戦略的創造研究推進事業
（社会技術研究開発）
令和２年度研究開発実施報告書

ＳＤＧｓの達成に向けた共創的研究開発プログラム

ソリューション創出フェーズ

「幼児から青少年までのレジリエンス向上を目指した

プログラムと人材育成体制づくり」

研究代表者氏名　石川　信一

（同志社大学心理学部、教授）

協働実施者氏名　村澤　孝子

（京都府精神保健福祉総合センター

相談指導課、副主査）

目次

１．研究開発プロジェクト名 2
２．研究開発実施の具体的内容 2
２‐１．目標 2
２‐２．実施内容・結果 4
２‐３．会議等の活動 8
３．研究開発成果の活用・展開に向けた状況 8
４．研究開発実施体制 9
５．研究開発実施者 10
６．研究開発成果の発表・発信状況、アウトリーチ活動など 10
６－１．シンポジウム等 10
６－２．社会に向けた情報発信状況、アウトリーチ活動など 11
６－３．論文発表 12
６－４．口頭発表（国際学会発表及び主要な国内学会発表） 12
６－５．新聞報道・投稿、受賞等 12
６－６．知財出願 12

１．研究開発プロジェクト名

幼児から青少年までのレジリエンス向上を目指したプログラムと人材育成体制づくり

２．研究開発実施の具体的内容

２－１．目標

（１）目指すべき姿

本プロジェクトにおいては、研究チームによって組織されるタスクフォースのメンバーが、地域の特性に応じたメンタルヘルス予防プログラムの定着手法を確立し、「誰一人取り残さない」理念に沿って幅広い年齢層に対するプログラムの開発、多様な導入のあり方、及び導入を担うさまざまな人材の育成を実現することで、将来にわたり心理的レジリエンスを備えた個人の育成を目指すものである。

本プロジェクトを通して、SDGsの17の目標の内、「３．すべての人に健康と福祉を」を軸に、「４．質の高い教育をみんなに」「10．人や国の不平等をなくそう」「13．気候変動に具体的な対策を」を達成する社会を目指す。WHO（2016）によれば、うつ病の患者数は世界中で３億人と推定され年間80万人ほどが自殺しているとされている。SDGsのターゲット3.4における「2030年までに非感染性疾患による若年死亡率を予防や治療を通じて3分の１減少させる」という目標を達成するためには、身体的健康はもちろんのこと、精神的健康を増進する社会を目指していかなければならない。身体的健康についての教育（フィジカルヘルスリテラシー）は、特に先進国では広く進められているが、それと同じ水準で精神的健康についての教育（メンタルヘルスリテラシー）が普及しているとは言い難い。これは、精神疾患の有病率や５大疾病として精神疾患を含んでいるというわが国の現状を考えれば、明らかに不均衡な状態であるといえる。さらに、うつ病の社会的負担は全て含めると３兆円以上に上ると推定されている（佐渡・山内，2007）。つまり、これらの精神疾患は、経済的側面からも、目に見えない形で現在社会の大きな負担となっているといえる。しかしながら、先に述べたように、病気に気が付かず、精神疾患に対する正確な知識が提供されていないことから、誤解、差別、偏見の対象となってしまっているという現実や、受診の拒否と遅延による未治療者の多さが指摘できる。最後に、米国では911テロ状況下においても、心理的レジリエンスを身につける教育を受けた学校の生徒は、そうでない生徒よりも抑うつ症状の悪化が抑えられるというエビデンスがある（Gillham et al., 2006）。無論災害を未然に防ぐための取り組みは重要ではあるが、他方大規模な自然災害から完全に解放されることがないわが国の国土を考えれば、有事の前に心理的レジリエンスを身につけた人材を数多

く輩出する必要があるといえる。

以上の点から、本プロジェクトは精神保健・福祉を促進することを主眼に置き、メンタルヘルスに関する適切な知識と技術に関する教育の機会均等を提供し、経済的成長を影から蝕む要因を取り除き、自然の脅威とともにあるわが国を支える心理的レジリエンスを有する人材の育成を目指す。

