

## 参考資料 海外等における自殺予防対策

(第4回自殺防止対策有識者懇談会(川上委員)資料、第5回自殺防止対策有識者懇談会(金子氏)資料より一部抜粋)

### 1. フィンランドの自殺予防対策

フィンランドでは1985年に自殺死亡率を20%減少するとの目標が設定され、4年間の調査研究の成果に基づいて1992-1996年に自殺予防対策が国レベルで実施され、さらに1997-1998年にその評価が行われた<sup>13)</sup>。自殺予防活動は国から委託を受けたセンター(STAKES)によって運営され、関係者・関係機関とのネットワーク形成、講義・ワークショップの開催、自殺未遂者の支援等40のプロジェクトが実施された。最終的に自殺死亡率は対策実施前から9%減少した(最盛期に比べると20%の減少)。

### 2. 米国のうつ病の教育・啓発事業 (Depression/Awareness, Recognition and Treatment (D/ART) 事業)

1988年から米国国立精神保健研究所(NIMH)によって実施されたうつ病の教育・啓発事業。①うつ病の症状とこれに対する治療があることを一般住民に知ってもらう、②一般住民のうつ病に対する態度や偏見を変えて、うつ病を「人間としての弱さ」ではなく病気としてとらえることを促す、③一般住民と専門家のうつ病に関する行動(受診行動や診断・治療)を変えることを目標とした<sup>14)</sup>。全米で18カ所で保健医療スタッフに対する2日間の講習会が実施された。アイオワ州の事例では、医師を含む1221名の保健医療スタッフへ講習会が実施され、保健医療スタッフのうつ病に対する知識が改善した<sup>15)</sup>。うつ病の一般医での診断や診療が推進される等の成果があがった。

### 3. 米国のうつ病のスクリーニング事業 (National Depression Screening Day)

1991年に米国精神医学会とマククリーン病院とによって開始され、毎年実施されている、「自発的な参加者に対する」うつ病のスクリーニング事業。1994年には全米50州の2000カ所(多くは病院)でうつ病のスクリーニングを実施。数多くの参加者が専門的診断を受けるように勧められ、うち6割が医療機関を受診し、受診した者の8~9割がうつ病の診断を受けている<sup>16)</sup>。1996年には2800カ所で実施され、85000人が参加し同様の効果があった<sup>17)</sup>。

### 4. 英国のうつ病対策キャンペーン (Defeat Depression Campaign)

王立精神科医協会(Royal College of Psychiatrists)と王立家庭医協会(Royal College of General Practitioners)が中心となって1992-1996年の5年間に実施された全国レベルのうつ病対策キャンペーン。①うつ病に対する一般市民の理解を促し、受診行動を促進する、②一般医に対するうつ病の診断と治療に関する教育、③うつ病に対する偏見をなくすを目標とした。一般市民に対する小冊子、カセットテープの配布、新聞、ラジオ、テレビのメディアによる情報の提供(うつ病経験者の出演を含む)、「老年期のうつ病」「職場のうつ病」「産後うつ病」等のテーマごとの出版物、うつ対策強化週間(Defeat Depression Action Week)の開催を実施。一般医に対しては、

うつ病の診断治療のための本や教育用ビデオの配布等。これらの活動により、期間中にうつ病に対する偏見が減少、一般医への受診に対する認識が向上した<sup>18-20)</sup>。一部の地域では自殺死亡率の減少も観察された。

## 5. スウェーデンの自殺予防対策

欧州の中で、自殺死亡率が高いスウェーデンにおいて、1993年、カロリンスカ医科大学（研究所）公衆衛生科学部内に「国立自殺と心の病に関する研究・防止対策センター」(The National Center for Suicide Research and Prevention of Mental Illness-Health) が設立され、政府による心の病に対する一般の理解とその予防、こうした活動を通じた自殺予防に関する積極的な対応が行われている。センターの役割は、研究者や医師のみならず国民に対する自殺予防対策等に関する普及・啓発である。スウェーデン「国立自殺と心の病に関する研究・防止対策センター」の主な自殺予防プログラムは、自殺予防の危機介入に従事している医師、心理学者、カウンセラー、ソーシャルワーカーや保健医療従事者に対する研修、精神科医や開業医のための専門的な自殺学講座等である。1990年頃の男性の自殺死亡率は、人口10万人対25人前後であったのが、2000年では20人まで下がった。

## 6. オーストラリアの自殺予防対策

1992年に国の第一次精神保健対策に始まり、一環として自殺予防対策も行われた。1998年の第二次精神保健対策では、精神保健対策が国の優先事項と位置づけられ、2000年から自殺予防対策が強化された(Living Is For Everyone (LIFE))。自殺予防の正しい知識の普及・啓発、一般医や保健医療従事者、少年院職員や児童生徒に関わる者への研修等を行っている。また、学校における自殺予防教育のための教材や自殺予防対策のハンドブックを作成し、普及している。自殺予防に関してメディアの影響力が大きいいため、ジャーナリズムを学ぶ生徒やメディアの仕事に関わる人に対する自殺予防や精神疾患等の情報を提供している。自殺予防対策と同時に、2000年からうつ病対策(beyondblue)も行っている。

## 7. 新潟県松之山町の自殺予防対策

昭和61年(1986年)から新潟県松之山町において、高齢者の自殺の背景にうつ病があることに注目した自殺予防活動が行われている。大学の精神科医、町内の診療所医師や保健師等の連携で、うつ病の程度についてのスクリーニング検査、該当者に対する面接、うつ病を診断、継続的なフォロー等を行っている。これらの活動の結果、自殺予防活動前17年間の松之山町の自殺死亡率については、10万対4346人であったが、10年の活動後は123.1人と激減した。近隣の町村における自殺死亡率に比較しても、有意な変化が認められた<sup>5)</sup>。