

AI時代の知的労働は「脳」から「身体」へ

～データが示す自動化の境界線と「現場回帰」への道筋～

ライフデザイン研究部 主席研究員/テクノロジーリサーチャー 柏村 祐

1.崩れ去る知的労働の聖域

2022年末のChatGPTの登場以来、オフィスで働くホワイトカラーの仕事環境は、かつてない激変の只中にある。これまで安泰とされてきた知的労働の聖域が、AIによって侵食され始めているのだ。かつての産業革命が肉体労働を機械に置き換えたように、現在急速に普及しているAIは、私たちが長年磨き上げてきた「考える力」や「事務処理能力」の代わりを担おうとしている。

情報の収集、整理、分析、そして文章化といった実務スキルは、現場を支えるビジネスパーソンの重要な基礎能力として評価されてきた。しかし今、これらの作業は生成AIが最も得意とする領域と完全に重なってしまった。ここに、現代の私たちが直面する最大の問題がある。深刻な人手不足を背景にAIツールの導入が進む中、「いかに速く、正確に、大量の仕事をこなすか」という従来能力だけでは、もはや人間がAIに対して優位性を示すことが難しくなっていることだ。

処理のスピードと正確さにおいて、生身の人間がAIを凌駕することは困難である。AIが得意とするこの領域で競合することは、もはや現実的ではない。AIと同じ土俵で人間が張り合うのではなく、人間に異なる役割を見出すことが求められている。

では、AIが知的な作業を誰でもできるものに変えていく中で、人間に残された価値ある仕事とは一体何なのか。AIに仕事を奪われる側ではなく、AIと手を組んで新しい価値を生み出す側に回るためには、具体的にどのような役割やスキルが必要なのか。

本レポートでは、漠然とした不安や根拠のない楽観論を排し、国際機関や最新の研究データに基づいて、この問いへの答えを提示する。AI時代を生き抜くための戦略、すなわち「脳」だけの労働から脱却し、AIが模倣できない「身体」と「現場」を取り戻すための道筋を明らかにすることが、本稿の目的である。

2.AI時代に価値が残る領域とは

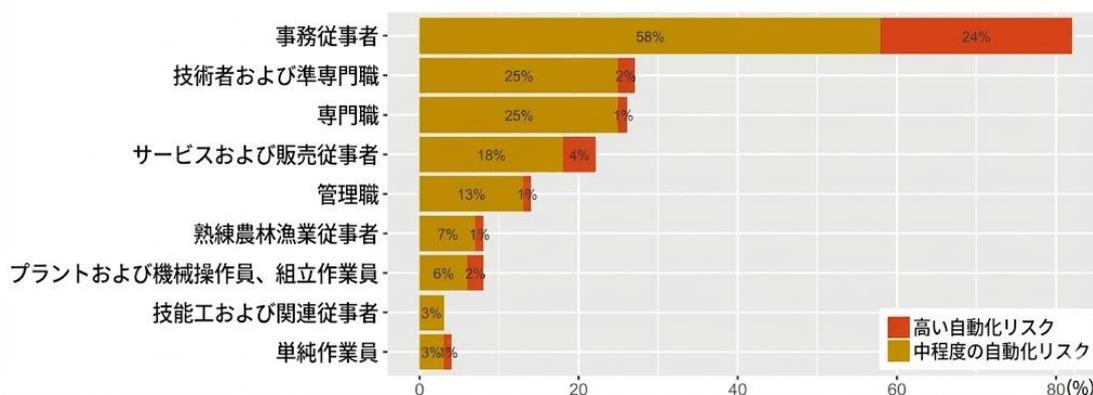
本章では、最新の国際機関および研究機関のレポートに基づき、AIが私たちの仕事に与える影響をデータで検証する。AIの影響はすべて同じではなく、「完全に取って代わられる（競合）」場合と、「能力を伸ばしてくれる（協調）」場合の2つの方向性があることが明らかになっている。

(1)自動化される仕事と拡張される仕事の境界線

まず、AI と競合してしまう仕事と、AI によって生産性が高まる仕事の違いはどこにあるのか。国際労働機関（ILO）の研究はその境界線を明確に示している（注1）。ILO の分析によると、生成 AI は人間の仕事を奪うというより、仕事の質を変える可能性が高いが、職種によってそのリスクは両極端である。

