

日本の自殺問題

現状と必要な対策

2014年10月31日

NPO法人ライフリンク

清水 康之

1. 自己紹介(別添)

2. 日本の自殺の現状

3. これまでの自殺対策

4. 自殺総合対策大綱(自殺対策に関する国の指針)

5. 日本自殺総合対策学会の設立(別添)

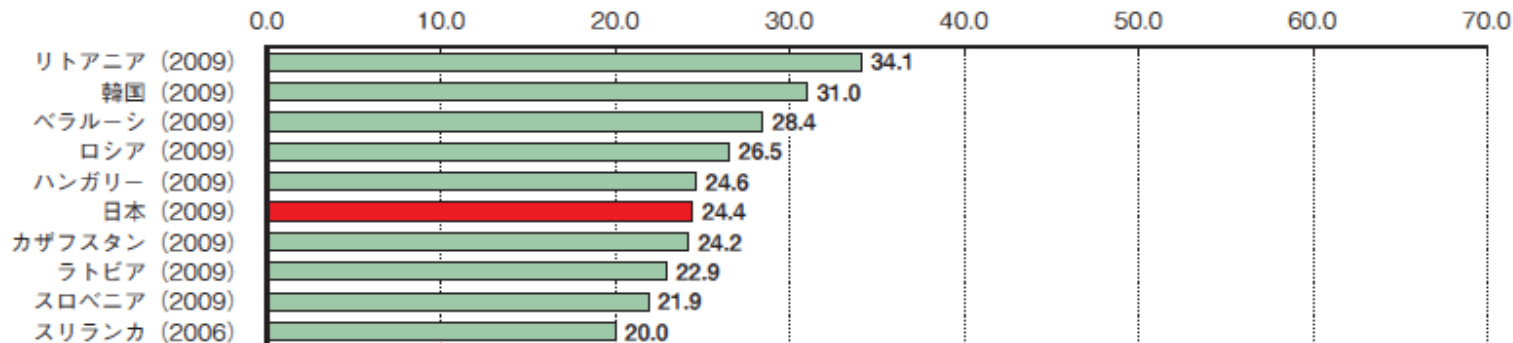
日本の自殺者数



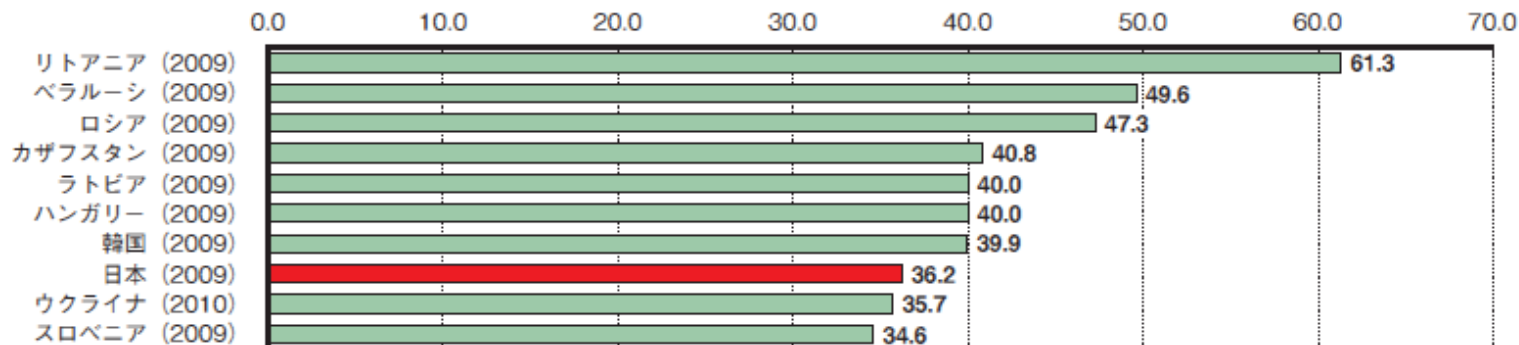
諸外国の自殺率

内閣府「平成26年版 自殺対策白書」より

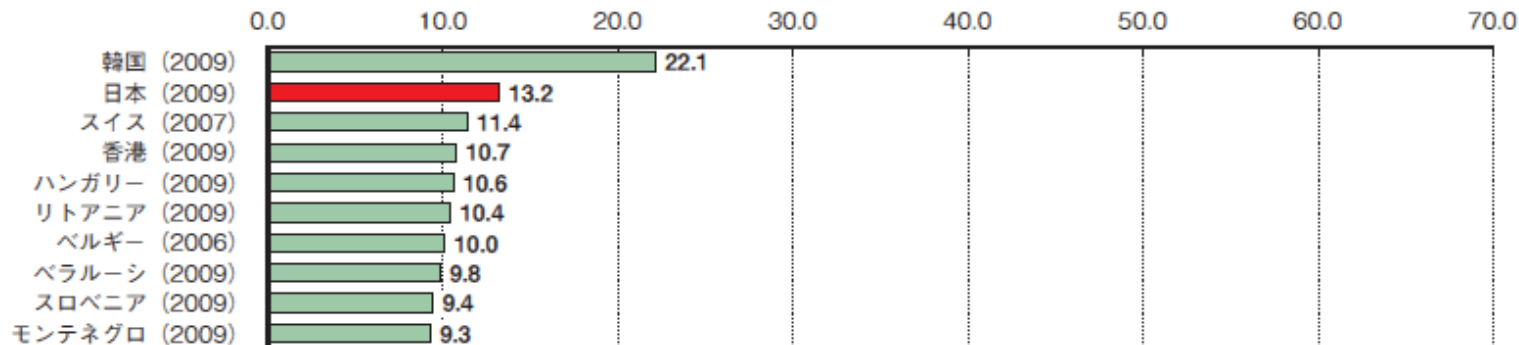
総数



男



女

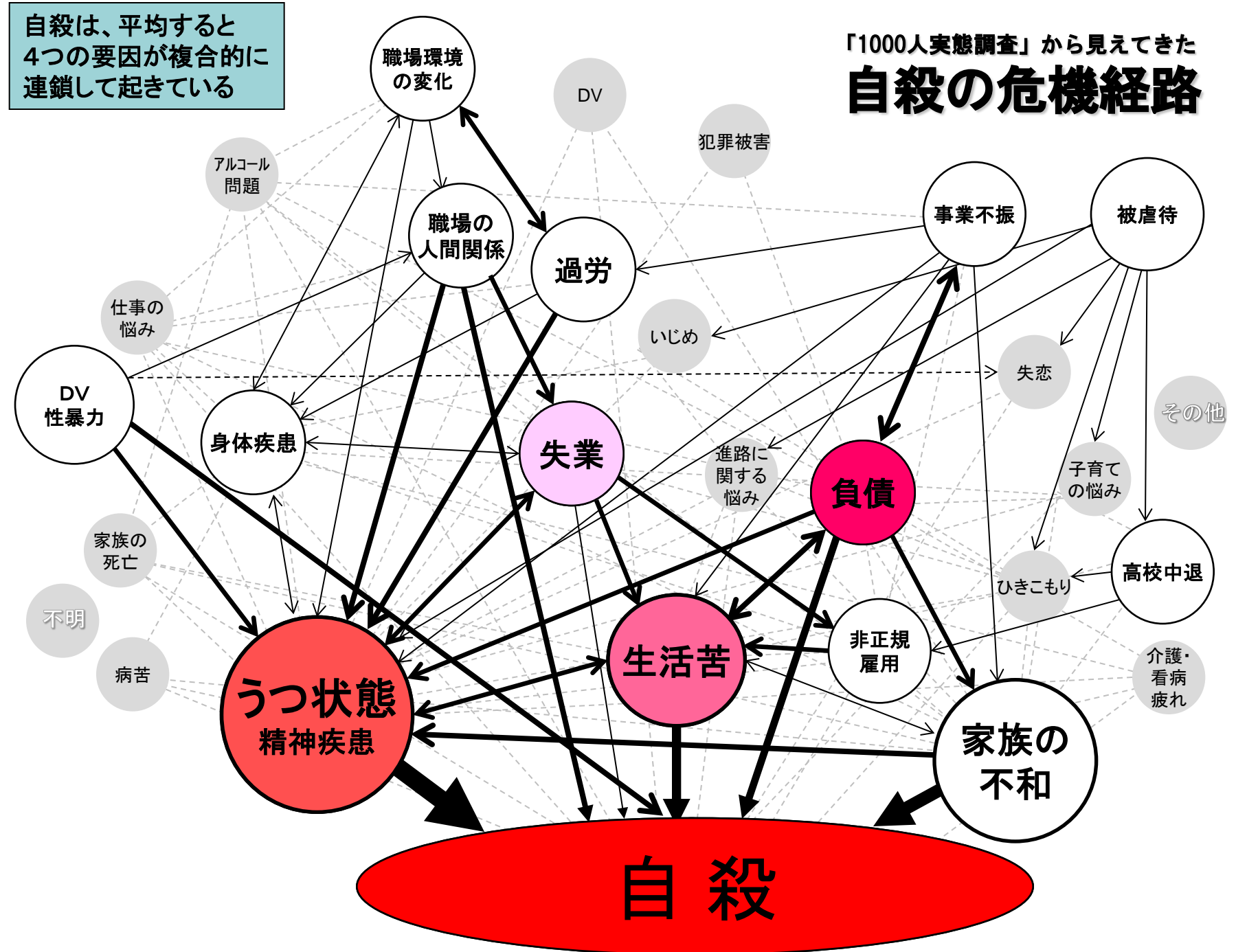


日本の自殺の特徴

- ◆40～60代の男性（父親世代）が全体の4割近くを占める。
- ◆自営業者：7.8%、被雇用者：26.7%、学生：3.4%、主婦：7.0%、失業者：4.5%、年金雇用保険等生活者：24.0%、その他の無職者：24.5%
- ◆自殺者数（2013年警察統計）：①東京、②大阪、③神奈川、④埼玉、⑤愛知
- ◆自殺率（2013年人口動態）：①秋田、②岩手、③新潟、④島根、⑤群馬
- ◆10代後半、20代、30代の死因一位は自殺。20代は約半数。
- ◆男女比は7対3。自殺率の国際比較は、男8位。女2位。
- ◆1人が自殺で亡くなると、4～5人が遺族になる。
→毎年約12万人。全国に300万人超。国民の40人に1人。
- ◆現代日本社会において、自殺は「国民的リスク」である。

自殺は、平均すると
