

東大和市  
こころの健康に関する市民意識調査  
事業所等調査  
報告書

---

令和2年3月  
東大和市



# 目次

|   |           |
|---|-----------|
| <b>第1章 こころの健康に関する市民意識調査</b> .....           | <b>1</b>  |
| <b>調査概要</b> .....                           | <b>3</b>  |
| <b>調査結果</b> .....                           | <b>4</b>  |
| <b>I 回答者自身のことについて</b> .....                 | <b>4</b>  |
| (1) 性別 .....                                | 4         |
| (2) 年齢 .....                                | 4         |
| (3) 居住地区 .....                              | 5         |
| (4) 居住年数 .....                              | 6         |
| (5) 世帯構成 .....                              | 7         |
| (6) 配偶者・パートナーとの関係 .....                     | 7         |
| (7) 職業 .....                                | 8         |
| (8) 家計の状況 .....                             | 9         |
| (9) 幸福度 .....                               | 9         |
| <b>II 悩みやストレスについて</b> .....                 | <b>10</b> |
| (10) 日頃、悩みや苦労、ストレス、不満を感じる事柄 .....           | 10        |
| (11) 日々の生活の中で感じることとその頻度 .....               | 11        |
| (12) 日常生活の悩みや苦労、ストレス、不満解消の内容と程度 .....       | 12        |
| <b>III 人に相談することについて</b> .....               | <b>13</b> |
| (13) 悩みやストレスを感じた時の考え方 .....                 | 13        |
| (14) 悩みやストレスを感じた時の相談相手 .....                | 14        |
| (15) 悩みやストレスを感じた時の対処方法 .....                | 15        |
| <b>IV 相談を受けることについて</b> .....                | <b>16</b> |
| (16) 身近な人がつらそうに見えた時の対応 .....                | 16        |
| (17) 身近な人がつらそうに見えた時に最もよくする対応 .....          | 17        |
| <b>V 自殺に関する考えについて</b> .....                 | <b>21</b> |
| (18) 「自殺」について思うこと .....                     | 21        |
| (19) 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応 .....         | 22        |
| (20) 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の最も可能性の高い対応 ..... | 23        |
| <b>VI 自殺対策・予防等について</b> .....                | <b>27</b> |
| (21) 自殺対策に関する啓発物を見聞きしたことの有無 .....           | 27        |
| (21-1) これまで見聞きしたことのある自殺対策に関する啓発物 .....      | 28        |
| (21-2) 自殺対策に関する啓発物を見た場所 .....               | 29        |

|   |           |
|---|-----------|
| (21-3) 自殺対策に関する啓発物を見た時の対応.....              | 30        |
| (22) 講演会や講習会への参加の有無.....                    | 31        |
| (23) 自殺対策に関する PR 活動.....                    | 31        |
| (24) 問 23 の理由.....                          | 32        |
| (25) 自殺対策基本法の認知度.....                       | 35        |
| <b>VII 自死遺族への支援について.....</b>                | <b>36</b> |
| (26) 周りで自殺(自死)した人の有無.....                   | 36        |
| (26-1) 周りで自殺(自死)をした人との関係.....               | 37        |
| (27) 身近な人が自死遺族であると分かった時の対応.....             | 38        |
| (28) 身近な人が自死遺族であると分かった時、最も可能性の高い対応.....     | 39        |
| (29) 自死遺族の支援について知っていること.....                | 42        |
| <b>VIII 自分自身が自殺を考えたことについて.....</b>          | <b>43</b> |
| (30) 本気で自殺をしたいと考えたことの有無.....                | 43        |
| (31) 自殺をしたいと考えた理由や原因.....                   | 44        |
| (32) 自殺を思いとどまった理由.....                      | 45        |
| (33) 自殺をしたいと思った時の相談相手.....                  | 46        |
| (34) 自由記述.....                              | 47        |
| <b>主なクロス集計結果.....</b>                       | <b>54</b> |
| (1) 家計の状況.....                              | 54        |
| (2) 日頃、悩みや苦勞、ストレス、不満を感じる事柄.....             | 55        |
| (3) 日常生活の悩みや苦勞、ストレス、不満解消の内容と程度.....         | 57        |
| (4) 悩みやストレスを感じた時の考え方.....                   | 59        |
| (5) 悩みやストレスを感じた時の相談相手.....                  | 60        |
| (6) 悩みやストレスを感じた時の対処方法.....                  | 67        |
| (7) 身近な人がつらそうに見えた時に最もよくする対応.....            | 70        |
| (8) 「自殺」について思うこと.....                       | 71        |
| (9) 自死遺族の支援について知っていること.....                 | 72        |
| (10) 自殺をしたいと考えた理由や原因.....                   | 73        |
| (11) 自殺を思いとどまった理由.....                      | 74        |
| <b>第 2 章 『東大和市自殺対策計画』策定のための 事業者等調査.....</b> | <b>75</b> |
| <b>調査概要.....</b>                            | <b>77</b> |
| <b>調査結果.....</b>                            | <b>78</b> |
| (1) 自殺を疑うような相談を受けたことの有無.....                | 78        |
| (2) 自殺を疑うような相談を受けた時の具体的な対応.....             | 79        |
| (3) 相談者との継続的な関わり.....                       | 80        |

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| (4) 自殺予防対策・活動の取組み及び取組みたい、取組む予定..... | 81 |
| (5) 自殺予防対策の問題点や課題.....              | 82 |
| (6) 自殺予防対策としての関係機関の連携体制の必要性.....    | 83 |
| (7) 連携先.....                        | 84 |
| (8) 具体的な連携方法.....                   | 85 |
| (9) 連携することの難しい理由.....               | 85 |
| (10) 東大和市への意見・要望.....               | 86 |



# 第1章

## こころの健康に関する市民意識調査

---



# 調査概要

## 調査の目的

東大和市では、「東大和市自殺対策計画」の策定にあたり、日ごろの市民の皆様の「こころの健康に関する意識」を把握し、市民の皆様が心身ともに健康に暮らしていけるように支援していくための基礎資料とするために意識調査を実施しました。

## 調査の方法

- 調査対象：市内在住の18歳以上の市民から無作為抽出
- 調査期間：2019(令和元)年12月10日(火)～12月24日(火)
- 調査方法：郵送配布・郵送回収
- 配布・回収状況：

| 配布数     | 回収数     | 有効回答数   | 有効回収率 |
|---------|---------|---------|-------|
| 2,985 票 | 1,012 票 | 1,012 票 | 33.9% |

## 調査の内容

- 主な設問：回答者の属性
  - 悩みやストレスについて
  - 人に相談することについて
  - 相談を受けることについて
  - 自殺に関する考えについて
  - 自殺対策・予防等について
  - 自死遺族への支援について
  - 自分自身が自殺を考えたことがあるかどうかについて

## 報告書の見方

- 回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100.0%にならない場合があります。
- 複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100.0%を超える場合があります。
- 図表中において「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。
- 図表中の「n (number of case)」は、集計対象となった回答者数（あるいは回答者を限定する設問の限定条件に該当する人）を表しています。
- 本文、表、グラフは、表示の都合上、調査票の選択肢等の文言を一部省略している場合があります。

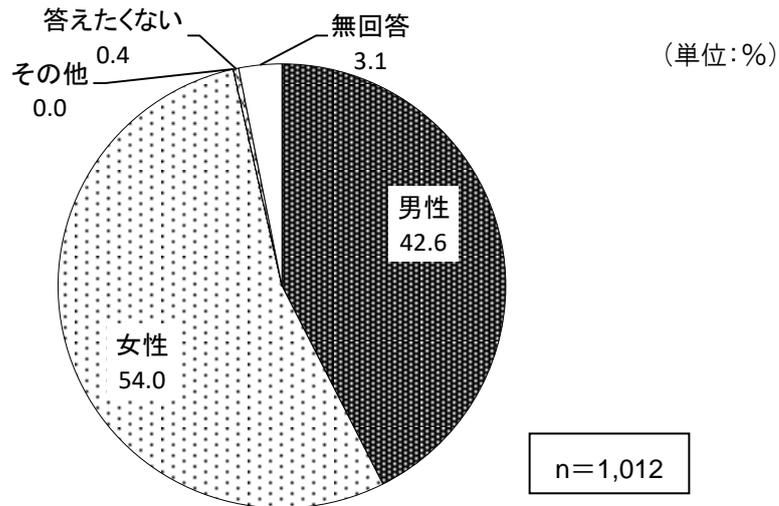
# 調査結果

## I 回答者自身のことについて

### (1) 性別

問1 あなたの性別を教えてください。(○は1つ)

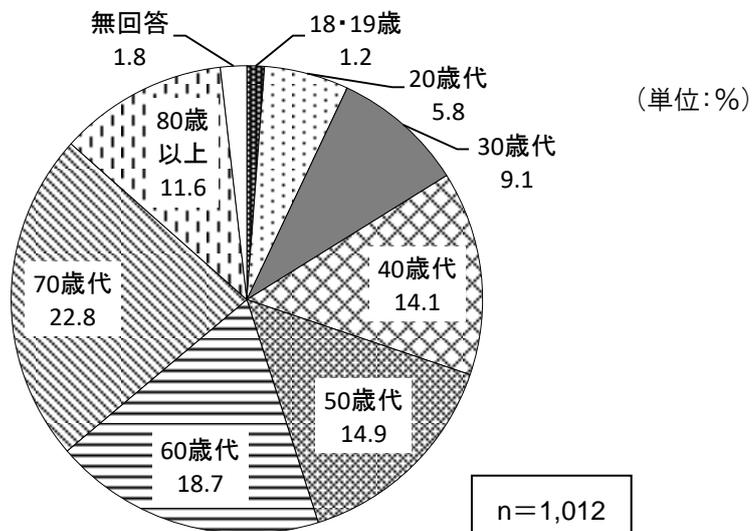
性別については、「女性」が54.0%、「男性」が42.6%となっています。



### (2) 年齢

問2 あなたの年齢（平成31年4月1日現在）を教えてください。(○は1つ)

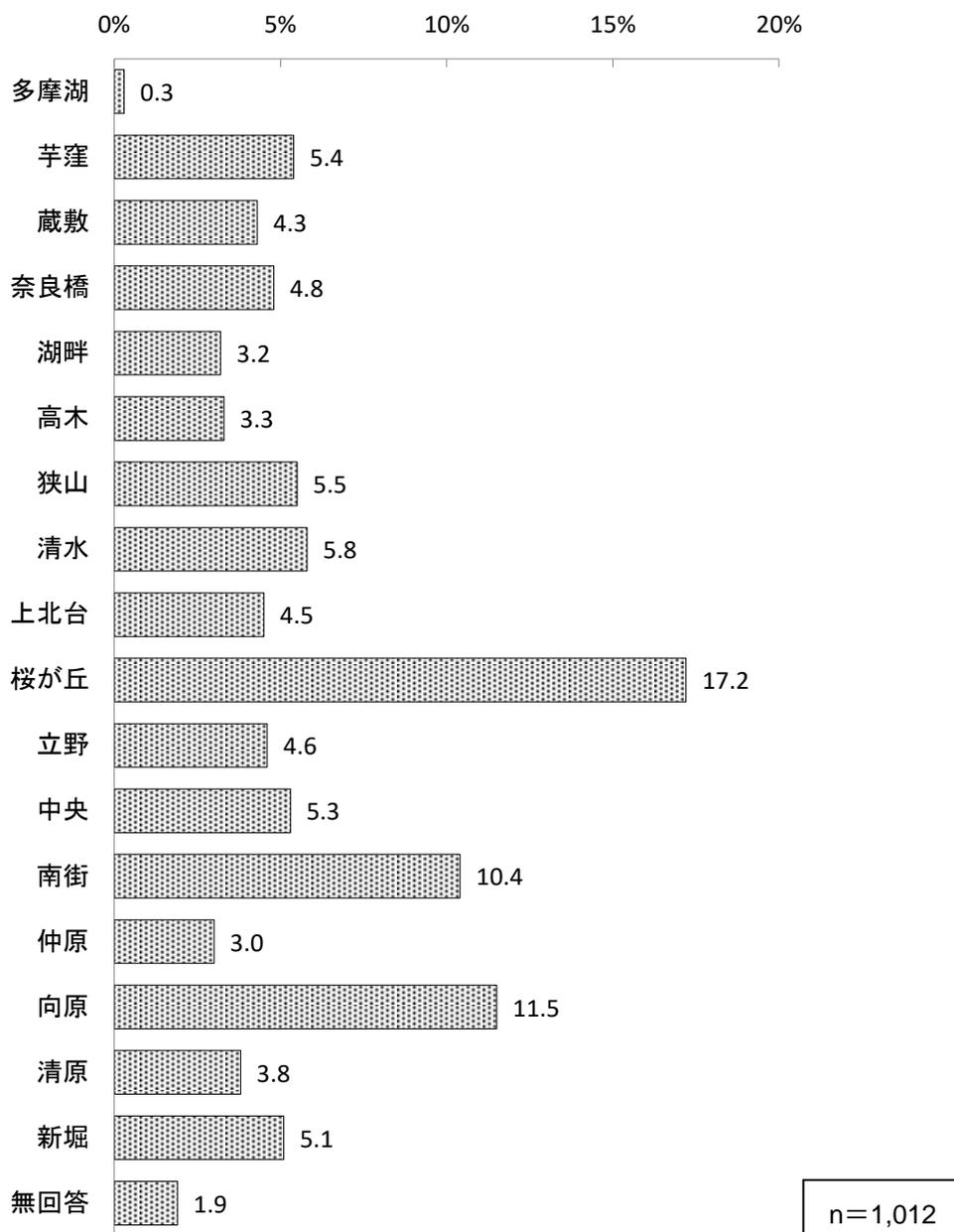
年齢については、「70歳代」が22.8%と最も高く、次いで「60歳代」が18.7%、「50歳代」が14.9%、「40歳代」が14.1%、「80歳以上」が11.6%、「30歳代」が9.1%、「20歳代」が5.8%、「18・19歳」が1.2%となっています。



### (3) 居住地区

問3 あなたがお住まいの地区を教えてください。(〇は1つ)

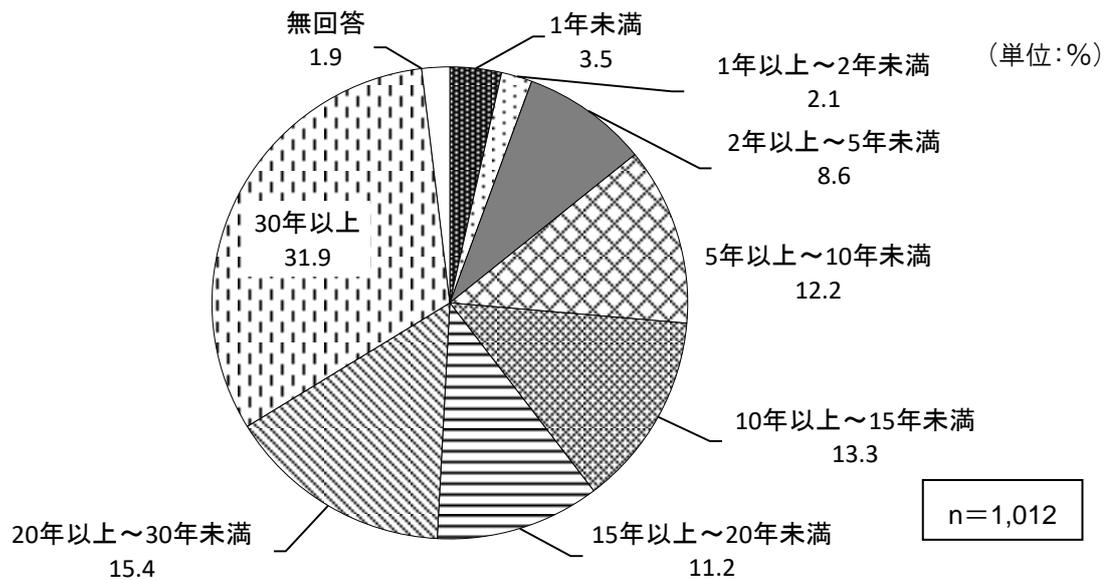
居住地区については、「桜が丘」が17.2%と最も高く、次いで「向原」が11.5%、「南街」が10.4%と続いています。



#### (4) 居住年数

問4 現在のお住まいでの居住年数はどのくらいですか。(○は1つ)

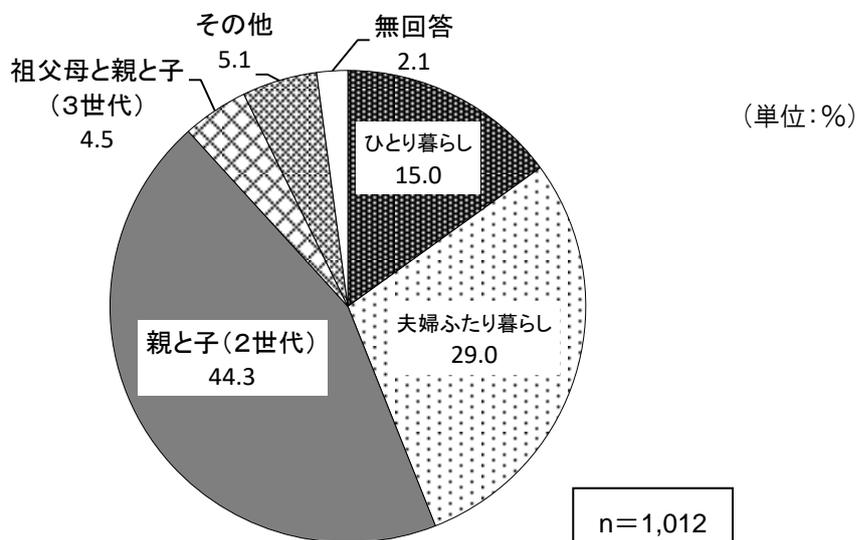
居住年数については、「30年以上」が31.9%と最も高く、次いで「20年以上～30年未満」が15.4%、「10年以上～15年未満」が13.3%、「5年以上～10年未満」が12.2%、「15年以上～20年未満」が11.2%、「2年以上～5年未満」が8.6%、「1年未満」が3.5%、「1年以上～2年未満」が2.1%となっています。



## (5) 世帯構成

問5 あなたの家の世帯構成を教えてください。(○は1つ)

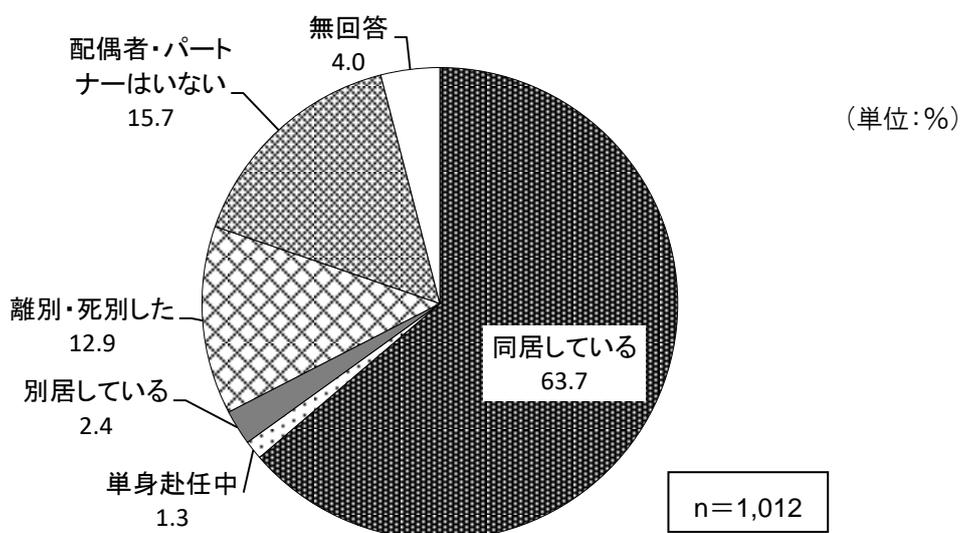
世帯構成については、「親と子(2世代)」が44.3%と最も高く、次いで「夫婦ふたり暮らし」が29.0%、「ひとり暮らし」が15.0%、「祖父母と親と子(3世代)」が4.5%となっています。



## (6) 配偶者・パートナーとの関係

問6 配偶者・パートナーとの現在の関係を教えてください。(○は1つ)

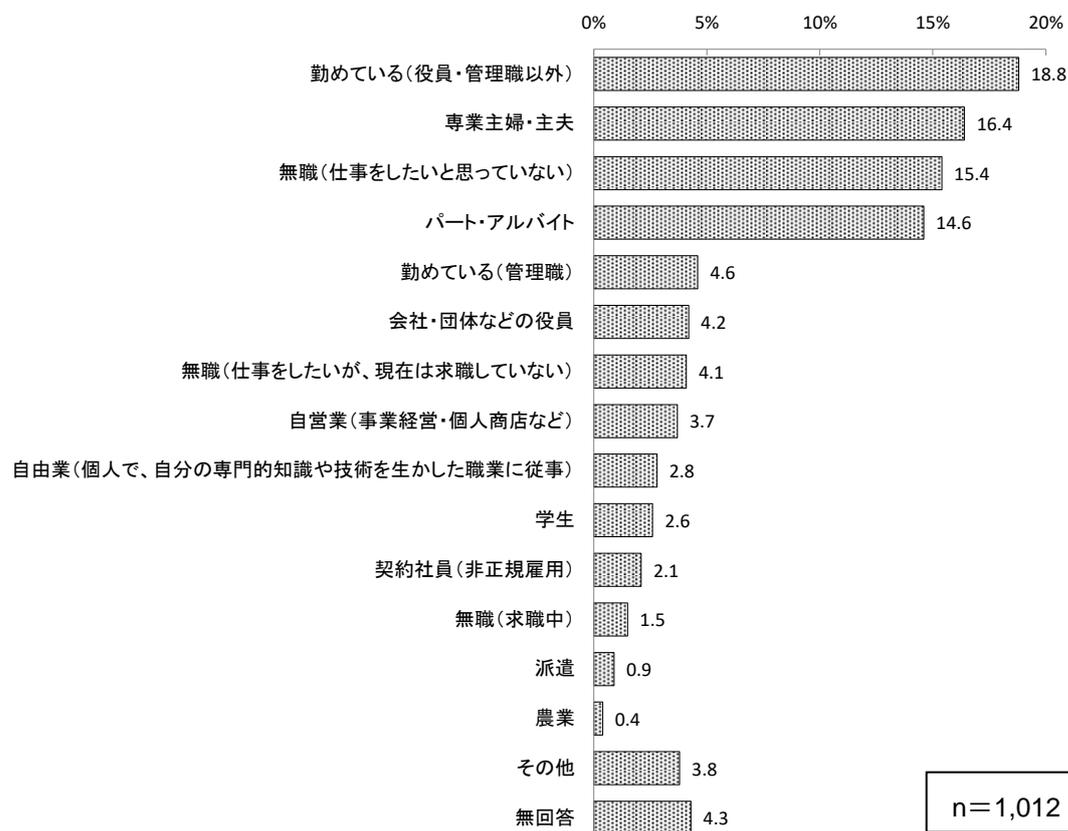
配偶者・パートナーとの関係については、「同居している」が63.7%と最も高く、次いで「配偶者・パートナーはいない」が15.7%、「離別・死別した」が12.9%、「別居している」が2.4%、「単身赴任中」が1.3%となっています。



## (7) 職業

問7 あなたの主たるご職業を教えてください。(○は1つ)

職業については、「勤めている(役員・管理職以外)」が18.8%と最も高く、次いで「専業主婦・主夫」が16.4%、「無職(仕事をしたいと思っていない)」が15.4%、「パート・アルバイト」が14.6%と続いています。



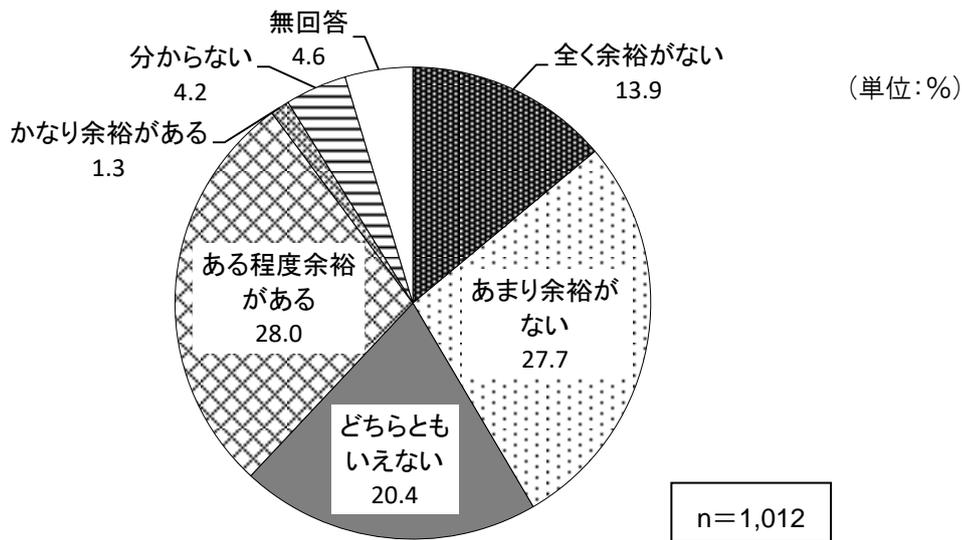
### ●その他

年金生活者/不動産貸業/障害者作業所/大学教授・言語心理学/ホームヘルパー/マンション所有・個人事業主/編物教室 等

## (8) 家計の状況

問8 ご家庭の家計の余裕はどの程度ありますか。(○は1つ)

家計の状況については、「ある程度余裕がある」が28.0%と最も高く、次いで「あまり余裕がない」が27.7%、「どちらともいえない」が20.4%、「全く余裕がない」が13.9%、「分からない」が4.2%、「かなり余裕がある」が1.3%となっています。

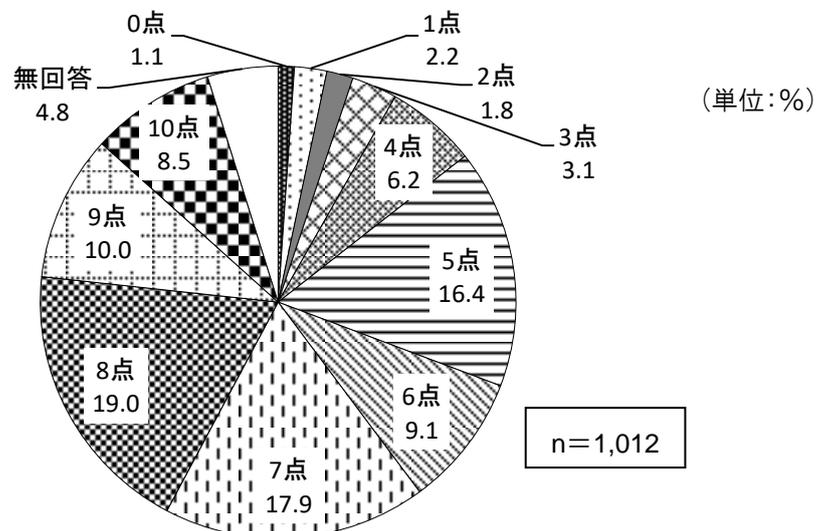


## (9) 幸福度

問9 現在、あなたはどの程度幸せですか。「とても不幸せ(0点)」から「とても幸せ(10点)」の間で表すと、何点だと思えますか。数字に○を付けてください。(○は1つ)

幸福度については、10点満点中「8点」が19.0%と最も高く、次いで「7点」が17.9%、「5点」が16.4%、「9点」が10.0%、「6点」が9.1%、「10点」が8.5%と続いています。低い点数では、「0点」が1.1%、「1点」が2.2%、「2点」が1.8%、「3点」が3.1%、「4点」が6.2%となっています。

なお、平均点は「6.6点」となっています。



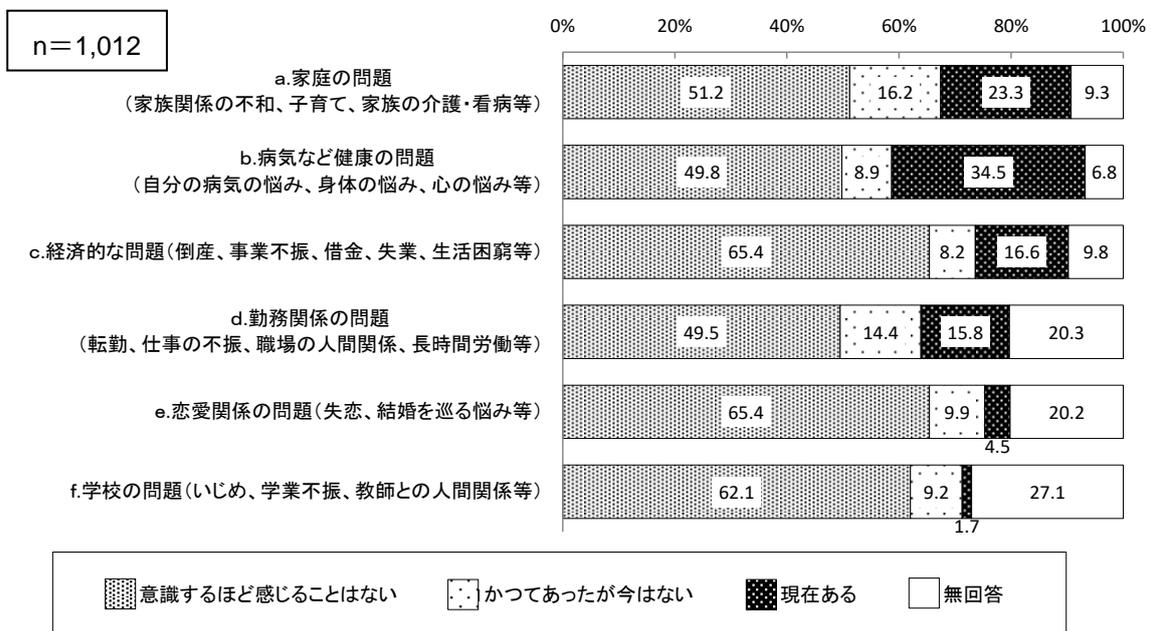
## II 悩みやストレスについて

### (10) 日頃、悩みや苦勞、ストレス、不満を感じる事柄

問 10 あなたは日頃、a～g のそれぞれの問題に関して、悩みや苦勞、ストレス、不満を感じることがありますか。（それぞれに○は1つ）

日頃、悩みや苦勞、ストレス、不満を感じる事柄については、「意識するほど感じることはない」と「かつてあったが今はない」を合わせると、全項目とも約6～7割となっています。

一方、「現在ある」では、「病気など健康の問題」が34.5%と最も高く、次いで「家庭の問題」が23.3%、「経済的な問題」が16.6%、「勤務関係の問題」が15.8%、「恋愛関係の問題」が4.5%、「学校の問題」が1.7%となっています。



