

H28.3.31

Vol.081

～北海道の自殺対策について～

発行：北海道地域自殺予防情報センター
(北海道立精神保健福祉センター内)

※『Andante: アンダンテ』とは

「ゆっくりと歩くくらいの速さで」という意味の音楽用語です。皆さんは最近、ゆっくりと歩いてみたことはありますか？ ゆっくりと自分にとって適度なスピードで歩いているとき、私達の視野はいつもよりぐっと広がり、忙しく過ごす中では見過ごしがちなものに気が付くことがあります。月に一度「Andante」が届くたびに、皆さんがふっと一息つき、少しの時間だけでもゆっくり歩くことを思い出していただけたらと考えています。

— 目 次 —

【1】北海道における自殺の現状

- ◇ 平成 28 年 2 月末の自殺者数(暫定値)[警察庁発表]
- ◇ 東日本大震災に関する自殺者数の年次推移[警察庁発表]

【2】自殺について知ろう

- #### ◇ 検索連動広告を利用した相談活動(NPO 法人 OVA の取り組み)

【3】お知らせ

- ◇ ころの電話相談
- ◇ HP 及び携帯 HP をご覧ください

【4】編集後記

【1】北海道における自殺の現状

- ◇平成 28 年 2 月末の自殺者数(暫定値)[警察庁発表]◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇
警察庁より平成 28 年 2 月末の月別自殺者数の暫定値が発表されました。

平成 28 年 2 月の北海道の自殺者数は 74 人でした。また、全国の自殺者数は 1,707 人、そのうち男性は 1,178 人、女性は 529 人でした。

1.平成 28 年 2 月末と平成 28 年 1 月末の月別自殺者数の比較 (単位:人)

平成 28 年 2 月の自殺者数は、前月比では北海道・全国・全国男性・全国女性のすべてにおいて減少しました。都道府県別では、自殺者数が増加したのは 19、減少したのは 26、変化なしは 2 でした。

H28 年 2 月＜北海道 74 人、全国 1,707 人、全国(男性) 1,178 人、全国(女性) 529 人＞
H27 年 2 月＜北海道 66 人、全国 1,771 人、全国(男性) 1,232 人、全国(女性) 539 人＞
前 年 比 ＜北海道 +8 人、全国 -64 人、全国(男性) -54 人、全国(女性) -10 人＞

前年同月比では、全国・全国男性・全国女性において減少、北海道において増加しました。また、都道府県別でみると、自殺者数が増加したのは22、減少したのは24、増減なしは1でした。

内閣府が発表した東日本大震災関連自殺特別集計より東日本大震災に関する自殺者数の年次推移についてご報告します。「東日本大震災に関する自殺者数」によると、①遺体の発見地が、避難所、仮設住宅又は遺体安置所であるもの。②自殺者が避難所又は仮設住宅に居住していた者であることが遺族等の供述その他により判明したもの。③自殺者が被災地(東京電力福島第一原子力発電所事故の避難区域、計画的避難区域又は緊急時避難準備区域を含む。)から避難してきた者であることが遺族等の供述その他により判明したもの。④自殺者の住居(居住地域)、職場等が地震又は津波により甚大な被害を受けたことが遺族等の供述その他により判明したもの。⑤その他、自殺の「原因・動機」が、東日本大震災の直接の影響によるものであることが遺族等の供述その他により判明したもの。のいずれかに該当する自殺と定義されています。

<合計および男女別の年次推移>

	合計	男性	女性
H23	55	42	13
H24	24	18	6
H25	38	23	15
H26	22	11	11
H27	23	13	10

男女別自殺者数は平成 23 年から 25 年までは男性の割合が多くなっています。通常、日本の自殺者は男性 7 割、女性 3 割の割合なのですが、平成 26 年、27 年の被災地のデータには性差があまりみられませんでした。合計は震災発生直後の平成 23 年が最も多く、平成 24 年減少、25 年増加、26 年減少、27 年増加というように増減を繰り返していますが、増減幅は年々小さくなってきています。平成 27 年は 26 年とほぼ同様の結果となりました。

<自殺者数の年次推移>

その他は、茨城県、埼玉県、東京都、神奈川県、大阪府、京都府の合計です。

	岩手県	宮城県	福島県	その他
H23	17	22	10	6
H24	8	3	13	0
H25	4	10	23	1
H26	3	4	15	0
H27	3	1	19	0

平成 23 年は津波被害の大きかった岩手県と宮城県が多く、その他でも自殺がみられましたが、以降岩手県は徐々に減少し、宮城県は平成 25 年に一度増加しましたが、それ以降は減少が続いています。一方で福島はその他の被災県と比較すると自殺者数は依然として多く、震災直後の平成 23 年よりもそれ以降の年の方が自殺者の多い状況になっています。

<年齢階層別自殺者数の年次推移>

	～10 代	20 代	30 代	40 代	50 代	60 代	70 代	80 代～
H23	1	4	4	4	11	19	7	5
H24	0	2	4	3	5	5	2	3
H25	0	4	3	6	13	2	3	7
H26	1	1	1	4	5	7	2	1
H27	0	1	0	4	2	5	7	4

平成 23 年から 24 年はすべての年齢階層で自殺者は減少しました。平成 24 年から平成 26 年までは増減を繰り返し、平成 26 年から平成 27 年にかけては 70 代、80 代以上が増加しています。過去 5 年間を通して 40 代以上の中年の年齢階層と高齢者の自殺が目立ちます。

