<第 3 号通信>

ACT Japan 年次ミーティング2024 in Nagoya

2025年 3月15日（土）・3月16日（日）

ACT 百景

―― 私たち，それぞれの ACT の活かし方 ――

March 2025 発刊

大会テーマ

ACT 百景

―― 私たち，それぞれの ACT の活かし方 ――

ACT Japan年次ミーティングには，ここ数年，**100名**以上の方が参加されるようになってきております。また，近頃では，会員の職種や領域も幅広くなっており，ACTが活用される場も広がっているようです。そのような中で，今回の年次ミーティングでは，**参加者がそれぞれの立ち位置から，ACTをどのように眺め，どのように自らの仕事に活かしているか，『百景』を持ち寄れる場となれば**という思いを込め，このようなテーマで進めたいと考えております！

2024年度 年次ミーティング開催責任者　酒井美枝（名古屋市立大学大学院）

大会概要

日時・開催方法

日時

2025年3月15日（土）・３月16日（日）

開催方法

対面

会場＝ウィンクあいち

（愛知県名古屋市中村区名駅4丁目4-38）

大会議室1001 ＋ 一部，中会議室1003

（両会議室は同フロアです）

参加費

一般会員	：	5,000円（不課税）
学　　生	：	2,500円（不課税）
非 会 員	：	8,500円（不課税）

※会員区分での申込みには，
今年度の学会年会費の納入が必要です。

※ACT Japanはインボイス未登録です

※学生の参加費は，会員・非会員ともに2,500円となります。非会員の学生の方には，会場で学生証を提示いただきます。

※一部プログラムは録画し，
会員限定 (年次ミーティング不参加者含む) での無料配信を計画していますが，機材状況等により実現できない場合があります。録画の質等は保証で　きかねますので，予めご了承ください。
少なくとも事例検討・ポスター発表の録画予定はありません。

※参加登録（申込）：満員御礼！
（以前よりご案内しておりました通り，申込が定員に達したため，２月21日付で参加申込は締め切らせていただきました。追加での申込受付，キャンセル待ち，**現地での当日参加受付は一切いたしません**ので，予めご了承願います。）

プログラム　1日目

2025年3月15日（土）		
9:30～	開場・受付開始	大会議室1001
10:00～10:15	オープニング（趣旨説明） 挨拶：開催責任者 酒井美枝	大会議室1001
10:20～11:50	中・上級者向けワークショップ 講師：大月 友	中会議室1003
10:20～12:00	初級者向けワークショップ 講師：首藤祐介	大会議室1001
12:00～13:45	休憩 ※12:30～13:30　壁面にポスターを掲示予定	大会議室1001
13:45～14:45	教育講演① 司会：酒井美枝 講師：武藤 崇 『ACTユーザーの密かな愉しみ』	
15:00～16:30	大会企画シンポジウム① 『私から見たACTの景色と活かし方：医療編』 司　　会：柳澤博紀 話題提供：岡本利子（リハビリ），加藤宏公（看護）， 光定博生（精神科リエゾン）	
16:45～18:00	ショットガンプレゼン（5分×学術発表10件） 司会：嶋 大樹・井上和哉	
18:10～19:30	ポスター発表（学術発表10件・情報共有12件） ・前半組　在籍時間18:10～18:50 ・後半組　在籍時間18:50～19:30	中会議室1003 大会議室1001
19:30～19:40	１日目クロージング	大会議室1001

