

日本財団第2回自殺意識調査 【要約版】

2018年9月

日本財団における自殺対策事業

自殺対策基本法改正 2016年4月

日本財団いのち支える自殺対策プロジェクト



モデルづくり

自治体実践モデル構築

長野県／東京都江戸川区



調査

実態の解明、社会啓発

対策への提言

自殺対策の自治体実践モデルを全国の自治体へ

誰も自殺に追い込まれることのない社会へ

調査概要

調査の特徴

1. 世界的にも数少ない自殺に関する大規模追跡調査
2. 自殺念慮、自殺未遂の原因を解明
3. 2016年調査回答者の**追跡調査**として継続実施していくこととし、今回はその第1弾（本年度も第2弾として追跡調査を実施予定）

「追跡調査（パネル調査）」とは……

同一人物に対して継時的に同一の項目を尋ねることで時系列変化を把握する調査であり、自殺念慮や未遂の要因を探ることができる。

調査概要

目的

日本全国における自殺念慮と自殺未遂の実態を明らかにすることで、自殺対策の必要性について社会の機運を醸成し、自殺対策の推進に寄与すること

対象

全都道府県20歳以上の男女
(第1回調査有効回答者)

回収数

第2回 回収数：22,211件 有効回答数：21,142件
回収率：54.9% 有効回答率：52.3%

期間

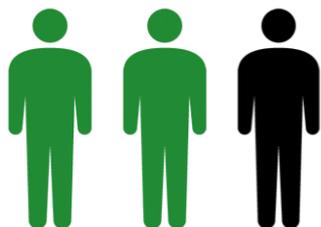
第2回 2017年7月28日（金）～7月31日（月）

方法

インターネット調査
「あなたご自身に関するアンケート」

調査結果 <11のファクト>

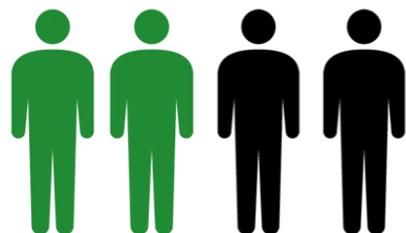
1



「本気で自殺したいと考えている」と
前回回答した

3人に2人が今も同じ気持ち

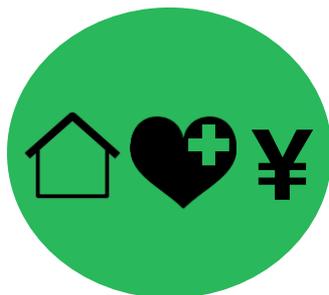
2



前回時点の自殺未遂者の

半数超が未遂を再び経験

3



自殺念慮・未遂の原因の組み合わせ

家庭・健康・経済

を中心に変化

調査結果 <11のファクト>

4



身体の持病が

自殺念慮を抱かせ続ける大きな要因

5



「本気で自殺したいと考えている」を抱く
きっかけ、抱き続けない要因として

家族関係の不和あり

6



現在住んでいる地域での

住み続けたい気持ち+
ほどよい関係性が念慮抑制

調査結果 <11のファクト>

7



睡眠時間の確保が

自殺念慮・未遂の抑制につながっている

8



若者層（20～39歳）は

自殺念慮や自殺未遂のリスク高
精神的問題へのサポートだけでなく、
人間関係づくりへのサポートが有効

身近な人を自殺でなくす = 自殺念慮・未遂を誘発

9

同居の
家族・親族



友人

特に**直後から**
7～10年後頃まで

**注視が
必要**

恋人



特に**直後に**

調査結果 <11のファクト>

10



自殺念慮・未遂とネガティブなライフイベントによる

負のスパイラルの可能性

(例：いじめ等が自殺念慮・未遂を引き起こし、生じた自殺念慮・未遂が虐待、いじめ等を更に誘発)

