

# 新型コロナウイルス感染拡大で 顕在化してきたメンタルヘルス問題対策とは： 収束後に向けて

神尾 陽子

日本学術会議連携会員（前日本学術会議会員）

お茶の水女子大学客員教授

発達障害クリニック附属発達研究所所長

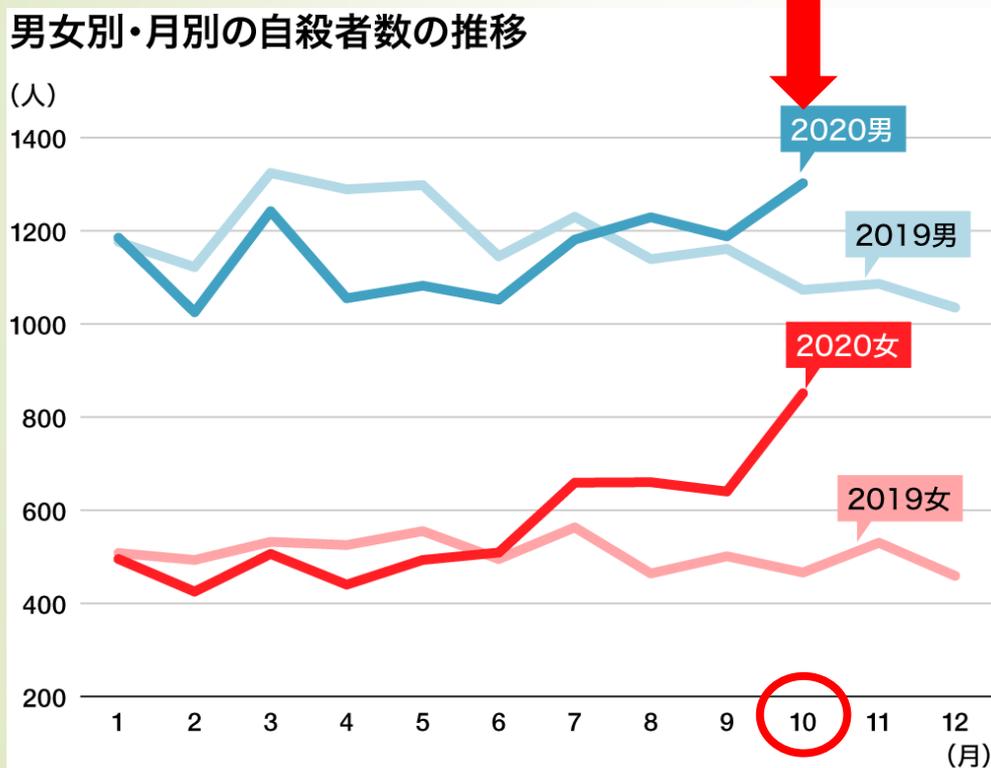


# COI 開示

- ▶ 発表者名：神尾 陽子
- ▶ 講演内容に関連し、発表者らに開示すべき COI関係にある企業などはありません。

# メンタルヘルスのパンデミックの始まり

●新型コロナウイルスによる死亡者 2000人(11.22現在)



