

令和7年度 厚生労働科学研究費補助金（障害者政策総合研究事業）
分担研究報告書

〈アプリを併用した就労アセスメントの専門性向上のための研修の開発についての研究〉
難病患者のアプリ試用についての調査報告

研究代表者 丸谷美紀 国立保健医療科学院
研究協力者 石村源生 情報経営イノベーション専門職大学

要旨

本研究班では、令和5年度の文献検討及びニーズ調査を踏まえて「就労支援アプリ（わらいふ）」を開発し、令和6年度に就労支援の現場で試用した。本アプリは、心身の状態の波の大きい障害者の体調・心理面の状態変動や支援環境を記録・可視化し、アセスメント（自己理解の共同作業）の補助とし、かつセルフケア・セルフアドボカシーに活用いただけることを目指すものである。

心身の状態の波の大きい障害者とは、精神障害者や難病患者を想定しており、令和6年度は精神障害者が8割、知的障害者が2割であった。そこで、本分担報告書では、令和7年度は難病患者に試用した結果を報告する。

就労の年代に多い炎症性腸疾患等を含む自己免疫疾患もつ者を対象に、「わらいふ」使用後に、
1) 基本属性：年代・性別・障害種別 2) 本来感 3) 自己の波の認識や環境の変化 4) アプリの使いやすさ 5) 自由記述を調査した。分析は、記述統計（選択式設問への回答）、及び質的記述的分析（自由記述回答）を行った。

アプリ「わらいふ」使用前後の本来感の変化を令和6年度に比べると、全体に本来感はアプリ試用前から高めであった。使用後も、令和7年度はかなり高かった。自己の波の認識や環境の変化も、令和6年度に比べ全体に令和7年度は、自己の波を認識できたり環境を整えることができたと回答するものが多かった。アプリ「わらいふ」の使いやすさも、令和6年度に比べ全体に令和7年度は、全体に使いやすい回答が多かった。自由記述欄では、週単位の目標を設定することは新たな意見であった。

本来感、波の認識が令和6年度より、良好であったことは、病を持ちながらの生活経験の長さ、それに伴う症状管理の自分なりの療養方法の確立、支援体制の差と思われる。使いやすさが良好であったことは、令和6年度は知的障害者が2割損扱いしたことも関係すると思われる。就労選択支援の要素の新汚行に合わせて、週単位の目標設定等も効果的と思われる。

A. 研究目的

研究背景

難病患者にとって、就労は経済活動のみならず、就労自体がリハビリテーション、社会参加、人間の尊厳の回復と治療の目的につながる(井上葉子)。しかし、難病患者の症状は、体調の崩れやすさなどの「その他の心身の機能の障害」に該当することが多く、障害者手帳の対象外である。加えて、心身の状態の波が大きく、また症状の見えにくさから周囲の必要な理解やサポートが得にくい(春名由一郎 et al., 2023)。

日本では難病患者を含む障害者の就労を支援する者は、社会福祉士、公認心理士、作業療法士等の資格を有し、各種研修等の人材育成が実施されている。しかし、日本の支援者は、アセスメントの専門的知識と技術の不足が指摘されている(Kazuaki, 2021)。そのため、アセスメントの質の平準化に向け、日本では、標準的なツールが開発された(Rehabilitation, 2023)。

一方で、障害者の状態の波(身体面・心理面の良好な時期と不調な時期の変調)があることでアセスメントが難しく、波に応じた就労環境の調整が困難となっている。国の標準的なアセスメントシートで全体像を把握するとともに、障害者の状態の波と物理的・人的支援状況を突合させてモニタリングし、可視化する必要がある。可視化した結果を、関係機関等との情報共有することで、状態の波に合わせた環境調整が可能となる。

疾病や障害により心身の状態の波の大きい者の就労を支援するために、本研究班では、令和5年度の文献検討及びニーズ調査を踏まえて「就労支援アプリ(わらいふ)」

を開発した(白井千恵, 2025)(表1、図1)。アプリの項目は生活行動、気持ち体調、環境に分類される。これは、バイオ・サイコ・ソーシャル・モデルに準ずる(日本ソーシャルワーク教育学校連盟, 2020)。障害者の置かれている状況を相互に関連しあい複合的に作用しあうものという点でバイオ・サイコ・ソーシャル・モデルの考え方と合致する。

