

# フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」実施報告

## うつ病対策と共に地域の支援（こころのケア）を

斎藤友紀雄

### 「自殺予防いのちの電話」に現われた数値から

昨年は「自殺総合対策大綱」が閣議決定されるなど画期的な年でした。わが国も欧米と同じような自殺対策の国家的戦略が構築されたといえます。すでに2001年度から始まった厚生労働省の自殺対策では、うつ病のスクリーニングや治療が中心となりましたが、大綱では自殺未遂者や自死遺族へのケアが強調されています。実は最近集計されたフリーダイヤルによる「自殺予防いのちの電話」の統計的数値は、自殺予防対策について貴重なデータを提供しています。最近は毎月10日に実施していますが、昨年12月に実施した相談を統計処理して分析しましたが、結論的に言えば、危機にある人たちを支えるサポートシステムが不十分であるということです。

### 自殺未遂者の実態

昨年12月10日、わずか1日24時間の相談ですが、相談総数は2,411件中、自殺問題は758件でした。表①、②、④、⑤、図③ その中でも深刻な未遂歴を調べると370件に達することが分かりました。表⑥、図⑦ しかもこの370件の内で、うつ病などの治療中・治療歴あり者が76%で圧倒的な比率を占めています。世代別では30代、40代が高く中年世代の危機を反映しています。表⑥、図⑦

こうした電話相談の実態は、自殺防止は精神保健や医療分野だけではなく、家庭や地域などの日常的なケアが不可欠であること訴えています。個々の病院や救急医療では、処置や治療はあっても事後のケアについては不十分です。これは精神科を受診しても自殺危機は高率で発生しうることへの警告であり、治療への苦情もさることながら投薬による副作用の苦痛と不安感、なぜうつ病に罹患したのかという不条理感を訴えています。この事実はこのこころのケアの重要性を物語っています。

自殺防止には、うつ病対策がもつとも重要ですが、同時に地域におけるさまざまな社会資源が動員され自殺危機にある人たちを支えることがどうしても必要です。あるいは自殺予防に関してシンポジウムの開催、教育における死生観・自殺予防教育など地域における幅広い社会啓発的活動も重要でしょう。

### 自殺予防はみんなの仕事

いのちの電話が国の支援を受けて毎月10日に実施しているフリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」には、わが国における自殺問題の生々しい実態が寄せられています。表⑥ 傾聴と共感に徹する相談それ自体が優れて援助的ですが、いのちの電話は寄せられた自殺問題の統計的な実態を行政や社会に訴える責任があります。いのちの電話は各地域の自殺防止対策に参画していますが、その地域にふさわしい自殺防止に関する提言をしています。行政も精神医療も、そして相談ボランティアたちの役割も自殺危機を支えるために不可欠な社会的システムです。「自殺予防はみんなの仕事」（国際自殺予防学会標語）に示された指針をあらためて考えたいものです。

### 今後の課題

東京いのちの電話では、かつて精神科面接室を設置して自殺危機に対応してきましたが、現在これを中断しています。人材と予算の確保が困難によりますが、将来的には再開を期待したいものです。全国的には当面、自死遺族支援プログラムの拡大を期待しています。

