

日本財団子どもの生きていく力 サポートプロジェクト 『日本財団第5回自殺意識調査』 報告書

要約版

【報道にあたっての原則】

- ・ 子どものメディア報道の原則（UNICEF の倫理的ガイドライン）に準じ、子どもや若者のさらなるスティグマや差別、非難をしないような報道を心がけるよう、強くお願いしたい。

<https://www.unicef.org/eca/media/ethical-guidelines>

目次

1. 調査概要

P3

2. 調査結果の総括

P5

3. 主な調査結果

P7

4. 現実を変えるために

P24

1 . 調査概要

1. 調査概要

■ 調査目的

- 日本財団はこれまで、自殺意識について把握するため2016年から計4回の自殺意識調査を行っている。これまで10～70代を調査対象者としていたが、第4回調査では若い年代（～20代）では希死念慮経験を持つ方が多いという結果があった。
- これを受け、本調査は若年層に調査対象を限定し、若年層の希死念慮経験の実態と希死念慮経験に影響のある要因として考えられるものを明らかにする。加えて、要因の一つとして考えられる性被害の実態について把握する。

■ 調査方法

- 調査会社への登録モニターを対象としたインターネット調査を実施した。

■ 調査期間

- 2022年11月10日（木）～2022年11月18日（金）

■ 調査対象

- 全都道府県の18歳～29歳の男女

■ 依頼数及び有効回答数

- 依頼数：501,018 件 / 有効回答数：14,819件

■ 調査上の留意点と限界

- 調査設計に際しては侵襲性の高い表現を避けるべく性被害者支援や自殺予防を専門とする有識者からの助言を得るとともに、金沢大学人間社会研究域「人を対象とする研究」に関する倫理審査委員会の承認を経たうえで実査を行った。
- 回答者の属性等を踏まえ、既往調査と意図的に表現を変えた部分がある。
- なお、調査テーマを踏まえ、回答者の自由意志を尊重する観点から各設問で途中離脱を可としたため、対象者条件が同じ設問であってもnが一致しないことがある。なお、最終設問である設問Q33の回答者数は14,444人（※うち、分析対象外とした回答が1件あったため、実際の分析対象は14,443人）であり、途中離脱は当初の2.5%にとどまった。

2. 調査結果の総括

調査から分かった**5**つの現実

i

若者の2人に1人は希死念慮をもった経験

ii

若年層の希死念慮の背景には、人間関係やいじめ、進路不安の割合が高い

iii

性被害経験のある人の方が性被害経験のない人に比べて希死念慮が37%高い

iv

トランスジェンダー/ノンバイナリーの人の方が、シス男性/シス女性に比べて性被害経験・希死念慮ともに高い傾向にある

v

死にたいと思う若者の半分以上が友人にも誰にも相談していない

3. 主な調査結果

若者の2人に1人は「死にたい」と思ったことがある

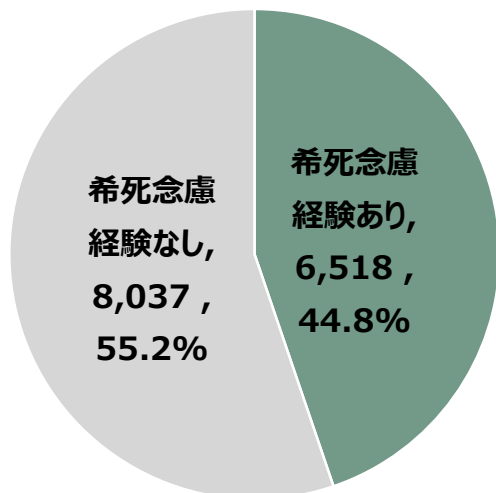
i

2人に1人が希死念慮経験を持ったことがある

希死念慮経験（全体）

(n=14,555)

全体では44.8%が希死念慮を持った経験あり

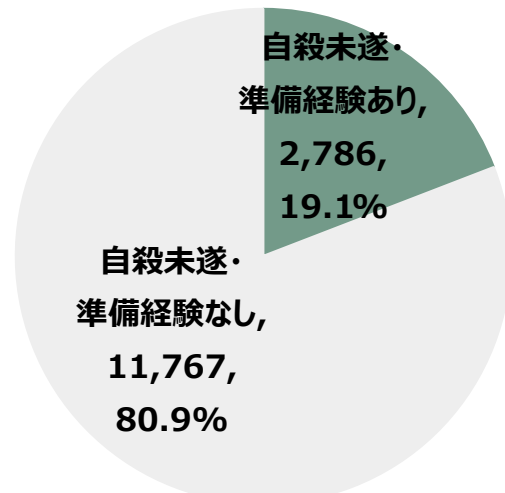


本調査では、「あなたはこれまでに死ねたらと本気で思った、または自死の可能性を本気で考えたことがありますか。ある方は、そう思ったのはいつですか。」との設問に、「小学校入学前」「小学生」「中学生」「高校生(16～18歳になる年)」「大学生・専門学校生(19～22歳になる年)」「23歳以上」「時期は覚えていないが、ほとんどいつもこの状況である」「時期は覚えていないが、この状況になったことがある」を選択した者を「希死念慮経験あり」、「いずれもない」を選択した者を「希死念慮経験なし」と分類している。

自殺未遂・自殺準備の経験

(n=14,553)

5人に1人は自殺未遂・自殺準備の経験があり、希死念慮経験者の4割が自殺未遂経験を持つ



本調査では、「あなたはこれまでに自殺を図った、または遺書を書くなどの自殺の準備をしたことがありますか。」との設問に、「小学校入学前」「小学生」「中学生」「高校生(16～18歳になる年)」「大学生・専門学校生(19～22歳になる年)」「23歳以上」「時期は覚えていないが、ほとんどいつもこの状況である」「時期は覚えていないが、この状況になったことがある」を選択した者を「自殺未遂・自殺準備経験あり」、「いずれもない」を選択した者を「自殺未遂・自殺準備経験なし」と分類している。

