

# 自殺予防週間「働く人の電話相談室」3日間で昨年の倍・1093件の相談 自殺願望・自殺未遂の相談多数 貧困深刻、生きづらさ・人生への引け目… 複合的・連鎖的な苦しみ

社団法人日本産業カウンセラー協会

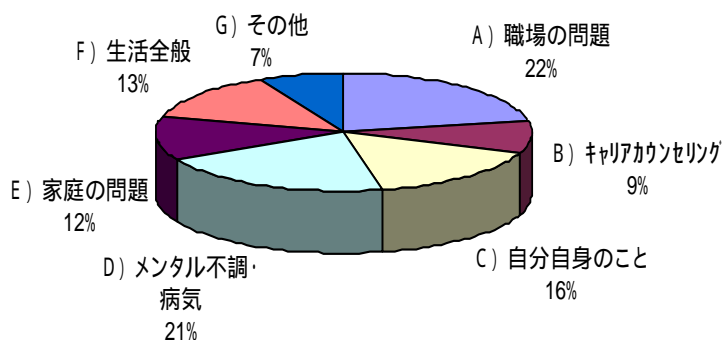
社団法人日本産業カウンセラー協会が、自殺予防週間に合わせて、9月10日から12日までの3日間に全国13支部で一斉に実施した「働く人の電話相談室」に、計1,093件の相談が寄せられ、昨年度の535件の倍以上の数となりました。

## 「職場の問題」「メンタル不調・病気」がそれぞれ2割

分野別では「A 職場の問題」が22%、次いで「D メンタル不調・病気」が21%、「C 自分自身のこと」(16%)、「F 生活全般」(14%)、「E 家庭の問題」(12%)、「B キャリアカウンセリング」(9%)でした。

昨年度の「働く人の電話相談室」に比べ、「D メンタル不調・病気」を訴える人が約6ポイントの増加となりました。すべての項目の中からもっとも多かったのは昨年に引き続き「生き方」に関するものですが、昨年6位だった「経済的な問題」が今年は2位、昨年10位だった「転職・退職」が今年は7位となるなど、経済状況を反映する相談項目が増えています。

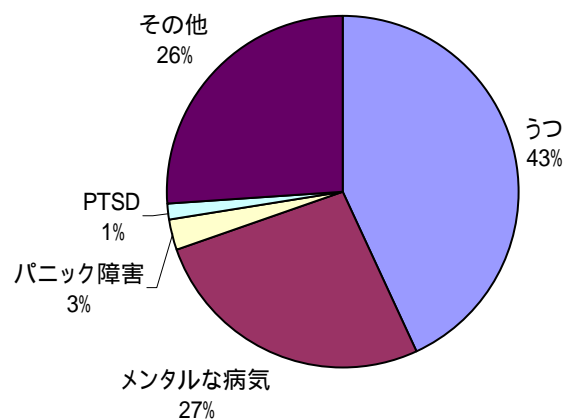
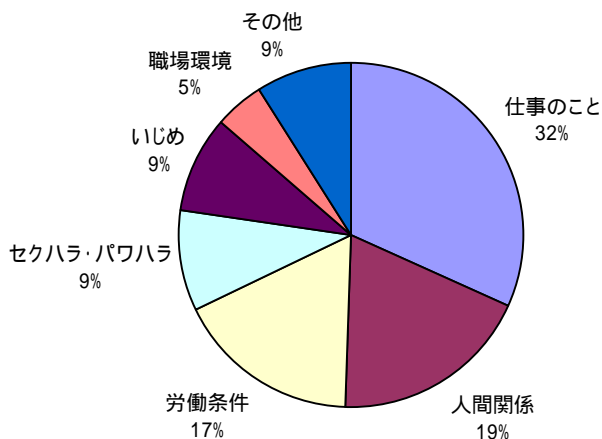
<分野別相談件数の割合>



<特に多かった相談項目トップ10>

1. 「生き方」107名
2. 「経済的な問題」103名
3. 「うつ」97名
4. 「仕事のこと」75名
5. 「メンタルな病気」60名
6. 「人間関係(職場)」45名
7. 「転職・退職」44名
8. 「労働条件」41名
9. 「親子関係」37名
10. 「夫婦問題・離婚」36名

割合が多かった2分野のうち、「A 職場の問題」分野の内訳は、「仕事のこと」が32%、「人間関係」(19%)、「労働条件」(17%)などが上位、「D メンタル不調・病気」分野では、「うつ」(43%)と「メンタルな病気」(27%)で、全体の7割を占めました。

