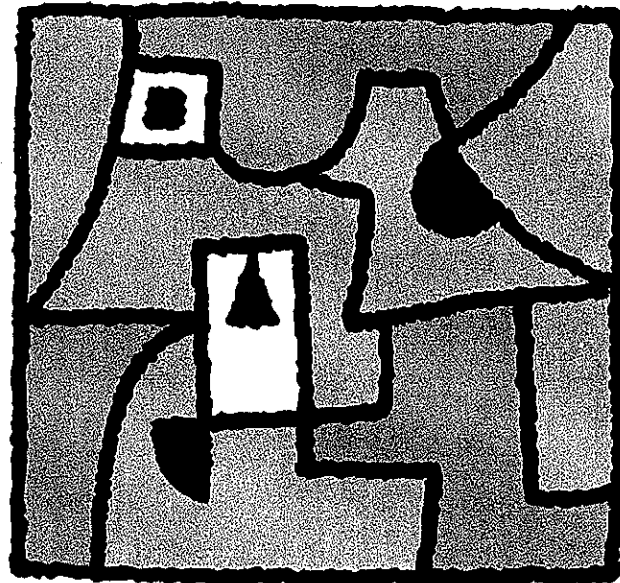


厚生労働科学研究費補助金 こころの健康科学研究事業

自殺と防止対策の実態に関する研究

平成15年度 総括・分担研究報告書

主任研究者 今田 寛睦



平成16年(2004年)4月

目 次

I. 総括研究報告

- 自殺と防止対策の実態に関する研究…………… 1
今田 寛睦

II. 分担研究報告

1. 自殺の実態把握における法医病理学的所見の活用に関する研究…………… 17
異状死体取り扱いデータを用いた自殺の実態調査と自殺統計資料検索
山崎 健太郎
2. 自殺の実態把握における保健医療情報の活用に関する研究…………… 33
自殺手段に関する日米および米国の人種間比較
中村 好一, 尾島俊之
3. 自殺実態のモニタリングのあり方に関する研究…………… 39
清水 徹男
4. 自殺予防と場所・空間に関する研究…………… 65
自殺予防と生活環境の実態に関する研究
野村 東太
5. 自殺予防対策の実態と応用に関する研究
- 1) 都道府県政令市の教育委員会に対する自殺予防対策実施状況調査…………… 139
竹島 正, 三宅 由子, 佐名手 三恵, 長沼 佐代子
- 2) 警察における自殺予防対策関連業務と連携のあり方…………… 161
竹島 正, 佐藤 洋, 佐名手 三恵
6. 自殺に関する心理社会的要因の把握方法に関する研究…………… 167
自殺問題に関する地域住民調査
清水 新二, 川野 健治, 石原 明子, 志村 ゆず, 高崎 文子, 宮崎 朋子,
小泉 典章
7. 自殺と予防対策の実態に関する日・豪比較研究…………… 197
オーストラリア・メルボルンにおける地域精神保健システムの現状
金 吉晴, 井筒 節, 堤 敦朗

Ⅲ. 研究協力報告

1. マスメディアと自殺..... 205
高橋 祥友
2. 鹿児島県における自殺予防対策事業..... 215
～既存保健事業へうつスクリーニングを導入することの意義に関する調査研究～
千村 浩, 宇田 英典, 西 宣行, 中俣 和幸, 相星 壮吾
3. うつ病スクリーニング介入の有用性に関する文献的検討..... 225
松岡 豊, 中島 聡美, 金 吉晴
4. 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..... 235
橋本 康男

Ⅳ. 研究班名簿

「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」

研究協力者 橋本 康男 広島大学 大学情報サービス室

分担研究者 竹島 正 国立精神・神経センター精神保健研究所

研究要旨

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を検討するため、Web サイトの特性と可能性、自殺予防を目的とした Web サイトの現状を検討した上で、目的別・対象者別の提供情報の内容、情報提供の方法と情報提供に際しての留意点などについて検討した。

検討に当たっては、自殺予防の Web サイトは、それ自体に直接的な予防機能を期待するというよりも、自殺予防において重要とされる対面相談への導入と、自殺念慮者のサインを周囲の人々が理解し、社会としての自殺予防意識を向上させることに重点をおいた。

Web サイトの特性としては、匿名性や双方向性などが、その可能性としては、自殺念慮者への直接的な働きかけとともに周囲の人々への支援などが考えられた。自殺予防 Web サイトの現状については、日本と米国等とを比較した結果、その提供内容の幅広さと充実振りに大きな差があり、わが国での今後の取り組みの必要性が指摘された。

提供情報の内容については、自殺念慮と自殺未遂時における本人及び周囲の人々への情報、自殺既遂時の周囲の人々への情報、職場や社会での自殺予防のための情報、行政・民間団体・マスコミ等のための情報など、それぞれ提供すべき情報の構成要素を整理した。

情報提供の方法については、Web サイトの特性を生かしての自動診断型や参加者対話型、疑似体験型など多様な方法の可能性を整理した。情報提供の留意点としては、個人情報の保護、安定的運用、自己責任の原則などがあげられた。

結論としては、自殺について語ることをタブー視することなく自殺予防に対して社会的課題として取り組んでいくために、Web サイトの活用は有効と考えられる。しかしながら、わが国における Web サイト上での自殺予防活動は、米国等と比較すると質・量ともに格段に立ち遅れていると言わざるを得ない状況であり、公的機関・民間団体を問わず幅広い分野での取り組みが求められていると考えられた。

なお、当然のことながら Web サイトの充実はそれ自体が独立してなされ得るものではなく、社会での多様な自殺予防活動の一環としてその充実が図られるべきものである。

A. 研究目的

インターネット¹の利用が普及する中で、自殺予防対策においても、ホームページ(Web サイト²)を活用した情報提供や働き

かけが重要であると思われる。このため、それらを効果的に進めていくための Web サイト上での情報提供に関する指針について検討する。

また、ここでは、主として国などの公的機関や団体により提供される Web サイトを念頭におくものの、自殺予防を目的として提供されることが期待される情報の内容に

¹ インターネットは、TCP/IP という共通の通信方式(プロトコル、通信手順)により相互接続された世界に広がるコンピュータ・ネットワークの総称。独立的に運用されていたネットワークをつなぐネットワークという意味からインターネットと名づけられた。ホームページ(Web サイト)を実現している WWW システムはインターネット上で提供されるサービスの一つ。このほか、電子メール、電子掲示板、FTP(ファイル転送)などのサービスがある。

² Web サイトは、インターネット上で提供されるある

一連の Web ページの総体を示し、ホームページはその最初のページ(トップページ)のことを意味する。ホームページが Web サイト全体のことを指して使われることも多いが、本稿では Web サイトを用語として用いる。

についても幅広く検討する。なお、Web サイトのほか、電子メールの活用なども合わせて検討する。

B. 研究方法

自殺予防に関する既存の報告・提言や文献に当たるとともに、コンサルテーション担当者、Web サイト開発者などへのヒアリングや、諸外国の自殺予防のための Web サイトの調査を行い、これらを踏まえて検討した。

(倫理面への配慮)

本研究は、Web サイトで提供する情報の項目を中心に検討していることから、倫理面の問題はないと判断した。

C. 研究結果

はじめに

検討に当たっては、まず Web サイトの特性と可能性、自殺予防 Web サイトの現状を検討した上で、自殺予防のために Web サイトがめざすための目的別・対象者別の提供情報の内容について検討した。次に、そのような情報提供・情報交換の具体的方法について検討し、最後に Web サイトにおける情報提供に際しての留意点をまとめた。

1. Web サイトの特性

(インターネットの発展)

インターネットは、当初は研究者など限られた人々による電子メールのやりとり、電子掲示板での意見交換、データファイルの交換といった形で利用されていたものが、1990年代において商用利用が可能となり一般の人々でも利用可能となったことや、ブラウザ（閲覧）ソフトの普及から、爆発的に利用が広がったものである。

それまで限られた人々による電子掲示板を中心としたそれぞれ独立したパソコン通信のネットワークが、まさにネットワークとネットワークをつなぐインターネットワークとして一つに結び付けられたことと、WWW（ワールド・ワイド・ウェブ）とブラウザソフトにより、Web サイトにおいて文字情報だけでなく静止画や動画、音声までも含めたマルチメディアの情報媒体としての利用が始まったことが大きな変容である。しかしながらそれらは1990年代半ば以

降の出来事であり、インターネットの利用はまだまだ初期段階にあることを忘れてはならない。

(一方通行の情報提供からコミュニケーションツールへ)

当初、Web サイトで多様な画面を見ることができると自体に新鮮味のあったいわば壁新聞を楽しむ段階から、電子掲示板を活用した意見交換や音楽データなどのデータファイルの交換というインターネットの黎明期に行われていた利用法の一般への普及段階の時期を経て、現在は、インターネットの持つ多様な可能性を生かしてコミュニケーションを図っていく本格的な活用段階へと、ようやくさしかかったところである。

スケジュールや経験・ノウハウ、各種情報の共有・交換などナレッジマネジメントを行うグループウェアや、多人数によるコミュニケーションを実現するコミュニティサイトなど、当初の一方通行の情報提供から、双方向のコミュニケーション手段としての活用へと質的な発展が進行している。

(窓口機能の必要性)

インターネット上で提供される情報量は急速に増えており、多様な情報が入手できるようになったと同時に、本当に必要な情報を探し入手することが逆に困難になってきている。

このため、自殺予防に関する情報についても、多様な情報へアクセスするための入り口となるポータルサイト的なものの整備が求められている。

(目的、内容・機能、手段)

このように、インターネット上での Web サイトを利用した情報提供・交換は、まだまだ活用方法が未成熟なまま、情報量が先行して拡大している状況である。

このため、本稿では、自殺予防のための Web サイトの具体的なイメージを性急に提供しようとするのではなく、その目的と対象者別に必要な情報の内容や機能をまず検討し、それを実現するために利用可能と考えられる技術可能性を網羅的に整理することにより、今後の柔軟で多様な発展のための考え方の整理を行うことを主たる目的とした。

つまり、自殺を予防するために、Web サイト（及び関連するインターネット上の機能）において、何を目的としてどんなことをす

べきか、そしてそれを実現するためにはどのようなツールがあるのかを、現時点において整理しようとしたものである。

(Web サイトの規制)

なお、既存の Web サイトの中には、自殺を賛美するような印象を与える内容のものも見受けられるが、これらの Web サイトに対する規制は技術的にも法的にも難しく、また規制をすることによる効果も不透明である。

このため、本研究では、悪影響を与えると思われる Web サイトの規制の問題については扱わないこととし、今後の研究を待つこととしたい。

2. Web サイトの可能性

ここでは全国レベルで提供すべき自殺予防に関する総合的な情報窓口としての Web サイトを想定し、その役割を果たすために必要な機能と可能性を検討する。

なお、自殺予防対策の推進のためには、一つの Web サイトで全ての機能を果たすことは不可能であり、国、地方自治体、民間団体等による多様な Web サイトの充実とそれぞれの特性を生かした相互補完が期待される。

(1) Web サイトの役割

自殺予防を目的とした Web サイトには、主として次のような役割が期待される。

① 自殺念慮者への働きかけ

自殺予防のための Web サイトに求められているのは、当然ながら、自殺を考えている人(自殺念慮者)に対して自殺をすること(企図)を思いとどまらせることである。

自殺を考えるとところまで追い詰められる原因は多様でありかつ複合的なものであり、地域特性(都市部、島嶼部、山間地域等)や世帯特性(高齢者、障害者、経済状況等)によっても異なると考えられ、きめ細かな対応が求められる。

② 周囲の人への支援

自殺の予防のためには、自殺念慮者の周囲にいる人たちが自殺のサインを的確に理解し受容して、突き放すことなく必要な介入を行うことが求められる。

このため、自殺念慮者が出すサインを読み取って、相談に乗ったり専門家によるコンサルテーションに導入するなど、適切

な対応行動を起こしていくために必要な情報提供が重要である。

③ 支援組織等への情報提供等

自殺予防活動を幅広く展開していくためには、国等の関係機関だけの力では到底十分ではなく、地方自治体等や民間団体、個人ボランティア等の役割は大きい。

自殺の中でも、身体的、経済的理由による将来の生活不安による自殺や、閉こもりがちな生活背景からくる老人性うつ病によるひとり暮らし高齢者などの自殺、介護疲れによる介護者の自殺、精神疾患を抱えるひとり暮らしの人の自殺、介護に関わる家庭内虐待による自殺、多重債務等の生活困窮からくる自殺などについては、家族や近隣者の他に、地域の社会福祉協議会(社協)などの福祉団体、家族介護者会などの当事者会、地域介護ボランティアなどの住民組織といった地域の様々な組織が、身近なところで支援をしていく必要がある。

