

2. 本市のこころの健康に関する活動（自殺対策・依存症対策）

調査結果の概要

テーマ	本市のこころの健康に関する活動（自殺対策・依存症対策）
担当課	健康福祉局 健康部 精神保健課
設問数	15 問
趣旨・目的	本市では、平成 21 年に自殺対策推進計画、令和 4 年に依存症地域支援計画を策定し、自殺対策及び依存症対策に取り組んでいます。 今回のアンケートは、市民のこころの健康に関する状況を調査し、自殺対策及び依存症対策の施策への評価と対策をより効果的に行う基礎資料とするものです。
調査結果	各設問のページをご覧ください。
調査結果に係る 担当課の所見	・問 17、26 の結果から、令和 5 年度と同様に相談機関を知ったきっかけでは、広報さかいがそれぞれ 50%を超えているものの、依存症の相談機関においては「テレビ・ラジオ」が 43.3%になるなど、他の媒体も相当割合を占めていることから、今後も広報さかいを中心として様々な媒体を活用した広報を実施します。 ・問 20 の結果から、ゲートキーパーを知っている方についても令和 5 年度と比較しておおむね同様であることが分かり、さらに問 22 の結果から、「死にたい」と打ち明けられた場合の対応について、『「そんなことは考えるな」と説得する、話題を変える、「がんばって生きよう」と励ます』が、令和 5 年度と比較しておおむね同様であり、望ましい対応に関する誤解※があることを確認できることから、引き続きゲートキーパーについて庁内外に向けて広報と研修を実施します。 ※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。

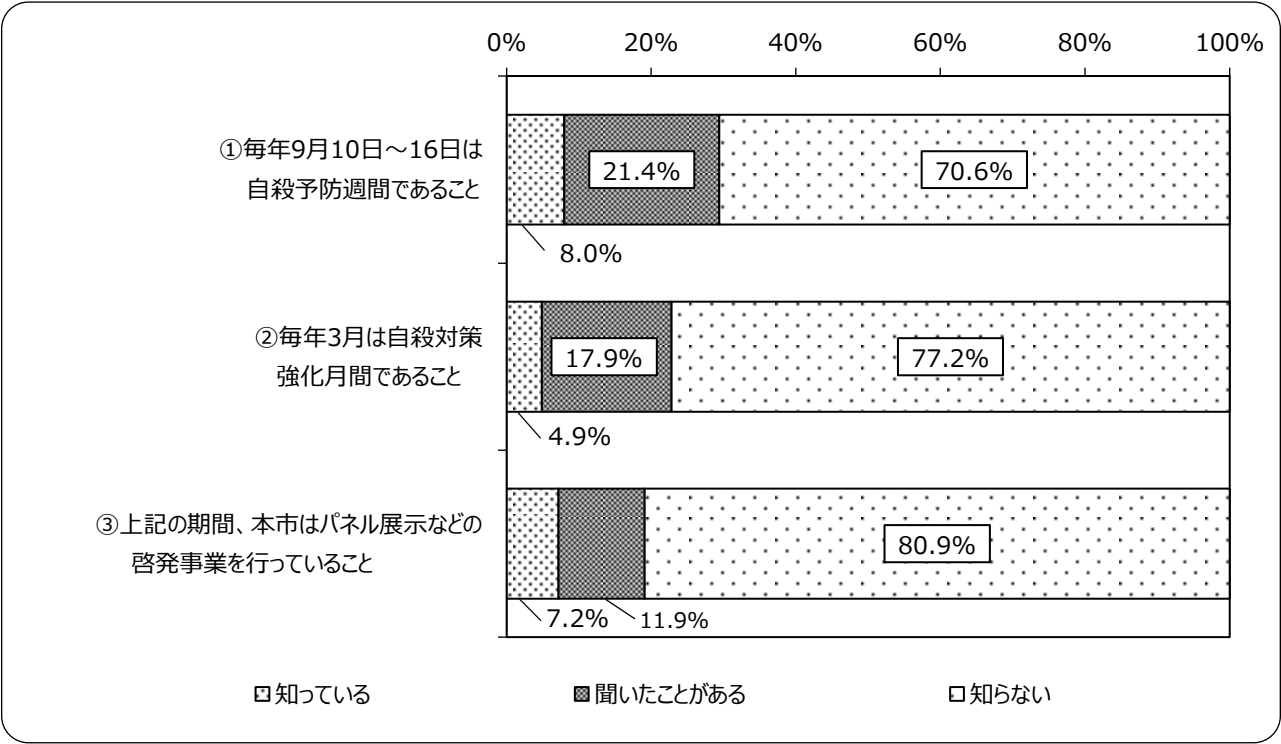
自殺対策

(1) 自殺問題に関する理解度

問 14.次の項目を知っていますか。 【各項目：1つ選択】

各項目において「知っている」「聞いたことがある」と回答した方が 19.1%から 29.4%であり、令和 5 年度の 13.2%から 23.9%から増加した。

選択項目（n=487）	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	39 8.0%	104 21.4%	344 70.6%	487 100.0%
②毎年3月は自殺対策強化月間であること	24 4.9%	87 17.9%	376 77.2%	487 100.0%
③上記の期間、本市はパネル展示などの啓発事業を行っていること	35 7.2%	58 11.9%	394 80.9%	487 100.0%

