

まえがき

本書を手を取ってくださいありがとうございます。

私は株式会社 MoonGate を経営しながら、研修講師・コンサルタントとして「伝え方」やマネージャー育成をサポートしている竹本アイラと申します。もともとはアナウンサーとして「話す」ことを生業とし「言葉の力」を大切にしてきました。正直に言えば、デジタルや生成 AI とは縁遠く、手書きの資料を外注し、Excel を開けば冷や汗が出るような、そんな「アナログ人間」でした。

「AI なんて、自分には関係ない」と思っていたのです。

けれども、時代は待つてはくれませんでした。経営者向けに開講した「伝え方講座」の集客が伸び悩み、心が揺らいでいた 2024 年夏。夫が何度も言いました。

「生成 AI を使ってみたら？」

私は耳を塞ぎました。「無理」「難しい」「怖い」——そう感じていたからです。それでもある日、仕方なく ChatGPT を開いて問いかけてみたとき、思いがけない出来事が起こりました。検索では

何度探しても見つからなかった情報が、一度の質問で、まるで灯りをともすように差し出されたのです。

「何これ！ 一発で出た！」

その瞬間、胸の奥に眠っていた好奇心が一気に目を覚ましました。

ただ、最初からうまくいったわけではありません。プロンプトも知らず、生成AIに「違うってば！」と文句を言ってしまう日もありました。でも、言葉を少し変えてみたり、「ありがとう」と伝えてみたりすると、不思議なほどやりとりがスムーズになっていきました。それは、まるで新入社員を少しずつ育てていくような感覚でした。やがて私は、生成AIを「パートナー」のように感じるようになりました。資料作成も、文章も、企画も、一緒に進めてくれる頼もしい存在。苦手だった「ゼロから生み出す作業」が気づけば楽しみに変わっていたのです。

本書は、そんな私自身の変化の記録をベースに、同じように不安や戸惑いを抱える方への伴走書です。難しい専門用語や未来予測ではなく「アナログだった私にもできた」道のりをできるだけ正直に綴り、「明日からすぐに試せる」ことを重視しました。ただし、AIの進化は目覚ましく速いため、本書で紹介している具体的な使い方や機能は、お読みいただく頃には古くなっている

可能性があります。それでも、Aーと向き合う心構えや基本的なアプローチは変わらないはずで
す。だからこそ、これから生成Aーを使い始めたいけれど不安を感じている方、あるいは一度ト
ライして挫折してしまった方にこそ、読んでいただきたいと思っています。

もし、あなたがAーに少しでも興味を持ち、この本を開いてくださったのなら——きっともう、
変化の扉の前に立っています。

さあ、一緒に一歩を踏み出してみませんか。