

令和 6 年 6 月 17 日現在

機関番号：82611

研究種目：若手研究

研究期間：2021～2023

課題番号：21K17615

研究課題名(和文) 運動競技選手におけるメンタルヘルス疫学調査とスクリーニング法に関する研究

研究課題名(英文) Developing Mental Health Screening Tools in Japanese Elite Athletes

研究代表者

小塩 靖崇 (Ojio, Yasutaka)

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター・精神保健研究所 地域精神保健・法制度研究部・研究員

研究者番号：10807085

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)：本研究は、日本のアスリートにおけるメンタルヘルス症状や障害の実態を明らかにすることを目的とした。男性ラグビー選手のメンタルヘルス不調の実態とその要因を明らかにし、アスリート特有のメンタルヘルスケアニーズに対応するための基盤を築いた。特に、COVID-19による環境変化でのメンタルヘルス状態との関連、専門家の支援が必要な一群の存在を示した。これらの知見は、国内スポーツ組織における体系的なケアシステムの必要性を示唆するものであった。アスリートに特化したメンタルヘルス症状評価尺度やスクリーニングツール、教育ガイドを複数開発・評価し、その有用性を確認した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

日本においては、スポーツ界全体でメンタルヘルス研究やケアシステムの開発が非常に遅れている。本研究は、この課題の当事者であるアスリートやスタッフと協働で、ケアシステム開発に必要なツール等を複数開発した。その過程で、国際標準のメンタルヘルス症状評価尺度やスクリーニングツール、教育ガイドが日本においても有用であることを確認した。また、アスリートと共に立ち上げたメンタルヘルス啓発プロジェクトである「よわいはつよいプロジェクト」などの活動を通じて、スポーツ界やその隣接領域である学校教育や産業界等のメンタルヘルス課題に対する社会的認識の向上と、教育・研修プログラムの開発・普及に貢献している。

研究成果の概要(英文)：The present study aimed to understand the prevalence and factors associated with mental health symptoms and illnesses in Japanese elite athletes. It specifically focused on male rugby players, revealing the extent of mental health symptoms and their factors. Their findings contribute to developing a foundation for addressing athletes' specific mental health care needs. It highlighted the impact of environmental changes due to COVID-19 on mental health and identified a subgroup requiring professional intervention. These findings suggest a systematic care system within a highly competitive sports setting is also necessary. Additionally, the current study developed and validated several mental health assessment scales, screening tools, and educational guides tailored for athletes, confirming their efficacy.

研究分野：応用健康科学

キーワード：メンタルヘルス アスリート スポーツ 行動変容 健康教育 ラグビー

1. 研究開始当初の背景

精神疾患は全疾患中で最大の社会コストを占め、一般人口での生涯有病率は18~36%に及ぶ。不安や抑うつ、心理的苦痛を含めるとさらに増加する。さらに、COVID-19の感染拡大の中、メンタルヘルス課題は拡大・深刻化した。一方で、精神疾患を含めメンタルヘルス不調・障害についてその予防や早期発見・介入の有効な策は確立されていない状況にある。そのようなメンタルヘルス課題と支援策の検討において、特に見過ごされてきたのがスポーツ界である。国際的に著名なアスリートがメンタルヘルス不調と治療の経験を告白したことを機に、欧米諸国で調査が開始され、アスリートでもメンタルヘルス問題が高頻度に発生することが明らかにされ、またその多くが支援に繋がっていない事実が報告された(小塩ら, 2020)。具体的には、少なくとも3割のアスリートがうつや強い不安を経験し、そのうち7~10%がうつ病や不安障害などのメンタルヘルス障害を経験していた(Reardon, et al. 2019)。日本の実態は、研究代表者らがラグビー選手を対象にした調査で、海外と同程度の発生率であることを報告した(Ojio et al. 2021)。

国際オリンピック委員会 (IOC) は、アスリートのメンタルヘルス支援の必要性を訴え、教育・医療・研究への投資を求める声明を発表している(Reardon, et al. 2019)。これを受け、英国・豪国の国立スポーツ機関は、アスリートへのメンタルヘルス支援や医療サービス整備、研究開発を急速に進め(Rice et al. 2020)、その他、メンタルヘルス不調・障害の予防や早期発見・回復のためのスクリーニングツールとして、Sport Mental Health Assessment Tool 1 (SMHAT-1) や Sport Mental Health Recognition Tool 1 (SMHRT-1) を国際標準のツールとして開発し、広く活用を促した(Gouttebauge et al. 2020)。一方、国内においては、アスリートを対象としたメンタルヘルス調査研究はこれまでほとんど行われておらず実態は知られていない状況で、スポーツ界のメンタルヘルスケアシステム開発も遅れをとっていた。その中で、日本のスポーツ界でのメンタルヘルスケアシステムの開発に向けて、日本のアスリート(運動競技選手)におけるメンタルヘルス症状・障害の実態や対処行動についての理解が必要であった。また、アスリート特有のメンタルヘルス問題の予防早期発見・対処を促す具体的支援策を検討するため、スクリーニングツールの開発等に関する研究も求められていた。

