

令和4年度 我が国における自殺の概況及び自殺対策の実施状況

(令和5年版自殺対策白書の骨子)

厚生労働省 社会・援護局 総務課
自殺対策推進室

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

令和4年度 我が国における自殺の概況及び自殺対策の実施状況 (令和5年版自殺対策白書)の骨子

自殺対策基本法に基づき、毎年国会に提出（法定白書）。

<自殺対策基本法>

第11条 政府は、毎年、国会に、我が国における自殺の概況及び講じた自殺対策に関する報告書を提出しなければならない。

白書の内容（概要）

第1章 自殺の現状

- **自殺統計でみた自殺者数の年次推移**
- 人口動態統計でみた自殺者数の年次推移
- **令和4年の主要な自殺の状況**
- 令和4年の詳細な自殺の状況
- **令和4年の月別・曜日別の自殺の状況**
- 令和4年の都道府県別の自殺の状況
- 海外の自殺の状況

※太字の項目については、本資料内で概要を示す。

第2章 自殺対策の基本的な枠組みと 新しい自殺統計原票を活用した自殺動向の分析について

- 第1節 自殺対策の基本的な枠組み
- **第2節 第4次自殺総合対策大綱**
- **第3節 新しい自殺統計原票を活用した自殺動向の分析**

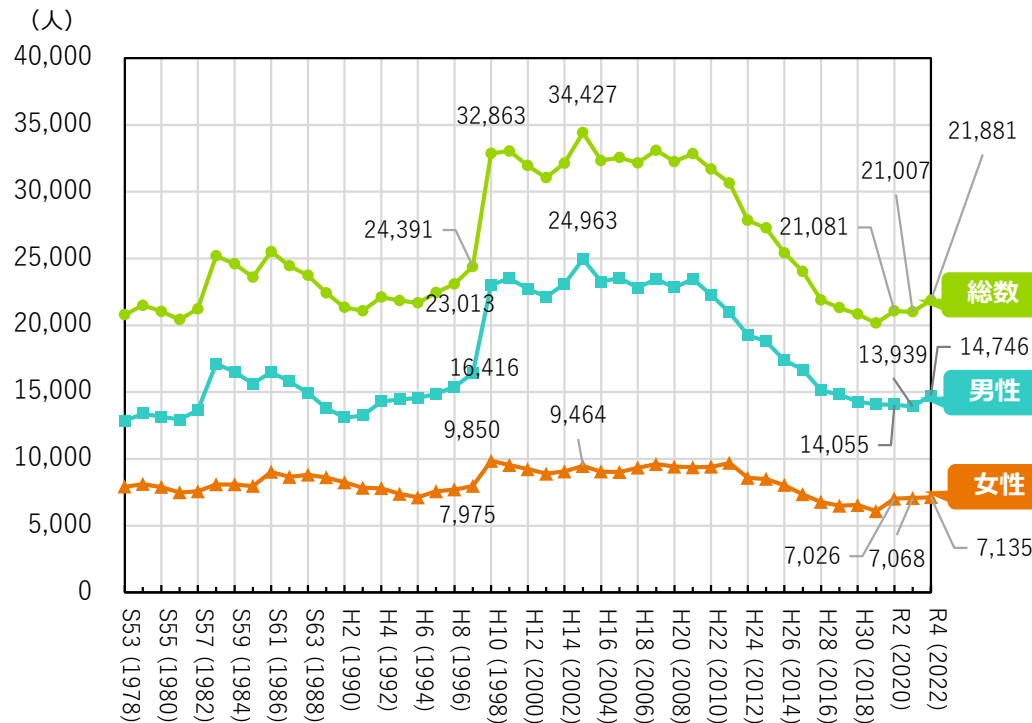
第3章 令和4年度の自殺対策の実施状況

- 令和4年度に行われた
政府の自殺対策の取組についての取りまとめ

第1章 自殺の現状① 自殺者数と年齢階級別自殺死亡率の年次推移

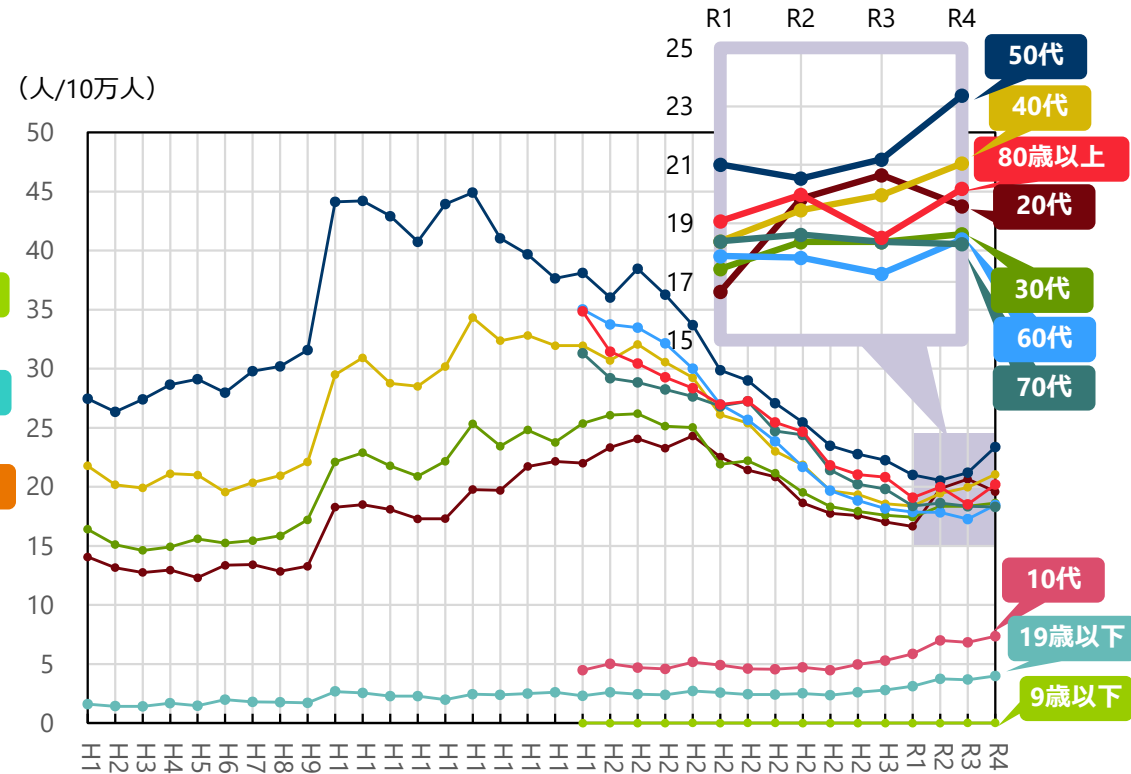
- 自殺者数の年次推移をみると、令和4年は前年に比べ自殺者数が増加した。男女別にみると、男性は13年ぶりの増加、女性は3年連続の増加となった。
- 年齢階級別の自殺死亡率（10万人あたりの自殺死亡者数）は、令和2年以降ほぼすべての年齢で上昇しているが、特に20歳代、40歳代、50歳代において顕著に上昇した。10歳代の自殺率も増加しており、令和4年の小中高生の自殺者数は514人と、過去最多となった。

