

VLAB-AI FREE GIFT

AIツール別 コピペで使えるプロンプト50選

～ 貼るだけで"それっぽい"が"プロっぽい"に変わる ～

画像生成 30選

動画生成 10選

文章系AI 10選

VLAB-AI.COM

はじめに

このプロンプト集は、AI初心者・副業初心者の方が今日からそのままコピペで使えることだけを考えて作りました。

- 英語プロンプトはすべて完成版です。翻訳も改変も不要、そのまま貼ってください
- 日本語版も併記しているので、日本語対応ツール(Firefly、Nano Banana、ChatGPT等)ではどちらでも使えます
- 各プロンプトに「カスタマイズ例」を付けています。【 】の部分を差し替えるだけで自分用になります

対応ツール一覧

ツール	種類	日本語入力
Adobe Firefly	画像生成	○
Midjourney	画像生成	△(英語推奨)
DALL・E(ChatGPT内)	画像生成	○
Flux	画像生成	△(英語推奨)
Nano Banana(Gemini内)	画像生成・編集	○
Veo(Gemini/Flow内)	動画生成	○
Higgsfield	動画生成	△(英語推奨)
ChatGPT	文章	○
Claude	文章	○
Gemini	文章	○

使い方 3ステップ

1

作りたいものに近いプロンプトを目次から探す

2

英語版(または日本語版)をコピーして、ツールに貼り付ける

3

仕上がりを見て、カスタマイズ例の【 】部分を差し替えて再生成

迷ったら: Midjourney・Flux・Higgsfieldは英語版、それ以外は日本語版でOKです。

目次

番号をクリックすると該当のプロンプトにジャンプします

PART 1 画像生成プロンプト30選(Firefly / Midjourney / DALL・E / Flux / Nano Banana)

- | | |
|------------------------------|-------------------------|
| 01 顔出しなしプロフィールアイコン(後ろ姿) | 16 レトロポップイラスト(昭和・90年代風) |
| 02 ブログアイキャッチ(ミニマルデザイン) | 17 プロ級の物撮り写真(小物) |
| 03 Pinterest縦長ピン(テキストスペース付き) | 18 あたたかい食べ物・カフェ写真 |
| 04 note見出し画像(やわらか抽象画) | 19 旅行風景写真(絶景) |
| 05 X(Twitter)ヘッダー画像 | 20 手元だけの作業風景写真(顔出しなし) |
| 06 インスタ・ブログ用「引用カード」背景 | 21 インテリア・部屋写真 |
| 07 商品・サービス紹介用モックアップ | 22 季節イベント素材(桜・紅葉・雪など) |
| 08 記事ジャンル別アイコンセット(統一感) | 23 空と雲のドラマチック背景 |
| 09 ゆるかわ動物マスコット | 24 白背景の切り抜き用素材 |
| 10 アニメ風人物アバター(顔出し代わり) | 25 ロゴ風エンブレム・ワッペン |
| 11 フラットイラスト(ビジネスシーン) | 26 シームレスパターン素材 |
| 12 アイソメトリック図解イラスト | 27 ネオン看板風グラフィック |
| 13 手描き風線画イラスト(1色) | 28 3Dクレイ(粘土)風アイコン |
| 14 水彩風やさしい挿絵 | 29 和風・浮世絵テイスト |
| 15 絵本風ファンタジーイラスト | 30 万能テンプレート(穴埋め式) |

PART 2 動画生成プロンプト10選(Veo / Higgsfield)

- | | |
|----------------------------|-----------------------|
| 31 シネマティックB-roll(コーヒーを淹れる) | 36 料理シズル動画 |
| 32 商品回転ショーケース動画 | 37 ドローン風空撮映像 |
| 33 自然風景タイムラプス風 | 38 キャラクターアニメーション(ループ) |
| 34 テキスト用背景ループ動画 | 39 雨の窓辺・Lo-fi風ループ映像 |
| 35 街歩きPOV(一人称視点) | 40 ショート動画の冒頭フック映像 |

PART 3 文章系AIプロンプト10選(ChatGPT / Claude / Gemini)

- | | | | |
|----|-------------------|----|----------------------|
| 41 | 画像生成プロンプト自動作成マシン | 46 | ショート動画台本メーカー |
| 42 | ブログ記事構成の壁打ち | 47 | 英語プロンプト翻訳・強化ツール |
| 43 | SNS投稿10本一括生成 | 48 | 読者ペルソナ設計シート |
| 44 | 文章リライト・推敲マシン | 49 | SEO記事タイトル+見出しキーワード提案 |
| 45 | キャッチコピー20案ジェネレーター | 50 | 週間コンテンツカレンダー自動作成 |

画像生成プロンプト30選

Firefly / Midjourney / DALL・E / Flux / Nano Banana

01 顔出しなしプロフィールアイコン(後ろ姿)

用途	ブログ・X・note・Pinterestのプロフィール画像。顔出しせずに人柄と世界観を伝える
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 / Midjourneyなら--ar 1:1 --style raw / Fireflyは「アート」+「フラットデザイン」

英語版

そのままコピペ

A person seen from behind, sitting at a cozy desk with a laptop, warm soft lighting, minimalist room, plants by the window, flat illustration style, soft pastel color palette, clean simple shapes, profile avatar, centered composition

日本語版

日本語対応ツール用

後ろ姿の人物、ノートパソコンに向かって座っている、温かく柔らかい光、ミニマルな部屋、窓辺に観葉植物、フラットイラスト風、淡いパステルカラー、シンプルで洗練された形、プロフィールアイコン用、中央配置

期待できる仕上がり	SNSアイコンにそのまま使える、清潔感のある後ろ姿イラスト。顔が写らないので身バレの心配なし
カスタマイズ例	「sitting at a cozy desk with a laptop」→「holding a coffee cup on a balcony(ベランダでコーヒー)」 / 色は「soft pastel」→「warm autumn tones(秋色)」
初心者向けワンポイント	アイコンは必ず1:1(正方形)で生成。あとから切り抜くと構図が崩れます

02 ブログアイキャッチ(ミニマルデザイン)

用途	ブログ記事のアイキャッチ画像。どんなジャンルの記事にも合わせやすい万能背景
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 16:9(ブログ用)/ Midjourney --ar 16:9 / Fireflyは「ワイドスクリーン」

英語版

そのままコピペ

Minimalist abstract background for a blog header, soft gradient from cream to light blue, subtle geometric shapes floating, lots of negative space in the center for text overlay, modern and clean, flat design, high quality

日本語版

日本語対応ツール用

ブログヘッダー用のミニマルな抽象背景、クリーム色から水色への柔らかいグラデーション、控えめな幾何学模様が浮かぶ、中央にテキストを載せるための余白を大きく確保、モダンで清潔感のある、フラットデザイン、高品質

期待できる仕上がり	中央に余白があるので、CanvaやPhotoshopでタイトル文字を載せるだけでアイキャッチが完成
カスタマイズ例	色を記事ジャンルに合わせる→「cream to light blue」を「white to soft green(健康系)」「dark navy to purple(テック系)」に差し替え
初心者向けワンポイント	「negative space for text overlay(文字用の余白)」という一文が最重要。これがないと画像全体に模様が入り、文字が読めなくなります

03 Pinterest縦長ピン(テキストスペース付き)

用途	Pinterest投稿用の縦長画像。上下にテキストを入れる前提の構図
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 2:3(Pinterest推奨1000×1500px)/ Midjourney --ar 2:3

英語版

そのままコピペ

Vertical Pinterest pin background, aesthetic flat lay of a workspace with keyboard, notebook and coffee, top third and bottom third left empty for text, soft beige and white tones, bright natural lighting, photographed from directly above, clean and organized

日本語版

日本語対応ツール用

Pinterest用の縦長ピン背景、キーボード・ノート・コーヒーのあるおしゃれな俯瞰デスク写真、上3分の1と下3分の1はテキスト用に空ける、ページュと白の柔らかい色調、明るい自然光、真上から撮影、清潔で整然とした構図