4つの要因が複合的に
連鎖して起きている

「1000人実態調査」から見てきた 自殺の危機経路



「自殺の危機経路」事例

(「→」=連鎖、「+」=併発)

【失業者】

- ① 失業→生活苦→多重債務→うつ状態→自殺
- ② 連帯保証債務→倒産→離婚の悩み+将来生活への不安→自殺
- ③ 犯罪被害(性的暴行など)→精神疾患→失業+失恋→自殺

【労働者】

- ① 配置転換→過労+職場の人間関係→うつ状態→自殺
- ② 昇進→過労→仕事の失敗→職場の人間関係→自殺
- ③ 職場のいじめ→うつ病→自殺

【自営者】

- ① 事業不振→生活苦→多重債務→うつ状態→自殺
- ② 介護疲れ→事業不振→過労→身体疾患+うつ状態→自殺
- ③ 解雇→再就職失敗→やむを得ず起業→事業不振→多重債務→生活苦→自殺

【主婦など(就業経験のない無職者)】

- ① 子育ての悩み→夫婦間の不和→うつ状態→自殺
- ② DV→うつ病+離婚の悩み→生活苦→多重債務→自殺
- ③ 身体疾患+家族の死→将来生活への不安→自殺

【学生】

- ① いじめ→学業不振+学内の人間関係(教師と)→進路の悩み→自殺
- ② 親子間の不和→ひきこもり→うつ状態→将来生活への不安→自殺

自殺を予防する

世界の優先課題

Preventing suicide

A global imperative

いきる

翻訳：独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所
自殺予防総合対策センター

事例：日本国—社会経済的変化に直面した中での自殺予防

背景

