

令和7年度 学内懸賞論文

体験から考える「超スマート社会」の生き方

～生成 AI 時代に問い直される人間の思考と時間～

東北福祉大学 総合福祉学部 福祉行政学科

23FQ088 新妻誠也

1. はじめに

私たちの生活は、この数十年で大きく姿を変えてきた。調べものは検索ひとつで済み、買い物は画面上で完結し、人との連絡も瞬時に行えるようになった。スマートフォンやインターネットは、日常生活の隅々にまで浸透し、情報へのアクセス速度や利便性は飛躍的に高まっている。内閣府が提唱する「Society5.0」は、こうしたデジタル技術を基盤に、サイバー空間と現実空間を高度に融合させ、人間中心の社会を実現しようとする構想である（内閣府、2016）。この構想は、もはや遠い未来像ではなく、現在の私たちの生活そのものを表していると言える。

しかし、利便性と効率性が高まる一方で、私は次第に「人間はどこまでスマートになってよいのだろうか」という疑問を抱くようになった。技術が私たちの思考や判断を先回りする場面が増えるほど、立ち止まって考える時間や、迷いながら選択する過程が省略されているのではないかと考えられるからである。この問題意識は抽象的なものでなく、私の祖父母との日常的なやり取りを通して、具体的な実感として意識されるようになった。

本稿では、こうした身近な体験を出発点として、超スマート社会において人間がどのように生きるべきかを考察する。特に、祖父母との世代間の価値観の違い、生成 AI を用いた文章作成の経験、そして情報社会における時間の使われ方に着目し、技術の進展が人間の思考や役割にどのような影響を与えているのかを明らかにすることを目的とする。

なお、本稿の作成にあたっては、文章構成の検討や章立ての整理といった全体構成において、ChatGPT（GPT-5.2）の助言を参考にした。具体的には、論文全体の構成案や小見出しの配置、表現の明確化や論理的整合性の確認において補助的に活用している。一方で、体験

の記述、考察内容、最終的な主張および文章表現については、すべて執筆者自身の判断と責任に基づいて行った。本稿では、生成 AI を思考の代替を担う存在ではなく、思考を補助する存在として位置づけ、その活用経験自体も含めて超スマート社会の在り方を検討していく。

2. 祖父母との体験が映し出す「当たり前」の違い

超スマート社会における人間の生き方を考えるうえで、身近な世代間の体験は重要な手がかりとなる。私は日常生活の中で、祖父母とデジタル技術をめぐるやり取りを重ねるなかで、自分にとって「当たり前」であった感覚が、必ずしも共有されていないことに気づくようになった。

ある休日、祖母から「スマートフォンの通知が止まらない」と連絡を受けたことがあった。画面にはアプリの更新通知やお知らせが並んでいただけで、機能的な問題は見当たらなかった。しかし、祖母はその通知が消えないこと自体に強い不安を抱いており、「壊れたのではないか」「誰かに見られているのではないか」と何度も問いかけてきた。私が操作方法を説明したが、同じ不安は繰り返された。

このやり取りを通して、私は祖母が「操作を覚えられない」のではなく、スマートフォンという存在そのものに対して、安心して向き合える前提を持っていないのだと考えるようになった。私にとって通知は単なる情報の一形態であり、必要に応じて無視できるものだが、祖母にとっては「何かが起きている兆候」として強く意識されてしまう。ここには、技術的な理解の差以上に、情報との距離感の違いが表れていると考えられる。

一方で、祖父はスマートフォンやインターネットの存在を理解しつつも、それに積極的に依存することはない。今でも紙の新聞を定期購読し、朝の時間にゆっくりとページをめくることを習慣としている。私がスマートフォンで速報ニュースを見せた際にも、祖父は「紙で読むからいい」と穏やかに答えた。この言葉は、単なる媒体の好みを示すものではなく、情報を自分の時間の中で受け取り、咀嚼する姿勢を象徴しているように思われた。

このように、祖母と祖父は同じ高齢世代でありながら、デジタル技術に対して異なる距離の取り方をしている。しかし共通しているのは、情報が常に即時的に流れ込んでくる状態に対して、戸惑いや距離を感じている点である。超スマート社会においては、情報の速さや量が価値として強調されがちであるが、それがすべての人にとって望ましいとは限らない。

