

あなたの身近に AIメンタルパートナー

サステナブルレポート No. 10

2025年12月11日

作成者:E.K

出典:PIXABAY



株式会社グーン

「サステナブルレポート」とは、環境やSDGsに関する社会課題を取り上げ、原因・背景から解決に向けた施策事例、未来像や展望までを調査しコンパクトにまとめた報告書です。
廃棄物の再生に取り組む株式会社グーンでは、全従業員が本レポートの作成に取り組んでいます。



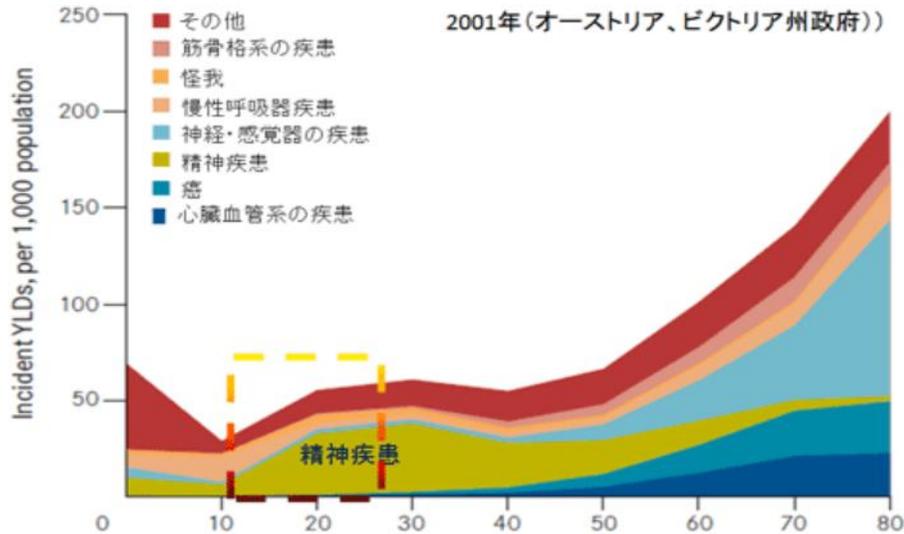
5人に1人が精神疾患に罹患する時代

■ もはや他人ごとではない精神疾患

- 現代社会において、5人に1人が一生の間で何らかの精神疾患に罹患する。第2次性徴にあたる10代では、大人と同じ精神の不調等が増加している。
- 「自分らしさ」という個性を求められる一方で、みんなと同じことが善しとされる日本の根強い同調圧力が多様性を阻み、ひいては精神的ストレスを招くこととなっている。そのため、精神疾患に罹患した際、4人に1人が「誰にも言わない」というアンケート調査結果がある。
- メンタルに不調を感じて心理カウンセリングを受けた経験のある日本人は6%にとどまり、欧米人の52%に比べるとはるかに低く、心の健康状態が軽視される傾向にあり、メンタルヘルスのリテラシー教育が注目されるようになった。

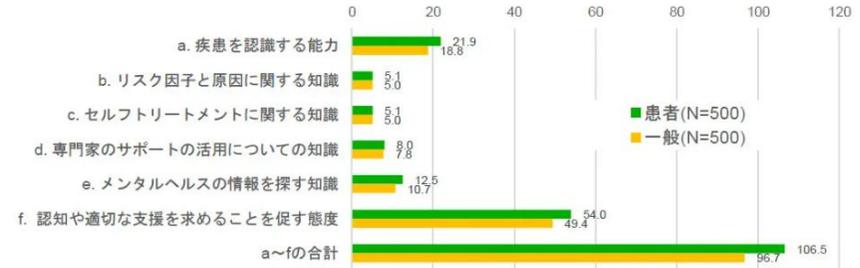
■ 精神疾患とその影響は10代で急増する

縦軸 = 発症数(人口千人あたり) × 罹病期間 × 生活障害



出典:公益財団法人日本学校保健会

■ メンタルヘルスリテラシースコア(平均値)



出典:lundbeck・ジャパン 日本におけるメンタルヘルスのリテラシーを問う意識調査 (2022年実施)

■ 4人に1人が精神疾患を誰にも言わない



出典:lundbeck・ジャパン 日本におけるメンタルヘルスのリテラシーを問う意識調査 (2022年実施)

