

提示カード 1

A雄さんは30歳です。彼はここ何週間かめったにないほどの悲しみと不幸を感じています。彼はいつも疲れているのにもかかわらず、ほとんど毎晩よく眠れないでいます。A雄さんは食欲がなく、体重が減ってきています。彼は仕事のことを考えられず、あらゆる決断を先延ばしにしています。日々の勤めさえ彼の手には負えないようにみえます。A雄さんの上司はこれに気づき、彼の生産性が落ちたことを気遣っています。

提示カード 2

B子さんは 30 歳です。彼女はここ何週間かめったにないほどの悲しみと不幸を感じています。彼女はいつも疲れているのにもかかわらず、ほとんど毎晩よく眠れないでいます。B子さんは食欲がなく、体重が減ってきています。彼女は仕事のことを考えられず、あらゆる決断を先延ばしにしています。日々の勤めさえ彼女の手には負えないようにみえます。B子さんの上司はこれに気づき、彼女の生産性が落ちたことを気遣っています。

提示カード 3

A雄さんは24歳で両親と共に暮らしています。彼は学校を卒業してから、いくつか臨時の仕事をしたことはありますが、現在は無職です。ここ半年以上、彼は友人にも会わず、寝室に鍵をかけて閉じこもり、家族と一緒に食事することも、風呂に入ることも拒否しています。両親には、彼らが就寝中の夜間、彼が寝室の中を歩き回っているのが聞こえています。両親は彼がひとりであるのを知っていますが、まるで誰か他人がそこにいるかのように、彼が叫んだり騒いだりするのを聞いています。両親が彼にもっとなにかするよう励ますと、彼は、家を離れられない、なぜなら近所の人々が彼をこっそり見張っているから、とつぶやきます。彼は誰にも会わず、どこにも出かけないので、両親は彼が麻薬を使用していないと確信しています。

提示カード 4

B子さんは24歳で両親と共に暮らしています。彼女は学校を卒業してから、いくつか臨時の仕事をしたことはありますが、現在は無職です。ここ半年以上、彼女は友人にも会わず、寝室に鍵をかけて閉じこもり、家族と一緒に食事することも、風呂に入ることも拒否しています。両親には、彼らが就寝中の夜間、彼女が寝室の中を歩き回っているのが聞こえています。両親は彼女がひとりであるのを知っていますが、まるで誰か他人がそこにいるかのように、彼女が叫んだり議論したりするのを聞いています。両親が彼女にもっとなにかするよう励ますと、彼女は、家を離れられない、なぜなら近所の人々が彼女をこっそり見張っているから、とつぶやきます。彼女は誰にも会わず、どこにも出かけないので、両親は彼女が麻薬を使用してはいないと確信しています。

提示カード 5

A雄さんは30歳です。彼はここ何週間かめったにないほどの悲しみと不幸を感じています。彼はいつも疲れているにもかかわらず、ほとんど毎晩よく眠れないでいます。A雄さんは食欲がなく、体重が減ってきています。彼は仕事のことを考えられず、あらゆる決断を先延ばしにしています。日々の勤めさえ彼の手に負えないようにみえます。A雄さんの上司はこれに気づき、彼の生産性が落ちたことを気遣っています。A雄さんは二度と幸せになれないだろうと感じ、彼がいないほうが家族もいっそう暮らしやすいだろうと信じています。苦痛から逃れるために、A雄さんは彼の生命を終わりにする方法をずっと考えています。

提示カード 6

B子さんは30歳です。彼女はここ何週間かめったにないほどの悲しみと不幸を感じています。彼女はいつも疲れているにもかかわらず、ほとんど毎晩よく眠れないでいます。B子さんは食欲がなく、体重が減ってきています。彼女は仕事のことを考えられず、あらゆる決断を先延ばしにしています。日々の勤めさえ彼女の手には負えないようにみえます。B子さんの上司はこれに気づき、彼女の生産性が落ちたことを気遣っています。B子さんは二度と幸せになれないだろうと感じ、彼女がいなくなると家族もいっそう暮らしやすくだろうと信じています。苦痛から逃れるために、B子さんは彼女の生命を終わりにする方法をずっと考えています。

