



# JET 参加者の医療・福祉資源

## 春季 2018 年

MIC・MOFA・MEXT・CLAIR・AJET





# JET 参加者の医療・福祉資源

## レポートの筆者

### 調査・報告書担当者

**Rachel Brisson**

事業担当マネージャー

### 報告書協力

**CJ Fischer**

会長

**Christine Zawlocki**

第 11 ブロック代表者

**Surie Vixaysakd**

第 2 ブロック代表者

**Lily Diep**

オンライン出版物担当者

**Giuseppe di Martino**

翻訳・通訳コーディネーター（平成 29 年度）

**Sara-Jane Seery**

同窓情報資源担当者

**Ellie Murphy**

第 9 ブロック代表者

**Aziz Krich**

ボランティア活動担当者

**Megan Buhagiar**

同窓会担当者

### 翻訳担当者

**Giuseppe di Martino**

翻訳・通訳コーディネーター（平成 29 年度）

**Teng Xin Yong**

翻訳・通訳コーディネーター（平成 30 年度）

### 翻訳協力

**Rachel Lam**

**Richard Sweet**

**Nicholas Kontje**

荒井俊悦

### レイアウト・デザイン担当者

**Rachel Brisson**

事業担当マネージャー

---



## 摘要

本報告書では、JET 参加者の医療ケア、メンタルヘルスケア、プライバシーおよびメンタルヘルスの資源に関する経験を分析している。これらの問題に関する現役 JET プログラム参加者へのアンケートを通して、本報告書の分析が可能となった。

本報告書の基となったアンケートは、現役 JET 参加者を対象に 2018 年 3 月 19 日から 4 月 13 日まで実施された。アンケートに回答した 1341 名は現役参加者のおよそ 26%を占めている。

回答者の半数以上は、配属先の周辺にある医療ケアに関する情報源は主に同じ配属先の県の JET 参加者、インターネット、または担当者・指導主事である。にもかかわらず、任用団体側からの追加情報があると望ましいと分かった。任用団体から当地の医療に関する情報が手に入ることができたと答える回答者は 38.7%しかいなかった。また、回答者のほとんど (82.4%) が JET プログラムに参加している間に病院や診療所へ訪ねたことがあると答えた。任用団体により病休についての決まりは異なる。

一方、メンタルヘルスについての資源は回答者の間ではよく知られていないようである。任用団体からこの情報をもらったと答えた回答者は 23.7%となった。また、JET プログラムに参加している間に、カウンセラーまたは精神科医に訪ねた回答者は 67 名 (5%) いた。その中では、カウンセラーや精神科医の事務所では英語を話せるスタッフはいたと回答した。本章のグラフは回答者人数で表示されている。

担当者や他のスタッフは参加者の身体・精神健康に関する個人情報扱う場合もある。回答者の多くは医療予約を取る際に気軽に担当者や他のスタッフに助けを求めると答え、JET プログラム参加中に職場で医療的プライバシーが無視されたと答えたのは回答者の 20.7%しかいなかった。一方、カウンセラーまたは精神科医に予約を取る際には上記のように気軽に担当者や他のスタッフに助けを求めることはできないと答えた。JET プログラム参加中に職場でメンタルヘルスに際するプライバシーが無視されることがあると答えたのは回答者の 6.8%を占めた。

JET プログラムに参加している間、参加者は CLAIR (自治体国際協会) が提供してくださる JET メンタルヘルスカウンセリングサービスと JET メンタルヘルスカウンセリング助成制度・事業をはじめ、複数のメンタルヘルス資源を利用することはできる。回答者のおよそ半数が、上記の 2 つの資源について、任用団体または担当者に気軽に聞くことはできないと示した。また、全国 AJET により AJET ピアサポートグループ (PSG) というボランティア相談・紹介サービスを参加者に提供している。使用したことのある回答者からサービスの改善できる提案を集めた。

本報告書の調査の結果に基づき、全国 AJET 役員会はその主題に関する提案をさせていただきます。母国と異なる国に暮らす中で直面する特有の状況、ストレスに対処する

際、参加者が効果的な資源を利用できると思われる。参加者が日本で医療ケア・メンタルヘルスケアを探すことになると、十分な情報に基づいた判断ができるように情報を提供することが必要である。本報告書とその推薦により、全国 AJET は参加者の教員・従業員・文化交流の大使としての役割をより大きく果たせるようにしたいと思っている。

# 目次

はじめに	1
調査方法	2
調査対象	3
結果と分析	4
医療ケア	4
メンタルヘルスケア	9
プライバシー	12
メンタルヘルスの資源	14
結論と提案	19
質問	22

---



## はじめに

JET 参加者は日本に住んでいる間に医療サービスまたはメンタルヘルスケアサービスを利用することがある。したがって最も有効な治療を受けられるために日本の医療制度に関する情報を知っておく必要がある。言語の壁や JET 参加者が慣れていない日本の医療制度などが参加者にとって障害になるおそれがある。したがって、JET 参加者が任用団体や担当者、または他の JET 参加者と連絡を取ることが地域にある医療機関やヘルスケアサービスなどを知ることにつながるであろう。そのうえ、JET 参加者専用のメンタルヘルスの資源も提供されている。この資源はメンタルヘルスケアサービスへのアクセスの選択肢が限られている地域では特に大切である。

本報告書の目的は、現役 JET 参加者の医療制度およびメンタルヘルスケアに関する経験を分析し、医療制度やメンタルヘルスケアへのアクセスを改善するための提案を関係者に挙げるということである。全国 AJET 役員会はこの提案を通して JET 参加者の健康保護活動の応援を目指している。

## 調査方法

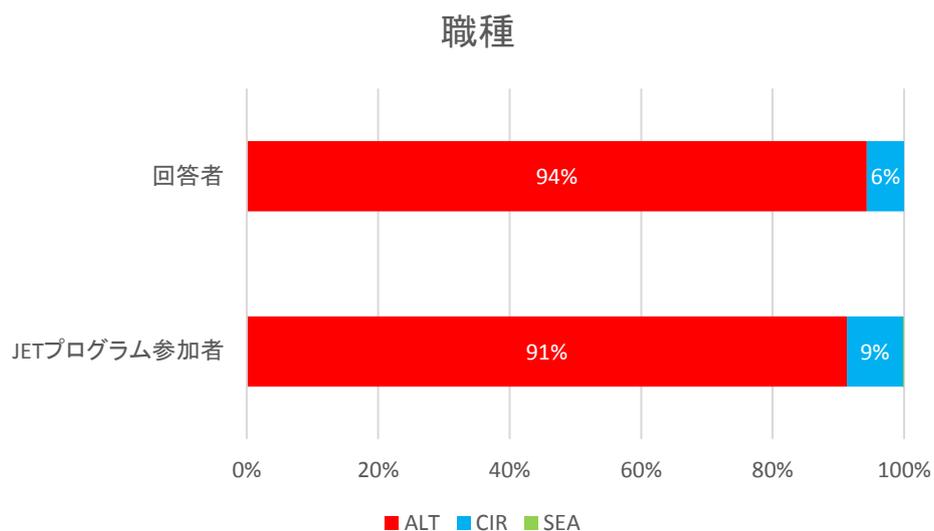
本報告書で分析される情報は、JET プログラム参加者の会 (AJET) により今年 3 月 19 日から 4 月 13 日まで 26 日間を含めた期間に行われたアンケートで取得された。

アンケート調査は オンラインアンケートツールを用いて現役 JET 参加者に配信されていた。和英両語表記で 69 項目設定した。問題形式は様々で、選択式、複数選択式、自由記述式、評価選択式で構成された。アンケート調査は、JET プログラム参加中の医療ケアの経験、メンタルヘルス相談、プライバシー、およびメンタルヘルスの資源に関して行われた。

本報告書に記載されているのは、少数第 1 位を 4 捨 5 入した。

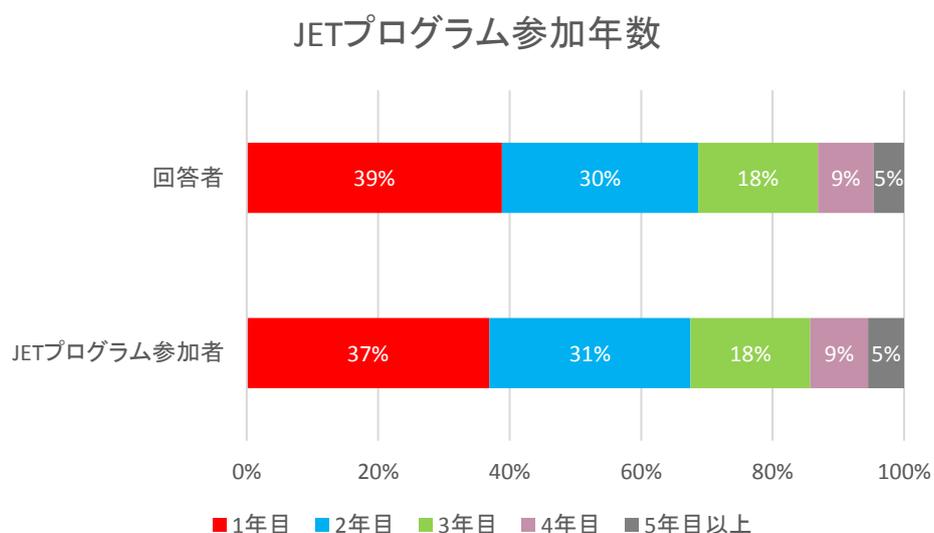
## 調査対象

本調査は 1341 名の現役 JET 参加者に回答され、JET プログラムの総合参加者数のおよそ 26%を占めている。回答者の中では、外国語指導助手（ALT）が 1265 名（94.3%）であり、国際交流員（CIR）が 76 名（5.7%）となった。スポーツ国際交流員（SEA）からの回答はなかった。JET 参加者の中では、91.3%が ALT で 8.6%が CIR である。後は SEA が 0.1%しかいないので、結果では JET プログラムの総合参加者の統計が正しく反映されているということである。



第 1 図

回答者の大部分（38.9%）は JET プログラムの 1 年目の参加者であると示し、2 年目の参加者（29.8%）と 3 年目の参加者（18.2%）は 2 番目に多かった。全体的に、JET プログラムの総合参加者の統計が正しく反映されていると考えられる。



