

御礼とご質問への回答

東洋大学食環境科学部フードデータサイエンス学科

田村龍一

このたびは、多くのご感想やご質問をお寄せいただき、誠にありがとうございました。

アンケートを拝見し、生成 AI に関心を持ちながらも、「何から始めればよいかわからない」「回答の正確性に不安がある」「専門職の業務に使用してよいのか判断が難しい」と感じている方が少なくないことを、改めて認識しました。その一方で、「まずは使ってみたい」「プロンプトを見直してみたい」「根拠資料を参照させる方法を試したい」といった前向きなご意見も多く寄せられました。今回の研修が、生成 AI の活用を検討する一つの契機になったのであれば、講師として大変ありがたく思います。

特に印象に残ったのは、生成 AI の便利さだけでなく、根拠の確認、情報の正確性、個人情報の取扱い、最終判断を誰が担うのかといった点に、多くの関心が寄せられていたことです。また、RAG の考え方や、「食事摂取基準 2025 年版」を根拠資料として参照させる方法にも関心を持っていただきました。

一方で、「専門用語が難しかった」「実務に即した具体例や演習がほしい」というご意見もいただきました。今回は、生成 AI の仕組み、限界、プロンプト、RAG、情報管理などの基礎を中心に扱ったため、栄養業務での具体的な活用場面までは十分に引き上げられませんでした。私の専門は経済学およびデータサイエンスであり、栄養管理や栄養指導の内容について専門的な判断を示す立場にはありません。私が提供できるのは、生成 AI の仕組み、誤りが生じる条件、根拠資料の与え方、導入時のリスク管理といった技術面・データ面の情報です。

今後、実践的な研修を行う際には、栄養実務に詳しい管理栄養士・栄養士の方と連携し、現場での妥当性を確認しながら内容を設計することが重要だと考えています。今回の研修が、生成 AI を過信も敬遠もせず、その特性を理解したうえで利用を判断する材料になれば幸いです。

改めて、率直で具体的にご意見をお寄せいただき、ありがとうございました。皆様からいただいたご意見は、今後の研修内容や説明方法を検討するうえで、重要な資料として活用させていただきます。

ご質問への回答

質問 1

簡易 RAG で使用する場合、Word、PowerPoint、Excel、テキストのうち、どの形式が生成 AI にとって扱いやすいのでしょうか。

ファイル形式だけで一律に順位を付けることは困難ですが、文章を根拠資料として参照させる場合には、一般に、構造が単純で、見出しと本文の関係が明確な形式ほど扱いやすくなります。

テキストファイルは構造が単純であるため、文章情報を読み取らせる用途に適しています。Word ファイルも、見出し、段落、表題が整理されていれば利用しやすい形式です。PowerPoint は、情報が複数のスライドや図表に分散している場合、前後関係が失われることがあります。Excel は数値や表の整理には適していますが、セルの結合、複雑なレイアウト、複数シート間のある場合には、

生成 AI が表の意味を正確に捉えられないことがあります。したがって、重要なのはファイル形式というよりも、資料内の情報構造です。具体的には、一つの見出しの下に一つの論点をまとめること、表の項目名を明示すること、略語や参照先を省略しないこと、出典ページや図表番号を残すことが重要です。また、同じ資料であっても、使用する生成 AI や読み込み方法によって結果は異なるため、重要な数値や記述については原資料との照合が必要です。

質問 2

最近の栄養士養成課程の学生は、大学で生成 AI について学んでいるのでしょうか。

大学や学科、担当教員によって状況は大きく異なります。生成 AI を情報教育、データサイエンス教育、研究倫理、レポート作成などの中で扱う大学はありますが、その仕組み、限界、引用の方法、個人情報の取扱いまで、必ずしも十分に学んでいるとは限りません。単に使用経験があることと、専門職として適切に利用できることは、区別して考える必要があります。

大学教育では、生成 AI の操作方法だけでなく、出力を検証する方法、根拠を確認する方法、使用した範囲を説明する方法、入力してはならない情報を判断する方法まで含めて扱う必要があると考えています。私が担当する演習や社会調査の授業でも、こうした点を意識しながら、教育方法の試行錯誤を続けています。

質問 3

栄養指導に使用するには不安があります。毎日使えば上達するのでしょうか。また、使用する際に意識すべきことはありますか。

継続的に使用することで、生成 AI への指示の出し方や、出力の確認方法には次第に慣れていくと考えられます。ただし、使用回数が増えれば、自動的に安全かつ適切に使えるようになるとは限りません。重要と思われるのは、生成された回答をそのまま採用するのではなく、どのような指示や資料に基づいて回答が作られたのかを確認し、修正と検証を繰り返すことです。

最初の段階では、個人情報や機密情報を含まず、誤りが生じても直接的な不利益につながりにくい作業から試すことが適切です。例えば、公開情報の要約、一般的な案内文の表現調整、会議の論点整理、研修資料の構成案作成などが考えられます。

その後、専門業務への利用を検討する場合には、まず「生成 AI に何を任せ、何を任せないか」を明確にする必要があります。栄養指導そのものの内容や、患者・利用者への対応については、私の専門領域から具体的な方法を示すことはできません。実際の利用範囲については、所属施設の規定、情報管理方針、職域ごとの業務基準を確認したうえで、管理栄養士・栄養士の専門的判断によって決定する必要があります。

生成 AI を使用する際には、少なくとも、個人を特定できる情報を入力しないこと、出力の根拠を確認すること、数値や基準を原資料と照合すること、生成 AI を使用した範囲を必要に応じて説明できるようにすること、そして最終判断を人間が行うことを意識していただければ幸いです。