

第2章 青梅市の自殺をめぐる現状

1 自殺実態の分析にあたって

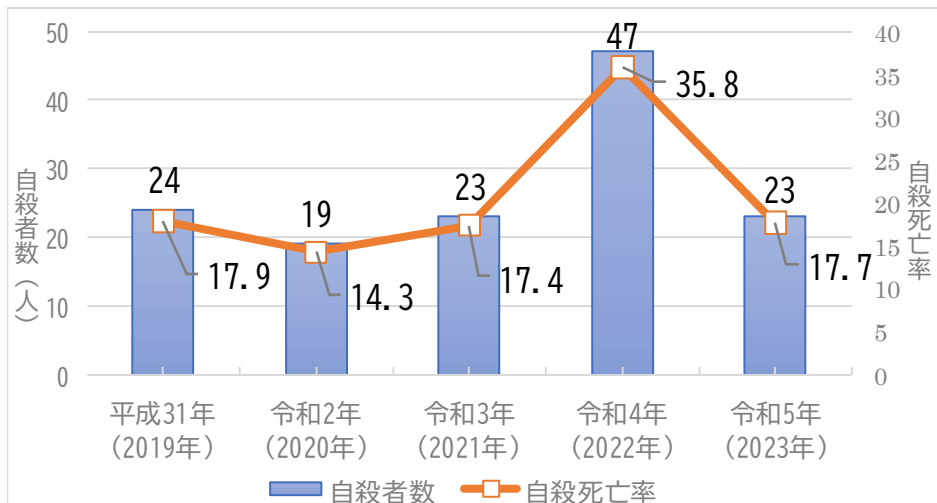
本章の分析にあたっては、厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」および厚生労働大臣指定法人いのち支える自殺対策推進センター（以下、「いのち支える自殺対策推進センター」という。）が各自治体の自殺の実態をまとめた「地域自殺実態プロファイル」等を活用し、本市における自殺の現状を分析しました。

2 青梅市における自殺の特徴

（1）自殺者数と自殺死亡率の推移（青梅市）

本市の自殺者数および自殺死亡率は、平成31（2019）年から令和3（2021）年までの3年間はほぼ横ばいで推移し、令和4（2022）年に大幅な増加に転じたものの、令和5（2023）年には、増加する前程度の数値まで減少しています。

■自殺者数および自殺死亡率の推移（青梅市）



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」 17

（2）自殺者数と自殺死亡率の推移（全国・東京都との比較）

全国と東京都は若干の増加傾向で推移しています。本市においては令和4（2022）年に大幅な増加がみられるものの、翌年には例年並みに落ち着いており、概ね横ばいの推移となっています。

