

平成 28 年度 委託研究開発成果報告書

I. 基本情報

事業名 : (日本語) 障害者対策総合研究開発事業  
(英語) Research and Development Grants for Comprehensive Research for Persons with Disabilities

研究開発課題名 : (日本語) 当事者を含めた多職種によるリカバリーカレッジ運用のためのガイドラインの開発  
(英語) Development of recovery college operation guidelines: Co-production and co-delivery by a multi-professional team including people with lived experiences

研究開発担当者 (日本語) 国立大学法人東京大学大学院医学系研究科  
精神看護学分野 准教授 宮本 有紀

所属 役職 氏名 : (英語) Department of Psychiatric Nursing, Graduate School of Medicine,  
The University of Tokyo, Associate professor, Yuki Miyamoto

実施期間 : 平成 28 年 4 月 1 日 ~ 平成 29 年 3 月 31 日

分担研究 (日本語) 身体的健康とリカバリー  
開発課題名 : (英語) Physical health and recovery

研究開発分担者 (日本語) 国立大学法人東京大学 医学部附属病院 精神神経科 教授 笠井 清登  
所属 役職 氏名 : (英語) Department of Neuropsychiatry, Graduate School of Medicine,  
The University of Tokyo, Professor, Kiyoto Kasai

研究開発分担者 (日本語) 国立大学法人東京大学 医学部附属病院 精神神経科 助教 近藤 伸介  
所属 役職 氏名 : (英語) Department of Neuropsychiatry, Graduate School of Medicine,  
The University of Tokyo, Assistant Professor, Shinsuke Kondo

分担研究 (日本語) ストレスマネジメントとリカバリー

開発課題名: (英語) Stress management and recovery

研究開発分担者 (日本語) 国立大学法人東京大学大学院医学系研究科  
精神保健学分野 准教授 島津 明人

所属 役職 氏名: (英語) Department of Mental Health, Graduate School of Medicine,  
The University of Tokyo, Associate professor, Akihito Shimazu

分担研究 (日本語) リカバリーカレッジの効果評価方法の開発

開発課題名: (英語) Development of impact evaluation methods for recovery colleges

研究開発分担者 (日本語) 公立大学法人兵庫県立大学 地域ケア開発研究所 准教授 千葉 理恵

所属 役職 氏名: (英語) Research Institute of Nursing Care for People and Community,  
University of Hyogo, Associate professor, Rie Chiba

分担研究 (日本語) マインドフルネスおよびレジリエンス向上とリカバリー

開発課題名: (英語) Mindfulness, resilience and recovery

研究開発分担者 (日本語) 国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター  
精神保健研究所 精神保健計画研究部 室長 西 大輔

所属 役職 氏名: (英語) Department of Mental Health Policy and Evaluation, National Institute  
of Mental Health, National Center of Neurology and Psychiatry,  
Section Chief, Daisuke Nishi

分担研究 (日本語) 就労支援とリカバリー

開発課題名: (英語) Employment services and recovery

研究開発分担者 (日本語) 国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター  
精神保健研究所 社会復帰研究部 室長 山口 創生

所属 役職 氏名: (英語) Department of Psychiatric Rehabilitation, National Institute of Mental  
Health, National Center of Neurology and Psychiatry,  
Section Chief, Sosei Yamaguchi

## II. 成果の概要（総括研究報告）

### ・ 研究開発代表者による報告の場合

#### 和文

2016年度は、リカバリーカレッジ運用において必要な要素について、(1)国内の先進事例の視察および聞き取り、(2)英国のリカバリーカレッジ実践の視察とインターネットウェブ上に公開されている情報からの情報収集を行い考察した。

#### (1) 国内のリカバリーカレッジ実践での視察および聞き取りにより明らかになったこと

現在日本国内で英国リカバリーカレッジ実践の原則にならって実践を行っているリカバリーカレッジは東京都三鷹市および東京都立川市の2つである。これらのリカバリーカレッジの実践の視察および聞き取りから、精神健康の困難を経験した人が専門職者と共にリカバリーカレッジの企画や運営に関わっているということがリカバリーカレッジ実践に際して重要であることがわかった。

#### (2) 英国のリカバリーカレッジ実践での視察および公開されている情報より明らかになったこと

英国のリカバリーカレッジの運営と実践に関して、視察および聞き取りによる詳細な情報収集を行った。視察は、英国で2番目（2011年）に開設されたリカバリーカレッジである Nottingham Recovery College、3番目（2012年）に開設された Central and North West London Recovery & Wellbeing College、地域の第三セクターと NHS で共同運営している Sussex Recovery College を訪問し、そこでの運用や実践について説明を受け、聞き取りを実施した。

