

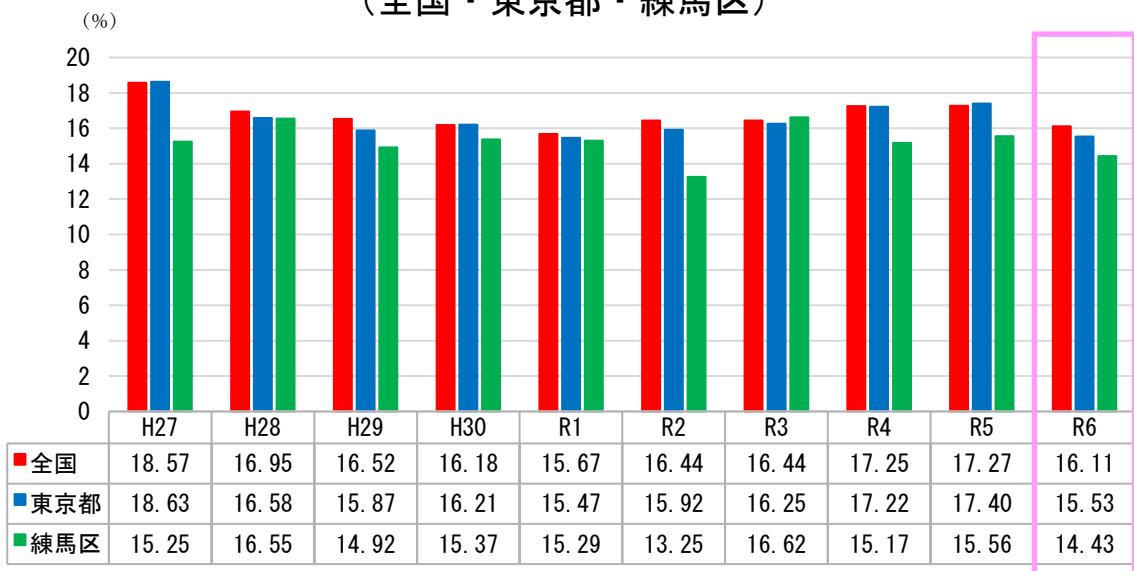
自殺の現状について

練馬区自殺対策計画〔第2次〕の「第2章　自殺の現状」に直近の統計を加え更新を行った。

1 全国および東京都との自殺死亡率の比較

練馬区の自殺死亡率は、全国および東京都と比較すると下回っている傾向がある。令和6年は全国、東京都および練馬区いずれも前年を下回っている。

図1　自殺死亡率の推移
(全国・東京都・練馬区)



※自殺死亡率：人口10万人当たりの自殺者数

出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

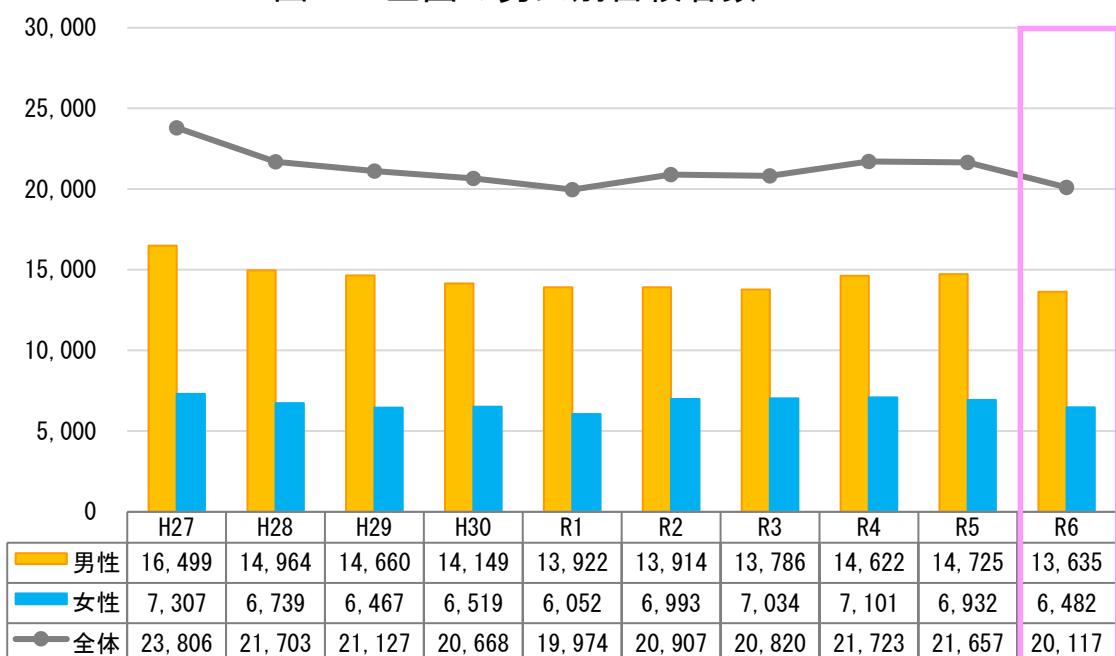
2 全国における自殺の現状

(1) 自殺者数の推移

全国の自殺者数は年々減少傾向にあったが、男性の自殺者数は令和4年以降、2年連続で増加し令和6年は減少に転じた。女性の自殺者数は令和2年以降、3年連続で増加し、令和5年以降2年連続で減少している。