期待できる仕上がり	中央にデスク小物、上下に文字を入れられるPinterestの「勝ちパターン」構図
カスタマイズ例	「workspace with keyboard, notebook and coffee」→「skincare products and flowers(美容系)」「healthy meal ingredients(料理系)」
初心者向けワンポイント	Pinterestは2:3以外の比率だと表示で切れます。必ず2:3で生成しましょう

04 note見出し画像(やわらか抽象画)

用途	noteの記事見出し画像。文章系コンテンツと相性のいい落ち着いたビジュアル
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1.91:1 (note推奨1280×670px)/ Midjourney --ar 191:100 または--ar 16:9 で代用

英語版

そのままコピー

Soft abstract watercolor painting, gentle waves of light orange and dusty pink blending into white, calm and warm atmosphere, paper texture, plenty of white space, horizontal composition, suitable for an essay header image

日本語版

日本語対応ツール用

柔らかい抽象水彩画、薄いオレンジとくすんだピンクが白に溶け込む優しい波模様、穏やかで温かい雰囲気、紙のテクスチャ、余白多め、横長構図、エッセイの見出し画像向け

期待できる仕上がり	主張しすぎず、どんなタイトル文字も映える上品な水彩背景
カスタマイズ例	色の組み合わせを変えるだけで連載シリーズの統一感が出せます→「light orange and dusty pink」→「pale blue and lavender」
初心者向けワンポイント	noteは画像内の文字が小さいと潰れます。文字はCanvaで後入れが正解

05 X(Twitter)ヘッダー画像

用途	Xアカウントのヘッダー。発信ジャンルの世界観を一枚で伝える
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 3:1 (X推奨1500×500px)/ Midjourney --ar 3:1

英語版

そのままコピー

Wide banner image, a clean modern desk setup with dual monitors glowing softly in a dim room, cinematic lighting, purple and blue neon accents, futuristic but cozy mood, wide horizontal composition, space on the left side for profile text

日本語版

日本語対応ツール用

ワイドバナー画像、薄暗い部屋で柔らかく光るデュアルモニターのある洗練されたデスク環境、映画のようなライティング、紫と青のネオンアクセント、未来的だけど居心地のいい雰囲気、横長構図、左側にプロフィール文字用の余白

期待できる仕上がり	「AI×副業」系アカウントの世界観に合う、プロ感のあるヘッダー
カスタマイズ例	雰囲気をを変える→「purple and blue neon」を「warm orange desk lamp(温かみ重視)」に
初心者向けワンポイント	Xのヘッダーは左下がアイコンで隠れます。重要な要素は右側～中央に置く指定を

06 インスタ・ブログ用「引用カード」背景

用途	名言・要点まとめ・箇条書きを載せるカード型投稿の背景
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 (Instagram)または4:5 / Midjourney --ar 1:1 --style raw

英語版

そのままコピー

Simple elegant background for a quote card, solid soft cream color with a thin gold frame border, tiny decorative leaves in the corners only, completely empty center, luxurious minimal style, flat vector design

日本語版

日本語対応ツール用

引用カード用のシンプルで上品な背景、柔らかいクリーム色の無地に細い金色の枠線、四隅にだけ小さな葉の装飾、中央は完全に空白、高級感のあるミニマルスタイル、フラットなベクターデザイン

期待できる仕上がり	文字を載せるだけで統一感のあるシリーズ投稿が量産できる背景テンプレ
カスタマイズ例	「gold frame」→「silver frame」「thin black line frame」でブランドカラーに合わせる
初心者向けワンポイント	「completely empty center(中央は完全に空白)」を消すと中央に絵が入ってしまいます。必ず残して

07 商品・サービス紹介用モックアップ

用途	自作テンプレート・電子書籍・noteの有料記事などを「商品らしく」見せる画像
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 4:3 または1:1 / Midjourney --ar 4:3 --style raw

英語版

そのままコピー

A smartphone and a tablet on a clean white desk displaying a blank white screen, next to a coffee cup and a small plant, soft studio lighting, minimal product mockup photography, high-end commercial photo style, shallow depth of field

日本語版

日本語対応ツール用

白く清潔なデスクの上に置かれた、真っ白な画面のスマートフォンとタブレット、隣にコーヒーカップと小さな観葉植物、柔らかいスタジオ照明、ミニマルな商品モックアップ写真、ハイエンドな商業写真スタイル、浅い被写界深度

期待できる仕上がり	画面部分に自分のコンテンツのスクショを合成すれば、販売ページ用画像が完成
カスタマイズ例	「smartphone and a tablet」→「an open laptop(PC講座系)」「a printed book(電子書籍の紙版風)」
初心者向けワンポイント	画面は「blank white screen(真っ白)」で生成し、スクショはCanvaで後から重ねるのがきれいに仕上がるコツ

08 記事ジャンル別アイコンセット(統一感)

用途	ブログのカテゴリアイコンやサービス紹介の図解用に、おそろいのアイコンを作る
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 16:9 または3:2 / Midjourney --ar 3:2 --style raw

英語版

そのままコピー

A set of 6 simple flat icons on a white background: a laptop, a camera, a paint palette, a coin, a book, and a lightbulb, consistent line weight, rounded corners, two-color design in navy blue and coral orange, modern UI icon style, evenly spaced grid layout

日本語版

日本語対応ツール用

白背景に6個のシンプルなフラットアイコンのセット: ノートPC、カメラ、絵の具パレット、コイン、本、電球、線の太さを統一、角丸、ネイビーとコーラルオレンジの2色デザイン、モダンなUIアイコンスタイル、等間隔のグリッド配置

期待できる仕上がり	一枚に6個並んだ統一デザインのアイコン。切り分けてブログ全体で使い回せる
カスタマイズ例	アイコンの中身を自分のカテゴリに→「a laptop, a camera…」を「a pen, a chart, a gift box…」など6つ指定
初心者向けワンポイント	「consistent line weight(線の太さを統一)」がバラバラ感を防ぐ魔法の一言です

09 ゆるかわ動物マスコット

用途	ブログやSNSのマスコットキャラ。吹き出しと組み合わせて解説役に
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 / Midjourney --ar 1:1 --niji 6(アニメ調に強いnijiモード)

英語版

そのままコピー

A cute round shiba inu mascot character, simple kawaii style, big sparkling eyes, sitting and waving one paw, thick clean outlines, soft flat colors, white background, sticker style illustration, cheerful and friendly

日本語版

日本語対応ツール用

まるくてかわいい柴犬のマスコットキャラクター、シンプルなかawaii系スタイル、キラキラした大きな目、座って片方の前足を振っている、太くきれいな輪郭線、柔らかいフラットな色使い、白背景、ステッカー風イラスト、明るくフレンドリー

期待できる仕上がり	LINEスタンプ風の親しみやすいキャラ。背景透過処理すれば記事内で万能に使える
カスタマイズ例	「shiba inu」→「cat / penguin / bear / rabbit」 / ポーズ→「pointing at a signboard(看板を指す)」「thinking with a question mark(考え中)」
初心者向けワンポイント	同じキャラを何度も出したいときは、最初の生成画像を「画像参照」機能で読み込ませると再現度が上がります

10 アニメ風人物アバター(顔出し代わり)

用途	発信者の分身となるアバター。顔出しなしでも「人」を感じさせる
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 / Midjourney --niji 6 --ar 1:1

英語版

そのままコピペ

Anime style portrait of a young adult with short dark hair wearing round glasses and a beige cardigan, gentle smile, soft cel shading, warm indoor background slightly blurred, clean line art, modern Japanese anime illustration, upper body shot

日本語版

日本語対応ツール用

丸メガネとベージュのカーディガンを身につけた、短い黒髪の若い大人のアニメ風ポートレート、優しい微笑み、柔らかいセル塗り、少しぼかした温かい室内背景、きれいな線画、現代日本のアニメイラスト、上半身ショット

期待できる仕上がり	SNSアイコン・note・YouTubeサムネに使える、清潔感のあるアニメ調アバター
カスタマイズ例	髪型・服・小物を自分らしく→「short dark hair」「round glasses」「beige cardigan」を好みに差し替え
初心者向けワンポイント	実在の人物名や芸能人名は入れないこと。規約違反になるツールが多く、商用利用でトラブルの元です

