

碧南市
こころの健康に関する住民意識調査
調査結果報告書

平成 30 年 9 月

碧 南 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	悩みやストレスについて	7
3	相談を受けることについて	12
4	自殺対策・予防等について	14
5	自死遺族支援について	19
6	自殺やうつに関する意識について	20

I 調査の概要

1 調査の目的

本調査は、自殺対策に関する計画策定にあたり、こころの健康に関する市民の現状や考えなどを伺い、計画づくりや施策の立案に活用するための基礎資料を得ることを目的として実施したものです。

2 調査対象

碧南市在住の 16 歳以上 79 歳以下を無作為抽出

3 調査期間

平成 30 年 8 月 7 日から平成 30 年 8 月 24 日

4 調査方法

郵送による配布・回収

5 回収状況

配 布 数	有効回答数	有効回答率
1, 500 通	504 通	33.6%

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。

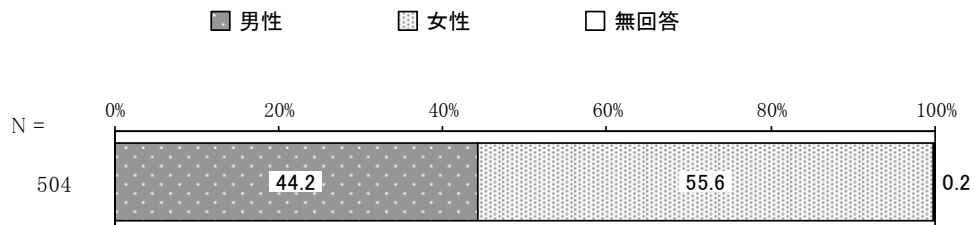
Ⅱ 調査結果

1 回答者属性

問1 あなたの性別及び年齢を教えてください。

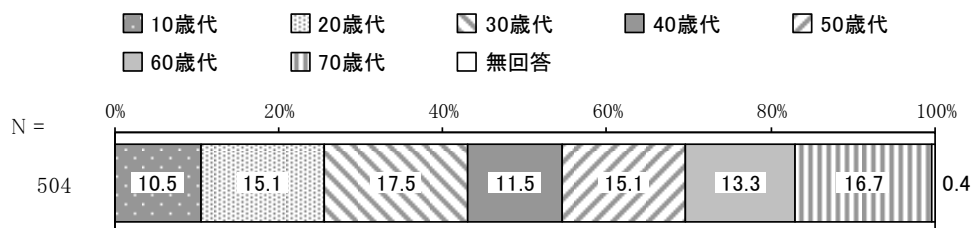
①性別（○は1つ）

「男性」の割合が44.2%、「女性」の割合が55.6%となっています。



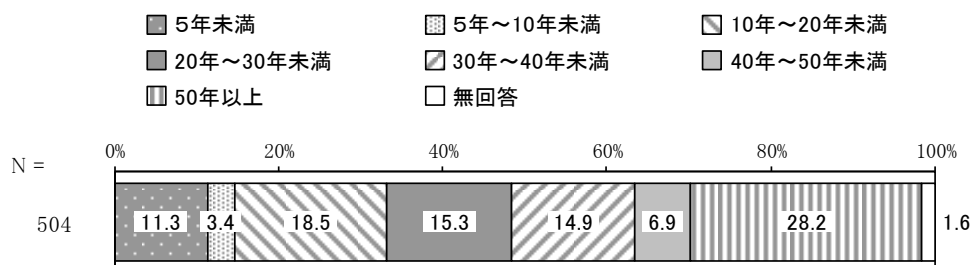
②年齢

「30 歳代」の割合が17.5%と最も高く、次いで「70 歳代」の割合が16.7%、「20 歳代」の割合が15.1%となっています。



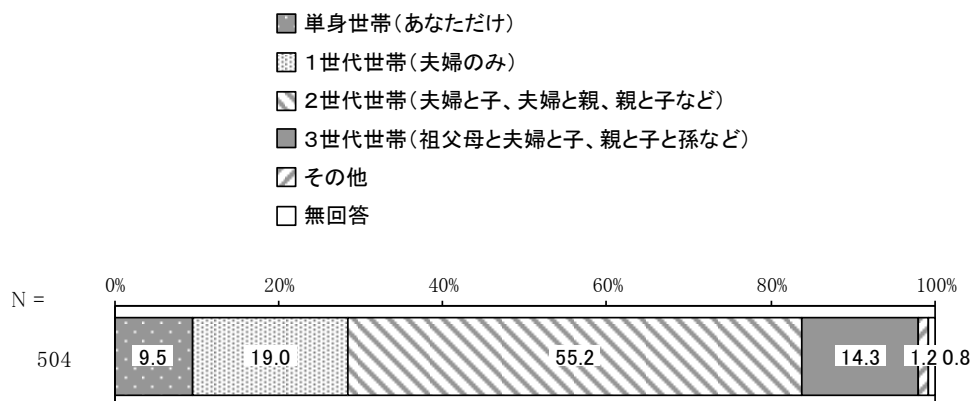
問2 碧南市での居住年数はどのくらいですか。

「50 年以上」の割合が28.2%と最も高く、次いで「10 年～20 年未満」の割合が18.5%、「20 年～30 年未満」の割合が15.3%となっています。



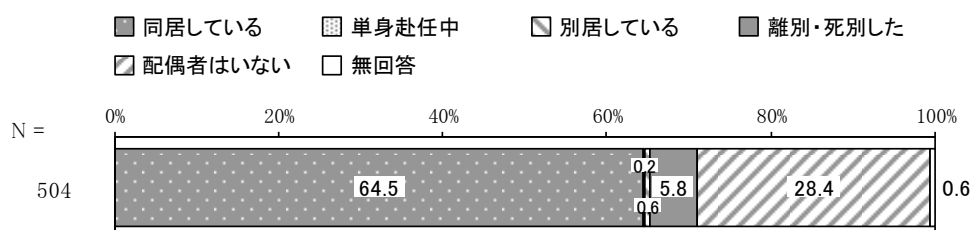
問3 あなたの家の世帯構成をお選びください。(○は1つ)

「2世代世帯（夫婦と子、夫婦と親、親と子など）」の割合が55.2%と最も高く、次いで「1世代世帯（夫婦のみ）」の割合が19.0%、「3世代世帯（祖父母と夫婦と子、親と子と孫など）」の割合が14.3%となっています。



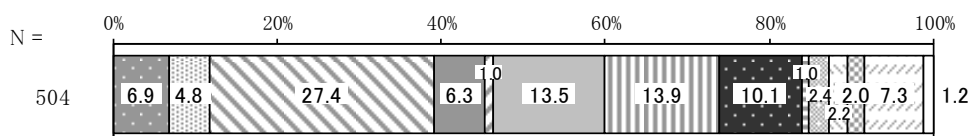
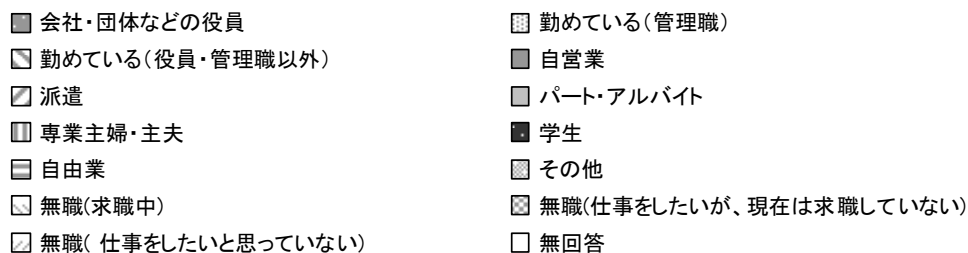
問4 配偶者との現在の関係をお選びください。(○は1つ)

「同居している」の割合が64.5%と最も高く、次いで「配偶者はいない」の割合が28.4%となっています。



問5 あなたの主たるご職業をお選びください。(○は1つ)

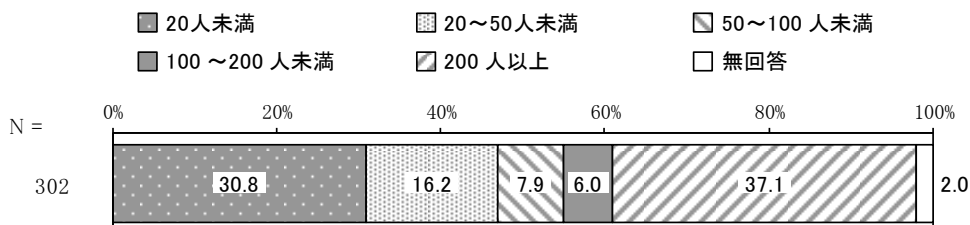
「勤めている（役員・管理職以外）」の割合が 27.4%と最も高く、次いで「専業主婦・主夫」の割合が 13.9%、「パート・アルバイト」の割合が 13.5%となっています。



問5で「会社・団体などの役員」「勤めている（管理職）」「勤めている（役員・管理職以外）」「自営業」「派遣」「パート・アルバイト」を回答された方にお聞きします。

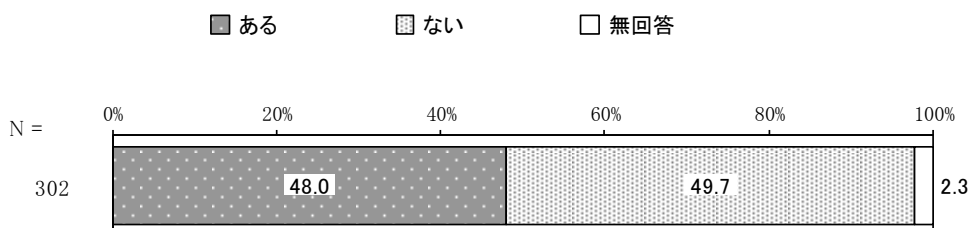
問5－1 勤務先の従業員数をお答えください。(○は1つ)

「200 人以上」の割合が 37.1%と最も高く、次いで「20 人未満」の割合が 30.8%、「20～50 人未満」の割合が 16.2%となっています。



問5－2 あなたの職場ではメンタルヘルスに関する制度がありますか。(○は1つ)