出所：警察庁

nippon.com

●今年10月での自殺者  
2153人(男1302, 女851)  
女性は前年同月の1.8倍

ソーシャルディスタンス、長期のステイホーム、非正規雇用

日本のジェンダーギャップ指数(121位/153カ国)負担の限界、DV、家庭内暴力の増加

出典：警察庁ウェブサイト(自殺者数), グラフは<https://www.nippon.com/ja/japan-data/h00864/>より

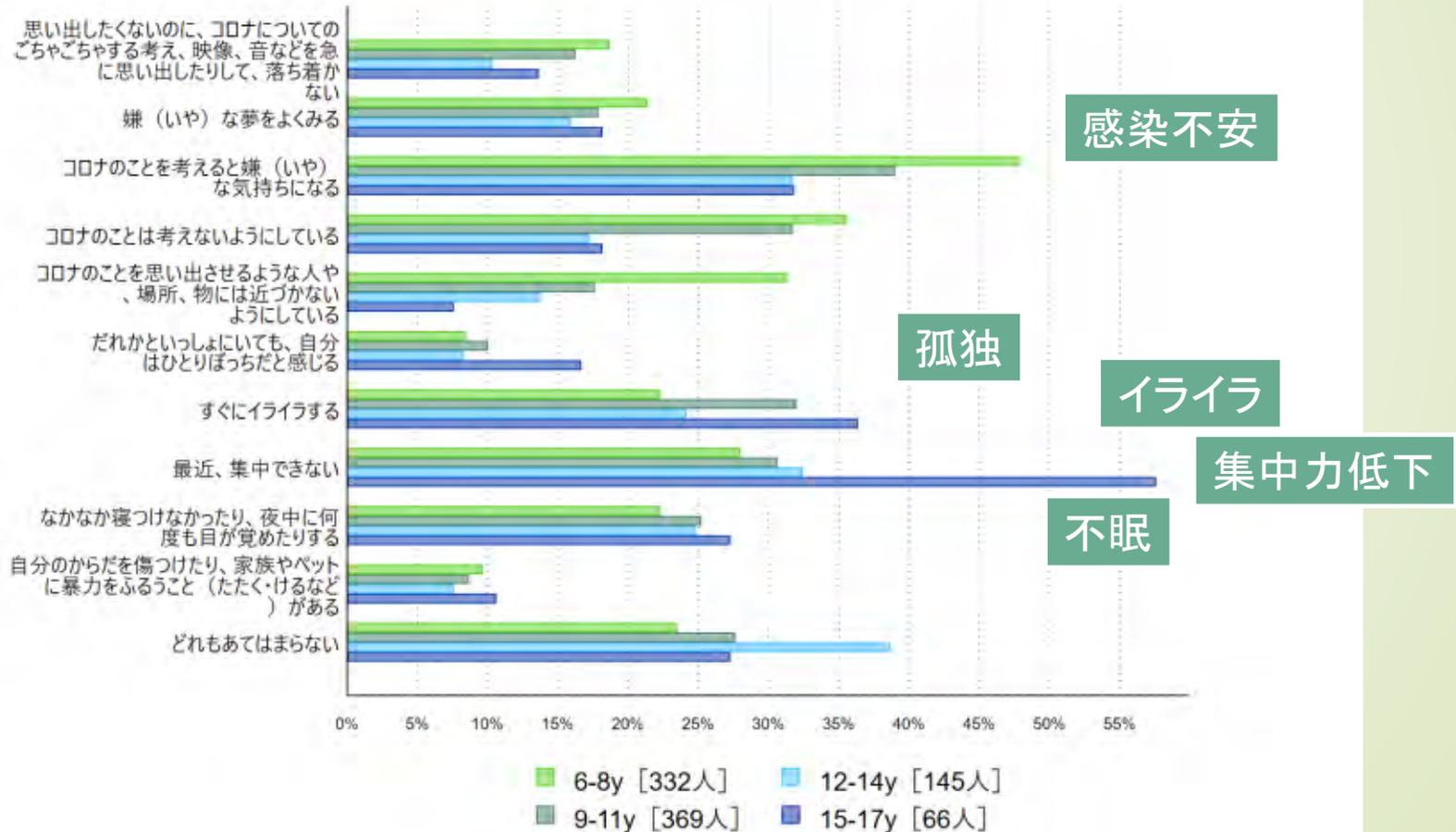
# コロナ禍での子どものメンタルストレス

(コロナ×こどもアンケート 第2回調査報告書より, 国立成育医療研究センター, 2020.8.20)

[https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19\\_kodomo/report/CxC2\\_finrepo\\_20200817\\_3MH.pdf](https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/report/CxC2_finrepo_20200817_3MH.pdf)

こども

回答者全体の 72% にストレス反応



# 「おとなたちへのおねがい・アドバイス」

[https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19\\_kodomo/report/CxC3\\_Cfree\\_20201028MH2.pdf](https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/report/CxC3_Cfree_20201028MH2.pdf)

おとうさんと

ゆっくりはなしたい

親がスマホをする

時間を減らす

僕が学校から帰るとお母さんは

買い物に行ったり夕飯の支度や洗濯物を

取り込んだり いつも忙しい

お母さんの仕事がもう少し少なければ

もっとお母さんと話ができるのにな

親に自分のことをもっと分かってほしい

もっと具体的にはなしかけてくれたり

教えてくれたりしたら、気分が良くなったり

ムカムカしてた心が暖かくなる

家族へ

お母さんとお茶や

お菓子を食べながら

お母さんがもっと話を

聞いてくれたら良いと思う

一度じっと黙って

聞いて欲しい

日本の医療機関の正しい

知識を持った偉い人が

正しい発表をしてほしい

興味がある人に

聞いてもらいたい

いろんな人へ

政治家やマスコミが

コロナの正しい知識を伝えて

ゆっくり

きいてほしい

ちゃんと話をさえぎらないで

きいてほしいとおもいます

否定から入らず

「そういう考えもあるのだ」

と一回受け止める

ひとりがはなすじかんをきめる

しずかにきく

# メンタルヘルスとは

(WHO(世界保健機関), 2004)

