

公共健康医学専攻精神保健学 I / 健康科学・看護学専攻精神保健学特論 I

担当：精神保健分野 教授 川上憲人 内 23521 (外線 03-5841-3521) norito@m.u-tokyo.ac.jp

第 1 回 オリエンテーション・総論 (2012 年 4 月 10 日 (火) 5 限 16:40-18:10)

1. 精神保健学分野・精神看護学分野の紹介

教授 川上憲人 (精神保健疫学、職場のメンタルヘルス)  
 準教授 島津明人 (職場のメンタルヘルス、ストレスマネジメント)  
 講師 宮本有紀 (セルフケア、精神医療の質、「リカバリー」)  
 助教 森 (ブリーフサイコセラピー、学校精神保健、家族精神保健)  
 技術専門員 中嶋美喜子 特任研究員 菅知絵美、関屋裕希  
 秘書 熊耳 彩 (くまがみ・あや) TEL 03-5841-3364/FAX 03-5841-3392  
 学術支援員 二上恵子

※詳細は分野HPをご覧ください。http://plaza.umin.ac.jp/heart/

2. 授業の到達目標

- 1) 精神保健のニーズの現状について説明できる (第 1 回)。
- 2) 精神保健の疫学調査の方法論について説明できる (第 2～4 回)。
- 3) 精神保健の第一次、第二次、第三次予防の科学的根拠の現状について説明できる (第 6～7 回)。
- 4) 主要な精神保健上の課題への対策の具体例をあげることができる (第 8～13 回)。
- 5) 対象や課題に即して、科学的根拠に基づき精神保健対策を立案することができる (第 14,15 回)。

3. 授業予定

回	日付	時間帯	内容	形式・担当者
1	4 / 10	5 限	オリエンテーション・精神保健総論	講義：川上
2	4 / 17	〃	精神疾患の診断と分類	講義：川上
3	4 / 24	〃	精神疾患の頻度と危険因子	講義：川上
	5 / 1		(休講)	
4	5 / 8	〃	精神健康の測定と評価	講義：川上
5	5 / 15	〃	精神保健とサービス利用	講義：川上
	5 / 21	4 限	公共健康医学特論 (精神保健学)	講義：川上、島津
6	5 / 22	〃	課題発表 1：精神保健の対策と効果 (その 1)	学生による発表、補足講義
7	5 / 29	〃	課題発表 1：精神保健の対策と効果 (その 2)	学生による発表、補足講義
8	6 / 5	5 限	トピックス①：地域のうつ・自殺対策 (国および秋田県の対策)	講義：本橋 豊先生 (秋田大学副学長)
9	6 / 12	〃	トピックス②：地域のうつ・自殺対策 (長崎県の事例)	講義：大塚俊弘先生 (長崎こども・女性・障害者支援センター所長)
10	6 / 19	〃	トピックス③：精神保健行政の現状と課題	友利久哉先生 (厚生労働省障害保健福祉部精神・障害保健課課長補佐)
11	6 / 26	〃	トピックス④：精神障害者アウトリーチ推進事業の展開と課題	講義：萱間真美先生 (聖路加看護大学精神看護学研究室・教授)
12	7 / 3	〃	トピックス⑤：災害時の精神保健	講義：金 吉晴先生 (国立精神・神経医療研究センター部長)
13	7 / 10	〃	トピックス⑥：認知行動療法	講義：堀越 勝先生 (国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター研修指導部長)
14, 15	7 / 24	5, 6 限	課題発表	学生による発表

注：最終回のみ授業時間が 16:40-20:00 となるので注意すること。

### 3. 授業の進め方

#### 1) 参加型授業を中心とします。

- 学生の授業への積極的参加を求めます。講義途中の質問はいつでもOKです。
- 課題について小人数グループで調べ、発表してもらいます。
- 学生がより深い参加をすればそれだけ、教員、外部講師も刺激されて深い授業を提供できます。

#### 2) グループ分け

- 6～7名以内の小人数グループにわかれていただきます。グループわけは、4月17日（火）に行います。グループ単位で課題1および課題2を進めていただきます。

#### 3) 課題

##### (1) 課題1 エビデンス論文を読もう！

精神保健の第1、2、3次予防に関連した無作為化比較試験（RCT）、システマティックレビュー、あるいはメタ分析の論文一編を選び、グループで読み、その内容を10分程度で説明してください。

