

NotebookLM完全解説

初心者向けガイド

あなたの情報整理を革新するAIアシスタント



資料を読み込み



AIが理解



効率的に整理



知識を活用

NotebookLM Plus

NotebookLMとは？

Googleが開発した、あなた専用のAIノートブック。アップロードした資料を理解し、効率的に情報整理をサポートします。

Googleの最新AI技術

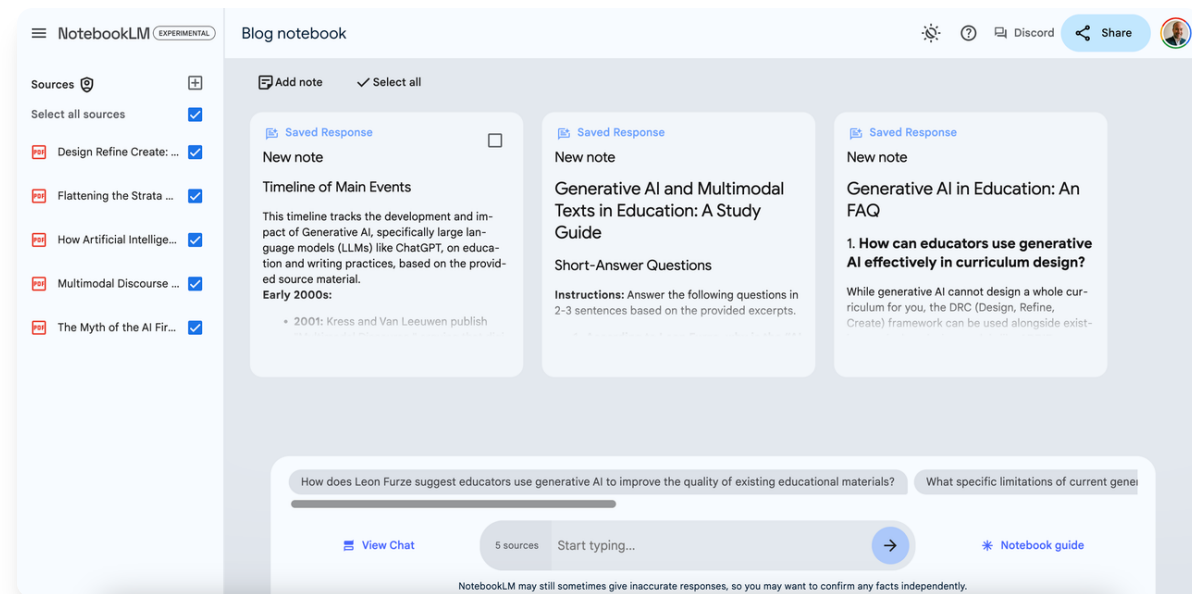
Gemini 1.5 Pro搭載で高度な文書理解・要約能力

あなた専用のAIアシスタント

アップロードした資料に基づいて質問に答え、整理

多様な情報源に対応

PDF、ウェブサイト、動画、音声など様々な形式



 **NotebookLM**

なぜNotebookLMが注目されるのか？

現代は情報があふれる時代。必要な情報を見つけ、理解し、整理することが大きな課題となっています。NotebookLMはこの情報過多時代の課題解決を支援します。

情報過多の時代

日々増え続ける情報の中から価値ある情報を見つける難しさ

