

解説

## 自殺対策に資する質的/量的研究混合アプローチ

### —「自殺予防因子」への着眼と社会実装の試み—

岡 檀<sup>1</sup>

#### 【要旨】

かねてより、日本の自殺率は経済問題の影響を受けやすく、失業率との関係は OECD 諸国の中で最も高いことが報告されていた。経済状態が悪化するたびに自殺率が上昇し、経済状態が改善されれば下降するという現象を繰り返している日本であるが、真に目指したいのは、たとえ経済がどれだけ悪化したとしても自殺は増えないという社会ではないか。

そのためには、危険因子への対処だけではなく“自殺予防因子”—自殺の危険を抑制する因子も複眼的に取り入れて検討する必要があるというのが筆者の主張である。自殺多発地域における自殺危険因子の研究は国の内外において厚い蓄積があるのに比べ、自殺希少地域を対象とした自殺予防因子（自殺の危険を抑制する因子）の研究は極めて少ない。

本稿は大きく三つの要素から構成される。まず、2020年に11年ぶりに上昇した自殺率の背景について行った分析の結果を報告する。次に、これまでに行ってきた自殺予防因子の研究とその成果について報告する。最後に、自殺予防因子の定着と普及を目指す試みについて報告する。

**キーワード：**自殺予防因子、全国市区町村、質的/量的研究混合アプローチ、コホートスタディ、自然実験

#### はじめに

11年に渡り減り続けていた日本の自殺率が2020年に入ってから上昇に転じ、COVID-19（以後、コロナ）感染拡大による影響が指摘されている。かねてより、日本の自殺率は経済問題の影響を受けやすく、失業率との関係は OECD 諸国の中で最も高いことが報告されていた。経済状態が悪化するたびに自殺率が上昇し、経済状態が改善されれば下降するという現象を繰り返している日本であるが、真に目指したいのは、たとえ経済

がどれだけ悪化したとしても自殺は増えないという社会ではないか。

そのためには、危険因子への対処だけではなく“自殺予防因子”—自殺の危険を抑制する因子も複眼的に取り入れて検討する必要があるというのが筆者の主張である。自殺多発地域における自殺危険因子の研究は国の内外において厚い蓄積があるのに比べ、自殺希少地域を対象とした自殺予防因子（自殺の危険を抑制する因子）の研究は極めて少ない。

<sup>1</sup> 情報システム研究機構 統計数理研究所 医療健康データ科学研究センター

本稿は大きく三つの要素から構成される。まず、2020年の自殺率上昇の要因について行った分析の結果を報告する。次に、これまでに行ってきた自殺予防因子の研究とその成果について報告する。最後に、自殺予防因子の定着と普及を目指す試みについて報告する。

## 1. コロナ禍における自殺率上昇の地域差と性差、要因の検討

2020年のコロナ感染拡大時に上昇した自殺率の地域差と性差を把握し、要因の検討を行った。1990年から2020年の11年間の厚生労働省の自殺統計を参照し、1,735市区町村のパネルデータを構築した。これに、国勢調査から社会経済関連のデータや主要産業14種類に関するデータを取得して連結した。また、コロナ感染拡大後の自殺率上昇の度合いを把握するために、新たな指標「自殺率上昇度」—当該市区町村の自殺率上昇が全国の自殺率上昇の度合いに対しどれだけ大き

かったか/小さかったかを推定する値を計算し、この値を実装して分析を行った<sup>1)</sup>。

分析の結果、コロナ禍の自殺率上昇度は内需型サービス業の就業率との関係が強く、特に女性の自殺率上昇は宿泊・飲食業との関係が強いことが明らかとなった。宿泊・飲食業の特徴は女性の就業率が高いことであり、また、主たる産業の中では非正規雇用率が突出して高い。こうした産業構造や雇用形態の特性がコロナ禍における経済問題の影響をより強く受け、女性の自殺リスクを高めた可能性が考えられる。以下に、静岡県を取り上げて、GIS(地理情報システム)を用いて分析結果を地図上に視覚化した(図1)。女性の自殺率上昇が特に高かった市町が、宿泊・飲食業の盛んな伊豆半島に集中していることが見てとれる。

