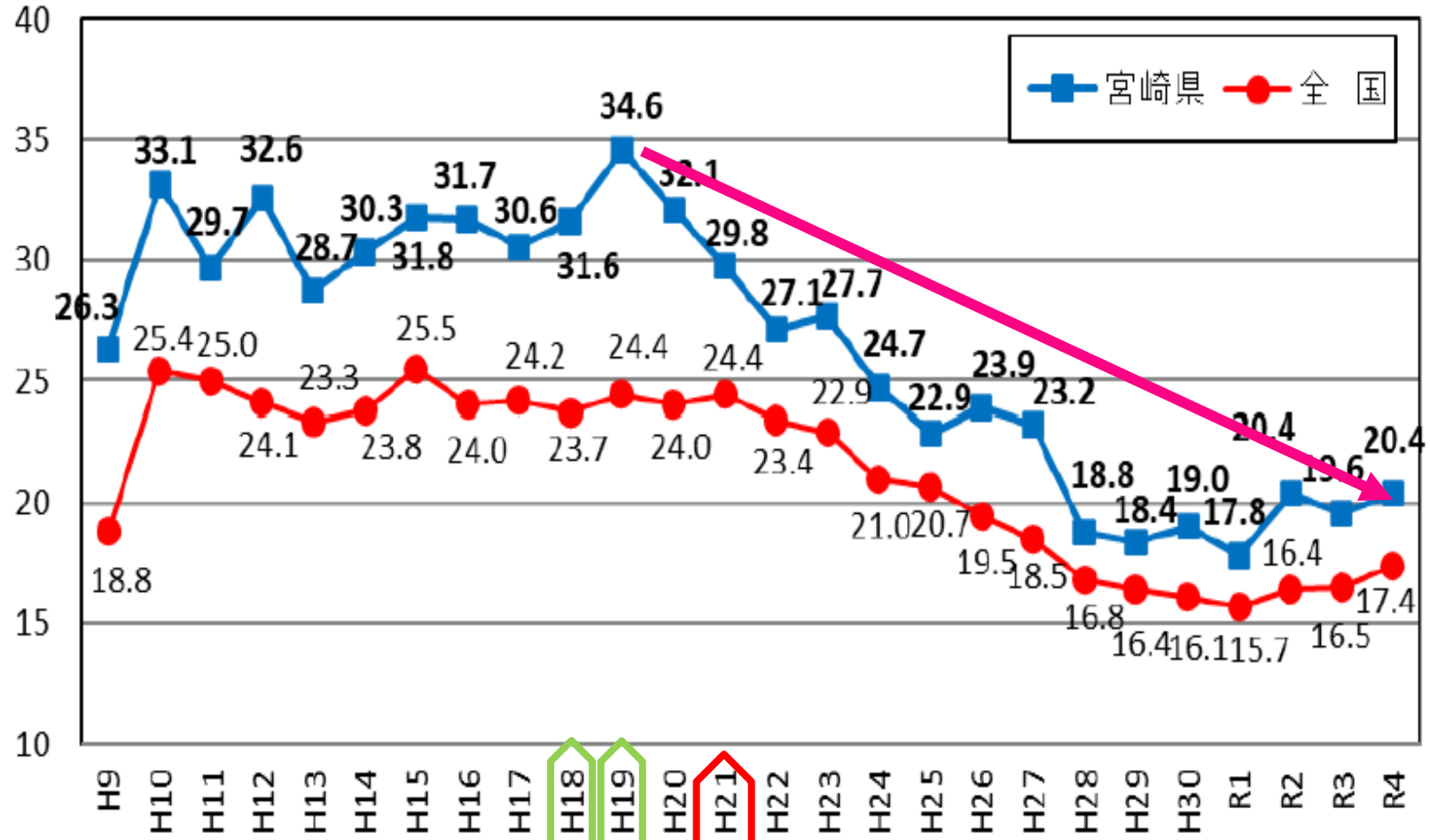
宮崎県における自殺未遂の実態と今後の自殺対策
～こころの健康に関する県民意識調査から～

○宮里瞳、野上朋子、坂井七海、直野慶子

精神保健福祉センター

はじめに

■全国と本県の自殺死亡率の推移（平成9年～令和4年）



【厚生労働省「人口動態統計（確定数）」より県作成】

自殺対策基本法

自殺総合対策大綱

宮崎県自殺対策行動計画

はじめに

「行動計画の見直し」や「今後の対策」に活かすため・・・

こころの健康に関する県民意識調査

【目的】
県民のこころの健康や自殺に関する実態を把握する

調査結果を基に・・・

今後の自殺対策について検討

対 象 と 方 法

調査対象：無作為に抽出した18歳以上の県民4,000人

調査期間：令和5年6月16日～同年7月18日

調査項目：悩み、ストレス、うつ病、自殺に関する内容 等

調査方法：調査票の配布：郵送
調査票の回収：郵送、またはインターネット

回収結果：回収数（率）：1,774人（44.4%）
（うち、郵送回収は1,605人、インターネット回収は169人）

結　　果

（1）自殺関連行動の内訳

本調査で・・・
「本気で自殺したいと考えたことがある」と答えた人が**22．0%**、
うち、「自殺未遂の経験がある」と答えた人が**14．1%**

自殺未遂は自殺の最も明確な危険因子

- 自殺者の**40%以上に自殺未遂歴**があり、自殺未遂を繰り返した後に死亡した人の80%以上が、2回以上手段を変えて自殺に至った（Isometsaら）
- 自殺未遂者ないしは自傷患者の**3～12%がその後に自殺**（Owensら）　・・・等

