

第3回

AI画像で、 伝わる一枚を つくる

文章で頼んで、比べて、1か所だけ直す



スライドは、手元でも見られます

パソコンの方

- 1 「スマホ教室TERACO」で検索
- 2 TERACO のホームページを開く
- 3 いちばん下の「てらこ図書館」
- 4 「おとなのAI講座」を開く

第3回のスライドと、頼み方のテンプレートがあります

スマホ・タブレットの方



てらこ図書館
スライド・テンプレート



公式LINE
TERACO.LABO

前回は「まとめる」。今日は「一枚で伝える」

第2回

調べて、 文章や資料にまとめた

雨の日のお出かけ先を調べて、
レポートやスライドにしました。
読めば分かりますが、
読むのに時間がかかります。



今日の ChatGPT

見た瞬間に伝わる、 案内の画像にする

「日曜日は 科学館へ」のように、
短い文字と絵で、
家族のLINEやお店の店先で
パッと伝わる一枚を作ります。

はじめに

今日、持ち帰るもの

ひとつめ

実際に使える 案内の画像1枚

自分で頼んで、比べて、
1か所直したもの

ふたつめ

自分の言葉で 書いた頼み方

次に画像を作るときも、
そのまま使えます

今日のことば

ことば1

アスペクト比

アスペクトひ / aspect ratio

画像の、横と縦の長さの割合のことです。

1:1 は正方形 (LINE・SNS)

16:9 は横長 (スライド)

3:4 は縦長 (チラシ)

