

日本認知療法学会の発足

井 上 和 臣

「心療内科」第6巻第3号 別刷
2002年5月 発行
科学評論社

日本認知療法学会の発足*

井上 和 臣**

Key Words : cognitive therapy, new association, The 1st Congress, workshop

学会設立前史

認知療法(cognitive therapy)はアメリカの精神科医Aaron T. Beckがうつ病治療のために開発した精神療法で、欧米では30~40年の歴史があるが、わが国に積極的に紹介されるようになったのは1980年代後半以降である。とりわけBeckの主宰するペンシルベニア大学認知療法センターからArthur Freemanが来日した1989年、「認知療法元年」とも称すべきこの年を境として、それまで散発的になされてきた研究や臨床報告は急激に増加した。

これを受けて、「認知療法・認知行動療法全国連絡会議」が大野 裕(慶應義塾大学)¹⁾の呼びかけで、何回か開催された。また、東京や京都などでは定期的な研究会や勉強会が始まった。しかし、「認知療法・認知行動療法全国連絡会議」以後はこれを継承する全国的な組織がないまま何年かが経過した。

1998年3月、認知療法に関心を寄せる人々が一堂に会し情報交換を行い、その蓄積を広く臨床の場に還元できるよう、「日本認知療法研究会(The Japanese Association for Cognitive Therapy: JACT)」¹⁾を設立することが、京都府立医科大学での第1回研究会(共催 京都府立医科大学精神医学教室)において承認された。席上、会則の承

認とともに、大野が研究会会長に選出され(1999年再選)、事務局は鳴門教育大学井上研究室内に置かれることになった。また、2000年7月には監事として小谷孝幸(日本橋学館大学)と福居顯二(京都府立医科大学)が承認された。

日本認知療法研究会第2回大会は慶應義塾大学医学部で大野会長のもと1998年10月に開催され、一般演題の発表が始まった。翌1999年10月には再び京都府立医科大学において第3回大会(共催:京都府立医科大学精神医学教室)が催され、新しい試みとしてシンポジウム「各専門領域への認知療法の導入と適用をめぐる」が企画された。第4回大会(大野会長)は2000年10月に慶應義塾大学医学部で実施されたが、このときは一般演題のほか、症例検討に多くの時間が当てられた²⁾。

学会設立準備会

2001年5月、大阪において日本認知療法研究会会長の太田と同事務局長の井上呼びかけ人となって、日本認知療法学会設立準備会がもたれた(表1)。準備会への参加を依頼する案内状には、以下のような研究会発足以来の経緯が綴られていた。

「日本認知療法研究会」は1998(平成10)年3月に始まり、これまで4回の学術集会を開催するとともに、会報に相当する「認知療法News」(季刊)を第16号まで発行してまいりました。

* The foundation of the Japanese Association for Cognitive Therapy.

** Kazuomi INOUE, M.D.: 鳴門教育大学教育臨床講座(☎772-8502 鳴門市鳴門町高島); Department of Clinical Studies and Practice in Education, Naruto University of Education, Naruto, Tokushima, JAPAN.

