資料２－１

いのち支える

コロナ禍における自殺の動向

10月の自殺急増の背景について

令和2年12月21日

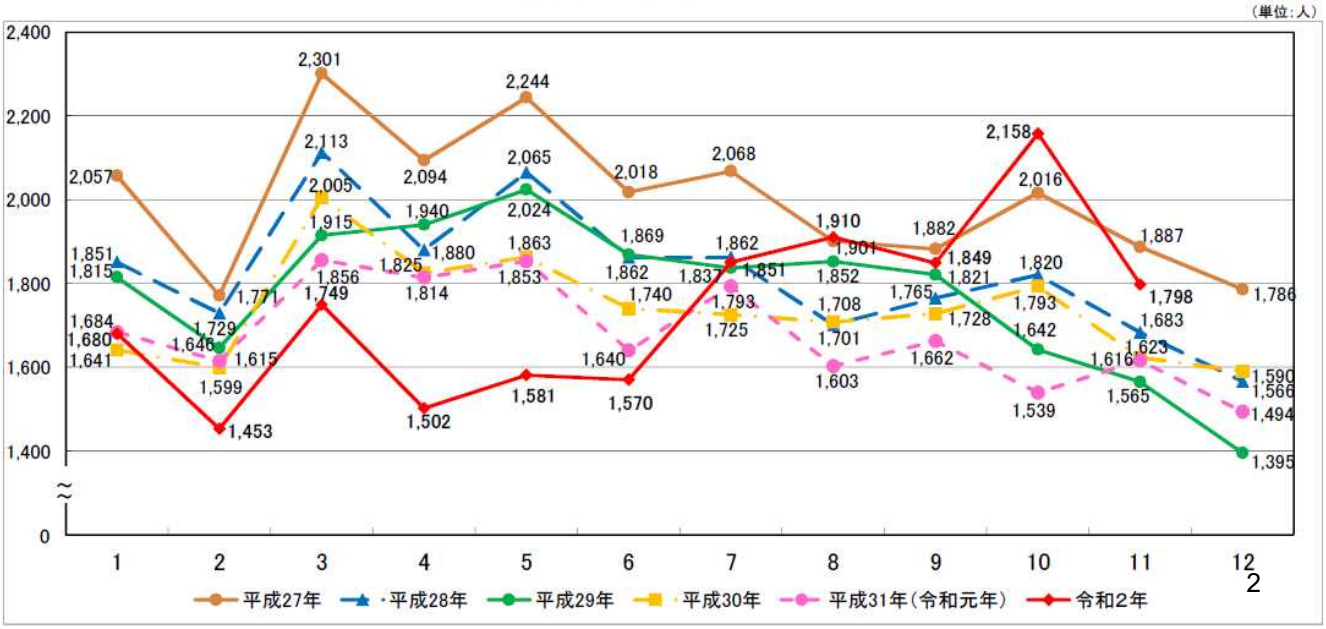
厚生労働大臣指定法人
いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）
代表理事　清水 康之

令和2年12月10日
厚生労働省自殺対策推進室

警察庁の自殺統計に基づく自殺者数の推移等

○ 令和2年11月の自殺者数（1,798人：速報値）は、対前年同月比182人（約11.3%）増。
○ 令和2年1－11月の累計自殺者数（19,101人：速報値）は、対前年比426人（約2.3%）増。

月別自殺者数の推移（総数）



結論（考察）

▼10月に自殺が急増したのは、

1）新型コロナの影響により、社会全体の自殺リスクが高まっていること（自殺の要因となり得る、雇用、暮らし、人間関係等の問題が悪化していること）に加えて、

2）相次ぐ有名人の自殺および自殺報道が大きく影響した可能性（ウェルテル効果の可能性）が高い。

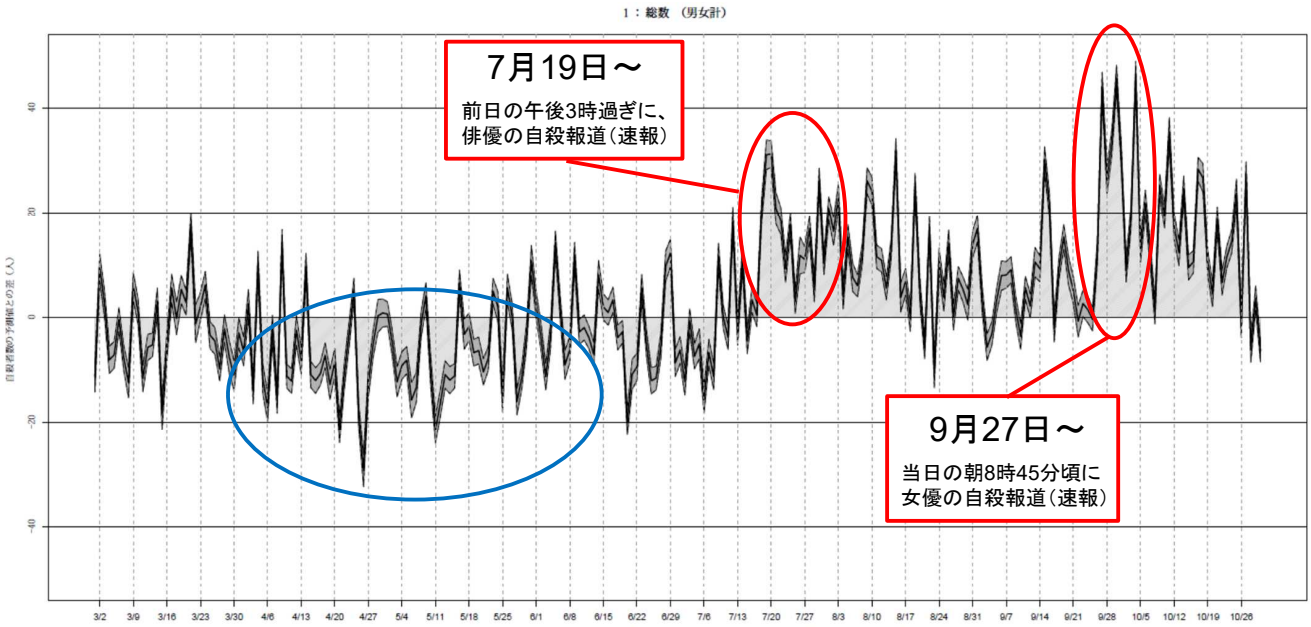
▼新型コロナの影響で様々な悩みや生活上の問題を抱え、あるいは元々自殺念慮を抱えながらも、「どうにか生きることに留まっていた人たち（4～5月に自殺行動に至らなかった人たちを含む）」に対して、相次ぐ有名人の自殺および自殺報道が多くの人を自殺の方向に後押ししてしまった可能性がある。

分析・考察に使用したデータ等

1）警察庁「自殺統計」2009～2019年の確定値（日次）
2）警察庁「自殺統計」2020年1～10月の暫定値（日次）
3）電話相談「よりそいホットライン（自殺防止ライン）」に寄せられた声を匿名化
4）自殺対策SNS相談「生きづらびっと」に寄せられた声を匿名化

2015～2019年の回帰モデルに基づく予測値と実測値との差（男女計）

2020年の自殺者数の予測値が「0」で、マイナスは予測値よりも自殺が少ないことを、プラスは予測値よりも自殺が多いことを表している。4月から5月までは予測値を下回る傾向にあり、7月中旬以降は逆に予測値を上回る傾向にあることが分かる。（ただし、暫定値のため、特に10月末の値は不確実である可能性がある。）

