

第1章

個人におけるAI利用 ～AIがもたらす行動様式の変化～

本章では、令和7年版情報通信白書に係る調査に引き続き今回も実施した、個人におけるAIの利用に関するアンケート調査について、日本に関する調査結果を概説するとともに、米国・ドイツ・中国に関する調査結果との比較を行い、我が国における個人のAI利用の現状について、分析を試みる。

第1節 個人におけるAI利用の現状

1 個人における生成AIサービスの利用経験

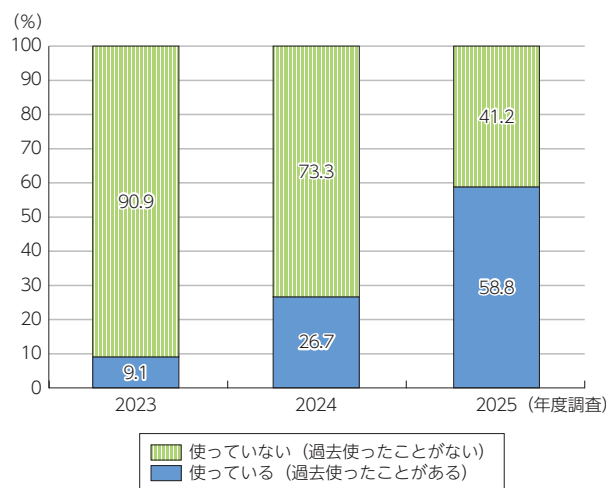
1 日本

今回、個人向けに実施したアンケート調査（以下「2025年度個人向け調査」という。）において、「業務や日常生活において生成AIサービスを一つでも使ったことがあるか」という設問に対し、何らかの生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合は、日本において58.8%であった。前年度の個人向けアンケート調査（以下「2024年度個人向け調査」という。）において、何らかの生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合が26.7%であったことを踏まえると、生成AIサービスの利用経験率は、この1年間で大きく上昇していることがわかる^{*1}（図表 I-1-1-1）。

また、利用経験のある生成AIサービスの種類について、何らかのテキスト生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合は、2025年度個人向け調査で55.0%であった。2024年度個人向け調査では、何らかのテキスト生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合が24.0%であったことを踏まえると、テキスト生成AIサービスの利用経験率がこの1年間で大きく上昇していることがわかる（図表 I-1-1-2）。

画像・動画、音声、音楽、プログラムコードなど、テキスト生成以外の種類の生成AIサービスについては、「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合が比較的低いことを踏まえると、日本における生成AIサービスの利用経験率の大きな上昇には、テキスト生成AIサービスの利用経験率の上昇が寄与していることがうかがわれる。

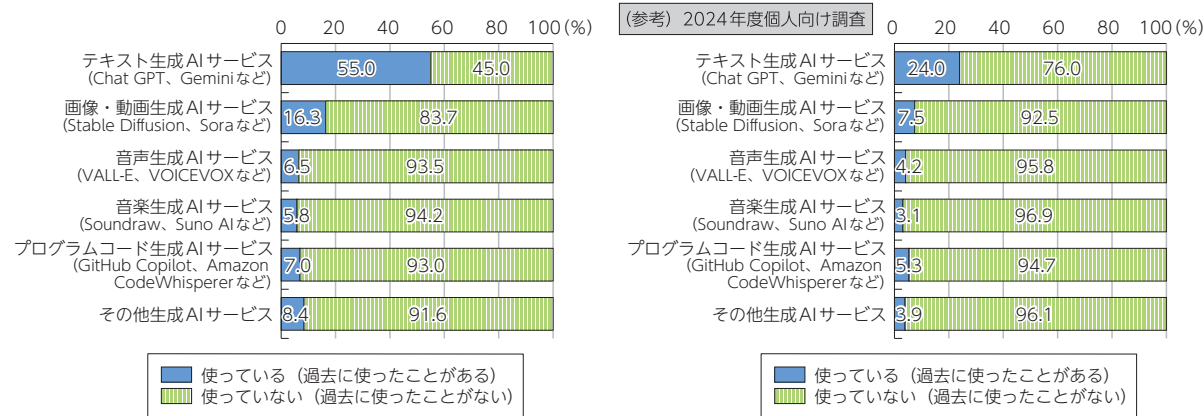
図表 I-1-1-1 日本における生成AIサービスの利用経験（全体）



（出典）総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

^{*1} 2023年度及び2024年度個人向け調査では、調査対象の年齢を20歳以上としていたが、今回の2025年度個人向け調査では、新たに15歳～19歳を調査対象に加えている。2025年度個人向け調査において、20歳以上で何らかの生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合は52.2%であった。

図表 I-1-1-2 日本における生成 AI サービスの利用経験（サービス種類別）



(出典) 総務省 (2026)「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

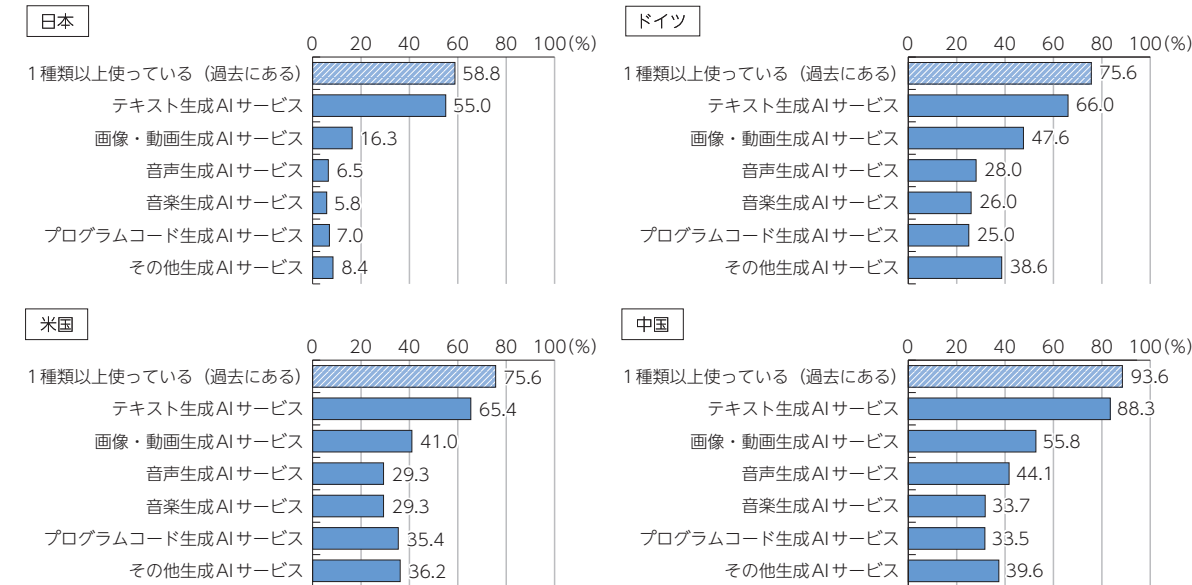
2 米国・ドイツ・中国

2025 年度個人向け調査では、2024 年度個人向け調査に引き続き、米国・ドイツ・中国の 3 か国においても日本と同様のアンケート調査を実施した。2025 年度個人向け調査において、何らかの生成 AI サービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合は、米国で 75.6%、ドイツで 75.6%、中国で 93.6% となり、いずれの国も日本における生成 AI サービスの利用経験率を上回る結果となった。

また、利用経験のある生成 AI サービスの種類について、何らかのテキスト生成 AI サービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合は、米国 65.4%、ドイツ 66.0%、中国 88.3% であり、テキスト生成 AI サービスに限って見た利用経験率についても、いずれの国も日本を上回る結果となっている（図表 I-1-1-3）。

画像・動画、音声、音楽、プログラムコードなど、テキスト生成以外の種類の生成 AI サービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合については、米国・中国・ドイツいずれの国においても、日本における同割合を上回る結果となった。

