

令和5年12月6日（水）
14：30～16：30
グリーンホール7階701会議室
板橋区自殺対策地域協議会

板橋区の自殺の現状 及び取り組みについて

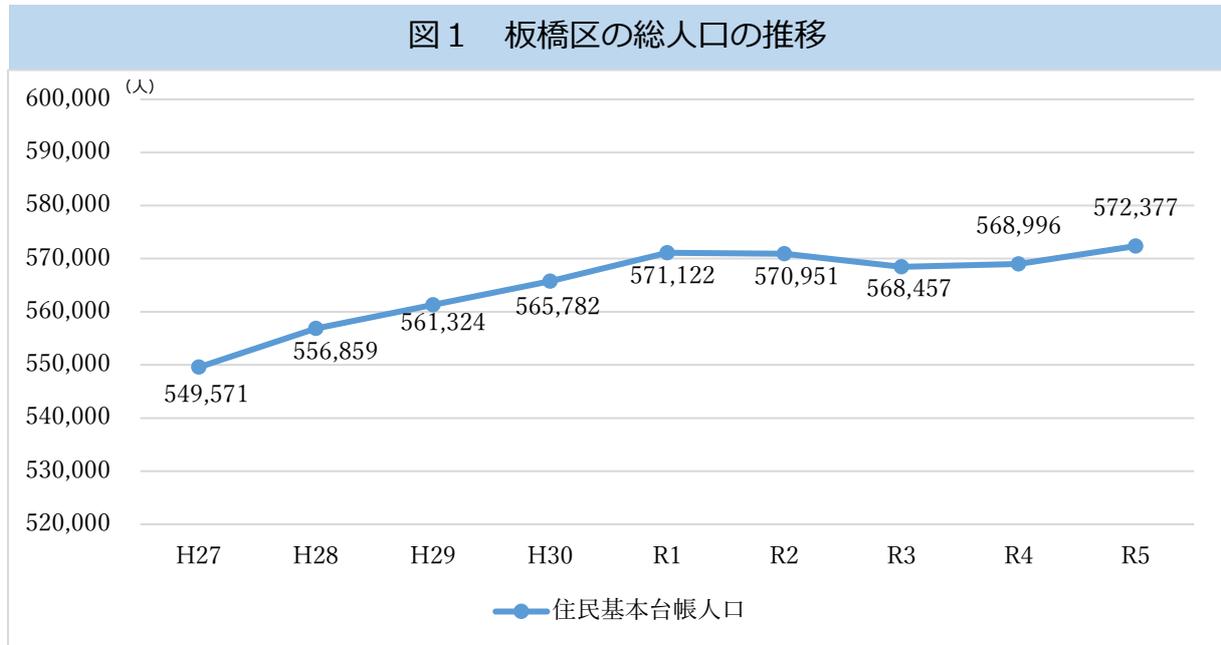
健康生きがい部健康推進課

いのち支える地域づくり推進係

1 板橋区の現状

(1) 総人口の推移

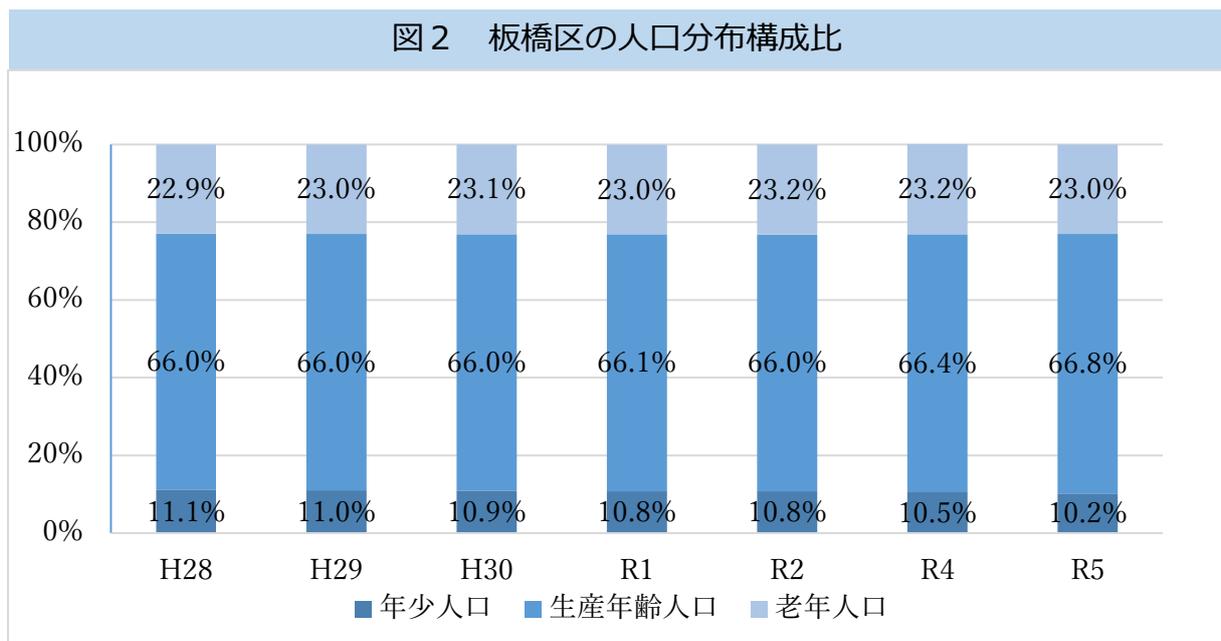
板橋区の総人口は、令和5(2023)年10月1日現在では、約57万人となっています。住民基本台帳によると、令和元(2019)年を境に減少に転じていますが、令和4(2022)年から2年連続で増加しています。



※住民基本台帳(各年10月1日)より作成

(2) 人口分布構成比(年少者人口・生産年齢人口・高齢者人口)

板橋区における高齢化率は、ここ数年、横ばい傾向にあります。



※年少人口：14歳以下、生産年齢人口：15歳以上64歳以下、老年人口：65歳以上

※住民基本台帳(各年10月1日)より作成

2 自殺者等の現状

自殺の現状を把握するために、厚生労働省の「人口動態統計」※3（以下「人口動態統計」と表記）と警察庁の「自殺統計」※4（以下「警察統計」と表記）の2種類を用います。

*3 厚生労働省の「人口動態統計」

【調査対象】

日本における日本人（外国人は含まない）を対象としています。

【調査時点】

死亡時点の住所地を基に計上しています。

【自殺者数の計上方法】

自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明の時は自殺以外で処理しており、死亡診断書等について自殺の旨の訂正報告がない場合は、自殺に計上していません。

【特徴】

住所地別の総数として報告されます。また、全国的な統計の確定後に最終報告されるため、確定値が出るまで1年半程度かかります。

*4 警察庁の「自殺統計」

【調査対象】

総人口（日本における外国人も含む）を対象としています。

【調査時点】

発見地を基に自殺死体発見時点（正確には認知）で計上しています。

【自殺者数の計上方法】

捜査等により自殺であると判明した時点で計上しています。

【特徴】

曜日や時間帯、職業区分、居住地、動機などのデータも計上しています。

警察統計変更点

令和4年1月分から、自殺統計原票の見直しにより、新たな集計表となっております。

（主な変更点）

・職業

（旧）自営業・家族従業者＋被雇用者・勤め人

（新）有職者

・職業

（旧）自営業・家族従業者＋被雇用者・勤め人の内訳

農・林・漁業、販売店主、飲食店主、土木・建築業自営、不動産業自営、製造業自営、その他の自営業主、専門・技術職、管理的職業、事務職、販売従事者、サービス業従事者、技能工、保安従事者、通信運輸従事者、労務作業者、その他

