

平成 28 年 11 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 15、減少したのは 29、変化なしは 3 でした。

2. 平成 28 年 11 月末と平成 27 年 11 月末の月別自殺者数の比較 (単位：人)

 H28 年 11 月<北海道 81 人、全国 1,655 人、全国(男性) 1,133 人、全国(女性) 522 人>
 H27 年 11 月<北海道 108 人、全国 1,887 人、全国(男性) 1,314 人、全国(女性) 573 人>
 前 年 比 <北海道 -27 人、全国 -232 人、全国(男性) -181 人、全国(女性) -51 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 12、減少したのは 32、増減なしは 3 でした。

◇平成 27 年北海道における方面別自殺者数 (確定値) [警察庁]◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇
 厚生労働省『地域における自殺の基礎資料』では、各市町村の自殺者数が公表されています。今回は、平成 27 年の市町村ごとの自殺者数を警察署管内別に集計した方面別自殺者数についてご報告します。以下、() 内は昨年比です。

 全 道 <総数：1,147 人 (-0.3%)、男性：767 人 (-3.3%)、女性：380 人 (+6.1%) >
 札幌方面<総数：668 人 (+2.1%)、男性：449 人 (+2.0%)、女性：219 人 (+2.3%) >
 釧路方面<総数：129 人 (-16.2%)、男性：85 人 (-25.4%)、女性：44 人 (+10.0%) >
 旭川方面<総数：150 人 (-4.5%)、男性：101 人 (-7.3%)、女性：49 人 (+2.1%) >
 函館方面<総数：123 人 (+2.5%)、男性：84 人 (+7.7%)、女性：39 人 (-7.1%) >
 北見方面<総数：77 人 (+16.7%)、男性：48 人 (-7.7%)、女性：29 人 (+107.1%) >

平成 27 年北海道全体の自殺者数 1,147 人のうち 58%にあたる 668 人の方が札幌方面で亡くなっています。続いて旭川方面が 13%、釧路方面が 11%、函館方面が 11%、北見方面が 7%となっています。

平成 27 年は昨年に比べ、釧路・旭川方面において減少しました。釧路方面・旭川方面ともに男性のみ減少しました。一方、札幌方面・函館方面・北見方面は増加しました。札幌方面は男女ともに増加、函館方面は男性のみ増加、北見方面は女性のみ増加しました。

【2】自殺について知ろう.....

◇自殺未遂者などのケアの重要性と地域における支援のあり方[桑原寛、『公衆衛生』より]◇◇
 自殺のハイリスク者の中でも自殺未遂者については、WHO『Preventing Suicide: a global imperative』の訳書である『自殺を予防する世界の優先課題』(2015)によると、「いままでのところ、将来の自殺の危険の最大の指標は自殺企図である。自殺企図の 1 年後でさえ、自殺の危険と他の原因による早期死亡の危険は高いままである」とされています。日本においても自殺未遂者への支援は重要施策の一つとしてとらえられています。そこで、今回は『公衆衛生 vol.78

No.4』より、桑原寛氏の「自殺未遂者などのケアの重要性と地域における支援のあり方」から一部抜粋して、あらためて自殺未遂者支援について学びたいと思います。

自殺未遂者が再び自殺を図る危険性は、非未遂者に比べ著しく高い。また、自殺未遂の頻度は自殺既遂の10~20倍と推定されている。そのため、未遂者支援は自殺対策上極めて重要であり、2006年の自殺対策基本法、2007年の自殺対策大綱でも重点課題として位置づけられた。

「死に傾いた人」では、自殺の危険度が増すほど、生きたい思いと死んでしまいたい思いの両極の間で激しく揺れ動くようになり（両価性）、日々の辛い出来事などを契機として衝動的に死への思いにかられることが増え（衝動性）、心理的視野狭窄の状態（柔軟性の欠如）が悪化する。したがって、相談・支援に当たっては、生きたい気持ちに働きかけ、衝動的な行為を抑え、ゆとりと柔軟性を取り戻す支援が求められる。また「死に傾いた人」は救いを求めて、何らかのかたちでSOSの信号を発していることが多い。そこで、相談担当者がその信号に気づいたときは、本人に「死にたい気持ち」の有無を確認し、できるだけ早期に、自殺防止に向けた取り組みを始めることが望まれる。