自殺者数の年次推移



資料：警察庁「自殺統計」より厚生労働省自殺対策推進室作成

年齢階級別自殺死亡率の年次推移

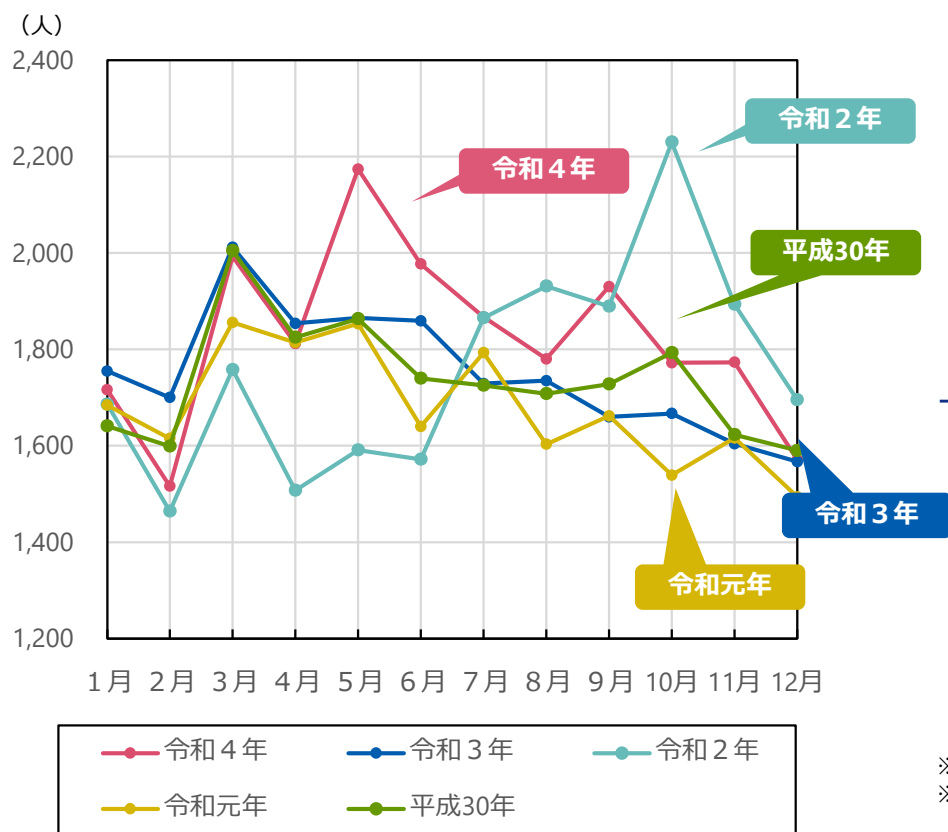


資料：警察庁「自殺統計」、総務省「人口推計」より厚生労働省自殺対策推進室作成

第1章 自殺の現状② 過去5年の月別自殺者数、令和4年の自殺者の職業、自殺の原因・動機

- 過去5年の月別自殺者数をみると、令和4年は5月、6月、9月が直近5年の同月比較で最多となった。
- 令和4年の自殺者数を職業別にみると、最も多かったのは「無職者」であり、自殺の原因・動機別にみると、最も多かったのは「健康問題」であった。

過去5年の月別自殺者数



職業別の自殺者数

	有職者	無職		不詳	総数
		学生・生徒等	無職者		
計	8,576	1,063	11,775	467	21,881
構成比	39.2%	4.9%	53.8%	2.1%	100.0%
男	6,811	663	6,915	357	14,746
女	1,765	400	4,860	110	7,135

※ 令和4年の自殺統計原票改正で職業分類が改められたことに注意が必要である。

自殺の原因・動機別の自殺者数

	総数	原因・動機特定者	原因・動機不特定者
自殺者数	21,881	19,164	2,717
構成比	100.0%	87.6%	12.4%

	家庭問題	健康問題	経済・生活問題	勤務問題	交際問題	学校問題	その他
自殺者数	4,775	12,774	4,697	2,968	828	579	1,734
構成比	16.8%	45.1%	16.6%	10.5%	2.9%	2.0%	6.1%

※ 自殺の多くは多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖する中で起きている。
 ※ 令和3年までは、遺書等の生前の言動を裏付ける資料がある場合に限り、自殺者一人につき3つまで計上可能としていたが、令和4年からは、家族等の証言から考えうる場合も含め、自殺者一人につき4つまで計上可能とした。このため、単純に比較することはできない。