このため、その活動を支援するための専門的な情報提供や素材提供などの支援も重要である。

このほか、自殺予防対策を組織的に進めていくための研究や情報交換の促進も求められている。

④ 自殺予防について語れる環境づくり

自殺の予防のためには、自殺について語ることをタブー視するような風潮を変えとともに、自殺を個人や家族、特定職場の問題に限定し封じ込めてしまうのではなく、社会全体の問題として考えていくような環境づくりが求められている。

(2) Web サイトならではの可能性

Web サイトは、パンフレット・新聞等の紙媒体やTV・ラジオ等の放送媒体とは異なり、双方向性などの優れた特性を備えており、多様な活用可能性を有している。期待される主な可能性は次のとおりである。

① 双方向性

インターネット及びその上で提供される Web サイトの最大の特徴は、利用者が自分からも働きかけができる双方向性である。これが、一方的に情報を受け取るだけである本などの印刷物や現行のTV放送などと決定的に異なる点である。この点から、インターネットは人類の社会を変化させる革命的コミュニケーション

ツールであり、蒸気機関や印刷技術の発明に匹敵するものだとも言われている。

② 匿名性

Webサイトの利用は、利用者が自分の情報を意図的に送信しない限り基本的には匿名性が保たれる。(特定のソフトにより無意識的に個人情報を送信されてしまう場合はありうるが。)これは、自殺予防のように、誰にも知られずに情報を得たい相談したいという場合には、有効な特性である。

③ 重層的な情報提供

Webサイトの特性の一つは、様々な要素を重層的に組み合わせ、次々にクリックしていくことにより自然に目的の情報へと絞り込み深めていくことができる点である。これにより、多様な情報をシンプルな操作で提供することができる。

これは、落ち込んで積極的な行動の気力を失っている自殺念慮者に対しても、ほんのわずかなきっかけから、多様な情報を提供し働きかけをしていくことのできる可能性を示している。

④ マルチメディアの活用

Webサイトでは、文字情報だけではなく、静止画、動画、音声も活用できる上、音声認識による双方向の対話型のやりとりも可能となっている。このため、CG(コンピュータ・グラフィック)や実映像などを組み合わせたバーチャルな世界を生み出すことができ、仮想体験機会を提供することも可能である。

これにより、自殺念慮者に、一旦立ち止まり自分の置かれた状況や企図しようとしていることの意味などを理解する機会を提供できる可能性がある。

⑤ 情報蓄積と情報検索

Webサイトでは、データベースサーバを利用することにより、情報を蓄積し共有し検索を可能とすることができる。このような機能は、自殺予防に関する情報や立ち直りの体験談、残された人の悲しみを伝えるメッセージなどを蓄積し、提供していくことの可能性を示している。

⑥ 情報交換

Webサイトならではの機能の一つは、掲示板等を利用した情報交換である。多様なテーマ別に意見交換や情報交換の機会を提供することが可能であり、自殺念慮者の

みならず、周囲の人々や支援者、各種専門職、研究者など、多様な人々による情報交換の機会を提供することが考えられる。

また、多様な関係者が参加するWebサイト上の掲示板においては、質問者が質問を書き込み、それについての情報を持つ人が答を書き込むという形での、相互支援の仕組みも考えられる。

このほか、メーリングリスト³やチャット⁴による情報交換も、情報共有や意見交換に活用可能である。

⑦ 情報発信

インターネットによれば、メルマガ⁵やニュース配信サービス⁶により、新しい情報を常時提供していくことができる。これにより、登録した関係者が常に最新情報を共有することが可能となる。

また、インターネットの最大の特性の一つは、個人が誰でも自分で情報発信できることであり、自殺未遂を経験した人が、自殺を考えている他の人々の立ち直りの支援をするために情報発信をするなど、草の根的な情報発信による自殺予防活動も期待される。

⑧ リンクによるネットワーク

インターネットがネットワークとネットワークを結ぶものとして生まれたように、Webサイトもリンク⁷をはることでより容易に他のWebサイトの情報にジャンプし参照できる。このようにして、リンクによりWebサイト相互間のネットワークが構築される。これにより、利用者のニーズに合わせて多様な主体が提供する様々な情報を相互に結び付けて提供することが可能となる。

³ 決められたメールアドレスに送信することにより、登録された全員に同一メールが配信されるサービス。発信者のパソコン上で複数の相手先を一括管理するグループメールと異なり、メールサーバ上で受信対象者が一括管理されることが特徴。

⁴ Webサイトの画面上にそれぞれが打ち込んだメッセージがリアルタイムに表示されることにより、会話スタイルでメッセージを交換できるシステム。

⁵ 登録者のメールアドレスに定期的に送信される情報メール。

⁶ Webサイトの新着情報などを登録者に自動配信するサービス。

⁷ Webサイトの文章の中に、他のWebサイトのアドレス(URL)を埋め込んでおくことにより、その場所をクリックすることによって指定されたWebサイト(リンク先)を表示させることができる。

(3) Web サイトならではの必要要件

自殺予防を目的とする場合、Web サイトの構築には、一般的に次のような配慮が求められる。

① プライバシーの保護

当然のことではあるが、Web サイトにアクセスする自殺念慮者や周囲の人々のプライバシーの保護には、最大限の配慮が払われる必要がある。

② 不測の悪影響の予防

Web サイトでの掲示板などにおいては、悪意又は無意識による心理的な誘導などの悪影響が発生しないような配慮と運営が求められる。

③ 自己責任の原則

匿名性が前提となる Web サイトにおいては、双方向とはいいながらコミュニケーションの中身には限界があり、それを明示して自己責任の原則での利用を求める必要がある。

(4) Web サイトの活用例

自殺予防のための Web サイト構築に関して参考となる事例を以下にいくつか紹介する。

① 医療機関検索と地図情報表示システム

広島県救急医療情報ネットワークは、全国で初めてインターネットを利用した救急医療情報ネットワークとして、平成9年10月に運用開始されている。

県内全医療機関のデータベースを整備し、医療関係者用と一般県民用に分けて多様な情報検索などを提供している。医療関係者用には、医療機関の設備機器や対応可能疾患情報や手術・入院等の応需情報などが提供されている。一般県民用としては、診療科目、診療時間、所在地や電話番号などの基礎的な情報のほか、車椅子での通院可否や対応可能な言語などの情報も網羅されており、地域や時刻により受診可能な医療機関の検索などが可能となっている。その後のバージョンアップにより、最寄りの医療機関を地図で示す機能なども整備されている。

クリックするだけで求める条件の医療機関が簡単に検索でき、しかも地図情報などが検索できるため、受診を促進する効果も期待され、自殺予防のための相談促進への応用も期待される。なお、現在全国29道府県に同様のシステムが導入されてお

り、いずれも広島で開発されている。(参考資料1参照)

このほか、サブシステムとして中山間地域医療や周産期医療⁸情報ネットワークがあり、後者では、医療関係者相互の情報共有のほか、専門家が連携しての一般の人々からの相談への対応などにも対応している。(参考資料2参照)

② 音声等による自動応答型医療相談システム

東京都こども医療ガイドは、平成15年10月に運用開始された音声による対話型の医療相談の Web サイトである。

病気やケガの対処の仕方や病気の基礎知識、子育てアドバイスなどが音声認識により対話方式などで可能となっている。

内容に応じて若い女性や父親、おばあさんなどのキャラクターがガイドして知りたい情報へ案内してくれるシステムとなっている。上記①の救急医療情報ネットワークの構築経験を生かして、同一の開発チームにより開発されている。(参考資料3参照)

3. 自殺予防 Web サイトの現状

Web サイトは、世界に広がる自由なネットワークであり、その全容を正確に把握することは困難である。しかも、常に発展し拡大し続けている。

日本における自殺に関する Web サイトの現状に関する研究としては、「一般市民がアクセスできる自殺関連情報の実態に関する研究」(佐名手三恵、竹島 正、2001)や「Web サイトにおける自殺に関する情報提供の実態と応用に関する研究」(佐名手三恵、竹島 正、2002)などがある。ただし、これらは自殺全般に関わる Web サイトについて、その実態を明らかにしようとしたものであり、自殺予防を目的とした Web サイトの現状に特定して調査したものはあまりない。

このため、今回の研究に当たり、自殺予防を目的とした Web サイトを改めて概観してみた。

(1) 自殺予防 Web サイト

自殺予防について、代表的な検索エンジ

⁸ 妊娠後期から新生児早期までの母体、胎児、新生児を総合的に管理して母子の健康を守る医療。

ンである Google により「Suicide, Prevention (自殺, 予防)」の両方の言葉を含むページを英語のページに限定して検索すると、844, 000件もの項目が検索された。同様に、日本語のページに限定して検索すると、「自殺, 予防」では25, 100件、「自殺, 防止」では46, 000件であった。

この英語の Web サイトと日本語の Web サイトの大きな違いは、その件数の差というよりも、それを掲出している組織の多様性と活動、そして内容の幅広さと厚みにあると思われた。

英語ページの検索結果を見ていくと、CDC(Center for Disease Control and Prevention, 米国)や DH(Department of Health, 英国)などの政府機関や、AAS(American Association of Suicidology, 米国)といった学会のほか、AFSP(American Foundation for Suicide Prevention, 米国)、SAVE(Suicide Awareness Voices of Education, 米国)、SPRC(Suicide Prevention Resource Center, 米国)、Center for Suicide Prevention (カナダ)など様々な団体が実に充実した Web サイトを構築している。(参考資料 4, 5 参照)

(2) 米国等の自殺予防 Web サイトの内容

米国等の Web サイトの内容についてみると、対象別には大きく分けて次のようなものがある。

- 自殺を考えている本人への援助
 - ・自殺を考えている人への緊急相談 (電話, 電子メールなど)
 - ・自殺を考えている人への助言 (誰かに相談することの大切さ)
- 周囲の人への支援
 - ・自殺を考えているように見える友人等を助ける (介入の仕方など)
- 残された人へのケア
 - ・残された人への心のケア
- 自殺未遂をした人へのケア
 - ・自殺未遂から立ち直った人の体験談
 - ・自殺未遂経験者⁹の会, 自殺未遂経験者

⁹ 自殺未遂をしたことのある人のことを、英語では 'Survivors of suicide' と表現している。直訳すると自殺からの生還者となるが、日本語としては一般的な表現ではない。わが国では自殺未遂者と言われることもあるが、自殺未遂時点では確かにそうではあっても、それから立ち直ろうとしている過程においては適

支援者のネットワーク

- 自殺予防支援者の養成
 - ・各種研修事業案内 (自殺予防ボランティア養成など)
- 専門家向けの情報提供
 - ・自殺に関する研究報告
 - ・マスコミ等へのガイドライン
- 一般向けの情報提供
 - ・落ち込んだ気分について (現状認識と立ち直り方など)
 - ・自殺予防運動の活動紹介 (集会や街頭行動など)

このほかに提供されている情報としては、次のようなものがある。

- ・相談先一覧 (各種相談機関など)
- ・自殺に関する情報提供 (自殺の兆候, 未遂者への正しい理解, 関連図書など)
- ・啓発用資料の提供・販売 (図書・ビデオなど)

このような民間団体の活動は、主として寄付によってまかなわれており、自殺予防活動への寄付についての要請がなされている。また、子どもの自殺予防に絞り込んだ Web サイトも存在している。

(3) 日本における自殺予防 Web サイト

日本における自殺予防 (防止) Web サイトにおいても、自殺を考えている本人への援助や周囲の人々への助言、自殺に関する基礎知識などの提供はされている。また、個人により開設された自殺予防についての掲示板も存在する。

しかしながら、公的団体や民間団体により自殺予防を中心的な目的として開設された Web サイトは、東京都の心の健康の中の自殺予防コーナーや、新潟青陵大学碓井真史教授による自殺と自殺予防の心理、各地のいのちの電話によるもの、東京・大阪の国際ビフレンダーズによるものなど限られたものしかない。このほかにも個人により開設された自殺予防に関する情報へのリンク集などもあるものの、全体としては自殺予防のための Web サイトは、行政、民間団体、個人などその開設主体を問わず、質・量ともに十分とは言えない状況にある。

