

合理性の教科書①

AI時代の ロジカルシンキング

合理的な意思決定のフレームワーク
(『思考のすすめ』第2版)

荘加 大祐

Liffel

著者プロフィール



荘加 大祐 (しょうか だいすけ)

株式会社リッフェル 代表取締役 CEO

東京大学農学部卒業後（農学学士）、ミシガン大学大学院にて2つの修士号を取得（自然資源環境学修士・応用経済学修士）。2007年、ボストンコンサルティンググループに入社。コンサルタントとして、インターネット業界、エンターテインメント業界、製薬業界を中心としたプロジェクトに携わる。

2012年7月、株式会社リッフェル設立。ロジカルシンキングやプレゼンテーションをテーマにした教育研修や、コンサルティングに従事している。

詳しい経歴はこちら：<https://liffel.com/profile/daisukeshoka/>

-
- この本は横書きでレイアウトされています
 - 本書に記載されている内容（技術情報、固有名詞、リンクなど）は、出版時点で有効です（取得時点の記載があるものはその時点）。その後予告なく変更される場合がありますので、あらかじめご了承ください
 - 本書の制作にあたっては正確な記述につとめましたが、内容に対してなんらかの保証をするものではありません。本書を用いた運用は、お客様自身の責任と判断に基づいて行ってください。著者と出版社のいずれも、運用結果に対する一切の責任を負いません
 - 本書に記載されている会社名、商品名などは、一般に該当する各社の商標または登録商標です。本書中では™および®は省略させていただいております

第2版に寄せて

本書は、2024年に刊行した『思考のすすめ』の第2版です。

初版から2年あまり。この間に、生成AIの実用化が急速に進みました。以下、私に起きた変化を簡単に紹介させてください。

- 本書に限らず、誰かに見せる文章はすべてその内容・表現をAIにチェックさせるようになった
- 本書の英語版を、翻訳業者を使わずに出版した
 - 「翻訳しても通じない箇所を削除・修正して、翻訳する」という最初の作業は、AIを使って3日程度で終わった
 - そこからの細かい作業（表現の調整や、サポートページの英語化）を入れても、トータルで1ヶ月はかかっていない
- ひとつの原稿から、電子版と紙版の書籍を同時に作成できるシステムを構築した
 - 従来は、紙版の書籍を作成するには「組版」という作業を専用ソフトを使って行う必要があった
 - ちなみに、私はプログラミングの経験はありますが、そのシステムに使われているプログラミング言語は触ったことすらありません

このような変化を通じて私が心の底から感じたのは、「**ああ、私の作ってきた文章・スライド・動画の大半はゴミになったんだな**」ということでした。

これほどAIが便利になった以上、人間のあらゆる知的活動はAIとセットで考えるしかありません。実際にAIが使えるかはともかく、以下のような問いに答えられないコンテンツに価値はないでしょう。

- その活動に、AIは使えるか？
- AIが使えるとしたら、どのように使うのか？
 - その場合、人間は何をどこまで担当するべきか？

当然、このことは本書のテーマである「正しく考える」ことにも当てはまります。上記の問いとセットで考えなければ、現代において「正しく考える」ことはできません。本書では、初版の枠組みは保ちつつ、AIとの付き合い方を随所に組み込みました。

また、タイトルも『AI時代のロジカルシンキング』に改めました。改題の意図は後ほど本編の冒頭で説明します。

最後になりますが、初版『思考のすすめ』として本書を手にとってくださった読者の皆様には、改めて感謝を申し上げます。タイトルは変わりましたが、初版の精神は本書に引き継がれています。むしろ、初版でお約束した、コンテンツの継続的な更新という方針を最大限に履行した結果が本書だと考えてください。

それでは、「正しく考える」という人類普遍の営みについて、AI時代の文脈で考える旅にお付き合いいただければ幸いです。

2026年6月 荘加 大祐

Contents

はじめに	7
合理性を学ぶうえでの心構え	21

Part I 意思決定とは | 理性の条件

Lesson 1-1 意思決定とは 意思決定の3要素	31
Lesson 1-2 個人の意思決定と集団の意思決定	38
Lesson 1-3 野性システムと理性システム	43
Lesson 1-4 合理性の大原則	52
Lesson 1-5 論点の明瞭性	60
Lesson 1-6 論点の同一性	69
Lesson 1-7 論点の価値	78

Part II 合理性のイメージ

Lesson 2-1 意思決定と合理性	91
Lesson 2-2 合理的な意思決定の3要素	99
Lesson 2-3 ロジックのイメージ	104
Lesson 2-4 批判の方法 哲学の第一原理	112
Lesson 2-5 確証バイアス	119
Lesson 2-6 議論	127

Part III 論点の分類 | 2つの合理性

Lesson 3-1	価値と事実	141
Lesson 3-2	事実論点とテスト問題	152
Lesson 3-3	価値論点と普遍的価値	160
Lesson 3-4	科学主義	166
Lesson 3-5	行動論点と論点の分解	175

Part IV 主張の条件

Lesson 4-1	主張の自由①：自由と決断	184
Lesson 4-2	主張の自由②：自由の誤型	194
Lesson 4-3	主張の自由③：意思決定と力	202
Lesson 4-4	主張の主体性①：権威主義①	215
Lesson 4-5	主張の主体性②：権威主義②	224
Lesson 4-6	主張の主体性③：主体性とは	235
Lesson 4-7	主張の主体性④：権威主義の原因	244
Lesson 4-8	主張の主体性⑤：序列教と日本社会	252
Lesson 4-9	脱序列教①：社会レベル	259
Lesson 4-10	脱序列教②：個人レベル	269
おわりに		280
練習問題の解答例		294

