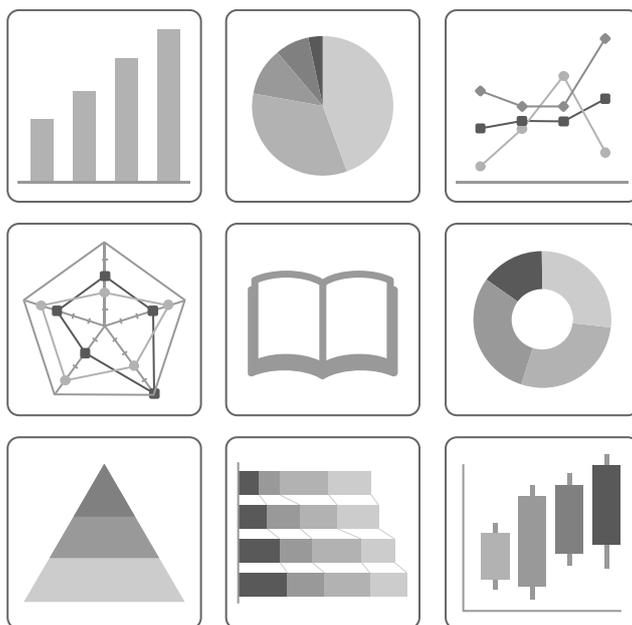


# 小金井市 こころの健康に関するアンケート 調査結果報告書



令和5年6月

小金井市



# 目次

|      |                              |     |
|------|------------------------------|-----|
| I    | 調査の概要                        | 1   |
| 1    | 調査の目的                        | 1   |
| 2    | 調査対象                         | 1   |
| 3    | 調査期間                         | 1   |
| 4    | 調査方法                         | 1   |
| 5    | 回収状況                         | 1   |
| 6    | 調査結果の表示方法                    | 1   |
| II   | 調査結果                         | 2   |
| (1)  | 回答者属性                        | 2   |
| (2)  | 自殺対策の現状について                  | 8   |
| (3)  | 悩みやストレスについて                  | 16  |
| (4)  | 相談をすること、相談を受けることについて         | 34  |
| (5)  | 自殺に関するか考えについて                | 50  |
| (6)  | 自死遺族支援について                   | 69  |
| (7)  | 本気で自殺をしたいと考えたことがあるかどうかについて   | 75  |
| (8)  | うつに関する意識について                 | 93  |
| (9)  | メディア（新聞・テレビ・ラジオ・インターネット）について | 95  |
| (10) | 今後の自殺対策について                  | 97  |
| III  | 調査票                          | 105 |



# I 調査の概要

## 1 調査の目的

市民の皆様の意識について把握し、第2次自殺対策計画策定の基礎資料や今後の自殺対策の施策の推進に役立てることを目的として調査を実施しました。

## 2 調査対象

小金井市在住の18歳以上の市民の中から2,000人（住民基本台帳による無作為抽出）

## 3 調査期間

令和5年6月30日から令和5年7月20日

## 4 調査方法

郵送による配布・回収/WEB

## 5 回収状況

|        | 配布数    | 有効回答数                     | 有効回答率 |
|--------|--------|---------------------------|-------|
| 自殺対策計画 | 1,994通 | 585通<br>(紙:416通 web:169通) | 29.3% |

※配布数は宛先不明等で戻ってきた6通を除いています。

## 6 調査結果の表示方法

- ・回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（%）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- ・複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- ・クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。
- ・クロス集計のコメントは、設問の選択肢ごとに全体の回答割合に対して差があるものをみえています。
- ・クロス集計のコメントは、全体の回答割合に対して5ポイント以上の差がある項目から上位3項目を掲載しています。また、全体の回答割合が1割に満たない選択肢、クロス項目の回答者数（N）が一桁のものは掲載していません。
- ・性別のクロス集計については、有効回答数が10件未満かつ個人の回答結果を特定することにつながるため、「その他」を集計から除いています。
- ・調査結果を図表にて表示していますが、グラフ以外の表は、最も高い割合のものを■で網かけをしています。（無回答を除く）

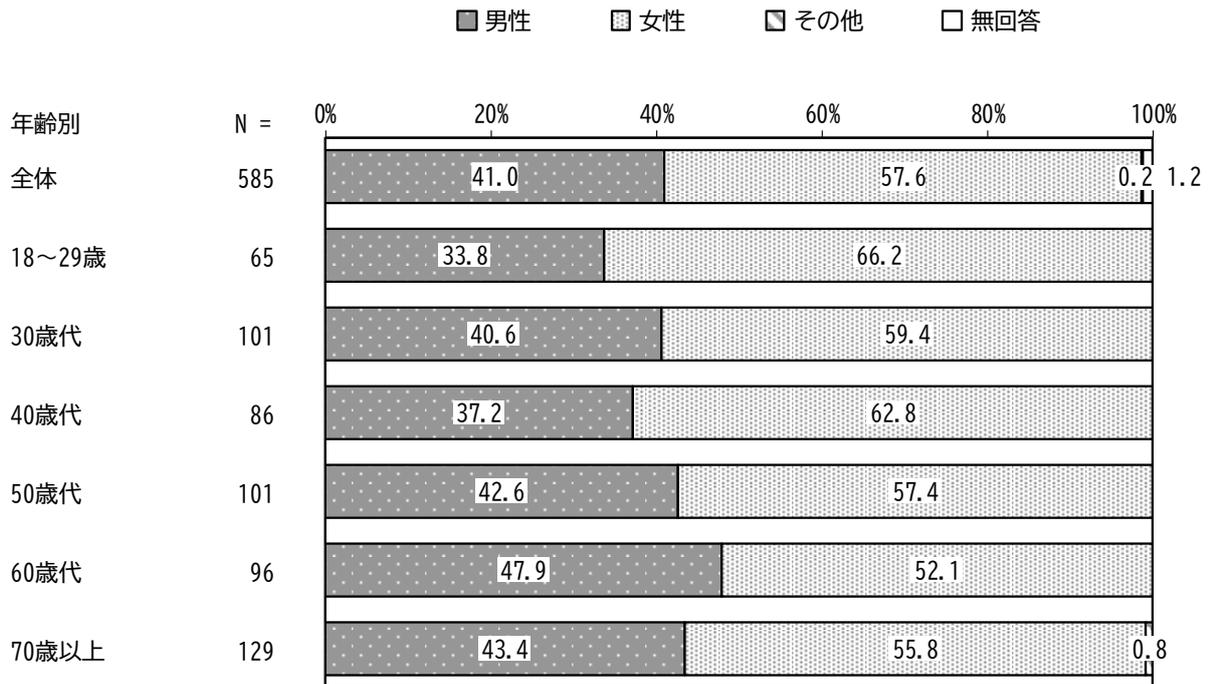
## II 調査結果

### (1) 回答者属性

問1 あなたの性別をお選びください。(○は1つ)

全体では、「男性」の割合が41.0%、「女性」の割合が57.6%となっています。

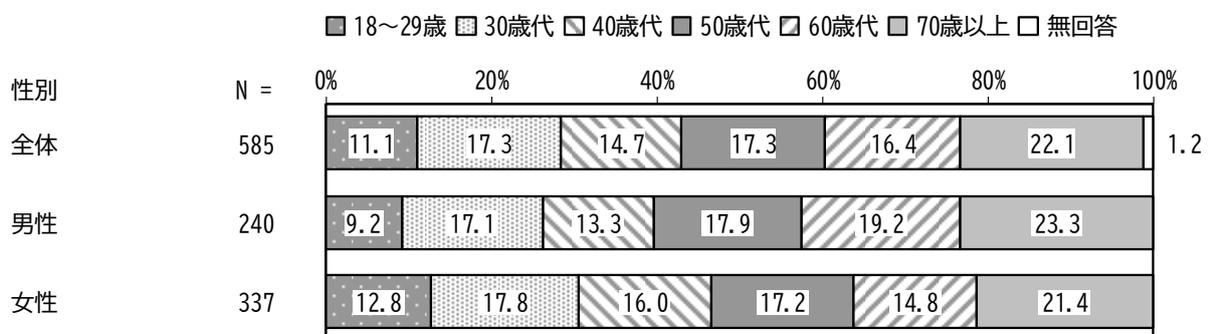
年齢別では、18～29歳、40歳代で「女性」の割合が、60歳代で「男性」の割合が高くなっています。



問2 あなたの年齢をお選びください。(○は1つ)

全体では、「70歳以上」の割合が22.1%と最も高く、次いで「30歳代」、「50歳代」の割合が17.3%となっています。

性別では、大きな差はみられません。



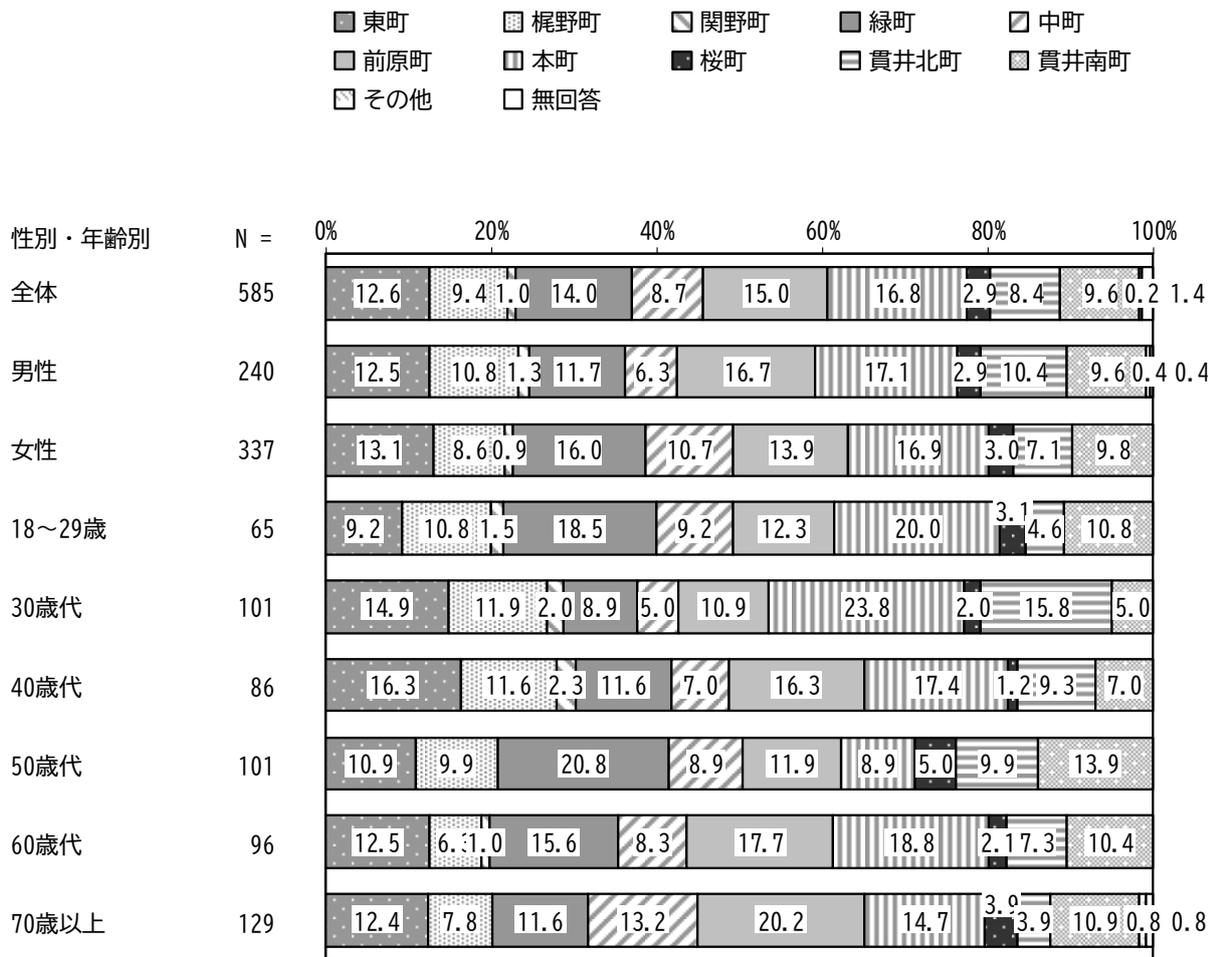
※クロス集計では性別の選択肢「その他」を抜いて集計。(以降同様)

問3 あなたがお住まいの地域をお選びください。(○は1つ)

全体では、「本町」の割合が16.8%と最も高く、次いで「前原町」の割合が15.0%、「緑町」の割合が14.0%となっています。

性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、30歳代で「本町」の割合が、50歳代で「緑町」の割合が、70歳以上で「前原町」の割合が高くなっています。

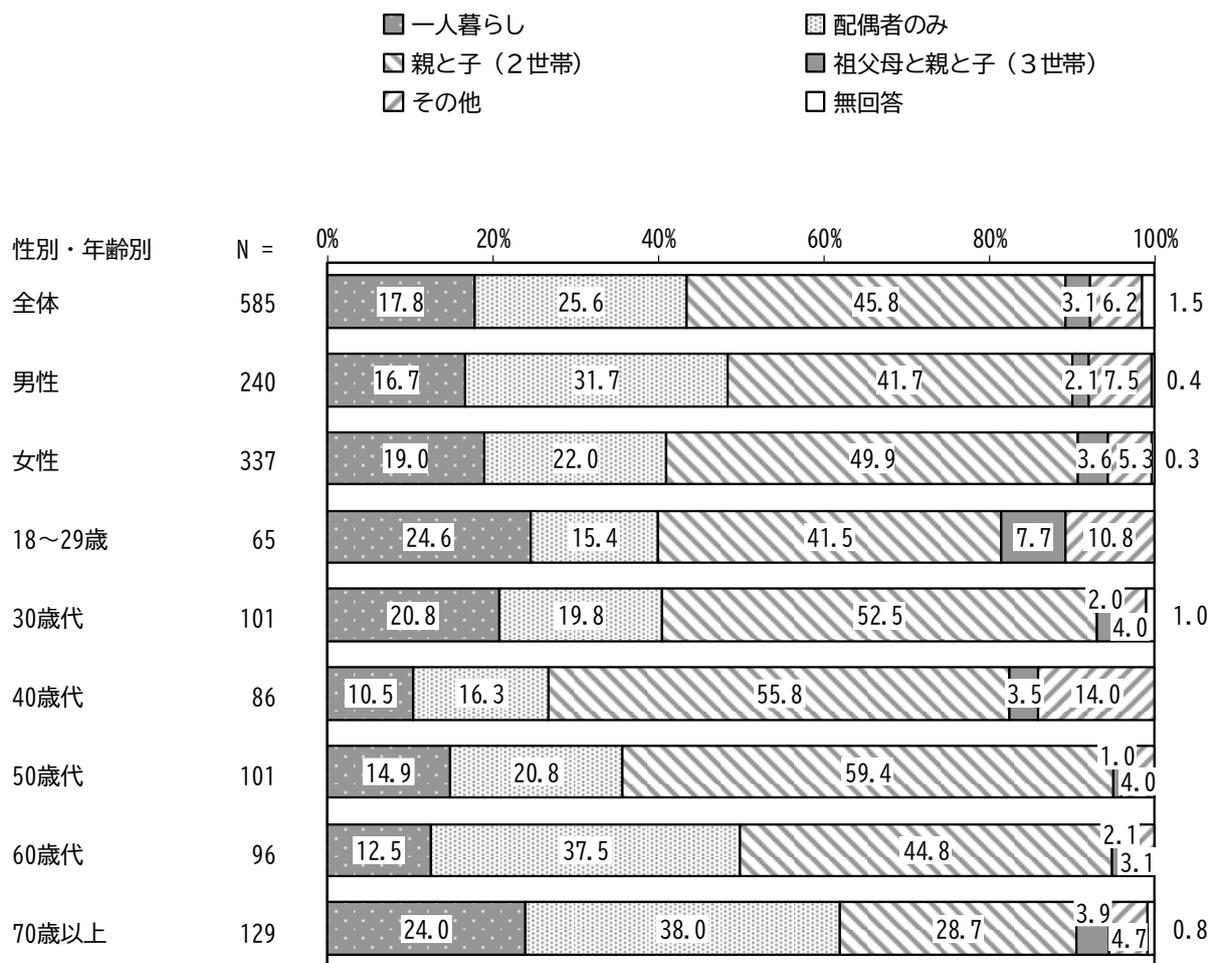


問4 あなたの家の世帯構成をお選びください。(○は1つ)

全体では、「親と子（2世帯）」の割合が45.8%と最も高く、次いで「配偶者のみ」の割合が25.6%、「一人暮らし」の割合が17.8%となっています。

性別では、男性で「配偶者のみ」の割合が高くなっています。

年齢別では、50歳代で「親と子（2世帯）」の割合が、70歳以上、60歳代で「配偶者のみ」の割合が高くなっています。

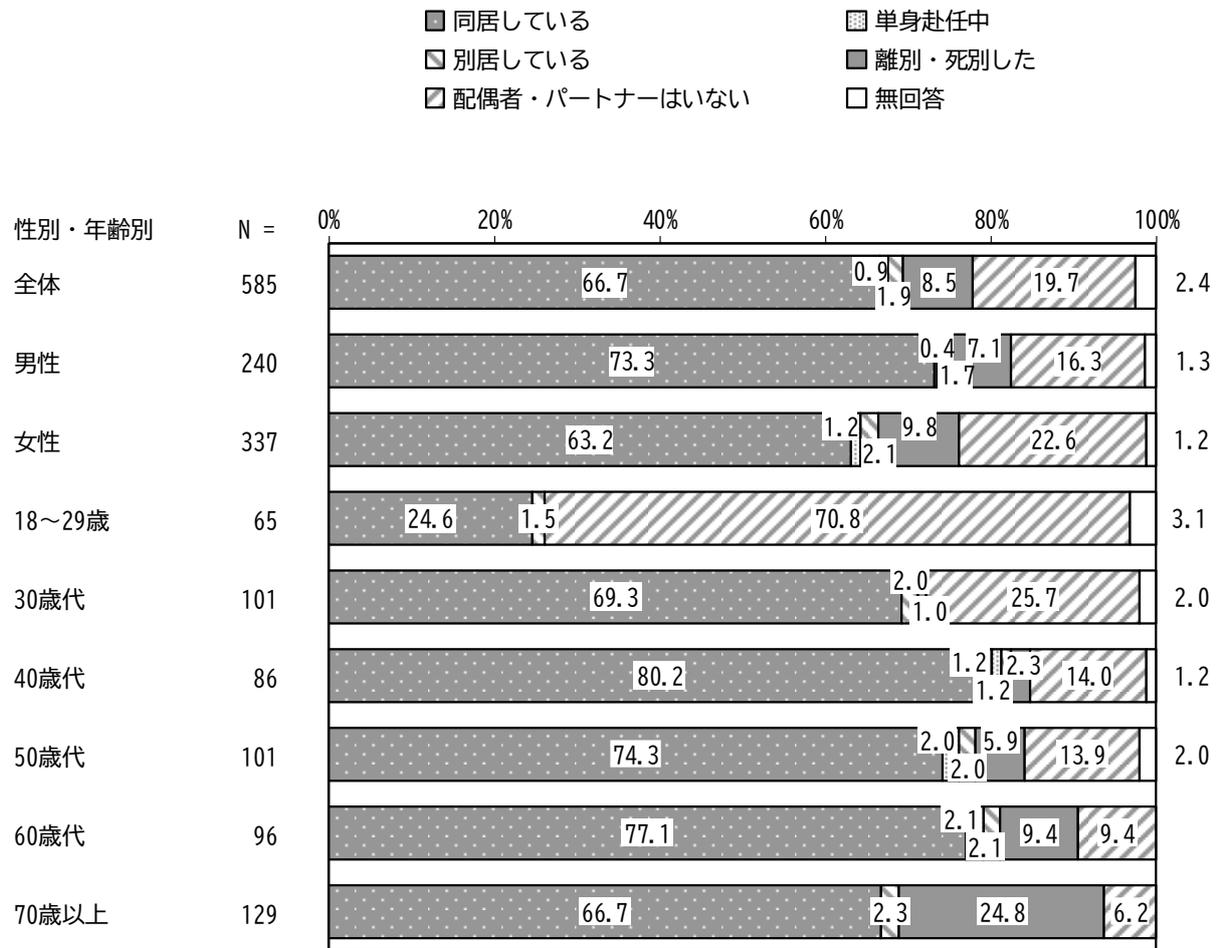


問5 配偶者との現在の関係をお選びください。(〇は1つ)

全体では、「同居している」の割合が 66.7%と最も高く、次いで「配偶者・パートナーはいない」の割合が 19.7%となっています。

性別では、男性で「同居している」の割合が高くなっています。

年齢別では、18～29 歳で「配偶者・パートナーはいない」の割合が、40 歳代、60 歳代で「同居している」の割合が高くなっています。



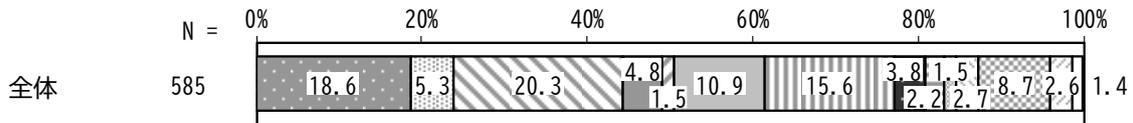
問6 あなたの主たるご職業をお選びください。(○は1つ)

全体では、「勤めている（役員・管理職以外）」の割合が20.3%と最も高く、次いで「会社員・団体等の役員」の割合が18.6%、「専業主婦・主夫」の割合が15.6%となっています。

性別では、女性で「専業主婦・主夫」「パート・アルバイト」の割合が、男性で「会社員・団体等の役員」の割合が高くなっています。

年齢別では、30歳代で「会社員・団体等の役員」の割合が、18～29歳で「勤めている（役員・管理職以外）」の割合が、70歳以上で「専業主婦・主夫」の割合が高くなっています。

- 会社員・団体等の役員
- 勤めている（管理職）
- 勤めている（役員・管理職以外）
- 自営業（事業経営・個人商店等）
- 派遣
- パート・アルバイト
- 専業主婦・主夫
- 学生
- 自由業（個人で、自分の専門的知識や技術を生かした職業に従事）
- 無職（求職中）
- 無職（仕事をしたいが、現在は求職していない）
- 無職（仕事をしたいと思っていない）
- その他
- 無回答



単位：%

| 区分     | 回答者数 (件) | 会社員・団体等の役員 | 勤めている (管理職) | 勤めている (役員・管理職以外) | 自営業 (事業経営・個人商店等) | 派遣  | パート・アルバイト | 専業主婦・主夫 | 学生   | 自由業 (個人で、自分の専門的知識や技術を生かした職業に従事) | 無職 (求職中) | 無職 (仕事をしたいが、現在は求職していない) | 無職 (仕事をしたいと思っていない) | その他 | 無回答 |
|--------|----------|------------|-------------|------------------|------------------|-----|-----------|---------|------|---------------------------------|----------|-------------------------|--------------------|-----|-----|
| 男性     | 240      | 26.3       | 10.4        | 25.0             | 6.3              | 1.3 | 1.7       | —       | 2.9  | 1.7                             | 2.1      | 5.4                     | 14.2               | 2.9 | —   |
| 女性     | 337      | 13.6       | 1.8         | 17.5             | 3.9              | 1.8 | 17.8      | 26.7    | 4.5  | 2.7                             | 1.2      | 0.9                     | 5.0                | 2.4 | 0.3 |
| 18～29歳 | 65       | 21.5       | —           | 38.5             | —                | 3.1 | —         | 1.5     | 32.3 | —                               | 1.5      | 1.5                     | —                  | —   | —   |
| 30歳代   | 101      | 38.6       | 2.0         | 33.7             | 4.0              | 3.0 | 7.9       | 5.0     | 1.0  | 2.0                             | 2.0      | 1.0                     | —                  | —   | —   |
| 40歳代   | 86       | 19.8       | 14.0        | 27.9             | 1.2              | 1.2 | 17.4      | 11.6    | —    | 4.7                             | 1.2      | —                       | —                  | —   | 1.2 |
| 50歳代   | 101      | 22.8       | 10.9        | 18.8             | 4.0              | 2.0 | 17.8      | 16.8    | —    | 2.0                             | 4.0      | —                       | 1.0                | —   | —   |
| 60歳代   | 96       | 11.5       | 6.3         | 13.5             | 12.5             | 1.0 | 15.6      | 20.8    | —    | 1.0                             | 1.0      | 8.3                     | 5.2                | 3.1 | —   |
| 70歳以上  | 129      | 3.9        | —           | 3.1              | 5.4              | —   | 6.2       | 29.5    | —    | 3.1                             | —        | 4.7                     | 34.9               | 9.3 | —   |

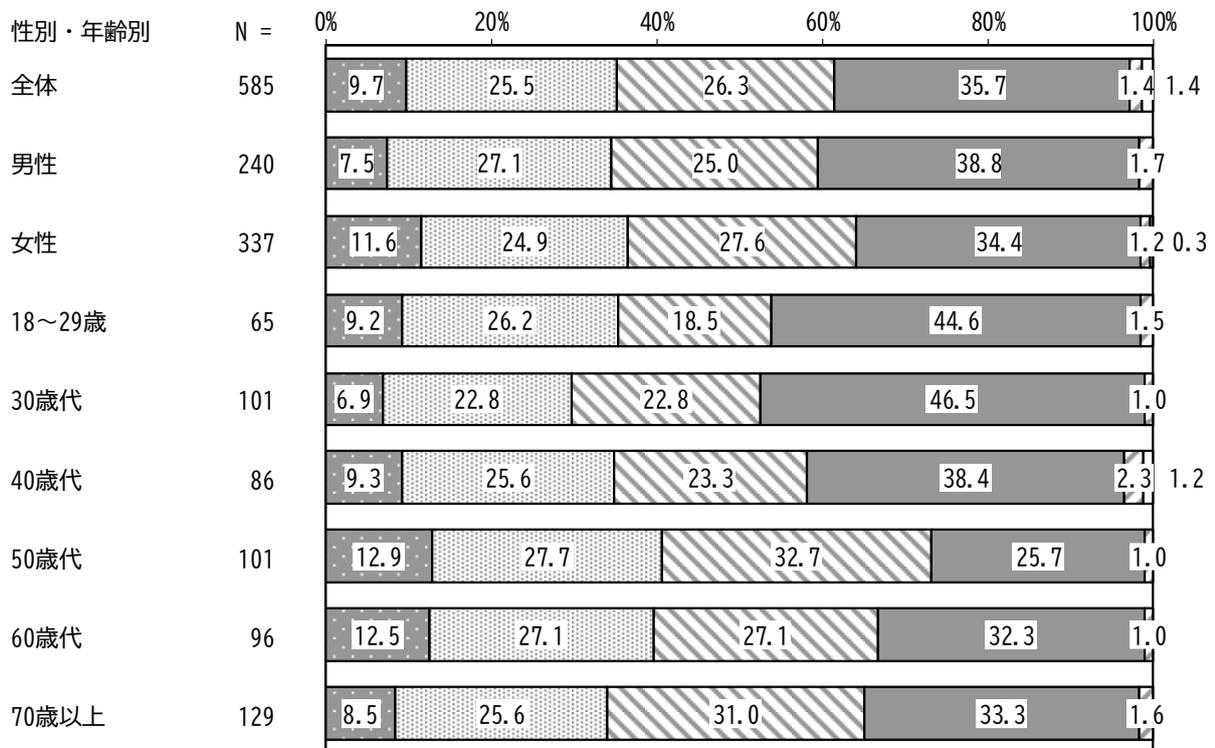
問7 ご家庭の家計の余裕はどの程度あるか教えてください。(〇は1つ)

全体では、「ある程度余裕がある」の割合が35.7%と最も高く、次いで「どちらともいえない」の割合が26.3%、「あまり余裕がない」の割合が25.5%となっています。

性別では、大きな差はみられません。

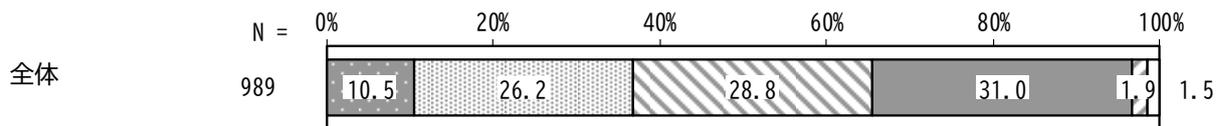
年齢別では、30歳代、18～29歳で「ある程度余裕がある」の割合が、50歳代で「どちらともいえない」の割合が高くなっています。

- 全く余裕がない
- あまり余裕がない
- どちらともいえない
- ある程度余裕がある
- かなり余裕がある
- 無回答



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

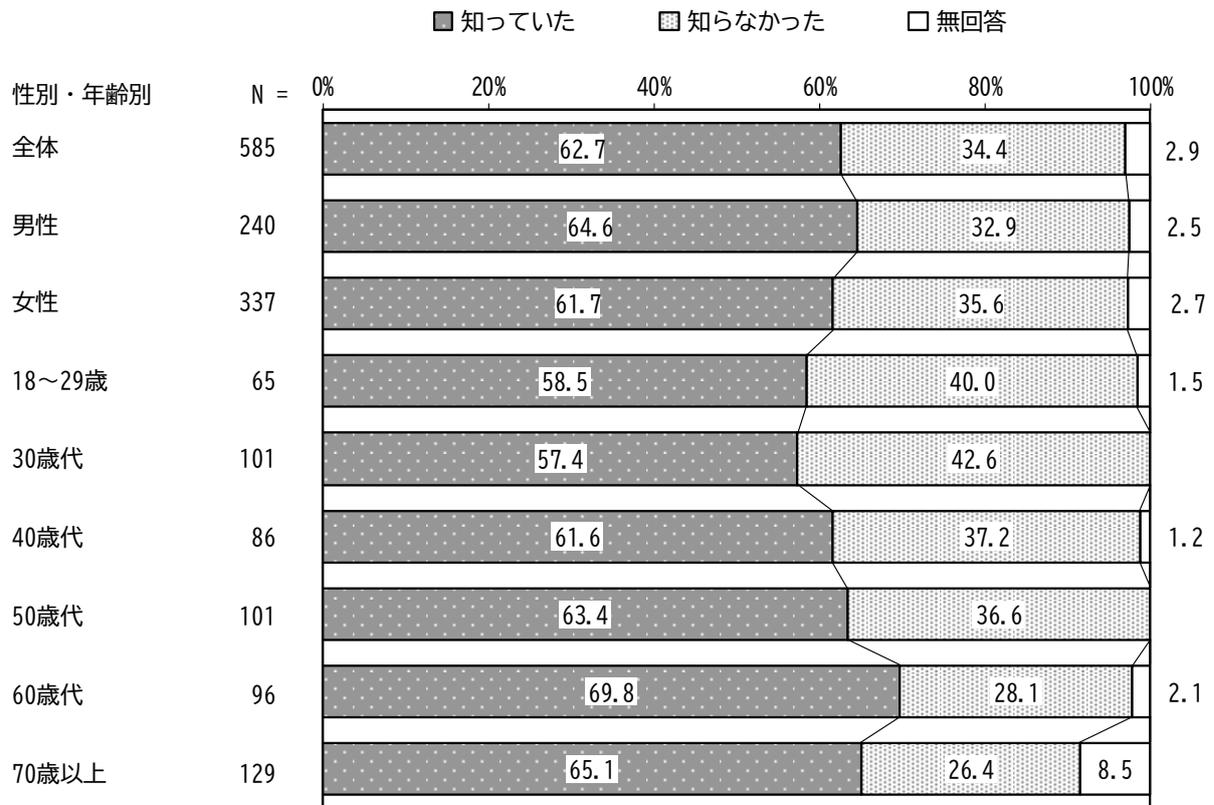


## (2) 自殺対策の現状について

問8 我が国の自殺者数は令和元年まで10年連続で減少していましたが、令和2年には11年ぶりの増加となり、約2万1,000人の方が亡くなっています。あなたは、毎年、このように多くの方が自殺で亡くなっていることを知っていましたか。それとも知らなかったですか。(〇は1つ)

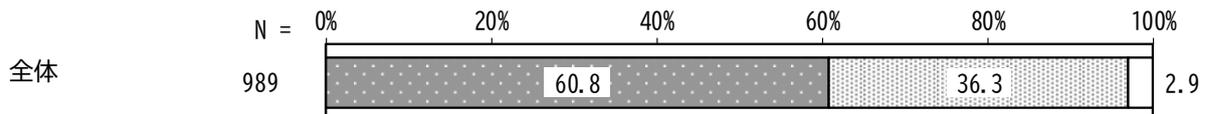
全体では、「知っていた」の割合が62.7%、「知らなかった」の割合が34.4%となっています。性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、30歳代、18～29歳で「知らなかった」の割合が、60歳代で「知っていた」の割合が高くなっています。



### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



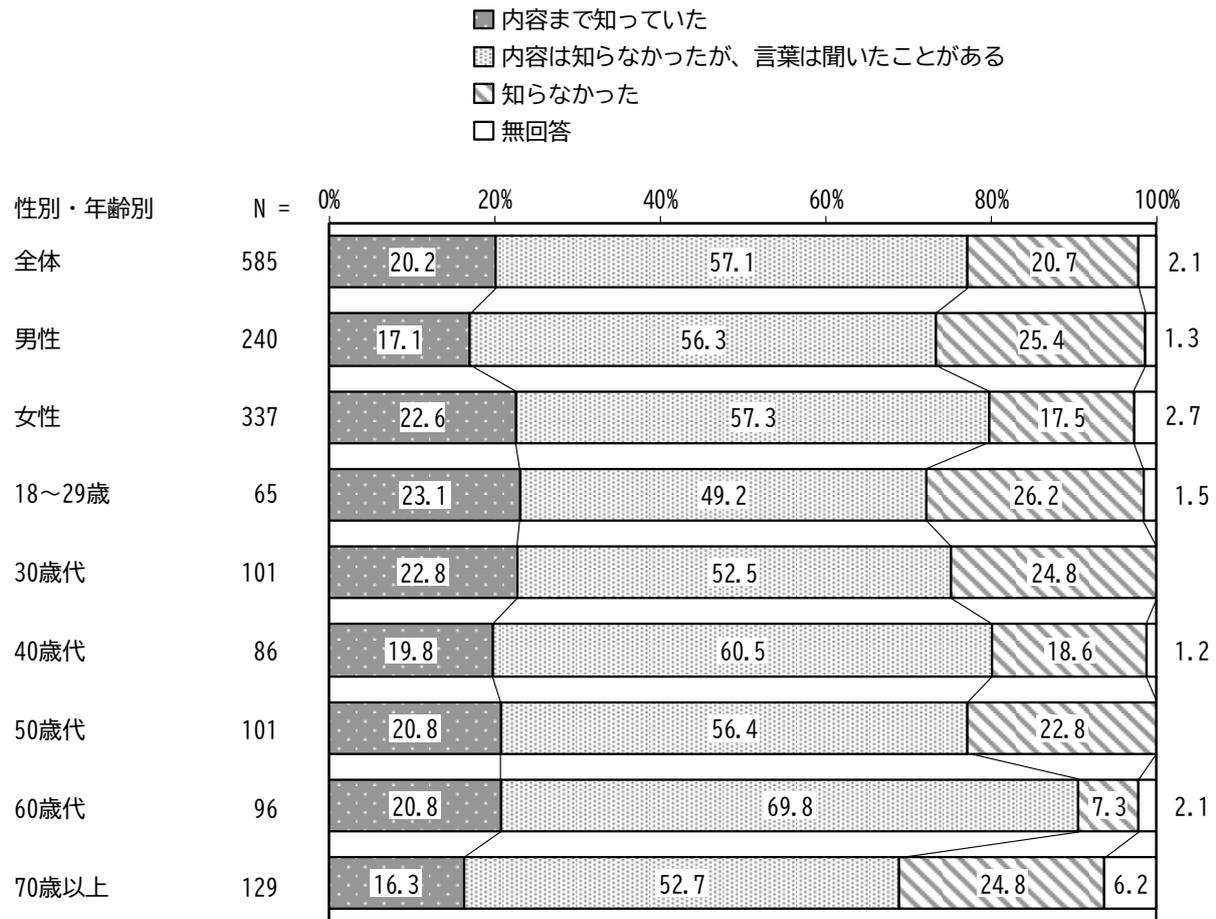
問9 あなたは、自殺対策に関する以下の事柄について知っていましたか。a～fについて、該当するものに○を付けてください。（それぞれに○は1つ）

a. こころの健康相談統一ダイヤル

全体では、「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が57.1%と最も高く、次いで「知らなかった」の割合が20.7%、「内容まで知っていた」の割合が20.2%となっています。

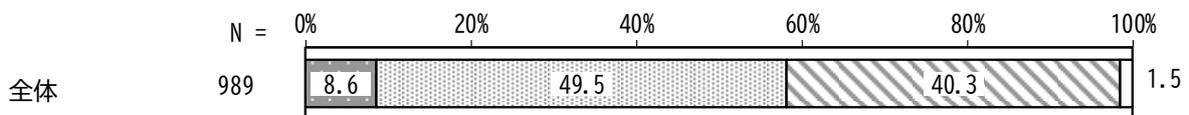
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、60歳代で「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が、18～29歳で「知らなかった」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「内容まで知っていた」「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が増加しています。一方、「知らなかった」の割合が減少しています。

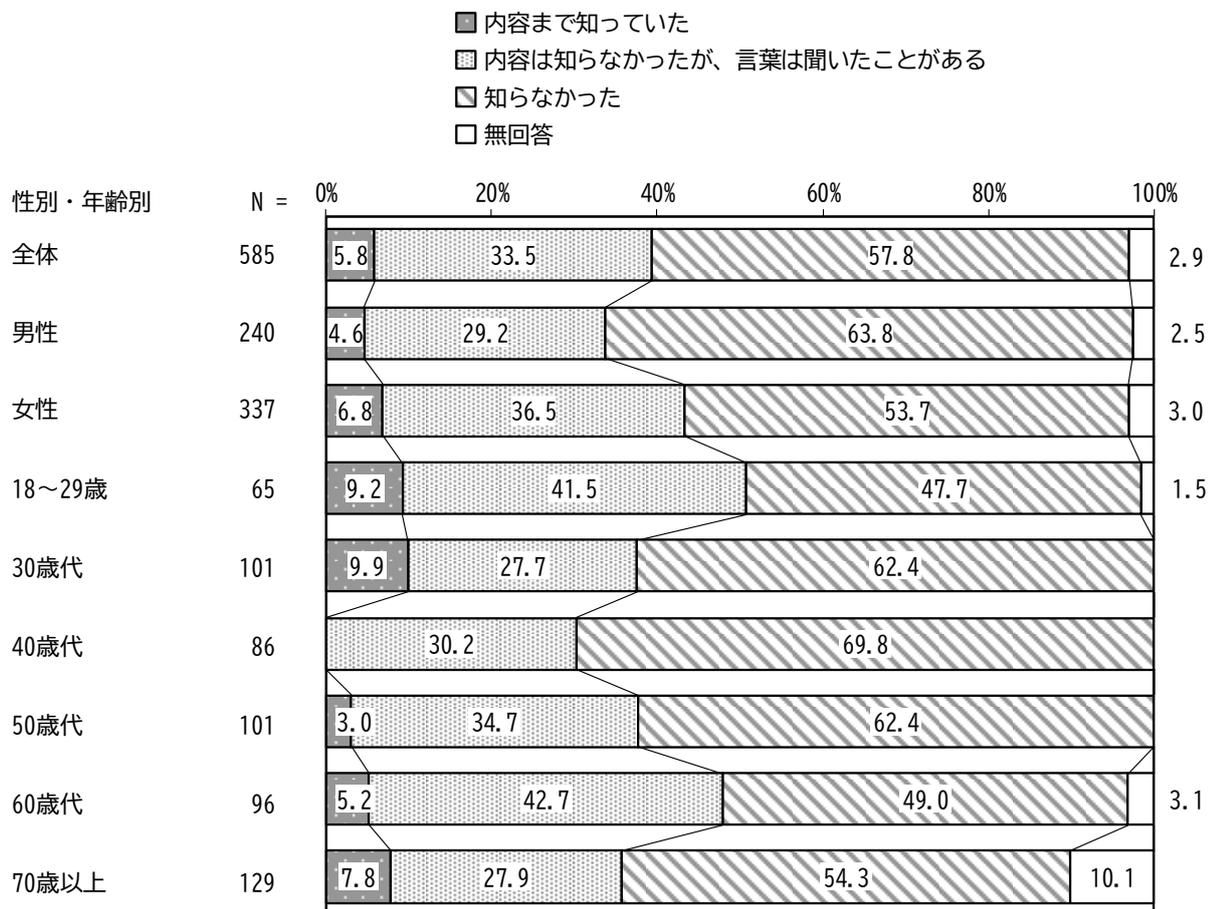


b. よりそいホットライン

全体では、「知らなかった」の割合が 57.8%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が 33.5%となっています。

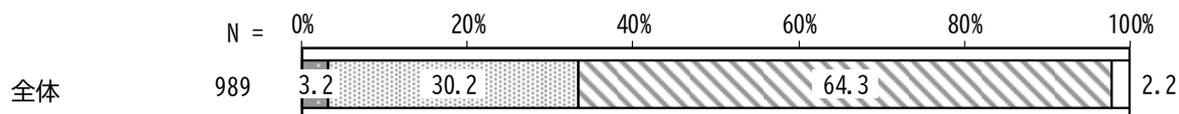
性別では、男性で「知らなかった」の割合が高くなっています。

年齢別では、40歳代で「知らなかった」の割合が、60歳代、18～29歳で「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「知らなかった」の割合が減少しています。

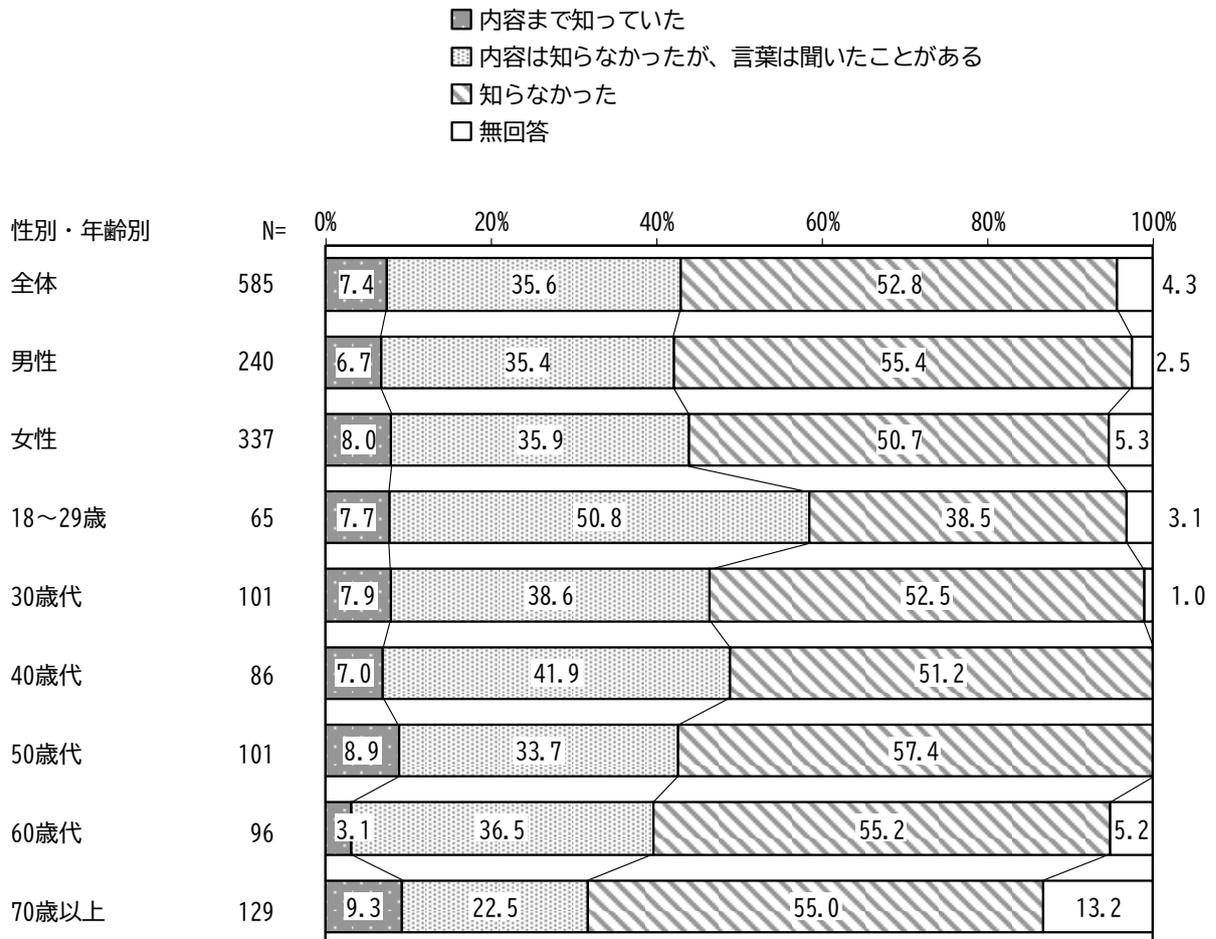


c. 自殺予防週間／自殺対策強化月間

全体では、「知らなかった」の割合が 52.8%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が 35.6%となっています。

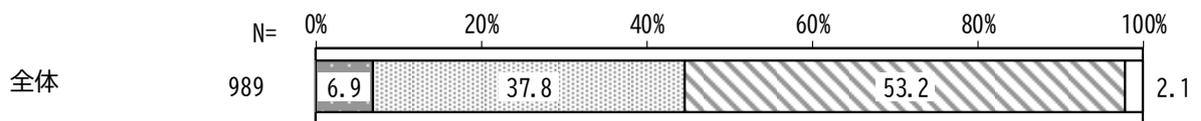
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、18～29 歳、40 歳代で「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

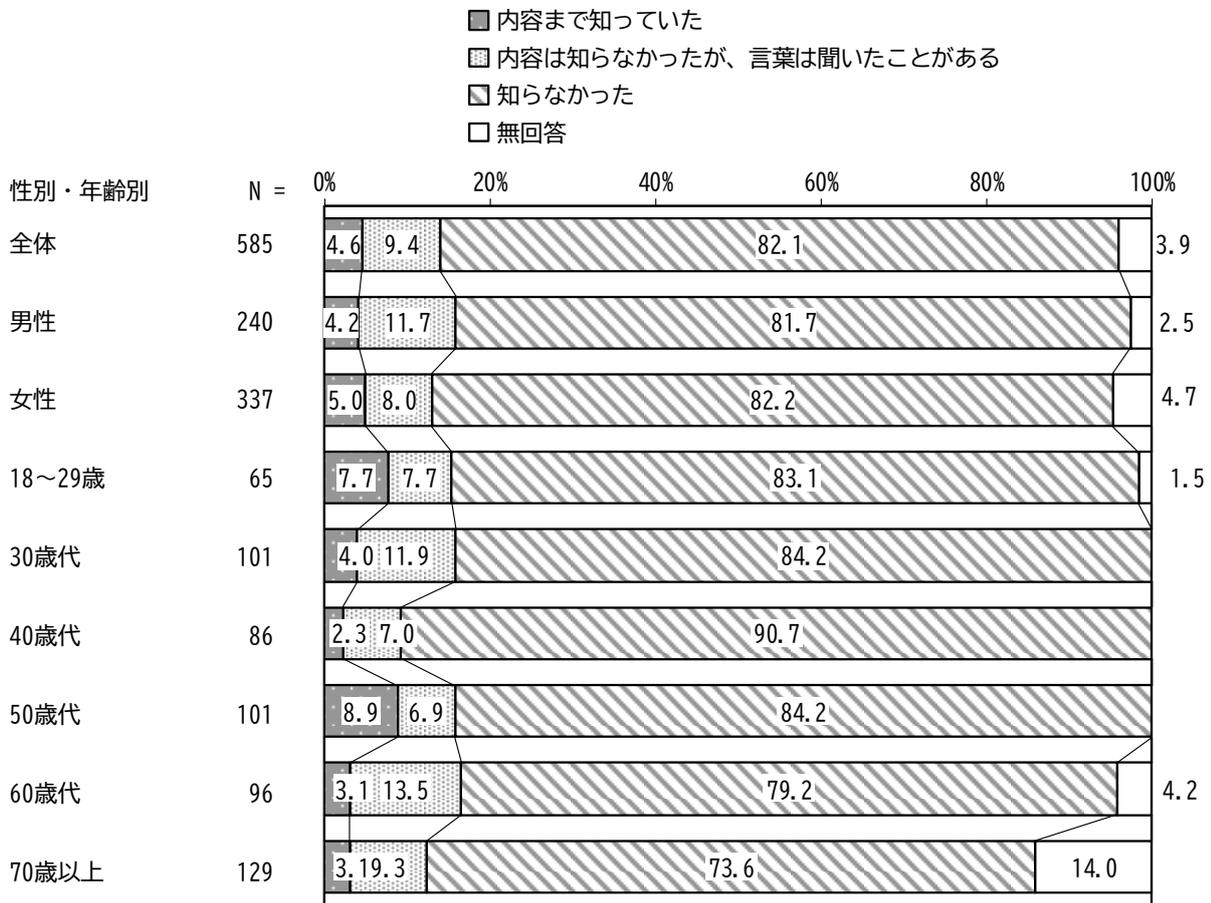


d. ゲートキーパー

全体では、「知らなかった」の割合が82.1%と最も高くなっています。

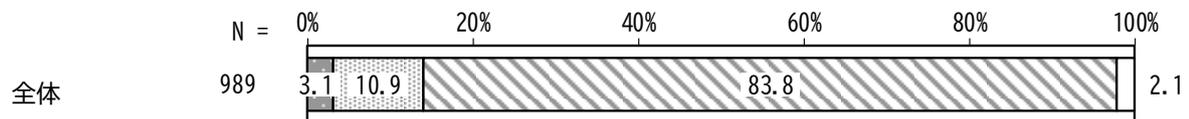
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、40歳代で「知らなかった」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

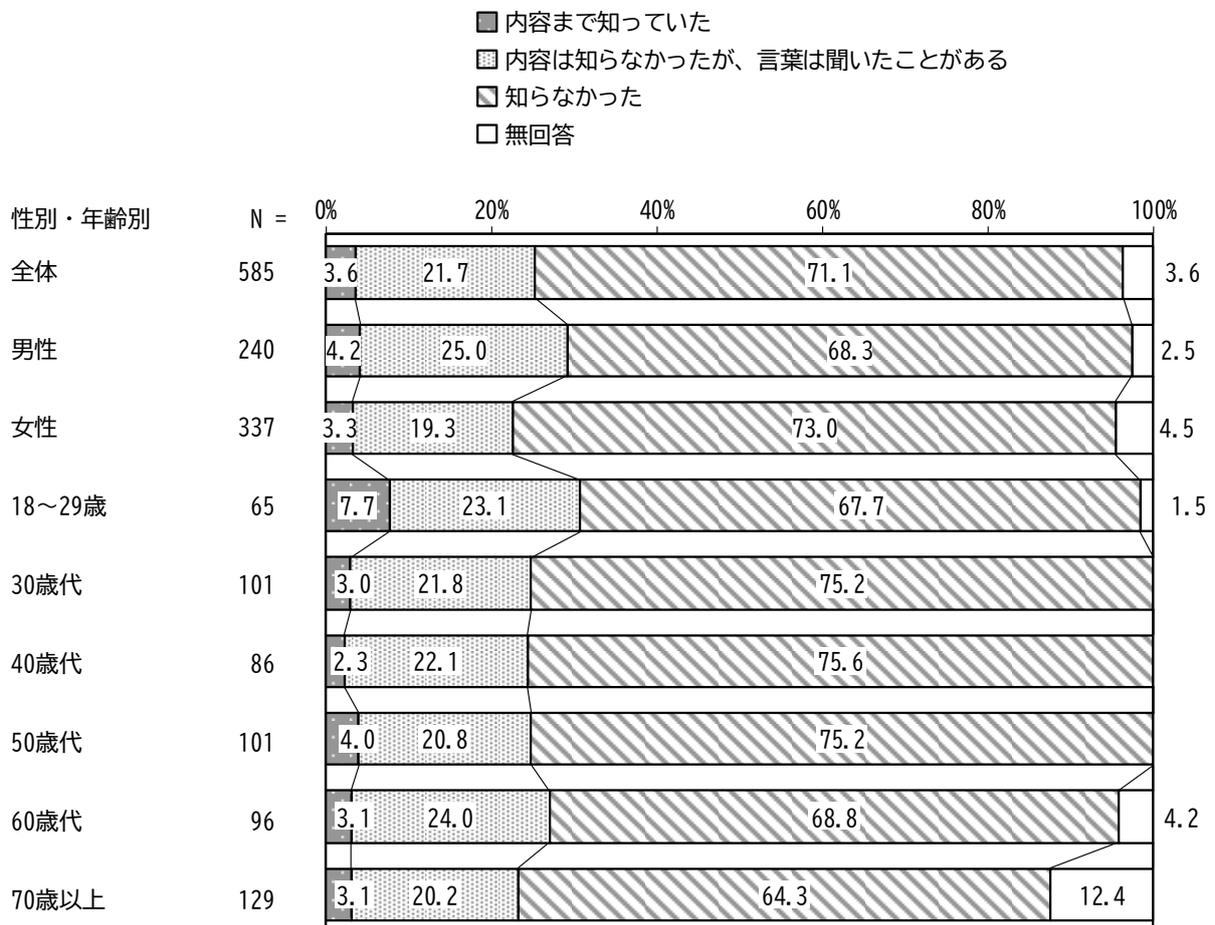


e. 自殺対策基本法

「知らなかった」の割合が71.1%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が21.7%となっています。

