13歳からの「AIドライバーズライセンス」

勉強・趣味・将来を「イージーモード」に変える、脳の拡張教習所

はじめに：「徒歩」で隣の県まで行きますか？
AIを使うのは「ズル」なのか？
「ハードモード」の人生を終わらせよう
さあ、教習を始めよう
第1章：【学科】AIは「答えマシン」ではない。「高性能なクルマ」だ
クルマ（AI）を動かすのは「ナビ設定（プロンプト）」
「具体」の地面から、「抽象」の空へ
「So What?（つまり？）」でルートを修正する
ドライバーは「君」だ
第2章：【技能1】勉強編：「悩む時間」をゼロにするナビゲーション
宿題は「地図（答え）」を見てから走る
【魔法のナビ設定】
助手席に「AI教官」を乗せるプロンプト
【レベル別・翻訳プロンプト】
テスト勉強は「シミュレーション走行」
【無限演習プロンプト】
第2章のまとめ
第3章：【技能2】スキル編：自宅にいながら「世界」へドライブ
パスポート不要の「0秒留学」
【留学モード起動プロンプト】
第4章：【技能3】創造編：教習所の「技術」で、どこまでも遠くへ
「教習所（型）」で覚えれば、「公道（応用）」は怖くない
【型を盗むプロンプト】
「ズラし」の技術で、君だけの公道を走れ
・【ズラしのプロンプト】
そして「高速道路（無限大）」の世界へ
第5章：【危険予測】事故らないための交通ルール
1.【最重要】「窓を開けて住所を叫ぶな」（個人情報保護）
【鉄則1：ドアロックをかけろ】
2.「ハルシネーション（幻覚）」という居眠り運転
【鉄則2：ナビを疑え、窓の外を見ろ】
3.「パクリ」と「オリジナル」の境界線
【鉄則3：AIの出力に「泥」を混ぜろ】
【おわりに】「お客さん」で終わるな、ドライバーになれ
1. 助手席に乗せてもらう「お客さん」の人生
2. 運転席でハンドルを握る「ドライバー」の人生
あとがき：「免許」を渡すのが、一番最後になってごめんなさい

はじめに:「徒歩」で隣の県まで行きますか？

AIを使うのは「ズル」なのか？

突然ですが、あなたに質問があります。

「今から隣の県にある遊園地まで来てください」

そう言われたら、あなたはどうやって行きますか？

おそらく、スマホで電車の時間を調べるか、親御さんに車で送ってもらうよう頼むでしょう。

クーラーの効いた快適な車内で、好きな音楽を聴きながら、1時間ほどで到着するはずです。

では、もしここに、こんな人がいたらどう思いますか？

「僕は自分の足腰を鍛えたいから、地図も見ずに、太陽の方向だけを頼りに10時間歩いて行きます！」

……正直、「変わった人だな」とか、もっと率直に言えば「バカだなあ」と思いませんか？

そんなことをしていたら、遊園地に着く頃には夕方になってしまいます。しかも、体力はゼロ。ヘトヘトでアトラクションを楽しむどころではありません。

一方で、車を使ったあなたは、朝の開園から閉園まで、体力を温存したまま全力で遊ぶことができます。

さて、ここからが本題です。

「車を使って移動したあなたは、『ズル』をしたのでしょうか？」

いいえ、違いますよね。

ただ「文明の利器」を賢く使っただけです。

目的地に着くという「結果」は同じでも、そこにたどり着くまでの「時間」と「労力」が圧倒的に違う。ただそれだけのことです。

なのに、なぜか「勉強」や「仕事」の話になると、大人たちは急にあの「徒歩の人」と同じことを言い出します。

「AIに答えを聞くなんてズルだ」

「楽をしてはいけない。自分の頭で汗をかいて考えろ」

はっきり言います。

これは、「隣の県まで徒歩で行け」と言っているのと同じ、古い時代の精神論です。

今、私たちの目の前には、「生成AI」という、とてつもなく高性能なスーパーカーが停まっています。

この車に乗れば、これまで10時間かかっていた読書感想文が30分で終わります。

何年も英会話スクールに通って身につけていた英語力が、自宅にいながら数ヶ月で手に入ります。

自分一人では思いつかなかったようなアイデアが、一瞬で100個も出てきます。

これを使わない手はありません。

AIは、あなたの脳を物理的な限界を超えて高速移動させる、最強の「拡張ツール」なのです。

「ハードモード」の人生を終わらせよう

私はこれまでの著書で、一貫して「人生をイージーモードにする方法」を伝えてきました。

勉強も、英語も、ギターも、そして仕事も。

世の中の多くの人は、わざわざ自分から難しいやり方を選んで、「ハードモード」で苦しんでいます。

「苦労してこそ報われる」

「時間をかけることが誠実さだ」

そんな呪いのような言葉に縛られて、大切な人生の時間を「単純作業」や「悩み」で浪費しているのです。

でも、あなたは違います。

この本を手に取った時点で、あなたは「もっと賢いやり方があるはずだ」と気づいているはずです。

AIというスーパーカーを手に入れたあなたは、もう重たい荷物を背負って歩く必要はありません。

面倒な計算、情報の整理、下書きの作成……そういった「脳の単純労働」は、すべてAIという車に任せてしまえばいいのです。

そして、浮いた時間と体力で、本当にあなたがやりたいこと——例えば、友達と遊ぶこと、部活に打ち込むこと、あるいは、AIには思いつかないようなクリエイティブな作品を作ること——に、全力を注いでください。