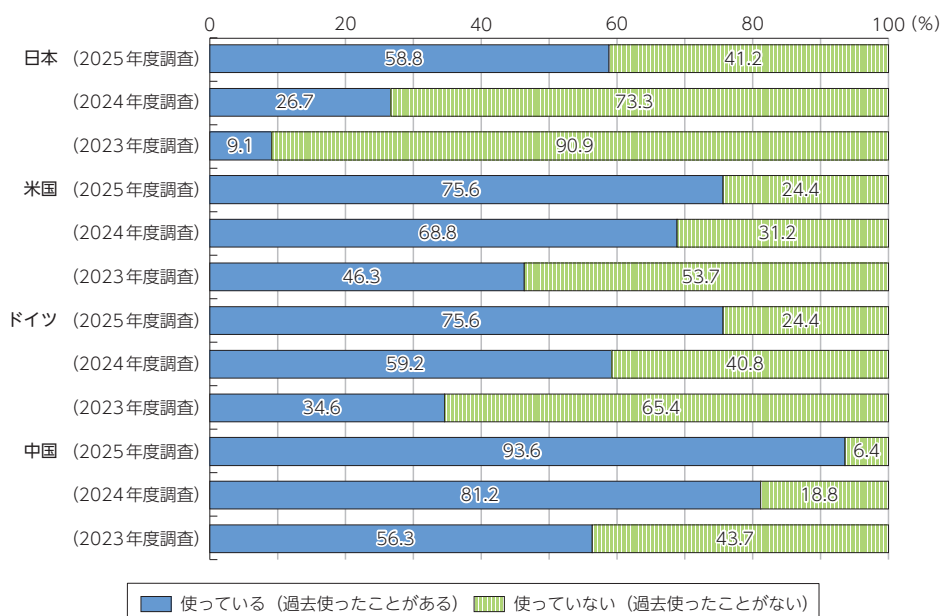
図表 I-1-1-3 生成 AI サービスの利用経験（国別、サービス種類別）



(出典) 総務省 (2026)「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

なお、2025年度個人向け調査と2024年度個人向け調査を比較した場合^{*2}、日本・米国・ドイツ・中国の中で、何らかの生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合、及び、テキスト生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合が最も大きく増加したのは、日本であった（図表 I-1-1-4）。

図表 I-1-1-4 生成AIサービスの利用経験（国別、全体）



（出典）総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

関連データ 生成AIサービスの利用経験（国別、サービス種類別、前年比較）

出典：総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

URL：<https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r08/html/datashu.html#f00008>（データ集）



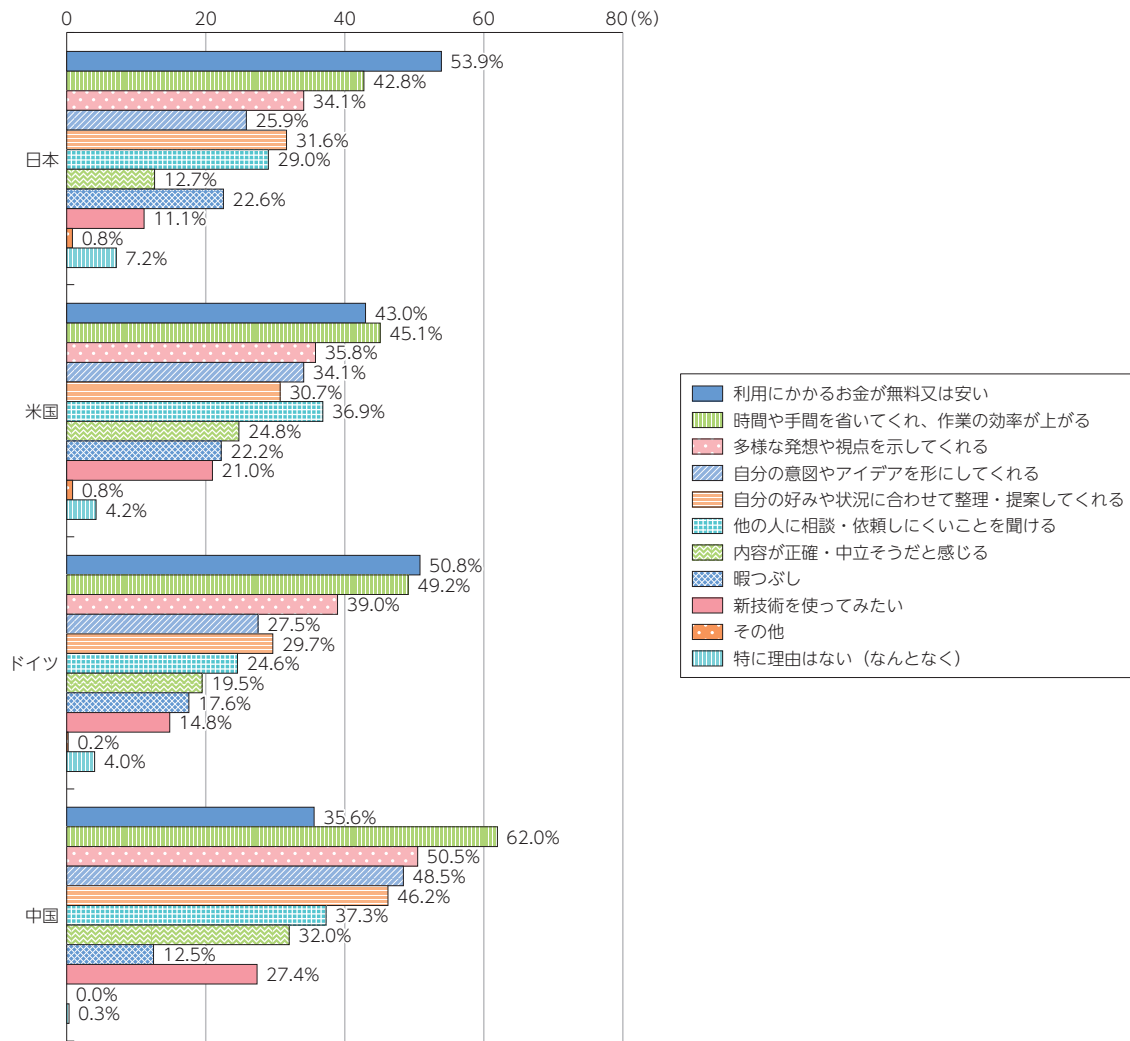
2 個人における生成AIサービスの利用理由

1 生成AIサービスを利用する理由

何らかの生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した人に対し、その理由を調査したところ、日本では「利用にかかるお金が無料又は安い」（53.9%）、「時間や手間を省いてくれ、作業の効率が上がる」（42.8%）、「多様な発想や視点を示してくれる」（34.1%）の順に回答割合が高かった。今回調査した海外の国では、ドイツが日本とよく似た傾向であった一方、米国では「他の人に相談・依頼しにくいことを聞ける」と回答した割合が、中国では「自分の意図やアイデアを形にしてくれる」と回答した割合が、それぞれ比較的高い結果となった（図表 I-1-1-5）。

^{*2} 日本に加えて米国・ドイツ・中国に関しても、2024年度個人向け調査では調査対象の年齢を20歳以上としていたが、今回の2025年度個人向け調査では新たに15歳～19歳を調査対象に加えている。

