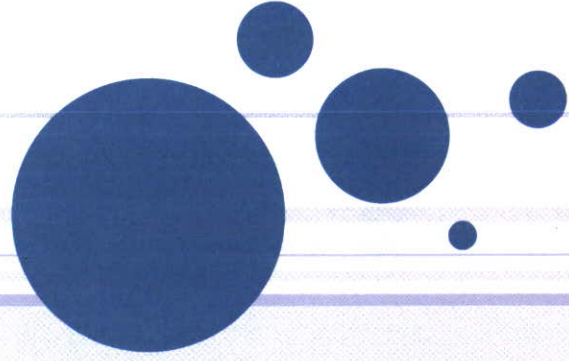




オーストラリア学校精神保健教材  
の紹介と導入

● **Mind Matters Project**の紹介



# オーストラリア学校精神保健プロジェクト

## Mind Matters (2000～)

予防・早期介入を目的とした学校精神保健プロジェクト

若者の精神的健康の増進し、予防・早期介入を促すため…

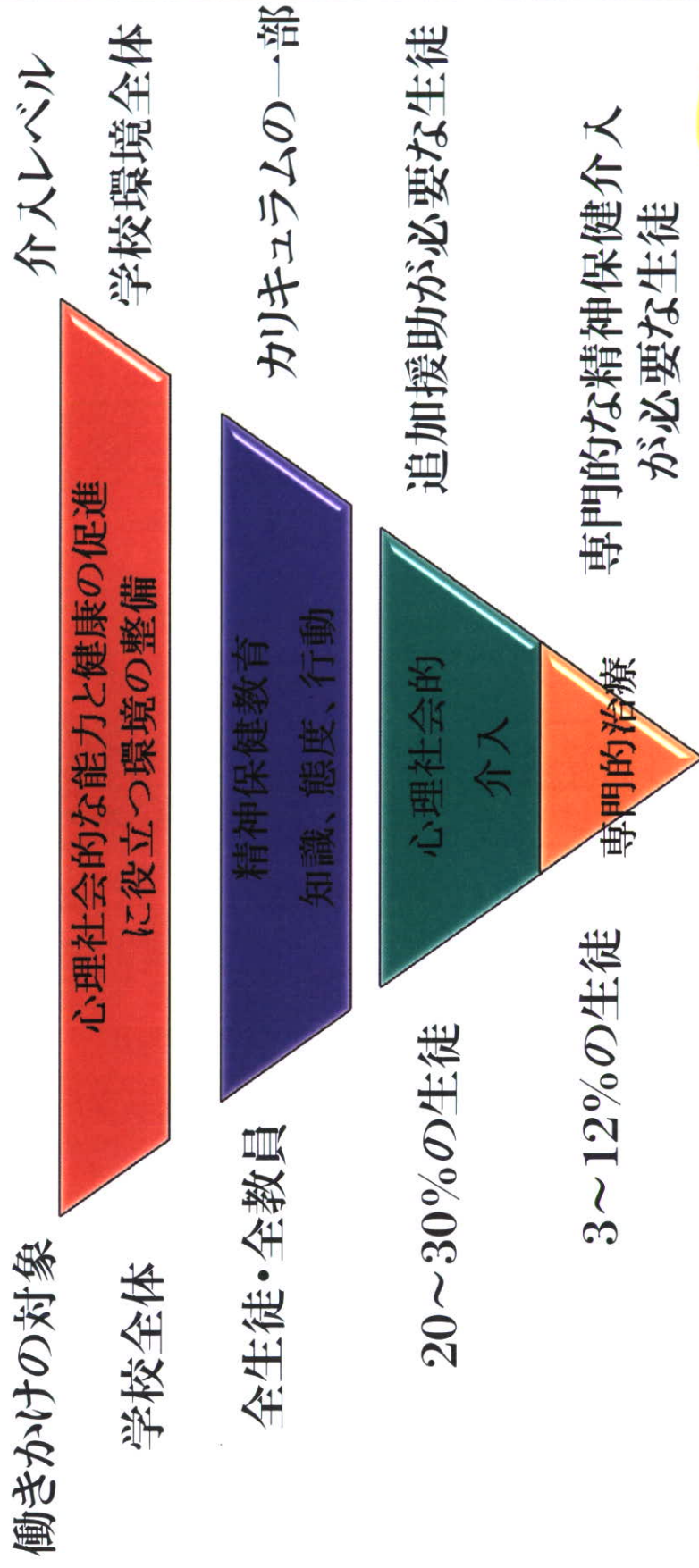
- ① 学校環境の整備・改善
- ② 精神的危機を乗り切るためのスキル・資源の提供
- ③ at risk の状態にある若者に対し、教師や家族が効果的なサポートができるように支援するシステム作り





# MIND MATTERS

## 包括的学校精神保健アプローチ



(WHO, 2000 & Commonwealth Dept of Health and Aged Care, 2000)

# MIND MATTERS

## 学校精神保健包括的アプローチ概念図



# カリキュラム教育(教科書・教材)

地域社会とのつながり

学校精神保健基本  
(資料③)

いのちの教育  
(自殺・自傷予防)

心のしなやかさ  
の強化 1

心のしなやかさ  
の強化 2

いじめをしのぐ  
(資料④)

心の病気を理解する  
(ステイグマの問題)



別れと悲しみ

高 校

中 学 校





# AT RISK の生徒への精神保健的介入と 必要な地域連携(MIND MATTERS PLUS)



Mind Matters Plus  
(at riskの生徒への学校での対応)

Mind Matters Plus GP  
(学校とGPとの連携強化のための対策)

Families Matters  
(at riskの生徒の家族と学校・関係機関との  
連携強化のための対策)



## 教師を対象とした研修

- Mind Mattersでは、学校に関わるすべての人の精神的健康の増進が目的。
- 教師もその対象であり、教師の精神的健康を改善することも重要な要素と考えられている (Staff Matters)。
- そのため、各州に配置されたMind Mattersトレーニングセンターで、教師は精神保健に関する専門的な研修を受ける。それにより、自らの精神的健康のマネジメント能力を向上するとともに、生徒に対する授業プログラムの質を維持することができる。
- Mind Matters のカリキュラムは担任などが実施する。



# MIND MATTERS 2000-2006

## 中間評価報告



### MindMatters Evaluation Summaries

2006

Summaries of learnings for the MindMatters evaluations

Summaries prepared by the MindMatters Evaluation Committee

<http://ems.curriculum.edu.au/mindmatters>



- 全国中学校・高校の71%で Mind Mattersのカリキュラムが実施
- 教職員の少なくとも一人以上が Mind Matters専門トレーニング研修を受講した全国中学校・高校 81%
- 中学・高校の生徒のメンタルヘルスリテラシーの向上



## オーストラリアと我が国の 学校精神保健政策の違い

- 我が国の学校精神保健活動や政策は、発達障害に偏ったものが多く、精神疾患を広く包括的にとらえられる視点が欠けている。英国・豪国などでは、発達障害よりもうつ病や精神病に関する知識教育、早期介入方針に重点が置かれている。
- うつ病や精神病に関連する精神的不調は、若者の多くが経験するものであり、ステージマの問題も含めて、早期から積極的に教育することが重要視されている。



# MIND MATTERS カリキュラム教材 翻訳・製本中(来年度中旬・配布予定)





厚生労働科学研究費補助金(こころの健康科学 研究事業)  
「思春期精神病理の疫学と精神疾患の早期介入方策に関する研究」  
(主任研究者:岡崎祐士)  
(分担)研究報告書

「インターネット等の通信手段による精神病理体験を有する思春期児童啓発計画」  
(分担)研究者 水野雅文 東邦大学医学部精神神経医学講座教授

研究要旨 精神疾患の早期発見・早期治療の実現を目標として、インターネット上のホームページに思春期に好発する精神疾患の症状、治療などの基礎知識を提示し、思春期児童が正しい知識を身につけ、必要に応じた適切な受診行動を身に付けられるよう啓発を試みる。サイトを作成するためにその内容についての検討、海外における取材を行い、本邦の思春期児童に提示するのにふさわしいと考えられた内容を盛り込んだサイト<http://square.umin.ac.jp/tkccocoro/>(「東京こころサイト」と命名)を開設した。

