

# 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

要約版

# 目次

調査概要	3
10のファクト	4
要約	
① 自殺念慮	9
② 自殺未遂経験	11
③ 年代別自殺念慮、自殺未遂割合	13
④ 自殺念慮・自殺未遂のリスクが高い層	15
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	17
⑥ 周りの人を自殺で亡くした経験	18
⑦ 自殺を考えた時の相談先	20
⑧ 家族に助言を求める割合	22
⑨ 自殺を思いとどまる理由	23
⑩ 自殺に関する報道について	24

# 調査概要

## 調査目的：若年層、コロナ禍における自殺の実態を把握する

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

## 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

# 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**

# 10のファクト

## 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

# 10のファクト

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**

# 10のファクト

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

# 調査結果 要約

---



# 要約

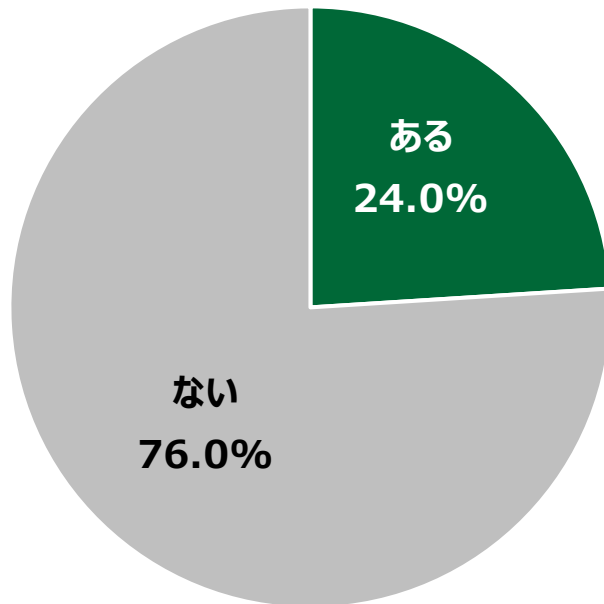
1

## 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。

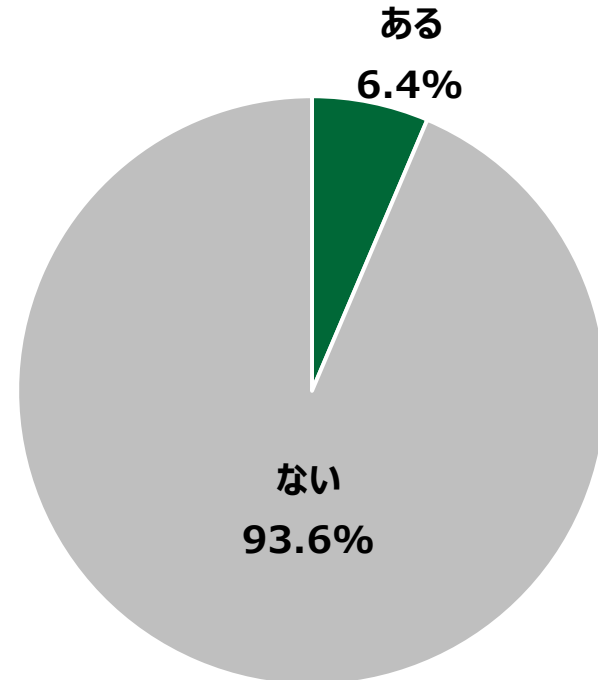
### 自殺念慮経験

(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)



