

ChatGPT とは？

ChatGPT は、アメリカのベンチャー企業「OpenAI」が開発した「対話（チャット）形式」で AI が人間の質問に回答する「生成 AI」の一種です。2022 年 11 月にリリースされて以降、急速に利用者が増え、多くのメディアで取り上げられるようになりました。

★ **利用は無料**ですが、**事前登録をする必要**があります。

<登録に必要な情報>

① メールアドレス

メールアドレス注1、または、Google アカウント（メールアドレスとパスワード）注2、Microsoft アカウント（メールアドレスとパスワード）注2、Apple アカウント（メールアドレスとパスワード）のいずれか

注1 ChatGPT を使いたいパソコン・スマホ等で すぐに受信確認ができるアドレス にしてください。

注2 Google や Microsoft を使う場合は、それらのブラウザにログイン済みの上、検索することを推奨します。

会社のアドレス等でも OK です。

② パスワード

①でメールアドレスを使った方のみ、任意のパスワード（※アルファベットと数字を組み合わせ、**12 文字以上**←作ったパスワードは、忘れないようにメモをしておきましょう。）

③ 氏名（姓・名）・生年月日

④ 電話番号

SMS（ショートメール）の 受信確認ができる電話番号 のため、携帯電話番号 をお願いします。

★ 登録までの画面では英語が多く使われていますが、実際にチャットを使う際は 日本語での質問にも対応 しています。英語に自信がなくても問題なく使用できます。

<活用場面・ChatGPT でこんなことができます>

- 依頼メールの作成
- 業務マニュアルの作成
- 文章の要約
- 企画リサーチ・競合リサーチ補助
- 記事のタイトル・見出し作成 などなど



STEP1 : ChatGPT のログインページを開く

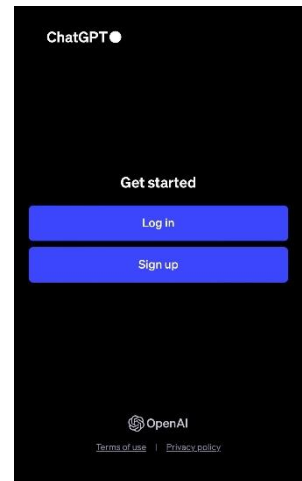
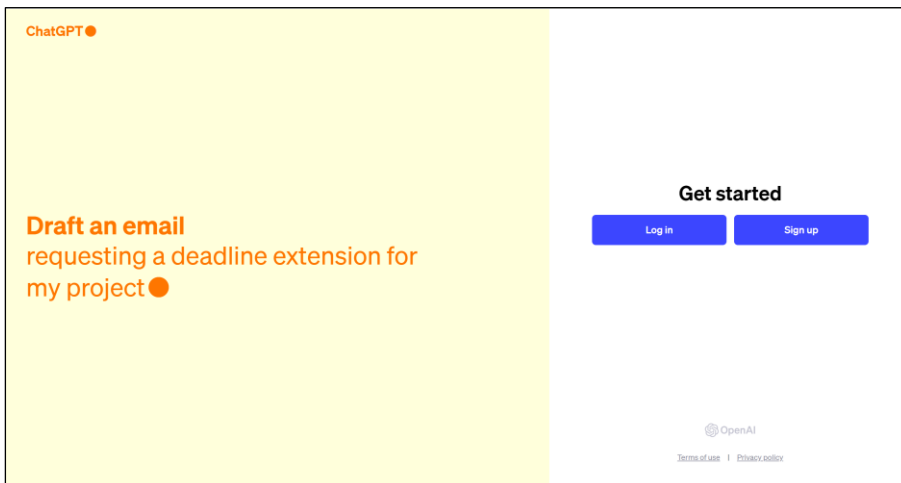
Web 検索で「chatgpt」と検索します。