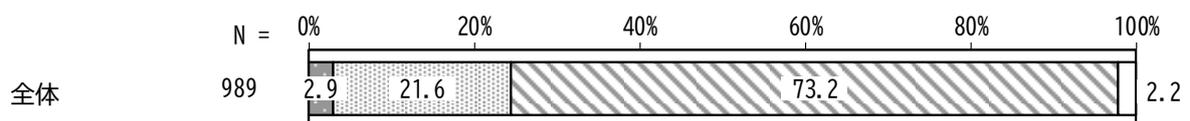
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、大きな差はみられません。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

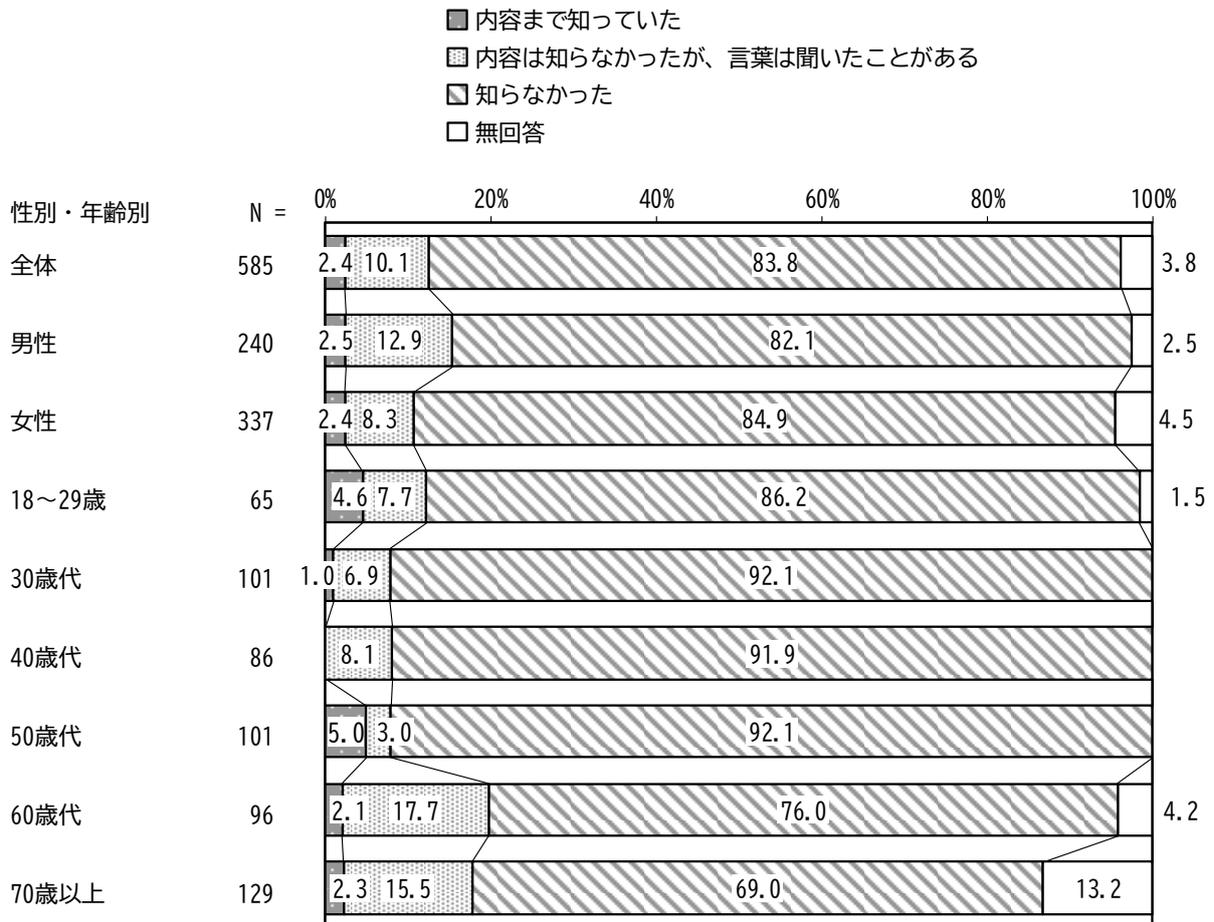


f. 自殺総合対策推進センター

全体では、「知らなかった」の割合が 83.8%と最も高く、次いで「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が 10.1%となっています。

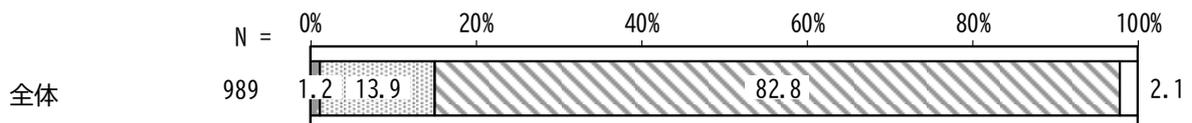
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、30 歳代、50 歳代、40 歳代で「知らなかった」の割合が、60 歳代で「内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

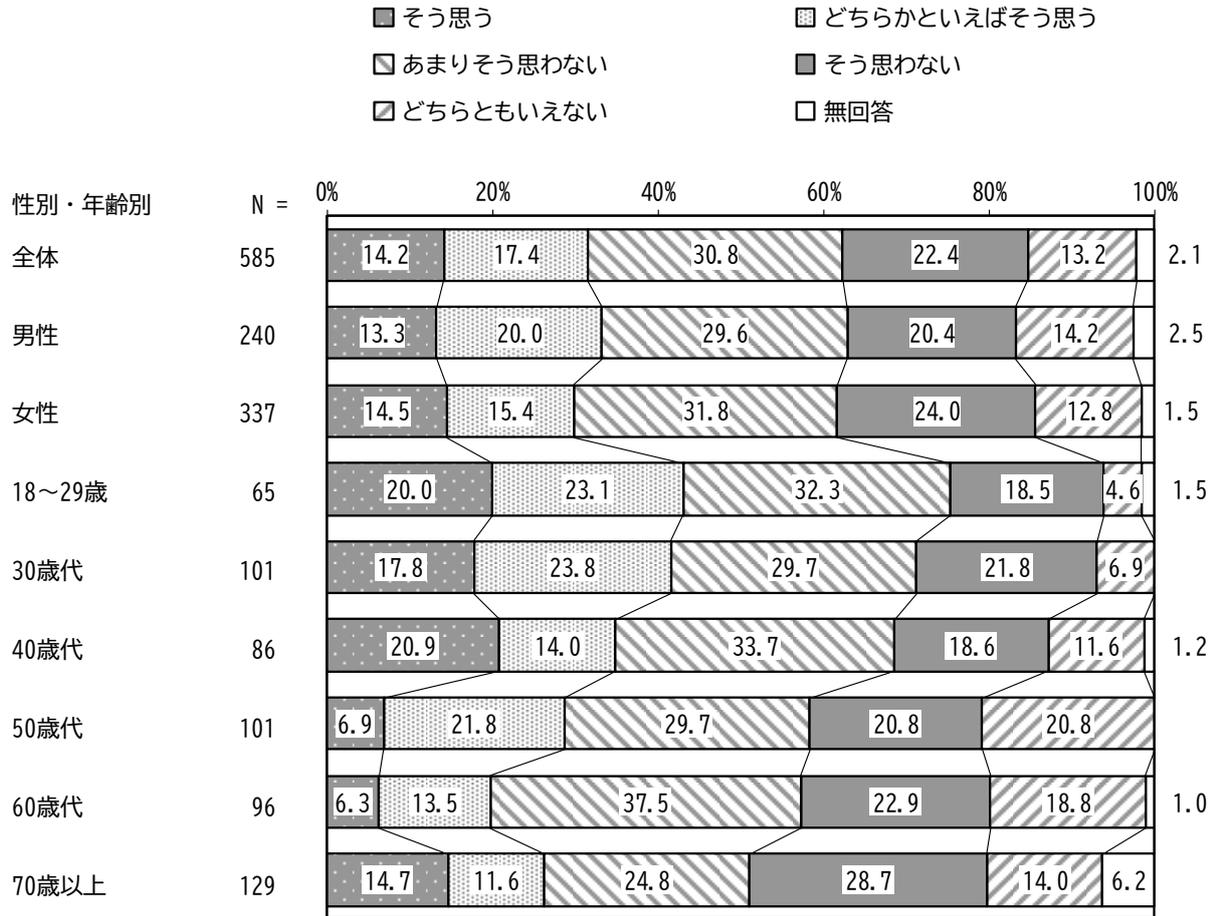


問 10 自殺対策は自分自身にかかわる問題だと思いますか。(○は1つ)

全体では、「あまりそう思わない」の割合が 30.8%と最も高く、次いで「そう思わない」の割合が 22.4%、「どちらかといえばそう思う」の割合が 17.4%となっています。

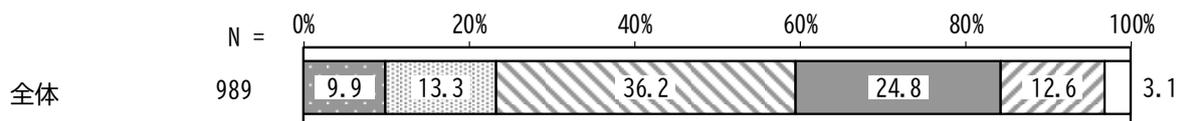
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思う』（そう思う+どちらかといえばそう思う）で 18～29 歳が 43.1%（「そう思う」 20.0%+「どちらかといえばそう思う」 23.1%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「あまりそう思わない」の割合が減少しています。



### (3) 悩みやストレスについて

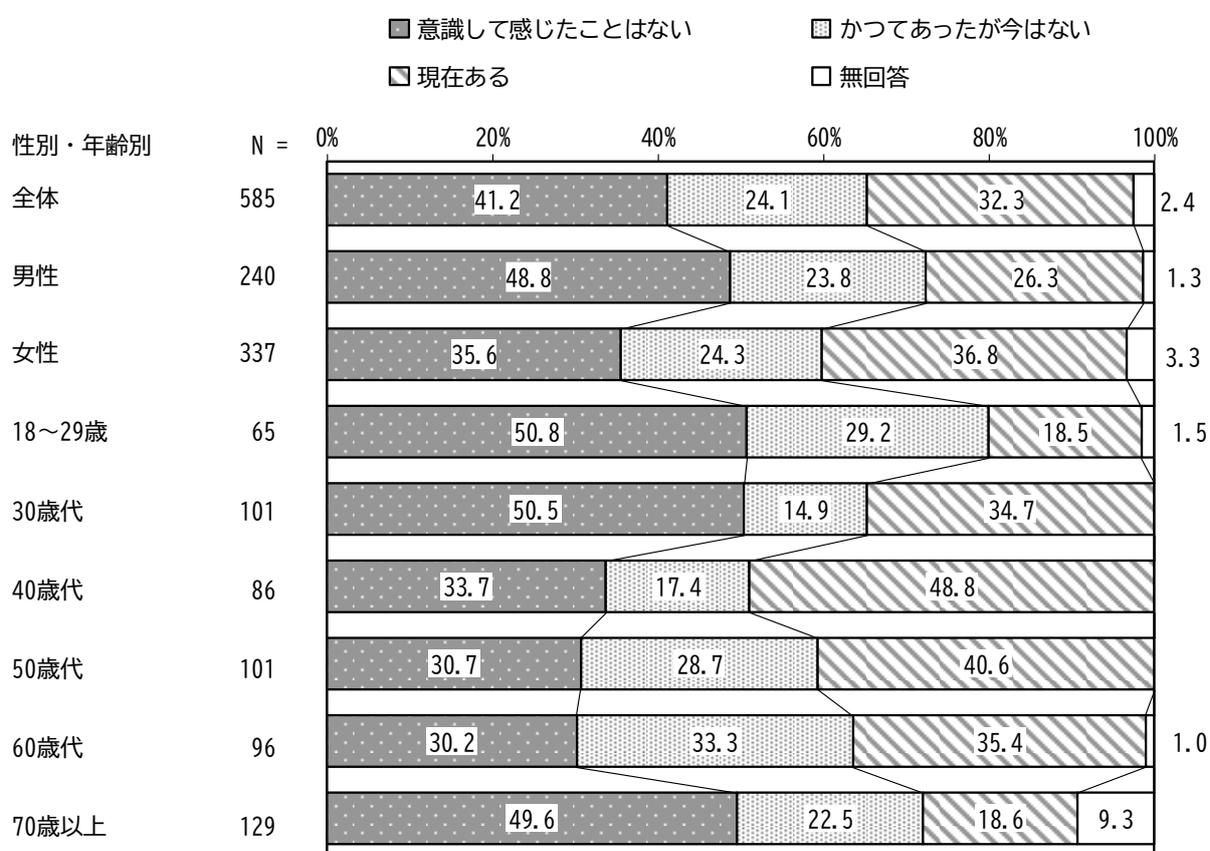
問11 あなたは、それぞれの問題に関して、悩みや苦労、ストレス、不満を感じることがありますか。a～fについて、該当するものに○を付けてください。  
(それぞれに○は1つ)

#### a. 家庭の問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）

全体では、「意識して感じたことはない」の割合が41.2%と最も高く、次いで「現在ある」の割合が32.3%、「かつてあったが今はない」の割合が24.1%となっています。

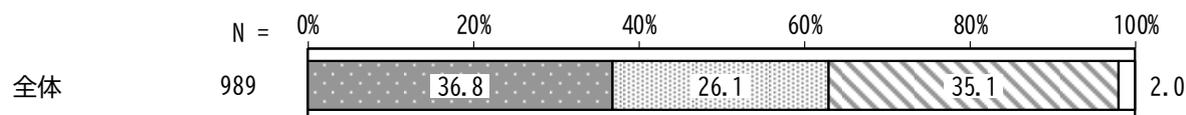
性別では、男性で「意識して感じたことはない」の割合が高くなっています。

年齢別では、40歳代で「現在ある」の割合が、18～29歳、30歳代で「意識して感じたことはない」の割合が高くなっています。



#### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

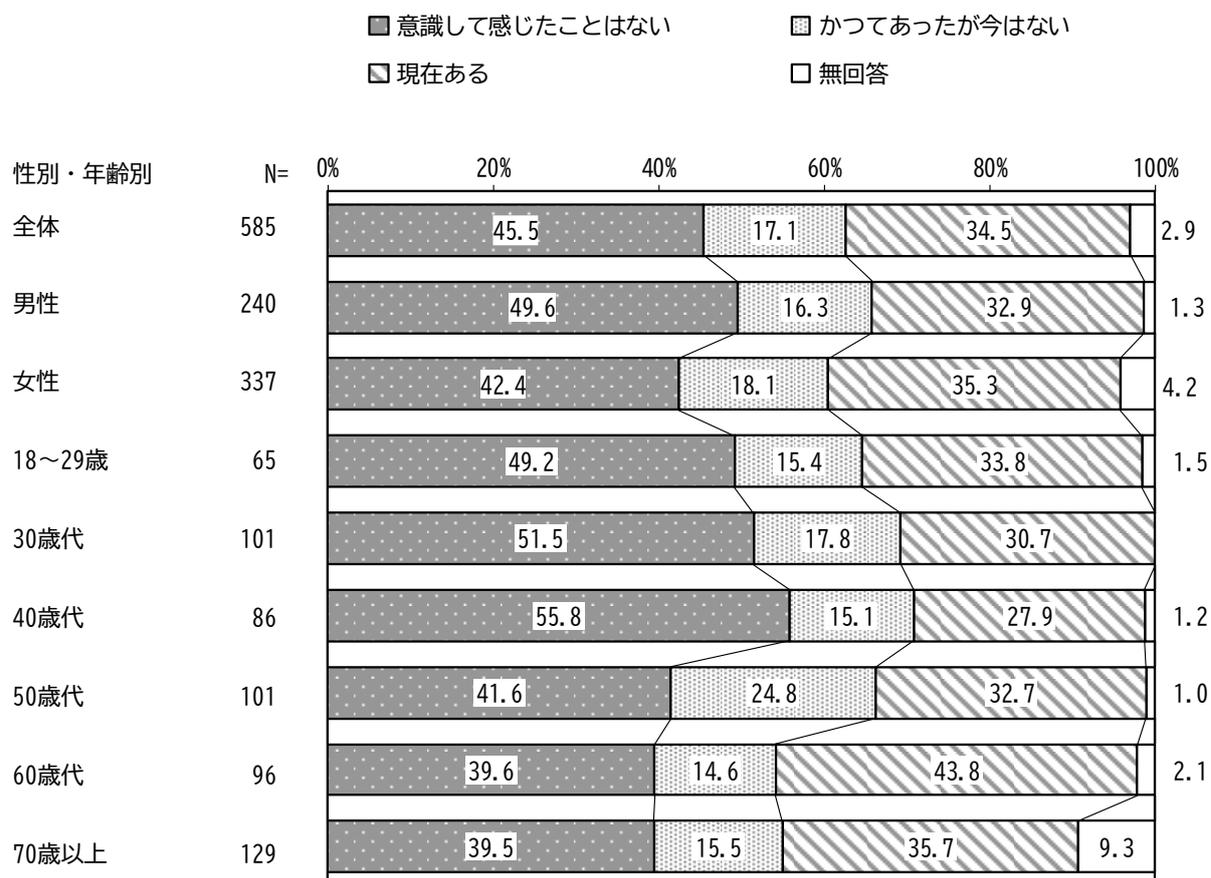


b. 病気等健康の問題（自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等）

全体では、「意識して感じたことはない」の割合が 45.5%と最も高く、次いで「現在ある」の割合が 34.5%、「かつてあったが今はない」の割合が 17.1%となっています。

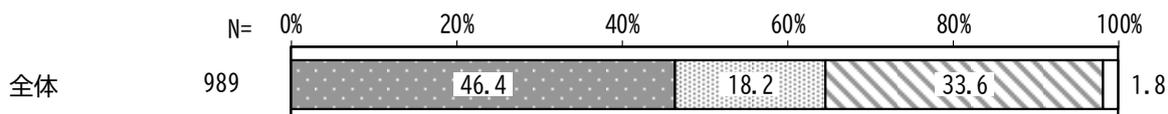
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、40歳代で「意識して感じたことはない」の割合が、60歳代で「現在ある」の割合が、50歳代で「かつてあったが今はない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

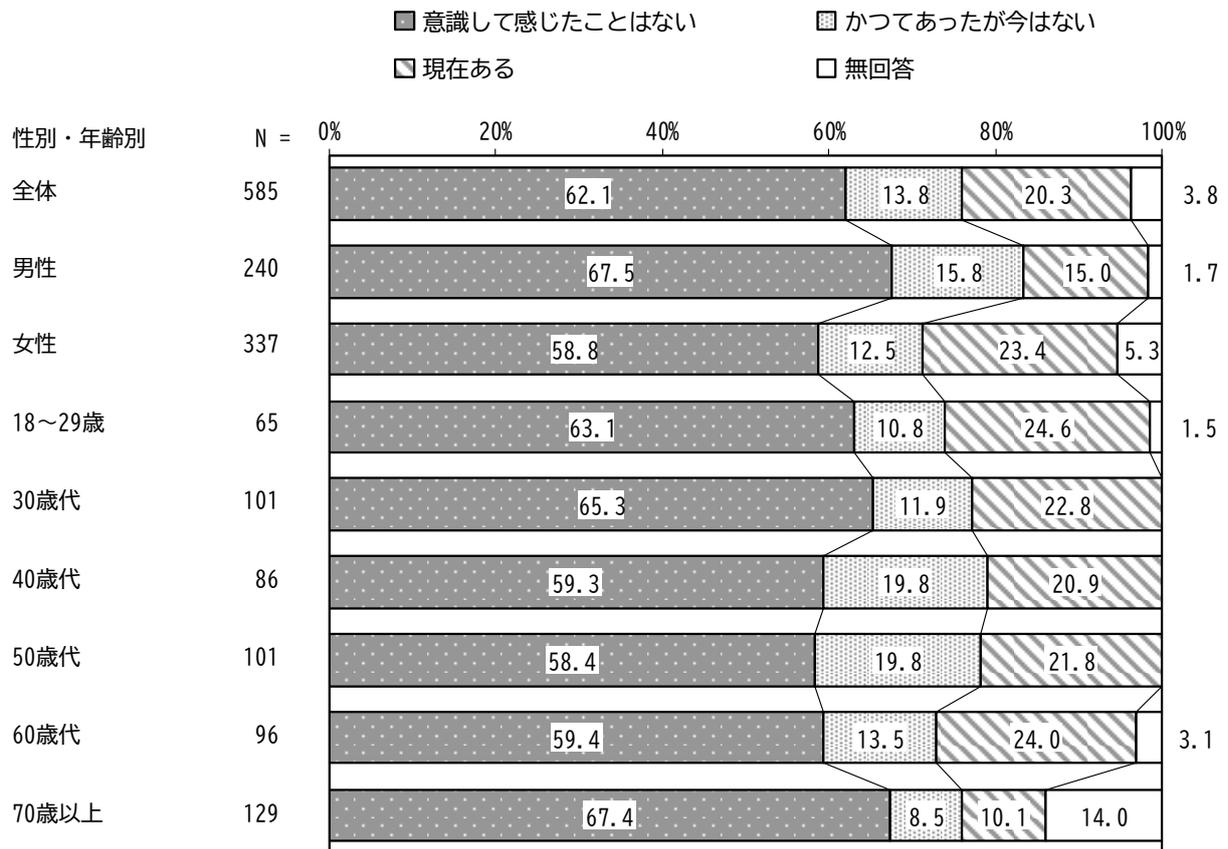


c. 経済的な問題（倒産、事業不振、借金、失業、生活困窮等）

全体では、「意識して感じたことはない」の割合が 62.1%と最も高く、次いで「現在ある」の割合が 20.3%、「かつてあったが今はない」の割合が 13.8%となっています。

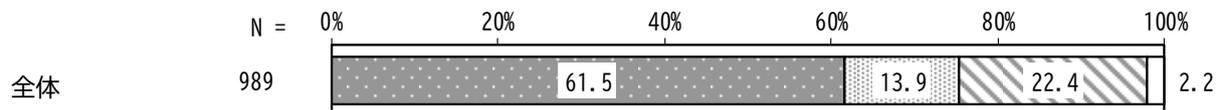
性別では、男性で「意識して感じたことはない」の割合が高くなっています。

年齢別では、40 歳代、50 歳代で「かつてあったが今はない」の割合が、70 歳以上で「意識して感じたことはない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

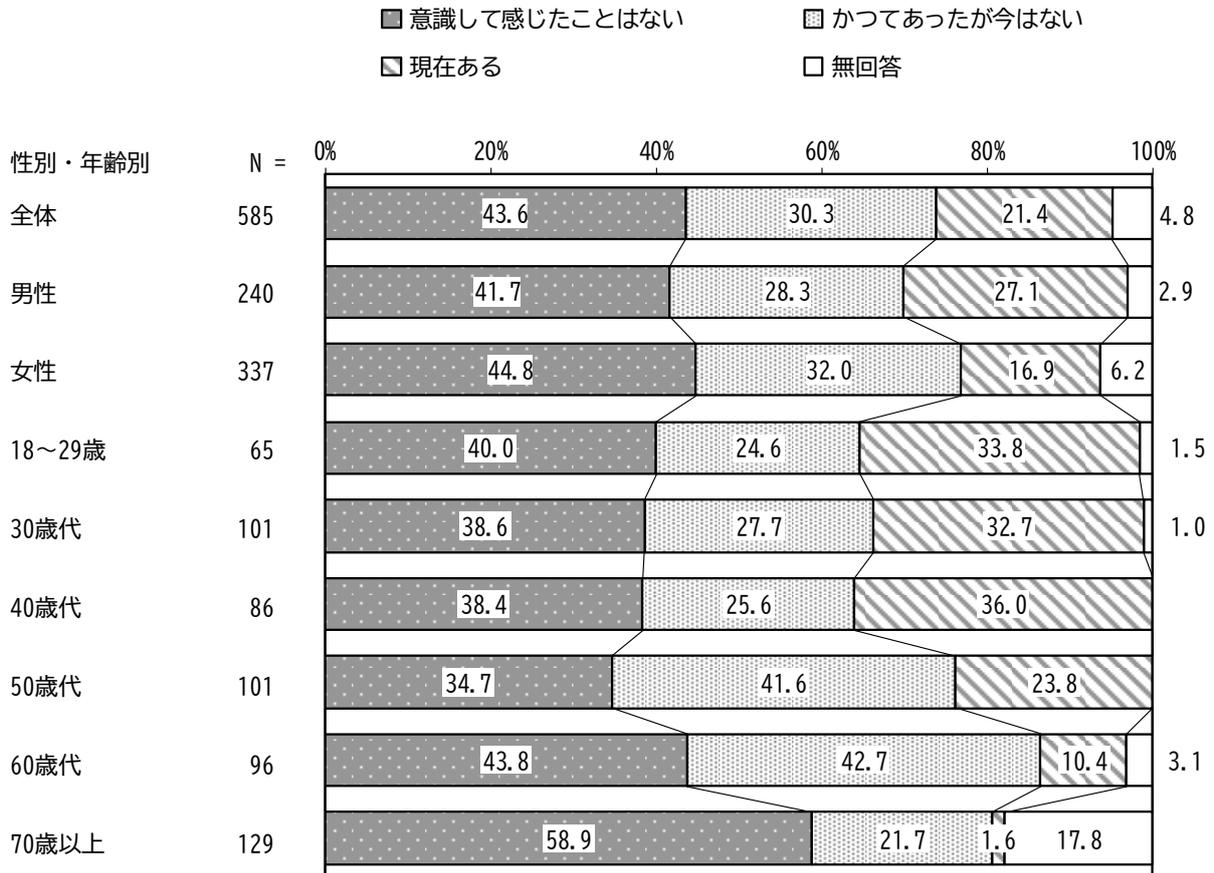


d. 勤務関係の問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等）

全体では、「意識して感じたことはない」の割合が 43.6%と最も高く、次いで「かつてあったが今はない」の割合が 30.3%、「現在ある」の割合が 21.4%となっています。

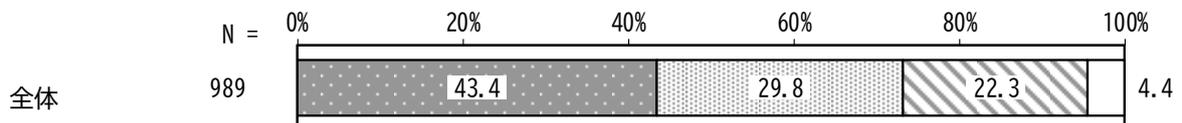
性別では、男性で「現在ある」の割合が高くなっています。

年齢別では、70歳以上で「意識して感じたことはない」の割合が、40歳代で「現在ある」の割合が、60歳代で「かつてあったが今はない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

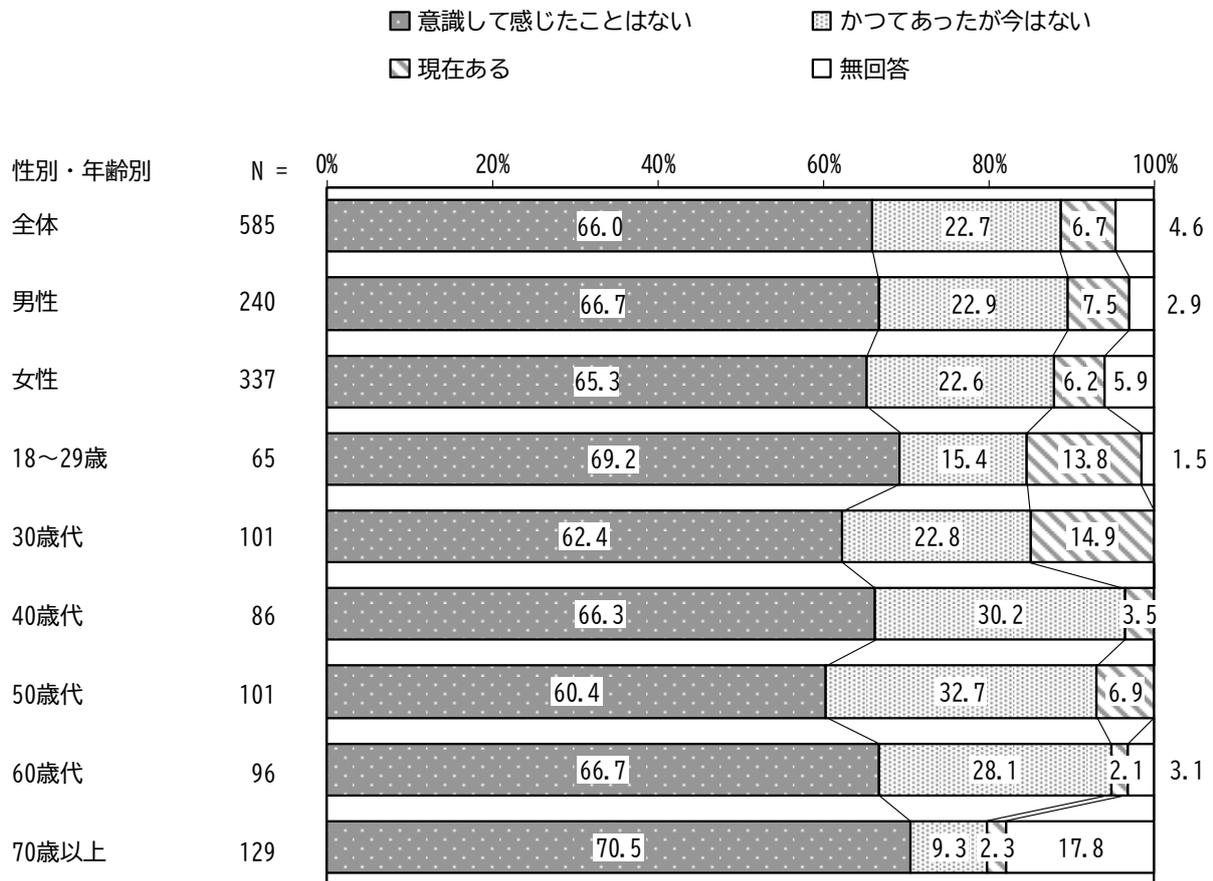


e. 恋愛関係の問題（失恋、結婚を巡る悩み等）

全体では、「意識して感じたことはない」の割合が 66.0%と最も高く、次いで「かつてあったが今はない」の割合が 22.7%となっています。

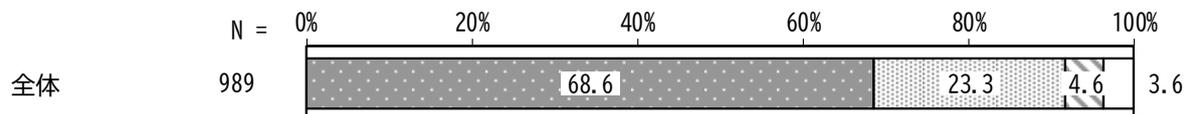
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、50 歳代、40 歳代、60 歳代で「かつてあったが今はない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

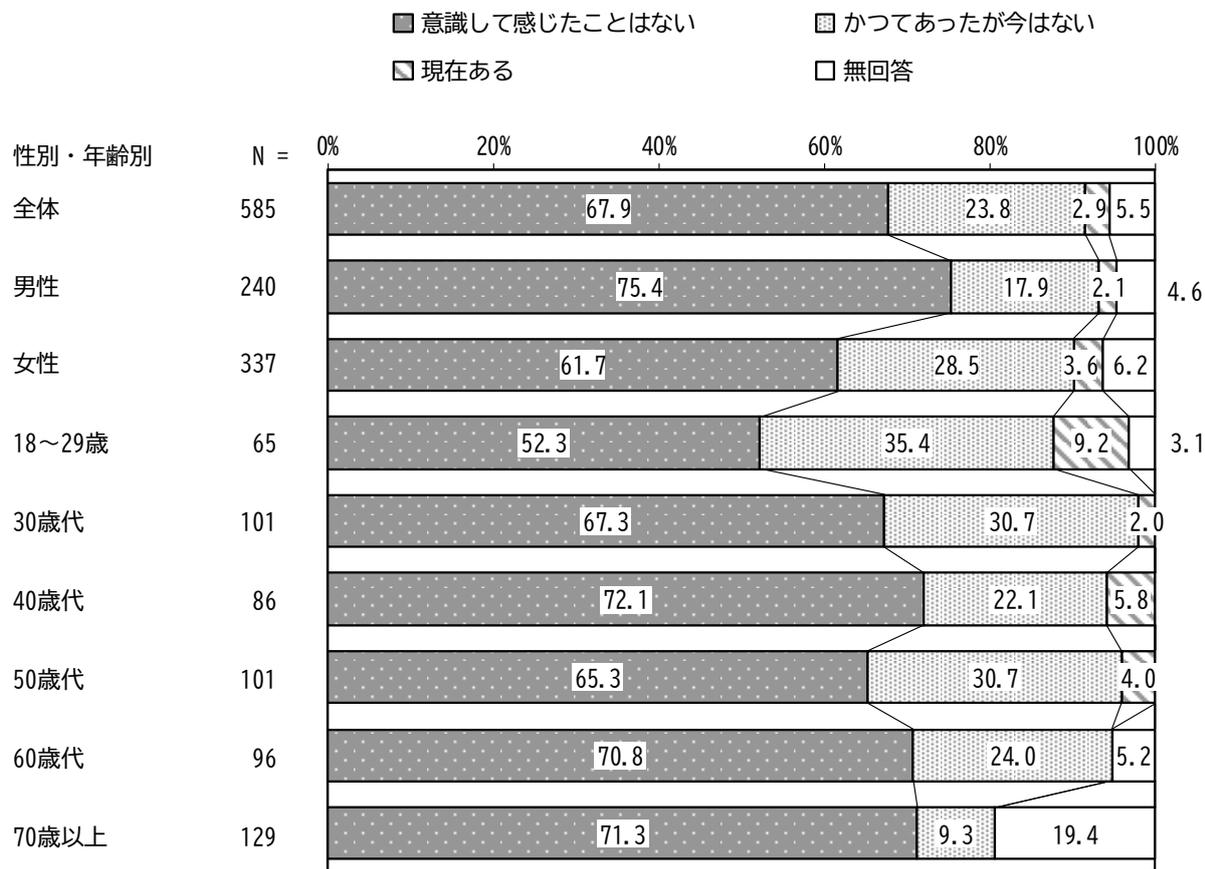


f. 学校の問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係等）

全体では、「意識して感じたことはない」の割合が 67.9%と最も高く、次いで「かつてあったが今はない」の割合が 23.8%となっています。

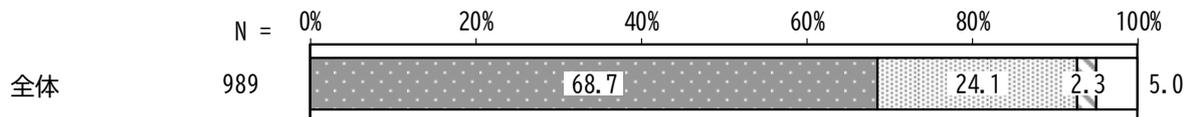
性別では、男性で「意識して感じたことはない」の割合が高くなっています。

年齢別では、18～29 歳、30 歳代、50 歳代で「かつてあったが今はない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



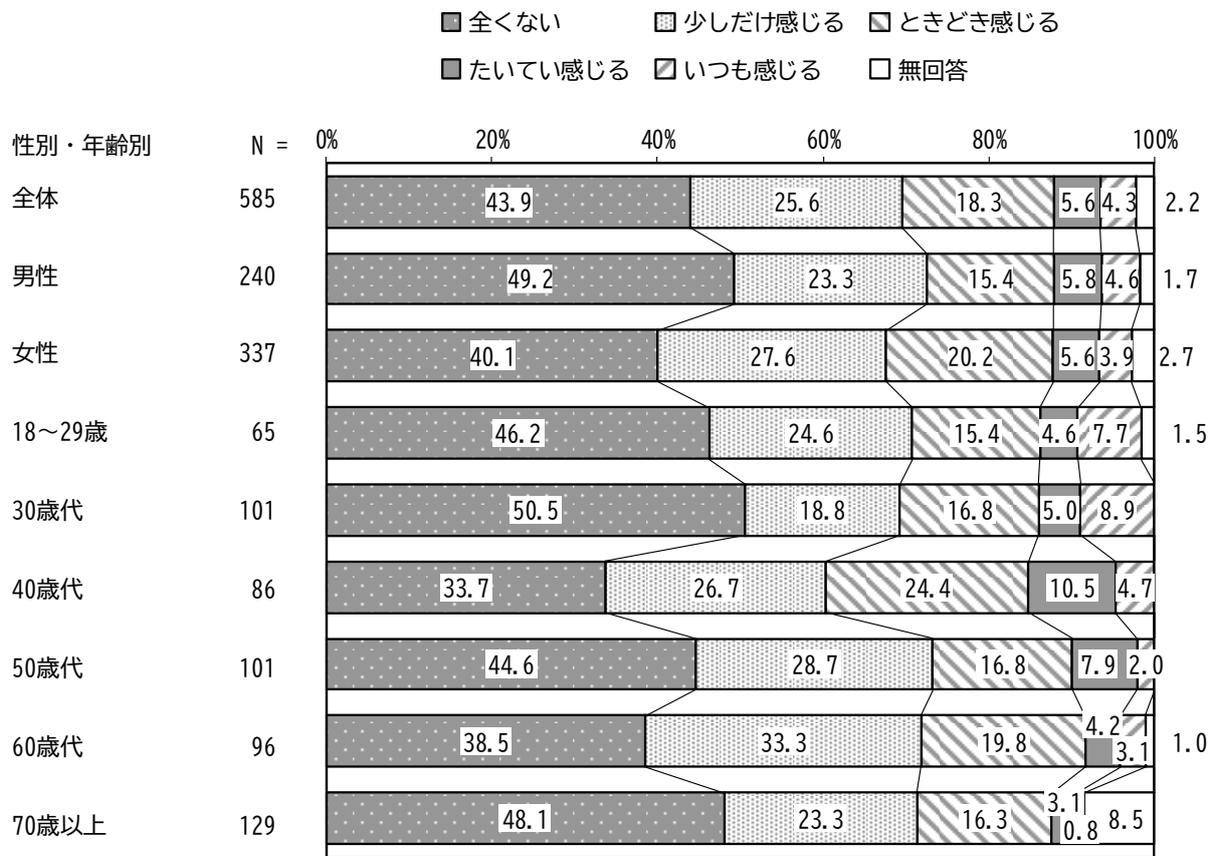
問12 次の質問について、あなたは過去1か月の間、a～fについてどうでしたか。該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

a. 神経過敏に感じましたか

全体では、「全くない」の割合が43.9%と最も高く、次いで「少しだけ感じる」の割合が25.6%、「ときどき感じる」の割合が18.3%となっています。

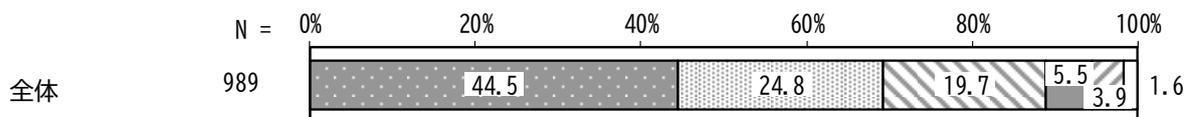
性別では、男性で「全くない」の割合が高くなっています。

年齢別では、60歳代で「少しだけ感じる」の割合が、30歳代で「全くない」の割合が、40歳代で「ときどき感じる」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

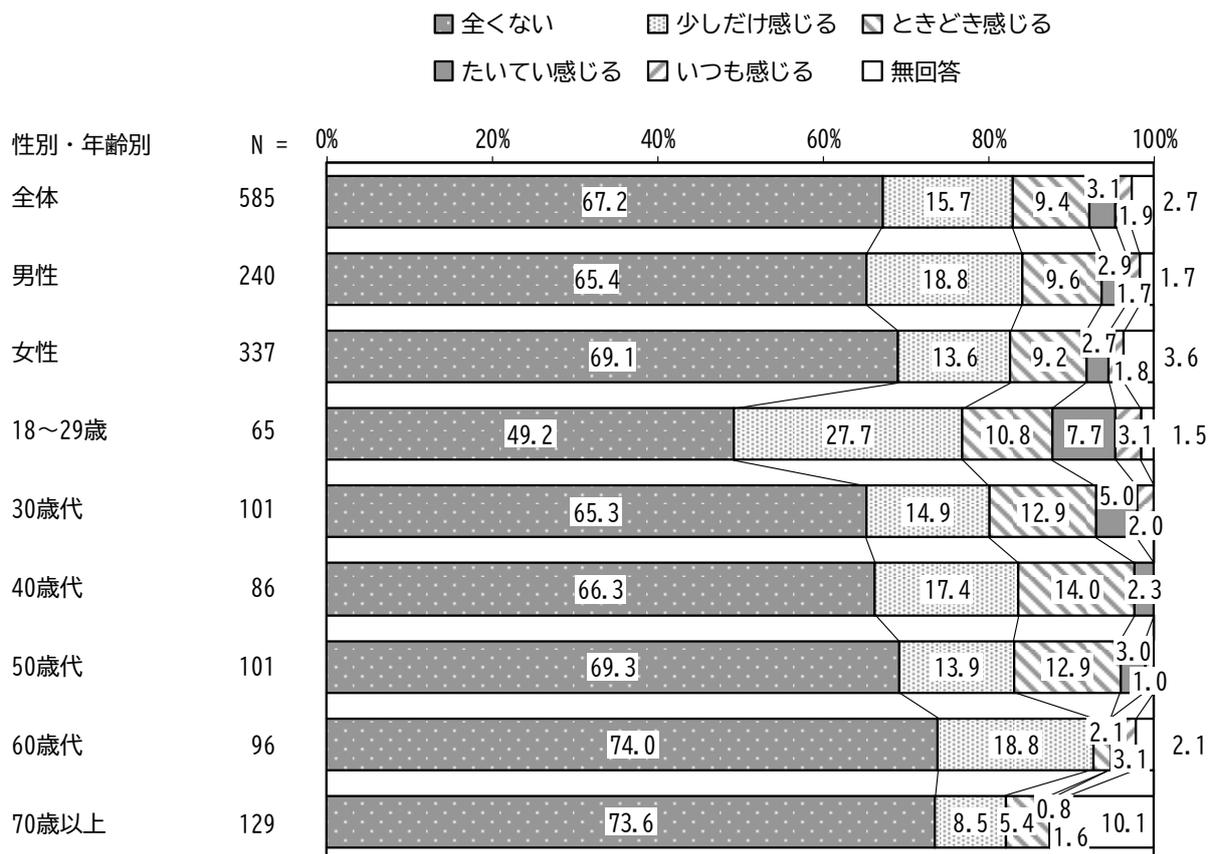


b. 絶望的だと感じましたか

全体では、「全くない」の割合が67.2%と最も高く、次いで「少しだけ感じる」の割合が15.7%となっています。

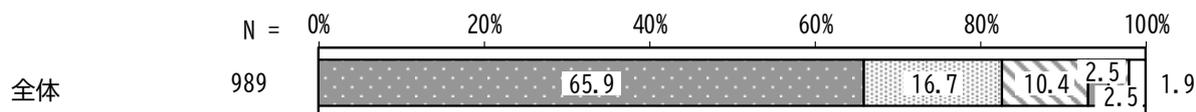
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、18～29歳で「少しだけ感じる」の割合が、60歳代、70歳以上で「全くない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

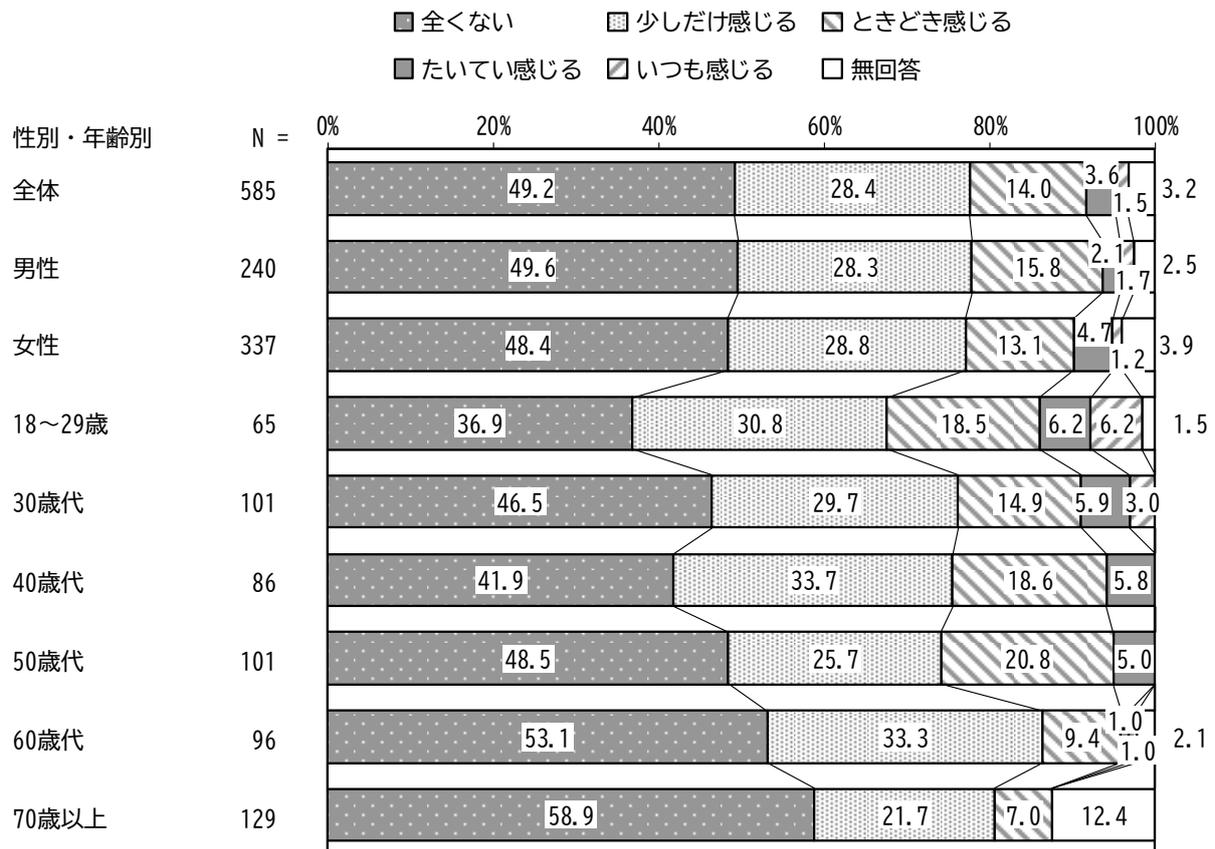


c. そわそわ、落ち着かなく感じましたか

全体では、「全くない」の割合が 49.2%と最も高く、次いで「少しだけ感じる」の割合が 28.4%、「ときどき感じる」の割合が 14.0%となっています。

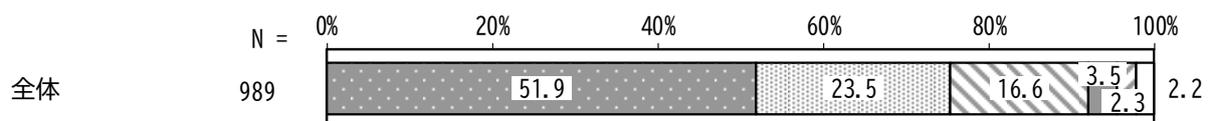
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、70歳以上で「全くない」の割合が、50歳代で「ときどき感じる」の割合が、40歳代で「少しだけ感じる」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

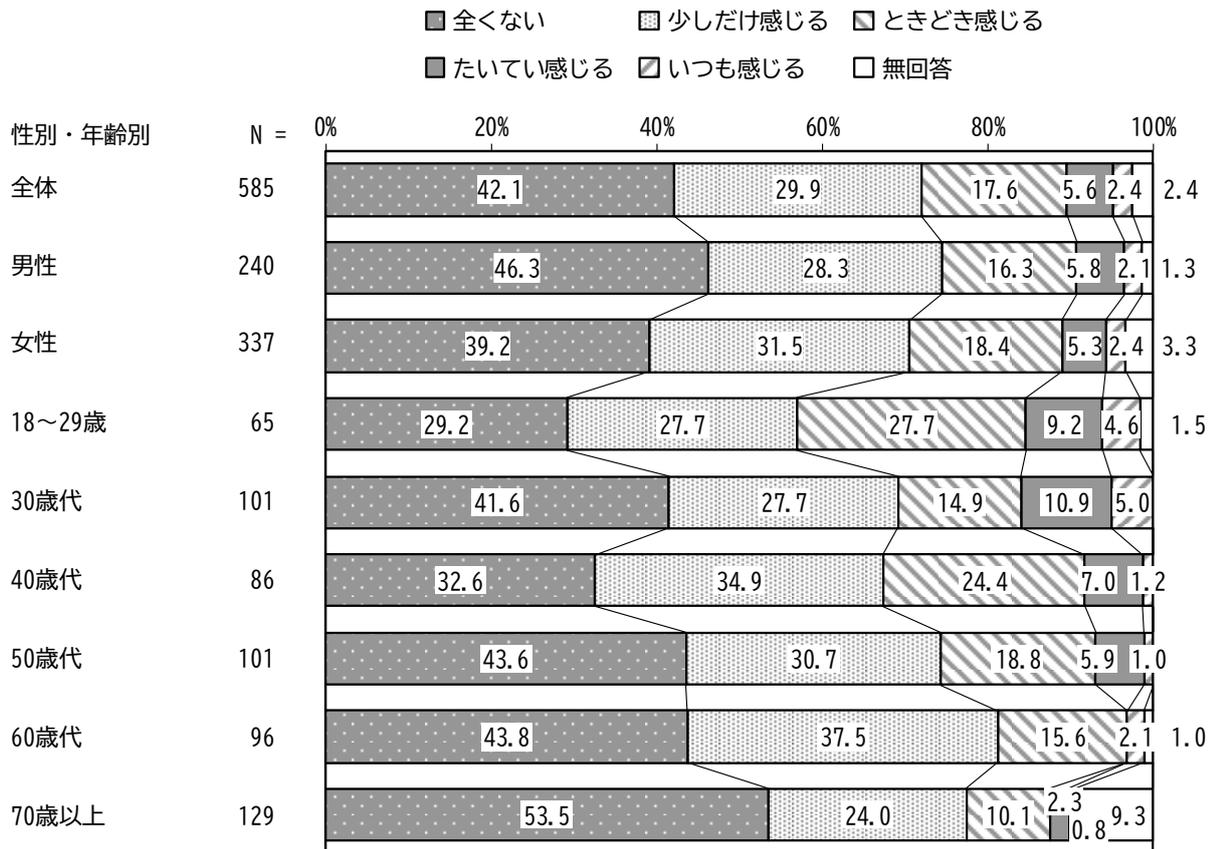


d. 気分が沈み込んで、何が起ころっても気が晴れないように感じましたか

全体では、「全くない」の割合が 42.1%と最も高く、次いで「少しだけ感じる」の割合が 29.9%、「ときどき感じる」の割合が 17.6%となっています。

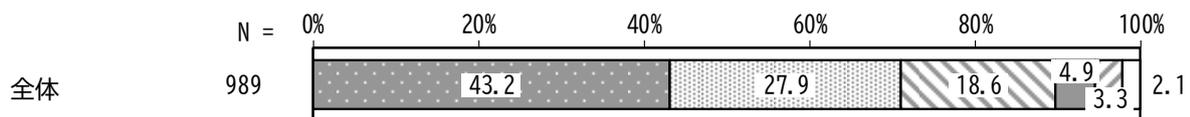
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、70歳以上で「全くない」の割合が、18～29歳で「ときどき感じる」の割合が、60歳代で「少しだけ感じる」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