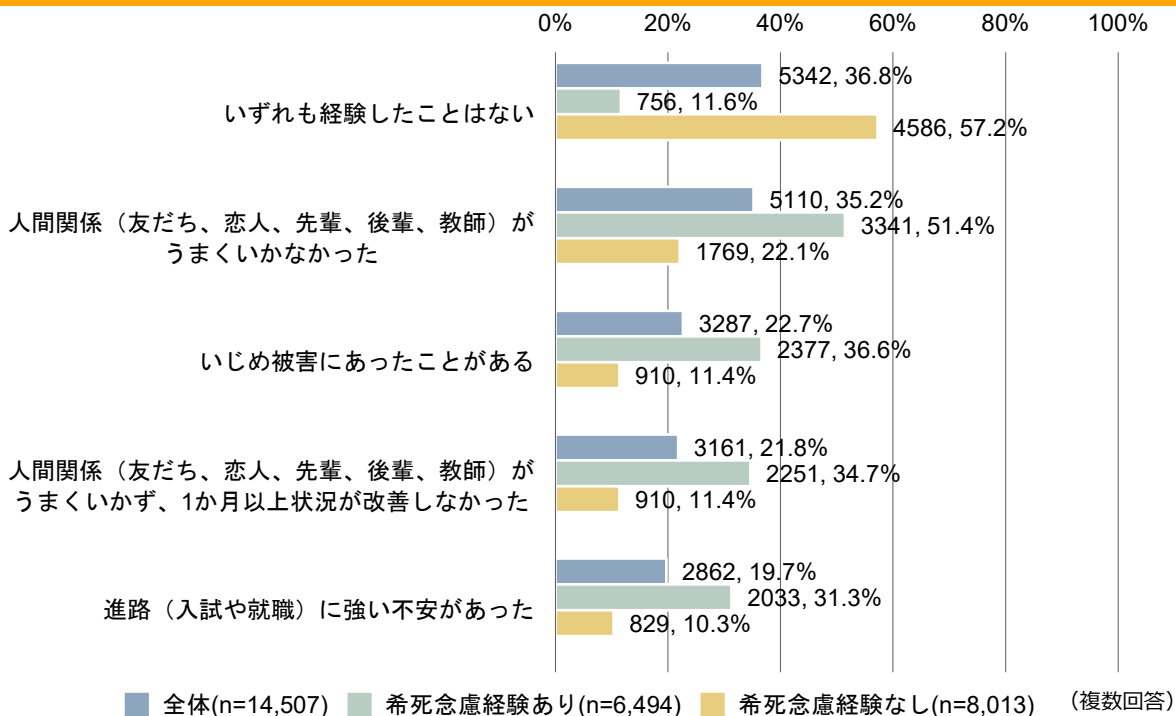
若年層の希死念慮の背景

ii - 1

6割は希死念慮の要因になりうる経験を有している。 特に人間関係やいじめ被害、進路不安があり

【上位5位】希死念慮の要因になりうる経験(※)の有無(全体と希死念慮経験有無別)
(n=14,507)

「人間関係」「死別・離別」「いじめ」「暴力、虐待」「不登校」「学業成績」「仕事、その他」
での困難な経験を「いずれも経験したことがない」のは37%に留まる



※先行研究及び日本財団調査チームとの協議をもとに、人間関係、死別・離別、いじめ、暴力・虐待(性暴力を除く)、不登校、学業成績、仕事・その他の7分類28項目を設定。

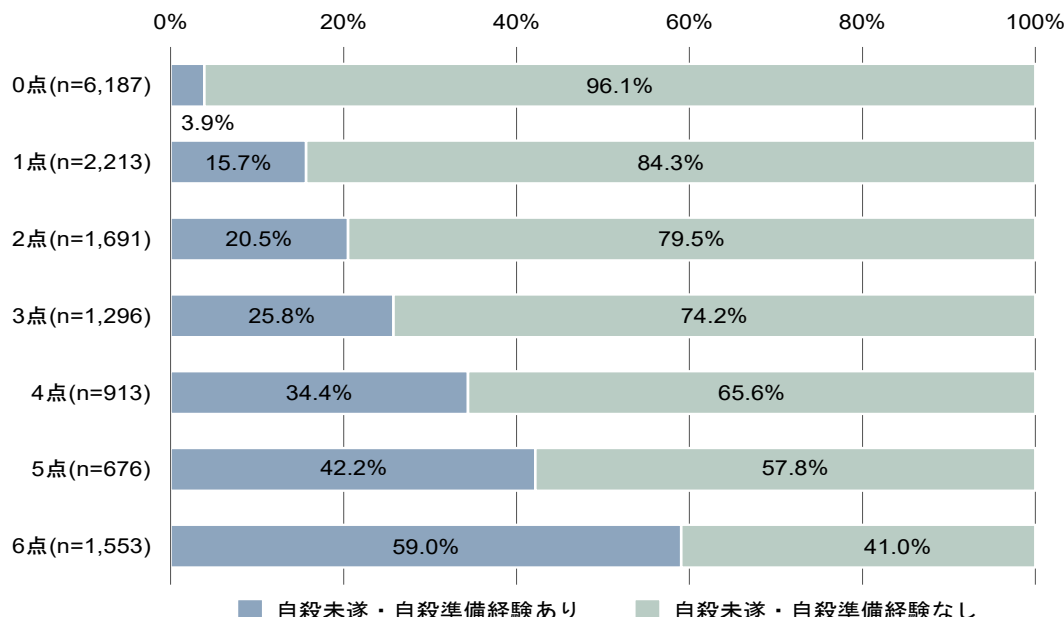
若年層の希死念慮の背景

ii-2

希死念慮の要因になりうる経験が重なる人ほど 自殺未遂・自殺準備を経験している傾向

希死念慮の要因になりうる経験（※）の得点別 自殺未遂・自殺準備経験の有無

6つの希死念慮要因になりうる経験をする人は、
1つも経験がない人に比べ55ポイント、自殺未遂・自殺準備経験率が高い



※警視庁自殺統計にて自殺の原因・動機として項目が立てられている6項目(調査票上では、「家庭問題(家庭関係の不和、子育て、家族の介護・看病等)」、「健康問題(自分の病気の悩み、体の悩み等)」、「経済・生活問題(貧困、倒産、事業不振、負債、失業等)」、「勤務問題(転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等)」、「恋愛問題(失恋、結婚をめぐる悩み等)」、「学校問題(いじめ、学業不振、教師との人間関係等)」と記載)について「いずれもない」以外を回答した場合を1点として、6点満点で得点化した。