第 2 図

# 調査結果と分析

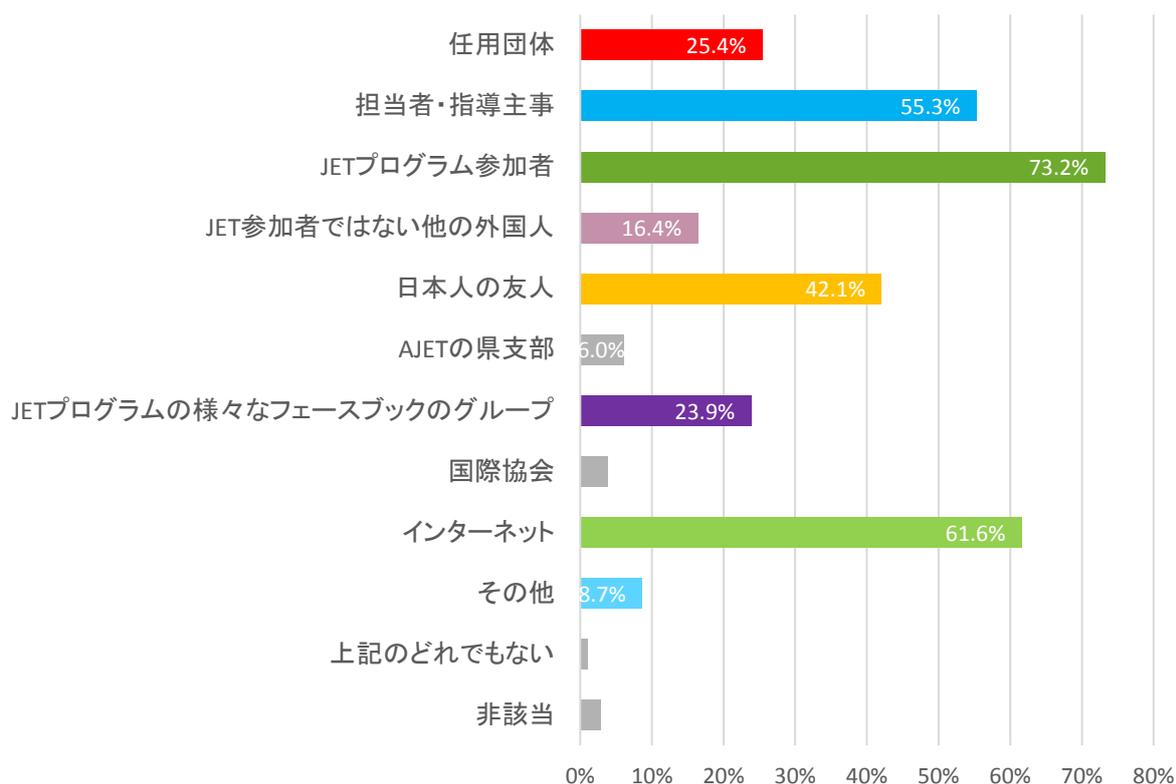
## 医療ケア

JET 参加者が日本で在留している間、医療サービスを求めなければならないこともある。言葉の壁や、日本の医療制度に不慣れなことから援助が必要となるかもしれない。本節はこの問題についての見識を述べる。

### 当地の医療情報

本調査では、配属先の県にある病院や医院についての情報を手に入れる情報源の中でどれを使ったかを回答者に選んでもらった。結果として、主に使われた情報源は「同じ配属先の県の JET 参加者」が 73.2%、「インターネット」が 61.6%、「担当者・指導主事」が 55.3%であった。もっとも役立つ情報源がどれかと聞いたところ、上記の 3 つの選択肢が再び選ばれた。

参加者の使った、配属地の県にある医療ケアを見つける情報源

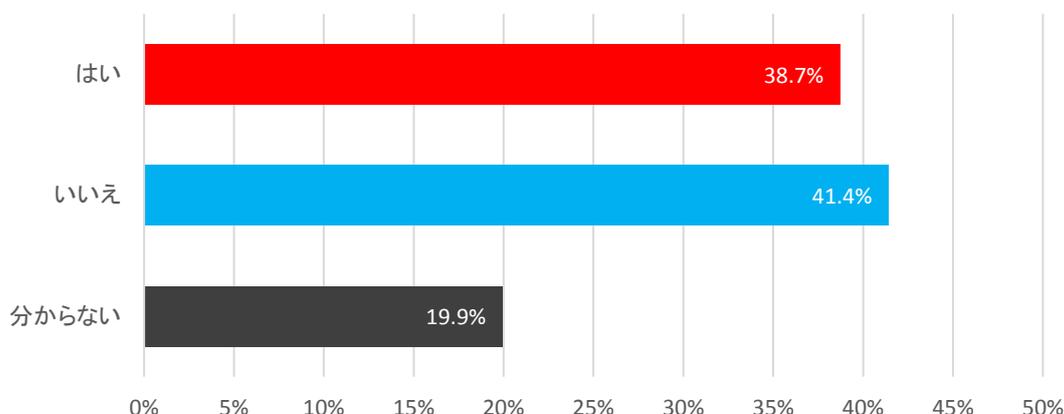


第 3 図

JET プログラムに参加している間、任用団体は配属先の県に利用できる医療ケアに関する情報源の 1 つとなることもある。しかし、任用団体から医療施設に関する情報をもらったと答えたのがわずかに 38.7%に過ぎなく、任用団体がこの情報を提供していなかったと答えたのが 41.4%であり、他の 19.9%は「分からない」と答

えた。

「あなたの任用団体は、県の病院や医院に関する情報を提供したことがありますか。」



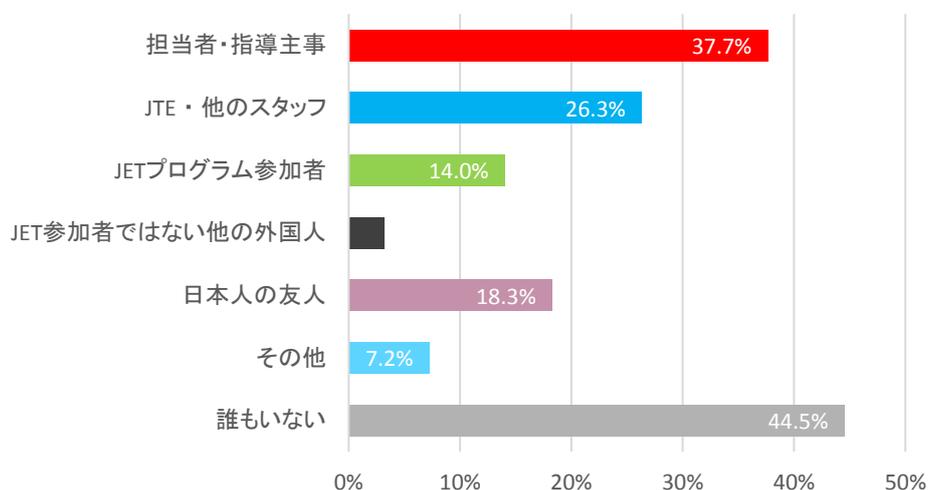
第 4 図

回答者の圧倒的大多数（95.1%）は自宅から 30 分以内に移動できる病院や医院があると答えた。また、回答者の過半数が配属先の県には英語が話せる医師がいると答えた。しかし、配属先の県に英語が話せる医師がいるかどうか分からないと答えた回答者は 36.1%となった。

## 診察の予約

JET プログラム参加中に病院や医院へ訪ねたことはあるかと聞かれたところ、「ある」と答えた回答者は 1105 名（82.4%）いた。その中の 44.5%が病院や医院に予約を取る際に支援を得なかったと答えた。一方、予約を取るのに支援を求める際には、回答者の担当者（37.7%）や他のスタッフ（26.3%）に求めるとの答えが多かった。

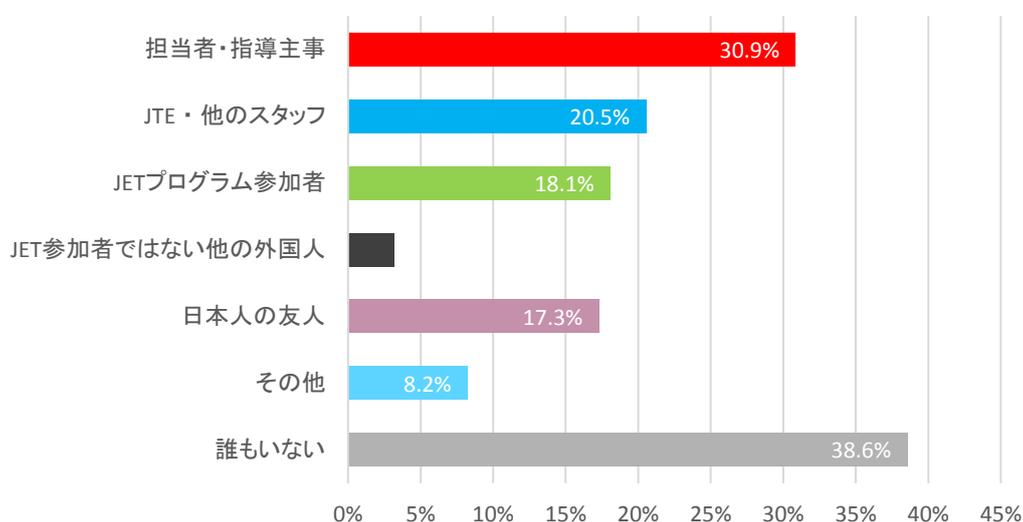
参加者のために診察予約を取るのを手伝ってくれた人



第 5 図

また、病院や医院へ行く際、回答者と一緒に行くのは担当者（30.7%）または同僚（20.5%）であり、一緒に行く人はいなかったと回答したのは 38.6% となった。