専門家に頼らないメンタルケアの実態

メンタルケアのダイバーシティ

■ 屋内外でできるメンタルケアとその限界

- 自宅で手軽にできるメンタルケアとして、アロマ、ぬいぐるみ、ペット等によるセラピーがあげられる。癒し効果により一時的にリラックスすることはできるが、根本的なメンタルケアになっているとは限らない。
- 自宅でのケアだけでは難しい場合、心療内科やカウンセリングと言った専門的な機関にかかることになる。一昔前に比べると心療内科等は身近な存在になってきたが、患者が子供の場合、メンタルケアの手法が子供の意思を尊重しているか疑問が残る。
- 動植物等の自然に触れ合うこともメンタルケアになるため、緩和ケアとして病棟専属のファシリテッドッグ、自然と動物との調和で療育するドルフィンセラピー等も注目され始めているが、時間的場所的な問題から日常的に行うことは厳しい。
- 日々寄り添い、対話もでき、またぬいぐるみのような役割も果たしてくれるベイマックス®のような人間味のあるケアロボットのニーズの高まりが予測できる。

■ 自然の中でのアニマルセラピー



出典:筆者撮影

■ 自宅でできるアロマセラピー&ぬいぐるみセラピー



出典:PIXABAY



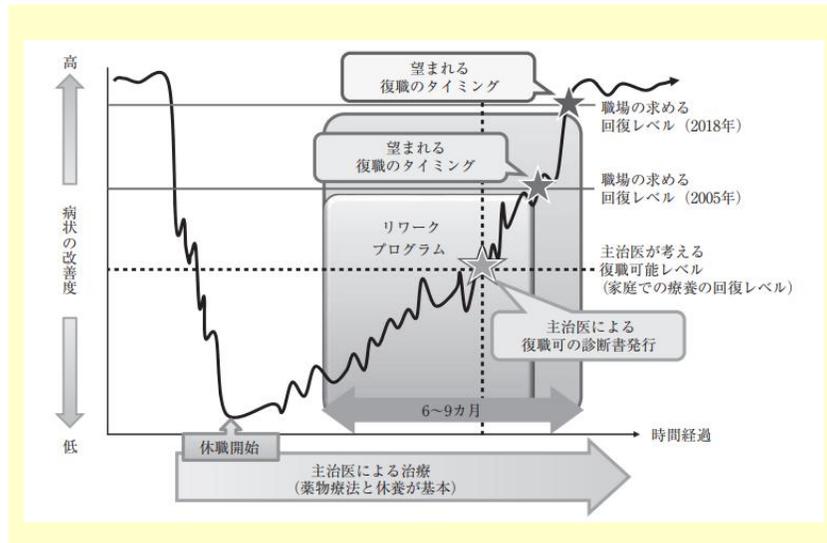
ボーダーレスなAIメンタルパートナー

カスタムメイドかつ低価格ロボットの開発

■ ロボットと共生する社会へ

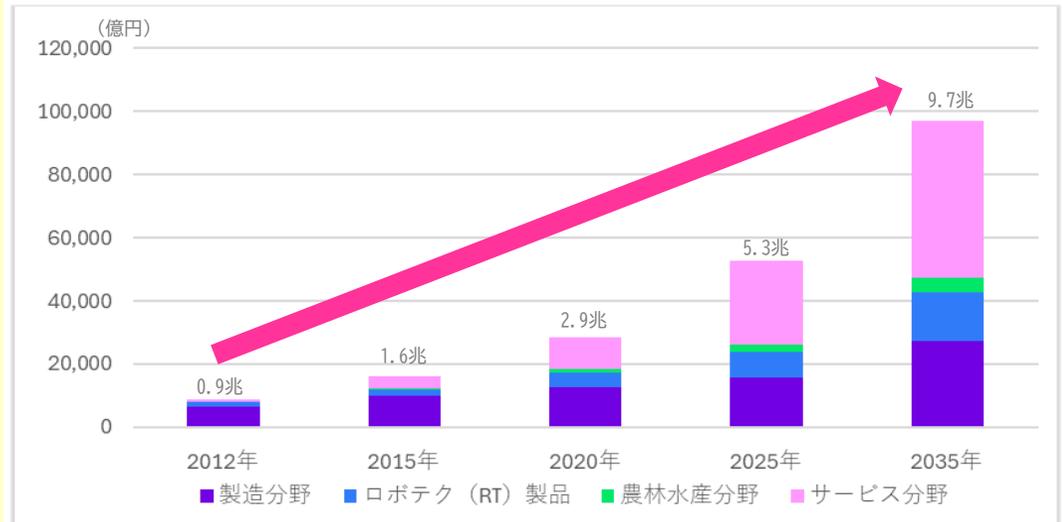
- 大人でも子供でも一度精神疾患になると個人差はあるものの、回復し、社会復帰できるようにまでに時間を要する。また、社会復帰後もカウンセリング等によるフォローアップが必要となり、適応できるようになるまで複数年かかることもしばしばある。
- 傷ついた心身の状況を素早くキャッチし、ケアできれば、精神疾患に罹る者が減ると考えられる。人間では察知できない微々たる変化を感じとってくれるバイマックス®のような抱きしめられたくなるような柔らかいフォルムで、どこことなく愛嬌があり、万人に愛される人間味のあるロボットが一家に1台導入できたらよい。
- ロボット製造会社やぬいぐるみ製造会社等で協働でデザインや素材を検討し、一般的に普及できるような価格帯で設定し、デザイン等をカスタマイズできるようにすることでより愛着がわく。デザインのカスタマイズ化により、企業は同時に市場動向を調査することができる。