11 フラットイラスト(ビジネスシーン)

用途	記事内の挿絵。「在宅ワーク」「打ち合わせ」などの抽象的な話題を視覚化
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 16:9(記事挿絵)/ Midjourney --ar 16:9 --style raw

英語版

そのままコピペ

Flat vector illustration of a person working from home at a laptop, video call on screen with three colleagues, simple geometric shapes, corporate memphis style, soft blue and yellow color scheme, white background, clean and professional

日本語版

日本語対応ツール用

自宅でノートPCに向かって仕事をする人のフラットなベクターイラスト、画面には同僚3人とのビデオ会議、シンプルな幾何学的形状、コーポレートメンフィススタイル、柔らかい青と黄色の配色、白背景、清潔でプロフェッショナル

期待できる仕上がり	大手企業サイトにあるような、洗練されたビジネスイラスト
カスタマイズ例	シーンを差し替え→「working from home at a laptop」を「presenting a chart in a meeting(プレゼン)」「organizing schedule on a calendar(スケジュール管理)」
初心者向けワンポイント	「corporate memphis style」はビジネスイラストの定番スタイル名。この一語で雰囲気が出ます

12 アイソメトリック図解イラスト

用途	サービスの仕組み解説、ワークフロー図解、テック系記事の挿絵
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 / Midjourney --ar 1:1 --style raw

英語版

そのままコピペ

Isometric illustration of a tiny office workspace floating on a white background, desk with computer, bookshelf, coffee machine and a small plant, 3D diorama style, soft shadows, pastel purple and mint green palette, cute miniature feeling, high detail

日本語版

日本語対応ツール用

白背景に浮かぶ小さなオフィス空間のアイソメトリックイラスト、コンピューターのあるデスク、本棚、コーヒーマーカー、小さな観葉植物、3Dジオラマ風、柔らかな影、パステルパープルとミントグリーンの配色、かわいいミニチュア感、高精細

期待できる仕上がり	見ているだけで楽しい「箱庭風」図解。テック系ブログのアイキャッチで映える
カスタマイズ例	空間の中身を変える→「office workspace」を「online shop with delivery truck(EC系)」「AI robot factory(AI系)」
初心者向けワンポイント	「isometric(アイソメトリック)」は斜め上から見た立体図法のこと。この単語だけで一気にそれらしくなります

13 手描き風線画イラスト(1色)

用途	シンプルな挿絵。文章メインの記事の箸休めに。印刷物にも使いやすい
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 または4:5 / Midjourney --ar 1:1 --style raw

英語版

そのままコピペ

Minimal one-line drawing of a person meditating peacefully, single continuous black line on white background, elegant hand-drawn style, small abstract sun above, zen and calm mood, lots of white space, artistic and simple

日本語版

日本語対応ツール用

穏やかに瞑想する人のミニマルな一筆書き風イラスト、白背景に一本の続いた黒い線、上品な手描きスタイル、頭に小さな抽象的な太陽、禅のような静けさ、余白たっぷり、芸術的でシンプル

期待できる仕上がり	おしゃれなカフェのポスターのような、洗練された一筆書きアート
カスタマイズ例	モチーフを変える→「a person meditating」を「a cat stretching(伸びをする猫)」「two hands holding coffee(コーヒーを持つ手)」
初心者向けワンポイント	「one-line drawing(一筆書き)」+「lots of white space(余白たっぷり)」のセットが上品さの秘訣

14 水彩風やさしい挿絵

用途	エッセイ・子育て・暮らし系記事の挿絵。温かみを出したいときに
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 4:3 / Fireflyは「アート」+「水彩」スタイル

英語版

そのままコピペ

Gentle watercolor illustration of a cozy reading corner by a window, armchair with a knitted blanket, steaming mug on a side table, rain outside the window, soft muted colors bleeding into white paper, storybook style, warm and nostalgic

日本語版

日本語対応ツール用

窓辺の心地よい読書コーナーの優しい水彩イラスト、編み物のブランケットがかかったアームチェア、サイドテーブルに湯気の立つマグカップ、窓の外は雨、白い紙ににじむ柔らかくくすんだ色彩、絵本風、温かくノスタルジック

期待できる仕上がり	絵本の1ページのような、読者の心がほっとする挿絵
カスタマイズ例	季節を変える→「rain outside」を「snow falling outside(雪)」 「cherry blossoms out- side(桜)」
初心者向けワンポイント	水彩系は「bleeding into white paper(白い紙ににじむ)」でにじみ感が再現されます

15 絵本風ファンタジーイラスト

用途	創作・物語系コンテンツの表紙、KDP絵本、子ども向けコンテンツ
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 4:3(見開き風)または3:4(表紙)/ Midjourney --ar 4:3

英語版

そのままコピペ

Children's book illustration of a small fox with a lantern walking through a magical night forest, giant glowing mushrooms, fireflies, deep blue and warm orange contrast, soft textured brushstrokes, whimsical and heartwarming, storybook art style

日本語版

日本語対応ツール用

ランタンを持った小さなキツネが魔法の夜の森を歩く絵本イラスト、光る巨大キノコ、蛍、深い青と温かいオレンジのコントラスト、柔らかい質感のブラシストローク、幻想的で心温まる、絵本アートスタイル

期待できる仕上がり	そのまま絵本の1シーンになる、物語性のあるイラスト
カスタマイズ例	主人公と舞台を変える→「a small fox with a lantern」「night forest」を「a little rabbit with an umbrella」「rainy town」に
初心者向けワンポイント	「deep blue and warm orange contrast」のような補色指定は、プロっぽい配色になる近道です

16 レトロポップイラスト(昭和・90年代風)

用途	目を引くSNS投稿、レトロ系の企画記事、Tシャツなどのグッズデザイン
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 (ジャケ風)/ Midjourney --ar 1:1 --niji 6

英語版

そのままコピペ

Retro 90s Japanese city pop style illustration, a convertible car driving along a coastal road at sunset, palm trees, grainy texture, vibrant pink orange and teal color palette, vintage anime aesthetic, nostalgic summer vibes, album cover style

日本語版

日本語対応ツール用

レトロな90年代日本のシティポップ風イラスト、夕暮れの海岸道路を走るオープンカー、ヤシの木、粒子の粗い質感、鮮やかなピンク・オレンジ・ティールの配色、ヴィンテージアニメの美学、ノスタルジックな夏の雰囲気、アルバムジャケット風

期待できる仕上がり	SNSで「保存したくなる」系の、エモさ全開のシティポップアート
カスタマイズ例	シーンを変える→「convertible car driving along a coastal road」を「girl waiting at a neon-lit train station(駅で待つ人物)」
初心者向けワンポイント	「grainy texture(粒子の粗さ)」がレトロ感の決め手。忘れずに

17 プロ級の物撮り写真(小物)

用途	ハンドメイド・物販・レビュー記事の商品写真風画像
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 または4:5 / Midjourney --ar 1:1 --style raw

英語版

そのままコピペ

Professional product photography of a minimalist white ceramic mug on a light gray stone surface, soft diffused studio lighting from the left, subtle shadow, blurred neutral background, commercial quality, sharp focus on the product, 85mm lens look

日本語版

日本語対応ツール用

ライトグレーの石の台に置かれたミニマルな白い陶器マグカップのプロフェッショナルな商品写真、左からの柔らかく拡散したスタジオ照明、控えめな影、ぼかしたニュートラルな背景、商業品質、商品にシャープにフォーカス、85mmレンズの見た目

期待できる仕上がり	通販サイトのメイン画像レベルの物撮り。ライティングまで本格的
カスタマイズ例	被写体を変える→「white ceramic mug」を「handmade leather wallet」「glass perfume bottle」に
初心者向けワンポイント	「85mm lens look」のようなレンズ指定は写真系プロンプトの必殺技。一気に本物っぽくなります

18 あたたかい食べ物・カフェ写真

用途	グルメ・カフェ・レシピ系記事のアイキャッチや挿絵
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 4:5 または3:2 / Midjourney --ar 4:5 --style raw

英語版

そのままコピペ

Cozy food photography of fluffy pancakes with butter melting and maple syrup dripping, warm morning light from a window, rustic wooden table, steam rising, shallow depth of field, inviting and delicious, editorial food magazine style