#### A. 研究目的

思春期は様々な精神疾患の好発時期であるが、現状においては当該年齢の児童生徒が正しい情報を知識として得ているとは限らない。さらに精神疾患に対するスティグマがこれを阻んでいる。そこで生徒児童たちがアクセスしやすい情報源としてインターネット上におけるホームページを開設し、情報提供を行うこととした。

#### B. 研究方法

インターネット上にホームページを開設する。そこに盛り込むコンテンツに関して、諸外国におけるメンタルヘルスリテラシーの現状を分析し、本邦において児童生徒に提供するにふさわしい内容の検討を行う。その結果に準じてサイト原稿を執筆し、公開する。

#### C. 研究結果

東京こころサイト<http://square.umin.ac.jp/tkccocoro/>を作成(別添1)し、公開した(別添2)。コンテンツについては、当該分野において先進的な活動をしているメルボルン大学のORYGEN、オーストラリアのMind Mattersなどを見学し情報収集した上で、岡崎班研究会において出席者一同と討論した。執筆には分担研究者、研究協力者にも依頼した。サイト及びその構成は別添資料のとおりである。コンテンツ本文

についてはサイト上で公表しているのでここでは省略する。

#### D. 考察

思春期児童生徒の利用しやすさ、保護者や教員、さらに相談を受けながらどのように対応しているか困っている第三者にも活用されること、メンタルヘルスリテラシーの普及啓発に関する最新情報を常に更新できることを念頭し作製した。公開からまもなく利用者の声は聞かれないが、広くパブリックコメントを集め更新時点で内容面にも反映していく必要がある。さらに今後は本サイトを利用した電子メールによるメンタルヘルス相談などへの応用について検討することが望まれる。

#### E. 結論

インターネットサイトは更新によりさらなる情報の充実が可能なツールであり、個人的にアクセスし辛い情報の発信には好適な素材といえよう。

#### F. 研究発表

なし

#### G. 知的財産権の出願・登録状況

なし、

ただし本サイトにおけるコンテンツの著作権は

各執筆者ならびに岡崎班に属する。

研究協力者

蓮舎寛子(東邦大学医学部精神神経医学  
講座助教)

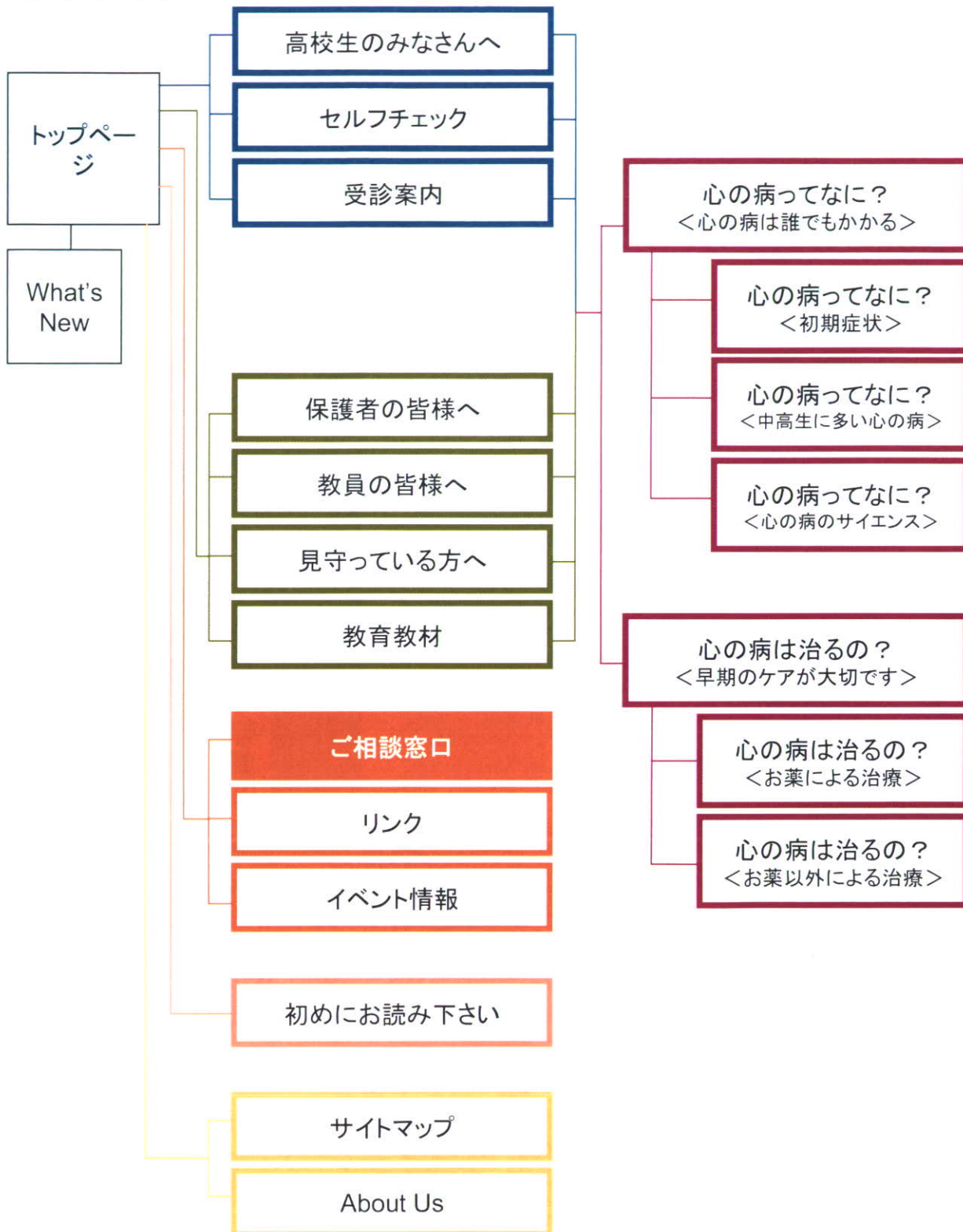
小林啓之(精神医学研究所附属武蔵野病院  
医員)

