東邦大学

こどもと家庭をまもる―メンタルヘルスは何ができるか―

メンタルヘルスは何ができるか
大学精神医学講座の取り組み

東邦大学医学部
精神神経医学講座・社会実装精神医学講座
教授
根本 隆洋

2025年7月18日（金）
一般社団法人 全国精神保健福祉連絡協議会
口演と座談
オンライン開催

Contents

- こども・若者のメンタルヘルス対策の重要性
- 地域における新たな若者向け相談・支援サービス
- 普及・社会実装に向けた取り組み

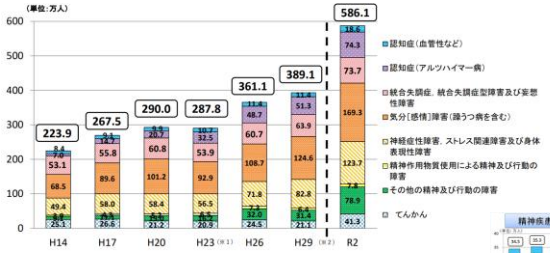
SODA

meiCis

スライド作成において、「いらすとや（https://www.irasutoya.com/）」のフリー素材を用いています。

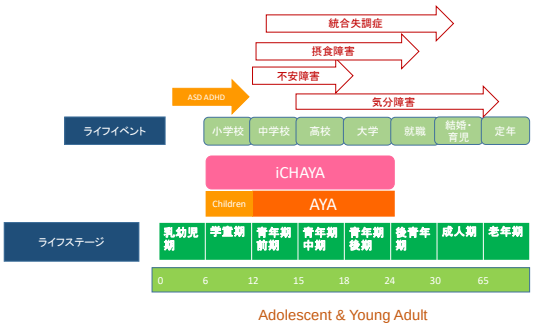
作成 根本隆洋

我が国の精神医療の動向



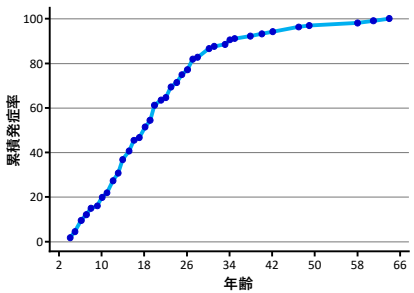
出典：厚生労働省 第1回 市町村における精神保健に係る相談支援体制整備の推進に関する検討チーム

ライフステージと精神疾患



根本ら, 2019

精神疾患の累積発症率



精神疾患の75%は25歳までに発症する

Opportunities to Promote Children's Behavioral Health: Health Care Reform and Beyond: Workshop in Brief, National Academies Press (US); 2016 Jun 8より作図

iCHAYA (あいチャヤ)