資料：警察庁「自殺統計」より厚生労働省自殺対策推進室作成

コラム① 令和4年5月の著名男性タレントの自殺報道に関する分析

—ウェルテル効果を抑制するためのメディア関係者を巻き込んだ取り組みの必要性—

令和4年5月に発生した著名男性タレントの自殺報道後、約2～3週間に渡って自殺者数が増加しており、ウェルテル効果による影響が考えられる。

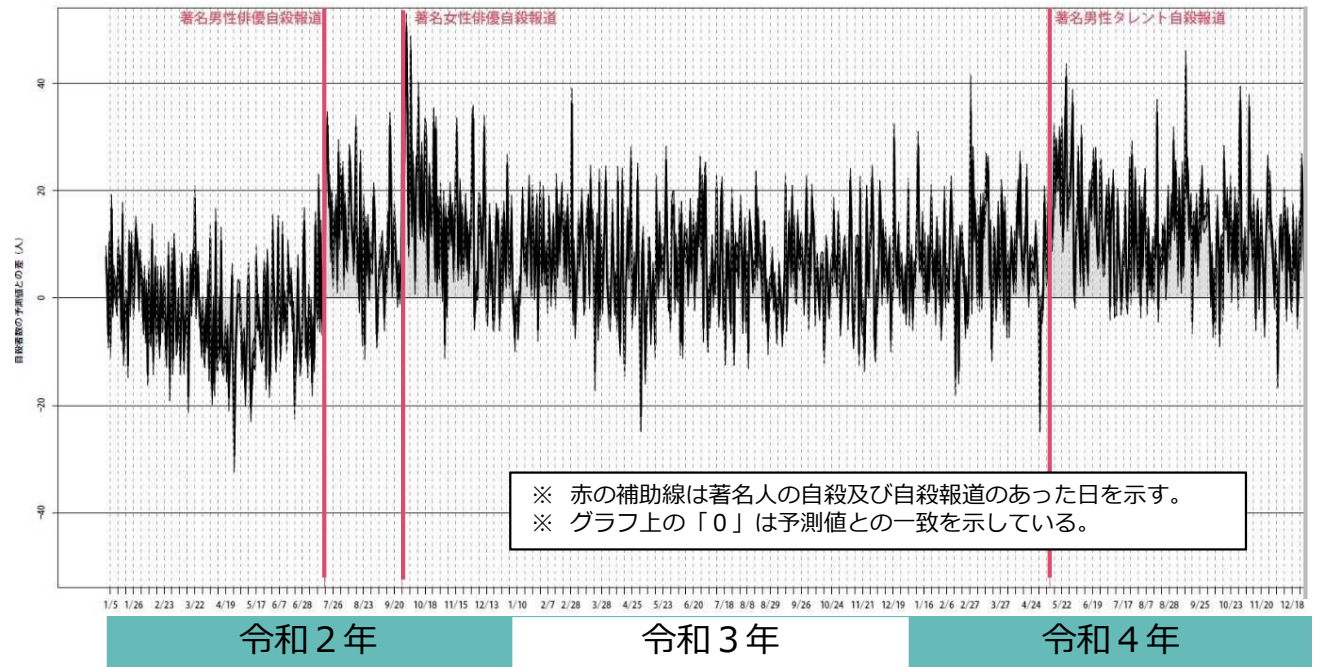
「ウェルテル効果」とその対策

- ウェルテル効果とは、**著名人の自殺報道が個人の自殺を促進させる効果**である。著名人の自殺報道後、自殺者数が増加する現象の要因とされる。（反対に、パパゲーノ効果という、個人が自殺の危機を乗り越える希望やその支援に焦点を当てたメディア報道が、他者の自殺を抑制する効果が知られている。）
- ウェルテル効果への対策として、自殺対策推進センターでは、メディア関係者に対して「世界保健機関（WHO）作成の自殺報道に関するガイドライン遵守の呼び掛け」、「自殺報道勉強会の定期開催」、「厚生労働省と連名の注意喚起」を行っている。

令和4年5月のウェルテル効果の検証（自殺者数の予測値と実数値の差）

令和4年5月に発生した著名男性タレントの自殺報道後の自殺者数の増加について、予測した自殺者数と実際の自殺者数との差によってウェルテル効果の検証を行った。

令和4年5月11日から約2～3週間に渡って自殺者数が予測値よりも上振れしており、ウェルテル効果による影響が考えられる。



第2章 自殺対策の基本的な枠組みと新たな自殺総合対策大綱の策定①

- 自殺対策の基本的な枠組みのひとつとして、**自殺総合対策大綱**があげられる。自殺対策大綱は**自殺対策基本法第12条**の規定に基づき、政府が推進すべき自殺対策の指針として定めるものであり、**おおむね5年を目途に見直す**こととされている。
- **令和4年10月14日**に**第4次自殺総合対策大綱**が閣議決定された。

見直しの経過

保健、医療、福祉、教育、労働等の自殺対策に関連する分野から構成される「**自殺総合対策の推進に関する有識者会議**」において、令和3年11月から計6回にわたって大綱見直しに向けた議論が行われた。

令和3年		令和4年	
9月28日	第20回自殺総合対策会議 ・自殺総合対策大綱の見直しについて（検討の開始）	1月28日	第7回自殺総合対策の推進に関する有識者会議 (1) これまでの意見のとりまとめ、論点整理(1) (2) 意見交換
11月8日	第4回自殺総合対策の推進に関する有識者会議 (1) 自殺の動向について (2) 自殺総合対策大綱に基づく諸施策の実施状況について (3) 新たな自殺総合対策大綱の策定について	2月24日	第8回自殺総合対策の推進に関する有識者会議 (1) 報告書骨子案 (2) その他
12月6日	第5回自殺総合対策の推進に関する有識者会議 (1) 関係団体等へのヒアリング(1) (2) これまでの意見のとりまとめ	3月25日	第9回自殺総合対策の推進に関する有識者会議 ・報告書（案）について
12月17日	第6回自殺総合対策の推進に関する有識者会議 (1) 関係団体等へのヒアリング(2) (2) これまでの意見のとりまとめ、検討の視点 (3) 意見交換のとりまとめ	8月15日～28日	新たな「自殺総合対策大綱」の素案に対するパブリックコメント
		10月5日	自殺対策推進本部
		10月14日	第21回自殺総合対策会議 ・自殺総合対策大綱について
		10月14日	新たな自殺総合対策大綱の閣議決定

