

人の得た情報や見解を含む場合があり、それが公表されることが、結果として個人に不利益をもたらす可能性があるため、発言者を特定できない形で公表することとした。

C 研究結果

1. 秋田県の自殺予防対策への取り組み

秋田県のホームページの中には、健康秋田情報ネットというサイトがあり、自殺予防「心はればれ運動」というページを開設している。コンテンツのうち「心のセーフティーネット」では、孤独や絶望感に関する悩み相談、金銭に関する悩み相談、人権問題に関する悩み相談等、幅広い分野の悩み相談窓口を紹介している（同様の内容は、秋田県の全世帯にも配布している）。また、県、市町村で作成したリーフレット等もホームページに掲載し、他の市町村や事業所等でも、これを加工してプリントアウトすることで、簡単にリーフレットの作成が可能である。その他、統計データや病状についての資料等も閲覧できるようになっている。

自殺予防対策ホームページについて、秋田県が提案した、対象者別の目的と内容をまとめた表を示す。

自殺は関係ないと考えている人に対しても、一般的な知識の普及として、現状などの情報提供は必要である。自殺企図者（自殺念慮者）に対しては、自殺行動を阻止するような情報が不可欠であるため、相談窓口等の情報が必要である。自殺企図者（自殺既遂者）

の家族には、接し方や相談窓口等の情報が必要である。

また、市町村長や知事という企画立案者が、自殺対策の重要性を理解するための情報も必要である。地域で活動する保健師等の実施マニュアルや、啓発ツールなど、対策を実施する際に必要となる「道具」を提供することも必要である。また、ボランティアの人たちのために、簡易な啓発ツールが作成できれば有用である。これらは、それぞれの実施主体が独自に考えるよりも、雛形を提供すると効率よく具体的な対応実施に結びつくと考えられる。

2. 自殺予防関連ホームページ

海外の自殺予防関連ホームページの内容は、自殺念慮者への援助、周囲の人への支援、遺された人へのケア、自殺未遂をした人のケア、自殺予防の支援者の養成、専門家向けの情報提供、一般向けの情報提供、相談受付の一覧や自殺に関する資料提供、等である。紹介されたサイトの URL を付録に示す。

海外の行政機関として、米国の CDC (Center for Disease Control and Prevention) が紹介された。自殺の状況などに加え、活動内容、関係団体や連絡先などが掲載されており、自殺予防の学会関係はかなりの数含まれている。

それ以外には、大学・学会等として米国の AAS (American Association of Suicidology)、民間団体として IASP (International Association for

Suicide Prevention)、米国の AFSP (American Foundation for Suicide Prevention)、米国の SAVE (Suicide Awareness Voices of Education)、米国の SPRC (Suicide Prevention Resource Center)、カナダの Center for Suicide Prevention、およびオーストラリアの青少年向けサイト Here for life が紹介された。

米国自殺予防財団 AFSP (American Foundation for Suicide Prevention) のホームページは、サバイバー (自殺未遂者) 向け、研究者向け、各関係者向けのページに分かれている。ここでは、自殺幫助やエイズと自殺等、さまざまな研究を行っているほか、研究助成も数多く行っている。また、最近の研究動向、優れた研究の紹介もしている。また、自殺についての基礎知識の提示、自殺未遂から立ち直った人の情報、サポート者のための情報も手厚く掲載しているほか、自殺未遂から立ち直った人たちのオンラインチャット (インターネット上でのリアルタイムの対話) も行われている。その他にも、財団の紹介や、自治体の対応、相互支援グループの紹介、ビデオの販売など、幅広い内容になっている。

3. 精神保健政策研究ネットワークによる意見収集

挙げられた意見の一部について、文意が変わらない程度に要約して示す。

コンテンツ案に対しては、「地域にアウトリーチする方法や、予算が乏しい中での工夫など、実際的な内容を盛

り込むと有用だろう」という意見があった。また、研究所が作成するという事で「最新のデータや文献リストなどが充実していると嬉しい」という意見があった。検討課題として「すでに web や冊子等で公表されているものとの差別化を検討しておく必要がある」という指摘もあった。

ホームページの対象者については、「研究所の役割上、行政担当者や医療関係者にターゲットを絞ってもよいのではないか」という意見があった。

4. 意見交換

挙げられた意見について、文意が変わらない程度に要約して示す。

行政関係者からは、「すでに蓄積されているものがすぐに使えるような、最初の段階をスキップして自殺予防対策が始められるような道具立てを揃えてあるとありがたい」という意見があった。また、「多くの自治体でもホームページ作成を検討しているので、参考になるようなもの、例えばこんなデータが重要だとか、こんなことをすると効果的だとか、アクセスが増えるとか、ホームページ作成支援の情報があると良いと思う」という意見もあった。

意見交換中、自殺念慮者を対象と考えるかどうかについて、多くの意見が出された。「問題は、これから自殺しようと思っている人をどうするのかだと思う。自殺を思いとどまるような救いになる画面、見たくなるようなデザインのホームページを立ち上げる

