様　式　Ｃ－１９、Ｆ－１９－１、Ｚ－１９　（共通）

科学研究費助成事業　　研究成果報告書

令和　４ 年　６ 月　２ 日現在

機関番号：２４６０１
研究種目：若手研究
研究期間：2020～2021
課題番号：２０Ｋ１３９７８

研究課題名（和文）メンタルヘルスリテラシーに関する教員教育方法の確立

研究課題名（英文）Examination of school teacher education methods regarding mental health literacy

研究代表者
盛本　翼（Morimoto, Tsubasa）

奈良県立医科大学・医学部・助教

研究者番号：９０６１３７９５

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費）　　1,000,000円

研究成果の概要（和文）：学校教員を対象にDVD教材を用いたメンタルヘルス・リテラシー教育を実施し、精神疾患に関する知識やスティグマ、精神症状をもつ生徒を支援する意欲に変化が生じるかを検討した。参加者を50分間のメンタルヘルスに関する動画を視聴する介入群（n=49）と、その間、待機する対照群（n=43）とに無作為に割りつけた。結果、介入群では対照群と比較して、精神疾患に関する知識と、うつ病の生徒を支援する意欲が有意に向上した。一方で、精神疾患に対するスティグマは、有意に低減しなかった。

研究成果の学術的意義や社会的意義
短時間の映像教材によるメンタルヘルス・リテラシー教育が、学校教員の精神疾患に関する知識のみならず、精神的不調を来す生徒を援助する意欲を向上させた。このことは、学校における生徒へのメンタルヘルス・リテラシー教育に先立って、教員にメンタルヘルス・リテラシー教育を行うことの有用性を示唆している。一方で、精神疾患に対するスティグマは低減しなかったため、新たな介入方法を模索する必要があると考えられる。

研究成果の概要（英文）：We provided DVD-based educational program comprised a 50-min video lesson designed to improve school teachers’ mental health literacy. We randomly assigned participants to an educational group (n = 49) and a waitlist control group (n = 43). As a result, the educational group showed a greater improvement in knowledge regarding mental health than did the control group and showed an increased intention to assist students with depression. On the other hand, the program was not effective for decreasing stigma toward mental illness.

研究分野：精神医学

キーワード：メンタルヘルス・リテラシー　教育　精神疾患　スティグマ　学校

※科研費による研究は、研究者の自覚と責任において実施するものです。そのため、研究の実施や研究成果の公表等については、国の要請等に基づくものではなく、その研究成果に関する見解や責任は、研究者個人に帰属します。

１．研究開始当初の背景

厚生労働省の報告によると、うつ病や統合失調症などの精神疾患による自殺比率は、とりわけ若年層で高く、精神疾患を有する総患者数は増加傾向にある。精神疾患はそのおよそ半数が 10 代に始まるとされている一方で、若者の多くは精神的不調時に援助や支援を受けようとしない（Gulliver A et al.,2010)。そのため、適切な支援や対応がされないまま経過し、社会生活が大きく障害されることがしばしばある。

思春期の児童・生徒を対象とした精神的不調とその対処方法に関する教育（すなわちメンタルヘルス・リテラシー教育）は、精神疾患に対する知識を向上させることで、無知・偏見・差別（これらを合わせてスティグマという）を軽減させ、精神疾患の早期発見・支援を促進させるといわれている。学校は、子どもが一日の多くの時間を過ごす場所であり、思春期の子どもの精神保健対策を行うには絶好の環境である（McGorry PD et al., 2010)。WHO もすべての生徒・教職員に対して精神疾患の知識啓発を実施することを提案しており、海外では既に学校でメンタルヘルス・リテラシー教育が開始されている。しかし、本邦では現時点で、文部科学省指定のカリキュラムには含まれていない。平成 29 年の自殺総合対策の重点施策のなかに「子ども・若者の自殺対策を更に推進する」といった項目が盛り込まれ、「困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付けるための教育（SOS を出し方に関する教育)」の実施が通知された。また、平成 30 年に発表された高等学校学習指導要領の保健体育教科においても、「精神疾患の予防と回復」と題して、精神保健教育に関するより積極的な教育内容が盛り込まれたことで、今後は本邦の学校でもメンタルヘルス・リテラシー教育の必要性が高まると予想される。