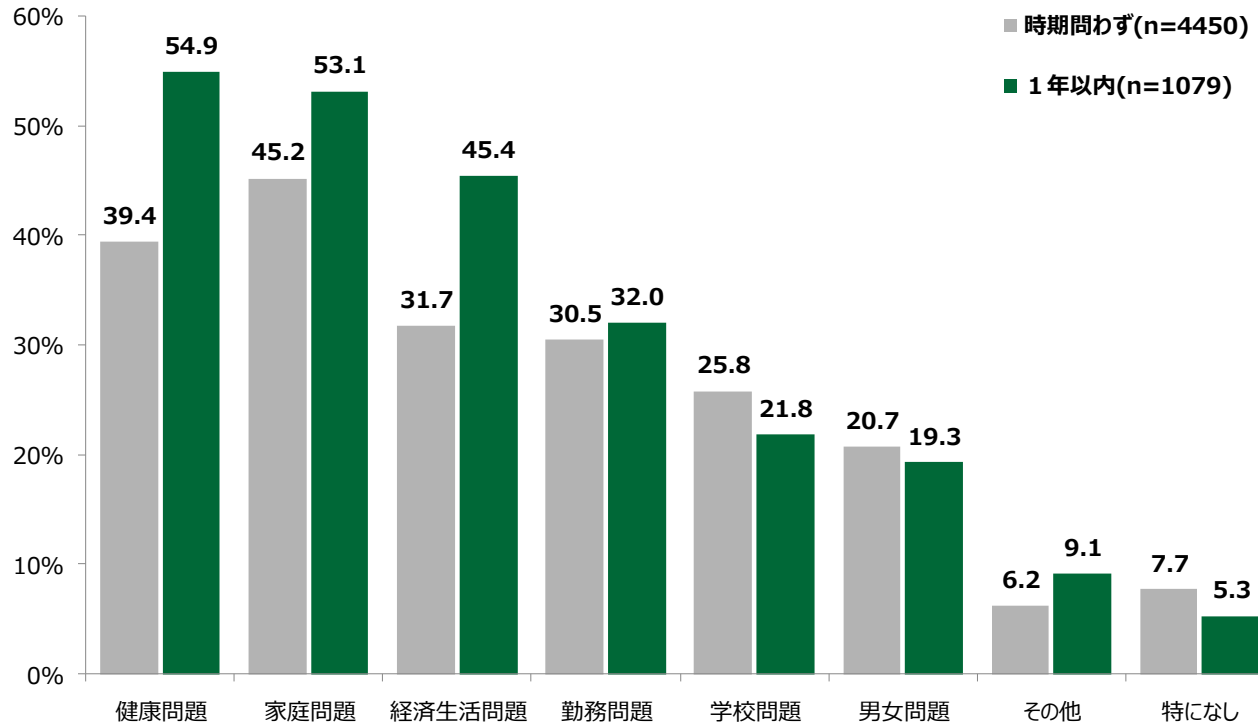
# 要約

1

## 4人に1人が「本気で自殺したいと考えたことがある」

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

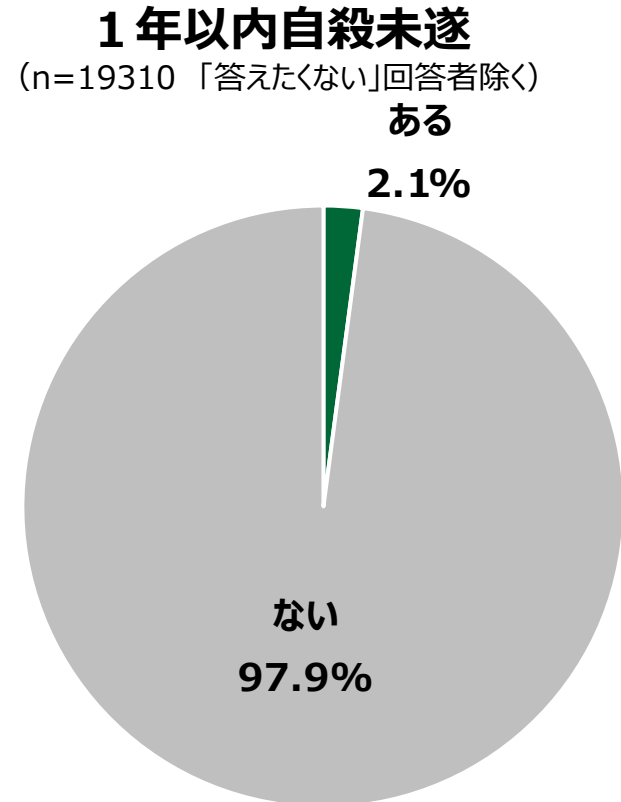
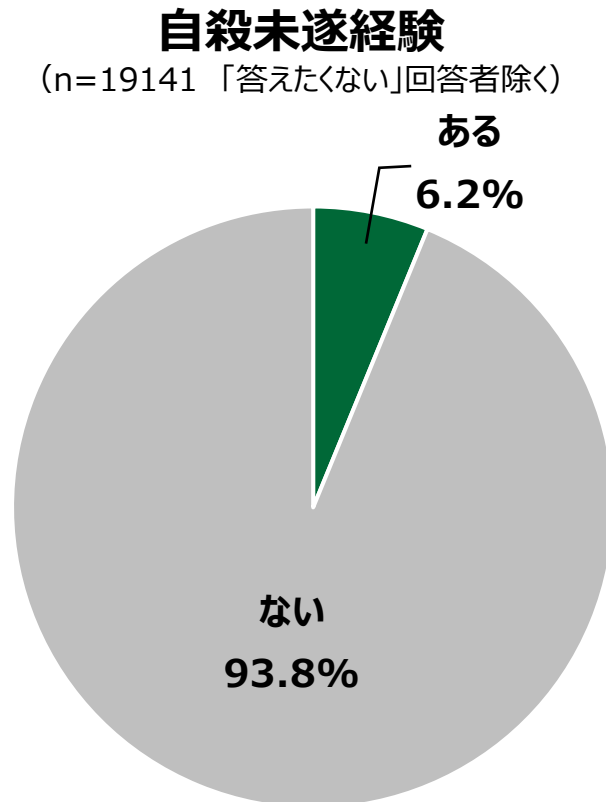


