

# 研究成果展開事業 研究成果最適展開支援プログラム 産学共同（本格型） 完了報告書（公開用）

## 1. 課題の名称等

研究開発課題名	： 主観アウトカム・データ駆動型オンラインメンタル相談支援システムの効果検証と社会実装へ向けた展開
プロジェクトリーダー — 所属機関	： 共和薬品工業株式会社
研究責任者	： 清水 栄司（千葉大学）

## 2. 研究開発の目的

現代社会におけるストレス過多によるメンタル不調からの社会課題解決のため、多様な心身の状態（主観アウトカム）を柔軟に把握し、データベース化し、セルフケアを提供できるオンラインメンタル相談支援システムを用いて、メンタル不調の未病の状態（閾値下不眠、閾値下うつ、閾値下パニック）を改善できるように、モジュールを組み合わせた認知行動変容アプローチに基づくデジタルケア技術のランダム化比較試験での効果検証と満足度調査を行う。

さらに、本システムを社会実装する上での倫理的・法的・社会的課題については、心理学、情報工学、教育学、法学、医学、脳科学等の有識者や市民との対話から解決への指針を導く。

## 3. 研究開発の概要

### 3-1. 研究開発の実施概要

世界初の同時並行で3グループの2群のランダム化比較試験（RCT）で、ネット上で主観アウトカムから、未病の閾値下不眠、閾値下うつ、閾値下パニックを同定し、オンラインメンタル支援アプリの効果を探索した結果、閾値下不眠と閾値下うつに関しては、対照に比べ、有意な症状改善が示された一方、閾値下パニックでは有意差は示されなかった。

また、心理学、情報工学、教育学、法学、経済学、医学、脳科学など総合知を活用したオンラインメンタル相談支援の社会実装シンポジウムやWEB調査で、一定の社会受容性が認められた一方、多様なステークホルダーが参画し、透明性の高い継続的な議論ができる座組を必要とすることが示された。

### 3-2. 今後の展開

精神疾患（メンタル不調）の一次予防をさらに普遍化した取組として、ウェルビーイングと生産性を同時に向上させる目的で、行動経済学的に人が感情に従うことを念頭に、職場、学校等で個々人の居心地を主観的アウトカムとして測定し、心理的安全性を感じられる組織と個人の価値観の調和のもと、ハピネス（幸福感）イノベーションを積み重ねるマインドセットを醸成する認知行動療法のデジタル介入システムを研究開発し、展開する。