

NotebookLM完全活用ガイド

あなたの学びと仕事を加速する AIアシスタント

情報過多時代の課題

❗ 情報があふれる現代の課題

毎日膨大な量の情報に触れ、何が重要か判断するのが難しい時代に

🧩 バラバラの情報をまとめる難しさ

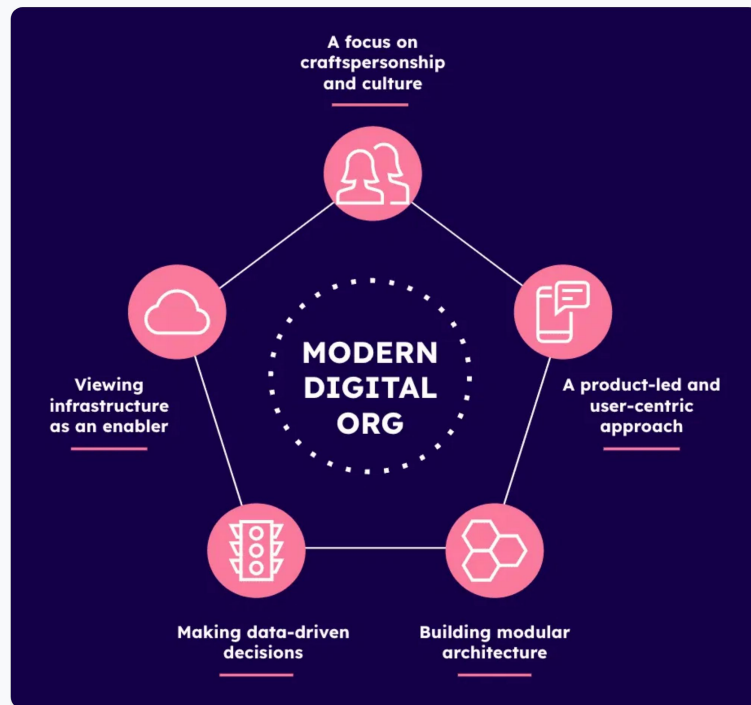
本、PDF、ウェブサイト、動画など様々な形式の情報を整理・統合するのは大変

🔍 従来の解決策の限界

メモ帳やノート、検索だけでは複雑な情報を効率的に活用できない

💡 NotebookLMによる新しい解決法

あなたの資料だけを学習し、整理・分析・質問応答をサポートする専門家AI



NotebookLMとは？

あなただけの専門家 AI

あなたが提供した資料だけを学習し、その内容に特化した「専門家」になるAI

他のAIとの違い

一般的なAI: インターネット全体の情報を使用

NotebookLM: あなたの資料だけを使用

グラウンディング機能

「地に足をつける」という意味。あなたの資料という「地面」にしっかり足を付け、そこから動かない

引用機能による透明性

AIの答えには必ず「どこから引用したか」が表示され、根拠を確認できる



NotebookLMの特徴と強み

✔ 信頼性の高さ

答えには必ず引用元が表示され、根拠を確認できるため安心して使える

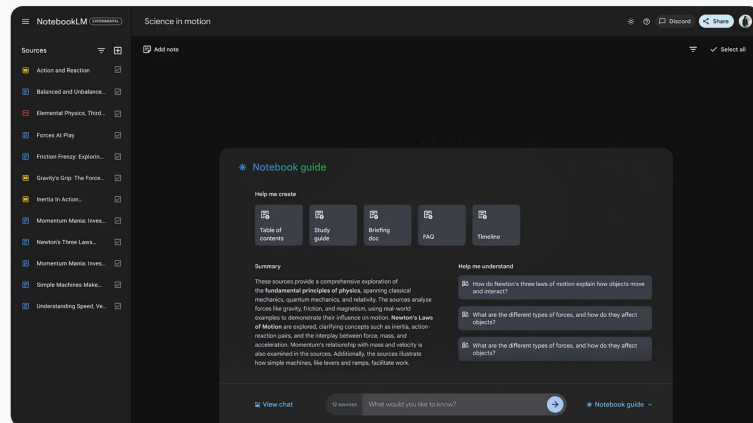
📄 多様な資料形式に対応

PDF、Googleドキュメント、ウェブサイト、YouTube動画、音声ファイルなど様々な形式の資料を分析可能

🔗 情報の統合と分析能力

複数の資料を横断的に分析し、関連性を見つけ出す高度な情報処理が可能

特徴	一般的な AI	NotebookLM
情報源	インターネット全体	アップロードした資料のみ
信頼性	時々不正確	高い(グラウンディング)
引用元	基本的に不明	常に明示



