

4. 本市が実施するこころの健康に関する活動について（自殺対策、依存症対策）

自殺対策について

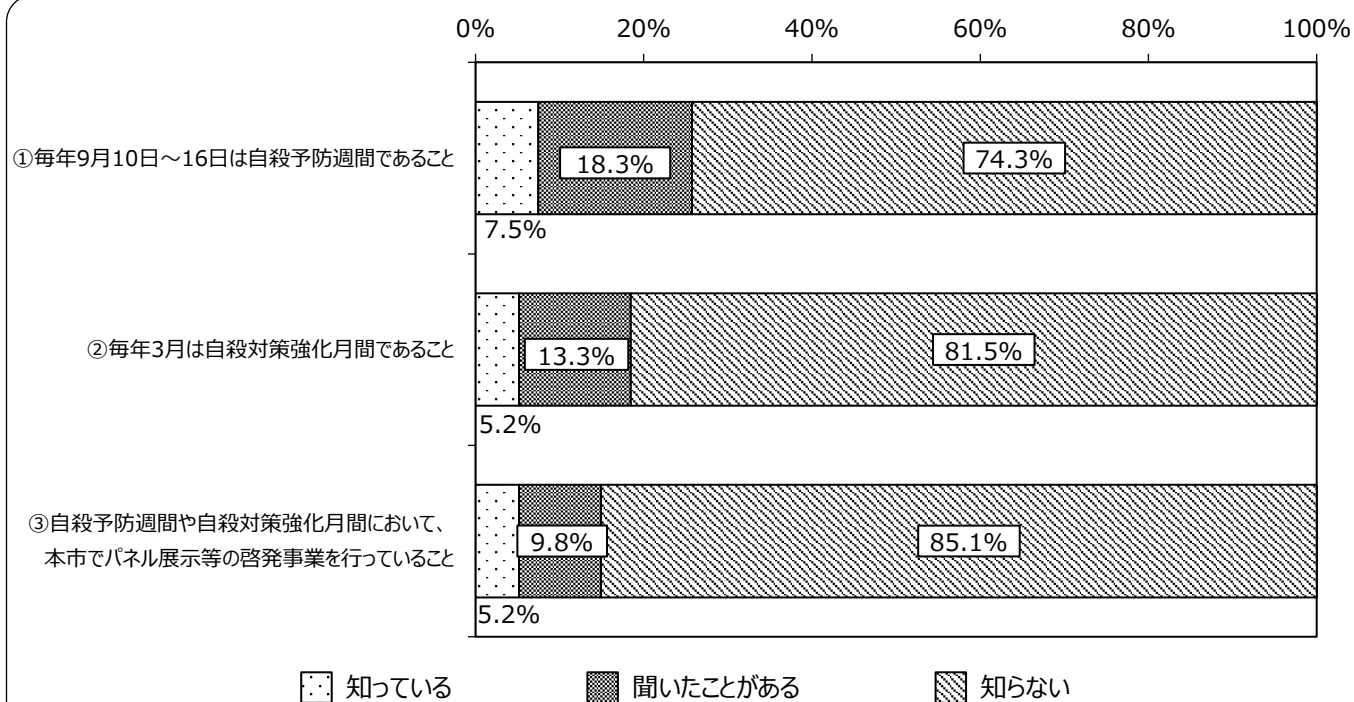
（1）自殺問題に関する理解度について

問 56. あなたは以下の項目をご存じですか。

【各項目：選択は1つ】

「知っている」は各項目で 5～7%程度でしかなく、これまでの周知は浸透していないことがわかった。引き続き周知することに加え、現状のパネル展示等による周知だけではなく、SNS 等の活用といった異なる方法による周知の必要がある。

選択項目（N=482）	知っている	聞いたことがある	知らない	計（回答総数）
①毎年9月10日～16日は自殺予防週間であること	36 7.5%	88 18.3%	358 74.3%	482 100.0%
②毎年3月は自殺対策強化月間であること	25 5.2%	64 13.3%	393 81.5%	482 100.0%
③自殺予防週間や自殺対策強化月間において、本市でパネル展示等の啓発事業を行っていること	25 5.2%	47 9.8%	410 85.1%	482 100.0%



問 57. 自殺（自死）についてのあなたの考えに最も近いものをお答えください。

【各項目：選択は 1 つ】

自殺について、各項目の多数を占めたものは下表のとおりである。

世代間で比較をすると、「個人の問題であり、自由だ」について「そう思う」と答えた割合が、50 歳代以上の世代（50 歳代、60 歳代、70 歳以上の合計。この項目において以下同じ）では 10.0%であったのに対し、18 歳以上 40 歳代以下（18 歳以上 30 歳未満、30 歳代、40 歳代の合計。この項目について以下同じ）では 21.7%であった。同様に、「なんの前触れもなく、突然に起きる」について「そう思う」と答えた割合が、50 歳代以上の世代では 40.2%（60 歳代以上にあっては 32.5%）であったのに対し、18 歳以上 40 歳代以下では 58.6%であった。

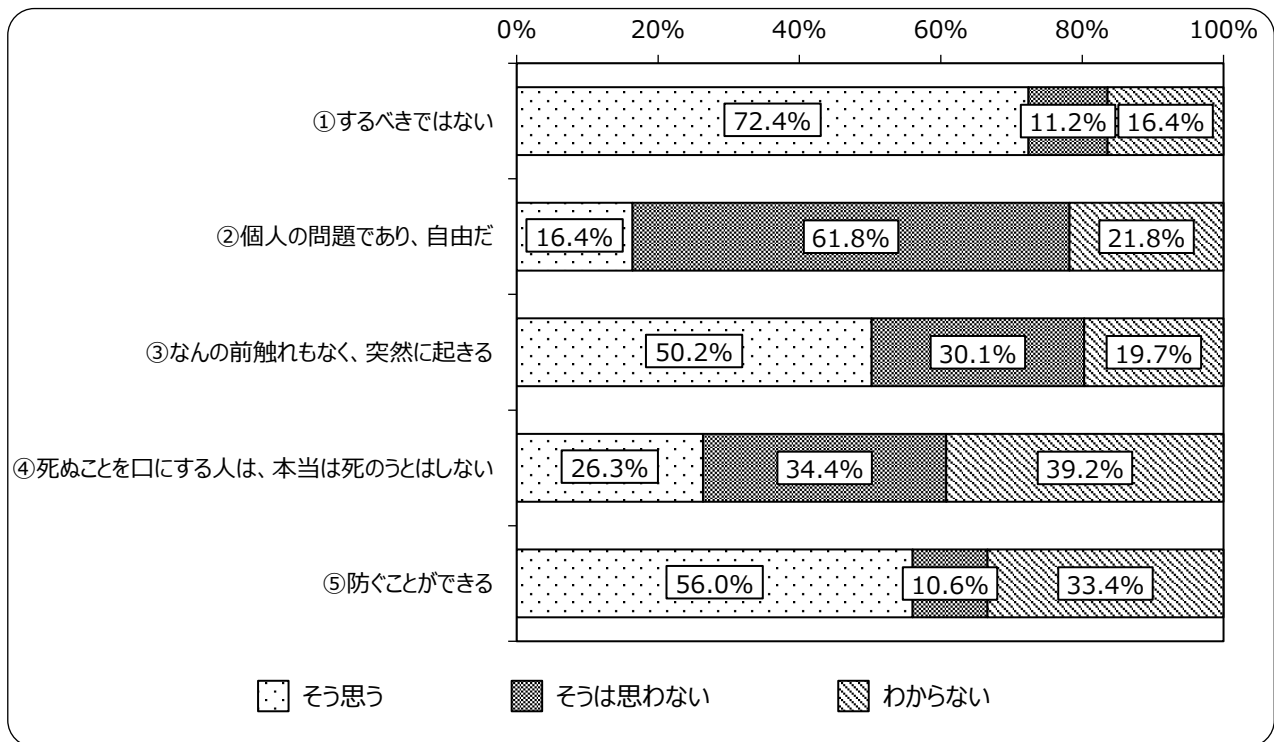
また、「防ぐことができない」について「そう思わない」と答えた割合が、50 歳代以上の世代では 5.5%であったのに対し、18 歳以上 40 歳代以下では 14.8%であった。比較的若い世代では、より高い年齢の世代に比べ、自殺は突然に起きる個人的な問題であって防ぐことは難しいと考える傾向が強いことがわかった。

「死ぬことを口にする人は、本当は死のうとしない」について世代間で比較をすると、「そう思う」と答えた割合が、50 歳代以上の世代では 20.1%であったのに対し、18 歳以上 40 歳代以下では 31.6%であった。4 人に 1 人程度は「死ぬことを口にする人は、本当は死のうとしない」と誤解している可能性があり、特に 40 歳代以下の比較的若い世代でその傾向が強いことがわかった。

