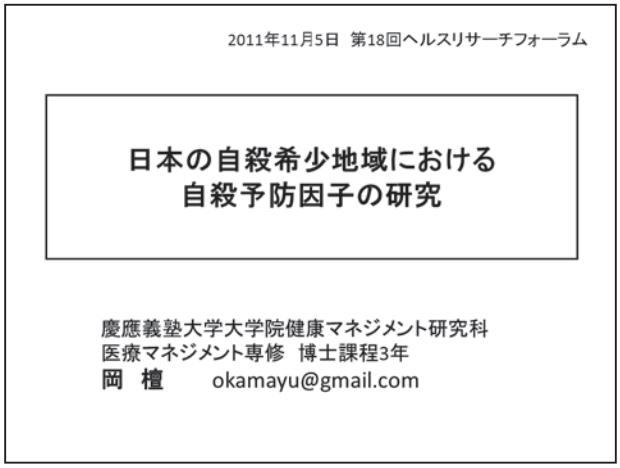
日本の自殺希少地域における自殺予防因子の研究

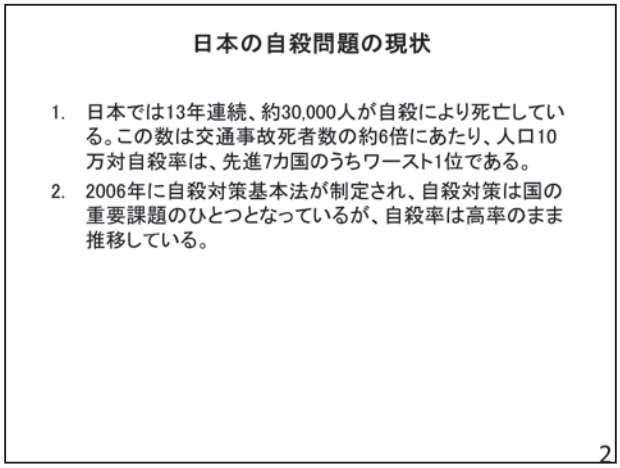
慶應義塾大学大学院健康マネジメント研究科　後期博士課程３年

岡　檀（まゆみ）

スライド-1



スライド-2



【スライド-1, 2】

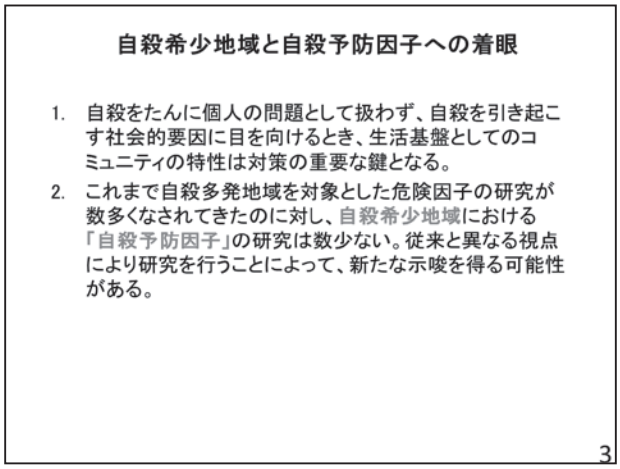
まず、日本の自殺問題の現状ですが、日本では過去13年間連続、毎年約30,000人が自殺により亡くなっております。この数は交通事故で亡くなる方の約6倍に相当しており、人口10万対自殺率はG7の中でワースト1位という状態が続いています。

2006年にこの問題に対処するために自殺対策基本法が制定され、国家の重要課題の一つとなっておりますが、依然自殺率は高率のまま推移しているという状態です。

【スライド-3】

私の問題関心ですが、人の生活基盤としてのコミュニティの特性が自殺対策の重要な鍵となるのでないかと考えています。これまでの先行研究を概観しますと、自殺多発地域を対象とした危険因子の研究は数多くなされていますが、一方で自殺希少地域（自殺の少ない地域）での予防因子に関する研究というのは、未だ非常に数が少ないです。従来と異なる視点で研究を行うことによって、自殺対策に新たな示唆を得る可能性

