在日ベトナム人向け心の支援アプリ開発

―相談員連携の実施可能性を検討―

概要

京都大学大学院医学研究科の山下正准教授（研究当時：神戸市看護大学）らは、日本在住のベトナム人が母語でこころの状態を確認し、相談員につながるアプリ「Kobe Cứu（コウベ・クー）」を開発・試行しました。アプリには、抑うつ・不安症状のセルフチェック、チャット相談、健康情報の提供機能があります。3 か月間の試験には 14 人が参加し、介入群 7 人全員がセルフチェックを利用しました（実施回数の中央値は 4 回、範囲 2〜13 回）。3 か月後の質問票は介入群 4 人（57.1%）、対照群 5 人（71.4%）から回収され、介入群の回答者 4 人による受容性評価はおおむね肯定的でした。一方、参加者は目標 134 人の 10.4%にとどまり、アプリの有効性について結論を出すことはできませんでした。今回の結果は、参加者募集や利用継続を含む実施可能性の課題を示しています。今後は、ベトナム人コミュニティや支援団体と連携し、必要な支援につながりやすい仕組みを検討します。本研究成果は 2026 年 10 月 28 日、Elsevier 発行の国際学術誌『*Mental Health & Prevention*』にオンライン先行公開されました。



図 1　ベトナム語によるセルフチェックと相談員のチャット支援を組み合わせたアプリ「Kobe Cứu」の模式図（実際の画面とは異なります）。作成：山下正。画像生成：OpenAI ChatGPT Images 2.5。

１．背景

日本で暮らす外国人の中には、言語の違いや相談先に関する情報不足などから、精神的な不調があっても必要な支援につながりにくい人々がいます。スマートフォンを用いた母語による支援は、こうした課題に対応する選択肢の一つです。しかし、アプリを提供するだけで利用や相談が継続するとは限りません。実際に参加者を集め、利用を続けてもらい、相談員からの支援につなぐことができるかを検討する必要があります。

２．研究手法・成果

研究グループは、在日ベトナム人を対象に、ベトナム語のメンタルヘルス支援アプリ「Kobe Cứu」を開発しました。アプリには、抑うつ症状を評価する PHQ-9※1、不安症状を評価する GAD-7※2 によるセルフチェック、相談員とのチャット機能、母語による健康情報の提供機能を備えています。また、一定以上の抑うつ・不安症状が確認された場合には、相談員が追加で連絡する仕組みを設けました。

2024 年 9 月から 2025 年 3 月にかけて、日本在住のベトナム人 14 人を対象に比較試験を実施しました。参加者は、セルフチェックと相談員による支援を利用できる介入群 7 人と、ベトナム語の健康情報のみを閲覧する対照群 7 人に交互に割り付けました。3 か月間の試験では、参加者の募集状況、質問票の回収率、アプリの利用状況、利用者の受容性※3 などを評価し、抑うつ・不安症状の変化についても探索的に分析しました。

介入群 7 人全員が少なくとも 1 回セルフチェックを利用し、実施回数の中央値は 4 回（範囲 2〜13 回）でした。また、相談員からのメッセージに返信した参加者は 3 人（42.9%）でした。3 か月後の質問票回収率は介入群 57.1%（4/7 人）、対照群 71.4%（5/7 人）でした。介入群の回答者 4 人によるアプリの受容性評価はおおむね肯定的でしたが、回答しなかった 3 人の評価は不明であり、結果の解釈には注意が必要です。

一方、当初の登録目標 134 人に対して、実際の参加者は 14 人（10.4%）にとどまり、研究費の対象期間の終了に伴い、試験を中止しました。参加者数が少なく、抑うつ・不安症状の変化についても推定の不確実性が大きかったため、アプリの有効性について結論を出すことはできませんでした。しかし、参加者募集、追跡調査、セルフチェックの利用状況、相談員とのやり取りなど、実施可能性※4 に関する具体的な知見が得られました。これらの結果は、今後の有効性試験に向けて、参加者募集の方法や継続利用を支える仕組みを大幅に見直す必要性を示しています。

３．波及効果、今後の予定

今回の研究は、在日ベトナム人が母語でセルフチェックを行い、相談員とつながる仕組みを開発・試行したものです。ただし、有効性は検証できず、現在の募集・支援方法のまま大規模な有効性試験を行うことは難しいと考えられます。今後は、当事者や外国人コミュニティ、支援団体などと協働して参加しにくい理由を調べるとともに、使いやすさ、継続利用の仕組み、相談員による支援体制を見直し、改良したモデルを再評価する必要があります。

将来的には、医療・保健関係者、外国人材の受入企業、生活支援事業者等との共同研究も検討します。その際は、利用者の同意とプライバシーの保護を徹底し、心理的な健康情報が雇用や生活上の不利益につながらない設計が不可欠です。

４．研究プロジェクトについて

本研究には、京都大学、神戸大学、神戸市看護大学、下関市立大学、京都民医連中央病院の研究者らが参画しました。神戸市看護大学の倫理審査委員会の承認を受け、JSPS 科研費（JP22H03420）の支援により実施しました。

＜用語解説＞

※1　PHQ-9：抑うつ症状の程度を評価する 9 項目の質問票。
※2　GAD-7：不安症状の程度を評価する 7 項目の質問票。
※3　受容性（acceptability）：アプリの使いやすさや、支援をどの程度受け入れられると感じたかなどの評価。
※4　実施可能性（feasibility）：参加者募集、継続利用、追跡調査など、支援や研究を現場で進められるかという観点。

＜研究者のコメント＞

母語でこころの健康を確認し、必要なときに相談できる選択肢を増やしたいという思いで、今回のアプリを開発しました。予定した人数を集められず、有効性の検証には至りませんでしたが、利用者の反応や継続利用の難しさを具体的に把握できました。今回の経験を出発点として、当事者や支援者とともに、必要な人に届き、安心して使い続けられる仕組みへと改善していきたいと考えています。（山下　正准教授）

＜論文タイトルと著者＞

タイトル：A counselor-linked Vietnamese-language mental health app for Vietnamese residents in Japan: Feasibility findings from a discontinued efficacy trial

日本語訳：日本在住のベトナム人向け相談員連携型ベトナム語メンタルヘルスアプリ：中止された有効性試験から得られた実施可能性に関する知見

著者：Tadashi Yamashita, Masako Yamada, Yasuko Nishimura, Chika Yamada, Pham Nguyen Quy, Osamu Katayama, Minato Nakazawa

掲載誌：*Mental Health & Prevention（Elsevier）*　論文番号：200585

DOI：https://doi.org/10.1016/j.mhp.2026.200585

オンライン公開日：2026 年 10 月 28 日