R 元.12.31
゜・*:.。..。.:*・゜゜・*:.。..。.:*・゜＊　Andante　＊*・゜゜・*:.。..。.:*・゜・*:.。..　Vol.126

～北海道の自殺対策について～

Hokkaido Government
発行：北海道地域自殺対策推進センター
（北海道立精神保健福祉センター内）

****

※『Andante：アンダンテ』とは
「ゆっくりと歩くくらいの速さで」という意味の音楽用語です。皆さんは最近、ゆっくりと歩いてみたことはありますか？ゆっくりと自分にとって適度なスピードで歩いているとき、私達の視野はいつもよりぐっと広がり、忙しく過ごす中では見過ごしがちなものに気が付くことがあります。月に一度「Andante」が届くたびに、皆さんがふっと一息つき、少しの時間だけでもゆっくり歩くことを思い出していただけたらと考えています。

－　目　次　－

【１】　北海道における自殺の現状
◇　令和元年 11 月末の自殺者数（暫定値）[警察庁発表]
◇　平成 30 年道内の保健所管内別自殺者数（確定値）[警察庁発表]
【２】　自殺について知ろう
◇　Adolescence～思春期のわからないことがここにある～[厚生労働省]
【３】　お知らせ
◇　こころの電話相談
◇　HP 及び携帯 HP をご覧ください
【４】　編集後記

【１】北海道における自殺の現状　・・・

令和元年 11 月の自殺者数は、前月比では、北海道・全国・全国男性・全国女性において増加でした。都道府県別では、自殺者数が増加したのは 26、減少したのは 18、変化なしは 3 でした。

2.　令和元年 11 月末と平成 30 年 11 月末の月別自殺者数の比較

－－－

【２】自殺について知ろう・・・

いつも　「いいえ」約 85%　「ときどき」約 10%　「常に思う」約 1%　「過去に試みた」約 4%
しばしば　「いいえ」約 71%　「ときどき」約 22%　「常に思う」約 2%　「過去に試みた」約 5%
ときどき　「いいえ」約 58%　「ときどき」約 30%　「常に思う」約 3%　「過去に試みた」約 9%
たまに　「いいえ」約 42%　「ときどき」約 43%　「常に思う」約 7%　「過去に試みた」約 8%
まったくない　「いいえ」約 22%　「ときどき」約 36%　「常に思う」約 24%　「過去に試みた」約 18%

高校生
いつも　「いいえ」約 83%　「ときどき」約 10%　「常に思う」約 1%　「過去に試みた」約 6%
しばしば　「いいえ」約 70%　「ときどき」約 23%　「常に思う」約 1%　「過去に試みた」約 6%
ときどき　「いいえ」約 58%　「ときどき」約 32%　「常に思う」約 3%　「過去に試みた」約 7%
たまに　「いいえ」約 40%　「ときどき」約 45%　「常に思う」約 7%　「過去に試みた」約 8%
まったくない　「いいえ」約 23%　「ときどき」約 40%　「常に思う」約 22%　「過去に試みた」約 15%

Q.　いま、ひとりぼっちだと感じることがありますか？（死にたいと思う気持ちと日頃の孤独感との関係について）

中学生
いつも　「いいえ」約 32%　「ときどき」約 29%　「常に思う」約 24%　「過去に試みた」約 15%
しばしば　「いいえ」約 45%　「ときどき」約 40%　「常に思う」約 5%　「過去に試みた」約 10%
ときどき　「いいえ」約 45%　「ときどき」約 42%　「常に思う」約 3%　「過去に試みた」約 10%
たまに　「いいえ」約 61%　「ときどき」約 29%　「常に思う」約 2%　「過去に試みた」約 8%
まったくない　「いいえ」約 83%　「ときどき」約 10%　「常に思う」約 1%　「過去に試みた」約 6%

