

2026年最新版：親子で使える 安全で賢い「学習系AIツール」厳選リスト

はじめに：

AIは「不正」ではなく
「最強の家庭教師」です

2026年の入試や教育現場で求められるのは、AIを使いこなす
「ハイブリッド学力」です。

AIは単に答えを出すための道具ではなく、「解き方」を対話し
ながら学び、「思考力」を育てる最強のパートナーとなり得ま
す。

本資料では、プロが厳選した安全性と教育効果の高いAIツー
ルと、子どもを守るために安全設定について解説します。

監修：おうち受験コーチング代表 鈴木詩織

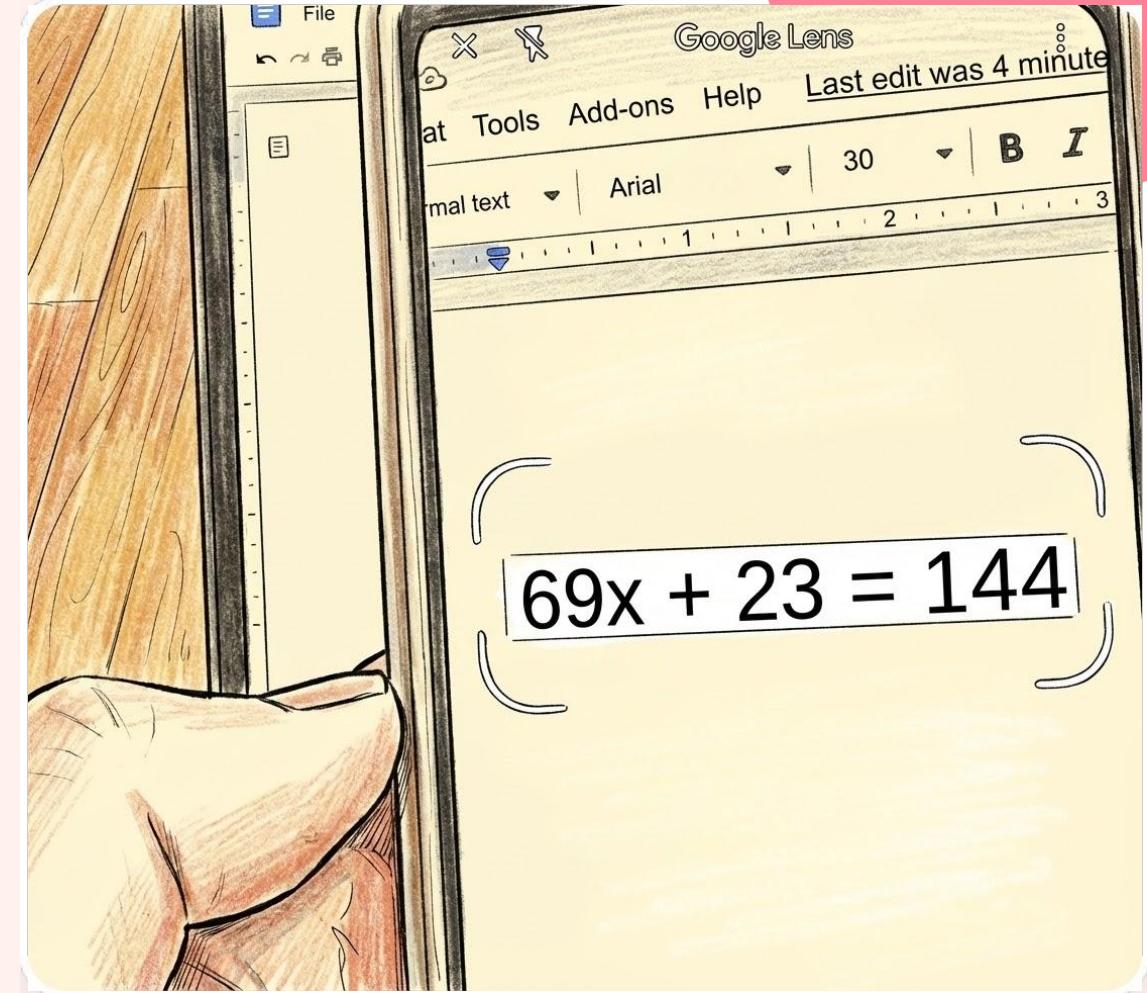


【数学】カメラで写すだけの家庭教師

分からない問題は、
AIに聞いて解決！

■ Photomath (フォトマス)