図表 I-1-1-5 生成AIサービスを利用する理由（国別）

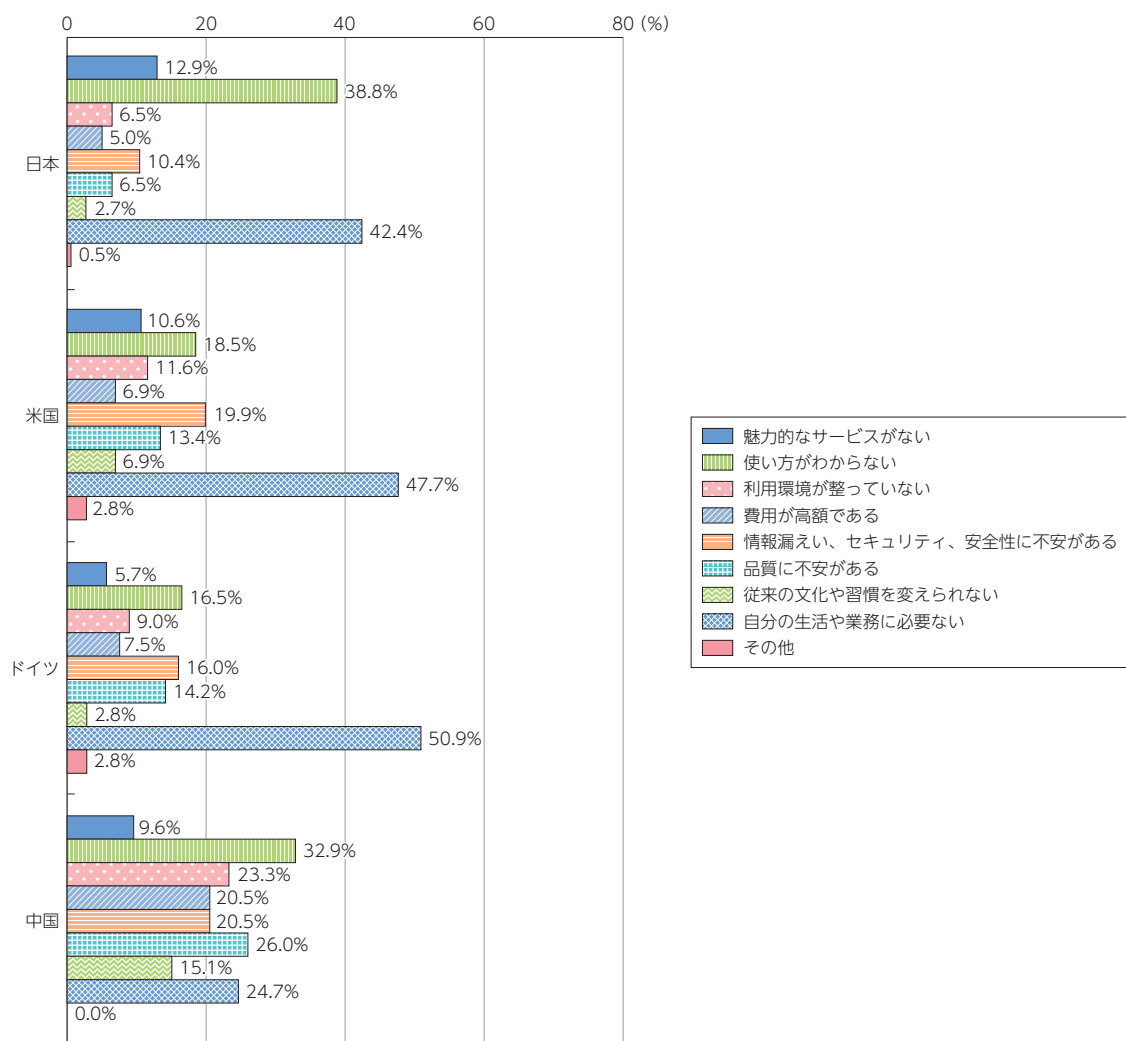


（出典）総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

2 生成AIサービスを利用しない理由

何らかの生成AIサービスを「使っていない（過去使ったことがない）」と回答した人に対し、その理由を調査したところ、テキスト生成AIサービスを利用しない理由に関しては「自分の生活や業務に必要ない」と回答した割合が42.4%、「使い方がわからない」と回答した割合が38.8%であった。日本のほかに調査した3か国中、特に米国やドイツと比べた場合、「自分の生活や業務に必要ない」と回答した割合は日本もそれほど大きく変わらない一方、「使い方がわからない」と回答した割合は日本が最も高い結果となった（図表 I-1-1-6）。

図表 I-1-1-6 テキスト生成AIサービスを利用しない理由（国別）



(出典) 総務省 (2026)「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

関連データ 各種生成AIサービスを利用しない理由（国別）

出典：総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

URL：https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r08/html/datashu.html#f00011（データ集）

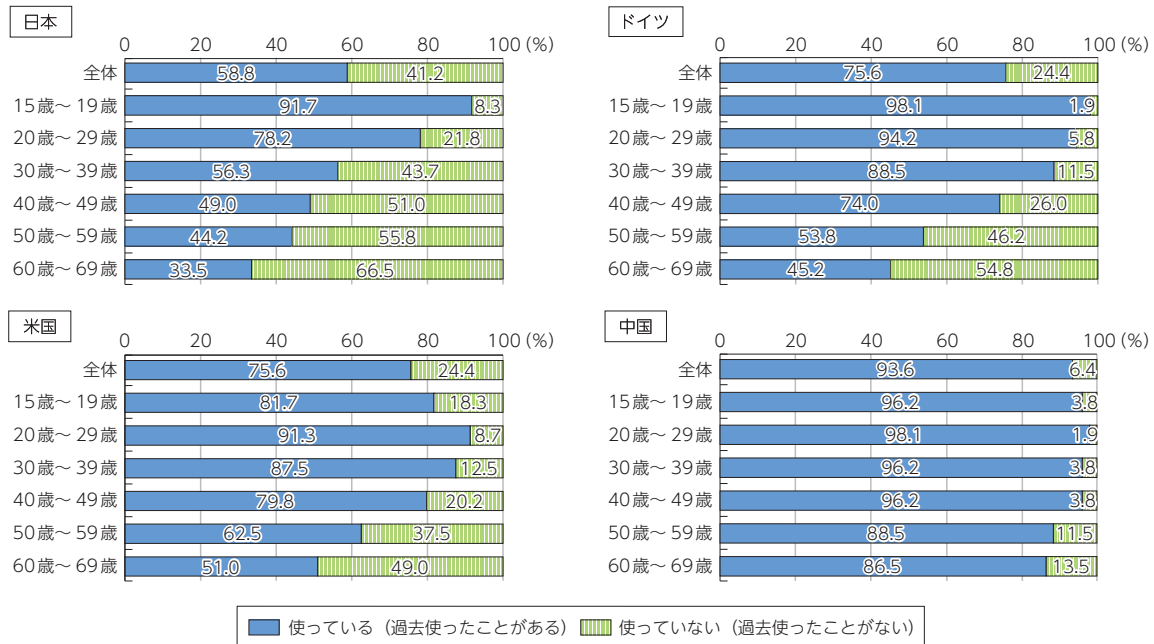


3 個人における生成AIサービスの利用実態

1 年齢階層

生成AIサービスの利用状況について年齢階層別に見たところ、日本では、何らかの生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した割合は15歳～19歳が最も高く（91.7%）、20歳～29歳が次に続く結果となった（78.2%）。また、米国では20歳～29歳（91.3%）、30～39歳（87.5%）の順に高く、ドイツでは日本と同様、15歳～19歳（98.1%）、20歳～29歳（94.2%）の順に高かった。中国では、各年齢層において高い割合となったが、20歳～29歳が最も高く（98.1%）、15歳～19歳、30歳～39歳、40歳～49歳が同じ割合で続いた（96.2%）。今回調査を実施した各国とも、若年層を中心として生成AIサービスの利用率が高い傾向が見て取れる（図表 I-1-1-7）。

図表 I-1-1-7 生成AIサービスの利用経験（国別、年齢別）



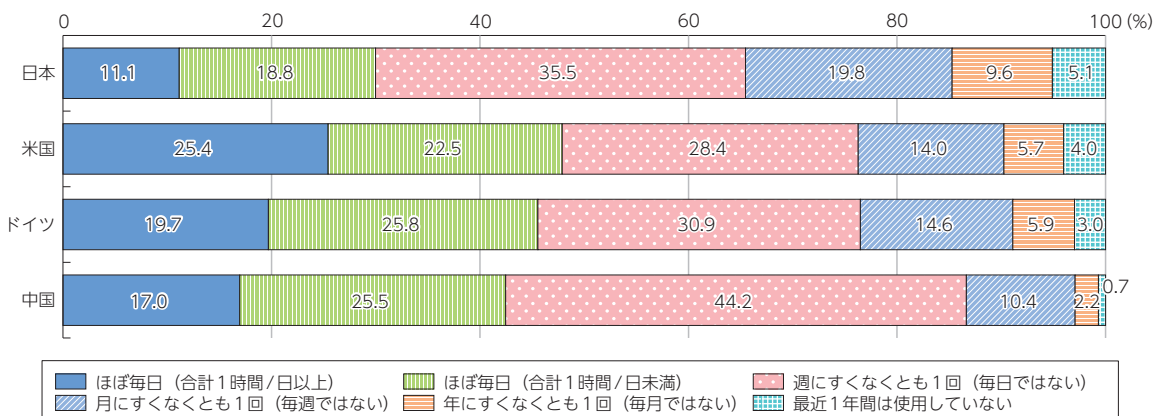
（出典）総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