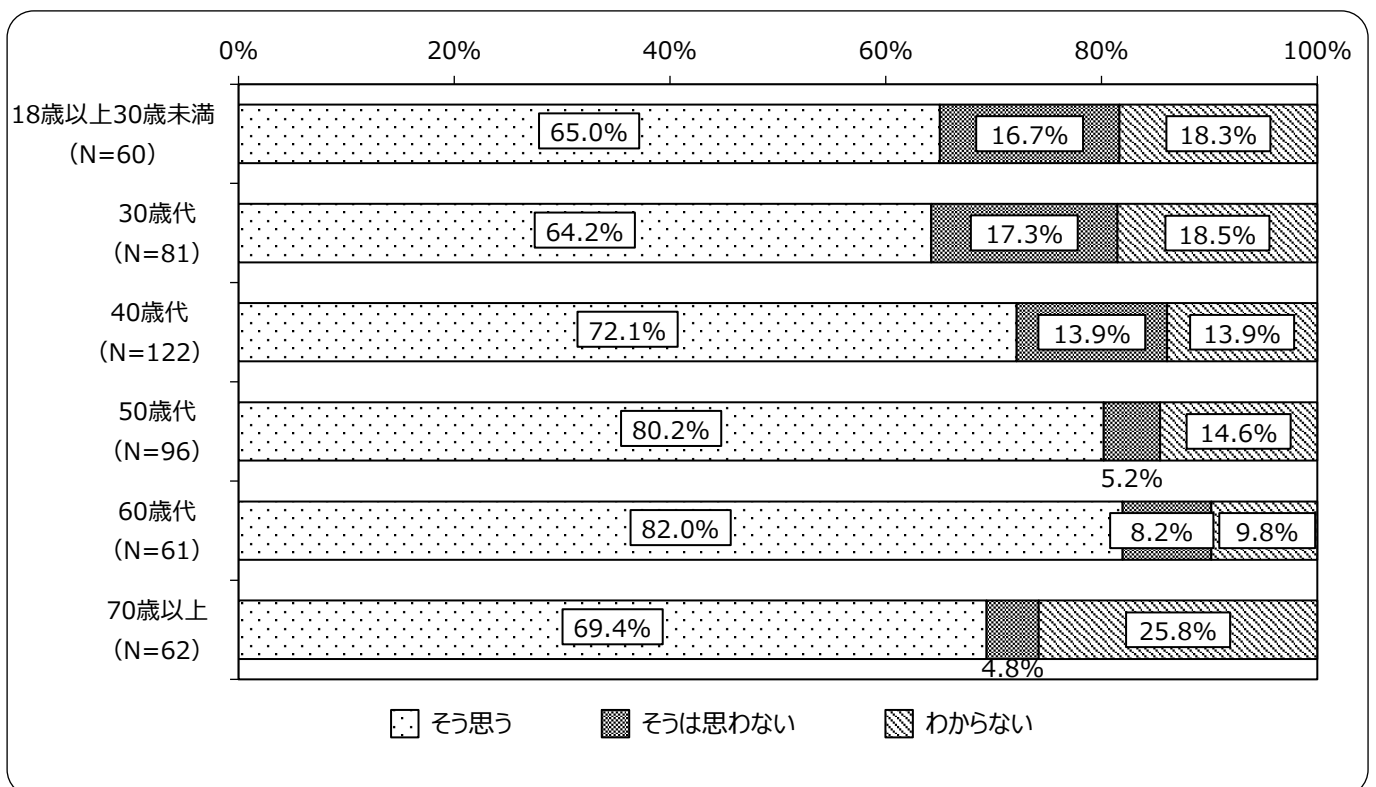
引き続き自殺に関する正しい知識の周知、特に若い世代への周知については SNS 等の活用を含め、留意する必要がある。

選択項目（N=482）	そう思う	そうは思わない	わからない	計（回答総数）
① すべきではない	349 72.4%	54 11.2%	79 16.4%	482 100.0%
② 個人の問題であり、自由だ	79 16.4%	298 61.8%	105 21.8%	482 100.0%
③ なんの前触れもなく、突然に起きる	242 50.2%	145 30.1%	95 19.7%	482 100.0%
④ 死ぬことを口にする人は、本当は死のうとはしない	127 26.3%	166 34.4%	189 39.2%	482 100.0%
⑤ 防ぐことができる	270 56.0%	51 10.6%	161 33.4%	482 100.0%