基本的な使い方

👤+ アカウント作成とセットアップ

Googleアカウントでnotebooklm.google.comにアクセスし、「新しいノートブック」を作成

📄 資料のアップロード

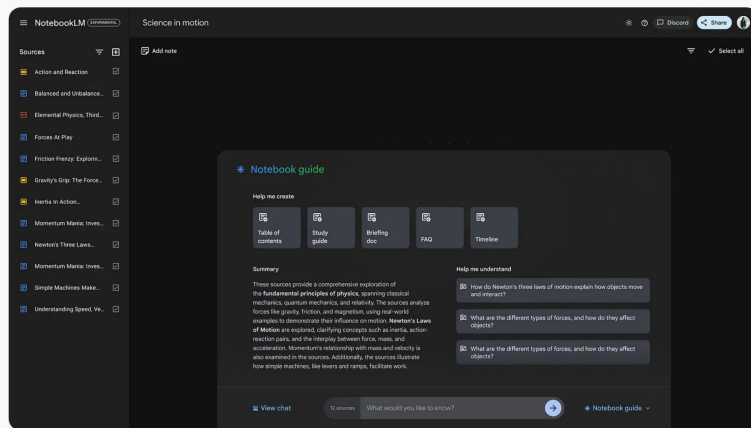
PDF、Googleドキュメント、テキスト、ウェブサイトURL、YouTube動画URLなど様々な形式に対応

💬 質問と回答の基本的な流れ

画面中央の入力欄に質問を入力するだけ。AIは資料の内容に基づいて回答

66 引用元の確認

回答中の[1]、[2]などの数字をクリックすると、その情報の出典元が表示される



便利な機能を使いこなす

📖 ノートブックガイド機能

資料を自動で分析し、FAQ、タイムライン、学習ガイド、ブリーフィングなどに整理

📌 メモとピン留め機能

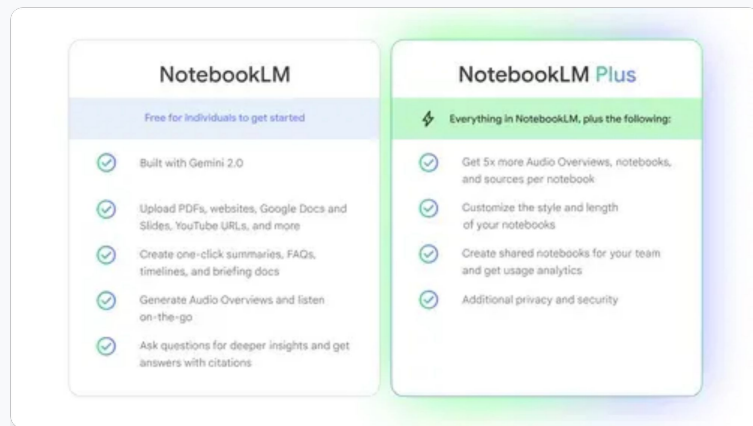
重要な情報をピン留めして保存したり、自分の考えをメモとして追加可能

🎧 音声概要 (Audio Overview)

