

4. 発表内容：

①プロジェクトの目的

東京大学大学院教育学研究科下山研究室では、メンタルヘルス問題の解決において有効性が実証されている最先端の認知行動療法に基づき、ICTによるメンタルヘルス支援サービスを開発してきました。これらは、利用者が楽しみながら、自分で自分の心理的問題を解決していくことを支援するものです。マインドアイル株式会社では、下山研究室の研究成果に基づき、東大発のベンチャーとして、いっぷく堂 AI 版をはじめとする認知行動療法 ICT サービスの事業化を検討しています。

本プロジェクトでは、下山研究室が有する臨床心理学の専門性とマインドアイルが有する先駆的な AI 技術を有機的に融合させ、ICT を用いたより良いメンタルヘルス支援方法を検討しております。

②サービスの概要

本プロジェクトにおける AI 活用の先駆的な認知行動療法サービスとして、下山研究室でこれまで開発してきた ICT メンタルヘルスサービス「いっぷく堂」¹に、AI エンジンを組み込み、AI との自由対話を通じてメンタルヘルスを向上させる「いっぷく堂 AI 版」の開発と効果検証

を行いました。既に実施された効果検証では「いっぷく堂 AI 版」の有効性が示されており、これをもとに今回有効なサービスとして公表に至った次第です。

③倫理的配慮

本プロジェクトは研究倫理を遵守し、十分に配慮した上で実施されています。プロジェクトの実施については、東京大学ライフサイエンス研究倫理支援室倫理審査専門委員会による倫理審査においても承認されています。（審査番号 16-221：研究課題「AI エンジンを用いたメンタルヘルス支援サービスの開発と評価」）

④プロジェクト代表者

下山晴彦（東京大学大学院教育学研究科教授） / 森田太基（マインドアイル株式会社代表取締役）

⑤参加研究者

坂本大介（北海道大学大学院情報科学研究科准教授） / 菅沼慎一郎（東京大学大学院教育学研究科特任助教）

⑥本プロジェクトのウェブページ

<http://www.ippukudou-ai.com/ippukudou/>

6. 用語解説：

注1：「いっぷく堂」とは、「自分の身体と心の状態を継続的に確認し記録すること」（モニタリング機能）と、「調子に合わせた過ごし方をして自分で自分の調子をコントロールして生き活きと過ごせるようにすること」（行動活性化機能）に焦点を当てたサービスです。

7. 添付資料：

いっぷく堂 AI 版ウェブページ