1998年に、日本国の自殺死亡数は前年の24,391人から32,863人へと急増した。1978年から1997年にかけては、自殺死亡数は毎年概ね25,000人前後で推移していた。多くの人々は、この急増は国全体の社会経済的な問題によるものと考えた。自殺死亡率はすべての年齢階級で増加していた

が、特に中年男性において顕著であった。危険因子についての共通認識はあったにもかかわらず、日本国において、自殺は依然として社会的タブーであった。自殺は個人的な問題と考えられ、広く公に議論されることはなかった。

変革のための推進力

2000年に、親を自殺で亡くした子供たちが自身の体験についてメディアを通じて語りかけることでタブーを打破しようとした。状況が変わり始めた。2002年に、厚生労働省は「自殺防止対策有識者懇談会」を開催した。その後の報告書には、自殺予防政策はメンタルヘルスの問題に正しく取り組むだけでなく、心理的、社会的、文化的ならびに経済的因子に対する多面的な取り組みを含めなければならないことが概説された。しかしながら、この報告書は単なる専門家からの提言として扱われ、実際の政策には十分反映されなかった。

自殺は2005～2006年頃には日本国における「社会的な問題」として認識され始め、これが具体的な行動を引き起こした。2005年5月、NGOのライフリンク(LIFELINK)は国会議員と協働し、自殺に関する最初のフォーラムを開催した。このフォーラムにおいて、ライフリンクならびに他のNGOは包括的な自殺予防に関する緊急提言を提示した。このフォーラムに参加していた厚生労働大臣は、政府を代表して、自殺の問題に取り組みむことを明言した。この公約はメディアで広く報道された。

