

# 生き抜く力 No.19

2026 一般社団法人 N T S セーフティ家計総合研究所

## AI を便利に使うための基礎知識と大いに注意すべきこと

上席研究員 博士（法学） 吉元利行

### AI の歴史は、意外に長い

今やほとんどの人が使っているといわれる ChatGPT などの「生成 AI」ですが、注目されたのは、2020 年代に入ってからです。したがって、AI の歴史は、浅く見られがちですが、実は、AI の開発は、70 年余りの歴史があります。AI（人工知能）という言葉が初めて生まれたのは、なんと 1950 年～60 年代です。このころは、パズルを解く、チェスを指すといった「明確なルールのある問題」をコンピュータに解かせる研究が中心でした。

1980 年代になって、「コンピュータに専門知識をルールとして大量に入力することで、賢くなる」というアプローチ（エキスパートシステム）が流行しましたが、膨大な常識や例外をすべて入力することに限界がありました。そこで、ニューラルネットワーク（人間の脳の神経回路を模した仕組み）により、学習させる手法がとられました。筆者には、この仕組みを使って、クレジットカード取引において、盗難カードや偽造カードによる不正利用履歴（利用金額や利用加盟店、利用商品コード、利用時間帯など）をどんどん覚えさせ、不正判定に活用していた経験があります。しかし、不正利用の分析を多層的に行うことには処理能力や理論上の限界があり、正常な取引も、不正利用という誤判定を起こす事例もあり、知り合いから、「お叱り」を受けたことが度々ありました。

そこで、分析する層を数層から数十層、数百層へと増やし、あるいはそれ以上に「深く（ディープに）」積み重ねたディープラーニング（深層

学習）が生み出され、現在の生成 AI につながっています。これは、「インターネットの普及によるビッグデータの収集が可能になったこと」と「膨大な計算を処理する超強力な半導体（GPU など）がそろったこと」及び「数学的な壁を打ち破ったこと」により、実現したといえます。

### どんな AI をどう活用するか

現在たくさんの AI サービスが提供されています。AI サービスには、日本語・英語の他多数の言語に対応し、文章作成からプログラミング、データ分析まで何でもこなす、海外発の「万能型 AI」、日本語の微妙なニュアンス、敬語の使い分け、日本の商習慣や法規制（データ主権）に対応する「国産 AI」、特定の業務や特定の業界の課題を解決する「特化型 AI」などがあります。

#### 【主な万能型 AI】

##### ■ChatGPT（OpenAI）

生成 AI のパイオニアであり、圧倒的なシェアを誇ります。画像生成、音声会話なども含めて可能です。最新の推論モデルでは複雑な論理思考やプログラミング、高度なデータ解析が得意で、プラグインや外部ツールとの連携性も抜群です。

##### ■Claude（Anthropic）

文書の解読力、要約力、文章の美しさに加え、読み手に応じたスタイルを指定できます。安全性・倫理の原則に照らして AI 自身が出力を自己チェックするなど安全性に優れており、法律・社内文書の高度な分析・要約、シ

システム開発におけるコード作成、修正、修復、丁寧なメール文、顧客へのFAQ回答などの作成に大企業やIT業界を中心に使われています。画像作成はできません。

#### ■Gemini (Google)

Google 検索とリアルタイムに連動した最新情報の検索 (AI Overviews) やYouTube・Maps・Workspace (Gmail 等) といったGoogleエコシステムとの深い連携が強みです。また、動画や音声、大量のドキュメントを丸ごと処理できる広大なコンテキスト窓 (ウィンドウ) を持っています。

#### 【主な国産AI】

#### ■tsuzumi (NTT)

超軽量でありながら、世界トップクラスの日本語処理能力を持つLLM(大規模言語モデル)です。膨大な計算資源を必要とする海外勢に対し、パラメータ数を抑えることで「低コスト・省電力」での社内サーバー構築を可能にし、また、図表やマニュアルのレイアウトをそのまま理解するマルチモーダル機能や、医療・金融といった業界用語を素早く学習できる「アダプタ技術」が非常に優秀といわれています。

#### 【主な特化型AI】

#### ■KIBIT (FRONTEO)

法律文書や契約書のレビュー、訴訟における証拠開示 (e ディスカバリー) に特化したAIです。日本の法律や過去の判例、契約書の「潜んでいるリスク」の指摘などを行う、法務部門やコンプラ部門用のAIです。