日本語版

日本語対応ツール用

バターが溶けてメープルシロップが垂れるふわふわパンケーキの温かみのあるフード写真、窓からの朝の温かい光、素朴な木のテーブル、立ち上る湯気、浅い被写界深度、食欲をそそる美味しそうな見た目、グルメ雑誌の特集ページ風

期待できる仕上がり	雑誌の表紙級のシズル感。「steam rising(湯気)」で出来立て感まで再現
カスタマイズ例	料理を変える→「fluffy pancakes…」を「a bowl of steaming ramen with soft boiled egg」「iced latte with cream swirling」に
初心者向けワンポイント	食べ物は「dripping(垂れる)」「melting(溶ける)」「steam(湯気)」など動きのある単語でシズル感が倍増します

19 旅行風景写真(絶景)

用途	旅行系記事、風景メインのPinterestピン、癒し系コンテンツ
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 16:9(ヘッダー)または2:3(Pinterest)/ Midjourney --ar 16:9 --style raw

英語版

そのままコピペ

Breathtaking landscape photography of terraced rice fields at golden hour, morning mist floating in the valley, layers of mountains fading into the distance, warm golden sunlight, ultra wide angle, high dynamic range, National Geographic style

日本語版

日本語対応ツール用

ゴールデンアワーの棚田の息をのむ風景写真、谷に漂う朝霧、遠くに霞んでいく山々の重なり、温かい金色の陽光、超広角、ハイダイナミックレンジ、ナショナルジオグラフィック風

期待できる仕上がり	写真素材サイトで売られているレベルの風景写真
カスタマイズ例	場所と時間を変える→「terraced rice fields at golden hour」を「a lavender field at sun- set」「a snowy mountain lake at sunrise」に
初心者向けワンポイント	「golden hour(日の出・日没前後)」は風景写真を美しくする魔法の時間指定です

20 手元だけの作業風景写真(顔出しなし)

用途	「作業している感」を出すブログ・SNS用写真。顔出しなし発信の強い味方
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 3:2 または16:9 / Midjourney --ar 3:2 --style raw

英語版

そのままコピー

Close-up photography of hands typing on a laptop keyboard, cozy sweater sleeves, warm cup of tea beside, soft window light, blurred background of a comfortable room, no face visible, warm lifestyle photography, shallow depth of field

日本語版

日本語対応ツール用

ノートPCのキーボードをタイピングする手元のクローズアップ写真、温かそうなセーターの袖、傍らに温かいお茶のカップ、柔らかい窓の光、心地よい部屋のぼかした背景、顔は写らない、温かみのあるライフスタイル写真、浅い被写界深度

期待できる仕上がり	「リアルな自分の作業風景」に見える自然な写真。記事の信頼感アップ
カスタマイズ例	作業内容を変える→「typing on a laptop keyboard」を「writing in a journal with a fountain pen」「holding a camera」に
初心者向けワンポイント	「no face visible(顔は写らない)」を入れておくと安心。手元写真は身バレせず生活感を出せる万能素材です

21 インテリア・部屋写真

用途	暮らし系・インテリア系記事、ルームツアー風コンテンツ
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 4:3 または3:2 / Midjourney --ar 4:3 --style raw

英語版

そのままコピー

Interior photography of a bright Scandinavian style living room, white walls, light wood furniture, a comfortable sofa with linen cushions, large window with sheer curtains, monstera plant in the corner, airy and clean atmosphere, architectural digest style

日本語版

日本語対応ツール用

明るい北欧スタイルのリビングルームのインテリア写真、白い壁、明るい木の家具、リネンクッションのある心地よいソファ、シアーカーテンの大きな窓、隅にモンステラの観葉植物、風通しの良い清潔な雰囲気、建築雑誌スタイル

期待できる仕上がり	不動産・インテリア雑誌クオリティの部屋写真
カスタマイズ例	スタイルを変える→「Scandinavian style」を「Japanese minimalist(和モダン)」「industrial loft(インダストリアル)」に
初心者向けワンポイント	部屋写真は「airy(風通しの良い)」「bright(明るい)」で好印象に。暗い部屋は用途に限られます

22 季節イベント素材(桜・紅葉・雪など)

用途	季節の挨拶投稿、キャンペーンバナー、季節記事のアイキャッチ
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 16:9(バナー)または1:1 / Midjourney --ar 16:9 --style raw

英語版

そのままコピー

Beautiful cherry blossom branches framing the top and bottom edges of the image, soft pink petals falling, pale blue spring sky in the background, dreamy bokeh, empty space in the center for text, bright and hopeful spring mood, delicate photography style

日本語版

日本語対応ツール用

画像の上下の縁を飾る美しい桜の枝、舞い散る淡いピンクの花びら、背景は薄い青の春の空、夢のようなボケ感、中央はテキスト用の空白、明るく希望に満ちた春の雰囲気、繊細な写真スタイル

期待できる仕上がり	「〇〇キャンペーン」「新生活応援」などの文字を入れるだけで季節バナーが完成
カスタマイズ例	季節を差し替え→「cherry blossom branches」「spring sky」を「red maple leaves / autumn sky(秋)」「snow crystals / winter night sky(冬)」に
初心者向けワンポイント	「framing the edges(縁を飾る)」指定で、主役の花が文字の邪魔をしない構図になります

23 空と雲のドラマチック背景

用途	ポエム系投稿、目標・夢を語る記事、爽やかな汎用背景
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 16:9 または9:16(ストーリーズ用) / Midjourney --ar 16:9 --style raw

英語版

そのままコピー

Dramatic sky photography, huge cumulus clouds glowing pink and gold at sunset, rays of light breaking through, vast open sky filling the entire frame, no ground visible, awe-inspiring and emotional, high resolution nature photography

日本語版

日本語対応ツール用

ドラマチックな空の写真、夕焼けでピンクと金色に輝く巨大な入道雲、雲間から差し込む光の筋、画面全体を埋め尽くす広大な空、地面は写らない、感動的で心を揺さぶる、高解像度の自然写真

期待できる仕上がり	文字を白抜きで載せるだけで「エモい」投稿になる万能背景
カスタマイズ例	空の表情を変える→「sunset」を「clear blue sky with small white clouds(爽やか)」「starry night sky with milky way(星空)」に
初心者向けワンポイント	「rays of light breaking through(差し込む光)」は感動系ビジュアルの定番ワードです

24 白背景の切り抜き用素材

用途	資料・サムネ・バナーに合成しやすい、背景除去前提の素材画像
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 / Midjourney --ar 1:1 --style raw

英語版

そのままコピー

A single red vintage alarm clock, isolated on a pure white background, studio product lighting, no shadows, centered composition, high detail, clean edges, catalog photography style

日本語版

日本語対応ツール用

一つの赤いヴィンテージ目覚まし時計、純白の背景に単体で配置、スタジオ商品照明、影なし、中央配置、高精細、輪郭がきれい、カタログ写真スタイル

期待できる仕上がり	背景除去ツールで一発で切り抜ける、輪郭のきれいな単体素材
カスタマイズ例	被写体を変える→「red vintage alarm clock」を「a stack of gold coins(お金系)」 「a green potted plant(観葉植物)」に
初心者向けワンポイント	「isolated on a pure white background, no shadows」のセットが切り抜きやすさの鍵。CanvaやFireflyの背景削除と組み合わせて使いましょう

25 ログ風エンブレム・ワッペン

用途	ブログ・商品のロゴ案出し、ブランディングのたたき台
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 / Midjourney --ar 1:1 --style raw --no text

英語版

そのままコピー

Vintage emblem logo design of a mountain and rising sun inside a circle badge, simple two-color design in dark green and cream, retro outdoor brand style, clean vector lines, symmetrical composition, white background, no text

日本語版

日本語対応ツール用

円形バッジの中に山と昇る太陽を配したヴィンテージエンブレムロゴデザイン、ダークグリーンとクリームの2色のシンプルなデザイン、レトロなアウトドアブランド風、きれいなベクター線、左右対称の構図、白背景、文字なし

期待できる仕上がり	アウトドアブランドにありそうな、味のあるエンブレムロゴのたたき台
カスタマイズ例	モチーフを変える→「a mountain and rising sun」を「a coffee cup and wheat(カフェ)」 「an open book and quill pen(文章系)」に
初心者向けワンポイント	AIは文字が苦手なので「no text(文字なし)」で生成し、文字はCanvaで後入れが正解です

26 シームレスパターン素材

用途	ブログ背景、バナーの下地、ラッピングペーパー風素材、グッズ制作
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 / Midjourney --ar 1:1 --tile(タイル状に繋がる専用オプション!)

