

日本財団 第3回自殺意識調査 【要約版】

2019年3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
2017年 第1弾追跡調査【第2回調査】
2018年 第2弾追跡調査【第3回調査】（本調査）

「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

1. 追跡調査分：全都道府県20歳以上の男女
(第2回調査有効回答者)
2. 補充調査分：全都道府県18～22歳以上の男女
(人口構成比による割付)

回収数

1. 追跡調査分
有効回答数：15,362件 有効回答率：72.6%
2. 補充調査分
有効回答数：3,126件

期間

2018年11月22日（木）～12月7日（金）

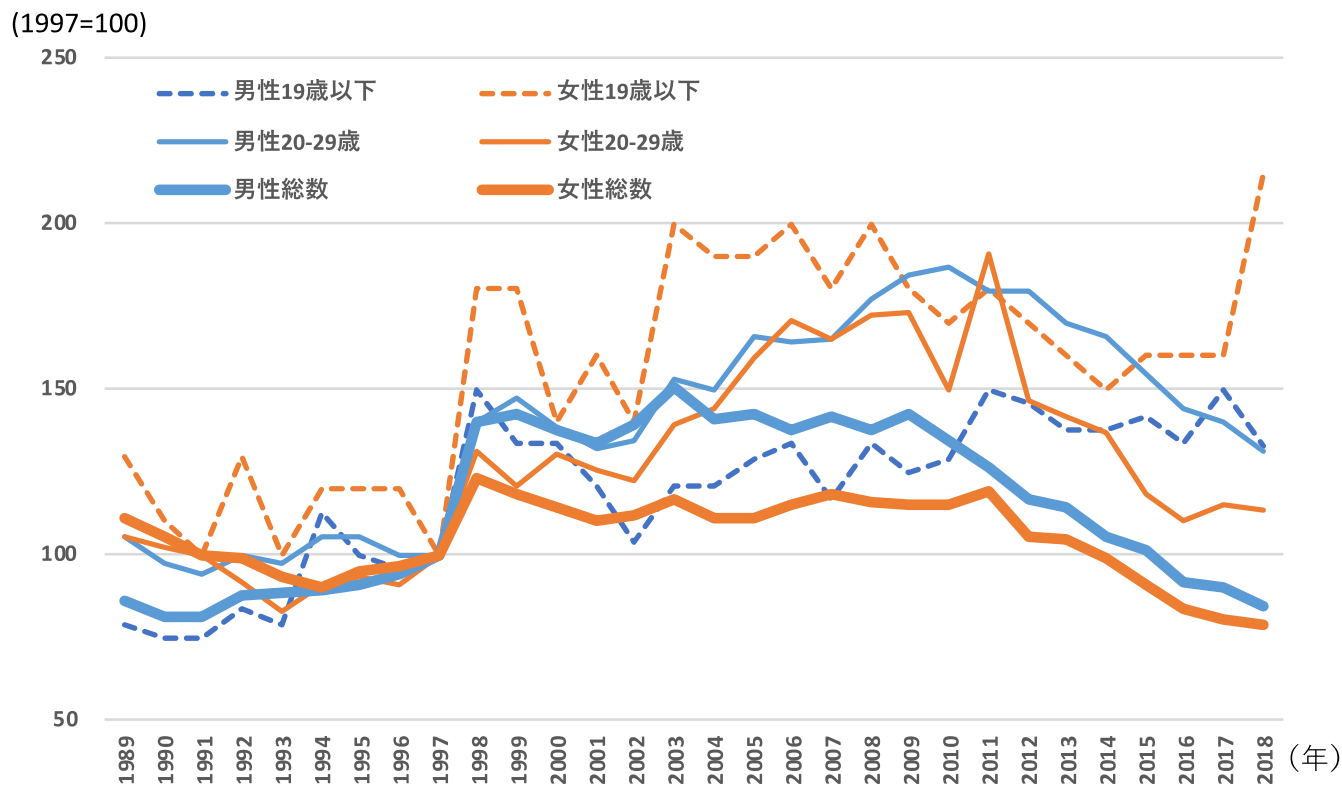
方法

インターネット調査 「あなたご自身に関するアンケート」

第3回自殺意識調査の特徴

若年層に焦点（本調査では18～22歳）

- ・自殺が死因の第1位
- ・自殺率が他の年齢層のように減少せず



若年層などの自殺率比率の推移（1997年=100）

調査結果 <10のファクト>

他の年代と比較した若年層（18～22歳）の意識

1



「いざという時に何もしてくれない」「正直者がバカを見る」「希望が持てない」

など日本社会に対するイメージが悲観的