はじめに

全世界で2019年末に始まったコロナ禍では、日本でもCOVID-19ワクチン（以下「ワクチン」と表記）の是非を巡って、以下のような言説がメディア・SNSで飛び交いました。

- ワクチンに肯定的
 - **合理的に**考えて、ワクチンを打つべきだ
 - ワクチンに反対する人々は、**科学的に**根拠のない話を繰り返している
 - **医学的な結論**としては、ワクチンのメリットはデメリットを上回る
- ワクチンに否定的
 - **客観的に**考えてコロナは恐れるような病気ではないので、ワクチンは不要だ
 - ワクチンを接種した人は周りに流されているだけで、**論理的な理由**を説明できる人はいない
 - ワクチンの必要性について**理性的に**議論したくても、感情的になっているため話にならない

誤解しないでほしいのですが、本書はワクチンに関する本ではありません。**ここで太字にした言葉**に関する本です。

誰もが認めるべき正しさ

細かい違いはあれど、**これらの言葉は「正しいのはこちらだ」という意味で使われていることに異論はない**でしょう。ためしに、先ほどの例からこれらの強い言葉を取り除いてみましょう。

強い言葉がある	強い言葉がない
合理的に考えて、ワクチンを打つべきだ	ワクチンを打つべきだ
客観的に考えてコロナは恐れるような病気ではないので、ワクチンは不要だ	コロナは恐れるような病気ではないので、ワクチンは不要だ

比べると、右側の表現はひとりよがりな印象になります。

ここからわかるのは、**背景や価値観によらない、「誰もが認めるべき正しさ」がありそう**ということです。先ほどの言葉はどれも、その正しさを意味しているわけですね。それが言説に力強さを与えているのです。

となると、おかしなことになります。言うまでもなく、ワクチンを肯定するか・否定するかは正反対の話です。正反対のことに関して、政治家・医者・学者といった権威ある人たちが、強い言葉で「正しいのはこちらだ」と主張しました。

つまり、こういうことです。

「誰もが認めるべき正しさ」があるはずなのに、それを意味する言葉を使って、正反対のことを主張する人たちがいる。

｜ ルールの揃わないスポーツ

この状況の異常さは、スポーツにたとえるとわかりやすいです。

いまから「サッカー」という新スポーツが行われるとしましょう。コートとボールがあつて、両サイドにはゴールがあります。

A チームがボールを脚でしか扱わないところ、B チームがボールを手を持ってゴールに投げ込みました。両チームの言い分は以下のとおりです。

- A チーム：サッカーでは、手を使うのは反則だ
- B チーム：そんなルールは知らない。サッカーでは手も使える

どちらが正しいかは、サッカーのルールブックを見ないとわかりません。確実なのは、このままでは試合にならないことだけです。

もちろん、こんなことは現実には起こりません。スポーツをするなら、参加者は事前にそのルールを知っていますからね。

しかし、「**正しさを決める**」という行為においては、**そのルールが参加者の間で揃っていない**のです。双方が別々のルールで正しさを決めて、「得点を取ったのは自分たちだ」と主張しているのが現状です。

ここで「スポーツと違って、**正しさは人それぞれ**なんだから、そうなるのは仕方ない」と思ったかもしれません。

たしかに、究極的には正しさは人それぞれです。しかし、現代で「地球は平たい」と主張する人はまずいないし、あなたもそんな主張はしないでしょう。詳しくは本編で説明しますが、**人それぞれの正しさがある領域と、絶対的な正しさがある(少なくとも、そういうものを認めたほうがよさそうな)領域がある**のです。本書では両者の違いや、それぞれの意味を考えます。

つまり、本書のテーマは「正しさ」です。

「正しい」とはどういうことか？ どう考えて「正しさ」を決めればよいのか？

この問いを、一緒に考えましょう。

合理性

本書では「誰もが認めるべき正しさ」を決める枠組みを「**合理性**」と呼ぶことにします。先述の6つの言葉のうち、純粋な「正しさ」という意味で使われ、誰にとっても使いやすい言葉だと思うのでこれを選びました。