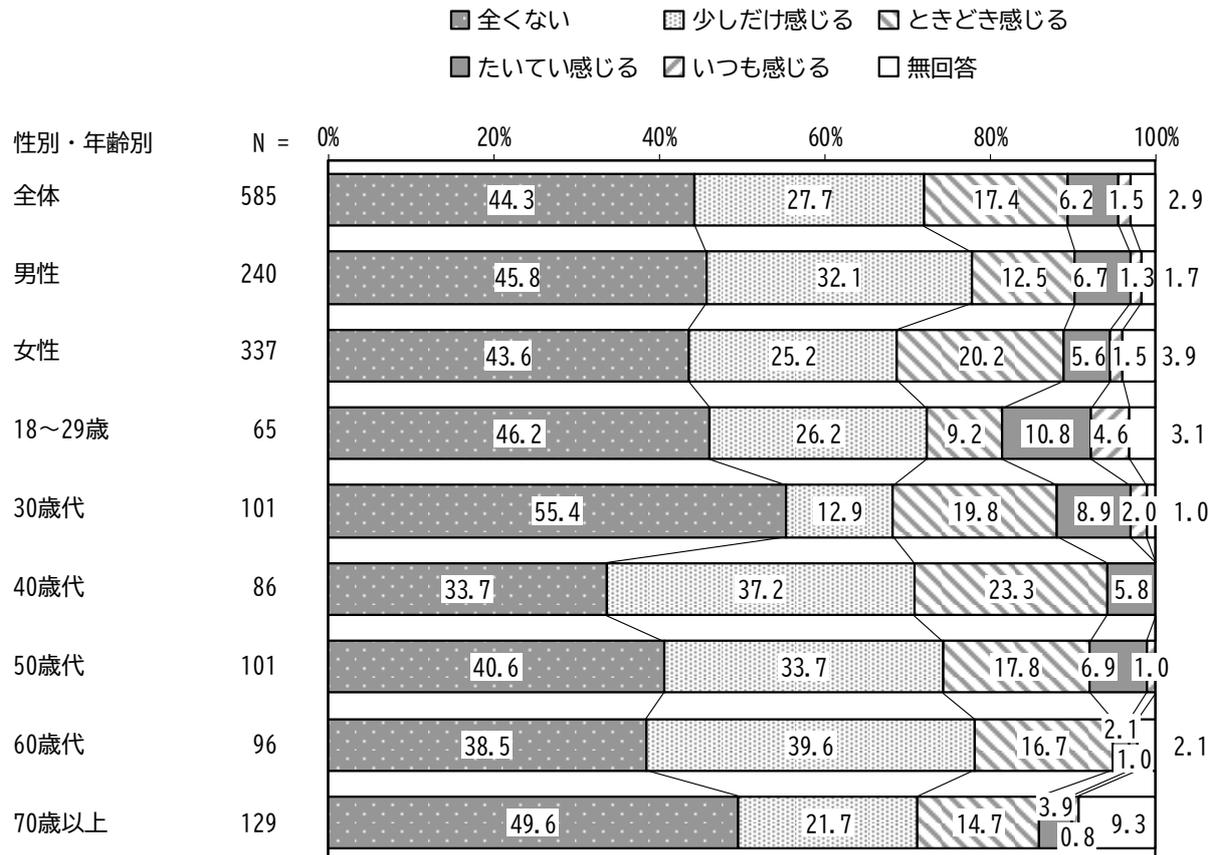


e. 何をするのも骨折りだと感じましたか

全体では、「全くない」の割合が 44.3%と最も高く、次いで「少しだけ感じる」の割合が 27.7%、「ときどき感じる」の割合が 17.4%となっています。

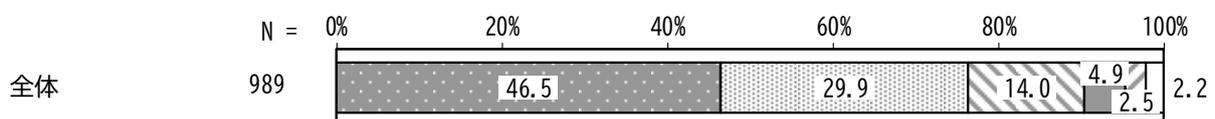
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、30歳代で「全くない」の割合が、60歳代、40歳代で「少しだけ感じる」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

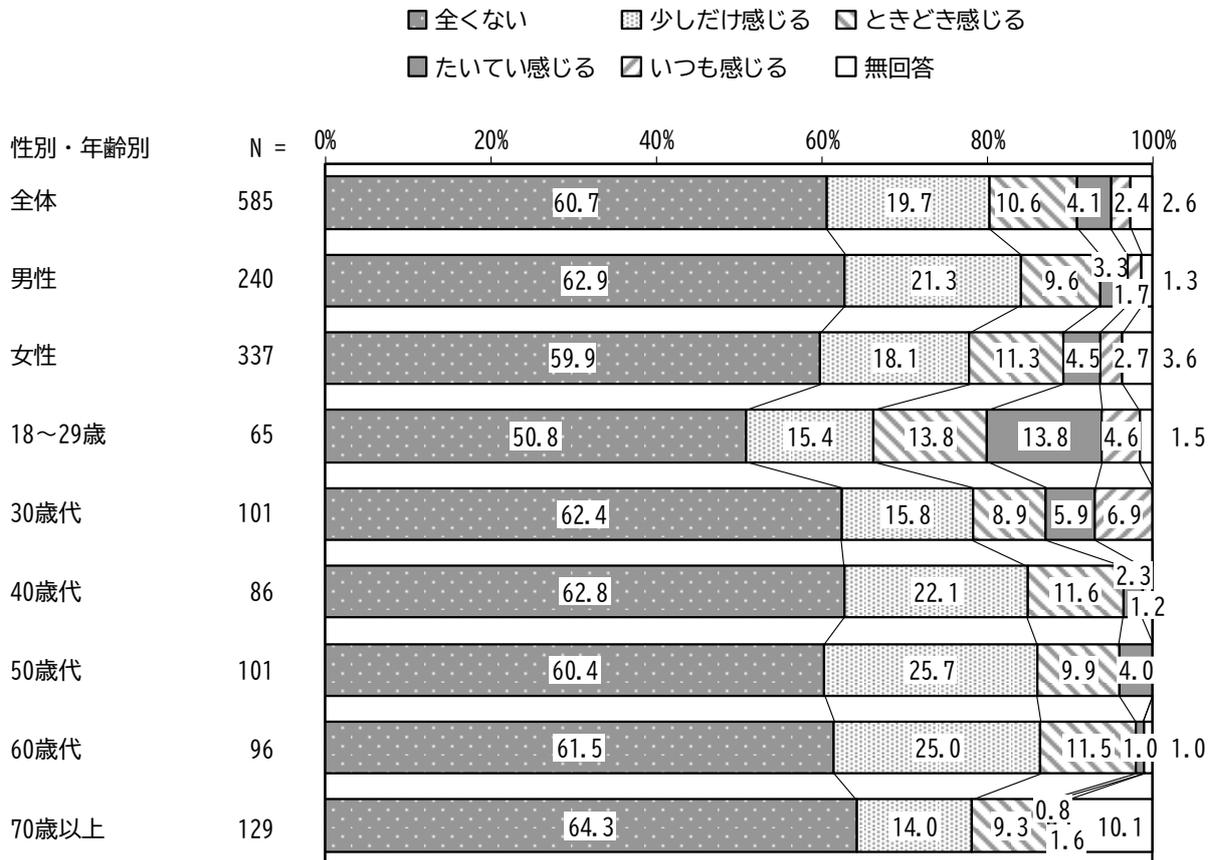


f. 自分は価値のない人間だと感じましたか

全体では、「全くない」の割合が 60.7%と最も高く、次いで「少しだけ感じる」の割合が 19.7%、「ときどき感じる」の割合が 10.6%となっています。

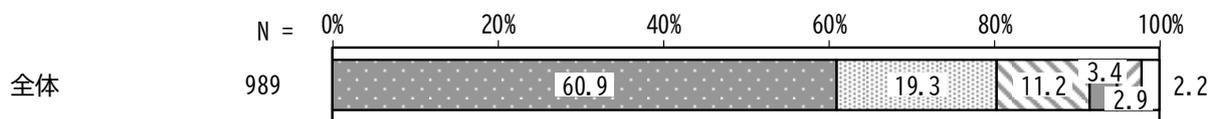
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、50 歳代、60 歳代で「少しだけ感じる」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



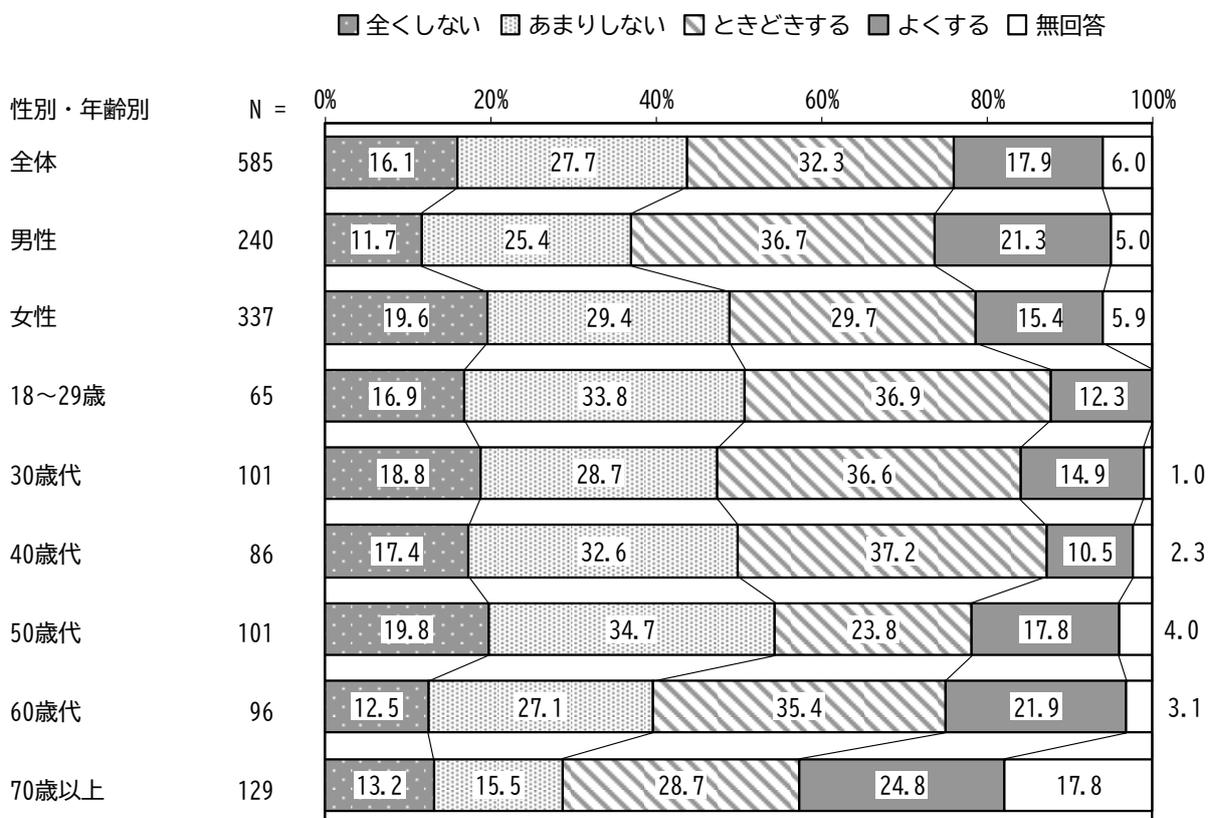
問13 あなたは日常生活の悩みや苦勞、ストレス、不満を解消するために、以下のことをどのくらいしますか。a～fについて、該当するものに○を付けてください。  
(それぞれに○は1つ)

a. 運動する

全体では、「ときどきする」の割合が32.3%と最も高く、次いで「あまりしない」の割合が27.7%、「よくする」の割合が17.9%となっています。

性別では、『する』（「よくする」＋「ときどきする」）で男性が58.0%（「よくする」21.3%＋「ときどきする」36.7%）と高くなっています。

年齢別では、『しない』（「全くしない」＋「あまりしない」）で50歳代が54.5%（「全くしない」19.8%＋「あまりしない」34.7%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

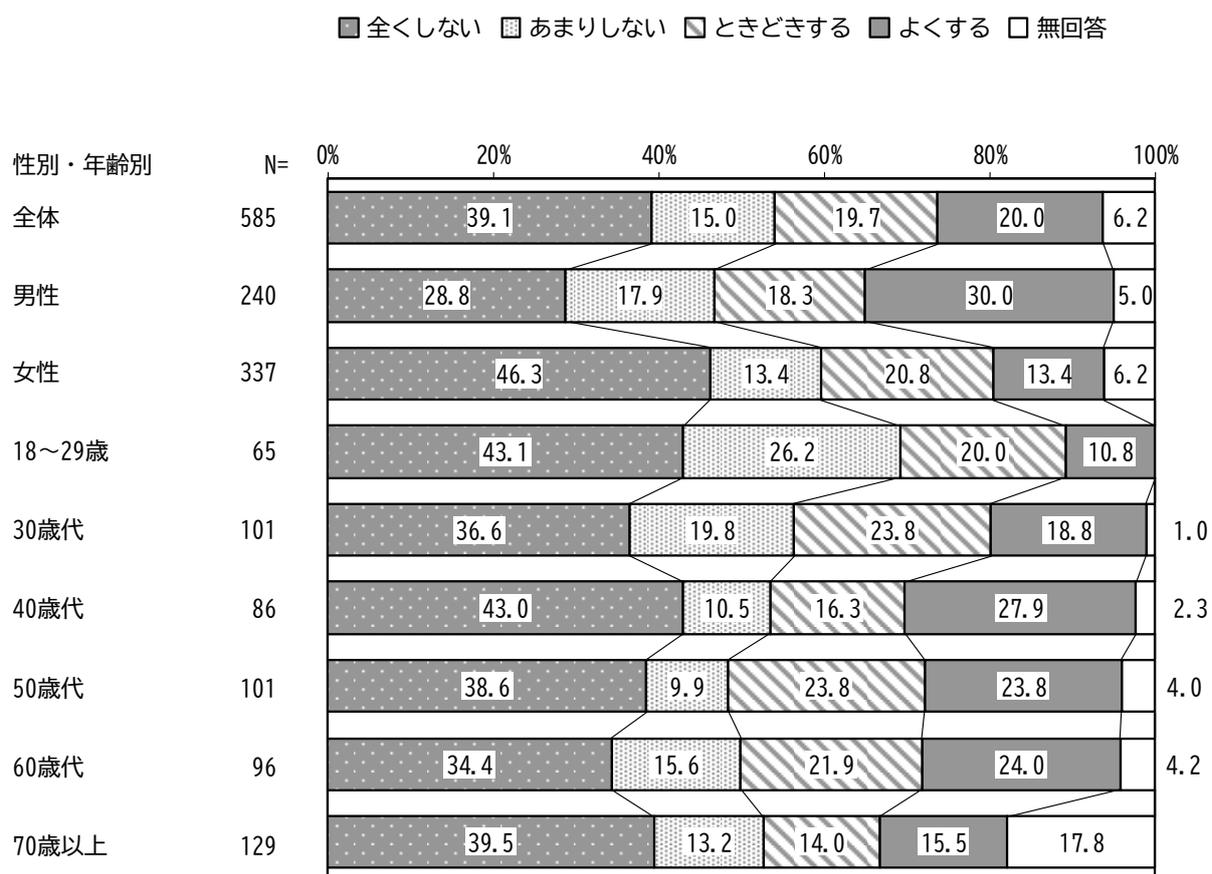


b. お酒を飲む

全体では、「全くしない」の割合が 39.1%と最も高く、次いで「よくする」の割合が 20.0%、「ときどきする」の割合が 19.7%となっています。

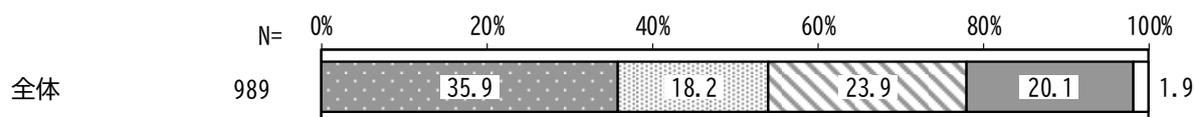
性別では、『する』（「よくする」＋「ときどきする」）で男性が 48.3%（「よくする」30.0%＋「ときどきする」18.3%）と高くなっています。

年齢別では、『しない』（「全くしない」＋「あまりしない」）で 18～29 歳が 69.3%（「全くしない」43.1%＋「あまりしない」26.2%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

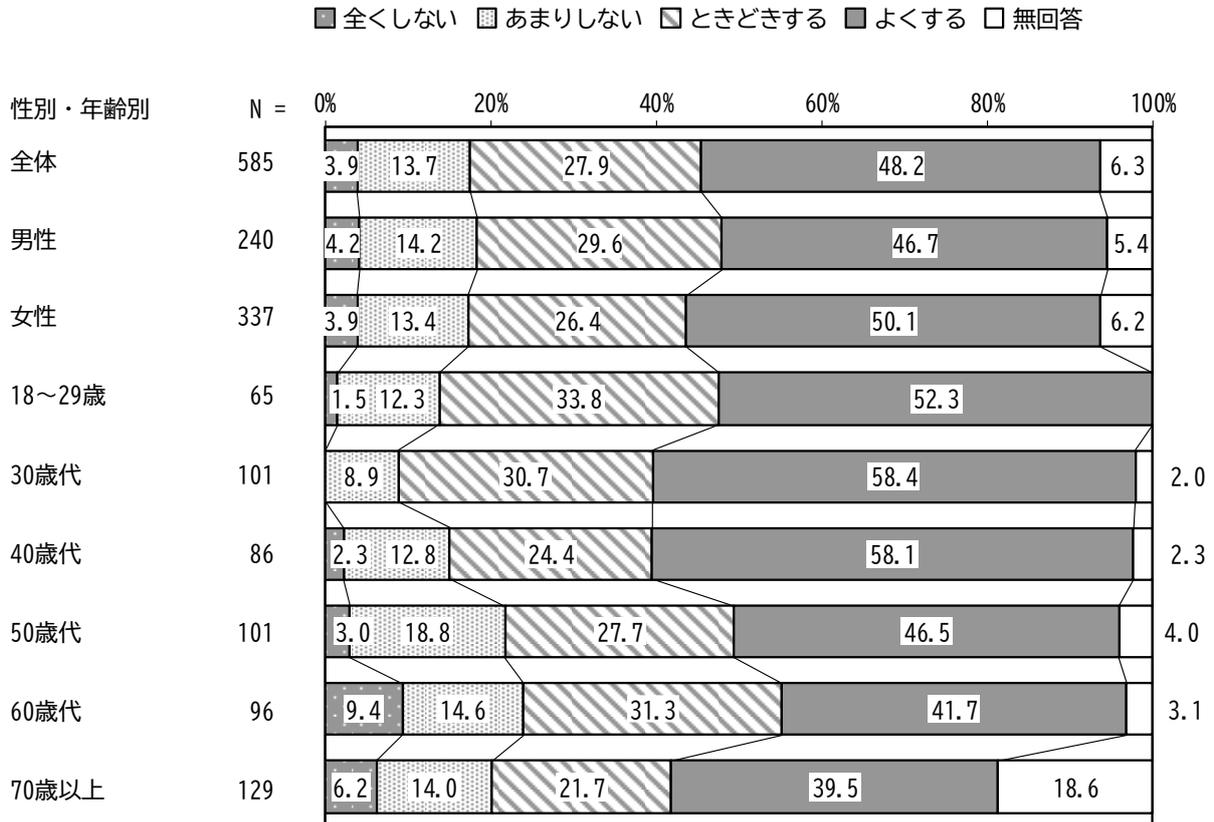


c. 睡眠をとる

全体では、「よくする」の割合が48.2%と最も高く、次いで「ときどきする」の割合が27.9%、「あまりしない」の割合が13.7%となっています。

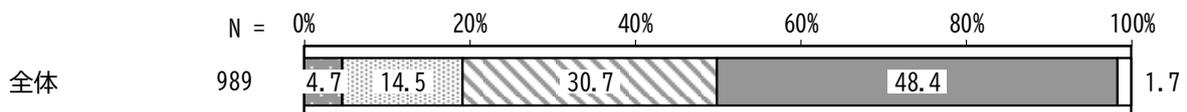
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『する』（「よくする」+「ときどきする」）で30歳代が89.1%（「よくする」58.4% + 「ときどきする」30.7%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

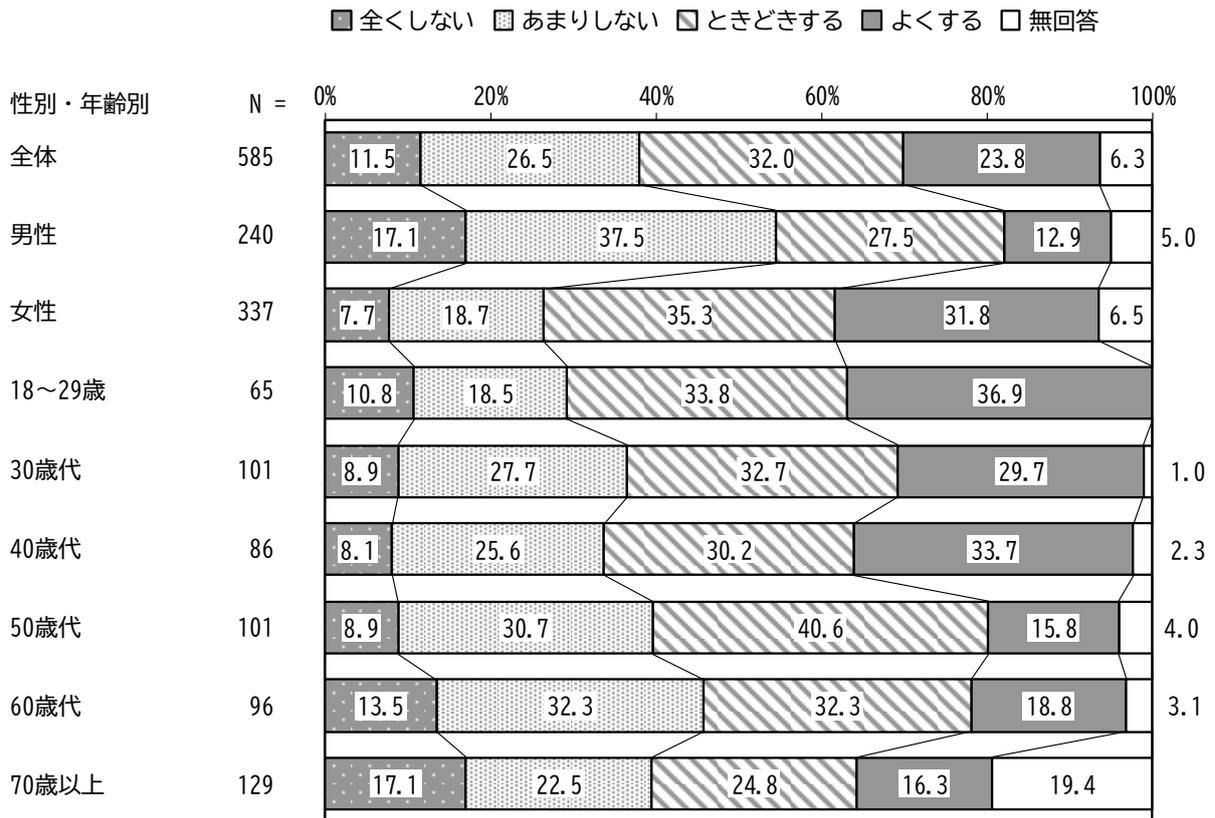


d. 人に話を聞いてもらう

全体では、「ときどきする」の割合が32.0%と最も高く、次いで「あまりしない」の割合が26.5%、「よくする」の割合が23.8%となっています。

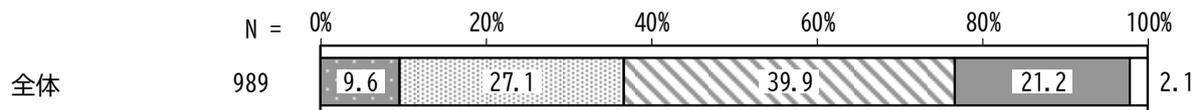
性別では、『しない』（「全くしない」＋「あまりしない」）で男性が54.6%（「全くしない」17.1%＋「あまりしない」37.5%）と高くなっています。

年齢別では、『する』（「よくする」＋「ときどきする」）で18～29歳が70.7%（「よくする」36.9%＋「ときどきする」33.8%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「ときどきする」の割合が減少しています。

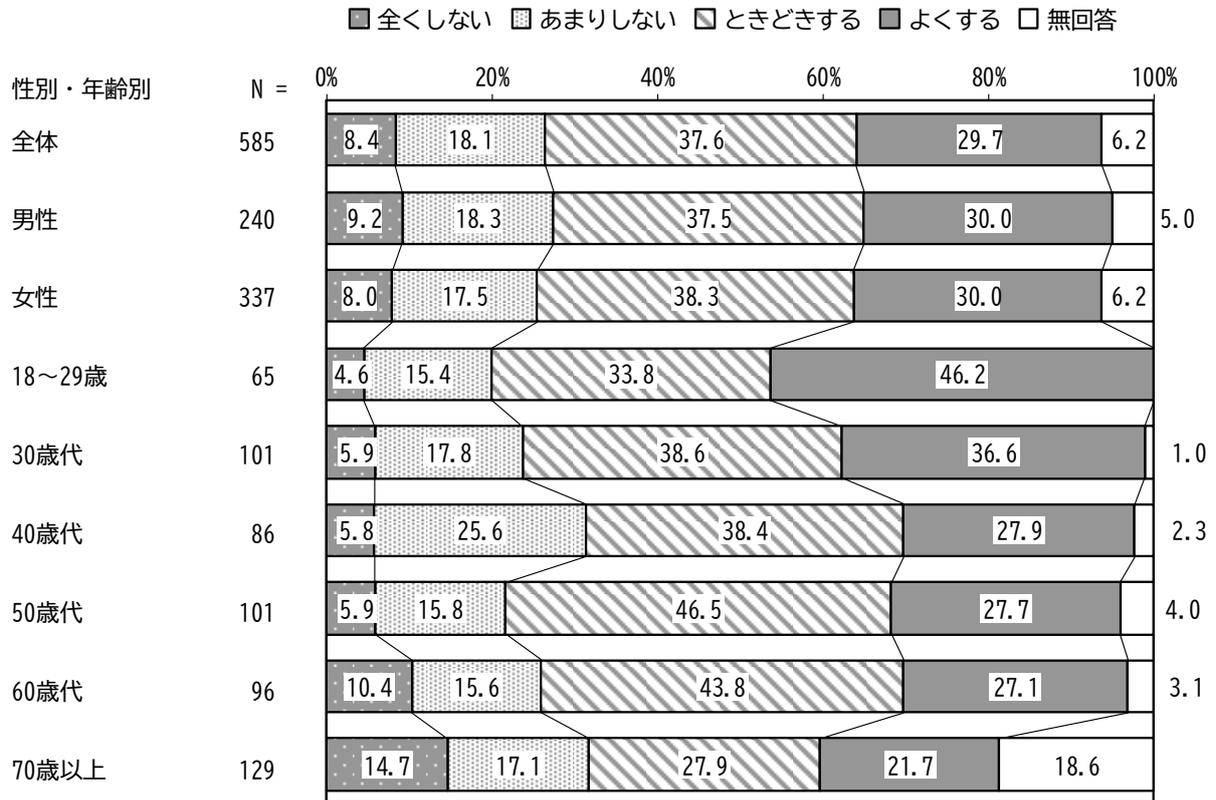


e. 趣味やレジャーをする

全体では、「ときどきする」の割合が37.6%と最も高く、次いで「よくする」の割合が29.7%、「あまりしない」の割合が18.1%となっています。

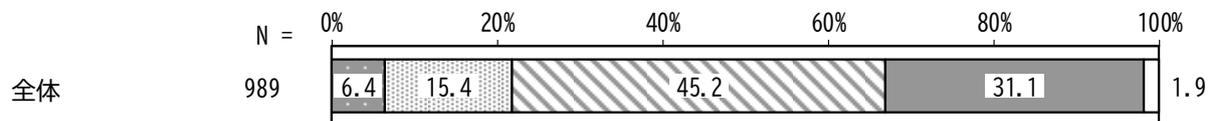
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『する』（「よくする」＋「ときどきする」）で18～29歳が80.0%（「よくする」46.2%＋「ときどきする」33.8%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「ときどきする」の割合が減少しています。

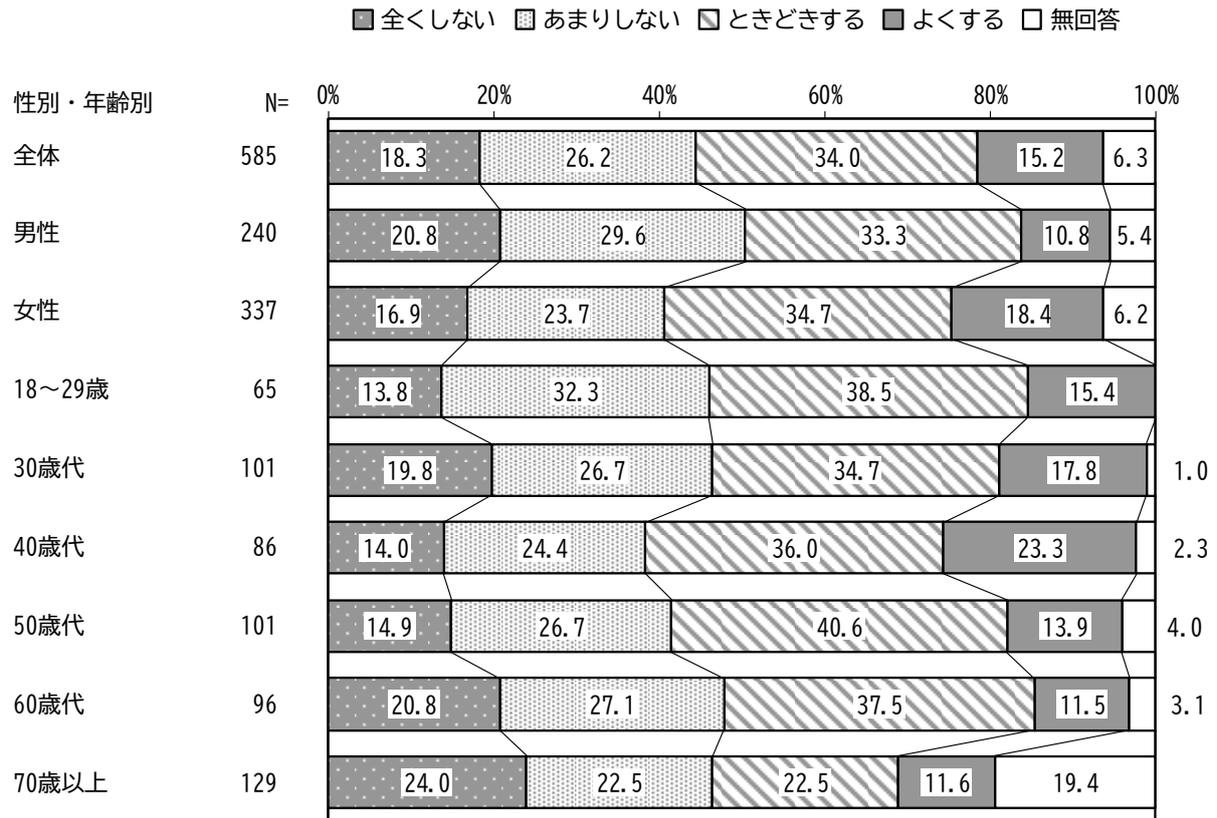


f. 我慢して時間が経つのを待つ

全体では、「ときどきする」の割合が34.0%と最も高く、次いで「あまりしない」の割合が26.2%、「全くしない」の割合が18.3%となっています。

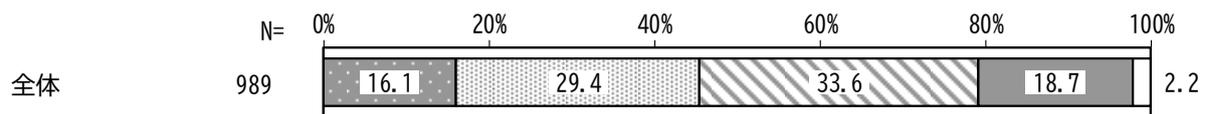
性別では、『しない』（「全くしない」＋「あまりしない」）で男性が50.4%（「全くしない」20.8%＋「あまりしない」29.6%）と高くなっています。

年齢別では、『する』（「よくする」＋「ときどきする」）で40歳代が59.3%（「よくする」23.3%＋「ときどきする」36.0%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



#### (4) 相談をすること、相談を受けることについて

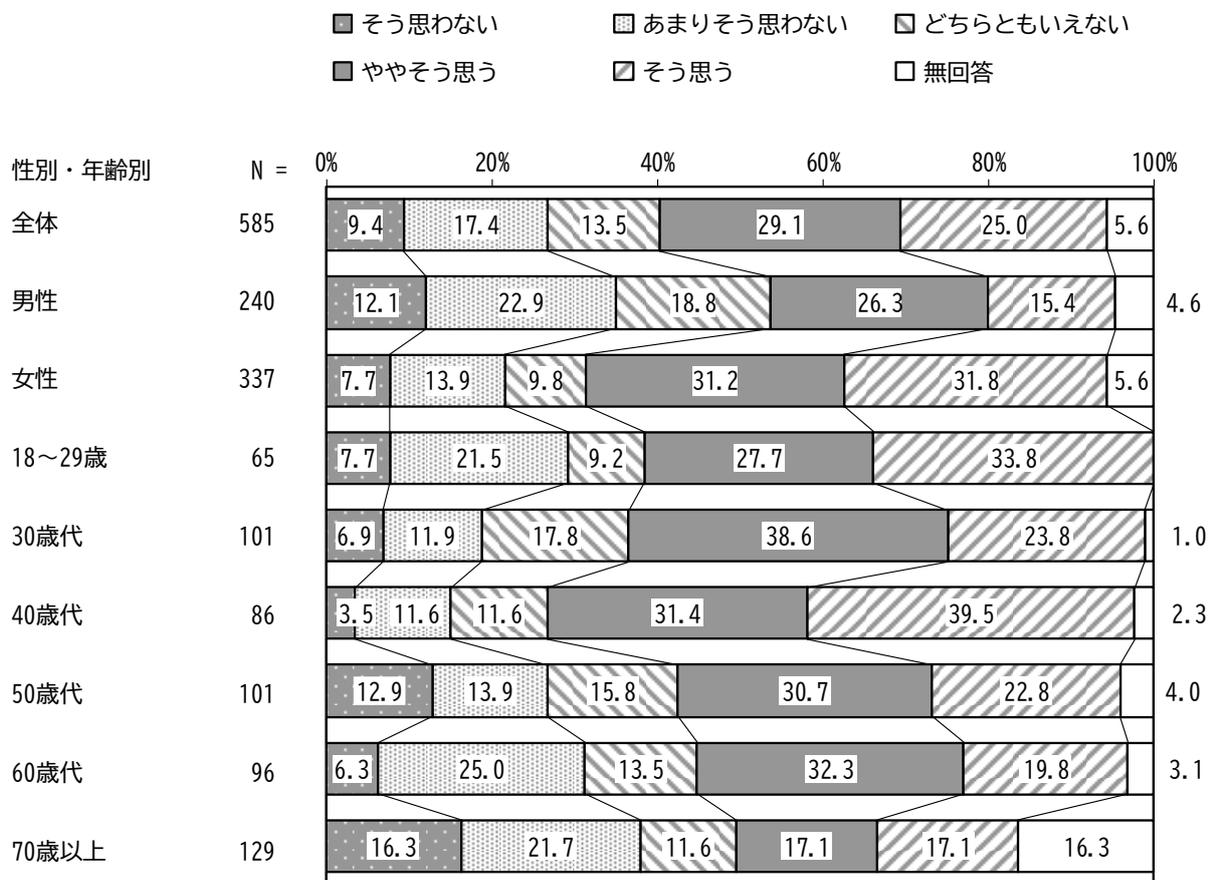
問 14 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。a～eについて、該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

##### a. 助けを求めたり、誰かに相談したいと思う

全体では、「ややそう思う」の割合が29.1%と最も高く、次いで「そう思う」の割合が25.0%、「あまりそう思わない」の割合が17.4%となっています。

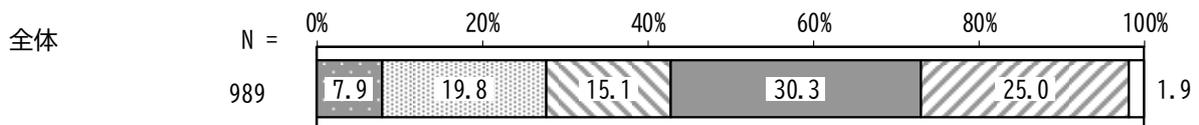
性別では、『思う』（「そう思う」＋「ややそう思う」）で女性が63.0%（「そう思う」31.8%＋「ややそう思う」31.2%）と高くなっています。

年齢別では、『思う』（「そう思う」＋「ややそう思う」）で40歳代が70.9%（「そう思う」39.5%＋「ややそう思う」31.4%）と高くなっています。



##### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

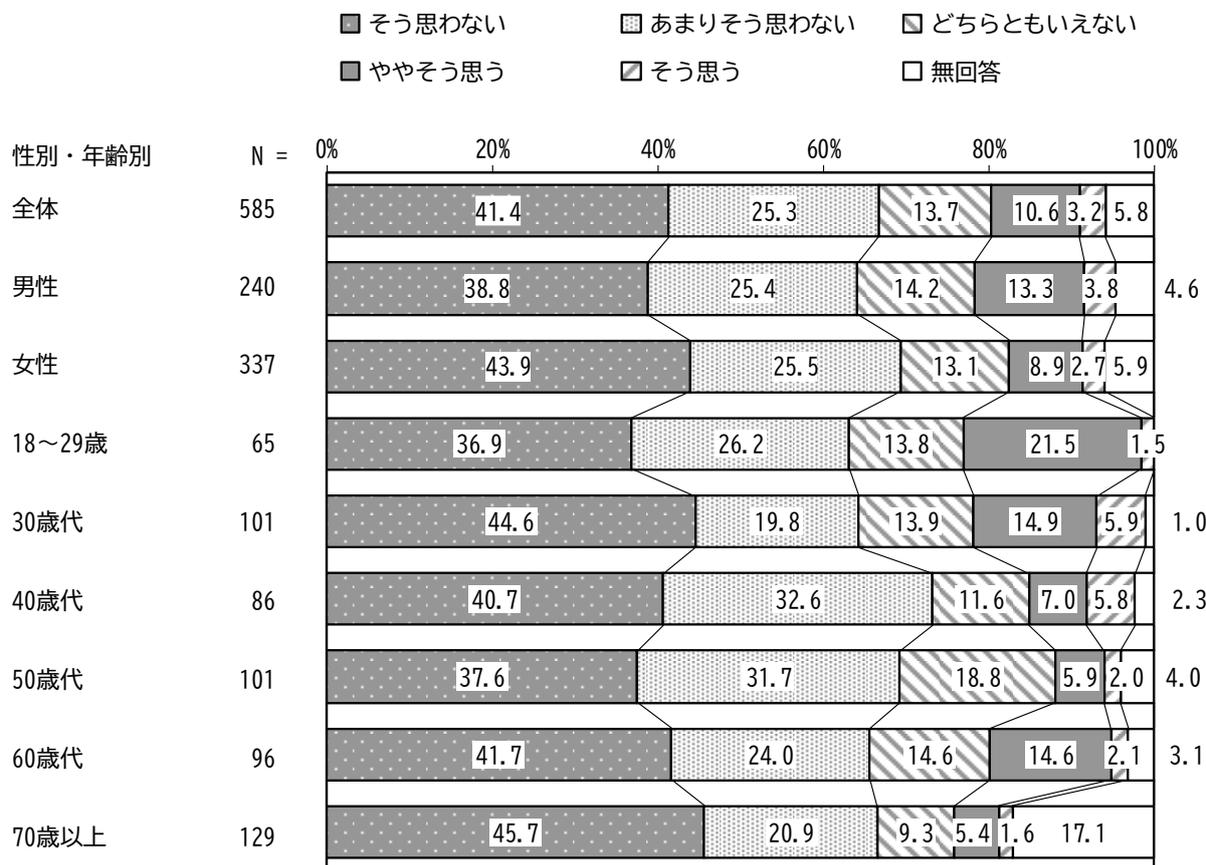


b. 誰かに相談をしたりすることは恥ずかしいことだと思う

全体では、「そう思わない」の割合が41.4%と最も高く、次いで「あまりそう思わない」の割合が25.3%、「どちらともいえない」の割合が13.7%となっています。

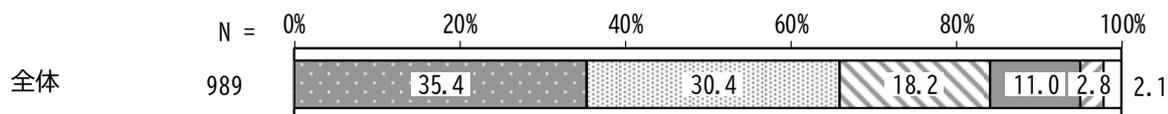
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思う』（「そう思う」＋「ややそう思う」）で18～29歳が23.0%（「そう思う」1.5%＋「ややそう思う」21.5%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「そう思わない」の割合が増加しています。一方、「あまりそう思わない」の割合が減少しています。

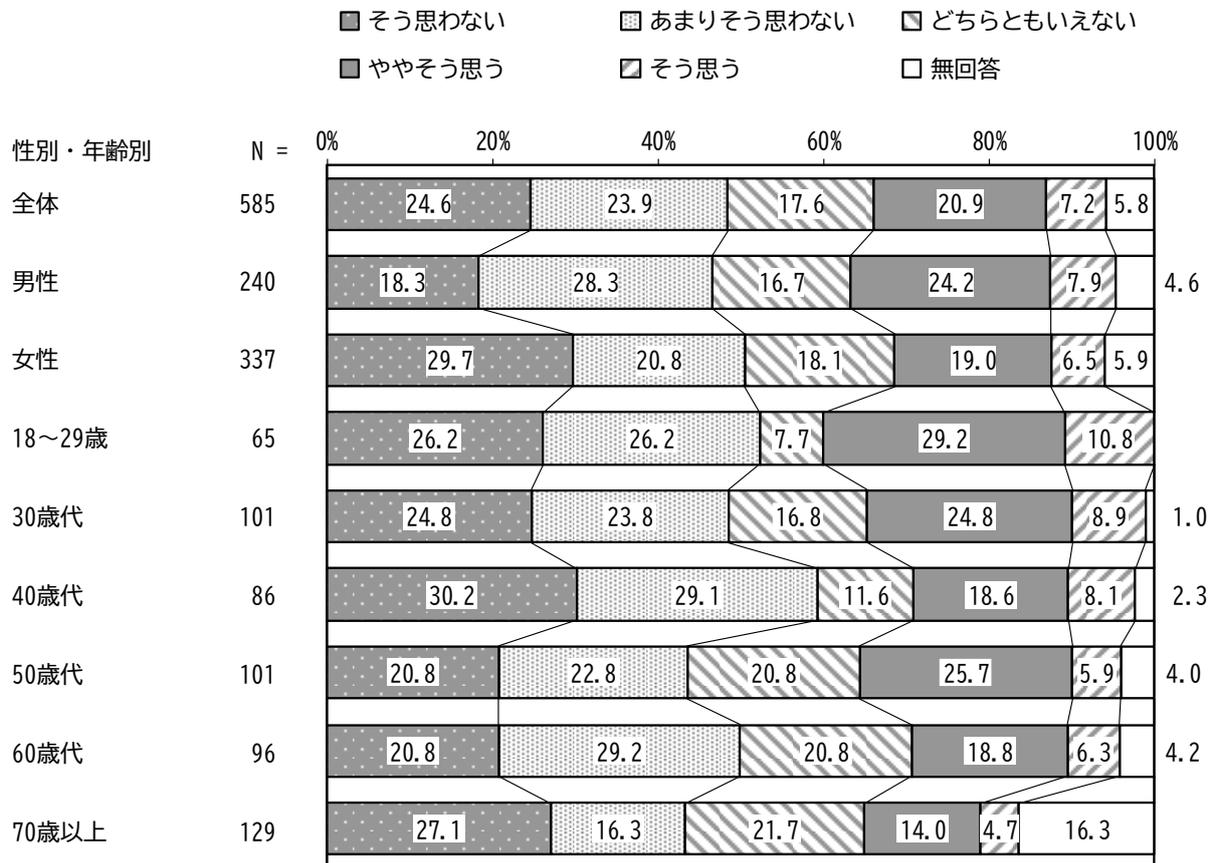


c. 悩みやストレスを感じていることを、他人に知られたくないと思う

全体では、「そう思わない」の割合が24.6%と最も高く、次いで「あまりそう思わない」の割合が23.9%、「ややそう思う」の割合が20.9%となっています。

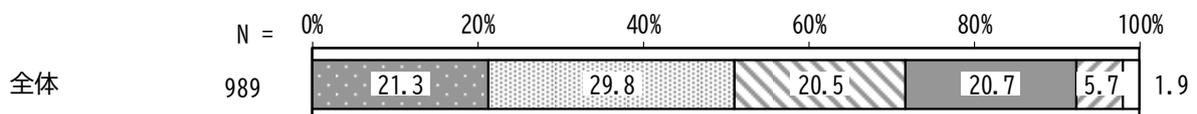
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思う』（「そう思う」＋「ややそう思う」）で18～29歳が40.0%（「そう思う」10.8%＋「ややそう思う」29.2%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「あまりそう思わない」の割合が減少しています。

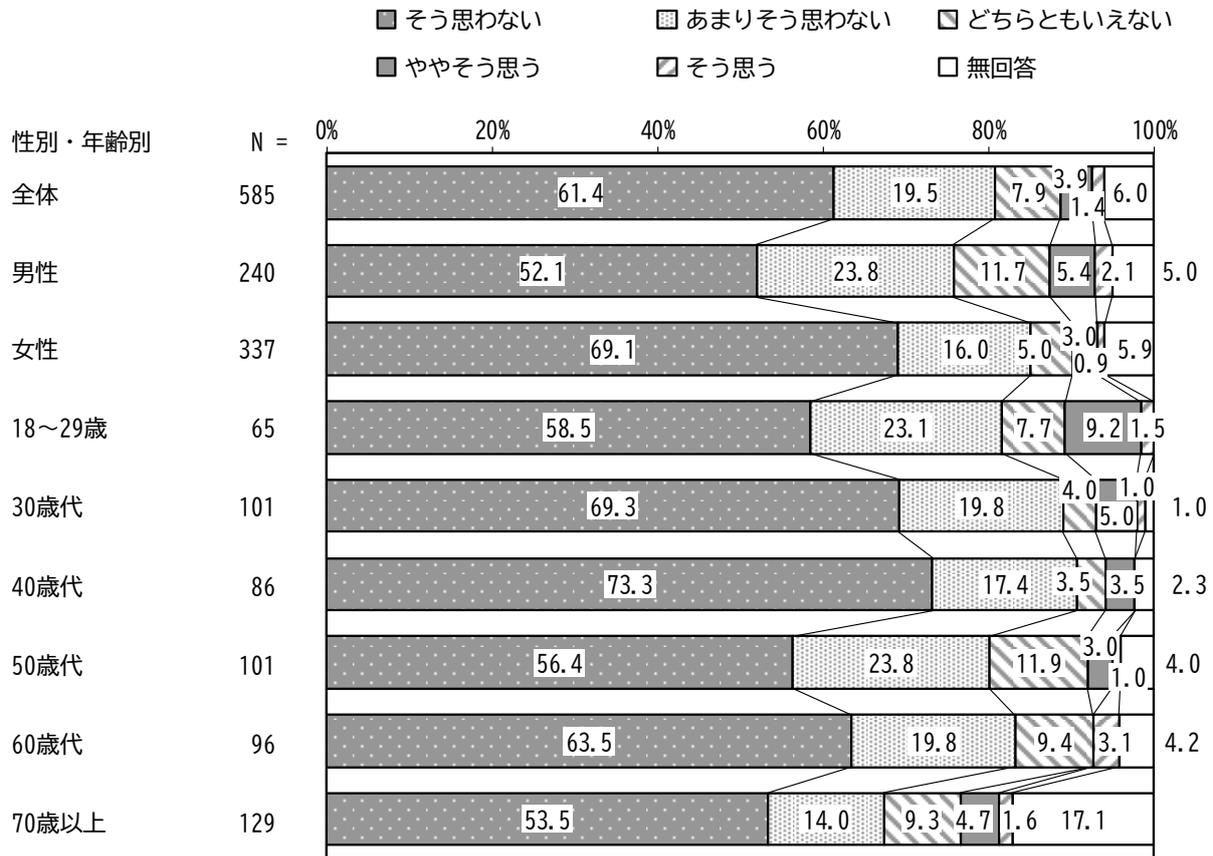


d. 誰かに悩みを相談することは、弱い人のすることだと思う

全体では、「そう思わない」の割合が 61.4%と最も高く、次いで「あまりそう思わない」の割合が 19.5%となっています。

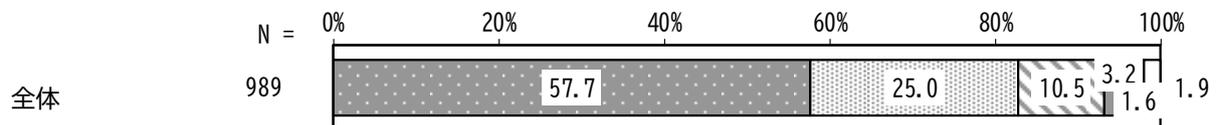
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思わない』（「そう思わない」+「あまりそう思わない」）で 40 歳代が 90.7%（「そう思わない」73.3%+「あまりそう思わない」17.4%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「あまりそう思わない」の割合が減少しています。

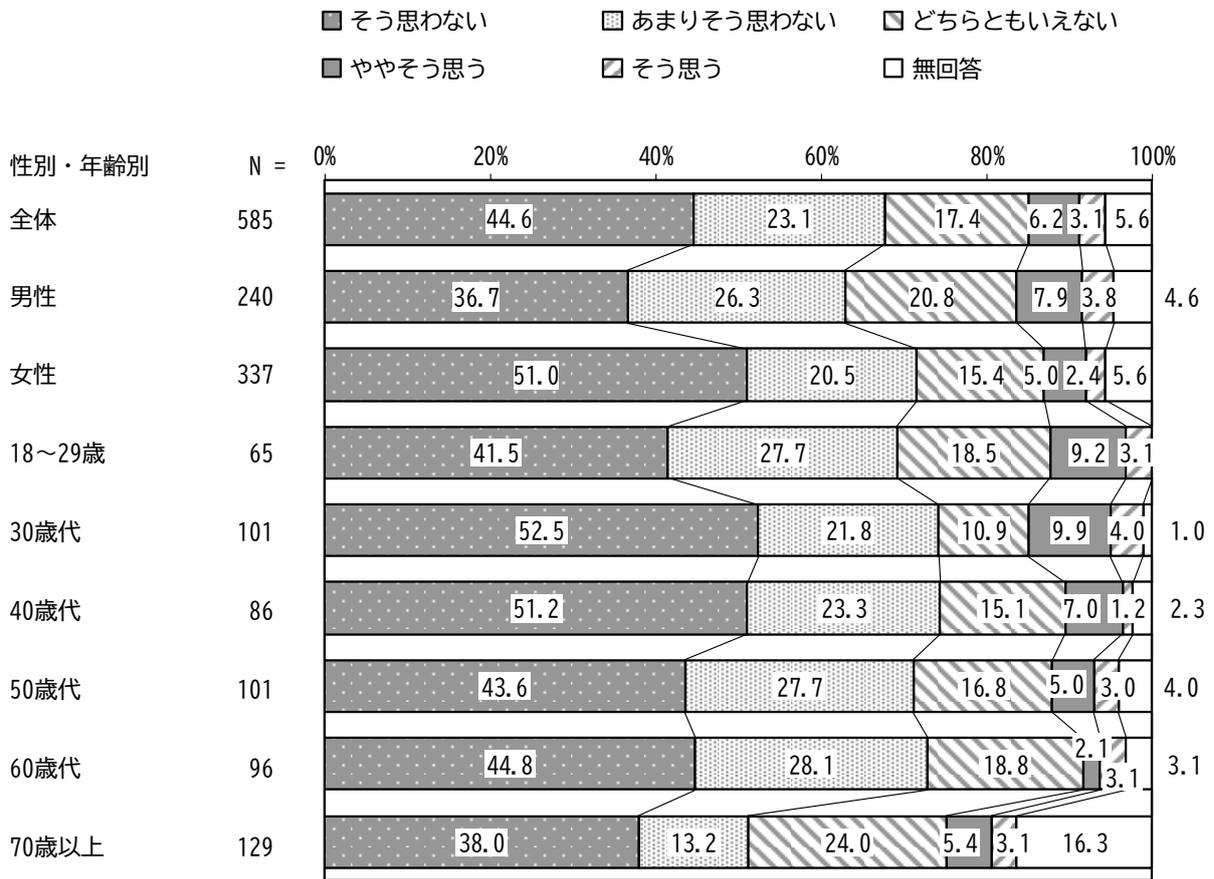


e. 悩みや問題は、自分一人で解決すべきだと思う

全体では、「そう思わない」の割合が44.6%と最も高く、次いで「あまりそう思わない」の割合が23.1%、「どちらともいえない」の割合が17.4%となっています。

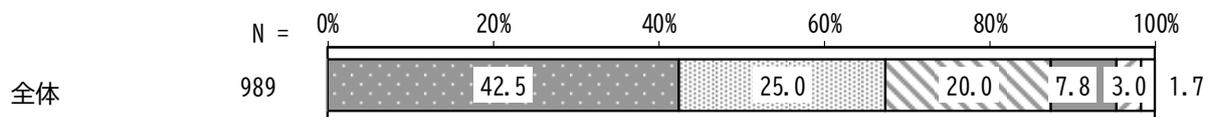
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思わない』（「そう思わない」+「あまりそう思わない」）で40歳代が74.5%（「そう思わない」51.2%+「あまりそう思わない」23.3%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