また、英国で開設されてから1年以上が経過していることを確認できたリカバリーカレッジ全14校の講座シラバスを入手し、それらを概観した。

その結果、下記項目がリカバリーカレッジにおいて必要な要素であることがわかった。

#### 1. Co-production（共同創造）

- ピア講師と専門職講師が共に講座を提供する
- 受講生の意見を聞く

#### 2. 講座設計（シラバス）にリカバリーの要素を反映させること

- パーソナルリカバリーに関する講座
- 症状や疾患についての知識を深める
- マインドフルネスや瞑想

#### 3. 講座提供体制を整えること

- セッションプランを作成する
- 講師（ピア講師、専門職講師）のトレーニング
- 講師やスタッフを支える

#### 4. カレッジごとの特色

- 若者向けの「Discovery College」
- 地域資源を活用する（自然の中での講座など）
- 卒業式

## 英文

Key elements of recovery college operation were gained through (1) visiting and learning from Japanese pioneer recovery colleges and (2) visiting the recovery colleges in England and reviewing the information collected via recovery college websites and database.

### (1) Key findings from Japanese pioneer recovery colleges:

To our knowledge, in Japan, there are two recovery colleges in Mitaka city and Tachikawa city, Tokyo, that are operated following English recovery college principles. After visiting and hearing from these recovery colleges, we determined that the key element for recovery college operation seemed to be “people with experience in mental health difficulty participating in recovery college planning and operation with practitioners.”

### (2) Key findings from recovery colleges in England:

We visited Implementing Recovery through Organisational Change (ImROC), Nottingham Recovery College (the second recovery college in England; opened in 2011), Central and North West London Recovery & Wellbeing College (the third recovery college in England; opened in 2012), and Sussex Recovery College (opened in 2014).

Also, we reviewed the prospectus for courses offered in those recovery colleges in England that had been run for more than one year (14 recovery colleges).

The key elements we found are listed below:

1. Co-production
  - Peer trainers and practitioner trainers collaborating on planning courses and facilitating the class.
  - Integrating feedback from recovery college students.
2. Recovery-oriented courses, which were included in all recovery college prospectuses we reviewed:
  - Courses for personal recovery.
  - Courses for deepening the knowledge about symptoms and diagnosis.
  - Courses for mindfulness and meditation.
3. Organising system to offer recovery college courses
  - Preparing session plans.
  - Training the trainers (peer trainers and practitioner trainers).
  - Supporting the trainers and staff.
4. Recovery colleges having their own distinctive features, some examples of which include:
  - “Discovery College” for youth.
  - Utilizing local resources (Getting into the nature, etc.).
  - Graduation.

### III. 成果の外部への発表

(1) 学会誌・雑誌等における論文一覧（国内誌 7 件、国際誌 1 件）

1. Kasai K, Fukuda M. Science of recovery in schizophrenia research : brain and psychological substrates of personalized value. npj Schizophrenia. 2017, 3: 14.
2. 笠井清登. リカバリーの意味とその科学. 精神神経学雑誌. 2016, 118: 744-749.
3. 西大輔. レジリエンスを考える. 保健の科学. 2016, 58: 724-729.
4. 熊倉陽介. 質問促進パンフレットを用いたリカバリー志向の診療. 精神神経学雑誌. 2016, 118(10), 757-765.
5. 近藤伸介. 高齢精神障害者の体の健康づくり. In: 精神保健医療福祉白書 2017, 中央法規
6. 近藤伸介. 精神疾患に対する運動の効果. In: 精神科作業療法運動プログラム実践ガイドブック, メジカルビュー社, 2016, p.20-43.
7. 宮本有紀. リカバリーと精神科地域ケア. In: 精神医学と当事者, 東京大学出版会, 2016, p110-132.
8. 熊倉陽介. 長期入院から退院した重度精神障害者の premature death についての研究. 公益財団法人精神・神経科学振興財団 Newsletter. 2017, No.19.