（２）研究開発プロジェクト全体の目標

本研究プロジェクトの目的は、幼児から青少年までのレジリエンス向上を目指したプログラムと人材育成体制づくりである。

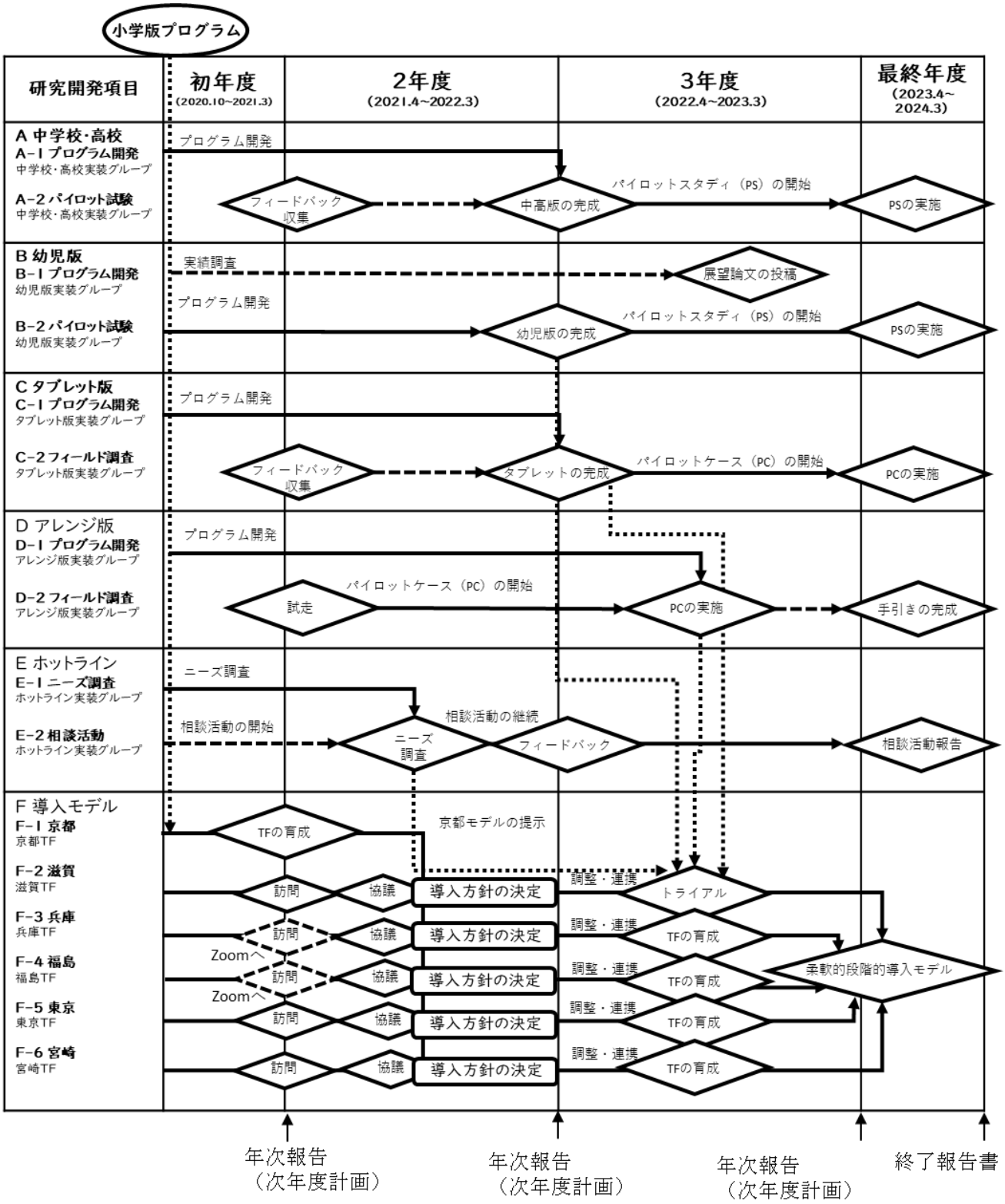
まず、メンタルヘルス予防プログラムの開発については、既に開発済みの小学生版のメンタルヘルス予防プログラムを基盤として、新たに、中高生版メンタルヘルス予防プログラム、幼児版メンタルヘルス予防プログラム、小中高版においてのタブレット端末を用いた電子版プログラムの開発を行う。さらに、SDGsの「誰一人取り残さない」理念に沿って、多様な導入のあり方を実現するために、児童心理治療施設（情緒障害児短期治療施設）等の学校以外の実施場所におけるアレンジ版のプログラムの開発と、学校側が対応に困っていたり、プログラムに学級で参加できなかったりといった支援のニーズのある子どもたちに対応するための相談活動（ホットライン）の確立を目指す。