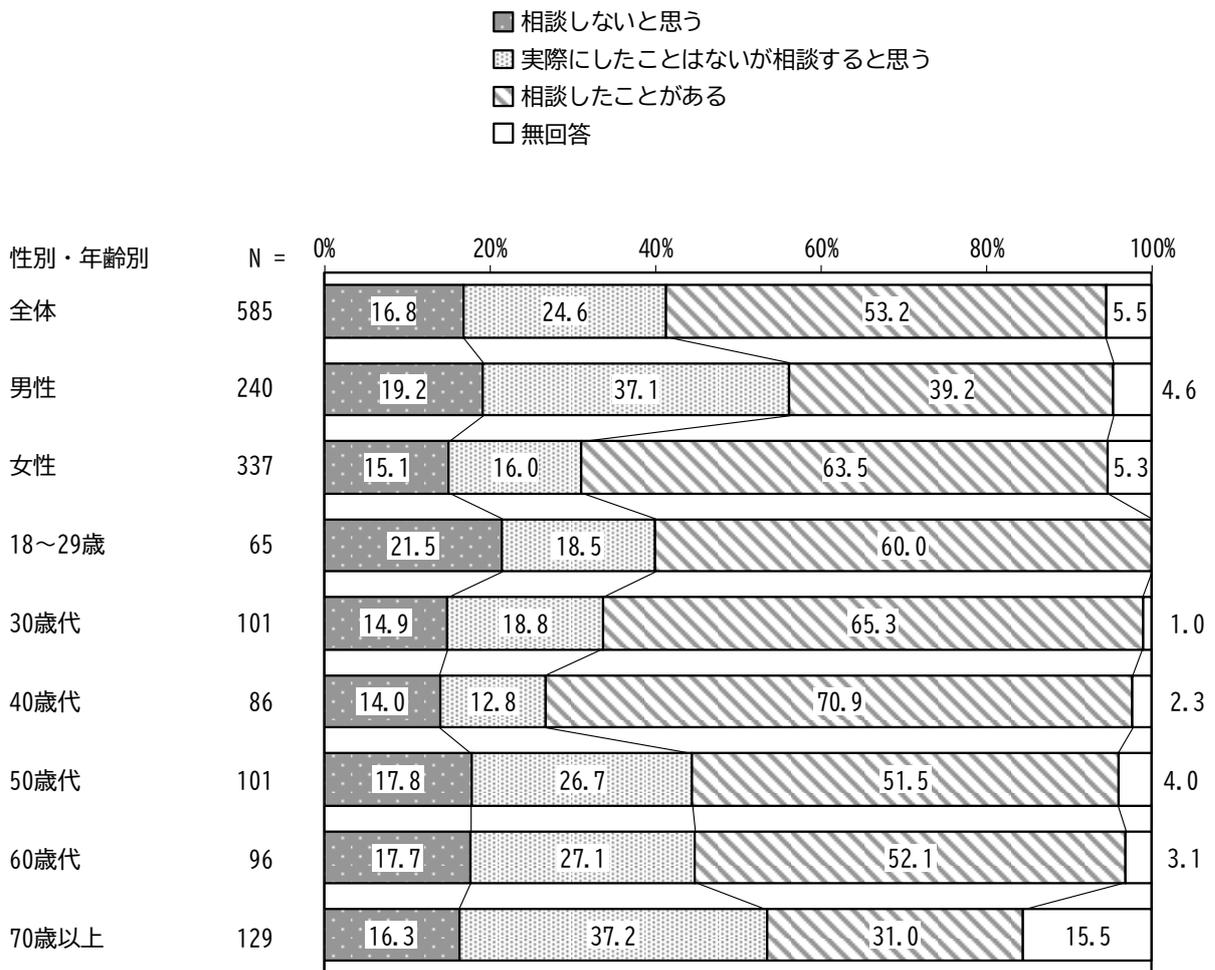
問 15 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人々に相談すると思いますか。a～jについて、該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

a. 家族や親族

全体では、「相談したことがある」の割合が 53.2%と最も高く、次いで「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が 24.6%、「相談しないと思う」の割合が 16.8%となっています。

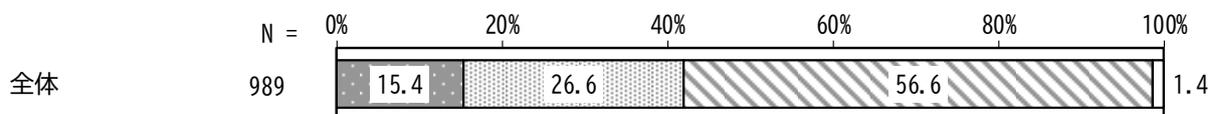
性別では、男性で「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が、女性で「相談したことがある」の割合が高くなっています。

年齢別では、70歳以上で「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が、30歳代、40歳代で「相談したことがある」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

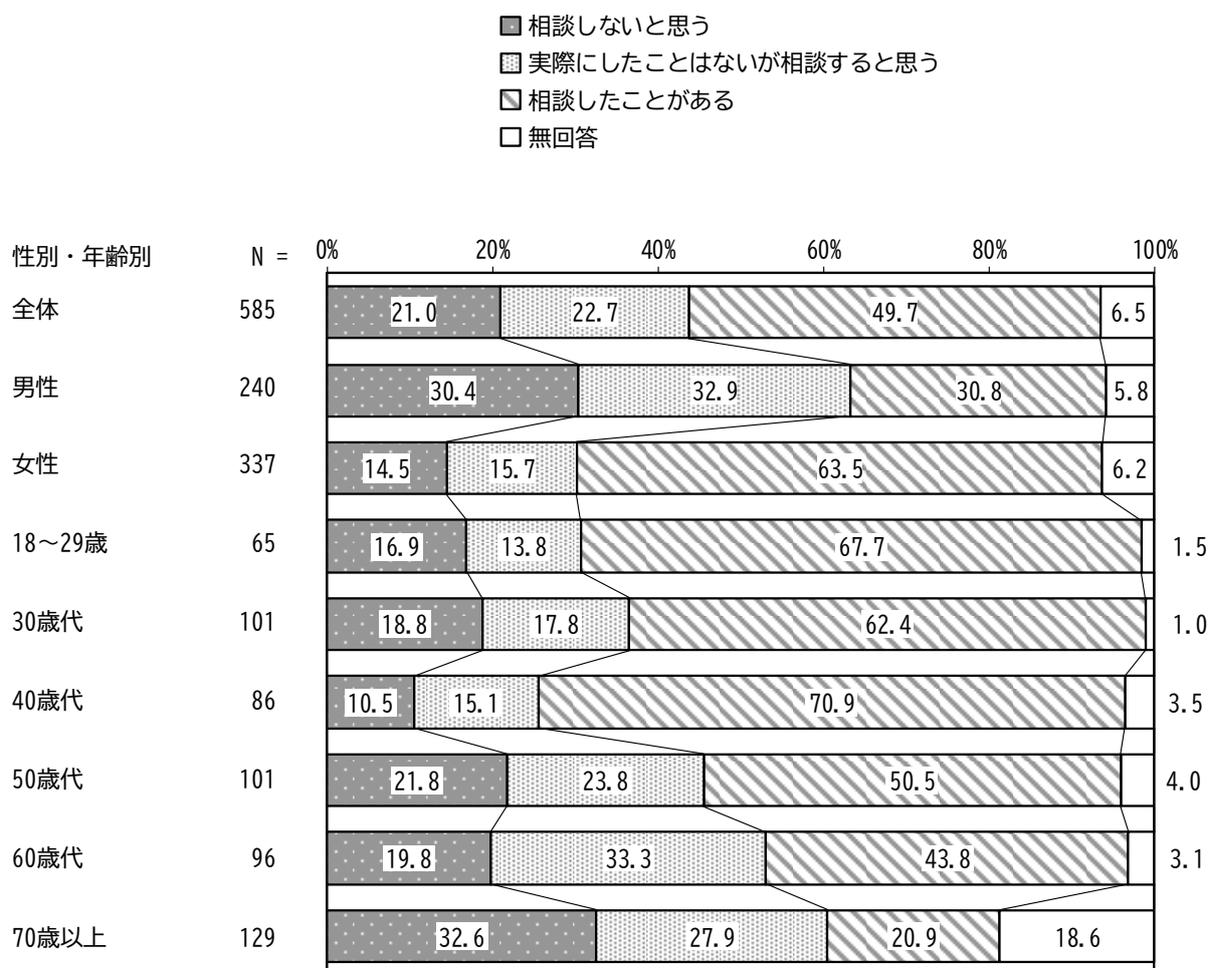


## b. 友人や同僚

全体では、「相談したことがある」の割合が 49.7%と最も高く、次いで「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が 22.7%、「相談しないと思う」の割合が 21.0%となっています。

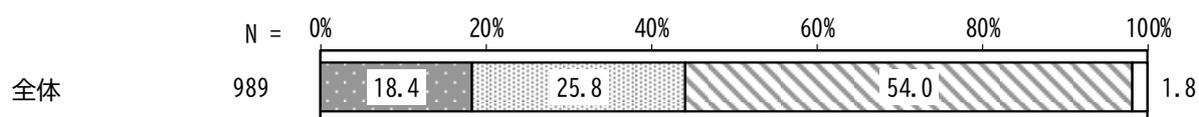
性別では、女性で「相談したことがある」の割合が、男性で「実際にしたことはないが相談すると思う」「相談しないと思う」の割合が高くなっています。

年齢別では、40歳代、18～29歳、30歳代で「相談したことがある」の割合が高くなっています。



## 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

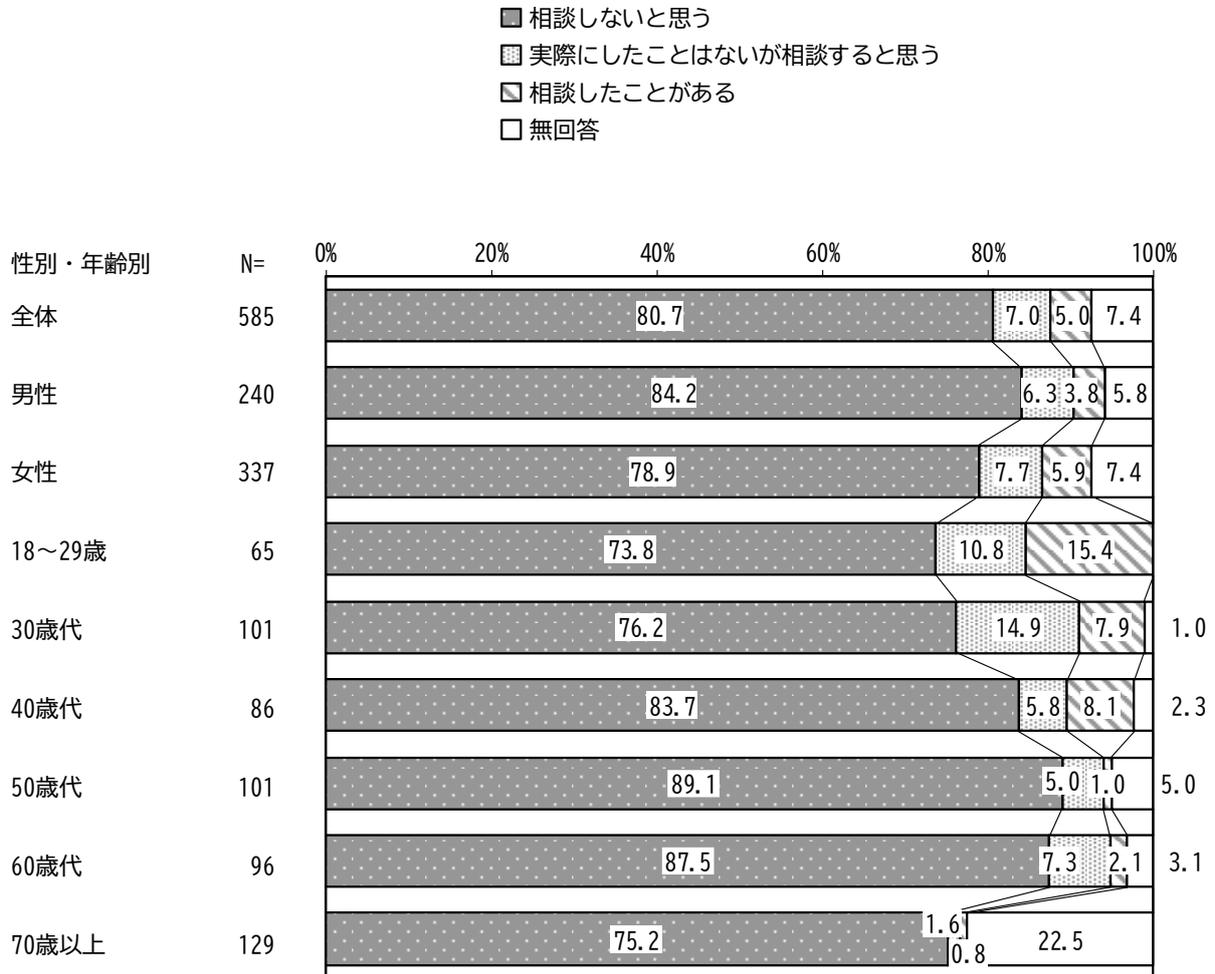


c. インターネット上だけのつながりの人

全体では、「相談しないと思う」の割合が 80.7%と最も高くなっています。

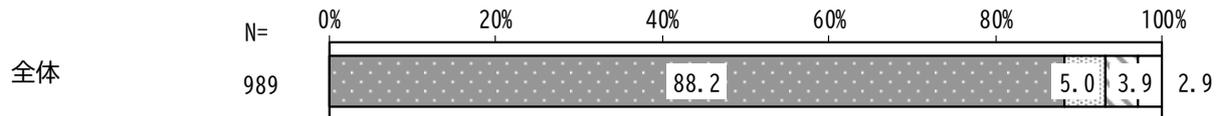
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、50 歳代、60 歳代で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「相談しないと思う」の割合が減少しています。

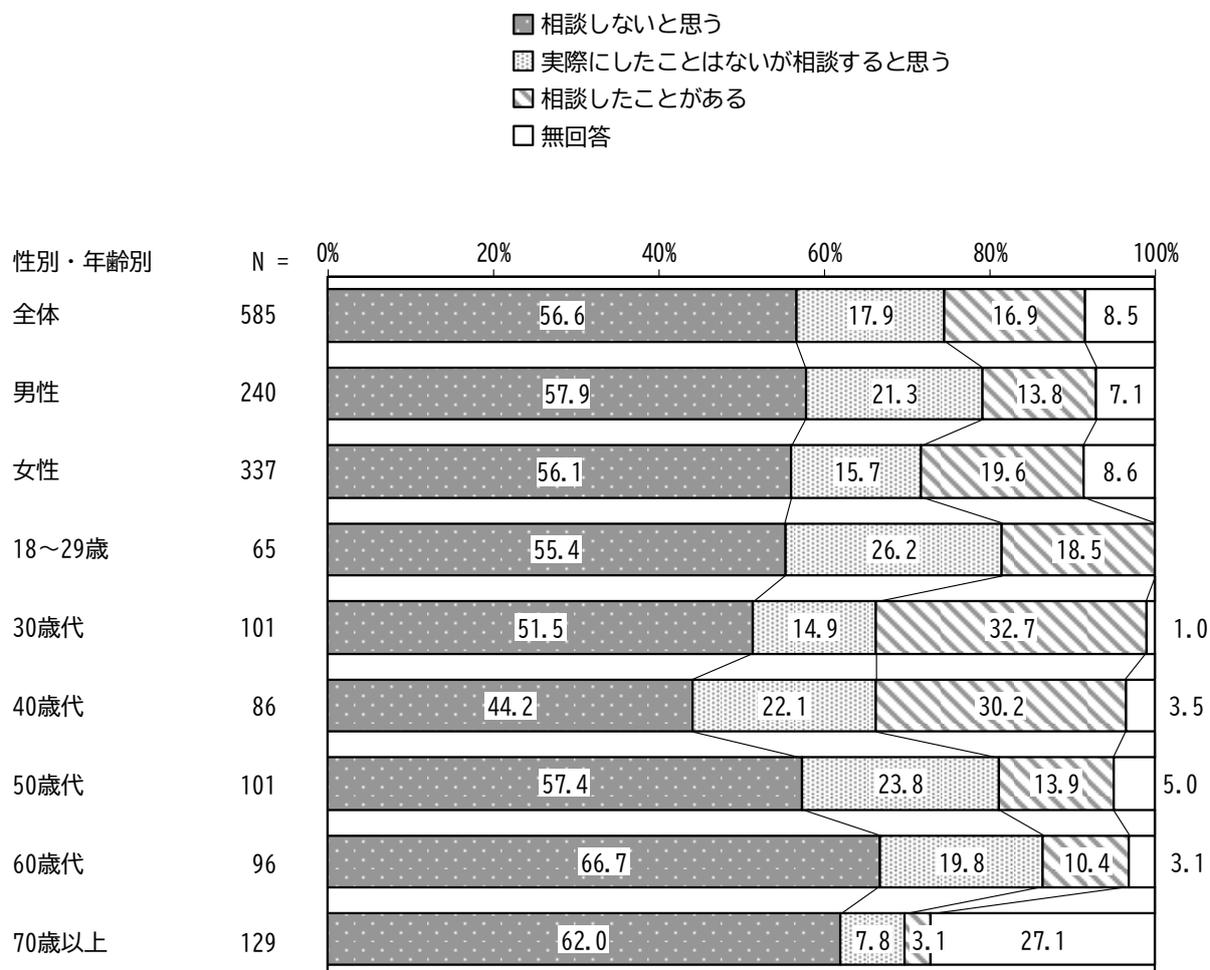


d. 先生や上司

全体では、「相談しないと思う」の割合が 56.6%と最も高く、次いで「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が 17.9%、「相談したことがある」の割合が 16.9%となっています。

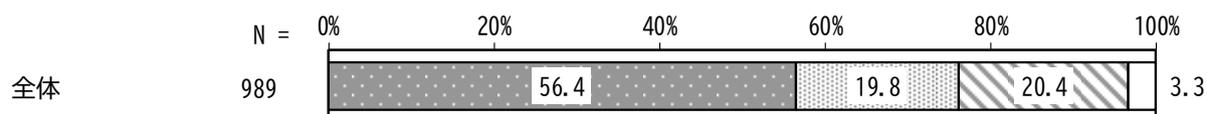
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、30 歳代、40 歳代で「相談したことがある」の割合が、60 歳代で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

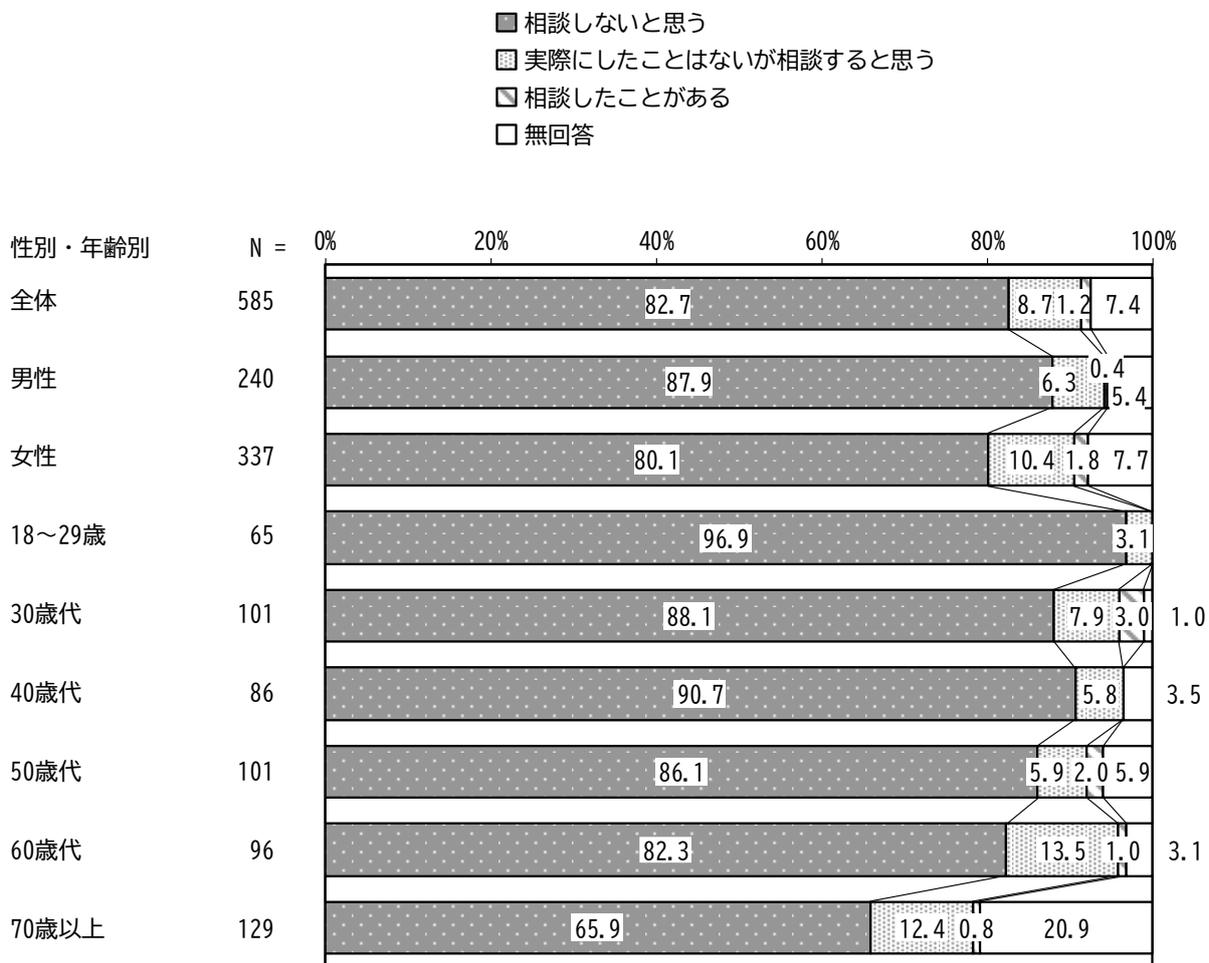


e. 近所の人（町会、自治会の人、民生委員等）

全体では、「相談しないと思う」の割合が82.7%と最も高くなっています。

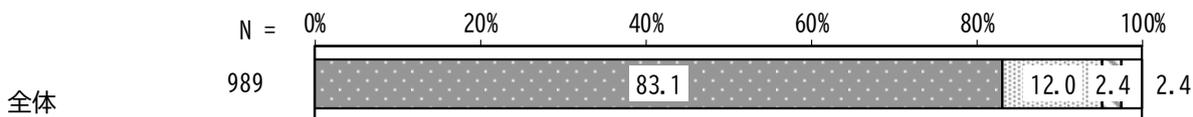
性別では、男性で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。

年齢別では、18～29歳、40歳代、30歳代で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

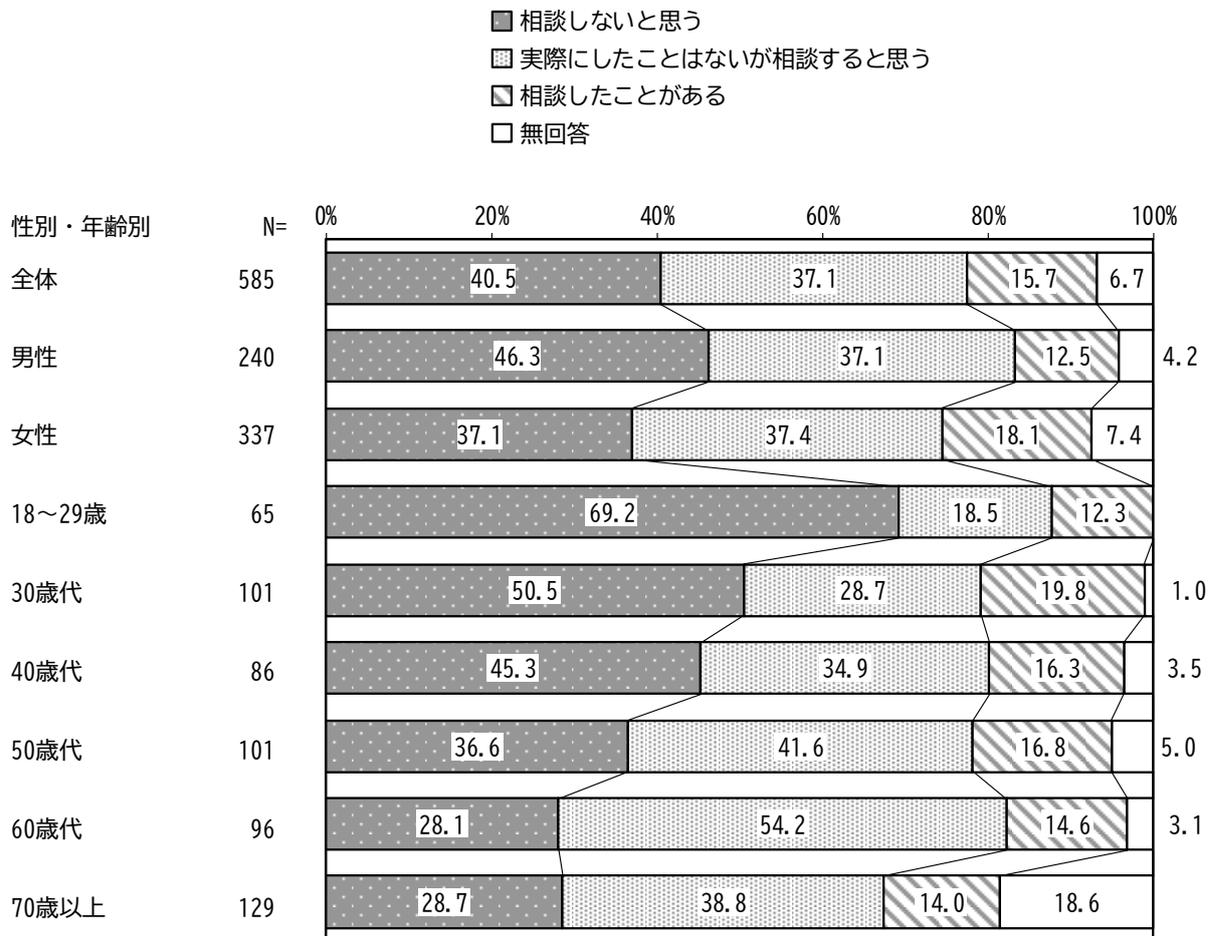


f. かかりつけの医療機関の職員（医師、看護師、薬剤師等）

全体では、「相談しないと思う」の割合が 40.5%と最も高く、次いで「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が 37.1%、「相談したことがある」の割合が 15.7%となっています。

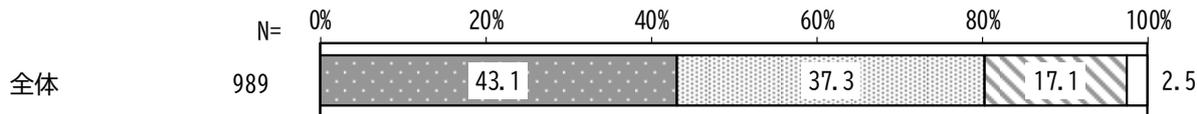
性別では、男性で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。

年齢別では、60歳代で「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が、18～29歳、30歳代で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

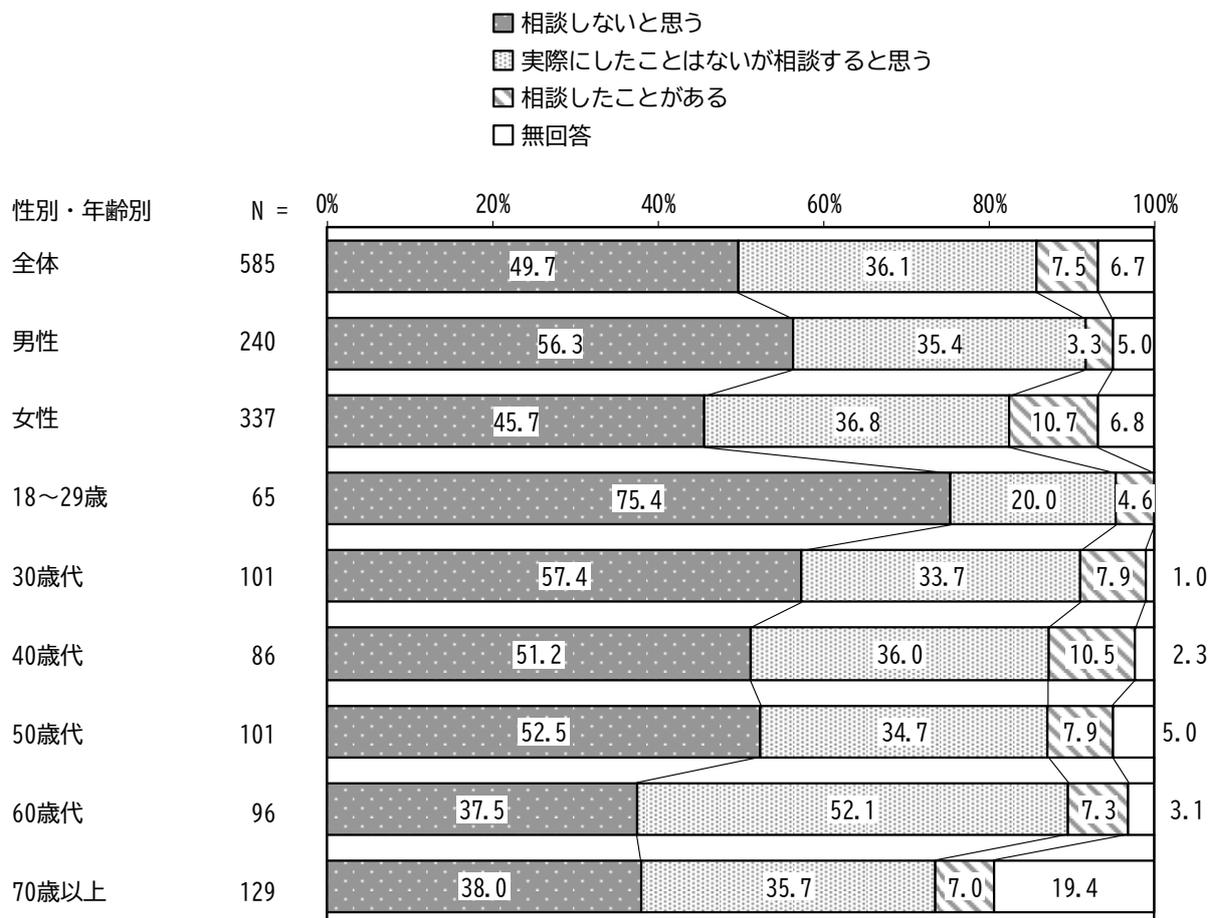


g. 公的な相談機関（地域包括支援センター、市役所等）の職員等

全体では、「相談しないと思う」の割合が 49.7%と最も高く、次いで「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が 36.1%となっています。

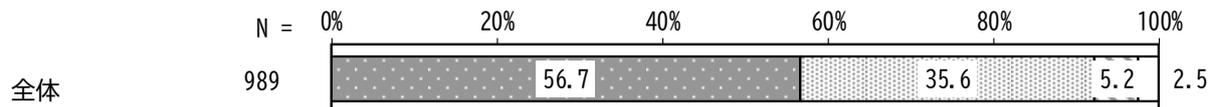
性別では、男性で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。

年齢別では、60歳代で「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が、18～29歳、30歳代で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「相談しないと思う」の割合が減少しています。

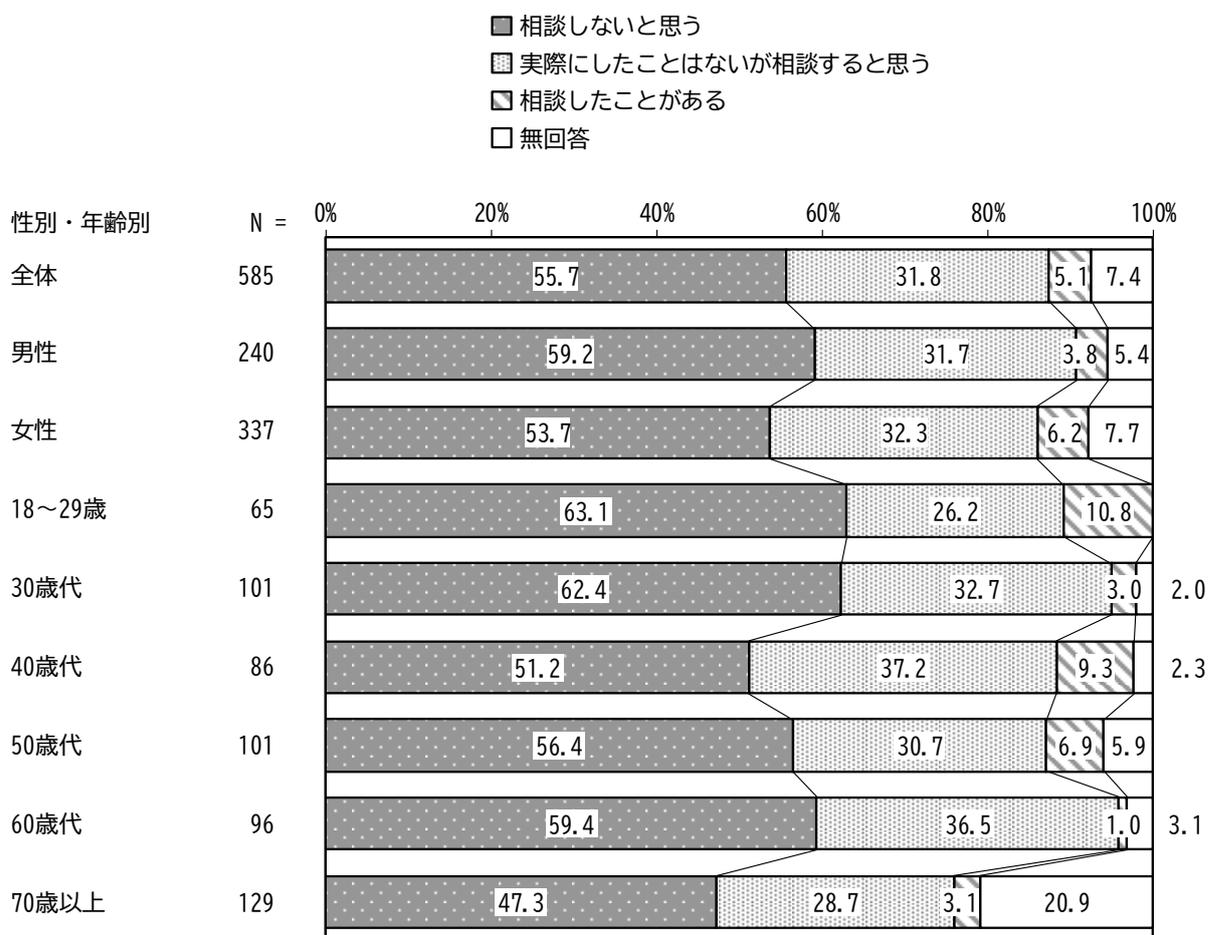


h. 民間の相談機関（カウンセリングセンター等）の相談員

全体では、「相談しないと思う」の割合が 55.7%と最も高く、次いで「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が 31.8%となっています。

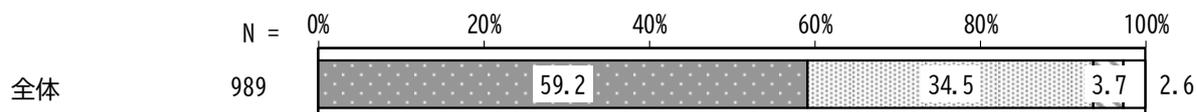
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、18～29 歳、30 歳代で「相談しないと思う」の割合が、40 歳代で「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

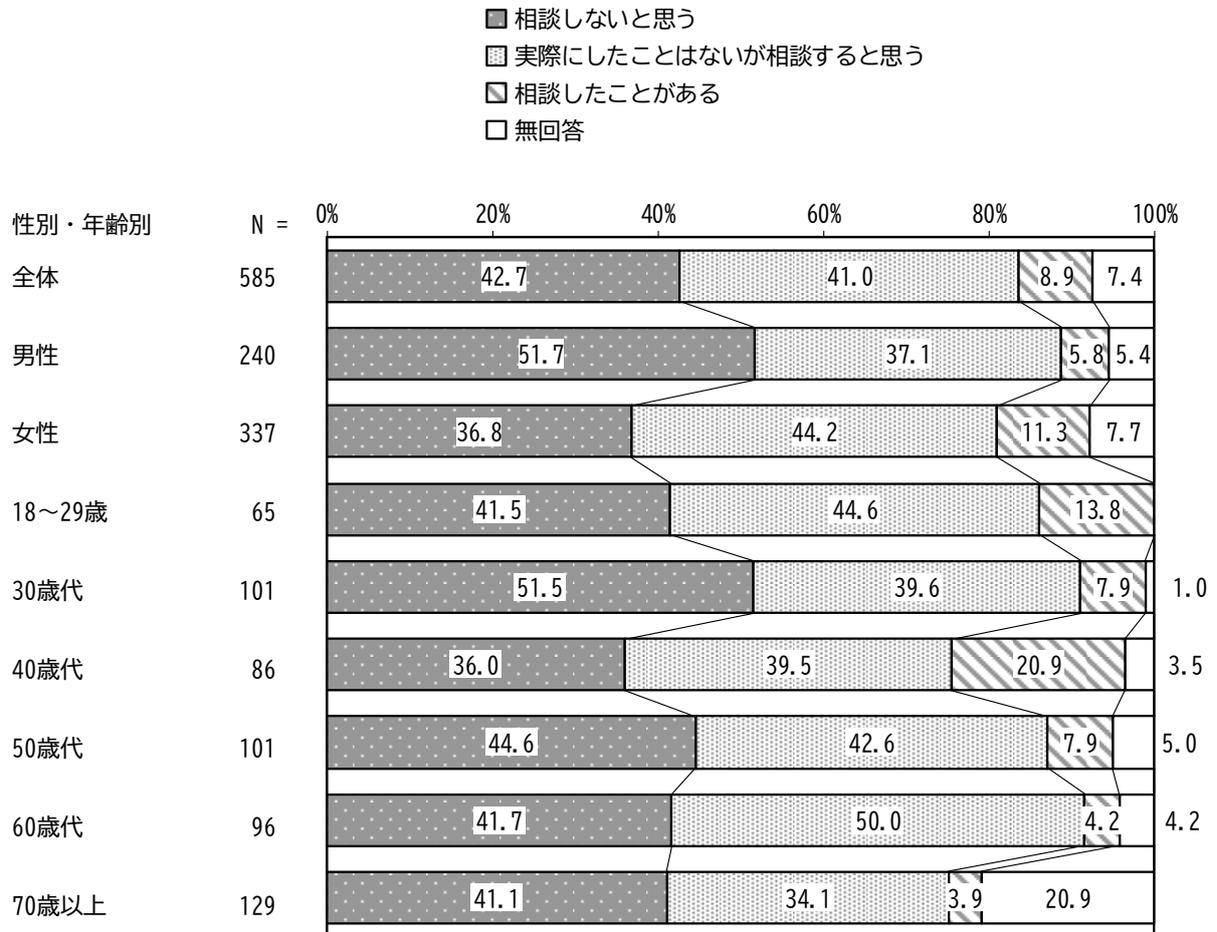


i. 同じ悩みを抱える人

全体では、「相談しないと思う」の割合が 42.7%と最も高く、次いで「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が 41.0%となっています。

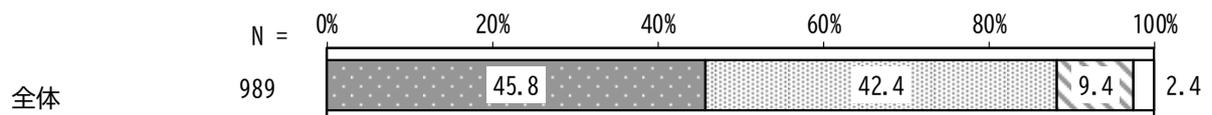
性別では、男性で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。

年齢別では、60歳代で「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が、30歳代で「相談しないと思う」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

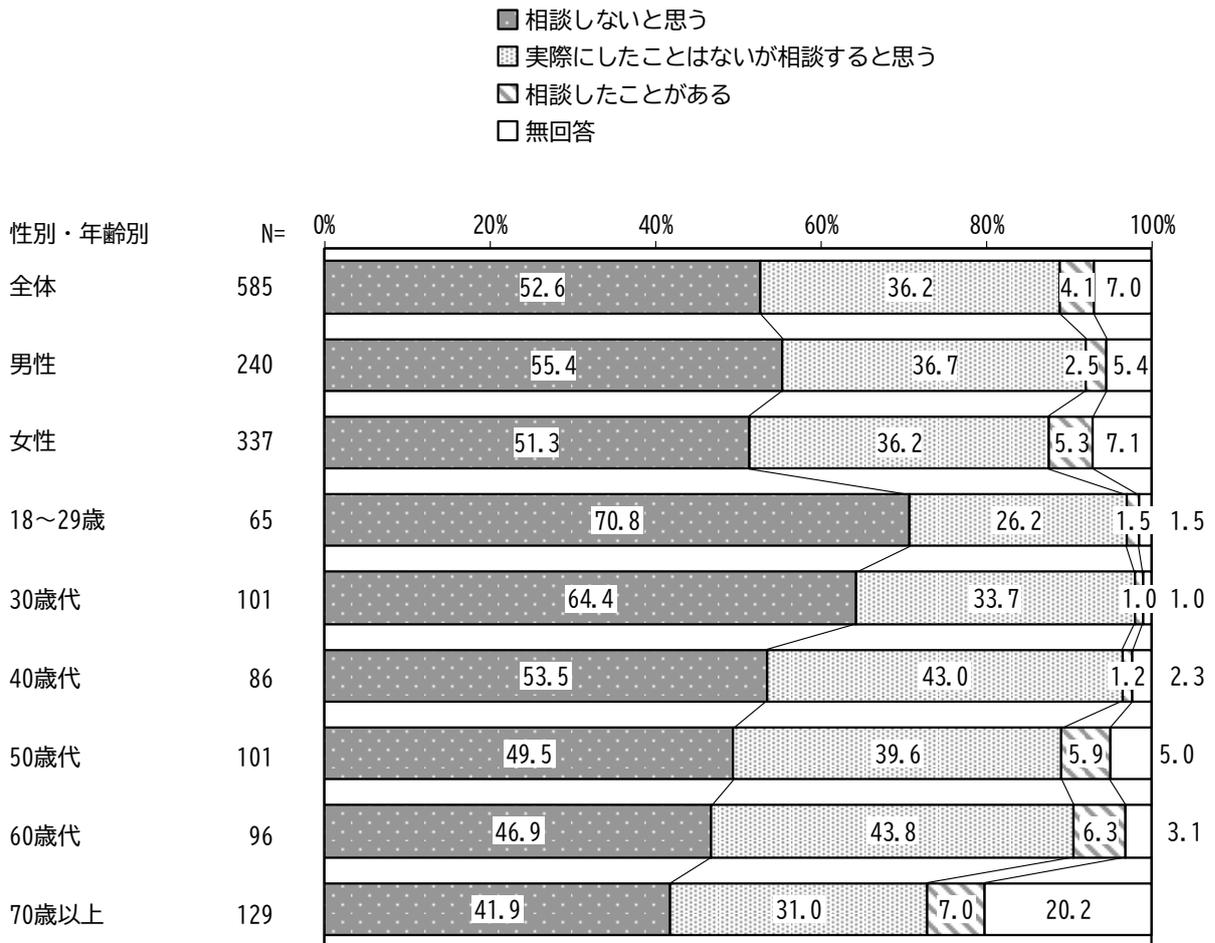


j. 市が開催する各種相談会（法律、税務等の相談）の専門家

全体では、「相談しないと思う」の割合が 52.6%と最も高く、次いで「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が 36.2%となっています。

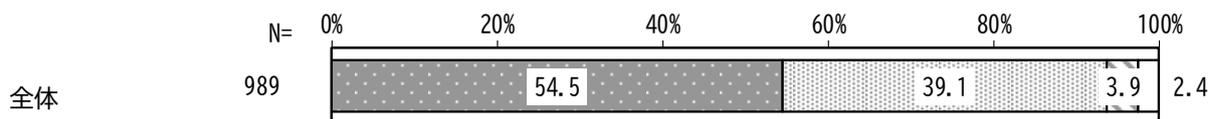
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、18～29 歳、30 歳代で「相談しないと思う」の割合が、60 歳代で「実際にしたことはないが相談すると思う」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

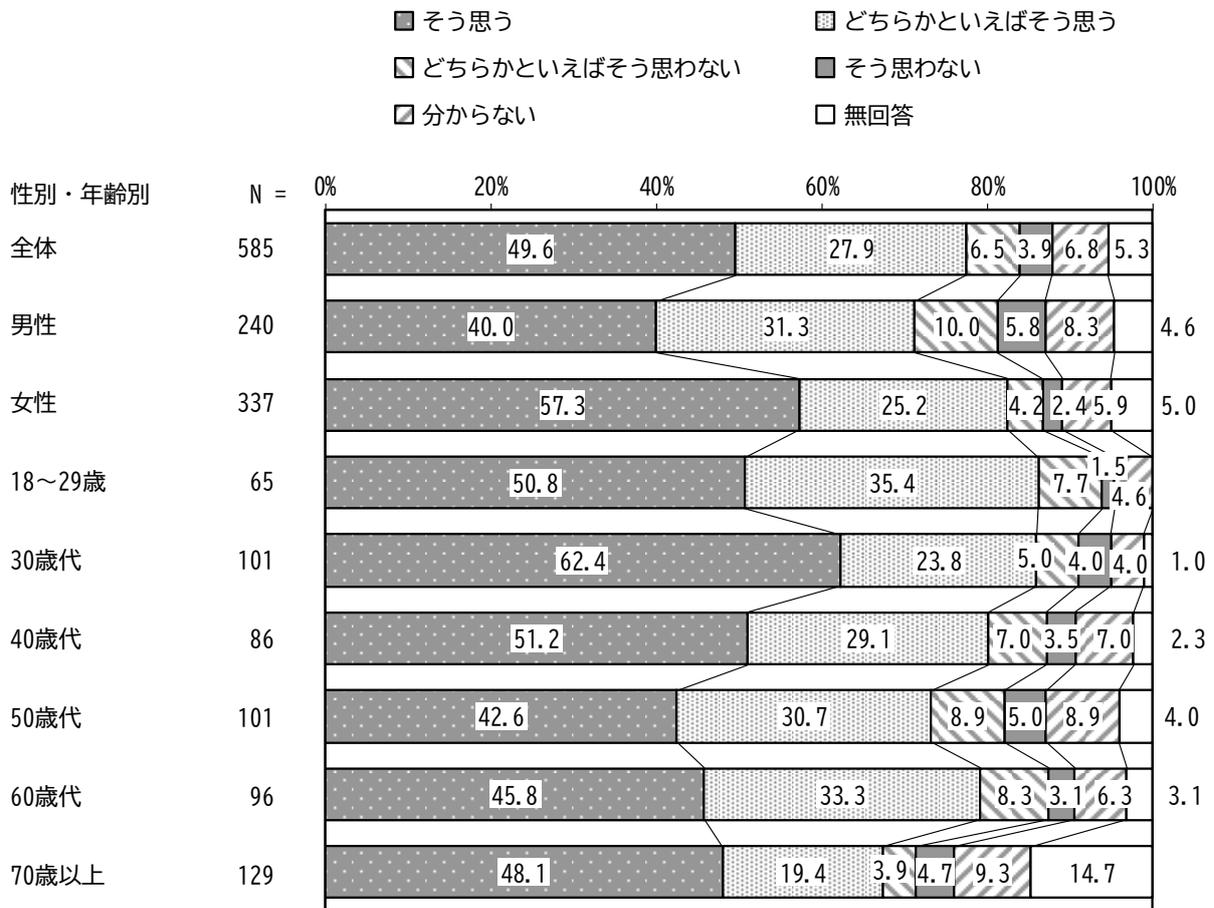


問16 あなたの不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。(〇は1つ)

全体では、「そう思う」の割合が49.6%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」の割合が27.9%となっています。

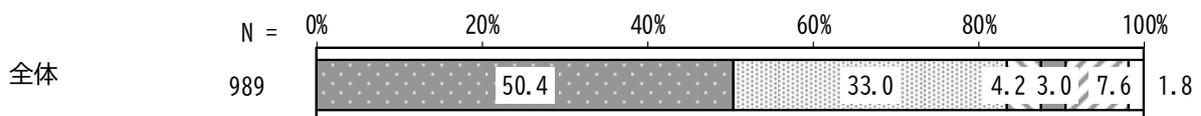
性別では、『思わない』(「そう思わない」+「どちらかといえばそう思わない」)で男性が15.8% (「そう思わない」10.0%+「どちらかといえばそう思わない」5.8%)と高くなっています。

年齢別では、『思う』(「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」)で18~29歳が86.2% (「そう思う」50.8%+「どちらかといえばそう思う」35.4%)、30歳代が86.2% (「そう思う」62.4%+「どちらかといえばそう思う」23.8%)と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「どちらかといえばそう思う」の割合が減少しています。



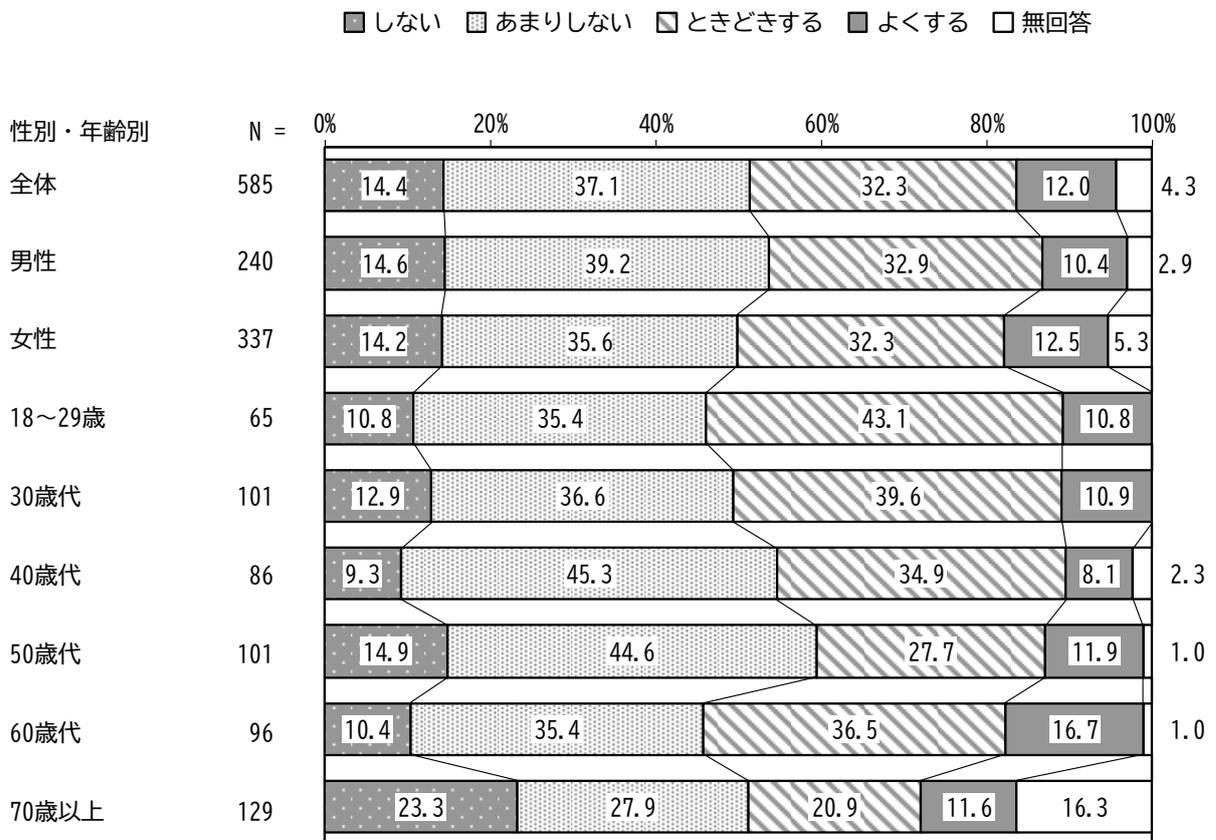
問 17 理由は分からないけれども、身近な人がいつもと違った様子でつらそうに見えた時に、あなたは以下のことをどのくらいしますか。a～eについて、該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

a. 相手が相談をしてくるまで何もしないで待つ

全体では、「あまりしない」の割合が37.1%と最も高く、次いで「ときどきする」の割合が32.3%、「しない」の割合が14.4%となっています。

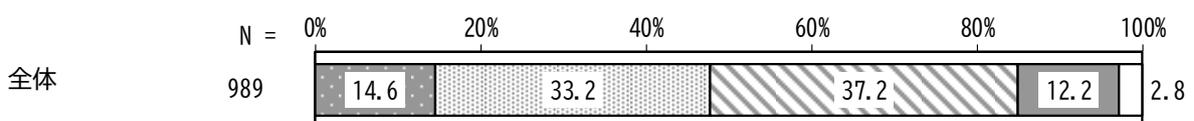
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『する』（「よくする」＋「ときどきする」）で18～29歳が53.9%（「よくする」10.8%＋「ときどきする」43.1%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

