

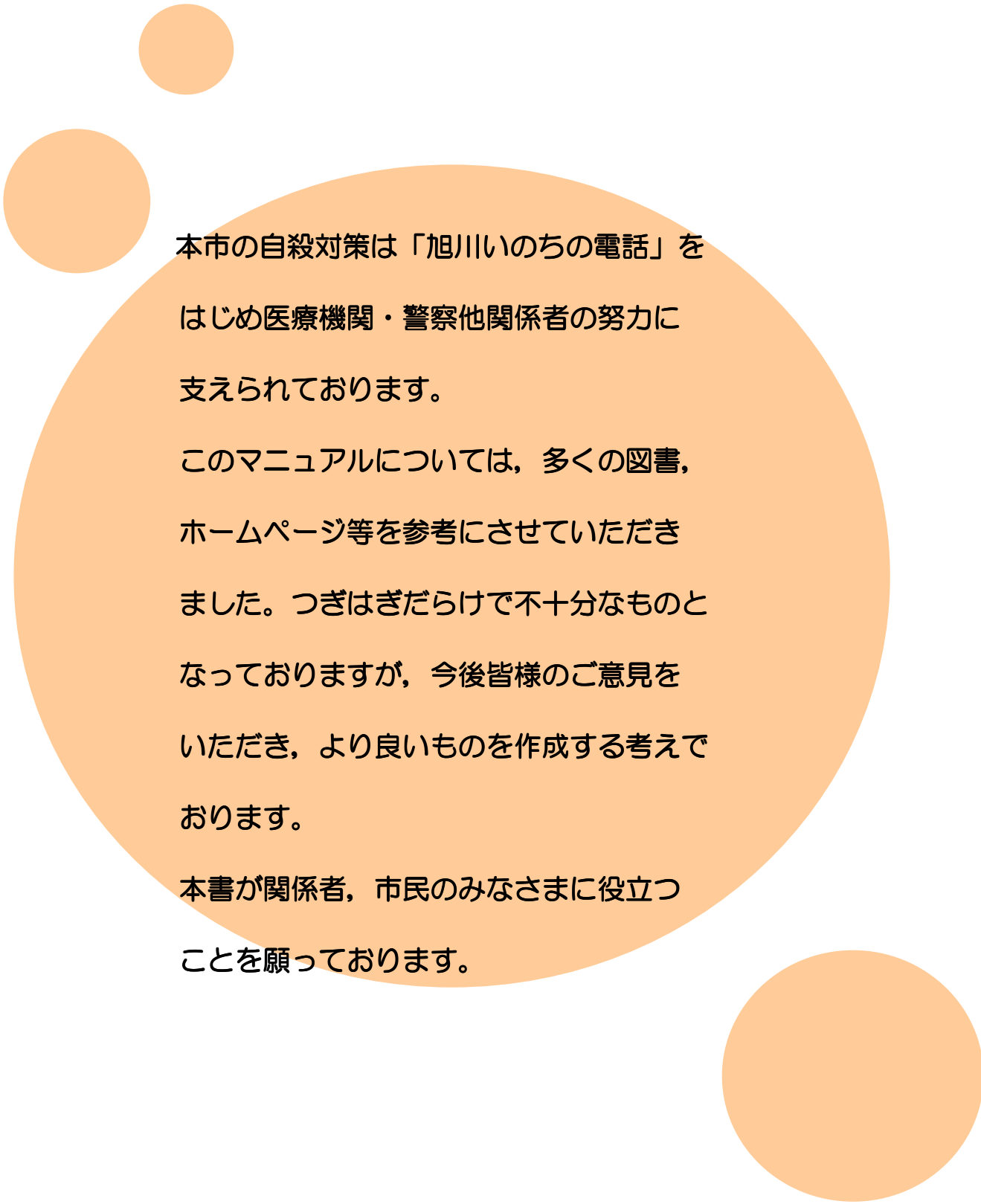
大切なあなたのために

自殺対策マニュアル

目 次

- 1 自殺の状況と対応・・・・・・・・・・P3
- 2 自殺をほのめかす言葉・・・・・・・・P4
- 3 自殺に関する豆知識・・・・・・・・P5
- 4 電話での対応方法・・・・・・・・・・P6
- 5 対応のポイント・・・・・・・・・・P7
- 6 連携しみんなで支え合うこと・・・P8
- 7 自死遺族等の方への対応・・・・・・・・P9・10
- 8 旭川いのちの電話・・・・・・・・・・P11
- 9 自殺の背景・・・・・・・・・・P12
- 10 健康問題 うつ病・・・・・・・・・・P13
- 11 経済生活問題 多重債務・・・・・・・・P14・15
- 12 勤務問題 勤労者心の電話相談・・・P16
- 13 学校問題・・・・・・・・・・P17
- 14 救命救急連絡先・・・・・・・・・・P18
- 15 精神科・神経科一覧表・・・・・・・・P19
- 16 相談機関一覧・・・・・・・・・・P20
- 17 統計資料・・・・・・・・・・P22