- ・基本無料・登録不要。
- ・「途中式」まで解説してくれるから、写す
だけでなく「理解」できる。



【英語】ゲーム感覚で続く英語学習



勉強嫌いな子でも、
これなら続く。



Duolingo (デュオリンゴ)

- ・世界一ダウンロードされている学習アプリ。
- ・日本語で優しく教えてくれるから、親が見ていなくても大丈夫。

【全科目】AIを「先生」にする裏技

ChatGPTやGeminiが、最強のパートナーに。

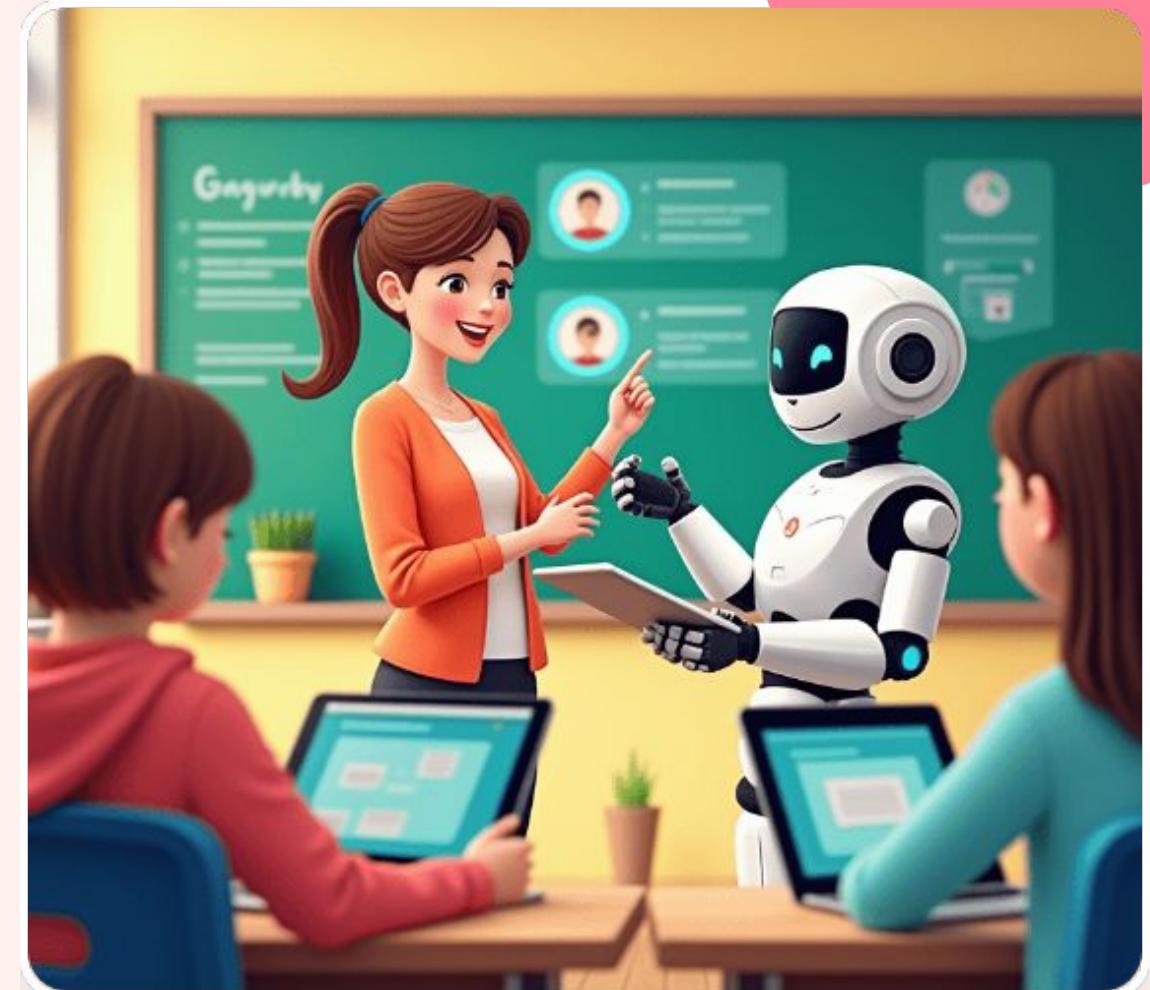
POINT



「答えを教えないで、ヒントを出して！」

「先生役」をお願いすれば、国語の要約も、歴史の解説も、対話形式で教えてくれます。

▲13歳未満は親御さんのスマホで一緒に使いましょう。



【番外編】本格的にやりたいなら



塾代わりの「AIドリル」なら
これ一択。

団 すらら (Surala)

- ・AIが「つまずき」を自動判定して、学年を戻って復習させてくれる。
- ・**不登校出席扱い制度**にも対応する本格派。

子どもを守る！

生成AIの「安全設定」&「ルール」ガイド

1. そもそも何歳から使えるの？（年齢制限の壁）

🚫13歳未満

- **ChatGPT:** 原則禁止。親のアカウントをリビングと一緒に使うのが基本。
- **Gemini:** 親が「Googleファミリーリンク」で許可すれば利用可能（※2025年仕様）。

✓13歳～17歳

- どちらも 「保護者の同意」 があれば、自分専用のアカウントを持てます。
- ただし、 「ペアレンタルコントロール」 の設定が必須条件です。

2. 親がやるべき「必須設定」

ChatGPT

お子さんに渡す前に、親のスマホから以下の「3つのロック」をかけてください。

① 学習機能のオフ (プライバシー保護)

設定 > データコントロール > 「チャット履歴とトレーニング」をOFF。
→ 日記や個人情報の流出を防ぎます。

② センシティブコンテンツの制限

ファミリー設定 > 「不適切なコンテンツを減らす」をON。
→ 暝・性的な内容をブロック。

③ 利用時間の制限 (Quiet Hours)