スライド-3



があるのではないかと思い、研究を始めました。

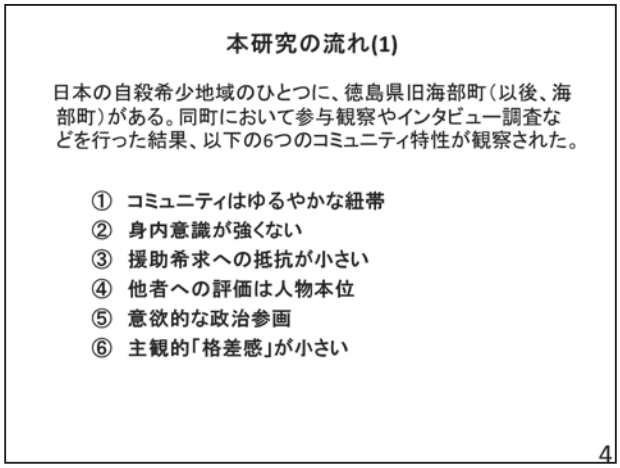
【スライド-4】

本研究の流れですが、日本の自殺希少地域の一つに徳島県旧海部町（かいふちょう）という所があります。この町に私は2008年から入りまして、参与観察ですとかインタビューを行っておりました。

その結果、今から申し上げる6つのコミュニティの特性が特徴としてあると観察いたしました。

まず1つ目に、コミュニティがゆるやかな紐帯を有しているということ。

スライド−4



次に、身内意識が強くない。

そして、援助希求への抵抗が小さい。援助希求とは、何か問題を抱えた時に周囲に助けを求めるという意思あるいは行動を指しておりますが、それに対する抵抗感が小さい。

それから、他者への評価が人物本位である。

意欲的な政治参画を行う。

主観的な格差感が小さい。

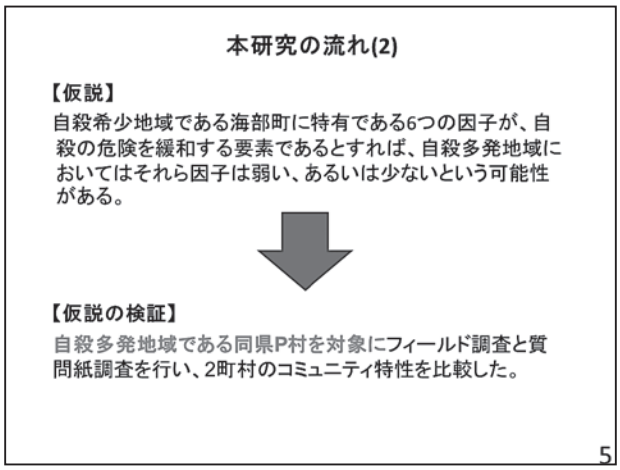
この6つが特徴として挙ってきたわけです。

【スライド-5】

そこで仮説を作りました。自殺希少地域である海部町で先ほどの6つの因子が特有である。それらがもしも自殺の危険を緩和する要素であるとすれば、これらの6つの因子は自殺多発地域においては弱いか、あるいは少ないのではないかという仮説です。

これを検証するために、自殺多発地域である、同じ県のＰ村（としておきます）を対象に選び、同じように調査を行い、そして海部町とＰ村の2つの町村の比較をいたしました。

スライド−5



【スライド-6】

海部町とＰ村の客観的指標を表にしておりますが、人口規模はほぼこのように同じな

のですが、30年間の自殺死亡者の数といいますと、海部町は7人、P村は89人と、大変大きな開きがあります。地理的な特性もいくつか違うのですが、海部町は海沿いの町で、P村は非常に険しい山間部にある町です。

【スライド-7】

こちらは全国の3,318市区町村の自殺率の標準化死亡比を求めて、全国の分布をヒストグラムで示したものです。海部町は約30なので、スライドの左下に示すあたりに位置すると考えていただければと思います。全国の中で自殺多発地域であるP村は400を超したところにいて、大変大きな開きがあることがわかります。

【スライド-8】

先ほどから申し上げている仮説を検証していくために、質問紙調査を実施しました。

まず、2010年に自殺希少地域の海部町を含む3町の調査をいたしました。20歳以上の男女の住民から無作為抽出をして、1,341票を配布、回収率は89.8％でした。翌年2011年に、今度は同じようにP村（自殺多発地域です）を含む6町村の調査をして、1,990人に配ったうち、回収率が96.1％でした。

