

令和 4 年 6 月 15 日現在

機関番号：12601

研究種目：基盤研究(B) (一般)

研究期間：2018～2020

課題番号：18H01009

研究課題名(和文) 子供の精神保健に関する教員・保護者の知識・理解向上に向けた教育プログラム開発

研究課題名(英文) Development of education program for teachers and parents to improve knowledge about mental health in children and adolescents

研究代表者

佐々木 司 (Sasaki, Tsukasa)

東京大学・大学院教育学研究科(教育学部)・教授

研究者番号：50235256

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 13,200,000円

研究成果の概要(和文)：10代の子供達の精神不調に対する早期の気づきと対応を促進するため、中学と高校の教員と保護者の、思春期の子供の精神疾患・精神不調とその対応に関する知識と意識(精神保健リテラシー)を高めるプログラムを開発した。具体的にはそれぞれに対する教育研修動画を作成。自治体の教育委員会と連携して、効果検証のための質問紙調査とともに研修を実施した。教員向けの動画作成にあたっては、先行研究の系統的レビューと元々のリテラシー水準の解析結果を参考とした。保護者については、参加率を高めるため入学説明会・入学式を活用し実施した。教員2千名以上と保護者千名以上から協力が得られ、現在結果の解析を続けている。

研究成果の学術的意義や社会的意義

10代は精神疾患の発症が大きく増加し始める年代である。精神疾患では、早期の気づきと適切な対応が、その後の生活障害を防ぐ上で必要であり、その鍵となるのが周囲の大人、すなわち教員と保護者の、気づく力と対応力を高めることである。これまで、そのための取り組みは世界的にも不十分で、特に保護者教育に関する研究は極めて乏しかった。本研究ではこれに関する取り組みとデータ収集を、大規模かつ高い参加率で実施できた。世界的な先駆けとしての意義が社会的にも学術的にも高いと考えられる。

研究成果の概要(英文)：The present study developed mental health literacy (MHL) programs for teachers and parents of junior- and senior-high school students. The aim is to strengthen their MHL to notice the children's mental health distresses and improve their response which may enable them to provide the children with appropriate supports. Different 40-50 min videos, with power-points and two brief animations, for regular teachers, principals and school nurses, respectively. Previous studies on MHL programs for teachers were systematically reviewed and the MHL level of Japanese high school teachers was analyzed before the development of the videos. For the parents, a 20-min video with an animation was developed and delivered. The effects of the programs were examined in a case-series design, using questionnaires. More than 2,000 teachers and 1,000 parents participated the study, with the participation rate of > 80% in the parents. The effects are statistically analyzed at present.

研究分野：学校精神保健

キーワード：精神保健リテラシー 教員 保護者 精神不調 中高生 思春期

1. 研究開始当初の背景

10代の思春期は精神疾患発症が増加する年代である。また他の疾患と同様、精神疾患でも早期の発見と対応が重要である。これは未治療のまま病気が進行することを防ぐとともに、生活への障害が蓄積することを防ぐ必要があるからである。このことは特に10代では重要で、なぜならその年代は社会人としての自立に向けた準備の時期であり、精神疾患による集中力の低下や授業出席・登校の困難、学業の遅れ、入学や卒業の困難は社会人としての自立を大きく妨げるからである。ちなみに社会人になってからの1-2年の休職と、10代における1-2年の長期欠席や休学とでは、その後の社会人としての生活への影響は比べ物にならないことは、容易に想像がつくだろう。

精神疾患や精神不調の早期発見(早期の気づき)と必要な対応を促す重要な方法に、精神疾患に関する知識や見方、必要な援助希求に関する知識と意識の向上がある。このための教育プログラムは精神保健リテラシープログラムと呼ばれるが、海外では近年盛んにこのプログラムの開発と普及が進められてきた。報告者も2010年頃よりこの教育プログラムを10代の子供(小学校高学年から高校生)向けに開発し、その効果を報告してきた。

この開発を進める一方で、子供向けの教育の実施だけでは、早期発見・早期対応には不十分、という問題も浮き上がってきた。具体的には子供が普段接する大人、すなわち教員や保護者の精神保健リテラシーの不足という問題である。たとえ子供が自分の不調を感じたとしても、また大人に助けを求めたとしても、大人の方の知識が不十分であれば、実際の対応にはつなげにくい。「甘え」「さぼり」「気にしすぎ」などとみなされて、必要な対応・支援への道が閉ざされてしまう可能性もある。