資料の内容をAIが会話形式で解説する音声コンテンツを自動生成

🔽 ソース選択テクニック

複数の資料から特定の資料だけを選んで分析したり、資料同士を比較可能



実践的な活用シーン①:学習・研究

📖 論文・専門書の要点把握

難しい論文や専門書の重要ポイントを抽出し、分かりやすく説明

「この論文の一番大事なポイントを3つ教えてください」

📊 過去問分析と対策

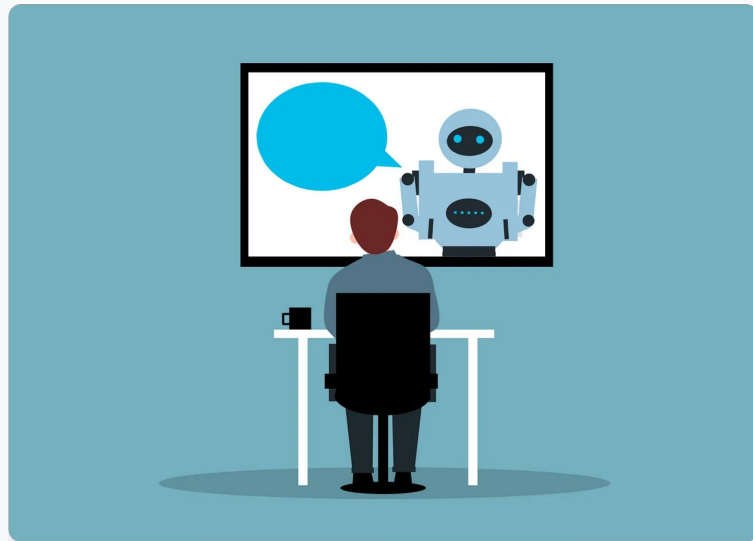
過去の試験問題や解説を分析し、効率的な学習計画を立案

「この分野でよく出る重要概念を教えてください」

🔗 参考文献の整理

複数の文献を比較し、関連性や相違点を明確化

「〇〇のテーマについて、各文献の主張を比較してください」



実践的な活用シーン②: 仕事・プロジェクト

🗣️ 会議を効率よく進める

会議のメモや議事録をアップロードして、決定事項や担当者、締め切りなどを素早く確認できます

📁 プロジェクト情報を集約

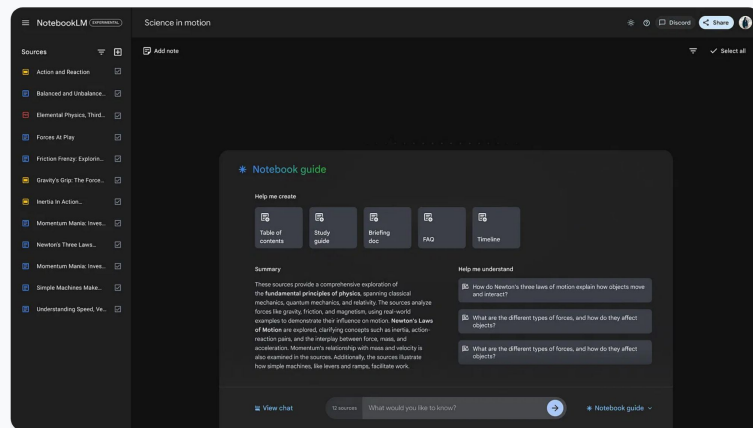
計画書、進捗報告、関連メールなどを一つのノートブックにまとめ、チーム全体で情報共有が可能です

📊 データ分析と意思決定をサポート

顧客データや市場調査結果を分析し、傾向や重要ポイントを抽出して意思決定を支援します

📄 レポート・文書作成の効率化

複数の資料から必要な情報を抽出し、根拠に基づいた説得力のある文書作成をサポートします



効果的な使い方のコツ

💬 プロンプトの書き方テクニック

AIへの質問(プロンプト)を工夫することで、より良い回答を引き出せます

効果的なプロンプトの例

「あなたは歴史の先生です。この出来事の背景を説明してください」

「この内容を表にまとめてください」

「小学5年生にも分かるように説明してください」

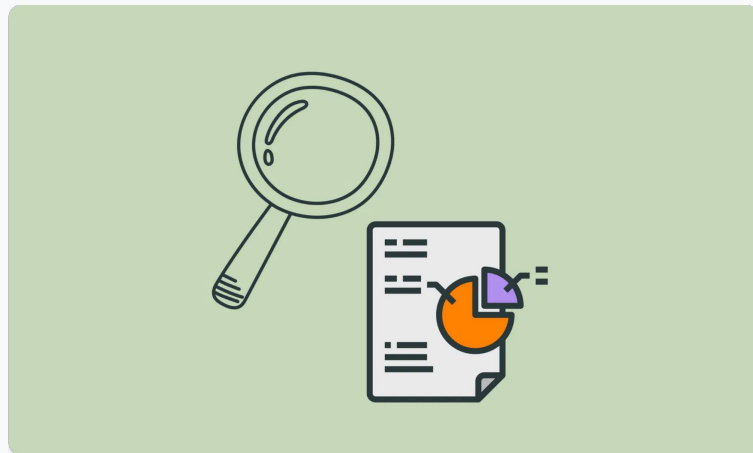
⚠️ 注意点と制限事項

入れる情報の質がそのまま出力の質に影響します (Garbage In, Garbage Out)

必ず自分の目で引用元を確認する習慣をつけましょう

🛡️ 情報の質と確認の重要性

NotebookLMは「あなたの考えるのを手伝えるアシスタント」であり、最終判断は人間が行うことが大切です



まとめ: NotebookLMで始める新しい学び方

✔ NotebookLMの主な特徴

あなただけの専門家AI、高い信頼性(グラウンディング)、多様な資料形式への対応、情報の統合と分析能力

💡 情報活用の新しい形

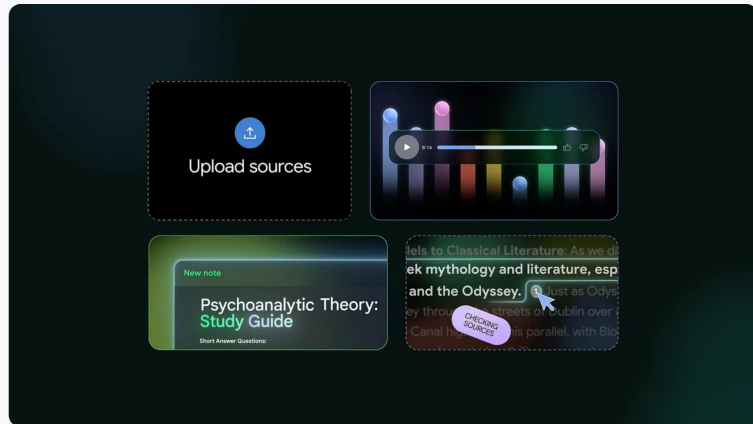
情報を単に集めるだけでなく、理解し、整理し、新しい気づきを得るためのパートナーとして活用

🔑 始め方の簡単ステップ

1. notebooklm.google.comにアクセス
2. 新しいノートブックを作成
3. 資料をアップロード
4. 質問を始める

🔑 次のアクション

今日から手元の資料や興味のあるウェブサイトをアップロードして、NotebookLMとの対話を始めてみましょう



▶ NotebookLMを始める