人が自身の能力を発揮し、日常生活におけるストレスに対処でき、生産的に働くことができ、かつ地域に貢献できるような満たされた状態 (a state of well-being)

私たちが社会との関係性の中でその一員であるという主観的に満たされた、包括的な健康状態

メンタルヘルスは 精神疾患に罹っていない人も、罹っている人も  
すべての人がその当事者

従来の取り組みは深刻なケースだけを対象とする医療モデル  
これからはすべての人を対象とする予防、早期対応に注力する  
公衆衛生モデル

# メンタルヘルスの問題は生活にかかわる重要課題

ノー・ヘルス・ウィズアウト・メンタルヘルス  
(No health without mental health)

- ・ 2人に1人は生涯でメンタルヘルスの問題を経験する  
(Kessler et al., 2007)
- ・ 5人に1人の児童がメンタルヘルスの問題を抱える (The World Health Report, 2000)
- ・ うつ病や不安症の成人の約半数は児童期に初発 (Kessler et al., 2005)
- ・ 子どものメンタルヘルスの問題は(放置すると)成人後のメンタルヘルスのみならず、身体健康、司法、経済、社会生活に広汎にダメージを与え、自殺リスクを高める

たとえ一時的であっても、たとえ診断レベル未満の問題であっても  
(Copeland et al., 2015; Pickles et al., 2010)



## 「未来からの問い」特設HP



渡辺美代子 前日本学術会議副会長 × 神尾

「新型コロナウイルス感染拡大で顕在化してきたメンタルヘルスの課題：収束期そして収束後に向けて」

2020.6.30収録

[http://www.cao.go.jp/lib\\_011/mirai/talk/kamio-1/kamio-1.html](http://www.cao.go.jp/lib_011/mirai/talk/kamio-1/kamio-1.html)