提示カード 7

A雄さんは44歳です。彼はある工場地帯の下宿に住んでいます。彼は何年もの間働いていません。彼はどんな天候でも年中同じ服を着ていて、髪は伸び放題でだらしくしています。彼はいつもひとりぼっちで、公園で座り込んで独り言を言っているのがよくみかけられます。たまに彼は立ち上がり、あたかも樹のそばにいる誰かと話し合っているかのように手を動かします。彼はめったにアルコールを飲むことはありません。彼は、異常な、時にはこしらえた言葉を使って用心深くしゃべります。彼は礼儀正しいのですが、他の人たちと話すのを避けています。ときに彼は小売店主たちを、彼についての情報を他の人に伝えたといって告発します。彼は家主に、彼の部屋のドアにもうひとつ鍵を付け、部屋からテレビを運び出すように求めてきました。彼は、スパイが彼を監視下に置こうと試みている、なぜなら彼は、テレビ発信機を使って人々をコントロールする国際的なコンピュータシステムの秘密の情報をもっているから、と言います。家主は、どんどん汚くなり、ガラス製品でいっぱいになっている部屋を、彼にきれいにさせることができないと文句を言っています。A雄さんはそれらを「宇宙からのメッセージを受信するため」に使っているのだと言っています。

提示カード 8

B子さんは44歳です。彼女はある工場地帯の下宿に住んでいます。彼女は何年もの間働いていません。彼女はどんな天候でも年中同じ服を着ていて、髪は伸び放題でだらしくしています。彼女はいつもひとりぼっちで、公園で座り込んで独り言を言っているのがよくみかけられます。たまに彼女は立ち上がり、あたかも樹のそばにいる誰かと話し合っているかのように手を動かします。彼女はめったにアルコールを飲むことはありません。彼女は、異常な、時にはこしらえた言葉を使って用心深くしゃべります。彼女は礼儀正しいのですが、他の人たちと話すのを避けています。ときに彼女は小売店主たちを、彼女についての情報を他の人に伝えたといって告発します。彼女は家主に、彼女の部屋のドアにもうひとつ鍵を付け、部屋からテレビを運び出すように求めてきました。彼女は、スパイが彼女を監視下に置こうと試みている、なぜなら彼女は、テレビ発信機を使って人々をコントロールする国際的なコンピュータシステムの秘密の情報をもっているから、と言います。家主は、どんどん汚くなり、ガラス製品でいっぱいになっている部屋を、彼女にきれいにさせることができないと文句を言っています。B子さんはそれらを「宇宙からのメッセージを受信するため」に使っているのだと言っています。

提示カード 9

- | | | |
|-------|----------------------|----|
| 1. | 2. | 3. |
| 助けになる | 助けになる・有害の
どちらでもない | 有害 |

援助できる人たち

一般開業医または家庭医

薬剤師（薬屋）

カウンセラー

ソーシャルワーカー

電話相談サービス（いのちの電話）

精神科医

心理学者

家族

親友

自然療法家や漢方医

牧師や司祭など聖職者

自分自身

提示カード 10

- | | | |
|-------|----------------------|----|
| 1. | 2. | 3. |
| 助けになる | 助けになる・有害の
どちらでもない | 有害 |

薬

ビタミン, ミネラル, 強壮剤, 漢方薬

鎮痛剤 (例 アスピリン, コデイン, バナドル)

抗うつ薬

抗生剤

睡眠薬

抗精神病薬

精神安定剤 (例 バリウム)

提示カード 11

- | | | |
|-------|----------------------|----|
| 1. | 2. | 3. |
| 助けになる | 助けになる・有害の
どちらでもない | 有害 |