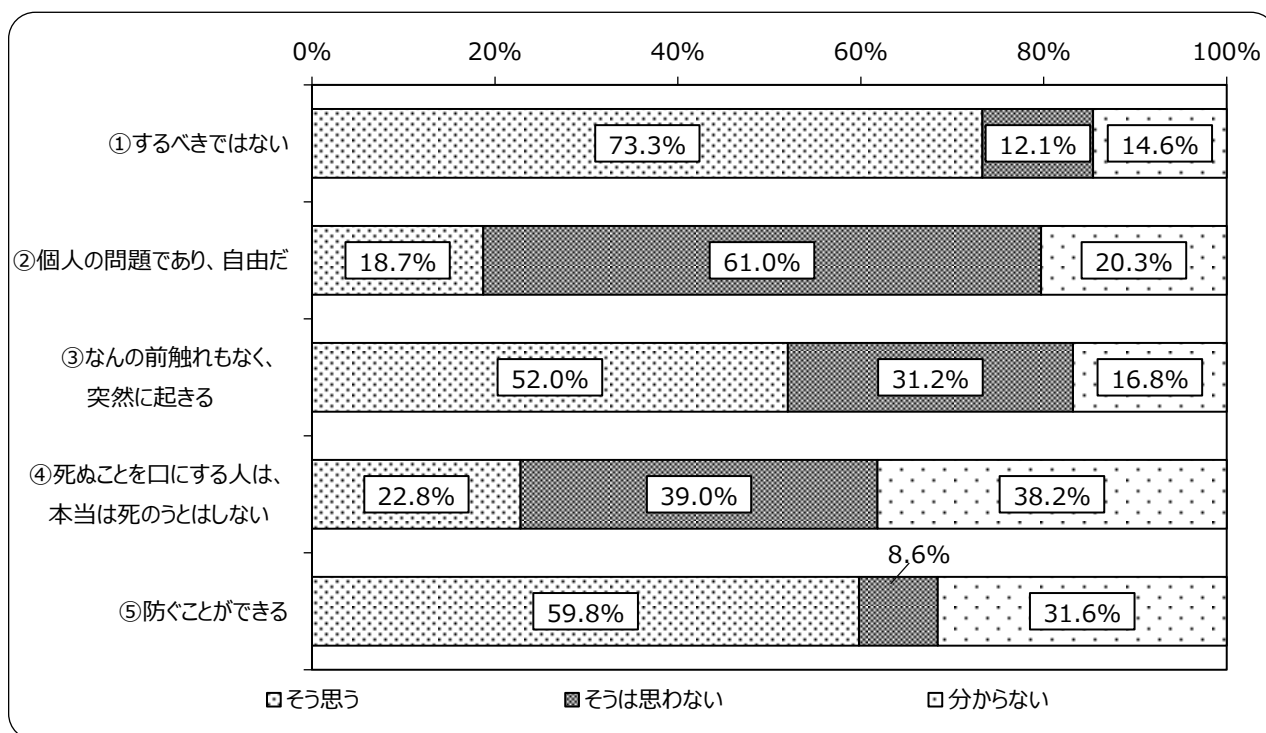


問 15. 自殺（自死）についてのあなたの考えに最も近いものをお答えください。

【各項目：1 つ選択】

「⑤防ぐことができる」で「そう思う」と回答した方は 59.8%であり、令和 5 年度の 56.0%から増加した。

選択項目（n=487）	そう思う	そうは思わない	分からない	計 （回答総数）
① すべきではない	357 73.3%	59 12.1%	71 14.6%	487 100.0%
② 個人の問題であり、自由だ	91 18.7%	297 61.0%	99 20.3%	487 100.0%
③ なんの前触れもなく、突然に起きる	253 52.0%	152 31.2%	82 16.8%	487 100.0%
④ 死ぬことを口にする人は、本当は死のうとはしない	111 22.8%	190 39.0%	186 38.2%	487 100.0%
⑤ 防ぐことができる	291 59.8%	42 8.6%	154 31.6%	487 100.0%



(2) 自殺対策に関する相談窓口の認知度

問 16. 次の相談機関を知っていますか。

【複数選択可：いくつでも】

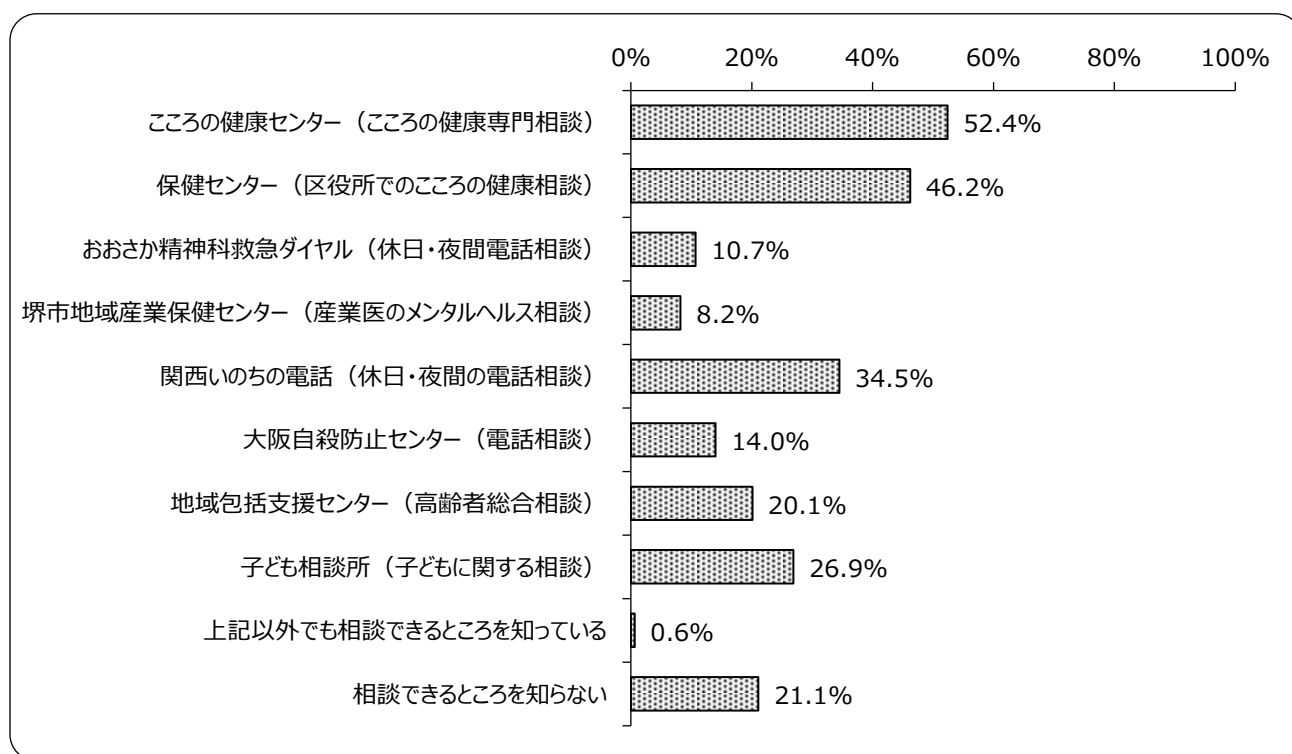
「相談できるところを知らない」と回答した方は 21.1%であり、令和 5 年度の 17.6%から増加した。