（さいとう・ゆきお 日本いのちの電話連盟常務理事）

\*なお本文は「東京いのちの電話」の広報誌のために執筆されました。

自殺予防いのちの電話(フリーダイヤル)受信状況  
2007年12月10日8時～翌日の11日8時まで

12月

センター	全体			内自殺志向			%
	男	女	総計	男	女	計	
01. 旭川	37	25	62	6	7	13	21.0%
02. 北海道	29	22	51	5	3	8	15.7%
03. あおもり	8	8	16	3	5	8	50.0%
04. 秋田	13	23	36	5	15	20	55.6%
05. 盛岡	17	13	30	3	4	7	23.3%
06. 仙台	38	26	64	10	12	22	34.4%
07. 山形	25	11	36	10	5	15	41.7%
08. 福島	44	21	65	12	12	24	36.9%
09. 新潟	23	19	42	9	6	15	35.7%
10. 長野	21	16	37	2	7	9	24.3%
11. 群馬	41	14	55	12	7	19	34.5%
12. 栃木	35	19	54	12	10	22	40.7%
13. 足利	36	17	53	12	6	18	34.0%
14. 茨城	43	29	72	13	15	28	38.9%
15. 埼玉	18	21	39	5	6	11	28.2%
16. 千葉	32	19	51	7	6	13	25.5%
17. 東京	35	26	61	9	8	17	27.9%
18. 東京多摩	28	17	45	7	8	15	33.3%
20. 川崎	34	22	56	8	5	13	23.2%
21. 横浜	55	22	77	6	10	16	20.8%
22. 山梨	16	10	26	4	1	5	19.2%
23. 静岡	12	8	20	3		3	15.0%
24. 浜松	29	24	53	8	7	15	28.3%
25. 岐阜	30	16	46	11	3	14	30.4%
26. 名古屋	43	21	64	13	8	21	32.8%
27. 三重	12	12	24	2	1	3	12.5%
28. 京都	47	24	71	16	8	24	33.8%
29. 奈良	28	24	52	6	14	20	38.5%
30. 関西	48	22	70	11	5	16	22.9%
31. 神戸	44	16	60	8	3	11	18.3%
32. はりま	29	16	45	3	5	8	17.8%
33. 和歌山	31	14	45	8	6	14	31.1%
34. 鳥取	35	31	66	16	12	28	42.4%
35. 島根	33	26	59	6	13	19	32.2%
36. 岡山	27	18	45	12	4	16	35.6%
37. 広島	45	17	62	13	9	22	35.5%
38. 徳島	14	4	18	7	1	8	44.4%
39. 香川	25	25	50	11	7	18	36.0%
40. 愛媛	35	22	57	17	6	23	40.4%
41. 高知	19	12	31	4	2	6	19.4%
42. 北九州	55	22	77	11	8	19	24.7%
43. 福岡	37	26	63	19	9	28	44.4%
44. 佐賀	20	19	39	7	8	15	38.5%
45. 長崎	31	17	48	16	6	22	45.8%
46. 熊本	25	16	41	7	5	12	29.3%
47. 大分	37	21	58	10	4	14	24.1%
48. 鹿児島	58	16	74	21	6	27	36.5%
49. 沖縄	21	24	45	5	9	14	31.1%
計 12月10日	1,498	913	2,411	431	327	758	31.4%
11月10日	1,595	950	2,545	447	399	846	33.2%
10月10日	1,390	987	2,377	380	404	784	33.0%
9月10日	1,202	1,087	2,289	417	470	887	38.8%
合計(9.~.12)	5,685	3,937	9,622	1,675	1,600	3,275	34.0%

## 2007年度

受信件数	9月10日	10月10日	11月10日	12月10日	1月10日	2月10日	3月10日	合計	1件当たり	総時間	4間
全体	2,289	2,377	2,545	2,411				9,622	26分	62,310	249,245時間