深夜などの「使用禁止時間帯」を設定。

Gemini

AndroidやGoogleアカウントは「ファミリーリンク」アプリで一括管理します。

① アプリの利用許可

デフォルトはOFFです。親が意図的に「許可」を与える必要があります。

② アクティビティの確認

利用時間を確認できます。（※会話の中身までは見られません）

③ セーフサーチの連携

Google検索の制限を「強」にして、不適切な画像生成を防ぎます。

3. トラブルを防ぐ「我が家の中の運用ルール」

設定だけでなく、アナログな「使い方の約束」が最も効果的な防御壁になります。

項目	具体的なルール	理由
場所	「AIはリビングで使う」	密室でののめり込みや、不適切な利用を防ぐ。
個人情報	「名前・学校名・友達のことは書かない」	入力情報は「誰かに見られる」前提で扱う。
確認	「AIの答えを教科書で確認する」	「裏取り（ファクトチェック）」までがセット。
報告	「変な答えはスクショして見せる」	隠すのではなく「ネタとして親に見せる」関係を作る。

おまけ：AIを「最高の家庭教師」にする魔法のプロンプト

「AIにこれをコピーして貼り付けてから、勉強を始めてみて！」と
お子さんに伝えてください。

あなたは「世界一教え方が上手なプロの家庭教師」です。

これから私が勉強の質問をしますが、絶対にすぐに「答え」を教えないでください。

以下のルールを守ってください：

1. 「答え」ではなく、解き方の「ヒント」や「考え方のステップ」を1つずつ教えてください。
2. 私が自分で考えられるように、「ここはどうなると思う？」と質問を投げかけてください。
3. 優しく、励ますような口調で話してください。
4. 私が正解できたら、思いっきり褒めてください。

準備ができたら「準備OKです！ なんでも聞いてね！」と言ってください。



「自分専用のアカウントが欲しい！」と言い出したら、
それは「ネットリテラシー教育」のチャンスです。

「この設定を一緒にするならOKだよ」と条件を出し、
なぜ学習データをOFFにするのか？を話し合いながら設定してみてください。
それが最初の「AI教育」になります。

