

コピペですぐに使えるChatGPT指示文集100  
Excel作業や主要業界&士業の手間を一挙削減!

週刊

# ダイヤモンド

緊急鼎談

日本化する中国経済  
米中逆転幻の可能性

DIAMOND WEEKLY 2023  
特別定価 880円 9/9

第111巻30号/毎週土曜日発行/令和5年9月9日発行/大正2年5月10日第3種郵便物

コピペですぐに使える!

# ChatGPT



プロンプト 100選

職種別

業種別

部署別

面倒なExcel作業が一発で終了! / 弁護士・税理士・社労士・  
司法書士・医師・薬剤師... / コンサル・不動産・商社・銀行・  
証券・建設・IT・製造業・広告... 士業や業界の手間が激減!

業務プロセス改善と時短で総務、経理、法務も劇的変化 /  
中小企業の販路拡大 / 教育から競馬予想まで超楽ちん活用!

コピペですぐに使える!

# ChatGPT



プロンプト

# 1000選

職種別

業種別

部署別

面倒なExcel作業が一発で終了! 弁護士・税理士・社労士・  
司法書士・医師・薬剤師... コンサル・不動産・商社・銀行・  
証券・建設・IT・製造業・広告... 士業や業界の手間が激減!  
業務プロセス改善と時短で総務、経理、法務も劇的変化  
中小企業の販路拡大 教育から競馬予想まで超楽ちん活用!

ChatGPTの台頭で、  
われわれの仕事は大きく  
変わるうとしている。生

成AI(人工知能)の能力向上は  
日進月歩。例えば2030年には、  
プロのライターを上回る文章力が  
備わるとの予測もある。雇用に与  
える影響はすさまじい。米ゴール  
ドマン・サックスによると、米国  
内の仕事の4分の1がAIに代替  
され、世界で3億人がフルタイム  
の仕事を奪われるという。

だが一方で、足元では「業務で  
うまく使えない」「思ったほど役に  
立たない」といった諦めの声が現  
場から聞こえるようになってきた。  
ChatGPTは現時点において、  
まだ発展途上にある技術。うまく  
使うには、こつがあるため挫折す  
る人も増えているようだ。

そこでダイヤモンド編集部は、  
徹底的に実用性にこだわって、職  
種別・業種別・部署別に役立つC  
hatGPTのプロンプト(指示  
文)を収集。コピペしてすぐに使  
える全103個のプロンプトを独  
占公開する。

Part1は、ChatGPT  
の超基礎編。まずはAIを使いこ  
なす入り口に立つため、必要最小  
限の知識を易しく解説する。Pa  
rt2は、職種・業種・部署に関  
係なく、ビジネスに携わる人間な

## Part 1

P26 最新版！  
諦めた人でも楽ちん理解  
ChatGPT使い倒し術

## Part 2

P32 面倒なExcel作業が  
「一発で終了」する  
プロンプト術

## Part 3

P38 弁護士・税理士・司法書士・社労士…  
士業専用プロンプトで手間を大幅削減

## Part 4

P48 コンサル・不動産・商社・銀行・製造業…  
業種別プロンプトでライバルに差をつける

## Part 5

P66 営業・人事・総務・経理・法務…  
部署別のGPT! 劇的に業務改善&時短

P78 職種別・業種別・部署別プロンプト 73～103

「使えない」  
「分からない」  
と諦める前に!

もう「うそをつく」  
「エビデンス不足」  
と悩まない!

# 特集

Special  
Feature

ダイヤモンド編集部・清水理裕、鈴木洋子、片田江康男、大根田康介、瀧口翔太郎

「誰もが使いこなすことを求められるExcelがテーマ。ChatGPTとのコラボで、Excel業務は超楽ちんになるのだ。」  
Part 3～5が、この特集の真骨頂。職種別・業種別・部署別にプロンプトを次々と紹介する。「ChatGPTなんて信用できない。うその回答も多く、仕事には使えない」。弁護士、税理士、社労士に限らず、こう考える士業の専門家は多いだろう。だが、その判断は早計だ。ChatGPTの弱点を回避し、士業のプロが現場でそれぞれ使える専用プロンプトをPart 3で伝授する。

もちろん、業界ごとに仕事の仕方には違いがあり、業務改善のためのプロンプトの作法が異なってくるのは当然のことだ。そこでPart 4では、業種別に現場で使えるプロンプトを解説していく。