旭川市保健所健康推進課
旭川市7条通10丁目第2庁舎
電話0166-26-1111
(内線2956・2957)



本市の自殺対策は「旭川いのちの電話」をはじめ医療機関・警察他関係者の努力に支えられております。

このマニュアルについては、多くの図書、ホームページ等を参考にさせていただきました。つぎはぎだらけで不十分なものとなっておりますが、今後皆様のご意見をいただき、より良いものを作成する考えでおります。

本書が関係者、市民のみなさまに役立つことを願っております。

1 自殺の状況と対応



- ◇ 自殺の多くは様々な要因が複雑に関係した「追い込まれての死」と考えられています。追い込まれる前に周囲の人に相談したり、「もう死んでしまいたい」という本人のサインに周囲の人が気づいて、何らかの行動を起こすことで自殺に至ることを回避できる場合もあります。また、個々人で回避することが不可能であっても社会全体で対策を実践することで救うことのできる命があります。
- ◇ 自殺者の約9割が、うつ病を始め、薬物依存、統合失調症など、何らかの精神科の診断に当てはまっています。最近の調査では、うつ病経験者の4人に1人しか治療を受けていないという結果が出ています。（P13参照）
- ◇ ストレス（借金、病苦等）そのものを軽減できなくても、うつ状態の改善や共感的な姿勢で相談にのることによって、自殺に至らずに済む場合もあります。
- ◇ 死にたい気持ちが強いときには相談・受診、場合によっては入院などの対応をとることが大切です。

手首を切った、薬をたくさん飲んだなどのような「自殺のそぶり」と言われる訴えは無視してはなりません、すぐに救急・警察といった認識を持つべきものではありません。

自殺のそぶりは「救いを求める叫び」であり、自殺したいほどの気持ちを分かってほしいという訴えであることが多く、大切なのは、その「叫び」をまず言葉として受け止めることです。そのためにも、救急措置といったことに振り回されないことが肝要です。

なぜ自殺対策を実施するのか

自殺は本人にとってこの上ない悲劇であるだけでなく、家族や周囲の者にも大きな悲しみや困難をもたらします。また社会全体にとっても大きな損失となります。

2 自殺をほのめかす言葉

どんな言葉があるのでしょうか。（自殺のサイン）

- *ずっと眠り続けたい
- *消えてしまいたい
- *何もかにもから逃げてしまいたい
- *遠くへ行きたい
- *もうどうでもいい



- *生きていてはいけない存在
- *私なんかいない方が良く
- *価値のない人間だ
- *居場所がない

- *もう時間はない
- *もう決めました

- *お世話になりました
- *さよならが言いたくて
- *いろいろありがとうございました



相手がなにげなく言うのを敏感にとらえて、対応することがとても重要です。

電話の場合には話し始めて5分から10分の間に重要なことを相手は言います。

最初に自殺をほのめかす言葉を聞き逃すと電話の相談者は二度、三度繰り返して表現しますが、同じ言葉ではなく違った表現となります。

しかも、もっと深刻な言葉になって表現されます。

3 自殺に関する豆知識



「死ぬ、死ぬ」という人は本当は自殺しないものなの？

答え⇒ 誤解です。

「死ぬ、死ぬ」という人は死なないと広く信じられていますが、これは大きな誤解です。自分自身ではどうすることもできない状況に追い込まれ、冷静に物事を考える、判断するということができなくなり、結果として自殺に至る可能性が高いので、周囲の人が積極的に救いの手を差し伸べる必要があります。

WHY



自殺の危険の高い人は、死ぬ覚悟が確固としているの？

答え⇒ 誤解です。

自殺に至る前は、「死にたい」という気持ちと「生きたい」という気持ちの両面を併せ持っているといわれています。ですから自殺の直前まで思い悩んでいます。



自殺は突然起き、予測は不可能なの？

答え⇒ 誤解です。

多くの場合、自殺の前に何らかのサインがあると言われていています。また、具体的に自殺をほのめかす言葉などが聞かれずとも、自分の安全や健康を守れないという状態がしばしば認められます。