男女ともに、令和6年は令和5年を下回った。

図2 全国の男女別自殺者数



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(2) 年代別自殺者数の推移

男性は、40代および50代の自殺者数が多い傾向にある。女性は、40代、50代および70代の自殺者数が多い傾向にある。

令和6年の自殺者数は、全体では男女ともに令和5年を下回ったが、男性の80歳以上、女性の20歳未満および20代において、令和5年より増加している。

図3 全国の年代別自殺者数（男性）

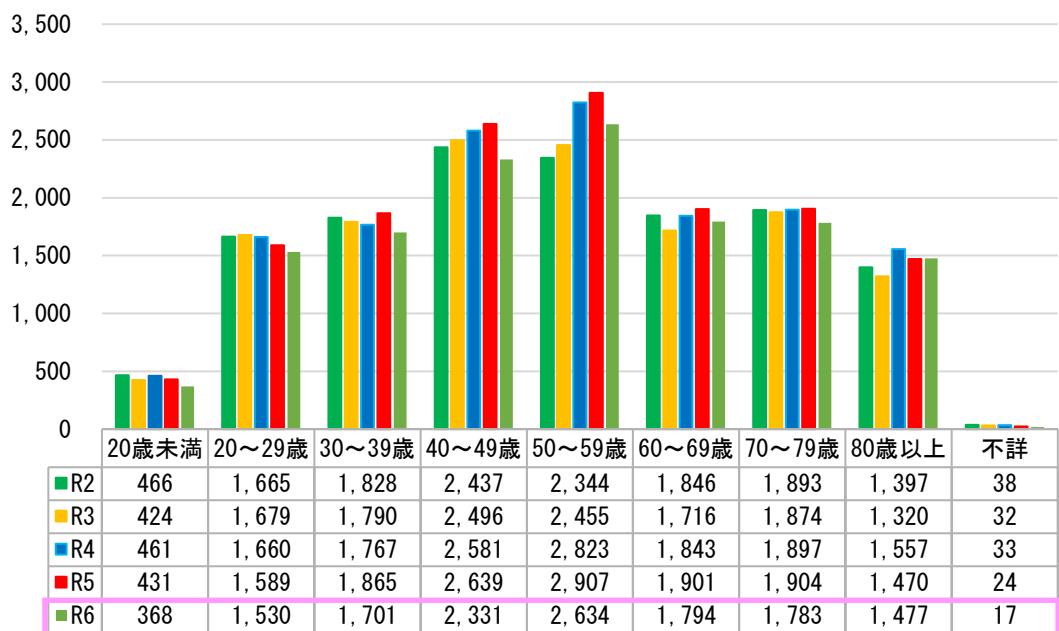
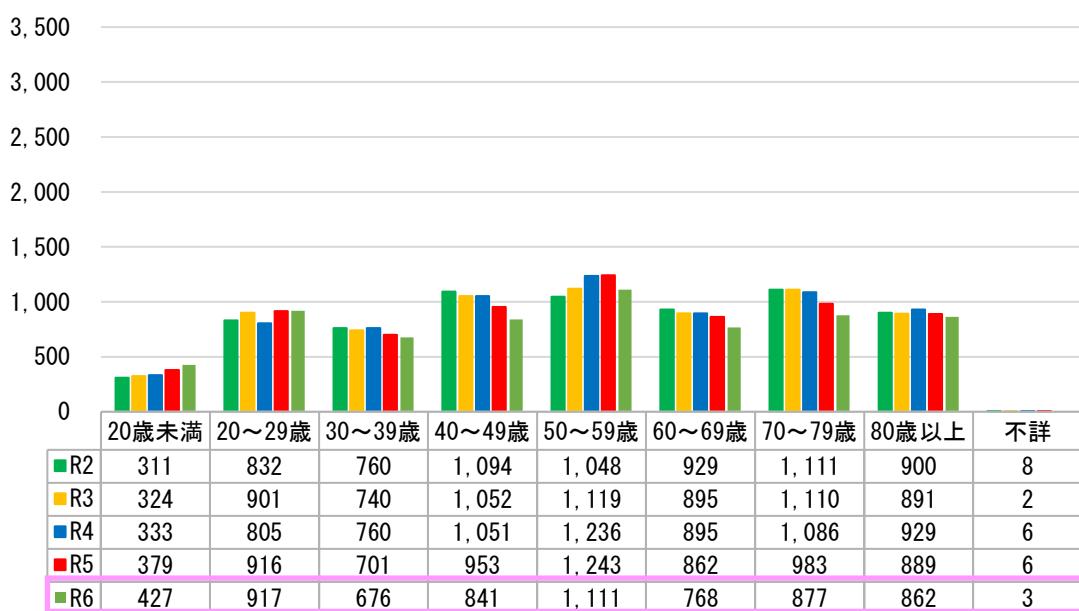


