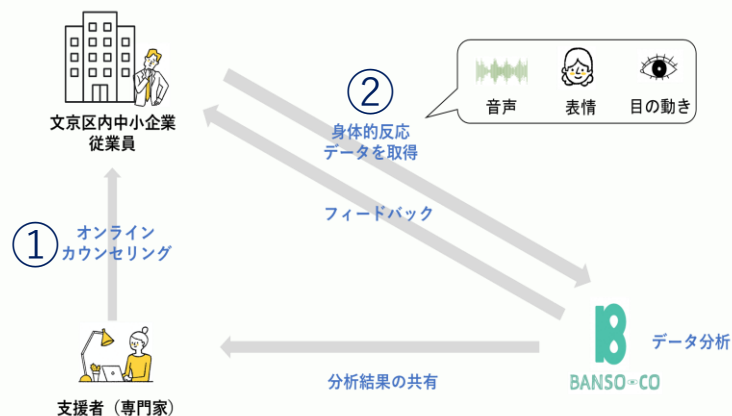


## 1 実証事業概要

区内中小企業3社の協力により、メンタルヘルス不調者の早期発見・予防ができるか検証するため、以下2点の実証事業を実施

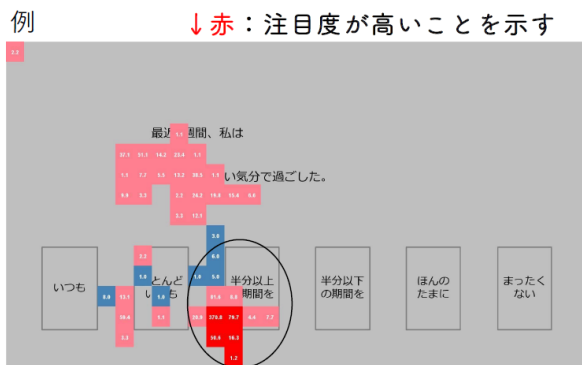


- ① すきま時間を使った、専門家（心理士・医師等）によるオンラインカウンセリングにより、サービス利用前後のメンタルヘルス状態の向上の有無を検証
- ② 身体的反応（音声、表情、目の動き）を活用した客観的評価システムを開発し、パイロット調査の実施によるシステムの有用性を検証

### 【パイロット調査】

計測画面の注目度から、質問項目に対する回答を推定し、目の動きから推定された回答とアンケートでの自己回答と異なるケースがないか検証する。

また、画面の輝度を段階的に上げて、目の動きとメンタルヘルスの相関関係を検証する。



## 2 実施結果

### ①オンラインカウンセリング

- 4か月間の実証期間中に、合計13名が30回利用
- アンケートへの回答があった6名中5名（83.3%）で、精神健康度の改善、5名中4名でうつ症状の改善が見られた。
- 参加者からは、メンタルヘルス支援の良かった点として、相談のしやすさ・気軽さ、相談者への寄り添いなどが挙げられた。
- 福利厚生サービスへの導入や個人による利用継続にも前向きな意見が多かった。

### ②身体的反応を活用した客観的評価システム

- 3名がパイロット調査に参加
- 目の動きから推定された回答は、アンケートでの自己回答と異なることが多かった。
- ワーク・エンゲージメント※が高いほど、輝度の変化に対する目の動きなど身体的反応が良くなる可能性が示唆された。

※「仕事から活力を得ていきいきとしている」、「仕事に誇りとやりがいを感じている」、「仕事に熱心に取り組んでいる」の3つが揃った状態

## 3 今後の展開

利用者における効果が高いことは明らかになった一方で、サービス導入や導入後の利用率向上には課題が残る。

目の動きを用いた客観的評価システムは、より多くの参加者を集め、引き続き検証していく必要がある。

その際には、これまでの研究でメンタルヘルスの客観的評価に用いられている指標（ストレスに関連するホルモンや心拍変動等）も合わせて計測し比較した検証を行う。