WHY



自殺未遂に終わった人は死ぬつもりなどなかったの？

答え⇒ 誤解です。

手首を浅く切る、薬を余分に飲むといった行為について「死ぬつもりなどなかったんだ」などと考えられてしまいがちですが、将来同様の行為を繰り返す内に自殺で命を失う危険が非常に高いことがわかっています。



自殺について話をするのは危険なの？

答え⇒ 誤解です。

誠実な態度で自殺を話題にするのであれば決して危険ではありません。むしろ、自殺の危険を評価する第一歩になり、自殺予防につながります。

4 電話での対応方法

手軽に使えること（即時性），顔を見せずに相手と話せること（匿名性），また単刀直入に言いたいことを切り出せることが電話の良さであり，身近で有効な手段として活用されるようになったと思われます。

また，電話で相手と会話をするとき，非常に近くで話していることになり，聞いてもらえたことは，心理的には大変役立つものです。

ただし近すぎる距離感には注意を要します。

<希死念慮にどのように質問すべきか>

希死念慮とは客観的に理解できない理由で死にたいと願い，死にたいという気持ちが次第に大きくなり，生きていくのがつらくなる状態です。

表面的な激励はしない，自分の価値観を押しつけない，話をはぐらかさず誠実に聞き，相手の感情を理解するなどの関わりが大切です。

対応例

- ・ 悲しい気持ちが強いのですか？
- ・ あなたのことを誰も心配していないと感じているのですか？
- ・ 生きていても仕方ないと感じているのですか？
- ・ 自殺したいくらい，つらいと感じているのですか？
- ・ 人生を終わらせようとする計画があるのですか？
- ・ どのようにそれを実行するつもりですか？
- ・ すぐにその方法が手に入るのですか？
- ・ いつその計画を実行に移すつもりですか？



5 対応のポイント

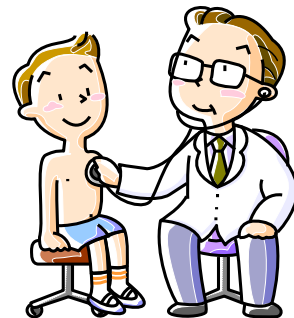
- ① 「自殺したい」と言われた時は、慌てず、驚かずに聞くこと。どうして死にたいのかを聞く。
- ② その人の一番切ないところ、腹が立っているところを聞く。相手の言ったことを繰り返す。
- ③ その人の思いをいっぱい聞けるかどうかカギ。どんなことを悩んでいて、どうしてそうなったかなどを本人が「もうこれ以上言うことが無くなっちゃった。」というくらい徹底的に聞いて理解する。
- ④ 具体的な自殺方法を聞くこと。
- ⑤ 沈黙の時間を充分保障してあげること。（質問攻めにしない）
- ⑥ 役に立とうとか、指導したいという気持ちを捨てること。（相手を心配していることを伝える。）
- ⑦ 対応に完全であろうとしないこと（完全であることは、人をも自分をも傷つける。）
- ⑧ 本人が従来持っていた価値観や問題解決の方法を生かし支えること。最近はこのエンパワメント（力づけ）と呼んでいます。
- ⑨ 危機の訴えは一人で対応せずに・・・
自殺の危険性が高いとか、未遂を繰り返す場合には専門家を紹介します。
必要な場合には入院治療を進めます。
他の人や専門機関の介入を依頼する場合は必ず本人の了解を得るようにしています。
- ⑩ 本人との会話が一段落しても、次に会う日か電話で話をする日を決めて必ず約束します。この約束が危機にある心を支えます。



6 連携しみんなで支え合うこと

- ① 自殺問題が起こったとき、本人と一番関係を持ちやすい人がケアするのが原則です。
日常的な信頼関係が危機に際しては必要だからです。
- ② 誰かに託すことは、力量不足ではありません。
医師には医師，教師には教師しかできない役割の違いを認めることです。
- ③ 精神科への紹介は本人や家族に抵抗が生じる場合があります。
そこでワン・クッションを置いて、かかりつけの家庭医か主治医に相談するのも一つの方法でしょう。

