰書きで○個答えてください」

といった感じでプロンプトを組み立てる

例10

## 「敬語で話す」

ChatGPTを使う時、敬語を使った方がより多くの出力結果を得ることができるといことがネット上で検証されている

明確ではないがChatGPTの学習データに敬語文章が多いということがあるのかもしれない

これまでいくつかプロンプト入力のコツを紹介しましたがプロンプトが全部敬語なのにお気づきでしょうか？