

市民意識調査結果

1. 調査の概要

(1) 調査の目的と概要

これまでに分析した本市の自殺の特徴を踏まえ、市民の自殺の背景となりうる悩みやストレス、自殺に関する意識等を把握し、計画改定に反映させることを目的とするため、市民意識調査を行いました。

調査地域	大和市全域
調査対象	本市在住の18歳以上の男女個人
標本数	2,300人（本市人口の約1%）
抽出方法	住民基本台帳からの等間隔系統抽出
調査方法	郵送調査法（郵送配布～郵送回収）
調査期間	平成30年8月9日～8月31日
有効回収数（率）	603人（26.2%）

(2) 調査結果の表示方法

- 回答は各質問の回答数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。
- クロス集計^{※1}の場合、未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。
- 回答数が少ないものについては、他の回答と合計して示している場合があります。また、参考として示すにとどめ、考察には加えていない場合があります。
- 集計結果の表やグラフは、回答の選択肢の言葉を短縮して表現している場合があります。
- 「国調査」とは、厚生労働省が実施した「平成28年度自殺対策に関する意識調査」のことです。

調査対象	全国20歳以上の日本国籍を有する者3,000人
調査時期	平成28年10月13日から10月30日まで
調査方法	調査員による留置法（封筒による密封回収）

(3) 市民意識調査の課題

- 回答数が少なく、また、回答者は自殺対策への意識が高い方からの回答であることが推測されます。
- また、18歳以上を対象とした調査のため、学齢期の子どもについては、意見を収集することができませんでした。
- よって、今回の市民意識調査の課題を踏まえ、計画の見直し時にはより多くの市民の意見を聞き、見直し後の計画へ反映させることを本計画での検討事項としています。

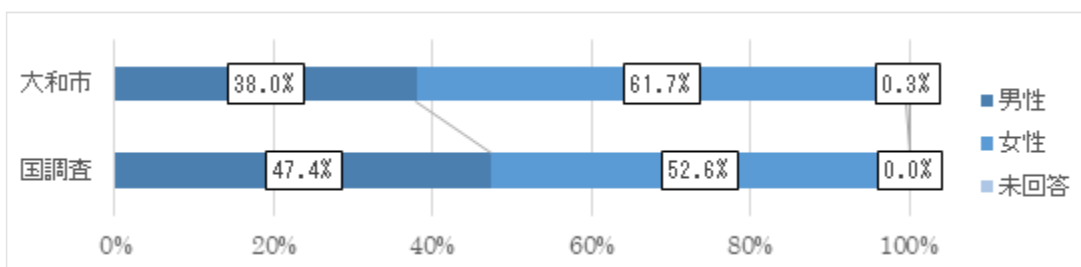
^{※1} クロス集計：複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法。

2. 回答者の属性

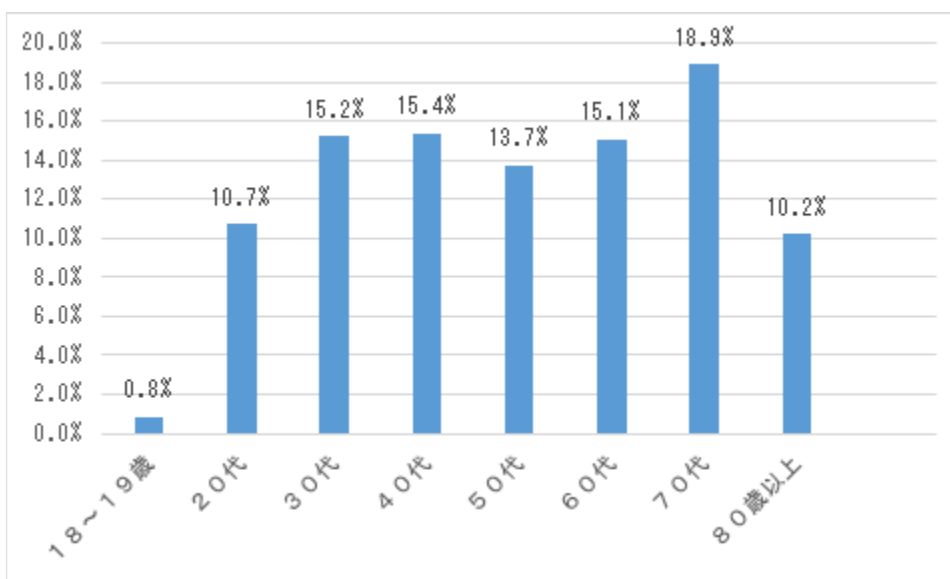
- 性別は、男性より女性が多くなっています。
- 世帯構成は、親と子の二世帯が最も多くなっています。また、男性は会社員、女性は専業主婦の割合が最も高くなっています。
- 世帯年収は、200万円以上が約4分の3を占めています。
- 世帯の家計の感じ方について、「(あまり) 余裕がない」と回答する割合が約半数となっています。

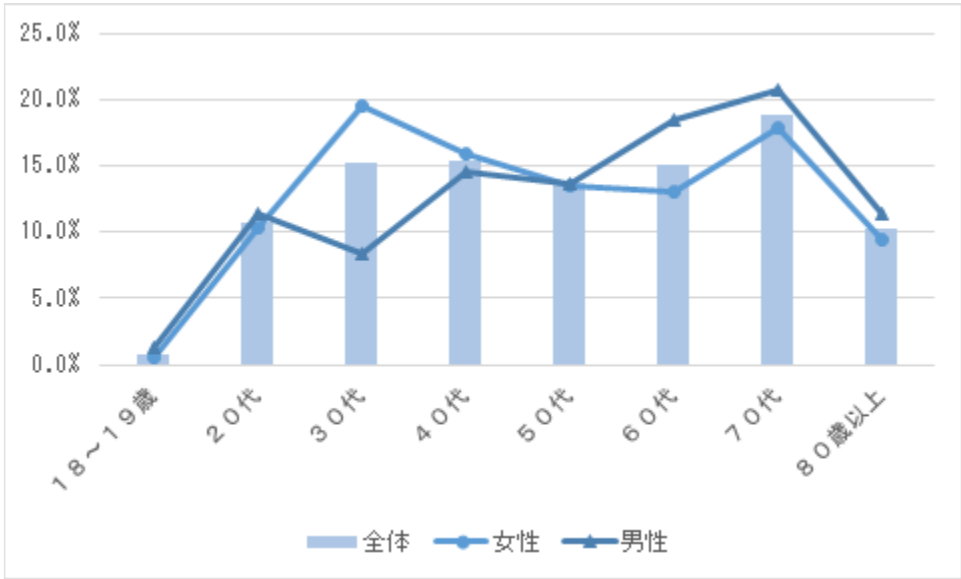
(1) 性別

男性	229人 (38.0%)
女性	372人 (61.7%)
未回答	2人 (0.3%)