こうして集めた全てのデータの中から、海部町とP村だけのデータを抜き出して、今回の分析の対象としております。

スライド-6

海部町とP村の客観的指標

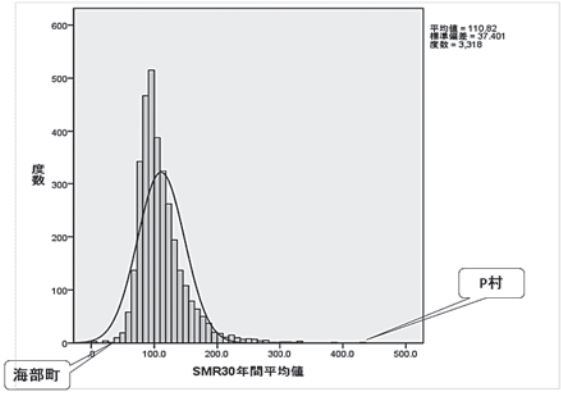
	海部町	P村
自殺死亡者数(人) 1973年～2002年30年間総数	7	89
人口10万対自殺率 1973年～2002年 30年間平均値	8.7	106.8
標準化自殺死亡比 1973年～2002年 30年間平均値	30.4	432.2
人口(人)	2,602	2,307
面積(km2)	26.4	228.6
人口密度(人)	98.7	10.1
可住地人口密度(人)	439.5	174.5
海岸部属性	あり	なし
標高(m) ※役場地点	6.4	538.51
土地傾斜度(度) ※全建造物敷地の傾斜度平均値	4.6	20.8
修正ジニ係数 ※経済格差の指標、 値が大きいほど格差が大きい	0.260	0.222

国立精神・神経研究所「自殺予防についての地域統計」、国勢調査報告2000年、人事院「各都道府県の標準生計費」2000年、国土地理院基盤地図情報2000年

6

スライド-7

全国市区町村別_30年間標準化自殺死亡比(平均値)の分布



7

スライド-8

質問紙調査の実施

【本分析のデータの出処】

①2010年、海部町を含む3町の調査。
20歳以上男女より無作為抽出。
- 1,341票を配布、回収1,205票
- 回収率89.8%、有効回答率95.2%

②2011年、P村を含む6町村の調査。
- 1,990票を配布、回収1,913票
- 回収率96.1%、有効回答率98.3%

回収結果から海部町(n=305)、P村(n=351)のデータを抽出し、本分析の対象とした。

倫理的配慮：慶應義塾大学健康マネジメント研究科
研究倫理審査委員会にて承認

8

【スライド-9】

調査項目は、日常生活における住民の認知や行動様式の傾向を探るということを主眼と

しており、このような項目を作って質問をいたしました。

スライド-9

調査項目

日常生活における、住民の認知や行動様式の傾向を探る。

- 回答者属性
- 地域や隣人とのかかわり方
- 援助・被援助に関する意識
- 人物評価に関する意識
- 政治に対する態度
- 結婚や家庭に関する意識
- 自分をとりまく状況への認識（幸福感、社会階層意識等）
- 悩みやストレスの度合い
- うつや自殺に関する意識、その他

回答者属性9項目を含む30項目、41の下位設問

9

【スライド-10】

まず分析結果のカイ２乗検定の結果からご報告していきたいのですが、今回は、海部町とＰ村の間で統計的に有意な差のあったもの（アスタリスクをつけてあります）だけをこのスライドではご紹介しています。

かいつまんでご報告します。

まずＡの「地域や隣人との関わり」に関しては、周囲の人への信用というものについて聞いております。「周囲のほとんどの人が信用できる」と考えている人が、海部町では35.1％、Ｐ村では18.9％。そしてその相手が見知らぬ人である場合、いわゆるよそ者と言いますか、「身内ではないよそ者の場合信用できますか」という質問に対して、「ほとんど信用できる」と考えている人が海部町では27.6％、Ｐ村は12.8％です。このように違いがあるというように見ていっていただければと思います。

スライド-10

分析結果：カイ2乗検定(1)