Integrated care for Children, Adolescents, and Young Adults

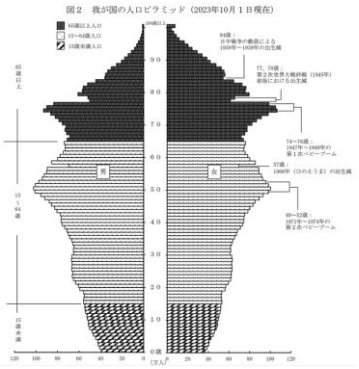
作成 板本隆洋

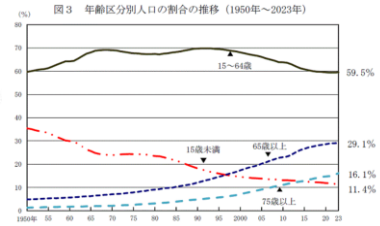
ユースデイケア イルボスコ

・15-30歳のAYA世代
・疾患は問いません

http://www.lab.toho-u.ac.jp/med/omori/mentalhealth/

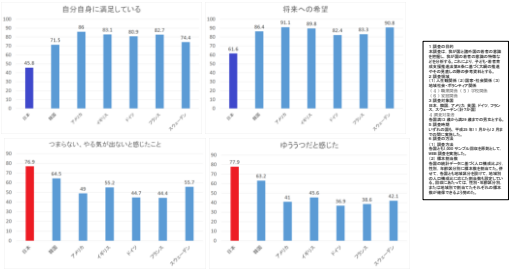
こども・若者は宝





総務省統計局, 2024

我が国と諸外国の若者の意識に関する調査

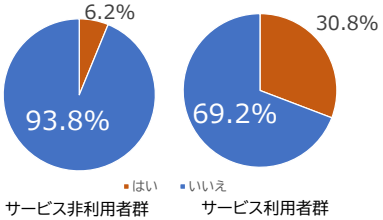


「平成25年度 我が国と諸外国の若者の意識に関する調査」より作図
13-29歳の若者
https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/thinking/h25/pdf_index.html

作成 根本隆洋

メンタルヘルス問題における援助希求先についての認識

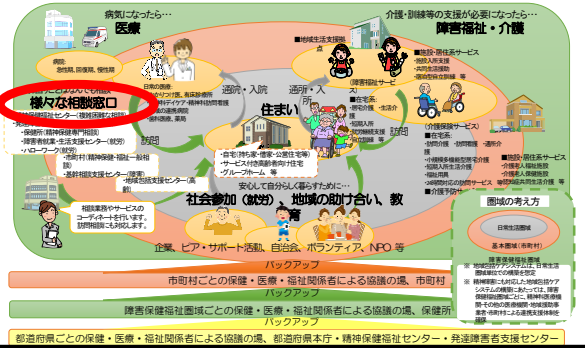
不安や気分の落ち込み、ストレスに関することなど、メンタルヘルスに関する悩みを、
気軽に相談できる相談窓口は思い付きますか？



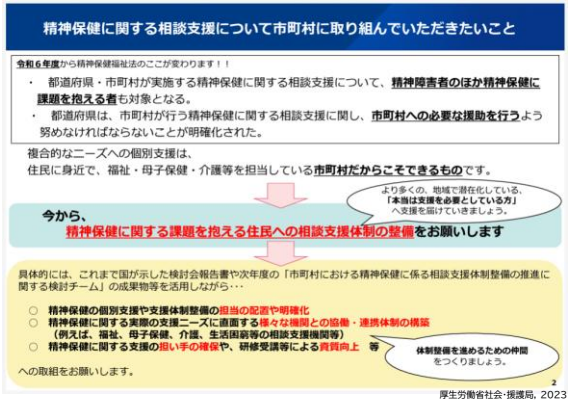
※国勢調査結果に基づき年齢性別を統制した健常対照者500名、うつ病患者500名へのアンケート調査結果
Uchino T, Fukui E, Nemoto T et al., Front Psychiatry, 2023

精神障害にも対応した地域包括ケアシステム

厚生労働省



精神保健福祉法改正（令和6年4月施行）



meiCis
Mental health and Early Intervention in the Community-based Integrated care System

厚生労働科学研究
令和元年～令和3年度
地域特性に対応した精神保健医療サービスにおける早期相談・介入の方法と実施システム開発についての研究
令和4年度
精神障害にも対応した地域包括ケアシステムにおける若年者等に対する早期相談・支援サービスの導入及び検証のための研究

研究代表者　根本隆洋（東邦大学医学部精神神経医学講座）

地理的条件や人口動態が異なり、わが国における地域類型を反映する地域での実践

①足立区　―大都市対面型モデル―

研究分担者　田中邦明（東京足立病院）

②秋田県　―遠隔地ICTモデル―

研究分担者　清水徹男（秋田県精神保健福祉センター）

③所沢市　―都市近郊アウトリーチモデル―

研究分担者　藤井千代（国立精神・神経医療研究センター）

④京浜地区　―多文化共生モデル―

研究分担者　辻野尚久（済生会横浜市東部病院）

⑤実装科学的解析

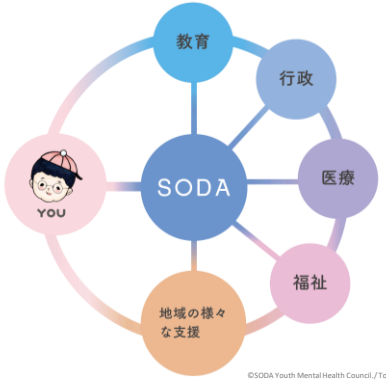
研究分担者　今村晴彦（長野県立大学大学院）

meicis.jp

作成 根本隆洋

Mental health and Early Intervention in the Community-based Integrated care System

困りごとを抱えた若者の地域における支援の入り口に



©SODA Youth Mental Health Council / Toho Univ. Faculty of Medicine.