■自殺者数および自殺死亡率の推移（全国・東京都との比較）

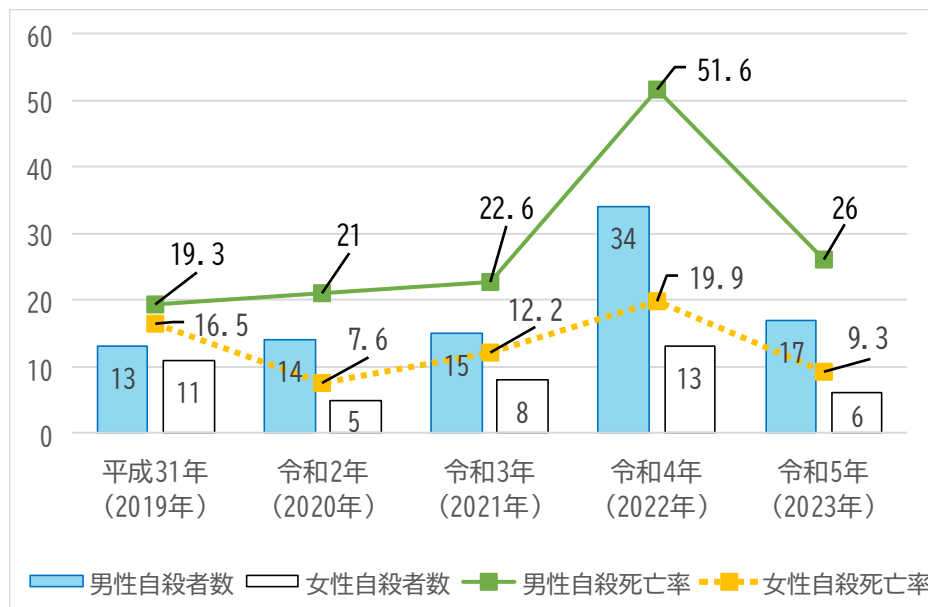
		平成31年	令和 2年	令和 3年	令和 4年	令和 5年
全国	自殺者数 (人)	19,974	20,907	20,820	21,723	21,657
	自殺死亡率	15.7	16.4	16.4	17.3	17.3
東京都	自殺者数 (人)	2,126	2,202	2,250	2,376	2,408
	自殺死亡率	15.5	15.9	16.3	17.2	17.4
青梅市	自殺者数 (人)	24	19	23	47	23
	自殺死亡率	17.9	14.3	17.4	35.8	17.7

出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(3) 性別の自殺者数と自殺死亡率

国や他の自治体同様に、男性の占める割合が高い傾向にあります。また、平成31（2019）～令和5（2023）年の5年間に於いて、女性の自殺者数はほぼ横ばいなのに対して、男性の自殺者数は、令和4（2022）年に前年と比べて2倍以上の増加がみられます。

■性別の自殺者数と自殺死亡率（青梅市）

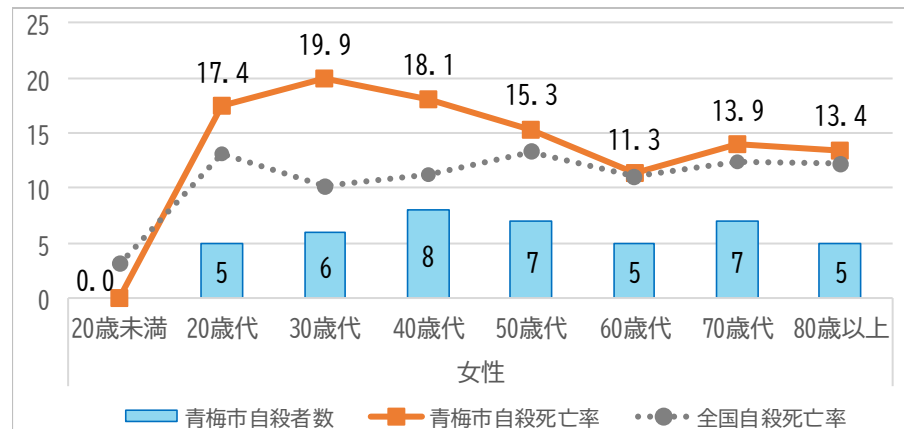
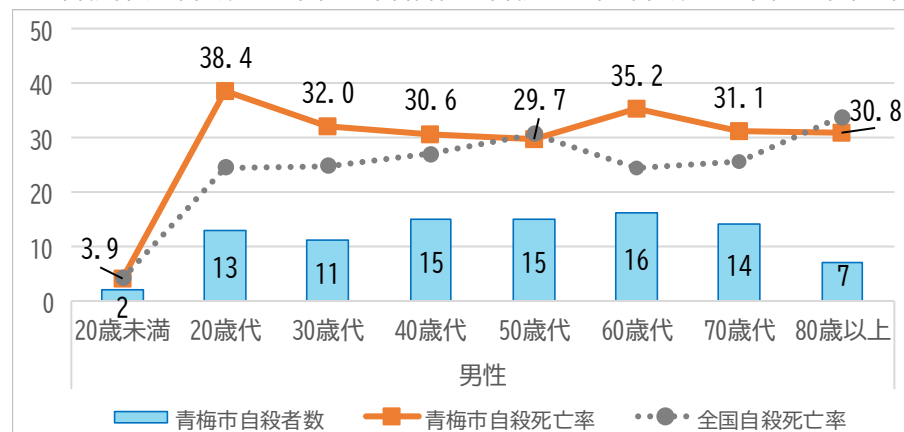