必要がある。双方向ではないにせよ、場合によっては意見も聞けるような自由度の高いホームページが望ましいと感じる」という意見もあったが、「自殺企図者、念慮者に対しては、最終的には身近なところで誰かが相談にのる必要があり、それを精神保健研究所が全国を対象として行う話ではないと思う」「行政は、リアルタイムで双方向のインタラクティブな話は苦手である。ネットで網を掛け、地域でいろいろな工夫が定着、共有できるような仕掛けを調整するのが役割だと感じる」「チャット等の意見交換の場というのは、我々が立ち入るには難しいと思う。国で作るホームページの内容としては、取り組みにくい内容だと思う」など、否定的な意見が多く、「今考えているホームページとコンセプトがちょっと違う感じがする。そういった支援活動をしているところで、ある程度クオリティーがあるところとリンクするのが現実的だと思う」と、他のページへのリンクに期待する意見があった。「公的なところで拾いにくい人たちのために、民間の取り組みを今後伸ばしていくべきだと思う。その中で良いものを選んで精神保健研究所のホームページからリンクするとか、ある種の認証ではないが、そういう機能があると良いと思う」という意見もあったが、「民間のホームページで、自己開示しあう場はあると思うが、それを素晴らしいと認定することは難しい。実績と責任があって、ホームページの管理をしてくれるとい

うところが見つかれば、考えられると思う」と、慎重な意見も出された。

サービス提供者（実施者）については、「保健師等、従事者のメンタルケアをフォローして欲しい」という意見があった。同様に、「いのちの電話や自殺の相談にのっている窓口、民生委員も含めて、悩みはあると思うので、そういう人たちの悩みをお互いに意見を出し合う」ホームページを期待する意見もあった。

統計資料については、「平成10年以降の自殺死亡急増－自殺予防対策のための自殺死亡統計－（藤田利治ら）を紹介すると良い」という意見があった。さらに同資料については、「近年のデータを追加し、自殺死亡統計の更新をする必要がある」という意見があった。

その他の意見として、次のような意見があった。

- ・ 携帯電話からのアクセスという視点も取り入れたら良いと思う。
- ・ 対象者として学校の先生を加えると良い。
- ・ 国立の精神保健研究所が作るホームページは教育的効果が期待できるので、保健師や一般診療科など、精神科でない従事者向けに、薬の作用機序など、正しい情報を掲載して欲しい。
- ・ 救われたという人の声を載せるなど、思いとどまってもらう方向に働きかける工夫をしなければならぬと思う。
- ・ 自殺者の遺族の声を扱っていると

- ころへのリンクも検討して欲しい。
- ・ 自殺資料というのがネット上にいろいろ集まっている。それを法的に規制することは難しいと思うが、ネット上で人がくっついて、自殺に対するインセンティブが生じることは好ましくない。何か社会のアピールとして、それに対する警鐘をネット上で流すことも必要だと思う。

D 考察

精神保健研究所が自殺予防対策ホームページを立ち上げることに關して、普及啓発、行政が行う自殺予防対策への支援など、幅広い期待と関心が寄せられていた。一般にホームページは不特定多数の人が閲覧可能であるので、対象者を意識しながら、それぞれに対する情報提供の目的をよく考え、目的にあった内容を掲載する必要があるが、その際には秋田県の情報提供の考え方が参考になるだろう。

地方自治体等で自殺予防対策を実施することを考えた場合、秋田県のように、一部地域での自殺予防対策やその資料をホームページを通じて他の地域に広く紹介することは意義があり、Webの利便性を活かしている好例であろう。精神保健研究所が類似の取り組みを行うことで、自殺予防対策の全国的な広がりが期待できる。

自殺念慮者を対象にした直接的な悩み相談や、双方向的な情報交換については、相応でないとする意見が多かった。自殺を思いとどまらせたり、社

会に対して警鐘を鳴らしたりすることは重要だが、相談援助活動等については他の実績ある機関やサイト等に委ね、それらと相互にリンクすることにより、自殺予防対策のネットワークを構築することが必要である。もっともその場合では、リンクするか否かの判断基準を前もって明確にしておくことも大切である。

海外の研究系サイト等では、最近の研究動向、優れた研究活動の紹介などを行っていた。統計資料の掲示も含め、国の研究機関として、自殺の実態と予防対策について、エビデンスに基づいた正しい情報の提供を心がける必要がある。

ホームページは、周知されなければその意義は乏しい。開設するにあたっては、利用促進の方法について十分に検討しておくことが重要である。またホームページは、必要に応じて絶えず更新されるべきものである。メンテナンスを誰がどのようにして行うのか、事前にきちんと確認しておく必要がある。

E 結論

精神保健研究所における、平成17年度中の自殺予防対策ホームページの立ち上げを目標に「自殺予防対策ホームページ検討会」を開催し、その具体的なコンテンツ案等について、情報提供、意見交換を行った。