2. 研究の目的

本研究の目的は、日本で競技生活を送るアスリートをリクルートし、メンタルヘルス疫学調査として、メンタルヘルス不調の程度とその要因、不調時の対処行動の特徴を含むwebアンケートを用いてデータ収集を行い、メンタルヘルス不調の有無やそれぞれの症状の発生率と関連要因を探索し、また国際標準のメンタルヘルススクリーニングツールを項目に含めることにより、それらのツールの日本語版開発とその有用性を検討することであった。

3. 研究の方法

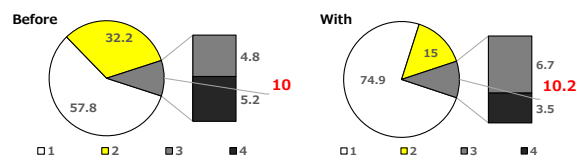
本研究は、主に、日本のアスリートである男性ラグビー選手を対象とした調査を2回実施した。Web アンケート調査は、日本ラグビーフットボール選手会から各選手にweb アンケート調査が配布され、調査説明に同意した選手から回答を得た。調査を分析するにあたっては、国立研究開発法人 国立精神・神経医療研究センター倫理委員会の承認を受けた。

4. 研究成果

①COVID-19 感染拡大中のラグビー選手におけるメンタルヘルスの実態

本研究により、日本のアスリートのメンタルヘルス実態について、環境変化により不調が改善される一群がいる一方で、専門家による支援が必要な選手が一定数存在することが示された。COVID-19 感染拡大前（2019年12月-2020年1月）と感染拡大中（2020年12月-2021年2月）に実施した調査に回答した男性ラグビー選手、それぞれ251名と227名のデータを比較分析した。COVID-19 感染拡大前では、何らかのメンタルヘルス不調を抱える選手の割合は42.2%（内訳：心理的ストレス（32.2%）；中等度～重度のうつ不安症疑い（10.0%））だったのに対し、1年後のCOVID-19 感染拡大中には、不調者の割合は25.2%（内訳：心理的ストレス（15.0%）；中等度～重度のうつ不安症疑い（10.2%））で、心理的ストレスを抱える選手の割合が有意に減少し、中等度～重度のうつ不安症疑いの選手の割合には違いがなかった。この結果は、環境変化により状態が改善される比較的軽症な一群がいる一方で、環境調整に加えて専門家の支援を要する一群が一定数存在する可能性を示していると考えられ、国内スポーツ組織に、体系的なメンタルヘルスケアシステムを構築する必要性を示した知見となった。

COVID-19前後のメンタルヘルス不調者の割合比較
2019年12月-2020年1月(Before) vs 2020年12月-2021年2月(with)



Before COVID-19 n = 251	With COVID-19 n = 227	この結果から言えること
1: 症状なし	170 (74.9%)	環境変化（働き方等）で改善される一群はいる。専門家による支援が必要な選手も一定数いる。
2: 心理的ストレス	34 (15.0%)	
3: うつ・不安症疑い	15 (6.7%)	
4: 重度うつ・不安症疑い	8 (3.5%)	

Ojio, Y., Matsunaga, A.,

Kawamura, S., Horiguchi, M.,

Yoshitani, G., Hatakeyama, K., Amemiya, R., Kanie, A., & Fujii, C. (2022). Anxiety and Depressive Symptoms in the New Life With COVID-19: A Comparative Cross-Sectional Study in Japan Rugby Top League Players. *International journal of public health*, 66, 1604380.