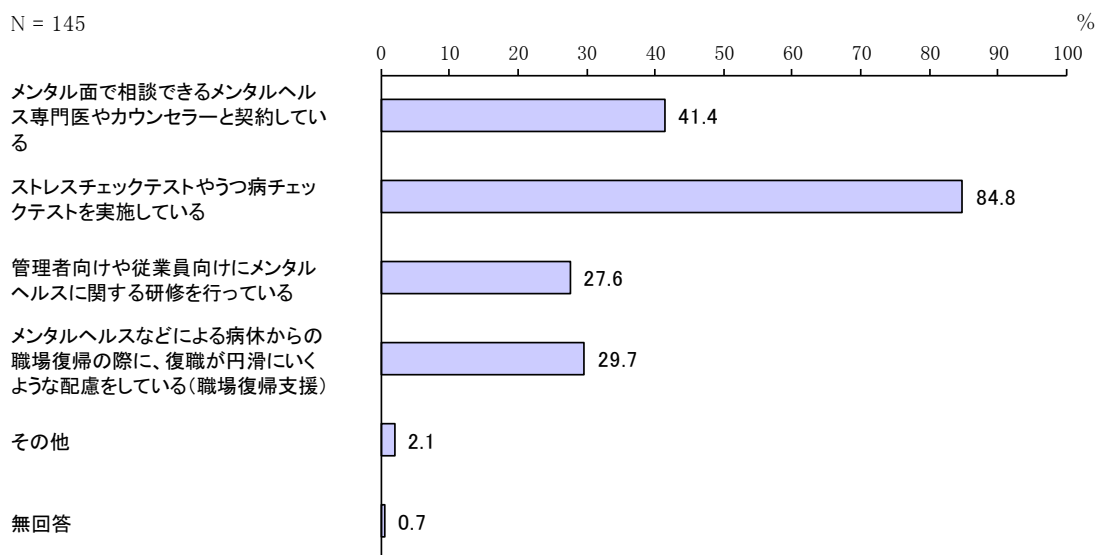
「ある」の割合が 48.0%、「ない」の割合が 49.7%となっています。



問5-2で「ある」を回答された方にお聞きします。

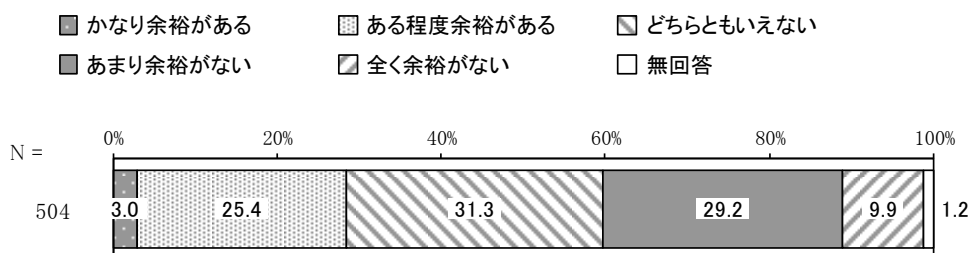
問5-3 どのような制度ですか。(あてはまるものすべてに○)

「ストレスチェックテストやうつ病チェックテストを実施している」の割合が84.8%と最も高く、次いで「メンタル面で相談できるメンタルヘルス専門医やカウンセラーと契約している」の割合が41.4%、「メンタルヘルスなどによる病休からの職場復帰の際に、復職が円滑にいくような配慮をしている(職場復帰支援)」の割合が29.7%となっています。



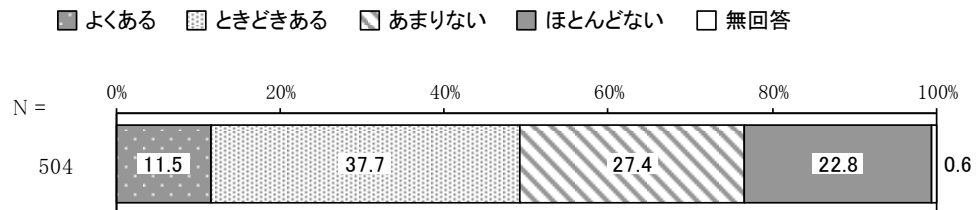
問6 ご家庭の家計の余裕はどの程度あるか教えてください。(○は1つ)

「かなり余裕がある」と「ある程度余裕がある」をあわせた“余裕がある”の割合が28.4%、「どちらともいえない」の割合が31.3%、「あまり余裕がない」と「全く余裕がない」をあわせた“余裕がない”の割合が39.1%となっています。



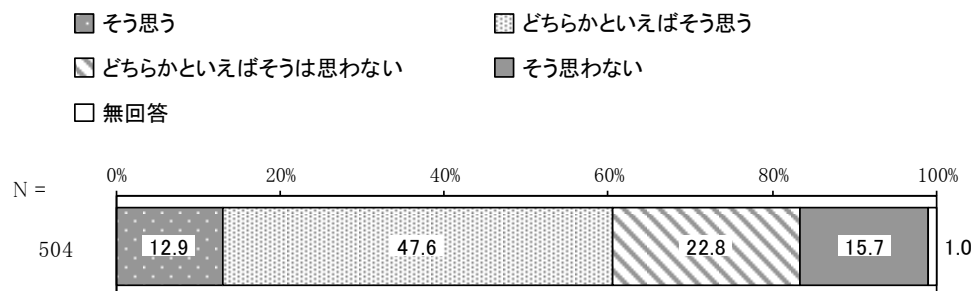
問 7 あなたは、町内の人や地域の人と話をしたり、交流したりする機会がありますか。(○は1つ)

「よくある」と「ときどきある」をあわせた“ある”の割合が 49.2%、「あまりない」と「ほとんどない」をあわせた“ない”の割合が 50.2%となっています。



問 8 あなたがお住まいの地域の人々は日頃から互いに気遣（きづか）ったり声をかけ合っていると思いますか。(○は1つ)

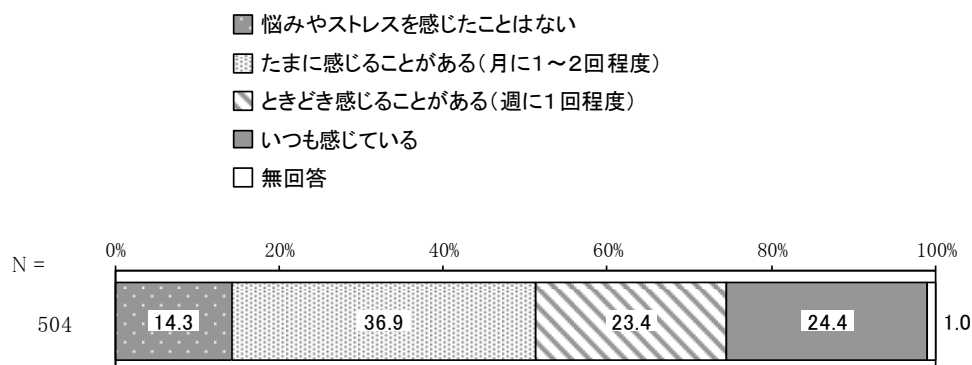
「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」をあわせた“そう思う”の割合が 60.5%、「どちらかといえばそうは思わない」と「そう思わない」をあわせた“そう思わない”の割合が 38.5%となっています。



2 悩みやストレスについて

問9 この1か月間くらいで、悩みや不安、ストレスを感じたことがありますか。
(○は1つ)

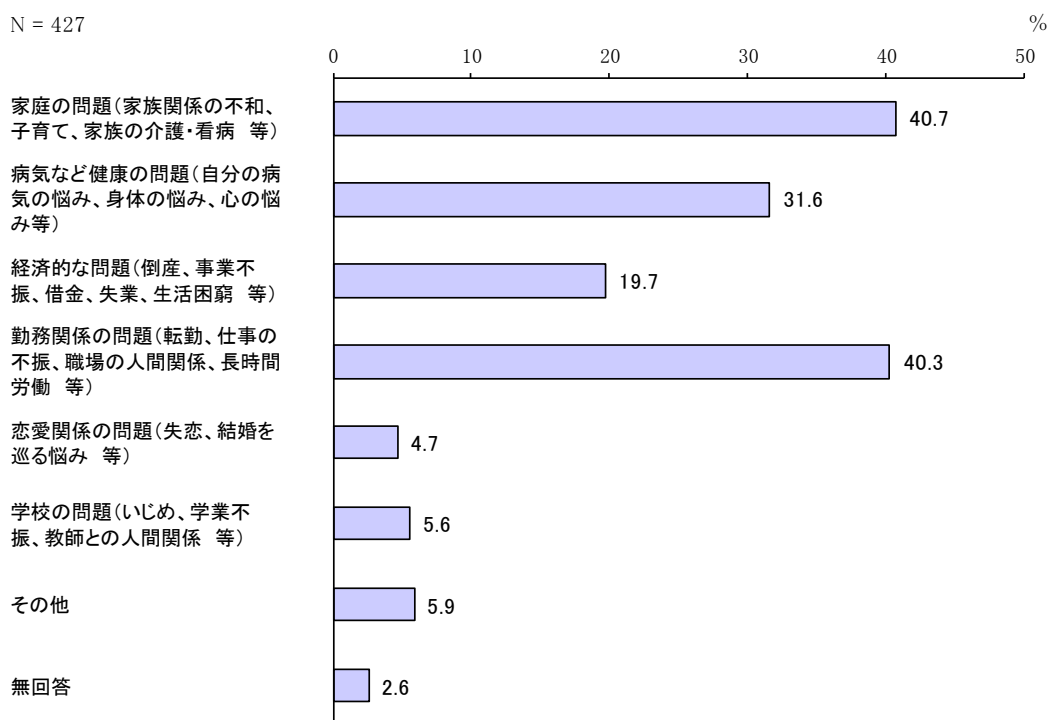
「たまに感じることもある（月に1～2回程度）」の割合が36.9%と最も高く、次いで「いつも感じている」の割合が24.4%、「ときどき感じることもある（週に1回程度）」の割合が23.4%となっています。