なお、同じ会社の中であっても、部署が違えばChatGPTの最適な使い方は、やはり変わってくるはずだ。Part 5では営業、人事、総務など部署ごとに役立つプロンプトを示し、業務効率化や時短につなげることを目指した。それぞれ立場が違っていても、誰もがChatGPTをすぐに仕事で生かせるようになる。そんな今回の特集をぜひ熟読してほしい。

## 22 人事評価制度の作成

## 社労士

2時間かかった業務が1〜2分で完了  
社労士専用プロンプト公開

従来1〜2時間かかった社労士の業務が1〜2分で終わる。そんなプロンプトを特別公開。AIを現場の第一線で活用している社労士による、プロンプトを使う際のこつも詳述する。

これまで社労士が顧客と1〜2時間打ち合わせをして詰めていた内容が、ChatGPTを活用することで、わずか1〜2分で済むようになった。生産性の高さに恐ろしさすら感じた――。

社労士（社会保険労務士）向け

クラウド型労務管理ソフト「HRbasePRO」を提供する

Flucieの三田弘道社長は驚きを隠さない。自身も社労士である三田氏が、顧客のオフィスに向き、担当者との打ち合わせで最初にChatGPTを使った際にその威力を実感したという。ちな

みに、担当者と話し合ったテーマは人事評価制度だった。

人事・労務管理の専門家である社労士。企業の社会保険や労働保険の手続きの代行や、就業規則の作成、雇用関連の助成金申請、労働相談への対応などが主な業務である。

ただ、こうした手続き代行と法律通りの回答を行う労務相談で企業から顧問料をもらうビジネスは、電子申請やデジタルツールの出現で崩壊しつつある。

今後社労士として生き残っていくためには、例えば労務相談であれば、従来よりも高度で、顧客企

業の個別事情によりマッチした回答をすることが重要になってくるだろう。

三田氏が実際に劇的な時短につなげたChatGPTのプロンプト（指示文）を特別公開。使用する際のこつや、人事評価制度とは別のプロンプトについても解説したい。

人事評価制度の  
たたき台を一瞬で作るプロンプト

それでは、三田氏が作った22人事評価制度の作成プロンプトを確認していこう。

ChatGPTはアイデアや視点を幾つも出したり、議論のたたき台を作ったりするのが得意だ。人事評価制度の作成プロンプトは、この得意分野で仕事をさせている。ChatGPTの提案がしつくりこない場合には、「他のスキル名、スキル内容、スキルを発揮した事例を挙げてください」と追加で質問すればよい。

このプロンプトの活用で最も大事なものは「人事制度自体の目的の明確化」だと三田氏は強調する。プロンプトの中の「評価目的」がこれに当たる。この記述をいかに充実させるかが、人事の専門家と

あなたは優秀な人事制度コンサルタントです。会社情報、評価対象、評価目的に沿ってその職務に必要なスキル名やスキル内容を作成し、出力形式に従って出力してください。また、出力評価基準に従って出力内容に100点満点で採点評価を行ってください。なお、出力の品質を上げるために追加すべき情報があれば私に質問してください。

#会社情報:

.....  
・製造業  
・社員数200人  
.....

#評価対象:

.....  
・リーダー  
当社は経営陣、マネジャー、リーダー、一般の4階層になっており、その中でのリーダー。  
5〜10人の部下を持ち、各チームの数値目標を達成する役割を担う。  
・製造部門  
製造する製品の品質向上や品質チェック、生産性向上について責任を持つ。  
.....

#評価目的:

.....  
・製造業は外資の参入もあり、非常に厳しい状況。その中で変化に対応し、会社を変革する人材が欲しい。  
・現在の評価制度では、既存の仕事をうまく行うための指標となっており、新しいことを行うことが評価されない。  
・環境の変化と未来のことを考え、今までの業務にとらわれることなく、新しい事業や仕事を生み出していく指標が欲しい。  
.....

#出力形式:

.....  
・スキル名  
・スキル内容(400文字)  
・スキルを発揮した事例  
をそれぞれ五つ出力してください。  
.....

#出力評価基準:

.....  
以下の2項目はそれぞれ50点満点です。  
・目的:会社情報を反映し、評価目的が満たされているか?  
・具体性:求められるスキルが具体的に評価しやすい項目になっているか?  
.....

