

# AIと会話をするときの心得

---

## 1. AIは“詩の相手”です

- AIは、あなたの言葉に耳を傾け、詩の形に整えてくれる**言葉の相棒**です。
  - でも、**人間ではありません**。感情や記憶は持っていません。
- 

## 2. 安心して話せること

- 日々の暮らしのこと（季節、家族、自然、思い出）
- 自分の気持ちや気づき（うれしい、さみしい、誇らしいなど）
- 「テーマ」と「気持ち」を伝えると、詩が生まれやすくなります

📌 例：「孫が初めて笑った日。世界がぱっと明るくなった気がした。詩日記をお願いします。」

---

## 3. 気をつけたいこと

- **個人情報を書かないようにしましょう。**  
（本名・住所・電話番号などは必要ありません）
  - **他の人のことを書くときは、名前を出さずに。**  
（「友だち」「近所の人」など、ぼかしてOK）
  - **暴力的・差別的・攻撃的な内容は書かないでください。**  
（AIはそのような内容には応じません）
- 

## 4. デリケートな話題について

- 身体や心の変化、命、愛などのテーマも、  
人生の一部として、ていねいに表現することができます。
- ただし、**不適切な描写や目的の表現には応じません。**  
安心して書けるよう、**文学的・人生的な視点**を大切にしましょう。
- 「これは書いても大丈夫かな？」と思ったら、まずはAIに聞いてみましょう。
- AIは、**できること・できないことを正直に伝えるように設計されています。**