令和6年度には、就労支援の現場で試用し、アプリの使いやすさや自分を知ることができたか(本来感)などの調査を行った。「本来感」の変化を調査した(表2)。「本来感」は「自分の意思や気持ちに素直に生き」かつ「自らの選択と結果に全責任を負う」感覚で、「本来感」を覚える職場では健康に勤務できる(伊藤正哉 & 小玉正博, 2005)(伊藤正哉 & 小玉正博, 2005)。本アプリは、心身の状態の波の大きい障害者の体調・心理面の状態変動や支援環境を記録・可視化し、アセスメント(自己理解の共同作業)の補助とし、かつセルフケア・セルフアドボカシーに活用いただけることを目指すものである。

疾病や障害により心身の状態の波の大きい者は、主に精神障害者や難病を持つ者を想定していた。令和6年度の調査対象は主に精神障害者で、アプリの使用感に対する自由記載を踏まえてアプリを改定した。そこで難病を持つ者も対象として調査を行う必要がある。

研究目的

本研究の目的は「就労支援アプリ(わらいふ)」を難病持つ者対象として試用し、本来感や使用感を評価することである。

B. 研究方法

1. 対象・協力依頼方法

令和5年度、令和6年度でアプリ試用を希望した就労移行支援事業者、障害者就業・生活支援センター、難病相談支援センター、自己免疫疾患患者会、および、機縁法にて、協力者を募った。就労の年代に多い炎症性腸疾患等を含む自己免疫疾患もつものとした。

2. 調査項目

- 1) 基本属性：年代・性別・障害種別
- 2) 本来感
- 3) 自己の波の認識や環境の変化
- 4) アプリの使いやすさ
- 5) 自由記述

3. データ収集方法

オンラインフォームや紙媒体を併用し、試用前・試用後にアンケートを回収する。

4. 解析方法

記述統計（選択式設問への回答）

質的分析（自由記述回答）

5. 倫理的配慮

本研究は国立保健医療科学院研究倫理審査委員会の承認を得て行った（承認番号【NIPH-IBRA # 24004-2】）。

研究対象者には次のことなどについて説明を行った。研究協力は任意であり、途中辞退しても不利益は生じない。文書は匿名性を保持し、研究終了後5年間保管のち破棄する。謝礼（2000円相当）を進呈する。

C. 研究結果

1. 参加者の属性

本調査には18名が参加したが、体調不良のために脱落が多く、試用後のアンケート

に回答したものは9名となった。

参加者の属性を示す。年代は30代から40代が多かった。性別女性が多かった（表3～表5）。

表3.年代

年代	試用前	試用後
10歳代	0	0
20歳代	1	1
30歳代	4	4
40歳代	5	1
50歳代	5	2
60歳代以上	3	1
計	18	9

表4.性別

性別	試用前	試用後
男性	3	3
女性	15	6
計	18	9

表5.障害者手帳種別

障害者手帳	試用前	試用後
身体	2	1
精神	1	3
手帳取得なし	15	5
計	18	9

2. アプリ「わらいふ」使用前後の本来感の変化

集計にあたって、「あてはまる」「まあまああてはまる」の回答、ならびに「あてはまらない」「あまりあてはまらない」の回答をそれぞれ合算して、「あてはまる」「あてはまらない」とした。

集計の結果を令和6年度と対応させて表6に示す。令和6年度に比べ全体に本来感はアプリ試用前から高めであった。使用後は特に「いつでも揺るがない「自分」を持っている」「人前でもありのままの自分が出せる」の2項目以外は令和6年度に比較し、令和7年度はかなり高かった。

3. 自己の波の認識や環境の変化

アプリを使用することによって自己の波を認識できたり環境を整えることができたかについて質問した。

集計は「あてはまる」「まあまああてはまる」の回答、ならびに「あてはまらない」「あまりあてはまらない」の回答をそれぞれ合算して、「あてはまる」「あてはまらない」とした。

