

# インターネットを介した心理的介入プログラムの利用促進を図る方略に関する研究：労働者を対象としたうつ病予防にご協力いただいた方へ

東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野・精神看護学分野では、(研究課題名)を実施しています。

## 【研究課題】

インターネットを介した心理的介入プログラムの利用促進を図る方略に関する研究：労働者を対象としたうつ病予防(審査番号：10570)

## 【研究機関名及び本学の研究責任者氏名】

この研究が行われる研究機関と研究責任者は次に示すとおりです。

研究機関 東京大学大学院医学系研究科・精神保健学分野

研究責任者 川上 憲人・東京大学大学院医学系研究科・精神保健学分野・教授

担当業務 研究統括・データ収集・匿名化・データ解析

## 【研究期間】

承認後 5 年間 (2014 年 07 月 29 日～2019 年 07 月 28 日)

## 【対象となる方】

対象となる方は①20 以上 65 歳以下の労働者, ②過去 1 ヶ月に精神科の受診をしていない方, ③過去 3 ヶ月の疾病休業が 1 4 日未満の方となります。

## 【研究対象者として選定された理由】

対象となる方の所属する企業は、研究機関と過去あるいは現在関係があり、企業のご担当者にご本研究のご協力をお願いをいたしました。

## 【研究の意義】

既に労働者のうつ病予防に効果があると科学的に証明されているインターネット認知行動療法の利用促進を図ることは職場のメンタルヘルスを考える上で大きな意義があります。

## 【研究の目的】

この研究の目的は、労働者を対象とした抑うつ・不安症状の軽減ならびにうつ病の発症の予防に効果があるとされている、インターネットを利用したウェブ心理教育学習(インターネット認知行動療法プログラム)の利用促進を図る介入の効果を明らかにすることにあります。  
近年、インターネットを利用した認知行動療法プログラムには、抑うつ・不安症状の軽減ならびにうつ病の発症の予防に効果があることがわかってきました。

一方でインターネット認知行動療法プログラムの学習の利用中断や不利用の高さが指摘されています。

そこで、今回の研究ではインターネット認知行動療法プログラムの利用促進に焦点をあてて研究・分析をします。

私たちの研究グループが行った最近の研究結果によりますと、インターネット認知行動療法プログラムをすべてやり遂げた人、利用中断や不利用の人の特徴がわかってきました。このような結果を参考に「インターネット認知行動療法プログラム利用者の特徴にあわせた対応とすることでプログラムをやり遂げる人が増えるのではないか」という仮説に基づき、この研究を計画しました。

### 【研究の方法】

この研究は、東京大学医学部倫理委員会の承認を受け、東京大学大学院医学系研究科・医学部長の許可を受けて実施するものです。

今回の研究に参加される方々は、全員にインターネット認知行動療法プログラムを受講していただきます（最大で1000名）。第1期と第2期に分けて募集を致します。第1期にインターネット認知行動療法プログラムを受けていただく方の中からおよそ30名の方に面接調査をお願いする予定です。第2期にインターネット認知行動療法プログラムを受けていただく方は、1) インターネット認知行動療法プログラム利用者の特徴にあわせた対応する、2) 従来のインターネット認知行動療法プログラムの対応をする、2つのグループに分かれていただきます。研究に参加する方はどちらのグループになるかは選べません。今回の研究に参加される方々は、①開始前、②3ヶ月後（計2回）、にウェブ上でアンケートに回答をお願いいたします。流れは以下のようになります。

1) ウェブ上でアンケート回答していただきます。

2) インターネット認知行動療法プログラム全6回を10週間取り組んでいただきます。

（研究班は学習の進捗状況把握のためログイン状況などのデータを取得致します。）

3) 3ヵ月後改めてウェブ上でアンケート回答していただきます。

面接調査は、研究従事者から対象となられた方に電子メールで直接ご連絡をいたします。ご承諾をされる場合は、電子メールにご返信いただき、時間・場所等を決定いたします。インターネット認知行動療法プログラムの受講は、勤務時間内に実施できる予定ですが、面接調査は勤務時間外に行う予定です。