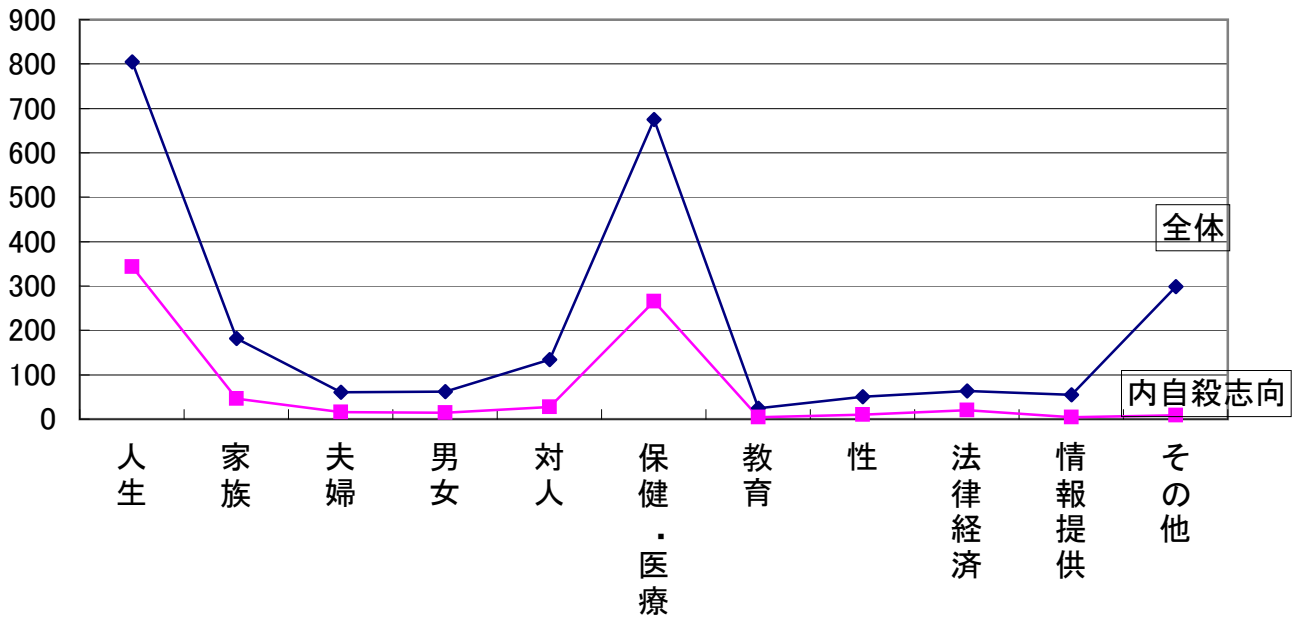
年代	性別	人生	家族	夫婦	男女	対人	保健・医療	教育	性	法律経済	情報提供	その他	総計
小学生	男	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
	女	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2
	計	3	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	5
中学生	男	2	0	0	0	1	0	2	0	0	0	1	6
	女	0	1	0	1	1	1	2	0	0	0	0	6
	計	2	1	0	1	2	1	4	0	0	0	1	12
高校生	男	2	0	0	5	1	1	4	3	0	2	1	19
	女	2	2	0	0	1	3	3	1	0	0	2	14
	計	4	2	0	5	2	4	7	4	0	2	3	33
以外	男	11	0	1	1	2	4	0	2	0	1	4	26
	女	4	4	0	1	0	1	0	0	0	0	2	12
	計	15	4	1	2	2	5	0	2	0	1	6	38
20代	男	86	8	6	10	22	52	1	7	0	3	17	212
	女	44	7	1	5	16	35	1	2	0	2	1	114
	計	130	15	7	15	38	87	2	9	0	5	18	326
30代	男	131	11	11	20	18	107	1	11	9	8	46	373
	女	72	21	6	5	20	73	0	3	4	2	3	209
	計	203	32	17	25	38	180	1	14	13	10	49	582
40代	男	143	23	8	3	7	84	0	6	8	10	40	332
	女	63	26	8	5	11	75	3	1	4	2	4	202
	計	206	49	16	8	18	159	3	7	12	12	44	534
50代	男	64	4	1	1	4	49	1	2	9	7	16	158
	女	50	27	8	1	7	47	0	1	6	3	2	152
	計	114	31	9	2	11	96	1	3	15	10	18	310
60代	男	21	1	1	1	2	17	0	0	10	2	14	69
	女	22	21	3	0	6	19	2	0	3	1	1	78
	計	43	22	4	1	8	36	2	0	13	3	15	147
70代以上	男	5	3	2	0	0	2	0	0	0	0	1	13
	女	10	4	0	1	1	15	0	0	2	0	0	33
	計	15	7	2	1	1	17	0	0	2	0	1	46
不明	男	55	5	2	1	6	54	3	10	7	8	136	287
	女	15	13	3	1	8	36	0	1	2	4	8	91
	計	70	18	5	2	14	90	3	11	9	12	144	378
	総計	805	182	61	62	134	675	24	50	64	55	299	2,411