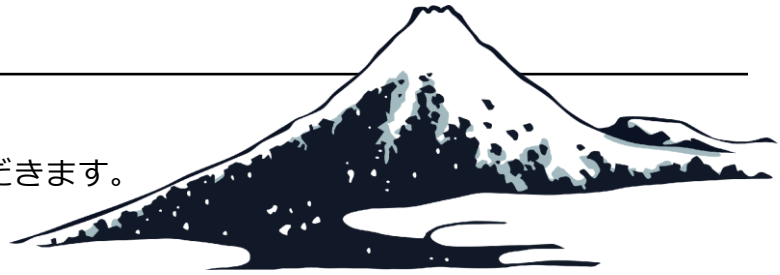
※懇親会なし

プログラム　2日目

2025年3月16日（日）

9:30～	総会 司会：ACT Japan理事長　大月 友	大会議室1001
10:00～11:00	教育講演② 司会：茂本由紀 講師：谷 晋二『ACT Japanの来し方行く末』	
11:15～12:45	大会企画シンポジウム② 『私から見たACTの景色と活かし方：予防編』 司　　会：渡辺孝文 話題提供：津田菜摘（スティグマ），渡辺孝文（教育）， 林 幹浩（職域）	
12:45～14:00	休憩	
14:00～15:00	大会企画シンポジウム③ 『私から見たACTの景色と活かし方：手法編』 司　　会：瀬口篤史 話題提供：三田村 仰（オンライン），大月 友（デジタル）	
15:15～16:15	事例検討 発 表 者： 服部正嗣 『勉強に伴う身体症状を訴える10代男性に アクセプタンスを用いた介入を行った事例』 コメンテーター：髙橋 稔	
16:15～16:30	閉会 準備委員／STAFF	

※事例検討に際しては，当日，
守秘義務の誓約書へのご署名をいただきます。



ワークショップ 概要

初級者向けワークショップ

2025年3月15日（土）10:20～12:00　大会議室1001

講師：首藤 祐介

『臨床行動分析に基づく面接をはじめる』

本ワークショップでは，ACTやFAPをはじめとする機能的文脈主義に基づいた臨床実践を行うために必要な知識と，基礎的な面接技術を学びます。
臨床行動分析の実践では，クライエントの行動の機能に着目し，その行動がどのように環境と相互作用しているのかを明らかにする機能的アセスメントが不可欠です。しかし臨床実践においては，外的環境だけでなく，（思考・感情・生理的変化といった）クライエントの「内なる環境」にも目を向けることが重要です。
本ワークショップでは，これらを含めた機能的アセスメントを実施するための面接スキルを，ロールプレイを通じて実践的に学びます。このような学びを通して，現場で活かせる実践力の向上を目指します。

中・上級者向けワークショップ

2025年3月15日（土）10:20～11:50　中会議室1003

講師：大月　友

『ACTのケース・フォーミュレーションを考える』

ACTのケース・フォーミュレーションには，心理的柔軟性モデル（ヘキサフレックス）による理解と機能分析による理解が必要とされます（Hayes et al., 2012 武藤他監訳 2014）。また，ACTマトリックスやチョイス・ポイントなどのツールも，ケース・フォーミュレーションに利用できる視点と言えるでしょう。ACTにおいてもケース・フォーミュレーションは，臨床的支援を実践する上で極めて重要なプロセスです。このWSでは，ACTのケース・フォーミュレーションにおいて，各ツールの特徴を改めて確認しながら，それぞれの利点と限界点について参加者間で議論していきたい。また，今大会のテーマである「ACT百景」という観点からも，それぞれの実践の文脈による違いがケース・フォーミュレーションにどのように反映されるのかも検討していきたい。

教育講演 概要

教育講演①

2025年3月15日（土） 13:45～14:45　大会議室1001

講師：武藤 崇

『ACTユーザーの密かな愉しみ』

　対人援助文脈では，その営為そのものについての「愉しみ」を公言することは憚れるものです。しかし，「好きこそものの上手なれ」という諺にあるように，その営為の中に「密かな愉しみ」があるはずです。そして，その愉しみの中に「その人の倫理や価値」が反映しているかもしれません。本話題提供が，今回の年次ミーティングでの交流の「呼び水」となれば幸いです。

教育講演②

2025年3月16日（日）10:00～11:00　大会議室1001

講師：谷 晋二

『ACT Japanの来し方行く末』

　初めて公の場でACTという名前が使われたのは1991年です。1996年にはACTの臨床マニュアルが出版され，ACTの哲学的，理論的，実践的な基礎がだんだんと確かなものになっていきました。2006年にはACBS（Association for Contextual Behavioral Science）が設立され，ACT Japanは4年後の2010年に設立されました。それから15年が経ちました。その間のACT Japanの成長の経過をACTの発展の経過とともに振り返っていきます。2021年に出されたACBSのTask Forceから，今後の課題に関連する重要なトピックスを紹介します。演者の個人的なACTの学びのストーリーを紹介し，ACT Japanに今後期待することについてお話をしていきます。