表1 日本認知療法学会設立賛同者一覧

- 東 育 彰 (住友病院心療内科)
 ○池 淵 恵 美 (帝京大学医学部精神科学教室)
 ○伊 藤 絵 美 (洗足クリニック)
 ○井 上 和 臣 (鳴門教育大学, 日本認知療法研究会
 事務局長, 呼びかけ人)
 岩 本 隆 茂 (北海道医療大学看護福祉学部臨床心理
 学教室)
 ○大 蔵 雅 夫 (徳島文理大学家政学部人間発達学科)
 ○大 野 裕 (慶應義塾大学, 日本認知療法研究会
 長, 呼びかけ人)
 大 矢 大 (関西医科大学)
 ○尾 崎 紀 夫 (藤田保健衛生大学精神医学教室)
 ○貝 谷 久 宣 (医療法人和楽会パニック障害研究セン
 ター)
 鍵 本 伸 明 (ナンバかぎもとクリニック)
 神 村 栄 一 (新潟大学人文学部)
 北 川 信 樹 (北海道大学医学部附属病院精神科神経
 科)
 切 池 信 夫 (大阪市立大学神経精神医学)
 ○久 保 木 富 房 (東京大学医学部心療内科)
 小 島 卓 也 (日本大学医学部精神神経科)
 ○小 谷 津 孝 明 (日本橋学館大学)
 ○坂 野 雄 二 (早稲田大学人間科学部)
 ○坂 本 玲 子 (山梨県立女子短期大学)
 澤 山 透 (国立療養所久里浜病院)
 多 賀 千 明 (京都第二赤十字病院)
 ○高 橋 徹 (信州大学精神医学教室)
 ○高 橋 良 斉 (上野病院)
 谷 直 介 (医療法人三幸会北山病院)
 坪 井 康 次 (東邦大学心療内科)
 豊 嶋 良 一 (埼玉医科大学精神医学教室)
 長 田 清 (沖縄精和病院)
 丹 羽 真 一 (福島県立医科大学医学部神経精神医学
 教室)
 ○野 村 忍 (早稲田大学人間科学部)
 ○野 村 総 一 郎 (防衛医科大学校精神神経科学講座)
 長 谷 川 知 子 (静岡県立子ども病院)
 ○原 田 誠 一 (三重大学医学部精神科)
 ○福 居 顯 二 (京都府立医科大学精神医学教室)
 古 川 壽 亮 (名古屋市立大学医学部精神医学教室)
 堀 川 直 史 (東京女子医科大学精神医学教室)
 三 崎 美 津 江 (PHP総合研究所)
 水 島 広 子 (慶應義塾大学, 衆議院議員)
 遊 佐 安 一 郎 (長谷川病院)
 渡 辺 元 嗣 (大阪府立堺東高等学校)

(五十音順, 敬称略, 所属: 準備会当時, ○印: 準備会参加)

2001(平成13)年3月末現在, 医学, 心理学などを専門とする会員は220名を数えております。

そこで, 研究会が3年を迎えた今, 認知療法をさらに臨床の場に普及させ, 基礎的・臨床的研究の充実を図る目的で, 『日本認知療法研

究会』を発展させた『日本認知療法学会』(仮称)の設立を計画しております。折しも, 2004(平成16)年に神戸で開催予定の世界行動・認知療法会議(WCBCT)に向けた準備が活発になっておりますが, 認知療法に関わる学会を組織することにより, いっそう積極的な貢献ができるものと確信しております。

準備会では, 学会設立の趣旨について大野が述べた後, 学会の名称を審議することから議事は始まった。学会名は日本認知療法学会, 英語名は日本認知療法研究会との連続性を考慮し, The Japanese Association for Cognitive Therapy (JACT)に決定した。会則ではとくに組織の充実が論議され, 役員構成が明確になった(表2)。また, 学会誌の発行は段階的にこれを実現していくことで同意された。最後に第1回学術集会の予定が提案され了承された。これらは正式には京都府立医科大学での第1回日本認知療法学会において承認されることになった。

第1回日本認知療法学会

2001年10月, 第1回日本認知療法学会が福居(京都府立医科大学精神医学教室教授)会長のものと同大学図書館ホールを会場として開催された²⁾³⁾(表3)。プログラム・抄録集のはじめに, 福居は次のように述べている。

平成10年3月に日本認知療法研究会が発足し, その第1回の研究会が私どもの大学の臨床講義棟で開催されました。(中略)以後, 京都府立医科大学と慶應義塾大学で交互に2回ずつ行われ, 今回第5回を迎えるところでした。

昨年の会から, 本研究会を学会規模に格上げできればというお話があり, 急速, 第5回研究会を, 第1回の学会としてお世話させていただくことになりました。(中略)初めての学会ということで, 11人のプログラム委員の先生方のご意見をお伺いしながらのスタートとなりました。(中略)