## 2007年度

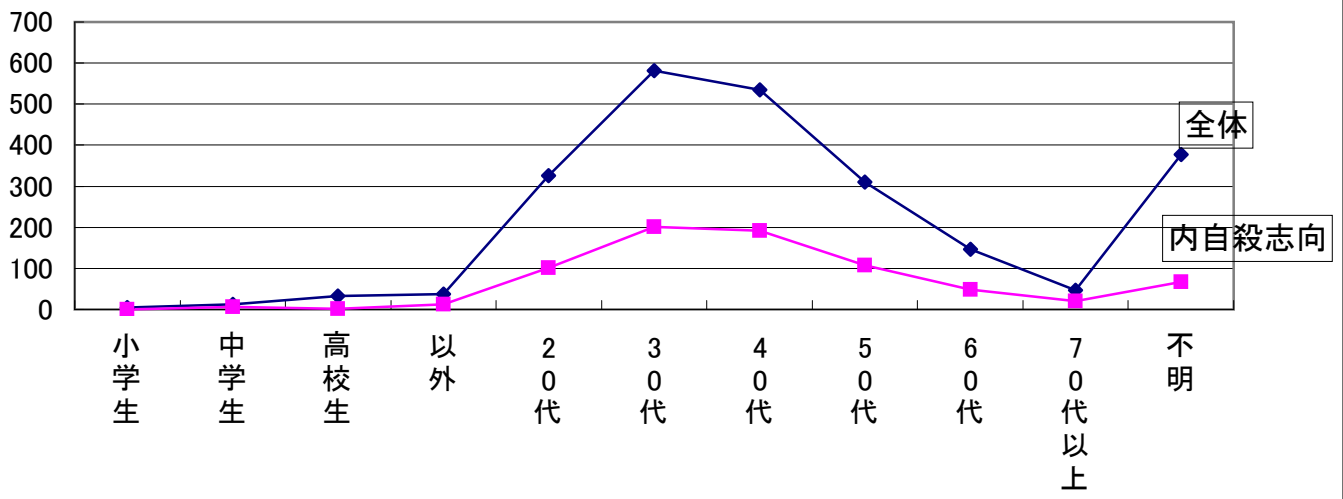
受信件数	9月10日	10月10日	11月10日	12月10日	1月10日	2月10日	3月10日	合計
自殺志向	887	784	846	758				3,275

年代	性別	人生	家族	夫婦	男女	対人	保健・医療	教育	性	法律経済	情報提供	その他	総計
小学生	男	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	女	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	計	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
中学生	男	2	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	4
	女	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	3
	計	2	0	0	0	1	1	3	0	0	0	0	7
高校生	男	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
	女	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	計	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2
以外	男	4	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	6
	女	3	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	6
	計	7	2	0	1	0	2	0	0	0	0	0	12
20代	男	33	2	0	1	6	17	0	0	0	0	1	60
	女	22	2	1	1	1	13	0	1	0	0	0	41
	計	55	4	1	2	7	30	0	1	0	0	1	101
30代	男	48	5	1	3	1	39	0	5	3	1	1	107
	女	42	8	2	2	5	34	0	1	0	0	0	94
	計	90	13	3	5	6	73	0	6	3	1	1	201
40代	男	65	8	1	1	3	40	0	2	2	1	2	125
	女	26	6	2	2	2	28	0	0	1	0	0	67
	計	91	14	3	3	5	68	0	2	3	1	2	192
50代	男	22	3	1	1	1	27	0	0	1	1	0	57
	女	18	3	4	0	1	21	0	0	2	1	0	50
	計	40	6	5	1	2	48	0	0	3	2	0	107
60代	男	12	0	0	1	0	4	0	0	5	0	0	22
	女	10	2	3	0	2	7	0	0	2	0	0	26
	計	22	2	3	1	2	11	0	0	7	0	0	48
70代以上	男	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	3
	女	5	3	0	0	0	8	0	0	2	0	0	18
	計	6	4	1	0	0	8	0	0	2	0	0	21
不明	男	22	0	0	1	2	14	0	1	2	0	4	46
	女	8	0	0	0	2	11	0	0	0	0	0	21
	計	30	0	0	1	4	25	0	1	2	0	4	67
	総計	343	46	16	14	27	266	4	10	20	4	8	758

