

## COLUMN 1

## 自殺実態調査

特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンクが、経済学者や弁護士、精神科医などとまとめた「自殺実態白書2008」によると、自殺の原因・動機は決して単純ではない。我が国初の大規模な自殺実態調査として300人を超える自死遺族から詳細な聞き取りを行った結果、自殺者は平均すると4つの要因を抱えて亡くなっていることが分かった。しかも、職業や立場によって、「自殺の危機経路（自殺までのプロセス）」に特徴がみられた（図1）。

図1 自殺の危機経路事例

## 【無職者（就業経験あり）】

- ① 失業→生活苦→多重債務→うつ病→自殺
- ② 連帯保証債務→倒産→離婚の悩み+将来生活への不安→自殺

## 【被雇用者】

- ① 配置転換→過労+職場の人間関係→うつ病→自殺
- ② 職場のいじめ→うつ病→自殺

## 【自営者】

- ① 事業不振→生活苦→多重債務→うつ病→自殺
- ② 介護疲れ→事業不振→過労→身体疾患+うつ病→自殺

## 【無職者（就業経験なし）】

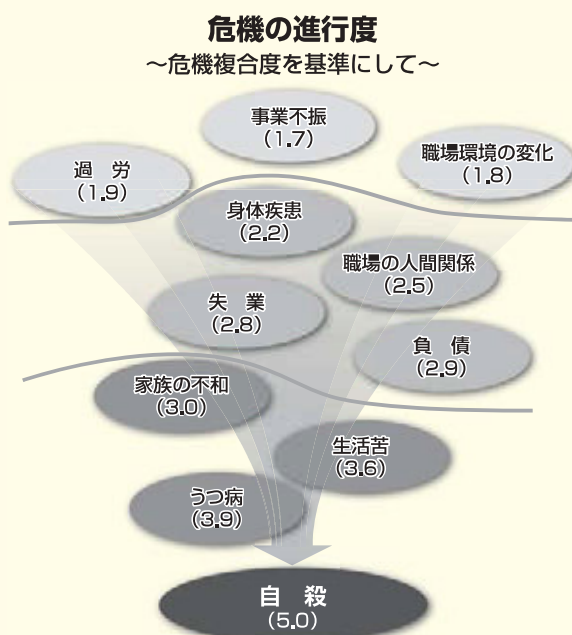
- ① 子育ての悩み→夫婦間の不和→うつ病→自殺
- ② DV→うつ病+離婚の悩み→生活苦→多重債務→自殺

## 【学生】

- ① いじめ→学業不振+学内の人間関係（教師と）→進路の悩み→自殺
- ② 親子間の不和→ひきこもり→うつ病→将来生活への不安→自殺

（「自殺実態白書2008（特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンク発行）」より）

図2 自殺要因の連鎖図



また、要因の連鎖の仕方にも、ある一定の規則性があることが分かった。図2は、自殺実態調査の中で最も多くみられた上位10の要因について、自殺までの連鎖の仕方（平均的な）を図にしたものである。多くの自殺は、社会的な問題から暮らしの問題、そして精神の問題へと、要因が連鎖の悪化を繰り返した末に起きている。

自殺対策の推進においては、こうした実態を踏まえて、個々の要因への働きかけだけでなく、要因の連鎖を断つための支援策の連動・相談機関の連携が必要となる。

特定非営利活動法人自殺対策支援センター  
ライフリンク 代表 清水 康之