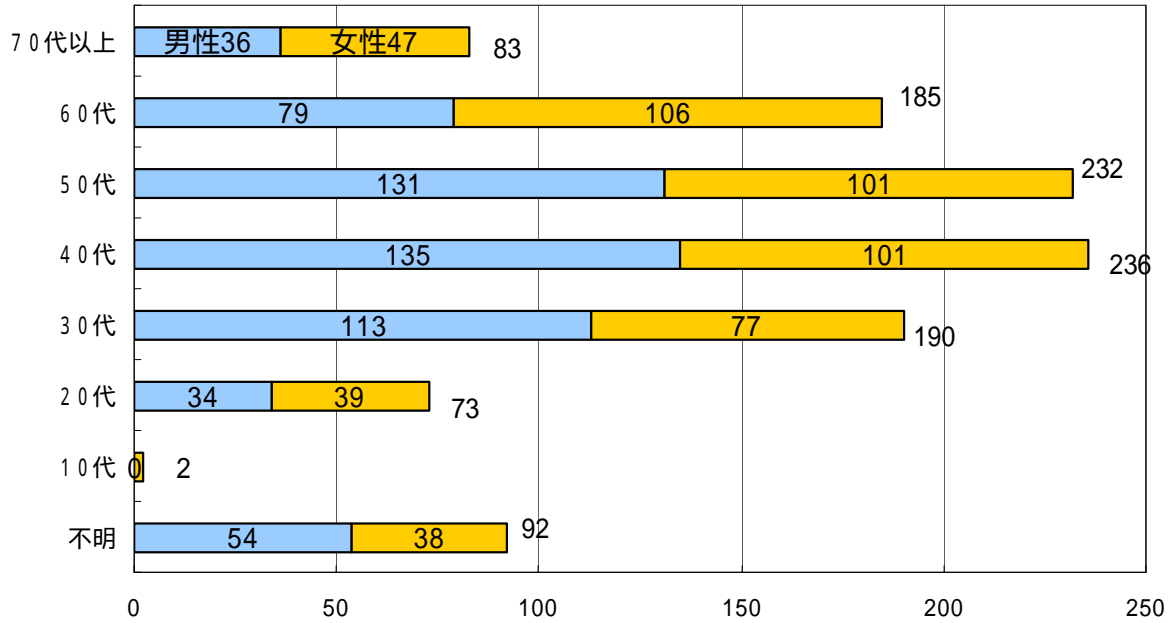


\* 赤字部分につきまして、切り捨て表記の21%となっておりグラフ数値と異なっておりましたので、11月4日に、グラフ表記に併せて修正版に差し替えました。その他の内容に変更はありません。

### 40代・50代の相談多数 70代以上も7.5%

男性 582 名、女性 511 名と男女比はほぼ半々で、年代別としては、40代、50代が多くなりました。60代は昨年の 14.2%から 16.9%に、70代以上は昨年の 5.2%から 7.5%と、高齢者の相談割合が増えています。