辻野尚久(精神医学研究所附属武蔵野病  
院医員)

武士清昭(東邦大学大学院医学研究科)

# 東京こころサイト

## ■ サイトマップ





# 東京こころサイト

思春期の若者の心の健康（メンタルヘルス）を向上し、  
精神疾患（統合失調症など）に関する知識を普及啓発するためのサイトです

◎ 始めにお読みください ◎ サイトマップ ◎ About Us

高校生のみなさんへ

セルフチェック

受診案内

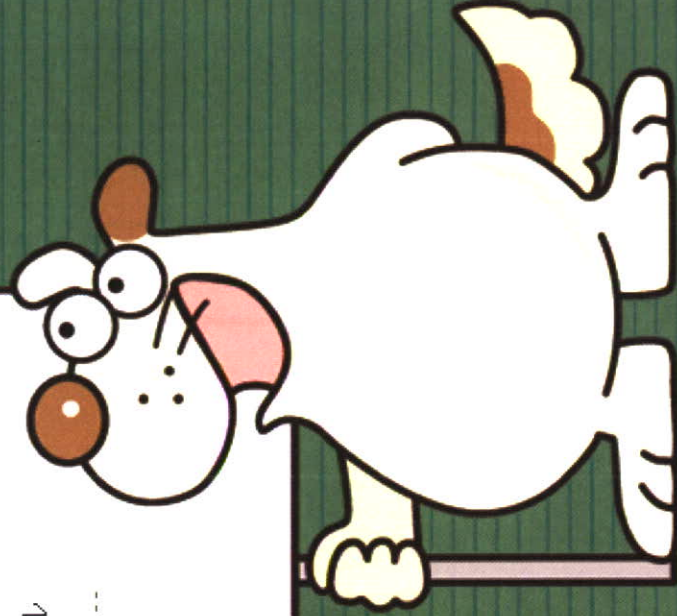


イベント情報

リンク

## What's New!!

3月10日、中・高校生むけのメンタルヘルスサイトがオープンしました



保護者の皆様へ

教員の皆様へ

見守っている方へ

教育教材

厚生労働科学研究費補助金(こころの健康科学研究事業)  
—思春期精神病理の疫学と精神疾患の早期介入方策に関する研究—  
分担研究報告書

一般科医向け・統合失調症早期発見啓発用パンフレットの作成  
分担研究者 原田誠一 原田メンタルクリニック 院長

**研究要旨:**本研究の目的は、「一般科医向け・統合失調症早期発見啓発用パンフレット」を作成して、その普及を図ることである。

**研究方法:**前記の研究目的の実現に寄与するために、本年度はパンフレットの内容を検討して決定した。

**結果:**以下の10項目からなるパンフレットの内容を作成した。(1)精神科以外の医師の皆様に、心の病(精神障害)について知っていただく必要性和メリット。(2)代表的な心の病「統合失調症」のアウトライン。(3)統合失調症の主な症状①:陽性症状、(4)統合失調症の主な症状②:陰性症状、(5)統合失調症の経過、(6)発症に関わる因子とニューロサイエンス、(7)統合失調症の治療①:薬物療法、(8)統合失調症の治療②:心理社会的介入、(9)統合失調症の予防の可能性と現状、(10)チェックとコンサルテーションの方法。

**まとめ:**本研究によって、一般科医向け・統合失調症早期発見啓発用パンフレットの内容が完成した。今後、パンフレットを作成・刊行して普及を試みる予定である。

#### A. 研究目的

本研究の目的は、「一般科医向け・統合失調症早期発見啓発用パンフレット」を作成して、その普及を図ることである。

#### B. 研究方法

前記の研究目的の実現に寄与するために、本年度はパンフレットの内容を検討して決定した。

#### C. 研究結果

以下の10項目からなるパンフレットの内容を作成した。(1)精神科以外の医師の皆様に、心の病(精神障害)について知っていただく必要性和メリット。(2)代表的な心の病「統合失調症」のアウトライ

