

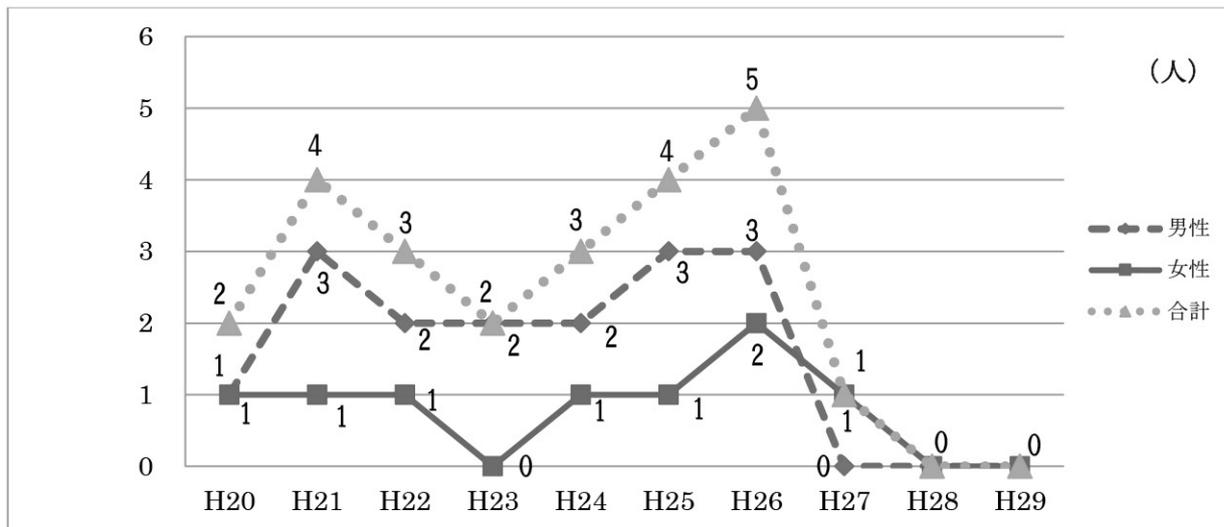
## 第2章 日の出町の自殺をめぐる現状

### 1 日の出町の自殺の現状

#### (1) 自殺者数

自殺者数の推移を人口動態統計<sup>(注3)</sup>で見ると、平成28年・29年は0人となっていますが、10年間を見ると、0～5人の間で推移しています。本町では人数が少ないため10年間の平均で見ると、年間に2～3人の人が自殺で亡くなっています。性別では男性は約2人、女性は約1人で男性が多くなっています。

【図4】 日の出町の自殺者の推移

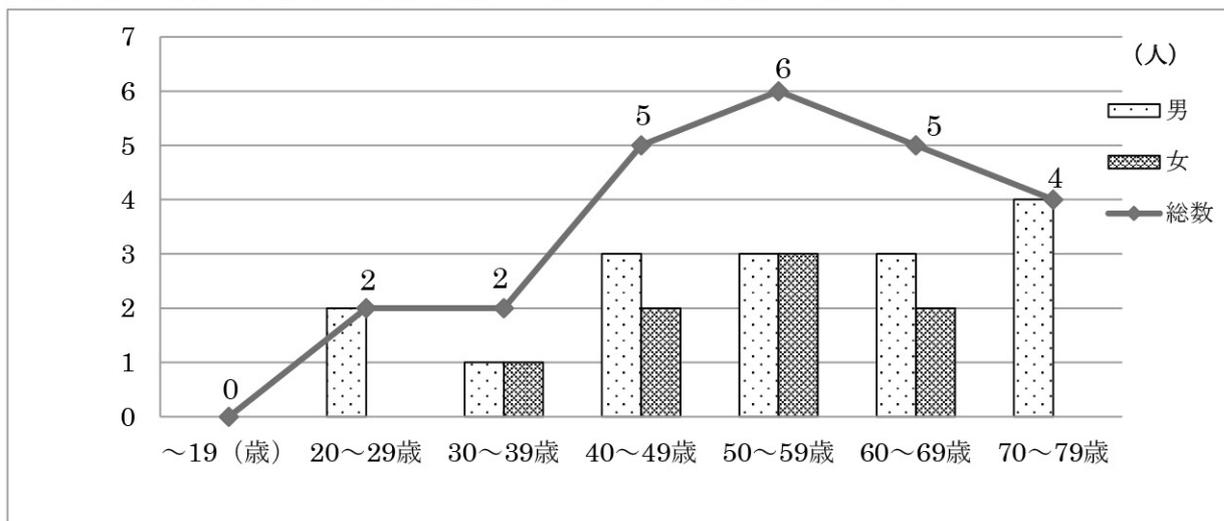


資料：厚生労働省「人口動態統計」

#### (2) 年齢別自殺者

自殺者数を年代別にみると、20歳代からの自殺者がみられ、多いのは50歳代とその前後の年代が多くなっています。

【図5】 年齢別自殺者の推移(平成20年～29年の合計) (N=24)



資料：厚生労働省「人口動態統計」

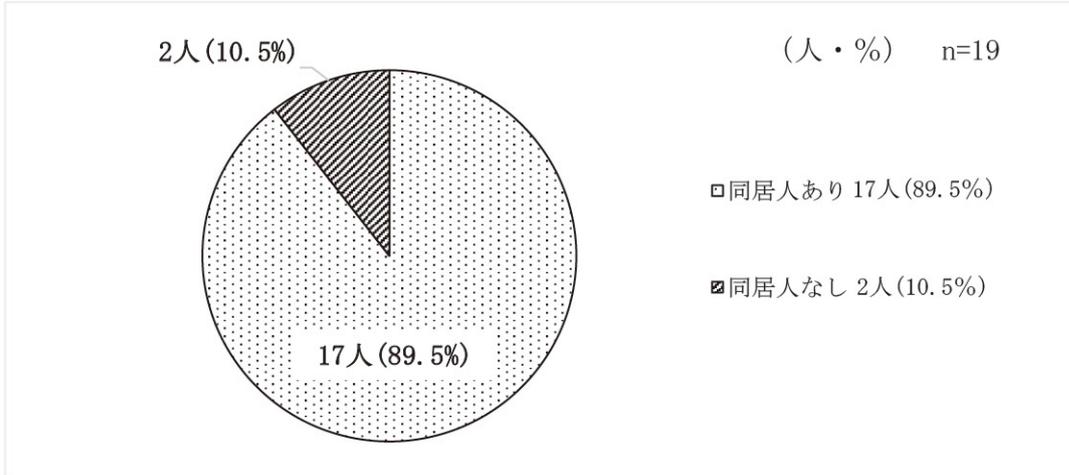
注3 厚生労働省の「人口動態統計」

日本における日本人（外国人は含まない）を対象とし、住所地を基に死亡時点で計上している。自殺他殺あるいは事故死のいずれか不明の時は自殺以外で処理しており、死亡診断書等について自殺の旨の訂正報告がない場合は、自殺に計上していない。

### (3) 自殺者における同居人の有無

自殺者の同居人の有無をみると、「地域における自殺の基礎資料」<sup>(注4)</sup>では、平成21年から29年までの自殺者数は19人で、そのうち「同居あり」が17人で全体の89.5%を占めています。

【図6】 同居人の有無 (平成21年～29年の合計)



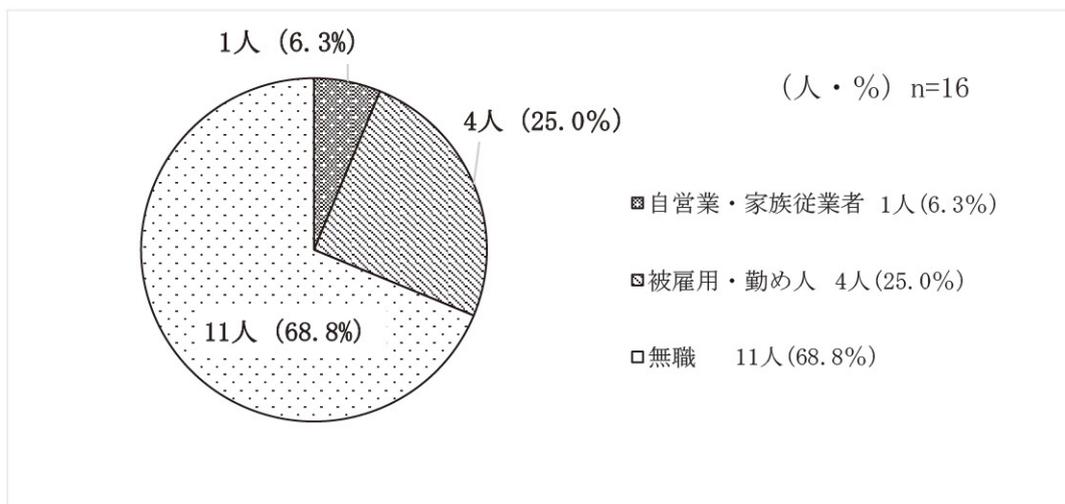
資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」自殺日・居住地

### (4) 自殺者の職業別割合

自殺者の職業についてみると、職業を把握できたのは16人で、そのうち「無職者」が11人で68.8%と最も多く、次いで「被雇用者・勤め人」が4人で25.0%、「自営業・家族従事者」は1人で6.3%の順となっています。

