



こんにちは。

トリプルアイズ広報の白石です。

トリプルマガジンでは、当社の製品やサービスについてはもちろん、IT・AIに関する最新情報を発信しています。たまに社内のお出来事もお知らせします。身近に感じていただけると嬉しいです。

今回のコラムでは、「**ChatGPT で仕事を劇的にラクにする方法**」という内容でお届けします。

ニュースでは

■AI 顔認証を活用してフードロス削減に貢献—トリプルアイズと ZERO が資本業務提携をご紹介します。

「**今日から使える ChatGPT ビジネス活用 Tips**」では ChatGPT にまつわる小ネタをご紹介します。

最後に、IT 批評では話題の映画をピックアップ

「**IT 批評書籍化決定!**」をご紹介します。

ぜひ最後までお付き合いください。

-----<目次>-----

1. ChatGPT で仕事を劇的にラクにする方法
  2. トリプルニュース
  3. 今日から使える ChatGPT ビジネス活用 Tips
  4. IT 批評
  5. 編集後記
-

# 1. ChatGPT で仕事を劇的にラクにする方法



みなさんは ChatGPT をどの程度使っていますか？

少し古い数字になりますが、野村総合研究所の調べによりますと、ChatGPT を提供する Openai.com への日本からのアクセス数は米国、インドに次いで3番目に多いそうです。業種別の利用率は情報通信が 32.8%と最も高く、利用率が低いのは飲食店・宿泊 1.4%、運輸 9.5%、医療・福祉 11.5%でした（日本の ChatGPT 利用動向 2023 年 6 月 22 日）。ChatGPT のサービスが一般に使用され始めたのは実質的には 2023 年初頭からですから、その普及スピードはすごいものがありますね。

経団連が 2023 年 12 月 12 日に実施したアンケートでは、ChatGPT を含む生成 AI を業務で日常的に活用すると答えた人は 31%、経営層の 4 分の 1 が業務で日常的に利用していると答えています。

では、実際の業務で ChatGPT はどのように活用されているのでしょうか？

「創業手帳」が会員を対象にしたアンケートでは、以下のような活用方法となっています（2024 年 1 月 30 日）。

- 1 位 文章の作成や要約、校正など
- 2 位 情報の検索、調査など
- 3 位 情報の整理、分析、まとめなど
- 4 位 業務の相談、アドバイスやアイデアをもらう
- 5 位 表計算ソフトの関数計算、プログラミングコードの作成
- 6 位 顧客からの質問に対する定型返信など

もはや ChatGPT は、かつての Microsoft オフィスやメールなどと同様の業務に不可欠のツールだということ言う人がいますが、まったく同感です。メール文や広告文、ブログの作成、アイデアの壁打ち、パワポ資料の作成、ウェビナーや研修スケジュールの企画など、業務のあらゆる分野で手放せなくなっている人も多いの

ではないでしょうか？

私も ChatGPT 以前の世界にはもう戻れないと感じています。特に有料版の ChatGPT4 を使い出してからというもの、画像や添付データ、WEB サイトを読み込む機能は本当に優れものだと実感しています。ChatGPT 用に開発されたアプリをプラグインで使えばもっと色々なことがきるようなので、ぜひ挑戦したいと思っています。

ChatGPT3.5と4(有料版)の相違点		
機能	ChatGPT-3.5	ChatGPT-4.0
モデルサイズ	ChatGPT-4.0より小さい	ChatGPT-3.5より大きい
トレーニングデータ	2022年1月まで	2023年4月まで
言語理解	良いが、4.0に比べてニュアンスが少ない	コンテキストと微妙さに対する理解がより進んでいる
テキスト生成能力	高品質だが、複雑なトピックで時々一貫性が欠ける	複雑なトピックでの一貫性が向上している
マルチモーダル能力	テキストのみ	テキストと画像の両方を処理可能
複雑なタスクでの性能	効果的だが、より複雑または微妙なタスクで苦戦することがある	複雑で微妙なタスクで優れている
開発者向けのカスタマイズ性	4.0に比べて限られている	開発者にとっての選択肢と柔軟性が増えている

#### ■ChatGPT 業務効率化実践講座スタート！

「ChatGPT を使ってみたいけど、難しそう…」 「どうせ使うなら、便利な使い方を学びたい…」 そんな方にピッタリのサービスが始まります。その名も「ChatGPT 業務効率化実践講座」。動画で ChatGPT の使い方が学べるコンテンツです。未経験の方も非エンジニアの方もわかりやすく講師が解説しますのでご安心ください。業務の効率化に特化した内容になっていますから、見た瞬間から使えます。

さらに2つの特典をご用意しましたので、ぜひお問合せください。

特典① ビジネスに使えるプロンプトテンプレート 100 がもれなくついてくる

特典② 講師による相談 1 時間無料！

さらにさらに、法人ご利用で 1 社 5 名様以上の場合、料金が 25% 割引となりますので、ぜひお問合せください！

ChatGPT 業務効率化実践講座ダイジェスト動画はこちら

[https://www.youtube.com/watch?v=dwd3Dzz\\_GCU](https://www.youtube.com/watch?v=dwd3Dzz_GCU)

