



これからの「生成AI」との 上手な付き合い方



生成AI を使ったことはありますか？ 生成AI は勉強や調べものを手伝ってくれる便利な道具ですが、生成AI に頼りすぎると自分のためにならないことがあります。生成AI との上手な付き合い方を考えてみましょう。

➤ 大切なのは「自分で考える力」

生成AI は、分からないことを聞くとすぐに何らかの答えを出してくれます（内容が正しいとは限りません）。でも、いつも生成AI に答えを出してもらっていると、自分で考えることが少なくなってしまうです。大切なのは、答えを知ることだけではなく、「自分で考える力」をつけることです。

例えば、身体を鍛えたい人が、自分の代わりに誰かに筋トレをしてもらったらどうなるでしょう。自分は楽ができますが、筋肉は強くなりません。考えることも同じです。生成AI に答えを出してもらっただけでは、自分の考える力は育ちません。



➤ 生成AIは「一緒に考える」道具

生成AI は、考え方のヒントをもらったり、自分の考えを整理したりするための道具として活用してみましょう。生成AI と話しながら考えることで、新しいアイデアや気づきが見つかることもあります。「生成AI に考えてもらう」のではなく、「生成AI と一緒に考える」ことが大切です。



生成AIも人間と同じように間違えます！

生成AI はたくさんを知っているように見えますが、間違った答えを返すこともあります。また、間違えていても自信たっぷりに答えることがありますので、生成AI の言っていることをそのまま信じるのではなく、自分でも考えたり確かめたりしながら、上手に付き合っていきましょう。



【こんな情報は特によく確かめましょう！】

- ☒ 最新のニュースや話題
- ☒ 日付や数字、人の名前
- ☒ インターネット上に情報が少ない話題