

自殺実態白書 2013

【第一版】

2013年3月

NPO 法人ライフリンク

**自殺は、人の命に関わる
極めて「個人的な問題」である。**

しかし同時に、

**自殺は「社会的な問題」であり
「社会構造的な問題」でもある。**

第二章 地域の自殺データ 別冊

第三章 自死遺族の実状 3-1

| | |
|--------------------------------|------|
| 自死遺族の実状（「自殺実態 1000 人調査」から） | 3-1 |
| ・ 自殺に対する偏見にさらされる遺族 | 3-4 |
| ・ 警察や医療機関の対応に深く傷つくことも | 3-5 |
| ・ 直後は、自死遺族の 3 人に 1 人に「自分も死にたい」 | 3-6 |
| ・ 遺族にのこる自責の念 | 3-7 |
| ・ 時間が経ってもなくなる抑うつ感 | 3-8 |
| ・ 長期にわたり、悩みや困難を抱え続ける自死遺族 | 3-9 |
| ・ 時が経つにつれ深刻化する家計の悩み | 3-10 |
| ・ 死後の手続き等の悩み | 3-11 |
| ・ 直後の周囲からの言葉や反応で支えになったもの | 3-12 |
| ・ 1000 人調査に参加したご遺族の声 | 3-13 |

はじめに（本書の目的）

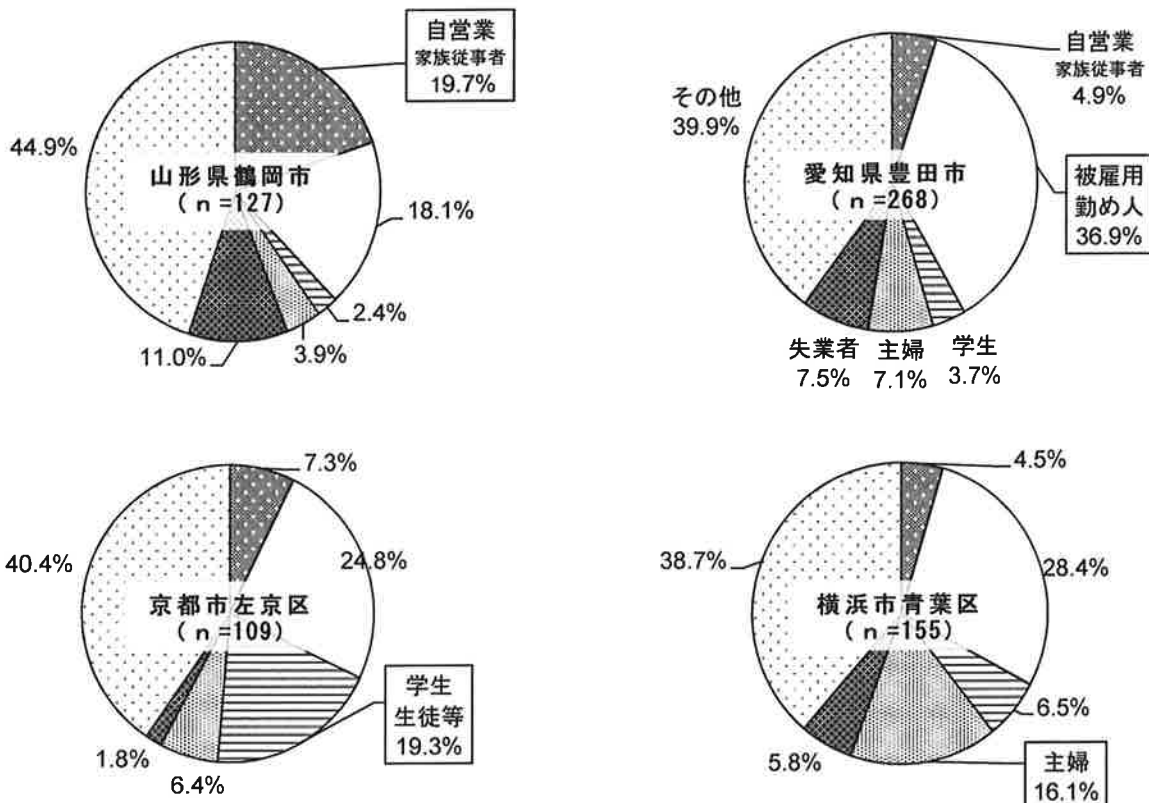
清水康之（ライフリンク代表）

昨年の自殺者数が15年ぶりに3万人を下回った。自殺対策基本法（2006年）の施行によってタブー視されていた自殺が社会問題として認識されるようになり、全国的な自殺対策の底上げが図られてきた影響が大きい。

しかし、依然として交通事故死者数の約7倍、一日平均70人超が自殺で亡くなっているわけで、決して楽観できる状況にはない。1人が自殺で亡くなると4～5人が遺族になるため、毎日300人近い人が家族を自殺で亡くしていることになる。自殺による悲しみの連鎖が止め処なく広がっているこの状況を、私たちは何としてでも食い止めなければならない。

昨年8月に改定された『自殺総合対策大綱』には、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現をめざす」という国の強い意志が副題として掲げられた。この中で「今後は地域レベルの実践的な自殺対策への転換を図る」という方針も示され、実際にこの転換をいかに迅速に進めていくかが今後の日本の自殺対策の大きな鍵となることは間違いない。