2 利用頻度

何らかの生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した人に対し、その利用頻度を調査したところ、「ほぼ毎日」利用すると回答した割合は日本で約3割となった。日本でも生成AIサービスの利用が日常的なものとなりつつあることが示唆される一方、米国、ドイツ及び中国において「ほぼ毎日」利用すると回答した割合は4割を超えており、日本が最も低い結果であった。「週に少なくとも1回」利用すると回答した割合を加味しても、日本が他の3か国に比べて最も低い結果となった（図表 I-1-1-8）。

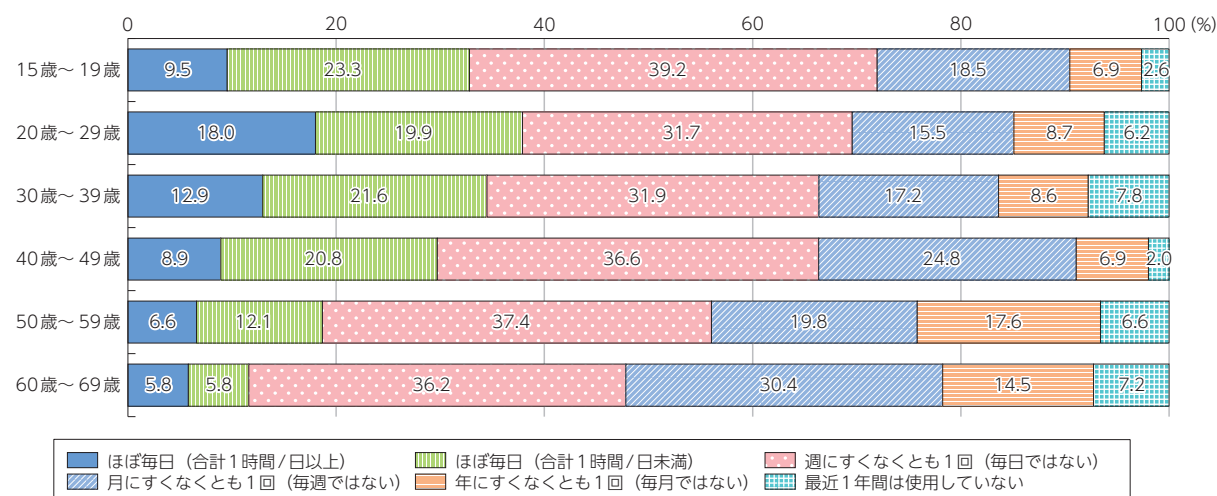
なお、この日本における調査結果を年齢別に見ると、「ほぼ毎日」利用すると回答した割合は、20歳～29歳で最も高く約4割であり、これに30歳～39歳、15歳～19歳が3割程度で続く結果となった（図表 I-1-1-9）。生成AIサービスについては、利用経験だけでなく利用頻度についても、若年層を中心として高い傾向が示唆されている。

図表 I-1-1-8 生成AIサービスの利用頻度（国別）



（出典）総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

図表 I-1-1-9 生成AIサービスの利用頻度（日本、年齢別）

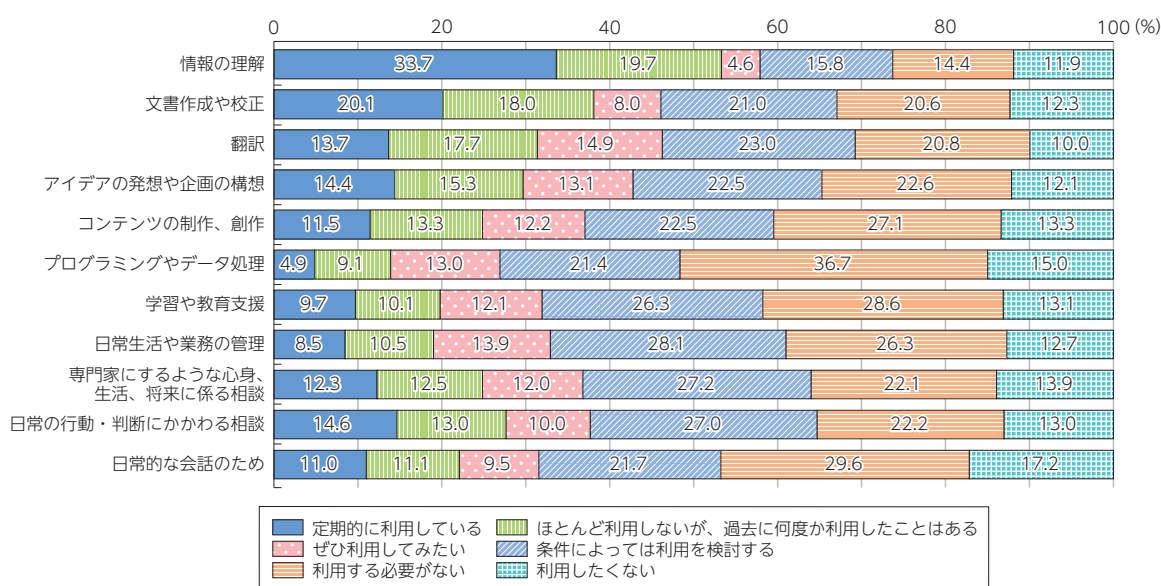


3 利用目的（利用シーン）

AIの利用目的（利用シーン）について、「定期的に利用している」及び「過去に何度か利用したことはある」の回答割合の合計が最も高かったのは、日本及び今回調査した他の3か国の全てにおいて、情報の理解だった。日本では、この次に文書作成や校正、翻訳が続いた（図表 I-1-1-10）。

日本と他の3か国を比較した場合、日本は「利用する必要がない」と回答した割合は各目的とも他の3か国より高い一方で、「利用したくない」と回答した割合は他の3か国とそこまで大きな差がなく、また、「ぜひ利用してみたい」及び「条件によっては利用を検討する」と回答した割合は比較的高い結果となった。日本では、現状、AI利用は他の3か国に比べて低調であるものの、今後、AIがもたらす便益、適切にリスクが管理された具体的なユースケースの認知等が進めば、AI利用が進展していく可能性があることがうかがわれる。