それが、これからの時代を生きる「賢い人」の戦略です。

なぜ「ドライバーズライセンス（免許）」が必要なのか？

「じゃあ、AIに全部任せて寝ていればいいの？」

そう思ったあなた。ここが一番重要なポイントです。

答えは「NO」です。

AIというスーパーカーは、確かに高性能です。しかし、この車には一つだけ致命的な欠点があります。

それは、「無免許で乗ると、大事故を起こす」ということです。

AIは、時として平気な顔で嘘をつきます（これを専門用語で「ハルシネーション」と言います）。

あるいは、あなたが曖昧な指示を出すと、見当違いな方向に暴走してしまうこともあります。

何より一番怖い事故は、AIに頼りすぎて、あなた自身の脳が停止してしまうことです。

「AIが言ったから正しい」

「AIが作ってくれたから、これでいいや」

これは、運転席で居眠りをしているのと同じです。

そのままでは、あなたはAIという車に乗せられているだけの「お客さん（乗客）」になってしまいます。

乗客は楽ですが、自分の行きたい場所へは行けません。誰か（AIや、AIを作った企業）が敷いたレールの上を走らされるだけです。

だからこそ、「ドライバーズライセンス（免許）」が必要なのです。

この本は、AIというモンスターマシンのハンドルを握り、自分の意志でコントロールするための「教習所」です。

• AIに行き先を指示する「ナビ設定（プロンプト）」の技術

• AIの嘘を見抜く「危険予測」の能力

• AIの出力に自分の個性を乗せる「ハンドリング」のセンス

これらを身につけた時、あなたは初めて「乗客」から「ドライバー」へと進化します。

さあ、教習を始めよう

この本には、難しい専門用語や、プログラミングの話は一切出てきません。

必要なのは、あなたのスマホと、「楽をして結果を出したい」という少しの野心だけです。

第1章からの「学科」と「技能講習」を終える頃には、あなたの目に見える世界はガラリと変わっているでしょう。

勉強も、趣味も、将来の夢も。

すべてが「徒歩」のスピードから、「高速道路」のスピードへと切り替わります。

さあ、助手席のドアを開けて、運転席に乗り込んでください。

シートベルトは締めましたか？

あなたの人生というドライブを、最高に楽しく、自由なものにするための講習。

いよいよスタートです。

第1章：【学科】AIは「答えマシン」ではない。「高性能なクルマ」だ

～『思考の***OS***』より～

教習所の教室へようこそ。

実車（AI）に乗る前に、まずは学科講習です。

多くの人が、AIのことを「何でも知っている物知り博士」や「便利な検索エンジン」だと思っています。

「答えを教えてくれる機械」だと思っているから、AIが間違った答えを出した時に、「なんだ、使えないじゃん」と失望して降りてしまうのです。

その認識を、今日ここで捨ててください。

AIは「答えマシン」ではありません。

あなたの脳をどこまでも遠くへ運んでくれる、「超・高性能なクルマ」です。

フェラーリやポルシェのようなスーパーカーを想像してください。

どんなに速いエンジンを積んでいても、ドライバーが行き先を決めなければ、そのクルマは1ミリも動きませんよね？

あるいは、適当にアクセルを踏めば、猛スピードで壁に激突します。

AIも同じです。

この高性能なクルマを乗りこなすために必要なのは、プログラミングの知識ではありません。

「目的地（ゴール）」を正しくセットする、言葉のナビゲーション技術です。

クルマ（AI）を動かすのは「ナビ設定（プロンプト）」

タクシーに乗った場面を想像してみてください。

運転手さんに向かって、あなたはこう言いました。

「どこかへ連れて行って」

運転手さんは困りますよね。「どこかって、どこですか？」と。

あるいは、気を利かせて「じゃあ、近くの公園に行きますね」と走り出したら、「違う！ 俺が行きたいのは海なんだ！」とあなたが怒り出す。

これは、完全にあなたのミスです。

AIを使う時も、これと同じことをしていませんか？

• × ダメなナビ（丸投げ）：

「読書感想文を書いて」

「面白いアイデアを出して」

これでは、AIという優秀な運転手も困り果てて、当たり障りのない「普通の答え（近所の公園）」しか連れて行ってくれません。

高性能なエンジンが泣いています。

ここで必要になるのが、私の著書『思考のOS』で紹介した「具体と抽象のエレベーター」です。

このエレベーターを使って、視点を「空（抽象）」に上げてから指示を出すのです。

「具体」の地面から、「抽象」の空へ

「読書感想文を書いて」というのは、地面（具体）の言葉です。

ここで一度、思考のエレベーターに乗って、空（抽象）へ上がってみましょう。

そして、「目的」を考えるのです。

• 地面（具体）：「読書感想文を書いて」

↓（エレベーター上昇）

• 空（抽象・目的）：

• 「なんのために書くの？」→「先生に褒められたいから」

• 「どういうふうに？」→「本を読んで感動した、という情緒的な感じで」

• 「誰に向けて？」→「厳しい国語の先生に向けて」

ここまで「空」に上がって目的を確認したら、また地面に降りて、AIに指示（プロンプト）を出します。

• ○ 良いナビ（目的を含む）:

「厳しい国語の先生を感動させるような（目的）、情緒的で美しい表現を使った（手段）、『走れメロス』の読書感想文を書いて（具体）」

どうですか？

これなら、AIというクルマは迷うことなく、あなたの望む「感動的な感想文」という目的地まで、最短ルートで走り出せます。

<u>※実際に読書感想文を出力して、提出してはダメですよ！</u>

AIへの指示（プロンプト）とは、単なる命令ではありません。

「空（目的）」と「地面（具体）」をセットにして、ナビに入力することなのです。

「So What?（つまり？）」でルートを修正する

ナビをセットして走り出した後も、ドライバーの仕事は終わりません。

AIは優秀すぎて、時々「張り切りすぎる」ことがあります。

例えば、「江戸時代について教えて」と聞くと、AIは大量の年号や人物名（具体データ）をドバッと出してきます。

情報の洪水です。これでは、目的地に着く前に溺れてしまいます。

ここで使うハンドル操作が、魔法の言葉「***So What?***（つまり？）」です。

AIが出してきた大量の情報に対して、あなたは助手席からこう問いかけてください。

「ありがとう。でも、So What?（つまり）、テストに出るのはどこ？」

「So What?（要するに）、この事件を一言で言うとどういうこと？」

「So What?」は、複雑な情報をシンプルに圧縮するプレス機のようなものです。

• AI:「1600年に関ヶ原の戦いがあって、東軍が勝って、徳川家康が……（長文）」

↓

あなた:「So What?（つまり、僕にとって重要なのは？）」

↓

AI:「つまり、ここから江戸時代という『平和な時代』が始まった、という点がテストに出ます」

こうやって、AIが出してくる「素材」を、あなた自身が「So What?」というハンドルを切って、**「自分にとっての意味」**へと変えていくのです。

ドライバーは「君」だ

第1章のまとめです。

AIは、勝手に答えを出してくれる魔法の箱ではありません。

「君が目的地（プロンプト）を入れなければ、ただの鉄の塊」です。

• 「具体と抽象のエレベーター」で行き先を決める。

• 「So What?」でルートを修正する。

この2つのハンドル操作さえ覚えておけば、どんな高性能なAIが現れても、君は振り回されることなく、そのパワーを自分のものにできます。

アクセルを踏む準備はできましたか？

次は、いよいよ公道に出ます。

もっとも身近で、もっとも面倒くさい「学校の勉強」というコースを、AIカーで爆走する技術をお教えします。

「宿題」や「テスト勉強」の常識がひっくり返る、【技能***1***】へ進みましょう。

第2章：【技能1】勉強編：「悩む時間」をゼロにするナビゲーション

～『解答逆算型思考法』より～

「勉強しなさい！」

そう言われて机に向かったものの、わからない問題の前でフリーズしてしまう。

鉛筆を回して、天井を見上げて、気づけば1時間が過ぎている……。

そんな経験はありませんか？

多くの人が、この「うんうん唸っている時間」を「勉強」だと勘違いしています。

はっきり言います。

それは勉強ではありません。ただの「迷子」です。

地図を持たずに知らない森に入り込み、同じ場所をグルグル回って疲弊しているだけです。

ドライバーズライセンスを持つ私たちは、そんな非効率なことはしません。

AIという最新のナビを使って、迷う時間を「ゼロ」にします。

宿題は「地図（答え）」を見てから走る

私が『解答逆算型思考法』で公開した最強のメソッド。

それは、「最初に答え（地図）を見る」ことです。

RPGのダンジョンを攻略する時、攻略サイトの地図を見てから進むのと、何も見ずに進むのとでは、どちらが早くボスにたどり着けますか？

当然、地図を見た方ですよね。

「地図を見るのはズルだ」なんて言うゲーマーはいません。クリアすることが目的だからです。

勉強も同じです。

わからない問題にぶつかったら、1秒も悩まなくていい。

すぐにAIのカメラ機能で、その問題を「パシャッ」と撮ってください。

そして、こう指示（プロンプト）を出します。

【魔法のナビ設定】

「この問題の答えを教えないで。解き方の手順（ルート）だけを、ステップごとに教えて」

するとAIは、「答えは『5』です」とは言いません。

「まずxを左に移動させます（ステップ1）」

「次に両辺を2で割ります（ステップ2）」

と、ゴールまでの「道順」だけを教えてくれます。

あなたは、そのナビの通りに鉛筆というハンドルを動かすだけ。

「ああ、こうやって進めばゴール（正解）に着くのか！」

この「納得して進む感覚」こそが、脳に回路（道を作る本当の勉強です。

悩んでいる暇があったら、さっさとナビを見て、ゴールまでの景色を脳に焼き付ける。

これが「解答逆算」の極意です。

助手席に「AI教官」を乗せるプロンプト

「でも、解説を読んでも意味がわからないんだよ……」

そんな時こそ、AIの本領発揮です。

学校の先生や親に、「ここがわかりません」と何度も聞きに行くのは勇気がいりますよね。

「さっき説明したでしょ！」「授業聞いてなかったの？」と怒られるのがオチです。

でも、助手席に乗せた「AI教官」は違います。

彼らは絶対に怒りません。24時間365日、文句ひとつ言わず、あなたのレベルに合わせて何度でも説明してくれます。

解説が難しければ、こう頼んでみましょう。

【レベル別・翻訳プロンプト】

• 小学生レベルで：「この解説を、小学5年生でもわかる言葉に翻訳して」