	選択項目 (n=487)	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	52.4%
2	保健センター（区役所でのこころの健康相談）	225	46.2%
3	おおさか精神科救急ダイヤル（休日・夜間電話相談）	52	10.7%
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）	40	8.2%
5	関西いのちの電話（休日・夜間の電話相談）	168	34.5%
6	大阪自殺防止センター（電話相談）	68	14.0%
7	地域包括支援センター（高齢者総合相談）	98	20.1%
8	子ども相談所（子どもに関する相談）	131	26.9%
9	上記以外でも相談できるところを知っている	3	0.6%
10	相談できるところを知らない	103	21.1%

[9 上記以外でも相談できるところを知っている]

【主な回答】

- 厚生労働省
- 障害者基幹相談支援センター



問 17. 問 16 で 1 から 9 のいずれかを選択された方に伺います。

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】

「広報さかい」と回答した方は令和 5 年度の 57.4%に比べ、10 ポイント以上増加し、「テレビ・ラジオ」と回答した方は令和 5 年度の 42.1%に比べ、10 ポイント以上減少した。

	選択項目 (n=384)	回答数	回答数/n
1	広報さかい	261	68.0%
2	テレビ・ラジオ	113	29.4%
3	新聞・雑誌	51	13.3%
4	イベント・セミナー	22	5.7%
5	パンフレット・ポスター・チラシ	78	20.3%
6	ホームページ・インターネット	76	19.8%
7	SNS	6	1.6%
8	家族・友人・知人	37	9.6%
9	職場・学校	58	15.1%
10	その他	8	2.1%

[7 SNS]

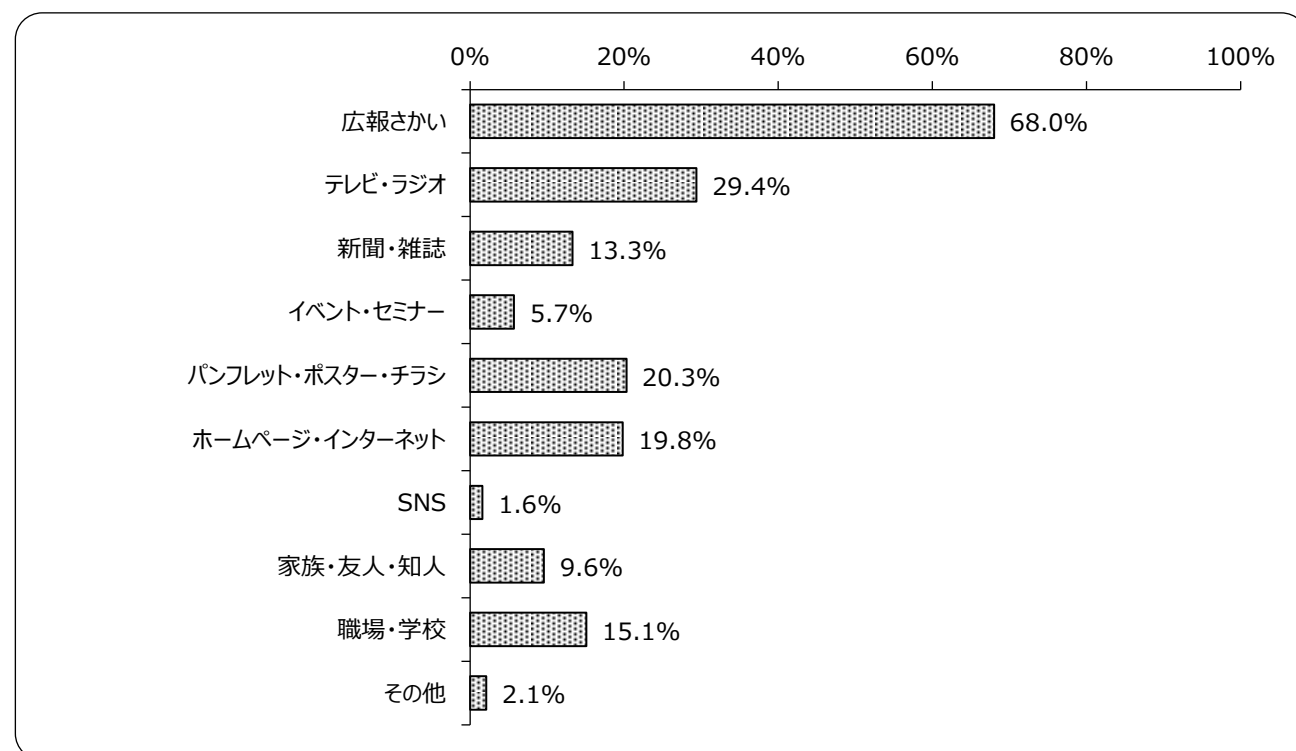
【主な回答】

- X (旧 Twitter)
- Instagram
- LINE

[10 その他]

【主な回答】

- 一般的な公的施設のため
- 覚えていない。
- 知人が勤務していた。
- ボランティア参加
- 広報紙 nishi nishi
- 近くにあったから
- 市役所トイレのポスター