図表 I-1-1-10 目的別のAI利用状況（日本）



関連データ

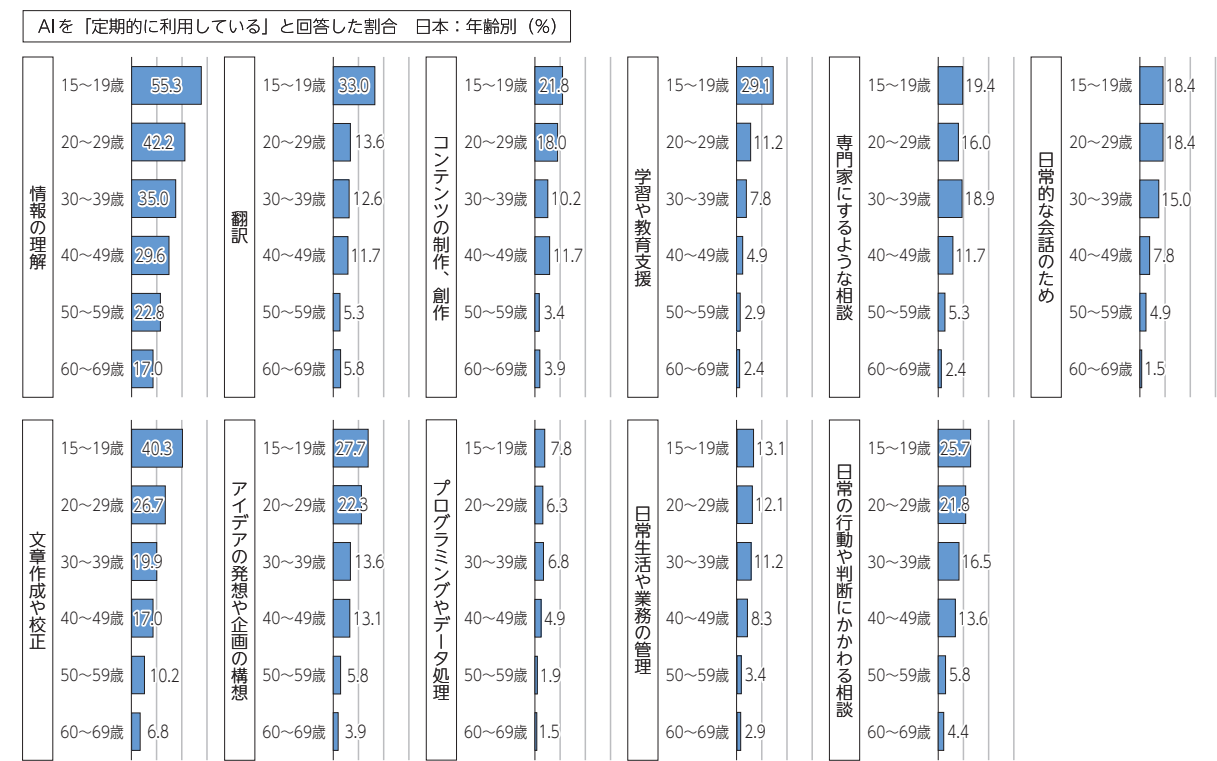
目的別の AI 利用状況（国別）

出典：総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」
URL：https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r08/html/datashu.html#f00016（データ集）



日本における目的別の AI 利用状況について年齢階層別に見ると、各目的いずれについても、「定期的に利用している」と回答した割合は、15 歳～19 歳及び 20 歳～29 歳を中心に若年層ほど総じて高い結果となった。特に、翻訳、学習や教育支援のために「定期的に利用している」と回答した割合は、15 歳～19 歳において顕著に高い。また、日常の行動や判断にかかわる相談のために「定期的に利用している」と回答した割合は、15 歳～19 歳及び 20 歳～29 歳で 20% を超え、専門家にするような相談のために「定期的に利用している」と回答した割合も、15 歳から 39 歳までの各年齢階層で 15% を超えた。若年層を中心に、相談目的での AI 利用が広まりつつあることがうかがわれる（図表 I-1-1-11）。

図表 I-1-1-11 目的別の AI 利用状況（日本、年齢別）

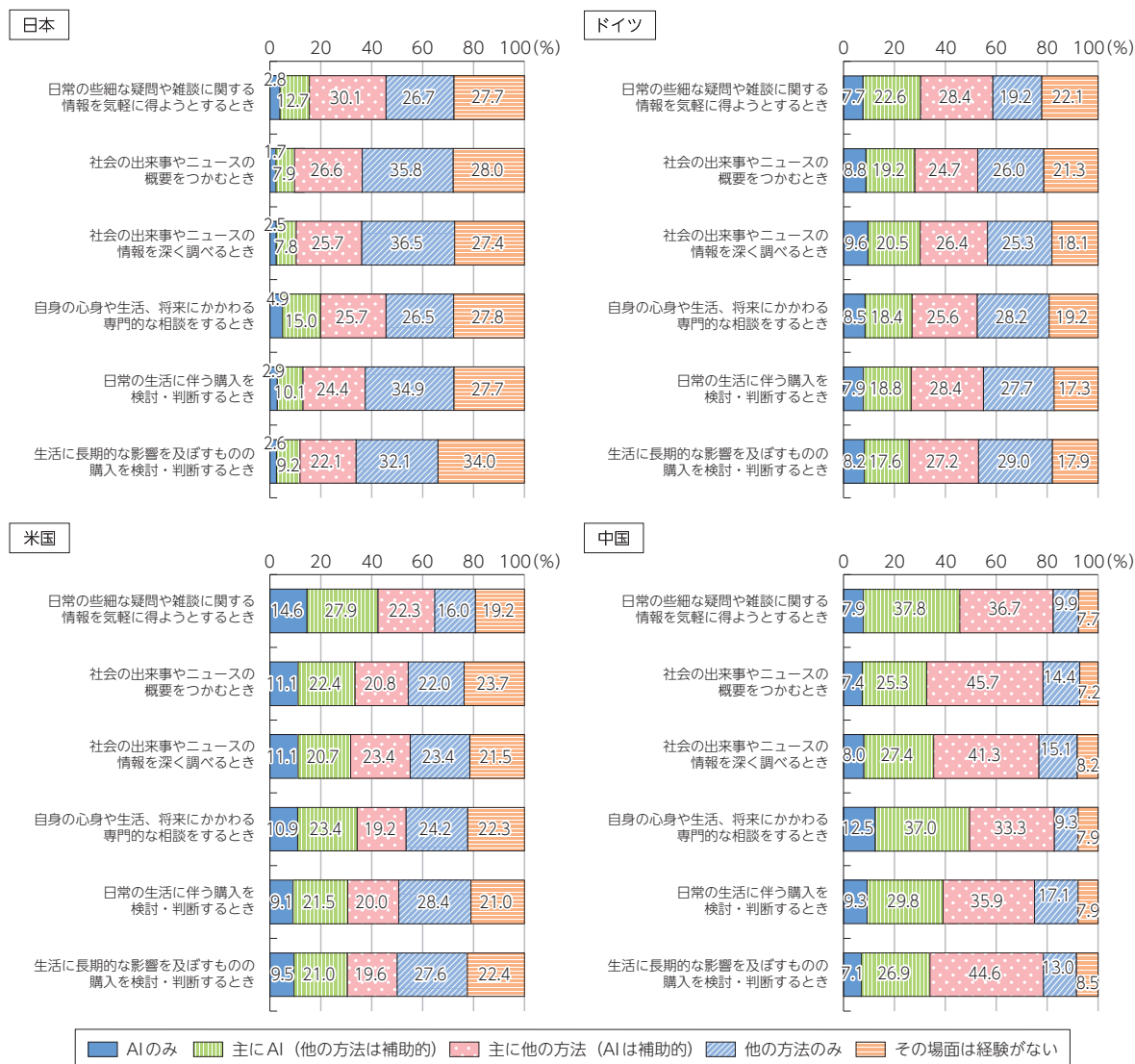


（出典）総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

各場面別の AI と AI 以外の方法の比重（使い分け）についても尋ねたところ、日本は「主に他の方法（AI は補助的）」及び「他の方法のみ」と回答した割合の合計が、概ね各場面とも比較的高く、特に、「他の方法のみ」と回答した割合、つまり AI を利用しない旨を回答した割合も、各場面で概ね高い傾向であった（図表 I-1-1-12）。