問9で「たまに感じることもある（月に1～2回程度）」「ときどき感じることもある（週に1回程度）」「いつも感じている」を回答された方にお聞きします。

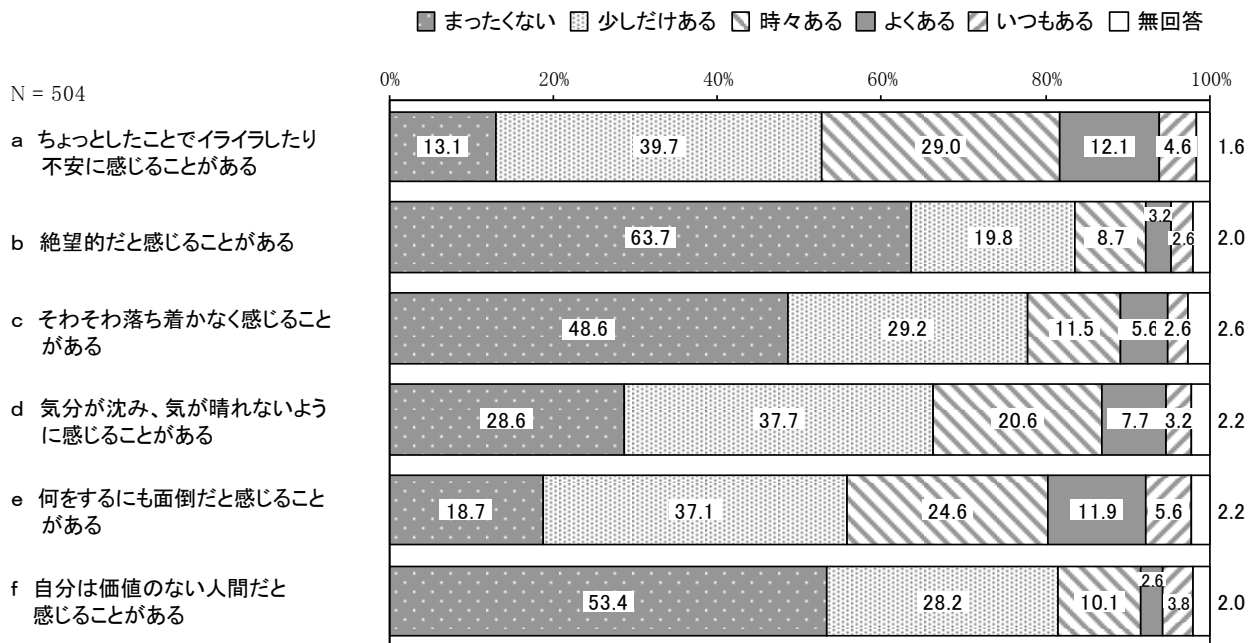
問9－1 それはどのような事柄が原因ですか。(あてはまるものすべてに○)

「家庭の問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病 等）」の割合が40.7%と最も高く、次いで「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）」の割合が40.3%、「病気など健康の問題（自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等）」の割合が31.6%となっています。



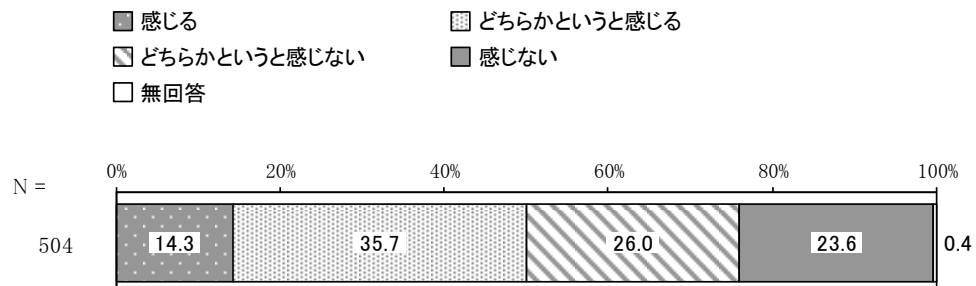
問 10 あなたは日々の生活の中で、次のように感じることはありませんか。
(それぞれに○は1つ)

『a ちょっとしたことでもイライラしたり不安に感じることもある』で「少しだけある」と「時々ある」と「よくある」と「いつもある」をあわせた“ある”の割合が高くなっています。また、『b 絶望的だと感じることもある』で「まったくない」の割合が高くなっています。



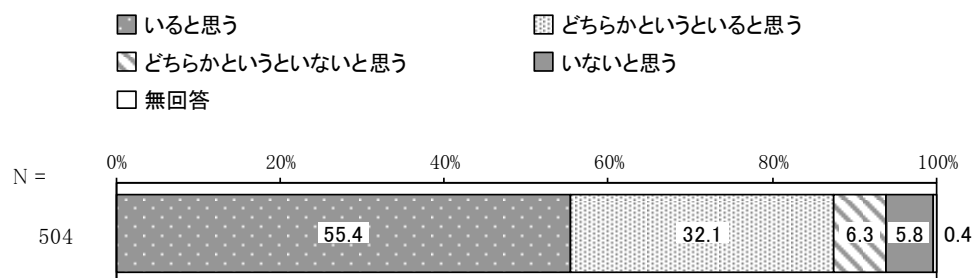
問 11 あなたは、悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。(○は1つ)

「感じる」と「どちらかというと感じる」をあわせた“感じる”の割合が 50.0%、「どちらかというと感じない」と「感じない」をあわせた“感じない”の割合が 49.6%となっています。



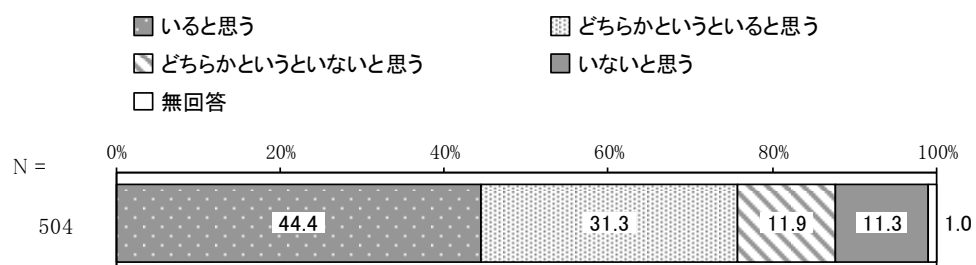
問 12 あなたの不満や悩みやつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。(○は1つ)

「いると思う」と「どちらかというと思う」をあわせた“いると思う”の割合が 87.5%、「どちらかというといないと思う」と「いないと思う」をあわせ“いないと思う”の割合が 12.1%となっています。



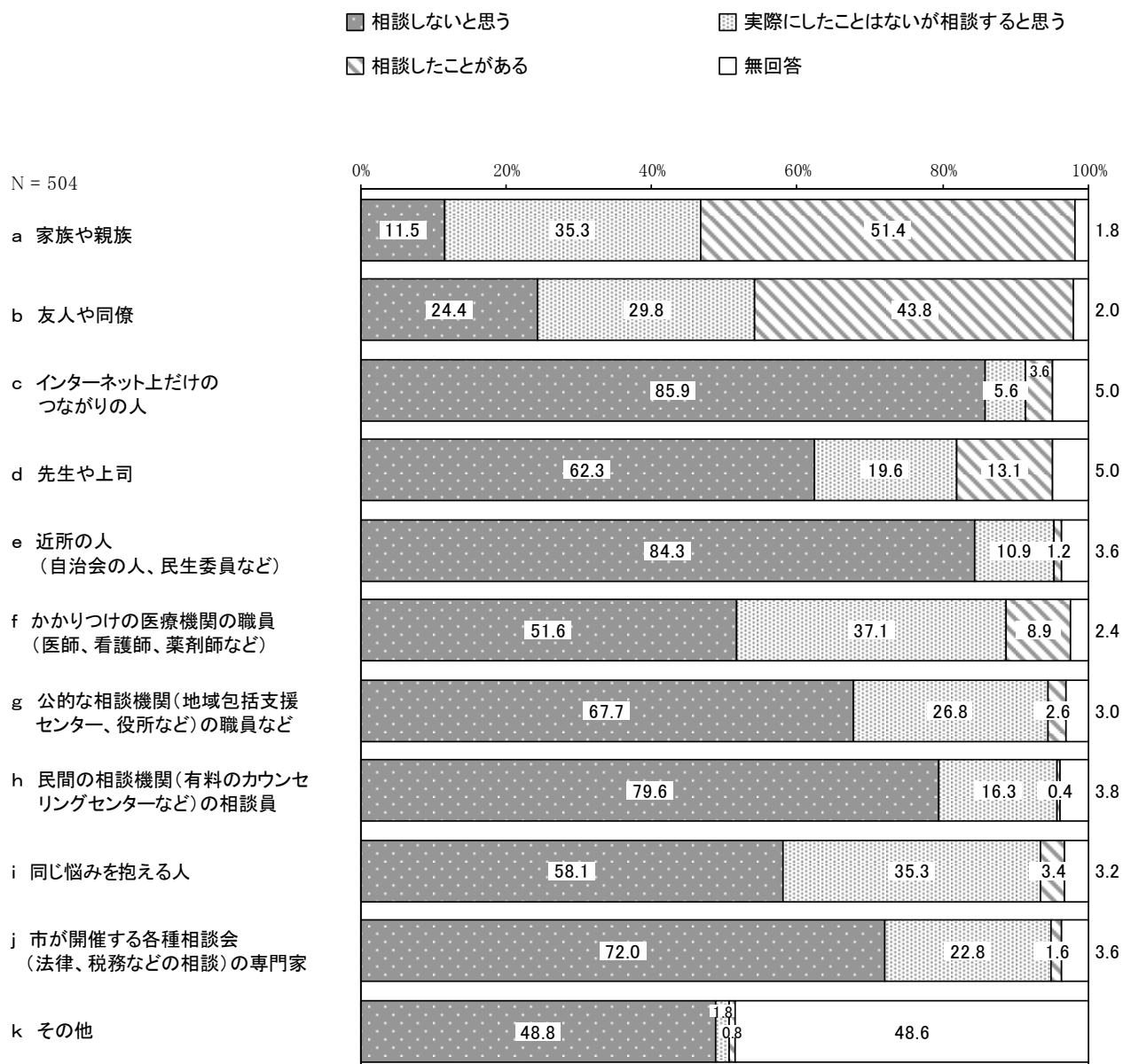
問 13 必要なとき、あなたに物質的・金銭的な支援をしてくれる人はいると思いますか。(○は1つ)