##### ①論文の選び方

2001年以降に公表された論文を選んでください。推奨論文を資料1に示します。

準備の都合上、論文は4月17日（火）の授業時間中に決定してください。

##### ②発表日

5月22日（火）または26日（火）。

##### ③発表方法

発表10分、質疑10分。パワーポイント使用可（Windows PC 準備します。データはUSBメモリにて持参のこと）。できるだけ資料を配布ください。

##### ④発表用資料のコピー

資料のコピーは、医学部3号館3階N304（精神保健学・看護学分野秘書室）で可能です。必ず、秘書（熊耳）に「公共健康医学／健康科学・看護学専攻の学生で、講義資料をコピーしたいのですが」と伝えてください。精神保健学（特論）Iで使用する資料に限ります。単行書、雑誌、他の授業科目の資料のコピーや、私用のコピーは行わないでください。

##### (2) 課題2 精神保健対策を立案しよう！

課題：ある集団の精神保健上の問題を1つ選び、これに対する対策を立案し、発表してください。

##### ①課題：以下の課題を推奨しますが、これ以外から選んでもかまいません。

子供の精神保健

自殺予防

職場のメンタルヘルス（働く人の精神保健）

災害時の精神保健

##### ②発表日

7月24日（火）16:40-20:00 A～Fグループの順で。

##### ③発表方法

発表15分、質疑10分。パワーポイント使用可（Windows PC 準備します。データはUSBメモリにて持参のこと）。配付資料を作成すること。

##### ④事前準備

各グループは、6/26（火）までに、課題2「精神保健対策を立案せよ！」のテーマ（あるいはタイトル）を川上（norito@m.u-tokyo.ac.jp）までメールで知らせてください。

##### ⑤発表のポイント

- 対策の対象となる集団や解決する健康問題を具体的に明確にしてください。
- 第一次、第二次、第三次予防のいずれか（複合か）を明確にしてください。
- 科学的根拠（エビデンス）の現状を調べ、これに基づいて対策を考えてください。良好実践事例があれば調べ、対策立案に生かしてください。
- 現場のニーズ、受け入れやすさ、実施しやすさ、コスト、実施後の事業評価も考慮してください。
- 斬新なアイデア、用意周到なプレゼンを歓迎します。優秀作品には「川上賞」を授与します。

#### 4. 成績および課題レポートの提出

成績は、出席、課題発表およびレポートにより総合的に評価します。出席が 1/2 に満たない者には単位を与えない場合があります。

##### レポートの提出

- 課題 2 の内容について、発表会での意見や議論を参考に、**個人**で課題レポートを作成し、8月10日（金）までに、精神保健学分野秘書室（医学部3号館3階N304）まで提出のこと。
- レポートはA4版横書き、左上一カ所ホチキス止めで1部提出。和文または英文。レポートの表紙には、課題タイトル、専攻名、学年、グループ名、学籍番号、氏名を記載のこと。
- 分量は表紙を含め3ページ以上。
- 例年、課題2の内容はすでにグループで発表済みとして、その内容をレポートに含めない人がいます。この場合には評点が低くなりますので、ご注意ください。必ず、グループでの検討内容を個人で考え、よりよい内容にした上でレポートとして提出してください。