また、そもそも子供だけでは不調に対する気づきまで至らなかったり、何となく気づいたとしても、子供だけでは援助希求にまで踏み出せない場合も少なくない。大人の側の知識と意識を高めて、周りの大人の方で気づく、必要な支援を差し出すことも必要である。これは子供の抱える不調が深刻であるほど重要である。なぜなら、不調の放置が深刻な結果をもたらすだけでなく、一般に抱える不調・問題が深刻であるほど、気軽に相談したり支援を求めることが難しくなるからである。

このような背景から本研究では、子供の周りの大人の代表格である教員と保護者の精神保健リテラシーを高めるためのプログラムの開発と、その試験実施・効果検証を進めることとした。なおこのような取り組みの必要性は、Whole School, Whole Community, Whole Child Model(米国CDC)等の考え方からすれば当然のことである。しかし、教員向けプログラムを子供向けプログラムとともに開発する試みは、豪州のJorm、子供向け授業を実施する教員のための教育をプログラム化したカナダのKutcher等の例はあるが、検証方法を含め全体的にまだまだ不十分である。また保護者向けのプログラムを組み合わせ、リテラシー教育の効果を高める試みは国内外ともに乏しい。その意味で本研究は我が国で前例がほぼないだけでなく、世界的にも先駆的取り組みであると考えられた。

2. 研究の目的

10代思春期の子供の精神疾患・精神不調への早期の気づきと対応の促進に資するため、子供たちの最も身近な大人である学校教員(本研究では中学、高校の教員)と保護者の精神保健・精神疾患に関する知識と理解(精神保健リテラシー、メンタルヘルスリテラシー)を高める教育(研修)プログラムを開発することが本研究の目的である。

このプログラム開発の究極の目的は、精神不調・精神疾患を抱えた子供たちへの支援を実際に促進することにある。このため、これまで報告者が開発してきた子供向けの精神保健リテラシープログラムと合わせて実施し、子供、教員、保護者の精神保健リテラシーを全体的に高めることでの実際上の効果の検証が将来実施できるよう、その下地を作ることも念頭に進めることとした。

また、学校の授業としての子供の教育が、基本的に全員が参加（研究としての効果検証は任意参加だが）であるのに対して、一般に教員や保護者の研修では、意識の高い一部の教員や保護者のみが参加し、知識や意識の向上が必要な教員・保護者に必ずしも教育・研修が届かないことが少なくない。本研究ではこの問題を避け、できるだけ多くの教員と保護者に研修・教育が届くための工夫を行った。

3. 研究の方法

本研究はある自治体の教育委員会との連携・協力のもとに行った。具体的には、教育委員会が研究推進校に指定した複数の公立中学・公立高校を実践の場の中心とし、生徒向けの精神保健リテラシー授業と、本研究で開発する教員向け、保護者向け研修を組み合わせ実施した。なお実際上の制限から対照群は設けられなかったため、効果検証については介入群の前後比較（case series）のデザインで行った。

教員向け研修：これは研究推進校の教員の他、高校については自治体内のすべての公立校の教員を対象に行った。また学校内での役割や基礎知識の違いを考え、一般教員向けのプログラムのほか、校長などの管理職向けプログラム、養護教諭向けプログラムの3種類のプログラムを作成。新型コロナウイルス感染拡大の状況を考慮し、管理職向けおよび養護教諭向けのプログラムについては効果検証のための質問紙調査も含めてオンラインで実施した。また全てのプログラムは、報告者が作成した音声解説付きパワーポイント（途中にアニメ動画2本を含む、全体で50分前後）を視聴する形で行った。プログラムの内容には、精神疾患の生涯有病率の高さ（5人に1人の割合）、10代でその発症が増加すること、子供からの援助希求を待つのでは不十分であり教員側からの声掛けが重要であること、障害の深刻化を防ぐための早期対応の重要性、うつ病・統合失調症・不安症などの主な精神疾患の症状や特徴、自殺リスクの発見と対応のための基礎知識、保護者との連携のあり方などを含めた。なお、研修用動画にどの内容を含め、特にどの点に重点を置くべきかを検討するため、世界各国での教員向けプログラムの効果検証研究に関するシステマティックレビュー、および日本の高校教員の精神保健リテラシーレベルの検討を、作成前に実施した。

保護者向け研修：研究推進校に指定されている公立中学8校、県立高校5校に新たに入学する生徒の保護者を対象に実施した。具体的には、入学予定者（新入生）の保護者を対象に、入学説明会または入学式で、報告者が作成した音声解説付きパワーポイントおよびアニメ1本からなる動画を視聴してもらい、その前後で効果測定のための質問紙をオンラインで実施した。動画には、1) 精神疾患・精神不調が国民の2割と高頻度に及び、かつどのような子供にも起こりえること、2) 10代でその発症が大きく増加すること、3) 子供から相談を受けた場合の話の聞き方、4) 親からの声掛けの重要性の4点を内容として盛り込んだ。