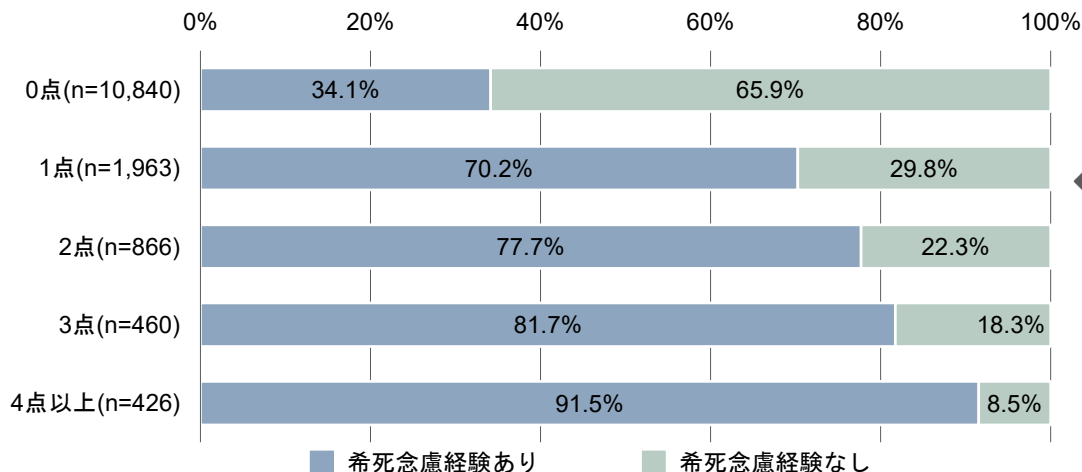
若年層の希死念慮の背景

ii - 3

小児期の逆境的な体験(※)がある人の方が、 希死念慮経験を持つ傾向

逆境的小児期体験の得点別 希死念慮経験 (n=14,555)

逆境的な体験を1つでも経験している人の7割が希死念慮経験を持つ
逆境的な体験が重なるほどに希死念慮経験を持つ人の割合が高まっている



✓ 得点別に自殺未遂・準備の経験を見ると、「4点以上」で67.1%。「0点」と「4点以上」には57.1ポイントの差



✓ 調査対象全体 (14,696) の約26%が逆境的な体験を受けており、家にいる親や大人から肉体的な暴力を受けた経験は9%にも上る

※Adverse Childhood Experience (ACE)を指し、グラフ中の得点は全体10項目のうち18歳までの経験で該当ありとした個数を1個1点とし表記している。項目は下記のとおり。

- 十分な食事が与えられない、衣服が汚れている、あるいは守ってくれる人や世話してくれる人がいないと感じた。
- 離婚、育児放棄、死亡などの理由で、親をなくした。 ●うつ病、精神疾患、自殺未遂をした人と生活していたことがある。
- アルコール中毒や薬物中毒(処方薬を含む)を患っている人と生活していたことがある。
- 家にいる親や大人が、お互いに突き飛ばしたり、殴ったり、叩いたり、あるいは危害を加えたり、脅したりしたことがある。
- 収監された、あるいは実刑判決を受けた人と生活したことがある。 ●家にいる親や大人が、あなたを罵ったり、侮辱したり、けなしたことがある。
- 家にいる親や大人が、あなたを叩く、殴る、蹴るなどの肉体的な暴力を加えたことがある。
- 家族のだれからか、愛されている、あるいは特別な存在だと思われたことがないと感じる。
- 自分が望まない性的接触(愛撫、あるいは口内/肛門/膣内の性交/挿入など)を強制されたことがある。

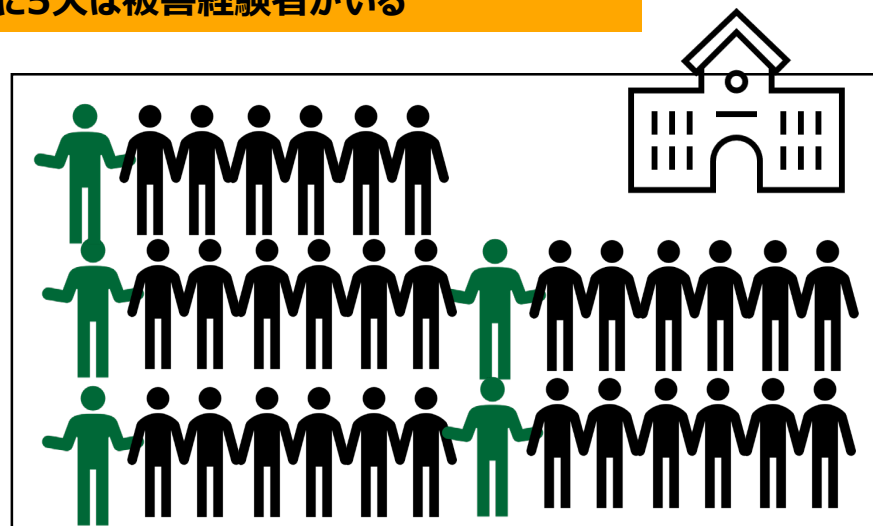
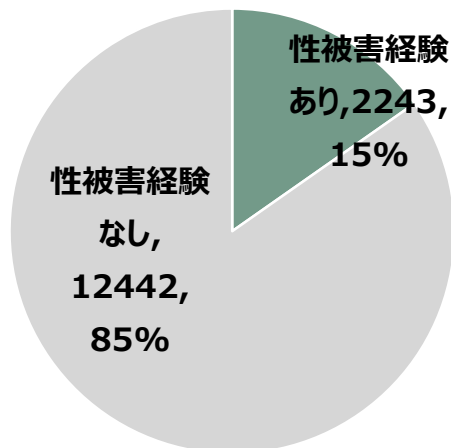
iii-1

7人に1人は性被害経験があり

性被害経験の有無（全体）

(n=14,685)

15%（7人に1人）は性被害経験があり、
35人の学校のクラスなら1クラスに5人は被害経験者がいる



もしも学校の教室だったら、
1クラスに**5**人は被害に。

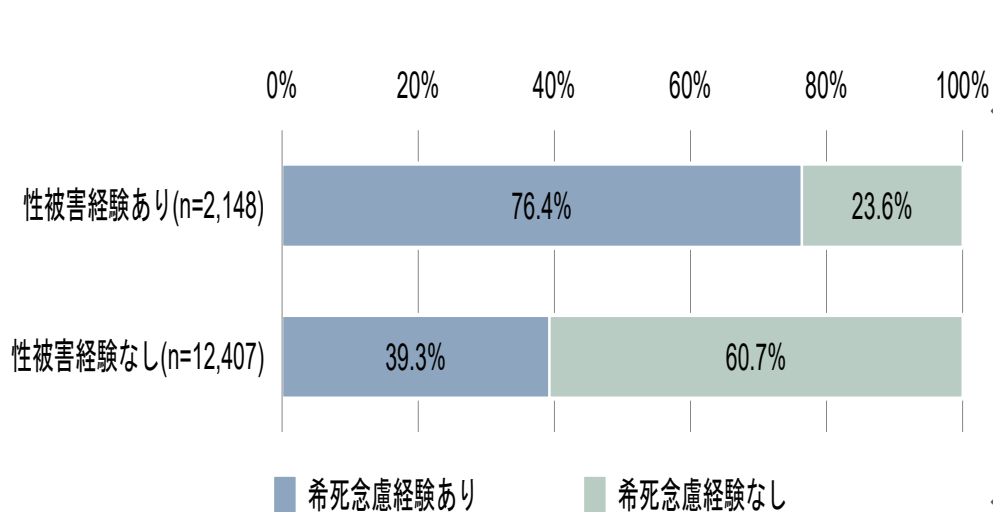
性被害と希死念慮

iii-2 性被害経験がある人の方が、希死念慮経験を持つ傾向

性被害経験の有無別 希死念慮経験

(n=14,555)

