





今回は厚生労働省自殺対策推進室発表の「平成 28 年度自殺対策に関する意識調査」についてお伝えします。Andante vol.88 においても自殺に関する意識調査を取り扱いましたが、そちらは日本財団による調査で今回取り扱うものとは別の調査になります。本調査は平成 20 年度、平成 23 年度にも行われており 3 回目の調査となります。平成 23 年度調査については Andante vol.39 で取り扱っておりますので、興味のある方はそちらもご覧下さい。

本調査は、自殺に対する国民の意識などの実態を把握し、今後の施策の参考とすることを目的として行われました。

調査項目は、(1) 自殺対策の現状等について、(2) 悩みやストレスに関することについて、(3) 自殺やうつに関する意識について、(4) メディア（新聞・テレビ・ラジオなどの情報媒体）について、(5) 今後の自殺対策について、でした。

調査時期は平成 28 年 10 月 13 日～10 月 30 日、20 歳以上の日本国籍を持つ 3,000 人を対象、そのうち有効回収数は 2,019 人でした。また調査は、調査員による留置法（封筒による密封回収）で行われました。

今回はこの中からいくつかの設問を取り上げてご報告させて頂きたいと思います。

---

#### ・自殺者数の周知度

我が国の自殺者数は長い間、毎年 3 万人を超え、この数年は 3 万人を下回っているが、平成 27 年においても、約 2 万 4,000 人の方が亡くなっている。毎年、多くの方が自殺で亡くなっていることを知っているか聞いたところ、「知っていた」と答えた者の割合は 53.6%、「知らなかった」と答えた者の割合は 45.4%となっている。

#### ・「自殺対策基本法」について

「内容まで知っていた」と答えた者の割合は 1.7%、「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」と答えた者の割合は 19.8%、「知らなかった」と答えた者の割合は 73.9%となっている。

#### ・相談や助けを求めることへのためらい

悩みを抱えたときやストレスを感じた時に、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じるか聞いたところ、「そう思う」と答えた者の割合は 15.8%、「どちらかという」と答えた者の割合は 31.1%、両者を合わせた『そう思う』と答えた者の割合は 46.9%となっている。一方、「そうは思わない」と答えた者の割合は 31.5%、「どちらかという」と答えた者の割合は 15.5%、両者を合わせた『そうは思わない』と答えた者の割合は 46.9%となっている。前回調査と比較して見ると、『そう思う』と答えた者の割合は 43.4%から 46.9%、『そうは思わない』と答えた者の割合は 51.0%から 46.9%となっている。

性別に見ると、男性で『そう思う』と答えた者の割合が高く、女性で『そうは思わない』と答えた割合が高くなっている。

「これまでの人生のなかで、本気で自殺したいと考えたこと」の経験の有無別にみると、そうした経験のある者で『そう思う』と答えた者の割合が高く、そうした経験のない者で『そうは思わない』と答えた者の割合が高くなっている。

・「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題である」について  
『そう思う』と答えた者の割合は 64.3%、『そう思わない』と答えた者の割合は 15.5%となっている。

性・年齢別に見ると、男性の 20 歳代、40 歳代で『そう思わない』と答えた者の割合が高く、60 歳代で『そう思う』と答えた者の割合が高くなっている。

自殺したいと思った経験の有無別に見ると、そうした経験のある者で『そう思わない』と答えた者の割合が高く、そうした経験のない者で『そう思う』と答えた者の割合が高くなっている。

・自殺を考えた経験（この質問は、回答を負担に思う対象者がいることが想定されるため、その場合は回答しなくても良い旨を伝えている）

これまでの人生の中で、本気で自殺したいと考えたことがあるか聞いたところ、「自殺したいと思ったことがない」と答えた者の割合は 63.0、「自殺したいと思ったことがある」と答えた者の割合は 23.6%となっている。前回調査と比較して見ると、「自殺したいと思ったことがない」と答えた者の割合は 70.0%から 63.0%、「自殺したいと思ったことがある」と答えた者の割合は 23.4%から 23.6%になっている。

・今までに本気で自殺したいと思ったことがあると答えた者の中で、最近 1 年以内に自殺を考えた経験（この質問は、回答を負担に思う対象者がいることが想定されるため、その場合は回答しなくても良い旨を伝えている）

今までに「自殺したいと思ったことがある」と答えた者（477 人）に、最近 1 年以内に自殺したいと思ったことがあるか聞いたところ、「はい」と答えた者の割合は 18.9%、「いいえ」と答えた者の割合は 80.1%となっている。前回調査と比較して見ると、「はい」と答えた者の割合は 22.7%から 18.9%、「いいえ」と答えた者の割合は 75.8%から 80.1%になっている。

・今後必要な自殺対策

今後求められるものとして、どのような自殺対策が必要になると思うか聞いたところ、「子供の自殺予防」と答えた者の割合が 59.9%と最も高くなっている。以下、「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」（51.2%）、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」（47.2%）、「地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い」（44.5%）、「適切な精神科医療体制の整備」（39.2%）、「自殺の実態を明らかにする調査・分析」（34.4%）、「自殺未遂者の支援」（27.5%）、「様々な分野におけるゲートキーパーの養成」（26.7%）、「インターネットにおける自殺関連情報の対策」（25.0%）、「危険な場所、薬品等の規制等」（21.4%）、「自殺対策に関わる民間団体の支援」（20.8%）、「自死遺族等の支援」（17.6%）、「自殺に関する広報・啓発」（17.6%）、「その他」（5.4%）となっている。

---

一般の方々への自殺の状況や自殺に関する方針などの基本的な情報の周知がまだ十分になされていない印象を受けました。しかし、その一方で今後の自殺対策に求められていることは、子どもや職場における自殺予防などより具体的な対策になっているように思います。これは日々

のいじめ自殺報道や昨年話題となった過労自殺の件が大きいようにも感じられました。また、大きなリスクファクターである自殺未遂者への支援や心理的な負担の大きい自死遺族等の支援の重要性は十分な周知がなされていないように思われます。

前回調査と比べ、ここ一年本気で自殺を考えた人の割合は減ってきているようですが、新たな自殺大綱の策定とともに、より一層の自殺への対策が望まれます。

調査結果の詳細については以下の参考文献をご覧ください。

#### 参考文献

厚生労働省（自殺対策推進室）、「平成 28 年度自殺対策に関する意識調査」

<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000155452.html>

### 【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

北海道地域自殺対策推進センターの 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・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

北海道も気温が暖かくなりいよいよ夏に向けての準備が始まった感じがします。

先日ニュースサイトで日本の自殺率について、世界第 6 位というニュースが流れていました。また先進 7 カ国ではロシアに次ぐ第 2 位となっており、日本の自殺は現在減少傾向にありますが、依然として予断を許さない状況でもあります。今月には例年発行されている自殺対策白書が閣議決定されるともありましたので、近日中にまた新たな情報をお届けしたいと思います。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.96 は、2017 年 6 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