合理性：誰もが認めるべき正しさを決める枠組み

同じように、合理性に沿っているさまは「**合理的**」と呼ぶことにします。反対に、合理性に沿っていないときには「**非合理的**」と表現します。















ただ、**本質的には「正しさ」を考える**ので、特に「合理性・合理的」という言葉には囚われないでください。

また、脱落した5つの言葉のうち、「客観的・論理的・理性的」は本編で別の意味で使います。ここで一旦、頭をリセットしておいてください。

| 合理性の全体像

早速ですが、合理性の全体像を見てください。まだ中身を理解する必要はないので、ざっと眺めるだけで十分です。

合理性の条件

合理性の条件		具体的な意味	条件が生まれる理由	
↓ 理性 ↓ 事実合理性(科学)・ひとりの意思決定 ↓ 議論	大原則： テキストの使用		 論点・主張・根拠をテキストで記述する (見えるメディアで意思決定する)	思考を頭の外に出して固定しないと、じっくり考えることは不可能だから
	?	明瞭性	 論点が、その意味がひとつに定まる程度に明瞭で、具体的である	理性による意思決定は論点から始まるから
		同一性	 論点が変わらない (議論の場合は、論点が揃っている)	論点が変わらなければ、それは別の意思決定だから(決め事)
		価値	 論点がかかるに値するものである (合理性とは無関係)	自明(考えるに値しないことを考える意味はない)
	!	自由	 十分なコストを投入するまで決断しなくてもいい状態・環境である	コストを投下することで主張が正しくなる可能性が高まるから
		決断	 十分なコストを投入したら、決断するか意思決定を中止する (合理性とは無関係)	コストを過剰に投下すると意思決定のコストパフォーマンスが悪化するから
		主体性	 自分の頭で思考し、主張に責任を負う (事実に関して権威主義にならない)	権威主義は信仰であり、信仰はその正しさを他者が評価できないから
	要素 根拠 全体	客観性	 根拠がデータ(実際に観察されたこと)である	観察できないことは、他者が同じように認識できないから
		普遍性	 データが真理を反映している (偶然的の偏りの影響を受けていない)	私たちが本当に知りたいのはデータではなく真理だから
		関連性	 根拠の中に、主張の是非は無関係なことが含まれていない	自明(関係ないことは関係ない)
網羅性		 主張するために必要なことを抜け漏れなく検討している	検討したこと抜け漏れがあると、完全に正しいかは分からないから	
論理性		 根拠の要素が正しく繋がって、全体としての根拠を構成している	説明は不可能 (論理の正しさを説明するために論理が必要になる)	
暗黙の前提の安定性	 暗黙の前提とされる価値観・知識に非合理的なもの・誤りがない	結局は暗黙の前提まで含めて「主張が正しい理由」だから		
説明のわかりやすさ	 主張と根拠が明確で、誰にとってもわかりやすい	内容の正しさが評価されるためには、内容が理解される必要があるから		

この表に**合理性の条件**をまとめました。これらの条件を満たしているほど、合理的である(=正しい)可能性が高くなります。

先述のとおり、現代社会では正しさを決めるルールが揃っていません。それを揃えるために作ったのがこの表です。正しさのルールブックだと考えてください。

誤型（条件を満たせないパターン・その原因となる心理的傾向）と、改善のためのアクション					
重要度 ¹	判断 ²	AI ³	誤型の代表例	誤型に陥る理由	アクションの例
大	易	低	・音声の過度な使用 ・頭の中だけでの意思決定	・書くことへの不慣れ ・テキストのメリットを知らない	なし（原則がアクション）
大	易 （要訓練）	高	・論点の不在 ・曖昧な論点	・言語力の不足	・書いた論点を具体化する ・言語力を鍛える（国語を学ぶ）
大	易 （要訓練）	低	・論点ズレ	・音声による議論 ・議論のトレーニング不足	・論点を見えるところに書く
-	ケースバイ ケース	高	（合理性の条件ではない）		価値は主観的に決まるが、最低でも論 点に答えられそうかよく考える
大	難	低	・確証バイアス ・強い力の介入 （合理性の条件ではない）	・序列を重視する日本文化 一人間が神様になる（神様の不在） 一人者の意思決定に力をつける ・教育 一科学が暗記科目化している 一自分で答えを決める経験の欠如	・他者を頼る（議論・レビューなど） ・意思決定に強い力を介さない 論点を分析し、自由と決断の 優先順位を考える
大	易	低	・権威主義		・日本的なものから離れる ・主体的に意思決定してみる
大	難	低	・感情論 ・虚偽（嘘とミス）	・科学教育の欠如 ・虚偽を罰する仕組みの欠如	・科学的な考え方を学ぶ ・虚偽を発見し、罰する仕組みの確立
小	易 （要訓練）	高	・サンプリングバイアス ・利用可能性バイアス	・統計教育の欠如	・統計学を学ぶ
大	難	低	・対人論証 ・伝え方の重視	・日本語（特に敬語）や日本文化 一自身より関係性を重視する	・関連性がないことを覚える
大	難	高	・抜け漏れのある議論	・「網羅性」という概念の欠如	・さまざまなフレームワークを覚える ・必ず反論を検討する
大	易 （要訓練）	高	・前件否定 ・後件肯定	・論理（数学・論理学）の勉強不足	・数学を学ぶ ・論理学を学ぶ
大	難	低	・非合理的な正しさの決め方 ・暗黙の前提のズレ	・合理性の無理解・欠如 ・他者を自分と同一視する傾向	・合理性を学ぶ ・相手の価値観・知識を想像する
小	難	低	・難解な言葉の使用 ・結論の後出し	・言語力の不足 ・難解な説明への傾倒（権威主義）	・常に限界までわかりやすく説明する ・論点と主張を最初に伝える

※1 重要度 大：条件を満たしていないなら、意思決定は合理的ではない 小：条件を満たしていることが望ましいが、あらゆる意思決定に適用できる条件ではない
 ※2 判断しやすさ 易：条件を満たしているかの判断方法が確立されている/簡単に判断できる 難：条件を満たしているかの判断方法が確立されていない/判断が主観的になる
 ※3 AI適合性 高：条件を満たすことにAIを使える 低：条件を満たすことにAIを使えない・使いにくい