なお、本研究の限りでは、休校による育児や家事、在宅介護の負担増やドメスティックバイオレンス問題など、コロナ禍において高まったと考えられる女性の自殺リスク要因について因果を明らかにしていない。その説明は今後の課題である。



図1：コロナ禍における静岡県の自殺率上昇度

## 2. 自殺予防因子の研究—質的/量的研究混合アプローチ

前述したとおり、日本の自殺率上昇は経済問題の悪化と強く関係しており、諸外国に比べてもその傾向が顕著である。筆者は、好不況で自殺率の高下を繰り返す日本社会の状況を抜本的に変えるためには、自殺危険因子への対処のみならず、それと並行して、自殺リスクを緩和する「自殺予防因子」の研究が重要であると考え、2010年より研究を続けてきた。

まず、国内の「自殺希少地域（自殺が極めて少ない地域）」の特定に着手した。全国3,318旧市区町村の30年間の自殺統計を参照し、市区町村ごとの標準化自殺死亡比を算出して比較した（図2）。その上で、日本の自殺“最”希少地域のひとつである徳島県旧海部町（以後、海部町）を調査の主たる対象に、同県内の自殺多発地域A町を比較対象に選択した。

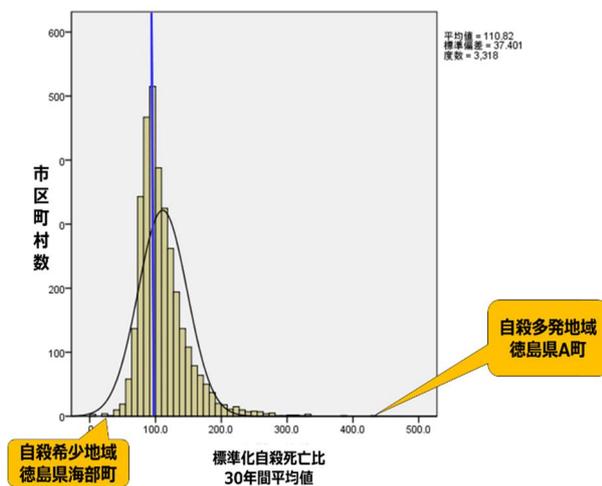


図2：全国3,318旧市区町村の標準化自殺死亡比

### (1) 自殺希少地域・海部町における5つの自殺予防因子

海部町に自殺が少ない理由として、そもそもこの町に自殺危険因子が少ないという仮説が成り立つが、自殺の二大動機である健康問題と経済問題に関する客観的データを集めて周辺町村と比較したところ大きな差異はなかった。すなわち、海部町だけが自殺危険因子を免れているわけではないことが確認されたのである。そこで筆者は、海部町には周辺地域と同様に自殺危険因子はあるものの、その危険度の上昇を抑える何らかの「自殺予防因子」があるという仮説を立て、調査を開始した。

4年間にわたるフィールドスタディで、200人を超える老若男女へのインタビュー、祭りの手伝いや保健師活動への動向など参与観察を行って、仮説の構築を進めていった。その検証のために住民3,300人を対象としたアンケート調査と2度実施した（回収率89.8%と96.1%）。分析の結果、自殺希少地域・海部町において有意に強く表れていた5つの要素—①多様性の重視、②本質的な人物評価、③自己肯定感の醸成、④緊密過ぎない人間関係、⑤適切な援助希求能力を抽出し、自殺のリスクを緩和する因子であるとの結論に至った<sup>2,3,4,5)</sup>。これらの自殺予防因子について、事例などを交えながら以下に若干の説明を試みる。