性被害経験者はそれ以外に比べ約37ポイント高く希死念慮経験を持っている
加害者との関係や被害の継続期間によって希死念慮経験を持つ傾向は異なる



✓ **加害者別**で見ると、
「希死念慮経験あり」の割合は「家族・親族・パートナーからの被害の経験あり」の場合、85.5%で「それ以外の加害者からの被害」と比べ12ポイント以上高い
「知っている人からの被害経験あり」で「自殺未遂・自殺準備経験あり」は39.1%で、「全く知らない人からの被害経験あり」と比べ約20ポイント高い

✓ **継続期間別**で見ると、
最も深刻な性被害の継続期間別にみると、「希死念慮経験あり」は、「1日以上」で82.1%で、「1日未満（継続はしていない）」と比べ12ポイント以上高い

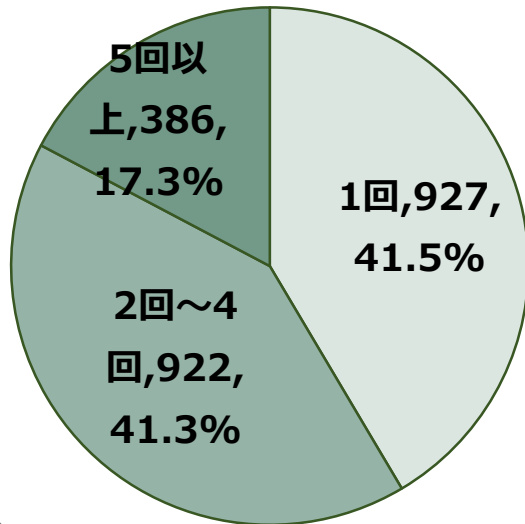
性被害と希死念慮

iii-3

2回以上、性被害に遭っている人は約6割 どの年齢でも被害に遭う可能性

これまでの性被害経験
(n=2,235)

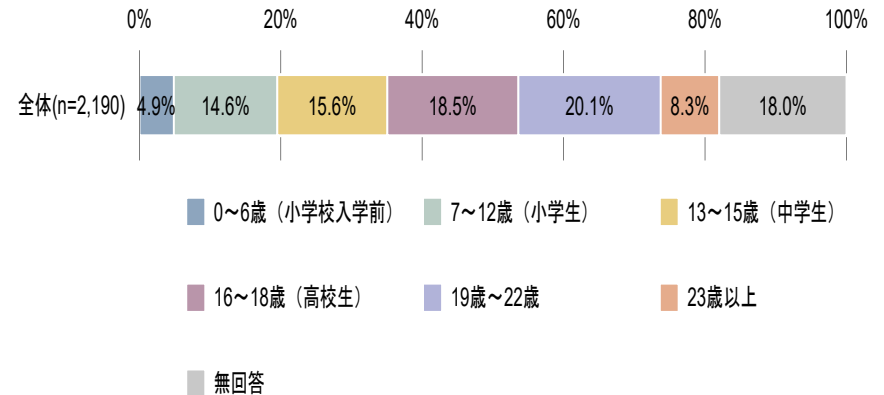
性被害経験ありのうち、
約6割は2回以上被害に遭っている



✓ これまでの性被害ケースのうち2人以上の加害者から被害を受けた経験がある割合は15.6%

最初の性被害経験の年齢

小学生以下までに性被害に遭ったのは約2割



最も深刻な性被害経験が 1日以上継続する割合は5割を超える

最も深刻な性被害の継続期間

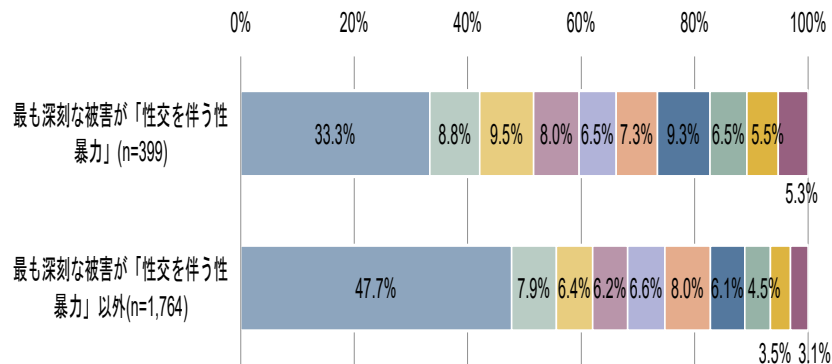
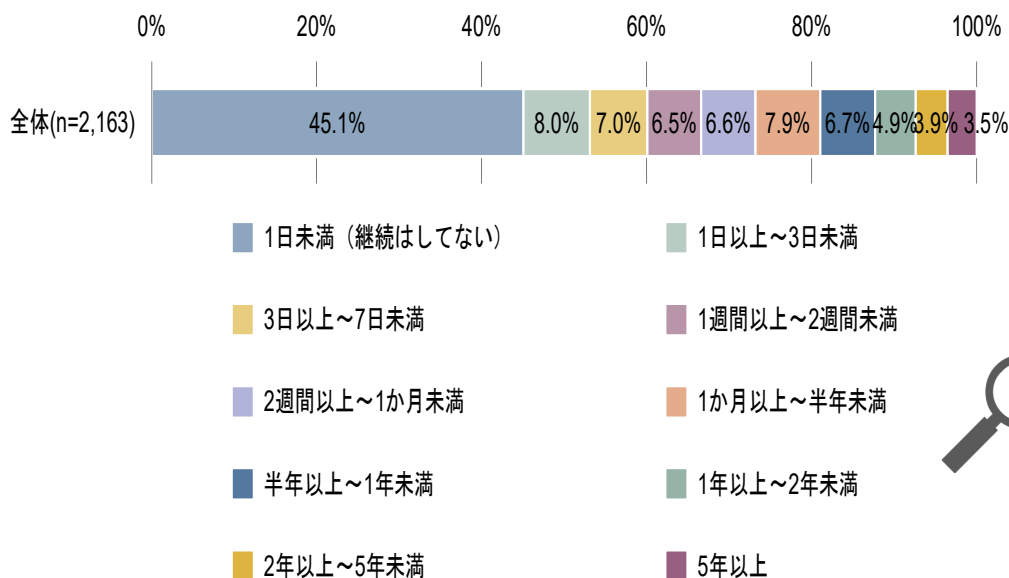
(n=2,163)