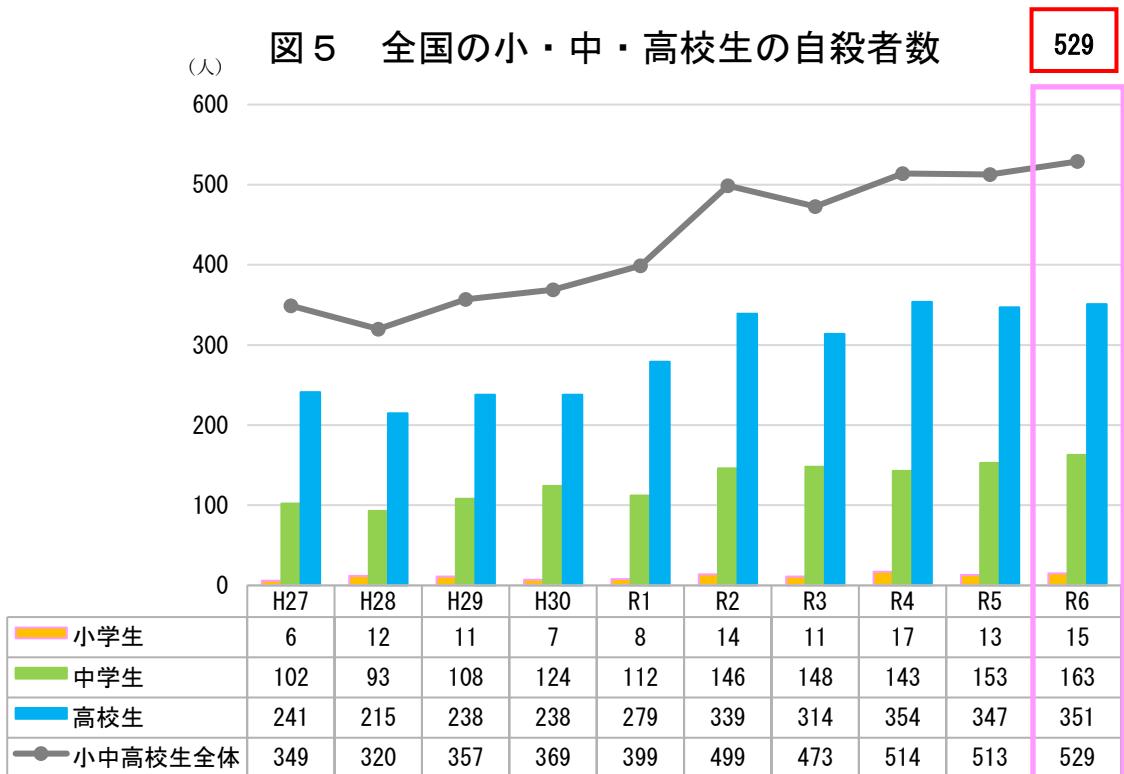
図4 全国の年代別自殺者数（女性）



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(3) 小・中・高校生の自殺者数の推移

小・中・高校生の自殺者数は増加しており、令和6年は過去最多の529人であった。



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

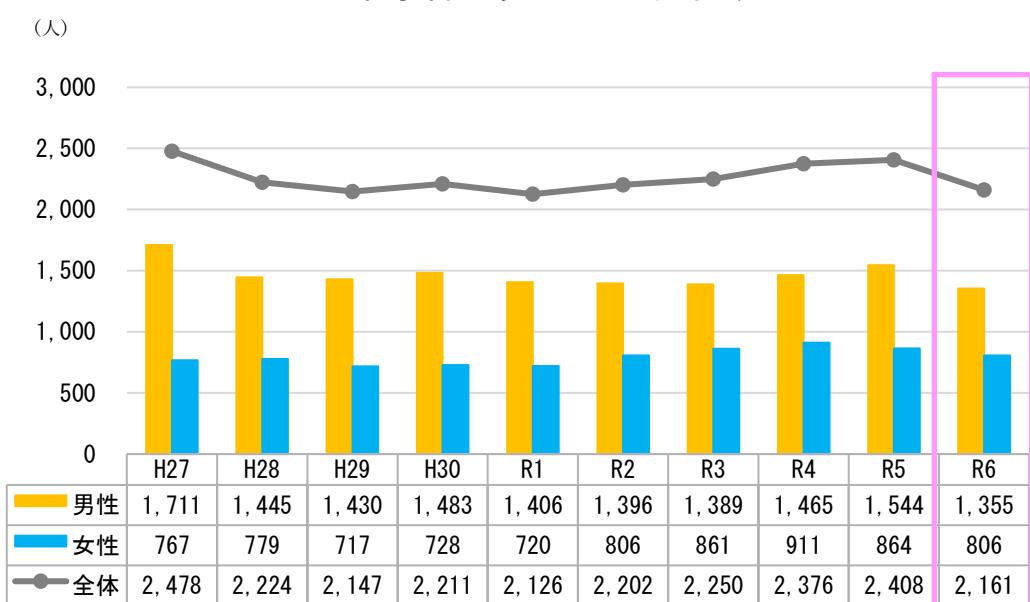
3 東京都における自殺の現状

(1) 自殺者数の推移

東京都の自殺者数は年々減少傾向にあったが、男性の自殺者数は令和4年以降、2年連続で増加し令和6年は減少に転じた。女性の自殺者数は令和2年以降、3年連続で増加し、令和5年以降2年連続で減少している。

男女ともに、令和6年は令和5年を下回った。

図6 東京都の男女別自殺者数



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(2) 年代別自殺者数の推移

男性は、40代および50代の自殺者数が多い傾向にある。女性は、20代、40代および50代の自殺者数が多い傾向にある。

令和6年の自殺者数は、全体では男女ともに令和5年を下回ったが、男性の80歳以上は令和5年と同数、男性の30代、女性の20代および50代において、令和5年より増加している。

