

第1章

自殺の背景・基本認識等

Background

1 自殺の背景と基本認識 補足1

POINT ① / 自殺の基本認識

自殺は、その多くが追い込まれた末の死である

POINT ② / 自殺の背景

- 自殺は、精神保健上の問題だけではない。
- 自殺は、多様かつ複合的な原因・背景があり、様々な要因が連鎖する中で起きている。

自殺は、「**その多くが追い込まれた末の死である**」と言えます。

その背景には、**精神保健上の問題だけでなく**、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られています。**自殺の多くは、多様かつ複合的な原因及び背景があり、様々な要因が連鎖する中で起きている。** 補足2

自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要があります。自殺に至る心理としては、様々な悩みが原因で心理的に追い詰められ、自殺以外の選択肢が考えられない状態に陥ったり、社会とのつながりの減少や生きていても役に立たないという役割喪失感から、また、与えられた役割の大きさに対する過剰な負担感から、**危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程** 補足3 と見ることができるからです。

自殺行動に至った人の直前の心の健康状態を見ると、大多数は、様々な悩みにより心理的に追い詰められた結果、抑うつ状態にあったり、うつ病、アルコール依存症等の精神疾患を発症していたりと、これらの影響により正常な判断を行うことができない状態となっていることが明らかになっています。

このように、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、自殺は、「**その多くが追い込まれた末の死**」ということができ、自殺に追い込まれるという危機は、「**誰にでも起こり得る危機**」と言えます。

補足1

出典元

自殺対策大綱 (P1) 「第1 自殺総合対策の基本理念」
「第2 自殺の現状と自殺総合対策における基本認識」

自殺総合対策大綱

自殺対策基本法に基づき、政府が推進すべき自殺対策の指針。→ P7 参照

補足2

出典元

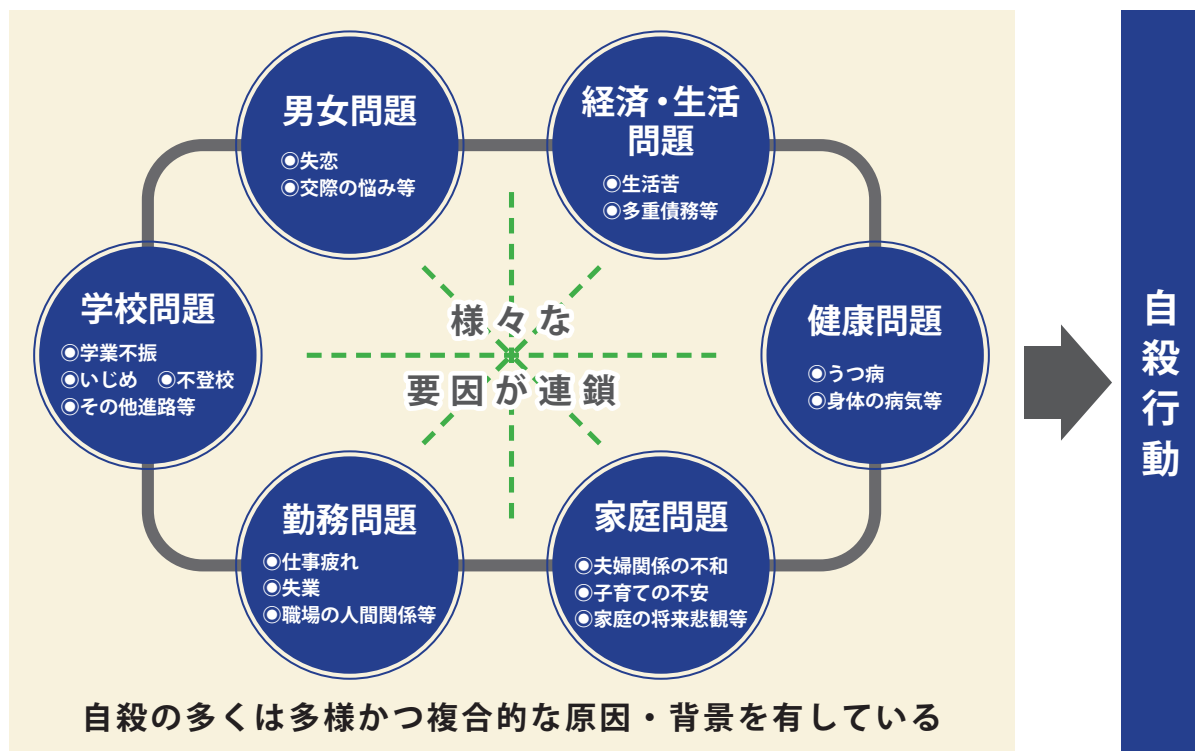
厚生労働省「自殺の統計 各年の状況/平成30年中における自殺の状況(平成31年3月28日) 第1章平成30年中における自殺の概況 P8」より引用。

