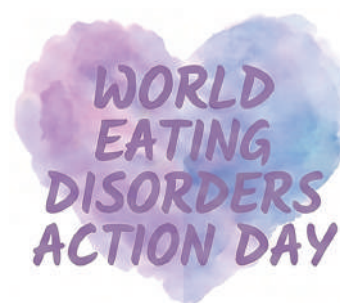




NEWS LETTER

2026(令和8).7 vol.4

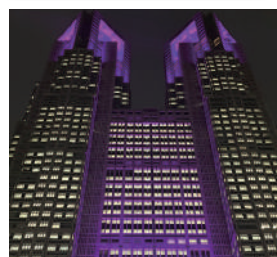
発行：摂食障害治療支援センター設置運営事業 摂食障害全国支援センター
一般社団法人日本摂食症協会



10周年を記念してロゴを作成。ハートの表面には、和紙のテクスチャを加え、日本らしさ、和と温かみを感じさせ、より親しみやすいデザインにしました。

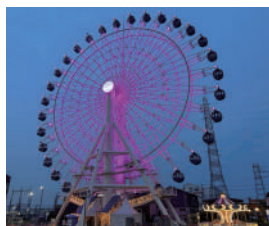


ハイブリッド形式で開催 全国40都道府県から310名が参加



今年度初！「向き合う人へ、支える人へ、光を」 6月2日に全国の協力施設を紫色にライトアップ

【宮城県】宮城テレビ放送 ミヤテレタワー、東日本放送 鉄塔、観覧車「ポートフラワー」【東京都】東京都庁舎、東京ゲートブリッジ、隅田川橋梁群【富山県】富岩運河環水公園【石川県】金沢駅、金沢公園 石川門【福井県】福井城址の本丸石垣【長野県】松本城、善光寺【静岡県】駿河城公園内 異構



世界摂食症アクションデイ 2026

“こうあるべき”から自由に ～ジェンダーと摂食症のこれから～

日時：2026年6月7日(日) 13:30～15:30

開催：ハイブリッド開催(ライブ配信あり) 参加費：無料

主催：国立精神・神経医療研究センター(摂食障害全国支援センター)、一般社団法人日本摂食症協会 協力：日本財団

後援：文部科学省、東京都、大阪府教育委員会、公益社団法人日本医師会、公益社団法人歯科医師会、公益社団法人日本女医会、公益社団法人日本産科婦人科学会、公益社団法人日本小児科学会、公益社団法人日本栄養士会、公益社団法人日本産婦人科医会、公益社団法人日本精神神経学会、一般社団法人日本女性心身医学会、一般社団法人日本内分泌学会、一般社団法人日本心理臨床学会、一般社団法人日本臨床心理士会、日本摂食症学会、一般社団法人女性アスリート健康支援委員会、一般社団法人日本体育・スポーツ・健康学会、一般社団法人スローカロリー研究会、一般社団法人日本美容サロン協議会、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トレーニング指導者協会、特定非営利活動法人日本栄養改善学会、日本性差医学・医療学会、特定非営利活動法人日本スポーツ栄養学会、日本スポーツ精神医学会、一般社団法人ミス日本協会、公益社団法人日本栄養・食糧学会、ランニング学会、一般社団法人日本スポーツフェア推進機構(順不同：29団体)

参加者：310名(内訳：当事者、ご家族、専門家[医療職、心理職、栄養士・管理栄養士、学校関係者]、友人・知人、メディア・報道関係者など)

*摂食症の啓発・支援のための国際デー「World Eating Disorders Action Day (www.worldeatingdisordersday.org)」に連動したイベントです。