4人に1人以上は1か月以上も深刻な性被害に遭い続けている

最も深刻な性被害が性交を伴う

場合の継続期間 (n=2,163)

性交を伴う性暴力は1日以上が約7割



「情報ツール等を用いた性暴力」では、**1日以上が7割に上る**。他方で「身体接触を伴う性暴力」では、「1日未満 (継続はしてない)」が5割で、**性被害の内容によって継続期間は異なる部分も**。

性被害と希死念慮

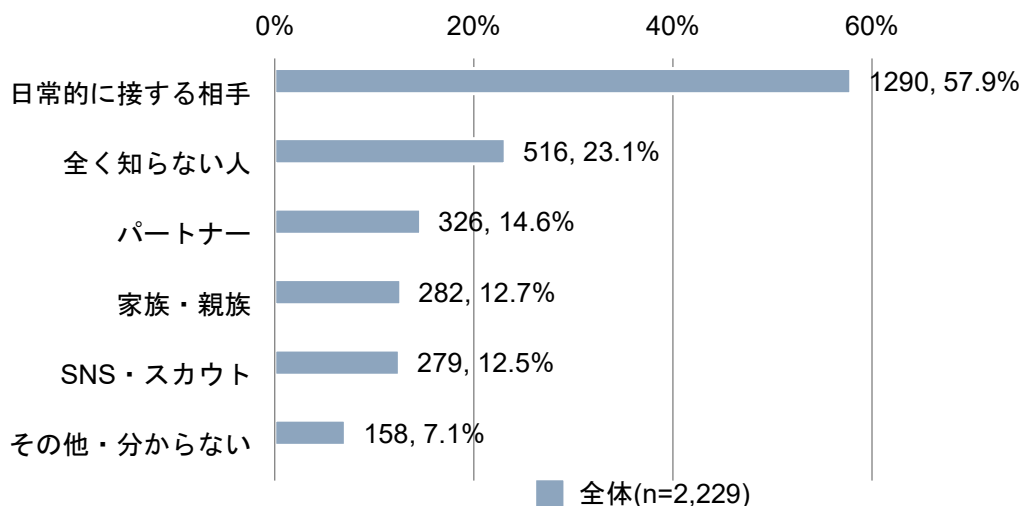
iii-5

加害者は生活のあらゆる場面に存在しうる。 顔見知りの人、家族・親族からの被害もある

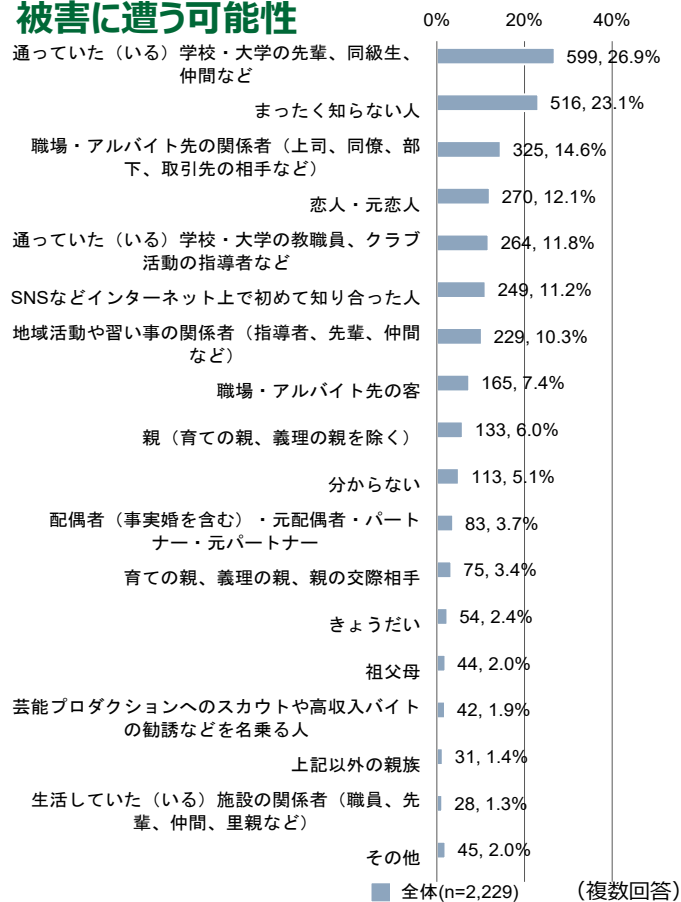
これまでに経験した被害の加害者との関係性

(n=2,229) (複数回答)

全く知らない人が加害者であるのは23%で
パートナーや家族・親族、顔見知りの被害も多い



✓ 細かく見ると、生活のあらゆる場面で被害に遭う可能性



✓ 最も深刻な被害の内容別で見ると「加害者との関係」の傾向は異なる

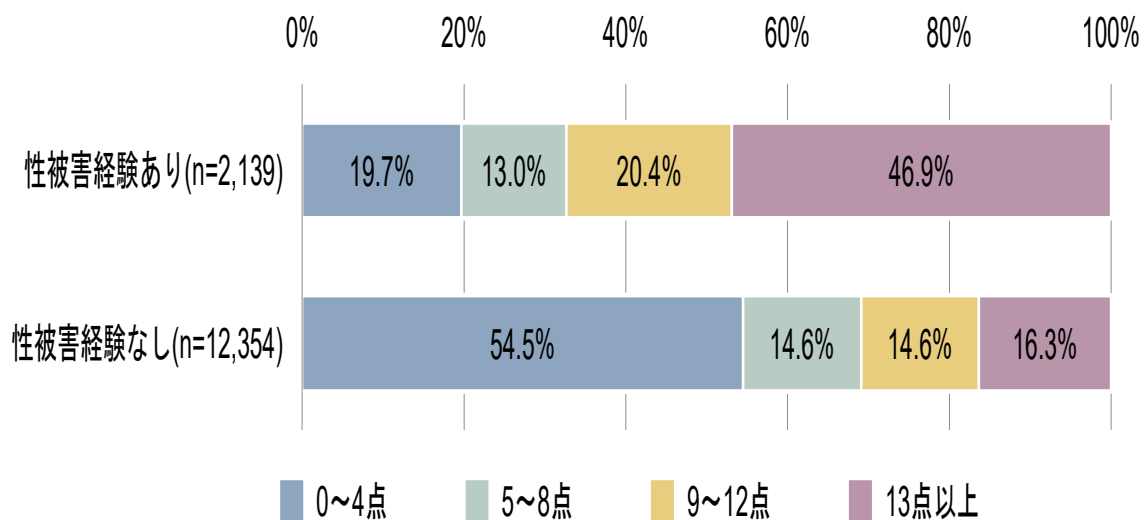
性被害と希死念慮

iii-6

性被害経験を持つ人の方が 抑うつ感・不安感が高い

これまでの性被害経験の有無別 K6 (※) 得点

13点以上の割合は、「性被害経験あり」で46.9%で、
「性被害経験なし」に比べ30ポイント以上高い



※K6は、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的に、Kesslerら(2003)によって開発された尺度である。
合計得点が高いほど精神的な不調が深刻な可能性があると考えられている。