内容としまして, シンポジウムでは「各疾患・病態における認知療法の実際」というテーマで

表 2 日本認知療法学会会則

第1章	総則						
第1条	この会は、日本認知療法学会という。						
第2条	この会は、事務局を鳴門教育大学井上和臣研究室に置く。						
第2章	目的および事業						
第3条	この会は、認知療法に関する研究を進め、会員相互の連携を図り、もって認知療法の普及・発展に寄与することを目的とする。						
第4条	この会は、前条の目的を達成するために、次の事業を行う。 <ol style="list-style-type: none"> 1 学術集会の開催 2 学会誌の発行 3 ニュースレターの発行 4 その他、前条の目的を達成するために必要な事業 						
第3章	会員						
第5条	この会の会員は、この会の目的に賛同し、所定の年会費を納入するものとする。						
第6条	この会の会員になろうとするものは、その年度の会費を添えて、所定の申込書を提出しなければならない。						
第7条	この会の会員は、この会が開催する学術集会において研究発表をし、この会が発行する学会誌およびニュースレターの配布を受けることができる。						
第8条	この会の会員で退会を希望するものは、その旨を文書で申し出なければならない。						
第9条	この会の会員は、3年間会費を滞納したとき、会員としての資格を失う。						
第10条	既納の会費は、いかなる理由があっても、これを返却しない。						
第4章	役員						
第11条	この会には、役員会を構成する次の役員を置く。 <table style="margin-left: 20px;"> <tr> <td>理事長</td> <td>1名</td> </tr> <tr> <td>監事</td> <td>2名</td> </tr> <tr> <td>幹事(事務局長を含む)</td> <td>若干名</td> </tr> </table>	理事長	1名	監事	2名	幹事(事務局長を含む)	若干名
理事長	1名						
監事	2名						
幹事(事務局長を含む)	若干名						
第12条	理事長は、役員会において推挙され、総会において承認を受ける。理事長は、この会を代表し、会務を総括する。						
第13条	監事は、理事長がこれを推薦し、役員会および総会において承認を受ける。監事は、この会の会計を監査する。						
第14条	幹事は、理事長がこれを推薦し、役員会および総会において承認を受ける。幹事は、この会の運営上の重要事項について審議し、会務に従事する。						
第15条	事務局長は、理事長がこれを推薦し、役員会および総会において承認を受ける。事務局長は、この会の事務を総括する。						
第16条	役員の任期はすべて2カ年とし、再任を妨げない。						
第5章	会計						
第17条	この会の経費は、会員の会費、その他の収入をもって、これに当てる。						
第18条	会員の会費は、年額3,000円とする。						
第19条	この会の会計年度は、毎年9月1日に始まり、翌年8月31日に終わる。						
第6章	補則						
第20条	この会則は、総会の議決を経て、変更することができる。						

(2001年10月26日制定)

4人の演者から発表いただきます。症例報告が1題、一般演題12題に加え、私も日本での認知療法の現状についてお話をさせていただきます。引き続き、昨年から始まった第2回認知療法研修会も行われ、お陰様で第1回の学会プログラムとしてはオーソドックスなものにまとまったのではと思っています。(以下略)

当日は医学、心理学、学校教育関係者を中心

に、約150名の参加を得、多様な専門職からなる学会の特性が継続される形となった。一方で、臨床における診断の重要性が学会冒頭から議論され、懇親会の席上でも話題となるほどであった。研究会のときとは異なる風が吹きはじめた感があった。

1. 会長講演

「日本における認知療法の拡がり」と題した会長講演では、大学医学部・医科大学精神医学講

座で認知療法がどのように教育され実践されているかを調査した結果が報告された。認知療法を含む精神療法の教育・訓練は、研修医に対する卒後教育ではある程度実施されていたが、医学生のための卒前教育ではほとんど行われていないこと、精神科臨床では認知療法の適用が非常に限られていることが明らかとなった。また、認知療法の拡がり方が不十分な要因として、専門家の不足、教育時間の少なさ、診療の多忙さなどが指摘された。これらの結果を受けて、認知療法の普及を進めるには、「短縮版」認知療法を開発したり、他の治療法と「折衷的」に使用したりする必要があるといった提言がなされた。