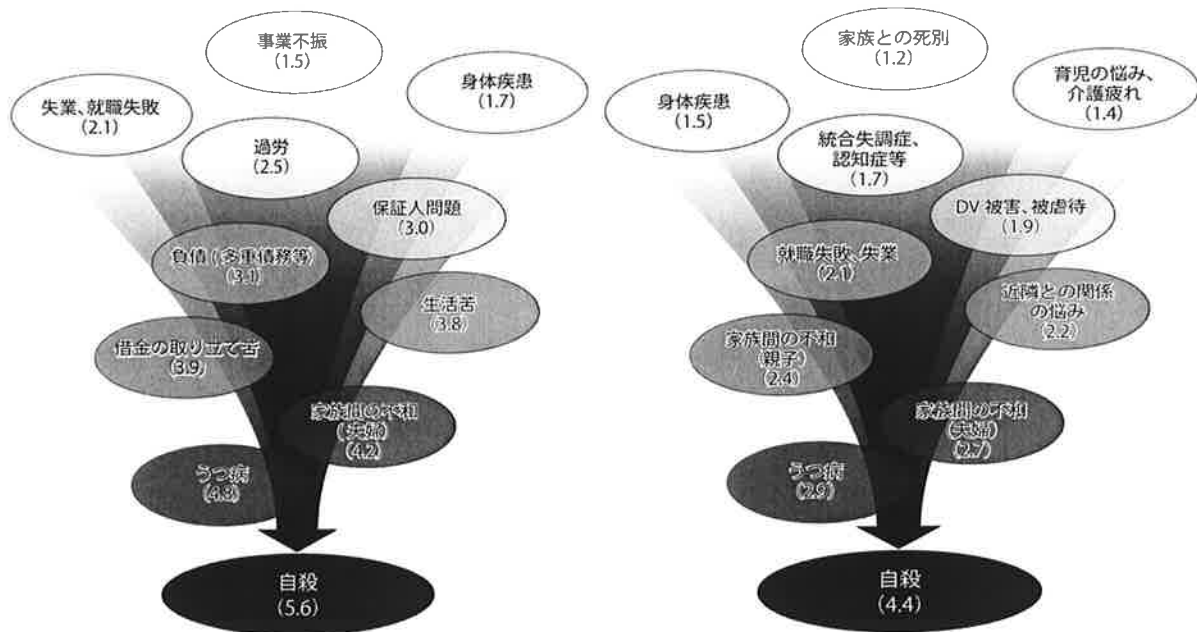
しかし同時に、直面する課題も大きい。下記のグラフにあるように、地域によって自殺で亡くなる人の職業や年代等の属性に特徴がある場合も多く、「地域レベルの実践的な自殺対策」を推進するためには「地域の自殺実態の解明」が不可欠なのである。



また、仮にある地域の特性が「失業者の自殺が多い」あるいは「自営業者の自殺が多い」ことだったとして、失業者や自営業者の自殺の背景にある要因が分からなければ、やはり

効果的な対策は望めない。当事者が抱えがちな問題の組み合わせ（ニーズ）が分かってはじめて、相談機関等による連携のあるべき姿が見えてくるからだ。

実際に今回の調査からは、それぞれの属性によって自殺に追い込まれるプロセスが大きく異なっていることも浮き彫りになってきた。下記の「自殺要因の連鎖図（プロセス）」は、左が自営起業者のもので、右が主婦のものである。連鎖図を構成している「自殺の危機要因」の違いも明らかであるし、また最初の危機要因を抱えてから自殺するまでの年月も「自営業者は主婦の4倍も短い」ことなども分かってきている。



本書は、「実態の解明こそ、対策の最大の原動力である」という確信の下に、様々な角度から「日本の自殺の実態」に迫った報告書だ。第一章では、家族を自殺で亡くした遺族と協力して行った「1000人の声なき声」に耳を傾ける自殺実態調査（＝自殺で亡くなった523人と、その遺族523人の、あわせて1046人を対象とした大規模調査）の結果を分析して、属性ごとの自殺の特徴（危機経路や援助希求の有無等）を明らかにした。第二章では、2009～2012年までの「4年分の全市区町村の自殺統計（警察統計）」を集計して自殺の地域診断を行い、それぞれの地域の自殺の特徴を明らかにした。

作成したのは、自殺対策の実務家チームだ。実際に現場で対策に取り組むための「武器（基礎資料）」を作ろうと、様々な分野で活動する実務家を中心になってチームを結成し、統計分析の専門家の力を借りながらまとめた。心掛けたのは、自殺で亡くなった一人ひとりの面影に思いを馳せつつ、しかし冷徹にデータを精査すること。「死から学ぶ」という謙虚な姿勢で、自殺せざるを得なかった理由や、どういった支援があれば生きる道を選択できたかを、考え得るあらゆる角度から検証したつもりである。

無論、これで十分だとは思っていない。本書や本書を作成するために揃えた基礎資料をすべて公開することで、さらに様々な検証の視点を多くの方々に加えていただき、より使い勝手の良い自殺対策の「武器」を、皆で作ってあげていきたいと思う。本書が、そのための「叩き台」になれば、これ以上の幸せはない。



【第一章】

自殺の危機経路

人は、なぜ自殺するのか。

どうやって

自殺へと追い込まれていくのか。

「自殺実態 1000 人調査」とは

| 調査の正式名称 | 「声なき声」に耳を傾ける自殺実態 1000 人調査 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|--|---------|----|----|-----|----|--------|-----|----|---------|-----|-----|---------|-----|-----|---------|-----|-----|---------|-----|----|--------|-------|----|--------|----|----|----|----------------------|----|--------|----|---|--------|--------|----|---------|--------|----|--------|---------|---|--------|------|-----|---------|-------|----|---------|----------------|----|---------|----|----|---------|----|----|--------|
| 目的 | <ul style="list-style-type: none"> ◆自殺に至るまでのプロセスを明らかにすることで、具体的かつ実践的な自殺対策の立案・実施につなげること ◆死から学ぶことで、同じような形で自殺に追い込まれていく人を一人でも減らすこと | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 概要 | <p>実施機関 NPO法人ライフリンク</p> <p>調査期間 2007年7月～2012年10月</p> <p>参加者 523名（遺族が語った「亡くなられた方」の人数）</p> <p>調査者 ライフリンク専従スタッフ及び自死遺族支援に関わってきた各地のスタッフ（本調査についての研修を受けた者のみ）、等</p> <p>調査方法 面接による聞き取り調査（平均聞き取り時間：3時間）</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 故人の属性 | <p>年齢グループ</p> <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <caption>年齢グループ</caption> <thead> <tr> <th>年齢グループ</th> <th>人数</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>10代</td><td>30</td><td>(5.7%)</td></tr> <tr><td>20代</td><td>96</td><td>(18.4%)</td></tr> <tr><td>30代</td><td>104</td><td>(19.9%)</td></tr> <tr><td>40代</td><td>121</td><td>(23.1%)</td></tr> <tr><td>50代</td><td>108</td><td>(20.7%)</td></tr> <tr><td>60代</td><td>49</td><td>(9.4%)</td></tr> <tr><td>70代以上</td><td>15</td><td>(2.9%)</td></tr> </tbody> </table> <p>自営・社員区分</p> <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <caption>自営・社員区分</caption> <thead> <tr> <th>区分</th> <th>人数</th> <th>割合</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>65歳以上の無職者 (主婦と学生を除く)</td><td>14</td><td>(2.7%)</td></tr> <tr><td>不明</td><td>1</td><td>(0.2%)</td></tr> <tr><td>自営業・起業</td><td>55</td><td>(10.5%)</td></tr> <tr><td>自営業・継承</td><td>26</td><td>(5.0%)</td></tr> <tr><td>自営業・その他</td><td>3</td><td>(0.6%)</td></tr> <tr><td>正規雇用</td><td>174</td><td>(33.3%)</td></tr> <tr><td>非正規雇用</td><td>54</td><td>(10.3%)</td></tr> <tr><td>無職者 (主婦と学生を除く)</td><td>79</td><td>(15.1%)</td></tr> <tr><td>主婦</td><td>71</td><td>(13.6%)</td></tr> <tr><td>学生</td><td>46</td><td>(8.8%)</td></tr> </tbody> </table> | 年齢グループ | 人数 | 割合 | 10代 | 30 | (5.7%) | 20代 | 96 | (18.4%) | 30代 | 104 | (19.9%) | 40代 | 121 | (23.1%) | 50代 | 108 | (20.7%) | 60代 | 49 | (9.4%) | 70代以上 | 15 | (2.9%) | 区分 | 人数 | 割合 | 65歳以上の無職者 (主婦と学生を除く) | 14 | (2.7%) | 不明 | 1 | (0.2%) | 自営業・起業 | 55 | (10.5%) | 自営業・継承 | 26 | (5.0%) | 自営業・その他 | 3 | (0.6%) | 正規雇用 | 174 | (33.3%) | 非正規雇用 | 54 | (10.3%) | 無職者 (主婦と学生を除く) | 79 | (15.1%) | 主婦 | 71 | (13.6%) | 学生 | 46 | (8.8%) |
| 年齢グループ | 人数 | 割合 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10代 | 30 | (5.7%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20代 | 96 | (18.4%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 30代 | 104 | (19.9%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 40代 | 121 | (23.1%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50代 | 108 | (20.7%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 60代 | 49 | (9.4%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 70代以上 | 15 | (2.9%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 区分 | 人数 | 割合 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 65歳以上の無職者 (主婦と学生を除く) | 14 | (2.7%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 不明 | 1 | (0.2%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 自営業・起業 | 55 | (10.5%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 自営業・継承 | 26 | (5.0%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 自営業・その他 | 3 | (0.6%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 正規雇用 | 174 | (33.3%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 非正規雇用 | 54 | (10.3%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 無職者 (主婦と学生を除く) | 79 | (15.1%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 主婦 | 71 | (13.6%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学生 | 46 | (8.8%) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | |
|------|--|
| 調査項目 | <p>【選択項目 235+自由記述欄 253 項目 合計 488】</p> <p>◆亡くなられた方について 性別／生年月日／同居人の有無／家族構成／性格／仕事の有無と内容／資産と債務の状況／自殺に関わる給与・資産の低下の有無と内容／生命保険加入の有無と生命保険による経済問題の緩和／被虐待の有無／引越経験／自殺未遂の経験／親族の自殺で亡くなった方の有無</p> <p>◆亡くなる前2週間の状態について 言動・体調・睡眠・食欲・身辺整理・飲酒・喫煙の変化／自殺に関わる情報への関心／故人はサインを発していたと思うか</p> <p>◆援助希求について 相談先（精神科・心療内科／その他の医療機関／法律専門家／公的相談機関／民間相談機関／いのちの電話／職場／知人・友人／家族／その他） 相談の時期（最初・最後）／相談内容／経過／相談の効果／他機関紹介の有無</p> <p>◆亡くなられた時のことについて 亡くなった日時／発見者／手段／遺書の有無と内容／亡くなった方が追い込まれていった経過がわかるようなエピソードについて</p> |
| 特徴 | <p>① 自殺の実態を解明するために質問票は対策の立案を前提とした設計</p> <p>◆235の設問+多様な自由記述欄を含む詳細な質問票 ⇒自殺の実態を「点」としてだけでなく、点と点とを結んだ「プロセス」として明らかに</p> <p>◆自殺対策の現場に関わる様々な専門家が質問票作りに参加 ⇒速やかに自殺対策へとつながる形で「プロセス」を明らかに</p> <p>◆自殺の「傾向」を示す警察の自殺者統計と自殺の「具体的プロセス」を明らかにする本調査による相乗効果 ⇒重ね合わせて分析することにより、自殺の実態を極めて立体的に浮き彫り</p> <p>② 様々な立場の関係者が、密接に協力し合いながら主体的に創り上げていく調査</p> <p>◆調査への「協力者」と位置づけられがちな自死遺族も、本調査においては「参加者」 ⇒遺族は自殺対策の立案・実施に向けて共に歩んでいく「仲間」</p> <p>◆質問票作りに関わる専門家、調査や分析を行うメンバー、資金を提供する財団=全て「参加者」 ⇒誰かが誰かに協力して行う調査なのではなく、みんながみんなですらすら社会を「生き心地の良い場所」にするために行う調査</p> <p>◆同時代に生きる様々な立場の人たちによる「横のつながり」を通して、過去を生き残った人たち（自殺で亡くなった人たち）との「縦のつながり」を回復させ、将来へとつなげていくための調査</p> |

「声なき声に耳を傾ける自殺実態 1000 人調査」から見てきたこと

1. 自殺の危機要因となり得るものは 69 個ある。自殺で亡くなった人は、「平均 3.9 個の危機要因」を抱えていた。
2. 職業等の属性によって、「自殺の危機経路（プロセス）」に、一定の規則性がみられた。
3. 最初の危機要因（出発要因）の発現から自殺で亡くなるまでの日数は、職業等の属性によって大きく異なり、「自ら起業した自営業者」が最も短くて、その 50% が 2 年以内に亡くなっていた。
4. 正規雇用者（正社員＋公務員）の 25% は、配置転換や昇進等の「職場環境の変化」が出発要因となっていた。
5. うつ病は、自殺の一步手前の要因であると同時に、他の様々な要因によって引き起こされた「結果」でもあった。うつ病の「危機複合度（その要因が発現するまでに連鎖してきた要因の数）」は、3.6 と非常に高かった。
6. 実は、自殺で亡くなった人の多くが「生きよう」としていた。亡くなる前に、行政や医療等の専門機関に相談していた人は 70% に上った。亡くなる 1 か月以内に限っても 48% が、何らかの専門機関に相談に行っていた。
7. 専門機関に相談していた人の約 5% は、相談した当日に自殺で亡くなっていた。
8. 若年女性（10～20 代）の 67% に、自殺未遂歴があった。
9. 過去に虐待やいじめ等を受けた経験が「自殺の遠因」になっていた可能性のある人は、14% に上った。女性が 19% と、男性（12%）より高かった。
10. 明確に「自殺のサイン」と呼べるものがあるわけではなかった。「自殺のサインがあったと思うか」との問いに「あったと思う」と答えた遺族は 58% いたが、「それが発せられた時点でもそれを自殺のサインだと思ったか」との問いには、遺族の 10% しか「思った」とは答えなかった。