図7 東京都の年代別自殺者数（男性）

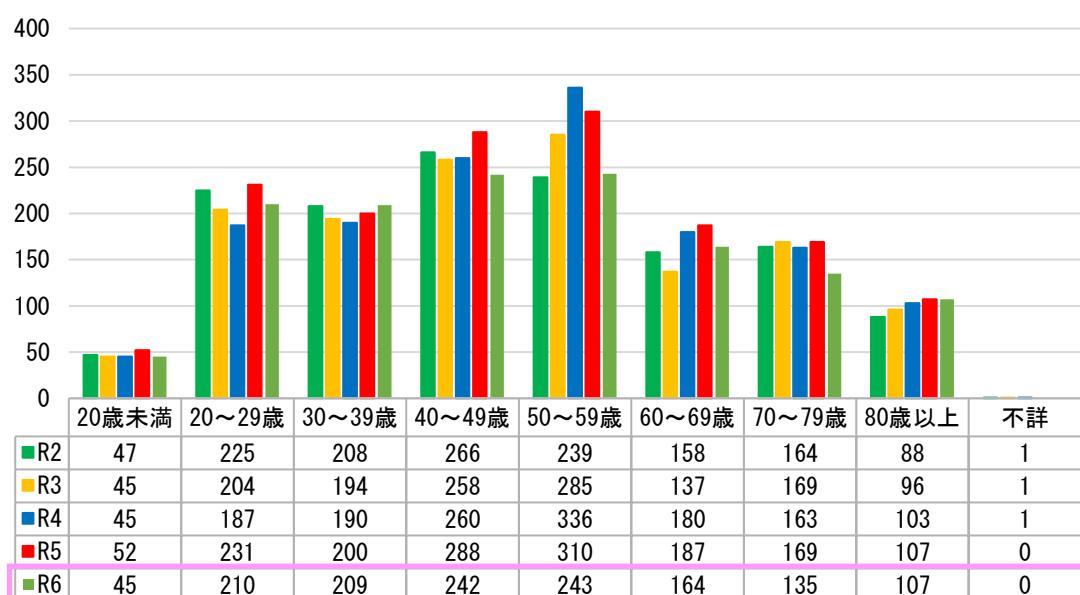
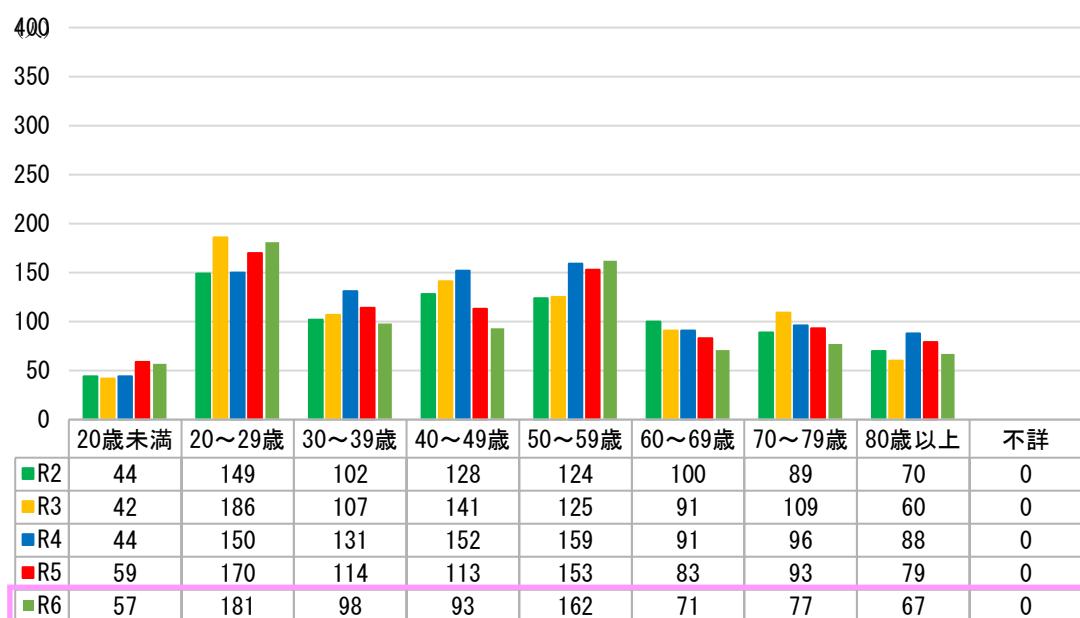


