

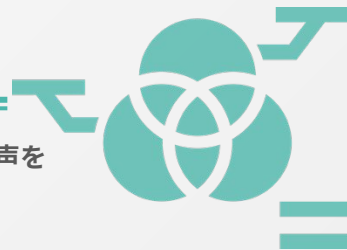
令和7年度  
こどもの自殺の多角的な要因分析に関する調査研究  
概要版

---

特定非営利活動法人OVA

# 調査の背景と目的

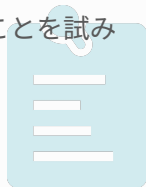
「生きている子どもたちの声」から、自殺に関連する多角的な要因を探る



本調査では、子ども自身の主観的な苦悩や内面的な葛藤に焦点を当てるために、悩みを抱えながら生きる子どもたちの声を可視化することに取り組みました。前年度までの亡くなった子どもの背景や統計データの知見を継承しつつ、以下の新たな3つの視点から自殺に関連する多角的な要因を分析しました。

## 1 「生きている子どもたちの声」の可視化

匿名で利用できる相談窓口やオンライン掲示板に寄せられた、子どもたち自身の言葉（テキストデータ）を分析の対象としました。子どもたちの主観的な苦痛やSOSを可視化することを試みました。



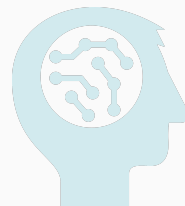
## 2 危険因子の時系列変化と保護因子の把握

子どもたちが今抱えている危険因子に留まらず、危機の上流にある「潜在的な危険因子」や危機を緩和させる「保護因子」を検討することを試みました。



## 3 AIの活用による定性情報の定量化

膨大かつ非構造的なテキスト情報に対し、AIを用いて客観的かつ効率的に構造化し、質的・量的の両面から分析を実施しました。



# 調査の概要

性質の異なる「2つの研究」から、こどもの自殺に関連する要因を多角的に検討する



本調査は、こどもの自殺に関連する要因と支援のあり方を検討するため、2つの研究を実施しました。

「相談の語りを掘り下げる分析（研究A）」と、「異なるオンライン空間を比較する分析（研究B）」から構成されています。

## 研究A 危機の「プロセス」と「保護因子」の深掘り

こどもと相談員とのやりとり（メール）から、危機がどのように進行し、何によって緩和するのかを検討しました。

分析対象データ	インターネット相談事業のデータ (高校生年齢以下の相談者 644名)
何を明らかにするか (目的)	①危険因子と危機経路：悩みや環境的課題がどのように連鎖し、危機へと至るのか、そのプロセスを時系列で可視化することを目指しました。  ②保護因子の特定：危機的な状況を回避・緩和させる要因の抽出を試みました。
アプローチの特徴	相談員とのやり取り（メールのテキスト）をAIと人間で分析し、こどもの主観的な苦悩や潜在的な背景を可視化したことが特徴です。

## 研究B 2つのオンライン空間の「役割」と「ニーズ」の比較

異なるオンライン空間を比較し、既存の支援からこぼれ落ちるこどもたちの支援ニーズを抽出しました。

分析対象データ	「オンライン掲示板」データ（約2.2万名） + 「インターネット相談」データ（644名）
何を明らかにするか (目的)	①利用動機と機能的役割：こどもたちが「匿名オンライン掲示板」に求めているニーズや役割を抽出することを目指しました。  ②潜在的な支援ニーズ：専門的支援（相談）から距離を置いているこどもたちが、掲示板に求める役割を把握することを試みました。
アプローチの特徴	解決を求める「相談」と、自由に書き込む「掲示板」のテキストを比較し、従来の相談枠組みだけではカバーしきれない支援のあり方を検討したことが特徴です。

