

安全にはじめる生成 AI リテラシー ～安全利用の基本と活用のコツ～

生成 AI の活用が急速に広がる一方で、「どこから始めればいいのか」「安全に使えるのか」といった不安や疑問を抱える社員は少なくありません。本コースでは、生成 AI を初めて扱う方でも安心して取り組めるよう、安全利用の基本と実践で気をつけるべきポイントをわかりやすく整理。会話形式で疑問を解消しながら、まずはポジティブに使い始められる“安心感”を提供します。さらに、PDF のミニレシピ集によって業務への応用がイメージしやすく、学んだその日から実務に活かせるリテラシーを身につけられます。

POINT 01

はじめやすい設計

生成 AI 未経験者でも、「まずは試してみよう」と思える安心設計。会話形式で不安や疑問を整理し、最初の一步をポジティブに踏み出せます。



POINT 02

「気づき→学び→実践」

「気づき→学び→実践」の段階的な学習を通して、適切な行動を考えることができるようになります。

気づき	身近なケースから「適切な使い方」を考える。
学び	生成 AI の知識や利用方法をわかりやすく整理する。
実践	具体的な生成 AI 知識やその利用法について解答する。

POINT 03

安全判断の習得

AI は万能ではなく「判断の補助者」であることを明確化し、任せる部分／任せない部分を理解して、安心して業務に取り入れられます。



安全にはじめる生成 AI リテラシー ～安全利用の基本と活用のコツ～

学習目標

- ・ 最低限必要な AI リテラシーを体系的に取得する
- ・ AI が「大量のデータからパターンを学び、もっとも自然な答えを予測する仕組み」で動いていることを理解する
- ・ 日常や業務のどこで AI が使われているかに気づき、「自分にも関係がある」と認識できる
- ・ 生成 AI の便利さと限界、社外 AI と社内 AI の違いを知り、基本的な安全利用の視点(過信しすぎず・怖がりすぎない距離感)を持てる

前提知識

特になし

Lesson1 AI って何?(気づき)

- ・ 日常の AI に気づく
- ・ AI のしくみとその基本
- ・ 生成 AI の仕組み (入力 → 生成 → 出力の流れ)
- ・ 生成 AI の主なタイプとできること

Lesson2 業務で使われる可能性(未来像)

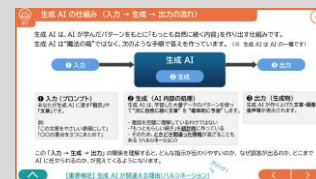
- ・ 業務で AI が関わる基本構造
- ・ 身近な“業務 AI” の例
- ・ AI の強み・弱み (業務利用を踏まえて)
- ・ 任せられる部分 / 任せられない部分(判断ライン)

Lesson3 安全性と心得(リスク認識)

- ・ AI 利用の大前提は「会社ルールを守ること」
- ・ 具体的なアカウントの違いによるセキュリティ例
- ・ 会社指定 AI と 個人 AI (持ち込み AI) の違い
- ・ 生成 AI を安全に使うための入力・出力の基本
- ・ 会社指定 AI は“補助者”として使う

セルフチェック
確認テスト
エピソード・終わりに
コースレビュー

- 受講期間: 6ヵ月 (+ 閲覧期間6ヵ月)
- チュータによる個別指導: なし
- 標準学習時間: 20分
- PDF資料: あり
- 定価: ¥5,000円(税別)



1
気づき

2
学び

3
実践

セルフ
チェック