• ゲーム脳レベルで：「この歴史上の出来事を、RPGのストーリーに例えて解説して」

• 関西弁で：「親しみやすく、関西弁のおっちゃん風に教えて」

「織田信長が本能寺で倒された」という事実が覚えられなくても、

「魔王ノブナガが、部下のミツヒデに裏切られてゲームオーバーになったイベント」と言われたら、一発で覚えられませんか？

自分にとって「一番わかりやすい言葉」に翻訳させる。

これができるのは、世界であなただけの専属コーチであるAIだけです。

テスト勉強は「シミュレーション走行」

「答えを見てばかりいたら、テスト本番で解けなくなるんじゃない？」

そんな心配をする真面目なあなたに、とっておきの裏技を教えましょう。

テスト勉強とは、「本番のコースを事前に走っておくこと（シミュレーション）」です。

F1レーサーは、ぶっつけ本番でレースに出たりしません。

シミュレーターを使って、コースの形を体に叩き込んでから挑みます。

AIを使えば、無限に「模擬コース」を作れます。

解き方（ルート）を覚えた問題について、AIにこう頼んでください。

【無限演習プロンプト】

「この問題と同じ解き方で解ける『類題』を、数字を変えて5問作って」

すると、AIは一瞬でオリジナルの練習問題を作ってくれます。

あなたはそれを、ナビ（答え）を見ずに、自力で解いてみる。

これを繰り返すと、脳の中に「型（フォーム）」が出来上がります。

「あ、このカーブ（問題）は、練習でやったあの曲がり方（解法）でいけるな」

テスト本番で問題を見た瞬間、反射的に手が動くようになります。

これが、私が言う「再現性のゲーム」です。

その場でうんうん唸って考えるのではなく、練習した通りのハンドルさばきを再現するだけ。

これなら、緊張して頭が真っ白になることもありません。

第2章のまとめ

勉強において、「苦しむこと」に価値はありません。

価値があるのは、「解けるようになること」だけです。

• わからなければ、1秒でAIに「ルート」を聞く。

• 理解できなければ、わかる言葉に「翻訳」させる。

• 覚えたら、類題を作らせて「シミュレーション」する。

このサイクルを回せば、これまで2時間かかっていた宿題が30分で終わります。

そしてテストの点数は劇的に上がる。

浮いた1時間30分で何をするか？

もちろん、ゲームでも、YouTubeでも、寝ることでも、好きなことに使ってください。

それが「効率化」というご褒美です。

さて、勉強の攻略法はわかりました。

次は、もっと世界を広げましょう。

パスポートも航空券も持たずに、自宅にいながら「海外」へドライブに出かけます。

英語の成績だけでなく、人生の選択肢を一気に広げる【技能**2**】へ進みましょう。

第3章：【技能2】スキル編：自宅にいながら「世界」へドライブ

～『英語脳作成』より～

「将来、英語が話せるようになりたいな」

「でも、留学なんてお金もないし、無理だよな……」

そんなふうに諦めかけているあなた。

その考えは、もう古いです。「徒歩」の発想です。

AIドライバーズライセンスを持つあなたには、パスポートも航空券もいりません。

パスポート不要の「0秒留学」

第1章で言いましたね。AIというクルマの中は、ドアを閉めればあなただけの自由な空間だと。

このクルマの「設定」を変えるだけで、車内を一瞬で「外国」に書き換えることができます。

これが、私が『英語脳作成』で提唱した「***0***秒留学」です。

AI（Gemini）に向かって、この魔法のスイッチ（プロンプト）を入力してください。

【留学モード起動プロンプト】

「あなたは私の英語の先生です。ここからは日本語を一切使わないでください。私のレベルに合わせて、中学英語で優しく話してね」

（"You are my English teacher. Speak only in English. No Japanese allowed."）

この瞬間から、AIは「日本語を忘れたネイティブの友達」になります。

パジャマ姿のままで、寝転がりながら、今日食べたお菓子の話をしてもいいし、好きなゲームの話をしてもいい。

相手はAIです。どんなに文法が無茶苦茶でも、発音がカタカナでも、絶対に笑いません。疲れた顔もしません。

恥ずかしくない、疲れない、怒らない。

この「心理的安全性」こそが、最強の語学ドライブ環境なのです。

翻訳アプリという「教官の補助ブレーキ」に頼るな

ここで、初心者のドライバーがやりがちな、最大のミスがあります。

AIの言っていることがわからなくなると、不安になって、すぐに別画面で「Google翻訳」や「DeepL」を開いてしまうことです。

これは、教習所でちょっと怖いカーブに来た瞬間に、「怖いから先生やって！」とハンドルを離し、教官に「補助ブレーキ」を踏んでもらうようなものです。

補助ブレーキを踏んでもらえば、確かに事故（会話の停止）は防げます。でも、あなたの運転技術（英語脳）は1ミリも成長しません。

ずっと「助手席のお客様」のままです。

私たちプロのドライバーは、翻訳機に頼らず、AI自身に英語で助けを求めます。

わからない単語が出てきたら、こうハンドルを切ってください。

• 「Show me a picture（画像を見せて）」

• 文字でわからなければ、ビジュアルで理解すればいいのです。「squirrel」がわからなくても、リスの画像が出れば0.1秒でわかります。これが直感的なハンドリングです。