しかし、精神保健医療の専門職でない教員がメンタルヘルス・リテラシー教育プログラムを実施するには課題もある。たとえば、ほとんどの教員は思春期の精神保健に関する専門的な教育は受けておらず、精神疾患とその対処についての理解の個人差は少なくない（小塩ら，2016)。メンタルヘルス・リテラシーは 5 つの要素（①精神疾患を予防する手段の知識、②精神疾患が生じていることを認識する能力、③援助希求という選択肢と利用可能な治療に関する知識、④軽い症状に対する自助戦略の知識、⑤精神障がいを生じている人に対する応急処置のスキル）（Jorm, 2012）によってスティグマを軽減するよう設計されているといわれている。実際に、教員へのメンタルヘルス・リテラシー教育によって生徒が抱く援助希求へのネガティブな態度を緩和させる（内田ら,2016）ことが報告されているように、学校教員がメンタルヘルス・リテラシー教育を受けることは、児童・生徒に対して正の影響（例えば、精神疾患の早期発見・支援など）を及ぼす可能性があり、生徒へのメンタルヘルス・リテラシー教育の開始に先立って確立されるべきものと考えられた。

２．研究の目的

本研究の目的は、学校教員を対象に DVD 教材を用いたメンタルヘルス・リテラシー教育を実施し、精神疾患に関する知識やスティグマ、精神疾患を持つ生徒を援助する意欲が変化するかを検討することである。これらが明らかになれば、今後のメンタルヘルス・リテラシー教育における問題点が浮き彫りとなり、教員に対する適切なメンタルヘルス・リテラシー教育を確立するには、どのような分野を重点的に教育するべきかが明らかになる。海外では、教員へのメンタルヘルス・リテラシー教育によって、適切な支援をする自信が改善するという報告（Jorm AF et al., 2010）が存在するが、本邦におけるメンタルヘルス・リテラシー教育は、各地での孤発的な取り

組みしか存在せず、教員を対象とした研究は2件しか存在しない。その2件についても、前後比較試験であり、無作為ランダム化比較対照試験（Randomized Controlled Trial：以下RCT）はこれまでに存在しない。このため、市販されているメンタルヘルス・リテラシー関連の成書やツールキットについては、その効果が科学的に証明されたものではない。教員が専門家の講演や先輩教員からメンタルヘルス・リテラシー教育を受けることも可能であるが、内容が不均質であり、教育を受ける時間や場所が限定されるという問題点があり、どのような教育が教員の自信に繋がるかについて、結論は得られていない。

３．研究の方法

（1）対象

研究参加を希望した学校の教員を対象とした。すべての教員は、所属する学校や性別に関係なく参加できた。除外基準は、インフォームド・コンセントの提供の拒否と同意の撤回とした。

（2）研究デザイン

参加に同意した教員は、1：1の比率が使用された介入群（DVD教材による介入を受ける群）または対照群（介入群がプログラムを完了するのを待つ群）のいずれかにランダムに割り当てられた。 割り当ては、コンピューターで生成された乱数表を使用して実行された。 ランダム化は、性別と年齢（<37、≥37 歳）によって層別化された。介入を提供する者はランダム化手順に関与しなかったが、参加者に介入状況を盲検化することは不可能であった。データ収集、データ入力、統計解析を行った者は、グループの割り当てを知らされなかった。

（3）介入方法

介入には、約50分のアニメ動画（山口，2019）が用いられた。ここには、精神疾患の疫学、子供と青年の間で最も一般的な精神疾患、精神疾患の臨床症状（うつ病、パニック障害、統合失調症、摂食障害、アルコール使用など）、援助希求の重要性と必要性、援助希求してきた学生への対応方法、学校と医療機関の連携手段に関する内容が含まれた。

（4）評価方法

参加者は社会人口統計学的特性に関する自己申告アンケートに回答し、プログラムの前後に、メンタルヘルスの知識に関するアンケートと、精神疾患をもつ人との経験や行動の意図（日本語版Reported and Intended Behaviour Scale：以下RIBS-J）に回答した。