\*このプロンプトはFlucie社長の三田弘道氏が作成

求人票の作成



あなたは優秀な採用コンサルタントです。会社情報、募集内容、募集ターゲットに沿って求人票の文章を作成し、出力形式に従って出力してください。また、出力評価基準に従って出力内容を100点満点で採点評価してください。

なお、出力の品質を上げるために追加すべき情報があれば私に質問してください。

#会社情報:

#####

業種、人数:

- ・製造業
- ・社員数200人

会社の魅力:

- ・社員同士の仲がいい
- ・技術が身に付く

会社のビジョンやミッション:

「高品質な製品で世界を豊かにする」

成長の機会:

- ・従業員のスキル向上を重視しており、定期的に研修や勉強会を実施
- ・年2回の昇進のチャンス

労働環境:

- ・オープンなオフィス環境で、チーム全体が協力してプロジェクトに取り組んでいる
- ・おのおのが自主的に学び、そして互いに知識を共有する風土がある

会社の成果や実績:

- ・当社は設立10年で社員数200人に成長し、年間製品販売量は10%以上伸びている
- ・業界紙からは3年連続で「優秀製造業」に選ばれている

#####

#募集内容:

#####

職種:

- ・製造スタッフ

労働条件:

- ・正社員
- ・月給20万~25万円
- ・休日は年120日、長期休暇あり

#####

#募集ターゲット:

#####

- ・20代~30代で仕事を行うことに意欲がある人
- ・自主的に勉強を行う真面目な人
- ・将来のことを考えて仕事を選びたい人

#####

#出力形式:

#####

- ・募集背景
- ・募集要項
- ・募集内容

・待遇

・選考方法

・応募方法

#####

#出力評価基準:

#####

以下の4項目はそれぞれ25点満点です。

- ・文体:募集ターゲットの年齢層に親しまれる丁寧な文章になっているか?
- ・会社詳細:会社の紹介が生き生きとした表現で詳しく書かれているか?
- ・仕事詳細:募集内容と条件について魅力的で情景あふれる説明内容になっているか?
- ・具体性:具体的な数字を添えて説明がなされているか?

#####

しての腕の見せどころである。同時に社労士として、今後生き残っていけるかどうかにも関わる重要なポイントだ。

会社がどういった経営環境に直面し、どういう方向性で経営課題を解決しようとしているのか。そのために、どんな人材を必要としているのか。企業ごとに異なる経営戦略や人材育成の在り方について、顧客と議論しながら明確化する。このプロセスを深めて、プロンプトにうまく盛り込むことができれば、役に立つアウトプットが導き出せるのだ。

なお、このプロンプトを活用す

る際は、顧客と一緒にChatGPTの回答を見ながら、スキルを幾つも出力させることをお勧めする。数多くの選択肢の中から、顧客の会社にふさわしいスキルはどれか、納得できるまでクライアアントと話し合っただけでいくのだ。ChatGPTが出した「スキルを發揮した事例」が、その会社に当てはまるかどうかも考慮しながら論点を詰めていこう。

こういったやりとりこそ、社労士が本来、顧客に提供すべき本質的な価値に関わるものだ。

三田氏が考案した、社労士にとって役に立つプロンプト②も紹介

しよう。テーマは人手不足が深刻化する中で、重要性を増している求人票の作成である。

求人票の作成プロンプトで良いアウトプットを出すコツは、「顧客の会社が本当に必要としている人材、当該企業で活躍できる人材がどういう人物なのかを明確にすることだ」と三田氏は力説する。

この情報を会社側と議論して言語化し、プロンプトに落とし込む作業が発生する。求める人材像を描くのは経営戦略とも密接不可分な内容で、社労士として価値の高い本質的な仕事のひとつといえるだろう。

その上で、求人ターゲットになる層に刺さる文面を作るため、会社紹介や募集内容などに関して「出力評価基準」を設定している。100点満点を取るまで修正案の提出をChatGPTに繰り返し返させれば、求人票は確実にブラッシュアップされていくはずだ。

なお、46〜47ページで紹介し切れなかった三田氏作成の他のプロンプトについては、78〜79ページで公開している。労務相談や福利厚生プログラムの提案・策定、オンボーディング（組織への定着・戦力化）プロセスのガイドライン作成など全八つだ。併せて確認してほしい。

# 職種別・業種別・部署別プロンプト73~103

## 記事中で紹介できなかった指示文31選を一挙公開!

これまでの誌面で紹介できなかった職種別・業種別・部署別プロンプト（指示文）31選を一挙公開。業務負荷低減に役立つものから、競馬予想のように趣味で楽しめるものまで各種取りそろえた。