※上記のデータは、あくまでも「見てきたこと」の一部です。他の様々なデータ分析結果は、ライフリンクのHP上で公表しています。（<http://www.lifelink.or.jp>）

『自殺実態白書 2013』プロジェクトチーム

五十音順・敬省略

【コアメンバー】

生越照幸（弁護士）、小池亜希子（ライフリンク）、崎坂香屋子（専門：社会疫学/公衆衛生、中央大学）、清水康之（ライフリンク）、根岸親（ライフリンク）、松谷慶子（ライフリンク）、山口和浩（自死遺族支援ネットワーク Re）

【調査メンバー】

石倉紘子（こころのカフェきょうと）、井上久美子（リメンバー福岡）、甲斐妙子（宮崎自殺防止センター）、金子久美子（れんげの会）、久保井康典（ライフリンク）、黒水宣行（宮崎自殺防止センター）、斉藤勇輝（ライフリンク）、佐藤久男（秋田 蜘蛛の糸）、島悟（精神科医）、杉本脩子（全国自死遺族総合支援センター）、南部節子（全国自死遺族支援総合センター）、西田正弘（全国自死遺族支援総合センター）、野々山尚志（ライフリンク）、弘中照美（多重債務による自死をなくす会）、弘中隆之（多重債務による自死をなくす会）、福山なおみ（ライフリンク）、藤本佳史（精神科医）、藤原匡宣（ライフリンク）、松尾幸子（ライフリンク）、渡邊文隆（ライフリンク）、全国 46 都道府県に住む 523 人のご遺族

【サブメンバー】

岩倉瞳（ライフリンク）、石川大介（ライフリンク）、大野麻美（臨床心理士、ライフリンク）、荻野真奈美（ライフリンク学生インターン）、桐谷麻美（東京大学大学院）、金弘子（ライフリンク）、桑原留美（ライフリンク学生インターン）、合田恵美（作業療法士、ライフリンク）、小牧奈津子（ライフリンク学生インターン）、北爪愛子（ライフリンク学生インターン）、柴入長哉（ライフリンク学生インターン）、城間将太（ライフリンク学生インターン）、高村和雄（日本NPOセンター）、寺田一智（米国アメリカン大学）、平川悦子（ライフリンク）、松永実千代（精神保健福祉士、ライフリンク）、松井沙斗美（ライフリンク学生インターン）、吉田真理（東京こども図書館）

【特別協力者】

高橋義明（国際協力機構・JICA 研究所研究員）、中下大樹（真宗大谷派祐光寺僧侶）

1) 自殺の危機要因となり得るものは 69 個ある。(下記は、本プロジェクトチームが認定した危機要因。カッコ内は抱えられていた回数。)

健康問題 (531)

身体疾患 (腰痛) (18)、身体疾患 (その他) (88)、うつ病 (274)、統合失調症等 (97)、アルコール問題 (34)、病苦 (17)、
認知症 (2)、出産 (1)

経済・生活問題 (414)

倒産 (11)、事業不振 (60)、失業 (57)、就職失敗 (23)、生活苦 (66)、負債 (多重債務) (82)、負債 (住宅ローン) (10)、
負債 (その他) (31)、借金の取り立て苦 (26)、連帯保証 (20)、経営の悩み (6)

家庭問題 (354)

家族間の不和 (親子) (71)、家族間の不和 (夫婦) (76)、家族間の不和 (その他) (17)、家族との死別 (自殺) (22)、
家族との死別 (その他) (30)、家族の将来悲観 (6)、離婚の悩み (47)、被虐待 (当時) (4)、DV 被害 (19)、育児の悩み (30)、
介護・看病疲れ (24)、親の不仲・離婚 (6)、妊娠・不妊の悩み (1)

勤務問題 (366)

仕事の失敗 (39)、職場の人間関係 (95)、職場環境の変化 (配置転換) (43)、職場環境の変化 (昇進) (17)、職場環境の変化 (降格) (6)、
職番環境の変化 (転職) (19)、休職 (13)、過労 (69)、職場のいじめ (11)、仕事の悩み (51)、定年退職 (3)

学校問題 (95)

進路の悩み (入試) (7)、進路の悩み (その他) (22)、学業不振 (8)、いじめ (4)、教師との関係 (15)、他生徒との関係 (15)、
ひきこもり (16)、不登校 (6)、教師からの叱責 (1)

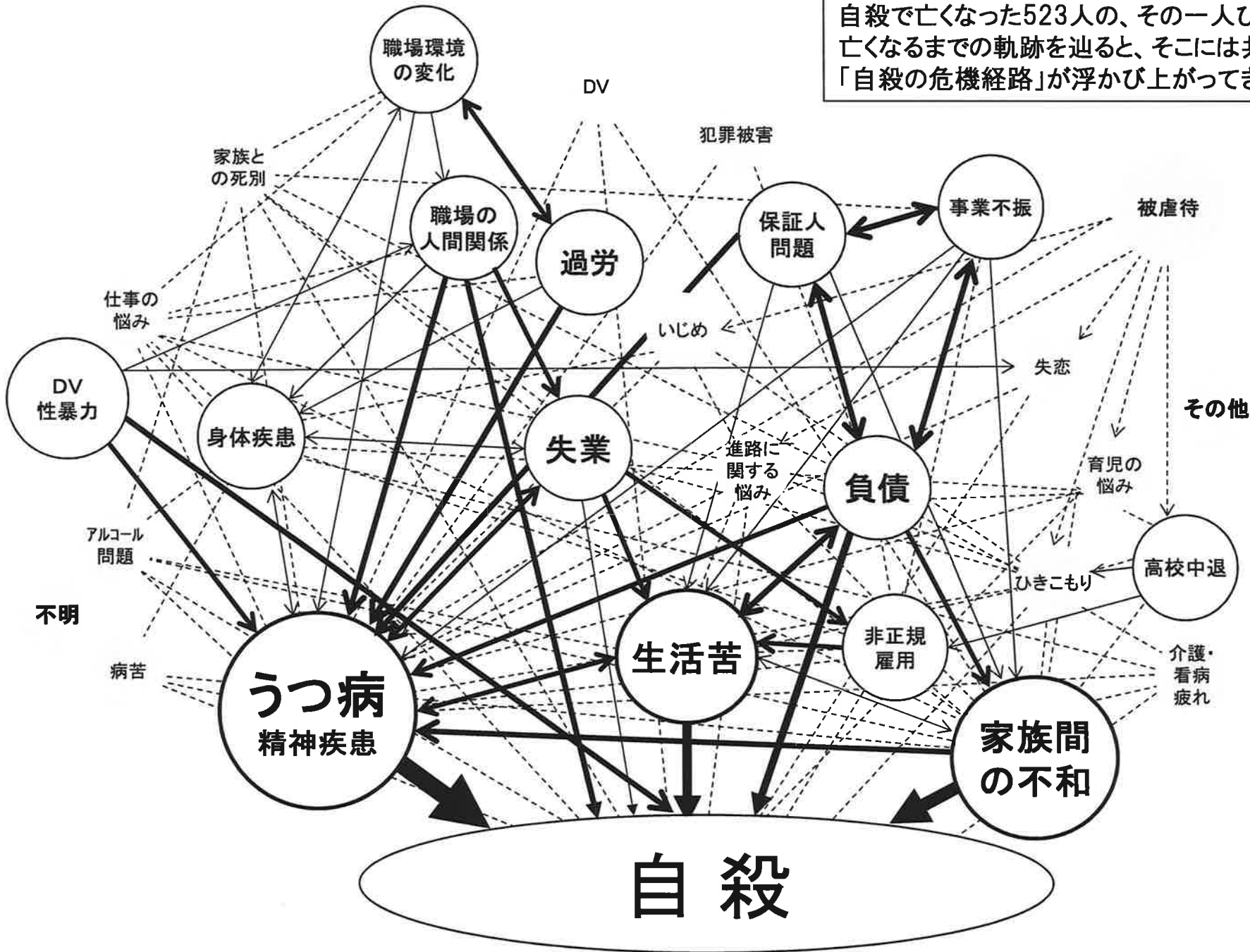
男女問題 (37)