②国際標準のメンタルヘルスクリーニングツール日本語版の開発（1）

Athlete Psychological Strain Questionnaire (APSQ) は、アスリート特有の苦痛や潜在的なメンタルヘルス不調の予防や早期発見に寄与するために、開発された簡便なスクリーニングツールである。日本語版作成と普及について開発者からの許諾を得て、日本のアスリートが回答した日本版 APSQ (APSQ-J) の因子構造、妥当性、信頼性を確認した。APSQ-J は1因子構造で、豪国アスリートによる APSQ の3因子構造とは異なっていた。この違いは、心理的苦痛に対する行動や反応が国の文化と密接に関連しているためと考えられ、日本文化特有の強い社会規範、逸脱行動に対する寛容度の低さ、調和の取れた社会関係を強調することを重んじる傾向との関連が示唆された。

日豪比較では、日本のアスリートはオーストラリアのアスリートよりも心理的苦痛のスコアが高いことが示された。この研究知見により、アスリートのメンタルヘルス研究と実践の基盤作りに貢献した。

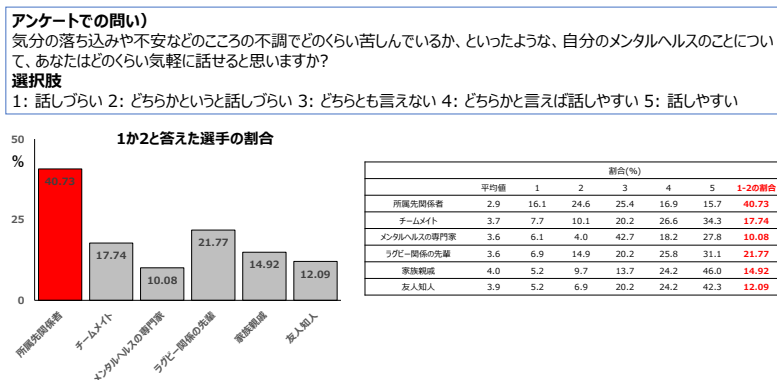
Ojio, Y., Matsunaga, A., Kawamura, S., Horiguchi, M., Yoshitani, G., Hatakeyama, K., Amemiya, R., Kanie, A., Purcell, R., Rice, S. M., & Fujii, C. (2021). Validating a Japanese Version of the Athlete Psychological Strain Questionnaire. *Sports medicine - open*, 7(1), 90.

③アスリートにとってチームスタッフはメンタルヘルスについて話しにくい

日本のアスリートにとってメンタルヘルスについて話しやすい（話しにくい）相手や場所を理解することは、日本のスポーツ界のメンタルヘルスケアシステムの開発のために有益な情報である。本研究知見は、日本のラグビー選手を対象に、横断的デザインと匿名のウェブアンケートを用いて収集したデータを分析したものである。選手たちはメンタルヘルスに関する心配事について話すことに対する快適さを5段階のリッカート尺度で評価した。分析の結果、チームスタッフに相談することを好む平均スコアは他のすべてのグループよりも有意に低いことが示された ($p < 0.001$)。アスリートはチームメンバーやスタッフとメンタルヘルスの問題について話すことが難しく、支援を求める可能性が低いことが示唆された。

競争の激しいスポーツ界においては、アスリートがメンタルヘルスの心配事について話しやすい心理的に安全な環境の提供が求められる。

メンタルヘルスについて、他の人・場所よりも所属先関係者には特に話しづらい



Oguro, S., Ojio, Y., Matsunaga, A., Shiozawa, T., Kawamura, S., Yoshitani, G., Horiguchi, M., & Fujii, C. (2023). Mental health help-seeking preferences and behaviour in elite male rugby players. *BMJ open sport & exercise medicine*, 9(2), e001586.

④国際標準のメンタルヘルススクリーニングツール日本語版の開発（2）

Sport Mental Health Assessment Tool 1(SMHAT-1)は、IOC が公開しているアスリート特有の苦痛や潜在的なメンタルヘルス不調の予防や早期発見に寄与するために、開発された簡便なスクリーニングツールである。日本語版作成と普及について開発者からの許諾を得て、SMHAT-1 の有用性の評価を行った。トライアージ段階の Step1 (APSQ による心理的ストレス) と、6つのツールを用いる Step2 (不安、うつ、睡眠、アルコールなど) を全ての参加者に回答してもらい、Step1 の偽陰性率 (FNR) を調査した。結果として、Step1 のトライアージでカットオフ値を超えた選手は 65%で