### 73 労務相談

社労士

**D** あなたは優秀な社会保険労務士です。以下の条件で労務相談においてなるべく多くの視点で回答してください。  
#質問  
従業員を解雇してもいいですか？  
#視点  
リーガルリスクの視点、組織風土の視点、会社のビジネスの視点、今後の採用の視点、対象となる従業員の視点、サポートする専門家の視点など考え得る限りの多くの視点を入れてください。それぞれの視点においてなるべくメリット、デメリットを入れてください。  
#フォーマット  
・視点  
・視点の内容(200文字程度)

### 74 「表デザイン」修正マクロ

Excel

**D** (1) 次の処理を行うExcelマクロを教えてください  
(2) 「データ」シートのB列に部署名、C列、D列に売上金額、E列に売上合計が記入されている  
(3) B列に入っている文字列を「左ぞろえ」にする  
(4) C列、D列、E列に入っている数値データを「右ぞろえ」にする  
(5) C列、D列、E列に入っている数値データをカンマで区切る  
(6) 全ての列の幅を最適化する  
(7) セルのグリッドラインを非表示にする

### 75 「折れ線グラフ」作成マクロ

Excel

**D** (1) 次の処理を行うExcelマクロを教えてください  
(2) 「データ」シートのB2~C8に表がある。B列には売り上げ月が記入され、C列には売上金額が記入されている  
(3) この表からグラフを作る。グラフは同じ「データ」シート内に作成する。グラフは折れ線グラフ(ラインチャート)にする  
(4) グラフタイトルは「売り上げ実績」にする  
(5) 左軸の最小値は「200,000」、最大値は「4,000,000」に設定する  
(6) 凡例を出し、表示位置を「グラフの右側」にする

\*73、74はExcel講師・作家、寺澤伸洋氏作成のプロンプトを基にダイヤモンド編集部作成

### 76 福利厚生プログラムの提案・策定

社労士

**D** あなたは優秀な人事コンサルタントです。以下の条件で福利厚生プログラムの提案・策定を10個作成してください。  
#目的  
社員の働きやすさを向上させ、離職率を減少させる。具体的な目標としては年間離職率を10%から5%に下げたい。ただし、予算は月額50万円以下として行いたい。  
#会社概要  
・社員数200人  
・社員の平均年齢は35歳  
#社員のニーズ  
・子育てしている社員が多く、突発的な子どもの体調不良などにも対応できるようにしたい。  
・他の部署との交流が少ないため、コミュニケーションの場が欲しい。  
#作成フォーマット  
・福利厚生名  
・福利厚生内容

### 77 セミナー内容の作成

社労士

**D** あなたは優秀なセミナー企画責任者です。以下の条件でセミナー内容を作成してください。  
#セミナータイトル  
【社労士のChatGPT活用術】業務効率化のための基本的な使い方  
#ターゲット  
ChatGPTをまだ使ったことがない社会保険労務士  
#セミナー概要  
ChatGPTの基本的な使い方、業務効率化のための活用方法、今後社労士として強化すべき業務について詳しくお話しします。  
#講師プロフィール  
2015年に株式会社Flucleを起業。300社以上の企業の労務管理支援の中で労務領域の属人化を課題に感じ、HRbaseサービスを開発。大阪府社会保険労務士会デジタル化推進特別部員。ITや業界活性化をテーマに毎月約10本のセミナーに登壇。

### 78 社内文書の作成

社労士

**D** あなたは優秀なライターです。以下の条件で社内へ告知するための文章を作成してください。  
#目的  
告知内容について社員が分かりやすいような文章を作成する。  
#告知内容  
・法改正に対応し、月60時間超の時間外労働の割増賃金率が25%から50%になる。  
・2023年4月1日から適用される。  
・時間外労働が60時間を超えた方は給与明細の計算方法を確認してほしい。  
・時間外労働を減らすようにITの活用などを通じて生産性向上に取り組んでほしい。  
#作成フォーマット  
以下の構成で1000文字程度、読みやすいように改行を入れてください。  
・背景  
・会社としてのルール変更  
・お願い

### 79 メール文面の作成

社労士

**D** あなたは優秀なマナー講師です。以下の条件でメール文面を作成してください。  
#送信対象  
社労士業界で有名な講師。非常に目上の方  
#目的  
感謝を伝えるとともに次に会うチャンスを頂きたい。  
#内容  
・食事をごちそうになり、ありがとうございます。  
・社労士業界の未来の話などとても勉強になった。  
・自分としても社労士業界を盛り上げたい。  
・でもまだまだ力不足なので力を貸してほしい。  
・また食事と一緒にいきたい。  
#文章量  
全体で600文字程度