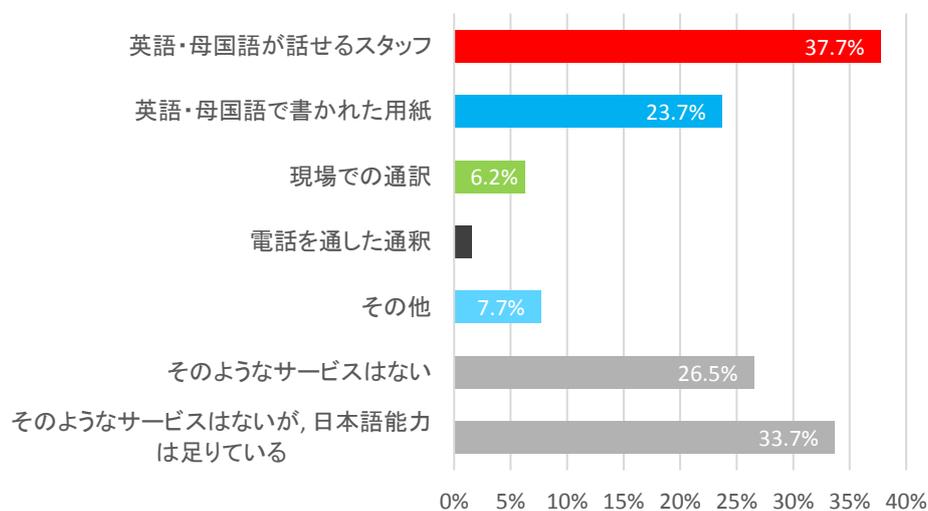
### 参加者と共に診察予約に行った人



第 6 図

病院や医院での多言語サービスについて聞かれたところ、回答者の 37.7% が英語を話せるスタッフがいたと答えた。一方、このようなサービスが提供されなかったと答えたのが 26.5% であり、多言語のサービスは提供されなかったが自分の日本語能力が足りていたと答えた回答者は 33.7% いた。

### 病院・医院で、英語・母国語で利用できるサービス



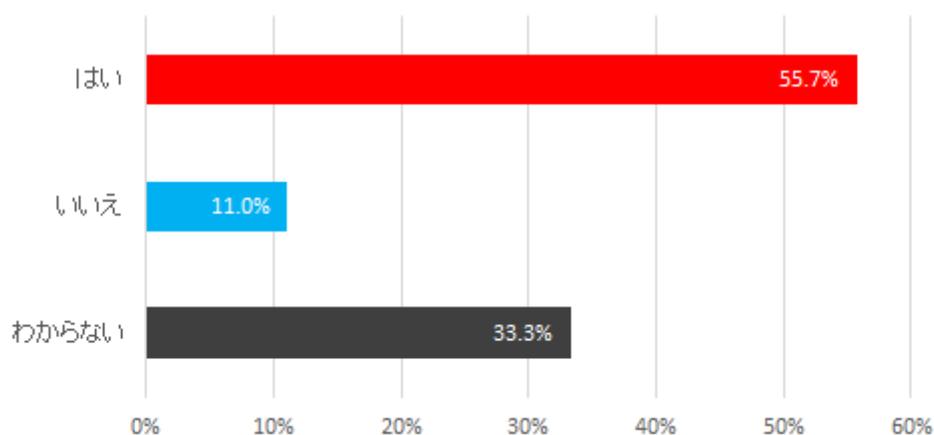
第 7 図

## 病休

JET 参加者全員には、任用団体との契約で明記されている通りに病休が与えられている。病休についての決まりは各任用団体により規定されている。日本の学校制度では、病休を使う際には診断書を提供しなければならないことになっている。

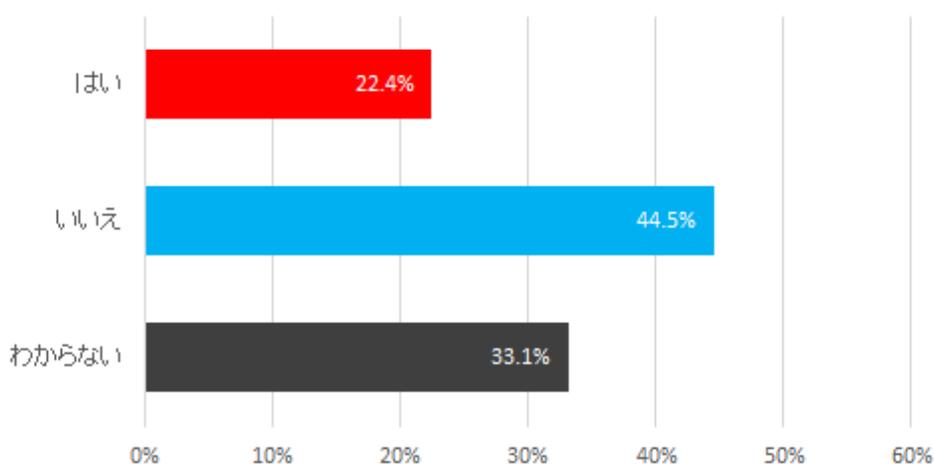
風やインフルエンザなどの短期病気を理由にして病休を使うためには診断書が必要とされたと示したのは回答者の過半数（55.7%）であり、短期病気を理由にして病休を使うのに診断書は必要ではないと答えた回答者は 22.4%いた。

### 診断書なしで短期病気のための病休の利用を任用団体が許可するか



第 8 図

### 診断書なしで短期病気のための病休の利用を任用団体が許可するか

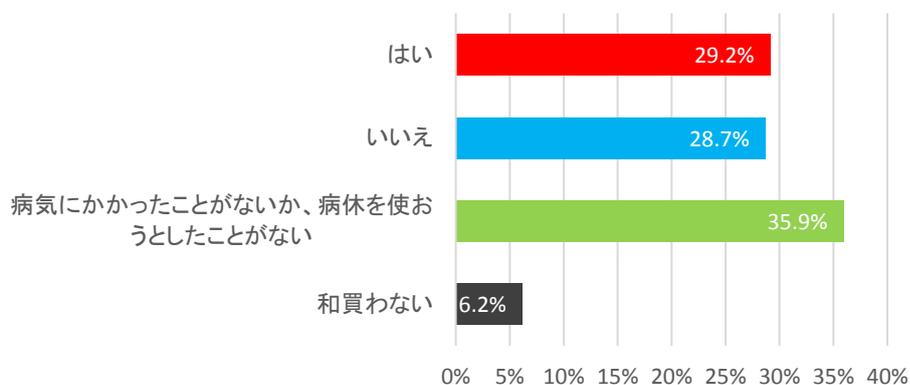


第 9 図

日本の労働文化では、病気の際に病休ではなく年休を使う職員もいる。病気の際に病休の代わりに年休を使うよう求められたことがあったかと聞かれたところ、

回答者の 29.2%が「はい」と答え、28.7%が「いいえ」と答えた。また、病気にかかったことがない、または病休を使おうとしたことがないという回答者は 35.9%となった。

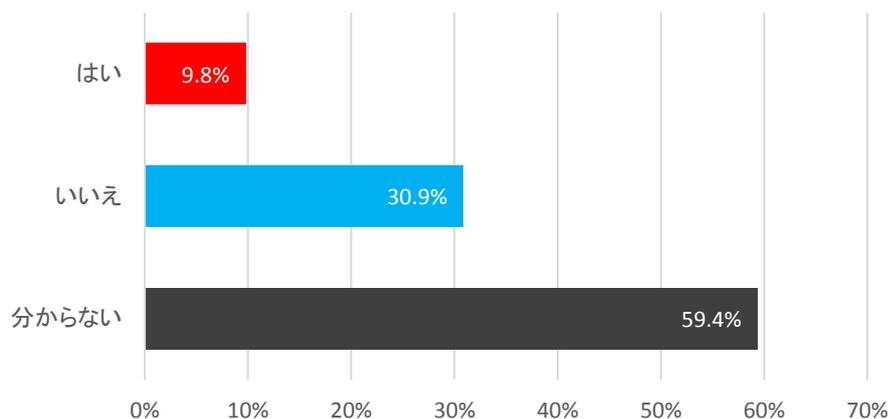
「あなたの任用団体は、病気にかかった際に病休ではなくて、年休を使うことを義務付けたことがありますか。」



第 10 図

JET プログラムに参加している間に病院や医院を訪ねたことのある 1105 名の回答者のうち、9.8%は定期検診のために病休を使うことができると答えた一方、30.9%はそれができないと答えた。

定期的な診察予約のための病休の利用を任用団体が許可するか



第 11 図

また、在日中にカウンセラーまたは精神科医を訪ねたことがあると答えた 67 名の回答者のうち、約半数 (52.2%) がカウンセラーまたは精神科医との定期検診に病休を使うことができるかどうか分からないと示した。

アンケートの最後には、JET プログラム参加中に身体健康に関する追加コメントを書くことができるコメント枠を設置した。集めた回答の中、任用団体によって病休を取ることが難しくなっていると答えた回答者は 80 名おり、病休を取りづら

いと書いた回答者は 5 名いた。

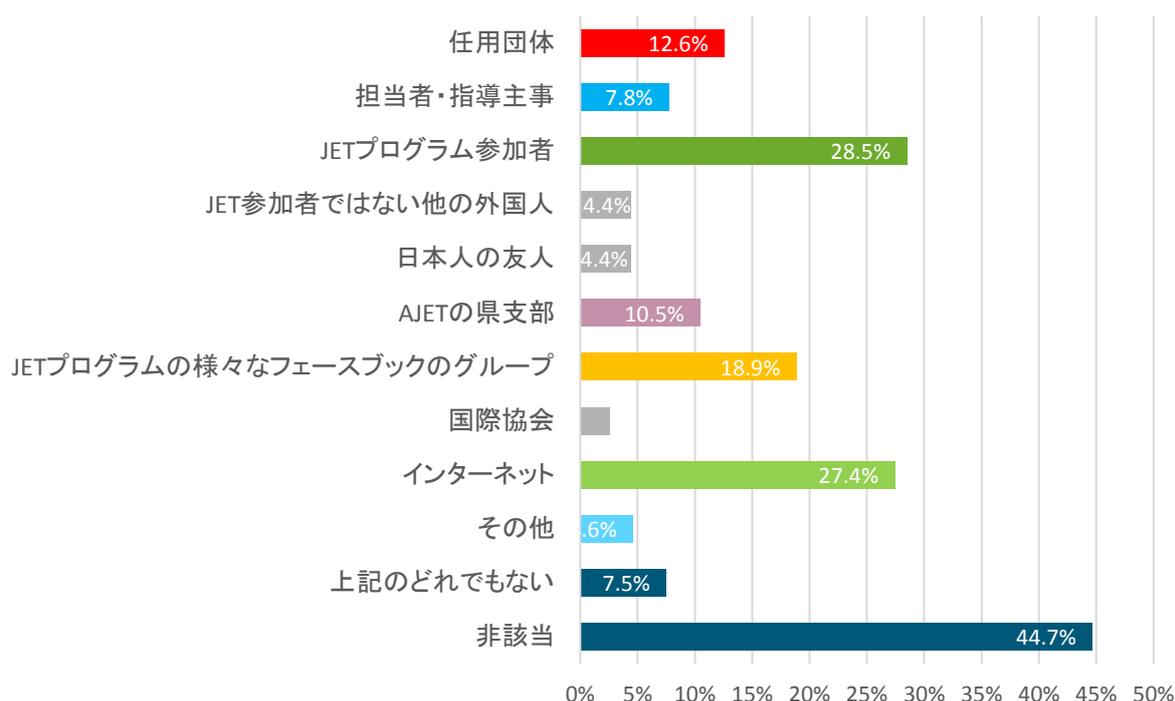
## メンタルヘルスケア

JET 参加者が日本で在留している間、メンタルヘルスサービスを必要とするときもある。言葉の壁があったり、日本のメンタルヘルスサービスへ不慣れがあったりすることで、援助が必要となるかもしれない。本節はメンタルヘルスの専門家および回答者がそれとの経験についての調査結果を述べる。

