

山梨県の自殺の現状

(令和6年)

(令和8年2月作成)

自殺は誰にでも起こり得る身近な問題です。多くの人は、自分は自殺と関係がないと考えがちですが、実際は自分や家族、友人など周りの人が当事者になる可能性があります。私たち一人ひとりが自殺の現状を知り、自らのこととして考えていくことが重要です。

○ 自殺に関する統計について

自殺に関する統計は、住所地を基に死亡時点で計上する厚生労働省の人口動態統計（いわゆる「住所地ベース」）と、発見地を基に自殺死体発見時点で計上する警察庁の自殺統計（いわゆる「発見地ベース」）の2種類があります。（表1）

住所地ベースは、県内に住所を有する者の自殺者数であり、他都道府県に住所を有する者は含まれていませんが、発見地ベースは、県内で発見された自殺者数であり、他都道府県に住所を有する者も含まれます。

本県は、住所地ベースの自殺者数と発見地ベースの自殺者数の差が大きいことから、この違いを理解しておく必要があります。

自殺死亡率は、人口10万人当たりの自殺者数であり、住所地ベース、発見地ベースともに、本県の人口を基に算出しています。

表1：人口動態統計と自殺統計

	人口動態統計	自殺統計
所管	厚生労働省	警察庁
外国人の取扱い	含まない	含む
調査時点	死亡診断書等作成者からの報告	捜査等により自殺であると判明した時点
計上地点	住所地	発見地 (住居地の集計は「地域における自殺の基礎資料」として公表)
備考		自殺統計原票では、原因・動機、同居人の有無、職業等が記載されており、分析が可能となっている。

～ ひとりで抱え込まないで ～
毎年3月1日は「山梨いのちの日」です

平成28年4月に制定された「山梨県自殺対策に関する条例」では、社会全体で自殺対策を推進していくため、3月1日を山梨いのちの日と定めています。山梨いのちの日の前後の1か月間、県民の自殺対策に関する関心と理解を深めるため、自殺対策に関する普及啓発活動を集中的に行うこととしております。

1 住所地ベースの自殺者数

(1) 自殺者数・自殺死亡率

- 山梨県に住所を有していた自殺者は、1998（平成10）年以降14年連続で200人を上回っていましたが、近年は減少傾向にあります。2024（令和6）年は131人（交通事故死者数の約4倍）となっており、前年より下回っています。（図1）（図2）
- また、2024（令和6）自殺死亡率（人口10万人当たりの自殺者数）は、昨年から2.2ポイント低下して17.0ですが、全国ワースト17位と依然高い傾向です。（表2）
- 県では、2026（令和8）年までに自殺死亡率を13.0以下とすることを目標としています。

図1：自殺者数、自殺死亡率の推移

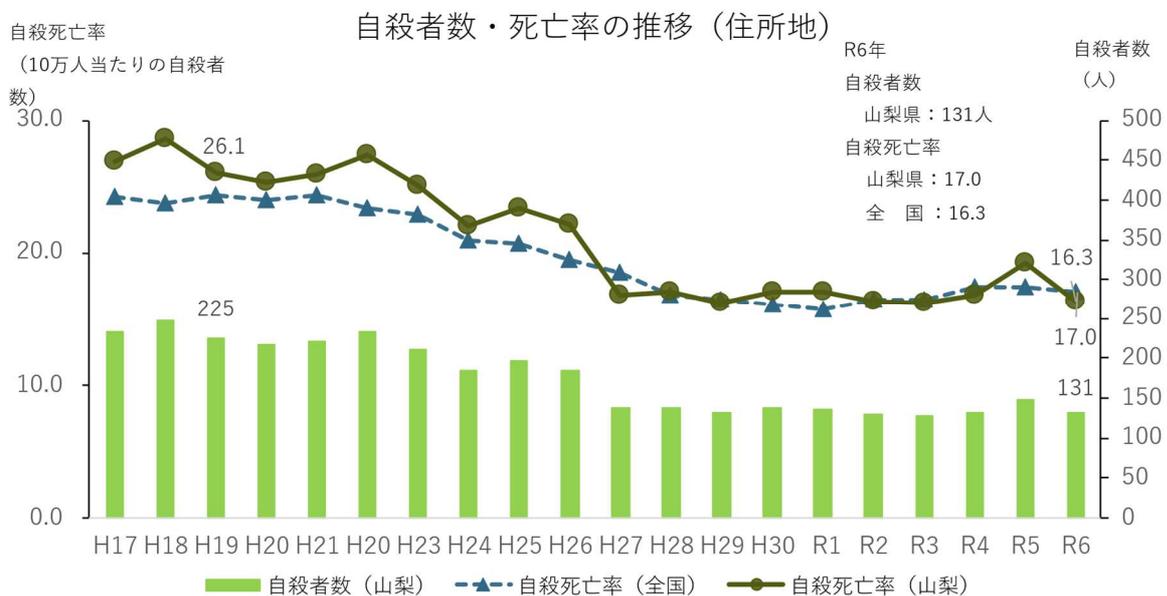


表2：直近10年間の基礎データ

	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6
自殺者数（山梨）	138	139	131	137	136	129	128	132	149	131
自殺死亡率（全国）	18.5	16.8	16.4	16.1	15.7	16.4	16.5	17.4	17.4	16.3
自殺死亡率（山梨）	16.8	17.0	16.2	17.0	17.0	16.3	16.2	16.8	19.2	17.0
ワースト順位	39位	23位	31位	14位	15位	26位	27位	29位	7位	17位

出典：「人口動態統計」（厚生労働省）

図2：自殺者数と交通事故死者数



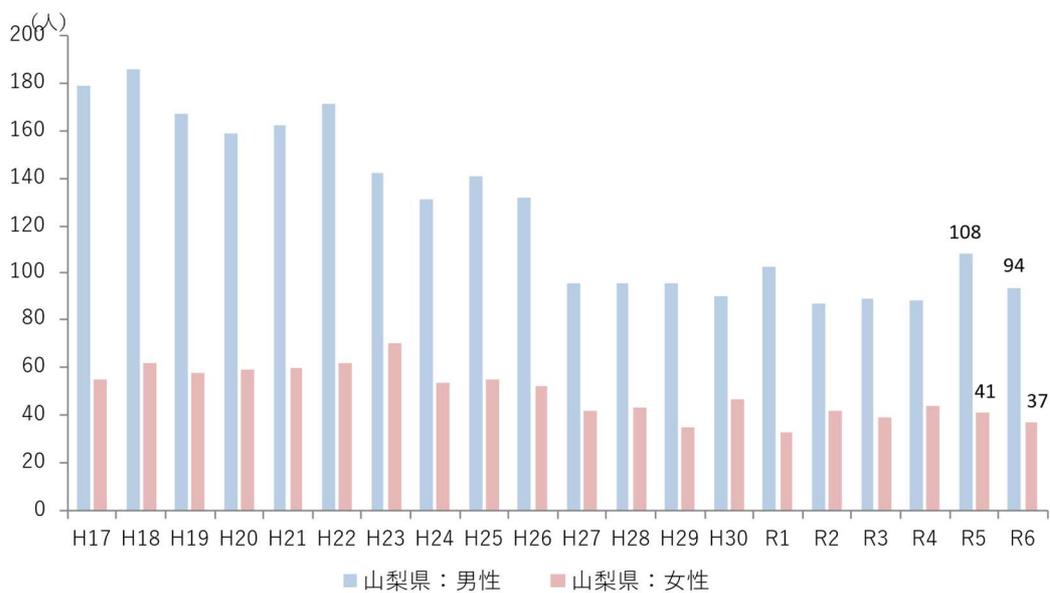
出典：「人口動態統計」（厚生労働省）

「道路の交通に関する統計」（警察庁）

(2) 性・年齢階級別

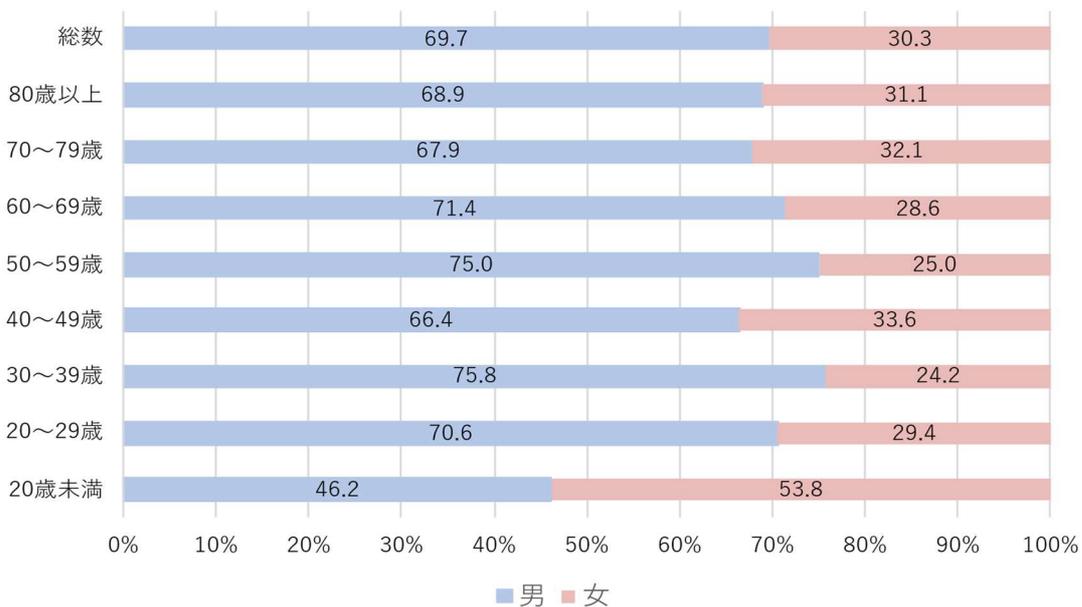
- ・ 性別の自殺者数を見ると、女性よりも男性の方が多くなっていて、2020（令和2）年から2024（令和6）年の5年間における男女の割合は概ね7対3になっています。（図3）（図4）
- ・ 男性の自殺者数は前年より14人減少していますが、直近10年で見ると同数程度です。女性の自殺者数は前年より4人減少したものの、高止まりの傾向となっています。（図3）（表3）
- ・ 性・年齢階級別に見ると、若年層の自殺者数の増加が見られます。また、男性は特に40歳代から60歳代の年代が多く、女性は40歳代と70歳代は自殺者数が多い傾向が続いています。（表3）
- ・ 山梨県と全国の平均自殺死亡率（R2～R6）を年齢階級別に比較すると、30歳代、50歳代80歳代以上を除き、全国を上回っています。（図5）

図3：性別の自殺者の推移



出典：「人口動態統計」（厚生労働省）

図4：自殺者の男女構成比（R2～R6）



出典：「人口動態統計」（厚生労働省）

表3：性・年齢階級別自殺者の推移

総数

年齢	R2	R3	R4	R5	R6	R2~R6 平均	R6-R5
	20歳未満	6	5	3	5	7	5.2
20~29歳	10	22	12	15	9	13.6	△ 6
30~39歳	12	11	14	15	14	13.2	△ 1
40~49歳	23	18	23	27	22	22.6	△ 5
50~59歳	24	16	20	30	18	21.6	△ 12
60~69歳	20	18	24	23	20	21.0	△ 3
70~79歳	23	23	20	17	26	21.8	9
80歳以上	11	15	16	17	15	14.8	△ 2
不詳	0	0	0	0	0	0.0	0
計	129	128	132	149	131	133.8	△ 18

単位：人

全国		
R5	R6	R6-R5
773	761	△ 12
2,405	2,346	△ 59
2,505	2,333	△ 172
3,505	3,128	△ 377
4,068	3,703	△ 365
2,667	2,492	△ 175
2,776	2,573	△ 203
2,303	2,247	△ 56
35	25	△ 10
21,037	19,608	△ 1,429

男

年齢	R2	R3	R4	R5	R6	R2~R6 平均	R6-R5
	20歳未満	1	4	2	4	1	2.4
20~29歳	7	15	9	10	7	9.6	△ 3
30~39歳	8	9	11	11	11	10.0	0
40~49歳	14	11	13	21	16	15.0	△ 5
50~59歳	18	11	14	23	15	16.2	△ 8
60~69歳	13	10	14	20	18	15.0	△ 2
70~79歳	17	16	13	9	19	14.8	10
80歳以上	9	13	12	10	7	10.2	△ 3
不詳	0	0	0	0	0	0.0	0
計	87	89	88	108	94	93.2	△ 14

全国		
R5	R6	R6-R5
406	355	355
1,541	1,465	1,465
1,833	1,667	1,667
2,594	2,306	2,306
2,858	2,620	2,620
1,846	1,750	1,750
1,835	1,738	1,738
1,447	1,431	1,431
28	22	22
14,388	13,354	13,354

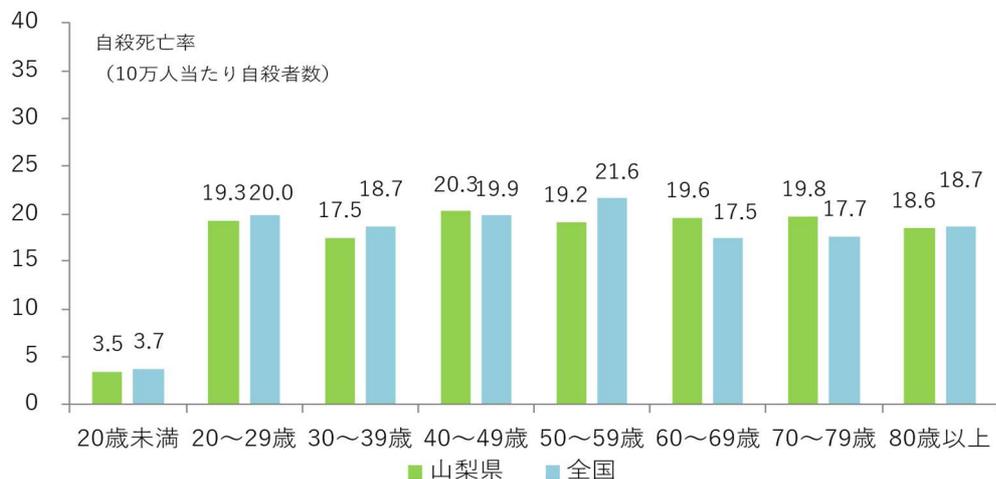
女

年齢	R2	R3	R4	R5	R6	R2~R6 平均	R6-R5
	20歳未満	5	1	1	1	6	2.8
20~29歳	3	7	3	5	2	4.0	△ 3
30~39歳	4	2	3	4	3	3.2	△ 1
40~49歳	9	7	10	6	6	7.6	0
50~59歳	6	5	6	7	3	5.4	△ 4
60~69歳	7	8	10	3	2	6.0	△ 1
70~79歳	6	7	7	8	7	7.0	△ 1
80歳以上	2	2	4	7	8	4.6	1
不詳	0	0	0	0	0	0.0	0
計	42	39	44	41	37	40.6	△ 4

全国		
R5	R6	R6-R5
367	406	39
864	881	17
672	666	△ 6
911	822	△ 89
1,210	1,083	△ 127
821	742	△ 79
941	835	△ 106
856	819	△ 37
7	3	△ 4
6,649	6,254	△ 395

出典：「人口動態統計」（厚生労働省）

図5：年齢階級別平均自殺死亡率（R2~R6）

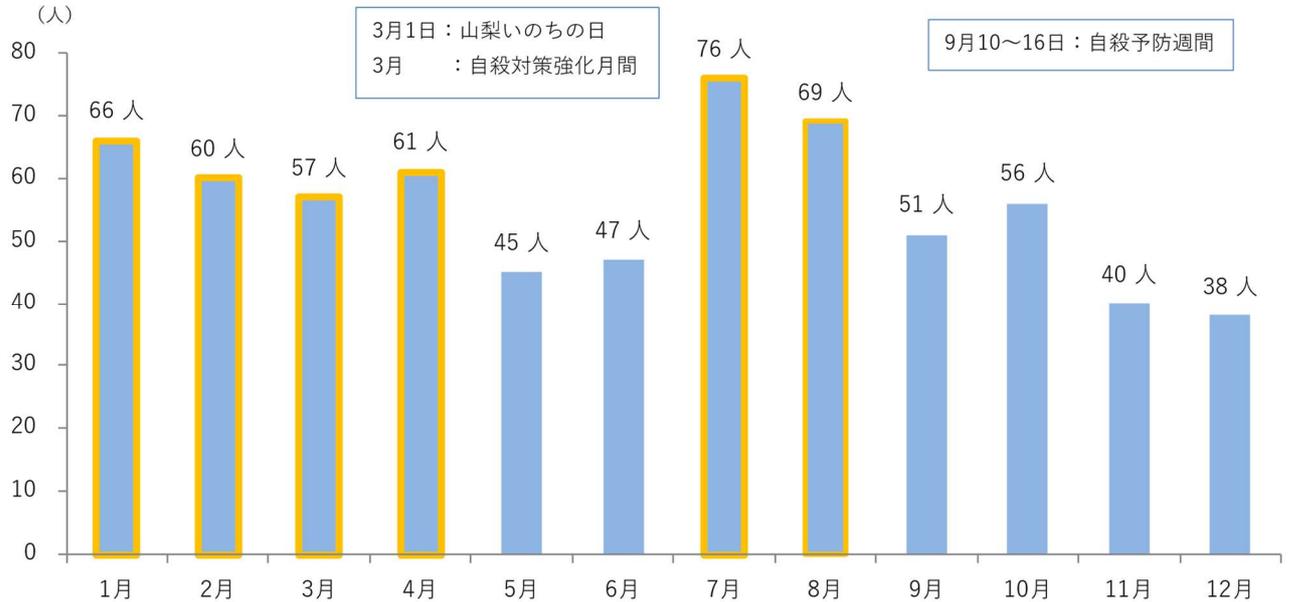


出典：「人口動態統計」（厚生労働省）、「人口推計」（総務省）を基に山梨県立精神保健福祉センター作成

月別自殺者数

- 山梨県の2020（令和2）年から2024（令和6）年の5年間における月別の自殺者を見ると、1月～4月、7月、8月が多くなっています。（図6）

図6：月別の自殺者数（R2～R6）

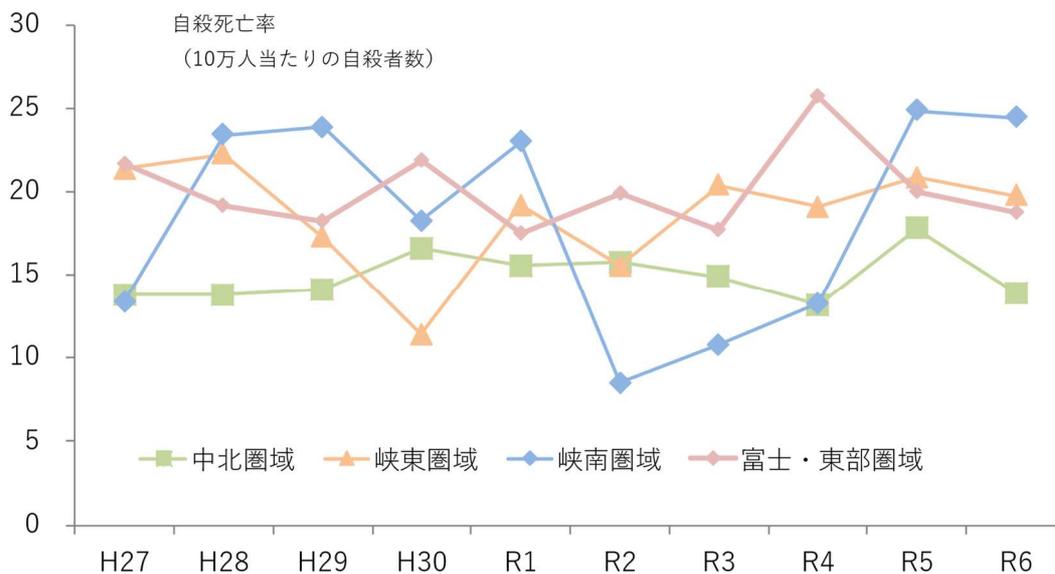


出典：「人口動態統計」（厚生労働省）

(3) 保健所管内別の自殺死亡率

- 圏域別に自殺死亡率を見ると、地域や年によって変動が見られます。（図7）

図7：圏域別の自殺死亡率



出典：「人口動態統計」（厚生労働省）、「常住人口調査」（山梨県）を基に山梨県立精神保健福祉センター作成

人口動態統計では、性、年齢別の状況は把握できるものの、原因・動機等のデータがないことから、(5)及び(6)については、自殺統計から自殺日・住居地ベースのデータを集計。住民票の住所地で集計している人口動態統計とデータは近似(外国人の扱いの差異や住所地と住居地の差異から両者は一致しない)になる。

(4) 原因・動機

・原因・動機別に見ると、健康問題の割合が最も高く、次に経済・生活問題の割合が多い状況です。

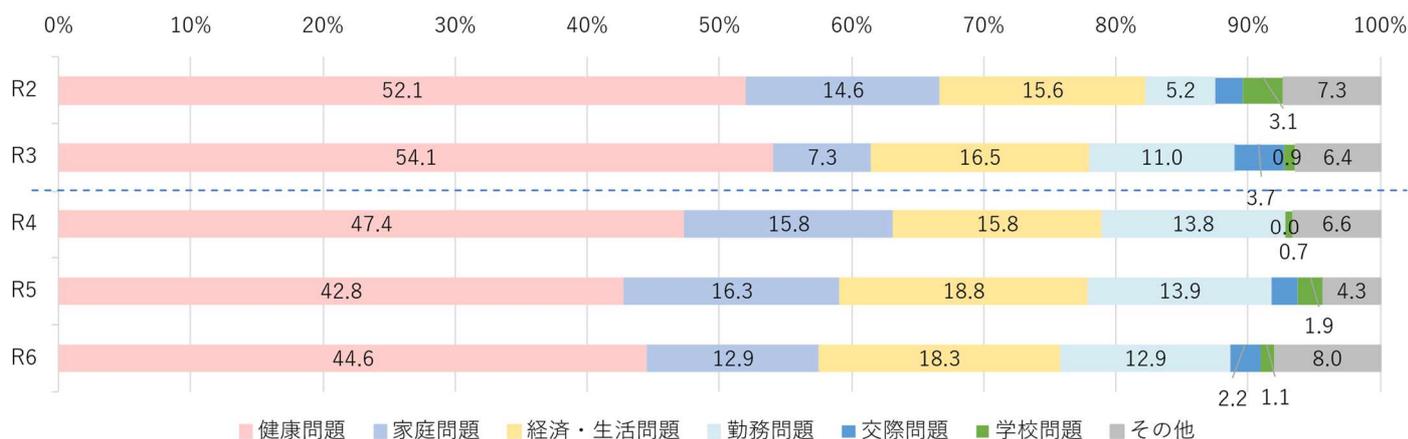
(図8)

・男女別では、男性の方が経済・生活問題と勤務問題の割合が高く、女性は健康問題や家庭問題の割合が高くなっています。(図9)(図10)

※自殺は、病気の悩み等の健康問題のほか、介護・看病疲れ等の家庭問題、倒産、失業、多重債務等の経済・生活問題等、様々な要因が複雑に関係しています。

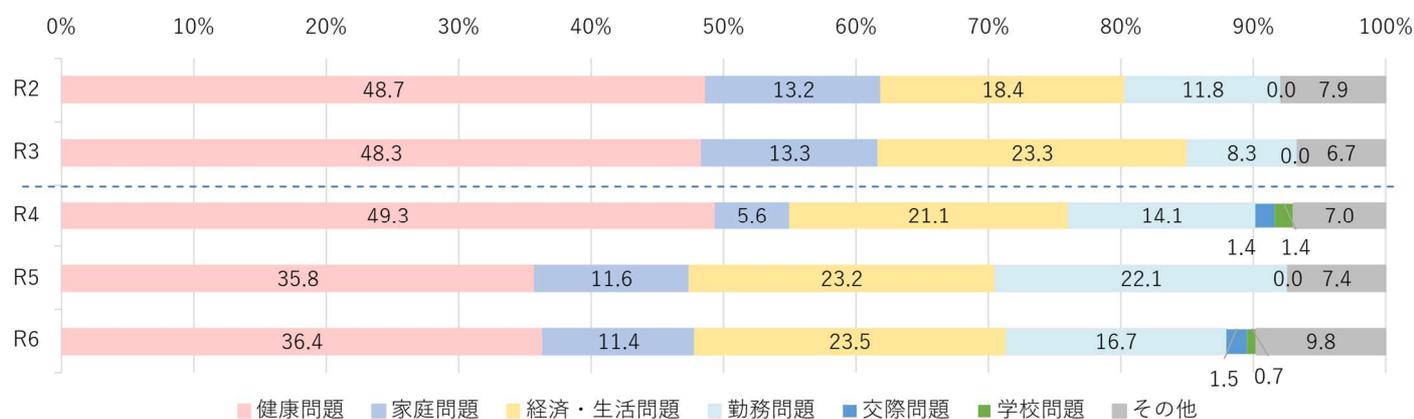
※図8から図10までの出典である「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)では、明らかに推定できる原因・動機を一人につき3つ(令和4年からは4つ)(図8~図10中、点線を表示)まで計上しているため、自殺者数とは一致しません。また、図中のデータには、原因・動機が不詳であるものは含んでいません。

図8：自殺の原因・動機別構成割合(山梨県)



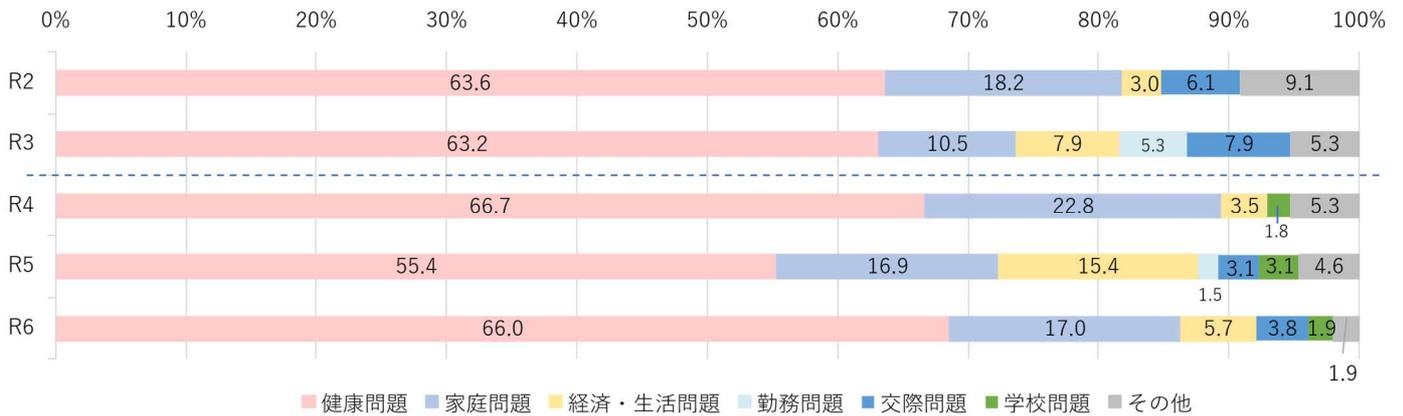
出典：「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)

図9：自殺の原因・動機別構成割合(山梨県：男性)



出典：「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)

図 10：自殺の原因・動機別構成割合（山梨県：女性）



出典：「地域における自殺の基礎資料」（厚生労働省）

表 4：生活状況別にみた背景にある主な自殺の危機経路（例）

生活状況		背景にある主な自殺の危機経路（例）	
20～39 歳	同居	職場の人間関係／仕事の悩み(ブラック企業)→パワハラ+過労→うつ状態→自殺	
	有職 独居	①【正規雇用】配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺／②【非正規雇用】(被虐待・高校中退)非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺	
	無職 同居	①【30代その他無職】ひきこもり+家族間の不和→孤立→自殺 ②【20代学生】就職失敗→将来悲観→うつ状態→自殺	
	無職 独居	①【30代その他無職】失業→生活苦→多重債務→うつ状態→自殺 ②【20代学生】学内の人間関係→休学→うつ状態→自殺	
男性 40～59 歳	同居	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺	
	有職 独居	配置転換(昇進/降格含む)→過労+仕事の失敗→うつ状態+アルコール依存→自殺	
	無職 同居	失業→生活苦→借金+家族間の不和→うつ状態→自殺	
	無職 独居	失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺	
60 歳以上	同居	①【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺 ②【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺	
	有職 独居	配置転換/転職+死別・離別→身体疾患→うつ状態→自殺	
	無職 同居	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺	
	無職 独居	失業(退職)+死別・離別→うつ状態→将来生活への悲観→自殺	
女性 20～39 歳	同居	離婚の悩み→非正規雇用→生活苦+子育ての悩み→うつ状態→自殺	
	有職 独居	① 非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺 ② 仕事の悩み→うつ状態→休職/復職の悩み→自殺	
	無職 同居	DV等→離婚→生活苦+子育ての悩み→うつ状態→自殺	
	無職 独居	①【30代その他無職】失業→生活苦+うつ状態→孤立→自殺 ②【20代学生】学内の人間関係→休学→就職失敗→うつ状態→自殺	
	女性 40～59 歳	同居	職場の人間関係+家族間の不和→うつ状態→自殺
		有職 独居	職場の人間関係+身体疾患→うつ状態→自殺
		無職 同居	近隣関係の悩み+家族間の不和→うつ病→自殺
		無職 独居	夫婦間の不和→離婚→生活苦→うつ状態→自殺

60歳以上	有職	同居	介護疲れ+家族間の不和→身体疾患+うつ状態→自殺
		独居	死別・離別+身体疾患→うつ状態→自殺
	無職	同居	身体疾患→病苦→うつ状態→自殺
		独居	死別・離別+身体疾患→病苦→うつ状態→自殺

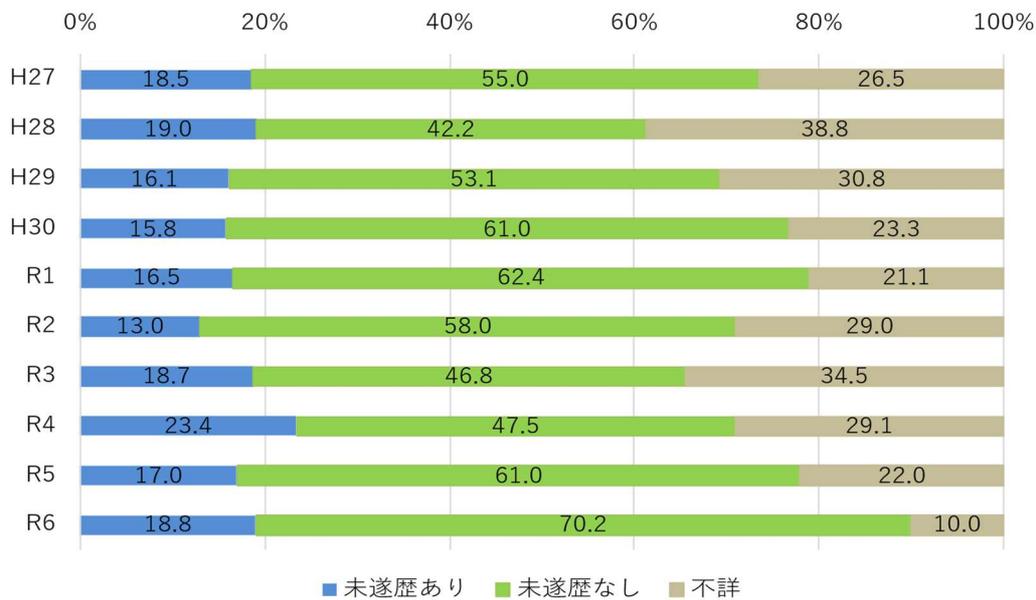
・背景にある主な自殺の危機経路はライフリンク「自殺実態白書 2013」を参考にしている。自殺者の生活状況別に見て代表的と考えられる経路の一例であり、記載の経路が唯一ではないことに留意。

出典：「地域自殺実態プロファイル 2024」(いのち支える自殺対策推進センター)

(5) 自殺未遂歴の有無

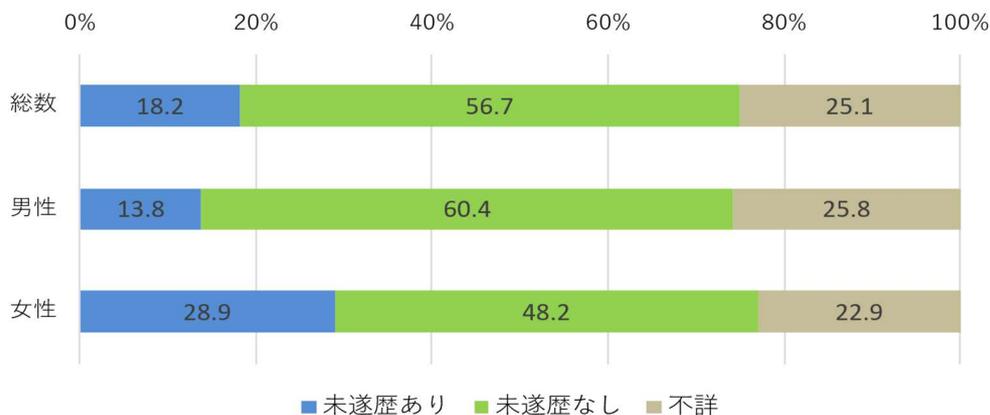
- ・自殺者における自殺未遂歴の有無を見ると、「未遂歴あり」の割合は15%~20%程度で推移しており、2024(令和6)年では18.8%となっています。(図11)
- ・男女別にみると、男性と比較して、女性の方が「未遂歴あり」の割合が高くなっています。(図12)

図11：自殺者における自殺未遂歴の有無の推移(山梨県)



出典：「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)

図12：性別×自殺未遂歴の有無別自殺者数の割合(山梨県)
(2020(令和2)年~2024(令和6)年の合計)



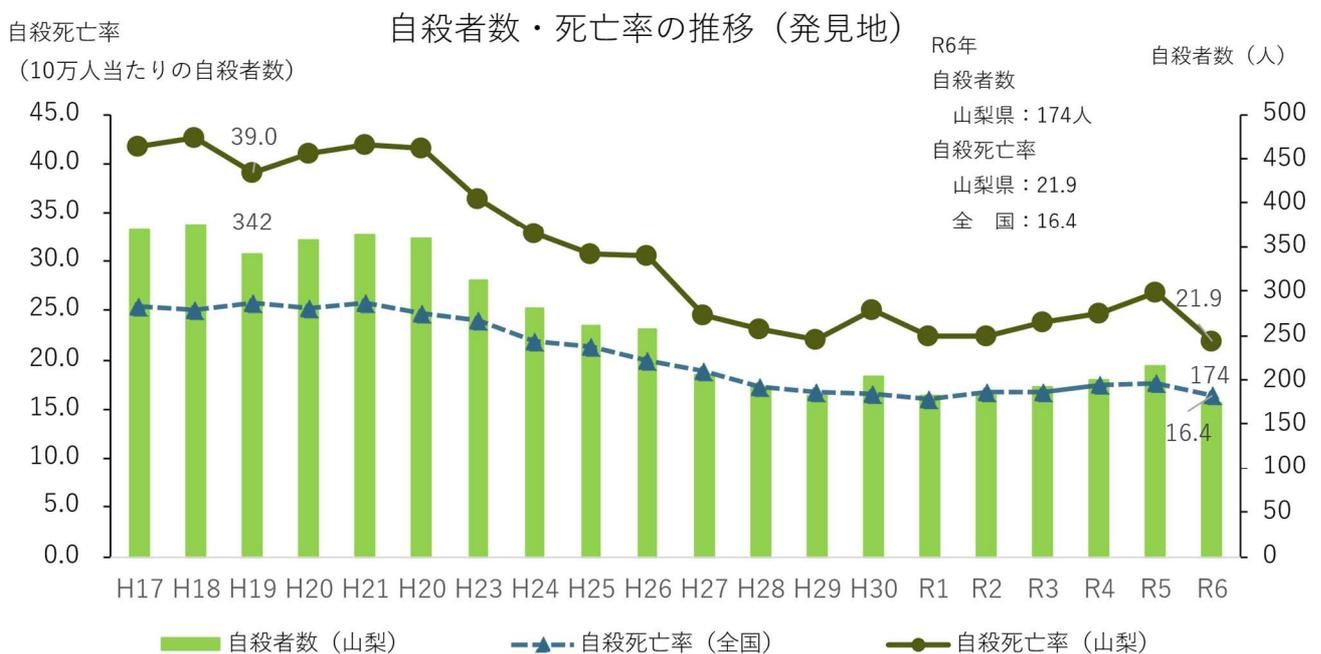
出典：「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)

2 発見地ベースの自殺者数

(1) 自殺者数・自殺死亡率

- ・ 2024（令和6）年に山梨県で発見された自殺者数は174人で、前年より41人減少しています。
（図13）（表5）
- ・ 自殺死亡率は、全国を上回る状況が続いており、2024（令和6）年は21.9で、ワースト2位と高くなっています。（表5）
- ・ 県では、自殺前住居地が「県外・不明」の自殺者数が、2018（平成30）年を基準に全国の自殺者数の増減率を上回る減少とすることを目標としています。（表6）

図13：自殺者数・自殺死亡率



出典：「自殺統計」（警察庁）

表5：直近10年間の基礎データ

	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6
自殺者数（山梨）	257	205	192	182	204	182	182	192	199	215	174
自殺死亡率（全国）	20.0	18.9	17.3	16.8	16.5	16.0	16.7	16.7	17.5	17.6	16.4
自殺死亡率（山梨）	30.6	24.6	23.1	22.1	25.0	22.4	22.5	23.9	24.7	26.8	21.9
順位（ワースト）	1位	5位	5位	3位	1位	3位	2位	2位	1位	1位	2位

出典：「自殺統計」（警察庁）

表6：数値目標の状況

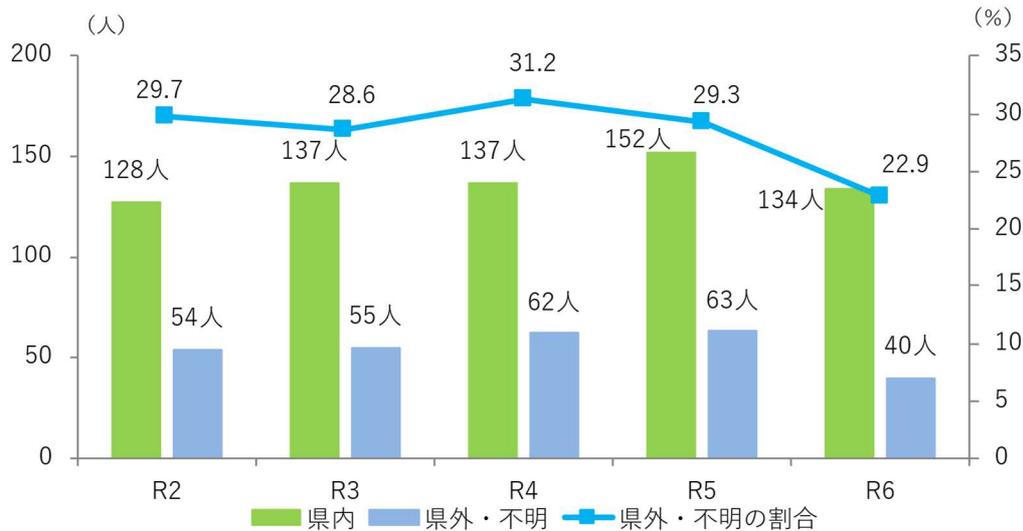
	H30	R6	増減率	目標
県内で発見された自殺前住居地が「県外・不明」の自殺者数	58	40	-14.5%	2018（平成30）年を基準に全国の自殺者数の増減率を上回る減少とすること
全国の自殺者数	20,840	20,320	-2.5%	

出典：「山梨県における自殺の概況」（山梨県警察本部）

(2) 本県で発見された自殺者の住居地

- 本県で発見された自殺者について、自殺前住居地別に見ると、2024(令和6)年における県内に住居地のあった自殺者は134人となっています。「県外・不明」の自殺者は40人と、自殺者の約23%を占めています。(図14)
- 県外から訪れる自殺者が多いため、住居地ベースの自殺者数を発見地ベースの自殺者が大きく上回っており、その割合は全国でも突出しています。(表7)

図14：自殺前住居地の推移



出典：「山梨県における自殺の概況」(山梨県警察本部)

表7：発見地ベースの自殺者数と住居地ベースの自殺者数の比率(差が大きい上位5団体)

単位:人

R4年				R5年				R6年			
団体名	発見地 a	住居地 b	比率 a/b	団体名	発見地 a	住居地 b	比率 a/b	団体名	発見地 a	住居地 b	比率 a/b
山梨県	199	141	1.411	山梨県	215	159	1.352	山梨県	174	139	1.252
宮崎県	241	222	1.086	和歌山県	224	199	1.126	滋賀県	250	229	1.092
福井県	124	115	1.078	福井県	109	99	1.101	山口県	252	235	1.072
和歌山県	198	186	1.065	滋賀県	252	235	1.072	佐賀県	111	104	1.067
熊本県	319	305	1.046	佐賀県	129	121	1.066	岐阜県	342	321	1.065

出典：「地域における自殺の基礎資料」(厚生労働省)のうち発見日を基準に健康増進課作成。

かけがえのない命を守るためにあなたにできる役割があります！

それがゲートキーパーです！

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ見守る人のことです。

適切な対応により「かけがえのない命を救う」とても重要な存在です。

詳しくは、相談窓口リーフレット「気づいて!こころといのちのSOSサイン」をご覧ください。

<https://www.pref.yamanashi.jp/documents/115511/2024soudan.pdf>