【図7】 有職者、無職者の自殺者数(平成21年～29年の合計)

(平成21年から29年を集計、平成23年、27年、28年はデータが5人未満であるため非開示)



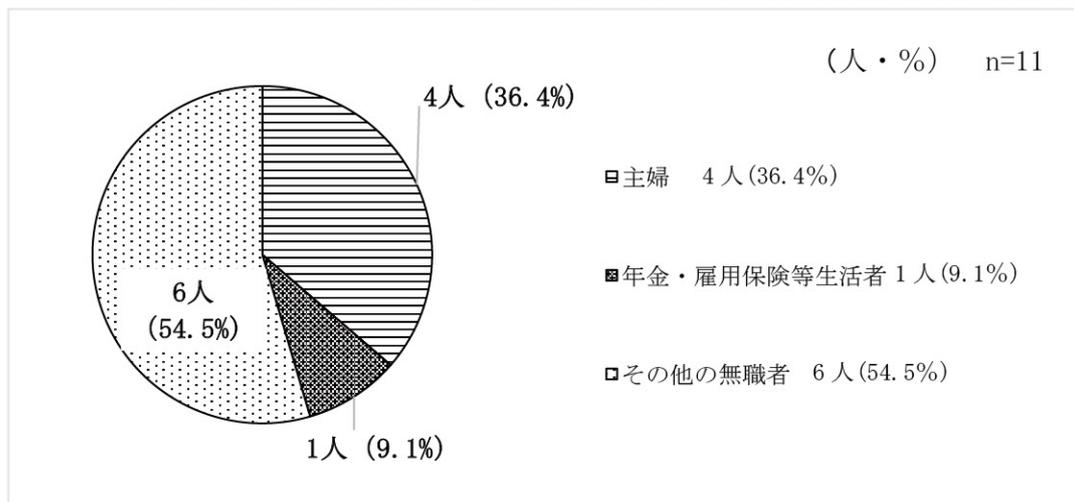
資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」自殺日・居住地

注4 厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」とは総人口（日本における外国人を含む）を対象とし、発見地を基に自殺死体発見時点（正確には認知）で、捜査等により自殺であると判明した時点で計上している。ただし、データが5人未満の場合は個人情報保護の観点から公表していない。

また、図7の無職者11人の内訳をみると、「その他の無職者」が6人で54.5%、次いで主婦4人で36.4%、年金・雇用保険等生活者は1人で9.1%の順になっています。「その他の無職者」とは利子・配当・家賃等生活者、浮浪者などを指します。

【図8】 無職者の内訳(平成21年～29年の合計)

(平成21年から29年を集計、平成23年、27年、28年はデータが5人未満であるため非開示)



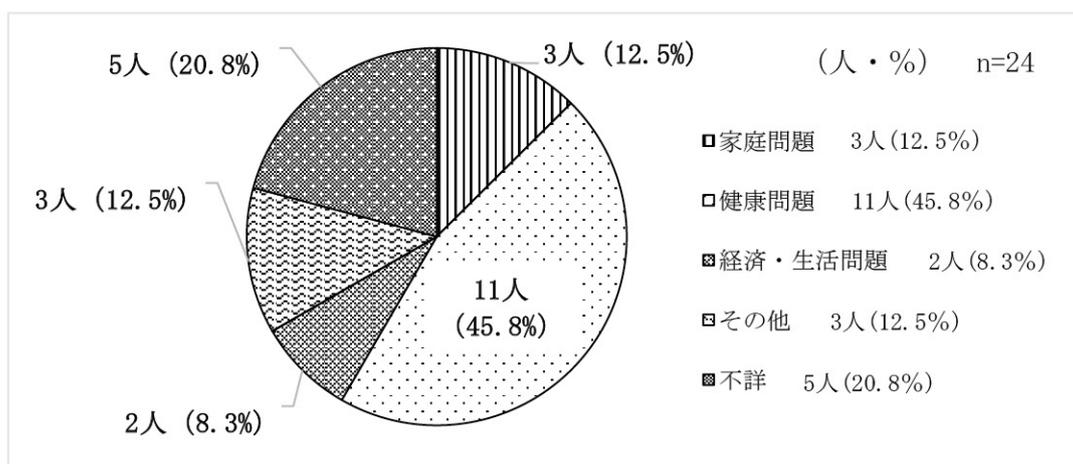
資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」自殺日・居住地

(5) 自殺者の動機・原因割合

自殺者の動機・原因についてみると、「健康問題」が11人で45.8%と最も多く、次いで「家庭問題」が3人で12.5%、「経済・生活」は2人で8.3%の順になっております。

【図9】 動機・原因別自殺の状況(平成21年～29年の合計 1人につき3つまで計上可)

(平成21年から29年を集計、平成23年、27年、28年はデータが5人未満であるため非開示)



資料：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」自殺日・居住地

(6) 地域自殺実態プロフィール

国は市町村自殺対策計画策定の参考として、市町村に警察庁自殺統計データ等进行分析した「地域自殺実態プロフィール」を提供しています。

本町の重点施策の分野としては、下記の通りです。

**地域自殺実態プロフィール**

○無職者・失業者

○高齢者

○生活困窮者

○こども・若者

(資料) 自殺総合対策推進センター 地域自殺実態プロフィール

【2018 更新版】

## 2 住民アンケート調査結果

本町では、本計画の策定のための基礎資料とするため、「自殺対策計画に関する意識調査」を実施しました。回答については、若者世代（10 歳代）、働き盛り世代（20 歳～64 歳）、高齢者世代（65 歳～）に分けて分析し、結果は次の通りでした。

### (1) 調査対象者及び調査期間

- ① 調査対象：日の出町に在住する 15 歳以上の男女 1,000 人
- ② 調査方法：郵送配布、郵送回収
- ③ 抽出方法：住民基本台帳から無作為抽出
- ④ 調査期間：令和元年 11 月 1 日（金）から令和元年 11 月 22 日（金）まで
- ⑤ 回収状況

対象者数	有効回収数	有効回答率
1,000 人	401 人	40.1%

### (2) 回答者の概要

#### ①世代別回答者数

	15～19 歳 (若者世代)	20 歳～64 歳 (働き盛り世代)	65 歳～ (高齢者世代)	無回答
人数	12 人	177 人	203 人	9 人
割合	3.0%	44.1%	50.6%	2.2%