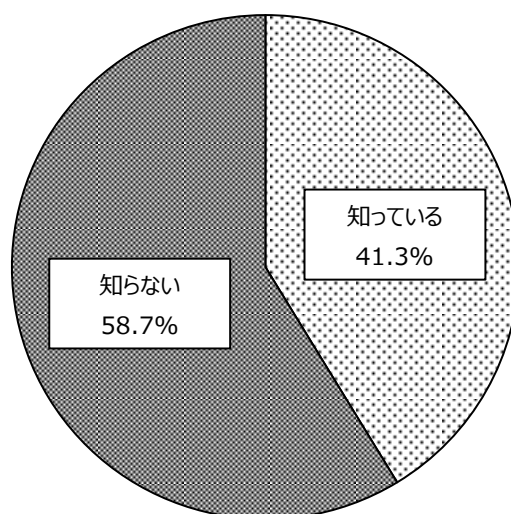
(3) 相談機関一覧

問 18. 本市がホームページなどに掲載している「相談機関一覧」を知っていますか。

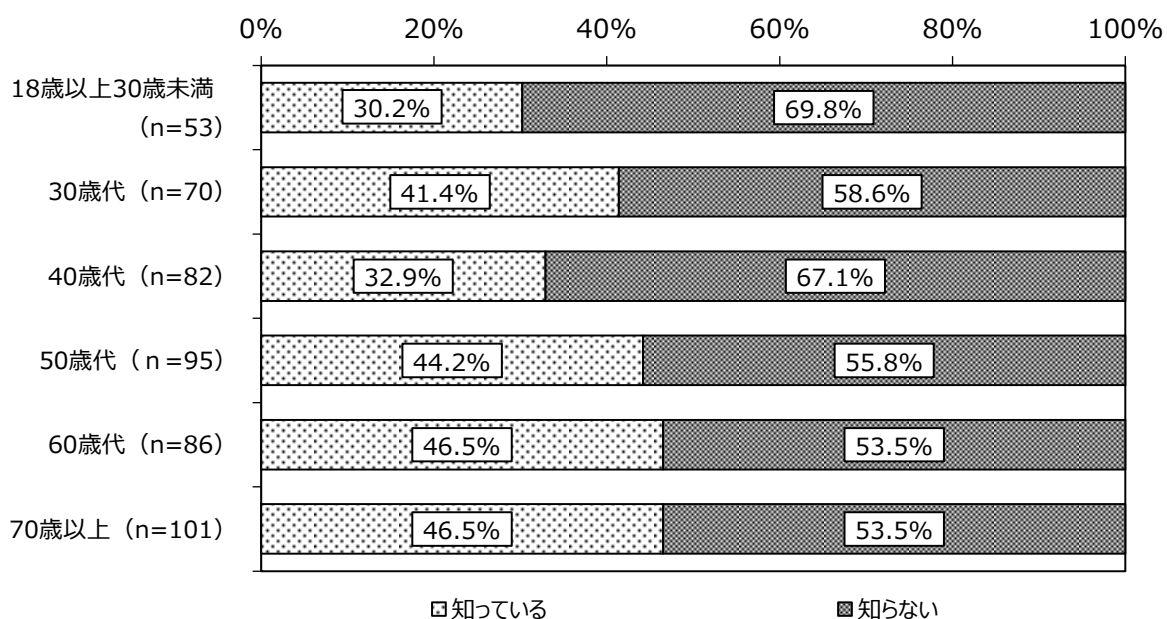
【1 つ選択】

「知っている」と回答した方は 41.3%で、令和 5 年度の 41.7%とおおむね同様であり、60 歳代以上で多く、18 歳以上 30 歳未満で少なかった。

	選択項目 (n=487)	回答数	構成比
1	知っている	201	41.3%
2	知らない	286	58.7%
	計 (回答総数)	487	100.0%



《年齢別》



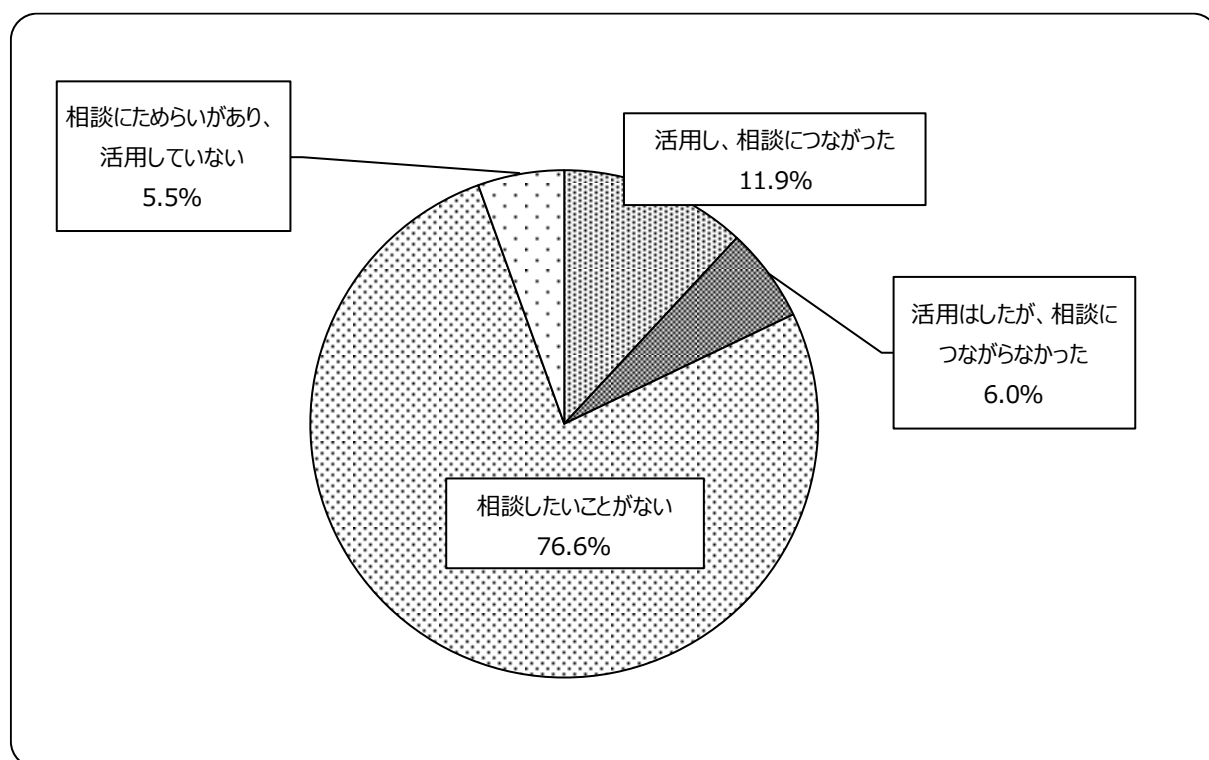
問 19. 問 18 で「1 知っている」と回答された方にお伺います。

「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。

【1 つ選択】

「活用し、相談につながった」と回答した方は 11.9%であり、令和 5 年度の 10.9%から増加した。

	選択項目 (n=201)	回答数	構成比
1	活用し、相談につながった	24	11.9%
2	活用はしたが、相談につながらなかった	12	6.0%
3	相談したいことがない	154	76.6%
4	相談にためらいがあり、活用していない	11	5.5%
	計 (回答総数)	201	100.0%



