

AIプロンプト実践テンプレート & チートシート

～AI活用の効率と精度を今すぐ引き上げる！～

AIの能力を引き出すには、適切なプロンプト設計が不可欠です。しかし、「どんなプロンプトを書けばいいかわからない」「毎回考えるのが大変…」と感じることも多いのではないのでしょうか？

この特典資料は、そんなあなたのための「**実践ブースター**」です。日々の業務で**すぐに使える汎用プロンプトテンプレート**と、重要なテクニックの**要点をまとめたチートシート**をご用意しました。

コピー＆ペーストして **[]** の部分をあなたの状況に合わせて書き換えれば、すぐにAI活用の効果を実感できるはずですよ。ぜひ、この資料を手元に置いて、AIとの対話をよりスムーズに、より効果的に進めてください！

(記事本体では、各テクニックのより詳細な解説や注意点、応用例を紹介していますので、合わせてご利用ください)

1. すぐに使える！プロンプトテンプレート集

① System Prompt テンプレート

AIに特定の役割や振る舞いを指示し、応答の質と一貫性を高めます。

【基本形】

```
# System Prompt

## 役割/ペルソナ定義
あなたは、{ペルソナ定義}
あなたは、{経験豊富な{役割名}}です。

## 背景情報/コンテキスト
{現在の状況、目的、対象者などの背景情報}

## 守るべき制約/ルール
- {守ってほしいルール1 例：専門用語を避ける}
- {守ってほしいルール2 例：必ず肯定的な表現を使う}
- {守ってほしいルール3 例：箇条書きで回答する}

## 期待する出力形式
{期待するフォーマット、構成、トーン＆マナーなど}

## 評価基準/重視する点
{どのような観点を重視して回答してほしいか 例：費用対効果、新規性、実現可能性}
```

【マーケティング具体例：市場調査アナリスト】

```
# System Prompt

## 役割/ペルソナ定義
あなたは、消費財業界を専門とする経験豊富な市場調査アナリストです。データに基づいた客観的な分析を得意とします。

## 背景情報/コンテキスト
これから、{分析対象の製品やサービス}に関するデータを提供します。ターゲット顧客は{ターゲット顧客層}です。目的は{分析の目的 例：新製品の市場機会を探る}ことです。

## 守るべき制約/ルール
- 分析は提供されたデータと公開情報のみに基づいてください。
- 推測や主観的な意見ではなく、事実と論理的な考察を重視してください。
- 結果は簡潔かつ明確に記述してください。

## 期待する出力形式
{期待する分析手法やレポート形式 例：SWOT分析の形式で、各項目を箇条書きで記述}

## 評価基準/重視する点
特に{重視する分析項目 例：「機会」と「脅威」}について、具体的な根拠とともに詳細な分析を期待します。
```

(他のマーケティング例：コンテンツライター、SNS担当、データサイエンティストなども記事本文を参考に作成できます)

② JSON出力 テンプレート

AIの出力を構造化し、データ処理やシステム連携を容易にします。

【基本形】

```
以下の{対象となるテキストやデータ}から、{抽出したい情報の種類1}、{抽出したい情報の種類2}、{抽出したい情報の種類3}を抽出し、下記のJSON形式で出力してください。キーが存在しない場合は{欠損値の扱い 例：null / 空文字列 / キー自体を省略}としてください。

# {対象となるテキストやデータの内容}
{ここにテキストデータなどを貼り付け}

# 期待するJSON形式の例
{
  "{キー名1}": "{データ型の例: 文字列 / 数値 / ブール値 / リスト / オブジェクト}",
  "{キー名2}": "{抽出例1}",
  "{キー名3}": "{抽出例2}", "{抽出例3}"
}

# 追加の指示 (任意)
- {データ型やフォーマットに関する制約 例：日付はYYYY-MM-DD形式}
- {抽出に関するルール 例：ポジティブな意見のみ抽出}
```

【マーケティング具体例：顧客フィードバック分析】

```
以下の顧客レビューから、感情（肯定的/否定的/中立）、主要なトピック（リスト形式）、具体的な意見（リスト形式）を抽出し、下記のJSON形式で出力してください。該当する情報がない場合は空のリスト「[]」としてください。

# 顧客レビュー
「{レビューテキストをここに貼り付け}」

# 期待するJSON形式の例
{
  "sentiment": "肯定的", // "肯定的", "否定的", "中立" のいずれか
  "main_topics": ["デザイン", "バッテリー"], // レビュー内で言及されている主要な話題
  "specific_opinions": [
    "デザインは最高！",
    "バッテリー持ちも十分。",
    "通知機能が時々不安定なのが残念。"
  ]
}
```