2



「自殺は個人の問題」ではないと考えている一方で、

**「自殺はしてはいけない」
とは考えていない**

3



「自己有用感」が低い

調査結果 <10のファクト>

4



若年層の自殺念慮・未遂の最大原因として

**それぞれ4人に1人が
いじめと回答**

5



「不登校」経験も

若年層の自殺念慮・未遂に強く関連

調査結果 <10のファクト>

6



若年層の**6割**近く
カウンセラーなど心理専門職への相談に
レッテル貼りを恐れ、**抵抗感**

7



若年層の主要な相談相手は
両親・祖父母、友人、恋人

8



孤独を感じたときは、積極的に
知った相手と接触を図る
ことが自殺リスクの低減につながる

調査結果 <10のファクト>

9



昨年回答時点の自殺念慮者の**3人に2人**、
自殺未遂者の**10人に7~8人**で
状況は**改善されず継続**

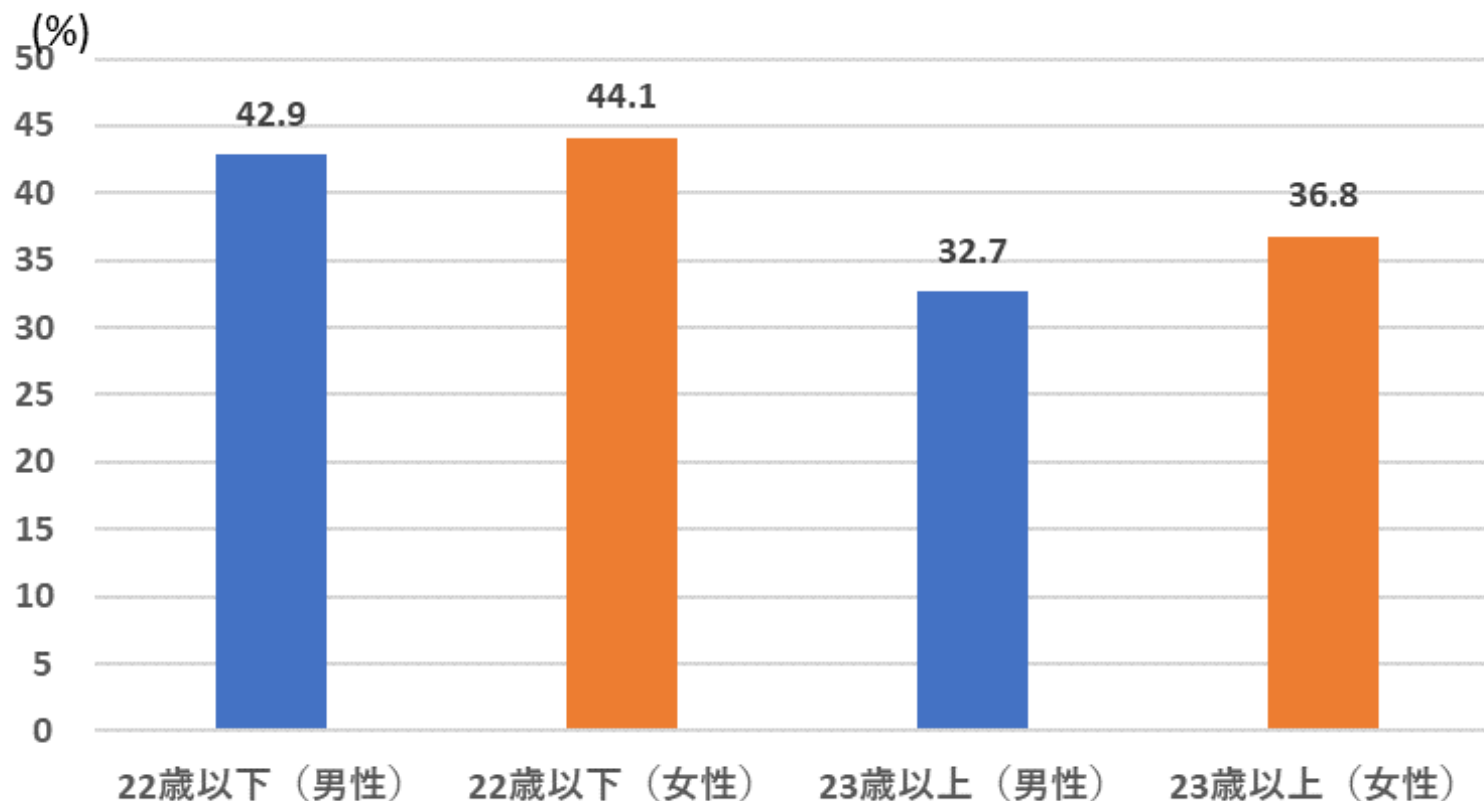
10



自殺念慮のリスクが高い持病として
摂食障害、てんかん

1

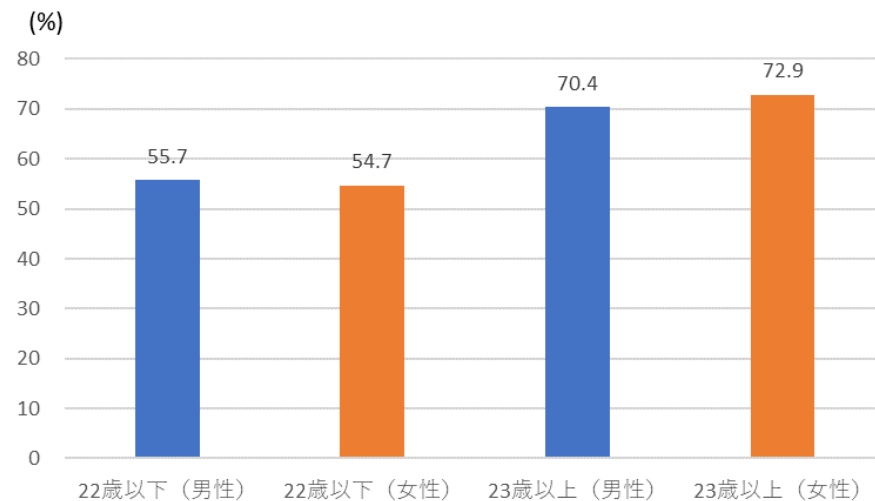
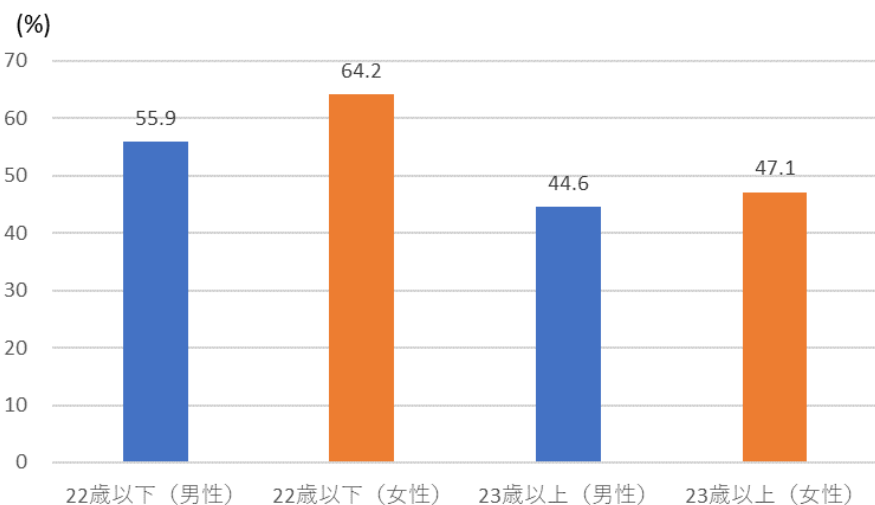
若年層は「希望が持てない」「いざという時に何もしてくれない」「正直者がバカを見る」など日本社会に対するイメージが悲観的