※推奨検索ツール：Google（パソコンであれば Google Chrome を使うとスムーズです）



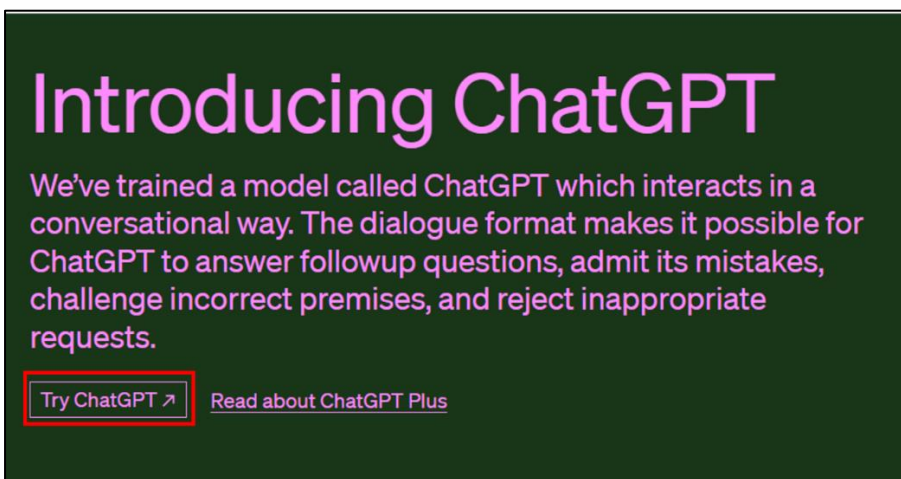
<https://chat.openai.com/auth/login>

検索結果のトップヒットから、この画面が出た方は、STEP2 へ



スマホだとこのような画面▲

検索結果から、この画面の文字が出た方は、「Try ChatGPT」を選択



STEP2 : 「Sign up」 をクリック

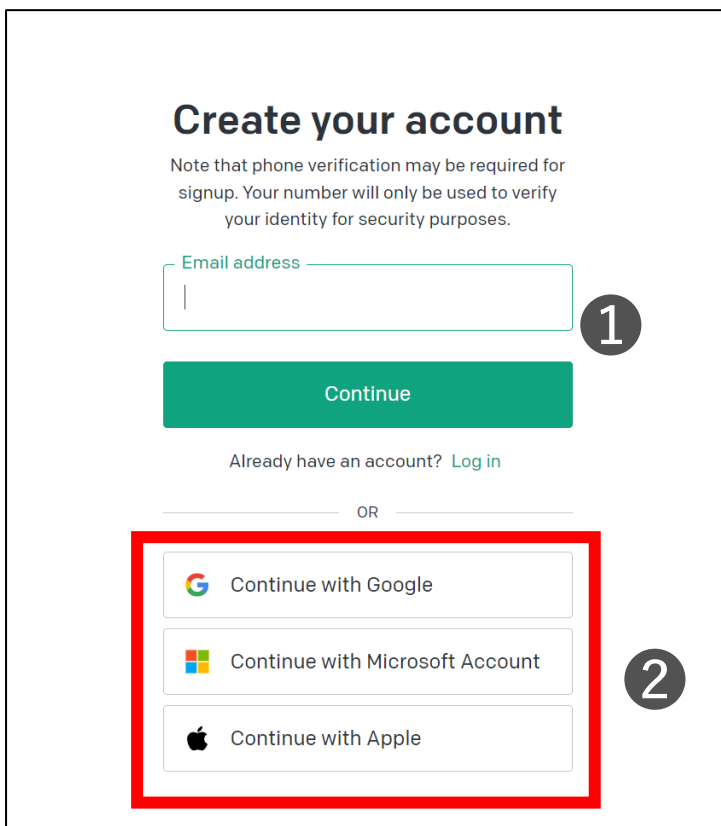
「Sign Up」 (サインアップ=アカウント登録の意味です) を押します。



STEP3 : メール登録

登録に使う Email アドレスを入力します。

①メールアドレス または ②Google アカウント (~@gmail.com のアドレス) やその他 (Microsoft、Apple) のアカウントをお持ちで使用したい方はそれらを選択します。入力出来たら、「Continue (=続ける)」を押します。



②の Google アカウントなどその他のアカウントを使用した方は、以降メール認証・SMS 認証が省略され、STEP5 の氏名・生年月日を入力→STEP7,8 で登録完了となります。

STEP4 : (Email アドレスを入力した場合 (方法①)) パスワードを入力し届いたメールを確認

ログイン時に必要となるパスワードを決めて入力してください。パスワードにはアルファベットと数字を組み合わせ、12文字以上の長さが必要です。パスワードの入力が完了すれば、「Continue (=続ける)」を押します。

Create your account

Note that phone verification may be required for signup. Your number will only be used to verify your identity for security purposes.

test@gmail.com Edit

Password

Continue

Already have an account? [Log in](#)

数秒後以内に設定したメールアドレスに OpenAI からアカウント作成用のメールが届くので、メール上「**Verify email address**」を押します。

OpenAI - Verify your email 受信トレイ × 新着 ×

OpenAI <noreply@tm.openai.com> 2024/01/09 14:11 (23 時間前) ☆ ☺ ↶ 返信 ⋮

To 自分

OpenAI

Verify your email address

To continue setting up your OpenAI account, please verify that this is your email address.