自殺予防対策ホームページには、普及啓発、行政が行う自殺予防対策への支援など、幅広い期待と関心が寄せら

れていた。秋田県が行っている自殺対策における情報提供の考え方を参考に、一般国民、対策担当者等、それぞれに対する情報提供の目的をよく考え、目的にあった内容を掲載する必要がある。

自殺念慮者を対象にした直接的な悩み相談や、双方向的な情報交換については、相応でないとする意見が多かった。相談援助活動等については他の実績ある機関やサイト等に委ね、それらと相互にリンクすることにより、自殺予防対策のネットワークを構築することが必要である。

ホームページ開設にあたっては、利用促進およびメンテナンスについても、事前に十分検討しておく必要がある。

F 健康危険情報 なし

G 研究発表

1. 論文発表 なし
2. 学会発表 なし

H 知的財産権の出願・登録状況 (予定を含む)

1. 特許取得 なし
2. 実用新案登録 なし
3. その他 なし

I 参考・引用文献

- 1) 橋本康男, 竹島正: 自殺予防のためのホームページ (Web サイト) 上での情報提供に関する指針の検討. 平成 15 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) 「自殺と防止対策の実態に関する研究 (主任研究者: 今田寛睦)」総括・分担研究報告書. 235-257, 2004.

表 自殺予防対策ホームページの対象者別、目的・内容の例（秋田県提案）

対象者	目的	内容（例）
一般国民 1	世論形成 一般的知識の普及	現状 （統計、社会的影響 等）
一般国民 2 （自殺企図者）	自殺行動の防止	相談窓口 自殺回避の動機付け
一般国民 3 （自殺企図者の家族等）	（家族等の） 自殺防止	相談窓口 接し方マニュアル
対策担当者 1 （施策の企画・立案者）	自殺対策の企画・ 立案の支援	対策構築マニュアル 行政情報（通知等）
対策担当者 2 （実施者：保健師等）	効果的な対策実施 の支援	対策実施マニュアル 実施ツール（リーフレット等）
対策支援者 （地域ボランティア等）	普及啓発の支援	啓発ツール ポスター
研究者	自殺対策研究の推進	研究ツール（統計情報等） 研究成果データベース
医療従事者 （内科医など）	うつ治療等の推進	治療ガイドライン 対応マニュアル

付録 橋本先生より紹介のあった海外の自殺予防関連ホームページの URL

CDC (Center for Disease Control and Prevention, 米国)
<http://www.cdc.gov/ncipc/factsheets/suifacts.htm>

AAS (American Association of Suicidology, 米国)
<http://www.suicidology.org/>

IASP (International Association for Suicide Prevention)
<http://www.med.uio.no/iasp/>

AFSP (American Foundation for Suicide Prevention, 米国)
<http://www.afsp.org/>

SAVE (Suicide Awareness Voices of Education, 米国)
<http://www.save.org/>

SPRC (Suicide Prevention Resource Center, 米国)
<http://www.sprc.org/>

Center for Suicide Prevention (カナダ)
<http://www.suicideinfo.ca/>

Here for life (オーストラリア)
<http://www.hereforlife.org.au/>

米国自殺予防財団 AFSP (American Foundation for Suicide Prevention)
<http://www.afsp.org/index-1.htm>

平成16年度
「自殺の実態に基づく予防対策の推進に関する研究」
研究班名簿

主任研究者	上田 茂	国立精神・神経センター精神保健研究所
分担研究者	石上 和男 影山 隆之 川上 憲人 清水 新二 高橋 祥友 竹島 正 張 賢徳 根本 嘉昭 山崎健太郎	新潟県福祉保健部健康対策課 大分県立看護科学大学看護学部 岡山大学大学院医歯学総合研究科 奈良女子大学生生活環境部 防衛医科大学校防衛医学研究センター 国立精神・神経センター精神保健研究所 帝京大学医学部附属溝口病院精神神経科 神奈川県立保健福祉大学保健福祉学部 筑波剖検センター
研究協力者	石塚 共實 宇田 英典 小泉 典章 小山 智典 坂本 敦司 立森 久照 千村 浩 橋本 康男 福島 昇 藤井 紀男 藤田 利治 三宅 由子 渡邊 直樹	秋田県健康福祉部健康対策課 鹿児島県川薩保健所 長野県精神保健福祉センター 国立精神・神経センター精神保健研究所 自治医科大学健診センター 国立精神・神経センター精神保健研究所 鹿児島県保健福祉部 広島大学地域連携センター 新潟県精神保健福祉センター 厚生労働省健康局生活衛生課 国立保健医療科学院 国立精神・神経センター精神保健研究所 青森県立精神保健福祉センター
事務局	山田 治子	国立精神・神経センター精神保健研究所

(50音順)

平成 16 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）

「自殺の実態に基づく予防対策の推進に関する研究」研究報告書

発行日 平成 17 年 3 月

発行者 「自殺の実態に基づく予防対策の推進に関する研究」
主任研究者 上田 茂

発行所 国立精神・神経センター精神保健研究所

〒187-8502 東京都小平市小川東町 4-1-1

TEL : 042-346-2101 FAX : 042-346-2107