11

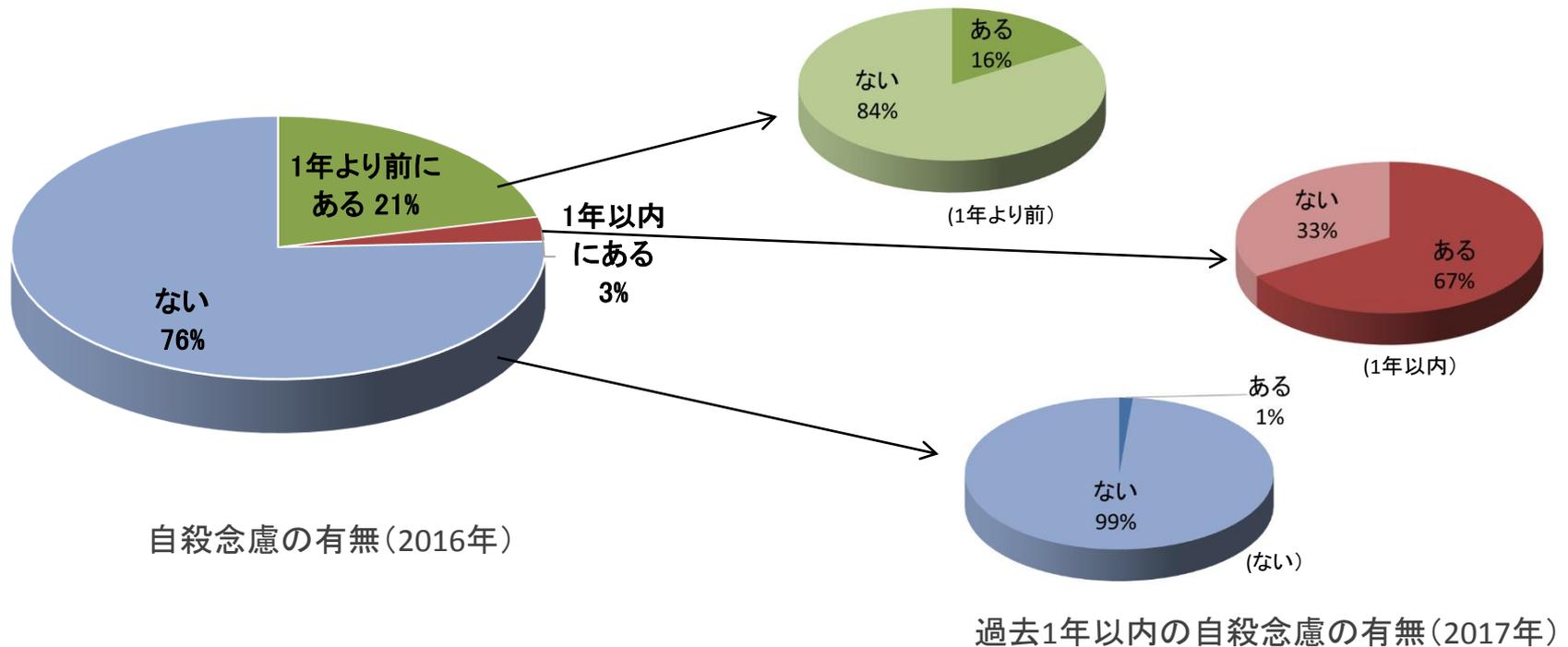


「自殺予防の政策及び窓口」の認知度に
都道府県間で**2割近い格差**

1

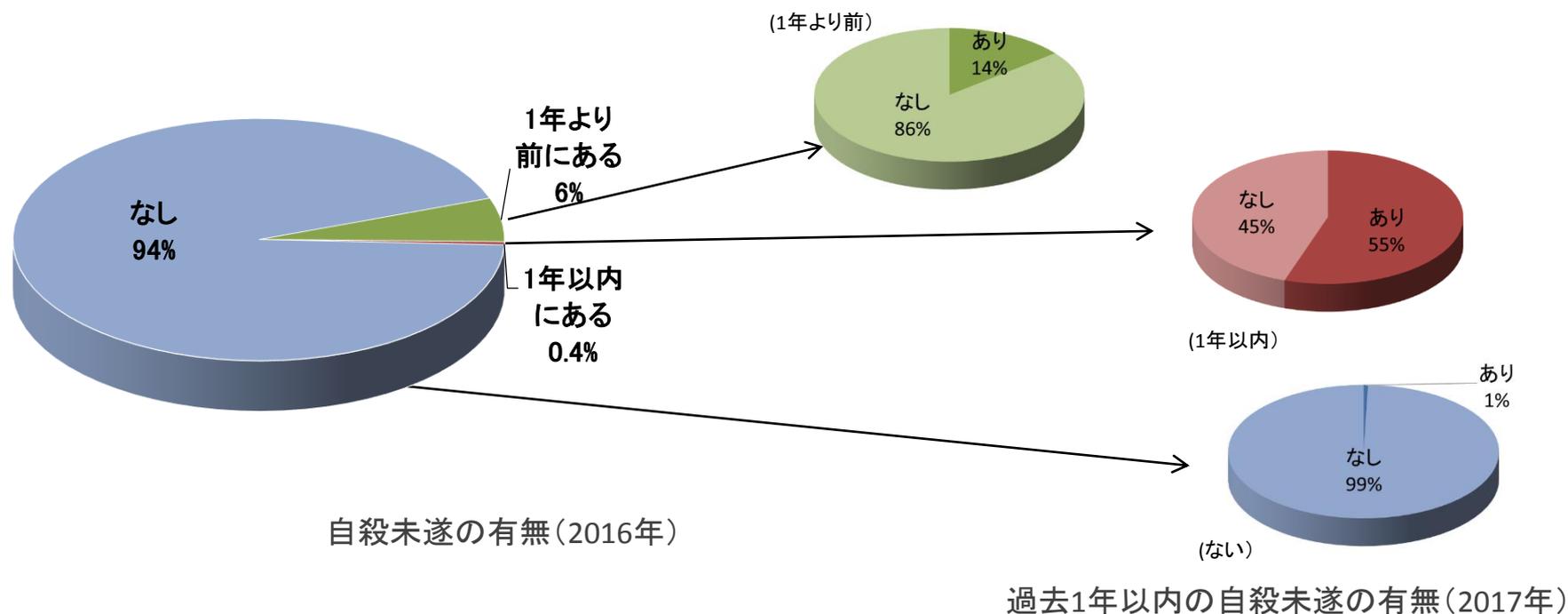
「本気で自殺したいと考えている」と前回回答した 3人に2人が今も同じ気持ち

自殺念慮は高い確率で解消せず、継続



前回時点の自殺未遂者の半数超が未遂を再び経験

自殺未遂も半数以上が再び経験



自殺念慮の原因の組み合わせは健康・家庭・経済を中心に変化

第1回調査(2016年)の組み合わせ上位

健康問題 + 家庭問題 + 経済生活問題 19%

家庭問題 + 勤務問題 + 健康問題 8%

経済生活問題 + 健康問題 + 勤務問題 8%

経済生活問題 + 家庭問題 + 勤務問題 6%



第2回調査(2017年)の組み合わせ上位

家庭問題 + 健康問題 + 経済生活問題 19%

経済生活問題 + 勤務問題 + 健康問題 8%

家庭問題 7%

勤務問題 + 家庭問題 + 健康問題 5%

(注1) 記載順は原因の1位に挙げたものを3点、2位に挙げたものを2点、3位に挙げたものを1点として点数化して決めている。

