

# 『はじめてでも安心！ゼロから始める生成AI活用講座』

## ～生成AIの活用～

生成AIの急激な発展により、仕事のいろいろな場面で使われるようになってきました。「気になるけど、リスクや正確さが心配…」とか「興味はあるけれど、まだ自信がない…」という声も多いです。

本セミナーは、操作しながら学べる【やさしい入門編】として、生成AIの基本と実務での活かし方を体験形式で学びます。自社の業務に活用できる内容を整理して、業務改善や効率化につながるアイデアを一緒に見つけていきましょう。

### 開催日時

2026年6月16日(火) 9:30～16:30  
(昼休憩1時間)

### 会場

問屋町会館 1階会議室  
(青森市問屋町2丁目17-3) ※無料駐車場有

### ねらい

生成AIの概要とビジネスの現場における、具体的な活用シーン等について理解し、AIと協働することによる業務の質とスピードを高める技術を習得する。

### 定員・対象

定員：15名(先着順)

対象：生成AIの基本操作や活用の流れを知りたい方

### お申込み・受講料

裏面の受講申込書に必要事項をご記入の上、FAXまたはメールでお申込みください。

申込締切：2026年5月27日(水)

※定員に達し次第締め切ります。最少開催人数(8名)に達しない場合、開催を中止する場合があります。

受講料：1人 3,300円(税込)

### カリキュラム

【演習用のパソコンを準備しています】

#### 1.生成AIの概要

- (1)生成AIとは
- (2)大規模言語モデル等
- (3)プロンプトエンジニアリングの基本(役割設定、制約付与等)
- (4)守るべき倫理・安全性・透明性(著作権、機密情報漏洩、ハルシネーション等)
- (5)利用ポリシー策定のガイドライン等の確認

#### 2.生成AIの活用事例と今後の展望

- (1)生成AIの活用事例紹介
- (2)生成AIの今後の展望(演習を通じて、今後の導入・活用に向けてのディスカッション)

#### 【演習】

- ①生成AI活用・対話、文章生成、要約、メール文生成、画像生成等
- ②生成AI実践・各自業務データやファイル(企画書、議事録資料のたたき台など)を題材に、AIを使ったテクニックや改善プロンプトを試す、グループワーク
- ③ツールご紹介
  - ・デザイン作ツール(Canva)
  - ・文字起こし(UDトーク、Wordディクテーション)

### 【担当実施機関】

株式会社 JMTC (本社:宮城県)

講師：後藤武志(情報処理安全確保支援士第023058号)

株式会社JMTC講師。民間企業で長年システム開発に携わる。生産性向上支援訓練コースを多数担当。その他、求職者・在職者向けにITリテラシー、情報セキュリティの研修を担当。ITコーディネーター。

### ☆サブスクリプション型生産性向上支援訓練のご案内

より詳しい内容の確認はこちらで



- ・上記日程では、都合により受講できない方は、e-ラーニングでも「AI(人工知能)活用」が受講できます。
- ・安価な受講料(1人あたり 税込920円)で2か月間定額で受講できます。
- ・詳しくはポリテクセンター青森のホームページでご確認下さい。

### 主催

ポリテクセンター青森

生産性センター業務課

(独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構青森支部)

〒030-0822 青森市中央3-20-2  
TEL:017-777-1186 FAX:017-777-1187  
E-mail:aomori-seisan@jeed.go.jp

※このセミナーは企業(事業主)からの指示による申込みが必要です。個人での受講はできません。※事業主の方ご自身の受講は可能です。

### 共催

問屋町ビジネススクール(協同組合青森総合卸センター)