「日本は希望がもてない社会だ」と考えている比率

2

「自殺は個人の問題」ではないと考えている一方で、「自殺はしてはならない」とは考えていない

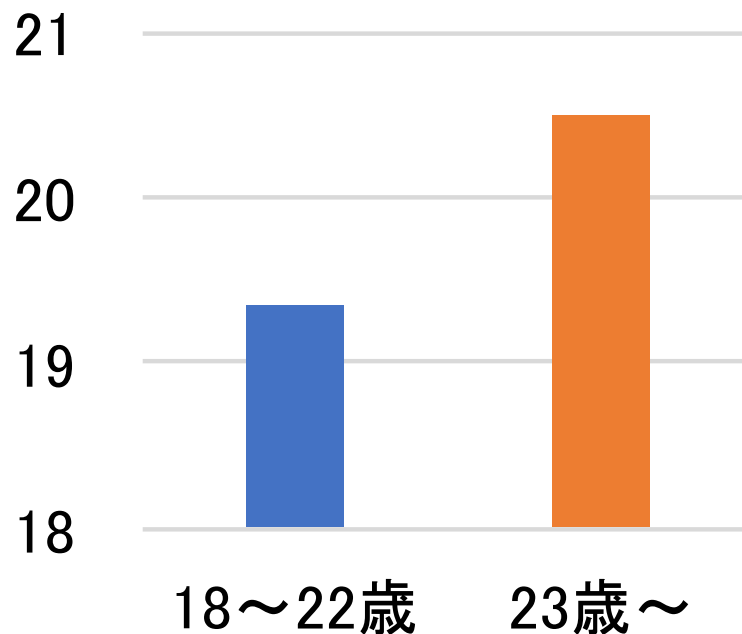


「自殺は個人の問題」ではないと考えている比率

「自殺はしてはならない」とは考えていない比率