このように、自殺予防の Web サイトについては、日本と米国等との間ではその幅の

当な表現とは思われないので、本稿では自殺未遂経験者あるいは自殺から立ち直った人などと表現した。

広さと厚みにおいて大きな差があり、日本における今後の対応の必要性が感じられる。

4. Web サイトの目的別・対象者別構成要素

自殺予防のための Web サイトについて、主な目的別・対象者別に提供が必要な情報についてその構成要素を検討したところ、次のように整理された。なお、このほかにも、若年者、勤務者、自営業者、高齢者など自殺念慮者の属性やライフステージ、地域特性、世帯特性などに応じた検討も必要と思われる。

- 直接的な自殺予防対策（プリベンション及びインターベンション¹⁰）
 - ・自殺念慮者への働きかけ
 - ・周囲の人への支援
- 自殺未遂の場合の事後対応（ポストベンション）
 - ・未遂者（ポストベンション）
 - ・周囲の人への支援
- 自殺した場合の事後対応（ポストベンション）
- 職場での自殺予防の取り組みの支援
- 社会での自殺予防広報の推進
- 行政・関係機関・民間団体・マスコミ等への支援
- 自殺予防研究支援

これらの項目毎に、それぞれ提供が求められる情報について具体的な内容を検討したところ、次のようにまとめられた。

(1) 直接的な自殺予防対策（プリベンション及びインターベンション）

① 自殺念慮者への働きかけ

ある自殺の名所に「今日はよせ」という看板を立てたところ自殺者が激減したという話が残っているように、自殺念慮者に対して、一旦立ち止まる機会を提供することは重要である。立ち止まり、自分の置かれた状況を客観視する機会を提供するとともに、自分の思いを聴いてもらえる具体的な相談の場へと導入することなどを目的として、次のような情報を提供する。

a 自殺の実態の現実化、現実直視（立ち止まり）

¹⁰ 自殺予防は、しばしば3段階の予防に分類される。プリベンション（prevention：事前の予防対策）、インターベンション（intervention：介入）、ポストベンション（postvention：事後対応）である。

自殺者は死ぬために死ぬのではない、目の前の苦しさから逃れるために死ぬのだということを想起させ、一旦立ち止まって考えるきっかけを作る。また、自分の苦しさを表現し聞いてもらえる機会を提供する。

(提供情報例)

- ・自殺念慮の状況についての説明
- ・周囲の人が理解してくれるというメッセージの発信
- ・自分の苦しさを言葉として表現する機会の提供（チャット、掲示板）

b 自殺を考えている理由の自己分析（現状を見つめる）

自分が追い詰められている理由を見つめ直し、それを解決していく可能性があることを想起する機会を提供し、支援を求める気持ちを生み出す。

(提供情報例)

- ・自殺の危険因子自己チェック（質問・回答による自動判定）
- ・うつ病度自己チェック（質問・回答による自動判定）

c 選択肢の提示（支援を求める）

解決のための糸口や相談の可能性を提示し、立ち直り事例を提供することにより、相談行動へと導入する。特に、自殺に追い詰められながらも立ち直った事例を提供することにより、追い詰められているのは自分だけではなく、また、そこから立ち直ることは可能だという思いを持つことを支援する。

(提供情報例)

- ・他の選択肢の想起誘導
- ・立ち直り事例、体験談等の提供
- ・相談（コンサルテーション）の必要性和効果の説明

d 相談先情報の提供（相談に向かう）

具体的な相談行動を起こそうとするとときに必要な情報を、精神科医療と個別相談内容別に提供する。

(提供情報例)

- ・メンタルケアについての情報
- ・受診の仕方、相談の仕方
- ・受診先情報（最寄りの精神科医療機関の検索、受付時間・地図情報などの提供。広島県救急医療情報ネットワークの例）
- ・相談内容別相談先情報（家庭、健康・

医療、経済・生活、経営・資金、職場・仕事、異性、学校関係などについての連絡先等)

- ・電話等による緊急の相談先の情報
- ・電子メールやチャットによる相談サービスの提供（電子メールでの相談には実際の状況を判断できないなどの限界もあるので、あくまで具体的な相談行動に結びつけるためのコンサルテーションという形で相談が求められる。）

e 自殺の現実の認識

自殺によって引き起こされる問題の数々を具体的に想起させる。

(提供情報例)

- ・残された人（自死遺族）が置かれる状況への配慮導入
- ・自殺によって引き起こされることの疑似体験
- ・社会的影響の具体的説明（JR、アパートの家主等への損害の弁償など）

② 周囲の人への支援

自殺念慮者の周囲にいる人々（家族、親戚、隣人、友人、会社の上司・同僚など）に対して、自殺念慮への理解を深めて自殺念慮のサインを読み取り、相談へと勧誘していくなど、周囲の人々が適切なタイミングで適切な支援・介入が行えることを目的として、次のような情報を提供する。

a 自殺のサインを読み取る

自殺念慮への理解を深め、自殺の危険度の判断に必要な情報を提供する。

(提供情報例)

- ・自殺念慮の状況についての説明
- ・自殺念慮者が出すサイン、特に直前のサインの理解（周囲の関係者は無意識的に自殺念慮者のサインを楽観的に受け取ろうとする傾向があるので、客観的な話の聞き方や理解の仕方のポイントを提供する必要がある。）
- ・周囲が理解しているというメッセージの提供の仕方
- ・危険性判断、予防法
- ・自殺の危険因子チェック（質問・回答による自動判定）
- ・うつ病度チェック（質問・回答による自動判定）
- ・立ち直り事例の紹介
- ・自殺に関する知識や常識の間違いの理解（自殺を口にする人は実行しないと

いうのは間違い、ということなど。）

b 介入の仕方を理解する

自殺念慮者への介入の仕方についての情報を提供し、誤った介入をしてしまうのではないかと不安を和らげる。

(提供情報例)

- ・具体的な対応方法や留意点（素人でもできること、できないこと、してはいけないこと）
- ・自殺念慮者からの相談への対応マニュアル
- ・診察や相談を勧めるための言い方（励まさない、自分のメッセージが伝わるように、など。）
- ・支援者のための相談先、専門家についての情報

c 相談先情報の提供

具体的な相談行動を起こそうとするときに必要な情報を、精神科医療と個別相談内容別に提供する。

(提供情報例)

- ・メンタルケアについての情報
- ・受診の仕方、相談の仕方
- ・受診先精神科医療機関情報（前掲）
- ・相談内容別相談先情報（前掲）
- ・具体的な相談行動に結びつけるための電子メールによる相談サービスの提供（周囲の人が、自殺念慮者に具体的な相談行動を起こすよう助言するための支援）

(2) 自殺未遂の場合の事後対応（ポストペンション）

① 自殺未遂者（ポストペンション）

自殺未遂をした人に対して、地域社会や職場への復帰を支援し再び企図する可能性を低下させることを目的として、次のような情報を提供する。

(提供情報例)

- ・周囲が理解してくれるというメッセージの提供
- ・メンタルケアについての情報
- ・立ち直り事例、体験談等の提供
- ・自分の気持ちを整理するための「思い」の表現の場の提供（自殺未遂をしたことが一生引きずっていく「恥」ではないと思えるための自分の気持ちの整理）
- ・相談（コンサルテーション）の必要性和効果の説明

- ・受診の仕方、相談の仕方
- ・受診先精神科医療機関情報（前掲）
- ・相談内容別相談先情報（前掲）
- ・立ち直りのための相互支援グループやワークショップなどの情報の提供
- ・電子メールやチャットによる相談サービスの提供（前掲）

② 周囲の人への支援

自殺未遂をした人の周囲の人々に対して、自殺未遂経験者の再企図の危険性やそれを予防するために必要な配慮事項などを理解してもらうことを目的として、次のような情報を提供する。

（提供情報例）

- ・自殺に関する知識や常識の間違いの理解（自殺未遂経験者は再企図しないというのは間違い、ということなど。）
- ・周囲が理解していることのメッセージの提供の仕方
- ・再企図の兆候、危険性判断の仕方
- ・メンタルケアについての情報
- ・立ち直り事例、体験談等の提供
- ・生活面、経済面への相談などの配慮の必要性
- ・相談（コンサルテーション）の必要性と効果の説明
- ・受診の仕方、相談の仕方
- ・受診先精神科医療機関情報（前掲）
- ・相談内容別相談先情報（前掲）
- ・立ち直りのための相互支援グループやワークショップなどがあればそれらの情報の提供
- ・具体的な相談行動に結びつけるための電子メールによる相談サービスの提供

（3）自殺した場合の事後対応（ポストベンション）

自殺者の家族、親しい友人やその周囲の人々に対して、心のケアを提供し、PTSD¹¹や連鎖自殺の防止、立ち直りの支援を目的として、次のような情報提供を行う。

（提供情報例）

- ・対応の留意点、起こりうる反応や症状についての説明
- ・特に影響を受ける可能性のある人に対する支援の仕方

- ・立ち直り事例、体験談等の提供
- ・相談（コンサルテーション）の必要性と効果の説明
- ・受診の仕方、相談の仕方
- ・受診先精神科医療機関情報（前掲）
- ・相談内容別相談先情報（前掲）
- ・生活面、経済面への相談などの配慮の必要性
- ・具体的な相談行動に結びつけるための電子メールによる相談サービスの提供
- ・遺された者の苦しさを言葉として表現する機会の提供（チャット、掲示板）
- ・立ち直りのための相互支援グループやワークショップなどの情報の提供
- ・事後対応マニュアル（家族、警察、病院、家主、職場、役所等）

（4）職場での自殺予防の取り組みの支援

企業にとって自殺者を出すことはそれ自体に損失が大きいことはもとより、社内の他の従業員のモチベーションへの影響や、企業としての対外的信用の低下などの影響も大きい。このため、職場における組織的・継続的な自殺予防のための重点的な取り組みが求められている。

また、業界団体や経済団体などによる、社会的な自殺予防活動の展開も期待されている。これらのことから、職場での自殺予防対策を推進・支援することを目的として、次のような情報提供を行う。

（提供情報例）

- ・職場での心のケア・マニュアル、落ち込んだ時の周囲の対応の仕方の情報の提供、配慮事項
- ・具体的な事例情報（企業での実例、責任関係、成果事例など）
- ・職場での相談（コンサルテーション）に関する情報
- ・自殺問題についての一般的な情報提供と職場での組織的対応についての情報
- ・職場管理者等のための研修会・講演会・セミナー等の情報
- ・自殺念慮の状況についての説明
- ・自殺念慮者が出すサイン、特に直前のサインの理解（前掲）
- ・周囲が理解しているというメッセージの提供の仕方
- ・危険性判断、予防法
- ・うつ病度チェック（質問・回答による自動判定）

¹¹ Post-traumatic Stress Disorder の略で、強烈な体験により心に強い衝撃を受けることにより生じた精神的（心的）外傷

- ・自殺の危険因子チェック（質問・回答による自動判定）
- ・メンタルケアについての情報
- ・立ち直り事例の紹介
- ・自殺に関する知識や常識の間違いの理解（自殺を口にする人は実行しないというのは間違い、自殺未遂経験者は再企図しないというのは間違い、ということなど。）
- ・受診の仕方、相談の仕方
- ・受診先精神科医療機関情報（前掲）
- ・相談内容別相談先情報（前掲）
- ・具体的な相談行動に結びつけるための電子メールによる相談サービスの提供
- ・診察や相談を勧めるための言い方
- ・企業・経済団体等として期待される自殺予防への取り組み

(5) 社会での自殺予防広報の推進

社会における自殺予防理解の普及啓発を目的として、次のような情報提供を行う。

（提供情報例）

- ・自殺念慮の状況についての説明
- ・自殺念慮者が出すサイン、特に直前のサインの理解（前掲）
- ・自殺に関する知識や常識の間違いの理解（前掲）
- ・危険性判断、予防法
- ・メンタルケアについての情報
- ・自殺予防活動の概要
- ・関係団体等の情報提供
- ・自殺予防活動への寄付についての情報
- ・ボランティアに関する情報（募集・応募）
- ・インターネット上の情報などについて、自立的に偏りなく受け止めるためのメディアリテラシー教育についての情報

(6) 行政・関係機関・民間団体・マスコミ等の支援

関係機関や団体等の自殺予防活動の支援を目的として、次のような情報提供を行う。またNPO団体による活動への支援も行う。

（共通的に提供する情報の内容）

- ・啓発用素材や事例集
- ・各種報告書
- ・自殺予防活動のガイドライン
- ・相談先一覧等の提供
- ・自殺予防活動の紹介
- ・支援者養成支援（研修会等の開催情報など）