(注2) 選択肢から最大3つを選択する形式で回答を得ている。

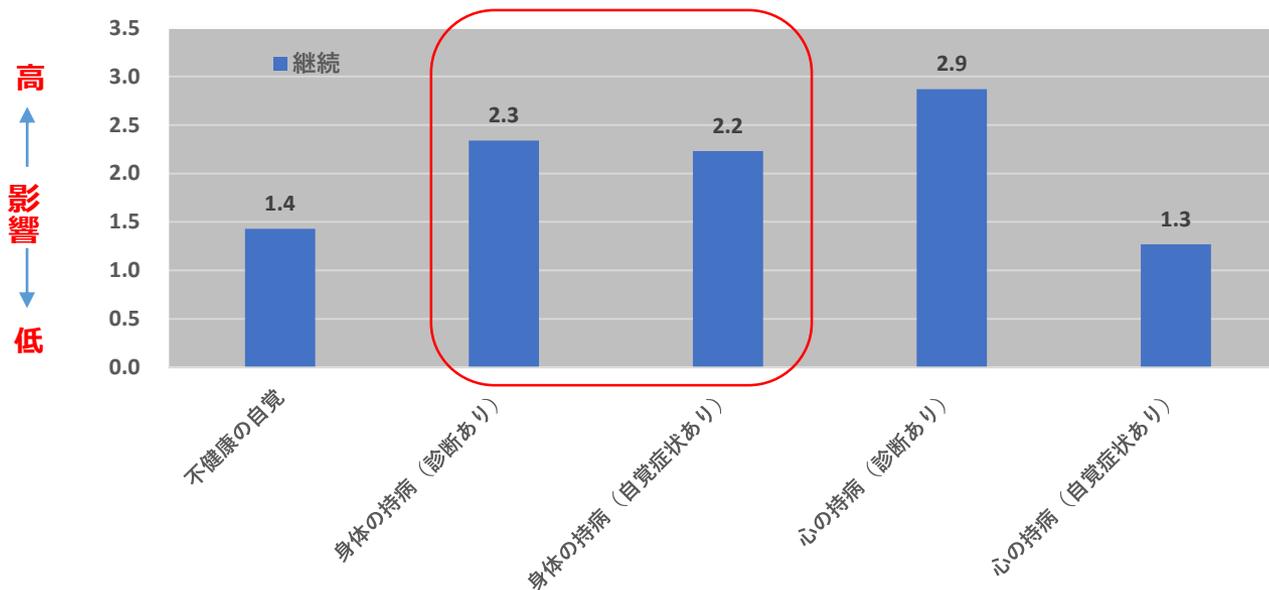
4

身体の持病が自殺念慮を抱かせ続ける大きな要因

(念慮継続)

健康問題

(オッズ比・倍)



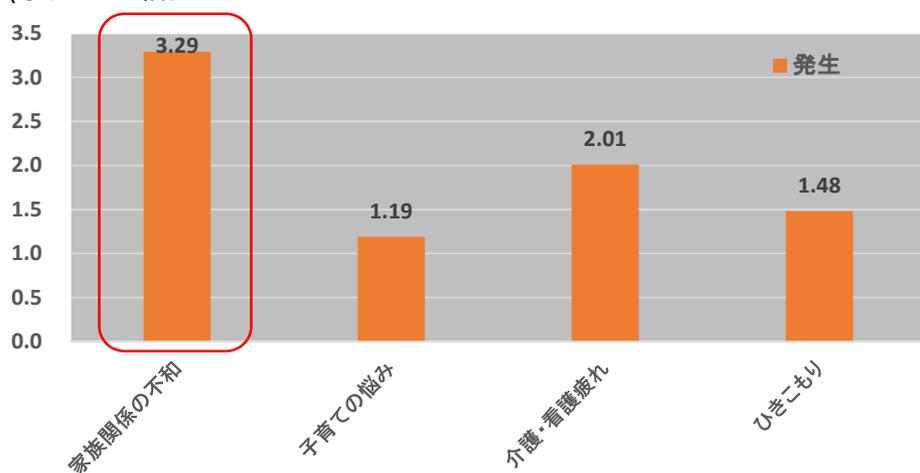
心の持病が自殺念慮に影響することは既に分かっていることではあるが、今回の調査により、身体を持病を持つと、自殺念慮を持ち続けるリスクがあることがわかった。

「本気で自殺したいと考えている」を抱ききっかけ、抱き続けない要因として「家族関係の不和」あり

(念慮発生) & (念慮消滅)

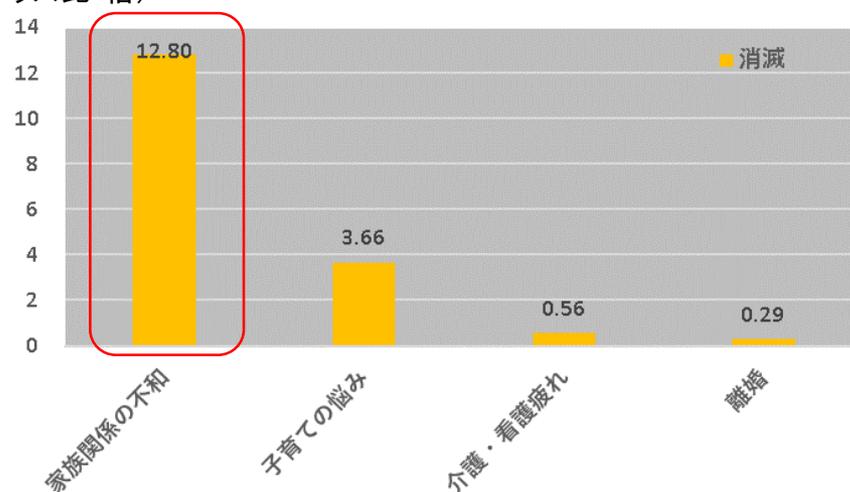
家族問題

(オッズ比・倍)



第1回調査（前回）で自殺念慮がなかったものの、第2回調査（本調査）では抱いていた人の中で、「家族関係の不和」は、家庭問題が自殺念慮を新たに抱くようになった要因となっているなかでも、影響が大きい。

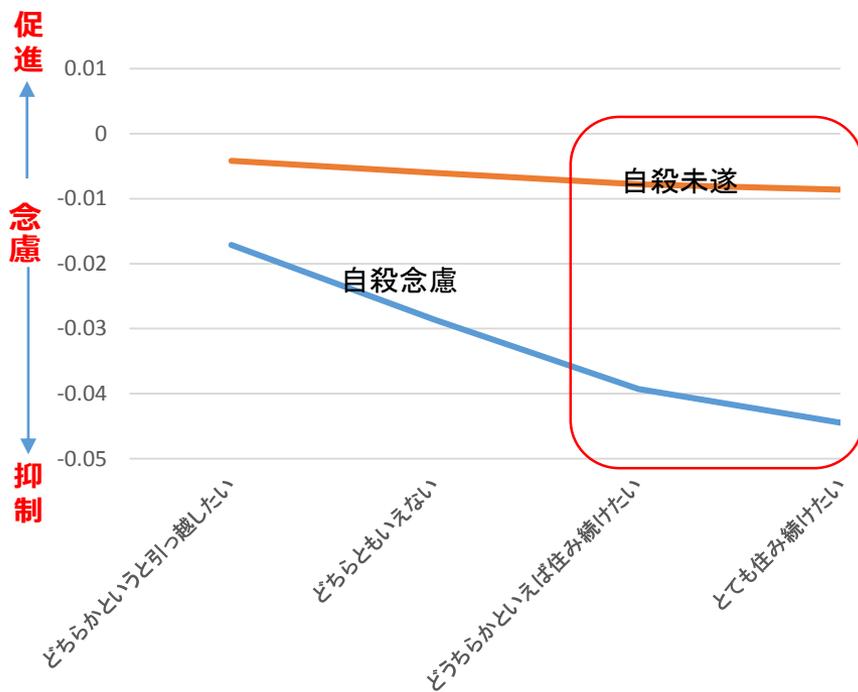
(オッズ比・倍)