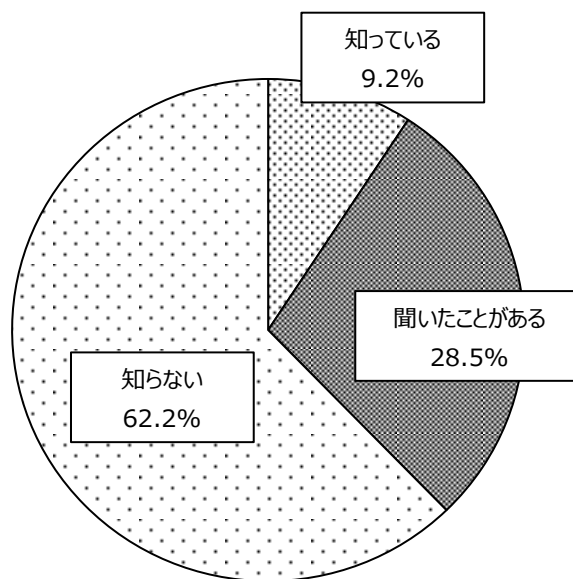
(4) ゲートキーパー

問 20. 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です。様々な問題に悩み、考えが自殺に及ぶと、誰に相談することもなく孤立状態になります。そんな時に、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。 【1 つ選択】

「知っている」と回答した方は、9.2%であり、令和 5 年度の 9.5%と比較しておおむね同様であった。

	選択項目 (n=487)	回答数	構成比
1	知っている	45	9.2%
2	聞いたことがある	139	28.5%
3	知らない	303	62.2%
	計 (回答総数)	487	100.0%

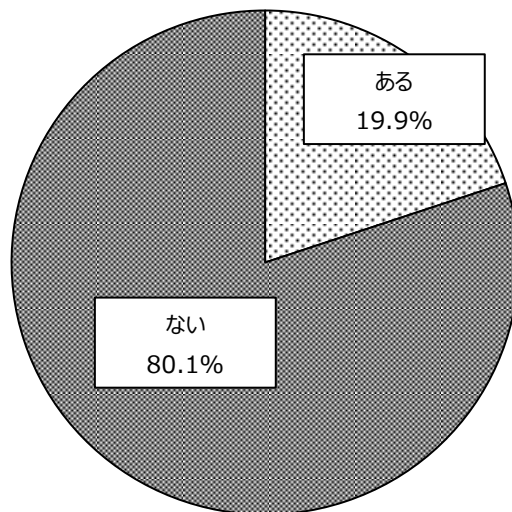


問 21. 今まで周りから「死にたい」と打ち明けられたことがありますか。

【1 つ選択】

「ある」と回答した方は 19.9%であり、令和 5 年度の 21.4%から減少した。

	選択項目 (n=487)	回答数	構成比
1	ある	97	19.9%
2	ない	390	80.1%
	計 (回答総数)	487	100.0%



問 22. 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】

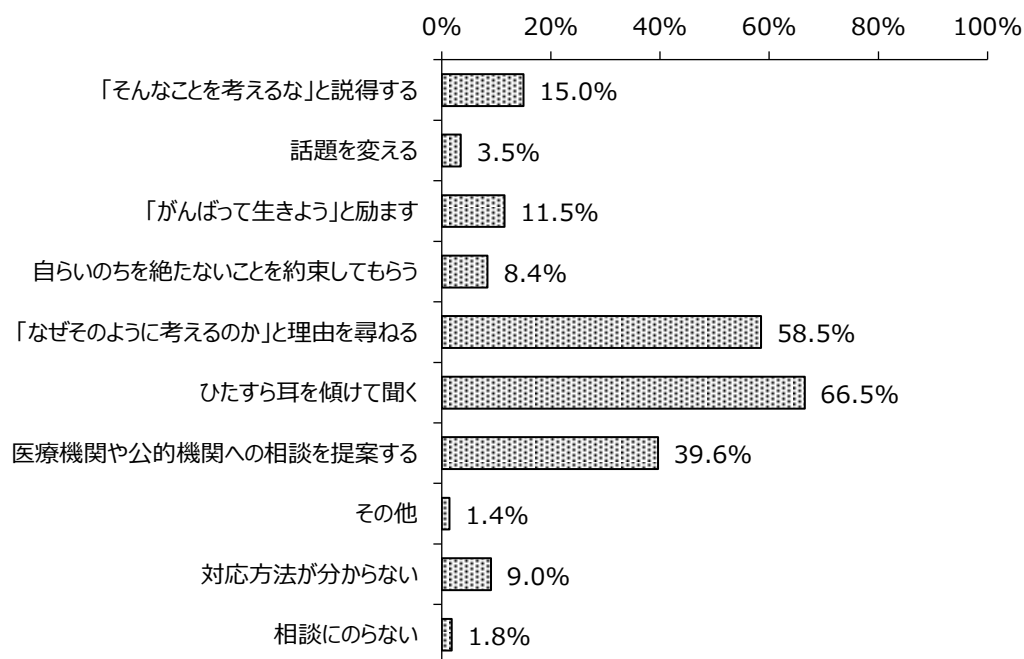
『「そんなことを考えるな」と説得する』『話題を変える』『「がんばって生きよう」と励ます』と回答した方はそれぞれ 15.0%、3.5%、11.5%であり、令和 5 年度の 16.4%、5.0%、11.4%と比較しておおむね同様であった。