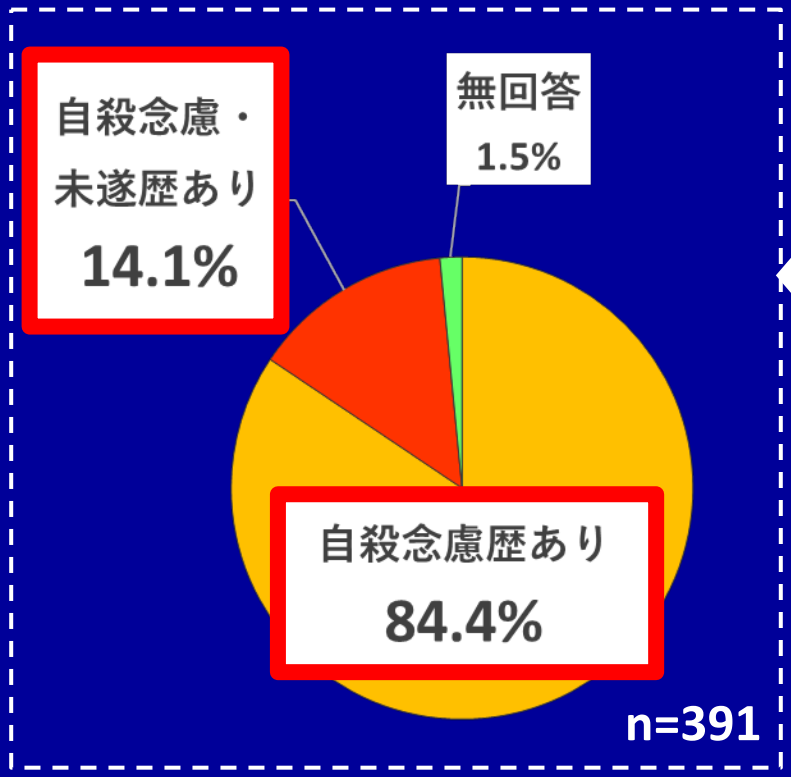
しかし、本県において十分な実態把握や分析がなされていない

自殺念慮や自殺未遂の
実態把握や分析

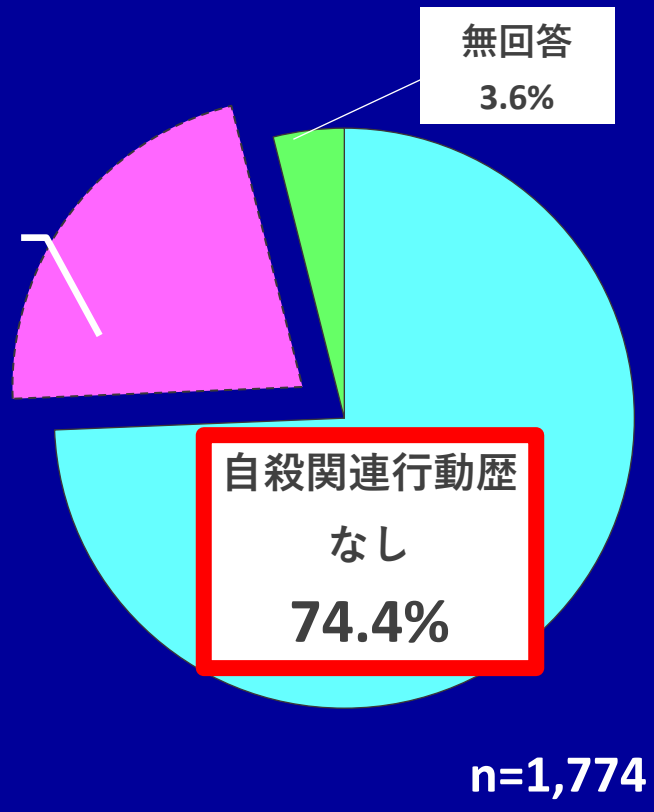
より**効果的で具体的な**
自殺予防対策に繋がる

（1）自殺関連行動の内訳

「自殺念慮」と「自殺未遂」を『自殺関連行動』と定義し、3群で比較・分析した。（有意差を示した項目のみ図中にP値を記載）



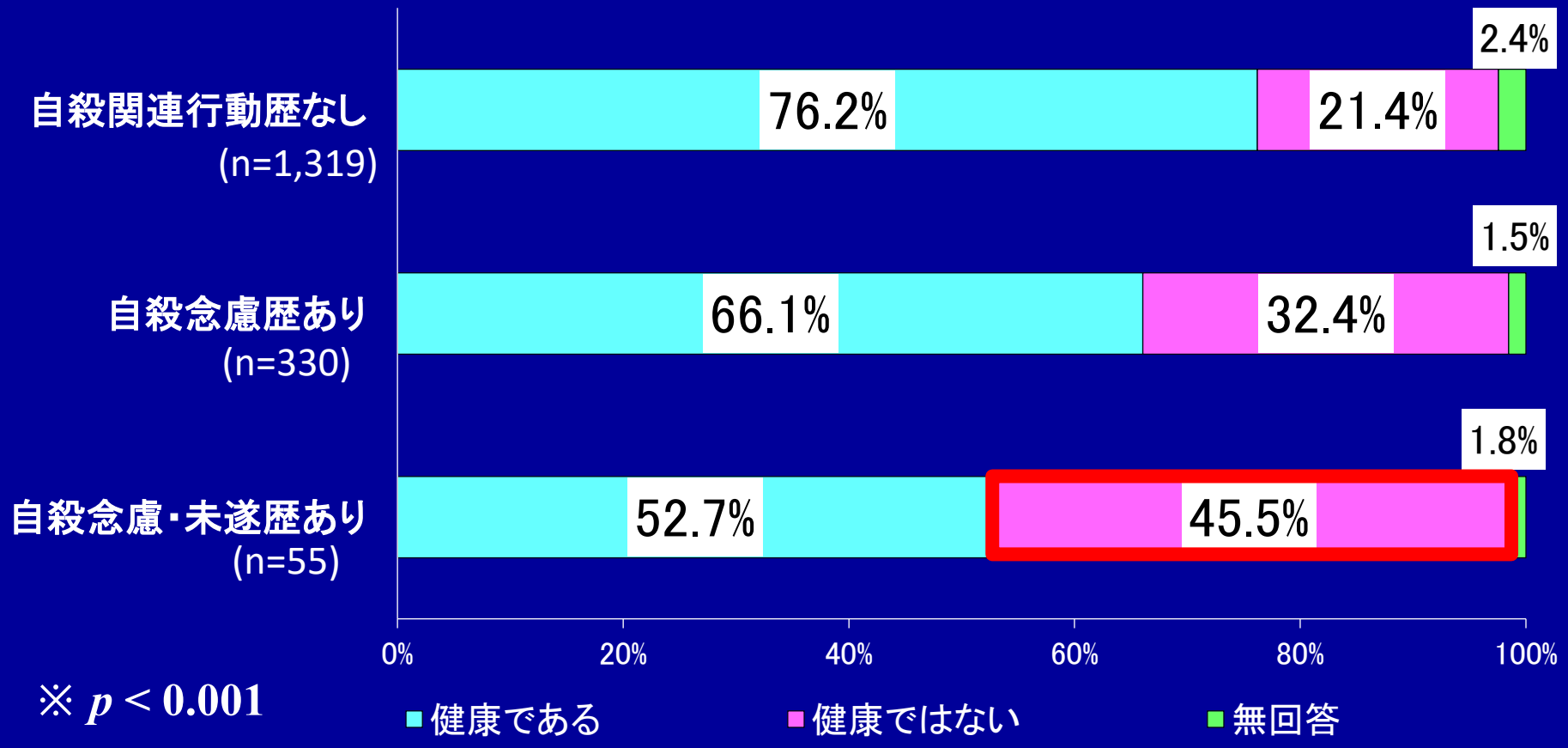
自殺関連行動歴あり
22.0%



（2）自殺関連行動の特徴

からだの健康状態