次に、人材体制作りとしては、協働実施者が中心となって京都市を含む京都府におけるメンタルヘルス予防プログラムの実装活動を基盤として、滋賀県、兵庫県、福島県、東京都、宮崎県での定着化を目指す。教員が、各地域の教育委員会や関係諸機関と協働の上、学級で実施できるメンタルヘルス予防プログラムを自立的に実施する体制を整えるために、関係諸機関におけるコーディネーターとの連携を通じたタスクフォースによる各地域の課題や導入の準備性に応じた段階性柔軟的多層的導入モデルを考案し、そのモデルに基づき導入を図っていく。

２－２．実施内容・結果

（１）スケジュール

研究開発期間中（42ヶ月）のスケジュール



TF: タスクフォース　　PC: パイロットケース　　PS: パイロットスタディ

（２）各実施内容

今年度の到達点①：各種メンタルヘルス予防プログラムの開発と開発準備

実施項目①-1：中高生版のメンタルヘルス予防プログラムの開発

実施内容：中学校、および高等学校１校におけるパイロットランを行う。そして、パイロットランに参加した複数の教職員からフィードバックを得て、プログラムの改善を目指す。プログラムの改善について、双方向的なやりとりを行い、次年度のプログラムの完成を目指す。

実施体制：中高生版メンタルヘルス予防プログラム実装グループ

実施項目①-2：幼児版の開発準備

実施内容：幼児版については、プログラム開発準備として研究会議の実施と研究体制の確立を目指す。同時に、実績調査として展望論文にまとめる計画を行う。

実施体制：幼児版メンタルヘルス予防プログラム実装グループ

実施項目①-3：タブレット版の開発準備

実施内容：タブレット版については、実際に活用して児童に指導を行った教師からのフィードバックを得ることを目的とする。そのフィードバックを用いて、島根大学と協働として、プログラムの改定作業を進めていく。

実施体制：タブレット端末を用いた電子版プログラム実装グループ

実施項目①-4：アレンジ版の開発準備

実施内容：情緒障害児短期治療施設等での実施のためのアレンジ版については、パイロットケースとして、プログラムの試走をしてもらえる施設を募集することを目的とする。

実施体制：アレンジ版実装グループ

実施項目①-5：ホットライン確立の準備

実施内容：本年度は、協働実施者が各地を回る中で、相談ホットラインの確立のためのニーズについての調査を行う。

実施体制：ホットライン実装グループ

今年度の到達点②：段階性柔軟的多層導入モデルにむけてのアセスメント

実施項目②-1：各地域のアセスメント

実施内容：本年度は、村澤協働実施者が各地域の担当者（ステークホルダー）への訪問を行う。各地域の実態に合わせて、担当者への訪問を行い、可能であれば協議を進めていき、導入方針の決定を行う。

実施体制：各地域の実装担当者

（３）成果

今年度の到達点①：各種メンタルヘルス予防プログラムの開発と開発準備

実施項目①-1：中高生版のメンタルヘルス予防プログラムの開発

実施内容：中学校、および高等学校１校におけるパイロットランは12回すべての回が予定通り実施された。フィードバックは80％の回収率を目標とした（KPI①目標回収率80％）結果、それを上回る100％の教員からの回収を達成した。また、研究代表者が参加した高校生向けの講演、研究報告会、質問紙データ報告書の作成を行い、プログラムについての双方向的なフィードバックも行った。以上の手続きを経て、R３年度には、プログラムの改定を行い、プログラムの完成を目指す予定である。研修会の準備や資料作りについても、来年度の実施に向けて予定通り作成が進められている。具体的には、校内研修のための研修用動画を作成する予定である。R４年度のパイロットスタディの実施に向け、協力校を募っていく予定である。
実施体制：中高生版メンタルヘルス予防プログラム実装グループ

実施項目①-2：幼児版の開発準備
実施内容：プログラム開発準備として、本年度は研究会議を３回行った。そこで、研究協力体制の拡張が審議され、来年度に向けて現状での課題の共有を行った。実際に宮崎大学内での研究体制の強化として、さらなる研究者の参画が実現した。また、展望論文の投稿についても、テーマの確認と先行研究の範囲の確認を終えた。こちらについては、R４年度のKPI達成に向けて、準備を進めている（KPI①展望論文の投稿準備）。
実施体制：幼児版メンタルヘルス予防プログラム実装グループ

