

1. 平成 27 年 1 月末と平成 26 年 12 月末の月別自殺者数の比較 (単位:人)

H27 年 1 月<北海道 94 人、全国 2,023 人、全国(男性) 1,412、全国(女性) 611 人>
H26 年 12 月<北海道 79 人、全国 1,795 人、全国(男性) 1,217 人、全国(女性) 578 人>
前 月 比 <北海道 +15 人、全国 +228 人、全国(男性) +195 人、全国(女性) +33 人>

平成 27 年 1 月の自殺者数は、前月比では北海道・全国・全国男性・全国女性の全て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 27、減少したのは 19、増減なしが 1 でした。

2. 平成 27 年 1 月末と平成 26 年 1 月末の月別自殺者数の比較 (単位:人)

H27 年 1 月<北海道 94 人、全国 2,023 人、全国(男性) 1,412 人、全国(女性) 611 人>
H26 年 1 月<北海道 85 人、全国 2,079 人、全国(男性) 1,480 人、全国(女性) 599 人>
前 年 比 <北海道 +9 人、全国 -56 人、全国(男性) -68 人、全国(女性) +12 人>

前年同月比においては北海道・全国女性において増加、全国・全国男性において減少しました。また、都道府県別でみると、自殺者数が増加したのは 16、減少したのは 28、増減なしは 3 でした。

◇平成 26 年自殺者数(暫定値)と交通事故死亡者数の比較[警察庁発表]◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

警察庁から平成 26 年 1 月から 12 月の自殺者数の暫定値、及び平成 26 年中の交通事故死亡者数が発表されました。そこで今回は、全国・北海道の平成 26 年中の自殺者数と交通事故死亡者数の比較をご紹介します。

平成 26 年の自殺者数は全国で 25,426 人(前年比-1,857 人)、交通事故死亡者数(24 時間以内)は全国で 4,113 人(前年比-260 人)でした。平成 26 年は自殺者数の方が交通事故死亡者数よりも 6.18 倍多かったということになります。平成 25 年は交通事故死亡者数の 6.24 倍の自殺者数でしたので、わずかに両者の差が小さくなったことになります。また、平成 26 年の自殺者数と交通事故死亡者数をそれぞれ 1 日あたりに換算すると、交通事故死亡者数の 1 日 11.27 人に対し、自殺者数は 69.66 人となります。

次に、平成 26 年北海道の自殺者数と交通事故死亡者数をまとめていきます。北海道の自殺者数は 1,151 人(前年比-95 人)、交通事故死亡者数は 169 人(前年比-15 人)でした。平成 26 年は自殺者数の方が交通事故死亡者数よりも 6.81 倍多かったということになります。平成 25 年は交通事故死亡者数の 6.77 倍の自殺者数であったため両者の差は広がったことになります。また、平成 26 年の自殺者数と交通事故死亡者数をそれぞれ 1 日あたりに換算すると、交通事故死亡者数の 1 日 0.46 人に対し、自殺者数は 3.15 人となります。

参考文献

ない。これらすべての理由から、自死の影響を受けたり、自死で遺された人々は、自死や精神障害の危険が高まることになる。」

この引用からも分かるように、自死遺族が経験する苦悩は様々です。ここで述べられている以外にも、故人の残した借金や生活費、進学費などの経済的な問題、社会保障制度に関する問題、喪の作業に取り組む中で容赦なく訪れる故人の死に際しての様々な手続き、自死であるがゆえの非難や差別、死因を語ることのできない辛さ、周囲(時に親族や公的な機関)からの配慮にかけた言葉や、悪気のない言葉での傷つきなどがあります。

このような自死遺族の苦悩に向き合い支援を充実させることは、世界的に見ても自殺率が非常に高い日本における早急に取り組むべき課題です。そこで求められる支援として、まず、適切な情報提供といった「生活上の混乱に対する支援」があります。過去の調査では自死遺族が望む情報提供のあり方について①自死と判明した直後から葬儀後までに実施、②遺族コーディネーターのような新しい職種や体制による実施、③警察や行政窓口、葬儀社などの既存の専門家が自死遺族に特化して関わる、④口頭ではなくリーフレットや冊子をさりげない形で封入して提供する、という項目が抽出されました。現在、自死遺族支援のためのリーフレットが各都道府県精神保健福祉センターに置かれています。また、社会福祉士、精神保健福祉士、弁護士や司法書士といった専門家の支援が有効な場合があり、今日、日本社会福祉士会、日本精神保健福祉士協会、全日本司法書士会連合会などが、自死対策や自死遺族支援に積極的に関わっています。弁護士会の中には自殺対策のワーキンググループを設置している場合もあり、自死遺族支援に関しては自主的に取り組んでいるグループもあります。

