予防・健康づくりの社会実装に向けた研究開発基盤整備事業
認知症等対策官民イノベーション実証基盤整備事業（心の健康）

公開用

AMED

課題名：組織的介入による多角的な職場のメンタルヘルス対策の効果検証を目的とするクラスター無作為化比較試験

代表機関／代表者：北里大学／堤 明純
分担機関：国立大学法人東京大学、独立行政法人労働者健康安全機構労働安全衛生総合研究所、学校法人産業医科大学、株式会社情報基盤開発
研究期間：令和３年12月～令和8年３月

研究開発目的

- 多様な職種からなる職場に、ITツールを用いて、①労働者教育、②管理職教育、③職場環境改善、④身体活動向上の４つの水準の組織的な介入を行うクラスター無作為化比較試験を実施。
- 職場の心理社会的要因対策に関する強固なエビデンスを得て、社会実装の基盤を創る。

取り組み

- 「患者・市民参画」（PPI）の考え方に則り、労働者や管理監督者が求める情報や、好ましい配信方法について情報を得てITツールを開発。
- 予備試験を実施し、介入プログラムのフィージビリティを確認するとともに、結果に基づいて、サンプルサイズの設定を含む本試験の研究計画および研究実施手順書を整備。

成果

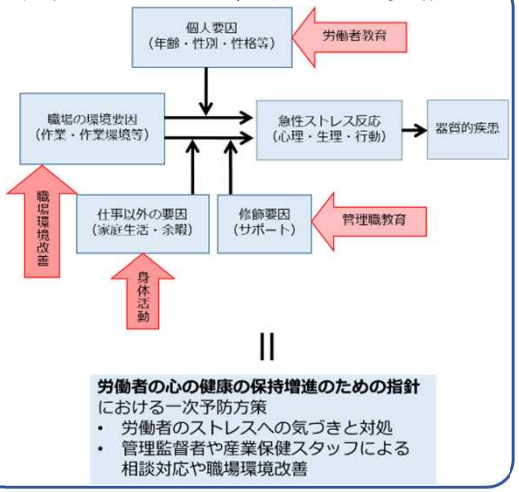
- 労働者がジョブ・クラフティングを能動的に実施できるようにするツール、職場の心理的安全性を向上させる管理監督者教育プログラム、労働者がグループワークを利用して職場環境改善の手続きを進めるツール、労働者のメンタルヘルスと身体活動向上を図るスマートフォンアプリケーションを開発した。

今後の展開

- 予備試験に基づいて設定したプロトコルで本試験を実施。
- プライマリアウトカム（抑うつ・不安の抑制効果）を評価する。

職業性ストレスモデルに基づいた介入の実施

- 労働者のメンタルヘルスケアに関する４つの水準の組織的介入
- 時間的・空間的な制約なく実施可能な、非対面型のITツールを開発（下段）して効果を検証



職場環境改善プログラム