#### ①多様性の重視

海部町では、身内同士で強く結束し外に向かって閉鎖的な態度をとるような行動が見られない。排他的でないと同時に、意識的に多様性を維持しようとする言動がたびたび観察される。たとえばこの町に現存する江戸時代発祥の相互扶助組織「朋輩組（ほうばいぐみ）」には、海部町のユニークな特性が根づいている<sup>6)</sup>。類似した組織はか

つて全国に存在していたが、それらの組織のほとんどが地縁血縁を重んじる排他的な結束を固守していたのに対し、海部町の朋輩組は、よそ者、新参者、またこうした組織には珍しく女性の加入も拒まず、多様な人々の参加を歓迎してきた。メンバーの組織に対する貢献度は十人十色であり、また、加入しないという選択をした住民であってもコミュニティにおいて何ら不利益をこうむらないという点も、他の類似組織とは大きく異なる特性である。

## ②本質的な人物評価

海部町の人たちにとって、その人の家柄や財力、職業上の地位や学歴などは評価尺度の一つではあっても、それがすべてではない。個々人が持つ人柄や問題解決能力についてもそれぞれ観察し、総合的に評価する。そのため、この町では一見誰がリーダーなのかよくわからない。他者への評価が人物本位であることは、時々見られる「サプライズ人事」にも表れている。経験の少ない年少者であっても、その者のアイデアや能力が見込まれば町の重役に抜擢してきた。不祥事を起こした者に対し、周囲は「一度目はこらえたる（見逃してやる）」と声をかける。一度の失敗で残りの人生にレッテルを貼ることはしない、挽回のチャンスはあるのだと伝えている。自殺多発地域のA町では、一度の失敗が「孫子の代まで」忘れてもらえないと言われるのと対照的である。

## ③自己肯定感の醸成

自己肯定感、或いは自己効力感（self-efficacy）とも言い換えることができる。周囲の人々や世の中の事柄に対して何らかの影響を及ぼすことができると信じられる感覚であり、この感覚を持つ

ている人が海部町には多い。子どもたちは周囲から「あなたにもできることがある」と言われて育つ。一律に高度な目標を掲げてむやみに叱咤激励するのではなく、人間の能力は千差万別であることを認めた上で、それぞれのアプローチで貢献することを求めている。

海部町の町議会では新人であっても古参と同等に扱われ、初日から積極的な発言、議論への貢献を求められる。他の多くの議会において新人は先輩議員の背後に控え、一人前に発言させてもらえるようになるまでに長いプロセスを経ていくのとは対照的である。

アンケート調査も、海部町の自己肯定感を裏付ける結果を示した。「自分のような者に政府を動かす力はない」と感じている住民は、海部町では26.3%であったのに対し、自殺多発地域のA町では51.2%と高く、大きな開きがあった。

## ④緊密すぎない、ゆるやかな紐帯

周囲の町村に比べて、海部町では赤い羽根共同募金が集まりにくいことで知られている。他の町では住民らが皆同じような金額を箱に納め、次の人へと募金箱を回すのに対し、海部町では募金する人としらない人が混じりあっているから、という単純な理由による。海部町の人々は、同調圧力を嫌う傾向がある。皆がするから自分もする、周囲と足並みをそろえるということに、重きを置いていないのである。この特性は、因子①で挙げた多様性の重視とも強く関係している。

住民アンケートの結果、「隣人と日常的に生活面で協力している」と答えた人は海部町で16.5%、A町では44.4%と、A町のほうがかなり緊密な人間関係を維持している様子が示されていた。海部

町はといえば、立ち話程度、あいさつ程度の付き合いをしている人の比率が最も高い。コミュニケーションが切れてはいないものの、ゆるいつながりを維持している様子がうかがえる。

また、同じアンケートの結果を使って項目間の影響も見てみたところ、その人が住むコミュニティが緊密であるほど、援助を求めることに抵抗が強まるという関係が示された。よりゆるやかな関係が維持されているコミュニティのほうが、弱音を吐くという行為が促されやすいということになる。

