

平成27年9月の自殺者数は、前月比では全国女性において増加、北海道・全国・全国男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22、変化なしは5でした。

2. 平成27年9月末と平成26年9月末の月別自殺者数の比較 (単位：人)

 H27年9月<北海道 92人、全国 1,860人、全国(男性) 1,248人、全国(女性) 612人>
 H26年9月<北海道 95人、全国 2,257人、全国(男性) 1,545人、全国(女性) 712人>
 前年比<北海道 -3人、全国 -397人、全国(男性) -297人、全国(女性) -100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10、減少したのは36、増減なしは1でした。

◇平成27年1月～6月の北海道における自殺者数の動向(暫定値)[警察庁発表]◇◇◇◇◇◇◇◇
 北海道は平成21年から平成26年まで6年連続で年間自殺者数の減少が50名を超えていました。しかし、Andante vol.74 (7月配信号)でもお伝えしたとおり、今年は半年経過した時点で、自殺者数571人(昨年比+8名)と逆に増加してしまっている現状にあります。そこで、今回は現在の自殺者数の動向について改めて見直してみたいと思います。なお、データは平成26年、平成27年ともに、内閣府『地域における自殺の基礎資料(発見日・発見地集計)』の暫定値を用いています。

北海道の月別自殺者数

1. 平成27年1月から6月の月別自殺者数(単位：人)

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計	
総数<	94人	66人	111人	103人	102人	95人	571人	>
男性<	70人	41人	70人	78人	72人	68人	399人	>
女性<	24人	25人	41人	25人	30人	27人	172人	>

2. 平成27年1月から6月の月別自殺者数前年比

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計	
総数<	+10.6%	-27.5%	+6.7%	+3.0%	+22.9%	-5.0%	+1.4%	>
男性<	+12.9%	-33.9%	-2.8%	+9.9%	+28.6%	-1.4%	+1.8%	>
女性<	+4.3%	-13.8%	+28.1%	-13.8%	+11.1%	-12.9%	+0.6%	>

1月から6月までに最も自殺者数が多いのは3月、次に4月、5月と春先に多くなるのが特徴です。男女別に見ると、男性は総数の傾向とほぼ同様ですが、女性においては3月に多くなるも

の、他の月においてはほぼ同数で推移しています。

総数の前年比をみると2月に大きく減少しているものの、1月・3月・4月・5月に増加が見られ、特に5月は22.9%の大きな増加が見られました。また、男女別にみると、男性は5月に大きな増加、女性は3月に大きな増加が見られました。

平成26年北海道の年代別自殺者数

3. 月別年代別自殺者数

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計
青少年（30歳未満）	<14人	8人	14人	17人	11人	14人	78人>
中高年（30~69歳）	<60人	45人	69人	59人	63人	60人	356人>
高齢者（70歳以上）	<20人	13人	28人	27人	27人	20人	135人>
不詳	<0人	0人	0人	0人	1人	1人	2人>

4. 月別年代別自殺者数の前年比

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計
青少年（30歳未満）	<+27%	-50%	+40%	+31%	-15%	+17%	+4%>
中高年（30~69歳）	<+5%	-22%	-1%	-6%	+15%	-2%	-2%>
高齢者（70歳以上）	<+18%	-24%	+17%	+13%	+93%	-26%	+10%>
不詳	<-	-	-	-	0%	-	+100%>

北海道における「青少年（30歳未満）」の自殺者数は4月が最も多く17人、次に1月・3月・6月が14人となっています。「中高年（30~69歳）」は、3月が最も多く69人、次に5月の63人となっています。「高齢者（70歳以上）」も、「中高年」と同様に3月が最も多く28人、次に4月・5月の27人と続きます。

前年比においては、「高齢者」、及び「青少年」において増加が見られました。特に大きな増加がみられたのは、「青少年」においては3月（+40%）、「中高年」においては5月（+15%）、「高齢者」においては5月（+93%）となっています。

北海道の職業別

5. 月別職業別自殺者数

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計
自営業・家族従事者	<8人	2人	9人	9人	11人	9人	48人>
被雇用者・勤め人	<26人	30人	26人	32人	23人	32人	169人>
学生・生徒等	<5人	1人	4人	5人	1人	4人	20人>
無職者	<54人	32人	69人	57人	64人	46人	322人>
不詳	<1人	1人	3人	0人	3人	4人	12人>

6. 月別職業別自殺者数の前年比

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計
自営業・家族従事者	<+14%	-82%	-10%	-18%	+120%	+50%	+4% >
被雇用者・勤め人	<-19%	+30%	-33%	-9%	-12%	-6%	-11% >
学生・生徒等	<+150%	-67%	-20%	+67%	-67%	+33%	+5% >
無職者	<+23%	-40%	+38%	+14%	+33%	-18%	+7% >
不詳	<-	0%	-	-100%	+200%	+300%	+200% >

