

新潟県栄養士会2026年度生涯教育実務研修会

○第1回（研究教育事業部）

演 題：「生成AI使用における、栄養管理や栄養指導などへの使用可能性と
留意事項について」

講 師：東洋大学環境科学部 准教授 田村 龍一 氏

配信期間：2026年6月18日（木）～6月29日（月）

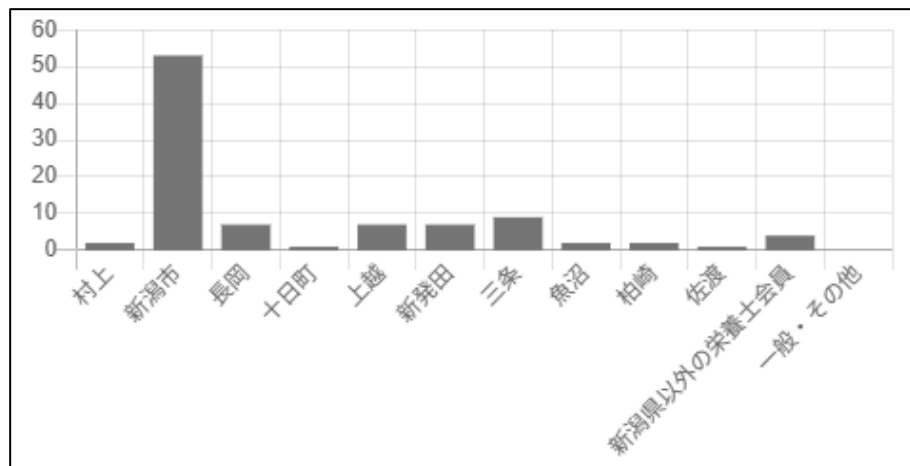
受講者数：107名（再生回数：287回）

【アンケート集計結果】回答者数：95名

○ 所属支部

（人）

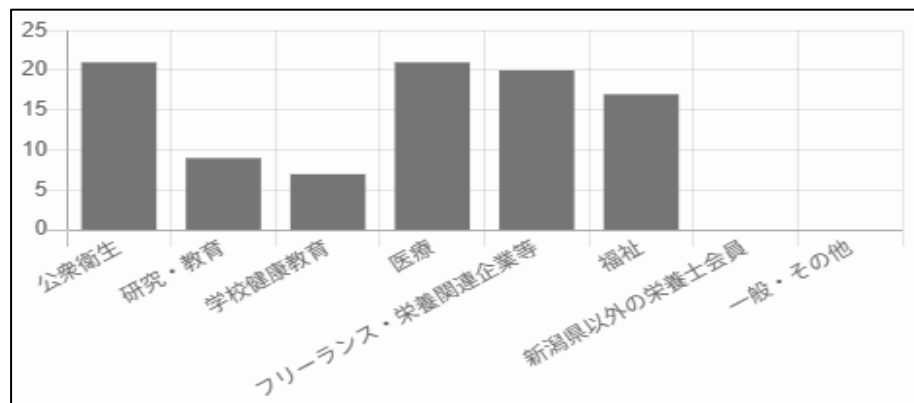
村上	2
新潟支部	53
長岡	7
十日町	1
上越	7
新発田	7
三条	9
魚沼	2
柏崎	2
佐渡	1
県外栄養士会員	4
一般・その他	0



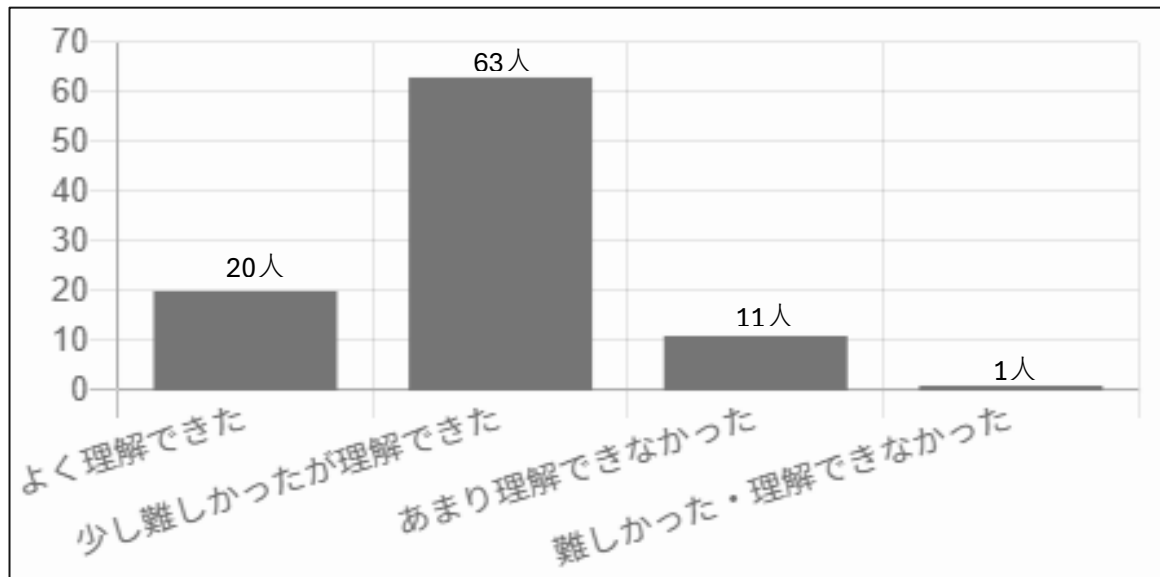
○職域

（人）

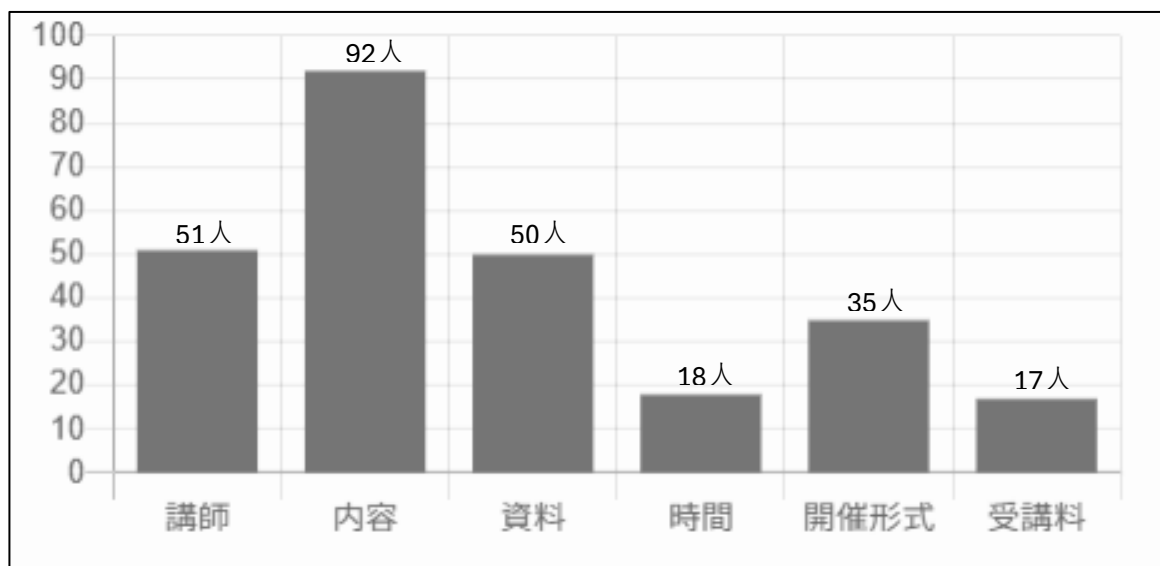
公衆衛生	21
研究・教育	9
学校健康教育	7
医療	21
フリー栄	20
福祉	17
県外栄養士会員	0
一般・その他	0