（5）解析方法

解析には、R version 3.5.1 (lmerTest/ lme4/ simr package)を用いた。ベースラインの社会人口統計学的特性について、年齢、経験年数、RIBS-Jはt検定を用いて、性別、これまでのメンタルヘルスに関する研修会の参加経験の有無は χ2 検定を用いて 2 群を比較した。主要アウトカムについて、評価質問票はA-Eの5つのドメイン［(A) メンタルヘルス/病気に関する一般的な知識、(B) 特定の精神疾患（うつ病、パニック障害、統合失調症）を認識する能力、(C) 抑うつ症状のある生徒に対する態度（うつ病のスティグマスケール）、(D) 抑うつ症状のある生徒を支援する意図、(E) メンタルヘルス関連のスティグマ（RIBS-J）に関する行動］で構成された。各ドメインについて、A、C、D、Eは線形混合モデル、Bはロジスティック回帰分析で解析された。

４．研究成果

合計4つの学校を訪問し、介入を実施した。92人の参加者（介入群49人、対照群43人）に

ついて、人口統計学的特徴（性別、年齢、勤続年数）や、メンタルヘルスに関する研修会の参加経験、精神疾患のある人との関わりの経験、メンタルヘルス関連のスティグマ（RIBS-J の過去のドメインを使用して測定）において、両群で有意差はみられなかった（表 1）。

表 1．ベースライン時の人口統計学的特徴

		介入群 (n=49) 平均値（標準偏差）	対照群 (n=43) 平均値（標準偏差）	*t* or χ^2	*p*
年齢		41.6 (13.5)	40.8 (12.5)	*t*(90)=.29	0.77
性別	男性	28	26	χ^2=.10	0.83
	女性	21	17	df=1	
勤続年数		16.5 (12.2)	15.9 (12.4)	*t*(90)=.21	0.84
メンタルヘルス研修会への参加経験	あり	23	23	χ^2=.39	0.68
	なし	26	20	df=1	
精神疾患を持つ人と直接関わった経験	あり	30	29	χ^2=.61	0.51
	なし	19	13	df=1	
RIBS-J 過去のドメイン [a), b)]		1.1 (1.1)	1.0 (1.1)	*t*(75)=.47	0.64

[a)] RIBS-J: Japanese version of the Reported and Intended Behavior Scale; [b)] n (介入群) =39, n (対照群) =37

主要アウトカムに関する結果を、表 2 に示した。（ドメイン A）メンタルヘルス/病気に関する一般的な知識、（ドメイン B）特定の精神障害（うつ病、パニック障害、統合失調症）を認識する能力、（ドメイン D）抑うつ症状のある生徒を支援する意図については、介入群において対照群と比較して有意な改善がみられた。一方で、（C）抑うつ症状のある生徒に対する態度（うつ病のスティグマスケール）と（E）メンタルヘルス関連のスティグマ（RIBS-J）については、群間の有意差はみられなかった。

結果をまとめると、50 分間の DVD 視聴によるメンタルヘルス・リテラシー教育を RCT で学校教員に行った結果、介入群では対照群と比較して、有意に精神疾患に関する知識とうつ病の生徒を支援する意欲が向上した。

今回の研究方法は、実施者のスキルに関係のない均一な介入を保証し、教師がいつでもどこでも好きなときに受講できるのが長所である。一方で、精神疾患に対するスティグマは有意に低減しなかった。スティグマ低減のためのレビュー（Morgan et al, 2018）によると、接触介入、講義、ビデオなどのさまざまなタイプが過去に検討されているが、どの介入方法が最適かは結論付けることはできておらず、今後も検討していく必要があることが分かる。

表2．従属変数の変化(domain A, B, C, D, E)