ことば2

インペインティング

inpainting / 部分修正

画像の一部だけを選んで、そこだけを描き直すことです。

今日の「その3 1か所だけ直す」で使います

その1

文章で頼んで、1枚目

何に使う画像かから、
自分の言葉で頼みます

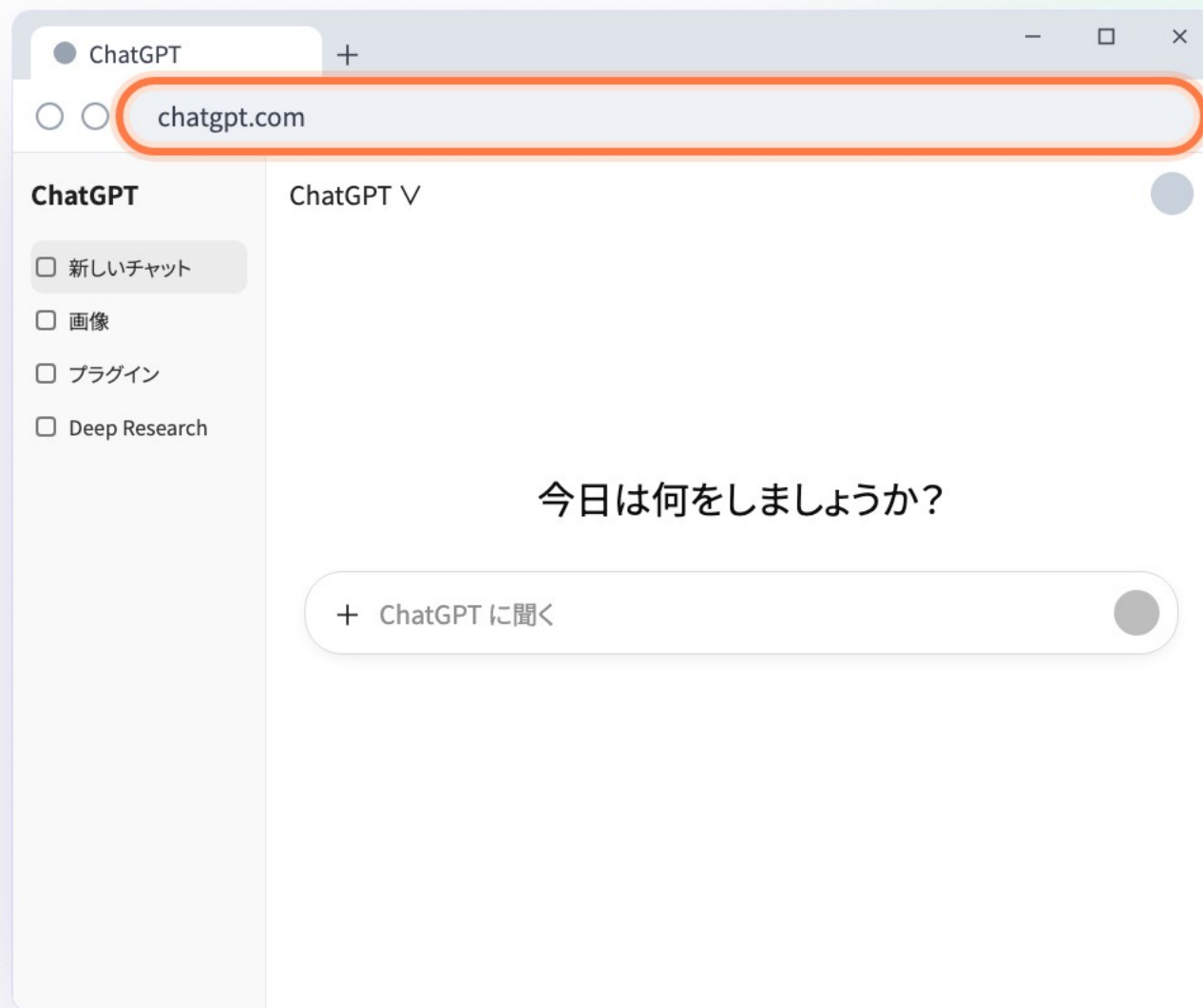
1

いっしょに ChatGPT を開く

Chrome のアドレス欄に
chatgpt.com

こうなればOK

「今日は何をしましょうか?」と出る



2

いっしょに 図書館の第3回を開く

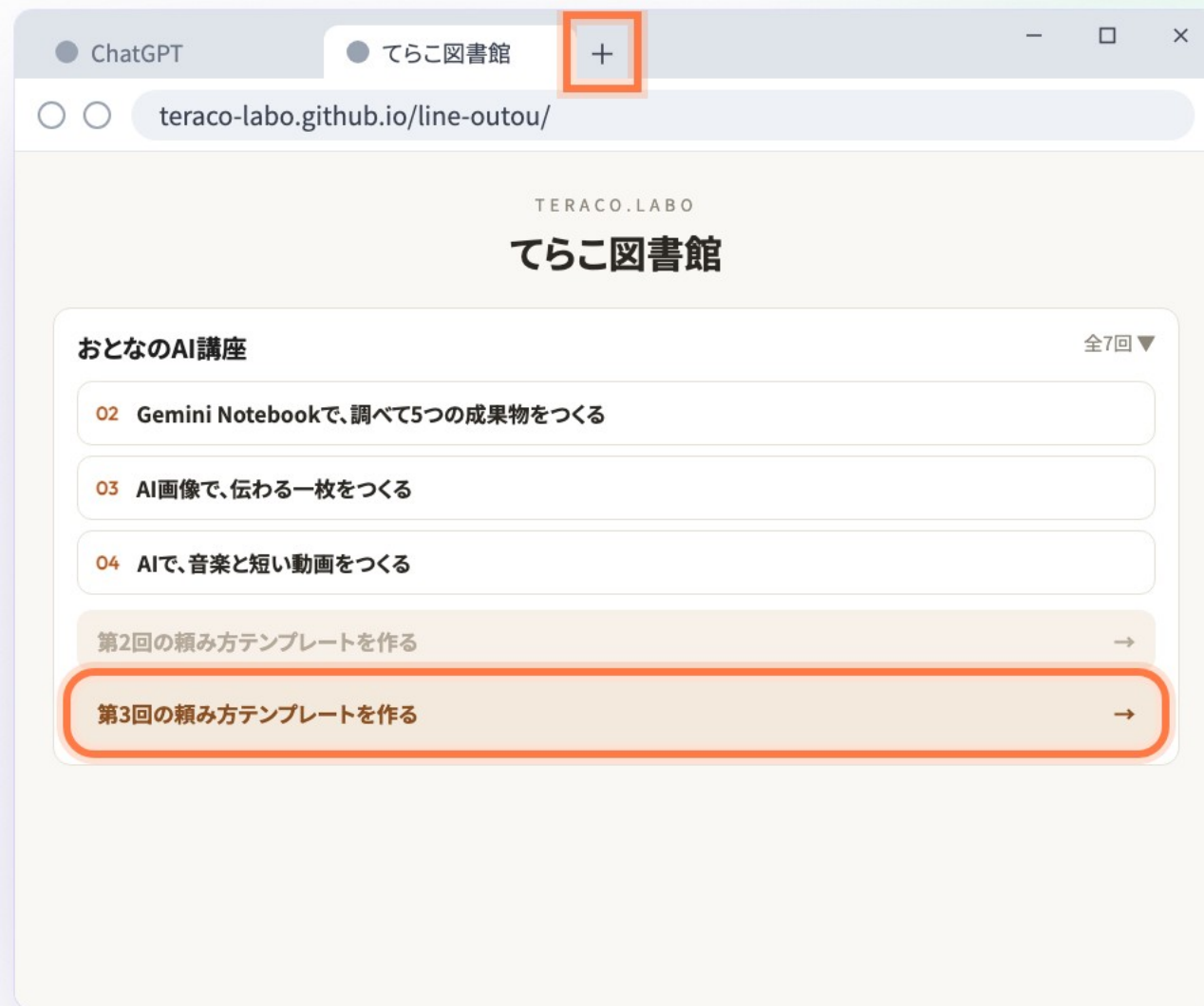
「+」で新しいタブ → てらこ図書館 →
「第3回の頼み方テンプレートを作る」



スマホ・タブレット

こうなればOK

「第3回」のカードが3つ



3

①を開いて、 「生活の例」を押す

6つの欄に何を書くかを、
例で見る

こうなればOK
例の文が入る

The screenshot shows a web browser with two tabs: 'ChatGPT' and 'てらこ図書館'. The address bar shows 'teraco-labo.github.io/teraco-prompt-engineering/#adult-image'. The page title is '第3回: AI画像で、伝わる一枚をつくる'. Below the title are three numbered steps: 58 ① 画像の注文を書く, 59 ② 画風を変えて、もう1枚, and 60 ③ 1か所だけ直す. The main form is titled '① 画像の注文を書く' and has four tabs: '生活の例' (selected), '仕事の例', 'アートの例', and 'ぜんぶ消す'. The form contains six input fields: '何に使う・誰が見る' (Family LINE group, rainy day outing), '主役と場面' (Rainy day, 3 people under umbrellas), '置き場所' (Family in bottom half, text in top half), '画風' (Soft watercolor illustration, bright and pleasant colors), '画像に入れる文字' (Sunday is Science Museum), and '画像の形' (1:1 (square)). At the bottom are two buttons: 'プロンプトを作る' and '全文コピー'.

4

「ぜんぶ消す」→ 自分の言葉で書く

自分が作りたい案内で。
入れる文字は、短く正確に

こうなればOK

自分の言葉が欄に入っている

ChatGPT てらこ図書館 +

teraco-labo.github.io/teraco-prompt-engineering/#adult-image

第3回: AI画像で、伝わる一枚をつくる

58 ① 画像の注文を書く 59 ② 画風を変えて、もう1枚 60 ③ 1か所だけ直す

① 画像の注文を書く

生活の例 仕事の例 アートの例 ぜんぶ消す

何に使う・誰が見る 孫と母に送る、日曜のお出かけのお知らせ

主役と場面 雨の中、傘をさした家族3人が、科学館に向かって歩いている

置き場所 人は下のほう。上は文字のためにあける

画風 水彩の、やさしい絵

画像に入れる文字 日曜日は 科学館へ

画像の形 1:1 (正方形)