長年の自殺対策においては、人と人との絆の強化が重要視されてきたが、本研究の結果、絆は必ずしも自殺予防に寄与するものではないことが明らかとなり、絆の「強さ」よりもその「質」に目を向ける契機となった。

#### ⑤適切な援助希求（助けを求める）行動

海部町には、「病（やまい）、市（いち）に出せ」ということわざがある。病とは文字通り病気という意味であると同時に、人生で遭遇するさまざまなトラブル、失態、心配ごとなどを指している。やせ我慢して悩みを抱え込むのではなく、早めにオープンにして助けを求めるよう促すことによって、問題の重症化を回避し、支援にかかるコストを減らすという危機管理術である。

アンケート調査の結果、海部町のほうが悩みを打ち明けることに抵抗を感じないという人が多いことが明らかになった。また、海部町は医療圏内で最もうつ病の受診率が高く、しかも軽症の段階で受診する人が多いという特徴がある。自分の不調を認め、早めに援助を求めていることの表れといえよう。

うつに対するタブー視の度合いも関係している。海部町では、様子がおかしいと思った隣人に対し、「あんた、うつになっとなと違うん。早よ病院へ行って、薬もらい」などと言う。これに対し、うつを強くタブー視するA町では、うつ症状を示す住民に対し保健師が受診を勧めようものなら、「頭がおかしいやて噂になったら、子どもや孫にまで迷惑かかる」と強い拒否反応を示されるのが常であるという。若年層の意識は少しずつ変化しているものの、高齢者の拒否反応は依然として強い。この事例に接してつくづく思うのは、いくら行政側が「うつかなと思ったら早めに受診を」と繰り返し唱えても、その効果には限界があるという現実である。地域社会のうつへのタブー視が弱まり、受診したからといって自分も家族も傷つくことはないという確信を持つことができて初めて、受療行動は促されるのであって、それがないままただ受診しなさいと言い続けても行動変容は望めない。

以上に挙げた自殺予防因子を俯瞰すると、「包摂」という共通項が浮かび上がる。そして、5つの因子は有機的につながり、効果を高め合っていると考えられる。援助希求については、因子②に挙げた本質的な人物評価との関係が理解しやすい。一度や二度の不祥事があったからといって落伍者のレッテルを貼られることはない、挽回のチャンスは必ずあるというメッセージが浸透したコミュニティと、そうでないコミュニティ。悩みやトラブルを抱えた人が助けを求めようとするときに感じる羞恥心や抵抗感を緩和し、背中を押してくれるのは、前者のようなコミュニティであろう。

(2) 自殺希少地域・自殺多発地域の地理的特性

自殺希少地域・海部町と自殺多発地域・A町は、人口や高齢者比率はほぼ同じであるものの、地勢に大きな違いがある。前者は海辺の町で温暖な気候に恵まれ、後者は急峻な山間にあり、冬には積雪する。こうした地理的特性が地域の自殺率にあたえる影響を理解するために、以下の分析を行った<sup>7,8,9,10</sup>。

全国の3,318旧市区町村それぞれに14種類の地形と気候のデータを付与し、標準化自殺死亡比との関係を解析した。既存の公開データになかっ

た指標は地図会社との協働によって独自に開発し、その一つが「可住地傾斜度」である。土地の傾斜を表す指標であり、値が大きいほどより険しい山間部に位置していると解釈する。これらを実装して分析を行った結果、自殺希少地域は海沿いの平坦な土地で人口が密集し、平均気温が高く、積雪量の少ない地域に多く存在することが明らかとなった。可住地傾斜度は地域の自殺率に最も強い正の影響を与えていた。また、標高が高いだけでは必ずしもリスク要因とならないものの、そこに強い傾斜という要素が加わることによってリスクが高まることが明らかとなった(図3)。