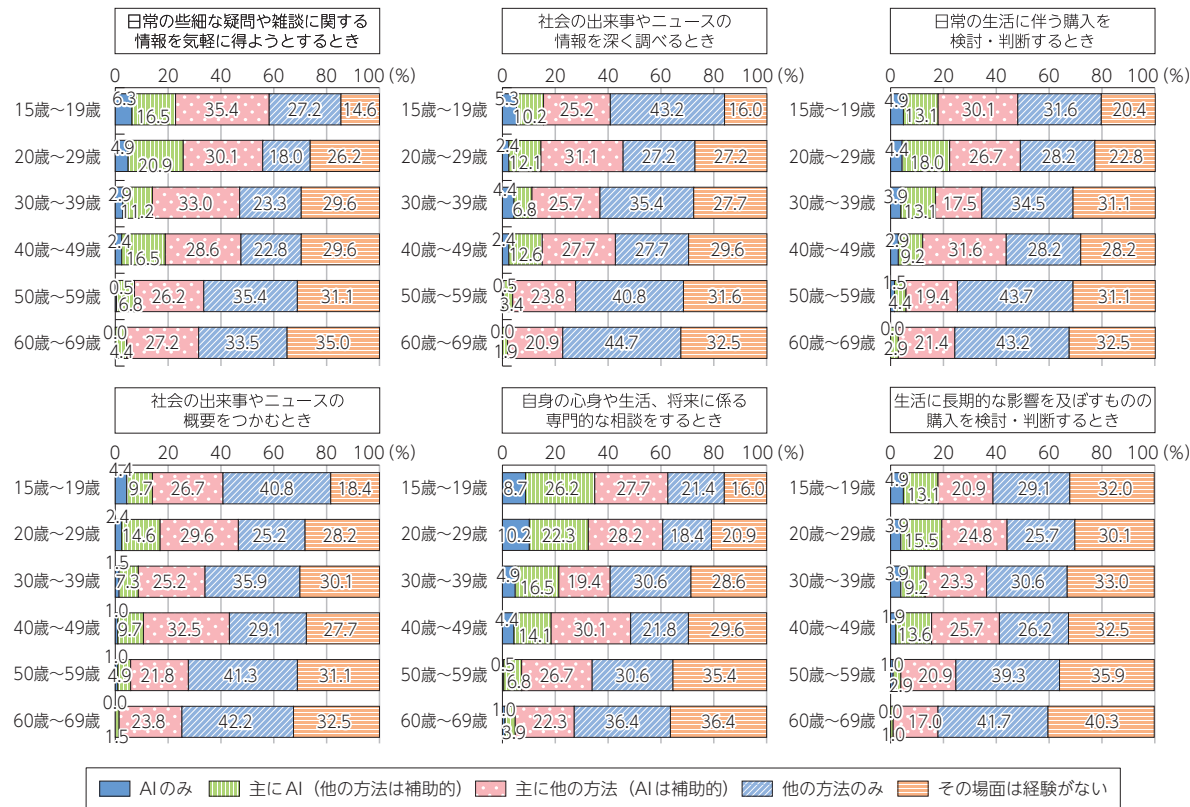
一方、日本国内で年齢階層別に見た場合、15 歳～19 歳及び 20 歳～29 歳において、「日常の些細な疑問や雑談に関する情報を気軽に得ようとするとき」や「自身の心身や生活、将来に係る専門的な相談をするとき」について「AI のみ」及び「主に AI（他の方法は補助的）」を利用すると回答した割合は、2 割から 3 割程度に及ぶ傾向となった。若年層を中心に、情報の取得や相談といった場面で利用する手段について、AI の比重が高まりつつあることがうかがわれる（図表 I-1-1-13）。

図表 I-1-1-12 各場面別のAIとAI以外の方法の比重（使い分け）（国別）



（出典）総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

図表 I-1-1-13 各場面別の AI と AI 以外の方法の比重（使い分け）（日本、年齢別）



（出典）総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

4 個人における感覚・認識

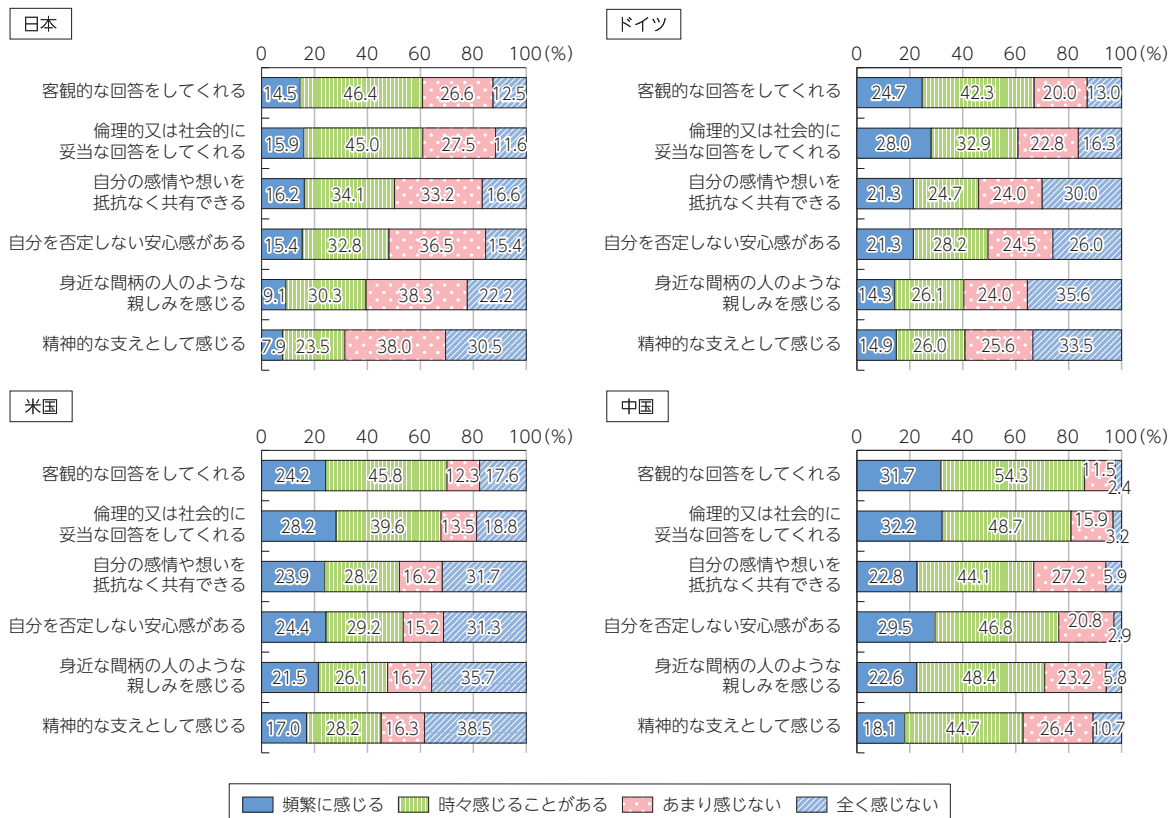
1 感覚

生成AIに対して抱いている感覚についても調査したところ、米国・ドイツ・中国においては、回答の客観性や倫理的・社会的妥当性といった機能面のみならず、「自分の感情や想いを抵抗なく共有できる」、「自分を否定しない安心感がある」、「身近な間柄の人のような親しみを感じる」、「精神的な支えとして感じる」といった感情面・心理面での信頼に関連する感覚を抱く人の割合が、日本よりも高かった（図表 I-1-1-14）。

加えて、生成AIに対する感覚について、人々が生成AIに対して抱きうるイメージという観点から調査するため、「生成AIはどのような存在か」という設問も設けたところ、日本・米国・ドイツにおいては「機械・道具」と回答する割合が最も高く、中国においては「秘書・アシスタント」と回答する割合が最も高かった。次に高い回答割合としては、日本では「辞書・百科事典」が続いた一方で、米国・中国では「友人」が、ドイツでは「カウンセラー」がそれぞれ続いた（図表 I-1-1-15）。

以上の調査結果を踏まえると、生成AIの利用率（利用経験率）が日本よりも高い3か国では、生成AIを機械・道具、秘書・アシスタントとして捉えるだけでなく、友人、カウンセラーなど「感情を共有する相手」として捉えている層が相当数存在することがうかがわれる。生成AIの利用が進むほど、人々が生成AIを自分にとってより身近な存在として感じるようになる可能性があり、日本においても今後、生成AIの利用が進展していけば、他の3か国と同様の傾向が生じてくる可能性もあると考えられる。

図表 I-1-1-14 生成AIに対する感覚①（国別）



(出典) 総務省 (2026)「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

図表 I-1-1-15 生成AIに対する感覚②（生成AIはどのような存在か）（国別）

No.	日本	米国	ドイツ	中国
1	機械・道具 38.3	機械・道具 46.0	機械・道具 43.3	秘書・アシスタント 44.7
2	辞書・百科事典 28.9	友人 25.3	カウンセラー 41.0	友人 39.9
3	秘書・アシスタント 21.4	辞書・百科事典 24.5	辞書・百科事典 28.8	カウンセラー 38.1
4	カウンセラー 12.9	家族 21.5	秘書・アシスタント 22.8	辞書・百科事典 26.9
5	先生・コーチ 12.9	秘書・アシスタント 19.6	同僚 14.3	家族 22.1
6	友人 10.9	先生・コーチ 16.0	友人 14.1	機械・道具 21.2
7	自分を強化または拡張して くれる分身または一部 10.9	カウンセラー 11.5	先生・コーチ 12.7	同僚 20.7
8	家族 6.2	同僚 10.6	家族 12.5	自分を強化または拡張して くれる分身または一部 19.1
9	その他 5.3	自分を強化または拡張して くれる分身または一部 9.1	自分を強化または拡張して くれる分身または一部 7.2	先生・コーチ 16.2
10	同僚 4.0	恋人 9.0	恋人 6.1	恋人 6.6
11	恋人 2.8	その他 6.6	その他 5.8	その他 0.0