プロンプトを作る 全文コピー

5

「プロンプトを作る」 →「全文コピー」

頼み方の形にまとまる。
読んで確かめる

こうなればOK

「コピーしました」と出る

ChatGPT てらこ図書館 +

teraco-labo.github.io/teraco-prompt-engineering/#adult-image

第3回: AI画像で、伝わる一枚をつくる

58 ① 画像の注文を書く 59 ② 画風を変えて、もう1枚 60 ③ 1か所だけ直す

① 画像の注文を書く

生活の例 仕事の例 アートの例 ぜんぶ消す

何に使う・誰が見る 孫と母に送る、日曜のお出かけのお知らせ

主役と場面 雨の中、傘をさした家族3人が、科学館に向かって歩いている

置き場所 人は下のほう。上は文字のためにあける

画風 水彩の、やさしい絵

画像に入れる文字 日曜日は 科学館へ

画像の形 1:1 (正方形)

プロンプトを作る コピーしました

できたプロンプト(読んで確かめてからコピーしてください)
次の条件で、画像を1枚作ってください。
【何に使う・誰が見る】
孫と母に送る、日曜のお出かけのお知らせ
【主役と場面】
雨の中、傘をさした家族3人が...

6

ChatGPT に戻って、 貼って送る

入力欄に、右クリック →
「貼り付け」→ ↑ で送る

こうなればOK

自分の頼み方が、右上に出る



7

画像ができるまで、 少し待つ

画面の灰色の四角が、
だんだん絵になります

こうなればOK

頼み方の下に、画像が1枚出る



○ いま画面では、画像を作っています。そのまま大丈夫

待つ間に：同じ頼み方でも、毎回ちがう絵

01 隣の人と、同じ頼み方でも、絵はちがいます

AIは毎回、新しく描きます。正解は1つではありません

02 AIで作った画像には、見えない目印が入ります

ChatGPT の画像には、AIで作ったことが分かる情報 (C2PA) が入ります

03 無料で作れる枚数には、上限があります

上限が来たら、あとで Gemini でも作れます (その5)