出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(4) 性別・年代別の自殺者数と自殺死亡率

自殺者数については、男性で60歳代が最も多く、女性で40歳代が最も多くなっています。自殺死亡率を見ると、男性、女性のどちらもほとんどの年代において全国の自殺死亡率よりも高い水準となっています。

■性別・年代別の自殺者数（平成31～令和5年合計）と自殺死亡率（平成31～令和5年平均）



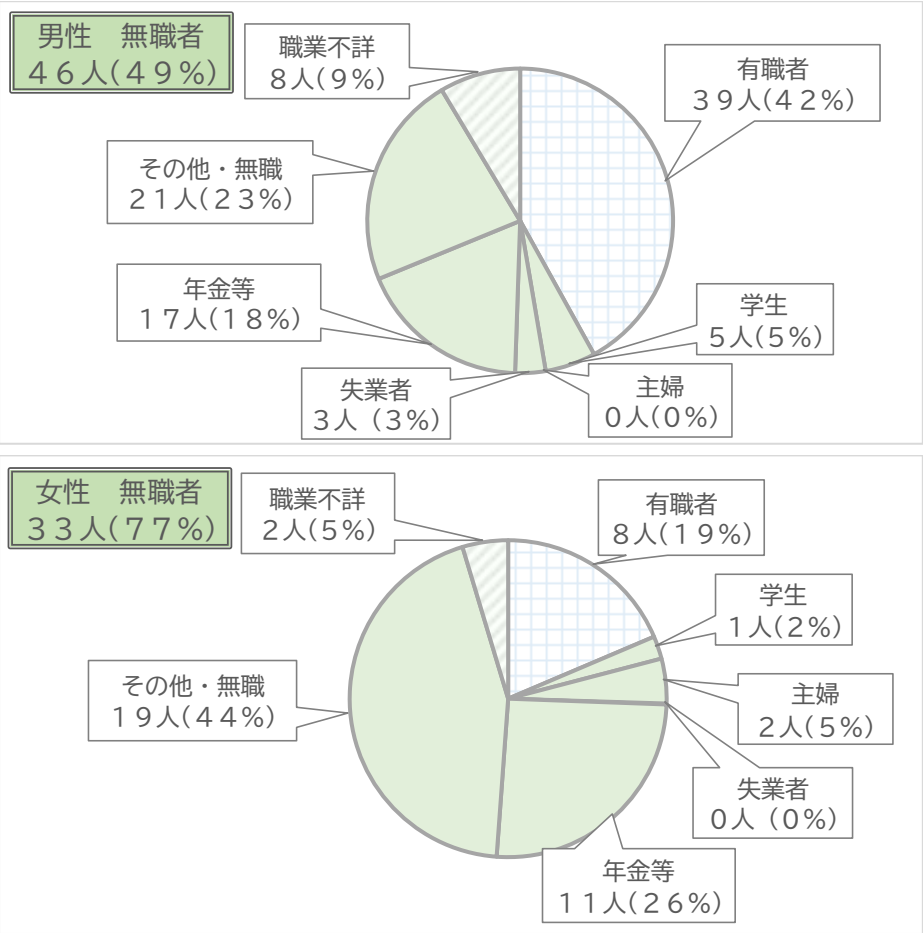
出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(5) 性別の有職者と無職者の割合