英語版

そのままコピー

Seamless repeating pattern of small hand-drawn lemons, leaves and tiny flowers, evenly scattered on a soft cream background, cute Scandinavian textile design, muted yellow and sage green palette, flat simple style, wallpaper pattern

日本語版

日本語対応ツール用

小さな手描きのレモン・葉っぱ・小花のシームレスな繰り返しパターン、柔らかいクリーム色の背景に均等に散りばめる、かわいい北欧テキスタイルデザイン、くすんだ黄色とセージグリーンの配色、フラットでシンプルなスタイル、壁紙パターン

期待できる仕上がり	敷き詰めても継ぎ目が目立たない、テキスタイル風のカワイイパターン
カスタマイズ例	モチーフを変える→「lemons, leaves and tiny flowers」を「stars and moons(星空系)」「coffee beans and cups(カフェ系)」に
初心者向けワンポイント	Midjourneyの「-tile」は完全に繋がるパターンが作れる神機能。パターン素材はMidjourney一択です

27 ネオン看板風グラフィック

用途	夜系・エンタメ系・セール告知のバナーやサムネイル
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 または16:9 / Midjourney --ar 1:1 --style raw

英語版

そのままコピー

Neon sign style graphic of a glowing coffee cup with steam, bright pink and electric blue neon tubes, dark brick wall background, realistic glow and light reflection, night atmosphere, retro diner aesthetic, centered composition

日本語版

日本語対応ツール用

湯気の立つコーヒーカップの光るネオンサイン風グラフィック、明るいピンクとエレクトリックブルーのネオン管、暗いレンガ壁の背景、リアルな発光と光の反射、夜の雰囲気、レトロなダイナー風、中央配置

期待できる仕上がり	発光感がリアルなネオンアート。サムネで圧倒的に目立つ
カスタマイズ例	モチーフを変える→「a glowing coffee cup」を「a lightning bolt(エネルギー)」「a game controller(ゲーム系)」に
初心者向けワンポイント	ネオン系は背景を「dark brick wall(暗いレンガ壁)」にすると発光が引き立ちます

28 3Dクレイ(粘土)風アイコン

用途	アプリ紹介、かわいい系サムネ、目を引くSNSアイコン素材
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 1:1 / Midjourney --ar 1:1 --style raw

英語版

そのままコピペ

Cute 3D clay style icon of a smiling envelope character, soft rounded shapes, pastel pink and lavender colors, smooth matte clay texture, soft studio lighting, floating on a light background with soft shadow, playful and friendly, 3D render

日本語版

日本語対応ツール用

微笑む封筒キャラクターのかわいい3Dクレイ風アイコン、柔らかい丸みのある形、パステルピンクとラベンダーの色合い、なめらかでマットな粘土の質感、柔らかいスタジオ照明、明るい背景に柔らかい影と共に浮かぶ、遊び心がありフレンドリー、3Dレンダリング

期待できる仕上がり	触りたくなる質感の、今どきの3Dアイコン
カスタマイズ例	モチーフを変える→「a smiling envelope character」を「a heart with tiny arms(ハート)」「a rocket taking off(ロケット)」に
初心者向けワンポイント	「clay texture(粘土の質感)」+「soft rounded shapes(丸み)」がかわいさの方程式です

29 和風・浮世絵テイスト

用途	日本文化系コンテンツ、海外向け発信、和風デザインのアクセント
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	Aspect Ratio 3:2 または2:3 / Midjourney --ar 3:2 --style raw

英語版

そのままコピペ

Ukiyo-e woodblock print style illustration of a great wave with Mount Fuji in the distance, traditional Japanese art, indigo blue and cream color palette, visible paper texture, bold flowing linework, Edo period aesthetic, elegant composition

日本語版

日本語対応ツール用

遠くに富士山を望む大波の浮世絵木版画風イラスト、日本の伝統芸術、藍色とクリーム色の配色、和紙の質感、大胆で流れるような線、江戸時代の美学、優雅な構図

期待できる仕上がり	海外ウケ抜群の本格浮世絵テイスト。Pinterestの海外流入にも効く
カスタマイズ例	モチーフを現代のものに→「a great wave with Mount Fuji」を「a cat sitting under a red torii gate」「a bullet train passing rice fields」に(和洋ミックスが面白い)
初心者向けワンポイント	「visible paper texture(和紙の質感)」で印刷物っぽさが出て一気に本物風になります

30 万能テンプレート(穴埋め式)

用途	ここまでの29個に欲しいものがなかったとき用の「自分で組み立てる」型
対応ツール	Midjourney / DALL-E / Firefly / Flux / Nano Banana
おすすめ設定	用途に合わせて01～29の設定を流用

英語版

そのままコピー

[STYLE] of [SUBJECT], [DOING WHAT / DETAILS], [BACKGROUND], [COLOR PALETTE], [LIGHTING], [MOOD], high quality

記入例 Flat illustration of a woman jogging in a park, morning routine scene, soft green park background, fresh mint and white color palette, bright morning light, energetic and positive mood, high quality

日本語版

日本語対応ツール用

【スタイル】の【主役】、【何をしている/詳細】、【背景】、【配色】、【光】、【雰囲気】、高品質

記入例 フラットイラストの公園をジョギングする女性、朝のルーティンのワンシーン、柔らかい緑の公園背景、ミントと白の爽やかな配色、明るい朝の光、エネルギッシュで前向きな雰囲気、高品質

期待できる仕上がり	6つの穴を埋めるだけで、プロ構造のプロンプトが自作できる
カスタマイズ例	【スタイル】に入れる言葉の例:flat illustration / watercolor / 3D render / professional photography / anime style / isometric
初心者向けワンポイント	プロンプトの基本構造は「スタイル→主役→詳細→背景→色→光→雰囲気」。この順番さえ守れば失敗しません

動画生成プロンプト10選

Veo(Gemini / Flow)/ Higgsfield —動画は「カメラの動き」の指定が上達の最短ルートです

31 シネマティックB-roll(コーヒーを淹れる)

用途	VlogやYouTubeの挿入映像、カフェ系・朝ルーティン系コンテンツ
対応ツール	Veo / Higgsfield
おすすめ設定	長さ5〜8秒/ 16:9(YouTube)または9:16(ショート)/ Veoは音声生成もONに(注ぐ音が入る)

英語版

そのままコピペ

Cinematic close-up shot of hot coffee being poured slowly into a clear glass cup, steam rising in warm morning sunlight, slow motion, shallow depth of field, cozy kitchen background softly blurred, warm color grading, 4K film look

日本語版

日本語対応ツール用

透明なガラスカップに熱いコーヒーがゆっくり注がれるシネマティックなクローズアップショット、朝の温かい陽光の中で立ち上る湯気、スローモーション、浅い被写界深度、柔らかくぼかした心地よいキッチン背景、温かみのあるカラーグレーディング、4K映画風

期待できる仕上がり	CMのようなシズル感のあるB-roll。スロー+湯気+逆光の三拍子
カスタマイズ例	被写体を変える→「hot coffee being poured」を「honey dripping onto pancakes」「tea leaves swirling in hot water」に
初心者向けワンポイント	動画は「slow motion(スロー)」を入れると失敗が減ります。速い動きはAIが苦手だからです

32 商品回転ショーケース動画

用途	商品紹介、デジタルコンテンツの販促、サムネイル用の動きのある素材
対応ツール	Veو / Higgsfield
おすすめ設定	長さ5〜8秒/ 16:9 または1:1 / ループ再生前提なら「seamless loop」を追加