問題別 全体:自殺志向 12月10日

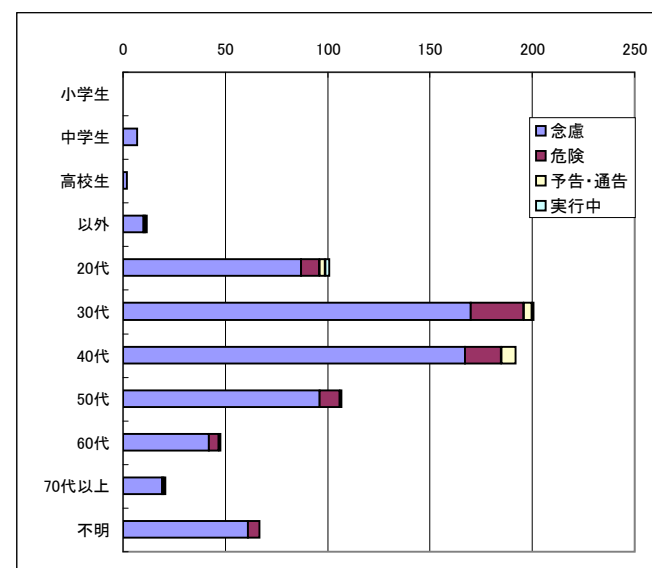
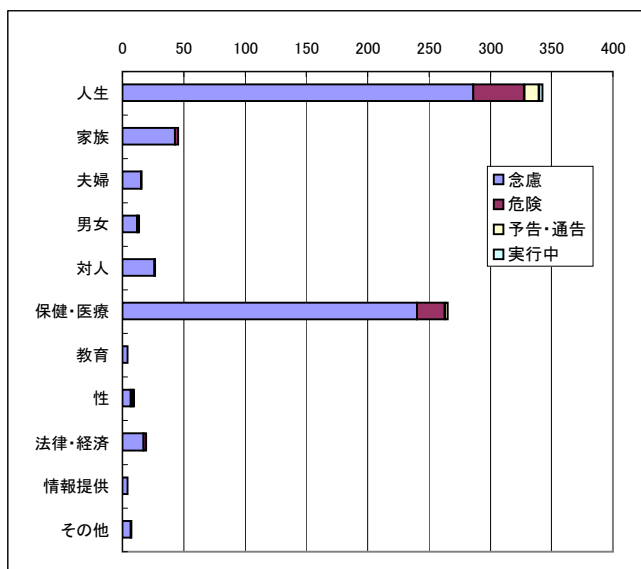


年代別 全体:自殺志向 12月10日

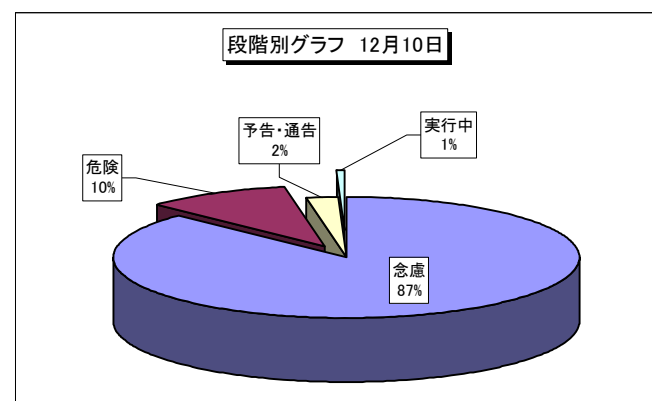


段階別  
問題:年代 12月10日

問題	性別	念慮	危険	予告・通告	実行中	総計
人生	男	0	0	0	0	0
	女	0	0	0	0	0
計		0	0	0	0	0
家族	男	4	0	0	0	4
	女	3	0	0	0	3
計		7	0	0	0	7
夫婦	男	1	0	0	0	1
	女	1	0	0	0	1
計		2	0	0	0	2
男女	男	5	1	0	0	6
	女	5	0	1	0	6
計		10	1	1	0	12
対人	男	53	5	1	1	60
	女	34	4	2	1	41
計		87	9	3	2	101
保健・医療	男	88	17	1	1	107
	女	82	9	3	0	94
計		170	26	4	1	201
教育	男	108	12	5	0	125
	女	59	6	2	0	67
計		167	18	7	0	192
性	男	51	6	0	0	57
	女	45	4	0	1	50
計		96	10	0	1	107
法律・経済	男	20	1	1	0	22
	女	22	4	0	0	26
計		42	5	1	0	48
情報提供	男	3	0	0	0	3
	女	16	1	1	0	18
計		19	1	1	0	21
その他	男	42	4	0	0	46
	女	19	2	0	0	21
計		61	6	0	0	67
総計		661	76	17	4	758