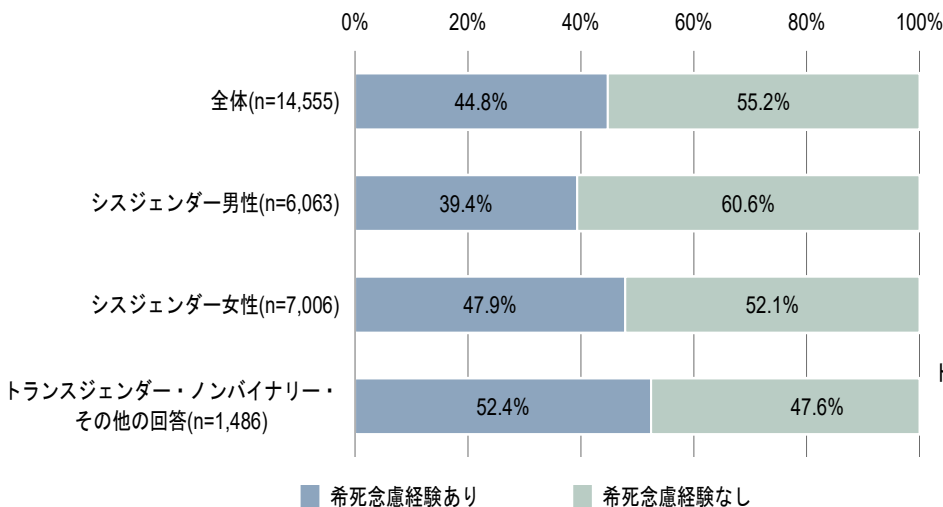
性自認と希死念慮・性被害

iv

どの性別でも希死念慮経験・性被害経験があるが トランスジェンダー・ノンバイナリー・その他の回答(※)の方が 経験が多い

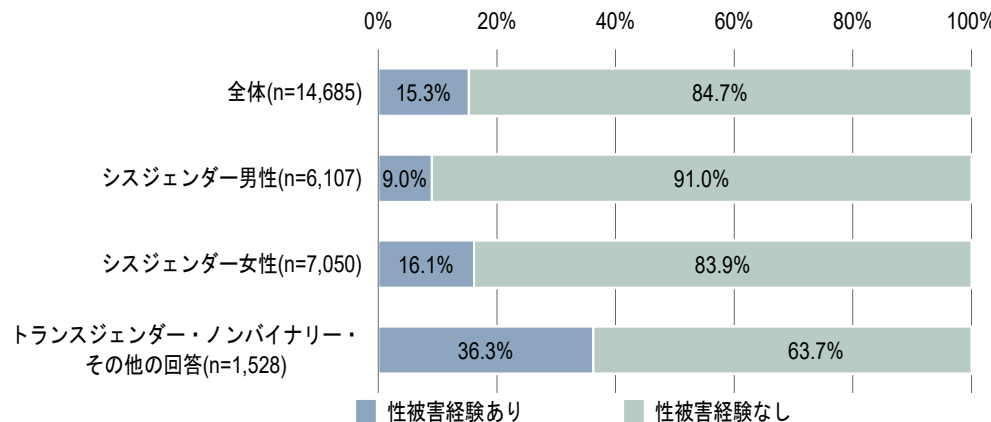
性別ごとの希死念慮経験

全体では44.8%、
トランスジェンダー・ノンバイナリー・その他の回答(※)では
52.4%が希死念慮経験あり



性別ごとの性被害経験

全体では15.3%、
トランスジェンダー・ノンバイナリー・その他の回答(※)は
全体より21ポイントも高い

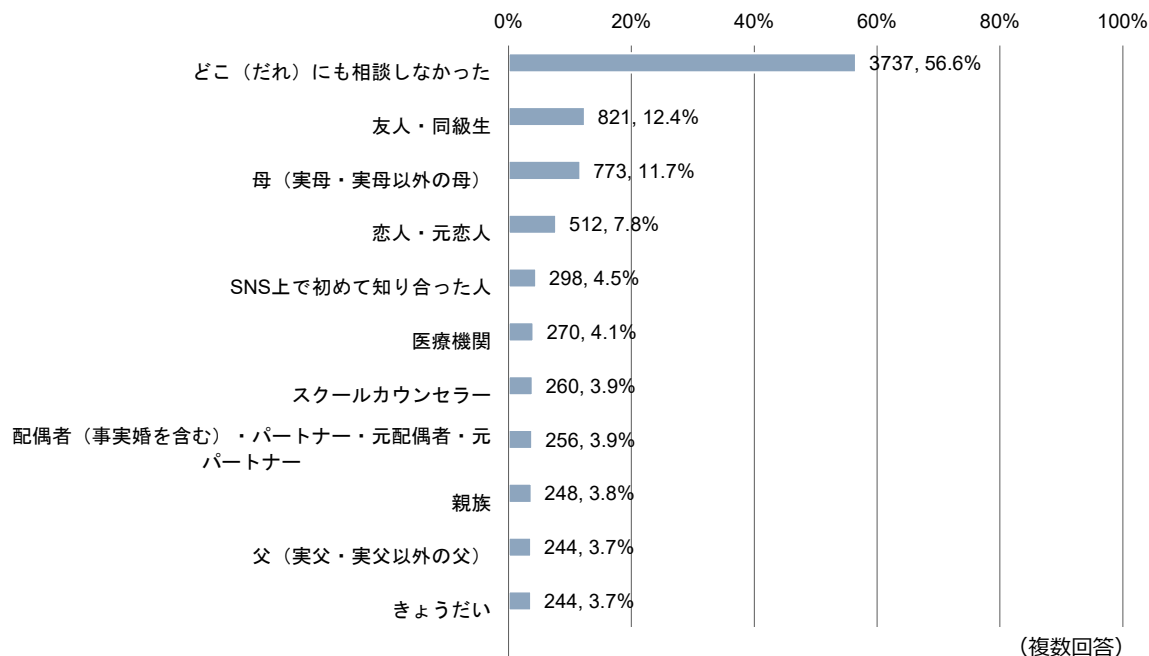


※「トランスジェンダー・ノンバイナリー・その他の回答」とは、本調査中では性自認に関する設問(あなたは今のご自分の性別を、出生時の性別と同じだととらえていますか。)で「別の性別だととらえている」「違和感がある」「答えたくない」を選択した者を指す。