ン。(3)統合失調症の主な症状①:陽性症状、(4)統合失調症の主な症状②:陰性症状、(5)統合失調症の経過、(6)発症に関わる因子とニューロサイエンス、(7)統合失調症の治療①:薬物療法、(8)統合失調症の治療②:心理社会的介入、(9)統合失調症の予防の可能性と現状、(10)チェックとコンサルテーションの方法。

#### D. 考察

精神障害を発症した患者の多くは精神科を受診する前に一般科医の診察を受けているため、本パンフレットが統合失調症の早期発見・早期治療に寄与しうる可能性がある。

#### E. 結論

本研究によって、一般医向け・統合失調症早期発見啓発用パンフレットの内容が完成した。今後、パンフレットを作成して普及を試みる予定である。

#### F. 健康危険情報 なし

#### G. 研究発表

##### 論文発表

- ・原田誠一ほか：外来クリニックでの認知行動療法の実践. 精神療法 33 巻 6 号、678~684 頁、2007
- ・原田誠一：病識が乏しいケースとの接し方. 精神科臨床サービス 8 巻 1 号、55~58 頁、2008
- ・原田誠一：内科医に必要なメンタルヘルスの知識—うつ病. Medicina 44(11)、2101~2103 頁、2008
- ・原田誠一：統合失調症(分裂病)圏障害. 山口徹他編：今日の治療指針 2007、696-697 頁、2007

#### H. 知的財産権の出願・登録状況 なし



平成 19 年度分  
厚生労働科学研究費補助金こころの健康科学研究事業  
「思春期精神病理の疫学と精神疾患の早期介入方策に関する研究」  
分担研究報告書

「思春期病理体験を有する子どもへの啓発手段（本）の開発に関する研究」

分担研究者 宮田雄吾 医療法人カメリア大村共立病院副院長

### 研究要旨

思春期児童におけるさまざまな精神病理について、親や教員に対して  
情報提供を行なうために、広く読まれる啓発本の開発を行なう。

#### A. 研究目的

本研究班においては思春期における精神病理体験を有する子どもの早期支援と方策を検討している。先行研究において思春期精神病理体験を有する子どもが多いことは明らかとなってきている。発症から治療開始までの期間（精神病未治療期間：DUP）は短いほど転帰がよいことは報告・確認されており、早期発見の重要性は明らかである。しかしその事実については一般住民の知るところとはなっていない。一般住民にひろく啓発を行なうことで早期発見、支援の可能性を行なう必要がある。

そのためのひとつの手段として、本研究班の研究と連動する形で、啓発本の開発を行なう。さらに開発にあたり、どのような形態の本にすれば一般住民の関心を引くものになるか検討する。

