

生成 AI の訓練業務への活かし方

第1回 生成 AI の基本

職業能力開発総合大学校 職業訓練コーディネートユニット 原 圭吾

1. はじめに

最近「生成 AI (Generative Artificial Intelligence)」という言葉を目にする機会が急速に増えました。その中でも特に2022年11月30日に登場した生成 AI 「ChatGPT」は、約2か月で利用者が1億人を突破したことで世界中から注目されました。その理由は、生成 AI が私たちの社会活動を根本的に変革する可能性があるためだと言われています。しかし皆さんの中には、「生成 AI は自分の仕事に関係ない」「なんだか難しそう」「使い方がわからない」と感じている方も少なくないのではないのでしょうか。

そこで本講座では訓練業務に携わっている皆さんが、日々の業務の中で生成 AI を活用するための基本について4回のシリーズで解説します。第1回目は「生成 AI の基本」というテーマで、生成 AI を活用するために知っておきたい事項を解説します。以降は、第2回「一般業務への活用」、第3回「情報整理への活用」、第4回「訓練教材への活用」を予定しています。生成 AI がどのような場面でどのように使えるのか、またその際に注意すべき点なども理解していただきたいと思います。それでは、一緒に生成 AI の世界を見てみましょう。

2. 生成 AI への関心

さて皆さんは生成 AI についてどのような印象をお持ちでしょうか。例えば、

- ・業務を進めるために生成 AI は不要だ。

- ・生成 AI は積極的に活用すべきではない。
 - ・生成 AI は我々の仕事を奪ってしまうものだ。
- などです。さてこれらは本当に正しいことでしょうか。

生成 AI が訓練業務に与える影響について調査した結果を以下に示します。図1は全国の職業訓練指導員(205名)の皆様に対し、生成 AI が今後業務に与える影響について調査した結果です。生成 AI が訓練業務に与える影響について「変化すると思う」と答えた方が全体の67.3%と最も多くなりました。特に40代と60代では約7割が「変化すると思う」と回答しており、今後の変化を強く予測していることがわかります。一方「あまり変わらないと思う」や「わからない」との回答も一定数見られ、世代や認識の違いが影響していると思われます。図2は生成 AI の理解度について調査した結果です。多くの職業訓練指導員の皆様が生成 AI を「なんとなく理解している」一方で、「知らない」が36.1%を占めています。このことから、生成 AI への関心はあるものの、深い理解や実践的な知識を持つ人が少ないという状況が浮き彫りになりました。

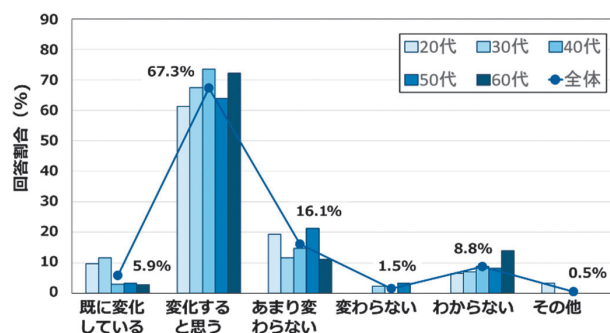


図1 訓練業務に与える影響

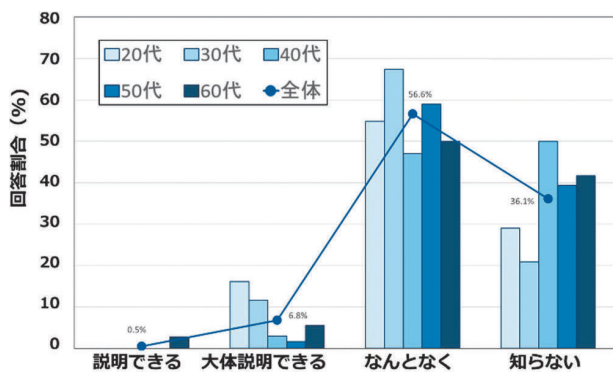


図2 生成 AI の理解度

次に AI という言葉について確認します。AI という言葉に明確な定義はありませんが、一般的にはコンピュータが人間のように思考や学習することを可能にした技術を指します。大量のデータを分析することで自律的に決定を下し、さまざまなタスクを自動化することができるものです。日常生活から業務に至るまで、多様な分野で活用されており未来に対する期待が非常に高い技術です。