- ④ 自殺は生き方への問いかけ。
生き方や価値観は公の機関等が立ち入ることのできないひとりひとりの課題であり責任です。



精神科医の話

精神科医の救急場面での対処として、患者を包み込むような態度で注意深く傾聴することは重要ですが、主治医のもとを受診するように指示する結果となります。

救急医からみれば、精神科医は何もしていないように見えるかもしれないが、これでよいのです。

何もしないで、主治医のもとに返してあげることは、患者の最良の対処であると思われます。

7 自死遺族等の方への対応



愛する人を自死で亡くしたまわりの方の苦しみは図りしれないものがあります。悲しみのみならず「何かできなかったのか」「どうして気づいてやれなかったのか」など自責の念や罪悪感にさいなまれることもあります。

心ない言葉や不用意な問いかけは、しばしば遺族等の方を二次的に傷つけることがあります。悲嘆にくれる遺族等の方には暖かく見守ることや、まわりのサポートなどが必要になります。

悲しんでいるときに言って欲しくない言葉

- ・ 苦しいことや悲しいことは早く忘れなさい
- ・ 時が全てをいやします
- ・ 泣いては駄目、頑張りなさい
- ・ 長い間苦しまなくて良かった
- ・ ご愁傷様でした
- ・ 子どもがいなかったのが不幸中の幸い。まだまだやり直しがきく

精神科医 平山 正実より



悲しんでいるときに言ってもらいたい言葉

- ・ 私に何かできることがあれば言って下さい
- ・ 愚痴でも何でも言って下さい
- ・ 何もできませんがただ傍にいてあげるくらいはできます
- ・ 楽しかったときの思い出を聞かせて下さい

精神科医 平山 正実より

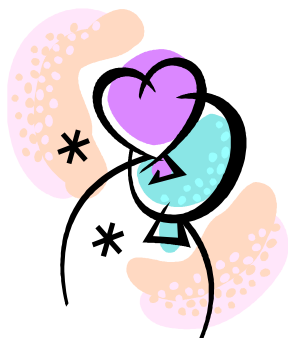


これらの言葉は非常にデリケートに使う必要があります。批判したり安易な慰み事は言わず、助言はせずにひたすら聴く姿勢が大切です。

* 自死遺族とは、自殺した人の家族をさすことも多いのですが、家族以外の親戚、友人、知人、恋人、職場の仲間や上司などの「自殺した人と近い関係にあった人」を含めて“等”と表現しています。



8 旭川いのちの電話



いつでも、どこからでも、かけられる、ライフ・ライン、一本の生命線（Lifeline）それを『いのちの電話』と呼んでいます。

旭川いのちの電話は、淋しいとき、苦しいとき、困ったとき、どんなことでも24時間、365日、いつでも無料で相談電話を受けています。

誰でも、お気軽にダイヤルしてみてください

²ふたりではなし ³して ³みようよ ⁴しみじみと
旭川いのちの電話 0166-23-4343

- 愛する人との死別・生別れ、その人にとって大切な価値（誇りなど）が失われるなど、人生における重要な喪失体験をしたときに、人は生きる意味や目標を失います。
- 訴えずにいられなくて、いのちの電話にかけてくる人が、つながった時、異口同音に発する言葉は、「声を聞けてよかった」です。
- 相談できる人がいれば、こんなに幸せなことはありません。どんな悩みも聞いてくれるのだから。
『いのちの電話』における対応のひとつに「また、明日電話下さい」と約束するということをしています。
- 旭川いのちの電話は2007年度16,893件の電話を受けています。

9 自殺の背景

ひとりで悩まないで

□ ひとりで悩むとただ単に自分を責めてしまったりすることが多く、良い結果を得られません。まず誰かに話すことです。

□ 自殺の背景には、過労や倒産、リストラ、社会的孤立やいじめといった社会的な要因があるとされています。

自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題であり、自殺する個人を取り巻く社会に関わる問題として、考える必要があります。



H19年の自殺の原因・動機別状況では、「健康問題」「経済・生活問題」「家庭問題」「勤務問題」「男女問題」「学校問題」の順となっています。

家庭問題・男女問題相談先

夫婦の悩み、親子の悩み、子育ての悩み、嫁・姑の問題、親族問題、男女の付き合い、近所付き合い、職場・学校・友人との人間関係、生き方など様々な問題、悩みについて家庭生活カウンセラーがお話を伺います。