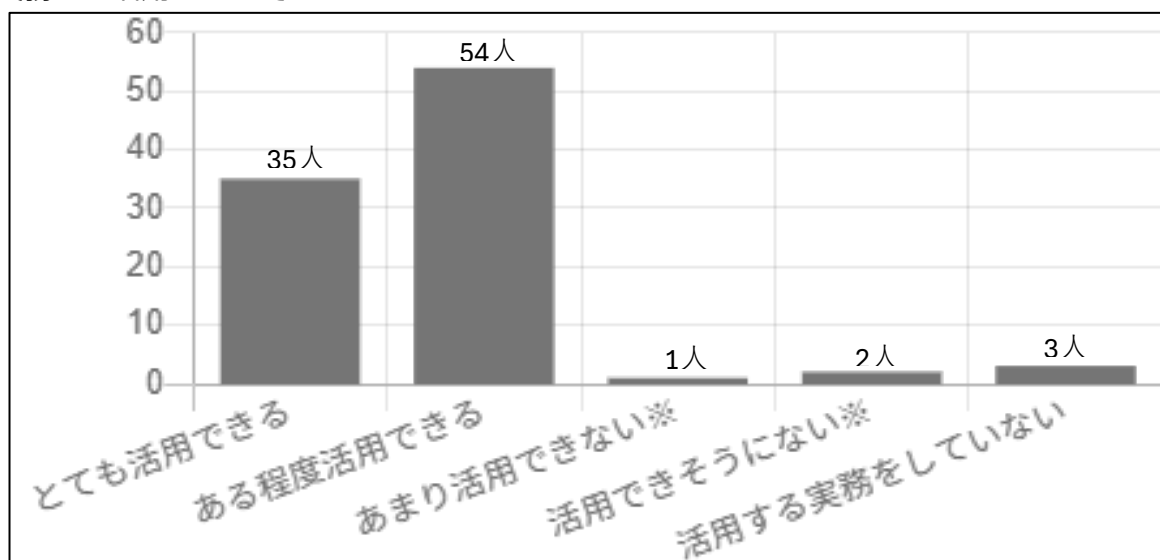
○研修会の内容について



○良かった点について（複数回答）



○実務への活用について



○実務への活用は「あまり活用できない」「活用できそうにない」の回答理由

- ・施設がAIを導入する予定が無いので業務では活用できそうにない
- ・使ってはみようと思いますが挫折しそうに感じました。
- ・実務とかけはなれており、難しいと感じた。この時間のみでは理解できない。難しいです。

○講師へのご質問・感想

- ・最近の生成AIは結構適当な指示でもある程度察してくれることもあって、プロンプトの細かい文言まで意識せずに使用していたが、これを機に使い方を見直そうと思った。
ぜひ山梨県栄養士会生涯教育研修会でもご講演願いたいです。
- ・生成AI×栄養の研修は初めてでした。とてもわかりやすかったです。ここまでできることに衝撃を受けました。栄養指導など対面での業務の準備などにも大変役立ちそうで、この技術を使わないのはもったいない、また、自己学習にも役立つと思いました。テストはこれから試してみますが、食事摂取基準のデータは大変ありがたいです。
- ・生成AIをどのように業務に取り入れれば効率化につながるか悩んでいたため、今回の講義は大変参考になりました。特にRAGの仕組みについて、インターネット上の膨大な情報ではなく、自分が根拠としたい文献を基により正確な情報を得られる点が理解できました。
今後、業務の中でも活用していきたいと思います。
- ・基本的なことから、実用的なこと、新潟県に関することまでモーラしていただきありがとうございました。とても分かりやすかったです。
- ・丁寧な説明をありがとうございました。学生さんの卒論内容も面白そうでした。
- ・チャットGPTは最近よく使用しますが、業務においては根拠のあるもの、正確性が求められるので、業務に使う際の注意点やどうすると正確な答えが返ってきやすいかを聞くことができ、今後の業務に大変有益でした。
- ・AIの構造と活用することによるメリットについて管理栄養士業務を踏まえた内容と共に寄り添った形でご講義いただき、理解に繋がりました。練習問題を早速してみます。
素晴らしいご講義ありがとうございました。
- ・生成AIの講義なので、AIが作った音声やアニメーションで講演されるのかな？と思っていましたが、先生の声と姿が実物だったのであたたかみを感じました。
- ・専門用語があり難しく感じましたが、例題があったことで試してみようと思えました。
業務に生かしていけるよう、さらに学んでいきたいです。ありがとうございました。
- ・生成AIを使ってみたいと思っていたが、しくみや使い方がわからず活用していなかったが、
今後はぜひ使ってみたいと思います。大変参考になる講義をありがとうございました。
- ・生成AIをうまく活用していくためにプロンプトの入力の仕方がとても重要であること、また具体的な入力の仕方を学ぶことができました。
- ・大変勉強になりました。自分が欲しい回答や正確性・根拠を得るための技術を知ることができ、今後さらに生成AIを活用できそうです。
- ・AIの仕組みから練習問題含め、初めて学ぶことが多く貴重な機会となりました。ご講演にありましたが、栄養管理プロセスなど含めAIを記録や報告書の作成に活用出来たら業務軽減につながると思いました。

