

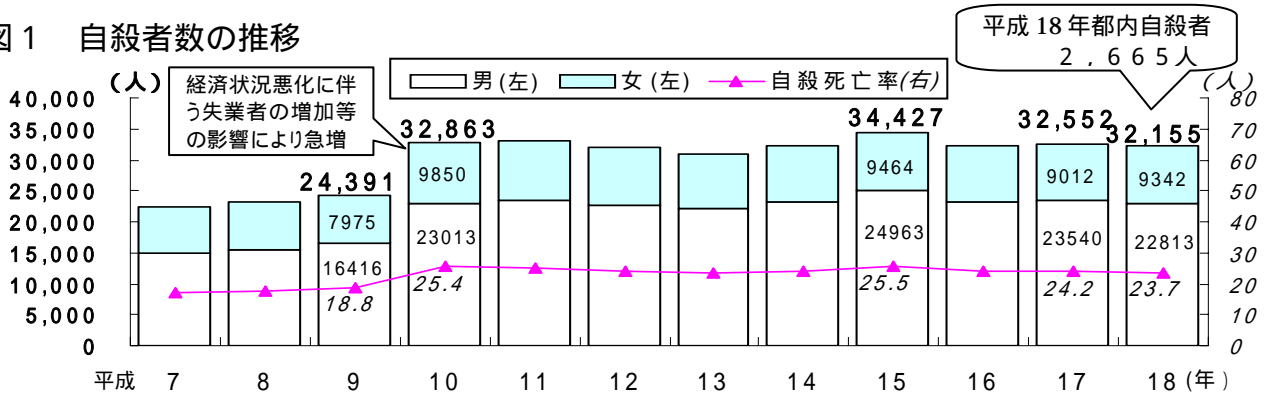
# 自殺対策

自殺者数は、9年連続で3万人を超えている。自殺の背景にある社会的要因を踏まえた実態解明を進め、早期発見・対応することが重要である。都は、身近な場所での確かな支援に結びつけるゲートキーパーの養成や相談支援体制の強化、自殺防止に向けた普及啓発を実施する必要がある。

## 1 自殺の現状

自殺者数は、平成10年に大手金融機関の破綻を始めとする経済状況の悪化等により急増してから、9年連続で全国で3万人を超えている。男女別では、圧倒的に男性が多く、平成18年で22,813人と約7割を占めている(図1)。人口の変動による影響を除いた自殺死亡率を見ると、平成18年で人口10万人当たり23.7人となっている。

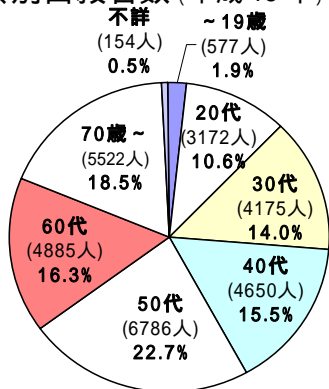
図1 自殺者数の推移



出所:警察庁「平成18年中における自殺の概要」\*自殺死亡率・人口10万人あたりの自殺者数(厚生労働省)

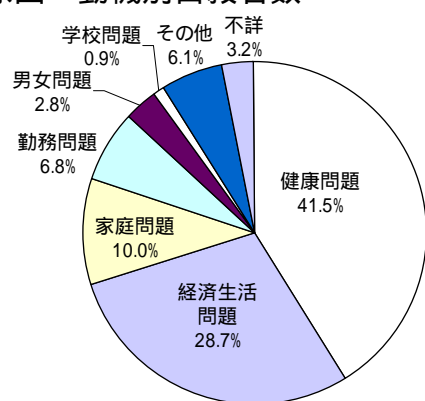
平成18年の年齢別の自殺者数を人口動態統計で見ると、50代が22.7%と最も多い。次いで、70歳以上、60代の高齢者となっている(図2)。また、遺書のあった自殺者の原因・動機を見ると、「健康問題」が41.5%と最も多く、次いで「経済生活問題」、「家庭問題」となっている(図3)。30代～50代の中高年は、仕事と家庭で重要な位置を占め、心理的にも社会的にも負担を抱えており、特に、仕事に関する強い不安やストレスを感じていることが多いとされている。高齢者は、慢性疾患による継続的な身体的苦痛や将来への不安、近親者の喪失体験、介護疲れなどによるうつ病が多いとされ、高齢化社会を迎え深刻化が懸念されている。

図2 年齢別自殺者数(平成18年)



出所:厚生労働省「人口動態統計」

図3 原因・動機別自殺者数



出所:警察庁「平成18年中における自殺の概要」

## 自殺サイト

自殺サイトは、若者が利用する携帯電話サイトを中心に、常時100以上は存在しているといわれる。サイトで知り合った人たちによる集団自殺が相次ぎ、警察庁によると、平成15年から18年までの死者は236人に上った。平成17年10月、ネット業界4団体は、自殺予告の発信者に関する情報を警察に連絡する制度を導入し、平成18年は43人の自殺を防いでいる。