――シンポジウム 概要　――

大会企画シンポジウム①

2025年3月15日（土）　15:00～16:30　大会議室1001

『私から見たACTの景色と活かし方：医療編』

話題提供：岡本利子（リハビリ），加藤宏公（看護），光定博生（リエゾン）

大会企画シンポジウム②

2025年3月16日（日）11:15～12:45

『私から見たACTの景色と活かし方：予防編』

話題提供：津田菜摘（スティグマ），渡辺孝文（教育），林 幹浩（職域）

大会企画シンポジウム③

2025年3月16日（日）14:00～15:00

『私から見たACTの景色と活かし方：手法編』

話題提供：三田村 仰（オンライン），大月 友（デジタル）

本シンポジウムでは，心理職の他，精神科医，産業医，作業療法士，看護師といったさまざまな職種の８人の話題提供者にご登壇いただき，『ACT八景』として，日本におけるACTのリアルな活かし方をご紹介いただきます。

今回は特に，一定の時間的枠組み（ex. 50分）や空間的枠組み（ex. 面談室）で行われるのとは少し違った形式での取り組みについて，それぞれの立ち位置から，ACTをどのように眺め，どのように自らの仕事に活かしているか話題提供いただきます。フロアの方には，典型的な，見慣れた景色とは一味違った角度から，ACTを眺め，その可能性に触れる機会にしていただけるものと考えております。

―― ポスター発表 概要 ――

■会場
大会議室1001＋中会議室1003

■在籍時間
前半組（11件）18:10～18:50
・学術発表　A-1～５
・情報共有　I-１～６

学術研究　前半組（A-１～５）

A-1『成人の先延ばしに対する価値のワークの効果の検討』

村松翔太（信州大学大学院）・高橋史

本研究はACTの価値のワークが成人の先延ばしに与える効果を検討した。研究協力者を56名募り，価値のワークを実施する群としない群に割り付けた。1週間間隔で計4回実験室に来ていただき，1週間の目標の設定，目標をどれだけ達成できていたかの評価（目標達成度）を行った。価値の明確度の指標（VQ）と全般的な先延ばしの指標（GPS）の測定も併せて行った。価値のワークを行う群でのみ1回目の測定時に価値のワークを実施した。結果として価値のワークを行った群でのみ価値の明確度が上昇し，全般的な先延ばしが低減したが，目標達成度については両群ともに上昇した。これにより価値のワークが全般的な先延ばし行動の低減には寄与するが，具体的な目標行動へ直接的な効果は限定的であることが示唆された。井森他（2021）と比較し，ACTのアクセプタンスのプロセスは目標行動，コミットメントのプロセスは全般的な行動の増加に効果的であることが示唆された。

学術研究　前半組（A-１～５）

A-２『成人向け関係フレームスキルアセスメントシートの開発と有用性の検討』

香川紘子（株式会社スタートライン）・岩村賢・刎田文記

背景：関係フレームスキル（RFS）は，人の言語や認知行動の重要な基盤である。先行研究では，RFSと認知能力の間に相関があることが示されている。RFSを評価することは，生活や就労場面で課題を抱える人々のサポート施策を検討する上で役に立つ。しかし，成人のRFSを日本語で簡便に測定できるツールはまだ開発されていない。本研究では，成人のRFSを評価するためのシートを開発しその有用性を検討することを目的とした。方法：既存の関係フレームアセスメント（主に幼児から青年用）を参考に，成人向けの関係フレームスキルアセスメントを開発した。アセスメントでは，8種類の関係フレームファミリーごとのスキルを評価できる。このアセスメントを一般雇用で働く成人の男女約300人に実施し，回答を解析した。結果・考察：関係フレームごと，設問レベルごとに正答率の違いがあった。この結果より開発したアセスメントの有用性を検討する。

