柳營區樂齡學習中心 - 手機電腦會溝通

AI寫作趣

認識 ChatGPT：從安裝到會用

演進與功能．環境準備．安裝登入．實務應用

講師：胡義雄 Tommy Hu　Date: 115.8.12

今天的學習大綱

六個步驟，從認識到動手操作 ChatGPT

①

認識 ChatGPT 的演進

了解它從何而來、變得多聰明

②

使用前的環境準備

需要什麼設備、帳號與網路

③

安裝與登入步驟

手把手教您下載並開通帳號

④

認識操作介面

畫面上每個按鈕的功能

⑤

實務應用範例

寫訊息、翻譯、生活小幫手

⑥

使用注意事項

免費版限制與安全提醒

ChatGPT 是什麼？



就像一位「24小時待命的萬能秘書」

只要打字或說話告訴它您的需求，它就能立刻幫您寫、幫您想、幫您整理

- ChatGPT 是由美國公司 OpenAI 開發的人工智慧聊天工具
- 「Chat」是聊天，「GPT」是它背後學習語言的技術名稱
- 全世界已有數億人使用，中文對話也十分流暢自然

ChatGPT 的演進歷程

短短幾年，從陌生名詞變成生活工具



ChatGPT 問世

首次開放全球民眾免費使用

推出 GPT-4

回答更準確，也能看懂圖片

支援語音對話

可以直接開口說話跟它聊天

功能更貼近生活

查資料、寫作、規劃行程都能做

ChatGPT 能幫您做什麼？



文字寫作

寫訊息、賀卡祝福語、感謝信



翻譯對照

中翻英、英翻中，出國溝通更安心



生活問答

查天氣、查名詞意思、解釋新聞用語



創意發想

想生日驚喜、旅遊行程、活動點子

開始之前，需要準備什麼？

四樣東西，準備好就能立刻開始



手機或平板

Android、iPhone 皆可使用



穩定的網路

Wi-Fi 或行動網路都可以



一個帳號

Email、Google 或 Apple 帳號



免費版即可

不需要付費就能開始體驗

安裝步驟：下載 ChatGPT APP

四個步驟，跟著做就能完成安裝



① 打開商店

Android用「Play商店」
iPhone用「App Store」



② 搜尋名稱

輸入英文「ChatGPT」
進行搜尋



③ 確認官方版

開發者為「OpenAI」
圖示為黑底白色漩渦



④ 安裝完成

點選「安裝」
等待下載完成即可

小提醒：請認明開發者「OpenAI」，避免誤裝仿冒或收費的相似APP

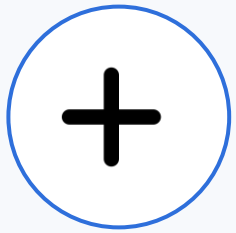
開啟與登入步驟

第一次使用，快速完成帳號註冊



① 打開 APP

點選手機桌面上的
ChatGPT 圖示



② 選擇註冊

點選「Sign up」
（免費註冊）



③ 快速登入

選擇用 Google 或
Apple 帳號一鍵登入



④ 開始使用

登入完成後
即可免費開始對話

小提醒：用 Google / Apple 帳號登入不用另外設密碼，操作最簡單

認識操作介面

打開APP後，畫面上會看到這些按鈕



實務應用｜寫一段感謝訊息

您可以這樣輸入：

「請幫我寫一段感謝訊息，給幫我修水管的鄰居，語氣親切、簡短一點」

ChatGPT 的回覆：

謝謝您上次幫忙修水管，真的解決我一個大麻煩！有您這樣的好鄰居真是太幸運了，改天請您喝茶！



怎麼問，AI 才會懂？

說清楚「對象」是誰、「語氣」要親切或正式、「長度」要簡短或詳細，AI回答會更貼近您的需要。

實務應用｜潤稿與翻譯

您可以這樣輸入：

「幫我把這句話翻成英文：明天早上九點，我們在公園門口見面」

ChatGPT 的回覆：

"Let's meet at the park entrance at 9 a.m. tomorrow morning."
（也可以請它加註中文發音，方便您開口說）



怎麼問，AI 才會懂？

翻譯時可以加上一句「請附上中文拼音」，方便您照著念出口，出國溝通更安心。

實務應用｜生活小幫手

您可以這樣輸入：

「幫我規劃台北一日輕旅行，適合走路慢、喜歡逛逛拍照的長輩」

ChatGPT 的回覆：

建議路線：上午永康街喝茶散步→中午鼎泰豐用餐→下午到大安森林公園賞花拍照，全程步行皆平緩好走。



怎麼問，AI 才會懂？

描述「體力狀況」與「喜好」（喜歡拍照、喜歡安靜等），規劃出來的行程會更貼心合適。

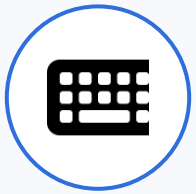
提問技巧小撇步

把話說清楚，AI 就能幫得更準確



說清楚「對象」

是要給家人、朋友、還是陌生人看



說清楚「用途」

是感謝信、祝賀語、還是行程規劃



說清楚「語氣長度」

要正式或口語、簡短或詳細都可以說



可以多問幾次

不滿意就說「再簡短一點」、「換個說法」



使用 ChatGPT 要注意的事

聰明使用，也要保護好自己

- 免費版每天可對話的次數有限，用完需等待或隔天再使用
- 不要在對話中輸入身分證字號、密碼、銀行帳戶等個人資料
- AI的回答僅供參考，重要資訊（如醫療、法律、金錢）務必再次查證



遇到可疑訊息或帳號異常，先撥打反詐騙專線 165 確認再行動

柳營區樂齡學習中心 - 手機電腦會溝通

回家後，動手試試看

打開 ChatGPT，寫一句給家人的話

練習題：「幫我寫一句話，祝福我的孫子考試順利」

慢慢來，多問、多練習，就會越來越上手

樂齡數位課程 · AI寫作趣 陪您一起學

講師：胡義雄 Tommy Hu