なお、印刷用ファイルは後述するサポートページからダウンロードできます。
 もっと拡大したい方や、カラーで見たい方はそちらをご利用ください。

従来コンテンツの問題と、本シリーズの特徴

正しさの枠組みを意味する言葉が(少なくとも)6つあったように、正しさの枠組みに沿った考え方、つまり、「正しさに至る考え方」にも、さまざまな名前がついています。以下に、代表的なものとその特徴(私見)をまとめました。内容を理解する必要はないので、ざっと目を通してください。

- **ロジカルシンキング**

- おそらく、日本で「正しさに至る考え方」としてもっとも普及している呼称
- 先ほどの表における「網羅性」、「説明のわかりやすさ」に焦点を当てる

- **論理的思考**

- 哲学者や論理学者がこの名称を使うことが多く、先述の「ロジカルシンキング」とは別物
- 先ほどの表における「論理性(形式論理学)」に焦点を当てる

- **批判的思考・クリティカルシンキング**

- 海外の学校で「正しさに至る考え方」を教える科目として、この名称が使われる(日本では教えられていない)
- 非形式論理学(一般の議論における論理・正しさ)を主に扱うが、中身のバラツキが大きい

- **科学的思考**

- 先ほどの表における「客観性」に焦点を当てる
- 科学とは何かを考える「科学哲学」というジャンルもある

- **合理的思考**

- 言葉としては存在するが、教材としてはあまり見かけない

有名どころはこれくらいでしょう。

これらのコンテンツは、共通して以下の問題を抱えています。

1. 欧米の受け売りで、日本人特有の問題にフォーカスしていない
2. 正しさを包括的に説明していない
3. 専門用語がわかりにくい
4. AIを前提としていない

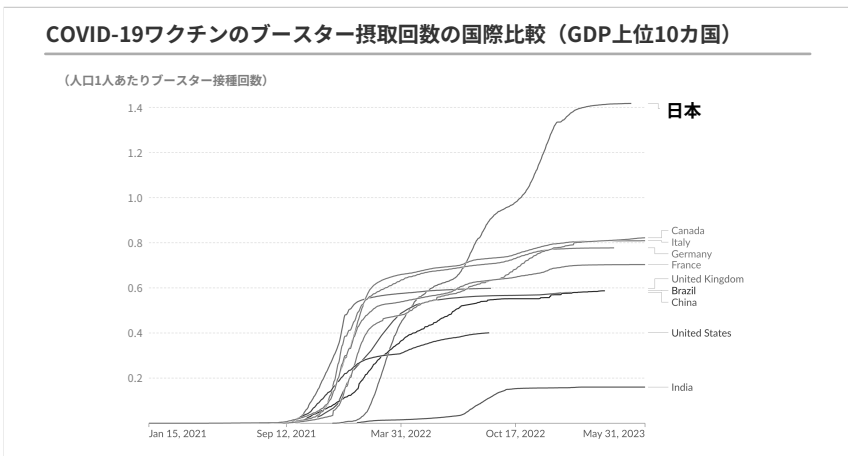
本シリーズでは、これらの問題を解決することを目指しました。

順に説明します。

問題点①：日本人特有の問題にフォーカスしていない

まず、従来のコンテンツは欧米の受け売りで、日本人特有の問題にフォーカスしていません。そのせいで、日本人が合理的になるためのコンテンツとしては不十分なところがあります。これが最大の問題でしょう。

いきなり強烈なことを言いますが、日本人の「正しい」は世界と大きくズれています。その証拠に、以下のグラフを見てください。



これは2023年5月末時点における、「COVID-19 ワクチンの人口あたりブースター接種回数」を、GDP上位10カ国で比較したものです（2023年6月以降は日本のデータがないため割愛）¹。

本書はワクチンに関する本ではないので、このグラフから何を読み取るかはお任せします。ここで確認してほしいのは、**日本だけが突き抜けている**ということだけです。グラフが見やすいようにGDP上位10カ国に限定しましたが、国を増やしたところで日本のような国は見つかりません。

¹ 『Our World in Data』より筆者作成（2024年2月7日）<https://ourworldindata.org/covid-vaccinations>

誤解しないでほしいのですが、私はここで「欧米が正しいから、日本は間違っている」と言うつもりはありません。それは「**権威主義**」という、合理性の対極にあるものです。

ただ、**私たち日本人の「正しい」は、ほかの国と大きくズレているのは間違いなさ**そうですね。

なぜ、こんなことになっているのでしょうか？

｜欧米では問題にならないところに問題がある

実は、従来のコンテンツが欧米の受け売りであることは、当然と言えば当然です。合理性の源流は欧米にあるので、そうならざるを得ないのです。本書でも、デカルトやヒュームといった哲学のビッグネームが後ほど登場します。

問題は、**欧米の受け売りに終始している**ことです。日本語・日本文化には欧米にはない特有の問題があり、まずはその問題をクリアしないと、欧米のコンテンツは役に立ちません。実際、役に立っていないから上のグラフのような結果になるのです。

率直に言って、**日本人はエリートまで含めて、「論理・根拠・統計・エビデンス」といったこと以前のところに問題を抱えている**というのが私の意見です。現在は、基礎をすっ飛ばして応用をやっている状況です。

