

「クロスアディクションと摂食障害を学ぶ」研修会

開催テーマ

“NABA ミーティング、摂食障害を語ろう”

講師：鶴田 桃工 摂食障害の自助グループ NABA 代表 精神保健福祉士

日時：2023年9月17日（日）15：00～16：30

場所：鳥取市東町3-307 渡辺病院 3階 ハーモニアホール（2）

<講師のご紹介>

10代半ばに始まった過食を恥じ拒食へ。大学卒業、就職し、専門医から「回復した」という太鼓判をもらったが、3年後には食べ吐き万引き暴れるわで両親が家出し、人生が極まる。1989年「重症の鬼娘」としてNABAにつながる。摂食の症状がとまり、1994年には仲間たちとともに息巻いて精神科医からNABA晴れて独立、以来代表を務める。

「生と性」をテーマに、仲間を愛し?!愛され??居座り続ける。

研修会開催に当たって：

NABAでは、どんな立場の方も参加できるオープンな場として、セミナーやワークショップを開催しています。摂食障害の当事者及び家族・関係者にご参加いただきたいと思います。回復・成長へのヒント、希望のメッセージがたくさんつまっています。

翌日にある第14回アディクションフォーラムの講師として来県されるのに合わせ、特別に鳥取市内で開催します。

会場案内



参加申込は、資料および会場準備のため2023年9月5日（火）までをお願いします。

※ 座席の配置やアルコール消毒等、感染症対策を講じた上で開催させていただきます。

<NABA ホームページより抜粋> **ご家族・友人の方にまずお伝えしたいこと**

自分の育て方が悪かった、と追いつめられていませんか？

NABAには、摂食障害の子どもをもったご家族(時にはパートナーや友人の方)からの相談が多く寄せられます。NABAの長年の経験から、ご家族に知っていただきたい基本的なことをお伝えします。

子どもが摂食障害になった場合、特にお母さんは「自分の育て方が悪かったのではないか…」と
思ってしまうがちです。子どもから責められ、夫にも責任を押し付けられ、頼みにした医療でも「母親として責められた」「親としての対応は教えてもらえない」などと傷つき、どこにどう相談してよいか
わからず、孤立していることはめずらしくはありません。

落ち込んでしまうのは当然のことです。けれど、お母さんが自分を責めつづけていることは、決して
良い効果を生みません。本人は「自分のせいでお母さんは不幸なんだ」と思い、悪循環にはまっ
てしまいます。そこから抜け出すには、まずお母さんが自信をとりもどすことが大切です。

どう対応すれば・・・

摂食障害は「気のもちよう」などで簡単に治るものでは決してありませんが、時間をかけて取り組
む中で、必ず回復・成長していけるということを多くの仲間が証明しています。

しかし、ご家族の中には、心配のあまり不適切な対応をし、かえって長期化・深刻化を招いてしま
っている場合も多くあります。

- ・食べ物や体重の管理をしたり、注意・説教・監視して、止めようとする
- ・本人をどうにか治療につなげようと無理強いしてしまう
- ・何か様子がおかしいけど、そっとしておこうと、結果的に見て見ぬふりをしてしまう
- ・本人を分かってあげよう、受け止めようと無理しすぎてしまう

こうした対応はほとんどが逆効果です。本人は、開き直っているように見えても、摂食障害になっ
たことで誰よりも自分自身を責めています。親として心配のあまりつい言ってしまう一言が、本人を
ますます追いつめてしまいます。また、極度の痩せや大量服薬など身体的な危険が大きい場合は
別ですが、本人とよく相談せず「とにかく病院に」と無理に連れて行くことは、本人の不信感を強めて
しまいます。・・・本人が治療やNABAにつながらなくても、まずは親御さん自身が、助けを求めて具
体的に行動することで、本人が良い方向に向かう例は多くあります。

「本人の回復・成長のために何かしたいのなら、親がまずは助けを求めて、外にむかって行動し
て下さい」。周囲ができることはとてもシンプルなことです。目の前にいる本人にとらわれ、本人のため
だけにエネルギー・時間・お金を使うことはありません。

- ・まず親御さん自身が摂食障害の知識を得ること
- ・自分の子ども以外の摂食障害経験者の話を聞くこと
- ・摂食障害の子どもを持つ他の親御さんの経験を聞くこと
- ・安心できる場のなかで自分自身の抱えてきた不安や悩みを語ること



特に、本人の一番身近にいるお母様の負担はとても大きなものです。心配や焦り、時には腹が立
って仕方ないこともあることでしょう。まずは、親御さん、特にお母様自身がホッと安心できる場をも
つことがとても大切です。

FAX 送信票

2023年9月17日（日）15:00~16:30 開催

2023年度 鳥取県依存症支援拠点機関事業

「クロスアディクションと摂食障害を学ぶ」研修会

参加申込書

- 当事者および家族・保健医療関係者等で摂食障害への対応にお悩みの方へも貴重な機会です。ご参加をお待ちしています。

参加申込先 渡辺病院 松村 行

① FAX 0857-24-1024 ② E-mail : k.matsumura@mmwc.or.jp にて申込可
※申込期限は9月5日（火）です。②のアドレスに、メールにて申込書の内容を記載するか、スキャンした申込書を添付し、送付することもできます。

出席方法

会場での参加のみ

発信元

所属： _____

名前： _____

連絡先： TEL _____ (FAX _____)

参加者

所属	氏名