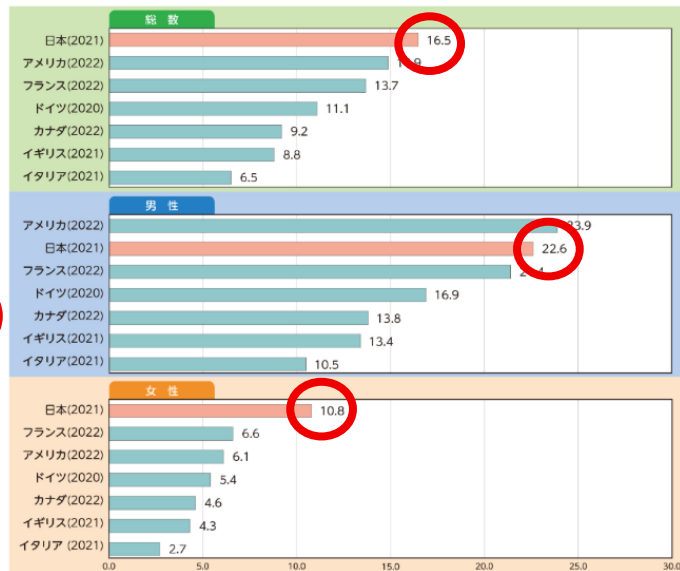
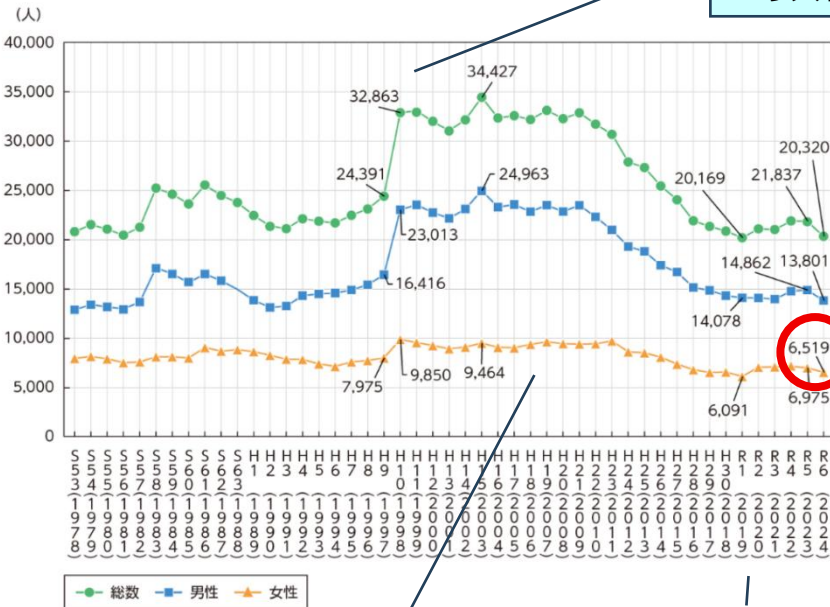


近年の日本では女性、子どもの自殺対策が強化されています。自殺者は年間 2 万人から大きな変化はなく、依然として深刻な状況が続いています。

1 統計で見る自殺者の推移

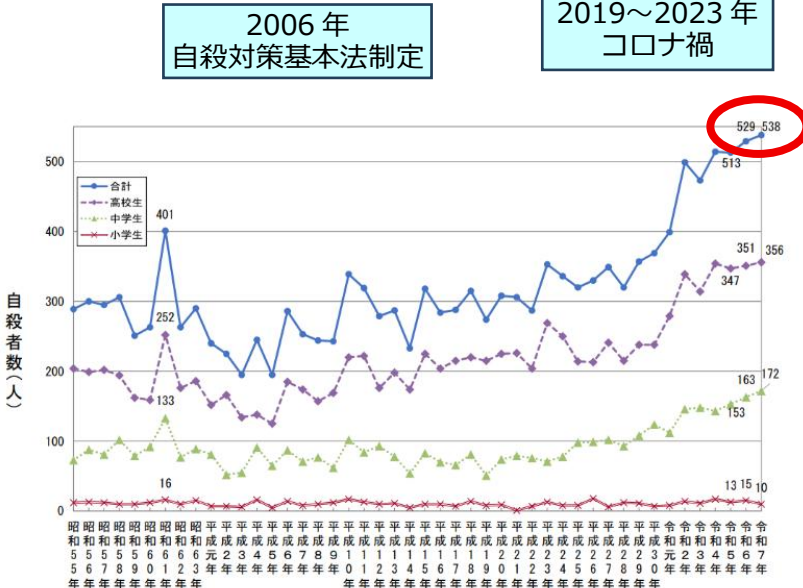
1997~1998 年
経済的危機、倒産、
リストラ増加の影響

厚生労働省
まもろうよ ころも より引用



自殺死亡率（人口 10 万人当たりの自殺者数）は主要先進 7 カ国の中で最も高くなっています。

日本で特に深刻なのは、**女性と若い人の自殺**です。小中高生の自殺は過去最多を更新しました。



資料：警察庁自殺統計原票データより厚生労働省作成



2 自殺の原因と背景

①雇用状況の悪化

観光、飲食業などのコロナ禍の影響、経済的困窮

②家庭内の問題

テレワークなど在宅する時間が長くなったことで過大なストレスが家庭内不和やDV(ドメスティックバイオレンス)、児童虐待を起す

③人的交流の減少

人との交流が減ったことによりストレス発散の機会が激減

失業、多重債務等の経済・生活問題のほか、健康問題、家庭問題など様々な要因と、その人の性格傾向、家族の状況、死生観など様々な要因が複雑に関係し、**その多くが心理的に追い込まれた末の死**ということが出来ます。自殺を図った人の直前の心の健康状態を見ると、大多数は、様々な悩みにより心理的に追い込まれた結果、うつ病、アルコール依存症等の精神疾患を発症しており、正常な判断を行うことができない状態となっていることが明らかになってきています。

今回は原因や背景の詳細、うつ病についてご紹介いたします。



<参考・引用文献> 2026年4月参照

厚生労働省 まもろうよ こころ [まもろうよ こころ | 厚生労働省](#)

今日の健康 ニュース 増加する自殺 最新予防策は? [ニュース 増加する自殺 最新予防策は? | きょうの健康](#)

[| NHK](#)

警察庁 自殺者数 [自殺者数 | 警察庁 Web サイト](#)

東京都 自殺対策の基礎知識 [自殺対策の基礎知識 | 東京都における自殺総合対策 \(トップページ\) | 東京都保健](#)

[医療局](#)



一般財団法人

京浜保健衛生協会

FOR HEALTHY LIFE

この記事は、神奈川県川崎市高津区にある健診機関「京浜保健衛生協会」が執筆・監修しています。人間ドック/巡回健診/女性のための健診/がん検診など、健診でお悩みの際はお気軽にご相談ください。



一般財団法人 京浜保健衛生協会