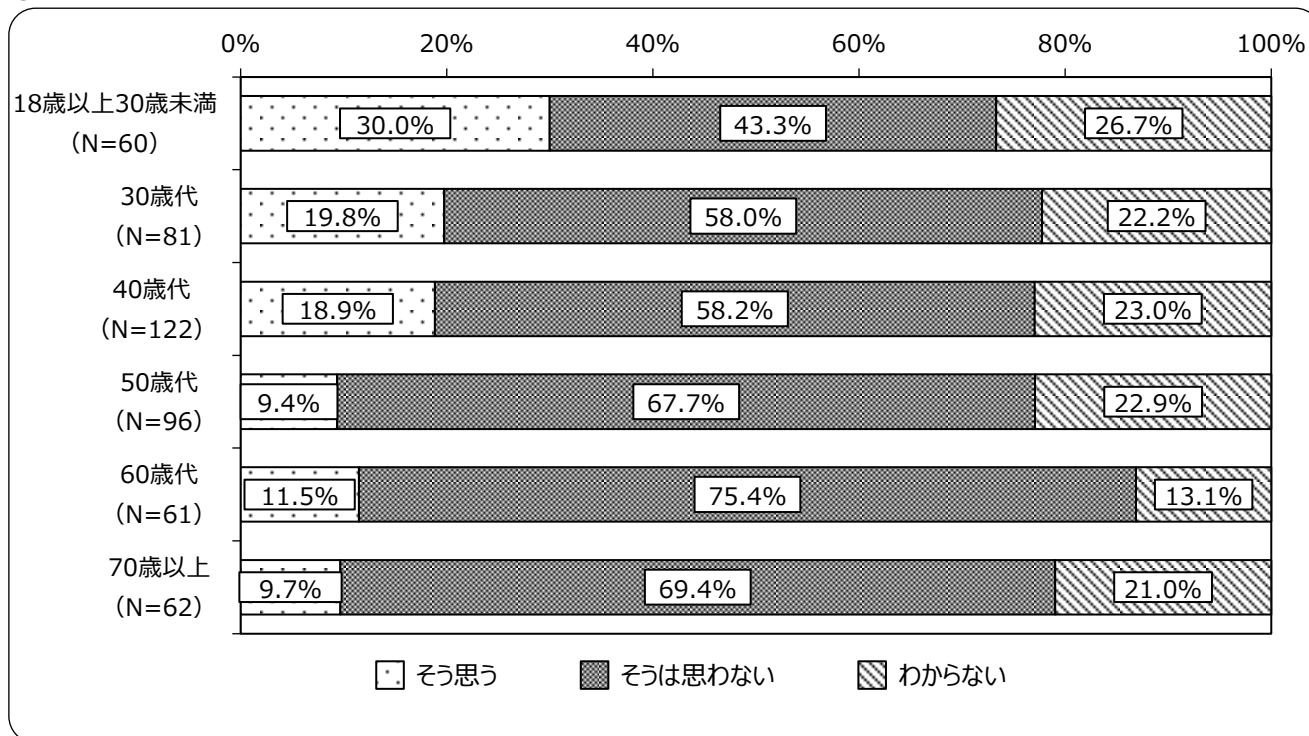
《全体》



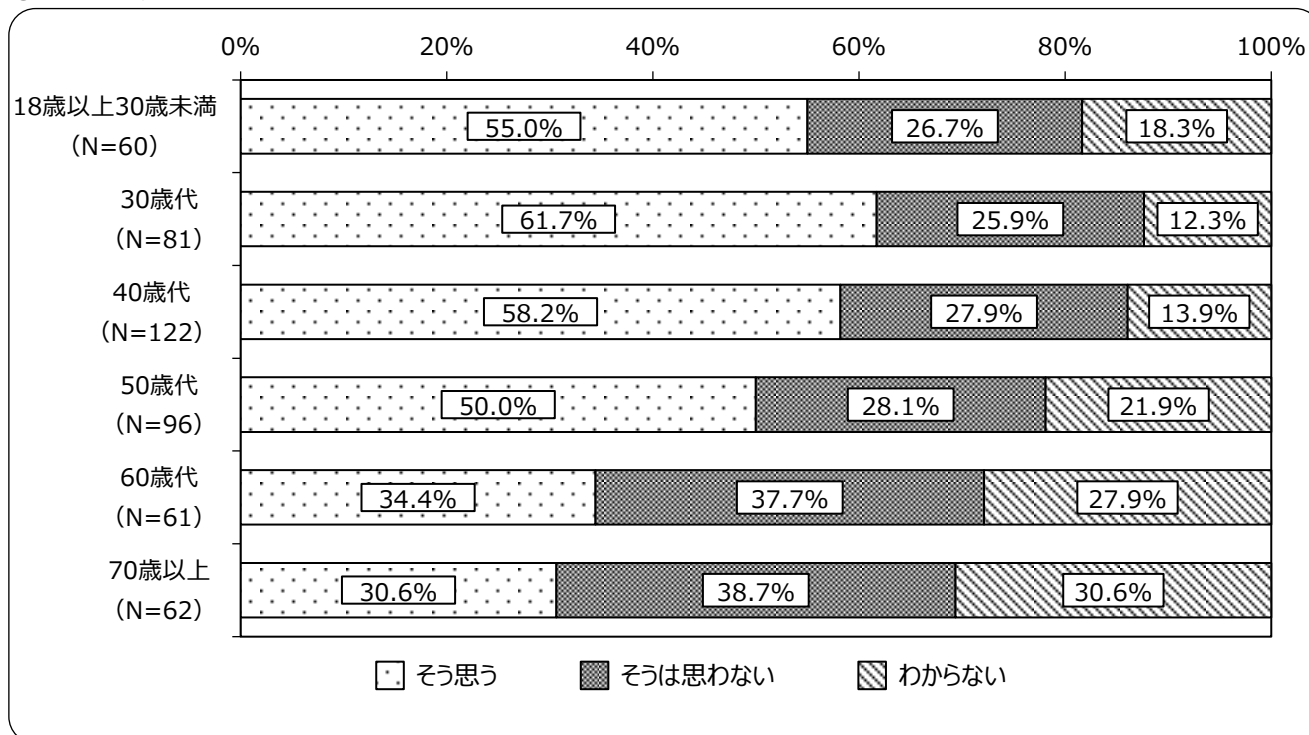
《年齢別》



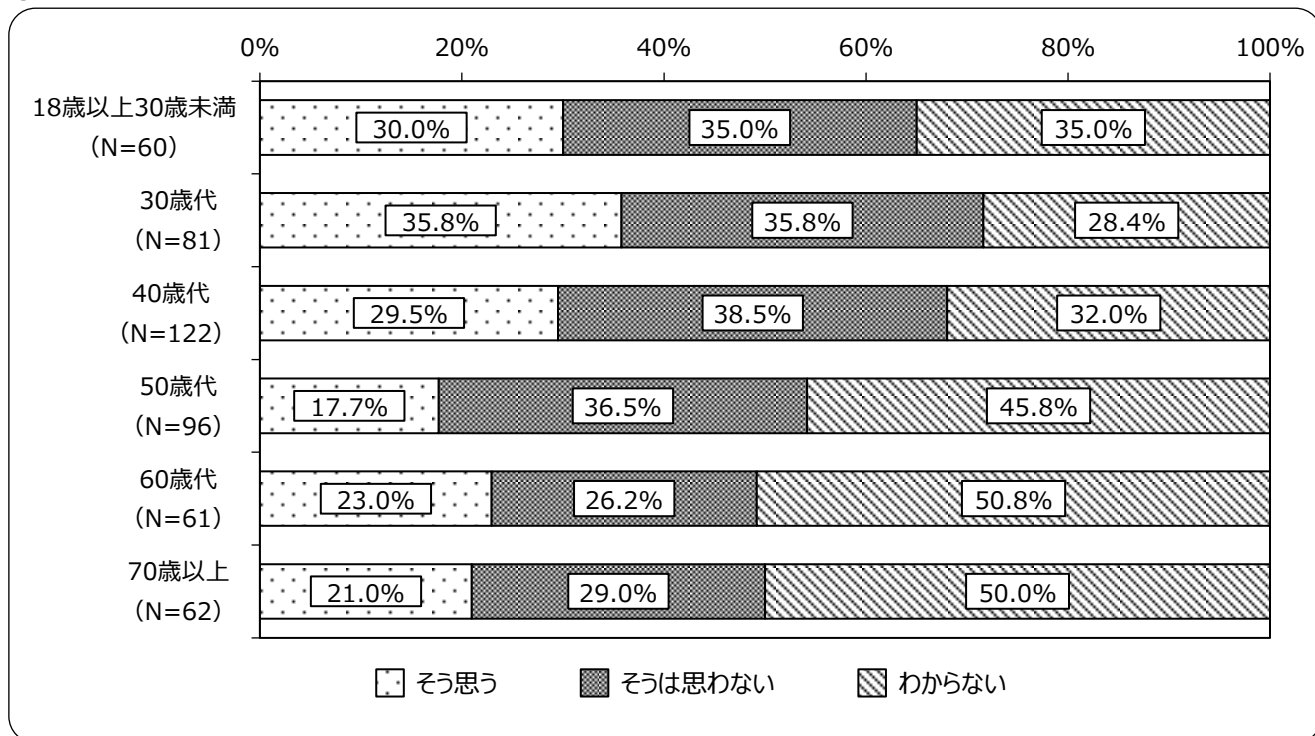
②個人の問題であり、自由だ



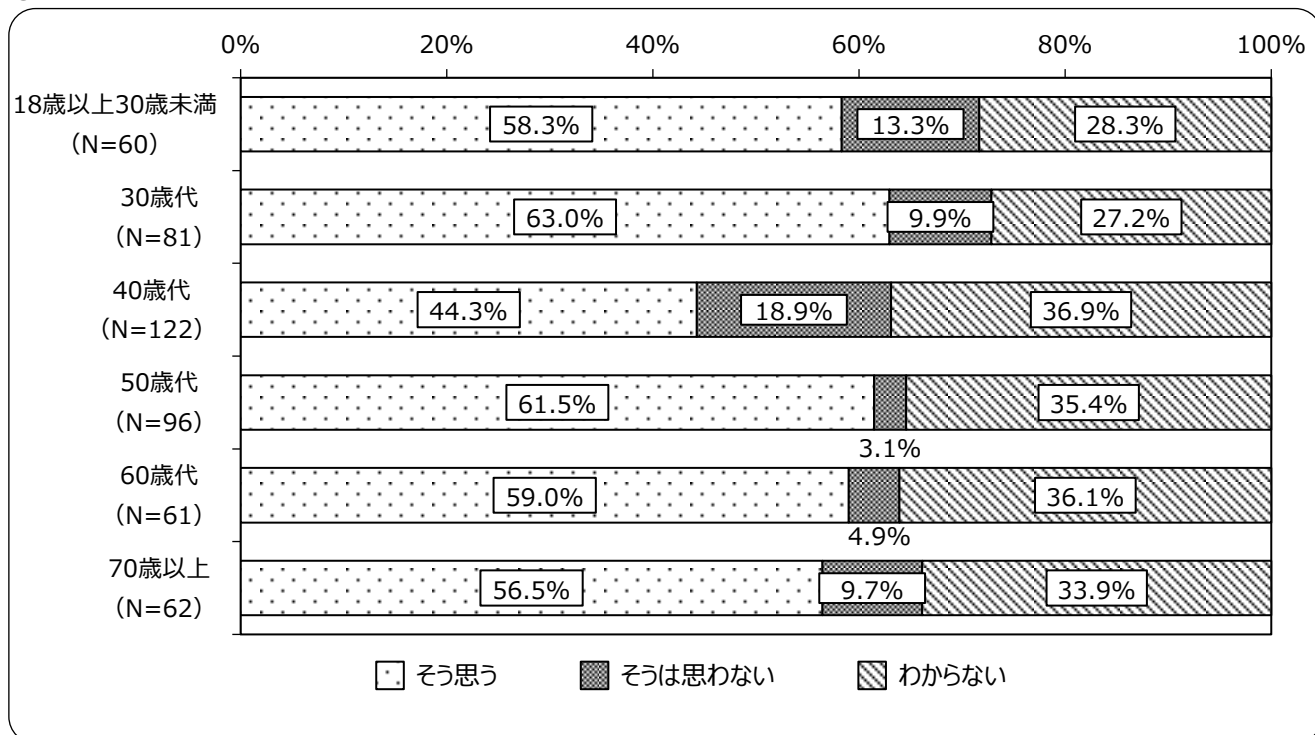
③なんの前触れもなく、突然に起きる



④死ぬことを口にする人は、本当は死のうとはしない



⑤防ぐことができる



(2) 自殺対策に関する相談窓口の認知度について

問 58. あなたは、次の相談機関を知っていますか。

【複数選択可：いくつでも】

何らかの相談機関を知っている人（「相談できるところを知らない」を選択しなかった人）が 80.5%と多数を占めた。

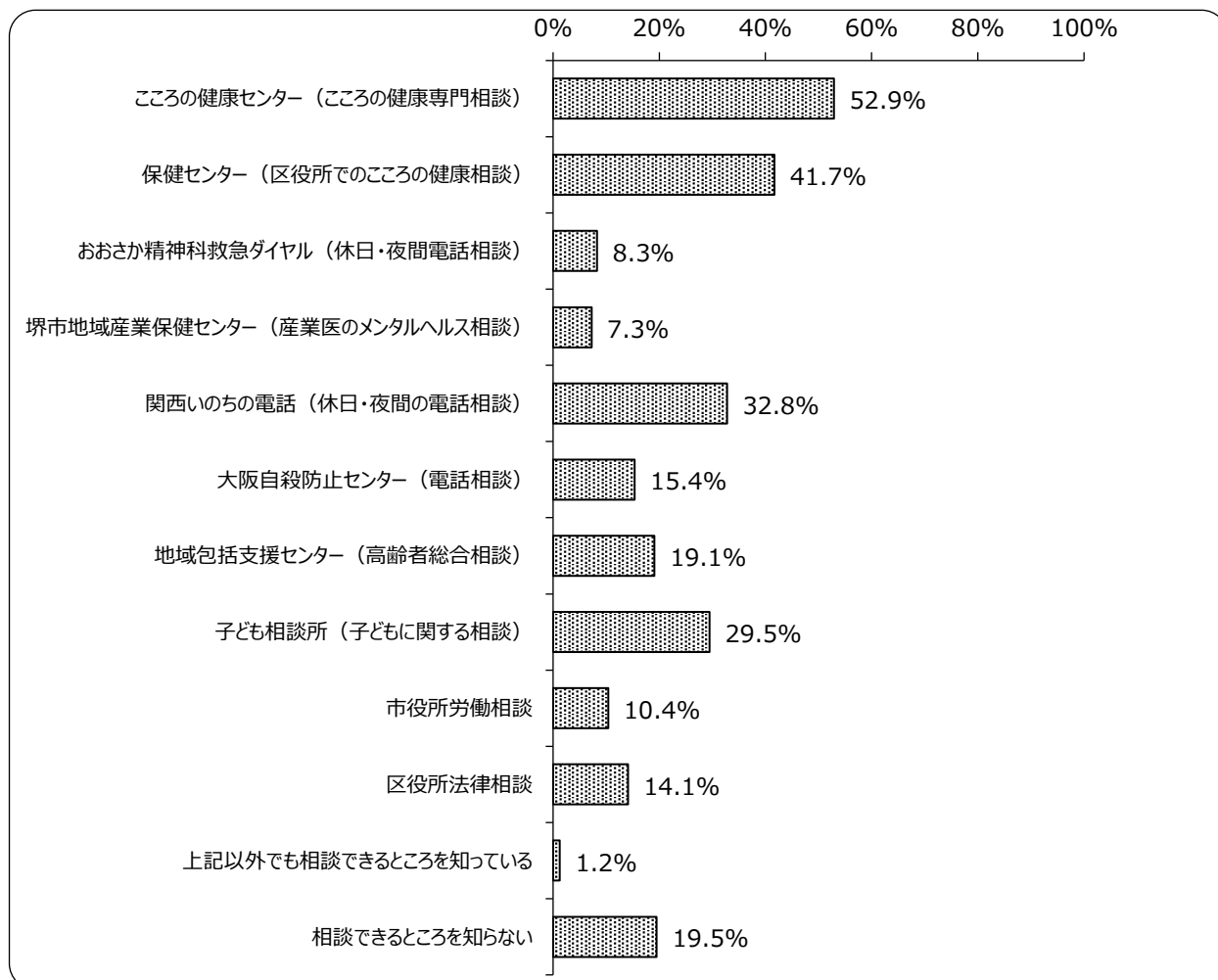
相談機関の認知度は一定以上あると推測されるが、5 人に 1 人程度は相談できるところ知らないことがわかったため、現状のパネル展示等による周知だけではなく、SNS 等の活用といった異なる方法によるものを含め、引き続き周知する必要がある。

	選択項目 (N=482)	回答数	回答数/N
1	こころの健康センター（こころの健康専門相談）	255	52.9%
2	保健センター（区役所でのこころの健康相談）	201	41.7%
3	おおさか精神科救急ダイヤル（休日・夜間電話相談）	40	8.3%
4	堺市地域産業保健センター（産業医のメンタルヘルス相談）	35	7.3%
5	関西いのちの電話（休日・夜間の電話相談）	158	32.8%
6	大阪自殺防止センター（電話相談）	74	15.4%
7	地域包括支援センター（高齢者総合相談）	92	19.1%
8	子ども相談所（子どもに関する相談）	142	29.5%
9	市役所労働相談	50	10.4%
10	区役所法律相談	68	14.1%
11	上記以外でも相談できるところを知っている	6	1.2%
12	相談できるところを知らない	94	19.5%

[11 上記以外でも相談できるところを知っている]

【主な回答】

- おおさかこころのホットライン
- 心療内科、自身の健康保険のこころの窓口
- 教会



問 59. 問 58 で 1～11 と回答された方に伺います。あなたが相談機関を知ったきっかけについて、あてはまるものをお答えください。
【複数回答可：いくつでも】

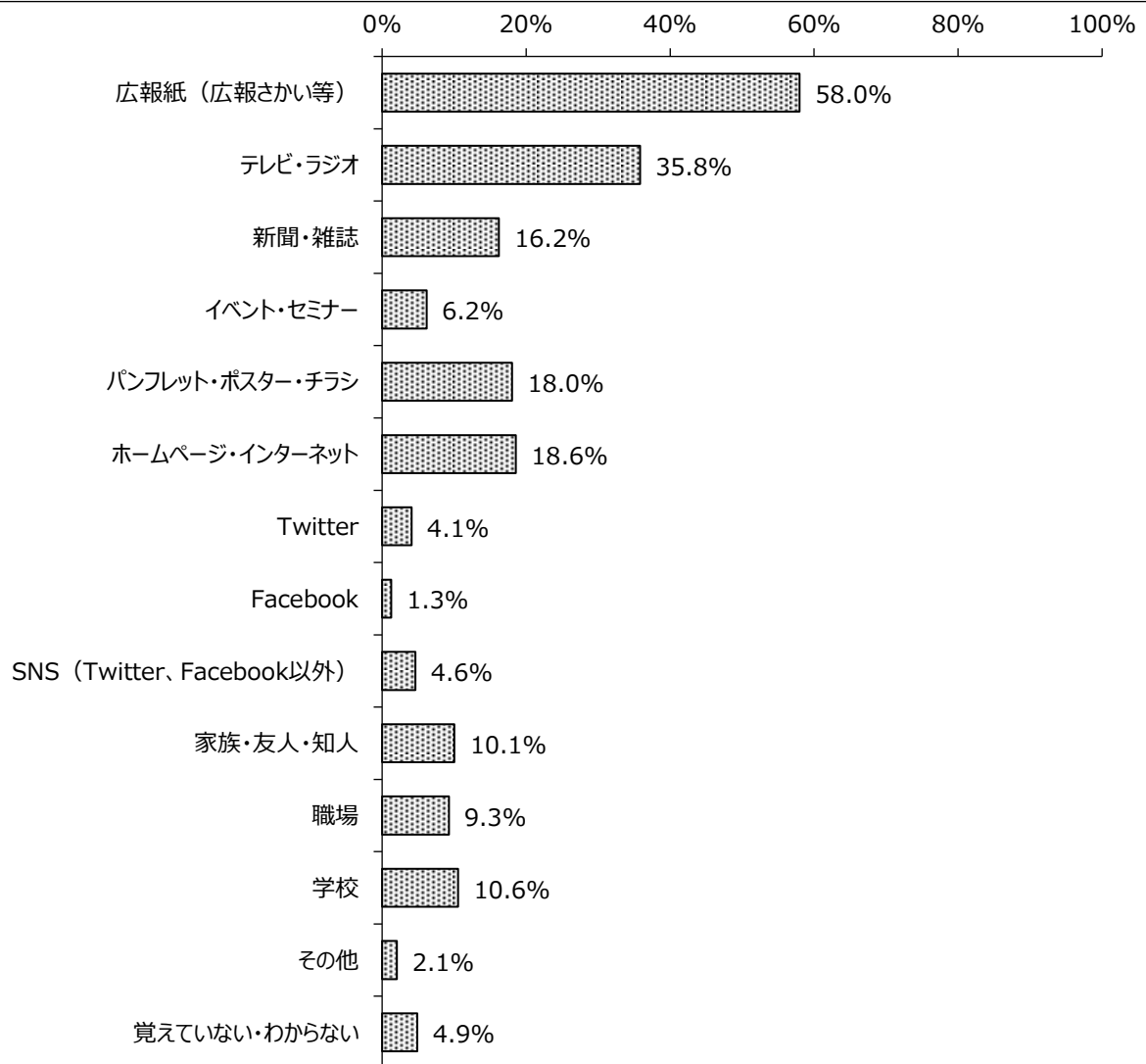
相談機関を知ったきっかけが各媒体とも一定数あることから、特定の媒体に限定せず、引き続き様々な媒体による周知を行う。

	選択項目 (N=388)	回答数	回答数/N
1	広報紙（広報さかい等）	225	58.0%
2	テレビ・ラジオ	139	35.8%
3	新聞・雑誌	63	16.2%
4	イベント・セミナー	24	6.2%
5	パンフレット・ポスター・チラシ	70	18.0%
6	ホームページ・インターネット	72	18.6%
7	Twitter	16	4.1%
8	Facebook	5	1.3%
9	SNS（Twitter、Facebook以外）	18	4.6%
10	家族・友人・知人	39	10.1%
11	職場	36	9.3%
12	学校	41	10.6%
13	その他	8	2.1%
14	覚えていない・わからない	19	4.9%

[13 その他]

【主な回答】

- 病院
- 公共のトイレに相談機関の連絡先が書かれたカードが置いてあった



(3)「相談機関一覧」の認知度について

問 60. 本市が発行している「相談機関一覧」という冊子を知っていますか。

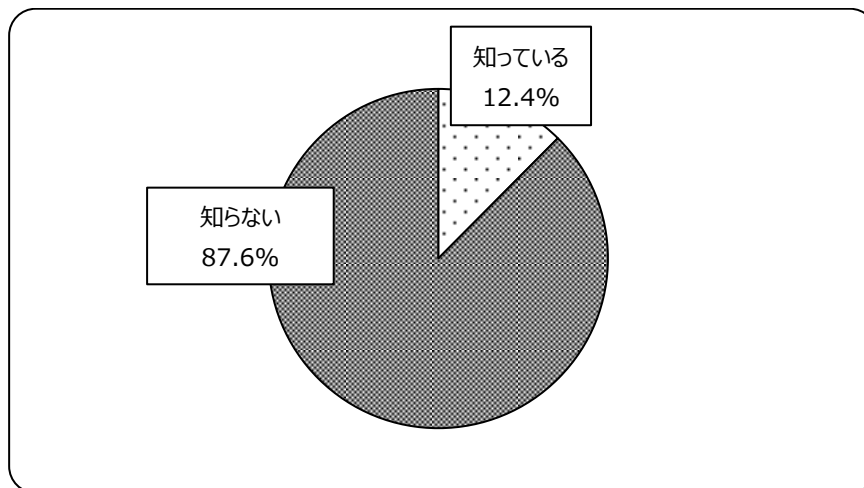
【選択は 1 つ】

「知らない」が 87.6%と多数を占めた。

ほとんど意識されていないことがわかったため、必要な時に利用してもらえるよう、さらなる周知を行う。

なお、本年度より、当該冊子をホームページへの情報掲載という形に改めており、そのホームページの存在を周知するためのカードを作成し、区役所や関係各所に配架する。

	選択項目 (N=482)	回答数	構成比
1	知っている	60	12.4%
2	知らない	422	87.6%
	計 (回答総数)	482	100.0%

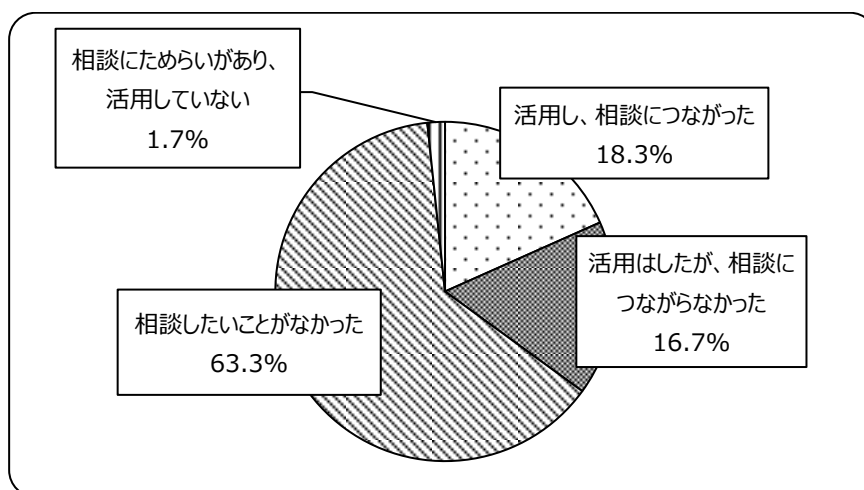


問 61. 問 60 で「1 知っている」と回答された方に伺います。「相談機関一覧」を活用して相談につながったことがありますか。 【選択は 1 つ】

「活用はしたが、相談につながらなかった」が 16.7%であった。

今回、相談に繋がらなかった理由を設問として聞いていないが、必要な時に相談につながるよう、よりわかりやすい形での情報提供を行う必要がある。

	選択項目 (N=60)	回答数	構成比
1	活用し、相談につながった	11	18.3%
2	活用はしたが、相談につながらなかった	10	16.7%
3	相談したいことがなかった	38	63.3%
4	相談にためらいがあり、活用していない	1	1.7%
	計 (回答総数)	60	100.0%



(4) ゲートキーパーの認知度について

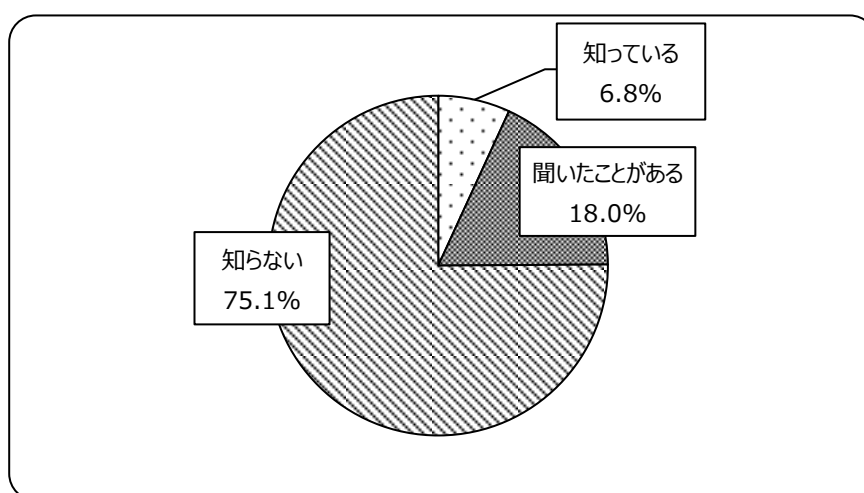
問 62. 自殺対策における「ゲートキーパー」を知っていますか。

※「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人のことで、「門番」の直訳になります。様々な問題に悩み自殺に考えが及んでしまう時、誰にも相談できず孤立したり、一人で悩んでいたりします。こんな時に、身近な人のちょっとした関わりがとても助けになります。

【選択は 1 つ】

「知らない」が 75.1%となり、これまでの周知等では浸透していないことがわかったため、現状のパネル展示等による周知だけではなく、SNS 等の活用といった異なる方法によるものを含め、引き続き周知する必要がある。

	選択項目 (N=482)	回答数	構成比
1	知っている	33	6.8%
2	聞いたことがある	87	18.0%
3	知らない	362	75.1%
	計 (回答総数)	482	100.0%

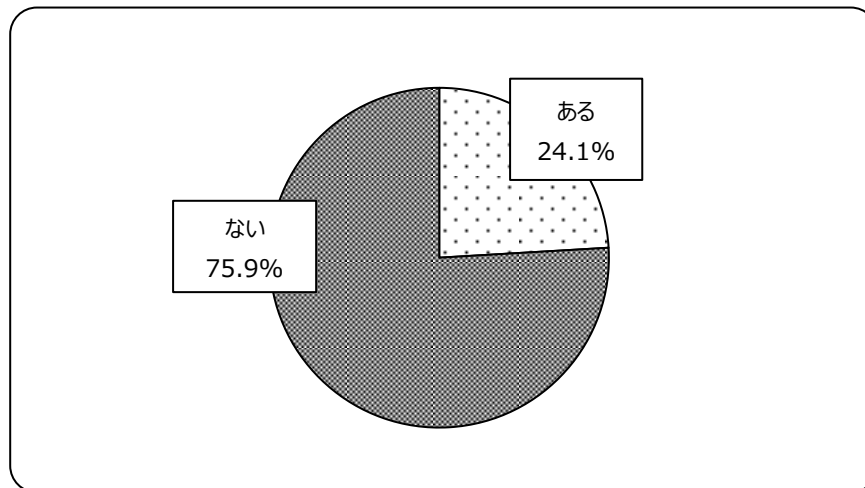


問 63. 今までに、周囲の人から「死にたい」と打ち明けられたことがありますか。

【選択は 1 つ】

「ある」が 24.1%であり、4 人に 1 人程度は「死にたい」と打ち明けられたことがあることから、さらなるゲートキーパー研修等の取組を行う必要がある。

	選択項目 (N=482)	回答数	構成比
1	ある	116	24.1%
2	ない	366	75.9%
	計 (回答総数)	482	100.0%



問 64. もしも身近な人から「死にたい」と打ち明けられたら、まずどのような対応をしますか。

【複数選択可：いくつでも】

多くの方が「聴く」や「繋げる」といった基本的な対応を選択する一方で、10 人に 1 人以上の方に望ましい対応に関する誤解（※）がある可能性も考えられ、さらなるゲートキーパー研修等の取組を行う必要性がある。

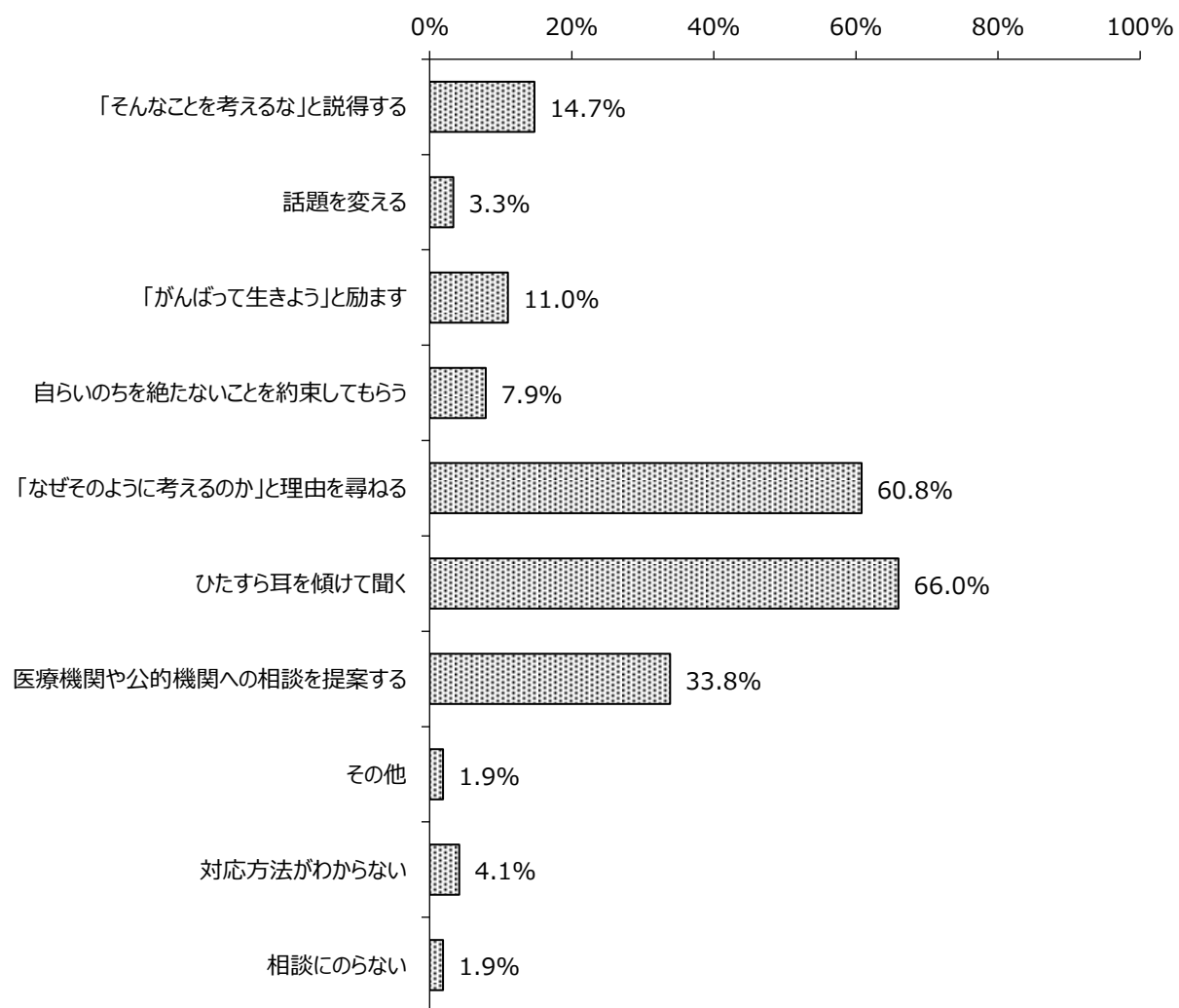
※説得や励まし、話題を変えること等は、「しんどさを感じている自分を否定された」「しんどさをわかってもらえなかった」といった思いにつながることもあり、一般的には「望ましい対応」とは考えられていない。

	選択項目（N=482）	回答数	回答数/N
1	「そんなことを考えるな」と説得する	71	14.7%
2	話題を変える	16	3.3%
3	「がんばって生きよう」と励ます	53	11.0%
4	自らのいのちを絶たないことを約束してもらう	38	7.9%
5	「なぜそのように考えるのか」と理由を尋ねる	293	60.8%
6	ひたすら耳を傾けて聞く	318	66.0%
7	医療機関や公的機関への相談を提案する	163	33.8%
8	その他	9	1.9%
9	対応方法がわからない	20	4.1%
10	相談にのらない	9	1.9%

[8 その他]

【主な回答】

- 今までと変わらない態度を取り続ける。
- 解決策を考える。
- 受容的に話を聞き、今の自分が大切な存在であることを優しく話して理解してもらう。



依存症対策について

(1) 依存症に関する理解度について

問 65. 依存症は、社会的に偏見や誤解があると言われています。あなたは、依存症に対し、どのようなイメージ（考え）をお持ちですか。 **【複数選択可：いくつでも】**

「借金を繰り返す、自己破産する等、お金のトラブルを抱えている」が 49.0%と最も高く、次いで「幻覚妄想（見たり聞こえたりするはずのないものが見えたり、聞こえたりする）がある」が 41.7%、「暴力をふるったり、暴言を吐いたりして人に迷惑をかける」が 40.7%となっていた。また、「依存症と犯罪はつながりがある（依存症の人は罪を犯しやすい）」の割合が 33.4%、「本人の意志が弱く、性格的に問題がある」が 25.7%となっていた。

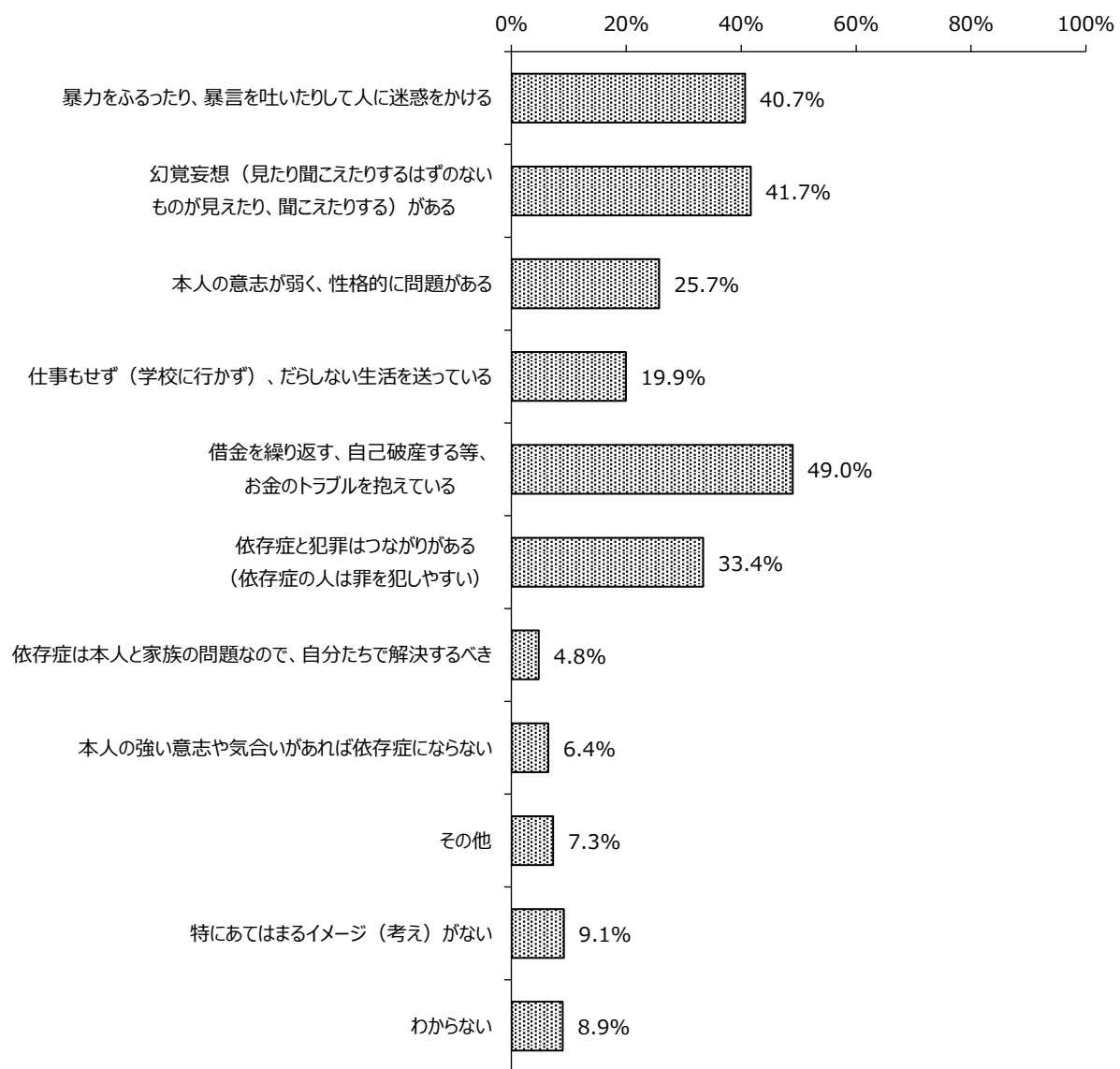
依存症に対する誤解や偏見が先行している可能性があることがわかり、誤解や偏見を払しょくするため、さらなる周知の必要がある。

	選択項目（N=482）	回答数	回答数/N
1	暴力をふるったり、暴言を吐いたりして人に迷惑をかける	196	40.7%
2	幻覚妄想（見たり聞こえたりするはずのないものが見えたり、聞こえたりする）がある	201	41.7%
3	本人の意志が弱く、性格的に問題がある	124	25.7%
4	仕事もせず（学校に行かず）、だらしない生活を送っている	96	19.9%
5	借金を繰り返す、自己破産する等、お金のトラブルを抱えている	236	49.0%
6	依存症と犯罪はつながりがある（依存症の人は罪を犯しやすい）	161	33.4%
7	依存症は本人と家族の問題なので、自分たちで解決すべき	23	4.8%
8	本人の強い意志や気合いがあれば依存症にならない	31	6.4%
9	その他	35	7.3%
10	特にあてはまるイメージ（考え）がない	44	9.1%
11	わからない	43	8.9%

[9 その他]

【主な回答】

- 依存症に至る背景に精神的に強いストレスがある、孤立している環境がある。
- 依存症は病気。
- 自分ではコントロールできないので治療や専門機関への相談が必要。
- 誰でも依存症になりうる。



問 66. 依存症について、次のうち知っているものをお答えください。

【複数選択可：いくつでも】

「自分では気づかずに依存症になっている可能性がある」が 71.0%と最も高く、次いで「性格や本人の意思に関係なく、誰もが依存症になる可能性がある」が 62.7%、「本人にも家族にも周りからの支援が必要な病気である」が 62.4%となっていた。また、「完治は難しいが、やめ続ける（減らす）ことで回復することができる」が 44.8%で半数以下であり、「知っているものはない・わからない」も 8.1%であった。

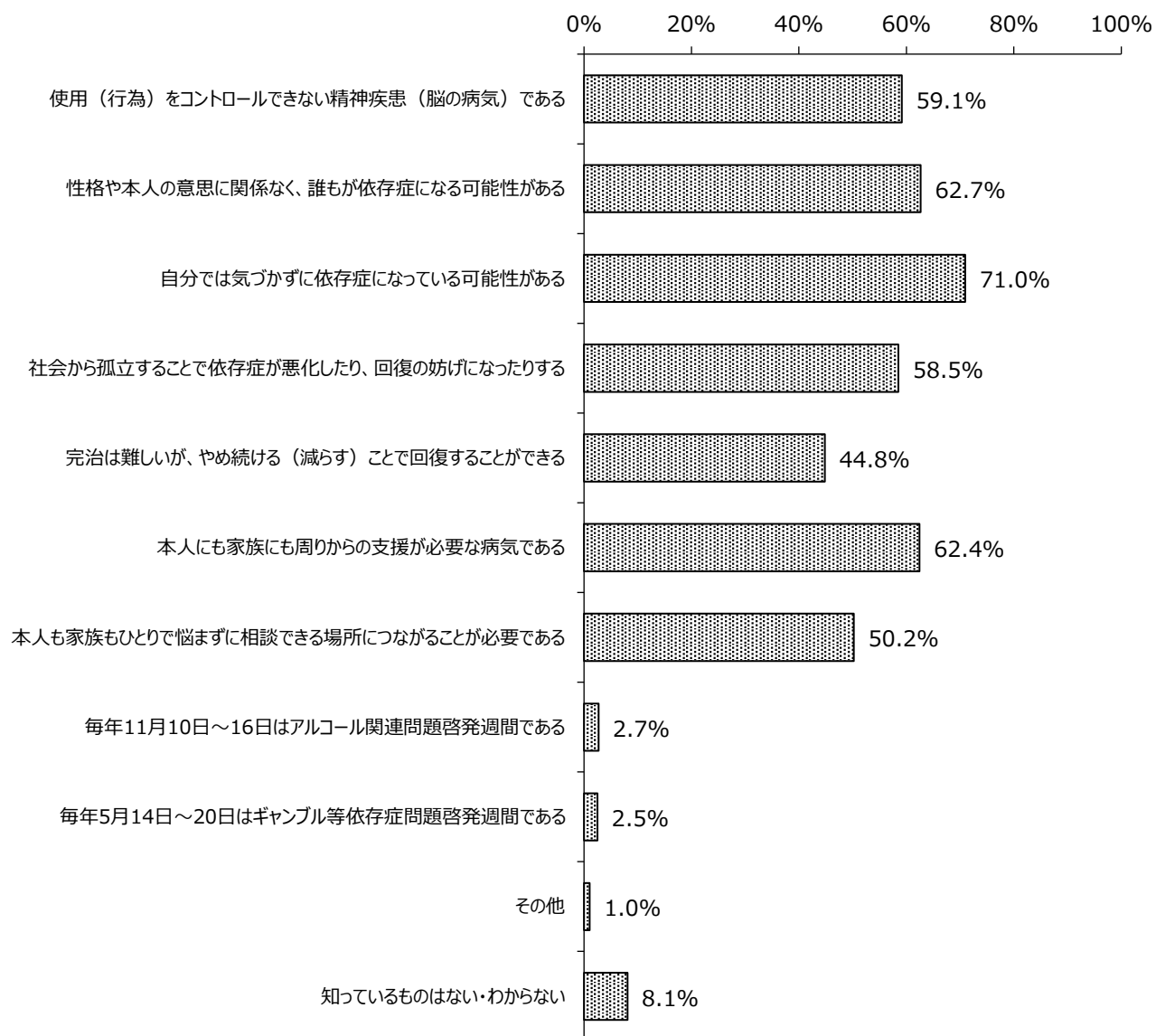
依存症自体については、正しい知識が広がりつつある一方で、その回復の可能性については浸透しておらず、また啓発週間についてはほとんど知られていないことがわかった。引き続き周知することに加え、現状のパネル展示等による周知だけではなく、SNS 等の活用といった異なる方法による周知の必要がある。