③ Chain of Thought (CoT) テンプレート

複雑な問題や推論タスクで、AIに思考プロセスを記述させ、回答精度を高めます。

【Zero-shot CoT 基本形】

```
Q: {解決したい問題や質問}

ステップバイステップで考えてください。
```

【Few-shot CoT 構造化例】

(AIに特定の思考パターンを学習させたい場合に、このような例をいくつか提示します)

```
Q: {例題1}
A: ステップ1: {例題1の思考プロセス1}
ステップ2: {例題1の思考プロセス2}
ステップ3: {例題1の思考プロセス3}
最終的な答え: {例題1の答え}

Q: {例題2}
A: ステップ1: {例題2の思考プロセス1}
ステップ2: {例題2の思考プロセス2}
最終的な答え: {例題2の答え}

Q: {実際に解かせたい問題}
A: ステップバイステップで考えてください。
```

【マーケティング具体例：施策アイデア出し＋評価】

```
Q: 当社の{製品/サービス}の認知度を、{ターゲット層}に対して高めるための新しいSNSキャンペーンのアイデアを3つ提案し、それぞれの期待効果と潜在的リスクを評価してください。ステップバイステップで考えてください。

A: ステップバイステップで考えます。
1. **現状分析:** 当社の{製品/サービス}の現在のSNSでの状況、{ターゲット層}のSNS利用状況、競合の動向を簡単に整理します。
2. **アイデア生成:** 上記分析に基づき、認知度向上に繋がりそうなキャンペーンアイデアを複数考えます（例：インフルエンサー活用、ユーザー参加型チャレンジ、動画コンテンツ）。
3. **アイデア絞り込み:** 生成したアイデアの中から、独自性、実現可能性、ターゲットへの訴求力などを考慮し、有望なものも3つに絞り込みます。
4. **各アイデアの評価:**
  * アイデア1: {アイデア1の内容}
    * 期待効果: {具体的な効果 例：リーチ数増加、エンゲージメント向上}
    * 潜在的リスク: {考えられるリスク 例：炎上リスク、効果測定の難しさ}
  * アイデア2: {アイデア2の内容}
    * 期待効果: ...
    * 潜在的リスク: ...
  * アイデア3: {アイデア3の内容}
    * 期待効果: ...
    * 潜在的リスク: ...
5. **最終的な提案:** 上記の思考プロセスに基づき、3つのキャンペーンアイデアとその評価をまとめます。

最終的な答え:
{上記ステップ4、5の結果を整形して記述}
```

④ Step-back Prompting テンプレート

具体的な問題に取り組む前に、関連する一般原則を考えさせ、洞察を深めます。

【基本形】

```
# Step 1: 一般原則の確認
まず、「{具体的な問題に関連する一般的な原則や概念}」について、その定義、重要性、主要な要素などを説明してください。

# Step 2: 具体的な問題への適用
次に、上記で説明した一般原則を踏まえて、「{解決したい具体的な問題や状況}」について、分析し、{具体的な指示 例：原因を特定 / 解決策を提案 / 評価}してください。
```

【マーケティング具体例：ウェブサイト改善】

```
# Step 1: 一般原則の確認
まず、「ウェブサイト上のユーザーエンゲージメントを高めるための一般的な原則や重要な指標」について説明してください。（例：コンテンツの質、ナビゲーション、CTA、滞在時間、直帰率など）

# Step 2: 具体的な問題への適用
次に、その原則を踏まえて、当社のウェブサイト（URL: {サイトURL}、ターゲット層: {ターゲット層}、主なコンテンツ: {コンテンツ概要}）のエンゲージメントが低い現状について分析し、改善すべき具体的なポイントとその施策案を3つ提案してください。
```

⑤ コード生成 (Python/Pandas) テンプレート

データ処理などでよく使うコードを生成させます。

【基本形】

```
以下の要件を満たす{プログラミング言語 例：Python 3}のコードを生成してください。（必要ならライブラリも指定 例：Pandasライブラリを使用）

# 目的
{コードが達成すべきこと 例：CSVファイルを読み込み、特定の条件でデータを抽出する}

# 入力
{入力データの形式、ファイル名、引数など 例：'input_data.csv' というファイル。カラムは 'A', 'B', 'C'}

# 出力
{期待する結果の形式、ファイル名、返り値など 例：抽出結果を 'output_data.csv' に保存}

# 制約/要件
- {満たすべき条件1 例：カラム 'A' の値が100以上の行のみ抽出}
- {満たすべき条件2 例：処理速度に関する要件やエラーハンドリング}
- {コード品質に関する要件 例：適切なコメントを付与}

# (任意) コードのみ出力する場合
説明は不要です。コードブロックのみを出力してください。
```

