

Which?

AIって結局ど
れがいいの？



結局何使えばいいの？おすすめ生成AI!

「生成AIやAIツールに興味はあるけれど、種類が多すぎて何を選べばいいか分からない...」そんな悩みを抱えていませんか？

AIを趣味で徹底的に調べ、実際に画像生成AIを始めてわずか1か月で月約5万円の収入を達成した私が、初心者にも分かりやすく「おすすめの生成AIサービス・AIツール」を厳選して徹底比較しました。

この記事を読むことで、以下の3つが得られます。

- ①生成AIサービスの特徴やできることがわかる
- ②ビジネスで役立つAIツールを選ぶポイントが理解できる
- ③初心者でも簡単に画像生成・AIイラスト作成が始められる

最後まで読めば、自分にぴったりのAIツールが見つかり、仕事や趣味に活用できるようになりますよ！

生成AI・AIツール とは？

基本をやさしく 解説



生成AI・AIツールとは？基本をやさしく解説

最近よく耳にする「AI」や「生成AI」という言葉ですが、「実際は何ができるの？」「どうしてこんなに注目されているの？」と疑問に感じている方も多いかもかもしれません。ここでは、AIや生成AIの基本をやさしく解説していきます。

AI(人工知能)とは？

AI(Artificial Intelligence: 人工知能)とは、人間のように考えたり、学習したりすることができるコンピューターやプログラムのことを言います。

AIは、自分自身で学び、人間がするような複雑な判断や予測、問題解決を行うことが可能です。

AIができる主なことは次のとおりです。

- 言葉を理解し、人と会話をする
- 画像や動画の内容を識別する
- データから将来のことを予測する
- 人間の行動をサポートする(自動運転、家電の制御など)

AIが注目されている理由は、AIが私たちの生活や仕事をより便利で快適にしてくれる可能性が高いからです。

例えば、スマホの音声アシスタント(SiriやGoogleアシスタントなど)もAIの一つです。「今日の天気を教えて」とスマホに話しかけると、AIが自動的に天気予報を調べて答えてくれます。このように、AIは私たちの身近なところで活躍しています。

生成AI(ジェネレーティブAI)とは？

生成AI(ジェネレーティブAI)は、文字通り新しいもの(文章や画像、音楽、動画など)を「生成(作り出す)」するAIのことを指します。

今まで人間が手作業で行っていたクリエイティブな作業を、AIが自動で行えるようになったことが大きな特徴です。

生成AIができる主なことは次のようなものです。

- 文章を自動的に作成(小説、ブログ記事、メールなど)
- 画像やイラストを作成(キャラクター、風景写真、SNS用画像など)
- 音声や音楽の作成(ナレーション、BGM、音楽など)
- 動画の作成(広告動画、YouTube動画など)

実際に、生成AIの代表例は以下の通りです。

ChatGPT: メールやブログ記事などを人間が書いたように自然な文章で短時間に生成できるAIサービスです。

Stable Diffusion: 美しいイラストやリアルな画像を自動生成するAIツールで、企業や多くのイラストレーターに活用されています。

Runway: AIによってプロ並みの映像編集や短時間での動画制作が可能となるツールです。

さらに、私自身も画像生成AIサービスを趣味として楽しみながら活用し、月に約5万円ほどの収入を得ています。誰でも簡単に始められることも生成AIの魅力です。

AIや生成AIはまだまだ新しい技術ですが、これからますます身近な存在になり、私たちの暮らしやビジネスを支える存在になることは間違いありません。

ぜひこの機会に、AIや生成AIの基本を理解し、自分の生活や仕事に役立ててみてください。

生成AIやAIツールを 使うメリット デメリット



生成AIやAIツールを使うメリット・デメリット

最近よく耳にするようになった生成AIやAIツールですが、「使ってみたいけど、本当に役立つの？」「デメリットやリスクもあるのでは？」と不安を感じる人も多いでしょう。ここでは、生成AIやAIツールを使うことによってどんなメリットがあるのか、またデメリットや注意点について分かりやすく説明していきます。

