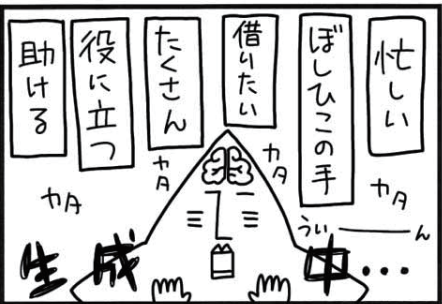
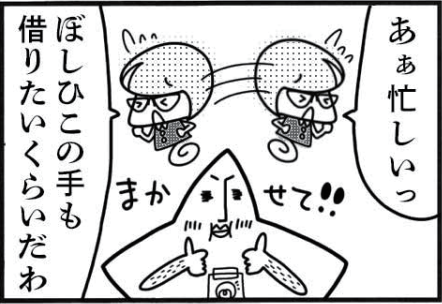




AIツールの使い分け比較・まとめ表					
ツール名	種類	特徴	料金 (税込)	日本語 対応	商用 利用
ChatGPT	文章 生成	OpenAI開発、世界中で最も使われているAIツール	無料 / 月額約3,000円	○	○
Copilot	文章 生成	Microsoft×OpenAI 実装のAIアシスタント	無料 / 月額約3,750円	○	○
Gemini	文章 生成	Googleの対話型AI、マルチモーダル機能搭載	無料 / 月額約2,900円	○	○
Stable Diffusion	画像 生成	オープンソースで 無料公開されている画像生成AI	無料	○	○
DALL・E2	画像 生成	OpenAI提供、クリエイティブ な画像生成が可能	クレジット制 (15ドル～)	○	○
Midjourney	画像 生成	Discord上で利用、 ハイクオリティな画像生成AI	月額 約1,200円～	△	○
VALL-E	音声 合成	Microsoftの音声合成AI、 感情の起伏も再現可能	無料	△	○
Voicevox	音声 合成	日本発の音声合成ソフトウェア、 アニメキャラ対応	無料	○	○
Sora	動画 生成	物理法則も再現、 専門家も驚愕の動画生成AI	無料	△	○
Lumiere	動画 生成	Google開発、自由な編集が 可能な動画生成AI	無料	△	○

▲引用元：メタバース総研
※料金は2025年5月時点の情報です。最新の料金や機能については各公式サイトをご確認ください。この表を参考に、目的や予算、必要な機能に応じて最適な生成AIツールを選定してください。

ぼ…久しぶりの流れるようなお知らせやな…。いや、でもめっちゃ勉強になったわ！オレもAIに黒歴史をバラされへんようきーつけながら、生成AI活用してくわー！



プロ子女史 (左)
…人材プロオフィスのイメージキャラクター
ぼしひこくん (右)
…地域サイト「枚方つーしん」のキャラクター



■ 正しく理解しよう、生成AIの便利さとリスク
■ 四コマ漫画

ぼ…ええっ！そんな怖い話があるんかいな！?

プロ子(以下プ)…生成AIが日常生活でも当たり前に使われるようになってきてるけど、業務で使う際の注意点もちゃんと把握してる？

ぼしひこ(以下ぼ)…え？「注意点」?? 文章を書く人も絵を描く人も、オレの苦手な「お詫びメール作成」も、ぜんぶAIに頼ってるけど、めっちゃ便利じゃん？でも実は注意せなあかんことがあるってこと？

プ…そこが落とし穴なのよ！実は、生成AIを業務で使う時に気を付けないと、会社の大事な情報が外部に漏れてしまうリスクがあるのよ。

ぼ…ええっ！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…そうなのよ。一部の生成AIサービスは、「ユーザーが入力したデータを学習目的で一時的に保存する仕様」になっている場合もあるの。だから、重要な情報を無意識に入力すると、そのデータが将来的に外部要因で漏洩する可能性がゼロじゃないのよ。

ぼ…えー！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

プ…そう！生成AIの活用には「便利さ」と「リスク」の両方を意識して入力することが大切なのよ。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

入力してOK?/NG? チェックリスト

入力OK	入力NG
○ 架空の人物(ペルソナ)	× 氏名
○ 検証用の仮設定/例題	× 住所
○ 統計データ(出典付き/匿名加工済)	× 連絡先
○ 自分の考え・アイデアメモ	× 契約内容
△ 社内文書・マニュアル原文 ※1	× 財務データ

※1機密性が高い場合は要確認。要約や公開済み内容のみ入力。
＜補足ルール＞
・一見問題なさそうでも、社外秘の内容はNG
・誰の目にも見せて良い内容だけを入力
・不安なときは、まず上司・情報管理担当に相談を
※生成AIに一度入力した情報は「取り消せない」可能性があります。「この情報、外の掲示板に貼り出せる？」と考えると判断しやすいです。

『個人情報や機密情報は絶対に入力しない』というルールを守る必要があるのよ。

ぼ…そうなんや。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

大阪から全国へ！
国内22拠点

働く応援団の
人材プロオフィス

『個人情報や機密情報は絶対に入力しない』というルールを守る必要があるのよ。

ぼ…そうなんや。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

プ…そう！生成AIの活用には「便利さ」と「リスク」の両方を意識して入力することが大切なのよ。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

ぼ…ええっ！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

プ…そう！生成AIの活用には「便利さ」と「リスク」の両方を意識して入力することが大切なのよ。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

ぼ…ええっ！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

プ…そう！生成AIの活用には「便利さ」と「リスク」の両方を意識して入力することが大切なのよ。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

ぼ…ええっ！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

プ…そう！生成AIの活用には「便利さ」と「リスク」の両方を意識して入力することが大切なのよ。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

ぼ…ええっ！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

プ…そう！生成AIの活用には「便利さ」と「リスク」の両方を意識して入力することが大切なのよ。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

ぼ…ええっ！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

プ…そう！生成AIの活用には「便利さ」と「リスク」の両方を意識して入力することが大切なのよ。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

ぼ…ええっ！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。

生成AI有料サービス選びに失敗しないための5つのポイント

目的と機能がマッチ

費用対効果

セキュリティ対策

使いやすいUI設計

カスタマーサポートの充実度

プ…そう！生成AIの活用には「便利さ」と「リスク」の両方を意識して入力することが大切なのよ。具体的な入力例とNG例をまとめてみたわ！

ぼ…ええっ！マジかあ！つまり、オレが「お詫びメール作ってやる」って頼んだ時に、過去の「やらかしエピソード」まで書いてもうてたら…AI通じて暴露されてまう可能性もあるってコトか!?

プ…そのとおり。実際に、大企業で生成AIに機密情報を入力したことが原因で、情報漏洩に発展した事例が報告されてるわ。

プ…例えば、顧客の名前や住所、契約内容、財務データとかの機密情報は全部NGよ！一方で、架空の人物設定(ペルソナ)や特に機密性のない一般的なデータはOKよ。