



**THE NIPPON
FOUNDATION**

For Social Innovation

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4回自殺意識調査』報告書

はじめに

日本財団は、子ども、障害者、高齢者、災害等の分野で支援活動を行う財団です。私たちは 2016 年に「日本財団いのち支える自殺対策プロジェクト」を立ち上げました。なぜ日本財団が自殺対策に取り組むのか。それは私たちの問題意識として、日本では依然自殺で亡くなる方が多い点にあります。

日本では、2020 年の 1 年間で 21,081 人の方が自殺で亡くなっており、2019 年と比較すると 912 人、4.5%増加しています。[1] 一日あたりにすると 55 人が自殺で亡くなっていることとなります。そして日本の自殺率は、先進 7 カ国(G7)で突出して高く、特に若者の死因の第 1 位が自殺であるのは、日本のみです。これは異常事態であり、いかなる理由であれ、若者が自ら死を選ぶような社会は健全とは言えません。困難を抱え、追い込まれた状況になっても、生きる意思があれば、生きられる社会をつくるということは、日本財団の活動理念にもつながります。

現在は若年層に焦点をあて、「日本財団子どもの生きていくカサポートプロジェクト」と名称を変更し事業を実施しています。実施の背景にある大きな点は、2016 年 4 月に、自殺対策基本法が大きく改正されたことにあります。この大改正では、すべての都道府県・市区町村に「自殺対策の計画づくり」が義務化されました。そのような背景から、日本財団では、改正された自殺対策基本法に基づいて、全国のけん引役となる自治体と協力して、自殺に追い込まれる人を減らすための「自殺対策実践モデル」を構築し、それを全国の取り組みに役立ててもらうことを目的に、2016 年に本プロジェクトを立ち上げました。具体的には、「自殺対策実践モデル」構築事業を長野県と東京都江戸川区で開始し、現在も長野県において事業を継続して実施しております。また、同年には日本の自殺に関する実態の解明が重要と考え、「日本財団自殺意識調査」も開始いたしました。この調査では「4 人に 1 人が『本気で自殺を考えたことがある』」など衝撃的な事実を含む 10 のファクトを明らかにしました。

第 4 回目となる本調査の目的は、深刻な状況が続く若者の自殺念慮と自殺未遂の実態を明らかにすることです。加えて 2020 年は 10 年間減少を続けていた自殺者数が増加、とりわけ女性・若年層の自殺率が増加したという事実を受け、コロナ禍における自殺念慮の動向と原因の把握を行い、どのような要因が個人の自殺念慮・自殺未遂に影響するのか解明することにあります。もちろん、個人が自殺という手段を選んでしまう理由や背景は非常に複雑で、一括りに要因を特定できるものではありませんが、一人でも多くの命を救うために、このような調査を継続し、実態を把握することは非常に重要な事であると考えます。日本財団は、本調査の実施を通して、自殺対策の必要性について社会の機運を醸成し、当財団をはじめ、自殺対策を実施する自治体や他の民間団体が知恵を出し合い、施策や事業をより促進していくことを目指します。

日本財団では、本調査結果を今後の若者支援事業に活かしていく他、今後自殺対策に取り組む自治体や他の民間団体が効果的な施策や事業を実施するにあたり、様々な自殺に関する統計資料とあわせて、本意識調査に関するデータが基礎情報として、広く活用されることを願っています。

2021 年 8 月

日本財団 公益事業部 国内事業開発チーム

※[1]…令和 2 年中における自殺の状況(厚生労働省/警視庁)

https://www.npa.go.jp/safetylife/seianki/jisatsu/R03/R02_jisatuno_joukyou.pdf

メディア発信時における注意事項

本調査の内容を新聞、ニュース、ウェブサイト等のメディアで発信する際は、WHO(世界保健機関)による『自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識 2017 年版(いわゆる『自殺報道ガイドライン』)』に従い、自殺を誘発したり、ご遺族等を傷つける恐れのある不適切な報道はくれぐれも控えていただきますよう、ご注意ください。


【10のファクト】

1  **4人に1人**
が「本気で自殺したいと考えたことがある」

2  **自殺未遂経験者は6.2%**

3  **自殺念慮、自殺未遂ともに
15～20代のリスクが高い**

自殺念慮・自殺未遂のリスクが高い層

4 

- 在職（休職中）
無職（求職中）
- 持病
心の病気
- 疎外感や孤立感を感じている
- 家族等に助けや助言を求める相手がいない
- 周囲で自殺で亡くなった方がいる

5

1年以内に自殺念慮があった層のコロナ禍におけるストレス

精神的健康問題
(うつ病など)の
症状悪化

同居する家族から
感情的な暴言を吐
かれること

経済的に苦しく、家賃
や光熱水費、食費など
の生活費が工面できな
いこと

就職／転職活
動が困難である
こと

睡眠が十分とれて
いないこと

6



4人に1人

が周りの人を自殺で亡くした経験がある

7



7割

が自殺を考えた時に
誰にも相談していない

8



自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、 家族に助言を求める割合が低い

9



自殺を思いとどまる理由は
「家族や恋人が悲しむことを考えて」
「我慢して」

10



若い年代は自殺に関する報道に
影響を受けやすい傾向

目次

はじめに.....	1
1 調査概要.....	7
2 調査結果要約.....	10
3 回答者プロフィール.....	19
4 調査結果.....	22
セクション 1: 自傷・自殺念慮・未遂を取り巻く状況.....	22
セクション 2: 自殺念慮・自殺未遂経験者の特徴.....	41
セクション 3: 自殺念慮・自殺未遂のリスクの高い層.....	108
セクション 4: 自殺念慮・自殺未遂への対策.....	112
5 参考資料: 15～19 歳の結果.....	122
6 本調査結果のメディアでの使用・自殺に関する報道における注意点.....	134
7 相談窓口一覧.....	135

1 調査概要

本章では、本調査の概要について説明する。

若年層、コロナ禍における自殺の実態を把握するための大規模調査(インターネット調査)を実施

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2018年に第1回～第3回自殺意識調査を行った。これまでの調査対象者の最低年齢は18歳だったが、今回の調査では13歳まで引き下げ、若年層の自殺の実態を明らかにすることを目的のひとつとした。また、2020年はコロナ禍の中で、10年間減少していた自殺者数が増加に転じたことを受け、新型コロナに関する質問を追加し、調査を実施した。

調査方法

インターネット調査

調査期間

2021年4月9日(金)～2021年4月13日(火)

調査対象

全都道府県 15歳～79歳の男女＋一都三県 13～14歳の男女

※15歳以上:クロス・マーケティング社の協力により回収

※13-14歳:株式会社ワンド機縁法リクルート網により回収

調査項目

- 1) 未既婚・同居家族について(Q1～2)
- 2) 就学・就業、健康状況について(Q3～11)
- 3) 不安感について(Q12～16)
- 4) 身近な人間関係について(Q17～18)
- 5) ストレス度、孤立感・疎外感について(Q19～24)
- 6) 自傷行為・自殺念慮・自殺未遂経験について(Q25～38)
- 7) 自殺に関する報道、自殺対策の認知度について(Q39～40)

回答数及び有効回答数

依頼数:291,810件

回答数:25,208件

有効回答数:20,000件

有効回答の基準

全回答者から下記を除外し、有効回答数 20,000 件を分析の対象とした。

- ・各都道府県×性別×年齢の回収規定数を超えた回答
- ・回答時間が極端に短い
- ・選択肢「その他」に付随する自由回答欄に不適切なことば、誹謗中傷など悪質な回答および英数字・記号の羅列など意味をなさない不真面目な回答

集計・分析方法

全国的傾向を把握する目的で『平成 27 年国勢調査』に基づく人口構成比に合わせてウェイトバック集計を行った。

【有効回答数】

		男性13 ～14歳	男性15 ～19歳	男性20 代	男性30 代	男性40 代	男性50 代	男性60 代以上	女性13 ～14歳	女性15 ～19歳	女性20 代	女性30 代	女性40 代	女性50 代	女性60 代以上	計
居住 エリア	北海道	0	17	100	100	100	100	100	0	46	100	100	100	100	100	1063
	東北	0	21	150	150	150	150	150	0	50	150	150	150	150	150	1571
	関東	50	100	540	600	600	600	623	50	100	520	560	560	560	562	6025
	中部(中央)	0	15	95	100	100	100	100	0	44	100	100	100	100	100	1054
	北陸	0	13	100	100	100	100	100	0	37	100	100	100	100	100	1050
	東海	0	40	100	150	150	150	200	0	50	100	150	150	150	200	1590
	近畿	0	50	200	250	250	250	300	0	50	200	250	250	250	300	2600
	中国	0	20	100	100	100	100	100	0	50	100	100	100	100	100	1070
	四国	0	5	67	100	100	100	100	0	21	100	100	100	100	100	993
	九州・沖縄	0	34	250	300	300	300	300	0	50	250	300	300	300	300	2984
	計	50	315	1702	1950	1950	1950	2073	50	498	1720	1910	1910	1910	2012	20000

【ウェイトバック集計後】

		男性 13～14 歳	男性 15～19 歳	男性 20代	男性 30代	男性 40代	男性 50代	男性 60代 以上	女性 13～14 歳	女性 15～19 歳	女性 20代	女性 30代	女性 40代	女性 50代	女性 60代以 上	計
居住 エリア	北海道	0	24	47	60	71	65	133	0	23	47	62	74	70	160	836
	東北	0	42	78	101	113	116	225	0	39	73	97	111	116	251	1362
	関東	233	198	461	577	681	519	962	221	187	434	546	644	495	1041	7199
	中部(中央)	0	24	43	55	68	59	122	0	23	41	53	66	60	134	748
	北陸	0	25	47	60	71	63	132	0	24	44	58	69	64	146	803
	東海	0	64	132	165	195	154	298	0	60	121	154	184	150	324	2001
	近畿	0	102	200	237	295	232	485	0	98	202	246	305	245	551	3198
	中国	0	36	67	83	96	84	181	0	33	65	82	97	87	204	1115
	四国	0	18	30	41	47	45	97	0	17	30	41	49	48	110	573
	九州・沖縄	0	71	128	164	176	169	335	0	68	132	171	186	181	384	2165
	計	233	604	1233	1543	1813	1506	2970	221	572	1189	1510	1785	1516	3305	20000

日本財団自殺意識調査チーム

アドバイザーボード(五十音順、敬称略)

伊藤次郎(NPO 法人 OVA 代表理事)

稲場夢有(NPO 法人 ユースハート 代表理事/明海大学 非常勤助教)

清水康之(NPO 法人自殺対策支援センター ライフリンク 代表)

太刀川弘和(筑波大学医学医療系臨床医学域災害・地域精神医学 教授)

日本財団公益事業部国内事業開発チーム 自殺意識調査事務局

調査実施委託機関

株式会社ワンド

2 調査結果要約

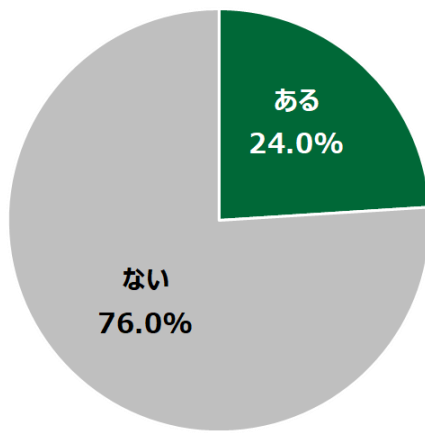
1

4人に1人が「本気で自殺したいと考えたことがある」

そのうち27.7%（全体の6.4%）が1年以内の自殺念慮あり。

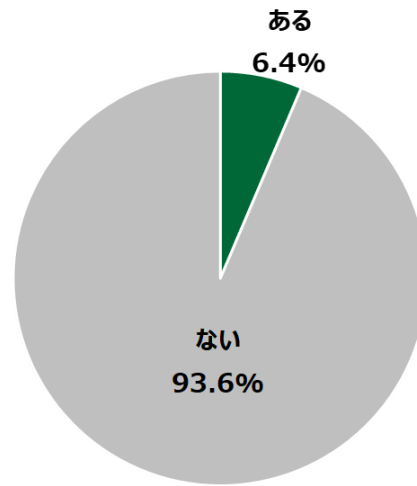
自殺念慮経験

(n=18514 「答えたくない」回答者除く)



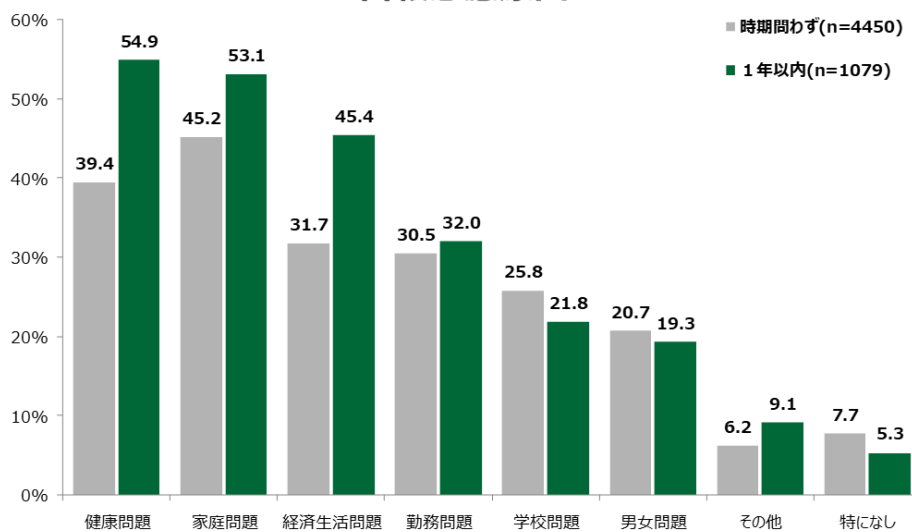
1年以内自殺念慮

(n=18320 「答えたくない」回答者除く)



自殺念慮の原因は、全体では「家庭問題」が最多。
1年以内に絞ると、「健康問題」「家庭問題」「経済生活問題」が増加した。

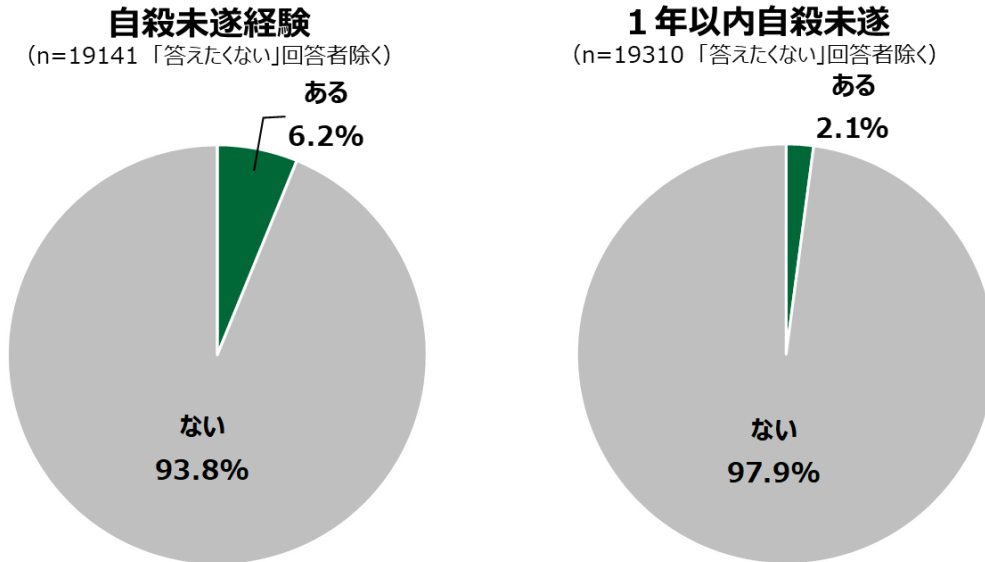
自殺念慮原因



2

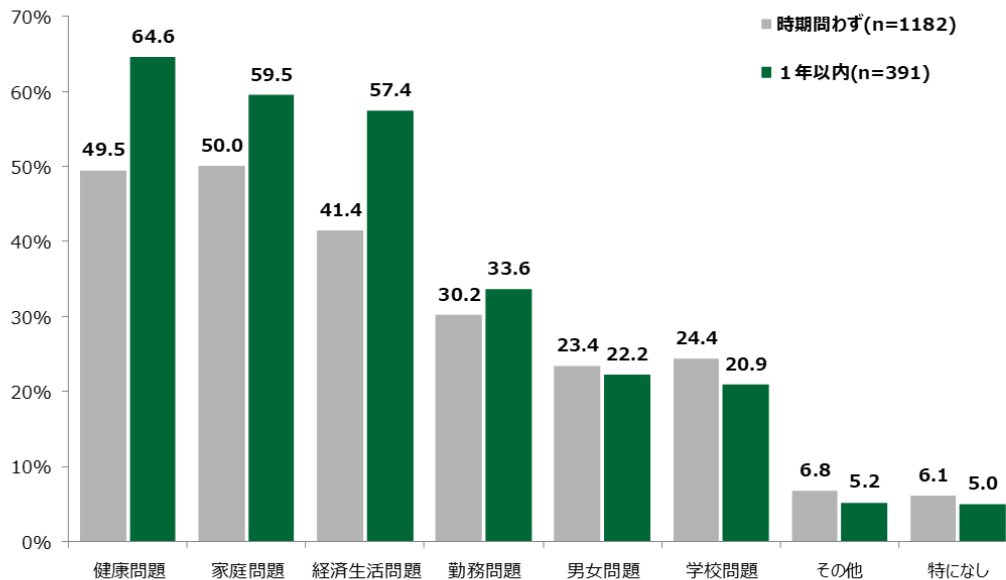
自殺未遂経験者は6.2%

そのうち29.4%（全体の2.1%）が1年以内の自殺未遂経験あり。



1年以内の自殺未遂の原因は、「健康問題」「家庭問題」「経済生活問題」が多い。

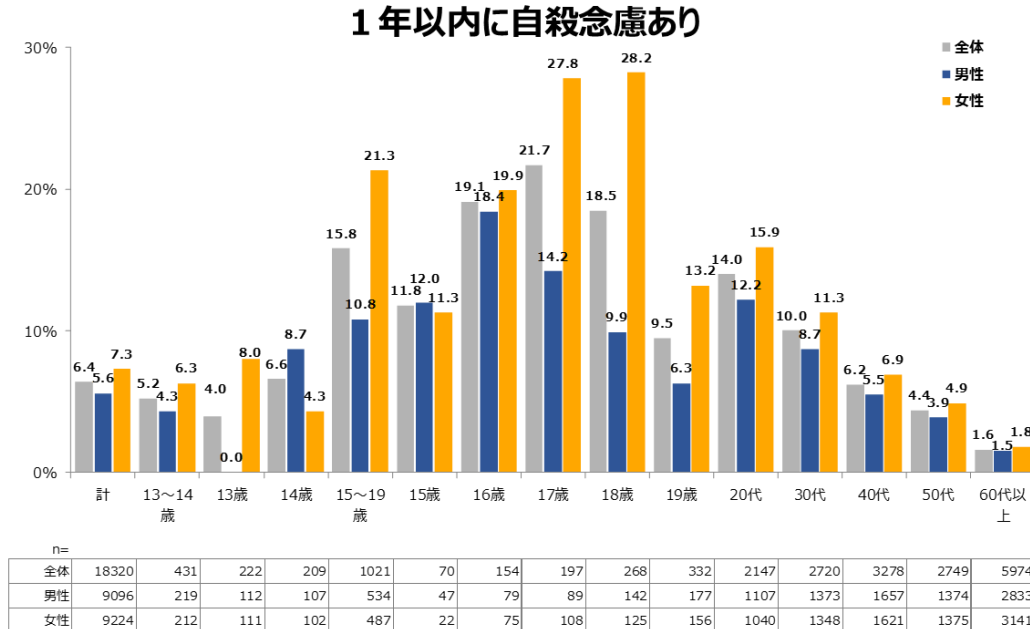
自殺未遂原因



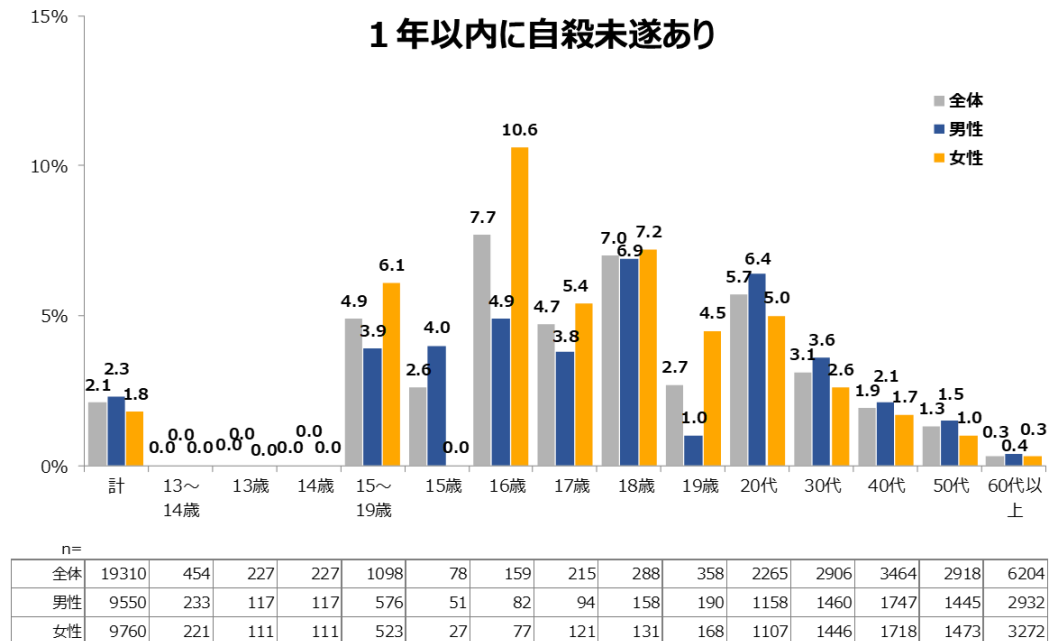
3

自殺念慮、自殺未遂ともに15～20代のリスクが高い

1年以内の自殺念慮は、15～19歳、20代などの若年層が多い。



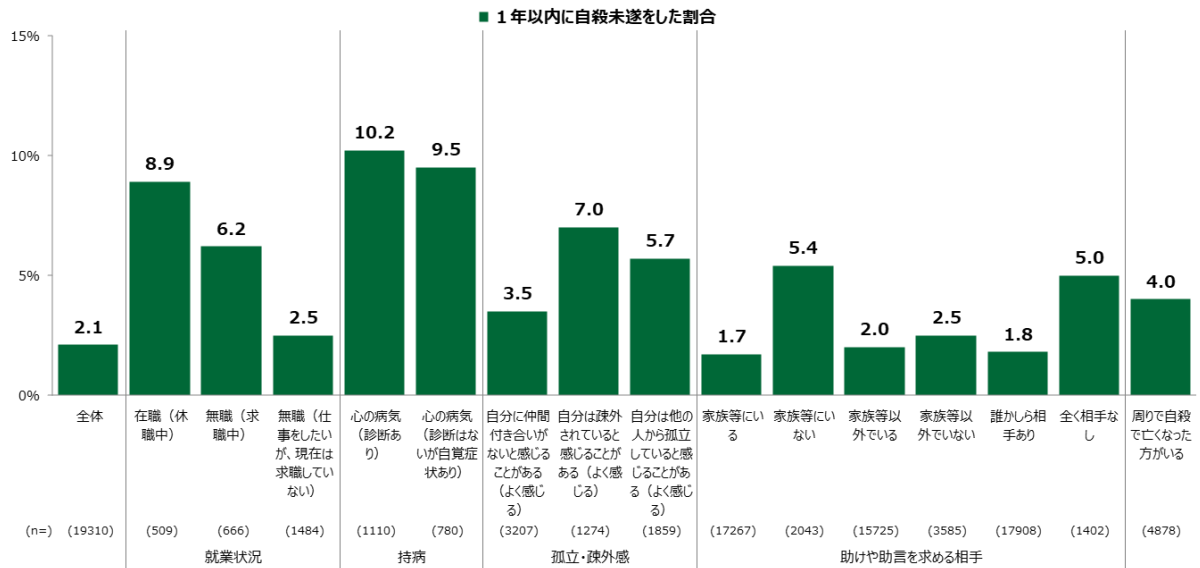
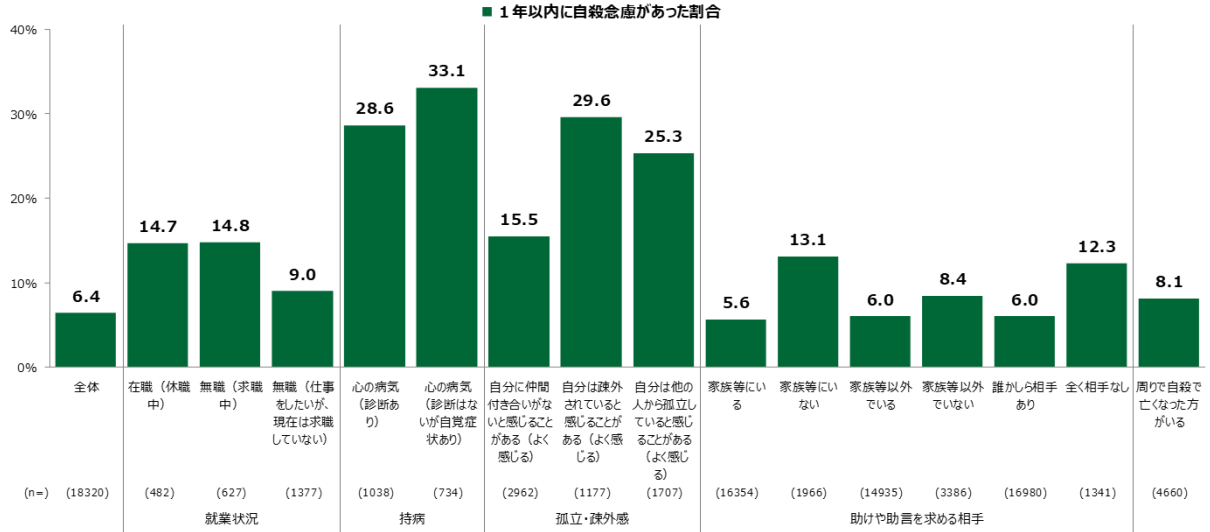
1年以内の自殺未遂も、15～19歳、20代などの若年層が多い。



4

自殺念慮・自殺未遂のリスクが高い層

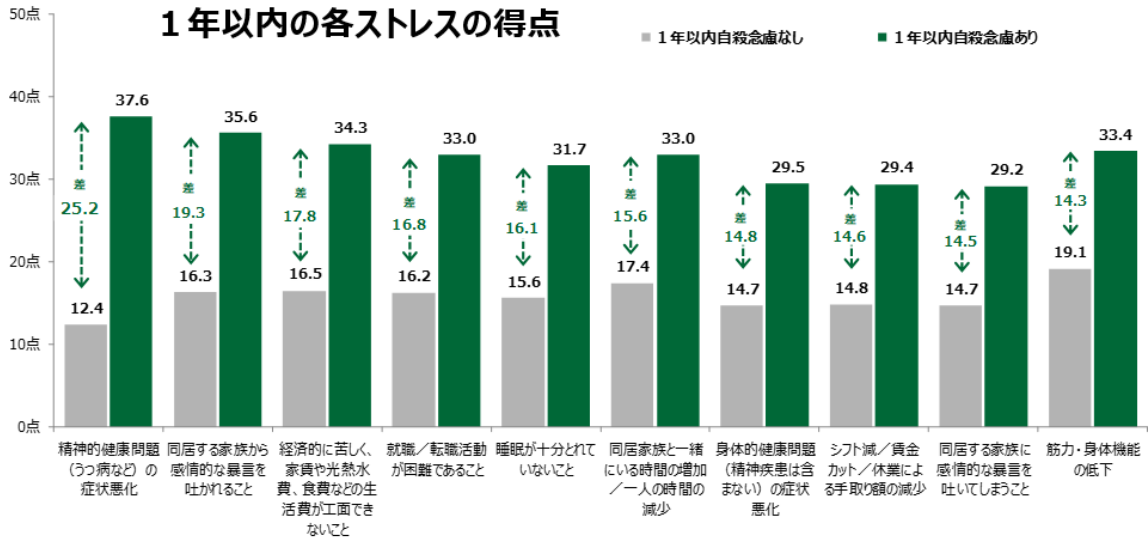
「在職（休職中）」「無職（求職中）」、持病で「心の病気」を持つ層、疎外感や孤立感を感じている層、家族等に助けや助言を求める相手がいない層、周りで自殺で亡くなった方がいる層などが1年以内の自殺念慮や自殺未遂の割合が高い。



5

1年以内に自殺念慮があった層のコロナ禍におけるストレス

1年以内に自殺念慮があった層がなかった層に比べて特に強く感じていたストレスは、「精神的健康問題（うつ病など）の症状悪化」「同居する家族から感情的な暴言を吐かれること」「経済的に苦しく、家賃や光熱水費、食費などの生活費が工面できないこと」「就職／転職活動が困難であること」「睡眠が十分とれていないこと」など。



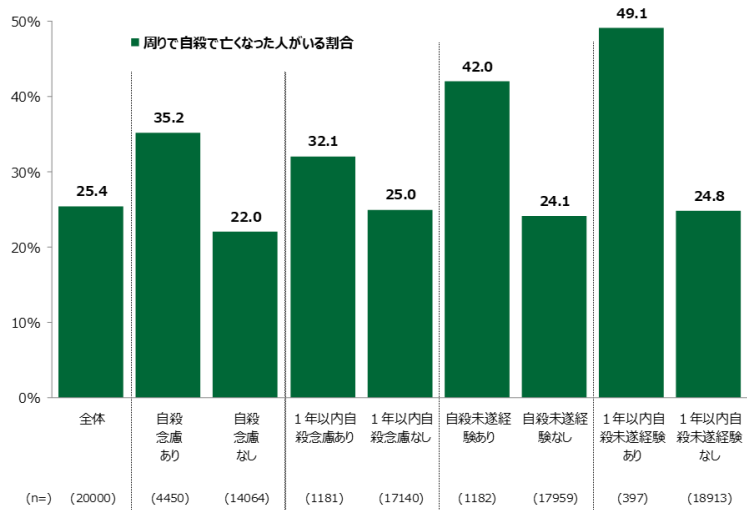
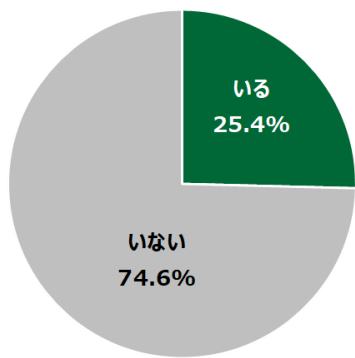
※ 1年以内に自殺念慮があった層となかった層の差が大きい項目順に10項目掲載

6

4人に1人が周りの人を自殺で亡くした経験がある

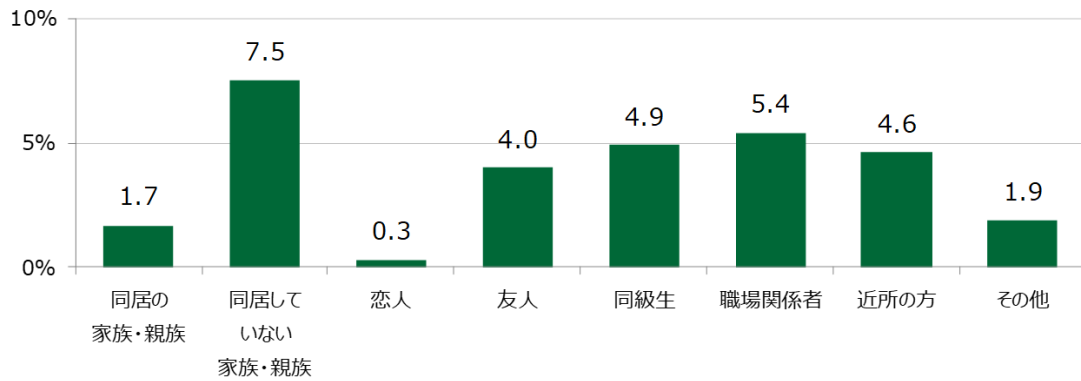
1年以内の自殺念慮がある層では32.1%
 1年以内の自殺未遂経験者では49.1%
 が周りの人を自殺で亡くした経験がある。

周りの人を自殺で亡くした経験 (n=20000)



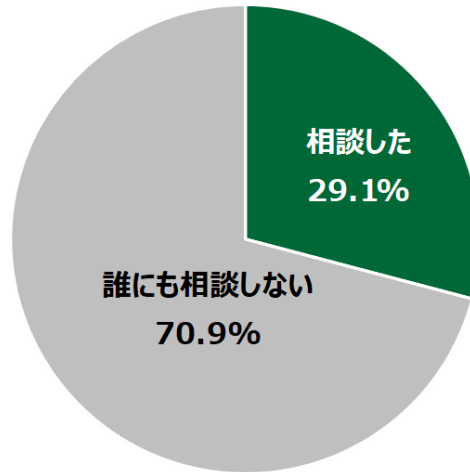
自殺で亡くなった中で多いのは、「同居していない家族・親族」「職場関係者」。

自殺でなくなった方 (n=20000)



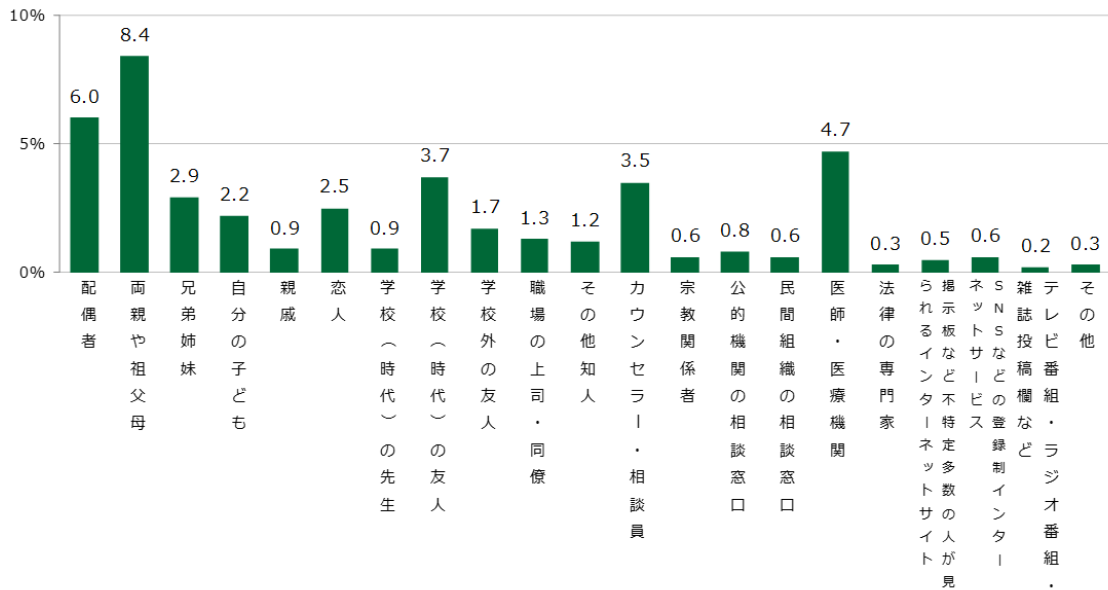
自殺念慮や自殺未遂経験者の7割が 自殺を考えた時に誰にも相談していない

自殺したいと思ったとき、
自殺未遂をしたときに誰かに相談した
(n=4686)



相談する相手として多いのは「両親や祖父母」「配偶者」。

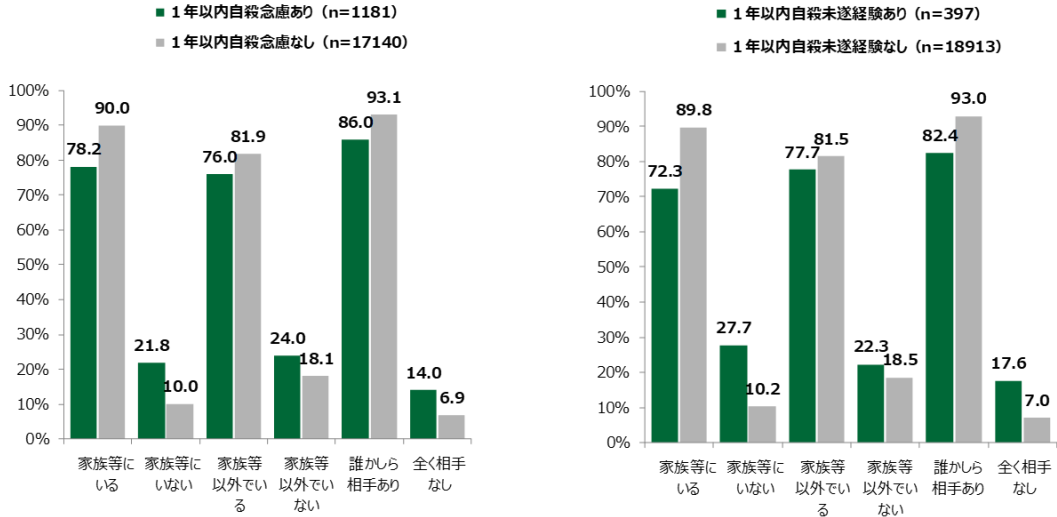
自殺したいと思ったとき、自殺未遂をしたときに相談した相手 (n=4686)



8

自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、 普段から家族に助言を求める割合が低い

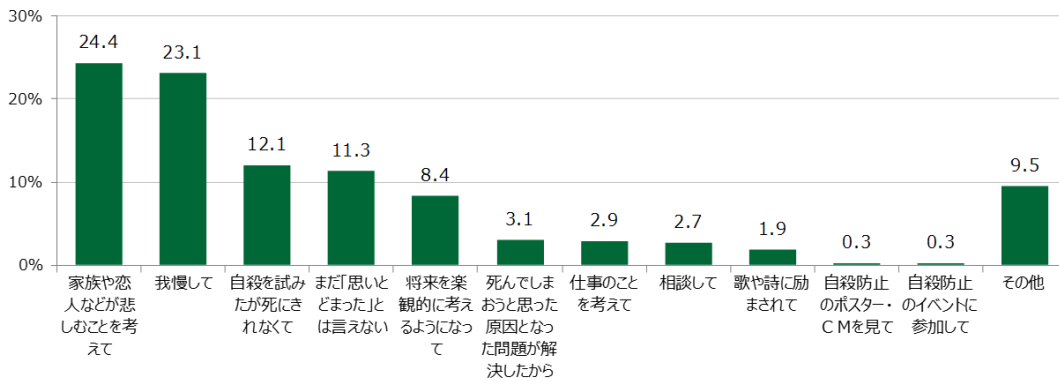
助言を求める相手 家族等にいる割合
 1年以内の自殺念慮がある層 78.2% / ない層 90.0%
 1年以内の自殺未遂経験がある層 72.3% / ない層 89.8%



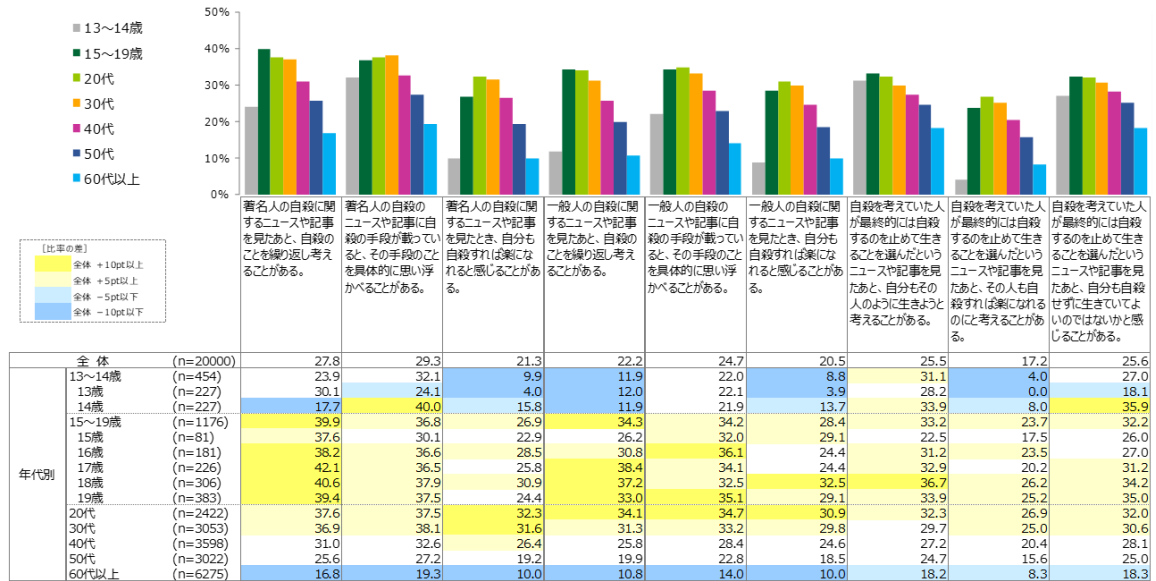
9

自殺を思いとどまる理由は 「家族や恋人が悲しむことを考えて」「我慢して」

自殺を思いとどまった理由 (n=4450)



若い年代は自殺に関する報道に影響を受けやすい傾向



3 回答者プロフィール

1) 性別・年代

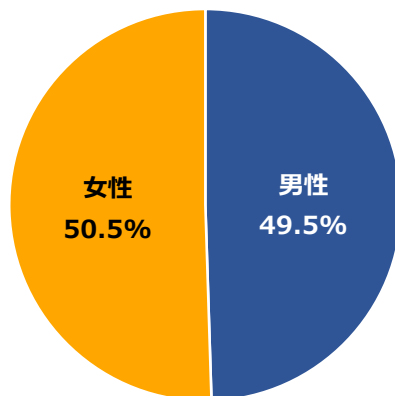


図 1: 性別 (n=20000)

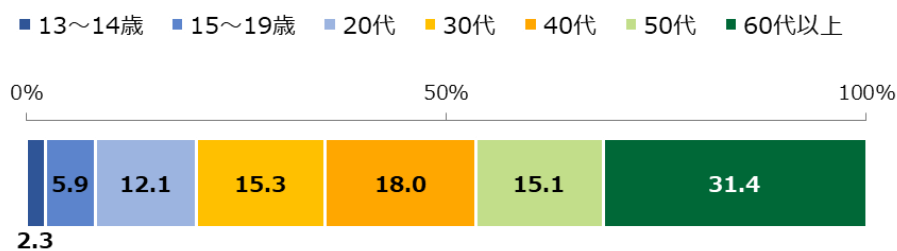


図 2: 年代 (n=20000)

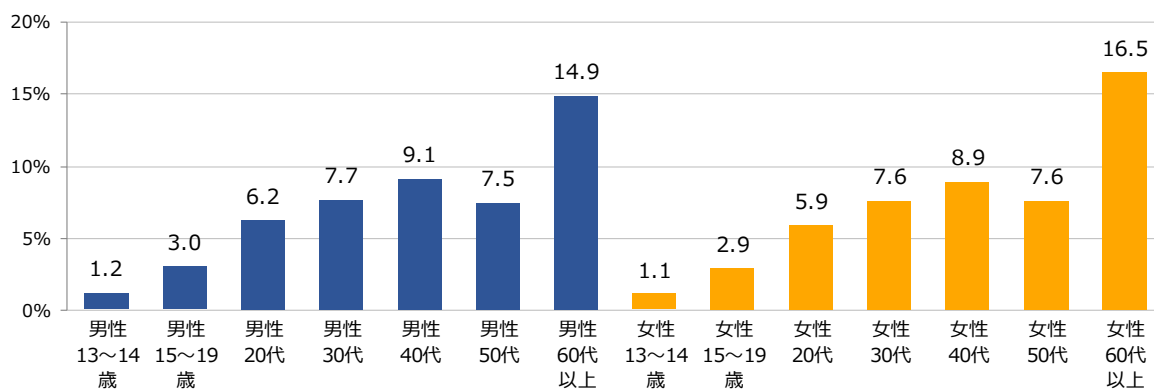


図 3: 性年代 (n=20000)

2) 居住地

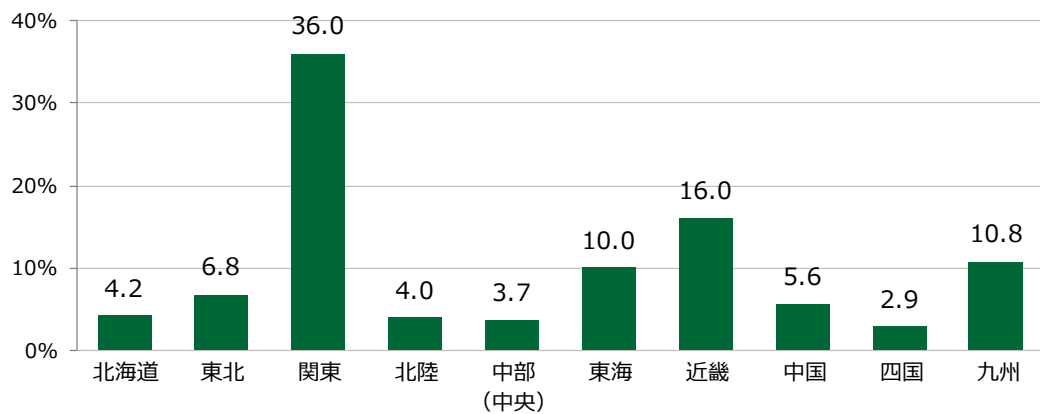


図 4: 居住地 (n=20000)

3) 未既婚

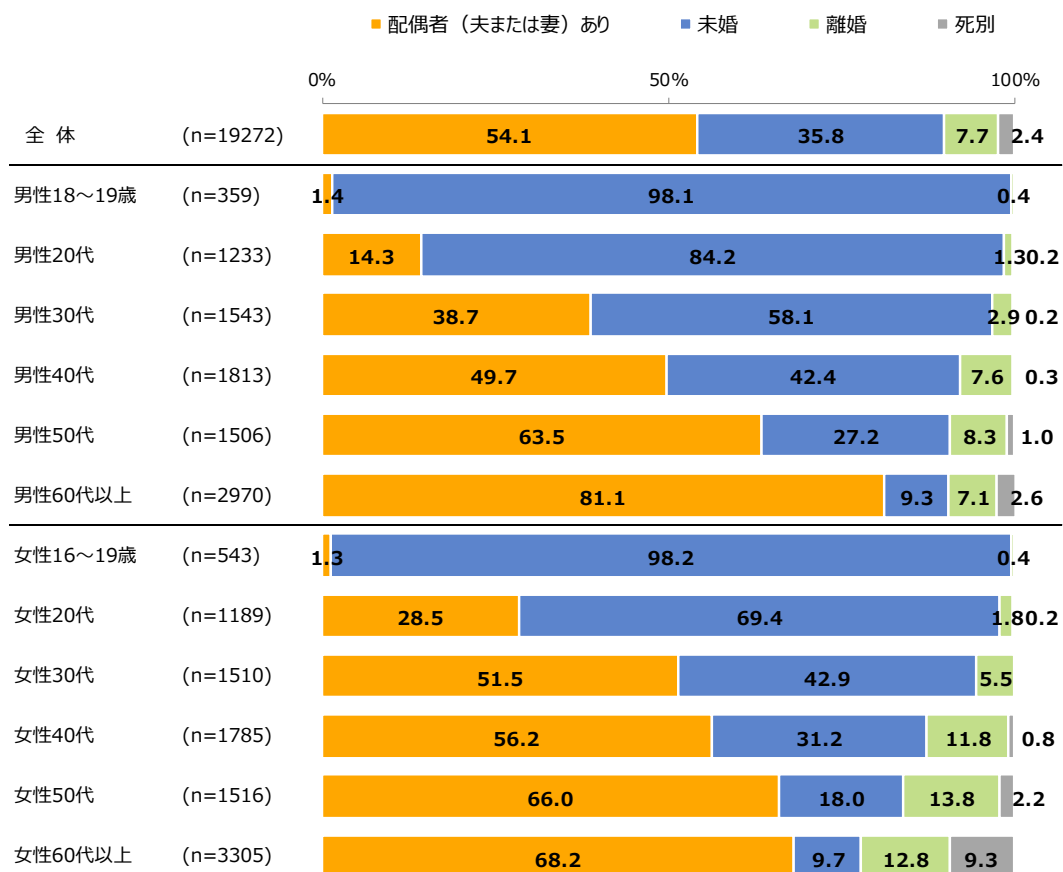


図 5: 未既婚 (n=19272)

4) 同居家族

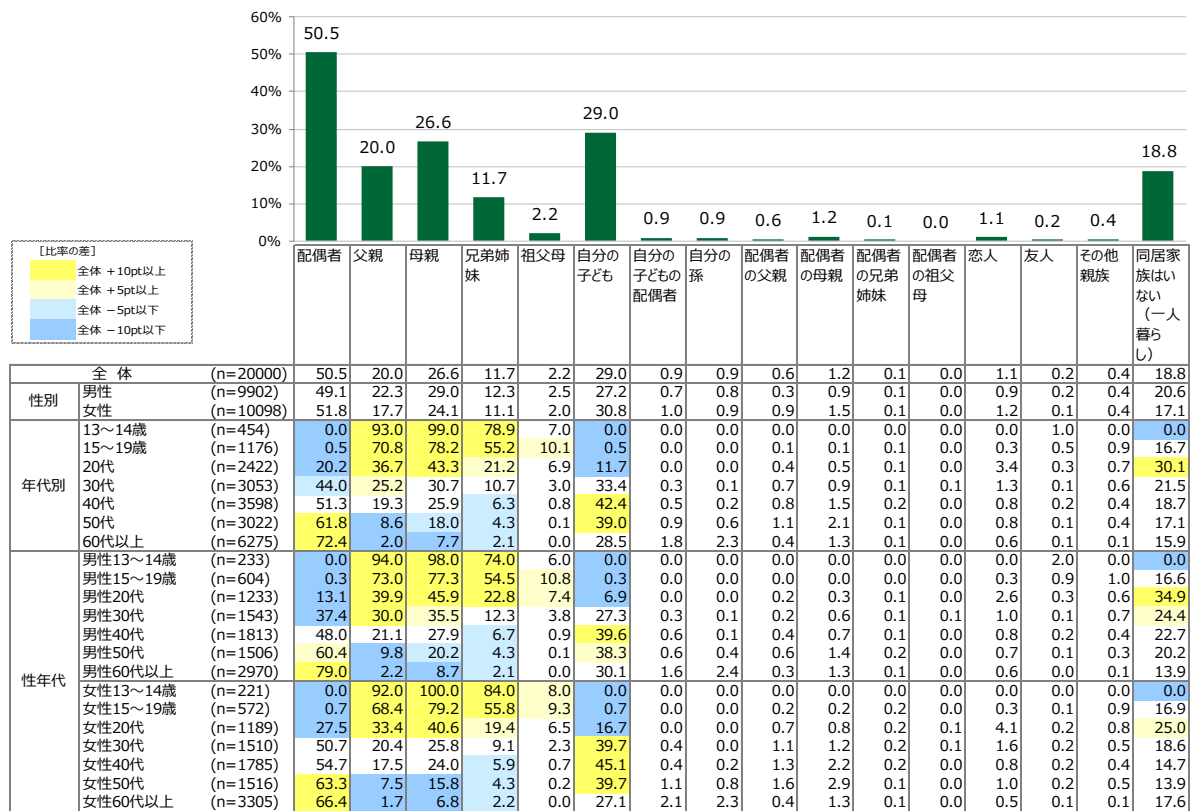


図 6: 同居家族 (n=20000)

4 調査結果

セクション 1: 自傷・自殺念慮・未遂を取り巻く状況

1) 自傷行為

全国で、10.7%の人が自ら自分の身体を傷つけたことがある(以下「自傷行為」と回答した。性別では、男性が 9.5%、女性が 12.0%。また、男女とも若年層で割合が高く、年代が高くなるほど減少する傾向がある(図 8)。15~19 歳は男性 15.5%、女性 24.9%、20 代は男性 18.8%、女性は 23.9%。10 代を年齢別でみると、男性は 16 歳、女性は 19 歳が最も高い。

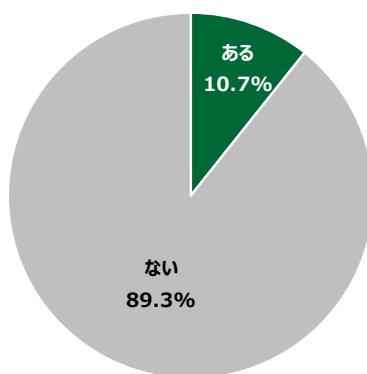


図 7: 自傷行為割合 (n=19219 ※「答えたくない」を除く)

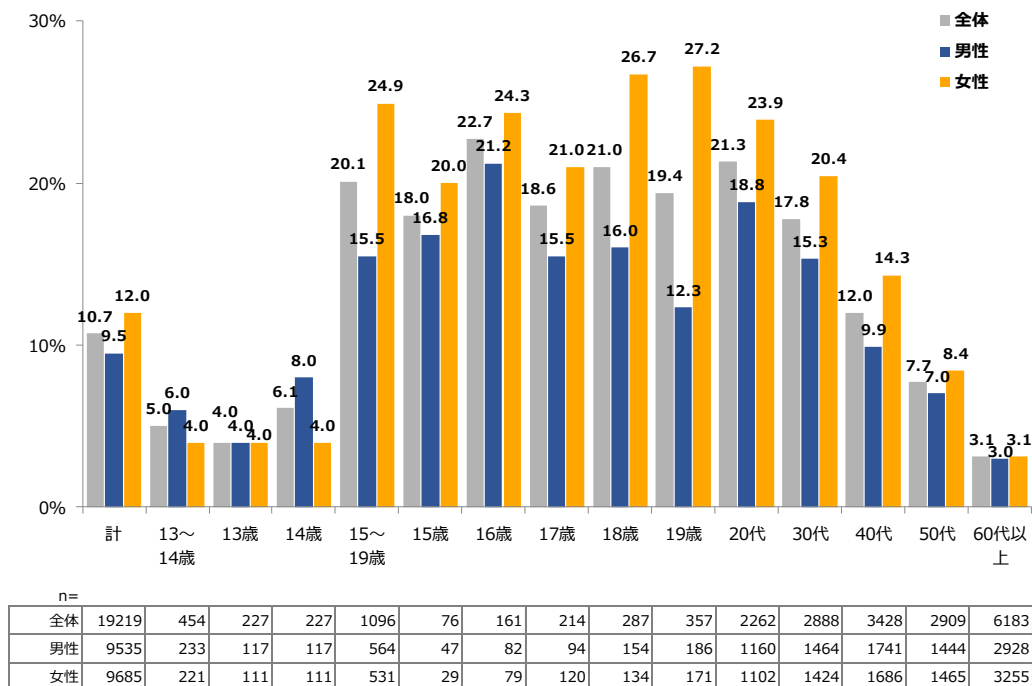


図 8: 自傷行為割合 性年代別

2) 1年以内の自傷行為

それまでに自傷行為を行ったことがある人のうち、36.6%の人が1年以内に自傷行為を行ったと回答した(全体では4.3%)。性別では、男性が4.4%、女性が4.1%。また、男女とも若年層で割合が高く、年代が高くなるほど減少する傾向がある(図11)。15~19歳は男性8.9%、女性12.3%、20代は男性11.1%、女性は10.9%。10代を年齢別でみると、男女とも16歳が最も多く、男性16歳は13.4%、女性は19.9%。

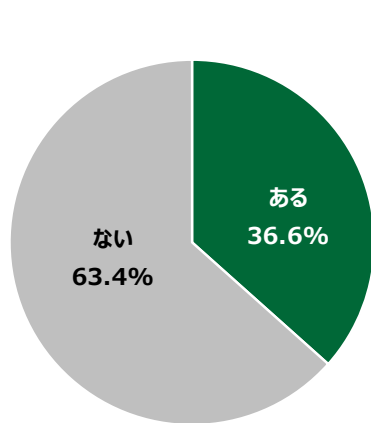


図9: 1年以内の自傷行為割合

自傷行為経験者ベース

(n=2257 ※「答えたくない」を除く)

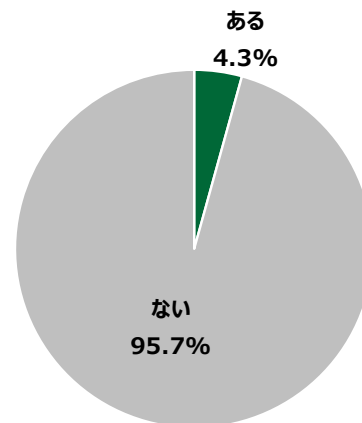


図10: 1年以内の自傷行為割合

全体ベース

(n=19410 ※「答えたくない」を除く)

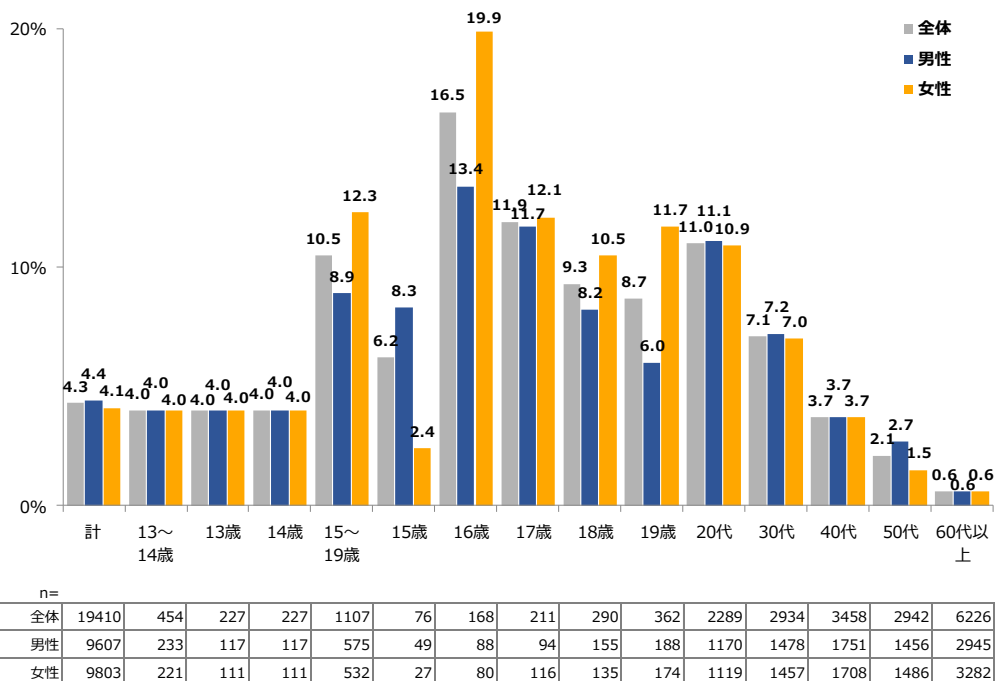
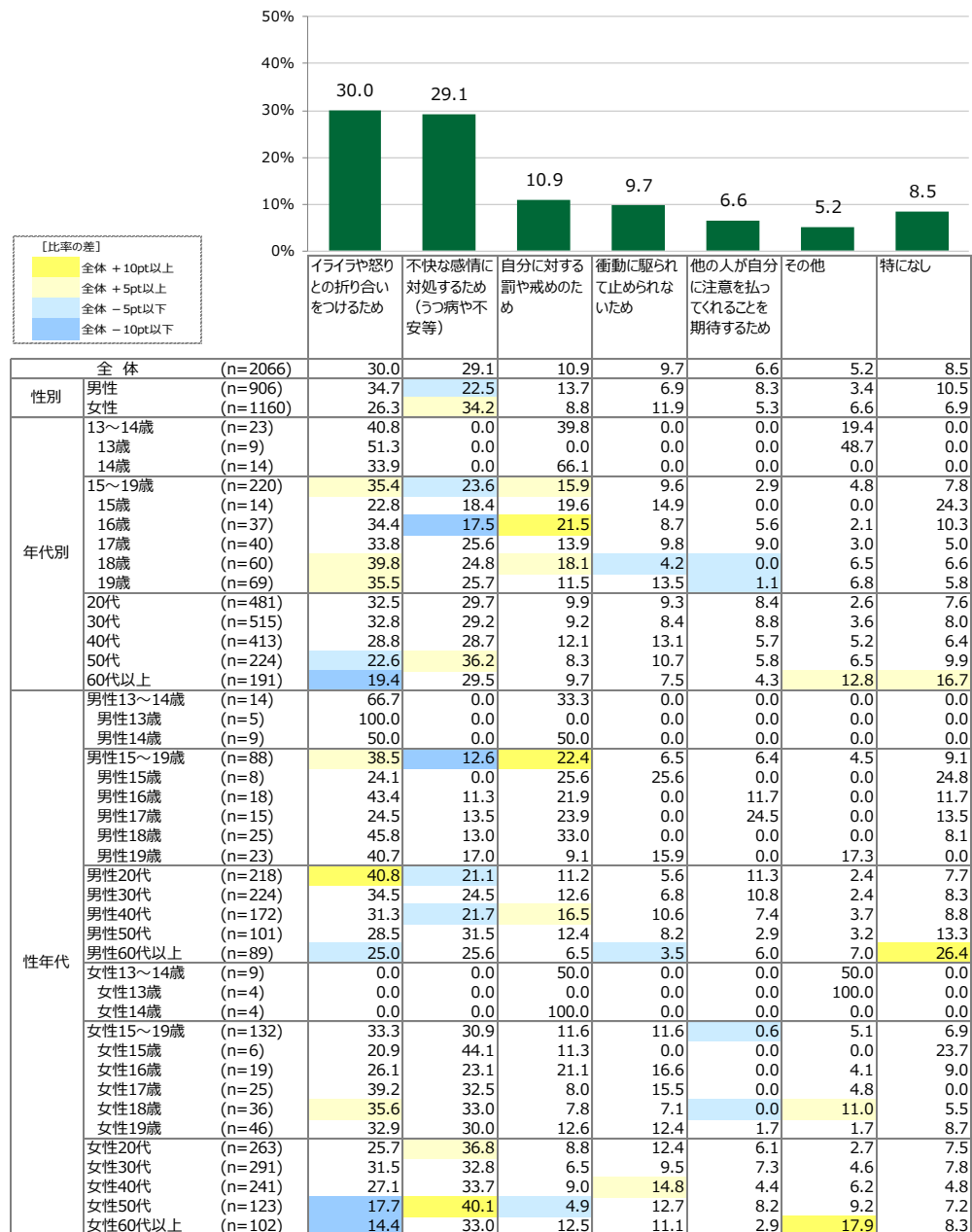


図11: 1年以内の自傷行為割合 性年代別 全体ベース(※「答えたくない」回答者を除く)

3) 自傷行為理由

自傷行為の理由として主に挙げたのは、全体では「イライラや怒りとの折り合いをつけるため」(30.0%)、「不快な感情に対処するため(うつ病や不安等)」(29.1%)。男性は、「イライラや怒りとの折り合いをつけるため」(34.7%)が最も多く、女性は「不快な感情に対処するため」が最も高い(34.2%) (図 12)。また、15～19歳は男女とも「イライラや怒りとの折り合いをつけるため」が最も多い。