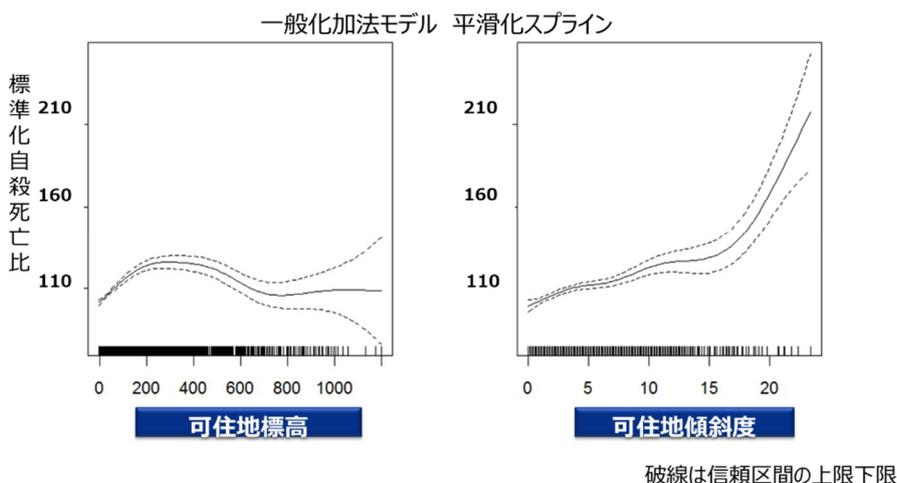


図3：地理的特性と自殺率

ではなぜこうした差異が生じるのかという背景要因についての考察は、住民インタビューや参与観察などの質的研究から導き出される。その影響は直接的なものと間接的なものに大別されると考えられた。まず、直接的な影響とはすなわち、物理的影響である。険しい山間部や積雪地帯では、医療など社会資源へのアクセス不良、ソーシャル

サポート享受への障壁、隣人間コミュニケーションや情報の不足などの問題が生じやすい。高齢者はとじこもりがちとなり、特に冬季はその時間が長くなる。高齢者の運動機能の衰えは、うつや認知機能の低下の危険因子ともなっている。

そして、地理的特性の自殺率への間接的影響とは、何世代にもわたり厳しい自然環境において培

われた住民気質を介しての影響である。険しい山間部に位置する A 町の住民、特に高齢者たちは、忍耐力、克己心が強く、個人的な悩み事に関して周囲に対し安易に助けを求められない、弱音を吐けないという人が多かった。こうした住民気質は尊ばれるべき美德であるものの、自殺予防に重要とされる援助希求行動の観点からは注意を要すると考えらえる。

### 3. 自殺予防因子の社会実装を目指す試み

筆者は現在、自殺予防因子をいかにして定着させ、他の地域にも普及させていくかという課題に取り組んでおり、その内容は大きく2つに分類される。1つは、子どもの成長を追跡調査することによって望ましい思考や行動パターンを把握し、その促進要因と阻害要因を見出す試みである。もう1つは、町の空間構造特性がソーシャル・キャピタル（信頼関係、規範、ネットワークなどの社会資本）や住民の援助希求行動にもたらす影響の解明である。

#### (1) 子どもコホートスタディ「未来を生き抜く力、見つけたい」

海部町住民の独特の行動様式は近隣町村の住民からもよく指摘される場所であるが、いかにして習得してきたかを当人たちは説明することが出来ない。そこで筆者は、2017年より海部町を含む徳島県の2自治体で小学5年生を起点に隔年で追跡する子どもコホートスタディ「未来を生き抜く力、見つけたい」を開始し、子どもが望ましい社会規範意識を習得することの促進/阻害要因を探索してきた。

毎年、市町立小学校5年生全員が初回調査（ベースライン）に参加し、以後隔年で中学1年時、中学3年時に追跡調査を受ける。調査は自記式無記名の質問紙への回答によって行われ、所属する学校の教室内で一斉に実施される。同時に児童生徒の保護者代表1名に対しても成人用質問紙を配布し、回答を返送してもらうことによって、子どものみならず親子関係や地域社会の構成員からの影響についても検討している。2022年までに約800名の子どもと約600名の保護者が調査に参加した。