結婚をめぐる悩み (6)、失恋 (16)、不倫の悩み (13)、恋人の自殺 (1)、性同一性障害 (1)

その他

犯罪発覚 (3)、犯罪被害 (7)、後追い (1)、心中 (8)、近隣関係 (15)、将来生活への不安 (29)、単身赴任 (2)、災害 (その他) (3)、
親への家庭内暴力 (2)、高校中退 (5)、事故 (7)、同業者・同僚の自殺 (1)、配偶者への暴力 (4)、その他 (73)

自殺で亡くなった523人の、その一人ひとりの亡くなるまでの軌跡を辿ると、そこには共通の「自殺の危機経路」が浮かび上がってきた。



8

2～5) 属性別「自殺の危機要因」及び「危機要因の連鎖図」等

それぞれの属性によって、自殺するまでの経路（プロセス）に、ある一定の規則性があることが分かった。私たちはそれを「自殺の危機経路（プロセス）」と呼ぶことにした。

事例：自殺の危機経路（「→」は連鎖を、「+」は問題が新たに加わってきたことを示す）

【被雇用者（労働者）】

- 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】

- ③ 事業不振→生活苦→多重債務→うつ病→自殺
- ④ 介護疲れ→事業不振→過労→身体疾患+うつ病→自殺

【失業者、等】

- ⑤ 身体疾患→休職→失業→生活苦→多重債務→うつ病→自殺
- ⑥ 犯罪被害（性的暴行）→精神疾患→失業+失恋→自殺

【無職者（就業経験なし）】

- ⑦ 子育ての悩み→夫婦間の不和→うつ病→自殺
- ⑧ DV被害→うつ病+離婚の悩み→生活苦→多重債務→自殺

【学生】

- ⑨ いじめ→学業不振+学内の人間関係（教師と）→自殺
- ⑩ 家族との死別→引きこもり→うつ病→将来生活への不安→自殺

自殺で亡くなった一人ひとりが、それぞれ個性的な人生を生きていたわけなので、まったく同じ亡くなり方をしているという人はひとりもいなかった。あるいは当然、上記にある「自殺の危機経路」に、すべての方の自殺があてはまるわけではない。極端な図式化は、かえって弊害を生む恐れがあることも分かる。

しかし、そうしたことを踏まえて、調査の対象となった人たちの「属性（職業等）」に注目して共通点を掘り下げていったところ、かなり明確に、それぞれの属性における自殺の特徴がみえてきた。

それぞれの属性における「自殺の10代要因（その属性の人に最も頻繁に抱え込まれていた要因上位10個）」と、それらがどう連鎖しながら発現しているかをみる「危機要因の連鎖図」、それに「自殺にいたるまでの年月」や「援助希求の実態」等をまとめた。

実態が明らかになってくるにつれて、対策に必要な連携のあり方や、介入のポイントが浮き彫りになってきた。実態が自ら、どういった対策が必要かを語ってくれているようだ。

全体 (502 人)