# 要約

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。



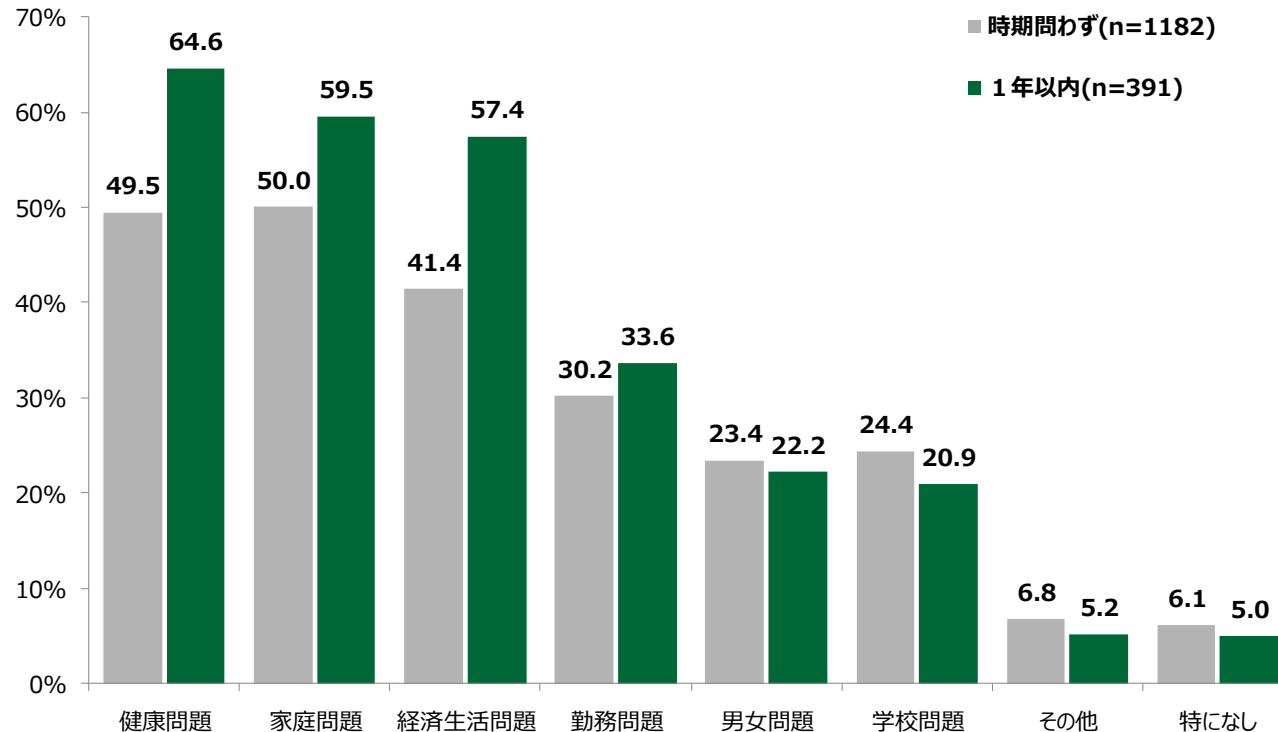
# 要約

2

## 自殺未遂経験者は6.2%

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



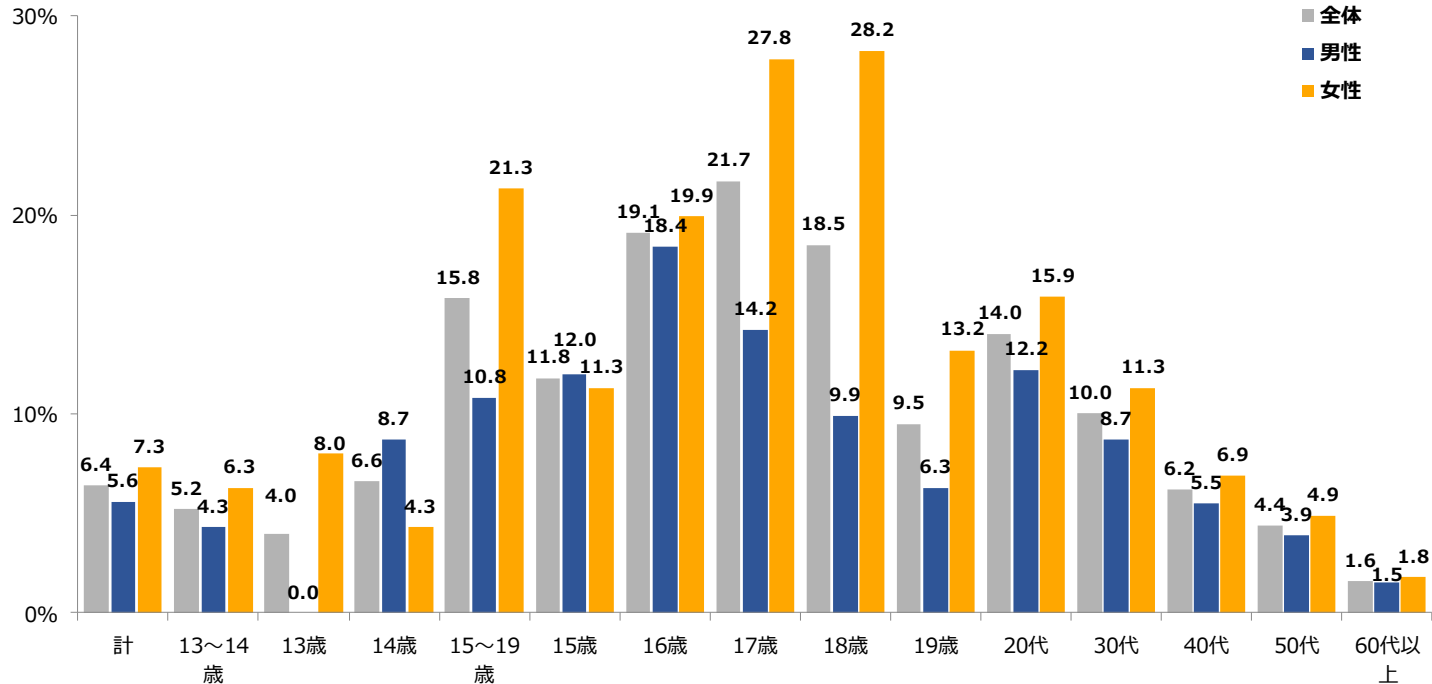
# 要約

## 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=

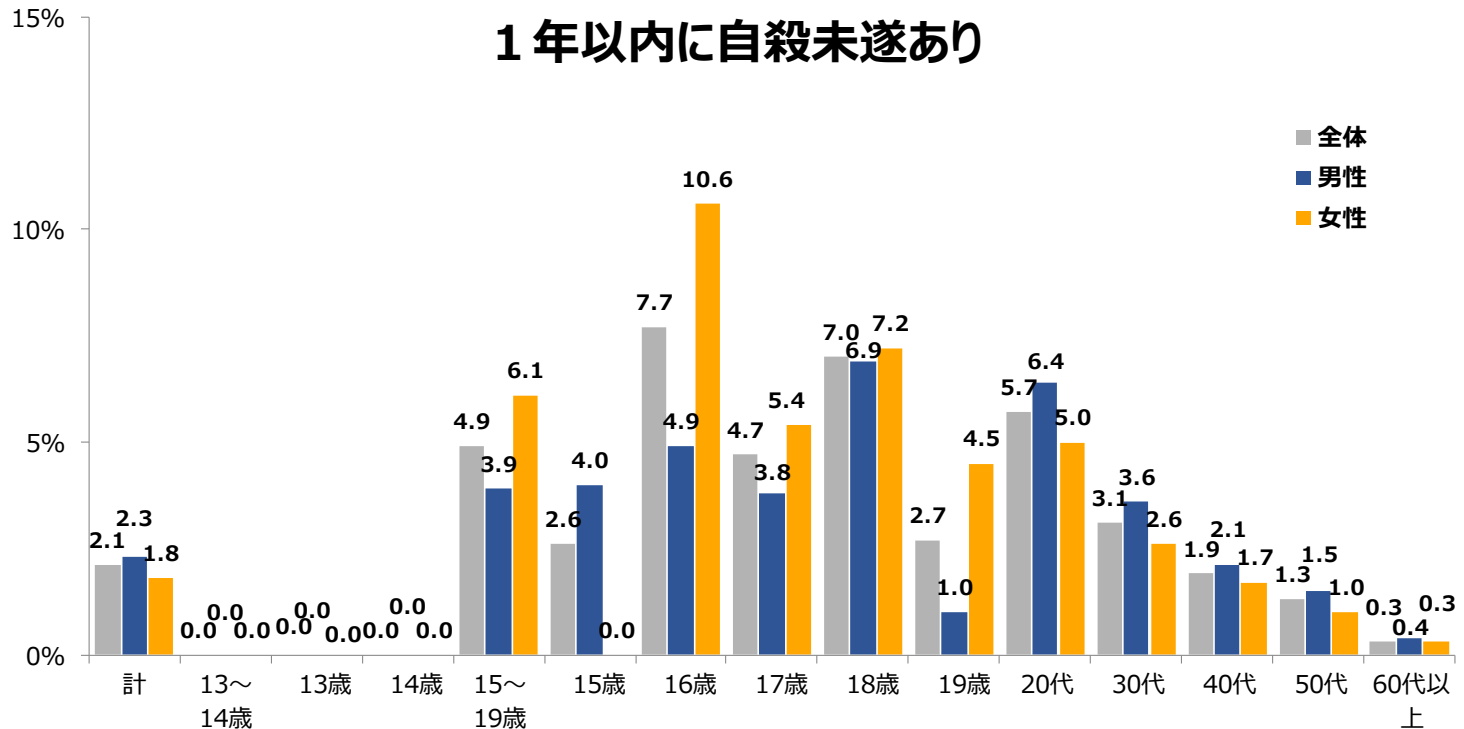
全体	18320	431	222	209	1021	70	154	197	268	332	2147	2720	3278	2749	5974
男性	9096	219	112	107	534	47	79	89	142	177	1107	1373	1657	1374	2833
女性	9224	212	111	102	487	22	75	108	125	156	1040	1348	1621	1375	3141