補足3 自殺の背景や危機要因をイメージする図

自殺対策の推進には、自殺の背景や原因、危機的な状態にまで追い込まれてしまう過程などの理解を深めることが大切です。ここでは、左ページの記載内容を2つのイメージ図でご紹介します。

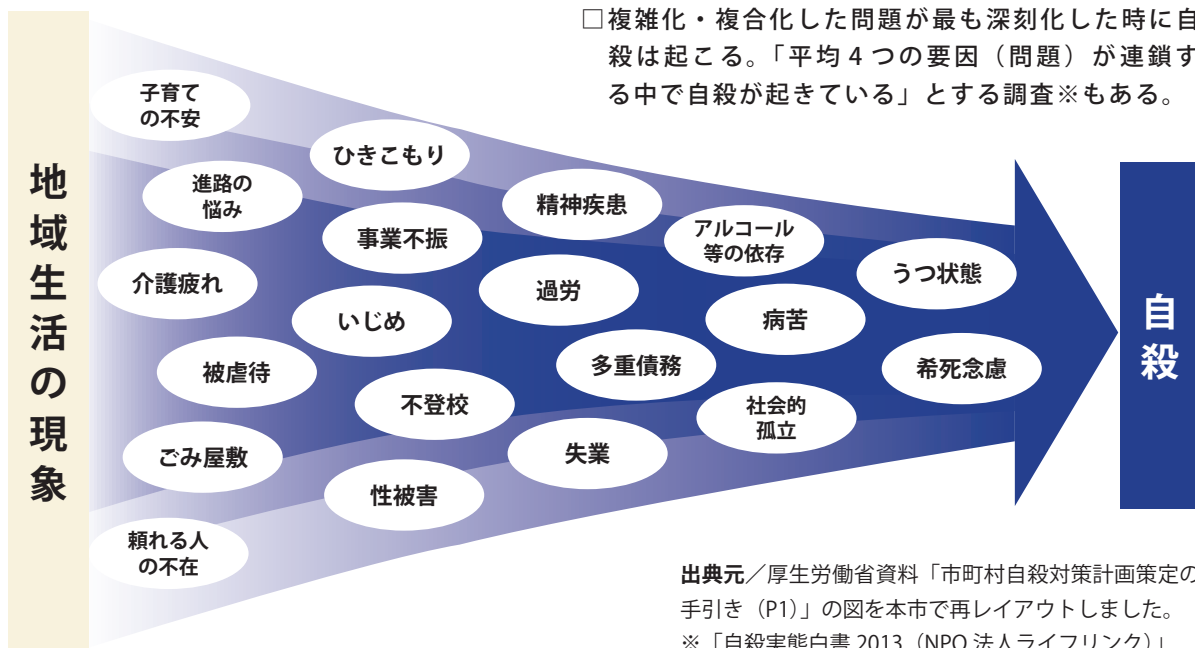
◆図1 / 自殺原因・背景のイメージ

出典元／厚生労働省資料「自殺の統計各年の状況／平成30年中における自殺の状況」第1章平成30年中における自殺の概況（P8）図を参考に本市で再レイアウトしました。



◆図2 / 自殺の危機要因イメージ

- 社会が多様化する中で、地域生活の現場で起こる問題は複雑化・複合化している。
- 複雑化・複合化した問題が最も深刻化した時に自殺は起こる。「平均4つの要因（問題）が連鎖する中で自殺が起きている」とする調査※もある。