自殺者を職業の有無で分類すると、無職者が男性49%、女性77%を占めています。

※職業不詳は、有職者・無職者には含まない。

■有職者と無職者の割合（青梅市・平成31～令和5年合計）



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(6) 原因・動機別の自殺者数

自殺に至った原因・動機は、男女ともに「健康問題」が最も多く、次に多いのが、男性で「経済・生活問題」、女性で「家庭問題」となっています。

自殺は多様かつ複合的な原因および背景が連鎖して引き起こされます。

■原因・動機別の自殺者数（青梅市・平成31～令和5年合計）

	自殺者数 (人)	原因・動機別 ※									計 (件)
		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	不詳		
総数	136	件数	11	43	21	9	2	5	8	66	165
		割合	6.7	26.1	12.7	5.5	1.2	3.0	4.8	40.0	
男性	93	件数	6	26	19	7	1	5	4	48	116
		割合	5.2	22.4	16.4	6.0	0.9	4.3	3.4	41.4	
女性	43	件数	5	17	2	2	1	0	4	18	49
		割合	10.2	34.7	4.1	4.1	2.0	0.0	8.2	36.7	

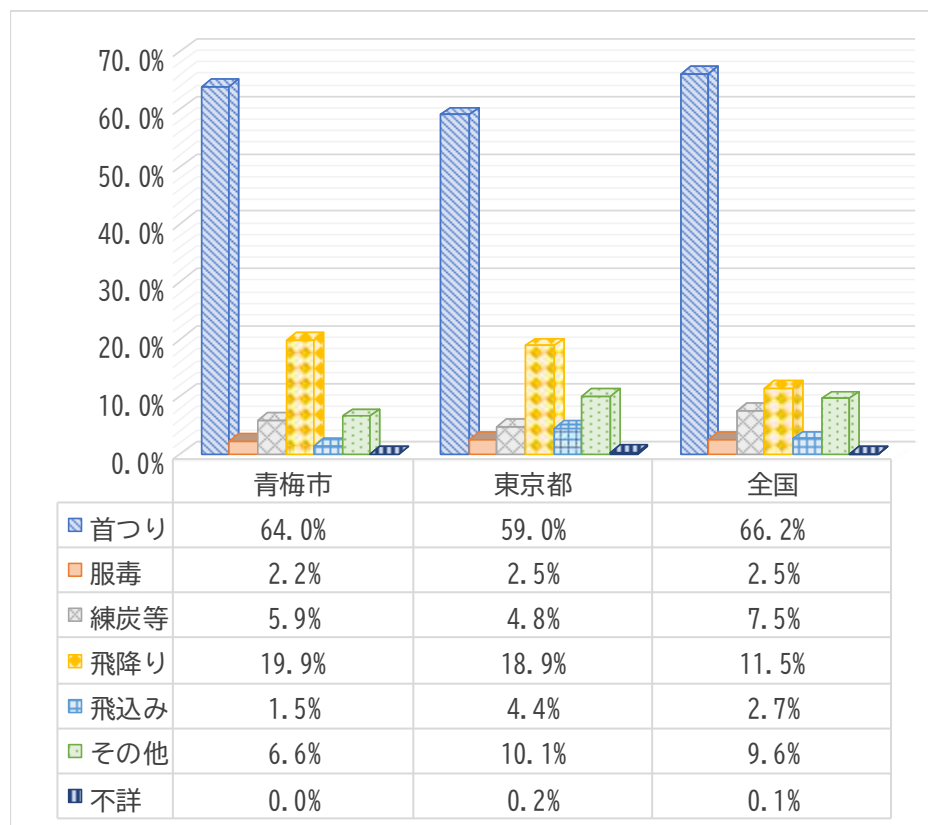
出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

※自殺の原因・動機は、複数の要因が重なる場合があるため、原因・動機別件数と自殺者数は一致しない場合があります。

(7) 自殺の企図手段の比較

本市における自殺の企図手段は、「首つり」が64.0%と最も高く、次いで「飛降り」、「練炭等」の順に高い割合となっています。また、全国・東京都と比較すると「飛降り」が高い傾向にあります。