### 当地のメンタルヘルスサービス情報

本調査では、配属先の県にいるカウンセラーや精神科医に関する情報を手に入れる情報源の中でどれを使ったかを回答者に選んでもらった。結果として、主に使われた情報源は「同じ配属先の JET 参加者」を選んだのは 28.5%で、「インターネット」を選んだのは 27.4%であり、「フェイスブックグループ」を選んだのは 18.9%となった。この質問が自分に関係ないと答えた回答者は 44.7%いた。

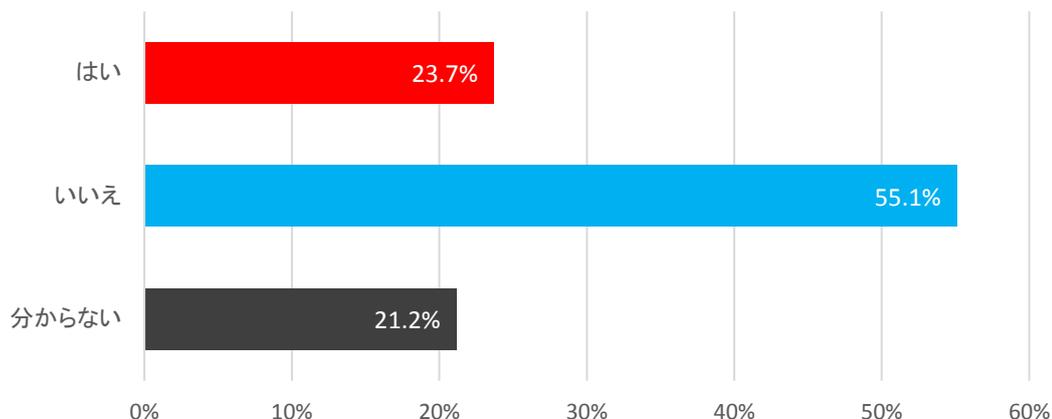
#### 参加者の使った、配属地の県にあるメンタルヘルスケアを見つめる情報源



第 12 図

JET プログラムにいる間、任用団体は当地のメンタルヘルスサービスに関する情報源の 1 つとなることもある。しかし、任用団体から当地にあるカウンセラーや精神科医に関する情報を得ることができたのがわずかに 23.7%に過ぎなく、任用団体がこの情報を提供していなかったと答えたのが 55.1%に至った。

「あなたの任用団体は、配属地の県にある心理カウンセリングや精神科医に関する情報を提供したことがありますか。」



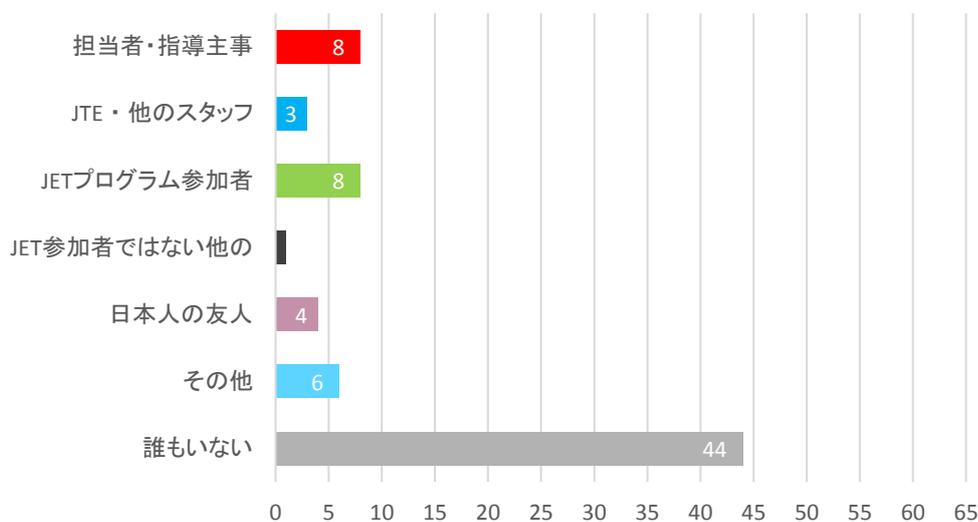
第 13 図

また、自宅から 30 分以内にカウンセラーや精神科医がいるかどうか「分からない」と答えた回答者が 79.8%いた。さらに、回答者の 78.2%が配属先の県に英語を話すカウンセラーや精神科医がいるかどうか分からないことが分かった。

### メンタルヘルス相談

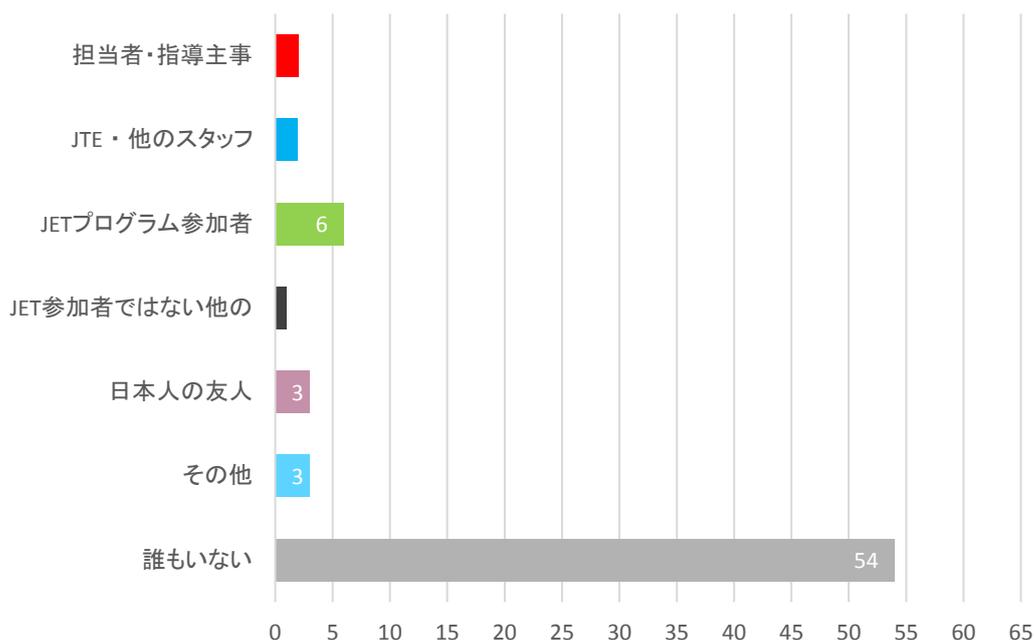
JET プログラムで日本に滞在する間にカウンセラーまたは精神科医に訪ねたことがある回答者は 67 名となり、回答者の 5%を占めた。その中で、44 名 (65.7%) が予約を取った際には誰にも支援してもらわなかったと回答し、54 名 (80.6%) が相談に行った時、同行する人はいなかったと答えた。

### メンタルヘルス相談の予約を取るのを手伝ってくれた人



第 14 図

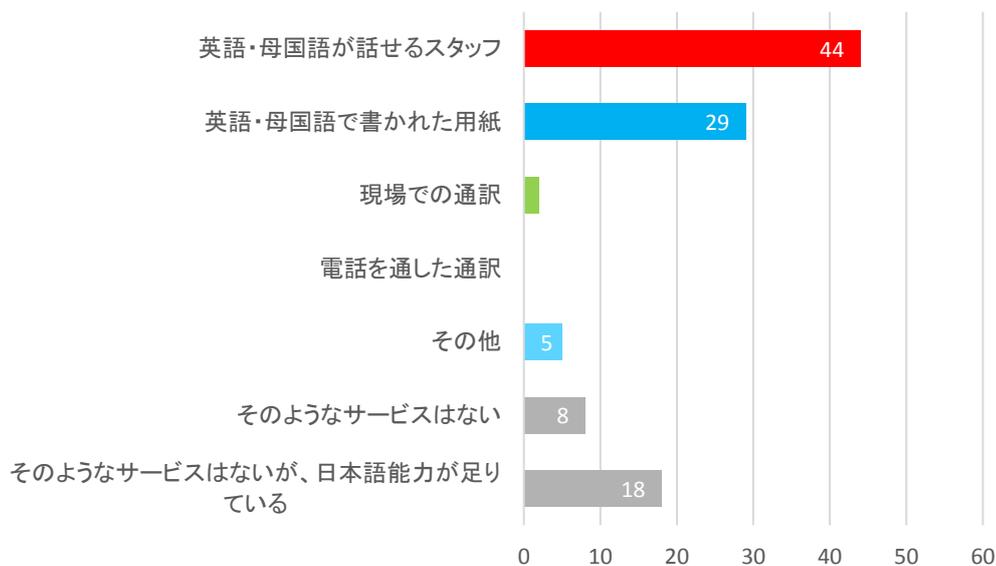
### 参加者と共にメンタルヘルス相談に行った人



第 15 図

回答者はカウンセラーまたは精神科医のところでの多言語サービスについて聞かれた。回答者の 65.7% (44 名) が英語または自分の母国語を話せるスタッフがいたと答え、英語または自分の母国語で書かれた書類があったと答えた回答者は 29 名 (43.3%) いた。多言語のサービスは提供されなかったが自分の日本語能力が足りていたと答えた回答者は 26.9% いた。