• 「Say it simply（もっと簡単な言葉で）」

• 「5歳児に話すように言って」と頼めば、AIは驚くほど噛み砕いてくれます。スピードを落として、安全運転に切り替えるテクニックです。

• 「Give me an example（例文を出して）」

• 実際のシチュエーションを見ることで、使い方の感覚を掴みます。

日本語という「補助ブレーキ」を使わず、自分の感覚でアクセルを踏み続ける。

そして、自分の拙い英語が通じた時の「グンッ！」と前に進む加速感。

これを一度味わえば、もう英語は苦しい「勉強」ではなく、ワクワクする「ドライブ」に変わります。

第4章：【技能3】創造編：教習所の「技術」で、どこまでも遠くへ

～『カポタスト理論』より～

「小説を書いてみたいな」

「ゲームを作ってみたいな」

「でも、僕にはセンスがないから無理だ……」

そう思って、アクセルを踏む前からブレーキをかけていませんか？

多くの人が「クリエイティブ（創造）」を、選ばれた天才だけが許された特別なサーキットだと思い込んでいます。

でも、私の著書『カポタスト理論』を読んだ方なら、もうお分かりですよね？

ギターのFコードが弾けないのは、指が短いからでも才能がないからでもありません。

「Eフォーム」というたった一つの「型」を知らないだけです。

創作も、これと全く同じです。

センスがないのではありません。「型」を知らないだけです。

そして今は、AI教習所がその「型」をすべて教えてくれます。

「教習所（型）」で覚えれば、「公道（応用）」は怖くない

いきなり「面白い物語を書け」と言われるのは、免許取り立てで「ニュルブルクリンク（世界一難しいサーキット）」を走れと言われるようなものです。

どうハンドルを切ればいいかわからず、事故る（挫折する）に決まっています。

だから、まずはAI教習所で、プロたちが使っている「ハンドルの切り方（型）」を教えてもらうのです。

AI（Gemini）に向かって、こう聞いてみてください。

【型を盗むプロンプト】

「世界中で大ヒットした冒険ファンタジー映画に共通する、『ストーリーの型（構成）』を教えて」

「バズるショート動画の『台本の型』を教えて」

するとAIは、「ヒーローズ・ジャーニー（英雄の旅）」や「三幕構成」、「起承転結」といった、プロの世界では当たり前の「王道のドライビングテクニック（型）」を教えてくれます。