■10 大要因： 事業不振、職場環境の変化、過労、身体疾患、職場の人間関係の悪化、失業・就職失敗、負債（多重債務等）、家族間の不和（夫婦）、生活苦、うつ病

■抱えられていた危機要因の数（平均）： 3.9 個

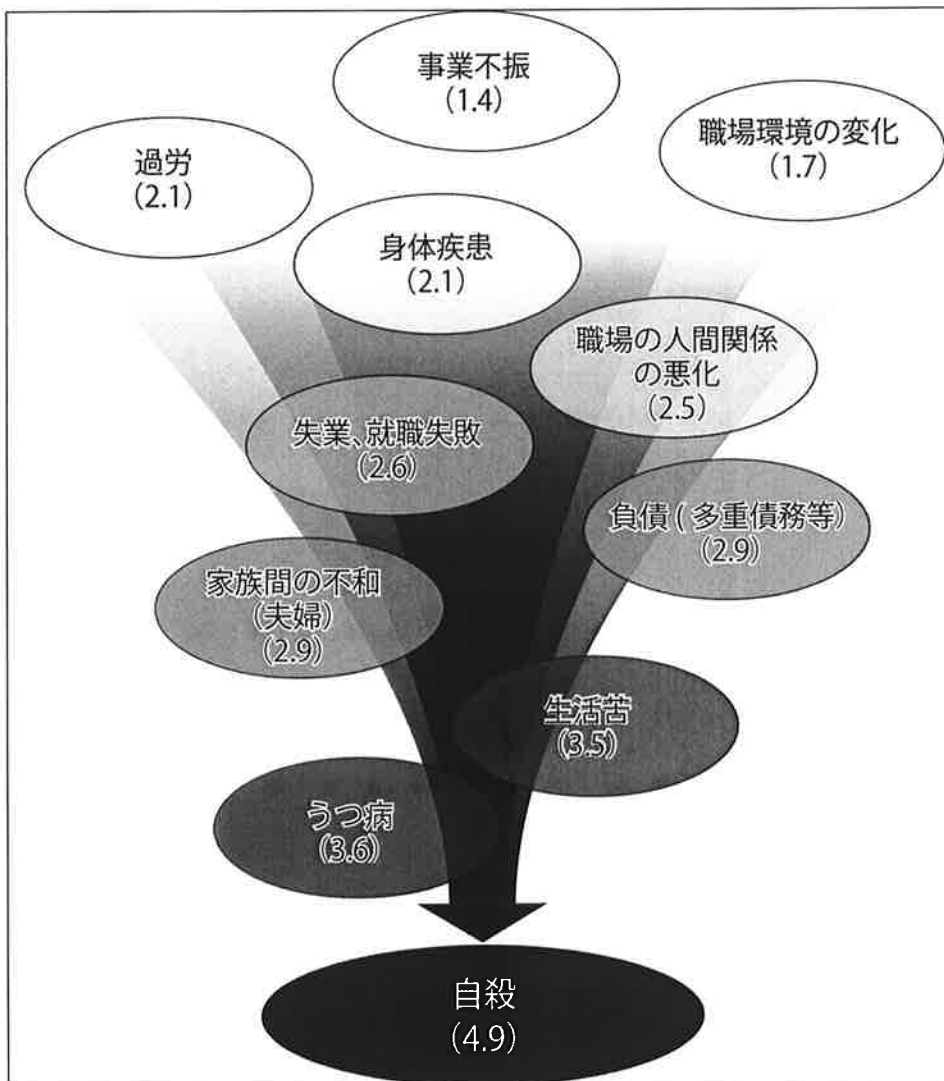
■自殺に至るまでの平均年月： 5.0 年（中央値）、7.5 年（平均値）

※年月の長さにはばらつきがあることを踏まえて、ここでは「中央値（その集団での真ん中の値）」を主に用いる。

■亡くなる前にどこかの専門機関に相談していた割合： 70.0%、一か月以内の相談： 47.5%

■その他の特徴：

「全体 (502 人)」の危機要因の連鎖図



男性 (343 人)

■10 大要因： 事業不振、職場環境の変化、過労、身体疾患、職場の人間関係の悪化、失業・就職失敗、負債（多重債務等）、家族間の不和（夫婦）、生活苦、うつ病

■抱えられていた危機要因の数（平均）： 3.9 個

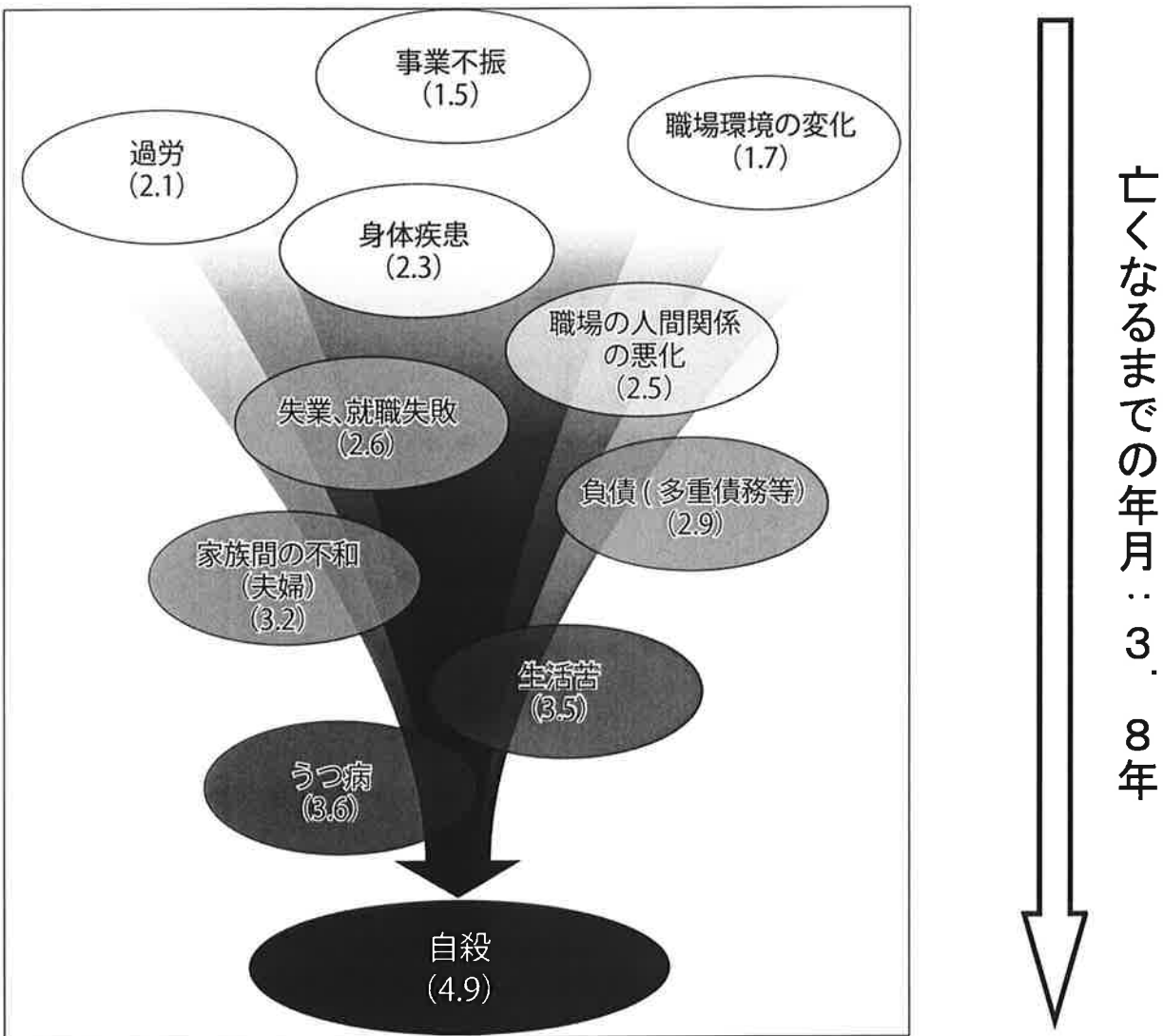
■自殺に至るまでの平均年月： 3.8 年（中央値）、6.1 年（平均値）

※年月の長さにはばらつきがあることを踏まえて、ここでは「中央値（その集団での真ん中の値）」を主に用いる。

■亡くなる前にどこかの専門機関に相談していた割合： 63.3%、一か月以内の相談： 40.9%

■その他の特徴： 自殺で亡くなる 2 週間以内に飲酒の変化がみられた男性は、女性の 2.6 倍。

「男性 (343 人)」の危機要因の連鎖図



女性 (159 人)

