

年代別の総数をみると、19歳以下、40代、80歳以上で増加、20代、30代、50～70代で減少していることがわかります。

性別ごとの年代別自殺者数で、大きな増減がみられたのは、19歳以下男性の+41.2%、30代女性の-43.1%、80歳以上女性の+43.9%でした。特に、19歳以下の総数と男性が増加している点、80歳以上の総数、男女ともに増加している点が目立ちます。日本の自殺者は、男性が多いと言われていますが、下記の「自殺について知ろう」の生徒・学生等の自殺の状況からも、19歳以下の自殺者数の場合にも男性が多いことがわかります。また、80歳以上の自殺者については、Andante vol.71でお伝えしたように、職業別自殺者数で「年金・雇用保険等生活者」が多く、今後、高齢者の自殺の問題が大きな課題になる可能性があります。若年層と高齢者の自殺対策が一層、急がれる状況にあるのではないのでしょうか。

【2】自殺について知ろう

◇学生・生徒等の自殺をめぐる状況(『平成27年度版自殺対策白書』)◇◇◇◇◇◇◇◇

前号のAndanteでは若年層の自殺ということで、主に20代と30代の自殺についてまとめたものをご紹介します。今回は学生・生徒等の自殺についてお伝えします。

学生・生徒等の自殺者数の平成19年以降の年次推移では、平成23年が1,026人と最も多く、平成26年では866人となっていて、ここ3年は減少傾向にあります。

自殺者のうち、男性は654人、女性は212人で、約8割を男性が占めています。平成26年における自殺者数は小学生17人、中学生99人、高校生213人、大学生428人、専修学校生等109人でした。約半数が大学生でした。

1. 小学生、中学生、高校生の自殺をめぐる状況

(1)原因・動機

小学生の特徴としては、男女ともに「いじめ」等の学校生活に起因する原因・動機よりも「家族からのしつけ・叱責」等といった家庭生活に起因する原因・動機の比率が高いのが特徴です。男子は「家族からのしつけ・叱責」(52.9%)、次いで「その他学友との不和」(17.6%)と「学校問題その他」(17.6%)、「親子関係の不和」(11.8%)の比率が高くなり、女子は、「家族からのしつけ・叱責」(33.3%)と「親子関係の不和」(33.3%)、次いで「その他学友との不和」(16.7%)、「いじめ」(11.1%)の比率が高くなる結果になりました。

中学生は、男子に関しては小学生にみられなかった「学業不振」(20.0%)の比率が最も大きくなり「家族からのしつけ・叱責」(17.5%)、「親子関係の不和」(12.9%)が続いています。女子は「その他学友との不和」(22.2%)、「親子関係の不和」(18.8%)、「学校問題その他」(16.0%)、「学業不振」(12.5%)の順に比率が大きくなります。小学生と比べると、学校生活に起因する原因・動機が増えたことがわかりました。

高校生の原因・動機をみると、男子では、「学業不振」(17.1%)や「その他進路に関する悩み」(16.8%)や「うつ病」(11.6%)といった原因・動機の比率が高く、進学や就職に向けた不安や、勉強の厳しさへの悩みがうかがえます。また、青年期にさしかかることから「失恋」(8.7%)も原因・動機に挙がってきています。一方、女子に関しては、「うつ病」(21.8%)、「その他の精神疾患」(10.0%)、「統合失調症」(8.8%)の比率が高いことが特徴です。男子同様、「その他進路に関する悩み」(12.0%)の比率も高く、将来への不安、悩みがうかがえます。そして、小学生、中学生の自殺で顕著にみられた家庭生活に起因する原因・動機の比率は低くなっています。

小・中学生の自殺状況は、家庭生活に起因する自殺が多いことから、家庭における子どもへの接し方等に配慮していくことが重要であると考えられます。たとえば、保護者向けに、地域の保健所等において専門家による児童生徒の心理に関する講座等を行うことなどがあげられます。高校生においては、学校生活、特に学業や進路といった将来に対する不安に起因するものが原因・動機に挙げられています。生徒が自殺に追い込まれることがないように、まずは学校における心の健康づくりを推進することが肝心です。そのために、教育相談担当者や養護教諭が中心となり、生徒の日常の生活状況や心身の問題について理解を深めていくことが重要であり、生徒の心理に関して高度な知識や経験を有するスクールカウンセラーを活用することも有効です。また、いじめを直接的な原因・動機とする自殺はあまり多くはありませんが、いじめは絶対に許されないことです。いじめの問題については、その兆候をいち早く把握し、迅速に対応すること、学校だけでなく、関係機関が綿密に連携して生徒一人ひとりに対するきめ細やかな支援を行うことが必要です。なお、女子高校生に多くみられる、「うつ病」、「その他の精神疾患」、「統合失調症」という原因・動機の自殺者を減らしていくためには、医師による適切な精神科治療を続けていくとともに、家庭や学校においても精神保健の知見をふまえた適切なサポートを行うことが重要です。具体的な取り組みとしては、自殺予防への対応力を高めるための教職員向けのゲートキーパー研修等や、生徒に対しては、生徒自身が、困難やストレスを適切に対処できる方法を身につけるための教育プログラム等の実施などが考えられます。