2. シンポジウム

シンポジウム「各疾患・病態における認知療法の実際」では、認知療法が最初に治療対象としたうつ病・うつ状態から始まり、不安障害(パニック障害)、摂食障害(神経性過食症)と続き、最後に最近の話題である精神分裂病に対する認知療法の役割が、それぞれ症例を交えながら紹介された。

最初に登壇した伊藤絵美は、精神科医が薬物療法を行い、臨床心理士が認知療法を施行するという実践の形態を報告し、治療者が行う「認知療法的なコミュニケーション」が患者の動機づけを高め、治療を奏効させると論じた。また、患者の病態、人格特徴、対人環境、治療への要望などを勘案した、認知療法の「オーダーメイド的」適用の意義を強調した。

次に、前林佳朗は、パニック障害の特徴と認知モデルを復習した後、身体的破局と精神的破局に関わる非機能的認知を標的とした治療の実際を報告した。

永田利彦は、神経性過食症に対して認知行動療法が標準的治療となっている海外の現況を述べた後、わが国の日常臨床に用いる場合、いきなり認知行動療法を実施するのではなく、motivational interviewingによって変化への意欲を高めた上で認知行動療法へ導入する方法を提案した。

原田誠一は、精神分裂病の幻覚妄想体験への認知療法について概要を述べ、認知療法が従来の分裂病治療がかかえる課題に対する新たな挑

戦になるとした。「幻覚妄想体験により変更を受けたスキーマに対するアプローチ」が緻密な理論に裏づけられた明解な論旨で紹介された。何よりもこの認知療法がわが国の臨床の土壌から独自に開発されたものである点が印象的であった。

認知療法研修会

日本認知療法研究会では当初、会員の研修を目的とする会を別個には開催してこなかった。しかし、第3回大会でのシンポジウムにおいて認知療法の課題が論じられたとき、会員の臨床能力を向上させるための研修の必要性が指摘された。これを受けて、第4回大会に引き続き第1回研修会がもたれ、「認知的概念化について」(担当：井上)と「パニック障害の認知療法」(担当：大野)と題した講演があった。研究会が学会に発展した後も、第1回日本認知療法学会とともに第2回認知療法研修会は継続された(表3)。このときの内容は、「ビデオを用いた認知療法基礎講座」(担当：大野)と「オーディオ・セッションバックとフィリス：うつ病の認知療法」(担当：丸川裕司、山下奈緒美、井上)であった。

会員構成

日本認知療法学会の会員数は2002年3月末現在270数名と、決して多くはないが、多職種から構成されていることが特徴的である。医師(45%)がもっとも多く、次に心理学を専門とする会員(30%)が続き、これに学校教育関係者と看護師(あわせて10%弱)が加わるとともに、次代を担う大学院生(とくに心理系)の会員(10%)が含まれる。

学会設立にあたって賛同の得られた諸氏を中心に、役員は40名で構成され、理事長に大野、監事に小谷津と福居が就任し、事務局長を井上を務めている。

その他の学会の事業

年次学術集会在が学会の重要な事業として継続されることはもちろんであるが、そのほか、研究会当時からの定期的刊行物である「認知療法News」(季刊)はさらに発行される予定である。また、旧研究会事務局は1999年からホームペー

表3 第1回日本認知療法学会プログラム

<第1日目：10月26日(金)>

開会挨拶 京都府立医科大学精神医学教室 福居顯二

一般演題1 座長 貝谷久宣(なごやメンタルクリニック)