今日、「自殺に傾いた人」との出会い方は、来所、訪問、電話、メールなど多様化しており、出会い方の違いによって対応・支援の方法も変わってくる。実際、訪問、来所相談などでは「自殺に傾いた人」が最初から未遂の事実や死にたい気持ちを打ち明けることは稀である。したがって、相談担当者は、まず、出会いの状況、本人の様子や話の内容などから「自殺の危険信号」をチェックする必要がある。そして、危険信号に気づいたら、誠実に、死にたい気持ちの有無と自殺の危険度を評価し、状態に応じた対応を行う。なお、死にたい気持ちを確認することで自殺が誘発されることはない。

さしせまった危険がないことが確認できれば相談者の話を「傾聴」し、危険因子と保護因子を確かめつつ、本人とともに当面の対応策を検討する。併せて、自分が提供しうる支援と、対応しえない課題を見極め、後者については地域の社会資源につなぐ。

実際、自殺に傾く要因は、様々な心身の病、家庭、学校、職場の問題、経済的問題など複数の要因が複雑に絡みあっている。したがって、本人・家族・関係者とともに、保護因子を確認し、利用できる地域の社会資源を活用しながら課題解決に取り組む必要がある。そのためには、身近にあって利用しうる社会資源を浅くとも広く知っておくことが必要となる。また、「自殺に傾いた人」は何らかの心の病にかかっていることが多いため、今日的な精神医療・保険・福祉にかかる知識が有用である。

未遂者支援のネットワークづくりにかかる救急医療機関側での試みとしては岩手医科大学や横浜市立大学では、付属の救命救急センターに入院した重症未遂者に対し、精神科的危機介入と精神医学的診断、心理教育、精神科治療とソーシャルワーク介入を行い、退院後は地域の社会資源につなぐケースマネジメントを行っており、医療施設での支援を地域での支援へつなぐ方法を模索してきている。

2012年の大綱の改正に向けた各領域での評価では、総じて、地域の相談支援体制や危機介入体制の充実（二次予防）と未遂者や遺族の支援（三次予防）が今後の課題とされた。これらを受けて2012年8月に策定された新大綱では、実態を踏まえた対策推進を図る政策対象として新たに自殺未遂者が取り上げられ、その具体的な目標として、実態把握、救急医療施設における精神科医による診療体制などの充実、地域の相談支援体制の充実、および救急医療と地域支援をつなぐ連携体制の構築・整備などが示された。

保健所や児童相談所、精神保健福祉センターなどの県機関、医療機関や職場の健康管理室のプライマリケア従事者には、広域かつ重層的支援ネットワークづくりが課題となる。すなわち、救急救命センターなどから紹介された重症未遂者やその家族への支援、市町村域で活動する各種相談業務担当者の後方支援の他、ハイリスク地域策などで必要となる複数の市町村や警察・消防隊、関係諸機関・団体をつなぐ広域ネットワークづくりなどの取り組みも必要となる。そして、最終的には、こうした働く場などの違いによる役割の相補性を意識しつつ、同じプライマリケア従事者として相互に連携・協同して未遂者支援に取り組む必要がある。

本稿では紙面の関係上、桑原寛氏の「自殺未遂者などのケアの重要性と地域における支援のあり方」より一部抜粋という形でご紹介しています。当論文では、今回取り上げたものの他にも、「自殺に傾いた人」への社会モデルによる支援体制やいくつかの地域における未遂者支援活動の試みの具体的な動き、支援者側へのフォローアップ、医療と地域支援をつなぐ連携体制の構築、市町村保健センターの提供する支援内容や担うべき役割などにも触れられています。興味のある方はご一読ください。

参考文献

『自殺を予防する 世界の優先課題』、世界保健機構、自殺予防総合対策センター 訳、2014
「自殺未遂者などのケアの重要性と地域における支援のあり方」、桑原寛、『公衆衛生 vol.78 No.4』、pp252-255、2014

【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が

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/1/joukyou.htm>

【4】編集後記.....

北海道でもついに根雪となり、いよいよ本格的な冬となりました。

今年は国民的アイドルグループ SMAP の解散や芸能人の薬物問題など、あまり明るくないニュースが記憶に残ります。また、大企業の過労自殺問題など当センターとしても検討を要する事件もありました。皆様にとっての今年はどのような一年であったでしょうか。

来年がよりよい一年となりますよう皆様のご多幸を心よりお祈り申し上げます。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.91 は、2017 年 1 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