なお教員向け研修、保護者向け研修いずれにおいても、パワーポイントは報告者がまず予備的

に作成し、学校での実施に適した形での修正を教育委員会および報告者の研究室のメンバーとともにいった。音声での解説は報告者が行い録画・録音した。またアニメについては、報告者の研究室で養護教諭らと作成した、子供むけ精神保健リテラシー授業で使用するアニメ(教員向けは2本、保護者向けは1本)を用いた。これらのアニメは教員・保護者のいずれにも必要な内容をカバーし、かつ子供にも理解できる分かりやすさを備え、大人の視聴にも十分たえるレベルのものである。

4. 研究成果

教員の精神保健リテラシー研修：上述の通りこれは、管理職用と一般教員用、および養護教諭用の3種類を作成し、教育委員会と協力関係のある自治体の中学と高校の教員を対象に研修プログラムの視聴と、視聴前後での質問紙への記入を行ってもらった。研修プログラムは、動画を組み込んだパワーポイントで作成、音声での解説を加え、教員各自でも職員会議等でも視聴が可能なものを作成した(視聴の所要時間は40 - 50分)

合計で管理職(基本的に校長)100人余り、一般教員が800人余り、養護教諭1000余りが視聴した。前後のアンケートについては、現在、効果検証に向けたデータ入力を完了し、実際の統計解析を進めている段階である。

保護者向けの精神保健リテラシー研修：研修動画のもととなるパワーポイントの予備版をまず作成、入学説明会や入学式での実施に支障がないか等を検討修正のうえ、2022年度に公立中学または公立高校に入学する生徒の保護者を対象に実施した。また効果測定のためのアンケート調査を実施の直前・直後に実施した(公立中学6校、公立高校5校の入学説明会または入学式で実施ができた)。視聴そのものは学校の説明業務の一環として、ほぼ全ての保護者に参加してもらったが、研究協力への同意も視聴した保護者の9割近くから得られ、参加者は1000名を超えた。

今回の研究の強みと今後の展望：今回の研究の強みは、教員、保護者ともに、これまで余り例のない大きな対象規模となっていることである。また参加率も高く、教員、保護者全体での精神保健リテラシーの実態と、教育プログラムの効果を検討することが可能と考えられることである。特に保護者では、これまでは海外でも、比較的小規模の、参加率も明確でない研究がほとんどだったことを考えると、今回の研究は画期的な前進であったと考えられる。また、同じ学校で生徒、教員、保護者の3者に精神保健リテラシー教育を行ったことも画期的である。全体のリテラシーの向上によって、子供の不調への実際の気づきと対応が、今後どのように変わっていくかを検討することは、極めて重要な課題である。

なお今回は対照群を設けることができなかった。効果検証のレベルを上げるため、今後はこの点についても検討していく必要がある。また今回得られる解析結果を参照しながら、プログラム内容をさらに改善していくも今後の課題である。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計14件（うち査読付論文 10件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 9件）

