

初心者向け講座

# わたしの頼れる 仕事のパートナー「Chat GPT」



作業時間かかりすぎ問題をラクラク解決

悩む私たちに会話形式でアドバイスをくれる「ChatGPT」！  
より幅広く使いこなすために質問のコツや意外な活用方法、注意点などを学びます  
初心者向け講座です、お気軽にご参加ください



3月22日(土) 10:30~12:00

参加無料

場所:青森市男女共同参画プラザ「カダール」研修室

講師 野宮 元気 さん

対象:女性

定員:40人(申込順)

ChatGPTのアプリをインストールしたスマートフォンを持ち込みもOKです  
(アプリの導入は各自でお願いします)

デジタルハリウッドSTUDIO青森スタッフ  
クリエイターチーム制作ディレクター



【主催・問合せ・申込先】 青森市男女共同参画プラザ「カダール」  
指定管理者：NPO法人あおり男女共同参画をすすめる会

〒030-0801青森市新町1-3-7 アウガ5F  
Tel: 017-776-8800 Fax: 017-776-8828  
メール:kadar-kouza@kadar-acor.jp (件名に「Chat GPT」と記入)

● 来館・電話・FAX・メールのいずれかでお申込みください。



# Chat GPTとは？

アメリカの企業 Open AI社が開発した会話形式で人間の質問に高い精度で回答するAIツールです。スマートフォンでもパソコンでも使うことができます。無料で使えるプランもあるため、誰でも気軽に使うことができます。

## せっかくなのでChatGPTに、自己紹介を考えてもらいました!

- 🗣️ はじめまして！ ChatGPTです。  
私は、あなたの仕事の効率をアップする AIアシスタント です。
- 📧 「メールの文章、どう書こう？」→ サツと提案します！
- 📄 「プレゼン資料、うまくまとまらない…」→ 要点を整理します！
- 💡 「アイデアが欲しい！」→ 一緒に考えます！

忙しいあなたの味方になります。一緒に使いこなしてみませんか？



## 【申込方法】

電話・FAX・メールまたは直接ご来館ください  
下記のいずれかの方法で氏名、電話番号をお知らせください。

青森市男女共同参画プラザ「カダール」（青森市新町1-3-7 アウガ5階）  
TEL 017-776-8800（平日 9:00~18:00）  
FAX 017-776-8828  
E-MAIL [kadar-kouza@kadar-acor.jp](mailto:kadar-kouza@kadar-acor.jp)（件名を「Chat GPT」としてください）

## 【3/22 わたしの頼れる仕事のパートナーChatGPT 申込用紙】

参加者名	(フリガナ)
電話番号	