### ●その他

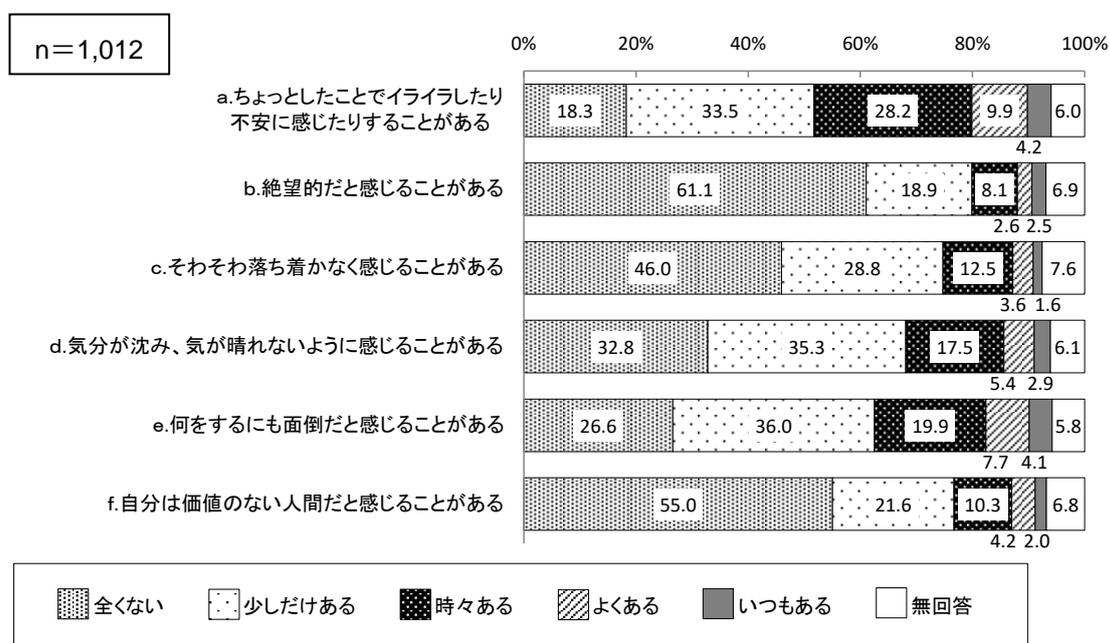
近隣のベットのなき声/心の病気(精神病)の子ども(成人)が入院中。先が心配/歩きたばこ/今の政治/田舎から都会へ戻ってきたギャップ/障害を持つ息子と同居。8050 問題/現在足が痛く、原因がわからず医者には加齢のためと言われていて、長生きはしたくないと感じている。アパート住まいで、階下の方とうまくやるのがむずかしい/高齢者用住宅が少ない/孤独感/老後の不安/子、孫の将来に不安/年金生活の不安、持病があるため/夫に対するストレス/将来の生活が不安/長男の結婚(未婚)/老後体力低下に不安/主人が清瀬の病院に入院して1か月 20 万円の入院費が掛かり、いつまで入院か見とおしが付かず大変/働けなくなった時の経済的な問題が不安/個人事業しているが、仕事をしても収入がなく、年金も2か月で8万程度なのでパートナーの面倒を全面支援している/主人が終末期のため入院/高齢のため体が不自由になったときのことが心配/自然災害が多くTVの映像を見てストレスを感じる/いじめに合いやすいこと/相続問題/うまく動けない/夫の仕事/ご近所さんたちのあいさつが少ない/子どもたちが通う学校とその他の学校の学力的な差/政治、教育、社会等/家事 等

## (11) 日々の生活の中で感じることとその頻度

問 11 あなたは日々の生活の中で、次のように感じることはありますか。  
(それぞれに○は1つ)

日々の生活の中で感じることとその頻度については、「ちょっとしたことでイライラしたり不安に感じたりすることがある」について、「よくある」と「いつもある」を合わせると14.1%、また、「何をするにも面倒だと感じることはある」について、「よくある」と「いつもある」を合わせると11.8%となっています。

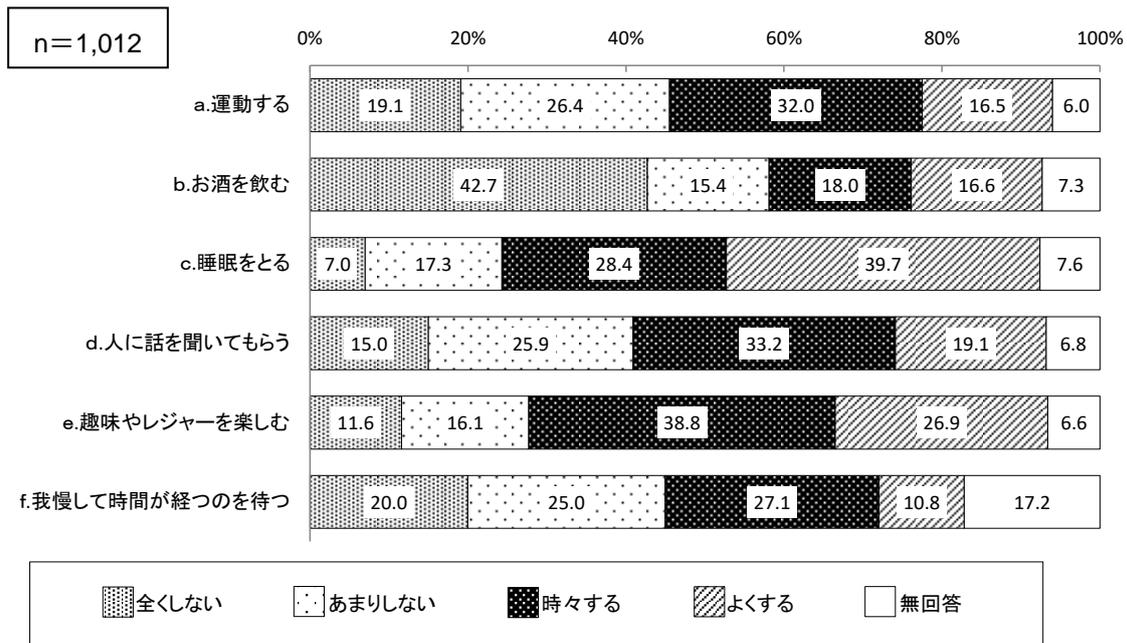
「全くない」は、「絶望的だと感じることはある」が61.1%、「自分は価値のない人間だと感じることはある」が55.0%となっている一方、「自分は価値のない人間だと感じることはある」について、「よくある」と「いつもある」を合わせると6.2%、また、「絶望的だと感じることはある」について、「よくある」と「いつもある」を合わせると5.1%存在しています。



(12) 日常生活の悩みや苦勞、ストレス、不満解消の内容と程度

問 12 あなたは日常生活の悩みや苦勞、ストレス、不満を解消するために、次のことをどのくらいしますか。(それぞれに○は1つ)

ストレス解消のために何をどのくらいするかについては、「睡眠をとる」が「時々する」と「よくする」を合わせて68.1%と最も高く、次いで「趣味やレジャーを楽しむ」が65.7%、「人に話を聞いてもらう」が52.3%、「運動する」が48.5%と続いています。



●その他

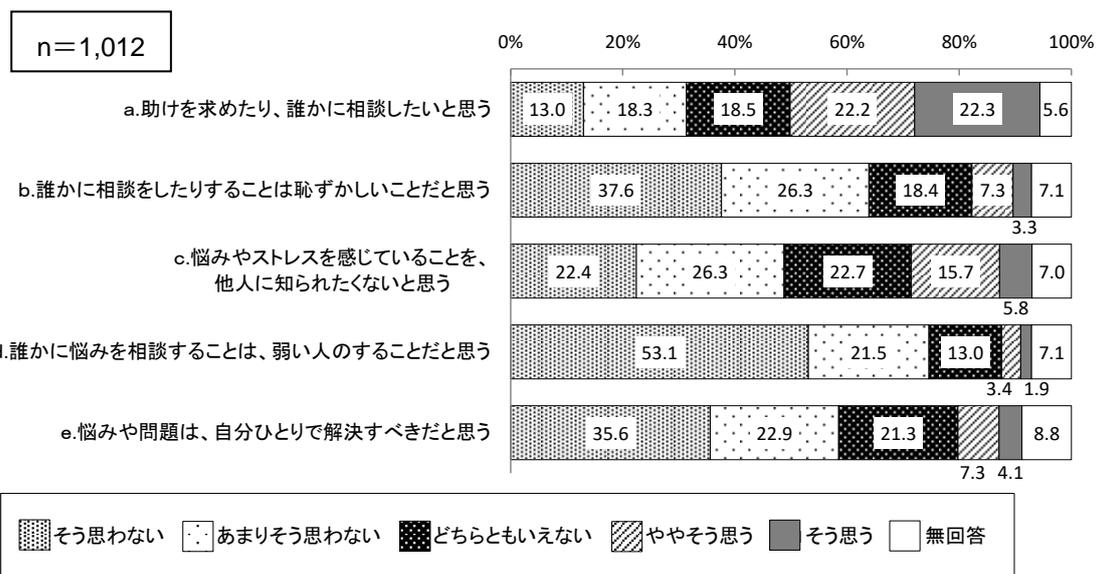
録画した映画を1人で見る事/友人とのランチやウォーキング、手芸など/仕事、家事を楽しく行うことを心がける/好きな音楽を聴いたり、好きなドラマ、映画を見る/小聲で歌いながら散歩に行く。他人と会話する/映画、読書/ラジオを聞く/本を読む/問題解決に話し合ったり、自分自身で解消に努力する/散歩をしながら気分を変える。ゲートボール/何もせず家でのんびりする。ペット(猫)とたわむれる/音楽のクラブに入部している/ゆったりする/買い物をする/食べる/家族にあたる/散歩。今はマンホールカード集め/人の世話が好きで話しかける/遠出をする/ネコ一匹と暮らしており、とてもいやされる/人や仲間と話をする/子や夫と離れて1人の時間を作る/家事/忘れること/買い物。一人の時間を楽しむ/湯につかってリラックス 等

### III 人に相談することについて

#### (13) 悩みやストレスを感じた時の考え方

問 13 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。(それぞれに○は1つ)

悩みやストレスを感じた時の考え方については、「助けを求めたり、誰かに相談したいと思う」が「ややそう思う」と「そう思う」を合わせて44.5%と最も高く、次いで「悩みやストレスを感じていることを、他人に知られたくないと思う」が21.5%、「悩みや問題は、自分ひとりで解決すべきだと思う」が11.4%、「誰かに相談をしたりすることは恥ずかしいことだと思う」が10.6%と続いています。



#### ●その他

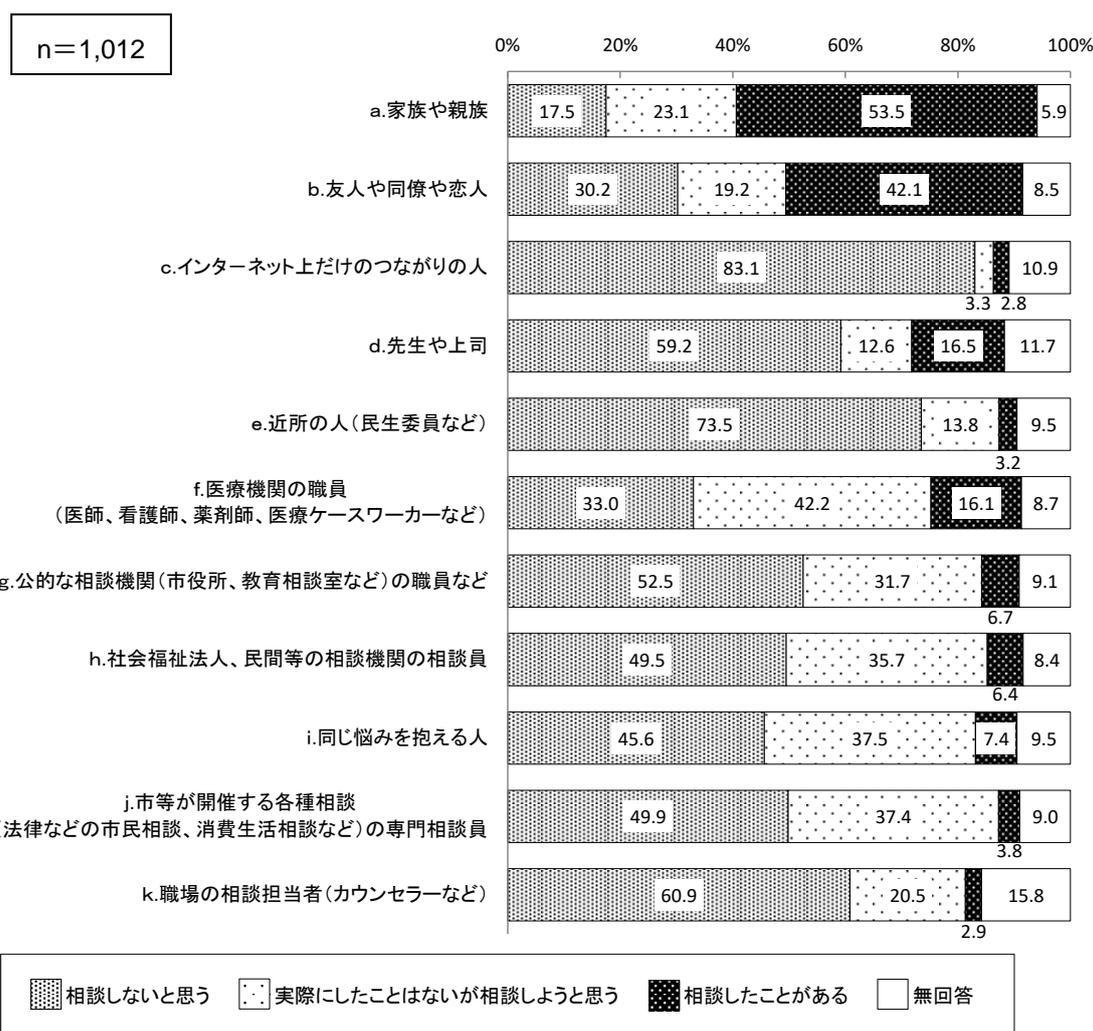
乗り越えるべく課せられた人生の課題だと思う/自分一人では解決できない事が多い/原因をつきつめて、前向きに考える/その時にやりたい事をする/自分で解決できることはするようにしている/他人(友人等)に相談してもどうにもならない問題が多い/何か問題があれば我慢する/解決するように祈る/相談したい気持ちはあるが、言葉や文章にする事が苦手でうまく伝えられない/相談することが相手にとって迷惑になるとか、もっと大きな問題をかかえている人と比べて小さい悩みなのではないかと思うと相談できなくなる/体を引きずってでも自分の力でと思う/自宅の処分/自分のマイナス面をかくす人が多いと思う/どう感じるのかは自分の問題。感じ方を変えれば良いと気持ちをきりかえる/悩み、ストレスの種類によると思う/相談することでその相手に心配や迷惑をかけたくない 等

## (14) 悩みやストレスを感じた時の相談相手

問 14 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人々に相談したことがありますか。または、相談しようと思いますか。(それぞれに○は1つ)

悩みやストレスを感じた時の相談相手については、「相談したことがある」では、「家族や親族」が53.5%、「友人や同僚や恋人」が42.1%と高くなっています。

一方、「相談しないと思う」では、「インターネット上だけのつながりの人」が83.1%、「近所の人(民生委員など)」が73.5%と7割を超え高くなっています。



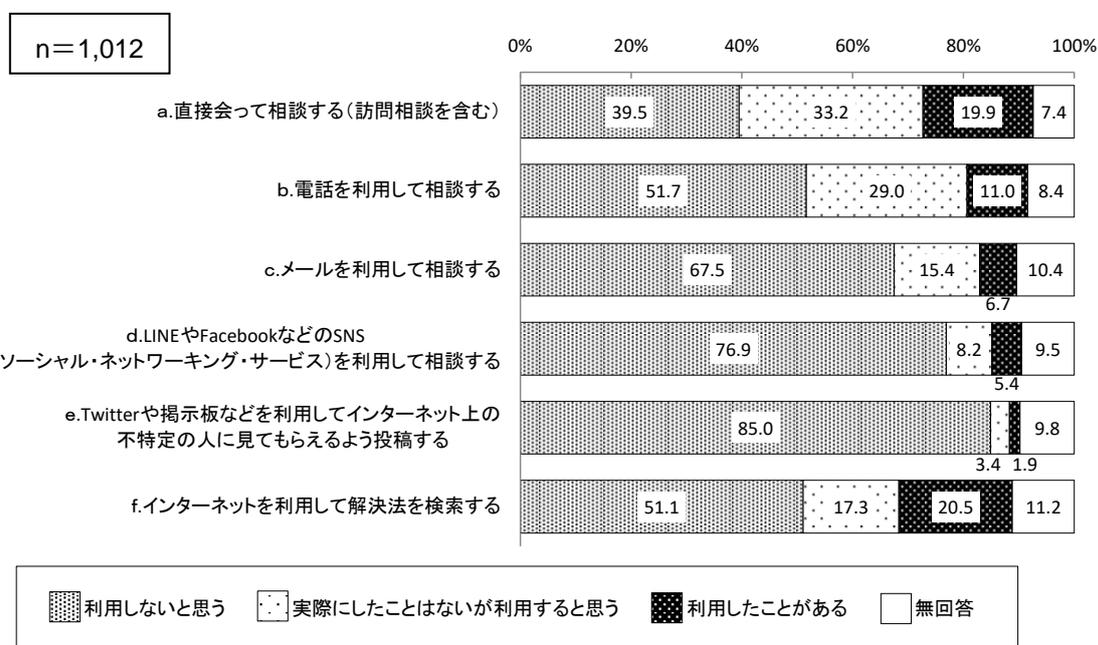
## ●その他

人を選ばないと相談した事により又、新たなストレスになる/市が開催した催しに参加した事がある/グループホーム世話人、ガイドヘルパーに話す/面と向かって話せる相手には話せる/消費者センター/子どもの学業に関して塾の先生/公的な所への相談も検討した事もあるが、実際行った時どう話し始めたらよいのかと思うとハードルが高く、お願いできない/悩み、ストレスの種類による 等

## (15) 悩みやストレスを感じた時の対処方法

問 15 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下のどのような方法を利用したことがありますか。または、利用したいと思いますか。(それぞれに○は1つ)

悩みやストレスを感じた時の対処方法については、「直接会って相談する(訪問相談を含む)」が「実際にしたことはないが利用すると思う」で33.2%と最も高く、次いで「電話を利用して相談する」が29.0%と続いています。また、「インターネットを利用して解決法を検索する」が「利用したことがある」で20.5%と最も高く、次いで「直接会って相談する(訪問相談を含む)」が19.9%、「電話を利用して相談する」が11.0%と続いています。一方、「Twitterや掲示板などを利用してインターネット上の不特定の人に見てもらえるよう投稿する」が「利用しないと思う」で85.0%、「LINEやFacebookなどのSNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)を利用して相談する」が76.9%と特に高くなっています。



### ●その他

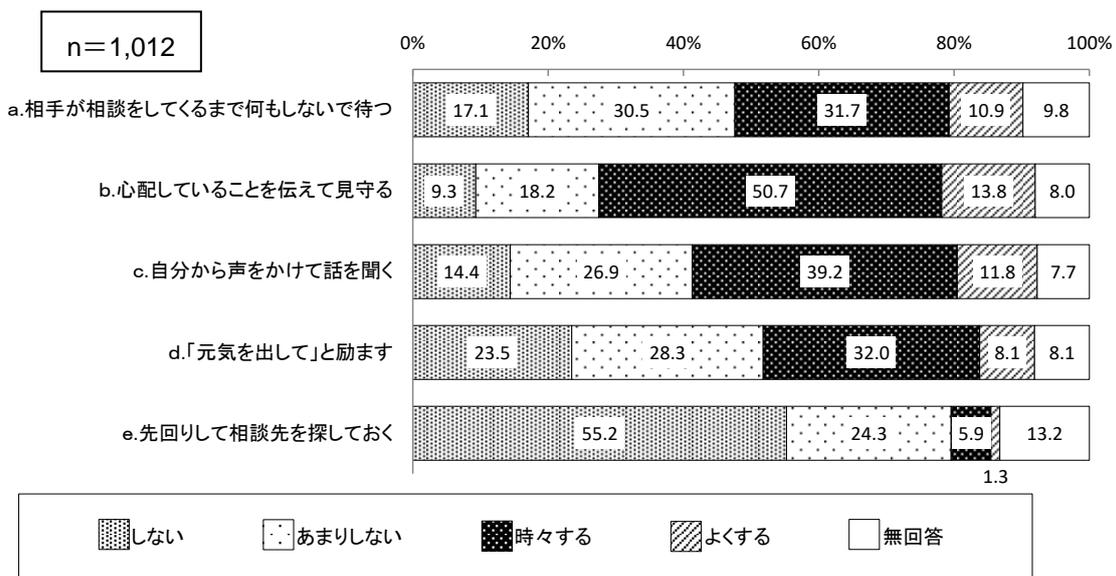
新聞に電話の悩みごと相談があったので、相談したことがある(相続について)/市に頼りたかったが、ネット検索すると「法テラス」を挙げており、利用しづらかった/悩み、ストレスの種類による 等

## IV 相談を受けることについて

### (16) 身近な人がつらそうに見えた時の対応

問 16 理由は分からないけれども、身近な人がいつもと違った様子でつらそうに見えた時に、あなたはどのように対応しますか。(それぞれに○は1つ)

身近な人がつらそうに見えた時の対応については、「心配していることを伝えて見守る」が「時々する」と「よくする」を合わせて64.5%と最も高く、「自分から声をかけて話を聞く」が51.0%、「相手が相談をしてくるまで何もしないで待つ」が42.6%、「『元気を出して』と励ます」が40.1%と続いています。



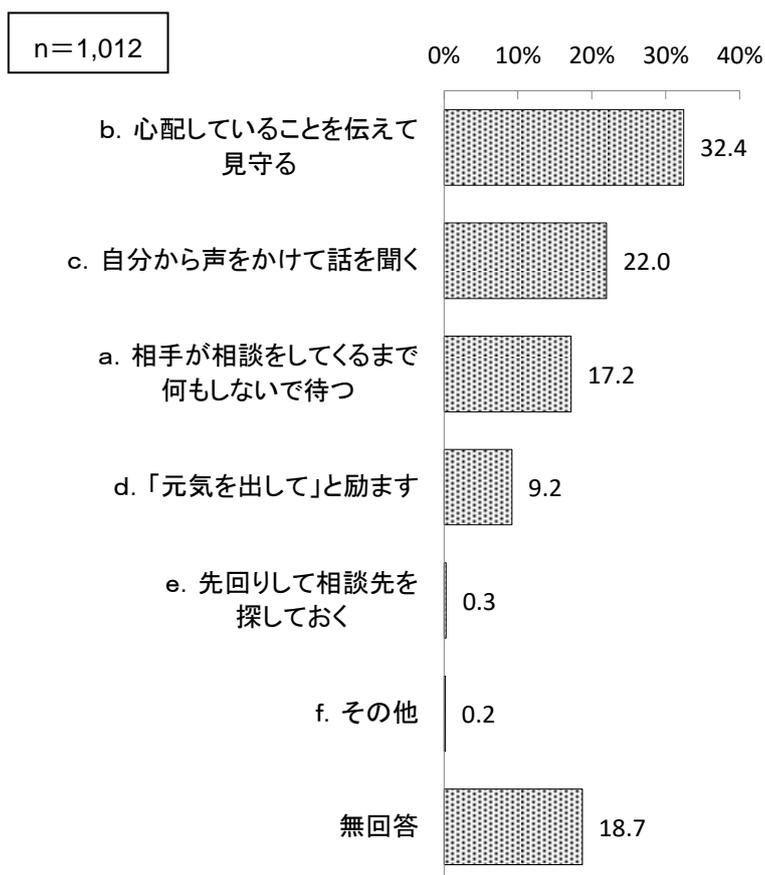
### ●その他

話を聞けるようにしたい/多くの時間を取って話を聞く/自分がその人の身近にいることを感じてもらう/「心配している」と声をかけることで声をかけられた人は、それも負担になる場合があるので、通常の日常会話を心がけ、相手から話しかけやすい状況を作る/実際に困っていて相談されたら、いろいろな相談機関を探す/いやがる人もあるので無理はしない事/きられるかもしれないが、おせっかいをやく/自分以外の人にうかつな事は言わない/声はかけるが専門家ではないのでがんばれとは言わない/(家族の場合)心療内科を受診させる等

## (17) 身近な人がつらそうに見えた時に最もよくする対応

問 17 前の質問（問 16）での選択肢（a～f）の中で、最もよくする対応を教えてください。また、その理由を教えてください。

身近な人がつらそうに見えた時に最もよくする対応については、「心配していることを伝えて見守る」が 32.4%と最も高く、「自分から声をかけて話を聞く」が 22.0%、「相手が相談をしてくるまで何もしないで待つ」が 17.2%、「『元気を出して』と励ます」が 9.2%と続いています。



### ●項目別主な理由

#### 【心配していることを伝えて見守る】理由

- ・伝えることは伝えて、解決の実際のタイミングは本人と思っているから。
- ・悩んでいる人にプレッシャーを与えたくはないが、「見てる」「気にかけている」ことを伝えて安心してもらいたいから。
- ・声はかけるが本人が話してくれるようなら力になりたいと思う。
- ・相談を聞く準備はある事を伝え、後は本人の意志を尊重したい。
- ・相手が話したくないと思っているかもしれないが、話すことで少し気が休まるかもしれないので、こちらの心配している思いは伝えたいと思うため。
- ・人によって介入されるのを嫌がる人もいるので、何を悩んでいるのかがはっきりするまで見守る（意志は伝える）。
- ・自分がそうしてもらいたいから、無理に聞き出さない。心配している理由だけ伝えて相手が話したくなるまで待つ。
- ・だれかがあなたのことを心配している、気にかけているということをきちんと伝えて、一人ぼっちではないことに気付いて欲しいから。

- ・話したくなったら話せるような環境を整えておくため、受け入れる準備があることを伝えておくため。
- ・人によって話せる話、話せない話があり、それは個人の価値感で変わる。だから話したい時の相手がいないという状態にならないように、聞き手の候補の1人になれるように見守りたい。
- ・味方がいるということを伝えたいため。
- ・辛そうに感じることは伝え、本人が話せるタイミングで伝えてくれるのを待ちたいから。
- ・いつも気に掛けているとさりげなく伝え、こちらからはしつこく聞いたりしないようにする。向こうから何か言って来てくれれば相談に乗る。
- ・いつも見守っている事を伝える。
- ・安心感を与えつつ、おせっかいにならないようにふるまいたいから。
- ・あまり思いつめないように味方である旨、伝たえておきたいから。
- ・相手の人に相談して欲しい事を伝えて、後は相手の考えを待つ。
- ・心配していることは伝えるが、相手が相談してくるまで見守る。
- ・何でも聞きだすのもどうかと思うところもあり、いつでも相談できるよというアピールをしておけば、タイミングで相談してくれるかなと。
- ・理由がわからない場合、話せる内容かどうかもわからないので「何かあれば、いつでも話を聞くよ」と伝えて、相手の出方を待つのが自分ならそうして欲しいと思うので。
- ・悩みが言いやすいように声がけだけはする。相談にくるのを待つ。言いたくないこともあるかもしれないので、おせっかいにならない程度にする。
- ・1人で抱えこみすぎてほしくないの、いつでも声をかけてもらって大丈夫だよと伝え、どうするかは本人が決めて、話したいならきく…というスタンスの方が私はありがたいと思っているので。
- ・相手が話したいか話したくないかはその人によって違うので、おせっかいにならない程度にしたいからいつでも相談してね、ということだけ伝えてゆっくり見守りたいから。
- ・その人なりのタイミングがあると思う。その中でも1つの選択肢に自分がいることを伝えておきたい。
- ・気に掛けている事を伝え、相手から話してくるか様子を見る。
- ・話しを聞く準備があることを伝えるため。
- ・気にかけてもらってると分かるだけでも少し気が楽になる時があるから。その逆もあるので軽く話すようにしている。
- ・“何か自分自身力になれることがあれば”という気持ちを相手に伝え、知ってもらいたいから。
- ・相手のことを気にかけていることは伝えておき、相談しやすい雰囲気を持ちながら接する。
- ・まずは味方がいることを伝え安心してもらおう。更に話をする気持ちになれば聞く。
- ・相手が話したくない場合もあるので、あなたのことを心配している人がいることを伝えることが大切だと思っているので。
- ・いつでも聞いてあげられるということを伝えておくため。

### 【自分から声をかけて話を聞く】理由

- ・聞かないと分からない事もあるので話を聞いて、自分で役に立つことがあればしたいと思うので。
- ・話を聞いてあげるだけでスッキリする事も多いと思うので。
- ・少しでも早く解決してあげたいと思う。
- ・話をする事で気持ちが軽くなるから。
- ・話を聞いたり悩みを共有したりすることで、少しでも力になれると思うから。
- ・話せば相手が少しでも楽になる気がするから。
- ・吐き出すことである程度軽減できることもあるため。
- ・話を聞いてもらうだけで気持ちが楽になることもあるので。何か力になれば。
- ・解決にはいたらなくても、だれかに話すこと(聞いてもらう)で少し楽になると思うから。
- ・話を聞いてみないと分からないから。
- ・自分から言いづらいことがあるかもしれないから。
- ・普段と違う様子なら声をかけない理由はない。

- ・聞いた方が早いから。
- ・心配で声を掛けて聞いてもらったほうが、スッキリするかと思うから。
- ・自分からは話しにくいと思うから。自分から声をかけてあげたいから。
- ・話を聞いてもらうだけでも少しは気持ちが楽になると思うし、自分が何かできる事があるかもしれないから。
- ・「どうしたの？」と声を掛ければ相手がどのような状態なのかよくわかるため。
- ・辛そうな様子をみてだまっていられない。
- ・一人じゃないと伝える。
- ・様子がおかしいのは放っておけないので、自ら“どうした？”と聞いてしまう。
- ・悩みを話すきっかけを作ってあげたいので。
- ・少しでも楽になってほしいから。
- ・相手のいつもとちがう様子に気づけば声をかけます。
- ・自分なら辛い時に声を掛けてもらえると嬉しく思うため。

### 【相手が相談をしてくるまで何もしないで待つ】理由

- ・自分の話したいタイミングがあると思うから。
- ・本当につらいかどうか判断つかないので。
- ・人の心に勝手に入りこむのも何か申し訳ないし、遠まわしに心が開くのを待っている。出しやばりすぎるのもどうかと思うので。
- ・相手の気持ちを優先。こちらの考えや気持ちをおしつける事になってしまう場合があり、かえって良くない方向にいつてしまう怖さあり。
- ・言いたくない事もあるだろうから相手から話してくれるまで待つ。
- ・相手がどの程度悩んでいるかわからないから自分からは問いたささない。
- ・相手が信頼してくれているのなら相談してくると思う。そうでなければ余計なお世話になりかねない。
- ・話してくれないと分からないから。
- ・本人にその気がなければこちらからいつても迷惑やおせっかいになるから。
- ・自分がされたくないから。
- ・相手が望んでいないかもしれない。出しやばっているとされるかもしれない。
- ・人の考え方はそれぞれだから相手から相談にすれば話をきくが、自分から動くことはしない。
- ・本当に困った時には相談してくれると思う。それ以外は余計なおせっかいになるおそれがある。
- ・おせっかいになるから自分からは声をかけない。
- ・出しやばり過ぎないことが大切。
- ・余り深入りする事を避ける。
- ・相手から発信することが大切だと思うので。
- ・人には言いたくないこともあるだろうから。
- ・家族以外の人はその状況が詳しくわからないから。
- ・プライベートな問題なので本人の気持ちを尊重したい。
- ・相手が相談したいと思わないと、私の言っていることが耳にとどかないから。
- ・話たくないこともあると思うので基本的に何もしない。
- ・相手の気持ちを尊重。
- ・相手が話してくれないと、こちらから聞かない方がよいと思うから。
- ・他人には言いたくない悩みかもしれないので、相手が話してくれるまで待つ。
- ・相手の心情を最優先して立ち入らない。
- ・相手が本当に相談したいと思うなら必ず来るので。

### 【「元気を出して」と励ます】理由

- ・具体的に聞かないように、でも気にかけているから。
- ・声かけは大事だと思うので。
- ・最終的には、悩みを聞いてあげたとしても励ます事しかできない。
- ・実際に身近に違った様子の人がいた経験がないので対応について想定できないが、まずは励ますことぐらいだろう。さらに公的機関等に相談してみてもアドバイスする程度だと思う。
- ・元気がないと心配なので。

### 【先回りして相談先を探しておく】理由

- ・解決法を調べておき、すぐ力になれるよう準備は必要。
- ・相談されたらすぐ動けるように準備しておく。

### 【その他】理由

- ・さりげなく花を持っていったり、何かのおすそ分けをしている。

## V 自殺に関する考えについて

### (18) 「自殺」について思うこと

問 18 あたは「自殺」についてどのように思いますか。(それぞれに○は1つ)

「自殺」についてどのように思うかについては、「m：自殺を考える人の多くは、精神的に追い詰められて他の方法を思いつかなくなっている」が「そう思う」と「どちらかというそう思う」を合わせて79.0%と最も高く、次いで「j：防ぐことができる自殺も多い」が74.7%、「l：自殺を考える人は、様々な問題を抱えていることが多い」が74.5%、「k：自殺をしようとする人の多くは、何らかのサインを発している」が70.7%、「d：自殺する人は、よほどつらいことがあったのだと思う」が69.2%、「b：自殺せずに生きていけば良いことがある」が64.4%と続いています。

