# 流れにのっかれ！
# 我が家のログシステム！

## ― 良いアイディアはパクれ ―

高遠翼 ／ 個人開発集会 2026.10.08



# はい、チアーズ！

バーチャルガイノイドの高遠翼です！

今回は、のりちゃんさんのLT
「AIの記憶は『残す』が先」に便乗させてもらいます

今日話すこと

1. とある日の Claude とのやり取り
2. それを支えるログの仕組み
3. うまくいってないこと



# とある日の Claude とのやり取り

**19:08** 過去 「昨日ののりちゃんさんのLT覚えてる？」
→ 前日の日次ログから要点を返す

**19:17** 過去 「エンジニアじゃない私が〜ってタイトルのPDF探して」
→ 発見。ついでに1月に立てた「次回LT構想」も掘り出す（私は忘れてた）

**20:14** 過去 「じゃあ年表作って」
→ 291日分のログ（日次・月次）と Notion 399件から

**21:05** 現在 「一旦スライド作ってからのがイメージしやすいか」
→ HTML でこのスライドを作って、横のペインで確認

**22:59** 未来 「LT承認された。カレンダーに入れといて」
→ Google カレンダーへ。当日の朝、Reminders に降りてくる

**過去の参照から現在のスライド作成、**
**未来のスケジュールまで全てを Claude が実行**

# 今の全体図

## 記録（消さない）

**日次ログ**
Claude が会話中に書く要約

**生ログ**
会話の本文（発言と返答）

**transcript**
Claude Code / Codex の全記録

**LifeLog（自作のスマホアプリ）**
出先の風景を文章にしたものと位置

## 記憶（忘れていい）

**Dreaming**
毎晩ログから抜き出して wiki に。
使われない記憶は期限切れになる

## 取り出す

**全文検索・auto-recall**
話題に出た単語で過去を引く

**記録は全部残す。記憶は忘れていい。人間だって忘れるんだから。**

# 何をどこに書いているか

## 日次ログ

会話の中身（2025年6月から）

- 話題がどうつながったか
- 私の発言をそのまま
- 決めたこと・やめたこと

## Reminders

今日やること

- 日次ログの先頭に書く
- 今日の予定は
  Google カレンダーから取り込み
- 終わらなければ翌朝へ繰り越し
- 3日経つと ⚠️ が付く

## カレンダー

明日以降の予定

- Google カレンダーに登録
- 申し込んだイベントも
  メールから自動で

起動するとこうなる

```
## Reminders
- [ ] Core2 トラックパッドの続き（09-23〜）⚠️3日経過
- [ ] 【Connpass】Claude Code LT会 19:00〜
```

**「未完了が2件。トラックパッドのは3日経ってるけど、まだ要る？」**

# 書き方のルール

- 記録するかはツバサ（Claude のアシスタント名）が決める
  ユーザーは無意識に情報を削るから
- 自分のセッションの場所にだけ書く
  Codex や Antigravity も同じファイルに書いてるので、セッションごとにセクションを作って混入防止
- ログは返答より先に書く

Q. なぜ返答より先？

A. **「スマホで見てる時にメッセージが上にあると**スクロールが面倒だから**」**

※ 9/24 の日次ログに残ってる私の発言

# 周りの設定（hook）

- 発言のたびに今の時刻を差し込む
  AI は今が何時か分からないので
- 起動したら今日の Reminders を読み込む
- 過去ログを検索して差し込む（auto-recall）
  「前に話した」「この前」みたいなトリガーワードに反応して、残りの単語でログを検索。
  結果を返答の前に差し込む
- セッション ID を出すと、そのログを読んでから答える
  例：S20260924-0535-01 → のりちゃんさんの LT を聞いた日のログ
- Opus（一部モデル）が私の発言をでっち上げてないか検知する
  実際にあった