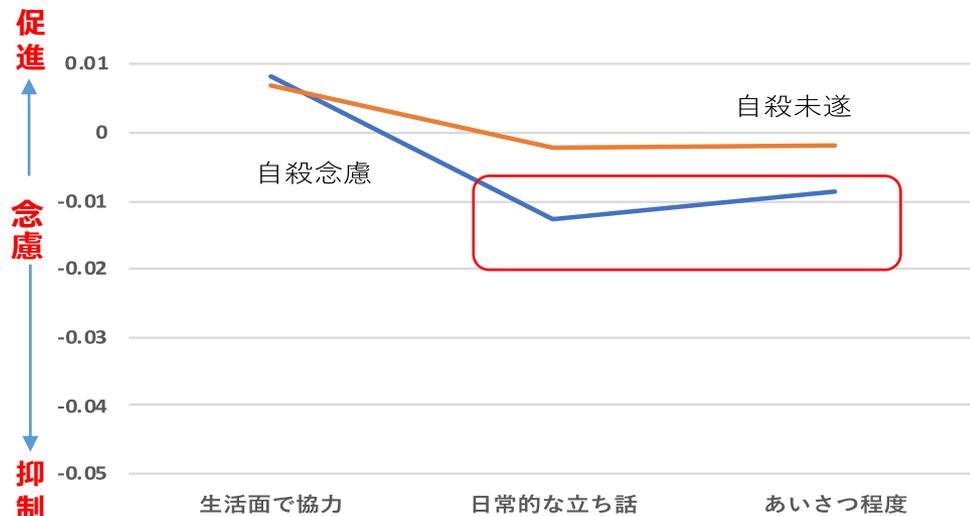
第1回調査（前回）で自殺念慮があったものの、第2回調査（本調査）では消滅していた人では前回調査において家庭問題を原因の第1位として挙げていたが、その中で「家庭関係の不和」を経験した人が多かった。つまり、「家庭関係の不和」が解消したため、念慮も消滅したと考えられる。

現在住んでいる地域での「住み続けたい気持ち」+ 「日常的な立ち話や挨拶程度行う関係性」が念慮抑制

地域関係の効果



継続居住希望者は自殺念慮を抱かなくなる効果がみられる。



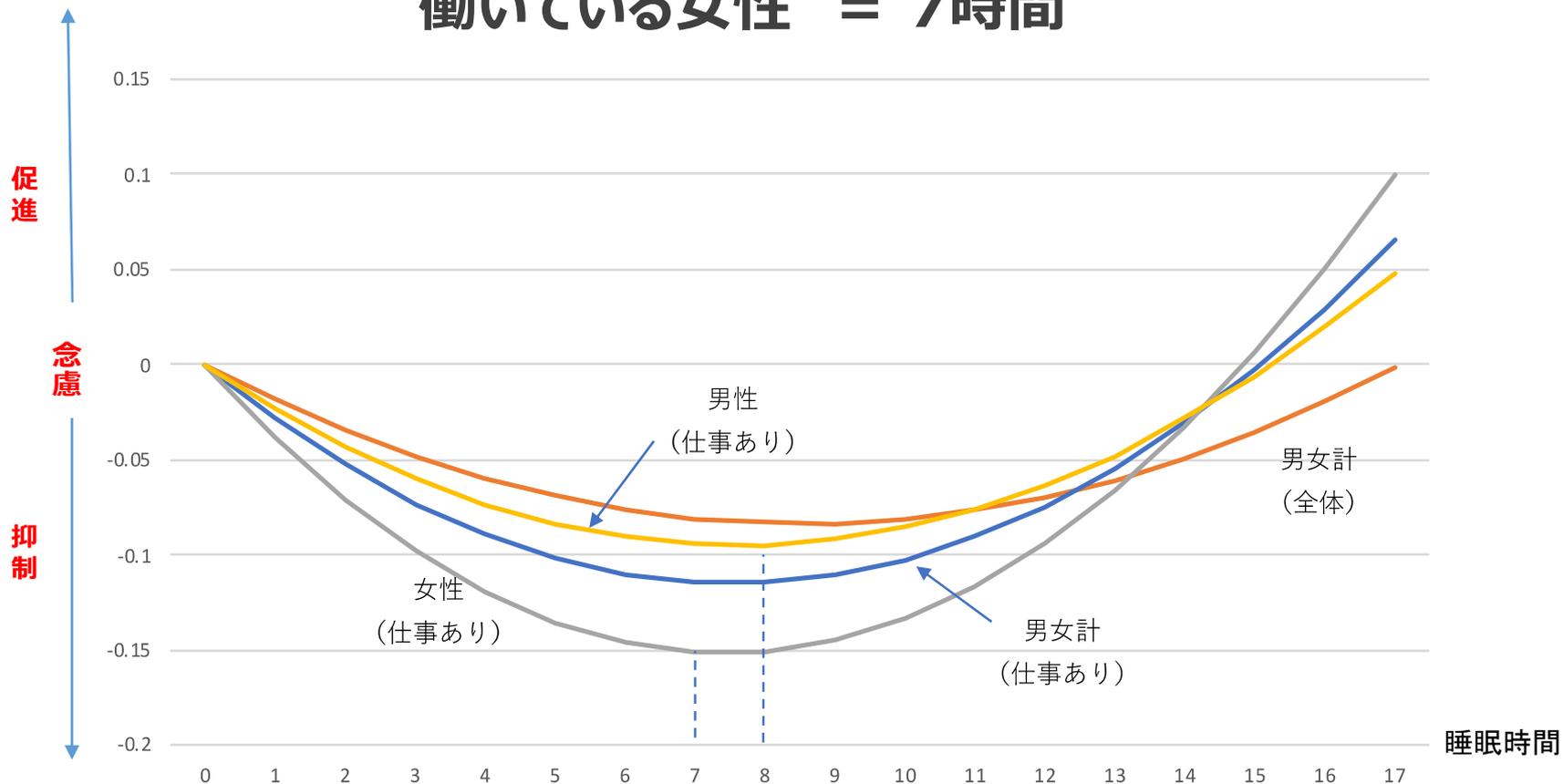
立ち話、挨拶程度の最小限のつきあいは、自殺念慮を抱かなくなる効果がみられるが、一方、「生活面で協力（相談、日用品の貸し借り等）」する場合は、必ずしも効果がみられなかった。親密すぎるよりも、適度な距離感のある関係の方が自殺念慮を抱かなくなる効果がみられる。