(2) 年齢

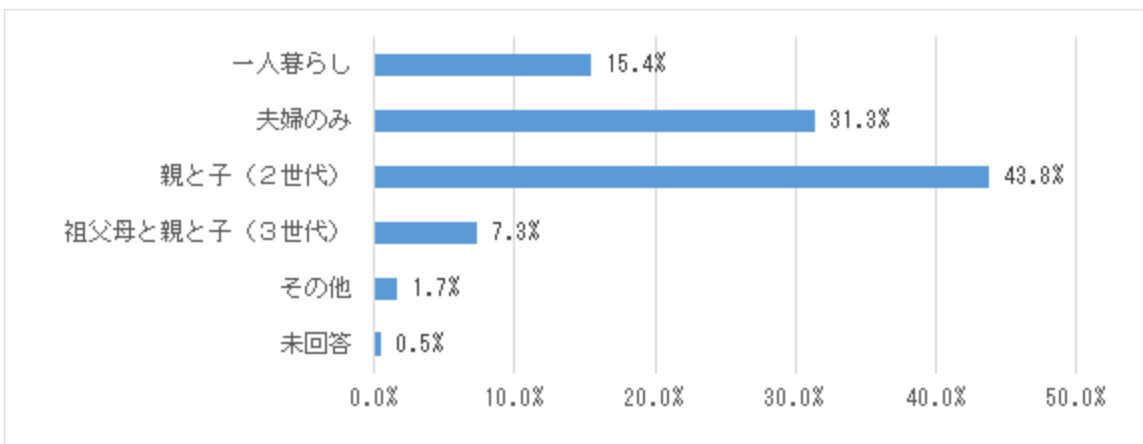




男女別にみると、30代~40代は女性の方が回答率が高く、60代~80代は男性の方が高くなります。

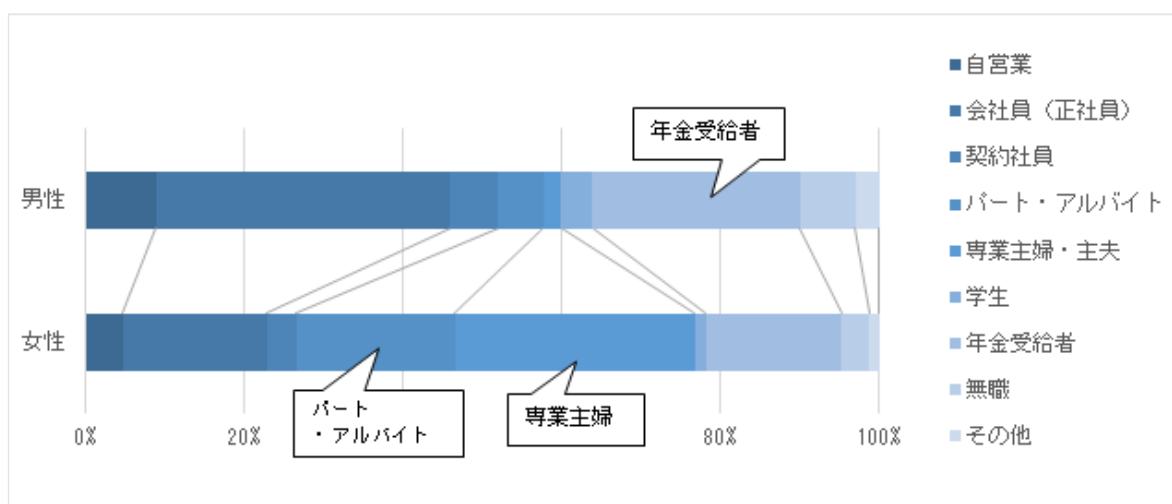
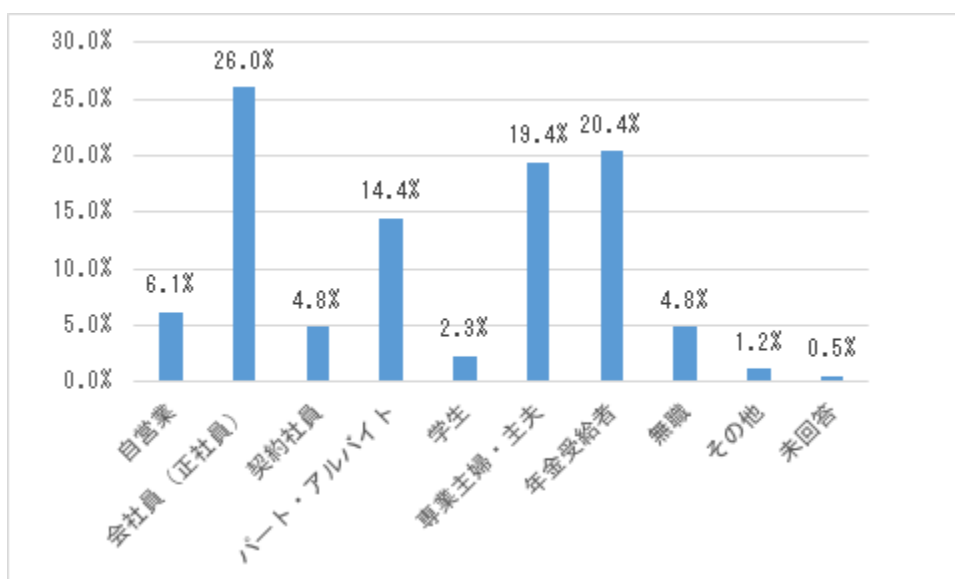
(3) 世帯構成

1人暮らし	99人	(16.4%)
2人	210人	(34.8%)
3人	147人	(24.4%)
4人	101人	(16.7%)
5人	29人	(4.8%)
6人以上	14人	(2.3%)
未回答	3人	(0.5%)
平均	2.66人	



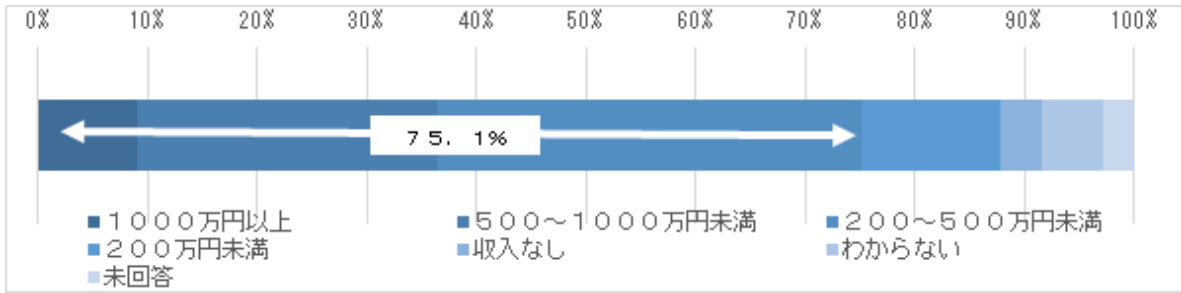
(4) 職業

※「公務員」「教員」も「会社員（正社員）」に含めて算出しています。

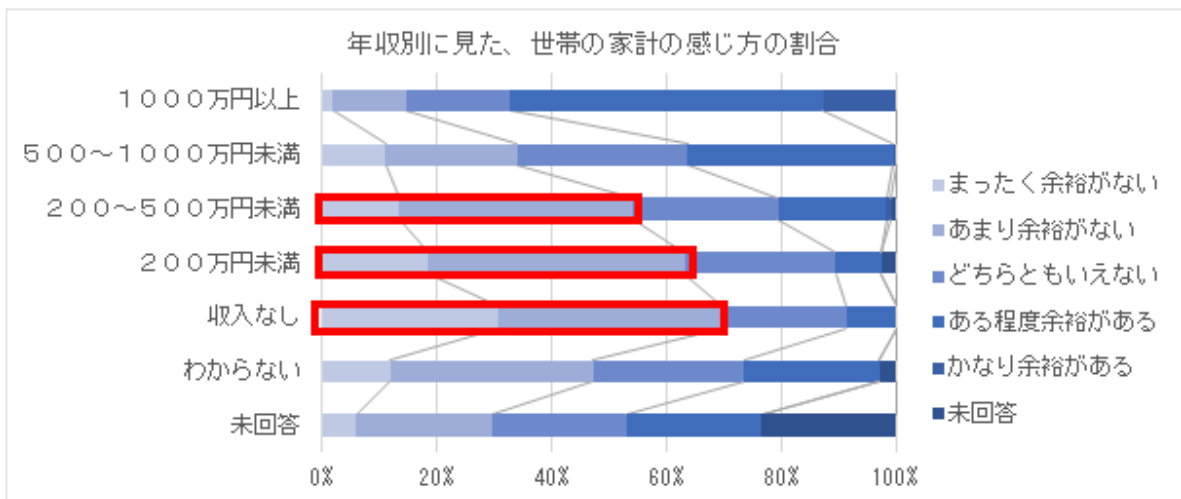
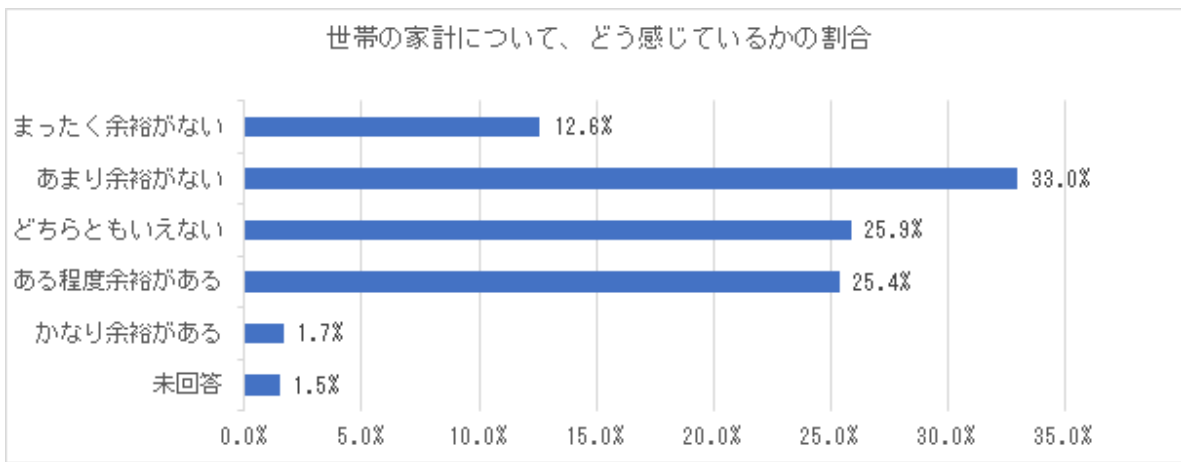


性別でみると、「会社員（正社員）」「年金受給者」は男性のほうが多く、「パート・アルバイト」「専業主婦・主夫」は女性のほうが多くなっています。

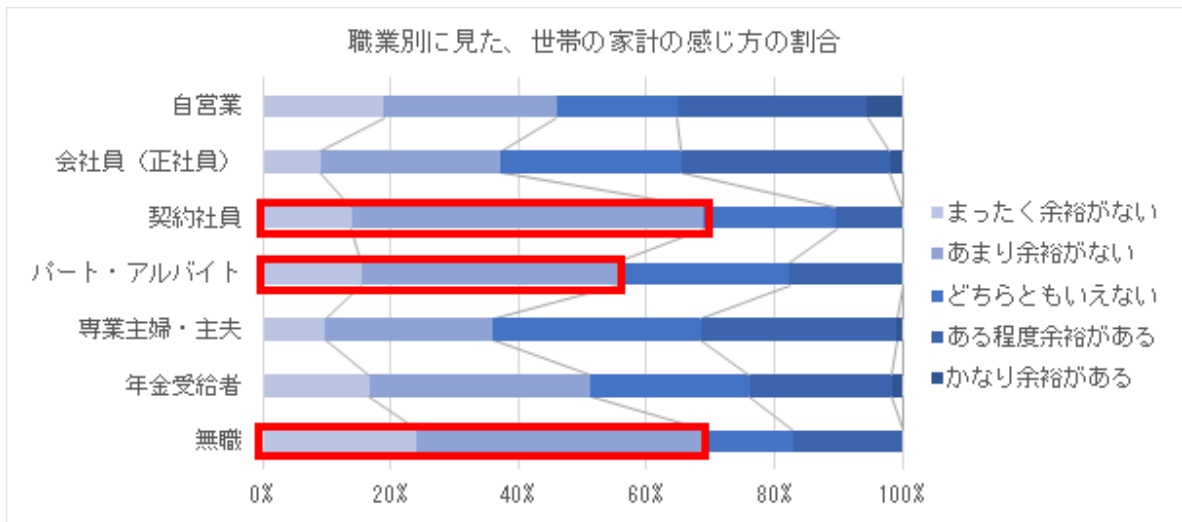
(5) 世帯年収



「1000万円以上」「500~1000万円未満」「200~500万円未満」が約75%を占めています。



年収別にみると、「収入なし」「200万円未満」「200~500万円未満」の順で、「まったく余裕がない」「あまり余裕がない」と回答する割合が高くなっています。



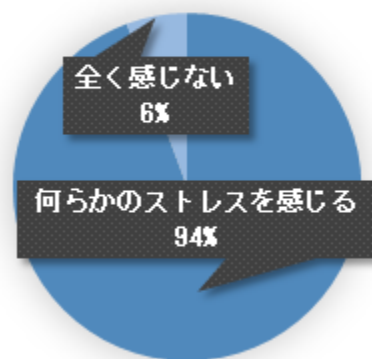
職業別にみると、「契約社員」「パート・アルバイト」「無職」が、家計の余裕がないと回答する割合が高くなっています。

