

平成 27 年 6 月 30 日

千葉大学

## 千葉認知行動療法士トレーニングコースの 成果論文が年間優秀賞を受賞

### 本論文のポイント

- 英国の政策をモデルに、千葉大学で認知行動療法のトレーニングを実施した
- トレーニングを受けた専門職(訓練生)の提供した個人認知行動療法は、強迫症、社交不安症、過食症の3つの精神疾患の有意な改善を示すことができた

千葉大学(学長:徳久剛史)子どものこころの発達教育研究センター長 清水栄司 教授(認知行動生理学)が、社会精神保健教育研究センター長 伊豫雅臣教授(精神医学)と共同で主宰する千葉認知行動療法士トレーニングコースの成果に関する 2014 年公表の小堀修博士らの英文原著論文が、エメラルド・グループ・パブリッシングのオンライン学術雑誌 The Journal of Mental Health Training, Education and Practice (JMHTEP)の編集チームにより、a Highly Commended Paper of 2014(年間優秀賞)に 2015 年 5 月に選ばれました。多くの人に読んでもらえるように7月末日まで一か月間フリーアクセスとなっており、自由に閲覧することができます。

うつ病、不安症、強迫症などの精神疾患に対して、抗うつ薬のような薬物療法と同等あるいはそれ以上の高い有効性がエビデンスとして証明されている心理療法である「認知行動療法」を普及させるために、英国では、2008 年から、Improving Access to Psychological Therapies (IAPT: 心理学的療法のアクセス改善)政策を開始し、二年半で 3660 人の認知行動療法士を養成し、60 万人の患者に認知行動療法を提供することに成功しております。千葉大学では、英国 IAPT を日本に応用することを目指し、2010 年から、Chiba-IAPT(千葉認知行動療法士トレーニングコース)を開始しました。開始から一年半の時点で、トレーニングを受けた専門職(医師、臨床心理士、看護師、精神保健福祉士などの多職種の訓練生)18 人によって、強迫症、社交不安症、過食症の3つの精神疾患に提供された個人認知行動療法の効果を、それぞれ小堀修博士、吉永尚紀博士、中里道子博士が各疾患についてまとめ、有意な改善を示していることを証明したという成果を公表しました。2010 年から現在までの 6 年で、76 人の専門職がトレーニングを修了あるいは継続中で、認知行動療法の知識とスキルを有する人材養成 Chiba-IAPT は、千葉大学で現在も進められています。

<発表雑誌>

雑誌名 : The Journal of Mental Health Training, Education and Practice  
論文名 : Transporting Cognitive Behavioral Therapy (CBT) and the Improving Access to Psychological Therapies (IAPT) Project to Japan: Preliminary Observations and Service Evaluation in Chiba.  
著 者 : Kobori O, Nakazato M, Yoshinaga N, Shiraishi T, Takaoka K, Nakagawa A, Iyo M & Shimizu E.2014; 9(3): 155-166.

お問い合わせ先
清水 栄 司(しみず えいじ) 千葉大学子どもこころの発達教育研究センター長 (大学院医学研究院認知行動生理学 教授) Tel:043-226-2975 Fax:043-226-8588 E-mail: chibarccmd@ML.chiba-u.jp