

令和 6 年 9 月 17 日現在

機関番号：34311

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2018～2023

課題番号：18K10294

研究課題名(和文) ICTを活用したうつ病者家族支援システムの構築と評価

研究課題名(英文) Building and Evaluating a Family Support System for Depression Patients Utilizing ICT

研究代表者

木村 洋子 (Kimura, Yoko)

同志社女子大学・看護学部・准教授

研究者番号：40280078

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 1,700,000円

研究成果の概要(和文)：2005年以降、うつ病性障害の診断件数が増加した。多くのうつ病者が働き盛りであり、家庭内でも重要な役割を果たしている。そのため、家族も高いストレスを感じ、家族機能の不全等が報告されている。うつ病者や家族を対象とした心理教育プログラムは日常生活の困難や家族機能、精神的健康を改善し、うつ病者の活動時間や気分が向上し、復職準備性も高めることができる。ICTを利用した支援システムは、居住地や時間の制約を受けずに支援が可能で、従来の対面型支援の制約を克服できると期待されるが、新型コロナウイルス等の影響で実施・評価は至らなかった。今後、ICTを活用した支援システムが新しい支援の形として期待されると考えている。

研究成果の学術的意義や社会的意義

うつ病は再発率が高く、患者とその家族に大きな負担をもたらす。うつ病者や家族を対象とした心理教育プログラムは日常生活の困難や家族機能、精神的健康を改善し、うつ病者の活動時間や気分が向上し、復職準備性も高めることができる。ICTを利用した支援システムは、居住地や時間の制約を受けずに支援が可能で、従来の対面型支援の制約を克服して、ICTを活用した支援システムが新しい支援の形として期待されると考えている。

研究成果の概要(英文)：Since 2005, the number of diagnoses of depressive disorders has increased. Many people with depression are in their prime working years and play important roles in their families. As a result, their families experience high levels of stress, and dysfunctions in family functions have been reported. Psychoeducational programs targeting depressed individuals and their families can improve daily life difficulties, family functions, and mental health, enhance the activity time and mood of the depressed individuals, and increase their readiness for returning to work. ICT-based support systems can provide support without restrictions of location or time, overcoming the limitations of traditional face-to-face support. However, due to the impact of COVID-19 and other factors, implementation and evaluation have not progressed. It is expected that ICT-based support systems will become a new form of support in the future.

研究分野：精神看護学

キーワード：うつ病 家族 支援プログラム ICT

## 1. 研究開始当初の背景

### 1) うつ病の急増と関連する諸問題

うつ病性障害を含む気分障害の患者数は、2005年以降急激に増加している。2008年度には100万人を突破し、2014年度には111.6万人に達している。特に、2004年のWHO(World Health Organization)が発表した「The Global Burden of Disease」では、うつ病があらゆる疾患の中で第3位に位置づけられており、2030年にはすべての年齢層と性別において第1位になると予測されている。

さらに、うつ病性障害による社会的・経済的損失も深刻です。国立社会保障・人口問題研究所の報告によると、うつ病に関連する疾病費用は2008年度時点で約3兆円に達しており、その影響は他の慢性疾患（例：高血圧や糖尿病）を上回る可能性が示されている。こうした背景から、うつ病は単に個人の健康問題に留まらず、社会全体に多大な影響を及ぼす疾患として捉えられるべきだと考えられる。

### 2) うつ病患者家族の特徴と課題

うつ病の影響は、当事者だけでなくその家族にも及ぶ。うつ病性障害の年齢分布を見ると、35歳から64歳の働き盛りの世代が57.3%を占めており、家庭でも社会でも中核的な役割を担っている。この年代の人々がうつ病に罹患すると、家族は日常的な支援を求められ、その負担は非常に大きくなると考えられる。研究によれば、うつ病患者家族は非常に高いストレス状態にあり、家庭内での機能不全に陥りやすいことが報告されている(Coyne, 1987; Keitner, 1986)。具体的には、家族内でのコミュニケーションや問題解決能力が低下し、家族全体が心理的に困難な状況に陥ることが多い。そのため、うつ病患者本人のみならず、家族に対する支援が急務だと考えられる。

### 3) うつ病患者家族を対象とした心理教育プログラムの必要性

本研究者は、うつ病患者家族が日常生活で経験する困難な出来事を明らかにするため、インタビュー調査を実施した(木村, 2008)。その結果、家族が経験する困難な出来事として、以下の項目が明らかとなった：

