==========
［北海道］ H26.10.31
・゜・*:.。..。.:*・゜゜・*:.。..。.:*・゜＊ Andante ＊*・゜゜・*:.。..。.:*・゜・*:.。 Vol.064
～北海道の自殺対策について～

Hokkaido Government
発行：北海道地域自殺予防情報センター
（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
◇ 平成 26 年 9 月末の自殺者数(暫定値)[警察庁発表]
◇ 北海道の自殺に関する標準化死亡比[北海道健康づくり財団]
【2】 自殺対策について知ろう
◇ 性的マイノリティと自殺
【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

◇平成 26 年 9 月末の自殺者数(暫定値)[警察庁発表]◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇
警察庁より平成 26 年 9 月末の月別自殺者数の暫定値が発表されました。
平成 26 年 9 月の北海道の自殺者数は 94 人でした。また、全国の自殺者数は 2,239 人、そのうち男性は 1,534 人、女性は 705 人でした。
以下に、北海道および全国の前月比と前年同月比の自殺者数を示します。

1. 平成 26 年 9 月末と平成 26 年 8 月末の月別自殺者数の比較 (単位：人)

ーーー
H26 年 9 月＜北海道 94 人、全国 2,239 人、全国(男性) 1,534 人、全国(女性) 705 人＞
H26 年 8 月＜北海道 109 人、全国 2,172 人、全国(男性) 1,419 人、全国(女性) 753 人＞
前 月 比 ＜北海道 -15 人、 全国 +67 人、 全国(男性) +115 人、全国(女性) -48 人＞
ーーー

平成 26 年 9 月の自殺者数は、前月比では全国・全国男性において増加、北海道・全国女性において減少しました。また、都道府県別でみると、自殺者数が増加したのは 26、減少したのは 19、増減なしが 2 でした。

2. 平成 26 年 9 月末と平成 25 年 9 月末の月別自殺者数の比較 (単位:人)

ーーー
H26 年 9 月＜北海道 94 人、全国 2,239 人、全国(男性) 1,534 人、全国(女性) 705 人＞
H25 年 9 月＜北海道 99 人、全国 2,245 人、全国(男性) 1,550 人、全国(女性) 695 人＞
前 年 比 ＜北海道 -5 人、全国 -6 人、全国(男性) -16 人、全国(女性) ＋10 人＞
ーーー

前年同月比においては全国女性において増加、北海道・全国・全国男性において減少しました。また、都道府県別でみると、自殺者数が増加したのは 23、減少したのは 22、増減なしは 2 でした。

◇北海道の自殺に関する標準化死亡比[北海道健康づくり財団]◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

自殺について語る上でよく用いられる「自殺死亡率」は高齢者の多い地域では高く、若者の多い地域では低くなる傾向にあるため、異なった年齢構成の地域間の比較には適していない場合があります。そこで今回の Andante では、そのような年齢構成の影響を除去した指標である標準化死亡比（以下 SMR）を用いて北海道の自殺の状況を見てみます。SMR とはその地域が全国平均並の死亡状況であった場合の死亡数に対して実際の死亡数がどの程度なのかを計算したものです。全国平均の SMR は 100 です。
北海道の市区町村の中で、過去 10 年間（平成 15 年～平成 24 年）の自殺が死因による SMR が低い順に 10 地域を見てみると、以下のようになります。この表は男女総合 SMR の順に並んでいますが、横に男性、女性ごとの SMR もそれぞれ記載しました。

	男女総合	男性	女性
神恵内村	0.0	0.0	0.0
赤井川村	31.3	42.8	0.0
音威子府村	37.9	50.2	0.0
利尻町	41.8	39.2	48.2
寿都町	43.3	61.6	0.0
礼文町	48.1	66.8	0.0
黒松内町	49.1	53.3	39.6

利尻富士町	50.5	18.0	126.8
初山別村	54.9	77.8	0.0
中川町	56.6	51.8	69.7

ただ、この標準化死亡比は人口規模が小さい地域では自殺者数のわずかな増減に大きく影響される場合があります。また、わずかな自殺者数ではその死の原因は一般化しにくいため、必ずしも地域を代表する数値として用いることはできない点などに注意する必要があります。