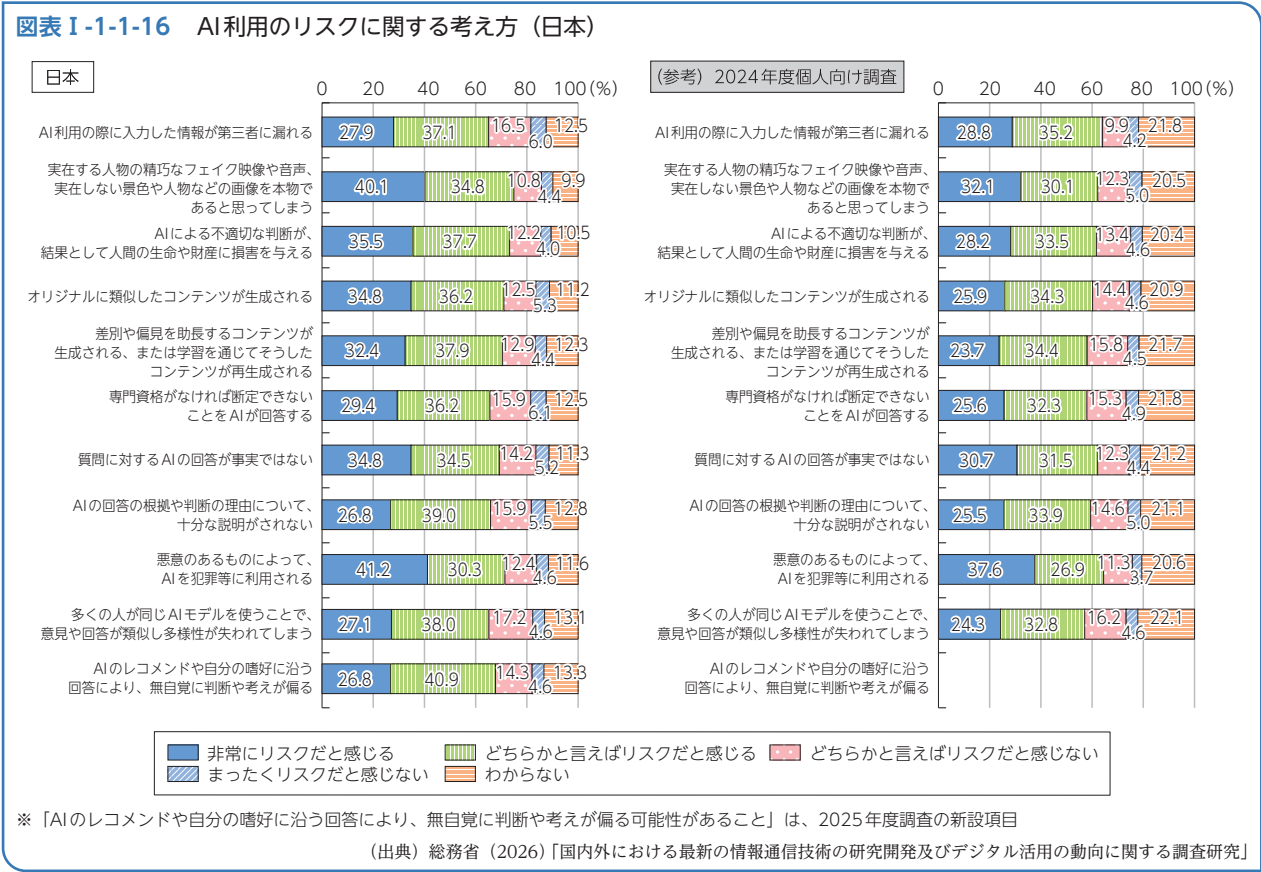
(出典) 総務省 (2026)「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

2 リスク意識

AIの利用に関するリスク意識について調査したところ、日本において「非常にリスクだと感じる」及び「どちらかと言えばリスクだと感じる」の回答割合の合計が最も高かったのは、「実在する人物の精巧なフェイク映像や音声、実在しない景色や人物などの画像を本物であると思ってしまう」であった。このリスクのほか、各リスク項目とも、「非常にリスクだと感じる」及び「どちらかと言えばリス

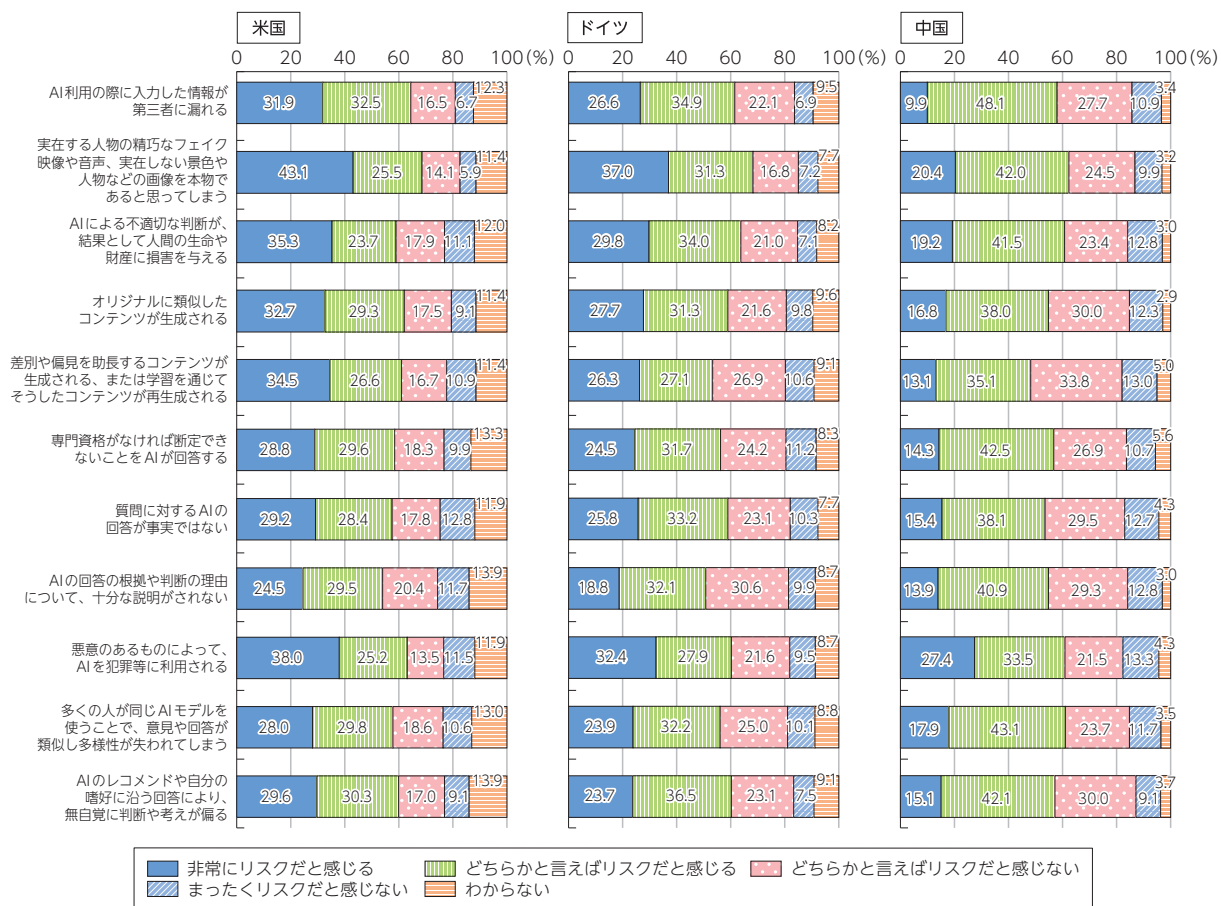
クだと感じる」の回答割合の合計が、2024 年度調査結果と比較して高くなっており、「わからない」と回答した割合が低下していた^{*3}。AI の利用の広まりとともにリスクに関する意識や認識も広がりつつある可能性がある（図表 I-1-1-16）。

精巧なフェイク等を本物であると思ってしまうリスクについて、「非常にリスクだと感じる」及び「どちらかと言えばリスクだと感じる」の回答割合の合計が最も高くなる傾向は、今回調査した他の 3 か国においても同様であった（図表 I-1-1-17）。