【マーケティング具体例：CSVデータ集計】

```
Python 3 と Pandas ライブラリを使用して、以下の処理を行うコードを生成してください。

# 目的
広告キャンペーンの成果レポート（CSV）を読み込み、キャンペーンごとにコストとコンバージョン数を集計し、CPAを計算して新しいCSVファイルに出力する。

# 入力
'ad_report.csv' というファイル。必須カラムは 'campaign_name' (文字列)、'cost' (数値)、'conversions' (数値)。

# 出力
'campaign_summary.csv' というファイル。カラムは 'campaign_name', 'total_cost', 'total_conversions', 'cpa' とする。

# 制約/要件
- キャンペーンごとに cost と conversions を合計する。
- CPA (Cost Per Acquisition) は total_cost / total_conversions で計算する。
- conversions が 0 の場合、cpa は 計算せず NaN (または null や 空白) とする。
- total_cost と total_conversions は小数点以下2桁まで表示 (任意)。
- コードには簡単な説明コメントを付けてください。
```

2. 重要テクニック チートシート

① Temperature 設定目安

Temp.値	応答の傾向	おすすめタスク例	注意点
0.0-0.3	正確・一貫・決定的	事実確認、データ抽出、翻訳、定型文生成、コード生成（厳密）	創造性 低、単調になりやすい
0.3-0.5	バランス・やや保守的	要約、簡潔な説明、質疑応答（事実ベース）	斬新なアイデア 出にくい
0.7-0.9	多様・創造的・柔軟	ブログ記事作成、アイデア出し、多様な表現	ハルシネーションリスク 増
0.9-1.0+	非常に多様・予期不能	ブレインストーミング、芸術的テキスト、自由な発想	脱線、意味不明瞭、リスク 高

ポイント: まずはデフォルト値で試し、出力をみて調整。「正確さ重視」なら下げ、「多様性重視」なら上げる。モデルによって効き方が違うので試行が重要！

② 主要プロンプトテクニック 使い分け

テクニック名	主な目的	いつ使うか？ (例)
System Prompt	AIの役割・視点・振る舞いを定義	一貫したトーンが必要な時、特定の専門家として回答させたい時
Chain of Thought (CoT)	複雑な問題の推論プロセスを明示化、精度向上	計算問題、論理パズル、複雑な手順の実行、原因究明
Step-back	問題の本質理解、深い洞察、高次の視点	戦略立案、根本原因分析、複雑な状況の全体像把握

ポイント: これらは組み合わせ可能！（例: System Prompt + CoT + JSON出力）

③ JSON出力 プロンプトのコツ

- 期待する構造を明確に:** キー名、データ型（文字列、数値、リスト等）、ネスト構造を例で示すのがベスト。
- データ型・制約を具体的に:** 「数値」だけでなく「0-100の整数」、「文字列」だけでなく「YYYY-MM-DD形式」など。
- 欠損値の扱いを指示:** 情報がない場合にキーを省略するか、`null` や `""`、`[]` を入れるか決める。
- バリデーションを意識:** 生成されたJSONが正しいか確認する（手動 or プログラム）。
- 後続処理を考慮:** 利用するシステム（スプレッドシート、DB等）に合わせた形式にする。

④ プロンプトデバッグ 基本ステップ

期待通りの出力が得られない時…

- 問題を切り分ける:**
 - プロンプト？ モデル？** → まずは簡単なプロンプトや別のモデルで試す。
 - プロンプトのどこ？** → 段階的詳細化（徐々に要素追加）や分割テスト（部分ごとに試す）で問題箇所を特定。
- 原因を探る:**
 - 指示は明確か？** → 曖昧な表現はないか？（よくある原因6パターン参照）
 - 情報は足りているか？** → コンテキスト不足はないか？
 - 矛盾はないか？** → 制約が多すぎたり、矛盾したりしていないか？
 - 思考プロセスは？** → CoTで考えさせて、どこで間違えたか確認。
 - ハルシネーション？** → 事実確認を強制、情報源を要求、反復検証。
- 修正して再試行:**
 - 原因と思われる箇所を修正し、再度試す。
 - パラメータ（Temperature等）を調整してみる。
- 記録する:**
 - 問題と解決策を記録し、次に活かす。

おわりに

このテンプレート＆チートシートが、あなたのAI活用の一助となれば幸いです。AIは強力なツールですが、その能力を最大限に引き出すのは、あなたの「問いかける力＝プロンプト」です。ぜひ、積極的に試行錯誤を重ね、AIとのより良い関係を築いていってください！