※ n=30未満は参考値として扱う

図 12: 自傷行為理由 性年代別 自傷行為経験者ベース

4) 自殺念慮

全国で、およそ4人に1人(24.0%)がこれまでの人生のなかで本気で自殺したいと考えたことがあると回答した(以下「自殺念慮」)。性別では、男性 20.7%、女性 27.4%と女性の方が割合が高い。また、女性は15～19歳の自殺念慮が高く、約4割にのぼる(40.7%)。自傷行為と同様に、男女とも若年層で自殺念慮が高い(図14)。

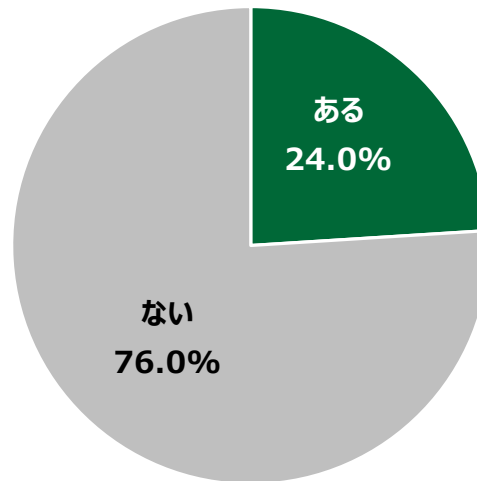


図13:これまでの自殺念慮有無(n=18514 ※「答えたくない」回答者を除く)

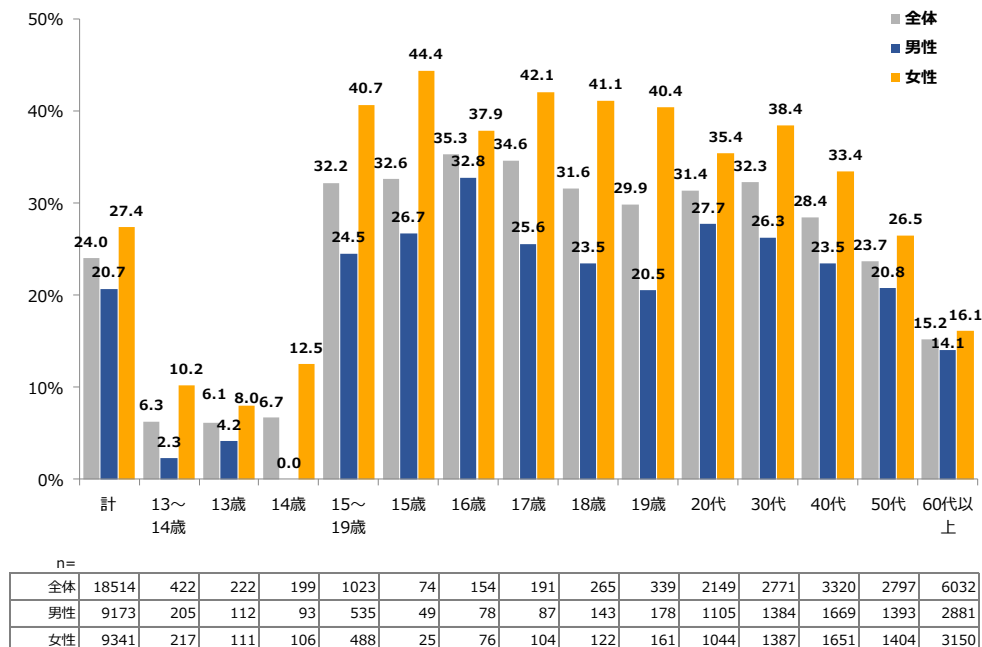


図14:これまでの自殺念慮有無 性年代別

5) 1年以内の自殺念慮

これまで自殺念慮のあった人のうち、27.7%が1年以内に自殺念慮があったと回答(全体の6.4%)。性別では、男性が5.6%、女性が7.3%。また、男女とも若年層で割合が高く、年代が高くなるほど減少する傾向がある(図 17)。15~19歳は男性 10.8%、女性 21.3%、20代は男性 12.2%、女性 15.9%。自殺念慮を抱いた細かい時期を確認したところ、「いま現在」と回答した人が自殺念慮経験者のうち 9.2%存在した(図 18)。

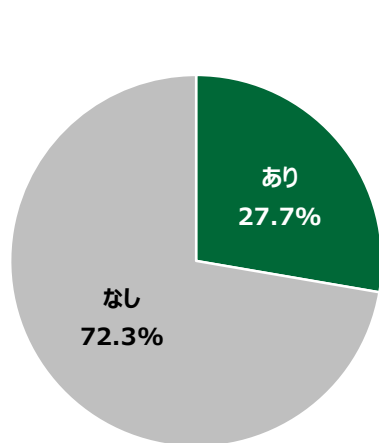


図 15: 1年以内の自殺念慮有無

自殺念慮経験者ベース

(n=4257 ※「答えたくない」回答者を除く)

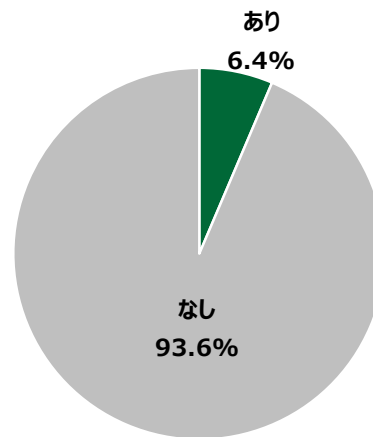
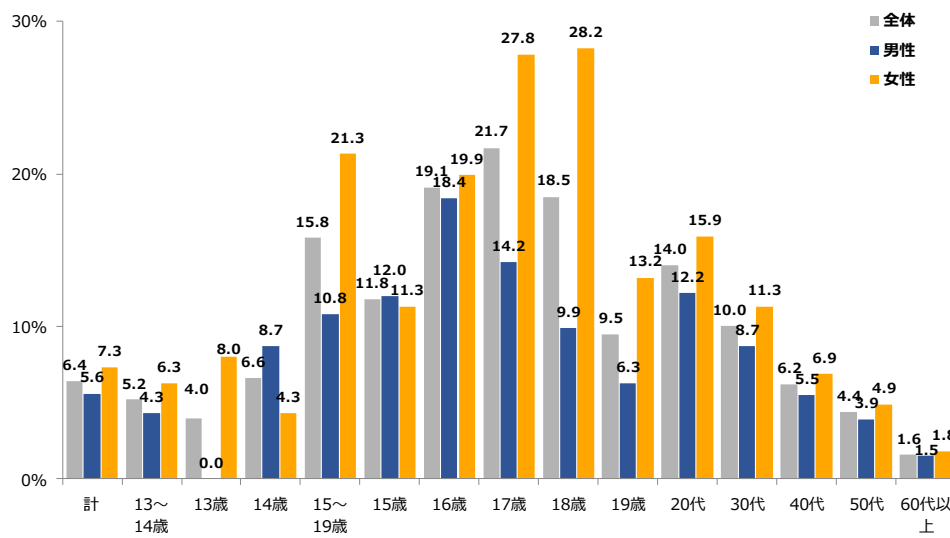


図 16: 1年以内の自殺念慮有無

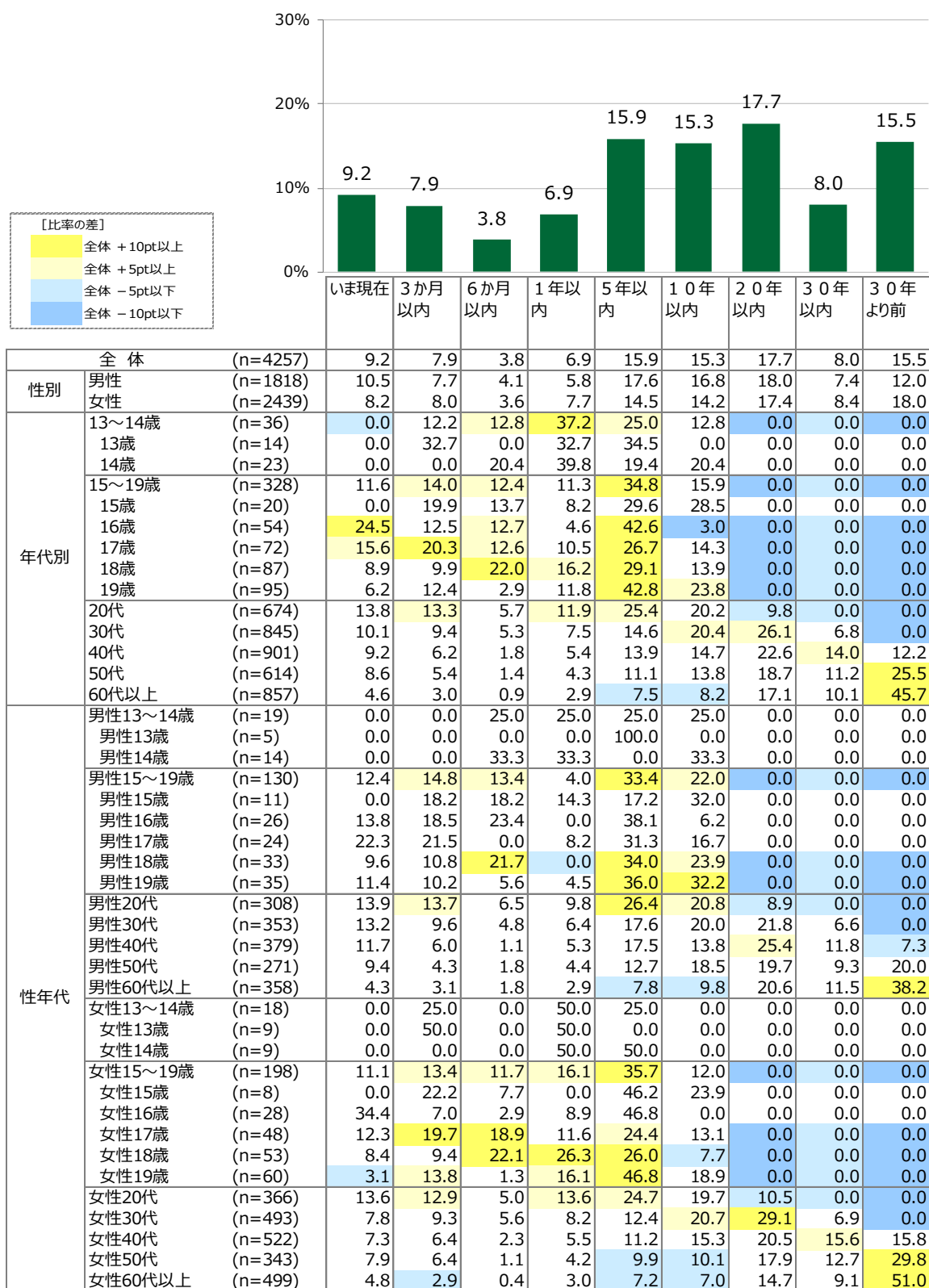
全体ベース

(n=18320 ※「答えたくない」回答者を除く)



n=	計	13~14歳	13歳	14歳	15~19歳	15歳	16歳	17歳	18歳	19歳	20代	30代	40代	50代	60代以上
全体	18320	431	222	209	1021	70	154	197	268	332	2147	2720	3278	2749	5974
男性	9096	219	112	107	534	47	79	89	142	177	1107	1373	1657	1374	2833
女性	9224	212	111	102	487	22	75	108	125	156	1040	1348	1621	1375	3141

図 17: 1年以内の自殺念慮有無 性年代別 全体ベース(※「答えたくない」回答者を除く)



※ n = 30未満は参考値として扱う

図 18: 自殺念慮時期 自殺念慮経験者ベース(※「答えたくない」回答者を除く)

6) 自殺念慮強さ

自殺念慮の強さについては、39.9%の人が「やや強い」または「強い」(「強い計」と回答。男性は 36.7%、女性は 42.4%と女性の方が高い結果となった。年代が高くなるとともに強さが弱まる傾向がみられる(図 19)。また、1年以内に自殺念慮のあった層では、「強い計」は全体で 47.1%、男性 42.5%、女性 50.6%。年代別では、15~19 歳が 55.7%と「強い計」が半数を超える(図 20)。

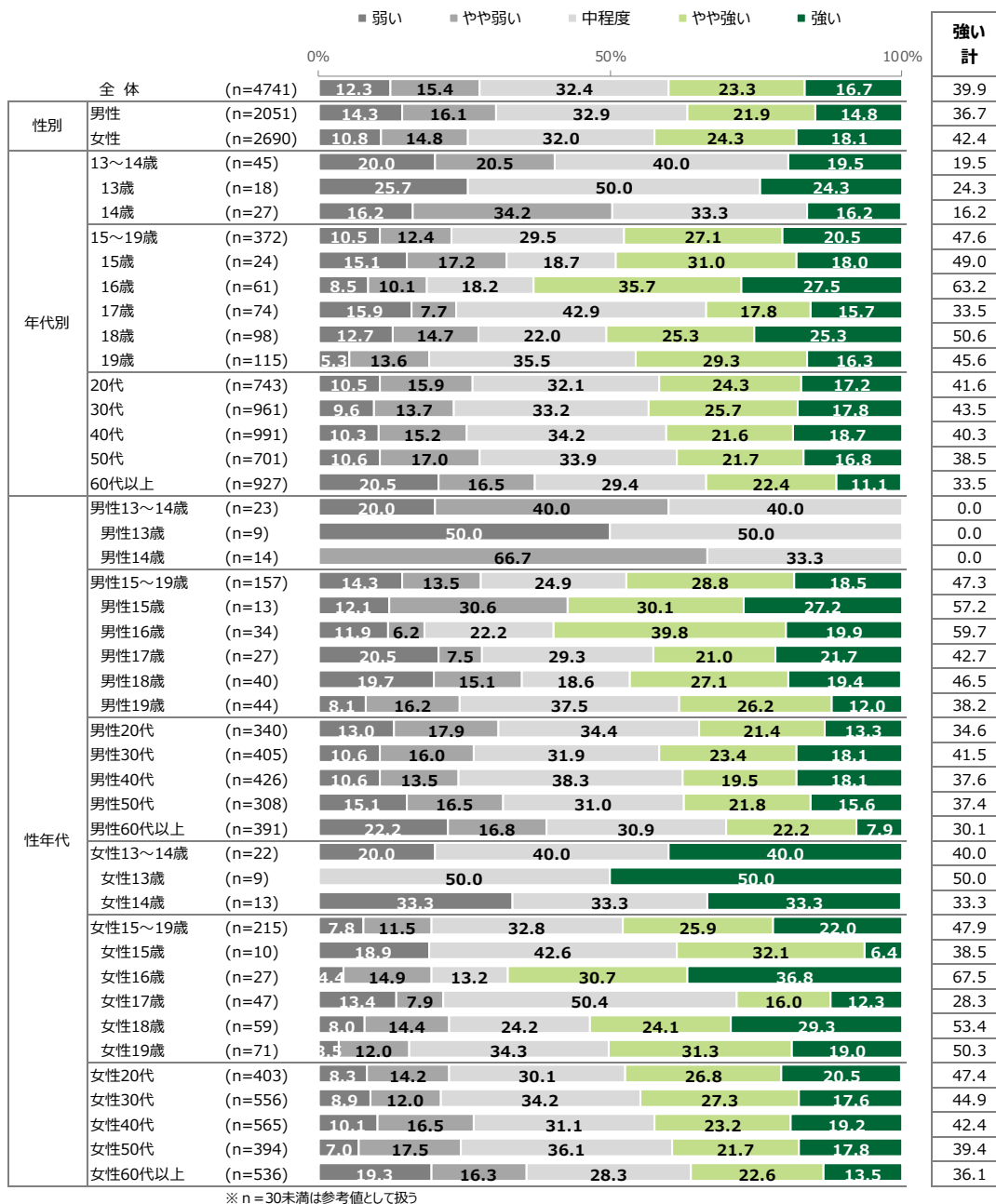


図 19: 自殺念慮の強さ 自殺念慮経験者ベース(※「答えたくない」回答者を除く)

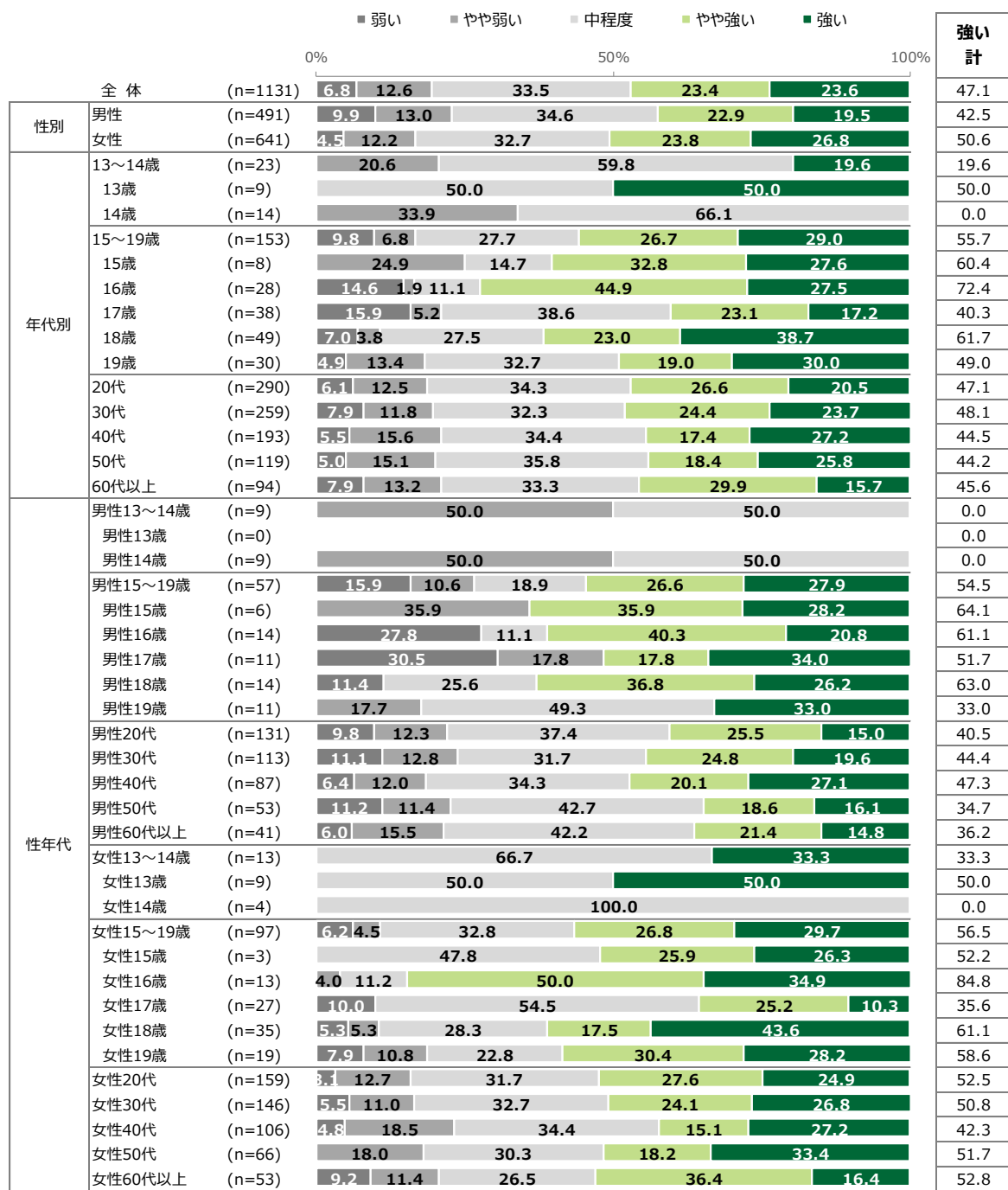
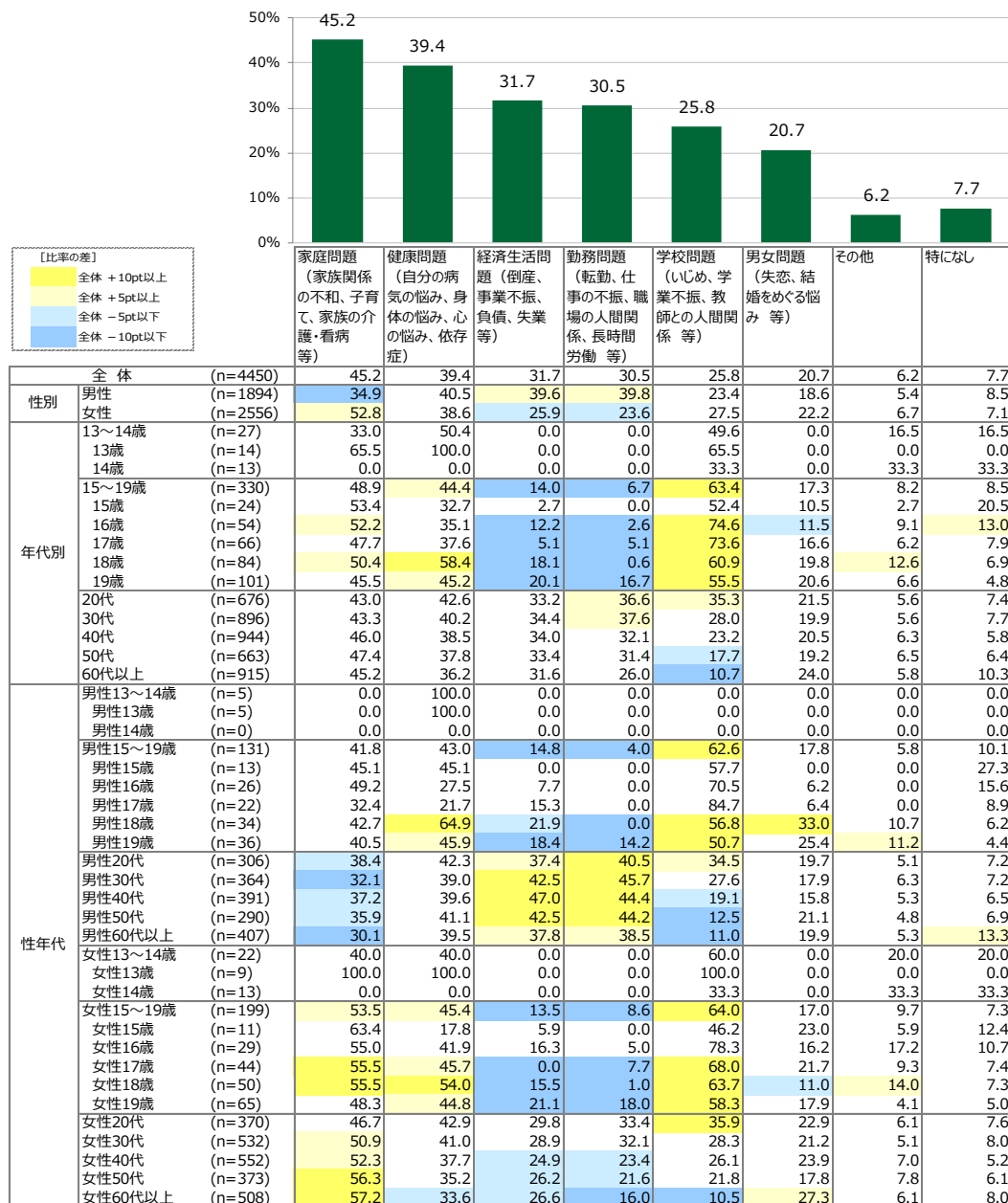


図 20: 1年以内の自殺念慮の強さ 1年以内自殺念慮経験者ベース(※「答えたくない」回答者を除く)

7) 自殺念慮理由

自殺念慮を抱いた原因を質問したところ(選択肢から最大3つを選択する形式)、全体では「家庭問題」(45.2%)、「健康問題」(39.4%)、「経済生活問題」(31.7%)、「勤務問題」(30.5%)、「学校問題」(25.8%)、「男女問題」(20.7%)の順で多かった。男性では「家庭問題」より「健康問題」、「経済生活問題」、「勤務問題」の方が多く、女性は半数以上が「家庭問題」(52.8%)を理由として挙げた。自殺念慮の高い15～19歳は「学校問題」(63.4%)、20代は男性では「健康問題」(42.3%)、女性で「家庭問題」(46.7%)が最多(図21)。

さらに、1年以内に自殺念慮を抱いた層の理由は、全体では「健康問題」(54.9%)が最も高く、次いで「家庭問題」(53.1%)と続いた(図23)。

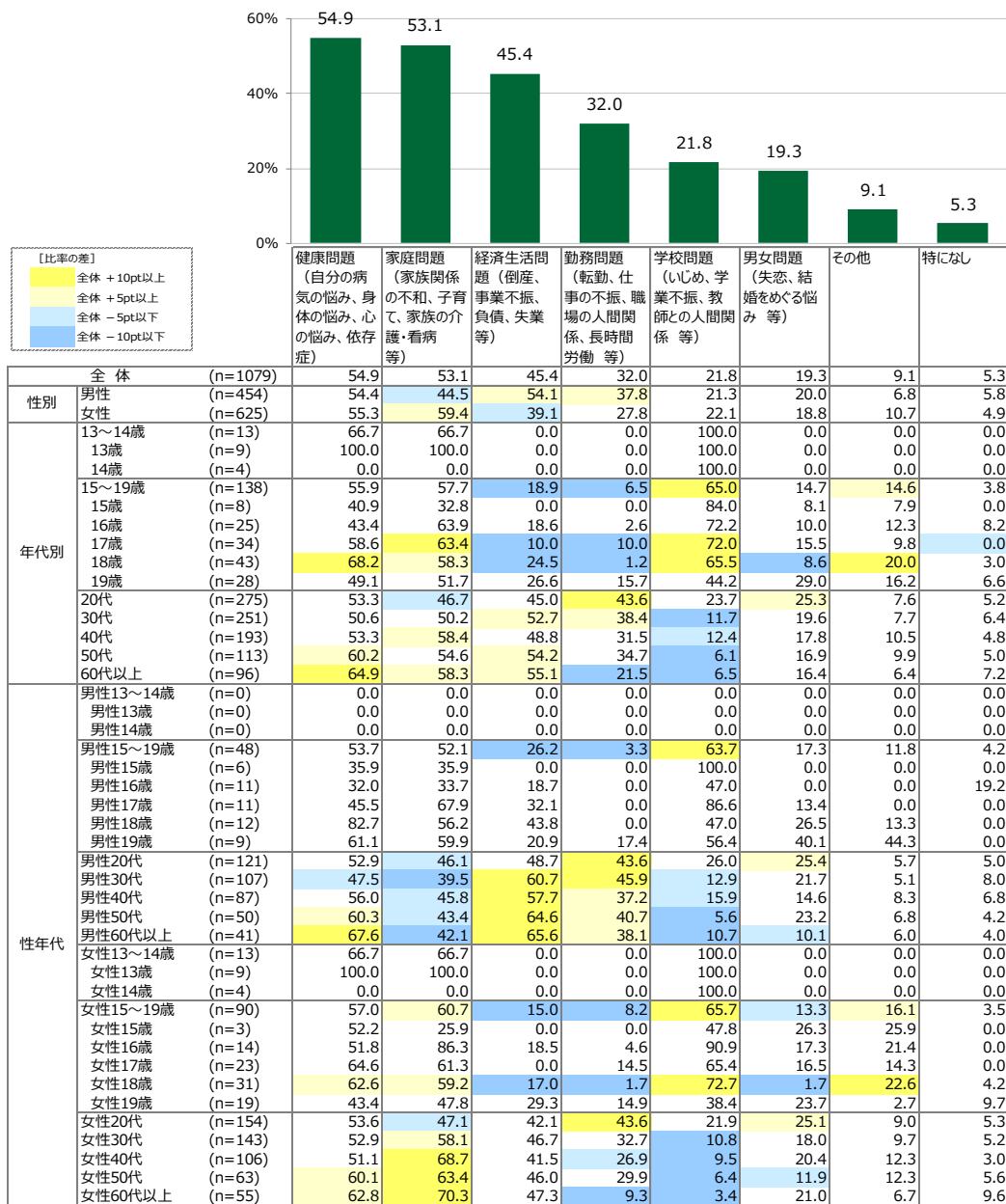


※ n=30未満は参考値として扱う

図21: 自殺念慮理由 自殺念慮経験者ベース(※「答えたくない」回答者を除く)(1位～3位計)

	男性			女性		
	1位	2位	3位	1位	2位	3位
1	勤務問題	特になし		家庭問題	特になし	
2	学校問題	特になし		学校問題	特になし	
3	家庭問題	特になし		健康問題	特になし	
4	家庭問題	健康問題	経済生活問題	男女問題	特になし	
5	健康問題	特になし		家庭問題	健康問題	経済生活問題
6	経済生活問題	特になし		勤務問題	特になし	
7	男女問題	特になし		家庭問題	健康問題	特になし
8	勤務問題	経済生活問題	健康問題	家庭問題	学校問題	特になし
9	健康問題	経済生活問題	勤務問題	学校問題	家庭問題	特になし
10	健康問題	経済生活問題	家庭問題	健康問題	家庭問題	特になし

図 22: 自殺念慮理由(1位~3位組み合わせ)



※ n = 30未満は参考値として扱う

図 23: 1年以内自殺念慮理由1年以内自殺念慮経験者ベース(※「答えたくない」回答者を除く)
(1位~3位計)

	男性			女性		
	1位	2位	3位	1位	2位	3位
1	家庭問題	健康問題	経済生活問題	家庭問題	特になし	
2	健康問題	特になし		家庭問題	健康問題	経済生活問題
3	勤務問題	特になし		家庭問題	健康問題	特になし
4	健康問題	経済生活問題	勤務問題	健康問題	特になし	
5	家庭問題	特になし		家庭問題	健康問題	学校問題
6	経済生活問題	特になし		家庭問題	経済生活問題	健康問題
7	健康問題	家庭問題	経済生活問題	学校問題	健康問題	家庭問題
8	健康問題	経済生活問題	家庭問題	健康問題	家庭問題	経済生活問題
9	勤務問題	経済生活問題	健康問題	健康問題	経済生活問題	特になし
10	学校問題	特になし		家庭問題	経済生活問題	特になし

図 24: 1年以内自殺念慮理由(1位～3位組み合わせ)

8) 自殺未遂

「あなたはこれまでに自殺未遂をしたことがありますか」という質問に対して、6.2%の人があると回答した。男性 5.6%、女性 6.7%。年代別にみると、女性は 15～19 歳(12.5%)が、男性は 20 代(11.4%)が最も高く、若年層ほど自殺未遂経験割合が高い傾向(図 26)。

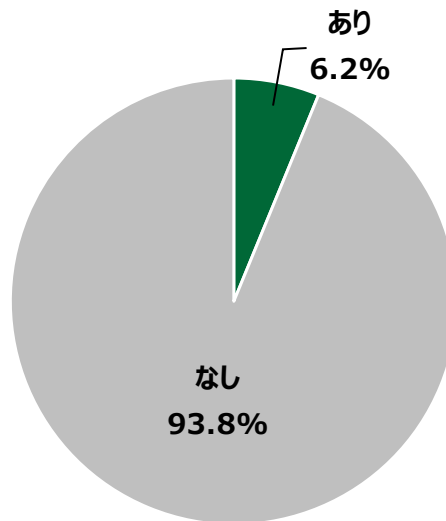


図 25: 自殺未遂経験有無 (n=19141 ※「答えたくない」回答者を除く)

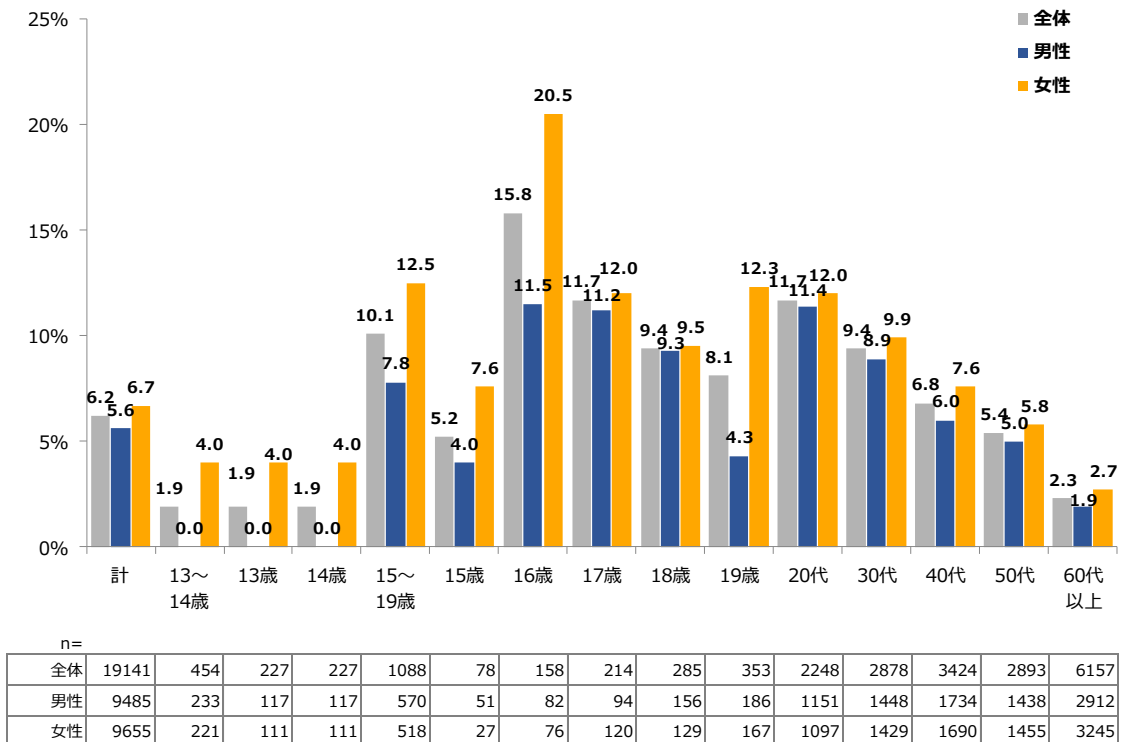


図 26: 自殺未遂経験あり 性年代別 (※「答えたくない」回答者を除く)

9) 1年以内自殺未遂経験

自殺未遂経験者のうち、1年以内の自殺未遂がある割合は29.4%（全体の2.1%）。自殺念慮と同様に、男女とも若年層で割合が高く、年代が高くなるほど減少する傾向がある（図29）。15～19歳は男性3.9%、女性6.1%、20代は男性6.4%、女性5.0%。10代を年齢別でみると、女性16歳は10.6%と1年以内の自殺未遂がある割合が高い。

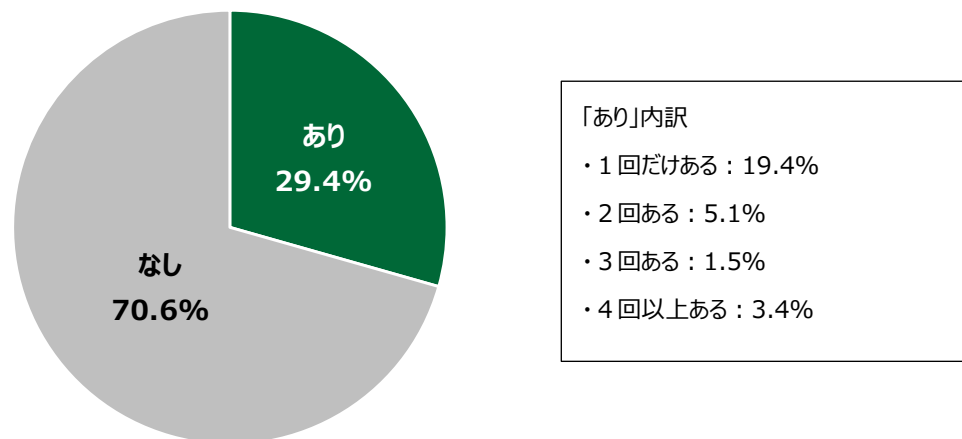


図27: 1年以内自殺未遂有無 自殺未遂経験者ベース(n=1351 ※「答えたくない」回答者を除く)

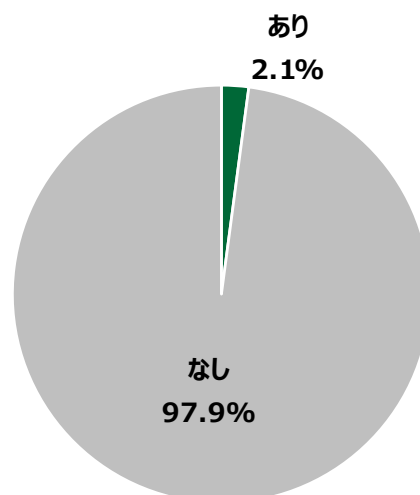


図28: 1年以内自殺未遂有無 全体ベース(n=19310 ※「答えたくない」回答者を除く)

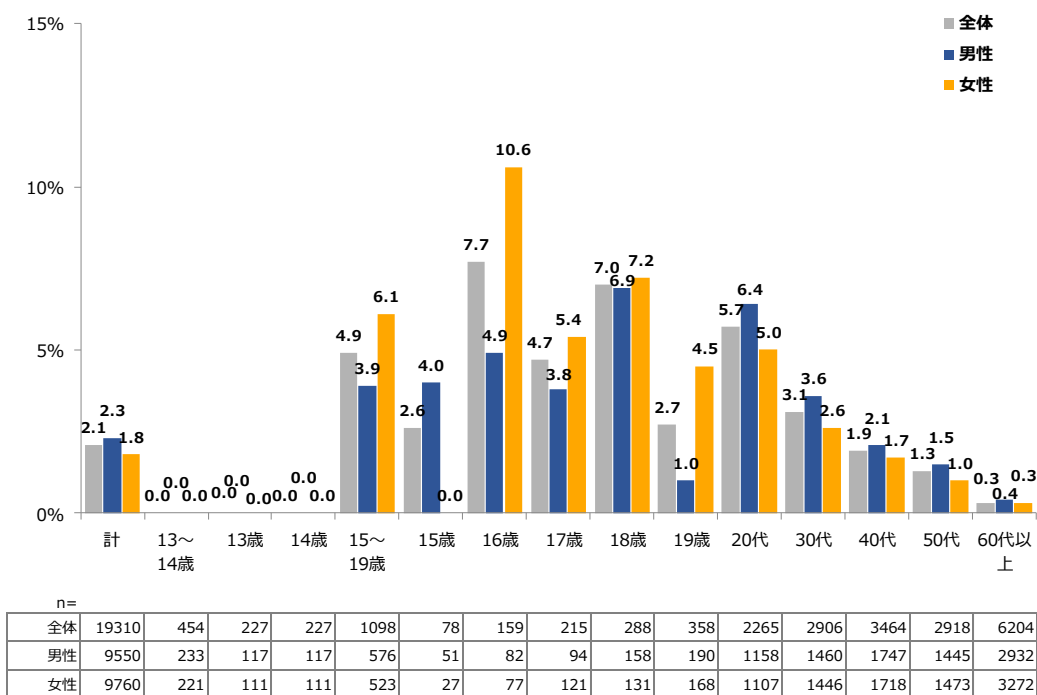
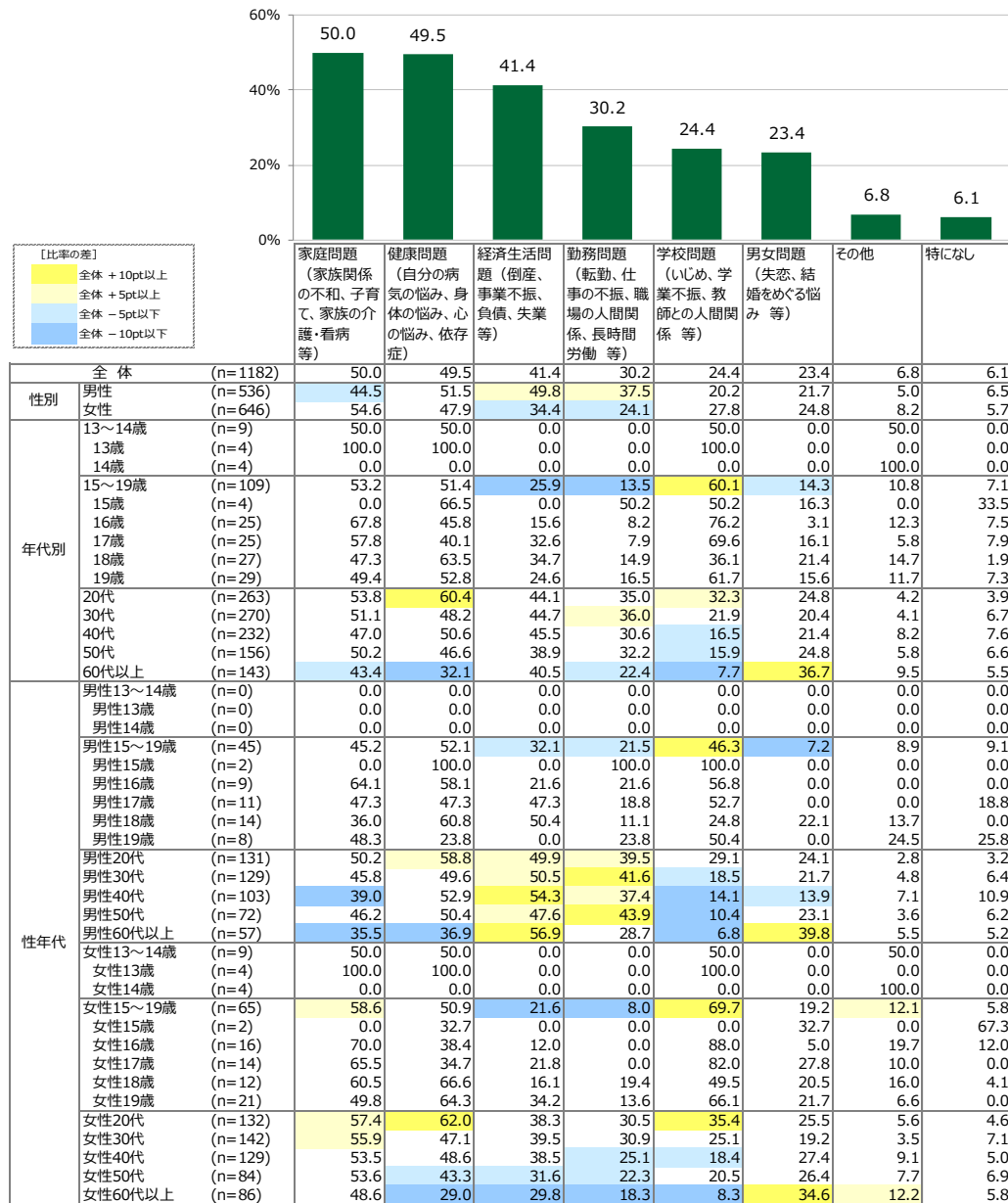


図 29: 1年以内自殺未遂あり 性年代別 全体ベース(※「答えたくない」回答者を除く)

10) 自殺未遂理由

自殺未遂をした原因を質問したところ(選択肢から最大3つを選択する形式)、全体では「家庭問題」(50.0%)、「健康問題」(49.5%)、「経済生活問題」(41.4%)、「勤務問題」(30.2%)、「学校問題」(24.4%)、「男女問題」(23.4%)の順で多かった。男性では「家庭問題」より「健康問題」、「経済生活問題」の方が多く、女性は半数以上が「家庭問題」(54.6%)を理由として挙げた(図30)。1年以内に自殺未遂をしたと回答した人の自殺未遂理由は、「健康問題」(64.6%)が最も高く、次いで「家庭問題」(59.5%)、「経済生活問題」(57.4%)と続く(図32)。男女とも「健康問題」が最も高い。また、15～19歳は「家庭問題」「健康問題」に続き、「学校問題」が多い。

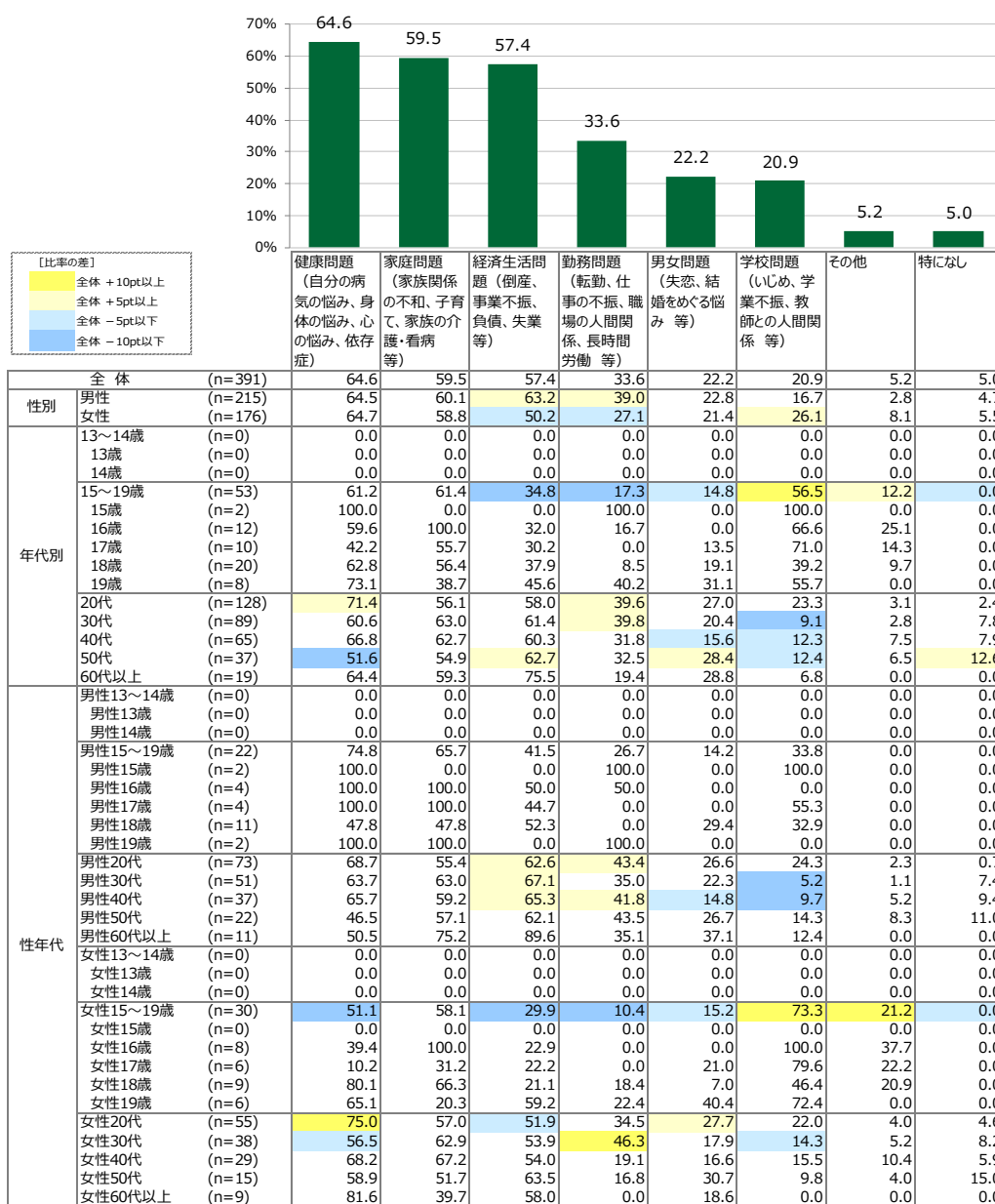


※ n=30未満は参考値として扱う

図30: 自殺未遂理由 自殺未遂経験者ベース(※「答えたくない」回答者を除く)(1位～3位計)

	男性			女性		
	1位	2位	3位	1位	2位	3位
1	家庭問題	健康問題	経済生活問題	家庭問題	健康問題	経済生活問題
2	健康問題	経済生活問題	勤務問題	家庭問題	特になし	
3	健康問題	特になし		男女問題	特になし	
4	学校問題	特になし		学校問題	特になし	
5	男女問題	特になし		家庭問題	健康問題	特になし
6	家庭問題	健康問題	勤務問題	健康問題	特になし	
7	経済生活問題	特になし		勤務問題	特になし	
8	勤務問題	特になし		学校問題	健康問題	家庭問題
9	家庭問題	特になし		経済生活問題	家庭問題	健康問題
10	健康問題	経済生活問題	家庭問題	家庭問題	学校問題	特になし

図 31: 自殺未遂理由(1位~3位組み合わせ)



※ n=30未満は参考値として扱う

図 32: 1年以内自殺未遂理由 1年以内自殺未遂経験者ベース(※「答えたくない」回答者を除く)
(1位~3位計)

	男性			女性		
	1位	2位	3位	1位	2位	3位
1	家庭問題	健康問題	経済生活問題	家庭問題	健康問題	経済生活問題
2	家庭問題	健康問題	勤務問題	健康問題	特になし	
3	健康問題	経済生活問題	勤務問題	健康問題	経済生活問題	勤務問題

図 33: 1年以内自殺未遂理由(1位~3位組み合わせ)

11) 1年以内自傷行為・自殺念慮・自殺未遂

1年以内に自傷行為を行ったのは全体の4.3%。そのうち、1年以内に自殺念慮があったのは43.7%(全体の1.7%)。さらに、1年以内に自殺念慮があった層のうち1年以内に自殺未遂を行ったのは51.4%(全体の0.9%)となった。1年以内に自殺念慮がない層でも32.2%(全体の0.7%)は自殺未遂をしている。

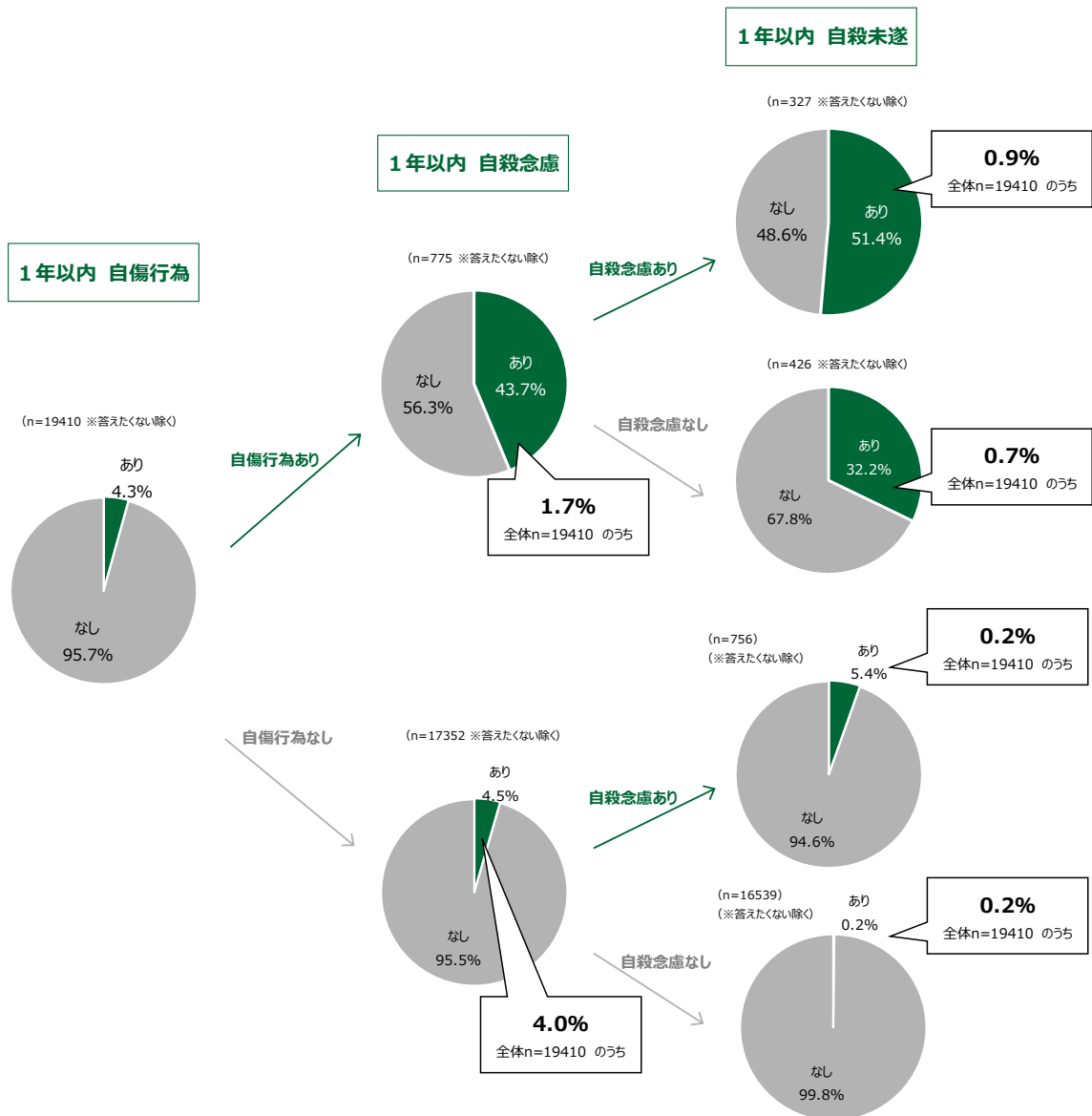


図 34: 1年以内自傷行為・自殺念慮・自殺未遂内訳

12) 周囲の人の自殺

25.4%が周り的人を自殺で亡くした経験があると回答した。その中では、「同居していない家族・親族」(7.5%)、「職場関係者」(5.4%)、「同級生」(4.9%)、「近所の方」(4.6%)、「友人」(4.0%)、「同居の家族・親族」(1.7%)の順が多い(図 36)。

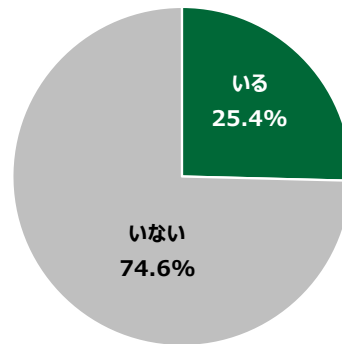
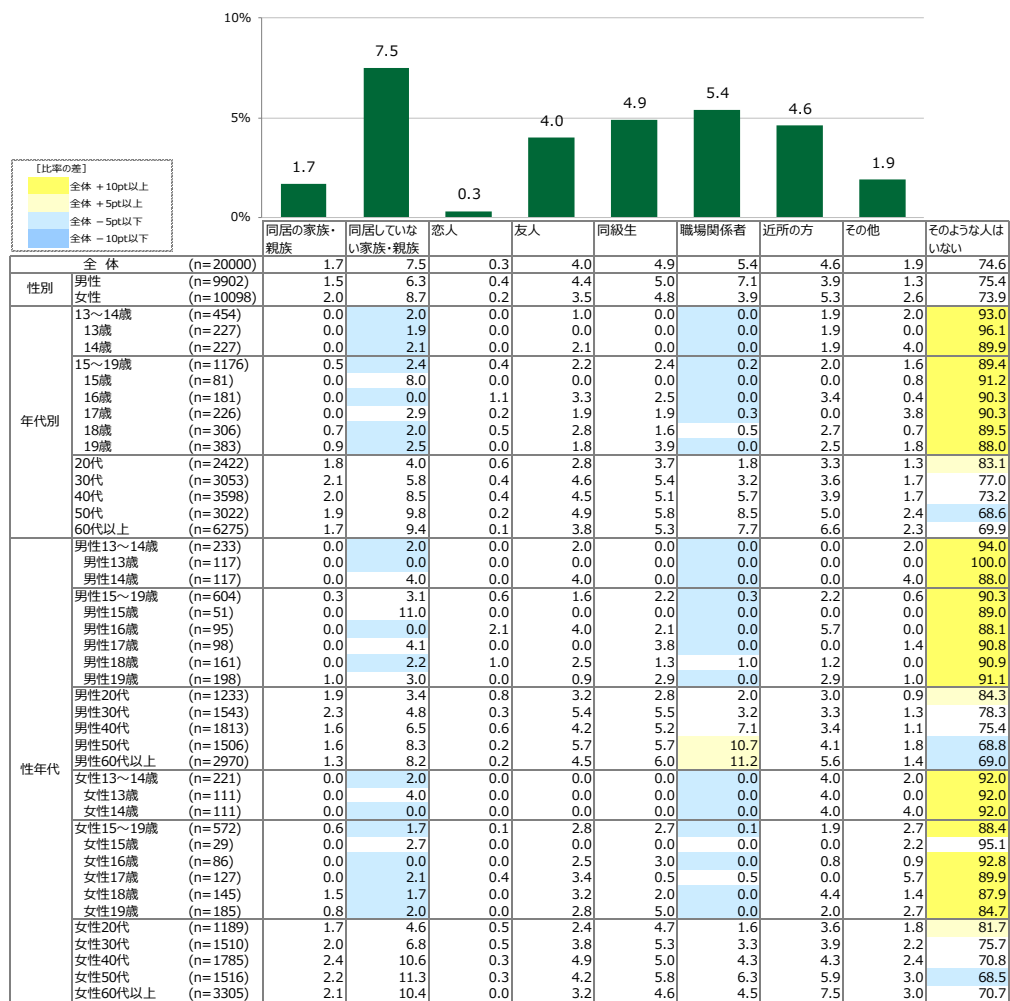


図 35: 周りで自殺で亡くなった方がいる割合 (n=20000)



※ n=30未満は参考値として扱う

図 36: 周りで自殺で亡くなった方

セクション 2: 自殺念慮・自殺未遂経験者の特徴

1) 同居家族

自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層と比べると「同居家族はいない(一人暮らし)」の割合が高い傾向がみられる。

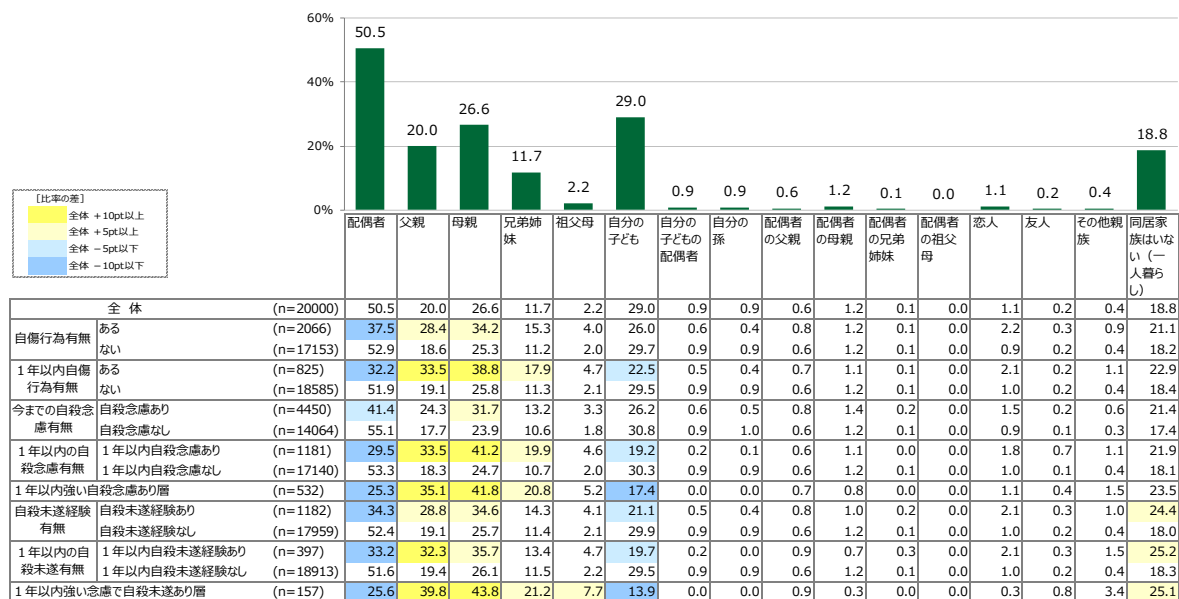


図 37: 同居家族

2) 就業状況・最終学歴

自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層と比べると「休職中」「求職中」が多い傾向がみられる(図 38)。また、最終学歴を確認したところ、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層と比べると「大卒」の割合が低い傾向がある(図 39)。

業種では、1年以内に自殺念慮がある層や1年以内の自殺未遂経験がある層は、ない層に比べて「飲食店・宿泊業」の割合が高い傾向があり、1年以内に強い自殺念慮がある層では「飲食店・宿泊業」が1割を超える(図 41)。