（新）有職者の内訳

管理的職業従事者、専門的・技術的職業従事者、事務従事者、販売従事者、サービス業従事者、保安職従事者、農林漁業従事者、生産工程従事者、輸送・機械運転従事者、建設・採掘従事者、通信・運輸・清掃・包装等従事者、その他

・職業

（旧）浮浪者

（新）ホームレス

・原因・動機

（旧）男女問題

（新）交際問題

～令和3(2021)年	令和4(2022)年～
1人につき3つまで計上 ※遺書等の生前の言動を裏付ける資料必要	1人につき4つまで計上 ※家族等の証言から考えうる場合も含める

・場所

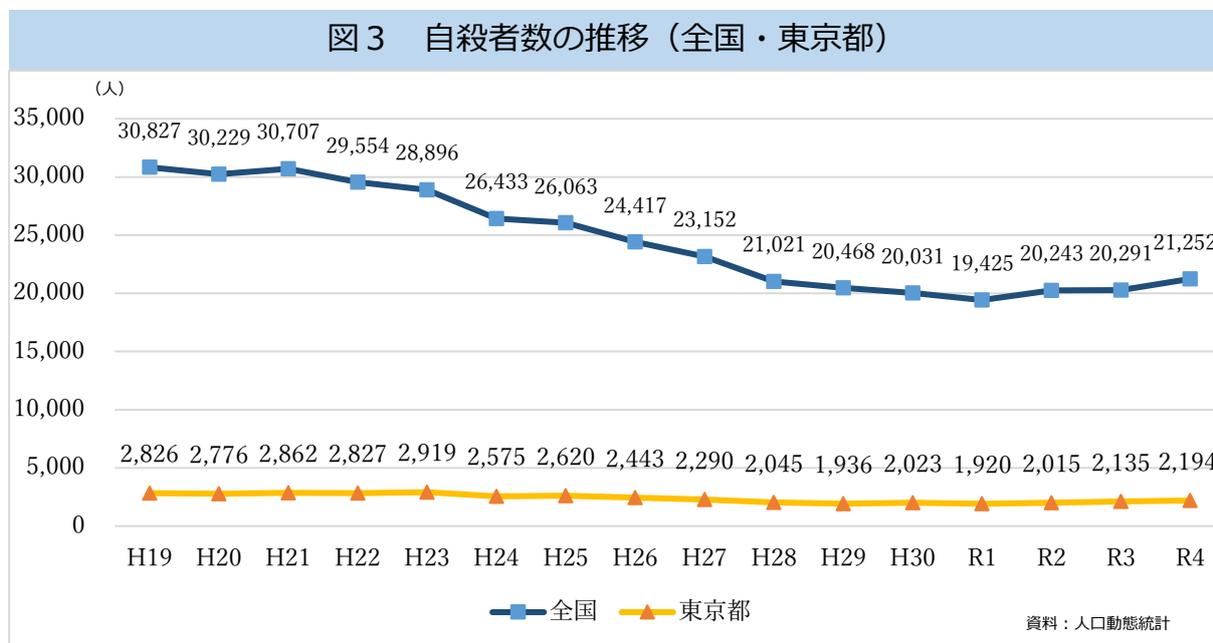
（新）実家（自宅を除く）

注：人口動態統計の令和4年分については「板橋区の保健衛生 事業概要 令和5年版」に基づく速報値です。

(1) 自殺者数の推移

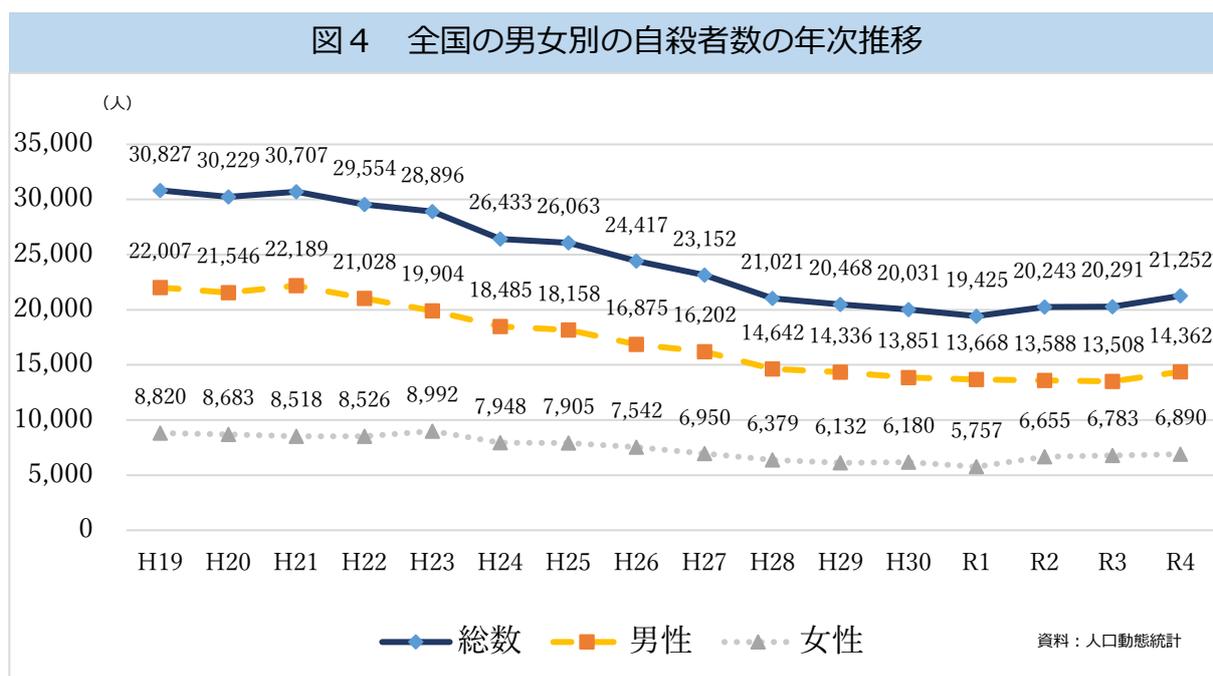
① 全国・東京都

令和4（2022）年における全国の自殺者数は21,252人で、3年連続で前年を上回っています。東京都における自殺者数も同様に、令和2（2020）年から3年連続で前年を上回っています。



② 全国の男女別自殺者数の年次推移

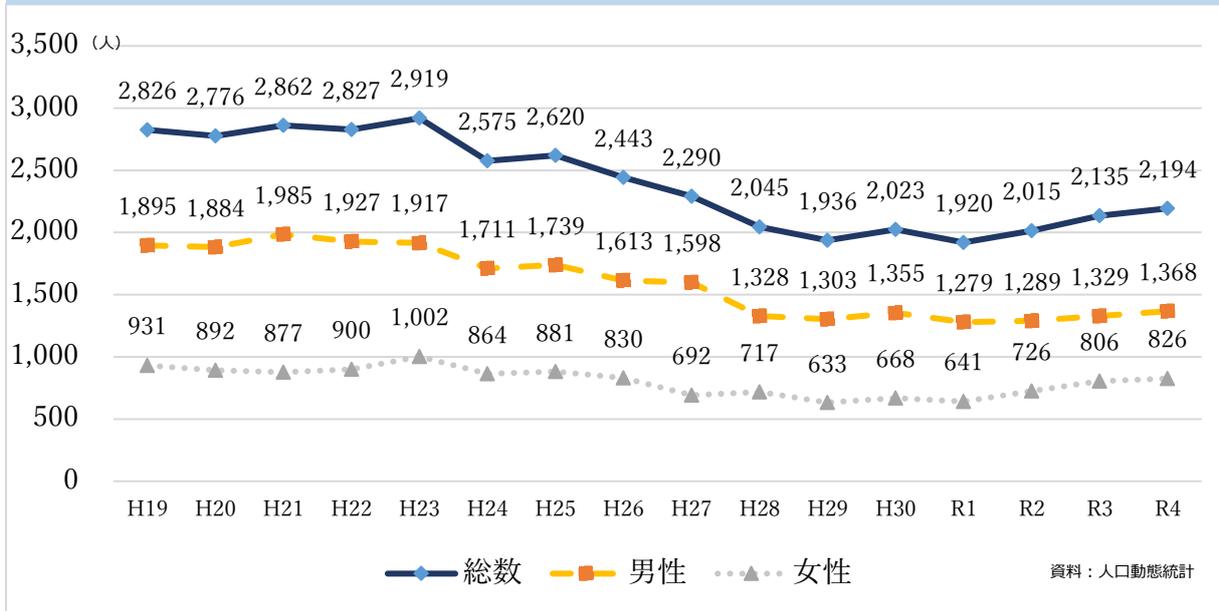
男性は12年連続で減少していましたが、令和4（2022）年に増加に転じています。女性は3年連続の増加となりました。男性の自殺者数は女性の約2倍となっています。



③ 東京都の男女別自殺者数の年次推移

平成 23(2011)年をピークに減少に転じてから平成 29(2017)年まで減少傾向が続き、その後は2,000人前後で推移していましたが、令和 2(2020)年からは3年連続して増加傾向が見られます。

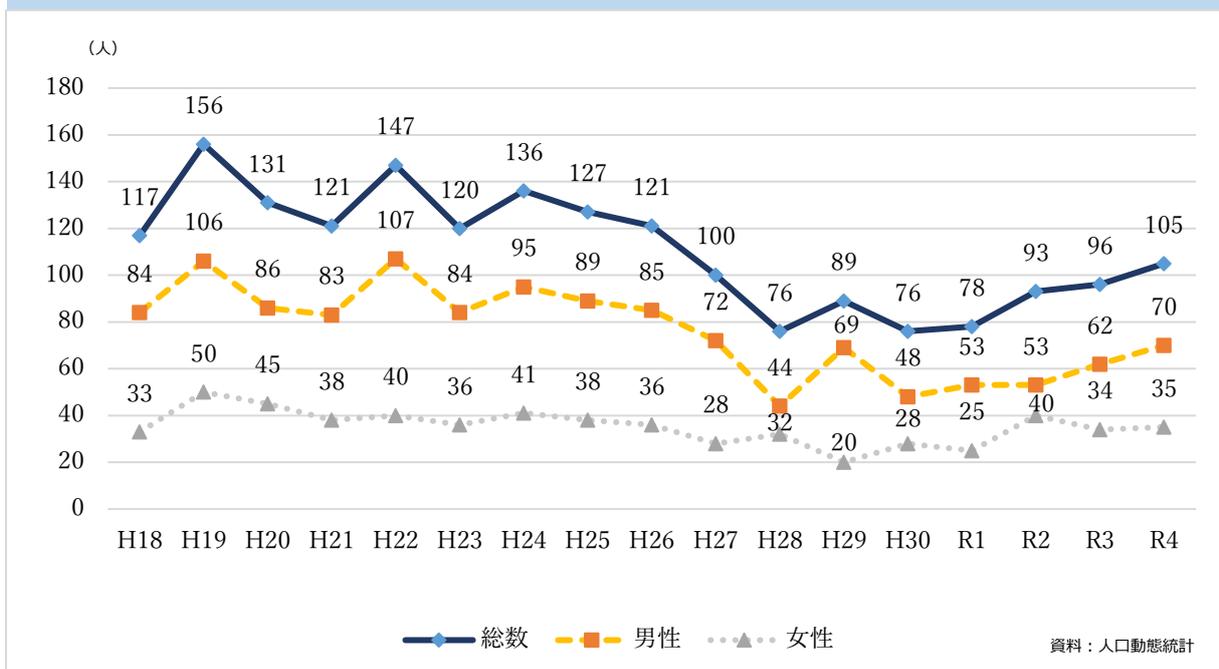
図5 東京都の男女別の自殺者数の年次推移



④ 板橋区の男女別自殺者数の年次推移

板橋区の自殺者数は、平成 19(2007)年の156人をピークに、平成 28(2016)年には76人まで減少しましたが、令和元(2019)年から4年連続で増加しています。

図6 板橋区の男女別の自殺者数の年次推移

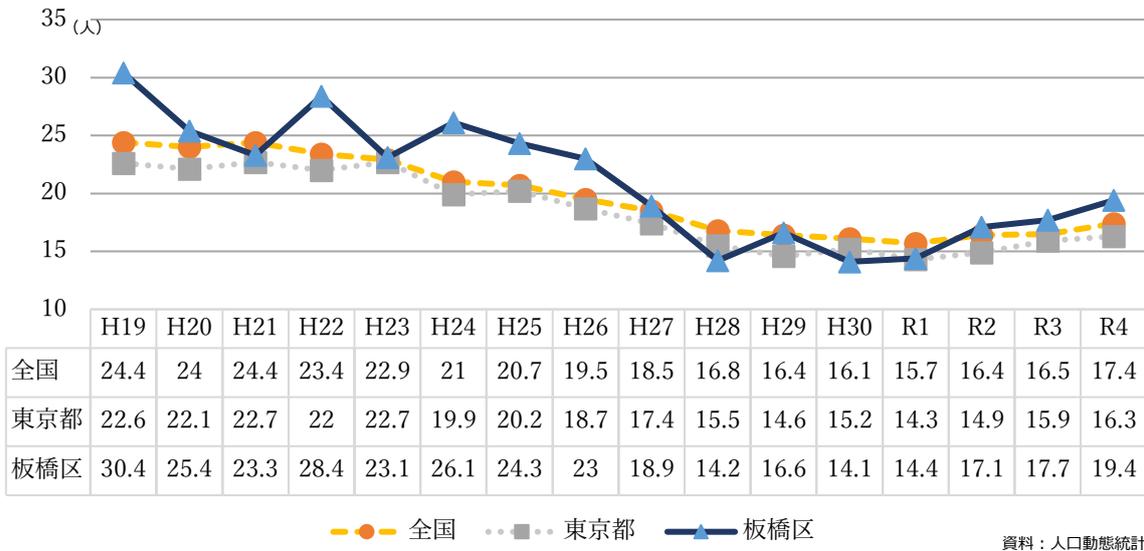


(2) 自殺死亡率

① 全国・東京都・板橋区

板橋区の自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺死亡者数）は、全国や東京都と比べ高く推移した後、近年は同程度となっていました。令和2（2020）年から3年連続で上昇しており、全国や東京都に比べて高くなっています。

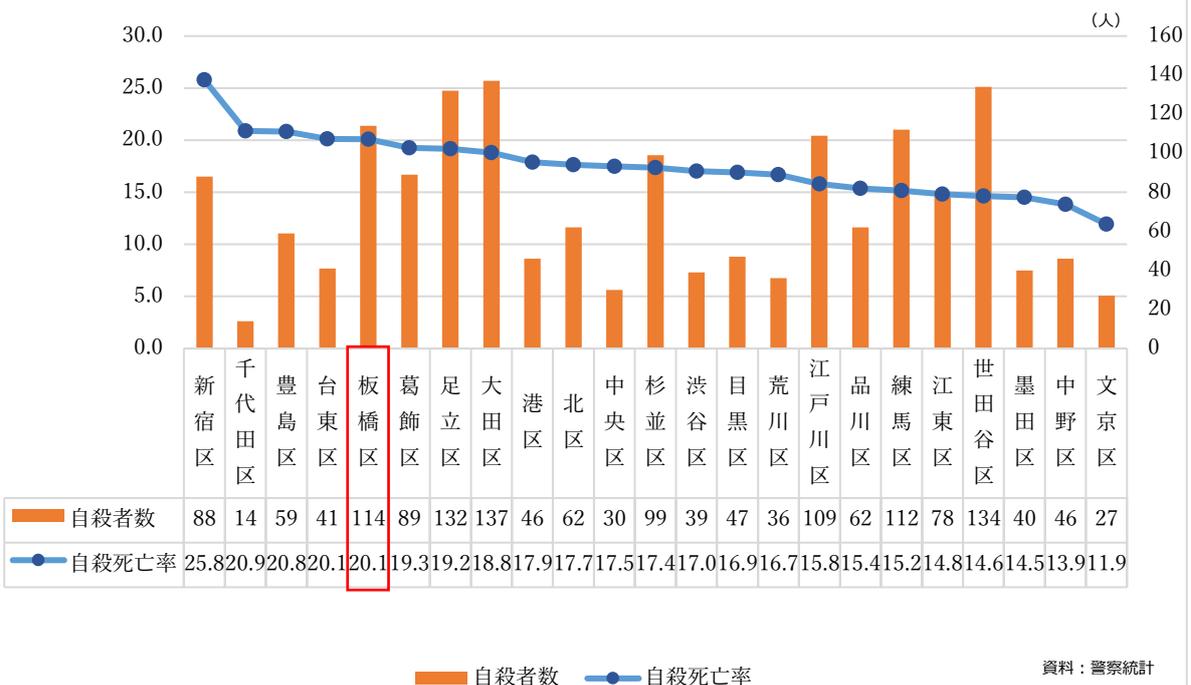
図7 自殺死亡率の年次推移（全国・東京都・板橋区）



② 23 区別の自殺者数・自殺死亡率

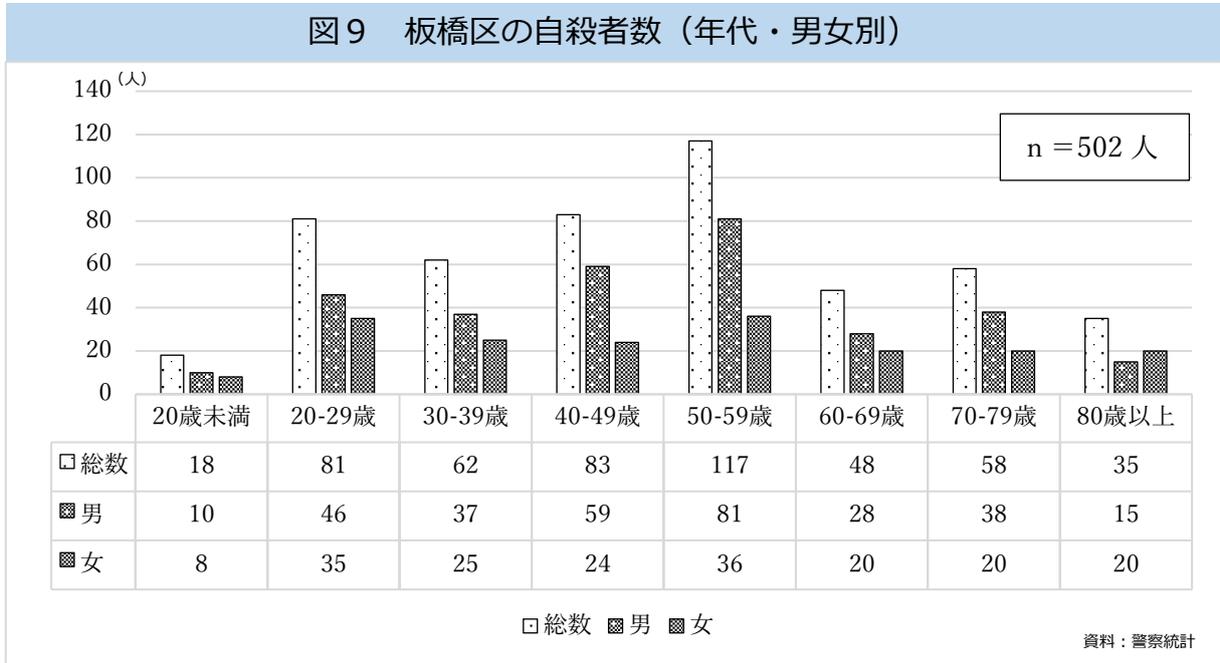
板橋区の自殺者数及び自殺死亡率は、23 区中 4 番目となっています。

図8 23 区別自殺者数・自殺死亡率（令和4（2022）年）



(3) 板橋区の自殺者数 年代・男女別 (平成30(2017)年～令和4(2021)年合算)

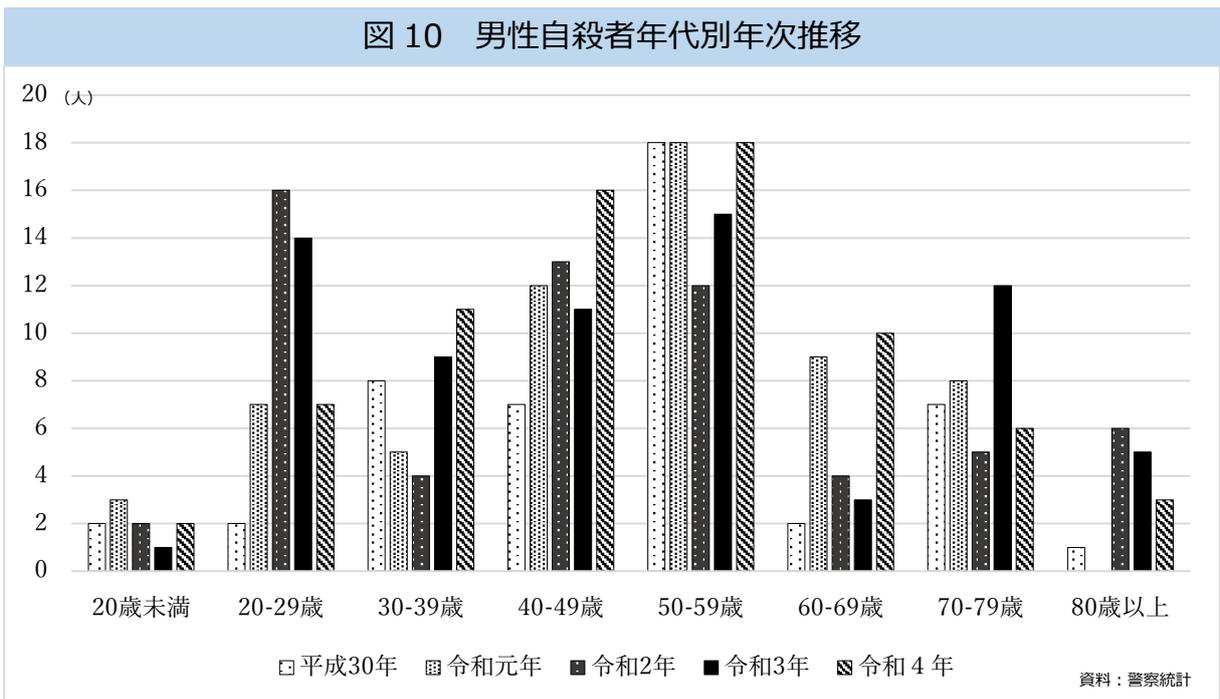
50歳代の自殺者数が最も多く、40歳代、20歳代と続きます。男女別では、男性の自殺者数が女性の約1.7倍です。働き盛りの30歳代から50歳代の自殺者数は、全体の半数を占めます。



(4) 板橋区の自殺者数 年代別年次推移

① 男性

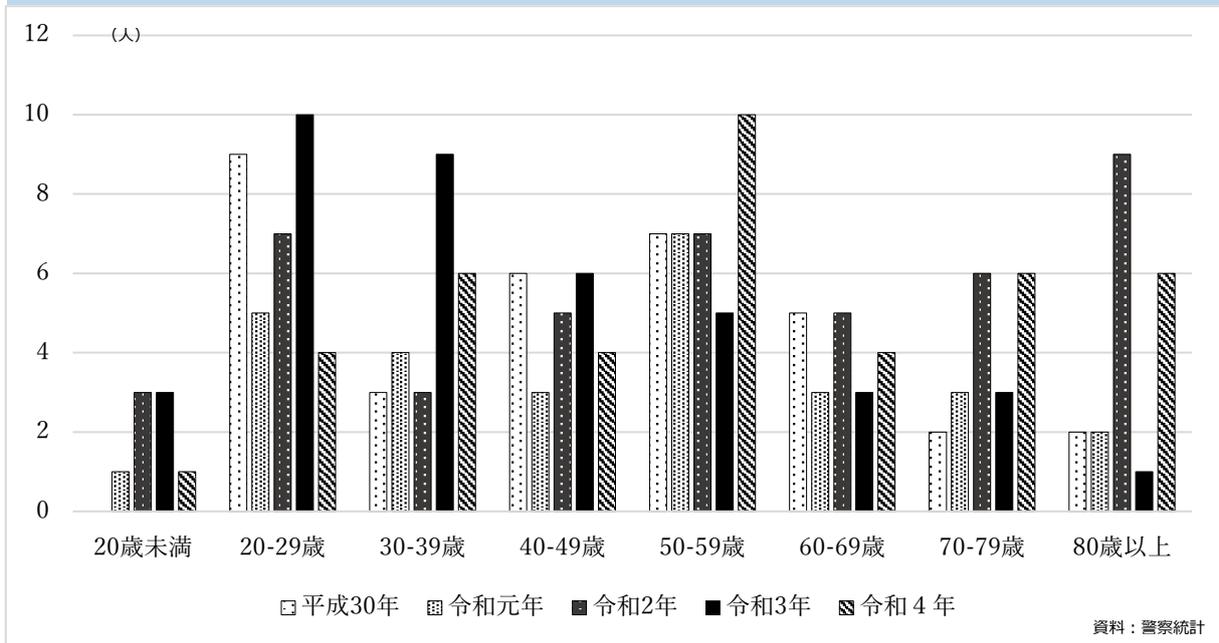
男性の自殺者数は、40歳代、50歳代で高止まりの傾向にあります。



② 女性

女性の自殺者数は男性に比べて少ない傾向にありますが、令和4(2022)年は、50歳以上の全ての年代で増加しています。

図 11 女性自殺者年代別年次推移

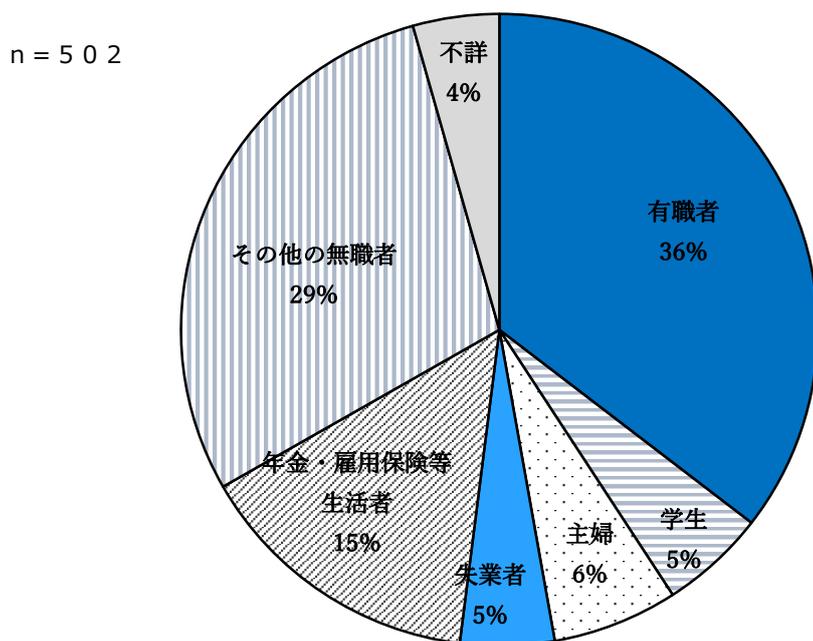


(5) 板橋区の自殺者 職業別 (平成 30(2018)～令和 4 (2022) 年合算)

① 職業別構成割合

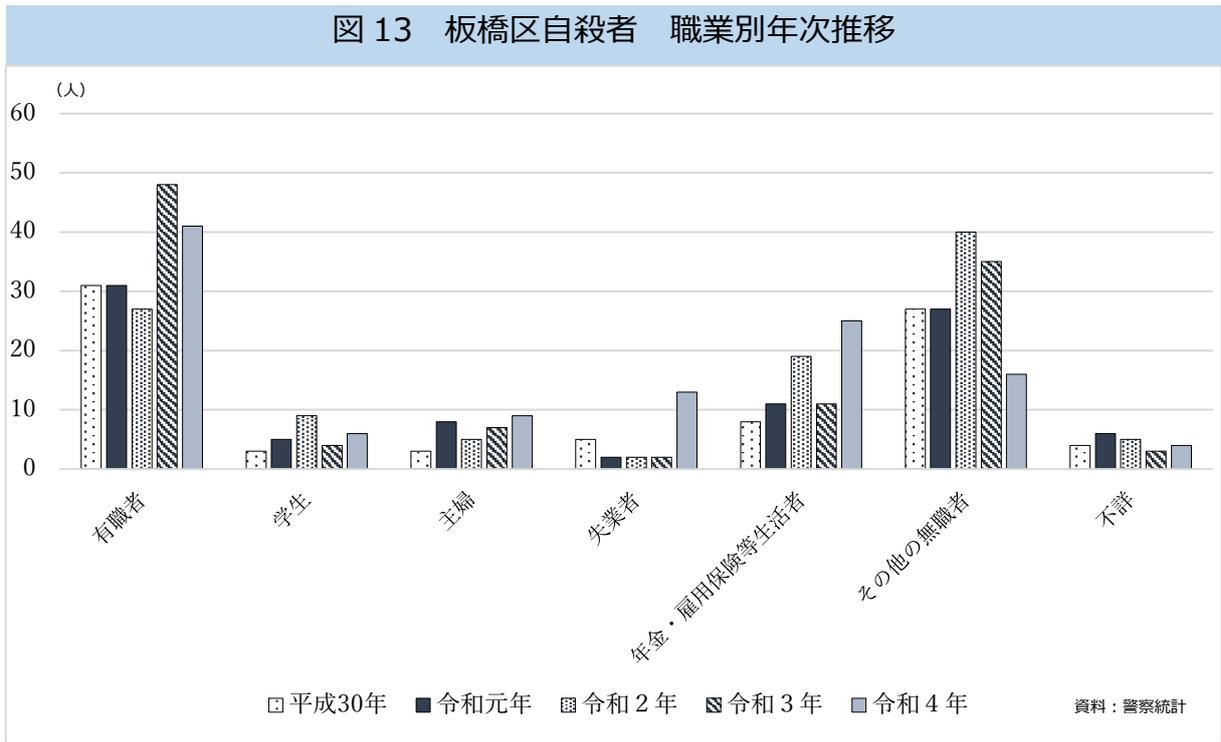
無職者 (学生、主婦、失業者、年金生活者を含む) が 60% となっています。

図 12 職業別構成割合 (平成 30(2018)～令和 4 年(2022)合算)



② 職業別年次推移

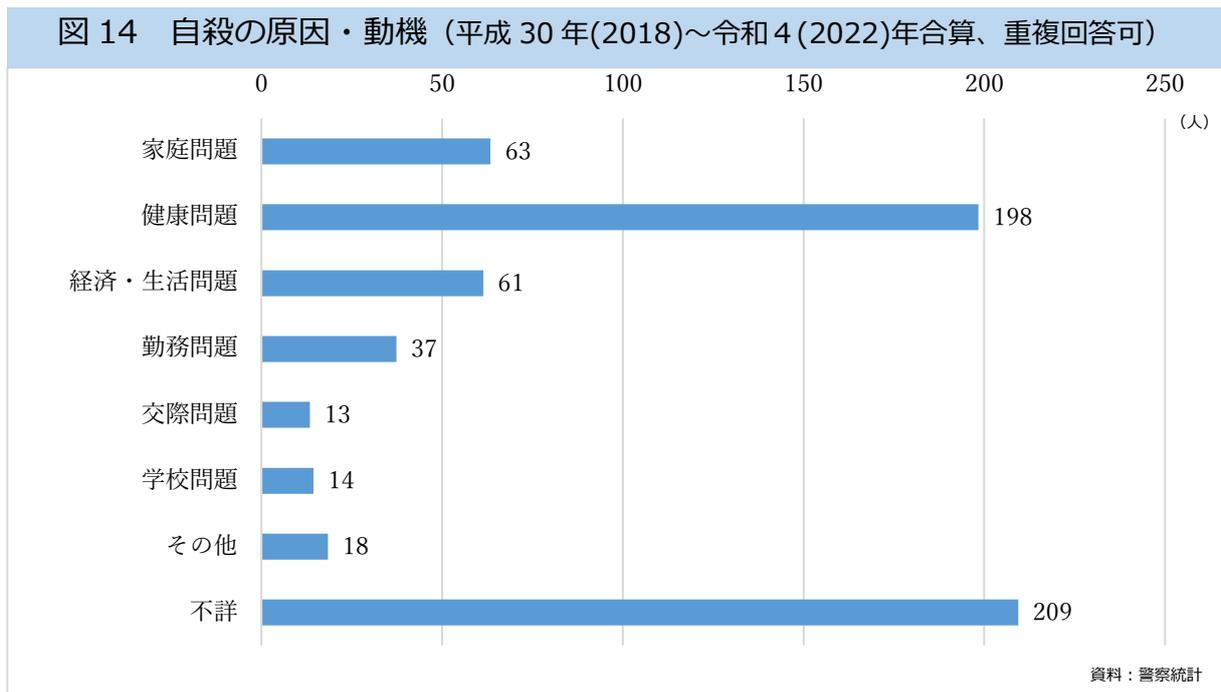
「失業者」と「年金・雇用保険等生活者」で大きく増加しています。



(6) 板橋区の自殺者数 原因・動機別

① 原因・動機別自殺者数 (平成 30(2018)年～令和 4 (2022)年合算、重複回答可)

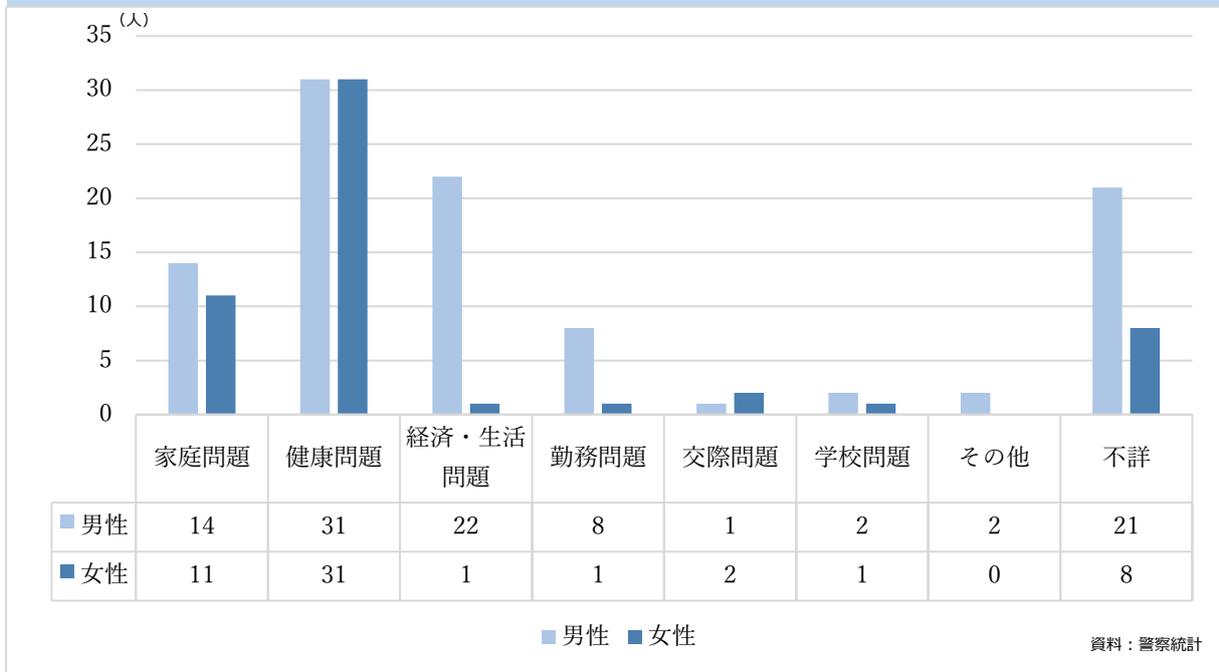
様々な問題を抱えた方がいる中で、最終的に「健康問題」(身体疾患、うつ病などの精神疾患を含む)が原因・動機となった自殺者数が、原因・動機が判明している中では最も多くなっています。



② 原因・動機別自殺者数（令和4（2022）年男女別、重複回答可）

男性・女性ともに「健康問題」が最多ですが、次に多いのは男性が「経済・生活問題」、女性は「家庭問題」でした。

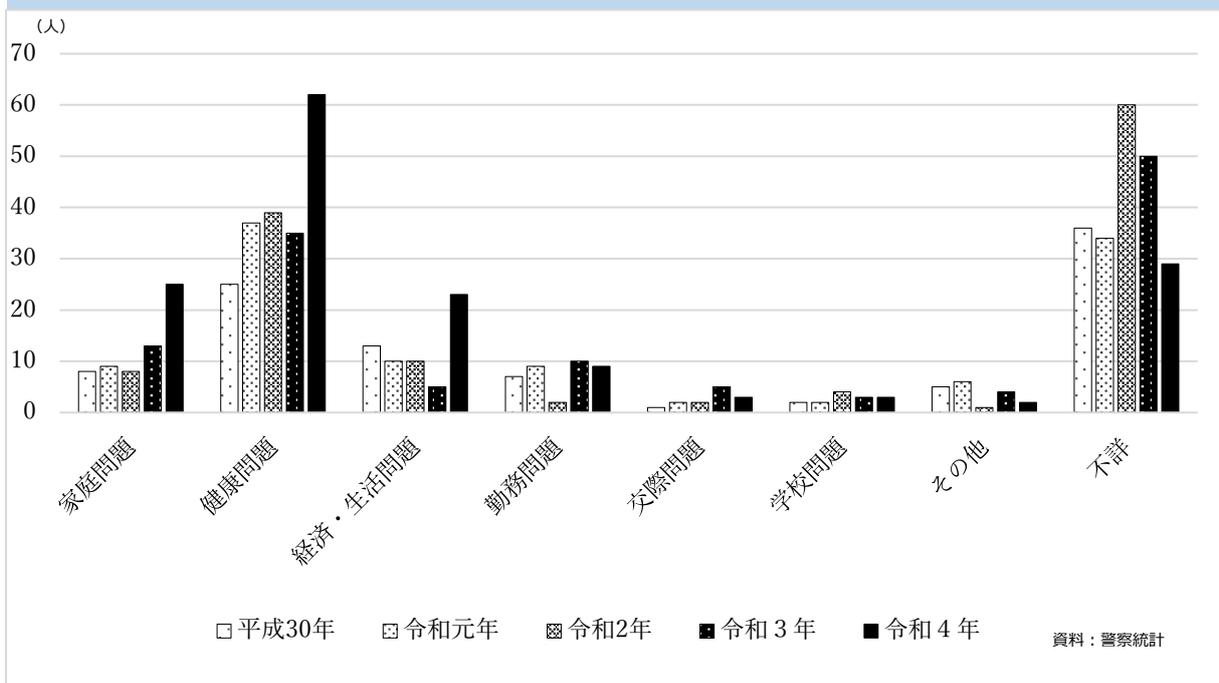
図 15 自殺の原因・動機（令和4（2022）年男女別、重複回答可）



③ 原因・動機別年次推移

警察統計の方法が令和4（2022）年から変更になったため、単純に比較することができませんが、「健康問題」を抱える人が多いことがわかります。

図 16 自殺の原因・動機別年次推移（重複回答可）



④ 板橋区の自殺者の多い集団の特徴

厚生労働大臣指定法人「一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）*5」の分析による、板橋区で自殺に至った人の経緯（「板橋区地域自殺実態プロファイル」）は、中高年男性が失業をきっかけに心身の不調をきたし、自殺に至るケースが一番多いことが示されています。

なお、令和4（2022）年の分析は未着のため、計画策定時と同じものです。

表1 板橋区の自殺者の多い集団の特徴（平成29（2017）～令和3（2021）年合算）

自殺者の特性上位5区分	自殺者数 (5年計)	割合	自殺死亡率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路
1位:男性 40～59歳無職独居	35	7.3%	211.9	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺
2位:男性 20～39歳有職独居	33	6.9%	24.0	①【正規雇用】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/②【非正規雇用】(被虐待・高校中退)非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺
3位:男性 60歳以上無職独居	32	6.7%	61.3	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺
4位:女性 60歳以上無職同居	31	6.5%	13.4	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
5位:男性 40～59歳有職同居	31	6.5%	11.4	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

資料：警察庁自殺統計原票データを厚生労働省（自殺対策推進室）にて特別集計
表1の母集団は板橋区の自殺者数（平成29（2017）年～令和3（2021）年）の合計477人

*5 厚生労働大臣指定法人・一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）
平成28（2016）年4月1日に施行された改正自殺対策基本法の理念と趣旨に基づき設立され、地域自殺対策計画の策定を支援するために、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など、地域自殺対策策定に資する資料を自治体に提供しています。国が国立研究開発法人国立精神・神経医療センター内に設置した、民学官協働型の組織です。

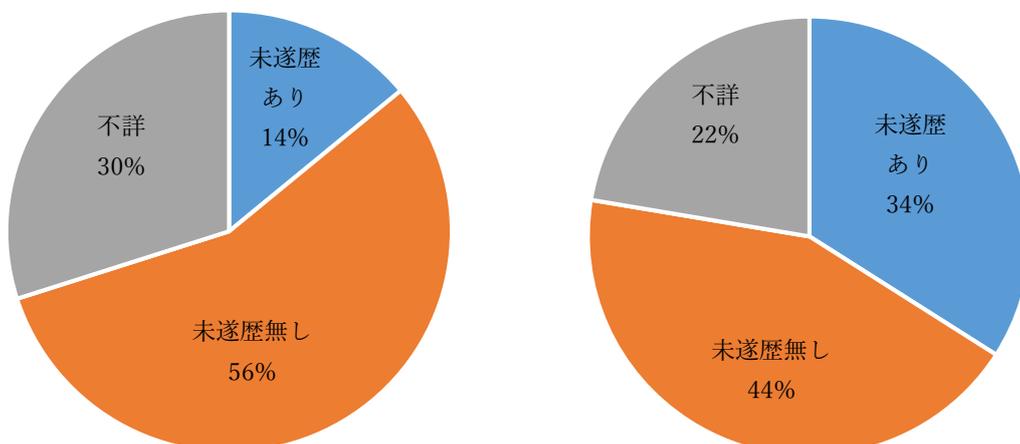
（7）板橋区の自殺者の自殺未遂歴 男女別割合（平成30（2018）～令和4（2022）年合算）

女性の方が、男性より自殺未遂歴のある人の比率が高くなっています。

図17 自殺者の自殺未遂歴の有無（平成30（2018）～令和4（2022）年合算）

男性総数 n=314 人

女性総数 n=188 人



資料：警察統計

(8) 板橋区の年齢階級別死因 (令和4(2022)年)

10歳代から50歳代までの死因は、自殺が上位を占めています。

これは毎年同じ傾向にあります。

表2 板橋区の年齢階級別死因 (令和4(2022)年)

年代	令和4年		
	第1位	第2位	第3位
10歳未満	不慮の事故	悪性新生物	—
10-19	自殺・不慮の事故		悪性新生物
20-29	自殺	心疾患・不慮の事故	
30-39	自殺	悪性新生物	肝疾患
40-49	悪性新生物	自殺	心疾患・脳血管疾患
50-59	悪性新生物	心疾患	自殺
60-69	悪性新生物	心疾患	肝疾患
70-79	悪性新生物	心疾患	脳血管疾患
80歳以上	悪性新生物	老衰	脳血管疾患

資料：人口動態統計

板橋区の取り組みについて

1. 令和5年度の新規事業

(1) 出張ゲートキーパー研修

①事業概要

ゲートキーパーとしての役割が期待される主体に対し講師を派遣し、自殺対策に対する正しい理解を浸透させ、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現をめざします。

②令和5年度実績（12月6日現在）

講師派遣依頼 5件（うち3件実施済み）

派遣先：地域包括支援センター、民生・児童委員協議会等

参加人数：合計92名

講師：特定非営利活動法人メンタルケア協議会
理事 西村 由紀 先生



(2) インターネット検索連動型広告

①事業概要

インターネット利用者が検索エンジンでネガティブワードを検索した際に相談窓口を表示させる検索連動型広告を導入し、SNS等の相談窓口につなげ、自殺予防効果を高めます。

【イメージ】

スマートフォン画面の検索欄に「自殺したい」と入力すると、検索結果に関連した広告が表示されます。

スポンサー
hokeniryu.metro.tokyo.lg.jp
https://hokeniryu.metro.tokyo.lg.jp・板橋区対象、相談

いま死にたいと思っている方へ - ここで死にたい気持ち話せます

しにたい、消えてしまいたいほどつらい悩みを抱えた方の相談窓口です。相談の秘密は守ります。

東京都でLINE相談を実施します

しにたい、消えてしまいたいほどつらい悩みを抱えた方への相談窓口です。

東京都では、自殺者数における若年層の割合が全国と比較して高いことから、若年層に対する自殺防止対策を強化するため、LINEを活用した自殺相談を行います。

ひとりでは悩まないで、あなたの声をLINEで聴かせてください。

※「LINE相談のご利用にあたって」は、こちらをご覧ください。

実施日時
毎日午後3時から午後11時まで（受付は午後10時30分まで）

LINEアカウント名
相談はっつとLINE@東京

相談はっつとLINE@東京

自殺の領域については、検索連動型広告を通してICTを活用した相談につながった相談者は、インターネット相談を始めて約1か月後には自殺念慮（自殺を考える気持ち）が低下する効果が見出されています。

②令和5年度実績

Google 上限クリック数：600

	表示回数	クリック数	クリック率
4月	9,158	657	7.17%
5月	9,546	619	6.48%
6月	9,172	599	6.53%
7月	9,350	612	6.55%
8月	9,131	543	5.95%
9月	8,290	665	8.02%
10月	8,196	538	6.56%

Yahoo 上限クリック数：200

	インプレッション数	クリック数	クリック率
4月	5,369	242	4.51%
5月	3,986	221	5.54%
6月	4,266	233	5.46%
7月	4,637	234	5.05%
8月	3,939	195	4.95%
9月	4,054	204	5.03%
10月	4,377	187	4.27%

総計

	表示回数	クリック数	クリック率
4月	14,527	899	6.19%
5月	13,532	840	6.21%
6月	13,438	832	6.19%
7月	13,987	846	6.05%
8月	13,070	738	5.65%
9月	12,344	869	7.04%
10月	12,573	725	5.77%

(3) 絵本のまちいたばし～板橋区版自殺対策～

①事業概要

区ゆかりのアーティストと自殺予防をテーマとした絵本を作成し、児童・生徒のこころの健康に関する教育を推進します。

メインターゲットは小学校5～6年生とし、ストーリーについては、区内の大学と連携しワークショップを通じて決定します。絵本完成は令和7年度を予定しており、区内の小・中学校のSOSの出し方に関する教育の授業での活用や区内図書館への設置を想定しています。

②令和5年度実績

編集者とともに東京家政大学の学生とワークショップを2回開催。(全5回を予定)

➤ 1回目 9月20日 9時～10時30分

絵本企画説明、関連絵本を読んで感想を共有

- ・絵本を読んでみよう
- ・それぞれが選んだ絵本を紹介しよう
- ・絵本とは？



➤ 2回目 10月4日 9時～10時30分

お話し作りの準備

課題で提出した各人の「小学校での思い出」をグループワークで読み解く

- ・小学校の時の私にどんな言葉を伝えたいか
- ・簡単なあらすじを書いてみる



2. ゲートキーパーの養成

(1) 区民向けゲートキーパー研修（集客型）

実施日：令和5年9月6日 13時15分～16時15分
講師：東京薬科大学客員教授 齋藤 百枝美 先生
参加者：46名（うち民生・児童委員協議会の方31名）
※令和6年3月にも実施予定

(2) 職員向けゲートキーパー研修

①対面研修

実施日：令和5年8月3日、24日
参加者：97名

②動画配信

研修期間：令和5年8月1日から8月31日
参加者：1,870名



職員向けに動画を作成しました

3. 啓発実績

(1) イベントでの啓発

- ・健康月間（9月11日～9月15日）
- ・帝京大学板橋キャンパス帝桜祭（10月15日）
- ・板橋区民まつり（10月21日・22日）
- ・板橋農業まつり（11月11日・12日）
- ・二十歳（はたち）のつどい（1月8日（予定））など



(2) 東武鉄道株式会社と協働での駅頭キャンペーン

実施日：令和5年9月13日 15時から16時
実施場所：東武東上線ときわ台駅
配布数：1,000部