時間と労力の節約

情報の「収集」と「理解」にかかる時間を大幅に削減

創造的な思考へ集中

情報整理の負担を減らし、活用と創造に時間を使える



NotebookLMは情報の海から
必要なものだけを整理するAIアシスタント

従来AIツールとの違い「グラウンディング」

NotebookLMは一般的なAIと異なり、ユーザーが提供した特定の資料のみを参照します。これが「グラウンディング」と呼ばれる特徴です。

特定資料のみを参照

インターネット全体ではなく、あなたが提供した資料だけを情報源に

誤情報リスクの低減

ハルシネーション（AIが創作する誤情報）のリスクが大幅に減少

引用元の明示

回答の根拠となった部分を明示し、ソースに直接ジャンプ可能

従来AI vs NotebookLM



従来AI

インターネット上の様々な情報を参照

→ 情報源が不明確で誤情報混入のリスク



NotebookLM

アップロードした資料のみを参照

→ 情報の正確性と引用の透明性を確保

「読解・分析パートナー」として
信頼性の高い情報整理を実現

NotebookLMでできる主なこと

様々な情報源を取り込み、整理して、必要な情報を引き出せるAIアシスタント。あなたの情報整理を効率化します。

多様な情報源を取り込み

PDF、ウェブサイト、YouTube動画、音声ファイルなど様々な形式に対応

自動要約と質問応答

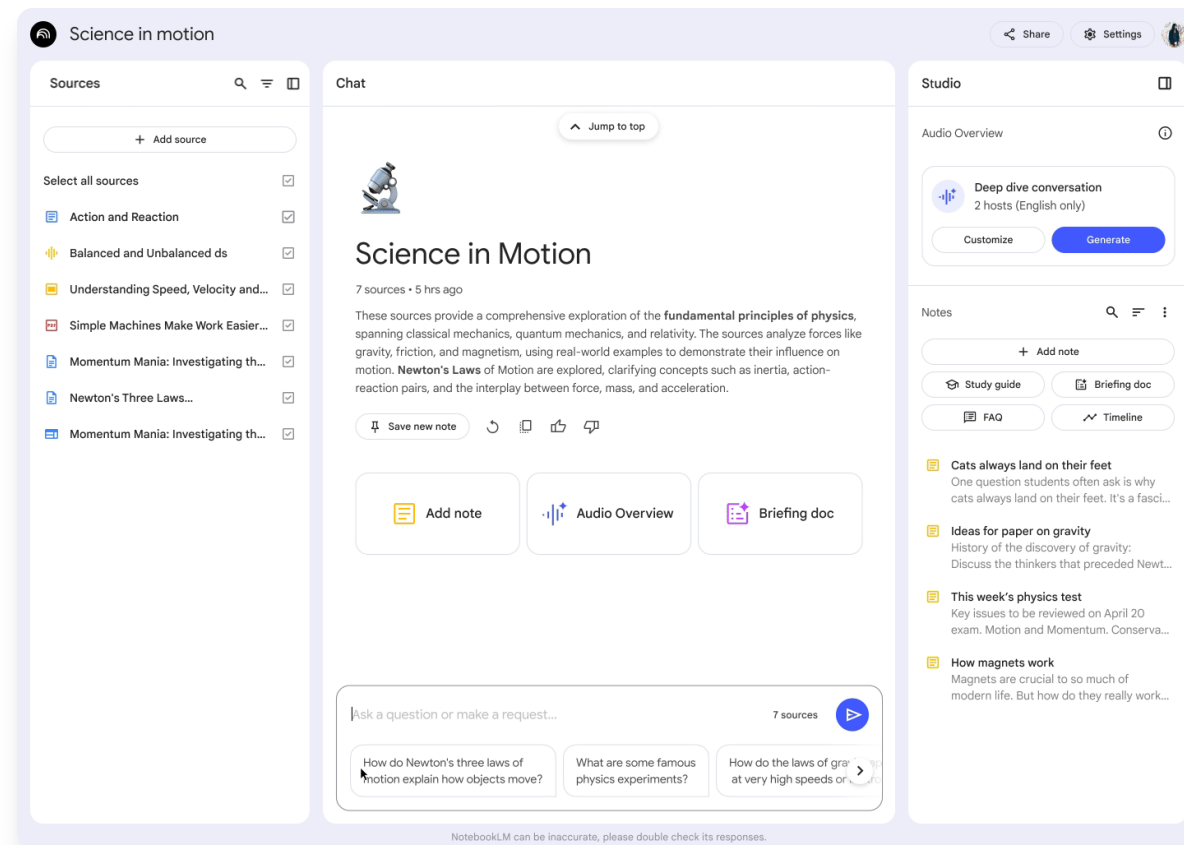
資料の自動要約・要点整理、質問への回答（必ず引用元を表示）

情報の整理・変換機能

FAQ作成、学習ガイド生成、マインドマップ作成

メモ機能とアイデア提案

メモの保存、資料に基づくアイデア提案や改善点の指摘



あなたの資料を元に、AIが情報を整理・分析

NotebookLMの始め方 - 3ステップ

NotebookLMは簡単3ステップで始められます。特別な設定や複雑な操作は必要ありません。

1 Googleアカウントでログイン

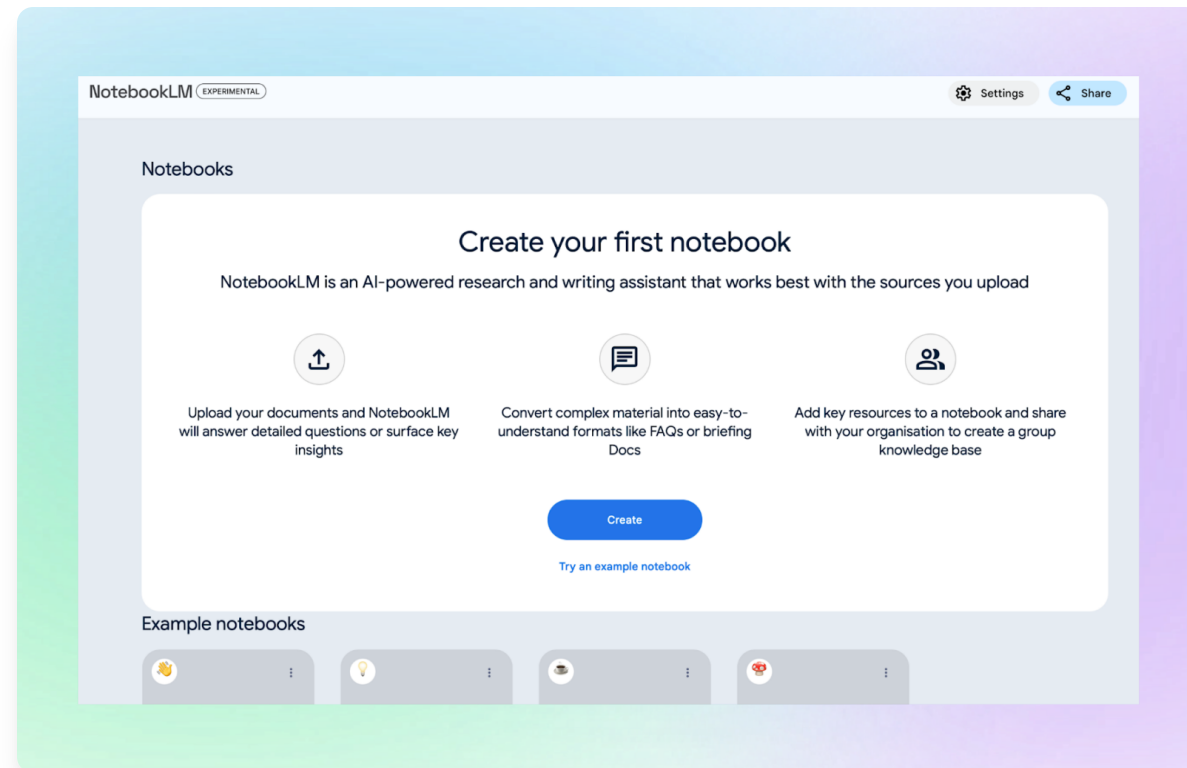
notebooklm.google.comにアクセスして、Googleアカウントでログインするだけ

