



なぜ子どもは自殺するのか
—その実態とエビデンスに基づく予防戦略—

傳田健三 著
新興医学出版社
2018年4月 120頁
本体価格 3,300+税

2018年に上梓された本書を今回取り上げる理由は、2020年以降、わが国において子どもの自殺が異様に増えているからである。令和3年自殺対策白書（厚生労働省）によると、小中高生の自殺者は2019年以前の過去5年間の平均値は359人であったが、2020年には499人と過去5年比で39%も増え、1974年の調査開始以降で過去最多となった。翌2021年も473人と過去2番目の多さである。こうした小中高生の自殺者増加の背景として、当然ながら新型コロナウイルス感染症拡大に伴う休校や学校行事の中止・延期、さらにソーシャル・ディスタンスが子どもたちにも孤立と孤独を強いている可能性が推測されるが、因果関係はよくわかっていない。そもそも日本は、コロナ禍以前より10歳代と20歳代の死因の1位が自殺という、世界で最も子どもと若者が自殺している国なのである。

本書は、子どもの自殺の実態とその精神病理、自殺予防対策などをレビューしたもので、子どものうつ病の臨床と研究で知られる著者が厳選した先行研究と自身が取り組んだ調査や介入研究のデータより構成されている。本書第1章の冒頭で、著者は次のように述べる。

子ども・若者の自殺には、さまざまな要因が関連しており、決して1つの原因だけで説明できるものではない。（中略）景気や戦争などの社会的要因も関与している。それぞれの国の国民性も影響している。あるいは日照時間などの外的要因も存在する。その意味では、子ども・若者の自殺

の実態が、その国の社会的な変化の前兆を示している可能性もあるのだ。いわゆる「炭鉱のカナリア」である。

思わず身構えてしまうが、しかし、本書において著者は膨大な自殺研究のデータに冷静かつ思慮深く向き合い、1つの学説や理論に拘泥しない。そのバランスのよい研究者としての姿勢には好感がもてる。

実際、評者は本書から次のような注目すべき知見を学んだ。①自殺のリスク因子に関する研究において、15歳前後を境に自殺に関連する要因に差がみられ、とくに15歳以上では男女ともに気分障害の併存が大きなりリスク因子となる（第2章）。②自殺行動は気分障害をはじめとする精神疾患と衝動的な攻撃性の2つの脆弱性の相互作用によって増大し、そこには多くの家族的（遺伝的および環境的）要因が関連している（第5章）。③著者らが北海道の中高生を対象に実施した調査では、自閉症スペクトラム指数（AQ-J）と抑うつ傾向（QIDS-Jスコア）が正の相関を示した（第6章）。④著者らの介入研究の成果より10,000人以下の人口規模の小さな自治体であれば、地域の全住民に対してスクリーニングと介入を行うことができ、効果もあると思われる（第8章）。⑤自殺予防のためのスクリーニング調査の実施自体が生徒のメンタルヘルス・リテラシーを高める可能性がある（第8章）。

以上のような子どもの自殺に関する科学的知見はきわめて貴重であり、改めて自殺とは、生物-心理-社会的な事象であると思う。これらのエビデンスは、包括的な自殺予防対策の立案に大いに寄与するものである。事実、本書の「あとがき」によれば、著者らの調査研究に対する北海道教育委員会の評価も徐々に変わってきたという。

本書は、100頁強のコンパクトな装丁であるが、近年の子ども自殺研究のエッセンスが集約されている。医療のみならず教育や福祉の領域で、子どものメンタルヘルス対策にかかわるすべての人々が座右とすべき1冊として強く推奨されよう。

（黒木俊秀）