特典 02　無料特典

ChatGPT／Claude 副業プロンプト集50

在宅ワーク・発信・コンテンツ作りで「そのまま貼れる」50本。

るい｜AIで稼ぐ方法をゆるく発信
@rui_log_free　／　LINE登録者限定の無料特典です
※再配布・転売はご遠慮ください。収入を保証するものではありません。

このプロンプト集について

るいが実際に「これは使える」と思った型を、副業の場面ごとに50本まとめたよ。

- 【　】を自分の内容に書き換えて貼るだけ
- ChatGPT・Claudeどちらでも動く書き方にしてある
- 出てきた答えは**そのまま使わず、必ず自分の言葉で一度直す**のがコツ

ChatGPT と Claude、ざっくり使い分け
・ChatGPT：画像生成、ネタ出し、表づくり、Web検索つきの調べもの
・Claude：長い文章の要約・推敲、自然な日本語の言い回し、丁寧な文章
※どちらも機能は日々変わるので、両方の無料版で同じプロンプトを試して比べるのが一番確実。

💡 精度を上げる3点セット：「役割（あなたは〇〇です）」「読者（誰向けか）」「形式（箇条書き・表・文字数）」を必ず入れる。

A. 土台づくり（1〜8）

1. **役割設定**

あなたは【分野】に詳しい先輩です。初心者の私に、専門用語を使わずに教えてください。分からない点は質問してから答えてください。

2. **前提を聞き出させる**

【やりたいこと】を手伝ってほしいです。よい回答のために、あなたが私に確認すべき質問を5つ先にしてください。

3. **ゴールを数値化**

「【あいまいな目標】」を、3か月で測れる具体的な目標3つに言い換えてください。

4. **ペルソナ作成**

【商品・発信テーマ】に興味を持つ人物像を3人分、年齢・悩み・よく見るSNS・お金を払う理由つきで作ってください。

5. **競合の整理**

次の3つの発信者の特徴を比較して、私が差別化できるポイントを3つ提案して。【アカウントの説明を貼る】

6. **苦手の言語化**

私は【苦手なこと】が苦手です。AIで代わりにできる部分と、自分でやるべき部分に分けてください。

7. **時間の棚卸し**

私の平日の流れは【時間割】です。副業に15〜30分使えそうな枠を見つけて、無理のない案を出して。

8. **自分ルール作り**

副業を続けるための「自分ルール」を5つ作って。条件：疲れた日も守れる、お金を使いすぎない、比べて落ち込まない。

B. SNS発信（9〜20）

9. **フック10本**

テーマ「【テーマ】」で、スマホで思わず止まる1行目を10本。誇張・断定しすぎはNG。

10. **共感投稿**

【失敗談】を、読者が「わかる」と思える150字の投稿にして。最後は前向きな一言で。

11. **手順投稿**

【やり方】を「3ステップ」で解説する投稿を作って。1ステップ1〜2行。

12. **比較投稿**

【AとB】を初心者向けに比較する投稿を。向いている人で締めて。

13. **ツリー化**

次の長文を、1本目100字以内＋続き3本のツリー投稿に分けて。【文章】

14. **リライト**

この投稿を、意味は変えずに別の切り口で3パターン書き直して。【投稿】

15. **口調そろえ**

私の過去投稿の口調を分析して、その口調で【テーマ】の投稿を書いて。【過去投稿3本】

16. **ネタの週間表**

【テーマ】で1週間・1日3本の投稿テーマ表を。種類（手順/失敗談/質問/比較）を混ぜて。

17. **質問投稿**

フォロワーが答えたくなる質問投稿を10個。答えやすい2択か一言で返せるものに。

18. **反応分析**

伸びた投稿【A】と伸びなかった投稿【B】の違いを、1行目・長さ・具体性の観点で分析して。

19. **プロフィール改善**

このプロフィール文を、初見の人が3秒で「何の人か」分かるように直して。案は3つ。【文】

20. **コメント返し**

このコメントに、感じよく短く返す文を3パターン。【コメント】

C. ライティング・在宅案件（21〜30）

21. **案件の見極め**

