

一般社団法人日本摂食障害協会 Japan Association for Eating Disorders

〒102-0094 東京都千代田区紀尾井町 3-33 2F TEL 03-5226-1084 FAX 03-5226-1089 Eメール info@jafed.jp www.jafed.jp

「健やかな『食』と豊かなスポーツライフ」をテーマに 300 名超の関係者が集結。世界摂食障害アクションデイ 2019 開催

東京オリンピック・パラリンピックを 2020 年に控えた今年、当協会は食の科学で全てのスポーツをする人々を守るためにグローバルキャンペーン「世界摂食障害アクションデイ 2019」を開催しました。

基調講演では、エネルギー不足が骨粗鬆症や無月経を招く仕組みと正しい食事の取り方、女性のカラダと摂食障害の特徴、女性アスリートに対する支援の在り方などを専門家それぞれの立場から解説。スポーツを愛する人々の健康を守るためには変化の早期発見と対応、指導者、保護者、医療関係者、学校の養護教諭などの連携が必要と訴えました。公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会・河野一郎副会長は「日本のスポーツが健やかに成長するためにはさまざまな角度からの支援が必要。競技や指導に潜む危険に警鐘を鳴らす意味で大変意義あるイベント」とアクションデイを評価し、健康で豊かなスポーツライフを推進するための理解と連携を呼びかけました。

生野照子理事長は、当協会に対する理解と支援に謝意を述べ、摂食障害と闘う本人には「プライドを失わず、自分なりの答えを見つけてください」と、家族や治療・支援者には「心の傷みをからだで叫び、闘っている患者さんをどうか温かく支え続けてください」と優しく呼びかけ。「当協会が取り組むべきことはまだまだある。これからも皆様と手を携えて精力的に活動して参ります」と高らかに宣言し、会場には賛同と応援の拍手が鳴り響きました。



今年で 4 回目となる「世界摂食障害アクションデイ」。来場者は年々増え、関心の高さが窺われます。当事者の経験談では、元マラソン日本代表の原裕美子さんが登壇し（裏面参照）、貴重な声に多くの来場者が熱心に聞き入りました。



公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会 副会長
一般社団法人日本摂食障害協会 特別顧問

河野 一郎様

厚生労働省 社会・援護局
障害保健福祉部
精神・障害保健課
心の健康支援室長補佐

溝口 晃壮様

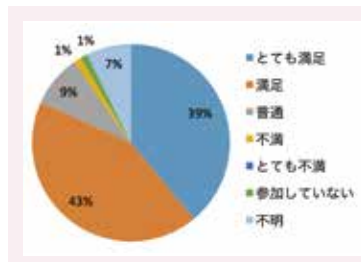
大妻女子大学
家政学部 食物学科 教授

小清水 孝子先生

一般社団法人女性アスリート健康支援委員会 理事
聖路加国際病院 副院長
女性総合診療部 部長

百枝 幹雄先生

基調講演では、アスリートの健康支援と医療・福祉行政における摂食障害患者支援の取り組みが発表されました。当日は、公益財団法人医療科学研究所理事長で当協会特別顧問の江利川毅様にもご臨席を賜りました。



来場者アンケートの結果、「とても満足」「満足」が 82% を占めました。今後取り上げて欲しいテーマなど、協会への要望と期待もたくさんいただき、非常に有意義な機会になりました。(有効回答数 82)



2019年6月2日(日) 13:00 ~ 16:00

政策研究大学院大学 想海楼ホール 入場無料

入場者: 313名 (内訳: トレーナー、アスリート、各競技団体、養護教諭、部活顧問、医療関係者、自助グループ、家族会、ご本人、ご家族など *当日のアンケート集計結果より)

主催: 一般社団法人日本摂食障害協会

共催: 特定非営利活動法人日本トレーニング指導者協会

協力: 公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会

特別後援: 日本財団

後援: 東京オリンピック競技大会・東京パラリンピック競技大会推進本部、法務省、厚生労働省、スポーツ庁、東京都、港区、大阪府学校保健会、独立行政法人日本スポーツ振興センター、公益財団法人日本オリンピック委員会、公益財団法人ワールドマスターズゲームズ 2021 関西組織委員会、公益財団法人日本医師会、公益財団法人日本スポーツ協会、公益財団法人日本栄養士会、公益財団法人日本産婦人科医会、公益財団法人日本産科婦人科学会、公益財団法人日本女医会、公益財団法人日本小児科学会、公益財団法人日本精神神経学会、公益財団法人日本栄養・食糧学会、公益財団法人日本歯科医師会、一般財団法人日本ヘルスケア協会、一般社団法人日本女性心身医学会、一般社団法人日本心身医学会、一般社団法人日本心理臨床学会、一般社団法人日本体育学会、一般社団法人日本体力医学会、一般社団法人日本内分科学会、一般社団法人日本臨床心理士会、一般社団法人日本臨床栄養学会、一般社団法人スロー・カローリ研究会、一般社団法人日本社会精神医学会、一般社団法人女性アスリート健康支援委員会、一般社団法人パーソナルトレーナー協会、一般社団法人美容サロン協議会、特定非営利活動法人日本心療内科学会、特定非営利活動法人日本スポーツ栄養学会、特定非営利活動法人日本栄養改善学会、特定非営利活動法人日本トレーニング指導学会、日本摂食障害学会、日本スポーツ精神医学会、女性スポーツ医学研究会、ランニング学会 (順不同)