実施項目①-3：タブレット版の開発準備
実施内容：タブレット版については、通級指導教室での実施を行った教師からのプログラムについての仕様に関するフィードバックの収集を行った（KPI①目標回収率80％）。結果として、目標値を上回る100％の回収率を得た。特に、①操作面、②ワークの難しさの２点からなるフィードバックに基づき、島根大学と協働して、プログラムの改定作業を行うこととなった。
実施体制：タブレット端末を用いた電子版プログラム実装グループ

実施項目①-4：アレンジ版の開発準備
実施内容：情緒障害児短期治療施設等での実施のためのアレンジ版については、アドバイザーに対する予算根拠調整が済んでいないため、本年度については限られた事業開始のみとなっている。その中でも、亀岡市のフリースクールの責任者と面会の予定は立てている（KPI①２施設での実施）。
実施体制：アレンジ版実装グループ

実施項目①-5：ホットライン確立の準備
実施内容：本年度は、協働実施者が各地を回る中で、相談ホットラインの確立のためのニーズについての調査を行った（KPI①ニーズ調査回収率80％）。その結果、京都市高校教育課が、ホットラインに強い興味を示しており、来年度以降の市内の学校への導入を希望が出された。来年度も同様の活動を

継続していく予定である。既に、２ケースでの助言を済ませている（KPI②10ケースの助言）

実施体制：ホットライン実装グループ

今年度の到達点②：段階性柔軟的多層導入モデルにむけてのアセスメント

実施項目②-1：各地域のアセスメント

実施内容：京都市については、休日と平日の両方、かつオンライン形式の開催としたために、タスクフォース研修会の修了者について51名（KPI①目標50名）と目標を超えて達成された。滋賀県については、守山市の実装予定の学校を対象に研修会を２回行うとともに、研究責任者と村澤協働実施者が、12月と１月に守山市こどもの育ち連携推進室、及び教育委員会の担当者との打ち合わせを行い（KPI①担当者への訪問完了、KPI②担当者への協議完了）、来年度４校の実施に向けて計画を策定中である（KPI③４／９校でのパイロットスタディの実施）。福島県については、会議にてプロジェクトの方向性と具体的な業務内容を協議しており（KPI①担当者への訪問完了）、各地域でのさらなる協力者について打診する予定となっている。東京都と兵庫県については、Ｒ３年度の４月を予定として訪問、もしくはオンライン会議の日程を調整中である（KPI①担当者への訪問）。宮崎県については、村澤協働実施者が宮崎県人権同和教育課の担当者を11月に訪問し（KPI①担当者への訪問完）、実装計画の打ち合わせを行った（KPI②担当者への協議完了）。さらに、研究責任者は来年度の研修会を予定している。

実施体制：各地域の実装担当者

実施項目②-2：各地域における人材養成の統合化

実施内容：当初の予定には掲げていなかった項目であるが、上記各地域における人材養成の統合化を目的として、村澤協働実施者を中心にR3年度に一般社団法人の設立の準備を行った。Ｒ３年度の発足を目指している。

実施体制：協働実施者、研究代表者

（４）当該年度の成果の総括・次年度に向けた課題

今年度は、中高生版とタブレット版の開発については、目標値を上回るフィードバックが得られ、それに基づきプログラムの完成を目指して当初の予定よりも早いペースで改訂を進めている。幼児版については会議を行い、予定通り研究開発の準備を進めている。アレンジ版については、アドバイザーに対する予算根拠調整が難航しているため、当初の予定よりも、パイロットケースの実施が遅れている。ホットラインについては、正式なニーズ調査を待たずに、相談件数が増加しており、こちらについては当初の進行計画と前後してはいるものの、順調に進行している。アレンジ版における課題については、研究体制の見直しを行うとともに、実施施設の再選定を行うことで対応する予定である。また、ホットラインについてはニーズ調査を実施して、対応可能な範囲のケース数を選定することで対応する。

一方で、段階性柔軟的多層導入モデルに基づく各地域の実装状況は、京都府・市では予

定していた研修修了者数を達成し、滋賀県、宮崎県は当初の予定よりも早く協議完了を達成した。一方、兵庫県と東京都については、担当者の職務の関係から、実施協力体制を確立することに時間を要している。こちらについては、既存のシステムに合致する研究体制の見直しや実装地域の再検討を行うことで、対応することとする。