英語版

そのままコピー

A sleek smartphone slowly rotating 360 degrees on a glossy black pedestal, dramatic studio lighting with soft rim light, dark background with subtle blue gradient, camera fixed, product commercial style, elegant and premium feeling

日本語版

日本語対応ツール用

光沢のある黒い台座の上でゆっくり360度回転する洗練されたスマートフォン、柔らかいリムライトのあるドラマチックなスタジオ照明、控えめな青いグラデーションの暗い背景、カメラは固定、商品CMスタイル、上品でプレミアムな印象

期待できる仕上がり	Apple風の高級感ある商品プロモ映像
カスタマイズ例	商品を変える→「a sleek smartphone」を「a perfume bottle」「a book standing up- right(電子書籍の販促に)」に
初心者向けワンポイント	「camera fixed(カメラ固定)+被写体が回る」構図は破綻しにくく、初心者向きです

33 自然風景タイムラプス風

用途	オープニング映像、瞑想・作業用BGM動画の背景、癒し系コンテンツ
対応ツール	Veو / Higgsfield
おすすめ設定	長さ8秒/ 16:9 / BGM系動画に使うなら複数生成して繋げる

英語版

そのままコピー

Timelapse style video of clouds flowing over a calm mountain lake at sunrise, sky changing from purple to golden orange, mist moving across the water surface, wide static shot, serene and majestic, nature documentary quality

日本語版

日本語対応ツール用

日の出の静かな山の湖の上を雲が流れるタイムラプス風動画、紫から黄金色のオレンジへ変わる空、水面を渡る霧、ワイドな固定ショット、静謐で雄大、自然ドキュメンタリー品質

期待できる仕上がり	「雲が流れ、光が変わる」時間の経過を感じる映像美
カスタマイズ例	風景を変える→「mountain lake at sunrise」を「city skyline at dusk(夕暮れの街)」「starry sky rotating over a desert(星空)」に
初心者向けワンポイント	タイムラプスは「sky changing from A to B(空がAからBに変わる)」と変化を明示すると成功率が上がります

34 テキスト用背景ループ動画

用途	ショート動画の背景、告知動画の下地、文字を載せる前提の動く壁紙
対応ツール	Veو / Higgsfield
おすすめ設定	長さ5〜8秒/ 9:16(ショート・リール用)/ ループ再生設定

英語版

そのままコピー

Abstract background animation, soft pastel gradient waves slowly flowing from left to right, gentle floating light particles, smooth continuous motion, no sharp changes, calm and modern, seamless loop, suitable for text overlay

日本語版

日本語対応ツール用

抽象的な背景アニメーション、左から右へゆっくり流れる柔らかいパステルグラデーションの波、ふわふわ漂う光の粒子、なめらかで途切れない動き、急な変化なし、落ち着いていてモダン、シームレスループ、テキストを載せるのに適した映像

期待できる仕上がり	文字テロップの邪魔をしない、上品に動き続ける背景
カスタマイズ例	テイストを変える→「soft pastel gradient waves」を「dark navy with golden particles(高級感)」「fresh green leaves swaying(ナチュラル)」に
初心者向けワンポイント	背景動画は「no sharp changes(急な変化なし)」が命。動きが激しいと文字が読めません

35 街歩きPOV(一人称視点)

用途	旅行系コンテンツ、Vlog風演出、「その場にいる感」のある導入映像
対応ツール	Veو / Higgsfield
おすすめ設定	長さ8秒/ 16:9 または9:16 / Veوなら環境音(雨音・街の音)もON

英語版

そのままコピー

First person POV walking slowly through a narrow Tokyo alley at night, colorful neon signs and lanterns glowing, light rain making the street reflective, steam from food stalls, cinematic handheld camera movement, immersive atmosphere, film grain

日本語版

日本語対応ツール用

夜の東京の細い路地をゆっくり歩く一人称視点、色とりどりに光るネオン看板と提灯、小雨で反射する路面、屋台から立ち上る湯気、シネマティックな手持ちカメラの動き、没入感のある雰囲気、フィルムグ레인

期待できる仕上がり	映画のワンシーンのような、雨の夜の路地歩き映像
カスタマイズ例	場所を変える→「Tokyo alley at night」を「a sunny European old town street(ヨーロッパ)」「a bamboo forest path(竹林)」に
初心者向けワンポイント	「POV(一人称視点)」+「walking slowly」は視聴者を引き込む王道の組み合わせです

36 料理シズル動画

用途	レシピ系ショート、グルメ紹介、飲食系の販促動画
対応ツール	Veو / Higgsfield
おすすめ設定	長さ5〜8秒/ 9:16(ショート)または1:1 / 音声ON(ジュージュー音)

英語版

そのままコピペ

Extreme close-up of a juicy cheeseburger being assembled, melted cheese slowly stretching as the top bun presses down, sesame seeds in sharp focus, dramatic dark background, slow motion, delicious commercial food videography, warm appetizing lighting

日本語版

日本語対応ツール用

ジューシーなチーズバーガーが組み立てられる超クローズアップ、上のパンズが押さえると溶けたチーズがゆっくり伸びる、ゴマにシャープなフォーカス、ドラマチックな暗い背景、スローモーション、美味しそうなCM風フード映像、温かく食欲をそそる照明

期待できる仕上がり	ハンバーガーチェーンのCM級のシズル映像
カスタマイズ例	料理を変える→「cheeseburger being assembled」を「chocolate sauce being poured over ice cream」「cheese pull from a pizza slice」に
初心者向けワンポイント	「stretching(伸びる)」「pouring(注ぐ)」「melting(溶ける)」など“1つの動作”に絞ると高品質になります

37 ドローン風空撮映像

用途	オープニング映像、壮大な雰囲気演出、旅行・自然系コンテンツ
対応ツール	Veو / Higgsfield
おすすめ設定	長さ8秒/ 16:9 / オープニングに使うなら音楽と合わせてカット編集

英語版

そのままコピペ

Aerial drone shot flying slowly forward over a turquoise coastline with white sand beaches, waves gently rolling in, small islands in the distance, bright midday sun, smooth stable camera movement, breathtaking travel film style, ultra high quality

日本語版

日本語対応ツール用

白い砂浜のターコイズブルーの海岸線の上をゆっくり前進するドローン空撮ショット、優しく打ち寄せる波、遠くに小さな島々、明るい真昼の太陽、なめらかで安定したカメラの動き、息をのむトラベルフィルム風、超高品質

期待できる仕上がり	旅行番組のオープニングのような爽快な空撮
カスタマイズ例	飛ぶ場所を変える→「turquoise coastline」を「autumn forest with a winding river(秋の森)」「terraced rice fields(棚田)」に
初心者向けワンポイント	カメラの動きは1方向だけ(flying slowly forward)に。複数の動きを指定すると破綻しがちです

38 キャラクターアニメーション(ループ)

用途	マスコットを動かす、チャンネルの演出、LINEスタンプ風アニメ
対応ツール	Veو / Higgsfield(+ PART1の09で作った画像をimage-to-videoで動かすのもおすすめ)
おすすめ設定	長さ5秒/ 1:1 または9:16 / image-to-video機能があれば手持ちのキャラ画像を読み込ませる

英語版

そのままコピー

Cute cartoon shiba inu mascot character gently bouncing up and down in place, happy expression, simple pastel background, smooth 2D animation style, soft shadows, seamless loop animation, kawaii and cheerful

日本語版

日本語対応ツール用

その場で優しく上下に跳ねるかわいい柴犬のマスコットキャラクター、嬉しそうな表情、シンプルなパステル背景、なめらかな2Dアニメーションスタイル、柔らかい影、シームレスなループアニメーション、かわいくて明るい

期待できる仕上がり	ぴよこぴよこ動く自分だけのマスコット。動画の隅に置くだけで愛着度アップ
カスタマイズ例	動きを変える→「bouncing up and down」を「waving paw(手を振る)」 「nodding hap- pily(うなづく)」に
初心者向けワンポイント	静止画から動かす「image-to-video」を使うと、PART1で作ったキャラをそのまま動かせます。キャラの一貫性はこの方法が最強