3. 調査結果のまとめ

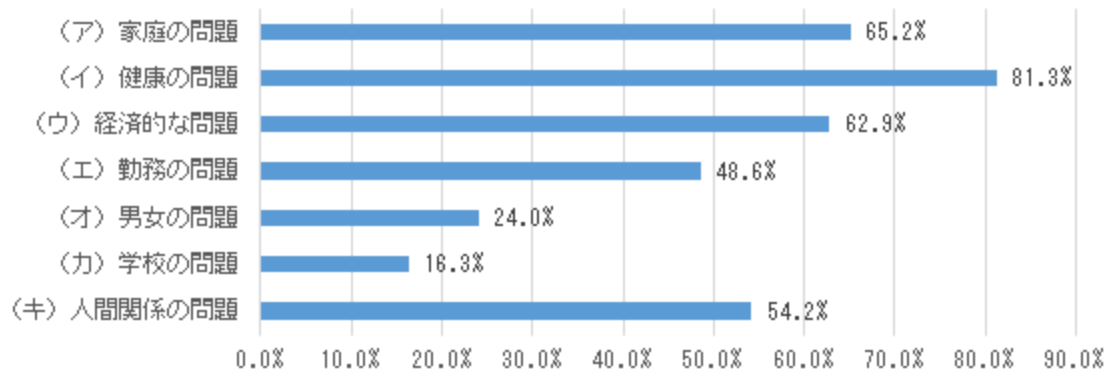
(1) 悩みやストレスについて

- 悩みやストレスについて、何かしらの問題を抱え、ストレスを感じている方は全体の 94% となっており、多くの方が悩みやストレスを抱えている現状が明らかになりました。
- 性別や職業による悩みの特徴はあるものの、悩みやストレスは複合的であり、問題は多岐にわたっています。
- 世帯の家計の感じ方で「まったく余裕がない」と回答した方ほど、悩みやストレスを「いつも感じる」と答える割合が高いことから、生活困窮者は悩みやストレスを感じやすいことが伺えます。

何らかのストレスを感じると回答した割合

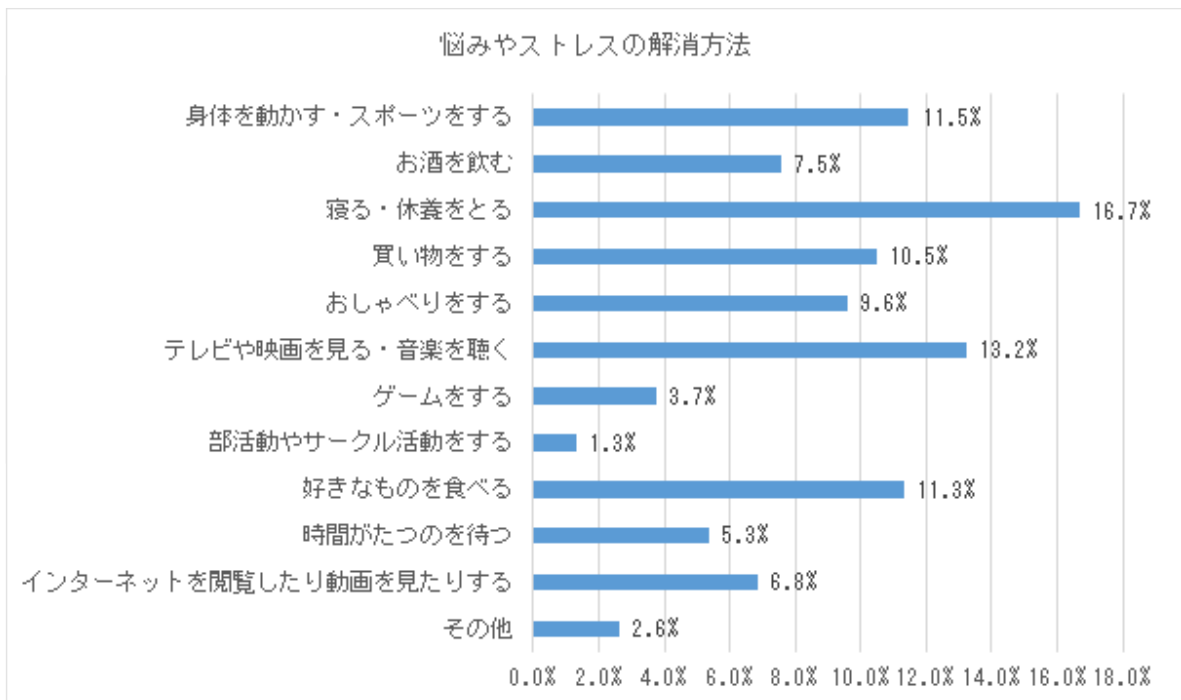


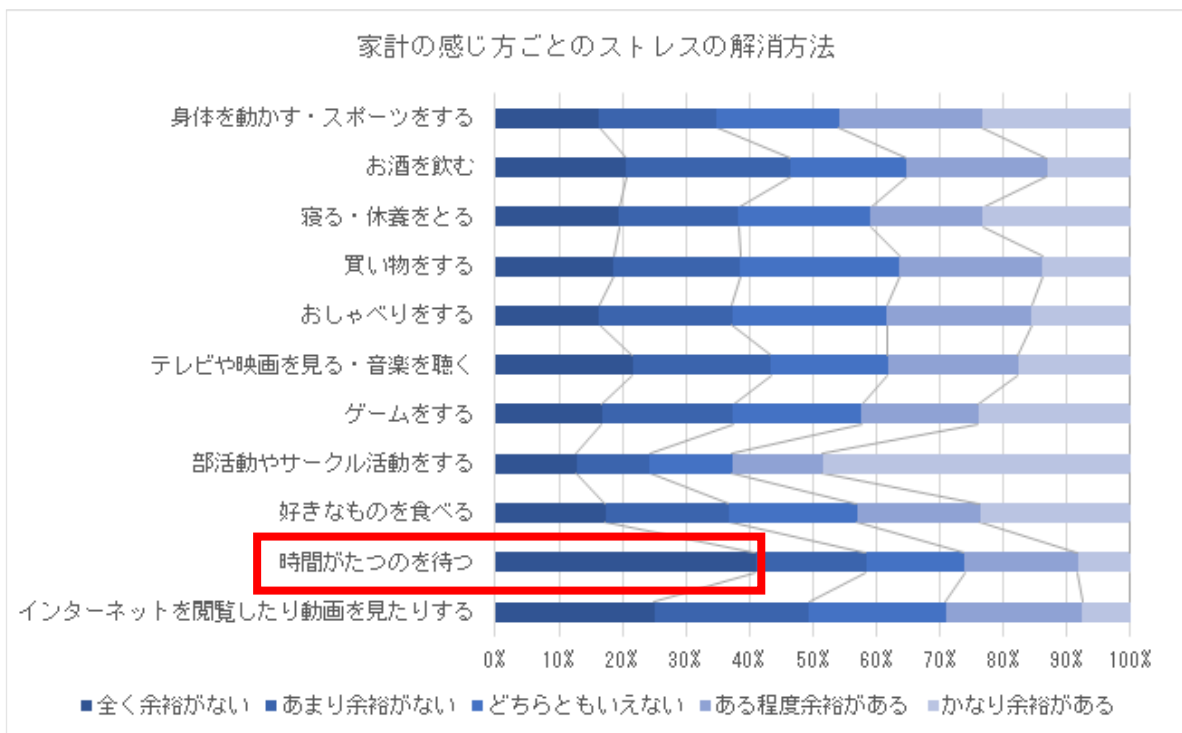
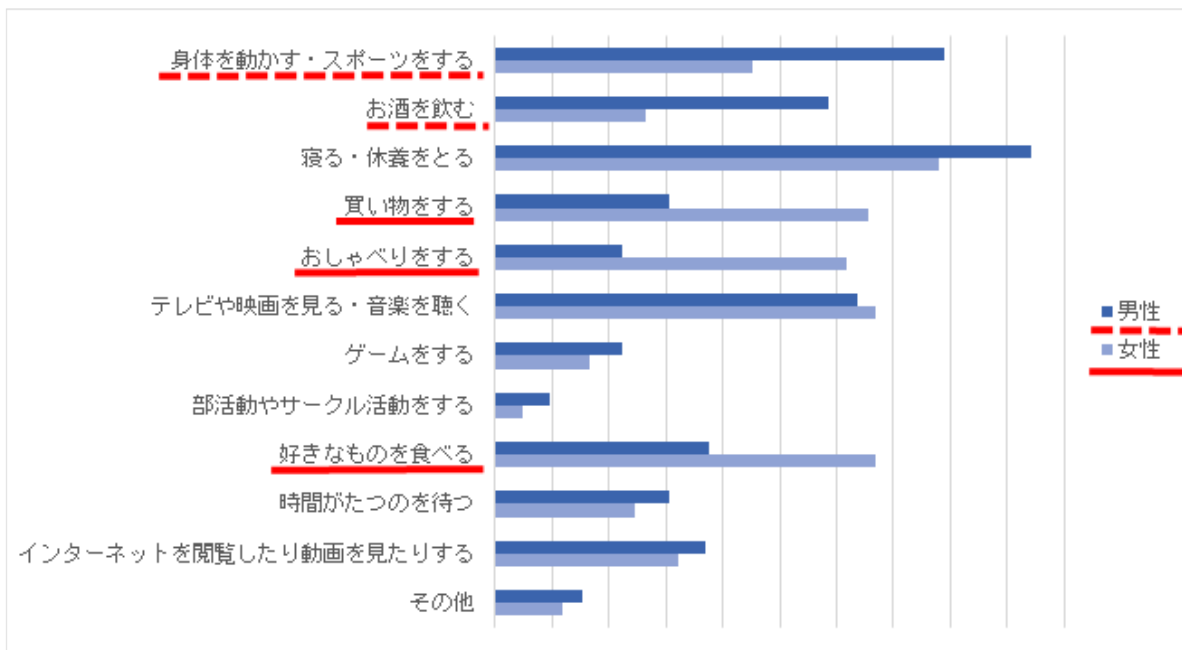
それぞれの問題について、ストレスを感じると回答した割合



