

=====

[北海道]

H22.10.30

..*:.o...:*..*:.o...:*..* Andante **..*:.o...:*..*..o.

Vol.016

～北海道の自殺対策について～

Hokkaido
Government

発行:北海道地域自殺予防情報センター
(北海道立精神保健福祉センター内)

=====

※『Andante:アンダンテ』とは

音楽用語で「ゆっくりと歩くくらいの速さで」という意味があります。他者に合わせるのではなく、自分
なりのペースで歩いていきましょう、という意味が込められています。北海道地域自殺予防情報セン
ターでは、皆さんと共に歩いていけるような「Andante」を配信していきたいと考えています。

— 目 次 —

【1】北海道における自殺の現状

◇ 自殺の原因・動機の内訳

【2】自殺未遂の状況

【3】お知らせ

◇ こころの電話相談

◇ HP 及び携帯 HP をご覧ください

◇ 相談・支援者のための「自殺予防ゲートキーパー研修」について

【4】編集後記

【1】北海道における自殺の現状

◇ 自殺の原因・動機の内訳

北海道警察によると平成 21 年の北海道における自殺者数は 1,599 名(男性 1,117 人、女性 482 人)でした。自殺の原因・動機については、例年どおり「健康問題」「経済・生活問題」「健康問題」の 3 つの問題、加えて「不詳」が上位を占めています。内訳としては以下のとおりです。

※原因・動機については、複数存在することがあるため、実数よりも多くなっています。

	総数	男性	女性
健康問題	617 人(31%)	349 人(25%)	268 人(45%)
経済・生活問題	395 人(20%)	360 人(25%)	35 人(6%)
家庭問題	212 人(11%)	139 人(10%)	73 人(12%)
勤務問題	145 人(7%)	131 人(9%)	14 人(2%)
男女問題	73 人(4%)	41 人(3%)	32 人(5%)
学校問題	22 人(1%)	10 人(1%)	12 人(2%)
その他	74 人(4%)	49 人(3%)	25 人(4%)
不詳	478 人(24%)	336 人(24%)	142 人(24%)
計	2,016 人	1,415 人	601 人

男性では「経済・生活問題」「健康問題」が多く、ほぼ同数となっているのに比べ、女性では「健康問題」が圧倒的多数を占めていました。

各原因・動機の割合は、昨年度と比較し、それぞれ±1～3%の変化で大きくは変わらないものの、女性の「不詳」については、+8%と大きく増加していました。

昨年度の内訳についてはメールマガジンバックナンバー Vol.3 をご覧下さい。

バックナンバー：<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/backnumber.htm>

※統計に関する資料は北海道警察のデータを元に作成しています。

さらに詳しいデータは以下のページでご覧いただけます。

URL:<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/jokyou.htm>

【2】自殺未遂の状況

「自殺未遂者・自殺者親族等のケアに関する検討会」(厚生労働省・平成 20 年 3 月報告書)によると、かつて自傷行為や自殺未遂を行った人は再びそのような行為を行いやすい傾向にあり、自殺対策を進める上で自殺未遂者の再度の自殺を防ぐことが重要であるといわれています。自殺未遂者の 10 分の 1 は既遂に至るとされています。また、自殺未遂者は自殺者の少なくとも 10 倍は存在するといわれています。自殺未遂者の特徴としては、一般に自殺既遂者が女性より男性が多いのに比べ、自殺未遂者は男性より女性に多いといわれています。

北海道警察によると、実際に北海道で平成 21 年に自殺で亡くなった 1,599 人の自殺者のうち、自殺未遂歴があった者は 291 人(男性:145 人、女性:146 人)、自殺未遂歴がなかった者は 919 人

(男性:689人、女性:230人)、自殺未遂歴の有無が不詳であった者は389人(男性:283人、女性:106人)でした。自殺未遂歴があった者は自殺者全体の18%いて、性別ごとに見ると、男性自殺者の13%、女性自殺者の30%に自殺未遂歴があったことが分かります。

また、自殺未遂歴があった者の世代別に見ると、青少年が50人(男性:13人、女性:37人)、中高年が194人(男性:111人、女性:83人)、高齢者が47人(男性:21人、女性:26人)でした。これは青少年の自殺者193人中26%、中高年の自殺者1010人中19%、高齢者の自殺者392人中12%に自殺未遂歴があることを示します。

自殺未遂者への対応としては自殺の危険因子を取り除き、自殺を防ぐ要因を強化するという考え方が大切とされています。自殺の危険因子には、自殺企図・自傷行為歴、喪失体験、苦痛な体験、職業・経済的問題、精神・身体疾患、ソーシャルサポートの欠如、企図手段への容易なアクセス、絶望感・衝動性などの心理的問題、家族歴などがあります。可能な因子を取り除いたり、軽減したりすることが必要です。その一方で、未遂者が孤立してしまわないよう周囲に相談できる人がいるかを確認する等、自殺を防ぐ要因となるものを探ったり、強化していくことが必要です。(平成20年自殺対策白書)

【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受け付けています。

月曜日から金曜日	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。

なお、札幌市民の方は上記番号では接続されませんので、札幌こころのセンター(札幌市精神保健福祉センター)の相談をご利用ください。

Tel:011-622-0556

◇ 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を設置しています。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、分かりやすくなるよう心がけています。

また、携帯電話で見られる携帯版HPも設置しています。うつ病や依存症、借金問題についての知識をはじめ、「死にたい」と相談されたときの対応の方法についての情報をQ&A形式で紹介しています。ぜひご覧ください。

PC版HP URL:<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/jisatutaisaku.htm>

携帯版HP URL:<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/i/>

◇ 相談・支援者のための「自殺予防ゲートキーパー研修」について

「自殺予防ゲートキーパー」とは、地域や医療・保健・福祉、労働、教育等、様々な分野における相談支援活動において、自殺のサインに気づき、見守り、必要に応じて関係する専門相談機関へつなぐなどの役割が期待される人材です。今年度は道内 8 ヶ所で開催しており、既に 7 ヶ所での研修が終わり、残すところ 11 月の登別市のみとなりました。詳しくは北海道の HP に、研修案内、申込書等を掲載していますのでご覧ください。また、北海道立精神保健福祉センターの HP からこちらの HP がご覧になれます。

URL : <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/shf/jisatuyobou.htm>

【4】編集後記

すっかり秋ですね。最近日は暮れるのも早くなり、風も冷たいです。寒くなると朝布団から出るのが辛くなってきますね。寒い日が続いていますが、皆さんは風邪をひかれたりしていませんか？ 9 月は世界自殺予防デーや自殺予防週間・自殺予防強化月間でありました。北海道でも自殺対策フォーラムを行うほか、街頭での普及啓発活動、TV での CM 放送などを行ってきました。CM は放送期間が終了してしまいましたが、当センターの HP に掲載していますのでぜひご覧ください。これからは季節柄、どんどん日が短く寒くなっていきますが、心身共に気をつけて頑張りたいですね。

次回 Vol.17 は 2010 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