1→強い肯定～肯定、2→どちらかといえば肯定、3→否定～強い否定

値はパーセント表示　有意水準≦0.05

		1.	2.	3.	有意差
A. 地域や隣人とのかかわり					
①他者への信用：ほとんどの人は信用できる	海部町	35.1	31.1	33.8	*
	P村	18.9	49.8	31.3	
②他者への信用：相手が見知らぬ人であっても、ほとんどの人は信用できる	海部町	27.6	28.3	44.1	*
	P村	12.8	42.8	44.4	
[②-①] 他者への信用：相手が知人である場合と見知らぬ人である場合の、信用度の差	海部町	-7.5	-2.8	10.3	
	P村	-6.1	-7.0	13.1	
③近所づきあい		日常的に協力 / 立ち話程度 / あいさつ程度 / 付き合いはない			*
	海部町	16.5 / 49.9 / 31.3 / 2.4			
	P村	44.0 / 37.4 / 15.9 / 2.6			
B. 援助・被援助に関する意識					
①助け合い：隣人間で助けあうのは当然である	海部町	61.0	31.4	7.6	*
	P村	74.7	22.9	2.4	
②助け合い：助けてもらえると思うと心強い	海部町	51.8	34.7	10.9	*
	P村	65.8	24.2	10.0	
③助け合い：助けるのも助けられるのも個人の自由だ	海部町	40.5	42.7	16.8	*
	P村	43.6	29.8	26.6	
④助け合い：助け合いを強要されるのがわずらわしい	海部町	29.2	34.0	36.9	*
	P村	26.3	25.6	48.0	
⑤悩みを抱えたとき、誰かに相談したり助けを求めたりすることに抵抗がある	海部町	20.2	17.0	62.8	
	P村	27.0	25.7	47.3	

10

あるいは近所付き合いの仕方について、海部町では「日常的に協力しあって暮らしている」と言った人の比率が16.5％、Ｐ村は44.0％と、非常に大きな違いがございました。では、海部町はどのような付き合い方をしているかというと、「立ち話程度の付き合いをしています」と答えた人が一番多いという結果でした。

Ｂの援助・被援助に関する意識、ひらたく言うと助け合いですが、これに関する意識については、この⑤番をご覧いただきたいのですが、「悩みを抱えたとき誰かに相談したり助けを求めたりすることに抵抗がありますか」という質問に対して、「助けを求めることに対して抵抗が無い」と考えている人が海部町は62.8％、Ｐ村は47.3％という違いでした。

【スライド-11】

続きまして、Ｃの人物評価に関する意識については、「地域でリーダーなどを選ぶときに何を重視して選びますか」ということを聞いているのですが、海部町では「問題解決能力を重視します」と言っている人が76％に対してＰ村は67％と、海部町の方が多い。一方、学歴に関しては「学歴が高い方がいい」と言っている人が、海部町よりＰ村の方が高いという結果でした。この学歴重視の傾向については、Ｐ村は関連項目でも同じような傾

向を示しています。例えば「高い学歴を得れば収入に恵まれる」ですとか、「子供にはできるだけ高い学歴をつけたい」と考えている人の比率が、P村の方が高いという結果でした。

スライド−11

分析結果：カイ2乗検定(2)

C. 人物評価に関する意識						
①リーダー選出の条件：問題解決能力を重視	海部町	76.7		17.9	5.3	*
	P村	67.3		23.6	9.2	
②リーダー選出の条件：学歴が高いほうがよい	海部町	6.8		24.6	68.6	*
	P村	13.3		17.6	69.1	
③学歴：高い学歴を得れば収入に恵まれると思う	海部町	20.7		39.2	40.1	*
	P村	31.9		27.3	40.8	
④学歴：子どもにはできるだけ高い学歴をつけさせたい	海部町	19.7		40.8	39.5	*
	P村	30.5		32.6	36.8	
⑤学歴：学歴は、親の教育方針によってほぼ決まると思う	海部町	18.9		35.9	45.2	*
	P村	31.0		24.6	44.4	
⑥学歴：学歴は、親の経済状態によってほぼ決まると思う	海部町	21.5		37.2	41.3	*
	P村	33.2		27.9	38.9	
D. 政治に対する態度						
①政治：自分のような者に政府を動かす力はない	海部町	26.3		31.9	41.8	*
	P村	51.2		21.6	27.2	
②政治：政治は複雑でよく理解出来ない	海部町	27.5		34.6	37.9	*
	P村	46.5		28.0	25.5	
E. 結婚や家庭に関する意識						
①男性の幸福は結婚にあると思う	海部町	14.1		24.8	61.1	*
	P村	20.9		18.3	60.8	
②母親が仕事を持つと、就学前の子どもによくない影響をあたえると思う	海部町	8.8		19.8	71.3	*
	P村	16.1		13.9	70.1	
F. 自分をとりまく状況への認識						
①現在暮らしている地域で、格差（貧富の差）を感じる	海部町	27.7		45.7	26.5	*
	P村	27.9		33.6	38.5	
②社会階層意識		上	中の上	中の中	中の下	下
	海部町	0.6	2.7	29.3	47.3	20.1 *
	P村	1.0	6.6	41.5	35.6	15.2