気になる質問に講師がお答えします

—ChatGPT 業務効率化実践講座 Q&A 動画はこちら

<https://youtu.be/EsAZ2XrDJyw>

お問合せ・お申し込みはこちらまで

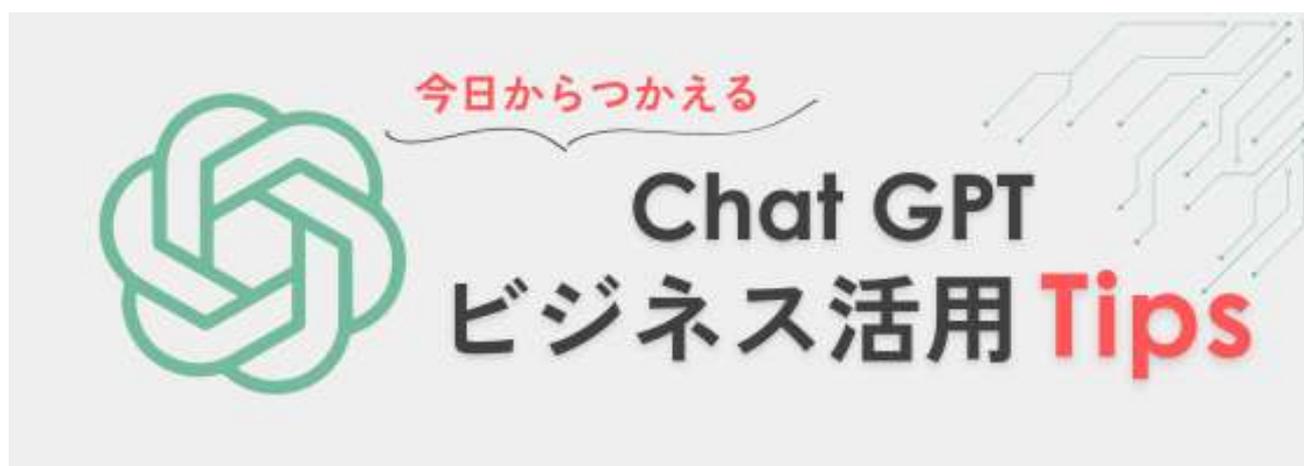
[contact@3-ize.jp](mailto:contact@3-ize.jp)

## 2. トリプルニュース

■AI 顔認証を活用してフードロス削減に貢献—トリプルアイズと ZERO が資本業務提携

<https://www.3-ize.jp/information/4111/>

## 3. 今日から使える ChatGPT ビジネス活用 Tips



このコーナーでは、業務ですぐに利用できる ChatGPT の簡単なコンテンツをお届けしていきます。業務効率化や会話の小ネタとしてお役立ていただけると幸いです。

ChatGPT でサンプル用のダミーデータが作れることをご存知ですか？

システムテストを行うとき、プレゼン資料に載せたいとき、「わざわざ」作る必要があり、結構工数もかかる。そんな面倒なダミーデータ作成も Chat GPT に任せると一瞬で高いクオリティのものができます。すぐに業務効率化につながるので、ぜひお試しください！

例えば、ある商品の売れ行きデータを作成したい場合、下記のように条件を入力します。

下記の条件でダミーデータを30個、CSV形式で作成してください。

- ・ 購入者ID
- ・ 年齢層（40代～60代）
- ・ 性別
- ・ 決済日時（2024年2月10日～2024年3月20日）
- ・ 決済時刻
- ・ 購入金額（1000円～50000円）



#### ChatGPT

以下は、指定された条件でのダミーデータをCSV形式で30個作成したものです。

```
plaintext Copy code
購入者ID,年齢層,性別,決済日時,決済時刻,購入金額
1,40代,男性,2024-02-10,10:05,15000
2,50代,女性,2024-02-11,12:30,20000
3,60代,男性,2024-02-12,15:45,30000
4,40代,女性,2024-02-13,09:20,12000
5,50代,男性,2024-02-14,11:55,18000
6,60代,女性,2024-02-15,14:10,25000
```

一瞬でダミーデータが出力されました。リアリティがあります。出力データがいまいちな場合には、何度でも再作成することもできます。

## 4. IT 批評

### IT 批評「IT 批評書籍化決定！」



2021年からトリプルアイズのオウンドメディアとしてリスタートした「IT 批評」。その始まりは2010年に紙の雑誌として刊行されたことに遡ります。2024年4月下旬、IT 批評の連載が書籍化されることが決定いたしました。概要は下記になります。

タイトル：生成 AI 時代の教養  
サブタイトル：技術と未来への 21 の問い  
著者名：桐原永叔・IT 批評編集部（編著）  
判型：46 判並製・480 頁  
定価：4,180 円  
発行元：風濤社

これまで IT 批評に掲載された先端技術の研究者・識者 21 人のインタビューがまとめて読むことができます。大ボリュームの本になりますが、現在、鋭意編集制作に励んでいます。刊行が近づきましたら、またお知らせいたします。

<https://it-hiyou.com/>

\*\*\*\*\*

#### 編集後記

\*\*\*\*\*

今回も最後までお読みいただきありがとうございました。  
最近社内で使用するシステムに一部変更がありました。この引っ越しが結構大変で…。  
しかし取締役から「いい面を見ていこう！」という言葉が。その言葉で場の空気が一転、たしかに、今まで不便だった部分が改善される面もあることに気づかされました。さらに「新しいものを習得する」経験が積める機会になっています。まだまだ試行錯誤中ですが、前向きにがんばりたいと思います！  
それでは、次号もお楽しみに！

\*\*\*\*\*