

2025 年 10 月 24 日発行

Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 外部連携団体からのお知らせ
- 3) 健康心理学コラム vol. 154 「ためこみ状態への関心と理解を！」
五十嵐 透子（上越教育大学・高田西城病院）

1) 学会からのお知らせ (<https://kenkoshinri.jp/>)

■ヨーロッパ健康心理学会 Practical Health Psychology blog (PHPB, 実践健康心理学ブログ) の 10 月記事のお知らせ (国際委員会より)

"Above Water: Rethinking Drowning Prevention at All Levels" の日本語記事「沈まないために：あらゆるレベルで見直す溺水予防」が掲載されました。

<https://practicalhealthpsychology.com/ja/2025/07/above-water-rethinking-drowning-prevention-at-all-levels/>

※アクセスの際には、URL 全てをコピーしアドレスバーへペーストのうえご高覧ください。

※ブラウザによっては開けない場合があります。その際にはお手数ですが、別のブラウザにてお試しください。

2) 外部連携団体からのお知らせ

■心理学検定のお知らせ (日本心理学諸学会連合より)

詳細については、下記 URL よりご確認ください。

<https://jupaken.jp/>

■「健康づくり」10 月号公開 (健康日本21 推進全国連絡協議会より)

「健康づくり」10 月号が公開されました。

下記 URL よりご覧ください。

<https://www.health-net.or.jp/syuppan/kenkozukuri/index.html>

3) 健康心理学コラム Vol. 154

「ためこみ状態への関心と理解を！」

五十嵐 透子（上越教育大学・高田西城病院）

2013 年に改訂された DSM-5 で「ためこみ症」は、強迫症のサブタイプの 1 症状から独自の病態となり、人口の 2-6% にみられると推定されています (Glaesmer et al., 2011)。うつ病や不安症に加え、ADHD や PTSD などの併存 (Frost et al., 2011) も少なくなく、関連する困難さは精神病理学における横断的特徴との指摘もされています (Mathes et al., 2020)。学童思春期を含めた 20 歳以下の発症が 68.2% (Tolin et al., 2010) を占め、ADHD や ASD との併存は脳科学の共通点の解明が進んでいます。こだわりの対する早期発見と早期対応への取り組みは今後の研究テーマになります。専門的治療を求める年齢は成人期後期以降 (Tolin et al., 2010) で、ためこみ症を主訴としたものではないことも多いため、[ためこみ状態] の有無や重症度に関心を向け確認をすることが不可

欠です。

加えて、提唱されている CBT モデルの効果のみられにくさも示されており、人およびモノに対する機能不全を生じる愛着状態と情動調節に関するためこみ症に特化した治療モデルの開発も研究対象です。個人、家族、地域社会の健康のために、[ためこみ] という状態への関心と適切な理解が深まることに取り組んでいます。

引用文献

Glaesmer, H., et al. (2011). The epidemiology of the proposed DSM-5 hoarding disorder: Exploration of the acquisition specifier, associated features, and distress. *Journal of Clinical Psychiatry*, 72, 780-786.

Frost, R. O., et al. (2011). Comorbidity in hoarding disorder. *Depression and Anxiety*, 28, 876-884.

Mathes, B. M., et al. (2020). Attachment theory and hoarding disorder: A review and theoretical integration. *Behaviour Research and Therapy*, 125, article 103549.

Tolin, D. F., et al. (2010). Course of compulsive hoarding and its relationship to life events. *Depression and Anxiety*, 27, 829-838.

メールマガジンの配信停止、アドレス変更は下記アドレスまで
日本健康心理学会事務局 < jahp@pac.ne.jp >

メールマガジンへのご意見・ご感想は下記アドレスまで
広報委員会 < jahp@pac.ne.jp >

過去のメールマガジンは、こちらからご覧いただけます

<https://kenkoshinri.jp/health/health1.html#mailmaglist>