	選択項目 (n=487)	回答数	回答数/n
1	「そんなことを考えるな」と説得する	73	15.0%
2	話題を変える	17	3.5%
3	「がんばって生きよう」と励ます	56	11.5%
4	自らのいのちを絶たないことを約束してもらう	41	8.4%
5	「なぜそのように考えるのか」と理由を尋ねる	285	58.5%
6	ひたすら耳を傾けて聞く	324	66.5%
7	医療機関や公的機関への相談を提案する	193	39.6%
8	その他	7	1.4%
9	対応方法が分からない	44	9.0%
10	相談にのらない	9	1.8%

[8 その他]

【主な回答】

- 見守りつつどこへつなげるのがいいのか学ぶ。むやみに素人介入しない。
- 必要なら機関へついていく。
- その人と会う機会を増やす。
- 自分が思うようにすればいいと伝える。
- 支援団体につなげる。
- 打ち明けてくれたことを感謝する。
- 私はあなたが死んだら悲しいから死んでほしくないと伝える。



依存症対策

(1) 依存症に関する理解度

問 23. 依存症は、社会的に偏見や誤解があると言われています。

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】

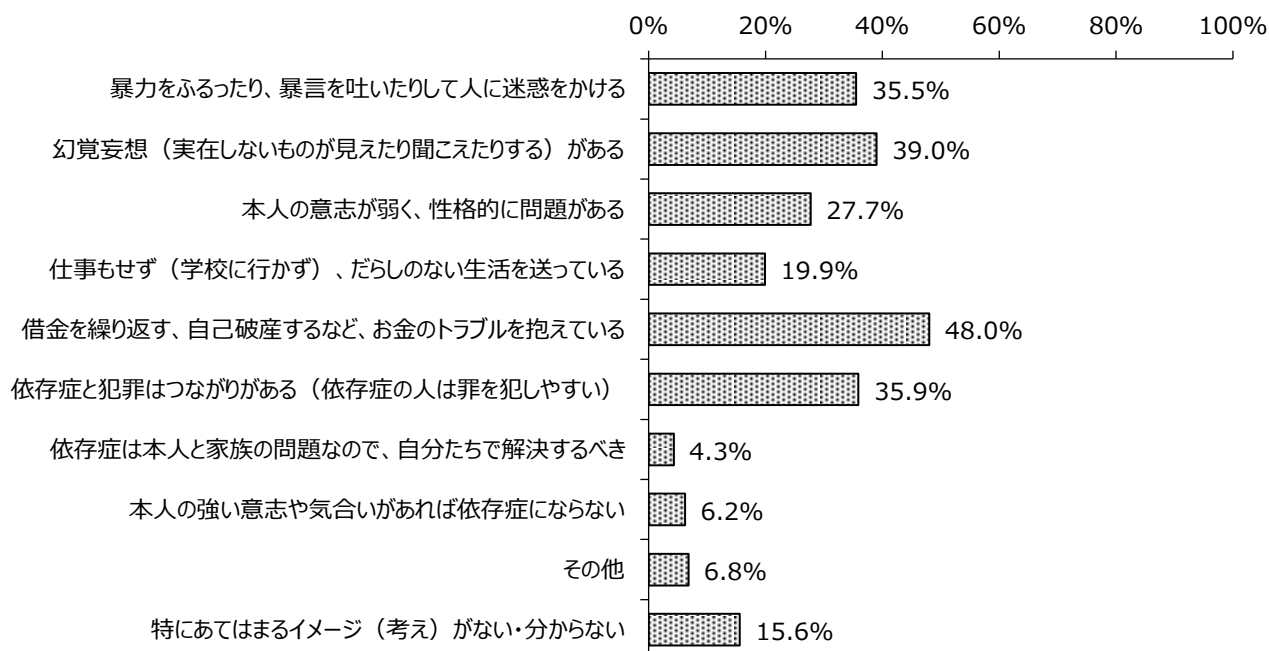
「特にあてはまるイメージ（考え）がない・分からない」と回答した方は 15.6%であり、令和 5 年度の 12.2%から増加した。

	選択項目 (n=487)	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	173	35.5%
2	幻覚妄想（実在しないものが見えたり聞こえたりする）がある	190	39.0%
3	本人の意志が弱く、性格的に問題がある	135	27.7%
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	97	19.9%
5	借金を繰り返す、自己破産するなど、お金のトラブルを抱えている	234	48.0%
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）	175	35.9%
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	21	4.3%
8	本人の強い意志や気合いがあれば依存症にならない	30	6.2%
9	その他	33	6.8%
10	特にあてはまるイメージ（考え）がない・分からない	76	15.6%

[9 その他]

【主な回答】

- アルコールやギャンブルなどの依存がある。
- 病気なので意志の強さは関係ない。
- 弱っている時に頼ったもの（ギャンブルやお酒など）から抜け出せない。
- 専門の機関で治療したほうが良いと思う。