3 「自己有用感」が低い

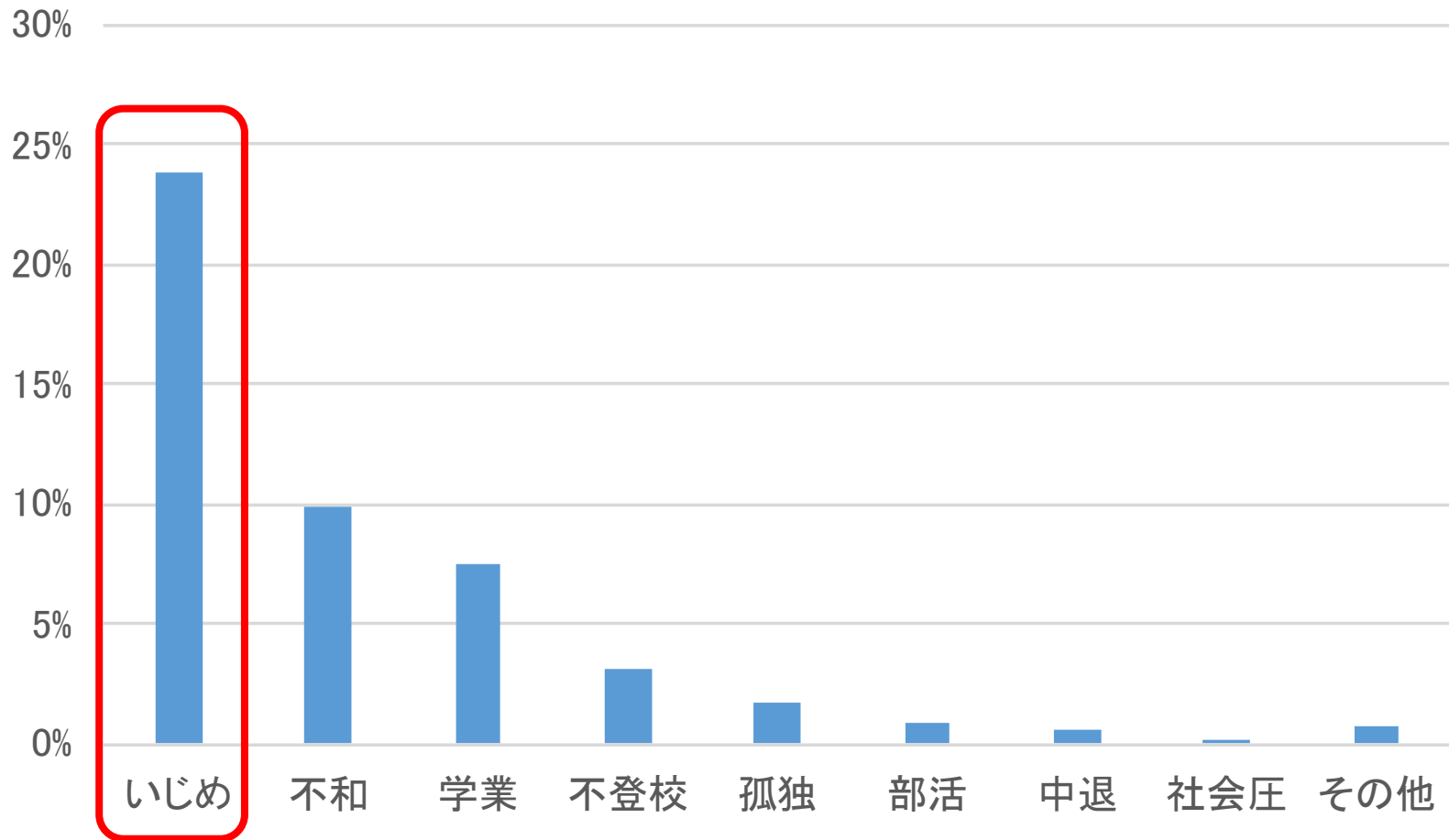
自己有用感 (存在感)



若年層の自己有用感

4

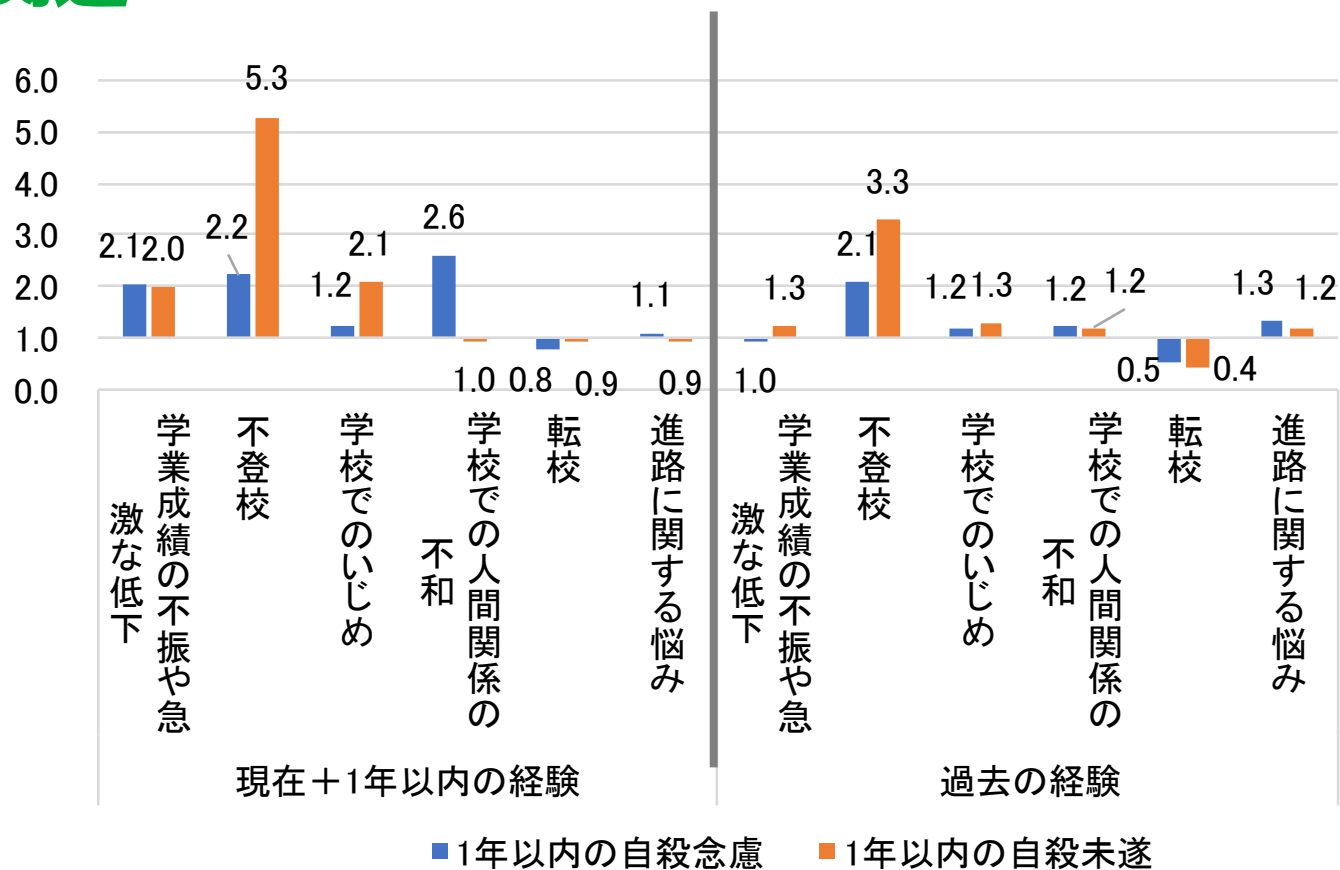
若年層の自殺念慮・未遂の最大原因はいじめ (それぞれ4人に1人)