あった。Step2 でカットオフ以上の選手の割合は、GAD-7（不安症）で 2.7%、PHQ-9（うつ病）で 5.9%、PHQ-9 の Item9（希死念慮）で 7.7%であった。不安・うつ・希死念慮の偽陰性率は 0%であったが、その他の症状・障害の FNR は高く、特にアルコールの AUDIT-C は 64.9%、摂食障害の BEDA-Q は 35.1%と高い結果となった。これらの結果から、不安・抑うつ・希死念慮は APSQ（Step1）である程度判断可能であるが、その他の症状（睡眠、アルコール、薬物、摂食障害）は十分に判断できないことが示された。今後の課題として、その他の症状（睡眠、アルコール、薬物、摂食障害）を正確に評価するためのスクリーニングツールの改良が必要である。また、長期的なフォローアップ調査を行い、アスリートのメンタルヘルスの変化を継続的にモニタリングすることも重要である。アスリートのメンタルヘルスを支援するための教育・研修プログラムの効果を検証し、より効果的な支援方法を確立することが求められる。

Ojio Y, Kawamura S, Horiguchi M, Vincent G. (2023). Preliminary report of the Japanese version of the International Olympic Committee Sport Mental Health Assessment Tool 1 Sports Psychiatry., *Sports Psychiatry*. 1–8.

本報告で示す結果は、予備的分析が含まれるものもあり、今後さらに詳細に分析することで、最終的な結果は修正される場合がある。

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計16件（うち査読付論文 10件 / うち国際共著 1件 / うちオープンアクセス 6件）

1. 著者名 小塩靖崇, 小黒早紀, 塩澤拓亮, 岩永麻衣, 川口敬之	4. 巻 20
2. 論文標題 日本スポーツ界のメンタルヘルスケアのあり方を考える アスリートのメンタルヘルス実態調査から	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 スポーツ精神医学	6. 最初と最後の頁 34-40
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 小黒 早紀、小塩 靖崇、松長 麻美、藤井 千代	4. 巻 20
2. 論文標題 アスリートの精神不調・障害に対する薬物治療の検討 ?IOC声明文を踏まえて?	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 スポーツ精神医学	6. 最初と最後の頁 58 ~ 65
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.50843/jasp.20.0_58	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 Oguro Saki, Ojio Yasutaka, Matsunaga Asami, Shiozawa Takuma, Kawamura Shin, Yoshitani Goro, Horiguchi Masanori, Fujii Chiyo	4. 巻 9
2. 論文標題 Mental health help-seeking preferences and behaviour in elite male rugby players	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 BMJ Open Sport & Exercise Medicine	6. 最初と最後の頁 e001586 ~ e001586
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1136/bmjsem-2023-001586	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, Kawamura Shin, Horiguchi Masanori, Gouttebauge Vincent	4. 巻 1
2. 論文標題 Preliminary report of the Japanese version of the International Olympic Committee Sport Mental Health Assessment Tool 1	5. 発行年 2023年
3. 雑誌名 Sports Psychiatry	6. 最初と最後の頁 1-8
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1024/2674-0052/a000059	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 KAWAMURA Shin、HORIGUCHI Masanori、ONUMA Kentaro、YAMASHITA Shinichi、OJIO Yasutaka	4. 巻 32
2. 論文標題 First Trial of the Player Development Program by the Japan Rugby Football Players? Association	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 Journal of Japan Society of Sports Industry	6. 最初と最後の頁 4_481 ~ 4_491
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.5997/sposun.32.4_481	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 小塩靖崇	4. 巻 48
2. 論文標題 精神疾患の予防早期発見、介入、予防に対するアプローチ;学校授業における精神疾患の教育	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 日精診ジャーナル	6. 最初と最後の頁 131-136
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 小塩 靖崇	4. 巻 64
2. 論文標題 特集 学校で精神疾患を「自分のこと」として教育する 高校における精神疾患授業のあり方-日本学校保健会による精神疾患に関する指導参考資料の紹介	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 精神医学	6. 最初と最後の頁 1207 ~ 1214
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.11477/mf.1405206734	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 Ojio Yasutaka、Matsunaga Asami、Hatakeyama Kensuke、Kawamura Shin、Horiguchi Masanori、Yoshitani Goro、Kanie Ayako、Horikoshi Masaru、Fujii Chiyo	4. 巻 18
2. 論文標題 Anxiety and Depression Symptoms and Suicidal Ideation in Japan Rugby Top League Players	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 International Journal of Environmental Research and Public Health	6. 最初と最後の頁 1205 ~ 1205
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3390/ijerph18031205	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 Costanza Alessandra, Radomska Michalina, Zenga Francesco, Amerio Andrea, Aguglia Andrea, Serafini Gianluca, Amore Mario, Berardelli Isabella, Ojio Yasutaka, Nguyen Khoa D.	4. 巻 18
2. 論文標題 Severe Suicidality in Athletes with Chronic Traumatic Encephalopathy: A Case Series and Overview on Putative Ethio-pathogenetic Mechanisms	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 International Journal of Environmental Research and Public Health	6. 最初と最後の頁 876 ~ 876
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3390/ijerph18030876	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 該当する