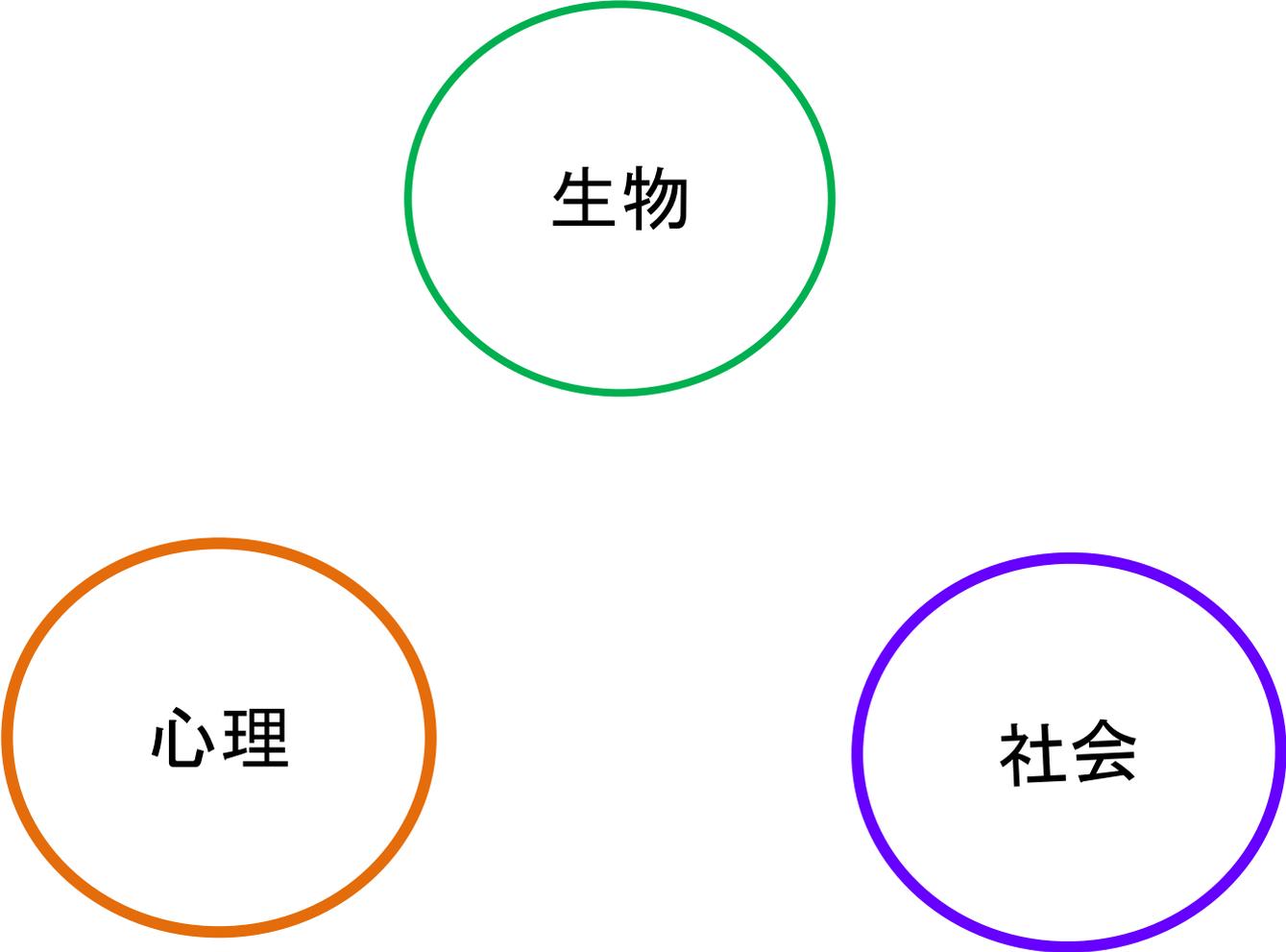
（未来からの問い—日本学術会議100年を構想する）

# ウィズコロナ社会のメンタルヘルス対策の課題

- 身体 ⇒ 経済 ⇒ **メンタルヘルスのストレスはすべての人に。**
- **メンタルヘルスで顕在化した問題はそれまでもそこにあった問題が弱い立場の人で強調されて現われただけ。特に子ども。女性。**
- **必要なのは、一時しのぎの対応ではなく、エビデンスにもとづいた長期的なメンタルヘルス対策の制度設計**
  - 予防、早期対応、メンタルヘルス教育（科学的知識とスティグマの払拭）**
- **問題を切り分けて別々の部署で対応するのではなく、人を中心としたメンタルヘルス・ケアを支える社会の仕組み（多領域・多職種連携）**
  - だれもがサービスにアクセスできる仕組み**

# 生物—心理—社会モデル

(Bio-Psycho-Social model)



生物

心理

社会

# 緊急提言

(日本脳科学関連学会連合、日本学会会議臨床医学委員会、基礎医学委員会と連携して作成) 2020年6月25日

## 緊急提言

新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) に係る  
メンタルヘルス危機とその脳科学に基づく対策の必要性



脳科連

Union of Brain Science  
Associations in Japan

令和2年(2020年)年6月25日

日本脳科学関連学会連合

- 情報技術のメンタルヘルスサービスへの適用が遅れている: 対面支援、遠隔支援(オンライン心理支援、精神科診療、ペアレントトレーニング)
- 行政や既存の公的精神保健センターでの対面支援の停滞のために多くの人が必要な支援が受けられていない
- デジタル格差、専門家のトレーニング、質の担保の課題
- デジタルセンシング、AI技術の開発と社会実装(メンタルヘルス政策立案の根拠)
- 倫理的・法的・社会的な課題(ELSI)の解決
- 予防・進行抑制・共生型の健康・医療システムには公的保険サービスと公的保険外サービスの連携が重要

# 社会のための学術のありかた： SDGs (持続可能な開発目標) とのかかわり

回答「科学的エビデンスに基づく「スポーツの価値」の普及の在り方」

提言「発達障害への多領域・多職種連携による支援と成育医療の推進」

提言「科学的エビデンスを主体としたスポーツの在り方」

提言「アディクション問題克服に向けた学術活動のあり方に関する提言」



# メンタルヘルス政策を考える:

特定非営利活動法人 日本医療政策機構  
(HGPI: Health and Global Policy Institute)

国際潮流と日本のメンタルヘルス政策  
グローバル専門家会合 (2019/12/18)  
開催報告書

アカデミア(京大、ジョンズホプキンス大学)  
とマルチステークホルダーが結集して議論



[https://hgpi.org/wp-content/uploads/Report\\_Global-Trends-and-Japans-Mental-Health-Policy\\_Global-Expert-Meeting\\_Dec-18-2019.pdf](https://hgpi.org/wp-content/uploads/Report_Global-Trends-and-Japans-Mental-Health-Policy_Global-Expert-Meeting_Dec-18-2019.pdf)

<https://hgpi.org/research/mh2020pp.html>



(提言から一部抜粋)

- 初等中等教育におけるメンタルヘルス  
予防教育と支援体制の充実
- 保健医療・教育・福祉の連携
- エビデンスに基づく政策決定・政策評価  
に必要な情報収集体制
- 予防～治療～障害福祉を包摂する政策  
推進に向けて「メンタルヘルス基本法  
(仮称)」の制定を

# ウィズコロナ時代を 個も社会も メンタルヘルスを大切にする社会に！

