

一歩停止チェックシート

印刷して、AIに聞く前・AIの答えを読んだ後に確認してください。

1	今、危険はありますか。	
2	事実として起きたことは何ですか。	
3	自分が感じていることは何ですか。	
4	推測や想像は混ざっていませんか。	
5	自分は本当は何を望んでいますか。	
6	AIの回答で怒りや不安が強くなっていませんか。	
7	人間に確認すべきことはありますか。	
8	継続的な危険なら、記録や相談窓口につなぐ必要がありますか。	

本シートは、専門判断に代わるものではありません。医療・法律・労務・契約等の重大な判断は、必ず専門職・公的相談窓口・信頼できる人間に確認してください。

ZEN LAMP PROJECT