1) 状況依存性のパニック発作をともなった社会不安障害に認知行動療法を行った一症例

¹⁾ナンバかぎもとクリニック ²⁾鳴門教育大学教育臨床講座○鍵本伸明¹⁾, 井上和臣²⁾

2) 社会恐怖症者に対する認知行動療法—感情関連自動的思考(AAT)と課題関連統制的思考(TCT)の視点を取り入れた介入—

¹⁾早稲田大学大学院人間科学研究科 ²⁾東京心理相談センター○伊藤義徳¹⁾, 生月 誠²⁾

3) 慢性疼痛に対する認知行動療法

¹⁾武蔵野赤十字病院精神科臨床心理課 ²⁾武蔵野赤十字病院精神科○山野美樹¹⁾, 山崎友子²⁾

一般演題2 座長 切池信夫(大阪市立大学大学院医学研究科神経精神医学)

4) 認知行動療法とフルボキサミンの併用療法が著効した強迫性障害の一例

福井医科大学精神医学教室

○村山順一, 大森晶夫, 和田有司

5) 洞察に乏しい強迫性障害患者に対する行動療法導入前の認知療法の有用性

大阪市立大学大学院医学研究科神経精神医学

○松井徳造, 松永寿人, 大矢建造, 越宗佳世, 宮田 啓, 岩崎陽子, 切池信夫

6) 強迫性障害の認知療法—DTRの使用を中心としたアプローチ

住友病院心療内科

東 育彰

7) 強迫障害患者に対する認知療法を用いた入院プログラム

¹⁾京都府立医科大学精神医学教室 ²⁾京都第二赤十字病院心療内科 ³⁾鳴門教育大学教育臨床講座○吉井崇喜¹⁾, 吉田卓史¹⁾, 多賀千明²⁾, 井上和臣³⁾, 福居顯二¹⁾

総会

会長講演 座長 井上和臣(鳴門教育大学教育臨床講座)

日本における認知療法の拡がり

京都府立医科大学精神医学教室教授 福居顯二

<第2日目：10月27日(土)>

一般演題3 座長 高橋 徹(信州大学医学部精神医学教室)

8) 治療抵抗性うつ病において認知行動療法が奏効した4症例：認知面、行動面を重視して

藤田保健衛生大学医学部精神医学教室

○羽根由紀奈, 海老瀬朋代, 岩田伸生, 尾崎紀夫

9) うつ病の急性期・維持期治療における臨床決断分析

¹⁾鳴門教育大学大学院学校教育研究科 ²⁾鳴門教育大学教育臨床講座○高林 学¹⁾, 井上和臣²⁾

10) 認知療法により寛解した双極性障害の1例

¹⁾桜ヶ丘記念病院 ²⁾慶應義塾大学医学部精神神経科学教室○中川敦夫¹⁾, 藤澤大介¹⁾, 大野 裕²⁾

シンポジウム 座長 井上和臣(鳴門教育大学教育臨床講座)

小谷津孝明(日本橋学館大学)

各疾患・病態に対する認知療法の実際

うつ病・うつ状態 伊藤絵美(凸版印刷(株)：マインドウエルネス事業推進室)

不安障害 前林佳朗(津市民病院精神・心療内科)

摂食障害 永田利彦(大阪市立大学大学院医学研究科神経精神医学)

精神分裂病 原田誠一(三重大学医学部精神医学教室)

一般演題4 座長 谷 直介(北山病院)

11) 単科精神病院における集団認知療法

¹⁾有馬病院 ²⁾鳴門教育大学教育臨床講座○西藤直哉¹⁾, 矢部邦彦¹⁾, 菅 聡¹⁾, 井上和臣²⁾12) 学校カウンセリングでの認知療法の使用例—「早期回想」不能から始まったケースについて—
山梨県立女子短期大学

坂本玲子
 症例報告 座長 大野 裕(慶應義塾大学医学部精神神経科学教室)
 治療関係の安定から認知/対人関係療法導入に成功し寛解まで至った抑うつ状態を伴う摂食障害患者(女性)
 の一症例
 東京医療センター
 宗 未来
 閉会挨拶 京都府立医科大学精神医学教室 福居顯二