例えば、「ヒーローズ・ジャーニー」なら、

1. 平凡な日常

2. 冒険への誘い

3. 師匠との出会い

4. 試練……

といった具合に、物語の地図（ルート）が出てきます。

これが「教習所のコース（型）」です。

まずは、このコース通りに走ってみるのです。

「1. 平凡な日常」には「僕の学校生活」を当てはめる。

「2. 冒険への誘い」には「謎の転校生が来た」を当てはめる。

ゼロから考える必要はありません。教わった通りにハンドルを切るだけで、驚くほどしっかりした物語の骨組みが出来上がります。

「ズラし」の技術で、君だけの公道を走れ

「でも、型通りに作ったら、みんなと同じような作品（パクリ）になっちゃうんじゃない？」

鋭い質問です。

そこで必要になるのが、『カポタスト理論』の奥義**「ズラし」**です。

ギターでは、Eフォームの手の形をそのまま横にズラすだけで、FにもGにもAにもなりましたよね？

物語も同じです。「型」をそのまま使いつつ、「設定（場所）」をズラすのです。

例えば、誰もが知っている「桃太郎」という完璧な型があります。

この型をAIと一緒にズラしてみましょう。

- 【ズラしのプロンプト】

「『桃太郎』のストーリー構成（型）はそのまま使って、設定だけを『近未来の火星』にズラしてあらすじを書いて」

「『仲間（犬・猿・キジ）』を、『落ちこぼれのAIロボットたち』にズラして」

すると、どうなるでしょう？

「火星の貧民街で育った少年が（桃太郎）、スクラップ寸前のロボットたち（犬猿雉）を仲間にし、街を支配する巨大マザーコンピュータ（鬼）をハッキングしに行く物語」

……どうですか？

骨組みは桃太郎なのに、全く新しい、ワクワクするSF冒険活劇が生まれました。

これが「ズラし」の魔法です。

型（基本の運転技術）さえしっかりしていれば、どんな悪路（奇抜な設定）でもスイスイ走り抜けることができるのです。

そして「高速道路（無限大）」の世界へ

基本の運転技術（型とズラし）を身につけたら、君はもう教習所を出て、どこへでも行けます。

隣町（趣味）レベルで終わらせるのはもったいない。

AIというスーパーカーで、地平線の彼方（無限大）まで行ってみませんか？

たった一つのアイデア、例えばさっきの「火星の桃太郎」を使って、AIにこう頼むのです。

「このあらすじを元に、ライトノベルの第1章を書いて」

「登場人物のキャラクターデザイン（絵）を描いて」

「この世界観に合う主題歌の歌詞を書いて」

「この設定でRPGゲームの企画書を作って」

一つの「型」から、小説、イラスト、音楽、ゲーム……と、**「1：∞（無限大）」**のスピード感で世界を拡張できます。

君はただ、運転席に座って「次はあっちへ行こう！」とハンドルを切るだけ。

面倒なエンジンの制御（執筆や描画）は、すべてAIがやってくれます。

「自分には才能がない」なんて、二度と言わせません。

AI教習所でハンドル操作（型）を覚え、自分だけのルート（ズラし）を見つける。

それだけで、君は世界を創造する「クリエイター」になれるのです。

第5章：【危険予測】事故らないための交通ルール

～『思考の**OS**』より～

高性能なスポーツカー（AI）を手に入れたあなた。

気分は最高でしょう。「どこまでも行ける！」とアクセルをベタ踏みしたい気持ちはわかります。

でも、ちょっと待ってください。

このクルマで公道を走る前に、絶対に守らなければならない「***3***つの鉄則」があります。

これを一つでも破れば、即・免許取り消し。最悪の場合、あなた自身や家族を危険にさらす「大事故」になります。

教習所最後の、そして一番厳しい講義です。心して聞いてください。

1.【最重要】「窓を開けて住所を叫ぶな」（個人情報保護）

まず、ハンドルを握る前に絶対に約束してください。

「AIには、本名、住所、電話番号、学校名、友達の秘密を絶対に入力しないこと」。

多くの人が勘違いしていますが、AIとの会話は「あなたとAIだけの秘密の部屋」ではありません。

AIは、世界中のユーザーから入力されたデータを学習し、賢くなっていきます。

もしあなたが、「僕の名前は○○で、××中学に通っていて、△△先生が嫌いです」と入力したら？

そのデータはAIの巨大なデータベースに吸い込まれ、巡り巡って、世界のどこかの誰かの画面に「○○くんの学校の秘密」として表示されてしまうリスクがゼロではないのです。

