

ChatGPTだけで、 戦わない。 用途別・生成AI ツール図解マップ13

「結局どれを使えばいいの？」に、1ツール1ページの図解で答えます。

2026年7月時点で"実際に仕事に効く"13本だけを厳選しました。

✓ どの作業にどのAIか、即決できる

✓ 無料でどこまでできるか分かる

✓ 明日の「最初のひとこと」が決まる



この資料があなたに約束すること

読み終えたとき、 「この作業は、このAI」と 迷わず言えること

強いAIを1つ探す時代は終わりました。2026年の正解は、**作業に合わせて道具を持ち替えること**。包丁1本で全部の料理をするのではなく、ピーラーで3秒で終わらせる——その「持ち替え先」を1ツール1ページの図解にしたのが本書です。むずかしい知識は要りません。気になるページだけ拾い読みしてください。

本書の使い方は、この3ステップ



① 全体マップ

自分の作業に近い
用途を見つける (P4)



② ツールページ

得意・苦手と
始め方を1分で掴む



③ 最初のひとこと

コピーして
今日試す

- 掲載13ツールは、話題性ではなく「**仕事の作業に直結するか**」で選んでいます
- 料金や機能はすべて**2026年7月時点**。変わりやすい部分は巻末の注意点にまとめました
- 煽りません。できないこと・苦手なことも、そのまま書きます

まとめ ツール選びの正解は「どれが最強か」ではなく「どこで使うか」。

ラベルの見方

3つのラベルで、 1分で判断できる

■ 難易度（始めやすさ）

- ★☆☆ 今日そのまま使える
- ★★☆ 少し慣れが必要
- ★★★ 背伸び・将来の参考に

■ 料金の目安

- 「無料でOK」= 無料のまま実用
- 「無料枠あり」= まず無料で試せる
- 「有料前提」= 本格利用は課金が前提

迷ったら、まずこの3ページから（すべて無料で今日試せる）



TOOL 01

NotebookLM
資料を読まずに把握



TOOL 06

ChatGPT
迷ったらまずここ



TOOL 09

Gamma
文章を貼るだけで資料化

💡 **コツ:** 各ページの「最初のひとこと」は、そのままコピーで動く短文にしています。まず1回打ってみて、返ってきたものに追加注文する——この往復が上達の最短ルートです。

まとめ

全部読まなくていい。★☆☆から1つ試せば、この資料の元は取れます。

逆引き全体マップ

やりたいことから、 1ページに飛ぶ

 長い資料・PDF・議事録を読む時間がない[→ 01 NotebookLM \(P5\)](#) 出典つきで調べ物・ファクト確認をしたい[→ 02 Perplexity \(P6\)](#) 日本語の情報を集めて資料の形にしたい[→ 03 Felo \(P7\)](#) 最新情報込みで横断的に調査したい[→ 04 Gemini \(P8\)](#) 文章の推敲・壁打ち・長文を書きたい[→ 05 Claude \(P9\)](#) アイデア出し・雑談・なんでも相談[→ 06 ChatGPT \(P10\)](#) 画像を「指示通りに」作りたい・直したい[→ 07 GPT Images 2.0 \(P11\)](#) 世界観のあるビジュアルで勝ちたい[→ 08 Midjourney \(P12\)](#) スライド・提案書を一発で作りたい[→ 09 Gamma \(P13\)](#) BGM・テーマ曲を作りたい[→ 10 Suno \(P14\)](#) LP・アプリの画面を形にしたい[→ 11 v0 \(P15\)](#) 本格的にコードを書き始めたい[→ 12 Cursor \(P16\)](#) PCの中の作業ごとAIに任せたい[→ 13 Claude Code \(P17\)](#)**使い方**

担当作業に一番近い行から開けば、明日の一手がそのまま持ち帰れます。

TOOL 01 | NotebookLM (Google)