では生成 AI とは何でしょうか。生成 AI はデータのパターンや関係を学習し、新しいコンテンツをコンピュータが自動で生み出すことを目的としています。生成 AI が従来の AI と最も違うところは、創造的なコンテンツを生成できる点です。現在では、テキスト生成 AI や画像生成 AI、音声生成 AI といった多様な生成 AI が、さまざまな場面で活用されるようになってきました。特に人と文章で対話するのはチャット AI とも呼ばれます。代表的なものとしては、OpenAI の ChatGPT、Microsoft の Copilot、Google の Gemini などがあります。

3. 生成 AI が訓練業務に与える影響

では私たちの訓練業務に対して、生成 AI はどのような影響を与えるのでしょうか。生成 AI に期待される主な効果には、

- ・定型業務の効率化や自動化
- ・企画や提案などに対する支援
- ・教材コンテンツ作成などのスピード化

が挙げられます。そのため生成 AI を活用することで、訓練業務の生産性が大幅に向上することが期待

されます。また生成 AI により、訓練業務の質も向上すると考えられています。したがってこれからの訓練業務の遂行において、生成 AI を「使える人」と「使えない人」では、圧倒的な生産性の差が生まれる可能性があります。また社会全体がデジタル化に急速に向かっています。これらは元に戻ることがほとんどない、不可逆的な変化です。したがって生成 AI は私たちの行動様式やこれまでの習慣を、ますます大きく変えるものになると思われます。一方、訓練生に寄り添った対応が必要となる業務や、革新的な企画や提案などは、これからも人が中心となって業務を進める必要があります。

4. 生成 AI の機能とメリット・デメリット

生成 AI で特に注目されている機能としては、

- ・情報収集
- ・原稿（文章）作り
- ・アイデア出し
- ・翻訳
- ・プログラミング
- ・創作活動

などがあります。これらの機能を活用することで、業務の高速化や負荷の低減が実現されます。人では気が付かなかった「モレ」なども確認でき、質の高いアウトプットを得ることも期待できます。またこれまで人の手によって行われてきた単純作業を、代わりに生成 AI に担当してもらうことで、業務の効率化・生産性の向上も期待できます。さらに生成 AI に質問を投げかけることで、多角的な視点からの情報収集も可能となります。作ったコンテンツをレビューしてもらったり、足りない知識を補完してもらったりすることもできます。

一方デメリットとしては、生成 AI が出力する回答は必ずしも正確であるとは限らないということです。そもそも生成 AI は、インターネット上にある膨大なデータを学習し、回答を生成します。当然ですが、インターネット上には、正しいデータもあれば間違ったデータもたくさん存在します。つまり生成 AI は、間違ったデータも学習しているのです。

そのため、生成 AI が出力する回答は、正確性や信頼性に欠ける場合があります。またインターネット上に公開されている一般的な内容であれば、瞬時に答えを導き出せますが、極めて少数の人しか知らないような専門知識に関しては、対応するのが難しい状況です。それ以外にも知らないうちに著作権を侵害している場合もあり、十分に注意する必要があります。このように生成 AI を使うにあたっては、メリットだけでなく、デメリットも十分に理解した上で利用することが重要です。

5. 生成 AI の使い方

ここから生成 AI の基本的な使い方について学んでいきます。ここでは Microsoft Copilot (Web 版) を利用します。皆さんの中には ChatGPT や Google Gemini を利用される方もいると思いますが、基本的な使い方には大きな違いはありません。Copilot を利用するためには Microsoft のアカウントとパスワードが必要となります。なおアカウント作成の方法については割愛します。(ChatGPT や Gemini をお使いの方はそれぞれのアカウントを作成してください。)

Copilot の使い方はとてもシンプルで、図 3 に示すようにチャット欄へ適当な質問を入力し、右端の送信ボタンを押すだけです。日本語で質問すると、Copilot は基本的に日本語で回答してくれます。新しい話題でチャットを始める場合は、画面右上の「新



図 3 Copilot の UI (User Interface)