図8 東京都の年代別自殺者数（女性）

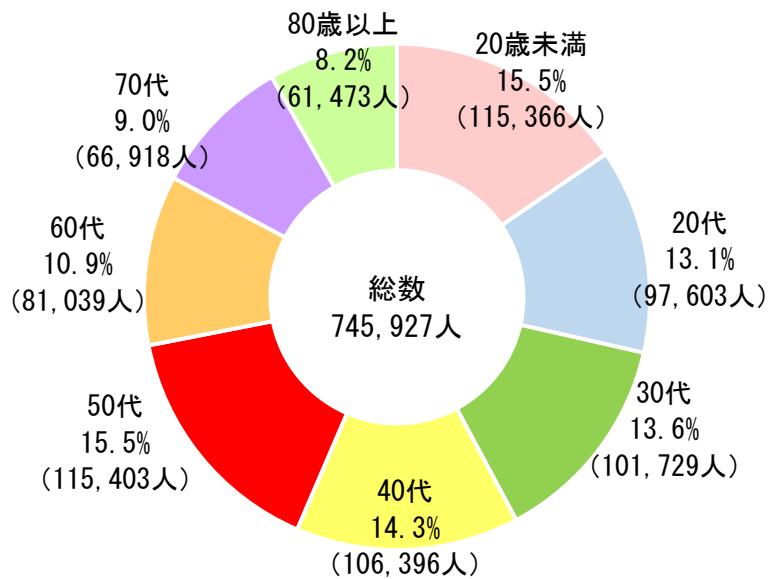


出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

4 練馬区における自殺の現状

(1) 練馬区の人口構成

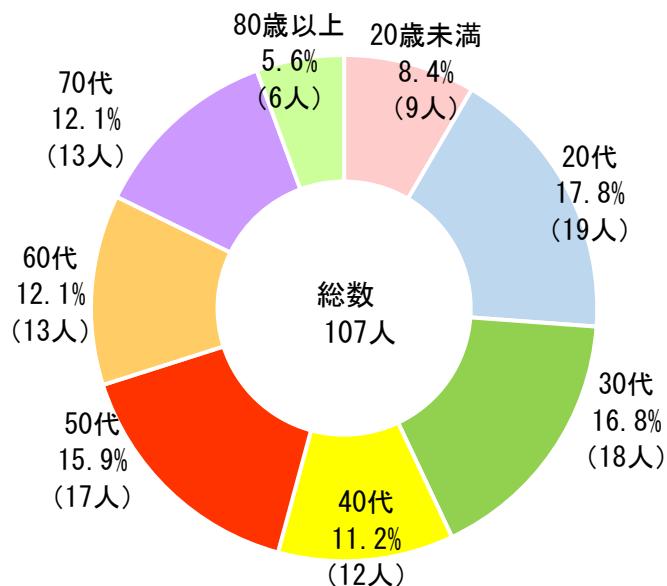
図9－1 練馬区における人口構成（令和7年1月1日）



出典：住民基本台帳

(2) 練馬区における自殺者の年代別構成

図9－2 練馬区における令和6年自殺者の年代別構成



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(3) 年齢階級別死因

20歳未満、20代および30代の死因の第1位は「自殺」となっている。

表1 年齢階級別死因（令和5年）

年代	第1位		第2位		第3位	
20歳未満	自殺	悪性新生物	—		心疾患	不慮の事故
20～29歳	自殺		不慮の事故		心疾患	
30～39歳	自殺		不慮の事故	悪性新生物	—	
40～49歳	悪性新生物		自殺		脳血管疾患	
50～59歳	悪性新生物		心疾患		肝疾患	
60～69歳	悪性新生物		心疾患		脳血管疾患	
70～79歳	悪性新生物		心疾患		脳血管疾患	
80～89歳	悪性新生物		心疾患		老衰	
90歳以上	老衰		心疾患		悪性新生物	

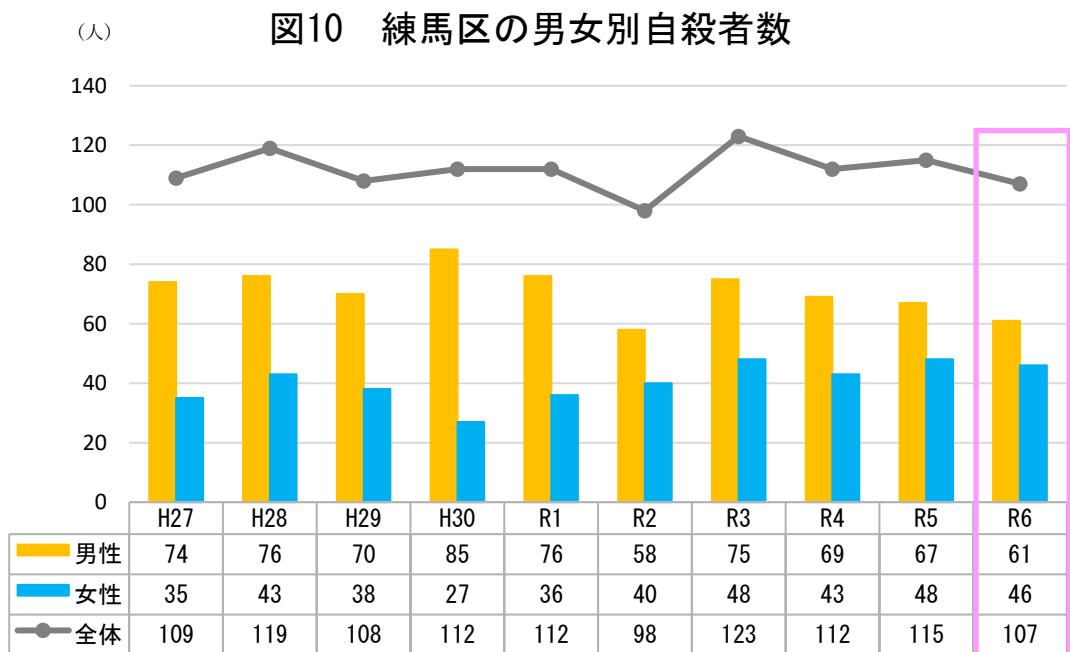
参考 表1 年齢階級別死因（令和4年）

年代	第1位		第2位		第3位	
20歳未満	自殺		悪性新生物		心疾患・不慮の事故	
20～29歳	自殺		不慮の事故		悪性新生物	
30～39歳	自殺	悪性新生物	—		肝疾患	
40～49歳	悪性新生物		自殺	心疾患	—	
50～59歳	悪性新生物		心疾患		自殺	
60～69歳	悪性新生物		心疾患		脳血管疾患	
70～79歳	悪性新生物		心疾患		脳血管疾患	
80～89歳	悪性新生物		心疾患		老衰	
90歳以上	老衰		心疾患		悪性新生物	

出典：厚生労働省「人口動態統計」

(4) 自殺者数の推移

令和6年の自殺者数は107人で令和5年と比較して減少している。女性の自殺者数は令和元年以降増加傾向にあり、自殺者数の男女差が縮まっている。男女ともに、令和6年は令和5年を下回った。



