

いのち支える自殺対策推進センター
ニュースレター　第61号（2026.11.11）

いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）のニュースレターにご登録いただき、ありがとうございます。
本号では、10月23日に政府が公表した「令和８年版自殺対策白書」の概要や、JSCPが公表した調査報告書（「妊産婦の危機」「自傷・自殺未遂レジストリ」「自損行為による救急搬送事案の概要」）に関する記事公開のお知らせ、職員インタビューなどを掲載しています。

※このメールは、本ニュースレターの配信を希望された方や、当団体の活動を通して、連絡先を頂戴した方に送信しています。今後メールの受信をご希望されない方は、お手数をおかけしますが、こちらから配信停止手続きをお願いいたします。

〈ニュースレター第61号トピックス〉

1．【閣議決定】「令和８年版自殺対策白書」を公表
2．【記事公開】妊産婦の自殺、４年間で210人
3．【記事公開】若い女性で深刻化する自傷・自殺未遂
4．【開催レポート】「第９回自殺報道のあり方を考える勉強会」
5．【JSCP職員インタビュー】調査研究推進部分析官：中村紘子
6．【関連情報】日本自殺総合対策学会関連イベントのご案内

１．【閣議決定】「令和８年版自殺対策白書」を公表

政府は2026年10月23日、「令和８年版自殺対策白書」（令和７年度　我が国における自殺の概況及び自殺対策の実施状況）を閣議決定し、公表しました。「自殺対策白書」は自殺対策基本法第11条に基づき、国内の自殺の概況や自殺対策の実施状況をとりまとめた年次報告書です。令和８年版は、2025年の状況をまとめたもので、特集となる第２章では、自殺対策基本法の制定から20年になることを踏まえて、この間の自殺者数の推移や傾向の変化について分析し、必要な支援のあり方や今後の課題について考察を行っています。

第１章の「自殺の現状」では、2025年の自殺者数が１万9,188人と1978年の統計開始以降の最少となったことを説明。一方で、近年、大きな課題となっているこども・若者の自殺については、小中高生の自殺者数が538人となり、過去最多となりました。特に中学生は３年連続で最多を更新しています。

第２章「自殺対策の20年とこれから」では、自殺対策基本法制定から20年間の自殺者数の推移などを分析。自殺者数が３万人台から２万人を下回るまでの長期的な減少では、同居人ありの有職男性や主婦、男性失業者などの減少が寄与している一方、単身の有職者や年金・雇用保険等受給者、女性の有職者、学生・生徒等は減少傾向にありませんでした。前者のうち特に男性については、経済社会的な原因・動機とともに減少していましたが、後者の原因・動機は経済社会的な問題だけでなく、健康上の問題や、家庭・職場・学校での関係性における問題があり、個別的な対応が求められる複合的な困難の比重が大きくなっていました。

また、増加しているこども・若者の自殺についても分析。特に女子の中高生は、2020年に急増した後、さらに

増加傾向にあり、この年代では女子生徒の自殺者数が男子生徒を上回っています。また、小中高生の自殺の原因・動機は家庭問題、健康問題、学校問題が多くなっていますが、自殺の兆候は周囲から把握されにくく、こども自身も危機を言語化しにくい傾向にあります。さらに、こども・若者で増加傾向にある自傷・自殺未遂について、JSCPと日本臨床救急医学会が協働運営する「自傷・自殺未遂レジストリ」の症例から分析すると、自傷・自殺未遂歴がある症例の割合は、女性の方が男性よりも大幅に高いことや、救命救急センターの後、医療的な措置だけを経て元の生活に戻っていくケースが多くあることなどが示唆されました。
こうした状況を踏まえ、自殺対策の今後の方向性として、

・ 不安や悩みを抱える人が、地域、学校、職場、医療機関、相談窓口等の接点を持てるようにし、リスクや緊急度に応じて必要な場合に支援を継続できる仕組みとしていくこと
・ 自殺未遂者に対する、医療機関との接点を端緒とした集中的な対策

が求められるとしています。
この特集の中でコラムを執筆しているJSCP代表理事の清水は、「この20年は、自殺が『個人の問題』から『社会全体の問題』へと捉え直され、『誰も自殺に追い込まれることのない社会』の実現に向けて前進してきた」「この20年間で、自殺対策を社会全体で推進するための制度的基盤は大きく整ってきた。一方で、自殺をめぐるリスクは固定されたものではない。社会経済状況、人と人とのつながり方、SNSや生成AIの進展を含む情報環境の変化等に応じて、その時々で緊急性の高い課題が立ち現れる」「自殺対策とは、『社会のあり方』を問う営みでもある。基本法が掲げる『誰も自殺に追い込まれることのない社会』は、困難に直面した誰もが、生きるために必要な支援に確実につながることのできる社会として実現していかなければならない。そのために当センターは、これからも国の政策と地域の現場、調査研究と実践をつなぎ続けながら、『生きることの包括的な支援』を地域に、そして社会全体に根づかせるための基盤づくりに力を尽くしていく」と述べています。