### メンタルヘルス相談で、英語・母国語で利用できるサービス



第 16 図

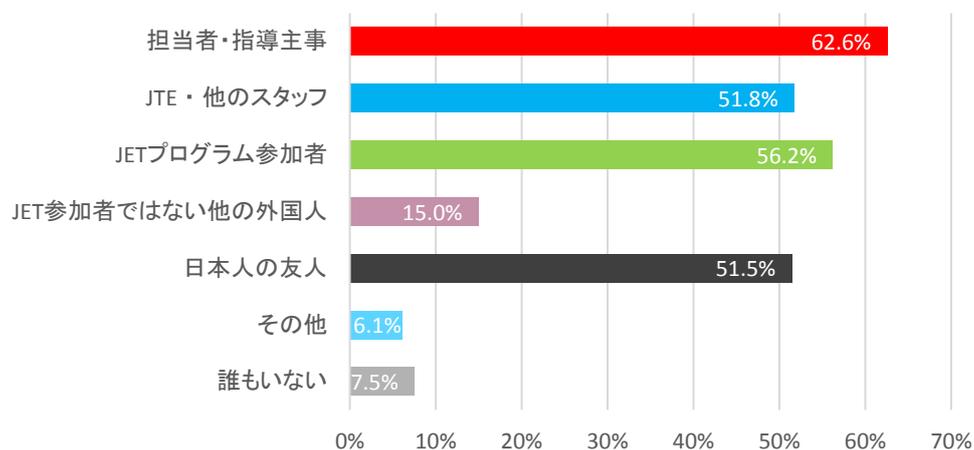
## プライバシー

JET 参加者は担当者や他のスタッフと共に仕事をしており、担当者や同僚の支援を得ながら地域の医療サービスに関する情報を手に入れ、一般診察・メンタルヘルス診察の予約をとることもある。したがって、担当者や同僚は参加者の健康に関する機密情報を持つ可能性もある。本章は、回答者が JET プログラムに参加する間の医療的プライバシー・メンタルヘルスプライバシーの経験を述べている。

### 医療的プライバシー

参加者が病院や医院の予約の手続きで支援を必要とすることもある。回答者の 50.0%以上は、予約をする時に担当者や同僚、または他の JET 参加者や友達に気軽に支援を求められると答えた。

#### 回答者が一般診察の予約を取るのを手伝ってくれるよう気軽に聞ける人

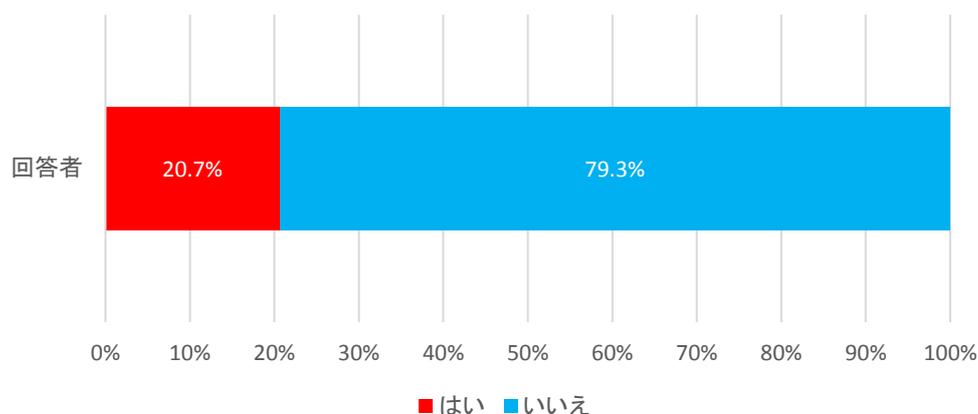


第 17 図

回答者の大半は、自分の医療的プライバシーが職場で守られていると述べているが、回答者の 20.7%は、JET プログラムに参加する間、自分の健康に関するプライバシーが守られていなかったと回答した。回答者はプライバシーが守られなかった例をいくつか挙げた。回答により異なるところがあるが、共通している例も見られた。いくつかの任用団体では必ず健康診断を受けることになっているが、JET 参加者が診断を受けた際に、その結果を機密情報として扱ってもらわなかった。何人かの回答者は、内緒で自身の健康情報を担当者または同僚に話したものの、その情報が他の同僚・生徒・地域の方などに伝わってしまっていたと回答した。

。

「JET参加者になってから、身体の健康に関して、職場であなたのプライバシーが侵害されたと感じたことがありますか。」

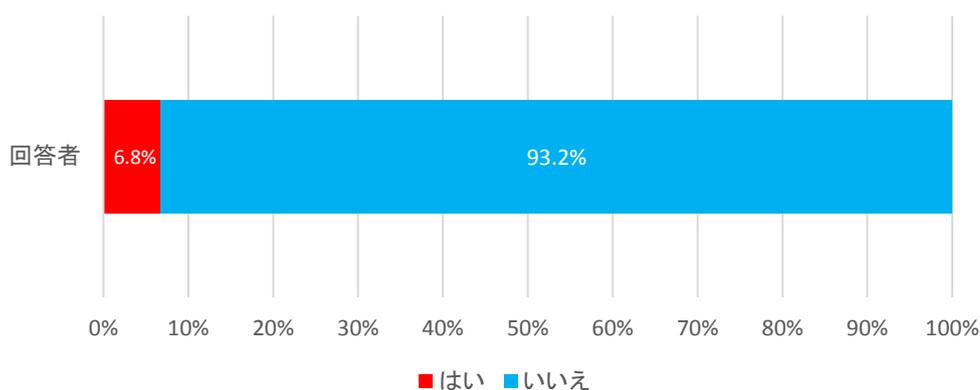


第 18 図

### メンタルヘルス・プライバシー

回答者の大半は、一般診察の予約をする時に担当者または他の同僚に気軽に支援を求められると答えたが、メンタルヘルス診察の予約の手続きで気軽に支援を求められると答えた回答者が比較的に低い。回答者はこれらの予約を取る際に助けを求めやすいのは誰か回答を求められた。担当者に頼みやすいと答えたのはわずか 33.9%であり、22.2%は職場のその他の同僚に頼みやすいと答えた。しかしながら、55.3%は同じ地区に配属されている JET 参加者に頼みやすいと答えた。

「JET参加者になってから、メンタルヘルスに関して、職場であなたのプライバシーが侵害されたと感じたことがありますか。」

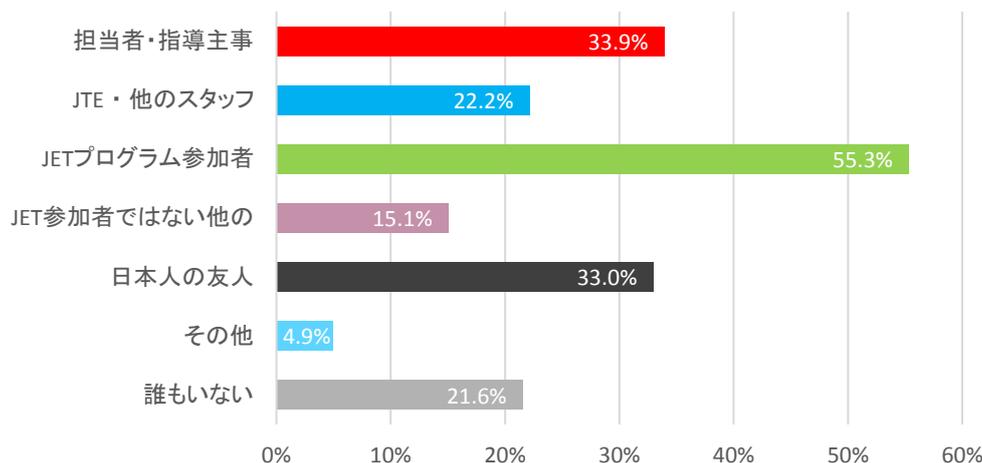


第 19 図

回答者の大半は自分のメンタルヘルス・プライバシーが職場で守られていると感じると答えたが、回答者の 6.8%は JET プログラムに参加する間、メンタルヘルス・プライバシーが守られていなかったと回答した。回答者は自分のメンタルヘル

ス・プライバシーが守られなかった例をいくつか挙げた。回答により異なるところがあるが、共通している例も出てきた。何人かの回答者は、同僚が JET 参加者から許可を得ずにメンタルヘルスに関する情報を他人に話し、他の職場に配布したと答えた。ストレステストをめぐるプライバシーの問題もあったと述べた回答者もいた。

### 回答者がメンタルヘルス相談の予約を取るのを手伝ってくれるよう気軽に聞ける人



第 20 図

## メンタルヘルスの資源

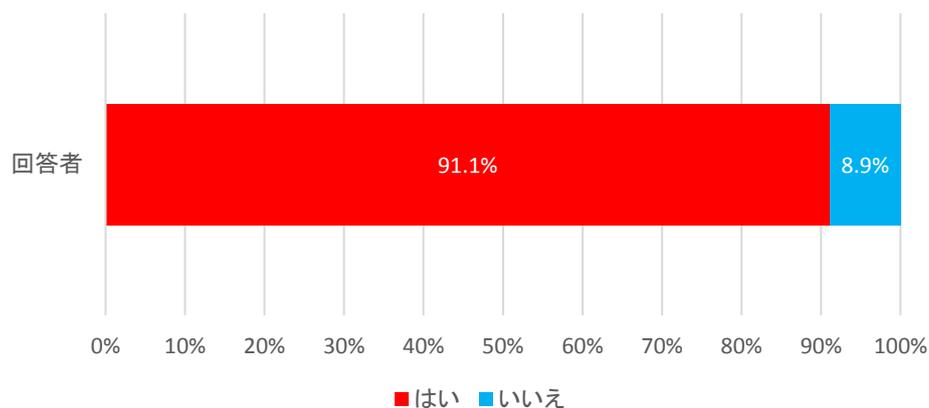
JET 参加者は、JET プログラム参加中に複数のメンタルヘルスの資源にアクセスできる。本章は、回答者の JET オンラインカウンセリングサービス・JET 参加者メンタルヘルスカウンセリング助成制度・AJET ピアサポートグループ (PSG) との経験を述べている。

### JET オンラインカウンセリングサービス

CLAIR は JET オンラインカウンセリングサービスを提供している。JET プログラムホームページの「サポート」ページに書いてあるカウンセリングサービスについての説明によると、本サービスを通して JET 参加者が無料で専門的カウンセリングをメールまたはスカイプで利用できるそうである。