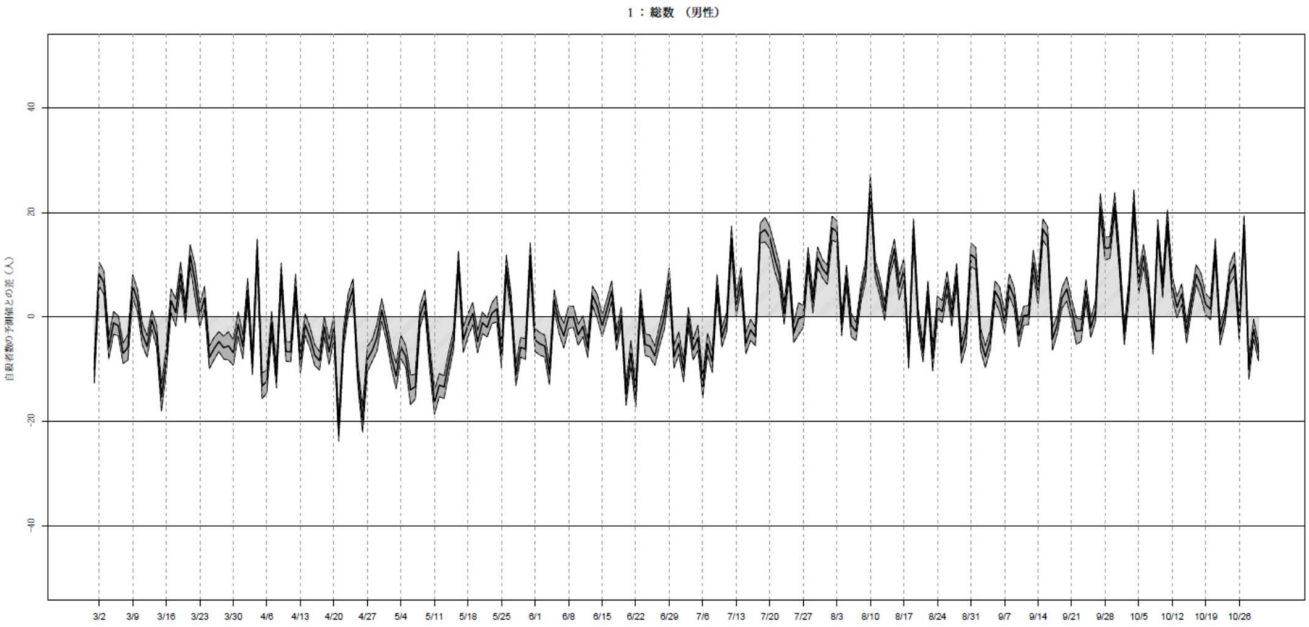


※「曜日、祝祭日、連休等」「年内の週」「長期トレンド」による変動を排除してある。
※中心の線が推定値、上下の線が推定値の95%信頼区間の上限と下限。（予測値に「ずれ」があるため、実測値との差にも「ずれ」が生じる。）

1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

2015～2019年の回帰モデルに基づく予測値と実測値との差（男性）

2020年の自殺者数の予測値が「0」で、マイナスは予測値よりも自殺が少ないことを、プラスは予測値よりも自殺が多いことを表している。4月から5月までは予測値を下回る傾向にあり、7月中旬以降は逆に予測値を上回る傾向にあることが分かる。（ただし、暫定値のため、特に10月末の値は不確実である可能性がある。）

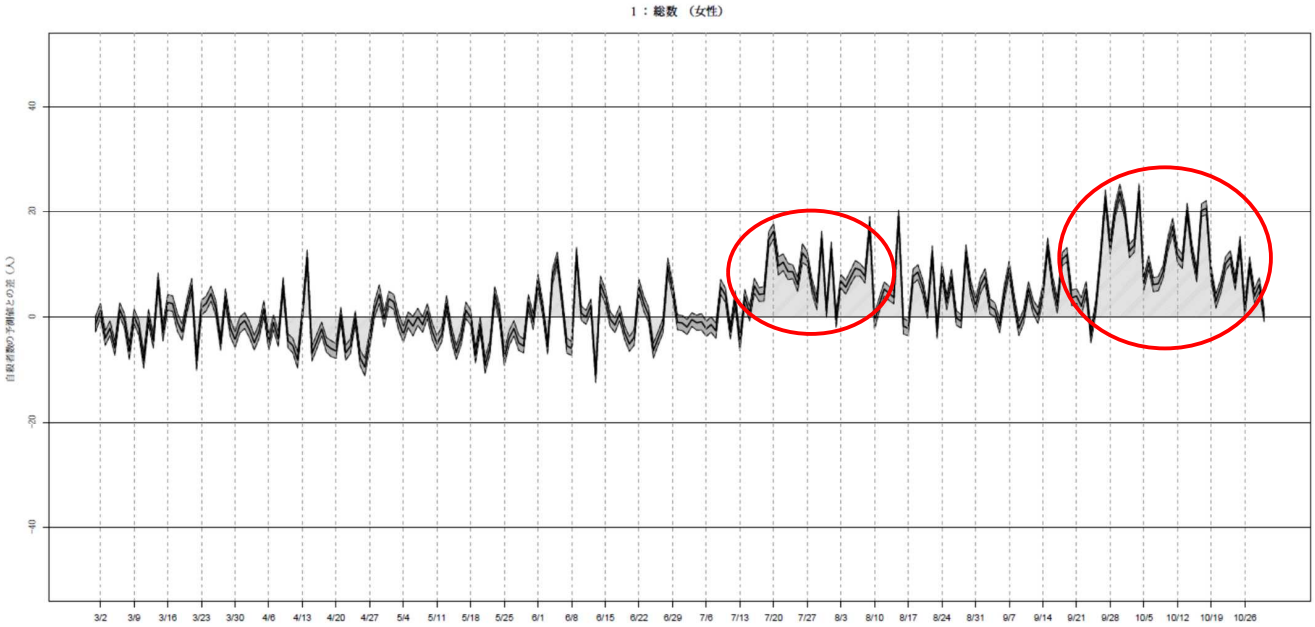


※「曜日、祝祭日、連休等」「年内の週」「長期トレンド」による変動を排除してある。
※中心の線が推定値、上下の線が推定値の95%信頼区間の上限と下限。（予測値に「ずれ」があるため、実測値との差にも「ずれ」が生じる。）

1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

2015～2019年の回帰モデルに基づく予測値と実測値との差（女性）

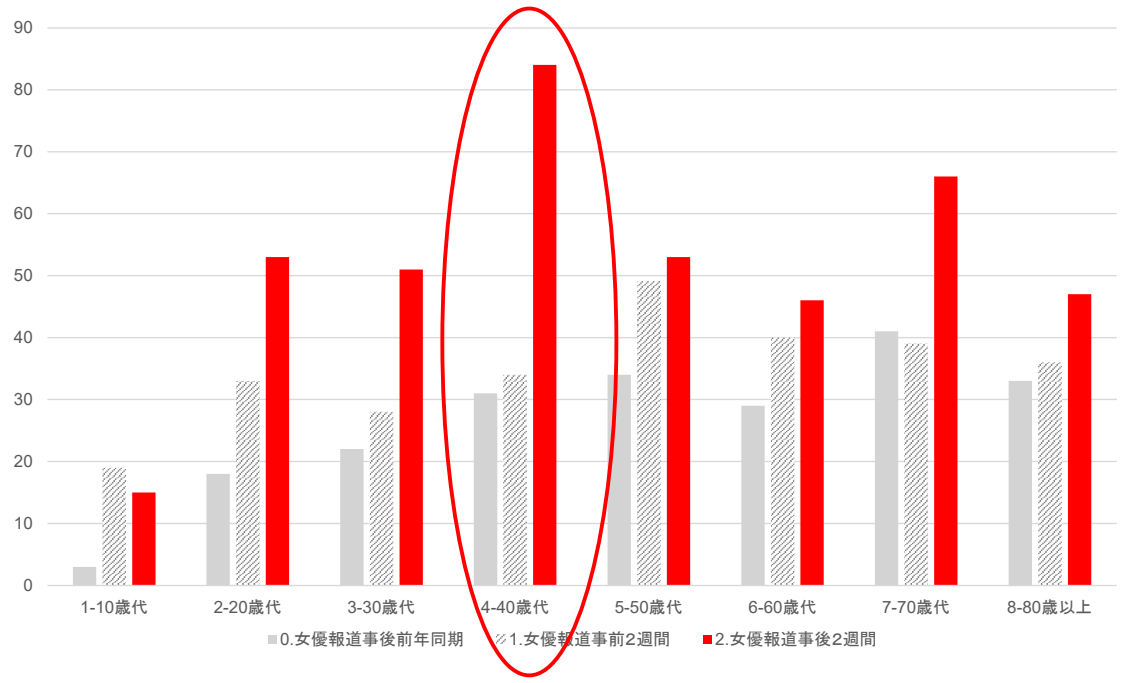
2020年の自殺者数の予測値が「0」で、マイナスは予測値よりも自殺が少ないことを、プラスは予測値よりも自殺が多いことを表している。4月から5月までは予測値を下回る傾向にあり、7月中旬以降は逆に予測値を上回る傾向にあることが分かる。（ただし、暫定値のため、特に10月末の値は不確実である可能性がある。）



