

## 今は偶然を必然に変えるための良い準備をする時期

高橋 英彦 Hidehiko Takahashi  
日本精神神経学会理事

本学会の理事どころか代議員も初めてで、多岐にわたる学会の活動は、知らないことばかりであり、国際委員会、研修プログラム審査委員会、ECT・rTMS等検討委員会の長など方向性の違う役職を担当し、慣れるまではしばらく目が回るような日々が続きます。本学会が女性と若手のさらなる活躍を支持すると同様に、理事でも若手に属する著者に機会と責任を与えられたと受け止めております。

若手といえば、日本若手精神科医の会（Japan Young Psychiatrists Organization：JYPO）について触れないわけにはいきません。2002年に世界精神医学会（World Psychiatric Association：WPA）総会が横浜で開催されるのにあたり、その前年に国際的に活躍できる日本の精神科医を養成しようという目的で、急遽、若手が集められ、六甲山の研修施設に幽閉されました。そこはCourse for Academic Development of Psychiatrists（CADP）と呼ばれる日本語が禁止の研修会で、講師陣は、本学会の当時の理事長の佐藤光源先生や後に理事長になられる武田雅俊先生の他、WHOのmental health部門やWPAの長などを歴任されたNorman Sartorius先生などの錚々たる顔ぶれでした。そういった非日常的・異次元の空間で、寝食を共にすると全国から集められた若手同士の連帯感が醸成されるのは当然として、災害後のハネムーン期のようなハイテンションになっていったのを思い出します。全国の大学や病院から少しばかり活きの良い若手ということで集められ、皆さん、それなりに自負もあったことでしょう。しかし、初日の最初の研修で、生意気な若手の鼻は見事にへし折られました。まさに災害レベルの衝撃でありました。JYPO出身の理事は私だけですが、代議員には何人かJYPO出身者がおられますし、本学会の各種委員会、特に国際委員会はJYPOの現役や出身者の力が不可欠です。そのような仲間力も借りて、今後は若い世代を刺激するようなことを考

えていきたいと思っております。

CADPで学んだことは、決して英語が流暢に話せなくても、十分にお互いをリスペクトした議論ができるということでした。反対にいくらnative並みに英語が話せても、国際舞台でのお作法を知らないと、通用しないということでした。CADPの講師であった新福尚隆先生から、急に「数週間後に香港でWHOのmental health部門の会合があるから日本の精神保健の歴史と課題について、1時間でレクチャーをして」と大役を振られました。CADPで学んだことを忠実に実行したところ、レクチャー後のtea breakでレクチャーに参加していた何人かの先生からお褒めの言葉をいただき、なかでもメルボルン大学の教授でWHO Collaborating CentreのメンバーでもあったHarry Minas教授から、国際精神保健・疫学・災害精神医療のコースであるInternational Mental Health Leadership Programにお誘いを受けました。Minas教授のお力添えもあり、授業料・滞在費・渡航費に対する返済不要のスカラーシップもいただき、短期留学する機会を得ました。この経験は、今の著者の役職には不可欠なものであったと思っています。

ここで、最後に申し上げたいのは、コロナ禍でますますWEBで国内外と気軽に会合ができるようにはなりました。しかし、実際は慣れない場所で思い通りにいかず、ストレスフルな経験をしたり、tea break中のおしゃべりが後の人生に大きなインパクトを与えるということがしばしばあるのです。いろいろな偶然の出会いや機会をステップアップにつなげるためには準備が必要です。チャンスをチャンスとして捉えて偶然ではなく必然に変えられるだけの良い準備が必要です。コロナ禍が落ち着いた世界がすぐ来ると信じて、今は若手精神科医も著者も良い準備をする時間とポジティブに考えてみようと思っております。