これらの経験から、私は超スマート社会の課題は「技術を使えるかどうか」ではなく、「異なる時間感覚や価値観を前提として社会を設計できているか」という点にあると考えるようになった。世代ごとに異なる「当たり前」を無視したまま、一律のスピードや効率を求めることは、人間中心の社会とは言い難い。祖父母とのやり取りは、超スマート社会において人間がどのような歩幅で技術と向き合うべきかを問い直す契機となった。

3. 生成 AI が問い直す人間の役割

3.1 生成 AI を使った体験から見えた違和感

私はレポートや論文の構成を検討する過程で、試験的に文章生成を行う AI ツールを利用した経験がある。問いを入力すると、短時間のうちに論理的に整った文章案が提示され、その構成や表現は一見すると完成度が高いものであった。文章作成に要する時間や手間が大

大きく軽減される点において、この技術が有用であることは否定できない。

しかし、提示された文案を読み返すうちに、私は次第に違和感を覚えるようになった。それは、文章としての整合性は保たれているものの、「なぜその結論に至ったのか」という思考の過程が十分に可視化されていない点である。自らの経験や問題意識に基づいて悩み、言葉を選び、論点を組み立てていく過程が、文章の背後から抜け落ちているように感じられた。この体験を通して、私は AI による文章生成が「結果としての答え」を提示することには優れている一方で、人間の思考を深める過程で生じる迷いや判断の揺らぎまでを再現するものではないと認識するようになった。そこで私は、こうした技術を思考そのものの代替としてではなく、自身の考えを相対化し、問い直すための補助的な手段として位置づけるようになった。

3.2 生成 AI と創造化社会に関する先行研究

こうした問題意識は、先行研究においても指摘されている。野村総合研究所の森健は、AI 技術の発展が社会を「創造化社会」へと移行させる可能性を持つと論じている（森, 2024）。同研究では、AI が人間の創造性を直接的に代替するというよりも、創造行為の意味や価値基準そのものを変化させつつある点が強調されている。

この議論からは、創造性が「何かを一から生み出す能力」だけで測られる時代から、「提示された情報を吟味し、文脈の中で意味づける能力」へと重心を移しつつあることが読み取れる。すなわち、AI が生成した成果物をどのように扱い、どのような判断を加えるかという点に、人間の役割がより強く求められていると考えられる。

また、同研究所の塩崎潤一は、AI の知的能力が人間と同等の水準に到達する時期につい

て、段階的ではなく非連続的に訪れる可能性を指摘している（塩崎, 2023）。この見解は、技術の進展が予測困難であることを示すと同時に、人間が判断の主体であり続ける必要性を改めて浮き彫りにしている。

3.3 ハルシネーション問題と人間の責任

一方で、AI を用いた情報生成には明確な課題も存在する。その代表例が、事実とは異なる内容をもっともらしく提示してしまう、いわゆるハルシネーションの問題である（城田, 2023）。AI は大量のデータを基に文章を生成するが、その内容の正確性を自律的に保証しているわけではない。

私自身、大学の講義内容について生成 AI に質問した際、実在しない制度名や根拠の不明確な統計データを示された経験がある。この出来事は、AI が高度な表現能力を持つ一方で、誤った情報を含んだまま断定的に提示する可能性を持つことを示していた。

この点は、技術的な限界であると同時に、利用者側の姿勢を問う問題でもある。提示された情報をどのように評価し、採用するか否かを判断する責任は、最終的には人間に帰属する。AI の出力を無批判に受け入れるのではなく、検証し、疑い、必要に応じて修正する姿勢こそが、情報社会における人間の重要な役割であると考えられる。

3.4 生成 AI 時代における人間の役割

以上の検討から、AI 技術の普及は人間の役割を縮小させるものではなく、むしろ「判断する主体」としての人間の責任をより明確にするものだと考えられる。重要なのは、答えを生み出す能力そのものよりも、提示された答えをどのような文脈で理解し、どのような選択につなげるのかを考える力である。