39 雨の窓辺・Lo-fi風ループ映像

用途	作業用BGM動画、チルなSNS投稿、落ち着いた雰囲気演出
対応ツール	Veو / Higgsfield
おすすめ設定	長さ8秒/ 16:9 / ループ再生+Lo-fi音源と組み合わせ

英語版

そのままコピー

Lo-fi aesthetic scene, rain drops sliding down a window at night, warm desk lamp and a cup of tea on the windowsill inside, blurred city lights bokeh outside, cozy and melancholic mood, soft anime style illustration look, gentle continuous motion, seamless loop

日本語版

日本語対応ツール用

Lo-fi風のシーン、夜の窓ガラスを伝う雨粒、窓辺の内側には温かいデスクランプとお茶のカップ、外にはぼやけた街明かりのボケ、心地よくて少し切ない雰囲気、柔らかいアニメイラスト風の見た目、優しく続く動き、シームレスループ

期待できる仕上がり	YouTubeの「Lo-fi作業用BGM」チャンネルにあるような映像
カスタマイズ例	シーンを変える→「rain drops sliding down a window」を「snow falling outside the window(雪)」 「cat sleeping on the windowsill(猫)」に
初心者向けワンポイント	「gentle continuous motion(優しく続く動き)」がループ映像のキモ。激しい変化はループの継ぎ目でバレます

40 ショート動画の冒頭フック映像

用途	TikTok・リール・ショート of 冒頭3秒。スクロールの指を止める掴み映像
対応ツール	Vevo / Higgsfield
おすすめ設定	長さ5秒/ 9:16(縦型)必須/ 冒頭に文字フック(「知らないで損」等)を重ねる

英語版

そのままコピー

Fast dolly zoom toward a laptop screen glowing in a dark room, dramatic lighting shift from dark to bright, papers and coffee on the desk, intense focused atmosphere, cinematic thriller style opening shot, vertical video, high energy

日本語版

日本語対応ツール用

暗い部屋で光るノートPCの画面に向かって素早く迫るドリーズーム、暗から明へのドラマチックな照明の変化、デスクの上には書類とコーヒー、緊張感のある集中した雰囲気、シネマティックなスリラー映画風オープニングショット、縦型動画、ハイエナジー

期待できる仕上がり	「何が始まるの?」と思わせる、緊張感のある掴み映像
カスタマイズ例	迫る対象を変える→「a laptop screen」を「a smartphone with notifications popping(通知が来るスマホ)」 「an opening treasure box(開く宝箱)」に
初心者向けワンポイント	ショートは冒頭が9割。この1本と34の背景ループの2本があれば、ショート動画の型が完成します

文章系AIプロンプト10選

ChatGPT / Claude / Gemini共通。そのまま貼って【 】の中だけ書き換えてください

41 画像生成プロンプト自動作成マシン

用途	「英語プロンプトが書けない」を一生解決する。日本語で伝えるだけで高品質な英語プロンプトを作ってもら
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	そのままチャットに貼るだけ。設定不要

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたはプロの画像生成プロンプトエンジニアです。

私が日本語で「作りたい画像のイメージ」を伝えるので、以下の構造で高品質な英語プロンプトを3パターン作成してください。

構造: スタイル → 主役 → 詳細・動作 → 背景 → 配色 → 光 → 雰囲気 → 品質ワード

条件:

- ・Midjourney、DALL・E、Fireflyなど主要ツールでそのまま使える自然な英語にする
- ・3パターンはそれぞれテイストを変える(例: 写真風/イラスト風/3D風)
- ・各パターンに日本語訳と、おすすめのアスペクト比を添える

作りたい画像: 【ここに日本語で自由に書く。例: 春っぽい、ブログの春のキャンペーン用の明るいバナー】

期待できる仕上がり	ふわっとした日本語の要望が、プロ構造の英語プロンプト3案に変換される
カスタマイズ例	「3パターン」を「5パターン」に/「Pinterest用に縦長前提で」など用途を追記
初心者向けワンポイント	この特典の01~30で物足りなくなったら、このプロンプトが「無限プロンプト製造機」になります

42 ブログ記事構成の壁打ち

用途	記事を書く前の構成作り。見出し・導入・結論まで設計図を一発で
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	出力後「H2の3つ目をもっと具体的に」など会話で修正指示

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたはSEOに強いプロのブログ編集者です。
以下の条件で、ブログ記事の構成案を作成してください。

記事テーマ：【例:AI画像生成の始め方】

想定読者：【例:AIを一度も使ったことがない副業初心者】

読者の悩み：【例:難しそう、英語が不安、何から始めればいいのかわからない】

記事のゴール：【例:読み終わったら無料ツールで1枚生成できている状態】

出力してほしいもの：

1. 記事タイトル案 5本(32文字以内、数字入りを優先)
2. 見出し構成(H2・H3)と各見出しで書く内容の要約
3. 導入文(150字程度、読者の悩みに共感し続きを読みたくさせる)
4. まとめ部分に入れるべき行動喚起(CTA)の提案

期待できる仕上がり	そのまま執筆に入れるレベルの記事設計図。執筆時間が半分以下に
カスタマイズ例	「文字数の目安を各見出しに付けて」「競合記事との差別化ポイントも提案して」を追加
初心者向けワンポイント	AIに記事を「書かせる」より、構成を「作らせて」自分で書く方が、読まれる記事になります

43 SNS投稿10本一括生成

用途	X・Instagram・Threadsの投稿ネタ切れ対策。1週間分をまとめて仕込む
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	気に入った投稿があれば「この5番のテイストであと5本」と追加依頼

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたはフォロワー10万人のSNS運用のプロです。
以下の条件でX(Twitter)向けの投稿を10本作成してください。

発信ジャンル:【例:AI画像生成×副業】

ターゲット:【例:会社員をしながら副業を探している30代】

目的:【例:プロフィールへのアクセスとフォローを増やす】

条件:

- ・1本140字以内
- ・冒頭1行目で必ず興味を引く(数字・意外性・共感のいずれかを使う)
- ・10本の内訳:ノウハウ系4本、失敗談・共感系3本、実績・変化系2本、質問系1本
- ・絵文字は1投稿につき最大2個
- ・ハッシュタグは付けない

期待できる仕上がり	型がバラけた10本が一度に手に入る。予約投稿と組み合わせれば1週間の運用が1回で完了
カスタマイズ例	「Instagram用にキャプション+ハッシュタグ10個付きで」に変更/「過去の反応が良かった投稿はこれ→【貼り付け】。この系統を強化して」
初心者向けワンポイント	「内訳指定(ノウハウ4本、共感3本…)」がコツ。指定しないと同ような投稿ばかり出てきます

44 文章リライト・推敲マシン

用途	書いた文章を「読みやすく・伝わる」文章に磨き上げる
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	長文は2000字程度ずつに分けて依頼すると精度が安定

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたはベストセラーを何冊も手がけた敏腕編集者です。
以下の文章を、意味を変えずにリライトしてください。

条件：

- ・一文を短くする(60文字以内を目安)
- ・同じ語尾を3回以上続けない
- ・冗長な表現(「~することができる」→「~できる」など)を削る
- ・難しい言葉は中学生でもわかる言葉に置き換える
- ・削った方が良い文があれば遠慮なく削る

リライト後に、修正した主なポイントを3つ、理由付きで教えてください。

文章：

【ここに自分の文章を貼り付け】

期待できる仕上がり	意味そのまま、読みやすさ2倍の文章。修正理由を読むことで自分の文章力も上がる
カスタマイズ例	「ですます調のまま」「もっと熱量のある文体に」「noteっぽい語りかけ調に」など文体指定を追加
初心者向けワンポイント	「修正ポイントを理由付きで」の一文が重要。これがあると添削レッスンにもなり、一石二鳥です

45 キャッチコピー20案ジェネレーター

用途	記事タイトル、バナーの文字、商品名、企画名などの案出し
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	「3番と11番を掛け合わせて新しい案を」のように組み合わせ指示が有効

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたは数々の賞を取ったコピーライターです。
以下の商品・サービスのキャッチコピーを20案作成してください。

対象：【例：AI画像生成のプロンプト集（無料配布）】
ターゲット：【例：AIに興味はあるが英語が苦手な初心者】
伝えたい価値：【例：コピペするだけでプロ級の画像が作れる】