一方、「c：自殺(未遂)は繰り返されるので、周囲の人が止めることはできない」が「そう思わない」と「どちらかというそう思わない」を合わせて46.2%と最も高く、次いで「g：自殺は本人が選んだことだから仕方がない」が43.9%、「a：生死は最終的には本人の判断に任せるべき」が39.2%、「i：自殺は恥ずかしいことである」が35.6%、「f：自殺は本人の弱さから起こる」が34.0%と続いています。

(n=1,012)

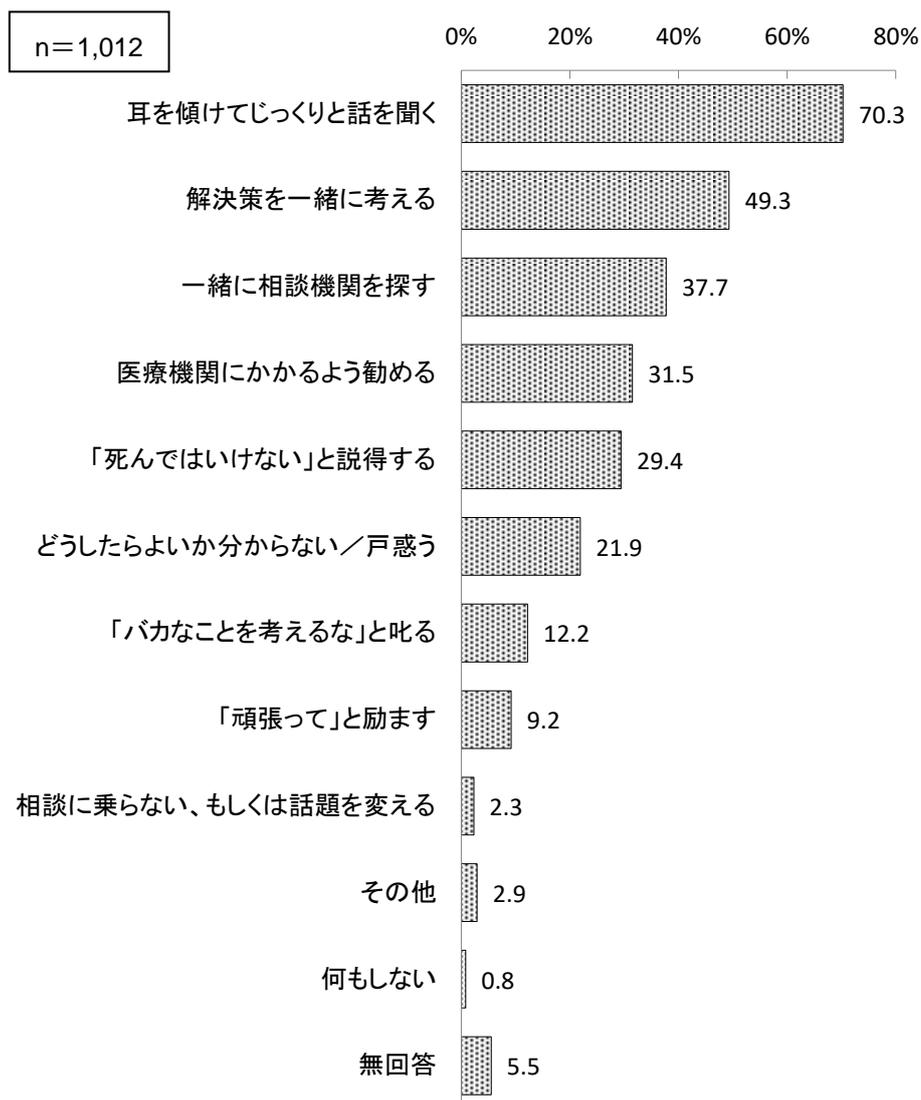
単位：%

| 選択項目  | そう思わない | どちらかという<br>そう思わない | どちらともいえない | どちらかという<br>そう思う | そう思う | 無回答 |
|---|--------|-------------------|-----------|-----------------|------|-----|
|   | そう思わない |                   |           | そう思う            |      |     |
| a 生死は最終的には<br>本人の判断に任せるべき                         | 29.3   | 9.9               | 26.5      | 10.4            | 15.5 | 8.4 |
|   | 39.2   |                   |           | 25.9            |      |     |
| b 自殺せずに生きていけば<br>良いことがある                          | 3.6    | 3.0               | 21.2      | 25.0            | 39.4 | 7.8 |
|   | 6.6    |                   |           | 64.4            |      |     |
| c 自殺(未遂)は繰り返されるので、<br>周囲の人が止めることはできない             | 28.1   | 18.1              | 29.0      | 8.4             | 7.5  | 9.0 |
|   | 46.2   |                   |           | 15.9            |      |     |
| d 自殺する人は、よほどつらいことが<br>あったのだと思う                    | 3.5    | 3.9               | 15.8      | 22.8            | 46.4 | 7.6 |
|   | 7.4    |                   |           | 69.2            |      |     |
| e 自殺は自分には<br>あまり関係がない                             | 12.5   | 8.7               | 20.1      | 16.5            | 34.1 | 8.2 |
|   | 21.2   |                   |           | 50.6            |      |     |
| f 自殺は本人の弱さから起こる                                   | 23.1   | 10.9              | 34.5      | 10.8            | 12.7 | 8.0 |
|   | 34.0   |                   |           | 23.5            |      |     |
| g 自殺は本人が選んだことだから<br>仕方がない                         | 30.2   | 13.7              | 29.2      | 9.0             | 9.7  | 8.2 |
|   | 43.9   |                   |           | 18.7            |      |     |
| h 自殺を口にする人は、<br>本当には自殺しない                         | 14.6   | 7.7               | 43.7      | 14.6            | 10.9 | 8.5 |
|   | 22.3   |                   |           | 25.5            |      |     |
| i 自殺は恥ずかしいことである                                   | 26.1   | 9.5               | 36.8      | 8.6             | 10.4 | 8.7 |
|   | 35.6   |                   |           | 19.0            |      |     |
| j 防ぐことができる自殺も多い                                   | 2.0    | 1.2               | 13.7      | 26.8            | 47.9 | 8.4 |
|   | 3.2    |                   |           | 74.7            |      |     |
| k 自殺をしようとする人の多くは、<br>何らかのサインを発している                | 2.3    | 1.9               | 17.0      | 33.2            | 37.5 | 8.1 |
|   | 4.2    |                   |           | 70.7            |      |     |
| l 自殺を考える人は、<br>様々な問題を抱えていることが多い                   | 1.3    | 0.9               | 15.4      | 27.1            | 47.4 | 7.9 |
|   | 2.2    |                   |           | 74.5            |      |     |
| m 自殺を考える人の多くは、<br>精神的に追い詰められて<br>他の方法を思いつかなくなっている | 1.6    | 1.1               | 10.9      | 26.3            | 52.7 | 7.5 |
|   | 2.7    |                   |           | 79.0            |      |     |

(19) 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応

問 19 もし身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、あなたはどのように対応しますか。(〇はいくつでも)

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応については、「耳を傾けてじっくりと話を聞く」が70.3%と最も高く、次いで「解決策を一緒に考える」が49.3%、「一緒に相談機関を探す」が37.7%、「医療機関にかかるよう勧める」が31.5%、「『死んではいけない』と説得する」が29.4%、「どうしたらよいか分からない/戸惑う」が21.9%と続いています。



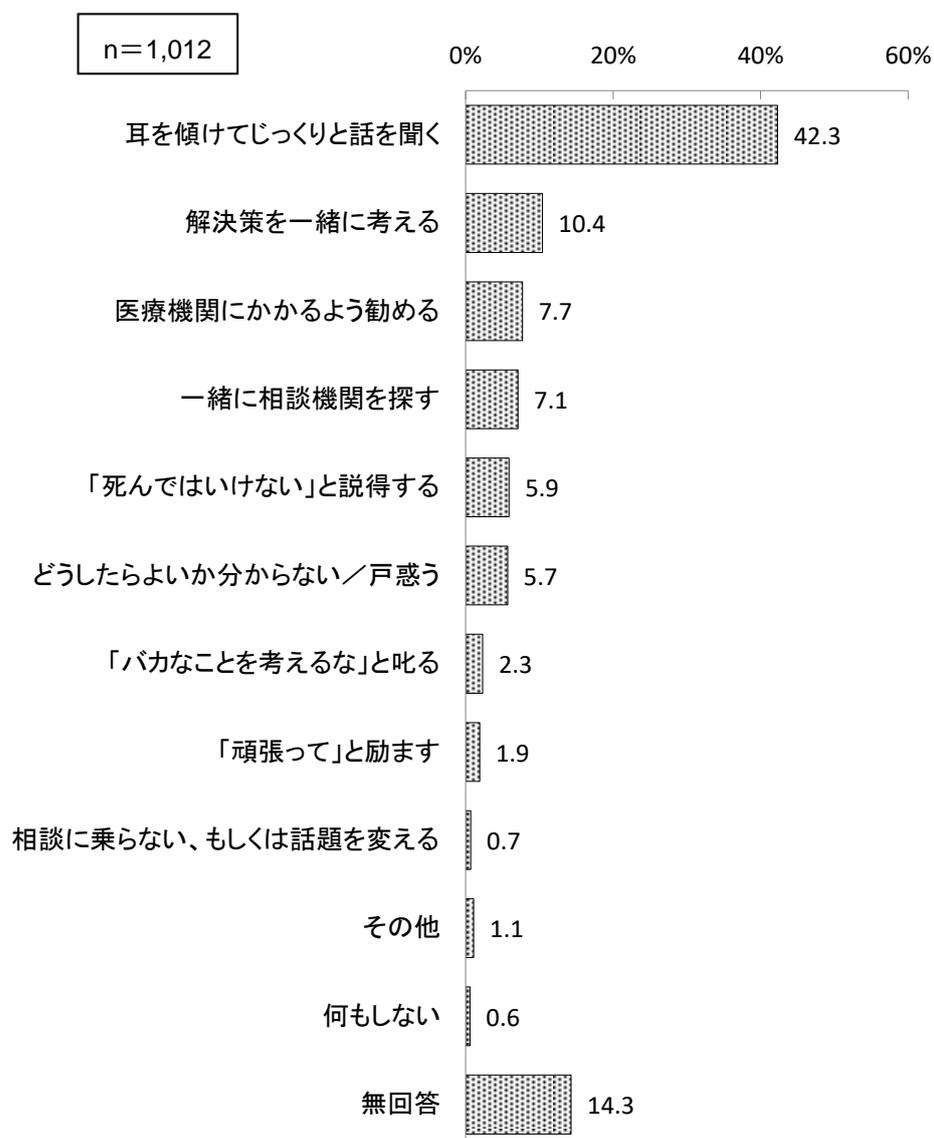
●その他

気分転換できることを一緒にする/あなたが大切だから死んでほしくないと伝える/周囲にかける迷惑と自殺を実行する度胸を考えてもなお実行したいなら止めない/自殺したら私が悲しいことを伝える/「根性ないな」としかる/散歩と一緒にいき、気分転換をする(できるだけ一緒に)/共感/環境を変えられるか考える/なぜなのか理由をきく/一人だけで考えさせないで、カウンセリングなど受けるようにする/専門家に連絡する/その人の家族とも話をする/飯を食べさせて、たっぷり寝かせる/本人のしたいようにさせる/放置はせず定期的に連絡をとる/「死んでしまいたいと思うくらいならその原因から逃げてしまえばいい」と伝える/命は大切と教える/深く関わらない/本人の死にたいと思う理由をきく/警察に届ける/本人の自由に任せる 等

## (20) 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の最も可能性の高い対応

問 20 前の質問（問 19）で、最も可能性が高い対応とその理由を教えてください。

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の最も可能性の高い対応については、「耳を傾けてじっくりと話を聞く」が42.3%と最も高く、次いで「解決策と一緒に考える」が10.4%、「医療機関にかかるよう勧める」が7.7%、「一緒に相談機関を探す」が7.1%と続いています。



### ●項目別主な理由

#### 【耳を傾けてじっくりと話を聞く】理由

- ・話を聞く事について相手も気が楽になるのではないと思う。
- ・話して吐き出してもらうことが良いと感じるため。
- ・一方的に叱ったり、説得すると逆効果となる可能性があるので、まずは傾聴することが大事だと思うから。
- ・私も話を聞いてもらって楽になる事があるので、話を聞いて一緒に考えていけたらと思ったから。
- ・相手が打ち明ける事で、たまっているものを吐き出せば少しは軽くなるのではないと思うから。

- ・話を聞く事で、相手の気持ちが落ち着くこともあり、自殺したい気持ちが消えてくれれば…と考える。
- ・他人に話す事により、心の整理が少しは付くような気がする。
- ・話を聞く事により解決策が生まれるから。
- ・胸の中に留まっている悩みをすべてはき出させる事で、少しは気持ちも落ちついてくと思う。対応はそれから。
- ・話を聞くことで何かできることがあるかもしれないから。
- ・話を聞いて一緒に考え、気持ちを落ち着かせる。
- ・まずは辛い気持ちを吐き出すことによって、多少なりとも背負っている重荷を軽くすることができるのではないかと考えるから。
- ・話をすることでまた聞いてもらうことで、少しでも考えが変わることもあるのかなと思うので。
- ・何故なのかをしっかりと聞くことから対応策が出てくる。
- ・1人で思いつめるとネガティブになりやすいから。
- ・話を聞きながら一つ一つに私の意見を言い、思いとどまる方向に話を進める。
- ・じっくり聞かないと何で死にたいのか、どの程度死にたいかわからない。内容によって対応も変わってくる。
- ・話を聞く事でその人が少しでも楽になればいいし、心を開いて解決策を一緒に考えていけばいいのでは。
- ・まずは詳しく話を聞かなければ解決策も何も探れないから。
- ・こちらの言うことだけ言っても、その人にはひびかないと思うので、聞いてあげて共感することが大事だと思うから。
- ・最初はまず相手の考えの理解が必要。その後一緒に対応策を考える。
- ・まずは理由を聞かないとどのように対応していいかわからないから。
- ・しっかりと相手の思いを聞かないと、どのようなことを求めているのか、どのような対応が必要なのかがわからないので。
- ・傾聴してうなづき、相手の立場を理解しようとするのが、相手の気持ち、心を柔らげていく入口になるのではないかな。
- ・人に話すすと意外にも心が楽になることが多いから、無理に励ますより話を聞いてあげるだけでもした方がいいと思った。
- ・原因が何かを知らないと対応ができないので、話をじっくり聞くのが第一と考える。
- ・死にたいと思っている原因を少しでも声に出して話すことで気持ちが発散でき、いっからは楽になると思うから。
- ・まずは本人のそう思う考えを聞くことから解決策を考えるべきだから。
- ・しっかりと話を聞いて少しでも悩みを打ちあけてスッキリしてもらいたい。
- ・良く話を聞いて心を開くよう働きかけ、悩みを共に考える。
- ・まずはその人の話を良く聞くことが大切と思うから。
- ・解決はできなくとも話を聞くことはできるので、人に話すことにより心が軽くなるかもしれないから。
- ・話を聞いてあげれば少しはスッキリするかもしれないし、解決策も見えてくるかも。
- ・死にたいと打ち明けるという行動は既にギリギリまで追いつめられているため、まず話を聞く。
- ・死にたいという言葉は本当に死にたいという意味ではなくSOSのサイン。そのサインを真に受けず聞き流したりすればその人が心を開いてくれることはなくなる。
- ・話せることを話してもらって、そこから原因等を見つけ出せたらと思う。また話をすることでもしかしたら相手も気持ちの整理がつくかもしれない。
- ・話を聞いてからその先を考える。

### 【解決策を一緒に考える】理由

- ・一緒に考えることで1人で悩ませないようにするため。
- ・打ち明けてくれたのだから一緒に解決したい。
- ・一人で考えるより二人で考えた方が何か良い案が出ると思うため。
- ・まず何について悩んでいるのか聞いてみて、一緒にどうのりこえられるのか考えていきたい。
- ・解決策を一緒に考えることで、一緒にいることができる。“私にはあなたが必要”と認識させ存在意義を自覚してもらうことで自殺防止につながる。

- ・1人ではない事に気付いてもらう。
- ・1人で考えるよりよいと思う。
- ・共感できる人が少しでも見つければ、多少なりとも解決の方向に行けるのでは。
- ・1人でかかえこむのが1番良くない事だと思う。

### 【医療機関にかかるよう勧める】理由

- ・うつである可能性も高いと思うため。
- ・他人には想像もつかない悩みや苦悩を抱える心の問題だと思うので、相談機関を探した方が良いと思う。
- ・専門的知識が必要だと思う。
- ・専門知識がないと説得できないと思う。
- ・自分には責任を持ってないから。
- ・医師の診断が最も重要だと思う。
- ・解決策を知っている専門の方が内容を理解していると思う。
- ・医療機関は専門的なところなので、よい対応が得られると思う。

### 【一緒に相談機関を探す】理由

- ・第三者にまかせるのが一番と思うから。
- ・専門家の対応があった方が、私の意見よりも話を本人が聞いてくれそうだから。
- ・様々な専門者の意見が有効と考える。
- ・専門的な人に相談するのが一番安心だから。
- ・知識を有する者に相談することにより、より良い解決策を得ることができる。
- ・身内・仲間では解決できない事であれば専門の人に相談するのが良いと思う。
- ・専門家の手を借りないと難しい問題だから。
- ・死にたいと考える時点ですでにうつ状態だと思うので、素人である自分が対応するよりも専門機関に頼って死を選ぶことを防ぎたい。
- ・専門の医療カウンセラーなどでないと理解できない部分があると思うので。
- ・素人が相談にのっても答えられるかわからないので、専門員に相談した方が良いアドバイスをもらえると思うし、たくさんケースを知っているから助けられるかもしれないから。

### 【「死んではいけない」と説得する】理由

- ・生きてれば良い事もある。
- ・命は大事。
- ・生きていればたまにいいことがあるので、できたら生きて欲しいと言う。
- ・自殺を肯定できないから。
- ・死ぬ選択がベストではないことを伝え、とにかく自殺だけは思いとどませたいから。
- ・死ぬ事は、意味はないと思うから。
- ・一度きりの人生だから命は一つしかないし、まだ人生は変わるかもしれない。

### 【どうしたらよいか分からない/戸惑う】理由

- ・相手の人生を左右するような事態に上手く対応する自信がないので。
- ・個人の問題なのでむずかしい。
- ・その状況になったことがないので、どうしたらよいか戸惑うと思う。
- ・悩んでいる人に何て声をかけていいかわからないから。
- ・何が最良かわからないため。

### 【「バカなことを考えるな」と叱る】理由

- ・死ぬつもりで頑張れと叱る。
- ・死ぬ勇気があるなら何でもできる。
- ・叱ることが最後の方策だから。
- ・死は多くの人を悲しませる。
- ・人間生きていればいやな事が1つや2つはある。

### 【「頑張って」と励ます】理由

- ・自分には励ます事しかできないと思う。
- ・理由が明確な時のみ。
- ・励ますことで相手の気持ちをやわらげる。

### 【1：相談に乗らない、もしくは話題を変える】理由

- ・自殺は弱い人がやる事だと思う。
- ・死について語る程想像力が働かない。笑い話的に空気を変えてみて表情から真剣度を察する位。

### 【その他】理由

- ・楽しいことや一緒に何かをすること、また次回会う約束などできる相手がいれば死にたい気持ちが落ち着くと感じたため。
- ・自分自身の生死は自分で決めるべきものだから。
- ・本人の自由に任せる。

### 【何もしない】理由

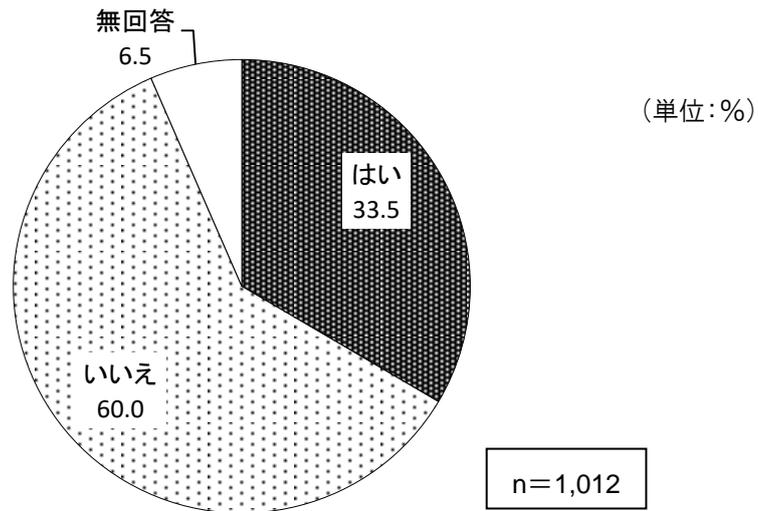
- ・人の事どころでない。
- ・最終的な判断は本人がすること。生きることが苦痛なこともあると思う。無理して生きるとは言えない。

## VI 自殺対策・予防等について

(21) 自殺対策に関する啓発物を見聞きしたことの有無

問 21 あなたはこれまで自殺対策に関する啓発物を見たり聞いたりしたことがありますか。(○は1つ)

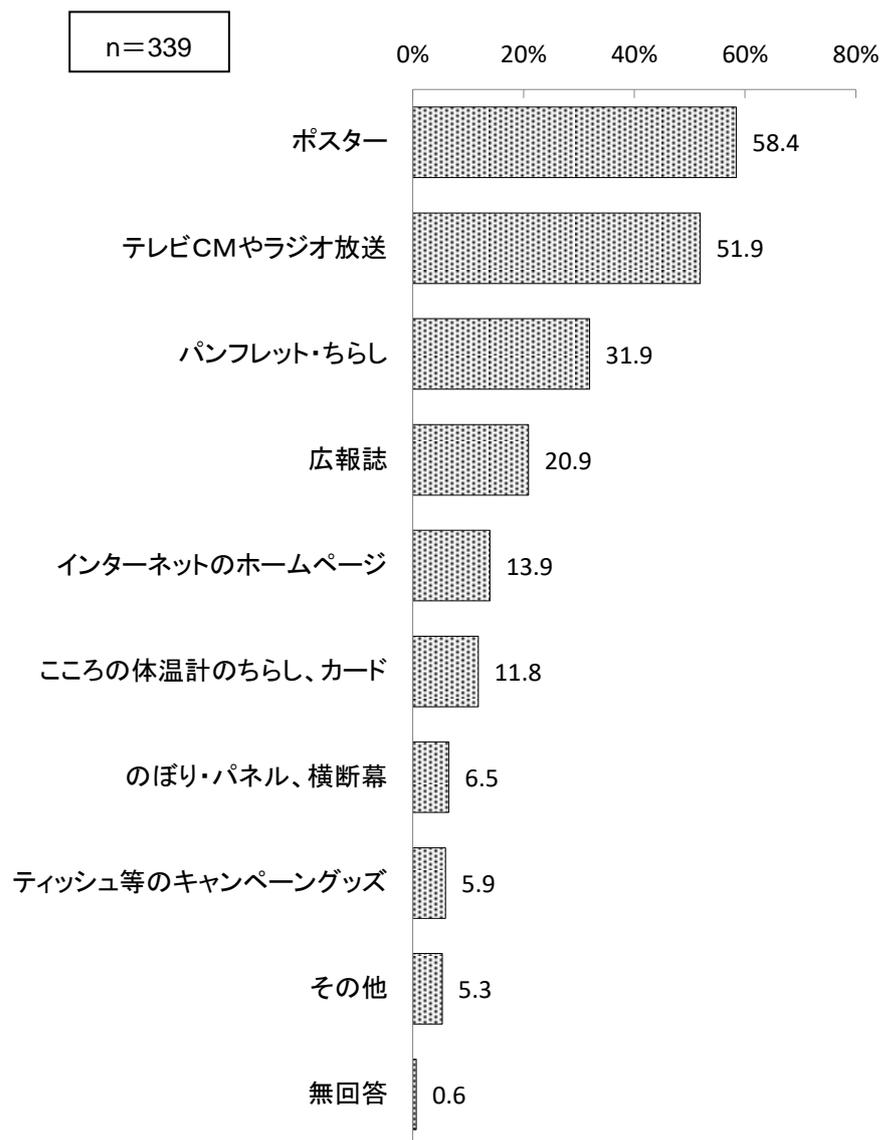
自殺対策に関する啓発物を見聞きしたことの有無については、「はい」が33.5%、「いいえ」が60.0%となっています。



(21-1) これまで見聞きしたことのある自殺対策に関する啓発物

問 21-1 あなたがこれまで見たり聞いたりしたことのある自殺対策に関する啓発物は何ですか。(○はいくつでも)

これまで見聞きしたことのある自殺対策に関する啓発物については、「ポスター」が58.4%と最も高く、次いで「テレビCMやラジオ放送」が51.9%、「パンフレット・ちらし」が31.9%、「広報誌」が20.9%と続いています。



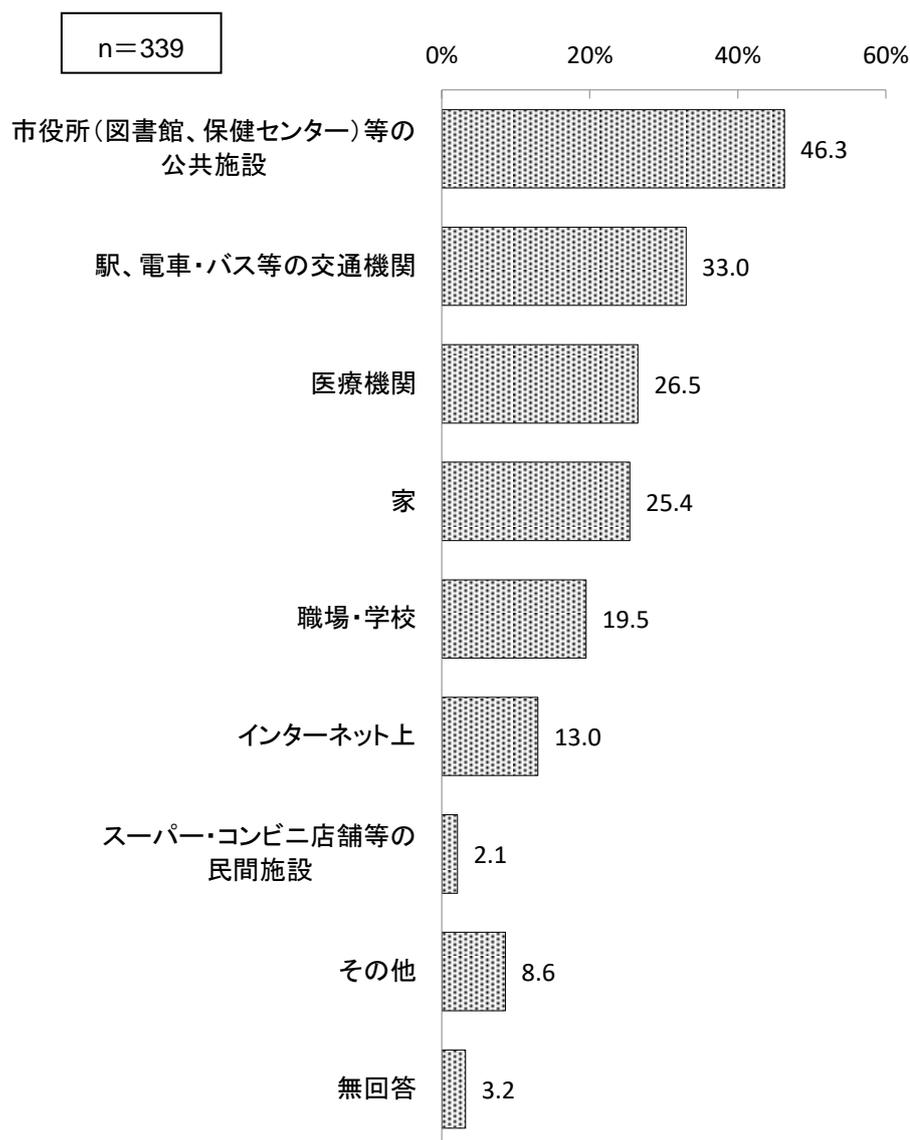
●その他

テレビ番組/JR中央線の駅ホームから見える鏡/実際に自殺を止めている人のノンフィクション番組/新聞/専門紙・誌/職場/いのちの電話等の話/相談はっとLINEのアプリ/市役所の入口の貼紙、体験など/講習会/書籍 等

## (21-2) 自殺対策に関する啓発物を見た場所

問 21-2 その自殺対策に関する啓発物は、どこでご覧になりましたか。  
(○はいくつでも)

自殺対策に関する啓発物を見た場所については、「市役所(図書館、保健センター)等の公共施設」が46.3%と最も高く、次いで「駅、電車・バス等の交通機関」が33.0%、「医療機関」が26.5%、「家」が25.4%、「職場・学校」が19.5%、「インターネット上」が13.0%と続いています。



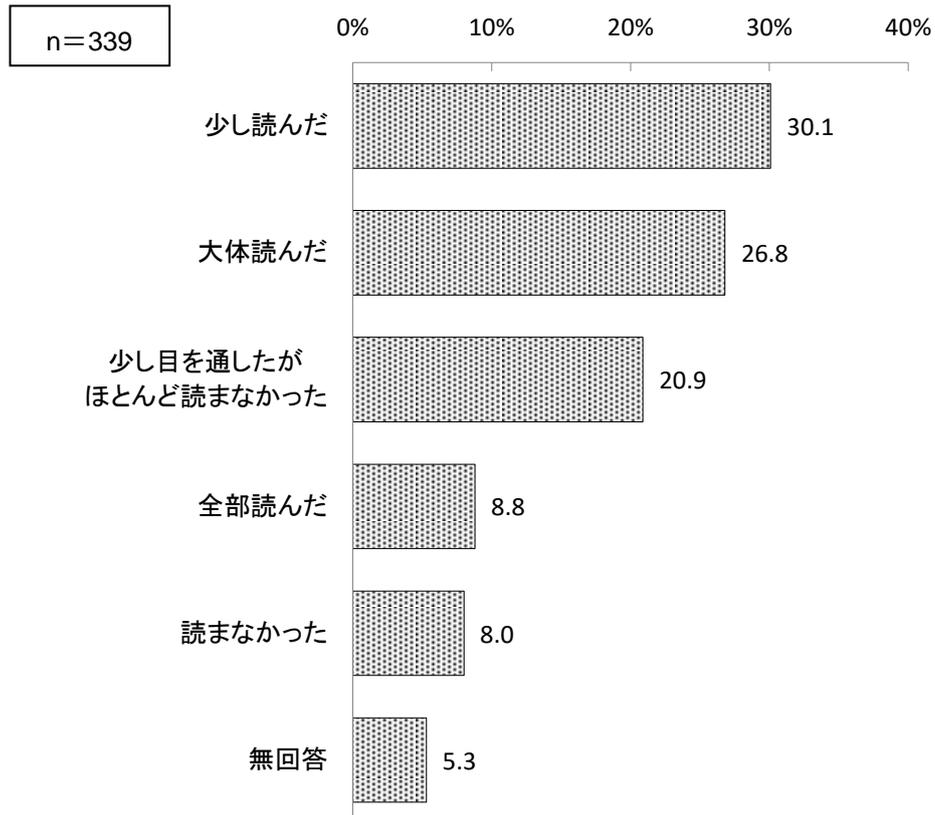
### ●その他

樹海等のそば/TV/電車の踏切/旅行先/どこかのトイレ/自殺の名所/テレビなど/観光地/講習会/電柱/テレビ、ラジオ放送で聞く 等

(21-3) 自殺対策に関する啓発物を見た時の対応

問 21-3 自殺対策に関する啓発物をご覧になった時、あなたはどのようにしましたか。  
(○は1つ)