そこで今度は北海道の人口 10 万人以上の地域および北海道全体の過去 10 年間（平成 15 年～平成 24 年）の SMR を見てみましょう。

（人口）	男女総合	男性	女性
北海道（5,441,079）	109.7	111.7	105.0
札幌（1,921,070）	100.0	100.2	99.4
旭川（348,378）	110.5	115.3	99.8
函館（273,712）	122.6	126.8	113.5
釧路（179,754）	121.3	123.3	116.6
苫小牧（174,024）	116.9	123.6	99.8
帯広（168,614）	114.6	115.2	113.1
小樽（126,781）	83.0	92.0	63.9
北見（123,074）	116.4	121.0	105.2
江別（120,439）	88.9	89.1	88.2

この表を見ると、札幌市がちょうど全国平均（100）と同程度の SMR であることが分かります。また、北海道は全国に比べ SMR が高い地域が多い中、小樽市や江別市が SMR の低い地域であることが分かります。自殺が多い地域において十分な予防対策をとることと同時に、これらの自殺が少ない地域に焦点を当て、その理由を探っていくことも、大切な自殺対策です。

[参考文献]
北海道における主要死因の概要 8（2014.04, 北海道健康づくり財団）
住民基本台帳人口・世帯数　平成 26 年（2014.01, 北海道総合政策部地域行政局市町村課調）

****

【2】自殺対策について知ろう

◇性的マイノリティと自殺◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

これまで国内外の研究から、性的マイノリティの人々の自殺念慮（自殺率）の高さが明らかにされています。日本では平成 24 年の自殺総合対策大綱の中で初めて性的マイノリティに関して触れられ、性的マイノリティであることが生活困窮や児童虐待、性暴力被害、ひきこもりなどと同様、自殺の要因となりうること、その予防には精神保健的な視点に加えて、社会・経済的な視点を含む包括的な取り組みが必要だということが言及されました。しかし、現在の日本社会では誤解や偏見、差別が根強く残っており、差別をなくす為の社会環境改善の取り組みが遅れています。今回の Andante では、このような性的マイノリティと自殺の関係について触れてみたいと思います。

性的マイノリティ（性的少数者、セクシャル・マイノリティ）とは何らかの意味で性のあり方が典型的ではなく、「異性を愛するのがあたりまえ」「心と体の性が違うことはありえない」「性別は男と女だけだ」としている社会からみて少数者という意味です。そのどれもが、かつて考えられていたような「異常」や「病気」ではなく、そのあり方は多様であり、どれもが尊重されるべき個性です。具体的には、自覚される性別と性的指向が同じゲイ・レズビアン（同性愛者）、性的指向が男女どちらにも向く、あるいは同性か異性かということを問わないバイセクシャル（両性愛者）、生物学的性と自覚的性が一致しないトランスジェンダー（いわゆる身体の性別と心の性別が一致せず違和感を持つ人。あるいは既存の性の枠組みに疑問を呈し、それを超越しようとする人）、性同一性障害（トランスジェンダーで特定の基準を満たした場合の精神神経医学上の診断名）、身体的な性別が典型的な男性にも女性にも該当しないインターセックス（性分化疾患）の人などが挙げられます。
レズビアン（L）、ゲイ（G）、バイセクシュアル（B）、トランスジェンダー（T）、インターセックス（I）の頭文字をとって LGBTI という呼び方がよく用いられますが、実際には性的マイノリティと言っても LGBTI には当てはまらない多様な形があります。例えば、女装をしている男性が必ずしもトランスジェンダーとは限らず、それは職業上のパフォーマンスとしての女装であり、実際は男性として男性が好きなゲイである場合や、男性として生まれたトランスジェンダー（心の性別が女性）の人が、女性を好きになる同性愛者である場合などです。
非常にプライベートな事柄であると同時に差別や偏見・誤解があることも影響し、日本ではカミングアウトをしていない人が多いと言われ正確な数字は定かではありませんが、2012 年に電通総研が行った調査によると LGBT の人の割合は人口の 5.2％でした。この結果は例えばひとつのクラスに LGBT の生徒がひとりからふたりいるという数字であり、もはや「少数派」とは言えない数であるという意見もあります。しかし例えば教育現場においても性的マイノリティの存在を想定した教育体制は十分にはとられておらず、学校システム上の問題があったりいじめの対象とされたりすることや、教師が無意識に誤解を招く発言をし、カミングアウトをしていない当事者の子どもを傷つけてしまうこと、偏見のある正しくない知識を子供達に与えてしまうこともあります。日高氏の行った全国 6 自治体の保育園、幼稚園、小中高校の教員 5,979 人を対象にした調査では、教員の約 78％が学校の授業で LGBT について取り扱ったことがないと回答しました。また、同性愛について「本人の選択によるものだと思うか」という問いに約 39％が「そう思う」、約 33％が「わからない」と回答しており、約 70％の教員が「性的指向は生まれ持ったもの」という正しい理解をしていないことも分かりました。