③③ 投資案件のリスクを検討① 商社

**D** ○○リスクが論点となった案件としては、過去のどのようなものがあり、それぞれどのような対応・評価がなされているか教えて。

③④ 投資案件のリスクを検討② 商社

**D** ○○案件において、委員の主な懸念点は何か？

③⑤ 業務上で不明な点を質問 商社

**D** ミルシートフォームとは何ですか？

\*③③～③⑤は住友商事の社内システムでの利用例

③⑥ 上司による部下の教育を評価 IT

**D** あなたはプロのコーチです。以下のやりとりは上司と部下の業績目標面談です。この面談を評価して上司にフィードバックしてください。

#前提条件1

○○○は上司です。□□□は部下です

#前提条件2

この面談を以下の評価方法で、項目別に100点満点で採点してください。そしてその採点根拠も提示してください

- ・部下の意見を尊重する、引き出す
- ・目標をストレッチに引き上げる
- ・必要に応じ、指導を繰り返し交える
- ・最後は本人に決めてもらう
- ・上記4点を考慮した総合評価  
(ここに面談内容の文字起こしを貼る)

\*NECの独自システム「NGS」での利用例

③⑦ ホームページからバナー広告を自動作成 広告

**D** ○○○のページの中に掲載されているキーワードをカテゴリごとに抽出してください。そして、キーワードを基に、○○○の広告バナーのキャッチコピーを考えてください。

③⑧ SWOT(強み・弱み・機会・脅威)分析 広告

**D** ○○○が取り扱っているテーマの強み・弱みの分析をしてください。  
また、最近の生成AIブームを加味して、○○○○の機会・脅威を教えてください。

③⑩ 社内イベントの企画書・準備リスト作成 社労士

**D** あなたは優秀な人事コンサルタントです。以下の条件で社内イベントの企画書、準備リストを作成してください。

#イベントの内容  
社内全員が集まる忘年会  
#イベントの目的  
・来年の事業計画、今後のビジョンを共有し、社員がそれを深く理解する  
・普段は接しない他部署間の従業員同士がコミュニケーションを取り、部署を超えた仕事をスムーズに行えるようにする  
#参加者のメリット  
・ただ、話を聞くだけではなく、参加型で会社のことや他の部署の人のことが知れる  
・食事をしながら行うことで、緊張感が緩和される

#会社概要  
・社員数50名  
・社員の平均年齢は30歳

#イベントの詳細  
・18～21時の3時間  
・8人が座れるテーブルを7個用意

#作成フォーマット  
・イベントのプログラム項目  
・プログラム項目ごとの時間  
・プログラム項目ごとの内容と目的  
・プログラム項目ごとに準備すべきこと(タスクベースで列挙)

③⑪ オンボーディング(組織への定着・戦力化)プロセスのガイドライン作成 社労士

**D** あなたは優秀な人事コンサルタントです。以下の条件でオンボーディングプロセスのガイドラインを作成してください。

#ガイドラインの目的  
入社した社員が会社の理念や事業内容、ルールなどを知り、不明点なく業務を行える状況をつくる

#入社した社員のメリット  
・入社時の不安な気持ちがなくなる  
・働く上で必要な会社のルールなどの知識が身に付けられる  
・会社の理念、事業内容を理解することでスムーズに仕事が進められる

#ガイドラインの詳細  
・入社初日の9～15時の6時間(休憩1時間)  
・場所はオフィス

#作成フォーマット  
・ガイドラインのプログラム項目  
・プログラム項目ごとの時間  
・プログラム項目ごとの内容と目的

③⑫ 上司と部下が一對一で定期的に面談する1on1の質問作成 社労士

**D** あなたは優秀な人事コンサルタントです。以下の条件で1on1(ワンオンワン)で行う質問例を10個作成してください。

#目的  
社員のキャリアに対する考え方、今の仕事へのモチベーション、会社に対する不満などをヒアリングし、会社や仕事にコミットしてもらえるような状況をつくる。そのために効果的な質問を挙げる

#1on1概要  
・上司と部下で1か月に1回行う  
・質問は上司から部下に行う  
・1回あたりの時間は1時間程度

#作成フォーマット  
・質問内容  
・質問の目的  
・質問する場合の注意点

\*③⑩～③⑫はFlucle社長の三田弘道氏が作成