(2) 学校の休み明けに自殺者数は増加する

18歳以下の自殺者において、過去40年間の日別自殺者数をみると、夏休み明けの9月1日が約140人で、最も多くなっているほか、春休みやゴールデンウィーク等の連休、学校の長期休み明け直後に自殺者が増える傾向があることがわかっています。学校の長期休み明けの直後は、児童生徒にとって生活環境等が大きく変わる契機になりやすく、大きなプレッシャーや精神的動揺が生じやすい時期です。このような時期に着目して、学校や地域、家庭において、児童生徒への見守りや、児童生徒向けの相談や講演等の対応を集中的に行うことは一層の効果が期待できると考えられます。

(3) 自殺未遂歴なしの自殺者の比率が高い

自殺の原因・動機に関する判断資料を残していない比率は、10代前半では約50%で、20～30代の約25%と比べても高いことがわかります。また、自殺者の自殺未遂の比率をみても、10歳代半ばまでは未遂歴のない場合が多くなっています。このことから示されているように、周囲に事前の予兆

を感じさせることなく既遂に至ることから、児童生徒の自殺は突発的であると受け止められることがあります。

家庭や学校においては、子ども自らが周囲に悩みを打ち明けやすい環境を作っていくことが一層重要になります。まずは、一人で抱え込むのではなく、悩みを相談できる場や機会があることを子どもに周知し、それを利用するように促す工夫が必要です。たとえば、名古屋市では、心の健康をテーマにしたマンガコンテストと併せて子ども向けの相談機関を周知するイベントを行っています。このように、相談までの心理的な障壁をうまく下げるといった取り組みが必要であると考えられます。

2. 大学生・専修学校生等の自殺をめぐる状況

大学生の原因・動機をみると、男性においては、「学業不振」(24.2%)、「その他進路に関する悩み」(20.0%)、「うつ病」(17.7%)、「就職失敗」(9.6%) の比率が高くなっています。自分の将来の進路、就職、それらに大きな影響を与える学業を悩みとするものになっています。専修学校生等の男性の自殺者も大学生の男性と同じ傾向にあります。平成 26 年の全年齢の完全失業率が 3.6 であるのに対して、15～24 歳の年齢階級での完全失業率は 6.3 です。若者の就職をめぐる環境が依然として厳しい中で、就職や進路が大きなプレッシャーになっていることがうかがえます。

女性の大学生や専修学校生等の自殺の原因・動機をみると、その両者に大きな違いはありませんが、男性大学生や男性専修学校生等と比較すると、「うつ病」(大学 35.4%、専修 38.5%) の比率が高く、女性大学生、女性専修生のどちらも原因・動機の第一位になっている一方、「学業不振」(大学、専修 13.4%)、「その他進路に関する悩み」(大学 13.4%)、は低くなっています。

景気の変動に伴い就職状況が厳しくなったり、あるいは競争の中で、学業の成績や就職が期待したものにならなかつたりすることは、学生の努力だけでは避けがたい面があります。また、高校生までとは違い、大学生等の場合は教職員が学生一人ひとりを見守っていくには限界があります。学生自身が周りの友人や先輩、後輩の変化に気づき、つながり、見守るといった仕組みが大切です。たとえば地域によっては、大学を会場に大学生のためのゲートキーパー養成研修を行っている例もあります。大学生自身がゲートキーパーとして自殺対策に参加することで、彼らの実態や関心に即した対応ができるようになるほか、身近な問題として自殺対策について知り、考える機会になるといえます。

先述のとおり、9 月 1 日とその前後の夏休み明けは、18 歳以下の自殺が最も多くなります。実際に先月末には始業式前日や当日の朝に中学生による自殺が複数起きており、テレビのニュースなどで報じられました。その際に、自殺現場を映したもの、自殺した時間や手段を報じるものや、「9 月 1 日は自殺が多い」ということだけを報じるものが少なからずありました。WHO の「自殺予防 メディア関係者の手引き」をもとに考えると、それは次の自殺を促す危険性を持つ報道のしかたであると思います。自殺について報じるときには、自殺をセンセーショナルなものとして扱うことは避け、手段や場所などの詳細の取り扱いも十分に気をつけなければなりません。また、ニュースの中で支援・相談機関の情報を提供することで、そのニュースを見た一人でも多くの生徒・学生等がそういった機関につながり、自殺を予防できるような配慮が大切です。

【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

過ごしやすい季節になってきましたね。

今月の10～16日は自殺予防週間でした。

月に一度の Andante が皆様にとって、自殺とその予防対策を考えられる身近な場になれるよう今後も努めてまいります。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.76 は、2015年10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