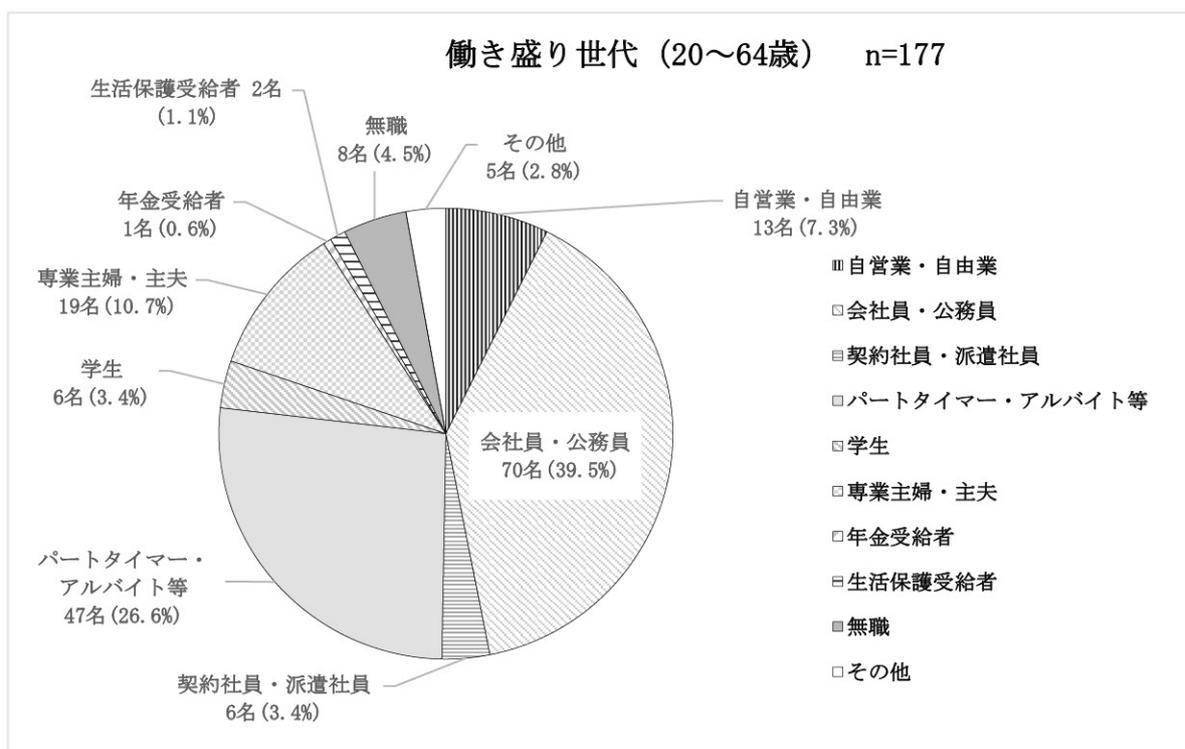
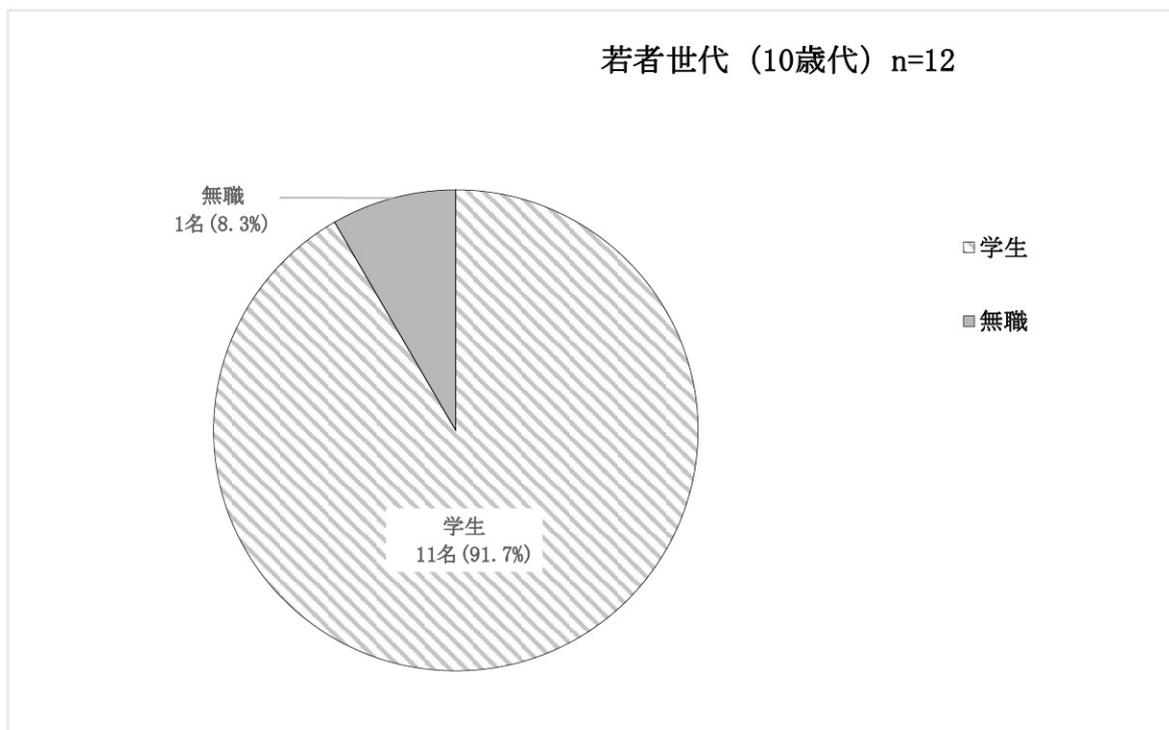
#### ②性別回答者数

	男	女	無回答
人数	180 人	214 人	7 人
割合	44.8%	53.3%	1.7%

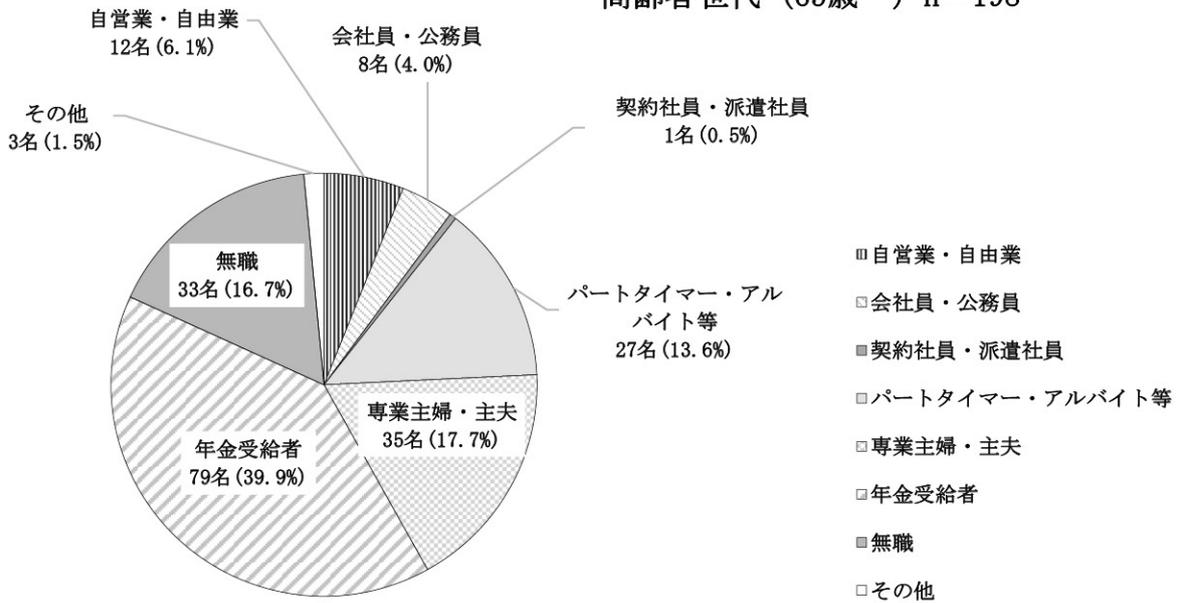
#### ③同居者の有無別回答者数

	なし	あり	無回答
人数	23 人	376 人	2 人
割合	5.7%	93.7%	0.5%

④職業別回答者数



高齢者世代（65歳～） n=198



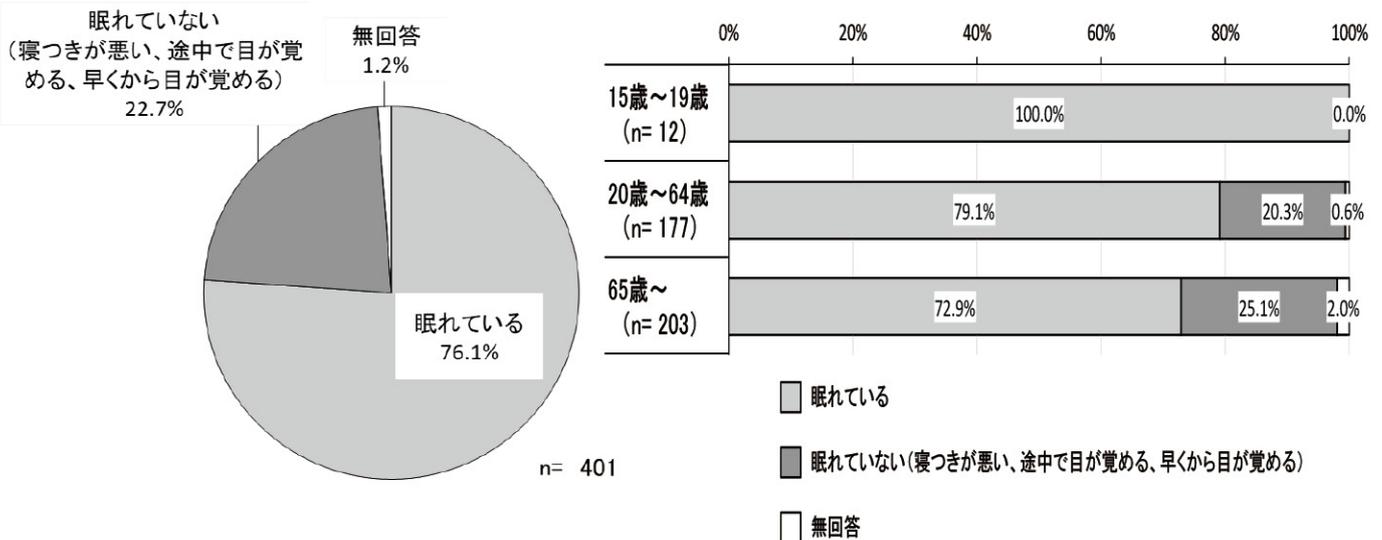
### (3) こころの健康について

自殺はこころの健康と大きく関わっていることから、睡眠やストレス等こころの健康状態について聞きました。

#### ① 睡眠について

こころの健康のためには睡眠が必要です。「眠れている」が76.1%、「眠れていない」が22.7%となっています。世代別にみると働き盛り世代では20.3%で5人に1人、高齢者世代では25.1%で4人に1人が「眠れていない」と答えています。