できた？ 3つの目で見ると



1 主役

頼んだものが、ちゃんと描かれている

2 文字

頼んだ文字が正しく、ほかの文字が入っていない

3 置き場所

文字の場所と、絵の場所が分かれている

その2

画風を変えて、比べる

同じ題材で、ちがう感じの絵をもう1枚。

並べて、使う方を選びます

2

画風は、知っている絵の言葉で



水彩

やわらかい・やさしい



色鉛筆

あたたかい・手書き



切り絵

くっきり・目立つ



版画

落ち着いた・大人っぽい

1

図書館の②で、 変える画風を書く

例を見る → 「ぜんぶ消す」 → 書く →
「プロンプトを作る」 → 「全文コピー」

こうなればOK

「コピーしました」と出る

ChatGPT てらこ図書館 +

teraco-labo.github.io/teraco-prompt-engineering/#adult-image

第3回: AI画像で、伝わる一枚をつくる

58 ① 画像の注文を書く 59 ② 画風を変えて、もう1枚 60 ③ 1か所だけ直す

② 画風を変えて、もう1枚

生活の例 仕事の例 アートの例 ぜんぶ消す

残したいところ 文字と、家族の場所

変える画風 切り絵の感じ

変えないでほしいこと 文字と、正方形の形

プロンプトを作る 全文コピー

2

同じ会話の、 下の入力欄に貼って送る

新しいチャットにしない。

「さっき作った画像」で通じます

こうなればOK

2枚目の画像が出る



2枚を並べて、使う方を選ぶ



1枚目 水彩

やさしい。家族に送るなら、こちら



2枚目 切り絵

くっきり目立つ。掲示板上に貼るなら、こちら

できた？ 2枚から選べた



こうなればOK

画風のちがう2枚目が出て、
使う方を選べた

文字や人が変わった人

②の「残したいところ」に
はっきり書いて、もう一度

先に進んだ人は

ほかの画風でも
もう1枚

その3

1か所だけ直す

気になったところを1つだけ、
描き直してもらいます

3

直すときは、1回に1か所だけ

01 いくつも一度に頼まない

気に入っているところまで変わることがあります

02 「変えないでほしいところ」も書く

文字・人・画風は今のまま、と念を押します

03 うまいいかなかったら、前の画像を使う

前の画像は、会話の上に残っています

1

図書館の③で、 直すところを1つ書く

「できた？」で見つけたところ。
どこを・どう直す・変えないところ

こうなればOK

「コピーしました」と出る

ChatGPT てらこ図書館 +

teraco-labo.github.io/teraco-prompt-engineering/#adult-image

第3回: AI画像で、伝わる一枚をつくる

58 ① 画像の注文を書く 59 ② 画風を変えて、もう1枚 60 ③ 1か所だけ直す

③ 1か所だけ直す

生活の例 仕事の例 アートの例 ぜんぶ消す

直してほしいところ 建物の看板の「科学館」の字

どう直す 字を消して、何も書いていない看板に

変えないでほしいところ 上の文字、家族、絵の感じはそのまま

プロンプトを作る 全文コピー

2

同じ会話に 貼って送る

いちばん下の入力欄。
文章だけで直してもらえます

こうなればOK

直った画像が、下に出る



3

いっしょに 直ったか見る

直したところが直ったか。
ほかが変わっていないか

こうなればOK

看板の文字が消えて、ほかはそのまま



慣れてきたら、「選択」で場所を囲む

01 画像を押すと、大きく開きます

ChatGPT の、画像を直すための画面です

02 「選択」で、直したい場所をなぞる

なぞったところについて、直し方を書いて送ります



できた？ 1か所だけ直った



こうなればOK

頼んだところが直って、
ほかは変わっていない

ほかも変わった人

前の画像を使うか、
「変えないでほしいところ」を足す

もう1か所直したい人

同じ手順で、もう1回

その4

保存して、使う

できた画像を、パソコンに保存して、
開いて確かめます



1

使う画像を 押して開く

会話の中の、選んだ画像を
1回押します

こうなればOK

画像が大きく開く



2

「保存」を押す

パソコンの「ダウンロード」に入ります

こうなればOK

Chrome の右上に、ダウンロードの印



3

右上の印から、 開いて確かめる

Chrome の右上の、
下向きの矢印の印 → ファイル名

こうなればOK

パソコンの写真の画面で、
画像が開く



できた？ パソコンで開けた



こうなればOK

保存した画像が、
パソコンで開けた

見つからない人

エクスプローラーの
「ダウンロード」を開く

スマホの人

画像を長押しで、
写真に保存

その5

Gemini でも作れる

同じ頼み方を、Gemini にも。

上限が来た人は、ここから続けます

5

1

Gemini に、 同じ頼み方を貼って送る

新しいタブで gemini.google.com。
そのまま貼って送れば画像になります

こうなればOK

1分ほどで画像が出る



2

画像の下の ダウンロードで保存

「フルサイズの画像を
ダウンロード」

こうなればOK

ChatGPT の画像と見比べられる



上限の知らせが出たら

You've reached your image creation limit.

Upgrade to ChatGPT Plus or try again tomorrow after 9:17 AM.

Get Plus

×

01 「画像を作れる上限にきました」という意味

こわれたわけではありません。お金を払わなくても、時間がたてばまた作れます

02 その日は Gemini で続ける

同じ頼み方を貼れば、同じように作れます

ほかにも、画像のAIがあります

01 Midjourney (ミッドジャーニー)

絵がとても上手なAI。ただし無料のプランはなく、月10ドルからの有料です

02 今日の2つで、まずは十分です

無料で使える ChatGPT と Gemini を、交代で使いましょう

その6

まとめ

見せ合って、約束を確かめて、
次の回へ



画像を使うときの、約束

01 実在の人・他人の作品・会社のロゴに似せない

他人の権利をこわさないように(各社の利用規約)

02 文字と中身は、人が確かめてから使う

日付・場所・値段は、自分の目でもう一度

03 人に見せるときは「AIで作りました」と添える

AIで作ったものを、人が描いたように見せない

伝わる一枚の、3つの型

01 何に使うかから、文章で頼む

誰が見る・主役・置き場所・画風・文字・形(アスペクト比)

02 画風を変えて、比べて選ぶ

使う場所に合う方を選ぶ

03 1か所だけ直して、確かめてから使う

インペインティング。文字は必ず自分の目で

次回は、音楽と短い動画

第4回

AIで、 音楽と短い動画をつくる

言葉で頼んで、曲を1つと、
5秒の動画を作ります

第4回へ進む →

おうちで

ちがう案内で、
もう1枚作ってみる。
復習テキストに手順があります