本シリーズでは、この問題に正面から向き合います。合理的に考えるうえでの日本語・日本文化特有の問題を指摘し、その対策を述べます。

｜問題点②：正しさを包括的に説明していない

次に、**従来のコンテンツが正しさを包括的に説明していることはまずありません**。これも重大な問題です。

これのもっともわかりやすい例が「論理的思考」です。哲学者や論理学者にとって、この思考法は「閉じた系の中で（与えられた前提が正しいとしたうえで）推論の妥当性が成立している」ことを意味し、「内容/結論が正しい」とは無関係だとされます。現実では、与えられた前提が常に正しいとは限りませんからね。

しかし、現実で私たちが「論理的・論理的思考」という言葉を使うとき、このような厳密な意味で使われることはありません。

たとえば、「彼は論理的に考えられない」とは、「彼の考えは正しくない/彼は頭が悪い」と同じ意味でしょう。「彼が前提としていることの正しさに問題はないが、それを組み上げて結論を導く過程に問題がある」という意味で使われているケースを、私は見たことがありません。そんな意味で使っても通じませんよね。

これに限らず、**上記のコンテンツ（いわゆる「思考法」）を学ぶとき、私たちは「正しく考えられるようになること」を求めています。**しかし、従来のコンテンツは正しさの要素を網羅しておらず、それに応えられていません。提供されているコンテンツと、学ぶ側のニーズにギャップがあるのです。そして、学ぶ側がそれに気づいていないことがほとんどです。

本シリーズでは、正しさを包括的に説明します。先ほどの表はラーメンで言うなら**全部乗せ**ですね。胃もたれするかもしれませんがお付き合いください。

そして、**その「全部」は本当なら中学から大学までの10年間くらいをかけて学ぶべき（だと私は思う）ことです。**それを書籍にまとめているので、どうしても練習問題などは不足気味になります。補足の説明や追加の練習問題はネット上の文章で補う形になりますが、ご容赦ください。

| 問題点③：専門用語がわかりにくい

また、**専門用語がわかりにくい**という問題もあります。以下を見てください。

- ほかで使われない漢字を使用している
 - 例：誤謬（ごびゅう）、演繹（えんえき）
 - 読めない・書けない上に、漢字が意味を理解する助けにもならない
- 同じ漢字を使いすぎている
 - 「論」：論証、論理、議論、正論、推論
 - 「証」：論証、実証、証拠
 - 「拠」：根拠、論拠、証拠

もう、どうしようもないですよ。欧米の受け売りで終わらず、それがわかりにくくなっているのです。

この問題の責任は明治時代あたりの学者にあるはずで、現代に生きている人には何の責任もないでしょう。ただ、いまのところ、これらの用語を変えようとする動きは見られません。

愚痴っても仕方ないので、**本シリーズでは、これらの用語を積極的に別の言葉（特にカタカナ言葉）に置き換えます。**わかりにくいままにしておく理由はありませんよね。

一般に、既存の言葉があるときに造語を使うことはわかりにくさの原因にしかありません。しかし、この領域に関しては既存の言葉に問題が多すぎます。新しい言葉を使うことをご了承ください。

問題点④：AIを前提としていない

最後に、**従来のコンテンツはAIの存在を前提としていません。**それも当然で、従来のコンテンツのほぼすべては、AIがこれほど有用になる以前に書かれたものだからです。本書も、初版ではAIにはほとんど言及していませんでした。

しかし、2026年現在、AIは十分に実用レベルです。これからまだまだ便利になっていくことも間違いありません。

となると、以下のような問いが頭をもたげてきます。

- **人間が考える意味はあるか？**
- **人間にしかできない「考える」とは？**
 - どこはAIに任せられる・任せるべきなのか？
 - 私たちはどこに集中すべきか？

言い換えると、**現代では「考える」という行為とAIを切り離す意味はない**ということです。「考える」という行為におけるAIの位置付けや、具体的な使い方をセットで考えなければ、真の意味で「上手に考える」ことはできないでしょう。本書では、折に触れてAIとの関わり方を考えます。

ただし、**AIをメインに扱うわけではない**点は注意してください。あくまでも「考えるためにAIをどう扱うか」という位置付けです。

本シリーズのゴール | 合理的思考

ということで、本シリーズでは**正しさを包括的に扱う考え方を説明**します。呼び名があったほうが便利なので、そのような考え方を「**合理的思考**」と呼ぶことにしましょう。シンプルに「合理性」と揃えました。

合理的思考：正しさに至る考え方（合理性に沿った考え方）

これ以降、本書における「合理的思考」という言葉には、先述の「ロジカルシンキング」や「批判的思考」が内包されると考えてください。

なお、本書のタイトルが『AI時代のロジカルシンキング』となっているのは、先述のとおり「ロジカルシンキング」がこの領域を指す言葉として現代日本でもっとも普及しているからです。多くの人に本書を見つけてもらえるようこの呼称を選びましたが、今後は「合理的思考」で統一表記します。

本シリーズのゴールは、そのまま「**合理的に考えられるようになる**（＝合理的思考を習得する）」ことです。

本シリーズのゴール：合理的に考えられるようになる

| 本書のゴール

シリーズ第1巻である本書では、全体を貫く基本のコンセプトから学びます（先ほどの表における「主張の条件」まで）。具体的には、以下の問いを考えます。

- 「意思決定」とは何をすることか？
- 「合理的である」とはどういう状態のことか？（イメージ）
- 合理的であるための根本的な条件は何か？

本書のゴール：「合理的な意思決定」の概要を理解する

本書を読む際の注意点

本編に入る前に、本書を読み進めるにあたっての注意点を説明します。

| 注意点①：サポートページ

まず、本書にはサポートページが存在し、以下のコンテンツが掲載してあります。

- 文中に挿入されているスライド・画像
 - スライドはPDFでダウンロードできます
 - ただし、引用した画像に関しては含まれません
- 文中で言及したカスタム AI（後述）の説明
- 関連ページへのリンク
- 本文からはカットした原稿