※「曜日、祝祭日、連休等」「年内の週」「長期トレンド」による変動を排除してある。
※中心の線が推定値、上下の線が推定値の95%信頼区間の上限と下限。（予測値に「ずれ」があるため、実測値との差にも「ずれ」が生じる。）

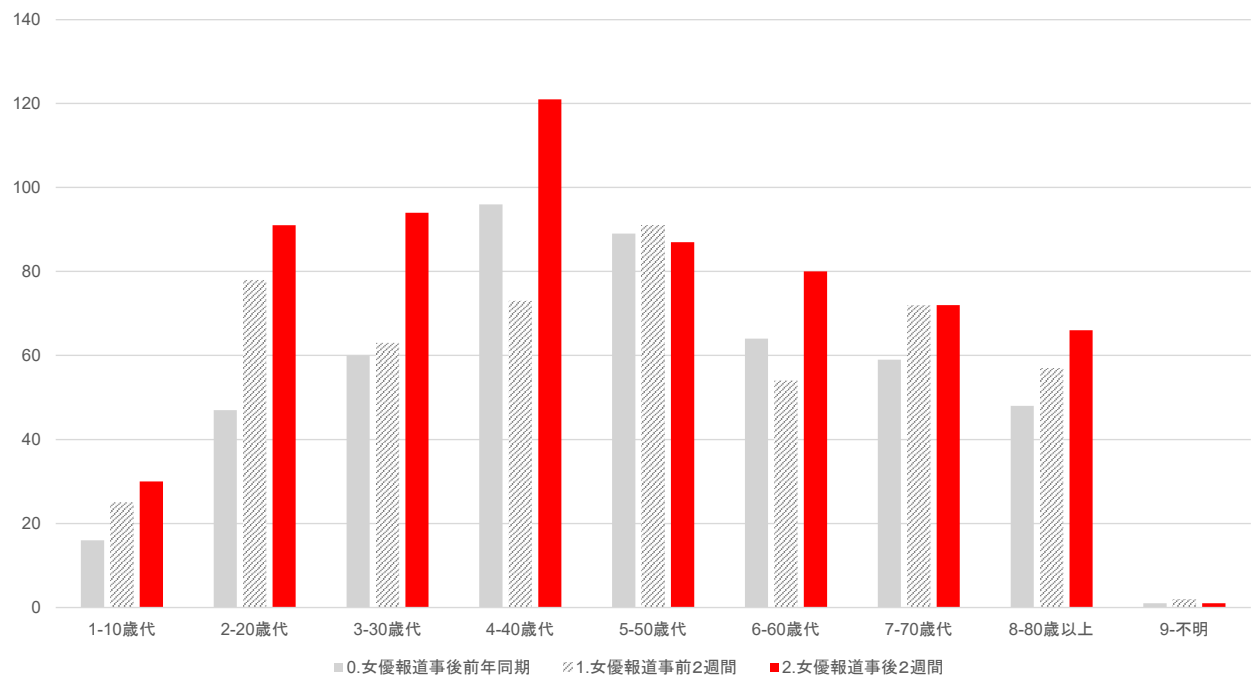
1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

9月27日の女優自殺報道に関わる「年代別自殺者数（女性）」の変化



1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

9月27日の女優自殺報道に関わる「年代別自殺者数（男性）」の変化



1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

有名人の自殺・自殺報道の影響を受けて「増加した可能性」のある自殺者数

※10日間で、10月増加分（前年同月比）の33.4%を占める。

9月27日（自殺日）を含めた10日間で206.9人に上る。
（95%信頼区間は、154.8~259.1人）

女性128.6人（93.1～164.0人）／男性：78.4人（40.0~116.7人）

※ 「割引率」は、有名人の自殺・自殺報道の影響を含めた回帰予測値から、その影響を排除した回帰予測値の倍率を表しており、両者の差が「自殺増加分」となる。

女性	回帰予測	回帰係数	回帰係数標準誤差	割引率	自殺増加	自殺増加数分散		
2020/9/27	27	0.440691	0.19386	1.55378051	9.623028	19.62830498		
2020/9/28	40	0.683808	0.159876	1.981408588	19.81234	48.94341157		
2020/9/29	29	0.357414	0.187505	1.429627613	8.714997	19.81972891		
2020/9/30	36	0.611579	0.16849	1.843339735	16.47023	36.43184526		
2020/10/1	40	0.697132	0.160156	2.007985539	20.07954	50.81992824		
2020/10/2	36	0.560213	0.168819	1.751045433	15.44085	32.35276901		
2020/10/3	27	0.379303	0.19415	1.461265732	8.522868	18.61365789		
2020/10/4	28	0.424788	0.190509	1.529266181	9.690565	20.01036194		
2020/10/5	40	0.667575	0.159986	1.949504037	19.48196	46.83777281		
2020/10/6	21	0.034602	0.219801	1.035207614	0.714214	19.90724977	下限	上限
					128.5506	17.70211938	93.14636	163.9548
							95%信頼区間	

1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

自殺報道後に寄せられた相談の内容等

（相談者が特定されないように、内容を加工しています。）

→「新型コロナの影響による、仕事や生活、人間関係等に関する悩みや不安」と「相次ぐ有名人の自殺報道」の影響が感じられる相談（自殺念慮に関する）が多い印象。

▼芸能人の自殺のニュースを見て、自分もそっちに引き込まれてしまいそうで怖い。（30代女性）

▼新型コロナの影響で客が減り、経営が厳しくてお金が心配。芸能人のように自分も自殺して早く楽になりたい。（40代男性）

▼もともと生きていたくない。自殺のニュースをみると「楽になって良いな」と、死んだ人のことがうらやましくなる。（20代女性）

▼「自宅のクローゼットで、、、」とニュースで聞いて、何十年も前に亡くなった家族の姿が突然よみがえり、動悸が止まらない。（70代女性）

▼有名人の自殺に関する記事が気になってネットで読み続けている内に、死にたい気持ちが再燃してしまった。（30代男性）

▼うつ病で常に死にたいと思っていたが、失業と芸能人の死で、死にたい気持ちが強くなりもう限界。（40代女性）

3,4）電話・SNSによる相談
JSCP編集_20201123

ウェルテル効果が起きた可能性が極めて高い

ウェルテル効果とは、マスコミの自殺報道に影響されて自殺が増える事象のこと。
米国の社会学者のデイヴィッド・フィリップスが1974年 、ニューヨークタイムズの一面に掲載された自殺と、1947年から1967年までの全米の月間自殺統計を比較することで、報道の自殺率に対する影響を証明し、これを「ウェルテル効果」と呼んだ。

（以下、「Wikipedia」より）

「ウェルテル」は、ゲーテ著の『若きウェルテルの悩み』（1774年）に由来。
青年ウェルテルが婚約者のいる女性シャルロッテに恋をし、叶わぬ思いに絶望して自殺するまでを描いている。出版当時ヨーロッパ中でベストセラーとなり、主人公ウェルテルを真似て自殺する者が急増するなどの社会現象を巻き起こした。そのため「精神的インフルエンザの病原体」と刊行時に呼ばれたが、現在も世界中で広く読まれている。

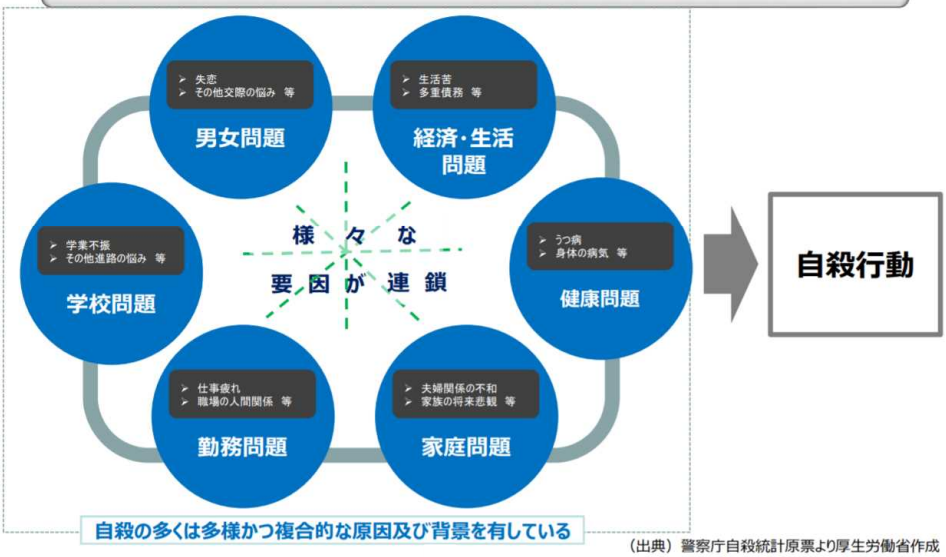
結論（考察）
新型コロナの影響で様々な悩みや生活上の問題を抱え、あるいは元々自殺念慮を抱えていて、表面張力のようにして「どうにか生きることに留まっていた人たち（4～5月に自殺行動に至らなかった人たちを含む）」に対して、有名人の自殺および自殺報道がそれを決壊させる最後の一滴になってしまったのではないか。相次ぐ自殺報道が、多くの人を自殺の方向に後押ししてしまったのではないか。