(2) 悩みやストレスの解消方法

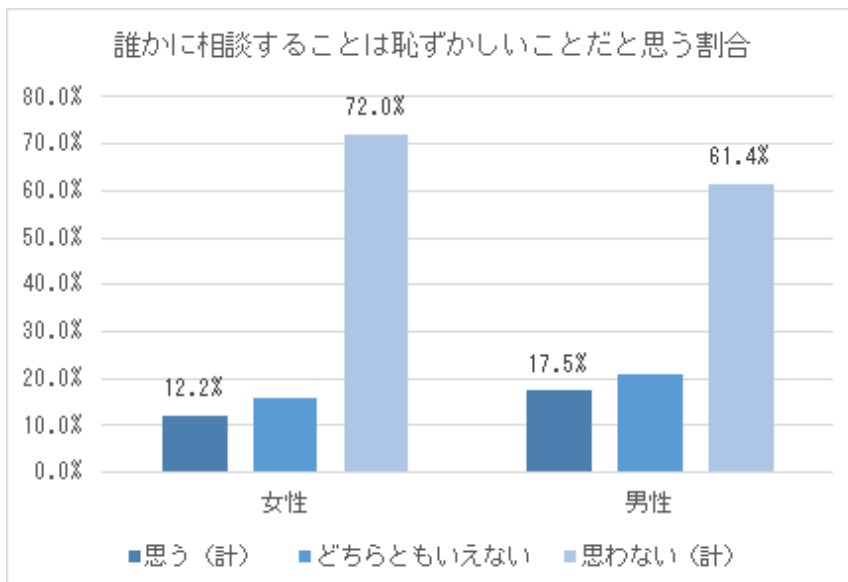
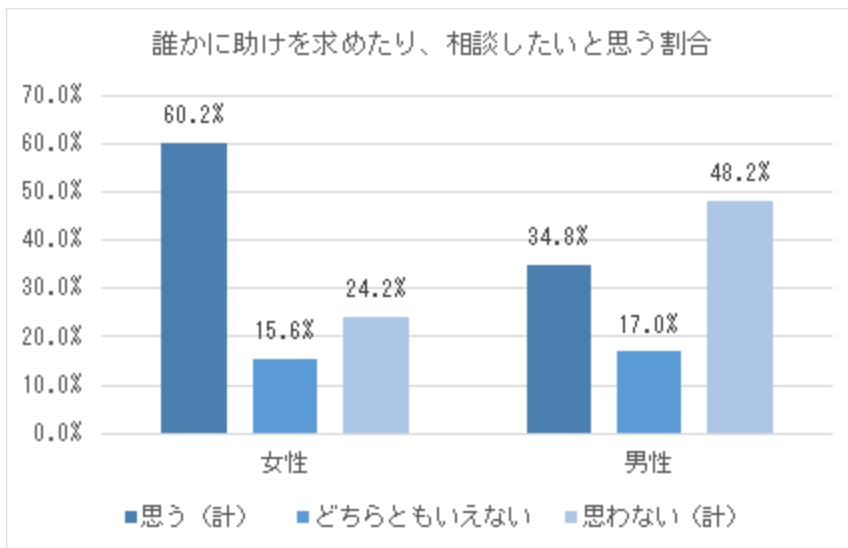
- 悩みやストレスの解消はさまざまな方法で行われています。
- 女性は「好きなものを食べる」「買い物をする」「おしゃべりをする」、男性は「身体を動かす・スポーツをする」「お酒を飲む」と回答する割合が高くなっています。
- 世帯の家計の感じ方で「まったく余裕がない」と回答した方ほど、「時間がたつのを待つ」と回答しており、生活困窮者は悩みやストレスを解消できずに、我慢してじっと耐えている傾向が伺えます。

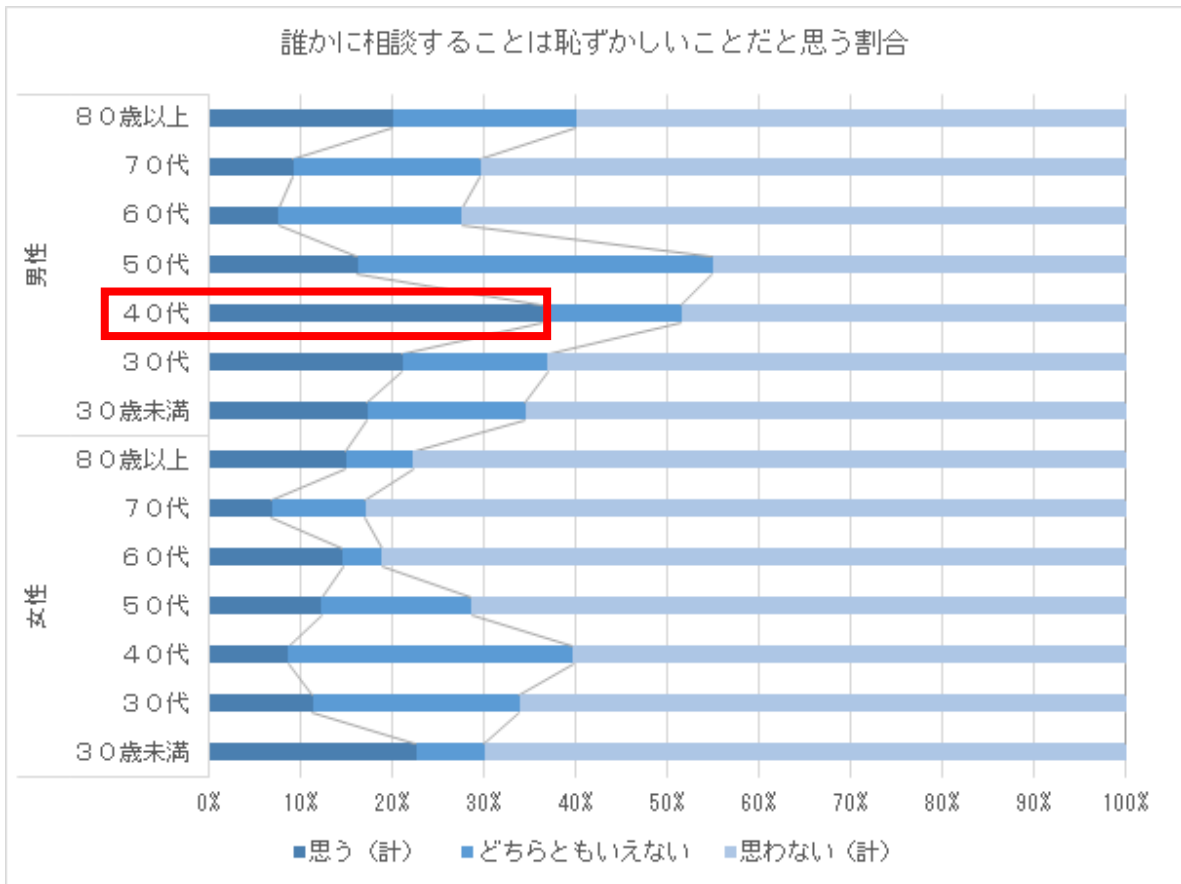




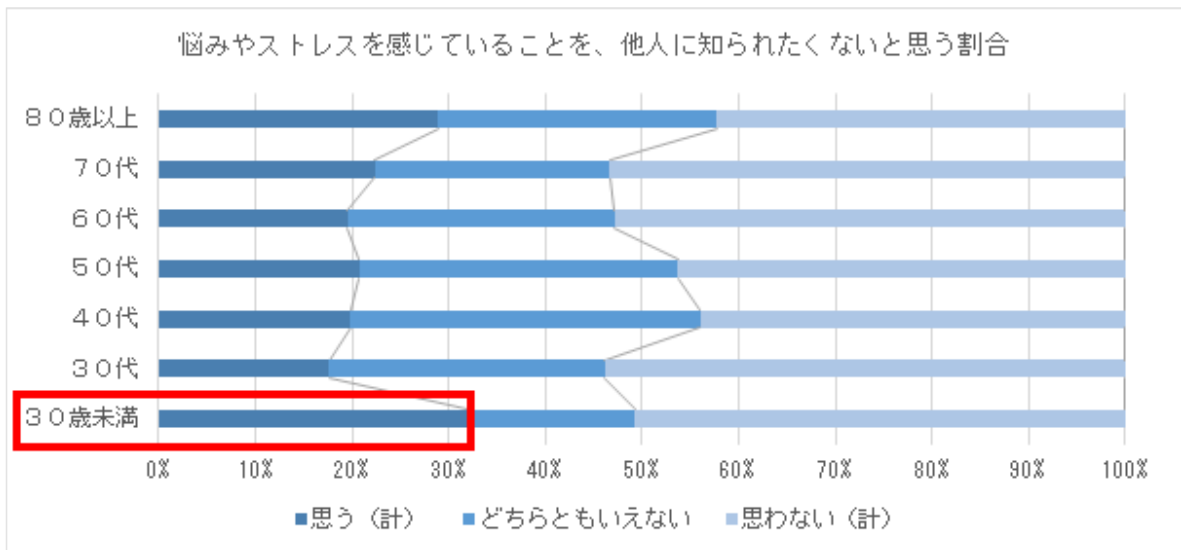
(3) 悩みやストレスを相談することについて

- 「そう思う」「ややそう思う」を「思う（計）」、「そう思わない」「あまりそう思わない」を「思わない（計）」として集計すると、誰かに相談したいと思う割合は、女性より、男性の方が低い結果となりました。
- 男性は、相談することは恥ずかしいことだと思わない方が 61%なのに対し、相談したいと思う割合が 34%であるため、相談することをためらう原因を考えていく必要があります。
- 若い世代では悩みやストレスを感じていることを、人に知られたくないと考えており、また、80 歳以上では、悩みや問題は自分ひとりで解決すべきだと考えているため、注意が必要です。