^{*3} 2024 年度個人向け調査では、調査対象の年齢を 20 歳以上としていたが、今回の 2025 年度個人向け調査では、新たに 15 歳～19 歳を調査対象に加えている。

図表 I-1-1-17 AI利用のリスクに関する考え方（国別）

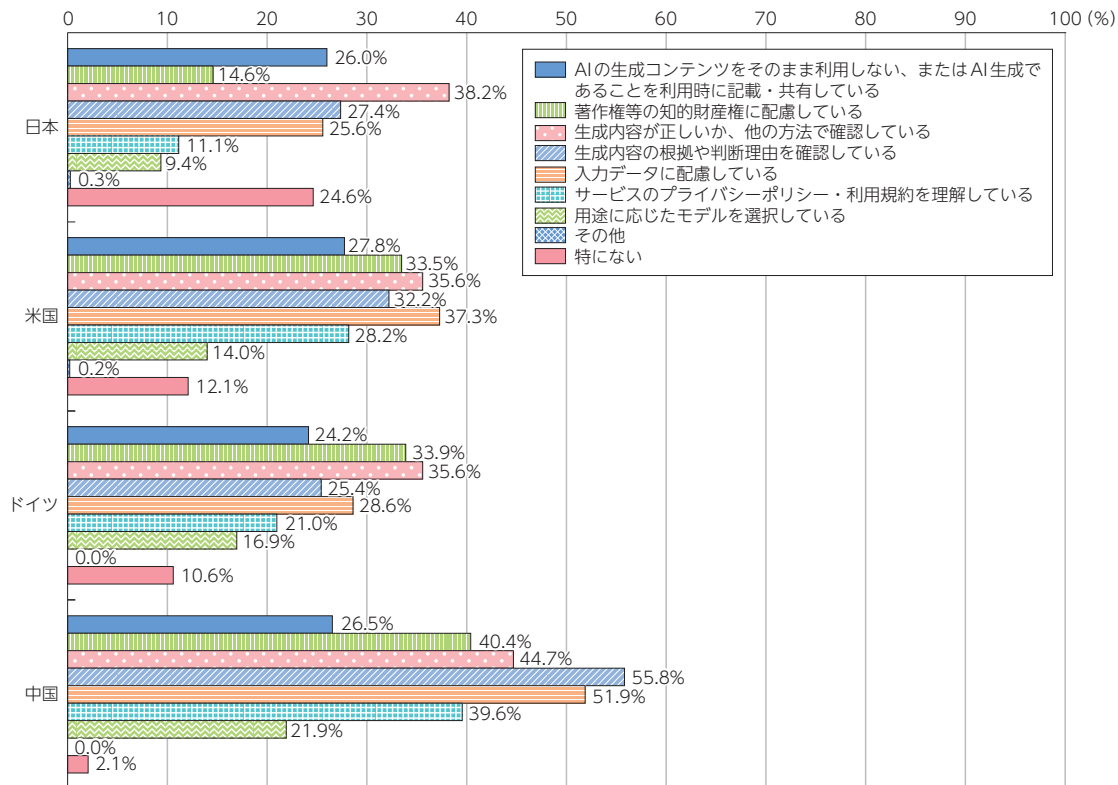


(出典) 総務省 (2026)「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

また、AIを適切に利用するために気を付けていることについて、何らかの生成AIサービスを「使っている（過去使ったことがある）」と回答した人に対して尋ねたところ、日本においては「生成内容が正しいか、他の方法で確認している」と回答した割合が最も高く、次に「生成内容の根拠や判断理由を確認している」と回答した割合が高かった（図表 I-1-1-18）。

なお、今回調査した他の3か国においては、こうした生成内容の正確性等の確認に加え、「入力データに配慮している」や「著作権等の知的財産権に配慮している」と回答した割合も比較的高い傾向が見られた。日本に比べてAI利用が進む国々では、AI利用の浸透等に伴い利用時に人々が注意するポイントも広がりつつある可能性がある。

図表 I-1-1-18 AIの適切な利用のために気を付けていること（国別）



(出典) 総務省 (2026)「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

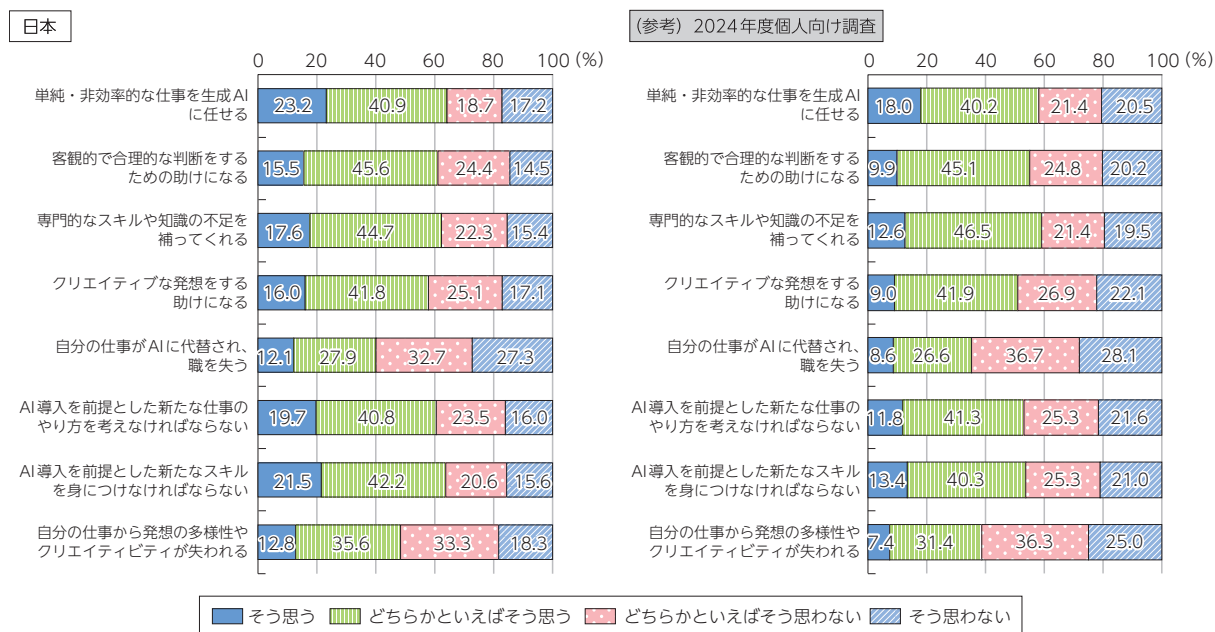
3 仕事においてAIが今後担いうる役割等

仕事においてAIが今後担いうる役割やもたらしうる影響に関し、日本において「そう思う」及び「どちらかと言えばそう思う」の回答割合の合計が最も高かったのは、「単純・非効率な仕事を生成AIに任せる」であり、次に「AI導入を前提とした新たなスキルを身につけなければならない」が続いた（図表 I-1-1-19）。

「自分の仕事がAIに代替され、職を失う」や「自分の仕事から発想の多様性やクリエイティビティが失われる」ことについては、当該回答割合の合計は比較的低い結果となり、この傾向は今回調査した他の3カ国でも同様だった。一方、日本では、[2](#)で前掲したリスク意識と同様、各項目とも、当該回答割合の合計が2024年度調査結果と比較して高くなっていった^{*4}。AI利用の広まり等に伴い、その仕事における役割や影響について人々が具体的なイメージを持つようになってきている可能性がある。

*4 2024年度個人向け調査では、調査対象の年齢を20歳以上としていたが、今回の2025年度個人向け調査では、新たに15歳～19歳を調査対象に加えている。

図表 I-1-1-19 仕事においてAIが今後担いうる役割やもたらしうる影響（日本）



(出典) 総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

関連データ 仕事においてAIが今後担いうる役割やもたらしうる影響（国別）

出典：総務省（2026）「国内外における最新の情報通信技術の研究開発及びデジタル活用の動向に関する調査研究」

URL：<https://www.soumu.go.jp/johotsusintokei/whitepaper/ja/r08/html/datashu.html#f00026>（データ集）