

スマホでできる ChatGPTアカウント作成手順

無料で使えます。スマホがあれば5分でできます。前提知識は一切不要です。

はじめに — まずこれだけ知っておいてください

ChatGPT（チャットジーピーティー）は、OpenAIという会社が提供しているAIです。**無料で使えます**。メールアドレスかGoogleアカウントがあれば、スマホから5分かつらず登録できます。クレジットカードの入力も不要です。登録が済んだら、まずは「こんにちは」と話しかけてみるだけでOKです。

ステップ別 登録手順

1 ブラウザで「chatgpt.com」を開く



スマホのSafari (iPhone) またはChrome (Android) を開き、アドレスバーに **chatgpt.com** と入力してアクセスします。

「無料で登録 (Sign up)」をタップします。すでにアカウントをお持ちの方は「ログイン (Log in)」を選んでください。

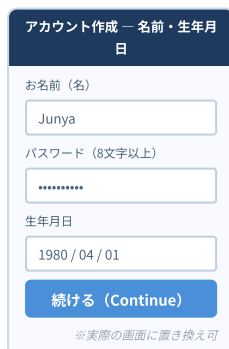
※ 画面が英語表示の場合はChromeのページ翻訳機能をご利用ください。

2 登録方法を選ぶ (3種類から1つ選べます)

Gmailをお持ちの先生は「Googleアカウントで登録」が最速でおすすめです。パスワード設定が不要で、タップ数回で完了します。



3 パスワード・お名前・生年月日を入力する (メール登録の場合)



Googleアカウントで登録した方はこのステップはスキップされます (ステップ4へ)。

パスワードのコツ：英字・数字・記号を混ぜた8文字以上。「teacher2026!」のように覚えやすい文字列にすると管理しやすいです。

※ 生年月日：ChatGPTは13歳以上が対象です。正確に入力してください。

4 メールに届いた認証コードを入力する



メールアドレス登録の場合、OpenAIから**6桁の認証コード**が届きます。メールアプリを開いて確認し、入力します。**有効時間は5～10分程度**なので早めに入力してください。

届かない場合：迷惑メールフォルダを確認→「再送信 (Resend)」を押す。差出人は「no-reply@openai.com」です。

5

電話番号でSMS認証をする

本人確認のため電話番号を入力します。SMSで6桁のコードが届くので入力します。この番号は宣伝には使われません。

SMSが届かない場合 日本のスマートフォン番号（090/080/070）を使ってください。国番号「+81」形式の欄には先頭の0を省いて入力（例：80-XXXX-XXXX）。固定電話では認証できません。

6

完了！「こんにちは」と入力してみよう



このチャット画面が表示されれば登録完了です。下部の入力欄に「こんにちは」と入力して送信してみましょう。ChatGPTが日本語で返答してくれます。

慣れてきたら：「〇〇のお知らせ文を書いて」「この文章をわかりやすく直して」など試してみてください。

つまづきポイント Q&A

Q 認証コード（メール）またはSMSが届きません

A メールは迷惑メールフォルダを確認し、「再送信（Resend）」を押してください。差出人は「no-reply@openai.com」です。学校・職場メールはフィルターで弾かれることがあるため、GmailかGoogleアカウントでの登録を推奨します。SMS不着の場合は日本のスマートフォン番号（090/080/070）で再試行し、国番号「+81」形式の欄には先頭の0を省いて入力（例：80-XXXX-XXXX）します。固定電話では認証できません。

Q 「13歳未満は利用できません」と表示されます

A 生年月日の年号を誤入力した可能性があります。入力し直してください。なお生徒への貸与・共有はOpenAI利用規約で禁止されています。先生ご自身のアカウントとしてご利用ください。

Q ログインし直す方法がわかりません

A chatgpt.comを開いて「ログイン（Log in）」をタップします。Googleアカウントで登録した方は「Gで続ける」を選べばパスワードなしでログインできます。ブラウザの「ログイン状態を保持する」を有効にしておくで次回以降が楽です。

Q 無料版でどこまでできますか？有料版との違いは？

A 下の表をご確認ください。日常的な文章作成・校務の時短には無料版で十分です。

無料版（ChatGPT Free）と有料版（ChatGPT Plus）の違い

無料版（Free）

月額 0円

- 文章生成・質問応答（日本語対応）
- 連絡文・プリント・SNS投稿文の作成
- GPT-4o miniモデルを使用
- 1日の利用回数に上限あり

有料版（Plus）

月額 約3,000円（税込）

- ★ 高性能GPT-4oモデルを使用
- ★ 利用回数制限が大幅に緩和
- ★ 画像生成・ファイル分析・音声会話
- ★ 混雑時の優先アクセス

まずは無料版から 最初から有料版を契約する必要はありません。無料版を使いながら「もっと使いたい」と感じたタイミングで移行すれば十分です。いつでも解約でき、翌月から無料版に戻せます。