# 要約

## 3

### 自殺念慮、自殺未遂ともに15～20代のリスクが高い

1年以内の自殺未遂も、15～19歳、20代などの若年層が多い。



n=

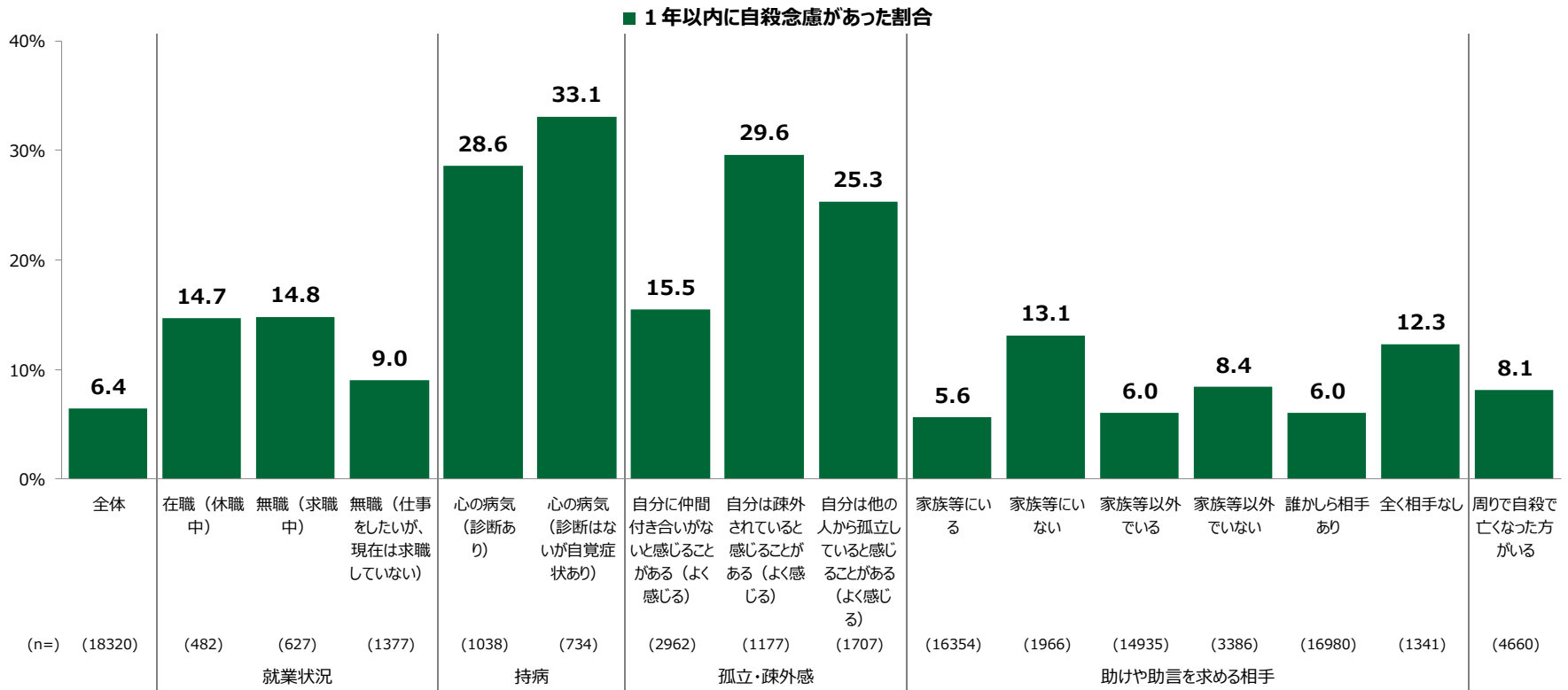
全体	19310	454	227	227	1098	78	159	215	288	358	2265	2906	3464	2918	6204
男性	9550	233	117	117	576	51	82	94	158	190	1158	1460	1747	1445	2932
女性	9760	221	111	111	523	27	77	121	131	168	1107	1446	1718	1473	3272

