2025 年度日本認知・行動療法学会　SIG　活動報告書

1．日本認知・行動療法学会　SIG 名（　　周産期メンタルヘルス SIG　　）

2．記入者　　（　　土井理美　　）

3．一年間の活動実施報告（各企画の日付、SIG の参加者、実施した活動の内容や成果、業績などについて報告してください。なお、SIG で開かれる活動において、年会費や参加費などで収入が発生した場合、収支報告（様式任意）を別途提出してください。）

活動内容、成果、業績等
2025 年度は、以下の 2 つのプロジェクトにおける活動を、本 SIG の主活動とした。 各プログラムが原則月 1 回の頻度でミーティングを行い活動した。 **プロジェクト 1** 「周産期領域で活躍できる心理職育成のための研修プログラムの開発」 メンバー：土井理美・松永美希・横山知加・岡津愛子・木村詠美・郷美保子・兒玉幸子・澤田優美・柴田華・田口結月・谷井千恵・千葉浩太郎・中澤佳奈子・平山優花・柳生一自 成果：周産期領域で活動するために必要な知識・スキルを整理することができた。認知行動的アプローチを含む心理学的アプローチの前段階として、周産期領域で活動するために必要な基礎的知識も整理し、e-learning 用のスライドを分担して作成中である。また、2026 年度～2031 年度で科研費基盤 B「周産期うつ・不安予防のためのカップル参加型認知行動療法による支援システムの構築」(代表研究者：松永美希、共同研究者：土井理美・中澤佳奈子・岡津愛子)、パブリックヘルス科学研究助成金（代表研究者：土井理美、共同研究者：松永美希・中澤佳奈子・岡津愛子・横山知加）が採択された。 **プロジェクト 2** 「1-day CBT の開発と効果検証」 メンバー：土井理美・松永美希・横山知加・木村詠美・郷美保子・兒玉幸子・柴田華・高野かさね・田口結月・中澤佳奈子・野口恭子・平山優花・柳生一自 成果：1-day CBT がどのような現場で、誰を対象に提供されるかを改めて整理し、比較的健康度の高いカップルを対象に提供することを目指し、1-day CBT の改変を行なった。

立教大学からの学術推進特別重点資金 50 万（課題名：妊婦とパートナーに対するステップドケア型認知行動療法プログラムの開発と効果検証，代表：松永美希）と，メンタルヘルス岡本記念財団からの助成金 30 万（課題名：妊産婦とそのパートナーの自殺防止：1 日完結型認知行動療法プログラムの開発とフィージビリティスタディ、代表：松永美希、共同研究者：土井理美・横山知加・郷美保子・柴田華・高野かさね・中澤佳奈子）を用いて、改変した 1-day CBT のセミナースライドをデザイナーに委託し、デザインも刷新した。プロジェクト二に参加するメンバーの一部で、3 月 14 日に、1-day CBT の模擬実施を行い、内容のブラッシュアップを行なった。

◎ **学会での活動**

第 51 回日本認知･行動療法学会にて、シンポジウム「周産期メンタルヘルスにおける CBT の活用と展望：多職種からみた課題と可能性」を発表した。
企画者：松永美希
座長：土井理美・横山知加
登壇者：岡津愛子・中澤佳奈子・清野仁美・豊本莉恵

◎ **SIG 全体での活動**

日本認知・行動療法学会での SIG ミーティング、日本周産期メンタルヘルス学会でのランチミーティングなどを開催した。また、3 月にプロジェクトに参加するメンバー以外の SIG メンバーも含む全体ミーティングを行い、活動報告に加え、高野かさね先生に登壇いただき、現場での活動等をご講演いただいた。

４．次年度の活動予定(300 字程度)

プロジェクト 1 では、周産期領域に必要な基礎的知識に関する講座を作成するとともに、アセスメントや心理的アプローチの資料作成を行う。基盤 B の研究資金をもとに、来年度からは一層活動を広げていく。

プロジェクト 2 では、改訂版 1-dayCBT を完成させ、対面での 1-day CBT、非対面での 1-day CBT、通常支援の 3 群でランダム化比較試験を行う。比較的小規模で行い、大型のランダム化比較試験への準備を進める。２つの研究資金に加えて、研究費を継続して申請し、1-day CBT の効果検証を進める。