■10 大要因： 家族との死別、身体疾患、育児の悩み・介護疲れ、DV 被害・被虐待、統合失調症・認知症等、職場の人間関係の悪化、家族間の不和（夫婦）、失業・就職失敗、生活苦、うつ病

■抱えられていた危機要因の数（平均）： 3.5 個

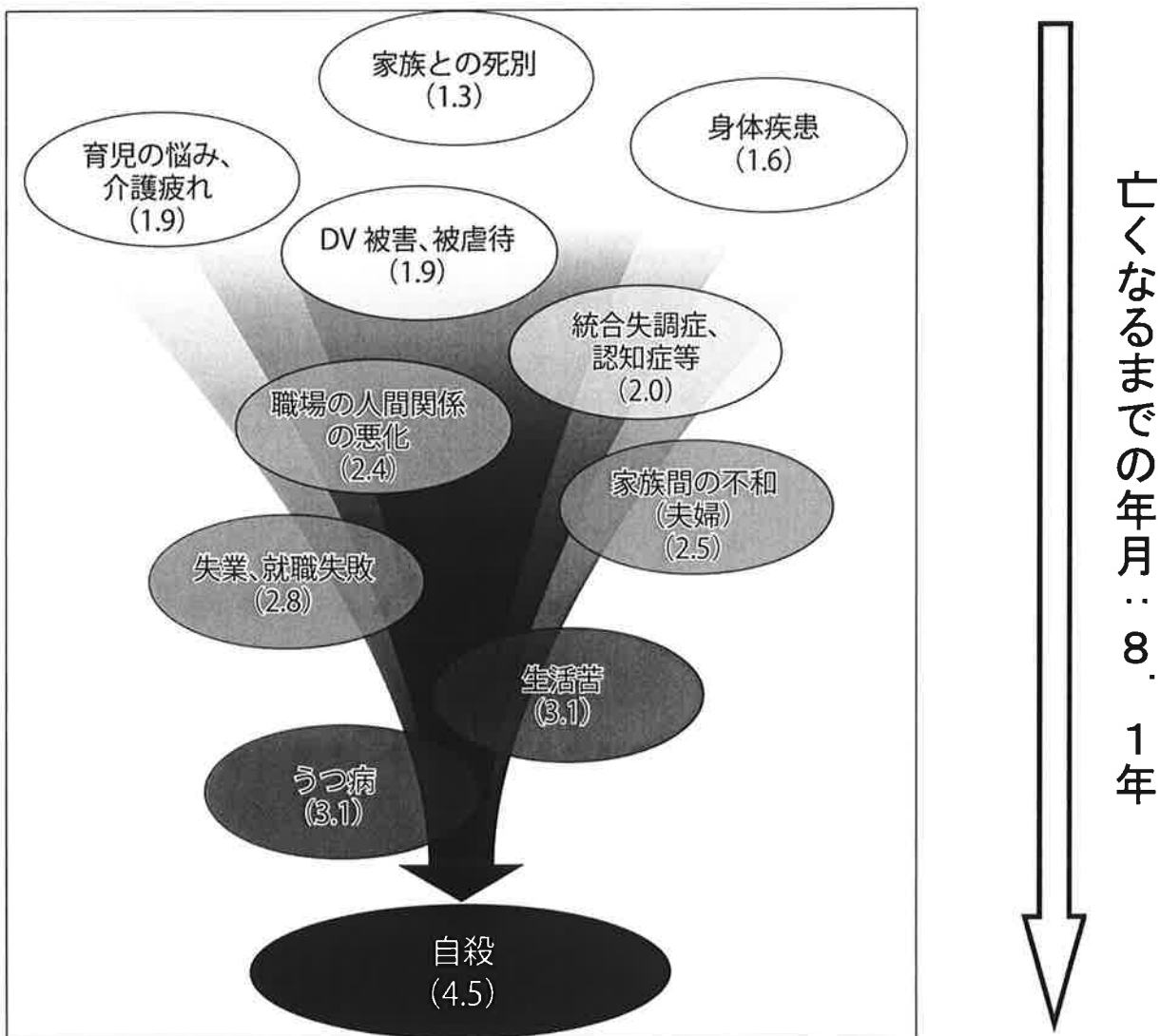
■自殺に至るまでの平均年月： 8.1 年（中央値）、10.3 年（平均値）

※年月の長さにはばらつきがあることを踏まえて、ここでは「中央値（その集団での真ん中の値）」を主に用いる。

■亡くなる前にどこかの専門機関に相談していた割合： 84.1%、一か月以内の相談： 61.6%

■その他の特徴：

「女性 (159 人)」の危機要因の連鎖図



自営業者・自ら起業 (55人)