相談する場合は、 誰もが相談の受け手になる可能性あり

希死念慮に関する主な相談先（3%以上）（n=6,605）

友人・同級生、家族、知人、スクールカウンセラー、SNS等、相談先は幅広く
誰もが希死念慮等の相談を受ける可能性があり、ゲートキーパー教育・啓発が重要

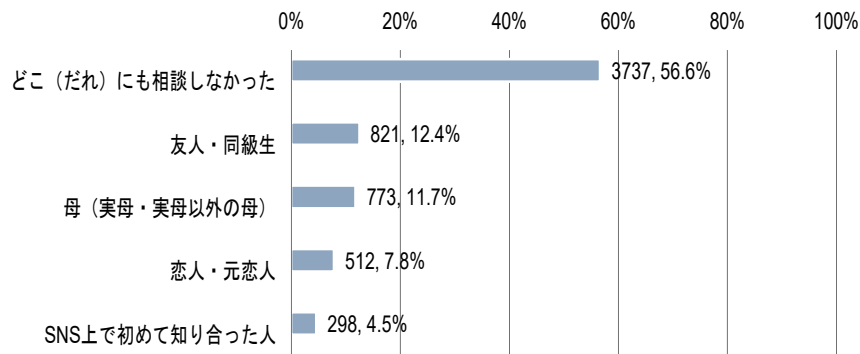


希死念慮も性暴力被害も どこにも（誰にも）相談しない割合が高い

希死念慮が生じた際に 打ち明けた・相談した相手

(上位5位) (n=6,605)

約6割は誰にも相談せず、公的機関よりも「SNSで初めて知り合った人」が上位となる



(複数回答)

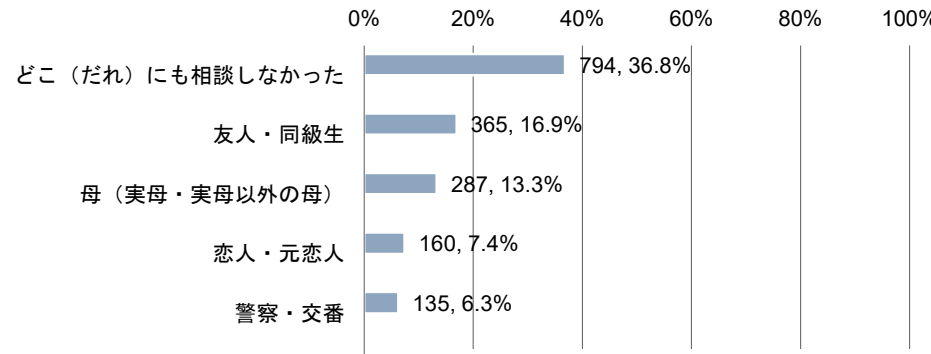


✓ 自殺に関する公的な相談窓口は
2.4%に留まる

性暴力被害後に打ち明けた・相談した相手

(上位5位) (n=2,155)

4割弱は誰にも相談できていない



(複数回答)



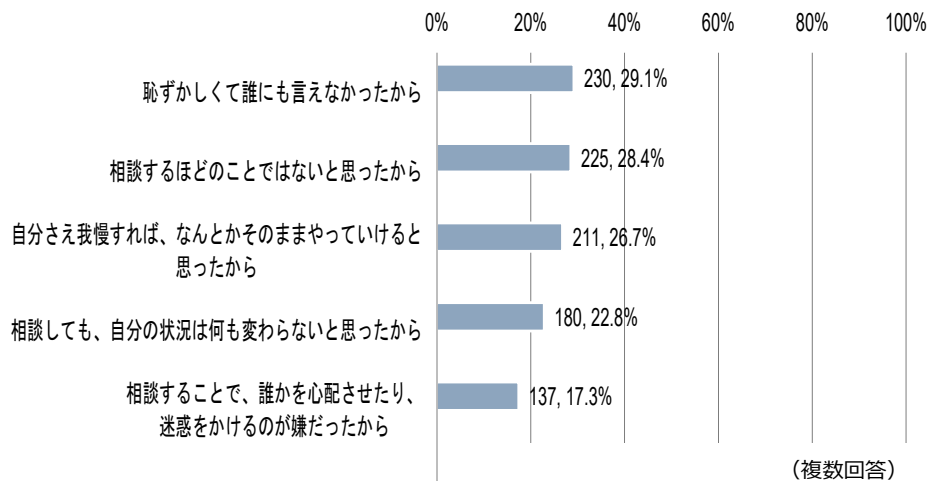
✓ 性暴力に関する公的な相談窓口は
2.6%に留まる

性被害を相談しない背景には「恥」と思わせる社会の雰囲気と いますぐ相談できない仕組みがあるか

性暴力被害を誰にも相談しない理由

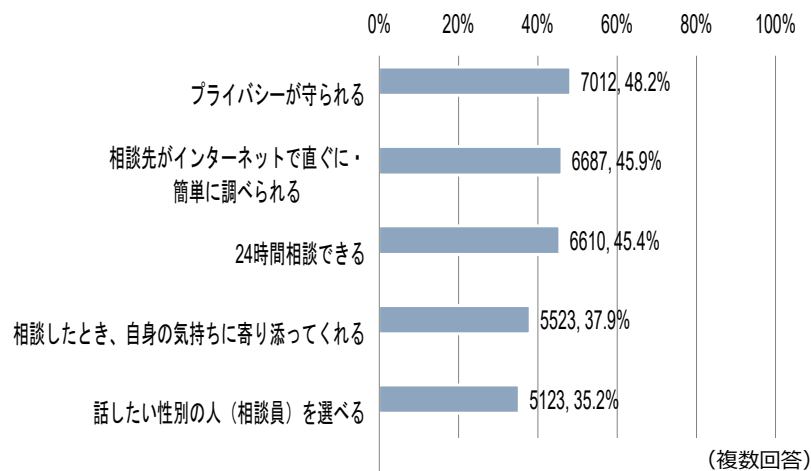
(上位5位) (n=791)

最大の理由は恥の感情。
他にも我慢すればよいという理由も



性被害に遭ったとき利用したい / 勧めたいサービス (上位5位) (n=14,561)