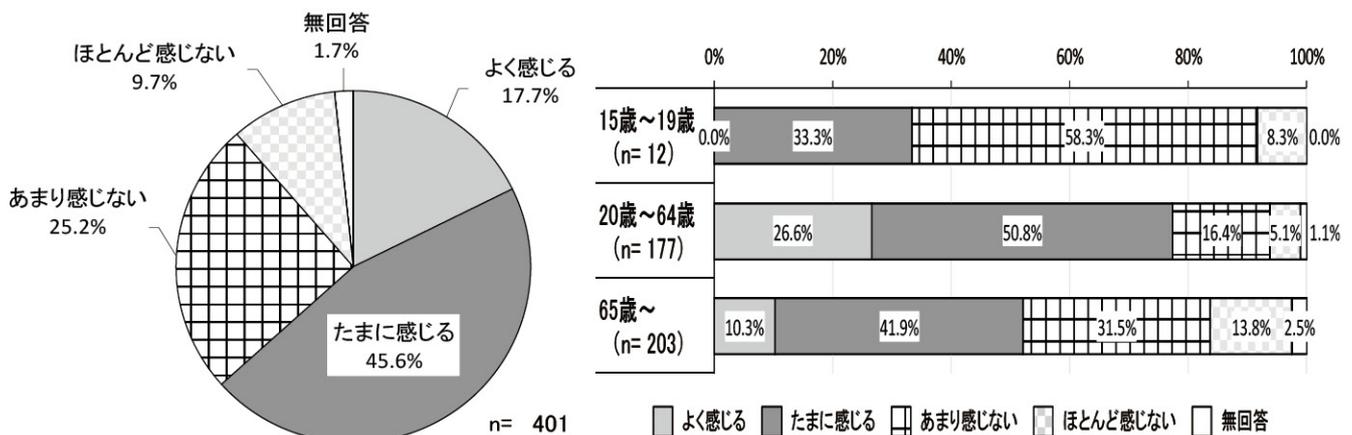
問) あなたは毎日眠れていますか。(○は1つだけ)



#### ② イライラやストレスの状況

イライラやストレスの状況については、「よく感じる」は全体では17.7%です。若者世代では「よく感じる」は0%ですが、「たまに感じる」が33.3%で3人に1人が答えています。働き盛り世代は26.6%で、4人に1人はストレスやイライラを「よく感じる」と答えており、働き盛り世代はストレスが高い状況です。

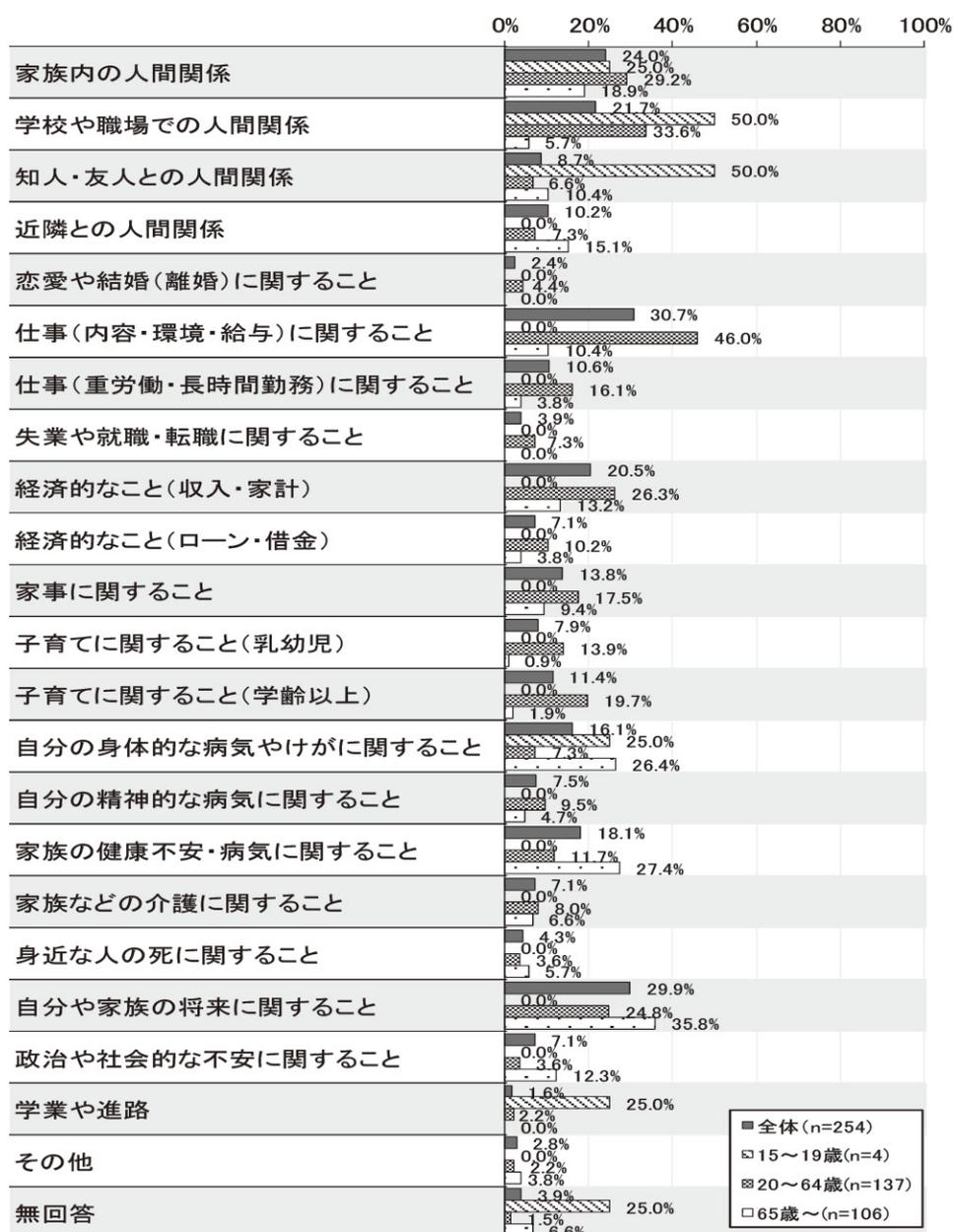
問) あなたは日頃、イライラやストレスを感じることがありますか(○は1つだけ)



### ③ イライラやストレスの原因

イライラやストレスの原因について、全体では「仕事（内容・環境・給与）に関すること」が30.7%で最も高く、次いで「自分や家族の将来に関すること」、「家族内の人間関係」と続きます。若者世代は、「学校や職場での人間関係」、「知人・友人との人間関係」がともに50%となっています。働き盛り世代は、「仕事（内容・環境・給与）に関すること」が46.0%、「学校や職場での人間関係」が33.6%と仕事に関することのイライラやストレスが高くなっています。高齢者世代では、「自分や家族の将来に関すること」が35.8%と多く、「家族の健康不安・病気に関すること」が27.4%、次いで「自分の身体的な病気やけがに関すること」が26.4%と健康不安に関することがイライラやストレスの原因となっています。

問) よく感じる、たまに感じると答えた方。イライラやストレスの原因となっているのはどのようなことですか。(〇はいくつでも)

