



生成AIは、ただの道具ではなく 大切なパートナーになる存在

君たちには、なんでも相談にのってくれるちょっと年上のお兄さんやお姉さんのような存在がいるのでしょうか？「そんな人いないよ」という人もいるでしょうが、勉強や仕事、なやみごとの相談、ありとあらゆる場面で生成AIは君たちの支えになったりヒントをくれたりする存在です。

でも、使い方をまちがえると、生成AIの可能性を生かすことはできませんし、君たちの成長も望めません。だからこそ、生成AIとの上手な付き合い方を学ぶことはとても大切です、君たちの未来にとって有意義なことです。

生成AIと関わるなかで、「今まで大事だと思っていたことって、じつはそうでもなかったのかもしれない」と気づくこともあるでしょうし、「あまり気にしてこなかったけれど、これはすごく大切だ」と思えるようになることもあるでしょう。そうした気づきの一つひとつが、君たちの成長につながっていきます。この本が、君たちにとってそんな「大切な気づき」のきっかけになれば、と願っています。

鈴木 秀樹



登場人物



アオイ

流行にぴんかんな女の子。旅行に出かけたり、たくさんの友だちと遊んだり、いつでも楽しいことを探している。



ナギサ

やさしくおだやかな女の子。絵を描くことと、おうちで飼うネコのミミと遊ぶことが大好き。

リク



元気で活発な男の子。今はサッカーに夢中で、どうすれば上達できるかということばかり考えている。

タヌポン



みんなに生成AIとの上手な付き合い方をアドバイスしてくれるタヌキ型アンドロイド。正式名称は「T PN-01」。

おうちの方へ

生成AIという言葉を目にして、不安や戸惑いを感じている方も多いのではないのでしょうか。実際、生成AIの登場によって、わたしたち親の世代では想像もできなかったようなことが、次々と現実になっています。これは、かつてパソコンやスマートフォン、インターネットが登場した時と同じような大きな変化の始まりです。当初はだれもが戸惑いながらも、それらはすぐにわたしたちの生活に欠かせないものとなり、今となってはそれなしの暮らしには戻れません。同じように、生成AIもわたしたちの暮らしに自然と溶けこみ、当たり前存在になっていくでしょう。

それにともなって、かつて必要とされた能力や価値観が、今の子どもたちにとってはかならずしも重要ではなくなりつつあることに、複雑な気持ちを抱く

のも無理はありません。しかし、生成AIはすでに社会に深く根づいた存在であり、もはやそれをなかったことにすることはできません。だからこそ、わたしたち大人も「どう向き合うか」を前向きに考えていく必要があります。

そしてそのなかで、何よりも大切にしたいのが、お子さん自身の「好き」という気持ちです。たとえAIが人間の多くの仕事を代替したとしても、人の心から湧き出る「好き」は、けっしてAIが奪うことのできない大切な力です。お子さんが生成AIと向き合い、自分の「好き」を大切に人生を歩んでいけるよう見守っていくことは、現代の保護者のみなさんにとって非常に重要で、この本が、その一助となれば幸いです。

鈴木 秀樹



つか どう使う? せいせいエーアイ ③探求 & 創作

はじめに 2 どうじょうじんぶつ 登場人物 3

じ ゆうけんきゅう 自由研究のテーマを決めよう! 6

- レッスン 1-1 にか て あん き こくふく ほうほう し 苦手な暗記を克服する方法を知りたい! 8
- レッスン 1-2 けんちようしょざい ち おほ か し きょく 県庁所在地を覚えるための歌詞と曲をつくろう! 10
- レッスン 1-3 きらきら星のリズムに合う歌詞をつくろう 12
- せいせいエーアイ ゆうりょうばん 生成AI 有料版でできること (作詞・作曲) 14

COLUMN ① プロに聞いた! せいせい エーアイ たんきゅう 生成AIと探求
たかまつ もとひろ 高松 基広さん 15

- レッスン 2-1 せいたい しら つた ネコの生態を調べてみんなに伝えたい! 16
- レッスン 2-2 どう が と ふしぎなネコのひげを動画に撮ってみたい! 18

よく出てくるマーク



グッド
GOOD!

せいせい エーアイ りょう ず ぶんようほうほう つか 生成AI の上手な活用方法や、使
ううえでのメリットなど、生成AI
に関するプラスの面を解説



バッド
BAD!

せいせい エーアイ ぶんようほうほう つか 生成AI のよくない活用方法や、使
ううえでのデメリットなど、生成
AI に関するマイナスの面を解説



注意!