困難抱えた若年者に対する地域の早期相談・支援窓口 ― SODA ―（東京都足立区北千住）

支援モデル

多職種専門チームによる
包括的アセスメント

公認心理師・精神保健福祉士等による、サービス仲介＋提供
臨床型ケースマネジメント（3～6ヶ月目処）

若年者の多種多様な困難・課題をワンストップで整理

✓ **メンタルヘルス不調の医学的評価**
- 診断閾値以下の不調～顕在発症まで連続した評価、医療機関受診の要否判断

✓ **心理的葛藤の評価**
- 思春期・青年期心性、家族・友人との葛藤、心理的苦痛やストレス要因などを整理

✓ **社会生活における困難の評価**
- 就学、就労、経済状況、生活環境などを整理

他機関へ単に送るのではなく、支援をしながら橋渡し

✓ **メンタルヘルス不調・精神症状に対する精神・心理療法アプローチ**
- ストレス反応や神経症水準の社交不安、パニック発作、うつ病水準の気分症状などに対する、支持的精神・心理療法、認知行動療法、森田療法
- ストレスの軽減やコーピング（対処）行動など、精神保健に関する心理教育

✓ **日常生活支援**
- 金銭管理、対人関係、社会的孤立、就学・進路、依存症など多岐にわたる助言
- 孤立・孤独に対する定期的な対人交流の機会の情報提供

✓ **就労支援**
- 求職、就労継続、障害者雇用に関する助言など、職に就くためのプロセスを支援

✓ **家族支援**
- 本人の抱えている困難や思春期・青年期心性に対する心理教育や協働の促進

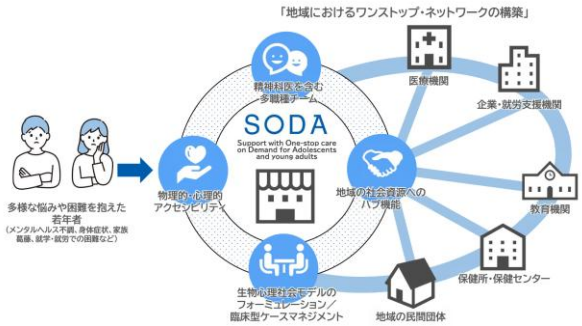
✓ **関係機関との連携・社会資源の調整**
- 教育、福祉、保健などの関係機関や、NPOなど地域の支援者への橋渡し
- 診断水準の精神疾患に対しては、本人の希望に応じ、医療機関受診の調整

New!! ✓ **就労体験・ボランティアへの橋渡し**（NPO等による仲間型コミュニケーション事業）
- 社会参加のためのきっかけづくりとして、インターンシップ（就労体験）やボランティアを受け入れ企業・団体等へつなぎ、振り返り

New!! ✓ **個別就労支援**（Individual Placement and Support：IPS）
- 通常の相談支援と並行して、専門の就労支援員が個別の計画に基づく職場開拓、就職支援

根本隆洋, 厚労科研「地域特性に対応した精神保健医療サービスにおける早期相談・介入の方法と実施システム開発についての研究」, 2022
Uchino et al., Early Interv Psychiatry, 2021

SODA Support with One-stop care on Demand for Adolescents and young adults



©SODA Youth Mental Health Council / Toho Univ. Faculty of Medicine.