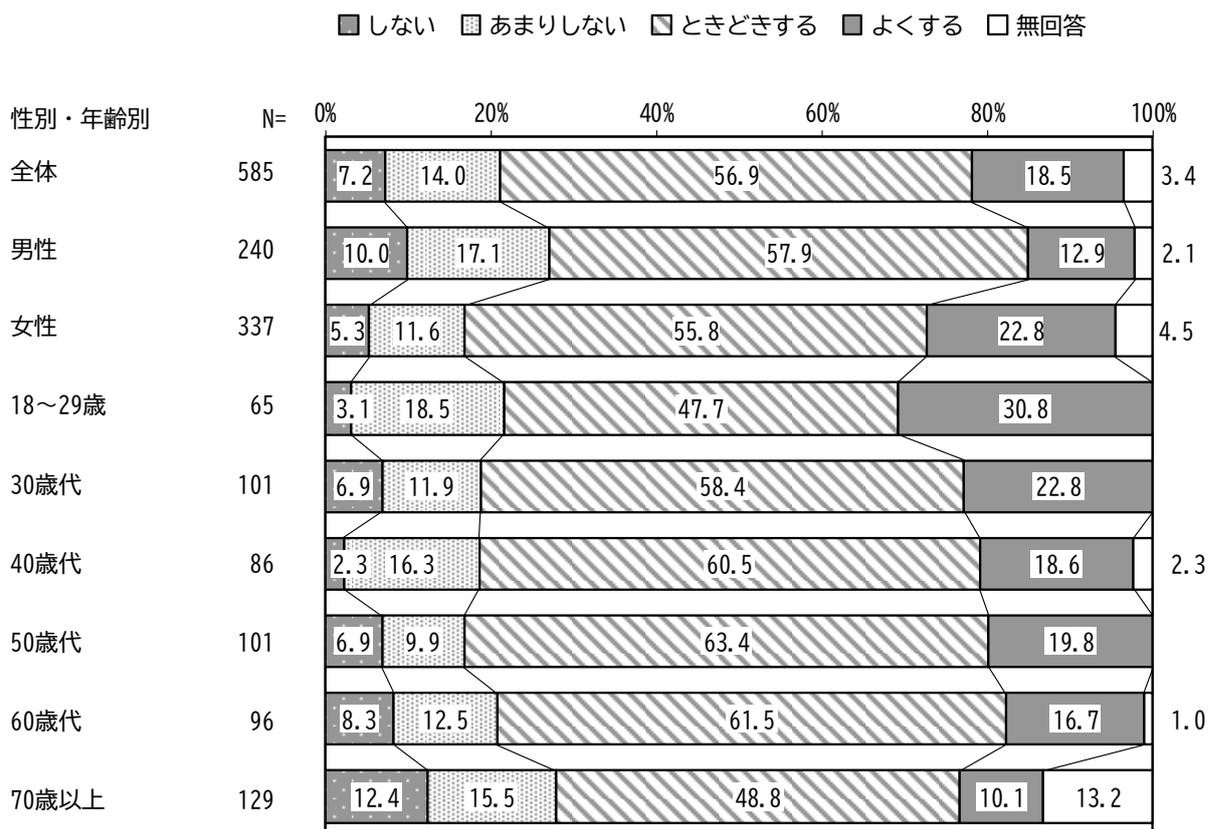


b. 心配していることを伝えて見守る

全体では、「ときどきする」の割合が56.9%と最も高く、次いで「よくする」の割合が18.5%、「あまりしない」の割合が14.0%となっています。

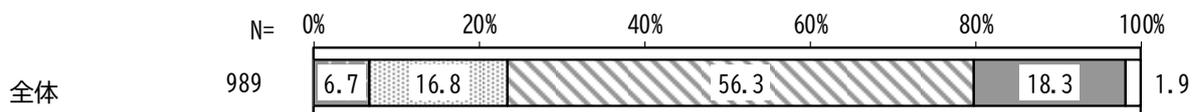
性別では、『しない』（「しない」＋「あまりしない」）で男性が27.1%（「しない」10.0%＋「あまりしない」17.1%）と高くなっています。

年齢別では、『する』（「よくする」＋「ときどきする」）で50歳代が83.2%（「よくする」19.8%＋「ときどきする」63.4%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

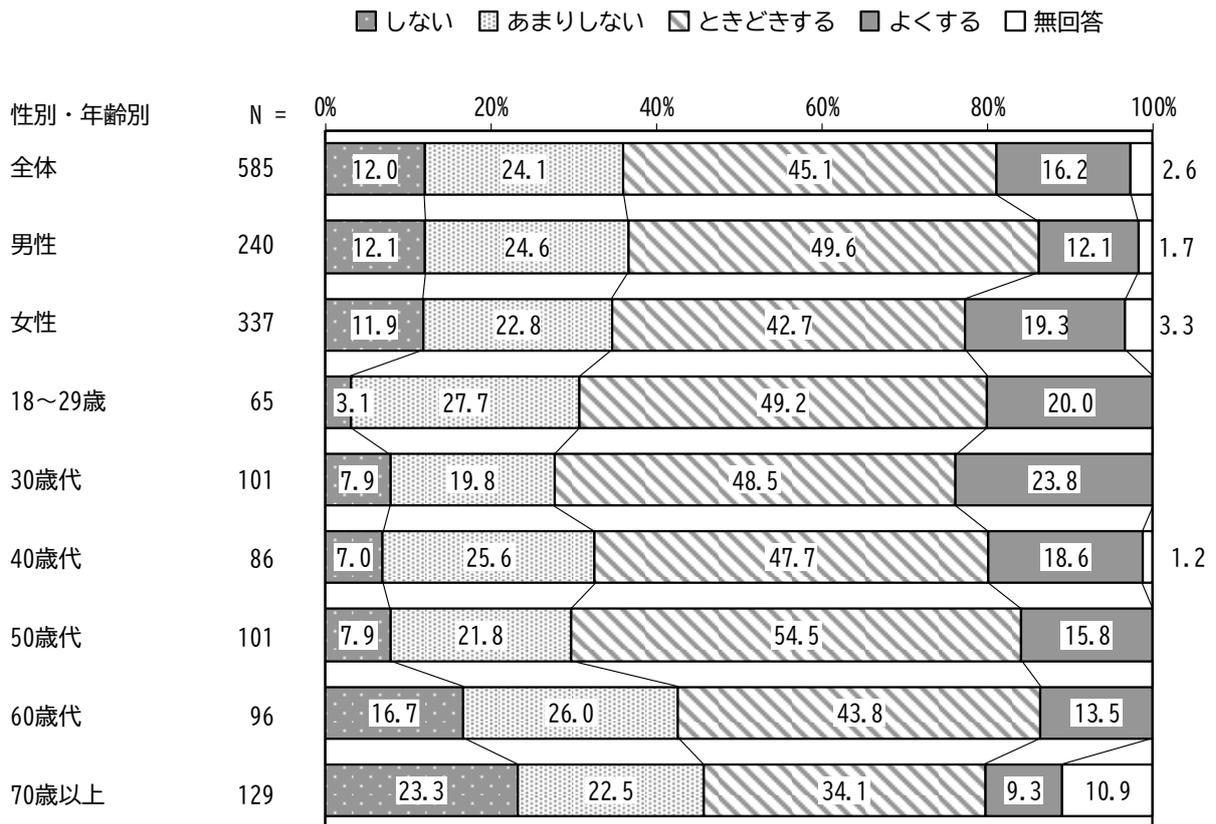


c. 自分から声をかけて話を聞く

全体では、「ときどきする」の割合が45.1%と最も高く、次いで「あまりしない」の割合が24.1%、「よくする」の割合が16.2%となっています。

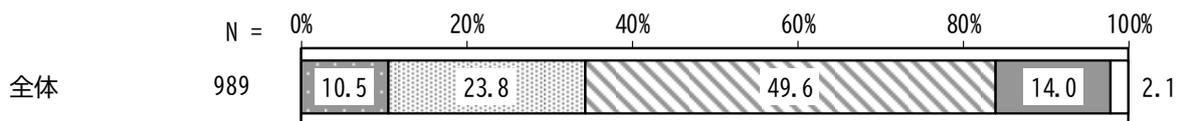
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『する』（「よくする」＋「ときどきする」）で30歳代が72.3%（「よくする」23.8%＋「ときどきする」48.5%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

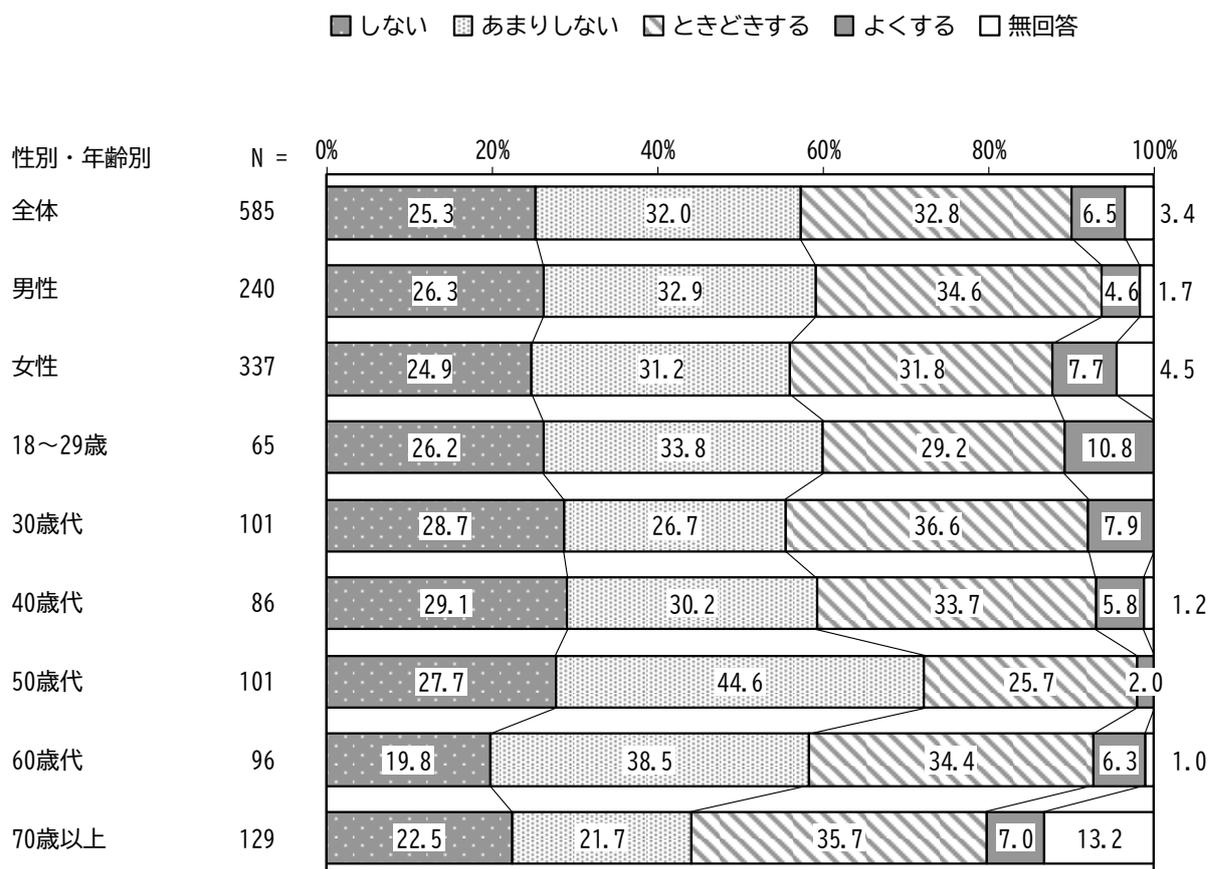


d. 「元気を出して」と励ます

全体では、「ときどきする」の割合が32.8%と最も高く、次いで「あまりしない」の割合が32.0%、「しない」の割合が25.3%となっています。

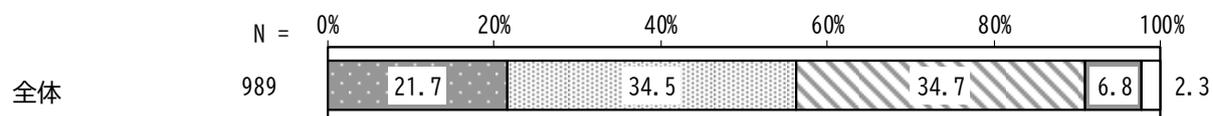
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『しない』（「しない」 + 「あまりしない」）で50歳代が72.3%（「しない」27.7% + 「あまりしない」44.6%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

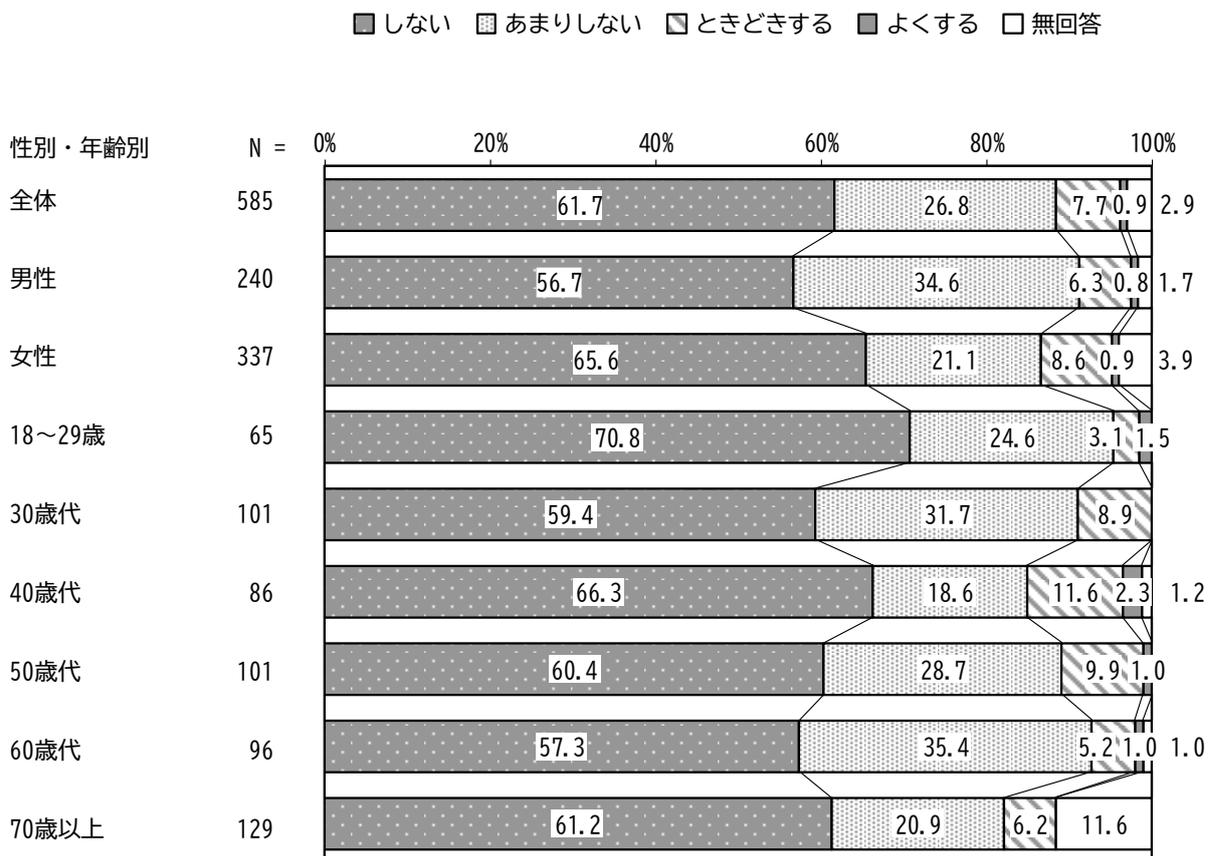


e. 先回りして相談先を探しておく

全体では、「しない」の割合が61.7%と最も高く、次いで「あまりしない」の割合が26.8%となっています。

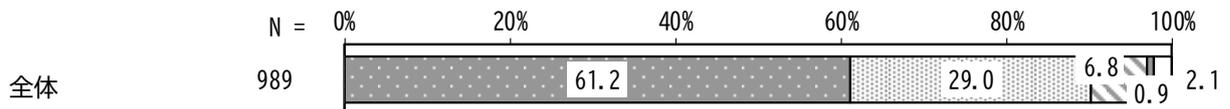
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『しない』（「しない」＋「あまりしない」）で18～29歳が95.4%（「しない」70.8%＋「あまりしない」24.6%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



## (5) 自殺に関するか考えについて

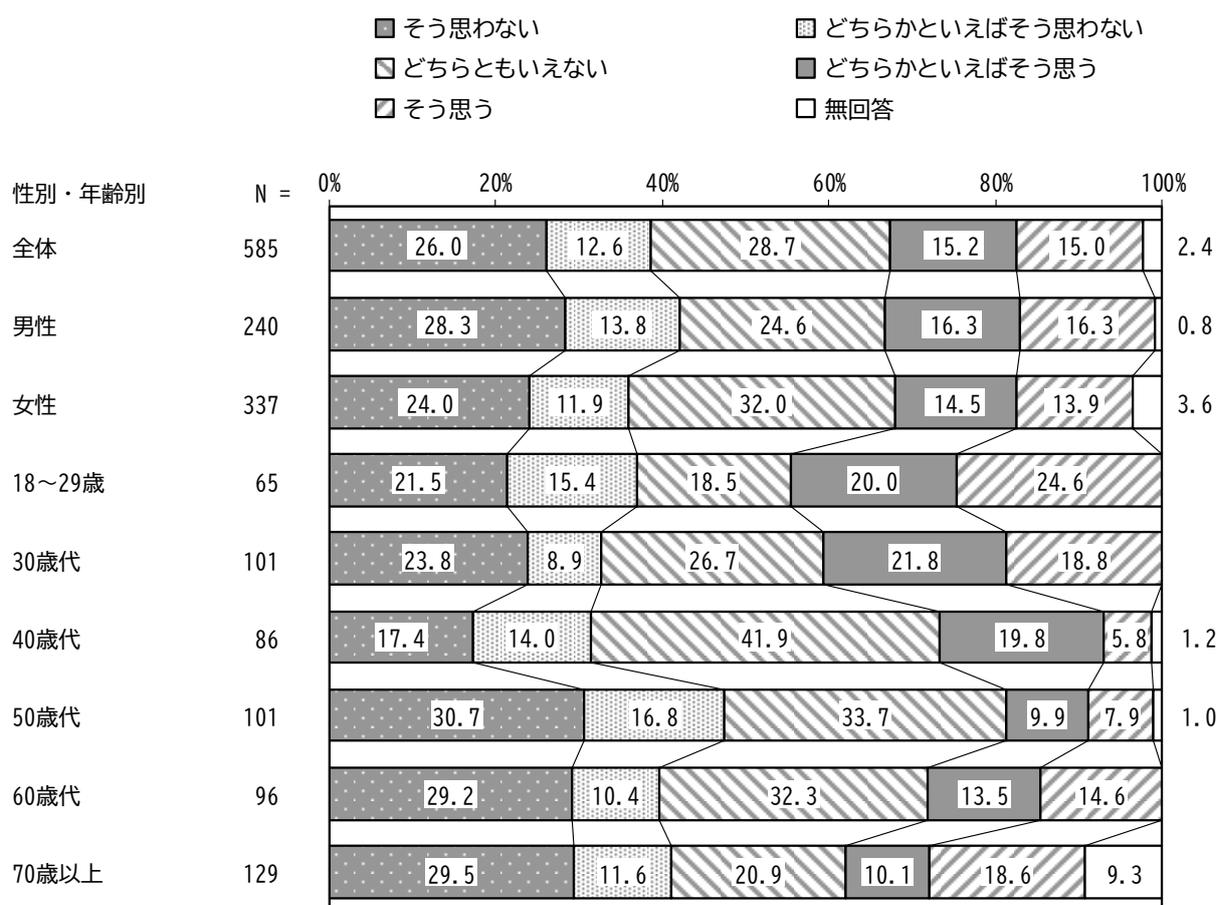
問 18 あなたは「自殺」についてどのように思いますか。(それぞれに○は1つ)

### a. 生死は最終的に本人の判断に任せるべき

全体では、「どちらともいえない」の割合が 28.7%と最も高く、次いで「そう思わない」の割合が 26.0%、「どちらかといえばそう思う」の割合が 15.2%となっています。

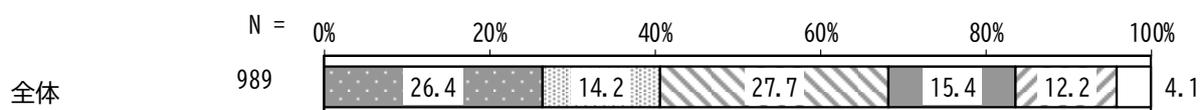
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思う』(「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」)で 18~29 歳が 44.6% (「そう思う」 24.6%+「どちらかといえばそう思う」 20.0%) と高くなっています。



### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

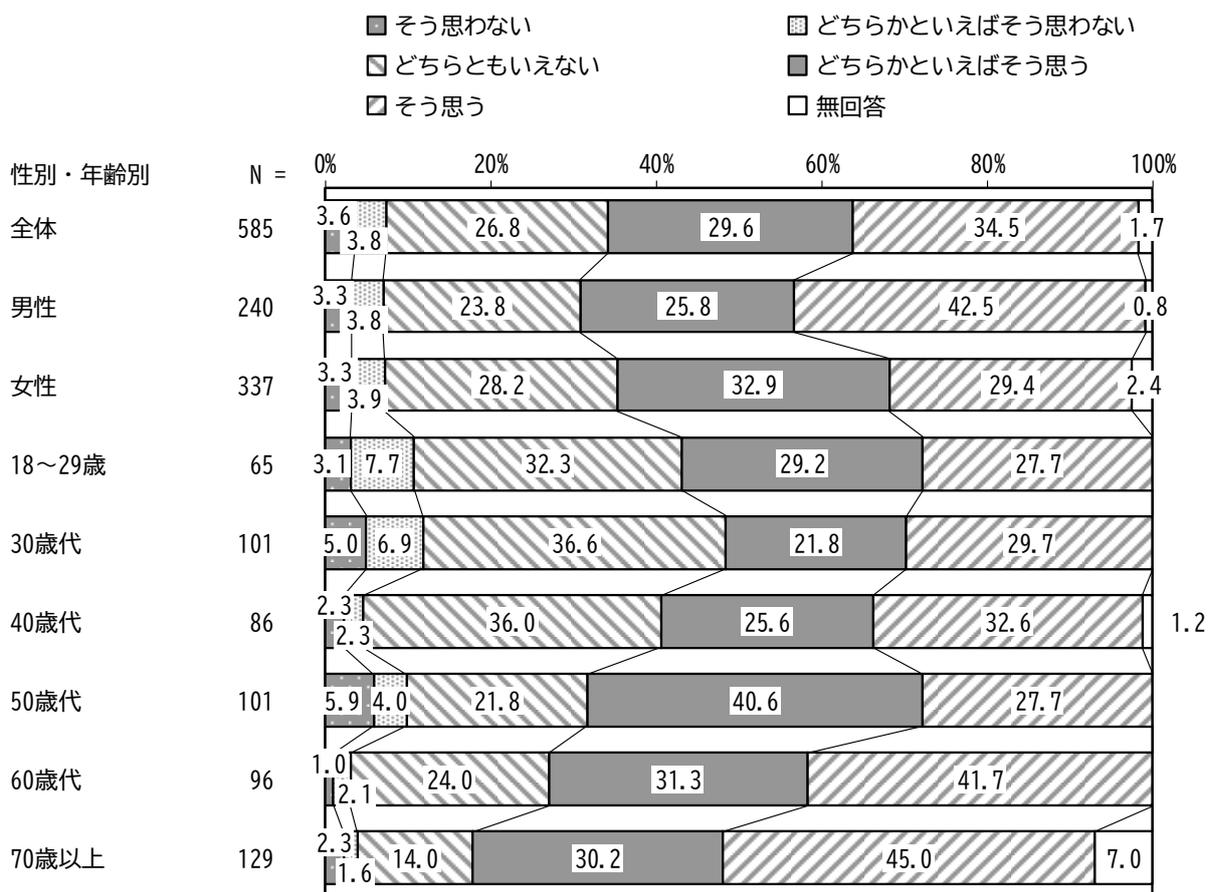


b. 自殺せずに生きていけばよいことがある

全体では、「そう思う」の割合が 34.5%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」の割合が 29.6%、「どちらともいえない」の割合が 26.8%となっています。

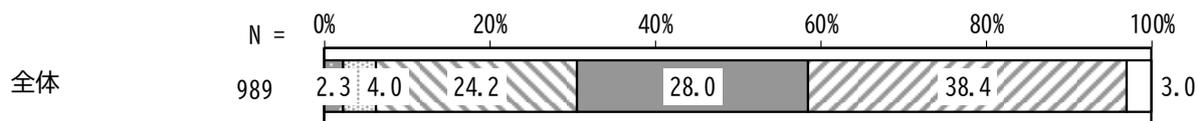
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思う』（「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」）で 70 歳以上が 75.2%（「そう思う」 45.0%+「どちらかといえばそう思う」 30.2%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

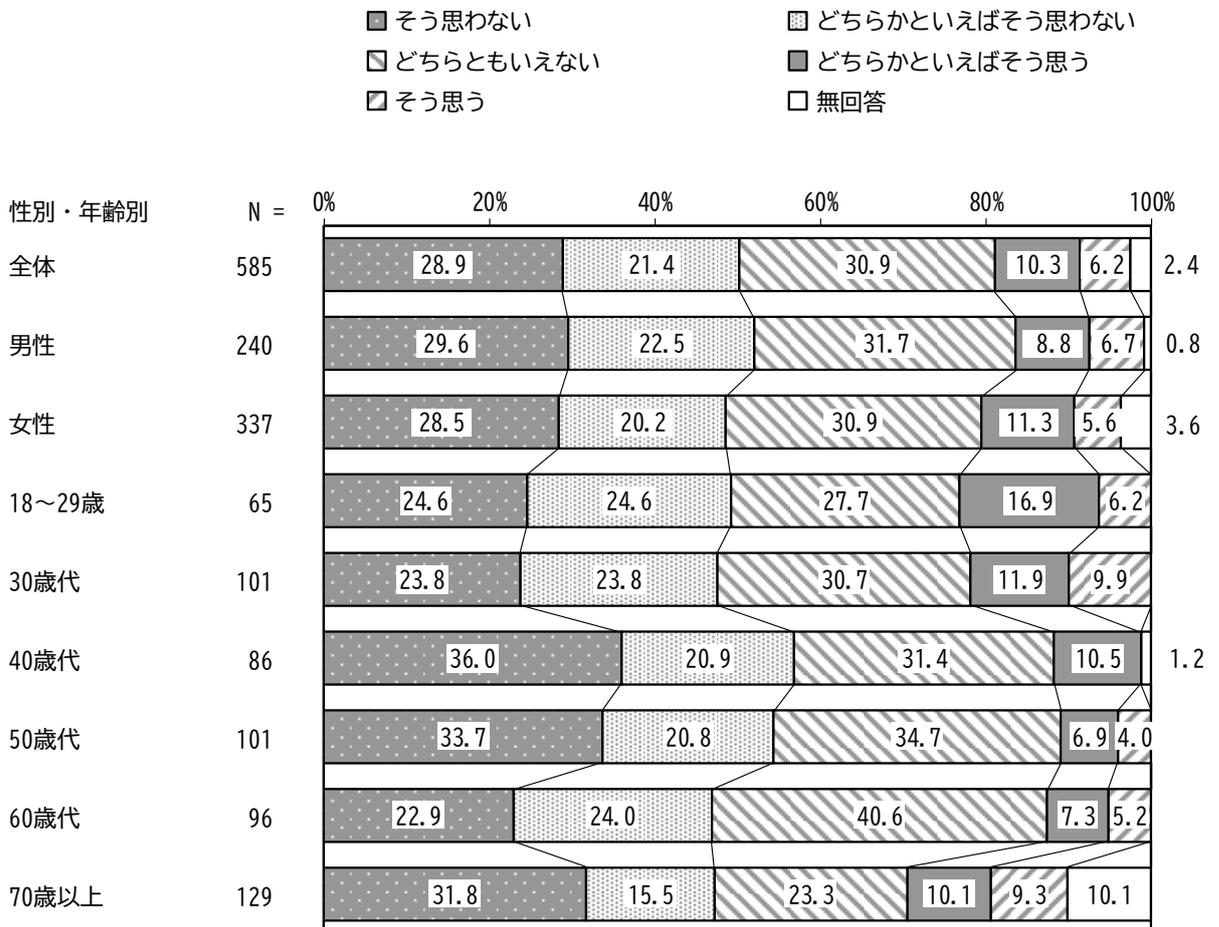


c. 自殺は繰り返されるので、周囲の人が止めることはできない

全体では、「どちらともいえない」の割合が 30.9%と最も高く、次いで「そう思わない」の割合が 28.9%、「どちらかといえばそう思わない」の割合が 21.4%となっています。

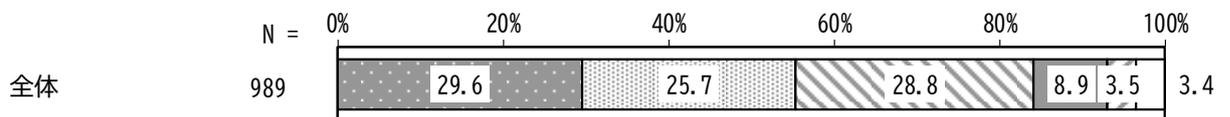
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、60歳代で「どちらともいえない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

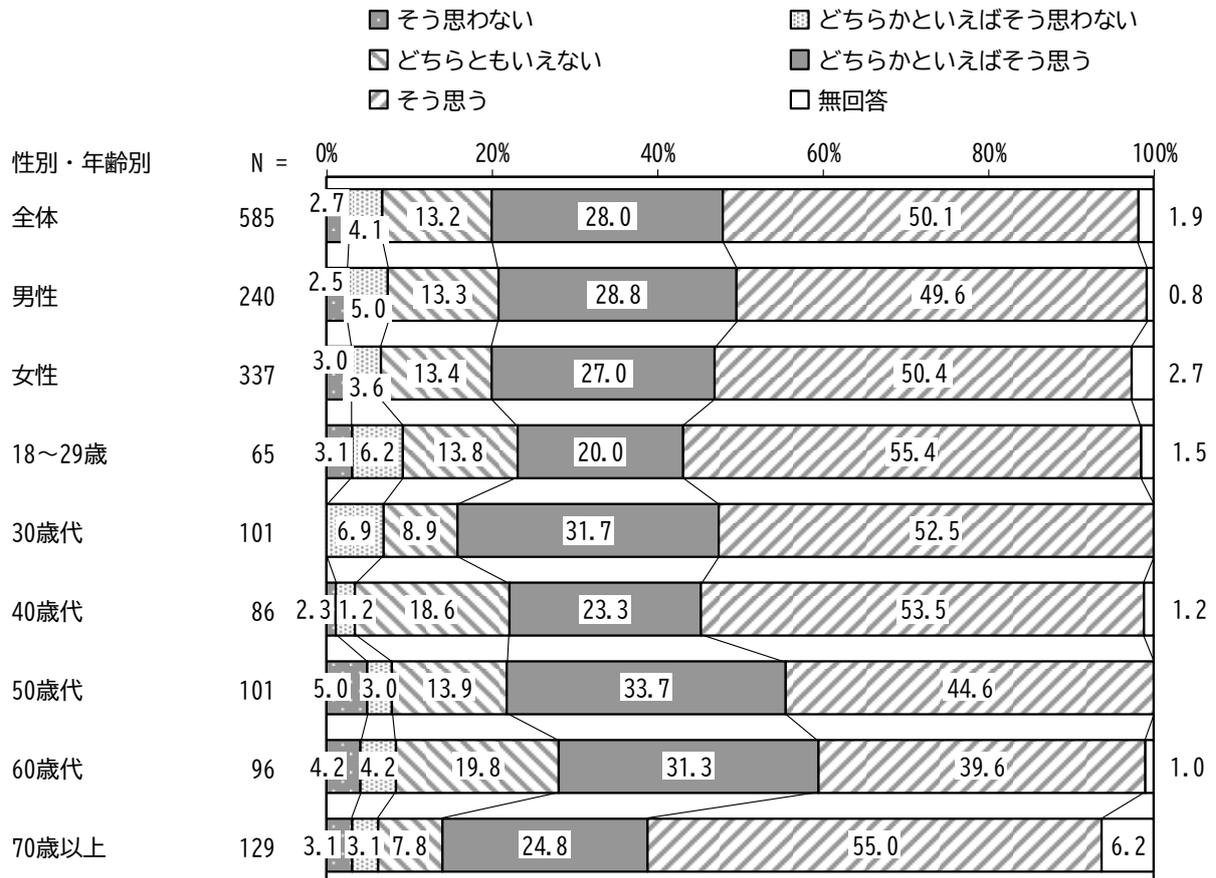


d. 自殺する人は、よほどつらいことがあったのだと思う

全体では、「そう思う」の割合が 50.1%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」の割合が 28.0%、「どちらともいえない」の割合が 13.2%となっています。

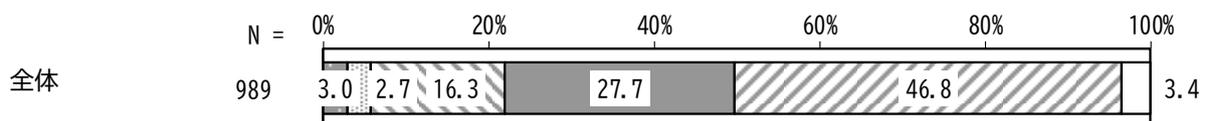
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、60歳代で「どちらともいえない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

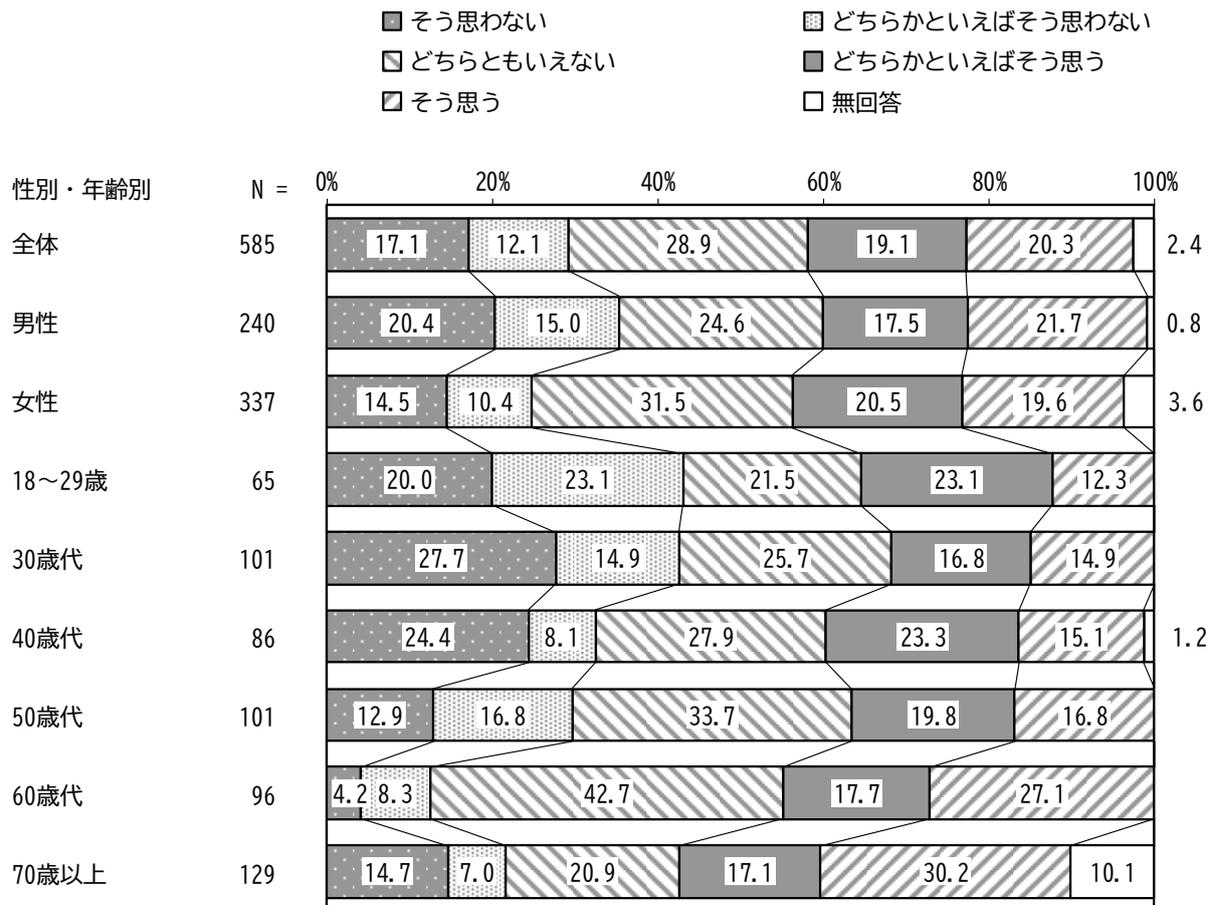


e. 自殺は自分にはあまり関係がない

全体では、「どちらともいえない」の割合が 28.9%と最も高く、次いで「そう思う」の割合が 20.3%、「どちらかといえばそう思う」の割合が 19.1%となっています。

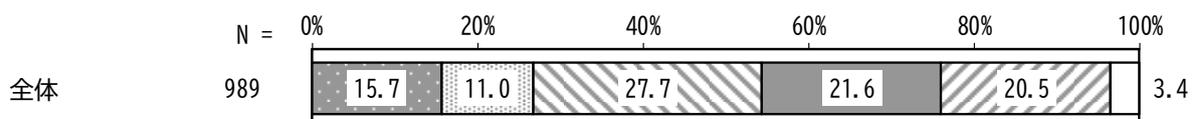
性別では、『思わない』（「そう思わない」+「どちらかといえばそう思わない」）で男性が 35.4%（「そう思わない」20.4%+「どちらかといえばそう思わない」15.0%）と高くなっています。

年齢別では、『思わない』（「そう思わない」+「どちらかといえばそう思わない」）で 18～29 歳が 43.1%（「そう思わない」20.0%+「どちらかといえばそう思わない」23.1%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

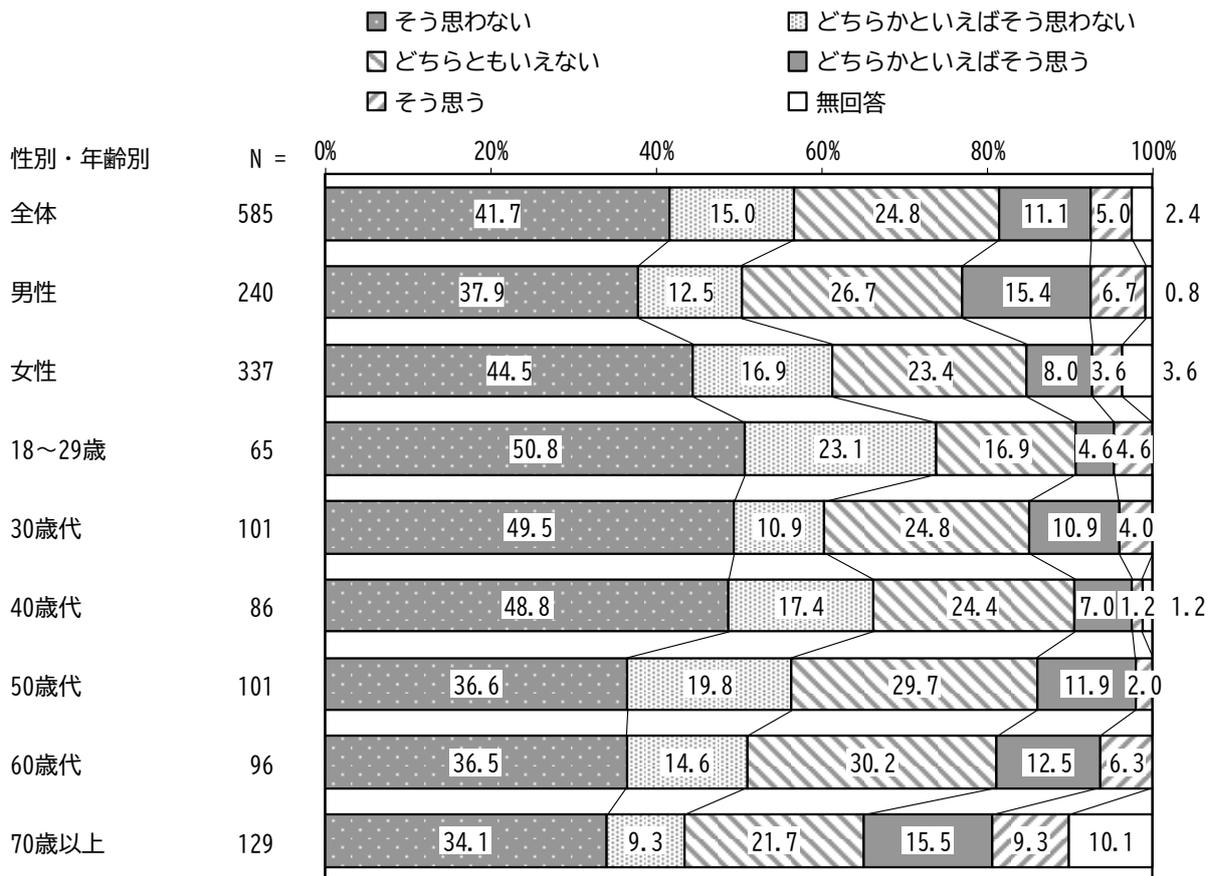


f. 自殺は本人の弱さから起こる

全体では、「そう思わない」の割合が41.7%と最も高く、次いで「どちらともいえない」の割合が24.8%、「どちらかといえばそう思わない」の割合が15.0%となっています。

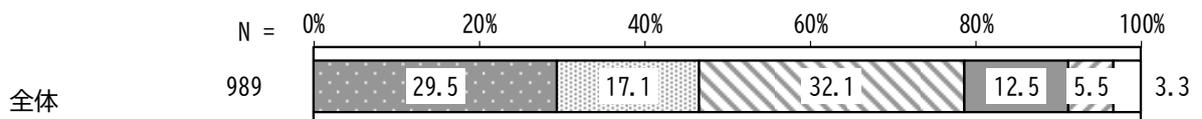
性別では、『思う』（「そう思う」＋「どちらかといえばそう思う」）で男性が22.1%（「そう思う」6.7%＋「どちらかといえばそう思う」15.4%）と高くなっています。

年齢別では、『思わない』（「そう思わない」＋「どちらかといえばそう思わない」）で18～29歳が73.9%（「そう思わない」50.8%＋「どちらかといえばそう思わない」23.1%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「そう思わない」の割合が増加しています。一方、「どちらともいえない」の割合が減少しています。

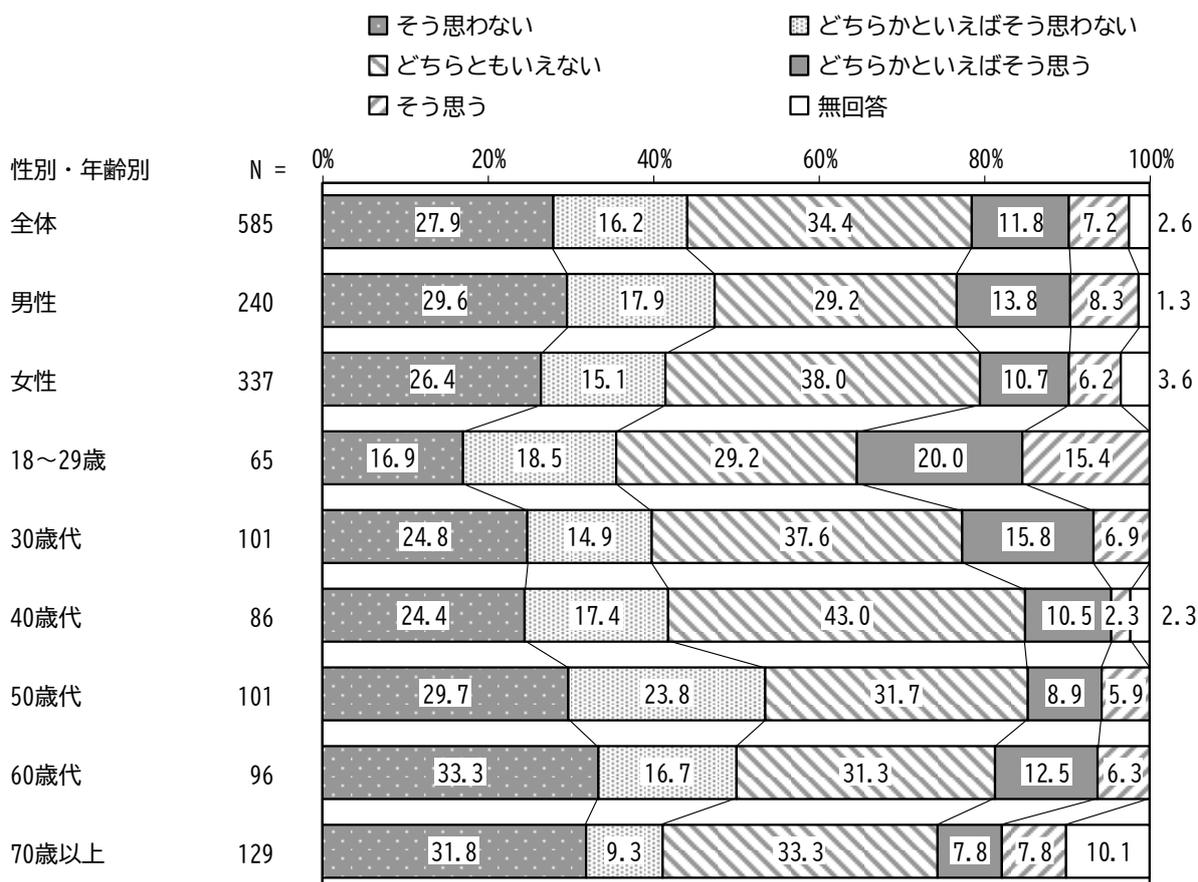


g. 自殺は本人が選んだことだから仕方がない

全体では、「どちらともいえない」の割合が 34.4%と最も高く、次いで「そう思わない」の割合が 27.9%、「どちらかといえばそう思わない」の割合が 16.2%となっています。

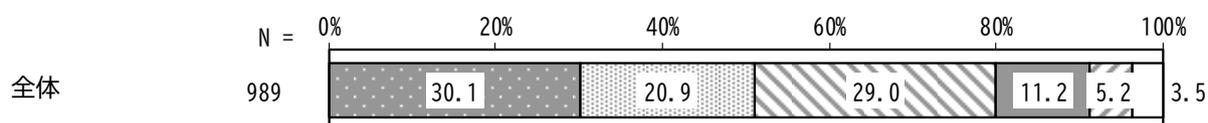
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思う』（「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」）で 18～29 歳が 35.4%（「そう思う」15.4%+「どちらかといえばそう思う」20.0%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「どちらともいえない」の割合が増加しています。

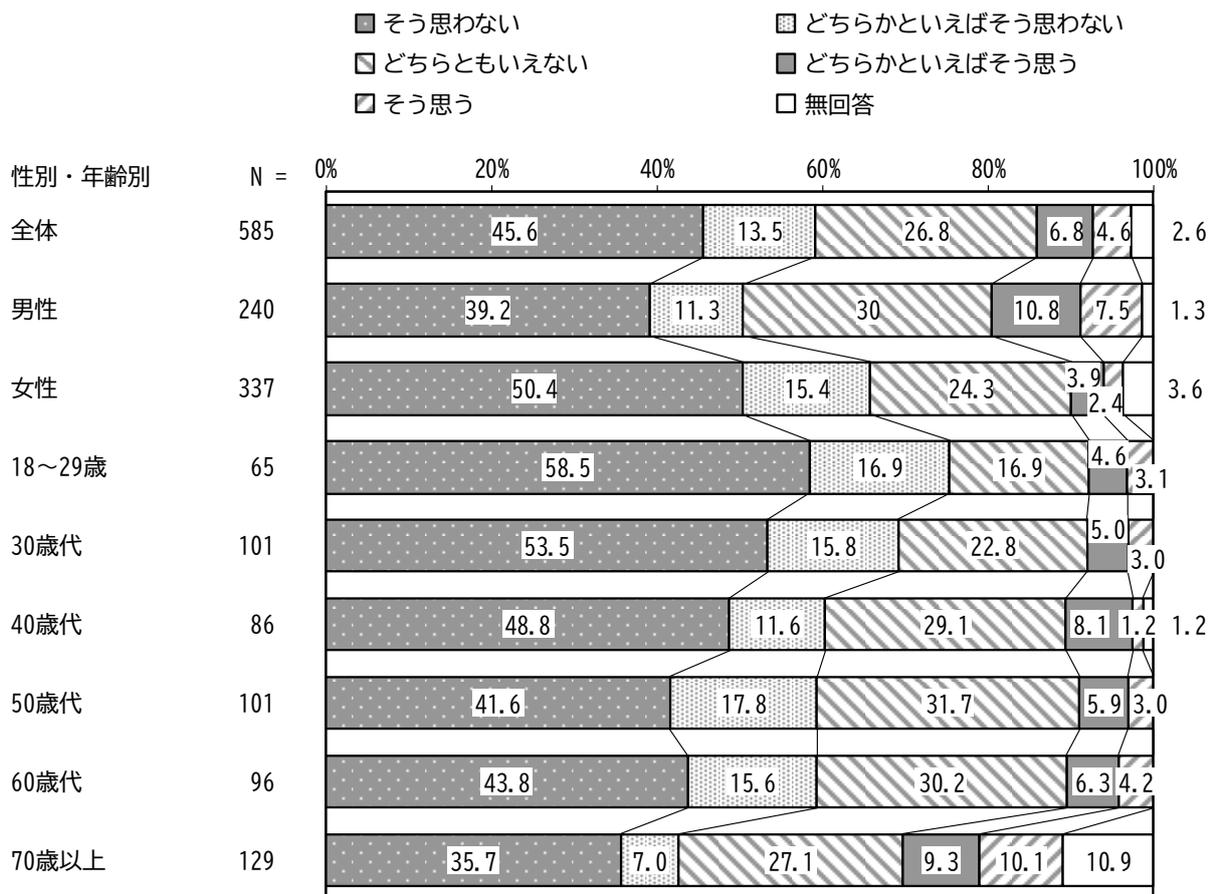


#### h. 自殺は恥ずかしいことである

全体では、「そう思わない」の割合が45.6%と最も高く、次いで「どちらともいえない」の割合が26.8%、「どちらかといえばそう思わない」の割合が13.5%となっています。