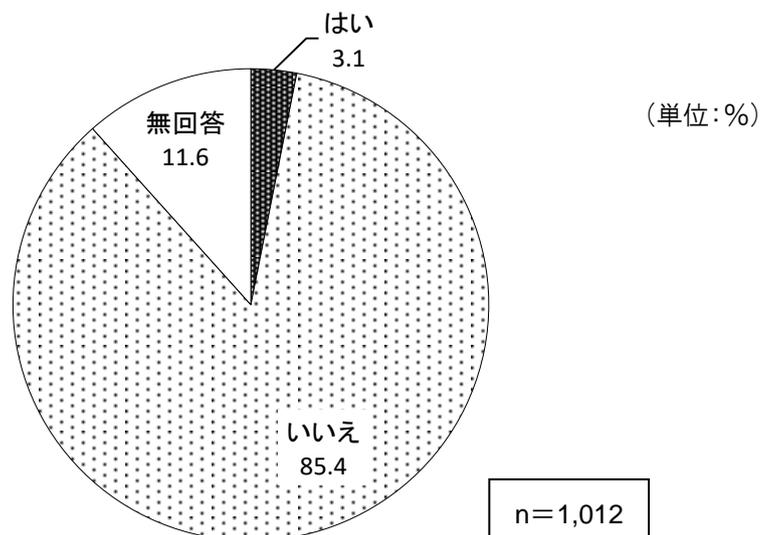
自殺対策に関する啓発物を見た時の対応については、「少し読んだ」が30.1%と最も高く、次いで「大体読んだ」が26.8%、「少し目を通したがほとんど読まなかった」が20.9%と続いています。



## (22) 講演会や講習会への参加の有無

問 22 こころの健康づくり講演会など自殺対策に関する講演会や講習会に参加したことがありますか。(○は1つ)

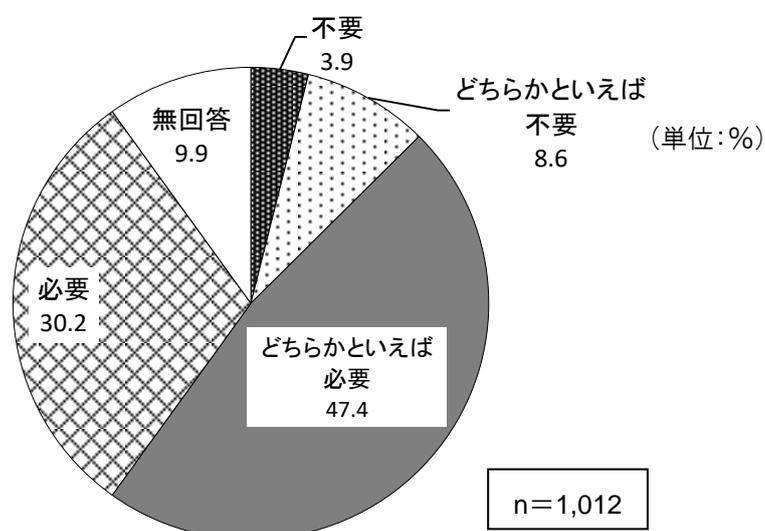
講演会や講習会への参加の有無については、「はい」が3.1%、「いいえ」が85.4%と参加したことがある人は非常に少ない状況がうかがえます。



## (23) 自殺対策に関する PR 活動

問 23 自殺対策に関する PR 活動(啓発物や講演会など)についてどのように思いますか。(○は1つ)

自殺対策に関する PR 活動(啓発物や講演会など)をどう思うかについては、「必要」と「どちらかといえば必要」を合わせて77.6%、「不要」と「どちらかといえば不要」を合わせて12.5%となっています。



## (24) 問 23 の理由

問 24 前の質問（問 23）でそのようにお答えになった理由を教えてください。

### ●項目別主な理由

#### 【不要】理由

- ・自殺する人はいつかは結果的に自殺する事になると思うので。
- ・そういったものに参加できる元気のある人は自殺しないと思う。
- ・「死にたい」という人は講演会などには行かない。一般論では解決しない悩みだから。
- ・生死は本人の判断に任せるべきで、対策をしても防ぐことができるとは思わない。
- ・自分自身の問題だから。
- ・個人の権利の問題だから。
- ・本人の自由に任せてあげたい。

#### 【どちらかといえば不要】理由

- ・それにより自殺が減るとは考えていないため。
- ・原因が多様だから。
- ・本当に自殺を考えている人は参加しないと思う。
- ・教育の場で教えることが大事だと思う。
- ・本人の問題で、他人は解決できない。
- ・啓発物や講演会などの一時的なものより、幼いころからの人間教育が重要。
- ・広く一般に対するPRではなくて、必要とする人へきちんと情報を伝えることが大事。
- ・逆に自殺を意識することになりそうだから。
- ・色々なケースがあるため、それを全てカバーできるPR活動は多すぎて難しい。
- ・PR活動に参加し、自殺行為を誘発させてしまう可能もあると思われる。
- ・自殺しようと思っている人は講演会などを聞く心の余裕がなくなっている。
- ・そうなった時、そんな余裕があると思えない。
- ・本人に届いていないと思う。
- ・本人しだいと思うから。
- ・自殺を思っている人は自分で講演会に参加しないと思う。
- ・自殺をする人は突発的で周囲が対策をしても防ぎようがない。
- ・PR活動に来る人は自殺などしないと思う。
- ・個々の悩みにどこまで親身になって対応できるかで、人々の心の問題、社会環境の問題であり、心のやさしさはまず幼ない頃からの教育だと思う。
- ・本当に必要な人はそういう物や会に参加しないと思うから。
- ・自殺を考えている人は耳をかさないのではないかと思う。

#### 【どちらかといえば必要】理由

- ・自殺者に皆さんで声かけが必要だと思うから。
- ・興味をもたない人も多いが、必要とする人も必ずいるため。
- ・いつ、どんな時に、自殺を考える人に出会うかはわからないので、学んでおく必要もあると思う。
- ・自殺への抑止力になると思う。
- ・必ず必要としてる人がいるから。
- ・止める事ができる事は何でもやった方がよい。

- ・思いとどまる1つのチャンスになると考える。
- ・PR活動をしていけば少しずつみんなに浸透していくと思う。
- ・そのような活動することで自殺率が減少すると思う。
- ・本人は来ないと思うが、まわりの人々に知ってもらうことが必要かも。
- ・症例はさまざまですが、糸口があるかもしれないから。
- ・やるなら当事者対象ではなく、その周囲の人向けの講演会。
- ・目立たない活動で自分には関係ないとは思っていても、誰かが必要としているし、いつか自分にも関係があるようになるかもしれない。
- ・もし身近にあった場合、啓発物や講演会などで少しでも知識というか対策的なものをヒントとして身に付けていれば、多少なりとも防ぐことはできる可能性があると思う。
- ・考え方を変えさせるだけで、思いとどまることもあると考えるため。
- ・日本は世界的に見ても自殺者が多いと思うので、PR活動は必要だと思う。
- ・自殺しようと思って講演会には行かないと思う。ただ、困った時にどこに連絡していいのかというPRはとても大切な気がするから。
- ・話の中のことが一つでも心にひびくとよい。
- ・あれば助かる人がいるかもしれないから。
- ・そのような患者さんがいる限り、啓発物や講演会は必要。
- ・ヒントを探す機会になればと思う。
- ・自殺以外の対処が見つかる場合もあるから。
- ・防衛策を講じる意味では必要。
- ・迷っている人の足止めにはなると思う。
- ・ちらしなど見る機会があれば、ひよっとしたら悩んでいる人がどこかに相談する可能性もある。それで助かる命があればよいと思う。
- ・相談先がわかって相談者が増えるといいと考えた。
- ・人ごとではなく、ひとりひとりが前向きに自殺に対して関心を持っていくべきだと思う。
- ・身近な相談窓口があれば良いと思う。
- ・思いとどまるきっかけになればと思う。
- ・悩んでいてもポスターや新聞などで思いとどまることもあるかも知れない。悩みの相談口があることを知ってもらえれば考えなおすことがあるかも知れない。
- ・少しでも多くの目からの情報が大事だと思う。
- ・PR活動で自殺をとどまる人もいると思う。
- ・相談機関を知るきっかけになるから。
- ・本当に悩んでいる人にとっては救いの手になるかもしれないから。
- ・もしかしたら自殺を思いとどまる人がいるかもしれないから。
- ・必要な人には悩み解消につながると思うから。
- ・助けをもとめられるところがあるということを知るという事。
- ・多くの自殺を考えていない人へは、不要な活動であると思うが、本当に自殺を考えてしまっている一部の人の対しては、必要な活動であると思うから。
- ・自殺を考えている人が見たり聞いたりして少しでも考えなおすことができるかもしれないから。
- ・自殺を考えている人が考えを変えるきっかけになればいい。又まわりの人が気づくきっかけになればいい。
- ・誰かしら気にかける気持ちをもつようになると思うから。
- ・当人というよりは周りが気付けるようにするために必要だと思うから。
- ・自殺を考えている人がそれらによってやっぱり生きて行こうと思えるようになるかも知れないから。

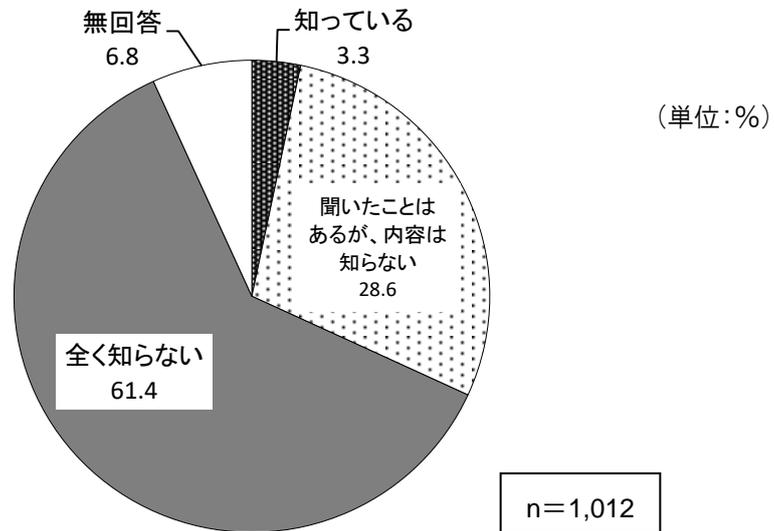
## 【必要】理由

- ・ひとりでも助ける事ができれば成功ではないか。
- ・PR活動により自殺を思いとどまる人もいるかもしれないし、周りの人も考えるきっかけになると思う。
- ・自殺を考えた時に目に留まってくれて、思いとどまることにつながれば良いと思うから。
- ・悩み事などを本人以外の人も知る事ができる。
- ・こういった活動によって救われる人もあるかもしれない。
- ・関心をもつべき問題であるから。
- ・ポスターなどを見て、自殺などを思いとどまる人が必ずいると思うから。
- ・本人や相談された側が、どこに相談したら良いかなど知ることができるから。
- ・ポスターなど文字で自殺対策の情報を見ておくと困ったときに思い出さずと思うので。
- ・PR活動を見て相談口に電話したり、相談を聞いてもらい思いが止まる人がいると思うので。
- ・追いつめられた人は、方法がわからない、考えられないはず。何かのヒントは必要と思う。
- ・防げる自殺は必ずあるため。
- ・啓発物や講演会等で少しでも自殺しようと考えている人が考えを改めることにつながると思う。
- ・自殺しようとする人は先の事が考えられなくなっている。そのため、今が全てだと思っている。落ち着いて考えるきっかけになればいいと思う。
- ・自殺は本人だけの問題ではないから。
- ・相談先がわからない人もいると思う。
- ・そのことがきっかけで考え直す人やサポートできる人もいるかもしれない。
- ・困難を抱えている方にとっては必要不可欠だから。
- ・自分には関係ないと思っている人にも身近な問題として考えてもらうきっかけにはなると思うから。
- ・相談できる人がいればよいが…。相談できないときに目についたものが手がかりになって、予防できることもあると思うから。
- ・自分の近くに自殺を考えている人がいることを皆が知ることがよいと思うため。
- ・身近な人から「自殺したい」と相談されたときに、どうすればよいか知っておくことは大切だと思うから。
- ・PR活動によって1人でも命を救える人がいるなら行った方が良く思う。
- ・自殺を考えている人(又は自殺しようとしている身近な人がいる方)が啓発物をみたりしてが踏みとどまる(とどまらせる)きっかけに少しでもなればよいと思うから。
- ・ポスターや掲示物により思いとどまる可能性が大いにあると思う。
- ・悩みを抱える本人、家族の支えになる可能性があるため。
- ・自殺を考えている人やその周囲の人がそのPR活動によって、1人でも救われるかもしれないから。
- ・様々な年代、自殺を考えたことがない人、ある人全ての人に向けた活動が必要だと思う。
- ・「悩んでいるが誰にも相談できない」ような方の助けになるかもしれないから。
- ・気付かない人にも意識させることができる。
- ・自殺を考える人だけでなく、もしかしたらその自殺に関与する人も考え方が変わる可能性があるため。

(25) 自殺対策基本法の認知度

問 25 あなたは、自殺対策基本法についてご存知ですか。(○は1つ)

自殺対策基本法の認知度については、「全く知らない」が61.4%、「聞いたことはあるが、内容は知らない」が28.6%、「知っている」は3.3%にとどまっています。

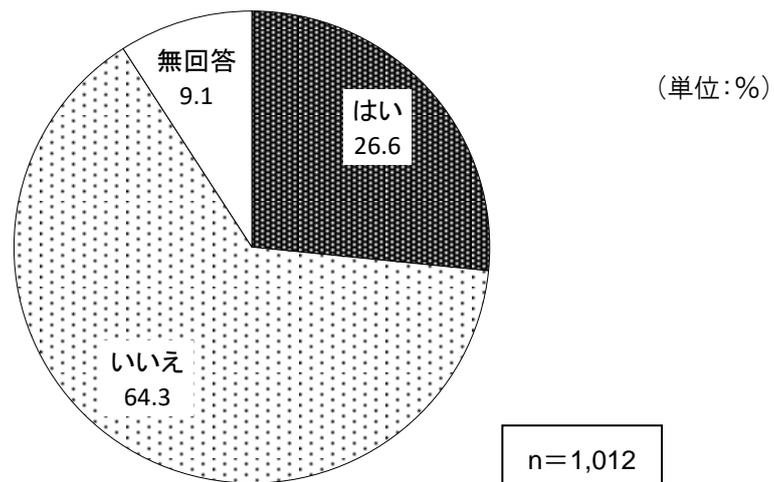


## VII 自死遺族への支援について

(26) 周りで自殺(自死)した人の有無

問 26 あなたの周りで自殺(自死)をした方はいらっしゃいますか。(○は1つ)

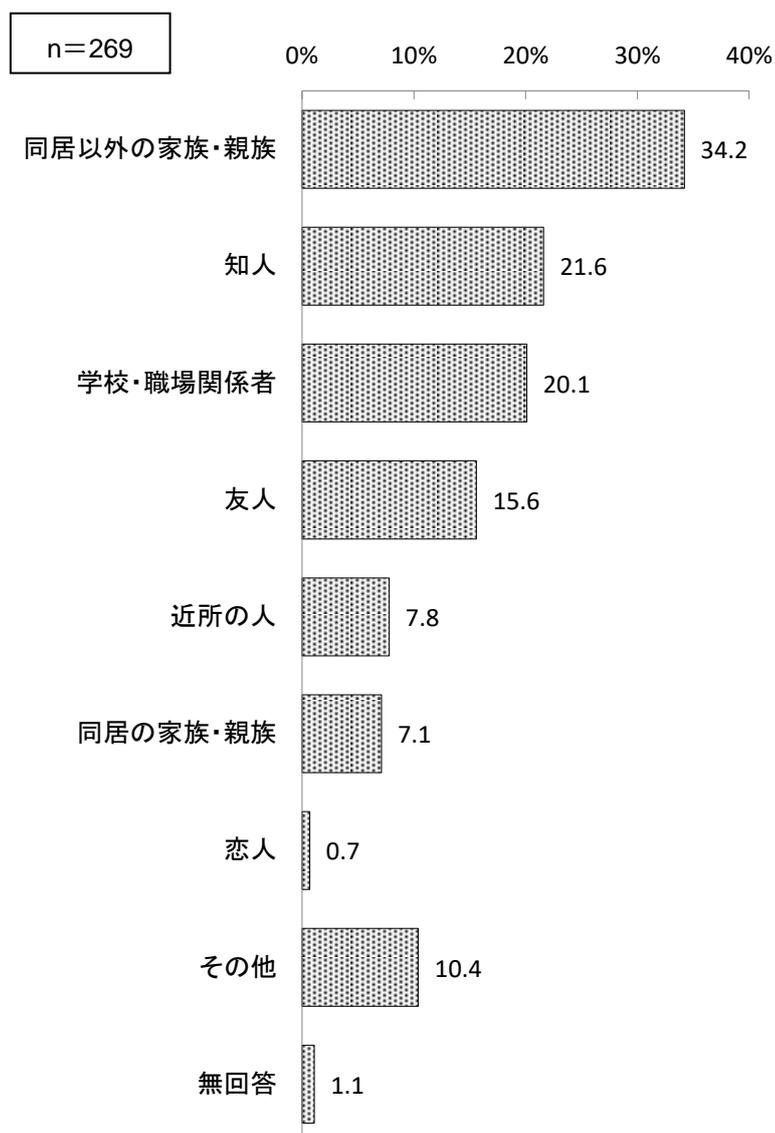
周りで自殺(自死)をした人の有無については、「はい」が26.6%、「いいえ」が64.3%となっています。



### (26-1) 周りで自殺(自死)をした人との関係

問 26-1 あなたの周りで自殺(自死)をした方はどなたですか。(○はいくつでも)

周りで自殺(自死)をした人との関係については、「同居以外の家族・親族」が34.2%と最も高く、次いで「知人」が21.6%、「学校・職場関係者」が20.1%、「友人」が15.6%、「近所の人」が7.8%、「同居の家族・親族」が7.1%、「恋人」が0.7%となっています。

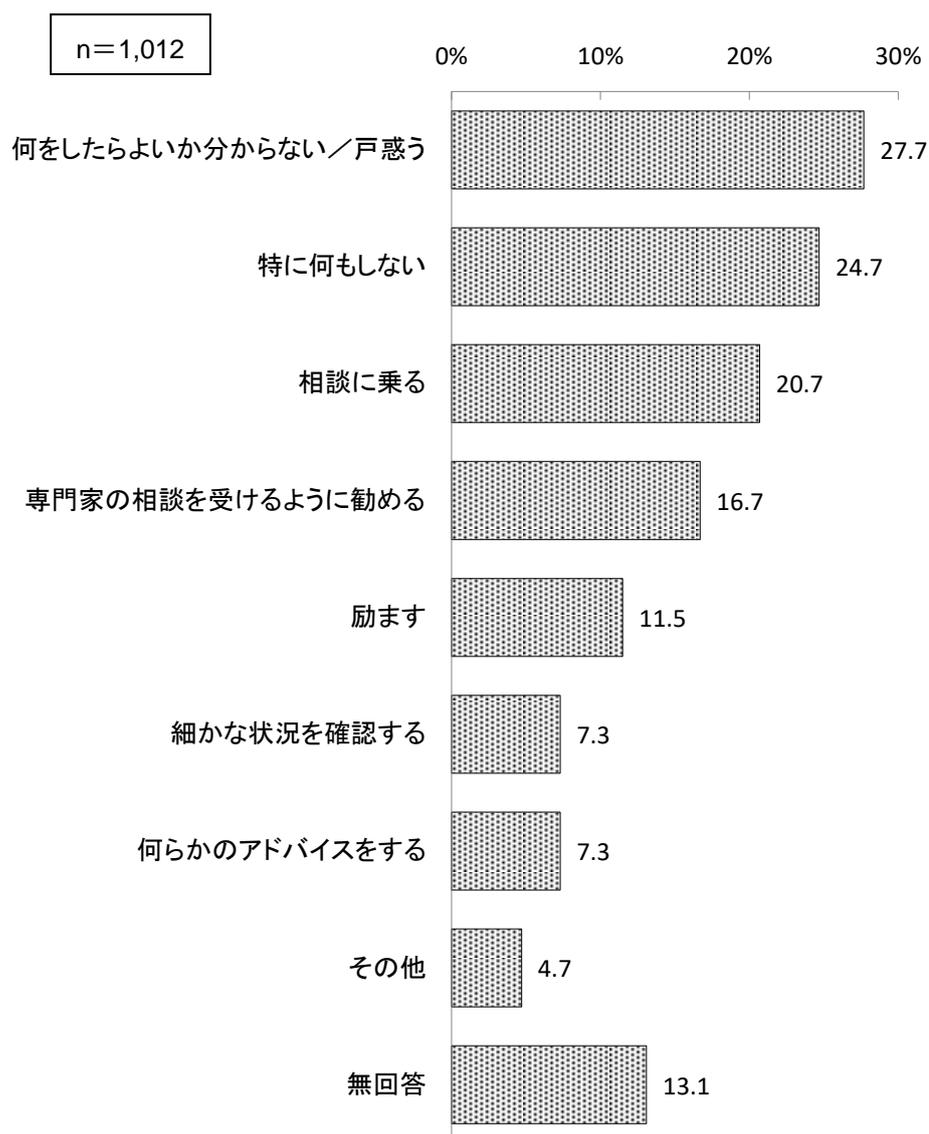


## (27) 身近な人が自死遺族であると分かった時の対応

問 27 身近な人が自死遺族であると分かった時、どのように対応しますか。

(○はいくつでも)

身近な人が自死遺族であると分かった時の対応については、「何をしたらよいか分からない/戸惑う」が27.7%と最も高く、次いで「特に何もしない」が24.7%、「相談に乗る」が20.7%、「専門家の相談を受けるように勧める」が16.7%、「励ます」が11.5%、「細かな状況を確認する」、「何らかのアドバイスをする」がともに7.3%となっています。



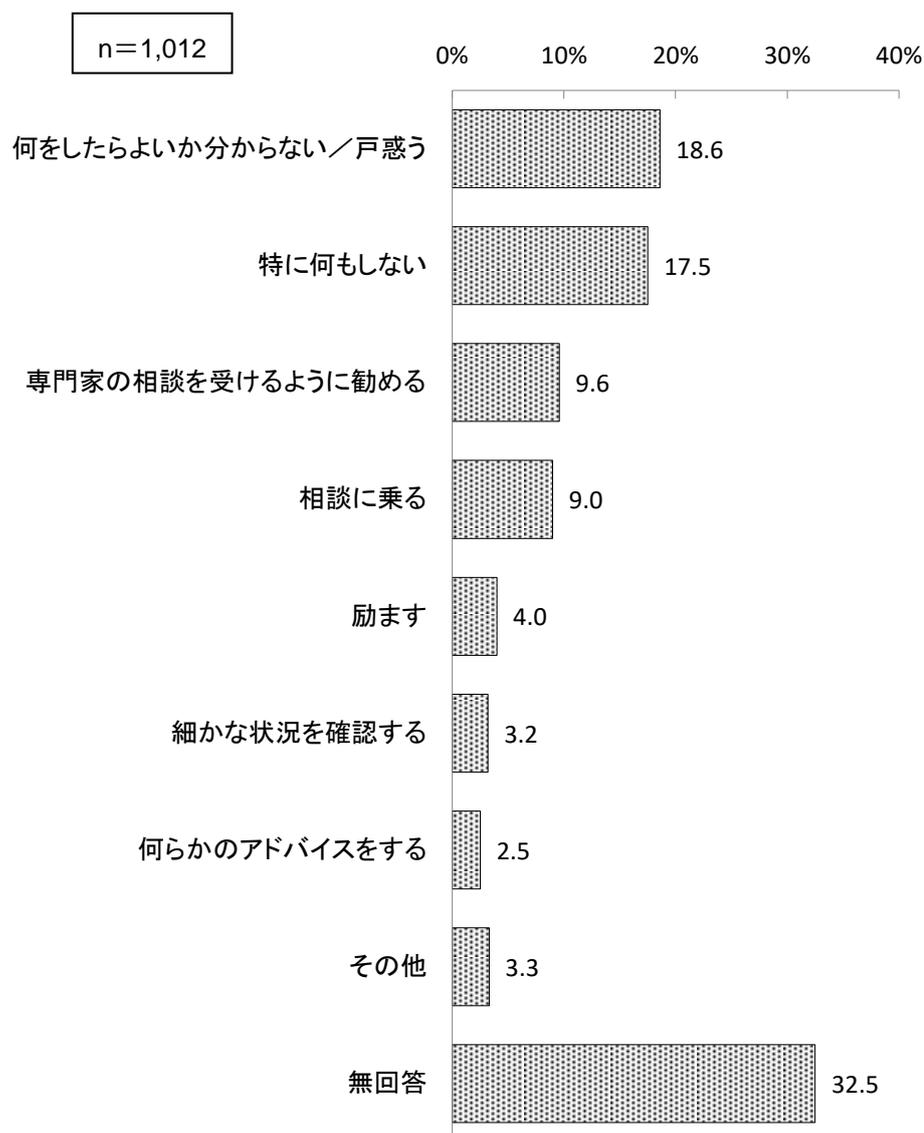
### ●その他

一緒に遊んでいる/今まで通りにつきあう/その人から話されるまで見守る/相談されたら相談にのる/話を聞く/話を傾聴する/声をかけて見守る/近くにいる/配慮の気持ちを持つ/いつでもたよってもらえるよう寄りそう等

(28) 身近な人が自死遺族であると分かった時、最も可能性の高い対応

問 28 前の質問（問 27）で、最も可能性が高い対応とその対応の理由を教えてください。

身近な人が自死遺族であると分かった時、最も可能性の高い対応については、「何をしたらよいか分からない／戸惑う」が 18.6%と最も高く、「特に何もしない」が 17.5%、「専門家の相談を受けるように勧める」が 9.6%、「相談に乗る」が 9.0%と続いています。



## ●項目別主な理由

### 【何をしたらよいか分からない／戸惑う】理由

- ・心情を考えると言葉が見つからない。
- ・その状況によるのでわからない。
- ・当事者にしかわからない感情がある。どう触れてよいかわからない。
- ・自死遺族がどうしてほしいのかわからないから。
- ・話を聞いても何もしてあげられない。
- ・自分にその経験がないのでどうしたらいいかわからない。
- ・見守ることしかできません。
- ・遺族の気持ちは測り知れないから。
- ・遺族の気持ちをわかることは本当の意味でわからないから。
- ・相手をより傷つけてしまうかもわからないので、どうしたらいいのかわからない。

### 【特に何もしない】理由

- ・それぞれ知られたくないと思うから。
- ・本人が助けを必要とした時のみ対応すべきで、介入しすぎない方が良く思うため。
- ・悲しんでいる人にどう声をかけたらいいのかわからない。落ち着いたら自分から話して来る。その時は泣きながらも話を聞いたり元気になれるように楽しい事を話す。
- ・遺族の方がその事に触れて相談してきたなら耳を傾けますが、あえてこちらからは何もせずいつものように振るまう。
- ・相手が話してこない限り特に何もしない。
- ・触れてほしくないと思うため。
- ・遺族の方が話をしたそうだったら、力になりたいので聞いてあげたいが、デリケートなことなので触れられたくない人多いと思うので。
- ・時間が解決すると思う。
- ・知識も経験もないのに無責任な事はできない。
- ・見守ることだと思う。
- ・自死遺族が話してきて聞いて欲しいなら何でも協力するが、基本こちらからは何もしない。
- ・いつも通り接することが良いと思うから。
- ・あまり詮索しない方がいい。
- ・できることは見つからない。自身から話を出すことはない。

### 【専門家の相談を受けるように勧める】理由

- ・正しい相談をしてくれるから。
- ・素人では対応が難しいと思うから。
- ・専門家の指導を受けると決めた時点で心の整理ができ、気持ちが楽になるのではないかと。
- ・素人が無駄なことを言って余計にこじれてしまい、前に進まなくなってしまうので、専門家が一番かと考える。
- ・やはり専門知識のある人に委ねた方が良く考える。
- ・自分には経験がないし、専門的分野に任せる方が良く思うから。
- ・相談には乗れるが、問題点の解決には専門家による対応が必要。
- ・専門家のアドバイスが重要だと思う。
- ・その人その人の理由があると思うので、聞かれたら話すが、専門家に相談するように勧める。
- ・プロによる心のケアが必要だと思う。一般人では対応は難しいから。
- ・最近新聞で遺族外来のあることを知りました。突然死の場合は特に必要な外来だと思う。
- ・専門家と時間をかけて継続的に話し合う。

- ・専門家の適切なアドバイスのほうが本人にはプラスになると思う。

### 【相談に乗る】理由

- ・大切な人を失って苦しみ悩んでいると思うので、誰かに心の内を話す(打ち明ける)ことが一番と思うから。
- ・もしその人が話したそうであれば、相談に乗ることで気持ちが楽になるならなによりだから。
- ・気持ちが変わり楽になる。
- ・戸惑っている状況でささえてあげたいので相談にのる。
- ・話をすることで気持ちの整理ができるようになる。
- ・相談に乗るといよりも、話を聞いてほしいようであれば、話を聞いてあげる。そのことで相手の気持ちが少しでも落ち着くのであれば、心に寄り添ってあげたい。
- ・初めは戸惑うと思うけど、相手が自分に話を聞いて欲しいとか、相談にのって欲しいと思っているのなら、力になってあげたいと思うから。
- ・話を聞く(遺族としての悩み)ことが自分にできることだと思うから。
- ・自分にできることがあるなら役に立ちたい。

### 【励ます】理由

- ・他人の目は気にする事はないよと励ます。
- ・むやみに励ますのではなく、状況を聞き、これから生きていく力になるようなことばで力づける。
- ・少しでも前向きな気持ちになるよう力を貸す。
- ・平気そうにしているでも必ず心に傷は付いているはずだから。
- ・具体的事情を聞くことで再び悲しみが出てこないかと思うし、まずは励まししかできないだろうと考える。

### 【細かな状況を確認する】理由

- ・状況をよく確認しないと適切な対応を間違えそうだから。
- ・自死にもいろいろな理由があるので、知ったふりはしないようにしたいから。
- ・状況を確認し、自分でできる事を良く考えたい。
- ・そのときの状況など把握した上で話を聞く。
- ・確認してからその後の対応を決めるため。

### 【何らかのアドバイスをする】理由

- ・相手の状況・心情を察し、適切なアドバイスをするようにするため。
- ・なかには的確に対応できる人がいると思う。

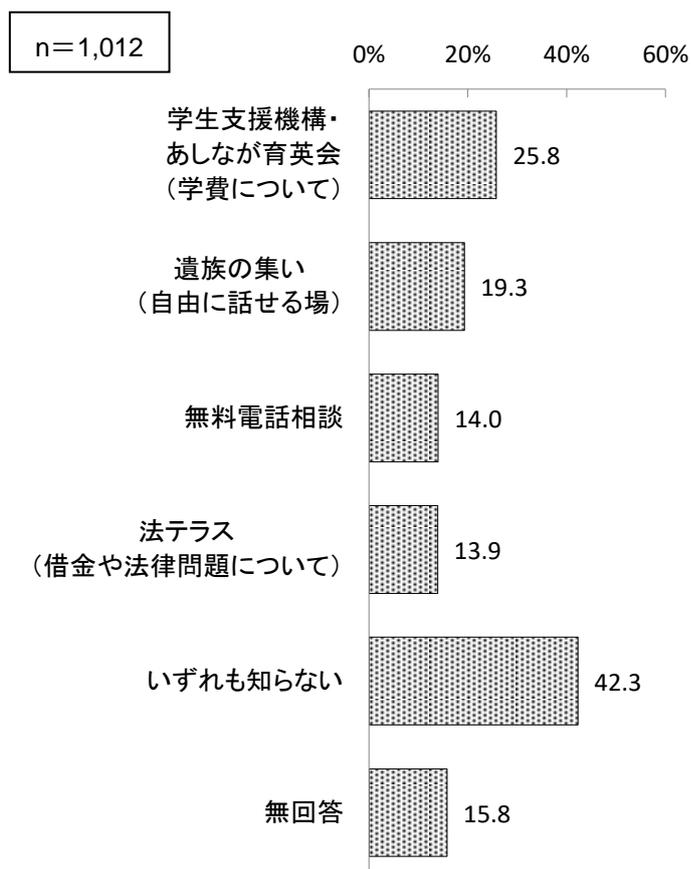
### 【その他】理由

- ・遺族にとって極めてセンシティブな問題なので、自分の方から積極的にアプローチするのは人によっては興味半分と思われるのではないかな。
- ・理由不明なのに下手な口出しはできないと思う。
- ・当事者にしかわからない苦しみがあると思うので、うかつに対応できない。
- ・何をしたいかわからない。もし自分の周りでそうなってしまったら、その人との関係性によって、何かしら接点を深めるように対応したい。
- ・話は聞くが経験がないため共感できない。わかりもしないのに自分からアクションは起こせない。
- ・その方によると思う。よく事情を知ってる方なら声をかけますが、よくわからなければそっとしておく。