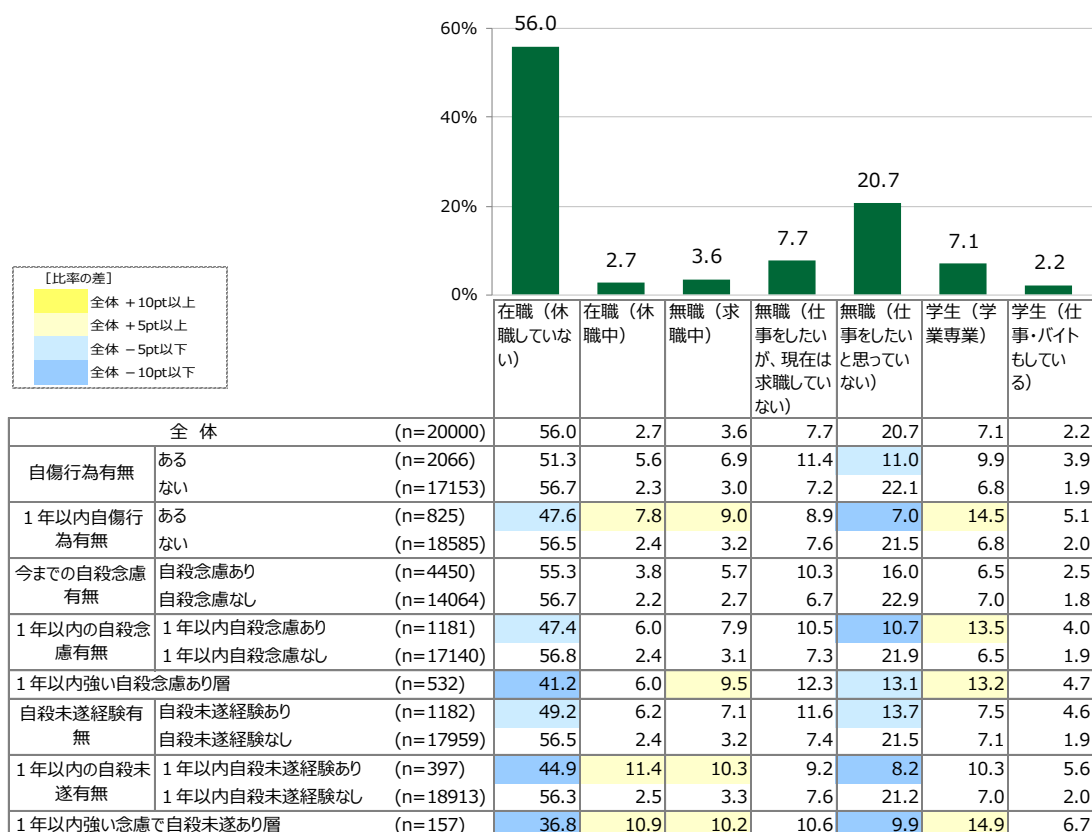


図 38: 就業状況

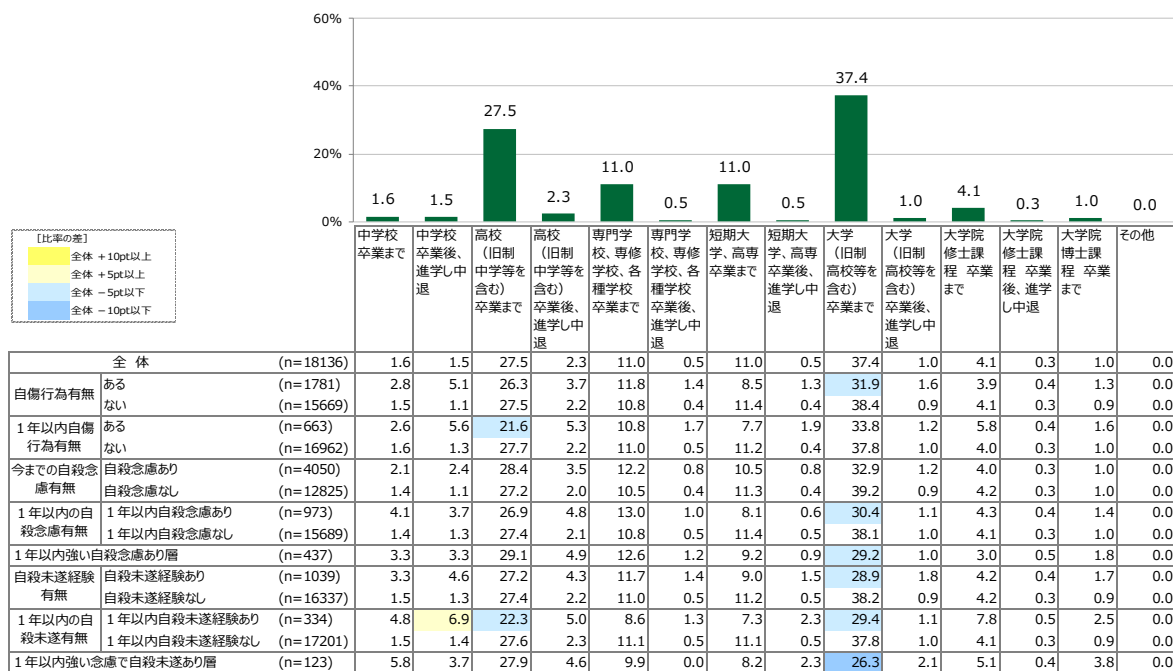


図 39: 最終学歴

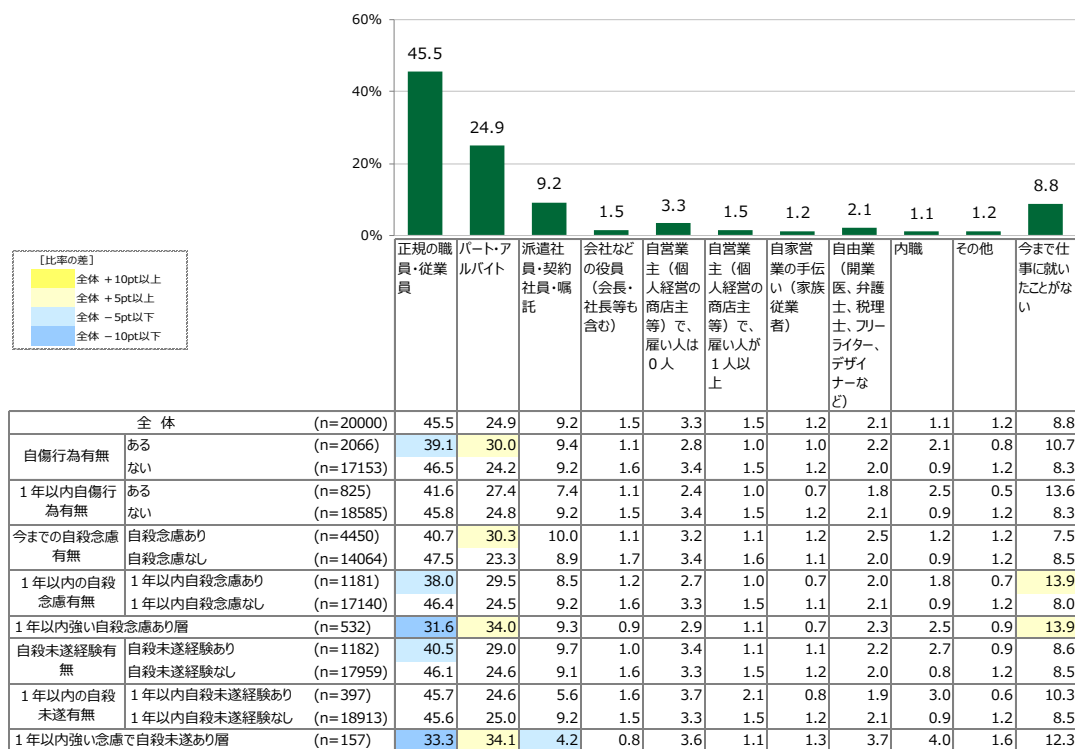


図 40: 働き方

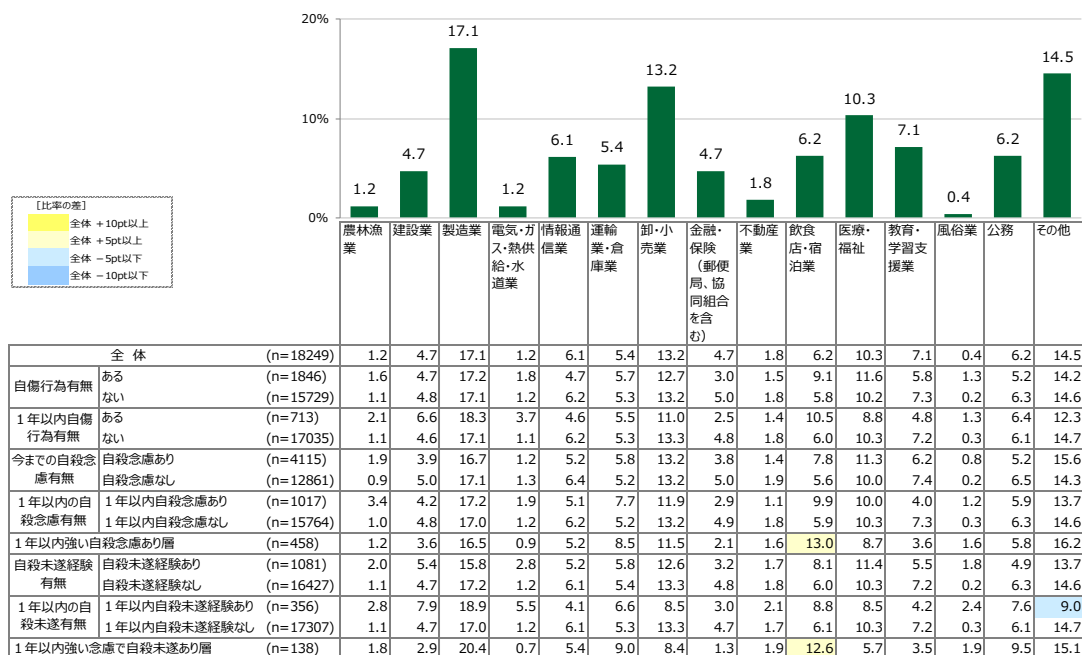


図 41: 業種

3) 就業時間・睡眠時間

就業時間については、自殺念慮の有無や自殺未遂経験の有無で特徴的な傾向はみられなかった。

睡眠時間は、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層に比べて「5時間以下」の割合が高い。

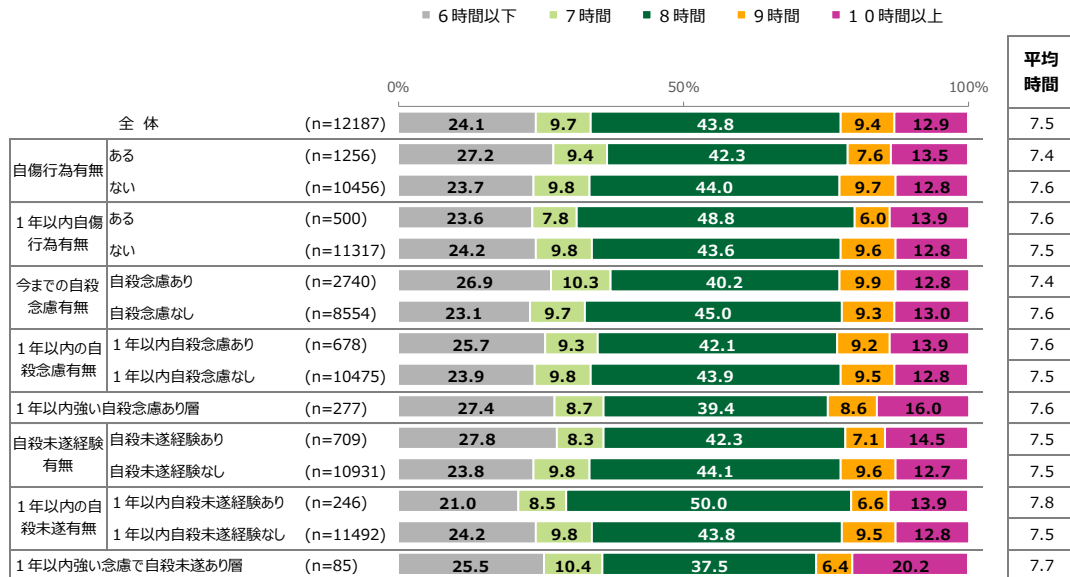


図 42: 就業時間 (現在仕事をしている方)

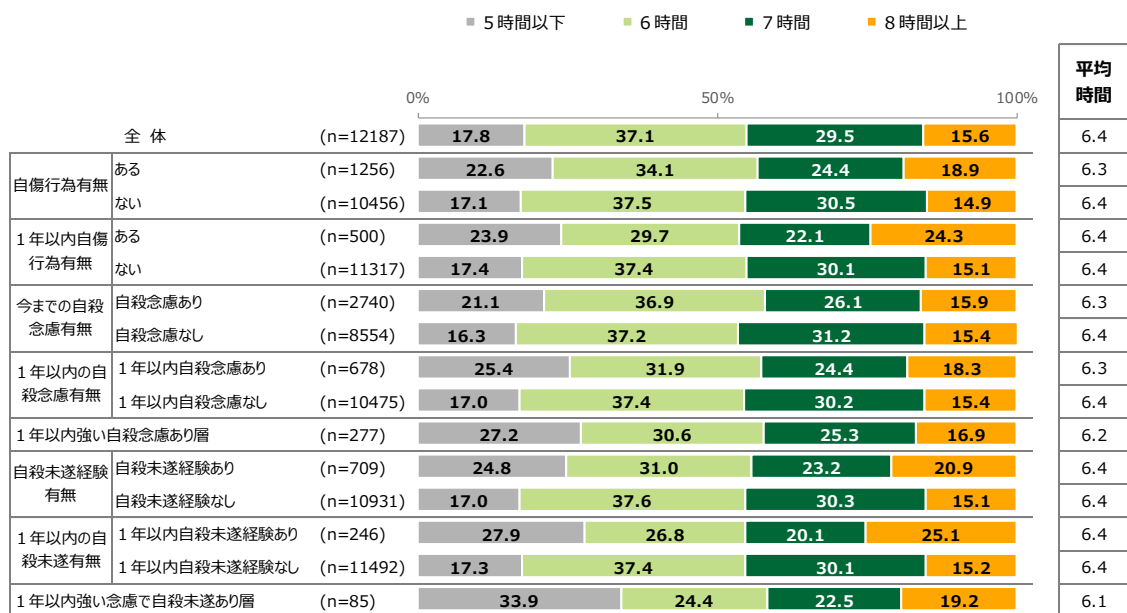


図 43: 就業している日の睡眠時間 (現在仕事をしている方)

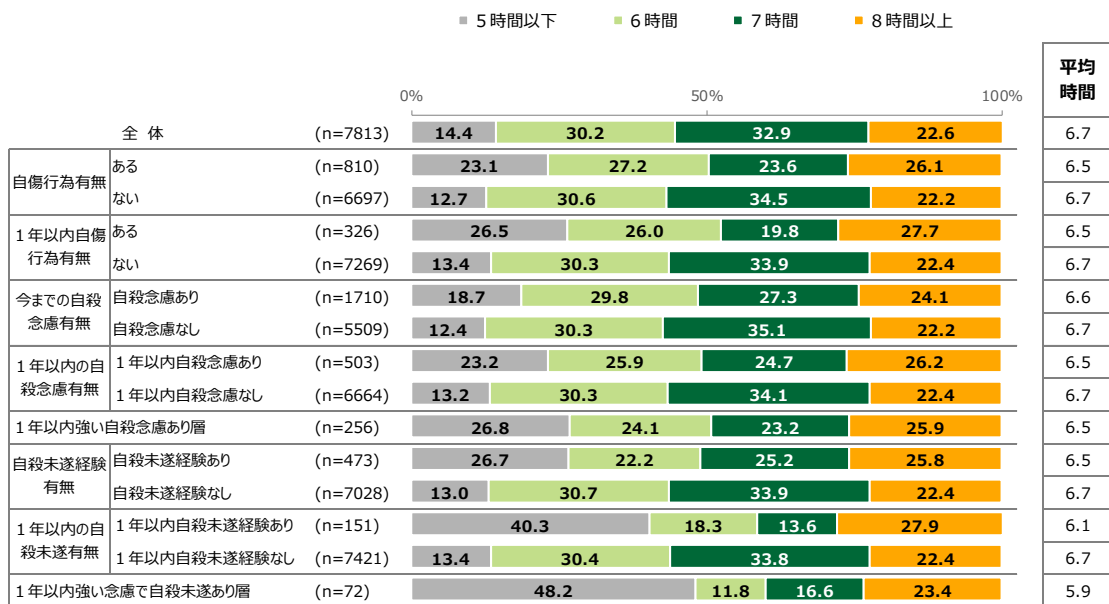


図 44: 1日の平均睡眠時間（現在仕事をしていない方）

4) 仕事や学校以外の活動

(1) 地縁的な活動

自治会や町内会などの地縁的な活動への参加状況を確認したところ、自殺念慮がある層は、ない層に比べて「まったく参加していない」の割合が高い傾向がある。

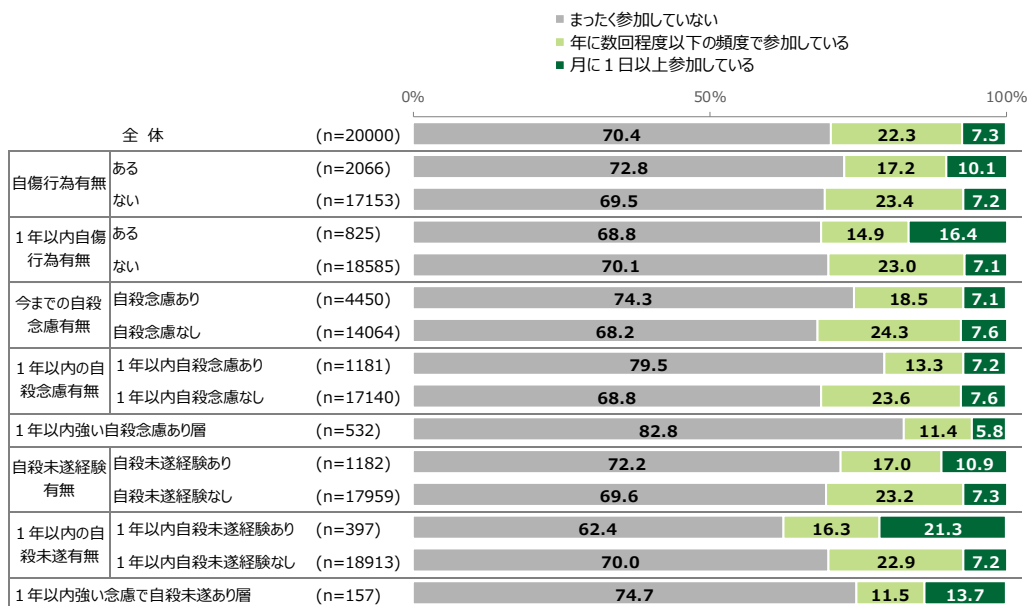


図 45: 地縁的な活動 参加状況

(2) スポーツ・趣味・娯楽活動

スポーツ・趣味・娯楽活動への参加状況を確認したところ、自殺念慮がある層は、ない層に比べて「まったく参加していない」の割合が高い傾向がみられる。

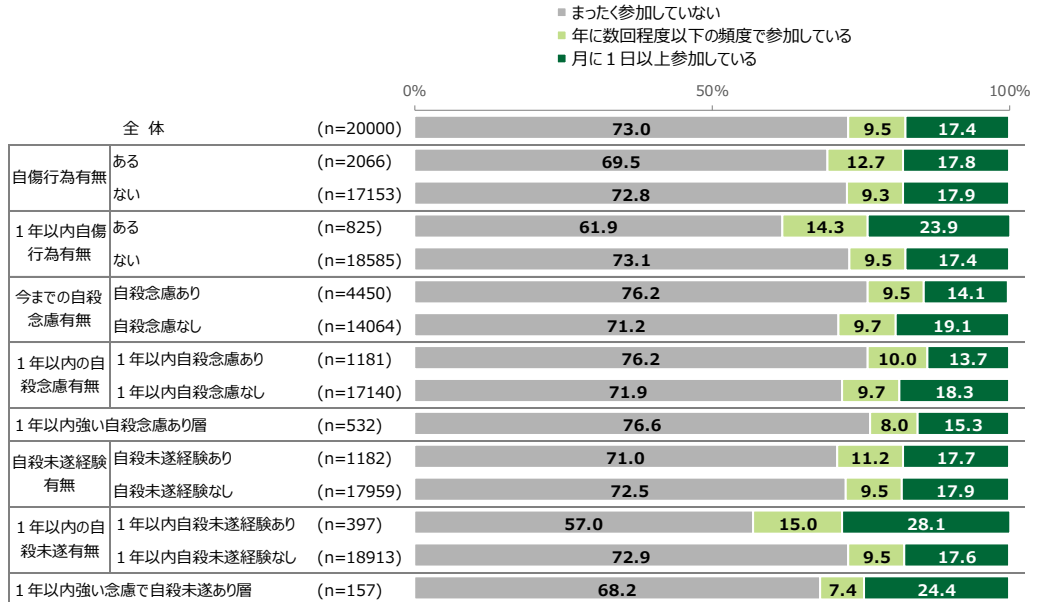


図 46: スポーツ・趣味・娯楽活動 参加状況

(3) ボランティア・NPO・市民活動

ボランティア・NPO・市民活動への参加状況を確認したところ、自殺念慮の有無では活動状況に差がみられなかった。

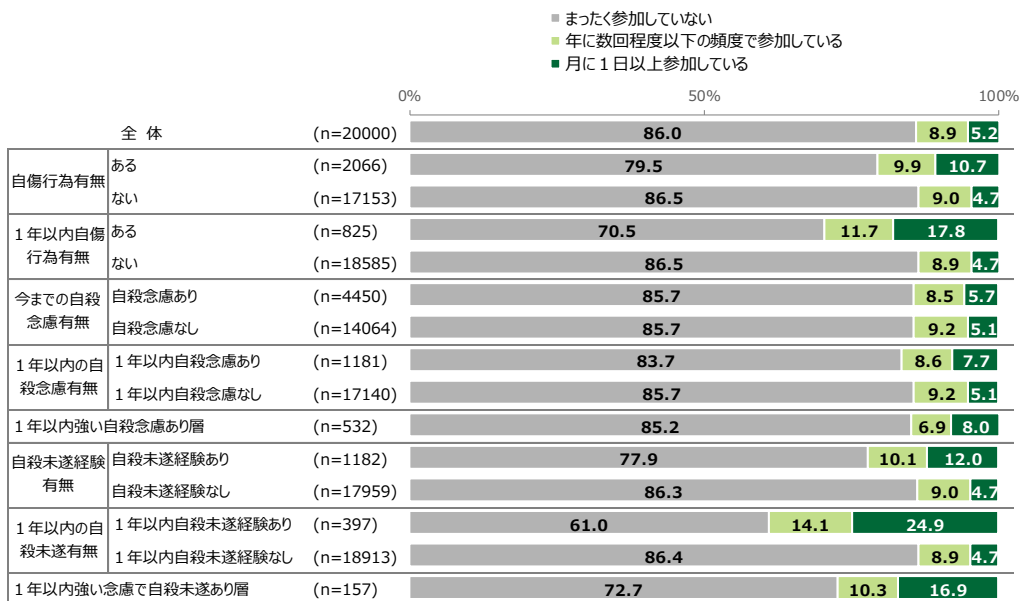


図 47: ボランティア・NPO・市民活動 参加状況

5) 健康状態

健康状態について質問したところ、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層と比べると「よくない・計」「あまりよくない」+「よくない」の割合が多い。

また、持病については特に「心の病気」の割合で特徴がみられ、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層に比べて「心の病気」の割合が高い。

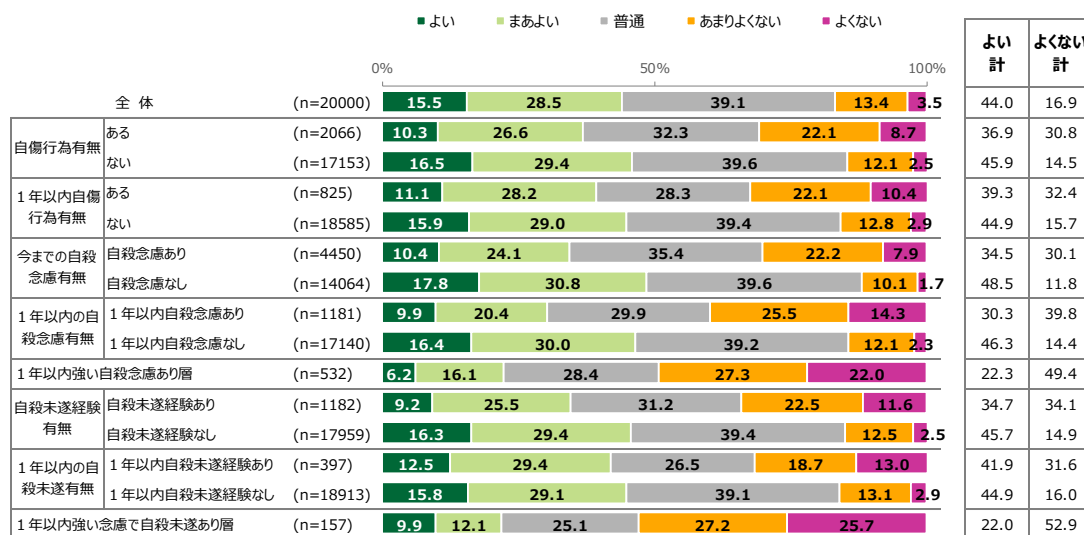
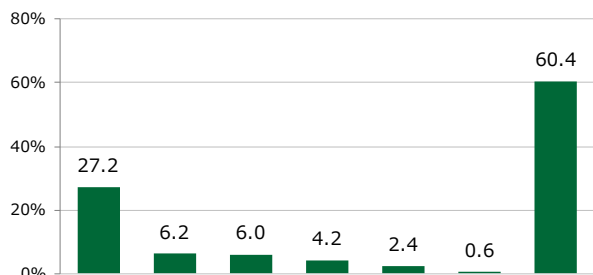
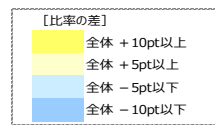


図 48: 健康状態



		全体 (n=20000)	身体の病気 (診断あり)	身体の病気 (診断はないが自覚症状あり)	心の病気 (診断あり)	心の病気 (診断はないが自覚症状あり)	怪我や身体障害	その他	特に持病はない
全体		(n=20000)	27.2	6.2	6.0	4.2	2.4	0.6	60.4
自傷行為有無	ある	(n=2066)	28.1	13.2	22.1	14.3	5.0	0.9	39.7
	ない	(n=17153)	27.5	5.3	3.8	2.8	2.1	0.5	62.7
1年以内自傷行為有無	ある	(n=825)	23.6	18.1	25.2	18.0	5.4	0.6	35.7
	ない	(n=18585)	27.7	5.6	4.9	3.4	2.3	0.6	61.5
今までの自殺念慮有無	自殺念慮あり	(n=4450)	31.5	9.9	16.5	10.8	3.4	0.9	44.0
	自殺念慮なし	(n=14064)	26.4	4.9	2.3	1.7	2.0	0.5	65.6
1年以内の自殺念慮有無	1年以内自殺念慮あり	(n=1181)	25.7	14.6	25.1	20.6	4.2	0.5	36.2
	1年以内自殺念慮なし	(n=17140)	27.8	5.5	4.3	2.9	2.2	0.6	62.0
1年以内強い自殺念慮あり層		(n=532)	25.8	13.6	34.6	23.6	4.7	0.2	30.9
自殺未遂経験有無	自殺未遂経験あり	(n=1182)	29.5	14.9	28.1	14.5	4.7	0.8	33.9
	自殺未遂経験なし	(n=17959)	27.4	5.6	4.2	3.3	2.2	0.6	62.1
1年以内の自殺未遂有無	1年以内自殺未遂経験あり	(n=397)	25.4	23.4	28.4	18.8	5.1	0.0	28.2
	1年以内自殺未遂経験なし	(n=18913)	27.6	5.8	5.3	3.7	2.3	0.6	60.9
1年以内強い念慮で自殺未遂あり層		(n=157)	28.1	18.4	43.2	23.9	7.4	0.0	26.2

図 49: 持病

6) 日々の感情・不安状態

過去 30 日間の感情についての質問では、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層と比べ「ちょっとしたことでイライラしたり不安になったりした」など確認した全ての項目で、それらの感情を持った割合が高かった(図 50)。

また、日常生活についての不安に対する質問も、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層と比べると、「不安がある計」の割合が高い(図 52)。

日常生活の不安の要素については、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層と比べると、確認した全ての項目で「不安」と回答している割合が高い(図 54)。

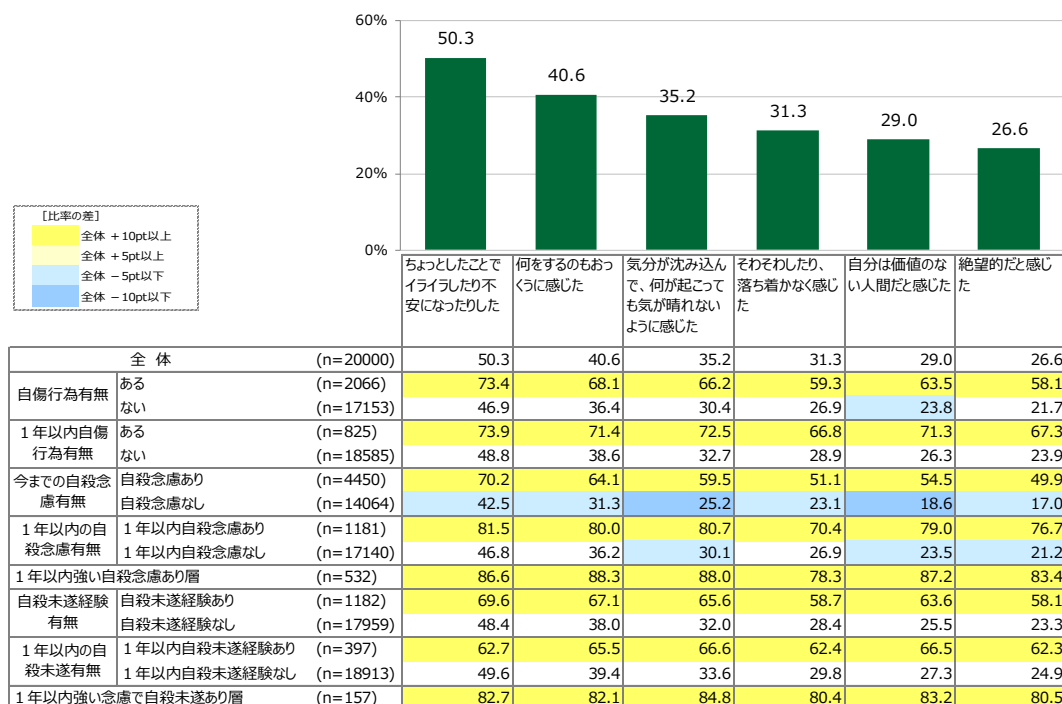
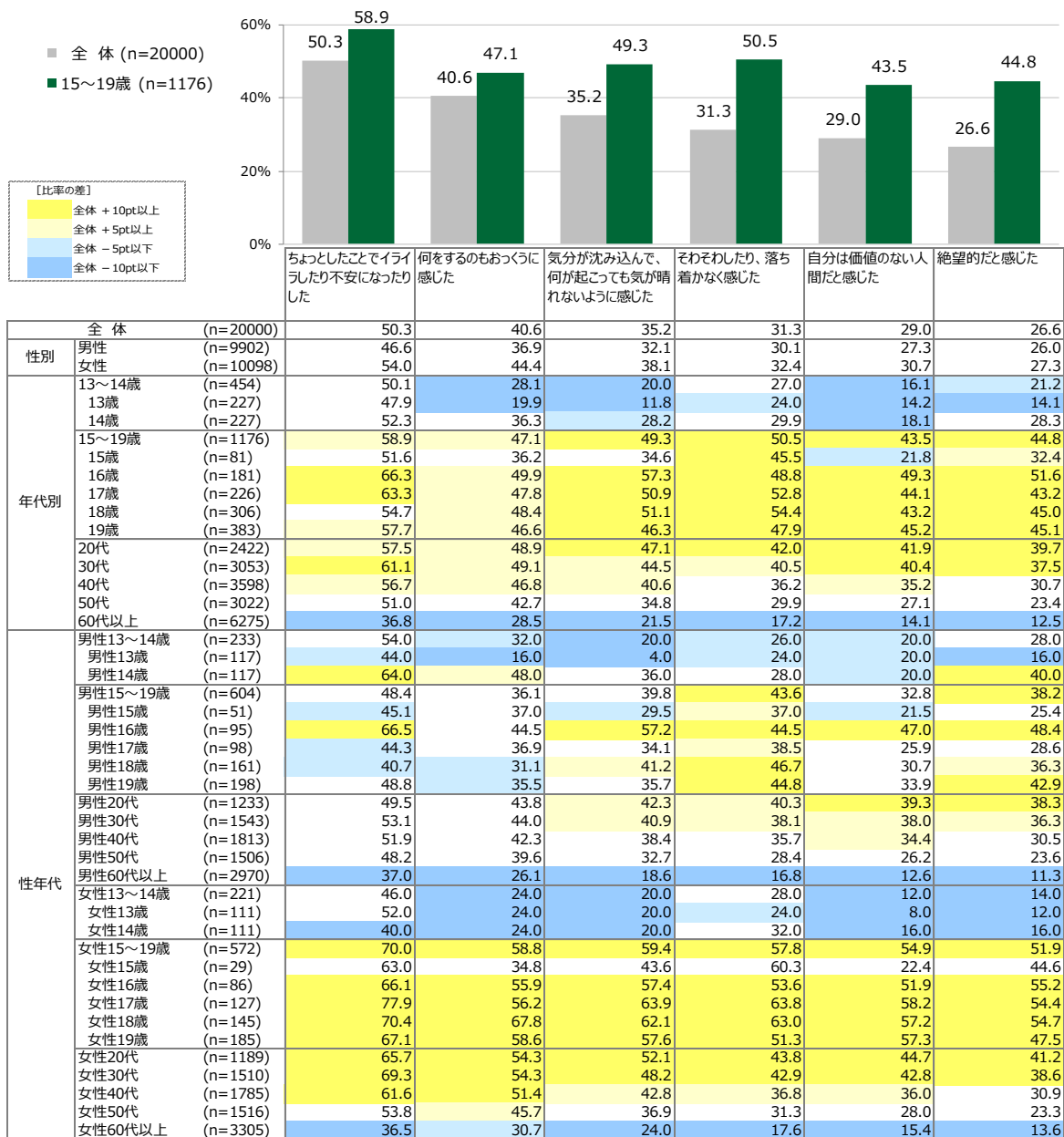


図 50 : 30 日間の感情について(「たまにあった」+「よくあった」+「いつもあった」計)



※ n=30未満は参考値として扱う

図 51 : 30 日間の感情について 性年代別
 (「たまにあった」+「よくあった」+「いつもあった」計)

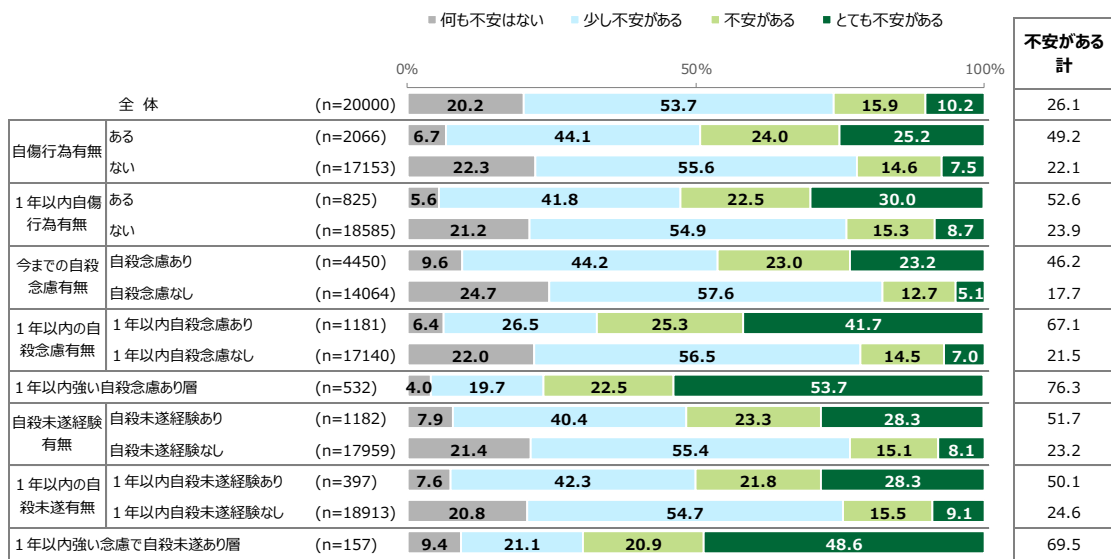
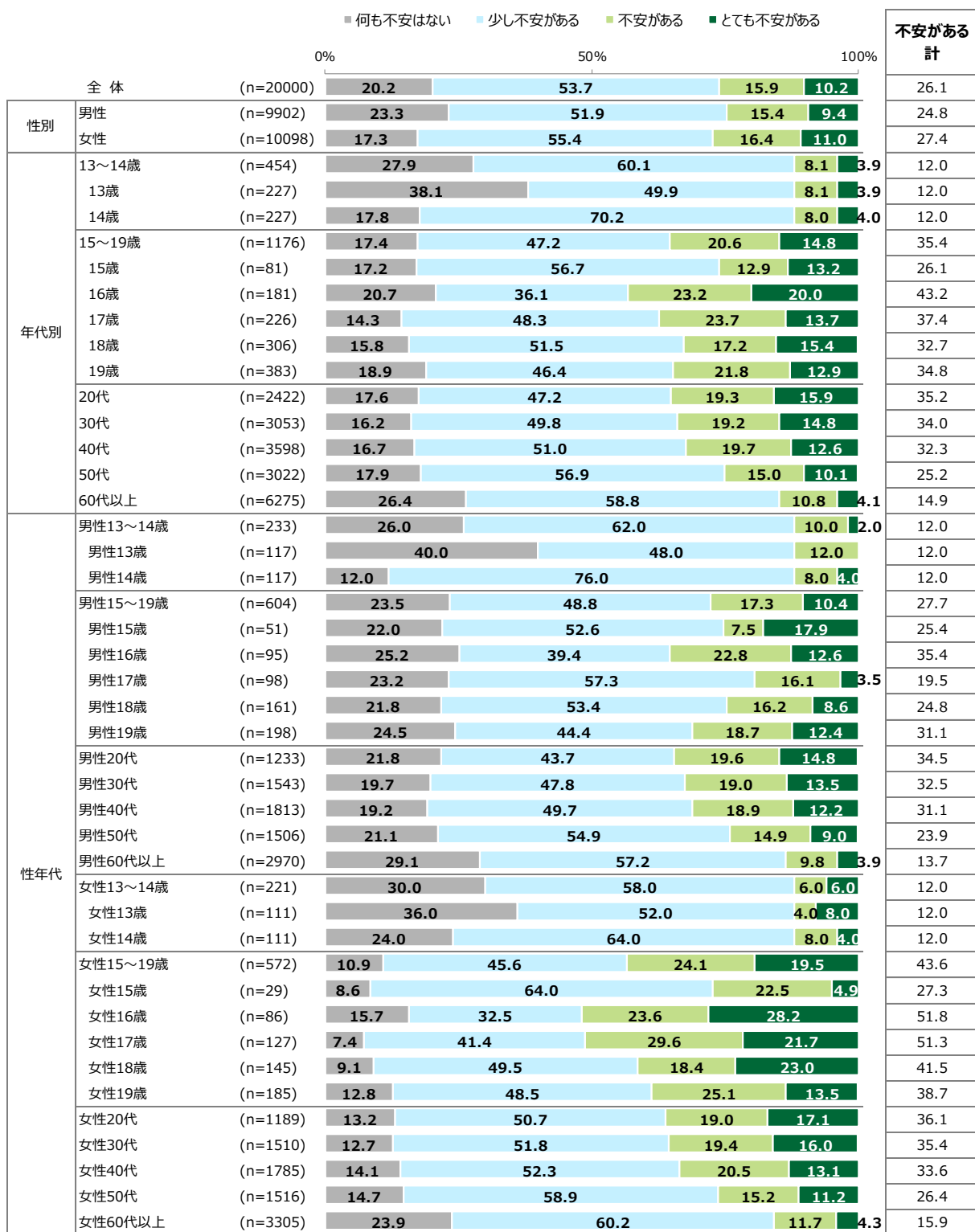


図 52: 日常生活についての不安(※「不安がある計」=「不安がある」+「とても不安がある」)



※ n = 30未満は参考値として扱う

図 53: 日常生活についての不安 性年代別

(※「不安がある計」=「不安がある」+「とても不安がある」)

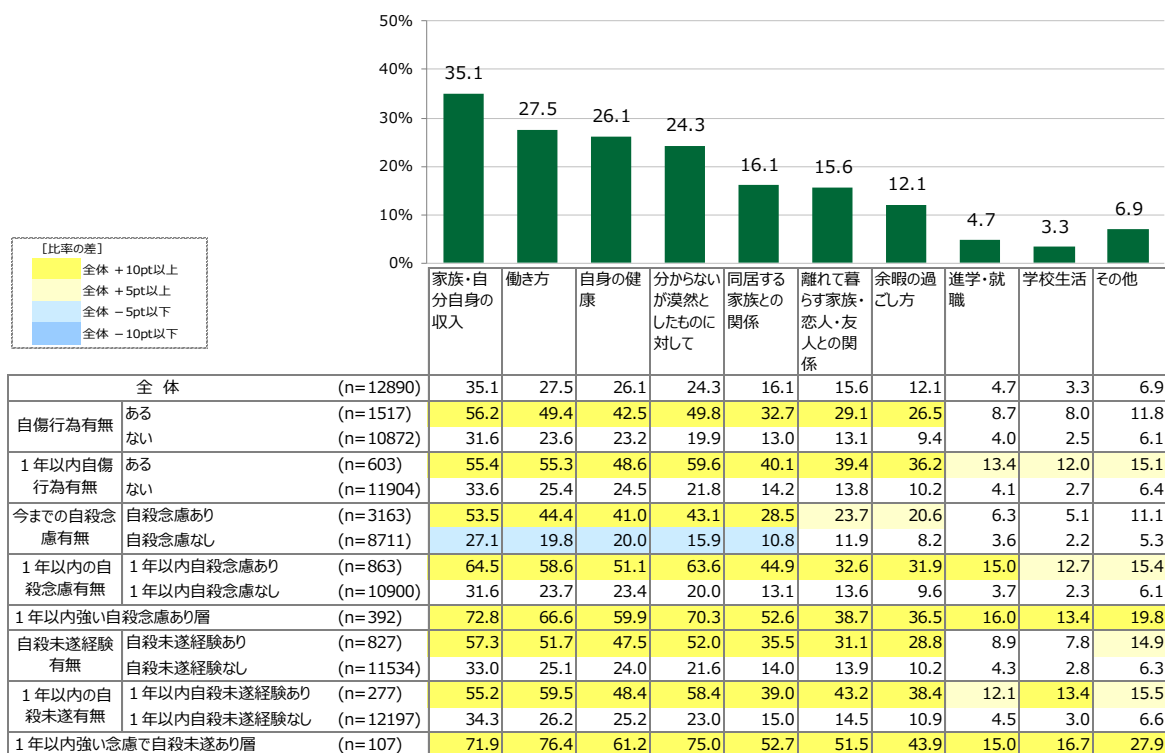
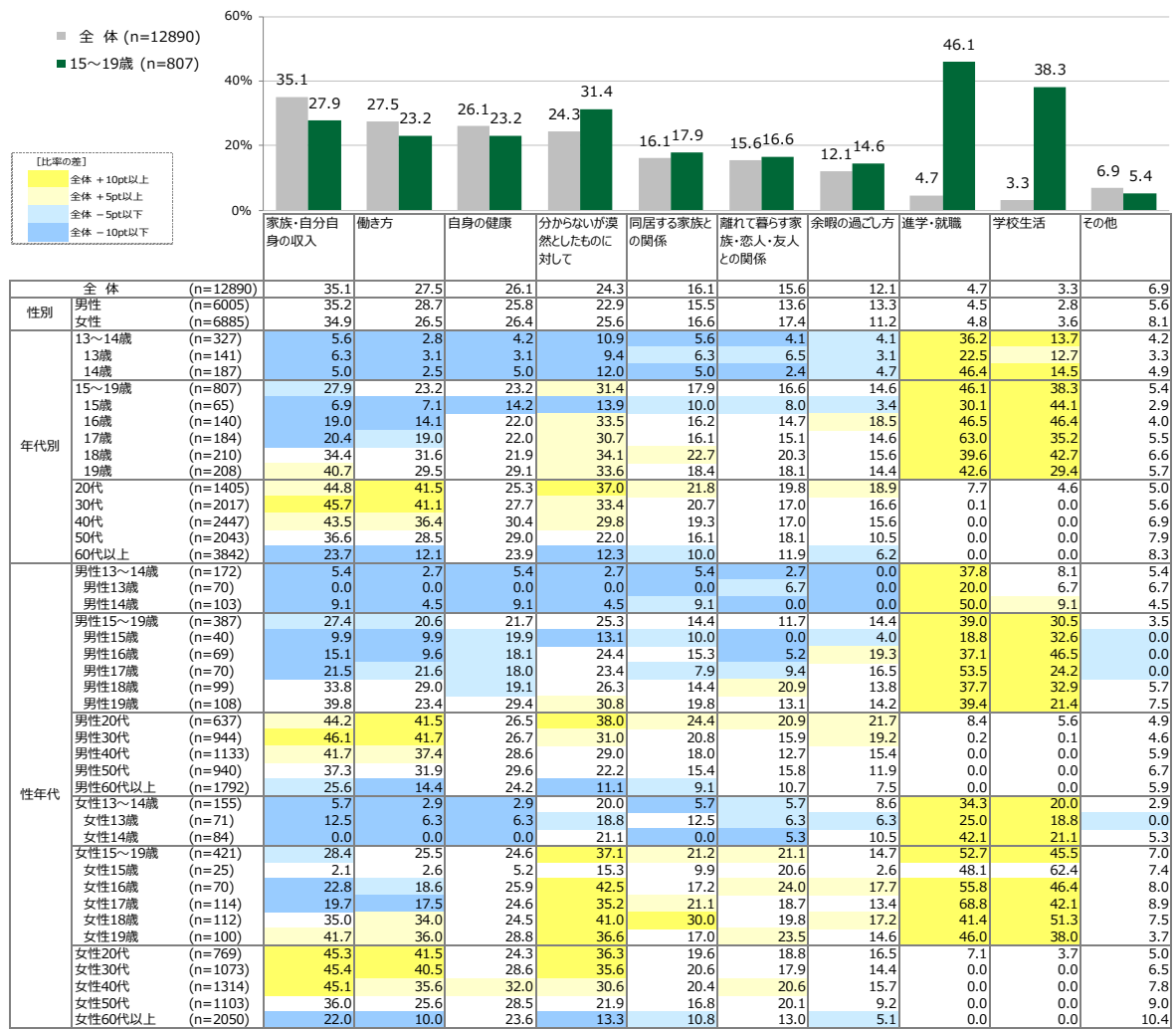


図 54: 日常生活についての不安要素 (※スコア:「不安がある」+「とても不安がある」)



※ n=30未満は参考値として扱う

図 55: 日常生活についての不安要素 性年代別
(※スコア:「不安がある」+「とても不安がある」)

7) 新型コロナウイルス感染拡大に対する不安

新型コロナウイルス感染拡大に対する不安の質問についても、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層と比べると、「不安」と回答している割合が高い(図 56)。

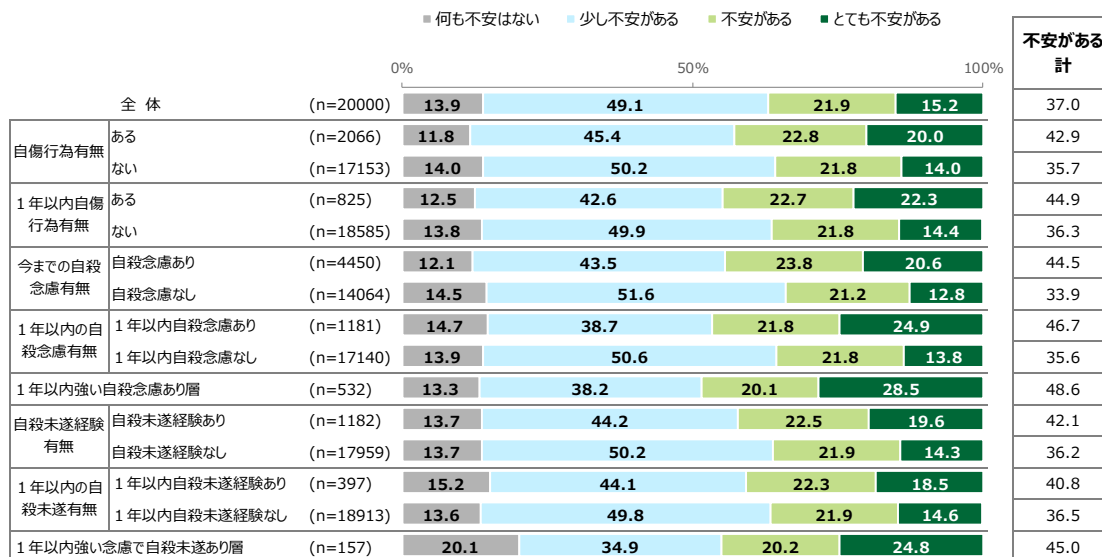
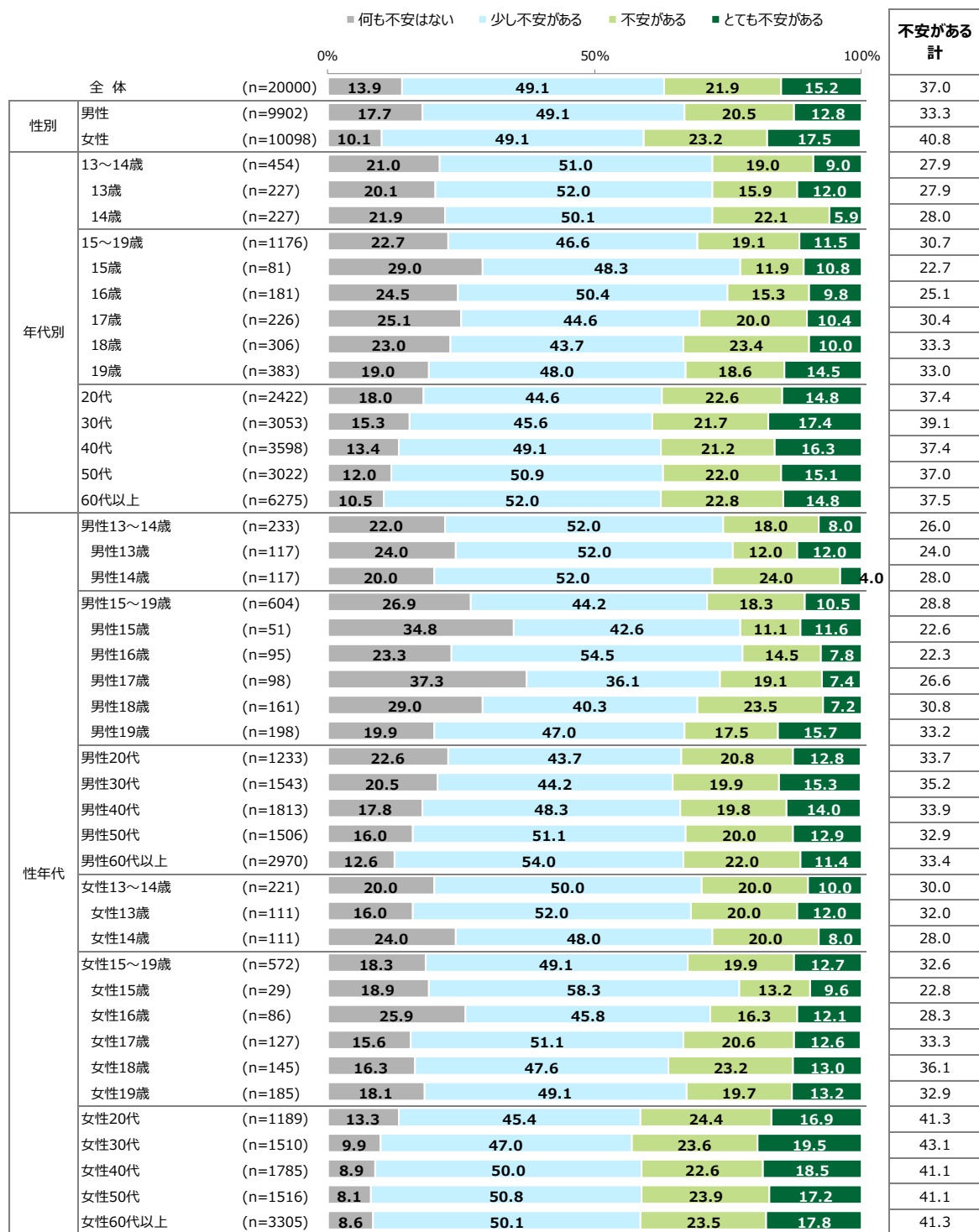


図 56: 新型コロナウイルス感染拡大についての不安
(※「不安がある計」=「不安がある」+「とても不安がある」)



※ n = 30未満は参考値として扱う

図 57: 新型コロナウイルス感染拡大についての不安 性年代別
(※「不安がある計」=「不安がある」+「とても不安がある」)

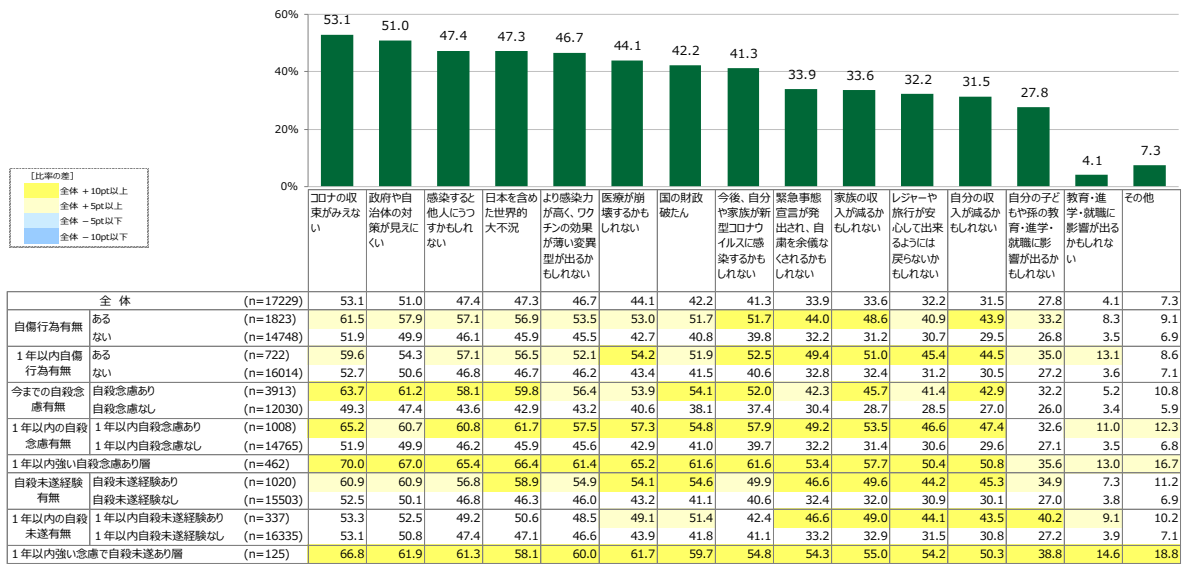
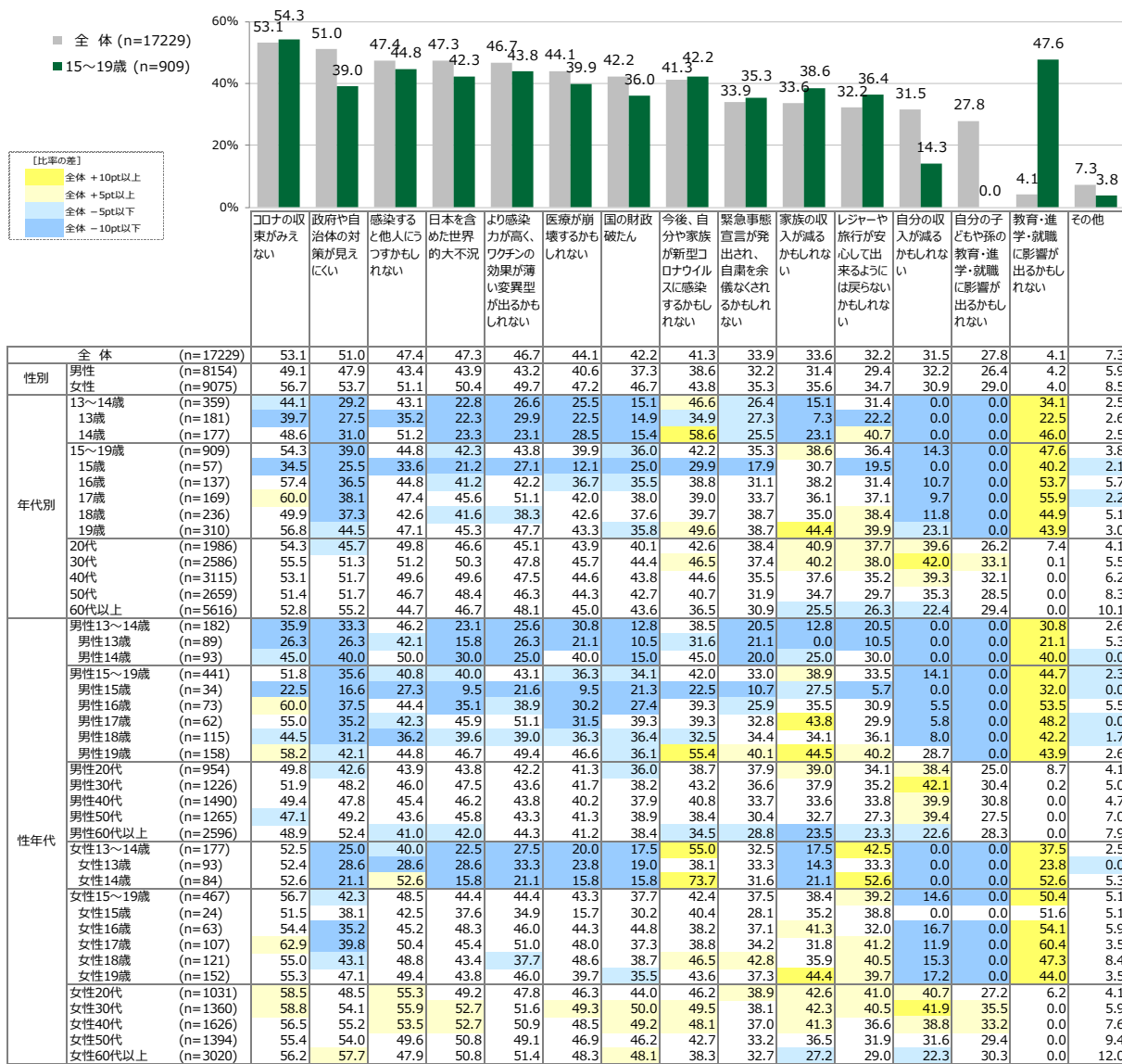


図 58: 新型コロナウイルス感染拡大についての不安要素
(※スコア=「不安がある」+「とても不安がある」)



※ n = 30未満は参考値として扱う

図 59: 新型コロナウイルス感染拡大についての不安要素 性年代別
 (※スコア=「不安がある」+「とても不安がある」)

8) 家族との関係

個人的、精神的問題に直面した際に誰に助けや助言を求めるかを確認したところ、自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層に比べて配偶者や親、兄弟など家族に助言を求める割合が低い(図 60・図 61)。

また、家族との関係について質問したところ、「生活の上で親が注意をしてることが多い」を除く項目で、自殺念慮や自殺未遂経験がない層は、ある層と比べると、「あてはまる」と回答している割合が高い。自殺念慮や自殺未遂経験がない層は、「束縛しあわない」「必要なときに適切な助言・援助が得られる」「家族の中で悩んでいる人がいるとお互いに励まし合う」「お互いに依存しすぎない」など、距離を保ちつつ相談し合える良好な関係を保っている割合が高い(図 63)。

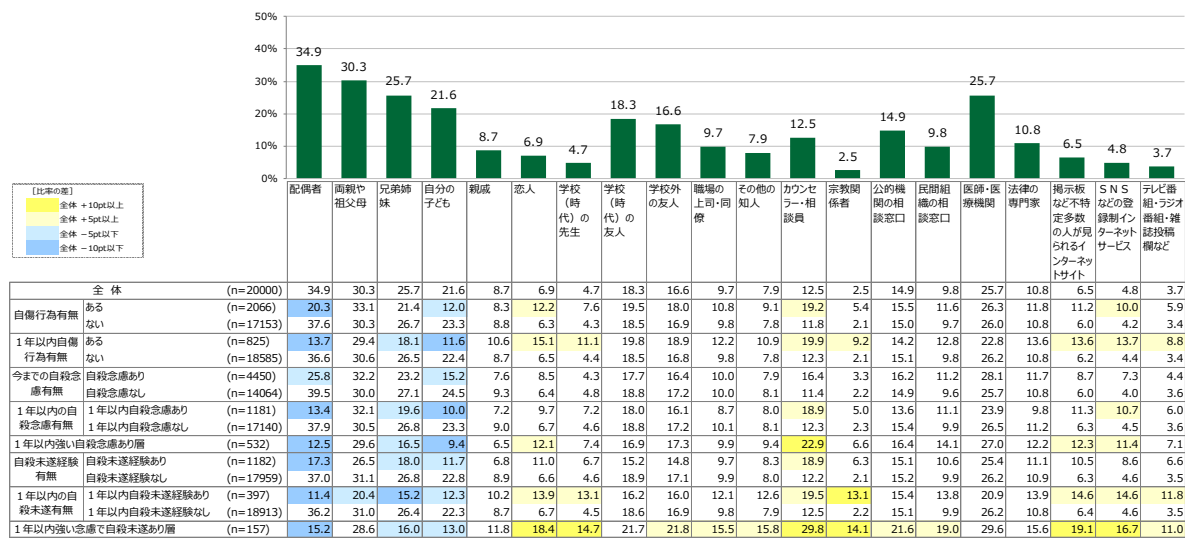


図 60: 助けや助言を求める相手

(※スコア=「大いにあり得る」+「かなりあり得る」+「ややあり得る」)

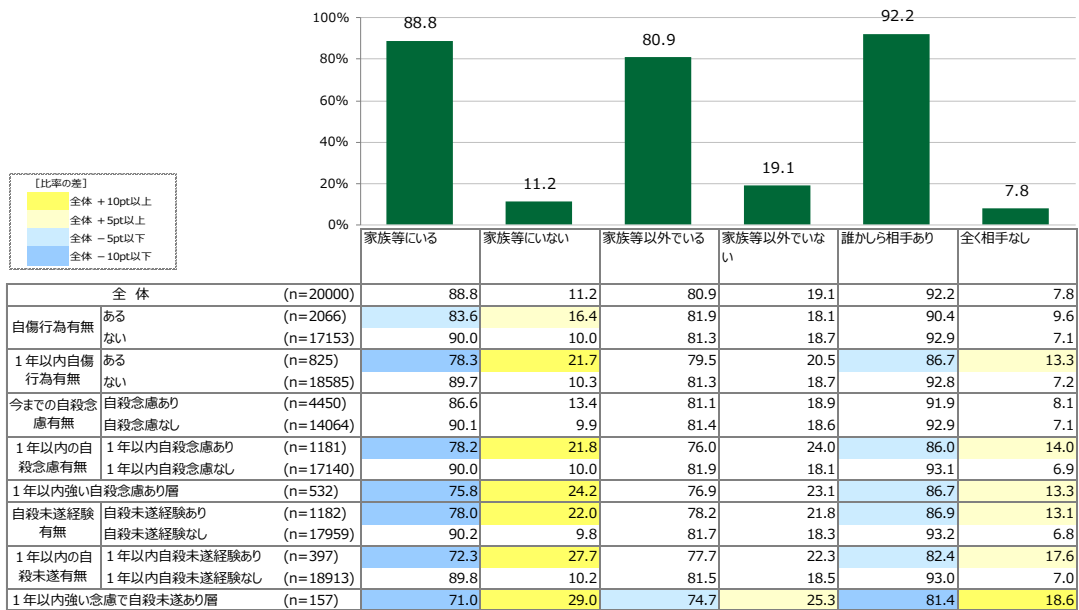


図 61: 助けや助言を求める相手

(※図 60 の項目を「家族等にいる/いない」「家族など以外でいる/いない」「誰かしら相手あり/なし」で分類したもの)