第2章 自殺対策の基本的な枠組みと新たな自殺総合対策大綱の策定②

新たな自殺総合対策大綱のポイント

1 子ども・若者の自殺対策の更なる推進・強化

- ◆ **子どもの自殺危機に対応していくチーム**として学校、地域の支援者等が連携する仕組み等の構築
- ◆ 命の大切さ・尊さ、**SOSの出し方、精神疾患への正しい理解や適切な対応**等を含めた教育の推進
- ◆ 学校の**長期休業時の自殺予防強化、タブレットの活用**等による自殺リスクの把握やプッシュ型支援情報の発信
- ◆ **こども家庭庁と連携し、子ども・若者の自殺対策を推進する体制の整備**

2 女性に対する支援の強化

- ◆ **妊産婦への支援、コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性の自殺対策**を「当面の重点施策」として強化

3 地域自殺対策の取組強化

- ◆ 地域の関係者のネットワーク構築や支援に必要な情報共有のためのプラットフォームづくりの支援
- ◆ 地域自殺対策推進センターの機能強化

4 総合的な自殺対策の更なる推進・強化

- ◆ **新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた対策の推進**
- ◆ 国、地方公共団体、医療機関、民間団体等が一丸となって取り組んできた総合的な施策の更なる推進・強化

第2章 新しい自殺統計原票を活用した自殺動向の分析①

- 令和4年10月に閣議決定された自殺対策大綱の重点施策として「自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する」ことを掲げている。その一環として警察庁から提供を受ける自殺統計は、速報性と網羅性に優れ、自殺の状況や背景について把握するための資料として特に重要である。
- 令和4年1月に自殺統計原票が見直され、自殺者についてより詳しい属性が把握可能となった。今後、これらの詳細データを調査・分析に適切に利活用することで施策への反映が可能となり、**自殺総合対策の一層の推進**が期待される。

自殺統計原票の見直しの主なポイント

1

既存項目の選択肢の拡充

自殺の場所、自殺の手段、職業（等）、自殺の原因・動機について、選択肢が拡充された。

（例）職業等について、「失業者」という選択肢だけであったが、「失業者（離職後3か月未満）」「失業者（離職後3か月以上）」「失業者（離職時期不詳）」といったものが拡充

2

新項目の追加

項目自体が多数追加された。

（例）妊娠・産後の状況、事業主体、業務上の職位、同居人の分類、配偶者の有無、精神科・心療内科通院の有無、その他医療施設通院の有無

3

自殺の原因・動機の計上可能数の追加等

調査要綱において自殺の原因・動機の計上可能数の追加等が行われた。

（例）自殺の原因・動機については、旧原票では自殺者一人につき3つまで計上可能とされていたが、新原票では自殺者一人につき4つまで計上可能となった

第2章 新しい自殺統計原票を活用した自殺動向の分析②

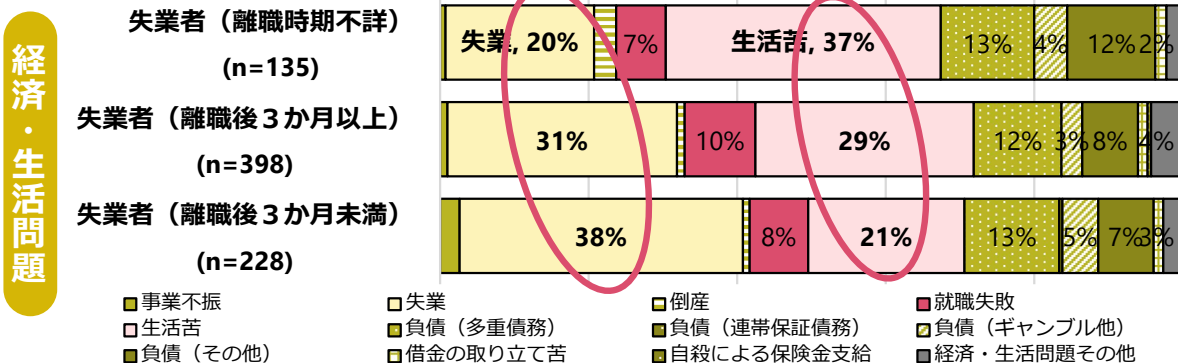
自殺統計原票の見直しにより、失業者の離職時期についても把握可能となり、**離職後間もない失業者では失業という事態そのもの**を自殺の原因・動機とする割合が大きく、**離職時期が長くなると生活苦の割合**が大きいことがわかった。