① 国、都道府県、市町村向け

行政機関による自殺予防対策を推進・支援することを目的として、次のような情報を提供する。

（提供情報例）

- ・広報マニュアル
- ・対応マニュアル
- ・事例集、広報・啓発用素材集、各種データ

② 保健・医療・福祉関係機関、専門職向け

医療機関など保健・医療・福祉関係機関や地域での自殺予防活動に従事する専門職による自殺予防活動を支援するため、次のような情報を提供する。

（提供情報例）

- ・相談者同士の情報交換の支援、相互支援の進め方や事例
- ・事例集、広報・啓発用素材集、各種データ

③ 自殺予防に関わる地域の団体等向け

地域の社協などの福祉団体、自殺予防活動を行っている民間団体、家族介護者会、地域介護ボランティア等の住民組織などの活動を支援するため、次のような情報を提供する。

（提供情報例）

- ・専門家からの助言システム（こころの医療、福祉制度、法律関係）
- ・運営支援情報
- ・事例集、広報・啓発用素材集、各種データ
- ・相談者同士の情報交換の支援、相互支援の進め方や事例、フォローの仕方

④ マスコミ向け

自殺を過度に取り上げ詳細に報道することによる連鎖自殺誘発を防止するとともに、自殺が不可避のものではなく適切な相談などの支援対策が有効であることなどの理解を広げるためのマスコミの協力を得ることを目的として、次のような情報を提供する。

（提供情報例）

- ・自殺報道ガイドライン
- ・相談先一覧等の提供
- ・自殺予防活動の紹介
- ・事例集、広報・啓発用素材集、各種データ

(7) 自殺予防活動・研究支援

自殺予防の研究者への支援を目的として、

次のような情報提供を行う。

(提供情報例)

- ・ 情報交換支援、基礎データや事例情報の提供
- ・ 予防手法
- ・ 予防対策の効果
- ・ 自殺メカニズムの研究
- ・ ポストペンションの研究

5. Web サイト上での情報提供・交換の手法

上記4で検討した内容について、それぞれの対象者別に必要な情報を提供していくためには、その内容や目的に応じて適切な情報提供の方法を取る必要がある。ここでは、Web サイト上での情報提供・交換において採用できる方法についてそれぞれの特性を検討し、目的や内容に応じた活用可能性を検討する。

(1) 情報提供・交換の形態

Web サイトを通じた情報提供・交換・活用には次のような方法がある。これらには、一般に公開するものと、登録によりIDとパスワードなどで利用者を認証するものがある。また、接続者のIPアドレスなどでその属性を判断し、表示する画面を変更することもありうる。

また、登録者を中心としてユーザー同士が情報交換を行う場を提供するものをコミュニティサイトと呼び、Web サイトの普及とともに近年発展している。

さらに、情報提供の内容としては、文字情報のほか、静止画、動画、音声などがあり、動画と音声については、一旦ダウンロードしてから再生する場合と、ダウンロードしながら逐次再生する場合（ストリーミング¹²）とがある。

<Web サイト上>

① 壁新聞型

- ・ 一方的な情報の掲示

② TV視聴型

- ・ ストリーミングにより画像と音声を送信する
- ・ 研修用のビデオ教材として活用することも考えられる

③ リンク型

- ・ 必要な情報があるWeb サイトへの接続の

ための目次機能

④ 情報検索型

- ・ キーワード検索：データベースの情報を利用者が検索（当該Web サイト内の検索と、Web サイト上全体を対象とするもの）
- ・ Q&A：うつ状態ということの理解を深めるなど

⑤ 自動診断型

- ・ 質問に答えていくことによりうつ状態の程度などを自動的にチェックし、あらかじめ用意された回答を提示（ウィザード方式）

テキスト（文字）によるもの、音声によるもの、ライブ映像と音声によるもの（例：東京都こども医療ガイド）

⑥ 有人相談型

- ・ 専門スタッフが待機しており、チャット（対話）により相談に対応

テキスト（文字）によるもの、音声によるもの、ライブ映像と音声によるもの

⑦ 参加者対話型

- ・ 掲示板（参加者間の情報・意見交換）
- ・ オンラインチャット（多人数参加型）

⑧ 疑似体験型

- ・ 映像や音声などを使って、自殺を実行した後に起きることをバーチャルに疑似体験（現場検証、司法解剖、事情聴取、葬儀、相続、遺族の心のケア）

⑨ グループウェア型

- ・ ファイルやスケジュール、情報の共有のためのナレッジ・マネジメント・システム

<電子メール等>

⑩ 電子メール

通常の電子メールの交換によるもの

⑪ メーリングリスト型

- ・ 登録された関係者への電子メールの一斉送信（関係者相互間での情報共有）。（メールサーバ上で登録者を一括管理する点で、各パソコンで複数名をグループとして扱い送信するグループメールとは異なる。）

⑫ ニュース配信型

- ・ メールマガジン（メルマガ：関連情報の定期的提供）
情報提供とともにウェブサイトへのアクセス促進も目的とする

(2) 携帯電話の活用

¹² 音声と画像データをインターネットで受信しながらリアルタイムで再生を行うこと

近年、携帯電話による Web サイトの利用は急速に伸びており、自殺予防の Web サイトにおいても、重要なツールであると考えられる。

- ・携帯電話用 Web サイトの開設
- ・携帯電話から Web サイトにアクセスした際に、そのまま相談等の電子メールを発信でき、あるいはチャットに参加できることや、携帯電話から Web サイトにアクセスした際に、電子メールを送信する操作をしなくても「携帯電話のメールアドレス通知承諾ボタン」により容易に携帯電話のメールアドレスを通知でき、管理者側から携帯電話に対して電子メールを送信できること、などの工夫も考えられる。

6. Web サイト開設に際しての留意点

Web サイトの開設については、次のような点についての配慮が求められる。詳しくは、関係団体からルール&マナー集なども出されているので、ここではポイントだけを提示しておく。

(1) 個人情報の保護について

個人情報の保護については、個人情報保護法、行政機関個人情報保護法、独立行政法人等個人情報保護法、地方自治体の個人情報保護条例など、一連の法制度の整備が進められている。これらの法令においては、「個人情報は、個人の人格尊重の理念の下に慎重に取り扱われるべきものであることにかんがみ、その適正な取扱いが図られなければならない。」との基本理念により、その保護のための規定がされている。

特に、インターネットによる情報提供については、個人情報大量にかつ広範囲に流出してしまう危険が大きいことから、1987年の刑法改正においてデータの書き換えや抹消などの不正アクセス行為について電子計算機損壊等業務妨害罪が新設され処罰対象となっているほか、2000年施行の不正アクセス禁止法により不正アクセス行為自体が処罰対象とされている。

しかし、依然としてなりすましや故意の漏えいなどにより個人情報が侵害される例が絶えないので、自殺予防のための Web サイトの開設においても、OECDの「プライバシー保護と個人データの流通についてのガイドラインに関する理事会勧告（プ

イバシーガイドライン、1980）」に示されている8原則（収集制限の原則、データ内容の原則、目的明確化の原則、利用制限の原則、安全保護の原則、公開の原則、個人参加の原則、責任の原則）の考え方を基本として、上記関係法令にのっとり、適切な対応を図っていく必要がある。特に、ネット上での相談などについては、個人情報の保護に十分な配慮が求められる。

(2) 知的所有権や人権等への配慮

インターネット利用上の倫理として、肖像権や著作権などの知的所有権やプライバシーなどの人権への配慮。特に個人情報の保護については、十分な配慮が必要である。

(3) セキュリティへの配慮

ウィルスへの対策や、外部からの悪意の侵入による内容の改ざんや他のサーバへの攻撃などに利用されないための配慮が必要である。

個人情報は扱わないようにするのが原則であるが、アクセスした人に関する情報なども漏洩しないように、SSL等による暗号化など、最大限の配慮が求められる。

(4) ユニバーサルデザインへの配慮

視力に障害のある人などにも読みやすいために明暗のコントラストに配慮するなどの画面デザインや、使用するパソコンのOSやブラウザの種類やバージョンによって表示が大きく異なったり見えないということのないようなアクセシビリティの確保についての配慮が必要である。

(5) 汎用性の確保

Web サイト上での動画アニメーション表示ソフトなどによるインパクトのある画面にするための技法が数多く開発されているが、利用者のパソコン環境の多様性に配慮し、できるだけ多くの人々に同一条件で見てもらえるように配慮する必要がある。

また、チャットなどのサービスを提供する場合にも、その利用時において機能追加用のプラグイン・ソフトウェアをダウンロードしてインストールすることなく、スムーズに利用できることが望ましい。

(6) 基本的なマナー

更新日の表示や開設者の連絡先の掲出や、ファイルをダウンロードさせる場合のファイルサイズの表示などの配慮が必要である。

(7) 安定的運用

Web サイトの運用においては、ウィルスや

ハッカー¹³（クラッカー）対策のほかにも、アクセスが集中した時やデータやシステムのバックアップのために、ミラーリング¹⁴などの二重化対策が求められる。

(8) 不測の悪影響の予防

Web サイトでの掲示板などにおいて、悪意又は無意識に心理的な誘導などの悪影響が発生しないような配慮と運営が求められる。

(9) 自己責任の原則

匿名性が前提となる Web サイトにおいては、双方向とは言いながらコミュニケーションの中身には限界があり、それを明示して自己責任の原則での利用を求める必要がある。

(10) 開発体制と運用体制

これまで述べた Web サイトの内容に関する留意点のほか、その開発体制と運用体制も重要である。

開発体制については、システム開発会社による技術主導型のものにならないように配慮するとともに、あれもこれも型の雑然とした内容にならないように関係者の意見を十分に整理し、焦点を絞った利用しやすい Web サイトづくりをめざす必要がある。このため、Web サイト全体の開発を調整するコーディネーターが必要である。

また、運用体制については、Web サイトの内容が相当のボリュームになることが想定されるため、各分野毎に内容の充実と情報の頻繁な更新を行うためには、担当範囲を整理したしっかりとした運用体制を準備する必要がある。特に、オンラインでの相談に対応する場合には、相談対応者の訓練や無理のない対応体制の整備が必要となる。

さらに、利用状況を把握しつつ、柔軟に内容の変更や拡充を図っていくことが重要である。

¹³ 悪意を持ってコンピュータに侵入してデータの改ざんや破壊などを行う者を指して使われるが、本来はコンピュータ技術に詳しい人のことであり、悪意の人については正確にはクラッカーと呼ばれる。

¹⁴ 一般的にはディスク装置のデータをリアルタイムで複製することを指すが、同時に、同じ内容を持つ複数のサーバを用意して、Web サイトにアクセスが集中して利用できなくなることを防いだりバックアップ機能を確保するという意味もあり、ここでは後者の意味。

おわりに

自殺の問題をタブー視せずに社会的な取り組みを進めてきた米国等においては、自殺予防のための Web サイトは極めて充実しており、自殺予防のための緊急的支援だけでなく、周囲の人へのサポートや残された人々へのケア、自殺予防の支援者のための研修や教材の提供、自殺予防の普及啓発、自殺予防研究の推進など、幅広く厚みのある内容の情報が提供されている。

わが国における Web サイト上での自殺予防活動は、これらと比較すると質・量ともに格段に立ち遅れていると言わざるを得ない状況である。

自殺について語ることをタブー視することなく、自殺予防に対して社会として取り組んでいくために、Web サイトの活用は有効と考えられ、公的機関・民間団体を問わず幅広い分野での取り組みが求められている。

主要参考文献等

1. 佐名手三恵, 竹島 正: 一般市民がアクセスできる自殺関連情報の実態に関する研究, 平成13年度厚生労働科学研究費補助金(障害保健福祉総合研究事業)「自殺と防止対策の実態に関する研究(主任研究者 堺宣道)」研究協力報告
2. 佐名手三恵, 竹島 正: Web サイトにおける自殺に関する情報提供の実態と応用に関する研究, 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)「自殺と防止対策の実態に関する研究(主任研究者 今田寛陸)」研究協力報告
3. E. S. シュナイドマン「自殺者のこころ」白井徳満ほか訳, 誠信書房, 2001
4. 高橋祥友「青少年のための自殺予防マニュアル」金剛出版, 1999
5. 高橋祥友「群発自殺」中公新書, 1998
6. 浜田忠久ほか「インターネットと市民」丸善株式会社, 2003
7. 岡村久道「個人情報保護法入門」商事法務, 2003
8. 自殺防止対策有識者懇談会報告「自殺予防に向けての提言」厚生労働省 2002
9. 「インターネットを利用する方のためのルール&マナー集」財団法人インターネット協会 <http://www.iajapan.org/>