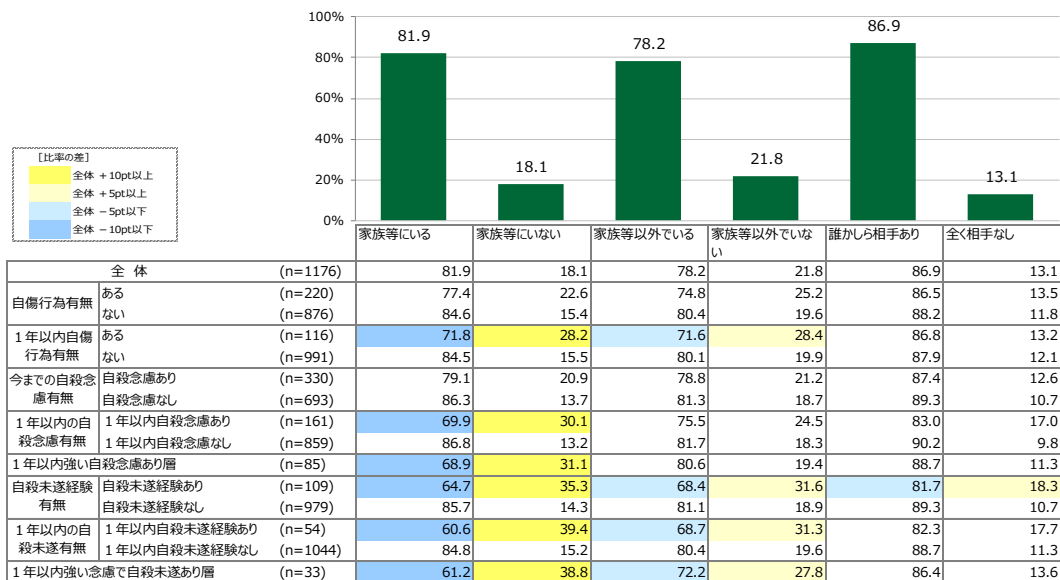


図 62: 助けや助言を求める相手 15~19 歳ベース

(※図 60 の項目を「家族等にいる/いない」「家族など以外でいる/いない」「誰かしら相手あり/なし」で分類したもの)

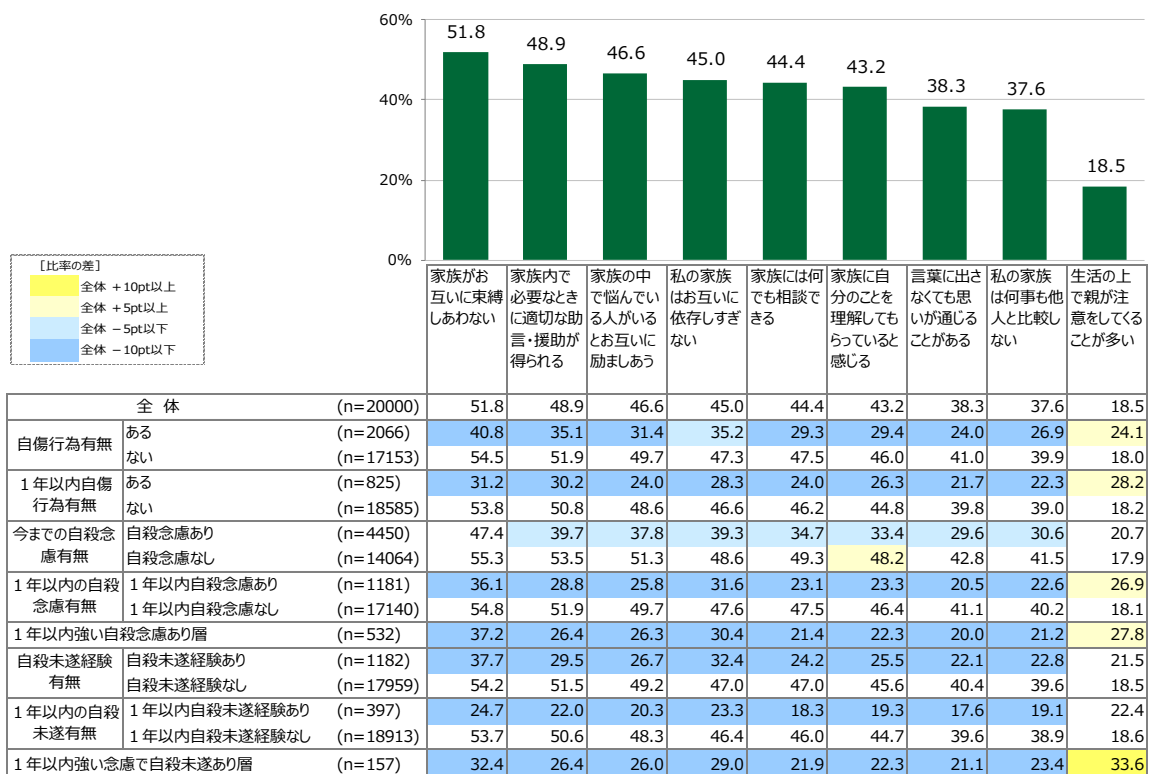


図 63: 家族との関係

(※スコア=「とてもあてはまる」+「ある程度あてはまる」+「ややあてはまる」)

9) ストレス度

新型コロナウイルスの影響に関して、どの程度ストレスを感じるか「まったく感じない(該当しない)」0点～「強く感じる」100点の得点を回答してもらった。以下のグラフはその平均得点を表す。(赤字は各スコア、差分スコアの上位5項目。)

(1) 全体

1年以内に自傷行為があった層となかった層とで特に差が開いた項目は「精神的健康問題(うつ病など)の症状悪化」「同居する家族から感情的な暴言を吐かれること」「就職／転職活動が困難であること」「経済的に苦しく、家賃や光熱水費、食費などの生活費が工面できないこと」「睡眠が十分とれていないこと」。

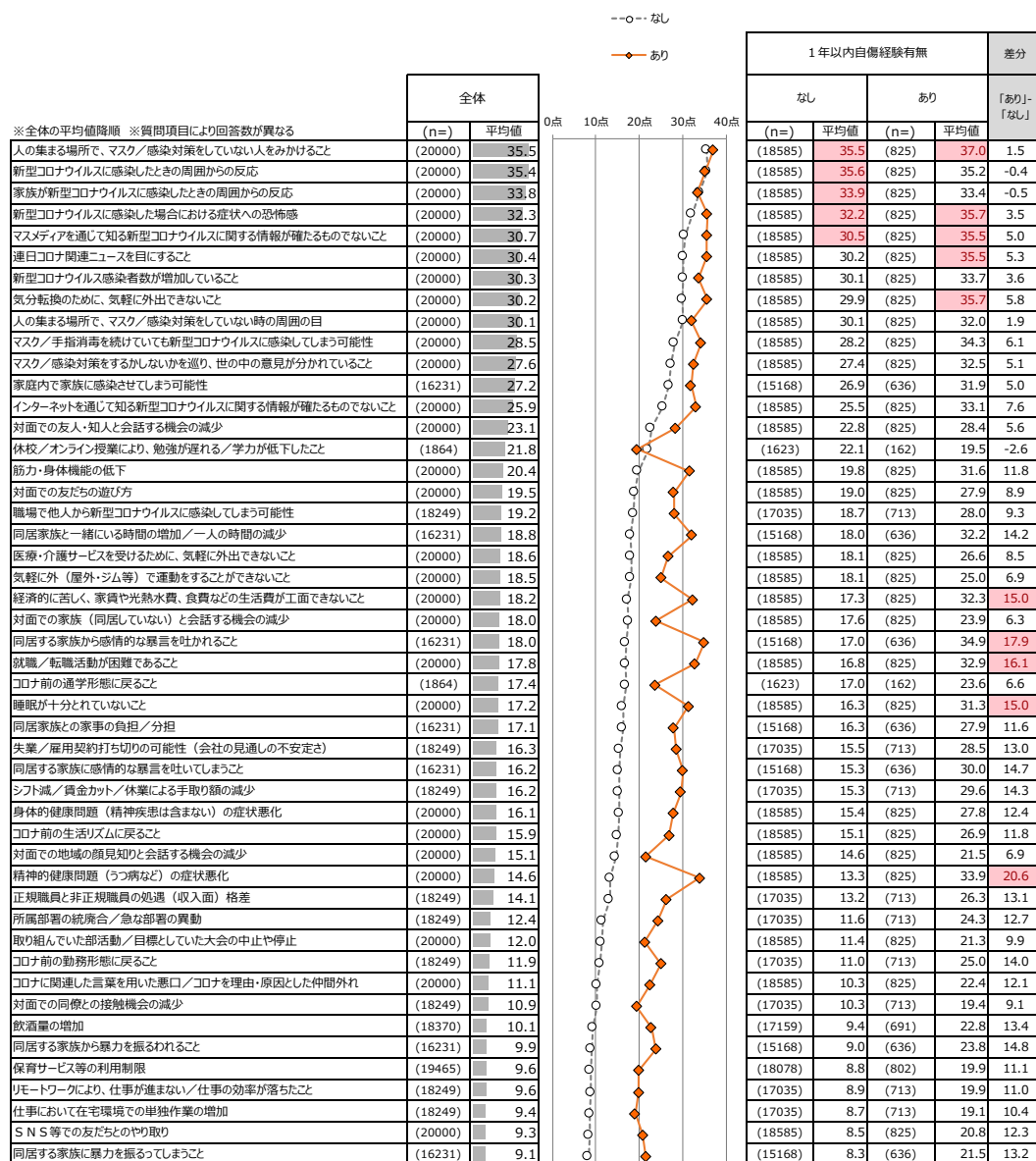


図 64: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別

1年以内に自殺未遂経験があった層となかった層とで特に差が開いた項目は「精神的健康問題(うつ病など)の症状悪化」「飲酒量の増加」「SNS等での友だちとのやり取り」「コロナ前の勤務形態に戻ること」「就職／転職活動が困難であること」。