しいチャット」をクリックしてください。では実際に使ってみましょう。準備が整いましたらチャット欄に、

生成 AI の使い方を教えてください。

と入力してみてください。そうすると Copilot は図 4 に示すように日本語で回答してくれます。

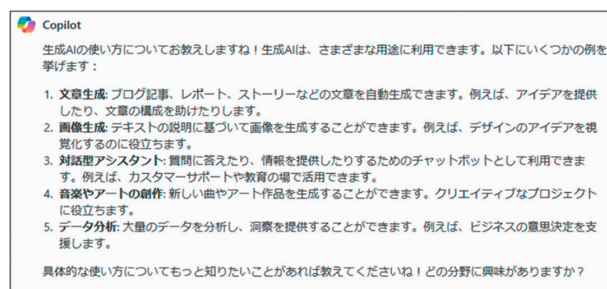


図 4 Copilot からの出力例

このようにユーザーが生成 AI に対して、何らかの文章を入力すると、まるでコンピュータと会話しているように回答が出力されます。ここでチャット欄に入力する文章のことを「プロンプト」と呼びます。プロンプトは人間が生成 AI に与える指示や質問のことを指します。生成 AI が理解しやすい、明確で詳細なプロンプトを入力することが重要です。不明瞭で曖昧なプロンプトを入力すると、無関係な回答を出力する場合があるので注意してください。プロンプトを適切に作成し生成 AI に与えることが、生成 AI を利用する際に大変重要です。では次にどのようにしてプロンプトを作成すればよいか、Copilot に質問したいと思います。

あなたにとって最も望ましいプロンプトの書き方を教えてください。

とチャット欄に入力してみてください。そうすると、

- ・具体的で明確な質問であること。
- ・条件や制約が示されていること。
- ・出力イメージや参考例があること。

などが挙げられます。では続けて、

どんな記法を使って書けばよいですか。

とチャット欄に入力してみてください。そうすると「Markdown 記法を使うと良い」というような回答が得られます。

ここで Markdown 記法とは、見出しや箇条書きなどを使って構造を明確にし、指示内容を整理しやすくする記述法です。生成 AI を使っても「なかなか思うような出力が得られない」という方は、この Markdown 記法を活用してみてください。図 5 にはプロンプトのテンプレート例を示します。これは深津式プロンプト⁽¹⁾として広く知られているものです。このテンプレートを使ったプロンプトの作成方法のコツは、指示を明確にし、制約条件を細かく指定することです。これまで生成 AI を使っても、なかなか期待した出力が得られないと思っていた方は、ぜひこのテンプレートを利用してみてください。出力の精度向上が実感できます。

```
# 命令書:
あなたは〇〇です。
以下の制約条件と入力文をもとに〇〇を出力してください。

# 制約条件:
- 文字数は300文字
- 小学生にもわかるように。
- 重要なキーワードを取り残さない。
- 文章を簡潔に。

# 入力文:
[入力文章]

# 出力文:
```

図 5 プロンプトのテンプレート

6. 生成 AI 利用時の注意点

では最後に生成 AI 利用時の注意点について 3 つ説明します。

まず 1 つ目は、職員として守るべき規定を順守することが重要です。特に個人情報や機密情報の取り扱いが組織で決められていると思いますので、利用前には必ず確認してください。

2 つ目は、既に説明しましたが、生成 AI が出力

した結果には誤りが含まれている可能性があることを理解しておく必要があります。したがって皆さんは、生成 AI の出力結果について自らの責任で確認することが必須です。

3 つ目は、既存の著作物等を不用意にアップロードしないことです。また生成 AI の出力結果自体が著作権を侵害している可能性もあります。そのため出力結果の引用先などもしっかりと確認することが重要です。その他にも注意すべきことはありますが、まずは 3 つの注意点を十分に理解するようにしてください。

7. 第 1 回目のまとめ

今回は生成 AI の基本というテーマでお話しました。生成 AI を訓練業務に適用するというと、身構える方も多いと思いますが、まずはいろいろ試してみることが重要です。生成 AI の利用は「慣れ」も大きく影響します。実際に使ってみて、試行錯誤することも生成 AI を効果的に活用するためには必要です。

次回は、「一般業務への適用」というテーマで、いくつかのプロンプト例を示しながら、業務活用へのヒントを一緒に学びたいと思います。

— お断り —

本文は2025年 4 月30日時点の情報で作成しました。生成 AI の特性上、本文で示しているプロンプトを入力しても、全く同じ出力結果が得られるとは限りません。

参考文献

- (1) 深津式プロンプト https://note.com/discovery_ai/n/nb42d8fba539d (2025.05.19アクセス)