ちゅう い 注意!
せいせい エーアイ つか せいせい エーアイ 生成AI を使う時の注意点を紹介。
知らないと危険な場面もあるので、
生成AI 使用の際は意識しよう



アドバイス!

せいせい エーアイ つか せいせい エーアイ 生成AI を使う時のアドバイスを紹
介。うまく活用して、生成AI とよ
い関係を築こう

- レッスン 2-3 どう が はっぴょう つか せいせいエーアイ 動画で発表するのに使える生成AI は? 20
- レッスン 2-4 と どう が へんしゅう はっぴょうよう 撮った動画を編集して発表用にまとめよう! 22
- せいせいエーアイ ゆうりょうばん 生成AI 有料版でできること (動画編集) 24

COLUMN ② プロに聞いた! せいせい エーアイ まん が そうさく 生成AIと漫画の創作
まえだ やすひろ 前田 康裕さん 25

- レッスン 3-1 ほうほう しら ミニチュアハウスをつくる方法を調べよう! 26
- レッスン 3-2 が そう せいせい イメージ画像を生成しよう! 28
- レッスン 3-3 かんせい ミニチュアハウスを完成させよう! 30
- せいせいエーアイ ゆうりょうばん 生成AI 有料版でできること (画像生成) 32

COLUMN ③ プロに聞いた! せいせい エーアイ そうさく 生成AIとイラストの創作
きたざわ なお き 北沢 直樹さん 33

- ちよさくけんきゅうアンドエー 著作権 Q & A 34
- たんきゅう そうさく つか せいせい エーアイ 探求や創作に使えるいろいろな生成AI 38
- さくいん 39 さんこうぶんけん 参考文献 40



1-1 苦手な暗記を克服する方法を知りたい！



暗記が必要なテストで思うような結果が出せなかったことから、自由研究を「簡単に覚えらる暗記方法」に決めたリク。生成AIはそんな悩みも解決してくれます。



リク
勉強が苦手で、とくに暗記が全然できないんだ。たのまいにちつづかん簡単に覚えらる方法ってないかな？



生成 AI
それなら、「歌にして覚える」のがとてもおすすめです。じつは人間の脳は、メロディやリズムと一緒に覚えると記憶に残りやすいんです。昔のCMソングや小さいころに聞いたアニメの主題歌を、今でも覚えていませんか？歌にすると自然と口ずさんでいて、苦勞せずに暗記することができますよ。
《後略》

ChatGPT-4oにて作成

生成AIのアドバイスには、メリットも書いてあります。歌と記憶には深い関係があり、覚えるのが楽しくなり続けられ、リズムやメロディで記憶が引き出しやすいのがメリットとして挙げられます。

生成AIって歌もつくれるの！？



リク
どんな歌やリズムが覚えやすい？



生成 AI
覚えやすい歌やリズムにはいくつか共通点があります。ここからは「覚えやすさ重視の歌やリズムのポイント」を紹介します。
【覚えやすい歌やリズムのコツ】
①短くてくり返しがある
→同じフレーズを何度もくり返すと、自然に口ずさめるようになる。
②リズムが単純でテンポが一定
→ラップ調や童謡のような、テンポがわかりやすいものが記憶に残りやすい。
③音の抑揚が大きい（メロディーに変化がある）
→感情を込められるメロディは記憶に残りやすいのでおすすめ。
たとえば、きらきら星や森のくまさんが挙げられます。

ChatGPT-4oにて作成



リク
ぼくはオリジナルの曲に合わせて覚えてみたいな！作曲なんてやったことがないんだけど、どうやったらできるんだろう？



生成 AI
作曲におすすめのAIアプリをいくつか紹介します。
●Suno AI
・歌詞を入れると、AIが曲を自動でつくってくれる。
・歌付き・ばんそう付きでクオリティが高い。
●LALAL.AI
・歌詞+ジャンルを選ぶと曲が生成される。
・ばんそうがつくれるので歌のベースに最適。
●SongR
・メロディ、ジャンル、テンポを選んで、AIが1クリックで曲をつくれる。
・その上に自分で歌詞をのせて録音もできる。
そのほかにもHumOn・SOUNDRAWなどがあります。

ChatGPT-4oにて作成

苦手な暗記を克服する方法を知りたい！

覚えやすい歌やリズムをくわしく教えてくれるので、すぐに実践できるのが生成AIの優れた点です。しかし、各個人に合う曲を選んでくれるわけではないので、その点は注意しましょう。