# 本年度の主要な知見の総括

## 1 自殺の危機につながり得るプロセス

こどもの抱える危機は、初期段階における「家族機能の問題」「虐待・暴力」「学校での人間関係」といった環境要因から始まり、中期段階での「精神的不調」「自己への否定的認知」といった内面的な不調を経て、「切迫した心理的苦痛」「自殺の行動化」へと至るプロセスが可視化されました。

## 2 高リスク層の特徴

自殺念慮尺度得点が高い「高リスク相談者」は、性的虐待・ネグレクト・保護者の不貞行為といった家庭での出来事を語る傾向がありました。一方で、学業や進路、部活動といった学校関連の悩みは、相対的に低・中リスク層で多く語られる傾向がありました。

## 3 インターネット相談が奏功しやすい相談内容

学業不安等の「相談」の枠組みの中で課題が特定されやすく、具体的な対処に結びつきやすい悩みを抱える場合に、相談者にポジティブな変化がみられる傾向がありました。一方で、「虐待・暴力」や「家庭関係の問題」といった家庭内の困難を抱える場合は、保護因子など別の要因が関与している可能性があります。

## 4 保護因子の影響

相談がうまくいった事例では、相談過程において保護因子が確認されている割合が高く、保護因子の存在が苦痛を和らげるのみならず、自殺のリスクが高まった場合にも相談・支援の効果を高める鍵となる可能性が示されました。

## 5 相談事業と匿名掲示板の機能的差異

相談事業は「切迫した危機の訴え」や「解決策の希求」の場であるのに対し、匿名掲示板は「否定的な感情の吐露」「秘密の開示」「他者への問い」といった、解決よりも共感や存在の肯定、実存的な問いの共有を目的とする場として機能している可能性が示されました。

# 1 自殺の危機につながり得るプロセス

## こどもの危機が進行する3つの段階

こどもの自殺危機は「環境要因」から「内面の不調」を経て「行動化」へと段階的に進行することがわかりました。

### 💡重要な発見：

最もリスクの高い自殺未遂や自殺への準備といった「自殺の行動化」と、虐待や家族間の不和といった家庭内の背景の関連が示されました。



▶ 詳細は報告書 P30 図3.6.へ

### ①初期（環境の綻び期）

▶ 詳細は報告書 P27 図3.4.へ

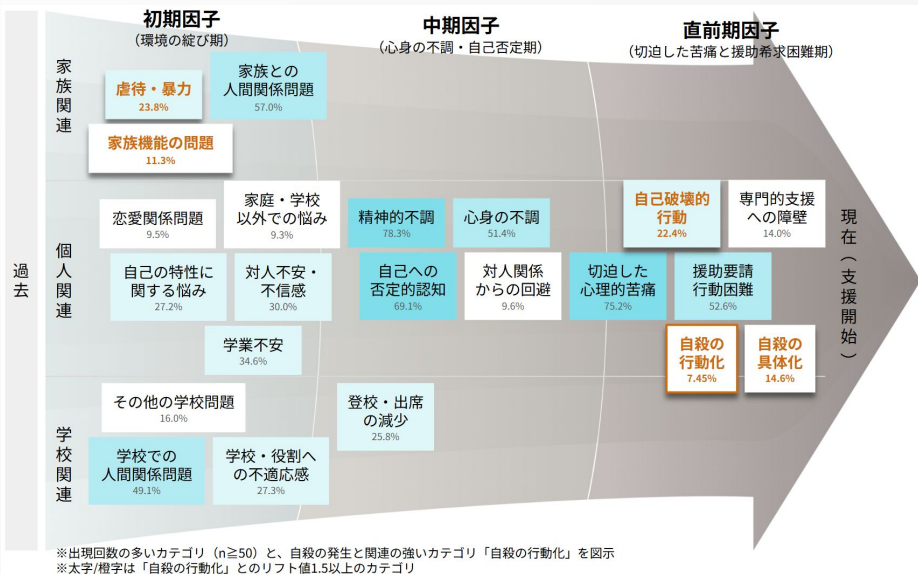
「家族機能の問題」「虐待・暴力」「学校での人間関係」といった、家庭や学校における環境要因の悩みから危機が始まります。