学校問題（若年層）

5

「不登校」経験も若年層の自殺念慮・未遂に強く関連



1年以内の自殺念慮・未遂経験への学校関連の経験（現在と過去）の影響力

*係数はそれぞれの出来事の未経験者を「1」とした時のオッズ比

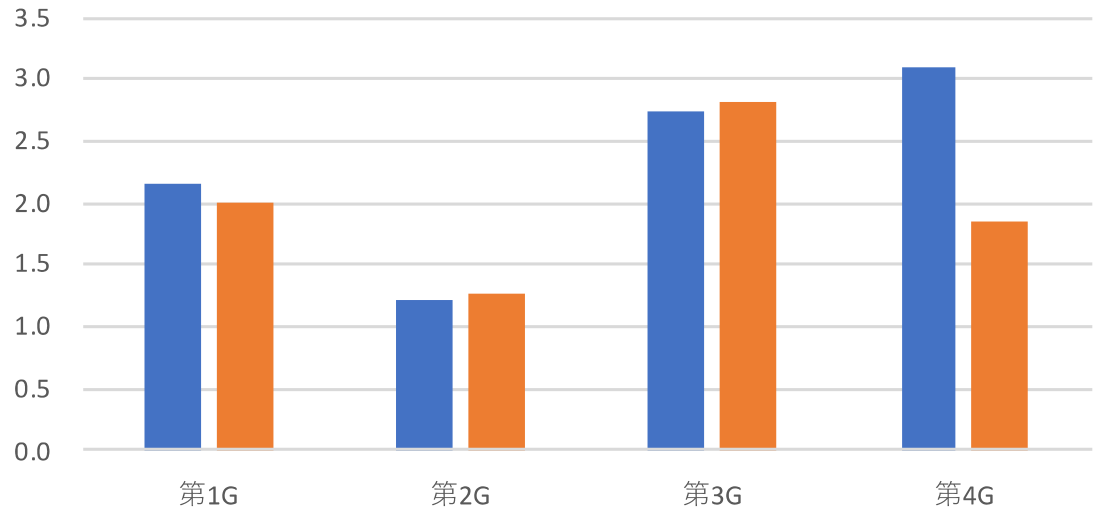
6

若年層の6割近くは、カウンセラーなど心理専門職への相談にレッテル貼りを恐れ、抵抗感を感じている

		相談へのレッテル・抵抗感	
		強い	弱い
相談への信頼・期待	高い	専門職以外に相談するグループ (第3G)	最も相談するグループ (第4G)
	低い	—	最も相談しないグループ (第2G)

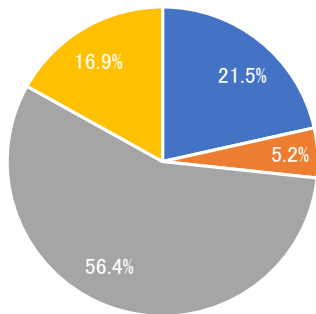
ほぼほぼ (第1G)

(平均得点)



■ 信頼・期待 ■ レッテル・抵抗感

助けを求める意識 (若年層 グループ別)

