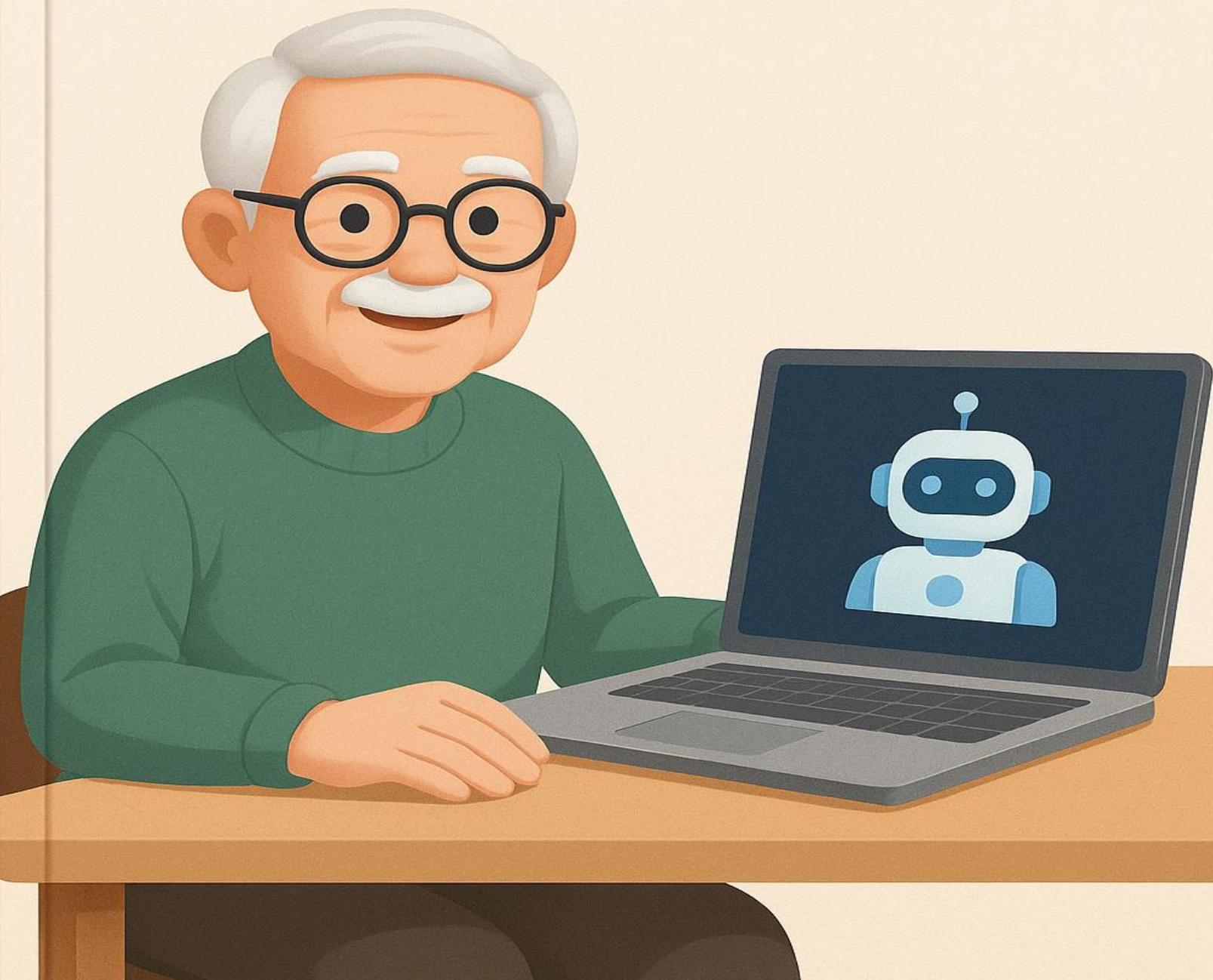


# คู่มือวัยเกษียณ หารายได้เสริม AI

ใช้เทคโนโลยีอย่างชาญฉลาด  
เพื่อชีวิตที่มั่นคง



## คำนำ

AI หรือปัญญาประดิษฐ์ไม่ใช่เรื่องไกลตัว และไม่ใช่ของยากเย็น ใครๆก็สามารถเรียนรู้และใช้งานมันได้ทุกคน และมันจะเข้ามาเป็นผู้ช่วยเราในทุกๆด้าน ด้านหาความรู้ หรือหารายได้เสริมให้กับเรา ไม่ต้องกลัวว่าวันข้างหน้ามันจะเข้ามาแย่งงานเรา หรือเข้ามาควบคุมเรา ตอนนี้ AI ได้เข้ามามีบทบาทกับเรามากขึ้นทุกวัน ทำคลิปวิดีโอให้เราได้ฟรี ๆ ทำเสียง ทำเพลง ทำดนตรีเจ๋งๆ และยังช่วยเราหาเงิน หารายได้เสริม ต้นทุน 0 บาทได้อีกด้วย สำหรับคนวัยเกษียณ ที่ว่างๆ ไม่ได้ทำงานแล้ว อยากมีรายได้เล็กๆ น้อยๆ ไว้ใช้จ่ายสามารถใช้ AI เป็นตัวช่วยในการหารายได้ อีบุ๊กเล่มนี้จะเป็นคู่มือในการบอกการสอนใช้งาน AI ตั้งแต่ขั้นเริ่มต้น สอนตั้งแต่จับมือทำ ไปจนหารายได้ให้กับเรา

# สารบัญ

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| คำนำ                                                                    | 2  |
| บทที่ 1 รู้จัก AI: ผู้ช่วยคนใหม่ของวัยเกษียณ                            | 4  |
| บทที่ 2 ทำไมวัยเกษียณถึงควรใช้ AI หาเงิน                                | 8  |
| บทที่ 3 อุปกรณ์และสิ่งที่ต้องเตรียมก่อนเริ่ม                            | 14 |
| บทที่ 4 ใช้ ChatGPT สร้างบทความ ข้อคิด หรือเล่าเรื่องชีวิต              | 20 |
| บทที่ 5 ขายภาพวาดหรือโปสการ์ดด้วย AI Art                                | 26 |
| บทที่ 6 เปิดช่อง YouTube หรือ Podcast ด้วย AI ช่วยพากย์เสียง            | 32 |
