

週 1 時間だけで OK！副業仕組み化テンプレート

ChatGPT×SNS 予約投稿で“時間を味方に”する方法

この PDF でできること

- SNS 投稿が“週末まとめ作業”で完結します
- ChatGPT の活用でネタ探しの手間がなくなります
- 副業を無理なく続ける“時間術”が身につきます

Step1 : ChatGPT でネタ出し（プロンプト例）

- 「Instagram で発信する副業ネタを 5 つ考えてください」
- 「副業初心者向けの note タイトル案を 10 個教えて」

Step2 : SNS 投稿テンプレート（Instagram／Facebook）

- 📷 写真紹介パターン：
『今日は〇〇について書きました 📷』
→ 一言コメント＋共感＋URL 誘導
- 💡 気づきシェアパターン：
『副業してわかった、〇〇の意外なコツ』
→ ChatGPT で文章化 → 予約投稿

Step3 : 予約投稿のやり方（例：Canva）

- 1. Canva で投稿を作成
- 2. 『スケジュール』をクリック → 曜日と時間を指定
- 3. Instagram／Facebook に自動配信

おすすめ活用法

- 週末に 1 時間だけ集中 → 5 件まとめて予約投稿
- 毎週のルーチンとして習慣化するとラクに続きます