各年における失業者の自殺者数（自殺日集計）

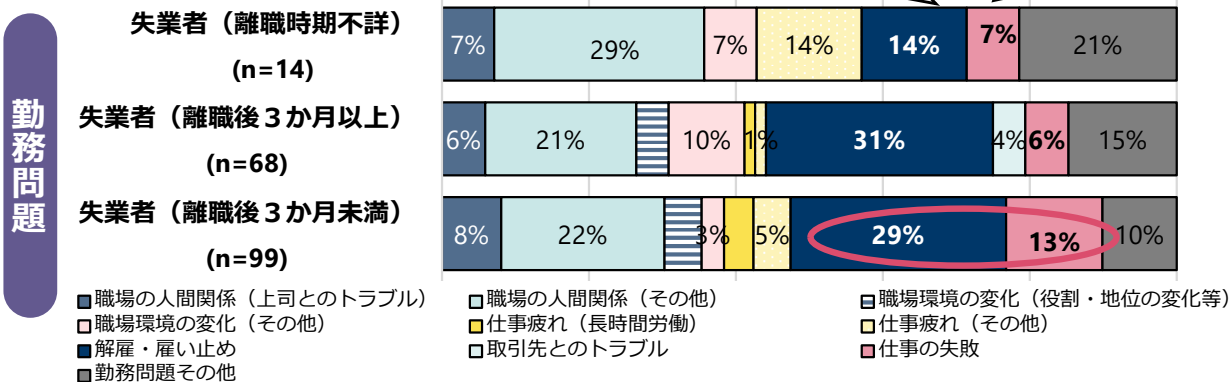
失業者	過去 5年平均	令和4年	離職後 3か月未満	離職後 3か月以上	離職時期 不詳
	659	1,205	394	595	216

令和4年の失業者は例年に比べて多いが、これまで離職時期が長期または不詳である者を新たに計上するようになったことが考えられるため、単純に比較できない。

失業者（離職時期別）の自殺の原因・動機



自殺の原因・動機のうち、経済・生活問題をみると、離職後3か月未満の失業者では、「**失業**」という**事態そのものを苦にする**割合が大きく、離職時期が長くなるほど、「**生活苦**」という**失業中の状況を苦にする**割合が大きい。



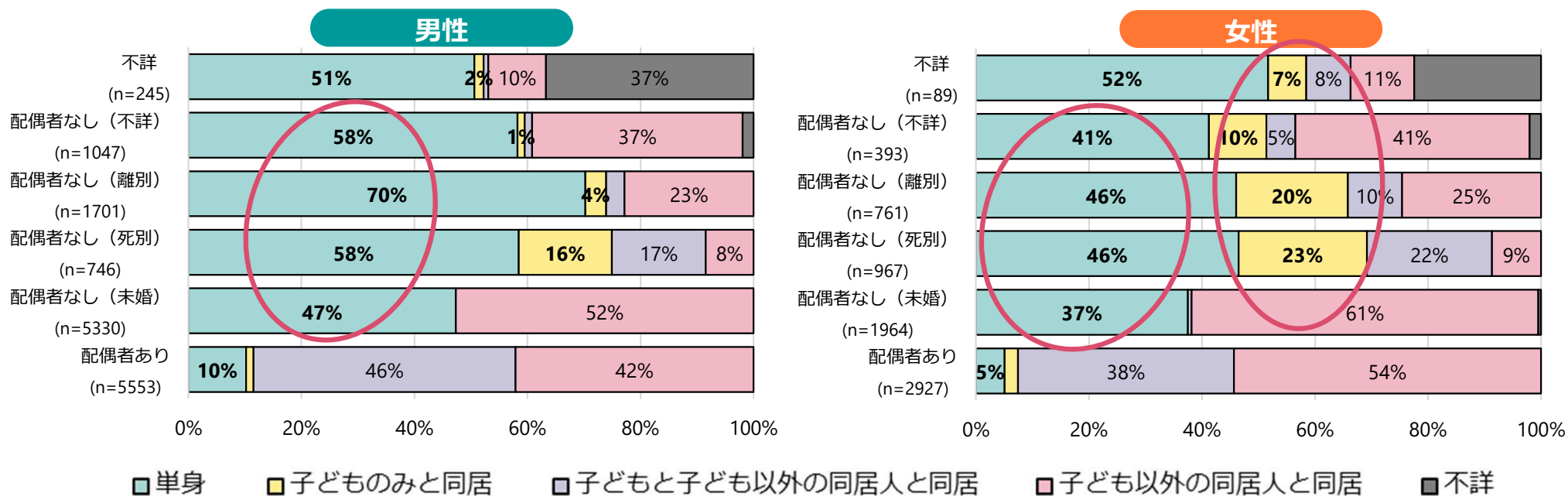
自殺の原因・動機のうち、勤務問題をみると、離職後3か月未満の失業者では、「**解雇・雇い止め**」、「**仕事の失敗**」が多くを占め、**やむを得ず失業に追い込まれた状況**であったことが読み取れる。