「健康ではない」「どちらかというと健康ではない」をあわせた『健康ではない』と答えた割合が、「自殺念慮・未遂歴あり」群で45．5%と最も高かった。

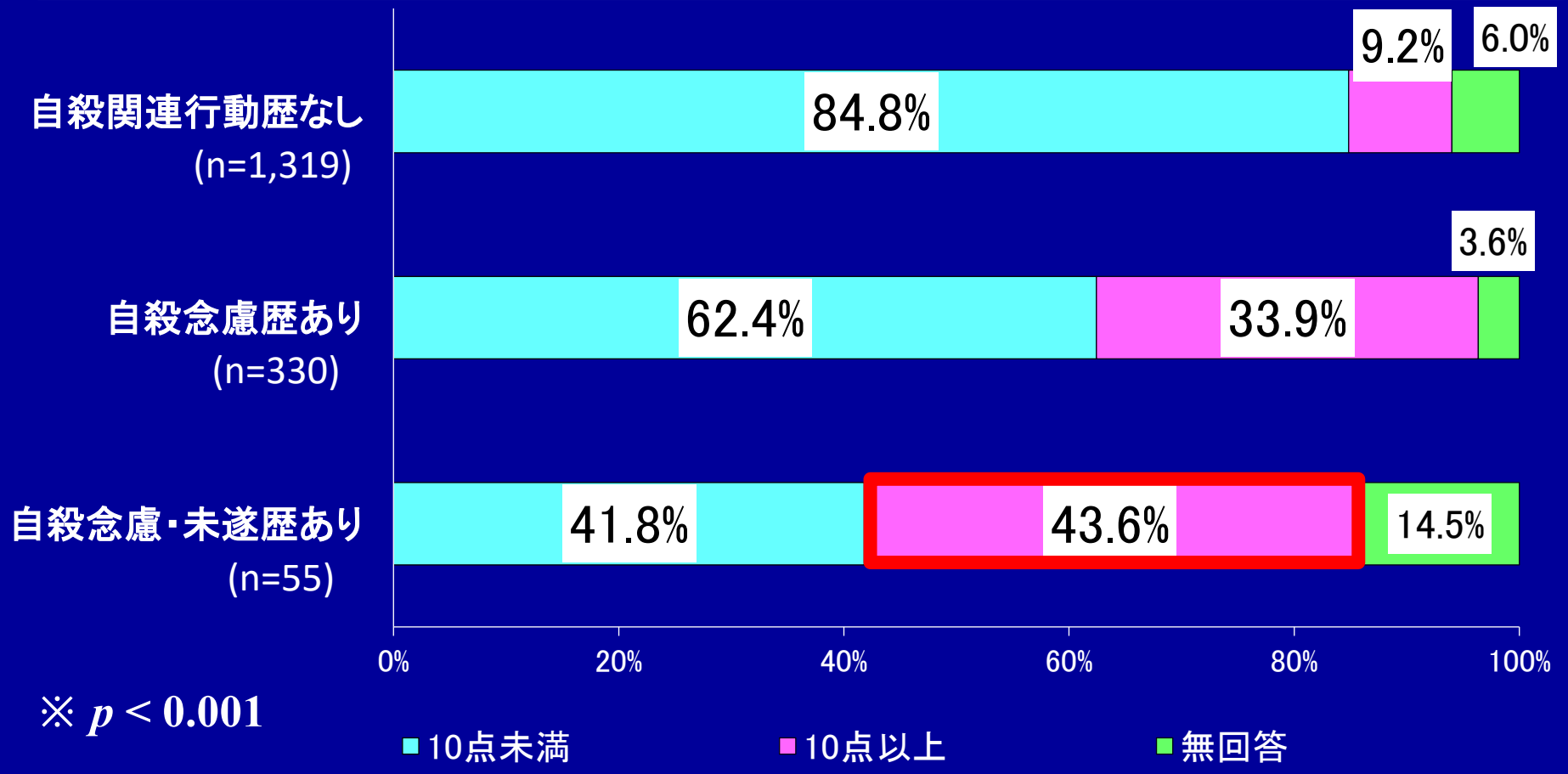


※ $p < 0.001$

（2）自殺関連行動の特徴

こころの健康の度合い（K6得点）

「要注意／要受診（10点以上）」の割合は、自殺関連行動歴あり群、特に「自殺念慮・未遂歴あり」群が**43．6%**で、高くなっていた。

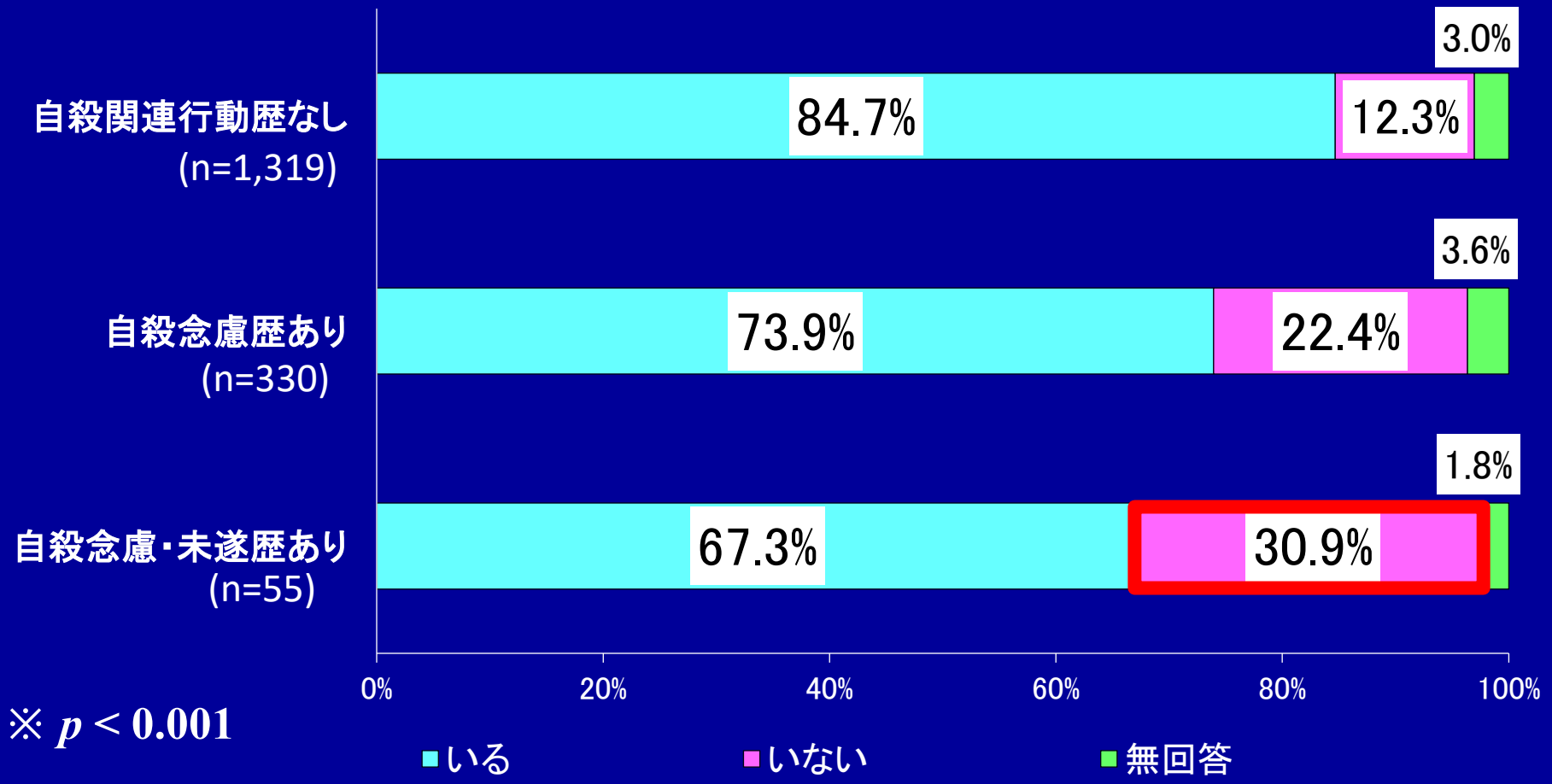


※ $p < 0.001$

（2）自殺関連行動の特徴

耳を傾けてくれる存在の有無

「耳を傾けてくれる存在」が「いない」と答えた割合が、「自殺念慮・未遂歴あり」群において30．9%と、3群中、最も高かった。