「いると思う」と「どちらかというと思う」をあわせた“いると思う”の割合が 75.7%、「どちらかというといないと思う」と「いないと思う」をあわせた“いないと思う”の割合が 23.2%となっています。



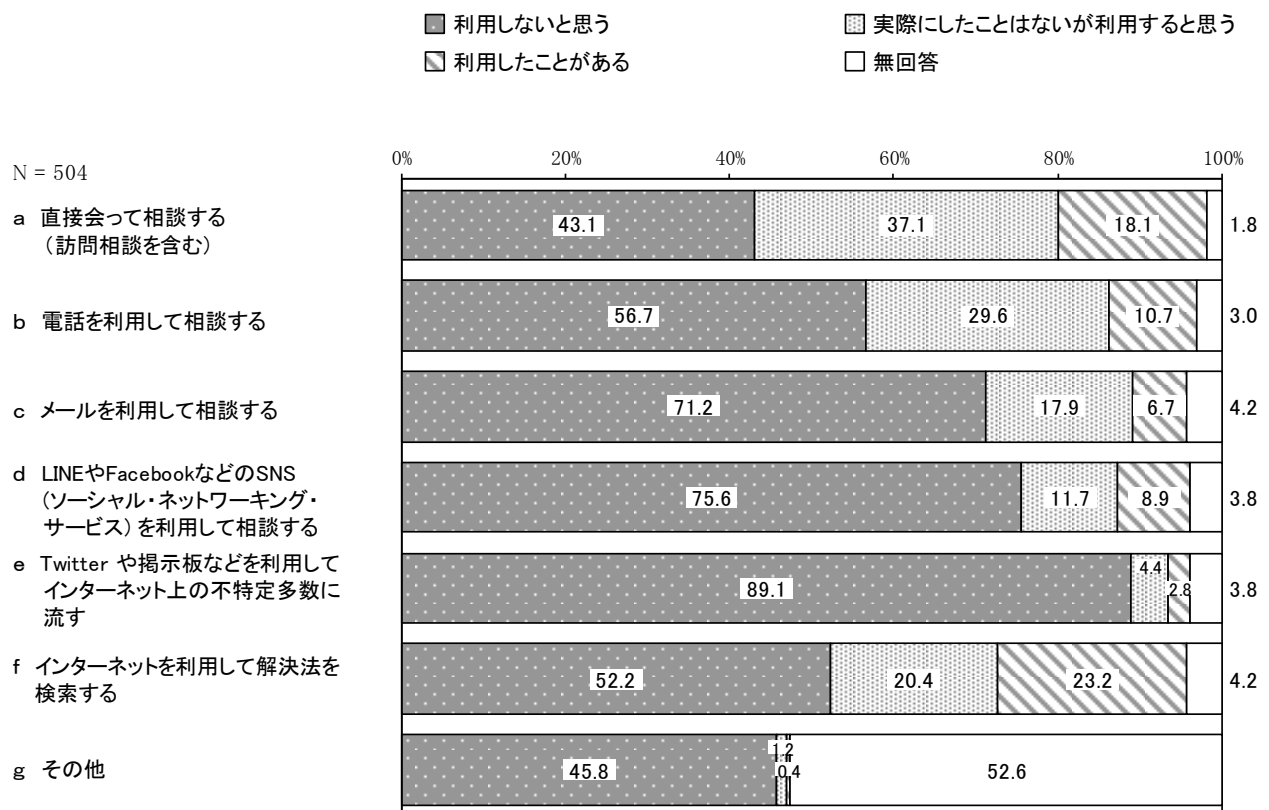
問 14 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人々に相談すると思いますか。
(それぞれに○は1つ)

『c インターネット上だけのつながりの人』で「相談しないと思う」の割合が、『a 家族や親族』で「相談したことがある」の割合が高くなっています。また、『a 家族や親族』『f かかりつけの医療機関の職員（医師、看護師、薬剤師など）』『i 同じ悩みを抱える人』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。



問 15 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の方法を使って悩みを相談したいと思いますか。（それぞれに○は1つ）

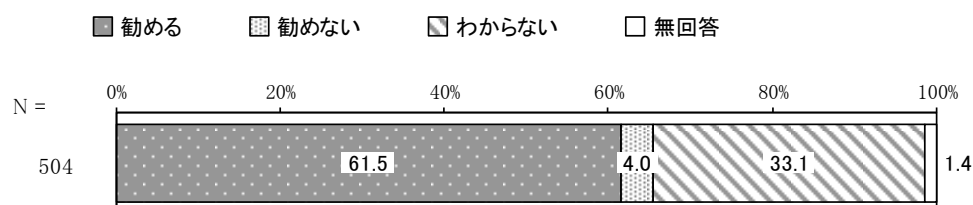
『e Twitter や掲示板などを利用してインターネット上の不特定多数に流す』で「利用しないと思う」の割合が、『a 直接会って相談する（訪問相談を含む）』で「実際にしたことはないが利用すると思う」の割合が、『f インターネットを利用して解決法を検索する』で「利用したことがある」の割合が高くなっています。



3 相談を受けることについて

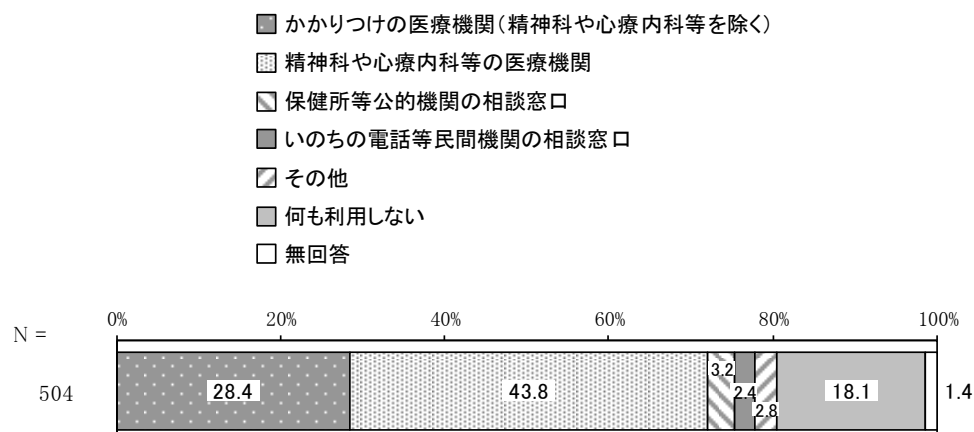
問 16 もし仮に、あなたが、今あなたの家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、専門の相談窓口へ相談することを勧めますか。(○は1つ)

「勧める」の割合が 61.5%と最も高く、次いで「わからない」の割合が 33.1%となっています。



問 17 もし仮に、あなたが自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、以下の専門の相談窓口のうち、どれを利用したいと思いますか。(○は1つ)

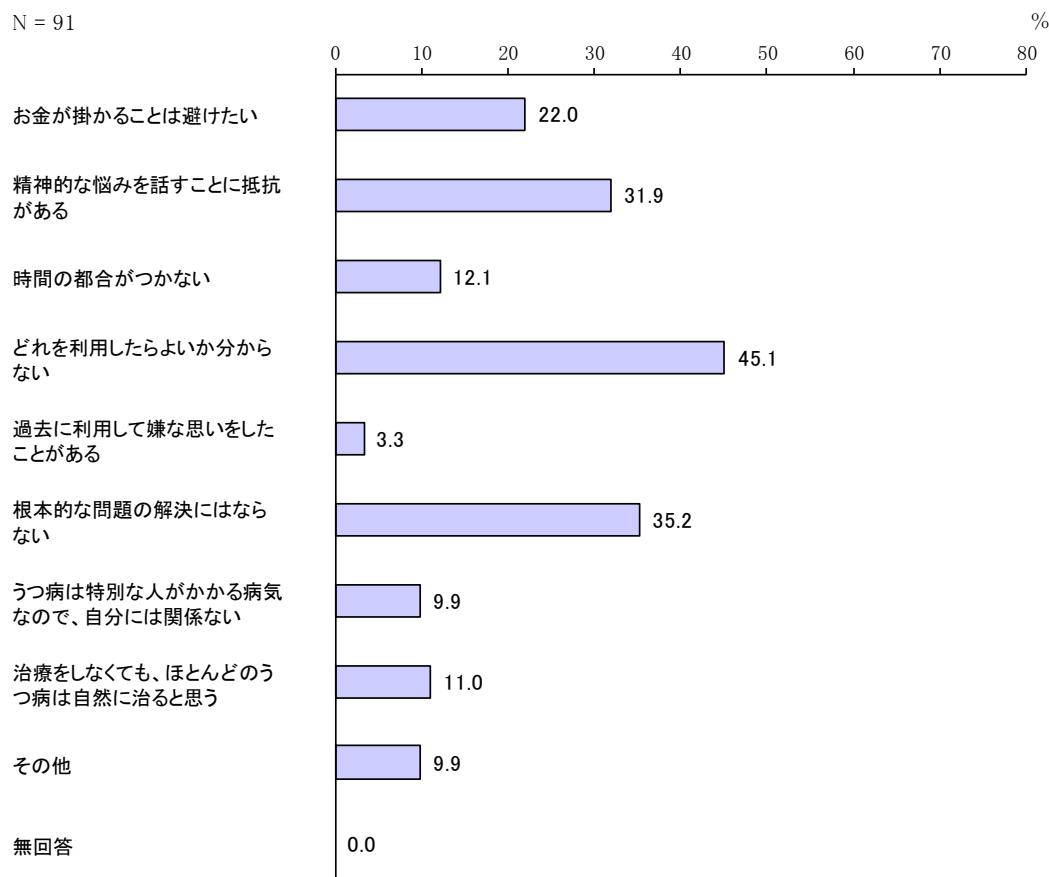
「精神科や心療内科等の医療機関」の割合が 43.8%と最も高く、次いで「かかりつけの医療機関（精神科や心療内科等を除く）」の割合が 28.4%、「何も利用しない」の割合が 18.1%となっています。