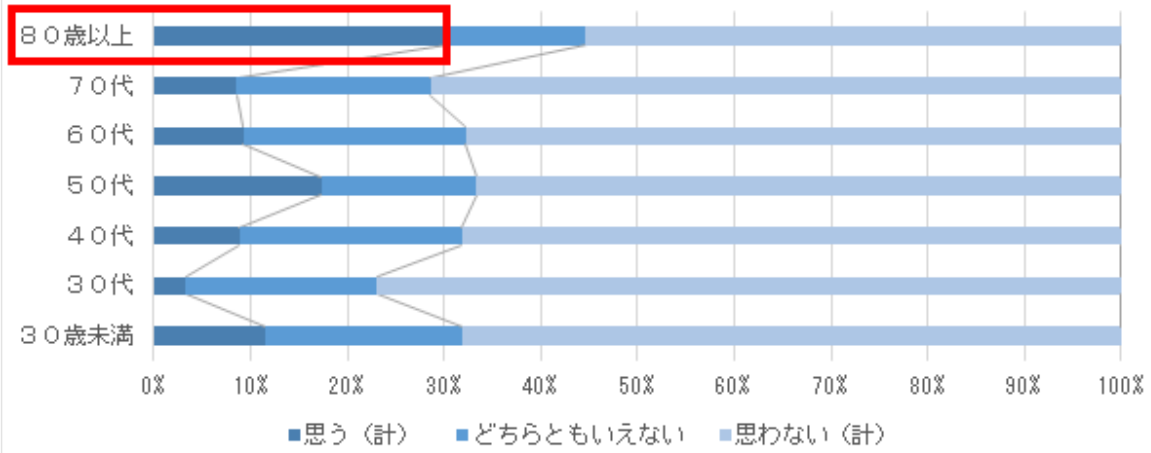




年齢別にみると、40代男性の約35%で相談することは恥ずかしいと思うと回答しています。

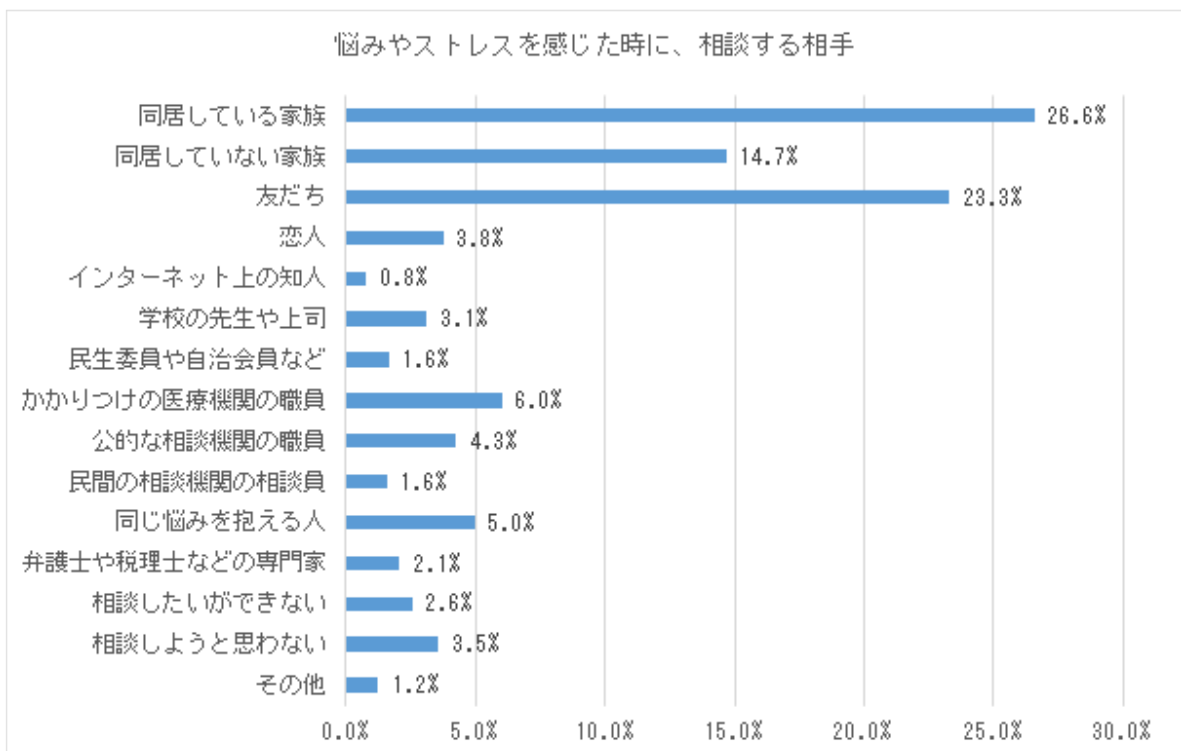


悩みや問題は、自分ひとりで解決すべきだと思う割合



(4) 相談相手、相談方法

- 悩みやストレスを感じた時に、相談する相手としては、家族や友人など身近な人が約6割を占めています。
- 若い世代では、友だちや恋人など、家族以外の身近な人に相談する割合が高いため、こころサポーターを養成し、相談機関につなぐ役割を担う人が増えることが、対策につながっていくと考えられます。
- 身近な人の次には、医療機関の職員や同じ悩みを抱える人に相談したいと考えている方が多いため、今後、重要な相談の資源となりうる可能性があります。
- 相談方法としては、直接会ったり電話を使ったりして相談する方が約6割を占めますが、若い世代ではメールやSNS、インターネットを利用したいと考えている割合が高いため、相談方法が多様化してきていることが伺えます。今後の相談方法を検討していく必要があります。
- また、60～80歳以上で「相談しようと思わない」と回答する割合も高く、注意が必要です。



【悩みやストレスを感じた時に、相談する相手（男女別）】

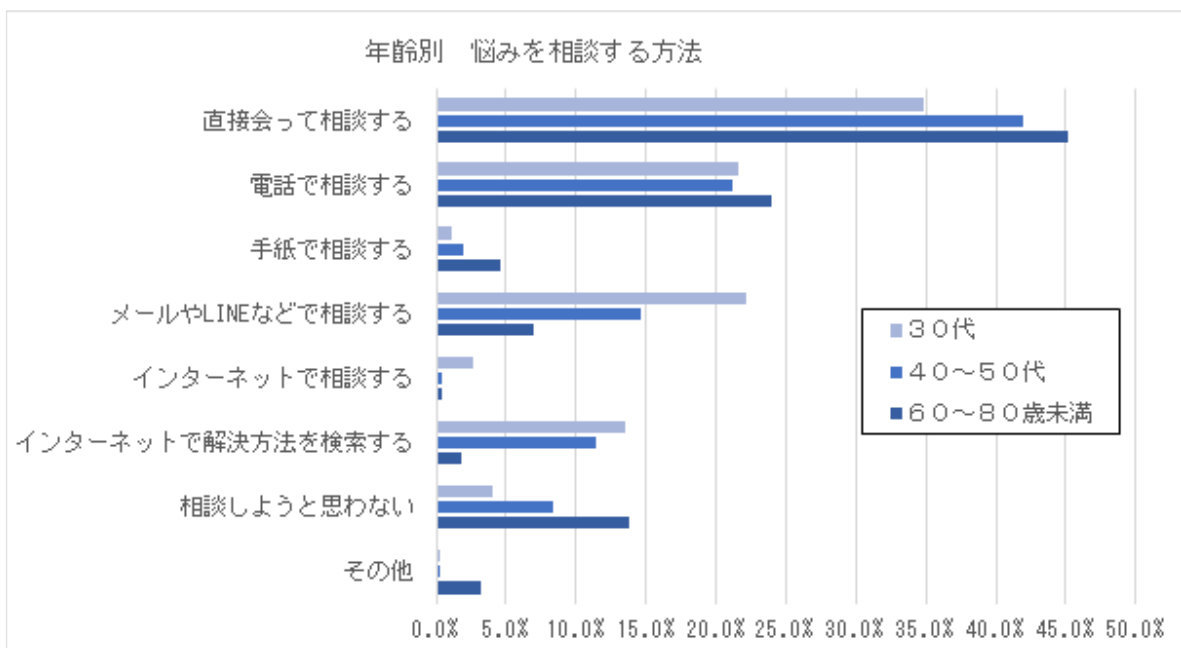
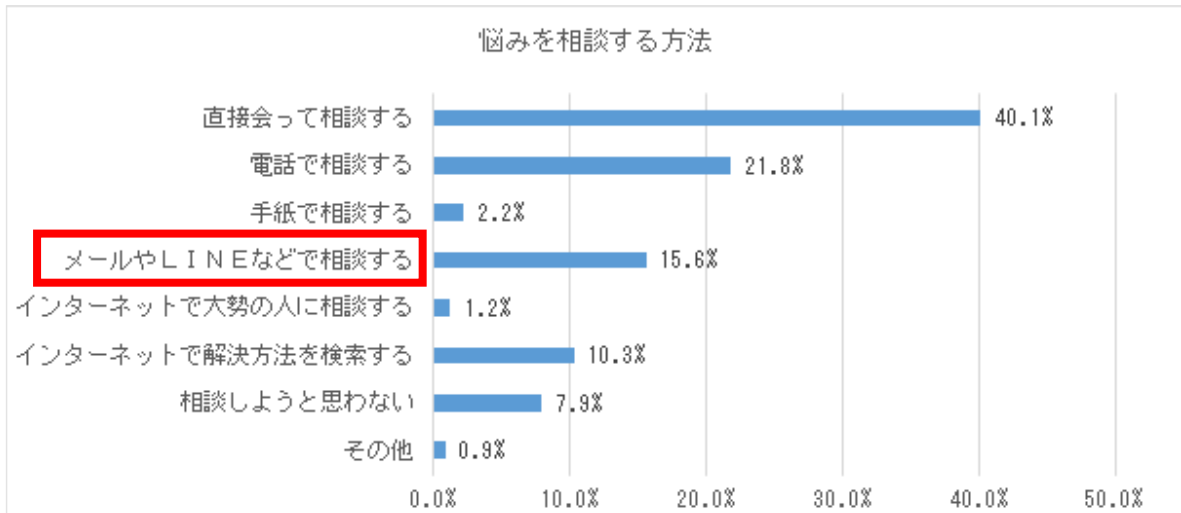
	男性	女性
同居している家族	27.9%	25.9%
同居していない家族	9.9%	17.2%
友だち	19.5%	25.3%
恋人	3.6%	3.9%
インターネット上の知人	0.6%	0.9%
学校の先生や上司	4.2%	2.5%
民生委員や自治会員など	2.1%	1.4%
かかりつけの医療機関の職員	6.3%	5.9%
公的な相談機関の職員	6.9%	2.9%
民間の相談機関の相談員	2.1%	1.3%
同じ悩みを抱える人	3.4%	5.8%
弁護士や税理士などの専門家	2.9%	1.6%
相談したいができない	2.7%	2.5%
相談しようと思わない	5.9%	2.4%
その他	2.1%	0.8%
	100.0%	100.0%