文中のスライド・画像は、元々フルカラーで作ったものです。わかりにくいと感じたら、デジタル端末でカラー版を確認してください。以下のリンクでパスワードを入力すると、サポートページに遷移します。

<https://liffel.com/support/>

パスワード XXXXXXXXXX



| 注意点②：ワクチンはいくまでも題材

次に、念のため繰り返しますが、**本書はCOVID-19 ワクチンに関する本ではありません。**

本書ではこれから何度もワクチン接種に関して言及しますが、それはこの意思決定が以下の条件を満たしており、自分の意思決定を振り返る題材として最適だからです。

1. 誰もが経験した意思決定である
2. 誰にとっても重大な意思決定だった（命・健康がかかっているから）
3. 当時、正しい答えは誰にもわからなかった

4. 日本人の意思決定の特殊さを浮き彫りにした

こんな題材はワクチン以外に見当たりません。

題材でしかないので、本書では「ワクチンを打つべきだったのか」という問いには最後まで答えません。それは本書のテーマではないし、その問いに答えるのはその道の専門家の仕事です。もう少し時間も必要でしょう。

本書が焦点を当てるのは、「ワクチンを打つべきか」という問いに答えるプロセスです。どちらの結論が正しかったのかはまだわからないとしても、プロセスが正しかったのかは検討できます。もう意思決定した後ですからね。

言い換えると、**ワクチンを打ったか否かに関わらず、その意思決定プロセスが非合理的だった可能性はある**のです。代表例を見てください。

- ワクチンを肯定
 - 医者が（政府が）打つべきだと言っていたのでワクチンを打った（**権威主義**）
 - みんながワクチンを打っていたので自分も打つことにした（**全体主義**）²
 - ワクチンを打っていなかったならもっと多くの死者が出ていたはずだから、大規模にワクチン接種を進めたことは正しい（**反事実論法**）
- ワクチンを否定
 - このワクチンは政府が秘密裏に開発した人口削減のための化学兵器なので、ワクチンを打たなかった（**陰謀論**）
 - 注射は怖いからワクチンは打たなかった（**感情論**）
 - ワクチンを推奨している医者は胡散臭いと感じたので、ワクチンは打たなかった（**対人論証**）

これらはすべて、非合理的な意思決定プロセスです（カッコ内はその名前）。先述のとおり、どれも頻繁に観察されるパターンなので名前がついています。

どこが非合理的なのか、どうすれば合理的になるのかは本編でお伝えします。ワクチンを打つべきだったのが気になるなら、それを学んだ後に自分で再検討してください。本書では最後まで、どちらか一方に軍配を上げることはありません。

² 一般に「全体主義」とは「個人の自由を認めず、すべてを国家の統制下に置く政治体制（ファシズムなど）」を指す言葉ですが、本書ではこの言葉を政治的な意味ではなく、「集団の合意や空気を絶対視し、個人の主体的な思考を放棄する意思決定のあり方」という意味で使用します。

｜ 注意点③：AI に関して

最後に、AI に関する注意点です。

本書における「AI」とは、汎用 LLM (ChatGPT、Gemini、Claude など) のことのみを意味することとします。 現在、それこそ毎日のように新しい AI ツールが登場していますが、そのすべてを網羅することは現実的ではありません。AI の入り口であり、もっとも普及していると考えられる汎用 LLM の話に限定させていただきます。

本書における「AI」：汎用 LLM (ChatGPT、Gemini、Claude など) のこと

なお、**AI の基本的な使い方 (アカウント作成や、プロンプトの書き方など) は説明しません。** もしまだ一度も AI を触ったことがないなら、本書を読み進める前に触っておいてください。

また、2026 年現在、AI の性能・振る舞いは急速に変わっています。すべて執筆時点での情報である点には注意してください。

では、前置きはこれくらいにして始め……たいところですが、もう少し前置きが続きます。

合理性を学ぶうえでの心構え

長くなって申し訳ないのですが、もう少し前置きが続きます。

合理性（正しさ）をテーマにすると、どうしても以下のようなデリケートな問題が生じます。

1. 私は何様か問題
2. お前が言うな問題
3. 私はあなた・日本をバカにしているのか問題

こういうところで不愉快になられると、あなたも私も得をしません。本編に入る前に、**合理性を学ぶうえでの心構え**を説明させてください。

問題①：私は何様か問題

まず、私についての説明が必要でしょう。私が本書でやろうとしていることを率直な表現で書くと、以下になります。

正しさの決め方が人によってバラバラだから、私が正しさのルールブックを書く（書いた）。

これを見て、私に対してこんなことを思わないでしょうか。**お前は何様なんだ**と。人によってバラバラな「正しさの決め方」を定義するなんて、一度も間違えたことのない、神様を気取っているように見えますよね。