# 要約

## 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、周囲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。



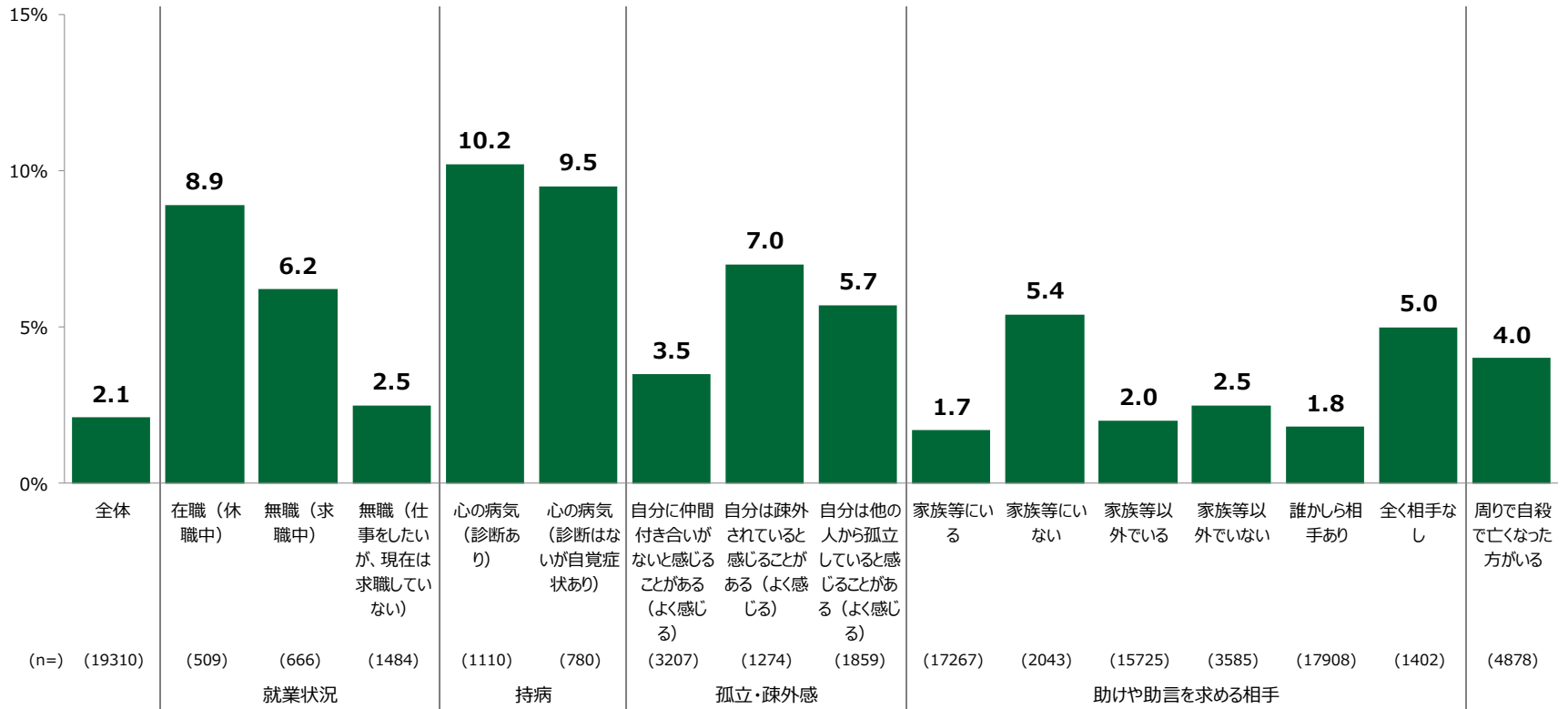
# 要約

## 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、周囲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。

■ 1年以内に自殺未遂をした割合

