

Portfolio

はる

画像制作 × 事務サポート × AI活用

2026

自己紹介

はじめまして、はると申します。

事務・バックオフィス業務を中心に、正確で丁寧な対応を心掛けています。

Microsoft Officeを活用した資料作成やデータ入力に加え、ChatGPTなどの生成AIを取り入れながら、業務の効率化や情報整理にも積極的に取り組んでいます。

新しい知識やツールを積極的に学び、柔軟に対応しながら、安心して仕事を任せいただける存在を目指しています。

-
- ◆ 氏名 : はる
 - ◆ 居住地 : 千葉県
 - ◆ 希望職種 : 事務・バックオフィス / AIクリエイティブ
 - ◆ 使用ツール: Word / Excel / PowerPoint / ChatGPT

スキル

Word

★★★★★★

- 文書作成
- レイアウト調整
- ビジネス文書作成

Excel

★★★★★☆

- 関数(SUM・IF・VLOOKUP)
- ピボットテーブル
- データ整理

PowerPoint

★★★★★★

- 資料作成
- レイアウト
- プレゼン資料作成

ChatGPT

★★★★★★

- 文章作成
- 情報整理
- リサーチ
- 業務効率化

Canva

★★★★★☆

- バナー
- SNS画像制作
- 簡単なデザイン作成

制作実績① Office



Word | ニュースレター

【使用ツール】
Microsoft Word

【使用機能】
図形
ワードアート
画像挿入 等

【工夫した点】
・図形や画像を活用し、読みやすいレイアウトを作成
・情報をブロックごとに整理し、視線の流れを意識
・季節感を取り入れたデザインで親しみやすさを表現

勤怠管理表

2026 年

8 月度

氏名:

部署:

月	日	曜	休日区分	出勤	退社	就業	早出残	普通残	深夜残	休出	遅刻	早退	勤務 区分	備考		
8	1	土	1 休日													
	2	日	1 休日													
	3	月		9:00	19:00	8:00		1:00								
	4	火		9:00	18:30	8:00		0:30								
	5	水		8:00	20:00	8:00	1:00	2:00								
	6	木		9:00	18:00	8:00										
	7	金		9:00	18:00	8:00										
	8	土	1 休日													
	9	日	1 休日	9:00	18:00					9:00						
	10	月		9:00	15:00	5:00						3:00				
	11	火											有休			
	12	水		10:00	19:30	7:00		1:30		1:00						
	13	木		9:00	21:00	8:00		3:00								
	14	金		11:00	0:00	6:00		4:00	2:00	2:00						
	15	土	1 休日													
	16	日	1 休日													
	17	月		9:00	18:00	8:00										
	18	火		9:00	19:00	8:00		1:00								
	19	水		9:00	18:00	8:00										
	20	木		9:00	21:00	8:00		3:00								
	21	金		9:00	20:00	8:00		2:00								
	22	土	1 休日													
	23	日	1 休日													
	24	月		9:00	18:00	8:00										
	25	火		9:00	19:00	8:00		1:00								
	26	水		9:00	21:00	8:00		3:00								
	27	木		9:00	19:30	8:00		1:30								
	28	金		9:00	21:00	8:00		3:00								
	29	土	1 休日													
	30	日	1 休日													
	31	月														
合 計				出勤 日数	休出 日数	就業	早出残	普通残	深夜残	休出	遅刻	早退	有休	特休	代休	欠勤
				19	1	146:00	1:00	26:30	2:00	9:00	3:00	3:00	1	0	0	0

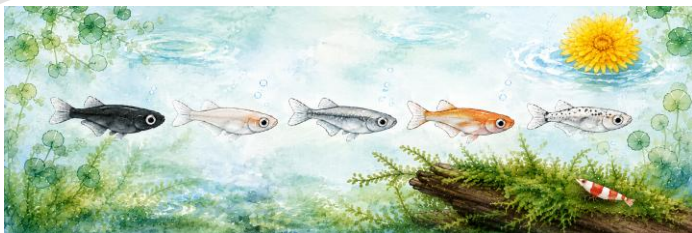
【使用ツール】
Microsoft Excel

【使用機能】
IF関数
SUM関数
セル書式設定 等

【工夫した点】
・年・月の変更に応じて曜日を自動表示
・勤務時間・残業時間を自動集計
・入力しやすさと視認性を意識したレイアウト

Excel | 勤怠管理表

制作実績② AI活用・デザイン



【使用ツール】
ChatGPT
CLIP STUDIO

【工夫した点】

メダカの特徴を活かしながら、SNSヘッダー・アイコンとして見やすい構図を意識。

イメージに近づくまで複数回調整を行い完成。



【使用ツール】

ChatGPT

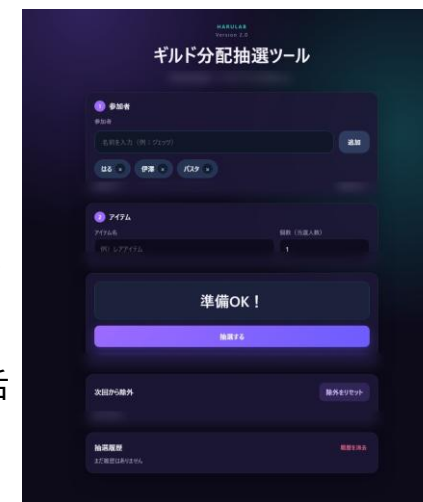
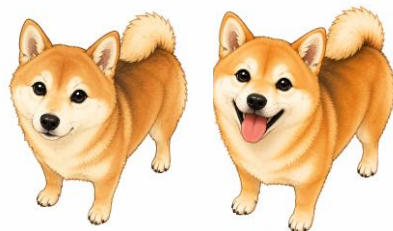
Visual Studio Code

HTML / CSS / JavaScript

個人からの相談をきっかけに制作したWebツール。

オンラインゲーム内で、複数人へのアイテム分配を公平かつスムーズに行いたいという相談を受け、用途に合わせた抽選ツールを企画・制作しました。生成AIを活用しながら、UI設計・機能実装・動作確認・改善まで行っています。

▶ [実際のツールを見る](#)



【使用ツール】

ChatGPT

画像生成AI

【工夫した点】

静止画からAIを活用して自然なアニメーションを生成し、GIFとして仕上げました。

その他スキル

- ・HTML / CSS(基礎)
- ・Adobe Photoshop(使用経験あり)
- ・PowerPointを使用した動画制作
PowerPointのアニメーション・画面遷移・演出機能を活用し、動画コンテンツを制作しました。

▶ [動画制作実績を見る\(YouTube\)](#)

制作実績③ イラスト制作



【使用ツール】
PaintTool SAI
※現在はCLIP STUDIO
PAINTを使用

【制作内容】
デジタルイラスト
キャラクター・背景・小物 等

【工夫した点】
・人物のポーズや表情を意識し、キャラクター性を表現
・光や影、色合いを調整し、立体感や雰囲気演出
・人物だけでなく、小物や背景を含めてゼロから描画

手描きイラスト



AI生成イラスト

【使用ツール】
ChatGPT(画像生成)
CLIP STUDIO PAINT

【制作内容】
AI生成イラスト
キャラクターデザイン・
ビジュアル制作

【工夫した点】
・用途やテーマに合わせて、キャラクターの衣装・配色・モチーフを設計
・生成AIを活用しながら、構図や表情などを調整
・生成後の画像は必要に応じて加筆・修正し、完成度を調整