#### B. 研究方法

まず平成 19 年 4 月 3、4 日に実施された班会議の協議において、啓発本の対象を今年度は教員とする方向性が打ち出された。その方向性に従って、教員が必要としている情報がどのようなものであるか、分担研究者が過去に依頼された講演の依頼内容について解析した。さらに 9 月 16～21 日 オーストラリアのメルボルンにおける MIND MATTERS の取り組みを視察した。MIND MATTERS の資料については、教

材としての性質が強かったため、一般図書としては出版が困難と考えられたことと、メルボルンで行なわれた会議において、そのまま翻訳出版していく方向性が打ち出されたため、啓発本の内容には直接反映させないものとした。その上で一般図書を出版している出版社と連携して、内容の検討を行い、一般住民の関心を引く本の形態を検討。その上で章立てを行い、執筆を開始した。

（倫理面の配慮）

本中に引用されるケースについては、患者本人の了解をとったうえで、プライバシーへの配慮のため、本人を特定されないために記載範囲を限定した。その他、倫理面における問題は無い。

#### C. 研究結果

講演内容の検討においては平成 17 年 4 月から平成 19 年 12 月までの間に宮田が外部機関から依頼された全 122 回の講演依頼元、および内容を解析した。

その結果、講演依頼元は行政機関（市、県）26 件、高校（高専含む）15 件、中学校（小中合併高）14 件、教育行政機関（教委等）10 件、保育園 9 件、小学校・幼稚園・教育関係諸団体（教頭会、母と女性教師の会等）・市民団体各 7 件、医療関係 5 件、養護学校 4 件、児童福祉施設・市 P T A・職場各 3 件、地域活動所・町内会各 1 件だった。

さらに主に依頼されたテーマは子の対応全般（子育て、思春期の対応等）53件、軽度発達障害13件、いじめ13件、うつ病10件、ストレス対処9件、不登校8件、厄介な親への対応6件、統合失調症4件、虐待3件、精神疾患一般2件、引きこもり2件、リストカット2件、その他5件だった。（一部重複あり）

これらの結果から、精神保健に関する情報提供が幼稚園から高校までの幅広い教育機関から求められている実態が明らかになった。さらに一般住民においても同様のニーズがあることも判明した。しかしながら講演依頼内容は「子育て」や「思春期の対応」といった漠然とした依頼が多いことも同時にわかった。疾患を限定して依頼されたのは発達障害とうつ病が主なものであり、統合失調症についての講演依頼は福祉行政機関からに限定しており、教育機関からは皆無であった。

さらに出版社（新潮社）と、啓蒙本の内容について打ち合わせを行なう中で、出版社側から①教材スタイルのものは一般図書としての普及は見込めない②教師向けと親向けを分けることで購買層を限定することは専門図書としてのスタイルであり、一般に普及を図るという視点からは望ましくない③通常の専門書と異なるスタイルとして、ノンフィクションスタイルで患者の姿、臨床場面、医師の想いなどをちりばめた形での作品として仕上げ、そのなかに必要な情報を盛り込むスタイルとしたい④枚数は400字詰め原稿用紙320枚程度。⑤ハードカバー。⑥1冊1500円程度での書店販売 という提案がなされた。

#### D. 考察

講演内容の考察から①思春期の精神保健への関心は決して低くはない②しかしその興味関心は「子育て」や「思春期の子どもの対応」である③軽度発達障害とうつ病をのぞき精神疾患への関心は低い。④いじめ、不登校、引きこもり、リストカットなどの社会病理への関心は認められる⑤親の対応に苦慮し

ている姿も認められる、ことがわかった。

啓蒙本は一般住民の関心をひき、購読意欲を駆り立てるものでなければ手にとってもらうことはできない。そのためには、思春期における精神疾患にまで踏み込みつつも、一般のニーズに沿った内容を取り込んだ章立てが必要となる。そこで講演の依頼内容のなかでニーズが高かった内容を取り込んだ本としていくこととし、章立てを行なった。