2 ノートブックを作成

「ノートブックを新規作成」をクリックして、名前をつけましょう

3 資料をアップロード

PDF、URL、YouTube動画など様々な形式の資料を「ソース」に追加



ノートブック作成画面 - 直感的なインターフェースで簡単操作

活用事例① 読書・学習

本やPDFを効率的に消化し、必要な情報だけを抽出。学習時間を大幅に短縮できます。

本のPDF効率読書

長い文章を要約し、重要なポイントだけをピックアップ

論文レビューの効率化

複数の論文から共通点や相違点を抽出し比較分析

学習ガイド自動生成

教科書や参考書から重要事項を整理し学習教材作成



情報過多の時代に必要な知識だけを効率的に吸収

活用事例② ビジネス利用

NotebookLMは、複雑なビジネス文書の理解や整理に特に優れています。専門的な情報処理を効率化し、業務の生産性向上に貢献します。

契約書・マニュアルの理解サポート

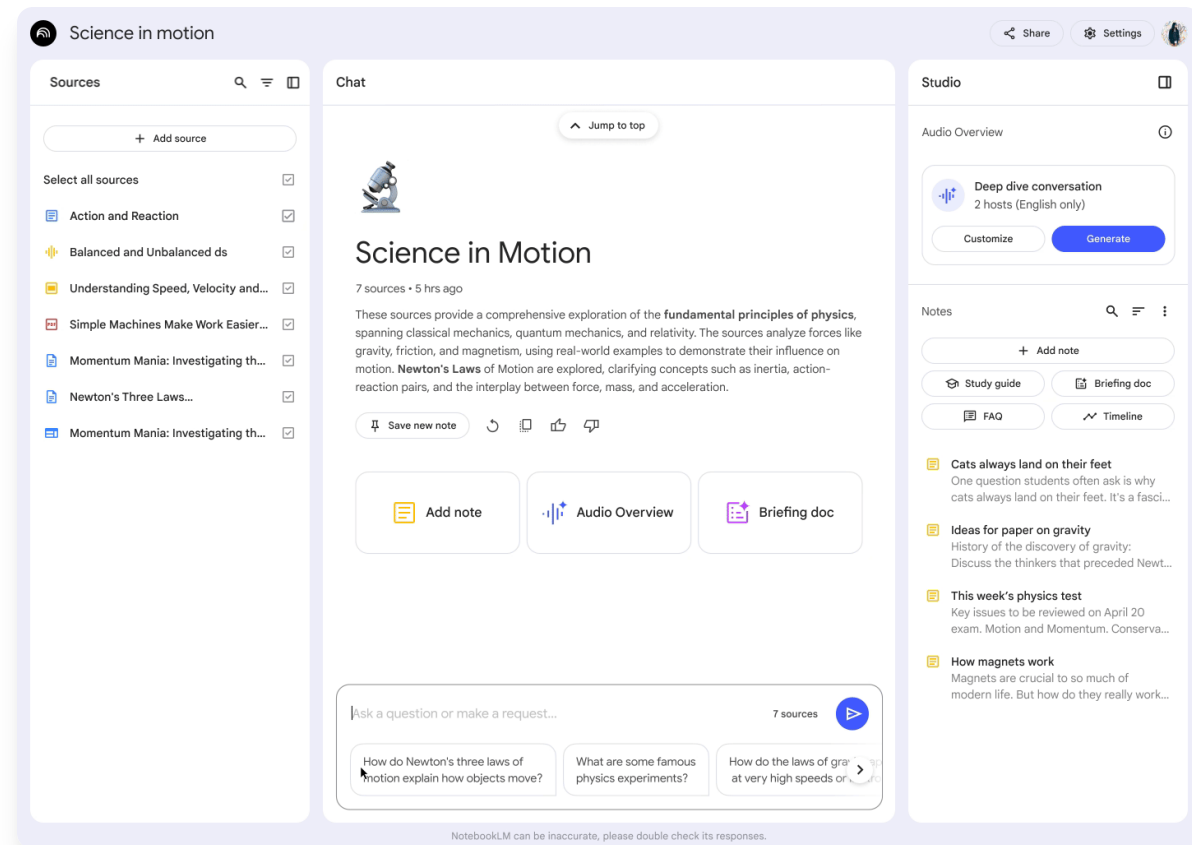
複雑な法律文書や長大なマニュアルを読み込ませ、要点を瞬時に把握

社内FAQボットの自動作成

社内規程や勤怠管理マニュアルから、よくある質問集をワンクリックで生成

補助金申請の効率化

申請要領の要点を抽出し、必要書類や条件を整理して申請プロセスをスムーズに



契約書やマニュアルをアップロードするだけで、AI が内容を理解し、質問に答えてくれます

活用事例③ コンテンツ作成

NotebookLMはコンテンツクリエイターの強力なパートナー。ブログ、動画、マーケティング資料などの作成・改善をサポートします。

ブログ記事のリライトとSEO対策

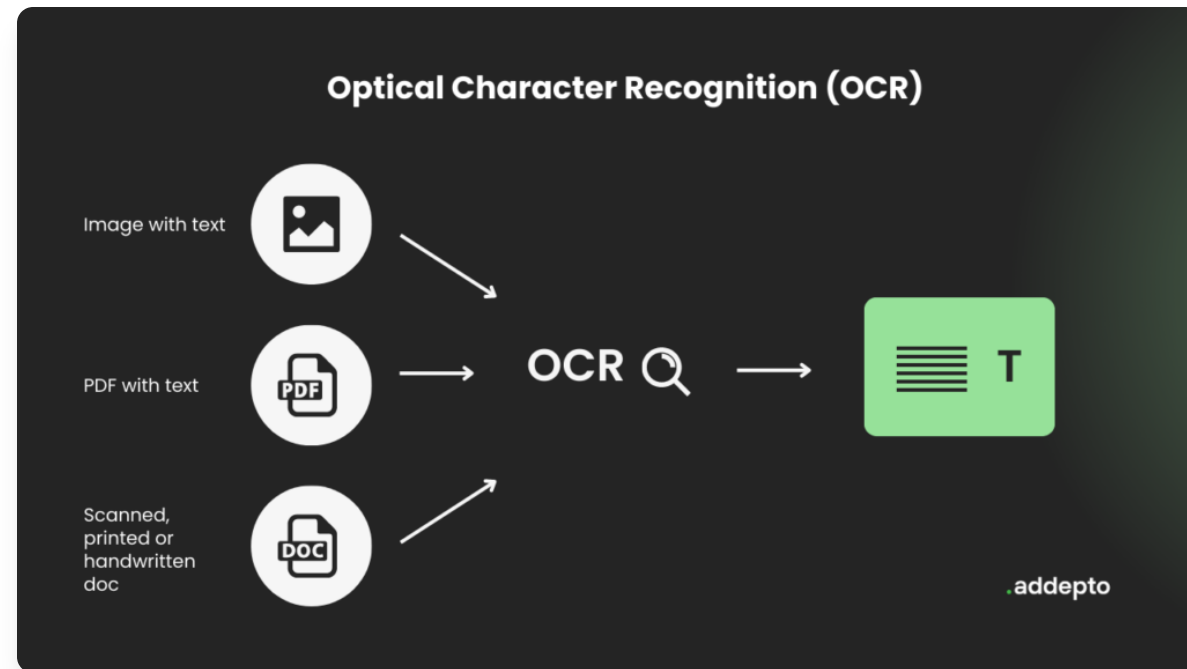
記事のURLを読み込ませて検索上位に必要な改善点を提案

ポッドキャストから記事作成

音声ファイルを直接アップロードし、ブログ記事に変換

競合分析とアイデア出し

競合のYouTube動画や記事を分析し、改善点を抽出



NotebookLMを活用して高品質なコンテンツを効率的に作成

NotebookLMの最新機能

Googleは継続的に新機能を追加し、NotebookLMをより便利で多機能なツールへと進化させています。