■自殺企図手段の割合（平成31～令和5年合計）

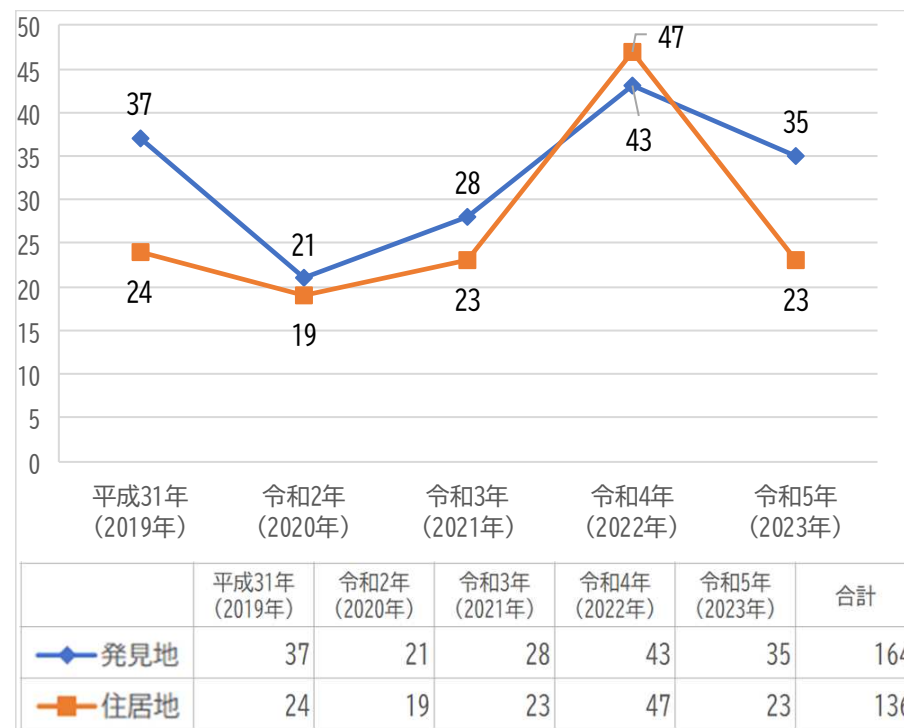


出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(8) 住居地・発見地別自殺者数の比較

青梅市民の自殺者数である「住居地」の数値と、市内で発見された自殺者数である「発見地」の数値の推移を見ると、「発見地」が、「住居地」よりも多い傾向にあります。令和4（2022）年については、「住居地」が「発見地」を上回っていますが、5年間の合計で見ると、「発見地」が28人多くなっています。この数値は外来者の自殺が多いことを表しています。

■住居地・発見地別自殺者数の推移



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(9) 青梅市の主な自殺の特徴

いのちを支える自殺対策推進センターが、地域の自殺の実態を詳細に分析した、「地域自殺実態プロファイル2023」において、平成31（2019）年から令和5（2023）年までの5年間の本市における自殺者の特徴が示されました。

■青梅市の主な自殺の特徴（平成31～令和5年合計）

上位5区分	自殺者数	割合	自殺死亡率 (10万対)	背景にある 主な自殺の危機経路
男性 60歳以上 無職同居	17	12.5%	34.4	失業（退職）→生活苦 +介護の悩み（疲れ） +身体疾患→自殺
女性 60歳以上 無職独居	11	8.1%	51.2	死別・離別+ 身体疾患→病苦→ うつ状態→自殺
男性 40～59歳 有職同居	10	7.4%	14.2	配置転換→過労→職場 の人間関係の悩み+仕 事の失敗→うつ状態→ 自殺
女性 40～59歳 無職同居	8	5.9%	21.2	近隣関係の悩み+家族 間の不和→うつ病→自 殺
男性 40～59歳 無職同居	7	5.1%	105.6	失業→生活苦→借金+ 家族間の不和→うつ状 態→自殺