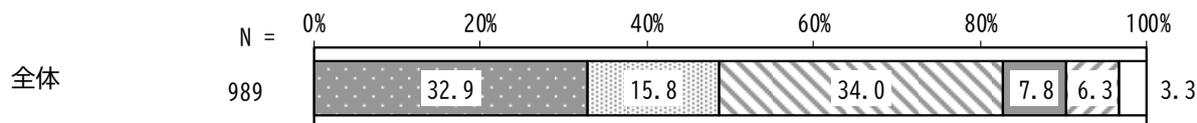
性別では、『思う』（「そう思う」＋「どちらかといえばそう思う」）で男性が18.3%（「そう思う」7.5%＋「どちらかといえばそう思う」10.8%）と高くなっています。

年齢別では、『思わない』（「そう思わない」＋「どちらかといえばそう思わない」）で18～29歳が75.4%（「そう思わない」58.5%＋「どちらかといえばそう思わない」16.9%）と高くなっています。



#### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「そう思わない」の割合が増加しています。一方、「どちらともいえない」の割合が減少しています。

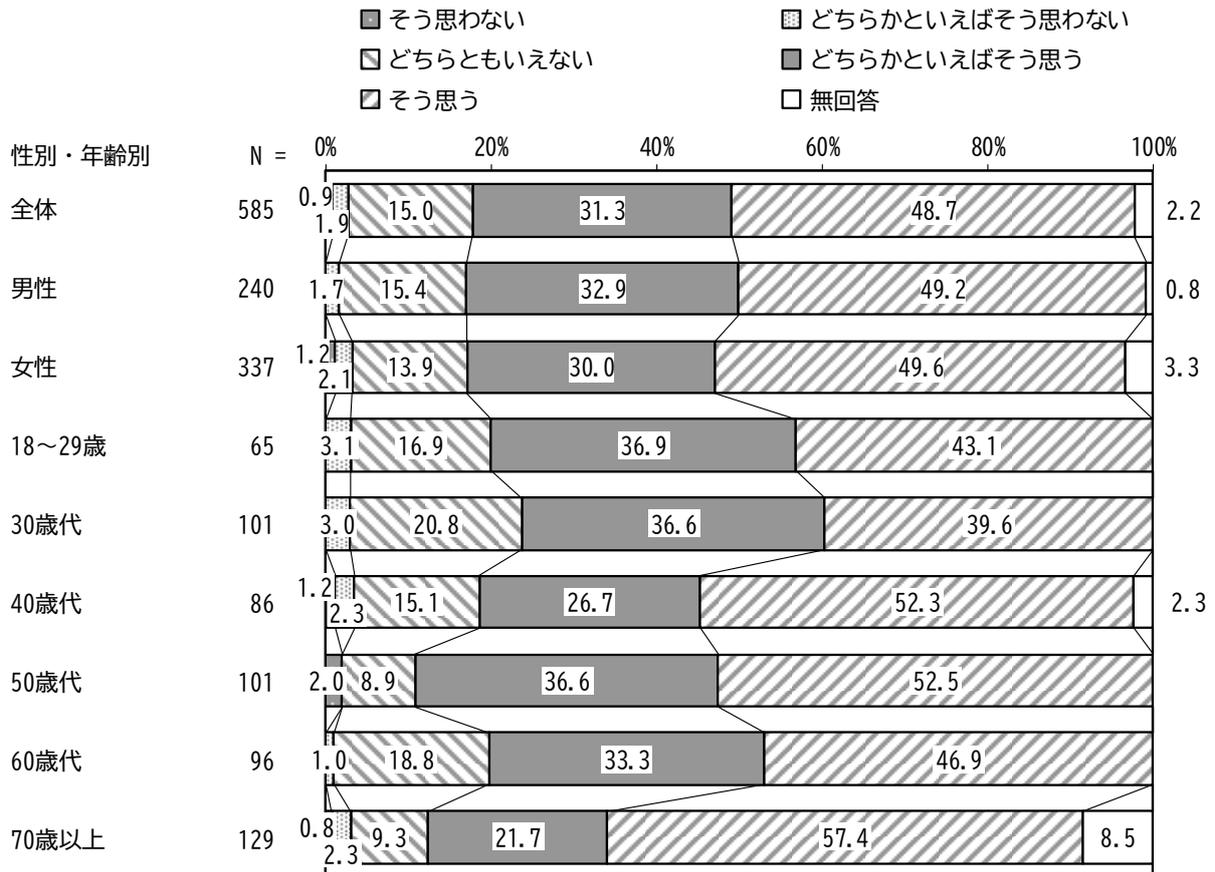


i. 防ぐことができる自殺も多い

全体では、「そう思う」の割合が 48.7%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」の割合が 31.3%、「どちらともいえない」の割合が 15.0%となっています。

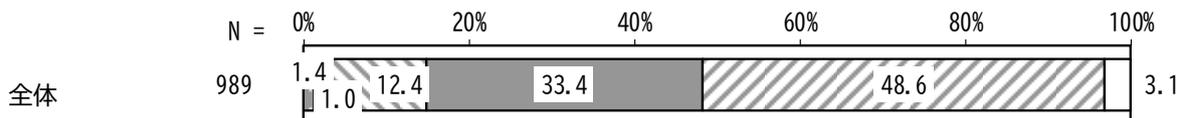
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、『思う』（「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」）で 50 歳代が 89.1%（「そう思う」 52.5%+「どちらかといえばそう思う」 36.6%）と高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

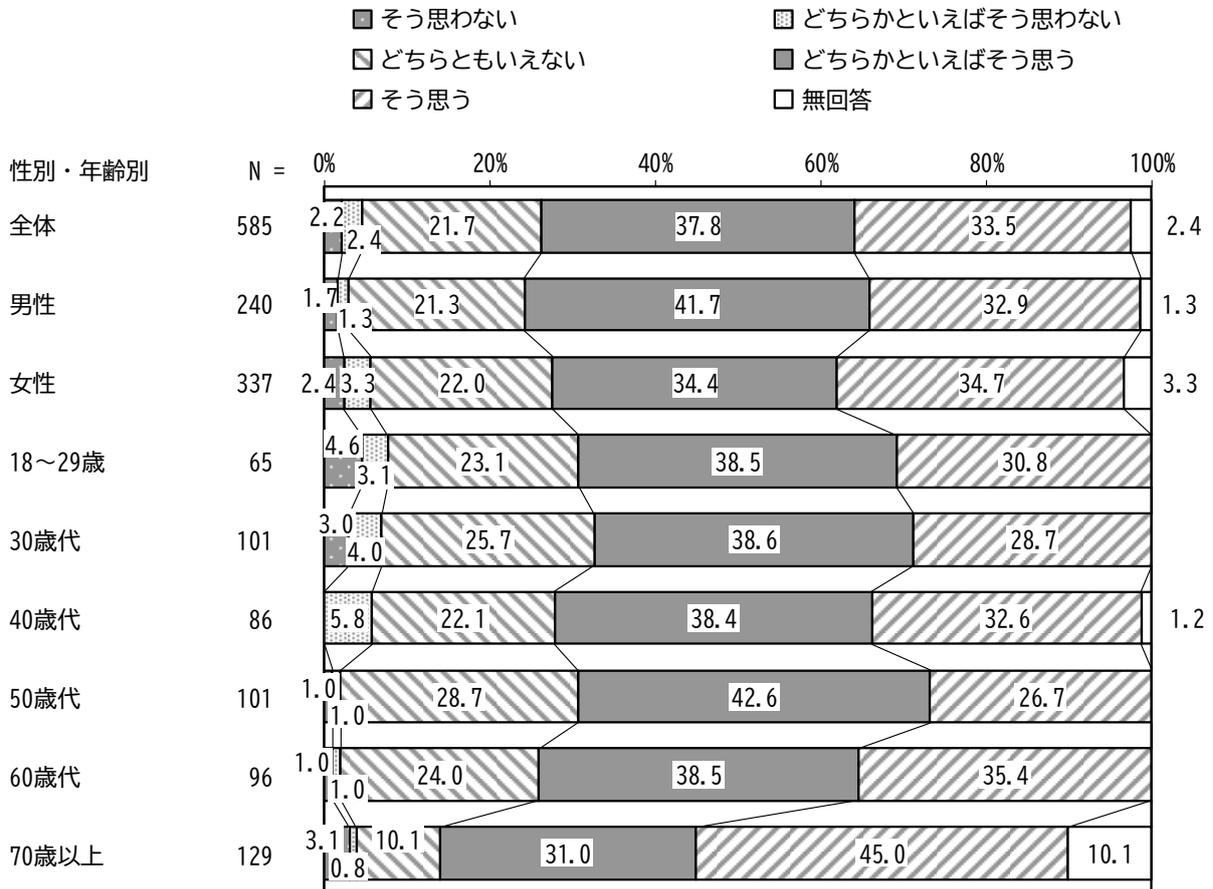


j. 自殺をしようとする人の多くは、何らかのサインを発している

全体では、「どちらかといえばそう思う」の割合が 37.8%と最も高く、次いで「そう思う」の割合が 33.5%、「どちらともいえない」の割合が 21.7%となっています。

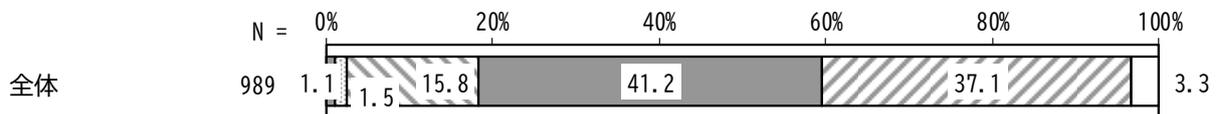
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、50歳代で「どちらともいえない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「どちらともいえない」の割合が増加しています。

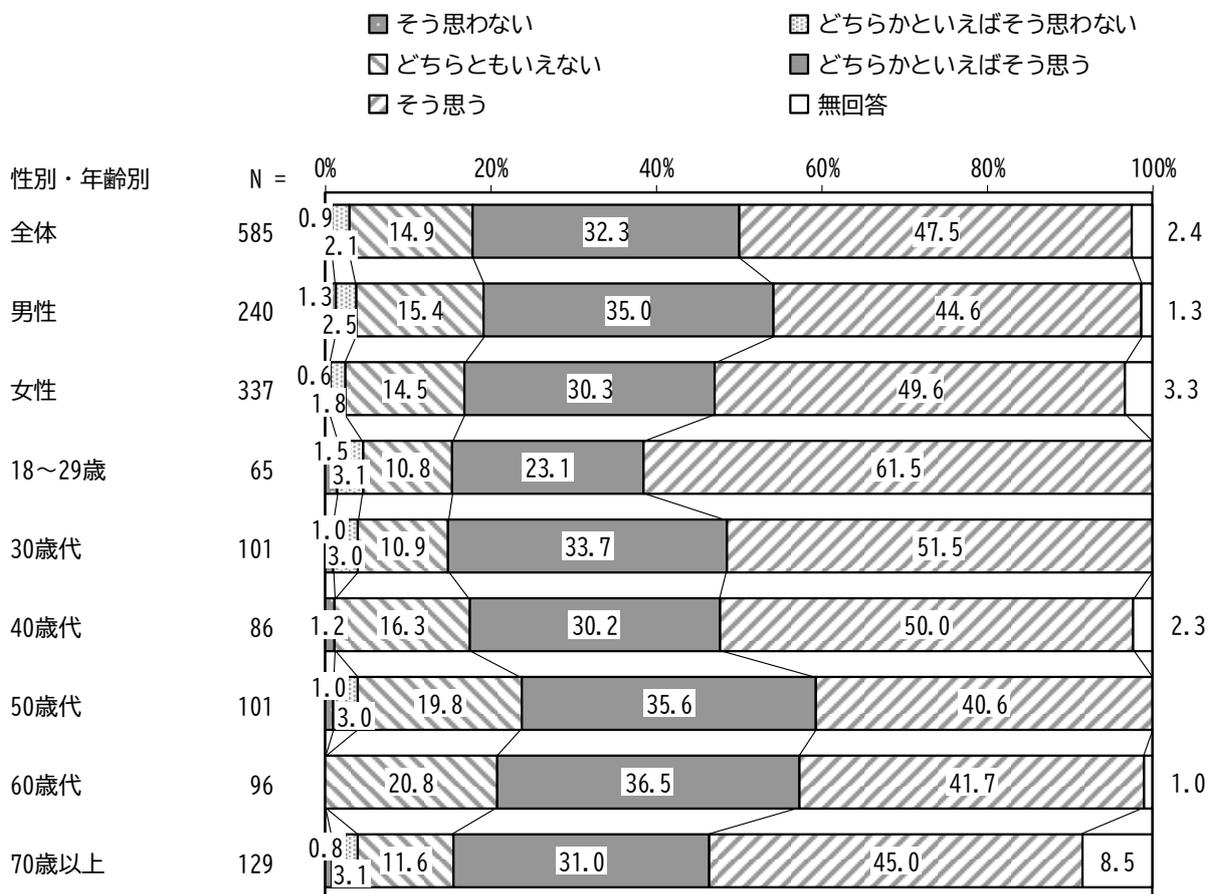


k. 自殺を考える人は、さまざまな問題を抱えていることが多い

全体では、「そう思う」の割合が 47.5%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」の割合が 32.3%、「どちらともいえない」の割合が 14.9%となっています。

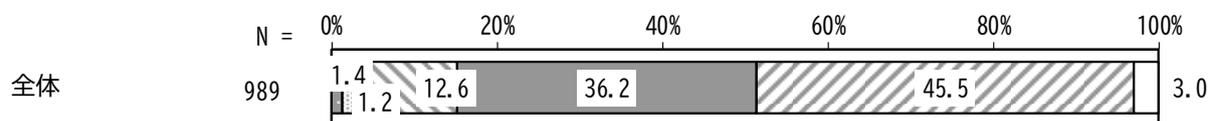
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、60歳代で「どちらともいえない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

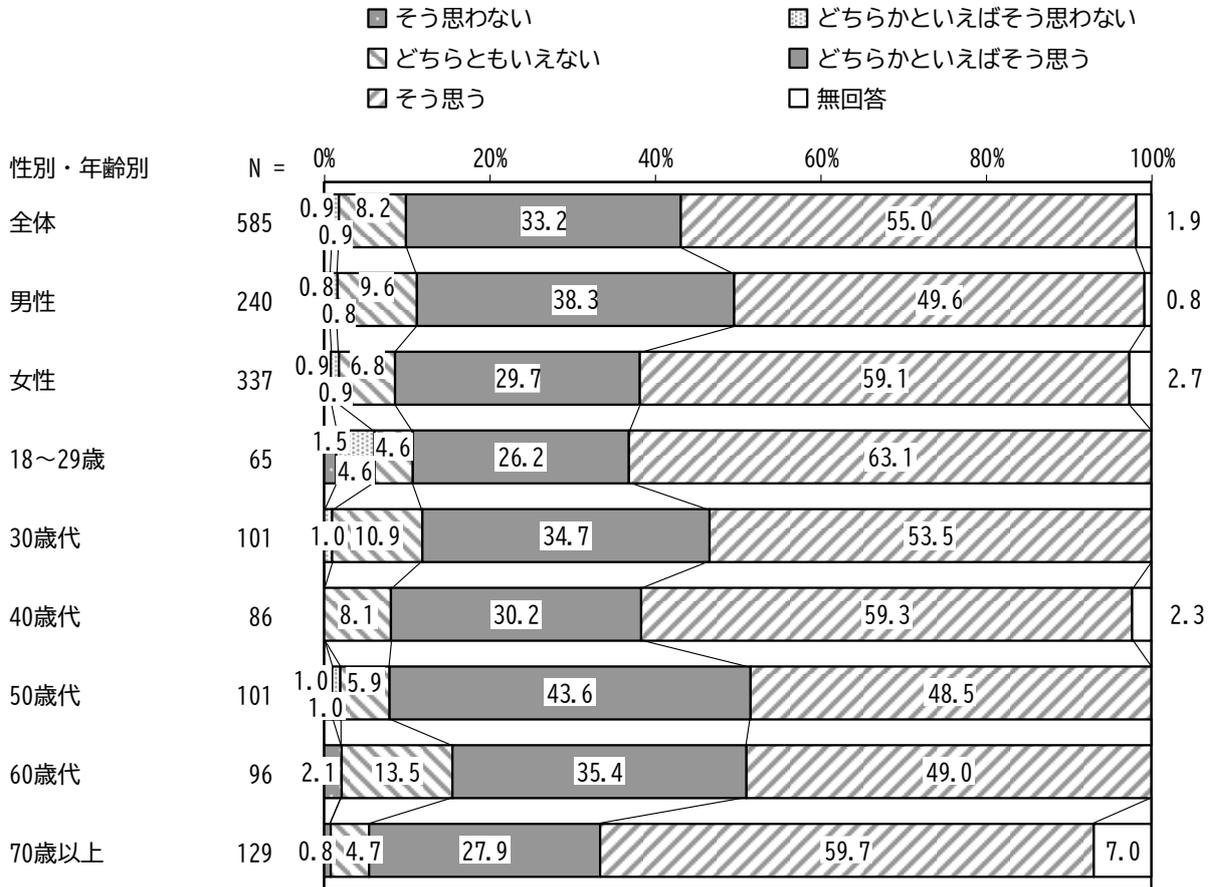


l. 自殺を考える人の多くは、精神的に追い詰められて他の方法を思いつかなくなっている

全体では、「そう思う」の割合が 55.0%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」の割合が 33.2%となっています。

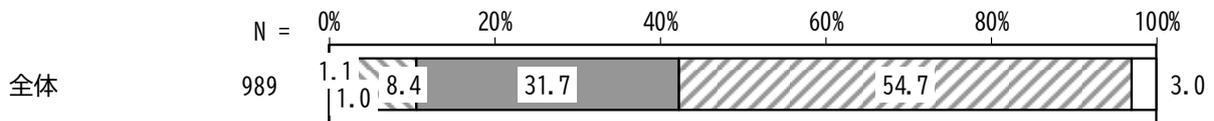
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、60歳代で「どちらともいえない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

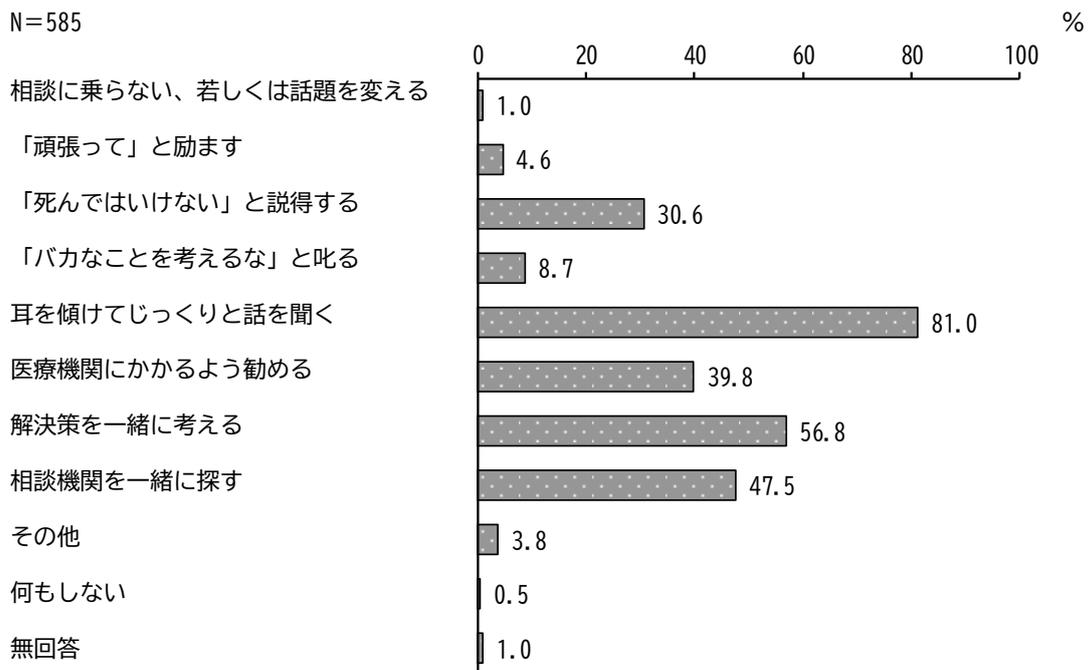


問 19 もし身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、あなたはどのように対応しますか。(〇はいくつでも)

全体では、「耳を傾けてじっくりと話を聞く」の割合が 81.0%と最も高く、次いで「解決策と一緒に考える」の割合が 56.8%、「相談機関と一緒に探す」の割合が 47.5%となっています。

性別では、女性で「相談機関と一緒に探す」の割合が高くなっています。

年齢別では、18～29 歳、30 歳代で「解決策と一緒に考える」の割合が、70 歳以上で「「死んではいけない」と説得する」の割合が高くなっています。

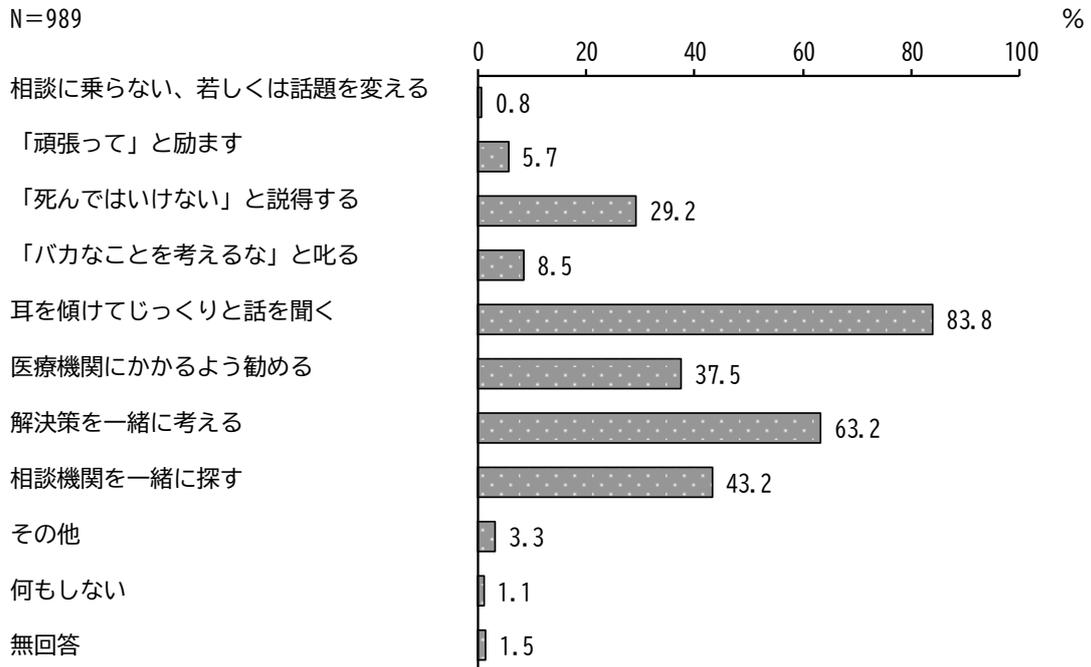


単位：%

| 区分      | N (件) | 相談に乗らない、若しくは話題を変える | 「頑張って」と励ます | 「死んではいけない」と説得する | 「バカなことを考えるな」と叱る | 耳を傾けてじっくりと話を聞く | 医療機関にかかるよう勧める | 解決策と一緒に考える | 相談機関と一緒に探す | その他 | 何もしない | 無回答 |
|---------|-------|--------------------|------------|-----------------|-----------------|----------------|---------------|------------|------------|-----|-------|-----|
| 男性      | 240   | 0.4                | 5.0        | 35.0            | 12.1            | 80.4           | 39.2          | 60.0       | 38.3       | 3.8 | 0.4   | 0.4 |
| 女性      | 337   | 1.5                | 4.2        | 27.3            | 5.9             | 81.3           | 40.1          | 54.9       | 54.3       | 3.9 | 0.6   | 1.5 |
| 18～29 歳 | 65    | 4.6                | 3.1        | 21.5            | —               | 83.1           | 35.4          | 69.2       | 46.2       | 4.6 | —     | —   |
| 30 歳代   | 101   | —                  | 3.0        | 21.8            | 4.0             | 88.1           | 39.6          | 66.3       | 40.6       | 2.0 | 1.0   | —   |
| 40 歳代   | 86    | 1.2                | 3.5        | 26.7            | 5.8             | 84.9           | 46.5          | 61.6       | 55.8       | 7.0 | —     | 1.2 |
| 50 歳代   | 101   | —                  | 1.0        | 31.7            | 6.9             | 87.1           | 37.6          | 49.5       | 55.4       | 5.0 | —     | —   |
| 60 歳代   | 96    | —                  | 4.2        | 31.3            | 9.4             | 76.0           | 31.3          | 54.2       | 50.0       | 5.2 | 1.0   | —   |
| 70 歳以上  | 129   | 1.6                | 10.1       | 42.6            | 18.6            | 70.5           | 45.0          | 48.1       | 40.3       | 0.8 | 0.8   | 3.9 |

### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「解決策を一緒に考える」の割合が減少しています。



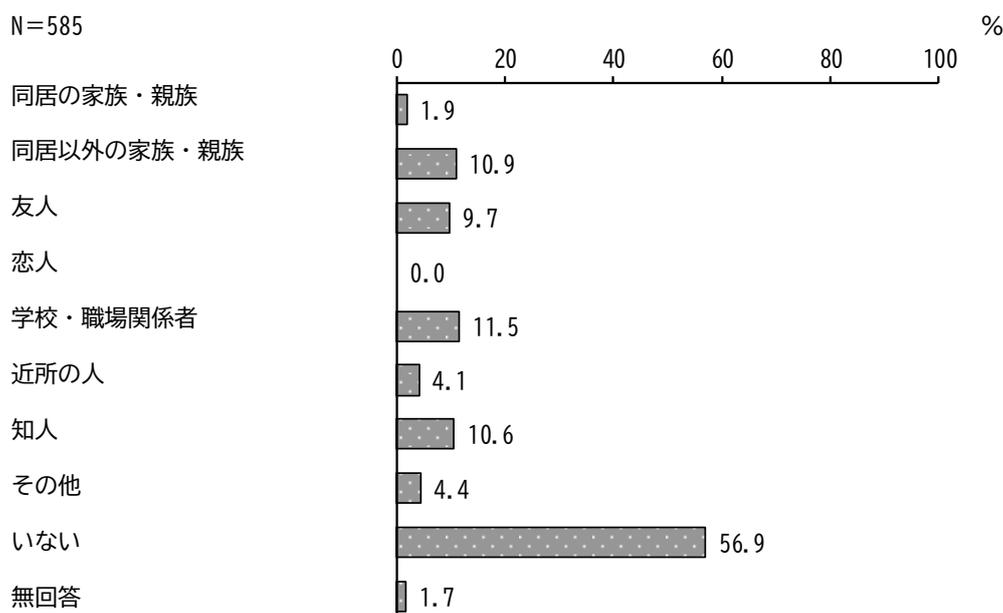
## (6) 自死遺族支援について

問 20 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。  
 (○はいくつでも)

全体では、「いない」の割合が 56.9%と最も高く、次いで「学校・職場関係者」の割合が 11.5%、「同居以外の家族・親族」の割合が 10.9%となっています。

性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、18～29 歳で「いない」の割合が、70 歳以上で「同居以外の家族・親族」の割合が、50 歳代で「知人」の割合が高くなっています。

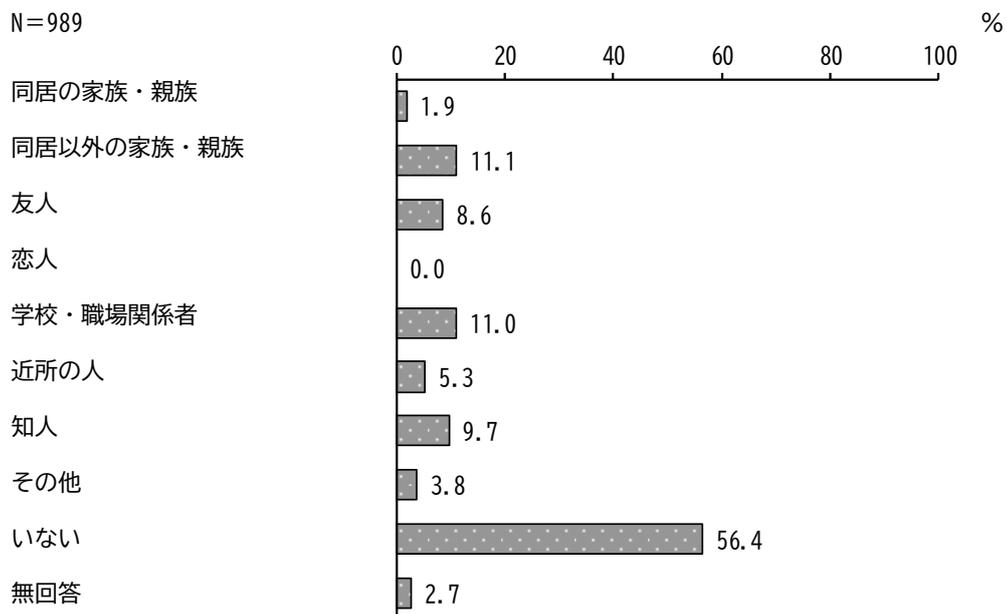


単位：%

| 区分      | N (件) | 同居の家族・親族 | 同居以外の家族・親族 | 友人   | 恋人 | 学校・職場関係者 | 近所の人 | 知人   | その他 | いない  | 無回答 |
|---------|-------|----------|------------|------|----|----------|------|------|-----|------|-----|
| 男性      | 240   | 1.3      | 11.3       | 12.5 | —  | 15.8     | 5.0  | 7.9  | 3.3 | 56.7 | 1.7 |
| 女性      | 337   | 2.4      | 10.4       | 8.0  | —  | 8.3      | 3.6  | 12.8 | 5.3 | 57.0 | 1.8 |
| 18～29 歳 | 65    | —        | 1.5        | 4.6  | —  | 7.7      | 1.5  | 6.2  | 1.5 | 78.5 | —   |
| 30 歳代   | 101   | 3.0      | 10.9       | 6.9  | —  | 6.9      | 2.0  | 9.9  | 8.9 | 61.4 | —   |
| 40 歳代   | 86    | 3.5      | 5.8        | 10.5 | —  | 12.8     | 7.0  | 12.8 | 4.7 | 53.5 | 2.3 |
| 50 歳代   | 101   | 1.0      | 11.9       | 12.9 | —  | 14.9     | 4.0  | 15.8 | 1.0 | 51.5 | —   |
| 60 歳代   | 96    | 2.1      | 11.5       | 13.5 | —  | 14.6     | 7.3  | 11.5 | 5.2 | 49.0 | 2.1 |
| 70 歳以上  | 129   | 1.6      | 17.1       | 9.3  | —  | 11.6     | 3.1  | 7.8  | 4.7 | 54.3 | 4.7 |

### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

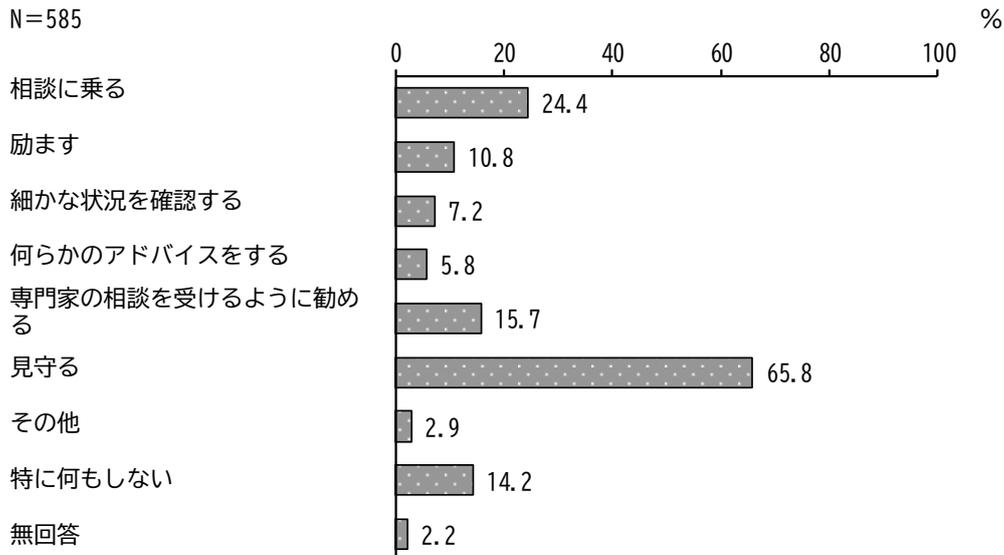


問 21 身近な人が自死遺族であると分かった時、どのように対応しますか。  
(〇はいくつでも)

全体では、「見守る」の割合が 65.8%と最も高く、次いで「相談に乗る」の割合が 24.4%、「専門家の相談を受けるように勧める」の割合が 15.7%となっています。

性別では、女性で「見守る」の割合が高くなっています。

年齢別では、70歳以上で「励ます」の割合が、50歳代で「特に何もしない」の割合が、18～29歳で「相談に乗る」の割合が高くなっています。

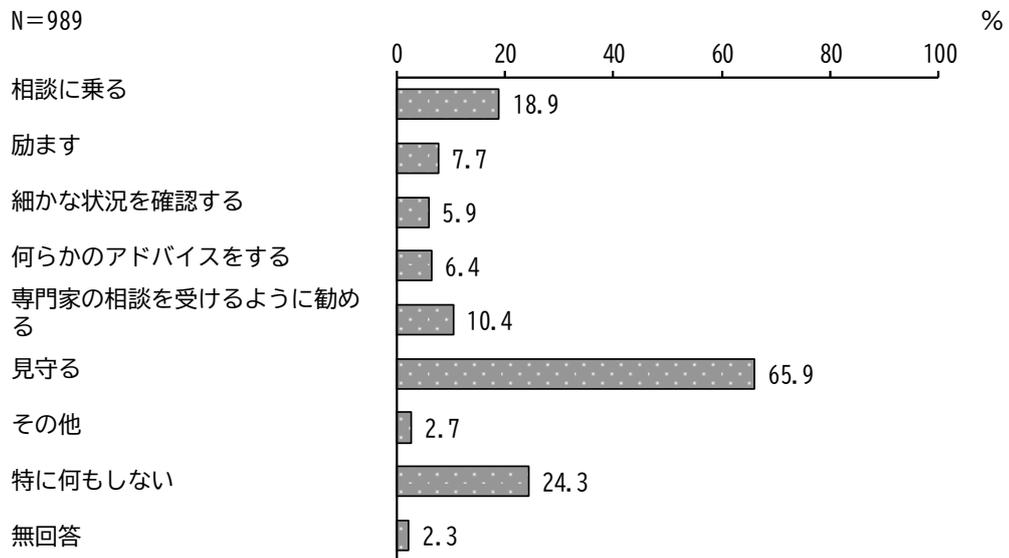


単位：%

| 区分     | N (件) | 相談に乗る | 励ます  | 細かな状況を確認する | 何らかのアドバイスをする | 専門家の相談を受けるように勧める | 見守る  | その他 | 特に何もしない | 無回答 |
|--------|-------|-------|------|------------|--------------|------------------|------|-----|---------|-----|
| 男性     | 240   | 25.4  | 12.5 | 6.7        | 9.2          | 16.7             | 57.9 | 2.1 | 17.5    | 0.8 |
| 女性     | 337   | 24.0  | 8.9  | 7.7        | 3.6          | 14.8             | 71.8 | 3.6 | 11.9    | 3.0 |
| 18～29歳 | 65    | 32.3  | 6.2  | 15.4       | 1.5          | 13.8             | 66.2 | 3.1 | 12.3    | —   |
| 30歳代   | 101   | 26.7  | 3.0  | 9.9        | 4.0          | 12.9             | 72.3 | 3.0 | 16.8    | —   |
| 40歳代   | 86    | 23.3  | 4.7  | 8.1        | 3.5          | 16.3             | 70.9 | 7.0 | 11.6    | 1.2 |
| 50歳代   | 101   | 18.8  | 5.9  | 5.9        | 3.0          | 10.9             | 64.4 | —   | 23.8    | 2.0 |
| 60歳代   | 96    | 25.0  | 16.7 | 4.2        | 9.4          | 16.7             | 64.6 | 2.1 | 12.5    | —   |
| 70歳以上  | 129   | 24.0  | 20.9 | 3.9        | 10.9         | 20.9             | 60.5 | 3.1 | 8.5     | 7.0 |

### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「相談に乗る」「専門家の相談を受けるように勧める」の割合が増加しています。一方、「特に何もしない」の割合が減少しています。

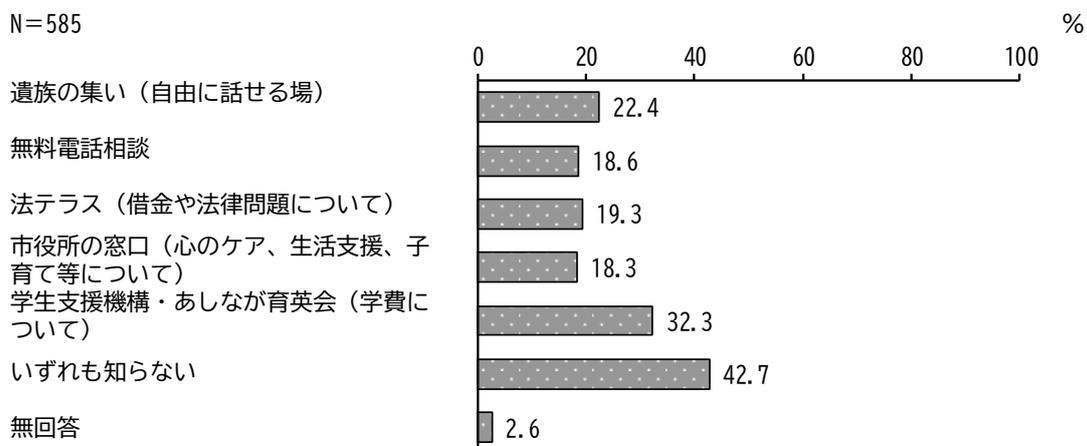


問 22 自死遺族の支援について、知っているものがありますか。(〇はいくつでも)

全体では、「いずれも知らない」の割合が 42.7%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）」の割合が 32.3%、「遺族の集い（自由に話せる場）」の割合が 22.4%となっています。

性別では、男性で「いずれも知らない」の割合が、女性で「遺族の集い（自由に話せる場）」「学生支援機構・あしなが育英会（学費について）」の割合が高くなっています。

年齢別では、30 歳代で「いずれも知らない」の割合が、40 歳代で「学生支援機構・あしなが育英会（学費について）」の割合が、70 歳以上で「市役所の窓口（心のケア、生活支援、子育て等について）」の割合が高くなっています。

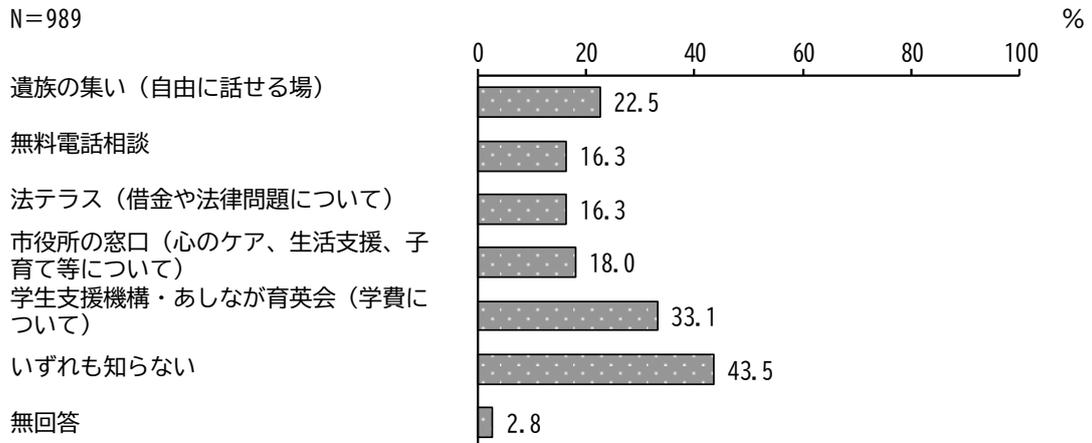


単位：%

| 区分      | N (件) | 遺族の集い（自由に話せる場） | 無料電話相談 | 法テラス（借金や法律問題について） | 市役所の窓口（心のケア、生活支援、子育て等について） | 学生支援機構・あしなが育英会（学費について） | いずれも知らない | 無回答 |
|---------|-------|----------------|--------|-------------------|----------------------------|------------------------|----------|-----|
| 男性      | 240   | 13.3           | 18.3   | 22.1              | 16.3                       | 25.4                   | 50.0     | 1.7 |
| 女性      | 337   | 29.1           | 19.0   | 17.5              | 20.2                       | 37.4                   | 37.1     | 3.0 |
| 18～29 歳 | 65    | 18.5           | 12.3   | 20.0              | 13.8                       | 27.7                   | 53.8     | 1.5 |
| 30 歳代   | 101   | 19.8           | 11.9   | 15.8              | 6.9                        | 19.8                   | 57.4     | —   |
| 40 歳代   | 86    | 25.6           | 15.1   | 19.8              | 12.8                       | 46.5                   | 41.9     | 1.2 |
| 50 歳代   | 101   | 26.7           | 17.8   | 21.8              | 19.8                       | 38.6                   | 34.7     | 3.0 |
| 60 歳代   | 96    | 28.1           | 22.9   | 22.9              | 19.8                       | 32.3                   | 37.5     | 1.0 |
| 70 歳以上  | 129   | 17.8           | 27.1   | 17.8              | 31.8                       | 31.0                   | 34.9     | 6.2 |

## 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。



【次の問 23～問 26 の設問は、本気で自殺をしたいと考えたことがある人に対しておたずねしております。回答は強制ではないので、負担を感じる方は回答していただくなくても構いません。】

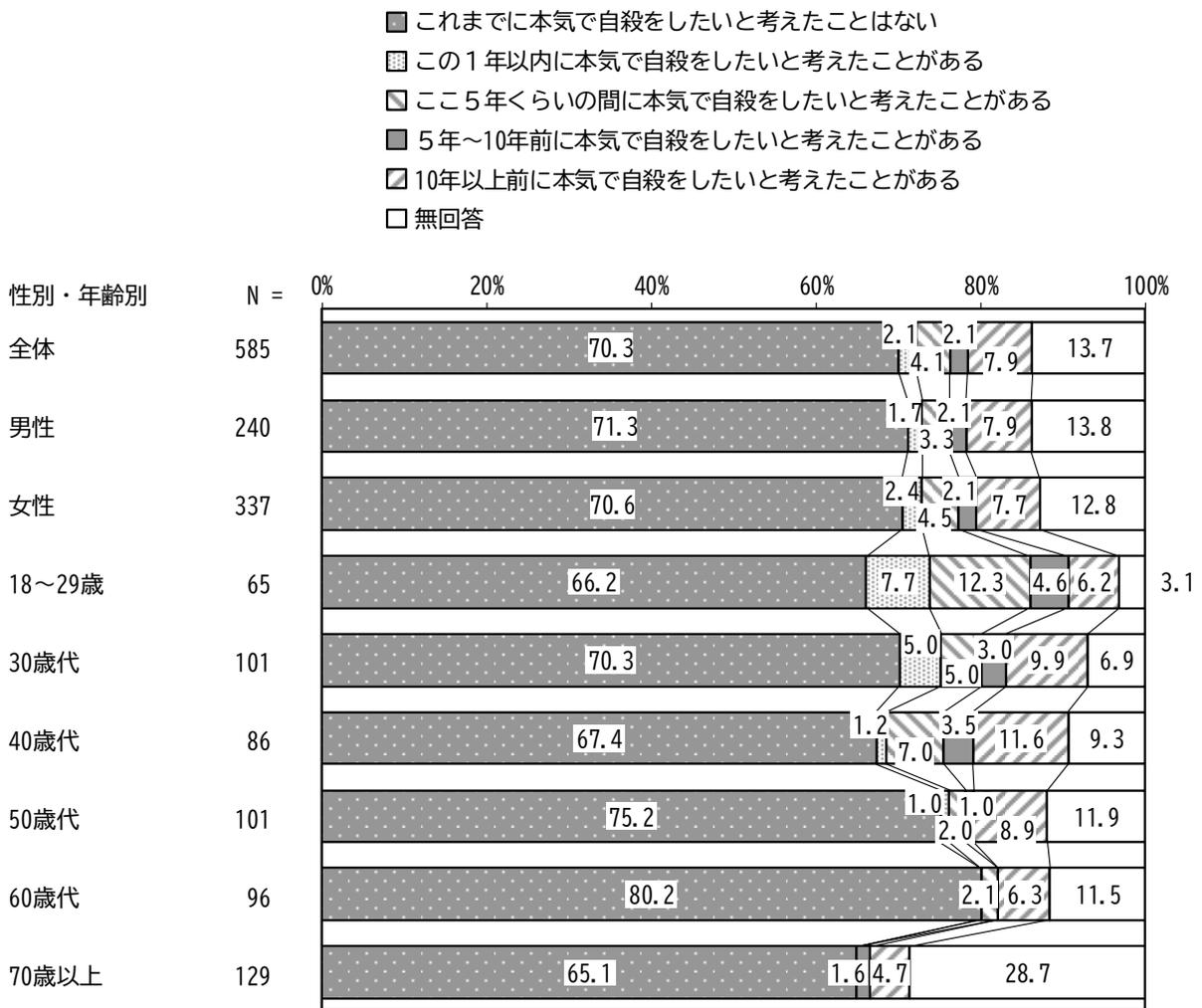
(7) 本気で自殺をしたいと考えたことがあるかどうかについて

問 23 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)

全体では、「これまでに本気で自殺をしたいと考えたことはない」の割合が 70.3%と最も高くなっています。

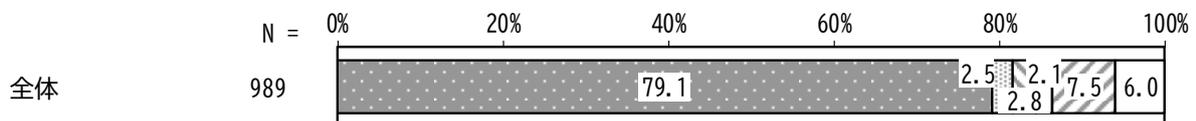
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、他に比べ、60 歳代で「これまでに本気で自殺をしたいと考えたことはない」の割合が高くなっています。



【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「これまでに本気で自殺をしたいと考えたことはない」の割合が減少しています。



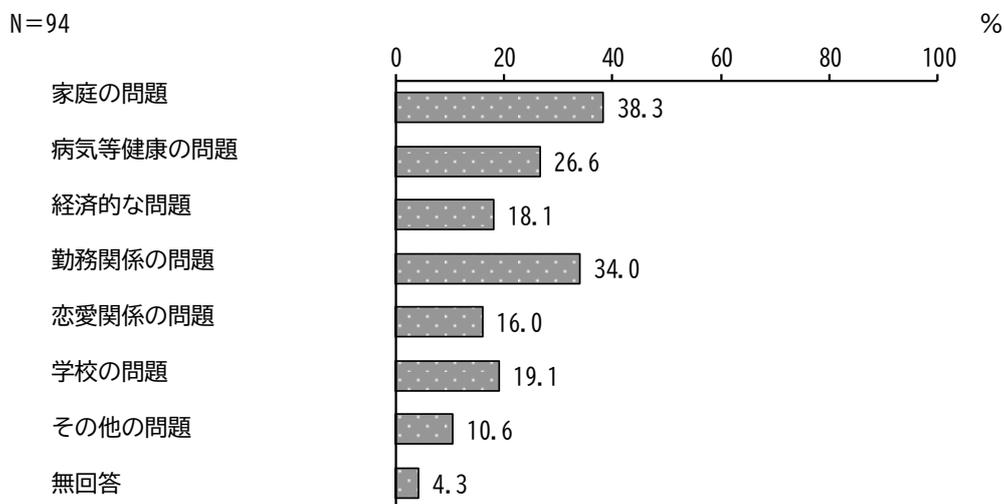
【前の質問（問 23）で 2～5 に○を付けた方に質問です。】

問 24 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。1～7の該当するものに○を付けて、さらにその中の細かな項目で該当するもの（a～f等）にも○を付けてください。（○はいくつでも）

全体では、「家庭の問題」の割合が 38.3%と最も高く、次いで「勤務関係の問題」の割合が 34.0%、「病気等健康の問題」の割合が 26.6%となっています。

性別では、女性で「家庭の問題」の割合が、男性で「恋愛関係の問題」「学校の問題」の割合が高くなっています。

年齢別では、18～29歳で「病気等健康の問題」の割合が、50歳代で「家庭の問題」「恋愛関係の問題」の割合が高くなっています。

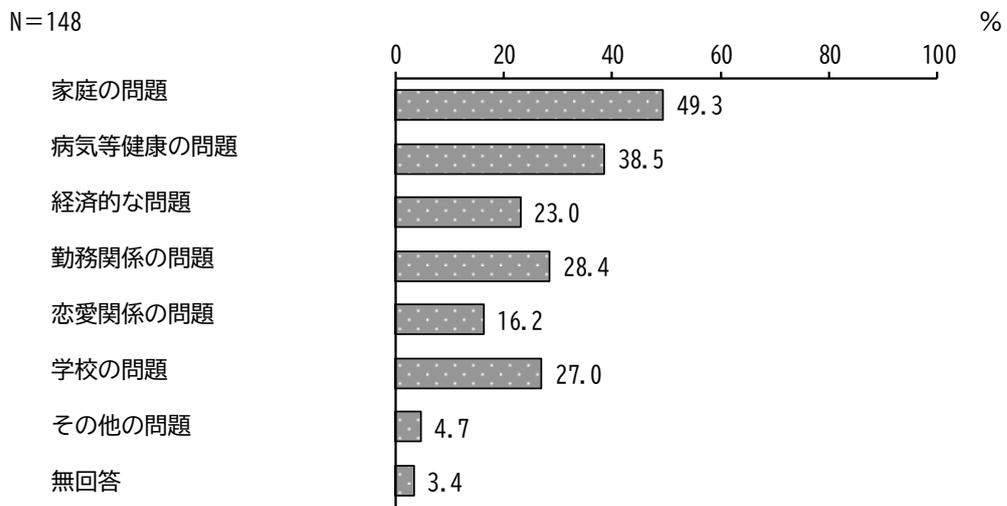


単位：%

| 区分     | N (件) | 家庭の問題 | 病気等健康の問題 | 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 | その他の問題 | 無回答  |
|--------|-------|-------|----------|--------|---------|---------|-------|--------|------|
| 男性     | 36    | 16.7  | 16.7     | 11.1   | 36.1    | 25.0    | 27.8  | 8.3    | 2.8  |
| 女性     | 56    | 51.8  | 33.9     | 23.2   | 32.1    | 10.7    | 14.3  | 12.5   | 5.4  |
| 18～29歳 | 20    | 35.0  | 45.0     | 20.0   | 45.0    | 25.0    | 25.0  | 15.0   | 5.0  |
| 30歳代   | 23    | 17.4  | 17.4     | 13.0   | 43.5    | 8.7     | 30.4  | 8.7    | 4.3  |
| 40歳代   | 20    | 50.0  | 20.0     | 10.0   | 30.0    | 15.0    | 15.0  | 25.0   | 5.0  |
| 50歳代   | 13    | 53.8  | 30.8     | 30.8   | 30.8    | 30.8    | 7.7   | —      | —    |
| 60歳代   | 8     | 37.5  | 37.5     | 50.0   | 12.5    | 12.5    | —     | —      | —    |
| 70歳以上  | 8     | 50.0  | 12.5     | —      | 12.5    | —       | 25.0  | —      | 12.5 |

### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「勤務関係の問題」「その他の問題」の割合が増加しています。一方、「家庭の問題」「病気等健康の問題」「学校の問題」の割合が減少しています。