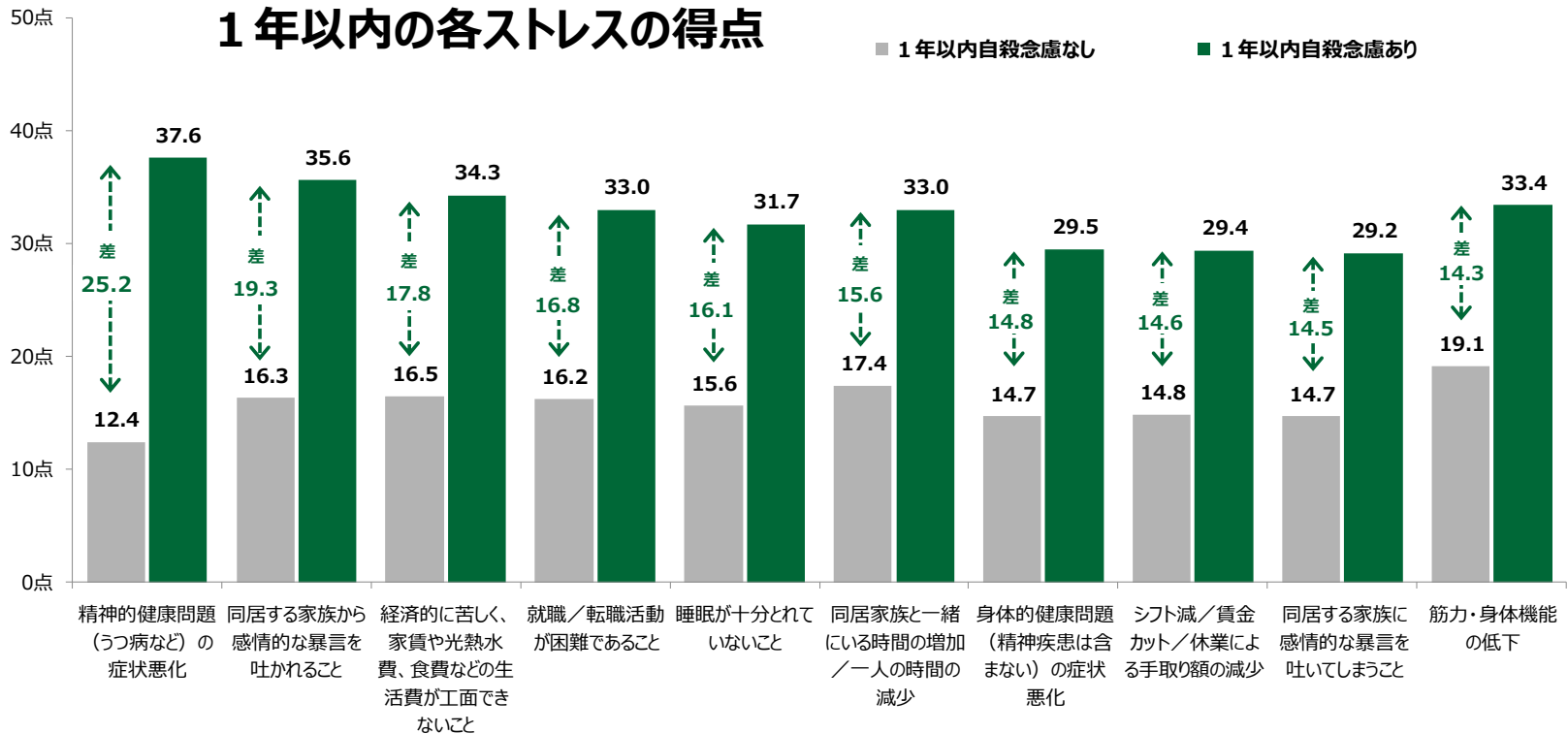




# 要約

## 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

# 要約

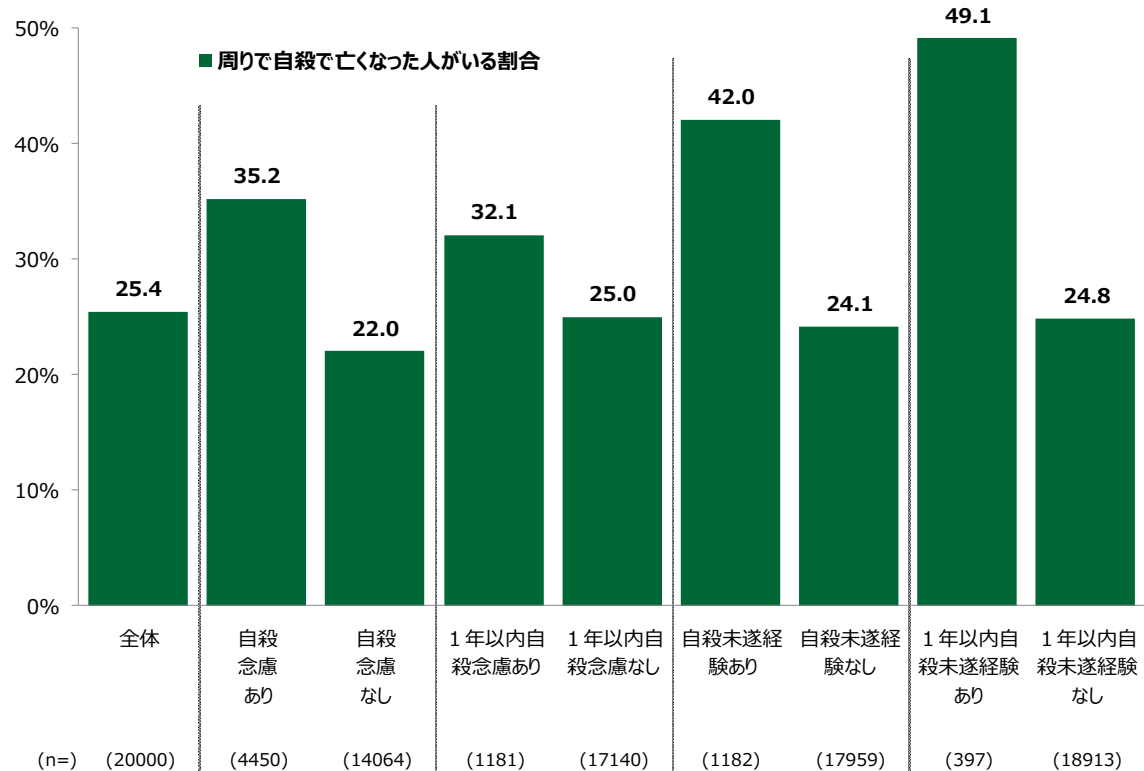
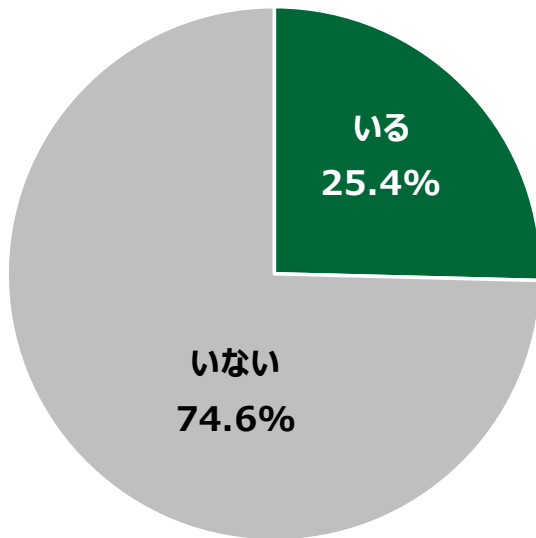
6

## 4人に1人が周り的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%  
が周り的人を自殺で亡くした経験がある。

### 周り的人を自殺で亡くした経験

(n=20000)