男女別にみても、女性は、「同居している家族」「友だち」に相談すると回答する割合が高く、男性も、「同居している家族」「友だち」に相談すると回答する割合が高い一方、「公的な相談機関の職員」と回答する割合が女性より高くなりました。また、「相談しようと思わない」と回答する割合も高くなりました。

【悩みやストレスを感じた時に、相談する相手（年代別）】

	30代	40～50代	60～80歳以上
1	友だち	同居している家族	同居している家族
2	同居している家族	友だち	友だち
3	同居していない家族	同居していない家族	同居していない家族
4	恋人	同じ悩みを抱える人	医療機関の職員
5	学校の先生や上司	医療機関の職員	公的な相談機関の職員
6	同じ悩みを抱える人	相談したいができない	相談しようと思わない
7	相談しようと思わない	学校の先生や上司	同じ悩みを抱える人
8	医療機関の職員	弁護士などの専門家	民生委員や自治会員など
9	相談したいができない	恋人	弁護士などの専門家
10	公的な相談機関の職員	公的な相談機関の職員	相談したいができない
11	インターネット上の知人	相談しようと思わない	その他
12	民間の相談機関の相談員	民間の相談機関の相談員	民間の相談機関の相談員
13	民生委員や自治会員など	その他	恋人
14	その他	民生委員や自治会員など	学校の先生や上司
15	弁護士などの専門家	インターネット上の知人	インターネット上の知人

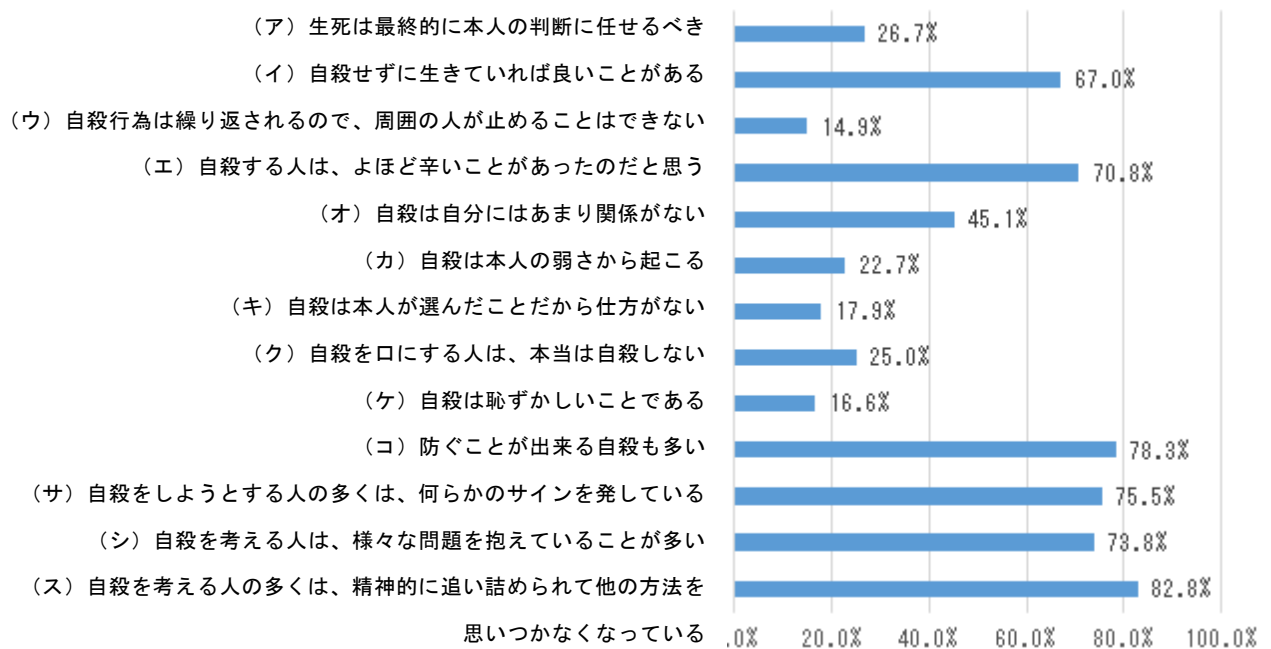
年代別にみても、1～3位はどの年代とも「家族」「友だち」となっています。30代では、「家族」より「友だち」が1位、「恋人」が4位であるため、家族以外の身近な人に相談する傾向があります。40～50代の4位は「同じ悩みを抱える人」、60～80歳以上の4位は「かかりつけの医療機関の職員」となっています。また、30代では「インターネット上の知人」も他の年代に比べて上位にきています。



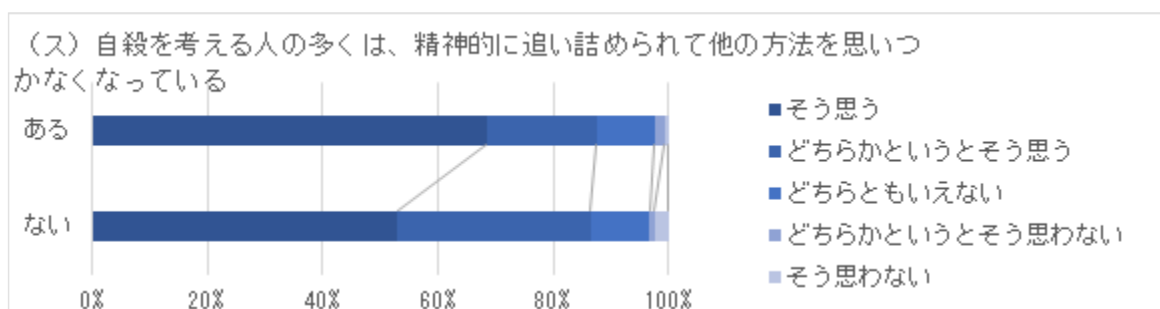
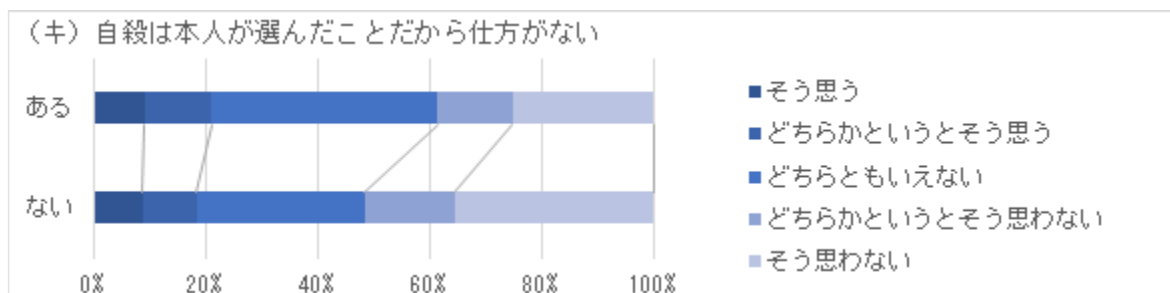
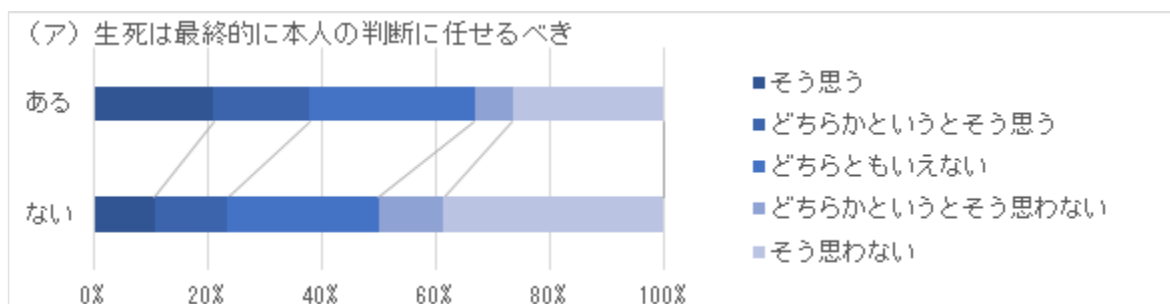
(5) 自殺に関する考えについて

- 多くの方は、「自殺者は追い詰められている」「何らかのサインを発している」「様々な問題を抱えている」ことなどを認識しています。
- また、「生きていれば良いことがある」「防ぐことのできる自殺も多い」「周囲の人が止めることができる」と認識している方も多いため、社会全体で自殺を防ぐという認識は広がっていると言えます。
- 自殺したいと考えたことがある方は、「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」と感じており、「心理的視野狭窄」の状態に陥っていたことが伺えます。
- しかし、自殺したいと考えたことがある方は、「生死は本人の判断に任せるべき」「自殺は本人が選んだことだから仕方がない」と考えている割合が高いため、「自殺は追い込まれた末の死」であり、個人の選択ではないことを周知していく必要があります。
- また、本人のおかしい様子に気づき、自殺を止める役割を担うところサポーターを養成する必要があると言えます。