章立てとその内容の概略を以下に示す。（なお項目やタイトルは出版の過程で変更可能性がある）

タイトル：「(仮) 子どもの精神病症状、15%」

#### 【1章 はじめに】

思春期精神病様体験を有する子どもが多いことを示し、早期発見と早期治療の重要性を強調する。さらに本書の概略を示す。

#### 【2章 統合失調症のはじまり】

この章では統合失調症という病気がどのように子どもたちに現われていくのかを症例をあげつつ、明示していく。本格発症後の説明だけではなく、親や教師などが実際に会おう前駆段階にある子どもの状態について、発症していく過程を描く。

##### <1> A子>

抑うつや自傷行為で受診し、やがて統合失調症を発症ケースレポートを示す。

##### <2> B男>

摂食障害で初発し、やがて統合失調症発症したケースレポートを示す。

##### <3> 子どもが統合失調症になるとき>

まず成人の統合失調症の症状や頻度などを明示する。さらに統合失調症の初期症状をA子、B男の例をひきながら説明する。初期症状は典型的な統合失調症の症状とはかなり異なることも多いことは強調する。患者の悩みの内容は思春期の子どもなら誰でももつような一般的な悩みとあまり変わらないため気がつきにくいことや発症の前駆期の症状は多彩でうつ病や社会恐怖症（いわ

ゆる対人恐怖症) との見極めはしばしば困難なことも解説する。最後に見極めるための体験的なこつをA子、B男の例を引きつつ、言及する。

### 【3章 児童思春期外来に訪れる子どもたち】

この章では筆者の通常の臨床場面を描くところから導入し、精神科における児童思春期外来の実態に触れる。さらに精神科の利用にしり込みするであろう子どもや親への介入についてのべる。さらにいくつかの代表的疾患を例示しそれらへの介入の実際について明示する。

#### <1> 児童思春期外来>

児童思春期外来の実態を記述。そのなかで精神科の出来ることと出来ないことを説明。さらに精神科、心療内科、神経科、神経内科、脳神経外科の違いを説明。さらに精神科受診にあたって抵抗が大きい子どもや親への対応についても記載する。

#### <2> 落ち込む子ども>

子どものうつ病の典型的なケースを簡略に1例挙げ、解説を加える。さらに単なる不登校の子どもとうつ病の子どもの見分けかたに言及する。

#### <3> こたわる子ども>

子どもの強迫性障害のケースを簡略にいくつか挙げる。もっとも年少での発症がありうる病気で、かくれた流行病であることを示す。さらに潔癖なところや神経質なところは単なる性格と判断されがちなために、発見が遅れがちで病院に来るときにはかなり重症化してしまっている現状を述べる。加えて家庭内暴力をとまなう子どもで病院受診を激しく拒む子どものなかに強迫症状を持っている子どもは多いことも述べる。治療についても記述する。

#### <4> やせたがる子ども>

摂食障害のケースを挙げる。なぜそのような行動におよぶのか、その意味をひも解き、回復への道筋を明らかにする。

### 【4章 子どもに戸惑う大人たち】

この章では、現在、社会問題化している子どものさまざまな行動について、実態を示し、さらに有効な介入方法について、実例を散り混ぜつつ記載する。

#### <1> 事件をおこす子ども>

近年の少年事件報道の多さは目を見張るばかりだ。その報道の嵐のなかで大人は今の子どものあり方への不安を高めている。しかし近年、少年の引き起こす事件は減少傾向顕著である。その誤解を解くなかで大人の不安を軽減する。

#### <2> リストカットを繰り返す子ども>

現在リストカットを行なう子どもは極めて多い。そのデータを示す。リストカットを繰り返す子どもはいう。リストカットは生きるための道具であり宝物だと。彼女らとの対話によって得られたリストカットの意味に言及する。さらにリストカットを手放したいのにやめられなくなってしまった子どもに対し、実際に有効だった支援を述べる。

#### <3> 学校にいけない子ども>

まず不登校のケースを簡略に挙げる。通常これらの子どもは「気が弱いだけ」と周りから扱われ、気持ちの持ちようだと指導されがちだが、これらの子どもの不安は自分の意思の力ではコントロール不能な場合も多いことを述べ、不安を軽減していく取り組みを記述する。激増している不登校を呈する子どもに対応する周囲の大人の心構えで大切なことや実際に復帰を目指すとき