資料を、**読まず**に把握する

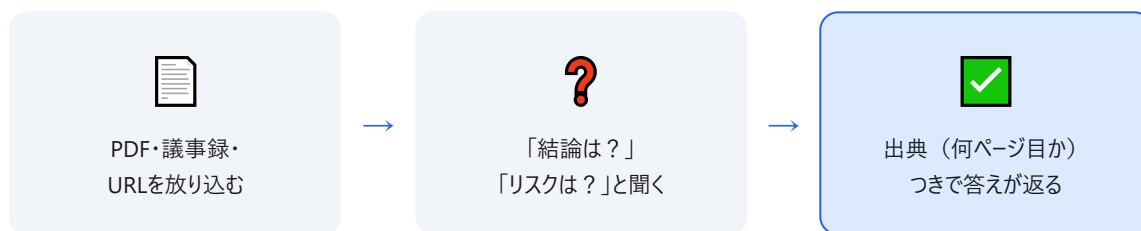
☆☆☆ 今日そのまま使える

無料でOK

ブラウザだけで動く

長い議事録、契約書、競合のホワイトペーパー——「読む時間がない資料」を放り込んで質問するツールです。**アップロードした資料の中身だけを根拠に、出典つきで答える**のが最大の特徴。一般的なチャットAIより「知らないことを知らない」と言ってくれるため、嘘が混ざりにくい設計です。

使い方は「放り込む → 聞く」の2手だけ



✓ 得意

資料の要約・横断質問／音声解説の自動生成／出典の明示

△ 苦手

資料の「外」の最新情報／創作・文章の執筆そのもの

最初のひとこと 「この資料の結論を3行で。根拠のページ番号も添えて」

💡 **使いどころ:** 会議前の10分。前回議事録と関連資料を入れて「今日決めるべきことは？」と聞くだけで、準備が終わります。

TOOL 02 | Perplexity

調べ物に、**出典**がつく

☆☆☆ 今日そのまま使える

無料枠あり

Google代わりに

「AIの答え、本当に合ってる？」——その不安に対する現時点の答えがこれです。質問するとWebを検索し、**回答の一文一文に出典リンクを付けて**返します。リンク先を開けば裏取りがその場で終わるので、記事執筆や商談準備など「間違えられない調べ物」の起点に向いています。

検索エンジンとの違いは「答えから始まる」こと



従来: リンク10本を
自分で開いて読む



Perplexity: 要約された
答え + 出典リンクが届く



気になる出典だけ
開いて裏取り

✓ 得意

出典つきリサーチ／最新動向の把握／事実と推測の切り分け

△ 苦手

創作・長文の執筆／出典が少ないニッチ分野の深掘り

最初のひとこと 「〇〇の最新動向を、出典つきで教えて。古い情報は除いて」

💡 使いどころ: 商談前の業界チェック、SNS投稿前のファクト確認。「出典は？」と聞き返す癖ごと身につくのが隠れた効能です。

TOOL 03 | Felo

日本語リサーチの、伏兵

☆☆☆ 今日そのまま使える

無料枠あり

日本発

Perplexityと同じ「出典つき検索AI」ですが、日本発だけあって日本語の質問・日本語ソースの扱いが自然です。さらに特徴的なのが、調べた結果をそのままマインドマップやスライドの形に変換できること。「調べる」と「まとめる」が1つのツールで完結します。

「調べて終わり」ではなく「資料の形」まで届く



✓ 得意

日本語の調査／調査結果の図解化・資料化／トピックの整理

△ 苦手

創作・執筆／知名度が低く社内説明が要ることも

最初のひとこと 「〇〇業界の課題を調べて、マインドマップにして」

💡 使いどころ: 社内勉強会のネタ出し。調査→マップ→スライドまで30分で「発表できる形」になります。

TOOL 04 | Gemini (Google)

最新情報ごと、考えさせる

☆☆☆ 今日そのまま使える

無料枠あり

Google連携が本体

Google検索・Gmail・ドライブと地続きで動くのが最大の強み。「**検索した上で考える**」を1つの画面で済ませたいときの選択肢です。長い動画やドキュメントを丸ごと渡して要約させる使い方も得意で、Google環境で仕事をしている人ほど恩恵が大きくなります。