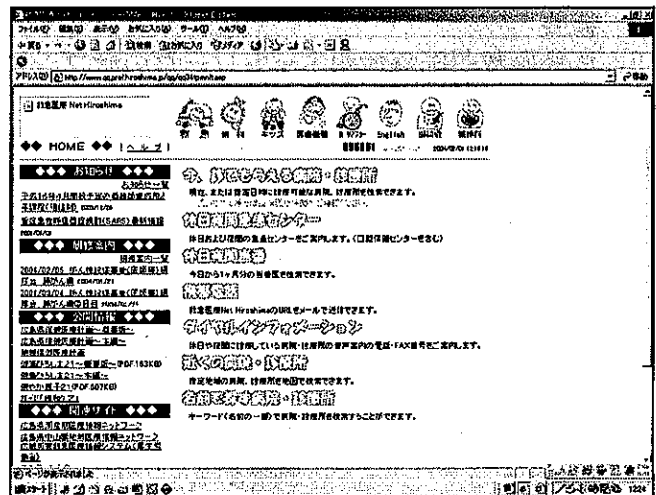
(付表) 目的別・対象者別に提供すべき主な情報の例

区 分		予防		未遂		既遂 周囲	職場 支援	社会 啓発	支援	
		①本人	②周囲	①本人	②周囲				①行政	②民間
理解	・自殺念慮の状況についての説明	○	○				○	○		○
	・自殺念慮者が出すサイン、特に直前のサインの理解		○				○	○		○
	・自殺に関する知識や常識の間違いの理解		○		○		○	○		○
危険度 評価	・うつ病度自己チェック（質問・回答による自動判定）	○								
	・うつ病度チェック（質問・回答による自動判定）		○				○			
	・自殺危険因子自己チェック（質問回答による自動判定）	○								
	・自殺危険因子チェック（質問回答による自動判定）		○				○			
	・危険性判断、予防法		○				○	○		
	・危険性判断、予防法		○				○	○		
立ち 直り 支援	・周囲の人が理解してくれるというメッセージの発信	○		○						
	・周囲が理解しているというメッセージの提供の仕方		○		○					
	・苦しさを表現する機会の提供（チャット、掲示板）	○				○				
	・自分の気持ちを整理するための思いの表現の場の提供			○						
	・自殺以外の他の選択肢の想起誘導	○								
	・メンタルケアについての情報	○	○	○	○		○	○		
	・具体的な対応方法や留意点		○		○	○				
	・立ち直り事例、体験談等の提供	○	○	○	○	○	○			
	・立直り相互支援グループやワークショップ情報			○	○	○				
	・自殺念慮者からの相談への対応マニュアル		○				○			
相談 誘導	・相談（コンサルテーション）の必要性と効果	○	○	○	○	○	○			
	・診察や相談を勧めるための言い方		○				○			
	・相談関連情報（受診の仕方、相談の仕方）	○	○	○	○	○	○			
	・精神科医療機関情報（最寄検索、連絡先、受付時間、地図等）	○	○	○	○	○	○			○
	・相談内容別相談先情報（家庭、健康・医療、経済・生活、経営・資金、職場・仕事、異性、学校関係などについての連絡先等）	○	○	○	○	○	○			○
相談 影響	・電子メールによる相談サービスの提供	○	○	○	○	○	○			
	・チャットによる相談サービスの提供	○		○		○				
既遂 関連	・残された人の状況への配慮導入（事例等）	○								
	・自殺によって起こることの疑似体験	○								
	・社会的影響の具体的説明（関係先への損害弁償等）	○								
	・対応の留意点、起こりうる反応や症状についての説明					○				
職場 関連	・特に影響を受ける可能性のある人に対する支援の仕方					○				
	・メンタルケアの必要性、立ち直り事例の紹介、体験談					○				
	・生活面、経済面への相談などの配慮の必要性				○	○				
	・事後対応マニュアル（家族、警察、病院、家主、職場、役所等）					○				
	・職場での心のケアマニュアル（周囲の対応、配慮事項）						○			
社会 啓発	・具体的事例情報（企業での実例、責任関係、成果事例等）						○			
	・職場でのコンサルテーションに関する情報						○			
	・職場での組織的な対応についての情報提供						○			
	・職場の管理者等のための研修会・講演会・セミナー等						○			
	・企業・経済団体等に期待される自殺予防への取り組み						○			
行政・ 民間 団体等	・自殺予防活動の概要							○	○	
	・関係団体等の情報提供							○		
	・自殺予防活動への寄付についての情報							○		
	・ボランティアに関する情報（募集・応募）							○		○
	・メディアリテラシー教育についての情報							○		
行政・ 民間 団体等	・各種報告書								○	○
	・自殺予防活動のガイドライン								○	○
	・支援者のための相談先情報		○		○	○			○	○
	・支援者養成支援（研修会等の開催情報など）								○	○
	・広報マニュアル								○	○
	・事例集、広報・啓発用素材集、各種データ								○	○
	・相談対応者同士の情報交換、相互支援の進め方や事例									○
	・専門家から支援システム（医療、福祉制度、法律関係）									○
	・組織運営支援情報									○
	・自殺報道のガイドライン									○

(注) それぞれ関係するものは多いが、主に関係するもののみに○印を付した。

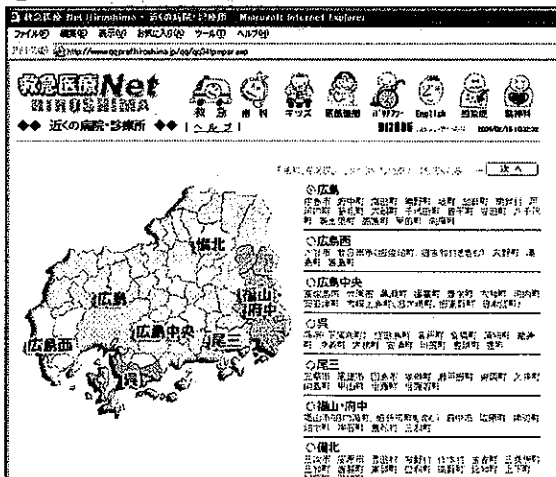
(参考資料1) 広島県救急医療情報ネットワーク (地図上での医療機関検索システム)

- 運用開始
平成9年10月(インターネットを利用した初の救急医療情報ネットワーク)
- 内容
県内全医療機関のデータベースを整備
 - ① 一般県民向け
診療科目, 診療時間, 所在地, 地図, 電話番号, 車椅子通院可否, 対応可能言語, 受付時間, 当番医など
 - ② 医療関係者用
医療機器保有状況, 対応可能疾患等の機能情報と一部医療機関の応需情報
- 検索

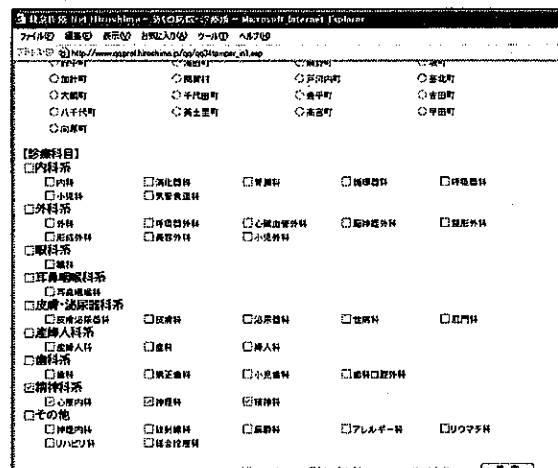


所在地, 診療科目を指定すれば, 最寄の医療機関が地図上に番号で表示され, その医療機関名が右側に表示される。医療機関名をクリックすれば, その医療機関の情報が表示され, 受付時間も知ることができる。データベースに緯度経度情報を登録しているため, 検索時に指定された中心点からの直線距離(緯度経度による)の近い順から検索し最大20箇所までの表示を行うことが可能となっている。利用者の中心点の移動は自由であるため, 随時移動しながら検索が可能。

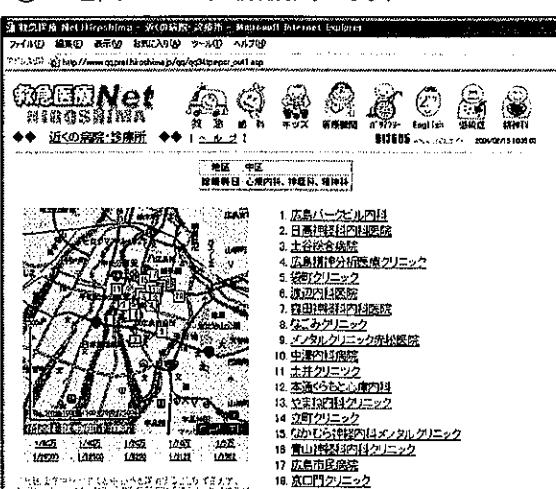
① 場所の指定



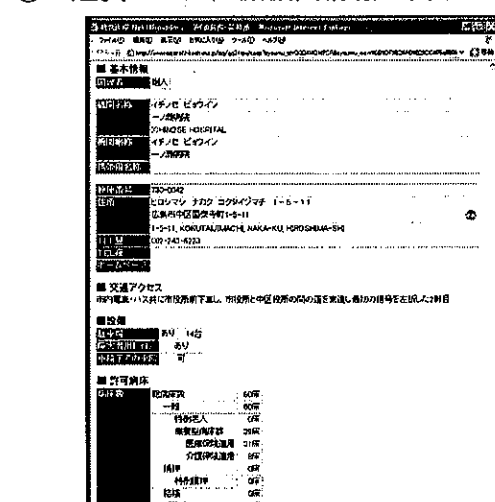
② 診療科目の指定



③ 地図上への医療機関の表示



④ 選択された医療機関情報の表示



(参考資料2) 周産期医療の相談システム

○ 概要

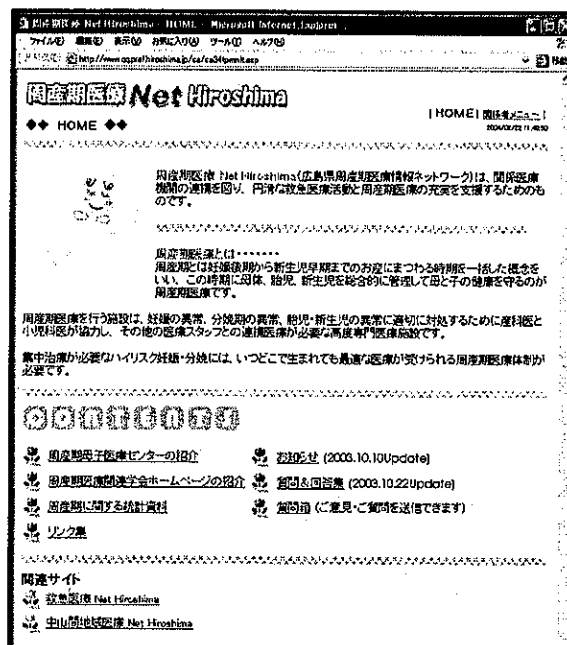
広島県救急医療情報ネットワークのサブシステムとして同時期に構築されている。

周産期医療¹⁵に関する専門家の情報共有システムや一般県民への情報提供のほか、医療相談にも対応している。

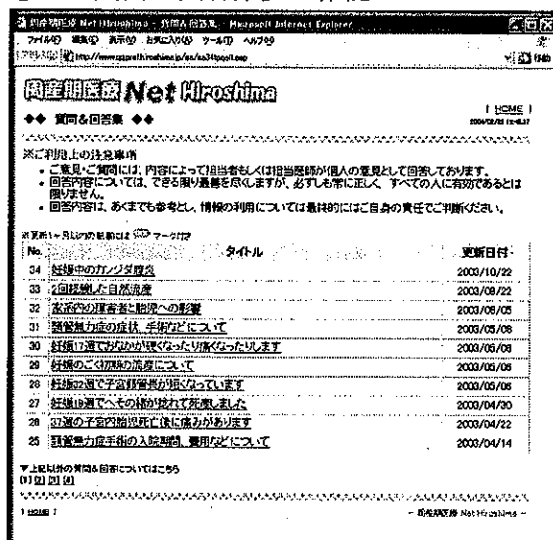
○ 周産期医療相談

1対1の医療相談ではなく、

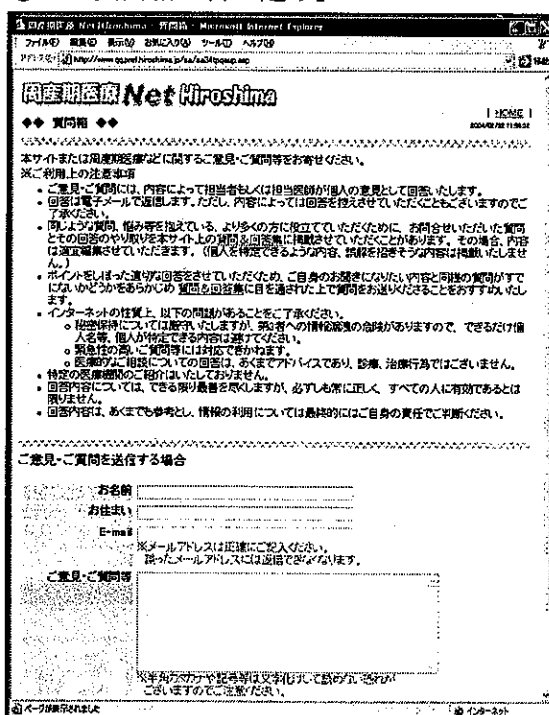
- ・質問者はまず「質問&回答集」を確認する、
- ・欲しい内容がなければ、質問箱に匿名で書き込みを行う、
- ・複数の医師がその質問を電子メールで自動的に受ける、
- ・メールを受けた医師は自分の専門分野であればQ&Aデータベースに書き込みを行う、
- ・公開する前には他の医師に確認、という手法を採用している。