### 【あなたが提供する情報】

本研究で、あなたにご提供をお願いするあなたのデータは、以下になります。インターネット認知行動療法プログラム実施態度に関する質問、K6（心理的ストレス尺度）、the Beck Depression Inventory-Second Edition (BDI-II 日本語版、抑うつ尺度)、the Japanese Version of the Utrecht Work Engagement Scale (UWES-J、ワークエンゲージメント尺度)、インターネット認知行動療法プログラムの内容に関する知識と自己効力感に関する質問、基本属性（氏名・性・年齢・婚姻状況・職種・教育歴・勤続年数・慢性疾患の有無・過去1ヶ月

の残業時間)、電子メールアドレス、面接調査の録音音声デジタルデータ、インターネット認知行動療法プログラム実施によるログデータ、面接調査を録音したデジタルデータ。

#### 【個人情報の保護】

この研究に関わる成果は、他の関係する方々に漏えいすることのないよう、慎重に取り扱う必要があります。あなたの情報・データは、分析する前に氏名・年齢・職位・事業場名などの個人情報を削り、代わりに新しく符号をつけ、どなたのものか分からないようにした上で、東京大学の当研究室において厳重に保管します。またあなたの情報・データは、研究者以外の者は閲覧をできません。企業の関係者があなたの情報・データを閲覧することもありません。

この研究に関わって収集されるデータ等は、外部に漏えいすることのないよう、慎重に取り扱います。

あなたの人体試料や情報・データ等は、解析する前に氏名・企業名等の個人情報を削り、代わりに新しく符号をつけ、どなたのものか分からないようにした上で、当研究室において川上憲人（管理責任者）が、鍵のかかるロッカーで厳重に保管します。ただし、必要な場合には、当研究室においてこの符号を元の氏名等に戻す操作を行い、結果をあなたにお知らせすることもできます。

この研究のためにご自分のデータを使用してほしくない場合は研究連絡者にお伝えいただくか、下記の研究事務局まで 2017年5月29日までにご連絡ください。ご連絡をいただかなかった場合、ご了承いただいたものとさせていただきます。

研究結果は、個人が特定出来ない形式で学会等で発表されます。収集したデータは厳重な管理のもと、研究終了後5年間保存されます。なお研究データを統計データとしてまとめたものについてはお問い合わせがあれば開示いたしますので下記までご連絡ください。ご不明な点がございましたら研究事務局へお尋ねください。

この研究に関する費用は、東京大学大学院医学系研究科精神保健学／精神看護学分野の運営費交付金からから支出されています。

○本研究に関して、開示すべき利益相反関係はありません。

尚、あなたへの謝金はございません。

#### 【研究計画書の閲覧】

あなたが、本研究の研究計画書及び研究の方法に関する資料を入手又は閲覧したい場合は、下記の研究事務局へお尋ねください。

他の研究対象者等の個人情報等の保護および当該研究の独創性の確保に支障がない範囲内で研究計画書及び研究の方法に関する資料を入手又は閲覧できる手続きをさせていただきます。

#### 【将来の研究へのデータの使用の可能性】

あなたからいただいたデータは、将来において、現時点で特定さない将来の研究のために使用される可能性があります。場合によっては、他の研究機関にあなたのデータを提供することもございます。

この場合、氏名・事業場名等の個人情報を削り、代わりに新しく符号をつけ、どなたのものか分からないようにしたデータを使用いたします。また、研究ホームページにその旨を掲載いたします。

あなたのデータが本研究以外に使用してほしくない場合は研究連絡者にお伝えいただくか、下記の研究事務局までご連絡ください。ご連絡をいただかなかった場合、ご了承いただいたものとさせていただきます。

**【問い合わせ先】**

東京大学大学院医学系研究科精神保健学分野・精神看護学分野

担当者：時 田征人（ときた まさひと）

住所：東京都文京区本郷7-3-1

電話：03-5841-3364 FAX：03-5841-3392

メールでのお問い合わせ：(tokitam-tky@umin.ac.jp)

※お問い合わせの際には、「オプトアウト」の件でお伝えいただき、1ページ目の研究課題名と審査番号をお知らせください。