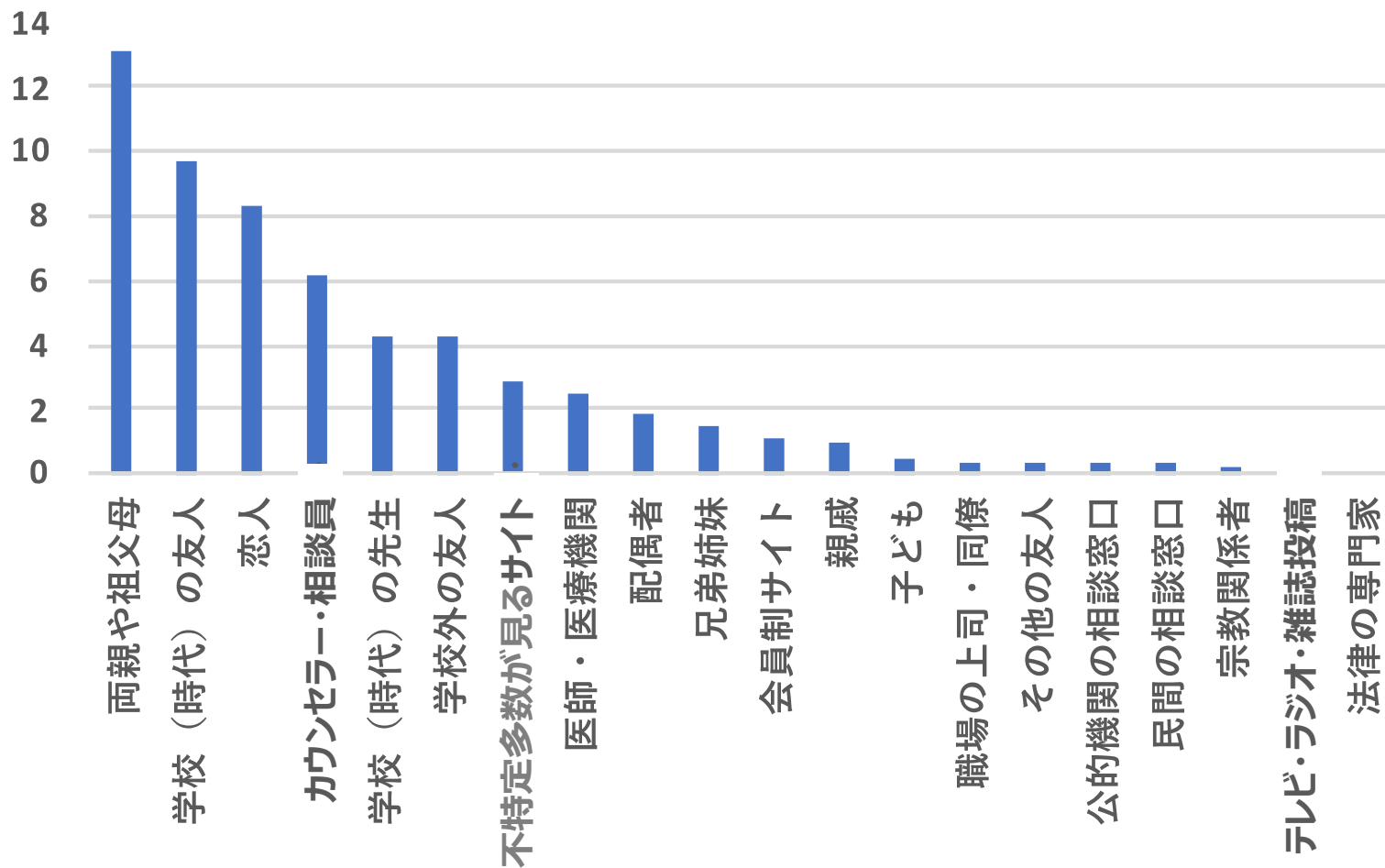


■ 第1G ■ 第2G ■ 第3G ■ 第4G

助けを求める意識の有無による若年層 (22歳以下) のグループ分け

7

若年層の主要な相談相手は、両親・祖父母、友人、恋人

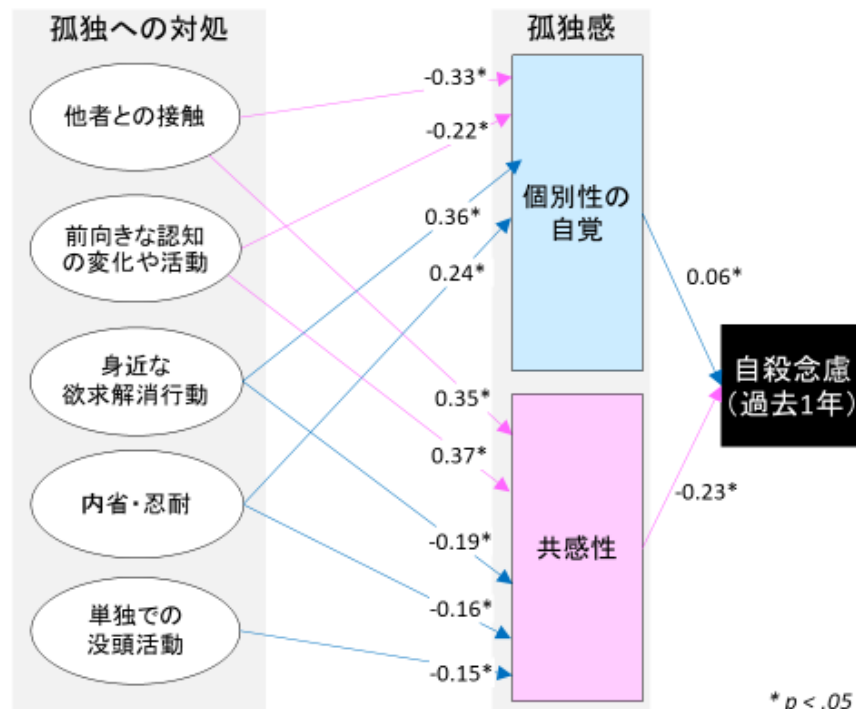


自殺念慮者・未遂者の相談率上位の相談先 (若年層)