① 「質問&回答集」で確認



② 「質問箱に書き込み」



¹⁵ 妊娠後期から新生児早期までの母体、胎児、新生児を総合的に管理して母子の健康を守る医療。

(参考資料3) 東京都こども医療ガイド

- 運用開始
平成15年10月
- 内容
音声による対話型の医療相談。
病気やケガの対処の仕方や病
気の基礎知識、子育てアドバ
イスなどが音声認識により対話方
式などで可能。

- キャラクターの採用
利用者へ親しみ安さを伝える
ため「家族」をモチーフにした
キャラクターを選定し、相談内
容に応じて若い女性や父親、お
ばあさんなどのキャラクターが
ガイドして知りたい情報へ案内
してくれるシステム。

キャラクターは、それぞれ役
割が与えられており、ママ（緊
急の対処方法）、パパ（子育て
の基礎知識）、おばあちゃん（子
育てのアドバイス）となってい
る。

- 相談内容と回答のフロー化
それぞれの内部のデータベ
ースは、対話のシナリオを作成し
てフロー化しており、このフロ
ーが最も大事な知識ベースとな
る。

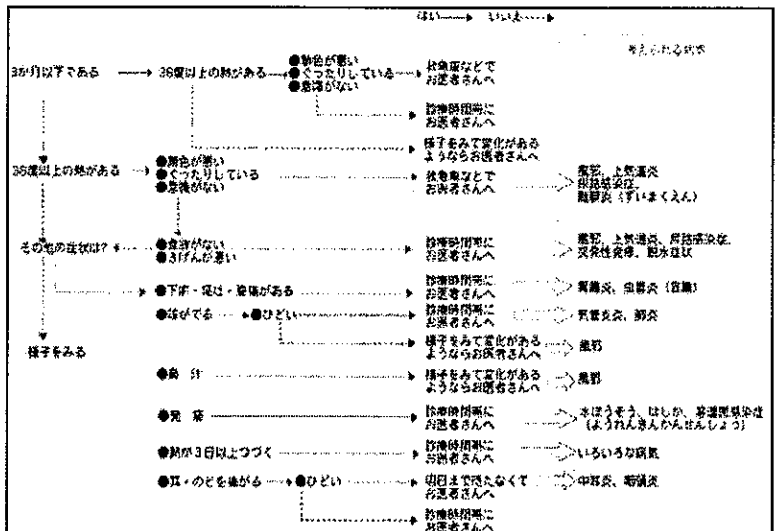
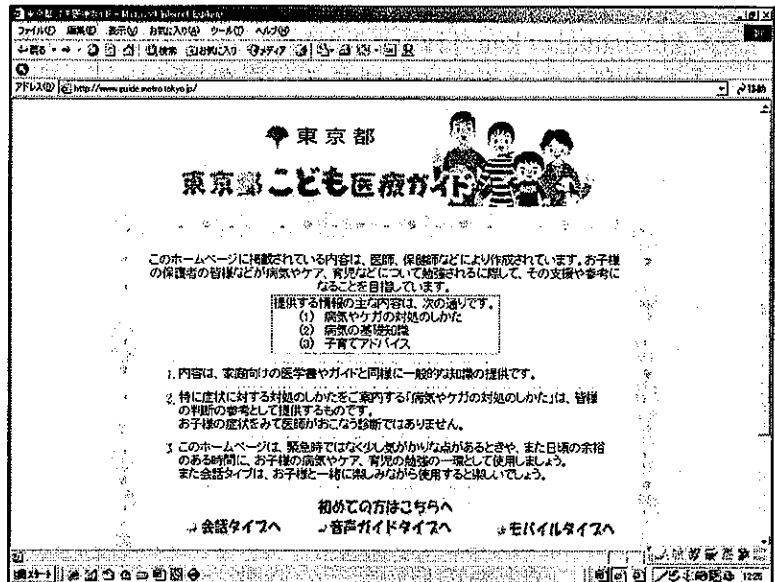
- 3種類の利用方法

利用者の環境にも配慮して

- ・会話タイプ（音声認識技術を使
った対話形式）
 - ・音声案内タイプ（動画を活用
した音声案内形式）
 - ・モバイルタイプ（携帯電話を想
定して、テキスト形式）
- の3種類のコンテンツを作成。

それぞれのコンテンツから、東京都医療機関情報案内システムへの連携をはかり、結果として、医療機関の選択につなげるような仕組みとしている。

会話タイプは、プロモーショナルな役割を果たし、ものめずらしさと楽しさを強調して、利用者を使いやすく誘導するが、実際には音声案内タイプや携帯電話タイプが良く使われる傾向にある。



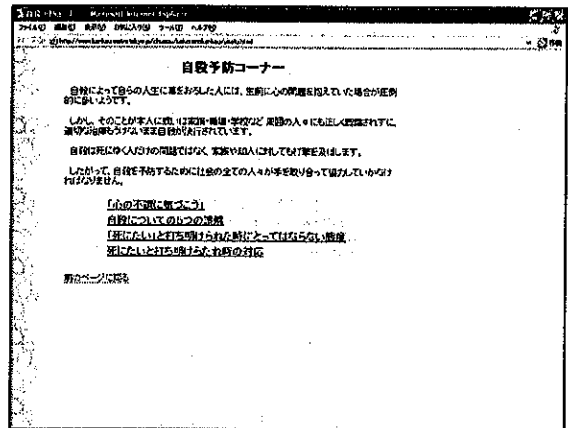
(参考資料4) 自殺予防のための Web サイトの紹介

1. 日本

(1) 行政機関

- 東京都, 心の健康, 「自殺予防コーナー」
<http://www.kenkou.metro.tokyo.jp/chusou/kokoronokenkou/jisatu.html>

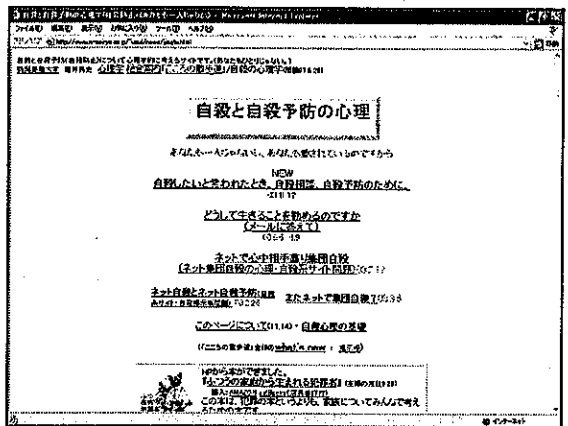
主な内容: 心の不調に気づこう, 自殺についての5つの誤解, 「死にたい」と打ち明けられた時にとってはならない態度, 死にたいと打ち明けられた時の対応



(2) 大学, 学会等

- 新潟青陵大学 碓井真史教授 「自殺と自殺予防の心理」
<http://www.n-seiryu.ac.jp/usui/news/jisatu.html>

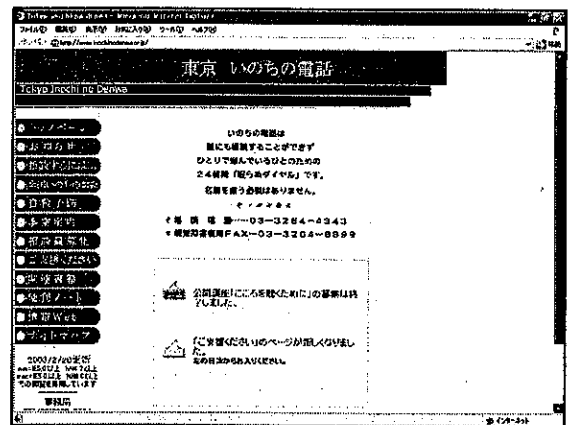
主な内容: 自殺したいと言われたとき, 自殺予防のために, ネット自殺とネット自殺予防, 子どもの自殺, その特徴, 自殺心理の基礎



(3) 民間団体

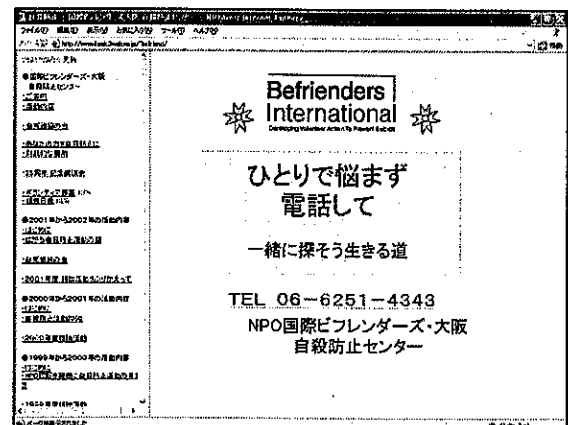
- 東京いのちの電話
<http://www.inochinodenwa.or.jp/>

主な内容: 相談するには, 全国いのちの電話, 自殺予防 (どうしても死にたくなるのでしよう, 死にたい人はどんなサインを出すのでしよう, 自殺未遂について知っていますか, どのように話しかけたらいいのでしよう, あなたの大切な人が自殺してしまったら), 事業案内, 公開講座, 相談員募集, ご支援ください, 便利ノート (各種相談先, 福祉事務所, 保健所・保健福祉センター, 精神障害・依存症関係, 青少年問題, 女性問題, 高齢者問題, エイズ・難病関係, 法律相談, 各種支援), 携帯 Web



- NPO 国際ビフレンダーズ・大阪自殺防止センター
<http://www4.osk.3web.ne.jp/befriend/>

主な内容: 相談電話番号, 面接相談, 緊急出動, 訪問, 手紙による相談, フォローアップ, コーヒーハウス, 自死遺族の会, あなたの力を自殺防止に (相談ボランティア, 支援ボランティア), 財政的な援助 (寄付), ボランティア研修



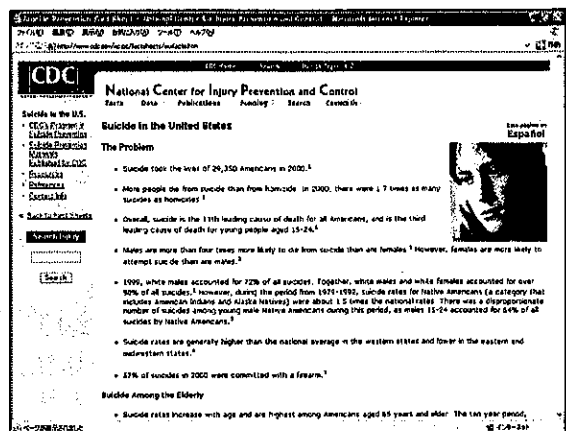
2. 海外

(1) 行政機関

- CDC (Center for Disease Control and Prevention, 米国)