睡眠時間の確保が自殺念慮・未遂の抑制につながっている

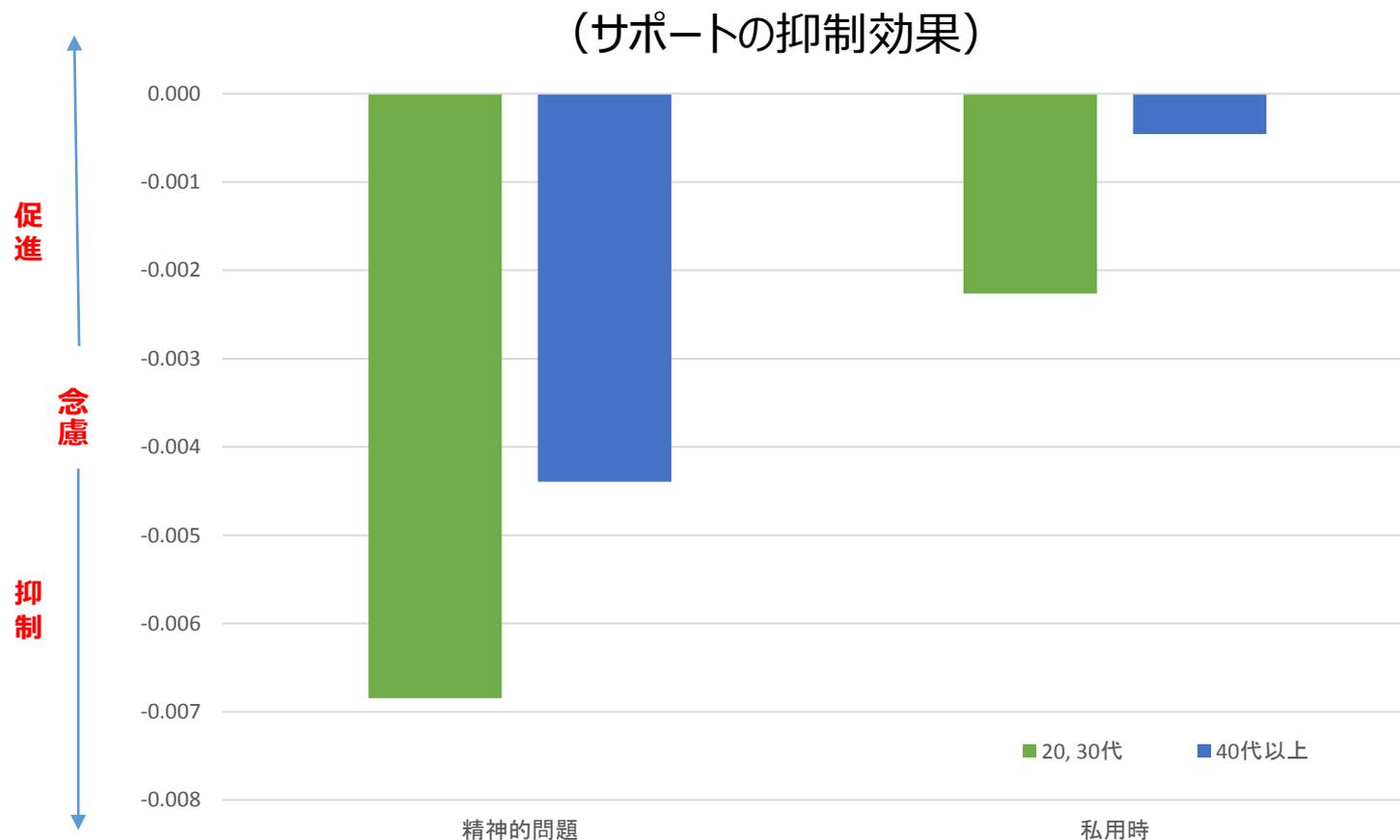
(自殺念慮抑制に効果的な睡眠時間)