出典：いのちを支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル 2024」

※本表の自殺者数は、年齢、性別、職業の有無、および同居人の有無を組み合わせ集計した人数を示しているため、他の表に記載されている自殺者数と一致しない場合があります

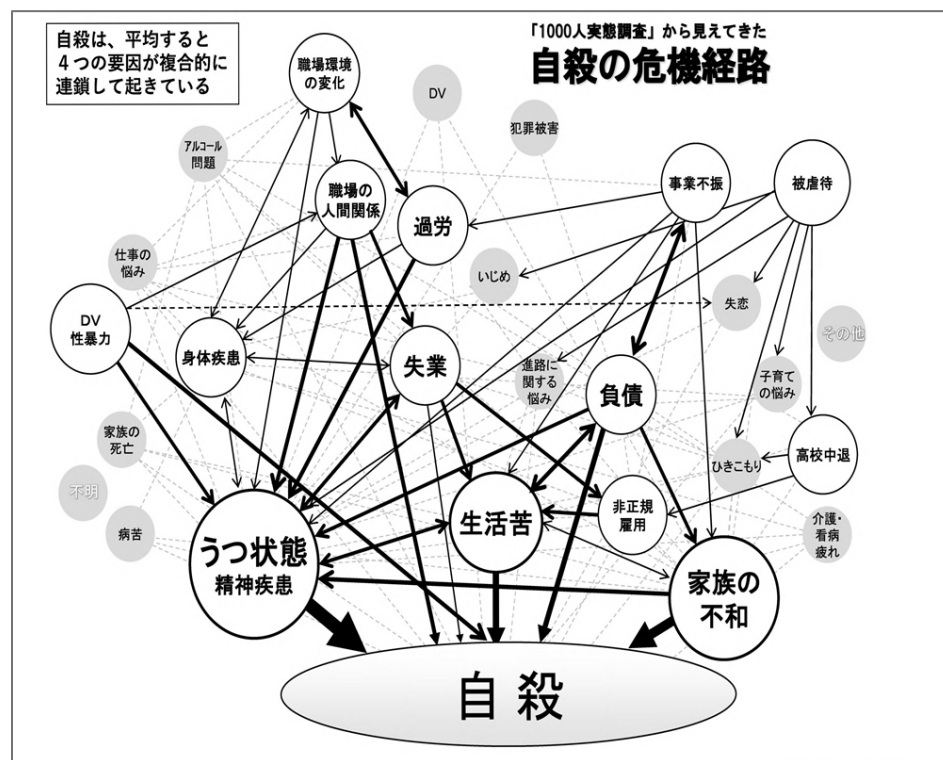
※「背景にある主な自殺の危機経路」は、NPO法人ライフリンクが行った、500人以上の自殺で亡くなった方についての実態調査に基づき、それぞれの区分において、抱え込みやすい要因とその連鎖のうちの主なものが記載されています。

3 自殺の危機経路

特定非営利活動法人「自殺対策支援センターライフリンク」が行った、実態調査に基づく「自殺実態白書2013」によると、自殺に追いつめられる様々な要因があること、そして平均すると4つの要因が連鎖して自殺が引き起こされるといわれています。

なお、丸の大きさは要因の発生頻度、線の太さは要因と要因の連鎖の因果関係の強さを表しています。

■自殺の危機経路



出典：自殺対策支援センターライフリンク「自殺実態 1000 人調査」

4 ストレスに関する市民意識調査

複雑・多様化した現代社会では、常に多くのストレスにさらされています。ストレスそのものをなくすことは困難であり、上手な対処方法を身につけるとともに、周囲との交流やサポートを通じて、「こころの健康」を維持していく必要があります。