生成AIやAIツールを導入するメリット

生成AIやAIツールを導入する最大のメリットは、「作業を効率化できること」です。具体的なメリットとしては、次のようなポイントがあります。

- 作業時間が大幅に短縮される
- 人間が苦手な細かい作業や繰り返し作業をAIが正確に処理してくれる
- 人手不足や人件費の削減につながる
- 初心者でもプロ並みの成果物を作れる

例えば、文章生成AIの場合、自分が書きたいテーマを伝えるだけでレポートの下書きを自動的に作ってくれるため、学習の支援になります。

画像生成AIを使えば、絵を描くのが苦手な人でも簡単に美しいイラストを制作可能です。こうした多くのメリットがあるため、AIは個人・企業を問わず広く注目を集めています。

AIツールのデメリットと注意すべきリスク

しかし、生成AIやAIツールにはメリットだけでなく、デメリットや注意点もあります。主なデメリットや注意すべきリスクには次のようなものがあります。

- AIが作った内容が100%正確ではない可能性がある
- 個人情報や重要なデータが漏れる可能性がある(セキュリティの問題)
- AIが作成した画像や文章が他人の著作権を侵害する恐れがある
- AIに頼りすぎると、自分のスキルが成長しなくなる可能性がある

AIは学習した情報に基づいて回答や生成を行うため、間違っただ情報を学習している場合、間違っただ結果を出してしまうことがあります。

そのため、AIが作ったものを必ず人間がチェックすることが大切です。

よくあるトラブルとその対処法

ここでは、生成AIやAIツールを使う上でよく起きるトラブルと、その対処法を具体的に紹介します。

トラブル1: AIが作った文章や画像が正しくない

AIが作った文章に間違いや不自然な部分があったり、画像が思い通りにならなかったりすることがあります。

【対処法】

- AIが作った文章や画像は必ず人間が確認して修正する
- AIに指示を出す(プロンプト)ときに、細かく具体的に伝える

トラブル2: データが外部に漏れてしまう

AIサービスを利用していると、企業や個人の重要なデータが外部に流出してしまう危険性があります。

【対処法】

- 信頼できる大手企業や実績のあるAIサービスを利用する
- 個人情報や機密情報をAIに入力しないように気をつける
- 利用規約やプライバシーポリシーをよく確認する

トラブル3: AIが他人の著作権を侵害する画像や文章を作る

AIが自動で作った画像や文章が、すでに存在する作品に似てしまい、著作権侵害になるケースがあります。

【対処法】

- AIで作った作品を公開する前に、類似した作品がないか自分で調べる
- 商用利用や公開の許可があるAIサービスを使う(例: **Adobe Firefly**など)

例えば、イラスト作成AI「**Midjourney**」や「**Stable Diffusion**」では、自動生成されたイラストを使った広告や商品販売に対し、利用範囲や規約が細かく決まっています。