ここに挙げたものはほんの一例です。皆さんが使われるのは、無料版の生成AIが多いと思いますが、利用するサービスの強みと特徴を知って、利用しましょう。

### 生成AI利用のメリット

ところで学生の皆さんが、生成AIを使うメリットは何でしょうか。このことをGeminiに聞いてみました。

#### 【Geminiのメリットについての回答】

学生にとって、AIは「24時間いつでも瞬時に応えてくれる、博学で辛抱強い家庭教師」のような存在になります。

#### ・「なぜ?」「どうして?」の段階的な理解 (対話型学習)

教科書や参考書は一方通行ですが、AIなら「この部分が分からないから、中学生にもわかるように例え話で教えて」「もっと深く掘り下げて」といった、個人の理解度に応じたマンツーマンの指導が可能です。

#### ・学習の効率化と時間短縮

膨大な論文や長い講義資料、ニュース記事などを瞬時に要約することができます。これにより、情報を「探す・読む」時間を削り、「考える・議論する」という本質的な活動に時間を充てられます。

#### ・アイデア出し・ブレインストーミングの相棒

レポートのテーマ決め、プレゼンの構成案、サークル活動の企画など、「ゼロから1」を生み出す際、壁打ち相手として何通りものアイデアを瞬時に提案できます。

#### ・語学学習やコードの添削

英語の論文を執筆する際の表現のブラッシュアップや、プログラミング学習におけるバグ (エラー) の発見・修正などを、恥ずかしがることなく何度でも依頼できます。

筆者も、Geminiを日常的に使っていますが、「情報を『探す・読む』時間を削り、『考える・議論する』という本質的な活動に時間」が作れる点には大いに賛同します。また、「執筆する際の表現のブラッシュアップ」にも有効です。また、各種案内状を作る際など、日時、開催趣旨などをまとめて、投げると、目的や趣旨に合ったフォーマットで作文してくれる点にありがたみを感じています。

### デメリットこそよく知るべき

一方で、デメリットはどうでしょうか?

#### 【Geminiが作成したデメリット】

AIは万能ではありません。学生が使う上で、

特に意識しなければならないリスクやデメリットも明確に存在します。

#### ・「ハルシネーション（嘘の出力）」のリスク

AIは確率的に「もっともらしい文章」を作るのが得意な反面、平気で嘘（事実とは異なる情報）を真実のように出力することがあります。特に専門的な法律、歴史、最新の統計データなどをそのまま信じ込むと、レポートの信頼性が失われます。

#### ・批判的思考力（クリティカル・シンキング）の低下

AIが出した答えをそのままコピーや、自分で調べずにAIの意見を鵜呑みにしたりしていると、「自分で問いを立て、調べ、論理的に考える」という、大学・学生時代に最も養うべき思考の筋肉が衰えてしまいます。

#### ・盗用や著作権、倫理的な問題

AIが生成した文章を自分の成果物としてそのまま提出することは、多くの教育機関で禁止されつつあります。また、入力したデータがAIの学習に使われるリスク（機密情報や個人情報の流出）への配慮も不可欠です。

この回答も、まったく的を射ています。

万能型AIは、かなり頻繁に嘘をつきます。筆者の専門分野では、「ありもしない判例を出典とともに示す」「虚偽の法律の規定を根拠に示す」「歴史について、虚偽の史実を示す」ことが頻繁にありますので、まったく油断ができません。

「有料版」や「企業専用版」ならともかく、無料版については、AIによって差がありますので、学校や会社に提出する書類や報告書などの裏付けを取らないまま、コピーして提出すると、信用を失ってしまいかねません。

したがって、あくまでも、「考える上でのヒント」もしくは「自分の考えが間違っていないかの確認用」の程度に生成AIを位置付けるのが妥当な使用方法ではないかと考えます。

#### AIの書いたレポートを出すとどうなるか

大学からは、AI利用のレポートや論文が混在しており、評価や採点に困っているという話をよく聞きます。どうしたら、見分けられるのか、

苦労しているようです。

しかし、2026年6月に、「人間が入力して書いた論文」か、「AIが作成した論文」かを判定するシステムを、AIベンチャーが開発し、九州大学が授業で試験導入したほか、数十の大学が導入を検討しているとの記事が共同通信から配信されました。