年代	性別	念慮	危険	予告・通告	実行中	総計
小学生	男	0	0	0	0	0
	女	0	0	0	0	0
計		0	0	0	0	0
中学生	男	4	0	0	0	4
	女	3	0	0	0	3
計		7	0	0	0	7
高校生	男	1	0	0	0	1
	女	1	0	0	0	1
計		2	0	0	0	2
以外	男	5	1	0	0	6
	女	5	0	1	0	6
計		10	1	1	0	12
20代	男	53	5	1	1	60
	女	34	4	2	1	41
計		87	9	3	2	101
30代	男	88	17	1	1	107
	女	82	9	3	0	94
計		170	26	4	1	201
40代	男	108	12	5	0	125
	女	59	6	2	0	67
計		167	18	7	0	192
50代	男	51	6	0	0	57
	女	45	4	0	1	50
計		96	10	0	1	107
60代	男	20	1	1	0	22
	女	22	4	0	0	26
計		42	5	1	0	48
70代以上	男	3	0	0	0	3
	女	16	1	1	0	18
計		19	1	1	0	21
不明	男	42	4	0	0	46
	女	19	2	0	0	21
計		61	6	0	0	67
総計		661	76	17	4	758



12月10日 段階別:センター別

センター	念慮	危険	予告・通告	実行中	総計
01. 旭川	11	2	0	0	13
02. 北海道	6	1	1	0	8
03. あおもり	8	0	0	0	8
04. 秋田	18	2	0	0	20
05. 盛岡	4	2	0	1	7
06. 仙台	22	0	0	0	22
07. 山形	12	2	0	1	15
08. 福島	24	0	0	0	24
09. 新潟	12	2	1	0	15
10. 長野	8	1	0	0	9
11. 群馬	18	1	0	0	19
12. 栃木	21	1	0	0	22
13. 足利	12	6	0	0	18
14. 茨城	26		2	0	28
15. 埼玉	10	0	1	0	11
16. 千葉	12	1	0	0	13
17. 東京	14	3	0	0	17
18. 東京多摩	13	2	0	0	15
20. 川崎	9	1	3	0	13
21. 横浜	15	0	0	1	16
22. 山梨	5	0	0	0	5
23. 静岡	2	1	0	0	3
24. 浜松	14	1	0	0	15
25. 岐阜	13	1	0	0	14
26. 名古屋	20	1	0	0	21
27. 三重	3	0	0	0	3
28. 京都	16	7	1	0	24
29. 奈良	19	1	0	0	20
30. 関西	13	3	0	0	16
31. 神戸	11	0	0	0	11
32. はりま	4	3	1	0	8
33. 和歌山	13	1	0	0	14
34. 鳥取	27	0	1	0	28
35. 島根	19	0	0	0	19
36. 岡山	13	3	0	0	16
37. 広島	13	7	2	0	22
38. 徳島	6	0	2	0	8
39. 香川	11	7	0	0	18
40. 愛媛	19	4	0	0	23
41. 高知	6	0	0	0	6
42. 北九州	19	0	0	0	19
43. 福岡	25	2	1	0	28
44. 佐賀	15	0	0	0	15
45. 長崎	18	2	1	1	22
46. 熊本	10	2	0	0	12
47. 大分	14	0	0	0	14
48. 鹿児島	25	2	0	0	27
49. 沖縄	13	1	0	0	14
総計	661	76	17	4	758

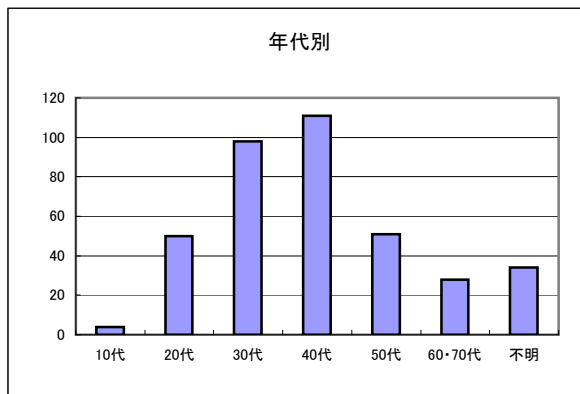
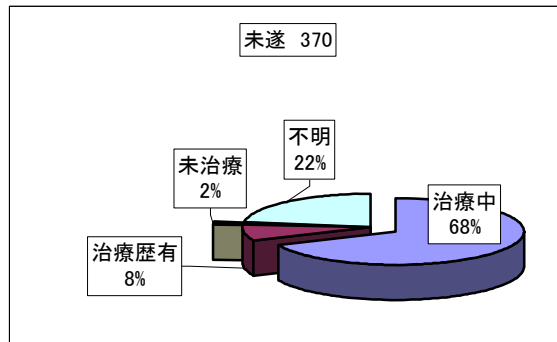
6 2007年12月 ( 10 )日 相談状況・背景 昇センター名 集計結果

項目	番号	男	女	計	全国	地域	男	女	計	全国
性別 ( I )	1	男	1486							
	2	女		925	2411					
年代 ( II )	3	10代	46	30	76					1 北海道 54
	4	20代	216	117	333					2 青森 76
	5	30代	372	209	581					3 秋田 16
	6	40代	339	195	534					4 岩手 28
	7	50代	160	160	320					5 宮城 41
	8	60代	73	81	154					6 山形 20
	9	70代以上	12	35	47					7 福島 22
	10	不明	252	87	339					8 新潟 82
										9 長野 102
自殺に関する状況 ( III )	11	念慮	391	293	684					10 群馬 64
	12	危険	36	28	64					11 栃木 45
	13	予告	8	11	19					12 茨城 48
	14	実行中	2	2	4					13 埼玉 89
自殺未遂 ( IV ) 自殺未遂有 30代 40代の順	15	あり	209	161	370					14 千葉 36
	16	なし	303	233	536					15 東京 250
	17	不明	625	334	959					16 神奈川 226
健康 ( V ) 身体疾患治療中 50代 40代の順 精神疾患治療中 30代 40代 20代の順	18	身体疾患	172	94	266					17 山梨 17
		1・未治療	5	8	13					18 静岡 42
		2・治療中	102	67	169					19 岐阜 43
	19	3・治療歴有	28	9	37					20 愛知 96
		精神疾患	634	550	1184					21 三重 45
		1・未治療	45	33	78					22 京都 29
		2・治療中	463	409	872					23 奈良 16
		3・治療歴有	28	41	69					24 大阪 124
										25 兵庫 107
入院中・入院歴 ( VI )	20	あり	285	211	496					26 和歌山 19
	21	なし	199	180	379					27 鳥取 9
	22	不明	688	358	1046					28 島根 9
通院中・通院歴 ( VII )	23	あり	639	557	1196					29 岡山 106
	24	なし	134	77	211					30 広島 50
	25	不明	467	160	627					31 徳島 30
家族・同居人 ( VIII )	26	あり	463	508	971					32 香川 17
	27	なし(ひとり暮らし)	490	260	750					33 愛媛 13
職業 ( IX )	28	定職	257	145	402					34 高知 45
		1・サラリーマン	73	21	94					35 福岡 59
		2・自営業	15	6	21					36 佐賀 6
		3・パート	30	50	80					37 長崎 20
	29	4・フリーター	19	8	27					38 熊本 27
		無職・失業	710	327	1037					39 大分 52
30	主婦	0	275	275					40 鹿児島 12	
生活・経済 ( X ) 複数の○可	31	孤独・生き方	765	491	1256					41 沖縄 55
		経済苦	210	118	328					42 携帯 405
		1・借金	23	12	35					43 不明 36
		2・サラ金	8	1	9					44 石川 22
		3・倒産	8	1	9					45 富山 42
		4・失業	57	13	70					46 福井 7
	32	5・リストラ	7	5	12					47 滋賀 35
		介護・家族の病気	44	67	111					48 山口 6
	33	離婚・離別・死別	71	88	159					49 宮崎 19
		34	子どもの問題	14	52	66				
1・病気			0	10	10					
2・非行	0		2	2						
35	3・ひきこもり	2	1	3						
フリーダイヤル情報の 入手方法 ( ii )	41	ラジオ	35	27	62					
	42	テレビ	35	24	59					
	43	ポスター・カード	35	36	71					
	44	インターネット	29	24	53					
						新聞				
						朝日				
						読売				
						毎日				
						地方紙				
						記事				
						その他				
						不明				

12月

		男	女
全体	2411件中	1482	829
未遂者	370	209	161

治療中	260
治療歴有	29
未治療	6
不明	85



年代	数
10代	4
20代	50
30代	98
40代	111
50代	51
60・70代	28
不明	34

(背景票からの読み取りのため  
 全国統計(ホームページ)と多少 数値が違います。)