Googleの工具箱と地続きで動く



✓ 得意

最新情報込みの調査／長い動画・文書の要約／Google製品との連携

△ 苦手

日本語の文章の「自然さ」はClaudeに一步譲る場面も

最初のひとこと 「この動画（URL）の要点を5つにまとめて」

💡 **使いどころ:** 1時間のウェビナーアーカイブを見る前に。要点を掴んでから倍速で見ると、体感半分の時間で終わります。

TOOL 05 | Claude (Anthropic)

日本語の文章仕事は、これ一択

☆☆☆ 今日そのまま使える

無料枠あり

長文に強い

メルマガ、提案書、note記事、お客様への返信——「**読まれる日本語**」を書く作業で最初に試してほしいのがClaudeです。翻訳調になりにくい自然な文体と、長い文章を渡しても破綻しない処理力が持ち味。書くだけでなく「この構成で伝わるか」という壁打ち相手としても優秀です。

「書かせる」より「直させる」が入口



自分の下書きを
そのまま貼る



「誰向けか」を添えて
推敲を頼む



意味そのまま、
読みやすさだけ上がる

✓ 得意

自然な日本語／長文の要約・推敲／構成の壁打ち・思考整理

△ 苦手

画像の生成／リアルタイムの検索はChatGPT・Geminiに譲る

最初のひとこと 「この文章を、初めて読む人向けに読みやすく直して。意味は変えずに」

💡 使いどころ: 送信前のメール全部。30秒の推敲で「伝わらない事故」が目に見えて減ります。

TOOL 06 | ChatGPT (OpenAI)

迷ったら、まずここ

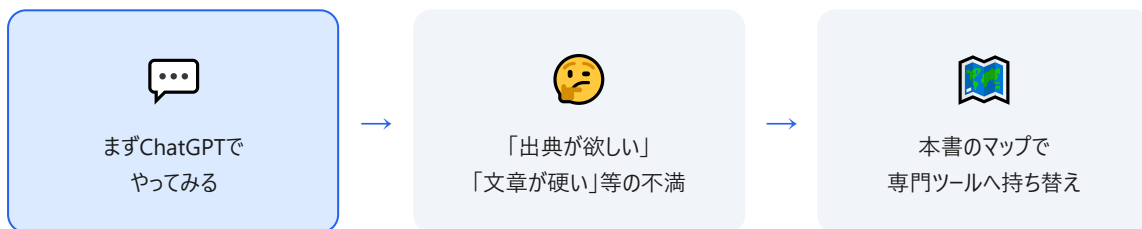
☆☆☆ 今日そのまま使える

無料でOK

オールラウンダー

文章も、画像も、調べ物も、音声会話も——1つで全部こなすオールラウンダー。特にアイデア出しのような「発散」の作業と、「これどっちがいい？」という日常の相談相手として最強です。本書の他ページの専門ツールは、まずChatGPTで作業をやってみて「物足りない」と感じてからの持ち替え先、と考えても構いません。

ChatGPTを「基準点」にすると、持ち替えが分かる



✓ 得意

アイデア出し・たたき台／画像も文章も1つで／音声での相談

△ 苦手

各分野の専門ツールと比べると「あと一歩」が出る場面も

最初のひとこと 「○○のアイデアを10個。ありきたりなものは避けて」

💡 **使いどころ:** 企画の初動。ゼロから1人で悩む時間を、10案から選ぶ時間に変えるのが一番効く使い方です。

TOOL 07 | GPT Images 2.0 (ChatGPT内)

言った通りに直してくれる画像AI

☆☆☆ 今日そのまま使える

無料枠あり

ChatGPTの中で動く

画像生成AIは数あれど、この強みは「編集の指示が通る」こと。「この画像の文字だけ差し替えて」「背景だけ白に」のような修正依頼に日本語で応えます。ゼロから美しい1枚を作るより、**手元のバナーや写真を"直す"仕事**で真価が出るタイプです。

「生成」より「修正」で使うと外さない



手元の画像を
アップロード



「ここだけ変えて」と
日本語で指示



指示した箇所だけ
変わって返ってくる

✓ 得意

既存画像の編集・微調整／指示への忠実さ／日本語の文字入れ

△ 苦手

アート性・世界観の演出はMidjourneyに軍配

最初のひとこと 「この画像の背景を白にして、右下に〇〇の文字を入れて」

💡 **使いどころ:** SNS投稿画像の量産。1枚のベース画像から文言違いを作る作業が、デザイナー待ちゼロになります。

TOOL 08 | Midjourney

世界観で、勝つ

★★☆ 少し慣れが必要

有料前提

英語プロンプト推奨

「AIっぽくない、雰囲気のある1枚」が欲しいならここ。**アート性・質感・光の演出**で頭ひとつ抜けており、記事のアイキャッチやブランドビジュアルなど「見た瞬間の格」が問われる場面で選ばれ続けています。そのぶん、細かい修正指示や日本語の文字入れは苦手です。

GPT Images との使い分けが答え



✓ 得意

アート性・世界観／光と質感／ブランドビジュアル

△ 苦手

指示通りの細かい修正／日本語の文字入れ／無料では使えない

最初のひとこと 「[被写体], minimal, soft lighting, clean composition --ar 16:9」

💡 **使いどころ:** note記事の見出し画像。同じテイストで揃えると、タイムライン上で「あのアカウントだ」と分かる資産になります。

TOOL 09 | Gamma

文章を貼るだけで、**スライド**になる

☆☆☆ 今日そのまま使える

無料枠あり

デザイン不要

「内容は決まってるのに、パワポ化に2時間かかる」——その2時間を消すツールです。**文章やメモを貼るだけで、デザインの整ったスライドが自動生成**されます。提案書のたたき台、社内共有、勉強会資料など「デザインで勝負しない資料」なら、これで十分な品質が出ます。

資料作成の「レイアウト作業」だけが消える

伝えたい内容を
文章のまま用意Gammaに貼って
「スライドにして」整ったデザインで
自動レイアウト

✓ 得意

文章→スライドの自動変換／Webページ化・共有／たたき台の速度

△ 苦手

ピクセル単位の細かいレイアウト調整／完全な社内テンプレート

最初のひとこと 「この内容を8枚のスライドに。1枚1メッセージで」

💡 **使いどころ:** 社内提案の初速。「まず形にして見せる」が当日中にできると、話が進む速度が変わります。

TOOL 10 | Suno

歌詞を入れれば、曲になる

☆☆☆ 今日そのまま使える

無料枠あり

商用利用は有料プランで

テーマと雰囲気を伝えるだけで、**ボーカル入りの完成曲が数分で生成**されます。動画のBGM、店舗・イベントのテーマ曲、SNS動画の音源など「プロに頼むほどではないが、フリー素材では物足りない」領域にぴったり。歌詞を自分で書いて渡すこともできます。

「発注する曲」から「試作する曲」へ



✓ 得意

ボーカル曲・BGMの高速試作／日本語詞／ジャンルの幅

△ 苦手

細かい編曲の指定／商用利用は有料プランが条件（要確認）

最初のひとこと 「朝の作業用の、静かで前向きなピアノBGMを作って」

💡 **使いどころ:** YouTube・ショート動画のオリジナルBGM。フリー素材の「どこかで聞いた感」から卒業できます。

TOOL 11 | v0 (Vercel)

作りたい画面を、日本語で言うだけ

★★☆ 少し慣れが必要

無料枠あり

コード知識ゼロOK

「サービス紹介のLPが欲しい」「予約フォームの画面イメージを見せたい」——それを日本語で説明するだけで、動くWebページの形にしてくれるツールです。コードは裏で自動生成されるので、読めなくても大丈夫。デザイン会社に頼む前の「たたき台づくり」が自分ごとになります。