1. 著者名 Ojio Yasutaka, Matsunaga Asami, Yamaguchi Sosei, Hatakeyama Kensuke, Kawamura Shin, Yoshitani Goro, Horiguchi Masanori, Nakajima Shun, Kanie Ayako, Horikoshi Masaru, Fujii Chiyo	4. 巻 16
2. 論文標題 Association of mental health help-seeking with mental health-related knowledge and stigma in Japan Rugby Top League players	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 PLOS ONE	6. 最初と最後の頁 e0256125
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1371/journal.pone.0256125	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, Matsunaga Asami, Kawamura Shin, Horiguchi Masanori, Yoshitani Goro, Hatakeyama Kensuke, Amemiya Rei, Kanie Ayako, Purcell Rosemary, Rice Simon M., Fujii Chiyo	4. 巻 7
2. 論文標題 Validating a Japanese Version of the Athlete Psychological Strain Questionnaire	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 Sports Medicine - Open	6. 最初と最後の頁 90
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.1186/s40798-021-00385-9	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, Matsunaga Asami, Kawamura Shin, Horiguchi Masanori, Yoshitani Goro, Hatakeyama Kensuke, Amemiya Rei, Kanie Ayako, Fujii Chiyo	4. 巻 66
2. 論文標題 Anxiety and Depressive Symptoms in the New Life With COVID-19: A Comparative Cross-Sectional Study in Japan Rugby Top League Players	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 International Journal of Public Health	6. 最初と最後の頁 1604380
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.3389/ijph.2021.1604380	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 小塩 靖崇, 水野 雅文	4. 巻 220
2. 論文標題 嫌悪 ネガティブな感情はなぜ生じるのか 現代社会と嫌悪 精神障害とスティグマをめぐって	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 こころの科学	6. 最初と最後の頁 35-41
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 小塩靖崇	4. 巻 7
2. 論文標題 Psychiatric Lecture 支援 新学習指導要領に対応した精神保健教育資材の開発	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 精神科臨床Legato	6. 最初と最後の頁 80-84
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 小塩靖崇	4. 巻 30(2)
2. 論文標題 【「COVID-19と社会精神医学」】COVID-19感染拡大とアスリートのメンタルヘルス	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 日本社会精神医学会雑誌	6. 最初と最後の頁 182-190
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 小塩 靖崇, 白田 謙太郎, 塩澤 拓亮, 小川 亮, 松長 麻美	4. 巻 38(4)
2. 論文標題 アスリートのメンタルヘルス研究における国内外の状況と展望	5. 発行年 2021年
3. 雑誌名 精神医学	6. 最初と最後の頁 372-378
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30件（うち招待講演 20件 / うち国際学会 1件）

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 学校の精神保健教育-市民として、学校教育で教わるべきことは?
3. 学会等名 第17回日本統合失調症学会（招待講演）
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 アスリートのメンタルヘルス実態とケアシステム構築について
3. 学会等名 第34回日本臨床スポーツ医学会学術集会（招待講演）
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 児童生徒の心の健康思春期の「こころ」の支え方
3. 学会等名 令和5年(2023年)度「教育相談実践研修会」（招待講演）
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 若者のメンタルヘルスを考える-学校教育・スポーツにできること-
3. 学会等名 三重県民公開講座（招待講演）
4. 発表年 2024年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 研究者にできること-IOC Mental Health Action Planの活用について~
3. 学会等名 第14回スポーツメディスンフォーラム（招待講演）
4. 発表年 2024年