■ うつ病発症の場合の休職から復職までのフェーズ



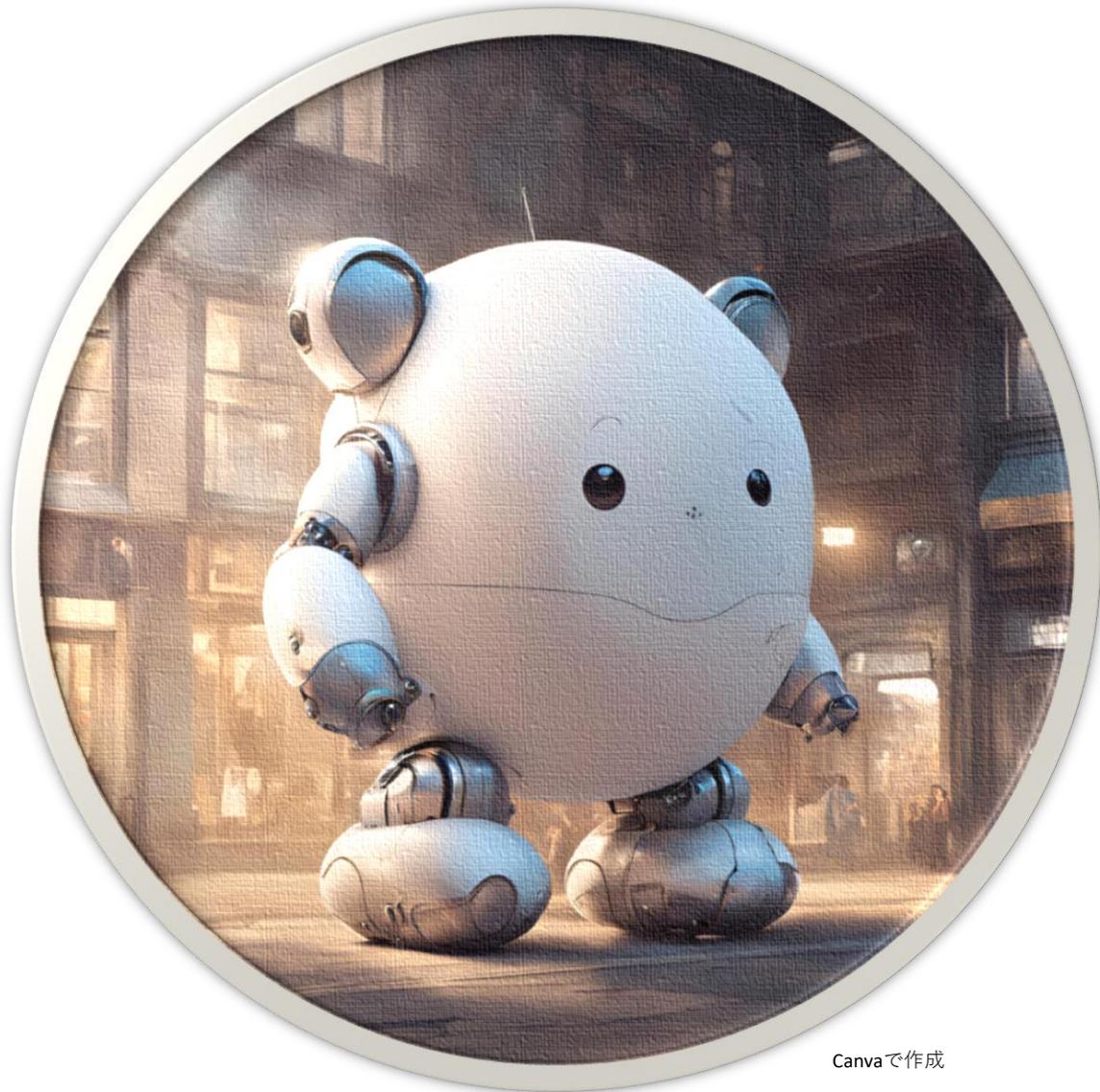
出典:五十嵐良雄(2018)より引用

■ 今後のロボット市場はサービスロボット分野が拡大



出典:経済産業省・NEDO『平成22年ロボット産業将来市場調査』

心の安全地帯を支えるケアロボットの普及が見込まれる



Canvaで作成

■ 参照・引用資料

- 五十嵐良雄(2018)「リワークプログラムの現状と課題」『日本労働研究雑誌 No.695 2018年6月号特集:休職と復職-その実態と課題』
- 伊藤崇『うつ発症から復職まで』3つの段階フェーズと、その過ごし方のポイント』2024年10月1日閲覧(<https://liva.co.jp/magazine/10027>)
- うらか相談室『【マンガ】子どものこと、分かったつもりになっていませんか？子供とのコミュニケーションのコツとは』2024年10月1日閲覧(<https://www.urakasaoudan.com/column/98>)
- 月刊事業構想編集部『2035年には10兆円市場に 数字で見るロボット作業の未来』2024年10月1日閲覧欄(<https://www.projectdesign.jp/201501/robotbiz/001839.php>)
- 公益財団法人日本学校保健会『第4回精神保健・精神疾患を学ぶ』2024年10月1日(<https://www.gakkohoken.jp/special/archives/category/schoolhealth4th>)
- トレンドマスター株式会社『介護の現場でも大人気』2024年10月1日閲覧(<https://trendmaster.co.jp/kaigo/>)
- ルンドベック・ジャパン株式会社『日本におけるメンタルヘルスのリテラシーを問う意識調査を実施 精神疾患の症状理解の低さや情報入手に自信がないことが明らかに』2024年10月4日(20221005 ルンドベック・ジャパン 日本におけるメンタルヘルスのリテラシーを問う意識調査を実施.pdf)