TEL:017-738-4711 FAX:017-738-7323

青森商工会議所

※セミナーの際は、感染防止対策にご協力をお願いします。

宛先：ポリテクセンター青森 生産性向上支援訓練 担当

FAX番号：017-777-1187

E-mail：aomori-seisan@jeed.go.jp

※ この裏面「受講申込書」のみ送付・送り間違いには十分ご注意ください。

※お申込みの前に、下記の事項をご確認ください。

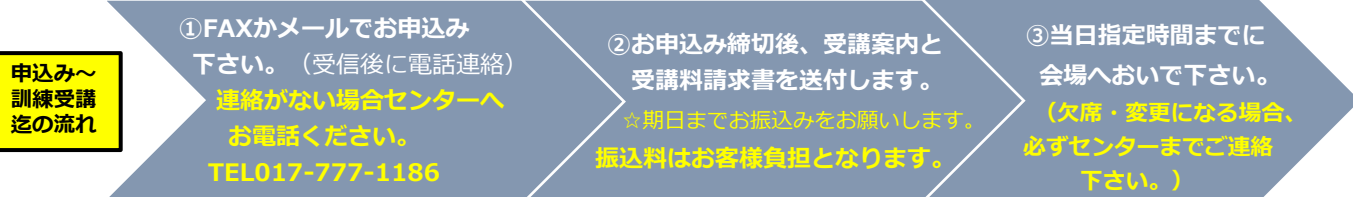
- 個人での受講はできません。企業（事業主）からの指示によるお申込みに限ります。（事業主の方ご自身の受講は可能です。）
- 受講申込者数が一定の人数に達しない場合、訓練が中止又は延期されることがありますので、あらかじめご了承ください。
- 本申込書が当センターに到着後、受講のご案内と受講料請求書をお送りします。（振込手数料はお客様にてご負担願います。）
- 受講申込をキャンセルされる場合は、当センターに連絡の上速やかに「受講取消届」を電子メールまたはFAXにてお送りください。訓練開始日の10日前(休日の場合はその前日)までに届出がない場合、受講料の全額をお支払いいただきますので、あらかじめご了承ください。
- 実施機関（本訓練の実施を担当する企業）の関係会社（親会社、子会社、関連会社等）の方は受講できません。
- 訓練実施状況の確認のため、訓練中に当センター職員が写真撮影等を行う場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【ゼロから始める生成AI活用講座・青森会場】 **受 講 申 込 書** 2 0 2 6 年 月 日

企 業 名		T E L	
		F A X	
所 在 地	〒 -	このセミナーをどのように知りましたか？ 〈複数回答可〉	
会 社 規 模 ※該当にチェック	<input type="checkbox"/> A 1~29人 <input type="checkbox"/> B 30~99人 <input type="checkbox"/> C 100~299人 <input type="checkbox"/> D 300~499人 <input type="checkbox"/> E 500~999人 <input type="checkbox"/> F 1000人~	<input type="checkbox"/> 会報等の折込チラシ <input type="checkbox"/> 市などの広報紙 <input type="checkbox"/> ポリテクのホームページ <input type="checkbox"/> 商工団体からの案内 <input type="checkbox"/> 知人・友人からの情報 <input type="checkbox"/> その他 ( )	
業 種 ※該当の記号に ○印チェック	A 農業、林業 B 漁業 C 鉱業、採石業、砂利採取業 D 建設業 E 製造業 F 電気・ガス・熱供給・水道業 G 情報通信業 H 運輸業、郵便業 I 卸売業、小売業 J 金融業、保険業 K 不動産業、物品賃貸 L 学術研究、 専門・技術サービス業 M 宿泊業、飲食サービス業 N 生活関連サービス業、娯楽業 O 教育、学習支援業 P 医療、福祉 Q 複合サービス業 R サービス業 S 公務 T 分類不能の産業		
申 込 担 当 者	(ふりがな)	部署・役職名	TEL (上記と異なる場合)
	氏 名		E-mail

	受講者氏名	ふりがな	性別(任意)	生年月日 (西暦/月/日)	就業状況(※) (該当に✓)
1					<input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)
2					<input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)
3					<input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)
4					<input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)
5					<input type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 非正規雇用 <input type="checkbox"/> その他(自営業等)

※ 受講者の方の就業状況を選択してください。なお、非正規雇用とは、パート、アルバイト、契約社員などが該当しますが、様々な呼称があるため、貴社の判断で差し支えありません。



【当機構の保有個人情報保護方針、利用目的】

- 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構は「個人情報の保護に関する法律」（平成15年法律第57号）を遵守し、保有個人情報を適切に管理し、個人の権利利益を保護いたします。
- ご記入いただいた個人情報については、訓練の実施に関する事務処理（訓練実施機関への提供、共同開催先への提供、本訓練に関する各種連絡、訓練終了後のアンケート送付等）及び業務統計に使用するものであり、それ以外に使用することはありません。