### ②中期（心身の不調・自己否定期）

環境の悩みを背景に、「精神的不調」や「自己への否定的認知」といった、個人の内面的な不調が生じます。

### ③直前期（切迫した苦痛と援助要請困難期）

内面的な苦痛が極限に達すると「切迫した心理的苦痛」に至り、「自己破壊的行動」や自殺未遂といった行動の変化が生じます。



## 2 高リスク層の特徴

### 見えにくい「家庭関係」の問題を語る傾向

自殺念慮尺度得点が高い「高リスク相談者」の特徴として、外からは見えにくい家庭での出来事を語る傾向があることがわかりました。

■ : 高リスク相談者に多い  
□ : 低・中リスク相談者に多い

表：自殺念慮尺度得点と危険因子の関連

危険因子	高リスク (n=146)	低・中リスク (n=303)	オッズ比 (95%信頼区間)
性的虐待	5 (3.4%)	1 (0.3%)	10.71 [1.24, 92.52]
保護者の不貞行為	6 (4.1%)	2 (0.7%)	6.45 [1.29, 32.36]
ネグレクト	14 (9.6%)	5 (1.7%)	6.32 [2.23, 17.91]
経済的困窮	9 (6.2%)	7 (2.3%)	2.78 [1.01, 7.61]
身体的虐待(暴力も含む)	29 (19.9%)	25 (8.3%)	2.76 [1.55, 4.91]
心理的虐待	51 (34.9%)	54 (17.8%)	2.48 [1.58, 3.88]
学習・成績での悩み	22 (15.1%)	118 (38.9%)	0.28 [0.17, 0.46]
不安・緊張(恐怖症含む)	60 (41.1%)	173 (57.1%)	0.52 [0.35, 0.78]
部活・課外活動での悩み	18 (12.3%)	61 (20.1%)	0.56 [0.32, 0.98]
将来・進路での悩み	38 (26.0%)	117 (38.6%)	0.56 [0.36, 0.87]

報告書 表3.7., 表3.8.より抜粋

### 💡 重要な発見：

「学業」や「進路」といった学校関連の悩みの語りは相対的に低・中リスク層に多くみられ、高リスクな状態においては「家庭関係」の問題を語る傾向がありました。



#### ① 外部から見えにくい家庭問題

▶ 詳細は報告書 P33 表3.7.へ

高リスク層では、「性的虐待」「ネグレクト」「保護者の不貞行為」といった、周囲の大人や学校が気づきにくい家庭問題の出現割合が高くなっていました。

#### ② 学校の悩みは低・中リスク層に集中

▶ 詳細は報告書 P34 表3.8.へ

「学習・成績での悩み」「将来・進路での悩み」「部活・課外活動の悩み」といった学校生活における悩みの語りは、相対的に低・中リスク層に多く見られ、高リスク層では主訴になりにくい傾向がありました。

# 3 インターネット相談が奏功しやすい相談内容

## 具体的な対処に結びつきやすいケースで相談が機能しやすい

学業不安など、課題が整理しやすく具体的な対処につながりやすい悩みでは、相談がうまくいきやすいことがわかりました。

表：相談の奏功と危険因子の関連

■：奏功群で多い  
□：差がない

危険因子	奏功群 (n=274)	非奏功群 (n=370)	オッズ比 (95%信頼区間)
学業不安	113 (41.2%)	108 (29.2%)	1.70 [1.22, 2.36]
精神的不調	225 (82.1%)	279 (75.4%)	1.50 [1.01, 2.20]
自己の特性に関する悩み	86 (31.4%)	89 (24.1%)	1.44 [1.02, 2.04]
心身の不調	153 (55.8%)	176 (47.6%)	1.39 [1.02, 1.90]
虐待・暴力	57 (20.8%)	95 (25.7%)	0.76 [0.53, 1.11]
家族の心身の問題	20 (7.3%)	22 (5.9%)	1.25 [0.67, 2.32]
家族機能の問題	35 (12.8%)	38 (10.3%)	1.28 [0.79, 2.08]
家族との人間関係	167 (60.9%)	200 (54.1%)	1.33 [0.97, 1.82]
その他の家庭問題	22 (8.0%)	21 (5.7%)	1.45 [0.78, 2.67]