立法

その後、自殺予防政策の策定に向け、2006年には超党派の国会議員団が結成された。自殺予防に関する法律の制定を求める10万人以上の署名とともに提出された要望書の後押しを受け、2006年6月、日本国における自殺対策基本法が成立した。これに引き続き、自殺予防の中心的役割は厚生労働省から内閣府へと移行し、自殺予防は単独の省だけに限らない政府全体の政策となっていった。2007年、自殺の予防ならびに自死遺族への支援の提供を目的とした「自殺総合対策大綱」が制定された。大綱では、国民が生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与するという自殺予防政策の理念を基礎としつつ、国に対する様々な責務が明確化された。自殺対策基本法の原則は、自殺予防活動は自殺に関連する因子の複雑さを考慮すべきであり、精神障害のみに焦点を当ててはならない、という考えを反映したものである。

したがって、自殺予防活動は、利害関係者間の緊密な協力のもと、事前予防、自殺発生時の危機対応、および事後対応を含むべきとしている。

2008年の世界的な経済危機の後、日本国政府は2009年に「地域自殺対策緊急強化基金」による財源を確保した。この基金は主として、3月という重要な月(自殺死亡率の上昇がみられてきた月)に実施される集中的な一般市民への意識向上キャンペーンを含めて、主に地域の自殺予防活動を強化することに充てられた。2010年、日本国政府は3月を国の自殺対策強化月間とした。また、政府は、自殺関連のデータ収集に関する改革を導入し、警察庁に市町村別の詳細な自殺統計を毎月公表するよう要求した。これにより、地方のニーズに応じた自殺予防対策の展開が促進された。

結果

2009年以降、自殺死亡数は徐々に減少し、2012年、日本国の自殺死亡数は1998年以降初めて3万人を下回った。この減少の大半は都市部で起きていた。若年者の自殺死亡率は上昇し続けており、新たにターゲットを絞った介入の必要

性を示している。しかしながら、中高齢者の自殺死亡率は低下しており、結果として全体の自殺死亡率も低下している。警察庁のデータもまた、経済・生活問題に関連した自殺が顕著に減少していることが明らかになっている。

出典：日本国の自殺予防総合対策センターとのコミュニケーションによる

自殺総合対策大綱 (h.24/8/28閣議決定)

～誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して～

自殺についての
基本的な考え方

自殺は、その多くが **追い込まれた末の死**
自殺は、その多くが **防ぐことができる社会的な問題**
自殺に追い込まれるという危機は「**誰にでも起こり得る危機**」

自殺対策とは
関係者の連携による
包括的な**生きる支援**

国、地方公共
団体、関係団体、
民間団体等によ
る密接な連携

自殺の地域診断に基づく「自殺対策実行
計画」の立案(=重点施策の絞り込み)

地域のハイリスク群を支援するための
「様々な**関係機関との緊密な連携・協働**」

地域の支援策・相談**窓口情報等の周知
徹底**(=ネット上の支援情報検索サイト)

地域レベルの実践的な取組を中心とする自殺対策への転換

地域の**居場所づくり**、生活困窮者への
総合相談会、連携調整を担う人材養成

地域における**先進的な取組(地方公共
団体の規模等別)**の全国への普及

**複数の地方公共団体による連携の
取組への積極的な支援**

その他の見直しポイント

【若年層への支援】

いじめ対策強化▼第三者によるい
じめ自殺の実態解明▼ライフスキ
ル教育▼自死遺児支援▼ネットや
携帯・スマホを活用した相談機
関検索サイト▼包括的な雇用支援

【自殺未遂者支援】

救急搬送者への精神科医療ケア
と生活支援体制の整備▼社会的
要因に関する各種相談機関との
ネットワーク構築▼家族等への支
援強化▼支援一体の調査研究

【企業・職場における対策】

過労死・過労自殺対策▼小規模
事業場や非正規雇用を含めた全
労働者の長時間労働抑制の環境
整備▼職場環境改善を促すため
の社会的評価の仕組み作り検討

【民間団体との連携強化】

連携を促す自殺対策コーディネー
タの養成▼自殺対策従事者への
心のケア▼自殺多発地域の民間
団体への支援法の検討▼先駆
的・試行的な取組への支援

【適切な精神科医療】

心理職等の養成▼認知行動療法
などの診療普及を図るため診療報
酬での取扱いを含めた精神科医
療体制の検討▼過量服薬対策▼
依存症と借金等との関連性の調査

【関連施策との積極的な連動】

自殺対策の現場だけでなく、自殺
の要因となり得る生活困窮、児童
虐待、性暴力被害、ひきこもり、性
的マイノリティ等、関連分野のネット
ワークとの連携体制の確立

【施策の評価・検証】

施策の効果等を検証するための新
たな仕組み作り▼直接効果を測定
しがたい施策は中間的な実施目標
の設定等▼自殺報道の影響や諸
外国の取組等に関する調査研究

【その他】

大規模災害の被災者ケア▼教員
に対する普及啓発▼心理的瑕疵
物件問題の検討▼国を挙げて自
殺対策を推進するため国等が連
携・協働するための仕組み作り、等