

学生さんのメンタルヘルス対策勉強方法のコミュニティ社会的処方

医学部4年生藤田美結さん作成の
Webベースのインターフェースのご紹介

～ご本人の許可はいただいて掲載しています～

コロナ感染流行1年目でうつ症状の値が悪化



秋田大学
Akita University

PHQ-9*

うつと自死念慮(PHQスコア値)

第一回目調査
2020/5/20 -
6/16

第二回目調査
2021/3/20 -
5/31

軽い

正常 (0-4)

66.9%
59.6%

軽度 (5-9)

21.6%
23.8%

中等度 (10-14)

7.8%
10.4%

やや重度 (15-19)

2.0%
3.7%

重度 (≥20)

1.6%
2.6%

PHQ9 ≥10

11.5%
16.6%

自死 念慮

5.8%
11.8%

重度自死 念慮

1.7%
5.0%

重い

*patient health questionnaire-9



0 10 20 30 40 50 60 70 80[%]

うつ症状と自死念慮に伴うリスク

中等度うつ症状

(PHQ-9 score ≥ 10)



経済的困窮

3.04 倍



学業不振

3.59 倍

悩みを聴いてくれる人がいる場合



自死 念慮



経済的困窮

3.35 倍



学業不振

6.08 倍

悩みを聴いてくれる人がいる場合



Nomura, et al. Longitudinal survey of depressive symptoms among university students during the COVID-19 pandemic in Japan. Frontier in Psychology (in press)

社会的処方 (social prescribing) とは

医師が患者に薬を処方するのに対して、コミュニティーなどの社会的資源を必要な人へ紹介（処方）すること

イギリス発祥

助け合い寄り合い相談所
サロンに行けば誰かいて誰かをヘルプする
社会的孤立をしない居場所



Social prescribing is an approach that enables a range of stakeholders, often based in healthcare, to refer individuals to non-clinical interventions, such as social activities and social services, to empower individuals and improve their health and well-being.



学業不振

3.59 倍

- 学業で困っている人 = 1 年後にメンタルヘルスが落ちる可能性

秋田大学のケース

学業で困っている人へ社会的処方

秋田大学医学部の学生
のための勉強方法のオ
ンラインコミュニティ



これがリアルな社会的処方の一例