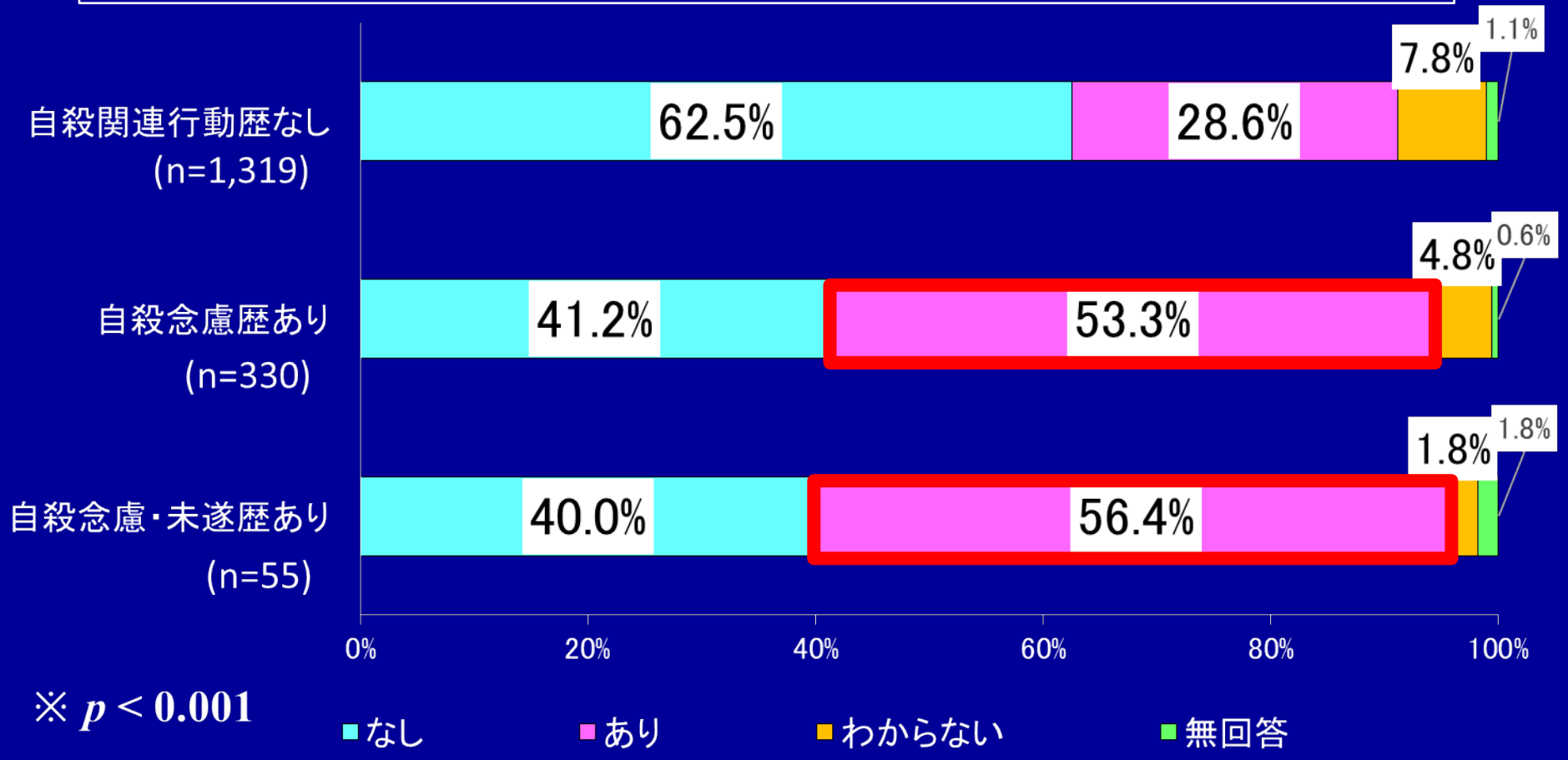


※ $p < 0.001$

（2）自殺関連行動の特徴

相談・支援へのためらいの有無

「自殺念慮歴あり」群、「自殺念慮・未遂歴あり」群、それぞれ**5割以上**で、相談・支援へのためらいが「ある」と回答していた。

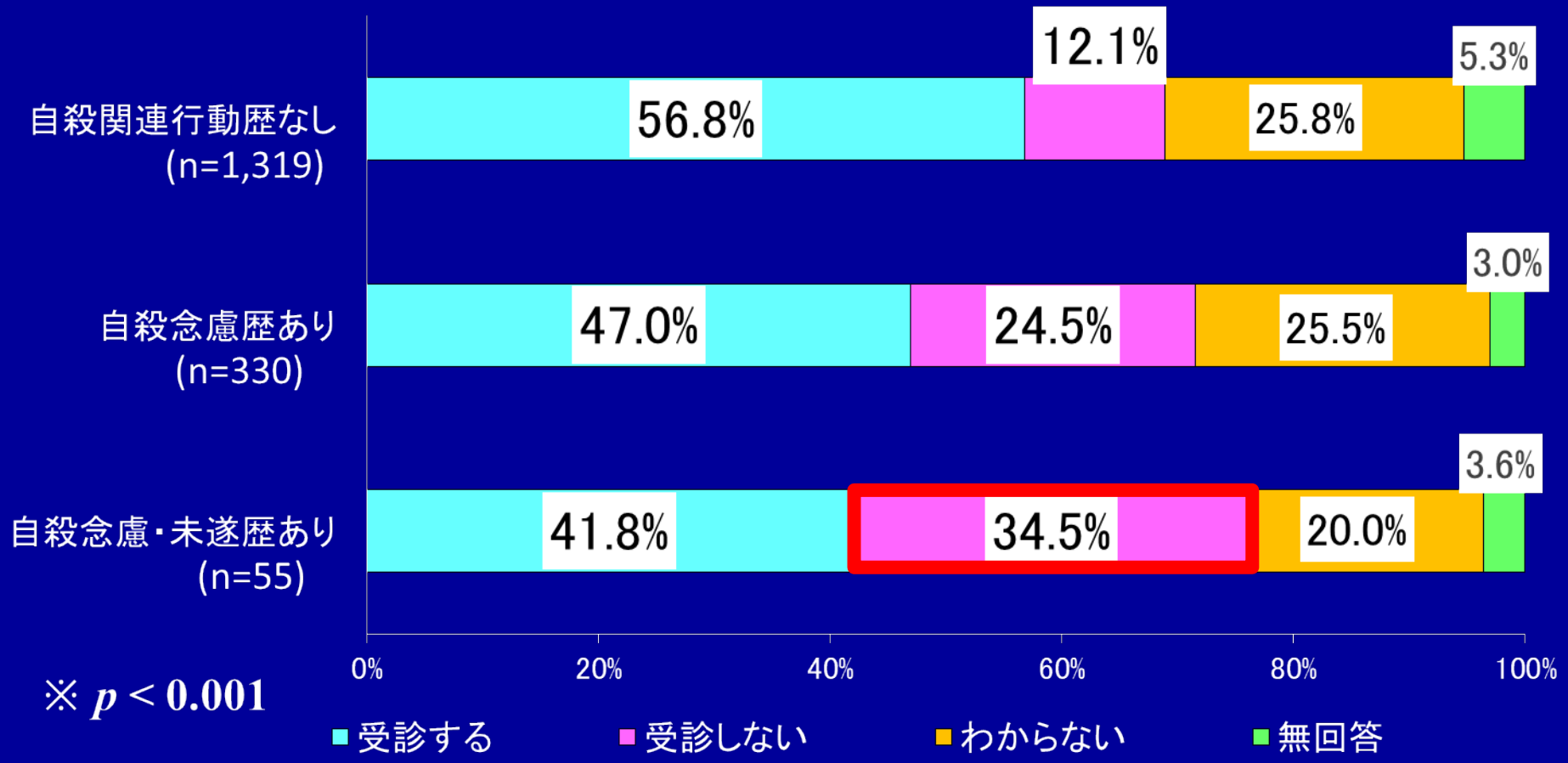


※ $p < 0.001$

（2）自殺関連行動の特徴

『うつ病のサイン』が続くときの受診の可能性

『うつ病のサイン』が続くときでも、医療機関を「受診しない」と答えた割合は、「自殺念慮・未遂歴あり」群が34．5%であり、最も高かった。

