2018 Hokkaido International Mental Health Innovation Workshop 参加記

東邦大学医学部精神神経医学講座
内野　敬

2018年1月28日から2月2日にかけて開催された2018 Hokkaido International Mental Health Innovation Workshopに参加した。本ワークショップはAustraliaのPatrick McGorry先生らが中心になり日本で開催されている。その前身はWinter Workshop in Schizophreniaと呼ばれ、概要としてはウインタースポーツをしながら、メンタルヘルス領域の最新の知識を学ぶというものである。約1週間にわたり雪山にこもり、日中はスキーやスノーボードを楽しみつつ、夕方からはシンポジウムに参加し勉強をするというワークショップである。日本語一言で表すと「合宿」という言葉が一番当てはまるように思う。海外ではこのようなワークショップは受け入れられやすいようだが、日本的な感覚からすると、休みを1週間取るということも含めてハードルが高く、参加に至るまでは正直なところ不安を多々抱えていた。しかし、実際に参加をして感じたことは、非常に刺激的で実りのある1週間であったということである。メンタルヘルスへの早期介入・予防といったテーマを中心に世界の最先端を進む研究や臨床について勉強することができるだけではなく、1週間を通して著名な先生方と行動を共にして直接お話を伺うことができるという、通常の国際学会などでは経験できない極めて貴重な機会となった。本ワークショップを通じて、現在の臨床および研究活動につながる有意義な経験をすることができたためここに報告する。

本ワークショップは北海道余市郡にあるキロロリゾートにて開催された。札幌の約50km北西、新

写真1　パウダースノーの舞うスキー場にて

千歳空港よりバスで2時間の距離にあるキロロは、2つの山に囲まれた場所である。そこには2つのホテルとスキー場があるのみで、それ以外にはまさに何もない。ドライパウダースノーの雪質は北海道でも最高レベルと評判である。近年では、アジアのみならず世界中からこのパウダースノーを求めて旅行者が訪れ、日本の中でも成長の著しいウインタースポーツのメッカとされる。特に、南半球に位置するオーストラリアからは、新千歳空港への直行便が就航しており、夏季休暇を利用して訪れる旅行者も多いという。そのため、キロロに到着すると、日本人よりも外国人観光客の方が圧倒的に多く、まるで異国の地にいるかのようであった。

今回のワークショップの参加者は30-40名程度であり、日本からの参加者は根本隆洋先生と私の2名のみであった。初日のMcGorry先生、John Kane先生、Eric Chen先生の3名による豪華なシンポジウムに始まり、連日、著名な先生方によるシンポジウムとパネルディスカッションが行われた。Australiaからの参加者が主であったこともあり、最も印象的であったテーマは、若年者を対象とした地域の包括的な相談窓口である「headspace」についてである。headspaceは、メンタルヘルスに関わる問題にとどまらず、若者が抱える複雑多岐な悩みや困難に“One-stop”で対応する窓口である。重要であるのは、既存の資源の一部（たとえば医療機関内の一部署）として設置するのではなく、地域の中で独自のサービスとして機能し、必要に応じて医療機関を含む各支援機関の橋渡しをすることによりOne-stopのサービスを提供できるということである。Australiaでは、国家規模のプロジェクトとして各都市にheadspace centreが設置されている。これまで行われてきたリスク群をより精密に同定していくというindicatedなアプローチの早期介入に止まらず、さらに間口を広げて若年者の悩みや困難を包括的に支援するuniversal～selectiveなアプローチの予防介入をheadspaceでは実現していた。しかし、headspaceで行われている早期介入・支援のアセスメントおよびケースマネジメント自体は、決して本邦で実施できない内容や技術ではないことが分かり、近年厚生労働省の掲げている地域包括ケアシステムの構築に参考となる成功例の一つであると感じた。

写真2　John Kane先生によるプレゼンテーション

私は当初、各機関・各国を代表するようなリーダーの方々の活発なディスカッションに圧倒されていた。しかし、そこは他に何もない雪山なので、昼も夜も（しまいには大浴場でも）参加者の先生方と顔を合わせて話をしているうちに、まさに「合宿」のように楽しく、ただしタフなスケジュールで、過ごすことができた。また、根本先生からご推薦いただき、私もシンポジウムにて「Mental Health and Early Intervention for Psychosis in Japan」と題して発表させていただいた。本邦の精神科医療の特

写真3　パネルディスカッションにて

写真4　シンポジウム後にMcGorry先生らと会食

徴である長期入院および自殺について、また東邦大学で行っている早期介入ユニット“Il Bosco”についての紹介を行った。発表の後のパネルディスカッションでは、同じセッションの演者であるSung Wan Kim先生やRozie Forster先生に助けていただきながら、統合失調症の名称変更、精神科医による身体疾患の治療、自殺リスクとベンゾジアゼピンなど様々な議論を交わした。

大変刺激的なワークショップに参加してから約1年後、2019年4月より厚生労働科学研究費補助金研究事業 課題名「地域特性に対応した精神保健医療サービスにおける早期相談・介入の方法と実施システム開発についての研究」（研究代表者 根本隆洋先生）が開始された。さらに2019年7月1日、本研究の一部である足立区サイト・大都市対面型モデル（研究分担者 田中邦明先生）において、前述のheadspaceをモデルにした若年者ワンストップ相談センターSODA; Support with One-stop care on Demand for Adolescents and young adults in Adachiが東京都足立区北千住にオープンした（https://soda.tokyoadachi.com/）。今回のワークショップに参加し学んだことが、諸先生方のご指導をいただきながら、徐々に実を結びつつあることを大変嬉しく思う。今後、Australiaなど早期介入の進む各国の好事例を基に、本邦で実施可能な地域包括ケアシステムの検討、SODAの発展に尽力したいと思う。

謝辞

発表のご指導のみならず寝食を共にしてくださった根本隆洋先生、本ワークショップへの出張を快諾してくださった田中邦明先生および新垣浩先生、そして、このような貴重な機会を与えてくださった水野雅文先生に厚く御礼申し上げます。

写真5　2019年7月1日、若年者ワンストップ相談センターSODAの開所