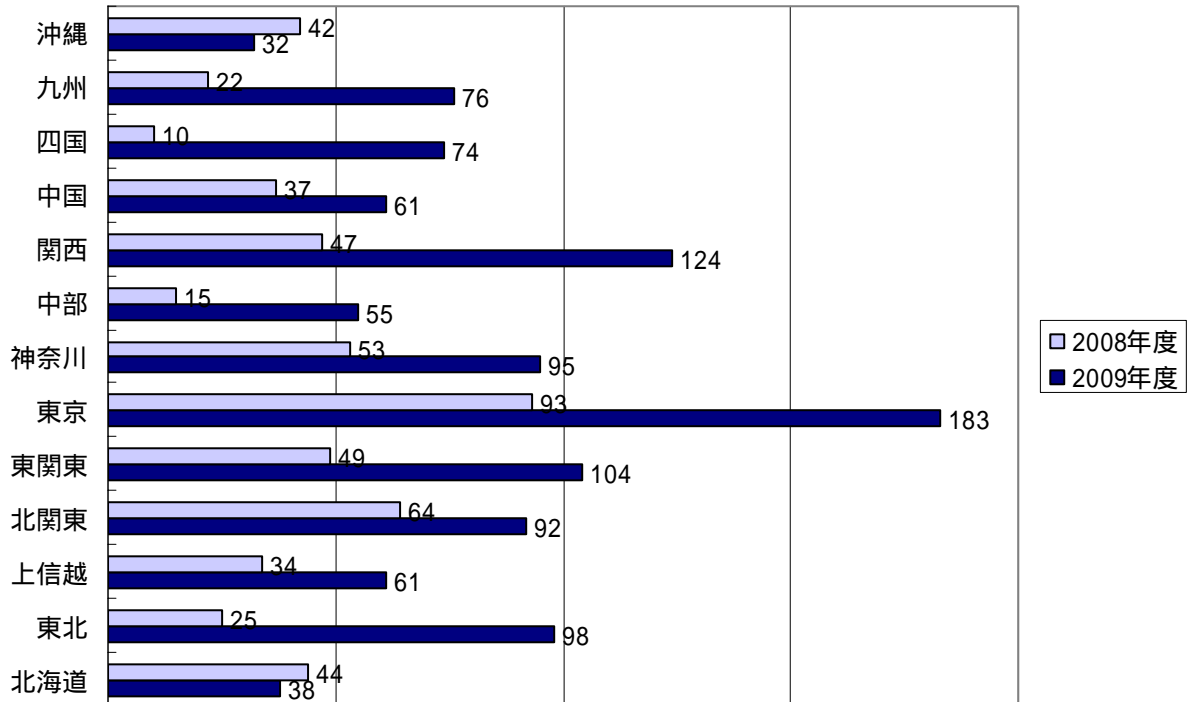
< 年代別相談件数と男女内訳 >



### ほぼ全地域で相談件数が増加

「働く人の電話相談室」は、全国共通番号で受付け、相談者の近くの支部の相談室につながります。昨年度に比べ、四国が 7.4 倍、九州・東北が約 4 倍、関西が 3 倍などとなり、全国的に相談件数が増えました。

< 支部別相談受信件数 >



## 自殺願望多数、複合的・連鎖的な事例へと発展するケース多数

今年は、例年よりさらに、自殺願望を持った方、自殺未遂経験のある方が大変多かったのが特徴です。また、家族や友人を失った方からの相談も相当数ありました。

貧困は深刻で、「所持金が底をつきかけている」「あと 1200 円はあるので何とかしてみる」といったケース、また、路上生活に実際に追い込まれた方々が携帯電話からかけてこられる事例も複数ありました。

ご年配の相談者や仕事に就けずに苦しむ相談者のなかには、「家族に迷惑をかけている」「自分は生きている価値がない」などの自責感を持つ方も多く、生きづらさ・社会に対する引け目により、生きる価値が見出せない苦しみを吐露されています。

知的・身体的な障害を持つ方や、ご家族の方による相談も目立ちました。障害により職場でいじめにあっているケース、事故により障害者となり職場復帰がかなわなかったケースなどです。

相談項目の統計は、主訴をひとつに絞ったうえで、対応にあたった産業カウンセラーにより選択されていますが、実際の面談記録では、複数の項目にわたる相談・ひとつのきっかけが複数の問題につながっていく連鎖的な状態の相談が目立ちました。たとえば、「解雇されたことにより、経済的に困窮、うつ病などを発症し自殺未遂」、「パワハラに悩み、パニック障害を発症、家族ともうまくいけなくなり離婚」、「不当な労働条件と闘うすべが見つからず、孤独感・無力感にさいなまれ、自分の人生自体に疑問を感じるようになった」などといったケースです。

貧困や不当な労働条件等に苦しむ相談者からは、具体的な対策やアドバイス、介入してほしいとの要望、法律的な知識がないことへの不安などの訴えが大変多くありました。当協会の電話相談では、相談内容に応じて、相談機関を紹介していますが、逼迫した状態でかけてこられる方の声からは、具体的・実質的かつ緊急の対応・対策を求める切実な状態がうかがわれました。

## 相談結果を受けて

～命と暮らしを守るための取り組み急務、心のよりどころとなる協会活動を継続実施

(社)日本産業カウンセラー協会の原康長専務理事のコメントです。

- ・一般的な世論調査はおよそ 1,000 件の回答に基づき世論の動向が把握されている。1 千件を超えた今回の電話相談結果は、現在の日本の社会の現状をまさに反映していると思われる。
- ・昨年の結果と実数比較すると、相談件数はほぼ 2 倍であるが、「経済的問題」が 3.3 倍、「うつ、メンタルヘルス」が 2.7 倍、「生き方」が 2.2 倍の増加となっている。働く人びとを中心とする生活と心の苦しみの現状が相談結果に現れている。
- ・寄せられた相談の特徴でいえば、家族や知人などの自殺に触発された不安感の訴えや自身の自殺念慮、深刻な経済的悩みをかかえ生きる希望を持ってないなど、深刻な訴えが増えている。
- ・こうした相談結果をみると、本格的な自殺予防対策、格差拡大による貧困化を食い止めるための施策など、命と暮らしを守るための取組みが急務であるといえる。
- ・日本産業カウンセラー協会は、人びとが悩みや苦しみを訴え、生きるうえでの心の拠りどころとなるための社会貢献活動をさらに強化してゆきたい。