11

人物評価のときの「年功重視」というのは、人を判断するのに、家柄とか、職業上の地位とか、学歴とか、そういうもので判断する傾向が強いという思考です。「人物本意」という思考と概念が対立しているとお考えいただければと思いますが、この「年功重視」で人を判断する傾向が強いほど、援助を求めるのに抵抗感があるという結果が出ております。

もう一つ、「自殺許容度」ですが、自殺許容度というのは「どうしようもない困難に陥った人は自殺をしてもやむを得ないと思いますか」という質問によって、自殺をどの程度許容するかということを聞いています。この自殺許容度が高い人ほど、周りに援助を求めることに抵抗があるという結果が出ておりました。

スライド−12

分析結果：重回帰分析

従属変数：「援助希求」への抵抗感

※援助希求とは、問題を抱えた時に助けを求めようとする意思や行動

●海部町はP村に比べ、援助希求に抵抗を感じる者の比率が低い。

	標準化されていない係数		標準化係数			共線性の統計量
	B	標準誤差	ベータ	t 値	有意確率	VIF
満足度：友人関係	−.149	.045	−.160	−3.301	.001	1.036
人物評価：「年功重視」思考	.035	.012	.140	2.917	.004	1.019
自殺許容度（どうしようもない困難に陥った人は自殺をしてもやむをえない）	.127	.046	.134	2.778	.006	1.020

ステップワイズ法　n=656　調整済みR2乗＝0.070

12

【スライド-12】

そのようなことを踏まえて、今度は重回帰分析をいたしました。

従属変数は先ほど来申し上げています「援助希求」への抵抗感です。3つの要素が抽出されたわけですが、まず人物評価の「年功重視」思考ということについてお話をしたいと思います。

【スライド-13】

まとめです。

自殺希少地域である海部町では、5つの特有な因子があったわけですが、この5つの因子が自殺多発地域のＰ村では対照的な傾向を示していた。そのことから、これら5つの因子が自殺を抑制する因子であるという、最初に立てた仮説と矛盾してはいないと言えると思います。

スライド−13

分析結果のまとめ

- 自殺希少地域である海部町での調査結果から抽出されたコミュニティ特性のうち、以下の5つの因子について、自殺多発地域P村では対照的な傾向を示した。
- 本研究結果は、これら5つの因子が自殺を抑制する因子であるという仮説と矛盾していなかった。

① コミュニティはゆるやかな紐帯
② 身内意識が強くない
③ 援助希求への抵抗が小さい
④ 他者への評価は人物本位
⑤ 意欲的な政治参画

13

【スライド-14】

考察です。

まず援助希求ですが、援助希求は自殺対策の鍵です。自殺多発地域であるＰ村では、隣人間の関係が緊密で、身内意識がより強い傾向があると出ていたわけなのですが、そうしたコミュニティの特性が、むしろ周囲に助けを求めることへの抵抗感を強めている可能性があるのかもしれない。そういう示唆が得られました。これに関連して言いますと、海部町の方では「病、市に出せ（やまい、いちにだせ)」という諺があります。これは、何かトラブルを抱えた時にも、抱え込まずに、なるべく早く開示して助けを求めよという意味なのですが、こういう諺が伝えられているように、問題の早期発見・早期対応を促す環境であると言えると思います。