8

孤独を感じたときは、積極的に知った相手と接触を図ることが自殺リスクの低減につながる

1. 他者との接触（メール・電話・SNSでのやりとり、直接会う）
2. 前向きな認知の変化や活動（楽しいことを考える、開き直る、買い物、何かに熱中）
3. 身近な欲求解消行動（寝る・食べる、TV、音楽を聞く）
4. 内省・忍耐（空想、時間が経つのを待つ、自分を見つめ直す）
5. 芸術（映画・コンサート・劇の観賞、読書）
6. インターネット利用（ゲーム、ネット視聴）

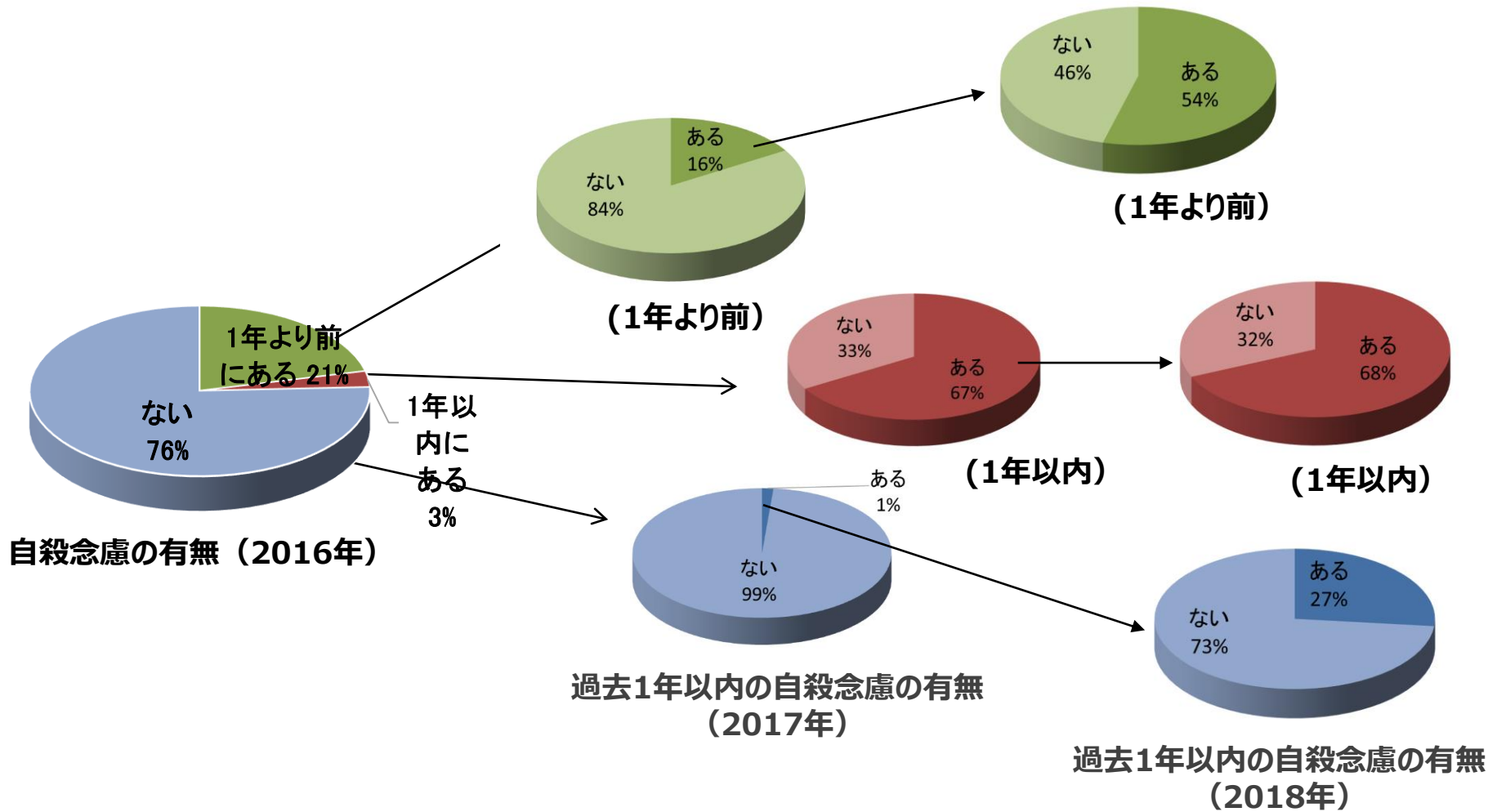


