RISE AI WORK BOOK

文章作成の指示文集

“ ” 提案文・メール・SNS投稿

コピーして入力できる、仕事の文例

ライズ株式会社

36ページ / 10分野・ 実用指示文60本 / 本文はコピーして利用可能

完全版は、個別無料相談会参加後に配布します。

HOW TO USE

この指示文集の使い方

指示文はAIへの依頼文です。すべて独立して使えるので、必要な1本を選んで試してください。

1 番号から選ぶ

目次で用途を探します。提案から動画・Web・資料・事務まで、10分野に6本ずつ収録しています。

2 [ ] を差し替える

本文の [ ] へ、公開可能な自分の材料を入れます。入力できない情報は渡さず、架空の内容で練習します。

3 薄い青の本文をコピー

差し替え欄の説明ではなく、青い枠内の完成テンプレートを依頼文として使います。用途に不要な条件は調整できます。

4 原資料と照合して直す

回答は下書きです。「提出前の本人確認」を見ながら直し、必要なら「追加修正」の依頼を続けます。

利用上の注意

ChatGPTの契約や対応ツールにより、検索・ファイル・連携作業の範囲は異なります。本集の中心は文章や確認表の下書きです。実ファイルの作成や操作が必要なら、対応する機能・連携を確認してください。

本集はライズ独自の教材で、OpenAIが発行・監修したものではありません。

完全版は、個別無料相談会参加後に配布します。

PROMPTS 01-02

提案・仕事の入口

青い枠がコピー用の完成テンプレートです。[ ] を書き換え、出力後は原資料と照合してください。

01 案件への応募文

応募時に、できる作業と進め方を説明する。

差し替え欄：公開情報の要約 / 課題 / 範囲 / 事実 / 未経験なら未経験 / 手順 / 質問

応募文の編集を手伝ってください。 案件：[公開情報の要約]。相手の課題：[課題]。 提供できる作業：[範囲]。公開できる経験：[事実 / 未経験なら未経験]。 進め方：[手順]。確認したいこと：[質問]。 形式：挨拶、課題の理解、提案、根拠、質問、結び。400字以内の敬体。 実績・数字・価格・納期は創作せず、不足は要確認としてください。受注や成果を保証しないでください。

提出前の本人確認：経験は事実か。対応範囲と約束する条件を自分で確認したか。

追加修正：冒頭を短くし、提供できる作業が先に伝わる順へ。

02 作業範囲を確認する質問

見積もりの前に、依頼の曖昧な点を整理する。

差し替え欄：分かっている内容 / 読者 / 未定 / 事実 / 不明点

次の案件概要から、着手前の確認質問を作ってください。 成果物：[分かっている内容]。対象読者：[読者 / 未定]。 現在の合意：[事実]。不明点：[不明点]。 形式：目的、対象、素材、納品形式、確認者、修正範囲ごとの質問。 優先度の高い5問を先に出し、何の判断に必要かを各1文で添えてください。 未合意の条件を決定事項にせず、相手が答えやすい具体的な聞き方にしてください。

提出前の本人確認：過去の合意と重複していないか。相手が回答できる質問か。

追加修正：相手に一度で送れるよう、最優先の3問に絞って。

完全版は、個別無料相談会参加後に配布します。

PROMPTS 31-32

動画編集

青い枠がコピー用の完成テンプレートです。 [ ] を書き換え、出力後は原資料と照合してください。

31 動画の制作条件を整理

企画前に、視聴者・素材・納品条件を確かめる。

差し替え欄：目的 / 読者 / 媒体 / 尺 / 入力・公開許可を確認した素材の説明 / 事実 / 未定

動画制作の確認メモを作ってください。 目的：[目的]。視聴者：[読者]。掲載場所：[媒体]。希望尺：[尺]。 使える素材：[入力・公開許可を確認した素材の説明]。 合意した条件：[事実]。未定事項：[未定]。 形式：確定条件、不足素材、確認質問、着手前の判断事項の表。 再生数や売上を約束せず、音楽や画像の使用条件は未確認なら要確認にしてください。実際の動画編集は行わず、準備メモだけを作ってください。

提出前の本人確認：素材の利用条件と納品仕様を確認したか。担当範囲が明確か。

追加修正：依頼者に最初に確認する質問を3つに絞って。

32 短い動画の台本

秒数・映像・話す内容をそろえる。

差し替え欄：内容 / 相手 / 秒数 / 最大3点 / 一覧

短い紹介動画の台本を作ってください。 紹介するもの：[内容]。視聴者：[相手]。全体尺：[秒数]。 伝える事実：[最大3点]。使える素材：[一覧]。 形式：秒数区間、映像案、ナレーション、字幕、必要素材の表。 秒数の合計を全体尺に合わせ、尺は読み上げ確認が必要な目安としてください。 架空の体験談や数字を足さず、未撮影の素材は要撮影と書いてください。実際の編集や書き出しはしないでください。

提出前の本人確認：読み上げて尺を確認したか。映像と字幕が内容に合うか。

追加修正：最初の5秒で何の動画か分かる構成にして。

完全版は、個別無料相談会参加後に配布します。

SOURCES / 2026-11-05

出典・利用上の注意

本文・指示文・練習例はライズ独自の教材です。公式資料は機能の説明を確認するために参照しました。

本冊子はライズ株式会社が制作しました。
OpenAIが発行・監修した冊子ではありません。
ChatGPTの利用契約や環境、対応機能、連携によってできる範囲は変わります。

参照した公式一次情報

01 Prompting

https://learn.chatgpt.com/docs/prompting

目的・材料・出力形式・制約を伝え、回答を見て修正する考え方。

02 Use ChatGPT

https://learn.chatgpt.com/docs/use-chatgpt

用途に応じた利用、機能の利用条件、回答や成果物の確認について。

03 Work with files

https://learn.chatgpt.com/docs/artifacts-viewer

ファイルの作成・確認・修正。表示方法は利用する環境によって異なります。

確認日：2026年11月5日

指示文60本と各解説は、ライズが本冊子向けに作成したものです。公式資料のテンプレートを転載した集成ではありません。実務では材料、用途、依頼者との取り決めに合わせ、本人が修正・確認して使ってください。

制作：ライズ株式会社 代表取締役 福井亮眞
本完全版は個別無料相談会参加後の配布用です。公開見本は内容の一部を抜粋しています。

完全版は、個別無料相談会参加後に配布します。