## (29) 自死遺族の支援について知っていること

問 29 自死遺族の支援について、ご存知のものがありますか。(〇はいくつでも)

自死遺族の支援について知っていることについては、「いずれも知らない」が42.3%と最も高く、次いで「学生支援機構・あしなが育英会(学費について)」が25.8%、「遺族の集い(自由に話せる場)」が19.3%、「無料電話相談」が14.0%、「法テラス(借金や法律問題について)」が13.9%となっています。

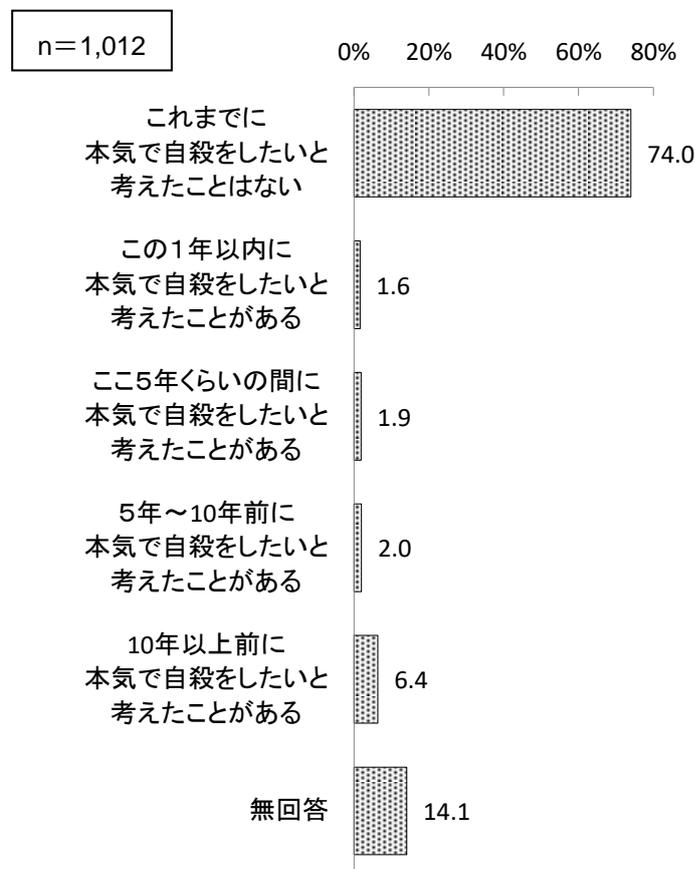


## VIII 自分自身が自殺を考えたことについて

### (30) 本気で自殺をしたいと考えたことの有無

問 30 あなたはこれまでに、本気で自殺をしたいと考えたことはありますか。(○は1つ)

本気で自殺をしたいと考えたことの有無については、「これまでに本気で自殺をしたいと考えたことはない」は74.0%となっています。一方、『考えたことがある』では、「10年以上前に本気で自殺をしたいと考えたことがある」が6.4%、「5年～10年前に本気で自殺をしたいと考えたことがある」が2.0%、「ここ5年くらいの間に本気で自殺をしたいと考えたことがある」が1.9%、「この1年以内に本気で自殺をしたいと考えたことがある」が1.6%と、合計11.9%の人が自殺を考えたことがあるという結果となっています。



(31) 自殺をしたいと考えた理由や原因

問 31 自殺をしたいと考えた理由や原因はどのようなことでしたか。(○はいくつでも)

自殺をしたいと考えた理由や原因について各問題でみていくと、<家庭の問題>では、「家族関係の不和」が25.8%、<健康の問題>では、「心の悩み」が26.7%、<経済的な問題>では、「借金」が12.5%、<勤務関係の問題>では、「職場の人間関係」が12.5%、<恋愛関係の問題>では、「失恋」が8.3%、<学校の問題>では、「友人関係」が12.5%とそれぞれ高くなっています。

| 問 題     | 理由・原因         | %    | 問 題     | 理由・原因         | %    |
|---------|---------------|------|---------|---------------|------|
| 家 庭     | 1 家族関係の不和     | 25.8 | 恋 愛 関 係 | 20 失恋         | 8.3  |
|         | 2 子育て         | 5.8  |         | 21 結婚を巡る悩み    | 4.2  |
|         | 3 家族の介護・看病    | 8.3  |         | 22 その他恋愛関係の問題 | 5.8  |
|         | 4 その他家庭の問題    | 17.5 | 学 校     | 23 いじめ        | 8.3  |
| 健 康     | 5 自分の病気の悩み    | 16.7 |         | 24 学業不振       | 4.2  |
|         | 6 身体の悩み       | 7.5  |         | 25 教師との人間関係   | 1.7  |
|         | 7 心の悩み        | 26.7 |         | 26 友人関係       | 12.5 |
|         | 8 その他健康の問題    | 2.5  |         | 27 その他学校の問題   | 3.3  |
| 経 済 的   | 9 倒産          | 1.7  | その他     | 28 その他        | 15.8 |
|         | 10 事業不振       | 1.7  |         | 無回答           | 1.7  |
|         | 11 借金         | 12.5 |         |               |      |
|         | 12 失業         | 2.5  |         |               |      |
|         | 13 生活困窮       | 10.8 |         |               |      |
|         | 14 その他経済的な問題  | 12.5 |         |               |      |
| 勤 務 関 係 | 15 転勤         | 0.8  |         |               |      |
|         | 16 仕事の不振      | 6.7  |         |               |      |
|         | 17 職場の人間関係    | 12.5 |         |               |      |
|         | 18 長時間労働      | 2.5  |         |               |      |
|         | 19 その他勤務関係の問題 | 8.3  |         |               |      |

n=120

●その他

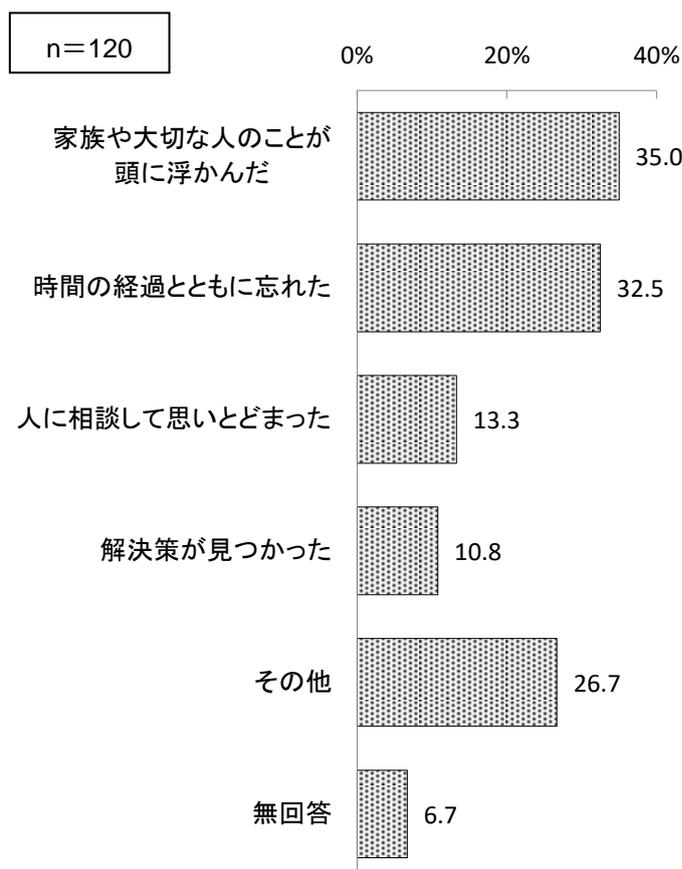
主人が亡くなる時、子ども4人いたので/自分の存在意義/自分の人間性に失望/自立していない自分の勇気の無さ、孤独感、人格の不完全感/学生の頃、自分は必要な人間なのかと考えたことがある/自分自身という全て/自分が死んでも誰も困らないと感じていたから。自己評価の低さ/人生/元恋人の自死、その後生きるのが大変だった。残された立場がわかったから自死を選ぶ事ができなかったが、苦しんで生きたから今がある/自分の性格、自己肯定感の低さ/子どもの死/うつ病/自分の将来について、職業について、25才の時/家の問題とお金(生活費)、受験、失恋、これに加えて部活が終了など様々な問題が重なったとき。どれかひとつ充実していれば、だれかに相談できていたかも。実際には寸前で何人かに相談した/生きていっていい価値がないと思った/人間関係とお金

## (32) 自殺を思いとどまった理由

問 32 自殺をしたいという考えを思いとどまったのはどのようなことからですか。

(○はいくつでも)

自殺を思いとどまった理由は、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」が 35.0%と最も高く、次いで「時間の経過とともに忘れた」が 32.5%、「人に相談して思いとどまった」が 13.3%、「解決策が見つかった」が 10.8%となっています。



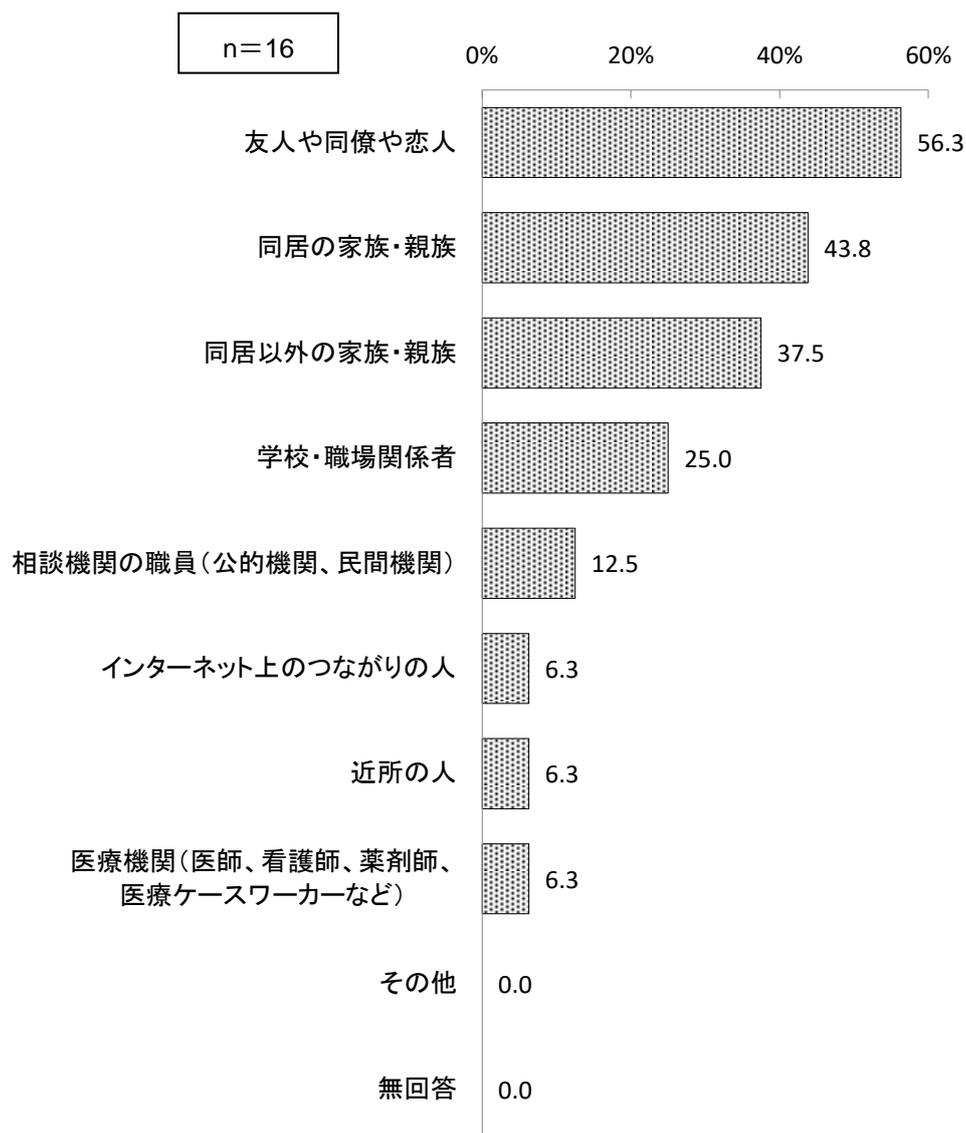
### ●その他

主人が亡くなる時子どもの事をあまりにも言ったので/命の大切さを考えた。たぶんわかっていたから/薬の量が恐らく足りなかったため/単に度胸がなかっただけで、今でも早く死んで楽になりたいと願っている/自殺というより長生きしたくなく、病気で亡くなった方が身近にいた時は少しうらやましく思えた/心療内科に行って薬を処方してもらった/借金苦だとか、ヤクザにおどされた等の解決/まだ経験した事のない事が沢山あるので、その中に楽しいこともあるはずだと思った/なんとなく/ペットがいたから/死んだつもりで生きる事に決めた/自殺以外にしたいことやなりたい自分を見つけられた/勇気がなかった/精神科クリニックで薬を処方してもらった/お金がかかるのと痛いのがいやだった/心療内科を受診し、軽度のうつ病と診断され薬を使用/葬式の費用や遺体撤去で迷惑をかけると思ったから/未遂で入院したから/周囲に迷惑かけずに死ぬのは難しい。絶対何かしら周囲に迷惑をかける事になるから/自殺をする勇気がなかった。こわくなってしまった/子どもにこのベランダから飛び降りたら、死ぬるかねと言ったらケガするだけだよと言われて思いとどまった/思い直した/うつ病の治療を受けて良くなった/自殺に失敗したから/新しい友人が支えてくれたから/痛がってたら保護された/ぜったいダメと自分に言いかけ(死んだつもりで生きたらいい)役割が見つかった/キラいな上司がすぐ異動(退職)した/勇気がなかった。忙しかった/死の恐怖心が勝った/どのような手段なら一番楽に苦しまず死ぬのか考えが及ばなかったから/命は有効に使いたいから

(33) 自殺をしたいと思った時の相談相手

問 33 前の質問（問 32）で「1 人に相談して思いとどまった」に○を付けた方に質問です。相談した相手の方はどなたでしたか。（○はいくつでも）

自殺をしたいと思った時の相談相手は、「友人や同僚や恋人」が 56.3%と最も高く、次いで「同居の家族・親族」が 43.8%、「同居以外の家族・親族」が 37.5%、「学校・職場関係者」が 25.0%と続いています。



●その他

自分で先の結末を見つめ直した/赤の他人/参考書類で勉強した/悩み苦しんだ時自然に目を向けた。宇宙は広い、何とちっぽけな自分。花は努力して美しいのだと/警察

## (34) 自由記述

問 34 最後に、こころの健康や自殺対策・予防について、あなたのご意見をお聞かせください。

### ●主な記述内容

心が病んでしまうような環境がいけない訳で、その原因が人間関係なのか、経済的なことなのか、それぞれに対応した方法が必要なのだろうけれど…。本人の周りの人がどうやったら気づいてくれるのかが大切ではないかな。

相談しやすい環境を整える必要がある。すぐに連絡しやすい場所、だれでもわかるようにお知らせをしておくことが良いのでは。

自分の存在を認めてもらうことが一番大切に思うので、一人でも話せる相手を見つける。居場所（コミュニティ）を見つけることで変わるのではと思う。多くは「自分はこの世に不要なのでは」と思い悩むことが原因なのかなと感じるため。

思春期のこころの健康についてもっと予防に力を入れて欲しい。特にいじめられた事を親には言わないということを経験したので。教師にもっとゆとりのある時間の中で生活して欲しい。そして「良い子」と思われ、期待される事のつらさなど、今の子ども達の現実の世界を知って欲しい。親が育った時代と価値観（特に道徳的な人としての大切なこと。）が想像できない程変わって来ている。たまたまうちの子の環境（特に中学時代→娘の学年）が親の世代には理解しづらいことが多かった。親（私も含めて）も、現実の世界のスピード（インターネット、携帯電話）の影響がとても大きいことに視点を置いて欲しい。こころの健康の回復は、あたたかい眼ざしと、その人の存在を認めること。自然、スポーツ、文化の中でゆっくり癒されることだと思います。

とても難しい。小さい頃からいつも幸せな時にこそ命のありがたさ、大切さを少しずつでも心にきざむ事が大事なのではないかと思います。まわりの存在、家族の存在、その中にいる生きている自分の存在を意識することで、自分が死んだ時に1人でも悲しむ人がいてくれる、生きている時に一緒に悩み、考え、泣いてくれる人がいることを認識できることで、生きる意味があり、生きていていいんだと思ふんばれるのかもしれない。しかしつらい時にはそんな余裕はないから実際は、自殺対策というものは存在しないかも。自殺する勇気が一番すごいのではないかと思います。その力があれば何でもできるのにも思う。むずかしい。

一人で抱え込まず、周囲に相談出来る環境があると良いと思います。学校でのいじめで先生に相談をしてもきちんと対応してもらえないなど、時々ニュースで見るので改善するべきだと思います。

対策や予防について取組むのは今後も是非継続してほしい。ただ、門戸をもっとオープンにしてほしい。現時点のままでは、制度や機関を知ってはいても、相談に行かずに命を断ってしまうケースが減らないのではと感じる。人は誰しも悩みながら生きていて、悩むことで成長する。どんな小さな悩みでもその人にとっては大きいものであるため、受け入れ側がオープンマインドな雰囲気を作り出さないと難しいのでは。又、相談所や機関でのプライバシー保護も気になる。受付を別にするなど、周囲の目から見えないように守ることも必要だと感じる。でも最終的には、少しでも減少してくれることを願っています。

近年、精神的な病気が増えており自殺を考える人が多いと聞く。これは身近に相談できる人がいなかったり、ネット上でのトラブルも大きく関わっていると思う。なので身近に相談しやすい環境を作ったり、ネット上で相談できるような制度を広めたりするといった対応が必要であると考え。それをする事で予防につながり、自殺者を少しでも減らすことになると思う。また、小学校や中学校、高校、大学などの教育機関とも協力し、学生への注意喚起をしていくことも有効であると考え。思春期というのは、心身共に成長していく時期であるが、この時期に経験したことは今後の人生に大きな影響を与える。そう考えるとこの時期にストレスや困難との関わり方や、相談機関の紹介、自殺予防の話をする事で、大人になってから対処法がわかっているため、上手に対処することができる人が増えると思う。さらに根本的な事ではあるが、このように精神的な病気にかかったり、自殺したいと考える人の多くは幼少の頃に親から十分な愛情をもらっていないことが多い。そのため例えば、両親学級でそのような講座を開いたり、人と人とのつながりをつくっておくことで、様々な形で人のぬくもりに触れたり、もしも困ったことがあった時に、1人ではないと意識させることができる。このような取り組みをし、広めることで自殺等は減る可能性があると思う。

悩みをかかえてる人が相談できる場を増やせば良いと思う。

今現在自分には関係のない状況ですが、いつ自分がそのような状況になるかわからないし、誰でも悩みが深くなる可能性はあると思うので、対策・予防活動は必要なことだと思います。

東大和市でこころの体温計の取り組みをしている事は、引越しして来たとき広報で見たのと、出産後、保健師さんの訪問の際に待って来て頂いたカードを見て知りました。まだ相談員さんに話す程の悩みではないと思っているので利用していないが、市でもそんな窓口があるんだと知っているだけで少し安心できます。ではどこまで悩んだら利用するのかと考えると、自分でもよく分からないなど今回のアンケートで思いました。ある意味、敷居が高いのかも？相談された方の了承を得た上で、これまでどんな相談があったか、それに対してどんな対応をされたのかがわかったら、自分が相談するべきかどうか判断できるのではないかと思います。

人と人とのつながりがあれば何かあってもすぐに相談でき、自死など防げるのではないかと思います。孤独も人を追いつめるものではないでしょうか。市政の方々も民間とも手を組み、人の輪を拡げる取り組みをしてください。

自分の可能性を信じてくれる人、どんなことがあっても自分の味方である人が一人でもいてくれるだけで、問題は解決しなくても心が軽くなることもある。誰でもいいと思う（友人、家族、行政の人、医療機関、民間のカウンセラーなど）ので、そういう人がいることを知ってもらえたらこころが軽くなったり癒やされたりすると思う。

人間関係が希薄になっている時代だと思うので、家族や友人になんでも話し合える関係になっなければならないと思う。又、市や国、公的機関や医療機関が折りにふれ啓蒙することは大切だと思う。この市民意識調査も必非に良い事だと思います。

日頃の表情、会話、行動について知っておく。毎日の会話は必要と思う。

本人（問題を抱えている）にいかにして届けるかが課題だと思います。対して自殺を考えている人は視野が狭くなっており、掲示物だけでは気づきづらいと思います。近所づきあいがあればよいのですが希薄になる一方のため術が思いつきません。普段から人と触れ合う機会があることが重要なのではと思います。

自殺は心の問題なので本人の立場にならないと解らないが、とても勇気のいる事と思います。その勇気、きっと何かの役に立つのではと思っています。そんな方々の相談にのれる所がたくさんあると良いのにとっています。

悩みを抱えている人や自殺まで考えている人は、絶対に周囲にサインを出しているはずなので、そのサインを見逃さずに寄り添ってあげられたら良いと思う。

|  |
|--|
| <p>昔にくらべて生活は便利で豊かになった反面、他者への思いやりやに欠ける言動が増えてきているように思う。そこで大切なことは、“自分の命は自分で守る”ことが一番大切である。そのためには①食生活を大切にす。②睡眠をしっかり取り、ストレスをためない。③趣味やサークル活動に積極的に参加し、友人作りをする。④積極的に身体を動かしよい汗をかく。このようなことを行うことでこころの健康が促進されると考える。自殺対策・予防についてはむずかしい問題であるが、「悩みの相談室」の充実と早期治療かと考える。</p> |
| <p>特定の人だけに起こりえることではないので、1人1人が自分自身又は身近な人の立場で考え対策法を考えることが必要だと思います。どんな理由であっても、自ら命を断つことは良くないことだと思うので、時には病院で薬を使ってでも正常な判断を出来るようにしてあげたいと考えます。</p>   |
| <p>相談が出来る場が具体的にどこにあるかを知らせる方策が少ないのではないかと。また、自殺しようと思っている時は一面的になりがちである。いろいろな方法（対処方法、又は逃げる方法等）があることを知らせることが大事。</p>   |
| <p>自殺予防にはいかに身近に相談できる場所があるかが有効だと思います。そういった窓口を増やしていくことを望みます。</p>   |
| <p>自殺予防のためのPRはとても重要だと思う。家庭、学校、職場、特に学校や職場など気軽に相談できる専門家がいるといいと思う。</p>  |
| <p>小学校で積極的に心の授業をとり入れてほしい。暴言、暴力、無視など他人を傷付けることがあまりにも多すぎると思う。いじめによる自殺をなくすためにも心の教育にとにかく力を入れてほしい。</p>   |
| <p>生命の尊厳さを語り合う場を作っていきたい。</p>   |
| <p>複雑多様化が急速に進み、今までの普通がそうではなくなってしまうことにうまく対応できず惑う人がこれから多くなっていくような気がします。インターネットやSNSでは表面に表われずに、現実逃避し実際に接している社会では気づかれずに状況が悪くなることもあると思うので、ささいなきっかけを大事に、まわりの人たちが気づけるよう意識をもつことが求められるようになるのではと思います。</p>   |
| <p>誰しも一度は考えてしまうのかもしれない自殺は、残された人たちの思いや気持ちなども知ってもらえれば。もっと学校などでも体験談など講演でもなんでも小さい時から何度でも何回でもとりこんで欲しい。なぜ自分は死にたいのか、死んだ後残された人たちは何を思っているのか、自分の悩みは誰かどこかで相談できるのか、相談で自殺は回避できたのか、等々小さい時から何度でも何回でもやり直す事は何度でも出来るが、死んだら終わるという事を伝えて欲しい。</p>                              |
| <p>頭ごなしに自殺はダメとか生きていけば良い事があるといった励ましは効果が薄いと思う。なぜ死にたいのか、どれ位死にたいのか相手の話に耳を傾けることがまず大事だと思う。その上で自殺以外の選択肢や生きる上での希望を見つけられるような手段、方法など継続的に共に考えてくれる人がいると良いと思う。</p>  |
| <p>自殺は残った遺族や知人等かかわった全ての人に永久に消えない傷を残す。自責感、後悔、無念、絶望などを遺した者にずっと感じさせることになる。自死は絶対にしてはいけない。だが、自死をする方はそのような所に考えが及ばないところまできてしまい、追いつめられている。そのような方々を1人でも多く救えるよう対策されているのは本当にすばらしく意味のあることだと思う。このようなアンケートを実施されているのも市民として市のこれからの対応に期待でき、ほこらしい。</p>                     |
| <p>家族、自分、友人、命の大切さを感じ、いつも他人に対してもやさしく接する心を持つようになるのが理想だと思います。家族、学校、育つ環境が左右するように思います。勉強ができる、仕事ができるのと、人間性は別と思うので生きにくい時代になっていると感じます。自殺だけでなく暗いニュースが多いので、子ども、若い人たちが希望の持てる環境、たよれる相談機関など充実させる社会づくりをお願いしたいと思います。</p>  |

|   |
|---|
| <p>自殺の奥にはその人それぞれの理由があって、個別での対応が必要になっていくように感じる。その最終決断に至るまでの間で周りの人々や何らかの働きかけによって回避した上で再びその状態に戻らない継続的な支援が必要なのではないか。とは言え、自殺の芽を摘み取る難しさを感じる事も多い。本人もだが何より周りにいる人へ啓発する事が結果的に自殺者の減少に繋がれば良いと思う。残念ながら身近な人を自殺で亡くしてしまった場合は、冷たいようだが“自分は自分、他人は他人”と思い自分の心を守る事が有効だと思う。心が不健康だなと感じた時点でしっかり休んで充電出来る社会になると良いですね。</p>                      |
| <p>テレビなどでもっとひんばんに取り上げてもらい、相談する場所や方法があると知らせて思いとどまる人が出て来ると良いと思います。周囲がかなりダメージを受けるといいますし、ご本人がいなくなってしまうのは取り返しがつかないですから。</p>  |
| <p>困っている時、悩んでいる時、公的機関などで相談窓口があるのはよいと思います。しかし、自殺の原因など学校や会社でのいじめ等も多いかもしれないが、家族の中で関係がうまくいかない親子関係や夫婦間のドメスティックバイオレンスなどは、外に見えにくい。引きこもり、家庭内暴力なども家族があきらめてしまう。外に見えにくい場合が多い。やはり、相談する機関があることを常にいろんな所で市民に知らせる場所や機会が必要だと思う。</p>  |
| <p>自殺対策や予防に対する種々手立てはされている様ですが、それらに関する周知やPRをもっと積極的に行う事が大切と思う。特に若い方の予防については特に力を入れ、本人や関係者が気楽に相談できる、そんな環境作りが急務と思います。それには予算や人材の投入はもとより、関係部署（市、警察及び学校、企業等々）との横の連携が重要と考える。とにかく若い人を一人でも多く救ってやりたいですね。</p>  |
| <p>悩んでいるときに、相談をする相手がいれば（たとえ話をきいてもらうだけでも）多くのことが、良い方向に向くのではないかと思います。そうした人、機関があることは大切なことだと思いますので、PR活動は続けていく必要があると思います。</p>   |
| <p>周囲の者（家族・友人など）が早く様子の変化、態度の変化に気づく事が大事だと思います。気づいた時には、なるべく軽いおしゃべりの中で、原因や理由を探り、悩みを聞くことで心も軽くなるかと思っています。</p>  |
| <p>会社、地域活動、学校、家族等のネットワークで苦しんでいる方々に、声かけをして傾聴する活動を広げることが大事だと思います。私も昨年より会社で活動を開始しています。</p>   |
| <p>社会的背景に地域の絆が弱くなっている事があると思います。国の自殺対策の推進体制も強化されているようですが、私どもでも出来る事は、サロン活動を通じて寄り添えるような活動をひろげる。これはふれあいサロンみたいな場を増やすと良いと思います。</p>  |
| <p>相談する意志がある人は自殺しないと思う。身近な人を失ってひとりぼっちになった時に、声をかけてくれる人がいたら、自分はひとりではないと思えるのでは。</p>  |
| <p>日ごろから友人などを大事にして、お話をすることが大切だと思います。心にためないで何でも相談できるいい人に出会う事が大切です。</p>   |
| <p>私自身心の健康を害した経験があり、その時はじめてこういうことが身近な問題だと実感しました。身近な人や自分がその状況にならないと実感できないし、それについての情報も知ろうとしなれないものだと思います。そして、そのような状況になっても正しい情報を知らない事が多いと思うので、そういう事を相談できる人や場所が身近にあればいいと思います。そして、そういう場へ気軽に行けるといいと思います。まだまだ世間にはうつや自殺について間違った認識や考えがあるので実情だと思うので、相談する事をためらう人も多いと思うので、そういう考えを根本から変えていく事が一番大切だと思いますがそれが一番難しい事でもあると思いますが…。</p> |

|   |
|---|
| <p>自殺対策・予防については大変むづかしい問題であると思います。単に相談窓口を設けたり、啓発活動をしてそれが抜本的な解決にはなかなかつながらないと思います。社会保障や教育問題や様々な要素が絡み合っていて人にやさしい社会作りが必要だと思います。ただそうしたものが充実してもこころの健康、自殺予防につながり、すべてが解決するものでもなさそうです。自殺の原因には様々な理由があり、すべてに万能な方法はなさそうですが、社会や人々がこうした問題に少しでも関心を持つようになれば良い効果が期待出来ると思います。今回のアンケートが私自身にとってこうした問題を考える良い機会となりました。</p>                         |
| <p>人とのつながりが大切だと思います。あいさつ、ご近所つきあい、めんどうな相手もありますが楽しく話せることもあります。勉強にもなります。インターネットや個々の趣味の世界ばかりに目を向けがちなのもよろしくないのではないのでしょうか。社会で生きるのは結局は人と関わらなくてはなりません。コミュニケーションを大切にする教育が子どもだけでなく、大人にも重要なことではないかと思います。話せる相手がいることで視野が広がるので思い詰めたりしなくなるのではないかと思います。それが自殺の予防につながるの一部になるのではないのでしょうか。</p>  |
| <p>自殺を考える人は心に余裕がない人が多いので、相談にのって話をきくだけでも少し気持ちが変わることがあるので、そういう相談窓口などもっと知られるようになった方が良いでしょう。</p>  |
| <p>なやみ事があるればだれでもよいから相談したほうがよい。もしなやみが有る様な人を見かけたら話をかけてやると話してくる事も有ると思うので、出来るだけ会話はだいじだと思う。</p>  |
| <p>自殺の理由は人それぞれだが、どんな人にも相談できる人が1人でもいればそれは大きな抑止力となる。対面でも非対面でも全ての人にそういう支え・関わりがあればほとんどの事案は発生しなくなるはず。</p>  |
| <p>家族や友人など自分と関わりがある人とは普段からよく話をし、コミュニケーションを取っていくことがお互いのこころのケアになると思う。</p>   |
| <p>自殺の動機は様々な要因があり、ひとえに解決方法に正解があるとは考えにくいですが、まずは周りの人間が気付けるかどうか対策・予防の第一段階ではないかと思う。</p>   |
| <p>今はストレスや悩みがないという人でも何かきっかけで自殺まで考えるほど気持ちが落ち込むこともあるので、日頃から家族や友人など話をすることが大切だと思う。1人で悩むことなく身構えなくてもサラッと相談できる人を作っておくようにする。ただ一人暮らしの方や、高齢で一人である人もいるので地域とのつながりを作ることも必要だと今回このアンケートを行って改めて思いました。</p>   |
| <p>自殺を思いとどまらせるカギは「希望」だと何かの本で読んだ事が有ります。人生に挫折はつきものです。ちょっとしたつまづきイコール絶望と考えてしまう。ネガティブ思考の負のスパイラルに入ってしまう。希望を持つ事で人は何度でも立ち上がって進めるのだと思います。命の大切さを考えた時、生きてくても生きられなかった人たち、自分が生まれてから今まで周囲の人たちから沢山の愛情を受けて育てられて来た事、障害を持っていても力強く生きている人たち、自分は幸せなんだと感じられる何かを見つけて欲しいと思います。その手助け、気付いてあげられる人、相談出来る人が周囲にいる環境作りも大切と考えます。生まれて来て良かったなと思える事が必ず有ると。</p> |
| <p>私は自殺について考えたことはありませんが、自殺対策などで精神に悩んでいる人や辛い人を1人でも助ける材料になったり、少しでも自殺をすることを考え直すきっかけになると良いなと思います。</p>   |
| <p>ストレスや悩みをかかえた時に一人で考え込んでいると絶対に良い方向には行かないと思います。(私がそうなので)友人・家族・機関などどこでもよいのでとにかく誰かに話せば少しだけでも心が軽くなったり、解決法の一案が見えるかもしれません。一緒に泣いてくれる人、怒ってくれる人は大切です。笑いとはばしてくれるかもしれません。気軽に相談できる場がたくさんできることがこれからのストレス社会には必要だと思います。</p>   |

