

AIを味方につけて、もっと自分らしく。

参加無料

女性のための

生成AI基礎セミナー

～ ChatGPT を体験！暮らしや仕事に活かせる第一歩 ～

生成 AI を基礎から学んでみませんか？基本操作を中心に、ゼロから丁寧に説明します。実践ワークでは、指示文（プロンプト）を工夫することで、自分らしい表現に変わっていく楽しさを体験していただけます。在宅ワークやリスキングにも役立つ入門講座です。



日時 2026年
10月30日(金)

14:00 ～ 16:00

※13:00～サポートブース開設

場所 わくくとよおか
WACCU TOYOOKA学習室
(JR 豊岡駅前 アイティ 4 階)

講師 WEBライター・翻訳家
服部 聡子さん

文章のプロとして、AI 活用のコツを
わかりやすくお伝えします。

持ち物 ご自身のスマートフォン
可能であれば、事前に ChatGPT 公式アプリ
のインストールをお願いします

対象 テーマに関心のある女性 **15 名**
※先着順

こんなことを学びます

STEP 01

生成 AI と
ChatGPT の
基礎知識



STEP 02

スマートフォンを
使った ChatGPT
の基本操作



STEP 03

AI へ伝える指示
(プロンプト) を
作るコツ



STEP 04

AI を安全に使う
ための注意点



STEP 05

生成された文章を
自分らしく整える
方法



STEP 06

仕事や暮らしに
役立つ実践ワーク



【 当日までに ChatGPT のアカウント作成をお願いいたします。
講座の本編にはアカウント作成作業は含まれません。 】

サポートブースのご案内

アカウント作成などの事前準備に不安がある方を対象に、当日 13:00 より会場にてサポートブースを設置します。(株)アルファスタジオの専門スタッフが、ChatGPT を使用できる状態までサポートします。ぜひご利用ください。※メールの受信確認を行うため、サポートブースをご利用の方は、送受信可能なメールアドレス (Gmail、Yahoo! メール等) とパスワードをご確認のうえお越してください。メールアドレス等が不明な場合も、ブースにてご相談いただけます。



無料
一時保育
あります

無料一時保育の利用を希望する場合は、
申込フォームで「無料一時保育希望あり」
を選択してください。

対象 8 カ月児～小学生児童

右の二次元コードからお申し込みください ▶
二次元コードを読み取り、申込フォームに
必要事項を入力してください。



主催：豊岡市多様性推進・ジェンダーギャップ対策課
0796-21-9004 w-innv@city.toyooka.lg.jp
協力：株式会社アルファスタジオ

申込締切：2026年10月22日(木)