職業別自殺者数においては、「無職者」が最も多く、続いて「被雇用者・勤め人」、「自営業・家族従事者」、「学生・生徒等」となります。

前年比においては、「無職者」・「自営業・家族従事者」・「学生・生徒等」が増加、「被雇用者・勤め人」のみ減少となっています。「自営業・家族従事者」においては、2月に82%の減少がみられたものの、5月には120%の増加、6月においても50%の増加がみられます。「被雇用者・勤め人」においては、2月において30%の増加が見られたものの、3月には33%の減少が見られ、トータルでは11%の減少となっています。「学生・生徒等」においては、母数が小さいものの、1月に150%の増加が見られています。

北海道の自殺動向について、この半年においては「被雇用者・勤め人」の「中高年」においては減少が見られるものの、前年比において「高齢者」・「青少年」での増加が見られました。また、月別に見ると5月での増加が大きく、2月と6月以外の月においても微増が見られています。

平成10年に大きく増加した「中高年」男性の自殺は少しずつ減少し、現在では増加以前の状態にまで戻ってきています。しかし、若者や女性といった層は「中高年」男性と比べ、減少の幅が小さい状況にあります。今後は若者から高齢者までより広い層を対象とし、かつそれぞれの層に焦点を当てた対策が望まれます。

【2】自殺について知ろう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

◇被災地における自治体職員のメンタルヘルスの取組＝三春町の取組から＝◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇
東日本大震災から4年、最近では鬼怒川の氾濫がありました。こうした大規模災害と自殺との間には密接な関係があるとされています。それは大規模災害後の過酷なストレス環境によるものです。そのような環境では住民はもちろん住民へのケアを行う自治体職員も過酷な状況に追い込まれます。そこで、今回は自治体職員に対してどのような対策が取られているか、福島県での取り組みについてご紹介したいと思います。

被災地における自治体職員のメンタルヘルスの取組＝三春町の取組から＝ 地域の特徴

福島県では、震災と原発事故の発生により、全住民の避難を強いられている自治体のみでなく、避難者を受け入れている自治体の職員も復興のための業務や原発事故関連業務が増大し、過重労働に陥りやすい状況にある。三春町は、発災直後は放射性物質飛散への対応やインフラの復

旧、避難者の受け入れを行った。現在も町内の仮設住宅に多くの避難者が生活しており、避難指示が出ている自治体と合同の復興支援イベントを行うなど震災関連の業務も積極的に行っている。

目的

1. 職員の健康増進に関する支援を行うこと。
2. 職員のメンタルヘルスに関する状況把握を行い、維持・改善を行うこと。
3. 職員のメンタルヘルスに関する問題（うつ病や自殺等）の予防を行うこと。

内容

1. メンタルヘルス・スクリーニング（全職員に対する質問紙調査と個別面接）

全職員の全般的な心身の健康状態、仕事・家庭状況について把握し、その中で専門的な支援を必要とする職員を支援につなげることを目的に実施した。方法として、事前配布・回収した調査票の結果を参考に、ふくしま心のケアセンター（以下「センター」という。）専門員（保健師、看護師、作業療法士、精神保健福祉士、社会福祉士、臨床心理士）が個別面接を実施した。なお、調査票と個別面接の個人情報は、センターが管理した。

2. メンタルヘルス相談（個別相談）

上記1で専門的な支援を必要と判断された職員に対して、年3回の定例メンタルヘルス相談を行った。さらに、自殺リスク等があるなどのリスクが高い職員に対しては、対象者の状況に応じて随時、臨時メンタルヘルス相談を行った。

3. 研修会の開催

メンタルヘルス・スクリーニングの結果を参考に、管理職員や一般職員といった対象別の研修会を開催した。管理職員に対しては職員とのコミュニケーションの取り方とハラスメントについての研修会、一般職員に対してはストレスへの対処方法についての研修会を実施した。あわせて、両対象者にメンタルヘルス・スクリーニングの結果を報告した。

4. 幼稚園・保育所に対する支援

特に心理的負担が高いと考えられた幼稚園・保育所の職員を対象に、希望があった2施設に臨床心理士と保健師を派遣した。内容として、虐待が疑われる事例へのコンサルテーションと職員に対する個別相談を実施した。

成果と評価

研修会後のアンケートでは、70%以上の職員が平成26年度の取組について「職員の健康維持や改善等に役立ったと思う／どちらかといえば思う」と回答した。特に個別相談が評価された。また、80%以上の職員が「今後も、メンタルヘルスに対する取組は必要だと思う／どちらかといえば思う」と回答し、本事業がメンタルヘルスに対する職員の意識向上に寄与したのではないかと考えられた。

また、町として、①職員のメンタルヘルスの状況について把握できたこと、②専門的な支援を必要とする職員に継続的な個別面接を実施できたこと、③管理職及び一般職員の各々に対する研修会を実施できたこと、④外部資源の活用とラインケアが充実したこと、が成果として挙げられた。

参考文献

内閣府 『平成 27 年版 自殺対策白書』

【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.....

北海道では気温が下がり、葉も色づきすっかり秋の装いとなってまいりました。今年は秋刀魚が不漁ということで食卓にのぼることもなく、寂しく感じております。あまり馴染みのなかったハロウィンも少しずつ秋のイベントとして馴染んできているそうです。

皆様はどのような秋を過ごされていますか。乾燥しやすく気温の変動も大きい季節です。どうかお体のほうご自愛ください。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.77 は、2015 年 11 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