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(5) 年代別自殺者数の推移

男性は、50代の自殺者数が多い傾向にある。女性は、20代および50代の自殺者数が多い傾向にある。

令和6年の自殺者数は、全体では男女ともに令和5年を下回ったが、男性の80歳以上および女性の20歳未満は令和5年と同数、男性の20歳未満、60代および70代、女性の20代、30代および70代の自殺者数は令和5年より増加している。

図11 練馬区の年代別自殺者数（男性）

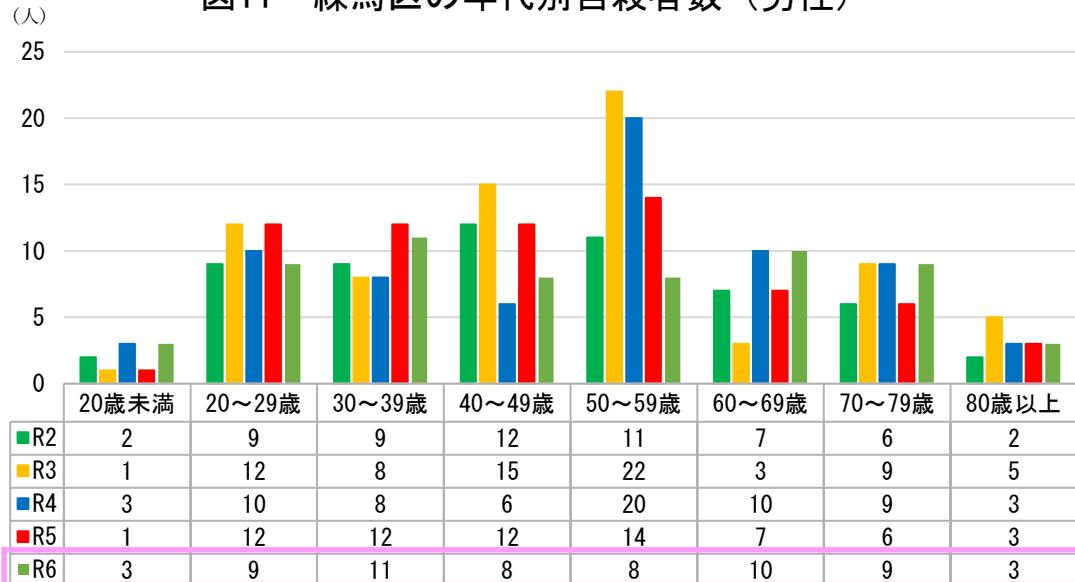
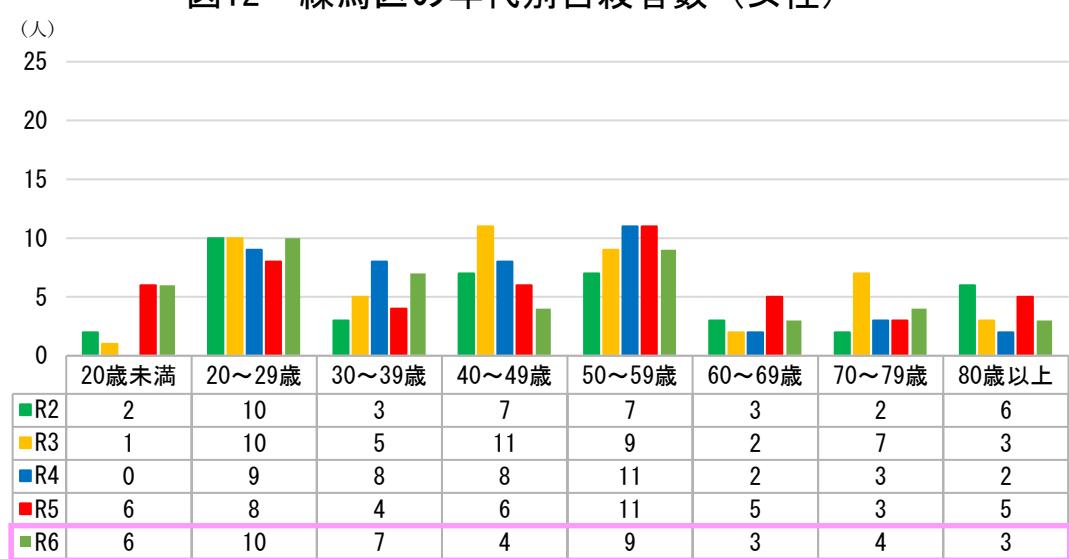


図12 練馬区の年代別自殺者数（女性）



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(6) 自殺者数の多い集団

一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター¹（12ページ参照）が練馬区の自殺の実態を分析した「地域自殺実態プロファイル」²（12ページ参照）によると、5年間（令和元年～令和5年）の自殺者数が多い集団の特徴は以下のとおりである。なお、赤枠の部分は第2次計画策定時と特徴が異なる。

表2 地域の主な自殺者の特徴（令和元年～令和5年の合計）

上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺 死亡率※ (10万対)	背景にある主な 自殺の危機経路※※
1位： 男性40～59歳 有職同居	53	9.5%	13.5	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位： 男性60歳以上 無職同居	44	7.9%	25.9	失業（退職） ⇒生活苦+介護の悩み（疲れ）+身体疾患 ⇒自殺
3位： 女性40～59歳 無職同居	42	7.5%	18.8	近隣関係の悩み+家族間の不和 ⇒うつ病⇒自殺
4位： 男性40～59歳 有職独居	39	7.0%	37.6	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
5位： 男性20～39歳 有職独居	28	5.0%	21.0	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

※ 自殺死亡率の算出に用いた人口（母数）は、総務省「令和2年度国勢調査」就業状態等基礎集計を基にいのち支える自殺対策推進センターが推計したもの。

※※ 「背景にある主な自殺の危機経路」は、NPO法人ライフリンク「自殺実態白書2013」を参考に推定したもの。自殺者の特性別にみて代表的と考えられる経路の一例を示している。

出典：いのち支える自殺対策推進センター「地域自殺実態プロファイル」

【第2次計画策定時（平成29年～令和3年）のプロファイルとの比較】

男性40～59歳有職独居	第2次計画策定時	5位	⇒	今回	4位
男性20～39歳有職独居	第2次計画策定時	上位5区分外	⇒	今回	5位

¹ 一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター

都道府県および指定都市が設置し、保健・福祉・医療・労働・教育・警察等関係機関と連携を図りながら、市町村等に対し適切な助言や情報提供等を行うとともに、地域における自殺対策関係者等に対し研修等を行うことにより、全ての市町村等において地域の状況に応じた自殺対策が総合的かつ効率的に推進されることで、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指すことを目的とした組織（「地域自殺対策推進センター運営事業実施要綱」より）

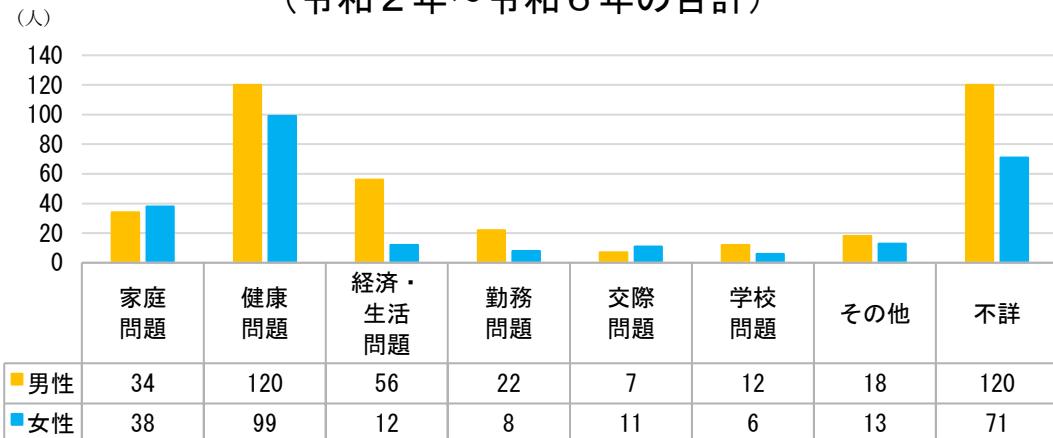
² 地域自殺実態プロファイル

いのち支える自殺対策推進センターが全都道府県および全区市町村を対象に作成する、地域の自殺の実態がわかる資料のこと。地域の自殺者の特徴や、属性（男女、年齢など）別の自殺者数等が記載されている（いのち支える自殺対策推進センターHPより）。

(7) 原因・動機別自殺者数

男女とも「健康問題」が最も多く、次いで男性は「経済・生活問題」、「家庭問題」、女性は「家庭問題」、「経済・生活問題」となっている。

図13 練馬区の原因・動機別自殺者数
(令和2年～令和6年の合計)



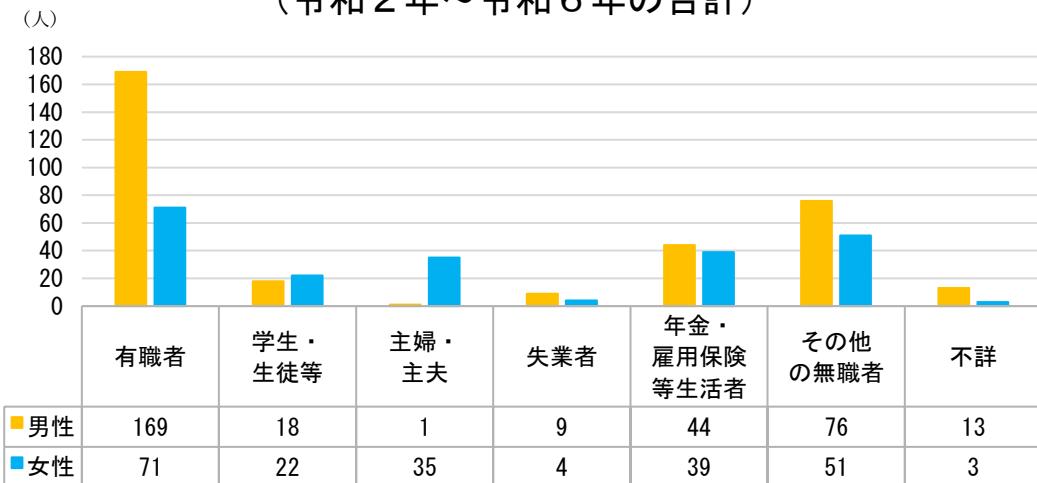
※令和3年までは遺書等の自殺を裏付ける資料により明らかに推定できる原因・動機を3つまで計上可能としている。また、令和4年からは家族の証言等から自殺の原因・動機と考えられるものについて、原因・動機を4つまで計上可能としている。

出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(8) 職業別自殺者数

男女とも「有職者」が最も多く、次いで「他の無職者(※)」となっている。

図14 練馬区の職業別自殺者数
(令和2年～令和6年の合計)