A-３『自分がおかしくなること』を恐れるクライエントに対するACTにもとづくエクスポージャーの効果：クライエントによる価値との関係づけの追跡』

瀬口篤史（西知多こころのクリニック）

不安や恐怖を抱えるクライエントに対して，近年ACTのフレームワークにもとづいたエクスポージャーの有効性が示されている（Ong et al., 2022）。ACTのフレームワークに基づいたエクスポージャーでは，クライエントにとっての価値に向けてエクスポージャーを実行することが推奨されるが，実際に実行した際に，クライエントがエクスポージャーと価値をどのように関係づけているのかについて，行動測定を通して追跡した研究は見当たらない。そこで本発表では，「体調が悪化したら自分がおかしくなってしまうのではないか」という不安を訴え，子どもとの外出等に困難を抱える女性クライエントに対し，ACTのフレームワークにもとづいたエクスポージャーを行い，そのエクスポージャーの実行をクライエントがどのように価値と関係づけているかについて行動測定を通して追跡して評価した，精神科臨床における単一事例研究を報告する。

学術研究　前半組（A-１～５）

A-４『続・アクセプタンス&コミットメント・セラピーの逐語を用いた心理的柔軟性の検討』

伊藤雅隆（福島大学）

面接の質の評価といった観点から，逐語データを用いて心理的柔軟性を評価する方法が望まれ，いくつかの研究が行われている (Berkout et al., 2020)。そこで本研究では，逐語データに対してセンチメント分析を用い，心理的柔軟性の各要素におけるポジティブな用語，ネガティブな用語の割合から言語的な特徴を明らかにすることを目的とする。書籍から収集した299例の逐語データに対して，形態素解析を実施し，センチメント分析を行った。心理的柔軟性のモデル図の左側の要素にはネガティブな用語の割合が，右側の要素にはポジティブな用語の割合が増えると予想した。結果として，最もポジティブな用語の割合が多いのはアクセプタンス(39.39%)，最もネガティブな用語の割合が多かったのは価値の明確化(77.14%)だった。予想に反して左側のプロセスにはポジティブな用語が，右側のプロセスにはネガティブ用語が用いられていることが多かった。心理的柔軟性の要素の目指す内容と用いられる語彙の評価には乖離があることが引き続き示唆された。

A-５『保育所保育士を対象としたACTによる支援プログラム実践の試み（2）』

稲垣佑（一般社団法人パーマネント・クリエイティブ・マインド）・香川葉月・安東大起

保育所に勤務する保育士16名を対象に，不適切な保育防止研修の一貫として，メンタルヘルス支援プログラムを実施し，その有効性を検討した。先行研究（稲垣他，2024）では，十分な効果が認められず，1回2時間の介入では介入の強度が不足していることが考えられた。そこで本研究では，現場に受け入れやすい形で介入の強度を高めるため，プログラム中に「しなやかマインドシート」を作成し，介入後1ヶ月間，保育中にいつでも見返すことのできる場所への設置を依頼する手続きを追加した。その結果，シート設置群では，仕事における心理的柔軟性（WAAQ）の向上，および体験の回避（AAQ-Ⅱ），保育士ストレス（NTSS）の低下がみられ，本プログラムの有効性が示唆された。しかし，シートの設置は参加者の判断に委ねられており，各群の参加者の特性や背景は均質でない可能性がある。今後は，条件を統制した実験デザインによる検討が必要である。