集計の結果を令和6年度と対応させて表7に示す。令和6年度に比べ全体に令和7年度は、自己の波を認識できたり環境を整えることができたと回答するものが多かった。

4. アプリ「わらいふ」の使いやすさ

使いやすさに関しても、同様に、集計は「あてはまる」「まあまああてはまる」の回答、ならびに「あてはまらない」「あまりあてはまらない」の回答をそれぞれ合算して、「あてはまる」「あてはまらない」とした。

集計の結果を令和6年度と対応させて表8に示す。令和6年度に比べ全体に令和7年度は、全体に使いやすい回答が多かったが「項目の数は丁度良かった」は「あてはまらない」が令和6年度同様であった。

5. 自由記述

自由記述欄には表9のような回答が得られた。「わらいふ」では、本人の希望を中核に据えるため、就労選択支援の約1か月間にアプリでセルフモニタリングする理由を記入する。それに加えて、週単位の目標を設定することは新たな意見であった。

D. 考察

1. アプリ「わらいふ」使用前後の本来感の変化

令和6年度に比べ全体に本来感はアプリ試用前から高めであった。

一つの理由として年代の違い考えられる。令和6年度は20歳代から30歳代が主であったが、令和7年度は30歳代から60才代であった。難病患者は病を持ちながら生活する中で、折り合いをつける、編み出すなどをしながら、病を持つことへの負い目から、経験を活かす、自分のために生きるなどアイデンティティが変容すると言われる(狩野聖子 et al., 2016)。病を持ちながら生活してきた経験が長いと、自分らしさを確立していたとも考えられる。

また、令和6年度の対象者は精神障害者や知的障害者が主で、令和7年度は自己免疫疾患の患者であった。障害の特徴や症状管理の状態から差が生じたことも考えられるが、本来感の障害種別の比較が必要と考える。

さらに、令和7年度は、脱落者が半数おり、比較的症状が良好に管理されていたものが事後アンケートにも回答したと思われる。次項「2. 自己の波の認識や環境の変化」においても述べるが、難病患者は病を

持ちながら社会と関わる中で自分なりの療養方法を確立する(狩野聖子 et al., 2016)。そのことにより自己の存在意義を見出すため、療養生活の確立が自分らしさに影響していたとも考えられる。

また、支援体制の違いも考えられる。令和7年度の調査対象者は、難病相談支援センターや患者会からも紹介を得た。難病相談支援センターには、患者とつながり続け孤立させない役割がある(前川絵里子 et al., 2024)。病状が不安定な時の社会的疎外感を回避するためには周囲のサポートが欠かせず(島田敦 & 野田智子, 2024; 那須文実 et al., 2015)、令和7年度の調査対象者は、難病相談支援センターや患者会の支援が得られていることも、自分らしさの確立に影響していた可能性も考えられる。

アプリ「わらいふ」を活用する際には、対象の年代や生活経験や支援環境を把握したうえで、セルフモニタリングを支援する必要が確認された。

2. 自己の波の認識や環境の変化

令和6年度に比べ、全体に令和7年度は、自己の波を認識できたり、環境を整えることができたと回答するものが多かった。

本来感の結果同様に、令和7年度は、令和6年度に比較して、年代が高めであったため、病を持ちながら生活する中で、症状の波との付き合い方や、環境への働きかけを身に着けていたと思われる。疾患は異なるが、令和5年度に慢性疼痛を持つ就労者へ聞き取り調査をした際には、〈痛みが生じる状況を自己分析する〉ことをしたうえで、〈痛みが生じないよう日常の動作を調整する〉〈痛みが生じないよう休養と活動

の均衡を保つ〉という自己の生活行動を工夫し、さらに〈自宅の環境や生活様式を調節する〉ことをしており、症状の波の管理ができていた(丸谷 美紀, 2024)。また、自己完結した工夫のみならず〈症状に応じて家事を行う〉ことや〈家族と家事を分担する〉〈家族と痛みを分かち合う〉など、環境を整えていた(丸谷 美紀, 2024)。