<第2回認知療法研究会>

研修1 ビデオを用いた認知療法基礎講座
 担当 大野 裕(慶應義塾大学医学部精神神経科学教室)
 研修2 オーディオ・セッション ベックとフィリス：うつ病の認知療法
 担当 丸川裕司(鳴門教育大学大学院学校教育研究科)
 山下奈緒美(鳴門教育大学大学院学校教育研究科)
 井上和臣(鳴門教育大学教育臨床講座)

ジ^④を公開し、学術集会の情報のほか、わが国における文献一覧、各種病態に対する臨床適用の紹介、入会案内^⑤などを掲載してきた。しかし、学会設立にあたってホームページの刷新が必要と考えられたため、新たに大学病院医療情報ネットワーク(UMIN)において学会公式ホームページを開設する方向で作業が進行中である。

こうした学会の軸をなす事業を内実あるものにしていくために、各種の委員会を組織化することが当面の課題である。

関連する国際学会

認知療法は今や欧米を中心に多くの臨床家の注目を集める精神療法となっている。認知療法に関連する国際学会として世界認知療法会議World Congress of Cognitive Therapy(WCCT)が20年ほど前から開催されてきたが、1995年以降は複数の行動療法関連学会との共同で世界行動認知療法会議(World Congress of Behavioral and Cognitive Therapies: WCBCT)^④が継続されている。2004年にはこの世界行動認知療法会議の神戸への招致が決定している。一方、2000年、イタリア・カターニアで国際認知療法協会(International Association for Cognitive Psychotherapy: IACP, 1990年創設)単独の学術集会^⑤が復活開催され、今後はWCBCTの翌年に独自の国際学会が継続される予定である。

日本認知療法学会の今後

新しい世紀を迎えた2001年、認知療法を臨床

の場に普及させ、基礎的・臨床的研究の充実を図ることをめざして設立された日本認知療法学会だが、始動したばかりの学会には今後多くの課題が予想される。第1回日本認知療法研究会(1998年)の折にAaron T. Beck博士から寄せられた期待に応じていくこともそのひとつであろう。

...I am sure that bringing together the various mental health professionals who are interested in this approach to treatment will help to integrate everybody's work and I'm sure will lead to important research. ...I am sure that the group will take a leadership role, not only in the East, but throughout the world. May I wish you and the new Association for Cognitive Therapy my heartiest congratulations and high expectations for a very rewarding opportunity to disseminate cognitive therapy.

文 献

- 1) 井上和臣：日本認知療法研究会(シリーズ精神医学関連学会 歴史と最近の動向24)。最新精神医学，5：499，2000。
- 2) 認知療法News 第19号：第1回日本認知療法学会(会長講演，シンポジウム，症例報告)。こころの臨床，20：535，2001。
- 3) 認知療法News 第20号：第1回日本認知療法学会(一般演題)。こころの臨床，21：81，2002。
- 4) 認知療法News 第18号：国際行動・認知療法学会2001印象記。こころの臨床，20：423，2001。

5) 認知療法News 第14号：国際認知療法学会2000印象記. こころの臨床, 19 : 345, 2000.

i) 以下, 敬称を省略した.

ii) 日本認知療法研究会のプログラムは下記で見ることができる.

<http://www.naruto-u.ac.jp/~kinoue/index.html/annual.html>

iii) 日本認知療法学会のホームページ(旧)

<http://www.naruto-u.ac.jp/~kinoue/index.html>

iv) 日本認知療法学会への入会をご希望の方は, ファクスまたは電子メールで学会事務局までご連絡ください.

日本認知療法学会事務局

〒772-8502 鳴門市鳴門町高島

鳴門教育大学教育臨床講座井上和臣研究室内

FAX 088-687-6293

E-mail kinoue@naruto-u.ac.jp

* * *