

平成18年6月に基本法が制定されてから、令和8年には20年が経過した。基本法の制定及び翌年の大綱の策定を契機として、「個人の問題」として認識されがちであった自殺は広く「社会の問題」と認識されるようになり、自殺対策が総合的に推進されてきた。

本章では、まず自殺対策の20年の取組を振り返り、その間の自殺をめぐる状況の推移や変化をみていく。特に、自殺者数の推移については、令和7年に統計開始以降最少となった自殺者数について、性別や職業など様々な属性別に分析することにより、減少に寄与した属性や依然として減少傾向にない属性を明らかにする。また、自殺者数が増加傾向にあるこども・若者については、その原因・動機等の特徴を分析するとともに、自傷・自殺未遂の状況を分析する。以上の分析を通じて、必要な支援の在り方や今後の課題について考察する。

第1節 自殺対策の20年

1 基本法制定以降の自殺対策の推進

基本法制定に至る経緯から平成28年の基本法の改正までの約10年間については、平成28年版自殺対策白書¹において詳述されている。この間の主な動きとしては、基本法及び大綱の策定・見直しを通じて自殺対策の基本的枠組みが整備され、国における体制構築や、地域における取組が進められてきたことが挙げられる。

平成29年7月には、第3次大綱が閣議決定された。同大綱においては、地域レベルでの実践的な取組への支援の強化が掲げられ、都道府県及び市区町村における地域自殺対策計画に基づく自殺対策の推進や、計画の策定・見直しに資する支援等が盛り込まれた。また、こども・若者の自殺対策や勤務問題への対応の更なる推進が掲げられ、「SOSの出し方に関する教育の推進」などの取組が新たに盛り込まれた。さらに、数値目標として、自殺死亡率を先進諸国の当時の水準まで減少させることを目指し、令和8年までに平成27年（18.5）と比べて30%以上減少（13.0以下）させることが設定された。

平成29年10月には、神奈川県座間市において、SNS上で自殺願望に関する発信を行った者を誘い出して殺害する事件が発覚した。これを受け、同年12月には「座間市における事件の再発防止策について」が関係閣僚会議において決定され、その中で「SNS等における自殺に関する不適切な書き込みへの対策」とともに「インターネットを通じて自殺願望を発信する若者の心のケアに関する対策」が必要であるとされ、「ICTを活用した相談機能の強化」等が盛り込まれた。これを踏まえ、厚生労働省においては、平成30年3月の自殺対策強化月間に合わせ、民間団体の協力の下、SNSを活用した相談事業が実施された。

令和元年6月には、自殺対策の一層の充実を図るため、調査研究及びその成果の活用を推進

1 厚生労働省「平成28年版自殺対策白書」第2章第1節「自殺対策の10年」

するための法的枠組みとして、「自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するための調査研究及びその成果の活用等の推進に関する法律」が成立した。令和2年2月には、自殺対策推進センターが同法に基づく指定調査研究等法人に指定され、同年4月から指定調査研究等法人としての業務が開始された。

こうした中、自殺者数は平成22年以降10年連続で減少し、令和元年には、当時として統計開始以降で最少の数値である20,169人となった。

2 第4次自殺総合対策大綱に基づく取組や小中高生の自殺者数増加を踏まえた自殺対策の推進

令和2年には女性や小中高生の自殺者数の増加がみられ、自殺者数は、新型コロナウイルス感染症の影響下にあった同年から緩やかに増加傾向となった。新型コロナウイルス感染症の影響下では、孤独・孤立の問題が指摘されるなど、自殺をめぐる状況の変化がみられる中、令和2年度には、電話相談やSNSを活用した相談事業への支援の拡充が図られた。

令和4年10月には、こうした状況を踏まえ、「①子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化」、「②女性に対する支援の強化」、「③地域自殺対策の取組強化」、「④総合的な自殺対策の更なる推進・強化」を柱とする第4次大綱が閣議決定された。同大綱においては、令和3年12月に策定された「孤独・孤立対策の重点計画」に基づく孤独・孤立対策との連携が位置付けられるなど、関係府省庁が連携しながら、自殺対策を推進することとされた。

令和5年4月には、「こどもまんなか社会」の実現に向けた政府の司令塔としてこども家庭庁が発足した。同庁は、第4次大綱に基づく対策に加え、関係府省庁が一体となった施策の推進に向け、こどもの自殺対策についても司令塔としての役割を担うこととされた。同年6月には、こども政策担当大臣を議長とする「こどもの自殺対策に関する関係省庁連絡会議」において、こどもの自殺対策を緊急的かつより強力に推進するための緊急強化プランを取りまとめ、速やかな実施が図られることとされた。

令和6年以降は、全体の自殺者数は再び減少傾向で推移する一方、引き続き、こどもの自殺者数については増加傾向がみられ、令和6年の小中高生の自殺者数は、当時、統計のある昭和55年以降最多となった。こうした状況を踏まえ、令和7年6月には、基本法の2度目の改正が行われた。この改正では、基本理念においてこどもに係る自殺対策に社会全体で取り組む旨が明記されるとともに、地方公共団体においてこどもの自殺防止に係る情報交換や具体的な対応の協議を行う協議会に関する規定が設けられるなど、こどもに係る自殺対策の推進に向けた体制の整備が図られ、令和8年4月に完全施行された。

自殺対策基本法20年——「生きることの包括的な支援」を地域に根づかせる使命を担って

厚生労働大臣指定法人・一般社団法人
いのち支える自殺対策推進センター（JSCP） 代表理事 清水康之

平成18年（2006年）の自殺対策基本法制定から20年。この20年は、自殺が「個人の問題」から「社会全体の問題」へと捉え直され、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けて前進してきた歴史である。