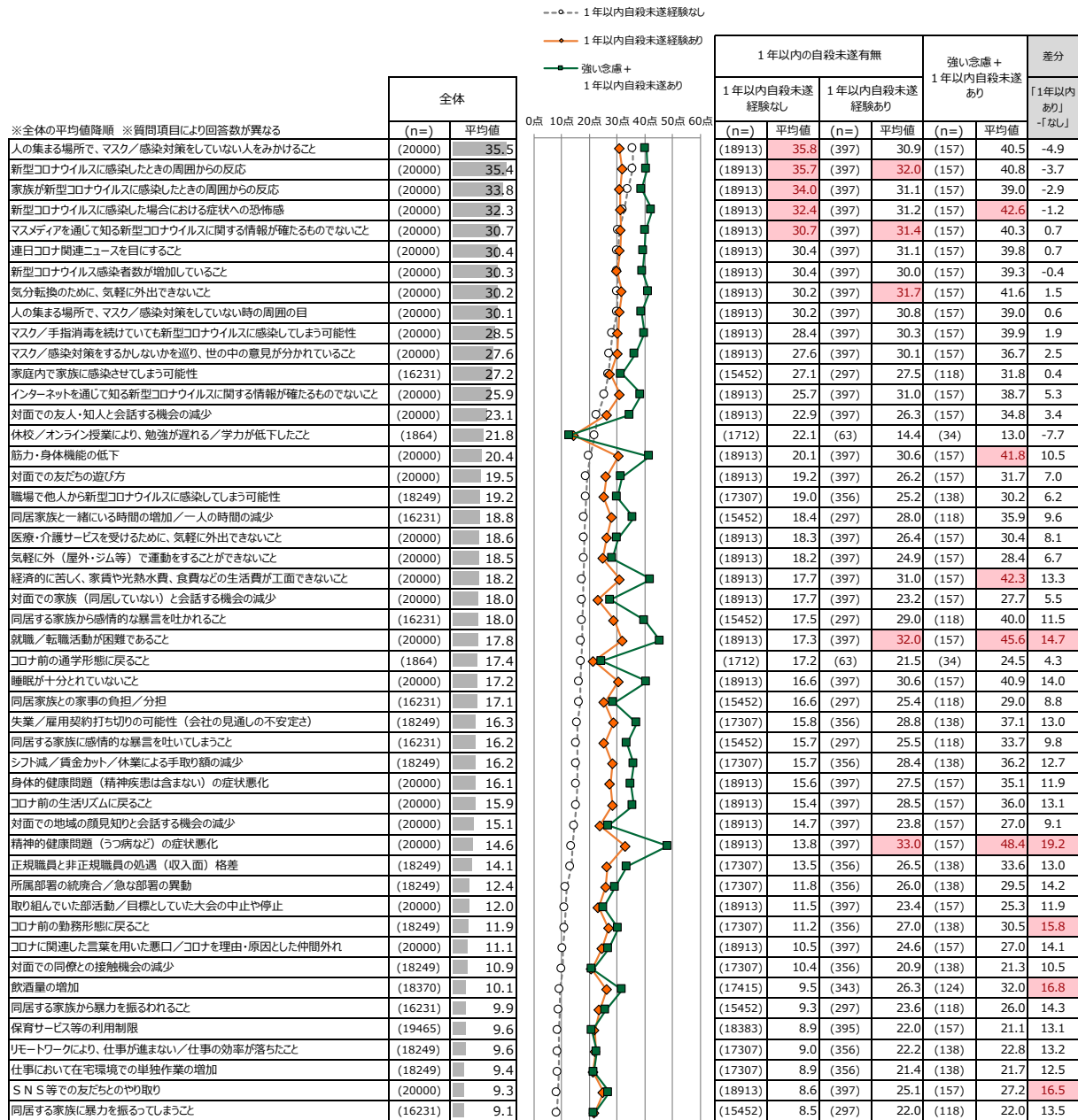


図 66: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別

(2) 13～19 歳

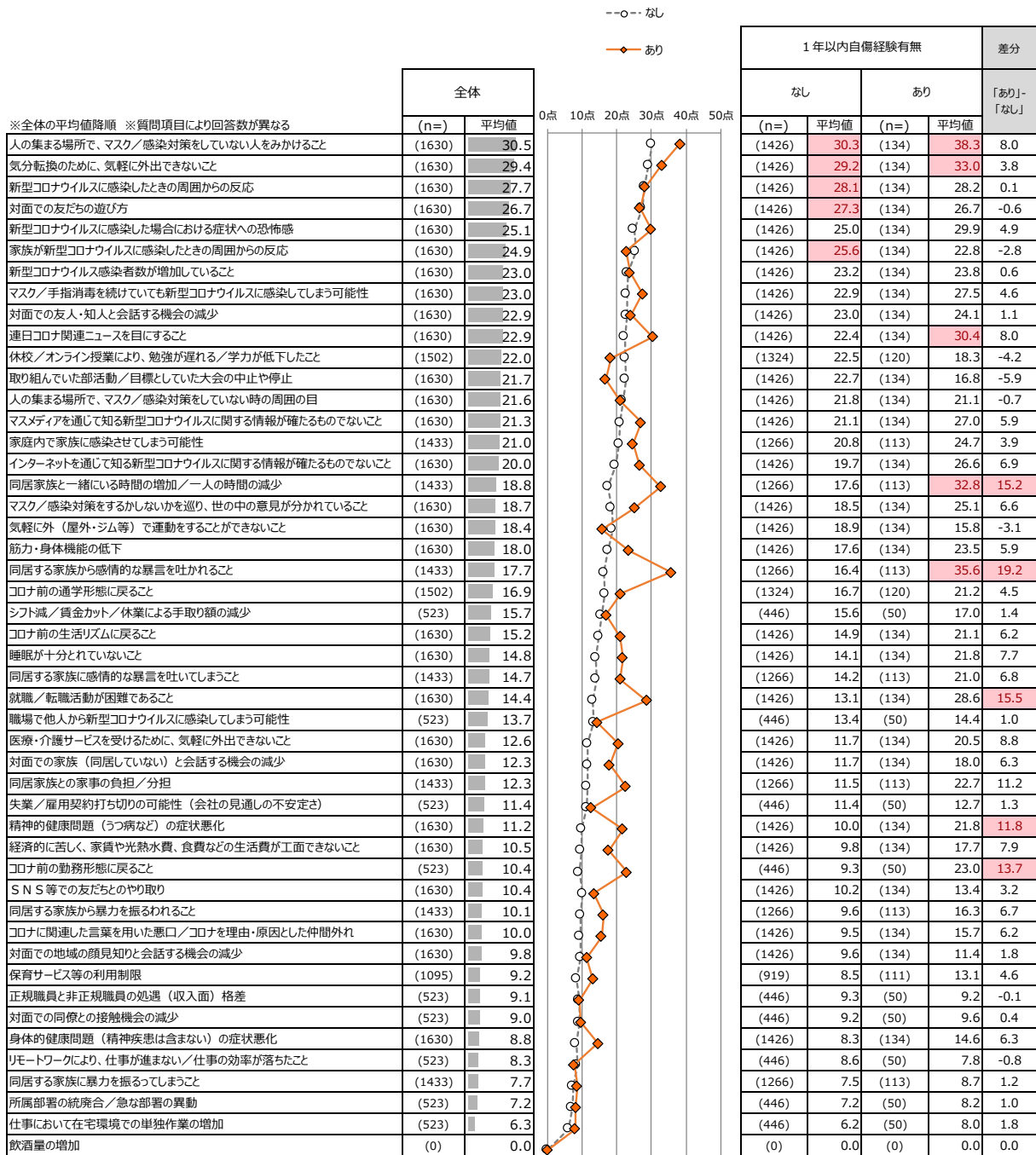


図 67: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 13～19 歳

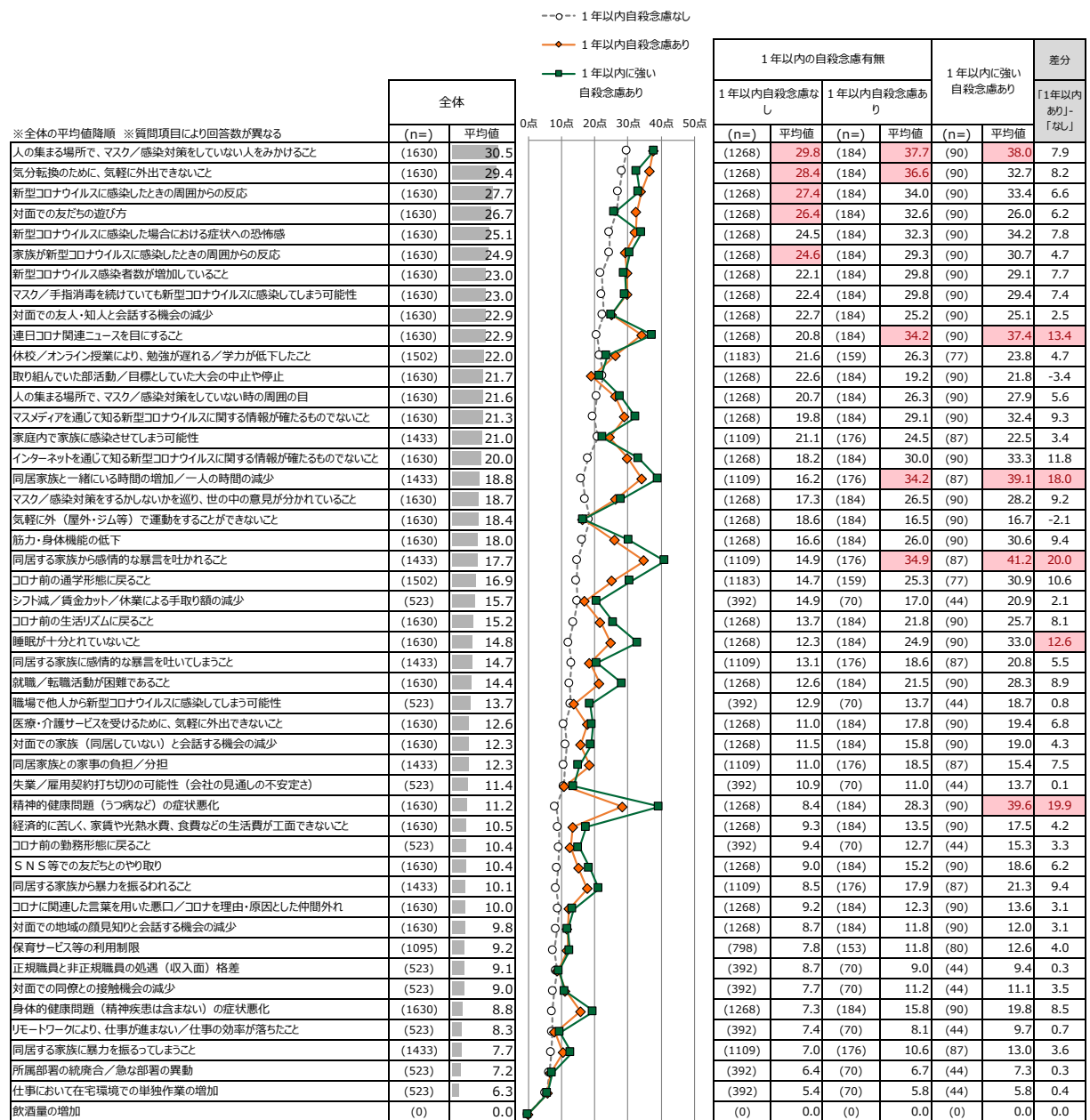


図 68: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 13~19 歳

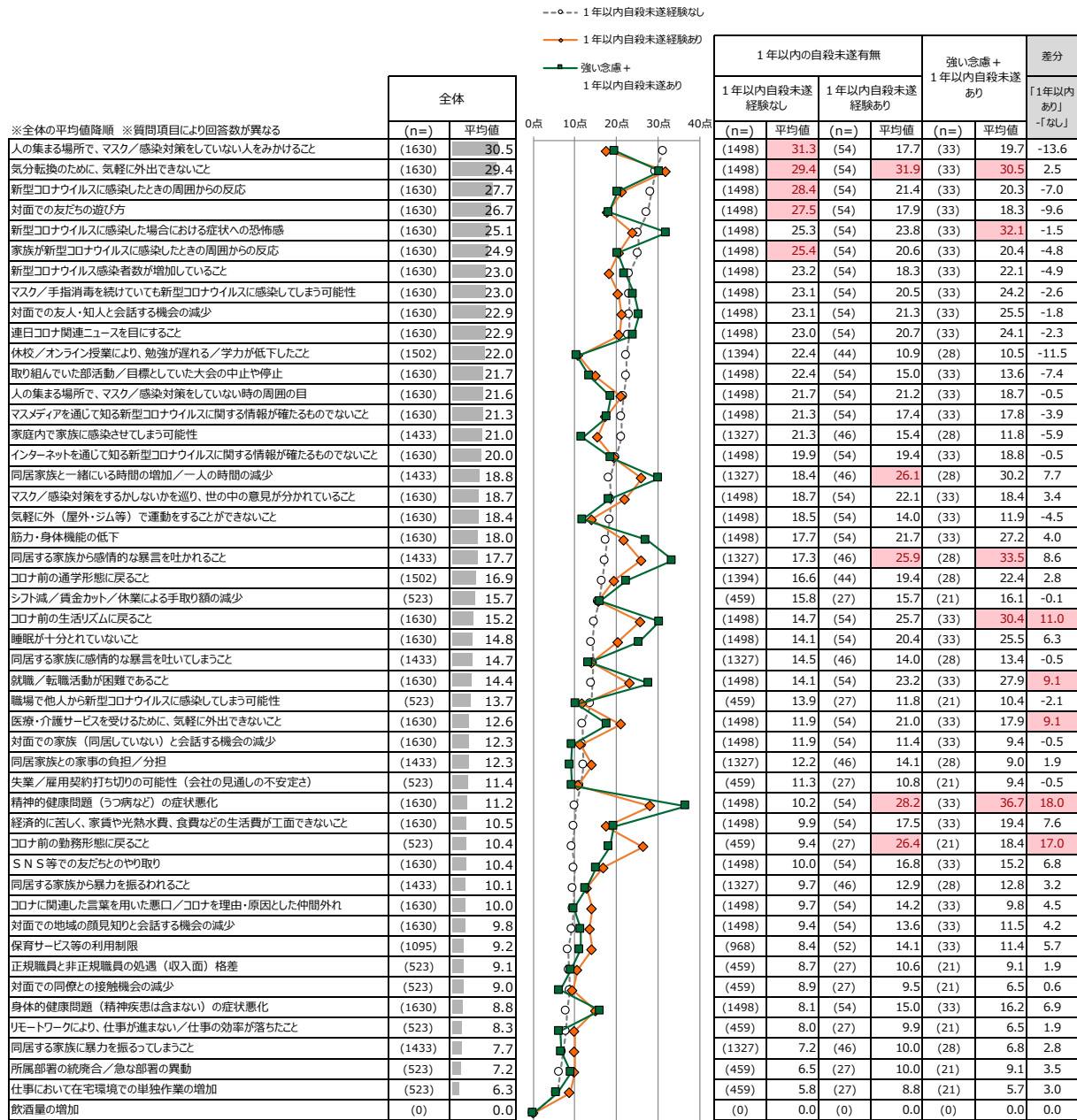


図 69: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 13~19 歳

(3) 15～19 歳

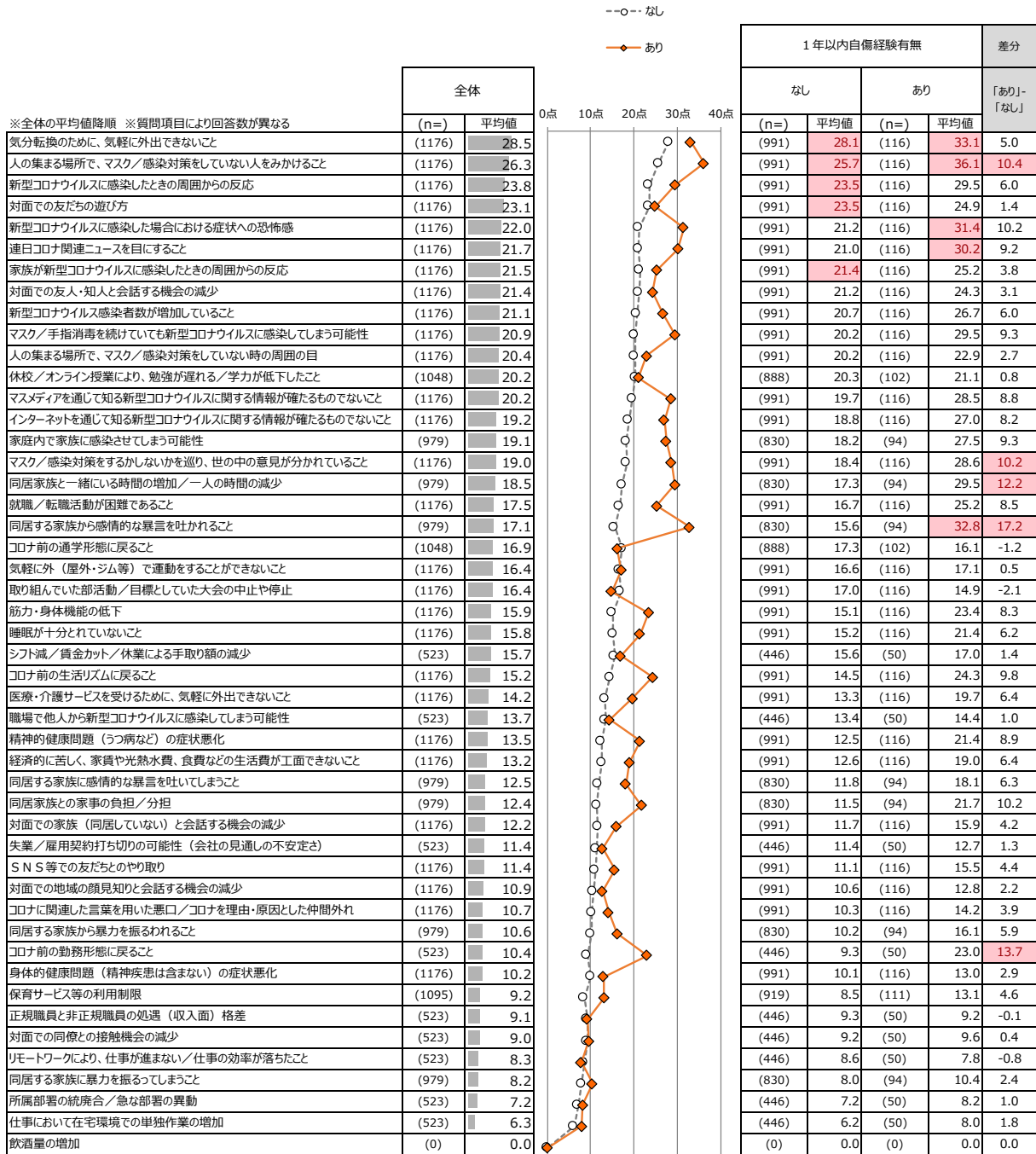


図 70: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 15～19 歳

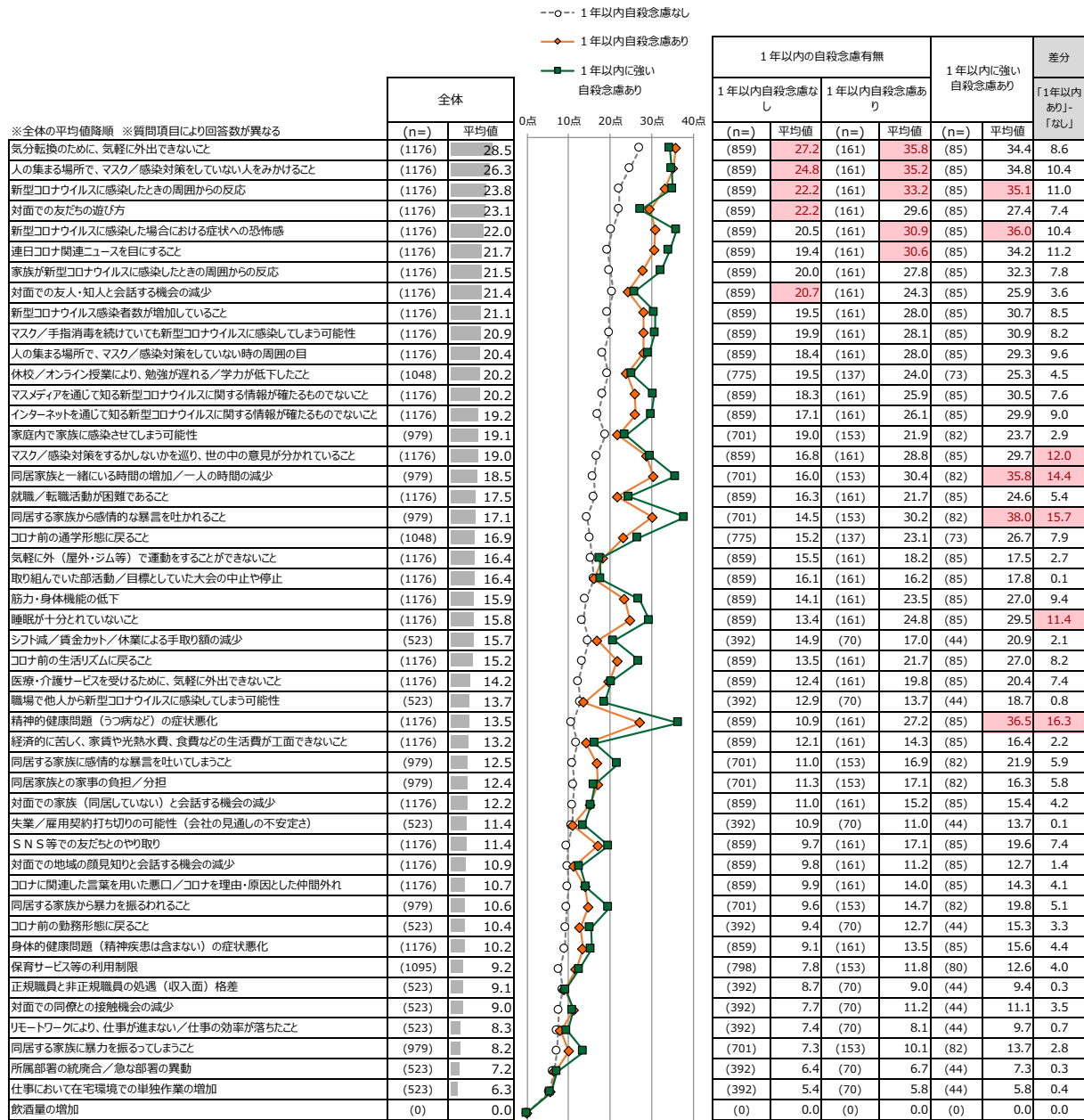


図 71: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 15~19 歳

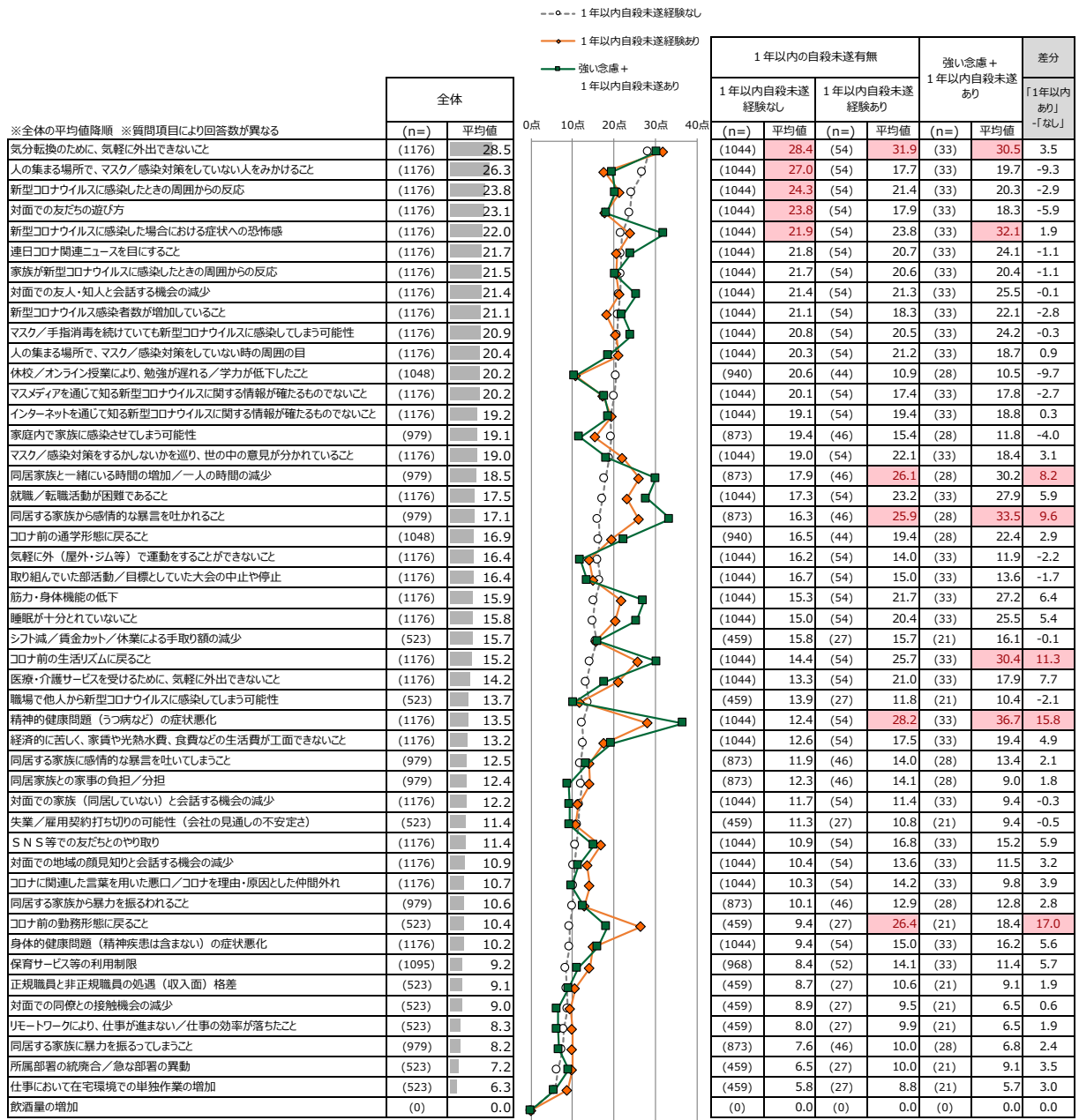


図 72: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 15~19 歳

(4) 男性 20代

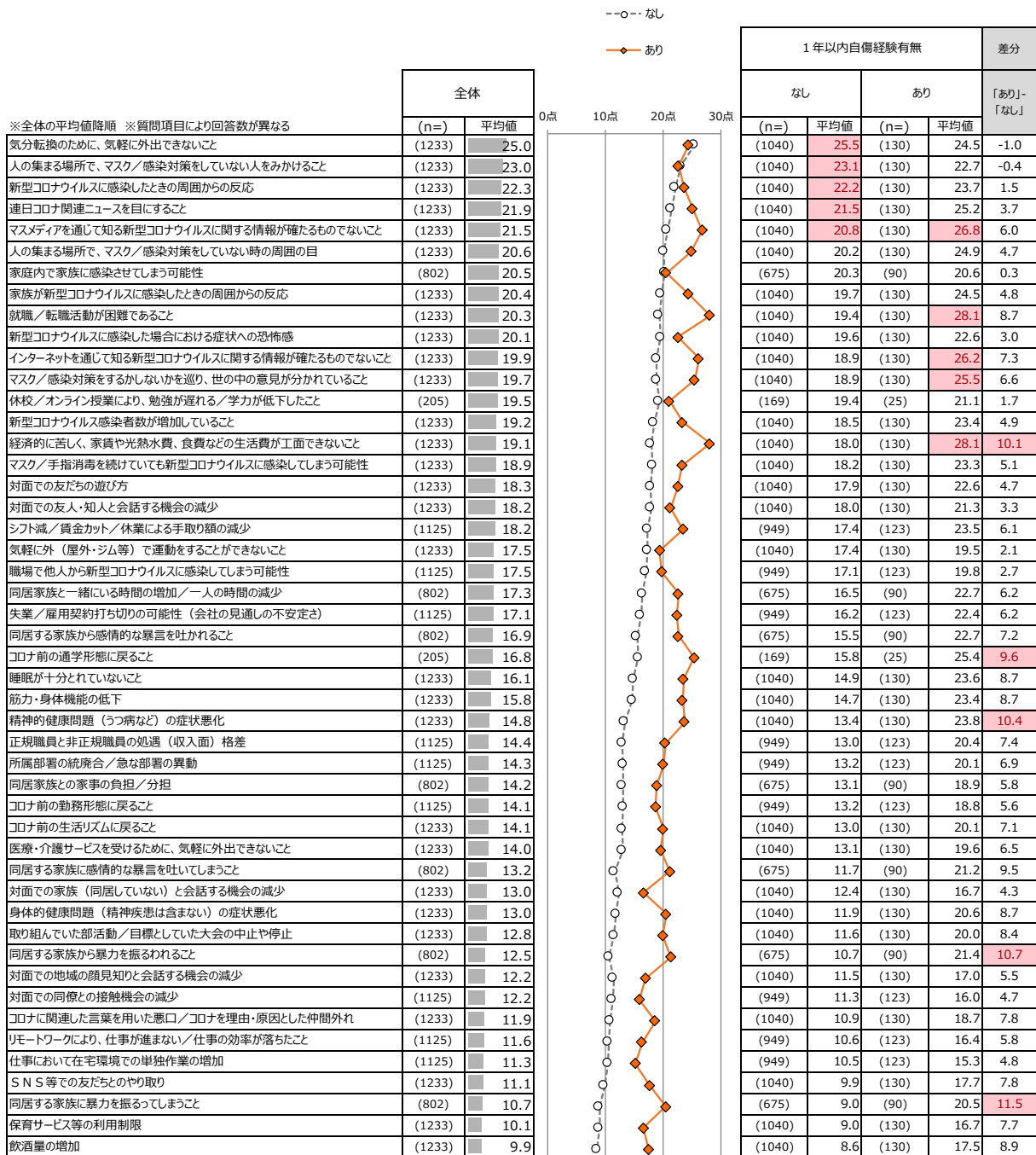


図 73: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 男性 20代

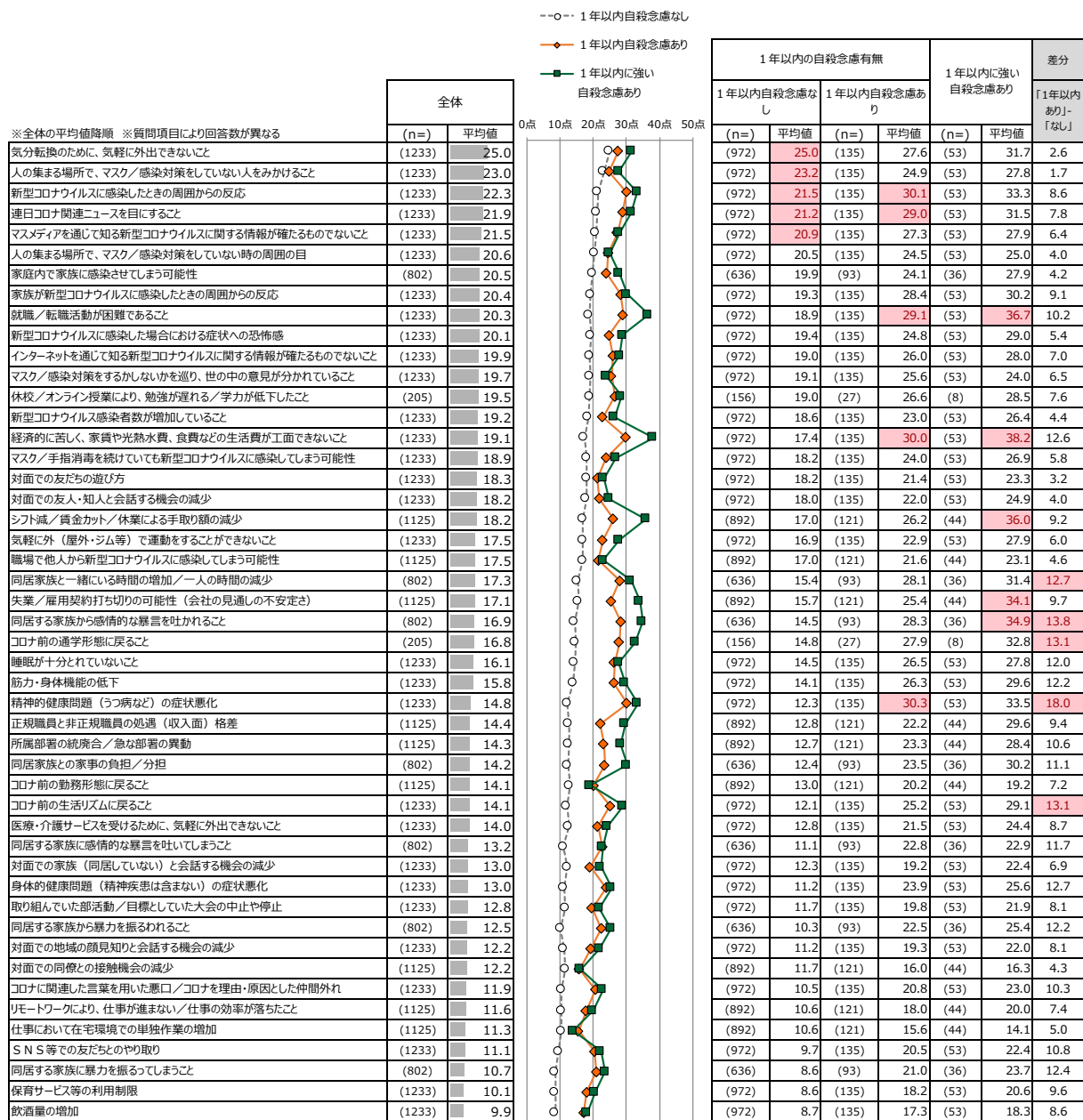


図 74: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 男性 20代

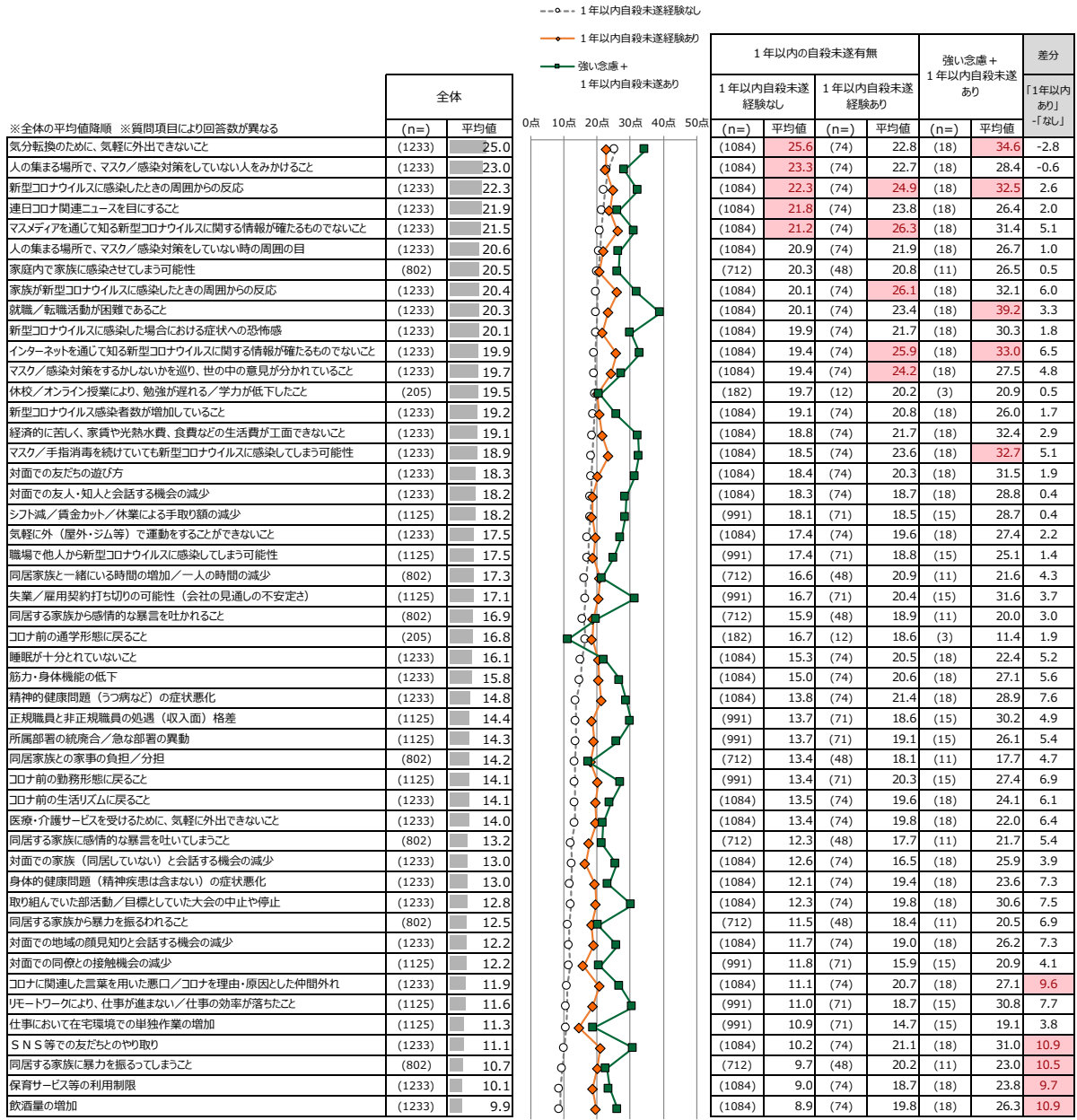


図 75: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 男性 20代

(5) 男性 30代

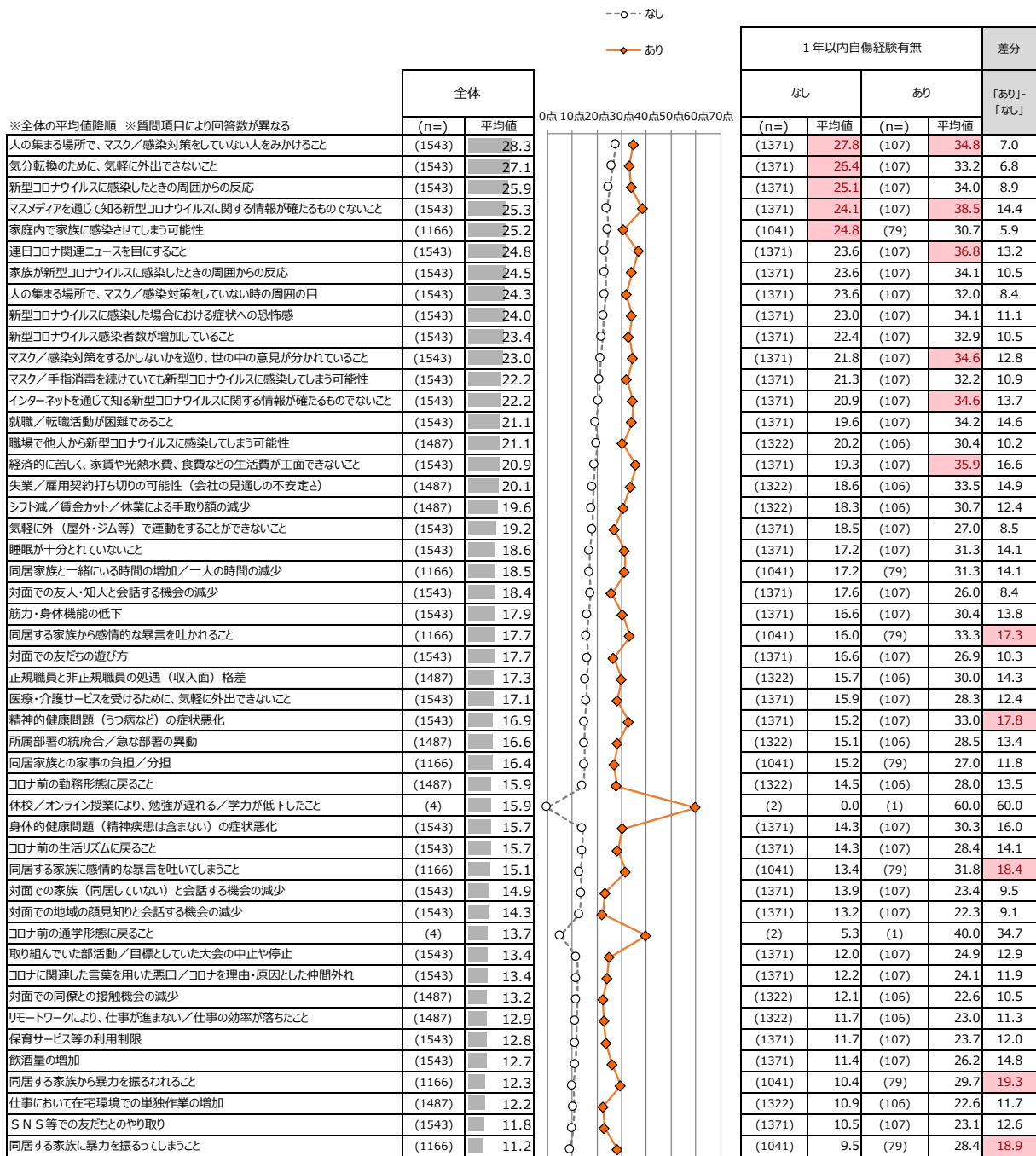


図 76: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 男性 30代

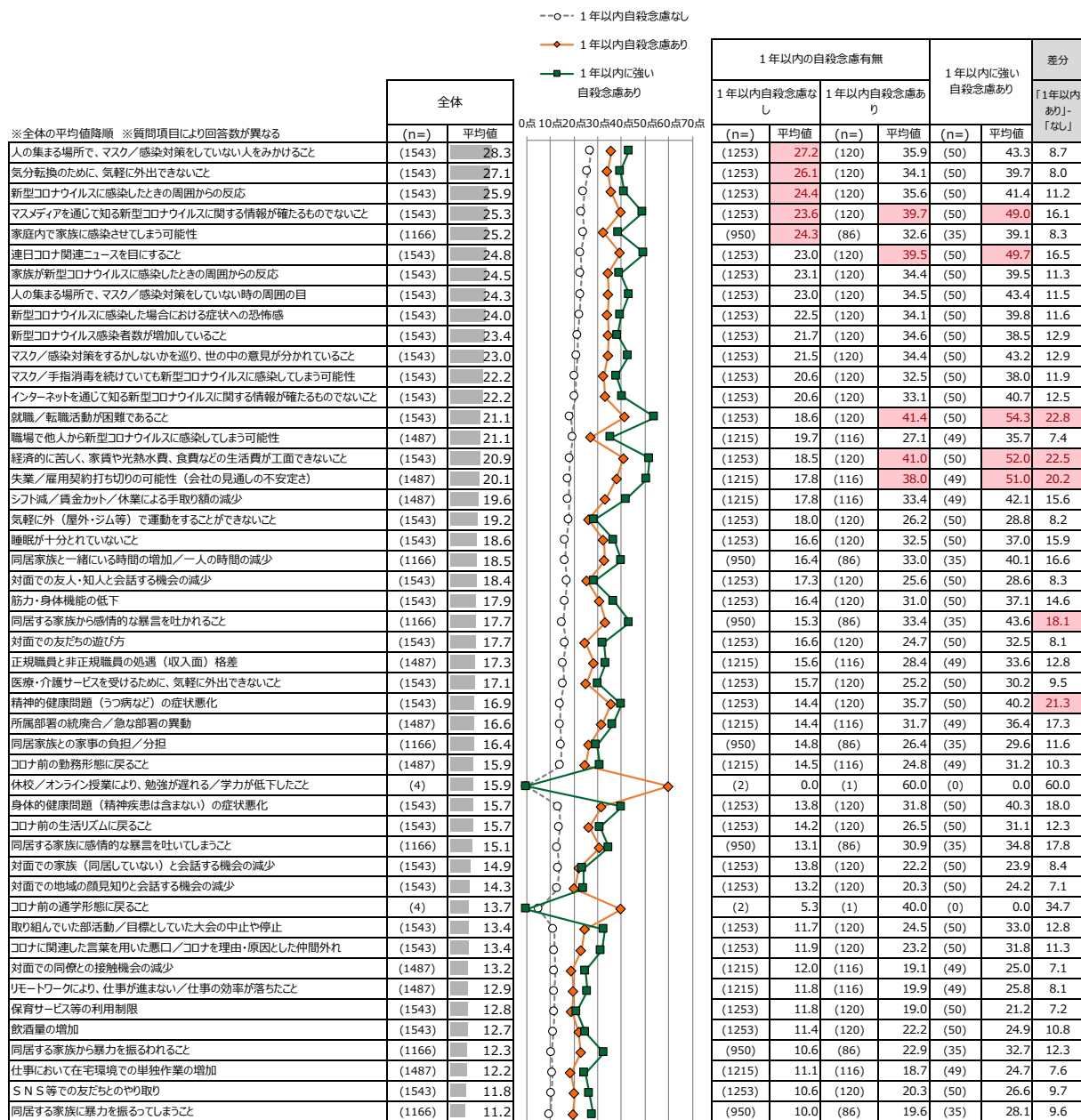


図 77: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 男性 30代

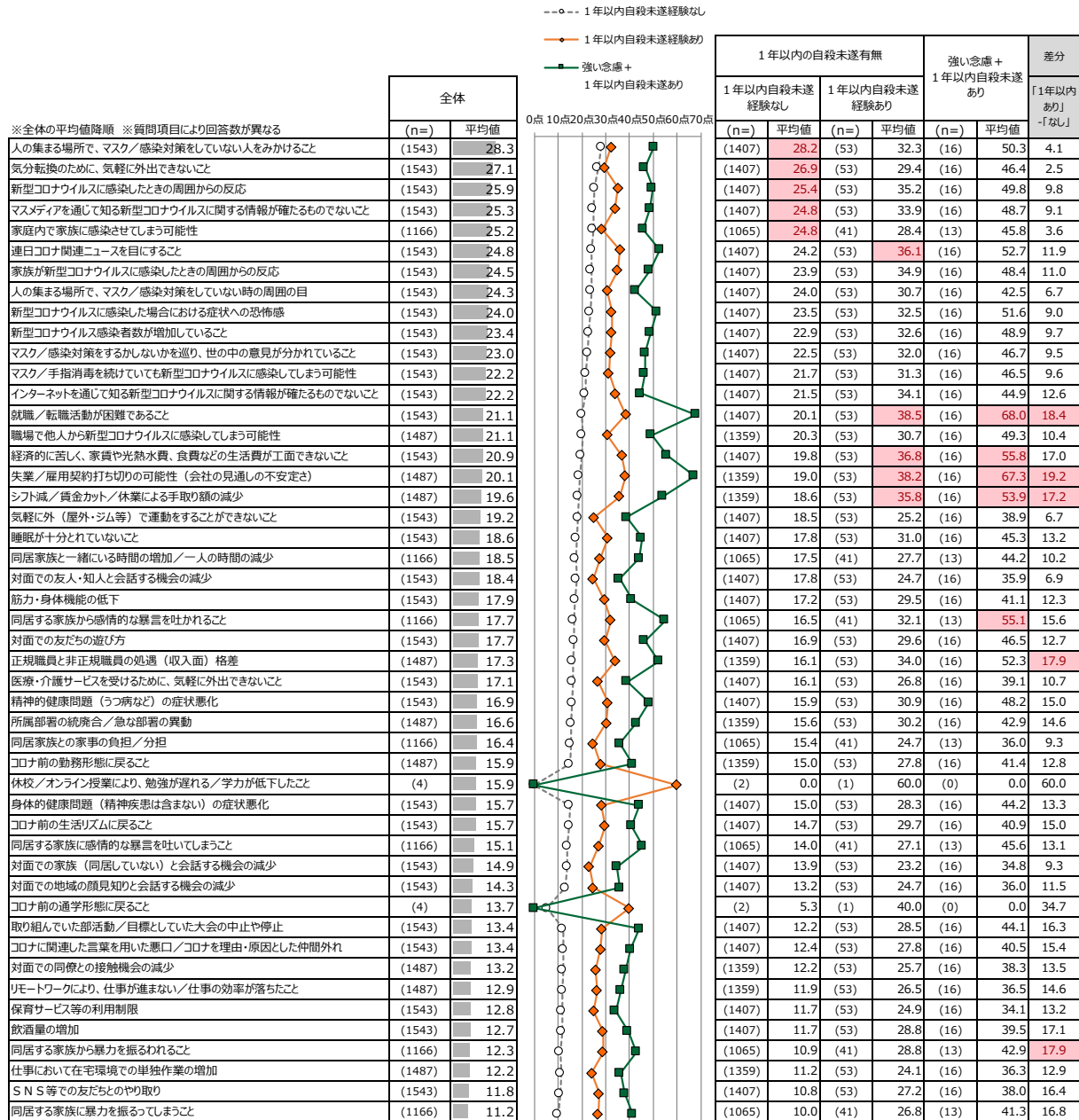


図 78: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 男性 30代

(6) 男性 40 代

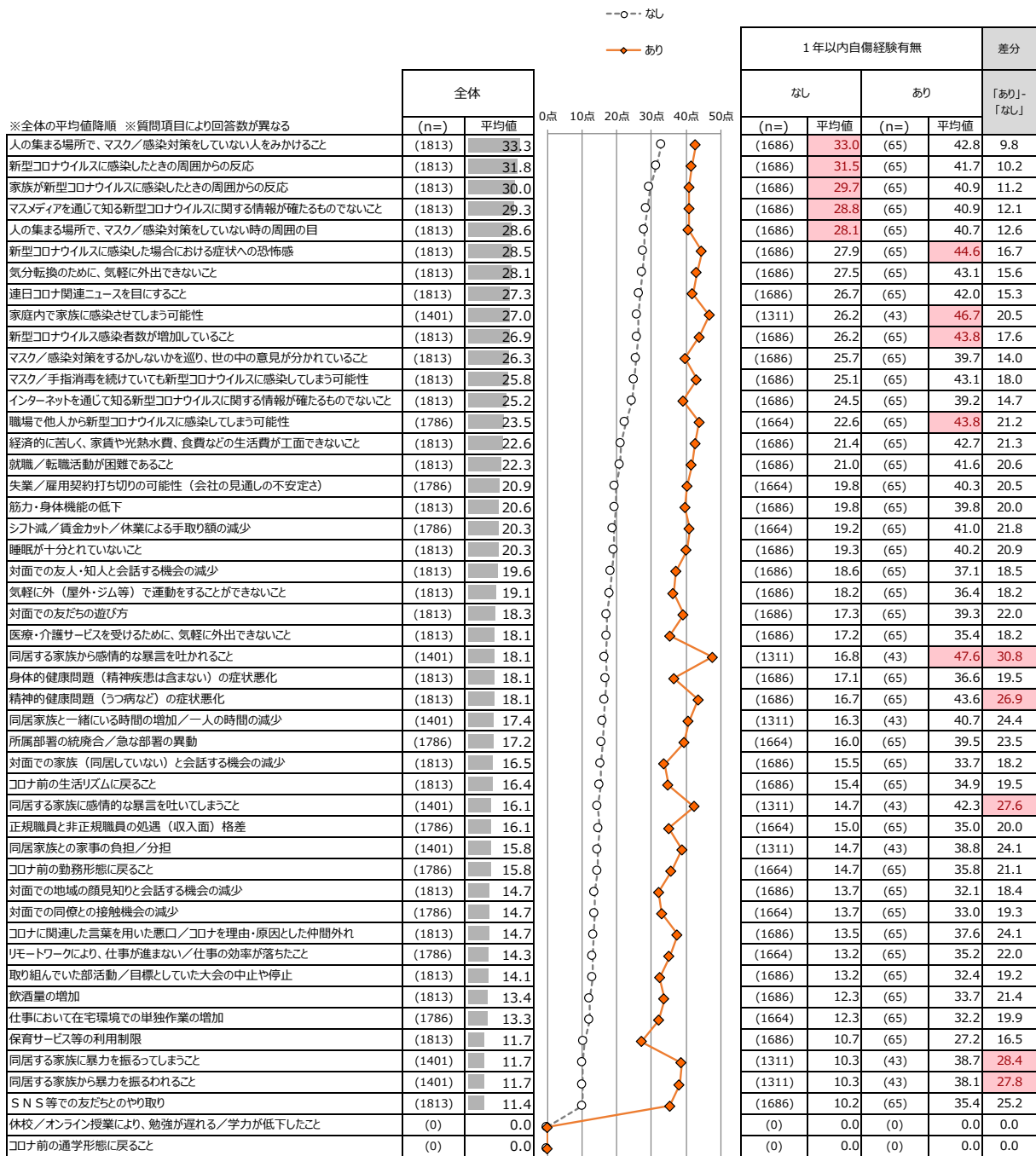


図 79: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 男性 40 代

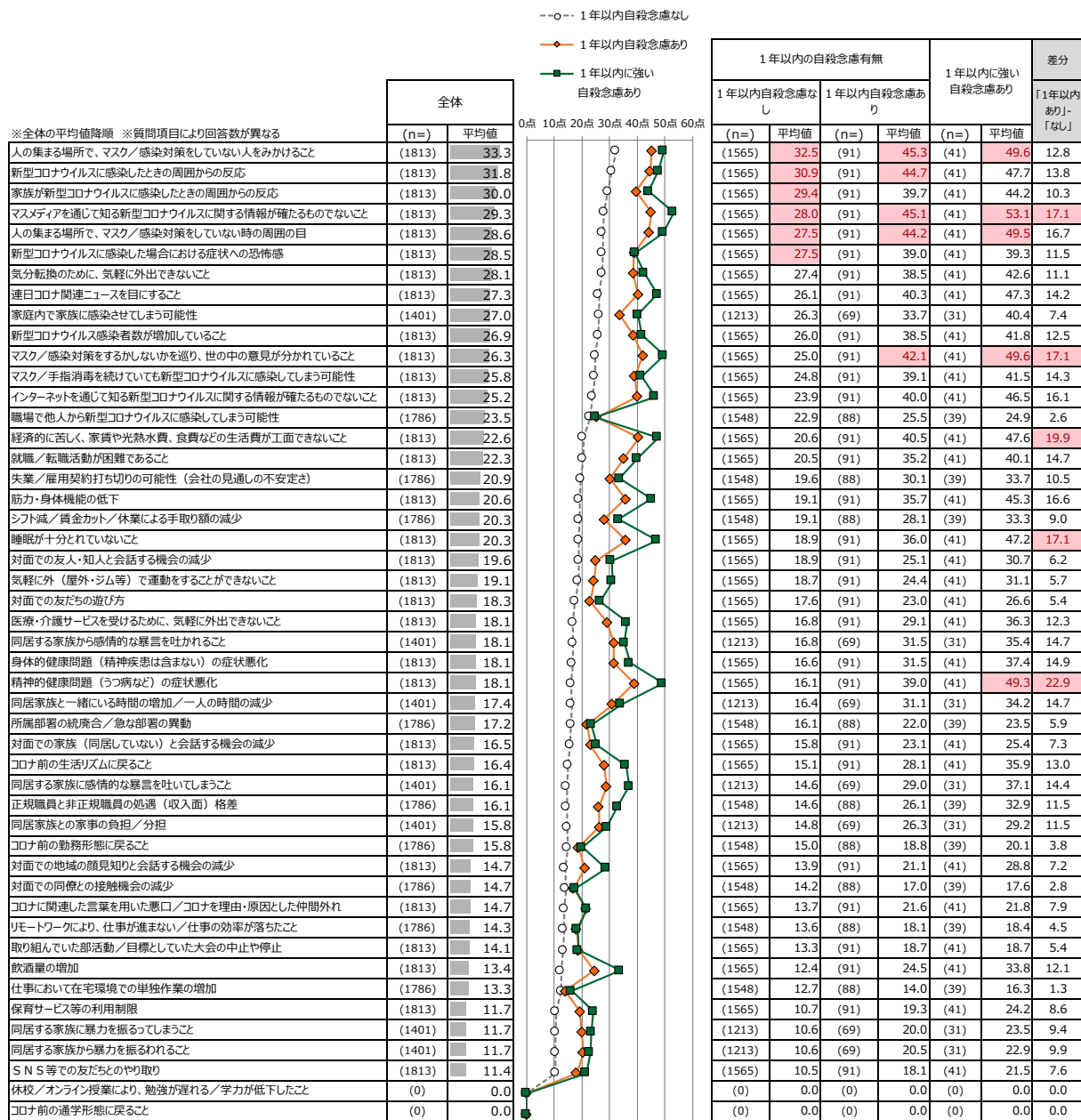


図 80: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 男性 40代

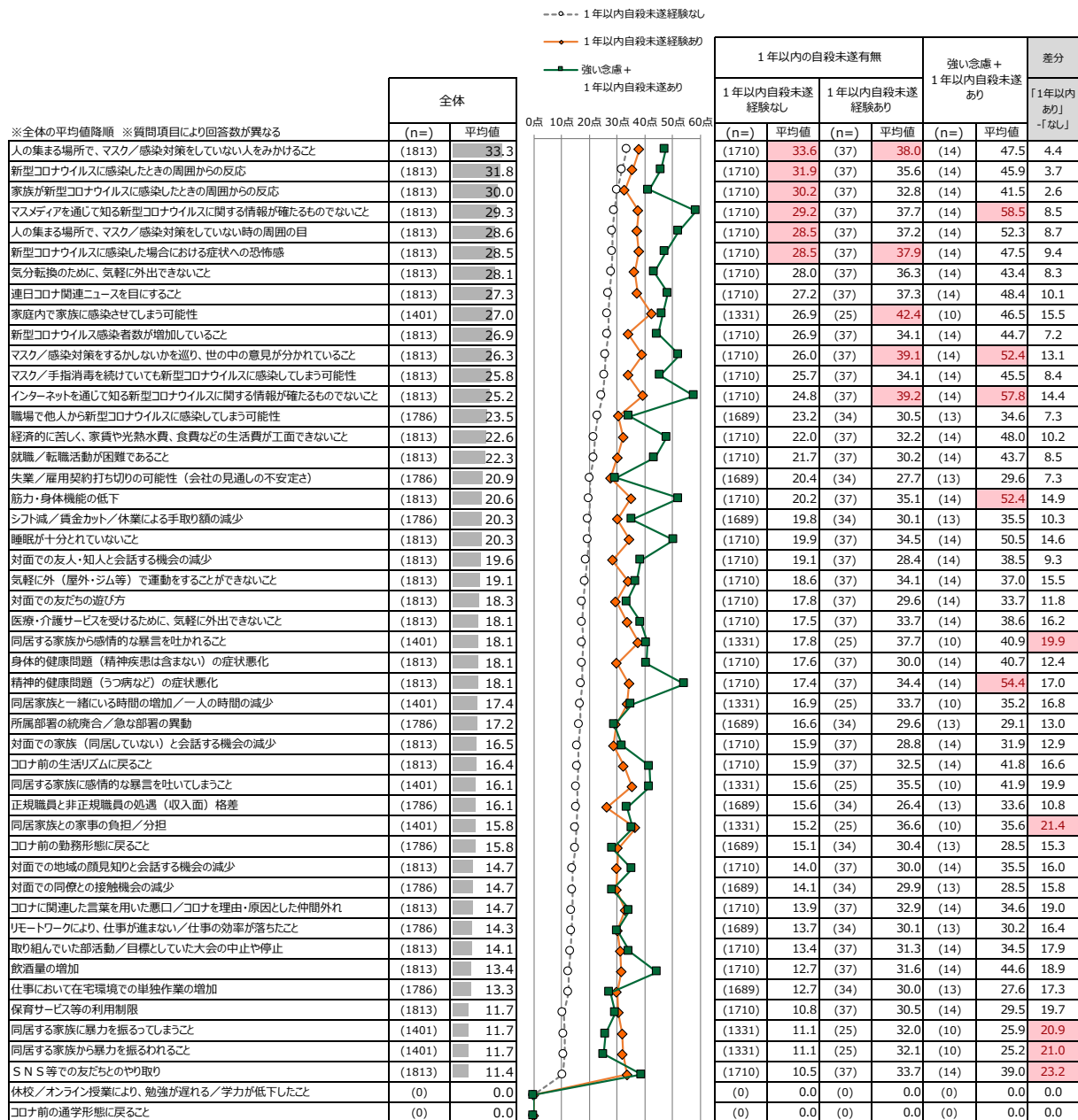


図 81: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 男性 40代

(7) 男性 50 代

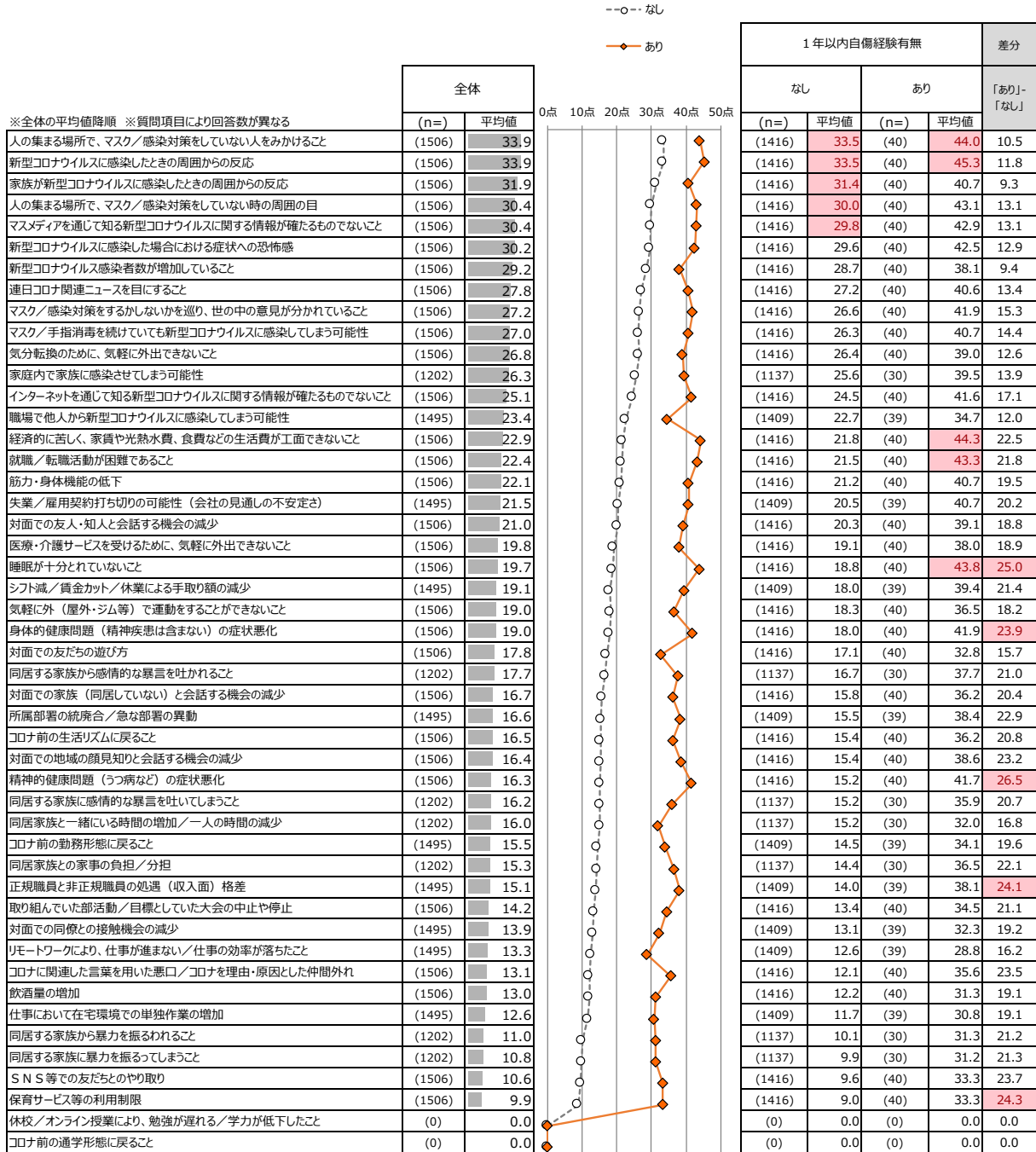


図 82: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 男性 50 代

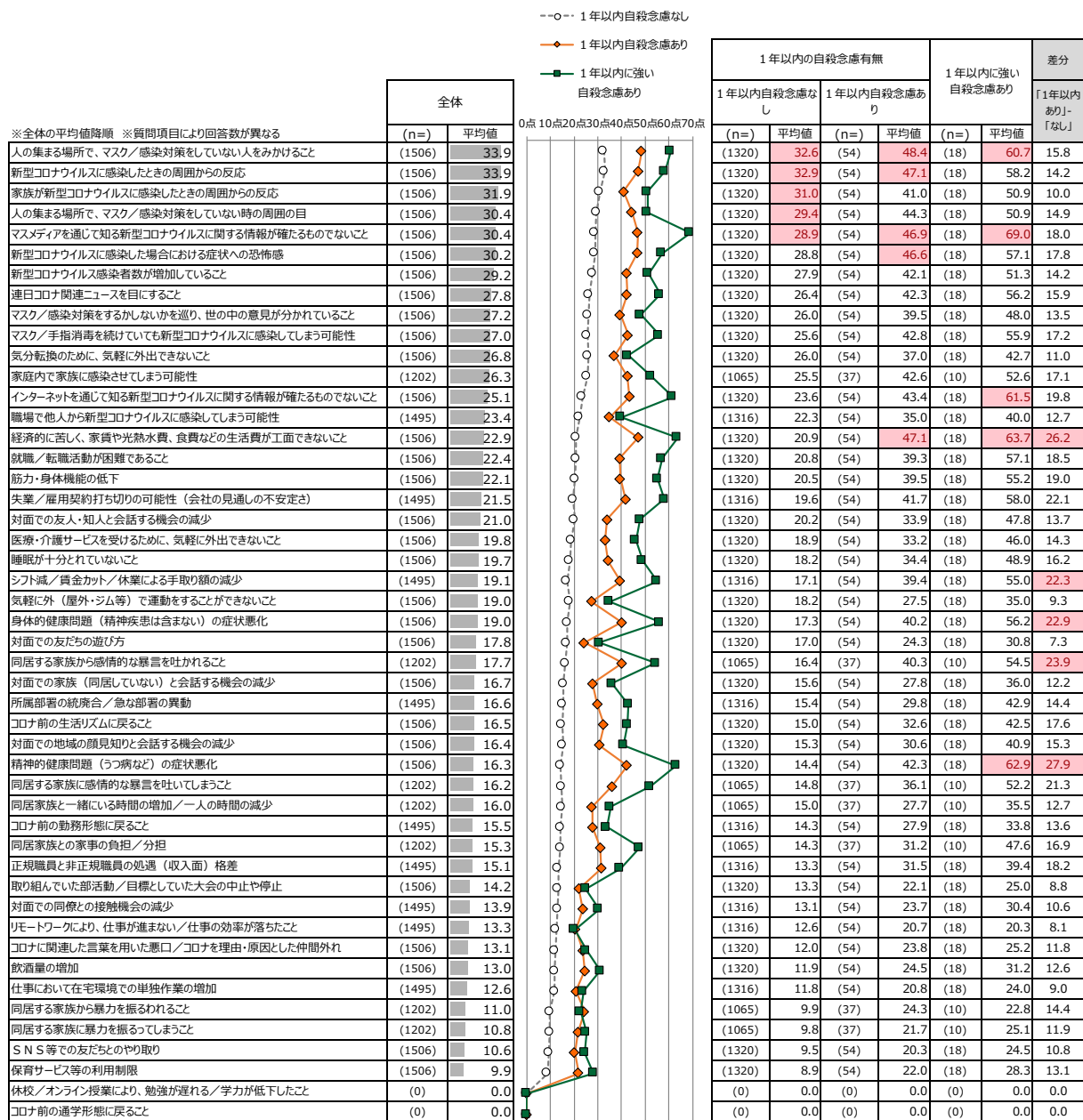


図 83: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 男性 50代

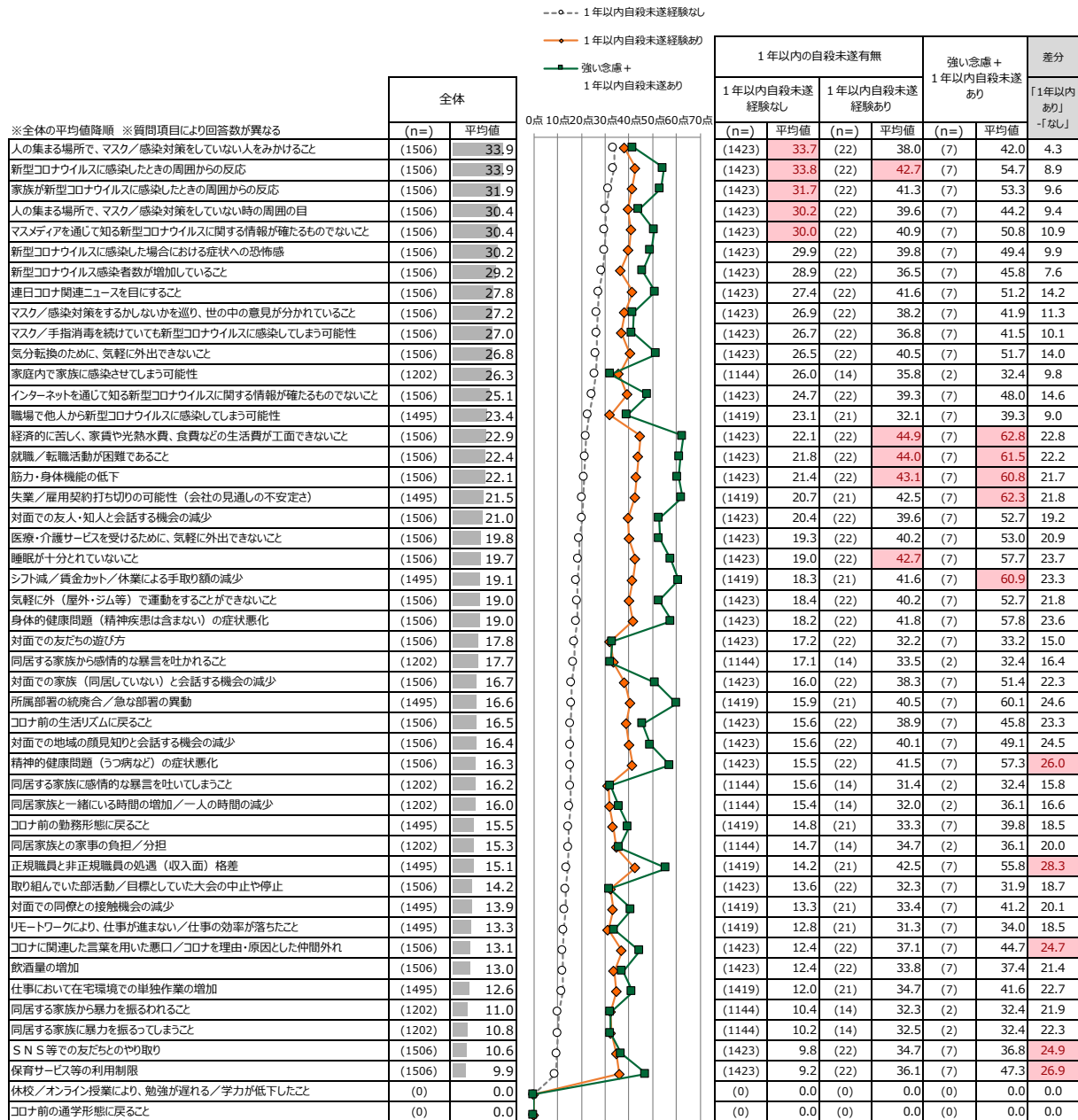


図 84: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 男性 50代

(8) 男性 60 代以上

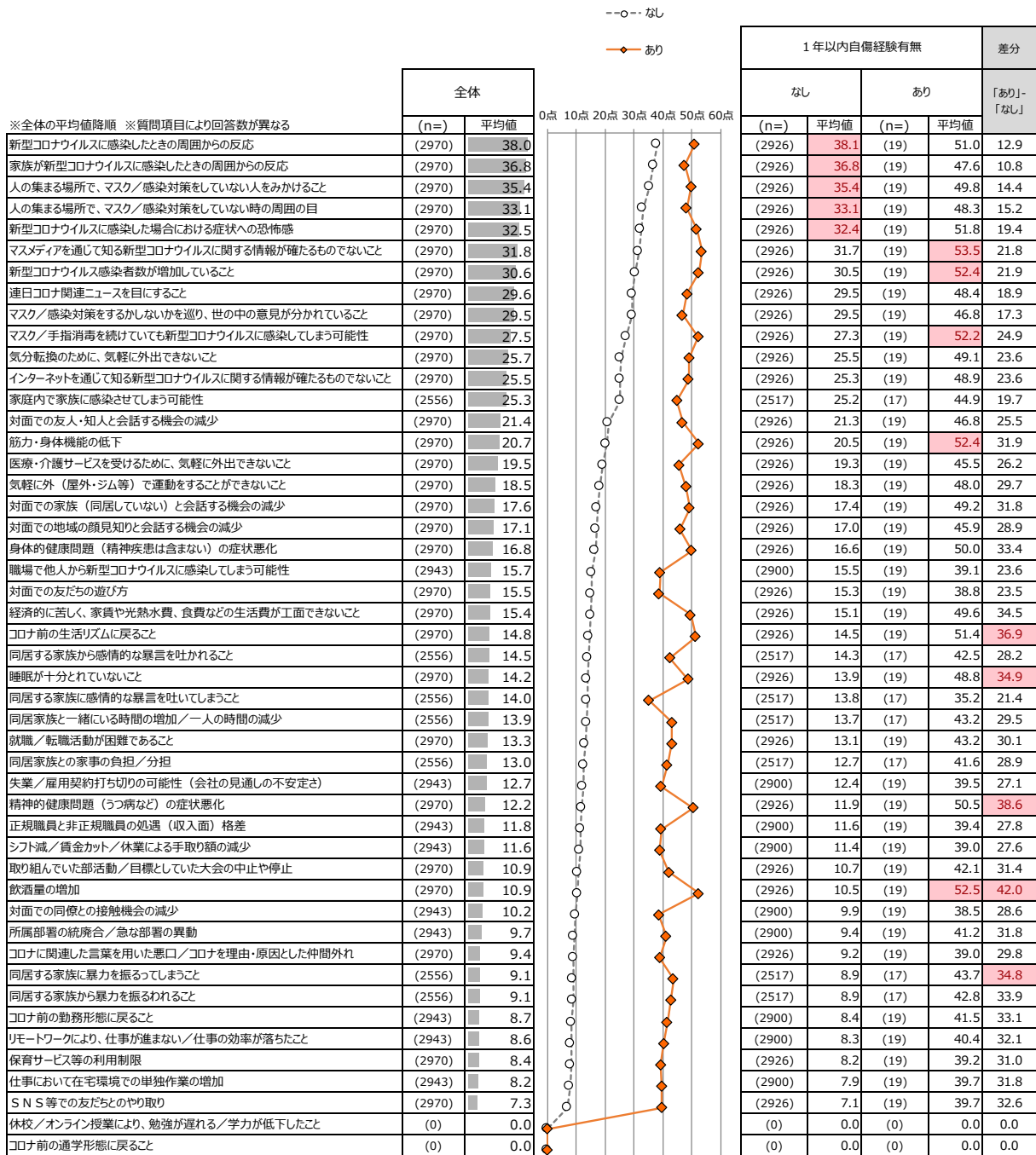


図 85: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 男性 60 代

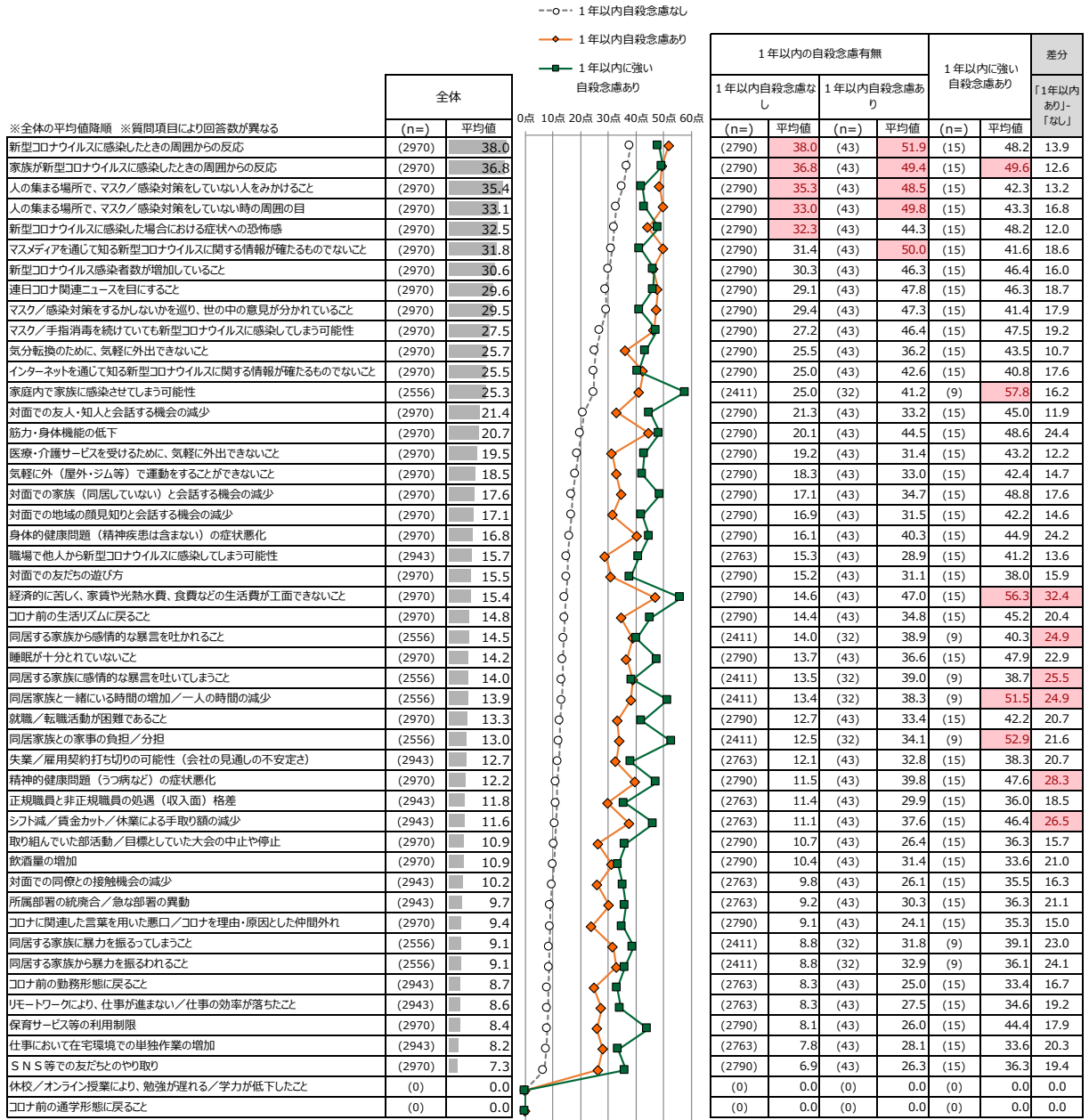


図 86: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 男性 60代

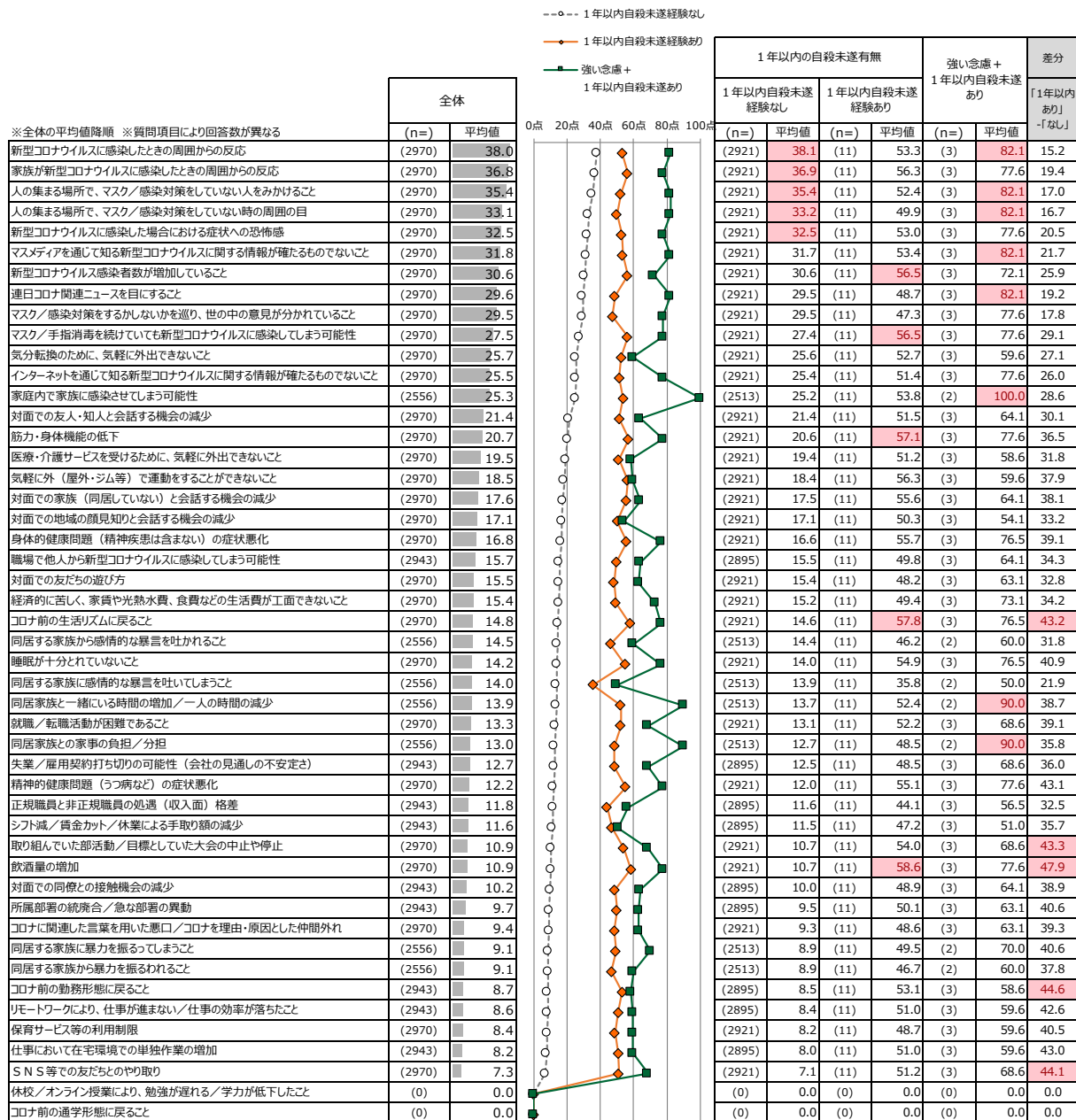


図 87: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 男性 60代

(9) 女性 20代

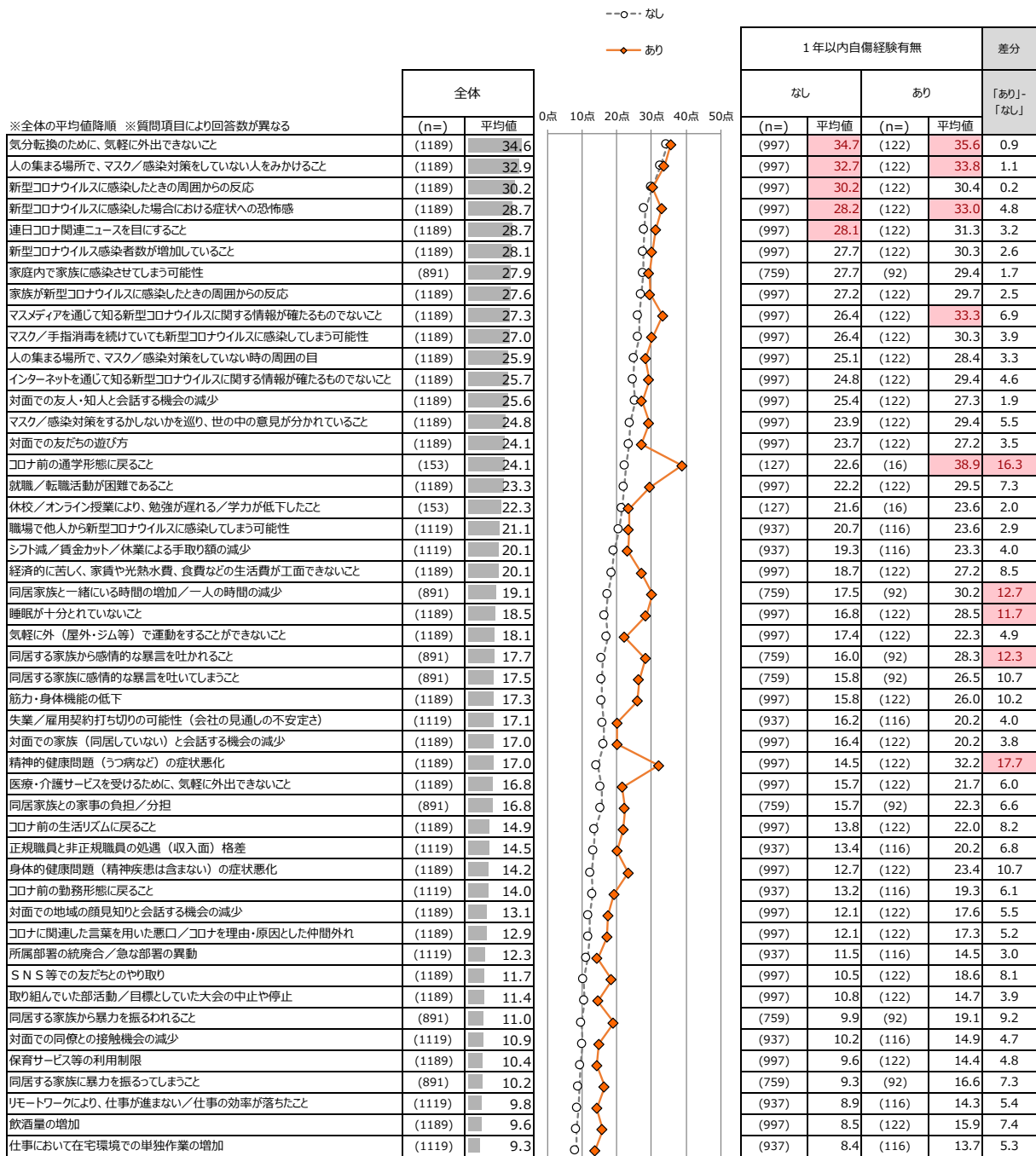


図 88: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 女性 20代

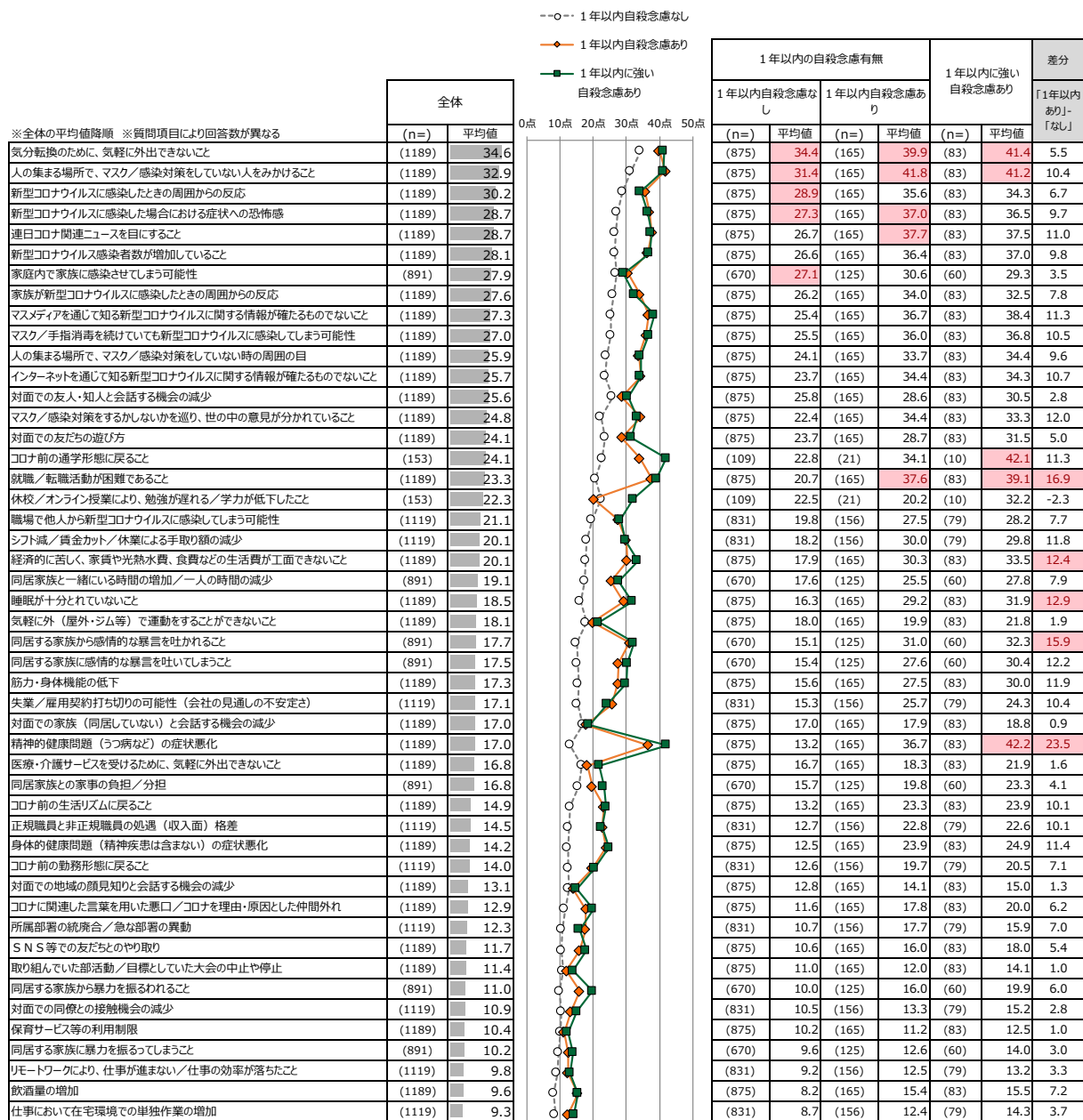


図 89: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 女性 20代

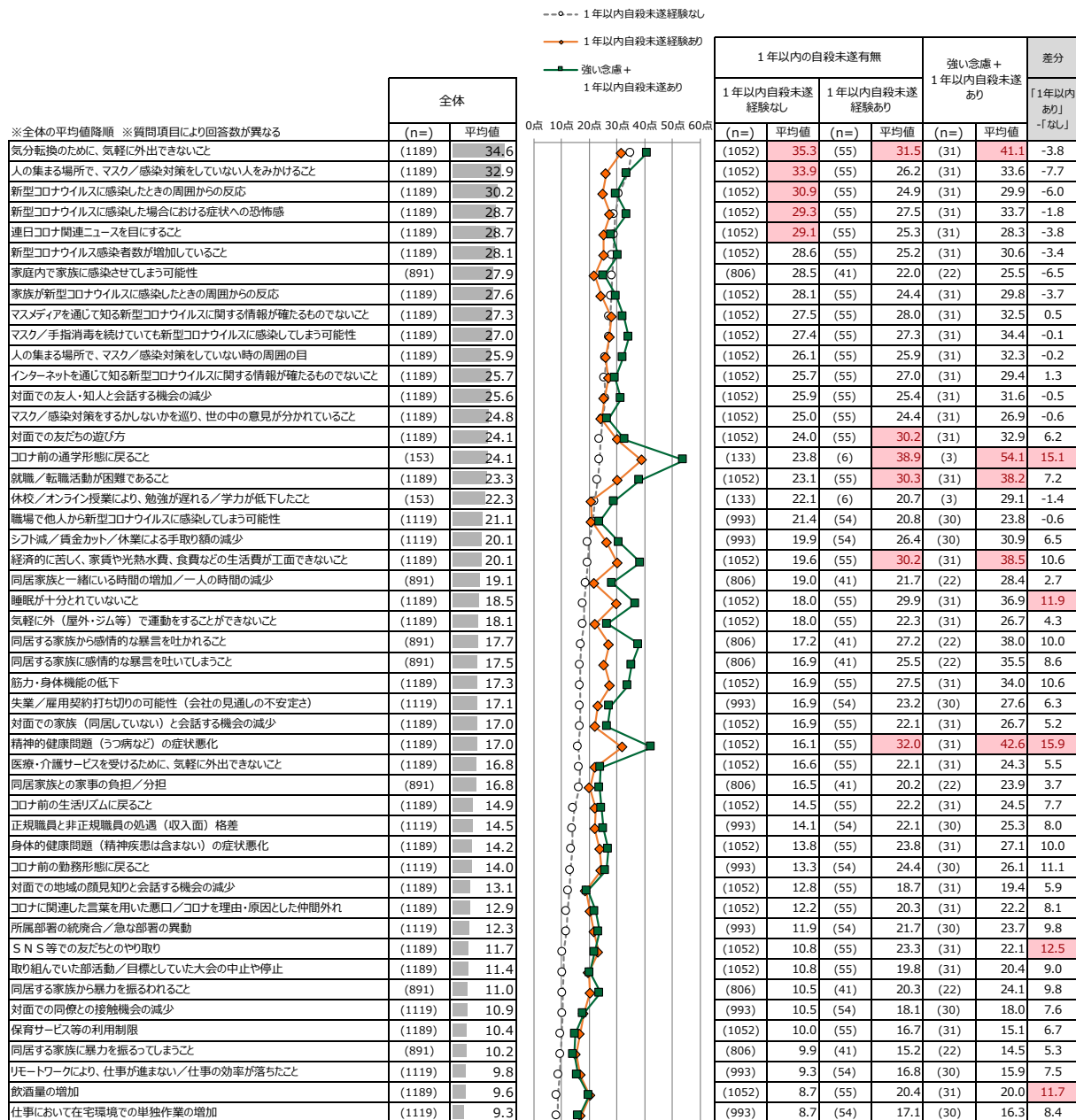


図 90: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 女性 20代

(10) 女性 30代

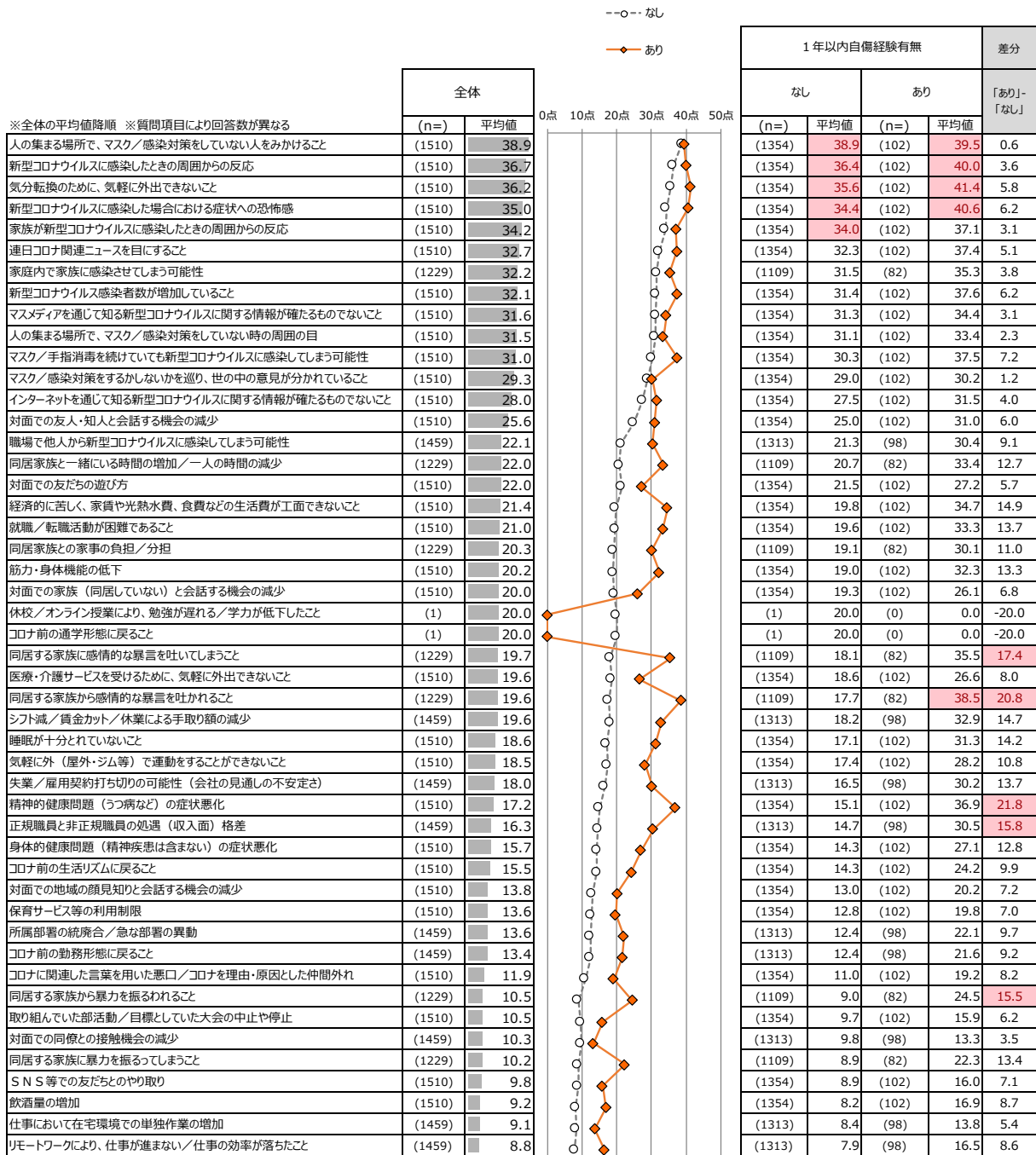


図 91: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 女性 30代

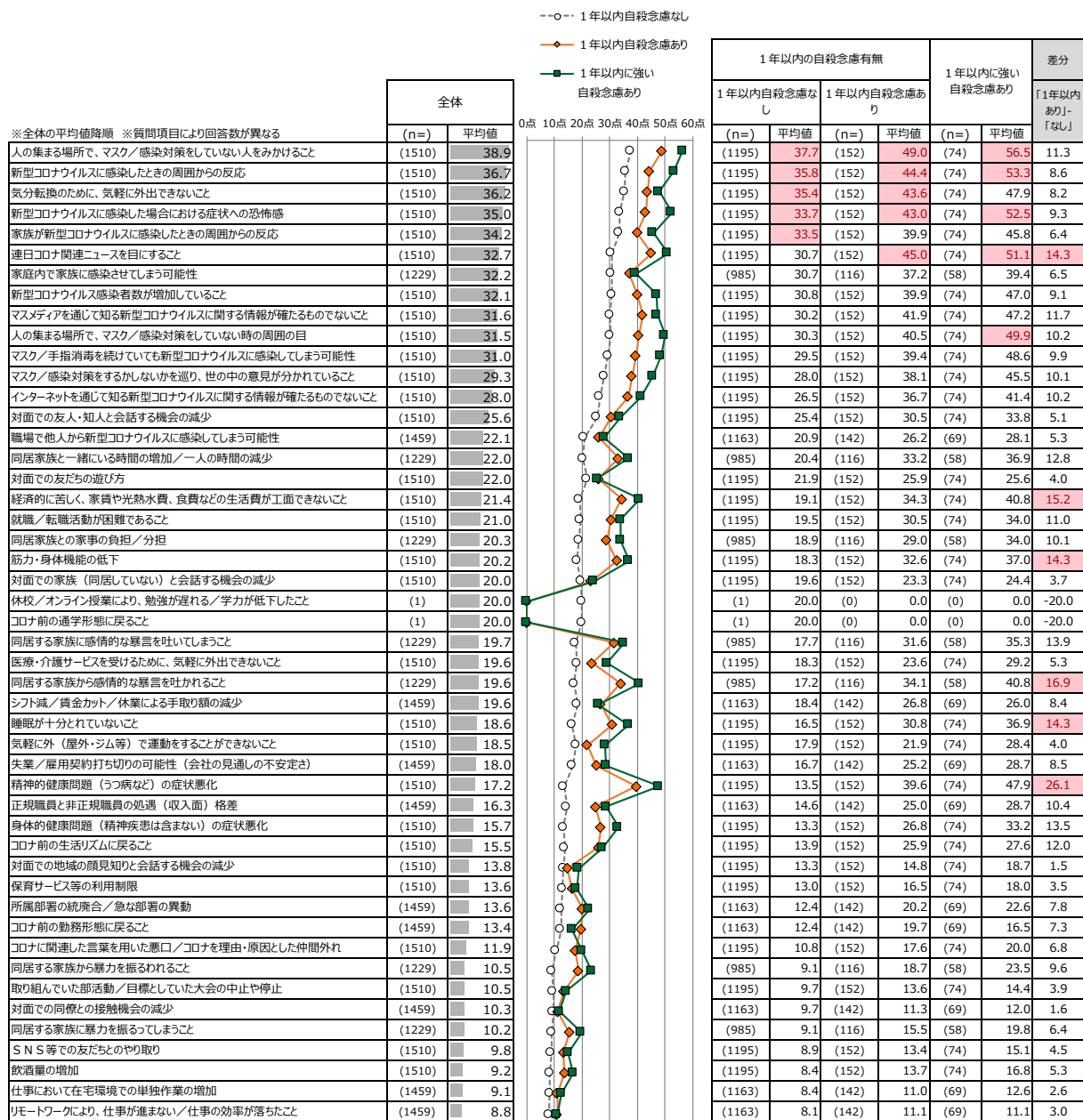


図 92: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 女性 30代

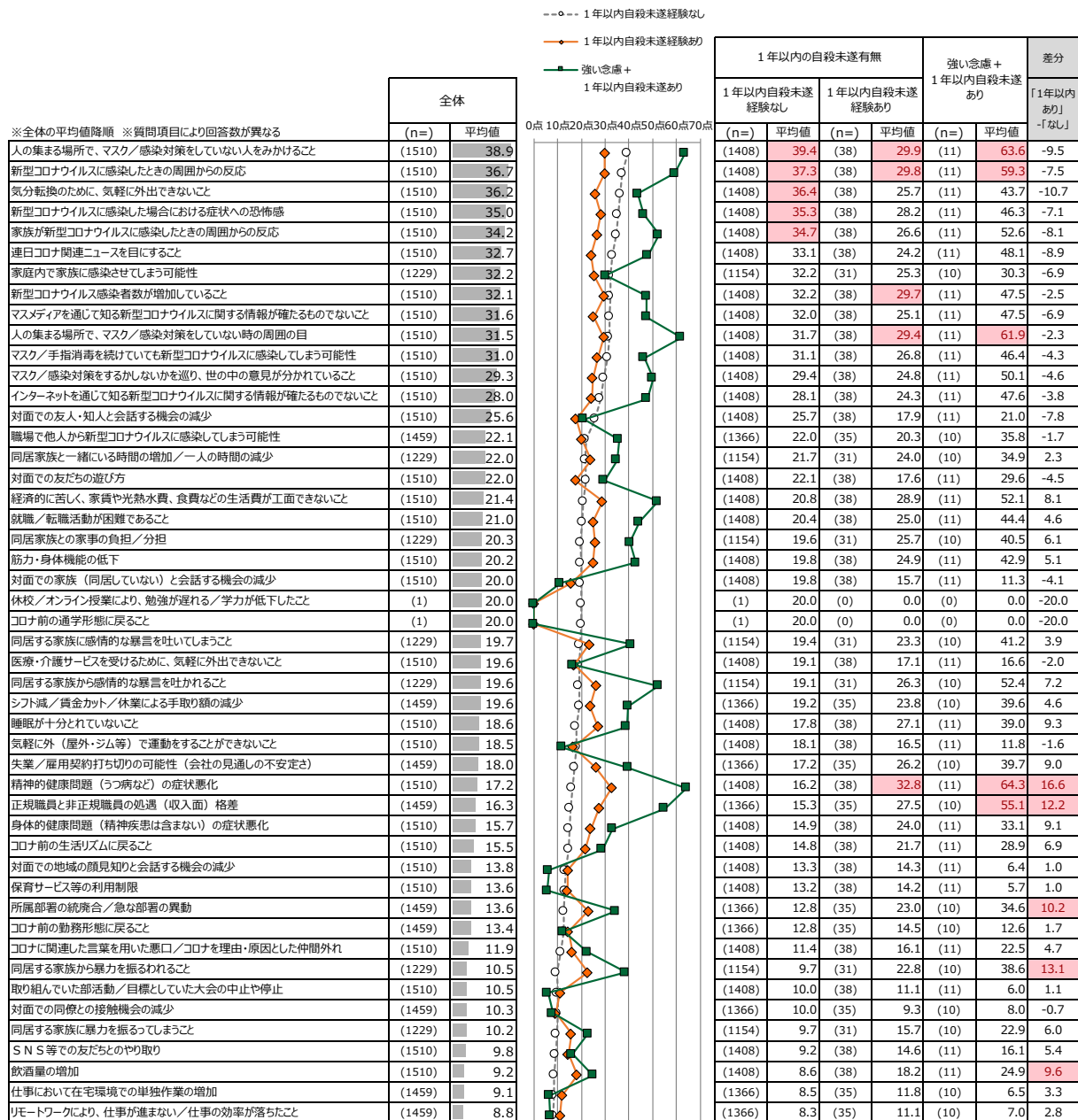


図 93: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 女性 30代

(11) 女性 40 代

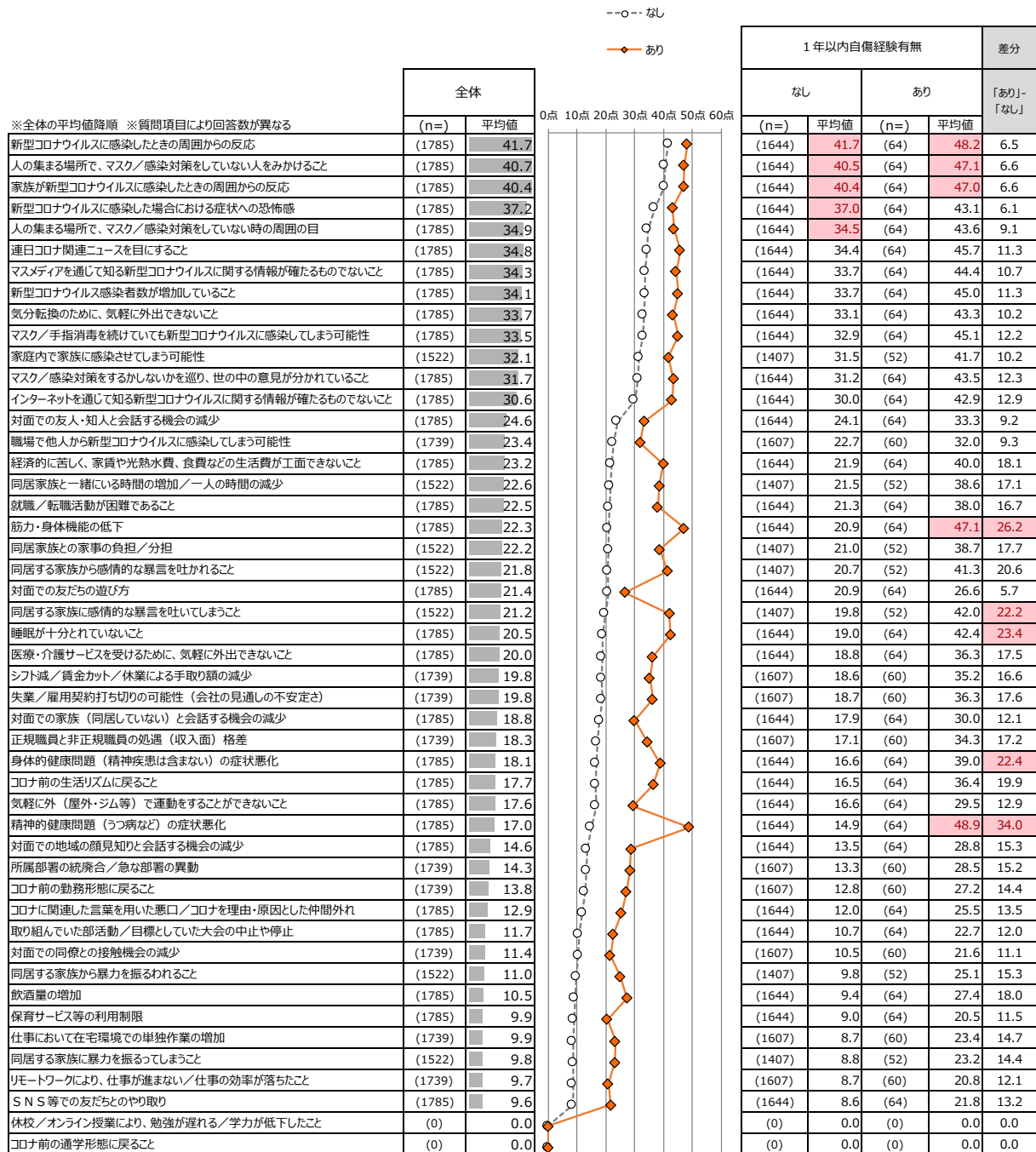


図 94: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 女性 40 代

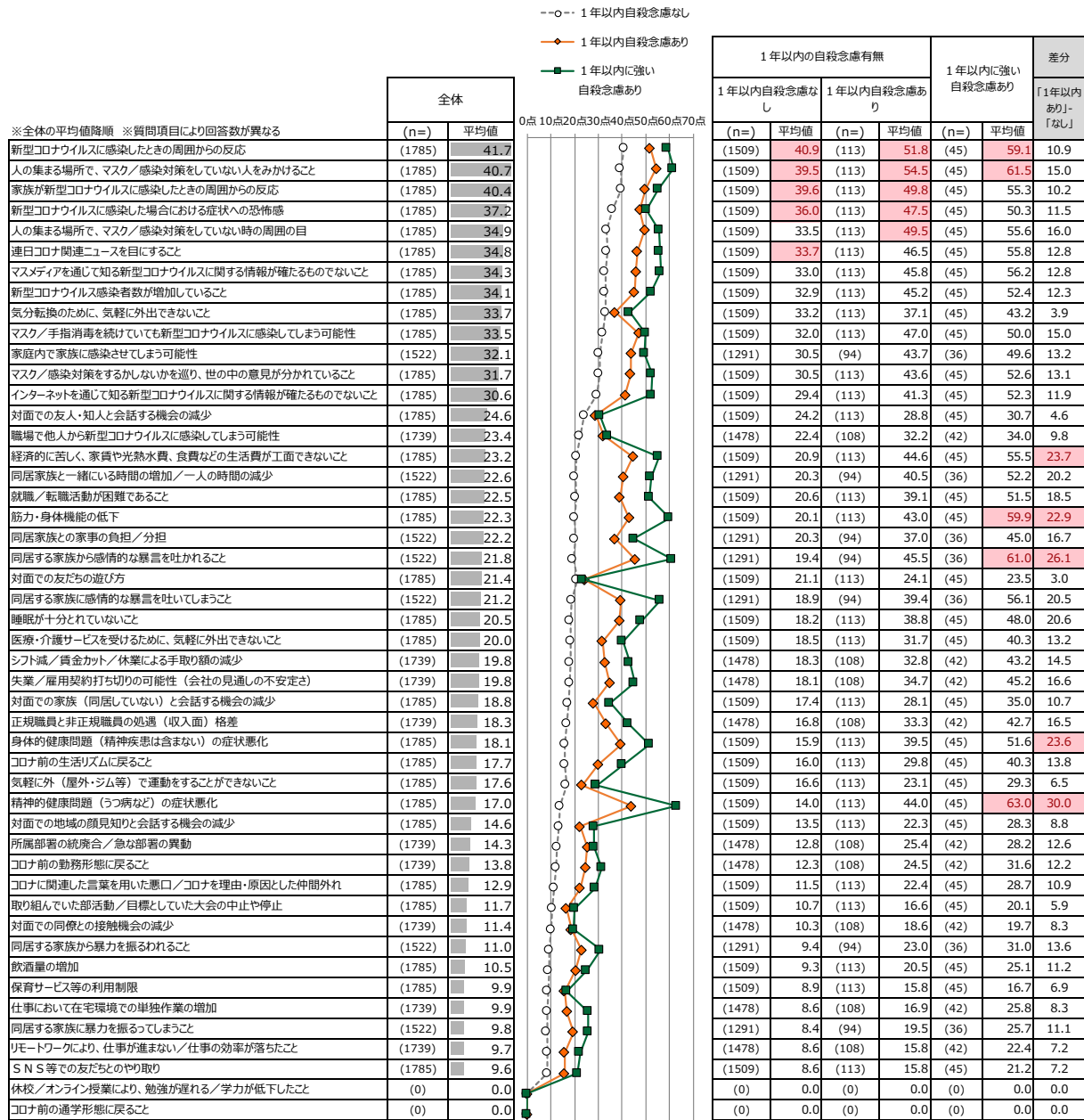


図 95: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 女性 40代

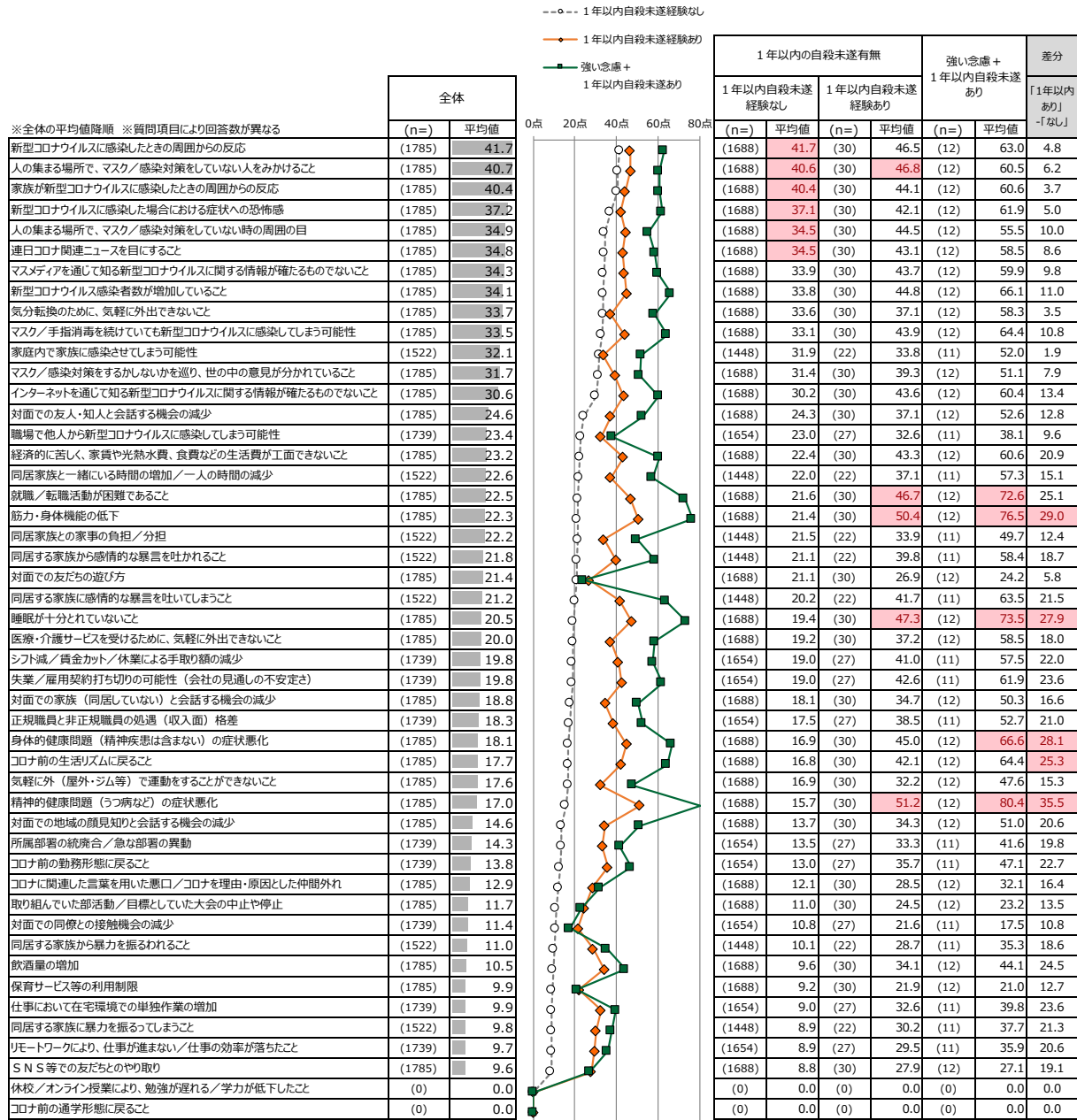


図 96: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 女性 40代

(12) 女性 50代

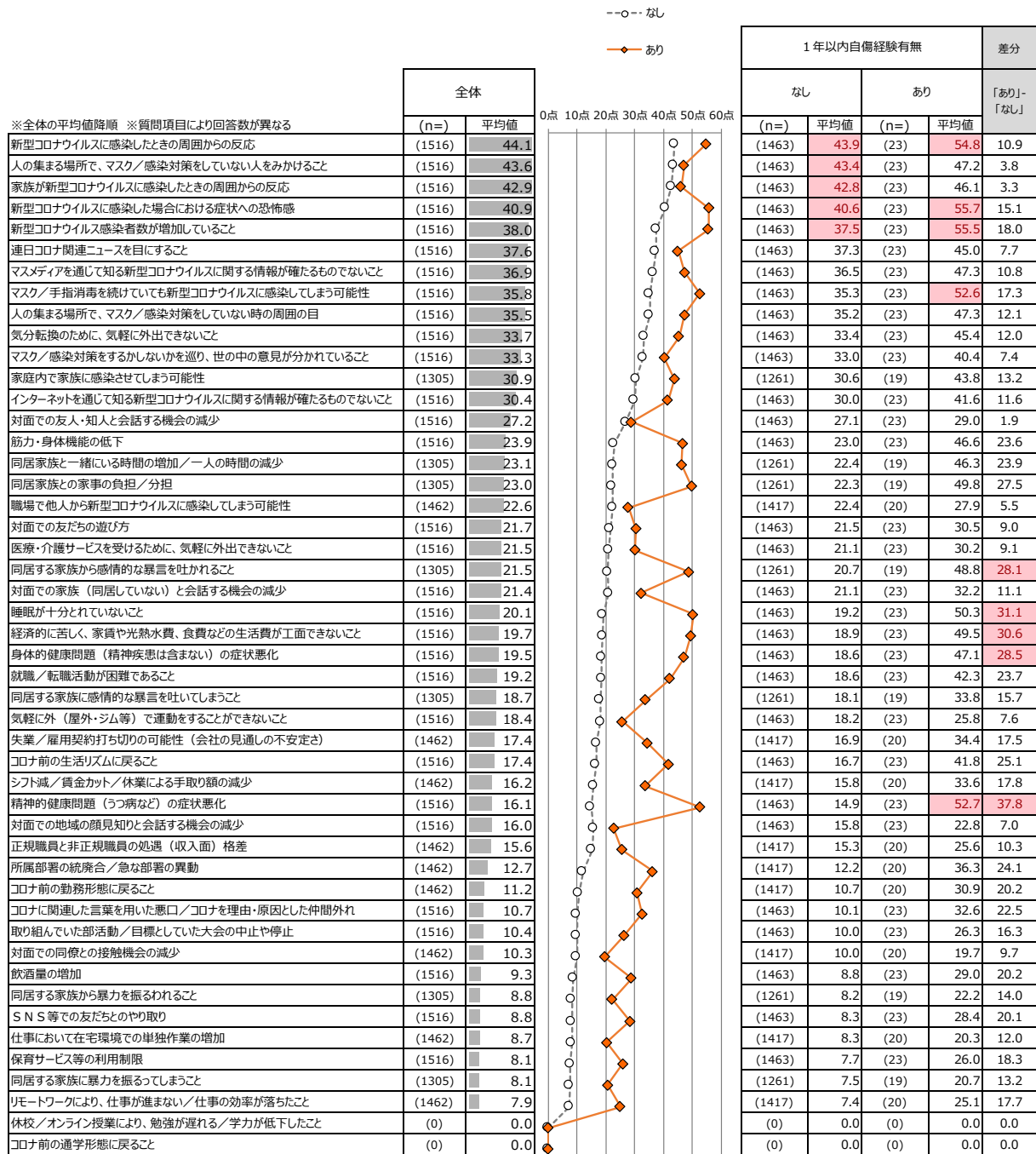


図 97: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 女性 50代

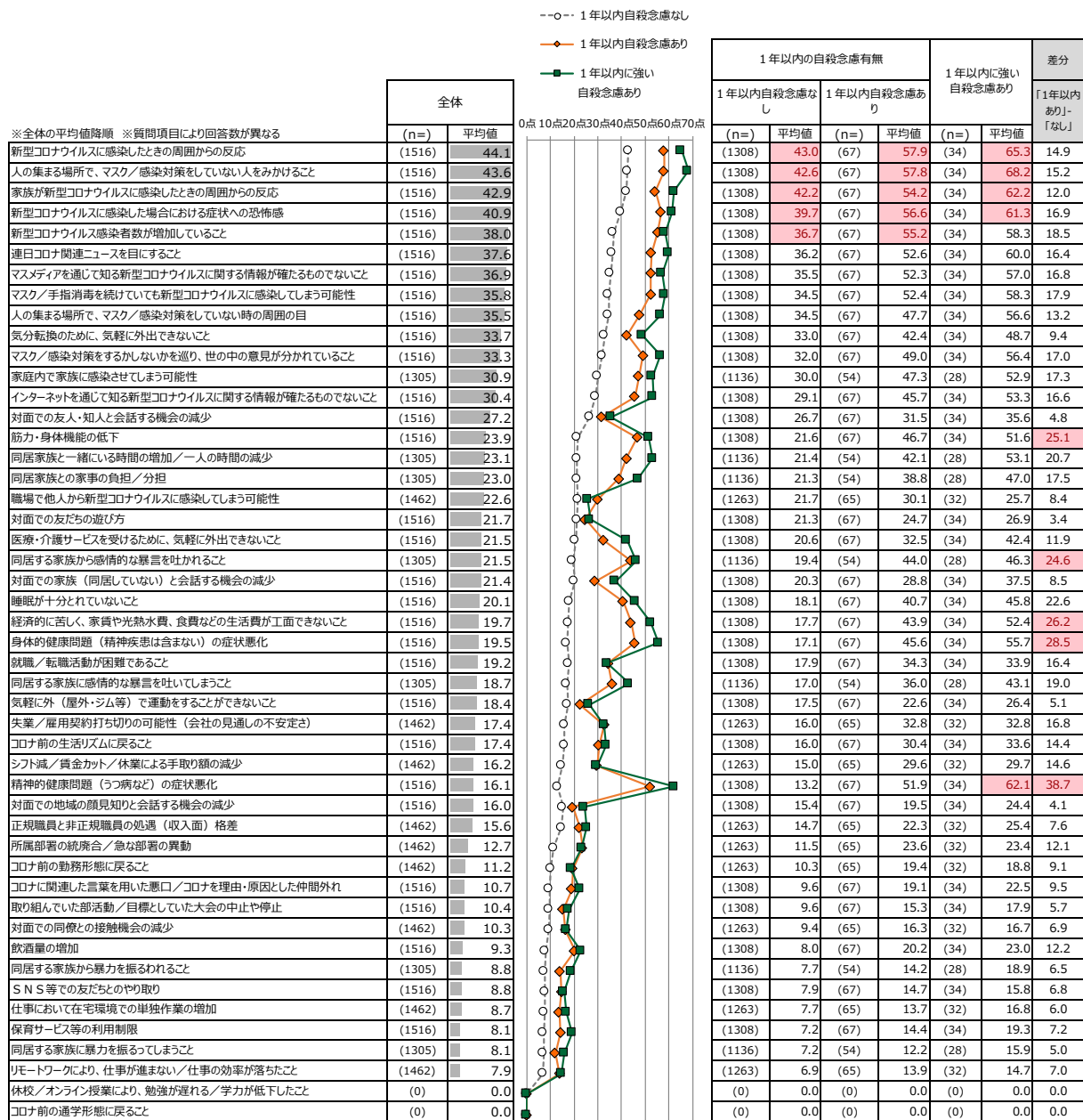


図 98: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 女性 50代

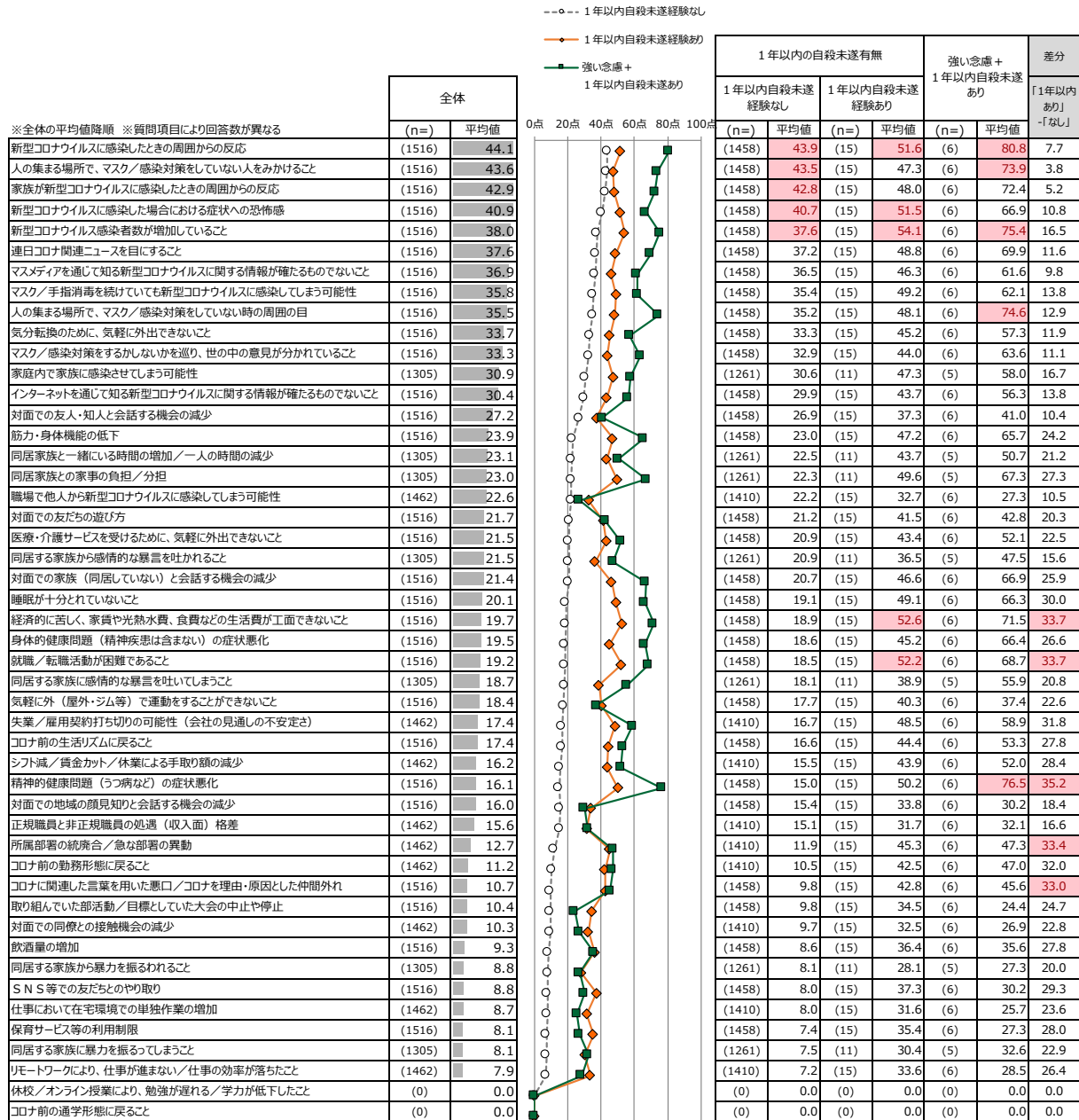


図 99: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 女性 50代

(13) 女性 60 代以上

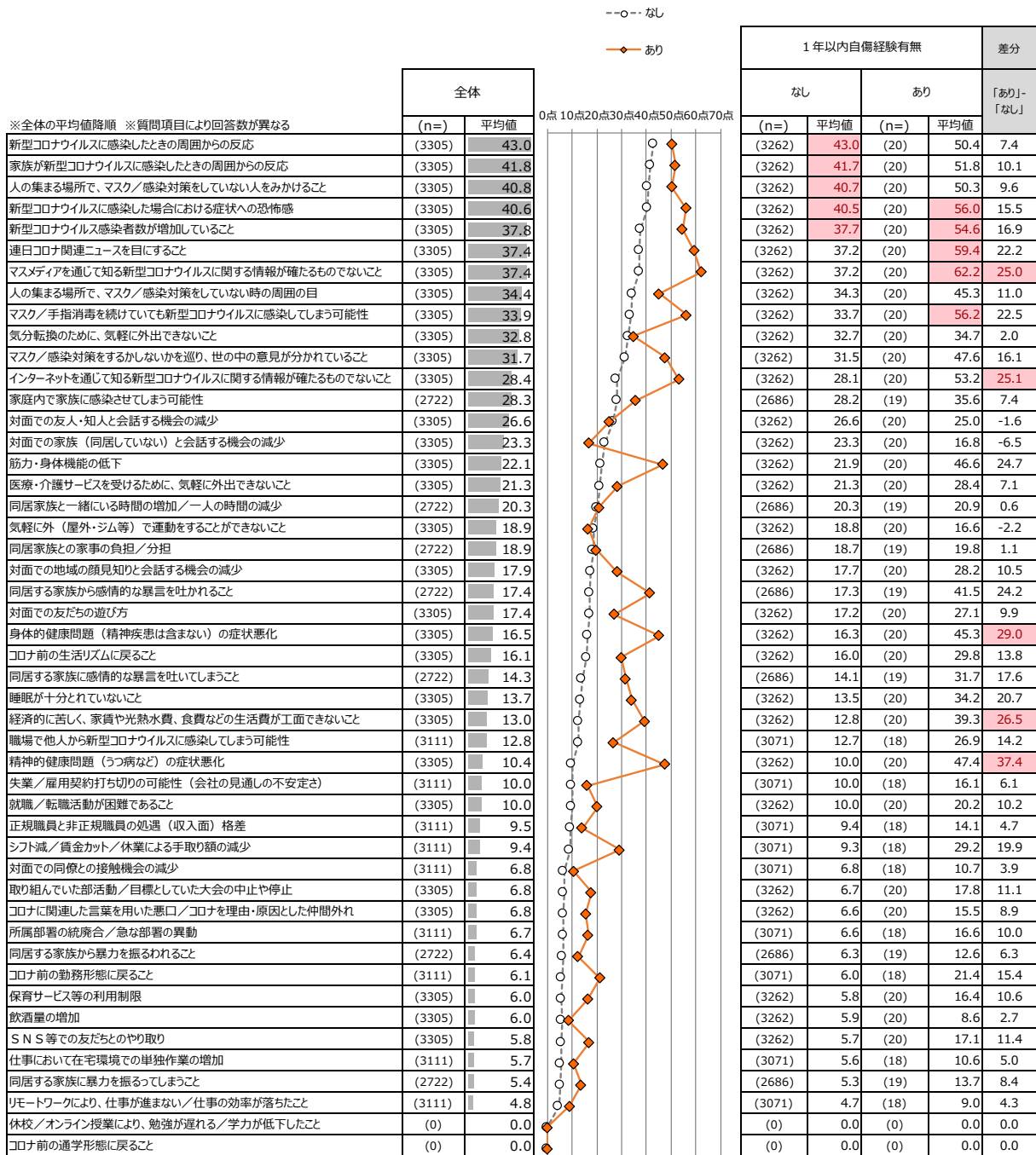
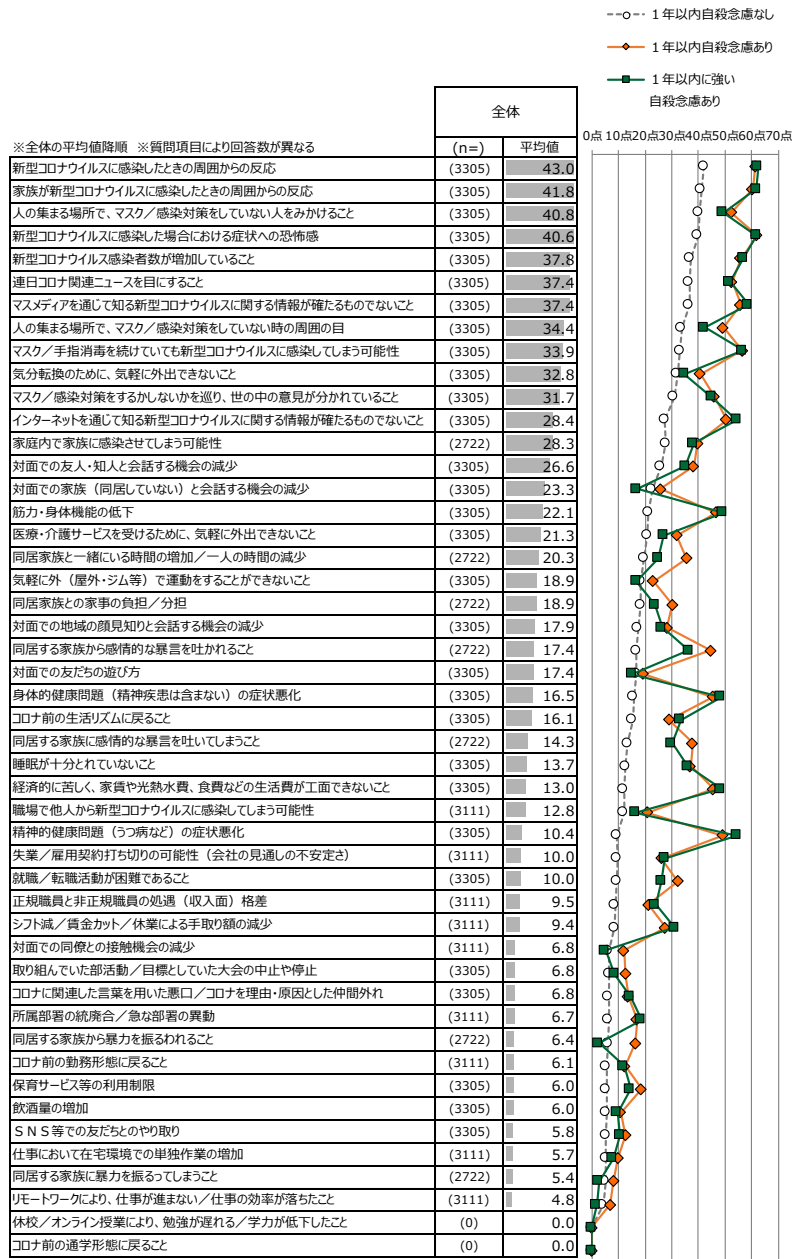


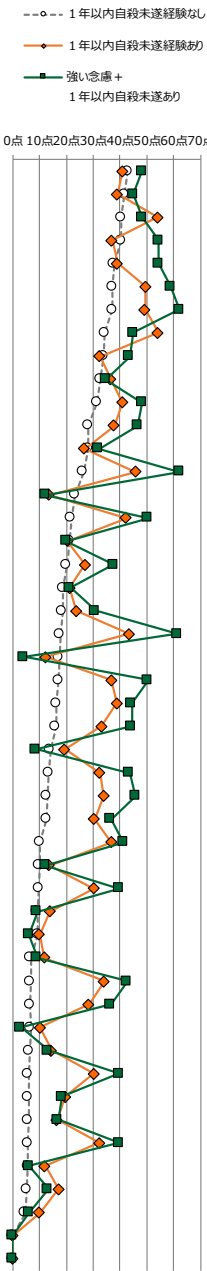
図 100: ストレス度 1年以内の自傷行為有無別 女性 60代以上



	1年以内の自殺念慮有無		1年以内に強い自殺念慮あり		差分 「1年以内あり」- 「なし」	
	1年以内自殺念慮なし (n=)	1年以内自殺念慮あり 平均値	1年以内自殺念慮あり (n=)	1年以内に強い自殺念慮あり 平均値		
(3086)	42.2	(55)	61.3	(28)	62.3	19.1
(3086)	41.2	(55)	60.3	(28)	61.8	19.1
(3086)	40.3	(55)	52.4	(28)	49.4	12.1
(3086)	40.0	(55)	62.0	(28)	61.8	22.0
(3086)	37.1	(55)	55.8	(28)	56.8	18.7
(3086)	36.7	(55)	52.6	(28)	51.7	15.9
(3086)	36.7	(55)	55.9	(28)	58.7	19.2
(3086)	33.8	(55)	49.2	(28)	42.3	15.4
(3086)	33.1	(55)	56.4	(28)	56.6	23.3
(3086)	32.1	(55)	40.7	(28)	34.7	8.6
(3086)	31.0	(55)	46.0	(28)	45.1	15.0
(3086)	27.5	(55)	50.6	(28)	54.5	23.1
(2563)	27.8	(40)	39.6	(18)	38.2	11.8
(3086)	25.9	(55)	38.3	(28)	35.1	12.4
(3086)	22.8	(55)	25.7	(28)	17.0	2.9
(3086)	21.3	(55)	46.6	(28)	49.3	25.3
(3086)	20.8	(55)	32.0	(28)	27.1	11.2
(2563)	19.7	(40)	35.7	(18)	25.0	16.0
(3086)	18.4	(55)	23.1	(28)	16.7	4.7
(2563)	18.4	(40)	30.3	(18)	23.8	11.9
(3086)	17.5	(55)	28.2	(28)	26.5	10.7
(2563)	16.7	(40)	44.6	(18)	36.5	27.9
(3086)	16.9	(55)	19.4	(28)	15.2	2.5
(3086)	15.7	(55)	45.4	(28)	48.4	29.7
(3086)	15.3	(55)	29.1	(28)	33.4	13.8
(2563)	13.6	(40)	37.8	(18)	30.1	24.2
(3086)	12.8	(55)	37.0	(28)	36.1	24.2
(3086)	12.1	(55)	45.6	(28)	48.4	33.5
(2903)	12.2	(53)	20.9	(26)	16.4	8.7
(3086)	9.4	(55)	49.0	(28)	54.4	39.6
(2903)	9.6	(53)	26.2	(26)	27.5	16.6
(3086)	9.5	(55)	32.3	(28)	26.3	22.8
(2903)	8.8	(53)	21.3	(26)	24.0	12.5
(2903)	8.7	(53)	27.7	(26)	31.1	19.0
(2903)	6.4	(53)	12.1	(26)	5.1	5.7
(3086)	6.5	(55)	12.8	(28)	8.6	6.3
(3086)	6.3	(55)	13.7	(28)	14.6	7.4
(2903)	6.3	(53)	17.0	(26)	18.6	10.7
(2563)	6.1	(40)	16.4	(18)	2.7	10.3
(2903)	5.6	(53)	12.5	(26)	12.1	6.9
(3086)	5.6	(55)	18.6	(28)	14.5	13.0
(3086)	5.6	(55)	10.8	(28)	9.7	5.2
(3086)	5.4	(55)	12.8	(28)	10.6	7.4
(2903)	5.3	(53)	9.8	(26)	8.1	4.5
(2563)	5.1	(40)	8.2	(18)	2.7	3.1
(2903)	4.4	(53)	7.0	(26)	1.8	2.6
(0)	0.0	(0)	0.0	(0)	0.0	0.0
(0)	0.0	(0)	0.0	(0)	0.0	0.0

図 101: ストレス度 1年以内の自殺念慮有無別 女性 60代以上

	全体	
	(n=)	平均値
※全体の平均値降順 ※質問項目により回答数が異なる		
新型コロナウイルスに感染したときの周囲からの反応	(3305)	43.0
家族が新型コロナウイルスに感染したときの周囲からの反応	(3305)	41.8
人の集まる場所で、マスク/感染対策をしていない人を見かけること	(3305)	40.8
新型コロナウイルスに感染した場合における症状への恐怖感	(3305)	40.6
新型コロナウイルス感染者数が増加していること	(3305)	37.8
連日コロナ関連ニュースを目にする	(3305)	37.4
マスメディアを通じて知る新型コロナウイルスに関する情報が確たるものでないこと	(3305)	37.4
人の集まる場所で、マスク/感染対策をしていない時の周囲の目	(3305)	34.4
マスク/手指消毒を続けていても新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	(3305)	33.9
気分転換のために、気軽に外出できないこと	(3305)	32.8
マスク/感染対策をしないかを巡り、世の中の意見が分かれていること	(3305)	31.7
インターネットを通じて知る新型コロナウイルスに関する情報が確たるものでないこと	(3305)	28.4
家庭内で家族に感染させてしまう可能性	(2722)	28.3
対面での友人・知人と会話する機会の減少	(3305)	26.6
対面での家族（同居していない）と会話する機会の減少	(3305)	23.3
筋力・身体機能の低下	(3305)	22.1
医療・介護サービスを受けるために、気軽に外出できないこと	(3305)	21.3
同居家族と一緒にいる時間の増加/一人の時間の減少	(2722)	20.3
気軽に外（屋外・ジム等）で運動をすることができないこと	(3305)	18.9
同居家族との家事の負担/分担	(2722)	18.9
対面での地域の顔見知りや会話する機会の減少	(3305)	17.9
同居する家族から感情的な暴言を吐かれること	(2722)	17.4
対面での友だちの遊び方	(3305)	17.4
身体的健康問題（精神疾患は含まない）の症状悪化	(3305)	16.5
コロナ前の生活リズムに戻る	(3305)	16.1
同居する家族に感情的な暴言を吐いてしまうこと	(2722)	14.3
睡眠が十分とれていないこと	(3305)	13.7
経済的に苦しく、家賃や光熱水費、食費などの生活費が工面できないこと	(3305)	13.0
職場で他人から新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	(3111)	12.8
精神的健康問題（うつ病など）の症状悪化	(3305)	10.4
失業/雇用契約打ち切りの可能性（会社の見通しの不安定さ）	(3111)	10.0
就職/転職活動が困難であること	(3305)	10.0
正規職員と非正規職員の処遇（収入面）格差	(3111)	9.5
シフト減/賃金カット/休業による手取り額の減少	(3111)	9.4
対面での同僚との接触機会の減少	(3111)	6.8
取り組んでいた部活動/目標としていた大会の中止や停止	(3305)	6.8
コロナに関連した言葉を用いた悪口/コロナを理由・原因とした仲間外れ	(3305)	6.8
所属部署の統廃合/急な部署の異動	(3111)	6.7
同居する家族から暴力を振るわれること	(2722)	6.4
コロナ前の勤務形態に戻る	(3111)	6.1
保育サービス等の利用制限	(3305)	6.0
飲酒量の増加	(3305)	6.0
SNS等での友だちとのやり取り	(3305)	5.8
仕事において在宅環境での単独作業の増加	(3111)	5.7
同居する家族に暴力を振るってしまうこと	(2722)	5.4
リモートワークにより、仕事が進まない/仕事の効率が落ちたこと	(3111)	4.8
休校/オンライン授業により、勉強が遅れる/学力が低下したこと	(0)	0.0
コロナ前の通学形態に戻る	(0)	0.0



	1年以内の自殺未遂経験なし		1年以内の自殺未遂経験あり		強い念慮+ 1年以内自殺未遂あり		差分 「1年以内あり」 -「なし」
	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	
	(3263)	42.9	(9)	41.0	(5)	48.2	-1.9
	(3263)	41.8	(9)	39.1	(5)	45.1	-2.7
	(3263)	40.6	(9)	54.0	(5)	48.2	13.4
	(3263)	40.6	(9)	37.0	(5)	54.4	-3.6
	(3263)	37.8	(9)	39.1	(5)	54.4	1.3
	(3263)	37.3	(9)	49.6	(5)	59.0	12.3
	(3263)	37.3	(9)	49.4	(5)	62.1	12.1
	(3263)	34.3	(9)	54.2	(5)	45.1	19.9
	(3263)	33.9	(9)	32.6	(5)	43.5	-1.3
	(3263)	32.7	(9)	36.6	(5)	34.8	3.9
	(3263)	31.5	(9)	41.0	(5)	48.2	9.5
	(3263)	28.2	(9)	37.9	(5)	46.6	9.7
	(2690)	28.3	(7)	26.8	(4)	32.1	-1.5
	(3263)	26.5	(9)	45.9	(5)	62.1	19.4
	(3263)	23.3	(9)	13.8	(5)	12.3	-9.5
	(3263)	22.0	(9)	42.4	(5)	50.5	20.4
	(3263)	21.4	(9)	20.5	(5)	20.0	-0.9
	(2690)	20.3	(7)	27.1	(4)	37.7	6.8
	(3263)	18.8	(9)	21.4	(5)	21.5	2.6
	(2690)	18.7	(7)	23.7	(4)	31.0	5.0
	(3263)	17.8	(9)	43.3	(5)	61.3	25.5
	(2690)	17.4	(7)	12.3	(4)	4.4	-5.1
	(3263)	17.2	(9)	36.8	(5)	50.5	19.6
	(3263)	16.4	(9)	38.9	(5)	44.3	22.5
	(3263)	16.1	(9)	33.1	(5)	44.3	17.0
	(2690)	14.2	(7)	19.4	(4)	8.9	5.2
	(3263)	13.6	(9)	32.6	(5)	43.5	19.0
	(3263)	12.9	(9)	34.0	(5)	45.8	21.1
	(3071)	12.8	(9)	30.5	(5)	36.6	17.7
	(3263)	10.2	(9)	36.8	(5)	41.3	26.6
	(3071)	10.0	(9)	13.8	(5)	12.3	3.8
	(3263)	9.9	(9)	30.3	(5)	39.7	20.4
	(3071)	9.3	(9)	14.0	(5)	9.2	4.7
	(3071)	9.4	(9)	10.0	(5)	6.2	0.6
	(3071)	6.8	(9)	11.9	(5)	9.2	5.1
	(3263)	6.7	(9)	34.2	(5)	42.7	27.5
	(3263)	6.6	(9)	28.4	(5)	36.6	21.8
	(3071)	6.7	(9)	10.3	(5)	3.1	3.6
	(2690)	6.4	(7)	14.6	(4)	13.3	8.2
	(3071)	6.0	(9)	30.3	(5)	39.7	24.3
	(3263)	5.9	(9)	19.6	(5)	18.4	13.7
	(3263)	5.9	(9)	16.6	(5)	17.0	10.7
	(3263)	5.7	(9)	32.4	(5)	39.7	26.7
	(3071)	5.7	(9)	12.1	(5)	6.2	6.4
	(2690)	5.3	(7)	17.2	(4)	13.3	11.9
	(3071)	4.8	(9)	10.0	(5)	6.2	5.2
	(0)	0.0	(0)	0.0	(0)	0.0	0.0
	(0)	0.0	(0)	0.0	(0)	0.0	0.0

図 102: ストレス度 1年以内の自殺未遂有無別 女性 60代以上

(14) ストレス度 年代別

※赤字は各属性の上位10項目

	全体		性別		年代別															
	(n=)	平均値	男性	女性	13~14歳	15~19歳	20代	30代	40代	50代	60代以上									
人の集まる場所で、マスク/感染対策をしない人を見かけること	20000	35.5	9902	31.4	10098	39.5	454	41.2	1176	26.3	2422	27.9	3053	33.5	3598	36.9	3022	38.7	6275	38.2
新型コロナウイルスに感染したときの周囲からの反応	20000	35.4	9902	31.3	10098	39.5	454	37.7	1176	23.8	2422	26.2	3053	31.2	3598	36.7	3022	39.0	6275	40.7
家族が新型コロナウイルスに感染したときの周囲からの反応	20000	33.8	9902	29.7	10098	37.8	454	33.9	1176	21.5	2422	23.9	3053	29.3	3598	35.2	3022	37.4	6275	39.4
新型コロナウイルスに感染した場合における症状への恐怖感	20000	32.3	9902	27.6	10098	36.9	454	33.1	1176	22.0	2422	24.3	3053	29.4	3598	32.8	3022	35.6	6275	36.7
マスク/感染対策をすることで新型コロナウイルスに関する情報が得られるのではないか	20000	30.7	9902	27.8	10098	33.6	454	24.2	1176	20.2	2422	24.4	3053	28.4	3598	31.8	3022	33.7	6275	34.8
連日コロナ関連ニュースを目にすること	20000	30.4	9902	26.3	10098	34.4	454	25.8	1176	21.7	2422	25.2	3053	28.7	3598	31.0	3022	32.7	6275	33.7
新型コロナウイルス感染者数が増加していること	20000	30.3	9902	26.3	10098	34.3	454	27.9	1176	21.1	2422	23.6	3053	27.7	3598	30.5	3022	33.6	6275	34.4
気分転換のために、気軽に外出できないこと	20000	30.2	9902	26.4	10098	33.9	454	31.7	1176	28.5	2422	29.7	3053	31.6	3598	30.9	3022	30.3	6275	29.4
人の集まる場所で、マスク/感染対策をしない人を見かけること	20000	30.1	9902	27.9	10098	32.3	454	24.8	1176	20.4	2422	23.2	3053	27.9	3598	31.7	3022	33.0	6275	33.8
マスク/手指消毒を続けていても新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	20000	28.5	9902	24.5	10098	32.3	454	28.4	1176	20.9	2422	22.9	3053	26.6	3598	29.6	3022	31.4	6275	30.9
マスク/感染対策をすることで新型コロナウイルスに関する情報が得られるのではないか	20000	27.6	9902	25.2	10098	30.0	454	17.9	1176	19.0	2422	22.2	3053	26.1	3598	29.0	3022	30.3	6275	30.7
家庭内で家族に感染させてしまう可能性	16231	27.2	7865	24.7	8366	29.5	454	25.1	979	19.1	1694	24.4	2395	28.8	2923	29.7	2507	28.7	5279	26.9
インターネット(SNS等)を通して知る新型コロナウイルスに関する情報が得られるのではないか	20000	25.9	9902	23.6	10098	28.2	454	22.0	1176	19.2	2422	22.7	3053	25.1	3598	27.9	3022	27.8	6275	27.0
対面での友人・知人と会話する機会の減少	20000	23.1	9902	20.0	10098	26.0	454	27.0	1176	21.4	2422	21.8	3053	22.0	3598	22.1	3022	24.1	6275	24.1
休校/オンライン授業により、勉強が遅れる/学力が低下したこと	1864	21.8	980	20.7	885	23.0	454	26.1	1048	20.2	358	20.7	5	16.8	0	0.0	0	0.0	0	0.0
筋力・身体機能の低下	20000	20.4	9902	19.5	10098	21.3	454	23.4	1176	15.9	2422	16.5	3053	19.1	3598	21.5	3022	23.0	6275	21.4
対面での友だちの遊び方	20000	19.5	9902	17.7	10098	21.2	454	35.9	1176	23.1	2422	21.1	3053	19.8	3598	19.8	3022	19.7	6275	16.5
職場で他人から新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	18249	19.2	9087	19.5	9162	18.9	0	0.0	523	13.7	2244	19.3	2946	21.6	3525	23.4	2957	23.0	6054	14.2
同居家族と一緒にいる時間の増加/一人の時間の減少	16231	18.8	7865	16.2	8366	21.3	454	19.6	979	18.5	1694	18.3	2395	20.3	2923	20.1	2507	19.7	5279	17.2
医療/介護サービスを受けるために、気軽に外出できないこと	20000	18.6	9902	17.5	10098	19.7	454	8.6	1176	14.2	2422	15.4	3053	18.3	3598	19.0	3022	20.7	6275	20.5
気軽に外(屋外・ジム等)で運動をすることができないこと	20000	18.5	9902	18.7	10098	18.3	454	23.6	1176	16.4	2422	17.8	3053	18.8	3598	18.3	3022	18.7	6275	18.7
経済的に苦しく、家賃や光熱水費、食費などの生活費が下りていないこと	20000	18.2	9902	18.8	10098	17.7	454	3.5	1176	13.2	2422	19.6	3053	21.1	3598	22.9	3022	21.3	6275	14.1
対面での家族(同居していない)と会話する機会の減少	20000	18.0	9902	15.7	10098	20.2	454	12.4	1176	12.2	2422	15.0	3053	17.4	3598	17.6	3022	19.0	6275	20.6
同居する家族から感情的な暴言を吐かれること	16231	18.0	7865	16.5	8366	19.4	454	19.1	979	17.1	1694	17.3	2395	18.7	2923	20.1	2507	19.7	5279	16.0
就職/転職活動が困難であること	20000	17.8	9902	18.5	10098	17.2	454	6.6	1176	17.5	2422	21.8	3053	21.0	3598	22.4	3022	20.8	6275	11.6
コロナ前の通学形態に戻ることに	1864	17.4	980	14.4	885	20.9	454	16.8	1048	16.9	358	19.9	5	15.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
睡眠が十分とれていないこと	20000	17.2	9902	17.0	10098	17.4	454	12.0	1176	15.8	2422	17.3	3053	18.6	3598	20.4	3022	19.9	6275	13.9
同居家族との家事の負担/分担	16231	17.1	7865	14.3	8366	19.6	454	12.1	979	12.4	1694	15.5	2395	18.4	2923	19.1	2507	19.3	5279	16.0
失業/雇用契約打ち切りの可能性(会社の見通しの不安定)	18249	16.3	9087	17.5	9162	15.2	0	0.0	523	11.4	2244	17.1	2946	19.1	3525	20.4	2957	19.5	6054	11.3
