

第2章

自殺総合対策大綱における当面の重点施策

「自殺対策の基本的考え方」、「世代別の自殺の特徴と自殺対策の方向」を踏まえ、当面、特に集中的に取り組むべき施策として、自殺対策基本法の九つの基本的施策に沿って、9項目46の施策を設定している。

また、第1章で述べたように、施策の実施と並行して、実態解明のための調査研究を実施することとしており、今後の調査研究の成果等により新たに必要となる施策について

は、逐次実施することとしている。

さらに、地方公共団体に対しては、自殺総合対策大綱を踏まえつつ、地域の実情に応じた施策を設定する必要があるとして、自殺対策連絡協議会等における協議を通じて、具体的な取組の方向性、数値目標等を内容とする自殺対策に関する計画等の策定を要請している。

第1節 自殺の実態を明らかにする

自殺対策基本法第7条を踏まえ、自殺者や遺族等のプライバシーに配慮しつつ、人々を自殺に追い込んでいる様々な社会的要因を含む自殺の実態の把握を推進するとともに、調

査研究の成果等自殺対策に関する情報の提供等を推進するために次の施策に取り組むこととしている。

1 実態解明のための調査の実施

これまで我が国では、自殺の実態を把握する方法として、主に人口動態をもとにした統計解析及び自殺の概要が用いられてきた。しかしながら、人口動態をもとにした統計解析では、自殺死亡の「発生」の事実を正確に把握することができるものの、自殺の「原因及び背景」について知ることはできない。また、自殺の概要には、自殺の原因・動機に関する情報が含まれているが、事前に設定された「家庭問題」、「健康問題」、「経済・生活問題」、「勤務問題」、「男女問題」、「学校問題」などの項目群から、考えられる原因等を選択する形をとっており、これらの情報では、自殺に至るまでの詳細な経過や、自殺の多様かつ複合的な原因・背景の実態を明らかにすることはできず、自殺予防や未遂者に対する介入に役立てるには十分ではない点もあると考えられる。

このようなことから、自殺に至る複雑な背景情報を正確に収集し、その実態を明らかにするため、社会的要因を含む自殺の原因・背景、自殺に至る経過、自殺直前の心理状態等を多角的に把握し、自殺予防のための介入のポイント等を明確化するため、いわゆる心理学的剖検の手法を用いた遺族等に対する面接調査等を継続的に実施することとしている。

我が国では、全国規模の心理学的剖検による自殺の実態把握はなされていない現状にあるが、厚生労働省では、厚生労働科学研究費補助金（こころの健康科学研究事業）「自殺の実態に基づく予防対策の推進に関する研究」において、平成17年度分担研究「心理学的剖検に関するフィージビリティに関する研究」及び18年度分担研究「心理学的剖検のパイロットスタディに関する研究」を行い、その方法論に関する研究を進めてきたところで

あり、19年度は調査協力を全国に広く呼びかけ、「自殺予防と遺族支援のための基礎調査」として実施していくこととしている。

また、地方公共団体や民間団体等が実施する自殺の実態解明のための調査に資するよう、内閣府では、国民の自殺に対する意識調査等を実施し、その結果についてホームペー

ジに掲載する等広く情報提供することとしている。

これに基づき、平成19年3月に全国20歳以上の者3千名を対象として自殺予防対策に関する意識調査を実施するとともに、同年5月にこころの健康（自殺対策）に関する世論調査を実施した。

COLUMN 8

心理学的剖検と遺族ケア

心理学的剖検（psychological autopsy）とは、自殺者遺族へのケアを前提として、自殺者の遺族や故人をよく知る人から故人の生前の状況を詳しく聞き取り、自殺が起こった原因や動機を明らかにしていくことです。心理学的剖検は1958年にロサンゼルス自殺予防センターの共同創設者であるシュナイドマンとファーブローウによって提唱されました。

自殺が起こった後の周囲の人へのケアを意味する「ポストベンション」ということばと考え方は、心理学的剖検を通してシュナイドマンが提唱したものです。シュナイドマンは心理学的剖検において、自殺者の遺族と話をしていく中で、遺族の心理的苦痛に気づき、自殺者遺族へのケアの必要性を認識したといわれています。