- ※ 自殺の原因・動機は、遺書等の生前の言動を裏付ける資料がある場合に加え、家族等の証言から考えうる場合も含め、自殺者一人につき4つまで計上可能である。このため、原因・動機特定者数と原因・動機の総数とは一致しない。
- ※ nは自殺の原因・動機の件数であり、原因・動機不特定者を含まない。

第2章 新しい自殺統計原票を活用した自殺動向の分析③

- 自殺統計原票の見直しにより、配偶関係や同居人の詳細についても把握可能となり、男女ともに配偶者なしでは単身の割合が多くを占めることがわかった。
- 男性は女性に比して単身である割合が大きく、女性は男性に比して子どものみと同居する割合が大きいことがわかった。

配偶関係と同居人の状況別の自殺者数



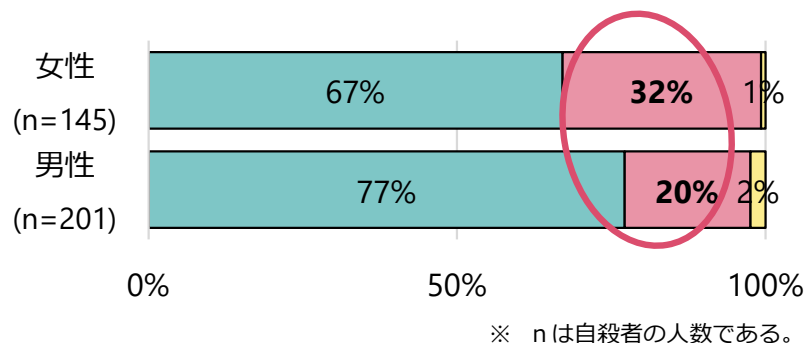
※ 同居人の分類は、6種類の選択肢について複数回答するものである。ここでは、各同居人を特定の世帯としてまとめている。
 ※ nは自殺者の人数である。

- 男女ともに配偶者なしでは単身の割合が多くを占める。
- 配偶関係にかかわらず、男性は女性に比して「単身」である割合がやや大きく、特に配偶者なし（離別）では、男性の単身割合の大きさが目立つ。
- 配偶関係にかかわらず、女性は男性に比して「子どものみと同居」している割合が大きい。男性では、配偶者なし（死別）である場合に「子どものみと同居」している割合が大きい。

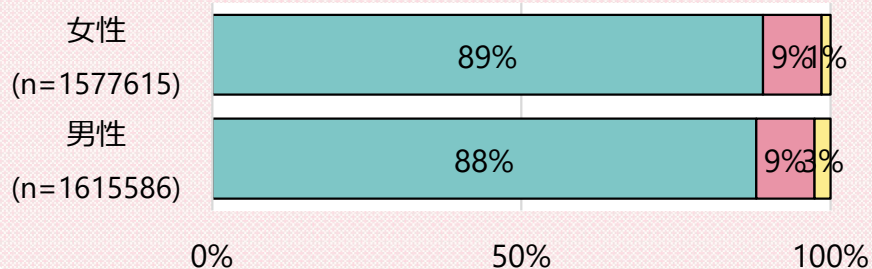
第2章 新しい自殺統計原票を活用した自殺動向の分析④

自殺統計原票の見直しにより、高校の課程についても把握可能となり、男女ともに定時制・通信制の生徒である割合が大きく、また、男性に比べて女性の方がその割合が大きいことがわかり、自殺の原因・動機について、定時制・通信制では「健康問題」、全日制では「学校問題」の占める割合が大きいことがわかった。