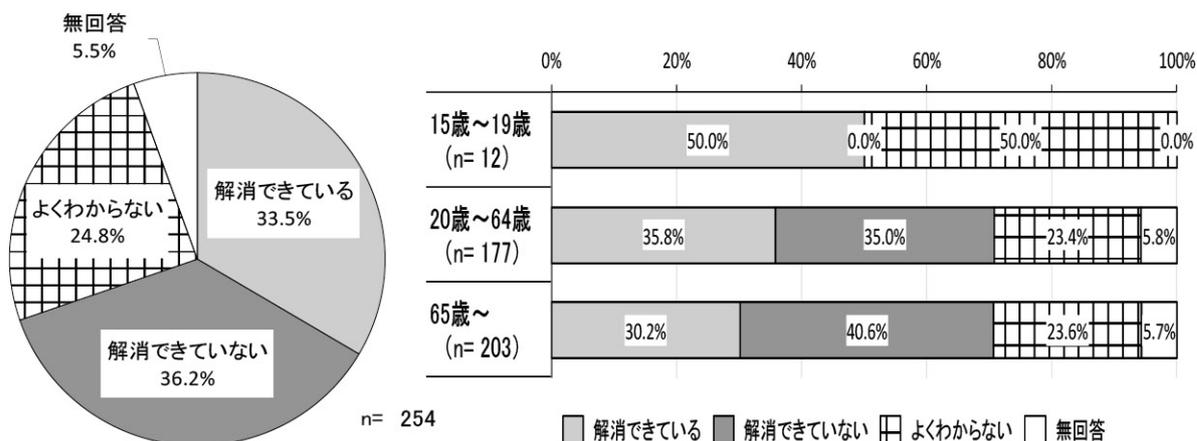


#### ④ イライラやストレスの解消について

イライラやストレスをよく感じる、たまに感じる方のイライラやストレスの解消について「解消できていない」が全体では 36.2%となっています。

年代別にみると、若者世代は解消できていましたが、働き盛り世代では 35.0%、特に高齢者世代では 40.6%が「解消できていない」と回答しています。

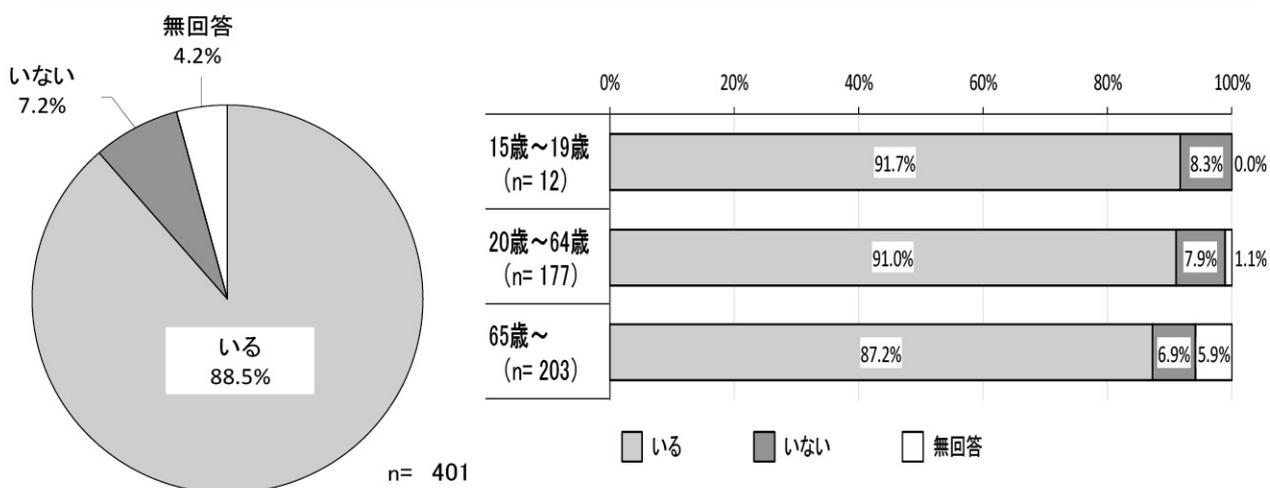
問) よく感じる、たまに感じると答えた方。あなたのイライラやストレスは十分に解消できていると思いますか。(〇は1つだけ)



#### ⑤ 気軽に話せる人について

気軽に話せる人については、気軽に話せる人が「いる」と答えている人は全体で 88.5%です。各年代をみても気軽に話せる人がいる人は多い状況です。しかし、10人に1人は気軽に話せる人がいないという状況でもあります。

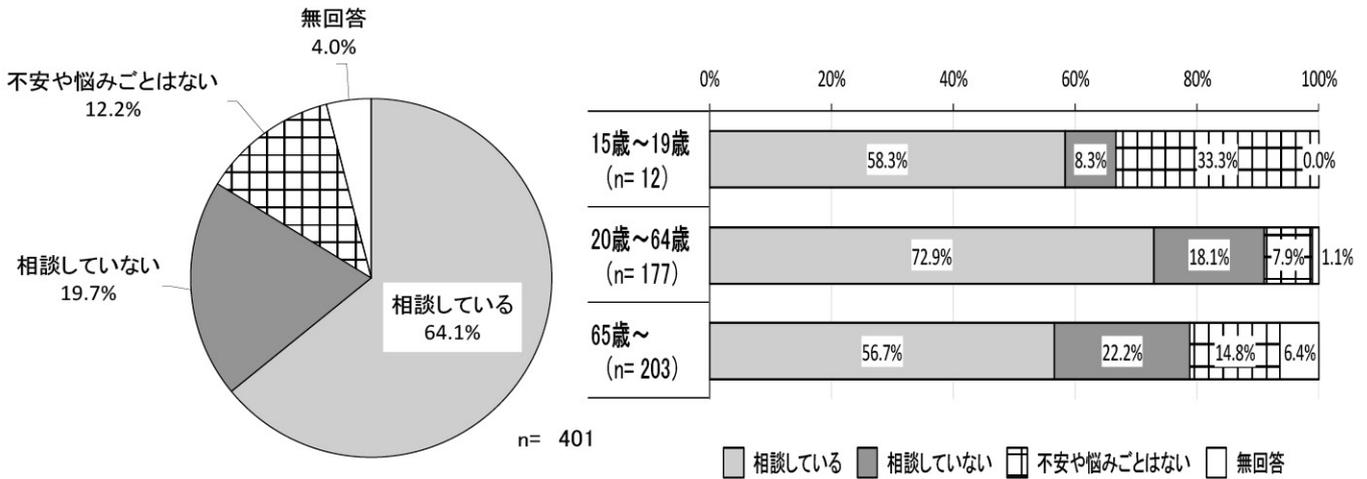
問) あなたは、毎日の生活の中で気軽に話せる人がいますか。



⑥ 悩みごとがあるときの相談の有無

悩みごとがあるとき相談しているかについては、全体では64.1%が相談しています。世代別には働き盛り世代が72.9%と高く、若者世代は58.3%、高齢者世代は56.7%とやや低めになっています。

問) あなたは悩みごとがあるとき、誰かに相談していますか。(○は1つだけ)



(4) 相談相手や相談先について

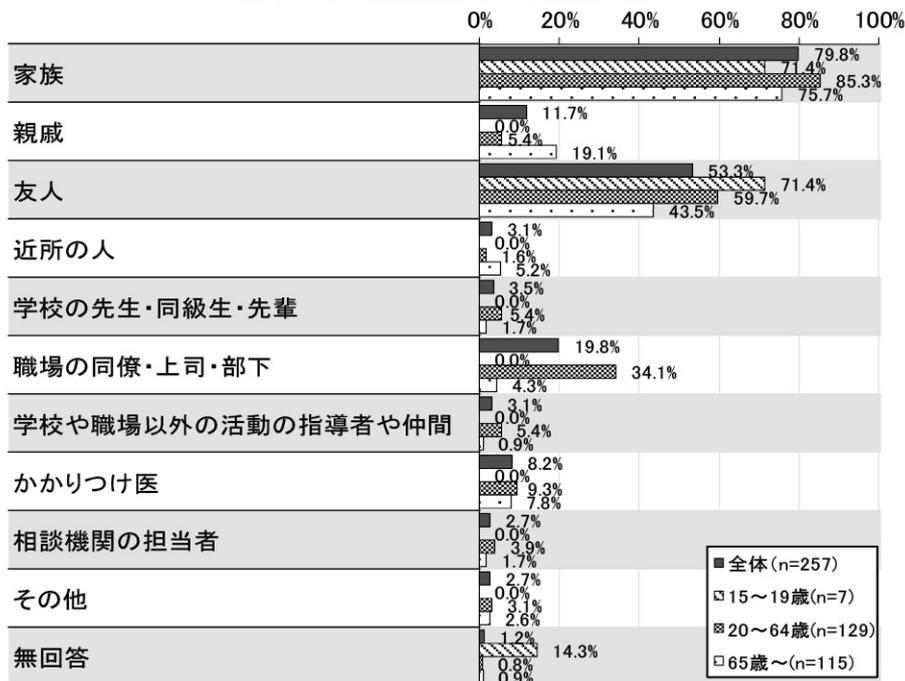
悩みごとがあるときの相談相手や相談方法について聞きました。

① 相談相手について

相談相手は「家族」がどの世代も多く、次いで「友人」となっています。

問) 相談していると答えた方。あなたは、誰に悩みごとを相談しますか。(○はいくつでも)

「悩みごとを誰かに相談する」と答えた方の「悩みごとの相談相手」の年代別回答率

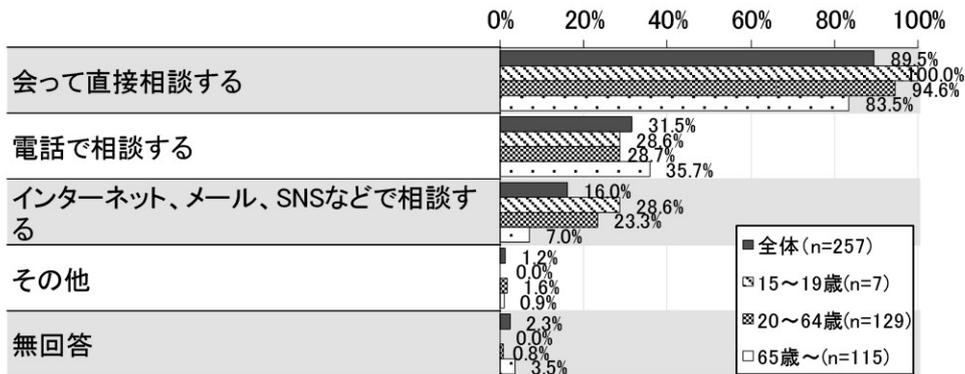


②相談方法について

相談方法については、どの年代も「会って直接相談する」が最も高くなっています。若者世代においては100%となっています。「電話で相談する」は高齢者世代が35.7%と3世代では高くなっています。また、「インターネット、メール、SNSなどで相談する」は若者世代が28.6%となっています。

問) 相談していると答えた方。相談するとき、どのように相談しますか。  
(○はいくつでも)