追加資料案

タイプ別・AIとの 付き合い方ガイド (10歳～15歳編)

AIは万能ですが、使う子の「性格」によって、
薬にも毒にもなります。

お子さんのタイプに合わせて、
この一言を添えて渡してあげてください。



タイプ1 (改革) / タイプ2 (助ける) / タイプ3 (達成)



① 改革する人

真面目で完璧主義。「正解」がないと不安になる。

⚠ 落とし穴: 鵜呑み

AIの答えを「絶対的な正解」と思い込み、間違いを信じてしまう。

٪ 魔法の言葉

「AIも間違えるよ。『先生』じゃなくて『後輩』だと思って、間違いを直してあげてね」



② 助ける人

親切で人が好き。自分の意見より相手に合わせる。

⚠ 落とし穴: 主体性喪失

感想文やメッセージなど、自分の「感情」までAIに代筆させてしまう。

٪ 魔法の言葉

「調べ物はAIでいいけど、『気持ち』を書くときは自分の言葉にしなきゃ伝わらないよ」



③ 達成する人

効率重視で負けず嫌い。結果（点数）を出したい。

⚠ 落とし穴: コピペの誘惑

最も「ズル」をするリスクが高い。過程を飛ばして答えだけコピーしがち。

٪ 魔法の言葉

「結果だけ出しても意味がないよ。AIを『壁打ち相手』に使ってみな」

タイプ4 (個性) / タイプ5 (調べる) / タイプ6 (忠実)



4 個性的な人

感性豊かで、人と同じを嫌う。「自分探し」中。

⚠ 落とし穴: 自信喪失・没入

AIに圧倒されて拗ねるか、逆に現実逃避してAIとの対話に閉じこもる。

٪ 魔法の言葉

「AIは上手だけど心がない。そこに『魂』を吹き込めるのはあなただけだよ」



5 調べる人

知識欲が旺盛で理屈っぽい。一人で没頭したい。

⚠ 落とし穴: 評論家化

知識だけ詰め込んで頭でっかちになり、画面の中だけで完結してしまう。

٪ 魔法の言葉

「詳しいね！ その知識を使って、現実で何か新しいものを作ってみようか」



6 忠実な人

慎重で不安がり。権威やルールを気にする。

⚠ 落とし穴: 依存・決定回避

「これで合ってる？」と常に確認しないと不安。決断をAIに委ねてしまう。

٪ 魔法の言葉

「AIは相談相手だけど、最後に決めるのは『隊長』であるあなただよ」

タイプ7(熱中) / タイプ8(挑戦) / タイプ9(平和)



7 热中する人

好奇心旺盛で飽きっぽい。楽しいことが大好き。

⚠ 落とし穴: 遊びで終了

本来の目的を忘れ、関係ない画像を生成したり遊んだりして時間を浪費する。

٪ 魔法の言葉

「楽しいね! でもタイマーをかけよう。遊ぶ時間と学ぶ時間、分けられたらカッコいいよ」



8 挑戦する人

エネルギーッシュでリーダー肌。指図されるのを嫌う。

⚠ 落とし穴: 暴走・喧嘩

AIの「倫理フィルター」をわざと突破しようとしたり、AIを論破しようとする。

٪ 魔法の言葉

「そのエネルギー、AIをいじめることじゃなくて、AIを率いて大きなプロジェクトに使おう」



9 平和をもたらす人

マイペースで葛藤を避ける。面倒なことは後回し。

⚠ 落とし穴: 思考停止

「めんどくさい」から全部AIにやらせて、自分は何も考えず眺めているだけ。

٪ 魔法の言葉

「AIにやらせてもいいけど、『あなたはどう思う?』って一言だけは、自分で付け加えよう」

■ポイント

10歳～15歳特有の心理

この年齢層は親のアドバイスを
「干渉」 捉えがちです。

禁止するのではなく、
「AIを使いこなすためのコーチング」
というスタンスで!
※特にタイプ8や3には効果的です。

