

ライフスタイル精神医学の倫理 ——アメリカ精神医学会年次総会への 国際学会派遣報告——

稲生 宏泰

索引用語 価値, 精神科倫理, 文化精神医学, 国際学会

このたび、日本精神神経学会（Japanese Society of Psychiatry and Neurology：JSPN）の国際学会派遣事業の一環として、アメリカ精神医学会（American Psychiatric Association：APA）の2025年度年次総会において発表の機会を賜ったため、ここに報告する。

本年度の総会は、2025年5月17日から21日までロサンゼルスにて開催され、世界各国から参加した医療関係者が集い、非常に活気に満ちた雰囲気であった。学会指定ホテル間を結ぶシャトルバスが15分間隔で運行され、ポスターセッション会場の中心には軽食とコーヒーサーバーが設置され、APA出版のブースでは『DSM-5-TR』がずらりと陳列されるなど、最も影響力を有する精神医学系学会の一端を体感する機会となった。数多くの発表のなかでも、精神科倫理に関連するセッションが特に興味深く感じられた。例えば、意思決定能力に基づく手続き的正当性を担保しようとするノルウェーの法改正が、逆説的に強制的措置の増加を引き起こした事例³⁾や、カナダにおける Medical Assistance in Dying の拡大に伴い、カナダの自殺ホットライン¹⁾において安楽死に関する言及が増加した事例など、倫理的課題と社会制度との緊密な関係が浮き彫りにされていた。

そしてAPA-JSPN ジョイントセッションは、大会テーマであるライフスタイル精神医学（Lifestyle Psychiatry：LS-Psy）に関する日米比較を主題として開催された。LS-Psy は、精神的健康を身体的・社会的文脈と切り離さず、

生活全体のなかで捉える視点として注目されつつあり、運動・睡眠・栄養・社会的つながりといった要素がその中心をなす。複数の精神疾患の予防・治療に有効であるとするエビデンスから、欧州精神医学会などもLS-Psyを「ステップゼロ」として臨床ガイドラインに組み入れており、実装が進む段階にある²⁾。本セッションにおいては、JSPNの秋山剛先生がオーガナイザーを務められ、現APA会長 Ramaswamy Viswanathan 先生、次期APA会長 Theresa M. Miskimen Rivera 先生、JSPN 理事長三村将先生による講演が行われ、広範かつ最新の知見に基づく臨床的・文化的な分析が提示された。

この流れのなかで、著者はLS-Psyの実装に伴う倫理的課題を整理し、禅の価値観を参照しつつ、新たな価値モデルの提示を試みた。この背景として、日本では身体と精神の統合を通じた自己修養や気づきを重視する禅が、ライフスタイルの文化的基盤として再評価されており、日米を比較すると、日本が集団的調和や関係性のなかで生活習慣の改善を捉えるのに対し、米国では個人主導の変容や成果志向が強調される傾向がある。これらをふまえ、メンタルヘルス改善のためのライフスタイルという道具的価値⁴⁾を重視するプラグマティックなLS-Psy、患者自身の重視する価値に基づくLS-Psy、そしてライフスタイルそのものをもつ価値を認識したLS-Psyの三類型を提示した。特に後者は相互支援による自己制御を通じて望ましいライフスタイルの涵養をめざすもので、ストレングスモデルとも整合するアプローチである。この視点は、単なる疾患予防にとどまらず、個人の徳や意味志向的生を支えるという、より本質的な精神医学のあり方を志向している。これらの類型に基づき、個人の動機づけに着目するミクロレベル、ピアやグループによる介入を重視するメゾレベル、公衆衛生や環境へのアプローチを志向するマクロレベルの介入枠組が、倫理的かつ効果的な実装の鍵となることを論じた。セッション後には複数の参加者から日頃の臨床で抱いてい

著者所属：東京都立松沢病院/東京大学大学院医学系研究科医療倫理学分野

✉ E mail：i-no@umin.ac.jp

受付日：2025年5月24日

受理日：2025年7月23日

doi：10.57369/pnj.25-140

た行動医学的介入への違和感が言語化され、倫理的課題として認識できたとの謝意をいただき、日米の文化圏に共通する課題を析出できたと実感した。

このように、本派遣を通じて、精神医学が異なる文化・臨床領域において、どのように社会とかわり、倫理的制度構築に寄与し得るかについて、多くを学ぶことができた。ライフスタイル精神医学の知見も今後、日本の精神科医療に応用されていくことが期待されるが、その際には文化圏固有の資源と倫理的課題に配慮した慎重な実装が求められる。その意味で、ジョイントセッションのように、多国間の協働を通じて検討を行う場はきわめて貴重である。本発表を通じて、国際的連携による精神医学の発展という理念の重要性を体験することができた点は何より大きな成果であった。

最後に、このような貴重な機会を賜ったことに対し、秋山剛先生、三村将先生をはじめ、国際委員会ならびに関係

各位に心より深謝申し上げる。

なお、本論文に関連して開示すべき利益相反はない。

文献

- 1) Crawford, A., Hardy, J., Carter, S., et al. : 9-8-8 : Suicide Crisis Helpline – Implementing a pan-Canadian program to prevent suicide. *Healthc Q*, 27 (2) ; 28-35, 2024
- 2) Firth, J., Solmi, M., Wootton, R. E., et al. : A meta-review of “lifestyle psychiatry” : the role of exercise, smoking, diet and sleep in the prevention and treatment of mental disorders. *World Psychiatry*, 19 (3) ; 360-380, 2020
- 3) Jorem, J., Førde, R., Husum, T. L., et al. : Impact of introducing a capacity-based mental health law in Norway : qualitative exploration of multi-stakeholder perspectives. *BJPsych Open*, 11 (2) ; e35, 2025
- 4) Scanlon, T. M. : What We Owe to Each Other. Harvard University Press, London, 1999