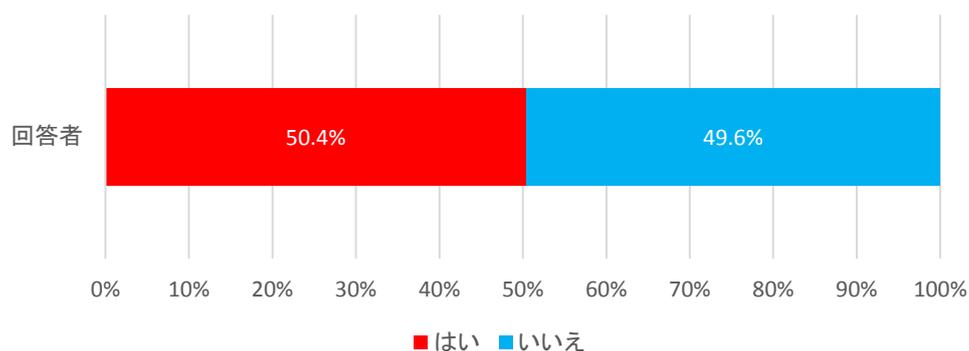
回答者のほとんど (91.1%) は、JET オンラインカウンセリングサービスの存在を認識していると回答した。回答者の 50.4% はサービスの利用許可を気軽に任用団体から求められると答えたが、49.6% は気軽に利用許可を求めることができないと回答した。

「JETオンラインカウンセリングサービスを知って  
いましたか。」



第 21 図

「必要だとしたら、任用団体か担当者にJETオンラ  
インカウンセリングサービスについて気軽に聞くこ  
とができますか。」

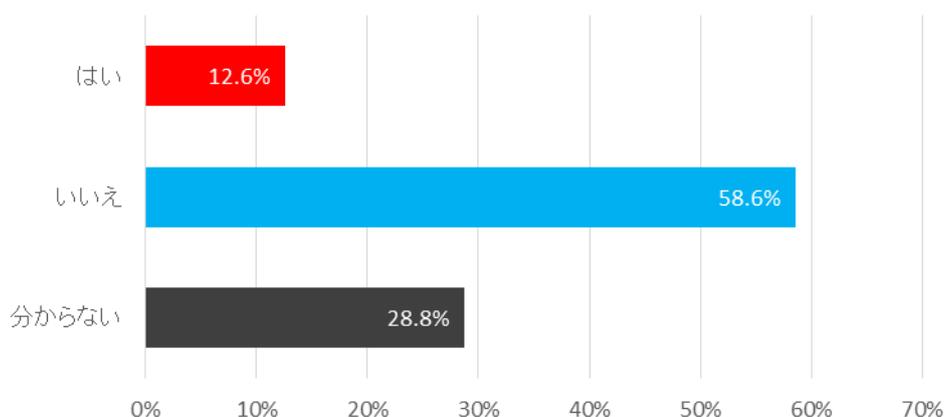


第 22 図

JET オンラインカウンセリングサービスはパスワードで利用できる。過去はサービスを使いたい JET 参加者がパスワードをもらうために任用団体または担当者に依頼しなければならなかったが、2017 年から新参加者が来日着後オリエンテーションでパスワードを渡されることになった。たとえ JET 参加者がパスワードの受け取りを申請していない場合でも、各任用団体が参加者にパスワードを配布することになった。

回答者は実際にパスワードの受け取りを申請せずに受け取ったかどうか聞かれた。わずか 12.6%の回答者がパスワードの受け取りを申請しなくても任用団体から渡されたと答えたが、58.6%の回答者は渡されていないと回答した。さらに、取りまとめ団体アドバイザー (Prefectural Advisor・PA) にパスワードの受け取りを申請していなくても渡されたと答えた回答者が 9.2%であり、渡されていないと答えた回答者が 56.8%であった。

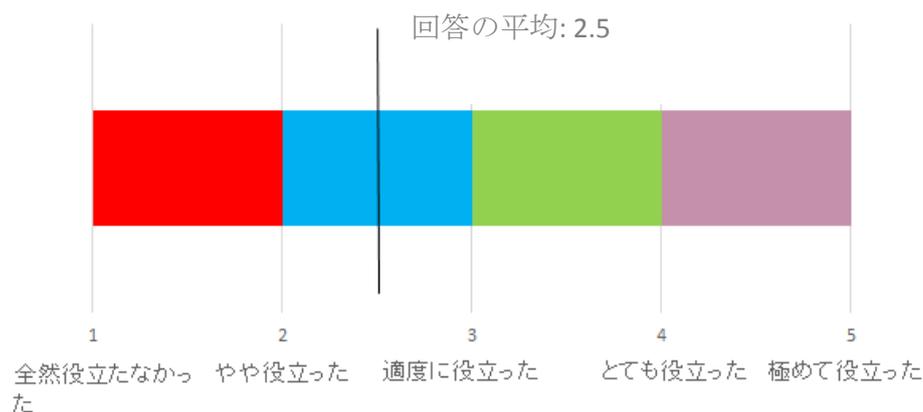
「あなたが要求しなくても、任用団体か担当者が JET オンラインカウンセリングサービスのパスワードを覚えてくれたことがありますか。」



第 23 図

回答者の 64 名 (4.8%) は JET オンラインカウンセリングサービスを使ったことがあると答え、サービスの有益さを評価した。平均 2.5 点となった回答は「やや役立った」または「適度に役立った」という結果を示している。回答者がどのようにサービスを改善すべきか聞かれると、「サービスのインターフェースが使いにくい」、「利用可能なセッションの数を増やしてほしい」と答えた。また、サービスを受けるためのパスワードが一層容易に手に入れられると良いと答えた。

JET オンラインカウンセリングはどのくらい役立っていると思いますか

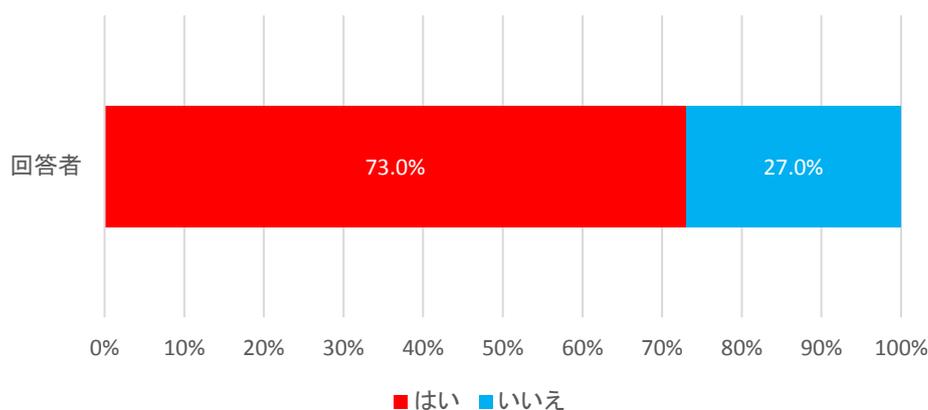


第 24 図

CLAIR は JET メンタルヘルスカウンセリング助成制度・事業を提供している。JET プログラムホームページの「サポート」ページに書いてある JET メンタルヘルスカウンセリング事業についての説明によると、本事業は健康保険が負担しない費用に対して部分的な補助金を提供している。

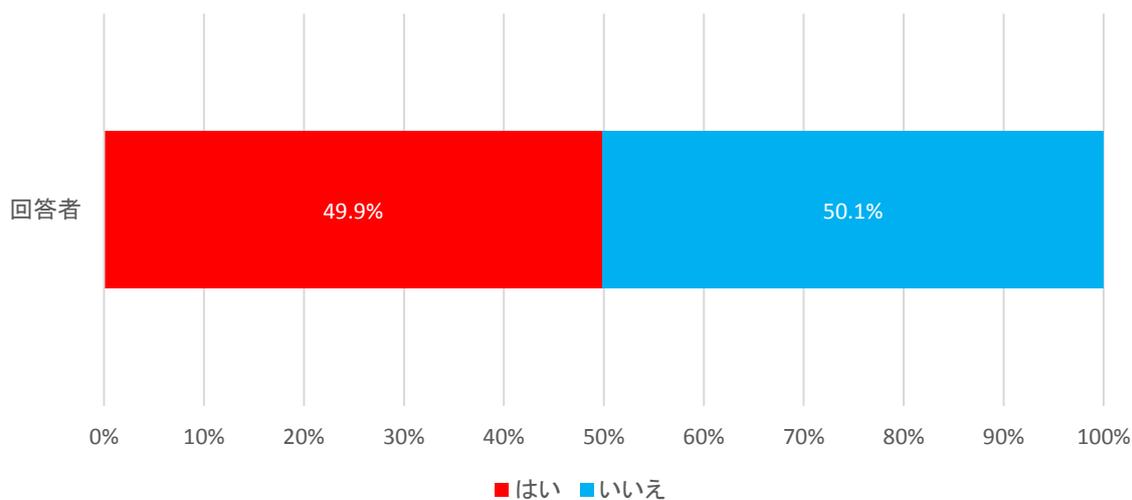
JET オンラインカウンセリングサービスと同じく、多くの回答者（73.0%）は JET メンタルヘルスカウンセリング助成事業を認識していると答えた。利用許可を気軽に任用団体に求められるかどうかという質問に対して回答者がほぼ均等に分かれており、49.9%が求められると答えたが、50.1%は求めづらいと感じると回答した。