これまでに行った分析の結果、「統計的思考（柔軟な思考）」を持つ子どもは多数意見に流されにくく、自己肯定感が有意に高い傾向にあった<sup>11)</sup>。またその統計的思考は心の健康バランスに寄与する一方で、保守的な男女役割観を持つ大人が周囲に多い場合には阻害される可能性が示唆されている。

「男のくせに」「女なんだから」といった昔ながらの男女役割観は日常生活の中でよく見受けられるが、子どもたちはそうした価値観に曝露するうちに徐々に視野を狭めていく可能性があることをこの分析結果は示唆している。悪気なく発している言葉や振る舞いであることが多いであろうが、子どもたちの望ましい成長に少なからぬ悪影響をあたえる可能性に目を向けてもらえればと思い、子どもコホートスタディの結果報告書は毎年参加者全員の保護者と教育や福祉関係者へ届けている。

#### (2) 町の空間構造特性と援助希求行動の関係

問題を抱える者にとって最良の策でありながらも強い心理的抵抗を伴う援助希求（助けを求め）行動について、海部町では悩みを打ち明けることに抵抗が小さい住民の比率が有意に高い。その理由を模索している過程で、筆者は町の空間構造特性に着目した。

海部町の居住区では家屋が密接し、車は入れないが住民が徒歩で移動するための路地が非常に多い。また、路地には江戸時代発祥の建造物「み

せ造り」—いわゆる「ベンチ」が点在している（写真）。そのベンチを通りすがりの住民らが腰かけて世間話をする様子がよく見られ、当人たちは無自覚であるのだが、困りごとの小出し—小さな“援助希求行動”が習慣化していることに気づいた。問題が重症化する前に早期に開示されることで、早期に介入されるという好循環が生じていることが観察された。



写真：海部町の「みせ造り」と、談笑する住民たち

ベンチが無ければ住民たちは停留せず、停留がなければそこでの交流の機会もまた生じないのであるから、路地とベンチがある種の“仕掛け”として機能していることになる。この“仕掛け”がコミュニティにおける問題の早期開示と早期介入を促しているという仮説を検証するために、市区町村ごとの路地の多寡と自殺率との関係につい

て分析を試みた。既存の地図データでは路地が網羅されていなかったため、GIS（地理情報システム）を用いて路地の存在を推定するアルゴリズムを構築し<sup>12)</sup>、指標「路地存在率」を作成した。この指標を実装して三重県旧 69 市町村のデータを用いて分析したところ（図 4）、路地の多い町ほど自殺率が低いという有意な相関が示された<sup>13)</sup>。