「悩みごとを誰かに相談する」と答えた方の  
「相談方法」の年代別回答率

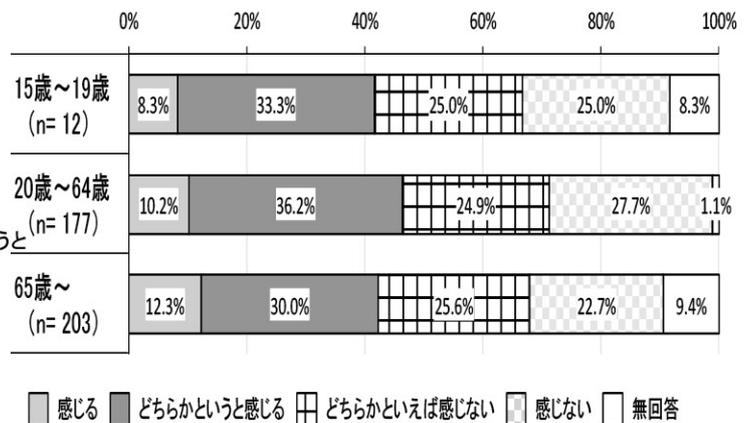
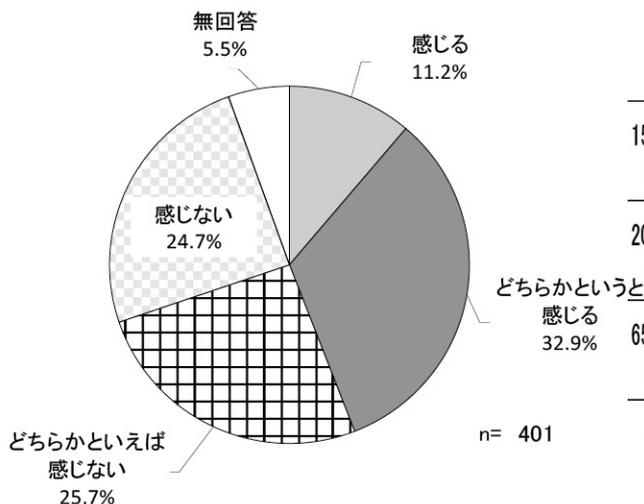


③相談や助けを求めることについて

悩みごとがあるとき、誰かに相談や助けを求めたりすることにためらいを感じるかについて、「感じる」、「どちらかというと感じる」を合わせると44.1%になります。

各世代でみると「ためらいを感じる」はどの世代も10%前後となっています。

問) あなたは悩みごとがあるとき、誰かに相談や助けを求めたりすることにためらいを感じますか。(○は1つだけ)



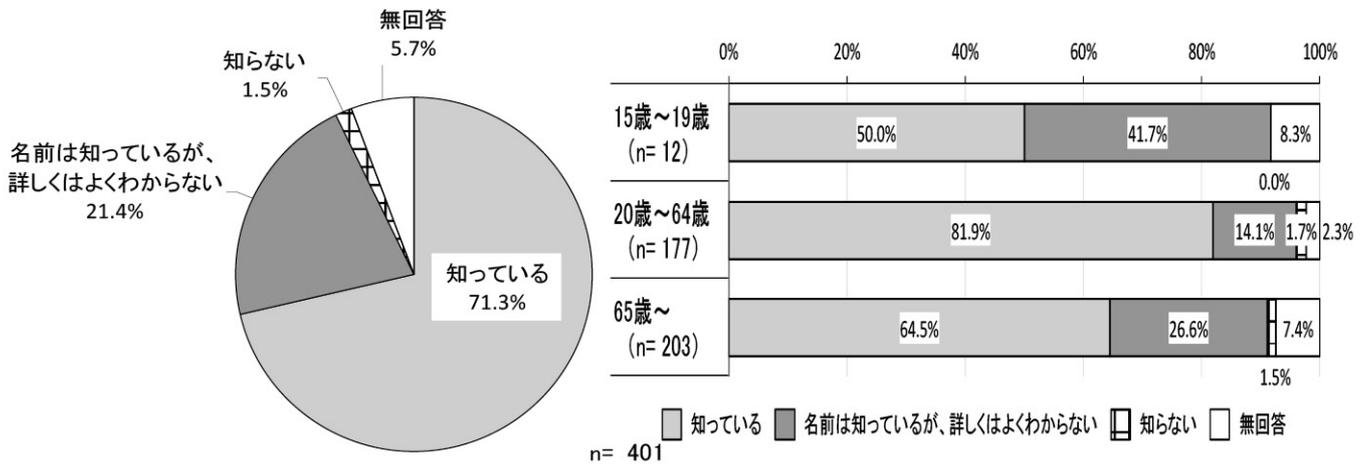
(5) 自殺対策に関わることについて

自殺の原因の一つであるうつ病の理解や自殺対策に関わることについて聞きました。

① うつ病についての認知度

うつ病について「知っている」と全体では71.3%となっています。若者世代においては50.0%にとどまっています。

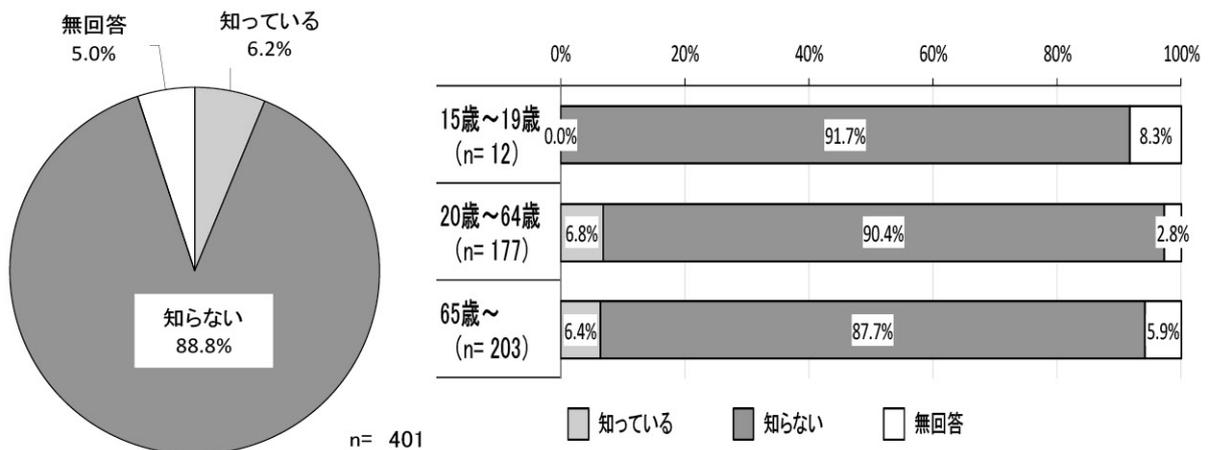
問) あなたは、うつ病という病気について知っていますか。(○は1つだけ)



② 自殺予防週間の認知度

自殺予防週間については、「知っている」が6.2%と低く、「知らない」が全体では88.8%と高くなっています。どの世代も「知らない」が約90%です。

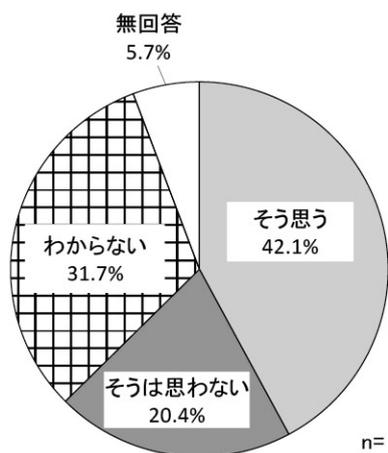
問) あなたは、毎年9月10日から16日までが自殺予防週間であることを知っていますか。



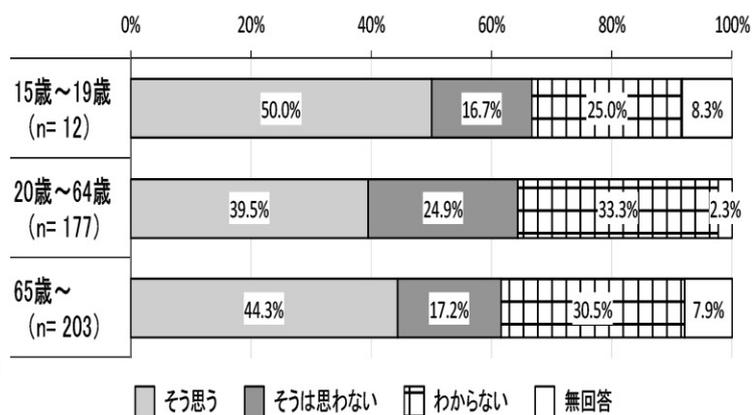
### ③-1 自殺予防に関する認知度

自殺は追い込まれた末の死であると思うかについて「そう思う」が42.1%で、「そう思わない」が20.4%と回答しています。「わからない」は31.7%となっています。

問) あなたは、自殺は追い込まれた末の死だと思いますか。(○は1つだけ)