<http://www.cdc.gov/ncipc/factsheets/suifacts.htm>

主な内容: 自殺の状況 (問題点, 高齢者の自殺, 若者の自殺), CDC の自殺予防活動, CDC 発行の自殺予防教材, 関係団体, 連絡先

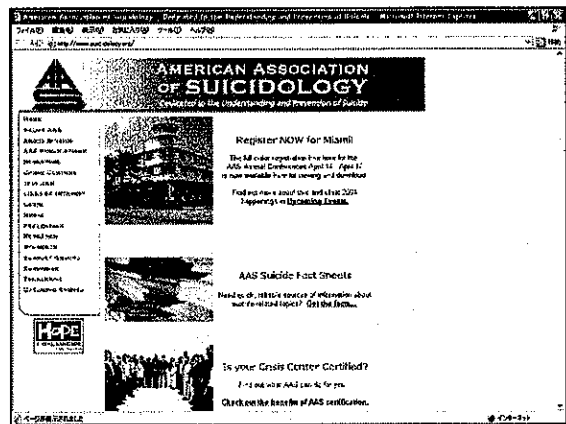


(2) 大学, 学会等

- AAS (American Association of Suicidology, 米国)

<http://www.suicidology.org/>

主な内容: 組織紹介 (ミッション, 目的, 会議, 研修, 出版, 自殺未遂経験者支援, 自殺予防センターの認証, 自殺予防活動の個人の認証), 自殺に関する情報 (自殺のサイン, 自殺念慮者への対応方法, 自殺の危険の自己診断, 相談先), 出版物・ビデオの紹介, 出版物のオンライン販売, 危機センター, 会員制度, 関連リンク集, メディア (マスコミ用報道ガイドライン), 予防 (自殺予防ガイドライン), 研究 (各種研究支援制度の紹介), 学生 (支援ボランティア募集), 支援グループ (地域別の紹介), 自殺未遂経験者 (立ち直り支援), 治療 (治療法の研究, 表彰), 総会開催案内など

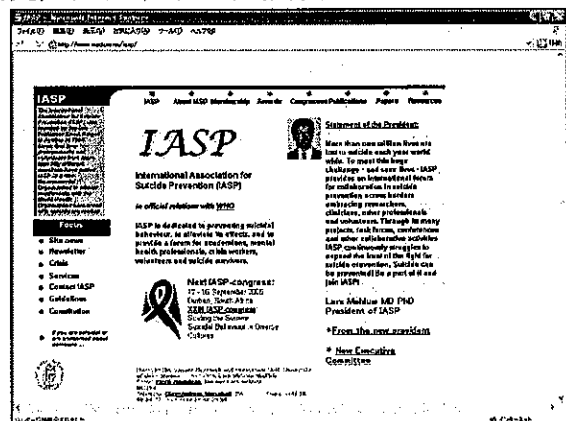


(3) 民間団体

- IASP (International Association for Suicide Prevention)

<http://www.med.uio.no/iasp/>

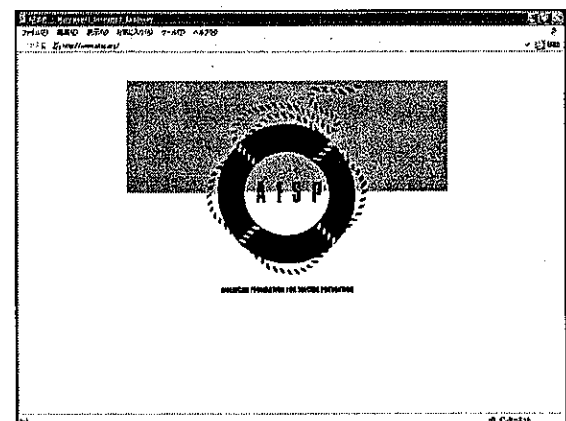
主な内容: 発行物の紹介, 各種印刷物の販売



- AFSP (American Foundation for Suicide Prevention, 米国)

<http://www.afsp.org/>

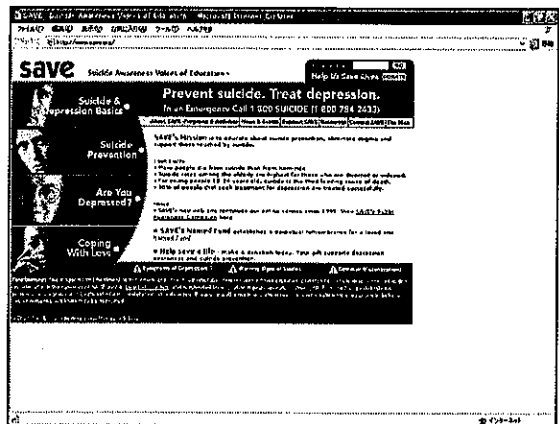
主な内容: 自殺について (概要, うつ状態, 神経生物学的側面, 安楽死・自殺幫助, エイズと自殺, 若者の自殺), 新着情報 (街頭行動, 各種研究報告, 研修プログラム情報), 活動紹介, 立ち直った人々 (事例, 相互支援グループ, 映画, 物語, 会議), 研究 (自殺予防研究支援, 研究報告の紹介, 研究支援金提供研究採択状況, 優れた研究への表彰), FAQ, リンク (参考資料 5 参照)



○ SAVE (Suicide Awareness Voices of Education, 米国)

<http://www.save.org/>

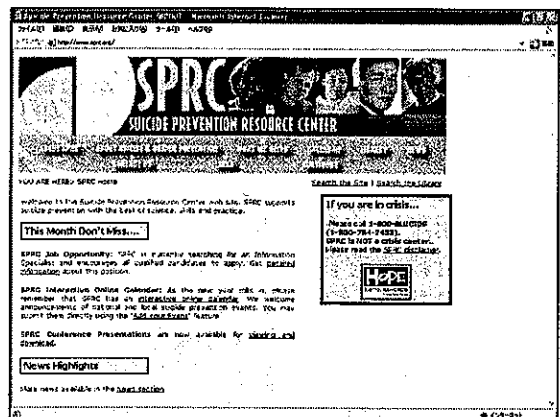
主な内容: 相談連絡先, 組織紹介 (ミッション, 目的, 対象, 歴史, 社会的認知, 役員, 資金提供者), 活動紹介 (地域での教育, 専門家教育, 啓発広報, 出版物), ニュース・イベント (マスコミ, 広報資料, イベント, 受賞, 役員), 支援 (ボランティア, 協賛企業, 寄付, 冠基金), 資料 (地域活動資料, 参考資料, 書籍紹介, 書籍等注文, リンク, 統計, ポスター), 連絡先



○ SPRC (Suicide Prevention Resource Center, 米国)

<http://www.sprc.org/>

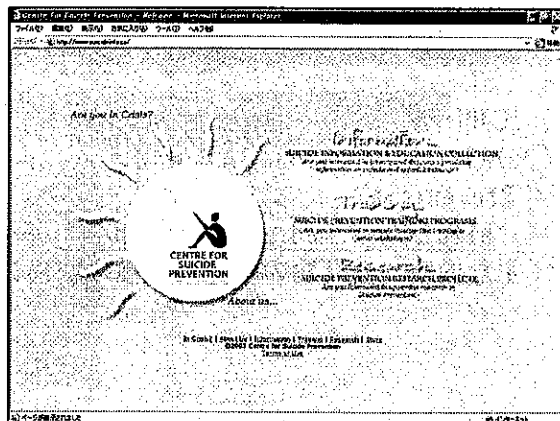
主な内容: 相談連絡先, 組織紹介 (ミッション, 目的, パートナー (AAS, AFSP 等), F A Q), 自殺及び予防 (概要, 統計, 公衆衛生面, 用語説明, 実証的活動, 政府の活動紹介), 実施事業 (会議, 研修, 技術支援, 図書館機能), 行事予定, ニュース, 自殺未遂経験者と自殺予防, リンク集, 連絡先



○ Center for Suicide Prevention (カナダ)

<http://www.suicideinfo.ca/>

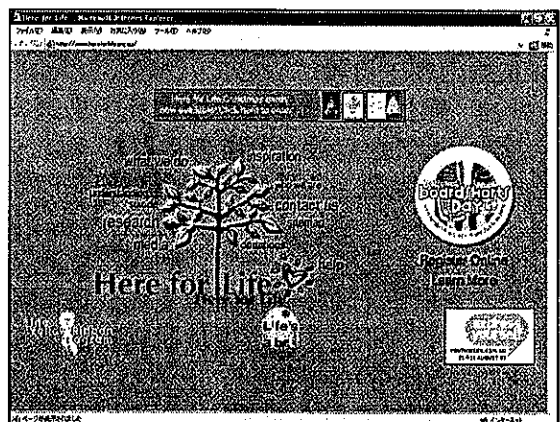
主な内容: 組織紹介 (組織構成, 連絡先), 相談先の紹介 (独自の相談対応はしていない), 自殺予防情報・教育 (資料データベース, F A Q), 自殺予防研修 (当事者及び支援者, 教材, ワークショップ), 自殺予防研究, 書籍等販売 (書籍, ビデオ, パンフレット, 研修教材)



○ Here for life (青少年向, オーストラリア)

<http://www.hereforlife.org.au/>

主な項目: 組織紹介 (構想, 目的, 活動, 特長, 戦略, 対象 (11-24 歳), 資金, 連絡先), 活動紹介 (プログラム, 行事予定, ニュースレター), 自殺に関する理解, 自殺に関する研究, 投稿, 相談先一覧, 寄付受付



(参考資料5) アメリカ自殺予防財団の Web サイトの紹介

AFSP(American Foundation for Suicide Prevention, 米国)

URL: <http://www.afsp.org/index-1.htm>

[主な内容]

■ トップページ

- ・ ニューヨーク支部による初の街頭ウォーク
- ・ 第2回全国自殺予防街頭ウォークは2005年夏にシカゴで
- ・ 全国自殺未遂経験者の日
- ・ 友人を自殺で失った若者たちに焦点を当てた公共広告放送
- ・ IASP(国際自殺予防協会)総会での自殺予防戦略プロジェクトのコーディネート
- ・ 大学生向け自殺予防啓発短編映画の完成

- ・ 新着情報: ハンガリーにおける自殺減少(かかりつけ医への研修による)
- ・ 新着記事: 自殺の亡霊
- ・ 研究者向告知: 研究費助成申請ガイドラインの変更
- ・ 総額百万ドルの研究助成決定

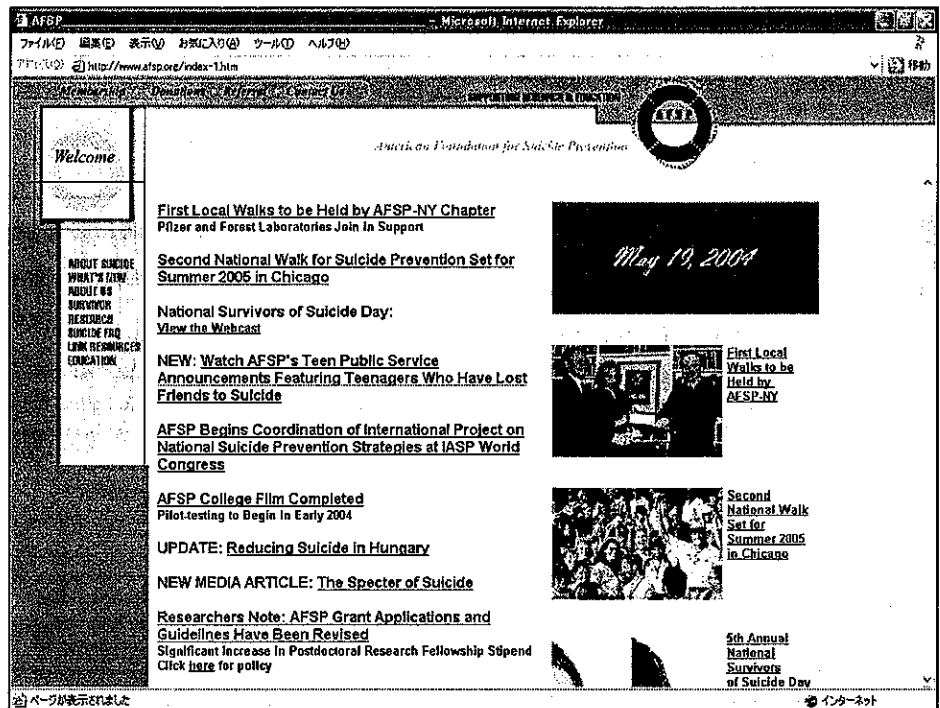
○ 雇用: スタッフ公募

- 記者用: 自殺報道の手引き, 今月の記事, 自殺報道の際に問い合わせできる認定精神科医一覧, 自殺関係統計資料

- 一般向: 友人を自殺で失った若者たちに焦点を当てた公共広告放送, 出版・放送での責任ある自殺報道の推進方策, 第2回全国自殺予防街頭ウォークは2005年夏にシカゴで, 大学生向け自殺予防啓発短編映画の完成, AFSPの自殺予防指針