本来感の結果同様に、アプリ「わらいふ」を活用する際には、セルフケアの状況や支援環境を把握し、日常生活行動、心身の状態、環境の項目の選択を支援する必要がある。

3. アプリ「わらいふ」の使いやすさ

令和6年度に比べ全体に令和7年度は、全体に使いやすい回答が多かったが「項目の数は丁度良かった」は「あてはまらない」が令和6年度同様であった。

令和6年度の調査結果を踏まえ、アプリの機能を改善したことが功を奏したとも考えられる(白井千恵, 2025; 丸谷美紀, 2024)。

また、令和6年度は調査対象者のうち知的障害者が21.4%であったため、支援者の協力を得て、時間をとって対応しても使いにくさが残った可能性も考えられる。

4. 自由記述

自身の振り返りに活用されており、自分らしさや波の認識に役立っていると思われる。難病患者が病状の悪化などで離職する場合、医師などに相談せず、退職後の事後報告が多いともいわれる(春名由一郎, 2024)。本アプリでセルフモニタリングした結果を、医師などの支援者と病状を共有し、病状悪化を未然に防いで安定した就労

生活に役立ていただけることを願う。

また、就労選択支援は、作業場面を活用したアセスメントやケース会議など、多要素が存在する（厚生労働省, 2024）。そのため、週単位の目標を設定することも、有効な方法と考える。

5. サンプル数および調査手法の限界

今回のサンプル数は9名と多くはなく、結果の一般化には注意が必要である。

E. 結論

本研究では、就労支援アプリ「わらいふ」を難病患者に試用していただき、評価をまとめた。令和6年と比較し令和7年は、本来感、波の認識、アプリ自体の使いやすさは全体に肯定的であった。

対象者の年代、生活経験、支援環境を把握し、アプリでセルフモニタリングを行う項目、すなわち日常生活行動、心身の状態、環境の選択を支援する必要がある。

G. 研究発表

なし

H. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得. なし
2. 実用新案登録. なし
3. その他. なし

表1. アプリ入力項目

日常生活行動	心身の状態	環境
食事	気持ちの落ち着き	家族の理解や協力
睡眠	集中力や意欲	服薬
スケジュール	体の症状	周りの雰囲気
清潔や身だしなみ	動きや感覚の制限	仕事の内容や負担
健康管理		作業の開始や終了の時刻
金銭管理		装具、機器や家具
家庭生活		作業の時間や休憩
通所や通勤などの移動		友人や地域・社会との関係
周りの人とのコミュニケーション		
仕事のルールや連絡		
作業		
休みの日		

表2 本来感

いつも自分らしくいられる いつでも揺るがない「自分」を持っている 人前でもありのままの自分が出せる 他人と自分を比べて落ち込むことが多い 自分のやりたいことをやることができる これが自分だ、と実感できるものがある いつも自分を見失わないでいられる

表6 アプリ使用前後の本来感の変化 令和6年度、7年度の比較

質問項目	回答	R6				R7			
		使用前		使用后		使用前		使用后	
		n	%	n	%	n	%	n	%
いつも自分らしくいられる	あてはまらない	40	58.8	30	54.6	7	38.9	2	22.2
	あてはまる	28	41.2	25	45.5	11	61.1	7	77.8
いつでも揺るがない「自分」を持っている	あてはまらない	39	57.4	31	56.4	9	50	4	44.4
	あてはまる	29	42.7	24	43.6	9	50	5	55.6
人前でもありのままの自分が出せる	あてはまらない	47	69.1	32	58.2	11	61.1	4	44.4
	あてはまる	21	30.9	23	41.8	7	38.9	5	55.6
他人と自分を比べて落ち込むことが多い*	あてはまらない	31	45.6	24	43.6	11	61.1	6	66.7
	あてはまる	37	54.4	31	56.4	7	38.9	3	33.3
自分のやりたいことをやることができる	あてはまらない	44	64.7	31	56.4	9	50	1	11.1
	あてはまる	24	35.3	24	43.6	9	50	8	88.9
これが自分だ、と実感できるものがある	あてはまらない	41	60.3	31	56.4	6	33.3	2	22.2
	あてはまる	27	39.7	24	43.6	12	66.7	7	77.8
いつも自分を見失わないでいられる	あてはまらない	48	70.6	35	63.6	10	55.6	3	33.3
	あてはまる	20	29.4	20	36.4	8	44.4	6	66.7