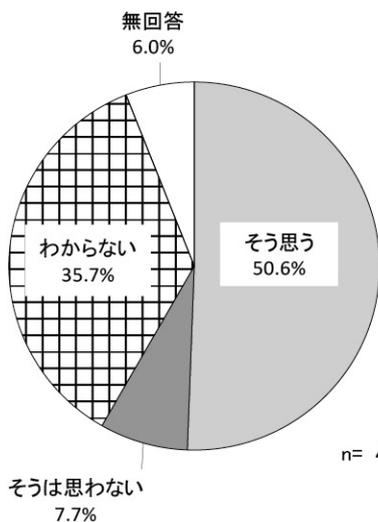
n= 401



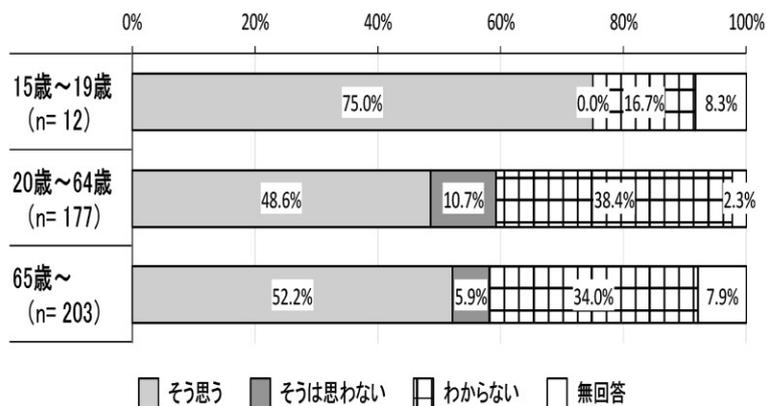
### ③-2 自殺予防に対する認知度

自殺を防ぐことができるかについては、「そう思う」が全体で半数を占めていますが、「わからない」が35.7%となっています。若者世代の方が自殺を防げると思う人が多くなっています。

問) あなたは、自殺は防ぐことができると思いますか。(○は1つだけ)



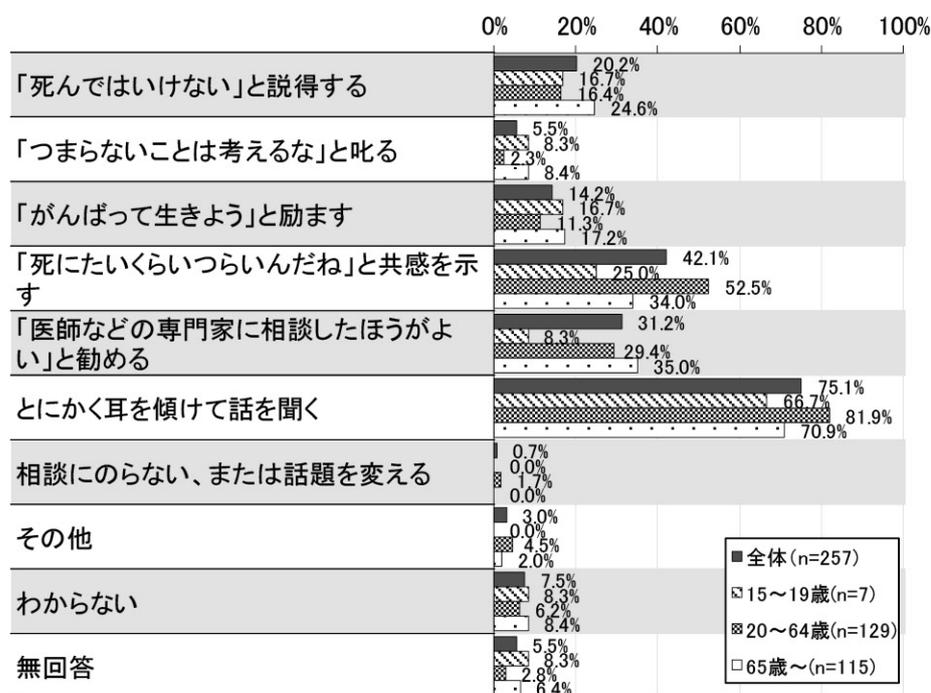
n= 401



④自殺念慮の方に対する対応について

死にたいと打ち明けられた時の対応では、自殺対策として望ましいとされる「とにかく耳を傾けて話を聞く」という答えが全体で75.1%と最も高くなっています。これは3世代とも同じ傾向です。

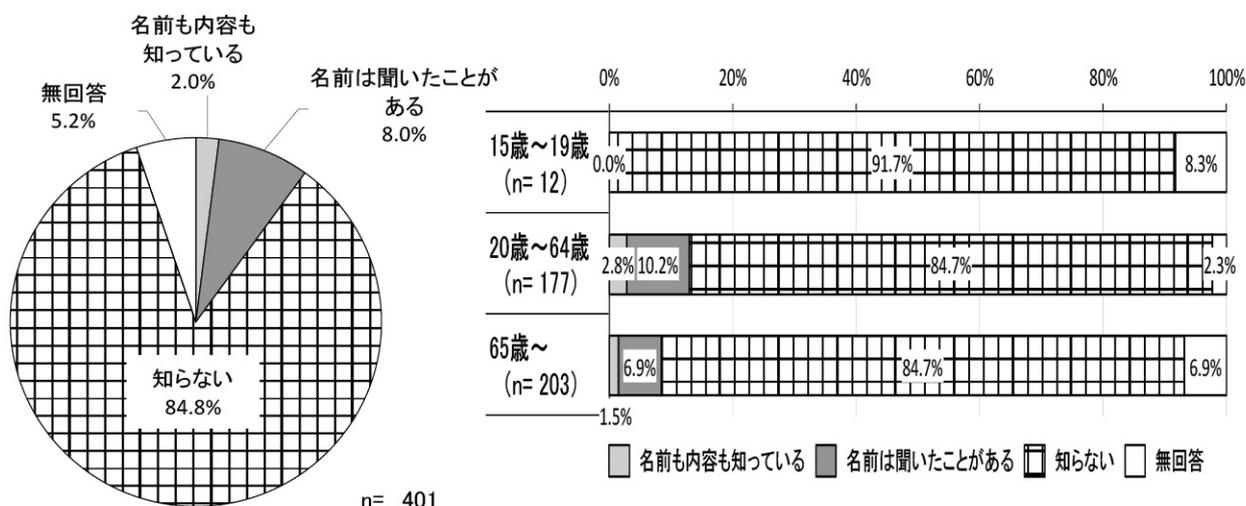
問) あなたは、身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、どのように対応するのが良いと思いますか。(〇はいくつでも)



⑤ゲートキーパーの認知度

ゲートキーパーについては、「知らない」が全体の84.8%となっています。これは3世代とも同じ傾向です。

問) 自殺のサインに気づき、適切な対応がとれる人のことを「ゲートキーパー」と呼んでいます。あなたは「ゲートキーパー」について知っていますか。(〇は1つだけ)

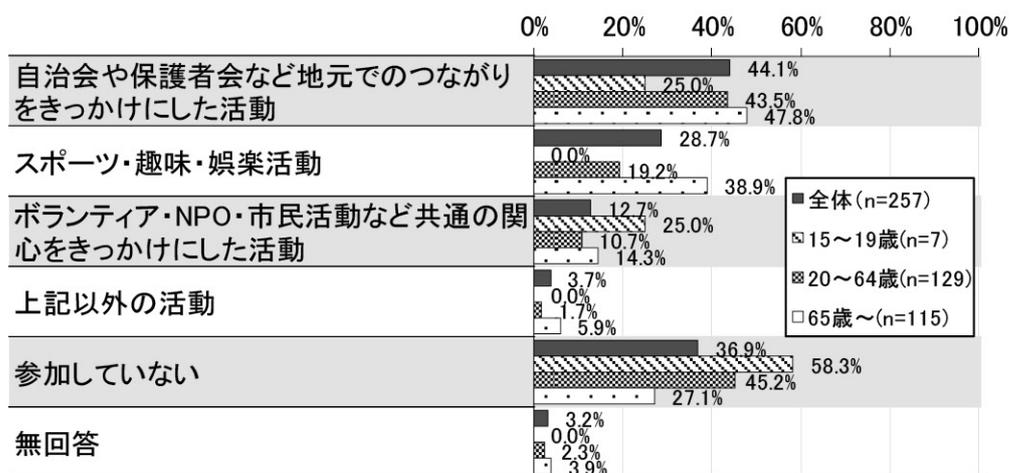


(6) 地域とのつながりについて

地域とのつながりについては、全体では「自治会や保護者会などの地元でのつながりをきっかけとした活動」に約4割が参加していると回答しています。世代別にみると、若者世代は3人に1人は何らかの活動に参加しています。

働き盛り世代は5割が地域活動に参加していない状況で、高齢者世代でも約3割が地域の活動に参加していません。

問) あなたは、地域で行われている次の様な活動に参加していますか。  
(○はいくつでも)



集計結果を見る上での注意事項

①百分率の基数は、回答者401を100%とした。(ただし、質問によって該当者を100%とする場合は、質問ごとに基数nを明示している。)

②図表中の百分率の数値は、小数点第2位で四捨五入しているため、百分率の合計が100%にならない場合がある。

### 3 インターネット上での検索実態の調査

本町では、町民の潜在的な支援ニーズを把握するため、自殺や生活課題に関するインターネット上での検索実態について調査を行いました。

#### (1) 調査方法等

- ① 調査対象： 検索エンジン（Google）で自殺又は自殺のリスク要因となる検索ワードに関する検索を行った者。
- ② 調査方法： 自殺に関する検索を行う者に、相談窓口の広告を表示し相談につながるよう情報提供を行った。その際の検索ワードや広告への反応を、日の出町内と町外（西多摩圏域）で比較分析した。
- ③ 対象期間： 令和元年12月20日午前8時30分から  
令和2年1月28日午後12時まで