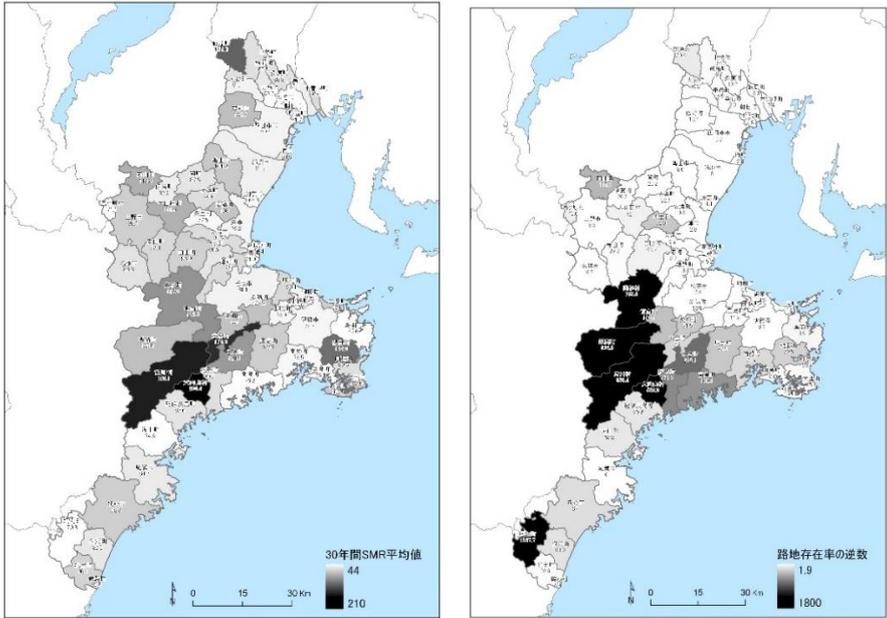


図 4：三重県旧市町村の標準化自殺死亡比と路地存在率

### 結語 — 「自然実験」という試み

海部町は江戸時代初期に材木の集積地として爆発的に隆盛し、一獲千金を夢見た移住者が押し寄せ、急速に発展してきたという特殊な歴史がある。多様性を尊重し、相手の本質を見極め評価して付き合うという態度を身に着けたのも、短期間に集まった移住者らが一斉に共同生活をスタートさせたというこの町の成り立ちが関係していると推察される。

筆者はこれまでの調査から、海部町のコミュニティが共有する社会規範は意図的な教育や啓発の成果ではなく、長い歴史の中で不作為に形成されてきた可能性があると考えてきた。江戸時代に大挙した移住者によって急速に発展し一大商業地であったという海部町が、現在は多様性と包摂性において際立ったコミュニティを形成しているという事実をふまえれば、歴史を遡って考察する「自然実験手法」によって因果関係の解明に近

づけるのではないかと考えるに至った。「自然実験 (natural experiment)」とは、研究者が意図的に被験者を集めたり介入実験を行ったりするのではなく、実社会に自然に生じた現象の原因と結果を観察することで因果関係を考察する研究方法を指す。先に述べた気候や地形が地域の自殺率にもたらす影響は、文字通り自然実験のアプローチから得られた研究成果の一つと言える。

筆者の研究テーマは、コミュニティの特性と住民の心身の健康との関係を明らかにすることであるが、そもそも町の特性は数世紀かけて形成されていくものであり、たとえば海部町のベンチは400年以上前に端を発している。数世紀の歴史において路地が多くベンチが点在していたコミュニティが、現在は全国で最も自殺率の低い地域だという事実がある以上、その因果関係を考えないのはもったいないことと思う。自殺予防に限ったことではないが、こうした社会問題への対策が奏

功したかどうかを見届けるまでには長い年月を要する。既に結果が示されている事柄についてその地点から遡って要因を探索するというアプローチもまた、有効な研究手法の1つであろう。

昨今の社会学領域では盛んに学際研究が行われているが、自然実験アプローチにおいてはおのずと関連領域の種類は増える。その結果、多領域が自在に交差を繰り返しながら1つの成果を得る「超域研究(Transdisciplinary)」に向かうだろうと筆者は考えている。筆者は社会学領域に属する研究者ではあるものの、これまでに精神医学、疫学、地理学、土木、都市工学、歴史学、経済学、人間行動科学など、多種多様な領域の専門家と議論を重ねて仮説を設け、検証を行ってきた。それらは最初から計画されたものではなく、新たな問いが生じる度に弾力的に編成を変えするというやり方である。

先人たちが繰り返し指摘してきたとおり、自殺の要因は複合的であり、自殺対策は社会全体で取り組むべき課題であるのだから、アプローチの手法もまたボーダーレスであるべきと考えている。