北海道家庭生活カウンセラー
旭川地区クラブ
0166-27-7611
毎週火曜日・木曜日（祝日は除く）
午前10時～午後2時

10 健康問題 うつ病

「病気」という認識を

うつ病は脳のエネルギーが不足したような状態になる病気です。主に朝のうち不調で、午後になると軽快する傾向があります。

また、頭痛、めまい、下痢・便秘、関節痛、呼吸困難、不眠など、多彩な身体症状が出てきます。

2週間以上も気分の落ち込みなどがあり、いろいろな身体症状が見られる場合には、うつ病を疑うことも大事です。

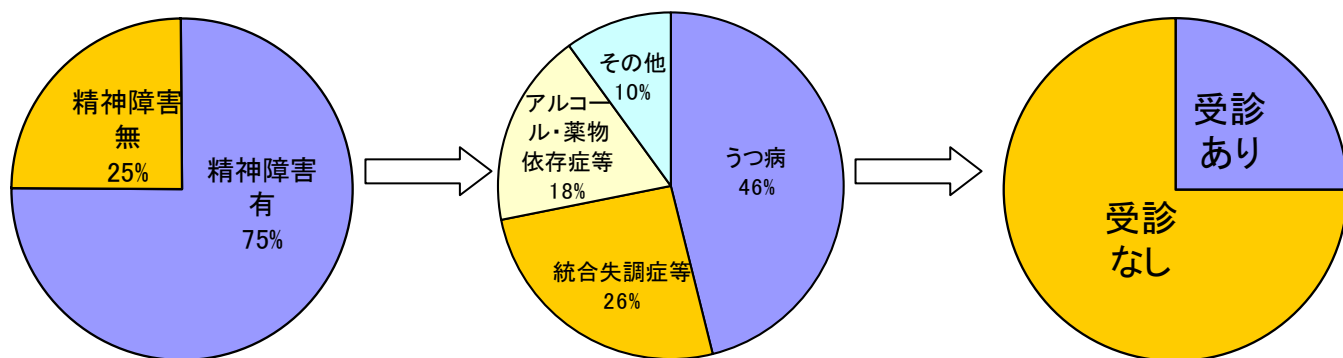
かかりつけ医に相談しましょう

再発・慢性化しやすいのがうつ病ですが、早期の軽症うつ病は改善しやすいです。最近では良い薬もでき、研究も進んでいます。

まず、かかりつけ医に自分の症状を話して相談してみてください。きっと良い方向に進むはずです。

自殺の背景としての精神疾患

厚生労働省資料より



自殺企図者の
75%に精神障害

精神障害の約半数が
うつ病

うつ患者は急増中。しかし、
4人に3人は治療を受けていない

1 1 経済・生活問題 多重債務

多重債務に陥らないために

サラ金や、消費者金融から借金をしている人は全国で約1,500万人、困っている人は150万人～200万人と見込まれています。

そして、高金利・過剰融資による厳しい取り立てが横行しています。

自殺する債務者には、利息制限法、簡易裁判所での民事調停、自己破産手続きの存在さえ知らないものが多いのが実情です。

債権者は職場に押しかけると債務者を嚇^{おど}すことが多く、それが自殺の引き金となります。

自殺の多くは自由意思でなく「追い込まれての死」と位置付けられます。

多重債務に陥らないための注意点

- 1 安易に借金はしない。
- 2 保証人・連帯保証人にならない。
- 3 生活に困ったときには福祉の窓口相談する。
- 4 返済に困ったときは1人で悩まずに、早く弁護士等に相談する。
- 5 契約内容をしっかり確認する。
- 6 何も記載されていない書類に絶対署名押印しない。
- 7 年金受給者証、クレジットカード、運転免許証、健康保険証を業者に預けない。



家族への返済請求

夫が多重債務に陥っても、妻や子どもは保証人になっていなければ支払い義務はありません。

しかし、死亡すると債務は相続の対象になります。それを避けるには相続の開始を知った時から3ヵ月以内に家庭裁判所に相談してください。

破産・免責手続きについて

旭川地方裁判所

詳しくは電話0166-51-6251 ※法律相談はできません

破産・免責の申立てをする裁判所は、原則として、債務者の住所地を管轄する地方裁判所となります。

旭川地方裁判所は3階の民事部破産・再生係が窓口です。

弁護士との相談

- (1) 法律扶助（扶助を受けられる基準があります）

法テラス

電話 0570-078374

※相談日時は予約時にご確認ください。



- (2) 弁護士法律相談（有料）

旭川法律相談センター旭川弁護士会館（旭川市花咲町4丁目）

電話 0166-51-9527

※相談日時は予約時にご確認ください。

- (3) 無料法律相談

旭川市民相談センター 26-1998

第1～第4木曜日 13時～16時（事前予約制）

生活保護の相談および申請

旭川市7条通10丁目（第2庁舎4階）

福祉保険部 保護第1課 相談支援係

電話 0166-25-9108

生活保護法・・・日本国憲法第25条に規定する理念に基き、国が困窮するすべての国民に対し、その困窮の程度に応じ、必要な保護を行い、その最低限度の生活を保障するとともに、その自立を助長することを目的とする。