#### (2) 調査結果

対象期間中に、自殺又は自殺のリスク要因となるワード検索により相談先の広告表示されたのが日の出町からは463回あり、相談先にまでアクセスしたのは31回でした。

日の出町外からは、相談先の広告表示は1,974回、相談先へのアクセスは106回でした。自殺又は自殺のリスク要因となるワード検索と相談先の広告へのアクセス状況から、下記のことわかりました。仕事や生きることに関する悩みを抱えている方がおり、生活困難や生きづらさに向けた支援が必要です。

#### ◎ 検索数の多いワード

自殺又は自殺のリスク要因となるワードを問題分野ごとにまとめ、日の出町と西多摩地域の比較をすると、日の出町で表示件数の多いものは、1位は勤務問題全般（主なキーワード：仕事 やめたい）、2位は希死念慮/自殺宣言（死にたい）、3位は勤務問題（パワハラ 相談）、4位はDV（DV 相談）、5位は自傷（リストカット）、6位は学生生活（いじめ 相談）の順となっています。

一方、西多摩地域は、1位勤務問題全般、2位希死念慮/自殺宣言、3位勤務問題の順となっており、日の出町と同様の傾向を示しますが、第4位が自殺方法：抽象的（自殺方法）、第5位学生生活（いじめ 相談）で、第6位にDV（DV 相談）が入っています。

日の出町及び西多摩地域で広告の表示数が大きかった問題は、勤務問題全般、希死念慮（自殺願望）、勤務問題であり、仕事に関する悩みや勤務問題の悩みなど、勤労に関する課題を抱えながら周囲に相談できない人たちが多く存在すると考えられます。

また、DV や学生生活などの第三者に話しづらい悩みを持っている方がいる一方で、自傷（リストカット）、自殺方法：抽象的（自殺方法）など、自殺に対する直接的な検索を行っている比率も高いので、希死念慮に対する具体的な行動も懸念されます。

インターネット検索実態調査表示数による差 日の出町：西多摩市町村

広告グループ	代表的 キーワード	日の出町		西多摩市町村 (日の出町除く)	
		表示数	表示率	表示数	表示率
勤務問題全般	仕事 やめたい	186	40.2%	677	34.3%
希死念慮/自殺 宣言	死にたい	100	21.6%	428	21.7%
勤務問題	パワハラ 相談	53	11.4%	166	8.4%
DV	DV 相談	32	6.9%	115	5.8%
自傷	リストカット	28	6.0%	62	3.1%
学生生活	いじめ 相談	24	5.2%	124	6.3%
自殺方法 (抽象的)	自殺の方法	16	3.5%	131	6.6%
自殺方法 (具体的)	首吊り 方法	11	2.4%	57	2.9%
心中・集団自殺	自殺募集	6	1.3%	11	0.6%
生活困窮	お金 ない	3	0.6%	68	3.4%
所属感の減弱 (対人関係理論)	孤独	2	0.4%	33	1.7%
自殺の場所	自殺 名所	1	0.2%	8	0.4%
性被害	性犯罪 被害	1	0.2%	32	1.6%
ウェルテル 効果	有名人 自殺	0	0.0%	36	1.8%
準備	自殺 ロープ	0	0.0%	10	0.5%
負担感の知覚 (対人関係理論)	自分は迷惑	0	0.0%	16	0.8%
合 計		463	100.0%	1974	100.0%
1位	4位				
2位	5位				
3位	6位				

#### 4 日の出町における自殺の特徴と課題

本町では、「自殺対策計画に関する意識調査」（以下、調査という。）を実施し、町民の方々より貴重な意見をいただくことができました。

本計画では、統計データや地域自殺実態プロファイルを踏まえた上で、この調査結果に重点をおいて本町の自殺に関する特徴と課題を下記のとおりまとめました。

##### **若者世代（10歳代）の特徴と課題**

統計データからみると、本町では若者世代の自殺者はありません。

若者世代の調査結果を見ると、「眠れていない」、イライラやストレスを「よく感じる」と回答した方はなく、こころの健康状態はよいと考えられます。イライラやストレスを「たまに感じる」と答えているのは約3割であり、その原因は「学校や職場での人間関係」、「知人・友人との人間関係」となっています。また、気軽に話せる人は「いる」方が約9割、悩みごとがあるとき誰かに「相談している」方が約6割で、本町の若者世代は、イライラやストレスを感じる前に、気軽に身近な人に相談し解決していることがわかりました。

しかし、調査の結果を自殺対策の観点からみると、毎日の生活の中で気軽に話せる人がいるかという問いには、「いない」が約1割、誰かに相談や助けを求めたりすることにためらいを「感じる」が約1割と、若者世代の10人に1人は悩み事があった時にSOSが出しにくい状況にあると言えます。若者世代の自殺については全国的には増加していることや、本町においても20歳代から自殺者がみられることから、若者世代に対し早期からの自殺予防に向けた対策が必要です。

若者世代の特徴を見ると、他の世代と比べて、相談相手は「友人」、相談方法は「インターネット、メール、SNSなど」が多いという特徴がありました。これらの特徴を生かして、若者世代が悩んだときに相談できるよう、若者に届きやすい方法で情報を届けるなどの取り組みが必要です。

また、若者世代では自殺に至る方はいないにしても、その先の20歳代では自殺者がみられます。10歳代のうちに、自分自身だけで問題を解決できない時は助けを求めて良いという、援助希求行動がとれるよう教育していくことが必要です。合わせて若者世代に多い学校問題や友人間関係などの悩みに、若者が追い込まれないような支援が必要です。

##### **働き盛り世代（20歳～64歳）の特徴と課題**

本町の自殺者で多い世代が働き盛り世代です。特に40歳代から50歳代が多くなっています。調査結果で、働き盛り世代のこころの健康状態を見ると、「眠れていない」と答えている方は2割でしたが、イライラやストレスを「よく感じる」、「たまに感じる」と答えた方を合わせると約8割でした。その原因としては、「仕事（内容・環境・給与）」にすることが約5割と最も多く、次いで「学校や職場での人間関係」、「家族内の人間関係」となっています。

特に働き盛り世代でイライラやストレスの原因として「仕事（内容・環境・給与）」が多くなっており、働き盛り世代の職業別割合を見ると「契約社員・派遣社員」「パートタイマー・アルバイト」は3人に1人となっています。非正規雇用における生活困窮についても、今後、目を向けていく必要があります。その他、働き盛り世代は他の世代に比べて、

家事や子育てについてもストレスやイライラを抱えていることがわかりました。

悩みごとがあるとき誰かに相談しているかについては、「相談している」と約7割の方が回答しており、これは他の世代に比べて高くなっていました。しかし、そのストレスやイライラを解消できていないと答えた方は3人に1人でした。

このような状況から、働き盛り世代は悩みが多い世代であり、子育て、仕事、家庭、経済等生活にかかわる様々な問題に対して支援を行う取り組みが必要です。

### **高齢者世代（65歳～）の特徴と課題**

自殺者は高齢者世代にもみられており、男女比では男性が多くなっています。

調査結果では、イライラやストレスを感じる場合がありますかの問いに「よく感じる」が1割と低い傾向にあります。また、「たまに感じる」を合わせると約5割になります。その原因をみると「自分や家族の将来に関すること」が約4割、次いで「家族の健康不安・病気に関すること」、「自分の身体的な病気やけがに関すること」が続いています。

高齢者世代の悩みでは、家族や自分の健康問題が多くなっており、将来についての心配も含めた悩みを軽減できるよう健康づくりや介護予防など対策の充実が必要です。

また、悩みごとがあるとき、誰かに相談しているかについては、「相談している」が他の世代より低く2人に1人でした。相談先を見ると、他の世代と比較して、親せきや近所の人割合が高くなっています。地域で行われている活動に参加していますかの問いには、「自治会や保護者会などの地元のつながりをきっかけとした活動」に約5割、「スポーツ・趣味・娯楽活動」が約4割いる中、「参加していない」が約3割で、高齢者世代は他の世代と比べ地域活動に参加しています。この地域とのつながりを活用して、高齢者世代の困りごとを早期に見つけ支援できる取り組みが必要です。

### **町全体としての課題**

○調査で自殺に関わることについて聞いたところ、うつ病について約7割が「知っている」と答えており、自殺の原因で多いとされているうつ病について町民の多くが知っていました。しかし、自殺予防週間については「知らない」が約9割、自殺は追い込まれた末の死であると思えますかに対し、「そうは思わない」、「わからない」が全体の5割を超えており、自殺対策について知られていないことがわかりました。自殺対策についての啓発が必要です。

○自殺対策に関わるゲートキーパーについても「知らない」が約9割となっています。自殺対策の知識は不足していますが、身近な人から死にたいと打ち明けられた時、「とにかく耳を傾けて話を聞く」と約8割が答えており、町民の意識としては困っている人の話を聞き支え合いの気持ちがあり、自殺対策の担い手としての素地がみられました。本町でも自殺予防週間の取り組みやゲートキーパーの養成などを進めていく必要があります。

○これらの自殺対策を進めるにあたり、あなたは自殺を防ぐことができますかと思えますかに対し、「そう思う」と答えた方は半数の2人に1人でした。町民が、取り組みにより自殺は防ぐことができると思えるよう、自殺対策を進める必要があります。そのためには、町民の悩みごとに対して、相談された町民が困らないよう、医療、保健、生活、教育、労働等の関係機関とネットワークを構築して支援をしていく体制が必要です。