|  |
|--|
| <p>人は追いつめられると正常な判断ができなくなり、「死ぬしかない」と思いつめてしまう。その前に周りの人が救いの手を差し出すことができれば、その思考回路を変えられると思う。啓発物がその抑止力になればいいが難しいと思うので、周りの人の気づきが一番大切だと思う。</p>  |
| <p>老人だけではなく若者の自殺も多いので、啓発の講演会やイベントをやる場合は土・日にやった方がより多くの人に参加でき、自殺啓発につながると思う。自殺が多くなる月間はスーパーやコンビニ等市民が目にしやすい場所に自殺啓発のポスターや相談場所が書いてあるポスターやパンフレットを置いてもいいのではないかなと思う。また駅のトイレ内にも自殺を思いとどまるメッセージカード等を置くのはどうでしょうか。</p>  |
| <p>小学生・中学生及び保護者に対して心のケアをする仕事をしております。いじめやその他の理由で小・中学生の自殺願望のある児童・生徒がいます。リストカットや衝動的な行動をする子どももいます。保健センターの職員及びSW等が定期的に学校に行き自殺対策・予防について授業やセミナー等を行うことも必要だと思います。また教職員に対して研修会・講演会等も開催するとよいと思います。</p>  |
| <p>今回のアンケートを行い、悩みを抱える人や自殺を考える人からもし打ち明けられた際、話を聞く事はできるが実際解決策として自分はどのような行動が出来るかを、講演会や啓発物などあれば学んでみたいと思った。問題を抱える人が多い世の中だからこそ、周囲が考える・学べる機会をもっと増やす活動をしていてもらいたい。自分としては特に今の若い世代（中・高校生）に対して不安定な世代にこそ家族・友人以外にも話が出来る場が重要ではないかと考えている。インターネット上の知らない人に助けを求めてしまう事で悪用されてしまう事を防ぐためにも、行政で色々な場を作ってほしい。又、支援したいと考える人や地域の人に参加しやすい場も提供してもらえたらと思う。考える機会を与えて下さり、ありがとうございました。</p> |
| <p>1人で抱えこまないで相談すること、人に話を聞いてもらうことが大切だと思います。その際家族や親しい友人よりも全く知らない人の方が話しやすかったりするのではないのでしょうか。心の問題を抱えている人には相談できる機関を認知させることが必要だと思います。そして本人が自ら答えを見だし、立ち直ることができるよう傾聴の技術を持った相談員の育成が必要だと思います。</p>   |
| <p>自殺を考えているような人は何かしらのサインを出していると思う。きっと通常の思考ではないと思う。きっと計り知れない孤独感があると思う。この時に“そっとしておく”というのは逆効果で、どんな形でもいいからその人に関わってあげる事が大切だと思う。たとえおせっかいと思われても。</p>  |
| <p>相手の心によりそうこの大切さ。ささいな事でも本人は気にしている。精神面でもマイナス的な考えの人が多く、あたたかく共感していける仲間になっていく大切さを学びたい。死んでいい命なんてないので。</p>  |
| <p>今回このアンケートが届き回答する中で、気持ちのこと（心のこと）、生と死について、自分自身をみつめなおす、振りかえる時間がもてました。自分含めて、周りの友達も悩んでいたり、アンケートの様な状況になった時は、1人でかかえこまず相談する大切さも改めて感じました。</p>  |
| <p>自殺をしたり、考えたりする人が弱いからではないと思う。本人しかわからない気持ちや周りに理解されなくて苦しい思いを人より多く感じているだけなのだと思う。家族や環境の影響が大きいと感じるので、自殺を考えたことがない人こそ自殺への理解が必要だと思う。自分のことだけでなく1人1人がちょっとした思いやりや関わり方を心がければ、みんなが生きやすくなるのにと考えます。</p>  |
| <p>本当に困っている人は自らはあまり発信しないと思うので、周りの方々が変化に気付いてあげられたら良いと思う。</p>  |
| <p>人は口に出さないだけでさまざまな悩みをかかえていると思う。家庭の問題ははずかしい事だと思いき閉口しがちだが、勇気を出して打開できると考え行動を起こしてもらいたい。まわりが気づいてあげて手をさしのべて欲しい。</p>   |

|  |
|--|
| <p>死にたいって思ったときに、周りの人がいかにサポートするのか、いかに生きることを意味を伝えられるかが大切だと思います。時代の変化が激しい中ですが、一人でも多くの方がそれぞれの生き方を全うできる世界になってほしいです。</p>   |
| <p>日頃自殺について考えることがないので、具体的な自殺対策および予防にまで及びませんでした。自殺する人はそれぞれに理由があると思いますが、それ程の理由でもないのにもったいない死、回避できた死もあるのではないのでしょうか。自殺に至る要因として生活が豊かになった結果、人間一人一人がわがままになったり忍耐力がなくなってしまったこと、また人間関係が希薄になっていることなどさまざま考えられます。これらを考えると自殺対策・予防はひとつだけではなく、あらゆる角度から見ていかなければならず、大変難しいことと思われまます。</p> |
| <p>メンタルの問題がクローズアップされる昨今だが、未だ気軽にメンタル不調をオープンにできる社会の雰囲気になってはいないと思う。アメリカのように気軽にメンタル相談できる場所が街中にあり、利用することが恥ずべきことではないという風な空気感を醸成していく必要があるのではないかと思う。また、一度メンタル不調になった者へのレッテル貼りが有る社会も変わっていく必要があると思う。</p>  |
| <p>自殺対策、予防については幼少期の育てられ方、環境、愛情それが大きく関わってくると思います。小さい時にいかに自己肯定感を高められるか。児童期に命の重み、大切さを感じる感動体験を受けられたか。逆境を乗り越える力をつけられるか。時には逃げ出せる力を。他者を受け入れ弱いものに優しく出来るか。人間は一人では生きられない事、助け合う心を育てられるか。幼少期の予防なくして自殺は防げないのでは…と思います。</p>   |
| <p>自殺するにはいろいろと理由があると思いますが、事前にキャッチし相談にのりそれが駄目でしたらカウンセラーさんに相談し解決策を見出してもらい、自殺件数を少しでも少なくする努力が必要である。予防についてもあらゆる手段を使ってPRをして、防止に努めることが必要である。</p>  |
| <p>こころの問題はその人しかわからない事が多いので、いつでも何んでも話をできるように相談できるよう声をかけて、コミュニケーションがいちばん大切だと思います。多かれ少なかれなやみのない人はいないので、家族以外にも相談ができる人を持つことは大切だと思います。とくに年令を重ねていくとさびしい気持ちが多くなるので、いろいろな人との出会いも必要だとも思います。若い人は長い人生たのしくすごしていただけたらいいと願っています。</p>  |
| <p>いつ、どのような立場で関わることになるか分からない事なので、こころの健康の保護を含め少し関心をもって知識を広げて（身につけて）おく必要があると感じました。</p>   |
| <p>友人、知人、家族など本音で話の出来る人があること。又、公的には心おきなく相談出来る市の機関で気やすく相談出来る場が有ることが望ましい。</p>   |
| <p>人間は弱いから一人では生きていけないので、誰かが話を聞いたり助けてあげないと自殺は減らないと思う。もっと人間同士のコミュニケーションが必要だと思います。みんな気持ちを強く持って生きていってほしい。人間は生まれてきたからには何か使命があると思うので、命を大切にしてもらいたい。</p>   |

# 主なクロス集計結果

## (1) 家計の状況

問8 ご家庭の家計の余裕はどの程度ありますか。(○は1つ)

※全体を通して【年齢別】の18・19歳については、n数(回答者数)が12人と少ないため、参考にとどめる必要があります。

### 【年齢別】

「20歳代」、「40歳代」、「50歳代」は、「あまり余裕がない」がそれぞれ27.1%、34.3%、26.5%、「30歳代」は、「どちらともいえない」が31.5%、「60歳代」、「70歳代」、「80歳以上」は、「ある程度余裕がある」がそれぞれ35.4%、32.9%、32.5%と各年代で最も高くなっています。

|       |        | 合計    | 全く<br>余裕がない | あまり<br>余裕がない | どちらとも<br>いえない | ある程度<br>余裕がある | かなり<br>余裕がある | 分からない | 無回答 |
|-------|--------|-------|-------------|--------------|---------------|---------------|--------------|-------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 141         | 280          | 206           | 283           | 13           | 42    | 47  |
|       |        | 100.0 | 13.9        | 27.7         | 20.4          | 28.0          | 1.3          | 4.2   | 4.6 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 1           | 2            | 3             | 1             | 0            | 4     | 1   |
|       |        | 100.0 | 8.3         | 16.7         | 25.0          | 8.3           | 0.0          | 33.3  | 8.3 |
|       | 20歳代   | 59    | 8           | 16           | 6             | 15            | 0            | 13    | 1   |
|       |        | 100.0 | 13.6        | 27.1         | 10.2          | 25.4          | 0.0          | 22.0  | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 11          | 25           | 29            | 16            | 3            | 5     | 3   |
|       |        | 100.0 | 12.0        | 27.2         | 31.5          | 17.4          | 3.3          | 5.4   | 3.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 19          | 49           | 35            | 33            | 2            | 3     | 2   |
|       |        | 100.0 | 13.3        | 34.3         | 24.5          | 23.1          | 1.4          | 2.1   | 1.4 |
|       | 50歳代   | 151   | 35          | 40           | 31            | 32            | 2            | 4     | 7   |
|       |        | 100.0 | 23.2        | 26.5         | 20.5          | 21.2          | 1.3          | 2.6   | 4.6 |
| 60歳代  | 189    | 22    | 51          | 33           | 67            | 4             | 4            | 8     |     |
|       | 100.0  | 11.6  | 27.0        | 17.5         | 35.4          | 2.1           | 2.1          | 4.2   |     |
| 70歳代  | 231    | 32    | 67          | 42           | 76            | 1             | 5            | 8     |     |
|       | 100.0  | 13.9  | 29.0        | 18.2         | 32.9          | 0.4           | 2.2          | 3.5   |     |
| 80歳以上 | 117    | 11    | 25          | 26           | 38            | 1             | 4            | 12    |     |
|       | 100.0  | 9.4   | 21.4        | 22.2         | 32.5          | 0.9           | 3.4          | 10.3  |     |

(2) 日頃、悩みや苦勞、ストレス、不満を感じる事柄

問 10 あなたは日頃、a~g のそれぞれの問題に関して、悩みや苦勞、ストレス、不満を感じることがありますか。(それぞれに○は1つ)

【家庭の問題：年齢別】

「30 歳代」、「40 歳代」、「50 歳代」では、「現在ある」がそれぞれ 33.7%、37.8%、31.1%と他の年代に比べ高くなっています。

|       |        | 合計    | 意識するほど<br>感じることはない | かつてあったが<br>今はない | 現在ある | 無回答 |
|-------|--------|-------|--------------------|-----------------|------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 518                | 164             | 236  | 94  |
|       |        | 100.0 | 51.2               | 16.2            | 23.3 | 9.3 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 8                  | 3               | 1    | 0   |
|       |        | 100.0 | 66.7               | 25.0            | 8.3  | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 35                 | 9               | 14   | 1   |
|       |        | 100.0 | 59.3               | 15.3            | 23.7 | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 43                 | 15              | 31   | 3   |
|       |        | 100.0 | 46.7               | 16.3            | 33.7 | 3.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 70                 | 16              | 54   | 3   |
|       |        | 100.0 | 49.0               | 11.2            | 37.8 | 2.1 |
|       | 50歳代   | 151   | 73                 | 23              | 47   | 8   |
|       |        | 100.0 | 48.3               | 15.2            | 31.1 | 5.3 |
| 60歳代  | 189    | 85    | 46                 | 42              | 16   |     |
|       | 100.0  | 45.0  | 24.3               | 22.2            | 8.5  |     |
| 70歳代  | 231    | 128   | 39                 | 37              | 27   |     |
|       | 100.0  | 55.4  | 16.9               | 16.0            | 11.7 |     |
| 80歳以上 | 117    | 69    | 9                  | 7               | 32   |     |
|       | 100.0  | 59.0  | 7.7                | 6.0             | 27.4 |     |

【病気など健康の問題：年齢別】

「40 歳代」から「80 歳以上」では、「現在ある」が 35%前後と他の年代に比べ高くなっています。一方、「意識するほど感じることはない」は、「60 歳代」、「80 歳以上」が 45.0%、41.0%と他の年代に比べ低くなっています。

|       |        | 合計    | 意識するほど<br>感じることはない | かつてあったが<br>今はない | 現在ある | 無回答 |
|-------|--------|-------|--------------------|-----------------|------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 504                | 90              | 349  | 69  |
|       |        | 100.0 | 49.8               | 8.9             | 34.5 | 6.8 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 6                  | 2               | 4    | 0   |
|       |        | 100.0 | 50.0               | 16.7            | 33.3 | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 35                 | 11              | 12   | 1   |
|       |        | 100.0 | 59.3               | 18.6            | 20.3 | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 55                 | 7               | 27   | 3   |
|       |        | 100.0 | 59.8               | 7.6             | 29.3 | 3.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 77                 | 13              | 50   | 3   |
|       |        | 100.0 | 53.8               | 9.1             | 35.0 | 2.1 |
|       | 50歳代   | 151   | 77                 | 12              | 55   | 7   |
|       |        | 100.0 | 51.0               | 7.9             | 36.4 | 4.6 |
| 60歳代  | 189    | 85    | 19                 | 76              | 9    |     |
|       | 100.0  | 45.0  | 10.1               | 40.2            | 4.8  |     |
| 70歳代  | 231    | 114   | 20                 | 81              | 16   |     |
|       | 100.0  | 49.4  | 8.7                | 35.1            | 6.9  |     |
| 80歳以上 | 117    | 48    | 5                  | 40              | 24   |     |
|       | 100.0  | 41.0  | 4.3                | 34.2            | 20.5 |     |

【経済的な問題：年齢別】

「40歳代」、「50歳代」では、「現在ある」がそれぞれ25.2%、28.5%と他の年代に比べ高くなっています。

|       |        | 合計    | 意識するほど<br>感じることはない | かつてあったが<br>今はない | 現在ある | 無回答 |
|-------|--------|-------|--------------------|-----------------|------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 662                | 83              | 168  | 99  |
|       |        | 100.0 | 65.4               | 8.2             | 16.6 | 9.8 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 8                  | 1               | 3    | 0   |
|       |        | 100.0 | 66.7               | 8.3             | 25.0 | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 39                 | 8               | 10   | 2   |
|       |        | 100.0 | 66.1               | 13.6            | 16.9 | 3.4 |
|       | 30歳代   | 92    | 64                 | 6               | 19   | 3   |
|       |        | 100.0 | 69.6               | 6.5             | 20.7 | 3.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 95                 | 9               | 36   | 3   |
|       |        | 100.0 | 66.4               | 6.3             | 25.2 | 2.1 |
|       | 50歳代   | 151   | 80                 | 19              | 43   | 9   |
|       |        | 100.0 | 53.0               | 12.6            | 28.5 | 6.0 |
| 60歳代  | 189    | 127   | 20                 | 31              | 11   |     |
|       | 100.0  | 67.2  | 10.6               | 16.4            | 5.8  |     |
| 70歳代  | 231    | 167   | 14                 | 19              | 31   |     |
|       | 100.0  | 72.3  | 6.1                | 8.2             | 13.4 |     |
| 80歳以上 | 117    | 71    | 6                  | 4               | 36   |     |
|       | 100.0  | 60.7  | 5.1                | 3.4             | 30.8 |     |

【勤務関係の問題：年齢別】

「20歳代」、「30歳代」、「40歳代」、「50歳代」では、「現在ある」が25.4%、31.5%、29.4%、33.8%と他の年代に比べ特に高くなっています。一方、「意識するほど感じることはない」では、「40歳代」、「60歳代」、「70歳代」が53.8%、57.7%、52.4%と他の年代に比べて高くなっています。

|       |        | 合計    | 意識するほど<br>感じることはない | かつてあったが<br>今はない | 現在ある | 無回答  |
|-------|--------|-------|--------------------|-----------------|------|------|
|       | 全体     | 1012  | 501                | 146             | 160  | 205  |
|       |        | 100.0 | 49.5               | 14.4            | 15.8 | 20.3 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 10                 | 1               | 1    | 0    |
|       |        | 100.0 | 83.3               | 8.3             | 8.3  | 0.0  |
|       | 20歳代   | 59    | 26                 | 16              | 15   | 2    |
|       |        | 100.0 | 44.1               | 27.1            | 25.4 | 3.4  |
|       | 30歳代   | 92    | 41                 | 19              | 29   | 3    |
|       |        | 100.0 | 44.6               | 20.7            | 31.5 | 3.3  |
|       | 40歳代   | 143   | 77                 | 19              | 42   | 5    |
|       |        | 100.0 | 53.8               | 13.3            | 29.4 | 3.5  |
|       | 50歳代   | 151   | 69                 | 19              | 51   | 12   |
|       |        | 100.0 | 45.7               | 12.6            | 33.8 | 7.9  |
| 60歳代  | 189    | 109   | 31                 | 18              | 31   |      |
|       | 100.0  | 57.7  | 16.4               | 9.5             | 16.4 |      |
| 70歳代  | 231    | 121   | 28                 | 3               | 79   |      |
|       | 100.0  | 52.4  | 12.1               | 1.3             | 34.2 |      |
| 80歳以上 | 117    | 39    | 12                 | 0               | 66   |      |
|       | 100.0  | 33.3  | 10.3               | 0.0             | 56.4 |      |

### (3) 日常生活の悩みや苦勞、ストレス、不満解消の内容と程度

問12 あなたは日常生活の悩みや苦勞、ストレス、不満を解消するために、次のことをどのくらいしますか。(それぞれに○は1つ)

#### 【「人に話を聞いてもらう」：性別】

「男性」では、「全くしない」、「あまりしない」が23.9%、32.5%と「女性」に比べ高くなっています。一方、「女性」では、「時々する」、「よくする」が39.4%、25.1%と「男性」に比べ高くなっています。

#### 【「人に話を聞いてもらう」：年齢別】

「70歳代」、「80歳以上」では、「全くしない」が20.3%、24.8%と他の年代に比べ高くなっています。一方、「よくする」では、「20歳代」、「30歳代」、「40歳代」では35.6%、31.5%、25.2%と他の年代に比べ高くなっています。

|       |        | 合計    | 全くしない | あまりしない | 時々する | よくする | 無回答 |
|-------|--------|-------|-------|--------|------|------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 152   | 262    | 336  | 193  | 69  |
|       |        | 100.0 | 15.0  | 25.9   | 33.2 | 19.1 | 6.8 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 103   | 140    | 106  | 52   | 30  |
|       |        | 100.0 | 23.9  | 32.5   | 24.6 | 12.1 | 7.0 |
|       | 女性     | 546   | 47    | 119    | 215  | 137  | 28  |
|       |        | 100.0 | 8.6   | 21.8   | 39.4 | 25.1 | 5.1 |
|       | その他    | 0     | 0     | 0      | 0    | 0    | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0   | 0.0    | 0.0  | 0.0  | 0.0 |
|       | 答えたくない | 4     | 0     | 0      | 3    | 1    | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0   | 0.0    | 75.0 | 25.0 | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 1     | 1      | 3    | 7    | 0   |
|       |        | 100.0 | 8.3   | 8.3    | 25.0 | 58.3 | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 6     | 8      | 23   | 21   | 1   |
|       |        | 100.0 | 10.2  | 13.6   | 39.0 | 35.6 | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 7     | 18     | 35   | 29   | 3   |
|       |        | 100.0 | 7.6   | 19.6   | 38.0 | 31.5 | 3.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 13    | 31     | 61   | 36   | 2   |
|       |        | 100.0 | 9.1   | 21.7   | 42.7 | 25.2 | 1.4 |
|       | 50歳代   | 151   | 22    | 40     | 56   | 25   | 8   |
|       | 100.0  | 14.6  | 26.5  | 37.1   | 16.6 | 5.3  |     |
| 60歳代  | 189    | 25    | 63    | 67     | 27   | 7    |     |
|       | 100.0  | 13.2  | 33.3  | 35.4   | 14.3 | 3.7  |     |
| 70歳代  | 231    | 47    | 67    | 67     | 35   | 15   |     |
|       | 100.0  | 20.3  | 29.0  | 29.0   | 15.2 | 6.5  |     |
| 80歳以上 | 117    | 29    | 32    | 17     | 10   | 29   |     |
|       | 100.0  | 24.8  | 27.4  | 14.5   | 8.5  | 24.8 |     |

【「我慢して時間が経つのを待つ」：性別】

「男性」では、「全くしない」が 23.9%と「女性」に比べ高くなっています。一方、「女性」では、「時々する」が 31.3%と「男性」に比べ高くなっています。

|      |        | 合計    | 全くしない | あまりしない | 時々する | よくする | 無回答  |
|------|--------|-------|-------|--------|------|------|------|
|      | 全体     | 1012  | 202   | 253    | 274  | 109  | 174  |
|      |        | 100.0 | 20.0  | 25.0   | 27.1 | 10.8 | 17.2 |
| 【性別】 | 男性     | 431   | 103   | 116    | 99   | 46   | 67   |
|      |        | 100.0 | 23.9  | 26.9   | 23.0 | 10.7 | 15.5 |
|      | 女性     | 546   | 93    | 132    | 171  | 59   | 91   |
|      |        | 100.0 | 17.0  | 24.2   | 31.3 | 10.8 | 16.7 |
|      | その他    | 0     | 0     | 0      | 0    | 0    | 0    |
|      |        | 100.0 | 0.0   | 0.0    | 0.0  | 0.0  | 0.0  |
|      | 答えたくない | 4     | 0     | 2      | 1    | 1    | 0    |
|      |        | 100.0 | 0.0   | 50.0   | 25.0 | 25.0 | 0.0  |

#### (4) 悩みやストレスを感じた時の考え方

問 13 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。(それぞれに○は1つ)

##### 【「助けを求めたり、誰かに相談したいと思う」：性別】

「男性」では、「そう思わない」が18.8%と「女性」に比べ高くなっています。一方、「女性」では、「ややそう思う」、「そう思う」が26.2%、27.1%と「男性」に比べ高くなっています。

##### 【「助けを求めたり、誰かに相談したいと思う」：年齢別】

「70歳代」、「80歳代」では、「そう思わない」と「あまりそう思わない」を合わせると40.7%、49.6%と他の年代に比べ高くなっています。一方、「20歳代」、「30歳代」、「40歳代」では、「ややそう思う」と「そう思う」を合わせると、69.5%、59.8%、60.9%と他の年代に比べ特に高くなっています。

|       |        | 合計    | そう思わない | あまり<br>そう思わない | どちらとも<br>いえない | やや<br>そう思う | そう思う | 無回答 |
|-------|--------|-------|--------|---------------|---------------|------------|------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 132    | 185           | 187           | 225        | 226  | 57  |
|       |        | 100.0 | 13.0   | 18.3          | 18.5          | 22.2       | 22.3 | 5.6 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 81     | 86            | 93            | 72         | 73   | 26  |
|       |        | 100.0 | 18.8   | 20.0          | 21.6          | 16.7       | 16.9 | 6.0 |
|       | 女性     | 546   | 47     | 94            | 90            | 143        | 148  | 24  |
|       |        | 100.0 | 8.6    | 17.2          | 16.5          | 26.2       | 27.1 | 4.4 |
|       | その他    | 0     | 0      | 0             | 0             | 0          | 0    | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0    | 0.0           | 0.0           | 0.0        | 0.0  | 0.0 |
|       | 答えたくない | 4     | 0      | 0             | 1             | 2          | 1    | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0    | 0.0           | 25.0          | 50.0       | 25.0 | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 1      | 4             | 1             | 4          | 2    | 0   |
|       |        | 100.0 | 8.3    | 33.3          | 8.3           | 33.3       | 16.7 | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 4      | 6             | 7             | 16         | 25   | 1   |
|       |        | 100.0 | 6.8    | 10.2          | 11.9          | 27.1       | 42.4 | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 5      | 14            | 14            | 24         | 31   | 4   |
|       |        | 100.0 | 5.4    | 15.2          | 15.2          | 26.1       | 33.7 | 4.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 11     | 15            | 29            | 41         | 46   | 1   |
|       |        | 100.0 | 7.7    | 10.5          | 20.3          | 28.7       | 32.2 | 0.7 |
|       | 50歳代   | 151   | 18     | 21            | 35            | 40         | 30   | 7   |
|       |        | 100.0 | 11.9   | 13.9          | 23.2          | 26.5       | 19.9 | 4.6 |
| 60歳代  | 189    | 23    | 39     | 44            | 36            | 36         | 11   |     |
|       | 100.0  | 12.2  | 20.6   | 23.3          | 19.0          | 19.0       | 5.8  |     |
| 70歳代  | 231    | 43    | 51     | 36            | 49            | 40         | 12   |     |
|       | 100.0  | 18.6  | 22.1   | 15.6          | 21.2          | 17.3       | 5.2  |     |
| 80歳以上 | 117    | 24    | 34     | 18            | 12            | 12         | 17   |     |
|       | 100.0  | 20.5  | 29.1   | 15.4          | 10.3          | 10.3       | 14.5 |     |

##### 【「悩みや問題は、自分ひとりで解決すべきだと思う」：性別】

「男性」では、「そう思わない」が27.1%と「女性」に比べ特に低くなっています。

|      |        | 合計    | そう思わない | あまり<br>そう思わない | どちらとも<br>いえない | やや<br>そう思う | そう思う | 無回答 |
|------|--------|-------|--------|---------------|---------------|------------|------|-----|
|      | 全体     | 1012  | 360    | 232           | 216           | 74         | 41   | 89  |
|      |        | 100.0 | 35.6   | 22.9          | 21.3          | 7.3        | 4.1  | 8.8 |
| 【性別】 | 男性     | 431   | 117    | 107           | 103           | 46         | 22   | 36  |
|      |        | 100.0 | 27.1   | 24.8          | 23.9          | 10.7       | 5.1  | 8.4 |
|      | 女性     | 546   | 233    | 121           | 104           | 28         | 17   | 43  |
|      |        | 100.0 | 42.7   | 22.2          | 19.0          | 5.1        | 3.1  | 7.9 |
|      | その他    | 0     | 0      | 0             | 0             | 0          | 0    | 0   |
|      |        | 100.0 | 0.0    | 0.0           | 0.0           | 0.0        | 0.0  | 0.0 |
|      | 答えたくない | 4     | 3      | 0             | 1             | 0          | 0    | 0   |
|      |        | 100.0 | 75.0   | 0.0           | 25.0          | 0.0        | 0.0  | 0.0 |

(5) 悩みやストレスを感じた時の相談相手

問 14 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人々に相談したことがありますか。または、相談しようと思いますか。(それぞれに○は1つ)

【「家族や親族」：性別】

「男性」では、「相談しないと思う」が 23.7%と「女性」に比べ高くなっています。一方、「女性」では、「相談したことがある」が 63.6%と「男性」に比べ特に高くなっています。

【「家族や親族」：年齢別】

「70歳代」、「80歳以上」では、「相談したことがある」が 41.1%、25.6%と他の年代に比べ低くなっています。一方、「実際にしたことはないが相談しようと思う」では、「70歳代」、「80歳以上」が 35.1%、41.0%と他の年代に比べて高くなっています。

|       |        | 合計    | 相談しないと思う | 実際にしたことはないが相談しようと思う | 相談したことがある | 無回答 |
|-------|--------|-------|----------|---------------------|-----------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 177      | 234                 | 541       | 60  |
|       |        | 100.0 | 17.5     | 23.1                | 53.5      | 5.9 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 102      | 121                 | 181       | 27  |
|       |        | 100.0 | 23.7     | 28.1                | 42.0      | 6.3 |
|       | 女性     | 546   | 67       | 107                 | 347       | 25  |
|       |        | 100.0 | 12.3     | 19.6                | 63.6      | 4.6 |
|       | その他    | 0     | 0        | 0                   | 0         | 0   |
|       | 100.0  | 0.0   | 0.0      | 0.0                 | 0.0       |     |
|       | 答えたくない | 4     | 2        | 1                   | 1         | 0   |
|       |        | 100.0 | 50.0     | 25.0                | 25.0      | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 1        | 1                   | 10        | 0   |
|       |        | 100.0 | 8.3      | 8.3                 | 83.3      | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 9        | 6                   | 43        | 1   |
|       |        | 100.0 | 15.3     | 10.2                | 72.9      | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 10       | 6                   | 72        | 4   |
|       |        | 100.0 | 10.9     | 6.5                 | 78.3      | 4.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 22       | 16                  | 104       | 1   |
|       |        | 100.0 | 15.4     | 11.2                | 72.7      | 0.7 |
|       | 50歳代   | 151   | 31       | 26                  | 85        | 9   |
|       |        | 100.0 | 20.5     | 17.2                | 56.3      | 6.0 |
| 60歳代  | 189    | 34    | 48       | 95                  | 12        |     |
|       | 100.0  | 18.0  | 25.4     | 50.3                | 6.3       |     |
| 70歳代  | 231    | 42    | 81       | 95                  | 13        |     |
|       | 100.0  | 18.2  | 35.1     | 41.1                | 5.6       |     |
| 80歳以上 | 117    | 23    | 48       | 30                  | 16        |     |
|       | 100.0  | 19.7  | 41.0     | 25.6                | 13.7      |     |

【「友人や同僚や恋人」：性別】

「男性」では、「相談しないと思う」が 39.4%と「女性」に比べ特に高くなっています。一方、「女性」では、「相談したことがある」が 55.3%と「男性」に比べ特に高くなっています。

【「友人や同僚や恋人」：年齢別】

「60歳代」、「70歳代」、「80歳以上」では、「相談しないと思う」が 36.0%、46.8%、47.9%と他の年代に比べ特に高くなっています。一方、「相談したことがある」では、「20歳代」、「30歳代」、「40歳代」が 74.6%、73.9%、71.3%と7割を超え特に高くなっています。

|       |        | 合計    | 相談しないと思う | 実際にしたことはないが相談しようと思う | 相談したことがある | 無回答 |
|-------|--------|-------|----------|---------------------|-----------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 306      | 194                 | 426       | 86  |
|       |        | 100.0 | 30.2     | 19.2                | 42.1      | 8.5 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 170      | 113                 | 112       | 36  |
|       |        | 100.0 | 39.4     | 26.2                | 26.0      | 8.4 |
|       | 女性     | 546   | 126      | 76                  | 302       | 42  |
|       |        | 100.0 | 23.1     | 13.9                | 55.3      | 7.7 |
|       | その他    | 0     | 0        | 0                   | 0         | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0      | 0.0                 | 0.0       | 0.0 |
|       | 答えたくない | 4     | 1        | 0                   | 3         | 0   |
|       |        | 100.0 | 25.0     | 0.0                 | 75.0      | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 3        | 0                   | 9         | 0   |
|       |        | 100.0 | 25.0     | 0.0                 | 75.0      | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 6        | 8                   | 44        | 1   |
|       |        | 100.0 | 10.2     | 13.6                | 74.6      | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 5        | 15                  | 68        | 4   |
|       |        | 100.0 | 5.4      | 16.3                | 73.9      | 4.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 22       | 18                  | 102       | 1   |
|       |        | 100.0 | 15.4     | 12.6                | 71.3      | 0.7 |
|       | 50歳代   | 151   | 33       | 35                  | 75        | 8   |
|       |        | 100.0 | 21.9     | 23.2                | 49.7      | 5.3 |
| 60歳代  | 189    | 68    | 37       | 70                  | 14        |     |
|       | 100.0  | 36.0  | 19.6     | 37.0                | 7.4       |     |
| 70歳代  | 231    | 108   | 60       | 41                  | 22        |     |
|       | 100.0  | 46.8  | 26.0     | 17.7                | 9.5       |     |
| 80歳以上 | 117    | 56    | 19       | 10                  | 32        |     |
|       | 100.0  | 47.9  | 16.2     | 8.5                 | 27.4      |     |