他の治療法

もっと身体的に活動するようになること

同じような問題をかかえた人について読むこと

もっと外出したり出歩くようになることは？

リラクゼーション, ストレスマネジメント, 瞑想, ヨガ

断酒

精神療法

催眠療法

病院の精神科病棟に入院

電気けいれん療法 (ECT)

時にアルコールを飲むこと

特別なダイエットや特定の食物を避けること

提示カード 12

- | | | |
|-------|----------------------|----|
| 1. | 2. | 3. |
| 助けになる | 助けになる・有害の
どちらでもない | 有害 |

他の治療法

情報を提供しているウェブサイト調べること

Eメールやウェブを使って専門家の意見を求めること

情報を提供している本調べること

健康教育の先生から情報を受けること

提示カード 13

1. それ以上何の問題もない十分な回復
2. 十分な回復, しかし問題は再び起こる可能性がある
3. 部分的回復
4. 部分的回復, しかし問題は再び起こる可能性がある
5. 改善なし
6. 悪化する

提示カード 14

- | | | |
|--------------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| 1.
他の人よりもっと
そうなりそう | 2.
他の人とちょうど
同じくらいそうな
りそう | 3.
他の人よりそうな
りそうにない |
|--------------------------|-----------------------------------|--------------------------|

援助を受けた後の長期予後

暴力的になる

大量飲酒する

不法な薬物を使用する

交友関係が乏しくなる

自殺を企てる

他の人の気持ちを理解するようになる

良い結婚をする

優しい親になる

生産的な労働者になる

創造的あるいは芸術家になる

提示カード 15

- | | | | | |
|------------|----------|----------------------|----------|------------|
| 1.
強く賛成 | 2.
賛成 | 3.
賛成でも
反対でもない | 4.
反対 | 5.
強く反対 |
|------------|----------|----------------------|----------|------------|

彼らの問題についての記述

このような問題をもった人たちは、彼らがそう望めば、それからさつと抜け出すことができる。

このような問題は個人的な弱さのあらわれだ。

このような問題は本当の医学的な病気ではない。

このような問題をもつ人たちは危険だ。

この問題を顕さないためには、このような問題をもつ人たちは避けるのがもっともよい。

このような問題をもつ人たちはなにをしでかすか分からない。

もし私にこのような問題があるとしたら、私はそれを誰にも言わないだろう。

このような問題をもっていると知ったら、私はそのような人を雇わないだろう。

政治家がこのような問題で苦しんでいると知ったら、私はその人に投票しないだろう。

提示カード 16

- | | | | | |
|------------|----------|----------------------|----------|------------|
| 1.
強く賛成 | 2.
賛成 | 3.
賛成でも
反対でもない | 4.
反対 | 5.
強く反対 |
|------------|----------|----------------------|----------|------------|

彼らの問題についての記述

このような問題をもった人たちは、自らがそう望めば、それからさっと抜け出すことができると、ほとんどの人は思っている。

このような問題は個人的な弱さのあらわれだと、ほとんどの人は思っている。

このような問題は本当の医学的な病気ではないと、ほとんどの人は思っている。

このような問題をもつ人たちは危険だと、ほとんどの人は思っている。

あなたがこの問題を顕さないためには、このような問題をもつ人たちは避けるのがもっともよいと、ほとんどの人は思っている。

このような問題をもつ人たちはなにをしでかすか分からないと、ほとんどの人は思っている。

もし自分にこのような問題があるとしたら、ほとんどの人はそれを誰にも言わないだろう。

ほとんどの人は、このような問題をもっていると知ったら、そのような人を雇わないだろう。

政治家がこのような問題で苦しんでいると知ったら、ほとんどの人はその人に投票しないだろう。

提示カード 17

1
確かに
そうしたい

2
多分
そうしたい

3
多分
そうしたくない

4
確かに
そうしたくない

接触をもとうとする意欲

彼らの隣に引っ越すこと

彼らと一晩つきあうこと

彼らと親しくなること

彼らが職場のあなたの近くで仕事をし始めること

彼らが結婚してあなたの家族の一員になること

提示カード 18

1. 非常にそうらしい 2. そうらしい 3. そうらしくない

可能な原因

ウイルスや感染症

アレルギーや反応

日々の問題 (例 ストレス, 家族の口論など)