２－３．会議等の活動

年月日	名称	場所	概要
2020/12/03	研究打ち合わせ	Zoom	宮崎大学チームとのプログラム開発打ち合わせ
2020/12/10	研究打ち合わせ	Zoom	プログラム開発打ち合わせ
2020/12/21	研究打ち合わせ	木津川市立A小学校	タブレット版プログラム開発打ち合わせ
2020/12/23	研究打ち合わせ	同志社大学	プログラム開発打ち合わせ
2020/12/28	研究打ち合わせ	同志社大学	プログラム開発打ち合わせ
2021/1/8	研究打ち合わせ	Zoom	プログラム開発打ち合わせ
2021/1/21	研究打ち合わせ	同志社大学	法人設立打ち合わせ
2021/2/9	守山市打ち合わせ	守山市役所	滋賀県守山市実装打ち合わせ
2021/2/17	研究打ち合わせ	Zoom	宮崎大学チームとのプログラム開発打ち合わせ
2021/2/26	研究打ち合わせ	同志社大学	タスクフォース研修会開催に向けた打ち合わせ
2021/3/9	研究打ち合わせ	同志社大学	滋賀県守山市実装打ち合わせ
2021/3/9	研究打ち合わせ	木津川市役所	京都府木津川市実装打ち合わせ
2021/3/15	研究打ち合わせ	Zoom	プログラム開発打ち合わせ
2021/3/19	研究打ち合わせ	Zoom	宮崎大学チームとのプログラム開発打ち合わせ
2021/3/29	研究打ち合わせ	同志社大学	実装活動・法人設立打ち合わせ

３．研究開発成果の活用・展開に向けた状況

2020年度は，小学生版「こころあっぷタイム」を21校で実施した。また，新たに開発した中高生版「こころあっぷタイム+」は，3校にて試走を行った。さらに，タブレット版の試走は通級指導教室2校，4名の児童を対象に行った。

４．研究開発実施体制

（１）中高生版メンタルヘルス予防プログラム実装グループ
グループリーダー：石川信一（同志社大学、教授）
役割：中高生版のメンタルヘルス予防プログラムの開発・実装・試験
概要：中高生版のメンタルヘルス予防プログラムに伴う事業を担当する。主に、プログラムの確定、研修会の実施、SVの実施、およびパイロット試験を担当する。

（２）幼児版メンタルヘルス予防プログラム実装グループ
グループリーダー：石川信一（同志社大学、教授）
役割：幼児版のメンタルヘルス予防プログラムの開発・実装・試験
概要：幼児版のメンタルヘルス予防プログラムの実装に伴う事業を担当する。主に、プログラムの確定、研修会の実施、SVの実施、およびパイロット試験を担当する。

（３）タブレット端末を用いた電子版プログラム実装グループ
グループリーダー：石川信一（同志社大学、教授）
役割：タブレット端末を用いた電子版のメンタルヘルス予防プログラムの開発・調査
概要：タブレット端末を用いた電子版のメンタルヘルス予防プログラムの実装に伴う事業を担当する。主に、プログラムの確定、フィールド調査を担当する。

（４）アレンジ版実装グループ
グループリーダー：村澤孝子（京都府精神保健福祉総合センター相談指導課、副主査）
役割：児童相談所等へ向けたメンタルヘルス予防プログラムの開発・調査
概要：児童相談所等へ向けた予防プログラムの実装に伴う事業を担当する。主に、プログラムの確定、フィールド調査を担当する。

（５）ホットライン実装グループ
グループリーダー：村澤孝子（京都府精神保健福祉総合センター相談指導課、副主査）
役割：メンタルヘルス予防プログラムを実装している過程で必要とされた個別相談の対応
概要：個別相談ホットラインの確立と相談活動の実施

５．研究開発実施者

同志社大学研究チーム

氏名	フリガナ	所属機関	所属部署	役職（身分）
石川信一	イシカワシンイチ	同志社大学	心理学部	教授
肥田乃梨子	ヒダノリコ	同志社大学	研究開発推進機構	特定任用研究員
阿部望	アベノゾミ	同志社大学	大学院心理学研究科	博士後期課程
乳原彩香	ウバラアヤカ	同志社大学	大学院心理学研究科	博士後期課程
八谷勇斗	ヤタガイユウト	同志社大学	大学院心理学研究科	博士前期課程
津田征海	ツダマサミ	同志社大学	大学院心理学研究科	博士前期課程