- Patrick Holland(川村インターナショナル翻訳校正)『アニマルセラピーに代わるぬいぐるみロボット、患者の心のケアに一役』2024年10月1日閲覧(<https://japan.cnet.com/article/35117450/>)
- With・you『子どもが「愛着障害」？共働き夫婦が気を付けるポイントを解説』2024年10月1日閲覧(<https://www.with-ac.com/column/dual-income-couple-attachment-disorder-child/>)
- World Economic Forum『メンタルヘルスを身近なものにするための日本の課題』2024年10月4日閲覧(<https://jp.weforum.org/agenda/2022/10/jp-japans-challenges-in-making-mental-health-more-accessible/>)

本レポートに関するお問い合わせはこちらへ

株式会社グーン

〒231-0023

神奈川県横浜市中区山下町2番地

産業貿易センタービル10階

TEL: 045-228-8960

担当: 経営企画室 広報グループ 大木

<http://www.guun.co.jp/>



- 本レポートに掲載された内容は作成日における情報に基づくものであり、予告なしに変更される場合があります。
- 本レポートに掲載された情報の正確性・信頼性・完全性・妥当性・適合性について、いかなる表明・保証をするものではなく、一切の責任又は義務を負わないものとします。
- 本レポートの配信に関して閲覧した方が本レポートを利用したこと又は本レポートに依拠したことによる直接・間接の損失や逸失 利益及び損害を含むいかなる結果についても責任を負いません。
- 本レポートに関する知的所有権は弊社に帰属し、許可なく複製、転写、引用等を行うことを禁じます。