問 24. 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】

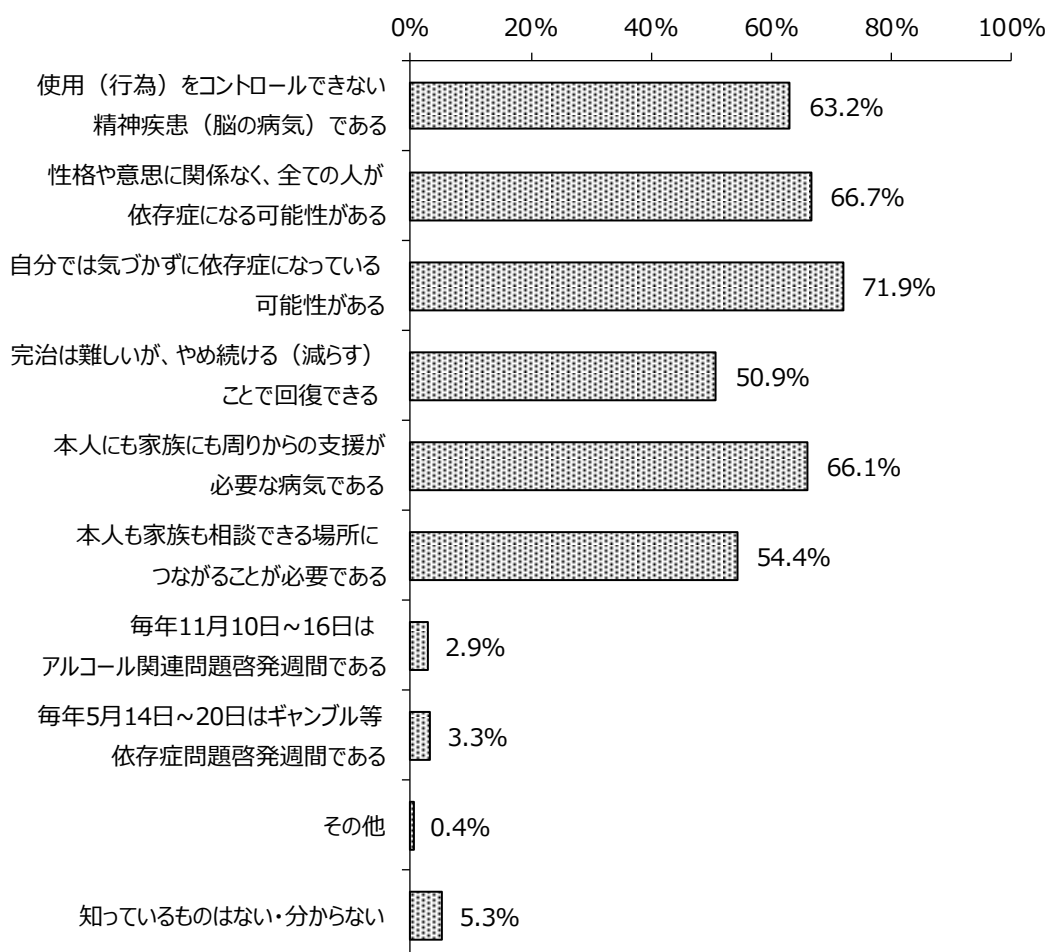
「知っているものはない・分からない」と回答した方は 5.3%であり、令和 5 年度の 5.8%から減少した。

	選択項目 (n=487)	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	308	63.2%
2	性格や意志に関係なく、全ての人が依存症になる可能性がある	325	66.7%
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	350	71.9%
4	完治は難しいが、やめ続ける（減らす）ことで回復できる	248	50.9%
5	本人にも家族にも周りからの支援が必要な病気である	322	66.1%
6	本人も家族も相談できる場所につながる必要がある	265	54.4%
7	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	14	2.9%
8	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	16	3.3%
9	その他	2	0.4%
10	知っているものはない・分からない	26	5.3%

[9 その他]

【主な回答】

- 薬物・アルコール・ギャンブルに特定した依存症と推察されるが、テレビ・SNS その他幅広く網掛けが必要であると思う。



(2) 依存症対策に関する相談窓口及び支援機関の認知度

問 25. 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】

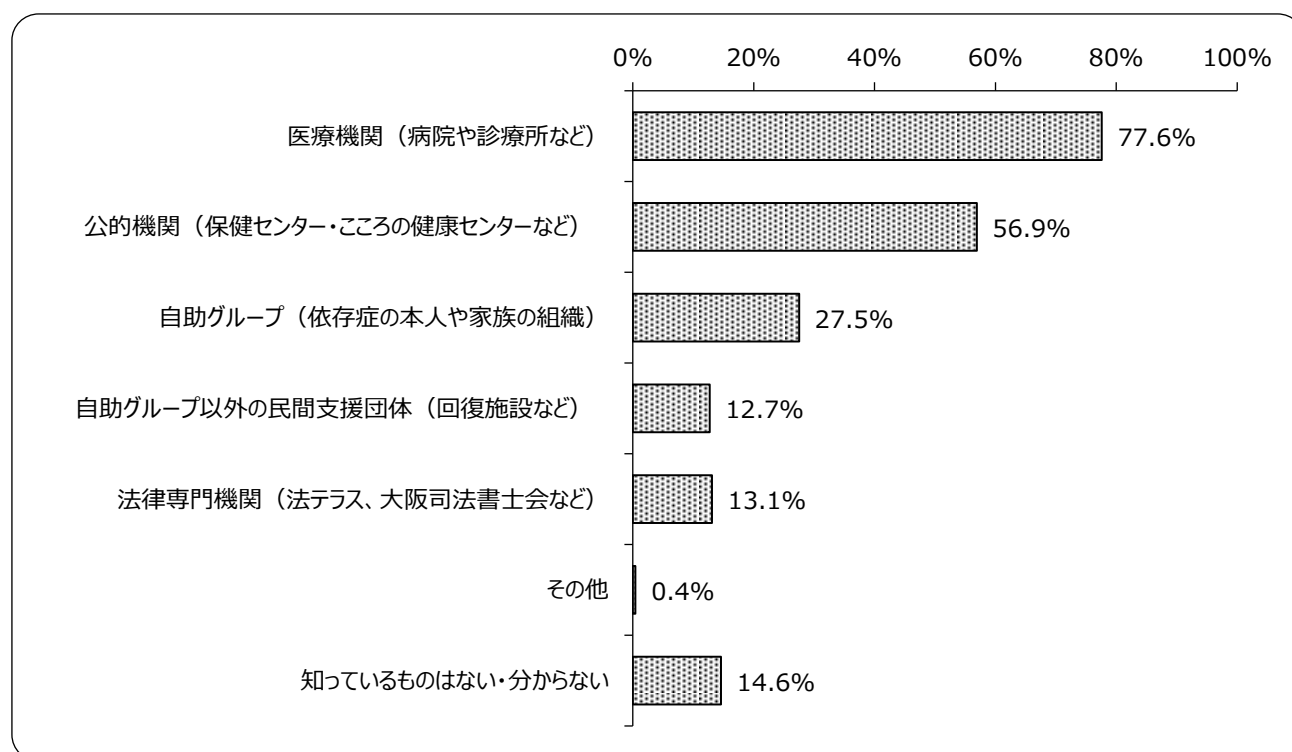
「知っているものはない・分からない」と回答した方の割合が 14.6%であり、令和 5 年度の 14.7%とおおむね同様であった。