実装支援チーム

氏名	フリガナ	所属機関	所属部署	役職（身分）
村澤孝子	ムラサワタカコ	京都府精神保健福祉総合センター	相談指導課	副主査
小國真由子	オグニマユコ	京都府精神保健福祉総合センター	相談指導課	会計年度任用職員

６．研究開発成果の発表・発信状況、アウトリーチ活動など

６－１．シンポジウム等

年月日	名称	主催者	場所	参加人数	概要
2021年3月13日	タスクフォース養成研修会（休日1日目）	同志社大学	オンライン開催	33名	京都府・京都市の教員や心理士等を対象に、プログラムの概要説明、全12回のプ

			（zoom）		ログラムの体験、今後の実装活動の概要説明について参加者と主催者のライブ形式の1.5日研修会を行った（１日目）。
2021年3月14日	タスクフォース養成研修会（休日2日目）	同志社大学	オンライン開催（zoom）	31名	京都府・京都市の教員や心理士等を対象に、プログラムの概要説明、全12回のプログラムの体験、今後の実装活動の概要説明について参加者と主催者のライブ形式の1.5日研修会を行った（２日目）。
2021年3月16日	タスクフォース養成研修会（平日1日目）	同志社大学	オンライン開催（zoom）	23名	京都府・京都市の教員や心理士等を対象に、プログラムの概要説明、全12回のプログラムの体験、今後の実装活動の概要説明について参加者と主催者のライブ形式の1.5日研修会を行った（１日目）。
2021年3月17日	タスクフォース養成研修会（平日2日目）	同志社大学	オンライン開催（zoom）	23名	京都府・京都市の教員や心理士等を対象に、プログラムの概要説明、全12回のプログラムの体験、今後の実装活動の概要説明について参加者と主催者のライブ形式の1.5日研修会を行った（２日目）。

６－２．社会に向けた情報発信状況、アウトリーチ活動など

（１）書籍、フリーペーパー、DVD

・「自己効力感を育む取組～こころあっぷタイム～」、豊岡真希、第62回京都府人権教育研究大会報告号、京都府人権教育研究協議会事務局、2021年2月発行

（２）ウェブメディアの開設・運営、

（３）学会（7-4.参照）以外のシンポジウム等への招聘講演実施等

・石川信一・村澤孝子・伊藤史織、子どものためのリジリエンシープログラムの実装～「しなやかな強さ」と「答えの出ない状況に耐える力」を育てる～、未来の先生フォーラム、オンライン開催、2020年11月21日

・肥田乃梨子、教師によるメンタルヘルス予防プログラム、奈良教育大学ゲストスピー

カー講義、オンライン開催、2021年1月19日
・石川信一、科学としての臨床心理学～こころあっぷタイムはこうして生まれた～、塔南高等学校出前講義、塔南高等学校、2021年2月3日

６－３．論文発表

（１）査読付き（　1　件）

●国内誌（　1　件）

・肥田 乃梨子・石川 信一・村澤 孝子・小國 真由子（2020）．中学生のメンタルヘルス問題に対する診断横断的予防プログラムの有効性の検討　心理臨床科学，10，3-13.

●国際誌（　0　件）

（２）査読なし（　0　件）

６－４．口頭発表（国際学会発表及び主要な国内学会発表）

（１）招待講演（国内会議　1　件、国際会議　1　件）

・Ishikawa, S. Cognitive behavioral preventive approach in school: The Universal Unified Prevention Program for Diverse Disorders for School-aged children. Plenary Session 3, 11th International CBT Conference, Pakistan Association of Cognitive Therapies. March 5th, 2021.
・石川信一　子どもの認知行動療法－20年の歩み－　日本認知療法学・認知行動療法学会第20回大会（WEB開催）令和２年11月22日

（２）口頭発表（国内会議　0　件、国際会議　0　件）

（３）ポスター発表（国内会議　0　件、国際会議　0　件）

６－５．新聞報道・投稿、受賞等

（１）新聞報道・投稿（　0　件）

（２）受賞（　0　件）

（３）その他（　0　件）

６－６．知財出願

（１）国内出願（　0　件）

（２）海外出願（　0　件）