現在、多くの国や地域で同性結婚やそれに準ずる法制度が設けられるなど、法的・社会的な面からの平等化が進んでいます。一方で偏見や差別が根強く同性愛行為には終身刑が課せられる国や、日本のように性的マイノリティへの認識が拡がりつつあるものの、法的な制度としては未だ模索中で、社会の理解が不十分な国も多くあります。そのような社会の中で彼らが感じる様々な「生きにくさ」や孤独感が自殺念慮の高さに繋がっている可能性が指摘されています。

性的マイノリティが抱える自殺念慮の原因としては様々なものが指摘されていて、子どもの頃からのいじめや差別、日常的に見聞きし、体験する周囲からの意識的・無意識的な偏見、それによって生じる自己否定感、社会に受け止めてもらえない孤独、生き方の参考となる人生のモデルがいないため人生設計を見いだせず将来に希望を持てないこと、本当の自分を隠しながら生きることへの辛さや後ろめたさなどが挙げられます。また、このような悩みを家族にも言い出せない事や、打ち明けたところ受け入れてもらえなかった経験なども生きづらさの原因になりえます。こうした小さいころからのネガティブな経験が性的マイノリティのメンタルヘルスを損ない、自殺念慮を高くしていると考えられています。
2001 年に日高氏によって実施された、15 歳から 24 歳の若者 2,095 人に対する街頭調査によって、ゲイとバイセクシュアルの男性の自殺未遂率はそうでない人の 6 倍という高い数字が示されています。また、LGBT を対象とした 2013 年に行われたインターネット調査では、全回答者（609 人）の 68％が「身体的暴力」「言葉による暴力」「性的な暴力」「無視・仲間はずれ」などのいじめや暴力を経験しており、いじめや暴力を受けたことによる影響として 32％が「自殺を考えた」、22％が「わざと自分の身体を傷つけた（リストカットなど）」と回答しました。特に性別違和のある男子（身体的な性別が男性であり、心の性別が女性、その他、わからない、に当てはまる人）のグループではいじめや暴力を経験した割合は 82％に上り、これらの結果から、いじめや暴力にあう確立の高さ、それらが希死念慮や自傷行為に影響することなどが示唆される結果となりました。

また、現行の制度に生きにくさを感じる当事者もいます。例えば現在同性婚が認められていない日本では、同性愛の人々は異性愛のカップルが得られる様々な社会的保障を受けることができない場合があります。例えば夫婦や恋人であれば簡単に借りることができる賃貸物件が、同性カップルだと拒否されたり、嫌がられたりするなどです。また、歳を重ねるごとに老後への不安を募らせる当事者もいます。子孫を残すことができないため、老後を支えてくれる人がいないこと、例え老人ホームなどの施設に入所しても性的マイノリティであることが受け入れられないかもしれないという思いなどです。各種保険や家のローンなど、家族を前提とした様々な制度を利用することができないことや、お互いの関係を証明するものがないため、例えば急病や事故の時に身内として扱われず、病院側に面会拒否をされるなどの事態も実際に起きています。こうした様々な社会的不平等が、性的マイノリティとして生きる人々の生活を苦しめています。

先の電通の研究によると、普段の生活で「生きづらい」と感じることがあるか、という質問に「とても感じる」「どちらかといえば、感じる」と答えた人の割合は一般層が 49.3％であったのに比べ、LGBT 層では 62.6％でした。また、「満たされていない」と「とても感じる」人も LGBT 層には多く、「満たさ