[Verify email address](#)

This link will expire in 5 days. If you did not make this request, please disregard this email. For help, contact us through our [Help center](#).

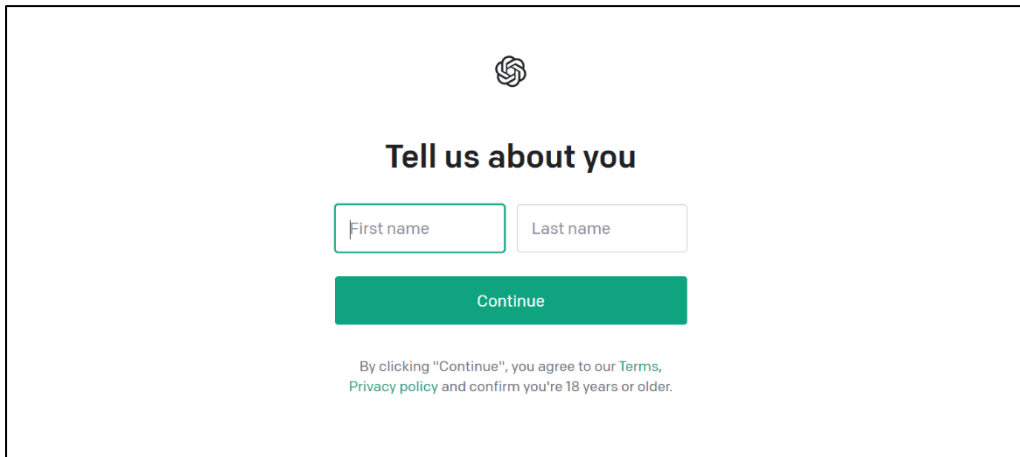
STEP5：必要情報の入力

Verify email address を押したのち出てくる画面にて、

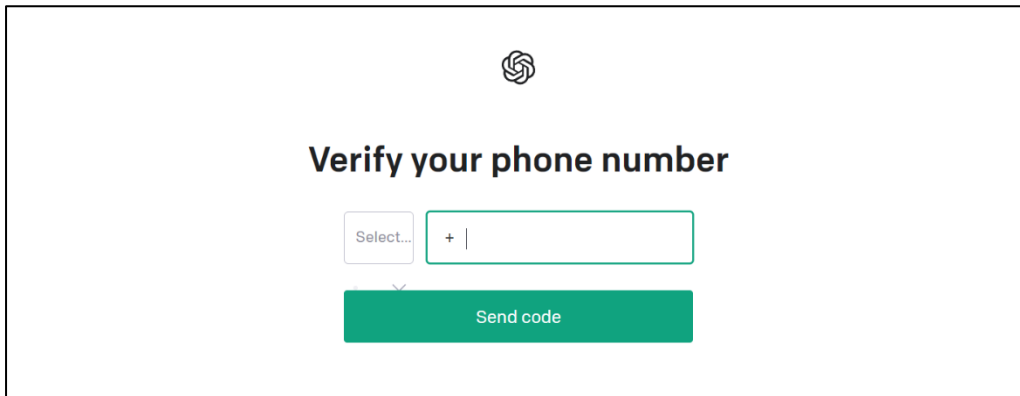
「**First name**（名・下の名前） **Last name**（姓・苗字）」