| บทที่ 7 รวมบทความหรือเรื่องเล่าเป็น eBook ขายเองได้                     | 39 |
| บทที่ 8 ใช้ AI ทำสติ๊กเกอร์ LINE หรือออกแบบของขายเล่น ๆ ก็ได้รายได้จริง | 47 |
| บทที่ 9: ใช้ AI ช่วยงานแปล เขียน หรือพิมพ์งานแบบมืออาชีพ                | 55 |
| บทที่ 10: ใช้ AI สร้างรายได้เสริมอย่างยั่งยืน                           | 60 |
| บทสรุปส่งท้าย                                                           | 64 |

# บทที่ 1

## รู้จัก AI: ผู้ช่วยคนใหม่ของวัยเกษียณ

หลายคนอาจเคยได้ยินคำว่า "AI" ผ่านหูมาบ้าง ไม่ว่าจะจากข่าว ทวีต หรือบทความตามอินเทอร์เน็ต แต่แท้จริงแล้ว AI หรือ “ปัญญาประดิษฐ์” นั้นไม่ใช่เรื่องไกลตัวอีกต่อไป โดยเฉพาะสำหรับผู้ที่อยู่ในวัยเกษียณ

### AI คืออะไร?

AI ย่อมาจากคำว่า *Artificial Intelligence* คือ เทคโนโลยีที่สามารถเลียนแบบการคิด วิเคราะห์ และตัดสินใจของมนุษย์ โดยมีความสามารถที่หลากหลาย เช่น

- ตอบคำถามและช่วยเขียนบทความ
- สร้างภาพจากคำพูด
- สรุปเนื้อหา คำนวณ และจัดการข้อมูล

- สร้างเสียงหรือพากย์คลิปวิดีโอ
- ช่วยแก้ปัญหาเฉพาะหน้าอย่างรวดเร็ว

ทั้งหมดนี้เกิดขึ้นได้เพียงแค่ “พิมพ์คำสั่ง” ลงไป  
แล้วระบบ AI จะประมวลผลออกมาให้คุณทันที

## ทำไมคนวัยเกษียณจึงควรรู้จัก AI?

เพราะ AI สามารถเป็นเครื่องมือสำคัญที่จะช่วยให้คุณ:

- ใช้เวลาว่างอย่างมีประสิทธิภาพ
- สร้างรายได้เสริมที่บ้าน
- ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ โดยไม่เครียด
- ใช้ประสบการณ์ที่มีมาสร้างคอนเทนต์
- เป็นส่วนหนึ่งของโลกดิจิทัลยุคใหม่อย่างมั่นใจ

คุณไม่จำเป็นต้องเป็น “คนไอที” หรือ “เก่งคอมพิวเตอร์” ก็สามารถใช้งาน AI ได้ ขอแค่เปิดใจและลองเริ่มต้นจากสิ่งเล็ก ๆ