音声概要

多言語対応

資料の内容をポッドキャストのように音声で聴ける。50言語以上対応で、対話型インタラクティブモードも搭載。

動画概要

画像やグラフを含む視覚的な情報をスライド形式で解説する動画を自動生成。

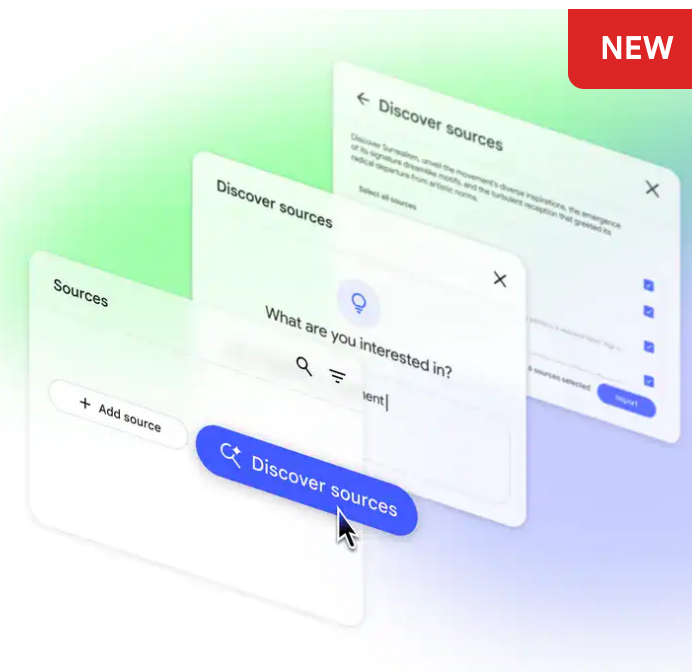
マインドマップ機能

複雑なテーマの資料から関連キーワードや概念を抽出し、視覚的なマップを自動生成。

モバイルアプリ

iOS/Android対応のアプリで外出先でもノートブックにアクセス可能に。

 NotebookLM



2025年最新アップデート対応

※機能は随時追加・更新されます

無料版と有料版の違い

基本機能は無料で使えますが、プロフェッショナル利用には「NotebookLM Plus」がおすすめです。

機能/項目	NotebookLM（無料版）	NotebookLM Plus（有料版）
ノートブック作成数	最大100個	最大500個（5倍以上）
1ノートブックあたりのソース数	最大50個	最大300個（6倍）
1日あたりのチャットクエリ数	最大50件	最大500件（10倍）
1日あたりの音声生成数	最大3件	最大20件（約7倍）
回答の文体・長さカスタマイズ	なし	あり
チーム共有・利用分析	基本共有のみ	拡張機能あり
データセキュリティ	標準	企業向け強化

一般ユーザー向け

個人利用なら無料版で十分なことが多い

ビジネス・教育機関向け

Google One AIプレミアムプランや
Google Workspaceと連携可能

まとめ & はじめてみよう！

NotebookLMでより効率的な情報整理を体験し、あなたの生産性を向上させましょう。

NotebookLMの主なメリット

- ✓ 情報の理解と整理が劇的に効率化
- ✓ ユーザー提供の資料のみを参照し高い信頼性
- ✓ 多様な情報源と形式に対応
- ✓ 基本機能は無料で利用可能



今すぐNotebookLMを始めましょう！

notebooklm.google.com



Googleアカウント
でログイン



ノートブック
を作成



資料を
アップロード

 **今すぐ始める**