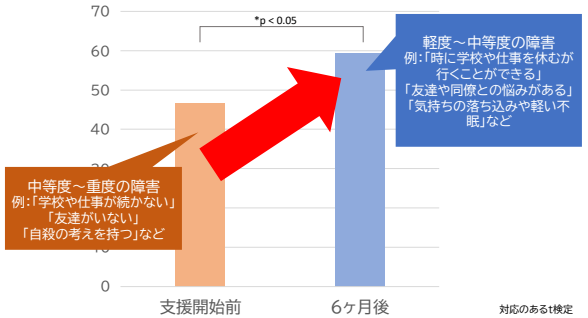
SODAでは、こんな相談を受け付けています

『これって「こころ」の問題？』
『病院に行った方がいいのか迷う』
『どこに相談したらいいか分からない』
『家族のことを相談したい』
『お金のことで困っている』
『学校になじめない』
『友達のことを相談したい』
『仕事が上手くいかない』
『何か分からないけど不安、モヤモヤする』

©SODA Youth Mental Health Council./Toho Univ. Faculty of Medicine.

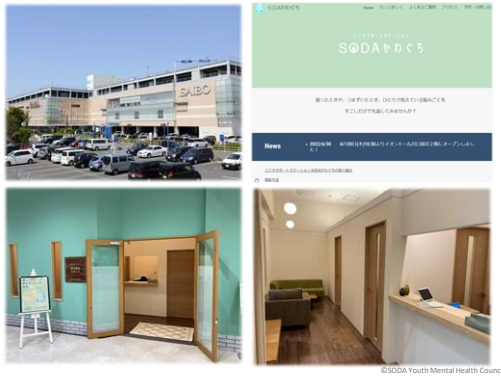
困難抱えた若年者に対する地域の早期相談・支援窓口SODA足立（東京都足立区北千住）

6ヶ月間の早期相談・支援の効果（GAFスコア※）



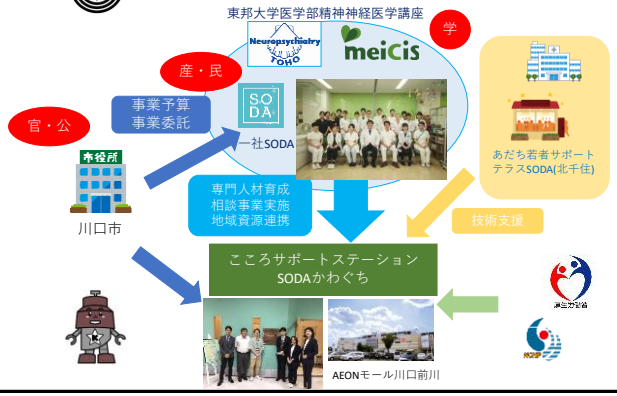
対応のあるt検定
2020年3月～2020年9月、6ヶ月間の継続的な専門支援を行った21名（平均19.2歳）
※就学就労・対人関係などの社会参加等の程度とメンタルヘルスの不調を総合的に評価した指標
Uchino, Nemoto, et al. Early Interv Psychiatry. 2022 16(5):568-575より改変

こころサポートステーションSODAかわぐち
埼玉県川口市 大型ショッピングモール内に開設（2022/06）



©SODA Youth Mental Health Council./Toho Univ. Faculty of Medicine.

川口市「若年者早期相談・支援事業」



作成 根本隆洋

SODA - 若年者に向けたワンストップ相談窓口

事業目的	メンタルヘルスに関する早期相談・支援窓口の設置
対象者	各自治体に在住・在勤・在学の若年者 （足立：概ね15-25歳、川口：概ね15-35歳）
支援方法	来所、電話、ビデオ通話、チャット、訪問（応相談）
支援内容	若年者の物理的・心理的アクセスを考慮した窓口において、多職種専門チーム（精神科医・精神保健福祉士・公認心理師・保健師等から構成）による、包括的アセスメントおよび臨床型ケースマネジメント
開所日	土曜を含む週4、5日、10時～19時
人員配置	精神保健福祉士・公認心理師・保健師等：常時、2～3名 精神科医：週2～3日、1～2名
施設面積	40m²程度（待合、面接室1-2室、事務スペース）