「**Birthday**（生年月日）」

をそれぞれ入力し、「**Continue**（=続ける）」を押します。



次に、**電話番号**を入力する画面が出てくるので、



日本（+81）を選択したのち、携帯電話番号を入力します。

「**Send code**」を押します。

STEP6：認証コードの確認と入力

入力した電話番号に、SMS で認証コードが届くので、そのコードを確認して入力し「**Verify**」を押してください。これで電話番号の認証が完了します。

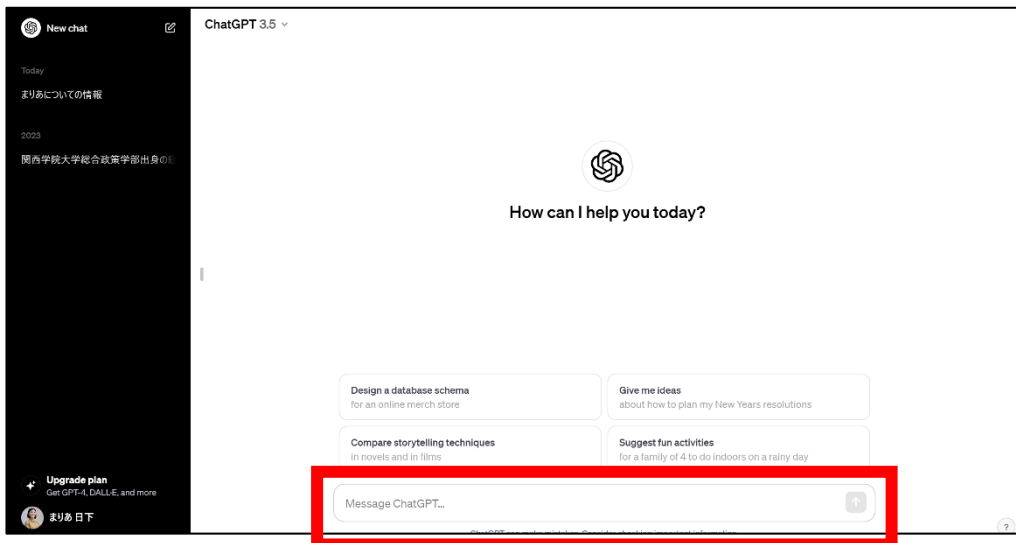
STEP7：使用目的を選択

「How will you primarily use OpenAI?（主にどのように OpenAI を使用しますか?）」という質問が表示されるページに移動します。

ここで、用途に合ったオプションを選択してください。選択肢には、個人利用、教育、研究、開発、ビジネスなどがありますが、どれを選んでも構いません。

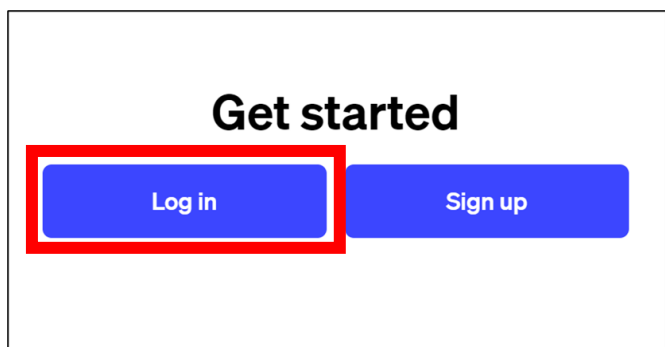
STEP8：登録完了

選択肢を選んだら、登録が完了します。説明文がいくつか出てきますので、すべて「Next」を押して進んでください。これで ChatGPT を使い始めることができます。ログイン後の画面では、無料プランで利用できる機能を使って、ChatGPT による文章生成を試すことができます。



👉 早速 ChatGPT に対してリクエストを送ってみましょう。

次回以降は、



「Log in」で登録したメールアドレスとパスワードを入力して、始めてください。

ここまでの流れについて、**動画**でも詳しく説明したものがあります。

YouTube で「**ChatGPT 登録方法**」などと検索すれば、下記 QR コードの動画のような説明が見られますので、ご参考にしてください。

【チャット GPT】ログイン・登録方法解説！【初心者必見】（How to チャンネル）▶



<参考サイト>

・3分でわかる ChatGPT の始め方とログイン方法完全ガイド|アカウント作成からよくある疑問まで解説 <https://excelcamp.jp/ai-bot/media/howto/13992/>

・【ChatGPT の始め方】アカウント登録方法や利用の注意点、無料で使えるのかなど徹底解説 <https://book.st-hakky.com/data-science/chatgpt-register/>

作成：下関中経協事務局 株式会社リージョナルマネジメント