AI を活用する社会において求められるのは、判断を委ねる姿勢ではなく、判断を引き受ける姿勢である。技術を利用するか否か、どの程度依存するのかを選択する行為そのものが、人間の主体性を形づくっていると言える。

このように、AI との共存が進む超スマート社会において、人間の役割とは、技術を拒絶することでも全面的に依存することでもなく、理解した上で距離を取りつつ活用し続ける存在である。その積み重ねが、人間中心の社会を成立させる基盤になると考えられる。

4. 既存の議論・研究から考察する超スマート社会の課題

超スマート社会（Society5.0）は、AI や IoT、ビッグデータを活用することで、少子高齢化や人手不足といった社会課題の解決を目指す構想として提唱されてきた（内閣府, 2016）。特に高齢者分野では、見守り技術や行政手続のデジタル化などが、生活の利便性向上に寄与すると期待されている。一方で、こうした技術の導入は、利便性の向上と同時に新たな課題も生じさせている。

4.1 デジタル・デバイドの問題

超スマート社会における代表的な課題の一つが、デジタル・デバイドの問題である。総務省の調査によれば、高齢者層ほどインターネットやデジタル機器の利用率が低く、情報へのアクセスやサービス利用に差が生じていることが示されている（総務省, 2025）。

この問題は、単に操作ができるかどうかにとどまらず、技術を前提とした社会の中で、不安や戸惑いを抱えながら生活せざるを得ない状況を生み出す点にある。デジタル化が進むほど、使えない側が「取り残される存在」として意識されてしまう可能性がある。

4.2 見守り技術と監視性の問題

高齢者支援の分野では、センサーや通知機能を用いた見守り機器が各地で導入されている。厚生労働省の補助事業として、日本総合研究所が実施した調査研究（日本総合研究所, 2023）によれば、導入後には「職員が機器の利活用方法を十分に把握できていない」、「運用にあたりプライバシーへの配慮が困難な場面がある」といった課題が報告されている。また、利用者本人からは「特に反応がない」とする回答が多い一方で、家族側は安全確保や事故検証の観点から肯定的に捉える傾向がみられる。

これらの結果は、見守り技術がもたらす安心感の受け止め方が、当事者本人と周囲の関係者との間で必ずしも一致していないことを示している。超スマート社会における技術導入の課題は、利便性や安全性の向上にとどまらず、それが当事者にどのように受け止められ、感情や尊厳にどのような影響を及ぼすのかという点にある。本稿第2章で扱った祖父母との生活場面は、こうした課題を日常の実感として捉え直す手がかりを与えている。

技術の進展を前提としつつも、人間の側に立った視点からその影響を考察することが、超スマート社会を考える上で不可欠であり、次章ではその点を人間の役割という観点から検討する。

5. 超スマート社会における人間の役割に関する考察

本章では、これまでに整理してきた祖父母との体験や生成 AI をめぐる議論を踏まえ、超スマート社会において人間が担うべき役割について考察する。

AI や IoT をはじめとするデジタル技術は、情報の収集や分析、提示を迅速に行う点で大きな利点を持つ。見守りアプリや生成 AI による助言は、生活上の不安を軽減し、判断の手助けとなる場面も少なくない。一方で、こうした技術は、整理された情報を提示するがゆえに、その内容を「正しい判断」として受け入れてしまいやすい側面も併せ持っている。

祖父母とのやり取りを振り返ると、この問題は身近な生活の中にも表れている。祖母が通知の表示そのものに不安を覚えたことや、祖父が速報性よりも紙媒体での理解を選んだ姿は、技術の性能以上に情報との向き合い方が重要であることを示している。ここから、課題の本質は技術そのものではなく、人間と技術との関係性にあると考えられる。

生成 AI についても同様である。高度な文章生成や情報整理を可能にする一方、誤情報を含んだ内容を断定的に提示する場合がある。この特性は、利用者が AI を判断の代替として用いた場合に、思考の過程を省略してしまう危険性を伴う。そのため、超スマート社会においては、提示された情報を吟味し、必要に応じて立ち止まる姿勢が求められる。

超スマート社会における人間の役割とは、技術に全面的に依存することでも、これを拒絶することでもなく、その特性と限界を理解した上で主体的に選択し続ける存在であると言える。技術はあくまで手段であり、それをどのように用いるかを決定する責任は人間にある。この責任を自覚し続けることこそが、人間中心の超スマート社会を成立させるための前提条件である。