※　自殺に関する基礎知識（「自殺総合対策大綱」からの抜粋）

▼自殺は、その多くが追い込まれた末の死である。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られている。
▼自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要がある。
▼個人においても社会においても、「生きることの促進要因（自殺に対する保護要因）」より「生きることの阻害要因（自殺のリスク要因）」が上回ったときに自殺リスクが高くなる。裏を返せば、「生きることの阻害要因」となる失業や多重債務、生活苦等を同じように抱えていても、全ての人や社会の自殺リスクが同様に高まるわけではない。

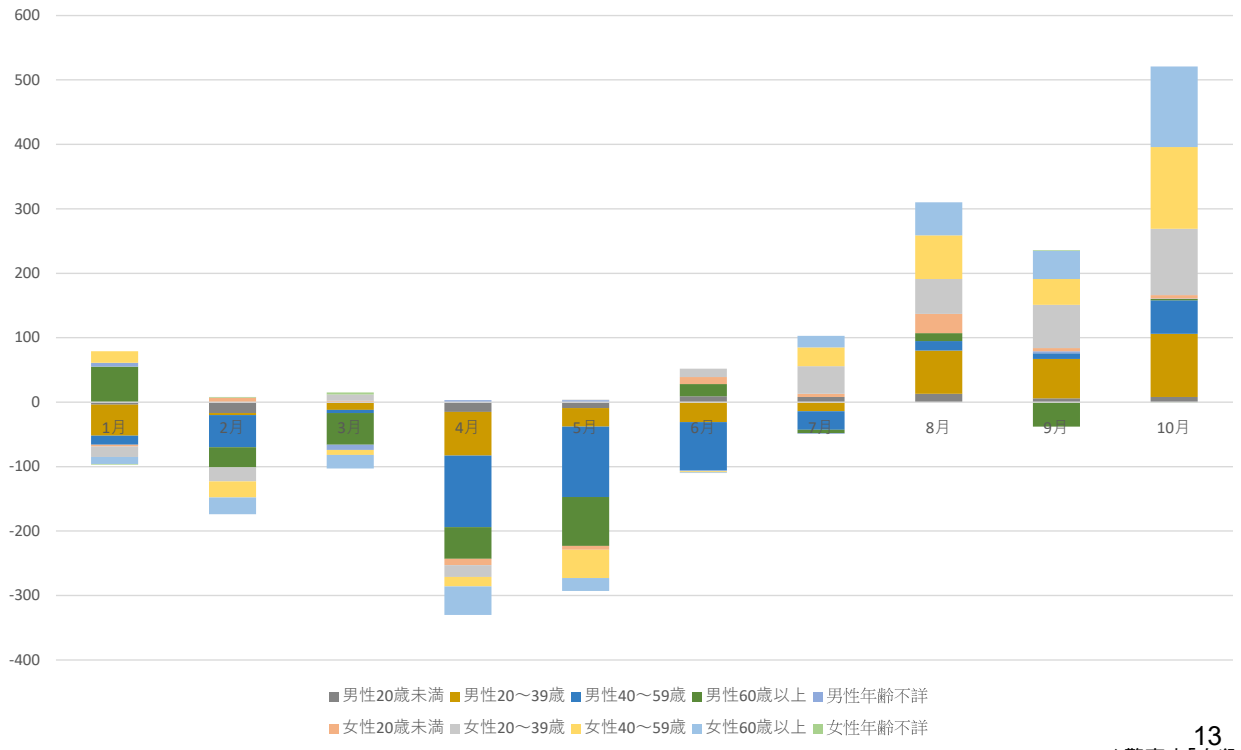
自殺の原因・背景について

➢ 自殺の多くは多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖する中で起きている。
（「経済・生活問題」や「家庭問題」等、他の問題が深刻化する中で、これらと連鎖して、うつ病等の「健康問題」が生ずる等）