問 17 で「何も利用しない」を回答された方にお聞きします。

問 17－ 1 何も利用しないのはなぜですか。（あてはまるものすべてに○）

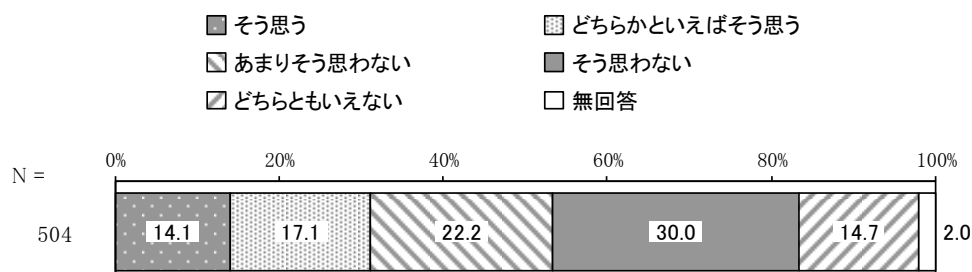
「どれを利用したらよいか分からない」の割合が 45.1%と最も高く、次いで「根本的な問題の解決にはならない」の割合が 35.2%、「精神的な悩みを話すことに抵抗がある」の割合が 31.9%となっています。



4 自殺対策・予防等について

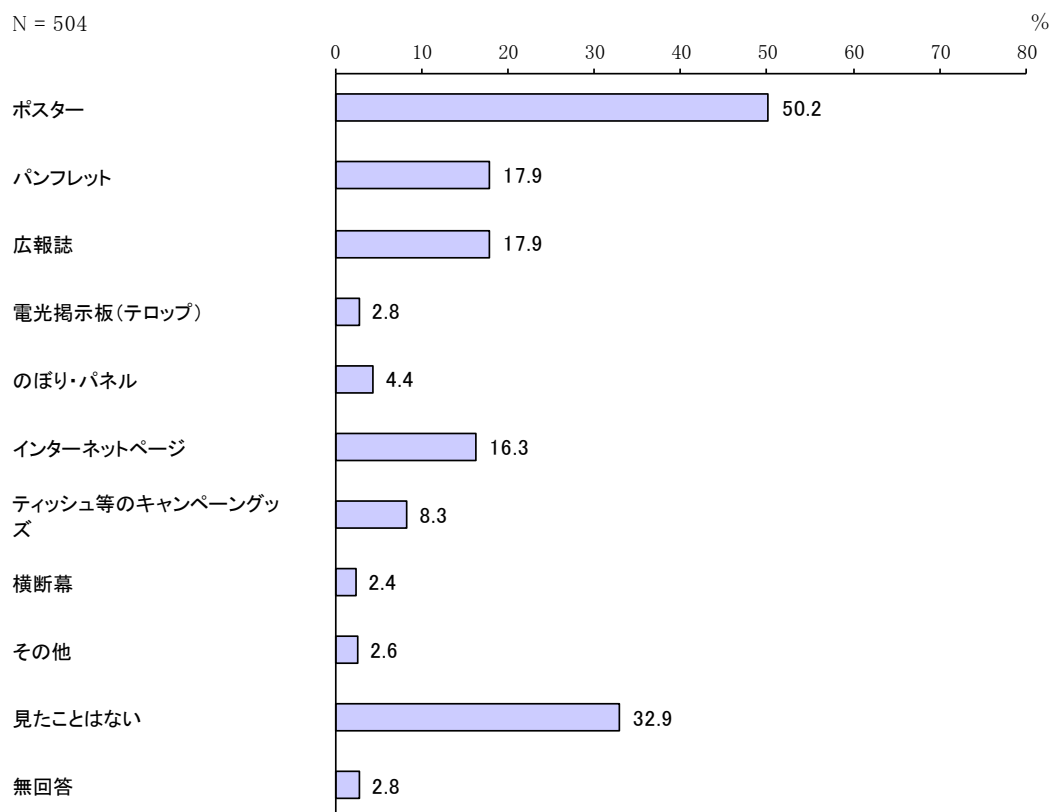
問 18 自殺対策は自分自身に関わる問題だと思いますか。(○は1つ)

「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」をあわせた「そう思う」の割合が 31.2%、「あまりそう思わない」と「そう思わない」をあわせた「そう思わない」の割合が 52.2%となっています。



問 19 あなたはこれまで自殺対策に関する啓発物を見たことがありますか。(あてはまるものすべてに○)

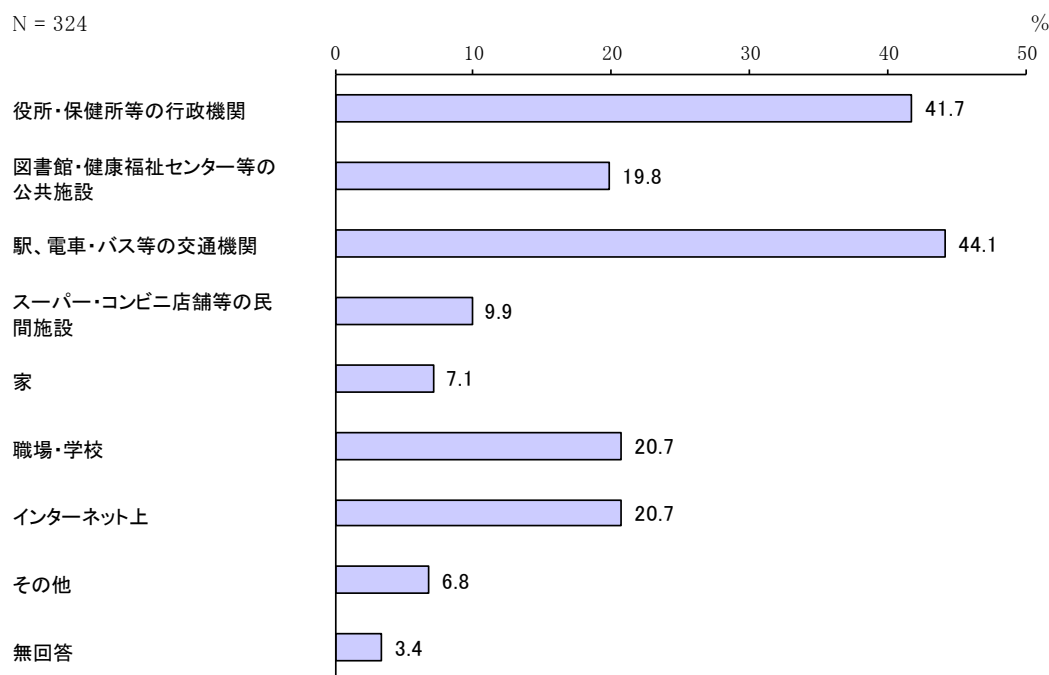
「ポスター」の割合が 50.2%と最も高く、次いで「見たことはない」の割合が 32.9%、「パンフレット」の割合が 17.9%となっています。



問 19 で「ポスター」「パンフレット」「広報誌」「電光掲示板（テロップ）」「のぼり・パネル」「インターネットページ」「ティッシュ等のキャンペーングッズ」「横断幕」「その他」を回答された方にお聞きます。

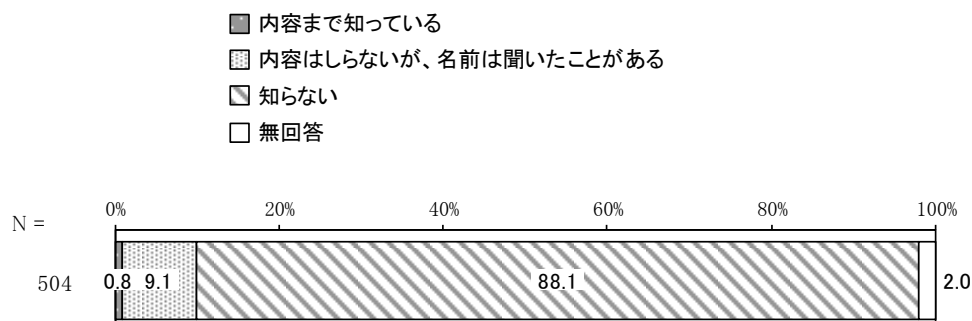
問 19－1 その自殺対策に関する啓発物は、どこで見ましたか。
（あてはまるものすべてに○）

「駅、電車・バス等の交通機関」の割合が 44.1%と最も高く、次いで「役所・保健所等の行政機関」の割合が 41.7%、「職場・学校」の割合が 20.7%となっています。



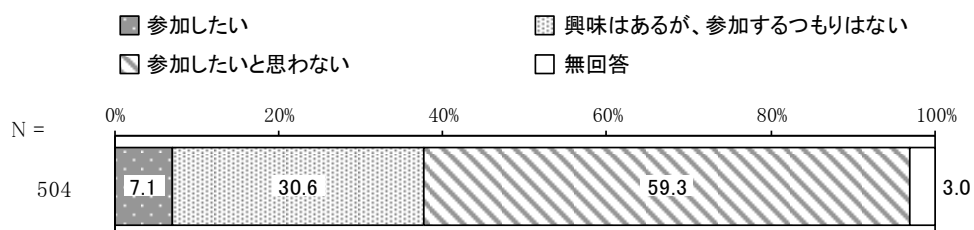
問 20 あなたは、ゲートキーパーについて知っていますか。（○は1つ）

「知らない」の割合が 88.1%と最も高なっています。



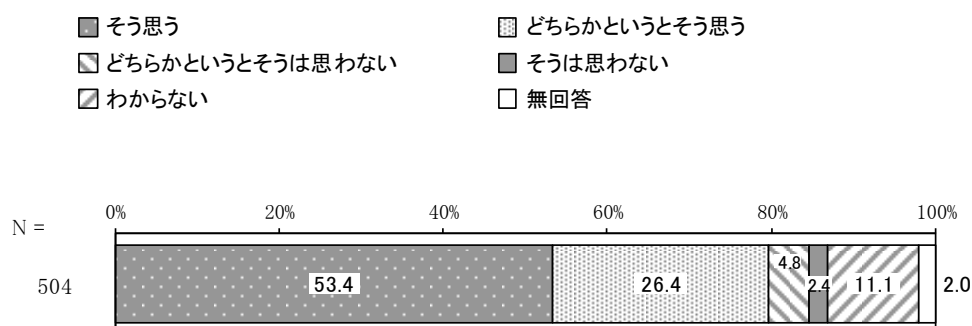
問 21 ゲートキーパー講習があれば、参加したいと思いますか。(○は1つ)