【「先生や上司」：年齢別】

「50歳代」、「60歳代」、「70歳代」、「80歳以上」では、「相談しないと思う」が62.3%、70.4%、71.4%、61.5%と他の年代に比べ特に高くなっています。一方、「相談したことがある」では、「20歳代」、「30歳代」、「40歳代」が42.4%、35.9%、35.0%と他の年代に比べて特に高くなっています。

|       |        | 合計    | 相談しないと思う | 実際にしたことはないが相談しようと思う | 相談したことがある | 無回答  |
|-------|--------|-------|----------|---------------------|-----------|------|
|       | 全体     | 1012  | 599      | 128                 | 167       | 118  |
|       |        | 100.0 | 59.2     | 12.6                | 16.5      | 11.7 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 3        | 3                   | 6         | 0    |
|       |        | 100.0 | 25.0     | 25.0                | 50.0      | 0.0  |
|       | 20歳代   | 59    | 27       | 6                   | 25        | 1    |
|       |        | 100.0 | 45.8     | 10.2                | 42.4      | 1.7  |
|       | 30歳代   | 92    | 37       | 18                  | 33        | 4    |
|       |        | 100.0 | 40.2     | 19.6                | 35.9      | 4.3  |
|       | 40歳代   | 143   | 60       | 29                  | 50        | 4    |
|       |        | 100.0 | 42.0     | 20.3                | 35.0      | 2.8  |
|       | 50歳代   | 151   | 94       | 24                  | 24        | 9    |
|       |        | 100.0 | 62.3     | 15.9                | 15.9      | 6.0  |
|       | 60歳代   | 189   | 133      | 23                  | 17        | 16   |
|       |        | 100.0 | 70.4     | 12.2                | 9.0       | 8.5  |
| 70歳代  | 231    | 165   | 20       | 6                   | 40        |      |
|       | 100.0  | 71.4  | 8.7      | 2.6                 | 17.3      |      |
| 80歳以上 | 117    | 72    | 3        | 4                   | 38        |      |
|       | 100.0  | 61.5  | 2.6      | 3.4                 | 32.5      |      |

【「医療機関の職員」：性別】

「男性」では、「相談しないと思う」が38.1%と「女性」に比べ高くなっています。

【「医療機関の職員」：年齢別】

「60歳代」、「70歳代」、「80歳以上」では、「相談しないと思う」が27.0%、24.7%、26.5%と他の年代に比べ低くなっています。一方、「20歳代」、「30歳代」では、52.5%、45.7%と他の年代に比べ高くなっています。

|       |        | 合計    | 相談しないと思う | 実際にしたことはないが相談しようと思う | 相談したことがある | 無回答  |
|-------|--------|-------|----------|---------------------|-----------|------|
|       | 全体     | 1012  | 334      | 427                 | 163       | 88   |
|       |        | 100.0 | 33.0     | 42.2                | 16.1      | 8.7  |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 164      | 179                 | 55        | 33   |
|       |        | 100.0 | 38.1     | 41.5                | 12.8      | 7.7  |
|       | 女性     | 546   | 160      | 237                 | 103       | 46   |
|       |        | 100.0 | 29.3     | 43.4                | 18.9      | 8.4  |
|       | その他    | 0     | 0        | 0                   | 0         | 0    |
|       | 100.0  | 0.0   | 0.0      | 0.0                 | 0.0       |      |
|       | 答えたくない | 4     | 1        | 1                   | 1         | 1    |
|       | 100.0  | 25.0  | 25.0     | 25.0                | 25.0      | 25.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 7        | 3                   | 2         | 0    |
|       |        | 100.0 | 58.3     | 25.0                | 16.7      | 0.0  |
|       | 20歳代   | 59    | 31       | 21                  | 6         | 1    |
|       |        | 100.0 | 52.5     | 35.6                | 10.2      | 1.7  |
|       | 30歳代   | 92    | 42       | 30                  | 16        | 4    |
|       |        | 100.0 | 45.7     | 32.6                | 17.4      | 4.3  |
|       | 40歳代   | 143   | 54       | 53                  | 34        | 2    |
|       |        | 100.0 | 37.8     | 37.1                | 23.8      | 1.4  |
|       | 50歳代   | 151   | 55       | 58                  | 30        | 8    |
|       |        | 100.0 | 36.4     | 38.4                | 19.9      | 5.3  |
|       | 60歳代   | 189   | 51       | 93                  | 31        | 14   |
|       |        | 100.0 | 27.0     | 49.2                | 16.4      | 7.4  |
|       | 70歳代   | 231   | 57       | 117                 | 33        | 24   |
|       | 100.0  | 24.7  | 50.6     | 14.3                | 10.4      |      |
| 80歳以上 | 117    | 31    | 48       | 7                   | 31        |      |
|       | 100.0  | 26.5  | 41.0     | 6.0                 | 26.5      |      |

【「公的な相談機関」：性別】

「男性」では、「相談しないと思う」が58.0%と「女性」に比べ高くなっています。

【「公的な相談機関」：年齢別】

「80歳以上」では、「相談しないと思う」が37.6%と他の年代に比べ低くなっています。一方、「20歳代」では、79.7%と他の年代に比べ特に高くなっています。

|       |        | 合計    | 相談しないと思う | 実際にしたことはないが相談しようと思う | 相談したことがある | 無回答  |
|-------|--------|-------|----------|---------------------|-----------|------|
|       | 全体     | 1012  | 531      | 321                 | 68        | 92   |
|       |        | 100.0 | 52.5     | 31.7                | 6.7       | 9.1  |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 250      | 128                 | 19        | 34   |
|       |        | 100.0 | 58.0     | 29.7                | 4.4       | 7.9  |
|       | 女性     | 546   | 266      | 185                 | 46        | 49   |
|       |        | 100.0 | 48.7     | 33.9                | 8.4       | 9.0  |
|       | その他    | 0     | 0        | 0                   | 0         | 0    |
| 100.0 | 0.0    | 0.0   | 0.0      | 0.0                 | 0.0       |      |
|       | 答えたくない | 4     | 2        | 0                   | 1         | 1    |
|       |        | 100.0 | 50.0     | 0.0                 | 25.0      | 25.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 11       | 1                   | 0         | 0    |
|       |        | 100.0 | 91.7     | 8.3                 | 0.0       | 0.0  |
|       | 20歳代   | 59    | 47       | 11                  | 0         | 1    |
|       |        | 100.0 | 79.7     | 18.6                | 0.0       | 1.7  |
|       | 30歳代   | 92    | 54       | 25                  | 9         | 4    |
|       |        | 100.0 | 58.7     | 27.2                | 9.8       | 4.3  |
|       | 40歳代   | 143   | 78       | 42                  | 20        | 3    |
|       |        | 100.0 | 54.5     | 29.4                | 14.0      | 2.1  |
|       | 50歳代   | 151   | 89       | 41                  | 12        | 9    |
|       |        | 100.0 | 58.9     | 27.2                | 7.9       | 6.0  |
| 60歳代  | 189    | 91    | 71       | 12                  | 15        |      |
|       | 100.0  | 48.1  | 37.6     | 6.3                 | 7.9       |      |
| 70歳代  | 231    | 109   | 88       | 9                   | 25        |      |
|       | 100.0  | 47.2  | 38.1     | 3.9                 | 10.8      |      |
| 80歳以上 | 117    | 44    | 37       | 5                   | 31        |      |
|       | 100.0  | 37.6  | 31.6     | 4.3                 | 26.5      |      |

【「社会福祉法人、民間等の相談機関」：性別】

「男性」では、「相談しないと思う」が54.8%と「女性」に比べ高くなっています。

【「社会福祉法人、民間等の相談機関」：年齢別】

「70歳」、「80歳以上」では、「相談しないと思う」が36.8%、32.5%と他の年代に比べ低くなっています。一方、「20歳代」、「30歳代」では、78.0%、67.4%と他の年代に比べ特に高くなっています。

|       |        | 合計    | 相談しないと思う | 実際にしたことはないが相談しようと思う | 相談したことがある | 無回答 |
|-------|--------|-------|----------|---------------------|-----------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 501      | 361                 | 65        | 85  |
|       |        | 100.0 | 49.5     | 35.7                | 6.4       | 8.4 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 236      | 140                 | 19        | 36  |
|       |        | 100.0 | 54.8     | 32.5                | 4.4       | 8.4 |
|       | 女性     | 546   | 249      | 211                 | 44        | 42  |
|       |        | 100.0 | 45.6     | 38.6                | 8.1       | 7.7 |
|       | その他    | 0     | 0        | 0                   | 0         | 0   |
|       | 100.0  | 0.0   | 0.0      | 0.0                 | 0.0       |     |
|       | 答えたくない | 4     | 2        | 1                   | 1         | 0   |
|       |        | 100.0 | 50.0     | 25.0                | 25.0      | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 10       | 2                   | 0         | 0   |
|       |        | 100.0 | 83.3     | 16.7                | 0.0       | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 46       | 11                  | 1         | 1   |
|       |        | 100.0 | 78.0     | 18.6                | 1.7       | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 62       | 20                  | 6         | 4   |
|       |        | 100.0 | 67.4     | 21.7                | 6.5       | 4.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 81       | 50                  | 10        | 2   |
|       |        | 100.0 | 56.6     | 35.0                | 7.0       | 1.4 |
|       | 50歳代   | 151   | 85       | 47                  | 11        | 8   |
|       |        | 100.0 | 56.3     | 31.1                | 7.3       | 5.3 |
| 60歳代  | 189    | 85    | 74       | 15                  | 15        |     |
|       | 100.0  | 45.0  | 39.2     | 7.9                 | 7.9       |     |
| 70歳代  | 231    | 85    | 108      | 16                  | 22        |     |
|       | 100.0  | 36.8  | 46.8     | 6.9                 | 9.5       |     |
| 80歳以上 | 117    | 38    | 44       | 6                   | 29        |     |
|       | 100.0  | 32.5  | 37.6     | 5.1                 | 24.8      |     |

【「同じ悩みを抱える人」：性別】

「男性」では、「相談しないと思う」が53.6%と「女性」に比べ高くなっています。

|      |        | 合計    | 相談しないと思う | 実際にしたことはないが相談しようと思う | 相談したことがある | 無回答 |
|------|--------|-------|----------|---------------------|-----------|-----|
|      | 全体     | 1012  | 461      | 380                 | 75        | 96  |
|      |        | 100.0 | 45.6     | 37.5                | 7.4       | 9.5 |
| 【性別】 | 男性     | 431   | 231      | 148                 | 16        | 36  |
|      |        | 100.0 | 53.6     | 34.3                | 3.7       | 8.4 |
|      | 女性     | 546   | 215      | 224                 | 56        | 51  |
|      |        | 100.0 | 39.4     | 41.0                | 10.3      | 9.3 |
|      | その他    | 0     | 0        | 0                   | 0         | 0   |
|      | 100.0  | 0.0   | 0.0      | 0.0                 | 0.0       |     |
|      | 答えたくない | 4     | 2        | 1                   | 1         | 0   |
|      |        | 100.0 | 50.0     | 25.0                | 25.0      | 0.0 |

【「市等が開催する各種相談」：性別】

「男性」では、「相談しないと思う」が55.9%と「女性」に比べ高くなっています。

【「市等が開催する各種相談」：年齢別】

「70歳」、「80歳以上」では、「相談しないと思う」が38.1%、41.0%と他の年代に比べ低くなっています。一方、「20歳代」、「30歳代」では、74.6%、67.4%と他の年代に比べ特に高くなっています。

|       |        | 合計    | 相談しないと思う | 実際にしたことはないが相談しようと思う | 相談したことがある | 無回答 |
|-------|--------|-------|----------|---------------------|-----------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 505      | 378                 | 38        | 91  |
|       |        | 100.0 | 49.9     | 37.4                | 3.8       | 9.0 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 241      | 143                 | 10        | 37  |
|       |        | 100.0 | 55.9     | 33.2                | 2.3       | 8.6 |
|       | 女性     | 546   | 249      | 226                 | 25        | 46  |
|       |        | 100.0 | 45.6     | 41.4                | 4.6       | 8.4 |
|       | その他    | 0     | 0        | 0                   | 0         | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0      | 0.0                 | 0.0       | 0.0 |
|       | 答えたくない | 4     | 1        | 2                   | 1         | 0   |
|       |        | 100.0 | 25.0     | 50.0                | 25.0      | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 8        | 4                   | 0         | 0   |
|       |        | 100.0 | 66.7     | 33.3                | 0.0       | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 44       | 14                  | 0         | 1   |
|       |        | 100.0 | 74.6     | 23.7                | 0.0       | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 62       | 24                  | 2         | 4   |
|       |        | 100.0 | 67.4     | 26.1                | 2.2       | 4.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 73       | 60                  | 7         | 3   |
|       |        | 100.0 | 51.0     | 42.0                | 4.9       | 2.1 |
|       | 50歳代   | 151   | 82       | 50                  | 10        | 9   |
|       |        | 100.0 | 54.3     | 33.1                | 6.6       | 6.0 |
|       | 60歳代   | 189   | 91       | 78                  | 7         | 13  |
|       |        | 100.0 | 48.1     | 41.3                | 3.7       | 6.9 |
|       | 70歳代   | 231   | 88       | 108                 | 9         | 26  |
|       | 100.0  | 38.1  | 46.8     | 3.9                 | 11.3      |     |
| 80歳以上 | 117    | 48    | 35       | 3                   | 31        |     |
|       | 100.0  | 41.0  | 29.9     | 2.6                 | 26.5      |     |

(6) 悩みやストレスを感じた時の対処方法

問 15 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下のどのような方法を利用したことがありますか。または、利用したいと思いますか。(それぞれに○は1つ)

【「直接会って相談する」：性別】

「男性」では、「利用しないと思う」が 44.1%と「女性」に比べ高くなっています。一方、「女性」では、「利用したことがある」が 25.5%と「男性」に比べ高くなっています。

【「直接会って相談する」：年齢別】

「40 歳代」以上では、「相談しないと思う」が 40%前後と他の年代に比べ高くなっています。一方、「20 歳代」、「30 歳代」では、「利用したことがある」が 44.1%、41.3%と他の年代に比べ高くなっています。

|       |        | 合計    | 利用しないと思う | 実際にしたことはないが利用すると思う | 利用したことがある | 無回答 |
|-------|--------|-------|----------|--------------------|-----------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 400      | 336                | 201       | 75  |
|       |        | 100.0 | 39.5     | 33.2               | 19.9      | 7.4 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 190      | 153                | 54        | 34  |
|       |        | 100.0 | 44.1     | 35.5               | 12.5      | 7.9 |
|       | 女性     | 546   | 199      | 174                | 139       | 34  |
|       |        | 100.0 | 36.4     | 31.9               | 25.5      | 6.2 |
|       | その他    | 0     | 0        | 0                  | 0         | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0      | 0.0                | 0.0       | 0.0 |
|       | 答えたくない | 4     | 0        | 2                  | 2         | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0      | 50.0               | 50.0      | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 4        | 0                  | 8         | 0   |
|       |        | 100.0 | 33.3     | 0.0                | 66.7      | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 17       | 15                 | 26        | 1   |
|       |        | 100.0 | 28.8     | 25.4               | 44.1      | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 30       | 20                 | 38        | 4   |
|       |        | 100.0 | 32.6     | 21.7               | 41.3      | 4.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 57       | 40                 | 46        | 0   |
|       |        | 100.0 | 39.9     | 28.0               | 32.2      | 0.0 |
|       | 50歳代   | 151   | 57       | 55                 | 32        | 7   |
|       |        | 100.0 | 37.7     | 36.4               | 21.2      | 4.6 |
| 60歳代  | 189    | 87    | 67       | 21                 | 14        |     |
|       | 100.0  | 46.0  | 35.4     | 11.1               | 7.4       |     |
| 70歳代  | 231    | 93    | 94       | 19                 | 25        |     |
|       | 100.0  | 40.3  | 40.7     | 8.2                | 10.8      |     |
| 80歳以上 | 117    | 49    | 41       | 7                  | 20        |     |
|       | 100.0  | 41.9  | 35.0     | 6.0                | 17.1      |     |

【「電話を利用して相談する」：性別】

「男性」では、「利用しないと思う」が56.8%と「女性」に比べ高くなっています。

【「電話を利用して相談する」：年齢別】

「20歳代」、「30歳代」では、「利用したことがある」が28.8%、22.8%と他の年代に比べ高くなっています。

|       |        | 合計    | 利用しないと思う | 実際にしたことはないが利用すると思う | 利用したことがある | 無回答 |
|-------|--------|-------|----------|--------------------|-----------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 523      | 293                | 111       | 85  |
|       |        | 100.0 | 51.7     | 29.0               | 11.0      | 8.4 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 245      | 121                | 28        | 37  |
|       |        | 100.0 | 56.8     | 28.1               | 6.5       | 8.6 |
|       | 女性     | 546   | 261      | 165                | 80        | 40  |
|       |        | 100.0 | 47.8     | 30.2               | 14.7      | 7.3 |
|       | その他    | 0     | 0        | 0                  | 0         | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0      | 0.0                | 0.0       | 0.0 |
|       | 答えたくない | 4     | 3        | 0                  | 1         | 0   |
|       |        | 100.0 | 75.0     | 0.0                | 25.0      | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 6        | 2                  | 4         | 0   |
|       |        | 100.0 | 50.0     | 16.7               | 33.3      | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 26       | 15                 | 17        | 1   |
|       |        | 100.0 | 44.1     | 25.4               | 28.8      | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 43       | 24                 | 21        | 4   |
|       |        | 100.0 | 46.7     | 26.1               | 22.8      | 4.3 |
|       | 40歳代   | 143   | 69       | 47                 | 27        | 0   |
|       |        | 100.0 | 48.3     | 32.9               | 18.9      | 0.0 |
|       | 50歳代   | 151   | 77       | 47                 | 21        | 6   |
|       |        | 100.0 | 51.0     | 31.1               | 13.9      | 4.0 |
|       | 60歳代   | 189   | 111      | 54                 | 9         | 15  |
|       |        | 100.0 | 58.7     | 28.6               | 4.8       | 7.9 |
|       | 70歳代   | 231   | 121      | 73                 | 9         | 28  |
|       | 100.0  | 52.4  | 31.6     | 3.9                | 12.1      |     |
| 80歳以上 | 117    | 60    | 28       | 2                  | 27        |     |
|       | 100.0  | 51.3  | 23.9     | 1.7                | 23.1      |     |

【「メールを利用して相談する」：年齢別】

「50歳代」、「60歳代」、「70歳代」、「80歳以上」では、「利用しないと思う」が67.5%、77.8%、77.1%、67.5%と他の年代に比べ高くなっています。一方、「20歳代」、「30歳代」では、「利用したことがある」が22.0%、17.4%と他の年代に比べ高くなっています。

また、「20歳代」、「30歳代」、「40歳代」、「50歳代」では、「実際したことはないが利用すると思う」が32.2%、18.5%、32.2%、20.5%と他の年代に比べ高くなっています。

|      |        | 合計    | 利用しないと思う | 実際にしたことはないが利用すると思う | 利用したことがある | 無回答  |
|------|--------|-------|----------|--------------------|-----------|------|
|      | 全体     | 1012  | 683      | 156                | 68        | 105  |
|      |        | 100.0 | 67.5     | 15.4               | 6.7       | 10.4 |
| 【年齢】 | 18・19歳 | 12    | 7        | 2                  | 3         | 0    |
|      |        | 100.0 | 58.3     | 16.7               | 25.0      | 0.0  |
|      | 20歳代   | 59    | 26       | 19                 | 13        | 1    |
|      |        | 100.0 | 44.1     | 32.2               | 22.0      | 1.7  |
|      | 30歳代   | 92    | 55       | 17                 | 16        | 4    |
|      |        | 100.0 | 59.8     | 18.5               | 17.4      | 4.3  |
|      | 40歳代   | 143   | 79       | 46                 | 16        | 2    |
|      |        | 100.0 | 55.2     | 32.2               | 11.2      | 1.4  |
|      | 50歳代   | 151   | 102      | 31                 | 11        | 7    |
|      |        | 100.0 | 67.5     | 20.5               | 7.3       | 4.6  |
|      | 60歳代   | 189   | 147      | 18                 | 6         | 18   |
|      |        | 100.0 | 77.8     | 9.5                | 3.2       | 9.5  |
|      | 70歳代   | 231   | 178      | 17                 | 1         | 35   |
|      |        | 100.0 | 77.1     | 7.4                | 0.4       | 15.2 |
|      | 80歳以上  | 117   | 79       | 4                  | 0         | 34   |
|      |        | 100.0 | 67.5     | 3.4                | 0.0       | 29.1 |

(7) 身近な人がつらそうに見えた時に最もよくする対応

問 17 前の質問(問 16)での選択肢(a～f)の中で、最もよくする対応を教えてください。また、その理由を教えてください。

【性別】

「女性」では、「心配していることを伝えて見守る」が38.3%と「男性」に比べ高くなっています。

【年齢別】

全ての年代において、「相手が相談してくるまで何もしないで待つ」、「心配していることを伝えて見守る」、「自分から声をかけて話を聞く」に回答が集中しています。なお、「70歳代」、「80歳以上」では、「無回答」が29.4%、34.2%と他の年代に比べ特に高くなっています。

|       |        | 合計    | 相手が相談してくるまで<br>何もしないで待つ | 心配していることを<br>伝えて見守る | 自分から<br>声をかけて話を聞く | 「元気を出して」<br>と励ます | 先回りして<br>相談先を探しておく | その他  | 無回答  |
|-------|--------|-------|-------------------------|---------------------|-------------------|------------------|--------------------|------|------|
|       | 全体     | 1012  | 174                     | 328                 | 223               | 93               | 3                  | 2    | 189  |
|       |        | 100.0 | 17.2                    | 32.4                | 22.0              | 9.2              | 0.3                | 0.2  | 18.7 |
| 【性別】  | 男性     | 431   | 90                      | 109                 | 105               | 48               | 1                  | 0    | 78   |
|       |        | 100.0 | 20.9                    | 25.3                | 24.4              | 11.1             | 0.2                | 0.0  | 18.1 |
|       | 女性     | 546   | 79                      | 209                 | 112               | 43               | 2                  | 2    | 99   |
|       |        | 100.0 | 14.5                    | 38.3                | 20.5              | 7.9              | 0.4                | 0.4  | 18.1 |
|       | その他    | 0     | 0                       | 0                   | 0                 | 0                | 0                  | 0    | 0    |
|       | 100.0  | 0.0   | 0.0                     | 0.0                 | 0.0               | 0.0              | 0.0                | 0.0  |      |
|       | 答えたくない | 4     | 1                       | 2                   | 1                 | 0                | 0                  | 0    | 0    |
|       | 100.0  | 25.0  | 50.0                    | 25.0                | 0.0               | 0.0              | 0.0                | 0.0  |      |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 2                       | 5                   | 5                 | 0                | 0                  | 0    | 0    |
|       |        | 100.0 | 16.7                    | 41.7                | 41.7              | 0.0              | 0.0                | 0.0  | 0.0  |
|       | 20歳代   | 59    | 9                       | 21                  | 21                | 6                | 0                  | 0    | 2    |
|       |        | 100.0 | 15.3                    | 35.6                | 35.6              | 10.2             | 0.0                | 0.0  | 3.4  |
|       | 30歳代   | 92    | 18                      | 36                  | 25                | 1                | 0                  | 0    | 12   |
|       |        | 100.0 | 19.6                    | 39.1                | 27.2              | 1.1              | 0.0                | 0.0  | 13.0 |
|       | 40歳代   | 143   | 31                      | 51                  | 47                | 7                | 0                  | 0    | 7    |
|       |        | 100.0 | 21.7                    | 35.7                | 32.9              | 4.9              | 0.0                | 0.0  | 4.9  |
|       | 50歳代   | 151   | 26                      | 56                  | 33                | 14               | 0                  | 0    | 22   |
|       |        | 100.0 | 17.2                    | 37.1                | 21.9              | 9.3              | 0.0                | 0.0  | 14.6 |
|       | 60歳代   | 189   | 36                      | 69                  | 37                | 13               | 2                  | 1    | 31   |
|       |        | 100.0 | 19.0                    | 36.5                | 19.6              | 6.9              | 1.1                | 0.5  | 16.4 |
|       | 70歳代   | 231   | 29                      | 65                  | 33                | 34               | 1                  | 1    | 68   |
|       | 100.0  | 12.6  | 28.1                    | 14.3                | 14.7              | 0.4              | 0.4                | 29.4 |      |
| 80歳以上 | 117    | 20    | 20                      | 20                  | 17                | 0                | 0                  | 40   |      |
|       | 100.0  | 17.1  | 17.1                    | 17.1                | 14.5              | 0.0              | 0.0                | 34.2 |      |

(8) 「自殺」について思うこと

問 18 あたは「自殺」についてどのように思いますか。(それぞれに○は1つ)

【「生死は最終的には本人の判断に任せるべき」：年齢別】

「60歳代」では、「そう思わない」が41.8%と他の年代に比べ高くなっています。一方、「20歳代」では、「そう思う」が30.5%と他の年代に比べ高くなっています。

|       |        | 合計    | そう思わない | どちらかという<br>そう思わない | どちらともいえない | どちらかという<br>そう思う | そう思う | 無回答 |
|-------|--------|-------|--------|-------------------|-----------|-----------------|------|-----|
|       | 全体     | 1012  | 297    | 100               | 268       | 105             | 157  | 85  |
|       |        | 100.0 | 29.3   | 9.9               | 26.5      | 10.4            | 15.5 | 8.4 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 12    | 5      | 1                 | 3         | 2               | 1    | 0   |
|       |        | 100.0 | 41.7   | 8.3               | 25.0      | 16.7            | 8.3  | 0.0 |
|       | 20歳代   | 59    | 11     | 6                 | 14        | 9               | 18   | 1   |
|       |        | 100.0 | 18.6   | 10.2              | 23.7      | 15.3            | 30.5 | 1.7 |
|       | 30歳代   | 92    | 19     | 11                | 26        | 15              | 16   | 5   |
|       |        | 100.0 | 20.7   | 12.0              | 28.3      | 16.3            | 17.4 | 5.4 |
|       | 40歳代   | 143   | 36     | 10                | 45        | 27              | 20   | 5   |
|       |        | 100.0 | 25.2   | 7.0               | 31.5      | 18.9            | 14.0 | 3.5 |
|       | 50歳代   | 151   | 43     | 26                | 39        | 16              | 20   | 7   |
|       |        | 100.0 | 28.5   | 17.2              | 25.8      | 10.6            | 13.2 | 4.6 |
| 60歳代  | 189    | 79    | 18     | 49                | 11        | 24              | 8    |     |
|       | 100.0  | 41.8  | 9.5    | 25.9              | 5.8       | 12.7            | 4.2  |     |
| 70歳代  | 231    | 69    | 15     | 63                | 18        | 36              | 30   |     |
|       | 100.0  | 29.9  | 6.5    | 27.3              | 7.8       | 15.6            | 13.0 |     |
| 80歳以上 | 117    | 31    | 12     | 25                | 4         | 20              | 25   |     |
|       | 100.0  | 26.5  | 10.3   | 21.4              | 3.4       | 17.1            | 21.4 |     |

(9) 自死遺族の支援について知っていること

問 29 自死遺族の支援について、ご存知のものがありませんか。(〇はいくつでも)

【性 別】

「男性」では、「いずれも知らない」が52.3%と「女性」に比べ特に高くなっています。

【年齢別】

全ての年代において、「いずれも知らない」が最も高くなっていますが、特に「20歳代」で61.0%と高くなっています。

|       |            | 合計    | 遺族の集い<br>(自由に話せる<br>場) | 無料電話相談 | 法テラス<br>(借金や<br>法律問題について) | 学生支援機構・<br>あしなが育英会<br>(学費について) | いずれも知ら<br>ない | 無回答  |
|-------|------------|-------|------------------------|--------|---------------------------|--------------------------------|--------------|------|
|       | 全体         | 1012  | 195                    | 142    | 141                       | 261                            | 428          | 160  |
|       |            | 100.0 | 19.3                   | 14.0   | 13.9                      | 25.8                           | 42.3         | 15.8 |
| 【性別】  | 男性         | 431   | 59                     | 50     | 64                        | 82                             | 227          | 60   |
|       |            | 100.0 | 13.7                   | 11.6   | 14.8                      | 19.0                           | 52.7         | 13.9 |
|       | 女性         | 546   | 130                    | 88     | 72                        | 174                            | 190          | 89   |
|       |            | 100.0 | 23.8                   | 16.1   | 13.2                      | 31.9                           | 34.8         | 16.3 |
|       | その他        | 0     | 0                      | 0      | 0                         | 0                              | 0            | 0    |
|       | 100.0      | 0.0   | 0.0                    | 0.0    | 0.0                       | 0.0                            | 0.0          | 0.0  |
|       | 答えたく<br>ない | 4     | 3                      | 0      | 2                         | 0                              | 1            | 0    |
|       | 100.0      | 75.0  | 0.0                    | 50.0   | 0.0                       | 25.0                           | 0.0          | 0.0  |
| 【年齢】  | 18・19歳     | 12    | 1                      | 2      | 3                         | 3                              | 7            | 0    |
|       |            | 100.0 | 8.3                    | 16.7   | 25.0                      | 25.0                           | 58.3         | 0.0  |
|       | 20歳代       | 59    | 9                      | 7      | 4                         | 11                             | 36           | 3    |
|       |            | 100.0 | 15.3                   | 11.9   | 6.8                       | 18.6                           | 61.0         | 5.1  |
|       | 30歳代       | 92    | 23                     | 9      | 15                        | 22                             | 46           | 1    |
|       |            | 100.0 | 25.0                   | 9.8    | 16.3                      | 23.9                           | 50.0         | 1.1  |
|       | 40歳代       | 143   | 40                     | 27     | 28                        | 43                             | 63           | 5    |
|       |            | 100.0 | 28.0                   | 18.9   | 19.6                      | 30.1                           | 44.1         | 3.5  |
|       | 50歳代       | 151   | 32                     | 21     | 25                        | 48                             | 70           | 11   |
|       |            | 100.0 | 21.2                   | 13.9   | 16.6                      | 31.8                           | 46.4         | 7.3  |
| 60歳代  | 189        | 42    | 29                     | 32     | 64                        | 72                             | 23           |      |
|       | 100.0      | 22.2  | 15.3                   | 16.9   | 33.9                      | 38.1                           | 12.2         |      |
| 70歳代  | 231        | 30    | 29                     | 26     | 48                        | 89                             | 64           |      |
|       | 100.0      | 13.0  | 12.6                   | 11.3   | 20.8                      | 38.5                           | 27.7         |      |
| 80歳以上 | 117        | 15    | 16                     | 7      | 18                        | 40                             | 47           |      |
|       | 100.0      | 12.8  | 13.7                   | 6.0    | 15.4                      | 34.2                           | 40.2         |      |

(10) 自殺をしたいと考えた理由や原因

問 31 自殺をしたいと考えた理由や原因はどのようなことでしたか。(○はいくつでも)