世界摂食症アクションデイ 2026 開催

新ロゴ、ライトアップ、フラッシュトーク…
10周年を迎えたイベントはさらに力強く
摂食症理解と支援の輪を広げていく

世界摂食症アクションデイは、摂食症への理解促進と支援の充実を目的として2016年に始まった国際的な啓発活動です。日本での開催は今年で10年目を迎えました。今回のメインテーマは“「こうあるべき」から自由に～ジェンダーと摂食症のこれから～”。従来の「若い女性の病気」という固定観念を超え、これまで十分に語られてこなかった男性や中高年の当事者の課題、そして性別を問わず回復を阻む社会的プレッシャーに焦点を当てました。会場とオンラインをつないだハイブリッド形式で実施された本イベントでは、誰もが安心して支援につながる社会の実現に向け、多様な立場から活発な議論が展開されました。また、近年、「摂食障害」という呼称から「摂食症」へと名称変更が進められていることにも触れ、病気に対する理解や認識がより広がることへの期待が伝えられました。



公明党参議院議員
原田 大二郎 様

「摂食症で悩んでおられる誰もがつながれるよう、医療・福祉・地域が連携した包括的な支援の輪を全国に広げ、国政から命輝く社会構築に尽力します」



一般社団法人日本摂食症協会
特別顧問 河野 一郎 様

「アスリートはこうあるべきという周囲が押し付ける規範をジェンダーの視点から見直すことが呪縛からの解放と摂食症からの回復につながります」



国立成育医療研究センター
女性の健康総合センター センター長
小宮 ひろみ 様

「長い時間軸で健康を捉えるライフコースの視点が重要。将来の人生を守るために早期支援と包括的支援を提唱します」



公益財団法人日本財団
林 美彩 様

「摂食症の症状を抱える方々が相談しやすい環境作り、寄り添える先がある社会の実現に向け、助成事業を通じて支援体制の構築に貢献します」

活動報告



一般社団法人日本摂食症協会
理事長 鈴木 真理 先生

冒頭の挨拶で、協会が法人化から10年目の節目を迎えたことに対する深い感謝を述べた鈴木先生。2025年度には日本財団の助成による無料オンライン相談と地方自治体・保健福祉センターへの実態調査を実施。今後は相談ニーズが高い地域へのアウトリーチ活動と保護者向けの情報発信を充実させるべく、啓発動画の制作に注力すると述べました。



摂食障害全国支援センター
センター長 山崎 允宏 先生

設立13年目を迎える支援拠点病院が富山と長野を加え計10カ所に拡大。普及啓発の新たな試みとして6月2日に全国13カ所の象徴的な施設を紫色に照らすライトアップを実施したと報告しました。相談業務と情報提供も継続し、今後も拠点病院や当事者、家族と連携し、支援につながりやすい体制構築を推進していくと力強いメッセージを発信しました。



やきつべの怪診療所 医師
夏刈 郁子 さん



NPO 法人あかりプロジェクト
ちいちゃん、Bちゃん、いづさん



摂食症支援自助グループ 秋桜の会
大久保 潤子 さん



摂食障害自助グループ
晴れときどき雨の会



摂食障害親の会・向日葵の会
中田 登志美さん

「向き合う人へ、支える人へ、届けたい」全国から届いた 応援メッセージ動画～あなたとつながり、ともにある時間を

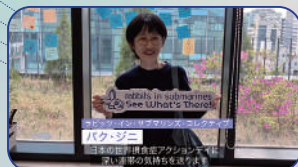
オープニングでは、国内外の支援者と当事者・家族会によるリレーメッセージ動画が公開されました。参加団体からは「必ず改善します」「回復をあきらめないでください」「あなたは一人ではありません」「ご自身を責めず、それぞれのペースで一緒に歩んでいきましょう」というメッセージが共有され、それぞれの言葉には、長い闘病や回復の経験を経てきた仲間だからこそ伝えられる温かさや説得力がありました。摂食症の有無にかかわらず個人の価値は変わらないと説き、回復を信じて一歩ずつ前へ進む皆さんを全力で応援する温かな声が、会場と視聴者の心に届けられました。