同居する家族に感情的な暴言を吐いてしまうこと	16231	16.2	7865	14.9	8366	17.4	454	19.4	979	12.5	1694	15.5	2395	17.5	2923	18.7	2507	17.5	5279	14.2
シフト減/賃金カット/休業による手取り額の減少	18249	16.2	9087	16.7	9162	15.6	0	0.0	523	15.7	2244	19.1	2946	19.6	3525	20.0	2957	17.7	6054	10.5
身体的健康問題(精神疾患は含まない)の症状悪化	20000	16.1	9902	16.0	10098	16.3	454	5.2	1176	10.2	2422	13.6	3053	15.7	3598	18.1	3022	19.2	6275	16.6
コロナ前の生活リズムに戻ることに	20000	15.9	9902	15.3	10098	16.4	454	15.3	1176	15.2	2422	14.5	3053	15.6	3598	17.1	3022	17.0	6275	15.5
対面での地域の顔見知りや会話する機会の減少	20000	15.1	9902	14.9	10098	15.3	454	7.0	1176	10.9	2422	12.6	3053	14.0	3598	14.7	3022	16.2	6275	17.6
精神的健康問題(うつ病など)の症状悪化	20000	14.6	9902	14.8	10098	14.3	454	5.3	1176	13.5	2422	15.9	3053	17.0	3598	17.6	3022	16.2	6275	11.2
正規職員と非正規職員の処遇(収入面)格差	18249	14.1	9087	14.4	9162	13.8	0	0.0	523	9.1	2244	14.5	2946	16.8	3525	17.2	2957	15.3	6054	10.6
所属部署の統廃合/急な部署の異動	18249	12.4	9087	13.9	9162	10.9	0	0.0	523	7.2	2244	13.3	2946	15.1	3525	15.8	2957	14.7	6054	8.2
取り組んでいた部活動/目標としていた大会の中止や停止	20000	12.0	9902	13.4	10098	10.6	454	35.4	1176	16.4	2422	12.1	3053	11.9	3598	12.9	3022	12.3	6275	8.7
コロナ前の勤務形態に戻ることに	18249	11.9	9087	13.1	9162	10.7	0	0.0	523	10.4	2244	14.1	2946	14.7	3525	14.8	2957	13.4	6054	7.4
コロナに関連した言葉を用いた悪口/コロナを理由・原因とした仲間外れ	20000	11.1	9902	11.9	10098	10.2	454	8.2	1176	10.7	2422	12.4	3053	12.7	3598	13.8	3022	11.9	6275	8.0
対面での同僚との接触機会の減少	18249	10.9	9087	12.4	9162	9.3	0	0.0	523	9.0	2244	11.6	2946	11.8	3525	13.0	2957	12.1	6054	8.4
飲酒量の増加	18370	10.1	9065	11.9	9305	8.4	0	0.0	2422	9.7	3053	11.0	3598	12.0	3022	11.1	6275	8.3		
同居する家族から暴力を振るわれること	16231	9.9	7865	10.8	8366	8.9	454	8.8	979	10.6	1694	11.7	2395	11.4	2923	11.3	2507	9.8	5279	7.7
保育サービス等の利用制限	19465	9.6	9618	10.3	9848	8.9	0	0.0	1095	9.2	2422	10.2	3053	13.2	3598	10.8	3022	9.0	6275	7.2
リモートワークにより、仕事が進まない/仕事の効率が落ちること	18249	9.6	9087	11.6	9162	7.6	0	0.0	523	8.3	2244	10.7	2946	10.9	3525	12.1	2957	10.6	6054	6.6
仕事において在宅環境での単独作業の増加	18249	9.4	9087	10.9	9162	8.0	0	0.0	523	6.3	2244	10.3	2946	10.6	3525	11.6	2957	10.6	6054	6.9
SNS等での友だちとのやり取り	20000	9.3	9902	9.9	10098	8.7	454	7.8	1176	11.4	2422	11.4	3053	10.8	3598	10.5	3022	9.7	6275	6.5
同居する家族に暴力を振るってしまうこと	16231	9.1	7865	10.2	8366	8.0	454	6.5	979	8.2	1694	10.5	2395	10.7	2923	10.7	2507	9.4	5279	7.2

図 103: ストレス度 性別・年代別

	全体		男性															
			男性全体		男性13~14歳		男性15~19歳		男性20代		男性30代		男性40代		男性50代		男性60代以上	
	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値
人の集まる場所で、マスク/感染対策をしていない人を見かけること	20000	35.5	9902	31.4	233	39.2	604	21.7	1233	23.0	1543	28.3	1813	33.3	1506	33.9	2970	35.4
新型コロナウイルスに感染したときの周囲からの反応	20000	35.4	9902	31.3	233	37.8	604	20.3	1233	22.3	1543	25.9	1813	31.8	1506	33.9	2970	38.0
家族が新型コロナウイルスに感染したときの周囲からの反応	20000	33.8	9902	29.7	233	32.4	604	19.0	1233	20.4	1543	24.5	1813	30.0	1506	31.9	2970	36.8
新型コロナウイルスに感染した場合における症状への恐怖感	20000	32.3	9902	27.6	233	31.0	604	18.1	1233	20.1	1543	24.0	1813	28.5	1506	30.2	2970	32.5
マスク/手消毒を続けていても新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	20000	30.7	9902	27.8	233	22.6	604	18.3	1233	21.5	1543	25.3	1813	29.3	1506	30.4	2970	31.8
毎日コロナ関連ニュースを目にすること	20000	30.4	9902	26.3	233	22.8	604	17.8	1233	21.9	1543	24.8	1813	27.3	1506	27.8	2970	29.6
新型コロナウイルス感染者数が増加していること	20000	30.3	9902	26.3	233	26.2	604	17.5	1233	19.2	1543	23.4	1813	26.9	1506	29.2	2970	30.6
気分転換のために、気軽に外出できないこと	20000	30.2	9902	26.4	233	32.6	604	21.9	1233	25.0	1543	27.1	1813	28.1	1506	26.8	2970	25.7
人の集まる場所で、マスク/感染対策をしていない時の周囲の目	20000	30.1	9902	27.9	233	26.6	604	17.6	1233	20.6	1543	24.3	1813	28.6	1506	30.4	2970	33.1
マスク/手消毒を続けていても新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	20000	28.5	9902	24.5	233	24.6	604	17.5	1233	18.9	1543	22.2	1813	25.8	1506	27.0	2970	27.5
マスク/感染対策をするしかないかを巡り、世の中の意見が分かれていること	20000	27.6	9902	25.2	233	14.6	604	16.0	1233	19.7	1543	23.0	1813	26.3	1506	27.2	2970	29.5
家庭内で家族に感染させてしまう可能性	16231	27.2	7865	24.7	233	24.0	504	16.9	802	20.5	1166	25.2	1401	27.0	1202	26.3	2556	25.3
インターネット（SNS等）を通して知る新型コロナウイルスに関する情報が確たるものでないこと	20000	25.9	9902	23.6	233	20.2	604	17.5	1233	19.9	1543	22.2	1813	25.2	1506	25.1	2970	25.5
対面での友人・知人と会話する機会の減少	20000	23.1	9902	20.0	233	26.8	604	17.8	1233	18.2	1543	18.4	1813	19.6	1506	21.0	2970	21.4
休校/オンライン授業により、勉強が遅れる/学力が低下したこと	1864	21.8	980	20.7	233	27.0	538	18.4	205	19.5	4	15.9	0	0.0	0	0.0	0	0.0
筋力・身体機能の低下	20000	20.4	9902	19.5	233	23.2	604	14.4	1233	15.8	1543	17.9	1813	20.6	1506	22.1	2970	20.7
対面での友だちの遊び方	20000	19.5	9902	17.7	233	33.4	604	19.1	1233	18.3	1543	17.7	1813	18.3	1506	17.8	2970	15.5
職場で他人から新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	18249	19.2	9087	19.5	0	0.0	251	13.6	1125	17.5	1487	21.1	1786	23.5	1495	23.4	2943	15.7
同居家族と一緒にいる時間の増加/一人の時間の減少	16231	18.8	7865	16.2	233	18.0	504	16.7	802	17.3	1166	18.5	1401	17.4	1202	16.0	2556	13.9
医療/介護サービスを受けるために、気軽に外出できないこと	20000	18.6	9902	17.5	233	8.2	604	12.8	1233	14.0	1543	17.1	1813	18.1	1506	19.8	2970	19.5
気軽に外（屋外・ジム等）で運動をすることができないこと	20000	18.5	9902	18.7	233	27.2	604	16.5	1233	17.5	1543	19.2	1813	19.1	1506	19.0	2970	18.5
経済的に苦しく、家賃や光熱水費、食費などの生活費が工面できないこと	20000	18.2	9902	18.8	233	5.0	604	13.1	1233	19.1	1543	20.9	1813	22.6	1506	22.9	2970	15.4
対面での家族（同居していない）と会話する機会の減少	20000	18.0	9902	15.7	233	10.6	604	11.6	1233	13.0	1543	14.9	1813	16.5	1506	16.7	2970	17.6
同居する家族から感情的な暴言を吐かれること	16231	18.0	7865	16.5	233	19.2	504	15.0	802	16.9	1166	17.7	1401	18.1	1202	17.7	2556	14.5
就職/転職活動が困難であること	20000	17.8	9902	18.5	233	8.6	604	16.3	1233	20.3	1543	21.1	1813	22.3	1506	22.4	2970	13.3
コロナ前の進学形態に戻ること	1864	17.4	980	14.4	233	13.6	538	13.7	205	16.8	4	13.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0
睡眠が十分とれていないこと	20000	17.2	9902	17.0	233	10.2	604	14.3	1233	16.1	1543	18.6	1813	20.3	1506	19.7	2970	14.2
同居家族との家事の負担/分担	16231	17.1	7865	14.3	233	10.2	504	11.9	802	14.2	1166	16.4	1401	15.8	1202	15.3	2556	13.0
失業/雇用契約打ち切りの可能性（会社の見通しの不安定さ）	18249	16.3	9087	17.5	0	0.0	251	11.9	1125	17.1	1487	20.1	1786	20.9	1495	21.5	2943	12.7
同居する家族に感情的な暴言を吐いてしまうこと	16231	16.2	7865	14.9	233	20.4	504	12.0	802	13.2	1166	15.1	1401	16.1	1202	16.2	2556	14.0
シフト減/賞金カット/休業による手取り額の減少	18249	16.2	9087	16.7	0	0.0	251	13.5	1125	18.2	1487	19.6	1786	20.3	1495	19.1	2943	11.6
身体的健康問題（精神疾患は含まない）の症状悪化	20000	16.1	9902	16.0	233	3.8	604	10.1	1233	13.0	1543	15.7	1813	18.1	1506	19.0	2970	16.8
コロナ前の生活リズムに戻ること	20000	15.9	9902	15.3	233	15.8	604	12.9	1233	14.1	1543	15.7	1813	16.4	1506	16.5	2970	14.8
対面での地域の顔見知りと会話する機会の減少	20000	15.1	9902	14.9	233	6.2	604	10.8	1233	12.2	1543	14.3	1813	14.7	1506	16.4	2970	17.1
精神的健康問題（うつ病など）の症状悪化	20000	14.6	9902	14.8	233	4.6	604	12.6	1233	14.8	1543	16.9	1813	18.1	1506	16.3	2970	12.2
正規職員と非正規職員の処遇（収入面）格差	18249	14.1	9087	14.4	0	0.0	251	9.6	1125	14.4	1487	17.3	1786	16.1	1495	15.1	2943	11.8
所属部署の統廃合/急な部署の異動	18249	12.4	9087	13.9	0	0.0	251	7.7	1125	14.3	1487	16.6	1786	17.2	1495	16.6	2943	9.7
取り組んでいた部活動/目標としていた大会の中止や停止	20000	12.0	9902	13.4	233	35.6	604	14.3	1233	12.8	1543	13.4	1813	14.1	1506	14.2	2970	10.9
コロナ前の勤務形態に戻ること	18249	11.9	9087	13.1	0	0.0	251	9.1	1125	14.1	1487	15.9	1786	15.8	1495	15.5	2943	8.7
コロナに関連した言葉を用いた悪口/コロナを理由・原因とした仲間外れ	20000	11.1	9902	11.9	233	8.8	604	10.6	1233	11.9	1543	13.4	1813	14.7	1506	13.1	2970	9.4
対面での同僚との接触機会の減少	18249	10.9	9087	12.4	0	0.0	251	9.9	1125	12.2	1487	13.2	1786	14.7	1495	13.9	2943	10.2
飲酒量の増加	18370	10.1	9065	11.9	0	0.0	0	0.0	1233	9.9	1543	12.7	1813	13.4	1506	13.0	2970	10.9
同居する家族から暴力を振るわれること	16231	9.9	7865	10.8	233	10.6	504	11.0	802	12.5	1166	12.3	1401	11.7	1202	11.0	2556	9.1
保育サービス等の利用制限	19465	9.6	9618	10.3	0	0.0	553	9.9	1233	10.1	1543	12.8	1813	11.7	1506	9.9	2970	8.4
リモートワークにより、仕事が進まない/仕事の効率が落ちたこと	18249	9.6	9087	11.6	0	0.0	251	8.9	1125	11.6	1487	12.9	1786	14.3	1495	13.3	2943	8.6
仕事において在宅環境での単独作業の増加	18249	9.4	9087	10.9	0	0.0	251	6.2	1125	11.3	1487	12.2	1786	13.3	1495	12.6	2943	8.2
SNS等での友だちとのやり取り	20000	9.3	9902	9.9	233	5.6	604	10.3	1233	11.1	1543	11.8	1813	11.4	1506	10.6	2970	7.3
同居する家族に暴力を振るってしまうこと	16231	9.1	7865	10.2	233	6.2	504	9.3	802	10.7	1166	11.2	1401	11.7	1202	10.8	2556	9.1

図 104: ストレス度 男性年代別

	全体		女性															
	女性全体		女性13~14歳		女性15~19歳		女性20代		女性30代		女性40代		女性50代		女性60代以上			
	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値	(n=)	平均値		
人の集まる場所で、マスク/感染対策をしていない人を見かけること	20000	35.5	10098	39.5	221	43.4	572	31.1	1189	32.9	1510	38.9	1785	40.7	1516	43.6	3305	40.8
新型コロナウイルスに感染したときの周囲からの反応	20000	35.4	10098	39.5	221	37.6	572	27.6	1189	30.2	1510	36.7	1785	41.7	1516	44.1	3305	43.0
家族が新型コロナウイルスに感染したときの周囲からの反応	20000	33.8	10098	37.8	221	35.4	572	24.1	1189	27.6	1510	34.2	1785	40.4	1516	42.9	3305	41.8
新型コロナウイルスに感染した場合における症状への恐怖感	20000	32.3	10098	36.9	221	35.4	572	26.1	1189	28.7	1510	35.0	1785	37.2	1516	40.9	3305	40.6
マスク/フェイスを通して知る新型コロナウイルスに関する情報が強まるものでないこと	20000	30.7	10098	33.6	221	25.8	572	22.2	1189	27.3	1510	31.6	1785	34.3	1516	36.9	3305	37.4
連日コロナ関連ニュースを目にすること	20000	30.4	10098	34.4	221	29.0	572	25.8	1189	28.7	1510	32.7	1785	34.8	1516	37.6	3305	37.4
新型コロナウイルス感染者数が増加していること	20000	30.3	10098	34.3	221	29.6	572	25.0	1189	28.1	1510	32.1	1785	34.1	1516	38.0	3305	37.8
気分転換のために、気軽に外出できないこと	20000	30.2	10098	33.9	221	30.8	572	35.4	1189	34.6	1510	36.2	1785	33.7	1516	33.7	3305	32.8
人の集まる場所で、マスク/感染対策をしていない時の周囲の目	20000	30.1	10098	32.3	221	22.8	572	23.3	1189	25.9	1510	31.5	1785	34.9	1516	35.5	3305	34.4
マスク/手指消毒を続けていても新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	20000	28.5	10098	32.3	221	32.4	572	24.6	1189	27.0	1510	31.0	1785	33.5	1516	35.8	3305	33.9
マスク/感染対策をするがしなやかを巡り、世の中の意見が分かれていること	20000	27.6	10098	30.0	221	21.4	572	22.3	1189	24.8	1510	29.3	1785	31.7	1516	33.3	3305	31.7
家庭内で家族に感染させてしまう可能性	16231	27.2	8366	29.5	221	26.2	475	21.4	891	27.9	1229	32.2	1522	32.1	1305	30.9	2722	28.3
インターネット（SNS等）を通して知る新型コロナウイルスに関する情報が強まるものでないこと	20000	25.9	10098	28.2	221	23.8	572	21.1	1189	25.7	1510	28.0	1785	30.6	1516	30.4	3305	28.4
対面での友人・知人と会話する機会の減少	20000	23.1	10098	26.0	221	27.2	572	25.1	1189	25.6	1510	25.6	1785	24.6	1516	27.2	3305	26.6
休校/オンライン授業により、勉強が選れる/学力が低下したこと	1864	21.8	885	23.0	221	25.2	510	22.2	153	22.3	1	20.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
筋力・身体機能の低下	20000	20.4	10098	21.3	221	23.6	572	17.5	1189	17.3	1510	20.2	1785	22.3	1516	23.9	3305	22.1
対面での友だちの遊び方	20000	19.5	10098	21.2	221	38.6	572	27.3	1189	24.1	1510	22.0	1785	21.4	1516	21.7	3305	17.4
職場で他人から新型コロナウイルスに感染してしまう可能性	18249	19.2	9162	18.9	0	0.0	272	13.8	1119	21.1	1459	22.1	1739	23.4	1462	22.6	3111	12.8
同居家族と一緒にいる時間の増加/一人の時間の減少	16231	18.8	8366	21.3	221	21.2	475	20.3	891	19.1	1229	22.0	1522	22.6	1305	23.1	2722	20.3
医療/介護サービスを受けるために、気軽に外出できないこと	20000	18.6	10098	19.7	221	9.0	572	15.6	1189	16.8	1510	19.6	1785	20.0	1516	21.5	3305	21.3
気軽に外（屋外・ジム等）で運動をすることができないこと	20000	18.5	10098	18.3	221	19.8	572	16.3	1189	18.1	1510	18.5	1785	17.6	1516	18.4	3305	18.9
経済的に苦しく、家賃や光熱水費、食費などの生活費が工面できないこと	20000	18.2	10098	17.7	221	2.0	572	13.2	1189	20.1	1510	21.4	1785	23.2	1516	19.7	3305	13.0
対面での家族（同居していない）と会話する機会の減少	20000	18.0	10098	20.2	221	14.4	572	12.9	1189	17.0	1510	20.0	1785	18.8	1516	21.4	3305	23.3
同居する家族から感情的な暴言を吐かれること	16231	18.0	8366	19.4	221	19.0	475	19.3	891	17.7	1229	19.6	1522	21.8	1305	21.5	2722	17.4
就職/転職活動が困難であること	20000	17.8	10098	17.2	221	4.4	572	18.7	1189	23.3	1510	21.0	1785	22.5	1516	19.2	3305	10.0
コロナ前の通学形態に戻ることに	1864	17.4	885	20.9	221	20.2	510	20.2	153	24.1	1	20.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
睡眠が十分とれていないこと	20000	17.2	10098	17.4	221	13.8	572	17.4	1189	18.5	1510	18.6	1785	20.5	1516	20.1	3305	13.7
同居家族との家事の負担/分担	16231	17.1	8366	19.6	221	14.2	475	13.0	891	16.8	1229	20.3	1522	22.2	1305	23.0	2722	18.9
失業/雇用契約打ち切りの可能性（会社の見通しの不安定さ）	18249	16.3	9162	15.2	0	0.0	272	11.0	1119	17.1	1459	18.0	1739	19.8	1462	17.4	3111	10.0
同居する家族に感情的な暴言を吐いてしまうこと	16231	16.2	8366	17.4	221	18.4	475	12.9	891	17.5	1229	19.7	1522	21.2	1305	18.7	2722	14.3
シフト減/賃金カット/休業による手取り額の減少	18249	16.2	9162	15.6	0	0.0	272	17.7	1119	20.1	1459	19.6	1739	19.8	1462	16.2	3111	9.4
身体的健康問題（精神疾患は含まない）の症状悪化	20000	16.1	10098	16.3	221	6.6	572	10.3	1189	14.2	1510	15.7	1785	18.1	1516	19.5	3305	16.5
コロナ前の生活リズムに戻ることに	20000	15.9	10098	16.4	221	14.8	572	17.6	1189	14.9	1510	15.5	1785	17.7	1516	17.4	3305	16.1
対面での地域の顔見知りと会話する機会の減少	20000	15.1	10098	15.3	221	7.8	572	11.0	1189	13.1	1510	13.8	1785	14.6	1516	16.0	3305	17.9
精神的健康問題（うつ病など）の症状悪化	20000	14.6	10098	14.3	221	6.0	572	14.4	1189	17.0	1510	17.2	1785	17.0	1516	16.1	3305	10.4
正規職員と非正規職員の処遇（収入面）格差	18249	14.1	9162	13.8	0	0.0	272	8.7	1119	14.5	1459	16.3	1739	18.3	1462	15.6	3111	9.5
所属部署の統廃合/急な部署の異動	18249	12.4	9162	10.9	0	0.0	272	6.8	1119	12.3	1459	13.6	1739	14.3	1462	12.7	3111	6.7
取り組んでいた部活動/目標としていた大会の中止や停止	20000	12.0	10098	10.6	221	35.2	572	18.5	1189	11.4	1510	10.5	1785	11.7	1516	10.4	3305	6.8
コロナ前の勤務形態に戻ることに	18249	11.9	9162	10.7	0	0.0	272	11.6	1119	14.0	1459	13.4	1739	13.8	1462	11.2	3111	6.1
コロナに関連した言葉を用いた悪口/コロナを理由・原因とした仲間外れ	20000	11.1	10098	10.2	221	7.6	572	10.7	1189	12.9	1510	11.9	1785	12.9	1516	10.7	3305	6.8
対面での同僚との接触機会の減少	18249	10.9	9162	9.3	0	0.0	272	8.2	1119	10.9	1459	10.3	1739	11.4	1462	10.3	3111	6.8
飲酒量の増加	18370	10.1	9305	8.4	0	0.0	0	0.0	1189	9.6	1510	9.2	1785	10.5	1516	9.3	3305	6.0
同居する家族から暴力を振られること	16231	9.9	8366	8.9	221	7.0	475	10.2	891	11.0	1229	10.5	1522	11.0	1305	8.8	2722	6.4
保育サービス等の利用制限	19465	9.6	9848	8.9	0	0.0	543	8.5	1189	10.4	1510	13.6	1785	9.9	1516	8.1	3305	6.0
リモートワークにより、仕事が進まない/仕事の効率が落ちたこと	18249	9.6	9162	7.6	0	0.0	272	7.7	1119	9.8	1459	8.8	1739	9.7	1462	7.9	3111	4.8
仕事において在宅環境で単独作業の増加	18249	9.4	9162	8.0	0	0.0	272	6.3	1119	9.3	1459	9.1	1739	9.9	1462	8.7	3111	5.7
SNS等での友だちとのやり取り	20000	9.3	10098	8.7	221	10.2	572	12.5	1189	11.7	1510	9.8	1785	9.6	1516	8.8	3305	5.8
同居する家族に暴力を振るってしまうこと	16231	9.1	8366	8.0	221	6.8	475	7.0	891	10.2	1229	10.2	1522	9.8	1305	8.1	2722	5.4