- ・まず先生の専門用語や略語で思考が停止しそうになりました。しかし途中から演習が出て活用法がわかり、実際には在宅訪問後のサマリーに苦戦しているのでAIを是非利用したいと思いました。
- ・生成AIの仕組み、自分が意図する情報を引き出すためのプロンプトの作成など、非常にわかりやすく理解しやすかったです。職場で導入されて生成AIは多少使用した事はあるけど、上手く活用できず結局あまり使用していなかったのですが、プロンプトを見直すなど、自分の使用方法を見直す事でもう少し上手く業務に生かせるのではないかと感じました。
- ・栄養士の立場から助言いただきわかりやすかったです。
- ・AIの仕組みから掘り下げて説明してくださったので、とてもわかりやすかったです。日頃からAIを活用していますが、自分が求めている的確な回答を得るためのポイントを言語化していただいたのでとても理解が深まりました。ありがとうございます。
- ・希望と違う形で回答が出てきて生成AIの活用を諦めた事がありましたが、入力の方法に注意が必要だったのだと気づけました。
- ・生成AIについて、正確性の心配や専門職として使用しても良いのものなのか？という思いがあり業務では完全に避けていた。しかし最終的にAIに指示を出すのも、回答を選ぶのも判断は人間が行う。便利ツールはうまく活用し、栄養指導などの業務がスムーズ且つ内容の濃いものになれば良いと感じた。
- ・これまでもAIを使用していましたが、使い方については曖昧だったため、大変参考になりました。ありがとうございました。
- ・学びたいと思っていたAIの活用方法をよいタイミングで受講できました。受講しながら、試しに活用してみました。今後の仕事に使用していきます。ありがとうございました。今後もこのような講座がありましたら受講したいと思います。
- ・いままでのAIに対して、「なんでも相談できるけど、時々嘘をつくから信用できない部分も大きいな。」といった印象が大きかったです。上手な使い方を学んで今後の業務に役立てていけたらと思います。いざ実践となると、RAGなんかはやったことがなかったのでこれから勉強していければと思います。
- ・AIをどのように使えばよいのかわからない部分が多く使いこなせずにいたが、今回の講義を受け、参考文献、根拠ある資料を盛り込んだ具体的な指示の出し方がわかり、とても勉強になった。

〇質問

- ・簡易RAGとしてword・ppt・excel・テキスト形式にて、推論してもらいやすい・推論がぶれにくい形式はありますか？
- ・最近の栄養士養成課程の学生さんは、このような授業を大学で受けておられるのでしょうか？
- ・多分いきなり栄養指導に使うには慣れない気がします。その場合だんだん使えるようになるには毎日何かしらで使うと上達しますか？また、その際に意識することはありますか？

○研修会に対してのご意見

- ・何気なく活用するようになり便利と怖さを感じていた。入力の方法次第で的確な答えを導き出すことが可能なのだと感じた。
- ・具体的な例を交えてご講義いただけたので、大変分かりやすく、すぐにでも活用できる内容だと思いました。プライベートでAIを使ったことがあります。プロンプトがうまくできていなかったのだと気付きました。ありがとうございました。
- ・生成AIの活用について栄養指導の面で参考になった。まだまだ使い慣れていないので、自分の求める答えを導くのに考える必要があると感じた。
- ・生成AIについてはとても興味がありましたが、仕事での使用について、どのようにすればよいのかわからなかった。それについて知ることができ、とてもありがたかったです。使いこなせるようになりたいと思いました。
- ・視聴期間内に再度見て、少しずつでも生成AIを活用できるようになりたいと思います。
- ・生成AIには興味があって受講しましたが、使いこなすにはもう少し練習が必要だと感じました。
- ・業務に活用できる情報の単語説明 作業方法を明確に説明いただきありがとうございました。講演内の課題を行い活用を可目指します。
- ・生成AIは利用方法によっては便利なものであると思うが、使う側がきちんと仕組み等理解した上での利用、活用が必要だと改めて学びました。
- ・AIを使用するコツや活用法などがわかり、試してみたいと思いました。参考になりました。
- ・時代に沿った内容で大変参考になりました。
- ・使用方法を制御してあげることが自分が求めている内容への近道だとよく理解できました。近年急速に進化してきた生成AIですが正しい使用方法に悩みを抱えていました。研修にプログラムいただきありがとうございました。
- ・RAGについて、活用してみたいと思いました。
- ・少し難しかったですが、実務に活かしていけたらと思います。
- ・冒頭の「再現性は低い」に衝撃を受け、引き込まれました。進め方も論理的で聞き易かったです。内容は専門的できちんと理解できたか問われると？ですが、イメージをつかむことはできました。
- ・大変参考になりました。
- ・入門編ということで、生成AIの仕組み等概論が多く、栄養士の仕事における活用の仕方については少し少なかったように思います。
- ・業務の効率化や削減の具体例があるとありがたかった。
- ・職場でも積極的なAI活用を、ということでCopilotを使用しています。主に業務のアイデア提案や資料の校正で使用していましたが、今回お聞きした「プロンプト技法」を踏まえることでさらに充実した資料が作れそうです。ありがとうございました。
- ・いままで適当にAIに質問文を入力していましたが、正しく活用するための基本的知識やスキルについて学ぶことができ、これから活用していきたいと思います。
- ・なんとなく利用していた生成AIについて、活用の方法を整理できました
- ・ありがとうございました。
- ・これまで苦手意識から利用を避けていた生成AIでしたが、今回は講義を聞いてみようと思