それぞれの質問に対し、「そう思う」「どちらかというと思う」と回答した割合

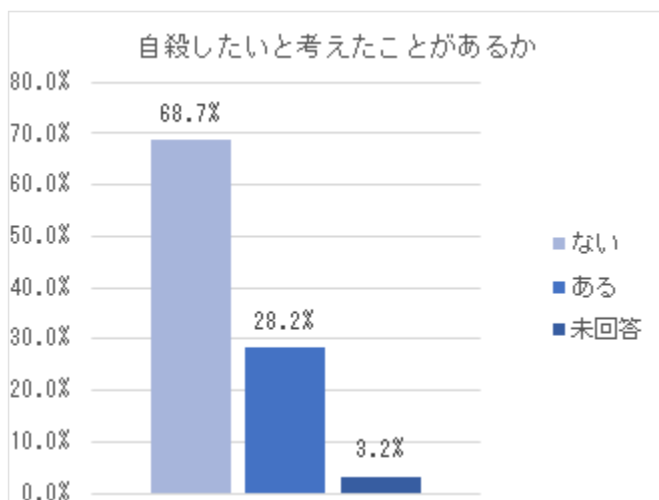


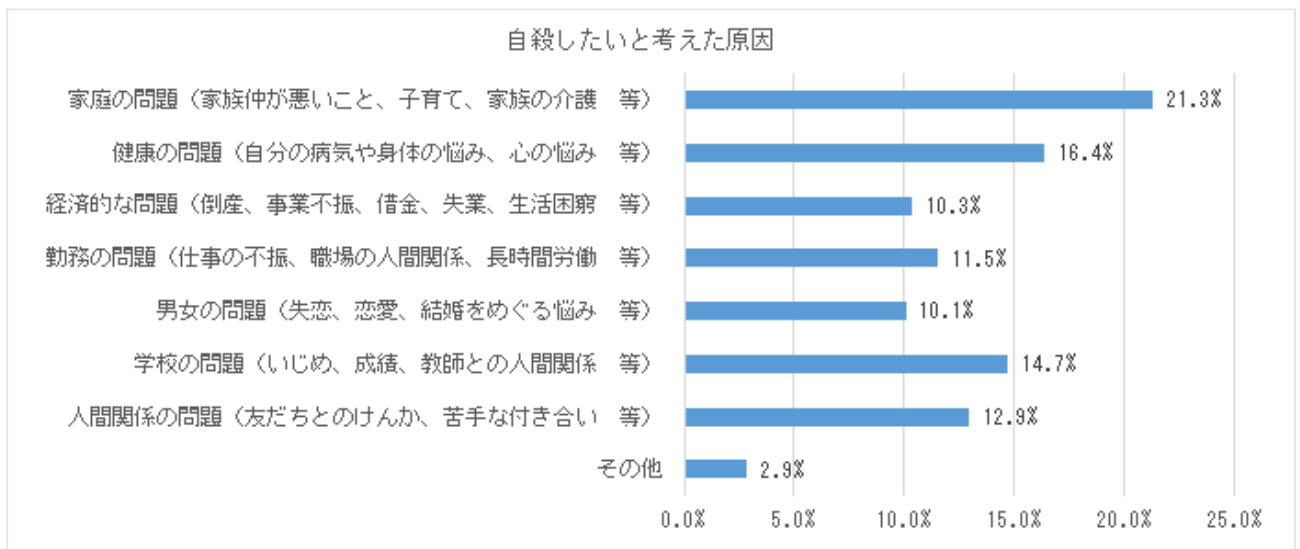
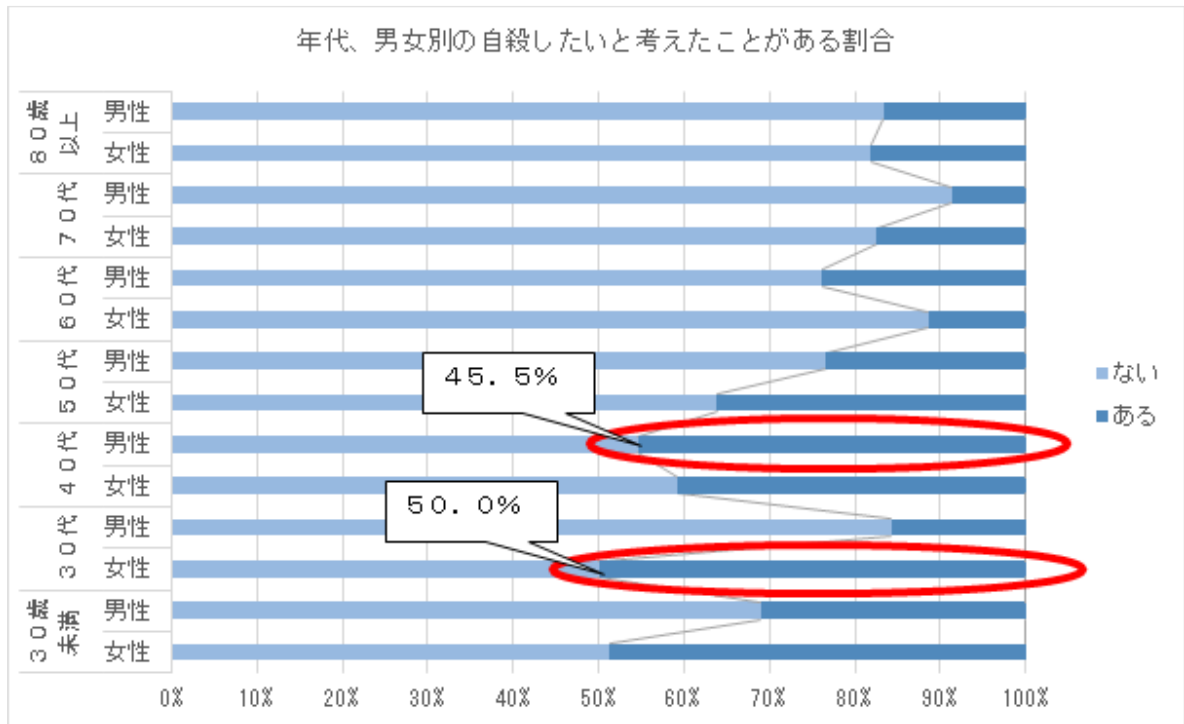
それぞれの質問に対し、「自殺を考えたことがあるか」の回答ごとの割合

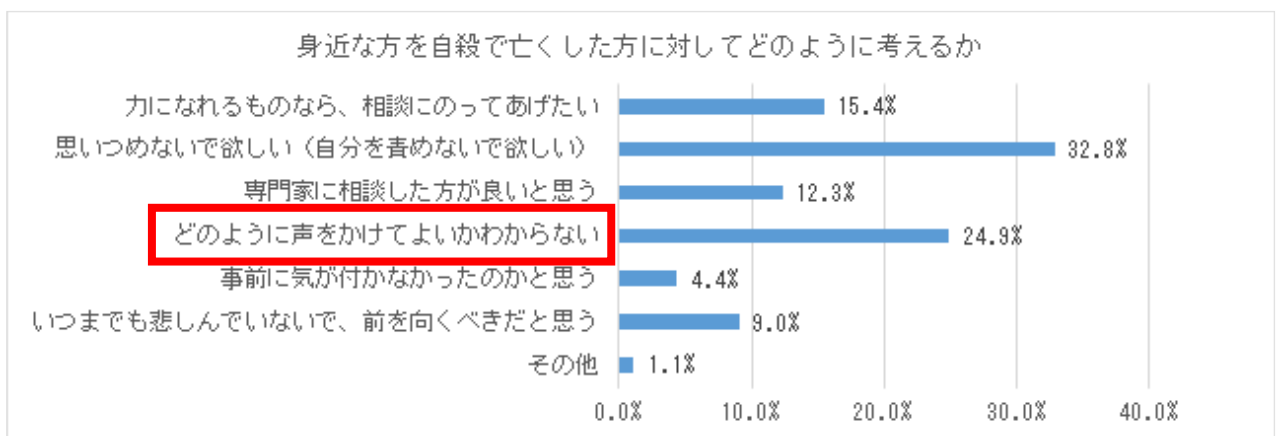
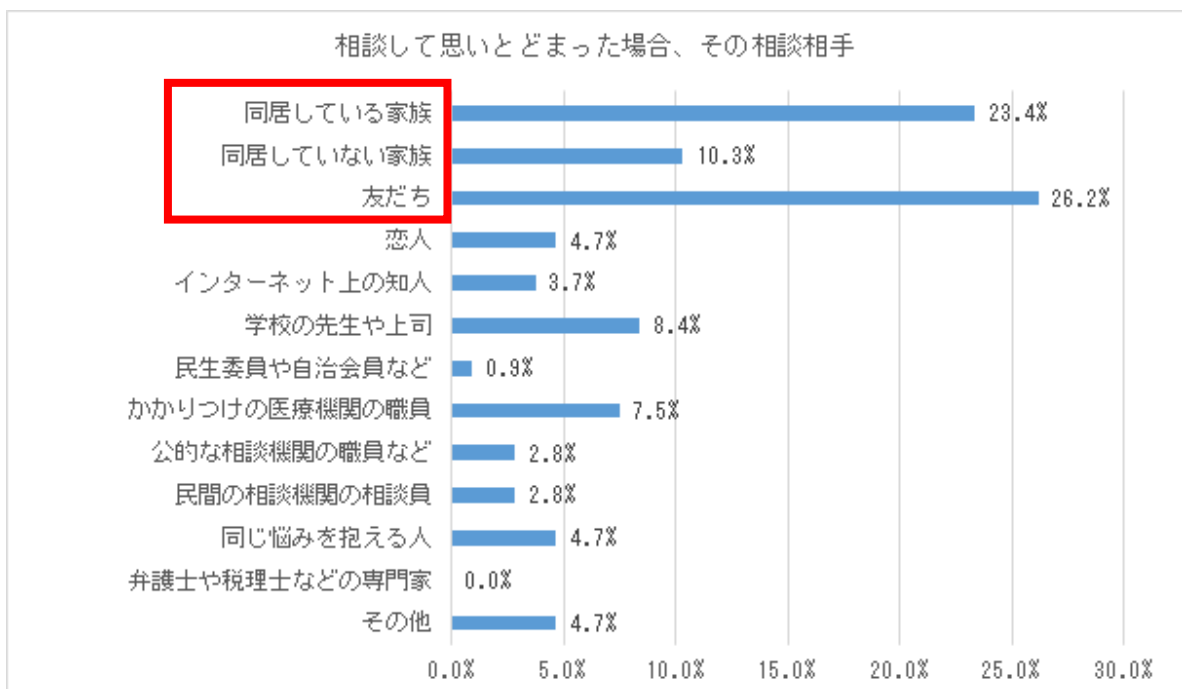
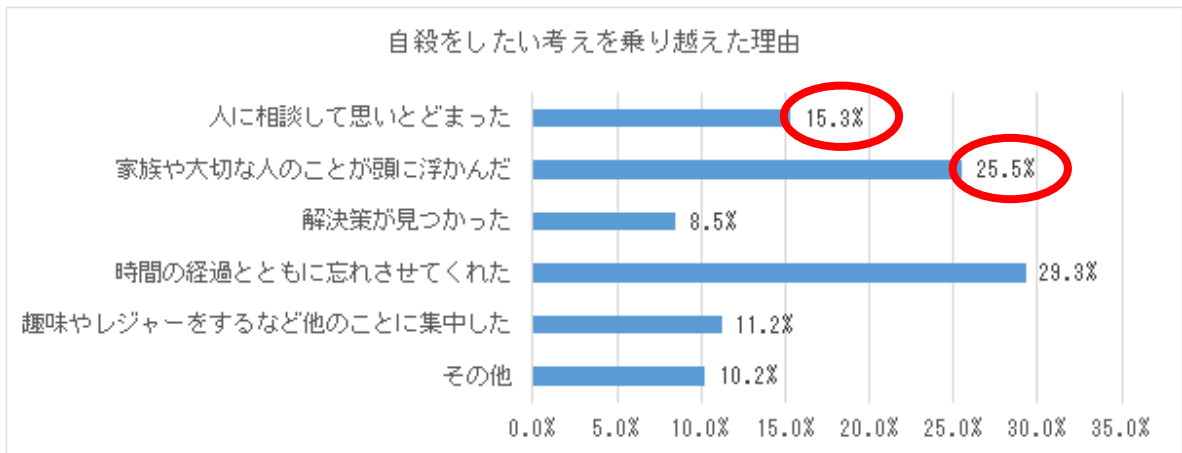