出典元／厚生労働省資料「市町村自殺対策計画策定の手引き（P1）」の図を本市で再レイアウトしました。
※「自殺実態白書 2013（NPO 法人ライフリンク）」

2 世界共通の認識と自殺対策の本質 補足4

POINT ① / 自殺に対する世界共通の認識

◎自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題

POINT ② / 自殺対策の本質

◎自殺対策の本質＝生きることの包括的な支援にある

POINT ③ / 自殺対策の方向性（阻害要因と促進要因）

◎生きることの阻害要因 減 } 社会全体の自殺リスク 減
 ◎生きることの促進要因 増

世界保健機関が「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」であると明言しているように、自殺は社会の努力で避けることのできる死であるというのが、世界の共通認識となっています。

自殺の背景・原因となる様々な要因のうち、失業、倒産、多重債務、長時間労働等の社会的要因は、制度、慣行の見直しや相談・支援体制の整備という社会的な取組により解決が可能です。また、健康問題や家庭問題等一見個人の問題と思われる要因であっても、専門家への相談やうつ病等の治療について社会的な支援の手を差し伸べることにより解決できる場合もあります。

自殺はその多くが追い込まれた末の死であり、その多くが防ぐことのできる社会的な問題であるとの基本認識の下、自殺対策を、生きることの包括的な支援として、社会全体の自殺リスクを低下させるとともに、一人ひとりの生活を守るという姿勢で展開する必要があります。

「生きることの阻害要因」となる失業や多重債務、生活苦等を同じように抱えていても、全ての人や社会の自殺リスクが同様に高まるわけではありません。「生きることの促進要因」となる自己肯定感や信頼できる人間関係、危機回避能力等と比較して、阻害要因が上回れば自殺リスクは高くなり、促進要因が上回れば自殺リスクは高まりません。

そのため、自殺対策は「生きることの阻害要因」を減らす取組に加えて、「生きることの促進要因」を増やす取組を行うことで、社会全体の自殺リスクを低下させ、生きることの包括的な支援として推進する必要があります。

補足4

出典元

①自殺対策基本法第2条
「基本理念」→P25 参照

②自殺総合対策大綱（P3）
「第3自殺総合対策の基本方針－1 生きることの包括的な支援として推進する。」

3 自殺対策における2つの指標と2つの統計 補足5

自殺対策の主な指標は、「**自殺者数**」と「**自殺死亡率**（人口10万人当たりの自殺による死亡数）」の2つがあります。また「自殺者数」と「自殺死亡率」には、それぞれ「**人口動態統計**」と「**自殺統計**」の2つがあり、それぞれ違いがあります。

本計画書では、「人口動態統計」と「自殺統計（自殺日・住居地）」の両方を使用しています。

補足5

出典・参考元

厚生労働省ホームページ
「自殺統計と人口動態統計の違い」

鹿児島県自殺対策計画 (P9)
「人口動態統計と自殺統計の違い」

POINT ① / 2つの指標

- **自殺者数**
- **自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺による死亡数）**

【例】平成27年における我が国の自殺死亡率を算出する場合、平成27年の「人口」と「自殺者数」より、算出することができます。

計算式

$$\text{自殺死亡率 (C)} = \frac{\text{地域の自殺者数 (B)}}{\text{人口 (A)}} \times 10 \text{ 万}$$

- A：人口【人口動態統計（人口推計／平成27年10月1日）】・・・125,362,000人
- B：自殺者数【人口動態統計に基づく自殺者数】・・・23,152人
- C：自殺死亡率【人口動態統計に基づく自殺死亡率】・・・18.46 →（小数点第二四捨五入）→ **18.5**

POINT ② / 2つの統計

- **人口動態統計**
- **自殺統計**

人口動態統計と自殺統計の違い

統計名	調査対象	事務手続き等
人口動態統計 (厚生労働省)	日本における日本人	「人口動態統計」は、死亡診断書等により、「住所地」に計上されます。また、自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明のときは原因不明の死亡等で処理しており、後日原因が判明し、死亡診断書等の作成者から自殺の旨訂正報告があった場合には、遡って自殺に計上しています。
自殺統計 (警察庁の自殺統計原票を厚生労働省で集計した結果)	総人口 (日本における外国人も含む)	警察庁では、捜査等により、自殺であると判明した時点で、「自殺統計原票」を作成し、「発見地」に計上されます。その後、厚生労働省にて、警察庁より提供された自殺統計原票データに基づき集計し、「自殺日・住居地別」「自殺日・発見地別」「発見日・住居地別」「発見日・発見地別」の自殺者数等の統計が公表されています。