

前号でも取り上げましたが、3月は自殺対策強化月間です。これは、自殺対策強化月間が定められた当時、3月の自殺者数が月別の中で最も多かったためです。近年の月別の自殺者数の推移をみても、やはり3～5月の自殺者数が多いように見受けられます。実際に、春先に自殺が増えるという話を聴くこともあります。

そこで今回は、平成26年3月から平成31年2月までの5年間の警察庁「自殺統計」月別自殺者数を気象庁区分（春：3～5月、夏：6～8月、秋：9～11月、冬：12～翌2月）で集計し、全国および北海道を季節ごとに比較してみたいと思います。表中の（ ）は構成比です。

全国	春(3～5月)	夏(6～8月)	秋(9～11月)	冬(12～2月)
H26.3～H27.2	6,808 (27%)	6,280 (25%)	6,586 (26%)	5,624 (22%)
H27.3～H28.2	6,639 (28%)	5,987 (25%)	5,786 (24%)	5,365 (23%)
H28.3～H29.2	6,058 (28%)	5,425 (25%)	5,268 (24%)	5,027 (23%)
H29.3～H30.2	5,879 (28%)	5,558 (26%)	5,028 (24%)	4,635 (22%)
H30.3～H31.2	5,692 (27%)	5,174 (25%)	5,142 (25%)	4,803 (23%)
計	31,076 (28%)	28,424 (25%)	27,810 (25%)	25,454 (23%)

※ 平成26年～平成29年データは警察庁自殺統計確定値、平成30～31年データは暫定値

平成26年3月～平成31年2月までの全国の季節ごとにみると、春が31,076人（28%）、夏が28,424人（25%）、秋が27,810人（25%）、冬が25,424人（23%）となっており、自殺は春に多く、冬に少なくなっています。年次ごとに見ると、自殺者数は季節に関係なく減少傾向にあります。直近の平成30年3月～平成31年2月の秋・冬において前年よりも増加が見られました。

北海道	春(3～5月)	夏(6～8月)	秋(9～11月)	冬(12～2月)
H26.3～H27.2	287 (25%)	307 (27%)	301 (27%)	239 (21%)
H27.3～H28.2	316 (27%)	300 (26%)	299 (26%)	236 (21%)
H28.3～H29.2	255 (25%)	258 (26%)	258 (26%)	232 (23%)
H29.3～H30.2	269 (28%)	277 (28%)	234 (24%)	193 (20%)
H30.3～H31.2	276 (27%)	267 (26%)	241 (24%)	233 (23%)
計	1,403 (27%)	1,409 (27%)	1,333 (25%)	1,133 (21%)

※ 平成26年～平成29年データは警察庁自殺統計確定値、平成30～31年データは暫定値

次に、北海道の自殺者数を季節ごとにみると、春が1,403人（27%）、夏が1,409人（27%）、秋が1,333人（25%）、冬が1,133人（21%）となっており、自殺は春と夏に増加し、冬に減少しています。年次ごとにみると、夏は安定して自殺者数が多く、春はばらつきがあるものの多く、冬は安定して少ないという特徴になっているように思われます。自殺者数は季節に関係な

く減少傾向にありましたが、直近の平成 30 年 3 月～平成 31 年 2 月では、春・秋・冬において前年よりも増加していました。

全国と北海道を比較すると、全国ではやはり春の自殺が最も多く、夏と秋がほぼ同数、冬が少ないという分布になっています。一方、北海道では春と夏がほぼ同数で、冬は全国以上に少なくなるという分布になっています。

春に自殺が増える理由は、冬から夏にかけての体調の変化や就職や転職、異動や転勤など環境の変化、あるいは年度末の繁忙期・借金の返済期限など様々なものが考えられ、かつそれらが複合的で一概にこれであるということはいえません。ですが、今回の集計を見ると、全国・北海道ともに一年の中で最も自殺者数の少なくなる冬から最も自殺者数の多くなる春へと一気に移り変わっています。少しずつ自殺者数は減少していますが、今後も引き続き自殺対策を推進していただきたいと思います。

参考文献

警察庁「自殺統計」

【3】お知らせ

◇ 精神保健福祉センターでは、こころの電話相談を次の時間帯で行っています。

月曜から金曜日 9:00～21:00

土曜日曜祝日（12月29日～1月3日を除く） 10:00～16:00

Tel : 0570-064-556

※ご相談の電話が集中しますと、つながりづらい状態になりますがご了承ください。

◇ HP・携帯版 HP をご覧ください

北海道地域自殺対策推進センターの HP を開設しています。最新の北海道の状況を掲載しており、より情報を見やすく、分かりやすくお伝えできるよう心がけています。

パソコン HP URL : <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/jisatutaisaku.htm>

また、携帯電話で見ることができる携帯版 HP も開設しています。警察庁および北海道警察から公表された統計資料をもとに、北海道における自殺の状況を掲載しています。こちらも併せてご覧ください。

携帯 HP URL : <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/i/joukyou.htm>

【4】編集後記

北海道ではようやく根雪がなくなり、路面が見えるようになりました。ただ、未だに暖房が手放せず、しばしば雪も降っており、まだまだ春は遠そうです。本州の方では桜の開花が近いとの報道を目にしましたが、こちらはまだしばらくかかりそうです。

この時期は花粉症や風邪など体調不良、就職や転勤などストレスの多い時期でもあります。十分にご自愛ください。

年度が替わり次号から **Andante** 執筆メンバーにも変化があります。変わらずより良いものをお届けしていけるよう頑張りますので、どうぞよろしくお願ひします。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.118 は、2019 年 4 月末に配信予定です。

お問い合わせ先

北海道立精神保健福祉センター
札幌市白石区本通 16 丁目北 6 番 34 号

Tel 011-864-7121

Fax 011-864-9546

URL <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/>

Mail hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp