

市民等意識調査に関する結果報告について（速報版）

○「こころの健康といのちに関する意識調査」について

・調査対象及び方法等

- ①調査対象について：堺市在住の15歳以上の市民5000人
(居住区・性別・年齢層別に無作為抽出)
- ②調査方法について：郵送調査法（郵送配布、郵送回収）
- ③調査時期：令和2年11月1日～11月23日まで

・回収結果

- ①配布票数：5000票
- ②回収票数：2229票（有効回答率44.6%）

・前回調査との回収票数の比較について

平成27年度実施の調査では、回答率は38.0%となっており、今回はそれに比べて6.6ポイントの回答率の増加であった。

○「救急告示病院における自殺未遂者の実態調査」について

・調査対象及び方法等

- ①調査対象について：堺市内の救急告示病院（全25病院）
- ②調査方法：郵送配布及び郵送回収
- ③調査時期：令和2年11月1日～12月31日まで

・回収結果

- ①配布票数：25票
- ②回収票数：16票（有効回答率64%）

・前回調査との回収票数の比較について

平成27年度実施の調査では、回答率は95.5%となっており、今回はそれに比べて31.5ポイントの回答率の減少であった。

【一部救急告示病院調査票の問の集計抜粋】

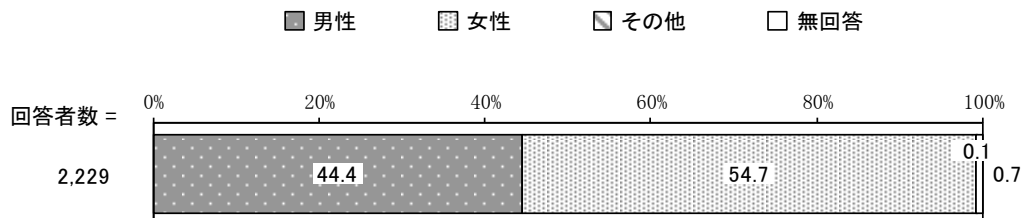
- ・問24リーフレット配布協力：16病院中12病院は「配布できる」と回答
- ・問20今後の相談機関との連携（自由回答）：「事例検討」「勉強会」「連絡会」を希望する回答があった。

<参考資料> ※現在市民意識調査報告書作成中の部分から抜粋しております。

1 回答者属性

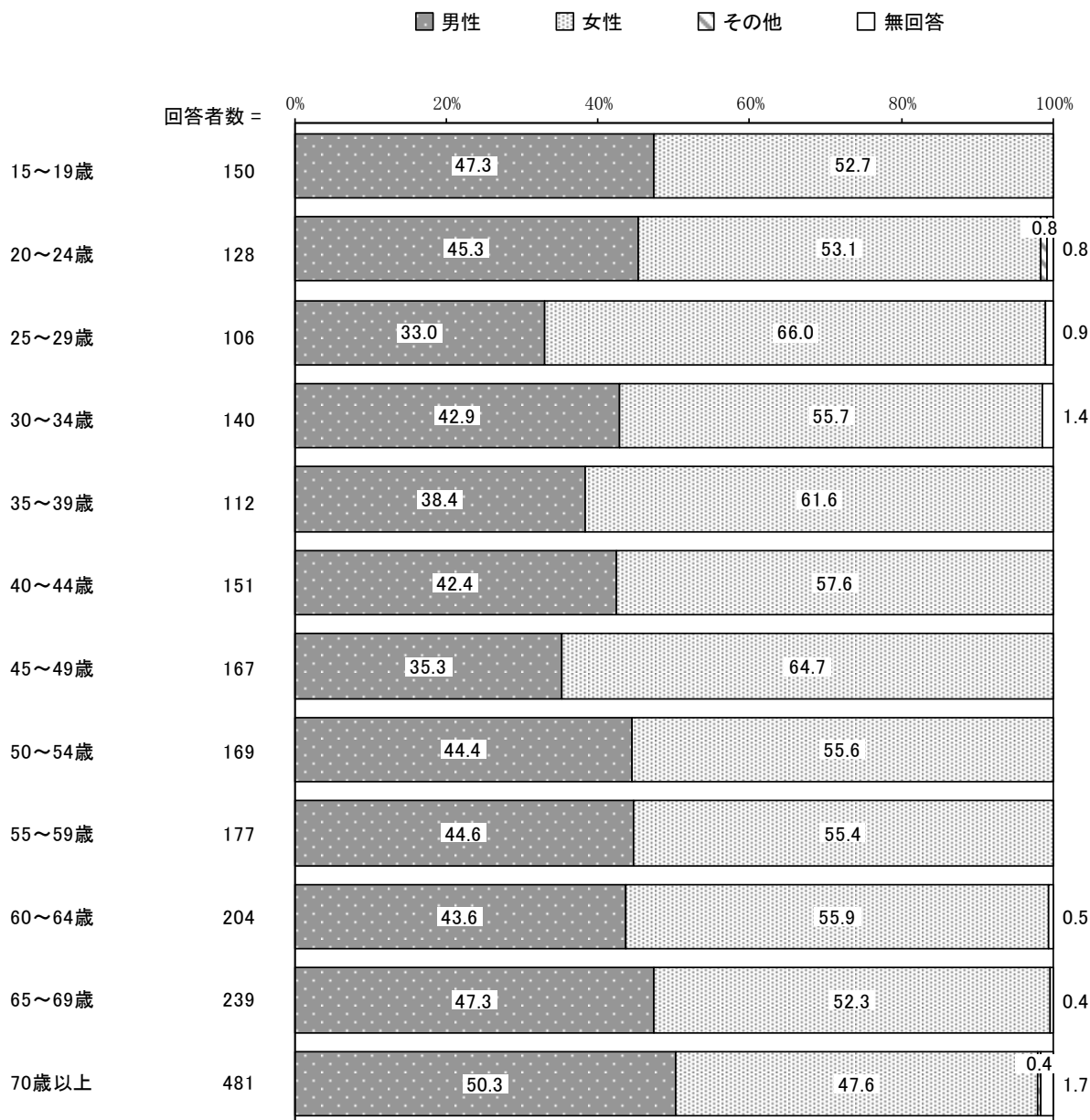
問1 あなた（お送りした封筒のあて名のご本人）にあてはまるものを選んでください。（1つに○）

「男性」の割合が44.4%、「女性」の割合が54.7%となっています。



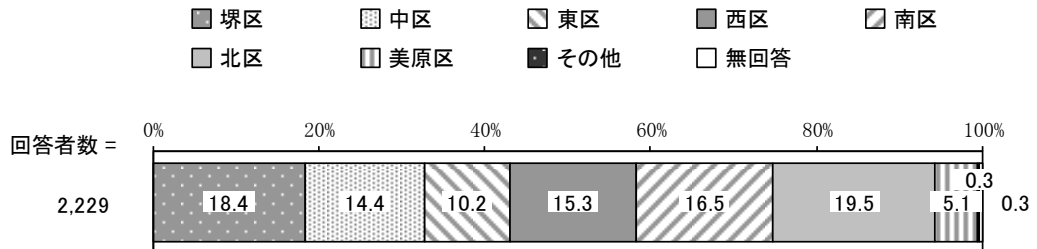
【年齢別】

年齢別で見ると、他に比べ、70歳以上で「男性」の割合が高くなっています。また、他に比べ、25～29歳で「女性」の割合が高くなっています。



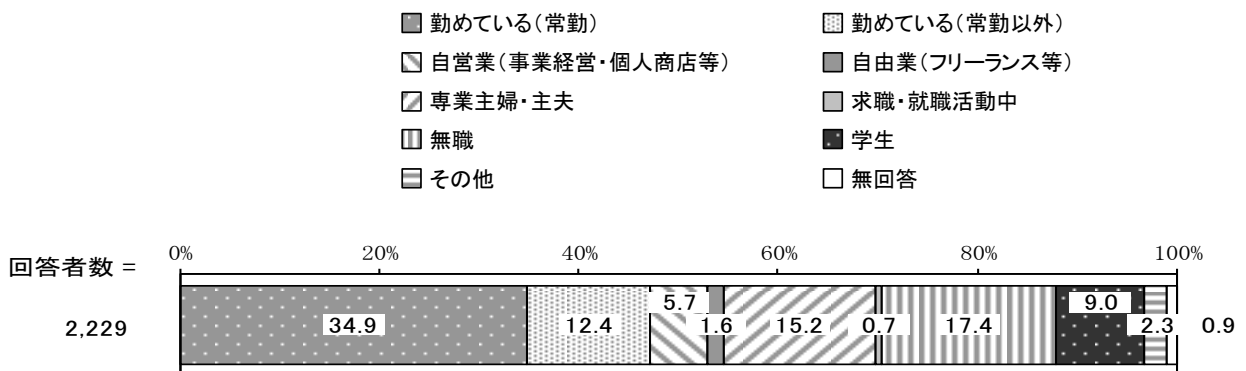
問3 あなたのお住まいは、何区ですか。(1つに○)

「北区」の割合が19.5%と最も高く、次いで「堺区」の割合が18.4%、「南区」の割合が16.5%となっています。



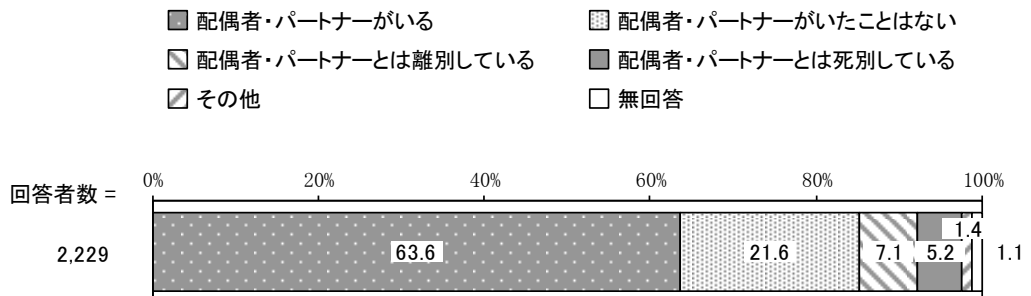
問4 あなたにあてはまるものを選んでください。(主なもの1つに○)

「勤めている(常勤)」の割合が34.9%と最も高く、次いで「無職」の割合が17.4%、「専業主婦・主夫」の割合が15.2%となっています。



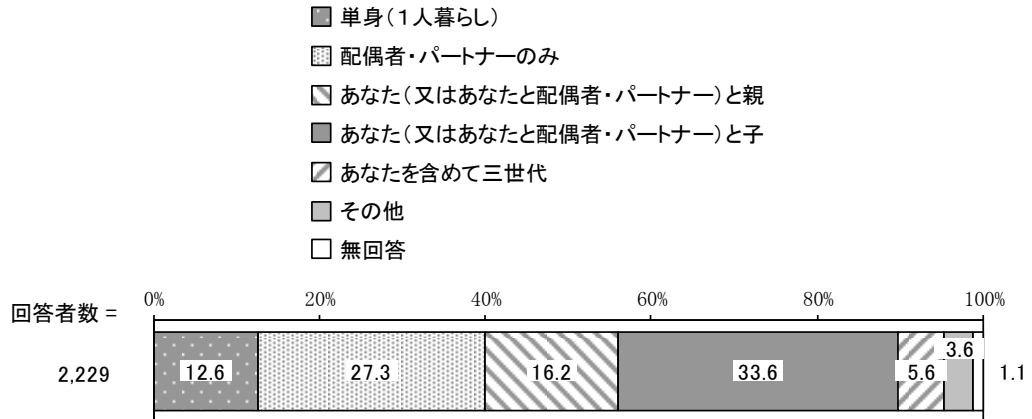
問5 あなたにあてはまるものを選んでください。(1つに○)

「配偶者・パートナーがいる」の割合が63.6%と最も高く、次いで「配偶者・パートナーがいたことはない」の割合が21.6%となっています。



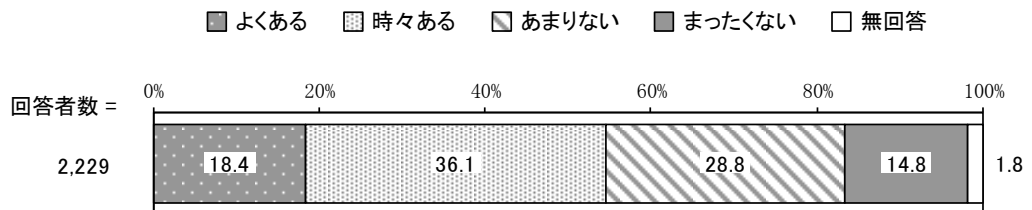
問6 あなたの世帯構成は、どれにあてはまりますか。(1つに○)

「あなた(又はあなたと配偶者・パートナー)と子」の割合が33.6%と最も高く、次いで「配偶者・パートナーのみ」の割合が27.3%、「あなた(又はあなたと配偶者・パートナー)と親」の割合が16.2%となっています。



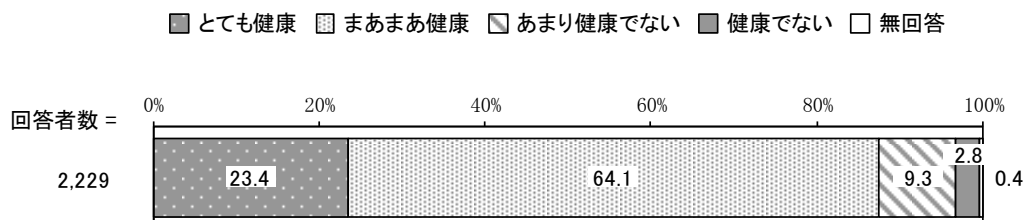
問7 あなたは、地域の人と話をしたり、交流したりする機会がありますか。(1つに○)

「よくある」と「時々ある」を合わせた“ある”の割合が54.5%、「あまりない」と「まったくない」を合わせた“ない”の割合が43.6%となっています。



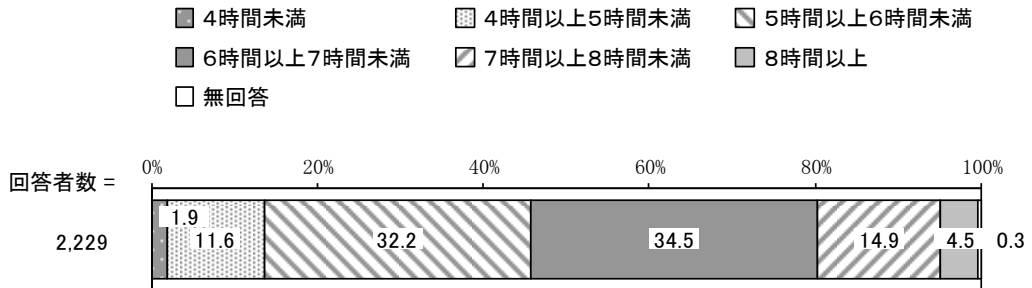
問8 現在、あなたは健康ですか。(1つに○)

「とても健康」と「まあまあ健康」を合わせた“健康”の割合が87.5%、「あまり健康ではない」と「健康ではない」を合わせた“健康ではない”の割合が12.1%となっています。



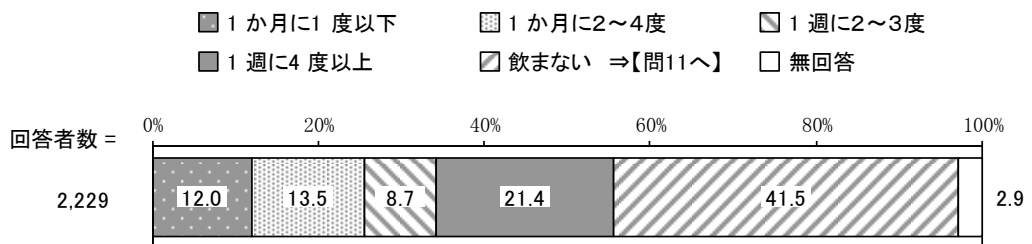
問9 この1か月間の1日当たりの平均睡眠時間はどれくらいですか。(1つに○)

「6時間以上7時間未満」の割合が34.5%と最も高く、次いで「5時間以上6時間未満」の割合が32.2%、「7時間以上8時間未満」の割合が14.9%となっています。



問10 あなたは、お酒（アルコール飲料）をどのくらいの頻度で飲みますか。(1つに○)

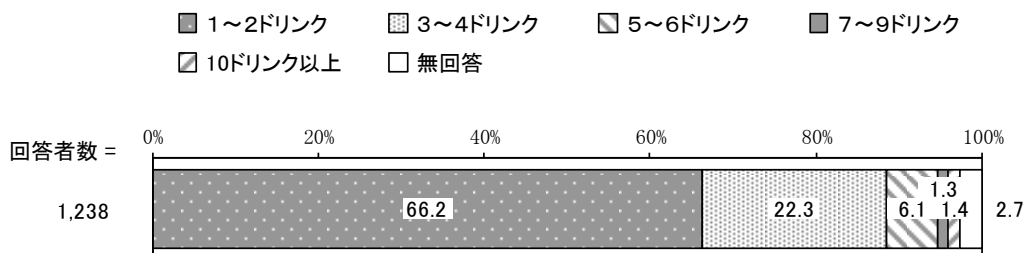
「飲まない ⇒ 【問11へ】」の割合が41.5%と最も高く、次いで「1週に4度以上」の割合が21.4%、「1か月に2~4度」の割合が13.5%となっています。



問10で「1」~「4」とお答えの方にお聞きします。

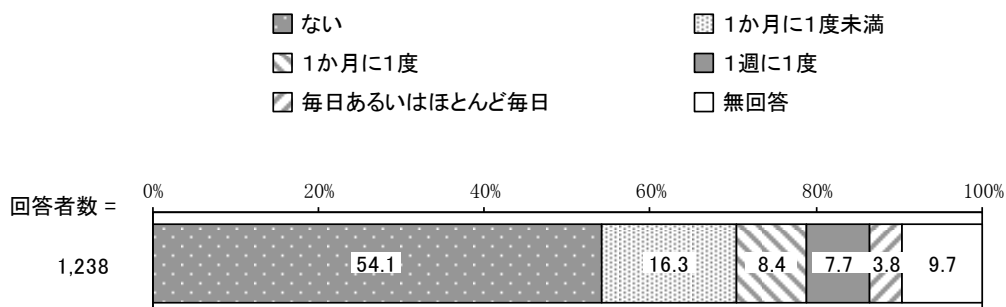
(1) 飲酒する時には通常どのくらいの量を飲みますか。(1つに○)

「1~2ドリンク」の割合が66.2%と最も高く、次いで「3~4ドリンク」の割合が22.3%となっています。



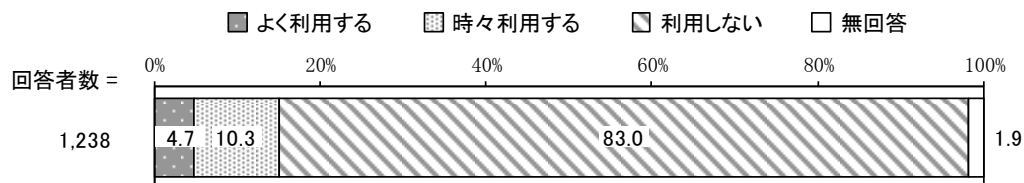
(2) 1度に6ドリンク以上飲酒することがどのくらいの頻度でありますか。(1つに○)

「ない」の割合が54.1%と最も高く、次いで「1か月に1度未満」の割合が16.3%となっています。



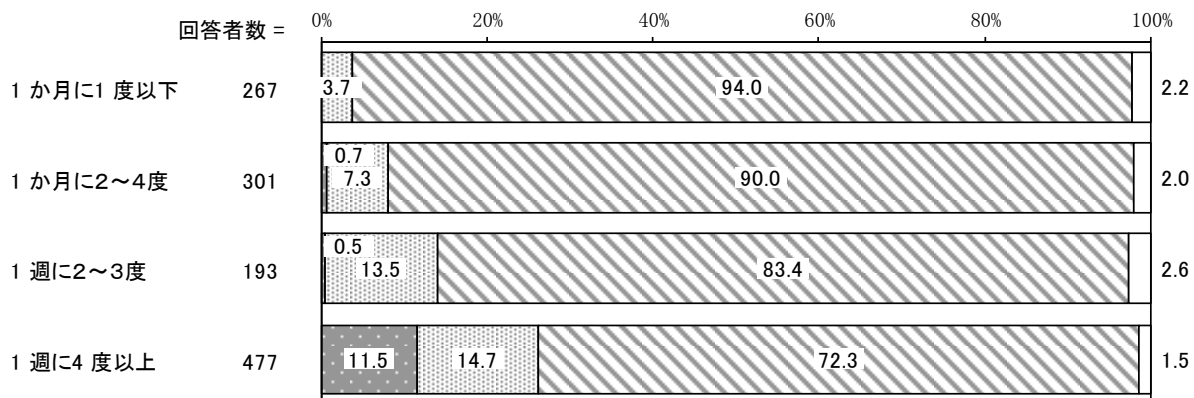
(3) 眠りを助けるために、アルコール飲料を用いることはありますか。(1つに○)

「利用しない」の割合が83.0%と最も高く、次いで「時々利用する」の割合が10.3%となっています。



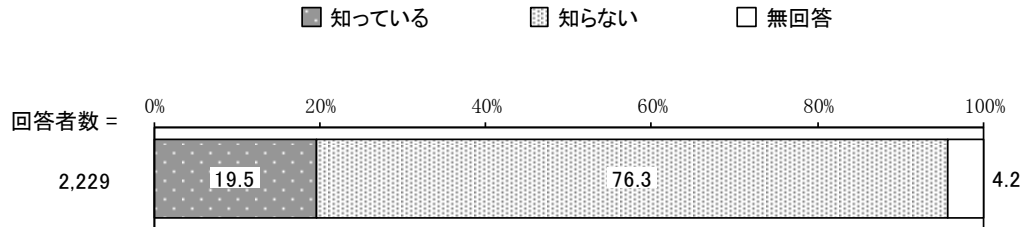
【飲酒の頻度別】

飲酒の頻度別でみると、飲酒の頻度が高くなるにつれて「よく利用する」「時々利用する」の割合が高くなる傾向がみられます。一方、飲酒の頻度が低くなるほど「利用しない」の割合が高くなる傾向がみられます。



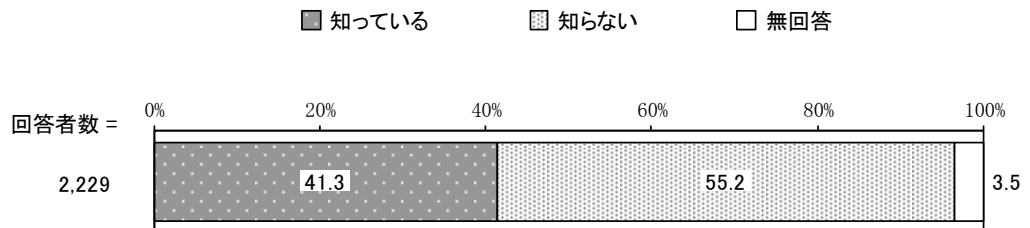
問 11 生活習慣病のリスクを高める飲酒の量は男性が1日4ドリンク以上、女性が1日2ドリンク以上であることを知っていますか。(1つに○)

「知っている」の割合が19.5%、「知らない」の割合が76.3%となっています。



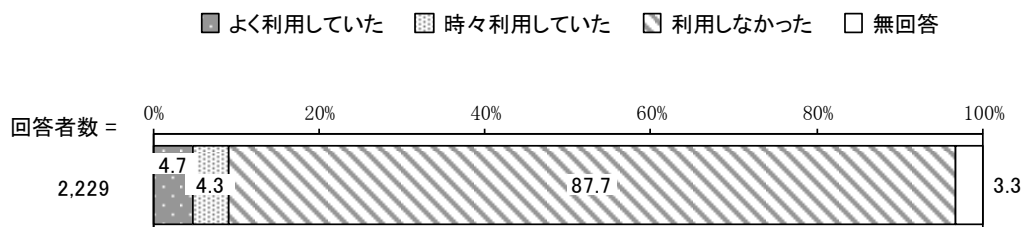
問 12 お酒（アルコール飲料）が睡眠を浅くすることをご存じですか。(1つに○)

「知っている」の割合が41.3%、「知らない」の割合が55.2%となっています。



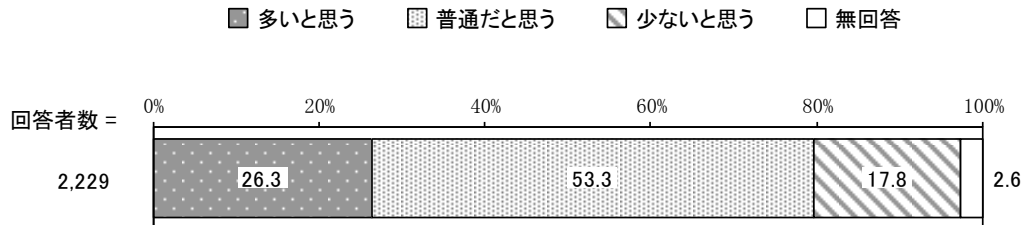
問 13 この1か月間、眠りを助けるために、睡眠薬や精神安定剤（市販薬も含む）を用いたことがありますか。(1つに○)

「利用しなかった」の割合が87.7%と最も高くなっています。



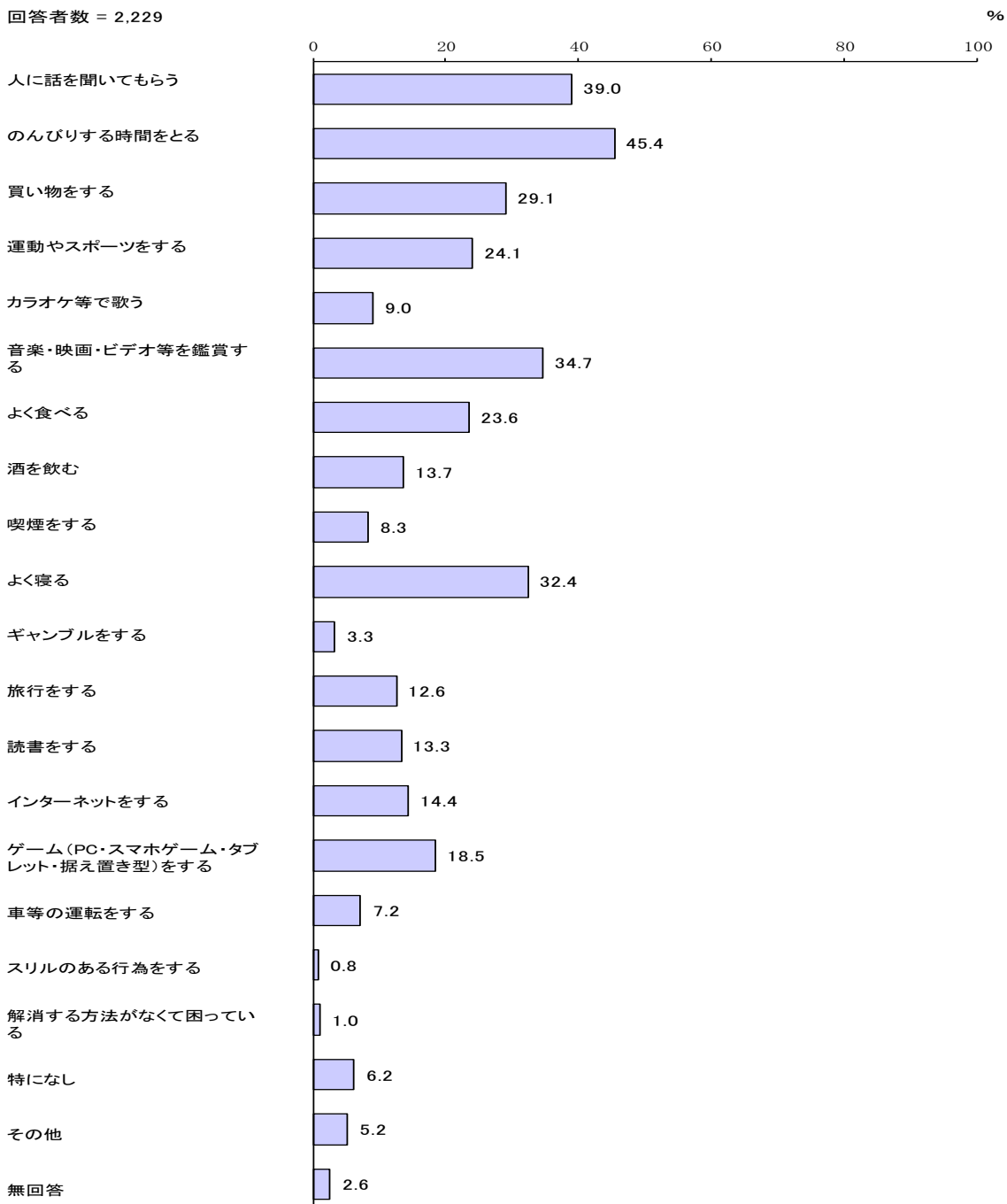
問 14 あなたは現在、日常生活でストレスが多いと感じていますか。(1つに○)

「普通だと思う」の割合が 53.3%と最も高く、次いで「多いと思う」の割合が 26.3%、「少ないと思う」の割合が 17.8%となっています。



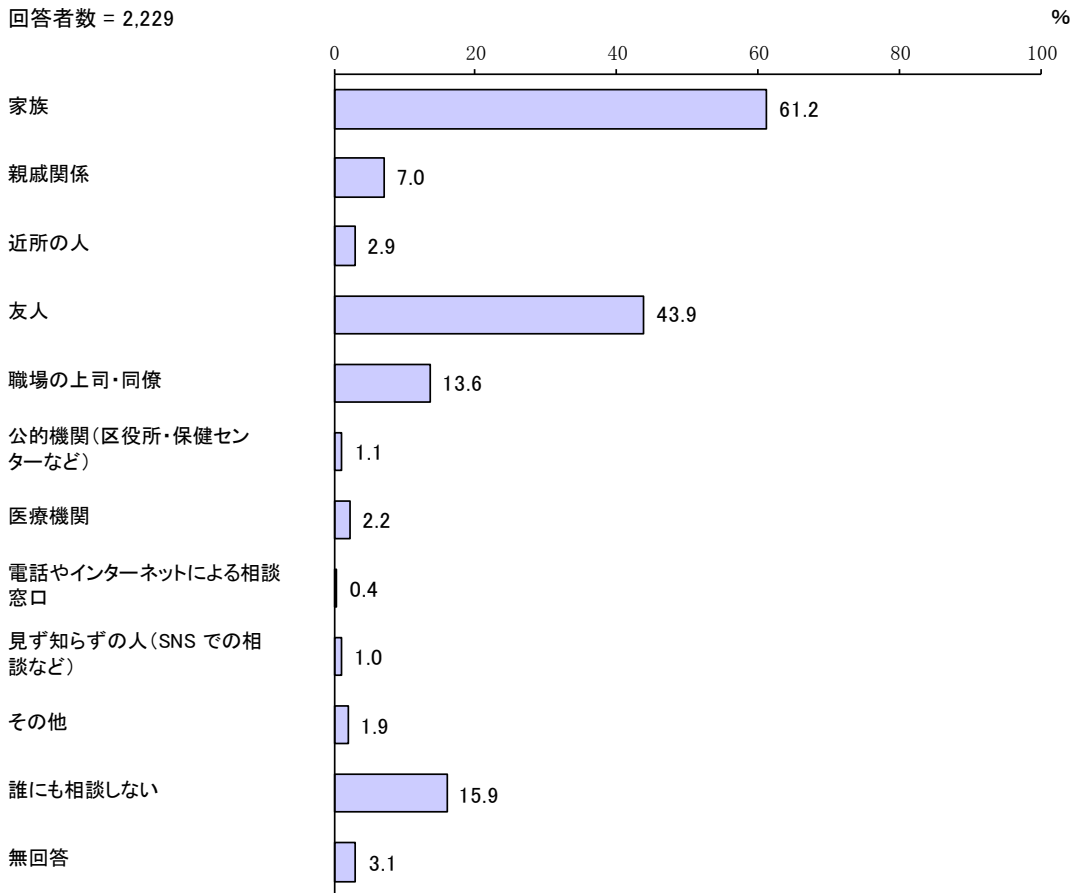
問 15 あなたは、どのような方法でストレスを解消していますか。(○はいくつでも)

「のんびりする時間をとる」の割合が 45.4%と最も高く、次いで「人に話を聞いてもらう」の割合が 39.0%、「音楽・映画・ビデオ等を鑑賞する」の割合が 34.7%となっています。



問 16 あなたは、悩みやストレスを感じたときに、誰に相談しますか。(〇はいくつでも)

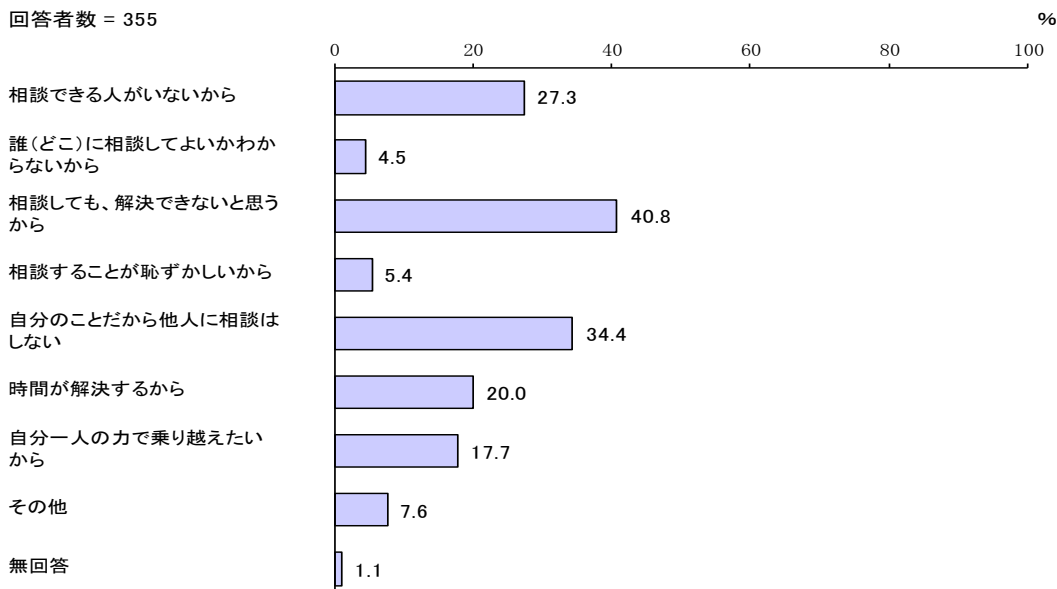
「家族」の割合が 61.2%と最も高く、次いで「友人」の割合が 43.9%、「誰にも相談しない」の割合が 15.9%となっています。



問 16 で「11. 誰にも相談しない」とお答えの方にお聞きします。

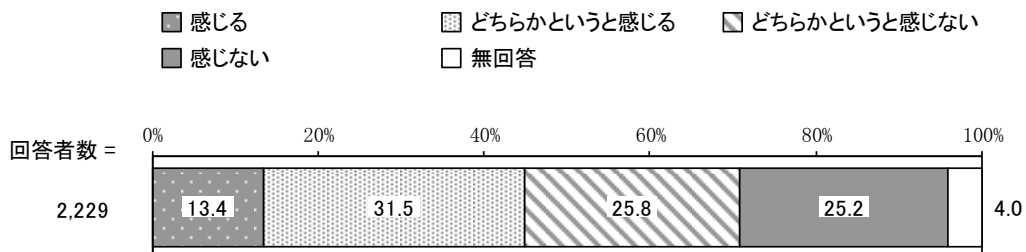
(1) 悩み事があっても相談しないのはなぜですか。(〇はいくつでも)

「相談しても、解決できないと思うから」の割合が 40.8%と最も高く、次いで「自分のことだから他人に相談はしない」の割合が 34.4%、「相談できる人がいないから」の割合が 27.3%となっています。



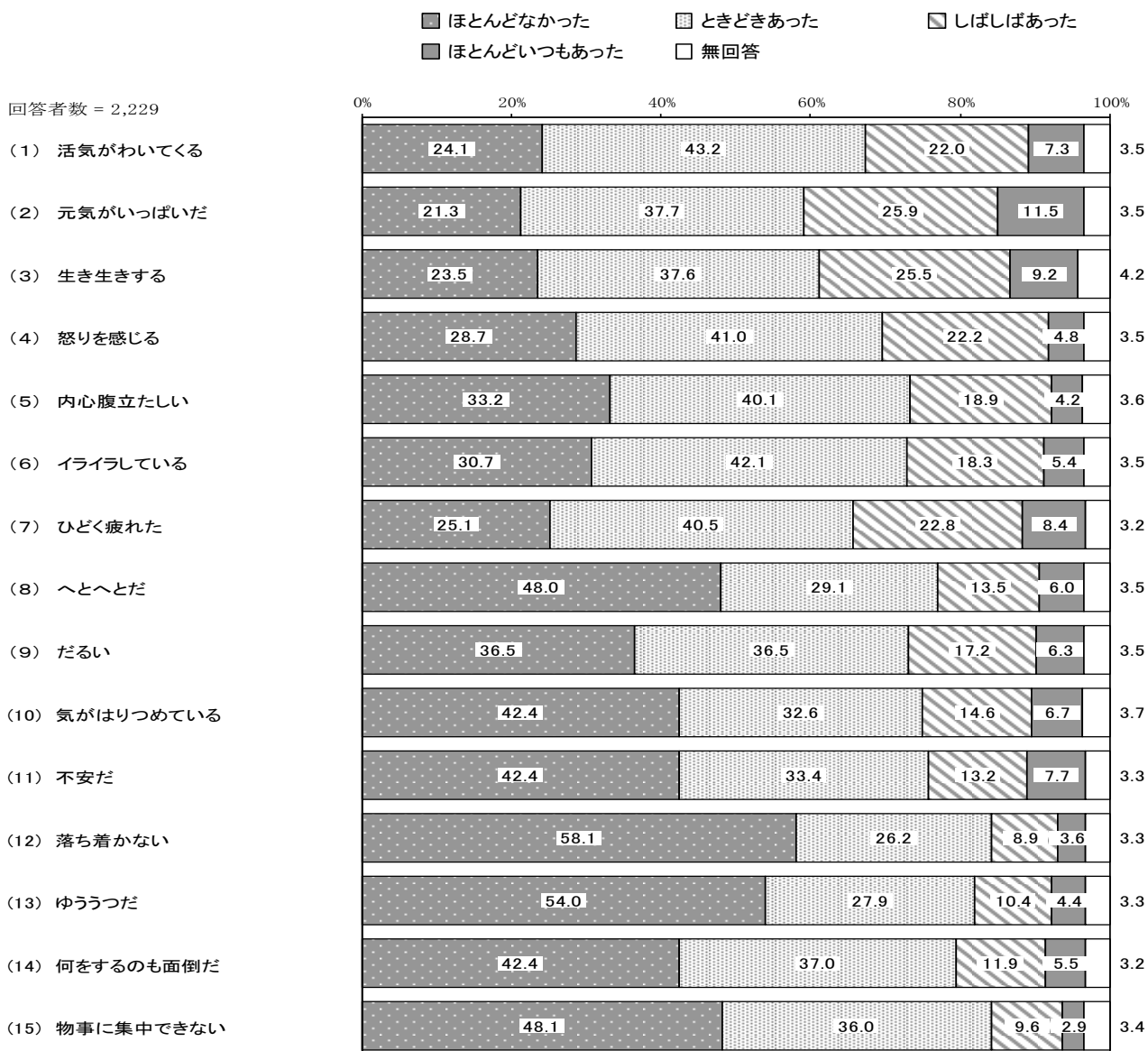
問 17 あなたは、悩みやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。(1つに○)

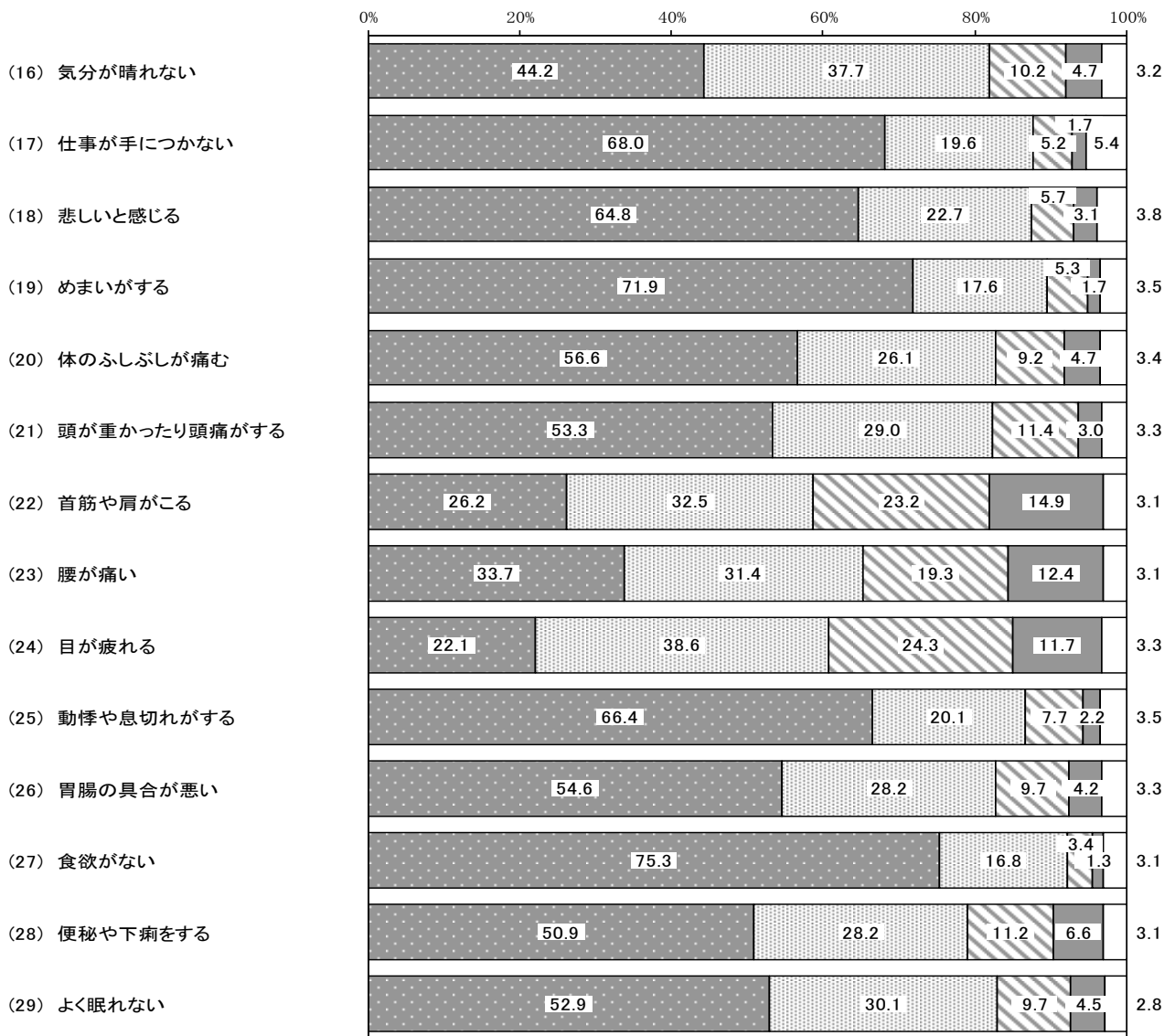
「感じる」と「どちらかというと感じる」を合わせた“感じる”の割合が44.9%、「どちらかというと感じない」と「感じない」を合わせた“感じない”の割合が51.0%となっています。



問 18 最近1か月のあなたのからだやこころの状態についてお伺いします。(1)～(29)それぞれ1つに○)

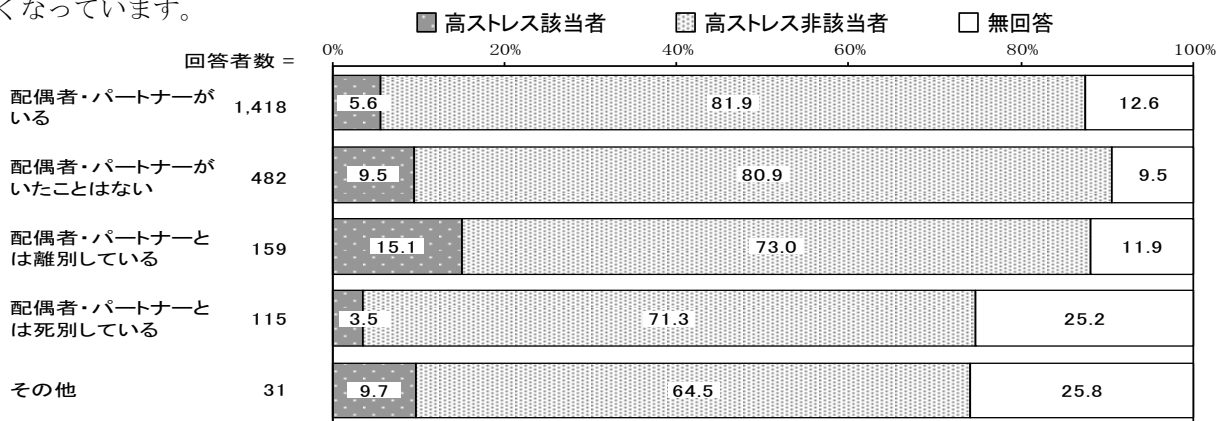
『(27) 食欲がない』で「ほとんどなかった」の割合が高くなっています。また、『(1) 活気がわいてくる』で「ときどきあった」の割合が、『(2) 元気がいっぱいだ』『(3) 生き生きする』で「しばしばあった」の割合が、『(22) 首筋や肩がこる』で「ほとんどいつもあった」の割合が高くなっています。





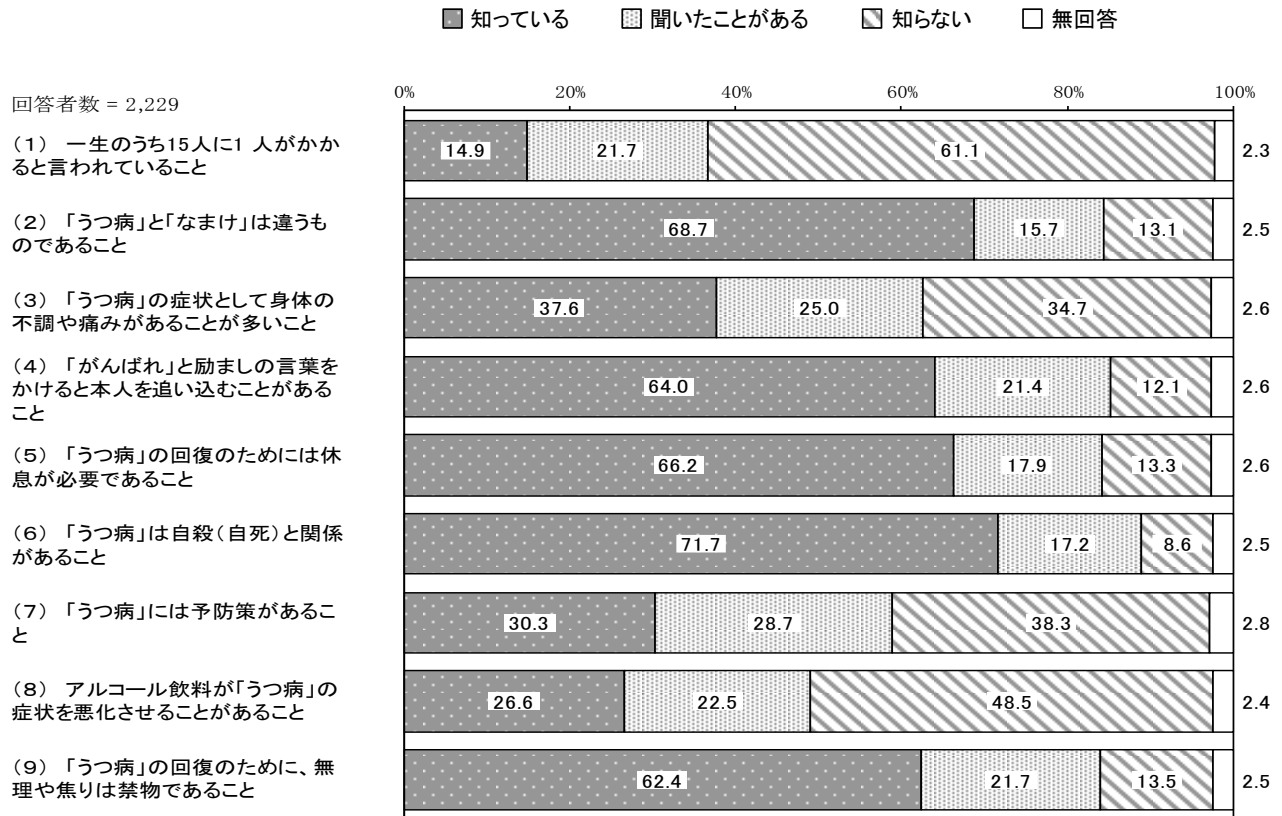
問18 高ストレス者での設問【配偶者の有無別】

配偶者の有無別でみると、他に比べ、配偶者・パートナーとは離別しているで「高ストレス該当者」の割合が高くなっています。また、他に比べ、配偶者・パートナーがいるで「高ストレス非該当者」の割合が高くなっています。



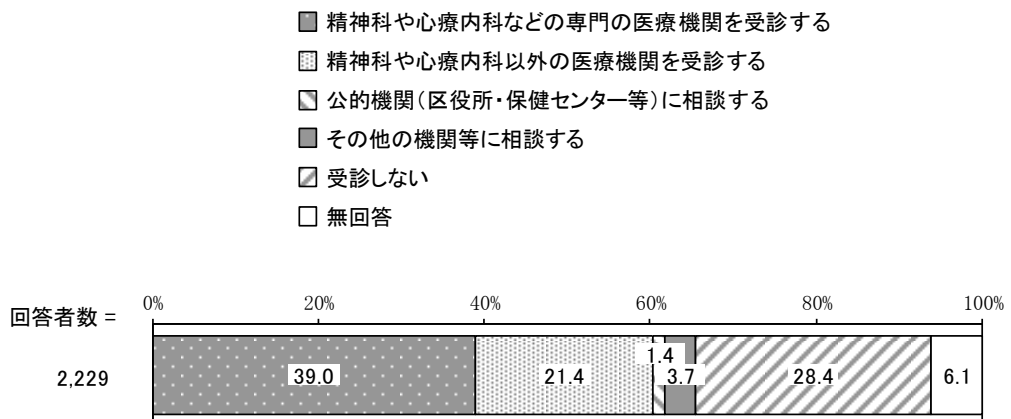
問 19 「うつ病」について、次のことをご存じですか。(1)～(9)それぞれ1つに○)

『(6)「うつ病」は自殺(自死)と関係があること』で「知っている」の割合が高くなっています。また、『(7)「うつ病」には予防策があること』で「聞いたことがある」の割合が、『(1) 一生のうち15人に1人がかかると言われていること』で「知らない」の割合が高くなっています。



問 20 「うつ病」の初期症状には、気分が落ち込むことに加えて、眠れない、夜中や早朝に目が覚める、頭痛、胃痛などの症状が伴う場合があります。このような初期症状が2週間以上続いたとしたら、あなたは医療機関を受診しますか。(1つに○)

「精神科や心療内科などの専門の医療機関を受診する」の割合が 39.0%と最も高く、次いで「受診しない」の割合が 28.4%、「精神科や心療内科以外の医療機関を受診する」の割合が 21.4%となっています。

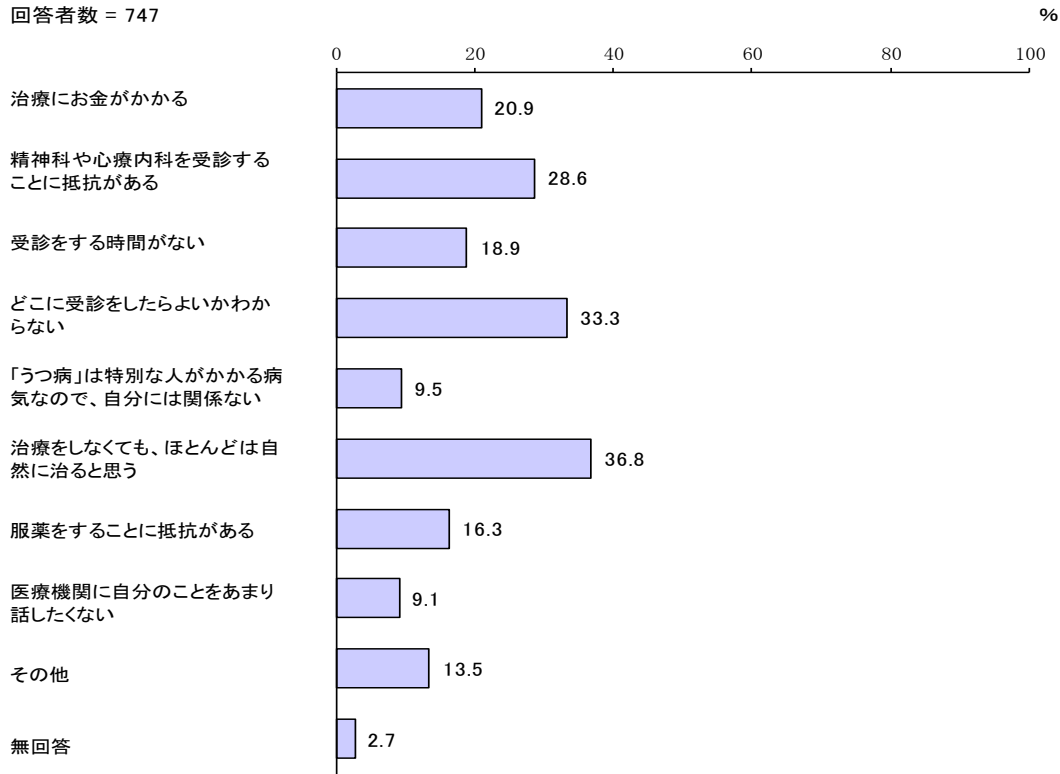


問 20 で「3」～「5」を選んだ方にお聞きします

(1) 医療機関を受診しないのはなぜですか。(〇はいくつでも)

「治療をしなくても、ほとんどは自然に治ると思う」の割合が 36.8%と最も高く、次いで「どこに受診をしたらよいかわからない」の割合が 33.3%、「精神科や心療内科を受診することに抵抗がある」の割合が 28.6%となっています。

回答者数 = 747



問 21 あなたは、次のことをご存じですか。(1)～(6)それぞれ1つに〇)

『(6) 若者※の死因の1位が「自殺(自死)」であること』で「知っている」「聞いたことがある」の割合が高くなっています。また、『(5) 自殺対策における「ゲートキーパー※」についてのこと』で「知らない」の割合が高くなっています。

■ 知っている □ 聞いたことがある ▨ 知らない □ 無回答

回答者数 = 2,229

(1) 警察庁の自殺統計では、全国の自殺者数が14年連続して3万人を超えていたこと

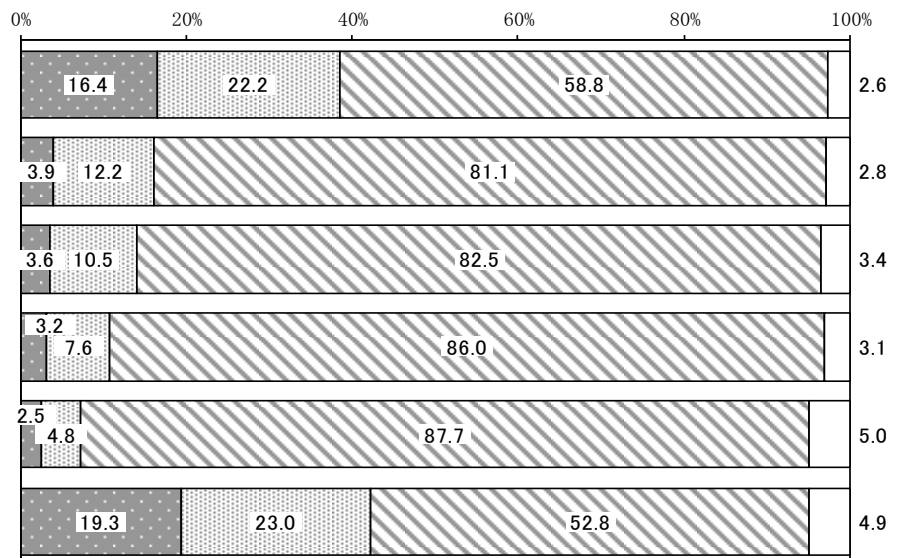
(2) 毎年9月10日から16日は自殺予防週間であること

(3) 毎年3月は自殺対策強化月間であること

(4) 自殺予防週間や自殺対策強化月間において、堺市はパネル展等の啓発事業を行っていること

(5) 自殺対策における「ゲートキーパー※」についてのこと

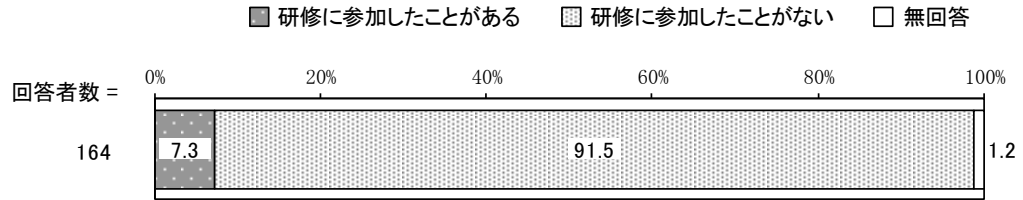
(6) 若者※の死因の1位が「自殺(自死)」であること



問 21 の (5) で「1」「2」を選んだ方にお聞きします

(1) ゲートキーパー研修について次にあてはまる項目を選んでください。(1つに○)

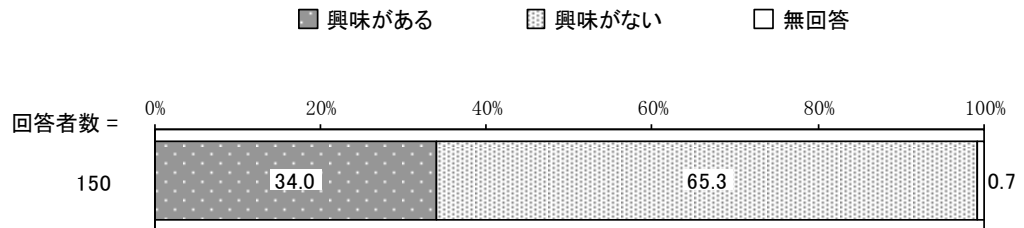
「研修に参加したことがある」の割合が 7.3%、「研修に参加したことがない」の割合が 91.5%となっています。



(1) で「2. 研修に参加したことがない」を選んだ方にお聞きします

(2) ゲートキーパー研修について興味がありますか。(1つに○)

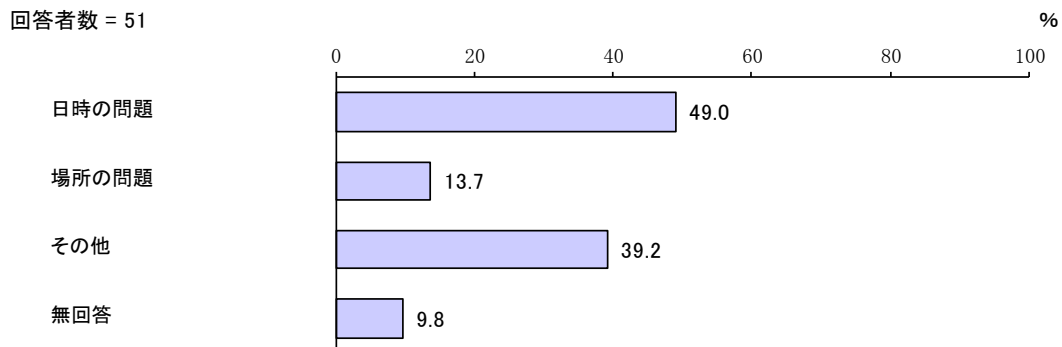
「興味がある」の割合が 34.0%、「興味がない」の割合が 65.3%となっています。



(2) で「興味がある」を選んだ方にお聞きします

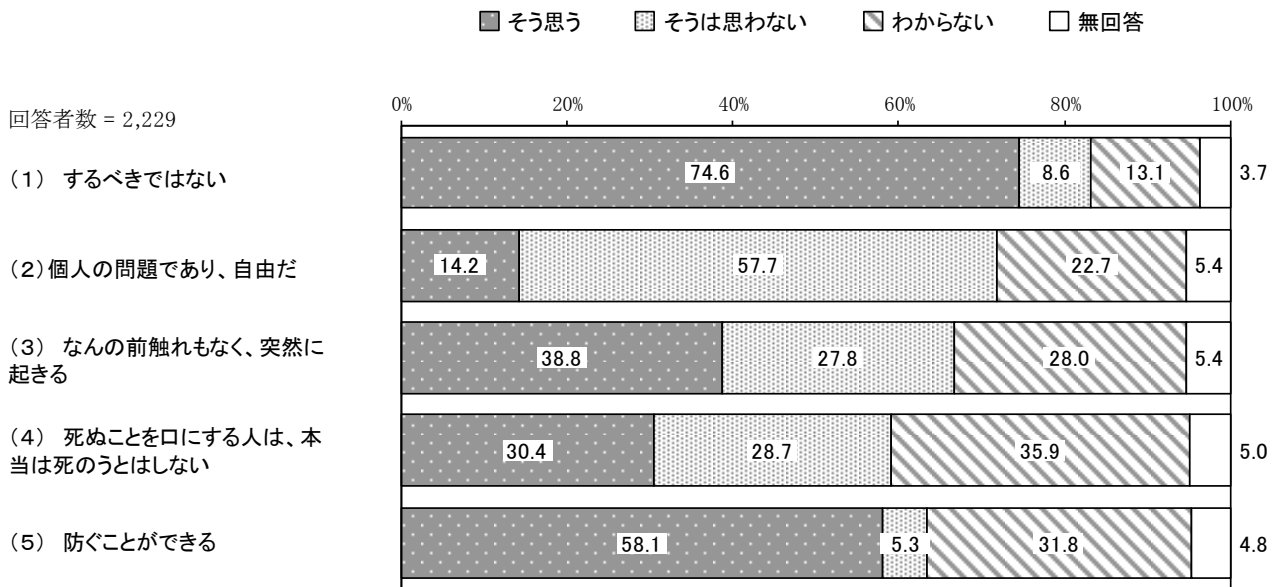
(3) ゲートキーパー研修に参加したことがない理由にあてはまるものを選んでください。(○はいくつでも)

「日時の問題」の割合が 49.0%、「場所の問題」の割合が 13.7%となっています。



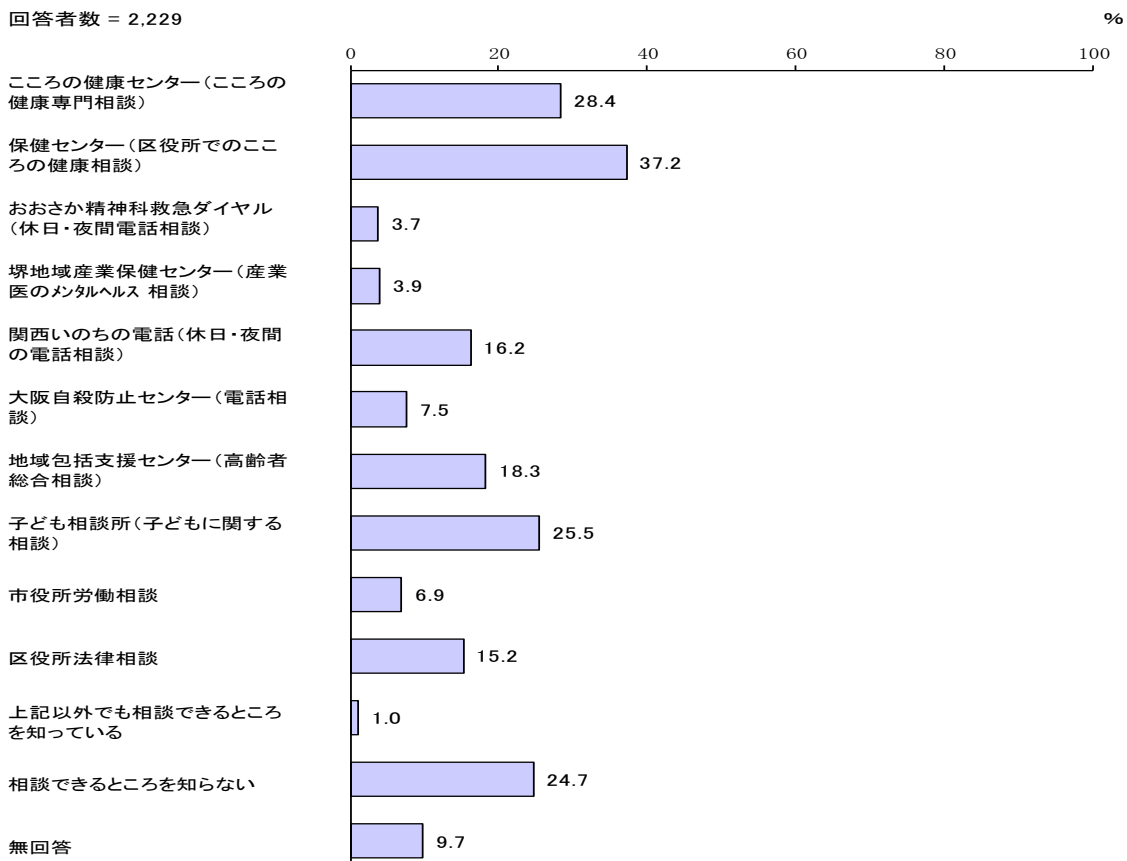
問 22 自殺（自死）について、あなたの考えに最も近いものをお答えください。（(1)～(5)それぞれ1つに○）

『(1) するべきではない』で「そう思う」の割合が高くなっています。また、『(2) 個人の問題であり、自由だ』で「そうは思わない」の割合が、『(4) 死ぬことを口にする人は、本当は死のうとはしない』で「わからない」の割合が高くなっています。



問 23 あなたは、次の相談機関をご存じですか。（○はいくつでも）

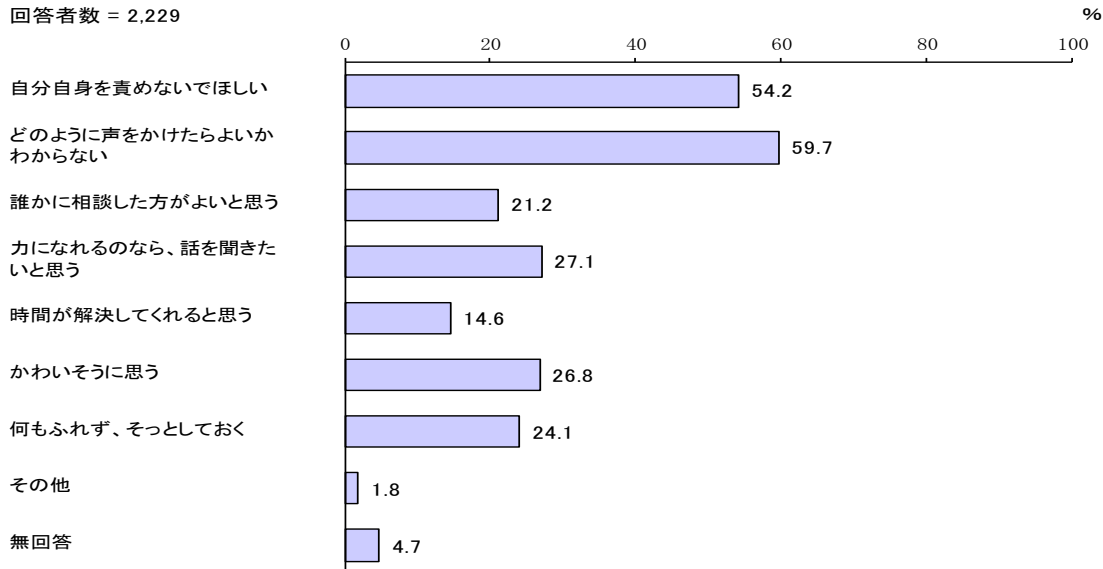
「保健センター（区役所でのこころの健康相談）」の割合が 37.2%と最も高く、次いで「こころの健康センター（こころの健康専門相談）」の割合が 28.4%、「子ども相談所（子どもに関する相談）」の割合が 25.5%となっています。



問 24 身近な人を自殺（自死）で亡くされたご遺族等に対して、あなたはどのようにお考えですか。（〇はいくつでも）

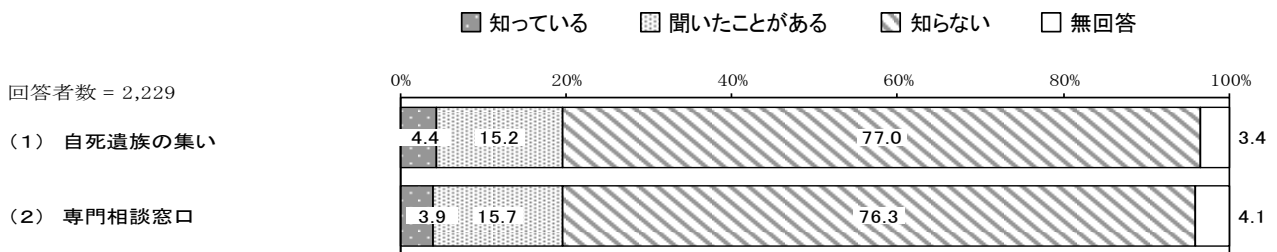
「どのように声をかけたらよいかわからない」の割合が 59.7%と最も高く、次いで「自分自身を責めないでほしい」の割合が 54.2%、「力になれるのなら、話を聞きたいと思う」の割合が 27.1%となっています。

回答者数 = 2,229



問 25 ご家族や友人など大切な人を自殺（自死）で亡くされた方々が集まり、思いを分かち合うための集い（自死遺族の集い）があることや、堺市こころの健康センターにご遺族の方の専門相談窓口が設けられていることをご存じですか。（それぞれ1つに〇）

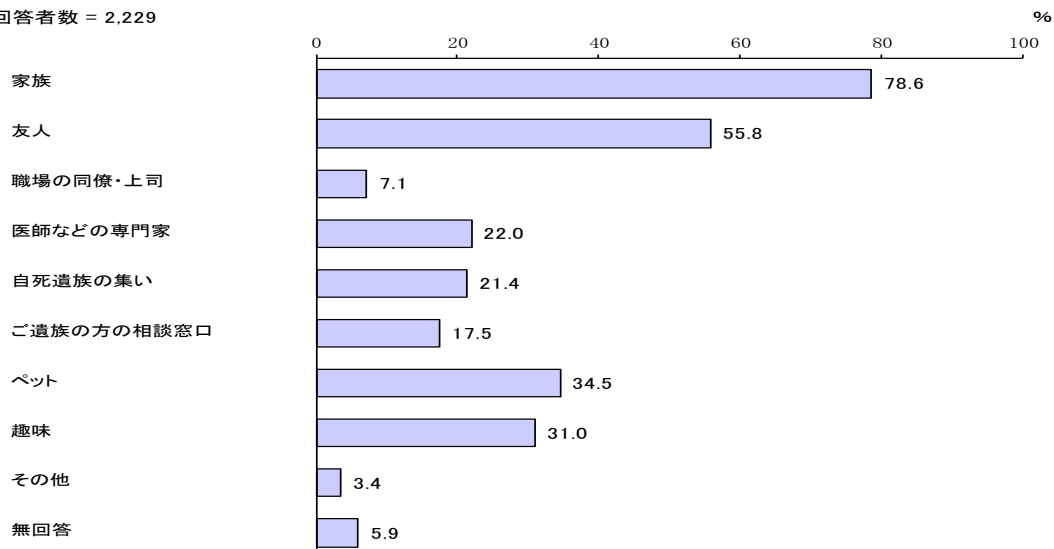
『(1) 自死遺族の集い』『(2) 専門相談窓口』ともに「知らない」の割合が高くなっています。



問 26 身近な人を自死で亡くされたご遺族にとって、何が、こころの支えとなると思いますか。（〇はいくつでも）

「家族」の割合が 78.6%と最も高く、次いで「友人」の割合が 55.8%、「ペット」の割合が 34.5%となっています。

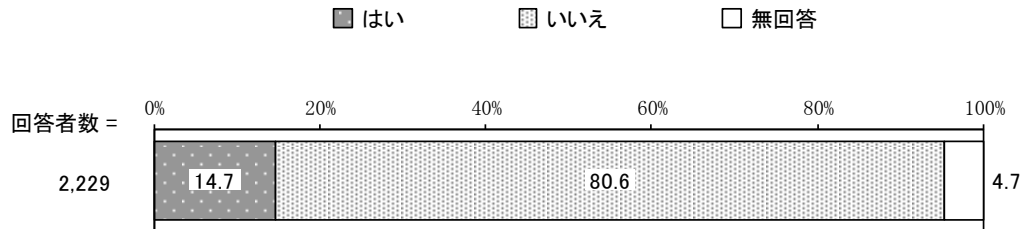
回答者数 = 2,229



問 27

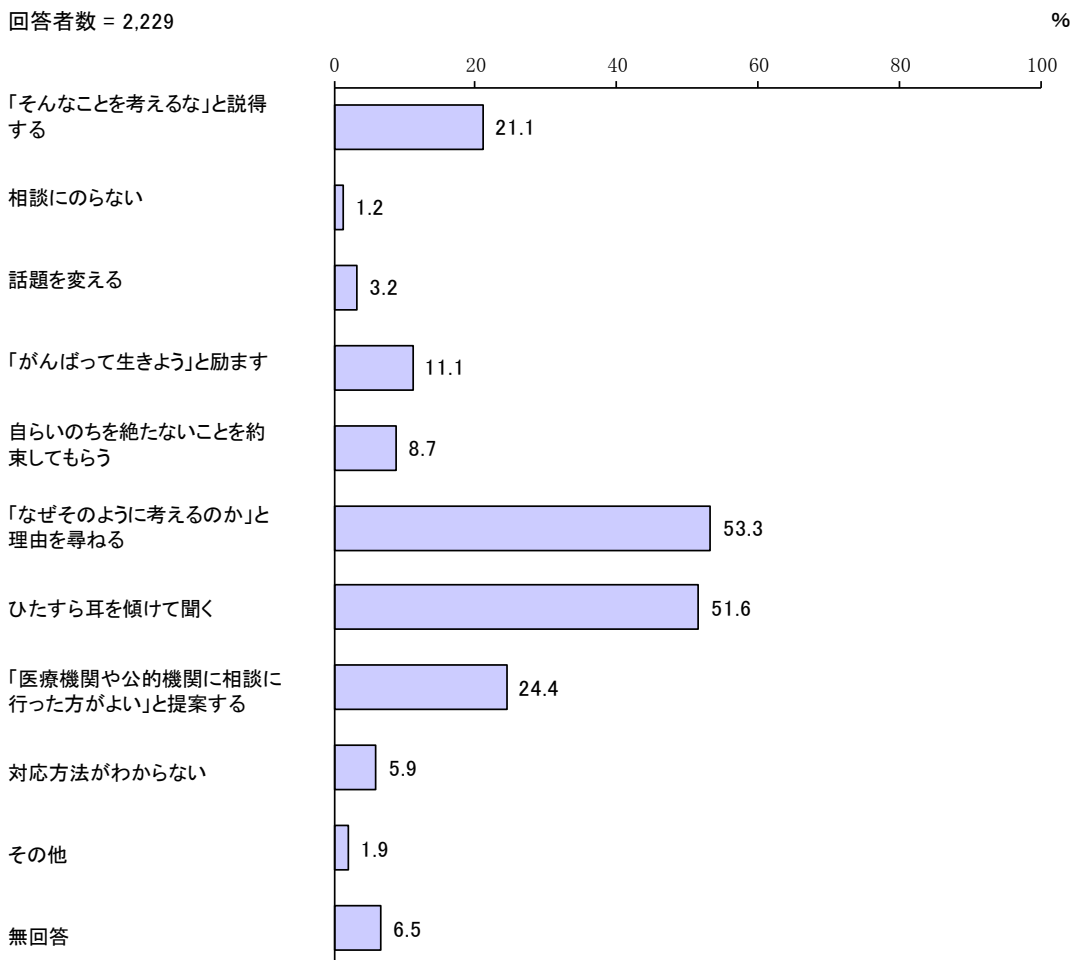
(1) 今まで周りから「死にたい」と打ち明けられたことがありますか。(1つに○)

「はい」の割合が14.7%、「いいえ」の割合が80.6%となっています。



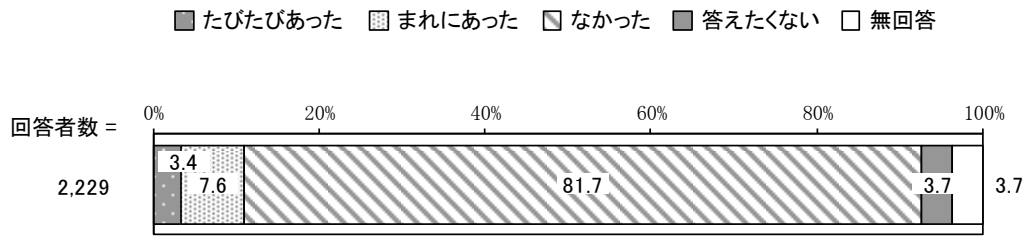
(2) もしも身近な人から「死にたい」と打ち明けられたら、まずはどのように対応しますか。(○はいくつでも)

「なぜそのように考えるのか」と理由を尋ねる」の割合が53.3%と最も高く、次いで「ひたすら耳を傾けて聞く」の割合が51.6%、「医療機関や公的機関に相談に行った方がよい」と提案する」の割合が24.4%となっています。



問 28 あなたは、最近 1 年間で「死にたい」と思うほど悩まれたことはありましたか。(1つに○)

「なかった」の割合が 81.7%と最も高くなっています。

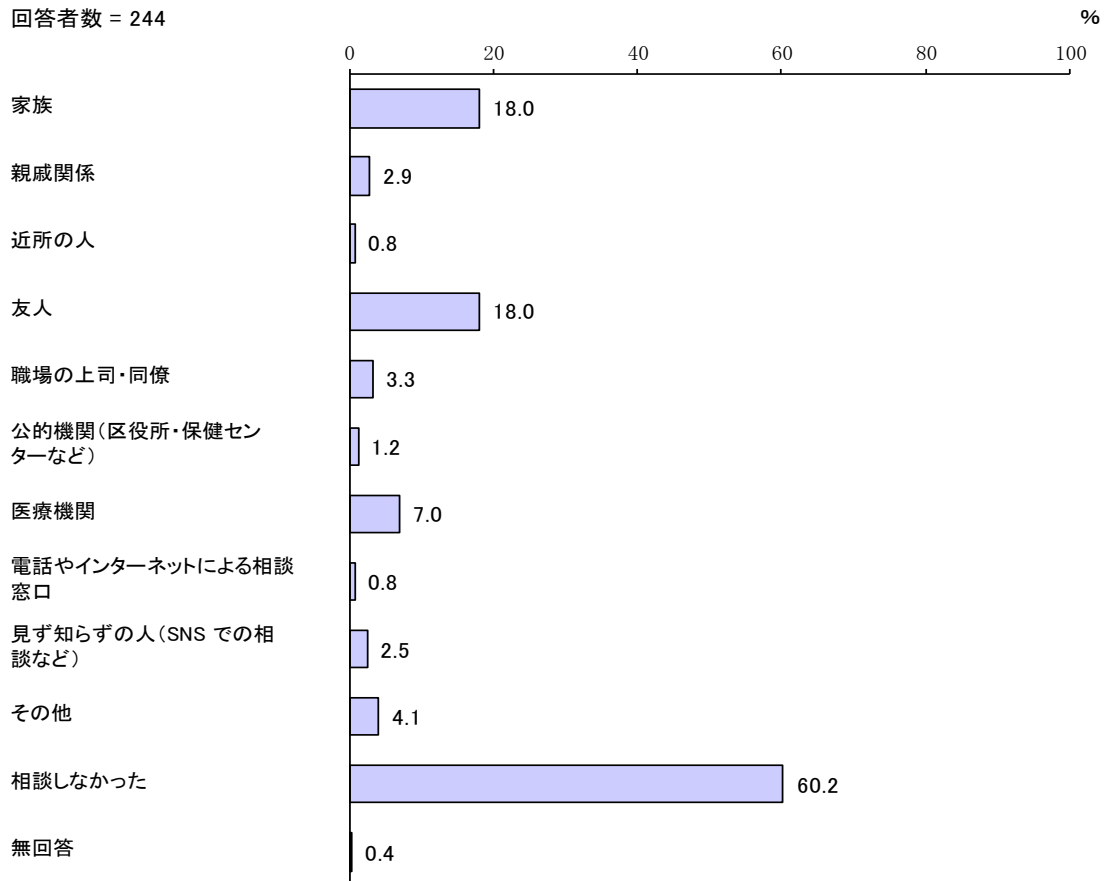


問 28 で「1. たびたびあった」または「2. まれにあった」とお答えの方にお聞きます。

(1) そのとき、誰かに相談しましたか。(○はいくつでも)

「相談しなかった」の割合が 60.2%と最も高く、次いで「家族」、「友人」の割合が 18.0%となっています。

回答者数 = 244

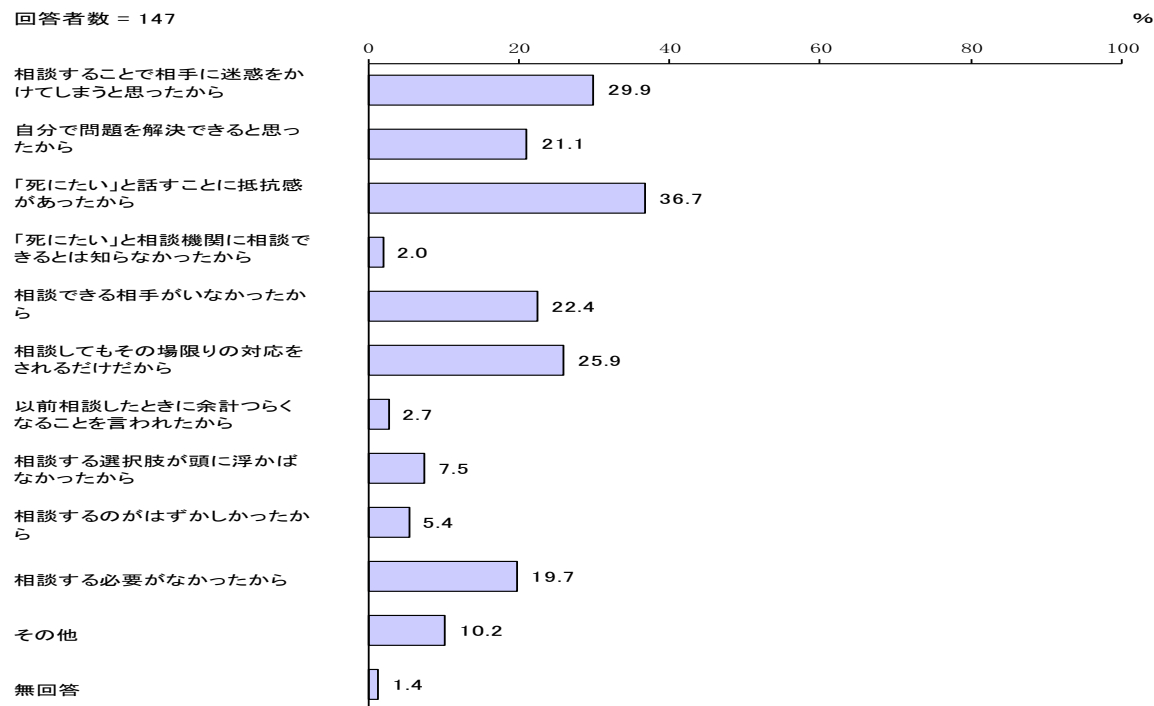


「11. 相談しなかった」を選んだ方にお聞きします

(2) 相談しなかった理由は何ですか。(〇はいくつでも)

「死にたい」と話すことに抵抗感があったから」の割合が36.7%と最も高く、次いで「相談することで相手に迷惑をかけてしまうと思ったから」の割合が29.9%、「相談してもその場限りの対応をされるだけだから」の割合が25.9%となっています。

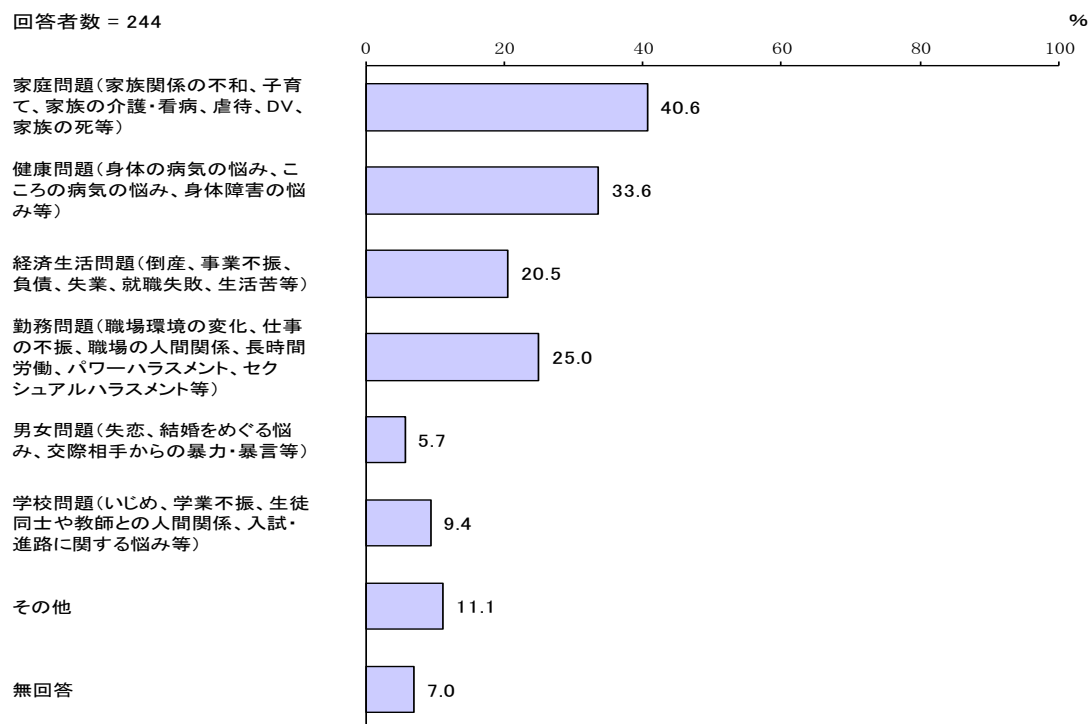
回答者数 = 147



(3) そう思うほど悩まれた原因は何ですか。(〇はいくつでも)

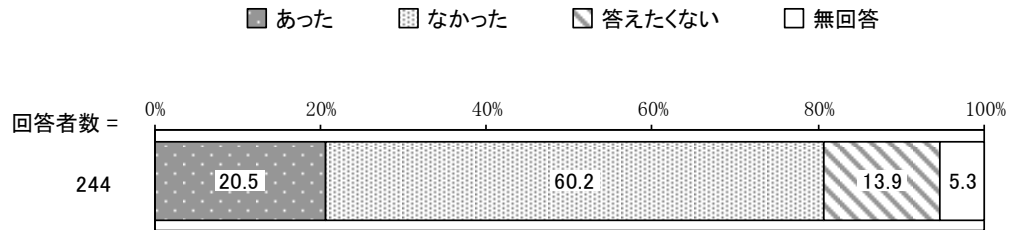
「家庭問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病、虐待、DV、家族の死等）」の割合が40.6%と最も高く、次いで「健康問題（身体の病気の悩み、こころの病気の悩み、身体障害の悩み等）」の割合が33.6%、「勤務問題（職場環境の変化、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働、パワーハラスメント、セクシュアルハラスメント等）」の割合が25.0%となっています。

回答者数 = 244



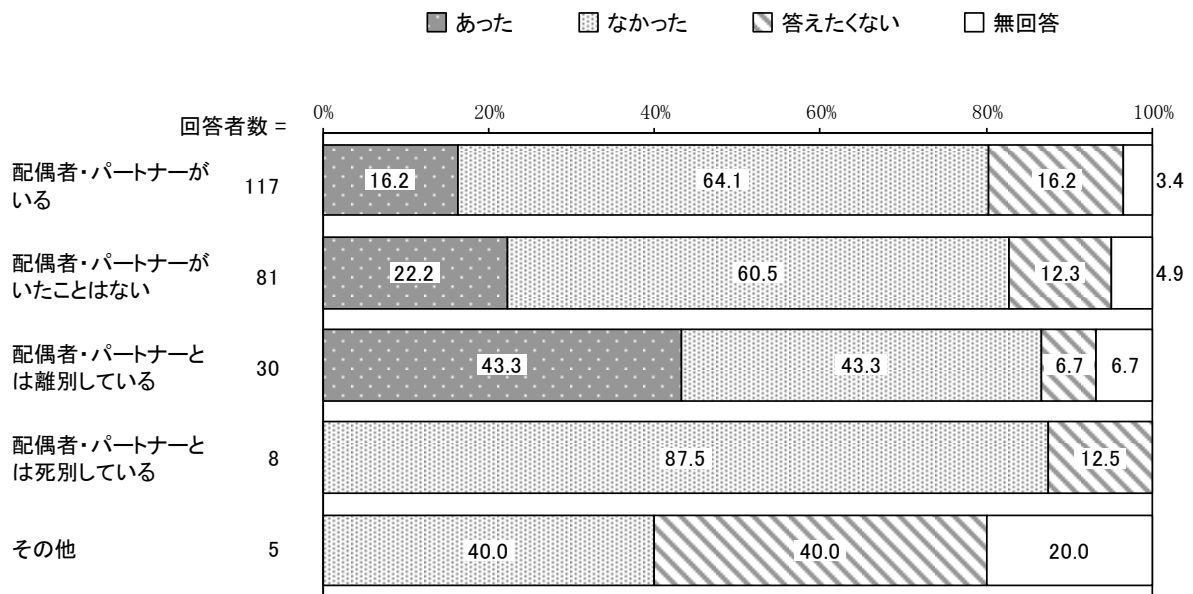
(4) 最近1年以内に、実際に死のうと思ったことや、行動に移そうとしたことがありましたか。(1つに○)

「なかった」の割合が60.2%と最も高く、次いで「あった」の割合が20.5%、「答えたくない」の割合が13.9%となっています。



【配偶者の有無別】

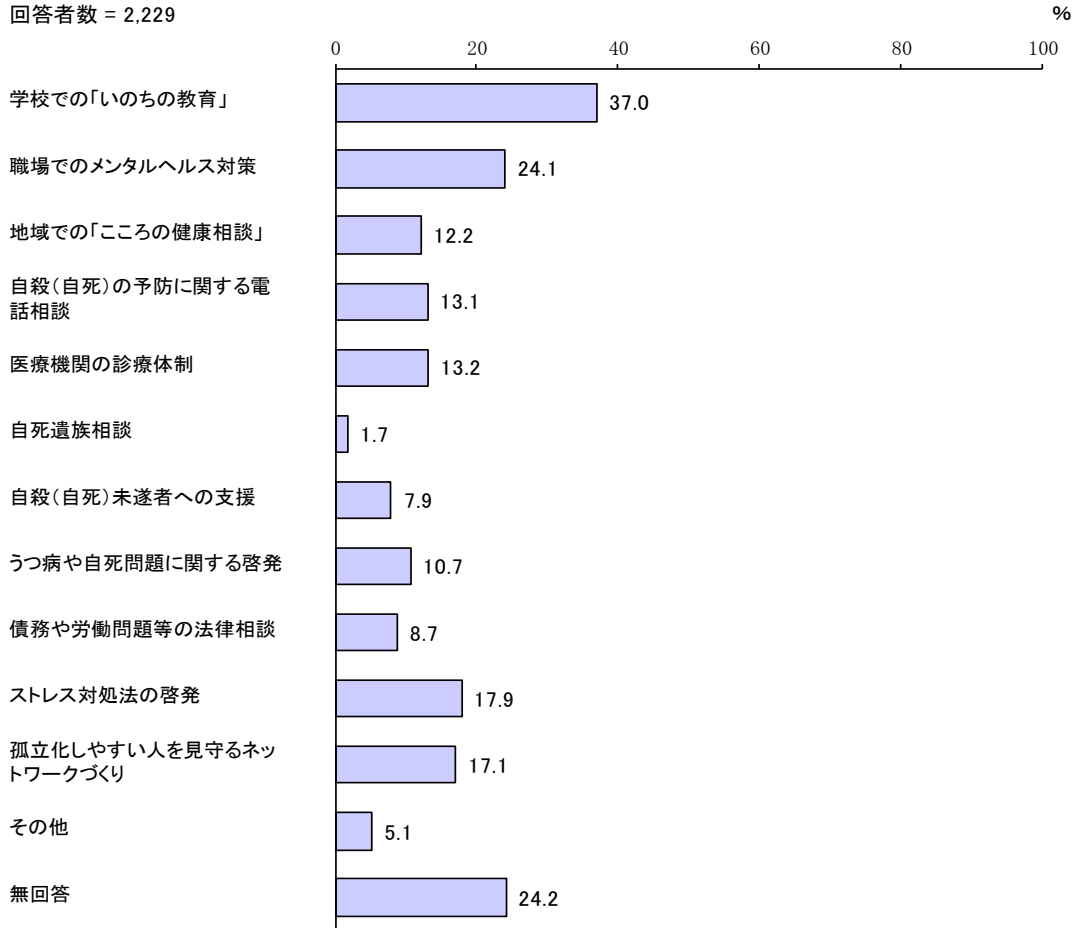
配偶者の有無別でみると、他に比べ、配偶者・パートナーとは離別しているで「あった」の割合が高くなっています。また、他に比べ、配偶者・パートナーがいるで「なかった」の割合が高くなっています。



問 29 自殺（自死）を防ぐには、どのような対策の充実が必要だと思いますか。（〇は3つまで）

「学校での「いのちの教育」」の割合が 37.0%と最も高く、次いで「職場でのメンタルヘルス対策」の割合が 24.1%、「ストレス対処法の啓発」の割合が 17.9%となっています。

回答者数 = 2,229



問 30 新型コロナウイルス感染症の影響（自粛生活等）により、あなたに起こった変化についてあてはまるものをあげてください。（(1)～(8)それぞれ1つに〇）

『(4) 不安が増した』で「あてはまる」「すこしあてはまる」の割合が高くなっています。また、『(1) 仕事を失った』で「あてはまらない」の割合が高くなっています。