高校生の課程の構成比



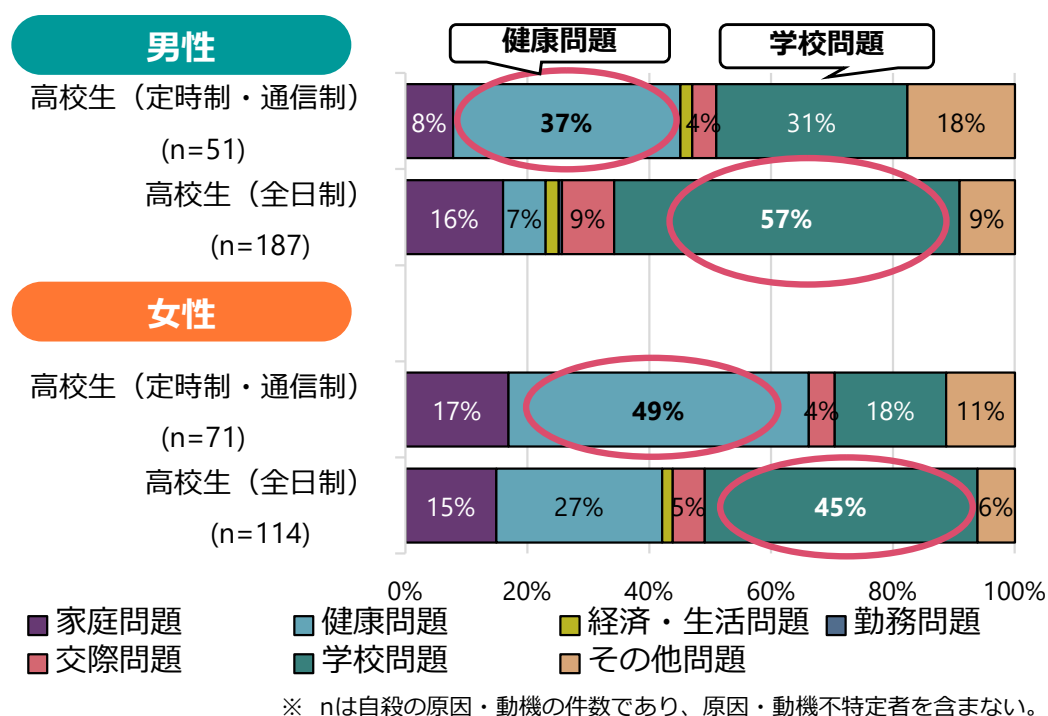
<参考> 令和4年学校基本調査による高校の課程の構成比



- 高校生（全日制）
- 高校生（定時制・通信制）
- 高校生（特別支援学校）

男女ともに定時制・通信制の生徒である割合が大きい。また、男性に比べて、女性の方がその割合が大きい。

高校生（課程別）の自殺の原因・動機の構成比



男女ともに全日制では「学校問題」の占める割合が大きく、定時制・通信制では「健康問題」の占める割合が大きい。特に「健康問題」は、男性の全日制では割合が小さく、定時制・通信制の女性では大きい。

コラム② 学校現場における自殺対策

「web上での子どものストレスチェック」の取組について

千葉県教育委員会と千葉大学は連携し、児童生徒に対して1人1台端末を活用したwebによるストレスチェックや高ストレスへの対処法の紹介を行い、自殺リスクが高まる前に支援につなぐ仕組みを構築する取組を行っている。

webストレスチェックの取組

子どもの自殺対策として、千葉県教育委員会、千葉大学は連携し、1人1台端末を活用したwebストレスチェックを通じて、自殺リスクが高まる前に支援に繋ぐ取組を行っている。

ストレスチェックの概要 (高校生の場合)

- ストレス反応について (15問)
- ストレッサーについて (16問)
- ソーシャルサポートについて (12問)



教員への相談の有無についても回答可能であり、初回は17,054人の高校生が回答し、12.9%が高ストレスと判定された。

児童生徒、教員向けの認知行動療法の啓発

専用webサイトにて、認知行動療法による高ストレスへの対処法等を紹介している。

児童生徒向け

5分間認知行動療法（「ぼじれん」「ここれん」）を使ったこころの健康作りを提案

- ※ 「ぼじれん」：今日の小さな良いことを3つ挙げる練習
- ※ 「ここれん」：ストレスや悩みを詳細に分析する練習

教員向け

高ストレス児童生徒との面談法（「りはあさる」）や問題解決法（「RIBEYE（りぶあい）」）の活用を提案

- ※ 「りはあさる」：5ステップの行動計画法
- ※ 「問題解決法RIBEYE」：6ステップの行動計画法

第3章 令和4年度の自殺対策の実施状況

令和4年度に行われた政府の自殺対策の取組については、以下のとおり。

1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する取組
2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す取組
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する取組
4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る取組
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する取組
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする取組
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる取組
8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ取組
9. 遺された人への支援を充実する取組
10. 民間団体との連携を強化する取組
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する取組
12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する取組
13. 【新】女性の自殺対策を更に推進する取組
 - i. 妊産婦への支援の充実【一部再掲】
 - ii. コロナ禍で顕在化した課題を踏まえた女性支援
 - iii. 困難な問題を抱える女性への支援【一部再掲】