



■ テーマ名

自殺対策とメンタルヘルス、ストレスに関する研究

■ キーワード

自殺対策、アルコール依存症、メンタルヘルス、ソーシャルキャピタル、社会調査

■ 研究の概要

アルコール依存症の患者、家族を対象とした研究や、自殺対策基本法（平成 18 年）の施行以降は自殺対策関連の研究を続けています。アルコール依存症からの回復にはもちろん、自殺を予防・防止するためにはメンタルヘルス、そしてストレスが重要な要因となってきます。アルコール依存症も自殺予防・防止も、例えば個々のケースが問題飲酒となる（酒害問題を抱える）理由（原因）、自殺念慮や自殺企図をもつ理由（原因）はさまざまに異なっていたとしても、それぞれ大きなストレスがあったり、メンタルヘルスの悪化（アルコール依存症はそれ自身が精神科の病気ですが、家族のメンタルヘルスも含め）は多くの場合、共通しています。現在は主として自殺予防・防止のためのメンタルヘルス関連要因について検討し研究を進めています。そして今後もメンタルヘルス、ストレスに着目して研究を続けたいと考えています。

<その他の活動やこれまでの経歴> 平成 18 年の自殺対策基本法以降さまざまな自殺対策が実施されており、平成 20 年に実施された大阪市の自殺対策のための調査において自殺の背景にあるうつ病に関連する要因を調べました。そして男性は職場のサポート、女性は家族のサポートがうつを防ぐ効果の可能性があることが分かりました。また自殺念慮（死にたいと思う）をもったことのある人とならない人の違いに関連があるのは、悩みやストレスについて誰かに相談しているか等が関連し、男性は「誰に相談したらよいかわからない」「内容的に誰にも相談できない」と答えた人、女性は「悩みやストレスを相談する必要はない」と答えた人に自殺念慮をもった人が多かったことが分かりました。自殺防止に相談窓口の重要性は以前から指摘されています。その相談援助の在り方に関して男性と女性とでは異なる可能性のあることが分かりました。

基本的に社会調査を通して研究を続けていますが、その他の活動として、過去にはアルコール依存症専門の精神科診療所にて家族教室を担当し、自助グループや家族援助（家族療法）の研究も行ってきました。

<主たる担当講義> 精神保健、社会福祉

■ 他の研究／技術との相違点

社会調査を主たる研究方法とし、同時に当事者への直接援助も視野に入れていきます。

■ 今後の展開、実用化へのイメージ

辛い自殺者 3 万人を超えることはなくなりました。ただ、現代はストレスの多い時代といわれ、メンタルヘルスとストレスとの関連に関心が寄せられています。今後もメンタルヘルス、ストレスに関する研究を続けたいと考えています。

■ 関連業績（特許・文献）

電話相談ボランティア活動を支える人びと<丸紅基金助成金プロジェクト 2023 報告書> 社会福祉法人千葉いのちの電話 2023 年 地域住民のメンタルヘルスと関連要因としてのソーシャル・キャピタル―自死の抑止のために― 現代の社会病理 第 31 号 2016 年 高梨 薫 大都市圏住民のメンタルヘルスと自殺念慮―自殺に関するジェンダーパラドクス― 現代の社会病理第 27 号 2012 年 高梨 薫、清水新二 大都市圏住民のメンタルヘルス、生活ストレスと自殺関連体験―大阪市「市政モニター質問書」調査結果を中心に― 厚生指 第 58 巻第 5 号 2011 年 高梨 薫、吉原千賀、清水新二 飲酒行動とストレス反応及び生活上の諸問題神戸学院大学総合リハビリテーション研究第 5 巻第 1 号 2010 年高梨 薫、清水新二

■ 研究者から一言

自殺対策とともに自死遺族支援の必要を強く感じています。