- ・うつ病としての症状
- ・家族への依存
- ・家族の日常生活への影響
- ・うつ病と診断されたこと
- ・治療に対するアドヒアランスの低さ
- ・対応の仕方がわからない

これらの困難を軽減するため、うつ病患者家族を対象とした心理教育プログラムを開発した。このプログラムでは、家族のうつ病患者理解を深めるだけでなく、家族自身の自己理解を促すことも重視している。プログラムの効果は、「うつ病患者家族困難性尺度」や「FAD(家族機能評価)」などの評価指標を通じて検証され、特にコミュニケーション能力の改善が見られた。

## 2. 研究の目的

本研究の目的は、従来の対面型の心理教育プログラムをICT(Information and Communication Technology)を活用した家族支援システムへと拡張することである。このシステムを通じて、これまで地理的・時間的制約から十分な支援を受けられなかった家族にも、幅広い地域でケアを提供することが可能になると考えられる。具体的には、うつ病の症状、治療、再発予防についての情報提供や、家族自

身の精神的健康をサポートすることを目指す。本システムの導入により、うつ病患者家族はどこにいても、インターネットを通じて支援を受けることができ、家庭や仕事のスケジュールに合わせた柔軟なプログラム参加が可能となる。これにより、家族がより積極的に患者支援に関わることができ、患者自身の治療効果や生活改善にも貢献できると考えられる。

### 3. 研究の方法

#### 1) ICT 導入における先行研究の分析

ICT を活用した看護実践について、医中誌 WEB を用いて「ICT 活用」「支援」「原著」「看護」をキーワードとして文献検索を行い、42 件の研究をレビューした。分析の結果、ICT を活用するには以下の要件が重要であることを明らかにした：

- ・ マルチデバイス方式であること
- ・ メール等での日程調整が必要であること
- ・ 繋がる安心感を提供できること
- ・ マニュアルと整備すること

これらの知見を基に、うつ病者家族を対象とした ICT 支援システムの設計を進めた。

#### 2) ICT 家族支援システムに必要な機能

家族支援システムを構築する上で、以下の 5 つの機能を重要視した：

- ・ 双方向性を備えていること（相互作用実現性）：リアルタイムのコミュニケーションが可能であり、家族が気軽に支援を受けられること。
- ・ 高いセキュリティ機能（安全性）：個人情報保護の観点から、安心して利用できるセキュリティ対策が講じられていること。
- ・ アクセスのしやすさ（簡便性）：パソコンやスマートフォンから簡単にアクセスでき、技術的な負担が少ないこと。
- ・ 日程調整機能（調整機能）：メールやカレンダーを活用して、参加者のスケジュールに合わせた支援が行えること。
- ・ 負担可能な範囲でのランニングコスト（低コスト）運用：長期的に活用できるよう、低コストで運用可能なシステム設計であること。

#### 3) 家族支援システムの構築

これらの要件を満たすため、WEB 制作専門家と協力し、ICT 家族支援システムを設計した。特に、家族が時間や場所に縛られずにプログラムに参加できるよう、マルチデバイス対応とリアルタイムでの支援提供を重視した。また、セキュリティ面では、個別パスワードによる参加管理や暗号化技術の導入を行なっている。

### 4. 研究成果

#### 1) 家族教室のホームページ設置

うつ病者家族を対象とした家族教室のホームページ (<https://family-care-nursing.net>) を設置した。このホームページでは、ICT を活用した家族支援プログラムの概要や、実施回数、参加方法を紹介している。さらに、メール受信機能やカレンダー機能により、プログラム参加の日程調整が簡便に行

える仕組みを導入した。今後は、多くの家族にこのプログラムを提供し、システムの機能拡張や支援内容の充実を図り、継続的な評価を実施していく予定である。

5. 主な発表論文等

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

1. 著者名 木村洋子 田嶋長子	4. 巻 72
2. 論文標題 ICTを活用したうつ病者家族支援システムの試作	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 同志社女子大学 学術研究年報	6. 最初と最後の頁 113-116
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 -

〔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 木村洋子 田嶋長子
2. 発表標題 ICTを活用したうつ病者家族の支援システムの構築
3. 学会等名 日本うつ病学会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 木村洋子 田嶋長子 鈴木祐典
2. 発表標題 うつ病者家族支援におけるICT活用に関する文献レビュー
3. 学会等名 日本うつ病学会
4. 発表年 2019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
研究分担者	田嶋 長子  (Tajima Nagako)  (60150992)	大阪府立大学・看護学研究科・教授    (24403)	

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
---------	---------