報告書 表3.13.より抜粋

## 💡重要な発見：

高リスク層で多くみられる「虐待・暴力」等の深刻な家庭問題は、相談によるポジティブな変化が明確には見られず、インターネット相談のみで解決することが難しい可能性があります。

### ① 相談がうまくいったケース

▶ 詳細は報告書 P43 表3.13.へ

本人が苦痛を認識し表出できる場合、あるいは学業不安等の「相談」の枠組みの中で課題が特定されやすく、具体的な対処に結びつきやすい悩みを抱える場合に、相談者にポジティブな変化が起きやすいことがわかりました。

### ② インターネット相談単体の限界

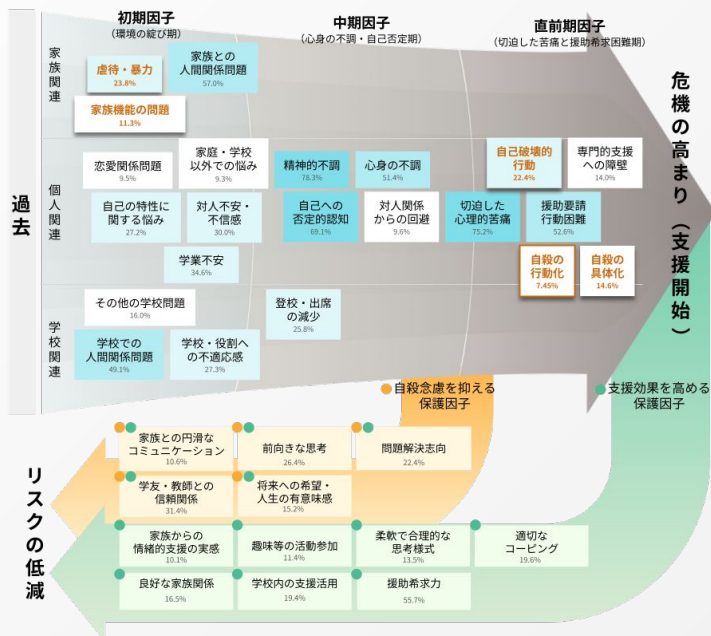
▶ 詳細は報告書 P43 表3.13.へ

高リスク層で多くみられる「虐待・暴力」や「家庭関係」の問題では、相談がうまくいったケースとそうでないケースの間で明らかな違いは見られず、家庭内の困難を抱える場合は、保護因子など別の要因が関与している可能性があります。

# 4 保護因子の影響

## 保護因子の存在は苦痛を和らげ、支援の効果を高める鍵

保護因子を持つことは自殺念慮が深刻化しにくいだけでなく、リスクが高まった場合でも相談によるポジティブな変化が得られやすいことがわかりました。



### 重要な発見:

相談がうまくいった事例では、相談過程で保護因子を語った割合が高く、危険因子を減らすだけでなく「保護因子を増やす・可視化する」介入が自殺対策の鍵となります。



#### ① 自殺リスクを抑える要因

▶ 詳細は報告書 P45 表3.14.へ

「家族との円滑なコミュニケーション」「学友・教師との信頼関係」「将来への希望・人生の有意義感」といった特定の保護因子は、低・中リスク群で出現割合が高い傾向があり、自殺念慮の深刻化を防ぐ働きが示唆されました。

#### ② 支援効果を高める「土台」

▶ 詳細は報告書 P51 表3.17.へ

相談が奏功した事例では、相談過程において保護因子を語った割合が高く、保護因子の存在が自殺のリスクが高まった場合に、相談の効果を高める鍵となることが示唆されました。