「JETメンタルヘルスカウンセリング助成制度・事業を知っていましたか。」



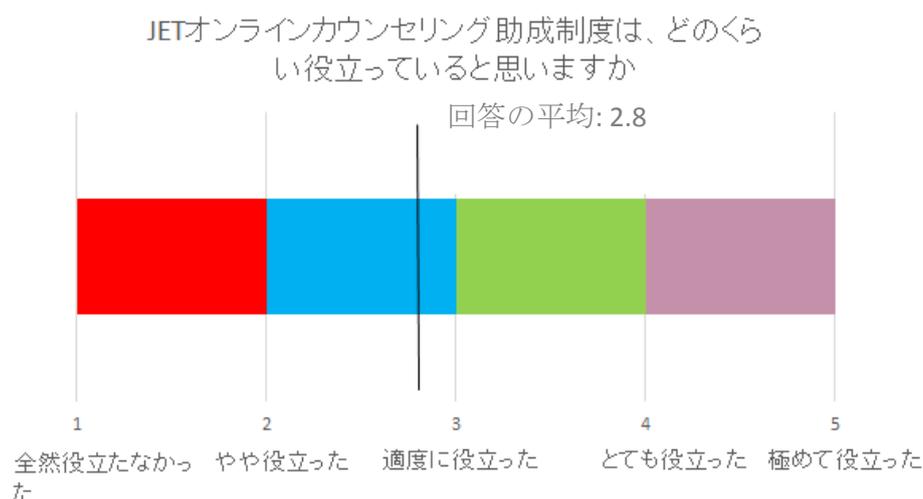
第 25 図

「必要だとしたら、任用団体か担当者にJETメンタルヘルスカウンセリング助成制度・事業について気軽に聞くことができますか。」



第 26 図

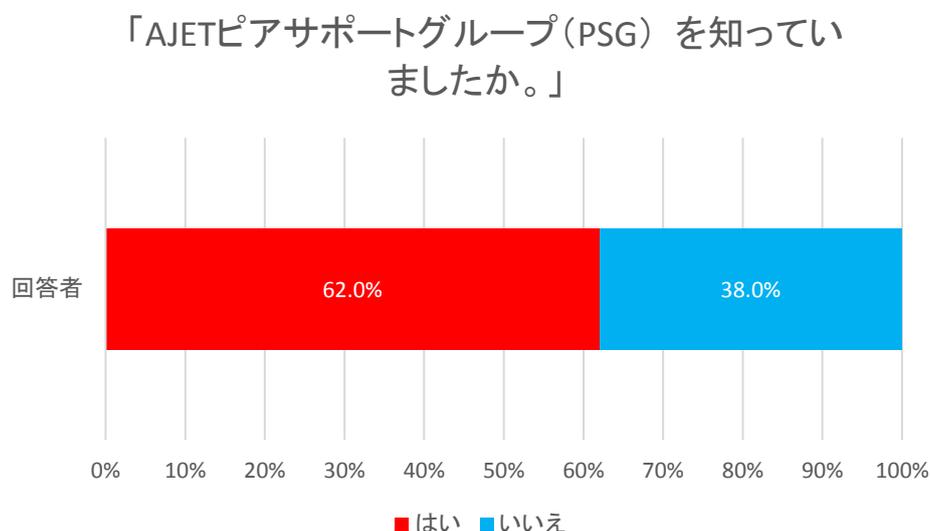
回答者の 19 名 (1.4%) は JET メンタルヘルスカウンセリング助成事業を使ったことがあると答え、サービスの有益さを評価した。平均 2.8 点となった回答は「適度に役立った」という結果を示している。回答者がどのようにサービスを改善すべきか聞かれると 6 名の回答者が助成事業に対して「より多額の補助金を与えてほしい」と答えた。2 名の回答者は領収書を内密に提出できるよう願い、助成事業を使った時の情報を任用団体に配布しないで欲しいなど徹底した匿名性を望んでいる。



第 27 図

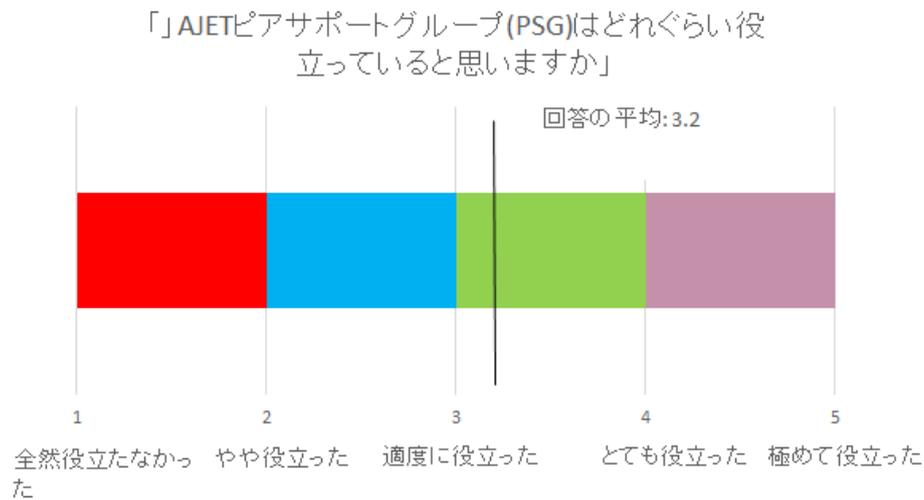
### AJET ピアサポートグループ (PSG)

全国 AJET 役員会は AJET ピアサポートグループ (PSG) を提供している。AJET ウェブサイト上に書いてある説明のように、PSG は JET 参加者の話を聞き、適切な医者への紹介を提供している。年中無休のサービスは現役の JET 参加者のボランティアで運営され、午後 20 時から午前 7 時まで利用できる。PSG はよく知られており、回答者の 62.0% がサービスの存在を認識していると答えた。



第 28 図

回答者の 49 名 (3.7%) は PSG を使ったことがあると答え、PSG の有益さを評価した。平均 3.2 点となった回答は「適度に役立った」という結果を示している。回答者がどのように PSG を改善すべきか聞かれると、ボランティアの研修や PSG を利用できる時間を伸ばすと良いのではないかと回答した。



第 29 図

## 結論と提案

回答者はプログラム参加中に医療ケアとメンタルヘルスケアの多様な経験がある。参加者に当地のケアを受ける選択肢についての情報をもっと提供することで、医療ケア・メンタルヘルスケアを探す際に役立つことができる。回答者の過半数以上は、JET プログラム参加者に利用できるメンタルヘルスの資源を認識している。メンタルヘルスの資源へのアクセスを改善することで、JET プログラム参加者の生活の質を大きく向上させることができるかもしれない。

### 結論

#### 医療ケア

回答者は同じ配属先の JET 参加者、インターネット、担当者に地元の医療サービスに関する情報を教えてもらったと述べた。任用団体に情報をもらったと述べた回答者は 38.7%のみである。そして、1105 名 (82.4%) の回答者は実際に病院や医院で治療を受けたことがあり、その時予約を取ったり、一緒について行ったりしてくれたのは担当者、または同僚達であると回答した。加えて、病休が使えるかどうかは任用団体により異なることも分かった。

#### メンタルヘルスケア

医療サービスと同様に、当地のメンタルヘルスケアに関する情報を同じ配属先の県の JET 参加者、インターネットまたはフェイスブックのグループから得たと述べた。任用団体に情報をもらった回答者は 23.7%のみである。このことから、地元のメンタルヘルスサービスの情報が知られていないことが分かった。しかも、病気の診察の場合に対して、実際に心理カウンセラーや精神科のサービスを受けた回答者は 5%のみだが、そのほとんどは 1 人で予約を取り、診察を受けた。

#### プライバシー

回答者の過半数は、身体の診断の予約を取るのを支援してくれた人は主に担当者か他のスタッフを選んだものの、メンタルヘルスの診察の予約の際には同じような支援を担当者や他のスタッフに頼みづらいと回答した。メンタルヘルスの診察予約を気軽に手伝ってくれる人は誰か問われると、33.9%しか担当者を選んでおらず、職場の他のスタッフと回答した人は 22.2%にとどまった。回答者は個人情報の扱いについて全体的に問題はないが、毎年健康診断で他人に知られた病歴と個人情報が秘密情報として扱われているかどうか心配している回答者もいる。加えて、ストレステストの結果や自分のメンタル的な病歴に関する情報が本人の許可を得ずに他の機関に送られており、個人情報が機密なものとして扱われていないのではないかと懸念している回答者もいる。

## メンタルヘルスの資源

回答者の大半は JET オンラインカウンセリングサービス・JET メンタルヘルスカウンセリング助成事業・PSG を知っているが、受け取り申請せずにサービスのパスワードを任用団体から受け取った回答者は 12.6%しかいなかった。さらに、回答者の半数（50%）は任用団体にそのようなサービスについて気軽に聞くことができないと答えた。実際に JET オンラインカウンセリングサービス・JET メンタルヘルスカウンセリング助成事業を利用した回答者はそれが平均して「やや役立った」または「適度に役立った」と述べた。助成制度と PSG に関しては、利用した回答者はそれが平均して「適度に役立った」と答えた。ある回答者はその資源を改善するための提案を述べており、その提案を下記に挙げる。

# 提案

## 医療ケア

全国 AJET 役員会の提案としては、任用団体に参加者へ当地の治療選択肢についての情報をもっと提供するように勧める。また、任用団体が病休の利用に関する決まりをより明確にするということも提案する。任用団体はその決まりについて現役参加者と相談し、新規参加者とも到着したら直ちに相談するように勧める。言葉の壁または短期病気の性質のために参加者が診断書を手に入りづらい場合もあるので、診断書を提出せずに少なくとも 1 日分の病休を取る許可を実施するというのも任用団体に検討するように促したい。任用団体が参加者のためにメンタルヘルス専門家とのアポイントメントや定期的な診察予約などのために病休も使えるようにすることも勧める。時折、任用団体は参加者に病休ではなく年休を使うよう言う場合がある。そう言われた参加者は年休がなくなることを心配し、治療を受けることをためらいかねない。しかし、定期的なアポイントメントのために病休を使わせることで年休がなくなる不安を解消すれば、参加者はきちんと必要な医療ケアを受けるようになるはずである。

## メンタルヘルスケア

全国 AJET 役員会は任用団体に、参加者に当地のメンタルヘルスの資源およびメンタルヘルス専門家についての情報をもっと提供するように提案する。英語が話せるメンタルヘルスの専門家は容易に見つからないかもしれないので、その情報によって参加者に重要な支援を行うことができる。上記に提案されているように、メンタルヘルス専門家とのアポイントメントのためにも参加者に病休の利用を許可することを勧める。

## プライバシー

全国 AJET 役員会は、担当者用ハンドブックにプライバシーおよび機密保持についての項を加えることを勧める。そうすることで、参加者の医療・メンタルヘルスに関する質問や関心の解決を援助する担当者にとって有益であると考えられる。また、JET 参加者用のハンドブックにもプライバシーについての項を加えれば参加

者にも有益である。第3章（「仕事」）の「JET 参加者が直面する問題」というセクションには、同僚や担当者が参加者の個人医療情報を公開しているという仮定的な状況を加えることもできると思われる。

上記の提案のように、任用団体は参加者に当地の医療ケア・メンタルヘルスケア選択肢についての情報をもっと提供できる。その情報を提供することで、参加者が同僚や担当者などに当地の治療選択肢について聞く必要がなくなるかもしれない。