言葉 → 画面 → 修正、の往復で作る



✓ 得意

LP・UI画面の高速試作／デザインの初期案出し／公開まで
一気通貫

△ 苦手

複雑な業務システム／既存サイトの改修（それはCursorの
領域）

最初のひとこと 「○○サービスのLPを作って。ヒーロー／特徴3つ／料金／問い合わせの構成で」

💡 **使いどころ:** 外注前の要件整理。自分でたたき台を作ってから見積を取ると、認識ズレと費用が同時に減ります。

TOOL 12 | Cursor

AIが隣に座る、コードエディタ

★★★★ 背伸び・参考

無料枠あり

開発を始めたい人向け

ここから先は「本格的に作る人」の道具です。CursorはAIが組み込まれたコードエディタで、書きかけのコードの続きを提案したり、「この機能を追加して」という指示でファイルをまたいだ修正をしたりできます。v0で試作を覚えて、もっと自由に作りたくなったときの次の一歩です。

「調べながら書く」が「相談しながら書く」に変わる



✓ 得意

既存コードの改修／エラー解決の相談／学びながら作る

△ 苦手

完全ノーコード派には過剰。まずはv0から始めるのが順路

最初のひとこと 「このエラーの原因を説明して、直し方を提案して」

💡 使いどころ: 「プログラミング学習」の伴走者として。写経より「作りたいものをAIと作る」ほうが挫折しません。

TOOL 13 | Claude Code (Anthropic)

PCの中で働く、AI社員

★★☆ 少し慣れが必要

有料前提

チャットの一步先へ

チャットAIは「答え」を返しますが、Claude CodeはあなたのPCの中でファイルを読み、作り、実際に作業を返すタイプのAIです。フォルダの整理、データの集計、資料の量産、Webサイト制作——コードが書けなくても、日本語で頼むだけ。実はこのPDF自体も、Claude Codeが制作しています。

「答えをくれる」から「やっておいてくれる」へ



チャットAI:
やり方を教えてくれる
(作業は自分)



Claude Code:
作業そのものを
やって返してくれる

✓ 得意

ファイル整理・データ集計／資料・サイトの制作／繰り返し業務の自動化

△ 苦手

無料では使えない（有料プラン前提）／最初の環境準備に一手間

最初のひとこと 「このフォルダの中身を一覧にして、何があるか教えて」

💡 **使いどころ:** 毎週やっている定型作業を1つ任せることから。「AIに仕事を渡す」感覚が一度掴めると、世界が変わります。

1枚まとめ

保存版・持ち替え早見表

やりたいこと	最適ツール	ひとことと言うと
 資料・PDFを読み込ませて要約	NotebookLM	放り込むだけ。出典つきで嘘が少ない
 出典つきで調べ物・リサーチ	Perplexity / Felo	Google代わり。ソースが残る
 最新情報込みの調査・横断	Gemini	検索連携と長文処理が得意
 文章の壁打ち・要約・推敲	Claude	日本語が一番自然。長文に強い
 雑談・汎用・アイデア出し	ChatGPT	オールラウンダー。困ったらここ
 画像の編集・指示通りの修正	GPT Images 2.0	「ここだけ直して」が通る
 世界観のあるビジュアル	Midjourney	アート性で頭ひとつ抜ける
 スライドを一発で作る	Gamma	文章を貼るだけで資料化
 BGM・楽曲を作る	Suno	歌詞を入れれば曲になる
 LP・画面のたたき台	v0	日本語で言うだけで形になる
 本格的なコード作業	Cursor	AIが隣に座るエディタ
 PC内の作業ごと任せる	Claude Code	PCの中で働くAI社員

まとめ 強いAIを1つ探さない。作業に合わせて、持ち替える。

使ってがっかりしないために

先に言っておきたい、 3つの正直な話

1 AIは、平気で嘘をつきます

どのツールも、事実と違う内容をそれらしく答えることがあります（ハルシネーションと呼ばれます）。**数字・固有名詞・法律や医療の話は、必ず出典を確認**してください。出典つきで答えるPerplexity（P6）やNotebookLM（P5）を裏取り役にするのが本書の推奨です。

2 無料枠・料金は、すぐ変わります

本書のラベル（無料でOK／無料枠あり／有料前提）は**2026年7月時点**のものです。AI業界は数週間単位で条件が変わるため、課金前には必ず各社公式の最新プランを確認してください。変わったら、それこそ私たちが速報でお知らせします。