＜職業別自殺者数の年次推移＞

表中の自営業は「自営業・家族従業者」、被雇用人は「被雇用人・勤め人」、学生は「学生・生徒等」をあらわしています。

	自営業	被雇用人	学生	無職者
H23	10	13	1	31
H24	3	5	0	16
H25	1	10	0	27
H26	1	3	1	17
H27	2	3	1	17

職業別は、全国と同様に無職者が多い傾向にあります。各職業で平成 23 年が最も多くなっています。

＜原因・動機別自殺者数の年次推移＞

遺書等の自殺を裏付ける資料により明らかに推定できる要因・動機を一人につき 3 つまで計上しています。「経・生」は経済・生活問題です。

	家庭	健康	経・生	勤務	男女	学校	その他	不詳
H23	11	17	18	7	0	0	10	16
H24	5	11	5	2	0	0	4	5
H25	5	22	9	5	1	0	3	8
H26	5	11	3	2	1	0	1	6
H27	6	13	2	0	1	0	2	8

各原因・動機で、最も自殺者数が多かったのは平成 23 年でした。一度減少しましたが、平成 25 年には、自殺者数が健康問題、経済・生活問題、勤務問題、男女問題、不詳において増加し、平成 26 年にはこれらすべてで減少に転じました。しかし、平成 27 年は、家庭問題、健康問題、その他、不詳で増加が見られています。

今年の 3 月で東日本大震災・福島第一原発事故発生から 5 年目になりました。もう 5 年も経ったのか、まだ 5 年しか経っていないのか、皆さんはどう感じておられますか。

年次推移をみると、平成 24 年から 25 年にかけて増加した項目が多く見られ、平成 25 年から 26 年は減少した項目が多く見られました。しかしながら、依然として年間 20 人以上が震災に関連した自殺に至っています。長引く避難生活によるストレスや生活の困難さなど、被災者の心身のケア、生活支援がさらに求められます。

【2】自殺について知ろう

◇検索連動広告を利用した相談活動(NPO 法人 OVA の取り組み)◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

これまで Andante では、バックナンバーで自殺予防とインターネットと題して、メール相談やウェブサイトを利用した情報提供、メディアリテラシーなどについてお知らせしてきました。総務省の平成 27 年版情報通信白書によると、インターネットの人口普及率は 82.8%で、利用端末の種類としては自宅のパソコン(53.5%)に次いで、スマートフォン(47.1%)の利用率が高いことがわかっています。また、世代別のインターネット利用率は 13～59 歳までは各階層で 90%以上と、高い利用率です。先月、道立精神保健福祉センター職員のスキルアップ研修として定例で行われている所内職員向け学習会に NPO 法人 OVA の伊藤代表を講師としてお招きしました。NPO 法人 OVA(<http://ova-japan.org/>)はインターネットの検索連動広告(リスティング広告)を利用した相談活動を行っている団体です。今回の Andante では、所内職員向け学習会の内容から OVA の取り組みをご紹介します。

検索エンジン Google には月間で「死にたい」という言葉が約 13 万回入力されています。自殺の方法や「死にたい」と検索する人が多くいること、そのうちの一部はその後、自殺既遂に至っていることがわかっています。OVA ではこれらの言葉を検索エンジンで調べると、検索したワードに連動した公告(リスティング公告)が「死にたくなったあなたへ」、などという形で、検索結果の目につきやすいところに表示されるしくみをつくりました。OVA では、このしくみを利用してインターネット・ゲートキーパー活動(夜回り 2.0)を行っています。表示されたリスティング広告をクリックすると相談を促すサイトにつながります。サイトには「自殺を考えている人は今すぐ下のボタンをクリックし、メールをください。内容に悩んだら、たった一言や空メールでも大丈夫です」と表示されていて、ワンクリックでメールが送れるしくみになっています。返メールの URL からスマートフォンで答えられるスクリーニング質問項目に回答してもらい、回答結果やメールのやりとりから相談者の心身の健康状態を査定します。

夜回り 2.0 でつながる相談者の 8 割は 20～30 代で、緊急性が高い場合には電話などで相談者と直接話をすることもあるようです。夜回り 2.0 は、医療機関等の社会資源につながることでできない相談者を利用可能な資源につなぐことを一つの目的にしています。援助希求能力が低下している自殺ハイリスク者には、すぐに支援につながれるという点が重要です。メールによるゲートキーパー活動は途切れやすく継続が難しい側面もありますが、ワンクリックで相談につながることで、匿名性が高く、24 時間利用可能なこと、場所を問わずに相談できること、相談者が状況をコント

ロールできることなどの相談者にとってのメリットがあります。OVA の伊藤代表はこの相談活動を「宛先のない叫び(心の SOS)に宛先をつくること」とおっしゃっていました。直接、自殺ハイリスク者と関わることの困難さと同時に、「死にたい」と「生きたい」のあいだを揺れ動く宛先のない言葉を掬い上げる活動の大切さを知り、インターネットが普及しているからこそ出来る支援のかたちを学ぶ機会となりました。

参考文献

総務省『平成 27 年度版情報通信白書』

【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

北海道地域自殺予防情報センターの 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

暖かい日が続き、雪は融けていよいよ春到来です。春は門出の季節ですね。

別れがあるかもしれませんが、新しい出会いに期待して、良いスタートをきりたいものです。

今号が今年度最後の Andante でした。今年度は若年者の自殺に関する内容を重点的にお伝えしてきましたが、いかがでしたでしょうか。

新年度も引き続き、自殺についての情報をお届けできるよう励んで参ります。

これからも Andante をよろしくお願い致します。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.82 は、2016 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