1 2 勤務問題 勤労者心の電話相談

職場や人間関係や将来に対する不安等、こころに悩みを抱える勤労者が増えています。

そのような勤労者や家族が抱えるこころの問題に対応するため、厚生労働省では指定した労災病院において、『勤労者の心の電話相談』を行っています。

北海道では釧路労災病院が相談先になっています。



勤労者心の電話相談先

釧路労災病院 『勤労者心の電話相談』 0154-21-5797
毎週火曜日～金曜日（祝日除く）
午後2時～午後8時までお受けします。

- ◇ 電話による相談で、専門のカウンセラーが対応します。
- ◇ 対象者は、勤労者本人（その家族、上司等含む）、産業医等の産業保健推進関係者、企業の労務担当者とします。
- ◇ 相談内容は、仕事上のストレスによる精神的な悩み、職場の対人関係の悩み等の勤労者生活を通しての悩みに関する相談とします。
- ◇ 相談内容により関係相談機関及び医療機関等の情報を提供します。

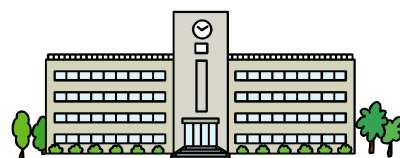
13 学校問題

いじめの心理と行動は、徒党を組むことで強化され、「みんなで渡れば怖くない」という群集心理が働き、凶暴な行為に及ぶことさえあるのです。

いじめられた子どもは誰にも相談できないまま追いつめられ、不登校になったり、自殺を考えたりするケースも出てくる可能性があります。

(1) 自殺の主な兆候

- ・自殺をほのめかす落書きや日記、作文、絵
- ・身の整理など別れの用意
- ・突然の変化（成績の急落、家へのひきこもり、飲酒や薬物乱用、投げやりな態度、不眠・食欲不振等の身体の不調）
- ・危険な行為や実際の自傷行為（リストカット等）



(2) 対応方法

①家庭での対応・・・本人を独りにしない、強く叱らない、話を聞く等

②専門家への相談の依頼

- ・医学的見地から・・・思春期外来、精神科の医師等
- ・心理学的見地から・・・スクールカウンセラー等



学校問題相談先

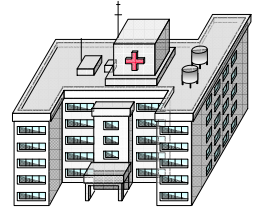
校内暴力、非行、いじめ、不登校、親子問題、生活全般	上川教育局 いじめ等相談室	永山6条19丁目	46-5243	月～金 9:30～16:30
不登校、いじめなど	旭川市不登校・いじめ相談室	5条通10丁目 5条庁舎内	26-3226	月・木 8:45～20:00 (17:00以降は電話のみ) 火・水・金 8:45～17:00
いじめ、非行、学校不適応など児童生徒の指導に関する事	旭川市教育委員会 指導室	6条通8丁目 ジブラルタ生命 旭川ビル5階	25-7594	月～金 8:45～17:15
いじめ、体罰、不登校など	旭川地方法務局 子どもの人権110番	宮前通東 4155 旭川合同庁舎	37-7838	月～金 8:30～17:00
非行、薬物乱用、いじめ、少年に係る犯罪被害・悩みなど	道警旭川方面本部 少年科 -トコナ-	1条通25丁目	0120-677-110	月～金 8:45～17:30

14 救命救急連絡先

休日と夜間において、かかりつけ病院での対処がむずかしい場合救命救急センターがあります。

救急車（24時間受付）

- 電話番号 119番



旭川赤十字病院救命救急センター（24時間受付）

- 電話番号 救急外来 0166-22-8111
- 所在地 旭川市曙1条1丁目

当番医療機関

1 当番医の案内 北海道救急医療情報案内センター

- 案内番号 24時間案内
- 電話番号
一般電話からは（フリーダイヤル） 0120-20-8699
携帯電話・PHSからは 011-221-8699

2 当番医診療時間帯

- 平日夜間 午後6時～翌朝8時
- 土曜日 午後1時～翌朝8時
- 休日（日曜・祝日・年末年始等） 午前9時～翌朝8時

3 その他

内科・小児科・外科以外の、精神科等の専門医の診療が必要な場合は、当番医から専門医療機関へつなぐ体制となっています。

夜間急病センター

- 診療科目 内科・小児科
- 診療時間帯 毎日午後10時～翌朝8時
- 電話番号 0166-25-0297
- 所在地 旭川市金星町1丁目
- その他 内科・小児科・外科以外の、精神科等の専門医の診療が必要な場合は、当番医から専門医療機関へつなぐ体制となっています。