高校生
いつも　「いいえ」約 30%　「ときどき」約 31%　「常に思う」約 21%　「過去に試みた」約 18%
しばしば　「いいえ」約 42%　「ときどき」約 44%　「常に思う」約 6%　「過去に試みた」約 8%
ときどき　「いいえ」約 49%　「ときどき」約 41%　「常に思う」約 3%　「過去に試みた」約 7%
たまに　「いいえ」約 64%　「ときどき」約 28%　「常に思う」約 2%　「過去に試みた」約 6%
まったくない　「いいえ」約 83%　「ときどき」約 12%　「常に思う」約 1%　「過去に試みた」約 4%

Q.　あなたの家族は、家の中でよく会話をしますか？（死にたいと思う気持ちと、家族との会話との関係について）

中学生
いつも　「いいえ」約 74%　「ときどき」約 20%　「常に思う」約 1%　「過去に試みた」約 5%
しばしば　「いいえ」約 67%　「ときどき」約 25%　「常に思う」約 2%　「過去に試みた」約 6%
ときどき　「いいえ」約 57%　「ときどき」約 34%　「常に思う」約 3%　「過去に試みた」約 6%
たまに　「いいえ」約 53%　「ときどき」約 33%　「常に思う」約 6%　「過去に試みた」約 8%
まったくない　「いいえ」約 45%　「ときどき」約 29%　「常に思う」約 13%　「過去に試みた」約 13%

高校生

いつも	「いいえ」約 72%	「ときどき」約 21%	「常に思う」約 1%	「過去に試みた」約 6%
しばしば	「いいえ」約 65%	「ときどき」約 27%	「常に思う」約 3%	「過去に試みた」約 5%
ときどき	「いいえ」約 57%	「ときどき」約 33%	「常に思う」約 5%	「過去に試みた」約 5%
たまに	「いいえ」約 54%	「ときどき」約 34%	「常に思う」約 6%	「過去に試みた」約 6%
まったくない	「いいえ」約 30%	「ときどき」約 38%	「常に思う」約 14%	「過去に試みた」約 18%

本資料によると、中学生、高校生ともに約 5%(4.7～6%)の生徒が自殺を「過去に試みた」と回答しています。つまり、20 人に 1 人、1 クラスに約 2 人の生徒が自殺を試みたことがあるということになります。この数字は、中学生は学年が上がるごとに少しずつ増加していますが、高校生は 2 年生と 3 年生がほぼ同数となっています。また、本資料では、「友達の数」、「幸福感」、「孤独感」、「家族との会話」と死にたい気持ちとの関係についてもまとめられています。「友達の数」・「幸福感」・「家族との会話」は数値が高いほど死にたい気持ちは少なくなりますが、「孤独感」は数値が高いほど死にたい気持ちも高くなっています。しかしながら、全く問題がないように見える人の中にも一定数死にたい気持ちを抱えている人や実際に試みた人もいます。死にたい気持ちになった時にどうすれば良いか、助けを求められる場所や相手はどこなのかなど子ども達をサポートする体制作りが求められます。

参考文献

厚生労働省、「【Adolescence】～子どもが死にたいと思うとき（日常生活の中で）～」、2017、http://sukoyaka21.jp/puberty_survey_2017

【３】お知らせ・・・

る節目の一年となりました。令和に入ってからは、アニメ制作会社への放火事件、芸人の闇営業問題、ラグビーの世界大会、それと同時期に稀に見る巨大台風、首里城炎上、消費税の増税など様々な出来事がありました。皆様におかれましてはどのような一年でしたでしょうか。
さて、自殺統計についてですが、公表の遅れていた厚生労働省「人口動態統計」平成 30 年データの更新がありました。Andante でも時期を見てまとめさせていただきたいと思います。しばしお待ちください。

来年も皆様が平穏無事に過ごせますよう心よりお祈り申し上げます。それでは皆様良いお年を。

いつもご愛読ありがとうございます。
次号 Vol.127 は、令和 2 年（2020 年）1 月末に配信予定です。

＊お問い合わせ先＊
北海道立精神保健福祉センター
札幌市白石区本通 16 丁目北 6 番 34 号
Tel 011-864-7121
Fax 011-864-9546
URL http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/
Mail hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp