



書評

価格はすべて10%税込です

摂食症の心

食の病の支援と回復

野間俊一著

岩崎学術出版社, A5判 224頁, 3,850円, 2026年3月刊

(神戸親和大学) 三井知代

「摂食症の症状を取り去ろうとするのではなく、病の根源にある生きづらさを理解し、摂食症の人が生きる希望を持つことができるよう働きかける心理療法というものを考えたい」。著者は本書の執筆動機をこのように記している。評者も同様の思いで摂食症の方々との心理面接に臨んできたが、その道のりはクライアントとともに出口の見えない道を歩むように感じたことも少なくない。

本書で著者は、摂食症を自己存在の不確かさから生じる自己過敏(self-hypersensitivity)とアディクションの2側面から捉え、本症を対人関係の病であると同時に、生きづらさを回避するための習慣性の病でもあると位置づける。さらに、「摂食症の総合的な診立て」として、とらわれの程度、タイプ、経過の三つの視点をピラミッドで整理し、治療方針や関わり方を見通す実践的な枠組みを提示している。この三つのピラミッドは、複雑な病態を整理するだけでなく、目の前のクライアントを理解し、支援の方向性を考えるうえで、臨床家にとって有用な指針となる。

本書の白眉は、こうした理論を実際の面接場面へどのように生かすかを、架空事例を通して具体的に示している点にある。著者はタイプ別の支援や家族支援について、臨場感あふれる対話と丁寧な解説を展開している。評者は何度も本を閉じ、これまで出会ってきた摂食症の人々との対話を思い返した。そして、再び本書を読み進めるたびに、これまでの面接経験への理解が深まっていく思いがした。著者の豊富な臨床経験に裏打ちされた対話は、読者自身の臨床を振り返らせ、新たな視点をもたらしてくれる。

本書では、摂食症は何らかの洞察を得ることで症

状がなくなるような単純な病ではないことが述べられている。また、著者は、摂食症の人が自らの人生への理解を深め、生きる力を少しずつ取り戻していく歩みと並行して、病的な食行動も変化していく回復のプロセスを描いている。そのなかで、生き延びるために必要であった「摂食おぼけ」に別れを告げ、その人らしい生き方へ向かう歩みを支えることが、治療者の重要な役割であると説く。一方、慢性期には病とともに築かれてきた生き方を変えることが難しくなる。そのような段階では、病とともに生きる人に寄り添い、見守り続けることもまた、治療者の大切なあり方であることを示している。

著者は、本書の執筆に七年の歳月を要したという。本書の一頁一頁からは、多くの摂食症の人々との出会いと対話を通して培われた実践の重みが伝わってくる。また、著者の実践は面接室にとどまらず、「SEED きょうと」での当事者活動や就労継続支援事業所の運営など、回復を支える社会資源づくりにも及んでいる。本書は、そのような実践の積み重ねから生まれた知見に満ち、摂食症臨床に携わる者にとって示唆に富む一冊である。著者が長年にわたり培われた知見を惜しみなく私たち臨床家に伝えてくださったことに、深い敬意を表するとともに、心より感謝申し上げたい。