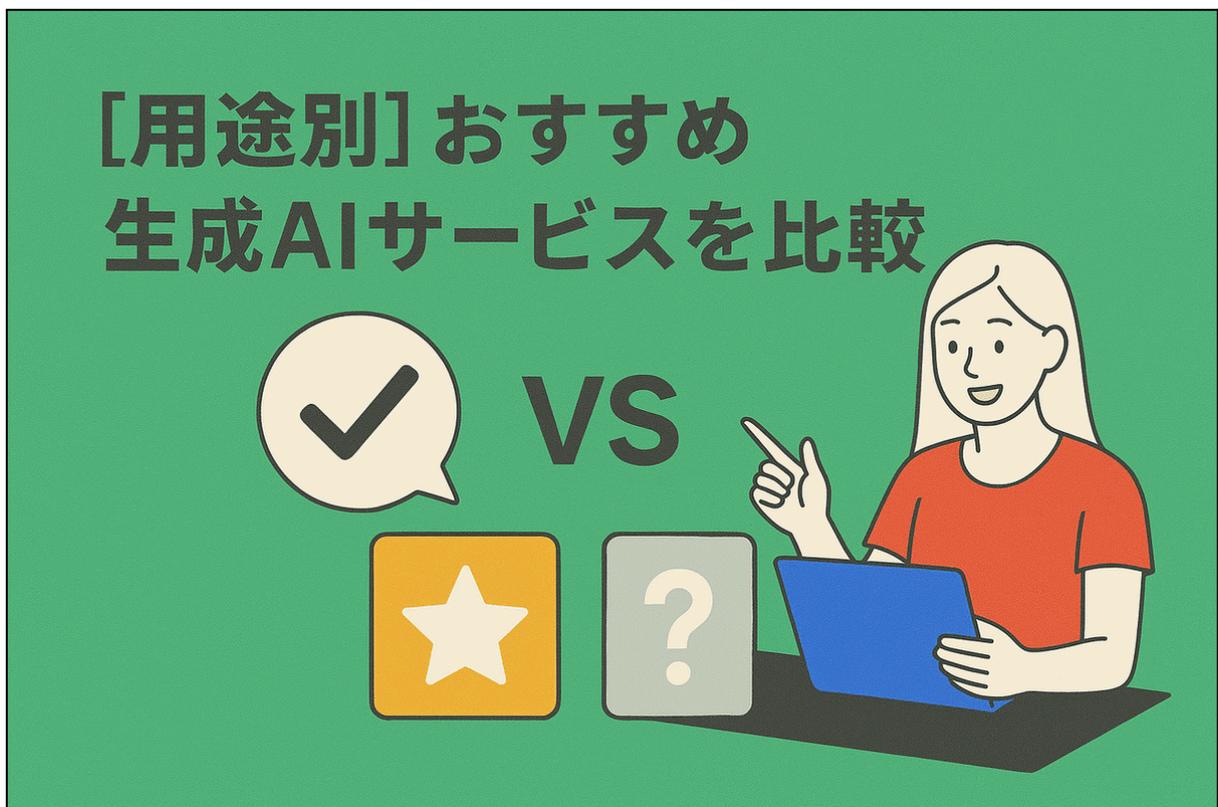
そのため、これらを利用する際は規約をよく確認しましょう。

生成AIやAIツールの上手な使い方のポイント

メリットとデメリットの両方を理解したうえで、生成AIやAIツールを上手に使うためには次のポイントを押さえましょう。

- AIはあくまでも「補助ツール」として利用し、最終確認は人間が行う
- データのセキュリティを守るために、信頼できるサービスを選ぶ
- 著作権や利用規約をしっかりと守る

AIは非常に便利で強力なツールですが、使い方を間違えると思わぬトラブルに巻き込まれてしまいます。メリットとデメリットをしっかりと理解して、賢く活用しましょう。



【用途別】おすすめ生成AIサービスを比較

生成AIサービスはさまざまな目的に合わせて活用できますが、具体的にどのサービスを使えばよいか迷ってしまう人も多いでしょう。

ここでは目的ごとにおすすめの生成AIサービスを分かりやすく紹介します。具体的な根拠や実例もあわせて紹介するので、自分にピッタリのサービスを見つけてください。

テキスト生成AIは、文章を書くことを手助けしてくれるサービスです。特におすすめなのは次の3つです。

【おすすめのテキスト生成AIサービス】

- **ChatGPT**(チャットジーピーティー)
- **Claude**(クロード)
- **Gemini**(ジェミニ)