1. 発表者名 Yasutaka Ojio
2. 発表標題 Innovative approach to psychological safety in an elite sport setting in Japan: Athlete-led research and practice about mental health support.
3. 学会等名 Global Alliance for Mental Health and Sport (GAMeS) 2022 Conference Program (国際学会)
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 日本のラグビー選手におけるメンタルヘルス対処行動の特徴;よわいはつよいプロジェクト;
3. 学会等名 第118回日本精神神経学会学術総会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 日本スポーツ界におけるメンタルヘルスケアシステムの開発と実装に向けて
3. 学会等名 第118回日本精神神経学会学術総会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 日本スポーツ界におけるメンタルヘルスケアのあり方を考える;アスリートのメンタルヘルス実態調査から;
3. 学会等名 第20回 日本スポーツ精神医学会総会・学術集会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 アスリートと共に考えるメンタルヘルス研究と実践;よわいはつよいプロジェクト;
3. 学会等名 第22回日本認知療法・認知行動療法学会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 アスリートのメンタルヘルスを考える-ラグビー選手会との実態調査から-「アスリートのメンタルヘルスおよびウェルビーイングの課題にスポーツ心理学はどのように貢献できるか」
3. 学会等名 日本スポーツ心理学会第49回大会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 学校での精神疾患教育について。「これだけは知っておきたい 学校でのメンタルヘルス支援」
3. 学会等名 公認心理師の会2022年度年次総会(招待講演)
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 アスリートのメンタルヘルスケアのあり方を考える
3. 学会等名 第11回日本行動医学会ウェビナー（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 アスリートによる児童へのメンタルヘルス啓発ワークショップの実践報告
3. 学会等名 第20回 日本スポーツ精神医学会総会・学術集会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 17)小黒早紀, 小塩靖崇, 松長麻美, 川村 慎, 吉谷吾郎, 堀口雅則, 藤井千代
2. 発表標題 本のラグビー選手におけるメンタルヘルスに関する援助希求先の選択傾向
3. 学会等名 第20回 日本スポーツ精神医学会総会・学術集会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 学校でのメンタルヘルス教育改革ーその先へ. 子どもたちのメンタルヘルスと自殺予防 ゲートキーパーができること
3. 学会等名 第13回TikTokセーフティパートナー・カウンシル（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 学校と地域で支える児童生徒の心の健康
3. 学会等名 岐阜県教育委員会 児童生徒理解講座（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 スポーツ界に求められるメンタルヘルス支援策を考える；ラグビー選手会との実態調査から；
3. 学会等名 Jリーグチームドクター会（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇，川村 慎
2. 発表標題 子どものメンタルフィットネスを育てよう「よわいはつよいプロジェクト」
3. 学会等名 もりや学びリレーション(守谷市家庭教育講座)（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 こころの健康を守る力を育てる ~メンタルヘルスリテラシー教育のすすめ~
3. 学会等名 令和4年度 精神障がい福祉研修会（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 こんなときどうする？思春期の「こころ」の支え方
3. 学会等名 令和4年（2022年）度「思春期メンタルヘルスオンライン市民講演会」（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 Mental well-beingを目指す社会の実現に向けて
3. 学会等名 Creator for Impact (Google/YouTube) (招待講演)
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 高等学校学習指導要領の改定のポイント
3. 学会等名 令和4年度 多摩地域依存症関連機関連携会議（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇・吉谷吾郎・川村 慎
2. 発表標題 2022「よわいはつよい;こころ支え合うまち くるめを目指して;
3. 学会等名 精神保健福祉に関する普及啓発事業：一般市民を対象とする講演会（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 学校教育におけるメンタルヘルスとスポーツ部活動指導
3. 学会等名 グッドコーチ養成セミナー2022（招待講演）
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 日本スポーツ界でのメンタルヘルスケアのあり方を考える；アスリートの、アスリートによる、みんなのためのメンタルヘルス
3. 学会等名 令和3年度 東北体育・スポーツ学会大会（招待講演）
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 トップアスリートへのメンタルヘルスサポート
3. 学会等名 第10回 日本アスレティックトレーニング学会学術大会（招待講演）
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 新学習指導要領にみる心の健康・メンタルヘルスに関する教育の拡充
3. 学会等名 第117回日本精神神経学会学術総会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 日本スポーツ界に求められるメンタルヘルス支援の現状とこれから
3. 学会等名 第7回NCNPメディア塾
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 小塩靖崇
2. 発表標題 「よわいはつよいプロジェクト」の立ち上げ、そしてこれから。アスリートもひとりの人間である。 .
3. 学会等名 Sports X Conference 2020+1 (招待講演)
4. 発表年 2021年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

よわいはつよいプロジェクト https://yowatsuyo.com/ 日本語版SMHAT-1 https://www.ncnp.go.jp/nimh/chiiiki/tool/22.html 日本版Athlete Psychological Strain Questionnaire https://www.ncnp.go.jp/nimh/chiiiki/tool/20.html 日本語版SMHRT-1 https://www.ncnp.go.jp/nimh/chiiiki/tool/23.html
--

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