れていないこと」としては一番多かった「心」に次いで、「経済面」「仕事」「身体(健康)」と様々でした。内閣府が発表している「自殺の危険因子と防御因子」では、危険因子として、いじめ、生活上のストレス、支援者がいない、社会制度が活用できない、自殺念慮や孤立感などが挙げられています。

しかし悲観すべきことばかりではありません。日本でも性的マイノリティの当事者やその家族、パートナーへの支援や人権啓発を目的に活動している団体があります。また、安心して自分の性についてカミングアウトし、悩みや不安を語り合い、ロールモデルに出会うことができる場が当事者を中心に作られています。養護教諭が性的マイノリティの子どもの相談相手となっていたり、当事者と語り合えるコミュニティの情報を提供したりしているケースや、トランスジェンダーの子どもが心の性のまま学校生活を送れるように学校・家庭・精神科医が連携して個別対応をしているケースもあります。制度的なことに関しては、同性婚やそれに準じるパートナーシップ制度の制定や、同性カップルが里親になれる制度の制定を求める活動が行われていますし、性的マイノリティに対してオープンなシェアハウスが作られるなどの試みもあります。こういった一人一人が生きやすい社会、自分らしく生きられる社会を目指した取り組みが、性的マイノリティの人々の生きやすさを守り、自殺率を下げることに繋がるのではないでしょうか。

◇性的マイノリティに関する各種相談窓口、相談窓口紹介ページ
ESTO 電話相談（性と人権ネットワーク ESTO 民間）
http://estonet.info/
NHK　福祉ポータル　ハートネットお役立ち情報・相談窓口
http://www.nhk.or.jp/heart-net/themes/lgbt/

［参考文献］
日高庸晴(2014).「個別施策層のインターネットによるモニタリング調査と教育・検査・臨床現場における予防・支援に関する研究」2014 年 10 月 30 日アクセス
日高庸晴ら(2008).「わが国における都会の若者の自殺未遂経験割合とその関連要因関する研究」Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology ,43:752-757.
いのちリスペクト。ホワイトリボン・キャンペーン(2014).「LGBT の学校生活に関する実態調査(2013)結果報告書」
株式会社電通(2012).「電通総研 LGBT 調査 2012」dentsu
松本俊彦(2009).「思春期のこころと性」（現代のエスプリ 509）（株）ぎょうせい.
内閣府(2014). 「平成 26 年版　自殺対策白書」
脇田真也.「特集性的少数者の自殺リスク」. 公益財団法人　東京都人権啓発センター.2013.< http://www.tokyo-jinken.or.jp/jyoho/jyouhousi.htm> 2014 年 10 月 23 日アクセス

****

【3】お知らせ

◇　精神保健福祉センターでは、こころの電話相談を次の時間帯で行っています。
月曜から金曜日　　9:00～21:00
土曜日曜祝日（12 月 29 日～1 月 3 日を除く）　　10:00～16:00
Tel：0570-064-556
※ご相談の電話が集中しますと、つながりづらい状態になりますがご了承ください。

◇　HP・携帯版 HP をご覧ください
北海道地域自殺予防情報センターの HP を開設しています。最新の北海道の状況を掲載しており、より情報を見やすく、分かりやすくお伝えできるよう心がけています。
パソコン HP　URL：http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/jisatutaisaku.htm

また、携帯電話で見ることができる携帯版 HP も開設しています。警察庁および北海道警察から公表された統計資料をもとに、北海道における自殺の状況を掲載しています。こちらも併せてご覧ください。
携帯 HP　URL：http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/i/joukyou.htm

****
【4】編集後記

日ごとに秋も深まり、北海道では今にも冬が始まりそうなこの季節、Andante 読者の皆様はいかがお過ごしでしょうか。秋は芸術、食、スポーツ、読書などなど何に打ち込むにももってこいの季節です。趣味に没頭したり新しいことを始めたり夏の疲れを癒やしたり、長い冬に向け、身体のみならず心にも栄養を蓄えるような秋にしたいものです。皆様も風邪などひかぬよう暖かくして、つかの間の秋を楽しんでくださいね。

次号 Vol.65 は、2014 年 11 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