6. 結論—体験から考える超スマート社会の生き方

本稿では、超スマート社会の進展の中で、生成 AI をはじめとするデジタル技術が人間の思考や判断の在り方にどのような影響を及ぼしているのかを、自身の体験を手がかりに検討してきた。情報への即時的なアクセスや技術の高度化は、生活を支える重要な基盤となっている一方で、考える過程を省略し、判断を外部に委ねてしまう危うさも併せ持っていることが明らかになった。

生成 AI を用いた文章作成の経験からは、整った答えが提示されることと、自らが納得のいく思考に到達することが必ずしも一致しないという点が示された。また、祖父が情報の速さよりも自分の理解の時間を重視していた姿や、祖母が通知の表示そのものに不安を覚えた体験は、技術の利点だけでは測れない人間の感覚や価値観の存在を浮き彫りにしている。

これらを通して明らかになったのは、超スマート社会において求められる生き方とは、技術に判断を委ねることではなく、その特性と限界を理解した上で主体的に距離を取りながら活用する姿勢であると言える。デジタル技術は人間の役割を縮小させるものではなく、むしろ「考える責任」や「判断する責任」を人間に改めて問いかける存在である。本稿で取り上げた体験は、超スマート社会を人間中心の社会として成立させるために、私たち一人ひとりが自らの歩幅で技術と向き合い続ける必要性を示している。超スマート社会とは、人間が考えなくてよくなる社会ではなく、むしろ「考え続ける責任」から逃げられなくなる社会なのではないだろうか。(本文 5792 字)

【参考文献】

・ 内閣府（2016）『Society5.0 とは』 内閣府.

https://www8.cao.go.jp/cstp/society5_0/society5_0-1.pdf

・ 森健（2024）「生成 AI と創造化社会」

野村総合研究所研究レポート.

<https://www.nri.com/jp/knowledge/report/files/000030710.pdf>

・ 塩崎潤一（2023）「生成 AI で変わる未来の風景」

野村総合研究所研究レポート.

<https://www.nri.com/content/900032096.pdf>

・ 城田真琴（2023）「ChatGPT がもたらすパラダイムシフト—仕事・企業・社会はどう変わるか—」

野村総合研究所研究レポート.

<https://www.nri.com/content/900032094.pdf>

・ 総務省（2025）『令和7年版情報通信白書』 総務省.

<https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r07/html/nd21b120.html>

・ 日本総合研究所（2023）『介護施設等におけるカメラタイプの見守り機器の効果的な活用に向けた実態調査研究事業報告書』 厚生労働省補助事業.

<https://www.mhlw.go.jp/content/12304250/001148548.pdf>

・ OpenAI. (2025). ChatGPT (GPT-5.2 version) [Large language model].

<https://chatgpt.com/>

【備考資料】

本論文の執筆にあたり、生成 AI (ChatGPT-5.2) を補助的に利用した。主な利用内容は、論文全体の構成検討、小見出しの整理、文章表現の明確化および論理展開の自然さに関する助言の取得である。特に、自身の体験を中心に論じる論文であっても、論文形式としての一貫性や説得力を保つため、章立てや構成の妥当性を確認する目的で活用した。

一方で、本論文の主題となる体験内容（祖父・祖母との具体的な出来事）や、そこから導かれる問題意識、考察および結論は、すべて執筆者自身の経験と判断に基づいて記述している。生成 AI が提示した文章案や表現については、そのまま採用することは避け、必ず自らの視点で検討し、必要に応じて修正・取捨選択を行った。

また、生成 AI は高度な文章を生成できる一方で、誤情報も含む可能性があることを踏まえ、制度名や概念、先行研究での議論に関する記述については、公的資料等の信頼できる情報源を用いて内容を確認した上で記述している。

以上のように、本論文における生成 AI の利用は、思考や判断を代替するものではなく、思考を整理し、問いを深めるための補助的な手段として位置づけている。この利用姿勢自体も、超スマート社会における人間と技術の関係を考える一つの実践例であると考えている。