

開業医のためのAI入門

明日から、安全に、使い始める

2026年8月
国立病院機構 別府医療センター 循環器内科
岩永 賢三

今日のゴール — 「明日から、安全に、AIを使い始められる」

安全に使える

患者情報は入れない。学習させない設定を済ませる

うまく頼める

頼み方のコツは3つだけ

先が見通せる

「働くAI」とカルテの現実まで

AIの基本 — 2つだけ覚える

AIの本体はネットの向こう側

手元のスマホやPCは“窓口”。打った文章はよその会社に届く。だから「何を送るか」が全て。

聞くAI / 働くAI

チャット型＝聞くと答える（ChatGPT・Claude・Gemini）。Agent型＝頼むと作業までする。まずはチャット型を1つ使い慣れる。

たとえるなら「超優秀。でも、あなたのことは何も知らない新人秘書」— 背景から伝える／下書きを任せる／最終チェックは自分でする。

頼み方のコツは、3つだけ — 「役割・背景・形式」

① 役割を与える

「循環器内科医です」— 立場で答えが変わる

② 背景・条件を伝える

誰に・何のために — 新人秘書への説明と同じ

③ 形式を指定する

「箇条書きで」「表で」「A4半分で」

あなたは糖尿病の専門医です。初めてHbA1c 7.5と言われた50代男性の患者さん向けに、生活で今日から変えられることを5つ、それぞれ2行で。

一発で完璧を求めない。「もっと短く」「やさしく」「表にまとめて」と注文を重ねるほど自分好みに。うまく書けなければ「どう聞けばいい？」とAI本人に相談してもOK。

AIは「もっともらしいウソ」をつく — 出典を確認する3ステップ

① 出典を聞き返す

「その根拠を教えて」と続けて聞く

② 検索機能を使う

検索付きなら出典リンクが付く

③ リンクを自分で開く

最後は原典で確認。省略しない

△ 「もっともらしい出典」まで作り話のことがある。鉄則は「下書きはAI、最終チェックは人間」。もう一つの手：渡した資料の中だけで答える **Gemini Notebook**（旧NotebookLM・Google・無料）。入れてよいのは個人情報を含まない資料だけ。

大原則 — 患者情報・個人情報は、AIに入力しない。

これさえ守れば、AIは安心して使える道具になります

○ 入力してよい

- 一般的な医学知識の質問
- 架空の事例・架空の数値
- 自分が書いた文章の下書き・添削
- 公開情報（論文・ガイドライン）

× 入力してはダメ

- カルテ本文のコピー
- 実際の検査結果・画像・紹介状
- 氏名・生年月日・住所・連絡先
- 患者・スタッフの個人情報すべて

「名前を消せば大丈夫」は落とし穴。「80代女性・〇〇町在住・元教師・珍しい病気で入院歴あり」 — 組み合わせただけで誰か分かる。相談するなら年齢・数値をぼかした架空の設定に置き換える。

学習させない設定（オプトアウト） — 今日いちばんのお土産

1 Web版 ChatGPT を開く

chatgpt.com にログイン

2 設定

自分のアイコンの中（スマホは左上、PCは右上）

3 「データ コントロール」

設定メニューの中

4 すべての項目を OFF

「モデルを改善する」・音声なども全部

⚠ 有料版でも初期設定は ON

Plus などの有料版でも、この設定は自分でオフにする。自動でオフなのは**法人契約だけ**。特に気になる相談は「一時チャット」で（履歴にも学習にも残らない）。

電カルとAI — そのまま使える院内ルール3か条

🚫 個人情報を渡さない

カルテ画面も患者リストも貼らない

📱 端末を分ける

AIは別のPCかスマホで。ブラウザの拡張機能はカルテ画面を読める

✅ 責任者が確認する

AIの文章は責任者が見る。使うAIは院長が決める

一番怖いのは「うっかりミス」（受付スタッフが良かれと思って患者リストを貼る）。禁止ではなく「**決めて、みんなで使う**」。周知は朝礼で1回話だけでも効く。クラウド型電カルでも考え方は同じ — カルテの中の情報を AI 側に渡さない。

よくある不安 — 「覗かれない?」「消されない?」

覗かれません

チャット型AIに渡るのは、自分で打った・貼った・添付したものだけ。PCの中を勝手には見られない。

消せません

チャット型AIにはPCのファイルに触る力がない。ただし例外：①画面を読むブラウザ拡張 ②自分で添付したファイル ③Agent型AI（次ページ）。

実データを扱いたいとき — 実務上のセーフティライン（私見）

原則は「入力しない」。これは例外を扱うときの条件です。3つ全部が揃って初めて、診療の質向上目的での利用が倫理的に説明可能な範囲と考えられます（ガイドライン等を踏まえた私見）。

① 十分な非識別化

氏名・ID・日付・施設名を消す。年齢は「70代」に丸める。画像の焼き込みも

② 学習に使われない形

学習オプトアウト、または法人契約

③ 施設ルール上の許容

院内規程・法人本部の方針を確認し、記録を残す

書類仕事を任せるコツ：渡す表は ID・年齢・検査値だけ → AIは【ID】宛の文書を作る → 名前は院内で差し込む。AIに名前は一度も渡さない。IDにしても院内に対応表がある限り法律上は個人情報のままなので、②③とセット。実名を扱うなら法人契約+契約書の世界（顧問・ベンダーに相談）。

