

PRESS RELEASE (2021/09/30)

**新型コロナウイルス禍におけるメンタルヘルス問題への対応マニュアルを作成**

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は世界的に感染者数が増加しており、感染や重症化、死の恐怖に加え、ソーシャルディスタンスによる孤独や経済的な不安も高まっています。このためうつ病や不安症の発症増加、それに伴う自殺リスクの増加も懸念されます。

九州大学大学院医学研究院精神病態医学分野の中尾智博教授、村山桂太郎助教、国立精神・神経医療研究センター（NCNP）・認知行動療法センターの久我弘典センター長らの研究グループは、厚生労働省特別研究事業として昨年から今年にかけ我が国におけるCOVID-19に起因したメンタルヘルス問題についてアンケート調査を実施しました。その結果、全国の精神保健福祉（精保）センターや精神科医療機関に対人関係や偏見差別の悩み、不安やうつ、不眠といった精神医学的問題などが多数寄せられている実態が明らかになりました（[2021/7/28 プレスリリース](#)）。

中尾教授らの研究グループはこの調査結果をもとに、COVID-19によるメンタルヘルス問題に対応するためのマニュアル作成に着手し、この9月に完成しました。このマニュアルは精保センターなどで対応にあたる精神保健相談員向けに作られ、リモート（電話やメール）相談の受け方、相談内容に応じた対応を行うためのスクリーニング方法、サイコロジカルファーストエイド（心理的応急処置介入）の方法、うつや不眠への認知行動療法による介入などについて、わかりやすく解説されています。また実際の対応場面を模擬的に紹介する付属動画も同時に提供されます。このマニュアルは全国の精保センターや精神科医療機関に広く配布されるとともに、本マニュアルを用いた研修会も予定されており、COVID-19によるメンタルヘルス相談への対応力の向上につながることを期待されます。

本研究は、厚生労働省特別研究事業（課題番号 20CA2074）および国立研究開発法人日本医療研究開発機構（AMED）（課題番号 JP21dk0307099）の支援により行われました。



**【写真の解説】** マニュアルはリモート相談の受け方やスクリーニングの方法、面接の進め方をわかりやすく解説し、付録の動画で面接の実施方法について視覚的にも学べるようになっています。



中尾智博 教授  
九州大学



久我弘典 認知行動療法センター長  
国立精神・神経医療研究センター

**研究者からひとこと：**

代表者の中尾は、不安症の認知行動療法を専門とし、また東日本大震災支援を通じて災害精神医学にも携わってきました。今回、九大やNCNPのほか、筑波大、聖路加大、東大、北大、京都府立大のメンタルヘルスの専門家が集結し、本マニュアルを作成しました。

【お問い合わせ】

＜研究に関するお問合せ＞

九州大学院医学研究院精神病態医学 教授 中尾智博  
TEL:092-642-5620 FAX:092-642-5644  
Mail:nakao.tomohiro.275(a)m.kyushu-u.ac.jp

＜報道に関するお問合せ＞

九州大学広報室  
TEL:092-802-2130 FAX:092-802-2139  
Mail:koho(a)jimu.kyushu-u.ac.jp

国立研究開発法人 国立精神・神経医療研究センター総務課 広報係  
〒187-8551 東京都小平市小川東町 4-1-1  
TEL:042-341-2711(代表) FAX:042-344-6745  
E-mail: ncnp-kouhou(a)ncnp.go.jp

※E-mail は上記アドレス(a)の部分を@に変えてご使用ください。