「参加したいと思わない」の割合が 59.3%と最も高く、次いで「興味はあるが、参加するつもりはない」の割合が 30.6%となっています。



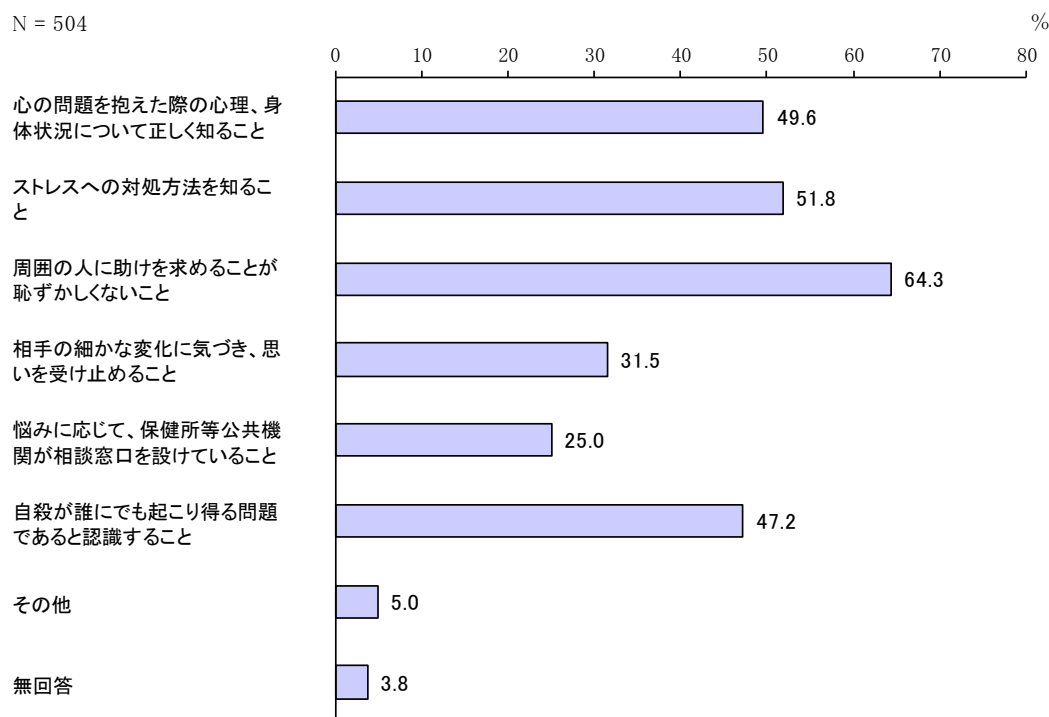
問 22 あなたは、児童生徒が、自殺予防について学ぶ機会があった方がよいと思いますか。(○は1つ)

「そう思う」と「どちらかというと思う」をあわせた“そう思う”の割合が 79.8%、「どちらかというとは思わない」と「そうは思わない」をあわせた“そうは思わない”の割合が 7.2%となっています。



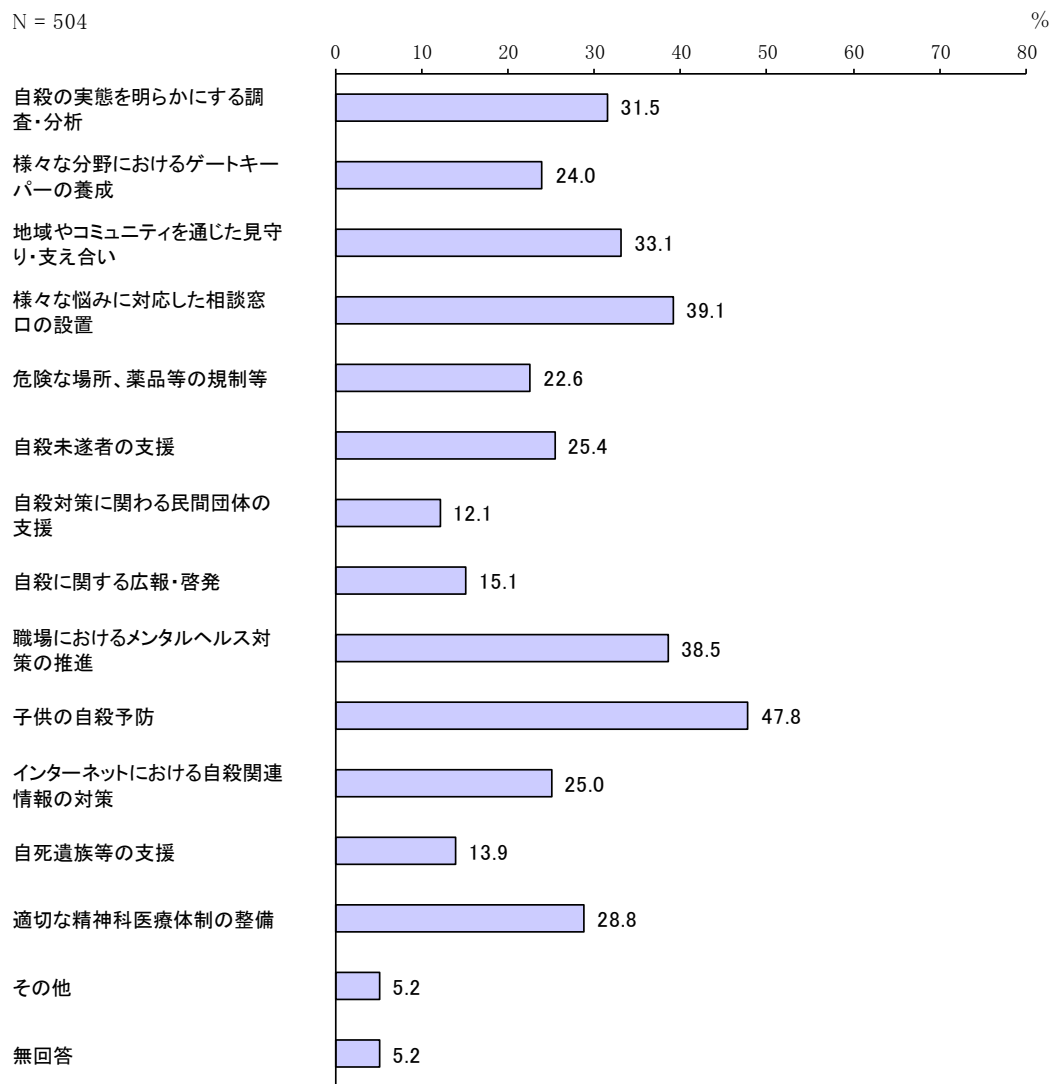
問 23 児童生徒の段階において、どのようなことを学べば、自殺予防に資すると思いますか。（あてはまるものすべてに○）

「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 64.3%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 51.8%、「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 49.6%となっています。



問 24 今後求められるものとして、どのような自殺対策が必要になると思いますか。
(あてはまるものすべてに○)

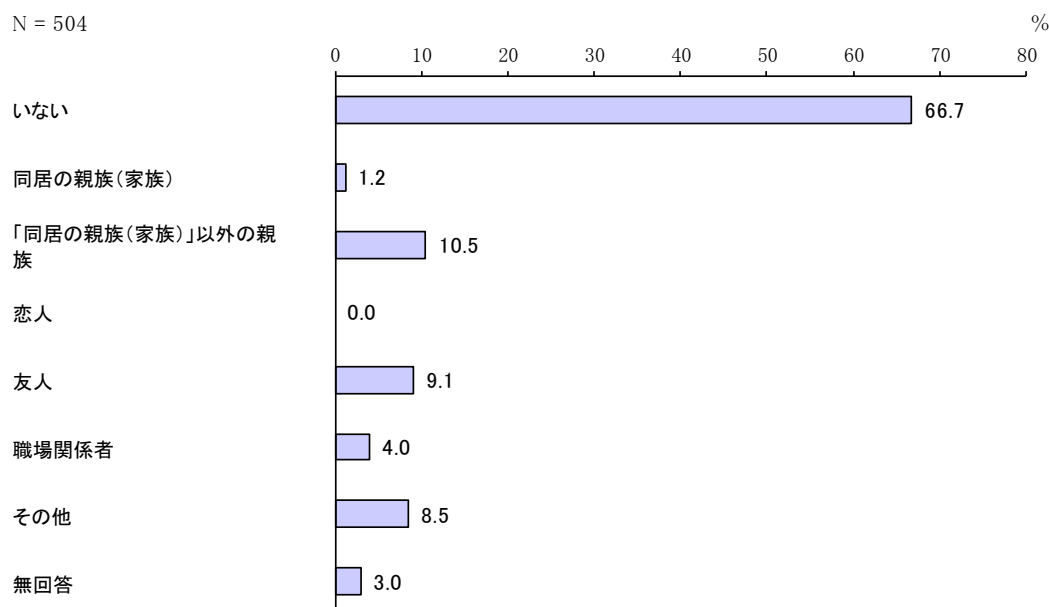
「子供の自殺予防」の割合が 47.8%と最も高く、次いで「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」の割合が 39.1%、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」の割合が 38.5%となっています。