Agent型AI（ChatGPT Work） — 「答えるAI」から「働くAI」へ

👉 頼むと「作業までする」AI

日本語で頼むだけでミニアプリや書類一式ができる（プログラムは一行も書かない）。2026年7月から ChatGPT に「Work」として搭載。

🚫 Agent型の約束

電子カルテにアクセスするPCには入れない（デスクトップ版はPCのファイルを扱える）。確認モードを切らない。「全部許可」にしない。出どころ不明のメール・書類を読ませない（AIへの“振り込め詐欺”=プロンプトインジェクション）。

カルテのデータでAIを使える日は？ — 道は2つ。原則は「AIは提案まで、確定は医師」

🏢 道① ベンダー純正のAI機能

契約と責任の枠内で使える本線。例：AIレセプトチェック。電カルベンダーにご確認を。

🏠 道② ローカルLLM

データを一切外に出さない「未来の技術」。自院でのDIYはまだ早い。

お題集 — そのまま貼って試す

まずは気軽に

👨‍⚕️ 医師会の懇親会、締め挨拶を1分で。笑いを1つ入れて / 🚩（趣味）が上達する練習メニューを平日30分で / 🍽️ 東京から来た友人を大分の美味しいものでもてなす半日プランを / 📷 お店のメニューを撮影して「おすすめの組み合わせは？」

仕事で試す 個人情報は入れずに

💊 血圧の薬を自己中断しがちな患者さんへの声かけを3パターン / 📄 うちのクリニックの求人票の下書き（条件は架空でOK） / 📞 スタッフ向け「電話対応のコツ」研修メモをA4一枚で / 🔍 PubMedで〇〇の最新の知見を探して簡単にまとめて、PMIDとリンク付きで

コツ：答えが返ってきたら「もっと短く」「別の案も」と追いかける。PubMed は公式連携がないので Web検索に「PubMedで」と指定するだけ。PMID のリンクは自分で開いて確かめる。

カスタム指示 — AIに自分のやり方を覚えさせる

- 1 設定 → パーソナライズ → カスタム指示
オプトアウトと同じ「設定」の中
- 2 下のテンプレを貼り付け
参考資料ページの「コピー」ボタンで一発
- 3 「____科」を自分の科に
これだけで完成。ほかは初期設定のままでOK

私は____科の開業医です。医学的・臨床的な質問には以下を必ず守ってください。

1. 私が患者の個人情報（氏名・ID・生年月日・住所など）を入力していたら、回答の前に指摘する。
2. 診断や治療方針の最終判断は私が行う前提で、判断材料を整理して提示する。
3. 確信がないことは「わからない」「不確定」と明記し、推測で埋めない。
4. 論文や数値を引用するときは著者・年・誌名を示す。記憶が曖昧なら「要確認」と明示し、存在を断定しない。
5. 情報源を明示する。個人サイトやブログではな

く、ガイドライン（日本の学会・主要誌など）またはインパクトファクターの大きい論文誌を優先する。推奨クラス・エビデンスレベルがあれば併記する。

6. 添付資料がある場合、資料に書かれている内容と資料外の一般知識を明確に区別する。
7. Web検索が使える場合は、根拠を確認してから答える。
8. 薬剤名は日本で使える一般名と商品名を併記する。
9. 患者向け文書は中学生でも読める日本語で書く。雑談や日常的な質問ではこれらを省略し、簡潔に答えてよい。

※ 1番は補助輪。指摘された時点で文章はもう送信されているので、入力前に自分で確認するのが基本。

ChatGPTの基本操作 — 覚えるのは4つだけ

 **新しい会話**
鉛筆マークをタップ

 **過去の会話**
履歴からいつでも再開

 **声で入力**
マイクを押して話すだけ

 **写真・ファイル**
＋ボタンから撮影・添付

迷ったら「使い方を教えて」と打てばOK。AI本人が一番詳しい案内係。

公的な拠り所 3点

- ・厚生労働省「医療情報システムの安全管理に関するガイドライン」第7.0版（2026年6月）
- ・日本医師会 検討委員会答申「AIに関する臨床的課題と生命倫理について」（2026年4月）
- ・医療AIプラットフォーム技術研究組合「医療・ヘルスケア分野における生成AI利用ガイドライン」第2版（2025年7月・無料）



参考資料ページ
テンプレ全文（コピー可）・
お題集・用語集・リンク集
ai-lecture-
beppu.pages.dev

今日から始める、3つだけ

- ✓ 安全設定 — 今日もう済ませた
- 🔒 院内ルールを決める
- 👉 文書仕事を1つ任せてみる

AIは、先生の代わりではありません。ただの便利な道具です。

© 2026 岩永 賢三 本資料の無断転載・改変・商用利用を禁じます（院内での印刷・共有はご自由にどうぞ）。

免責：本資料の内容は 2026年8月時点の情報です。各サービスの仕様・規約は変更されるため、最新は公式サイトでご確認ください。法的助言ではありません。個別の判断は顧問弁護士・電子カルテベンダー等にご相談ください。内容は講師個人の見解であり、所属機関の公式見解ではありません。