	選択項目 (n=487)	回答数	回答数/n
1	医療機関（病院や診療所など）	378	77.6%
2	公的機関（保健センター・こころの健康センターなど）	277	56.9%
3	自助グループ（依存症の本人や家族の組織）	134	27.5%
4	自助グループ以外の民間支援団体（回復施設など）	62	12.7%
5	法律専門機関（法テラス、大阪司法書士会など）	64	13.1%
6	その他	2	0.4%
7	知っているものはない・分からない	71	14.6%

[6 その他]

【主な回答】

- 民間支援団体
- NPO 法人日本ダルク



問 26. 問 25 で 1 から 6 のいずれかを選択された方に伺います。

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】

「広報さかい」と回答した方の割合が 52.4%であり、令和 5 年度の 41.4%から 11 ポイント以上増加した。

	選択項目 (n=416)	回答数	回答数/n
1	広報さかい	218	52.4%
2	テレビ・ラジオ	180	43.3%
3	新聞・雑誌	75	18.0%
4	イベント・セミナー	24	5.8%
5	パンフレット・ポスター・チラシ	74	17.8%
6	ホームページ・インターネット	83	20.0%
7	SNS	9	2.2%
8	家族・友人・知人	38	9.1%
9	職場・学校	64	15.4%
10	その他	7	1.7%

[7 SNS]

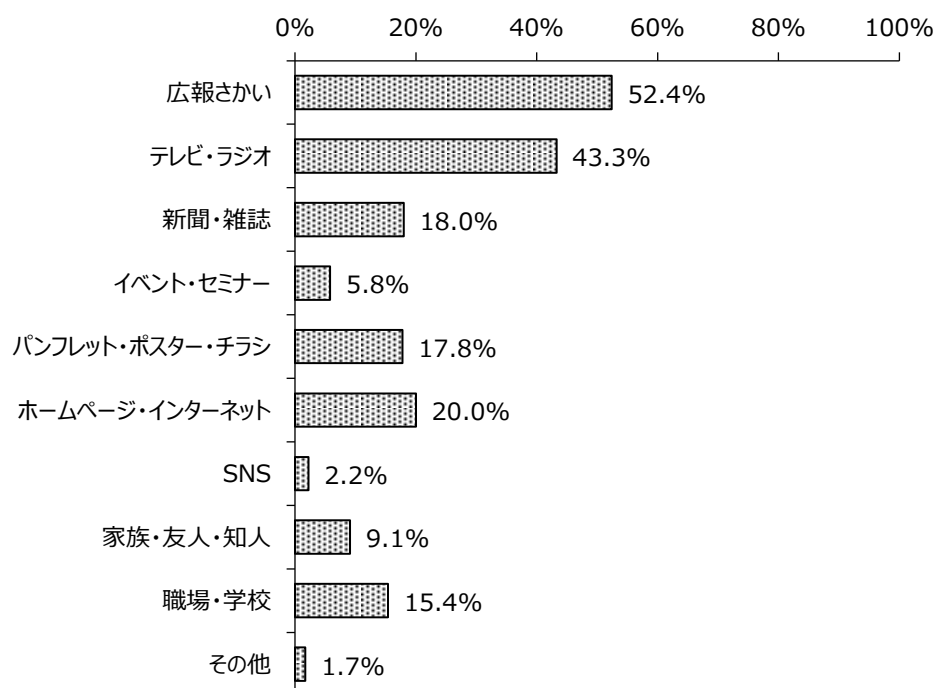
【主な回答】

- X (旧 Twitter)

[10 その他]

【主な回答】

- 覚えていない。
- 一般的な施設のため
- 図書館
- 有名人の話
- 不調ということであれば病院でまず治療を考える。
- 漫画

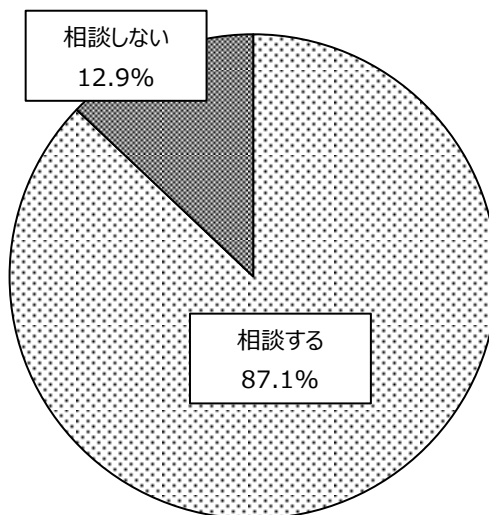


問 27. あなたやあなたの家族が依存症かもしれないと思ったとき、相談機関を知っていたら相談しますか。

【1 つ選択】

「相談する」と回答した方は 87.1%であり、令和 5 年度の 80.9%から増加した。

	選択項目 (n=487)	回答数	構成比
1	相談する	424	87.1%
2	相談しない	63	12.9%
	計 (回答総数)	487	100.0%



問 28. 問 27 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」「依存症であると認めたくないから」と回答した方の割合はそれぞれ 15.9%、7.9%であり、令和 5 年度の 26.1%、18.5%から、10 ポイント以上減少した。

	選択項目 (n=63)	回答数	回答数/n
1	相談をすることが恥ずかしいから	10	15.9%
2	相談する必要性を感じないから	17	27.0%
3	自分（家族）の力で治せると思うから	14	22.2%
4	依存症であると認めたくないから	5	7.9%
5	相談にいく時間がないから	6	9.5%
6	お金がかかるかもしれないから	11	17.5%
7	近所の人（周囲）に知られるかもしれないから	5	7.9%
8	通報されるかも、強制的にやめさせられるかもなど不安に思うから	3	4.8%
9	その他	5	7.9%
10	特に理由はない・分からない	15	23.8%

[9 その他]

【主な回答】

- 相談の効果がないと思うから
- 病院が先決と思う。
- 相談機関の入退職があり、職歴が浅いから
- 医療機関にかかるから