働いている男性 = 8時間

働いている女性 = 7時間



自殺リスクの高い若者層へは精神的問題へのサポートだけでなく 簡単な頼み事ができる人間関係づくりのサポートが有効



ちょっとした頼みごとができるよう顔見知りになっておく、身近な人と知り合っておくことが念慮抑制に効果があるため、そのための仕掛けづくりが重要である。

9

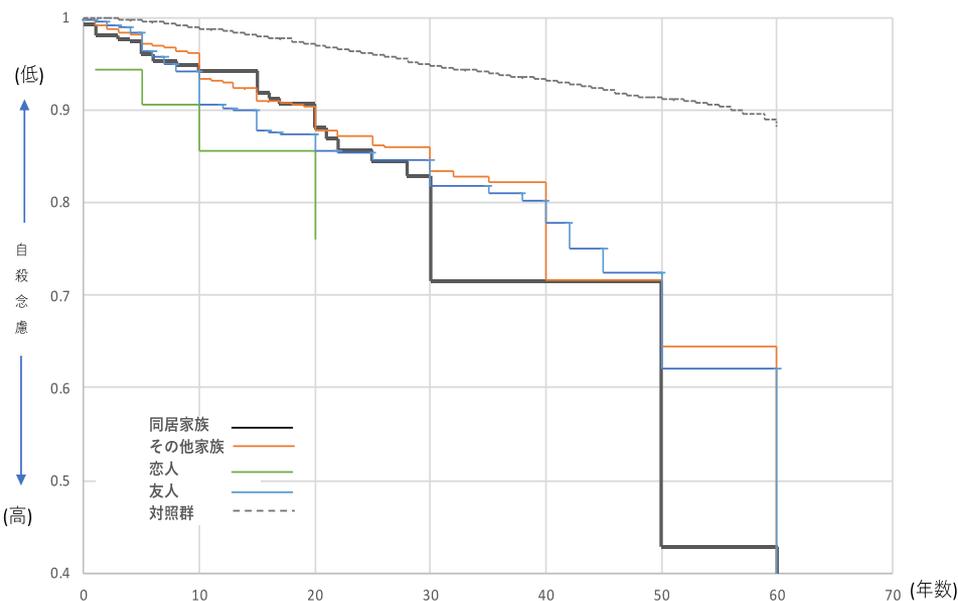
恋人などを自殺でなくすことは特に直後から自殺念慮・未遂を誘発

(自殺未遂リスク)

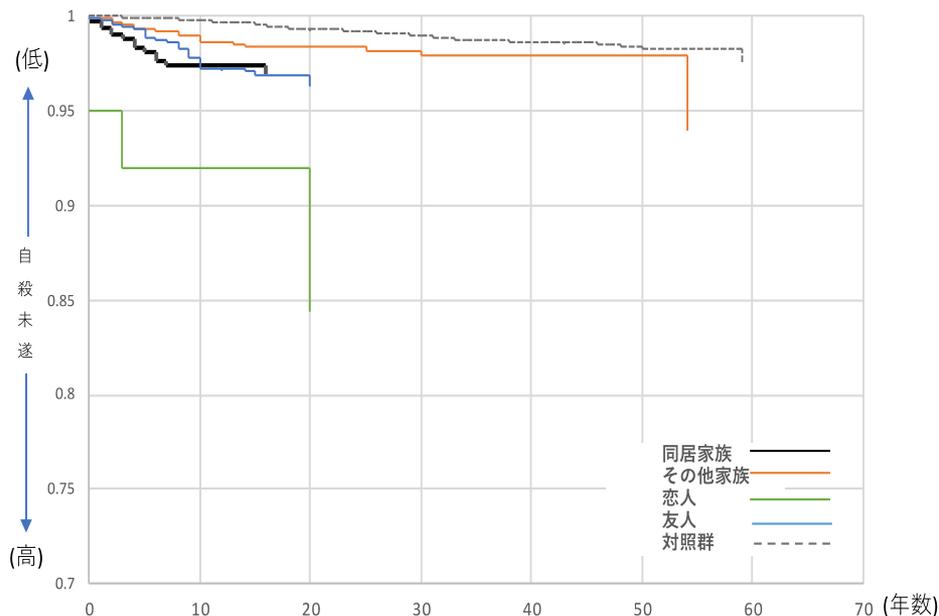
恋人を自殺でなくす = 特に直後から念慮・未遂を誘発する大きなリスク

同居家族・親族を自殺でなくす = 特に直後から7年後頃までリスク

友人を自殺でなくす = 特に直後から10年後頃までリスク



(自殺念慮)

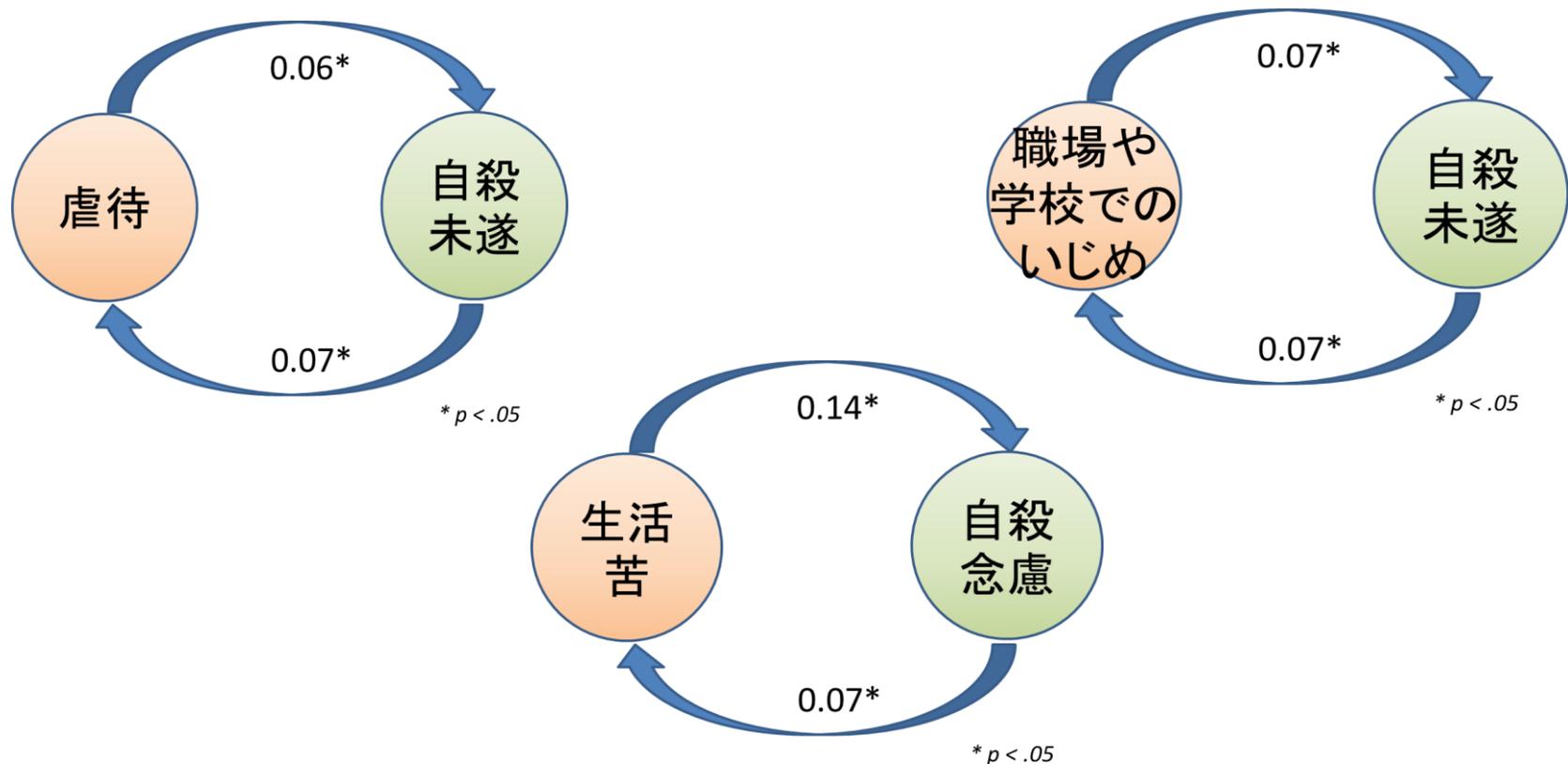


(自殺未遂)