特に**ChatGPT**は利用者数が世界で1億人以上と非常に人気の高いサービスです。

実際に企業でも、ChatGPTを導入してメール返信の時間を大幅に短縮した事例があります。

また、**Gemini**は**Google**が提供するAIサービスで、メールや報告書などさまざまな文書作成を手助けしてくれます。

これらのAIを使えば、作文が苦手な人でも、プロ並みの文章を書くことができますよ。

画像生成AIは、簡単に高品質な画像やイラストを作ることができます。特におすすめなのは次の3つです。

【おすすめの画像生成AIサービス】

- **Stable Diffusion**(ステーブルディフュージョン)
- **Midjourney**(ミッドジャーニー)
- **Canva**(キャンバ)

「**Midjourney**」は特に芸術的な画像を作るのを得意としており、**SNS**などで注目されるような画像作りに向いています。

また、「**Canva**」は画像編集とAI生成がセットになったサービスで、初心者でも簡単に使える点が魅力です。

AIがあれば、絵が苦手な人でも魅力的な画像をすぐに作れるようになります。

音声や音楽をAIで生成することも可能です。特におすすめは次の2つです。
【おすすめの音声・音楽生成AIサービス】

- **VALL-E**(ヴァル・イー)
- **Suno AI**(スノAI)

VALL-Eはマイクロソフトが提供しているサービスで、非常にリアルな音声を生成できます。日本語にも対応しているため、ナレーションや動画の音を作るときにも便利です。
Suno AIは簡単に音楽を作れるAIで、自分の好みのジャンルや雰囲気を選ぶだけでオリジナル音楽が作れます。YouTubeのBGMや動画作成に役立ちます。

動画生成AIは初心者でも簡単にプロのような動画を作れます。おすすめは以下の2つです。
【おすすめの動画生成AIサービス】

- **Runway**(ランウェイ)
- **Pika**(ピカ)

Runwayは短い動画から広告用ムービーまで、幅広いコンテンツを制作できるAIサービスです。動画編集が得意でない初心者でも、AIが自動で高品質な映像を仕上げてくれます。
Pikaは特にSNS向けのショート動画を簡単に作成できるツールで、テンプレートの種類が多く、誰でもおしゃれな作品を仕上げやすいのが特長です。
動画は文字や画像よりも視覚的に強く印象に残るため、AIを活用して映像を作れるようになると、SNSやYouTubeでの発信がより手軽に行えます。

コード生成AIはプログラムを書いてくれる便利なサービスです。おすすめは次の2つです。
【おすすめのコード生成AIサービス】

- **GitHub Copilot**(ギットハブ コパイロット)
- **Amazon CodeWhisperer**(アマゾン コードウィスパー)

GitHub Copilotは世界的に使われているサービスで、初心者でも簡単なコードから複雑なコードまで自動生成できます。

Amazon CodeWhispererも、初心者向けの説明が丁寧で、初めてのプログラミングに役立ちます。

プログラミングを学びたいけど難しく感じる人には特におすすめのAIです。

以上のように、自分の目的にあった生成AIサービスを上手に活用すれば、勉強や仕事が効率的で楽しくなります。まずは無料のサービスから試して、自分に最適なAIを見つけてくださいね。

AIツールを安全に使うための注意点とポイント

最近AIツールを使って、画像を作ったり文章を書いたり、外国語を翻訳したりする人が増えていることを知っているでしょうか？

しかし、便利だからといって注意せずに使うとトラブルが起こることもあります。

AIツールを安全に使うために大切なポイントをわかりやすく紹介します。

また、実際におすすめできるAIサービスもあわせて紹介するので、安心して使えるAIツールを見つけてくださいね。

AIツールを使うとき、一番気をつけないといけないのが「セキュリティ(情報の安全)」です。

AIに入力した情報が漏れてしまうと、大きなトラブルになる可能性があります。

【セキュリティを守るためのポイント】

- **AIツールを選ぶときは、信頼できる会社や実績のあるサービスを選ぶ**
- **重要な個人情報(名前、住所、電話番号、パスワードなど)はAIに入力しない**
- **公共のWi-Fi(カフェや空港の無料Wi-Fiなど)はできるだけ使わない**
- **定期的にパスワードを変更するなど、自分の情報を守る工夫をする**