			domain A	domain C	domain D	domain E	domain B	Q1	Q2	Q3
前	介入		9.7 (3.42)	12.2 (0.36)	46.8 (7.27)	12.7 (3.16)		51.0	77.6	30.6
	対照	平均	10.4 (3.67)	12.8 (0.38)	45.4 (6.47)	13.7 (3.02)	Proportion	44.9	75.5	22.4
後	介入	(標準偏差)	15.6 (2.60)	13.2 (0.36)	53.8 (6.23)	13.5 (3.11)	(%)	89.8	93.9	75.5
	対照		10.6 (3.80)	13.0 (0.38)	45.7 (6.95)	13.2 (3.13)		46.9	73.5	24.5
Fixed Effects:			Regression coefficients (95% confidence intervals)					Odds ratio (95% confidence intervals)		
Intercept		γ_{00}	10.40***	12.77***	45.4***	13.16***	exp(γ_{00})	1.11	20.85**	0.09**
			(9.39, 11.40)	(12.02, 13.51)	(43.36, 47.38)	(12.15, 14.17)		(0.18, 6.79)	(4.82, 228.24)	(0.01, 0.40)
Group		γ_{01}	-0.68	-0.56	1.44	-0.50	exp (γ_{01})	1.09	0.38	1.92
			(-2.06, 0.70)	(-1.58, 0.46)	(-1.31, 4.19)	(-1.91, 0.91)		(0.10, 13.11)	(0.05, 2.06)	(0.26, 18.10)
Post-test		γ_{10}	0.21	0.21	0.37	0.11	exp(γ_{10})	1.36	0.75	1.31
			(-0.60, 1.02)	(-0.50, 0.92)	(-1.15, 1.90)	(-0.57, 0.78)		(0.29, 7.05)	(0.15, 3.37)	(0.30, 6.17)
Group × Post-test interaction		γ_{11}	5.65***	0.77	6.67***	0.69	exp(γ_{11})	111.95**	11.11*	47.88**
			(4.54, 6.75)	(-0.21, 1.75)	(4.58, 8.75)	(-0.26, 1.63)		(8.62, 3514.08)	(1.28, 147.31)	(5.30, 813.04)
Cohen's d			1.60	0.30	0.97	0.10		-	-	-
Random effects:			Residuals							
Time (Level 1)		var(r_{ti})	3.64	2.86	12.97	2.20		-	-	-
Teacher (Level 2)		var(μ_{0i})	7.79	3.40	32.52	7.68		15.71	4.49	9.57

Edu: education group; Con: control group; SD: standard deviation. *p < .05; **p < .01; ***p < .001.

５．主な発表論文等

〔雑誌論文〕　計6件（うち査読付論文　4件／うち国際共著　0件／うちオープンアクセス　1件）

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 1～9
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.3389/fpsyt.2021.596293	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 Ojio Yasutaka、Mori Ryoichi、Matsumoto Kazunori、Nemoto Takahiro、Sumiyoshi Tomiki、Fujita Hirokazu、Morimoto Tsubasa、Nishizono‐Maher Aya、Fuji Chiyo、Mizuno Masafumi	４．巻 15
２．論文標題 Innovative approach to adolescent mental health in Japan: School‐based education about mental health literacy	５．発行年 2020年
３．雑誌名 Early Intervention in Psychiatry	６．最初と最後の頁 174～182
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.1111/eip.12959	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 盛本 翼	４．巻 63
２．論文標題 特集 サイコーシスとは何か-概念,病態生理,診断・治療における意義　サイコーシスと薬物療法	５．発行年 2021年
３．雑誌名 精神医学	６．最初と最後の頁 381～386
掲載論文のDOI（デジタルオブジェクト識別子） 10.11477/mf.1405206301	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 廣田直也、紀本創兵、岸本直子、西佑記、本多将人、井上慶一、永野龍司、盛本翼、岸本年史	４．巻 37
２．論文標題 奈良県立医科大学精神医療センターにおける隔離・身体拘束の実態調査	５．発行年 2020年
３．雑誌名 精神科	６．最初と最後の頁 440～447
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 原田泉美、松田康裕、盛本翼、上田淳哉、山内孝之、水野龍司、井上慶一、大塚紀朗、岸本年史	４．巻 37
２．論文標題 当院のリワークプログラム参加者における復職に関連する因子の検討	５．発行年 2020年
３．雑誌名 精神科	６．最初と最後の頁 320～330
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 盛本翼、岸本年史	４．巻 46
２．論文標題 【脳科学と精神療法】認知機能リハビリテーションによる脳機能・形態変化	５．発行年 2020年
３．雑誌名 精神療法	６．最初と最後の頁 455～459
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 －

〔学会発表〕　計2件（うち招待講演　0件／うち国際学会　0件）

１．発表者名 盛本翼
２．発表標題 ARMS症例から学ぶ～早期介入の灯火を目指して（シンポジウム）～行為障害で措置入院となったAPSの一例
３．学会等名 第24回日本精神保健・予防学会
４．発表年 2021年

１．発表者名 盛本翼
２．発表標題 奈良県立医科大学精神医療センターにおける行動制限の実態調査（一般演題）
３．学会等名 第24回日本精神保健・予防学会
４．発表年 2021年

〔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

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