本件に関する報道関係の方からのお問い合わせ先

社団法人日本産業カウンセラー協会事業推進部 服部 TEL:03-3438-1298

(株)P&I : 大原 / 富樫 TEL:03-5689-0445 FAX:03-5689-0455

E-mail: [press@counselor.or.jp](mailto:press@counselor.or.jp)

「働く人の電話相談室」相談コード別集計結果

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
A) 職場の問題	237	21.7%	138	58.2%	99	41.8%
B) キャリアカウンセリング	98	9.0%	66	67.3%	32	32.7%
C) 自分自身のこと	175	16.0%	96	54.9%	79	45.1%
D) メンタル不調・病気	225	20.6%	112	49.8%	113	50.2%
E) 家庭の問題	133	12.2%	33	24.8%	100	75.2%
F) 生活全般	147	13.4%	84	57.1%	63	42.9%
G) その他	78	7.1%	53	67.9%	25	32.1%
総計	1093	100.0%	582	53.2%	511	46.8%

相談コード内訳

【A）職場の問題】

仕事のこと	75	31.6%	51	68.0%	24	32.0%
人間関係	45	19.0%	20	44.4%	25	55.6%
職場環境	11	4.6%	7	63.6%	4	36.4%
労働条件	41	17.3%	27	65.9%	14	34.1%
セクハラ・パワハラ	22	9.3%	11	50.0%	11	50.0%
いじめ	22	9.3%	6	27.3%	16	72.7%
その他	21	8.9%	16	76.2%	5	23.8%
合計	237	100.0%	138	58.2%	99	41.8%

【B）キャリアカウンセリング】

仕事の適性	10	10.2%	8	80.0%	2	20.0%
雇用形態	9	9.2%	5	55.6%	4	44.4%
転職・退職	44	44.9%	25	56.8%	19	43.2%
キャリアプランニング(開発)	6	6.1%	5	83.3%	1	16.7%
ライフキャリア	4	4.1%	3	75.0%	1	25.0%
その他	25	25.5%	20	80.0%	5	20.0%
合計	98	100.0%	66	67.3%	32	32.7%

【C）自分自身のこと】

性格	17	9.7%	9	52.9%	8	47.1%
人間関係	15	8.6%	8	53.3%	7	46.7%
生き方	107	61.1%	57	53.3%	50	46.7%
恋愛・結婚	7	4.0%	3	42.9%	4	57.1%
その他	29	16.6%	19	65.5%	10	34.5%
合計	175	100.0%	96	54.9%	79	45.1%

【D）メンタル不調・病気】

うつ	97	43.1%	50	51.5%	47	48.5%
パニック障害	6	2.7%	4	66.7%	2	33.3%
PTSD	3	1.3%	2	66.7%	1	33.3%
メンタルな病気	60	26.7%	27	45.0%	33	55.0%
その他	59	26.2%	29	49.2%	30	50.8%
合計	225	100.0%	112	49.8%	113	50.2%

【E）家庭の問題】

夫婦問題・離婚	36	27.1%	12	33.3%	24	66.7%
DV	2	1.5%	1	50.0%	1	50.0%
親子関係	37	27.8%	11	29.7%	26	70.3%
育児	3	2.3%	0	-	3	100.0%
虐待	0	0.0%	0	-	0	-
ひきこもり	7	5.3%	0	0.0%	7	100.0%
介護	8	6.0%	2	25.0%	6	75.0%
その他	40	30.1%	7	17.5%	33	82.5%
合計	133	100.0%	33	24.8%	100	75.2%

【F）生活全般】

経済的な問題	103	70.1%	62	60.2%	41	39.8%
法律問題	8	5.4%	4	50.0%	4	50.0%
隣人とのトラブル	8	5.4%	1	12.5%	7	87.5%
ストーカー	0	0.0%	0	-	0	-
その他	28	19.0%	17	60.7%	11	39.3%
合計	147	100.0%	84	57.1%	63	42.9%