自分に合うものがわからない……。そんな時は、イチからつくるのも手だよ！



このように作詞・作曲に関する生成AIはたくさんあります。暗記するための曲に特化させたいなら、ChatGPTだけでなく、ほかの生成AIも組み合わせて使いましょう。

各生成AIは無料版と有料版があるから、気をつけてね！



生成AI有料版で できること (画像生成)

【各種生成AI サービス】

生成AI	無料サービス	有料サービス	料金
ダリースリー DALL-E 3 (ChatGTP 内)	・生成回数に制限あり (例: 最大50枚/日) ・商用利用不可	・高品質な画像生成が可能 ・商用利用可能 ・テキストからの画像生成がスムーズ	チャットジーティービー プラス ChatGTP Plus の金額 20 ドル (約 2,900 円)
ミッドジャーニー Midjourney	× 有料版のみ	・高品質な画像生成が可能 ・商用利用可能	10 ~ 120 ドル (約 1,450 円 ~ 約 17,400 円) ※コースによる
キャンバ Canva	・200 万点以上のテンプレートと 1000 種類以上のデザイン要素がある	・1 億点以上の素材の利用可能 ・高度な AI 機能利用可能 ・チームでの共同作業機能	12.99 ~ 14.99 ドル (約 1,884 円 ~ 約 2,174 円) ※コースによる
ナイトカフェ NightCafe	・AI モデルを使用した画像生成	・高解像度画像の生成 ・商用利用可能	5.99 ドル (約 866 円)

※ドルは 1 ドル = 145 円で換算しています。
実際の請求額は為替レートや手数料によって変動します。
※有料版は、最高ランクのコースの内容を示しています。
※価格と内容は、2025 年 5 月現在のものです。

注意!



1. 商用利用の可否と範囲を確認しましょう。
2. 著作権・肖像権・商標権のリスクがあることを理解しましょう
(→ P34 ~ P37 を参照)。
3. ライセンス条約をかならず読みましょう。
4. 自動課金・プラン更新に注意しましょう。
5. 生成した画像の管理と保存に注意しましょう
(保存期限がある場合があります)。

画像生成AIでは、無意識に著作権や肖像権の侵害にあたるケースが増えています。規約を十分に読んで上で利用しましょう。たとえば、友だちが描いた絵をAIで勝手に別の絵と合成して、SNSに拡散するのも、トラブルの元になります。とくに商用利用する際は、気をつけましょう。

プロに聞いた! 生成AIと イラストの創作

生成AIを使えば、簡単にイラストを生成することができるようになりました。今回はプロのイラストレーターである北沢さんに、おすすめの生成AIや意識すべき点をうかがいました。

Q. どんなキャラクターを生成AIでつくっているのですか?

A. Fireflyを使って、220種類の「ジェネモン」を生成しました。

わたしがおもに使用している生成AIは、Adobe Fireflyです。その理由は、商用利用においても安全に使える点にあります。著作権やジェンダー、人種などへの配慮がされており、グロテスクな画像や年齢制限のある画像は生成できないように設計されているため、子どもたちが使っても安心です。

わたしが Adobe Firefly を使って生成したキャラクターに「ジェネモン」というモンスターシリーズがあります。現在 220 種類のキャラクターがいますが、それぞれを 1 回で生成できたわけではありません。実際には 2000 回以上生成をくり返し、そのなかから自分のテイストに合うものを選び出し、さらに複数の画像を組み合わせたり、塗りつぶし効果や

(北沢さんがつくった「ジェネモン」たち)



イラストレーター・
キャラクターデザイナー
北沢 直樹 さん

アイドルや声優、アーティストのキャラクター、グッズデザインなどを手掛けるデザイナーで、子どもたちに向けて生成AIを使ったワークショップを活動的に行っている。

ホームページはこちら→



修正を加えたりして、土台をつくり上げています。

わたしは、生成された画像をそのまま発表するのではなく、自分らしさを大切にしなが作品として完成させたものを世の中に発信する、というスタンスで制作に取り組んでいます。

Q. どうやって生成AIを使っていったほうがいいですか?

A. やはり第一に著作権を意識して使ってください。

生成AIのソフトのなかには、有名な漫画やアニメ風のイラストを生成できるものもあります。しかし、「生成できるから使ってもいい」というわけではありません。著作権の問題はもちろんのこと、それを生み出した作者の思いや気持ちを考えて活用していくことが大切です。

みなさんは、大人では思いもつかない自由で豊かな発想をたくさんもっています。だからこそ、ルールやマナーをしっかりと守りながら、その自由な発想を生かして、楽しく生成AIを活用していただくと、心から願っています。