本市では健康づくり推進計画において、「ストレスを感じている人」や「悩みや心配事等を誰にも相談しない人」を減少させることを目標として、様々な取組を行っています。

本計画では、自殺者数に関する統計データだけではなく、健康づくり推進計画策定時の市民意識調査において行ったストレスに関する調査の結果（令和6（2024）年3月実施）も併せて、今後の市の自殺対策に役立てていきたいと考えています。

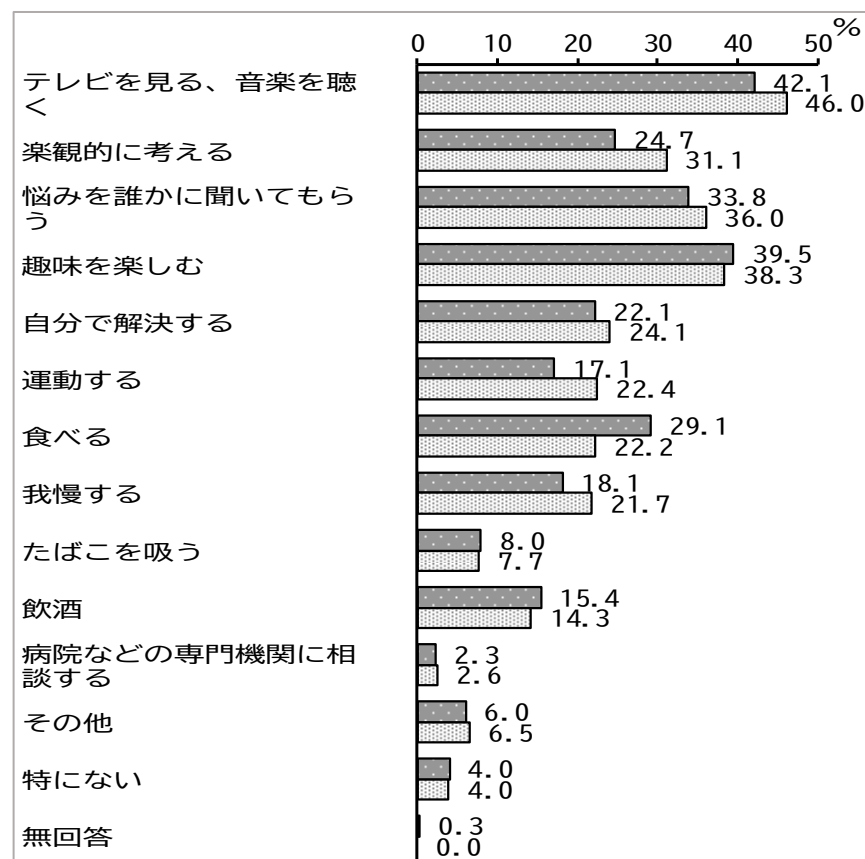
健康づくり推進計画策定時の市民意識調査

「第4次青梅市健康増進計画」、「第3次青梅市食育推進計画」の計画期間が令和6（2024）年度に終了することに伴い、これらの計画を統合し、総合的・一体的な推進を図ることを目的とした、「青梅市健康づくり推進計画」の策定に向けて本調査を実施しました。調査対象者数は、青梅市在住の18歳から70歳代の男女2,000人で、有効回収票数は533人でした。

（1）ストレスの対処法

「テレビを見る、音楽を聴く」の割合が42.1%と最も高く、次いで「趣味を楽しむ」の割合が39.5%、「悩みを誰かに聞いてもらう」の割合が33.8%となっています。

前回調査と比較すると、「食べる」の割合が増加しています。一方、「楽観的に考える」「運動する」の割合が減少しています。



(2) ストレスを抱えたときに気軽に相談できる相手

「家族」の割合が62.3%と最も高く、次いで「友人」の割合が41.5%、「誰にも相談しない」の割合が12.8%となっています。

前回調査と比較すると、大きな変化はみられませんでした。