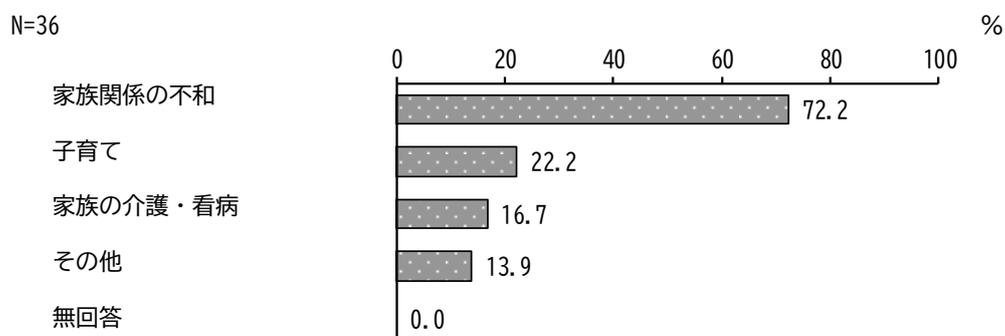


## 家庭の問題

全体では、「家族関係の不和」の割合が72.2%と最も高く、次いで「子育て」の割合が22.2%、「家族の介護・看病」の割合が16.7%となっています。

性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、40歳代で「子育て」の割合が高くなっています。

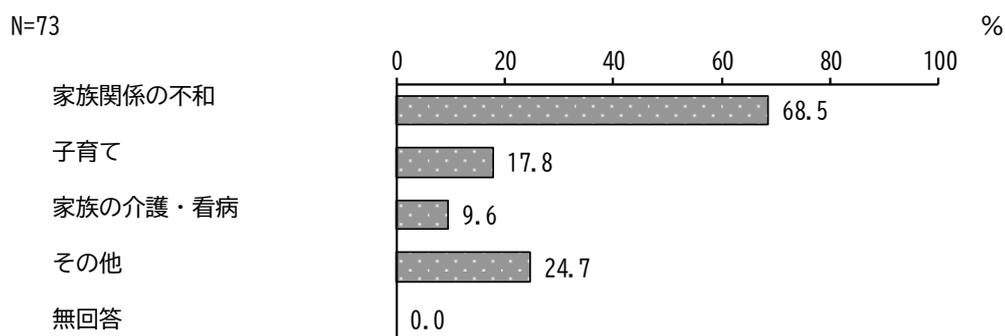


単位：%

| 区分     | N (件) | 家族関係の不和 | 子育て  | 家族の介護・看病 | その他  | 無回答 |
|--------|-------|---------|------|----------|------|-----|
| 男性     | 6     | 83.3    | 16.7 | —        | 16.7 | —   |
| 女性     | 29    | 72.4    | 24.1 | 17.2     | 13.8 | —   |
| 18～29歳 | 7     | 85.7    | —    | 14.3     | —    | —   |
| 30歳代   | 4     | 100.0   | —    | —        | —    | —   |
| 40歳代   | 10    | 60.0    | 60.0 | 20.0     | 30.0 | —   |
| 50歳代   | 7     | 57.1    | 28.6 | 14.3     | 14.3 | —   |
| 60歳代   | 3     | 100.0   | —    | —        | —    | —   |
| 70歳以上  | 4     | 75.0    | —    | 25.0     | 25.0 | —   |

## 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「家族の介護・看病」の割合が増加しています。

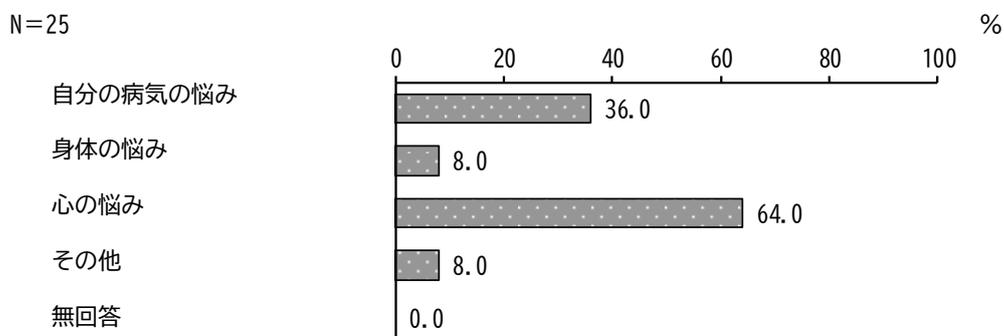


## 病気等健康の問題

全体では、「心の悩み」の割合が 64.0%と最も高く、次いで「自分の病気の悩み」の割合が 36.0%となっています。

性別では、女性で「自分の病気の悩み」の割合が高くなっています。

年齢別では、回答者が 10 未満のため、比較は差し控えます。

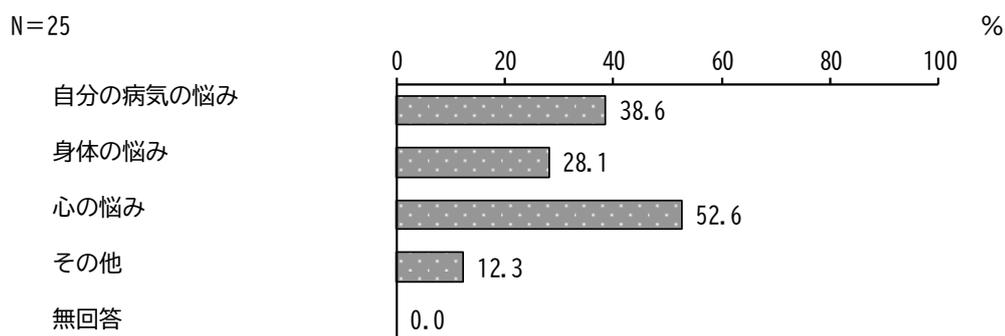


単位：%

| 区分      | N (件) | 自分の病気の悩み | 身体の悩み | 心の悩み  | その他  | 無回答 |
|---------|-------|----------|-------|-------|------|-----|
| 男性      | 6     | 16.7     | —     | 66.7  | 16.7 | —   |
| 女性      | 19    | 42.1     | 10.5  | 63.2  | 5.3  | —   |
| 18～29 歳 | 9     | 33.3     | 22.2  | 66.7  | 11.1 | —   |
| 30 歳代   | 4     | 50.0     | —     | 75.0  | —    | —   |
| 40 歳代   | 4     | 50.0     | —     | 25.0  | 25.0 | —   |
| 50 歳代   | 4     | 25.0     | —     | 75.0  | —    | —   |
| 60 歳代   | 3     | 33.3     | —     | 66.7  | —    | —   |
| 70 歳以上  | 1     | —        | —     | 100.0 | —    | —   |

## 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「心の悩み」の割合が増加しています。一方、「身体の悩み」の割合が減少しています。



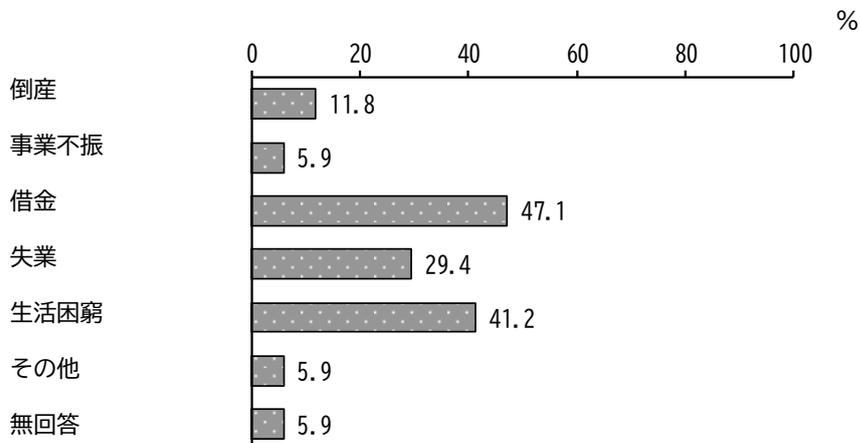
## 経済的な問題

全体では、「借金」の割合が47.1%と最も高く、次いで「生活困窮」の割合が41.2%、「失業」の割合が29.4%となっています。

性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、回答者が10未満のため、比較は差し控えます。

N=17



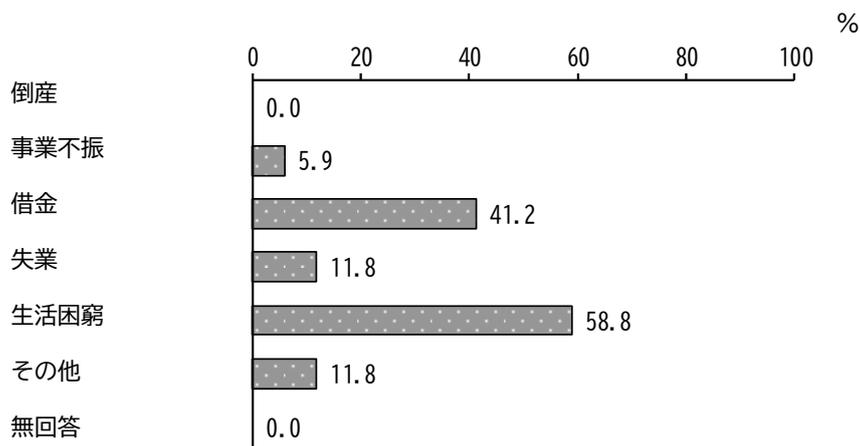
単位：%

| 区分     | N (件) | 倒産   | 事業不振 | 借金    | 失業   | 生活困窮  | その他  | 無回答  |
|--------|-------|------|------|-------|------|-------|------|------|
| 男性     | 4     | —    | —    | 50.0  | 50.0 | 50.0  | —    | 25.0 |
| 女性     | 13    | 15.4 | 7.7  | 46.2  | 23.1 | 38.5  | 7.7  | —    |
| 18~29歳 | 4     | —    | —    | —     | 25.0 | 25.0  | 25.0 | 25.0 |
| 30歳代   | 3     | 33.3 | 33.3 | 33.3  | 33.3 | 66.7  | —    | —    |
| 40歳代   | 2     | —    | —    | 100.0 | —    | 100.0 | —    | —    |
| 50歳代   | 4     | 25.0 | —    | 50.0  | 50.0 | 50.0  | —    | —    |
| 60歳代   | 4     | —    | —    | 75.0  | 25.0 | —     | —    | —    |
| 70歳以上  | —     | —    | —    | —     | —    | —     | —    | —    |

## 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「倒産」「借金」「失業」の割合が増加しています。一方、「生活困窮」の割合が減少しています。

N=34

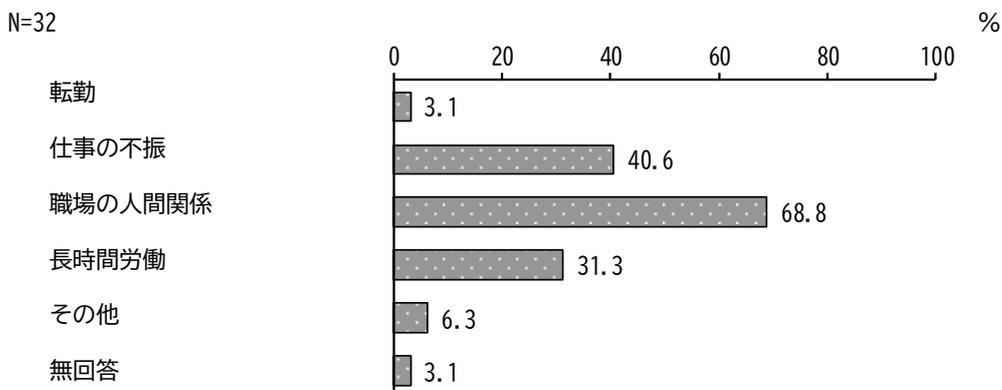


## 勤務関係の問題

全体では、「職場の人間関係」の割合が68.8%と最も高く、次いで「仕事の不振」の割合が40.6%、「長時間労働」の割合が31.3%となっています。

性別では、女性で「職場の人間関係」の割合が、男性で「長時間労働」「仕事の不振」の割合が高くなっています。

年齢別では、大きな差はみられません。

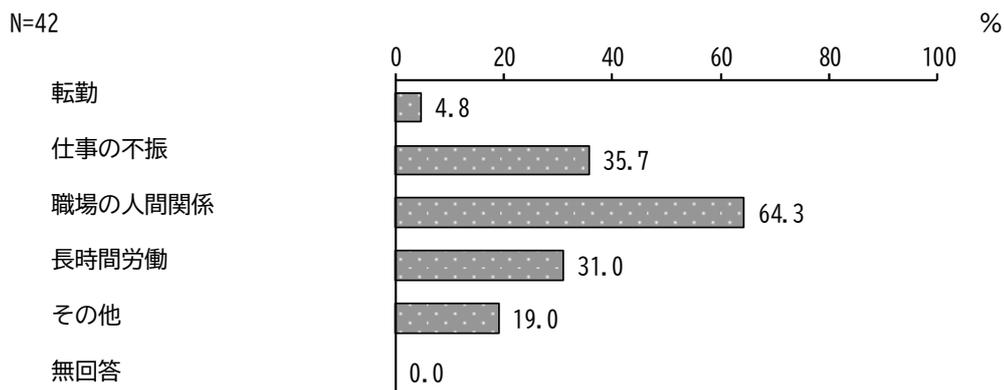


単位：%

| 区分     | N (件) | 転勤   | 仕事の不振 | 職場の人間関係 | 長時間労働 | その他   | 無回答  |
|--------|-------|------|-------|---------|-------|-------|------|
| 男性     | 13    | —    | 46.2  | 46.2    | 38.5  | 7.7   | —    |
| 女性     | 18    | 5.6  | 33.3  | 83.3    | 22.2  | 5.6   | 5.6  |
| 18～29歳 | 9     | —    | 44.4  | 88.9    | 11.1  | —     | 11.1 |
| 30歳代   | 10    | —    | 40.0  | 50.0    | 30.0  | —     | —    |
| 40歳代   | 6     | 16.7 | 33.3  | 83.3    | 66.7  | 16.7  | —    |
| 50歳代   | 4     | —    | 25.0  | 50.0    | 25.0  | —     | —    |
| 60歳代   | 1     | —    | 100.0 | —       | —     | —     | —    |
| 70歳以上  | 1     | —    | —     | 100.0   | —     | 100.0 | —    |

## 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

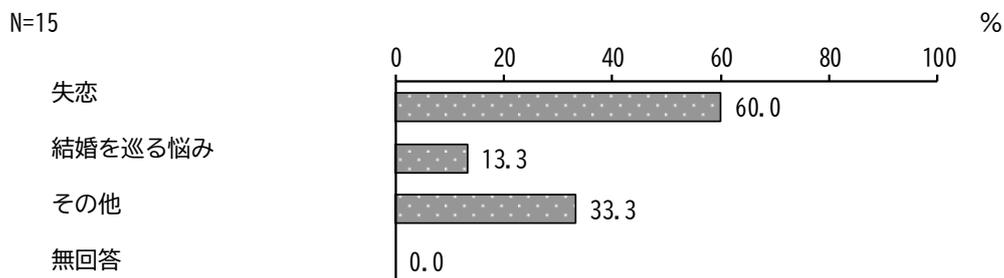


## 恋愛関係の問題

全体では、「失恋」の割合が 60.0%、「結婚を巡る悩み」の割合が 13.3%となっています。

性別では、回答者が 10 未満のため、比較は差し控えます。

年齢別では、回答者が 10 未満のため、比較は差し控えます。

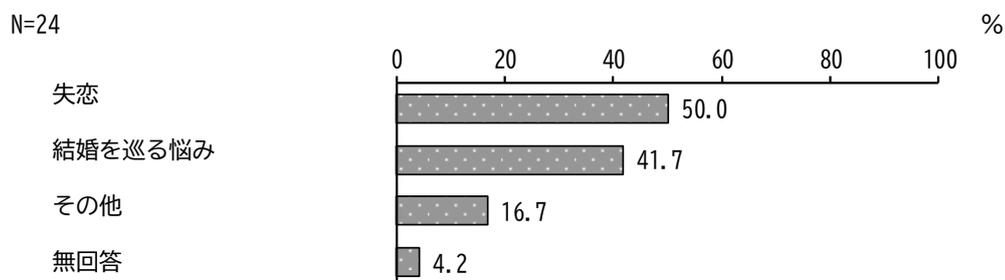


単位：%

| 区分      | N (件) | 失恋    | 結婚を巡る悩み | その他  | 無回答 |
|---------|-------|-------|---------|------|-----|
| 男性      | 9     | 66.7  | 11.1    | 33.3 | —   |
| 女性      | 6     | 50.0  | 16.7    | 33.3 | —   |
| 18～29 歳 | 5     | 40.0  | —       | 60.0 | —   |
| 30 歳代   | 2     | 100.0 | —       | —    | —   |
| 40 歳代   | 3     | 66.7  | 33.3    | —    | —   |
| 50 歳代   | 4     | 50.0  | 25.0    | 50.0 | —   |
| 60 歳代   | 1     | 100.0 | —       | —    | —   |
| 70 歳以上  | —     | —     | —       | —    | —   |

## 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「失恋」の割合が増加しています。一方、「結婚を巡る悩み」の割合が減少しています。

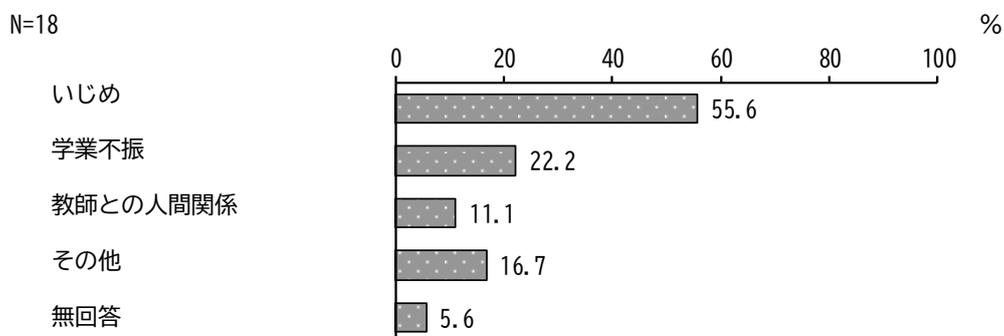


## 学校の問題

全体では、「いじめ」の割合が 55.6%と最も高く、次いで「学業不振」の割合が 22.2%、「教師との人間関係」の割合が 11.1%となっています。

性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、回答者が 10 未満のため、比較は差し控えます。

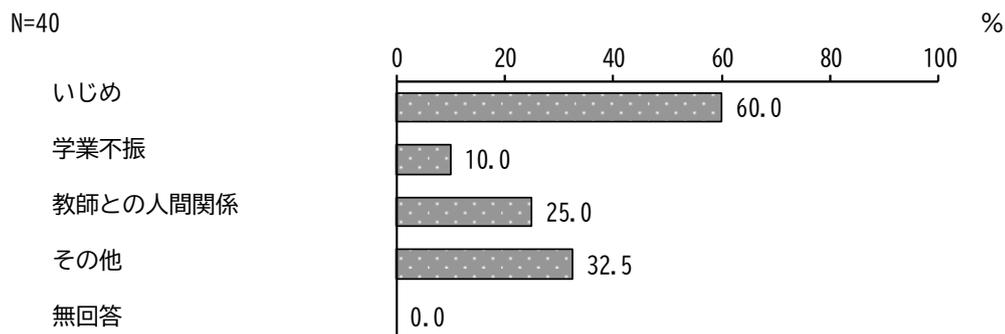


単位：%

| 区分      | N (件) | いじめ   | 学業不振 | 教師との人間関係 | その他  | 無回答  |
|---------|-------|-------|------|----------|------|------|
| 男性      | 10    | 50.0  | 20.0 | 10.0     | 10.0 | 10.0 |
| 女性      | 8     | 62.5  | 25.0 | 12.5     | 25.0 | —    |
| 18~29 歳 | 5     | 40.0  | —    | 20.0     | 40.0 | —    |
| 30 歳代   | 7     | 71.4  | 42.9 | —        | 14.3 | —    |
| 40 歳代   | 3     | 33.3  | —    | 33.3     | —    | 33.3 |
| 50 歳代   | 1     | 100.0 | —    | —        | —    | —    |
| 60 歳代   | —     | —     | —    | —        | —    | —    |
| 70 歳以上  | 2     | 50.0  | 50.0 | —        | —    | —    |

## 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「学業不振」の割合が増加しています。一方、「教師との人間関係」の割合が減少しています。

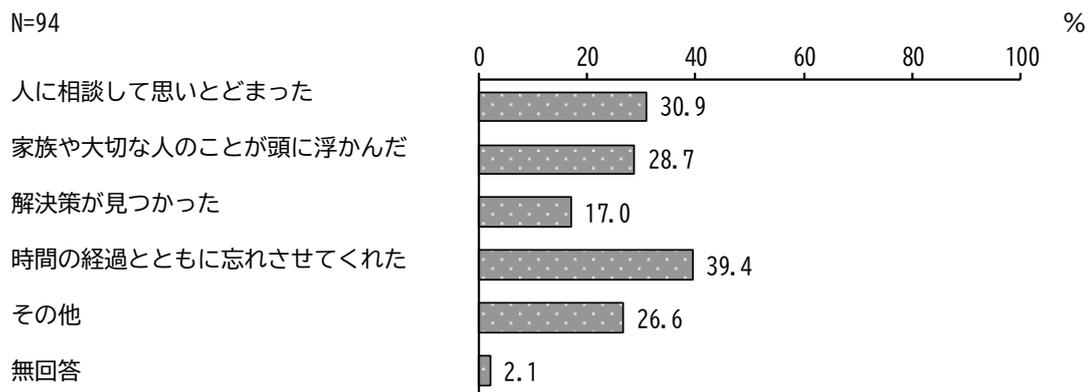


問 25 自殺をしたいという考えを思いとどまった理由は何ですか。(〇はいくつでも)

全体では、「時間の経過とともに忘れさせてくれた」の割合が 39.4%と最も高く、次いで「人に相談して思いとどまった」の割合が 30.9%、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」の割合が 28.7%となっています。

性別では、男性で「時間の経過とともに忘れさせてくれた」の割合が、女性で「人に相談して思いとどまった」「解決策が見つかった」の割合が高くなっています。

年齢別では、30 歳代で「時間の経過とともに忘れさせてくれた」「人に相談して思いとどまった」の割合が、50 歳代で「時間の経過とともに忘れさせてくれた」の割合が高くなっています。

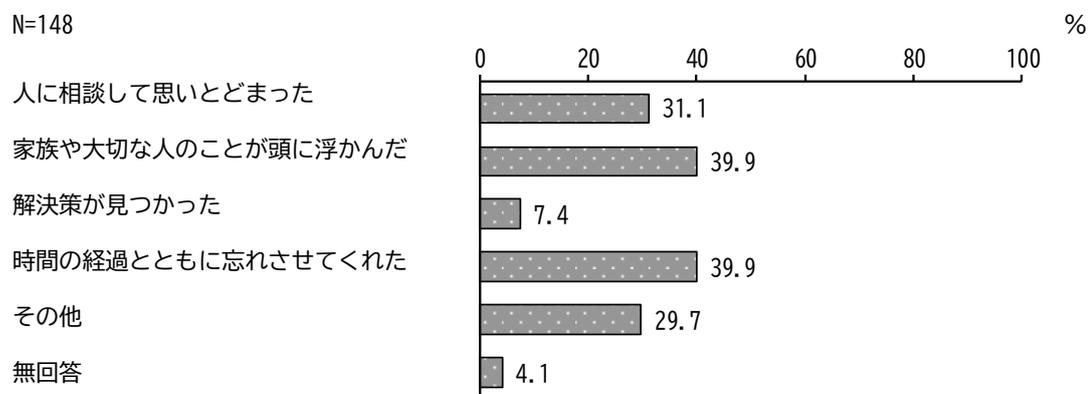


単位：%

| 区分      | N (件) | 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 | 解決策が見つかった | 時間の経過とともに忘れさせてくれた | その他  | 無回答 |
|---------|-------|---------------|-------------------|-----------|-------------------|------|-----|
| 男性      | 36    | 19.4          | 22.2              | 8.3       | 52.8              | 27.8 | —   |
| 女性      | 56    | 39.3          | 33.9              | 23.2      | 32.1              | 25.0 | 1.8 |
| 18~29 歳 | 20    | 25.0          | 25.0              | 15.0      | 35.0              | 30.0 | 5.0 |
| 30 歳代   | 23    | 43.5          | 34.8              | 13.0      | 56.5              | 17.4 | —   |
| 40 歳代   | 20    | 20.0          | 25.0              | 20.0      | 35.0              | 40.0 | —   |
| 50 歳代   | 13    | 15.4          | 23.1              | 7.7       | 46.2              | 23.1 | —   |
| 60 歳代   | 8     | 75.0          | 25.0              | 25.0      | 25.0              | 25.0 | —   |
| 70 歳以上  | 8     | 25.0          | 50.0              | 37.5      | 25.0              | 12.5 | —   |

### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「解決策が見つかった」の割合が増加しています。一方、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」の割合が減少しています。

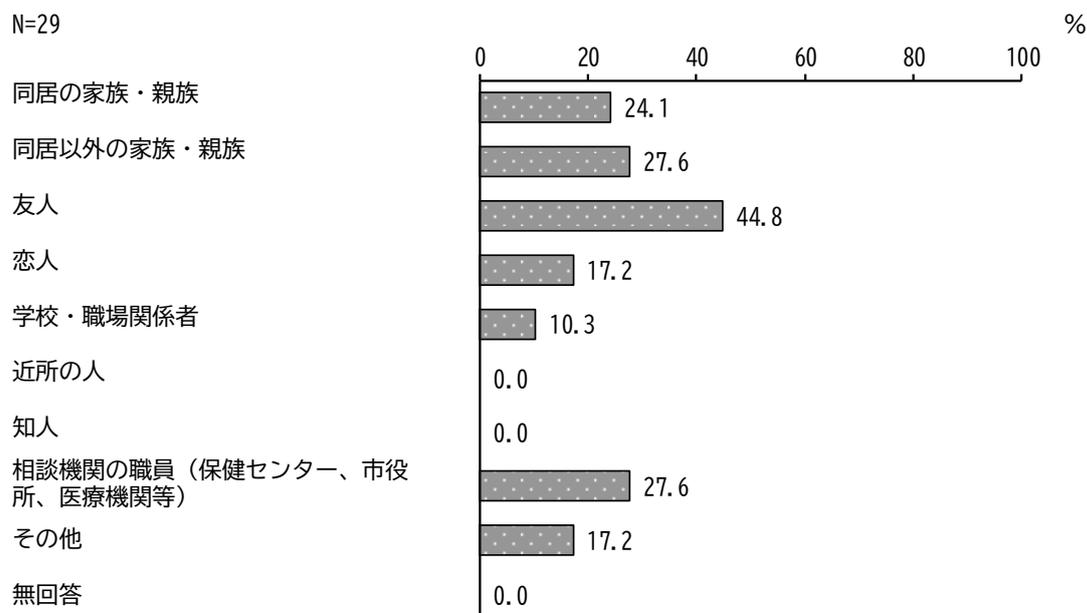


問 26 相談した相手の方はどなたでしたか。(〇はいくつでも)

全体では、「友人」の割合が 44.8%と最も高く、次いで「同居以外の家族・親族」、「相談機関の職員（保健センター、市役所、医療機関等）」の割合が 27.6%となっています。

性別では、女性で「同居以外の家族・親族」「友人」の割合が高くなっています。

年齢別では、30 歳代で「同居の家族・親族」「友人」の割合が高くなっています。

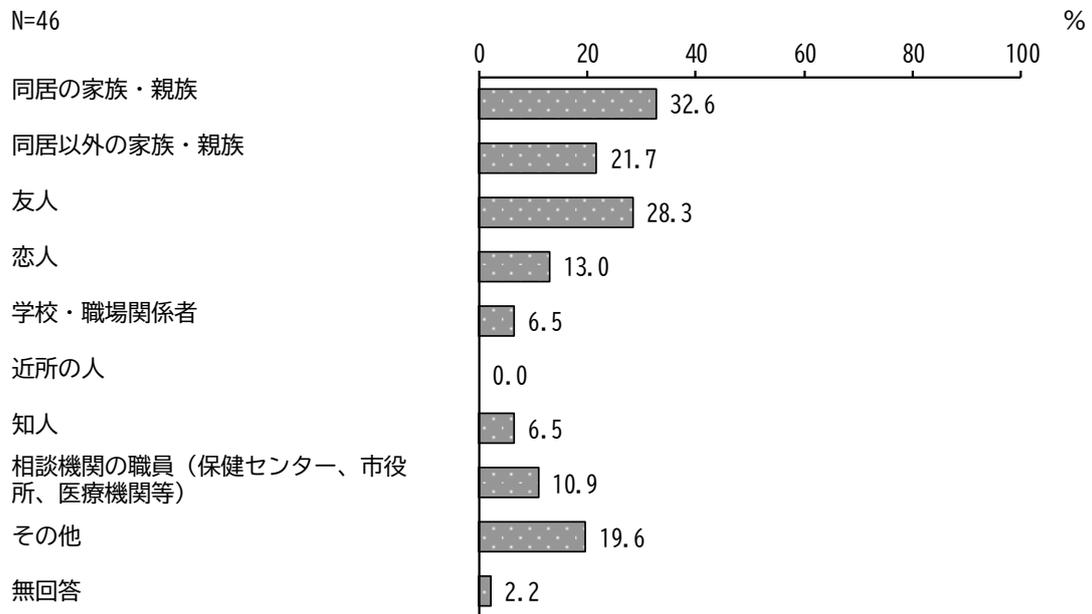


単位：%

| 区分      | N (件) | 同居の家族・親族 | 同居以外の家族・親族 | 友人   | 恋人   | 学校・職場関係者 | 近所の人 | 知人 | 相談機関の職員（保健センター、市役所、医療機関等） | その他  | 無回答 |
|---------|-------|----------|------------|------|------|----------|------|----|---------------------------|------|-----|
| 男性      | 7     | 42.9     | —          | 28.6 | 28.6 | —        | —    | —  | 42.9                      | 14.3 | —   |
| 女性      | 22    | 18.2     | 36.4       | 50.0 | 13.6 | 13.6     | —    | —  | 22.7                      | 18.2 | —   |
| 18～29 歳 | 5     | 20.0     | 20.0       | 40.0 | 20.0 | —        | —    | —  | 20.0                      | 20.0 | —   |
| 30 歳代   | 10    | 40.0     | 20.0       | 50.0 | 20.0 | 10.0     | —    | —  | 10.0                      | 10.0 | —   |
| 40 歳代   | 4     | 25.0     | —          | 50.0 | —    | 25.0     | —    | —  | 75.0                      | —    | —   |
| 50 歳代   | 2     | —        | —          | 50.0 | 50.0 | —        | —    | —  | 50.0                      | —    | —   |
| 60 歳代   | 6     | 16.7     | 50.0       | 50.0 | —    | —        | —    | —  | 16.7                      | 50.0 | —   |
| 70 歳以上  | 2     | —        | 100.0      | —    | 50.0 | 50.0     | —    | —  | 50.0                      | —    | —   |

### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「同居以外の家族・親族」「友人」「相談機関の職員（保健センター、市役所、医療機関等）」の割合が増加しています。一方、「同居の家族・親族」「知人」の割合が減少しています。



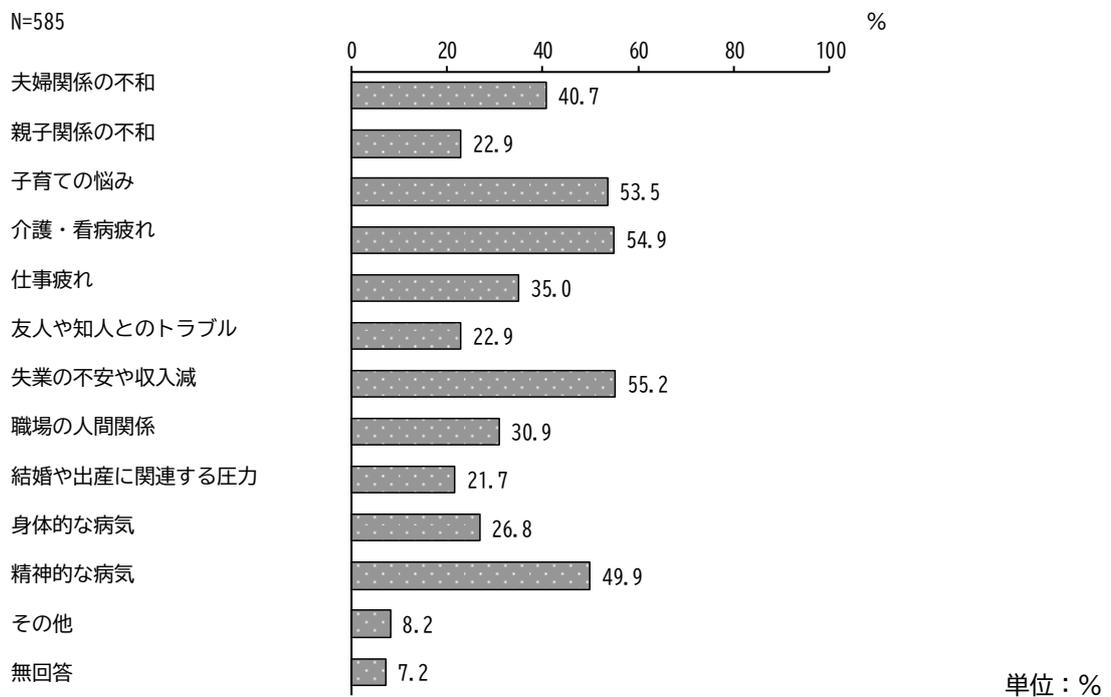
問 27 2022 年の自殺者は前年比 4.2%増の 2 万 1881 人となっており、男性は 13 年ぶりに増加、女性は 3 年連続の増加となっているなど、ここ数年、コロナ禍で女性の自殺者数が増加しています。女性の自殺が増加している原因はどのようなことが考えられると思いますか。(〇はいくつでも)

全体では、「失業の不安や収入減」と考える人の割合が 55.2%と最も高く、次いで「介護・看病疲れ」と考える人の割合が 54.9%、「子育ての悩み」と考える人の割合が 53.5%となっています。

性別では、女性で「夫婦関係の不和」「失業の不安や収入減」と考える人の割合が高くなっています。

年齢別では、18～29 歳で「子育ての悩み」「夫婦関係の不和」と考える人の割合が、30 歳代で「子育ての悩み」と考える人の割合が高くなっています。

調査結果をみると、コロナ禍で、非正規雇用や子育て中の女性に対するきめ細かい就職支援や介護負担に対する支援などの必要性がうかがえます。



| 区分      | N (件) | 夫婦関係の不和 | 親子関係の不和 | 子育ての悩み | 介護・看病疲れ | 仕事疲れ | 友人や知人とのトラブル | 収入減<br>失業の不安や | 職場の人間関係 | 結婚や出産に関連する圧力 | 身体的な病気 | 精神的な病気 | その他  | 無回答  |
|---------|-------|---------|---------|--------|---------|------|-------------|---------------|---------|--------------|--------|--------|------|------|
| 男性      | 240   | 30.8    | 18.3    | 52.9   | 52.9    | 33.3 | 23.3        | 47.9          | 30.4    | 22.9         | 27.5   | 47.5   | 9.6  | 8.3  |
| 女性      | 337   | 47.5    | 26.4    | 54.3   | 56.7    | 35.6 | 22.6        | 60.8          | 31.5    | 20.8         | 26.7   | 51.9   | 7.4  | 5.9  |
| 18～29 歳 | 65    | 55.4    | 26.2    | 70.8   | 53.8    | 44.6 | 30.8        | 47.7          | 41.5    | 32.3         | 26.2   | 49.2   | 7.7  | 1.5  |
| 30 歳代   | 101   | 41.6    | 31.7    | 66.3   | 58.4    | 45.5 | 26.7        | 66.3          | 37.6    | 29.7         | 22.8   | 56.4   | 5.9  | 1.0  |
| 40 歳代   | 86    | 44.2    | 18.6    | 60.5   | 54.7    | 37.2 | 20.9        | 59.3          | 27.9    | 24.4         | 33.7   | 57.0   | 11.6 | 2.3  |
| 50 歳代   | 101   | 34.7    | 24.8    | 50.5   | 54.5    | 29.7 | 29.7        | 62.4          | 29.7    | 17.8         | 21.8   | 55.4   | 9.9  | 3.0  |
| 60 歳代   | 96    | 33.3    | 18.8    | 45.8   | 55.2    | 30.2 | 18.8        | 53.1          | 26.0    | 18.8         | 22.9   | 43.8   | 10.4 | 7.3  |
| 70 歳以上  | 129   | 40.3    | 19.4    | 38.8   | 53.5    | 27.1 | 14.7        | 45.0          | 27.1    | 13.2         | 33.3   | 41.1   | 5.4  | 20.2 |

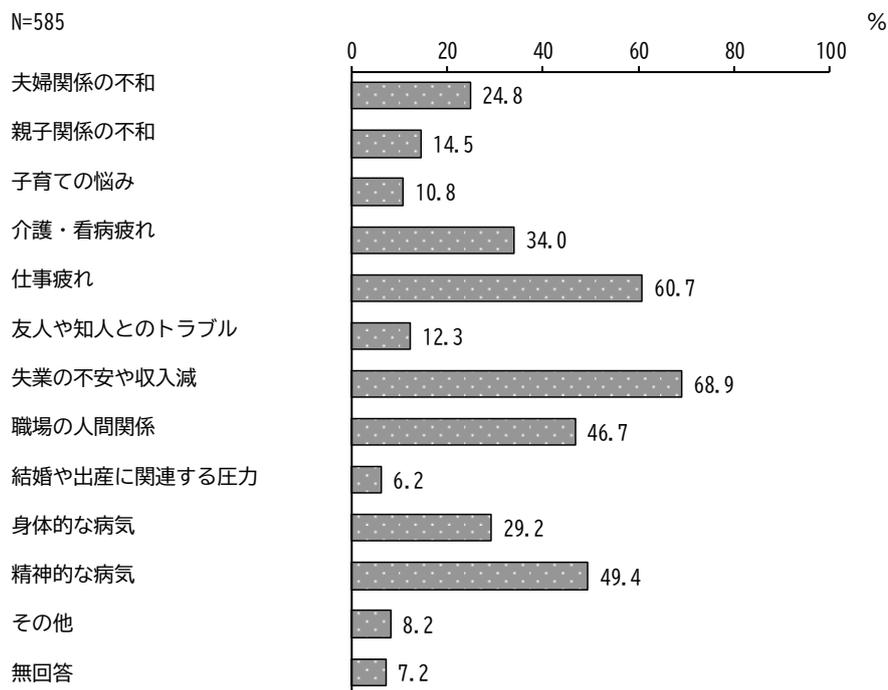
問 28 小金井市では、ここ数年、男性の自殺者数が女性に比べ多くなっています。本市で男性の自殺が多い原因はどのようなことが考えられると思いますか。  
(〇はいくつでも)

全体では、「失業の不安や収入減」と考える人の割合が 68.9%と最も高く、次いで「仕事疲れ」と考える人の割合が 60.7%、「精神的な病気」と考える人の割合が 49.4%となっています。

性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、18～29 歳で「仕事疲れ」「子育ての悩み」と考える人の割合が、30 歳代で「仕事疲れ」と考える人の割合が高くなっています。

調査結果をみると、特に若い人で「仕事疲れ」の割合が高く、身体的な疲労とともにメンタル面での負荷が考えられます。



単位：%

| 区分      | N (件) | 夫婦関係の不和 | 親子関係の不和 | 子育ての悩み | 介護・看病疲れ | 仕事疲れ | 友人や知人とのトラブル | 失業の不安や収入減 | 職場の人間関係 | 結婚や出産に関連する圧力 | 身体的な病気 | 精神的な病気 | その他  | 無回答  |
|---------|-------|---------|---------|--------|---------|------|-------------|-----------|---------|--------------|--------|--------|------|------|
| 男性      | 240   | 22.9    | 15.0    | 13.8   | 38.3    | 59.6 | 13.3        | 62.5      | 41.3    | 7.5          | 31.7   | 50.0   | 8.3  | 7.1  |
| 女性      | 337   | 25.8    | 14.2    | 7.7    | 30.9    | 61.4 | 11.6        | 73.6      | 50.4    | 4.7          | 27.6   | 49.0   | 8.3  | 7.1  |
| 18～29 歳 | 65    | 33.8    | 20.0    | 21.5   | 33.8    | 78.5 | 15.4        | 72.3      | 56.9    | 10.8         | 20.0   | 53.8   | 4.6  | 3.1  |
| 30 歳代   | 101   | 26.7    | 19.8    | 13.9   | 36.6    | 78.2 | 16.8        | 75.2      | 48.5    | 8.9          | 24.8   | 46.5   | 7.9  | 2.0  |
| 40 歳代   | 86    | 19.8    | 8.1     | 5.8    | 26.7    | 60.5 | 11.6        | 74.4      | 55.8    | 3.5          | 32.6   | 50.0   | 15.1 | 2.3  |
| 50 歳代   | 101   | 20.8    | 10.9    | 5.9    | 26.7    | 64.4 | 15.8        | 77.2      | 53.5    | 6.9          | 27.7   | 53.5   | 5.9  | 4.0  |
| 60 歳代   | 96    | 25.0    | 17.7    | 6.3    | 41.7    | 51.0 | 6.3         | 66.7      | 39.6    | 2.1          | 27.1   | 52.1   | 10.4 | 5.2  |
| 70 歳以上  | 129   | 24.8    | 12.4    | 10.9   | 36.4    | 42.6 | 9.3         | 54.3      | 34.1    | 4.7          | 38.0   | 44.2   | 6.2  | 20.2 |

問 29 新型コロナウイルス感染症流行以降、あなたの心情や考えに変化がありましたか。コロナ流行から回答時点までのあなたの気持ちについて、以下の中であてはまるもの全てに○をつけてください。(○はいくつでも)

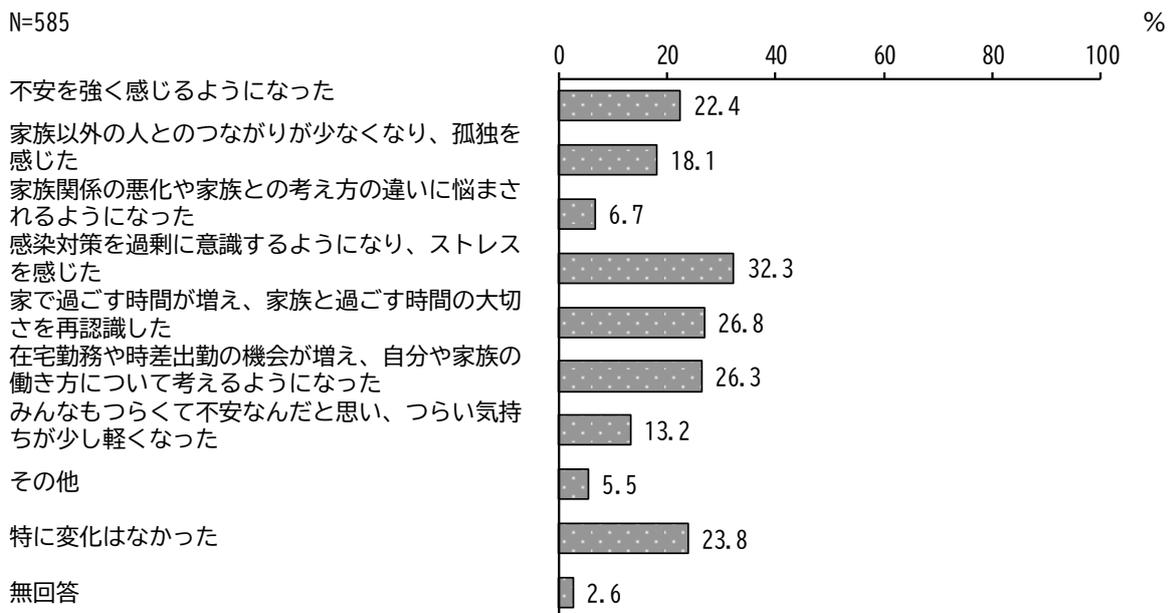
全体では、「感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた」の割合が 32.3%と最も高く、次いで「家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した」の割合が 26.8%、「在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった」の割合が 26.3%となっています。

性別では、女性で「感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた」の割合が、男性で「特に変化はなかった」の割合が高くなっています。

年齢別では、40 歳代で「在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった」の割合が、30 歳代で「在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった」「家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した」の割合が高くなっています。

調査結果をみると、新型コロナウイルス感染症流行以降、ストレスを感じている人もある一方、新しい生活様式に向け、家庭や働き方について考える機会となっている人もいます。

N=585



単位：%

| 区分     | N (件) | 不安を強く感じるようになった | 家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた | 家族関係の悪化や家族との考え方の違いに悩まされるようになった | 感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた | 家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した | 在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった | みんなもつらくて不安なんだと思う、つらい気持ち少し軽くなった | その他 | 特に変化はなかった | 無回答 |
|--------|-------|----------------|---------------------------|--------------------------------|----------------------------|-------------------------------|--|--------------------------------|-----|-----------|-----|
| 男性     | 240   | 17.1           | 16.3                      | 4.2                            | 23.8                       | 27.5                          | 30.4                                   | 11.7                           | 5.0 | 29.2      | 2.1 |
| 女性     | 337   | 26.1           | 19.9                      | 8.6                            | 38.3                       | 26.4                          | 23.7                                   | 14.2                           | 5.6 | 19.6      | 3.0 |
| 18～29歳 | 65    | 16.9           | 26.2                      | 12.3                           | 29.2                       | 24.6                          | 26.2                                   | 9.2                            | 6.2 | 30.8      | —   |
| 30歳代   | 101   | 18.8           | 16.8                      | 6.9                            | 32.7                       | 41.6                          | 44.6                                   | 14.9                           | 2.0 | 19.8      | 2.0 |
| 40歳代   | 86    | 17.4           | 18.6                      | 8.1                            | 30.2                       | 38.4                          | 48.8                                   | 5.8                            | 7.0 | 14.0      | —   |
| 50歳代   | 101   | 19.8           | 13.9                      | 6.9                            | 39.6                       | 21.8                          | 23.8                                   | 11.9                           | 5.9 | 25.7      | 1.0 |
| 60歳代   | 96    | 22.9           | 15.6                      | 5.2                            | 30.2                       | 20.8                          | 19.8                                   | 15.6                           | 7.3 | 25.0      | 3.1 |
| 70歳以上  | 129   | 32.6           | 20.9                      | 3.9                            | 30.2                       | 17.1                          | 4.7                                    | 17.8                           | 4.7 | 27.1      | 7.0 |

【前の質問（問29）で「9 特に変化はなかった」以外を答えた方に質問です。】

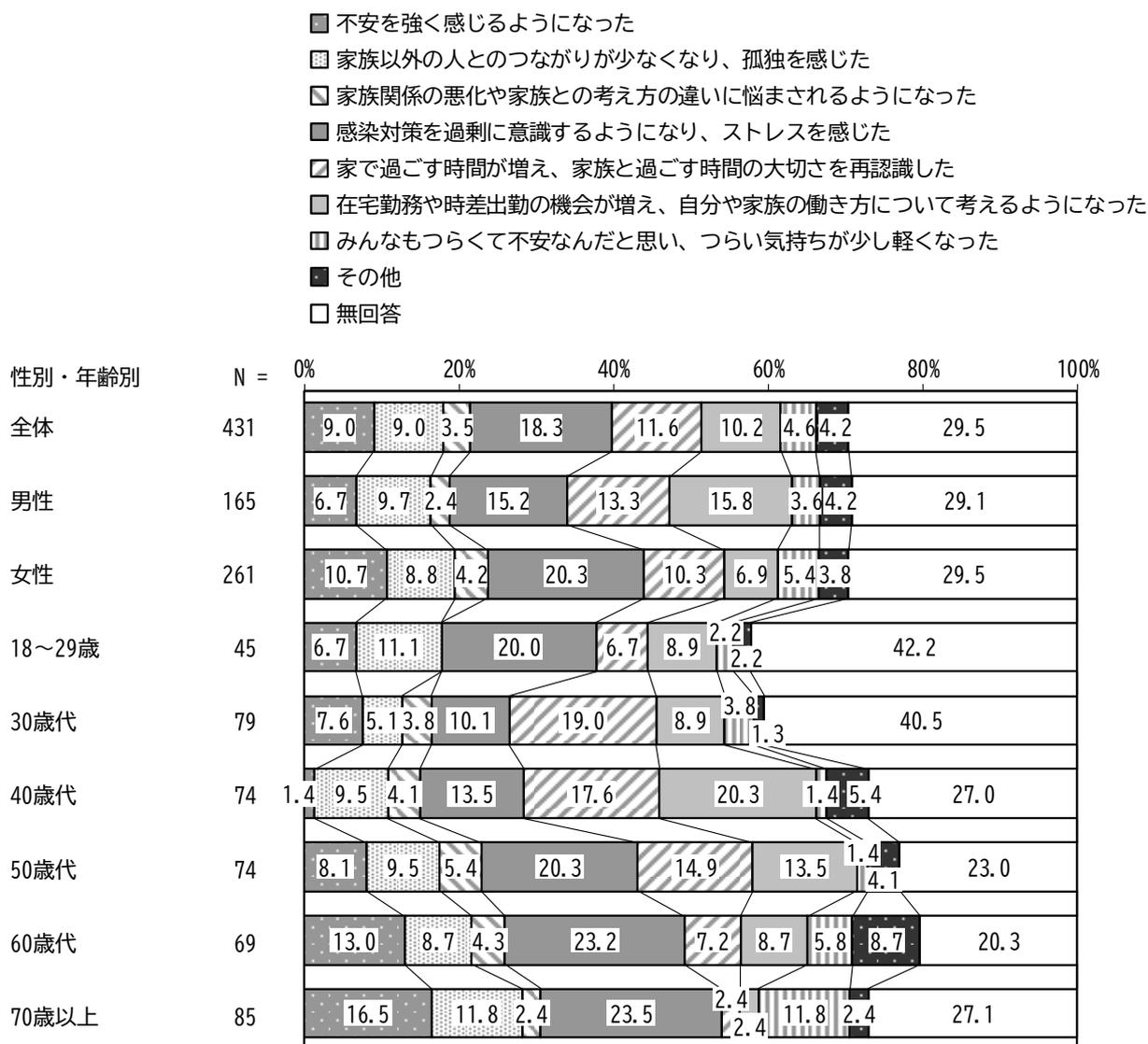
問30 問29でお答えの中から、最も強く感じたものを1つ選んで回答してください。  
（○は1つだけ）

全体では、「感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた」の割合が18.3%と最も高く、次いで「家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した」の割合が11.6%、「在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった」の割合が10.2%となっています。

性別では、男性で「在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった」の割合が高くなっています。

年齢別では、40歳代で「在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった」「家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した」の割合が、30歳代で「家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した」の割合が高くなっています。

調査結果をみると、「感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた」の割合が最も高く、60歳以上の高齢者で割合が高くなっています。



## (8) うつに関する意識について

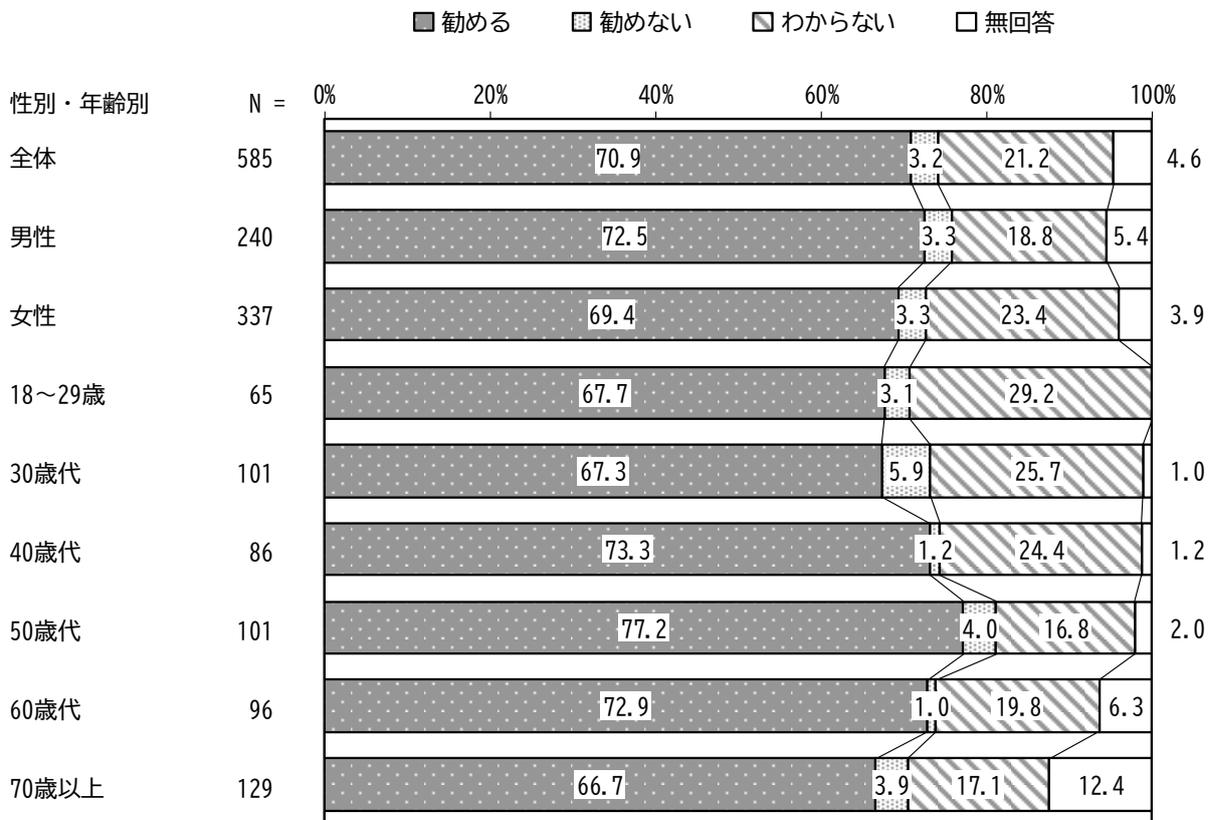
問31 もし仮に、あなたが、今あなたの家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、専門の相談窓口へ相談することを勧めますか。(○は1つだけ)