■10 大要因： 事業不振、身体疾患、失業・就職失敗、過労、保証人問題、負債（多重債務等）、生活苦、借金の取り立て苦、家族間の不和（夫婦）、うつ病

■抱えられていた危機要因の数（平均）： 4.6個

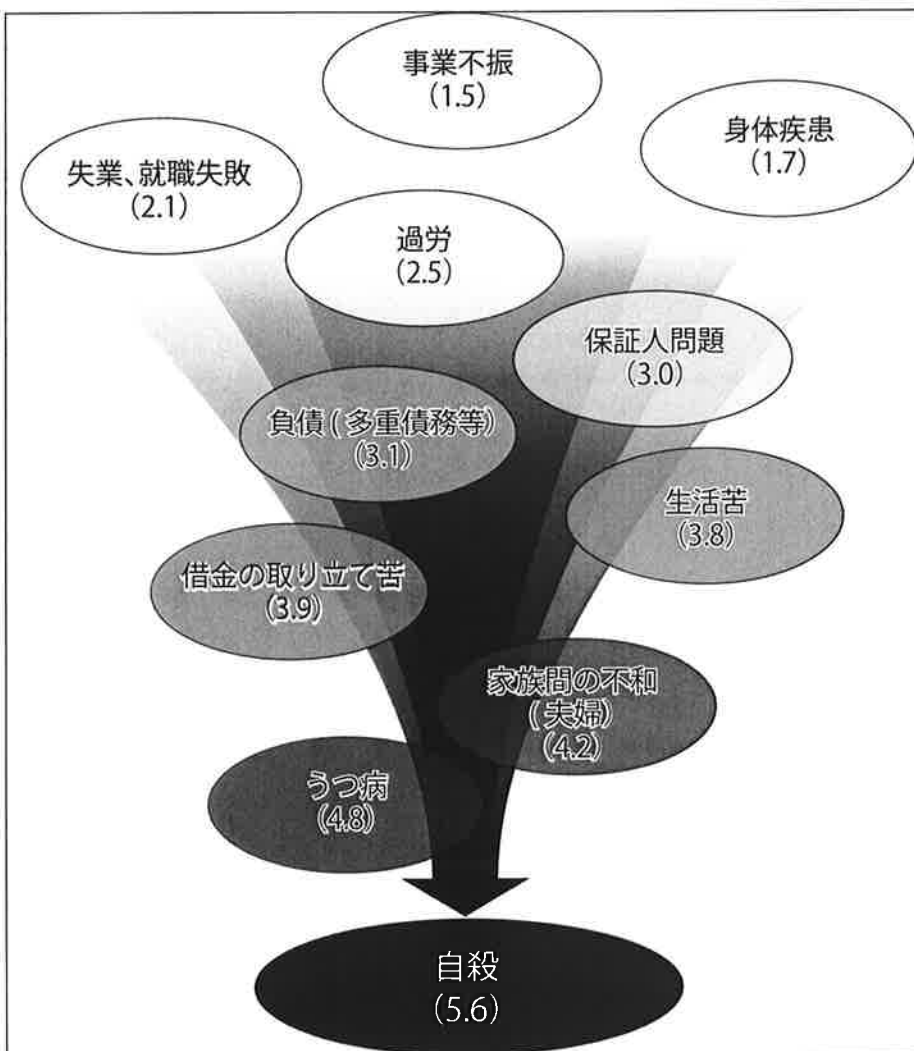
■自殺に至るまでの平均年月： 2.0年（中央値）、4.0年（平均値）

※年月の長さにはばらつきがあることを踏まえて、ここでは「中央値（その集団での真ん中の値）」を主に用いる。

■亡くなる前にどこかの専門機関に相談していた割合： 63.3%、一か月以内の相談： 42.4%

■その他の特徴： 自殺に至るまでの年月が最も短い。保証人問題が大きく効いている。

「自営業者・自ら起業 (55人)」の危機要因の連鎖図



亡くなるまでの年月：2年

正規雇用者（162人）

■10代要因： 育児の悩み・介護疲れ、職場環境の変化、過労、職場の人間関係の悪化、身体疾患、家族間の不和（夫婦）、仕事の悩み、仕事の失敗、負債（多重債務等）、うつ病

■抱えられていた危機要因の数（平均）： 4.0個

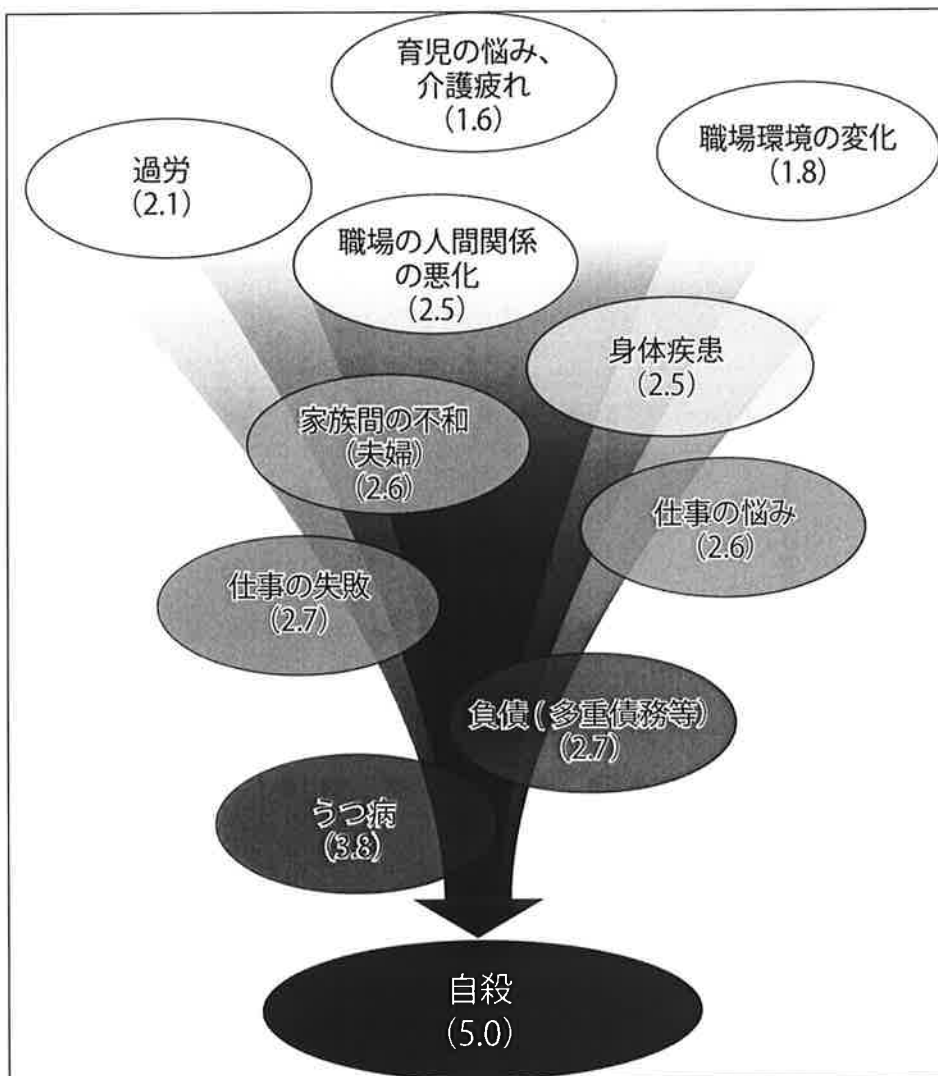
■自殺に至るまでの平均年月： 4.0年（中央値）、6.3年（平均値）

※年月の長さにはばらつきがあることを踏まえて、ここでは「中央値（その集団での真ん中の値）」を主に用いる。

■亡くなる前にどこかの専門機関に相談していた割合： 64.6%、一か月以内の相談： 44.7%

■その他の特徴：

「正規雇用者（162人）」の危機要因の連鎖図



亡くなるまでの年月…4年