任意団体 cocolink
山内彩夏と皆様を
全国から応援してください



長野県摂食症自助グループ
パステル・ポコ トミエさん、Yuu さん



ラビッツ・イン・サブマリNZ・コレクティブ
バク・ジニさん



NABA (ナバ:日本アノレキシア・プリミア協会)
なおきさん、鶴田桃工さん、はるかさん



摂食障害家族の会ポコ・ア・ポコ
タカさん、長さん

“こうあるべき”から自由に ～ジェンダーと摂食症のこれから 多様な当事者の声から探る ジェンダーと年齢を超えた 真のリカバリーへの道標

イベント後半では、摂食症をもつ男性と中高年を取り巻く課題を取り上げ、支援者・当事者それぞれの立場から発表が行われた後、トークセッションで議論を深めました。

発表では、中高年当事者が直面する離職や離婚、DVといった深刻な生活課題、男性当事者が抱える「女性の病気」というスティグマ、そして、男性が弱音を吐きにくい背景にはプライドや社会の目があり、「強くあるべき」という社会的規範が男性の相談を阻む現状が浮き彫りとなりました。一方で、孫の誕生や大病を機とした価値観の変容、あるいは「肉体は他人」という独自の死学的視点によ



る克服など、多様な回復のかたちが提示されました。

トークセッションでは、家族へのカミングアウトの難しさや適切な距離感について、また、摂食症を治したい人と症状とうまく付き合っていきたいと思っている人、いろいろな人がいることへの理解について、登壇者同士で率直な意見交換がなされました。

最後には、一人ひとりのストーリーを尊重することの大切さが再確認され、社会全体が「こうあるべき」から自由になり、多様な生き方を認めることが回復を後押しするというメッセージが共有されました。



東京都立松沢病院・創立147年精神科専門病院
2024年7月より東京都摂食障害支援拠点病院として活動



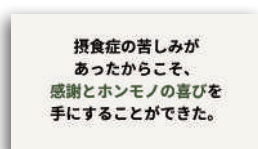
東京都立松沢病院
内科
医師
鈴木 一恵 先生



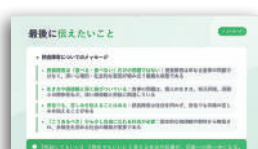
医療法人微風会
浜寺病院
副院長
山内 常生 先生

2024年に東京都摂食障害支援拠点病院が設置された東京都松沢病院。自院の50歳以上の患者データから、中高年の摂食症が決して稀ではない実態を報告。発症の半数が30歳以降で罹病期間も長く、離婚や生活保護受給など生活課題が山積していることを指摘しました。回復には医学的改善に加え、ありのままの自分を許容できる社会的リカバリーが重要であると述べました。

摂食症の治療研究に長年携わり、豊富な臨床経験を持つ山内先生は、男性の摂食症について、臨床像は女性と大差ないものの受診率が極端に低く、重症化しやすい現状を説きました。背景には男性らしさを求める社会圧やスティグマがあり、積極的な啓発が必要であると強調。治療においては、完璧主義を突き詰めすぎず、ゆとりを持つ「いい加減のすすめ」を提唱しました。



当事者の立場から
大久保 潤子 さん



当事者の立場から
永井 健太郎 さん

20年にわたる過食嘔吐等の苦しみを通じ、生きづらさの背景にある親子関係や承認欲求と向き合う経験を語った大久保さん。現在は摂食症支援自助グループを主宰しています。「肉体は他人」という死学の学びを得たことで自分を責めるのをやめ、本来の自分を取り戻したこと、摂食症は個人の問題ではなく社会全体で家族のあり方を本質的に見直すことを提唱しました。

永井さんは男性当事者として、スポーツ活動における体重視限と「摂食障害は女性の病気」「男は強くあるべき」という固定観念の中で、弱音を吐けずに孤独を抱えてきた過程を明かしました。知識だけでは抜け出せない感覚や、食が心を支える役割を果たしている葛藤も吐露。「男性でもいい、相談してもいい」と言える社会や医療こそが回復への一歩になると訴えました。