あだち若者サポートテラスSODA
（足立区委託事業・医療法人財団厚生協会）
路地裏の古民家を改装したカフェ風

こころサポートステーションSODAかわぐち
（川口市委託事業・一般社団法人SODA）
大型ショッピングモール内のリラクゼーションサロン風

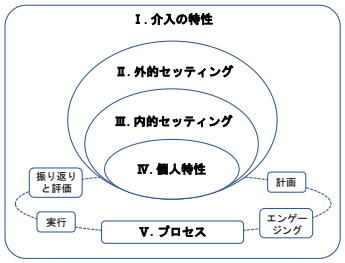
作成 内野敬

実装科学：実装研究統合フレームワーク（CFIR）

代表的な19のモデルから、実装に影響を与える要因を系統的に抽出

－５つの領域と３９の構成概念－

領域	定義
Ⅰ介入の特性	実装の成功の可否に影響する介入の性格
Ⅱ外的セッティング	介入を実施する組織が置かれた経済的、政治的、社会的文脈
Ⅲ内的セッティング	介入を実施する組織内部の構造的、政治的、社会的文脈
Ⅳ個人特性	介入の対象となる人々、あるいは実施プロセスに関わる人々の特性
Ⅴプロセス	介入が、個人レベルと組織レベルで計画通りに実施されるようにするための積極的な活動のプロセス



（木原5訳、健康行動学　一部改変）

※図は内富庸介（監修）、今村晴彦、島津太一（監訳）、『実装研究のための統合フレームワーク―CFIR―』（2021）より。

22

社会実装精神医学講座

学校法人東邦大学広報 279号 2023年6月

研究において、その成果が実地で役に立つまでには17年かかり、実際に活用できる成果も14%にとどまるといわれています。本講座は、地域社会におけるメンタルヘルスの促進と、人々が不調の際には早期相談と支援が可能となるサービスやシステムの「社会実装」を目指します。そうした思いを込めて、東邦大学初の社会連携講座を「社会実装精神医学講座（Department of Psychiatry and Implementation Science）」と名付けました。