3 仕事の資料を入れる前に、一呼吸

機密情報・顧客の個人情報をAIに渡すのは、**会社のルールとツールのデータ設定（入力内容が学習に使われるか）を確認**してから。まずは公開しても困らない資料で練習するのが安全です。

まとめ

この3つさえ守れば、AIは怖くない。あとは触った回数だけ上手くなります。

読んで終わりにしない

明日やることを、 3行だけ書く

最後に1つだけ、手を動かしてください。「時間を食っているいつもの作業」を1つ選び、本書のマップで持ち替え先を決める——
それだけで、この資料はあなた専用の導入計画に変わります。

① 時間を食っている作業	② 持ち替え先ツール	③ 最初のひとこと（コピペ元ページ）
記入例: 会議の議事録まとめ（毎週2時間）	NotebookLM（P5）	「この資料の結論を3行で」
		
		
		

 **コツ:** 3つ書けなくても大丈夫。 1行目だけ、明日の朝いちばんに試す ——それが一番遠くまで行く始め方です。

まとめ 完璧な理解より、最初の1回。今日のあなたの「時間泥棒」を1つ、AIに渡してみてください。

おわりに

「どれを使うか」の次は、 「何て打つか」

ここまで読んだあなたは、もう「ツール選びで迷う人」ではありません。次に立ちはだかるのは「**で、具体的に何て打てばいいの？**」の壁——実は、成果の8割はここで決まります。その答えを、全部まとめた場所があります。

本命の1本

『ChatGPTだけ卒業。用途別・生成AIツール完全マップ＋コピペ実プロンプト集』

本書の13ツールすべてについて、そのままコピペで効く**実プロンプト集**＋初心者が必ずハマる7つの**落とし穴と回避法**＋仕事に当てはめるワークシートを収録した完全版。毎月アップデートし続けるので「買った瞬間に古くなる本」にはなりません。▶ [noteのプロフィール](#)からどうぞ

毎日のAI速報

メンバーシップ「先取りメンバー」（月500円）

海外発のAIニュースを、日本語の速報記事で毎日お届け。単品250円の速報が**月2本で元が取れる読み放題**です。「無料枠が変わった」「新機能が出た」——本書の内容が古くなったら、最初にお知らせするのここです。

まずは無料で

Threads / X「AI速報（saisoku_ai_note）」をフォロー

毎日のAIニュースを、通勤の3分で読める形で投稿しています。この特典PDFの最新版も、フォロワーの皆さんに最初に配ります。

出典一覧

数字と情報の出どころ

ページ	出典
P5 NotebookLM	Google NotebookLM 公式サイト・ヘルプ（2026年7月確認）
P6 Perplexity	Perplexity 公式サイト（2026年7月確認）
P7 Felo	Felo 公式サイト（2026年7月確認）
P8 Gemini	Google Gemini 公式サイト（2026年7月確認）
P9 Claude / P17 Claude Code	Anthropic 公式サイト・公式ドキュメント（2026年7月確認）
P10 ChatGPT / P11 GPT Images 2.0	OpenAI 公式サイト（2026年7月確認）
P12 Midjourney	Midjourney 公式サイト（2026年7月確認）
P13 Gamma	Gamma 公式サイト（2026年7月確認）
P14 Suno	Suno 公式サイト・利用規約（2026年7月確認）
P15 v0	Vercel v0 公式サイト（2026年7月確認）
P16 Cursor	Cursor 公式サイト（2026年7月確認）

免責・ご利用にあたって

- ・本書の内容は2026年7月15日時点の情報です。各ツールの機能・料金・提供条件は変更される場合があります。ご利用前に必ず各社公式の最新情報をご確認ください。
- ・ツールの評価（得意・苦手・難易度）は、公式情報と筆者の使用経験にもとづく見解です。
- ・本書はフォロワー限定特典として無料配布しています。無断での転載・再配布・販売はご遠慮ください。

【保存版】ChatGPTだけで戦わない。用途別・生成AIツール図解マップ13

2026年7月15日 第1版発行 / 発行: AI速報（saisoku_ai_note）

制作: Claude Code（本書はAIとの共同制作です）