(注) データが横ばいの部分は、新規発生者がいないことを示している

自殺念慮・未遂とネガティブなライフイベントによる負のスパイラルの可能性

虐待、生活苦、薬物依存、いじめによって自殺未遂が引き起こされるだけでなく、自殺未遂がさらなる虐待、いじめ等を誘発する可能性



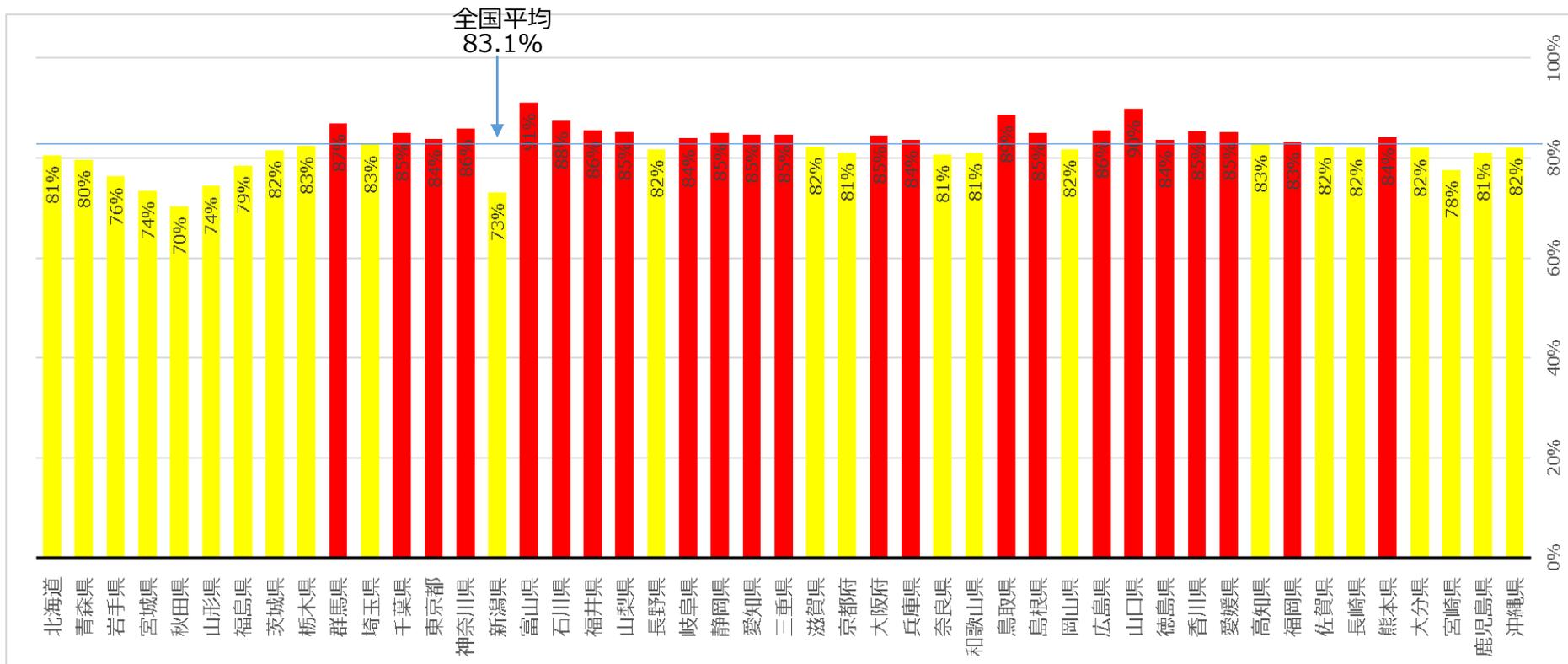
自殺予防政策の認知度に都道府県格差

例①) よりよいホットラインを全く知らない人の割合

秋田県 (70%) 新潟県 (73%) 宮城県 (74%) 山形県 (74%)

VS

富山県 (91%) 山口県 (90%) 鳥取県 (89%) 石川県 (88%)