いたしました。これからの時代は正しく活用していくことが重要になってくると感じましたので、今日を機に勉強していきたいと思いました。ありがとうございました。

- ・演習のような、実践編のような講義があるとありがたいです。
- ・職場のパソコンで初めは少し早めてみておりましたが何度も何度も同じ言葉が繰り返されてとても聞きづらい内容が入ってこないなあと感じました。これは意図的にしていることですか？AIなので勘繰ってしまいました。すみません。
- ・食事摂取基準2025.jsonのデータを頂けてありがたかった。受講時に先生が「概要欄に掲載」と説明いただきましたが、概要欄が見つけれず、1字ずつ何度か入力し直しをして、ダウンロードを試みました。県栄養士会より、ご連絡のメールをいただきありがたかったです。
- ・将来、生成AIが栄養指導や栄養管理でも生かされる時代が来ると思われるが、この短時間では全く理解できなかった。何回かに分けてこの講義を学ぶ機会があれば、参加させていただきたいと思う。
- ・生成AIを自身で使ったことはありませんでしたが、原理や使い方の手順、指示の入れ方、出力の仕方などを丁寧な講義で教わる機会をいただけたと思います。まずは使って試してみたいと思いました。ありがとうございました。
- ・何気なく使っているAIの仕組みを理解するきっかけになりました。
- ・聞きなれない言葉が次から次へと出て来て、今回の研修は理解するまでには至らなかった。が、AIは今後ぜひ活用したい。
- ・チャットgptを使用する際のデータの留意点は盲点でした。個人情報もデータとして蓄積されること、予期せぬところで表に出る点など、便利という言葉だけで使用すると危険だと改めて認識できました。資料を作成する際も、使い手の構想や思いがなくては求める形、よりよい形にならないのだと理解できました。
A I =勝手に作ってくれる と思っていた部分もあったので、「活用する」とはどういうことがよくわかりました。

○講演会について・今後の講演会への希望

- ・どの研修でもオンライン研修が一番ありがたいです。研修会場に行くまでの旅費や時間が削減できるからです。
- ・他県から参加させていただきけているため、今後もオンデマンド形式の研修会を継続していただければと思います。
- ・このような最新の機能を使った知識を学びたいです。
- ・栄養指導やカンファレンス、講話の中で説得力を持たせるための「話術」や「表現力」などを学びたいです。
- ・最新の知識や世の中の流れにキャッチアップできる研修会を今後も期待しています。
- ・普段の業務ではエクセルをよく使用しています。AIを活用して効率よくデータをまとめたり、データが連動した様式の作成ができるようになります。
- ・今回のような講義があれば受講したいです。
- ・今回のような生成AIの活用に関する研修をまた受講してみたいです。
- ・様々な栄養士の現場での活用の仕方をもっと教えていただきたいです。
- ・AI関連や業務の効率化に関する内容の講座を組み入れてほしい。栄養士としてのLIFEの

フィードバックの活用法などの具体例もあれば。

- ・ 今度は栄養業務でのAI活用事例の紹介などがあるとありがたいです。
- ・ ジャンルを選ばず、今後の栄養士に学んでほしいこと等お願いいたします。楽しみにしております。
- ・ 生涯教育ではないかもしれませんがズームで皆様と繋がりながら何か栄養に関することを習得するなどあると楽しいかなと思いました。
- ・ オンデマンド配信ということもあり、見やすい時間帯で受けることができよかったです。
- ・ オンデマンド期間が長くなり1回しか聞けなかった講義を2回聞く事ができありがたいです。