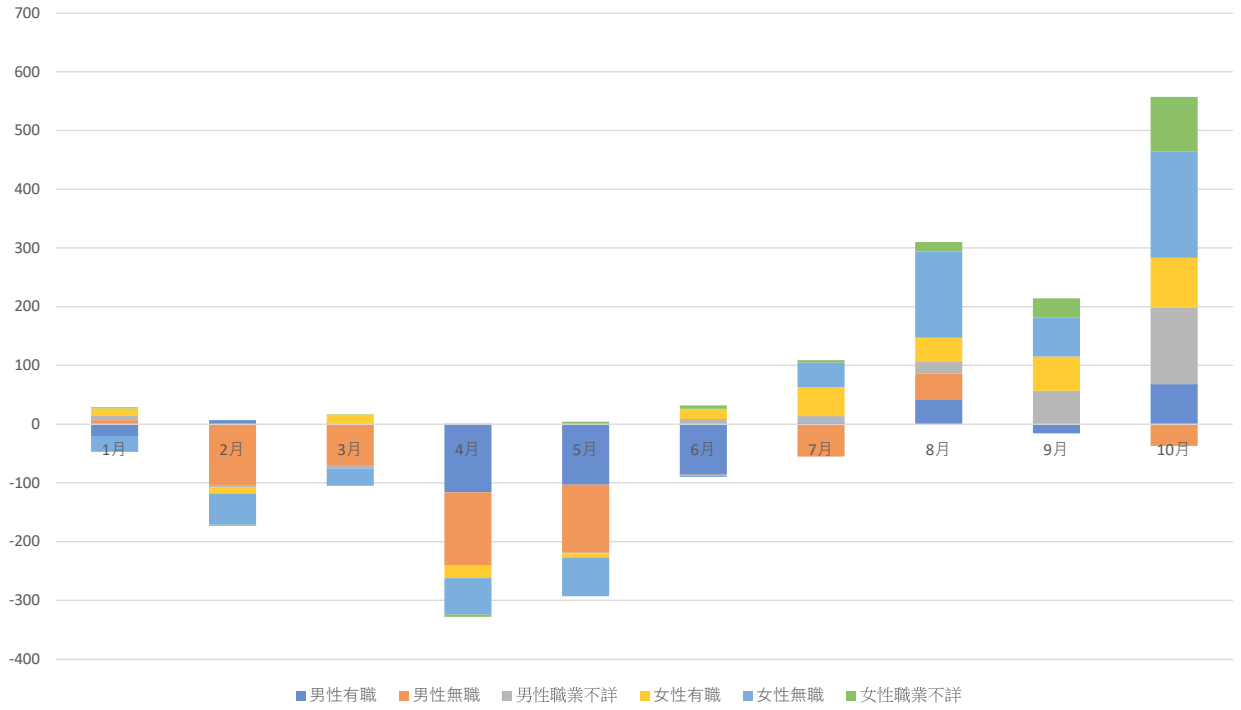
（出典）警察庁自殺統計原票より厚生労働省作成

前年同月と比較した月別自殺者数「差分」の内訳（性別×年齢層別）



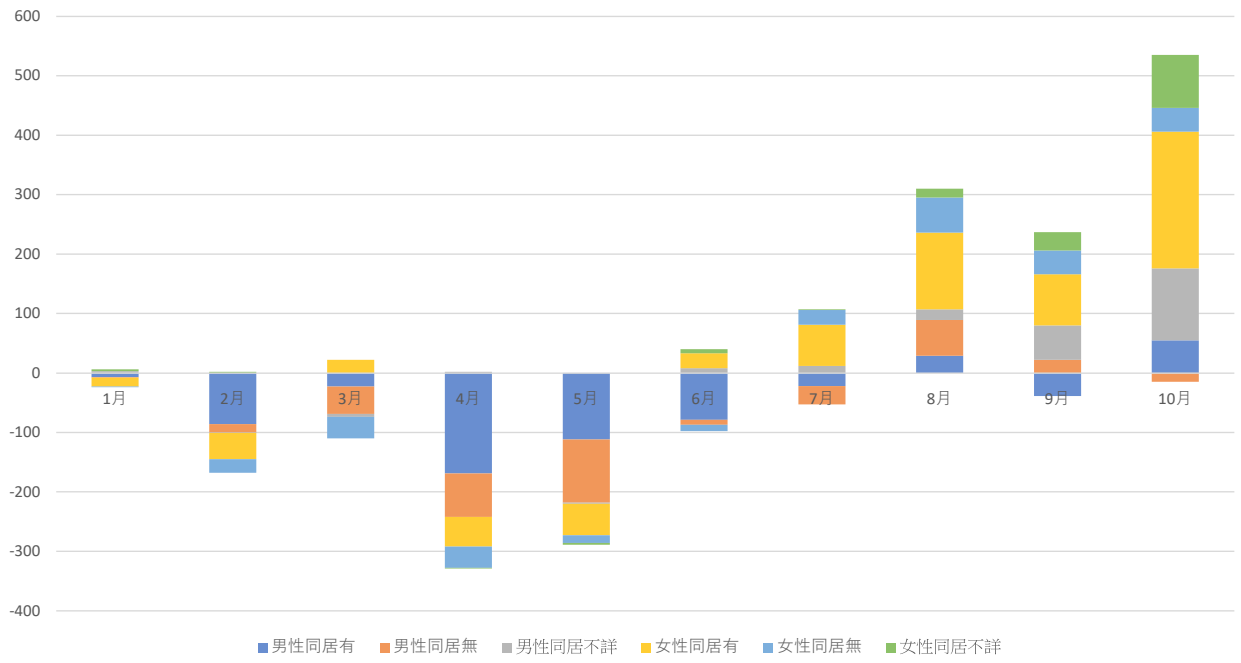
1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

前年同月と比較した月別自殺者数「差分」の内訳（性別×職の有無別）



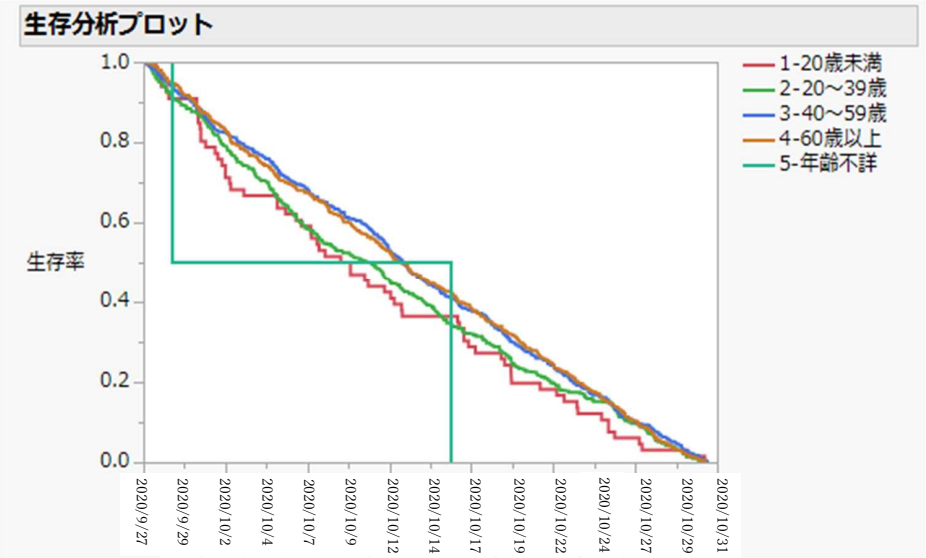
1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

前年同月と比較した月別自殺者数「差分」の内訳（性別×同居人の有無別）



1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

自殺報道の影響を最も早く受けやすいのが子どもや若者

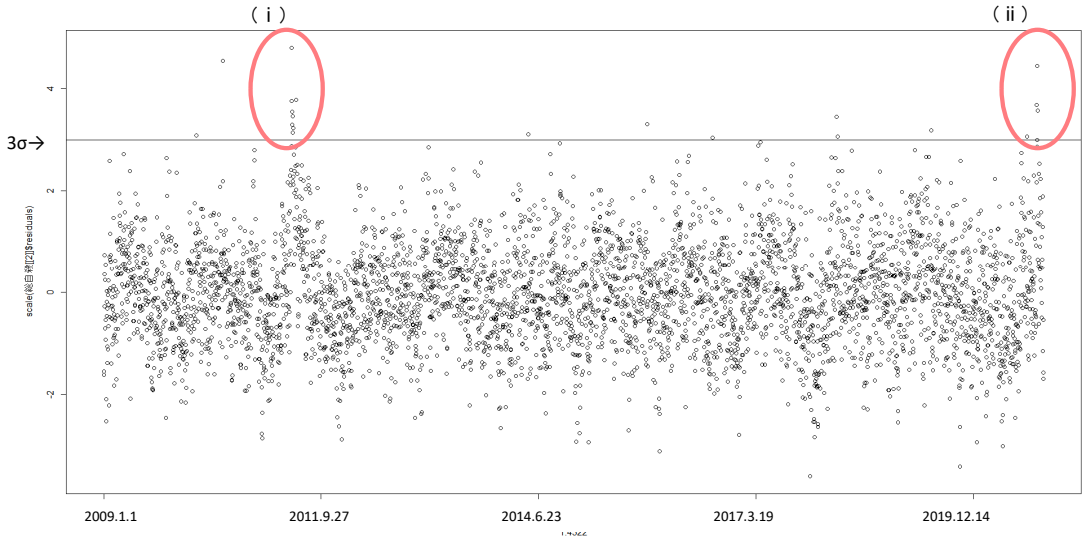


1）有名女優の自殺当日（ 2020.9.27.8:00(土) ）から10月末日までに自殺で亡くなった人の中で、自殺に至るまでの時間（生存時間）について差があることが分かった（一般化Wilcoxson検定）。

2）すなわち、20歳未満の自殺が、有名人の自殺後もっとも早く増加する傾向が、次いで20～29歳の自殺が早期に増加する傾向が示されている。

3）ただし、20歳未満の自殺が増加するまでにも多少時間がある（介入できる時間がある）ため、タイムライン防災の発想で対策を立案する必要がある。（例えば、有名人の自殺が起きた3時間以内に「支援情報」や「情報から身を守る方法」等について、プッシュ型の情報提供を行うなど。）

2009年1月1日～2020年10月31日の間で 2回だけ起きている現象の「共通点」

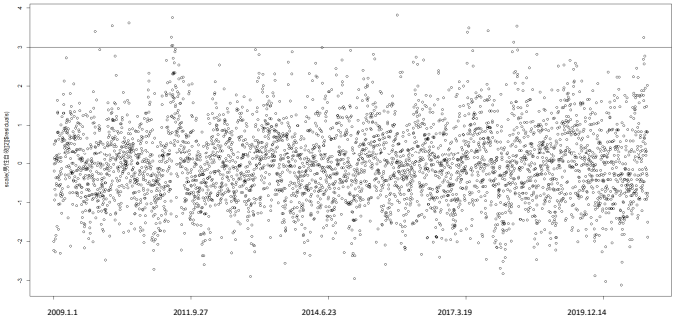


- 上図は、2009.1～2020.10まで、曜日の周期性と長期トレンドによる変動を排除した残差をプロットしたものである。したがって4322日分のプロットがある。
- 横軸は時系列。縦軸は0を基準とし、そこからどれだけばらついているか（σ）を示している。1,2,3,4はそれぞれσ,2σ,3σ,4σに対応しており、平均±σに収まる確率は68%、±2σは95%、±3σは99.7%となり、3σを超えて分布することは非常に稀有であると捉えることができる。
- 上記のことを前提に、3σ線を超えているプロットは、（ｉ）2011年5月中頃、（ii）2020年9月末～10月上旬に連続して突出していることから、この時期に起きた事象が影響している可能性が高い。（ｉ）は女性アイドルの自殺報道があった時期。（ii）は女優の自殺報道があった時期である。

