

厚生労働省 令和7年版自殺対策白書の公開

厚生労働省が、令和7年版自殺対策白書を公開しました。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/jisatsuhakusyo2025.html

<概要>

- 令和6年の自殺者数は約2万人と減少傾向だが10歳代は上昇傾向。
- 令和6年の小中高生の自殺者数は過去最多。
- 成人では「有職者」「無職者」とともに減少したが、「学生・生徒等」は増加。
- 若者の自殺要因は「学校問題（学業不振、進路の悩み）」が多い。
- 若年有職者の要因は、うつ病等の「健康問題」と「勤務問題」の割合が高い。
- 20歳代男性の有職者では「負債」等の「経済・生活問題」の割合が高い。
- 若年無職者の自殺の原因・動機をみると「健康問題」の割合が高い。
- 「その他の無職者（ひきこもり以外）」では、「失恋」「生活苦」「就職失敗」が上位。
- 「その他の無職者（ひきこもり）」では、「親子関係」「就職失敗」「孤独感」が上位。
- 「失業者」では、「生活苦」「失業」などの「経済・生活問題」が上位。

<対策>

学校・若者対策

- 心の健康観察：1人1台端末を活用し、SOSの早期把握。
- 大学生・若年層への支援：学業不振や進路の悩みに対応する相談体制を強化。
- ひきこもり支援：ハンドブック活用や地域連携を推進。

有職者・職場メンタル対策

- ストレスチェック制度の強化：若手社員や新入社員向け項目を充実。
- 「こころの耳」ポータル周知：職場での相談導線を整備。
- ゲートキーパー研修：管理職向けに危険兆候の早期把握と声かけを促進。

無職者対策

- 「ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～」を活用
- 地域若者サポートステーションでの職業的自立に向けた専門的な相談等の実施
- ハローワーク窓口においてきめ細かな相談支援を実施

重点分野

- 自傷・自殺未遂レジストリ（JA-RSA）運用開始：過量服薬などの実態把握。
- 金融ストレス対策：債務相談や金融教育を学校・企業で推進。
- 地域・企業連携：孤立防止の仕組みづくりを強化。