CFI=.794, GFI=.901, AGFI=.871, RMSEA=.076, SRMR=.098

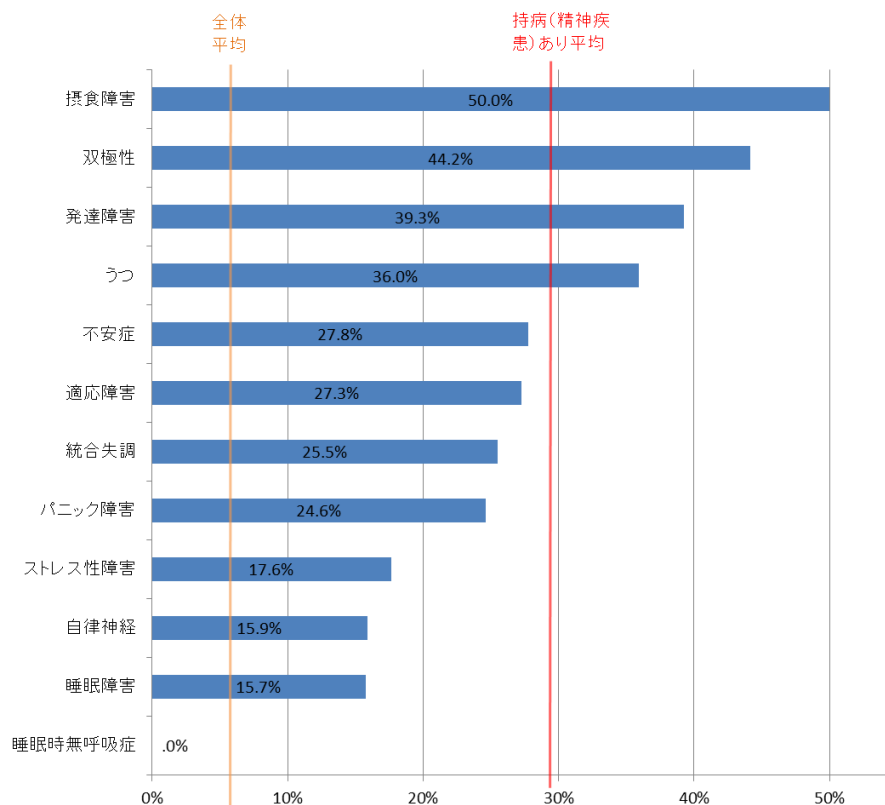
孤独への対処による自殺念慮への影響

9

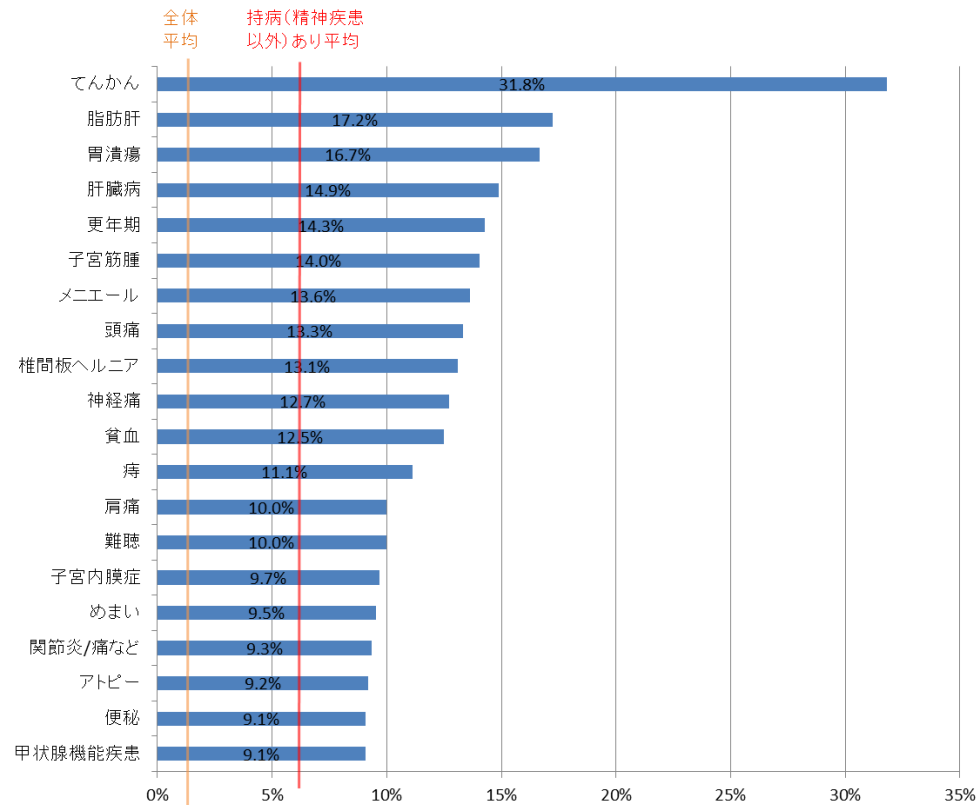
昨年回答時点の自殺念慮者の3人に2人、 自殺未遂者の10人に7~8人で 状況は改善されず継続



自殺念慮のリスクが高い持病として、「摂食障害」「てんかん」



持病（精神疾患）の違いによる2018年の自殺念慮
(持病者15名以上)



持病（精神疾患以外）の違いによる2018年の自殺念慮
(持病者20名以上、上位20位)