■「令和８年版自殺対策白書」は、厚生労働省のWebサイトに掲載されています。

２.【記事公開】妊産婦の自殺、４年間で210人―求められる「20代前半」と「40代前半」への支援強化

JSCPが、日本産婦人科医会の助言の下で警察庁の自殺統計原票データを分析した「いのちを育む妊産婦の危機～自殺の実態と今後の課題～」（2026年度版）について、分析結果を紹介する記事をYahoo!ニュースにて公開しました。
ぜひ、ご一読ください。

■記事は、こちらからお読みいただけます
■「いのちを育む妊産婦の危機～自殺の実態と今後の課題～」（2026年度版）は、こちら

３.【記事公開】若い女性で深刻化する自傷・自殺未遂―救急搬送は増加、若年層ほど市販薬の使用割合高く

JSCPが９月に公表した２つの分析結果、①「自損行為による救急搬送事案の概要―消防庁救急搬送人員データより―」（2026年版）、②「自傷・自殺未遂レジストリ（JA-RSA）2026年報告書」を基にした記事を、Yahoo!ニュースにて公開しました。
記事では、両分析結果から見えた若年女性で自傷・自殺未遂が深刻化する実態に加え、自傷・自殺未遂レジストリ（全国の救命救急センターを対象とした症例登録システム。JSCPと日本臨床救急医学会が協働で運営）で2025年から新たに追加された登録項目（過量服薬に用いられた薬剤の内訳、救命救急センター受診後の連携先など）に関する集計も紹介しています。

■記事は、こちらからお読みいただけます

■分析結果の報告書は、以下に掲載されています
①「自損行為による救急搬送事案の概要―消防庁救急搬送人員データより―」（2026年版）
https://jscp.or.jp/research/report/emergency-transport-2026.html
②「自傷・自殺未遂レジストリ（JA-RSA）2026年報告書」
https://jscp.or.jp/assets/JA-RSA/annualreport2026.pdf

４.【開催レポート】「第９回自殺報道のあり方を考える勉強会」

JSCPは2026年７月24日、メディア関係者、プラットフォーム事業者等を対象に、第９回「自殺報道のあり方を考える勉強会」をオンラインで開催しました。今回のテーマは「過熱するネット空間に向き合う報道現場と自殺報道ガイドライン」。全国から200人を超えるメディア関係者から申し込みがありました。
SNSで情報や映像が急速に拡散し、真偽不明の情報や誹謗中傷が現実の生活圏にも影響を及ぼす時代に、メディアは自殺に関するニュースとどう向き合っていけばよいのでしょうか。
本勉強会では、JSCPから国内の自殺の概況、WHO自殺報道ガイドラインの概要、過去40年間の報道の変化とSNS上の情報拡散に関する研究報告に続き、神戸新聞社報道部の前川茂之記者に、SNS選挙とも呼ばれた2024年の兵庫県知事選を巡る連載「元県議の死から１年」の取材と執筆において、自殺報道にどう向き合ったのかをご報告いただきました。

■レポートの続きは、こちらからお読みいただけます



下段左が神戸新聞の前川茂之記者

５.【JSCP職員インタビュー】調査研究推進部分析官：中村紘子
「データを安易に単純化しない」―認知心理学の知見で支える「生きることの包括的な支援」

分析官の中村紘子は、自殺統計原票データなどの集計・分析を担当しています。主な業務は、①全国の自治体に提供する「地域自殺実態プロファイル」の作成、②自殺報道に関する調査・研究、③妊産婦の自殺に関する分析です。認知心理学が専門で、これまで大学などで、人間の思考や推論、意思決定のメカニズム、さらにフェイクニュースや疑似科学がどのように受け入れられるのかという心的メカニズムについても研究してきました。JSCPではこうした認知心理学の知見を生かし、「データをどう表現すれば、分かりやすく正確に伝わり、自殺対策に活用しやすいものになるのか」を常に意識しながら業務に向き合っています。インタビューでは、データ分析から見える「生きることの包括的な支援」についても語っています。



〈プロフィール〉
中村紘子（なかむら・ひろこ）
愛知県出身。2006年、名古屋大学大学院環境学研究科修了。博士（心理学）。専門は認知心理学。主に思考や論理的推論、意思決定のメカニズム、エピソード記憶などの研究に従事し、近年は陰謀論や疑似科学がどのように受け入れられるのかという心的メカニズムについての研究も行う。大妻女子大学助手、愛知淑徳大学助教、日本学術振興会特別研究員（RPD）などを経て、2025年4月よりJSCPに分析官として入職。