(注) 赤は全国平均以上、黄は平均未満となっている

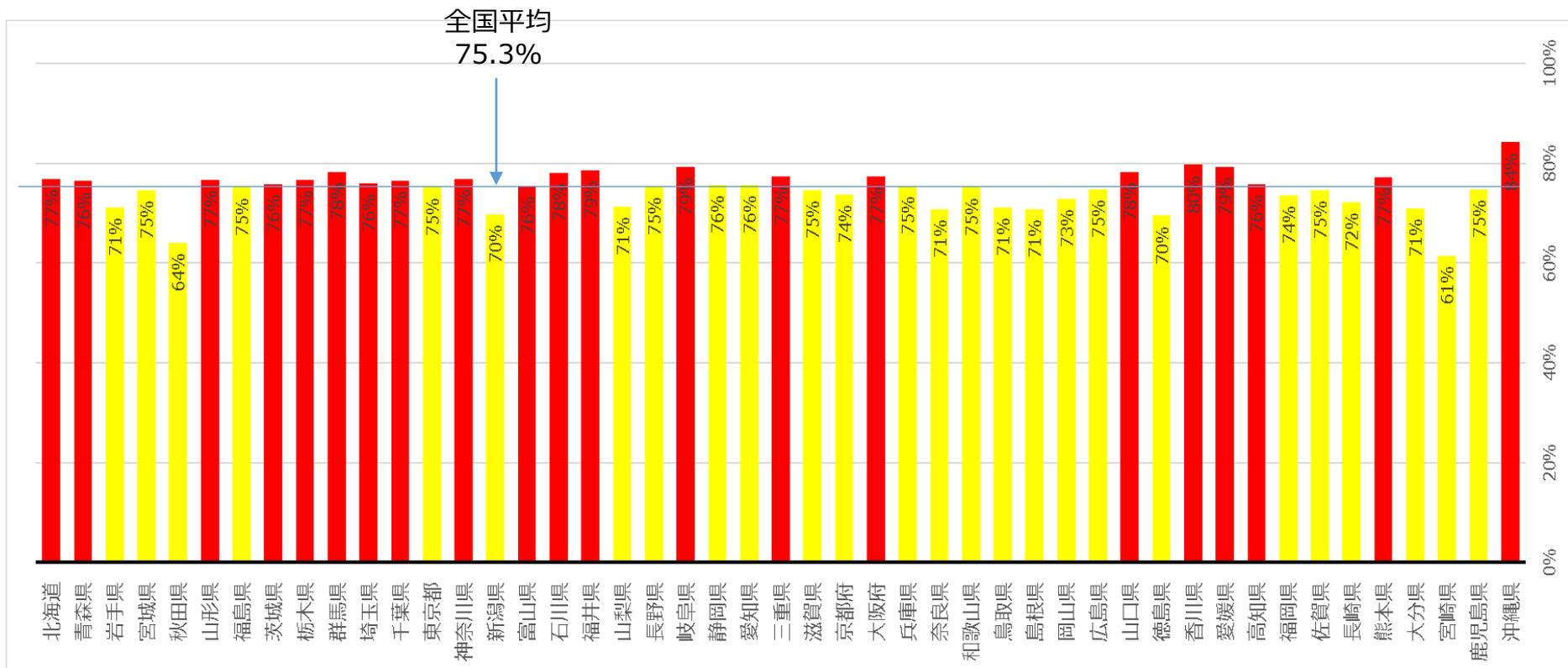
自殺予防政策の認知度に都道府県格差

例②) 自殺対策基本法を全く知らない人の割合

宮崎県 (61%) 秋田県 (64%)

VS

沖縄県 (84%) 香川県 (80%) 岐阜県 (79%) 福井県 (79%)



(注) 赤は全国平均以上、黄は平均未満となっている

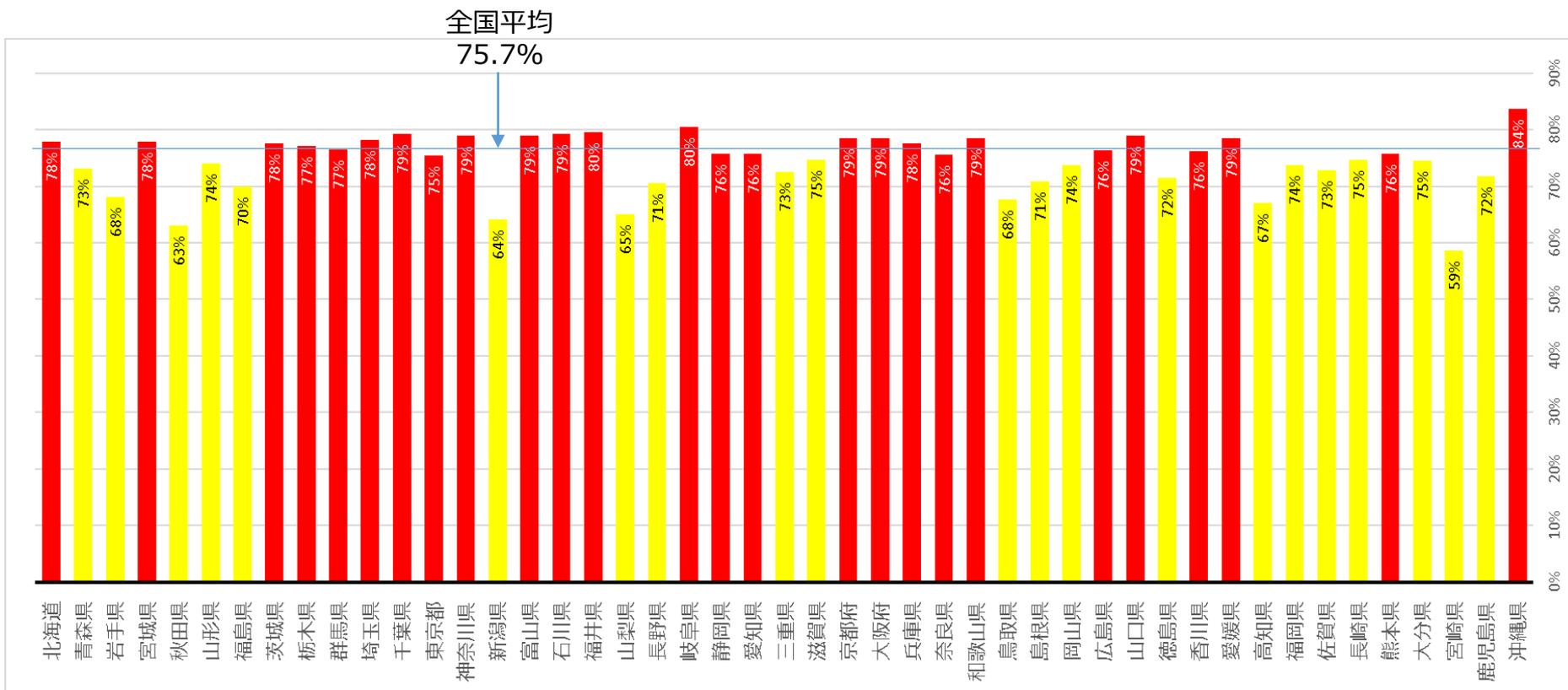
自殺予防政策の認知度に都道府県格差

例③) 自殺予防週間を全く知らない人の割合

宮崎県 (59%) 秋田県 (63%) 新潟県 (64%)

VS

沖縄県 (84%) 岐阜県 (80%) 福井県 (80%)



(注) 赤は全国平均以上、黄は平均未満となっている