	選択項目（N=482）	回答数	回答数/N
1	使用（行為）をコントロールできない精神疾患（脳の病気）である	285	59.1%
2	性格や本人の意思に関係なく、誰もが依存症になる可能性がある	302	62.7%
3	自分では気づかずに依存症になっている可能性がある	342	71.0%
4	社会から孤立することで依存症が悪化したり、回復の妨げになったりする	282	58.5%
5	完治は難しいが、やめ続ける（減らす）ことで回復することができる	216	44.8%
6	本人にも家族にも周りからの支援が必要な病気である	301	62.4%
7	本人も家族もひとりで悩まずに相談できる場所につながる必要がある	242	50.2%
8	毎年11月10日～16日はアルコール関連問題啓発週間である	13	2.7%
9	毎年5月14日～20日はギャンブル等依存症問題啓発週間である	12	2.5%
10	その他	5	1.0%
11	知っているものはない・わからない	39	8.1%

[10 その他]

【主な回答】

- 同じ依存症に悩む人々やその家族が依存症を克服するための施設がある。
- 治療薬が必要。
- カジノ



(2) 依存症対策に関する相談窓口及び支援機関の認知度について

問 67. 依存症について、本人や家族が相談できる場所（相談機関）として次のうち知っているものをお答えください。

【複数選択可：いくつでも】

何らかの相談機関を知っている人（「知っているものはない・わからない」を選択しなかった人）が 77.4%と多数を占めた。

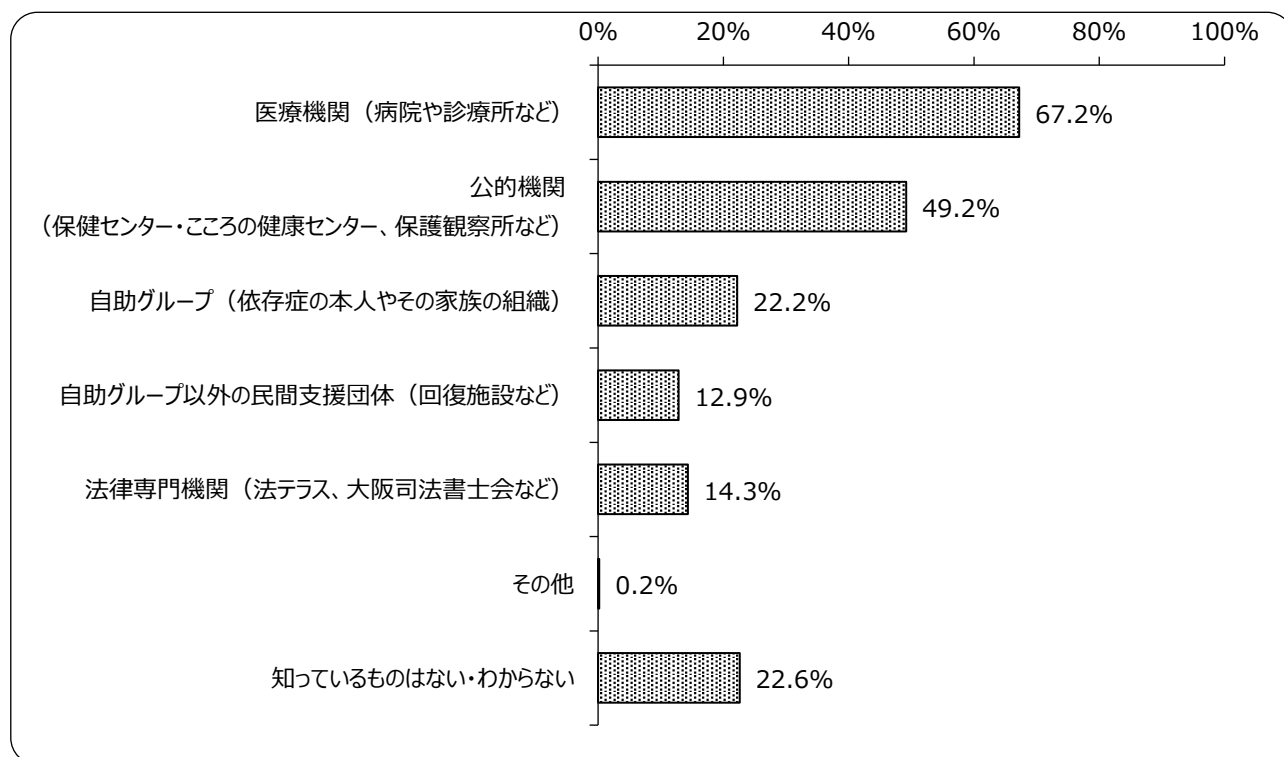
相談機関の認知度は一定以上あると推測されるが、5 人に 1 人程度は相談できる場所を知らないことがわかったため、現状のパネル展示等による周知だけではなく、SNS 等の活用といった異なる方法によるものを含め、引き続き周知する必要がある。

	選択項目 (N=482)	回答数	回答数/N
1	医療機関（病院や診療所など）	324	67.2%
2	公的機関（保健センター・こころの健康センター、保護観察所など）	237	49.2%
3	自助グループ（依存症の本人やその家族の組織）	107	22.2%
4	自助グループ以外の民間支援団体（回復施設など）	62	12.9%
5	法律専門機関（法テラス、大阪司法書士会など）	69	14.3%
6	その他	1	0.2%
7	知っているものはない・わからない	109	22.6%

[6 その他]

【主な回答】

● 地域会館のようなところ



問 68. 問 67 で 1～6 と回答された方に伺います。あなたが依存症の相談機関を知ったきっかけについて、あてはまるものをお答えください。
【複数選択可：いくつでも】

「テレビ・ラジオ」が 43.7%と最も高く、「広報紙（広報さかい等）」が 42.1%、「新聞・雑誌」が 20.6%となっていた。なお、30 歳代以上では「広報紙（広報さかい等）」が 45.0%と 18 歳以上 30 歳未満の 19.0%に比較して高い割合である一方で、18 歳以上 30 歳未満では「学校」が 31.0%と 30 歳代以上の 3.6%に比較して高い割合であった。また、60 歳代以上では「Twitter」「Facebook」が 0%、「SNS（Twitter、Facebook 以外）」が 1.0%と、ほぼ選択されなかった。

年齢層で入手経路の違いがあることに留意しつつ、様々な媒体による周知の必要がある。

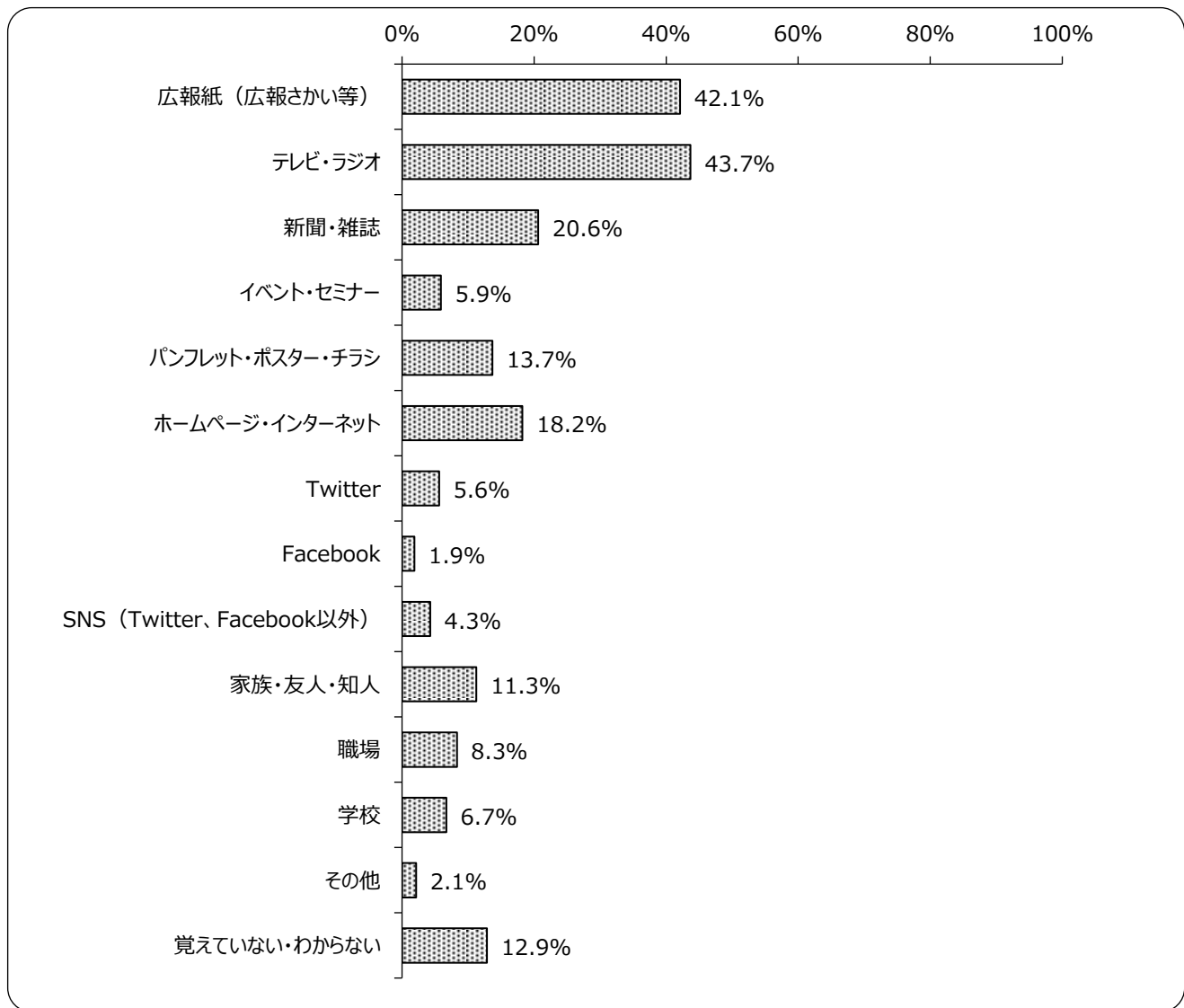
	選択項目（N=373）	回答数	回答数/N
1	広報紙（広報さかい等）	157	42.1%
2	テレビ・ラジオ	163	43.7%
3	新聞・雑誌	77	20.6%
4	イベント・セミナー	22	5.9%
5	パンフレット・ポスター・チラシ	51	13.7%
6	ホームページ・インターネット	68	18.2%
7	Twitter	21	5.6%
8	Facebook	7	1.9%
9	SNS（Twitter、Facebook以外）	16	4.3%
10	家族・友人・知人	42	11.3%
11	職場	31	8.3%
12	学校	25	6.7%
13	その他	8	2.1%
14	覚えていない・わからない	48	12.9%