―― ポスター発表 概要 ――

■会場
大会議室1001＋中会議室1003

■在籍時間
後半組（11件）18:50～19:30
・学術発表　A-6～10
・情報共有　I-７～12

学術研究　後半組（A-６～10）

A-６『先延ばし行動が持つ機能の類型化の試み
―機能的行動アセスメントにもとづく介入の検討―』

高橋宏彰（立命館大学大学院）・首藤祐介・香月みかん・WU Daiqiao

本研究は, 大学生の先延ばし行動について機能的行動アセスメントを行い, 先延ばし行動が持つ機能の類型化を試みた。先延ばし傾向が高い大学生13名に対してインタビュー調査を行い, 先延ばし行動が生じた際の先行事象（Antecedents), 先延ばし行動の形態（Behavior), 短期的結果（Consequences), 長期的結果（Delayed result)について尋ね, それぞれの類型化を行った。その結果, 先延ばし行動の短期的結果については「快となる刺激を五感で感じる」,「他者に承認されることで立場が向上する」等の10種類に類型可能であった。また長期的結果については「人間関係が充実する」,「課題に取り組みやすくなる」等の12種類に類型可能であった。これらの結果から, 大学生の先延ばし行動を維持している機能として「承認の獲得」,「快となる感覚の獲得」,「情報や物品の獲得」,「不快な考えや感情の回避」という４種類の機能の存在が示唆された。また, 機能に応じた先延ばし行動に対する介入方法について検討した。

学術研究　後半組（A-６～10）

A-７『職業リハビリテーション領域におけるスーパービジョンの効果検証』

廣瀬ゆう子（早稲田大学大学院人間科学研究科）・大月友

本研究の目的は，職業リハビリテーションにおけるスーパービジョン（SV）が，支援人材であるバイジーの成長およびクライエントへの援助の向上に及ぼす影響について，バイジーとクライエントのアウトカムから検証することである。参加者はSVを実施するバイザー，支援を受けるバイジー，バイジーの支援を受ける障害者（クライエント）であった。独立変数をバイザーのSVとし，従属変数をバイジーおよびクライエントのアウトカムとした。バイジーのアウトカム（SVの各機能との関連が示唆される指標等），クライエントのアウトカム（セルフマネジメントと関連する指標等）をSVの前後に取得し，指標の変化およびSVの４機能との関連を分析した。その結果，バイザーのSVの教育的機能によってバイジーの専門性に関する指標や行動の生起数が増加し，支持的機能によって心理的柔軟性の向上が確認された。加えて，クライエントのポジティブな行動や出勤率の向上が確認された。

A-８『日本語版Perceived Responsiveness and Insensitivity尺度の作成と信頼性・妥当性の検証』

谷千聖（立命館大学）・小國龍治・下司忠大・樋口穂乃佳・三田村仰

パートナーからの応答性知覚とは，パートナーからの理解・承認・ケアを感じられることを意味し，文脈的行動科学に基づく親密性のモデルやカップル支援において重要とされている要素である。本研究の目的は，応答性知覚を測定する尺度であるPerceived Responsiveness and Insensitivity Scaleの日本語版（PRI-J）を作成し，その信頼性・妥当性を検証することであった。配偶者を有する539名を対象に調査を実施した。確認的因子分析の結果，PRI-Jは応答性知覚と反-応答性知覚の2因子構造であることが示された。PRI-Jは十分な内的一貫性を示した。PRI-Jとその妥当性指標となる変数との相関分析の結果から，PRI-Jの構成概念妥当性が確認された。以上より，PRI-Jはカップルを対象とした研究および臨床実践において有用なツールであることが示唆された。

学術研究　後半組（A-６～10）

A-９『日本における先延ばし行動改善を目的とした介入の効果のメタ分析による検討』

香月みかん（立命館大学）・髙橋宏彰・WU Daiqiao・首藤祐介

本研究は，日本における先延ばし行動の改善を目的とした心理的介入の効果をメタ分析により検討した。文献検索には，CiNiiとJ-STAGEを用いた。検索用語には，先延ばし行動を示す用語として「先延ばし」，「延引行動」，「行動遅延」，介入研究を検索するため「プログラム」「介入」等の15個の用語を用いた。1991論文が特定され，そのうち「先延ばし行動に対して何らかの介入を行った」「効果量を算出するための情報が記載されている」4論文（内1論文は一事例研究）が抽出された。4論文は共通して行動指標を扱っていたため，メタ分析では行動指標への効果を検討した。一事例研究を除く3論文から先延ばし行動の行動指標に対する介入には中程度の効果が認められた(g＝0.72）。分析された文献は全て行動的な介入が行われており，行動指標で有意な効果を示していた。そのため，本国の研究では，先延ばしの改善における行動そのものの変化が注目されている可能性が示唆された。

