

研究会活動報告

立命館大学大学院人間科学研究科・文学研究科

大橋佳奈(M2), 白塚龍太郎(M2), 鈴木ひかり(M2), 宮下太陽(D2), 森田磨里恵(D4)

関西学院大学文学研究科

高階光梨(M2)

問題・目的

- スマートフォン保有率は75%超(総務省, 2018)。
- スマートフォン向けの様々なアプリケーションが開発・配信されている。
- メンタルヘルスの分野についてのアプリケーションも多く存在。
- しかし、配信されているアプリケーションの検証を行っている研究は数少ない。
- そこで、配信されているアプリケーションの現状を把握することを目的に研究を実施。

方法

Google PlayおよびApp Storeにおいて、「うつ」「うつ病」という語を用いて検索。検索結果から、以下の適格基準に当てはまるものを抽出。

適格基準

- タイトルもしくは説明文に、「うつ」もしくは「うつ病」という単語が含まれていること
 - 日本語で利用できること
 - うつに対する心理学的支援サービスを提供することを目的としていること
- 適格基準を満たしたものについて、以下のアプリ評価基準にのっとって評価。

アプリ評価基準

(APAが発表しているモデルを参考に評価を行った)

- アプリの基本情報
 - アプリ名, 開発者名, 費用など
- 安全性(セキュリティ面)
 - プライバシーポリシーの有無など
- エビデンス
 - そのアプリについて、論文があるか
- ユーザビリティ
 - ネット環境は必要か
- 相互運用性
 - データのインポート/エクスポートは可能かなど
- 主要な目的
- 加えて、目的が治療のものに関してはどういうような要素により構成されているのか、についても評価を行った(詳細は白塚ら, 2019; 鈴木ら, 2019 参照)。

結果

「うつ」「うつ病」という語を用いて検索したところ、Google Playでは499件、App Storeでは1,469件がヒットした。適格基準にのっとって評価を行った結果、Google Playからインストールできるものは23件、App Storeからインストールできるものは29件であった(重複あり)。計52件がレビュー対象となった。

- 安全性
 - ダウンロード前にプライバシーポリシーを閲覧できるもの
 - G: 18件, A: 16件
- エビデンス
 - G: 5件, A: 2件
- ユーザビリティ(ネット環境)
 - ネット環境要
 - G: 9件, A: 15件
 - ネット環境不要
 - G: 14件, A: 14件
- 相互運用性
 - インポート/エクスポートが可能
 - G: 2件, A: 5件
- 主要な目的
 - G, Aともに症状のアセスメント, 治療を目的としたものが多かった。
- 治療を主目的としたアプリの中で、心理学的な構成要素を含んだものは少ない(白塚ら, 2019; 鈴木ら, 2019)。

考察

- 配信されているアプリの中には、セキュリティ面に不安点の残るものも少なくなかった。
- 心理学的研究に取り上げられているアプリはほとんどない。
- 今回の調査から現状手に入るメンタルヘルス分野のアプリケーションは玉石混交の状態であることが明らかになった。
- 今後は本研究の結果を踏まえ、アプリの効果検証, より信頼性の高いアプリの開発を行っていく必要がある。