## メンタルヘルスの資源

CLAIR は JET オンラインカウンセリングサービスと JET メンタルヘルスカウンセリング助成制度というメンタルヘルスの資源を提供している。そのサービスを JET 参加者のために提供していただき、全国 AJET 役員会は誠に感謝している。ピアサポートグループはメンタルヘルスの資源としても活動されている。回答者のコメントを考えながら、全国 JET 役員会はメンタルヘルスの資源の情報を上手に普及できるように下記のように提案する。

### JET オンラインカウンセリングサービス

JET オンラインカウンセリングサービスに関して、ほぼ半数の回答者は担当者か任用団体にそのサービスについて気軽に相談することできないと回答した。JET プログラムホームページの「サポート」ページ上で、サービスについての簡単な説明が書いてあり、JET 参加者が詳しい情報を得たい場合は、任用団体まで相談するように指示されている。オンラインカウンセリングに関する情報を JET 「サポート」ページ、JET 参加者用ハンドブック、および CLAIR ニュースという便りなどにもっと記載するということを提案する。追加情報を記載すれば、そのサービスについて理解が深まり、任用団体に情報を依頼するかどうかがより良い判断ができるようになると予想される。

回答者の過半数は、自ら申請しないと任用団体はサービスを受けるためのパスワードを与えてくれなかったと回答した。任用団体に聞かなくても、他の手段でパスワードを手に入れられるようにする必要があると思われる。その方法について、全国 AJET 役員会は3つの提案を挙げる。第1に、パスワードを問い合わせることができる自動的な電子メールアカウントを設置することである。第2に、CLAIR ニュースを通してパスワードを知らせることである。第3に、利用者の個人 JET 番号をサービスのパスワードとして使わせることである。

JET オンラインカウンセリングサービスを受けた回答者にどのようにサービスを改善できるのかに回答してもらった。そこで、「現在ではメッセージの長さが制限されていて、それを見直してほしい。」、「ユーザーインターフェースを改善してほしい。」、「危極に面している人にすぐサービスを利用できるようにさせてほしい」、「3つのメッセージを交換してからスカイプでカウンセラーと会えると

いう制度を見直しほしい。」「英語が話せるカウンセラーを採用してほしい。」、および「セッションの回数の制限を見直してほしい。」、などという回答が挙げられた。

### メンタルヘルスカウンセリング助成制度・事業

JET オンラインカウンセリングサービスと同じく、回答者のおよそ半数は担当者や任用団体とは、JET メンタルヘルスカウンセリング助成制度について気軽に聞けるような関係ではないと回答した。JET プログラムホームページの「サポート」ページには、助成制度についての簡単な説明が載っており、「詳細については、任用団体にお問い合わせください。」と書かれている。助成制度についてのより詳しい情報を「サポート」ページ、JET 参加者用ハンドブック、または CLAIR ニュースに加えることができると思われる。そのさらなる情報があれば、参加者にとって助成制度の利用の手順と、利用できるように何の情報を提出しなければならないのかがより分かりやすくなる。そうすることで、参加者は任用団体からさらに情報を求めるべきかどうかについて十分な情報に基づいた判断できるようになる。

現在、参加者は任用団体を通してしか助成金を申請できないので、参加者にプライバシーに対する懸念が生じる可能性がある。全国 AJET 役員会は、参加者が任用団体を通して申し込む代わりに助成制度に直接出願できるシステムを提案する。そうすることで、助成金をより容易に受けさせることができると考えられる。

回答者のほぼ 8 割は当県には英語が話せるカウンセラーや精神科医がいるかどうか確信がないと回答し、任用団体にそのアポイントメントを取ることを手伝ってほしいと気軽に頼むことができると答えたのは約 30%のみであった。さらに、英語が話せるメンタルヘルス専門家の当地の選択肢は参加者の配属先にあまり近くない場合もある。ある回答者はウェブサイトや電話アプリでカウンセラーと相談することがあると回答した。「Better Help」というオンラインカウンセリングが受けられるウェブサイトを使ったことがあると回答した人は 9 名いた。全国 AJET 役員会は、そのようなサービスなどを助成制度に加えることを勧める。配属先の近くに英語が話せるメンタルヘルス専門家がいらない参加者に有益であると思われる。

回答者のコメントを念頭に置いて、全国 AJET 役員会は助成制度による助成金を強化することを勧める。助成制度を利用したことがある回答者のうち、6 名が同様の提案をしている。6 名の中のある回答者は各カウンセリング予約の値段がかなり高額であると強調した。参加者を援助するもう 1 つのオプションは、集団療法のセラピーも利用させるために助成金を拡充することである。さらに、AJET および CLAIR は TELL と、JET プログラム参加者のカウンセリング料金の値引きを得ることができる協力体制を築くこともできるかもしれない。

AJET ピアサポートグループ (PSG)

全国 AJET 役員会の方針は PSG で現役 JET プログラム参加者の福祉を促進することである。今回のアンケートで、PSG のサービスを受けたことのある回答者はその改善方法を提案してきた。集約した提案の中には「もっとボランティア達に研修させてほしい」や、「サービスを広げてほしい」という提案が多く、全国 AJET 役員会は PSG のボランティア達と一緒に、挙げてもらった提案を検討するつもりである。さらに、現役 JET プログラム参加者の PSG についての認識を高めるために、これから各都道府県の取りまとめ団体アドバイザー (Prefectural Advisor・PA) に PSG に関する情報を自分の電子メールの署名に含めたり、参加者に配ったりするよう促す。

そして、CLAIR にも協力をいただきたい。現在、PSG の紹介は JET 参加者用ハンドブックの第 3 章 (「仕事」) の「来日直後チェックリスト」というセクションにも JET プログラムウェブサイトの「サポート」ページにも書いてあるが、PSG をより分かりやすくさせるために、説明も加え、CLAIR ニュースにも情報が書かれていると有効であると思われる。

# 質問

## 質問 1:

JET 参加者が診療所などで受診する際に、英語で電話できるヘルプラインのパートナーシップを考慮する余地はありますでしょうか。

## 質問 2:

JET 参加者の間で頻繁に起こる問題は、病休についての決まりに関する不明確さと、病休という制度を使えないということです。基本、これは任用団体の裁量によるものだと存じますが、任用団体に病休についてのルールを提案・推薦をすることを検討していただけますでしょうか。参加者が短期的な病気にかかった場合、言葉の壁があるため病院に行ったとしても診断書を手に入れることが難しい場合も多いです。

## 質問 3:

JET プログラム参加者は医療・メンタルヘルス・ケアを受けるには指導主事に頼ることが多いです。この点に応じて、指導主事用のハンドブックに参加者の個人情報機密を守るよう説明などを追加することは可能でしょうか。

## 質問 4:

回答者のおよそ 50%は、指導主事か任用団体とは、JET オンラインカウンセリングサービスについて気軽に聞けるような関係ではないと回答しました。現在、JET プログラムの公式サイト「サポート」というページでは、このサービスについての説明が載っていますが、「詳しくは任用団体にお問い合わせください」と書かれています。参加者に助成制度についての追加情報を配布することは可能でしょうか。

## 質問 5:

回答者のおよそ 50%は、指導主事か任用団体とは、JET オンラインカウンセリングサービスについて気軽に聞けるような関係ではないと回答しました。聞かれなくても参加者にパスワードを渡す任用団体はあります。また、県によっては取りまとめ団体アドバイザー (Prefectural Advisor・PA) やブロックリーダーにパスワードを提供することを許可している場合もあります。今年度は来日直後オリエンテーションでパスワードが提供されました。JET オンラインカウンセリングサービスの、パスワードの別の提供方法を考慮する余地はありますでしょうか。

## 質問 6:

現時点では、JET オンラインカウンセリングサービスはパスワードなしでアクセスできません。参加者の個人 JET 番号を使ってログインするなど、アクセスする方法を変えることは考えられますでしょうか。

## 質問 7:

JET オンラインカウンセリングサービスは現在、他社によるカウンセリングサービスによって提供されていると全国 AJET は存じます。この場合、CLAIR はどのようなサービスを採用していますか。また、「Better Help」など他のサービスを採用することに検討の余地はありますでしょうか。

## 質問 8:

回答者のおよそ 50%は、指導主事か任用団体とは、JET メンタルヘルスカウンセリング助成制度について気軽に聞けるような関係ではないと回答しました。現在のところ、JET プログラム公式サイトの「サポート」というページでは、この制度についての説明が載っていますが、「詳細については、任用団体にお問い合わせください」と書かれています。参加者に助成制度についての追加情報を配布することは可能でしょうか。

## 質問 9:

JET メンタルヘルスカウンセリング助成制度を利用する際に、参加者は自分の任用団体へ情報を提出しなければならない形となっています。その結果、参加者に個人の情報を内密にしたいくて助成制度を使うのに躊躇うおそれがあります。また、自分の情報を任用団体が保持していれば、次年度の契約更新になんらかの悪影響があるのではないかという不安を抱く参加者の意見もありました。任用団体に情報を提供せずにこのサービスを使うことは可能でしょうか。

## 質問 10:

ウェブサイトやアプリを使って心理カウンセラーまたは心療内科の医者と面談すると答えた回答者がいました。「Better Help」というオンラインカウンセリングが受けられるウェブサイトを使ったことがあると回答した人は 9 人いました。CLAIR は、「Better Help」のようなウェブサイトを JET メンタルヘルスカウンセリング助成制度に加えることが可能でしょうか。

## 質問 11:

全国 AJET 宛のメールには、今年の各来日直後オリエンテーションにセルフケアと精神的健康についてのゼミを加えると書かれていました。ゼミではどのような情報が提供される予定ですか。また、このゼミを開催する際に全国 AJET はどのよう

な援助を行うのでしょうか。

## 質問 12:

ピアサポートグループ (PSG) という全国 AJET のボランティア紹介サービスが今年度の各来日直後オリエンテーションに出席する可能性があるを知り、大変うれしく思います。PSG は JET コミュニティにとって貴重な資源です。PSG をコミュニティに紹介する際にどのように支援することができるのでしょうか。

## 質問 13:

以前の来日直後オリエンテーションに TELL JAPAN は出席したことがあると全国 AJET は存じております。この参加はどのような形を取っていたのでしょうか。また、JET コミュニティにもう一つの資源を提供するよう、TELL との提携を再開することを考慮する余地はありますか。