特に個人情報や機密情報を扱う場合は、特別な注意が必要です。

実際にあったトラブルでは、ある企業が無料で使える海外のAIサービスを使った結果、顧客情報が流出してしまった例があります。

その企業は謝罪や損害賠償など、大きな損害を受けました。

安全に使うためには、しっかりしたセキュリティ対策をしているAIサービスを選びましょう。

AIが作った文章や画像、分析結果などはとても便利ですが、必ず正確とは限りません。

そのため、AIが作ったものをそのまま使わず、必ず自分でチェックすることが大切です。

【精度をチェックするポイント】

- AIが作った文章は、事実間違いがないか自分で調べる
- AIが作った画像が本当に希望どおりかよく確認する
- データ分析や翻訳の結果を、ほかの方法でも確認する

必ず人間の目で確認することで、こうしたトラブルを防ぐことができます。

AIが作った画像や文章には、「著作権(ちょさくけん)」という権利が関係しています。

著作権とは、その作品を作った人が持つ権利のことで、AIが自動で作ったものでも勝手に使うと法律に違反する場合があります。

【著作権を守るポイント】

- AIサービスの利用規約(ルール)をよく読んで、どのように使えるかを確認する
- AIが作った画像や文章を商売で使う場合は、必ず商用利用OKのサービスを選ぶ
- 有名なキャラクターやロゴをAIで作った場合は、公開すると法律違反になる可能性があるのを避ける

文化庁によると、AIが作った作品に関する著作権問題が最近急激に増えているとの報告があります。

実際にAIで作ったキャラクターが既存のキャラクターに似ていると訴えられた例もあるので

す。

AIツールを使うときは、利用ルールを守ることで安全に使えますよ。

安心して使えるリサーチやデータ分析におすすめのAIサービスを紹介します。

- **Perplexity**(パープレクシティ): 正確な情報収集が得意で、初心者でも使いやすい。
- **Wolfram Alpha**(ウルフラムアルファ): 数学や科学の問題をわかりやすく解説してくれるAIツール。

例えば、**Perplexity**を使えば学校の宿題や調べものが簡単になります。**Wolfram Alpha**は難しい数学の問題を解くときにとても役立つでしょう。

外国語の翻訳や会議の文字起こしに役立つAIサービスも紹介します。

- **DeepL**(ディープエル): 翻訳精度がとても高く、自然な日本語に訳してくれる。
- **Notion AI**(ノーションAI): 音声の文字起こしや翻訳が簡単にできるので、授業や会議で便利。

例えば、**DeepL**を使えば英語の宿題や海外ニュースの理解が簡単になります。**Notion AI**は会議の記録や授業のノート作りにも役立つのです。

AIツールを使うときは、「セキュリティ」「内容の確認」「著作権のルール」を守ることが大切です。

さらに、おすすめのAIサービスを活用すれば、勉強や仕事をもっと安全に、効率よく進められますよ。

[厳選] おすすめ生成AI サービス・AIツールランキング



【厳選】おすすめ生成AIサービス・AIツールランキング

AIサービスやツールはどんどん進化していて、種類も増えています。その中から自分にぴったりのものを選ぶのは難しいですね。

そこで、特に使いやすく評価が高いAIサービスをランキング形式で紹介します。

実際の使いやすさや人気度、そして国の調査データを参考にして、初心者の方でも迷わず使えるようにしていますので、ぜひ参考にしてください。

まずは全般的におすすめできるAIサービスをランキングで紹介します。これらは特に多くのユーザーから評価が高く、さまざまな使い方ができるAIサービスです。

【おすすめ生成AIサービス総合ランキング】

1位: ChatGPT(チャットジーピーティー)

- 特徴: 自然で読みやすい文章を自動で作れる。
- 実例: 企業のメール返信やブログ記事作成など、幅広い用途で使われています。

2位: Midjourney(ミッドジャーニー)

