巻頭言

精神医療の遠隔化とその未来～コロナ禍を乗り越えて～
—第21回日本外来精神医療学会開催に向けて—

市川　佳居

レジリエ研究所株式会社

市川 佳居●略歴

レジリエ研究所　所長。

医学博士・CEAP. EAPの日本国内およびアジア太平洋地域のパイオニア. EAPA(国際EAP協会)本部理事、APEAR(EAPアジアパシフィック円卓会議)会長,(一社)国際EAP協会　日本支部理事長としてEAP普及に携わる. また, 働く人のメンタルヘルス, 健康経営などの側面からレジリエンスを活用した手法を企業にアドバイス. 早稲田大学を卒業後, 米国留学, カリフォルニア州でソーシャルワークの資格を取得後, 外資系企業にてEAPの業務に携わる. 2002年に起業. 著書『職場ではぐくむレジリエンス』等。

この度、第21回日本外来精神医療学会を令和3年10月16日（土）・17日（日）に、メインテーマ「精神医療の遠隔化とその未来：コロナ禍を乗り越えて」のもと開催する運びとなりました。

コロナ禍によるニューノーマル時代において、企業では新しい働き方としてテレワークという勤務形態へシフトする動きが高まっています。学校・大学でもオンライン授業が主流となりました。その動きは精神科診療においても同様であり、診療・カウンセリング・保健指導等の様々な場面においてオンラインによる遠隔支援が行われ、今後ますます普及、定着していくことと思われます。そのような経緯のもと、本大会では精神医療場面における遠隔支援方法を紹介・再考し、その未来像を参加者の皆様とともに考える機会にしたいと考えております。

今回の大会開催に関しては、オンライン開催にするか、現地開催にするか、実行委員会では何度も検討させていただきました。会員の皆様の中には、産業医としての研修単位が必要な方も多くいらっしゃり、その場合、対面での現地参加が必要です。ですが、新型コロナウイルスの封じ込めがされていない場合、緊急事態宣言や蔓延防止等重点措置がいつ施行されるかわからず、その場合、開催がキャンセルになってしまいます。以上の点を考慮した結果、今大会は、一日目は産業医ポイント付与が可能な現地開催、二日目は、コロナ禍においても感染を心配することなく安心して参加ができるオンライン開催とさせていただきました。

現在、コロナ禍により、我が国の国民は、不安や抑うつ気分が高い状態が続いていると言われています。厚労省の発表によれば、2020年10月には女性の自殺率が前年同月に比べて83%増加、男性は22%の増加

〒105-0003　東京都港区西新橋2-33-4 プレイアデ虎ノ門 7F レジリエ研究所株式会社

巻頭言

であり、結果として、令和３年１年間の自殺者数は前年比 11.1% の増加でした。今後ワクチン接種が進むと、在宅勤務者の出社勤務への切り替えが始まり、不安が高まることも想定されます。外来精神医療の専門家は、コロナ禍のメンタルヘルス問題への様々な支援をこの１年、行ってきて、多くの新たな知見が蓄積されており、今後益々、労働者の不安、抑うつ、ストレスへ対処をすることが求められています。

そのためにも、本大会では、外来精神医療の専門家によるコロナ禍の様々なメンタルヘルス支援に関する方法や知見をご発表していただきます。まずは産業保健と疫学の専門家である杏林大学名誉教授角田透先生によるテレワーク時代の働く人への支援に関するテーマの教育講演や、多文化精神医学のエキスパートであり本学会の副理事長である阿部裕先生による、コロナ禍の国内の外国人へのメンタルケアの実践についての教育講演をご用意いたしました。また、シンポジウムでも様々な遠隔支援に関わるトピックをご用意いたしました。例えば、ビデオおよびSNSを用いたEAPカウンセリングの現状についてのシンポジウム、コロナ禍の遠隔精神医療や遠隔保健指導についてのシンポジウムなどです。２０２０年春からのコロナ禍で培ってきた、精神医療の新しい手法に関する様々な経験や知見を本大会を通して学んでいただければと思います。オンライン大会ならではのWithコロナ、Afterコロナに必要とされる、レジリエンス力のオンライン測定体験も用意されています。さらに、オンライン・マインドフルネス、および、オンライン・ヨガの体験もご用意させていただきました。

オンライン大会を行うにあたり、実行委員会では万全の準備をして臨んでおりますが、当日、音声、ログインの不具合などのテクニカルトラブルで皆様にご迷惑をおかけする可能性は全くないとは言えません。その場合もどうか、ご理解および引き続きご支援のほどお願いいたします。本大会の成功に向けて皆様方のご協力を心よりお願い申し上げます。