欧米では、自殺によって衝撃を受けた人を「サバイバー（survivor）」と呼びますが、ここには遺族だけでなく、職場の同僚や主治医など、ご本人の関係者や支援者なども全て含まれます。心理学的剖検は、単に自殺が起こった原因や動機を明らかにしていくことだけではなく、様々な立場の人が、時には見つめたくないことにも直面しながらも、自分の経験を振り返り、自分自身を回復していく重要なプロセスでもあります。

「遺族のこころの傷が癒えるのには時間が必要だから、そんな調査はせずにそっとしておいた方がよい」と考える方も少なくありませんが、本当に時間だけで解決するのでしょうか。また、人口動態統計や警察庁統計の数字だけで、血の通った対策は立てうるのでしょうか。心理学的剖検を通して、遺族の方々とともに自殺という現実とじかに向き合うこと、自殺対策は、そのような一步一步の積み重ねから進んでいくように思えてなりません。

（自殺予防総合対策センター）

事例紹介2 民間団体の取組

「自殺実態1000人調査」について

「自殺実態1000人調査」は、自殺対策の現場で実際に活動する実務家が中心となって、自殺で亡くなられた1000人の方の「自殺に追い込まれたプロセス」を明らかにすること、そして「死から学ぶ」という謙虚な姿勢で、その結果から具体的な自殺対策の立案を行うことを目的としています。

正式な名称は『1000人の声なき声に耳を傾ける調査』といいます。NPO法人ライフリンクと東京大学経済学部21世紀COEプログラムCEMANOとで作る合同調査チームが、日本財団の協賛の下、過労自殺に詳しい弁護士や多重債務問題の専門家、全国の自死遺族支援団体や自死遺族、介護問題の専門家や精神科医らと連携して行う日本ではじめての実践的な自殺実態調査です。

自殺の実態解明は、自殺総合対策大綱の重要施策のひとつに挙げられています。大綱には、国は「民間団体等が実施する自殺の実態解明のための調査を支援する」とも謳われていますから、「自殺実態1000人調査」は日本の自殺総合対策の推進において非常に重要な役割を担うものだと言ってもいいでしょう。

本調査の特徴は、大きく四つあります。ひとつは、あらゆる立場の人が「参加者」として調査に関わっているということです。従来であれば「協力者」と位置付けられがちな自死遺族も、本調査においては「参加者」。効果的な自殺対策の立案を共にめざす「仲間」です。質問票作りに関わる専門家や調査分析を行うメンバーも、さらには資金助成をする財団も、皆同じです。それぞれがそれぞれの役割を果たしながら、自殺に追い込まれる人をひとりでも減らそうと、本調査に「参加」しているのです。

もうひとつの特徴は、調査を進めていくことで、自ずと有効な対策が見えてくるように工夫されているということです。本調査は、研究本位の疫学的調査とは異なり、あくまでも対策の立案を目的とした実践的な調査です。現場で活動する実務家が中心となって作成した計2,143の設問と多様な自由記述欄を含む詳細な質問票によって、自殺の実態を「点」としてだけでなく、自殺に追い込まれる「具体的なプロセス」として明らかにすることができるようになっています。結果、対策のポイントが自ずと浮かび上がってくるのです。

さらに、自殺の「具体的なプロセス」を明らかにする本調査を、自殺の「全体傾向」を明らかにできる警察の自殺者統計と重ね合わせて解析できるようにも工夫がされています。本調査の項目の分類を、警察統計のそれと揃えてあるのです。本調査を核として、警察統計や自殺に関する他の様々なデータを複合的に解析していけば、日本の自殺の実態を包括的かつ立体的、専門的に明らかにすることができるようになるわけです。

最後になりますが、本調査は自死遺族支援と一体不可分のものとして設計されているという特徴もあります。全国各地の自死遺族支援団体や司法および医療の専門家等と連携して行っている調査だからこそ、調査に参加するご遺族に対しても「分かち合いの会」を直接紹介したり、法律や医療の解決策につなげたりすることができるようになっています。加えて、本調査には独自の項目として「自死遺族の抱える課題」が含まれており、自死遺族支援策の立案に結びつくようになっています。