5 自死遺族支援について

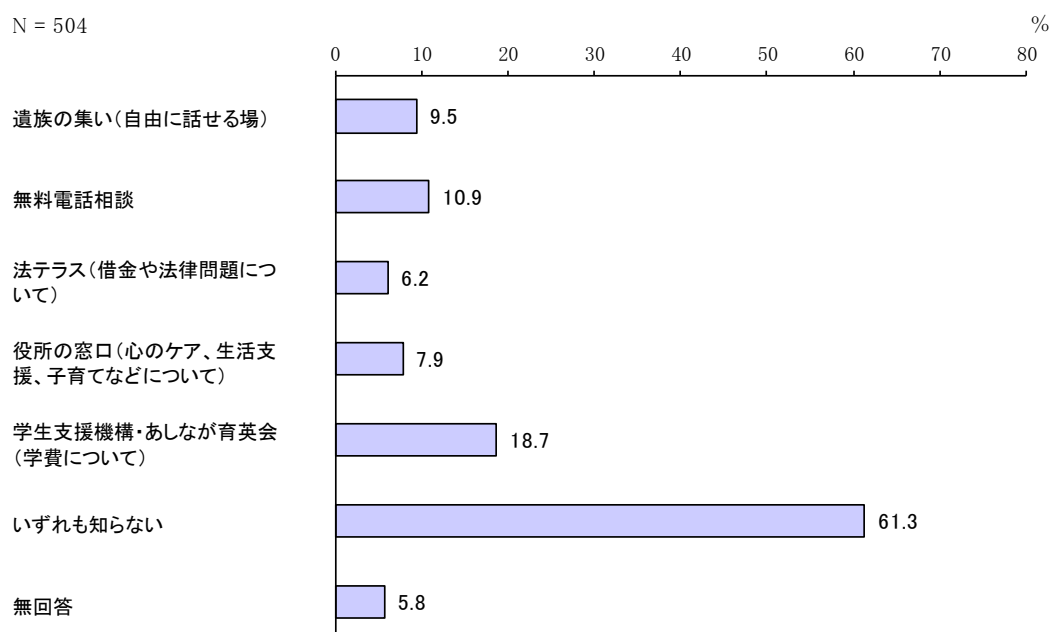
問 25 あなたの周りで自殺（自死）をした方はいらっしゃいますか。
（あてはまるものすべてに○）

「いない」の割合が 66.7%と最も高く、次いで「同居の親族（家族）」以外の親族」の割合が 10.5%となっています。



問 26 自死遺族の支援について、知っているものがありますか。（○はいくつでも）

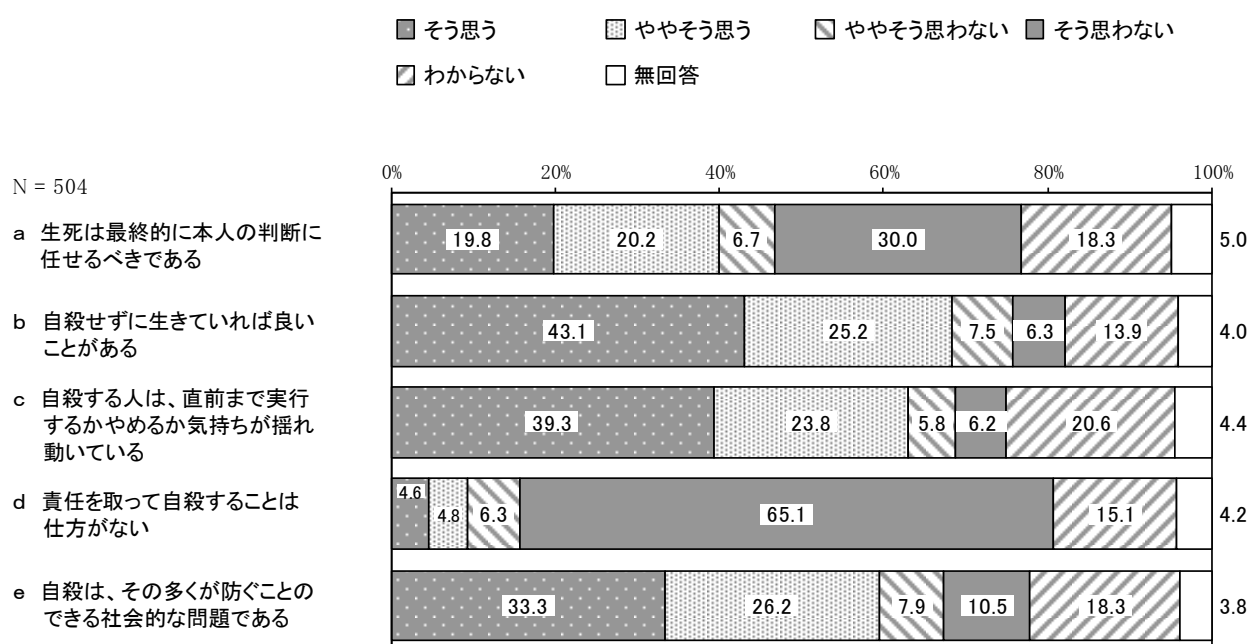
「いずれも知らない」の割合が 61.3%と最も高く、次いで「学生支援機構・あしなが育英会（学費について）」の割合が 18.7%、「無料電話相談」の割合が 10.9%となっています。



6 自殺やうつに関する意識について

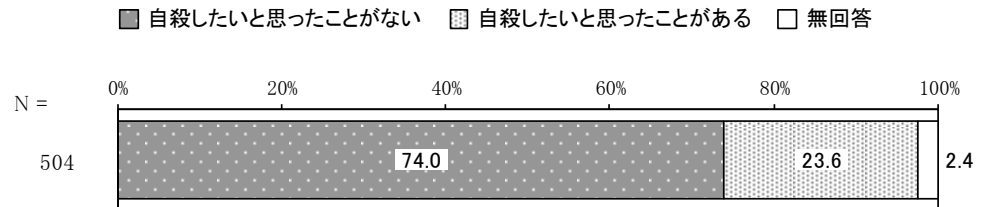
問 27 あなたは、自殺についてどのように思いますか。次の a から e のそれぞれについて、あなたのお考えに最も近いもの 1 つだけに○をつけてください。
(それぞれに○は 1 つ)

『b 自殺せずに生きていれば良いことがある』で「そう思う」と「ややそう思う」をあわせた“そう思う”の割合が高くなっています。また、『d 責任を取って自殺することは仕方がない』で「ややそう思わない」と「そう思わない」をあわせた“そう思わない”の割合が高くなっています。



問 28 あなたは、これまでの人生のなかで、本気で自殺したいと考えたことがありますか。(○は1つ)

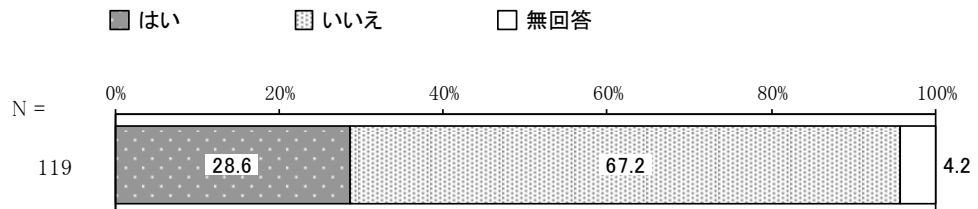
「自殺したいと思ったことがない」の割合が 74.0%、「自殺したいと思ったことがある」の割合が 23.6%となっています。



問 28 で「自殺したいと思ったことがある」を回答された方にお聞きします。

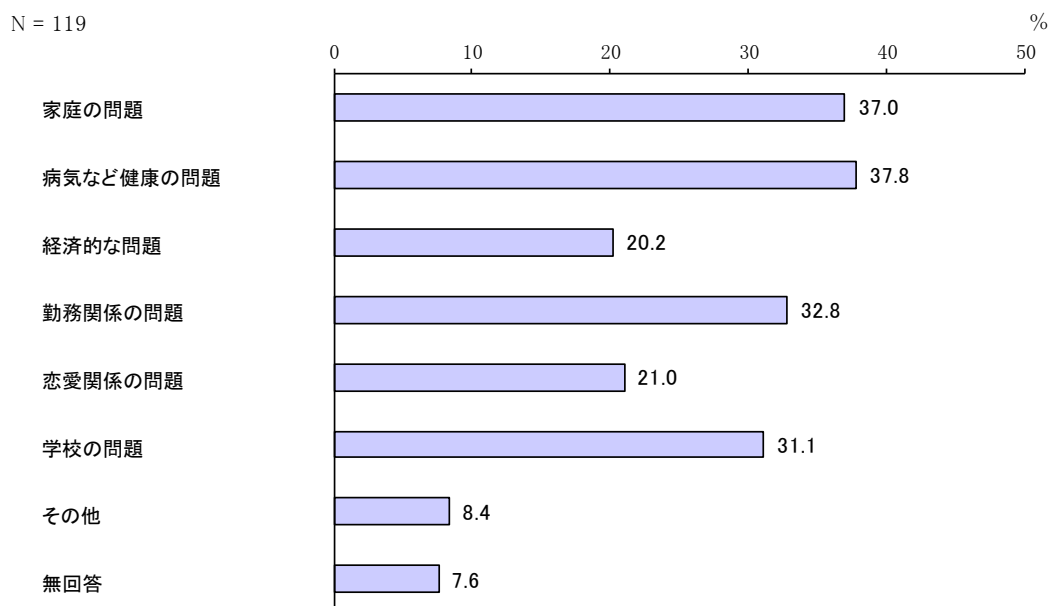
問 28－1 最近 1 年以内に自殺したいと思ったことがありますか。(○は 1 つ)