https://www.nikkei.com/article/DGXZRSP652991_R10C23A4000000/

作成 根本隆洋

実装科学に基づく実装戦略の構築

【3サイト共通項目】

Ⅱ. 外的セッティング

「潜在的な関係者を探り、連携する」

Ⅳ. 個人特性

「職員に必要な技術を考え、伝える」

【2サイト共通項目】

Ⅰ. 介入の特性

「サービスについての関係者の認識を知る。認識のズレがある場合は、まずは理解を得る工夫を考える」

「介入の見せ方を工夫する」

「介入のノウハウを体系化しマニュアル化する」

Ⅱ. 外的セッティング

「地域のニーズをくみ取る」

Ⅲ. 内的セッティング

「職員のコミュニケーションを良くし、介入についての認識のすり合わせを行う」

「介入の実施体制を充実させる」

Ⅳ. 個人特性

「職員の想いを拾い上げる」

Ⅴ. プロセス

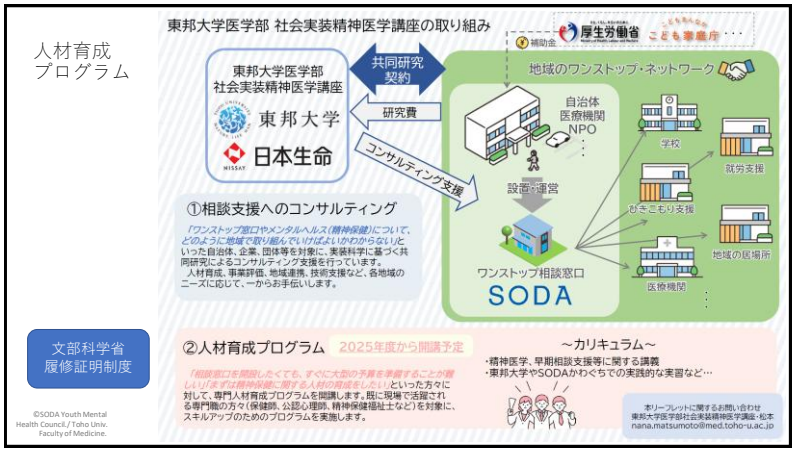
「取組みの評価を工夫する。特に成果を目に見える形で示して関係者に提示する」

「見方になってくれる人（チャンピオンなど）を得る」

https://mhlw-grants.niph.go.jp/project/163908

東邦大学医学部 社会実装精神医学講座における研究・実践について
meiCis
R1 - 4年度 厚生労働科学研究プロジェクト
医療法人財団厚生協会 東京足立病院
SODA
(足立区委託事業/医療法人財団厚生協会)
SODAかわぐち
(川口市委託事業/一般社団法人SODA)
国立精神・神経医療研究センター
AMIN
秋田県子ども・女性・障害者相談センター
精神保健福祉部(精神保健福祉センター)
在留外国人相談会・医療連携
済生会横浜市東部病院・
NPO法人MAIKEN・松蔭大学など
長野県立大学
THE UNIVERSITY OF NAGANO
実践協力・共同研究
東邦大学
日本生命
医学部精神神経医学講座
R5年度 -
社会実装精神医学講座(社会連携講座)
講座責任者　東邦大学医学部 精神神経医学講座
社会実装精神医学講座
教授　根本 隆洋
MEICISのノウハウと実装科学のエビデンスに基づく、
コンサルテーション・パッケージ共同開発
社会実装・普及
「精神障害にも対応した地域包括ケアシステム」における早期相談・支援の実現に向けて、
自治体/企業/団体等※を対象に、窓口開設や相談支援機能強化に際して、
地域特性を踏まえたオーダーメイドのコンサルティング
※導入希望機関を随時募集・お気軽にお問い合わせください
©SODA Youth Mental Health Council / Toho Univ. Faculty of Medicine.

2024.6～新たにOPEN
SODAさっぽろ
＜北海道札幌市 豊平区＞
東邦大学医学部社会実装精神医学講座による
コンサルティング支援研究を受け、
株式会社Ay(訪問看護ステーションCISE)が運営
©SODA Youth Mental Health Council / Toho Univ. Faculty of Medicine.


人材育成
プログラム
東邦大学医学部 社会実装精神医学講座の取り組み
東邦大学医学部
社会実装精神医学講座
東邦大学
日本生命
共同研究契約
研究費
コンサルティング支援
補助金
厚生労働省
こども家庭庁
地域のワンストップ・ネットワーク
自治体
医療機関
NPO
設置・運営
ワンストップ相談窓口
SODA
学校
就労支援
ひきこもり支援
地域の居場所
医療機関
①相談支援へのコンサルティング
「ワンストップ窓口やメンタルヘルス(精神保健)について、どのように地域で取り組んでいけばよいかわからない」といった自治体、企業、団体等を対象に、実装科学に基づく共同研究によるコンサルティング支援を行っています。
人材育成、事業評価、地域連携、技術支援など、各地域のニーズに応じて、一からお手伝いします。
文部科学省
履修証明制度
②人材育成プログラム
2025年度から開講予定
「相談窓口を開設したくても、すぐに大部の予算を準備することが難しい」「まずは精神保健に関する人材育成を」、などといった方々に対して、専門人材育成プログラムを開講します。既に現場で活躍される専門職の方々(保健師、公認心理師、精神保健福祉士など)を対象に、スキルアップのためのプログラムを実施します。
～カリキュラム～
・精神医学、早期相談支援等に関する講義
・東邦大学やSODAかわぐちでの実践的な実習など…
パンフレットに関するお問い合わせ
東邦大学医学部社会実装精神医学講座・松本
nana.matsumoto@med.toho-u.ac.jp
©SODA Youth Mental Health Council / Toho Univ. Faculty of Medicine.

ホームページ
「人の病の最良の薬は人である」の言葉を胸に
https://www.lab.toho-u.ac.jp/med/omori/psycho/
メンタルヘルス早期相談・支援サービスの社会実装に向けて
社会実装精神医学講座とは？
紹介動画（クリックで再生します）
meicis.jp