これは、指定されたシステム上で、論文や課題の文章を入力して提出することで、文字を打つスピード、書き直した部分などが時系列で記録されるため、AIの作成した文書をコピー＆ペーストなどすると、AIを利用したことが分かる仕組みのようです。

この仕組み以外にも、AIで作成したかどうか、判定する仕組みがAIを使ってどんどん開発されていくと考えられます。したがって、過去に提出した論文やレポートも、後から、AIを使った解析と検証で、AI使用の有無がわかることになると考えられます。つまり、成績評価のためのレポートや学位取得のための研究論文等の重要な部分やかなりの部分がAIを使用して作成されたと判定されると、単位認定が取り消されて卒業資格を喪失する、学位授与を取り消されるなどの事態が発生することが考えられないわけではありません。このことは、ハルシネーションリスク、著作権侵害といったデメリットに比較にならないほどの大きなリスクといえます。

AIは、「調査や翻訳のための補助」「アイデア出しのための壁打ち」もしくは「自作の論稿の添削」といった位置づけで利用するのが、学生にとっての正しい利用法であり、デジタル時代を「生き抜く力」につながるといえるでしょう。

当法人では以下の様なテーマの講演をご用意しております。

- ・クレジットカード・スマホアプリの賢い使い方
- ・留学前に知っておきたい世界のキャッシュレス
- ・フィッシングメールやセキュリティ対策の基礎

その他ご要望がございましたら、お問い合わせください。



## 活動状況（講師派遣）

### 【過去3年以内の実績】 ※五十音順

#### 【教育関係など】

神奈川県立相模田名高等学校  
(株式会社 TAP 経由)  
神田外語大学  
潤徳女子高等学校  
女子美術大学付属高等学校  
学校法人中越学園中越高等学校  
(アドバンスパートナー株式会社経由)  
東京家政大学板橋キャンパス  
東京コミュニケーションアート  
専門学校  
東京都立東久留米総合高等学校  
(定時制・株式会社 TAP 経由)  
東京都立永山高等学校  
東京都立農業高等学校  
東京都立雪谷高等学校  
(株式会社 TAP 経由)  
豊島岡女学園高等学校  
わせがく高等学校 (株式会社 TAP 経由)

#### 【行政機関など】

労働者協同組合労協センター事業団  
いたばしひとり親家庭相談窓口  
佐賀県子ども家庭課  
栃木県庁こども政策課  
横浜市青葉区地域福祉活動拠点  
「ふれあい青葉」  
横浜市金沢区能見台ケアプラザ  
横浜市左近山地域ケアプラザ  
横浜市新栄地区ケアプラザ  
横浜市菅田地域ケアプラザ  
横浜市反町地域ケアプラザ  
横浜市都筑区役所生活支援課  
横浜市東本郷地域ケアプラザ  
横浜市保土ヶ谷区 NPO 法人リロード  
横浜市緑区山下地域ケアプラザ  
横浜市南希望が丘地域ケアプラザ  
よこはま北部ユースプラザ

#### 【その他】

青森県消費生活センター  
一般社団法人 金融財政事情研究会



ゆきちと A1 (えいいち)  
当法人のマスコットキャラクターです。

### 【講演／取材のご依頼 ※リモート対応もご用意しております】

講演／取材のご依頼がございましたら、下記 URL より、お問い合わせメールに「講演／取材の問い合わせ」とご記載のうえお送りいただくか、下記ご連絡先までお問い合わせください。

### 【寄付のお願い】

私どもの活動にご賛同いただける方からのご寄付を随時受け付けております。  
詳しくはホームページをご覧ください。

### 【PR TIMES 掲載】

私どもの広報活動をプレスリリースにて随時配信しております。  
詳しくはホームページをご覧ください。



**PR TIMES**

生き抜く力 2026.7 No.19

《編集・発行・ご連絡先》

一般社団法人 NTSセーフティ家計総合研究所 (担当：津野田)

〒108-0023 東京都港区芝浦3-16-20 芝浦前川ビル4階

TEL (03) 6459-4770 FAX (03) 3457-1630

URL: <https://nts-safety.com> Mail: [nts\\_kskn@nts-hd.co.jp](mailto:nts_kskn@nts-hd.co.jp)