1. 著者名 山口智史, 佐々木司	4. 巻 60(3)
2. 論文標題 教育現場にエビデンスに基づく実践を広めるためには何をすればよいか.	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 学校保健研究	6. 最初と最後の頁 150-153
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -
1. 著者名 山口智史, 西田明日香, 小川佐代子, 東郷史治, 佐々木司	4. 巻 10(1)
2. 論文標題 教員が生徒の不安・抑うつ症状に気づく力を調査した研究の系統的レビュー.	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 不安症研究	6. 最初と最後の頁 45-53
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -
1. 著者名 Yamaguchi Satoshi, Foo Jerome C., Nishida Asuka, Ogawa Sayoko, Togo Fumiharu, Sasaki Tsukasa	4. 巻 14
2. 論文標題 Mental health literacy programs for school teachers: A systematic review and narrative synthesis	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 Early Intervention in Psychiatry	6. 最初と最後の頁 14 ~ 25
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1111/eip.12793	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -
1. 著者名 Ojio Yasutaka, Foo Jerome C., Usami Satoshi, Fuyama Taruto, Ashikawa Megumi, Ohnuma Kumiko, Oshima Norihito, Ando Shuntaro, Togo Fumiharu, Sasaki Tsukasa	4. 巻 13
2. 論文標題 Effects of a school teacher-led 45-minute educational program for mental health literacy in pre-teens	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 Early Intervention in Psychiatry	6. 最初と最後の頁 984 ~ 988
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1111/eip.12746	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Sugimoto Noriko, Nishida Atsushi, Ando Shuntaro, Usami Satoshi, Toriyama Rie, Morimoto Yuko, Koike Shinsuke, Yamasaki Syudo, Kanata Sho, Fujikawa Shinya, Furukawa Toshiaki A., Sasaki Tsukasa, Hiraiwa Hasegawa Mariko, Kasai Kiyoto	4. 巻 53
2. 論文標題 Use of social networking sites and desire for slimness among 10 year old girls and boys: A population based birth cohort study	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 International Journal of Eating Disorders	6. 最初と最後の頁 288 ~ 295
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1002/eat.23202	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 曾敬茹、山口智史、佐々木司	4. 巻 61(3)
2. 論文標題 東アジアの学校における保健教育の現状.	5. 発行年 2020年
3. 雑誌名 学校保健研究	6. 最初と最後の頁 175
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 山口智史、西田明日香、小川佐代子、小塩靖崇、東郷史治、佐々木司	4. 巻 61(1)
2. 論文標題 学校教員を対象としたメンタルヘルスリテラシー教育プログラムの効果検証：パイロットスタディ.	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 学校保健研究	6. 最初と最後の頁 7-13
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 佐々木司	4. 巻 825
2. 論文標題 睡眠と心	5. 発行年 2019年
3. 雑誌名 健康教室	6. 最初と最後の頁 24-27
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 山口智史、佐々木司	4. 巻 33
2. 論文標題 医学以外の分野でのエビデンスに基づく実践の広がりと限界：教育を例に.	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 精神科	6. 最初と最後の頁 29-33
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

1. 著者名 Kutcher S, Sasaki T, Wei Y	4. 巻 60
2. 論文標題 Mental health literacy and schools : effectively applying a similar model to help build good youth mental health outcomes in Japan and Canada.	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 Japanese Journal of School Health	6. 最初と最後の頁 141-146
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 松隈誠矢、山口智史、西田明日香、日下桜子、小塩靖崇、東郷史治、佐々木司.	4. 巻 63
2. 論文標題 教員実施の短時間型精神保健リテラシープログラムを1学年357名に一斉授業した時の効果の検証	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 学校保健研究	6. 最初と最後の頁 233-242
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) なし	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 Yamaguchi Satoshi, Foo Jerome Clifford, Kitagawa Yuko, Togo Fumiharu, Sasaki Tsukasa	4. 巻 21
2. 論文標題 A survey of mental health literacy in Japanese high school teachers	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 BMC Psychiatry	6. 最初と最後の頁
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1186/s12888-021-03481-y	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 北川 裕子、佐々木 司	4. 巻 63
2. 論文標題 精神不調アセスメントツール (RAMPS) を活用した高校生の自殺予防の実践例	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 学校保健研究	6. 最初と最後の頁 83～90
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.20812/jpnjshhealth.63.2_83	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 Ueda Junya, Yamaguchi Satoshi, Matsuda Yasuhiro, Okazaki Kosuke, Morimoto Tsubasa, Matsukuma Seiya, Sasaki Tsukasa, Kishimoto Toshifumi	4. 巻 12
2. 論文標題 A Randomized Controlled Trial Evaluating the Effectiveness of a Short Video-Based Educational Program for Improving Mental Health Literacy Among Schoolteachers	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 Frontiers in Psychiatry	6. 最初と最後の頁
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3389/fpsy.2021.596293	査読の有無 無
オープンアクセス オープンアクセスではない、又はオープンアクセスが困難	国際共著 -

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	大沼 久美子 (Ohnuma Kumiko) (00581216)	女子栄養大学・栄養学部・教授 (32625)	
研究分担者	渡辺 慶一郎 (Watanabe Keiichiro) (10323586)	東京大学・相談支援研究開発センター・准教授 (12601)	
研究分担者	布山 毅 (Fuyama Tsuyoshi) (10336654)	東京藝術大学・大学院映像研究科・教授 (12606)	

6. 研究組織（つづき）

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究分担者	高野 明 (Takano Akira) (50400445)	東京大学・相談支援研究開発センター・准教授 (12601)	
研究分担者	大島 紀人 (Ooshima Norihito) (70401106)	東京大学・相談支援研究開発センター・講師 (12601)	
研究分担者	三木 とみ子 (Miki Tomiko) (80327957)	女子栄養大学・栄養学部・客員教授 (32625)	

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関