COLUMN

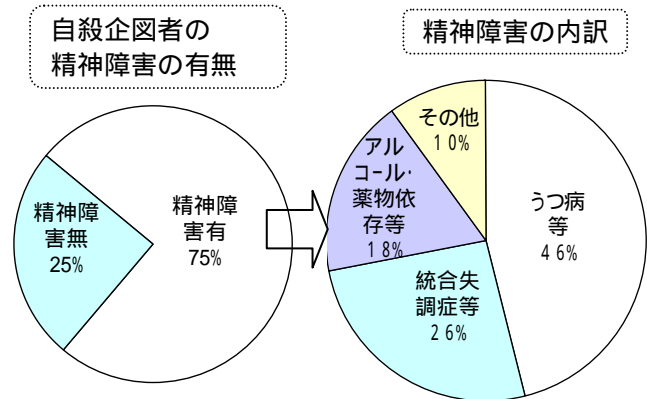


出所：平成19年10月12日 産経新聞

救急病院に搬送された自殺未遂者に対する調査を見ると、75%に精神障害が認められている。そのうち約半数は、うつ病等となっている。

しかし、自殺未遂者の多くの場合は、医療機関で受診しておらず、精神障害の影響により正常な判断ができない状態にあったことから、適切な治療を行うことで自殺を防ぐことが可能とされている(図4)。

図4 自殺の背景としてのうつ病

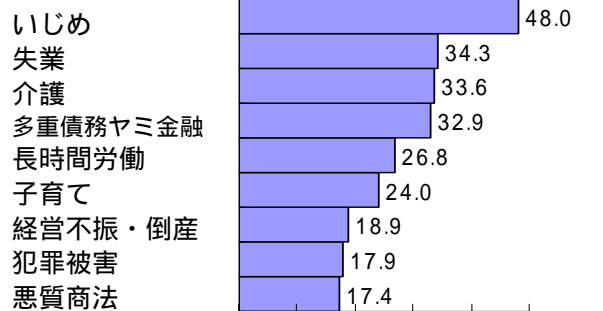


出所：平成19年版自殺対策白書(資料：精神神経誌96)

また、内閣府は、全国の20歳以上の3千人に対して、男女別、年代別を加味して抽出し、自殺対策に関する世論調査を行っている。社会的要因対策の重要度の認識を「今後、どのような社会的要因への相談体制の整備に力を入れるべきか」と聞いたところ、「いじめ」が48%と最も多くなっている。また、「失業」や「長時間労働」といった雇用関係、高齢者の「介護」、経済面での「多重債務・ヤミ金融問題」など、近年、報道されている事項が上位を占めている(図5)。

図5 自殺対策に関する世論調査

Q 社会的要因対策の重要度の認識(複数回答)



<上位回答抜粋>

出所：内閣府世論調査報告書(平成19年5月)

## 2 国の取組

国では、平成18年6月に「自殺対策基本法」を制定し、平成19年6月には、政府が推進すべき自殺対策の指針となる「自殺総合対策大綱」を策定した。自殺対策の基本的考え方として、失業、多重債務などの社会的要因も踏まえた総合的な取組、自殺の実態解明の成果に基づいた施策の展開などを掲げ、当面の重点施策を示している。

国、地方公共団体、医療機関などの関係者が連携して取り組み、平成28年までに自殺死亡率を平成17年比で20%以上減少することを目標としている。

## 自殺総合対策大綱(概要)

### 基本的考え方

社会的要因も踏まえ総合的に取り組む  
・働き方の見直し等が可能な社会の構築、失業・多重債務等の相談支援体制の充実  
・うつ病の早期発見、早期治療を推進  
・自殺や精神疾患に対する偏見をなくす 等  
国民一人ひとりが自殺予防の主役となるよう取り組む  
自殺の事前予防、危機対応に加え、未遂者や遺族等への事後対応に取り組む  
自殺を考えている人を関係者が連携して包括的に支える  
自殺の実態解明を進め、その成果に基づき施策を展開する  
中長期的視点に立って、継続的に進める

### 当面の重点施策

自殺の実態を明らかにする  
国民一人ひとりの気づきと見守りを促す  
早期対応の中心的役割を果たす人材(ゲートキーパー)を養成する  
心の健康づくりを進める  
適切な精神科医療を受けられるようにする  
社会的な取組で自殺を防ぐ  
自殺未遂者の再度の自殺を防ぐ  
遺された人の苦痛を和らげる  
民間団体との連携を強化する

