



自殺者数の変遷と対策

山下メンタルクリニック

院長 山下 正廣 先生

令和3年1月23日付の新潟日報によると、昨年の自殺者が11年ぶりに増加に転じたという。

統計を振り返ると一

①98年

それまで20年もの間、年間2万人台の自殺者数だったのが、この年、突然前年より8千も増えて3万人を越えます。

原因は山一証券、拓殖銀行の倒産などいろいろ推測されています。

②98年～11年

98年の自殺者急増を前記のように説明するにしても、問題はその後、98年から11年まで、13年連続で3万人を超えたこと、これをどう考えるかです。

③10年～19年

この10年は画期的な期間でした。この期間は毎年前年の自殺者数を下回って、12年にはついに3万人を割り込み、2万7千人台になりました。

その後も自殺者は毎年減少し、20年には2万人以下になる予想でした。

なぜ、こんな期間があり得たのか、②とともに考えるべきことですね。

④20年

昨年20年は、6月までは前年を下回るペースだったのですが、7月から増加傾向に転じ、結局年末には前年より750人増え、2万人を割る夢は潰えました。コロナがどう影響したか、なお不明です。

統計上は、現在まで①→④のようになります。

さて次に、自殺の原因は何かというところ

警察庁は自殺の原因を、「健康問題」「経済・生活問題」「家庭問題」…など6つと、「その他」の7つに分けて集計しています。

それによると、1番が「健康問題」で全体の約半数、次が「経済・生活問題」で全体の1/6になります。

健康問題と言いますが、実はうつ病のことで、うつ病が自殺の大きな原因というところ、何か納得しそうです。本当にそうでしょうか？

イスラム教の国では自殺者が極端に少ないと言います。イスラム教では誕生・死亡はアッラーの業で人為が介してはならないという厳しい戒律があるからと説明されます。

じっと考えると、ここに自殺予防のヒントがあると思うのです。

「人を殺す」つまり「殺人」、これはどんな時代、どんな社会でも罪でしょう。ところで、「自分を殺す」つまり「自殺」これは罪か、ということです。

イスラム教では厳しく罪だといっているのです。これが自殺予防になると思うのです。

うつ病者の心理が「うつ病→辛い→死にたい→自殺」とすると、イスラム教では「死にたい」から「自殺」の間にはアッラーという大きな壁があり、自殺に至らない。

一方、我が国では「死にたい」から「自殺」までの距離は曖昧で、身近な人の自殺は一挙にその距離を縮める。

つまり、うつ病だから自殺するのではなく、「死にたい」から「自殺」までの距離がないから、直結するから自殺すると思われるのです。

自殺する合理的理由などないのです。ならば、わが国の自殺予防はどうするか。

子供の頃から朝な夕なに、

● 身体髪膚之を父母に受く、あえて毀傷せざるは孝の始めなり『孝経』

(意味) 自分の身体は親からの貰い物だから、大切に扱わないといけない。それが、親への孝行の始まりとなるのだから。

と斉唱させたらどうかと思うのですが。