起点には、年間自殺者数が3万人を超えた1990年代後半の危機があった。経済苦や過労、孤立といった社会的要因が連鎖する実態が明らかになるなか、自死遺児らの発信を受けて、民間団体と超党派の国会議員有志が力を合わせ、基本法の制定を実現した。「自殺は、その多くが追い込まれた末の死である」という認識は、この法制定を契機として、社会へと共有されていった。

法制定後、平成24年（2012年）に見直された自殺総合対策大綱において「地域レベルの実践的な取組を中心とする自殺対策への転換」が明記され、平成28年（2016年）の法改正によって、すべての都道府県・市町村に地域自殺対策計画の策定が義務付けられた。しかし、計画を地域に根づかせ、実際に機能させるには、現場を継続的に支える専門的な基盤が不可欠である。こうした要請と期待を受け、令和2年（2020年）、国の政策と地域の現場、調査研究と実践をつなぐ中核組織として活動を開始したのが、当センター（JSCP）である。

当センターが担う「調査研究」と「自治体支援」は、「生きることの包括的な支援」を地域に実装するための車の両輪である。「調査研究」によって、地域ごとの自殺の実態を可視化し、「自治体支援」によって、その実態を踏まえた具体的な施策の立案や庁内連携の構築へとつなげていく。私たちは、全自治体への分析資料の提供や職員向けの研修、実践的ツールの開発等を通じて、各自治体が自殺対策を「地域づくり」として展開し、実効性ある取り組みを推進できるよう伴走を続けてきた。

この20年間で、自殺対策を社会全体で推進するための制度的基盤は大きく整ってきた。一方で、自殺をめぐるリスクは固定されたものではない。社会経済状況、人と人とのつながり方、SNSや生成AIの進展を含む情報環境の変化等に応じて、その時々で緊急性の高い課題が立ち現れる。近年も、コロナ禍における自殺リスクの高まりや、こども・若者の自殺の深刻化、自殺報道による自殺の連鎖等が顕在化してきた。これらに対し、当センターは、「こども・若者の自殺危機対応チーム」の全国設置に向けた支援、メディアへの働きかけ、新たな課題に対応した研修・ツールの開発等を進めている。

自殺対策とは、「社会のあり方」を問う営みでもある。基本法が掲げる「誰も自殺に追い込まれることのない社会」は、困難に直面した誰もが、生きるために必要な支援に確実につながることのできる社会として実現していかなければならない。そのために当センターは、これからも国の政策と地域の現場、調査研究と実践をつなぎ続けながら、「生きることの包括的な支援」を地域に、そして社会全体に根づかせるための基盤づくりに力を尽くしていく。

COLUMN
2

自殺総合対策とEBPM (Evidence Based Policy Making)

学校法人昭和女子大学 椿広計

自殺対策基本法制定により、日本の自殺対策は、個人の精神保健上の課題への対応にとどまらず、社会全体で取り組むべき総合政策へと転換した。自殺総合対策大綱の策定と見直しという府省横断的PDCAサイクルの形成も大きな特徴である。

政府EBPM推進体制が整備され始めたのは、2017年に第1回EBPM推進委員会が内閣府で開催された頃である。しかし、政策に必要な情報を統計によって可視化する考え自体は、近代日本の統計制度の出発点で見られる。1881年、参議大隈重信は統計院設立の建議において、「現在の国勢を詳明せざれば、政府すなわち施政の便を失う」と述べた。これは、政策形成において社会の実態を明らかにする統計情報が不可欠なことを示すものであり、EBPMの基盤に通じる。自殺統計も、明治期に先駆的な取組があった。日本の国勢調査創設に尽力した呉文聰は、1899年刊行の『統計實話』において「自殺統計」を発表し、1890年から5年間の自殺について、男女別、年齢階級別、原因別の集計を行い、自殺率の国際比較にも取り組んだ。これは、近代的人口動態統計が整備される時期に先立ち、自殺を社会現象として統計的に把握しようとした先駆的研究であった。

一方、現代の自殺対策は、より迅速な行政情報の可視化を実現してきた。2007年の第1期大綱では、自殺対策は「自殺の実態に即して、科学的根拠に基づき実施する必要」があるとされた。さらに2010年には、警察庁の自殺統計原票に基づく自殺者数の公表が大幅に迅速化され、月別・都道府県別等の暫定値が翌月中旬頃に公表されるようになった。この仕組みは、2020年のコロナ禍における自殺者数の変動、とりわけ女性の自殺者数増加を早期に把握し、迅速な政策対応を促すうえで重要な役割を果たした。

ただし1997年以降、英国Blair政権が行政改革の中で広めたEBPMは、単なる実態の可視化にとどまらず、研究、評価、実証的根拠に基づいて“what works”、すなわち何が有効に機能するのかを問うものであった。自殺総合対策においても、ハイレスクアプローチとポピュレーションアプローチ、公助的政策と共助的政策を組み合わせた複合的取組が進められてきた。その結果、2025年の年間自殺者数は、警察庁自殺統計が開始された1978年以来、初めて2万人を下回った。今後の自殺対策におけるEBPMは、この「見える化」を基盤としつつ、どの政策が、誰に、どの程度効いたのかを検証する段階へ進む必要がある。検証に必要な因果推論の方法論も大きく進歩した。AIの発展によって、量的情報に加え、相談記録、政策文書等の質的情報を政策評価に活用する可能性も現実化した。そして、さらに次の段階として目指すのが、これら因果推論結果等を活用し、政策効果を予測し、より有効な政策を設計することである。自殺対策は、実態の可視化から効果検証へ、さらに政策効果の予測と効果的政策設計へ進化するトップランナーとなることを期待したい。