※注意事項

急病に対するものですので、再来など継続的なご利用はご遠慮願います

15 精神科・神経科一覽表

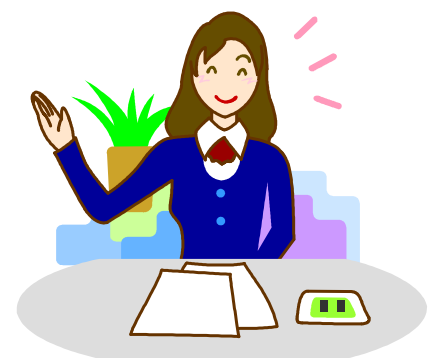
医療機関名	住所	電話番号
市立旭川病院	旭川市金星町1丁目	24-3181
旭川赤十字病院	旭川市曙1条1丁目	22-8111
旭川圭泉会病院	旭川市東旭川下兵村252	36-1559
相川記念病院	旭川市大町2条15丁目	51-3421
豊岡病院	旭川市豊岡5条2丁目	31-5458
メイプル病院	旭川市曙1条8丁目	22-7245
旭川医科大学病院	旭川市緑が丘東2条1丁目	65-2111 69-3825 (外来)
丸谷病院	旭川市4条通5丁目	25-1111
神楽神経科内科医院	旭川市神楽3条2丁目	62-3311
心療内科旭川メンタルクリニック	旭川市1条通8丁目 旭川1条ビル5F	29-6866
直江クリニック	旭川市8条通10丁目	23-3898
公園通りメンタルクリニック	旭川市4条通7丁目 中川ビル7F,8F	20-3611
三上神経科内科クリニック	旭川市旭町2条6丁目 オークヒルズ2・6	54-8121
六条医院	旭川市6条通7丁目 アクサ旭川ビル3F	22-8189
聖台病院	上川郡東神楽町東1線2号	83-3522

※診療時間等詳細については直接医療機関にご確認ください

16 相談機関一覧

	相談内容	相談機関	電話番号	備考
1	孤独や絶望感など心の 悩み相談	社団法人 旭川いのちの電話	0166- 23-4343	年中無休
2	精神保健相談	旭川市保健所 健康推進課 精神保健係	0166- 25-6364 (直通)	対象：旭川市民 月～金曜日 9時～17時
3	精神保健相談	北海道 上川保健福祉事務所 ・保健福祉部〔上川保 健所) 子ども・保健推 進課精神保健福祉係	0166- 46-5992 (直通)	対象：周辺8町 美瑛町・東神楽町 東川町・当麻町 鷹栖町・比布町 愛別町・上川町 (時間同上)
4	精神保健相談 特定専門相談 ◇社会的ひきこもり ◇薬物依存 こころの電話相談 ◇精神にかかわる問題 や悩みの相談	北海道 精神保健福祉センタ ー	011- 864-7000 (直通) 011- 864-7171 (直通)	対象：札幌市民 以外の道民の方 月～金曜日 9時～17時 月～金曜日 9時～17時 土曜日 9時～13時
5	無料法律相談	旭川市民相談センタ ー	26-1998	第1～第4木曜 日 13時～16時 (事前予約制)
6	買い物・クーリングオフ など消費生活相談	旭川市 消費生活センター	0166- 22-8228	月～金曜日 9時～17時

7	その他さまざまな困りごとや悩み相談	(社団法人)北海道家庭生活総合カウンセリングセンター旭川 家庭生活相談	0166-27-7611	火・木曜日 10時～14時
8	児童虐待相談・通告先	旭川市家庭児童相談室 北海道 旭川児童相談所	0166-25-6418 0166-23-8195	月～金曜日 8時45分～17時15分 月～金曜日 8時45分～17時30分
9	交通事故・暴力に関する こと	旭川中央警察署 旭川東警察署	0166-25-0110 0166-34-0110	
10	暴力追放センター旭川支局	旭川中央警察署3階	0120-210490	月～金 9時～17時
11	犯罪, 暴力, 迷惑行為, 災害など生活安全に関する困りごと相談	北海道警察旭川方面本部 警察相談センター	0166-34-9110 または#9110	
12	少年の非行, しつけや教育の問題等に関する相談	旭川少年鑑別所 青少年心理相談室	0166-31-5468	面接は予約
13	勤労者心の電話相談	釧路労災病院勤労者 予防医療部	0154-21-5797	火～金曜日 14時～20時



