

平成31年4月の自殺者数は、前月比では、北海道において増加、全国・全国男性・全国女性において減少でした。都道府県別では、自殺者数が増加したのは20、減少したのは25、変化なしは2でした。

2. 平成31年4月末と平成30年4月末の月別自殺者数の比較（単位：人）

H31年4月<北海道 85人、全国 1,759人、全国(男性) 1,247人、全国(女性) 512人>
H30年4月<北海道 83人、全国 1,825人、全国(男性) 1,236人、全国(女性) 589人>
前年比<北海道 +2人、全国 -66人、全国(男性) +11人、全国(女性) -77人>

前年同月比では、北海道において増加、全国・全国男性・全国女性において減少でした。また、都道府県別でみると、自殺者数が増加したのは20、減少したのは26、増減なしは1でした。

◇平成30年中の年齢別自殺者数（確定値）〔警察庁発表〕◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇
今月は先月に引き続き警察庁「平成30年中における自殺の概況」（確定値）および厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」（発見日・発見地集計）より、全国及び北海道における年齢階級別自殺者数をまとめます。表中（）内は前年比です。

1. 全国における年齢別自殺者数、および前年比（単位：人）

総数 <総数 20,840人 (-2.3%) 男性 14,290人 (-3.6%) 女性 6,550人 (+0.8%) >
19歳以下 <総数 599人 (+5.6%) 男性 366人 (-7.6%) 女性 233人 (+36.3%) >
20～29歳 <総数 2,152人 (-2.8%) 男性 1,538人 (-4.3%) 女性 614人 (+1.3%) >
30～39歳 <総数 2,597人 (-3.9%) 男性 1,930人 (-4.0%) 女性 667人 (-3.8%) >
40～49歳 <総数 3,498人 (-4.6%) 男性 2,499人 (-7.1%) 女性 999人 (+2.3%) >
50～59歳 <総数 3,575人 (-0.5%) 男性 2,558人 (-1.3%) 女性 1,017人 (+1.7%) >
60～69歳 <総数 3,079人 (-7.8%) 男性 2,103人 (-9.3%) 女性 976人 (-4.3%) >
70～79歳 <総数 2,998人 (+2.5%) 男性 1,913人 (+3.9%) 女性 1,085人 (0.0%) >
80歳以上 <総数 2,290人 (+1.5%) 男性 1,335人 (+1.1%) 女性 955人 (+2.0%) >
不詳 <総数 52人 (-7.1%) 男性 48人 (-2.0%) 女性 4人 (-42.9%) >

全国における平成30年中の自殺者数は20,840人でした。総数においては前年比2.3%の減少ですが、19歳以下・70～79歳・80歳以上の年齢層において増加がみられました。性別別にみると、男性は前年比3.6%の減少、女性は0.8%の増加となっています。男性は70～79歳・80歳以上の年齢層において、女性は19歳以下・20～29歳・40～49歳・50～59歳・80歳以上の年齢層において増加がみられました。

相談者の特徴

- 借金を作ったことは、恥だと思っており、他人に相談することをためらっている。
- 借金のことは話題にできず、その他の問題で相談してきたり、家族や関係者とのトラブルとして表面化したりする場合もある。
- 他人の援助を受けることなく、日々の取り立てや資金繰りの為に極度の疲労状態にあり、思考能力、判断力、行動力が著しく落ちている者も少なくない。
- うつ病に罹患していたり、うつ状態に陥っている者もいる。
- 多重債務の原因としてはさまざまであるが、事業の失敗、保証人としての債務、失業、病気による就労不能などが多く、近年は家族の介護のための離職や、貸与型奨学金の返済負担に起因する事例も増えている。
- ギャンブル障害（ギャンブル依存症）やアルコール／薬物依存症、買い物依存といった依存症の問題がある場合は、本人がそのことを隠し続けることがある。
- 家族には秘密にしている場合がある。

支援における9つのポイント

1. まずは、これまでの苦勞へのねぎらいをする
2. 本人の困りごとや、家族や関係者とのトラブル、仕事や社会的活動上の問題の背景に借金・多重債務がないか関心を払っておく
3. 専門家の介入の有無を確認する
4. 専門家への相談がなされていない場合は、弁護士・司法書士の介入があれば、借金は解決可能であることを伝える
5. 弁護士・司法書士を紹介する際は、よりていねいで積極的な働きかけをする
6. ギャンブル障害などの依存症がないか確認をし、適切に対応する
7. うつ病が疑われる様子がないか関心を払い、適切に対応する
8. 自殺のリスクがないか確認し、適切に対応する
9. 弁護士・司法書士、専門医療機関や、保健行政機関、その他の関係機関、関係者との情報交換や連携をはかる

どれだけやむを得ない事情があったとしても、多重債務・経済問題で悩まれている方は、そのような状況になったのは自分のせいであると考えがちです。そのため周りに迷惑をかけたくない、周りの手を借りるわけにはいかないと一人で問題を抱え、精神的に追い詰められ、解決のための合理的な判断ができない状態にあることもあります。上記しましたが、弁護士や司法書士など専門家の助けがあればお金の問題はほぼ解決可能です。現在お悩みになられている方は、どのような状況だとしても、まずは然るべき相談機関とつながり、ご自身を守るための第一歩を踏み出して欲しいと思います。

参考文献

『ワンストップ支援における留意点―複雑・困難な背景を有する人々を支援するための手引―』、
2018、一般社団法人日本うつ病センター

『Q&A 自殺対策計画策定ハンドブック』、2018、本橋豊編著、株式会社ぎょうせい発行

【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・・

元号が令和に変わり、初のAndanteになります。GW皆様はどのようにお過ごしになりましたか。10日間もの休みは、始まる時は長いと感じていましたが、終わってみるとあっという間でした。今思えば、やはり旅行に行くなり、実家に帰省するなり、何か非日常的なことをしておけば良かったかなと若干後悔しております。

さて、今回のAndanteでは、多重債務・経済問題について触れさせていただきました。この時期は、年度末・年度初めということで環境の変化、仕事の負担など心労のかさむ時期かと思えます。どうぞ無理せず健康に日々お過ごしください。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.120 は、令和元年（2019年）6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