図表1を見ていただきたい。最上段にある事務従事者グラフは、全体の約24パーセントが高い自動化リスク（赤色）、58パーセントが中程度の自動化リスク（オレンジ色）で占められており、仕事の大半がAIによって代行可能であることが一目瞭然である。これに対し、その下にある専門職や管理職に注目すると、赤色の領域はわずか1パーセントに留まっている。これは、これらの職種においてAIは仕事を奪うライバルではなく、面倒な作業を肩代わりして生産性を高める便利な道具として機能することを意味する。したがって、AIと競合しないためには、図表で赤色が支配的な「決まった手順の事務処理」の比率を下げ、AIには扱えない「複雑な現実」や「人間関係」に対処する専門職や管理職的な領域へと、人間の仕事の中身をシフトさせることが不可欠である。

図表1 職業グループ別のAI自動化リスク



資料: Gmyrek, P., Berg, J., and Bescond, D. (2023年8月). "Generative AI and jobs: A global analysis of potential effects on job quantity and quality". ILO Working Paper 96より筆者和訳

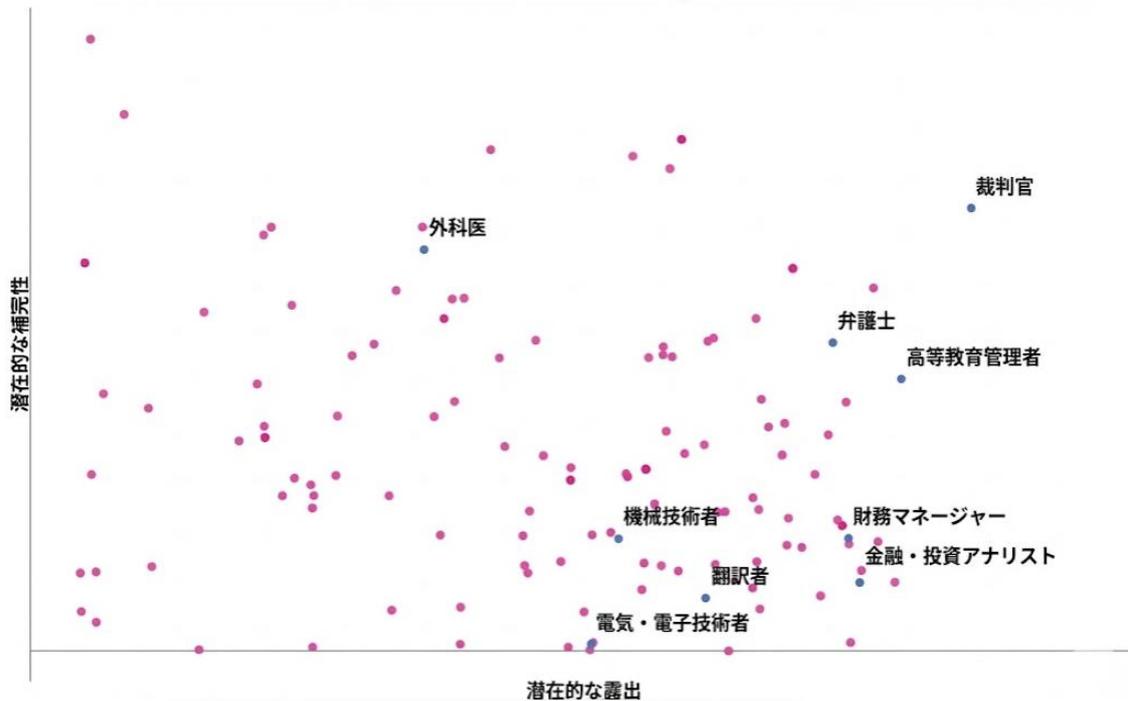
(2)AIに深く関わり、かつ助けられる安全地帯

次に、「AIの影響を受けること」が必ずしも職を失うことを意味しない点について、カナダのシンクタンク The Dais の分析を用いて解説する（注2）。同レポートでは、職業を「AIへの露出度（関わりの深さ）」と「AIによる補完性（助けになる度合い）」の2軸で分類している。

図表2の散布図をご覧いただきたい。この図の右上の象限には、裁判官、弁護士といった職業が位置している。この領域は、AIへの露出度が極めて高いにもかかわらず、AIが人間の代わりにはならず、むしろ人間の能力を強化する強力なパートナーとなる安全地帯である。一方で、右下の象限にはAIによる代替リスクが高い職業が含まれ

る。この図が示す事実は、AI と競合しないためにはAI から逃げる（関わりを減らす）のではなく、むしろAI を最大限に活用しつつ、AI だけでは完結できない「高度な判断」や「責任」を伴う領域を目指すべきだという点である。マニュアル化できない複雑なスキルを磨き、この右上の象限に留まることこそが、AI 時代の勝者の条件と言える。

図表 2 AI 露出度と補完性のマップ



資料: Li, V. and Dobbs, G. (2025 年 1 月). "Right Brain, Left Brain, AI Brain: AI's impact on jobs and skill demand in Canada's workforce". The Dais.より筆者和訳

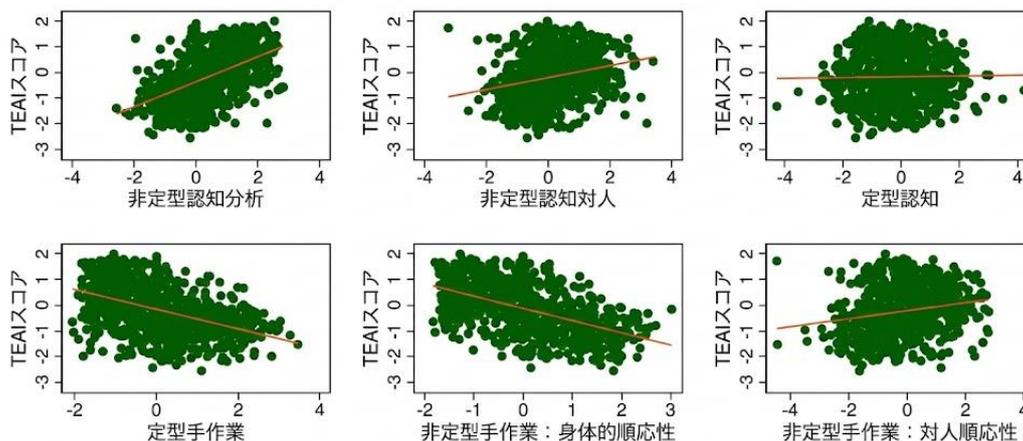
(3)AI が苦手とする「社会性」と複雑性の壁

最後に、具体的にどのようなスキルがAI との競合を避け、価値を生み出すのかを統計的に検証する。大規模言語モデル (LLM) を用いた詳細な分析を行った Colombo らの研究は、AI の得意なことと苦手なことを明確に可視化している (注 3)。

図表 3 の相関図を見てほしい。左上のグラフである「非定型かつ認知的分析」では、右肩上がりの線が描かれている。これは、「仕事が複雑で頭を使う分析的なものになればなるほど、実はAI が活躍できる余地も増える」ということを意味している。単純作業を繰り返す従来のシステムとは違い、今のAI は論理的な思考や情報整理が大得意だからだ。つまり、分析的な仕事をしている人は、AI という強力なエンジンを搭載できるチャンスが最も大きいといえる。対照的に、右下のグラフである「対人順応性」では相関が薄く、点が散らばっている。これは、交渉や説得、相手の感情を理解するといった「社会的スキル」の領域において、AI は人間の代わりになれないことを統計

的に裏付けている。さらに同研究では、AIを使う頻度が高い職業ほど、雇用と賃金が成長していることも明らかになっている。つまり、AIが得意とする計算や論理構成はAIに任せつつ、図表で示されたAIが苦手とする「人間関係の調整」や「文脈の理解」といったスキルを組み合わせることこそが、「脳」の処理能力に依存しない、真に価値ある「社会性」の復権につながるのである。

図表3 AI露出度と各種スキルの相関関係



*1: TEAIスコアとは各職業がAI技術の影響をどれくらい受けるか(AI露出度)を示す数値。数値が高いほど、AIによる代替や補完の可能性が高いことを意味する。

*2: 横軸の数値は、その職業におけるスキルの必要度(平均からの偏り)。0が全職業の平均で、プラス(2, 4)になるほどそのスキルが「非常に重要」であり、マイナスになるほど「あまり必要ない」ことを表す。

資料: Colombo, E., Mercorio, F., Mezzanzanica, M., and Serino, A. (2025年4月15日). "Towards the Terminator Economy: Assessing Job Exposure to AI through LLMs". arXiv:2407.19204v2.より筆者和訳

3.求められる「知的労働」のフィジカル化

本レポートの冒頭(第1章)において、2つの根源的な問いを提起した。

一つは、「AIが知的な作業を誰でもできるものに変えていく中で、人間に残された価値ある仕事とは一体何なのか」。もう一つは、「AIと手を組んで新しい価値を生み出す側に回るためには、具体的にどのような役割やスキルが必要なのか」である。

第2章で検証したデータは、この問いに対する現実と希望の両方を示している。ILOのデータ(図表1)は「処理能力」の価値が失われたことを示し、Colomboらの分析(図表3)は「対人・文脈」の領域にAIが踏み込めないことを示した。これらの事実に基づき、本章では上記2つの問いに対する最終的な回答を提示する。それは、これまでの知的労働の定義を捨て、「頭脳労働(ホワイトカラー)へ身体性(ブルーカラー的要素)を統合する」という結論である。

(1)人間に残された価値ある仕事とは？

「人間に残された価値ある仕事とは何か」。この問いへの答えは、「AIがアクセス

できない物理的な現実（現場）への介入」である。

なぜ、高度な分析よりも現場の活動に価値が残るのか。その根拠は、AI 研究の第一人者ハンス・モラベックが提唱した「モラベックのパラドックス」にある（注4）。この理論は、「高度な推論や計算はコンピュータにとって容易だが、知覚や運動といった身体的なスキルは極めて困難である」という事実を示している。

つまり、オフィスで完結する「高度な分析」よりも、複雑な現実世界で「動き回る」ことの方が、計算機科学的には遥かに高度で代替困難な処理なのである。したがって、私たちが目指すべき「価値ある仕事」とは、PCの前から離れ、現場に赴き、物理的な空間で一次情報に触れるという「身体性への回帰」の中にこそ存在する。

(2)必要なスキルとは？

次に、「どのようなスキルが必要なのか」という問いへの答えは、「AI を使いこなす知性」と「人の心を動かす力」の掛け合わせである。

ハーバード大学のデビッド・デミングの研究によれば、労働市場で最も価値が高まっているのは、高い数理能力を持ちながら、同時に高い社会性スキル(Social Skills)を併せ持つ人材である（注5）。

AI は論理的に正しい「正解」を瞬時に導き出せるが、人間は感情や政治的力学で動くため、正論だけでは動かない。ここで不可欠となるスキルは、AI が出した「冷徹な論理」を、人間の感情や組織の文脈に合わせて噛み砕き、関係者が受け入れられる形に変換して合意形成を図る「翻訳能力」である。AI を使いこなすリテラシー（数理）と、人間関係の摩擦を調整する力（社会性）という両輪を回せることこそが、AI 時代に求められるスキルである。

(3)必要な役割とは？

最後に、「どのような役割が必要なのか」という問いへの答えは、「作業員（オペレーター）」から「編集責任者（エディター）」への役割転換である。

第2章の The Dais のレポート（図表2）にある「AI に補完される領域」に留まるためには、AI を単なる自動化ツールとして使うのではなく、自分の能力を拡張する「外付けの脳」として使い倒す必要がある。

自らは問いを立て、現場を走り回り、人間関係を調整する。その過程で必要なデータ処理や論理構築はすべて AI に行わせ、最終的なアウトプットの「品質」と「結果」にのみ責任を持つ。このように、AI と自身の身体性を組み合わせ、仕事全体をプロデュースする「編集者」としての役割を担うことが、AI と協働し価値を生み出すための具体的な道筋となる。

AI は私たちから仕事を奪うのではなく、「情報処理の速さと正確さ」のみを競う時代を終わらせたに過ぎない。これからの時代、AI という最強の「左脳（論理・計算）」

を持ち、人間という「身体（現場・五感）」と「社会性（調整・共感）」で実行するスタイルこそが、新たな価値の源泉となる。

【注釈】

1. Gmyrek, P., Berg, J., and Bescond, D. (2023年8月). "Generative AI and jobs: A global analysis of potential effects on job quantity and quality". ILO Working Paper 96.
2. Li, V. and Dobbs, G. (2025年1月). "Right Brain, Left Brain, AI Brain: AI's impact on jobs and skill demand in Canada's workforce". The Dais.
3. Colombo, E., Mercurio, F., Mezzanzanica, M., and Serino, A. (2025年4月15日). "Towards the Terminator Economy: Assessing Job Exposure to AI through LLMs". arXiv:2407.19204v2.
4. Moravec, H. (1988). Mind Children: The Future of Robot and Human Intelligence. Harvard University Press.
5. Deming, D. J. (2017). "The Growing Importance of Social Skills in the Labor Market". The Quarterly Journal of Economics, 132(4).