#### 5. 関連する授業のご案内

##### 1) 精神障害（精神疾患）についての基礎知識が不足している方：

精神疾病論：健康科学・看護学科3年生向け、4月5日～5月24日までの毎週木曜日第1、2限（8:40-12:00）医学部3号館1F N101

##### 2) 精神保健の制度・サービスについての基礎知識が不足している方：

精神保健学：健康科学・看護学科3年生向け、6月1日～7月13日までの毎週金曜日第1、2限（8:40-12:00）医学部3号館1F N101

##### 3) 精神保健疫学の研究の進め方、論文の読み方と書き方

精神看護学特論Ⅱ※：健康科学・看護学専攻修士学生向け。10月～12月の毎週火曜日3限（予定）。川上まで申し出てください。

※単位互換制度により、公共健康医学専攻の単位にあてることが可能です。事前に大学院係で確認ください。

#### 6. お勧めの副読本

- 公衆衛生学の基礎として  
曾田研二、田中平三（監訳）. 予防医学のストラテジー. 医学書院, 1998
- 疫学の入門書として  
日本疫学会（監修）はじめて学ぶやさしい疫学－疫学への招待－. 南江堂, 2002  
Rothman KJ. *Epidemiology: an introduction*. Oxford University Press, New York, 2002（あるいはこの和訳「ロスマンの疫学」. 篠原出版新社, 2004）  
さらに疫学をマスターする参考書としては、  
Rothman KJ. *Modern Epidemiology*. Lippincott Williams & Wilkins; 3, 2007.
- メタアナリシスの参考書として  
丹後俊郎. メタアナリシス入門. 朝倉書店
- 精神医学の診断と治療なら  
古川壽亮、神庭重信（編）. 精神科診察診断学：エビデンスからナラティブへ. 医学書院, 2003.  
米国精神医学会. 米国精神医学会治療ガイドラインコンペンディウム（佐藤光源、樋口輝彦、井上新平監訳）. 医学書院, 2006.
- アルコール依存症の理解なら  
吾妻ひでお. 失踪日記. イースト・プレス, 2005.

## 資料1 課題1の推奨論文一覧

### 第一次予防

#### 1. うつ病は予防できるか？

メタ分析：Cuijpers P, van Straten A, Smit F, Mihalopoulos C, Beekman A. Preventing the onset of depressive disorders: a meta-analytic review of psychological interventions. *Am J Psychiatry*. 2008 Oct;165(10):1272-80.

#### 2. 職場のストレス対策は効果あるか？

RCT: Tsutsumi A, Nagami M, Yoshikawa T, Kogi K, Kawakami N. Participatory intervention for workplace improvements on mental health and job performance among blue-collar workers: a cluster randomized controlled trial. *J Occup Environ Med*. 2009 May;51(5):554-63.

#### 3. 津波に被災した子供たちの精神健康を守るには？

準実験研究：Berger R, Gelkopf M. School-based intervention for the treatment of tsunami-related distress in children: a quasi-randomized controlled trial. *Psychother Psychosom*. 2009;78(6):364-71.

#### 4. 若年者の自殺予防に有効な手段は？

体系的レビュー：Robinson J, Hetrick SE, Martin C. Preventing suicide in young people: systematic review. *Aust N Z J Psychiatry*. 2011 Jan;45(1):3-26.

### 第二次予防

#### 5. 職場のうつ病スクリーニングは効果があるか？

RCT: Wang PS, Simon GE, Avorn J, Azocar F, Ludman EJ, McCulloch J, Petukhova MZ, Kessler RC. Telephone screening, outreach, and care management for depressed workers and impact on clinical and work productivity outcomes: a randomized controlled trial. *JAMA*. 2007 Sep 26;298(12):1401-11.

#### 6. 一般医による外来でのうつ病スクリーニングは効果があるか？

メタ分析：Pignone MP, Gaynes BN, Rushton JL, Burchell CM, Orleans CT, Mulrow CD, Lohr KN. Screening for depression in adults: a summary of the evidence for the U. S. Preventive Services Task Force. *Ann Intern Med*. 2002; 136(10): 765-76.

#### 7. 高齢者のうつ病スクリーニングは自殺予防に効果があるか？

準実験研究のメタ分析：Oyama H, Sakashita T, Ono Y, Goto M, Fujita M, Koida J. Effect of community-based intervention using depression screening on elderly suicide risk: a meta-analysis of the evidence from Japan. *Community Ment Health J*. 2008 Oct;44(5):311-20.

### 第三次予防

#### 8. 統合失調症への家族介入は効果があるか？

メタ分析：Pharoah F, Mari J, Rathbone J, Wong W. Family intervention for schizophrenia. *Cochrane Database Syst Rev*. 2010 Dec 8;(12):CD000088.

#### 9. 適応障害の労働者への休業中の復職支援は効果的か？

RCT: van der Klink JJ, Blonk RW, Schene AH, van Dijk FJ. Reducing long term sickness absence by an activating intervention in adjustment disorders: a cluster randomised controlled design. *Occup Environ Med*. 2003; 60(6):429-37.

#### 10. トラウマティックイベントの経験者への集団カウンセリングは効果があるか？

体系的レビュー：Rose S, Bisson J, Wessely S. A systematic review of single-session psychological interventions ('debriefing') following trauma. *Psychother Psychosom*. 2003 Jul-Aug;72(4):176-84.

### フルテキストの入手方法：

1. 医学図書館 <http://www.lib.m.u-tokyo.ac.jp/> からPubMedで検索。
2. 右上に full text マークができれば、クリックして雑誌のサイトからダウンロード
3. 雑誌から無料でダウンロードできない場合には、**UT Article Link**をクリックして、東京大学学術論文リンクから利用可能な電子ジャーナルを検索。