- 専門家向: 自殺未遂経験者のワークショップ報告, 断食による終末期患者の自殺に関する初研究, 研究費助成申請ガイドラインの変更, 臨床医向けのAFSPのうつ状態及び自殺に関する奨励対応意見が米国医師会報に掲載, ブッシュ大統領のメンタルヘルスに関する新自由委員会が最終報告, AFSPが新全国自殺予防リソースセンターに協力, 臨床医のうつと自殺予防プロジェクト, ハワイでの自殺幫助, 精神科医と心理学者を対象とした患者の自殺に関する調査, オンラインでの継続的医療研修証明プログラム

- 自殺未遂経験者向: 全国自殺未遂経験者の日, 自殺未遂経験者のワークショップ報告, 自殺未遂経験者e-ネットワークへの参加を, 自殺未遂経験者のための新しい手引きの発行, 自殺未遂経験者支援グループ世話役研修会, 自殺により取り残された子どもたちに関する研究紹介, AFSP自殺未遂経験者支援グループ一覧, エリック・ヘンディンによる自殺未遂経験者のための歌



■ 自殺について

- ・自殺についての基礎情報、臨床的、法的、心理学的アプローチが必要であることなど
- ・事実について（自殺率、自殺全般、子どもと思春期の自殺、高齢者の自殺、女性と自殺、拳銃と自殺、アルコールと自殺、自殺の危険サインなど）
- ・うつ状態についての説明
- ・神経生物学的側面について
- ・安楽死、自殺補助について
- ・エイズと自殺
- ・若者の自殺に関する情報

■ 新着情報

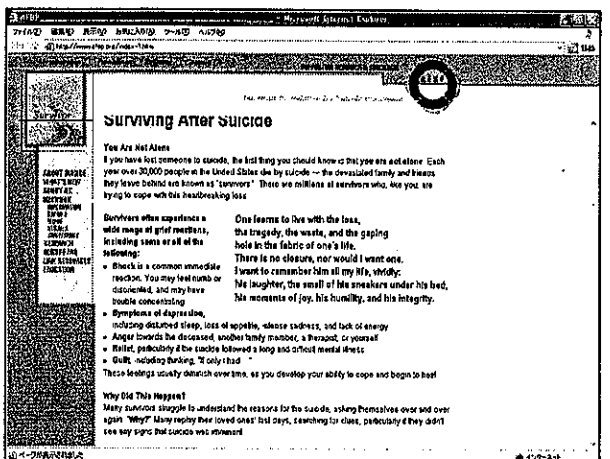
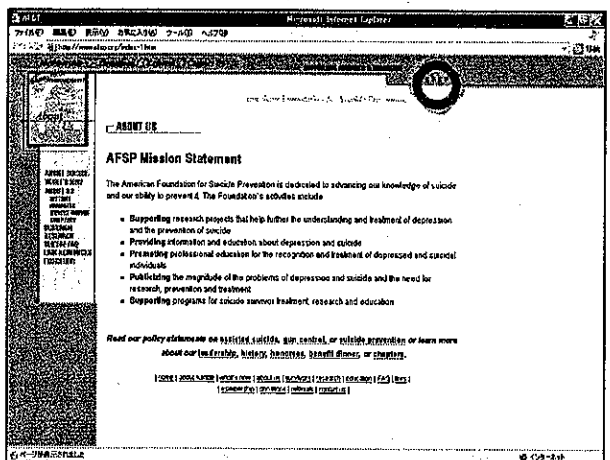
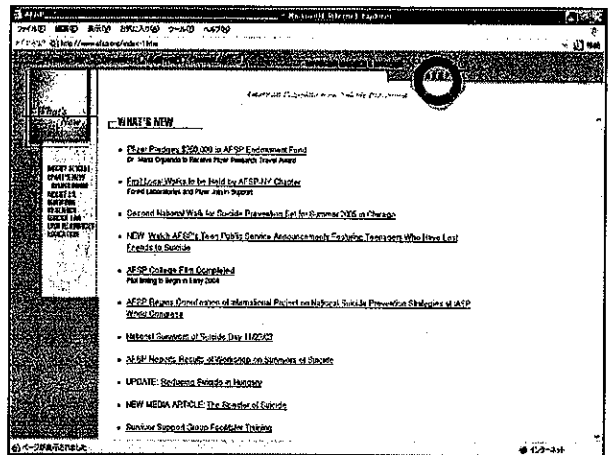
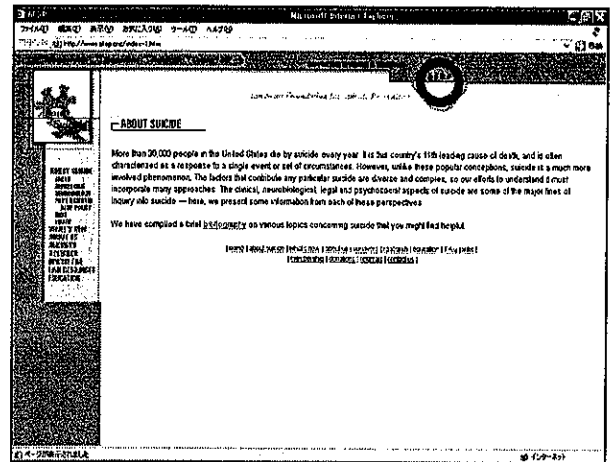
- イベント情報
 - ・自殺予防のための市民ウォーク
 - ・第2回全国自殺予防街頭ウォーク
 - ・若者たちに焦点を当てた公共広告放送
 - ・大学生向け自殺予防啓発短編映画の完成
 - ・自殺から立ち直った人たちの日
- 各種研究報告
 - ・メディアのための自殺報道留意点
- 研修プログラム情報
 - ・自殺研究者のためのワークショップ
- その他
 - ・財団の自殺予防ポリシーの改定

■ 財団の紹介

- 財団の使命
 - ・研究支援
 - ・自殺に関する情報や教育の提供
 - ・落ち込んだり自殺を考えている人の認知と対応についての専門教育
 - ・自殺予防に関する出版
 - ・自殺から立ち直る人々のための支援
- 財団の歴史
- 表彰受賞者
- 募金夕食会
- 支部のページ

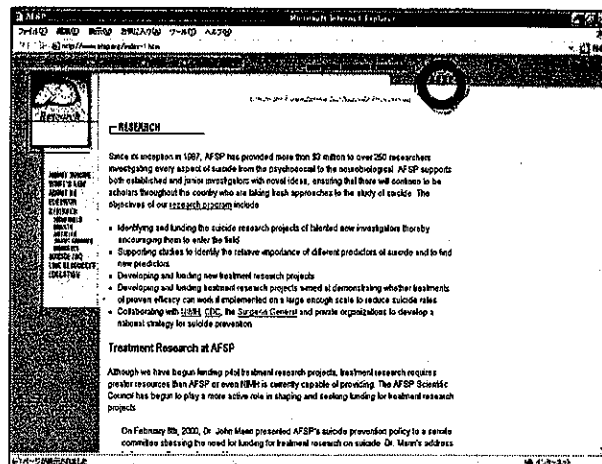
■ 自殺からの立ち直り

- ・あなたは一人ではない、なぜ起きたのか、愛する者に自殺された喪失感への対応など
- ・よくある質問（FAQ）
- ・相互支援グループについて
- ・立ち直りについての映画の紹介とビデオの販売
- ・自殺未遂や身近な人の自殺の喪失感から立ち直った人の話や本の紹介
- ・自殺から立ち直った人たちの日（Web 上での全国会議の放送やオンラインチャット）



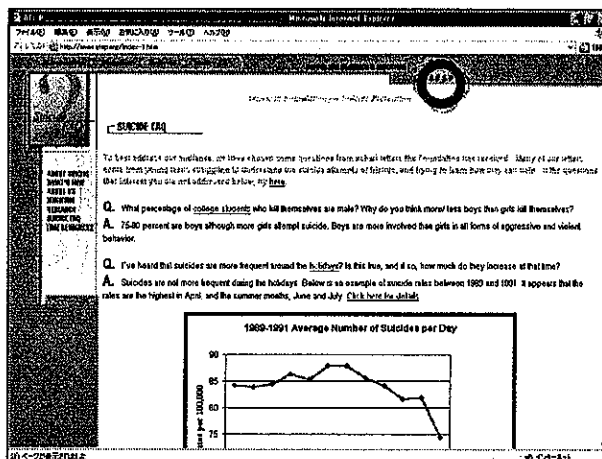
■ 研究

- 財団からの自殺予防研究への支援
 - ・ 16年間で250人以上の研究者に3億数千万円の研究費を支援, など
- 最近の支援研究報告の紹介
 - ・ エイズ, 自殺幫助, 子ども・思春期, 麻薬乱用, 老年医学, 女性など
- 新たな研究支援への応募募集
 - ・ 分野別募集一覧, 応募様式
- これまでの研究報告の紹介
- 研究支援金提供研究採択状況
- 優れた研究への表彰



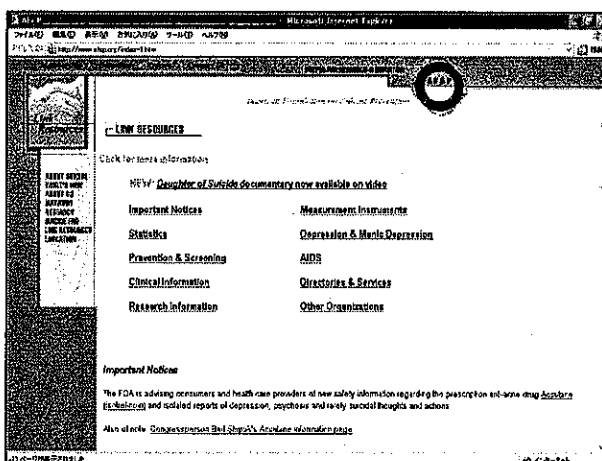
■ 自殺に関するよくある質問と回答 (FAQ)

- ・ 学生の男女別の自殺割合
- ・ 自殺発生日や時刻の特徴
- ・ 自殺のサインと周囲の人の責任など
- ・ 学生の最大の自殺原因
- ・ 相談を受けることを勧める以外にできること
- ・ 相談を受けやすくするためにできること
- ・ 最も多い自殺の手段と男女別の違い



■ 多様な情報へのリンク

- ・ 重要な通知
- ・ 統計
- ・ 自殺予防等に関する情報
- ・ 臨床関係情報
- ・ 研究情報
- ・ 他の機関・団体等



■ 教育・研修

- ・ 各種研修会やセミナーなどの案内, 過去の講演等の記録 (アーカイブ)
- ・ Web サイト上の教材による勉強とプリントアウトした試験回答用紙の郵送による修了認証システムなど

■ 会員制度

- ・ 個人会員, 専門家会員

■ 寄附金

■ 相談先, 医療機関検索

■ 財団本部及び地域事務所の連絡先

平成 15 年度

「自殺と防止対策の実態に関する研究」研究班名簿

主任研究者	今田 寛睦	国立精神・神経センター精神保健研究所
分担研究者	金 吉晴	国立精神・神経センター精神保健研究所
	清水 新二	奈良女子大学生活環境学部
	清水 徹男	秋田大学医学部精神科学講座
	竹島 正	国立精神・神経センター精神保健研究所
	中村 好一	自治医科大学公衆衛生学教室
	野村 東太	ものづくり大学
	山崎 健太郎	筑波剖検センター
研究協力者	宇田 英典	鹿児島県伊集院保健所
	川野 健治	国立精神・神経センター精神保健研究所
	佐藤 洋	新潟県福祉保健部健康対策課
	高橋 祥友	防衛医科大学校
	立森 久照	国立精神・神経センター精神保健研究所
	千村 浩	鹿児島県保健福祉部
	橋本 功	岩手県久慈保健所
	橋本 康男	広島大学 大学情報サービス室
	松岡 豊	国立精神・神経センター精神保健研究所
	三宅 由子	国立精神・神経センター精神保健研究所

(50音順)