この募集文を読んで、作業量・報酬の妥当性・注意点を整理して。【募集文】

22. **提案文**

クラウドソーシングの提案文を作って。案件：【内容】／私の強み：【強み】。300字、押しつけがましくなく。

23. **構成案**

キーワード「【KW】」の記事構成を、見出しH2・H3で作って。読者の悩みも最初に3つ書いて。

24. **導入文**

この構成の導入文を200字で。読者の悩みに共感→この記事で分かること、の順で。

25. **見出しごと執筆**

見出し「【見出し】」の本文を400字で。具体例を1つ入れて。不確かな情報には【要確認】と書いて。

26. **推敲**

この文章の冗長な部分・重複・分かりにくい表現を指摘し、修正版を出して。【文章】

27. **表記ゆれ**

この文章の表記ゆれ（例：ください/下さい）を一覧にして、統一案を出して。【文章】

28. **要約**

この資料を、忙しい人向けに3行要約＋要点5つにして。【資料】

29. **文字起こし整形**

この文字起こしから「えー」などを除き、読みやすい議事録に整形して。【テキスト】

30. **納品前チェック**

この納品物を、誤字・事実確認が必要な箇所・依頼条件とのズレの観点でチェックして。依頼条件：【条件】【本文】

D. コンテンツ・商品づくり（31〜40）

31. **商品アイデア**

私の経験【経験】から作れる、1,000円前後のデジタル商品のアイデアを10個。

32. **目次づくり**

「【商品テーマ】」の有料noteの目次を作って。読者が買った後に最初にできることを第1章に。

33. **無料と有料の線引き**

このテーマで、無料で出す情報と有料にする情報の分け方を提案して。【テーマ】

34. **販売ページ**

この商品の紹介文を作って。誰向け/何が分かる/分からないこと/価格、を正直に。誇大表現はNG。【商品】

35. **タイトル案**

この商品のタイトルを20案。具体的で、中身と違う期待をさせないものに。【内容】

36. **チェックリスト化**

この手順を、印刷して使えるチェックリスト形式にして。【手順】

37. **テンプレ化**

この作業を他の人が真似できるように、穴埋めテンプレートにして。【作業内容】

38. **FAQ作成**

この商品を買う前に聞かれそうな質問と答えを10個。【商品】

39. **レビュー依頼文**

購入者に感想をお願いするメッセージを、押しつけない感じで作って。

40. **改善点の発見**

購入者の感想【感想】から、次の改訂で直すべき点を優先度順に。

E. 効率化・お金まわり（41〜50）

41. **作業の自動化相談**

私が毎週やっている【作業】を、AIや無料ツールで短縮する方法を3つ。

42. **スプレッドシート関数**

Googleスプレッドシートで【やりたい集計】をする関数を、手順つきで教えて。

43. **メール文**

取引先に【用件】を伝えるメールを、丁寧すぎず失礼でない文で。

44. **断り文**

この依頼を、関係を悪くせずに断る文を3パターン。【依頼内容】

45. **単価交渉**

継続案件の単価を上げてもらう相談文を作って。実績：【実績】。

46. **経費の整理**

副業で使った支出【一覧】を、経費になりそうなもの/ならなそうなもの/要確認に分けて。※最終判断は税務署・税理士に確認する前提で。

47. 月次振り返り

今月の数字【投稿数・反応・売上】から、良かった点・改善点・来月の目標を出して。

48. 学習計画

【スキル】を1か月で基礎まで身につける、無料教材中心の学習計画を。

49. 情報の真偽

この情報が正しいか判断するために、確認すべき一次情報の種類と調べ方を教えて。【情報】

50. モチベ回復

副業が続かなくて落ち込んでいます。責めずに、明日5分でできることを1つだけ提案して。

⚠️ AIは自信満々に間違えることがあるよ。数字・法律・税金・医療は、必ず公式情報で確認してから使ってね。

るいから一言
50本ぜんぶ使わなくていい。自分の副業に合う5本を「お気に入り」にして、毎日回すほうが効くよ。