(2) 学会・シンポジウム等における口頭・ポスター発表

1. 精神保健サービスおよびサービスに関わる人のリカバリー志向性に関連する評価尺度：文献レビュー、ポスター、千葉理恵、宮本有紀、山口創生、西大輔、島津明人、近藤伸介、笠井清登、第 12 回統合失調症学会（鳥取）、2017/3/24、国内。
2. 主体的参加によるリカバリー促進実践：英国リカバリーカレッジの提供する講座内容の分析、ポスター、宮本有紀、小川亮、坂井隆太郎、松本衣美、山田理絵、熊倉陽介、千葉理恵、山口創生、西大輔、島津明人、近藤伸介、笠井清登、第 12 回統合失調症学会（鳥取）、2017/3/24、国内。
3. 英国リカバリーカレッジの効果について：文献レビュー、ポスター、松本衣美、坂井隆太郎、宮本有紀、小川亮、千葉理恵、西大輔、山口創生、島津明人、近藤伸介、笠井清登、第 12 回統合失調症学会（鳥取）、2017/3/24、国内。
4. リカバリーを支援するプログラムについて：英国におけるリカバリーカレッジ運営の実態から、ポスター、坂井隆太郎、松本衣美、宮本有紀、小川亮、千葉理恵、西大輔、山口創生、島津明人、近藤伸介、笠井清登、第 12 回統合失調症学会（鳥取）、2017/3/24、国内。
5. 未来に向けた精神医療・リカバリーに向けた取り組みの紹介：英国におけるリカバリー概念・すべての過程で当事者と専門職者の Co-production を実践する英国リカバリーカレッジの紹介、シンポジウム、金原明子、佐々木理恵、宮本有紀、第 12 回統合失調症学会（鳥取）、2017/3/25、国内。
6. ピアスタッフ導入に向けての取り組み ～A 病院デイケアでのニーズ調査～. ポスター. 藤枝由美子、石橋純、矢島明佳、清水希実子、菅心、金原明子、石浦朋子、宮本有紀、近藤伸介、笠井清登、第 12 回統合失調症学会（鳥取）、2017/3/25、国内。
7. 思春期主体価値学にもとづく統合失調症の理解と支援、特別講演、笠井清登、第 11 回山口県統合失調症研究会（山口）、2016 年 10 月 1 日。国内。

8. 思春期「主体価値」の科学にもとづくリカバリーの解明. シンポジウム、笠井清登. 第 112 回日本精神神経学会学術総会、幕張、2016 年 6 月 4 日、国内.
9. これからの統合失調症研究. シンポジウム、笠井清登. 第 112 回日本精神神経学会学術総会、幕張、2016 年 6 月 3 日 (シンポジウム)、国内.
10. 統合失調症は減ったのか? 価値精神医学の立場から. シンポジウム、笠井清登. 第 112 回日本精神神経学会学術総会、幕張、2016 年 6 月 3 日 (シンポジウム)、国内.
11. Improving physical health in people with mental illness. Symposium, Yosuke Kumakura. Workshop and Special Symposium on International Adolescent Health, Tokyo, Japan, November 1, 2016. 国内.
12. The Japanese HeAL initiative – 2-year progress. Invited speech, Yosuke Kumakura. The iFEVR and iphYs Joint Meeting in Milan 2016, Milan, Italy, October 19, 2016. 国外.
13. こころと身体の健康を人々に届ける. 講演、熊倉陽介. 第 12 回日本統合失調症学会、鳥取、2017 年 3 月 24 日. 国内
14. こころの健康を届ける -public mental health 広報戦略-. 講演、熊倉陽介. ユースメンタルヘルズ講座成果報告会、東京、2017 年 2 月 10 日. 国内.
15. 主治医といっしょに考えよう、私のこと 「質問促進パンフレット」を知っていますか?. 講演、熊倉陽介. 川崎市多摩区精神保健福祉講演会、川崎、2016 年 12 月 2 日. 国内.
16. Healthy Active Lives – Japan 精神疾患を持つ人の身体的健康のための実践・研究・啓発. 講演、熊倉陽介、黒川常治. 第 20 回精神保健・予防学会学術総会、東京、2016 年 11 月 13 日. 国内.
17. 主治医と一緒に考えよう、こころと、からだのこと. 講演、熊倉陽介. 第 60 回よもぎ会講演会、静岡、2016 年 11 月 12 日. 国内.
18. こころと身体の健康はひとつながり. シンポジウム、熊倉陽介. 平成 28 年度こころのバリアフリー研究会総会、東京、2016 年 6 月 12 日. 国内.

### (3) 「国民との科学・技術対話社会」に対する取り組み

1. 精神科外来での共同意思決定支援ツール 質問促進パンフレット, 監修: 池淵恵美, 笠井清登, 夏莉郁子, 福田正人, 編集委員: 金原明子, 熊倉陽介, ウェブサイトによる発信, 2016 年, <http://decisionaid.tokyo/>, 国内.

### (4) 特許出願