全体では、「勧める」の割合が70.9%と最も高く、次いで「わからない」の割合が21.2%となっています。

性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、18～29歳で「わからない」の割合が、50歳代で「勧める」の割合が高くなっています。

調査結果をみると、どの年代も7割近くが「勧める」と回答しており、うつ問題は年代を問わない課題です。



【前の質問（問 31）で「2. 勧めない」を回答された方に質問です。】

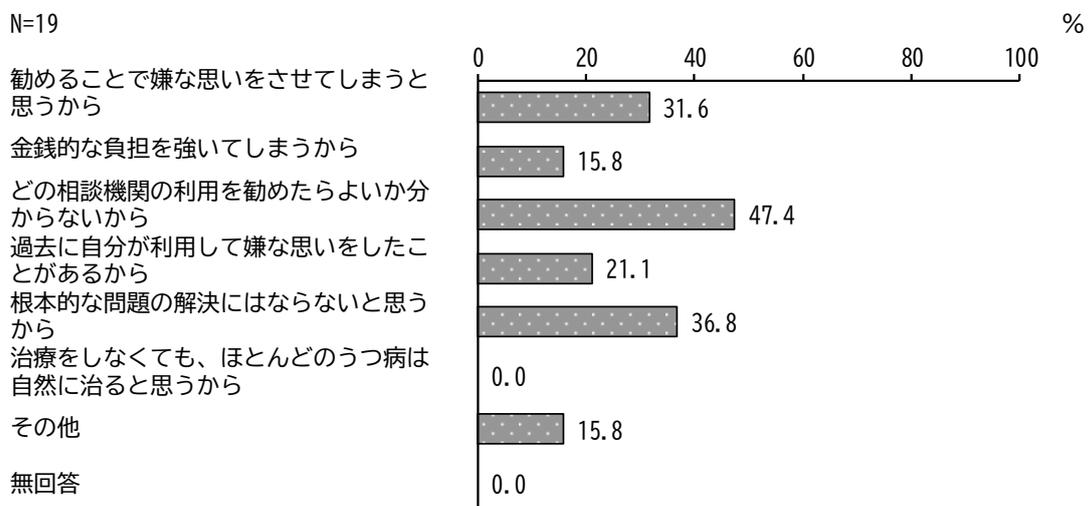
問 32 その理由は何ですか。（○はいくつでも）

全体では、「どの相談機関の利用を勧めたらよいか分からないから」の割合が 47.4%と最も高く、次いで「根本的な問題の解決にはならないと思うから」の割合が 36.8%、「勧めることで嫌な思いをさせてしまうと思うから」の割合が 31.6%となっています。

性別では、女性で「どの相談機関の利用を勧めたらよいか分からないから」「過去に自分が利用して嫌な思いをしたことがあるから」の割合が高くなっています。

年齢別では、回答者が 10 未満のため、比較は差し控えます。

調査結果をみると、相談機関を知らないことと相手のことを考え勧めることを控える傾向が多くなっていることがうかがえます。



単位：%

| 区分      | N (件) | 勧めらることで嫌な思いをさせてしまうと思うから | 金銭的な負担を強いてしまうから | 勧めらるよいか分からないから | どの相談機関の利用を勧めらるよいか分からないから | 過去に自分が利用して嫌な思いをしたことがあるから | 根本的な問題の解決にはならないと思うから | 治療をしなくても、ほとんどのうつ病は自然に治ると思うから | その他 | 無回答 |
|---------|-------|-------------------------|-----------------|----------------|--------------------------|--------------------------|----------------------|------------------------------|-----|-----|
| 男性      | 8     | 25.0                    | 25.0            | 37.5           | 12.5                     | 50.0                     | —                    | —                            | —   |     |
| 女性      | 11    | 36.4                    | 9.1             | 54.5           | 27.3                     | 27.3                     | —                    | 27.3                         | —   |     |
| 18～29 歳 | 2     | —                       | —               | —              | 50.0                     | 50.0                     | —                    | —                            | —   |     |
| 30 歳代   | 6     | 50.0                    | 33.3            | 50.0           | —                        | 50.0                     | —                    | 16.7                         | —   |     |
| 40 歳代   | 1     | 100.0                   | —               | —              | —                        | —                        | —                    | —                            | —   |     |
| 50 歳代   | 4     | 25.0                    | —               | 75.0           | 25.0                     | —                        | —                    | 50.0                         | —   |     |
| 60 歳代   | 1     | —                       | —               | 100.0          | 100.0                    | —                        | —                    | —                            | —   |     |
| 70 歳以上  | 5     | 20.0                    | 20.0            | 40.0           | 20.0                     | 60.0                     | —                    | —                            | —   |     |

## (9) メディア（新聞・テレビ・ラジオ・インターネット）について

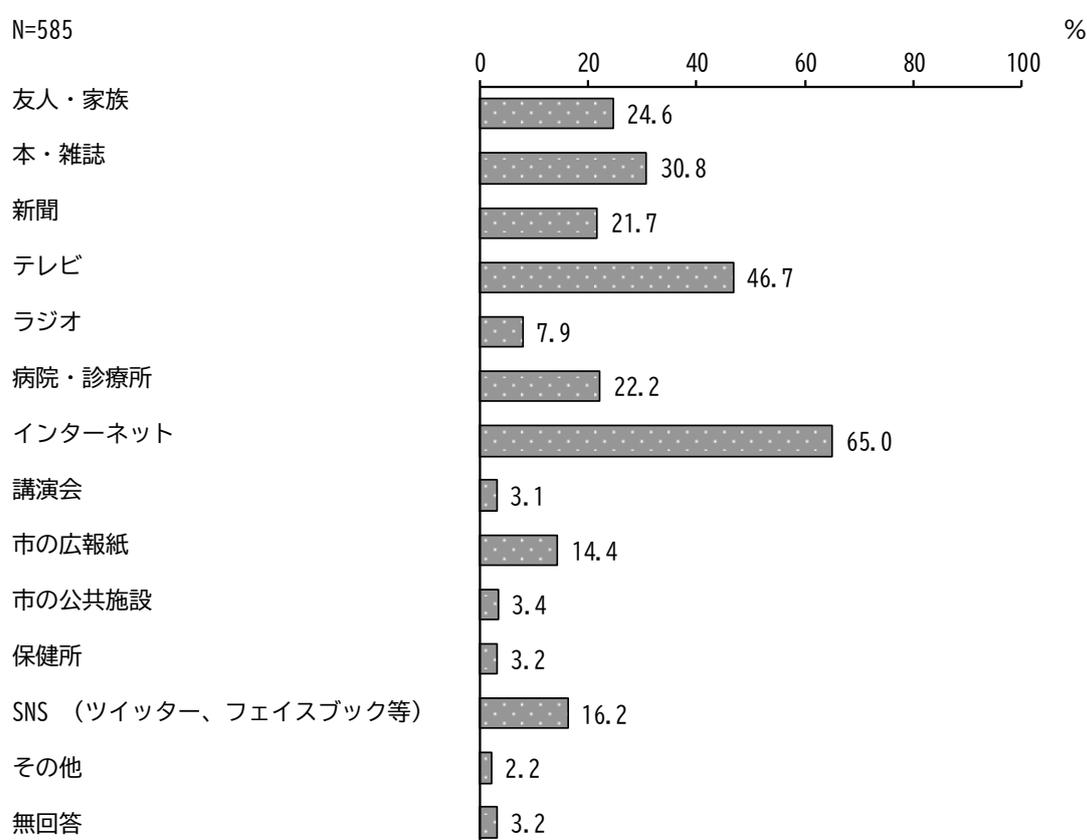
問 33 「こころの健康や病気」について、どのようなところから知識・情報を手に入れますか。（〇はいくつでも）

全体では、「インターネット」の割合が 65.0%と最も高く、次いで「テレビ」の割合が 46.7%、「本・雑誌」の割合が 30.8%となっています。

性別では、女性で「テレビ」の割合が高くなっています。

年齢別では、70 歳以上で「新聞」の割合が、18～29 歳で「SNS（ツイッター、フェイスブック等）」の割合が、40 歳代で「インターネット」の割合が高くなっています。

調査結果をみると、年代によって情報入手媒体はさまざまであり、「こころの健康や病気」について多様な情報提供手段が求められます。



単位：％

| 区分     | N<br>(件) | 友人・家族 | 本・雑誌 | 新聞   | テレビ  | ラジオ  | 病院・診療所 | インターネット | 講演会 | 市の広報紙 | 市の公共施設 | 保健所 | SNS<br>(ツイッター、<br>フェイスブック等) | その他 | 無回答 |
|--------|----------|-------|------|------|------|------|--------|---------|-----|-------|--------|-----|-----------------------------|-----|-----|
| 男性     | 240      | 17.9  | 25.4 | 21.7 | 39.6 | 9.6  | 20.4   | 69.2    | 2.5 | 12.5  | 1.7    | 2.5 | 14.6                        | 2.9 | 4.2 |
| 女性     | 337      | 29.1  | 34.7 | 21.7 | 52.2 | 6.5  | 24.0   | 62.3    | 3.6 | 15.4  | 4.5    | 3.9 | 17.8                        | 1.8 | 2.4 |
| 18～29歳 | 65       | 27.7  | 35.4 | 9.2  | 35.4 | 4.6  | 26.2   | 78.5    | 6.2 | 3.1   | 7.7    | 3.1 | 47.7                        | 7.7 | 1.5 |
| 30歳代   | 101      | 20.8  | 20.8 | 5.0  | 36.6 | 5.0  | 20.8   | 77.2    | 1.0 | 5.0   | 3.0    | 1.0 | 27.7                        | 3.0 | 1.0 |
| 40歳代   | 86       | 24.4  | 32.6 | 5.8  | 36.0 | 8.1  | 26.7   | 88.4    | 4.7 | 8.1   | 3.5    | 2.3 | 15.1                        | —   | —   |
| 50歳代   | 101      | 20.8  | 32.7 | 12.9 | 47.5 | 5.0  | 24.8   | 82.2    | 4.0 | 11.9  | 3.0    | 6.9 | 9.9                         | 2.0 | —   |
| 60歳代   | 96       | 26.0  | 27.1 | 21.9 | 50.0 | 11.5 | 17.7   | 63.5    | 1.0 | 12.5  | 2.1    | 3.1 | 7.3                         | 2.1 | 4.2 |
| 70歳以上  | 129      | 27.9  | 36.4 | 58.9 | 65.1 | 11.6 | 20.9   | 20.9    | 3.1 | 34.1  | 2.3    | 3.1 | 4.7                         | 0.8 | 9.3 |

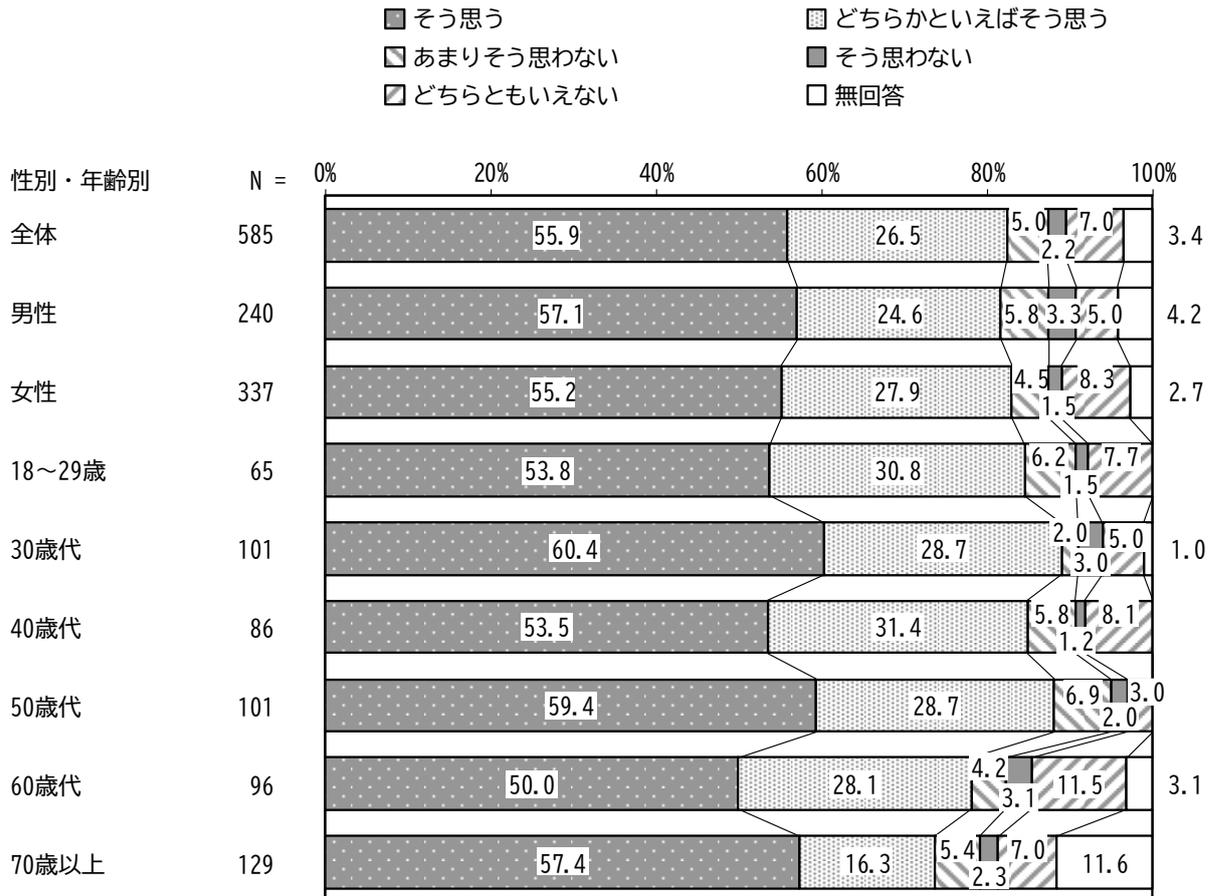
## (10) 今後の自殺対策について

問 34 あなたは、児童・生徒が、自殺予防について学ぶ機会があった方がよいと思いますか。(〇は1つ)

全体では、「そう思う」の割合が 55.9%と最も高く、次いで「どちらかといえばそう思う」の割合が 26.5%となっています。

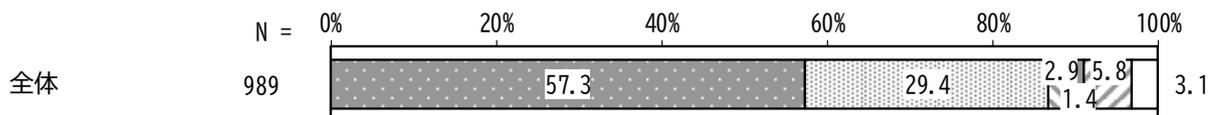
性別では、大きな差はみられません。

年齢別では、大きな差はみられません。



### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、大きな変化はみられません。

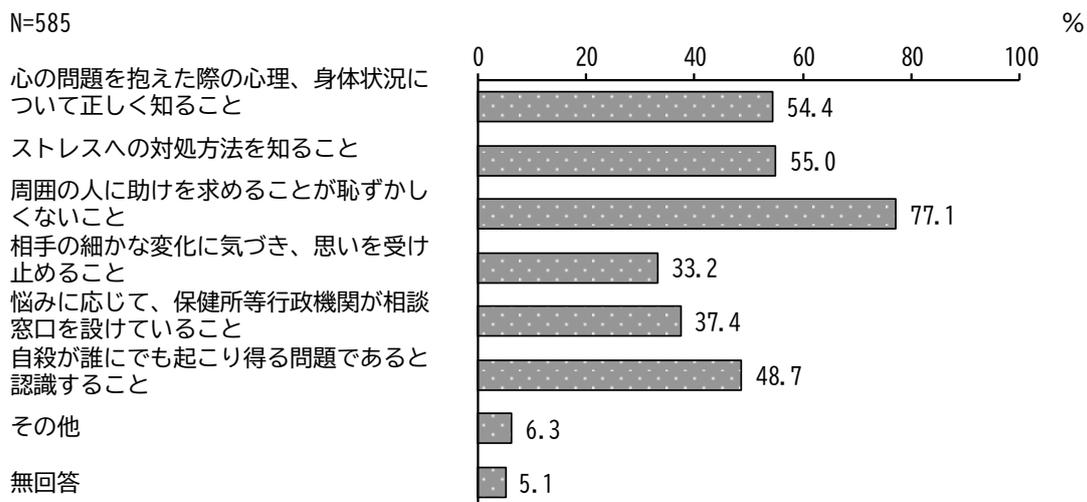


問 35 児童・生徒の段階において、どのようなことを学べば、自殺予防に資すると思いますか。(〇はいくつでも)

全体では、「周囲の人に助けを求めることが恥ずかしくないこと」の割合が 77.1%と最も高く、次いで「ストレスへの対処方法を知ること」の割合が 55.0%、「心の問題を抱えた際の心理、身体状況について正しく知ること」の割合が 54.4%となっています。

性別では、女性で「悩みに応じて、保健所等行政機関が相談窓口を設けていること」の割合が高くなっています。

年齢別では、18～29 歳、30 歳代で「ストレスへの対処方法を知ること」の割合が、40 歳代で「自殺が誰にでも起こり得る問題であると認識すること」の割合が高くなっています。

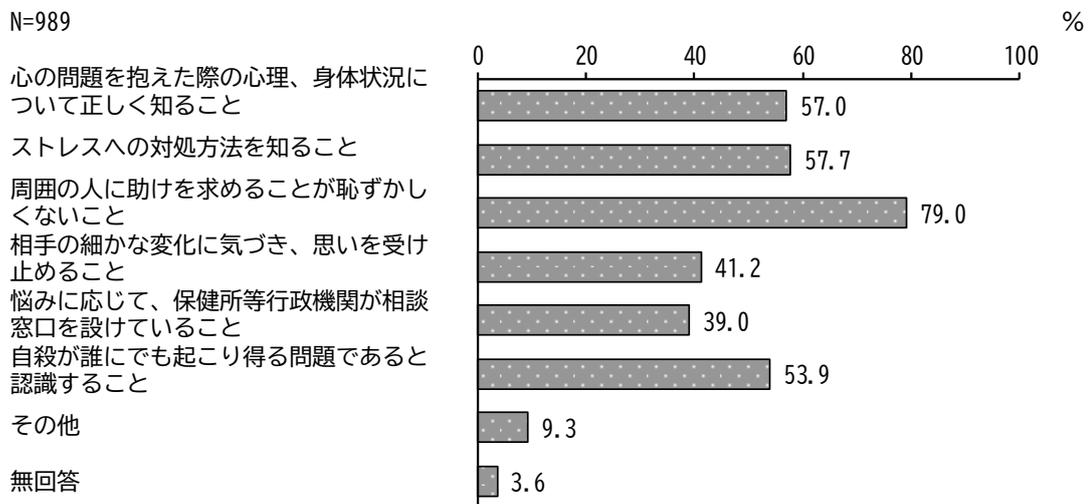


単位：%

| 区分      | N (件) | 心の問題を抱えた際の心理、身体状況について正しく知ること | ストレスへの対処方法を知ること | 周囲の人に助けを求めることが恥ずかしくないこと | 相手の細かな変化に気づき、思いを受け止めること | 悩みに応じて、保健所等行政機関が相談窓口を設けていること | 自殺が誰にでも起こり得る問題であると認識すること | その他 | 無回答  |
|---------|-------|------------------------------|-----------------|-------------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------|-----|------|
| 男性      | 240   | 51.3                         | 53.8            | 72.5                    | 36.3                    | 30.4                         | 44.6                     | 7.5 | 5.8  |
| 女性      | 337   | 56.7                         | 56.1            | 80.7                    | 31.8                    | 43.0                         | 51.6                     | 5.6 | 4.5  |
| 18～29 歳 | 65    | 53.8                         | 69.2            | 80.0                    | 36.9                    | 41.5                         | 50.8                     | 4.6 | 1.5  |
| 30 歳代   | 101   | 58.4                         | 66.3            | 84.2                    | 36.6                    | 39.6                         | 55.4                     | 5.0 | 1.0  |
| 40 歳代   | 86    | 62.8                         | 65.1            | 82.6                    | 29.1                    | 45.3                         | 59.3                     | 9.3 | —    |
| 50 歳代   | 101   | 49.5                         | 48.5            | 81.2                    | 28.7                    | 45.5                         | 48.5                     | 8.9 | 1.0  |
| 60 歳代   | 96    | 54.2                         | 54.2            | 75.0                    | 38.5                    | 27.1                         | 44.8                     | 8.3 | 4.2  |
| 70 歳以上  | 129   | 50.4                         | 38.0            | 65.9                    | 32.6                    | 31.0                         | 38.8                     | 3.1 | 17.1 |

### 【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「相手の細かな変化に気づき、思いを受け止めること」「自殺が誰にでも起こり得る問題であると認識すること」の割合が減少しています。

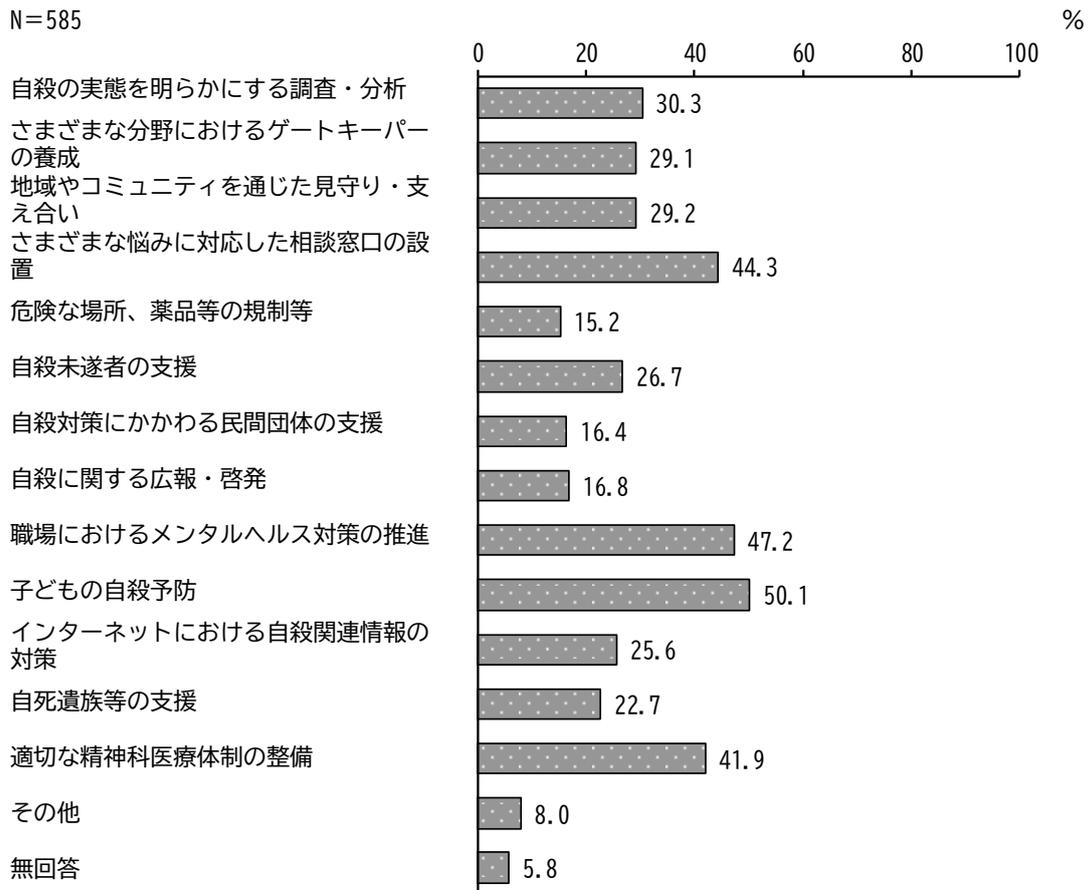


問 36 今後、どのような自殺対策が必要になると思いますか。(〇はいくつでも)

全体では、「子どもの自殺予防」の割合が 50.1%と最も高く、次いで「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」の割合が 47.2%、「さまざまな悩みに対応した相談窓口の設置」の割合が 44.3%となっています。

性別では、男性で「自殺に関する広報・啓発」「自殺の実態を明らかにする調査・分析」の割合が、女性で「子どもの自殺予防」の割合が高くなっています。

年齢別では、18～29 歳で「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」「自殺未遂者の支援」の割合が、40 歳代で「子どもの自殺予防」の割合が高くなっています。

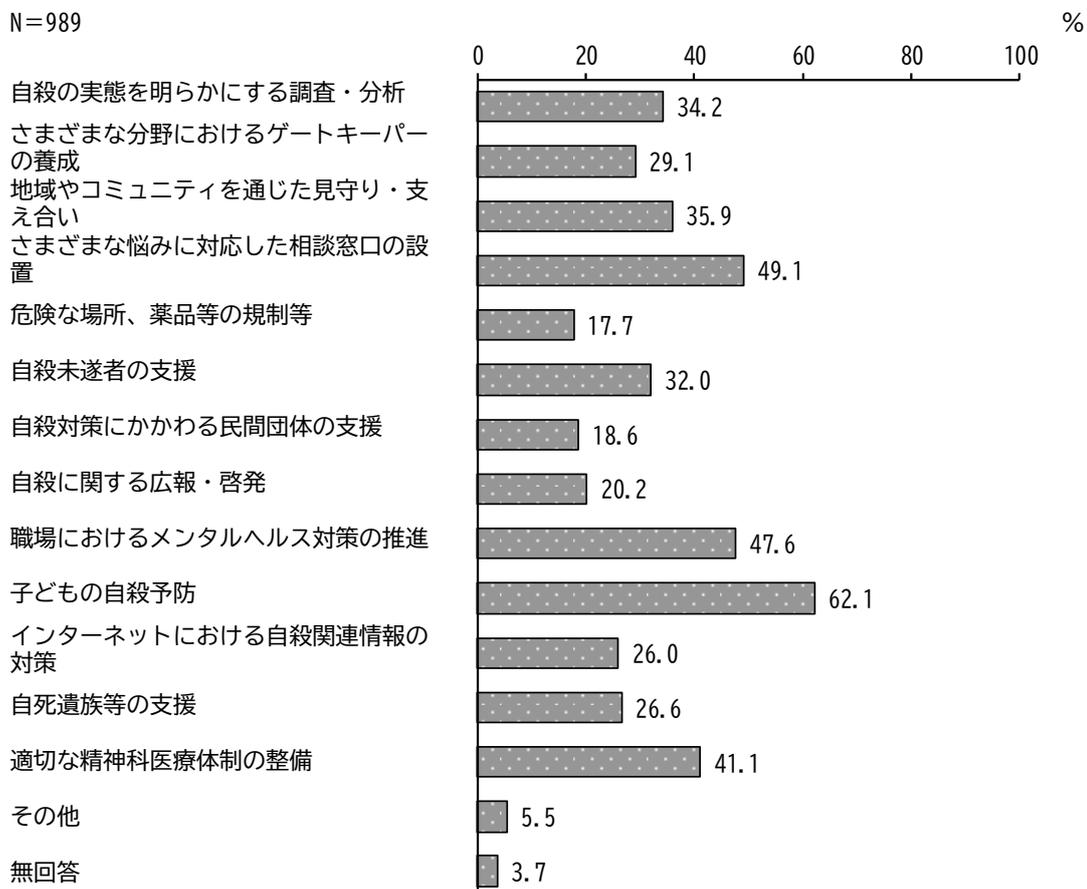


単位：％

| 区分     | N (件) | 自殺の実態を明らかにする調査・分析 | さまざまな分野におけるゲートキーパーの養成 | 地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い | さまざまな悩みに対応した相談窓口の設置 | 危険な場所、薬品等の規制等 | 自殺未遂者の支援 | 自殺対策にかかわる民間団体の支援 | 自殺に関する広報・啓発 | 職場におけるメンタルヘルス対策の推進 | 子どもの自殺予防 | インターネットにおける自殺関連情報の対策 | 自死遺族等の支援 | 適切な精神科医療体制の整備 | その他  | 無回答  |
|--------|-------|-------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------|---------------|----------|------------------|-------------|--------------------|----------|----------------------|----------|---------------|------|------|
| 男性     | 240   | 35.4              | 27.1                  | 27.9                  | 39.2                | 11.3          | 23.8     | 17.1             | 22.1        | 42.9               | 44.6     | 23.8                 | 18.3     | 36.3          | 7.5  | 6.7  |
| 女性     | 337   | 26.1              | 30.9                  | 30.9                  | 47.8                | 18.4          | 28.5     | 16.0             | 13.4        | 50.7               | 55.2     | 27.0                 | 26.1     | 46.3          | 8.6  | 5.0  |
| 18～29歳 | 65    | 29.2              | 29.2                  | 24.6                  | 46.2                | 18.5          | 40.0     | 18.5             | 16.9        | 63.1               | 52.3     | 38.5                 | 24.6     | 46.2          | 6.2  | 4.6  |
| 30歳代   | 101   | 33.7              | 28.7                  | 31.7                  | 40.6                | 17.8          | 31.7     | 8.9              | 14.9        | 53.5               | 61.4     | 23.8                 | 26.7     | 32.7          | 8.9  | 2.0  |
| 40歳代   | 86    | 26.7              | 32.6                  | 18.6                  | 45.3                | 15.1          | 20.9     | 20.9             | 16.3        | 57.0               | 65.1     | 31.4                 | 26.7     | 47.7          | 10.5 | 1.2  |
| 50歳代   | 101   | 33.7              | 27.7                  | 31.7                  | 44.6                | 12.9          | 28.7     | 21.8             | 15.8        | 51.5               | 48.5     | 26.7                 | 24.8     | 42.6          | 8.9  | 2.0  |
| 60歳代   | 96    | 29.2              | 37.5                  | 29.2                  | 42.7                | 16.7          | 26.0     | 12.5             | 17.7        | 39.6               | 42.7     | 30.2                 | 19.8     | 47.9          | 7.3  | 3.1  |
| 70歳以上  | 129   | 27.9              | 22.5                  | 36.4                  | 46.5                | 13.2          | 18.6     | 17.8             | 19.4        | 31.8               | 39.5     | 12.4                 | 17.1     | 38.8          | 7.0  | 17.1 |

【令和元年度調査】

令和元年度調査と比較すると、「地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い」「自殺未遂者の支援」「子どもの自殺予防」の割合が減少しています。



### Ⅲ 調査票

## 小金井市こころの健康に関するアンケート調査 ご協力をお願い

日頃皆様には、市政発展のために深いご理解とご協力をいただき感謝申し上げます。本市では、自殺対策を総合的に推進するため、令和2年3月に「自殺対策計画」を策定しました。この計画は、令和5年度が最終年度となるため、令和6年3月までに「第2次自殺対策計画」の策定を目指しています。

この度、市民の皆様の意識について把握し、今後の自殺対策の施策を推進する基礎資料とするため、小金井市に在住の18歳以上の市民の中から、2,000人の方を無作為に選ばせていただき、こころの健康に関するアンケート調査を行うこととなりました。

お忙しいところたいへん恐縮ですが、調査の趣旨をご理解の上、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

令和5年6月

小金井市長 白井 亨

### ご記入にあたってのお願い

- この調査票には、お名前・ご住所をご記入しないでください。
- 調査票には、宛名のご本人がお答えください（ご本人が病気等で記入できない場合で、回答を希望するときは、ご家族等の代筆でご記入をお願いします）。
- この調査への回答は強制ではありません。不安を感じたり、気分が悪くなるようでしたら回答を差し控えていただいても構いません。
- お答えは、あてはまる回答の番号に○をつけてください。また、記入欄については、具体的にその内容をご記入ください。
- 「その他」に○をつけられた方は、（ ）内に具体的にその内容をご記入ください。
- なお、本調査の結果は統計的に処理いたしますので、お答えいただいた方にご迷惑をおかけするようなことは一切ございません。思いのままをお答えいただきますようお願い申し上げます。

#### ◇調査票の回収について

回答は郵送またはインターネット（パソコン、スマートフォン）で行うことができます。インターネットで回答した場合は、この調査用紙の提出は不要です。

**【郵送で回答する場合】**

○ご記入いただいた調査票は、令和5年7月20日（木）までに同封の返信用封筒に入れてお送りください。（切手は不要です。）

**【インターネットで回答する場合（パソコン、スマートフォンからご回答いただけます。）】**

URL：[https://www15.webcas.net/form/pub/websurvey/koganei\\_taisaku](https://www15.webcas.net/form/pub/websurvey/koganei_taisaku)

この調査票のパスワード ＊＊＊＊＊

入力期限：令和5年7月20日（木）

- ・上記のパスワードは、調査票の重複を防ぐためのものであり、個人を特定するものではありません。



WEB アンケートはこちらから

**調査についてのご質問などは、下記までお問い合わせください。**

○ご記入いただいた調査票は、令和5年7月20日（木）までに、同封の封筒に入れて（切手を貼らずに）投函してください。ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

**【調査に関するお問い合わせ先】**

小金井市役所 健康課 健康係

電話 042-321-1240 FAX 042-321-6423

## 1 はじめに、あなたのことについておたずねします

問1 あなたの性別をお選びください。(○は1つ)

- |       |       |            |
|-------|-------|------------|
| 1. 男性 | 2. 女性 | 3. その他 ( ) |
|-------|-------|------------|

問2 あなたの年齢をお選びください。(○は1つ)

- |            |          |           |
|------------|----------|-----------|
| 1. 18～29 歳 | 2. 30 歳代 | 3. 40 歳代  |
| 4. 50 歳代   | 5. 60 歳代 | 6. 70 歳以上 |

問3 あなたがお住まいの地域をお選びください。(○は1つ)

- |          |             |         |
|----------|-------------|---------|
| 1. 東町    | 2. 梶野町      | 3. 関野町  |
| 4. 緑町    | 5. 中町       | 6. 前原町  |
| 7. 本町    | 8. 桜町       | 9. 貫井北町 |
| 10. 貫井南町 | 11. その他 ( ) |         |

問4 あなたの家の世帯構成をお選びください。(○は1つ)

- |              |                  |
|--------------|------------------|
| 1. 一人暮らし     | 2. 配偶者のみ         |
| 3. 親と子 (2世帯) | 4. 祖父母と親と子 (3世帯) |
| 5. その他 ( )   |                  |

問5 配偶者との現在の関係をお選びください。(○は1つ)

- |                  |            |
|------------------|------------|
| 1. 同居している        | 2. 単身赴任中   |
| 3. 別居している        | 4. 離別・死別した |
| 5. 配偶者・パートナーはいない |            |

問6 あなたの主たるご職業をお選びください。(○は1つ)

- |                                    |                     |
|------------------------------------|---------------------|
| 1. 会社員・団体等の役員                      | 2. 勤めている (管理職)      |
| 3. 勤めている (役員・管理職以外)                | 4. 自営業 (事業経営・個人商店等) |
| 5. 派遣                              | 6. パート・アルバイト        |
| 7. 専業主婦・主夫                         | 8. 学生               |
| 9. 自由業 (個人で、自分の専門的知識や技術を生かした職業に従事) |                     |
| 10. 無職 (求職中)                       |                     |
| 11. 無職 (仕事をしたいが、現在は求職していない)        |                     |
| 12. 無職 (仕事をしたいと思っていない)             | 13. その他 ( )         |

問7 ご家庭の家計の余裕はどの程度あるか教えてください。(○は1つ)

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. 全く余裕がない   | 2. あまり余裕がない  |
| 3. どちらともいえない | 4. ある程度余裕がある |
| 5. かなり余裕がある  |              |



問10 自殺対策は自分自身にかかわる問題だと思いますか。(○は1つ)

- |              |                 |
|--------------|-----------------|
| 1. そう思う      | 2. どちらかといえばそう思う |
| 3. あまりそう思わない | 4. そう思わない       |
| 5. どちらともいえない |                 |

### 3 悩みやストレスについておたずねします

問11 あなたは、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。a～fについて、該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

|                                     | 意識して感じたことはない | かつてあったが今はない | 現在ある |
|-------------------------------------|--------------|-------------|------|
| a. 家庭の問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病等）     | 1            | 2           | 3    |
| b. 病気等健康の問題（自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等）   | 1            | 2           | 3    |
| c. 経済的な問題（倒産、事業不振、借金、失業、生活困窮等）      | 1            | 2           | 3    |
| d. 勤務関係の問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働等） | 1            | 2           | 3    |
| e. 恋愛関係の問題（失恋、結婚を巡る悩み等）             | 1            | 2           | 3    |
| f. 学校の問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係等）        | 1            | 2           | 3    |

問12 次の質問について、あなたは過去1か月の間、a～fについてどうでしたか。該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

|                                    | 全くない | 少しだけ感じる | ときどき感じる | たいてい感じる | いつも感じる |
|------------------------------------|------|---------|---------|---------|--------|
| a. 神経過敏に感じましたか                     | 1    | 2       | 3       | 4       | 5      |
| b. 絶望的だと感じましたか                     | 1    | 2       | 3       | 4       | 5      |
| c. そわそわ、落ち着かなく感じましたか               | 1    | 2       | 3       | 4       | 5      |
| d. 気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか | 1    | 2       | 3       | 4       | 5      |
| e. 何をするのも骨折りと感じましたか                | 1    | 2       | 3       | 4       | 5      |
| f. 自分は価値のない人間だと感じましたか              | 1    | 2       | 3       | 4       | 5      |

問13 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、以下のことをどのくらいしますか。a～fについて、該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

|                  | 全くしない | あまりしない | ときどきする | よくする |
|------------------|-------|--------|--------|------|
| a. 運動する          | 1     | 2      | 3      | 4    |
| b. お酒を飲む         | 1     | 2      | 3      | 4    |
| c. 睡眠をとる         | 1     | 2      | 3      | 4    |
| d. 人に話を聞いてもらう    | 1     | 2      | 3      | 4    |
| e. 趣味やレジャーをする    | 1     | 2      | 3      | 4    |
| f. 我慢して時間が経つのを待つ | 1     | 2      | 3      | 4    |

#### 4 相談をすること、相談を受けることについておたずねします

問14 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。a～eについて、該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

|                                   | そう思わない | あまりそう思わない | どちらともいえない | ややそう思う | そう思う |
|-----------------------------------|--------|-----------|-----------|--------|------|
| a. 助けを求めたり、誰かに相談したいと思う            | 1      | 2         | 3         | 4      | 5    |
| b. 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      | 1      | 2         | 3         | 4      | 5    |
| c. 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 | 1      | 2         | 3         | 4      | 5    |
| d. 誰かに悩みを相談することは、弱い人のすることだと思う     | 1      | 2         | 3         | 4      | 5    |
| e. 悩みや問題は、自分一人で解決すべきだと思う          | 1      | 2         | 3         | 4      | 5    |

問15 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人々に相談すると思いますか。a～jについて、該当するものに○を付けてください。(それぞれに○は1つ)

|                                 | 相談しないと<br>思う | 実際にしたことは<br>ないが相談する<br>と思う | 相談したことがあ<br>る |
|---------------------------------|--------------|----------------------------|---------------|
| a. 家族や親族                        | 1            | 2                          | 3             |
| b. 友人や同僚                        | 1            | 2                          | 3             |
| c. インターネット上だけのつながりの人            | 1            | 2                          | 3             |
| d. 先生や上司                        | 1            | 2                          | 3             |
| e. 近所の人(町会、自治会の人、民生委員等)         | 1            | 2                          | 3             |
| f. かかりつけの医療機関の職員(医師、看護師、薬剤師等)   | 1            | 2                          | 3             |
| g. 公的な相談機関(地域包括支援センター、市役所等)の職員等 | 1            | 2                          | 3             |
| h. 民間の相談機関(カウンセリングセンター等)の相談員    | 1            | 2                          | 3             |
| i. 同じ悩みを抱える人                    | 1            | 2                          | 3             |
| j. 市が開催する各種相談会(法律、税務等の相談)の専門家   | 1            | 2                          | 3             |

問16 あなたの不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。(○は1つ)

|                   |                 |
|-------------------|-----------------|
| 1. そう思う           | 2. どちらかといえばそう思う |
| 3. どちらかといえばそう思わない | 4. そう思わない       |
| 5. 分からない          |                 |

問17 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、あなたは以下のことをどのくらいしますか。a～eについて、該当するものに○を付けてください。  
(それぞれに○は1つ)

|                         | しない | あまりしない | ときどきする | よくする |
|-------------------------|-----|--------|--------|------|
| a. 相手が相談をしてくるまで何もしないで待つ | 1   | 2      | 3      | 4    |
| b. 心配していることを伝えて見守る      | 1   | 2      | 3      | 4    |
| c. 自分から声をかけて話を聞く        | 1   | 2      | 3      | 4    |
| d. 「元気を出して」と励ます         | 1   | 2      | 3      | 4    |
| e. 先回りして相談先を探しておく       | 1   | 2      | 3      | 4    |

## 5 自殺に関するか考えについておたずねします

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

|                                 | そう<br>思わない | どちらか<br>かといえ<br>ば<br>そう<br>思わない | どちら<br>ともい<br>えない | どちら<br>かとい<br>え<br>ば<br>そう<br>思う | そう<br>思う |
|---------------------------------|------------|---------------------------------|-------------------|----------------------------------|----------|
| a. 生死は最終的に本人の判断に任せるべき           | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| b. 自殺せずに生きていけばよいことがある           | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| c. 自殺は繰り返されるので、周囲の人が止めることはできない  | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| d. 自殺する人は、よほどつらいことがあったのだと思う     | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| e. 自殺は自分にはあまり関係がない              | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| f. 自殺は本人の弱さから起こる                | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| g. 自殺は本人が選んだことだから仕方がない          | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| h. 自殺は恥ずかしいことである                | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| i. 防ぐことができる自殺も多い                | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |
| j. 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 | 1          | 2                               | 3                 | 4                                | 5        |

|  | そう<br>思わない | どちらか<br>かといえ<br>ば<br>そう<br>思わ<br>ない | ど<br>ち<br>ら<br>と<br>も<br>い<br>え<br>な<br>い | ど<br>ち<br>ら<br>か<br>と<br>い<br>え<br>ば<br>そ<br>う<br>思<br>う | そ<br>う<br>思<br>う |
|--|------------|-------------------------------------|---|--|------------------|
| k. 自殺を考える人は、さまざまな問題を抱えていることが多い             | 1          | 2                                   | 3   | 4  | 5                |
| l. 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 | 1          | 2                                   | 3   | 4  | 5                |

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。

(○はいくつでも)

|  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 相談に乗らない、若しくは話題を変える</li> <li>2. 「頑張って」と励ます</li> <li>3. 「死んではいけない」と説得する</li> <li>4. 「バカなことを考えるな」と叱る</li> <li>5. 耳を傾けてじっくりと話を聞く</li> <li>6. 医療機関にかかるよう勧める</li> <li>7. 解決策を一緒に考える</li> <li>8. 相談機関を一緒に探す</li> <li>9. その他 ( )</li> <li>10. 何もしない</li> </ol> |
|--|

## 6 自死遺族支援についておたずねします

※「自殺」は遺されたご家族や身近な人に深い心の傷を残します。その心情に配慮し、「自殺」という言葉を使わず、「自死遺族」という言葉を使うことがあります。

問20 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。(○はいくつでも)

|   |
|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 同居の家族・親族</li> <li>2. 同居以外の家族・親族</li> <li>3. 友人</li> <li>4. 恋人</li> <li>5. 学校・職場関係者</li> <li>6. 近所の人</li> <li>7. 知人</li> <li>8. その他 ( )</li> <li>9. いない</li> </ol> |
|---|

**問 2 1 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。(〇はいくつでも)**

1. 相談に乗る
2. 励ます
3. 細かな状況を確認する
4. 何らかのアドバイスをする
5. 専門家の相談を受けるように勧める
6. 見守る
7. その他 ( )
8. 特に何もしない

**問 2 2 自死遺族の支援について、知っているものがありますか。(〇はいくつでも)**

1. 遺族の集い(自由に話せる場)
2. 無料電話相談
3. 法テラス(借金や法律問題について)
4. 市役所の窓口(心のケア、生活支援、子育て等について)
5. 学生支援機構・あしなが育英会(学費について)
6. いずれも知らない

次の問23～問26の設問は、本気で自殺をしたいと考えたことがある人に対しておたずねしております。回答は強制ではないので、負担を感じる方は回答していただくなくても構いません。

## 7 本気で自殺をしたいと考えたことがあるかどうかについておたずねします

問23 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)

1. これまでに本気で自殺をしたいと考えたことはない ⇒問27へ
2. 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
3. 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
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
5. 10年以上前に本気で自殺をしたいと考えたことがある

前の質問(問23)で2～5に○を付けた方に質問です。

問24 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。1～7の該当するものに○を付けて、さらにその中の細かな項目で該当するもの(a～f等)にも○を付けてください。(○はいくつでも)

|                    |            |             |       |
|--------------------|------------|-------------|-------|
| 1. 家庭の問題           |            |             |       |
| a. 家族関係の不和         | b. 子育て     | c. 家族の介護・看病 |       |
| d. その他 ( )         |            |             |       |
| 2. 病気等健康の問題        |            |             |       |
| a. 自分の病気の悩み        | b. 身体の悩み   | c. 心の悩み     |       |
| d. その他 ( )         |            |             |       |
| 3. 経済的な問題          |            |             |       |
| a. 倒産              | b. 事業不振    | c. 借金       | d. 失業 |
| e. 生活困窮            | f. その他 ( ) |             |       |
| 4. 勤務関係の問題         |            |             |       |
| a. 転勤              | b. 仕事の不振   | c. 職場の人間関係  |       |
| d. 長時間労働           | e. その他 ( ) |             |       |
| 5. 恋愛関係の問題         |            |             |       |
| a. 失恋              | b. 結婚を巡る悩み |             |       |
| c. その他 ( )         |            |             |       |
| 6. 学校の問題           |            |             |       |
| a. いじめ             | b. 学業不振    | c. 教師との人間関係 |       |
| d. その他 ( )         |            |             |       |
| 7. その他の問題 (具体的に: ) |            |             |       |

問25 自殺をしたいという考えを思いとどまった理由は何ですか。(〇はいくつでも)

1. 人に相談して思いとどまった
2. 家族や大切な人のことが頭に浮かんだ
3. 解決策が見つかった
4. 時間の経過とともに忘れさせてくれた
5. その他 ( )

前の質問(問25)で1に〇を付けた方に質問です。

問26 相談した相手の方はどなたでしたか。(〇はいくつでも)

1. 同居の家族・親族
2. 同居以外の家族・親族
3. 友人
4. 恋人
5. 学校・職場関係者
6. 近所の人
7. 知人
8. 相談機関の職員(保健センター、市役所、医療機関等)
9. その他 ( )

## 8 女性の自殺者の増加についておうかがいします

問27 2022年の自殺者は前年比4.2%増の2万1881人となっており、男性は13年ぶりに増加、女性は3年連続の増加となっているなど、ここ数年、コロナ禍で女性の自殺者数が増加しています。女性の自殺が増加している原因はどのようなことが考えられると思いますか。(〇はいくつでも)

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 1. 夫婦関係の不和      | 2. 親子関係の不和     |
| 3. 子育ての悩み       | 4. 介護・看病疲れ     |
| 5. 仕事疲れ         | 6. 友人や知人とのトラブル |
| 7. 失業の不安や収入減    | 8. 職場の人間関係     |
| 9. 結婚や出産に関連する圧力 | 10. 身体的な病気     |
| 11. 精神的な病気      | 12. その他 ( )    |

## 9 小金井市の男性の自殺者が多い原因についておうかがいします

問28 小金井市では、ここ数年、男性の自殺者数が女性に比べ多くなっています。本市で男性の自殺が多い原因はどのようなことが考えられると思いますか。(○はいくつでも)

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 1. 夫婦関係の不和      | 2. 親子関係の不和     |
| 3. 子育ての悩み       | 4. 介護・看病疲れ     |
| 5. 仕事疲れ         | 6. 友人や知人とのトラブル |
| 7. 失業の不安や収入減    | 8. 職場の人間関係     |
| 9. 結婚や出産に関連する圧力 | 10. 身体的な病気     |
| 11. 精神的な病気      | 12. その他 ( )    |

## 10 新型コロナウイルス感染症についておうかがいします

問29 新型コロナウイルス感染症流行以降、あなたの心情や考えに変化がありましたか。コロナ流行から回答時点までのあなたの気持ちについて、以下の中であてはまるもの全てに○をつけてください。(○はいくつでも)

- |   |
|---|
| 1. 不安を強く感じるようになった                         |
| 2. 家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた              |
| 3. 家族関係の悪化や家族との考え方の違いに悩まされるようになった         |
| 4. 感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた             |
| 5. 家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した          |
| 6. 在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった |
| 7. みんなもつらくて不安なんだと思い、つらい気持ちが少し軽くなった        |
| 8. その他 ( )                                |
| 9. 特に変化はなかった                              |

前の質問(問29)で「9 特に変化はなかった」以外を答えた方に質問です。

問30 問29でお答えの中から、最も強く感じたものを1つ選んで回答してください。(○は1つだけ)

- |   |
|---|
| 1. 不安を強く感じるようになった                         |
| 2. 家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた              |
| 3. 家族関係の悪化や家族との考え方の違いに悩まされるようになった         |
| 4. 感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた             |
| 5. 家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した          |
| 6. 在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方について考えるようになった |
| 7. みんなもつらくて不安なんだと思い、つらい気持ちが少し軽くなった        |
| 8. その他 ( )                                |

## 1 1 うつに関する意識についておうかがいします

問3 1 もし仮に、あなたが、今あなたの家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、専門の相談窓口へ相談することを勧めますか。(○は1つだけ)

1. 勧める
2. 勧めない
3. わからない

前の質問(問3 1)で「2. 勧めない」を回答された方に質問です。

問3 2 その理由は何ですか。(○はいくつでも)

1. 勧めることで嫌な思いをさせてしまうと思うから
2. 金銭的な負担を強いてしまうから
3. どの相談機関の利用を勧めたらよいか分からないから
4. 過去に自分が利用して嫌な思いをしたことがあるから
5. 根本的な問題の解決にはならないと思うから
6. 治療をしなくても、ほとんどのうつ病は自然に治ると思うから
7. その他 ( )

## 1 2 メディア(新聞・テレビ・ラジオ・インターネット)についておうかがいします

問3 3 「こころの健康や病気」について、どのようなところから知識・情報を手に入れますか。(○はいくつでも)

- |             |                         |
|-------------|-------------------------|
| 1. 友人・家族    | 2. 本・雑誌                 |
| 3. 新聞       | 4. テレビ                  |
| 5. ラジオ      | 6. 病院・診療所               |
| 7. インターネット  | 8. 講演会                  |
| 9. 市の広報紙    | 10. 市の公共施設              |
| 11. 保健所     | 12. SNS(ツイッター、フェイスブック等) |
| 13. その他 ( ) |                         |

### 13 今後の自殺対策についておうかがいします

問34 あなたは、児童・生徒が、自殺予防について学ぶ機会があった方がよいと思いますか。  
(○は1つ)

1. そう思う
2. どちらかといえばそう思う
3. あまりそう思わない
4. そう思わない
5. どちらともいえない

問35 児童・生徒の段階において、どのようなことを学べば、自殺予防に資すると思いますか。  
(○はいくつでも)

1. 心の問題を抱えた際の心理、身体状況について正しく知ること
2. ストレスへの対処方法を知ること
3. 周囲の人に助けを求めることが恥ずかしくないこと
4. 相手の細かな変化に気づき、思いを受け止めること
5. 悩みに応じて、保健所等行政機関が相談窓口を設けていること
6. 自殺が誰にでも起こり得る問題であると認識すること
7. その他 ( )

問36 今後、どのような自殺対策が必要になると思いますか。(○はいくつでも)

1. 自殺の実態を明らかにする調査・分析
2. さまざまな分野におけるゲートキーパーの養成
3. 地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い
4. さまざまな悩みに対応した相談窓口の設置
5. 危険な場所、薬品等の規制等
6. 自殺未遂者の支援
7. 自殺対策にかかわる民間団体の支援
8. 自殺に関する広報・啓発
9. 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
10. 子どもの自殺予防
11. インターネットにおける自殺関連情報の対策
12. 自死遺族等の支援
13. 適切な精神科医療体制の整備
14. その他 ( )



小金井市  
こころの健康に関するアンケート調査  
調査結果報告書  
令和5年6月

発行：小金井市役所 健康課 健康係  
〒184-0015 東京都小金井市貫井北町5丁目18-18  
電 話：042-321-1240  
F A X：042-321-6423