

—思春期メンタルヘルス実態調査から自殺関連行動を中心に—

浜松市精神保健福祉センター ○高林智子 宮澤章人 益井多美子 二宮貴至
 聖隷クリストファー大学 大場義貴

1 目的

浜松市では、近年、若年層の自殺者数が増えている状況にあり、若者を対象とした自殺対策などの一環として、思春期のメンタルヘルスに関する精神保健福祉施策をより一層充実させていくことが求められている。そこで、思春期特有の心理社会的背景や自殺関連行動等を把握することを目的に、思春期メンタルヘルス実態調査を実施した。

2 方法

- (1) 対象：浜松市内公立中学生1～3年生のうち、無作為抽出された生徒
- (2) 調査方法：中学校へアンケート調査用紙を配布。それぞれの学年から1クラスを選定し、調査を実施。実施の際には、「思春期メンタルヘルス実態調査・実施の手引き」を作成し、手続きの統一を図った。
- (3) 調査時期：平成23年2月

3 結果

(1) 回収率及び属性

4,920部を配布し、3,701部の回収があった。有効回答数は2,538件で有効回答率は68.6%であった。性別及び学年については、表1に示す。

表1 属性

性別	学年	人数(人)	割合(%)
男性 (n=1,281)	1年生	439	17.3
	2年生	502	19.8
	3年生	340	13.4
女性 (n=1,257)	1年生	467	18.4
	2年生	462	18.2
	3年生	328	12.9
合計		2,538	100.0

(2) 自殺関連行動

自殺関連行動は、「あなたは、これまでに、刃物や鋭利なもので、わざと自分の身体を傷つけたことがありますか(自己切傷)」、「あなたは、これまでに、本気で死んでしまいたいと考えたことがありますか(自殺念慮)」、「あなたは、これまでに、真剣に死ぬことを計画したことがありますか(自殺の計画)」の3つを尋ねた。回答結果を表2に示す。男子に比べて、女子のほうが「はい」と回答した割合が有意に高かった。学年が上がるにしたがって、「はい」と回答する人数が増えたが、各学年間で有意差はなかった。

表2 自殺関連行動あり

n=2,538

	自己切傷	自殺念慮	自殺の計画
男子	85	186	45
女子	132	342	88
計	217(8.6%)	528(20.8%)	133(5.2%)

※このうち、54人(2.1%)が全てに「はい」と回答

また、自殺関連行動の理由を尋ねた。回答結果を表3に示す。「自分なんかいなくなってしまう方がいいと思うから(自己破壊)」の回答が約4割を占めた。

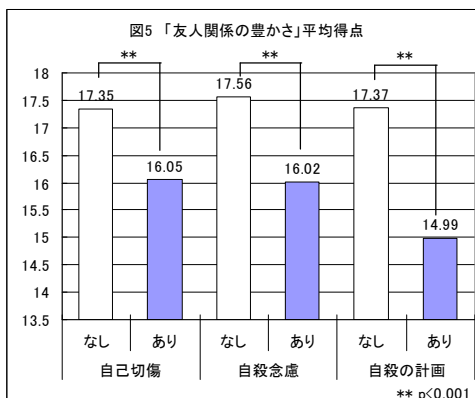
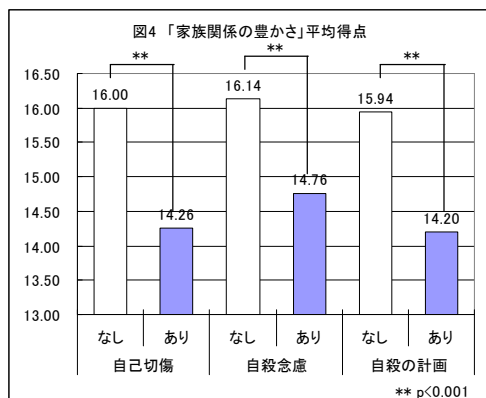
表3 自殺関連行動の理由

自己破壊	孤独	他者希求	理由なし	該当なし	その他	複数回答	合計
251(41.4%)	88(14.5%)	35(5.8%)	57(9.4%)	39(6.5%)	97(16.0%)	39(6.4%)	606(100%)

(3) 自殺関連行動と家族関係・友人関係

家族関係については、「私の家族は仲が良い」「私は家族から十分に愛されている」「家族の中で自分の居場所がない」など6項目を尋ねた。回答を得点化して集計し、「家族関係の豊かさ」得点とした（得点が高いほど関係が豊か）。「家族関係の豊かさ」得点の平均で自殺関連行動あり・なし群で比較した結果、いずれも自殺関連行動あり群のほうが、有意に平均得点が低かった（図4）。

友人関係については、「友人と話すのが苦手である」「友人の中で自分の居場所がない」など5項目を尋ねた。家族関係と同様に、回答を得点化して集計し、「友人関係の豊かさ」得点とした。「友人関係の豊かさ」得点の平均を自殺関連行動あり・なし群で比較した結果、いずれも自殺関連行動あり群のほうが、有意に平均得点が低かった（図5）。



小・中学校における経験については、自殺関連行動あり・なし群で比較をしたところ、「親友がいた」という項目では、有意差がなかったものの、「友人といるよりも、ひとりで遊んでいるほうが楽しかった」「友人にいじめられた」「学校の先生との関係が上手くいかなかった」「学校の勉強についていけなかった」「友人をいじめた」「いじめを見て見ぬふりをした」「不登校を経験した」「我慢することが多かった」の項目で、回答に有意差が認められた。

(4) 自殺関連行動と心身の状況

「イライラ感」については、女子に比べて男子のほうが有意に「イライラ感」が多い結果であった。自殺関連行動あり・なし群での比較では、なし群のほうが、有意にイライラ感が高かった。

身体症状では、自殺関連行動あり群で「頭痛」「めまい」「疲労感」「不眠」「食欲不振」「肩こり」「腹痛」「手足の痛み」「目の疲れ」「動悸」「息切れ」の項目が、有意に高い状況であった。

その他、「拒食親和性」「ひきこもり親和性」「抑うつ」「解離性障害様体験」についても、同様に回答を得点化した（得点の高いほうが拒食等の傾向にある）。それぞれの平均得点においても、自殺関連行動あり群のほうが、有意に得点が高かった。

また、精神病様症状体験（Psychotic-Like Experience: PLEs）についても尋ねた。PLEs を全く体験していないのは84.8%で、15.2%はいずれかの症状の体験があった。自殺関連行動あり群では、有意に精神病様症状の体験をしたとの回答割合が高かった。

(5) 自殺関連行動と相談相手

全体では、「友人」「家族」を相談先にする生徒が約6割であった。しかし、自殺関連行動なし群と比較すると、自殺関連行動あり群では、「友人」「家族」と回答する割合が有意に低く、「誰にも相談しようと思わない」と回答する割合が有意に高かった。

4 考察

今回の調査から、2.1%の中学生が自殺関連行動3項目に「はい」と回答しており、2%を下限としたハイリスク群を想定した対策や支援が早急に必要である。支援の内容では、自殺関連行動の理由から、自

尊感情や自己肯定感、保護因子を高めていくようなことが考えられる。また、相談先が友人であることが多く、生徒同士がゲートキーパーになれるような仕組みが必要である。

今回の調査と平成23年度に実施した中学校教員調査の結果により、現在、教育委員会と協働し、中学校教員を対象としたメンタルヘルス啓発教材の開発検討を行っているところである。