言うまでもなく、私はただの人間です。神様でも俺様でもないし、ハーバード大学の教授でもありません（私のプロフィールは本書の冒頭に掲載）。私はこれまで何度も間違えてきたし、これからも間違えるでしょう。

本書の内容も、ベストを尽くしましたが、100パーセントすべてが正しいと言い切るつもりはありません。というより、「自分が絶対に正しい」という態度は合理性に反しています。

つまり、**本書は正しさに関する本であるにも関わらず、私はその完璧な正しさを保証できません**。最初に謝っておきます。申し訳ありません。

お詫びと言ってはなんですが、私は以下の3つを約束します。

まず、**本書では理由を説明します**。常に「このように考えるのが合理的です。なぜなら、かくかくしかじかだからです」といった形で説明し、「こういうものなので、とにかくこれを覚えてください」といった説明は絶対にしません。内容を受け入れるかは、あなたが理由を評価して決めてください。

また、本書に間違いはあるかもしれませんが、**少なくとも正直に書きました**。人によっては耳に痛いこともそのまま述べます。たとえば、本書の後半では「学ぶことが得意・好きでない人は、合理的に考えられない」という記述が出てきます。こんなことは書かないほうが無難なのは私もわかっていますが、本書ではあなたが合理的になるために必要なことは、すべて率直に述べます。

最後に、**私は、本書に改善点や間違いが見つかったら、必ず修正版を出版します**³。これは私が死ぬまで続けるので、不慮の事故などがなければ、本書はあと50年はバージョンアップが続くでしょう。

| 本書を疑って読む

私からできることは以上ですが、あなたにもお願いしたいことがあります。

先ほどの「理由をあなたが評価してください」と似ていますが、**本書を無条件に信じるのではなく、内容を疑いながら、私と「正しさの決め方」を議論する感覚で読んでください**。

これなら私の立ち位置も気にならないでしょう。変なおっさんが妙なことを言っているだけです。どんどん疑ってくださいね。

また、これは本編で説明しますが、**「合理的に考える」とは疑うことです**。本書を無条件に信じていては、合理的に考えられるようにはなりません。本書のゴールを達成するためにも、ぜひ疑ってください。

³ これは「本書で言及している情報を最新のものにアップデートする」という意味ではないので、その点は誤解しないでください。特に、コロナ禍に関する情報をアップデートすると①全体の論旨がおかしくなるリスクがある、②後出しジャンケンになってフェアではない、という問題があるため、それらの情報は初版時点（2022～24年に執筆）のものからアップデートしません。

問題②：お前が言うな問題

次に、本書の説明は、先ほどの「合理性の条件」に完全に則ってはいません。

たとえば、合理性の条件のひとつに「根拠の普遍性」というものがあります。ざっくり説明すると、これは「根拠にはなるべく定量データ（数値で表せるデータ）を用意する」という条件です。

ところが、本書の説明の大半に定量データは出てきません。特に、日本語や日本文化に関しては、それなりのことを定量データもなしに言い切ります。

これを聞いて、私に対してこんなことを思わないでしょうか。**お前が言うな**と。神様でない以上、間違えることは仕方ないとしても、自分で説明していることも実践できないような奴が、何を偉そうに語るんだと思いますよね。

これに関しては、**完全な合理性を追求することは、ほとんどのケースで現実的ではない**ということ覚えておいてください。すべての合理性の条件を、満足のいくレベルで満たせるケースは限定的です。本書が扱うテーマは、そのケースからは外れているのです。

むしろ、**状況に応じて、どこまで合理性を追求するかを判断できるようになる**ことは、本書のセールスポイントのひとつです。先ほどの表には、条件ごとに重要度をつけました。このような「正しさのレベル分け」は、この手のコンテンツでは新しいと思います。

問題③：私はあなた・日本をバカにしているのか問題

最後の問題に進みましょう。これがもっとも重要です。なお、このセクションだけ「バカ」という汚い言葉を使います。ご容赦ください。

本編で、私は何度も「**こういう考え方・態度は非合理的です**」という説明をします。そしておそらく、その中のいくつかはあなたにも該当するでしょう。

同じように、私は何度も「**日本語・日本文化にはかくかくしかじか、このような傾向があり、これが非合理的です**」という説明をします。特に、本書の後半はほとんどその話です。

このような説明を何度もされると、私が「あなた（日本人）はバカである」と言っているように感じるかもしれません。

率直に言って、これは否定できません。一般に、「バカ」という言葉は以下のどれかの意味で使われるからです。

1. 当然知っているべき知識・常識を知らない
2. **考え方・行動が非合理的である**
3. 学習能力が低い（何かを覚えたり、習得できない）

2番目の意味がドンピシャです。私はこのセクション以外で「バカ」という言葉を使いませんが、オブラートに包んだところで、本質として私がこれから「あなた（日本人）はバカである」という指摘を繰り返すことは否めません。

これに対する心の準備ができていないと、不愉快に感じて本書の内容が頭に入らなくなるでしょう。対策として、以下のことを覚えておいてください。

| 「バカである」と「バカにする」

まず、とにかく心に留めてほしいのは、**私は「バカである」という指摘はしても、「バカにする（嘲笑する）」つもりは1ミリもない**ということです。言葉遊びでごまかしているように聞こえるかもしれませんが本当です。

