

作成年月日： 2022年 8月 25日 第1.0版  
2022年 11月 09日 第1.1版  
2022年 11月 10日 第1.2版  
2023年 3月 23日 第2.0版  
2023年 8月 25日 第3.0版

生命・医学系指針対応：NCNP\_2022 改訂版

## （人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針に則る情報公開）

このたび以下の研究を実施いたします。本研究への協力を望まれない場合は、問い合わせ窓口へご連絡ください。研究に協力されない場合でも不利益な扱いを受けることは一切ございません。

本研究の研究計画書及び研究の方法に関する資料の入手又は閲覧をご希望の場合や個人情報の開示や個人情報の利用目的についての通知をご希望の場合も問い合わせ窓口にご照会ください。なお、他の研究参加者の個人情報や研究者の知的財産の保護などの理由により、ご対応・ご回答ができない場合がありますので、予めご了承ください。

【研究計画名】 普及実装を目指した遠隔認知行動療法研修プログラムの検討

【研究代表者】 久我弘典（認知行動療法センター長）

【研究責任者】	北里大学	研究責任者	田ヶ谷 浩邦
	国立がん研究センター	研究責任者	島津 太一
	慈恵会医科大学	研究責任者	山寺巨
	東京医科大学	研究責任者	井上雄一

### 【本研究の目的及び意義】

不眠は生活の質の低下だけでなく、自殺念慮や精神疾患、心血管疾患の発症に関連する深刻な問題とされています(Hertenstein et al., 2019; Kyle et al., 2010; Zheng et al., 2019; Zuromski et al., 2017)。不眠症に対する非薬物療法として不眠症の認知行動療法（Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia: CBT-I）が確立されており、ここでは不眠を引き起こす考え方のくせに着目し、それらを改善すべく新しい習慣の獲得を目指します。CBT-Iはその高い安全性と有効性から世界各国で治療の第一選択と位置付けられているものの（Choi et al., 2020; Sateia et al., 2017）、日本ではCBT-Iを実施できるセラピストが少なく、薬物療法が第一選択となっています（三島, 2014）。

現在、COVID-19感染拡大に伴い、情報通信機器を用いた遠隔による研修事業の実装が求められており、対面と遜色ない遠隔プログラムの開発・提供が求められています。加えて、これまで標準的であった対面式のプログラムは、遠隔と比較し時間とコストがかかること、セラピストの多くが都市部に集中し、地方にセラピストが不足していることから、地域に囚われず実施が可能な遠隔での研修が望まれています。遠隔による研修事業は近年その実施が始まっていますが、その有効性や受容性については検討されていません。加えて、プログラムの多くは修了者のCBT実施状況等の把握、およびそのデータを踏まえた研修プログラムのブラッシュアップが行われておらず、ま

作成年月日： 2022年 8月 25日 第1.0版  
2022年 11月 09日 第1.1版  
2022年 11月 10日 第1.2版  
2023年 3月 23日 第2.0版  
2023年 8月 25日 第3.0版

た、海外ではCBT-Iのオンライントレーニングの有効性を評価する定量化された尺度が開発されているものの（Taylor,2021）、わが国ではそれらが整備されていません。そこで本研究では、遠隔CBT-Iを実施するセラピストの効率的な養成を目指し、研修の効果検証および、CBT-Iの普及実装に資するデータの取得を目的とします。

#### 【本研究の実施方法及び参加いただく期間】

##### 対象となる方

2021年5月10日から6月18日の期間に実施されていた、認知行動療法センター主催「不眠症と概日リズム睡眠・覚醒障害に対する診断横断的認知行動療法研修」に受講された方

##### 利用する試料・情報等

この研究では、以下の【A】～【C】以下のアンケートにお答えいただきます。

##### (A) すべての研修に共通するアンケート

- ・ 認知行動療法実施に関する態度、主観的規範、統制感等
- ・ 実装に関する質問
- ・ 職場の理解に関する質問
- ・ 研修全般に関する質問
- ・ 今後の研修に向けた質問
- ・ オンライン研修に関する質問
- ・ 研修後の臨床実践に関する質問

##### (B) 個別の研修に関するアンケート項目

- ・ 認知行動療法の知識に関する理解度、自己効力感等。

(※各研修に応じて記載を調整する)

##### (C) その他

- ・ 基礎情報（年齢、性別、メールアドレス、取得済み免許・資格名（職種）、臨床経験年数（心理相談含む）、所属先の分野・領域等）

##### 研究期間

研究実施許可受領後から2026年3月31日まで

作成年月日： 2022年 8月 25日 第1.0版  
2022年 11月 09日 第1.1版  
2022年 11月 10日 第1.2版  
2023年 3月 23日 第2.0版  
2023年 8月 25日 第3.0版

【共同研究機関】

北里大学

研究責任者 田ヶ谷 浩邦

国立がん研究センター

研究責任者 島津太一

慈恵会医科大学

研究責任者 山寺亘

東京医科大学

研究責任者 井上雄一

○問い合わせ窓口

〒187-8551

東京都小平市小川東町四丁目1番1号

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター認知行動療法センター

電話番号042-341-2712 内線 3035

所属・職名 認知行動療法センター長 氏名 久我弘典

○苦情窓口

〒187-8551

東京都小平市小川東町四丁目1番1号

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター倫理委員会事務局

e-mail : ml\_rinri-jimu@ncnp.go.jp