

第1節

自殺の実態を明らかにする取組

1 実態解明のための調査の実施

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には、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が重要である。

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近年まで行われてこなかったが、厚生労働省では、平成17年度から心理学的剖検の実施方法に関する試行的な研究を行ったのち、19年度から、「心理学的剖検データベースを活用した自殺の原因分析に関する研究」（こころの健康科学研究事業）において、「自殺予防と遺族支援のための基礎調査」を、全国に広く呼びかけて実施した。21年度は調査を継続するとともに、症例対照研究を行い、自殺に関連する要因の分

析を進めた。その結果から、自殺者の特徴として、青少年では、不登校、いじめ、親との離別など学校・家庭での様々な問題を経験している者や、精神疾患を有する者が多いこと、治療薬として処方された向精神薬を過量摂取した者も多いこと、中高年では借金等の社会的問題を抱えた人の背景にアルコール問題が多く存在すること、高齢者ではうつ病等であっても精神科にかかっていない人が多いことなどが判明した。これらの点は自殺予防の介入ポイントとして重要な視点と考えられた。

今後も自殺対策基本法第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。

COLUMN 3

「自殺予防と遺族支援のための基礎調査」について ～症例対照研究から見てきたこと～

自殺予防総合対策センターでは、2007年より開始した心理学的剖検調査（自殺既遂者の遺族からの詳細な聞き取り調査）「自殺予防と遺族支援のための基礎調査」において、症例対照研究の手法による分析を行いました。

症例対照研究は、自殺の危険因子を明らかにする上で欠かせない手法です。たとえば、自殺既遂者の70%に借金が認められたからといって、ただちに借金を自殺の危険因子とすることはできません。一般成人のなかにも住宅ローンなどで借金を抱えている者は相当数存在するからです。そのため、危険因子の同定には、対照群（自殺既遂をしなかった集団）との統計学的比較が必要になります。

本研究においては、2008年1月から2009年7月までに収集された20歳以上の自殺事例52例と性別・年齢・地域が一致する生存事例を住民基本台帳からランダムに抽出し、その対照事例の

家族に対して、自殺事例群と同一の面接票による情報収集を行いました。対照群として選ばれたのは、通常、性別・年齢・地域を一致させた生存事例でした。

自殺事例群と対照群との統計学的比較の結果、様々な自殺の危険因子が抽出されました。ここでは、いくつか代表的な知見を列挙しておきます。

まず、「死について口に出すこと」、「身辺整理」、「不注意や無謀な行動」、「身だしなみを気にしなくなる」、「自傷・自殺未遂の経験」といった、従来、自殺のサインと指摘されてきたことの妥当性が確認されました。

家族を自殺で失うことだけでなく、「友人や同僚の自殺や自殺未遂」も、その人の自殺のリスクを高めることが分かりました。また、「公共料金の滞納」や「借金返済期限の遅れ」などを伴うほどの借金も、確かに自殺の危険因子といえることが分かりました。一方、時間外勤務時間の多さは必ずしも自殺に関連していなかったものの、「配置転換や異動に関する悩み」は自殺と密接に関連していました。さらに、「子ども時代の虐待やいじめ」、「家族や地域との交流の少なさ」、「日常生活に支障を来す身体的問題」もまた自殺の危険因子であることが分かりました。

精神保健的要因では、大うつ性障害、アルコール乱用・依存、精神病性障害、不安障害といった精神疾患への罹患、あるいは、睡眠障害が自殺に関連していたのはいうまでもありませんが、これらに加えて、「眠るために飲酒すること」が自殺のリスクを高めることも明らかにされました。

本研究の限界として、調査対象数の少なさや、自殺発生から数年以上経過した事例も含まれているために情報収集の精度等の問題はありますが、我が国で最初の本格的な自殺の心理学的剖検研究による自殺関連要因の症例対照研究であり、明確に自殺の危険因子を同定できた点で、その意義は大きく、本研究により明らかとなった自殺の危険因子について検討していくことが、今後の自殺対策にとって極めて重要であると考えています。

○Webサイト <http://www.ncnp.go.jp/nimh/keikaku/kisochousa/pdf/1003193.pdf>

自殺予防総合対策センター

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、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、自殺未遂

者・自殺者遺族等のケア、自殺対策の取組状況等の調査・研究を行っている。

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Webサイト「いきる」(<http://ikiru.ncnp.go.jp/ikiru-hp/index.html>)を開設し、この中で、基礎資料、自殺の統計、地方自治体の対策、海外の情報等について紹介している。

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、「自殺未遂者および自殺者遺族等へのケアに関する研究」（こころの健康科学研究