### 目標

平成28年までに基準年である平成17年の自殺死亡率(24.2%)を20%以上減少

## 3 都の取組

### 自殺総合対策東京会議の設置

都は、平成19年7月に自殺総合対策東京会議を設置した。医療、福祉、教育、産業など様々な分野の人が参画し、連携を図りながら、社会全体で自殺対策を推進する。具体的施策は、3つの分科会(普及啓発・教育、早期発見・早期対応、遺族支援)で検討している。9月には、「自殺防止!東京キャンペーン」による普及啓発を実施しており、今後、救急現場の自殺未遂者の実態把握等を行い、取組を強化していく。

## 自殺総合対策東京会議(概要)

### 目的

社会全体による取組を推進 多様な主体の連携・協働を強化

### 構成

医療福祉、経済労働、教育等の関係機関、有識者等

### 機能

東京からのメッセージ発信  
自殺対策推進のための枠組みの構築  
各主体による具体的な取組の協議

### 普及啓発・教育分科会

都民への効果的な普及啓発・自殺予防教育などについて検討

### 早期発見・早期対応分科会

自殺念慮者や未遂者に対する早期発見・対応の有効策を検討

### 遺族支援分科会

自死遺族等に対する適切な支援のあり方を検討

## ゲートキーパー(早期対応の中心的役割を担う人材)等の養成

自殺減少に向けては、身近な地域や職場などで自殺の兆候やうつ状態の患者等を早期に発見し、的確な支援に結び付ける体制を整備する必要がある。そのため、ゲートキーパー指導者の養成やかかりつけ医のうつ診療研修を実施することとしている。

平成20年2月には、都の保健師等を対象に、うつ・自殺の理解、相談機関との連携方策等のゲートキーパー指導者研修を実施する。その後、この研修を受講した指導者を核に、区市町村相談窓口の保健師・相談員等にゲートキーパーを拡大する。

## ゲートキーパーの養成

### ゲートキーパーとは

うつ・自殺の基本的知識を有し、相談業務等を通じて相手の心身不調のサインに気づき、必要に応じて相談機関等につなぎ協働して取り組む人材

### ゲートキーパーの養成

ゲートキーパー指導者  
(研修受講済保健師等)

#### 養成(講習等)

- ・うつ・自殺の理解
- ・話の聞き方等相談活動に必要なスキル
- ・相談機関との連携方策
- ・相談機関リストの配布等

### ゲートキーパー

(保健師・相談員・  
職場の管理監督者等)

### 〔うつ診療充実強化研修〕

地域の一般医を対象に実施。うつ状態の患者等を早期に発見し、精神科専門医療機関等への受診勧奨等を行い、自殺防止を図っていく。

(平成19年度 足立区、八王子市でモデル実施)

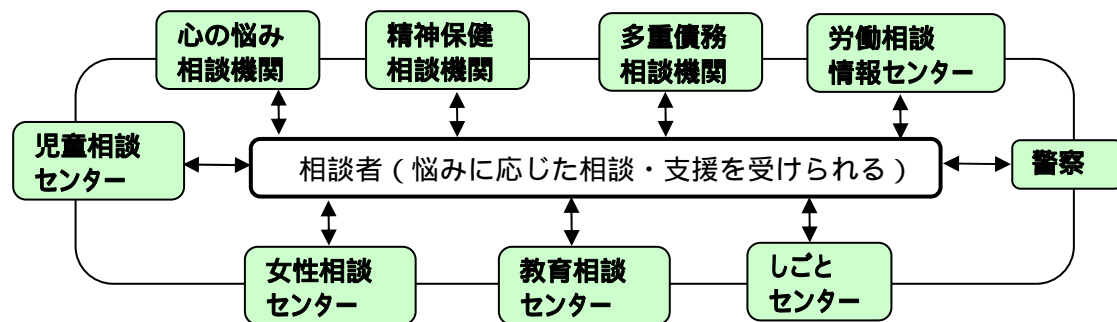
#### 〔研修内容〕

自殺予防に関する知識  
精神疾患の治療に関する知識  
(診断、薬物・心理療法等)

## こころといのちの相談・支援東京ネットワーク

悩みに応じた相談を受け、自殺防止を図るため、様々な分野の相談・支援機関等が連携した「こころといのちの相談・支援東京ネットワーク」の平成20年2月開始に向け、1月には関係機関の連絡会を開催した。このネットワークにより、各機関に訪れた相談者に対して、必要な専門機関を相互に紹介し、重層的な支援を実施する。

### こころといのちの相談・支援東京ネットワーク(概要)



## 4 自殺者減少に向けて

自殺者数は、平成10年に急増し、9年連続で3万人を超えている。自殺の背景には多様な社会的要因があるため、自殺者の減少に向けて、自殺の実態解明を進め、早期発見・早期対応していくことが重要である。

今後、都は、身近な場所で自殺の兆候を発見し的確な支援に結びつけるゲートキーパー増加のための指導者研修等の充実、相談・支援ネットワークの拡大による相談支援体制の強化とともに、広く都民に対して自殺防止に向けた普及啓発を行う必要がある。