【G）その他】

その他	78	100.0%	53	67.9%	25	32.1%
-----	----	--------	----	-------	----	-------

## 寄せられた相談内容より

- ・ 高校卒業後に製鉄会社で働いていたが工場閉鎖・解雇。アパートの家賃が払えず、昨日は公園で寝た。お金がなくて何も食べていない。今週市役所に行ったが相手にしてもらえなかった。先々月には友人が自殺したが、自分は何とか踏みとどまりたいと思っている。(20代・男性)
- ・ 長男が統合失調症。自分はうつで10年間通院。自分が死んだら息子は病院から追い出されると言われ怖くなった。(70代・女性)
- ・ お金も食べるものもない。市役所にも行ったがお金は貸してくれない。来月、障害者補助金の3万円が出るので、それまで、5千円あれば何とかかなると思うのだが・・・(60代、男性)
- ・ 障害も持っていた兄が6月に自殺。助けられなかった、相談してくれたらと思うと悔しい。(30代・男性)
- ・ 34年間勤務している会社が、来年より給与半額と告げられた。経済的な打撃と自分の働くプライドが傷つけられ、辛い。(50代・男性)
- ・ 15年勤めた会社から、ファックス1枚で解雇通知が届いた。退職金も当初はあるということだったのにないと言われ、どこに相談すればいいのか。(30代・女性)
- ・ 甥が7月に自殺。そんなそぶりもなく元気にやっていると思っていた。母である姉にどう接していったらいいのか教えてほしい。(50代・男性)
- ・ 貯金なし、年金5万くらいで不安。安楽死できればと思う。周りには迷惑かけたくない。(60代・男性)
- ・ 友人がうつで自殺しそうな気がして心配。友人の父が6月に自殺したので、責任を感じているようだ。生活保護は断られ、収入は遺族年金のみ。(30代・男性)
- ・ 派遣切りで寮を出され、携帯からかけている。1週間くらい何も食べていない。生活保護も断られた。1年以上就職活動はしているが、応募者多数とのことで断られる。生きているのが嫌になった。(30代・男性)
- ・ 息子が仕事の悩みで自殺した。息子の訴えに早く気づいていれば仕事を辞めさせていたのに、と悔やまれてならない。(50代・女性)
- ・ 知的障害の息子が会社でいじめにあい、ハローワークの障害者担当に相談したが、「嫌だったら辞めたら」といわれ辛い。(50代・女性)
- ・ 6月まで派遣で働いていたが任用切れて仕事が見つからない。面接に行くが落とされる。マイナス思考になっていく。親のお金で食べているのが辛い。死にたいと思う。(30代・女性)
- ・ 息子が2年前に自殺。ショックで自分を責め続けている。入院もしたが、今でも立ち直れない。(60代・女性)
- ・ 知的障害の息子が、職場でいつも怒鳴られ、パニックになり休職中、精神科も受診。心配。(60代・女性)
- ・ 夫の暴力によりパニック障害になり通院中。両親の援助もしているので金銭面でも不安。自信をなくしてどのようにこれから生きていこうかわからない。死にたい。(40代・女性)
- ・ 生活保護を受けている。周りには孤独死した人もおり、死後1ヶ月も発見されないままだったのを片付けられるのを見た。自分もいつかはそうなるのなら、最後は自分で終わりにしたいと思っている。(60代・女性)
- ・ 数ヶ月前にアパートを出され、路上生活。住所不定だと定職にもつけない、家も借りられない。お金も底をつきかけ、身内もない。犯罪を犯してつかまれば、住むところも食べるものも心配しなくていいと思ってしまう。(50代・男性)
- ・ 営業の仕事。上司から「ぶっ殺す」など日常的な恫喝。仕事を辞めることも考えるが、上司から何をされるかと思うと怖い。ストレスで酒量も増えている。(30代・男性)
- ・ パワハラを受け、精神科受診。適応障害の診断を受け休職中、労災を申請。社会保険を打ち切られるなどの嫌がらせを受け、自殺を考えている。会社は自分を死に追い込みたいのだろうか・・・(40代・男性)
- ・ 2月に大きな手術をして障害者になった。9年勤める職場復帰はしたが「辞めてくれ」との雰囲気になれず8月に退職。ハローワークには行っているが、今後が不安。気力がない。(30代・男性)
- ・ 起業してがんばっていたが、リーマンショック以来行き詰まっている。融資も受けられず、金融機関からの厳しい取立てで、不安から抜け出せない。もともと大きな会社できっちり働いていたのに、収入が途絶えてから家族ともうまく行かず、今は誰からも必要とされない人間になったような気持ち。(50代・男性)