親友や親族の最近の死

トラウマになるような最近の出来事

子どもの時の問題

受け継がれるあるいは遺伝する

神経質なこと

性格に弱点があること

提示カード 19

1.
他の人より
なりやすそう

2.
他の人より
なりにくそう

3.
違いはない

誰がこのような問題をもちやすそうか

女性は男性よりなりやすそうかなりにくそうか

若い人 (25 歳以下)

高齢者 (65 歳以上)

貧困な人たち

失業者

離婚または別居

独身の人たち (結婚したことがない)

平成14年度 厚生労働科学研究費補助金（こころの健康科学研究事業）
分担研究報告書

自殺に関わる精神保健問題の啓発に関する研究

－ 極度のストレスに曝された集団（雲仙普賢岳噴火災害地域の被災者）における
希死念慮、GHQ-30での経時的変化 －

分担研究者 中根 允文（長崎大学大学院 医歯薬学総合研究科 精神病態制御学）

研究協力者 本田 純久（長崎大学医学部附属原爆後障害医療研究施設放射線疫学研究分野）

研究要旨 本研究の目的は、一般地域住民における希死念慮の頻度を把握する方法を確立し、そのサンプルとして極度のストレスに曝されたときの希死念慮の頻度の推移を測り、そうした問題を抱えた弱者への具体的支援の方策を提案しようとするものである。今回の調査では、心身の健康状態の地域調査に繁用される「全般健康調査票」（30項目版）を利用して、希死念慮（自殺観念）の言語的表現には様々なレベルがあること、現実にストレスに曝された住民の希死念慮は、そうでない対照群に比して著しく高頻度に見られ、社会的状況の変化を伴った時間的経過によっても容易には軽減されないことを明らかにし、さらに破局的ストレスに曝された被災者の心理社会的背景を理解しつつ、彼らに対して絶えず適切な地域支援が必要であることを明らかにした。

A. はじめに

自殺に関わる疫学データはうつ病に関する場合以上に得難いのが現実である。既遂自殺者の背景人口比は公表されるが、死因別死亡者の中での、その数値の信頼性が高いものであるかどうかの問題は必ずしも明らかにされていないように考える。地域調査として一般住民における「希死念慮（自殺観念）」などの疫学調査データも日本では殆ど発見されないようである。

そこで、本研究では、これまでに通常用いられることのあった心身の健康状態あるいはうつ病の質問票の中で希死念慮に関わる質問項目を含むものを探ってみた。その結果、うつ病に関わる質問票は多くのものが含んでいたが（例えば、Zung W.の Self-Rating Depression Scale；SDSでは20項目中No.20 [Suicidal ruminations- Do you feel others would be better off if you were dead？、自分が死んだほうが他の者は楽に暮らせると思う]が間接的に希死念慮の評

価に有用である）、特定の病的状態に関係することなく一般的な心身の健康状態のスクリーニングに利用される全般健康調査票（General Health Questionnaire; GHQ）にも関連の話題が項目として含まれていることを知り、それを活用した調査を再検討して分析することにした。

B. 対象と方法

GHQは、英国のGoldberg D.らによって開発された自記式調査質問票であり、完全版は60項目からなっており、その中にはNo.56, No.57, No.59, No.60などが関連項目であり、特に最後のNo.60は「自殺しようと思ったことがあるか」（- found that the idea of taking your own life kept coming into your mind?）と直接的に問うている。われわれは、以前から60項目版を利用することは少なくスクリーニングの目的などから、GHQ-12、GHQ-28、あるいはGHQ-30を活用してきている。特に、ここでは