

東京大学大学院教育学研究科・マインドアイル株式会社 心いき東大プロジェクト

## AI 活用の先駆的認知行動療法サービスの提供

ICT を用いた革新的メンタルヘルス支援の事業化に向けて<sup>1</sup>

### 1. 発表者：下山晴彦

(東京大学大学院教育学研究科・総合教育科学専攻・臨床心理学コース教授)

### 2. 発表のポイント：

- ◆東京大学大学院教育学研究科・臨床心理学コース下山研究室は、マインドアイル株式会社と共同で、AI 活用の先駆的な認知行動療法サービスである「いっぷく堂 AI 版」を公表した。
- ◆我が国のメンタルヘルス・ケア領域においては最先端の ICT の活用例が少なく、本サービスはメンタルヘルスという大きな社会問題の解決の嚆矢となることが期待される。
- ◆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 を用いた革新的なメンタルヘルス支援サービスの事業化を検討していく。

### 3. 発表概要：

東京大学大学院教育学研究科・臨床心理学コース下山研究室は、マインドアイル株式会社(本社：東京都千代田区)と共同して、最先端の ICT を用いたメンタルヘルス支援を実践する「心いき東大プロジェクト」を立ち上げ、その成果として AI 活用の先駆的な認知行動療法サービスである「いっぷく堂 AI 版」を公表することとなりました。このプロジェクトでは、下山研究室の臨床心理学的知見とマインドアイルの AI 技術を組み合わせることで、ICT を用いた革新的なメンタルヘルス支援手法の開発と提供を目指しています。我が国のメンタルヘルス・ケア領域においては ICT の活用例が少なく、本サービスはメンタルヘルスという大きな社会問題の解決の嚆矢となることが期待されます。

### 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。

---

<sup>1</sup> 本研究成果につきましては19日の公開が予定されておりましたが、私ども広報室の手違いにより22日の掲載となりました。重要な研究成果の発表が遅れてしまいましたことに、心よりお詫び申し上げます。

## 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」<sup>1</sup>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/>

## 5. 問い合わせ先：

（効果検証に関する問い合わせ）

東京大学大学院教育学研究科

特任助教 菅沼 慎一郎（すがぬま しんいちろう）

電話：03-5841-8068

Mail：gclclipsy@gmail.com

（報道および事業内容に関する問い合わせ）

マインドアイル株式会社 広報担当

電話：03-6263-0837

Mail：info@mind-isle.com

## 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

