

---

## 中高生の自殺願望とメンタルヘルス対策

永光信一郎

福岡大学医学部 小児科

---

こどもの自殺を予測できるのか。私たちこどもの健康に携わる者は、こどもの自殺予防にどの点に関わることができるのか考えなくてはいけない。こどもの自死を身近に経験した者は、その事実を知り自らを責め、後悔するも、予期はできなかつたと振り返る。自殺のリスクは全てのこどもにあり、病気の子どもだけに起こるものではなく、健康と思えるこどもにも突如起こることがあると知らないといけない。

私たちは精神科医のように自殺願望のある子の治療はできない。しかし、多くのこども達と接する機会を各々のフィールドの中で持っている。言い換えるならば、診療の中で、授業の中で、何かをこども達に伝えることのできる機会を与えられている。死にたいと思うことは特別なことではなく誰にでもあり、どのようなことがその気持ちを強めるのかをこども達に伝えることができる。「成績不振による自信の低下、将来の進路に対する不安、親子関係の辛さ、いじめによる孤立感、性別違和による混乱は、消えたくなる気持ちを強くしますよ。」「友達はそのような気持ちになったときにどうするのかなあ？知ってる？」尋ねることは抑止力になると信じてたい。

もうひとつ大切なことは、メンタル対策に不慣れである私たちが、こども達のリスク要因に気づいたときに何ができるか。こども達はメンタルという言葉嫌い、メンタルを強調するとコミュニケーションの窓口を閉ざしてしまうかもしれない。心理的・社会的健康課題へのアプローチよりも、随伴する不眠などの身体的健康課題から関わり合いをもつことで、自殺願望を間接的に抑えることができるかもしれない。

こどもの自殺を予測することはできない。しかし、予防に関わることはできる。30年前、こども虐待が報道され始めたとき、虐待対応は特別な専門職が関わる特別な領域と思われた。しかし、今ではすべての医療職、教育職が関わっている。こどもの自殺対策も今後、こどもの健康に携わる全ての者が関わっていくことが期待されている。