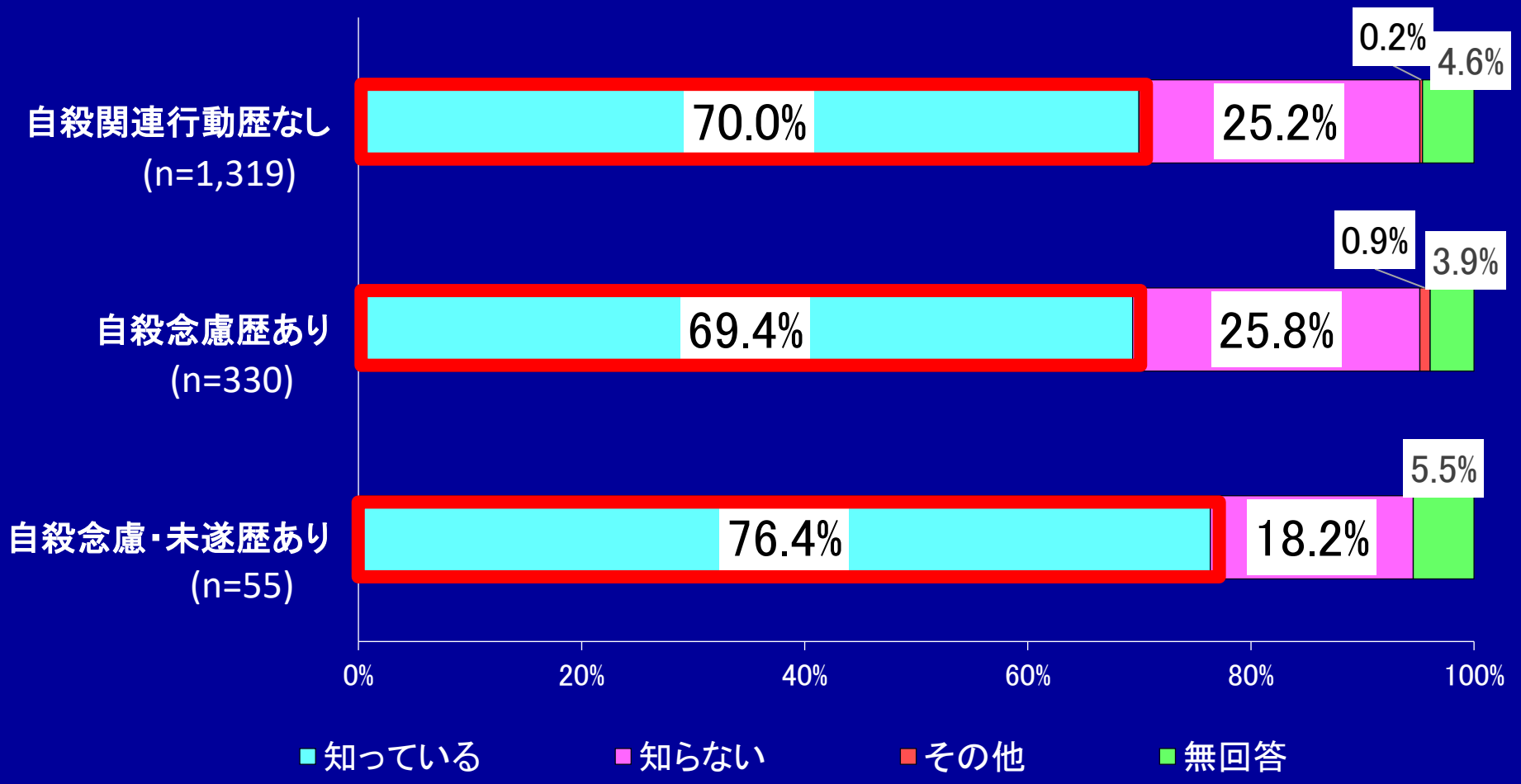


※ $p < 0.001$

（2）自殺関連行動の特徴

こころの悩みの相談窓口認知

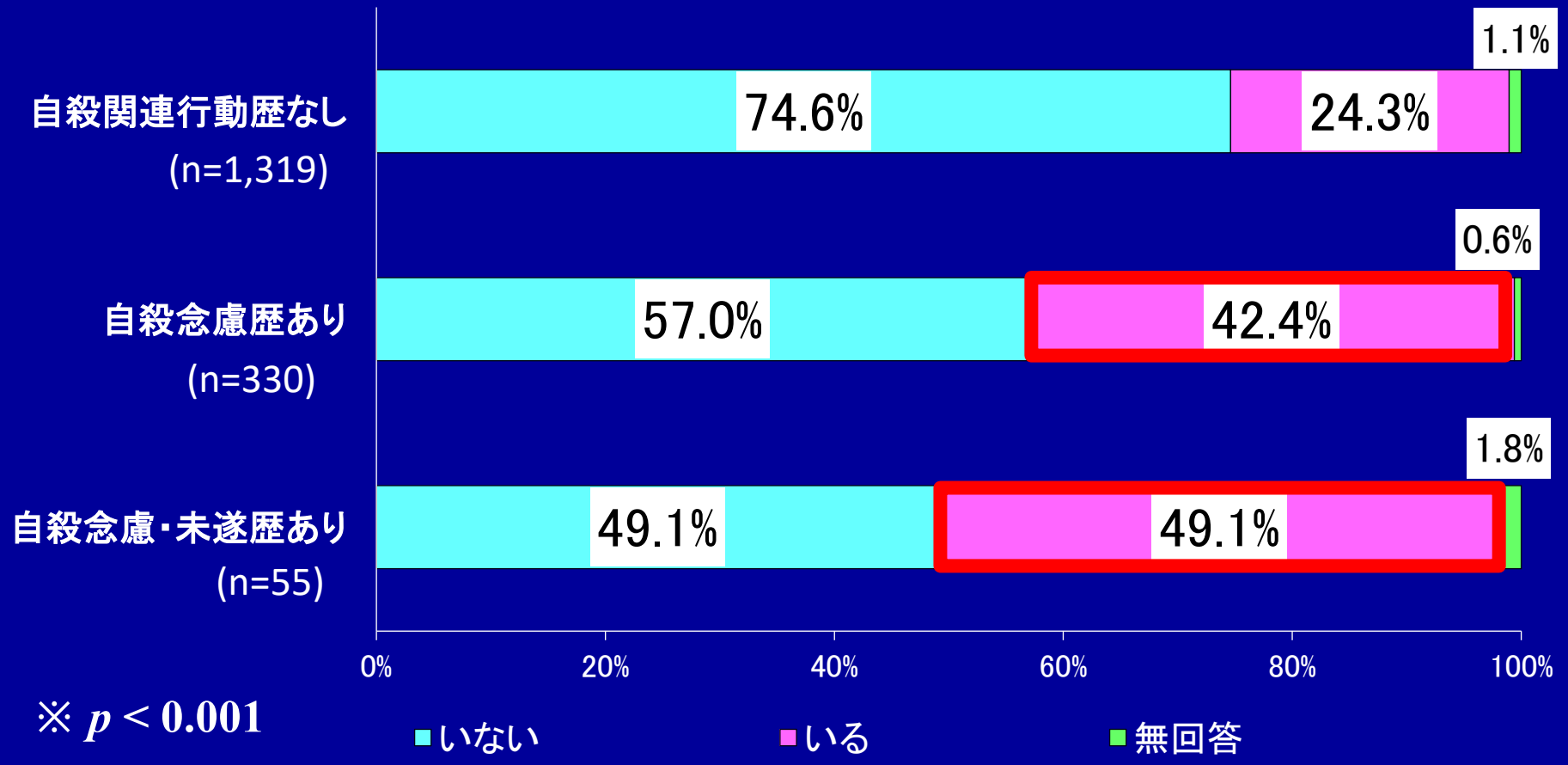
3群ともそれぞれ約7割が、こころの悩みの相談窓口を認知していた



（2）自殺関連行動の特徴

周囲の自殺者の有無

周囲に自殺者が「いる」と回答した割合は、「自殺念慮・未遂歴あり」群において**49．1%**と最も高く、次いで「自殺念慮歴あり」群で**42．4%**であった。



※ $p < 0.001$

考　察

① 精神的不調の早期発見・早期治療の更なる充実

自殺関連行動歴あり群・・・