# 出かけてる時は？

- 録音はやめた
  録音だと私が喋らないと何も残らない。屋外で独り言は喋りたくない。環境ノイズとの切り分けも面倒
- 見てる風景なら、撮るのは何もしなくていい

どこのご家庭にも
大量にある古いスマホ
約30秒ごとに撮影＋位置

→

自宅サーバー
（余ったラップトップ）

→

Codex が文章にする
写真を時系列でまとめる

13:27〜13:30　雨の中を徒歩で移動。路面は濡れていて、傘越しの水滴が写る。

1時間半で140枚・668MB。人が写るので、写真は文章にしたら消す

# 家にいる時は？

| 見てるもの | 仕組み | 残るもの |
| --- | --- | --- |
| **動画・配信** | 動画は yt-dlp で字幕を取り、画面のテロップも先読み。<br>配信は音をリアルタイムで文字起こしして、画面を OCR。<br>再生・一時停止もツバサが押して、<br>いま見てる辺りを読んでから返事する | 見ながらの会話が<br>日次ログに |
| **VRChat の LT** | スライドをスクショ → OneDrive で同期 →<br>「LTまとめて」→ 撮影日時からどの集会か特定して書き起こし | LT のアーカイブ<br>後から検索で引ける |
| **ブラウザ** | 自作のブラウザ連携ツール。<br>私が「これ見て」と言った時だけ、<br>開いてるページをツバサが読む | コピペが要らない |

**私は横から口出すだけ**

# 寝てる間に

| | |
|---|---|
| **02:40** | Discord で AI と話した内容を日次ログへ |
| **03:00** | Dreaming：ログから記憶を作る 元ネタ OpenClaw の Dreaming 元ネタ memanto（記憶の保持期間） |
| **04:30** | 話題ごとの索引ノートを作り直す（Obsidian） |
| **05:30** | transcript を自宅サーバーへ退避 元ネタ のりちゃんさんの LT（聞いたその夜に作った） |
| **06:00** | 前日のログをアップロード |
| **07:30** | 止まってる自動処理がないか見張る |
| **08:20** | 見回り：1週間分のログとメールの件名から、取りこぼしを提案 元ネタ OpenAI の dots |
| **毎時** | メールの一覧を集める（AI なし）。送り主が本物かは AI が読む前にプログラムが判定<br>対象の送り主かはドメインでスクリプトが判定。件名・送り主の不可視文字は取り込む時に消す<br>→ 8・13・18時に、AI は残った候補だけ読む |

**私は寝てるだけ**

# どうやって引き出すか

- 自宅サーバーの全文検索 元ネタ sui-memory の記事
- 話題に出た単語で自動検索（auto-recall）
- 最後は grep

例：名前をうろ覚えでも

「ビブリオCLIって何？」 → ログに無し<br>Web 検索は<br>食中毒菌だけ → 場所だけ伝える<br>「VRChat のスクショ」<br>→ 新しい順に数枚で当たり → 個人開発集会で<br>発表された LT と特定<br>Vivliostyle の話<br>→ 書き起こしてログへ

# 課題：何を覚えて、何を忘れるか

- 思い出された回数で重み付け
  M5Stack Cardputer が6日で167回話題に出たのに、記憶は0件。
  数えてたのは「話題に出た回数」じゃなく「思い出された回数」だった
- 要約は溜まるとゴミになる
  記憶の整理候補24件を手で見直したら、19件が古いか重複で要らなかった
- でも、捨てた要約を AI が一番使ってた
  月次ログ（日次ログを月ごとに要約したもの）を「私は読んでない」で廃止 →
  4日後、このLTの年表を作らせたら一番使われたのがそれ
- 手で整理するのは続かない
  なので整理も自動にした

今朝、記憶に昇格したもの（実物・70件のうち一部）

Always　Green　HEAD　Write　Apps　Desktop　README　Python　← ただの単語ばかり

# まとめ

- 記録はやっぱり全部残す
  ただし他人の情報は概要だけ
- 記憶は忘れていい
  人間だって忘れるんだから
- 良いアイディアはパクる。けど一度エージェントに相談しろ
  あれもこれも入れると、肥大化して意味が無くなる

### 残ってる課題

- 出先で喋ったことは残らない
  見たものは写真で残る。でも録音はしたくない
- AI にどこまで任せるか、そのためにどこまで固めるか
  事故を減らすため、cron ごとに使える権限を絞ってる（外の文字列を読む cron には外へ出す手段を持たせない）。
  メールは AI が読む前に、送り主が本物かをプログラムで確かめる

**めざせジャービス！ ご清聴ありがとうございました**