私の動機はむしろ真逆で、「**バカであることを認めて、バカをやめる努力をしないと、日本は本当にまずい**」という危機感です。

有名な話ですが、日本はここ30年間、経済成長していません。これは内戦国と同レベルです。本書は経済の本ではないので詳細は論じませんが、最近はこの停滞が実感として感じられるレベルになっていますよね。コロナ禍で少子化もさらに加速し、これから日本社会にガタがくる（というより、もうきている）ことは間違いありません。

こういうことを政治家のせいにする風潮もありますが、政治家を選んでいるのは私たちである以上、すべてを政治家のせいにはできませんよね。**私たちがバカだから、いまの日本がある**のです。

私は本書を、日本が合理的になるための第一歩になればいいなと思って作りました。

それに成功しているかの判断はお任せしますが、とにかく、私はあなたや日本をバカにしたいわけではありません。「疑え」と言った直後で恐縮ですが、ここだけは私を信じてください。

| バカなことは恥ずかしいのか

それでも、何度も「バカだ」と指摘されれば、さすがに頭にくるかもしれません。

ここで考えてほしいのは、**練習していないことができないのは、恥ずかしいのか**ということです。

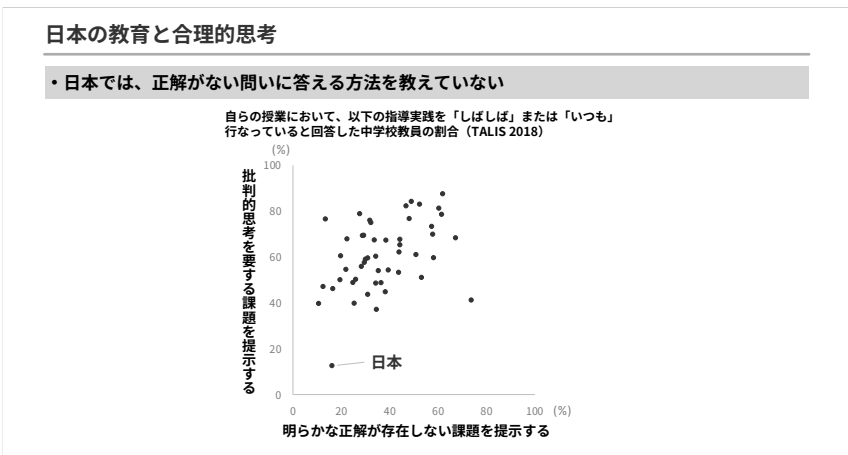
たとえば、あなたはテニスの未経験者だとしましょう。サーブやスマッシュがうまく打てないことは、恥ずかしいことでしょうか？

そんなはずがありませんよね。**習っていない・練習していないことがうまくできないのは当然です**。できないことを恥ずかしく思う必要はありません。

ここで質問ですが、あなたはこれまでに、合理性について習ったことがありますか？

こう言い換えてもいいでしょう。**あなたはこれまでに、正解が決まっていない問題の答えを、自分で導く方法を習ったことがありますか？**

おそらく、答えは「ノー」のはずです。以下のグラフを見てください。



これは TALIS (Teaching and Learning International Survey) という、OECD が実施する、48 の国・地域を対象とした調査から、「正解がない問いに自分で答える」ことに関連した 2 項目を散布図にしたものです⁴。

見てのとおり、左下に突き抜けているのが日本です。世界の中で完全な異常値であることがわかるでしょう。

私自身の経験を振り返っても、中学・高校で正解がないことを問われたり、知識ではなく「考え方」を教わった記憶は皆無です。大学ですら、卒論などを通じて間接的にそのような考え方を学んだだけであり、明示的に学んだことはありません。

おそらく、あなたも似たようなものではないでしょうか。もしそうなら、あなたは合理性の未経験者です。合理的に考えられないことは当然で、それを恥じる必要はありません。

問題があるなら、それを認めるしかない

こんな説明では言いくるめられた気がするだけで、心の底からは納得できないかもしれません。テニスができなくても何の問題もありませんが、バカかどうかは人格・プライドに関わる問題です。バカであることを簡単に受け入れられるはずがありません。

可能ならば、私も「バカである」という指摘をせずに本書を書き終えたいところでした。しかし、それは不可能だし、そうすべきでもないというのが私の結論です。理由は以下の 2 つです。

1. 間違った方法とセットで説明したほうが、正しい方法がわかりやすい
2. **問題があるときにそれを認めなかったら、改善は見込めない**

まず、「非合理的なこと」も説明したほうが「合理的なこと」がわかりやすいのは明らかです。比較すること以上にわかりやすい説明を私は知りません。

⁴ 『TALIS 2018 Results (Volume I): Teachers and School Leaders as Lifelong Learners』(OECD iLibrary、2024 年 2 月 6 日取得) https://www.oecd-ilibrary.org/education/talis-2018-results-volume-i_1d0bc92a-en

次に、**問題があるときにそれを認めなかったら、改善は見込めません**。こちらが本質的な理由です。

たとえば、ダイエットをしたいなら、その第一歩は「自分は太っている」と認めることですよね。「この体重でいいんだ」と思っている人がダイエットをするはずがありません。

同じように、合理的になりたいなら、その第一歩は「自分には非合理的な（バカな）ところがある」と認めることです。それしかありません。

問題を認めることを恐れないでください。その問題はきっと解決できます。一緒に頑張りましょう。

では、今度こそ前置きはこれくらいにして、学習を始めましょう。