これは、「オープンカーで高速道路を走りながら、拡声器で自分の住所と秘密を叫び続ける」のと同じです。

一度叫んでしまった言葉（データ）は、もう二度と回収できません。

【鉄則1：ドアロックをかけろ】

• 自分の名前は「A君」、友達は「B君」とぼかす。

• 固有名詞（学校名や地名）は絶対に入れない。

• 「これ、駅の掲示板に貼られても大丈夫？」と一瞬考えてから送信ボタンを押す。

自分の身を守れるのは、ドライバーであるあなただけです。

2. 「ハルシネーション（幻覚）」という居眠り運転

次に、AIの「知ったかぶり」癖についてです。

AIは時々、自信満々に嘘をつきます。これを「ハルシネーション（幻覚）」と言います。

例えば、「織田信長の趣味は？」と聞くと、AIは真面目な顔で「サーフィンです」と答えるかもしれません。

もしあなたが歴史を知らず、これを信じて宿題に出したら？ 先生に呼び出されて「大事故」になります。

AIは「知識の辞書」ではありません。「言葉を確率でつなげる計算機」です。

「知らない」と言うのが苦手で、つい嘘をついてしまう、お茶目な（そして危険な）ナビゲーションシステムなのです。

【鉄則2：ナビを疑え、窓の外を見ろ】

• AIが出した答え（ルート）を鵜呑みにしない。

• 必ず**「教科書」や「信頼できるサイト」**で裏取り（ファクトチェック）をする。

• AIの言うことは「話半分」に聞くのが、プロの嗜みです。

3. 「パクリ」と「オリジナル」の境界線

最後に、「無免許運転（パクリ）」の話です。

「読書感想文、面倒くさいからAIに書いてもらって、そのまま出そう」

「AIが描いた絵を、自分が描いたと言ってコンクールに出そう」

はっきり言います。

これは「自動運転」に任せて、自分は後部座席で寝ているのと同じです。

つまらない。ダサい。そして、それは「あなたの作品」ではありません。ただの「AIの出力データ」です。

では、どうすれば「オリジナル」になるのか？

AIが出してきた平均的な答え（抽象）に、あなただけの「強烈な具体（泥臭い体験）」を混ぜ込むのです。

【鉄則3：AIの出力に「泥」を混ぜろ】

• AIの文章：「命の大切さを学びました」

（きれいだけど、眠くなる運転）

↓

• あなたのハンドル操作（具体の注入）：

「……とAIはまとめたけれど、僕は違うと思った。主人公が泣くシーンで、去年死んだハムスターの『ポチ』の、あのヒマワリの種の匂いを思い出して、胸が苦しくなった」

「ヒマワリの種の匂い」。

この「あなたにしか書けない泥臭い記憶（具体）」が混ざった瞬間、その文章はAIには絶対に書けない、世界で一つの「オリジナル」に変わります。

【おわりに】「お客さん」で終わるな、ドライバーになれ

教習お疲れ様でした。

これで、学科、技能、そして命を守る危険予測、すべての講習が終了です。

今、免許（ライセンス）を手にしたあなたの前には、二つの道が分かれています。

1. 助手席に乗せてもらう「お客さん」の人生

AIに言われた通りのことをし、個人情報を垂れ流し、AIが決めた正解の上を歩く。

楽だけど、ハンドルは握れない。行き先は誰かに決められてしまう。

2. 運転席でハンドルを握る「ドライバー」の人生

鉄則を守りながら、AIという最強のエンジンを使いこなし、自分の行きたい場所へ、誰も見たことのないスピードで駆け抜ける。

『塾代0円の学習法』で「時間を浮かせ」、

『英語脳』で「世界と繋がり」、

『カポタスト理論』で「型をズラして創造し」、

『思考のOS』で「本質を見抜く」。

この4つの技術と、今日学んだ「安全運転の心構え」があれば、あなたの人生は間違いなく「イージーモード」になります。

勉強なんて、AIというクルマを使えば一瞬で終わります。

でも、浮いた時間で何をするか？ どこへ向かうか？

それを決めるのは、AIではありません。あなたです。

さあ、ドアロックは確認しましたか？

ナビの目的地（夢）はセットしましたか？

後部座席を降りて、運転席へ座ってください。

エンジンをかけましょう。

あなたの人生という、二度とない最高のドライブ。

ここからが本番です。

ボン・ボヤージュ（よい旅を）！

あとがき：「免許」を渡すのが、一番最後になってごめんなさい

本書を最後までお読みいただき、本当にありがとうございます。

正直に白状します。

私は、大失敗をしました。

本来なら、この本を一番最初に書くべきでした。

シリーズの5冊目にして、ようやくこの「AIドライバーズライセンス」を出したこと。これが私の最大のミスです。

私は普段、息をするようにAIを使っています。

自分の中でそれが「当たり前」になりすぎて、初心を忘れてしまっていました。

過去の著書でも、「こういう時はAIを使えば楽勝ですよ！」と軽々しく書いてきましたが、それはあくまで「運転の仕方を知っている人」に向けたアドバイスになってしまっていたのです。

「学生さんに、過去の私のように苦しんでほしくない」

「もっと人生をイージーモードで楽しんでほしい」

そう思って『塾代0円の学習法』を書きましたが、ある日、ふとGeminiと話していて気づかされました。

「和泉さん、今の学生たちは、まだAIを自由に使える環境にないし、使い方も教わっていませんよ」と。

ハッとしました。

私は、無免許の君たちに、いきなりフェラーリ（AI）のキーを投げ渡していたようなものです。

「これがあれば速いよ！」と言われても、運転できなければ意味がない。いや、事故るだけです。

「今からでも遅くない！」

そう信じて、慌てて書き上げたのが本書です。

この本は、私の他の著書（学習法、英語、ギター、思考法）を使いこなすための「前提条件（ライセンス）」です。

だから、この本自体で利益を出そうとは思っていません。これは、これからの時代を生きるための「入場チケット」のようなものです。

ただ……もし、本文中に出てきた「4つの考え方」に興味を持っていただけたなら、そちらの書籍もポチッとしていただけると、著者はニヤリと笑って喜びます（笑）。

AIを使った創作は、本当に自由です。

自分の妄想をゲームの設定にしたり、物語を作らせたり、遊び方は無限大です。

でも、忘れないでください。

自由には、必ず「責任」というシートベルトが必要です。

1. 個人情報は入力しない！（自分の身を守る）

2. 事実確認は忘れない！（情報の真偽を疑う）

3. パクらない！（オリジナリティへのプライド）

この3つを守らずに、100%AIに丸投げするのは、自分の人生のハンドルを他人に明け渡すようなものです。

そんなの、ちっとも面白くないですよね？

自分の人生には責任を持つ。

言い訳をせず、誰にも迷惑をかけず、やりたいことを全力で楽しむ。

そのために使える道具（AI）は、徹底的に使い倒す！

なぜなら、あなたの持っているリソースの中で、一番大事なものは「時間」だからです。

時間とは、命です。

間違いなく、今この瞬間も、1秒ずつあなたの命は削られています。

その貴重な命を、嫌いな勉強や単純作業で浪費していいはずがありません。

節約して、裏技を使って、浮いた時間を「魂が震えるような楽しいこと」に使う。

そのどこが間違いなのでしょうか？

「俺たちが苦労したんだから、お前たちも苦労しろ」

そんな古い大人たちの呪いは、聞き流してください。

しなくていい苦労は、しなくていいのです。

好きなことをやっていても、必ず壁にはぶつかります。苦労はします。

どうせ汗をかくなら、その「やりたいこと」のために、エネルギーと時間を投資するのが正解だと思いませんか？

さあ、最後の選択です。

あなたはどちらを選びますか？

完全に自分でハンドルを握り、自分の人生を描くか。

それとも、面倒くさいからと他人任せにして、自分から逃げ続けるか。

今、この瞬間からでも遅くはありません。

明日ではなく、「今」、決めてください。

「今」が、あなたの残りの人生で一番若い瞬間なのですから。

最後までお付き合いいただき、ありがとうございました。

私がこうして本を書けるのも、私を助けてくれた沢山の人たちのおかげです。

だから、これは私なりの「恩返し」であり、「恩送り」です。

このバトン（免許）を、あなたが受け取ってくれたなら、これほど嬉しいことはありません。

2026年1月12日

和泉 安信