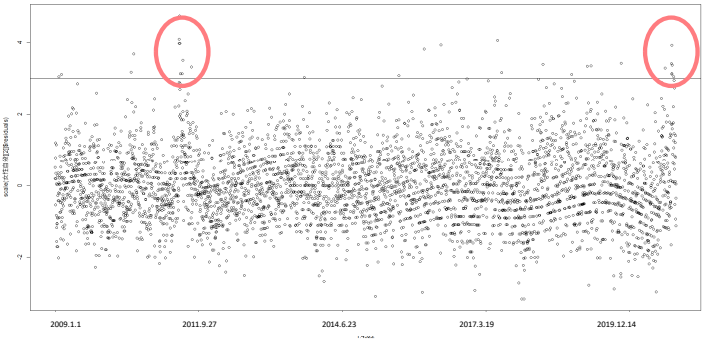
1,2）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

男性よりも女性において、自殺報道のあった時期に大きい残差がみられる。

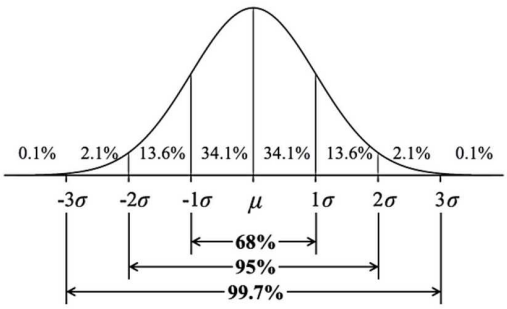
男性



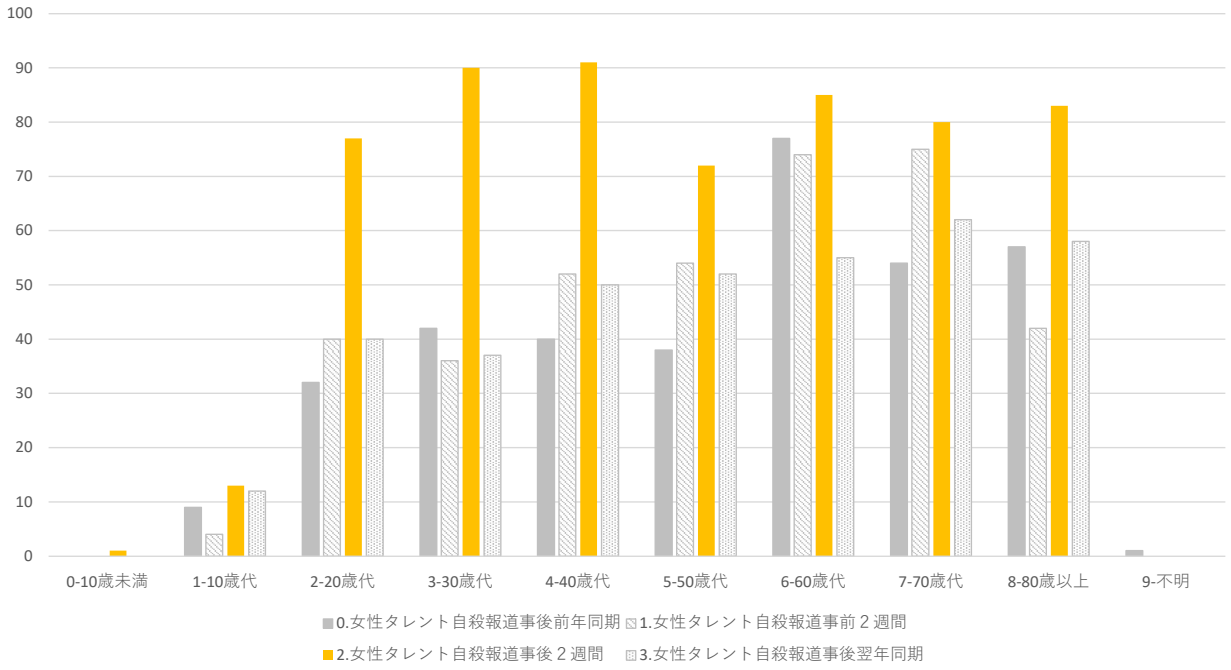
女性



参考：正規分布のグラフ

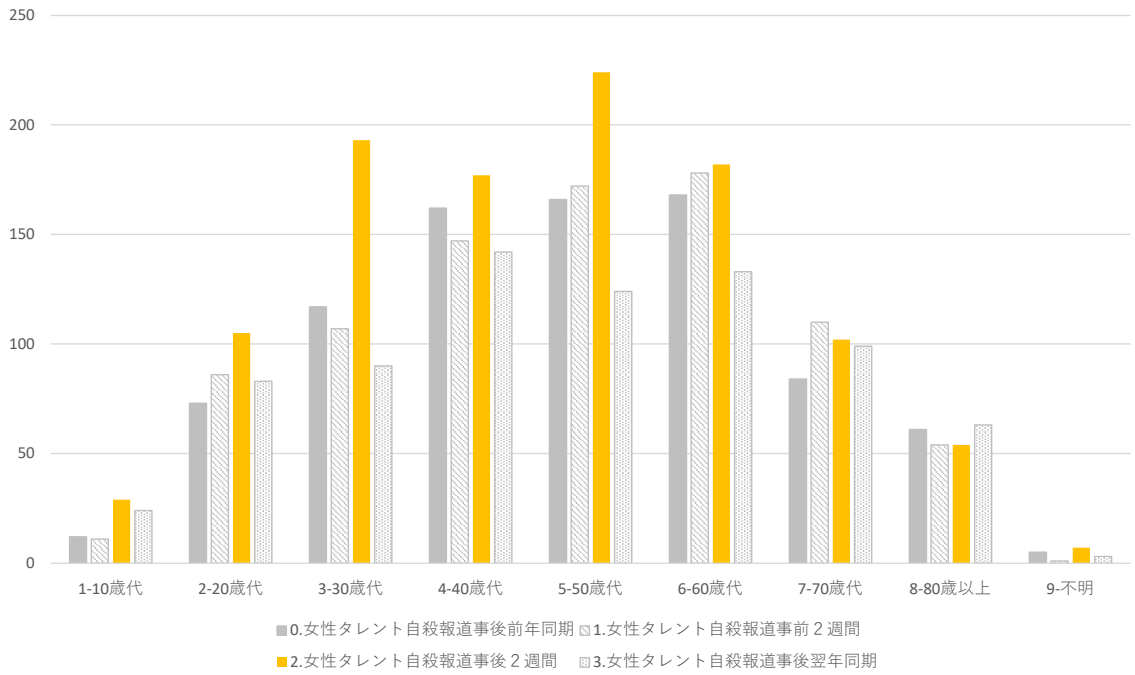


2011年5月の女性アイドル自殺報道に関わる「年代別自殺者数（女性）」の変化



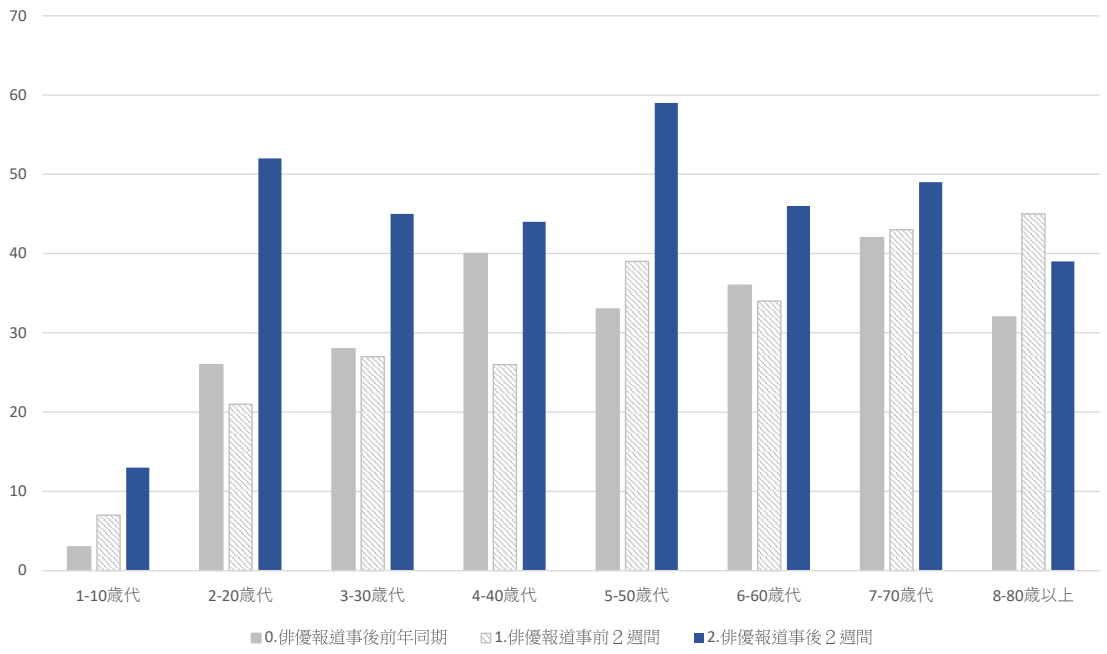
1）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