※他の無職者…主婦・失業者、年金・雇用保険等生活者以外のすべての無職者

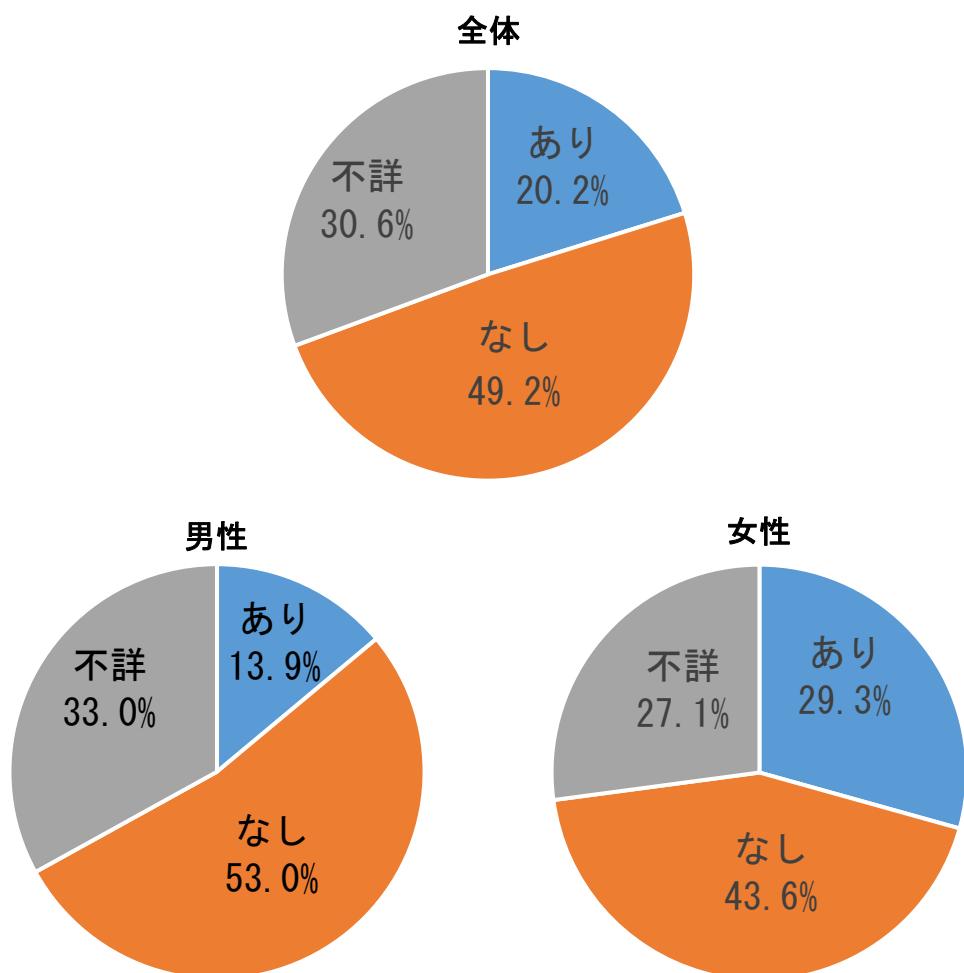
出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(9) 自殺未遂歴の状況

自殺者全体のうち自殺未遂歴のある人の割合は 20.2%で、第2次計画策定時（平成30年～令和4年合計）の17.8%と比較すると増加している。

また、女性の自殺者全体のうち、自殺未遂歴のある人の割合は 29.3%で、男性の2倍以上である。

図15 練馬区の自殺者全体における自殺未遂歴の有無
(令和2年～令和6年の合計)

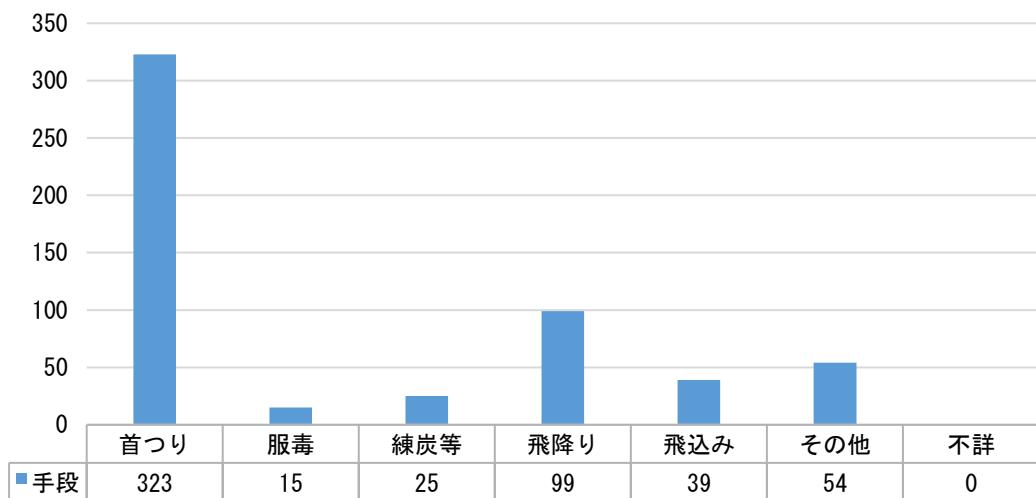


出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」

(10) 手段別自殺者数

自殺の手段は、「首つり」が最も多く、次いで「飛降り」となっている。

図16 練馬区の手段別自殺者数
(令和2年～令和6年の合計)



出典：厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」