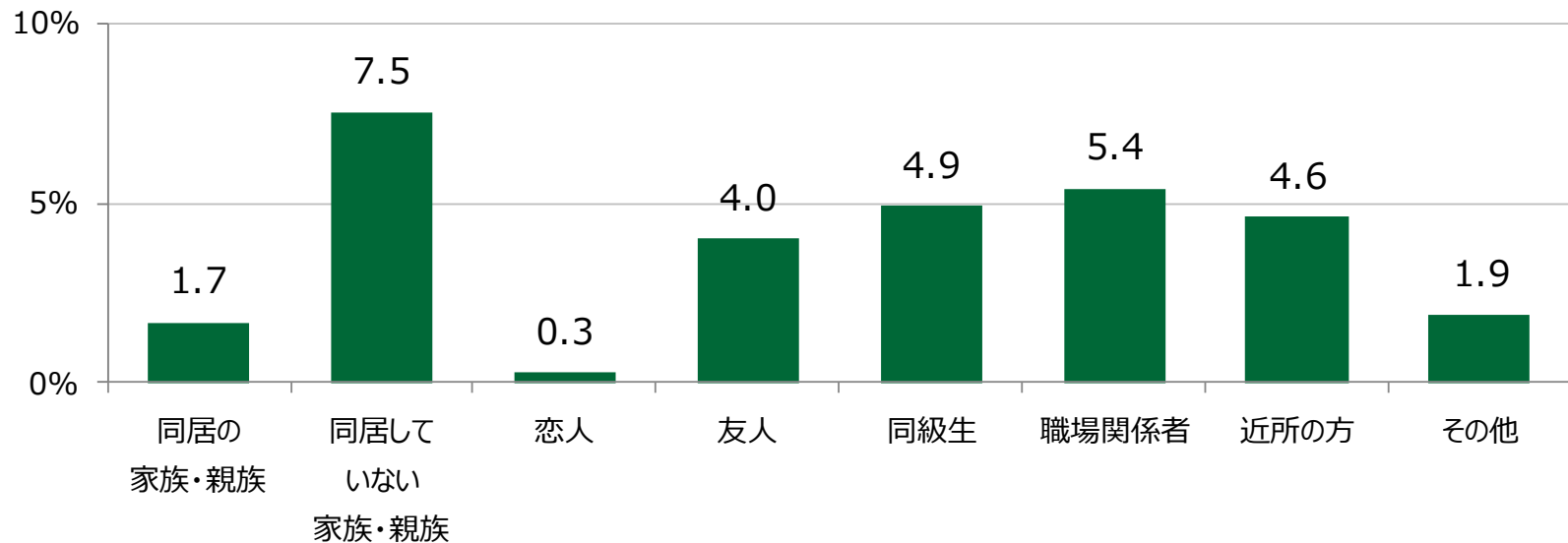


## 6

### 4人に1人が周りの人を自殺で亡くした経験がある

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)

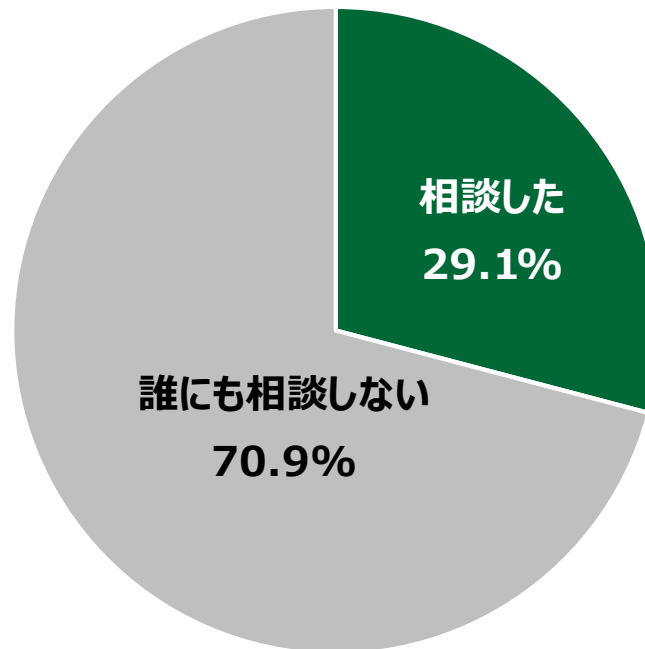


# 要約

7

## 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)



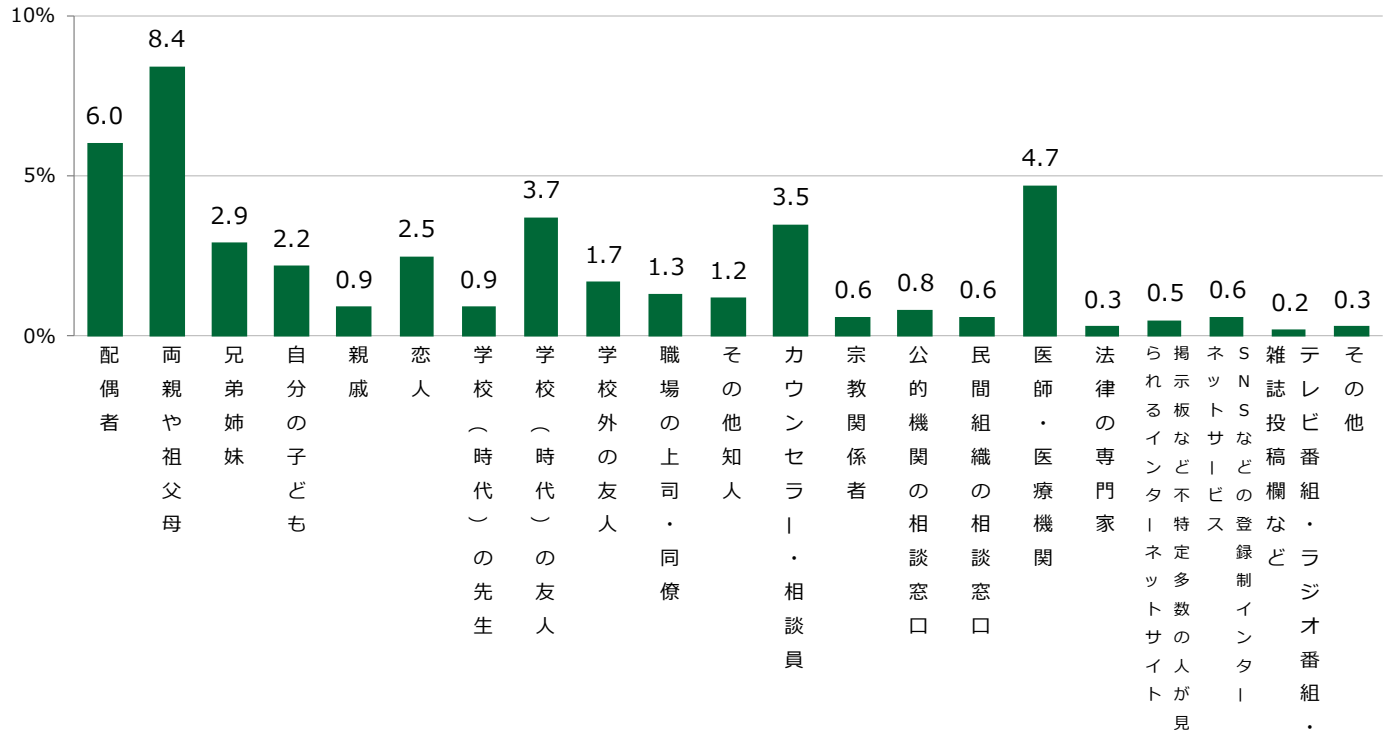
# 要約

7

## 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

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)



