

2025年4月30日

マスコミ関係各位

## 自閉スペクトラム症・ADHD 傾向と自殺リスクに関する調査結果 ポジティブな子ども時代の経験が若者の自殺リスクを軽減

明治学院大学の足立 匡基準教授らの研究チームは、全国の若者5,000人を対象に実施した大規模調査を通じて、子ども時代の前向きな経験(ポジティブな子ども時代の経験:PCEs※1)と若者の自殺リスク(※2)との間に有意な負の関連があることを明らかにしました。

調査では、全国47都道府県から人口比に応じて参加者を抽出し、地域的な偏りを抑えた代表性の高いデータを用いました。分析の結果、PCEsの得点が高い若者ほど自殺のリスクが低い傾向が認められ、この傾向は神経発達症(※3)特性の高低にかかわらず一貫して確認されています。

中でも注意欠如・多動症(ADHD)の傾向が強い若者では、PCEsの保護的な効果がより顕著に現れる可能性が示されました。本研究は、子ども時代に得られる肯定的な人間関係や社会的経験が、若年期における自殺リスクを下げる重要な要因となり得ることを示しており、自殺予防やメンタルヘルス支援策の立案に向けた実証的な基盤を提供することが期待できます。

※の詳細は、用語解説を参照

### ◆研究者所属・研究者氏名

・明治学院大学心理学部 准教授 足立 匡基(研究代表者)

研究者情報:<https://gyoseki.meijigakuin.ac.jp/mguhp/KgApp/k03/resid/S000543>

弘前大学大学院医学研究科／子どもの発達科学研究所 客員研究員

(共同研究者)

・東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター 講師 高橋 芳雄

・埼玉学園大学人間学部心理学科 講師 森 裕幸

### ◆掲載誌名・DOI

掲載誌名 :Frontiers in Psychiatry, DOI:10.3389/fpsy.2025.1566098

論文タイトル:Positive childhood experiences reduce suicide risk in Japanese youth with ASD and ADHD traits: a population-based study

論文URL:

[Frontiers | Positive childhood experiences reduce suicide risk in Japanese youth with ASD and ADHD traits: a population-based study](#)

#### ◆本研究のポイント

- ・自殺念慮の生涯経験率は33.9%、現在における自殺企図の経験率は5.6%と、若者の深刻な精神的課題が浮き彫りにされました。
- ・ASD特性とADHD特性はそれぞれ独立して自殺リスクの高さと関連しており、両特性を併せ持つ群では自殺リスクが最も高いことがわかりました
- ・PCEsと自殺リスクとの間に有意な負の関連があることが示されました。この関連は、ASD特性・ADHD特性の高低にかかわらず確認され、PCEsが広範な層に有効である可能性を示唆するものです。
- ・特にADHD傾向が強い若者では、PCEsの保護的効果がより顕著に現れる傾向がみられました。
- ・PCEsは、神経発達症特性のある若者だけでなく、一般の若者にとっても自殺予防の観点から重要な心理的資源となる可能性があります。
- ・子ども時代の良好な人間関係や社会的なつながりが、将来のメンタルヘルスに与える影響を裏づける実証的知見であり、自殺対策や若者支援において、リスク要因だけでなく保護要因にも目を向ける重要性を示しました。

#### ◆研究内容

##### 【背景】

日本では、若年層(15~34歳)の死因第1位が自殺であり、国際的に見ても深刻な状況にあります。中でも、自閉スペクトラム症(ASD)や注意欠如・多動症(ADHD)といった神経発達症の特性を持つ若者は、感情調整の困難さや社会的孤立、対人トラブルなどの背景から、自殺関連行動(自殺念慮や自殺企図)に陥るリスクが高いことが近年の研究で明らかにされつつあります。

こうした中、自殺リスクに対する「保護因子」として、子ども時代における前向きで支援的な経験(PCEs)に注目が集まっています。PCEsは、ACE(逆境の子ども時代の経験)とは対照的に、心のレジリエンスや感情調整力を育む環境要因として機能するとされますが、これまでにPCEsと神経発達特性の関係を包括的に検討した研究は、国内外を問わずほとんど存在していませんでした。

##### 【本研究で得られた結果・知見】

本研究では、2023年11月にオンライン形式で調査を実施し、調査会社が保有するパネルから、全国47都道府県の人口構成比に基づいて抽出された16~25歳の若者5,000人を対象としました。ASD特性・ADHD特性・ポジティブな子ども時代の経験(PCEs)・自殺念慮を含む自殺関連リスクについて、複数の信頼性の高い尺度を用いて評価し、詳細な統計解析を行いました。

その結果、「本気で死にたいと思ったことがある」と回答した若者は33.9%、自殺企図があると回答した者は5.6%にのびました。自殺念慮の理由としては、学校での問題(27.8%)、家庭内の問題(20.0%)が多い結果となりました。自殺念慮・企図の割合は国際的に見ても高水準であり、ポストコロナ期の日本における若年層のメンタルヘルスの深刻さを浮き彫りにするものです。

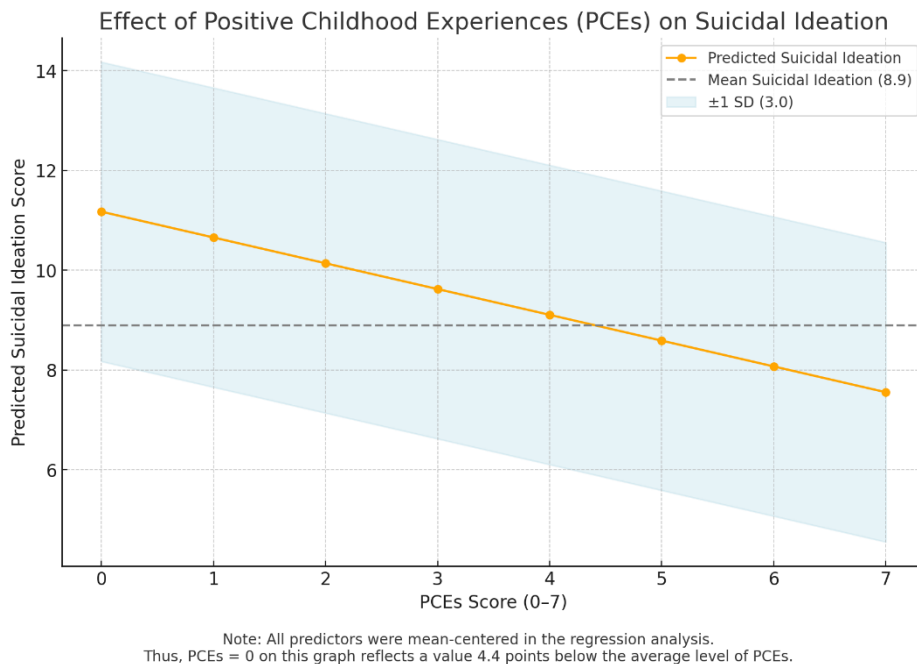
一方で、PCEsの得点が1点上昇する(すなわち、経験したPCEsが1つ増える)ごとに、自殺念慮スコアが平均0.52点減少する傾向が確認されました。この効果は統計的に有意であるだけでなく、臨床的にも意味のある減少幅であり、PCEsが自殺リスクに対して保護的に機能する可能性を示しています。

この関連性は、ASD・ADHD特性の有無にかかわらず全体として一貫して認められました、特にADHD特性が高い若者において、その保護効果がより顕著でした。ADHDに伴いやすい衝動性や感情調整の困難に対して、PCEsが心理的な緩衝因子として作用している可能性が示唆されます。

一方で、ASDとADHDの両方の特性を併せ持つ若者群では、自殺念慮スコアが最も高く、PCEsの得点は最も低いという特徴的な傾向も明らかとなりました。この併存群は、支援的な人間関係や安心できる環境を得にくい状況に置かれている可能性があり、心理的に最も脆弱な状態にあることを示す重要な所見です。

### 【今後の研究展開および波及効果】

本研究は、発達特性の有無を問わず、若者の自殺予防において保護要因としてのポジティブな子ども時代の経験(PCEs)の意義を明確に示しました。今後は、PCEsの形成を支える環境要因に着目し、学校、家庭、地域社会といった複数の場面での実践的な介入の開発や、エビデンスに基づく政策提言が求められます。また、PCEsの促進がとくに効果的と考えられる高リスク群(ADHD特性の強い若者など)への重点的支援の設計や、多機関連携を通じた支援体制の構築なども、今後の研究と社会実装の重要な方向性となるでしょう。



図：ポジティブな子ども時代の経験(PCEs)と自殺リスクとの関係

### 【図の解説】

<ポジティブな子ども時代の経験(PCEs)と自殺リスクとの関係>

図は、PCEsの得点と、自殺リスクのスコアとの関連を示したものです。横軸はPCEsの得点(0~7点)を、縦

軸は回帰分析に基づいて予測された自殺リスクのスコアを表しています。オレンジ色の線は、PCEsの得点が増えるにつれて自殺念慮スコアが低下する傾向を示しており、点線は全体の自殺念慮スコアの平均値(8.9点)を示しています。水色の帯は、±1標準偏差(SD=3.0)の範囲を表しています。

この分析では、性別、年齢、主観的経済状況(SES)、ASD特性、ADHD特性を統制した上で、PCEsと自殺リスクの関係を抽出しており、他の要因の影響を除いたうえでのPCEsの効果を示しています。その結果、PCEsの得点が1点上昇するごとに、自殺念慮スコアが約0.52点ずつ低下するという、統計的に有意かつ臨床的にも意味のある関連が確認されました。

図中の「PCEs=0」は、平均(4.4点)より4.4点低い水準に相当し、支援的な経験がほとんどなかった層を表しています。逆にPCEsスコアが高い若者ほど、自殺念慮は明確に低い水準にとどまっており、PCEsが若年層の自殺リスクを下げる重要な保護因子である可能性が示唆されます。

#### ◆用語解説

##### ※1 PCEs(Positive Childhood Experiences)

PCEsとは子ども時代に得られる肯定的で支援的な人間関係や社会的経験を指す概念であり、近年では、逆境的な体験(ACE=Adverse Childhood Experiences)と対をなす保護因子として注目されています。PCEsは、発達途上の子どもにとって感情の安定や自己肯定感、レジリエンス(心理的回復力)を育む土台となり、将来的には精神的健康や社会的適応に良い影響をもたらすことが指摘されてきました。しかし、日本国内での実証研究は限られており、神経発達症(ASD・ADHDなど)との関連を検討した研究は、国際的にも少ないのが現状です。

本研究では、Bethellら(2019)の提唱に基づき、以下の7項目をPCEsとして評価しました。

1. 家族に自分の気持ちを話すことができた
2. 困難なときに家族が支えてくれたと感じた
3. 地域の行事や伝統に参加して楽しいと感じた
4. 高校時代に帰属意識(居場所)を感じられた
5. 友人からの支援を感じられた
6. 両親以外に自分に興味を持ってくれる大人が少なくとも2人いた
7. 家庭内に安心感や安全を感じられる大人がいた

これらのPCEsは、心理的ケア、教育支援、地域づくりなどの実践にも活用可能な指標であり、神経発達症特性の有無を問わず、すべての子どもにとって重要な環境要素と位置づけられます。

##### ※2 自殺リスクの評価

本研究では、末木(2019)によって開発された6項目版の自殺念慮尺度を用いました。当該尺度は、個人が抱える自殺に関する考えや感情の強さ・頻度・持続性などを評価するための心理尺度です。各項目では、「死にたい気持ちがどの程度あるか」「その気持ちはどれくらい続くか」「どのくらい頻繁に起こるか」「自殺を実行する具体的な方法を考えているか」など、自殺念慮に関連する内面的な思考や感情の状態を段階的に評価します。

各質問は3段階で回答され、総得点は6点から18点(原尺度では、0点から12点)の範囲をとります。得点が高いほど、自殺に関する思考や欲求が強く、リスクが高い状態を示します。

### ※3 神経発達症(ASD(自閉スペクトラム症)、ADHD(注意欠如・多動症))

ASD(自閉スペクトラム症)とADHD(注意欠如・多動症)は、いずれも神経発達症の代表的な疾患であり、子どもから成人まで幅広い年齢層に見られる発達特性です。ASDは、社会的コミュニケーションや対人関係の困難、興味や行動の偏り、感覚過敏や鈍麻などの特徴を持ち、他者との相互理解が難しいことがあります。ADHDは、不注意、落ち着きのなさ(多動)、衝動性が中心的な特性で、学業・就労・人間関係において課題を抱えることが多いとされています。

両者は独立した診断カテゴリーですが、近年では併存(共起)することが非常に多いことが知られており、発達特性の重なりによってリスクが複合化することが指摘されています。本研究においても、ASDとADHDの両特性を有する若者は、どちらか一方の特性のみを有する群や、特性を有さない群に比べて、自殺念慮や自殺企図のリスクが有意に高いという傾向が確認されました。

また、ASD・ADHDのいずれも、感情の調整の難しさや対人関係のトラブル、社会的孤立、過去の逆境体験(ACE)との関連性が高く、これらが複合的に自殺関連行動(Suicide-Related Behaviors)に影響を与える可能性があります。

本研究では、臨床診断に基づく分類ではなく、一般集団を対象としたスクリーニング尺度によるASD・ADHD傾向(traits)の評価を行っており、日常的に困難を感じながらも医療や支援につながっていない層も含めた広範なリスクの実態を捉えている点が特徴です。

### ◆研究費情報

本研究は、文部科学省科学研究費補助金(基盤研究B)「大規模前向きコホートデータを活用した科学的根拠に基づく子どもの自殺予防体制の構築」(代表者:足立匡基 課題番号:23K22358)の助成を受けて実施されました。

### □■明治学院大学について■□

創設者は“ヘボン式ローマ字”の考案や和英・英和辞書『和英語林集成』の編纂、聖書の日本語訳完成などの業績があるヘボン博士。建学の精神である「キリスト教による人格教育」と学問の自由を基礎とし、ヘボン博士が貫いた“Do for Others(他者への貢献)”を教育理念としています。2024年に本学初の理系学部「情報数理学部」と「情報科学融合領域センター」を開設し、2027年4月には大学院に情報数理学研究科を設置する構想を進めています(仮称・設置構想中)。スポーツ分野では2028年度までに箱根駅伝本戦出場を本気で目指し、MG箱根駅伝2028プロジェクト「Road to HAKONE 2028」に取り組んでいます。

#### ▼大学公式Webサイト

<https://www.meijigakuin.ac.jp>

#### ▼MG箱根駅伝プロジェクト特設サイト

<https://www.meijigakuin.ac.jp/campuslife/ekiden>

【広報に関するお問い合わせ】

明治学院大学 総合企画室広報課

〒108-8636 東京都港区白金台1-2-37

担当：工藤・大坪

E-mail: [koho@mguad.meijigakuin.ac.jp](mailto:koho@mguad.meijigakuin.ac.jp)