【参加レポ】AIは「答えを出してくれる人」ではなく、「一緒に考えてくれる相手」でした

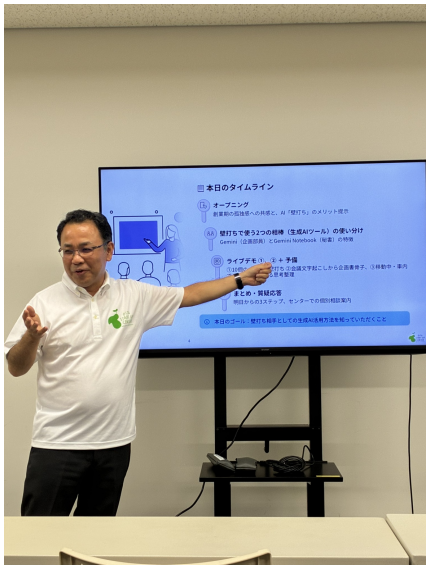
分類：ブログ ｜ 投稿日：2026-09-08

こんにちは、おおいたスタートアップセンターです。

最近、当センターでも仕事で日常的にAIを使い始めました。文章を考えてもらったり、アイデアを出してもらったり。「便利だな」と思う一方で、「もっと上手に使えるんじゃない？」と感じることもあります。

そんな中、8月28日（金）に当センターで開催した「DX・AI活用支援セミナー」を受講しました。 今回のテーマは、「AIは最高の『壁打ち相手』！創業時の悩みや迷いを整理する思考整理術」です。

正直なところ、私もAIに特別詳しいわけではありません。 だからこそ、今回のセミナーで学んだ「AI活用の3つの柱」は、「AIって気になるけれど、なんだか難しそう」と思っている人にこそ知ってほしい内容だと感じました。



今回は、セミナーを通して見えたその3つのポイントをご紹介します！

ポイント1：きれいな文章で書く必要はない！思いついたまま投げてOK

AIを使うとき、つい「正しい指示を出さなきゃ」「きれいな文章で質問しないと」と思ってしまいがちですよね。私もそうでした。 でも、今回のセミナーで一番心が軽くなったのは、「最初から完璧な文章を作る必要はまったくない」ということです。

頭の中がちらかっていても、整理できていなくても大丈夫。「今こんなことで悩んでるんだけど…」「なんかうまくまとまらない」「これってどう思う？」と、思ったことをそのまま呟くように「１行から」入力していいんです。

「ちょっと聞いてみよう」くらいの気軽さで話しかける。そこからすべてが始まります。

ポイント2：最低3往復！やり取りを重ねて自分の頭を整理する

そして今回、個人的に一番「面白い！」と思ったのが、実際のデモでした。

AIに一回質問して、返ってきた答えを見て終わり…ではありません。 1回目で出てきたアイデアに対して、

・「この企画の課題って何？」

・「何か漏れているところはある？」

・「もっと具体的にするにはどうすればいい？」

と、さらに質問を重ねていきます。「最低でも3往復はやり取りをする」ことで、AIからの返答の精度が上がるだけでなく、答えている自分自身の頭の中がどんどん整理されていくんです。

AIに完成形を「作ってもらう」のではなく、何度も会話しながら「一緒に作り上げていく」。 この「壁打ち」を体験すると、AIとの付き合い方がガラリと変わります。

ポイント3：目的でAIを使い分ける（GeminiとNotebookLM）

セミナーでは、用途に合わせて得意なAIを使い分けるコツも紹介されました。特に印象に残ったのが、それぞれの「性格」の例えです。

・Geminiは「気さくな企画部員」「こんなことやってみたいんだけど」と話しかけると、「それならこんな方法もありますよ」「ターゲットを変えてみましょうか」と、一緒にアイデア出しをしてくれるパートナーです。アイデアを広げたい・深めたいときにぴったりです。

・NotebookLMは「嘘をつかない優秀な秘書」 手元にある資料や会議の文字起こし、YouTubeの動画リンクなどをもとに、「この内容をまとめて」「ここから必要な情報を探して」と頼むと、正確に情報を整理してくれます。「資料はあるけれど読む時間がない」「情報をすっきり1枚にまとめたい」というときに頼りになります。

アイデアを膨らませたいならGemini、手元の情報を正確に整理したいならNotebookLM。 このように目的で使い分けることで、作業効率がぐっと上がります。

「ちょっと使ってみたい」から始めてみませんか？

DXやAIという言葉を聞くと、「専門知識が必要そう」「自分にはまだ早いかも」と思ってしまうかもしれません。 でも、今回学んだのはもっと身近な使い方です。

・きれいな文章じゃなくていいから、思いついたまま話しかける

・最低3往復やり取りをして、考えを深める

・目的に合わせてAIを使い分けてみる

この3つさえ知っていれば、誰でも今すぐAIを「最高の壁打ち相手」にできます。

栗山浩一アドバイザーよりコメント
「AIは正しい指示より会話数が大切。壁打ちするように気軽に何度も投げて、思考を深めましょう！」

おおいたスタートアップセンターでは、こうしたセミナーのほか、AIツールの導入方法や業務改善、SNS運用などについて気軽に相談できる「DX・AI相談会」も行っています。

「AIをほとんど使ったことがないけれど、ちょっと気になる」「仕事で少し使っているけれど、もっと活用してみたい」

そんな方にこそ、ぜひ一度参加していただきたいと思っています。 まずは、AIに「これってどう思う？」とちょっと話しかけてみるところから始めてみませんか？

9月からのセミナーのお申込みはこちらから。