### 自殺念慮や自殺未遂経験がある層はない層に比べて、 普段から家族に助言を求める割合が低い

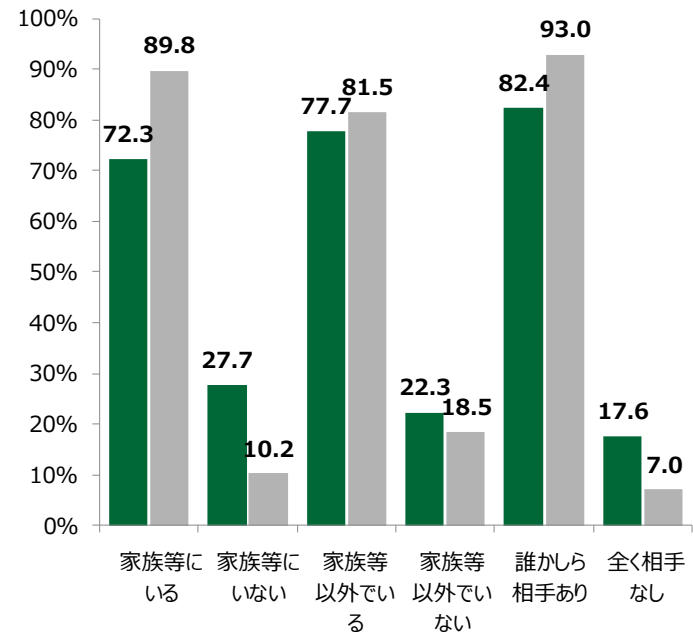
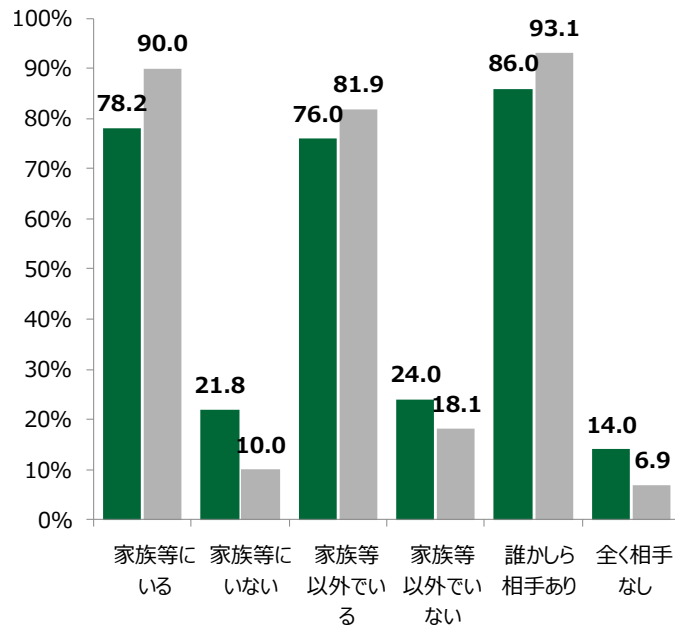
助言を求める相手 家族等にいる割合

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%

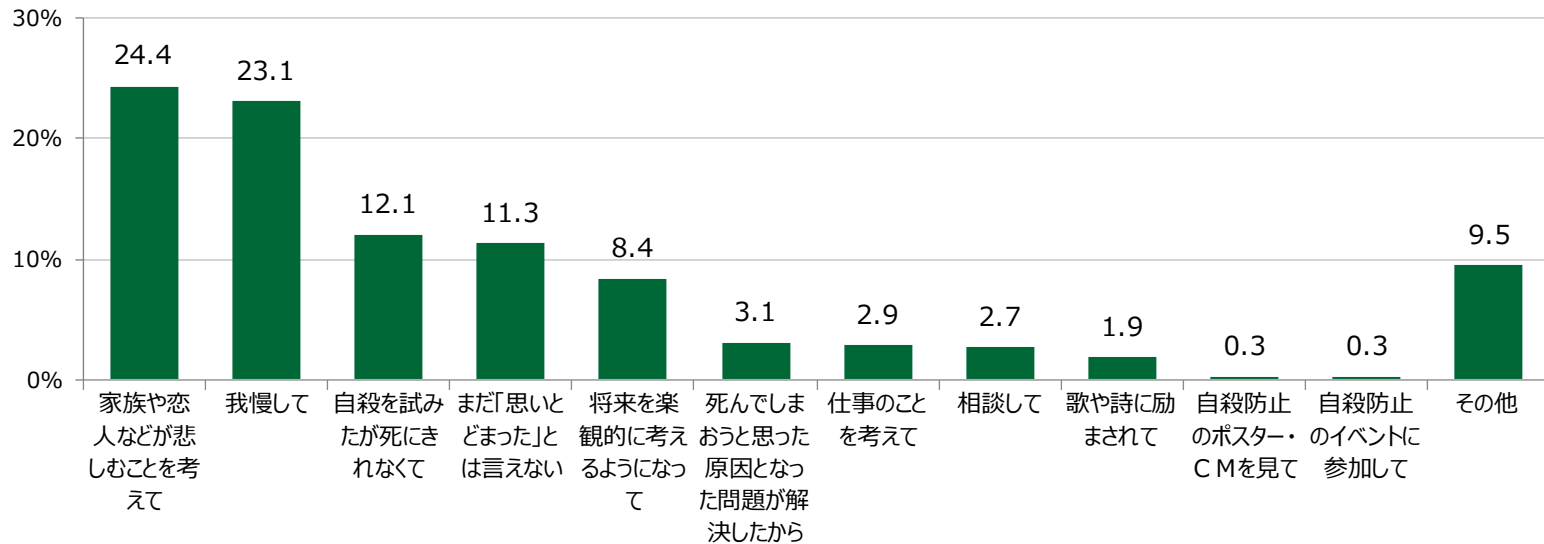
■ 1年以内自殺念慮あり (n=1181)  
■ 1年以内自殺念慮なし (n=17140)

■ 1年以内自殺未遂経験あり (n=397)  
■ 1年以内自殺未遂経験なし (n=18913)



### 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)



# 要約

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