なお、効果的な自殺対策の立案を迅速に進めていくために、調査の結果は社会に対して広く速やかに公開していくことにしています。実際に、調査開始から3か月後にあたる今年9月10日の「WHO世界自殺予防デー」にも、本調査の「中間報告」として、まず100人分の調査をまとめた結果を発表しました。その中で分かってきたことは、①自殺の背景には複雑に絡み合った複数の要因があり、自殺対策には相談窓口同士の連携が必要であること②自死遺族は周囲の冷たい反応によって孤立しており、支援には孤立を防ぐための工夫が必要であること③対象によって自殺の実態に特徴が見られるため、自殺対策においては対象別の対策も重要であること等々です。

「自殺実態1000人調査」によって、人が自殺に追い込まれるまでの「具体的なプロセス」を明らかにすることができ、またそれに基づいて効果的な対策を立案することができるようになります。さらに、調査結果を広くテレビや新聞等で報道してもらうことによって、自殺に

対しての誤解や偏見、自殺対策の重要性についても訴えることができます。実務の面でも啓発の面でも、自殺総合対策の推進において、本調査は極めて重要な役目を担っているのです。

＜日本の自殺実態の全容解明モデル＞



(NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク 代表 清水 康之)

2 情報提供体制の充実

自殺予防に向けての政府の総合的な対策を支援するため、厚生労働省では、平成18年10月に自殺予防総合対策センターを設置したところであり、同センターでは、①自殺予防対策に関する情報の収集及び発信、②自殺予防対策支援ネットワークの構築、③自殺予防対策等の研修、④関係機関・団体、民間団体の支援、⑤自殺予防対策に関する政策の提案、⑥自殺の実態分析、自殺の背景となる精神疾患等や自殺未遂者・自殺者遺族等のケアの

調査・研究を行うこととしている。

自殺予防対策に関する情報の収集及び発信に関しては、自殺予防総合対策センターのホームページ内に「いきる」を開設し、この中で、自殺の現状、国・地方自治体の自殺対策、世界保健機関や海外での取組等について紹介している。

<<http://www.ncnp.go.jp/ikiru-hp/index.html>>

3 自殺未遂者、遺族等の実態及び支援方策についての調査の推進

厚生労働省では、自殺未遂者や遺族等に関する調査研究について、平成18年度から3年計画により、厚生労働科学研究費補助金（こころの健康科学研究事業）「自殺未遂者及び自殺者遺族等へのケアに関する研究」とし

て、自殺未遂者・自殺者遺族等のケアに関する実態調査を行うとともに、ガイドラインや関係者等に対する研修プログラムの作成を中心とした支援方策についての研究を実施している。

4 児童生徒の自殺予防についての調査の推進

(1) 児童生徒の自殺の実態把握に向けて

児童生徒の自殺問題については、児童生徒の自殺者数が全体に占める割合は大きくないものの、いじめを苦にした自殺や連鎖的な傾向が見られるなどの問題があり、教育上重要な課題である。

また、平成18年度においていじめが社会問題化した折には、①児童生徒の自殺者数について、警察庁調査結果と文部科学省調査結果に大きな差があること、②文部科学省調査によれば、平成11年度から17年度まで「いじめが主たる理由とされる自殺」が1件も報告されていなかったこと等といった、実態把握のあり方について多くの指摘があった。

これらの指摘を受け、文部科学省では自殺を含めた問題行動の調査方法を見直し、平成18年度分より新しい調査方法による実態把握に努めている。

また、実態が十分に把握されていない要因として、調査が学校関係者のみにより行われていることがあると考えられる。そこで、学校関係者による調査に限界がある場合には、必要に応じて、当該学校とは直接関係のない

