

# 年次活動報告

## 2025

### CONTENTS

1. 当事者がつながる場をつくる

2. 当事者の声を社会に届ける

3. 団体の名称変更のお知らせ



# 1. 当事者がつながる場をつくる

## オンライントーク

全12回開催・参加者のべ88名

前年度から引き続き、当事者や経験者がつながる場として、オンライントークを開催。

全国各地から、10代から60代までの幅広い年代の方々に、ご参加いただきました。

話題は、近況や今の気持ち、悩みなどさまざまです。言語化し、共感し合う中で多くの気づき生まれ、摂食障害と向き合うヒントや、生きるための教訓を共有する場になっていると感じています。

つながり、共感しあえることが力になると信じて、今後も安心して参加できる場づくりを続けていきます。



### 【開催実績】

回	開催日	参加者数
第35回	2025年1月25日	6名
第36回	2025年2月15日	7名
第37回	2025年3月22日	4名
第38回	2025年4月26日	7名
第39回	2025年5月31日	7名
第40回	2025年6月21日	6名
第41回	2025年7月26日	7名
第42回	2025年8月23日	8名
第43回	2025年9月27日	9名
第44回	2025年10月25日	8名
第45回	2025年11月22日	10名
第46回	2025年12月27日	9名

※回数は開催当初からの通算です。

## お茶会

参加者21名

2024年に引き続き、画面オフ・聞くだけ参加OKの場として、オンラインでのお茶会を開催。

当日は、当事者の体験談の共有やフリートークを通して、参加者の皆さまと、心あたたまるひと時を過ごすことができました。

【開催実績】開催日：2025年1月18日／参加者数：21名



# 1. 当事者がつながる場をつくる

摂食障害オンラインワークショップ

## Pecha Kucha

全3回開催・参加者のべ12名

2025年の新たな試みとして、摂食障害オンラインワークショップ「Pecha Kucha (ぺちやくちゃ)」を開催。

本ワークショップは、テーマに沿ったワークとフリートークを通じて、自己理解を深めることを目的としています。ワークは、「摂食障害から回復するための8つの秘訣のワークブック」を参考図書として設計しました。

第1回・2回は、10～20代の当事者を対象とし、若年層の方が参加しやすい環境を目指しました。第3回は年齢制限を設けず開催し、より幅広い世代の当事者が交流できる機会となりました。



### 参加者さまのご感想

「よくなりたい、でもやせていたい」という両面的な気持ちがあること、やせているからこそ自分を保っていたことに気づくことができました。

皆と一緒にワークをすることで、新たな気づきが得られました。

自分たちで考えて、みんなで振り返る時間がある点良かったです。

「行動変容の6段階」の考え方を知り、回復に向かって少しずつ、前に進んでいると実感することができました。

## 2. 当事者の声を社会に届ける

# 摂食障害に対するイメージ調査

全国366名の皆様にご協力いただきました

NPO 二枚目の名刺との共同プロジェクトの一環として、一般における摂食障害に対するイメージを調査しました。

調査の結果、摂食障害に対するネガティブなイメージや偏見は少なく、当事者からの開示を受け入れる意向がある人も多いこと、開示を受けた場合に、相手への見方が悪い方向に変化すると考える人は少ないこと、などが明らかになりました。

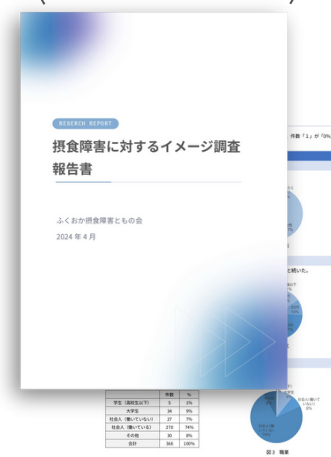
### 実施概要

- 【対象】 一般の方（全国）
- 【期間】 2025年1月～2月
- 【方法】 WEBアンケート
- 【回答数】 366件

### 主な調査項目

- 摂食障害への理解
- 摂食障害に対するイメージ
- 当事者と接する場面を仮定した場合の意向 等

調査報告書は、  
ホームページで公開中！



## アドボカシーカフェへの登壇

ソーシャル・ジャスティス基金様が主催するアドボカシーカフェに登壇。摂食障害の当事者の声から、望ましい支援や社会のあり方について、参加者の皆様とともに考える貴重な機会となりました。

### 【概要】

ソーシャル・ジャスティス基金(SJF)アドボカシーカフェ第89回「摂食障害に影響をうける人がしなやかに生きられる社会とは—当事者の声から考える—」

- 開催日：2025年3月8日（土）
- 主催：NPO法人まちぽっと ソーシャル・ジャスティス基金

## 当事者の体験談の編さん

12名の当事者・経験者の方々にご協力いただき、それぞれの言葉で、経験や思い、回復の歩みを語っていただきました。

体験談は、2026年以降に公開予定のコミュニティサイトにて、順次公開していく予定です。症状や感じ方、回復の歩みは人それぞれですが、いろいろな仲間が摂食障害を抱えながら生き延びてきた一つの道のりとして、お読みいただけたら幸いです。

## 3. 団体の名称変更のお知らせ

「ふくおか摂食障害ともの会」は、

# 「摂食症ともの会へ」

2025年12月から、団体名を変更しました。

### 改名への思い① 全国の皆様とともに

- 当初は、発起人の本拠地「ふくおか」を団体名に掲げ、活動を始めましたが、今ではオンライントークは、全国の皆様にご参加いただける場になっています。
- そうした中、「地域名があると、福岡以外の方が参加しづらいのでは？」とのお声も頂くようになりました。
- お住まいの地域に関わらず、どなたでも歓迎の気持ちを明確にたく、地域名を外すことにいたしました。
- これからも、福岡の地を大切にしつつ、全国の皆様とともに支えあえる場であれたらと思います。

### 改名への思い② 誤解のない病名へ

- 国際的な診断基準において、日本語訳の病名が「摂食障害」から「摂食症」へと変更されました。これに伴う学会名変更の動きもあり、今後、関連する表記も「摂食症」へと統一される見込みです。
- 「障害」という言葉の印象や、「治らないもの」と誤解されかねないことも、変更の理由の一つです。
- 私たちも、より負担感が少なく、誤解を生みにくい表現として、「摂食症」を取り入れることにいたしました。

「ともの会」の愛称や活動内容、想いはこれまでと変わらず、活動を続けていきたいと思えます。今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。

#### 総括

2025年は、発足当初からのオンライントークを継続しつつ、新たな取り組みにも挑戦できた一年でした。中でも、当事者の体験談の編さんは、大きなチャレンジでした。多様な経験や思いを受け止め、言葉に表現する過程は試行錯誤の連続でしたが、当事者の声の力と可能性をあらためて実感する機会となりました。

今後も当事者主体の視点を大切にしながら、どんな方でも「ともに」あれる場を目指して、活動を続けていきたいと思えます。