「はい」の割合が 28.6%、「いいえ」の割合が 67.2%となっています。



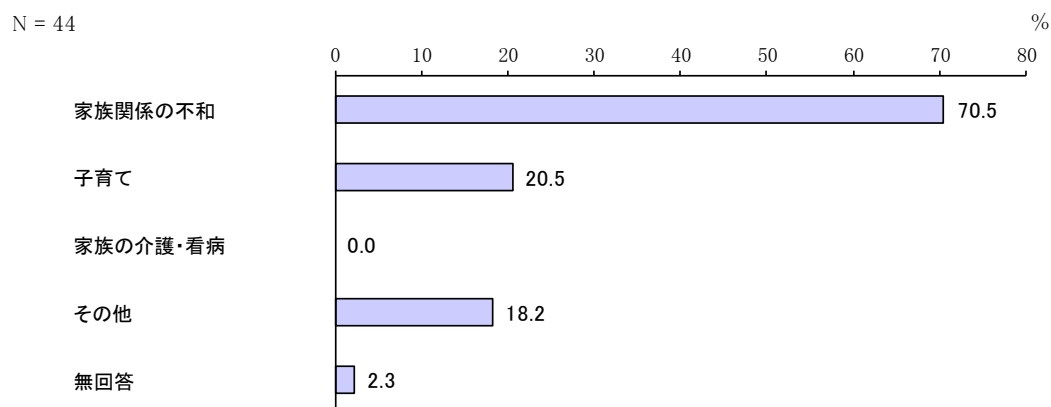
問 28－2 自殺をしたいと考えた理由や原因はどのようなことでしたか。1～7 それぞれのアルファベットにあてはまるものに○をつけてください。(あてはまるものすべてに○)

「病気など健康の問題」の割合が 37.8%と最も高く、次いで「家庭の問題」の割合が 37.0%、「勤務関係の問題」の割合が 32.8%となっています。



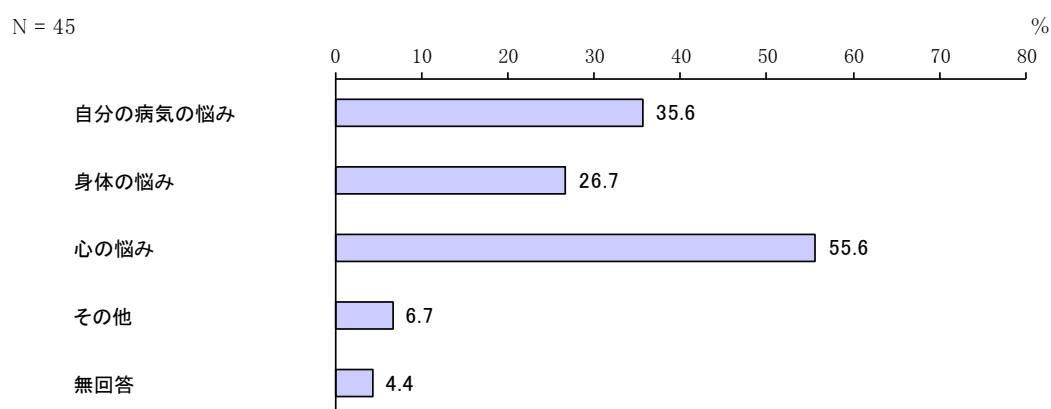
1. 家庭の問題

「家族関係の不和」の割合が70.5%と最も高く、次いで「子育て」の割合が20.5%となっています。



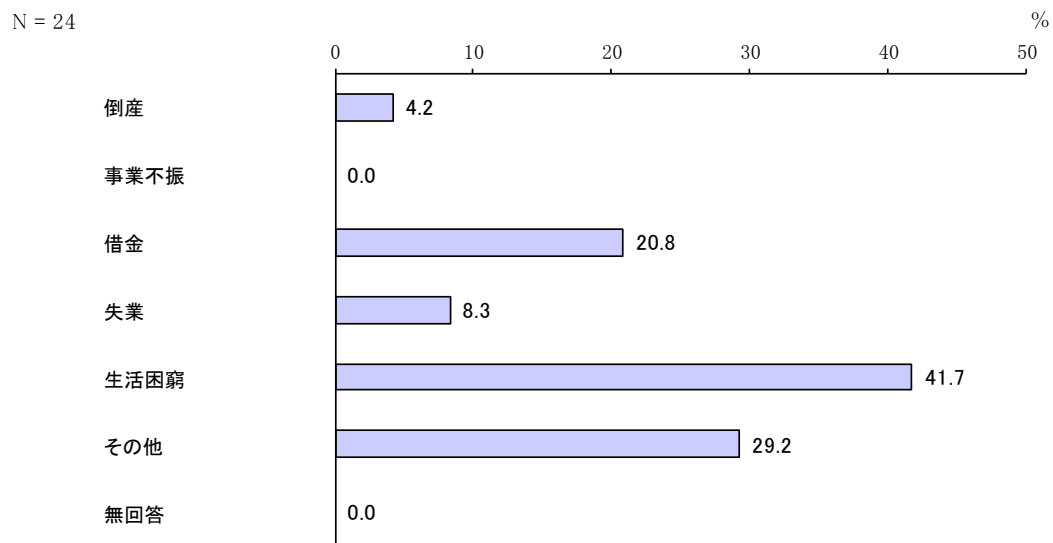
2. 病気など健康の問題

「心の悩み」の割合が55.6%と最も高く、次いで「自分の病気の悩み」の割合が35.6%、「身体の悩み」の割合が26.7%となっています。



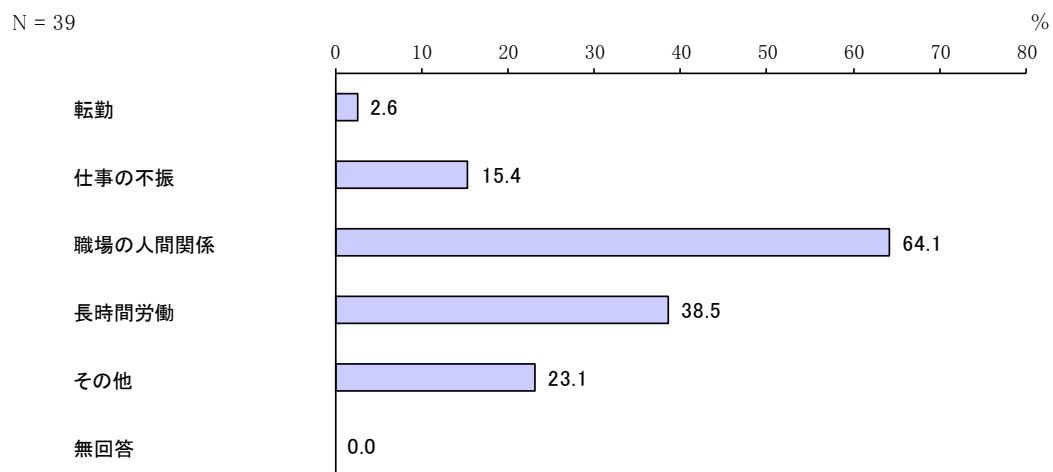
3. 経済的な問題

「生活困窮」の割合が41.7%と最も高く、次いで「借金」の割合が20.8%となっています。



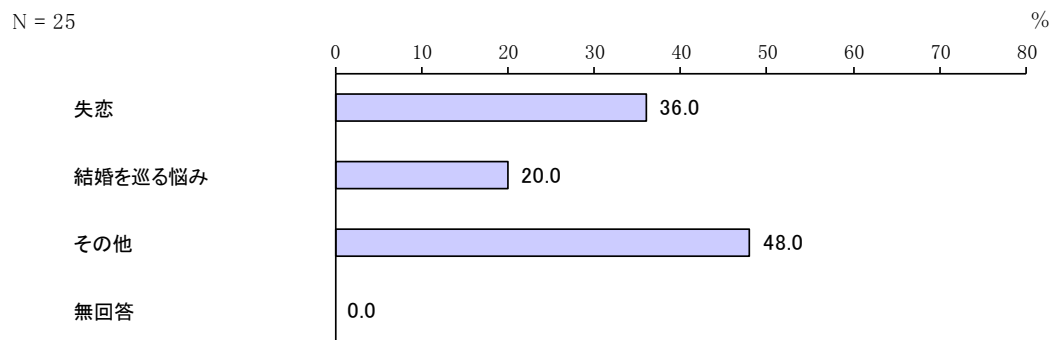
4. 勤務関係の問題

「職場の人間関係」の割合が64.1%と最も高く、次いで「長時間労働」の割合が38.5%、「仕事の不振」の割合が15.4%となっています。



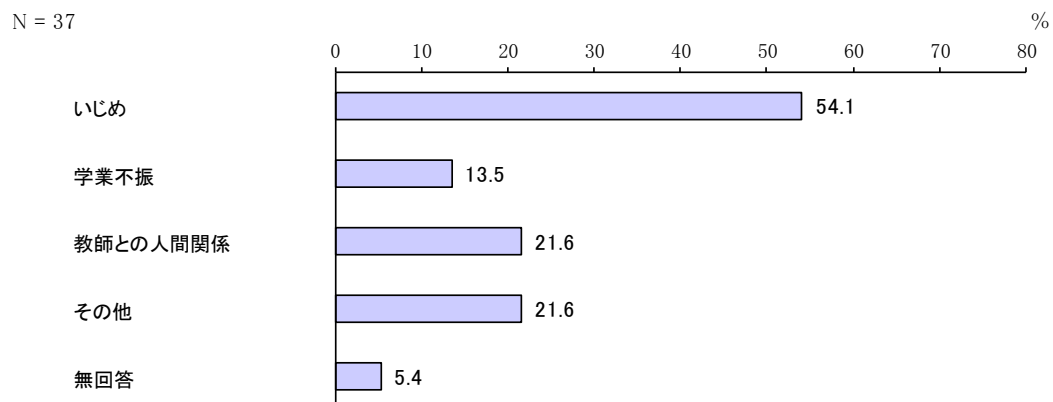
5. 恋愛関係の問題

「失恋」の割合が36.0%、「結婚を巡る悩み」の割合が20.0%となっています。



6. 学校の問題

「いじめ」の割合が54.1%と最も高く、次いで「教師との人間関係」の割合が21.6%、「学業不振」の割合が13.5%となっています。



問 28－3 そのように考えたとき、どのようにして乗り越えましたか。以下の中であてはまるものの全てに○をつけてください。（あてはまるものすべてに○）

「家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」の割合が 37.8%と最も高く、次いで「趣味や仕事など他のことで気を紛らわせるように努めた」の割合が 24.4%、「特に何もなかった」の割合が 23.5%となっています。

