＜新刊案内＞

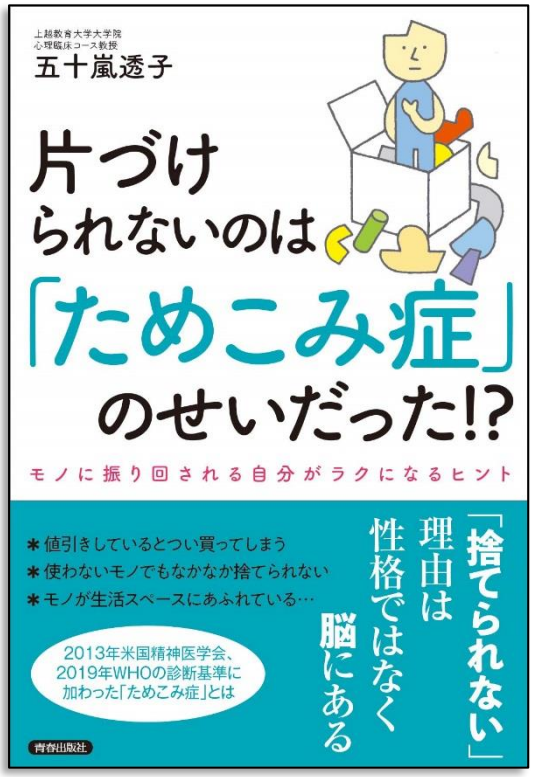
青春出版社

片づけられないのは「ためこみ症」のせいだった!?

五十嵐透子

このたび、青春出版社（東京都新宿区）は、『**片づけられないのは「ためこみ症」のせいだった!?**』（著・五十嵐透子）を 7 月 22 日に刊行いたしました。

20 人に 1 人が“ためこみ”傾向!?
新たな精神病「ためこみ症」をひも解く！



◆「ためこみ症」ってどんな病気？◆

2013 年にアメリカ精神医学会、2019 年に世界保健機関（WHO）に加わった新しい精神疾患。モノや動物などを大量にためこむ病気で、モノに対して非常に強い感情や持っている。モノをなかなか捨てられなかったり、逆に増やし過ぎてしまったり、モノとうまくつき合えない状態。

モノを「捨てられない」「片づけられない」「ためこんでしまう」という人は多いのではないでしょうか。しかし中には「ためこみ症」という“こころの病”が隠れている場合があるのです。「ためこみ症」にはこんな特徴があります。

① モノを「自分の一部」だと思っている
② 「高価なモノ＝価値がある」とは思っていない
③ モノが多くて部屋を本来の目的で使用できない
④ 家の一部が倉庫化してしまっている
⑤ モノの入手をやめられない

たとえば、テレビなどで一時報道されていた「ゴミ屋敷」の住民たちも「ためこみ症」である可能性があります。ゴミ屋敷とまではいかなくても、モノのためこみは家の中で起こります。そのため、周囲に気づかれにくく、実は**人口の 2～6%、20 人に 1 人は「ためこみ傾向」がある**といわれています。

とはいえ、「ためこみ症」はまだまだ医療関係者の間にも知られておらず、診断するのも難しい状況です。本書では、そんな「ためこみ症」をひも解きながら、モノとうまく付き合っていく生活に変えるヒントを解説します。

◆著者プロフィール◆

五十嵐透子（いがらし・とうこ）

上越教育大学大学院心理臨床コース教授。専門は臨床心理学。臨床心理学の分野でためこみ症の研究に携わり、『片付けられない自分が気になるあなたへ』（金剛出版）などの翻訳も手がける。

仕様：四六判／定価：1400 円＋税／発売：2019 年 7 月 22 日

■■■■■■■■■■■■■■■ **本件に関するお問い合わせ先** ■■■■■■■■■■■■■■■

株式会社青春出版社 プロモーション部：西尾 春香　　〒162-0056 東京都新宿区若松町 12-1

TEL： 03-3202-1212 / FAX： 03-3203-5130　E-mail： h-nishio@seishun.co.jp