A-10『うつ病を発症し休職していたクライエントに対しACTを用いて介入した事例』

高橋まどか（久喜すずのき病院）

上司から叱責をきっかけにうつ病を発症し休職していたクライエントに対し，行動活性化とACTの両方を用いてカウンセリングを行い，改善がみられた事例について報告する。カウンセリング開始時は，自己否定的な思考や希死念慮などのうつ症状を呈していたため，行動活性化を導入した。しかし，活動量は増加したものの，上司や仕事を想起させる出来事によって自己卑下的な思考が生じ，気分の落ち込みが生じることが多かった。そこで，上司や仕事にまつわる思考に捉われないで過ごすことができるよう，脱フュージョンやアクセプタンスを進めACTの介入を行った。その結果，BDIやAAQ-II，CFQなどの指標は徐々に改善し，面接内での自己否定的な思考についての言及の減少や，日常生活場面で快活動を楽しめた報告が増加した。活動量の増加により落ち込みが持続した場合にACTのスキルを身に着けることで症状の改善が見込める可能性が推察された。

―― ポスター発表 概要 ――

■会場
大会議室1001＋中会議室1003

■在籍時間
前半組（11件）18:10～18:50
・学術発表　A-1～５
・情報共有　I-１～６

情報共有　前半組（I-1～I-6）

I-1『ACTを活用した吃音改善の可能性』

寄尾博孝（社会福祉法人 友和の里）

I-2『ACTを用いたリワークプログラムの実践 ～しなやかプログラムについて～』

藤田（上仲）晴菜（嶺南こころの病院）・岡本章宏・岡本利子・古本美和

I-3『小学校教諭に対して行ったシングルケースデザインに関するワークショップの報告』

植木伽奈（半田市子育て相談課）

I-4『対人援助職を志すも職業選択の悩みをもつ成人に対するEEMMグリッド面談の効果検証』

三國史佳（株式会社スタートライン）・豊崎美樹・菊池ゆう子・刎田文記

I-５『就労場面にて課題を感じている支援職に向けて EEMMグリッドを活用したアプローチ』

佐藤佳子（株式会社スタートライン）・豊崎美樹・刎田文記

I-６『心理的柔軟性の向上を目的としたEEMMグリッド面談の実践と効果について』

中島希（株式会社スタートライン）・長谷部翔一・菊池ゆう子・刎田文記

―― ポスター発表 概要 ――

■会場
大会議室1001＋中会議室1003

■在籍時間
後半組（11件）18:50～19:30
・学術発表　A-6～10
・情報共有　I-７～12

情報共有　後半組（I-7～I-12）

I-７『ACTマトリクスを使ったグループチーム作りの実践と課題
― プロソーシャルなチーム作りを目指して』

綱川弘樹（常陸大宮市こどもセンター）

I-８『ACTをベースとした脳科学の知見に基づく創造性拡張研究①
～創造性を拡張するための脳科学からのアプローチ～』

藤田光洋（NECソリューションイノベータ株式会社）・富木毅・
家志門太・白鳥行大

I-９『ACTをベースとした脳科学の知見に基づく創造性拡張研究②
～脳科学の知見に基づく創造性拡張研究手法の検討～』

富木毅（NECソリューションイノベータ株式会社）・藤田光弘・
家志門太・白鳥行大

I-10『ACTとスピリチュアルケア：ACTのミドルタームを用いた
哲学的検討』

本田陽彦（九州大学）・Kensuke James Tokutsu

I-11『高次脳機能障害を有する就労移行支援事業所通所者に対する
刺激等価性訓練の実施と効果』

岩村賢（株式会社スタートライン・CBSヒューマンサポート研究所）・
成田彩乃・齋藤 祥子・刎田文記

I-12『管理職層に対するCBSおよびPBT研修の実施による
心理的柔軟性・非柔軟性の変化』

豊崎美樹（株式会社スタートライン）・小倉玄・刎田文紀

STAFF

準備委員

- 瀬口 篤史（西知多こころのクリニック）
- 渡辺 孝文（名古屋市立大学大学院）
- 柳澤 博紀（犬山病院）

開催責任者

- 酒井美枝（名古屋市立大学大学院）

お問い合わせ：ACT Japan年次ミーティング2024運営事務局
act.japan.annual@gmail.com