2011年5月の女性アイドル自殺報道に関わる「年代別自殺者数（男性）」の変化



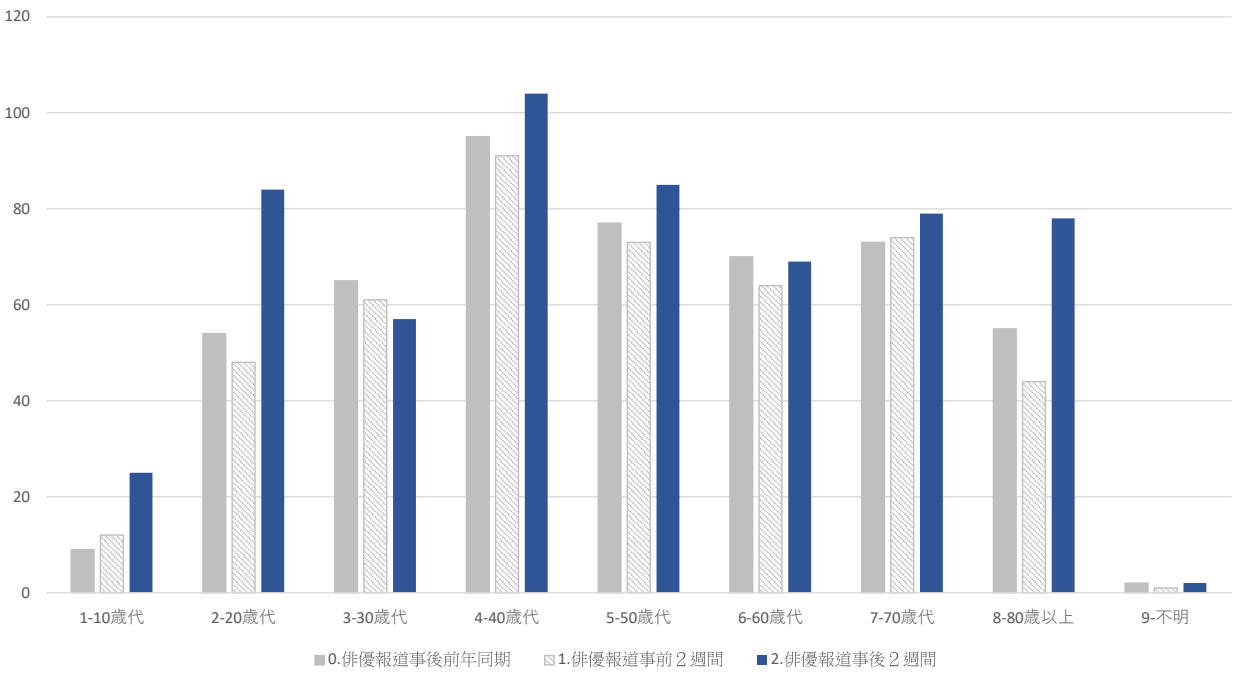
1）警察庁「自殺統計」
JSCP集計_20201123

7月18日の俳優自殺報道に関わる「年代別自殺者数（女性）」の変化



1,2）警察庁21「自殺統計」
ＪＳＣＰ集計_20201123

7月18日の俳優自殺報道に関わる「年代別自殺者数（男性）」の変化



1,2）警察庁22「自殺統計」
ＪＳＣＰ集計_20201123

必要なのは、WHO「自殺報道ガイドライン」を踏まえた報道

WHOが、2000年に策定し、2008年と2017年にこれを改訂した。
『自殺に関する責任ある報道：すぐわかる手引（クイック・レファレンス・ガイド）』

《やるべきこと》

- どこに支援を求めるかについて正しい情報を提供すること
- 自殺と自殺対策についての正しい情報を、自殺についての迷信を拡散しないようにしながら、人々への啓発を行うこと
- 日常生活のストレス要因または自殺念慮への対処法や支援を受ける方法について報道をすること
- 有名人の自殺を報道する際には、特に注意すること
- 自殺により遺された家族や友人にインタビューをする時は、慎重を期すること
- メディア関係者自身が、自殺による影響を受ける可能性があることを認識すること

《やってはいけないこと》

- 自殺の報道記事を目立つように配置しないこと。また報道を過度に繰り返さないこと
- 自殺をセンセーショナルに表現する言葉、よくある普通のこととみなす言葉を使わないこと、自殺を前向きな問題解決策の一つであるかのように紹介しないこと
- 自殺に用いた手段について明確に表現しないこと
- 自殺が発生した現場や場所の詳細を伝えないこと
- センセーショナルな見出しを使わないこと
- 写真、ビデオ映像、デジタルメディアへのリンクなどは用いないこと

「いのち支える自殺対策推進センター」が行った緊急対応（一部）

いのち支える

厚生労働大臣指定法人いのち支える自殺対策推進センター

令和２年５月24日

報道関係者各位

有名人の自殺に関する報道は「子どもや若者の自殺を誘引する危険性」があるため、WHO の『自殺報道ガイドライン』を踏まえた報道の徹底を、よろしくお願いいたします。

人気テレビ番組にも出演していた女性プロレスラーが 23 日未明、自身のインスタグラムに遺書めいた投稿をして亡くなったとの報道があります。死因は公表されていませんが、一部では自殺の可能性も伝えられていることに鑑み、報道関係者各位におかれましては、以下の点にご留意いただきますようお願いいたします。

▼自殺リスクの高い人はメディアの自殺報道の後に模倣自殺を起こしてしまう危険性があること。
▼有名人の自殺や、自らと重ね合わせやすい人（自身と同じ境遇の人など）の自殺は、その危険性が極めて高くなること。（参考『WHO 自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識 2017 年版　はじめに』）
▼新型コロナウイルス感染症の影響で、健康面だけでなく生活面や仕事面でも不安を抱えている人が多い現状においては、さらに自殺報道の影響が大きくなることが懸念されること。

WHO（世界保健機関）による『自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識 2017 年版（いわゆる『自殺報道ガイドライン』）』において、自殺関連報道として「やるべきでないこと」と「やるべきこと」が明示されています。以下は、その抜粋です。

《自殺関連報道として「やるべきでないこと」》
報道を過度に繰り返さないこと／自殺に用いた手段について明確に表現しないこと／自殺が発生した現場や場所の詳細を伝えないこと／センセーショナルな見出しを使わないこと／写真、ビデオ映像、デジタルメディアへのリンクなどは用いないこと

《自殺関連報道として「やるべきこと」》
有名人の自殺を報道する際には、特に注意すること／支援策や相談先について、正しい情報を提供すること／日常生活のストレス要因または自殺念慮への対処法や支援を受ける方法について報道すること／自殺と自殺対策についての正しい情報を報道すること

詳しくは、厚生労働省のサイトにアップされている当該資料をご覧ください。
「厚労省　自殺報道」で検索。もしくは、https://www.mhlw.go.jp/content/000526937.pdf

問合せ先：厚生労働大臣指定法人「いのち支える自殺対策推進センター」清水（代表理事）
shimizu@jscp.or.jp ／ Tel. 03-6272-9446 ／ Fax. 03-6272-9447
東京都千代田区飯田橋４－７－６ カクエイビル４階 C 号室

