

研究成果展開事業
共創の場形成支援プログラム
育成型

終了報告書

「全世代対応型遠隔メンタルヘルスケアシステム (KOKOROB0-J)
によるメンタルヘルスプラットフォームの開発・社会実装拠点」

プロジェクトリーダー	氏名	竹田 和良
	所属機関	国立研究開発法人 国立精神・神経医療研究センター
	部署	病院 臨床研究・教育研修部門 情報管理・解析部 臨床研究計画・解析室
	役職	室長

2024年4月

1. 拠点ビジョンの作り込み

本拠点の育成型期間当初の拠点ビジョンは、研究者目線の強いものであり、研究背景を元に改めて拠点メンバーで議論し、ありたい社会像を「一人ひとりのメンタル・ウェルビーイングを育むことのできる社会」と定め、「メンタル不調は、生涯の中で、誰もが一度は経験する」ことを前提とした上で、「メンタルヘルスクエアが当たり前の社会を実現する」ことに注目し拠点ビジョンの作り込みを実施した。「メンタルヘルスクエアが当たり前の社会」は、医療関係者や研究者だけでは到底理解できるものではないため、その現場を知る多様なステークホルダーに参加を呼びかけ、共創拠点の体制強化に向けた活動も並行して進めた。

企業、自治体、教員、NPO、市民、当事者、当事者家族等、多様なステークホルダーと意見交換・ミニワークショップを行い、「メンタルヘルスクエアが当たり前の社会」を実現するコアピースを抽出した。その上で、計3回の大規模ワークショップを実施し、コアピースの選択や追加の必要性、重みづけを整理したうえで、拠点ビジョンを以下のように策定した。

拠点ビジョン：こどものときから、時代に応じたメンタルヘルスクエアを日常的に実践し、ほ
どよく人とつながることで、一人ひとりのメンタル・ウェルビーイングを育むことができる
社会文化の形成

こどもの時からメンタルヘルスクエアが当たり前に実践され、当たり前のように生涯にわたってケアを続けることが重要であり、不調になってから対処する成人からでは変化が難しいと考えた。また、先行研究において、ウェルビーイングにとって最も重要なことは、良好な対人関係、人とのつながりであることが明らかにされており、個人のセルフケアを高めつつ、ほどよく人とつながることを重要視した。個人が、日常的に、健康なときから自分に合った方法で、メンタルヘルスクエアを行い、一人ひとりのメンタル・ウェルビーイングを生涯にわたって育むことが重要である。身体のケアや生活上の経験が無意識に親から子へ伝えられ、受け継がれるように、メンタルヘルスクエアもまたそのように受け継がれ、時代や技術やルールによって、分断されることのないよう、社会文化として根付くことを重要視した。

2. 拠点ビジョンからのバックキャストによるターゲット・研究開発課題の見直し

拠点ビジョンを実現するために必要なことをバックキャストし、「柔軟に更新・最適化できるシステム」「多様なメンタルヘルスクエアの選択肢」「日常生活に溶け込む」「容易にアクセスし、継続できるもの」を重要な要素と定めた。これら要素について議論し、1)全世代型のメンタルヘルスプラットフォームの開発、2)メンタルヘルスクエアツールの整備、3)地域モデルの確立、4)メンタルヘルスクエアの個人・社会への浸透を、ターゲットとして定めたが、育成型期間当初に設定されていたものから、2)と3)の重要性を明確化し、修正した。

これに合わせて、研究開発課題を見直し、開発キーワード「研究基盤」「ツール」「場」「オペレーター」「データ収集」「自立化/産業化」にもとづいて、【1】メンタルヘルスチェックシステムの開発と【2】最適化、【3】コミュニケーションシステムの開発、【4】地域モデルの確立、【5】市民・患者参画システムの開発、【6】プラットフォームにおける大規模検証、【7】プラットフォームの利活用・産業化システムの開発、計7つの研究開発課題とした。また、【3】【4】【7】については、育成型期間当初の開発課題をより具体的な研究開発課題として整備した。

3. 運営/研究体制とマネジメントの仕組み構築（持続可能性の具体化含む）

拠点ビジョンの作り込みで示したように、育成型期間中に、ビジョン作り込みと並行して、メンタルヘルスケアの現場を知る、多様なステークホルダーと連携して、共創拠点としての体制等を強化した。

具体的には、参画大学 21 機関、企業等 18 社、NPO 6 団体、自治体・教育委員会 14 機関が参画し、機関数が当初の 3 倍以上となり、教育、心理分野の研究者の強化、エンターテインメント、デジタルトランスフォーメーション、広報・プロモーション企業の強化、当事者、ピアサポータ養成等の NPO、教育委員会、自治体の強化、幼児・児童や地方・離島での開発についても強化が実現できた。特に、3 つのモデルとして、1) 教育委員会と密な連携による児童・思春期モデル、2) 子どもから妊産婦、社会人までをライフコースでサポートするライフコースモデル、3) 地方や離島での普及を目指す地方・離島モデルを選定し、これら地域モデルにおける検証の上で、成果を全国へ横展開するシステムを構築した。

4. 研究開発課題の成果

研究開発課題のうち、育成型期間中に特に中心的に開発を進めた課題において、以下の成果を得ることができた。

- ・研究開発課題 1：KOKOROB0-J の開発

中学生版を開発し、各教育委員会のニーズを把握した上で、次年度からの使用感調査の方法並びに環境整備を行った。また、成人版に試行的に SNS 相談を導入した。SNS 相談の相談優先度のアルゴリズム開発にむけた事前情報による試行的な予測法を開発した。

- ・研究開発課題 2：新セルフチェックシステム開発

デジタルデータによるセルフチェックシステムの開発に向けて、簡易心電計やスマートウォッチを用いたメンタルヘルス指標の予測に関する研究を開始した。

- ・研究開発課題 3：KOKOROB0-J のモデル地域・モデル学校での実証とメンタルヘルスプラットフォームの全国実装

1) 児童・思春期モデル、2) ライフコースモデル地域、3) 地方・離島モデルを自治体・教育委員会と連携して構築した。

- ・研究開発課題 5：市民・患者参画によるメンタルヘルスの正しい理解・社会への浸透

メンタルヘルス教育についてアンケート調査並びにワークショップを開催し、当事者やピアスタッフから教育ツール開発並びにピアサポータ養成方法について素案を作成した。

また、筆頭参画企業である第一生命との連携により、メンタルヘルスの意識調査を 2000 名で試行的に実施し、年齢が高くなる程にスティグマ(偏見)が強くなることなどを確認した。次年度以降本システムによる効果検証の 1 つとして、縦断的な調査を実施する。さらに、メンタルウェルビーイングをアウトカムとした遠隔システム(精神・心理領域)に関する介入研究の系統的レビューを実施した。

5. 今後の活動について

育成型期間中に整備した、多様なステークホルダーによる共創の場を今後も活用し、誰もが安心できる場やつながりの 1 つとして、KOKOROB0-J が実装できるよう、研究開発を進めていく。

「子どもの時からメンタルヘルスケアを当たり前にする」ために、地域モデルでの連携を維持しつつ開発を行い、地域展開を進めるとともに、持続可能な産業化システムの構築を目指していく。