図 105: ストレス度 女性年代別

10) 孤立・疎外感

(1) 「自分に仲間付き合いがないと感じることがある」

「自分に仲間付き合いがないと感じることがある」について確認したところ、自殺念慮や自殺未遂経験がある層の方が、ない層に比べて「感じる計」の割合が高い。

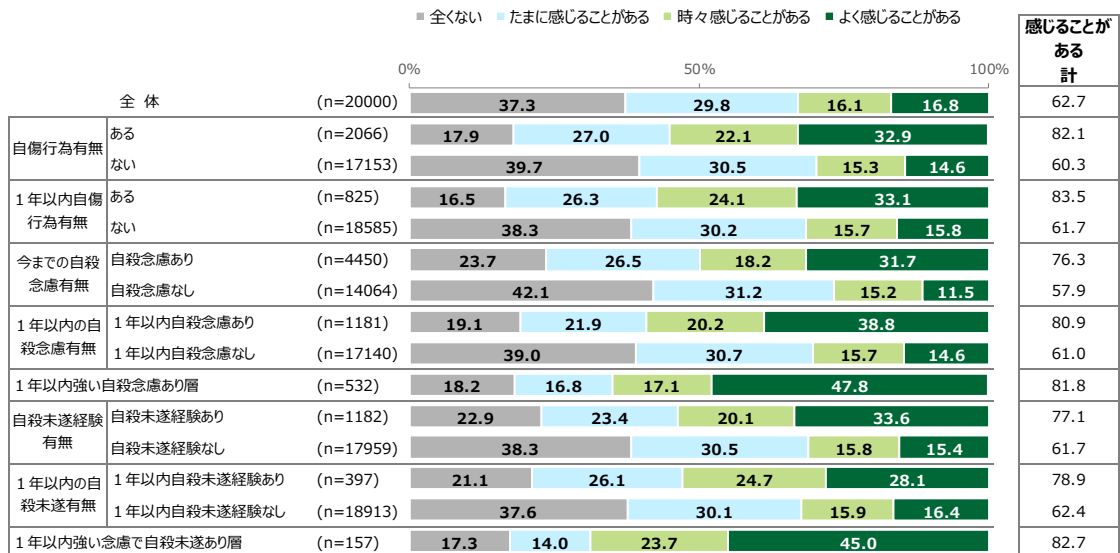


図 106: 「自分に仲間付き合いがないと感じることがある」

(2) 「自分は疎外されていると感じることがある」

「自分は疎外されていると感じることがある」について確認したところ、自殺念慮や自殺未遂経験がある層の方が、ない層に比べて「感じる計」の割合が高い。

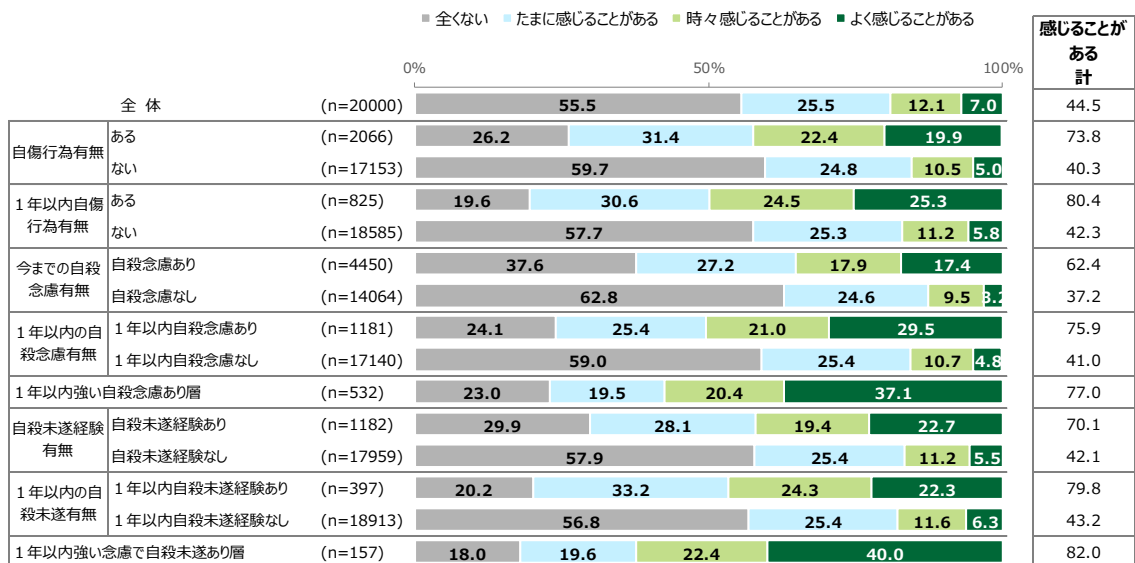


図 107: 「自分は疎外されていると感じることがある」

(3) 「自分は他の人から孤立していると感じることがある」

「自分は他の人から孤立していると感じることがある」について確認したところ、自殺念慮や自殺未遂経験がある層の方がいない層に比べて「感じる計」の割合が高い。

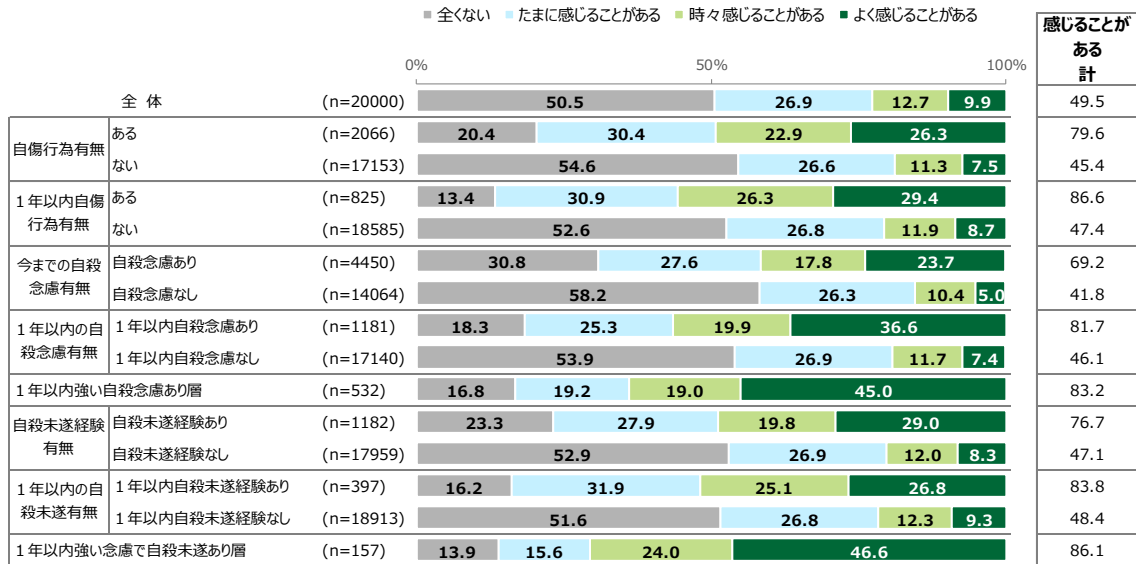


図 108: 「自分は他の人から孤立していると感じることがある」

11) 周囲の人の自殺

自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、ない層に比べて周りで自殺で亡くなった方がいる割合が高い。

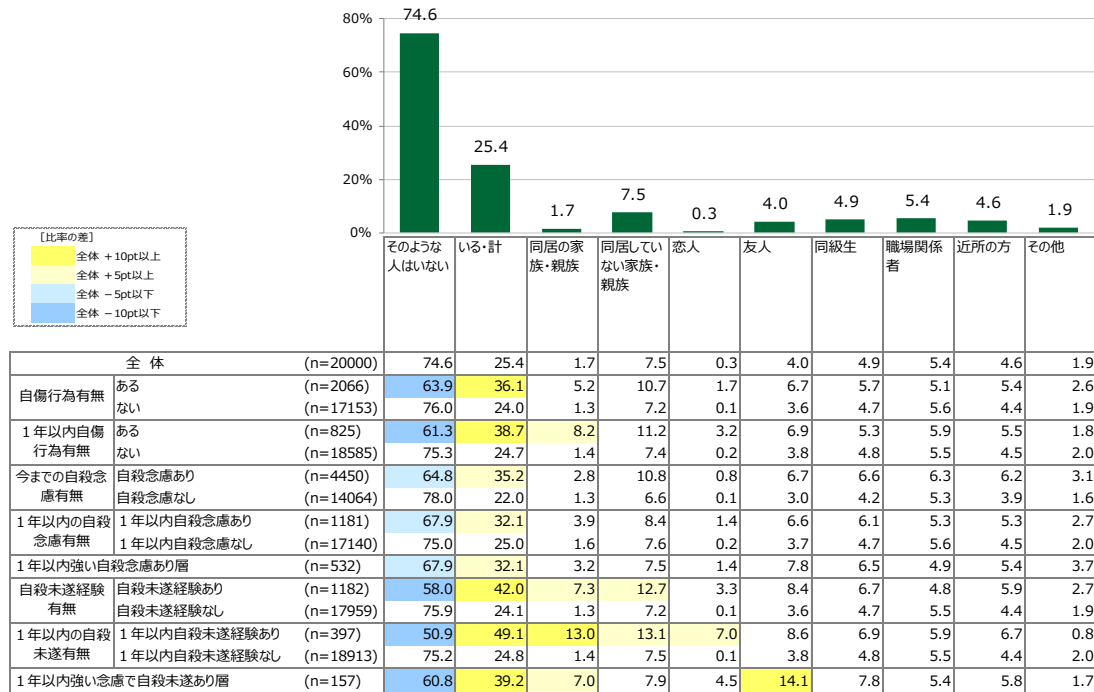


図 109: 周りで自殺で亡くなった方

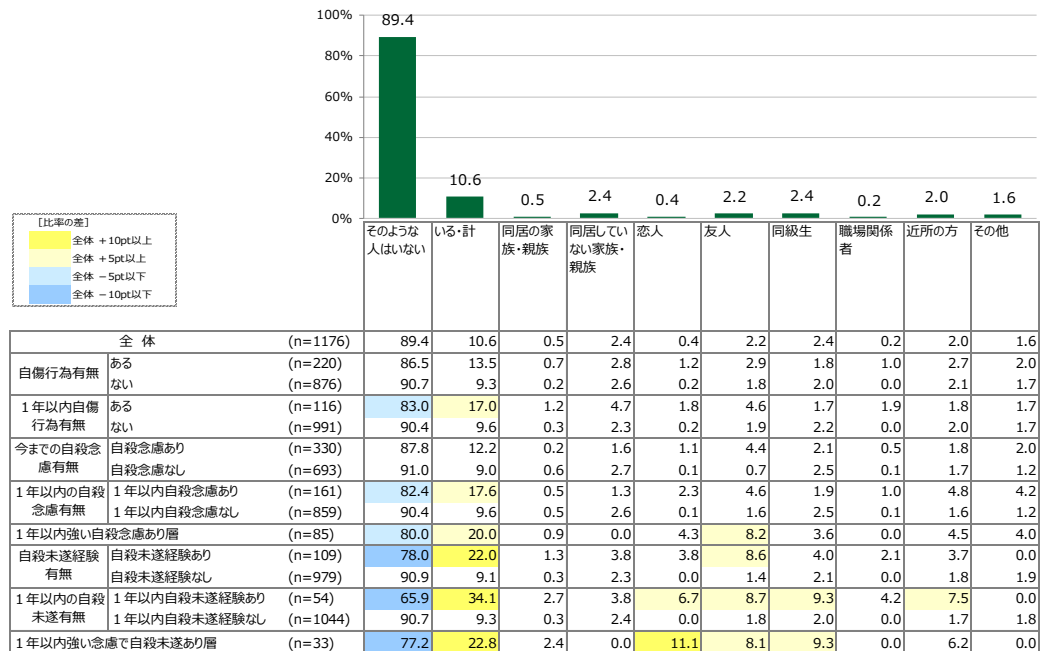


図 110: 周りで自殺で亡くなった方 15~19 歳ベース

セクション3: 自殺念慮・自殺未遂のリスクの高い層

1) 自殺念慮

1年以内に自殺念慮があった割合を、属性や回答別に確認した。1年以内の自殺念慮は全体の6.4%。以下の図は全体6.4%より+5pt以上高い属性にハッチングをしている。

「女性15~19歳」「女性20代」は全体的に高く、自殺念慮のリスクが高い層であるといえる。また、回答別にみると、「就業状況」では「在職(休職中)」「無職(求職中)」、「持病」で「心の病気」を持つ層、疎外感や孤立感を感じている層、家族等に助けや助言を求める相手がいない層などが1年以内の自殺念慮があった割合が高い。

各質問回答別 ↓	性年代別 →	全体	男性											女性					
			15~19歳全体	男性全体	男性13~14歳	男性15~19歳	男性20代	男性30代	男性40代	男性50代	男性60代以上	女性全体	女性13~14歳	女性15~19歳	女性20代	女性30代	女性40代	女性50代	女性60代以上
			全体	15~19歳全体	男性全体	男性13~14歳	男性15~19歳	男性20代	男性30代	男性40代	男性50代	男性60代以上	女性全体	女性13~14歳	女性15~19歳	女性20代	女性30代	女性40代	女性50代
未婚	配偶者(夫または妻)あり	6.4	15.8	5.6	4.3	10.8	12.2	8.7	5.5	3.9	1.5	7.3	6.3	21.3	15.9	11.3	6.9	4.9	1.8
	未婚	3.7	29.1	3.2	0.0	31.7	12.6	7.2	4.2	3.0	1.2	4.2	0.0	27.2	11.5	7.3	6.7	3.9	1.1
	離婚	10.5	15.5	8.4	0.0	7.0	11.9	9.2	6.5	6.1	3.8	13.1	0.0	21.2	18.0	14.5	6.2	6.5	2.8
	死別	8.0	100.0	6.2	0.0	100.0	22.5	19.0	8.2	3.1	2.2	8.9	0.0	100.0	9.6	26.2	10.5	7.2	5.3
同居家族	同居家族はいない(一人暮らし)	2.5	0.0	7.1	0.0	0.0	35.0	24.8	39.2	10.9	3.8	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	8.6	0.6	0.6
	同居家族はいる	7.7	4.9	7.1	0.0	4.0	11.1	10.0	6.1	6.2	2.9	8.4	0.0	5.9	16.6	14.8	7.9	7.2	2.7
就業状況	在職(休職していない)	5.4	17.6	4.7	0.0	14.3	9.8	6.7	4.5	3.2	1.4	6.5	0.0	22.5	13.3	10.5	5.4	4.0	1.7
	在職(休職中)	14.7	43.4	15.3	0.0	0.0	20.5	25.0	11.2	14.0	8.3	14.3	0.0	58.1	18.5	10.6	13.3	12.1	13.2
	無職(求職中)	14.8	28.0	14.6	0.0	14.7	22.9	21.5	10.7	13.8	4.9	15.0	0.0	53.2	31.5	16.2	10.6	5.3	3.8
	無職(仕事をしたいが、現在は求職していない)	9.0	25.5	8.5	0.0	0.0	13.4	19.6	14.5	7.8	2.7	9.2	0.0	43.8	16.7	12.6	11.3	7.0	2.4
	無職(仕事をしたいと思っていない)	3.2	26.9	3.0	0.0	100.0	27.5	12.8	15.5	2.3	1.1	3.4	0.0	0.0	19.7	11.7	7.0	5.2	1.3
	学生(学業専業)	12.5	16.3	9.4	4.3	11.3	13.9	0.0	0.0	0.0	0.0	16.0	6.3	21.9	18.5	0.0	0.0	0.0	0.0
	学生(仕事・バイトもしている)	12.6	10.8	11.0	0.0	6.9	15.2	31.8	0.0	0.0	0.0	14.3	0.0	14.8	13.8	0.0	0.0	0.0	0.0
	その他	15.3	42.6	17.1	0.0	100.0	18.1	20.1	23.5	11.2	7.0	13.4	0.0	29.8	30.5	33.9	5.1	15.6	0.0
最終学歴	中学校 卒業後、進学し中退	14.8	17.6	13.2	0.0	0.0	26.9	19.8	13.7	5.5	0.0	16.4	0.0	34.2	17.3	29.4	12.8	4.5	0.0
	高校(旧制中等等を含む) 卒業まで	5.7	19.1	5.4	0.0	13.5	10.9	6.3	7.0	5.2	2.3	6.0	0.0	25.9	17.7	13.8	7.6	6.1	1.4
	高校(旧制中等等を含む) 卒業後、進学し中退	12.3	37.0	9.8	0.0	0.0	16.9	11.1	9.7	4.7	7.8	16.2	0.0	100.0	24.9	20.7	19.1	4.3	0.0
	専門学校、専修学校、各種学校 卒業まで	7.0	0.0	6.6	0.0	0.0	10.5	7.5	7.4	7.3	0.9	7.2	0.0	0.0	12.4	9.8	7.0	7.0	2.9
	専門学校、専修学校、各種学校 卒業後、進学し中退	11.6	37.2	16.5	0.0	44.0	20.8	29.7	19.0	0.0	0.0	7.9	0.0	0.0	4.0	39.0	12.8	0.0	0.0
	短期大学、高専 卒業まで	4.3	0.0	5.5	0.0	0.0	14.5	13.5	4.5	3.9	1.8	4.1	0.0	0.0	17.6	14.4	5.4	3.4	2.0
	短期大学、高専 卒業後、進学し中退	6.6	0.0	7.6	0.0	0.0	27.9	0.0	0.0	0.0	0.0	6.2	0.0	0.0	24.0	0.0	0.0	16.4	0.0
	大学(旧制高校等を含む) 卒業まで	4.7	0.0	3.6	0.0	0.0	9.5	7.9	3.1	2.7	0.6	6.6	0.0	0.0	14.4	10.4	6.4	2.1	1.9
	大学(旧制高校等を含む) 卒業後、進学し中退	6.7	0.0	5.8	0.0	0.0	19.1	12.7	0.0	0.0	3.9	8.6	0.0	0.0	21.6	5.5	18.6	0.0	0.0
	大学院修士課程 卒業まで	6.1	0.0	5.6	0.0	0.0	13.7	7.9	6.4	1.3	2.0	7.2	0.0	0.0	14.1	8.6	5.2	6.9	4.1
	大学院修士課程 卒業後、進学し中退	7.2	0.0	7.4	0.0	0.0	12.1	0.0	0.0	18.5	7.1	6.6	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	大学院博士課程 卒業まで	8.3	0.0	6.8	0.0	0.0	57.2	18.8	4.7	0.0	0.0	14.2	0.0	0.0	0.0	18.9	14.5	31.1	0.0
その他	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
働き方	正規の職員・従業員	5.3	31.7	4.7	0.0	34.8	9.8	8.1	4.3	3.6	0.7	6.4	0.0	27.1	13.7	10.1	6.5	3.8	1.4
	パート・アルバイト	7.6	12.8	8.4	0.0	4.0	14.8	10.3	12.0	9.8	3.2	7.4	0.0	20.5	19.5	10.9	7.2	4.9	1.6
	派遣社員・契約社員・嘱託	5.9	13.8	5.0	0.0	24.5	16.5	7.7	10.2	3.8	1.4	6.8	0.0	0.0	13.4	13.9	5.0	6.8	2.4
	会社などの役員(会長・社長等も含む)	5.0	0.0	3.9	0.0	0.0	20.5	0.0	4.7	4.5	3.3	10.2	0.0	0.0	33.8	24.5	10.2	5.5	
	自営業主(個人経営の商店主等)で、雇い人は0人	5.4	0.0	4.8	0.0	0.0	19.8	11.8	6.9	3.1	1.7	6.6	0.0	0.0	29.0	3.7	12.5	4.1	5.2
	自営業主(個人経営の商店主等)で、雇い人が1人以上	4.5	0.0	3.4	0.0	0.0	21.0	0.0	2.1	3.6	3.4	6.6	0.0	0.0	17.2	18.9	12.4	15.8	2.9
	自家営業の手伝い(家族従業員)	4.3	0.0	5.4	0.0	0.0	0.0	10.4	14.1	0.0	0.0	3.9	0.0	0.0	3.8	3.8	4.1	4.3	
	自由業(開業医、弁護士、税理士、フリーライター、デザイナーなど)	6.1	35.4	6.4	0.0	28.2	9.0	17.5	4.0	5.0	3.1	5.7	0.0	48.9	3.9	16.7	6.4	4.8	0.0
	内職	12.2	23.2	23.3	0.0	30.2	35.8	30.7	0.0	0.0	11.6	6.9	0.0	0.0	20.1	13.5	10.2	3.5	0.0
	その他	3.5	0.0	2.9	0.0	0.0	0.0	20.0	0.0	0.0	0.0	4.0	0.0	0.0	22.0	6.7	8.0	10.6	1.4
	今まで仕事に就いたことがない	10.7	16.3	9.1	4.3	11.0	15.2	9.3	16.9	0.0	0.0	12.0	6.3	22.6	18.0	24.0	12.0	5.8	1.0
	業種	農林漁業	18.3	44.8	19.3	0.0	55.6	39.9	18.4	17.5	16.9	0.0	15.6	0.0	20.3	43.6	21.6	0.0	8.0
建設業		5.4	7.8	5.2	0.0	0.0	16.7	10.4	4.1	6.1	0.9	5.8	0.0	20.2	11.9	11.3	8.8	0.0	2.3
製造業		6.1	18.8	5.1	0.0	9.9	10.7	9.1	5.6	3.3	1.4	8.0	0.0	29.7	19.8	13.8	8.6	3.2	3.0
電気・ガス・熱供給・水道業		9.1	0.0	9.5	0.0	0.0	26.5	12.7	6.2	8.6	5.1	8.3	0.0	0.0	39.8	9.2	5.6	8.2	0.0
情報通信業		5.0	26.1	3.9	0.0	40.9	7.2	8.7	2.6	1.7	1.8	7.5	0.0	0.0	14.6	13.0	0.0	11.3	1.8
運輸業・倉庫業		8.8	16.1	8.2	0.0	14.4	17.7	4.4	9.2	7.4	5.3	10.0	0.0	18.4	27.9	6.0	8.5	11.1	4.4
卸・小売業		5.5	5.1	4.2	0.0	0.0	9.2	6.0	7.6	2.8	0.6	6.3	0.0	10.9	16.4	11.3	5.6	5.9	1.1
金融・保険(郵便局、協同組合を含む)		3.7	0.0	2.6	0.0	0.0	5.4	9.1	3.9	0.0	0.0	4.3	0.0	0.0	11.1	11.4	10.3	2.7	0.0
不動産業		3.8	0.0	3.3	0.0	0.0	0.0	10.5	5.4	1.6	2.0	4.4	0.0	0.0	9.5	12.9	0.0	0.0	4.0
飲食店・宿泊業		9.7	15.9	8.4	0.0	6.1	15.1	14.6	5.0	4.7	0.0	10.4	0.0	22.2	19.1	8.7	6.2	7.9	1.9
医療・福祉		5.9	58.6	4.4	0.0	0.0	9.5	9.9	2.1	2.6	0.7	6.5	0.0	58.6	11.7	11.0	6.1	4.1	1.6
教育・学習支援業		3.4	8.7	3.7	0.0	5.7	9.7	5.6	0.0	4.5	1.6	3.2	0.0	16.0	8.5	6.9	3.5	3.8	0.0
風俗業		21.0	0.0	16.8	0.0	0.0	19.1	14.8	16.8	39.4	0.0	4.7	0.0	0.0	19.3	30.5	28.1	47.5	0.0
公務		5.6	29.8	4.3	0.0	48.8	14.1	8.9	1.6	0.0	1.5	7.8	0.0	0.0	20.6	10.7	15.4	6.0	2.1
その他		5.7	13.5	5.1	0.0	7.4	9.7	7.8	7.2	5.9	1.6	6.2	0.0	21.4	13.7	10.7	6.7	3.9	2.6

(灰色: n=30未満 / 黄色: 「全体」+5pt以上)

図 111: 回答別×性年代別 1年以内自殺念慮

各質問回答別 ↓	性年代別 →	男性														女性					
		全体	15~19歳全体	男性全体	男性13~14歳	男性15~19歳	男性20代	男性30代	男性40代	男性50代	男性60代以上	女性全体	女性13~14歳	女性15~19歳	女性20代	女性30代	女性40代	女性50代	女性60代以上		
		全体	15~19歳全体	男性全体	男性13~14歳	男性15~19歳	男性20代	男性30代	男性40代	男性50代	男性60代以上	女性全体	女性13~14歳	女性15~19歳	女性20代	女性30代	女性40代	女性50代	女性60代以上		
持病	身体(の病気(診断あり))	6.0	3.9	5.4	0.0	18.7	24.1	17.7	8.4	5.7	1.7	6.7	0.0	42.6	26.2	12.8	7.1	6.1	2.6		
	身体(の病気(診断はないが自覚症状あり))	15.3	3.7	15.2	0.0	30.2	32.1	24.7	10.3	13.4	6.0	15.5	0.0	38.1	33.9	27.2	17.5	9.9	4.3		
	心の病気(診断あり)	28.6	6.3	21.1	0.0	64.9	31.0	23.7	17.6	20.1	5.5	35.0	0.0	66.7	50.6	39.8	26.3	23.4	22.2		
	心の病気(診断はないが自覚症状あり)	33.1	5.1	33.2	0.0	60.1	47.4	32.4	23.3	24.4	22.4	33.0	0.0	45.0	43.4	36.9	26.4	23.1	15.4		
	怪我や身体障害	11.4	2.1	11.4	0.0	13.4	23.9	28.0	9.0	11.0	2.8	11.4	0.0	37.5	13.5	15.7	13.8	13.3	5.0		
	その他	5.6	34.0	9.5	0.0	34.0	20.1	9.8	0.0	14.0	0.0	14.0	0.0	0.0	7.8	0.0	0.0	0.0	0.0		
	特に持病はない	3.9	8.4	3.3	4.7	4.4	7.0	4.8	2.8	1.0	0.4	4.4	6.7	13.0	9.0	6.5	3.7	2.2	0.4		
過去30日間の感情	ちよとしたことでイライラしたり不安になったりした	10.7	2.1	9.3	8.3	14.0	17.2	13.2	8.7	7.1	3.2	11.9	13.6	26.1	20.2	14.5	9.8	8.1	4.5		
	絶望的だと感じた	19.9	28.7	17.0	16.7	21.0	22.8	19.1	13.9	16.1	9.0	22.7	16.7	34.6	31.6	25.2	19.2	17.6	11.5		
	そわそわしたり、落ち着かなく感じた	15.3	24.6	13.3	8.3	16.2	20.5	18.4	10.5	10.7	5.6	17.1	15.4	31.2	26.2	20.2	14.3	11.4	5.8		
	気分が沈み込んで、何が起ころても気が晴れないように感じた	15.6	27.0	14.2	12.5	21.4	21.3	17.4	12.1	10.9	6.7	16.8	22.2	30.7	26.0	19.7	14.3	13.1	7.0		
	何をしてもおどくように感じた	13.2	28.2	12.0	7.1	22.5	20.3	15.4	11.3	9.1	4.2	14.2	18.2	31.9	24.0	17.8	12.2	8.6	5.2		
	自分は価値のない人間と感じた	18.8	30.8	16.3	12.5	27.4	23.0	19.0	12.8	13.7	7.8	20.9	60.0	32.9	29.4	23.2	17.4	15.1	9.7		
日常の不安	同居する家族との関係	21.3	46.4	17.9	50.0	29.9	21.7	24.2	17.2	9.8	8.1	24.1	100.0	57.3	39.9	38.3	21.8	14.0	8.1		
	自身の健康	14.7	38.0	13.0	0.0	22.7	24.7	19.0	14.3	9.3	5.0	16.3	100.0	50.8	34.2	19.9	13.5	9.5	5.9		
	家族・自分自身の収入	13.9	31.1	12.1	100.0	23.7	18.2	16.2	11.1	7.5	5.6	15.6	50.0	38.0	26.2	17.9	13.0	10.4	6.3		
	働き方	16.4	36.6	13.3	0.0	29.1	20.5	16.7	11.6	7.5	6.1	19.3	100.0	42.0	29.4	19.7	14.2	12.3	10.5		
	離れて暮らす家族・恋人・友人との関係	16.0	39.5	14.4	0.0	20.4	21.9	21.4	17.0	7.5	6.7	17.0	50.0	38.5	33.0	21.6	16.8	7.9	4.9		
	学校生活	30.4	30.7	23.2	0.0	21.6	36.5	100.0	0.0	0.0	0.0	35.1	33.3	35.9	31.3	0.0	0.0	0.0	0.0		
	進学・就職	24.3	26.5	18.8	15.4	16.5	27.8	50.0	0.0	0.0	0.0	29.0	18.2	33.3	22.1	0.0	0.0	0.0	0.0		
	余暇の過ごし方	20.8	41.8	17.4	0.0	30.1	24.5	20.8	17.2	8.9	8.5	24.4	0.0	52.9	36.4	27.0	20.3	18.3	7.8		
	分からないが突然としたものに対して	20.1	36.4	18.2	100.0	29.5	24.1	24.3	13.9	11.5	8.7	21.6	14.3	40.9	32.8	24.3	17.8	13.3	9.9		
	その他	16.6	39.5	15.8	0.0	13.8	20.6	35.5	19.4	10.5	9.3	17.2	0.0	51.7	39.8	28.8	18.3	16.6	6.1		
新型コロナウイルス感染拡大についての不安	今後、自分や家族が新型コロナウイルスに感染するかもしれない	9.0	17.3	7.7	7.1	9.6	15.2	11.9	8.0	5.6	3.0	10.1	14.3	24.7	20.1	14.5	9.0	7.2	3.3		
	レジャーや旅行が安心して出来るようには戻らないかもしれない	9.4	18.2	8.4	5.0	7.4	15.3	12.1	8.0	7.3	2.5	10.2	6.3	26.9	20.4	14.8	7.7	6.7	3.2		
	コロナの収束がみえない	7.9	16.3	6.8	7.7	10.3	14.7	10.7	7.0	5.9	2.0	8.7	14.3	21.5	18.6	13.4	8.2	6.3	2.5		
	緊急事態宣言が発出され、自粛を余儀なくされるかもしれない	9.4	16.3	8.8	12.5	12.1	15.4	13.7	10.1	6.9	2.5	10.0	15.4	19.8	21.0	14.6	8.6	6.9	3.8		
	医療が崩壊するかもしれない	8.3	17.4	7.3	9.1	12.3	16.0	10.8	8.4	5.9	2.1	9.1	12.5	21.6	20.6	13.6	9.0	7.6	2.8		
	感染すると他人につづりかもしれない	8.2	16.5	6.8	5.6	9.2	14.4	10.6	8.1	5.3	2.0	9.3	13.3	22.1	20.0	13.4	8.9	7.0	2.6		
	よ感染力が高く、ワクチンの効果が薄い変異型が出るかもしれない	7.9	16.9	6.8	0.0	13.6	13.8	10.7	8.0	6.0	2.0	8.8	18.2	19.8	20.3	13.1	9.0	7.0	2.5		
	教育・進学・就職に影響が出るかもしれない	17.5	19.5	15.2	9.1	14.8	19.7	46.6	0.0	0.0	0.0	19.7	7.1	23.4	19.4	0.0	0.0	0.0	0.0		
	自分の子どもや孫の教育・進学・就職に影響が出るかもしれない	7.6	0.0	7.1	0.0	0.0	16.3	12.2	7.7	5.3	2.5	8.0	0.0	0.0	16.8	12.3	9.5	7.6	2.8		
	自分の収入が減るかもしれない	9.9	17.3	8.4	0.0	9.4	14.3	12.1	8.2	5.9	3.9	11.2	0.0	24.3	21.3	14.5	10.4	8.2	4.1		
	家族の収入が減るかもしれない	10.4	20.3	9.7	40.0	16.1	16.2	13.1	8.2	6.6	3.9	11.0	14.3	24.3	19.7	13.8	10.0	8.1	4.3		
	日本を含めた世界的な大不況	8.4	19.1	7.5	12.5	13.2	15.2	10.5	8.2	5.5	2.9	9.1	25.0	23.9	20.8	13.3	8.2	7.3	2.7		
	国の財政破たん	8.4	19.7	7.2	0.0	12.6	15.3	12.7	8.3	5.8	1.7	9.2	28.6	25.5	20.9	13.2	9.4	7.1	2.6		
	政府や自治体の対策が見えない	7.7	19.6	6.5	0.0	13.9	14.8	11.2	7.3	5.4	2.0	8.6	20.0	24.2	20.7	12.4	9.2	7.2	2.2		
	その他	11.1	31.5	10.7	0.0	0.0	32.5	25.4	12.9	9.1	3.1	11.3	0.0	42.4	34.8	17.9	10.1	15.6	4.5		
家族あてはまる計	家族内で必要ときに適切な助言・援助が得られる	3.7	10.5	2.9	2.5	5.9	6.2	6.1	2.1	2.0	1.2	4.3	7.3	14.5	10.9	7.5	4.4	1.8	0.7		
	家族には何でも相談できる	3.2	9.6	2.6	3.8	6.3	7.1	6.0	1.7	1.9	0.9	3.7	6.1	12.6	9.4	7.3	4.5	1.9	0.6		
	家族の中で悩んでいる人がいるとお互いに励ましあう	3.5	11.3	3.0	3.8	8.4	6.9	6.7	2.9	2.4	1.0	3.8	3.0	13.7	10.3	7.4	4.2	2.1	0.9		
	言葉に出さなくても思いが通じることがある	3.3	11.4	2.7	4.0	9.8	7.2	7.0	2.2	2.2	0.3	3.8	3.4	12.7	9.5	7.0	4.7	2.0	1.0		
	家族に自分のことを理解してもらっていると感じる	3.3	10.9	2.6	0.0	7.7	6.5	5.8	1.9	2.4	0.7	4.0	5.3	13.8	9.9	7.5	4.3	1.9	0.7		
	家族がお互いに束縛しあわない	4.3	13.0	3.7	0.0	7.9	8.1	7.4	4.2	3.1	1.1	4.9	0.0	17.6	12.7	8.7	4.7	3.5	1.1		
	私の家族はお互いに依存しすぎない	4.4	12.3	3.7	0.0	8.4	8.5	7.0	3.4	3.6	1.0	4.9	3.3	15.7	13.2	8.3	4.6	3.0	1.3		
	私の家族は何事も他人と比較しない	3.7	9.4	3.2	6.3	6.0	8.2	6.5	2.8	2.6	1.0	4.1	0.0	12.6	11.2	8.5	4.7	2.7	1.1		
	生活の上で親が注意をしてくることが多い	9.3	18.1	8.0	5.9	9.7	13.4	11.3	7.4	6.0	3.7	10.3	8.1	24.6	15.6	12.6	6.9	5.7	2.4		
自分自身に仲間付き合いがないと感じることがある	全くない	3.3	11.0	3.7	3.4	8.7	7.9	6.0	3.7	2.1	0.6	2.8	3.6	15.1	6.8	4.6	2.8	1.8	0.5		
	たまに感じる	4.7	12.7	4.1	0.0	7.1	10.1	6.1	4.7	2.1	1.7	5.3	9.1	17.6	13.2	8.0	4.0	4.1	1.1		
	時々感じる	8.2	19.9	6.3	20.0	12.1	14.7	9.0	3.7	4.5	1.6	9.8	0.0	26.3	17.8	11.8	8.5	4.9	4.1		
	よく感じる	15.5	27.4	13.0	0.0	23.6	25.3	17.8	11.6	10.8	4.1	17.6	33.3	30.2	33.2	23.6	15.1	11.7	6.2		
	感じる	8.4	18.7	6.9	5.6	12.7	15.2	10.3	6.5	4.9	2.2	9.8	10.0	23.6	20.3	14.0	8.6	6.5	2.8		
自分は疎外されていると感じることがある	全くない	2.7	9.0	2.8	5.6	8.1	7.3	3.6	3.0	1.8	0.6	2.6	0.0	10.5	7.4	5.5	2.9	2.1	0.5		
	たまに感じる	6.4	14.9	5.4	0.0	8.4	12.0	8.3	5.0	3.1	1.7	7.4	14.3	21.2	11.4	8.6	6.1	6.6	2.4		
	時々感じる	11.9	20.8	9.2	0.0	13.6	17.5	13.9	6.3	5.9	4.0	14.7	25.0	27.0	25.1	17.7	11.8	6.0	6.0		
	よく感じる	29.6	40.4	27.1	0.0	34.7	35.6	32.2	23.3	23.1	16.1	31.4	33.3	43.6	48.3	33.9	23.4	19.9	11.2		
	感じる	11.3	21.5	9.3	0.0	13.9	17.3	13.7	8.2	6.5	3.4	13.2	21.4	27.9	22.6	15.8	11.0	8.3	4.8		
自分は他の人から孤立していると感じることがある	全くない	2.3	7.5	2.4	6.1	6.2	6.1	3.4	2.5	0.8	0.7	2.2	0.0	9.7	6.3	3.8	2.4	1.8	0.6		
	たまに感じる	6.1	16.0	5.3	0.0	10.3	11.6	8.9	3.8	3.7	1.8	6.8	16.7	21.2	11.9	9.9	5.4	5.0	1.1		
	時々感じる	10.5	22.4	8.5	0.0	14.1	18.1	10.0	7.2	5.1	2.5	12.6	0.0	29.7	22.4	13.5	9.6	6.6	5.0		
	よく感じる	25.3	31.8	22.1	0.0	27.8	33.1	28.2	20.4	19.5	10.0</										

2) 自殺未遂経験

1年以内に自殺未遂経験があった割合を、属性や回答別に確認した。1年以内の自殺未遂経験は全体の2.1%。全体2.1%より+5pt以上高い属性にハッチングをしている。「女性15～19歳」「女性20代」「男性20代」「男性30代」は全体的に高く、自殺未遂のリスクが高い層であるといえる。また、回答別にみると、「在職(休職中)」、「持病」で「心の病気」を持つ層、疎外感や孤立感を感じている層、家族等に助けや助言を求める相手がいない層、周囲に自殺で亡くなった方がいる層などが1年以内の自殺未遂経験の割合が高い。

各質問回答別 ↓	性年代別 →	全体	男性										女性							
			15～19歳全体	男性全体	男性13～14歳	男性15～19歳	男性20代	男性30代	男性40代	男性50代	男性60代以上	女性全体	女性13～14歳	女性15～19歳	女性20代	女性30代	女性40代	女性50代	女性60代以上	
	全体	2.1	4.9	2.3	0.0	3.9	6.4	3.6	2.1	1.5	0.4	1.8	0.0	6.1	5.0	2.6	1.7	1.0	0.3	
未婚	配偶者(夫または妻)あり	1.4	28.2	1.6	0.0	31.7	10.9	4.2	1.7	1.1	0.3	1.2	0.0	25.8	5.6	2.3	1.4	0.8	0.3	
	未婚	3.1	4.5	3.0	0.0	2.8	5.2	3.0	1.9	1.8	0.4	3.2	0.0	5.6	4.8	2.5	2.1	1.3	0.5	
	離婚	2.6	100.0	3.9	0.0	100.0	23.8	8.7	5.0	2.6	0.6	1.9	0.0	100.0	2.2	7.6	2.3	2.1	0.0	
	死別	0.8	0.0	3.9	0.0	0.0	100.0	0.0	30.5	10.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
同居家族	同居家族はいない(一人暮らし)	2.8	4.6	3.2	0.0	5.8	6.5	3.4	3.0	2.6	0.0	2.3	0.0	3.3	5.3	2.9	3.0	2.1	0.3	
	在職(休職していない)	1.6	3.7	1.7	0.0	4.4	4.9	2.6	1.1	1.0	0.5	1.5	0.0	2.6	3.6	2.7	1.3	0.7	0.2	
就業状況	在職(休職中)	8.9	22.8	12.5	0.0	0.0	25.9	24.8	9.4	6.9	0.0	6.6	0.0	30.5	13.5	2.1	7.7	7.8	0.0	
	無職(求職中)	6.2	15.6	8.1	0.0	12.4	9.7	10.2	6.6	14.7	0.0	4.5	0.0	22.9	6.9	3.8	5.6	2.9	0.0	
	無職(仕事をしたいが、現在は求職していない)	2.5	12.9	3.8	0.0	0.0	11.3	6.4	7.4	0.0	1.3	1.9	0.0	20.7	5.1	2.0	1.7	1.4	0.6	
	無職(仕事をしたいと思っていない)	0.8	13.4	0.8	0.0	0.0	10.4	0.9	11.7	0.0	0.0	0.8	0.0	17.5	7.9	3.0	1.0	0.7	0.3	
	学生(学業専業)	3.0	4.6	2.6	0.0	3.8	4.1	0.0	0.0	0.0	0.0	3.4	0.0	5.6	3.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	学生(仕事・バイトもしている)	5.5	3.8	6.3	0.0	3.6	8.6	31.8	0.0	0.0	0.0	4.7	0.0	4.0	5.9	0.0	0.0	0.0	0.0	
	中学校 卒業まで	5.8	24.3	6.1	0.0	0.0	18.0	4.9	10.7	0.0	0.0	5.5	0.0	29.7	10.2	10.2	4.7	0.0	0.0	
	中学校 卒業後、進学中中退	9.0	0.0	13.1	0.0	0.0	35.1	22.5	7.5	0.0	0.0	4.9	0.0	0.0	14.5	6.4	1.7	4.2	0.0	
	高校(旧制中等を含む) 卒業まで	1.5	7.2	2.0	0.0	7.8	4.8	2.5	1.9	2.2	0.5	1.2	0.0	6.4	4.1	2.2	2.4	0.9	0.1	
	高校(旧制中等を含む) 卒業後、進学中中退	4.0	37.0	4.1	0.0	0.0	7.9	2.9	4.0	2.1	3.8	3.9	0.0	100.0	8.8	0.9	0.0	0.0	0.0	
最終学歴	専門学校、専修学校、各種学校 卒業まで	1.5	0.0	1.8	0.0	0.0	3.8	2.0	1.6	2.2	0.0	1.3	0.0	0.0	1.3	3.4	0.5	1.0	0.6	
	専門学校、専修学校、各種学校 卒業後、進学中中退	5.0	0.0	5.8	0.0	0.0	9.9	0.0	10.2	10.3	0.0	4.4	0.0	0.0	0.0	8.4	13.6	0.0	0.0	
	短期大学、高専 卒業まで	1.3	0.0	2.9	0.0	0.0	3.9	7.2	2.4	1.9	1.7	1.0	0.0	0.0	5.4	2.1	1.0	0.9	0.3	
	短期大学、高専 卒業後、進学中中退	8.7	0.0	16.3	0.0	0.0	34.9	37.3	0.0	15.4	0.0	5.7	0.0	0.0	32.7	11.8	0.0	0.0	0.0	
	大学(旧制高校等を含む) 卒業まで	1.5	0.0	1.4	0.0	0.0	3.8	3.2	1.6	0.9	0.1	1.6	0.0	0.0	4.5	1.9	1.5	0.6	0.4	
	大学(旧制高校等を含む) 卒業後、進学中中退	2.1	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	4.1	0.0	0.0	0.0	5.2	0.0	0.0	18.2	8.8	0.0	0.0	0.0	
	大学院修士課程 卒業まで	3.6	0.0	3.4	0.0	0.0	15.5	2.7	2.5	1.2	0.7	4.0	0.0	0.0	11.8	3.6	4.6	3.4	0.0	
	大学院修士課程 卒業後、進学中中退	3.1	0.0	4.0	0.0	0.0	19.6	12.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	大学院博士課程 卒業まで	4.8	0.0	2.7	0.0	0.0	57.2	3.3	1.8	0.0	0.0	12.4	0.0	0.0	23.3	10.4	12.5	27.7	0.0	
	その他	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
	働き方	正規の職員・従業員	2.1	11.1	2.2	0.0	13.0	6.5	3.5	1.8	1.3	0.4	1.7	0.0	8.2	4.3	2.6	1.7	0.9	0.3
		パート・アルバイト	2.0	3.7	3.2	0.0	0.9	6.9	3.3	5.6	3.0	0.4	1.7	0.0	6.1	6.1	2.3	1.1	0.7	0.1
		派遣社員・契約社員・嘱託	1.3	14.3	1.7	0.0	25.2	6.7	5.3	0.5	1.6	0.0	0.9	0.0	0.0	2.2	1.9	0.6	1.0	0.0
会社などの役員(会長・社長等も含む)		2.2	0.0	1.8	0.0	0.0	14.0	0.0	4.5	0.0	1.5	4.1	0.0	0.0	0.0	0.0	24.5	11.5	0.0	
自営業主(個人経営の店主等)で、雇い人は0人		2.3	0.0	1.7	0.0	0.0	12.2	2.3	1.5	1.5	0.7	3.7	0.0	0.0	0.0	3.6	8.7	6.4	1.6	
自営業主(個人経営の店主等)で、雇い人が1人以上		2.9	0.0	1.5	0.0	0.0	21.0	7.9	0.0	3.8	0.0	5.7	0.0	0.0	59.6	25.6	12.8	6.1	0.0	
自家営業の手伝い(家族従業員)		1.4	0.0	2.0	0.0	0.0	0.0	0.0	7.3	0.0	0.0	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	
自由業(開業医、弁護士、税理士、フリーライター、デザイナーなど)		1.9	13.7	1.2	0.0	0.0	0.0	6.9	0.0	2.4	0.0	3.1	0.0	48.9	20.9	0.0	0.0	1.9	0.0	
内職		6.4	20.9	14.9	0.0	21.1	16.2	20.2	23.1	0.0	0.0	2.8	0.0	20.2	5.4	7.2	0.0	0.0	0.0	
その他		1.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	0.0	11.0	0.0	23.3	0.0	0.0	
今まで仕事に就いたことがない	2.5	4.4	2.3	0.0	3.4	2.9	0.0	10.5	18.5	0.0	2.6	0.0	5.4	2.6	7.6	8.0	0.0	0.0		
業種	農林漁業	5.0	4.8	5.3	0.0	0.0	11.9	9.5	0.0	9.9	0.0	4.3	0.0	13.8	11.5	0.0	0.0	7.4	0.0	
	建設業	3.4	0.0	3.8	0.0	0.0	18.5	11.3	0.5	3.3	0.0	2.5	0.0	0.0	7.8	5.4	2.5	1.2	0.0	
	製造業	2.2	9.9	2.2	0.0	9.9	7.7	2.9	1.5	1.4	0.4	2.3	0.0	9.9	5.3	3.4	2.9	1.8	0.5	
	電気・ガス・熱供給・水道業	8.8	19.3	10.1	0.0	0.0	24.9	17.3	14.8	2.9	4.9	6.3	0.0	19.3	21.7	0.0	4.6	10.4	0.0	
	情報通信業	1.4	37.7	1.4	0.0	59.1	2.3	3.9	0.4	0.6	0.0	1.4	0.0	0.0	7.3	0.8	0.0	0.0	0.0	
	運輸業・倉庫業	2.5	6.9	2.6	0.0	0.0	5.7	4.4	3.2	0.6	0.9	2.1	0.0	15.6	2.8	5.5	0.0	0.0	0.0	
	卸・小売業	1.3	0.0	1.7	0.0	0.0	3.7	1.7	3.4	0.6	0.9	1.0	0.0	0.0	3.1	1.7	1.0	1.1	0.0	
	金融・保険(郵便局、協同組合を含む)	1.3	0.0	1.5	0.0	0.0	5.2	3.3	1.2	1.9	0.0	1.2	0.0	0.0	4.2	4.3	2.0	0.0	0.0	
	不動産業	2.4	0.0	1.3	0.0	0.0	15.1	3.5	0.0	0.0	0.0	4.0	0.0	0.0	11.2	8.7	0.0	0.0	3.5	
	飲食店・宿泊業	2.9	3.8	2.3	0.0	0.0	4.4	4.0	2.7	2.4	0.0	3.1	0.0	6.3	7.2	2.9	0.5	4.1	0.0	
	医療・福祉	1.7	11.9	2.1	0.0	0.0	6.9	4.0	0.7	0.9	0.0	1.5	0.0	11.9	3.9	2.4	1.0	0.5	0.4	
	教育・学習支援業	1.2	4.5	1.5	0.0	0.0	5.3	1.9	0.8	0.0	0.9	1.0	0.0	16.0	2.4	0.5	1.1	0.7	0.5	
	風俗業	14.2	0.0	21.1	0.0	0.0	44.6	0.0	21.2	39.4	0.0	7.7	0.0	0.0	19.1	0.0	14.0	0.0	0.0	
	公務	2.5	27.4	2.5	0.0	42.3	7.1	3.2	3.2	0.0	0.0	2.5	0.0	6.7	11.4	0.9	6.3	0.0	0.0	
	その他	1.2	4.6	1.3	0.0	3.7	3.7	1.0	1.8	2.3	0.0	1.2	0.0	5.7	2.7	2.5	1.1	0.7	0.3	

(灰色: n=30未満/黄色: 「全体」+5pt以上)

図 113: 回答別×性年代別 1年以内自殺未遂割合

各質問回答別 ↓	性年代別 →	全体	男性										女性							
			15~19歳全体	男性全体	男性13~14歳	男性15~19歳	男性20代	男性30代	男性40代	男性50代	男性60代以上	女性全体	女性13~14歳	女性15~19歳	女性20代	女性30代	女性40代	女性50代	女性60代以上	
																				全体
全体		2.1	4.9	2.3	0.0	3.9	6.4	3.6	2.1	1.5	0.4	1.8	0.0	6.1	5.0	2.6	1.7	1.0	0.3	
持病	身体の病气(診断あり)	1.9	11.4	1.9	0.0	5.9	13.2	7.1	3.6	1.8	0.1	1.9	0.0	16.0	9.7	3.5	2.5	0.8	0.5	
	身体の病气(診断はないが自覚症状あり)	7.8	21.6	10.1	0.0	19.8	33.3	20.8	4.6	5.2	1.4	5.3	0.0	23.8	18.6	7.6	4.7	3.3	0.0	
	心の病气(診断あり)	10.2	22.3	9.1	0.0	24.0	18.2	11.3	5.6	6.2	3.7	11.1	0.0	21.7	21.2	11.9	9.6	5.8	3.1	
	心の病气(診断はないが自覚症状あり)	9.5	19.3	12.9	0.0	21.3	26.3	15.4	7.3	0.0	7.1	6.7	0.0	17.8	11.4	4.3	6.0	1.3	3.2	
	怪我や身体障害	4.4	5.3	5.6	0.0	6.0	19.3	7.1	5.0	5.0	1.7	2.8	0.0	4.1	13.1	0.0	7.2	0.0	1.7	
	その他	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	特に持病はない	1.0	2.5	1.1	0.0	1.7	2.6	1.3	0.7	0.7	0.1	0.9	0.0	3.4	2.0	1.1	0.6	0.5	0.1	
過去30日間の感情	ちよとしたことまでイライラしたり不安になったりした	2.6	6.1	2.9	0.0	4.1	6.6	4.6	2.5	2.2	0.4	2.4	0.0	7.7	5.3	2.7	1.6	1.0	0.4	
	絶望的だと感じた	5.0	7.9	5.3	0.0	5.1	9.5	6.4	4.0	4.4	2.1	4.7	0.0	10.2	8.6	4.5	3.7	2.5	0.7	
	そわそわしたり、落ち着かなく感じた	4.2	6.4	4.6	0.0	4.4	8.6	6.0	4.2	3.8	1.1	3.9	0.0	8.1	7.5	4.1	3.4	1.9	0.9	
	気分が沈み込んで、何が起ころうとも気が晴れないように感じた	4.0	6.7	4.7	0.0	4.9	9.8	6.1	3.9	3.1	1.1	3.4	0.0	8.0	7.1	3.3	2.8	1.8	0.9	
	何をやるのもおっくうに感じた	3.4	7.7	3.9	0.0	5.3	8.7	5.6	3.0	2.6	0.9	3.0	0.0	9.2	6.4	3.0	2.4	1.4	0.7	
	自分は価値のない人間だと感じた	4.9	8.5	5.4	0.0	5.9	9.7	6.8	4.1	4.3	1.9	4.4	0.0	10.2	7.9	4.0	3.2	2.1	1.4	
日常の不安	同居する家族との関係	5.6	14.5	5.7	0.0	10.3	11.0	8.2	4.6	2.1	1.7	5.4	0.0	17.1	12.1	6.8	3.3	3.3	0.0	
	自身の健康	4.2	15.7	4.6	0.0	11.2	10.4	6.9	4.4	2.0	1.9	3.8	0.0	19.4	11.1	4.7	2.7	0.9	0.3	
	家族・自分自身の収入	3.5	10.4	3.8	0.0	8.4	7.1	5.8	3.2	1.5	1.4	3.2	0.0	12.2	6.5	4.1	1.8	1.8	0.8	
	働き方	4.9	14.1	4.9	0.0	11.8	7.3	6.8	4.0	2.1	2.1	4.9	0.0	15.8	8.4	4.5	3.1	3.3	1.7	
	離れて暮らす家族・恋人・友人との関係	6.3	12.7	7.6	0.0	12.1	12.6	13.9	7.0	3.4	2.8	5.5	0.0	13.0	11.8	9.3	3.8	2.6	1.3	
	学校生活	9.3	10.0	8.0	0.0	6.8	12.2	10.0	0.0	0.0	0.0	10.2	0.0	12.0	9.9	0.0	0.0	0.0	0.0	
	進学・就職	5.8	7.6	4.8	0.0	5.2	8.1	5.0	0.0	0.0	0.0	6.7	0.0	9.2	3.3	0.0	0.0	0.0	0.0	
	余暇の過ごし方	7.4	11.9	7.8	0.0	7.5	14.2	11.4	5.5	2.8	4.0	7.0	0.0	16.0	13.1	7.4	5.2	5.8	0.0	
	分からないが突然としたものに対して	5.5	12.4	6.1	0.0	9.5	9.5	8.6	4.4	2.5	3.4	5.0	0.0	14.4	8.8	5.4	3.5	2.4	0.0	
	その他	5.0	21.2	4.7	0.0	0.0	9.3	13.8	4.7	3.8	1.4	5.3	0.0	30.2	14.3	12.5	5.6	1.0	0.0	
新型コロナウイルス感染拡大についての不安	今後、自分や家族が新型コロナウイルスに感染するかもしれない	2.1	4.8	2.1	0.0	2.0	6.2	3.2	2.3	1.5	2.0	0.0	7.4	4.9	2.8	1.7	1.1	0.4	0.0	
	レジャーや旅行が安心して出来るようには戻らないかもしれない	2.8	4.2	3.3	0.0	3.7	8.1	4.4	3.0	2.2	1.1	2.4	0.0	4.7	6.2	3.1	2.0	1.4	0.8	
	コロナの収束が見えない	2.0	4.6	2.5	0.0	4.2	7.3	3.9	2.5	1.3	0.5	1.7	0.0	5.0	4.5	2.2	1.9	0.9	0.3	
	緊急事態宣言が発出され、自粛を余儀なくされるかもしれない	2.8	5.8	3.5	0.0	5.2	8.1	5.1	4.3	1.5	0.9	2.2	0.0	6.4	5.7	2.9	2.4	1.4	0.3	
	医療が崩壊するかもしれない	2.3	5.2	2.7	0.0	3.6	7.4	4.4	3.0	1.8	0.4	2.0	0.0	6.5	5.4	2.7	2.0	1.4	0.2	
	感染すると他人につつまかもしれない	2.1	4.7	2.4	0.0	3.2	7.1	3.6	2.6	1.6	0.5	1.8	0.0	6.0	5.2	2.2	1.6	1.0	0.4	
	より感染力が高く、ワクチンの効果が薄い変異型が出るかもしれない	2.1	4.8	2.6	0.0	3.9	8.4	4.2	2.7	1.6	0.3	1.7	0.0	5.7	5.2	1.9	2.0	1.2	0.2	
	教育・進学・就職に影響が出るかもしれない	4.6	5.7	5.5	0.0	6.1	6.8	46.6	0.0	0.0	0.0	3.7	0.0	5.4	1.8	0.0	0.0	0.0	0.0	
	自分の子どもや孫の教育・進学・就職に影響が出るかもしれない	3.0	0.0	3.9	0.0	0.0	13.5	6.0	3.5	2.4	0.9	2.2	0.0	0.0	6.8	2.7	3.1	1.5	0.4	
	自分の収入が減るかもしれない	2.8	3.4	3.1	0.0	2.7	8.1	3.7	3.2	1.5	0.7	2.6	0.0	4.0	6.0	3.1	3.0	1.3	0.5	
	家族の収入が減るかもしれない	3.0	6.3	3.7	0.0	5.5	7.6	5.5	3.6	1.7	1.1	2.4	0.0	7.1	6.2	2.7	2.1	1.6	0.2	
	日本を含めた世界的大不況	2.2	5.2	2.6	0.0	3.0	7.7	3.8	2.9	1.4	0.7	1.8	0.0	7.0	5.3	2.3	2.1	0.8	0.1	
	国の財政破たん	2.5	6.4	3.0	0.0	3.6	9.6	5.2	3.0	1.8	0.5	2.1	0.0	8.9	5.8	2.5	2.4	1.0	0.4	
	政府や自治体の対策が見えにくい	2.1	4.9	2.5	0.0	3.4	8.4	3.8	2.4	1.7	0.6	1.8	0.0	6.3	5.7	2.1	1.9	1.0	0.4	
その他	2.9	13.9	3.3	0.0	0.0	13.6	7.0	3.4	3.2	0.7	2.7	0.0	18.7	10.1	4.2	3.2	2.3	0.4		
家族あてはまる計	家族内で必要ときに適切な助言・援助が得られる	0.9	1.7	1.1	0.0	1.4	3.8	1.9	0.9	0.5	0.2	0.8	0.0	2.0	2.9	1.0	0.4	0.3	0.0	
	家族には何でも相談できる	0.8	1.5	1.0	0.0	0.9	3.7	2.5	1.2	0.5	0.2	0.7	0.0	2.1	2.8	0.8	0.6	0.5	0.3	
	家族の中で悩んでいる人がいるとお互いに励ましあう	0.9	2.0	1.0	0.0	1.0	4.4	2.7	1.0	0.7	0.1	0.8	0.0	2.9	3.0	0.9	0.5	0.4	0.3	
	言葉に出さなくても思いが通じることがある	0.9	1.5	1.2	0.0	2.1	5.7	3.1	1.2	0.5	0.1	0.7	0.0	1.0	2.9	1.0	0.7	0.5	0.2	
	家族に自分のことを理解してもらっていると感じる	0.9	1.8	1.1	0.0	0.8	4.7	2.5	1.0	0.8	0.1	0.8	0.0	2.7	3.0	0.8	0.5	0.5	0.2	
	家族がお互いに束縛しあわない	1.0	3.1	1.1	0.0	2.3	4.6	2.2	0.8	0.4	0.1	0.9	0.0	3.8	3.0	1.0	0.8	0.3	0.2	
	私の家族はお互いに依存しすぎない	1.0	2.7	1.4	0.0	2.5	4.7	3.3	0.8	0.7	0.2	0.8	0.0	3.0	3.2	0.7	0.6	0.4	0.2	
	私の家族は何事も他人と比較しない	1.0	3.1	1.2	0.0	2.3	5.4	2.8	0.9	0.4	0.1	0.9	0.0	3.8	3.3	0.9	0.4	0.7	0.3	
	生活の上で親が注意をしてくれることが多い	2.5	3.9	2.5	0.0	1.2	5.7	4.2	2.5	2.2	0.9	2.5	0.0	6.0	5.2	2.9	1.5	1.3	0.4	
自分と仲間付き合いがないと感じることがある	全くない	1.2	4.5	1.4	0.0	5.3	3.8	1.9	1.2	0.8	0.0	0.9	0.0	3.2	2.4	2.0	0.7	0.6	0.1	
	たまに感じることがある	1.8	1.4	2.4	0.0	0.0	7.8	3.9	2.6	1.3	0.8	1.2	0.0	2.7	4.3	1.8	0.9	0.9	0.2	
	時々感じることがある	3.2	7.6	3.5	0.0	4.0	10.8	5.2	1.9	2.6	0.6	2.9	0.0	10.6	5.8	3.3	2.5	1.4	0.4	
	よく感じることがある	3.5	8.7	3.1	0.0	6.1	6.3	5.1	3.1	2.2	0.0	3.8	0.0	10.8	9.4	3.8	3.5	1.5	0.9	
自分以外の他人から孤立していると感じることがある	全くない	0.7	3.3	0.9	0.0	4.1	2.6	1.3	0.7	0.4	0.1	0.6	0.0	2.2	2.3	1.0	0.4	0.4	0.1	
	たまに感じることがある	2.7	4.4	3.0	0.0	3.4	9.1	3.9	2.4	1.6	0.9	2.4	0.0	5.4	5.2	3.9	2.0	1.4	0.3	
	時々感じることがある	4.2	8.2	5.6	0.0	7.0	12.8	8.5	4.0	3.0	1.1	2.8	0.0	9.4	6.6	1.7	1.4	1.5	0.8	
	よく感じることがある	7.0	8.4	5.7	0.0	0.0	9.8	7.0	6.7	7.0	0.0	7.9	0.0	14.4	12.7	7.5	7.4	3.7	3.7	
自分以外の他人から孤立していると感じることがある	全くない	3.7	6.3	4.1	0.0	3.7	10.4	5.7	3.5	2.7	0.9	3.4	0.0	8.5	7.1	3.9	2.9	1.7	0.7	
	たまに感じることがある	0.7	3.2	0.8	0.0	4.2	2.0	1.3	0.9	0.4	0.0	0.5	0.0	1.6	1.9	0.8	0.2	0.6	0.1	
	時々感じることがある	2.4	4.5	2.9	0.0	4.1	9.1	3.9	2.0	1.5	0.9	2.0	0.0	4.9	5.1	3.4	1.6	0.8	0.2	
	よく感じることがある	4.1	6.5	5.0	0.0	1.9	11.8	7.7	3.8	3.3	1.3	3.1	0.0	11.1	6.4	2.9	1.7	1.8	0.0	
助けや助言を求める相手無	家族等以外でない	5.7	8.9	4.8	0.0	5.0	10.1	5.8	4.7	4.0	0.8	6.5	0.0	11.7	11.4	5.7	6.5	3.0	3.1	
	家族等以外でない	3.5	6.2	3.8	0.0	3.7	10.1	5.4	3.1	2.4	1.0	3.2	0.0	8.5	6.9	3.8	2.8	1.5	0.6	
	家族等にいる	1.7	3.6	1.9	0.0	2.3	6.1	3.0	1.7	1.4	0.4	1.4	0.0	4.8	4.4	2.2	1.1	0.8	0.2	
	家族等以外でない	5.4	11.9	4.7	0.0	10.2	7.9	6.3	4.2	2.4	0.0	6.5	0.0	15.1	9.0	6.9	8.4	4.9	0.9	
	家族等以外でない	2.0	4.2	2.3	0.0	3.0	7.4	4.0	2.0	1.5	0.4									

セクション 4: 自殺念慮・自殺未遂への対策

1) 自殺念慮・自殺未遂を思いとどまった理由

本気で自殺を考えた際に思いとどまった理由としては、「家族や恋人などが悲しむことを考えて」(24.4%)、「我慢して」(23.1%)という2つの理由が多かった。

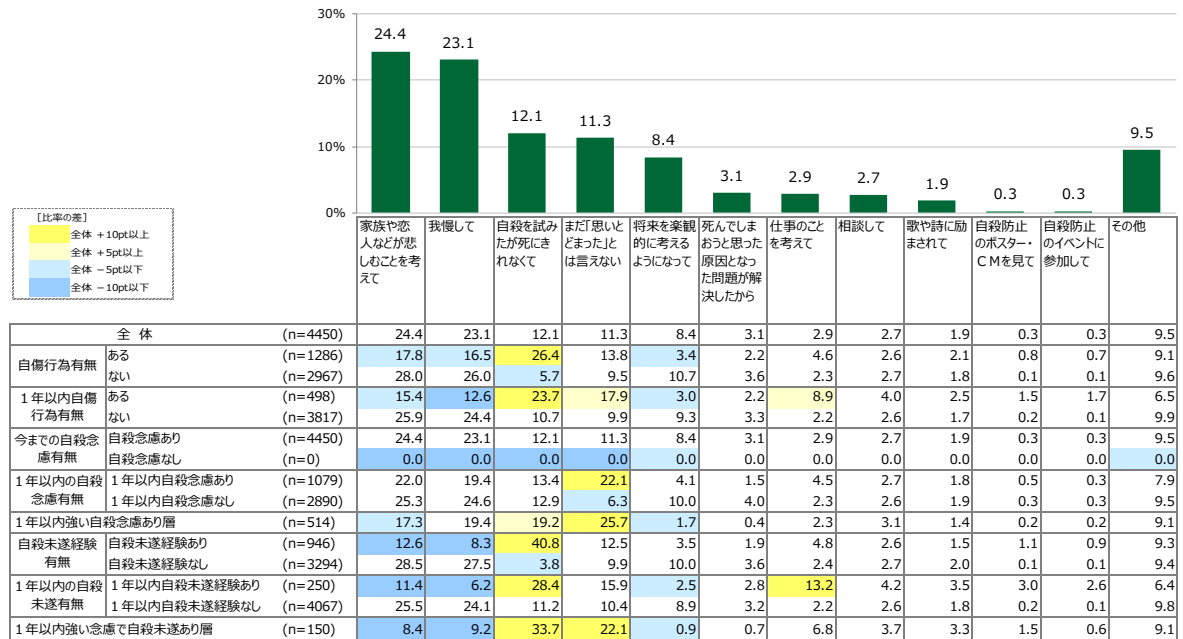


図 115: 自殺念慮や自殺未遂を思いとどまった理由

2) 相談

自殺したいと思った際、または自殺未遂をしたときに、誰にも相談をしなかったと答えた人は70.9%であった。過去1年以内に自殺念慮があった層は64.9%が誰にも相談しなかったのに対し、1年以内に自殺未遂経験がある層は過半数が誰かに相談している(「誰にも相談していない」37.3%)。