スライド−14

考察：援助希求

1. 「援助希求」は自殺対策の鍵である。重回帰分析の結果からも、自殺許容度の高い者ほど援助希求への抵抗が強いという傾向が示された。
2. 自殺希少地域である海部町は、P村に比べ、援助希求への心理的抵抗が小さかった。
3. 自殺多発地域であるP村では、隣人間の関係が緊密で、身内意識がより強い傾向にある。そうしたコミュニティの特性が、むしろ周囲に助けを求めることへの抵抗を強めている可能性が示唆されていた。
4. 海部町は、「病、市に出せ（悩みを抱え込まずに、助けを求めよ）」ということわざに象徴されるように、問題の早期発見・早期対応を促す環境であると言える。

14

【スライド-15】

もう一つは自己効力感です。自己効力感というのは、周囲で起きている事柄に対して、自分が何らかの働きかけができると信じる力を指します。これはうつや自殺の危険を抑制する因子であるとも考えられていますが、海部町ではＰ村に比べて「自分のような者に政治を左右する力はない」と考える者の比率が低かったわけです。そして、人物を評価する際に人物本位で考えるという人の比率が高かったわけですが、こうした思考の傾向が、自己に対する有能感（自分は何かできるんだと信じる力)、

スライド−15

考察：自己効力感

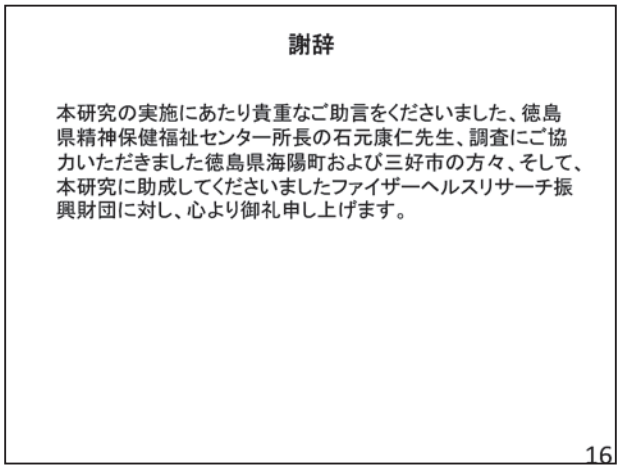
1. 「自己効力感」とは、周囲で起きている事柄に対し、自分がなんらかの働きかけができると信じる力を指す。「自己効力感」はうつや自殺の危険を抑制すると考えられている。
2. 海部町ではP村に比べ、「自分のような者に政治を左右する力はない」と考える者の比率が低かった。また、海部町ではP村に比べ、人物を評価する際に「人物本位」思考である者の比率が高かった。
3. これらの思考傾向は、自己に対する有能感、自己効力感とも関係があると考えられ、海部町に多いこれらの因子が自殺を抑制している可能性が示唆された。

15

自己効力感とも関係があると考えられ、海部町にこれらの因子が多いということが自殺率を抑制している一つの要因ではないかと考えるに至りました。

【スライド-16】
本日のご報告は以上です。

スライド-16



質疑応答

会場： 調査票の回収率がとても高かったのが印象深かったのですけれども、どんなことをしたのでしょうか。

岡： 私もこの回収率には少し驚いております。いくつか理由は考えられると思うのですが、一番の大きな要因は、これは直接配布で、民政委員の方とかにお願いをして配布をしたわけなのですが、その配っていただく方への説明を非常に丁寧に時間をかけてやりました。説明会を何度も開いて、この調査の趣旨、そして、回収率が高まることによって、より成果の精度が高まるということを何度も申し上げて、理解していただいた。それで非常に頑張ってくださった結果ではないかと思います。

会場： 全数調査なのですか？　その対象地域で抽出をしているのですか？

岡： 20歳以上の男女から無作為抽出をしました。人口に対して約10％を対象にしております。

小堀： 先ほどの姫島の調査ですと、健康寿命の延長にはコミュニティが緊密な方がいいということでした。こちらの調査では、逆に精神的には緩やかな方がいいとか。それから他人物の人間性を信用しているというデータには、宗教との関わりが考えられます。さらに研究を進めていただいて、また次のヘルスリサーチフォーラムで発表していただきたいと思います（笑）。