17 統計資料

全国（厚生労働省）・北海道・旭川の自殺者数調べ（人口動態統計）

（単位：人）

	全国(人)	10万対 (%)	北海道	10万対 (%)	旭川市	10万対 (%)	警察庁 (全国)
H9	23,494	17.8	1,114	19.6	63	17.4	24,391
H10	31,755	25.4	1,517	26.7	107	29.6	32,863
H11	31,413	25.0	1,490	26.2	91	25.2	33,048
H12	30,251	24.1	1,509	26.6	87	24.2	31,957
H13	29,375	23.3	1,335	23.6	86	24.0	31,042
H14	29,920	23.7	1,390	24.6	110	30.7	32,143
H15	32,109	25.5	1,531	27.1	99	27.7	34,427
H16	30,247	24.0	1,491	26.5	120	33.7	32,325
H17	30,553	24.2	1,534	27.3	97	27.6	32,552
H18	29,921	23.7	1,475	26.4	85	24.1	32,152
H19	30,827	24.4	1,461	26.3	—	—	33,093

- ・厚生労働省は日本における日本人を対象（警察庁は外国人を含む）
- ・その他、厚生労働省・警察庁の数字は調査時点等で差異がある。
- ・年（1月～12月）の集計。

旭川市の自殺者数年代別調べ（H8～H18年）

年度 年齢	H8年		H9年		H10年		H11年		H12年		H13年		H14年		H15年		H16年		H17年		H18年		計	
	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計	男	女	計
0～4																								
5～9																								
10～14				1							1						1						1	
15～19				1			2	1	3	1	1	1	1	1	2		2	2				1	7	4
20～24	2	2	4	3	3	1	4	1	1		4	2	1	3	3	3	6	3	1	4	2	2	20	9
25～29	3	3	6	4	5	5	3	1	4	3	2	4	1	5	5	1	2	3	5	1	6	1	2	3
30～34	3	2	5	3	2	1	4	1	5	5	2	1	3	3	8	8	1	9	4	3	7	5	5	48
35～39	3	3	6	2	1	3	2	2	4	8	2	6	4	4	6	4	10	9	2	11	4	1	5	6
40～44	3	3	6	2	2	4	5	5	5	8	1	9	6	1	7	5	2	7	10	10	8	2	10	2
45～49	6	1	7	7	7	9	9	14	15	3	3	9	8	3	11	2	10	1	11	7	1	8	5	1
50～54	3	2	5	7	2	9	11	6	7	9	3	12	9	4	13	16	4	20	9	2	11	9	1	10
55～59	5	1	6	6	1	7	7	13	4	10	2	12	13	6	19	13	2	15	20	6	26	13	1	14
60～64	8	8	16	1	3	4	8	2	10	7	7	8	1	9	16	4	3	7	7	4	11	10	5	15
65～69	3	1	4	2	2	4	5	5	5	5	2	7	2	4	6	5	5	10	5	5	3	1	4	5
70～74	3	1	4	2	2	2	4	1	5	2	6	2	5	5	5	2	7	0	0	4	1	5	3	2
75～79	2	2	4	3	3	6	2	3	5	2	1	3	5	5	2	1	3	4	3	4	7	2	1	3
80～84	3	1	4	2	2	5	2	1	3	2	2	3	1	4	3	6	0	1	4	5	1	1	3	2
85～89	1	1	2	3	1	4	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	1	1	1	1	1	2	1	3
90～94										1	1	1	2		2	2	1	1	1	1	1	2	2	1
計	46	17	63	42	21	63	80	27	107	72	19	91	64	23	87	67	19	86	82	28	110	75	24	99
																			89	31	120	75	22	97
																			85	24	109	61	24	85
																			752	255	1007			



自殺対策マニュアル

発行	〒070-8525 旭川市7条通10丁目第2庁舎 旭川市保健所 健康推進課 TEL. 26-1111 [内線]2956・2957・2986 (精神保健係)
発行年月	平成19年2月 初版発行 平成20年11月 第2版発行

旭川市