※厚生労働大臣指定法人「いのち支える自殺対策推進センター」は、「自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するための調査研究及びその成果の活用等の推進に関する法律」に基づき、厚生労働大臣から自殺対策に関する調査研究等を行う法人として指定を受けた一般社団法人です。（令和２年４月１日より）

いのち支える

厚生労働大臣指定法人 いのち支える自殺対策推進センター

令和２年７月18日

メディア関係者各位

著名人の自殺に関する報道は「子どもや若者の模倣自殺」を招きかねません。WHO の『自殺報道ガイドライン』を踏まえた報道の徹底をお願いいたします。

本日７月18日、俳優の三浦春馬さんが自殺で亡くなったとの報道が、すでに多くのメディアでなされています。しかし、著名人の自殺に関する報道は、子どもや若者、自殺念慮を抱えている人に強い影響を与え、模倣自殺を招きかねません。メディア関係者各位におかれましては、以下の点にご留意いただき、WHO『自殺報道ガイドライン』を踏まえた報道に徹するよう、お願いいたします。

《センセーショナルな自殺報道によるリスク》
▼自殺リスクの高い人はメディアの自殺報道の後に模倣自殺を起こしてしまう危険性があること。
▼有名人の自殺や、自らと重ね合わせやすい人（自身と同じ境遇の人など）の自殺は、その危険性が極めて高くなること。（参考『WHO 自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識 2017 年版　はじめに』）
▼新型コロナウイルス感染症の影響で、健康面だけでなく生活面や仕事面でも不安を抱えている人が多い現状においては、さらに自殺報道の影響が大きくなることが懸念されること。

WHO（世界保健機関）による『自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識 2017 年版（いわゆる『自殺報道ガイドライン』）』において、自殺関連報道として「やるべきでないこと」と「やるべきこと」が明示されています。以下は、その抜粋です。

《自殺関連報道として「やるべきでないこと」》
報道を過度に繰り返さないこと／自殺に用いた手段について明確に表現しないこと／自殺が発生した現場や場所の詳細を伝えないこと／センセーショナルな見出しを使わないこと／写真、ビデオ映像、デジタルメディアへのリンクなどは用いないこと

《自殺関連報道として「やるべきこと」》
有名人の自殺を報道する際には、特に注意すること／支援策や相談先について、正しい情報を提供すること／日常生活のストレス要因または自殺念慮への対処法や支援を受ける方法について報道すること／自殺と自殺対策についての正しい情報を報道すること

相談先の案内については、以下リンクをご参照ください。
・厚生労働省 相談先一覧
・いのち支える相談窓口一覧（都道府県・政令指定都市別の相談窓口一覧）

報道ガイドラインの詳細は、厚生労働省のサイトにアップされている当該資料をご覧ください。
「厚労省　自殺報道」で検索。もしくは、https://www.mhlw.go.jp/content/000526937.pdf

問合せ先：厚生労働大臣指定法人「いのち支える自殺対策推進センター」広報室
press@jscp.or.jp ／ Tel. 03-6272-9446 ／ Fax. 03-6272-9447

※厚生労働大臣指定法人「いのち支える自殺対策推進センター」は、「自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するための調査研究及びその成果の活用等の推進に関する法律」に基づき、厚生労働大臣から自殺対策に関する調査研究等を行う法人として指定を受けた一般社団法人です。（令和２年４月１日より）

厚生労働大臣指定法人 いのち支える自殺対策推進センター
厚生労働省

令和２年９月27日

メディア関係者各位

著名人の自殺に関する報道は「子どもや若者の自殺を誘発する可能性」があるため、WHO の『自殺報道ガイドライン』を踏まえた報道の徹底をお願いいたします。

本日９月27日、女優の竹内結子さんが逝去され、死因が自殺である可能性があるとの報道がなされています。著名人の自殺に関する報道は、子どもや若者、自殺念慮を抱えている人に強い影響を与え、「後追い自殺」を誘発しかねません。メディア関係者各位におかれましては、以下の点にご留意いただき、WHO『自殺報道ガイドライン』を踏まえた報道に徹するよう、お願いいたします。

《センセーショナルな自殺報道によるリスク》

▼自殺リスクの高い人はメディアの自殺報道の後に模倣自殺を起こしてしまう危険性があること。

▼有名人の自殺や、自らと重ね合わせやすい人（自身と同じ境遇の人など）の自殺は、その危険性が極めて高くなること。(参考『WHO 自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識2017年版　はじめに』)

▼新型コロナウイルス感染症の影響で、健康面だけでなく生活面や仕事面でも不安を抱えている人が多い現状においては、さらに自殺報道の影響が大きくなることが懸念されること。

WHO（世界保健機関）による『自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識 2017 年版（いわゆる『自殺報道ガイドライン』)』において、自殺関連報道として「やるべきでないこと」と「やるべきこと」が明示されています。以下は、その抜粋です。

《自殺関連報道として「やるべきでないこと」》
報道を過度に繰り返さないこと／自殺に用いた手段について明確に表現しないこと／自殺が発生した現場や場所の詳細を伝えないこと／センセーショナルな見出しを使わないこと／写真、ビデオ映像、デジタルメディアへのリンクなどは用いないこと

《自殺関連報道として「やるべきこと」》
有名人の自殺を報道する際には、特に注意すること／支援策や相談先について、正しい情報を提供すること／日常生活のストレス要因または自殺念慮への対処法や支援を受ける方法について報道すること／自殺と自殺対策についての正しい情報を報道すること

相談先の案内については、以下リンクをご参照ください。
・よりそいホットライン（電話相談）
・生きづらびっと（SNS 相談）
・厚生労働省 相談先一覧
・いのち支える相談窓口一覧（都道府県・政令指定都市別の相談窓口一覧）

報道ガイドラインの詳細は、厚生労働省のサイトにアップされている当該資料をご覧ください。
「厚労省　自殺報道」で検索。もしくは、https://www.mhlw.go.jp/content/000526937.pdf

問合せ先：厚生労働大臣指定法人「いのち支える自殺対策推進センター」
press@jscp.or.jp ／ Tel. 03-6272-9446 ／ Fax. 03-6272-9447

※厚生労働大臣指定法人「いのち支える自殺対策推進センター」は、「自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するための調査研究及びその成果の活用等の推進に関する法律」に基づき、厚生労働大臣から自殺対策に関する調査研究等を行う法人として指定を受けた一般社団法人です。（令和２年４月１日より）

メディア関係者への呼びかけ

計82社、242媒体
◆新聞、通信社：15社
　全国紙：6社
　通信社：2社
　その他地方紙（中日新聞など）：7社
◆スポーツ紙（※Twitterの直接のメンション）：7社
◆テレビ：20社（68番組）
　キー局：6社
　地方（MXも）：14社
◆雑誌（週刊誌など）：2社
◆Web：36社
　メール配信：7社
　直接メール、問い合わせフォーム：24社（重複除く）
　Twitterメンション：5社（重複除く）
◆フリー：2社

計8回
1）5月24日　女子プロレスラー
2）7月18日　有名若手俳優
3）8月29日　人気インターネット番組の出演者
4）9月14日　女優
5）9月20日　男性俳優
6）9月27日　有名女優
7）10月2日　全国の県政クラブ等、約800社に送付
8）10月19日　女性ロックバンドメンバー

→確実に「改善」されてきている。
→自殺報道に関する検証記事も増えてきた。
→しかし、決して十分とは言えない。

結論（考察）

▼10月に自殺が急増したのは、

1）新型コロナの影響により、社会全体の自殺リスクが高まっていること（自殺の要因となり得る、雇用、暮らし、人間関係等の問題が悪化していること）に加えて、

2）相次ぐ有名人の自殺および自殺報道が大きく影響した可能性（ウェルテル効果の可能性）が高い。

▼新型コロナの影響で様々な悩みや生活上の問題を抱え、あるいは元々自殺念慮を抱えながらも、「どうにか生きることに留まっていた人たち（4～5月に自殺行動に至らなかった人たちを含む）」に対して、相次ぐ有名人の自殺および自殺報道が多くの人を自殺の方向に後押ししてしまった可能性がある。

分析・考察に使用したデータ等

1）警察庁「自殺統計」2009～2019年の確定値（日次）
2）警察庁「自殺統計」2020年1～10月の暫定値（日次）
3）電話相談「よりそいホットライン（自殺防止ライン）」に寄せられた声を匿名化
4）自殺対策SNS相談「生きづらびっと」に寄せられた声を匿名化