

平成27年2月の自殺者数は、前月比では北海道・全国・全国男性・全国女性の全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17、減少したのは29、変化なしは1でした。

2. 平成27年2月末と平成26年2月末の月別自殺者数の比較 (単位：人)

H27年2月<北海道 66人、全国 1,751人、全国(男性) 1,219人、全国(女性) 532人>

H26年2月<北海道 92人、全国 1,878人、全国(男性) 1,332人、全国(女性) 546人>

前年比<北海道 -26人、全国 -127人、全国(男性)-113人、全国(女性)-14人>

前年同月比では、北海道・全国・全国男性・全国女性の全て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19、減少したのは26、増減なしは2でした。

◇平成26年 北海道における若年層の自殺(確定値) [内閣府]◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

平成26年版自殺対策白書によると、「我が国における若い世代の自殺は深刻な状況にある。年代別の死因順位をみると、15~39歳の各年代の死因の第1位は自殺となっており、男女別にみると、男性では15~44歳、女性では15~34歳という学生や社会人として社会を牽引する世代において死因順位の第1位が自殺となっている。こうした状況は国際的に見ても深刻であり、15~34歳の若い世代で死因の第1位が自殺となっているのは、先進国で日本のみであり、その死亡率も他の国に比べて高いものとなっている。」とあります。

そこで、今回は内閣府のホームページで公表されている『地域における自殺の基礎資料』の中から、全国及び北海道の平成21年から平成26年までの若年層(29歳以下)の自殺者数をご紹介します。

1. 全国と北海道の若年層(29歳以下)の自殺者数 (単位：人)

 H21 H22 H23 H24 H25 H26
全 国<4,035人、 3,792人、 3,926人、 3,587人、 3,348人、 3,222人>
北海道< 193人、 169人、 184人、 184人、 143人、 137人>

全国の自殺者数の男女の内約は、平成21年4,035人(男性2,778人、女性1,257人)、平成22年3,792人(男性2,721人、女性1,071人)、平成23年3,926人(男性2,628人、女性1,298人)、平成24年3,587人(男性2,577人、女性1,010人)、平成25年3,348人(男性2,398人、女性950人)、平成26年3,222人(男性2,318人、女性904人)となっています。

北海道の自殺者数の男女の内訳は、平成21年193人(男性126人、女性67人)、平成22年169人(男性127人、女性42人)、平成23年184人(男性125人、女性59人)、平成24年184人(男性131人、女性53人)、平成25年143人(男性109人、女性34人)、平成26年137人(男性104人、女性33人)となっています。

れば秘密にしていた自殺の考えを、自ら告白するようになるための基礎を築くことができます。そうすることで、ひた隠しにするような罪悪とされていた自殺念慮は、語られることで援助関係における解決すべき問題へと一変するでしょう。

第二の神話ですが、これはたいへん危険なものです。まちがった信念に基づく誤解だからです。その信念とは、自殺傾向にある患者は、面接時に自らがハイリスクであることについて何らかのヒントを発してしまうというものです。これを「漏出神話」と呼びますが、こうした信念の根底には、死にたいほどの苦痛を感じている人は、心の底に秘めた悲痛を言語的ないしは非言語的方法で「漏らす」というまちがった考えが存在します。「漏らす」人も多いが、そうしない人もいます。自殺の当日でさえ平静を装っている人は見事に「仮面をかぶる」ことで、自らの面子を保つことができます。特に自己の内面の世界が他者に受け入れられない、汚れていると思った場合には極力隠すでしょう。自殺の話題は、恥の感覚とむすびついているので会話においてもタブー視されがちです。

なぜ患者が自殺念慮を告白することに抵抗があるのかということについて、その本質的な原因を下記にリストアップします。

1. 患者は、自殺が弱さの証拠であり、恥ずべきことと思っている。
2. 患者は、自殺が道徳に反するか、罪悪であると思っている。
3. 患者は、自殺について話すこと自体、タブーであると思っている。
4. 患者は、面接官から頭がおかしくなったと思われるのではないかと心配している。患者は、万一自殺念慮が認められたら「入院させられる」のではないかとおそれている
5. 患者は、真剣に死を希求しており、そのことを誰にも知られたくないと思っている。
6. 患者は、誰も自分を救えないと思っている。

自殺という話題は、かくも強烈な防衛的要素をはらんでいるということを十分自覚した上でアプローチしなければなりません。

また、患者が自殺のことを話すのに不安があるという事実以上に臨床家自身が同様の不安をもっているという事実はより危険で、リスクアセスメントに際しての問題になります。偏見という厄介者に気づかず、それが治療的対話に侵入しうることに気づかないとしたら、これは深刻な問題です。臨床家自身の不安感が偏見や逆転移という形で根づいてしまい、本人の態度全体からそれが感じられたなら、患者は遅かれ早かれ自分は不道德な人間として拒絶されるのではないかと誤解する可能性もあります。最良の自己分析法方法は、「患者が自殺について語るときに、自分は患者を不安にさせるような自殺に関する固定観念にとらわれていたり、その考えを伝えてしまったりしていないだろうか？」と自分に問いかけてみることです。以下にチェックリスト、検討項目を列挙します。

1. 私は、自殺が弱さの証拠であり、恥だと思っているだろうか？
2. 私は、自殺が道徳に反し、罪であると思っているだろうか？
3. 私は、自殺というテーマをタブー視しているだろうか？（私は仕事以外に家族や親しい友人に対して自殺念慮をもっているかどうかを聞いたことがあるだろうか？もし、答えが「ノー」であるなら、このテーマが個人的には何らかの意味でタブーになっている可能性がある。）

4. 私は、自殺が本質的には非論理的であり、そもそも自殺を考える人はかなり頭がおかしいと
思っているだろうか？
5. 私は、自殺念慮を訴えられた場合、過剰反応しがちだろうか？そのような訴えをする患者を
私は性急に入院させようとするのではないだろうか？（スーパーバイザーから時期尚早に患者
を入院させたと指摘を受けたことがあっただろうか？私は患者のケアよりも「訴訟の心配」を
優先させたであろうか？）

面接者の多くは逆転移の可能性を認めたがらないものです。しかし、逆転移の可能性はたいてい誰にもあります。

今回は第Ⅱ部の一部をご紹介させていただきましたが、第Ⅰ部では自殺の予知に関していくつ
かの限界あるということを描べつつ、他方、私たちの予知能力を向上させる希望について、
第Ⅲ部では、矛盾するデータ、クライアントの裏切り、うそ、協力者の情報の果たす役割、法
的責任の難題などの深刻な事柄について述べられています。具体的な事例についても触れられ
ており、示唆に富んだ著作となっています。興味のある方は是非ご一読ください。

参考文献

『自殺リスクの理解と対応 - 「死にたい」気持ちにどう向き合うか』、2012、ショーン・C・
シア著、松本俊彦 監訳

【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.....

雪は溶け、少しずつ日が長くなりいよいよ春の到来を感じさせる季節となりました。今年の冬

は積雪が遅く過ごしやすい暖かな日が多かったように感じます。
春は進学や就職、転職など多くの変化が伴う時期でもあります。多くの期待や不安もありますが、新しい出会いを楽しみにしていけたらと思います。

今号が今年度最後の **Andante** となります。次号からは新チームで、自殺についての情報をお届けできるよう励んで参りたいと思います。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.70 は、2015 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