- **からだの健康状態**を「健康ではない」と回答した割合が高い
- **こころの健康度合い（K6得点）**が 10点以上（要注意／要受診）の割合が高い

健康レベルが低ければ低いほど、自殺願望を抱きやすい

医療機関を「受診しない」とした割合も高かった・・・

- 早期発見・早期治療に繋げる対策の更なる強化
- 精神科病院に受診しやすい環境づくりの推進

② 孤立を防ぐための環境整備

自殺関連行動歴あり群は・・・

- **耳を傾けてくれる存在**が「いない」と回答した割合が高い
- **相談・支援へためらい**が「ある」と回答した割合が高い
- **うつ病のサインが続くとき**でも「受診しない」と回答した割合が高い

支援が必要な人ほど、周囲の人々や相談機関から自ら距離をとり、支援にたどり着けていない

- 相談力が低下している人でも支援にたどり着く方法や体制づくりが必要
- 身近な人のサポート力の強化やゲートキーパーの活用

③ 普及啓発活動における方向性の変更

自殺関連行動歴あり群は・・・

● **こころの悩みの相談窓口**は約7割が「知っている」と回答

相談窓口を知ってはいるが、
相談・受診しない

・これまでの啓発活動は十分効果を示している
・今後は、各窓口の具体的対応事例を示す等の啓発内容を工夫し、相談機関へのアクセス向上を図る

④ 自死遺族支援に繋げる体制づくりと拡大

自殺関連行動歴あり群は・・・

- **周囲の自殺者**が「いる」と回答した割合が高い
  特に、「自殺念慮・未遂歴あり」群は、より割合が高くなる

身近な人を自殺で亡くした経験があると、
「自殺への親和性」が示唆された

- 遺族支援を強化しつつ、支援に繋げる体制づくり
- 遺族支援の対象者を拡大していく

⑤ 未遂者支援における連携強化

自殺未遂者の最後の砦は、
未遂者が搬送される医療機関、救急医療部門

現在、救急告示病院と保健所が連携して、
未遂者支援を実施しているが・・・

↓

・地域の医療・保健・福祉の切れ目ない連携の強化
・医療側が地域の精神・保健・福祉問題を共通課題として認識されるような取り組み

おわりに

自殺対策は本県の現状に合う形で
変化しつつ進んでいくべき

実態をふまえた対策を講じることは・・・
明確な効果を生む可能性を高める

今後、エビデンスを得た有用な
自殺対策を推進していく