# 【補足】年齢段階による危険因子・保護因子の特徴

中学生は学校内が中心、高校生は学校外や内面にも

年齢層によって直面する危険因子と保護因子が異なることがわかりました。

表：年齢と危険因子(上)・保護因子(下)の関連

■：中学生相当程度に多い  
□：高校生相当程度に多い

危険因子	11-15歳 (n=287)	16-18歳 (n=348)	オッズ比 (95%信頼区間)
援助要請行動困難	166 (57.8%)	166 (47.7%)	0.66 [0.49, 0.91]
学校での人間関係	156 (54.4%)	154 (44.3%)	0.67 [0.49, 0.91]
家庭・学校以外での悩み	13 (4.5%)	47 (13.5%)	3.29 [1.74, 6.21]
過活動・過負担(多忙)	12 (4.2%)	31 (8.9%)	2.24 [1.13, 4.45]
社会的規範・評価への悩み	30 (10.5%)	64 (18.4%)	1.93 [1.21, 3.07]

保護因子	11-15歳 (n=287)	16-18歳 (n=348)	オッズ比 (95%信頼区間)
学友・教師との信頼関係	100 (34.8%)	95 (27.3%)	0.70 [0.50-0.99]
学校内の支援活用	67 (23.3%)	57 (16.4%)	0.64 [0.43-0.95]
自分への思いやり	6 (2.1%)	20 (5.7%)	2.86 [1.13-7.21]
将来への希望・人生の有意義感	32 (11.1%)	65 (18.7%)	1.83 [1.16-2.89]
趣味等の活動参加	24 (8.4%)	51 (14.7%)	1.88 [1.13-3.14]

報告書 表3.9., 表3.16.より抜粋

## 💡 重要な発見：

中学生では「学校」という枠組みの影響が大きいです、高校生では悩みが社会や個人の内面へと広がり、学校外のリソースが重要となる可能性が示されました。



### ① 中学生では学校内の影響が大きい ▶ 詳細は報告書 P36 表3.9., P49 表3.16.へ

学校内の対人関係が危険因子となりやすく、助けを求める困難さも語られました。保護因子としては「学校内の支援活用」や「学友・教師との信頼関係」が多く、学校内での人間関係や支援体制が保護因子として機能する傾向がありました。

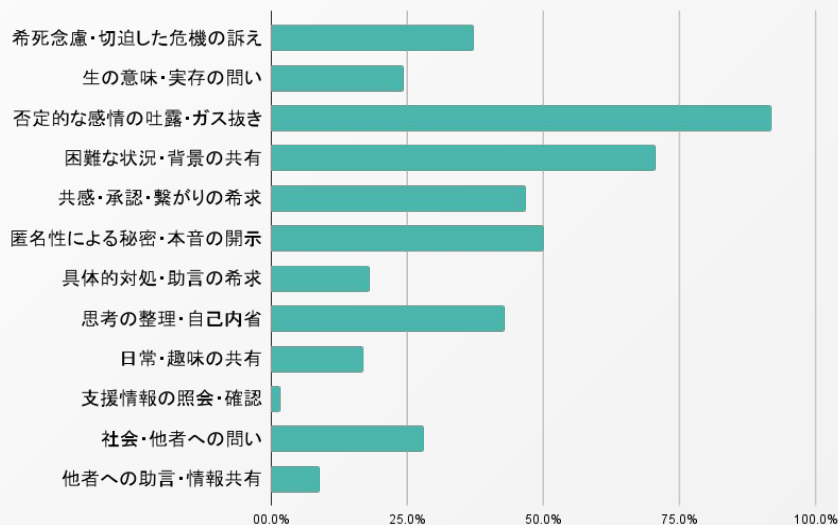
### ② 高校生では学校外・内面の悩みも ▶ 詳細は報告書 P36 表3.9., P49 表3.16.へ