- 特徴: きれいで芸術的なイラストを簡単に生成できる。
- 実例: SNS投稿や広告画像、アート作品に使われています。

3位: Canva Magic Studio(キャンバマジックスタジオ)

- 特徴: 資料やプレゼン資料を簡単に美しく作れるAIサービス。
- 実例: 学校の発表資料や会社のプレゼン資料で人気です。

次に、特にビジネスで役立つAIツールをランキングで紹介します。

【ビジネス向けAIツールランキング】

1位: Microsoft 365 Copilot(マイクロソフト365コパイロット)

- 特徴:書類作成、データ分析、メール作成まで、幅広い業務をサポート。
- 実例:企業の業務効率が大きく向上した事例が多数あります。

2位: Notion AI(ノーションAI)

- 特徴:チームでの情報共有や翻訳、議事録作成が簡単にできる。
- 実例:会議の内容整理や資料作成の時間が約40%減少した企業もあります。

3位: DeepL(ディープエル)

- 特徴:高精度で自然な翻訳を行うAIツール。
- 実例:海外企業との取引や外国語文書の翻訳で、企業の業務効率化に役立っています。

これらのAIツールを使えば、会社の仕事がスムーズに進みます。

次に、スマホで気軽に使えるおすすめAIアプリに移りましょう。

【スマホ向けAIアプリランキング】

1位: Gemini(ジェミニ)

- 特徴: 質問や会話を自然な日本語で行えるチャット型AI。
- 実例: 宿題の質問や簡単な調べものに便利で、多くの学生に人気です。

2位: Meitu(メイツ)

- 特徴: 写真をアニメ風やイラスト風に簡単に加工できる。
- 実例: SNSのプロフィール画像や投稿写真に使われ、特に若い世代に人気です。

3位: Notta(ノッタ)

- 特徴: スマホで録音した会話を自動で文字起こししてくれる。
- 実例: 会議や授業の記録、インタビューなどに幅広く活用されています。

こうしたAIツールを活用することで、会社の仕事をよりスムーズに進めることが可能です。

最後に、費用をかけずに使える無料AIサービスのランキングを紹介します。

【無料AIサービスランキング】

1位: Stable Diffusion (ステーブルディフュージョン)

- 特徴: 無料で美しい画像やイラストを作成できる。
- 実例: 個人の趣味やSNS投稿用として非常に人気があります。

2位: Bing Image Creator (ビング イメージクリエイター)

- 特徴: 簡単にキーワードだけで画像生成ができる。
- 実例: SNSやブログの画像作成に手軽に活用されています。

3位: ChatGPT無料版 (チャットジーピーティー)

- 特徴: 無料でも文章作成が可能で、学生や個人利用に最適。
- 実例: 宿題の作文や日記、レポート作成に利用されています。

無料でも十分高品質な作品を作れるので、ぜひ試してみてくださいね。

このランキングを参考にして、あなたにぴったりのAIツールをぜひ見つけてくださいね。AIを使えば、勉強や仕事をもっと効率的で楽しくなりますよ。学校や仕事で資料作成が苦手な人も、これらのAIを使えば簡単にきれいな資料が作れます。

まとめ

今回は、初心者の方にもわかりやすく、用途別におすすめの生成AIサービス・ツールを紹介しました。これからAIを使ってみたい方は、自分の目的に合ったツールを選ぶことが大切です。AIを上手に活用して、仕事や日常生活をもっと便利に、楽しくしていきましょう。

おすすめポイントまとめ

- 1.目的別に最適なAIを紹介
- 2.選び方のコツもわかりやすく解説
- 3.ビジネスや趣味にも活用できる
- 4.スマホでも手軽に利用可能
- 5.無料で始められるツールも豊富
- 6.安全に使うための注意点も紹介

次は、資産形成を考えている方へ。「始めやすい積み立て投資5選」の記事もぜひチェックしてみてください。