[13 その他]

【主な回答】

- 医療機関
- YouTube での依存症特集
- 書籍
- 夫がギャンブル依存症になったから。

《全体》



《年齢別》

	広報紙 (広報さ かい等)	テレビ・ラジ オ	新聞・雑 誌	イベント・セ ミナー	パンフレッ ト・ポス ター・チラシ	ホームペー ジ・インター ネット	Twitter	Facebook	SNS (Twitter、 Facebook 以外)	家族・友 人・知人	職場	学校	その他	覚えていな い・わからな い
全体	157 42.1%	163 43.7%	77 20.6%	22 5.9%	51 13.7%	68 18.2%	21 5.6%	7 1.9%	16 4.3%	42 11.3%	31 8.3%	25 6.7%	8 2.1%	48 12.9%
18歳以上30歳未満 (N=42)	8 19.0%	15 35.7%	7 16.7%	3 7.1%	8 19.0%	7 16.7%	4 9.5%	2 4.8%	1 2.4%	9 21.4%	4 9.5%	13 31.0%	1 2.4%	11 26.2%
30歳代 (N=59)	24 40.7%	23 39.0%	7 11.9%	3 5.1%	9 15.3%	14 23.7%	5 8.5%	2 3.4%	5 8.5%	2 3.4%	7 11.9%	1 1.7%	2 3.4%	9 15.3%
40歳代 (N=97)	39 40.2%	45 46.4%	13 13.4%	3 3.1%	8 8.2%	22 22.7%	7 7.2%	1 1.0%	5 5.2%	6 6.2%	7 7.2%	6 6.2%	3 3.1%	11 11.3%
50歳代 (N=77)	30 39.0%	37 48.1%	18 23.4%	8 10.4%	15 19.5%	12 15.6%	5 6.5%	2 2.6%	4 5.2%	15 19.5%	7 9.1%	4 5.2%	1 1.3%	11 14.3%
60歳代 (N=48)	29 60.4%	21 43.8%	12 25.0%	3 6.3%	6 12.5%	7 14.6%	0 0.0%	0 0.0%	0 0.0%	4 8.3%	5 10.4%	0 0.0%	1 2.1%	4 8.3%
70歳以上 (N=50)	27 54.0%	22 44.0%	20 40.0%	2 4.0%	5 10.0%	6 12.0%	0 0.0%	0 0.0%	1 2.0%	6 12.0%	1 2.0%	1 2.0%	0 0.0%	2 4.0%

問 69. あなたやあなたの家族が依存症かもしれないと思ったとき、相談機関を知っていたら相談しますか。

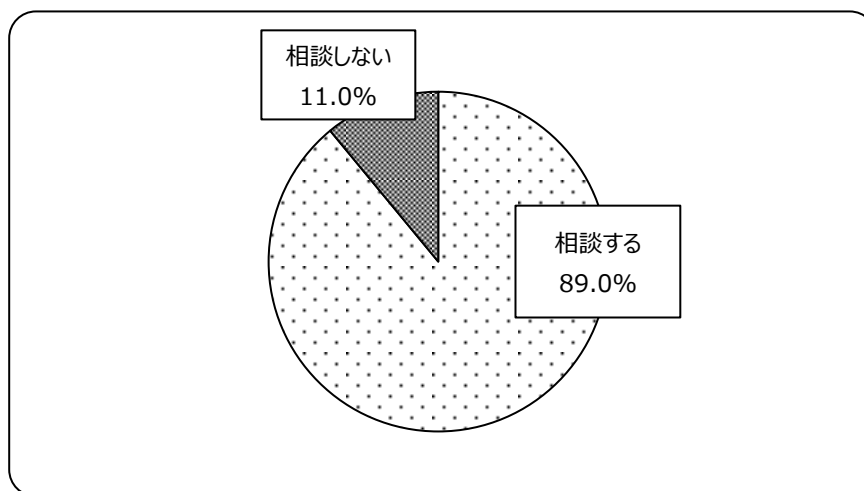
【選択は 1 つ】

「相談する」が 89.0%、「相談しない」が 11.0%となっていた。なお、18 歳以上 30 歳未満で「相談しない」の割合が 18.3%と、他の年齢層に比べて高くなっていた。

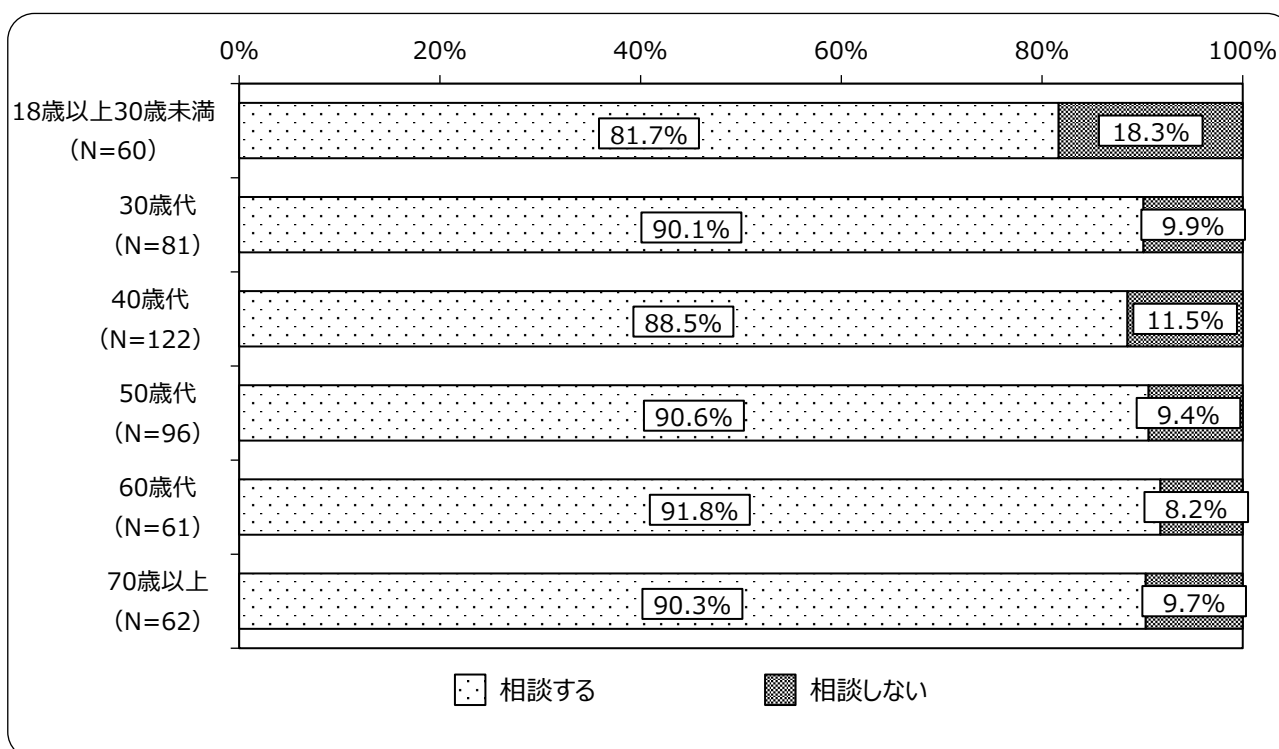
若い世代への周知について強化する必要がある。

	選択項目 (N=482)	回答数	構成比
1	相談する	429	89.0%
2	相談しない	53	11.0%
	計 (回答総数)	482	100.0%

«全体»



«年齢別»



問 70. 問 69 で「2 相談しない」と回答された方に伺います。相談しない理由にあてはまるものをお答えください。

【複数選択可：いくつでも】

「相談をすることが恥ずかしいから」が 22.6%と最も高く、「相談機関の対応に不安があるから（通報されるのでは、強制的にやめさせられるのでは等）」が 20.8%となっていた。また、「自分（家族）の力で治せると思うから」「お金がかかるかもしれないから」が 17.0%、「相談する必要性を感じないから」「依存症であると認めたくないから」が 15.1%となっていた。

相談することへの誤解や偏見が、相談に対する抵抗感を生じさせている可能性があり、引き続き依存症に関する正しい知識や情報を周知する必要性が明らかとなった。

	選択項目（N=53）	回答数	回答数/N
1	相談をすることが恥ずかしいから	12	22.6%
2	相談する必要性を感じないから	8	15.1%
3	自分（家族）の力で治せると思うから	9	17.0%
4	依存症であると認めたくないから	8	15.1%
5	相談にいく時間がないから	5	9.4%
6	お金がかかるかもしれないから	9	17.0%
7	近所の人（周囲）に知られるかもしれないから	4	7.5%
8	相談機関の対応に不安があるから（通報されるのでは、強制的にやめさせられるのでは等）	11	20.8%
9	その他	9	17.0%
10	特に理由はない	10	18.9%
11	わからない	5	9.4%

[9 その他]

【主な回答】

- 相談しても解決しないと思う。
- まずは自分たちで対処してみて、解決しなければ相談する。
- どの段階で相談してよいのかわからない。