第三者（教育関係者、法律家、校医、精神保健の専門家など）による実態調査を実施することなどにより、一層正確な実態把握に向けた教育委員会・学校の取組を促進している。

(2) 児童生徒の自殺予防に向けた調査研究の推進

文部科学省では、これまでも、命を大切にする教育や教育相談体制の充実、いじめ問題への対応などの施策を通じて、児童生徒の自殺予防に取り組んできたところであるが、自殺予防について一層の充実を図るため、児童生徒の自殺の特徴や傾向などを分析して、学校現場に資する自殺予防の対応方策について検討を行う「児童生徒の自殺予防に向けた取組に関する検討会」を平成18年8月より開催し、19年3月に「子どもの自殺予防のための取組に向けて（第1次報告）」を取りまとめた。これに引き続いて、19年度は「児童生徒の自殺予防に向けた取組に関する調査研究」を実施し、教育現場に資する自殺予防プログラムやマニュアルの開発等に向けた検討を進めることとしている。

5 うつ病等の精神疾患の病態解明及び診断・治療技術の開発

厚生労働省では、厚生労働科学研究費補助金（こころの健康科学研究事業）において、うつ病等の精神疾患に対する、心理・社会学的方法、分子生物学的手法、画像診断技術等を活用した病因・病態の解明、効果的な予防、診断、治療法等の研究・開発の推進に取

り組んでいる。

平成18年度には、例えば、「難治性うつ病の治療反応性予測と客観的診断法に関する生物・心理・社会的統合研究」において、難治性うつ病の経過に関する研究等を行った。

6 既存資料の利活用の促進

厚生労働省では、これまでも、人口動態統計等の統計資料により、自殺対策に資する資料の提供を行ってきたところである。

警察庁では、自殺対策基本法の施行を受け、より自殺対策に資する資料を提供するこ

とができるよう、平成19年1月から自殺の原因・動機の項目を中心に見直した新しい自殺統計原票の運用を開始し、20年以降の公表資料が、関係機関等の調査研究により有益な活用資料となるよう努めている。

また、都道府県警察に対しても、自殺防止 可能な範囲で積極的に行うよう指示した。
対策に資する目的での統計資料の提供には、

<参考>

自殺統計原票の見直し

1 改正の趣旨

警察庁のまとめる自殺統計の基となる自殺統計原票は、死亡事案について現場の警察官が犯罪性の有無を調査する過程で判明した事実の範囲内で作成するものであるが、平成18年6月、自殺対策基本法が制定されるなど、近年、自殺防止に取り組む社会的な気運が高まっていることから、より自殺対策に資する統計資料を提供することができるよう、同年11月までに関係省庁等の意見を聴取した上で、自殺の原因・動機に関する部分を中心に、自殺統計原票の見直しを行った。

2 改正の要点

(1) 自殺の原因・動機の正確性の向上

遺書等の資料から自殺の原因・動機が明らかに推定できる場合に限り、該当する原因・動機を計上することとした。

(2) 自殺の原因・動機の複数計上

原因・動機が複合すると認められる場合には、複数の原因・動機（三つまで）を計上することができることとした。

(3) 自殺の原因・動機の項目の整理

関係省庁等の意見を踏まえ、より自殺対策に資するよう自殺の原因・動機の項目を整理した。

(例)

- ・「家庭問題」の項目として、「子育ての悩み」、「被虐待」、「介護・看病疲れ」を追加
- ・「経済・生活問題」の項目として、「負債（多重債務）」、「負債（連帯保証債務）」、「借金の取り立て苦」を追加
- ・「勤務問題」の項目として、「仕事疲れ」を追加
- ・「学校問題」の項目として、「いじめ」を追加

3 運用の開始等

新しい自殺統計原票は、平成19年1月1日から運用しており、これに基づく統計資料は、20年度以降に公表されることとなる。

第2節 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す

自殺対策を推進するためには、国民一人ひとりが自殺に対する正しい認識を持ち、取組への参画を促すことが重要である。自分の周りにいるかもしれない自殺を考えている人の存在に気づき、専門家につなぎ、見守ってい

くという自殺対策における国民一人ひとりの役割等についての理解の促進を図るため、次の教育活動、広報活動を通じた啓発事業に取り組むこととしている。

1 自殺予防週間の設定と啓発事業の実施

9月10日の世界自殺予防デーに因んで、毎年、9月10日からの一週間を「自殺予防週間」

として定め、幅広い国民の参加による啓発事業の実施により、命の大切さとともに、自殺