相談した人の相談先は、「両親や祖父母」(8.4%)、「配偶者」(6.0%)、「医師・医療機関」(4.7%)の順で高い。

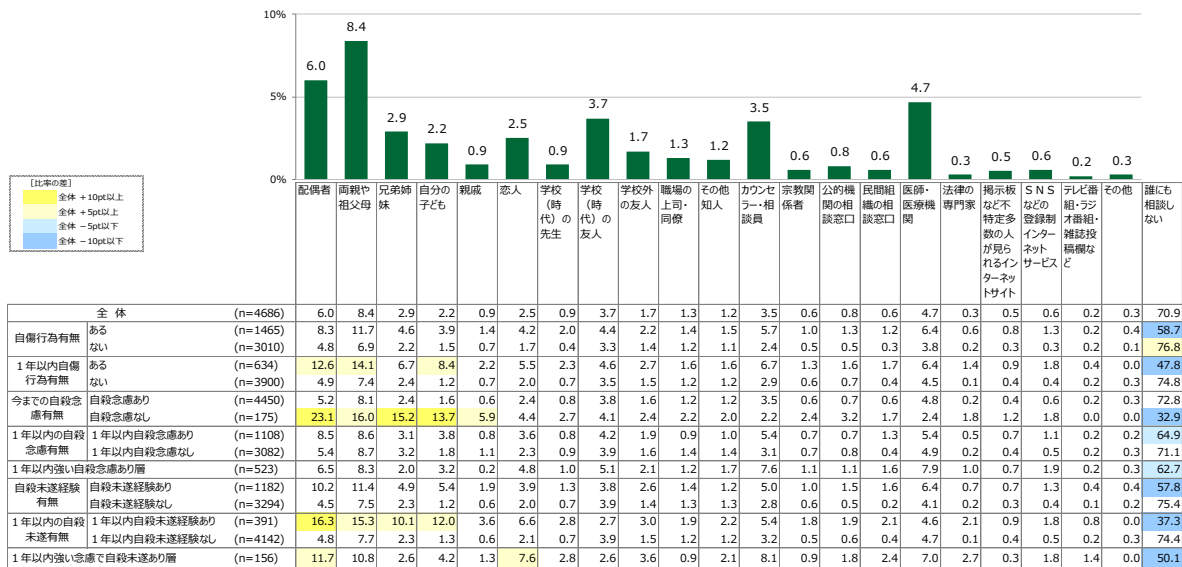


図 116: 自殺したいと思った時・自殺未遂をした時の相談相手

3) 自殺の報道について

著名人や一般人の自殺に関する報道について多かった回答は、「著名人の自殺のニュースや記事に自殺の手段が載っていると、その手段のことを具体的に思い浮かべることがある。」(あてはまる計:29.3%)、「著名人の自殺に関するニュースや記事を見たあと、自殺のことを繰り返し考えることがある。」(あてはまる計:27.8%)、「自殺を考えていた人が最終的には自殺するのを止めて生きることを選んだというニュースや記事を見たあと、自分も自殺せずに生きてよいのではないかと感じることもある。」(あてはまる計:25.6%)など。いずれの項目も15歳~20代の若年層が高いスコアとなっており、自殺に関する報道に影響を受けやすいことがうかがえる。

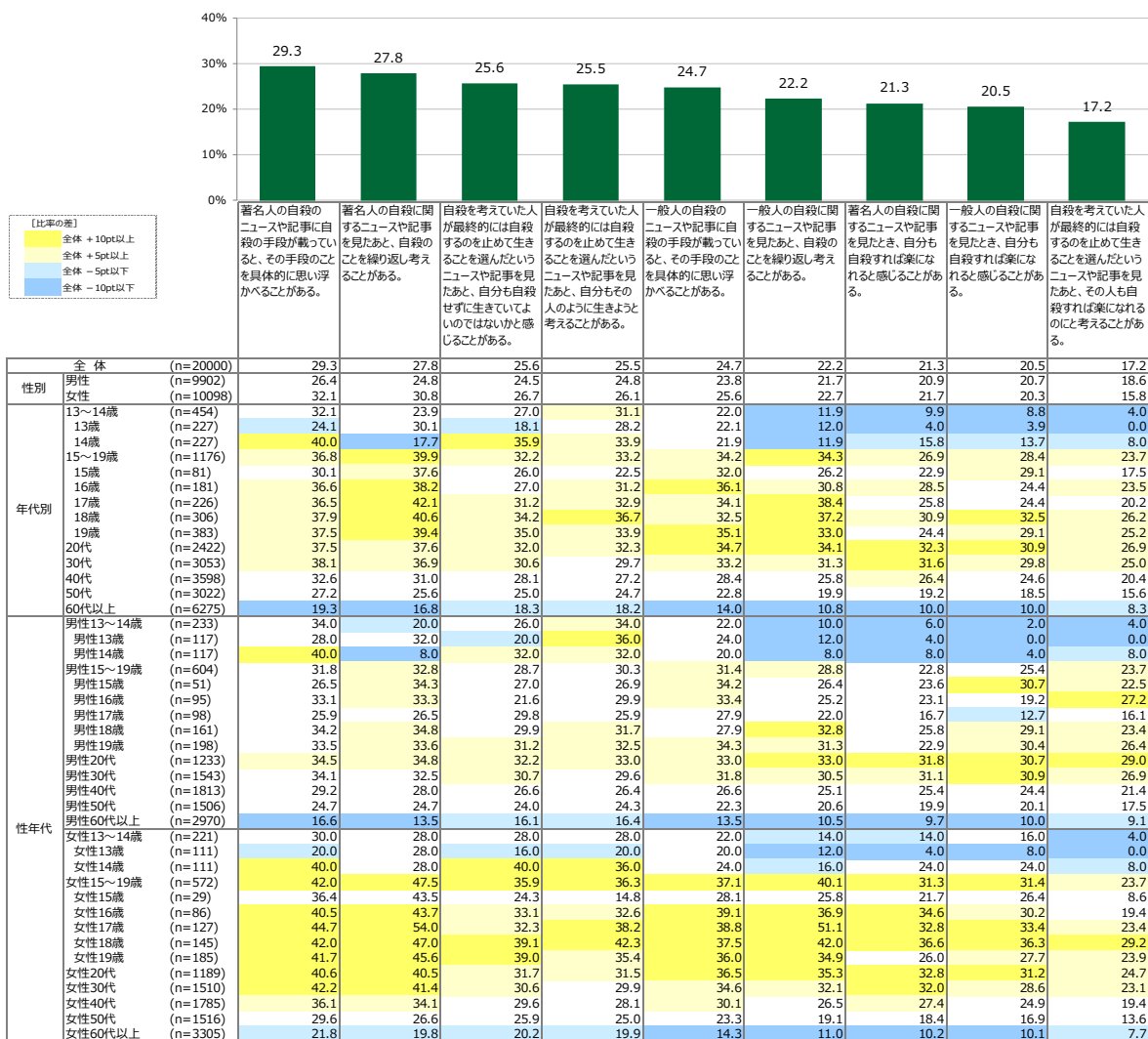


図 117: 著名人や一般人の自殺の報道について
(スコア:「少しあてはまる」+「あてはまる」+「とてもあてはまる」)

4) 自殺予防の取組や自殺対策について

自殺予防の取組や自殺対策については認知率は低く、以下の中で最も認知率が高かったのは「日本いのちの電話」で、名称の認知率が55.0%、内容も知っている割合が13.5%(図118)。

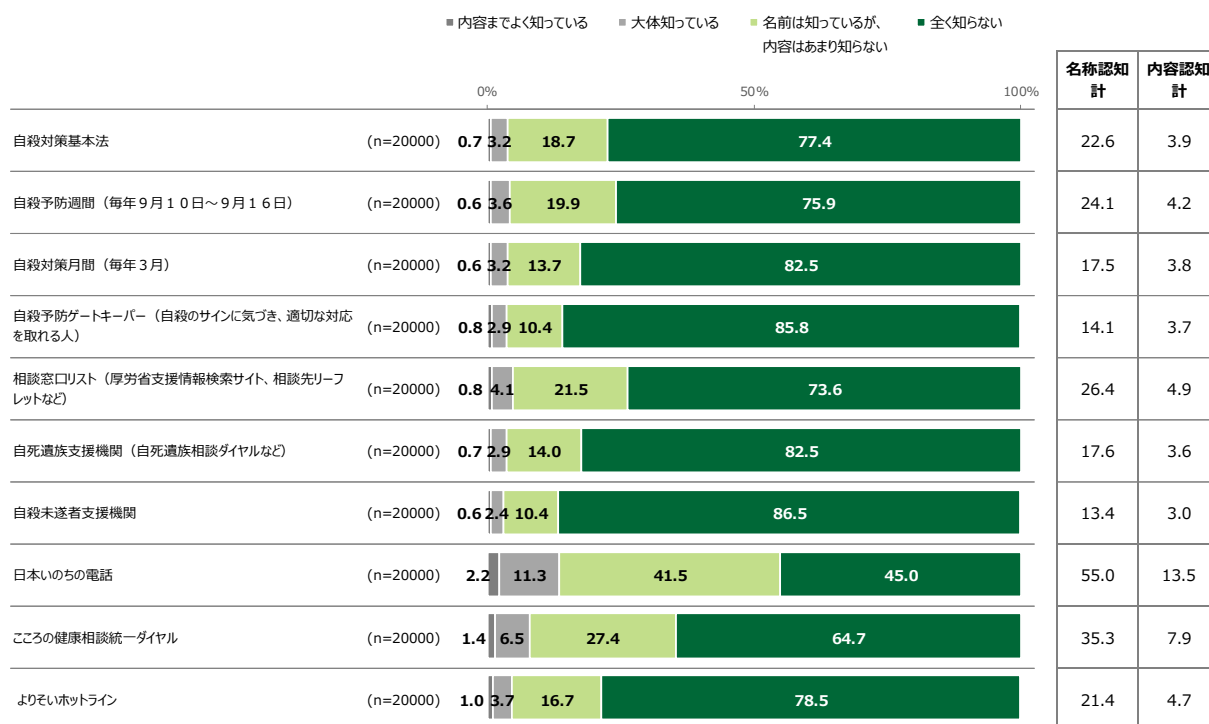


図118: 自殺予防の取組や自殺対策

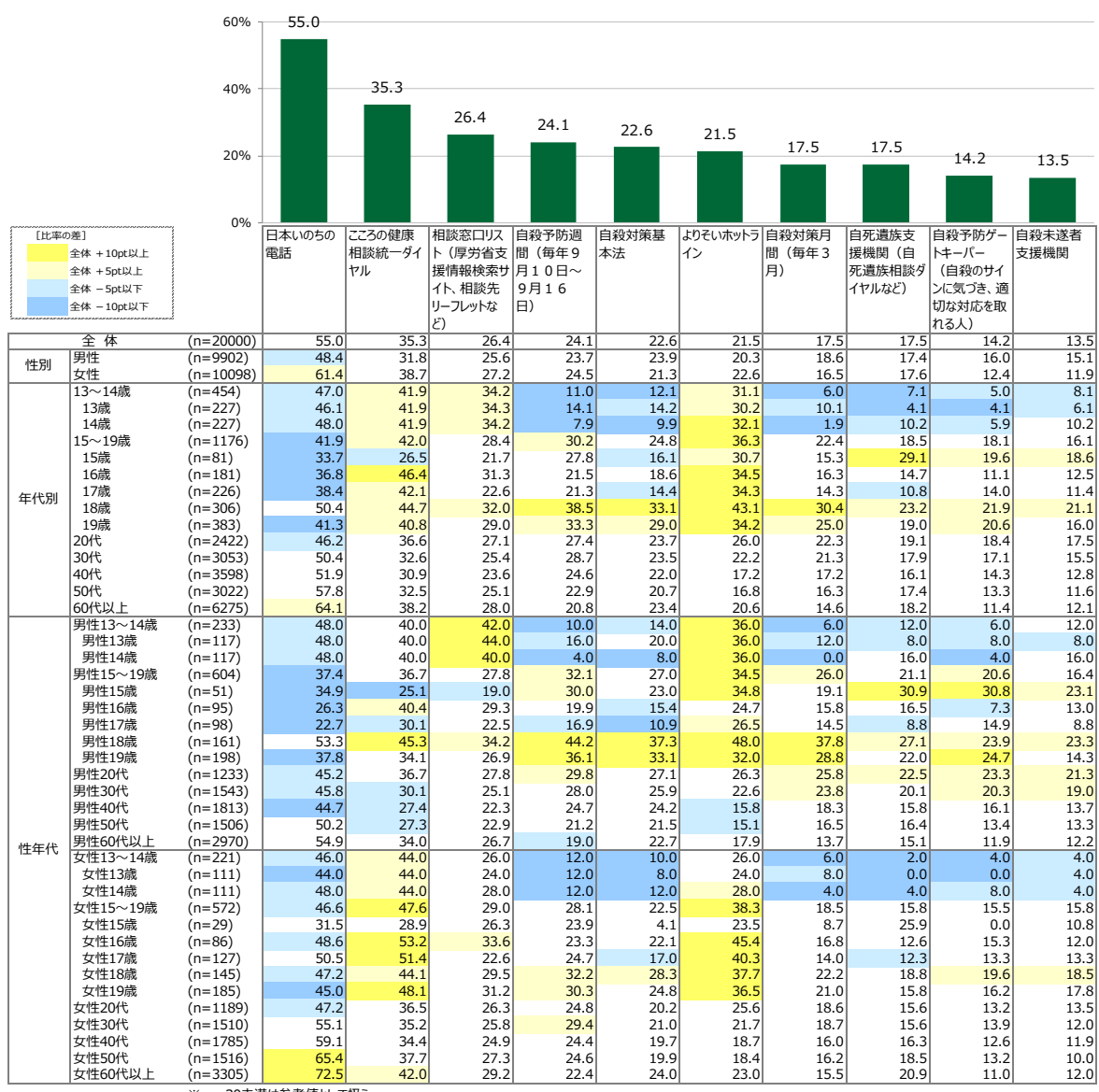


図 119: 自殺予防の取組や自殺対策 名称認知率

(スコア:「内容までよく知っている」~「名前は知っているが、内容はあまり知らない」計)

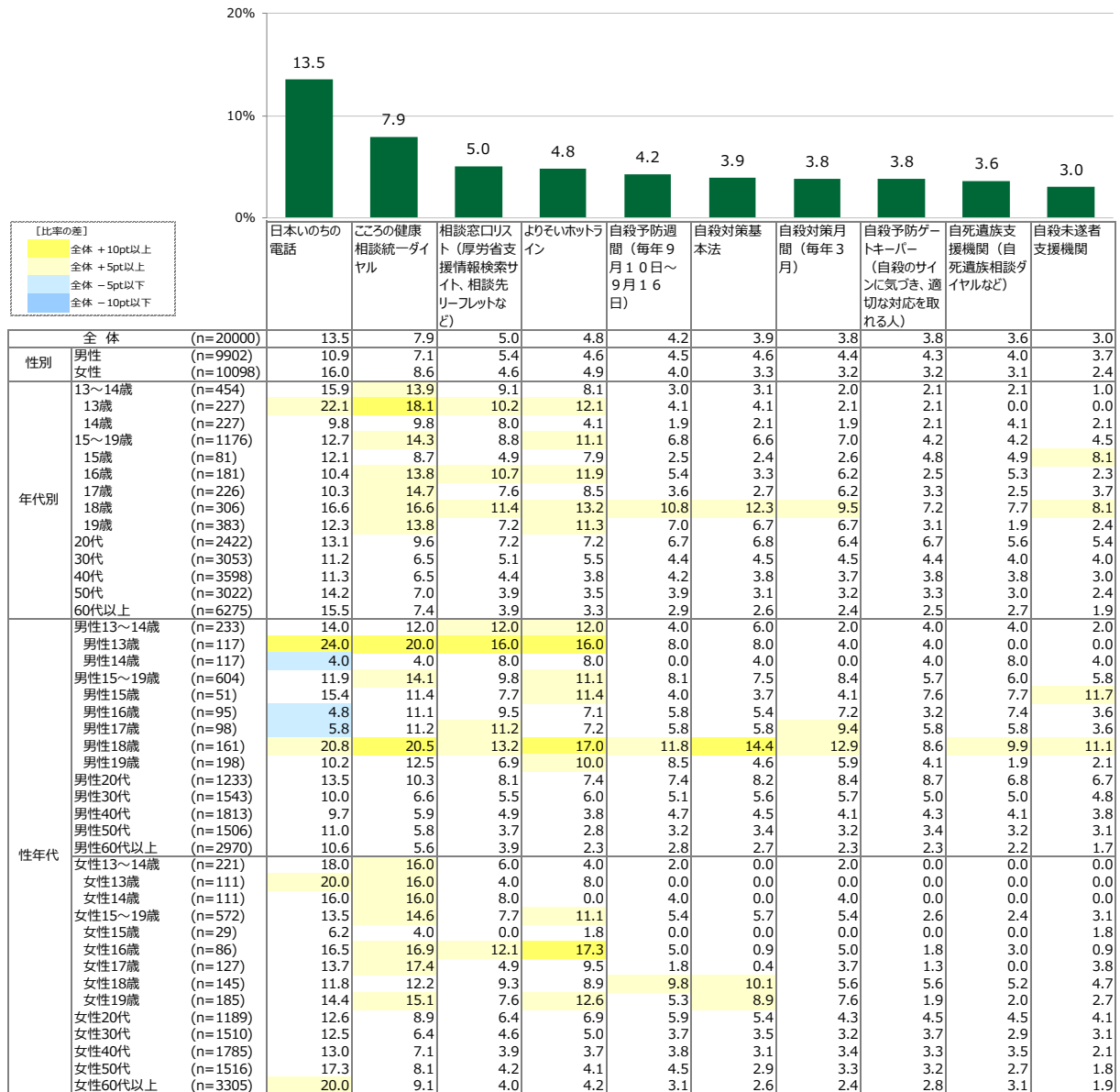


図 120: 自殺予防の取組や自殺対策 内容認知率
(スコア:「内容までよく知っている」+「大体知っている」計)

伊藤 次郎 氏

NPO法人OVA 代表理事

自殺関連用語を調べている人に検索連動広告を用いてアウトリーチし、インターネットを通じて相談を受ける事業。その他ゲートキーパー養成等の研修事業等を実施。

コメント

本調査では全国でおよそ4人に1人が「これまでの人生のなかで本気で自殺したいと考えたことがある」と回答しており、2017年に実施した第1回目の調査の結果と差が見られなかった。自殺に追い込まれる経験は、特別なことではなく、誰しも起こりうる危機であると言える。

本調査において全国で10.7%の人が自ら自分の身体を傷つけたことがあると回答した。性を問わず10代～20代の若年層で自傷経験割合が高い傾向が見られる。一方で、自傷する子ども・若者たちに出会いやすい存在である養護教諭やスクールカウンセラー等の支援職が、その対応に不安を抱えることは珍しくない。理由として自傷行為の理解や対応について、養成課程における教育、また研修を受ける機会が乏しく、知識が不足していることが考えられる。自傷を行うほどにつらい感情を抱えている人達が多くいる現状に対し、自傷行為について相談できる相談窓口等の事業が十分にあるとは言えない。伴って実践・研究等の担い手は少なく、総じて社会資源が十分にあるとは言えないだろう。

これまでの先行研究や本調査でも明らかになったように、自傷行為の経験がある人たちは、そうでない人と比較して、自殺企図のリスクが高い人たちである。今後、自傷行為に関する事業の開発実施、また研修等の実施等を通じて、自傷の理解と対応についての知識について支援者に普及していく必要があると考えられる。

また、COVID-19の自殺関連行動への影響について、本調査で明らかにするのは限界があるものの、1年以内で自殺念慮や自殺未遂経験がある層では「休職中」「求職中」、業種では「飲食店・宿泊業」の割合が高くなっている。とりわけ女性の非正規労働者の雇用状況が著しく悪化している現状の中で、困難を抱えている人が多くいることが懸念される。全国の自治体ではゲートキーパーの育成が積極的に行われているが、社会情勢に応じて、自殺のリスクが高い人に出会いやすい人に、より重点的な養成を行う必要性もあるだろう。(例:ハローワークの職員)

また、メディアによる自殺報道の後に、自殺が増加する危険性があることはすでに明らかになっている。本調査では自殺の報道に関する主観的影響について質問し、とりわけ若年層が影響を受けやすい傾向を示している。若年層の自殺が増加する傾向がみられる中、報道と自殺に関しては、更なる対策の検討と実施が急務である。

稲場 夢有 氏

NPO法人ユースハート 代表理事 / 明海大学 非常勤助教

青少年およびその支援者の方々への支援や研究を行うNPO団体の代表として、主に若者の抑うつや自殺予防に関する調査研究や対策の立案を行うとともに、大学ではコミュニケーションや心理学の講義を行なっている。

コメント

コロナウイルスは我々人間に対し、発熱や呼吸困難といった身体症状を引き起こす直接的な攻撃だけでなく、経済的混乱、思想的分断、人との繋がりの断絶などといった、間接的な攻撃も行うことによって、社会を混乱に陥れ、結果として多くの死者数を出した。

経済的事由やコロナウイルスに対する直接的な不安も看過できないが、私は特に「人との繋がりの希薄さ」が、多くの人の孤独感を強め、憂鬱な気分やうつ状態をより強固なものにしてしまったように感じる。

今回の日本財団の調査結果においても、自殺念慮や自殺未遂経験がある層の方がいない層に比べて、「自分に仲間付き合いがないと感じることがある」、「自分は疎外されていると感じることがある」、「自分は他の人から孤立していると感じることがある」といった回答の割合が高い傾向にあった。

また、自殺したいと思った際、または自殺未遂をしたときに、「誰にも相談をしなかった」と答えた人が70.9%であり、本気で自殺を考えた際に思いとどまった一番の理由が、「家族や恋人などが悲しむことを考えて」という結果からも、人との繋がりや支援(ソーシャルサポート)と、そういった存在の認知が自殺の抑止力となっていることがうかがえる。

ハーバード大学が80年以上にわたって行っている追跡調査においても、良好な人間関係が人々の幸福や健康に直結していることや、孤独が心身にもたらす重大な悪影響について言及されている¹⁾。

しかしながら、自殺予防の取組や自殺対策についての人々の認知率は未だ低く、最も認知率の高かった「日本いのちの電話」でさえ、名称の認知率が55.0%で、内容も認知している割合は13.5%しかなかったことが今回の調査から浮き彫りとなった。

こういった点から、我々自殺予防の専門家や団体としては、個々人のサポート訴求スキル(困ったときなどに「助けて」と言える能力)の向上を促していくとともに、その相談先のさらなる周知を図っていく必要があるだろう。

1) Harvard University. "Harvard study, almost 80 years old, has proved that embracing community helps us live longer, and be happier". Harvard Gazette. <https://news.harvard.edu/gazette/story/2017/04/over-nearly-80-years-harvard-study-has-been-showing-how-to-live-a-healthy-and-happy-life/>. (参照 2021-06-30)

清水 康之 氏

NPO法人自殺対策支援センター ライフリンク 代表

自殺対策SNS相談「生きづらびっと」及び電話相談「#いのちSOS」を展開。日本財団「こども若者のいのちを支える(自殺対策)」プロジェクトにおいて事務局も務める。

コメント

本調査の意義は、大きく3点あると思います。

1つは、継続的に行われている調査であるということです。今回を含めて4回、毎回2万人規模で行われている自殺実態調査は世界的にも珍しく、とても貴重です。しかも、全都道府県の10~70代について、様々な比較ができる形で行われており、これまでの調査の結果も含めて、本調査で得られた情報は、我が国の自殺対策を推進する上での財産だと思えます。これをパネル調査として実施することができれば、自殺の実態を、その時々「断面」を切り取って明らかにするだけでなく、自殺リスクが上昇したり低下したりする「変化(経過)」を明らかにすることができるようになり、そうなればさらに画期的な調査になると思います。ただいずれにしても、この4回だけでも、すでに我が国の自殺対策において重要なデータとなっており、この調査自体に大きな意義があると思います。

もう1つは、今回、子どもや若者の実態に迫る調査であるということです。昨年の我が国における児童生徒の自殺者数は過去最多となり、我が国において(世界的にも)子どもや若者の自殺が非常に深刻になっています。その一方で、政府の自殺統計だけでは、子どもや若者の自殺実態を十分に把握することができません。そもそもひとつの調査だけで自殺のすべてを明らかにするのは不可能であって、様々な調査等を通じて自殺の実態に様々な角度から光を当てて、自殺を立体的に浮き彫りにする作業が必要です。本調査は、直接、子どもや若者に自殺について質問をしており(倫理的な配慮という意味で、調査を途中で中断しても何ら不利益を被ることがないことを伝えたり、相談窓口の情報を提供していたりしながら)、子どもや若者の自殺対策を推進し、ひいては子どもや若者の命を守るための非常に貴重なデータを得ることができています。

最後は、より具体的なことになりますが、今回の調査で私が最も注目したのは、自殺の報道に関する質問で「自殺を考えていた人が最終的には自殺するのを止めて生きることを選んだというニュースや記事を見たあと」、「自分もその人のように生きようと思えることがある」「自分も自殺せずに生きていてよいのではないかと感じることもある」と回答した子どもや若者が多かった点です。自殺報道が自殺を抑制する効果のことを「パパゲーノ効果」と呼びますが、この調査結果は、現在世界的にも十分なエビデンスがないパパゲーノ効果の可能性を示唆するものであると感じます。この結果を広くマスメディア等に伝えることで、生きることを後押しする報道の強化につながれたらと願わずにいられません。

太刀川 弘和 氏

筑波大学医学医療系臨床医学域災害・地域精神医学 教授

現在若者・大学生の自殺予防対策、自殺未遂者の再企図防止事業、新型コロナウイルス関連メンタルヘルス対応等、自殺予防と災害・地域精神医療に関する広範な活動に従事している。

コメント

今回の調査報告では、まず自傷行為・自殺未遂について若者を含めた詳細な調査が行われている。特に、1年以内に自傷行為を行ったものの43.7%に自殺念慮があり、その51.4%が自殺未遂をしていること、自殺念慮がない群でも32%が自殺未遂をしていることがわかった点は、興味深い。これは、自傷行為が自殺企図に先行するリスク因子、予後予測因子であることを示している。にもかかわらず、学校の自殺予防教育や教員研修をしていると、自傷行為をありふれたもので自殺リスクのサインと捉えていない教員が大変多い。今回の結果から自傷行為の危険性についてより教育領域への周知や家族教育を行う必要があるだろう。

もう一点今回調査の独自項目として新型コロナウイルスの影響を広範に尋ねている点も新規性が高い。その内容として、日々の生活上の事柄に関するストレスを自傷行為、自殺念慮の有無で性別年代別に詳細比較している。この図表のレイアウトは、コロナに関連する活動ストレスを自傷行為、自殺念慮、自殺未遂の有無で列比較しているようにみえるが、むしろコロナに関するどのような活動が自傷行為や自殺未遂と関連するかというように、行単位で比較・検討するとよいだろう。昨年度は自殺者数が10年ぶりに増加に転じ、増加の理由として新型コロナウイルスをあげている論説が多いが、そこから予防対策を具体的に論じるに至っていない。各行にかかれたコロナ対策活動の詳細が自傷行為や自殺未遂とつながることがわかれば、コロナがもたらしたどのような生活の変化が自殺につながるのか推定ができ、変化を自殺行動に至らせない予防対策の提言が可能となる。

コロナ禍に得た自殺関連行動の貴重なデータと思われるので、学術的エビデンスに基づくコロナ禍の自殺予防対策の提言まで歩を進めていただきたい。

5 参考資料:15~19 歳の結果

【15~19 歳の 10 のファクト】



5人に1人
が自傷行為経験あり



3人に1人
が「本気で自殺したいと考えたことがある」



**自殺未遂経験者は
10.1%**



**自殺念慮、自殺未遂ともに
30代以降より多い**

5

自殺念慮・自殺未遂のリスクが高い層

持病
心の病気

持病
身体の病気

周囲で自殺で
亡くなった方が
いる

疎外感や孤立感
を感じている

家族等に助けや
助言を求める
相手がいない

6



日々の生活の中で不安感を抱えやすい

7

1年以内に自殺念慮があった層のコロナ禍におけるストレス

精神的健康問題
(うつ病など)の
症状悪化

同居する家族から
感情的な暴言を吐
かれること

同居家族と一緒に
いる時間の増加
一人の時間の減少

マスク/感染対策
をするかしないかを
巡り世の中の意見
が分かれていること

睡眠が十分とれて
いないこと

8



1割

が周りの人を自殺で亡くした経験がある

9



自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、
家族に助言を求める割合が低い

10



他の年代に比べ自殺に関する報道に
影響を受けやすい傾向

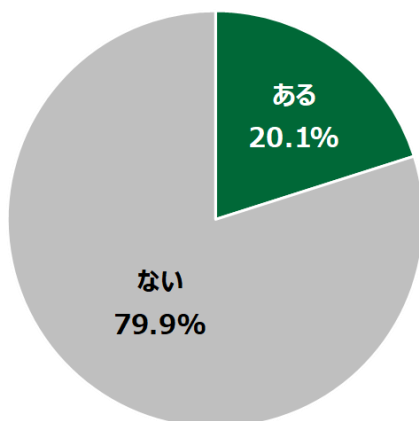
【15～19 歳の結果要約】

1

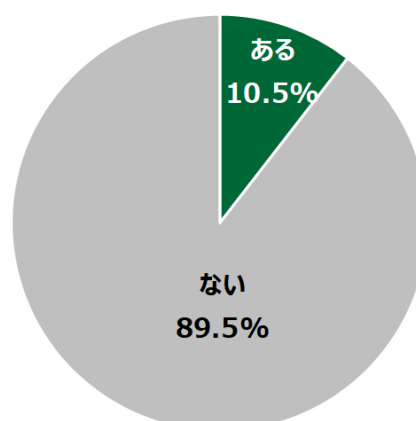
5人に1人がこれまでに自傷行為経験あり

また、全体の10.5%が1年以内の自傷行為経験あり。

自傷行為経験
(n=1096 「答えたくない」回答者除く)



1年以内自傷行為経験
(n=1107 「答えたくない」回答者除く)

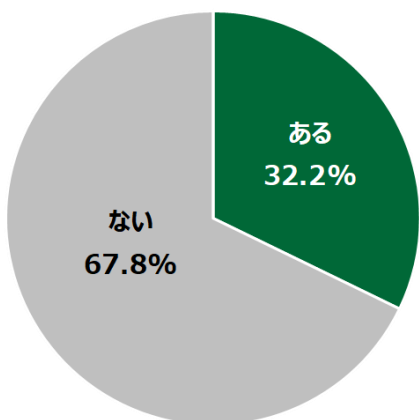


2

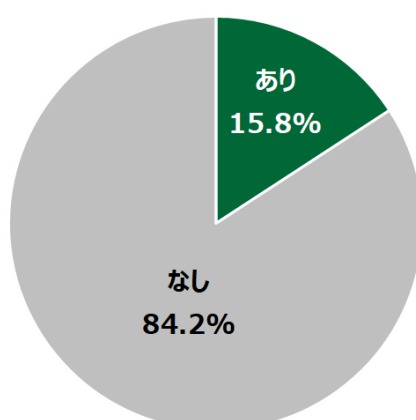
3人に1人が「本気で自殺したいと考えたことがある」

また、全体の15.8%が1年以内の自殺念慮あり。

自殺念慮経験
(n=1023 「答えたくない」回答者除く)



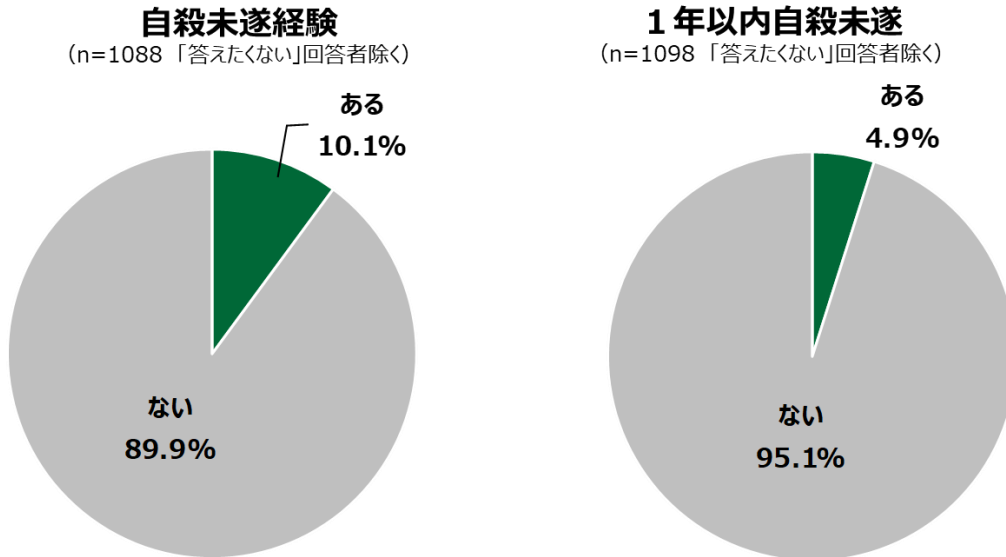
1年以内自殺念慮
(n=1021 「答えたくない」回答者除く)



3

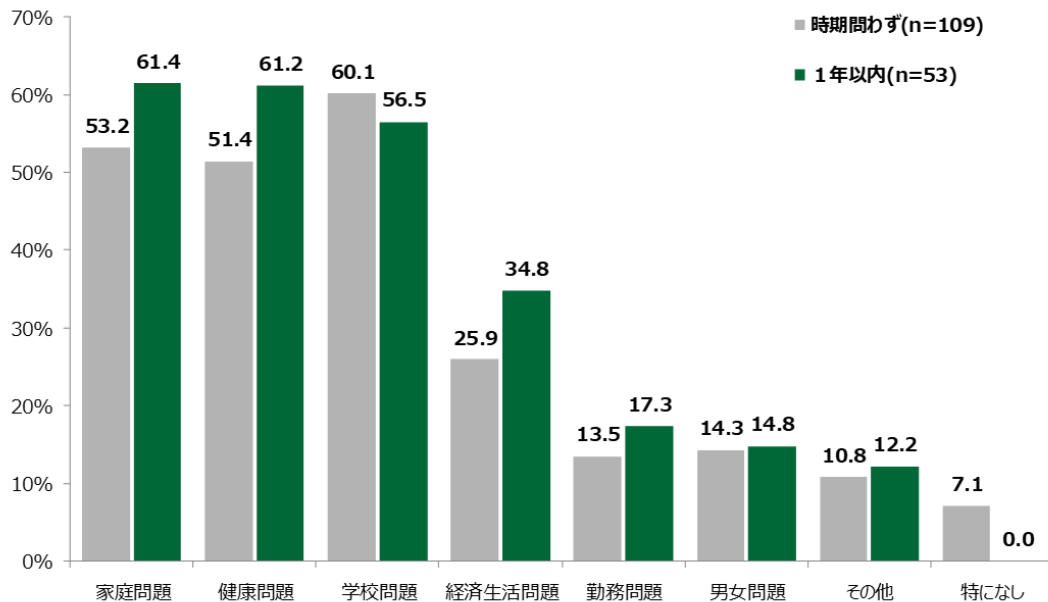
自殺未遂経験者は10.1%

また、4.9%が1年以内の自殺未遂経験あり。



自殺未遂の原因は、「家庭問題」「健康問題」「学校問題」が多い。
1年以内に絞ると、「家庭問題」「健康問題」「経済生活問題」が増加した。

自殺未遂原因

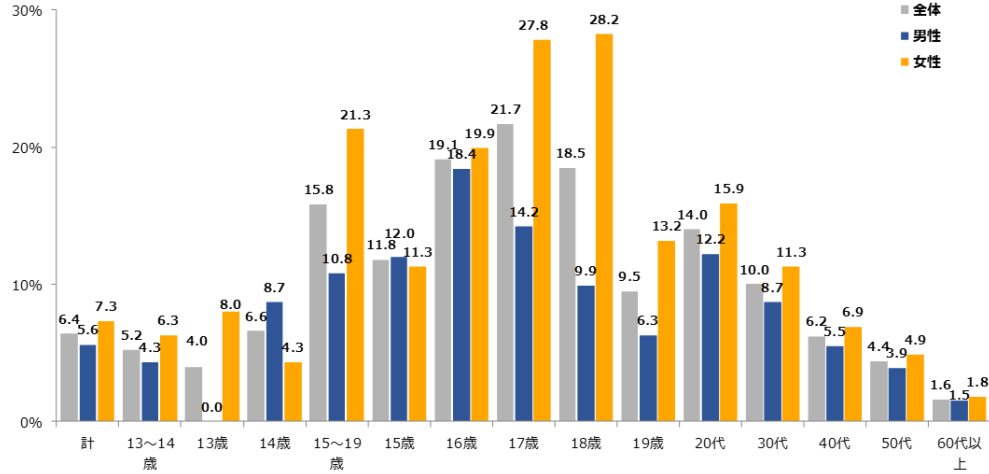


4

自殺念慮、自殺未遂ともに30代以降より多い

15～19歳の1年以内の自殺念慮は、男性より女性が多く、特に女性17歳・18歳で多い。

1年以内に自殺念慮あり

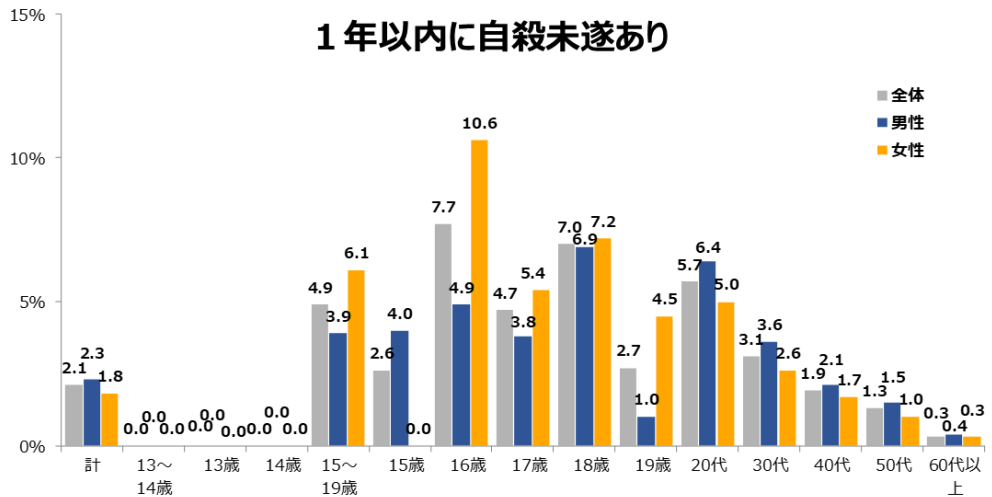


n=

全体	18320	431	222	209	1021	70	154	197	268	332	2147	2720	3278	2749	5974
男性	9096	219	112	107	534	47	79	89	142	177	1107	1373	1657	1374	2833
女性	9224	212	111	102	487	22	75	108	125	156	1040	1348	1621	1375	3141

15～19歳の1年以内の自殺未遂は、男性より女性が多く、特に女性16歳で多い。

1年以内に自殺未遂あり



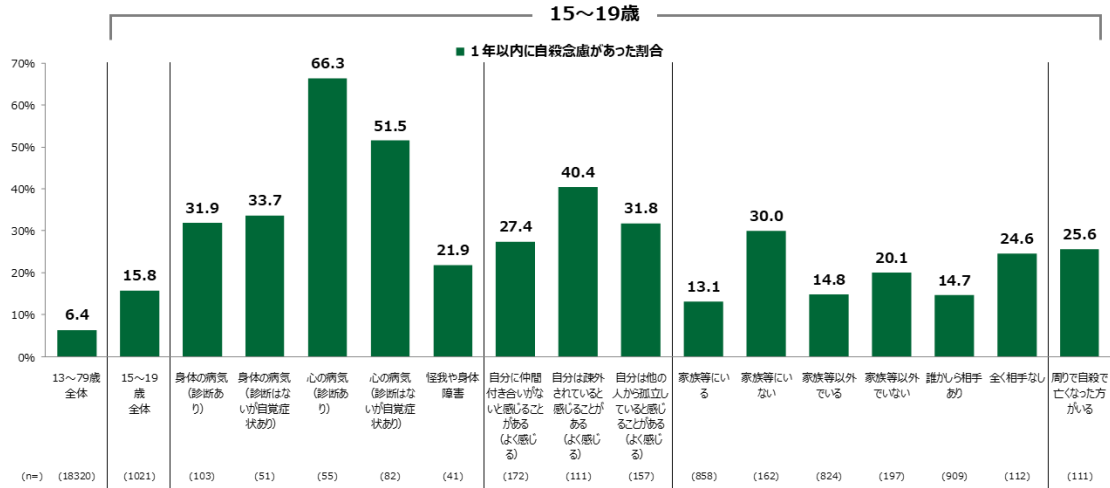
n=

全体	19310	454	227	227	1098	78	159	215	288	358	2265	2906	3464	2918	6204
男性	9550	233	117	117	576	51	82	94	158	190	1158	1460	1747	1445	2932
女性	9760	221	111	111	523	27	77	121	131	168	1107	1446	1718	1473	3272

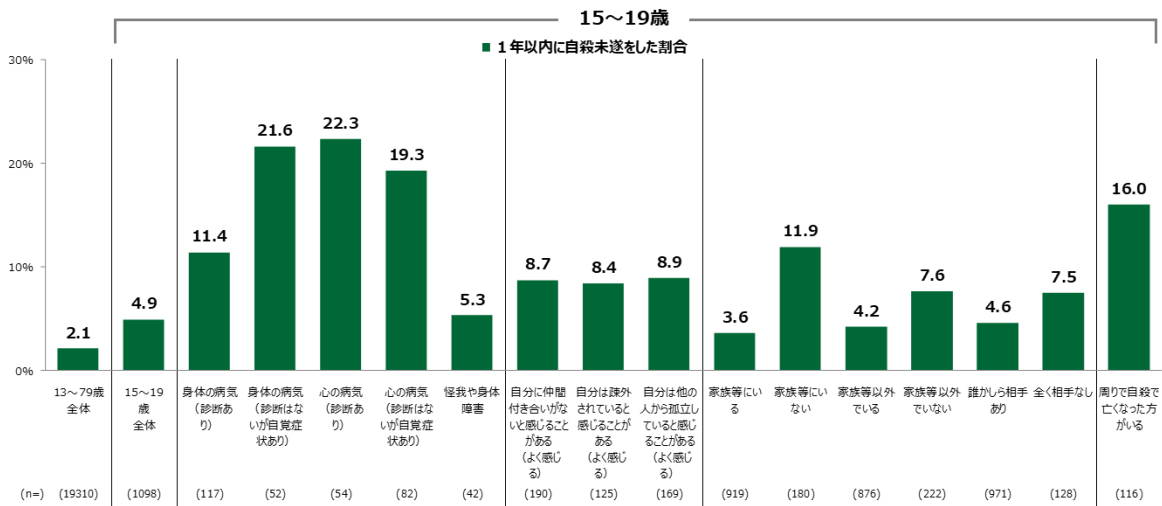
5

自殺念慮・自殺未遂のリスクが高い層

持病で「心の病気」を持つ層は5～6割台が1年以内に自殺念慮あり。
 ほか「身体の病気」を持つ層、
 疎外感や孤立感を感じている層、家族等に助けや助言を求める相手がいない層、
 などが1年以内の自殺念慮の割合が高い。



持病で「心の病気」を持つ層は2割前後が1年以内に自殺未遂あり。
 ほか「身体の病気」を持つ層、
 周りで自殺で亡くなった方がいる層などが1年以内の自殺念慮の割合が高い。

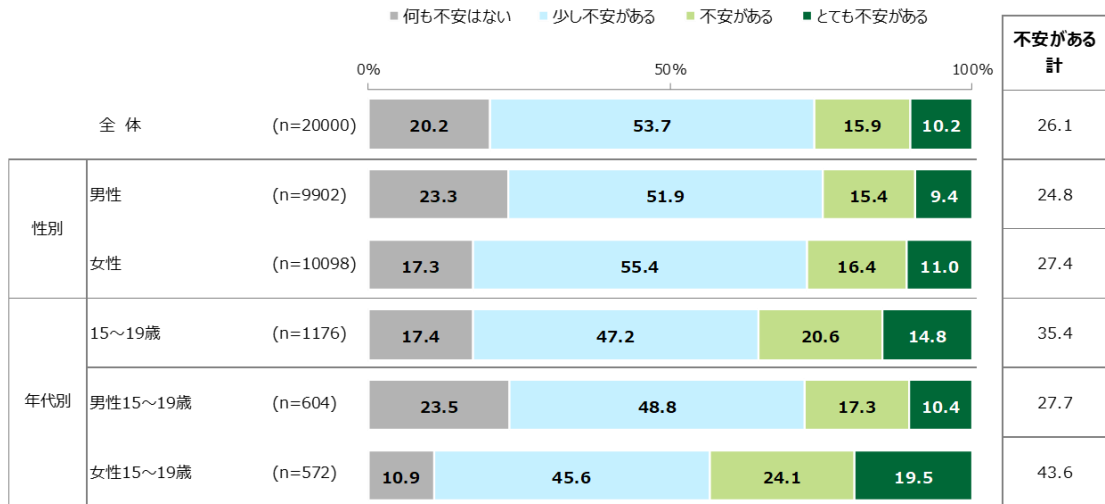


6

日々の生活の中で不安感を抱えやすい

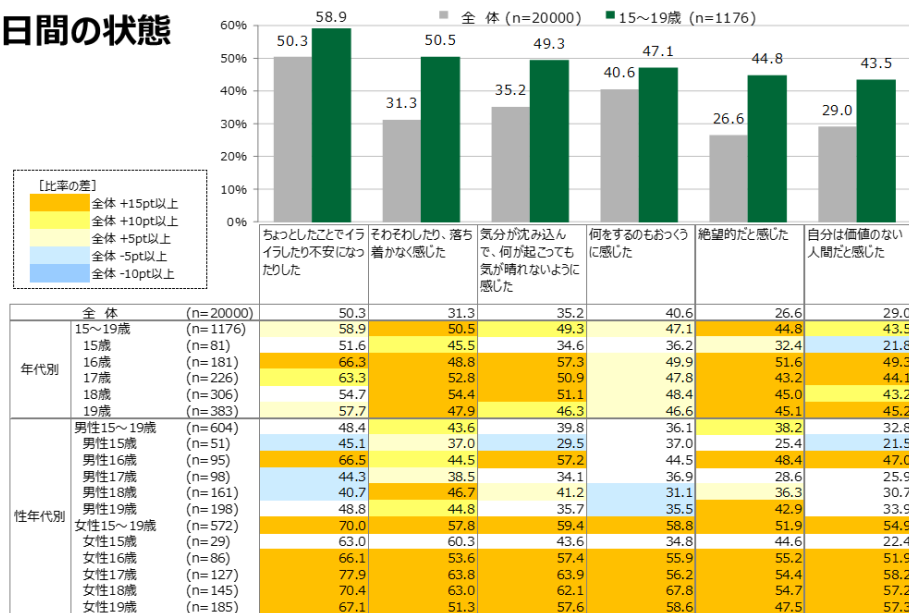
全体と比べ、15～19歳は日常生活の中で不安を感じている割合が多く、特に女性が多い。

日常生活の不安



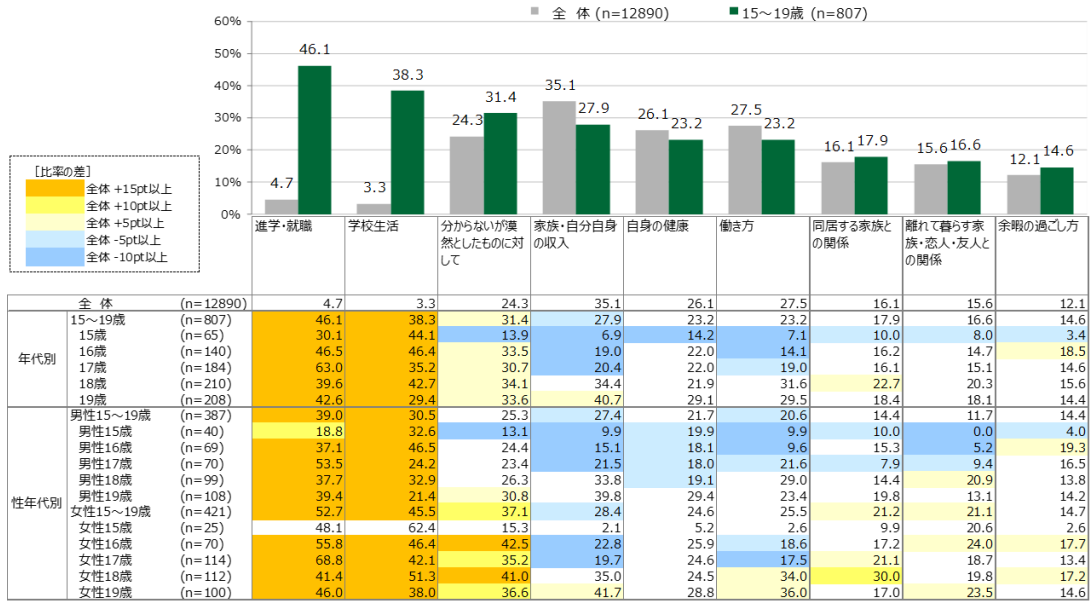
全体と比べ、15～19歳は「イライラしたり不安になったりした」「そわそわしたり、落ち着かなく感じた」「何が起ころとも、気が晴れないように感じた」などが多く、特に女性が多い。

30日間の状態



※「15～19歳」でスコアが高い項目順に掲載

感じている不安は「進学・就職」「学校生活」「漠然としたもの」



※「15~19歳」でスコアが高い項目順に掲載

新型コロナ感染拡大については主に「コロナの収束がみえない」のほか、「教育・進学・就職に影響が出るかもしれない」点で不安を感じている。

新型コロナウイルス感染拡大への不安

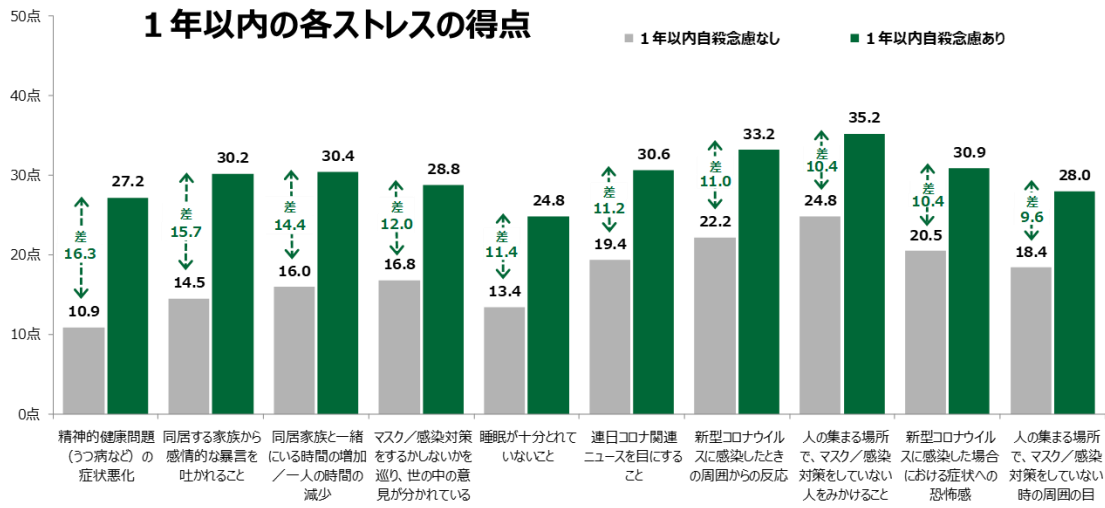


※「15~19歳」でスコアが高い項目順に掲載

7

1年以内に自殺念慮があった層のコロナ禍におけるストレス

1年以内に自殺念慮があった層がなかった層に比べて特に強く感じていたコロナ禍のストレスは、「精神的健康問題（うつ病など）の症状悪化」「同居する家族から感情的な暴言を吐かれること」「同居家族と一緒にいる時間の増加/一人の時間の減少」「マスク/感染対策をするかしないかを巡り、世の中の意見が分かれていること」「睡眠が十分とれていないこと」など。



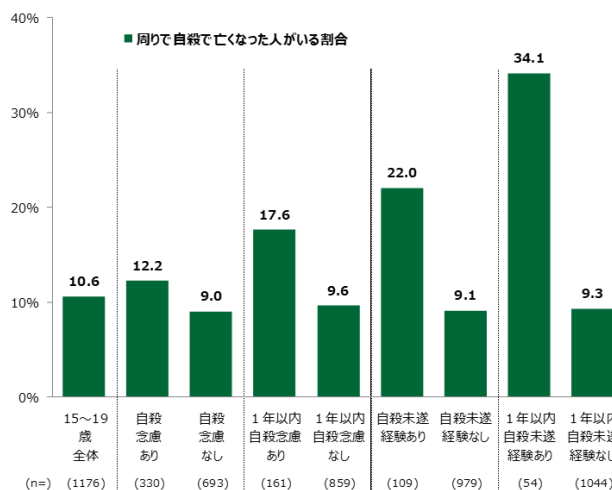
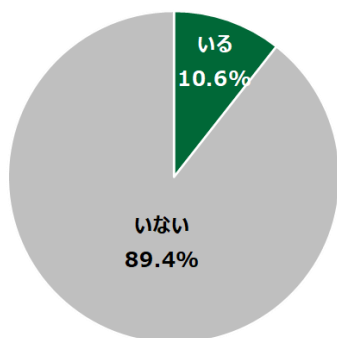
※ 1年以内に自殺念慮があった層となかった層の差が大きい項目順に10項目掲載

8

1割が周りの人を自殺で亡くした経験がある

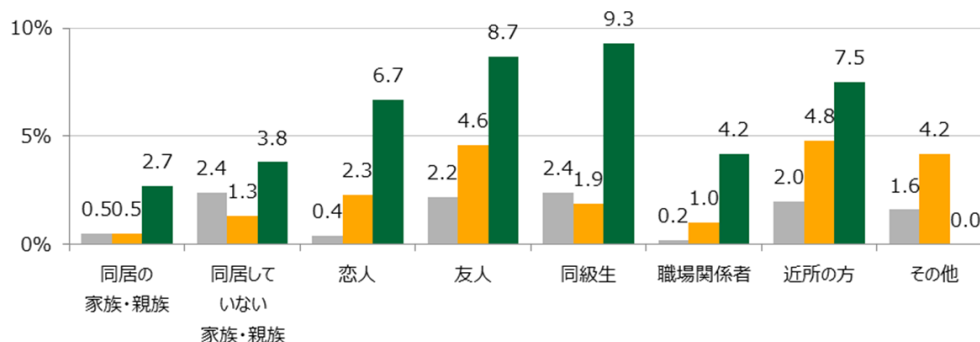
15～19歳全体では周りの人を自殺で亡くした経験は10.6%
 1年以内の自殺未遂経験者では34.1%
 が周りの人を自殺で亡くした経験がある。

周りの人を自殺で亡くした経験
 (n=1176)



自殺で亡くなった中で多いのは、「同居していない家族・親族」「同級生」「友人」。
 1年以内自殺未遂経験者は、特に「同級生」「友人」「恋人」を亡くした割合が高い。

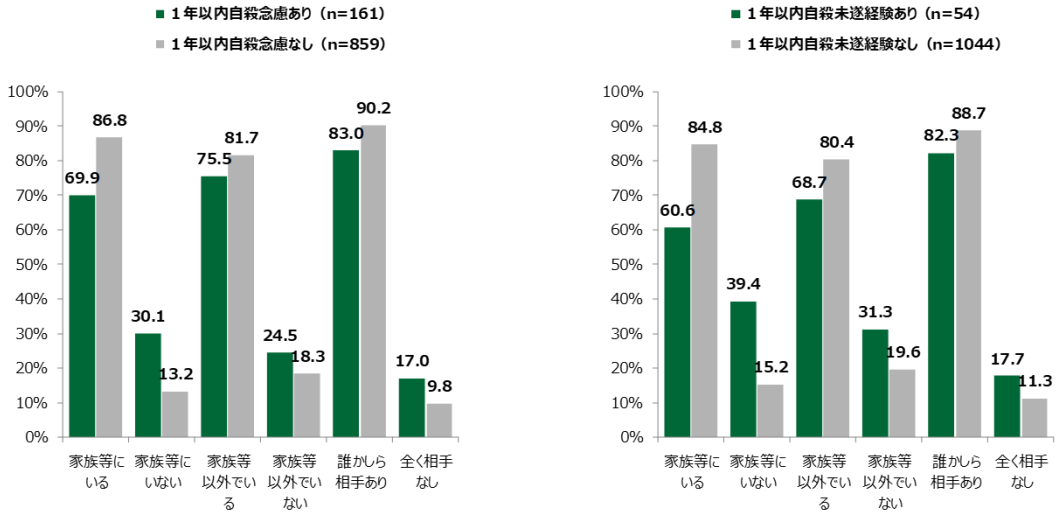
■ 15～19歳全体 (n=1176) ■ 1年以内自殺念慮あり (n=161) ■ 1年以内自殺未遂経験あり (n=54)



9

自殺念慮や自殺未遂経験がある層は、普段から家族に助言を求める割合が低い。

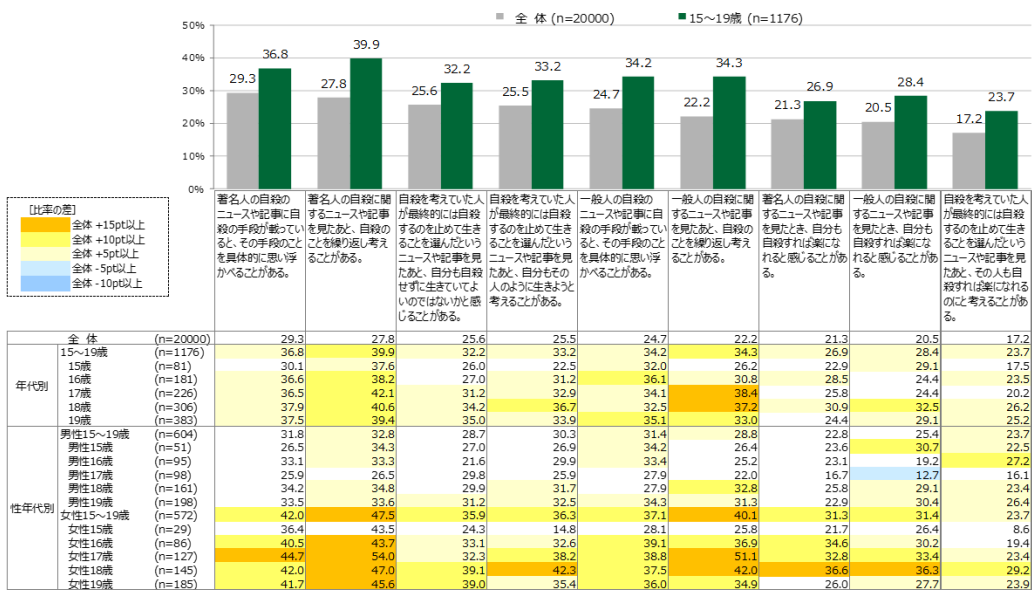
助言を求める相手 家族等にいる割合
 1年以内の自殺念慮がある層 30.1% / ない層 13.2%
 1年以内の自殺未遂経験がある層 39.4% / ない層 15.2%



10

他の年代に比べ自殺に関する報道に影響を受けやすい傾向

特に女性は「ニュースや記事を見たあと、自殺のことを繰り返し考えることがある」が多い。



6 本調査結果のメディアでの使用・自殺に関する報道における注意点

本調査結果の使用を含め、自殺に関する報道を行うメディア関係者は下記を遵守していただきますようお願い申し上げます。

WHO『自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識(2017年版)』

出典:厚生労働省ホームページ

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/who_tebiki.html

すぐわかる手引 (クイック・レファレンス・ガイド)

やるべきこと

- どこに支援を求めるかについて正しい情報を提供すること
- 自殺と自殺対策についての正しい情報を、自殺についての迷信を拡散しないようにしながら、人々への啓発を行うこと
- 日常生活のストレス要因または自殺念慮への対処法や支援を受ける方法について報道すること
- 有名人の自殺を報道する際には、特に注意すること
- 自殺により遺された家族や友人にインタビューをする時は、慎重を期すること
- メディア関係者自身が、自殺による影響を受ける可能性があることを認識すること

やってはいけないこと

- 自殺の報道記事を目立つように配置しないこと。また報道を過度に繰り返さないこと
- 自殺をセンセーショナルに表現する言葉、よくある普通のこととみなす言葉を使わないこと、自殺を前向きな問題解決策の一つであるかのように紹介しないこと
- 自殺に用いた手段について明確に表現しないこと
- 自殺が発生した現場や場所の詳細を伝えないこと
- センセーショナルな見出しを使わないこと
- 写真、ビデオ映像、デジタルメディアへのリンクなどは用いないこと

7 相談窓口一覧

自殺を考えるほどつらい気持ちを抱えている方、大切な人を自殺で亡くされた方へ。その思いを、ひとりで抱え込まずに相談してみませんか。

【どこに相談したらいいか迷われているとき】

よりそいホットライン(どんな悩みにもよりそいます)

<https://www.since2011.net/yorisoi/>

0120-279-338 (フリーダイヤル、24 時間対応、年中無休)

岩手県・宮城県・福島県から

0120-279-338 (フリーダイヤル、24 時間対応、年中無休)

いのちと暮らしの相談ナビ

(インターネット上で、ご自身の悩みや状況、お住まいの地区別に相談先を検索できます)

<http://lifelink-db.org/>

チャイルドライン

(18 歳までの子どもがかける電話です。チャットでの相談も受け付けています)

0120-99-7777 (フリーダイヤル、毎日、午後 4 時から午後 9 時まで)

<https://childline.or.jp/index.html>

BOND プロジェクト

(10 代 20 代の女性のための LINE 相談を実施しています)

LINE @bondproject

相談時間: 月・水・木・金・土

第1部 14 時から 18 時(17 時 30 分まで受付)

第2部 18 時 30 分から 22 時 30 分(22 時まで受付)

【自殺を考えるほどつらいとき】

こころの健康相談統一ダイヤル

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/kokoro_dial.html

0570-064-556 (各都道府県・政令指定都市によって対応する曜日・時間が異なります)

生きづらびっと(LINE によるチャット相談です)

<https://yorisoi-chat.jp/>

相談時間: 月・火・木・金・日 17 時~22 時 30 分(22 時まで受付)

水 11 時~16 時 30 分(16 時まで受付)

あなたのいばしょ

(年齢や性別を問わず、誰でも無料・匿名で利用できるチャット 相談窓口です。)

<https://talkme.jp/> (24 時間対応、年中無休)

NPO 法人国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター

<http://www.befrienders-jpn.org/>

03-5286-9090

夜 8 時から深夜 2 時 30 分まで

(月曜は夜 10 時 30 分から深夜 2 時 30 分まで火曜は夕方 5 時～深夜 2 時 30 分、年中無休)

※ホームページではその他の常設の電話相談窓口を探することができます。

日本いのちの電話

<http://www.inochinodenwa.org/>

ナビダイヤル 0570-783-556 (午前 10 時から夜 10 時)

フリーダイヤル 0120-783-556 (フリーダイヤル、毎日夕方 4 時から夜 9 時、毎月 10 日は朝 8 時から翌 11 日朝 8 時)

※ホームページでは各地のいのちの電話を探することができます。

【大切な方を自殺で亡くされたとき】

自死遺族相談ダイヤル(自死遺族のための電話相談)

<http://www.izoku-center.or.jp/>

03-3261-4350 (木曜午前 10 時から夜 8 時、日曜午前 10 時から夕方 6 時)

自死遺族傾聴電話(悲しみの傾聴)

<http://www.jjishi-griefcare.org/>

03-3796-5453 (木曜、土曜の正午から夕方 4 時)