表7. 自己の波の認識や環境

質問項目	R6				R7			
	あてはまらない		あてはまる		あてはまらない		あてはまる	
	n	%	n	%	n	%	n	%
自分の調子や波の様子がわかった	30	54.6	25	45.5	1	11.1	8	88.9
自分の調子や波とうまく付き合えそうだと思う	30	54.6	25	45.5	2	22.2	7	77.8
自分の調子や波を支援者や関係者等と共有できた	36	65.5	19	34.6	3	33.3	6	66.7
家や仕事の環境を整えてもらうことができた	42	76.4	13	23.6	3	33.3	6	66.7

表8. 一般的な使いやすさ

質問項目	R6				R7			
	あてはまらない		あてはまる		あてはまらない		あてはまる	
	n	%	n	%	n	%	n	%
アプリの説明書は分かりやすかった	24	43.6	31	56.4	1	11.1	8	88.9
アプリの文字の大きさは見やすかった	12	21.8	43	78.2	0	0.0	9	100.0
アプリの色は見やすかった	13	23.6	42	76.4	0	0.0	9	100.0
項目はクリックのしやすかった	21	38.2	34	61.8	1	11.1	8	88.9
項目の数は丁度良かった	41	74.5	14	25.5	7	77.8	2	22.2
項目の名前は分かりやすかった	29	52.7	26	47.3	4	44.4	5	55.6
記録は5段階で回答しやすかった	16	29.1	39	70.9	1	11.1	8	88.9
画面の動き方はスムーズだった	21	38.2	34	61.8	2	22.2	7	77.8
振り返りのグラフは見やすかった	39	70.9	16	29.1	4	44.4	5	55.6

表9. 自由回答

セルフモニタリングの理由	働く理由を最初に記入したが、小さな理由や目標を週単位で設定したら、達成感や自己肯定感に繋がるのでは
アプリの動作	起動する手間があると感じた
	画面の切り替えが不便で1画面で簡潔できる事が好ましい 日々の行動の項目までで終わったことがあったので、項目の一番最後に次の項目に移動 とか書いてあると次にいくのを忘れずに済む
アプリの項目：数、例示、評価段階	入力数は適正であった
	余暇 の項目は毎日必要だろうかと感じた
	使い方のワークブック同様に、アプリにも「例：健康管理はできている(服薬や医師の指示)」などのように例ということを明記していただけるとよい 『できなかった(0~40%)』『通常(50~70%)モード』『通常より良かった(80%~)』の3段階ほどの回答で良いのではないか
継続の支援機能	カレンダーに回答した日は色やスタンプが付くと見やすいと思った

	毎晩開く楽しみが少しあるといいと思った
	入力する時間を通知する機能があると気づきやすい
アプリの効果	アプリに記録する習慣がついていなかったが、自分の気持ちの見直しをするのにとってもいいと思った
	アプリを使用して自身の健康管理の意識づけになり、たいへんありがたいアプリだと感じた
	就寝前に一日の振り返りを兼ねて利用することが多かった

