

2022年12月23日発行

## Contents

- 1) 学会からのお知らせ
- 2) 健康心理学コラム vol. 120 「胃がん手術患者の食生活の自己管理を支援する」 小笠 美春 (同志社女子大学)

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

■第131回健康心理学オンライン研修会のご案内 (研修委員会より) 研修委員会は、第131回オンライン研修会を2月中旬に開催予定にしております。

今回は、就労支援カレッジ(株)鈴木文子様より「復職支援でどのようにアプローチしていくのか-健康心理士として行う支援の方法- (仮)」をご講演いただきます。復職支援(リワーク)や再就職支援に関してお話しいただけます。事前申し込み等の詳細は、後日お知らせいたします。

また第129回・130回研修会オンデマンド配信が、1月9日までご覧いただけます。下記の研修会サイトで申し込み受付中です。多数の皆様のご参加をお待ちしております。

<https://kenkoshimi.jp/kensyu/kensyu2.html>

■2022年度「アーリーキャリアヘルスサイコロジスト賞」授賞の決定 (国際委員会より)

本賞は、健康心理学の国際学会での優れた発表に授与されるものです。以下の4氏に対する授与が決定いたしました。

杉山 智風 (桜美林大学大学院) “Comparison of effects of online and face-to-face problem-solving training on anxiety traits and cognitive distortions in upper elementary school students”

高橋 健人 (東北大学大学院) “Help-seeking toward mental health professionals among patients with epilepsy”

姜 来娜 (早稲田大学大学院) “Translation and validation of the Japanese version of the State Cognitive Fusion Questionnaire”

合澤 典子 (お茶の水女子大学グローバルリーダーシップ研究所)

“Factors inhibiting weight gain due to emotional eating in Japanese adults: Effects of emotion regulation, mindful eating, and self-control”

■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12月記事のお知らせ

“If medicine is a team game, patients should play too: a psychological perspective on patient engagement.” の日本語記事「医療がチームゲームなら、患者もプレーしよう: 患者エンゲージメントに関する心理学的視点」が掲載されています。下記URLよりご覧ください。

<https://practicalhealthpsychology.com/ja/2021/07/if-medicine-is-a-team-game-patients-should-play-too-a-psychological-perspective-on-patient-engagement/>

※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) 健康心理学コラム Vol. 120

「胃がん手術患者の食生活の自己管理を支援する」  
小笠 美春 (同志社女子大学)

胃がんで手術を受けた患者は、胃の一部または全部を喪失することで生じる胃切除後障害により、多くの場合QOLが低下します。退院後も患者は、胃切除後障害を予防・対処するために、食生活を自己管理しながら社会生活を営んでいなければなりません。しかし、社会復帰の時期には、それまでに構築された食生活の継続が困難になることが知られています。この時期の患者は、手術後の身体の変化に対する戸惑い、病気や今後の社会生活への不安や孤立感を感じて、心理的なストレスをため込んでしまうことも少なくありません。患者が食生活を自己管理していくためには、胃切除後障害の身体症状を予防したり対処したりする治療上のマネジメントはもちろんのこと、家庭や地域、職場での社会的役割を調整する役割マネジメント、精神的ストレスなどの否定的な感情を調整する感情マネジメントが重要となってきます。そのため看護師は、個々の患者の状況に応じた自己管理支援を行い、患者自身が自分に合った対処方法を見出すことができるように、はたらきかけます。

一つの視点として、私は患者の食生活の自己管理スキルの獲得に着目し、「胃切除後がん患者の食生活自己管理スキル尺度」を開発しました (Ogasa, 2017)。胃切除後障害の症状や食生活は個人差が大きいため、対応に苦慮することも多いと思います。患者に合わせた自己管理支援を行うために、この尺度が活用されることを願っています。

### 引用文献

Ogasa, M. (2017). Developing a Dietary Habit Self-Management Skills Scale for Post-Gastrectomy Cancer Patients in Japan. *Health, 9*(13), 1750-1775.

-----  
日本健康心理学会広報委員会

<http://jahp-public.blogspot.jp/>

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](mailto: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](mailto: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://kenkoshimi.jp/health/health1.html#mailmaglist>