次に「心身の不調に対する支援」として、カウンセリングや医療機関への受診、当事者同士が出会うことのできる分ち合いの会などがあります。分ち合いの会とは、家族や身近な人を自死で亡くした人同士が集まり、お互いの経験や故人への思い、辛さ、悩みなど様々な気持ちを安心して打ち明け合うためのものです。こういった集まりは、自死という死因を打ち明けたり、支援を求めたりしにくい立場にある自死遺族に対しての中核的な支援であり、自助グループや支援グループなどの種類があります。自助グループは基本的には自死遺族が運営する自死遺族だけの集まり、支援グループは、その運営や分ち合いの会の進行にボランティアや援助職、精神保健福祉センターなどの公的機関が関わるものです。このようなグループへの参加は、遺族が自尊心や人生そのものを回復するために極めて有効で、同じ体験を持つ仲間との出会い、安心できる場で語り合うという作業が重要です。ただし、開催時間や場所などの問題で参加できない遺族や、遺族同士の分ち合いの会の中で起こりうる二次的被害(例えば、故人との続柄が違う参加者の発言で傷つく、など)といった課題が残されていることもあり、今後、このような活動のさらなる充実や具体的な支援、経験の共有が必要です。

大切な方を亡くした遺族の心や生活、社会との関わりを守ることはもちろん新たな自死を生みださないためにも、自死遺族への適切なケアや支援の充実が求められています。しかし、遺族へのケアと予防は完璧に一致するものではないというのも事実でしょう。予防に全力を尽くすべきであるのは言うまでもありませんが、遺族への調査研究や自死予防キャンペーンのあり方によっては、遺族をさ

らに苦しめたり、回復の妨げになったりすることもないとは言い切れません。自死遺族支援と予防、それぞれのあり方はもちろんのこと、お互いに与える影響も考えながら対策を進めていく必要があります。

※「自死」という言葉が広がりつつある背景には、「殺す」という言葉の持つイメージが亡くなった人や遺族への差別や偏見を生むという遺族の訴えがあります。「死にたくて死んだのではない。追い込まれた末の死だ」という立場から、特に遺族支援の分野においては、この「自死」という言葉が用いられることが多くなっているのです。また、自殺を予防するという観点から、「自死」という言葉でオブラートに包むべきではない、とし、「自死」と「自殺」を場面ごとに使い分けている団体もあります。今回の *Andante* では、「自死」と「自殺」を使い分けるかたちをとっています。

※北海道の分かち合いの会の連絡先

- ・北海道立精神保健福祉センター／011-864-7000／(月～金)8:45～17:30
- ・癒しの会(自死遺族の思いを語る集い)／011-611-2111／札幌医科大学保健医療学部内

- ・そよ風の会(帯広保健所)／0155-26-9084／(月～金)8:45～17:30
- ・わかちあいの会 with(網走市保健センター)／0152-43-8450／(月～金)8:45～17:30
- ・わかちあいの会・ネモフィラ／nemophila6004@yahoo.co.jp [WEB]
- ・自死遺族のつどい「道南わかちあいの会 あかり」／0138-23-2504

参考文献

川野健治(2015). 自死遺族への支援 精神保健研究 61(28), 5-12.

内閣府(2014). 平成 26 年版 自殺対策白書

NPO 法人ライフリンク(2008). 自殺実態白書 2008 第四章 自死遺族の実情

清水新二(編)(2009). 現代のエスプリ 501 封印された死と自死遺族の社会的支援 至文堂

高橋祥友・福間詳(2004). 自殺のポストベンション:遺された人々への心のケア 株式会社医学書院

【3】お知らせ

◇ 平成 26 年度 北海道自殺未遂者支援研修会のお知らせ

北海道では 3 月の自殺対策強化事業として自殺未遂者支援研修会を開催します。

テーマ:「発達障害を持つ子ども・若者のこころの危機をどう支えるか」

講演:「発達障害を持つ子ども・若者のこころの危機をどう支えるか」

講師:北海道道立精神保健福祉センター 相談研究部部長 上田 敏彦

報告:「生きづらさへの支援～発達障害を持つ子ども・若者のこころの危機と地域連携を考える～」

①:「保健所の立場から」

報告者:北海道根室保健所 健康支援係長 渡邊 加奈子 氏

②:「学校の立場から」

報告者:浜中町立茶内小学校 教頭 小玉 功 氏

③:「相談支援センターの立場から」

報告者:石狩市相談支援センターぷろっぷ 相談支援専門員 鈴木 真梨子 氏

日時:平成 27 年 3 月 7 日(土) 13:30～16:45

場所:北海道自治労会館 4F ホール(札幌市北区北 6 条西 7 丁目)

参加費等:参加費は無料です。事前のお申込みは不要ですので、当日直接会場へお越しください。

◇ 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受け付けています。

月曜日から金曜日 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。ぜひご覧ください。

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

南から届く桜の開花ニュースを見るたび、羨ましく、そして待ち遠しく思う季節が北海道にやってきます。Andante 読者の皆様がお住まいの地域によっては、もうそろそろ春の気配が感じられる頃かもしれません。

春はお別れや旅立ちの季節でもあり、新しい出会いや挑戦の季節でもあります。3 月は、そのような変化に備えるための月、といったところでしょうか。皆様は春に向けて何か準備をすることはありますか？少し明るめの色の服を着たり、春の食べ物を食べたり、日常の小さなことから準備していくのも良いかもしれませんね。

次号 Vol.69 は、2015 年 3 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