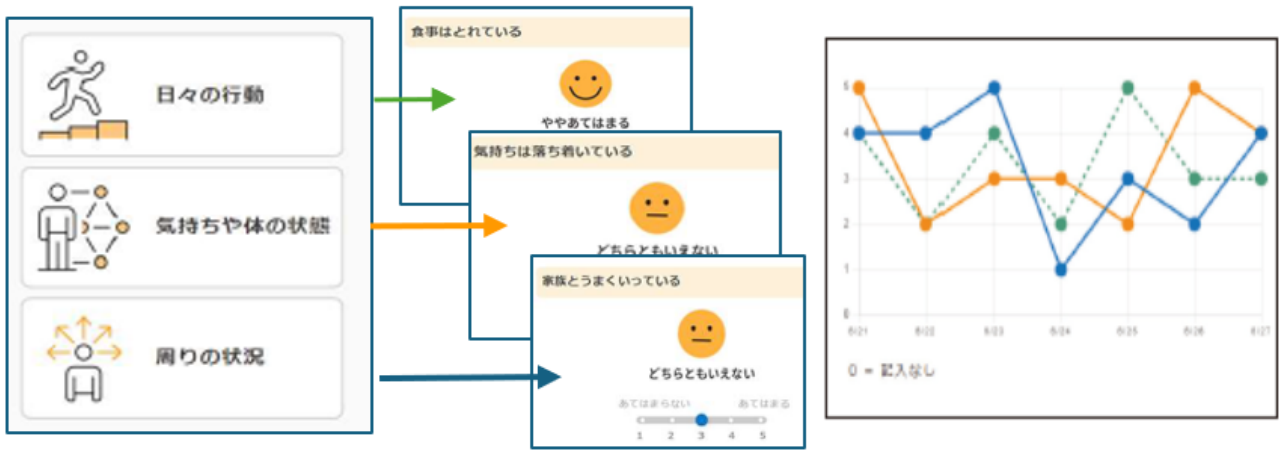


図1. 就労支援アプリ「わらいふ」イメージ

- Kazuaki, M. (2021). An examination of guidelines to promote the implementation of vocational assessment in employment-related disability welfare service agencies. *Memoirs of Faculty of Education and Human Studies, Akita University. Educational science, 76*, 79-87.
- Rehabilitation, T. N. I. o. V. (2023). *No.168 Research on Assessment of Work Difficulties (Vocational Readiness and Work Difficulties) -Development of the Assessment Sheets for Work Support*. Retrieved 12.10 from <https://www.nivr.jeed.go.jp/research/report/houkoku/houkoku168.html>
- 伊藤正哉, & 小玉正博. (2005). 自分らしくある感覚 (本来感) と自尊感情が well-being に及ぼす影響の検討. *教育心理学研究, 53*(1), 74-85.
- 井上葉子. 難病患者の就労支援に関する看護基礎教育の実態とモデル授業の開発.
- 白井千恵, 和., 石村源生丸谷美紀. (2025). 就労支援アプリ開発に関するアンケート調査研究 (R6年度厚生労働科学研究費補助金(障害者政策総合研究事業) 研究課題名: アプリを併用した就労アセスメントの専門性向上のための研修の開発について) の研究 (23GC1009) 分担研究報告書 Issue. https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/report_pdf/20241703A-5.pdf
- 丸谷美紀, 高. ゆ., 鈴木 恵理, 橘 とも子. (2024). 疾病や障害により慢性的な痛みを持つ患者への就労支援の推進に資する研究—患者への聞き取り調査より. *第32回職業リハビリテーション研究・実践発表会 発表論文集*, 218.
- 丸谷美紀, 白. 和. 石. (2024). *R5年度厚生労働科学研究費補助金(障害者政策総合研究事業) 研究課題名: アプリを併用した就労アセスメントの専門性向上のための研修の開発についての研究 (23GC1009) 分担研究報告書 アセスメントスキルの必要性や実施状況に関するアンケート調査研究*. Retrieved 07.05 from https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/report_pdf/202317031A-buntani4.pdf
- 狩野聖子, カノウセイコ, 高橋学, & タカハシ マナブ. (2016). 炎症性腸疾患患者がもつ「働きづらさ」の研究—ライフストーリーから見るアイデンティティの変容—. *昭和女子大学大学院生活機構科紀要, 25*, 51-64.
- 春名 由一郎, 大. 祐., 岩佐 美樹, 野口 洋平, 中井 亜弓 (2024). 難病患者の就労困難性に関する調査研究. *調査研究報告書 No.172*.
- 春名由一郎, 大竹祐貴, 岩佐美樹, 野口洋平, & 中井亜弓. (2023). 難病患者の就労困難性に関する調査研究. *調査研究報告書サマリー, 3*, 1-8.
- 前川絵里子, マエカワエリコ, 平澤則子, ヒラサワノリコ, 野口裕子, & ノグチユウコ. (2024). *就労支援・孤立予防を担*

う A 県難病相談支援センターの相談
員の伴走型支援 Niigata College of
Nursing].

島田敦, & 野田智子. (2024). 青年期炎症性腸
疾患患者のレジリエンスと療養生活
との関連. *埼玉医科大学看護学科紀
要*, 17(1), 9-19.

那須文実, 山田和子, & 森岡郁晴. (2015). 潰瘍
性大腸炎患者における就業上の困難
と前向きな気持ちの実態. *産業衛生学
雑誌*, 57(1), 9-18.

日本ソーシャルワーク教育学校連盟, 一.
(2020). *ソーシャルワーク演習のため
の教育ガイドライン*.