## 文献

- 岡檀, 久保田貴文, 椿広計, 山内慶太 (2022年)、日本における COVID-19 パンデミック後の自殺率上昇の地域差及び性差に関する分析—全国市区町村の産業構造に着目して— 統計数理 70(1) 115-126
- 岡檀, 山内慶太 (2010年)、高齢者自殺希少地域における自殺予防因子の探索 徳島県旧海部町の地域特性から、日本社会精神医学会雑誌 19(2-3) 199-209
- 岡檀, 山内慶太 (2011年)、自殺希少地域における自殺予防因子の探索 徳島県旧海部町の住民意識調査から、日本社会精神医学会雑誌 20(3) 213-223
- 岡檀, 山内慶太 (2012年)、自殺希少地域のコミュニティ特性から抽出された「自殺予防因子」の検証 自殺希少地域および自殺多発地域における調査結果の比較から、日本社会精神医学会雑誌 21(2) 167-180
- 岡檀 (2013年)、生き心地の良い町：この自殺率の低さには理由(わけ)がある、講談社
- 岡檀 (2012年)、「自殺希少地域」徳島県旧海部町における相互扶助組織の特性—旧海部町の「朋輩組」と他町の類型組織との比較から—、コミュニティ心理学研究 15(2) 136-147
- 岡檀, 藤田利治, 山内慶太 (2012年)、日本における「自殺希少地域」の地勢に関する考察 1973年~2002年の全国市区町村自殺統計より標準化死亡比を用いて、厚生学の指標 59(4) 1-9
- Oka, Mayumi (2014), Social ecology and suicide: An analysis of topographic and climatic characteristics in areas with low and high suicide incidence, PSYCHOLOGIA 57(2) 65-81
- Oka, Mayumi, Kubota, Takafumi, Tsubaki, Hiroe, Yamauchi, Keita (2015), Analysis of impact of geographic characteristics on suicide rate and visualization of result with Geographic Information System, PSYCHIATRY AND CLINICAL NEUROSCIENCES 69(6) 375-382

10. 岡檀、久保田貴文、椿広計、山内慶太、有田幹雄 (2017 年)、和歌山県の地理的特性と自殺率の関係:地理情報システムによる可視化と地域差を表す指標の検討、日本公衆衛生雑誌 64(1) 36-41
11. 岡檀 (2019 年)、統計的思考が児童の自己肯定感に及ぼす影響:子どもコホートスタディに寄せる期待と一考察、科学教育研究 43(3) 280 - 282
12. 谷口亮、石川剛、岡檀 (2020 年)、路地推定法による都市空間構造の特性把握、先端測量技術 (113) 2-7
13. 岡檀、谷口亮、石川剛、坂本圭、大平悠季、織田澤利守 (2018)、コミュニティの空間構造特性と住民の思考および行動様式の関係:「路地」推定ロジックの構築と検証の試み、都市計画報告集 (17) 355 - 359

#### 付記

本稿は、2022 年 11 月の日本自殺総合対策学会で筆者が行った報告をもとに執筆したものである。

Overview

## Mixed Qualitative/Quantitative Research Approach for Suicide Prevention: Focus on "Suicide Prevention Factors" and Attempts at Social Implementation

Mayumi Oka

### 【Abstract】

It has long been reported that Japan's suicide rate is easily affected by economic problems and has the highest relationship with the unemployment rate among OECD countries. The suicide rate rises each time an economic crisis occurs, and then falls as economic conditions improve.

However, what we really want to aim for is a society in which suicide does not increase, no matter how bad the economy gets.

In order to achieve this, the author argues that it is necessary not only to address risk factors, but also to examine "suicide prevention factors"-those factors that reduce the risk of suicide-from a multifaceted perspective. While there is a large body of research on suicide risk factors in suicide-prone areas, there is very little research on suicide prevention factors (factors that reduce the risk of suicide) in areas where suicide is rare.

This article consists of three major components. First, the results of an analysis of the background of the suicide rate, which rose in 2020 for the first time in 11 years, will be reported. Next, the research we have conducted on suicide prevention factors and its results will be reported. Finally, an attempt to establish and popularize suicide prevention factors will be reported.

**Keywords:** suicide prevention factors, national municipalities, mixed qualitative/quantitative research approaches, cohort studies, natural experiments