「勇気を出して信頼できる人に相談してください」
「相談されたら、真剣に向き合ってください」
「どうすればいいか一緒に考えてください」



摂食障害と闘う原裕美子さんは「悩みを打ち明けたことで、たくさんの方が応援してくれた。平日は会社、休日は陸上という2つの自分が輝ける居場所が出来て元気になった」と話します。最近、マラソン大会にスタッフやゲストランナーとして参加。人々に勇気もらっているそうです。



当事者の声が社会を変える！ 本人や家族も「私たちの主張」を発表し、 治療環境向上や真の共生社会を目指す

今年のアクションデイでは摂食障害の経験をもつ本人やその家族が社会に対して力強く声を上げました。午前9時からは本人6名、家族1名、映画を通じて当事者と社会の橋渡しを行う支援者1名が登場。それぞれの経験に基づく「私たちの主張」を発表し、本人と家族の苦しみや孤独、摂食障害への理解と支援などを訴えました。原裕美子さんは鈴木眞理理事と対談形式で経験を発表。「勇気を出して相談し、早期治療につなげてほしい」と会場に語りかけました。

「摂食障害の治り方は人それぞれだけれど、私は『出来ない自分』を責めるのをやめたら楽になった。長年苦しんでいても回復はできると伝えたい」

「摂食障害だから仕事を任せられないと言われ、悔しい思いをしてきた。社会の偏見は強く、症状を抱えながら仕事を続けるのは非常に困難が伴うと知って欲しい。また、不安定な気持ちと結婚、妊娠の両立も難しく、周囲の理解と温かい支援が必要。摂食障害を持っていても生きやすい社会を実現したい」

「医療にも手を振りほどかれて失意の底にいた時、家族会に助けられた。本人だけでなく、家族も孤独と闘い、疲弊している。家族も助けを求めて欲しい」

— 「私たちの主張」より

「勾留期間中に『死にたくても死ねなかった』と伝えたら、弁護士さんが『あなたが病気を克服することで、たくさんの方が元気になるんだよ』と言ってくれた。それがすごくうれしくて『こんな自分でも人の役に立てるんだ』と思ったら、まずは自分の駄目なところを隠さないで打ち明けようと思った」

「辛いことが言えるようになった。何かあれば相談に乗ってくれる人がいると思うだけで、すごく楽」

「競技が段々嫌になっていった時期がある。指導者のみなさんには競技が好きだと思える指導の仕方をして欲しい。引退してからのの方が人生は長い。1人の人間として今より先を見た指導をして欲しい」

— 原裕美子さん



日本摂食障害協会登壇者

(左より) 生野照子理事長、鈴木眞理理事、西園マーハ文理事、末松弘行理事、山岡昌之理事、鈴木裕也理事、菅原彩子フェロー

2018年度の調査では摂食障害患者の就労実態が明るみに。 社会への情報発信に力を入れる

昨年度は摂食障害患者の就労実態調査と社会復帰支援に関する初の調査を実施。報告書にまとめ、社会に提言しています。本年度は必要な方が十分な摂食障害治療を受けるのが難しい現状を改善するため、当事者と家族支援と回復を支援する専門育成のための講習会を継続。無料相談窓口は2019年2月をもって終了し、今後の体制を検討しています。

JAED Information

2019年度は養護教諭と学校関係者向けの摂食障害ゲートキーパー研修会(無料/岡山、名古屋、大阪)、摂食障害の家族心理セミナー+個別面談(有料/東京・大阪)、管理栄養士・栄養士向けの摂食障害治療 RAVES(レーブス)モデルワークショップ(有料/東京)などを予定しています。詳細はホームページをご覧ください。

- 無料セミナー
<https://www.jafed.jp/free-seminar/>
- 有料セミナー
<https://www.jafed.jp/paid-seminar/>

当協会の無料相談窓口
に本人と家族、関係者から
実際に寄せられた摂食障害
に関する相談のうち
57の疑問を厳選。Q&A
方式で回答しています。
『拒食と過食の
疑問に答える Q&A 集』

- 詳細と購入方法
<https://www.jafed.jp/guidebook/>



定価：500円(消費税込)
supported by 日本財団

真の意味でバランスの取れた食事を考えるために。日常的な食事に含まれる栄養とその栄養素がもつ生理機能の基本的な知識について学べます。
『栄養素の働き
ハンドブック』

- 詳細と購入方法
<https://www.jafed.jp/guidebook/>



定価：1,000円(消費税込)
supported by 日本財団