

2025 年 7 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. 151 「自傷を手放して生きていくことを支える」 飯島 有哉 (富山大学)

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

■日本健康心理学会第 38 回大会のお知らせ (日本健康心理学会第 38 回大会準備委員会より)

- ・発表申し込み

採択結果と発表スケジュールは、8 月初旬にメールにてお送りいたします。

- ・参加登録

早割受付: 5 月 26 日 (月) ~ 8 月 8 日 (金)

通常受付: 8 月 9 日 (土) ~ 9 月 21 日 (日)

懇親会: 初日 (9 月 20 日 (土) 18 時~) 開催、渾身の楽しいイベントを企画しました。

- ・講演

ステイブ・パーマー博士の基調講演、橋本昌人氏 (放送作家) による「涙活」特別講演が決定しました。

- ・宿泊

7 月 4 日 (金) ~ 8 月 10 日 (日) にて期間限定で宿泊先や交通手段相談窓口を設置します。

- ・大会 HP: <https://healthpsychology2025.com>

■投稿時の COI 開示の必須化について (機関誌編集委員会より)

雑誌投稿に関して、著者全員の COI 開示の提出が必須となりました。様式は投稿サイトに追加されています。現在、審査中の論文については掲載決定後に COI 開示を行ってまいります。

2) 外部連携団体からのお知らせ

■「健康づくり」7 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」7 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. 151

「自傷を手放して生きていくことを支える」

飯島 有哉 (富山大学)

日本全体の年間自殺者数が減少傾向にある一方で、児童生徒の自殺者数は令和 6 年に過去最多を更新しています。生きづらさを抱える児童生徒が示す行動的なサインのひとつとして、リストカットをはじめとする「自殺の意図なく、自ら故意に、自分自身の身体を傷つける行為」

である非自殺性自傷 (nonsuicidal self-injury: NSSI) が注目されています。NSSI は自殺企図の重要なリスク要因のひとつであり、NSSI の維持とその後のメンタルヘルス不調との関連性も示されていることから (Kiekens et al., 2023)、自傷せずとも生きていけるように支援することは自殺予防においても重要なことと考えられます。

それでは、自傷行為の寛解にはどのような要因が関連しているのでしょうか。NSSI を過去 1 年以内にもしている人 (維持群) と、したことはあるが 1 年以内にはしていない人 (寛解群) との差異を調べると、NSSI を感情調整などのために行う傾向が強い人においては、自傷の有用性を高く評価しているほど NSSI をやめていることが明らかになりました (Iijima et al., 2025)。つまり、自身にとっての自傷行為のメリットをまずはフェアに理解し受け止めることが、自傷を手放していくことの第一歩となると考えられます。そのためには、自傷について安全に話せる場が必要となるでしょう。もちろん、子ども・若者が自分を傷つけざるを得ない生きづらさを抱える環境や社会への働きかけも望まれます。同時に、自傷への適切な理解を広げていくことも私たちの大切な役割であると考えています。

引用文献

Iijima, Y. et al. (2025). Nonsuicidal self-injury (NSSI) functions moderate the relationship between NSSI-specific cognitions and NSSI maintenance. *Cogent Psychology*, 12, 2520074.

Kiekens, G. et al. (2023). A longitudinal investigation of non-suicidal self-injury persistence patterns, risk factors, and clinical outcomes during the college period. *Psychological medicine*, 53, 6011–6026.

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 >

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>