(6) 自殺したいと考えた人の原因等について

- 自殺したいと考えたことがあると回答した方の割合は、全体では 28%で、年代、男女別にみると、30 代女性が 50%、次いで 40 代男性が 45%となりました。
- その理由は、「家庭の問題」「健康の問題」が多いものの、さまざまな原因が複数あげられており、自殺の原因は複雑に絡み合っているといえます。
- 自殺したいと考えたことがある方が、自殺したい考えを乗り越えた理由として、約 3 割が「時間の経過」をあげていますが、「家族や大切な人のことが頭に浮かんだ」が 25%、「人に相談して思いとどまった」が 15%となっており、合わせると 4割となっています。
- 相談した相手としては「家族や友人」が多いため、身近な人の存在が大きいと言えます。
- つまり、身近な人の支えが大切であり、ひとり暮らし等で同居の家族がいない方や、友人を得にくい環境にいる方への対応が課題だと考えられます。
- また、身近な人を自殺で亡くした遺族へ「どのように声をかけてよいかわからない」と約 4 分の 1 の方が考えていることがわかったため、こころサポーター養成講座を周知していき、声掛けの手法を伝えていく必要があります。

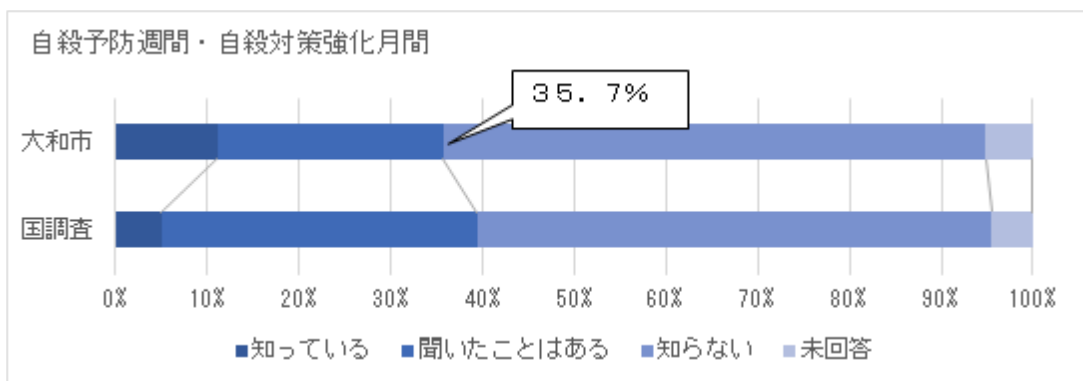
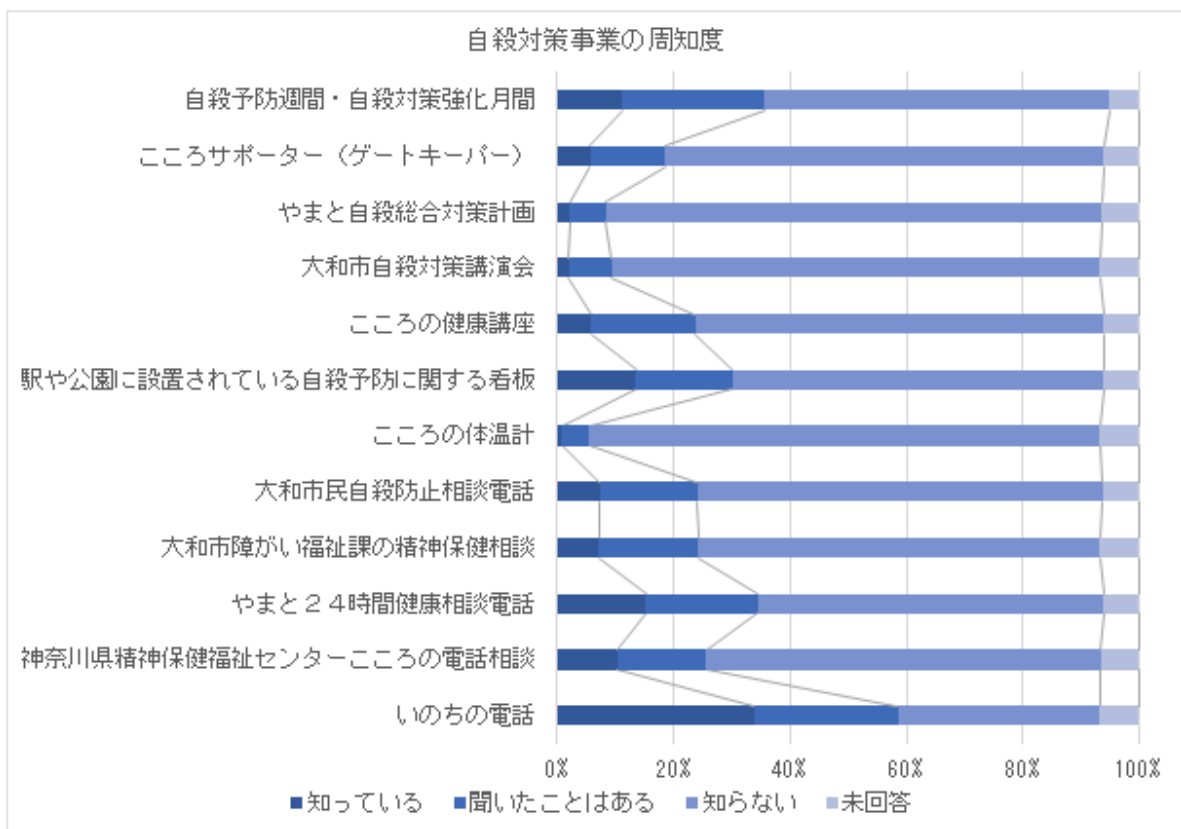


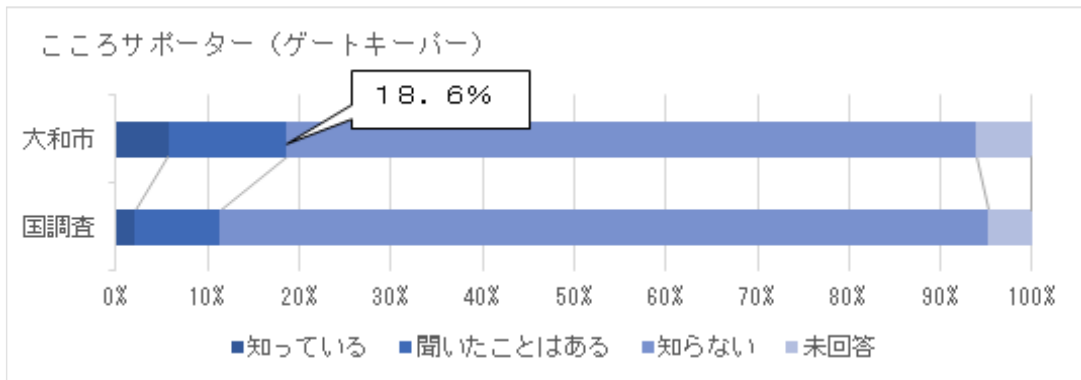




(7) 自殺対策事業について

- 自殺対策に関する事業の周知度については、すべての事業で4割以下であり、自殺対策の啓発活動を更に広げていく必要があります。
- 半数以上が「知っている」または「聞いたことがある」と答えた「いのちの電話」については、全国展開している事業であり、長年継続していることから、周知度が高いと言えます。
- 自殺対策に関する事業は、継続して行っていくことが重要であると考えられます。
- 今後、自殺を減少させるために重要だと思われることについては、こどもに対して行う自殺対策が最も高い結果となりました。
- また、居場所づくり、生きがいづくり、地域づくりが重要だと考えている方も一定数おり、生きる支援を継続して行うことが必要だと言えます。





国調査と比べると、本市では「自殺予防週間・自殺対策強化月間」の周知度は若干低いものの、「こころサポーター（ゲートキーパー）」では国調査を上回り、約 18%の周知度となっています。

自殺を減少させるために重要と思われること		
1	こどもの異変に気づくために、教師や子どもに関わる人に対する研修の充実	13.9%
2	児童や生徒に対して、SOSの出し方などの自殺予防に関する学習	12.8%
3	内科や精神科等の医療機関で、様々な相談ができるような体制づくり	10.7%
4	誰でも気軽に参加できる居場所づくり	9.8%
5	職場でメンタルヘルスに関する理解の推進	9.4%
6	ご近所同士で見守りや支えあいができる地域づくり	6.6%
7	趣味やサークル活動など、社会参加による生きがいづくり	6.2%
8	失業後の再就職へ向けた支援など、就労相談の充実	5.7%
9	鉄道の駅や高層ビルなどへの安全対策（ホームドアや柵の設置）	5.5%
10	多重債務者に向けた相談窓口の紹介など、貧困対策	4.7%
11	インターネットやSNSを活用した自殺対策	3.9%
12	自殺対策やこころの健康に関する広報や啓発	3.3%
13	こころサポーターの養成	3.2%
14	自殺未遂者に対する支援の充実	3.2%
15	その他	1.2%
		100%