■インタビュー記事は、こちら

▼インタビューの目次
・業務内容について、教えてください
・JSCPで働く前は、どんなことをしていましたか？
・自殺対策に関わるきっかけは？
・認知心理学の知見は、自殺対策のデータ分析にどう生かされているのでしょうか？
・今後、特に取り組みたいことや、自殺対策への思いは？
・これからJSCPで働くことを考えている人に、伝えたいことは？

6.【関連情報】日本自殺総合対策学会関連イベント（「ケースメソッドで学ぶ孤立・孤独対策の実践」）のご案内

日本自殺総合対策学会は、2026年11月17日（火）、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、JST-RISTEX（＊１）「SDGsの達成に向けた共創的研究開発プログラム（＊２）」の研究開発プロジェクト「行政・NPOの孤立・孤独対策現場知を支援する総合知に基づく学術体制構築（＊３）」（JST-RISTEX岡プロジェクト）と共催で、秋季イベントを開催します（後援：JSCP）。JST-RISTEX岡プロジェクトは、孤立・孤独に関する政策の学術の知と現場の知をつなぎ、制度・政策の提言と実装を目指して、対策が持続的に改善される仕組み「孤立・孤独対策総合知支援ネットワーク」の構築を進めるプロジェクトです。JSCPも参画・協力機関となっています。
「ケースメソッドで学ぶ孤立・孤独対策の実践II：公開授業『ケース：断らない相談支援―チーム座間―』」と題する今回の秋季イベントでは、ケースメソッドの手法を用い、具体的な問題状況を踏まえて、参加者が「自分なら何を重視し、どう判断するか」を考え、対話を通じて、課題の背景や構造を捉える視点を養うことを目指します。公開授業では、対話参加者が当事者や支援者の立場に立ってグループ討議と全体討議を行い、その様子を視聴者に公開します。ただし、グループ討議は非公開とし、視聴者には全体討議をご覧いただきます。グループ討議の時間には、視聴者も同じケースと問いをもとに自分ならどう考えるかを検討し、ディスカッションリーダーとの意見交換を通じて理解を深めます。
イベントはZoomミーティングによるオンライン形式で、概要は以下のとおりです。

［イベント概要］
名　　称：ケースメソッドで学ぶ孤立・孤独対策の実践II：公開授業
　　「ケース：断らない相談支援―チーム座間―」
日　　時：2026年11月17日（火）10時00分～12時00分
開催方法：Zoomミーティング（予定）

対　　象：日本自殺総合対策学会会員、JST-RISTEX岡プロジェクトおよび斎藤プロジェクト関係者、その他、孤立・孤独に関心のある方
募　　集：公開授業を見学する視聴者（60人程度）
※対話参加者による全体討議を視聴いただきます。グループ討議は視聴できませんが、その時間には同じケースと問いについて、個人で考え、ディスカッションリーダーとの対話の時間とさせていただく予定です。
参 加 費：無 料

■詳細及び申し込みはこちらをご覧ください

＊1　国立研究開発法人科学技術振興機構社会技術研究開発センター
＊2　社会的孤立・孤独の予防と多様な社会的ネットワークの構築
＊3　研究代表者：統計数理研究所医療健康データ科学研究センター　岡檀

自殺対策に取り組む仲間（JSCP の新規職員）を募集しています。
※詳細はこちらをご覧ください

■YouTubeの「JSCP_広報室」チャンネルで、啓発動画や、研修動画等を順次公開中。ぜひご登録ください。
https://www.youtube.com/@jscp_7139/videos

■Yahoo!ニュースエキスパートで、JSCPとして自殺問題・自殺対策に関する記事を配信しています（JSCP広報官・山寺が執筆）。ぜひご覧ください。
https://news.yahoo.co.jp/users/expert/yamaderakaoru

■JSCPの公式X及び公式Facebookにて、JSCPの日々の活動の様子やメディア掲載に関する情報、全国の自治体の取り組み等についての情報発信も行っています。
・X（旧Twitter）
　日本語版：https://twitter.com/JSCP_press
　英 語 版：https://twitter.com/JSCP_www
・Facebook：https://www.facebook.com/JSCP.press

今後も、JSCPをどうぞよろしくお願いします。
配信停止をご希望の場合には、以下のサイトから、手続きをお願いいたします。
https://jscp.or.jp/newsletter/

--
厚生労働大臣指定法人・一般社団法人
いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）
広報室 news@jscp.or.jp

※他からの引用や許可を受けた上で転載しているものを除き、本ニュースレターに掲載されている個々の情報（文章、図表、写真、イラスト等）の著作権はJSCPが保有しています。