「家庭・学校以外での悩み」が増加し、他者からの評価への意識の高まりによる悩みなども多く語られました。保護因子は「自分への思いやり」「趣味等の活動参加」「将来への希望・人生の有意義感」が多く、自身の内面的なケアや、趣味・将来展望といった学校・家庭以外の要素が低年齢と比較して多い傾向がありました。

## 5 匿名掲示板と相談事業の機能的差異

### 「解決・対処」を求める相談事業と 「共感・繋がり」の受け皿となる匿名掲示板

相談は「切迫した危機の訴え」や「解決策の希求」の場であるのに対し、掲示板は「否定的な感情の吐露」「秘密の開示」「他者への問い」といった、解決よりも共感や存在の肯定、実存的な問いの共有を目的とする場として機能している可能性があります。



報告書 P52 図4.1. 掲示板の投稿から推定される利用動機カテゴリーの出現頻度

### 💡 重要な発見：

掲示板は「悩み相談の代替」ではなく、専門家による問題解決モデルだけではこぼれ落ちてしまう「なぜ生きるのか」といった実存的な苦しみを受け止める居場所として機能している可能性が示されました。

#### ① 「感情の吐露・秘密の開示」と「繋がり」の希求 ▶ 詳細は報告書 P53 表4.1.へ

掲示板利用者の91.9%が「否定的な感情の吐露」を目的に利用していました。匿名だからこそ話せる「秘密・本音の開示」や、「共感・繋がりへの希求」「思考の整理」など、自身の心を整理し他者との共感を通じて繋がりを感じる場となっていることがわかりました。

#### ② 「相互交流的・社会的な場」と「専門的支援」 ▶ 詳細は報告書 P53 表4.1.へ

掲示板では「他者への助言・情報共有」「社会・他者への問い」が多い傾向があり、他者への働きかけや社会的な側面が特徴でした。一方、相談事業は「具体的対処への希求」「切迫した危機の訴え」等が多い傾向があり、一対一で専門的な支援や解決を求めるのが特徴でした。

# こどもの自殺対策への提言

▶詳細は報告書 P58へ

## 教育や普及啓発等



SOSの出し方に関する教育・自殺予防教育



ゲートキーパー養成



「心の健康」に関する指導の実施



学校における精神保健に関する知識の向上



中高生を対象とした自殺対策に関する広報啓発

## リスクの早期発見・対応



1人1台端末等を活用した「心の健康観察」



スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカーの配置



学校における心の健康保持のための健康診断等の措置



医療及び学校現場の連携

## 危機介入・支援



地域ネットワーク構築によるこども支援



こども・若者の自殺危機対応チーム



電話・メール・SNS相談



法定協議会

## 追加提言

### +保護因子に着目した介入の強化

危険因子の低減に加え、家族・学校・地域・個人における保護因子を可視化する・獲得する・増やすアプローチを推進する。

### +オンライン空間のインフラ化と研究推進

オンライン空間を「早期把握」と「支えの提供」のインフラと位置づけ、SNS相談窓口にとどまらず、掲示板・メタバース等のオンライン上の居場所の整備（ガイドライン化）や実証研究を推進する。

### +事後調査で見えにくい要因の継続的調査

従来の事後調査では見えにくい要因を調査できるよう、生きているこどもたちの声を取得・活用できる研究基盤の整備を推進する。

### +顕在化しにくい困難の早期把握

顕在化した出来事（問題行動・欠席・成績低下等）への事後対応だけでなく、こどもの内的体験や家庭内の見えにくい困難を早期に拾い上げる設計を推進する。

### +オンラインと地域のつなぎ（接続）の強化

オンライン相談を支援の「入口」としつつ、地域の実働支援へ接続する体制を強化する。オンラインから地域への「つなぎ（接続）」のモデル構築に関する実証研究をより推進する。

※こどもの自殺対策推進パッケージをもとに作成した既存の取組