※【年齢別】については、各年代のn数(回答者数)が少ないため、参考にとどめる必要があります。

【性別】

「男性」では、「経済的な問題」が 48.8%と「女性」に比べ特に高くなっています。一方、「女性」では、「家庭の問題」、「病気など健康の問題」、「恋愛関係の問題」、「学校の問題」が 55.6%、45.8%、19.4%、23.6%と「男性」に比べ高くなっています。

【年齢別】

「20 歳代」では、「家庭の問題」、「病気など健康の問題」、「勤務関係の問題」がそれぞれ 44.4%、「30 歳代」では、「学校の問題」が 42.9%、「40 歳代」、「50 歳代」、「80 歳以上」では、「家庭の問題」がそれぞれ 56.7%、41.7%、75.0%、「60 歳代」では、「病気など健康の問題」、「経済的な問題」がともに 50.0%、「70 歳代」では、「家庭の問題」、「病気など健康の問題」がともに 50.0%と最も高くなっています。

<参 考>

|       |        | 合計    | 家庭の問題 | 病気など健康の問題 | 経済的な問題 | 勤務関係の問題 | 恋愛関係の問題 | 学校の問題 | その他  | 無回答 |
|-------|--------|-------|-------|-----------|--------|---------|---------|-------|------|-----|
|       | 全体     | 120   | 54    | 49        | 36     | 26      | 19      | 25    | 19   | 2   |
|       |        | 100.0 | 45.0  | 40.8      | 30.0   | 21.7    | 15.8    | 20.8  | 15.8 | 1.7 |
| 【性別】  | 男性     | 43    | 13    | 15        | 21     | 10      | 4       | 6     | 9    | 1   |
|       |        | 100.0 | 30.2  | 34.9      | 48.8   | 23.3    | 9.3     | 14.0  | 20.9 | 2.3 |
|       | 女性     | 72    | 40    | 33        | 14     | 15      | 14      | 17    | 10   | 1   |
|       |        | 100.0 | 55.6  | 45.8      | 19.4   | 20.8    | 19.4    | 23.6  | 13.9 | 1.4 |
|       | その他    | 0     | 0     | 0         | 0      | 0       | 0       | 0     | 0    | 0   |
|       | 100.0  | 0.0   | 0.0   | 0.0       | 0.0    | 0.0     | 0.0     | 0.0   | 0.0  | 0.0 |
|       | 答えたくない | 1     | 0     | 0         | 0      | 0       | 0       | 1     | 0    | 0   |
|       | 100.0  | 0.0   | 0.0   | 0.0       | 0.0    | 0.0     | 0.0     | 100.0 | 0.0  | 0.0 |
| 【年齢】  | 18・19歳 | 1     | 0     | 1         | 0      | 0       | 0       | 0     | 0    | 0   |
|       |        | 100.0 | 0.0   | 100.0     | 0.0    | 0.0     | 0.0     | 0.0   | 0.0  | 0.0 |
|       | 20歳代   | 9     | 4     | 4         | 2      | 4       | 2       | 3     | 2    | 0   |
|       |        | 100.0 | 44.4  | 44.4      | 22.2   | 44.4    | 22.2    | 33.3  | 22.2 | 0.0 |
|       | 30歳代   | 21    | 8     | 6         | 4      | 6       | 5       | 9     | 4    | 0   |
|       |        | 100.0 | 38.1  | 28.6      | 19.0   | 28.6    | 23.8    | 42.9  | 19.0 | 0.0 |
|       | 40歳代   | 30    | 17    | 14        | 8      | 8       | 7       | 6     | 6    | 1   |
|       |        | 100.0 | 56.7  | 46.7      | 26.7   | 26.7    | 23.3    | 20.0  | 20.0 | 3.3 |
|       | 50歳代   | 24    | 10    | 8         | 8      | 5       | 3       | 7     | 4    | 0   |
|       |        | 100.0 | 41.7  | 33.3      | 33.3   | 20.8    | 12.5    | 29.2  | 16.7 | 0.0 |
|       | 60歳代   | 20    | 7     | 10        | 10     | 0       | 1       | 0     | 1    | 1   |
|       | 100.0  | 35.0  | 50.0  | 50.0      | 0.0    | 5.0     | 0.0     | 5.0   | 5.0  |     |
| 70歳代  | 8      | 4     | 4     | 3         | 1      | 0       | 0       | 2     | 0    |     |
|       | 100.0  | 50.0  | 50.0  | 37.5      | 12.5   | 0.0     | 0.0     | 25.0  | 0.0  |     |
| 80歳以上 | 4      | 3     | 1     | 1         | 1      | 0       | 0       | 0     | 0    |     |
|       | 100.0  | 75.0  | 25.0  | 25.0      | 25.0   | 0.0     | 0.0     | 0.0   | 0.0  |     |

(11) 自殺を思いとどまった理由

問 32 自殺をしたいという考えを思いとどまったのはどのようなことからですか。

(○はいくつでも)

【性別】

「男性」では、「解決策が見つかった」、「時間の経過とともに忘れた」が16.3%、37.2%と「女性」に比べ高くなっています。一方、「女性」では、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」が41.7%と「男性」に比べ特に高くなっています。

【年齢別】

「20 歳代」では、「人に相談して思いとどまった」、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」、「時間の経過とともに忘れた」がそれぞれ44.4%、「30 歳代」、「40 歳代」では、「時間の経過とともに忘れた」が38.1%、33.3%、「50 歳代」、「60 歳代」、「70 歳代」では、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」が37.5%、60.0%、37.5%、「80 歳以上」では、「人に相談して思いとどまった」が75.0%と最も高くなっています。

|       |            | 合計    | 人に相談して<br>思いとどまった | 家族や大切な人の<br>ことが頭に浮かんだ | 解決策が<br>見つかった | 時間の経過と<br>ともに忘れた | その他   | 無回答  |
|-------|------------|-------|-------------------|-----------------------|---------------|------------------|-------|------|
|       | 全体         | 120   | 16                | 42                    | 13            | 39               | 32    | 8    |
|       |            | 100.0 | 13.3              | 35.0                  | 10.8          | 32.5             | 26.7  | 6.7  |
| 【性別】  | 男性         | 43    | 5                 | 11                    | 7             | 16               | 9     | 3    |
|       |            | 100.0 | 11.6              | 25.6                  | 16.3          | 37.2             | 20.9  | 7.0  |
|       | 女性         | 72    | 10                | 30                    | 6             | 21               | 21    | 5    |
|       |            | 100.0 | 13.9              | 41.7                  | 8.3           | 29.2             | 29.2  | 6.9  |
|       | その他        | 0     | 0                 | 0                     | 0             | 0                | 0     | 0    |
|       | 100.0      | 0.0   | 0.0               | 0.0                   | 0.0           | 0.0              | 0.0   | 0.0  |
|       | 答えたく<br>ない | 1     | 0                 | 0                     | 0             | 1                | 0     | 0    |
|       | 100.0      | 0.0   | 0.0               | 0.0                   | 0.0           | 100.0            | 0.0   | 0.0  |
| 【年齢】  | 18・19歳     | 1     | 0                 | 0                     | 0             | 0                | 1     | 0    |
|       |            | 100.0 | 0.0               | 0.0                   | 0.0           | 0.0              | 100.0 | 0.0  |
|       | 20歳代       | 9     | 4                 | 4                     | 2             | 4                | 3     | 0    |
|       |            | 100.0 | 44.4              | 44.4                  | 22.2          | 44.4             | 33.3  | 0.0  |
|       | 30歳代       | 21    | 3                 | 5                     | 2             | 8                | 8     | 0    |
|       |            | 100.0 | 14.3              | 23.8                  | 9.5           | 38.1             | 38.1  | 0.0  |
|       | 40歳代       | 30    | 4                 | 8                     | 3             | 10               | 9     | 3    |
|       |            | 100.0 | 13.3              | 26.7                  | 10.0          | 33.3             | 30.0  | 10.0 |
|       | 50歳代       | 24    | 2                 | 9                     | 1             | 8                | 4     | 2    |
|       |            | 100.0 | 8.3               | 37.5                  | 4.2           | 33.3             | 16.7  | 8.3  |
| 60歳代  | 20         | 0     | 12                | 3                     | 6             | 3                | 2     |      |
|       | 100.0      | 0.0   | 60.0              | 15.0                  | 30.0          | 15.0             | 10.0  |      |
| 70歳代  | 8          | 0     | 3                 | 1                     | 2             | 2                | 1     |      |
|       | 100.0      | 0.0   | 37.5              | 12.5                  | 25.0          | 25.0             | 12.5  |      |
| 80歳以上 | 4          | 3     | 0                 | 1                     | 0             | 0                | 0     |      |
|       | 100.0      | 75.0  | 0.0               | 25.0                  | 0.0           | 0.0              | 0.0   |      |

## 第2章

# 『東大和市自殺対策計画』策定のための 事業者等調査

---



# 調査概要

## 調査の目的

東大和市では、「東大和市自殺対策計画」の策定にあたり、市民と関わりのある組織・団体等に調査を実施し、市民をはじめすべての人々が心身ともに健康に暮らしていけるように支援していくための基礎資料とするために事業所等調査を実施しました。

## 調査の方法

- 調査対象：行政、企業、学校、医療機関、支援機関、関連専門職など
- 調査期間：2019(令和元)年12月10日(火)～12月24日(火)
- 調査方法：郵送配布(一部直接配布等)・郵送回収
- 配布・回収状況：

| 配布数  | 回収数  | 有効回答数 | 有効回収率 |
|------|------|-------|-------|
| 25 票 | 20 票 | 20 票  | 80.0% |

## 調査の内容

- 主な設問：「自殺するのではないか」と感じる相談を受けたことの有無とその対応について  
自殺予防の対策・活動について  
自殺予防対策の問題点、課題について  
自殺予防対策についての関係機関との連携体制について  
自殺予防対策についての市への意見・要望

## 報告書の見方

- 回答結果の割合「%」は有効サンプル数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入したものです。そのため、単数回答（複数の選択肢から1つの選択肢を選ぶ方式）であっても合計値が100.0%にならない場合があります。
- 複数回答（複数の選択肢から2つ以上の選択肢を選ぶ方式）の設問の場合、回答は選択肢ごとの回答数に対して、それぞれの割合を示しています。そのため、合計が100.0%を超える場合があります。
- 図表中において「無回答」とあるものは、回答が示されていない、または回答の判別が困難なものです。
- 図表中の「n (number of case)」は、集計対象となった事業所数（あるいは回答事業所を限定する設問の限定条件に該当する事業所）を表しています。
- 本文、表、グラフは、表示の都合上、調査票の選択肢等の文言を一部省略している場合があります。

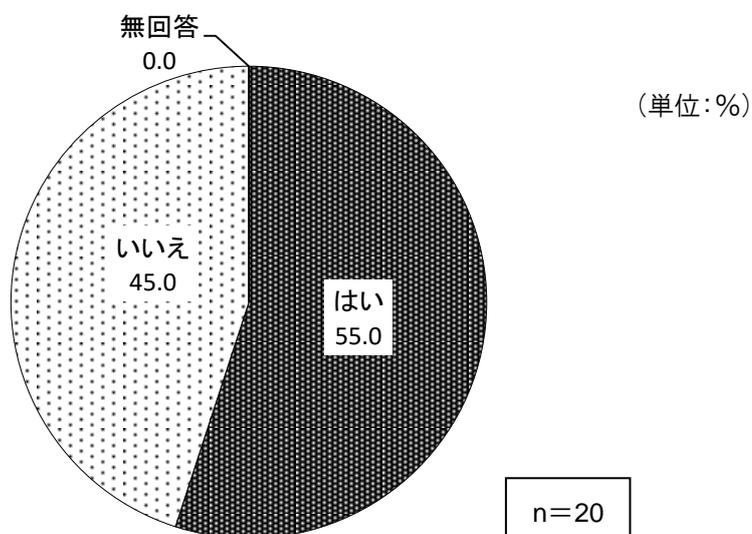
## 調査結果

### (1) 自殺を疑うような相談を受けたことの有無

問1 あなたは、「自殺するのではないか」と感じる相談を受けたことがありますか。(相談は受けていなくても、行動や会話の中でそのように感じた場合も含みます)

(○は1つ)

自殺を疑うような相談を受けたことの有無については、「はい」が55.0%(11団体)、「いいえ」が45.0%(9団体)と約半数が相談を受けたことがあると回答しています。

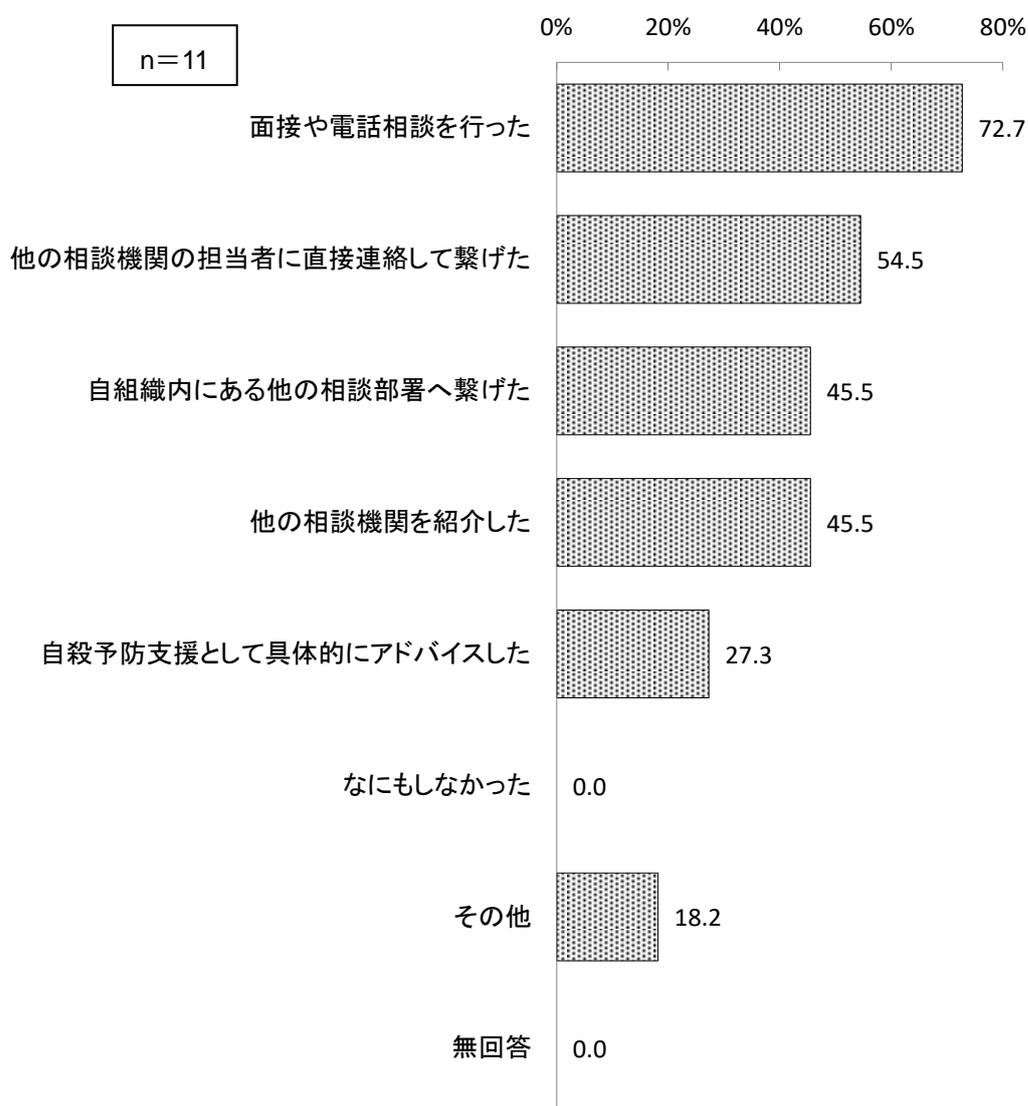


## (2) 自殺を疑うような相談を受けた時の具体的な対応

【問1において「1. はい」を選択した方にお伺いします】

問2 その時になにか具体的に対応はしましたか。(〇はいくつでも)

自殺を疑うような相談を受けた時の具体的な対応については、「面接や電話相談を行った」が72.7%(8団体)、「他の相談機関の担当者に直接連絡して繋げた」が54.5%(6団体)、「自組織内にある他の相談部署へ繋げた」、「他の相談機関を紹介した」が45.5%(5団体)、「自殺予防支援として具体的にアドバイスした」が27.3%(3団体)となっています。



### ●その他

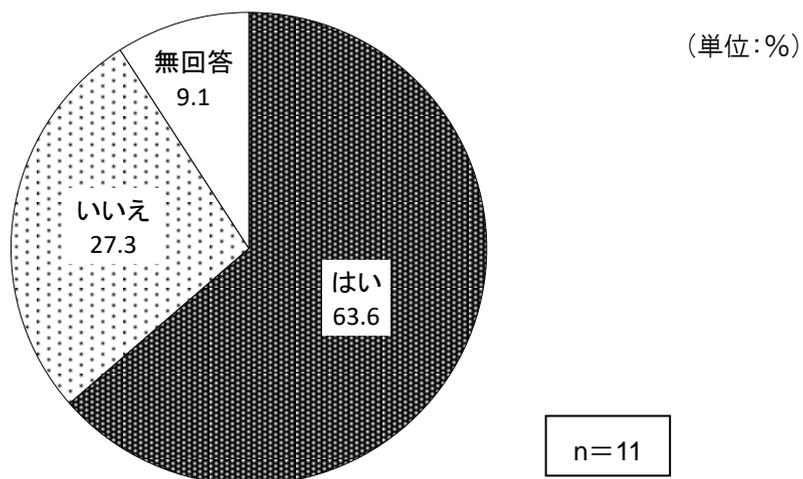
医療受診、入院に繋げた/訪問、医療機関(かかりつけ)受診を促す

### (3) 相談者との継続的な関わり

【問1において「1. はい」を選択した方にお伺いします】

問3 その相談者とは、それ以降継続して関わっていますか。(○は1つ)

相談者との継続的な関わりについては、「はい(継続している)」が63.6%(7団体)、「いいえ」が27.3%(3団体)となっています。



#### (4) 自殺予防対策・活動の取組み及び取組みたい、取組む予定

問4 貴施設、貴機関、貴団体において自殺予防の対策・活動に取り組んでいますか。  
また今後、新たに取組みたい、取組む予定の対策・活動はありますか。

##### 【実際に行っている取組み】

|  |
|--|
| 事業所にて「心の健康づくり」策定。職員に対する相談体制。   |
| 道徳を中心とした全教育活動を通して「命の大切さ」を繰り返し指導している。/学期始めには、全校での集会や各学級において「一人で悩まず周りに相談する」ことを繰り返し話している。/日頃から児童観察（特に長期休業明けは重点をおいている）。  |
| 担当以外でも話を聞いてくれる人がいるという事を知ってもらえるように何げない会話をしながら気持ちを受け止める（むずかしいが）ようにしている。  |
| 毎年9月の自殺予防週間では、上位団体を通して厚労省の自殺予防ポスターやチラシ等が配布されるので、事業所内で掲示を行う。又、自殺予防に関わる研修会の連絡も随時行われている。  |
| 自殺防止看板や青色照明を設置している。  |
| 個別の相談対応（訪問などの危機介入含む）。/関係機関のある場合、連絡調整。  |
| 専門職による専門相談の実施/事業所において「自死遺族パネル」や啓発資料、相談機関一覧等の展示・配布/職域との連携として、立川労働基準監督署の「安全衛生講習会」におけるレクチャー、立川労働基準協会の会報「立協たより」への啓発記事掲載等を行っている。/「地域の担当者会議等」において、圏域における自殺の状況分析や、各市及び事業所の取組を紹介するとともに自殺対策について協議を行っている各市の担当者による「担当者連絡会」を開催し、情報共有や課題抽出、対応策の検討等を行っている。 |
| 事業所内の健康管理規程に基づき長時間労働者へのケアやメンタルヘルス不調者のケアに取り組んでいる。   |
| アンケート（全員）を実施し、その後、個別対応・専門職との全員面接。  |

##### 【今後、取組みたい、取組む予定の対策・活動】

|   |
|---|
| 相手に対してプレッシャーにならないような接し方を学びたいと考えている。   |
| 事業所では学生実習として知識・技術・態度の学習を行う。実習の中の1つの体験実習として自殺予防を考える機会が得られると良いと感じている。           |
| 自殺防止看板や青色照明の設置拡大により防止を図りたい。   |
| 令和2年度から地域生活拠点事業が始まり、ハイリスク者への支援が手厚くなるため、自殺につながるような不調の早期発見につなげられる体制が作られる可能性は高い。 |
| 担当している相談者が自殺した際のメンタルケアや予防対策のふりかえりフォロー。  |
| 今後も機会をとらえて自殺防止のための普及啓発等を行う。   |
| 自殺に関する研修会などへ参加検討。   |
| 年々これまでの取組みの強化、充実化を図っていく。  |
| 関連するDVD教材を活用して指導し、事業所内で広げていきたいと考えている。   |
| 相談時に話をよく聞いて最善の策をとる。   |

## (5) 自殺予防対策の問題点や課題

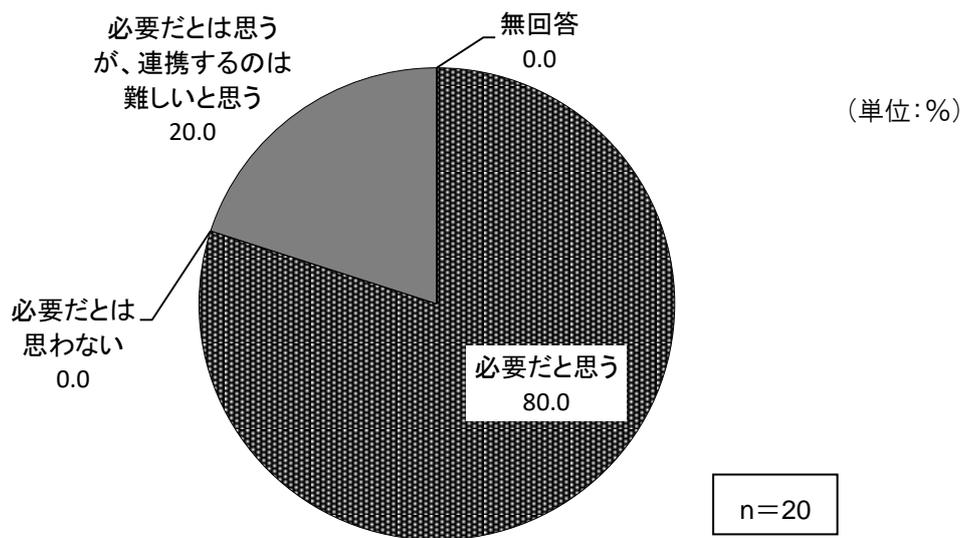
問5 自殺予防対策には、どのような問題点や課題があると思いますか。考えをお聞かせください。

|   |
|---|
| 相談内容などのプライバシーの保護、医療機関受診紹介。  |
| 今まで相談等、ご意見を伺うことがなかったので具体的にどのような問題点や課題があるかわからない。   |
| 「自殺」という言葉を使って指導するのは難しい（年齢により理解できない面やきっかけを与える可能性もあり）どうしても遠回しの指導にならざるをえない面がある。              |
| 相手に対して、不用意な言葉や、接し方をしている大人がいる事。  |
| 担当者として話を伺った時に、その情報をどこまで開示すべきか。個人情報保護の観点から本人の了承が得られなければ開示することによる法的な問題が生じてくると思われる。          |
| 設備の費用が限られているため、優先順位を決めて取り組んでいるので、必要とされる箇所に設備を設置するのに何年もかかる。                                |
| 危機介入をする際、本人が希望しないうちに支援が始まってしまうこと。/精神科でなく、身体科（QQ）などが初期対応となる。                               |
| 自殺企図する人自身の生い立ちから現在までの生活環境、その中で形成されてきた人格等最もセンシティブな個人情報を取扱うこととなるので、身近な同僚や上司でも対応が非常に難しいと考える。 |
| いかにワンストップサービスで解決につなげられるか。→行政機関も縦割りの状態であるため。   |
| 自殺の予兆を周囲の人間が感じ取るのは難しいと思う。同僚、友人でも難しいでしょうし、組織の管理監督者となるともっとハードルが高くなりそうである。                   |
| 事業所だけでは予防できない。家庭(家族)との連携がとても重要。   |
| 他人に言うことのできない心配事、悩みを誰がどのように聞き出して予防に繋ぐ事ができるか。うつ病等の精神疾患が原因である場合、どのようにして精神科受診へ導くことができるか。      |
| 専門的なことまでは分からないため、パンフレットや、簡単な説明会があることが望ましい。  |
| 相談者の秘密の保持（個人情報の保護）。   |

(6) 自殺予防対策としての関係機関の連携体制の必要性

問6 自殺予防対策として、関係機関が連携する体制が必要だと思いますか。(○は1つ)

自殺予防対策としての関係機関の連携体制の必要性については、「必要だと思う」が 80.0%(16 団体)、「必要だとは思うが、連携するのは難しいと思う」が 20.0%(4 団体)となっています。「必要だとは思わない」との回答はなかったことから、すべての事業者で必要性を感じているとの結果となっています。



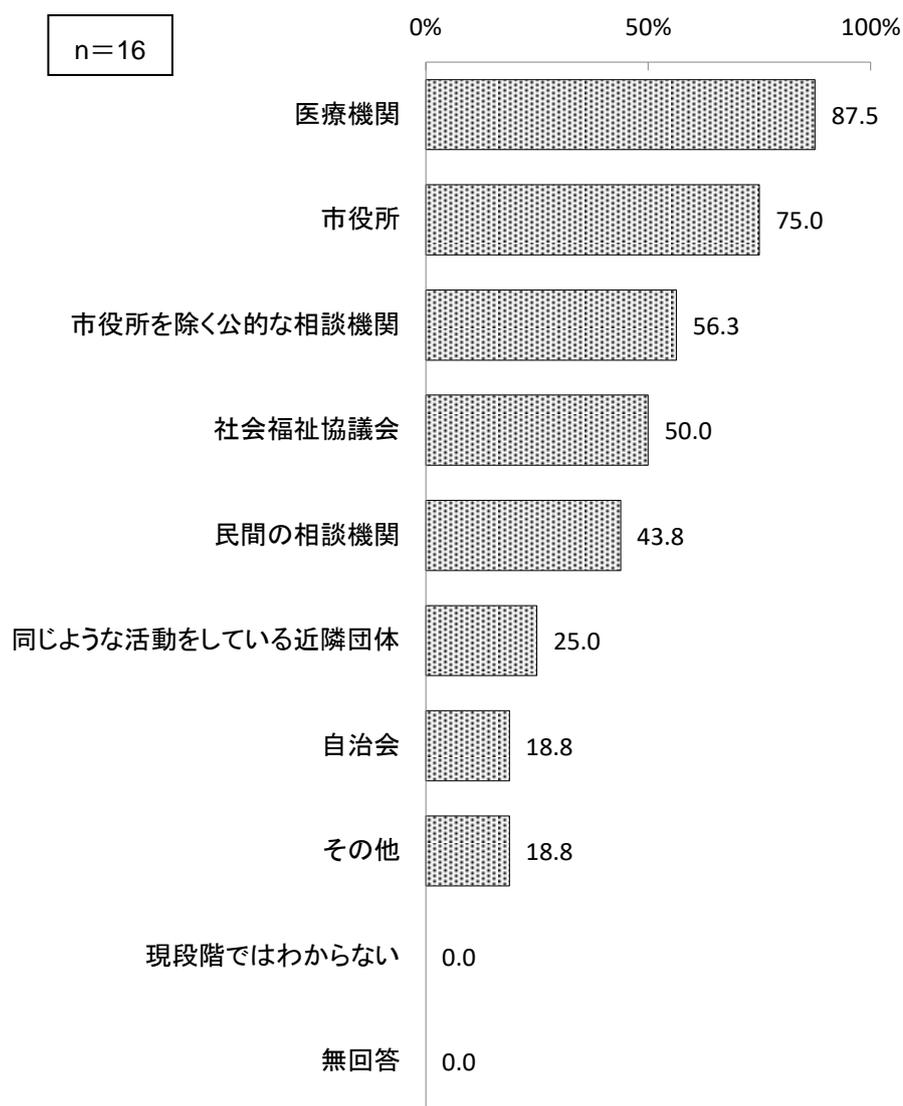
## (7) 連携先

【問6において「1. 必要だと思う」を選択した方にお伺いします】

問7 自殺予防対策はどのような施設、機関、団体等との連携が必要だと思いますか。

(○はいくつでも)

自殺予防対策はどのような施設、機関、団体等との連携が必要かということについては、「医療機関」が87.5%(14団体)、「市役所」が75.0%(12団体)、「市役所を除く公的な相談機関」が56.3%(9団体)、「社会福祉協議会」が50.0%(8団体)、「民間の相談機関」が43.8%(7団体)と続いています。



### ●その他

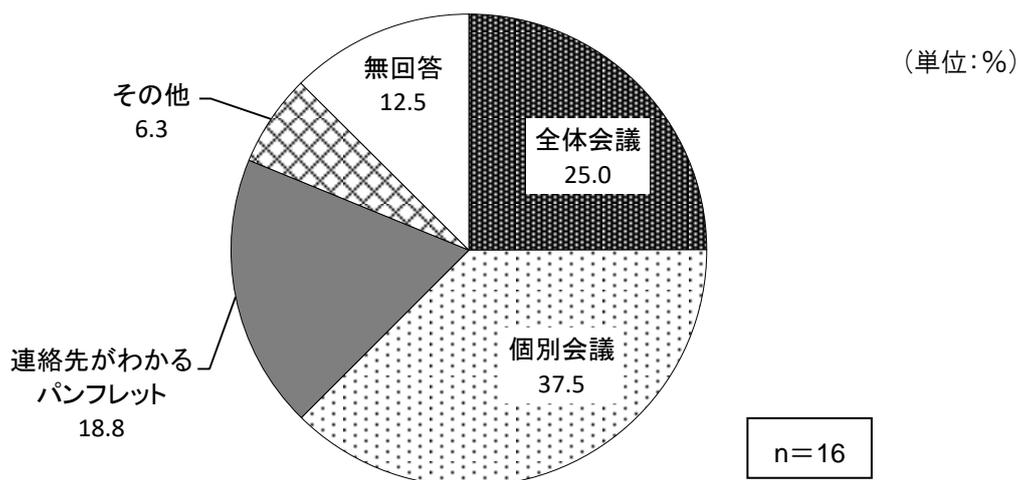
学校/機関に限定せず地域住民も含めた連携/自殺の対策相談窓口、ライフリンクNPOなど

## (8) 具体的な連携方法

【問6において「1. 必要だと思う」を選択した方にお伺いします】

問8 具体的に必要と思われる連携方法を記載してください。(○は1つ)

具体的に必要と思われる連携方法については、「個別会議」が37.5%(6団体)、「全体会議」が25.0%(4団体)、「連絡先がわかるパンフレット」が18.8%(3団体)となっています。



### ●その他

有事の際、連絡がとれる関係づくり

## (9) 連携することの難しい理由

【問6において「3. 必要だとは思うが、連携するのは難しいと思う」を選択した方にお伺いします】

問9 連携することが難しい理由についてお聞かせください。

情報の共有と個人情報の保護。

縦割り組織の弊害をどのように払拭するかがポイントかと思う。

専門医療機関が少ないため。

(10) 東大和市への意見・要望

問 10 自殺予防対策について、東大和市への意見・要望はありますか。

状況に応じ情報の共有が必要である。

地域の支援体制を整えるためには、人材確保が必要となるため、人材確保のための策を講じてほしい。

自殺の原因はさまざまであり、まずは自治体において相談窓口を設置し、必要とされる部署や機関にバトンをスムーズに渡すことが重要と考える。

東大和市  
こころの健康に関する市民意識調査、事業所等調査  
報告書

---

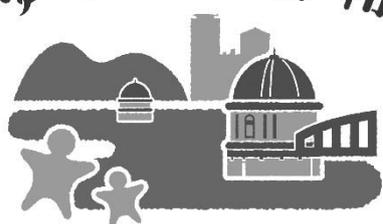
令和2年3月

発行 東大和市  
東京都東大和市中心3-918-1  
編集 東大和市福祉部健康課





東京  
ゆったり日和



東やまと