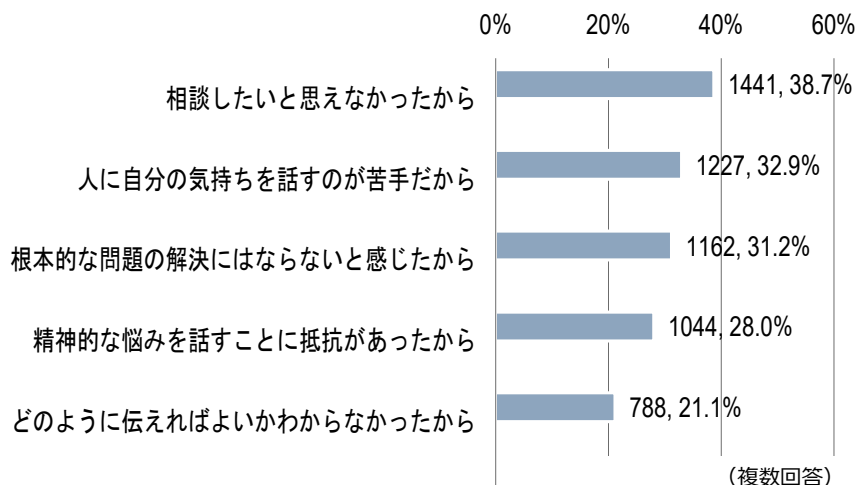
最大のポイントは「プライバシーが守られる」
すぐに、簡単に、24時間相談できることも重視



希死念慮を相談しない背景には、 知られたくない、相談したいと思えない抵抗感や、 すぐ相談できない仕組みがあるか

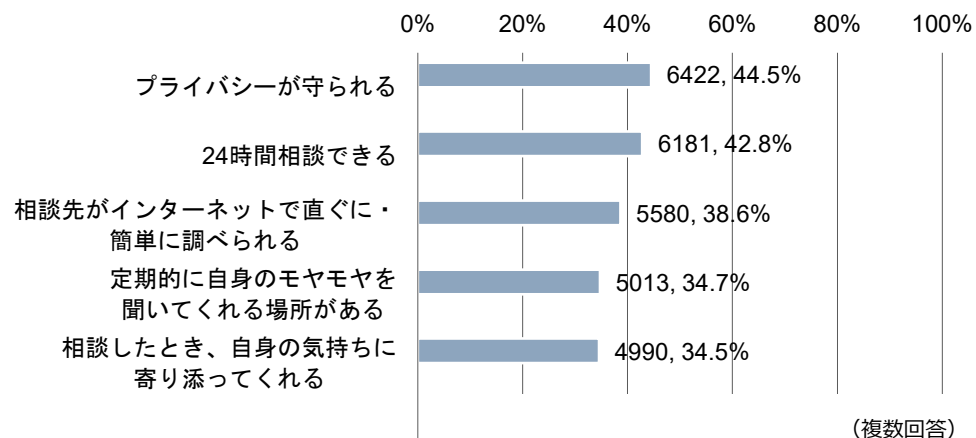
希死念慮を
誰にも相談しない理由
(上位5位) (n=3,728)

最大の理由は相談したいと思えない



希死念慮が生じたとき利用したい
/ 勧めたいサービス (上位5位) (n=14,443)

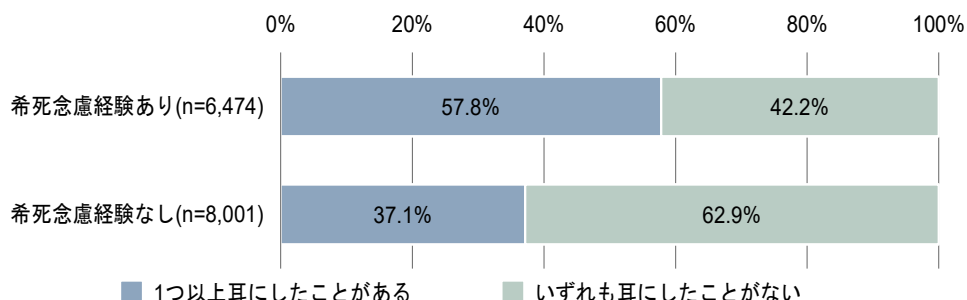
最大のポイントは「プライバシーが守られる」
すぐに、簡単に、24時間相談できることも重視



当事者になるまで支援先を知らない可能性。 「知らない」という壁があるままでは、 相談されても支援先に繋がらないか

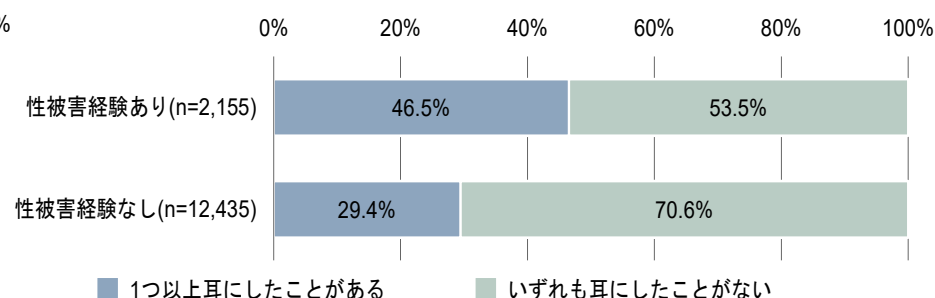
自殺に関する現状の支援サービスの認知度 (n=14,475)

希死念慮経験のない人の方が20ポイント以上
支援先を知らない



性暴力被害支援に関する 現状の支援サービスの認知度 (n=14,590)

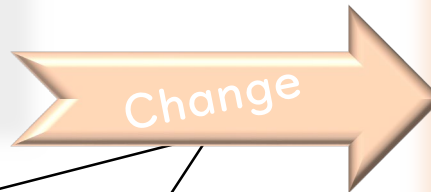
性被害経験のない人の7割は
支援先を1つも知らない



4 . 現実を変えるために

現実を認め、**変える**ために

若者の4人に1人が
誰にも言えぬままに死にたさを抱え、
タブー視される社会から



いま目の前の人が
死にたさや性被害を受けているかもしれな
い。**自分も**そうなるかもしれない。
そういった現実があることを誰もが認め、
まわりが**支え合える社会**へ

現実を認め、変えるために打破すべき壁

社会規範 (タブー) の壁

我慢。相談
するほどのこ
とじゃないか

恥ずかしくて
言えない

精神的な
ことを話す
抵抗感

誰にも
知られたく
ない

うまく説明し
ないと...

支援の 仕組みの壁

いますぐ
相談できる
訳じゃない

相談先を
知らない

相談しても
変わらない

相談した
らバレルの
では...

身近な人の 理解の壁

支援先を
1つも
知らない

話を聞いても
支援先に
繋げない
可能性

喫煙や飲酒の健康リスク同様に、性被害をはじめとする
希死念慮の要因になりうる経験が大きな健康リスクであることを、
誰もが知っている状態になる（公衆衛生として扱う）が必要です。（※）