条件：20案の内訳

- ・ 数字を使ったコピー 5案
- ・ 不安や悩みに寄り添うコピー 5案
- ・ 意外性・ギャップのあるコピー 5案
- ・ 短くて力強いコピー（15文字以内）5案

最後に、あなたが最も自信のある1案とその理由を教えてください。

期待できる仕上がり	方向性の違う20案から選べる。自分では思いつかない角度の案が必ず数本入っている
カスタマイズ例	対象を「ブログのヘッダーに入れる一言」「Pinterestのピンに載せる文字」に変えるだけで無限に使い回せます
初心者向けワンポイント	コピーは「たくさん出して選ぶ」が正解。1案ずつ頼むより20案一括の方が質も上がります

46 ショート動画台本メーカー

用途	TikTok・リール・YouTubeショート of 30〜60秒台本作り
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	台本ができれば31〜40の動画プロンプトで映像素材を生成すると、1人で動画が完成

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたは再生数100万回超えを連発するショート動画の放送作家です。
以下のテーマで60秒のショート動画台本を作成してください。

テーマ:【例:無料でAI画像を作る方法3選】
ターゲット:【例:AIに興味がある副業初心者】
ゴール:【例:プロフィールのリンクからブログに誘導】

台本の構成:

- フック(0〜3秒):スクロールを止める一言。3パターン提案
- 本編(3〜50秒):テンポよく展開。ナレーション文と画面に出すテロップを分けて書く
- オチ+CTA(50〜60秒):最後まで見た人への一言と行動喚起

条件:

- ・ナレーションは話し言葉で、1文を短く
- ・専門用語には一言の補足を入れる

期待できる仕上がり	ナレーション・テロップ・秒数配分まで揃った、すぐ撮れる(作れる)台本
カスタマイズ例	「30秒版に圧縮して」「もっと感情に訴える展開に」/シリーズ化するなら「この台本の続編を3本」
初心者向けワンポイント	フックを3パターン出させるのがミソ。動画の成否は最初の3秒でほぼ決まります

47 英語プロンプト翻訳・強化ツール

用途	自分で書いた日本語の指示や拾った英語プロンプトを、より高品質な英語プロンプトに改善
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	出力されたプロンプトをそのまま画像生成AIへコピペ

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたは画像生成AIの英語プロンプト専門の翻訳者です。

以下のプロンプトを、画像生成AIで最高の結果が出る自然な英語プロンプトに改善してください。

条件:

- ・直訳ではなく、画像生成AIが理解しやすい語順と語彙に最適化する
- ・曖昧な表現があれば具体的な描写に置き換える(「きれいな」→何がどうきれいか)
- ・足りない要素(光・配色・構図・質感)があれば補い、補った箇所は【追加】と印を付ける
- ・改善後のプロンプトの日本語訳も添える

元のプロンプト:

【ここに日本語の指示 or 改善したい英語プロンプトを貼る】

期待できる仕上がり	Google翻訳の直訳とは別物の、「効く」英語プロンプト。何が足りなかったかも学べる
カスタマイズ例	「Midjourney向けに-arなどのパラメータ提案も付けて」「アニメ系に強い表現で」
初心者向けワンポイント	41番が「ゼロから作る」用、この47番が「手直しする」用。2つセットで英語の悩みは消えます

48 読者ペルソナ設計シート

用途	ブログ・SNSの発信がブレないように、「たった一人の読者」を具体化する
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	完成したペルソナは保存して、記事作成時に「このペルソナ向けに」と毎回貼ると発信が一貫します

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたはマーケティングリサーチの専門家です。

以下の情報から、私の発信の理想の読者像(ペルソナ)を1人、リアルに設計してください。

発信ジャンル:【例:画像生成AIを使った副業ノウハウ】

届けたい価値:【例:顔出しなしでも収入の柱を作れる方法】

設計してほしい項目:

- ・名前・年齢・職業・家族構成・年収
- ・平日と休日の1日のスケジュール
- ・悩み(表面的な悩みと、本人も気づいていない深い悩み)
- ・これまで試して挫折したこと
- ・情報収集の方法(よく見るSNS、検索するキーワード5個)
- ・この人が思わずクリックする記事タイトルの特徴

最後に、このペルソナに刺さる記事テーマを10個提案してください。

期待できる仕上がり	「誰に書けばいいか」が明確になり、記事のネタ10個まで同時に手に入る
カスタマイズ例	「ペルソナを2人(初心者向け・中級者向け)作って違いを比較して」
初心者向けワンポイント	発信で伸び悩む原因の8割は「誰に向けて書いているか曖昧」なこと。最初にこれをやると後がすべて楽になります

49 SEO記事タイトル+見出しキーワード提案

用途	検索から読まれる記事にするための、タイトルとキーワード設計
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	Geminiで使うと検索連動の情報が反映されやすい

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたはSEOコンサルタントです。
以下のキーワードで検索上位を狙う記事の設計を手伝ってください。

狙うキーワード：【例:AI画像生成 無料 初心者】

出力してほしいもの：

1. このキーワードで検索する人の検索意図(知りたいこと)を3つ
2. 検索意図をすべて満たす記事タイトル案5本(32文字以内、キーワードは前半に)
3. 記事に入れるべき見出し(H2)案と、各見出しに含めると良い関連キーワード
4. 検索者が記事を読んだ後に次に知りたくなること(=内部リンクを張るべき記事テーマ)3つ

注意:検索ボリュームの実数はわからなくて良いので、検索意図の分析を最優先してください。

期待できる仕上がり	「検索する人が本当に知りたいこと」から逆算した記事設計。内部リンク戦略まで手に入る
カスタマイズ例	「競合上位に勝つための差別化要素も提案して」「この記事の想定読者は48番で作ったペルソナ→【貼り付け】」
初心者向けワンポイント	SEOの本質は「検索意図に答えること」。キーワードを詰め込むより、この分析が効きます

50 週間コンテンツカレンダー自動作成

用途	ブログ・SNS・Pinterestの1週間の投稿計画をまとめて設計。継続の仕組み化
対応ツール	ChatGPT / Claude / Gemini
おすすめ設定	毎週日曜に前週の結果を貼って「来週分を作って」と繰り返すとルーティン化できます

コピペ用プロンプト

ChatGPT / Claude / Gemini共通・そのまま貼り付け

あなたはコンテンツマーケティングの戦略プランナーです。

以下の条件で、私の1週間のコンテンツカレンダーを表形式で作成してください。

発信媒体：【例：ブログ(週2記事)、X(毎日1投稿)、Pinterest(週5ピン)】

発信ジャンル：【例：AI画像生成×副業】

今週のメインテーマ：【例：初心者向けの無料ツール特集】

使える時間：【例：平日は夜1時間、土日は3時間ずつ】

条件：

- ・曜日ごとに「媒体/内容/所要時間/使うAIツール」を表にまとめる
- ・ブログ記事を核にして、SNS投稿はその切り出し・再利用になるよう設計(1つのネタを使い回す)
- ・合計作業時間が「使える時間」を超えないようにする
- ・週の最後に振り返り用のチェック項目を3つ付ける

期待できる仕上がり	「今日は何をやるか」を考える時間がゼロになる、実行可能な週間計画表
カスタマイズ例	「今月の月間計画に拡張して」「投稿ごとに使うプロンプト(この特典の番号)も指定して」
初心者向けワンポイント	副業が続かない最大の理由は「毎日ゼロから考えること」。計画をAIに任せて、あなたは実行に集中しましょう

50個のプロンプト、いかがでしたか？

大切なのは全部使うことではなく、まず1つ、今日コピペしてみることです。
1枚生成できたら、カスタマイズ例の【 】を書き換えて、もう1枚。それだけで、あなたはもう「AIで画像を作れる人」です。

このプロンプト集が、あなたの副業・発信の第一歩になれば嬉しいです。

本プロンプト集のプロンプトは自由にご利用いただけます(プロンプト集自体の再配布・転売はご遠慮ください)。生成物の商用利用可否は各ツールの最新の利用規約をご確認ください。

vlab-ai.com