

# 横須賀市こころの健康に関する市民意識調査

## 調査結果報告書



横須賀市健康部  
保健所健康づくり課



## 目 次

1	市民意識調査概要	.....	1
2	回答者について	.....	3
3	幸せ感	.....	7
4	悩みやストレス	.....	11
5	相談を受けること	.....	25
6	自殺に関すること	.....	30
7	自殺対策	.....	33
8	自死遺族支援	.....	40
9	本気で自殺したいと考えたこと	.....	45
10	まとめ	.....	54

# 1 市民意識調査概要

- 1 調査名 横須賀市こころの健康に関する市民意識調査
- 2 調査目的 自殺対策基本法に規定する「市町村自殺対策計画」を横須賀市において策定するための基礎資料とする。
- 3 期間 平成30年2月26日～3月16日
- 4 調査人数 1,500人
- 5 抽出方法 平成29年10月1日付け、住民基本台帳人口データから、男女同数として、年齢別(18歳以上)及び地区別の人口比を勘案し、無作為に抽出。
- 6 調査方法 郵送による調査票の配付及び回収
- 7 有効回答 576人
- 8 回収率 38.4%

## ◆年齢別、地区別、男女別抽出数

	本庁		追浜		田浦		逸見		衣笠		大津	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
18歳・19歳	3	2	2	1	2	1	2	0	3	2	4	2
20代	13	13	8	5	4	3	7	2	12	11	14	8
30代	15	14	9	8	4	3	3	2	15	14	9	9
40代	21	20	11	10	6	5	4	3	20	18	13	12
50代	18	17	8	7	5	5	3	2	17	15	11	11
60代	20	20	9	10	6	6	3	3	18	19	11	12
70代	16	19	8	9	4	5	3	3	16	20	11	13
80代以上	9	18	4	7	3	4	2	3	9	16	6	10
男女別計	115	123	59	57	34	32	27	18	110	115	79	77
総計	238		116		66		45		225		156	

	浦賀		久里浜		北下浦		西		計	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
18歳・19歳	3	2	3	2	3	1	4	2	29	15
20代	8	8	11	10	7	7	8	7	92	74
30代	9	8	14	12	9	8	9	8	96	86
40代	16	16	19	17	12	12	14	12	136	125
50代	13	12	14	13	10	9	12	11	111	102
60代	15	16	15	15	10	10	14	15	121	126
70代	14	16	14	17	9	10	13	14	108	126
80代以上	7	11	7	10	4	6	6	11	57	96
男女別計	85	89	97	96	64	63	80	80	750	750
総計	174		193		127		160		1,500	

◆平成29年10月1日付け住民基本台帳における年齢別、地区別、男女別人口数

	本庁		追浜		田浦		逸見		衣笠		大津	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
18歳・19歳	553	573	344	247	184	154	228	101	564	580	811	422
20代	3,074	2,992	1,785	1,248	1,046	678	1,662	397	2,916	2,674	3,191	1,952
30代	3,469	3,352	2,186	1,894	966	769	792	406	3,470	3,300	2,110	2,093
40代	4,831	4,809	2,674	2,263	1,433	1,218	820	683	4,677	4,306	3,075	2,889
50代	4,247	4,094	1,804	1,593	1,240	1,125	681	577	3,868	3,603	2,622	2,553
60代	4,669	4,622	2,157	2,297	1,323	1,308	736	689	4,311	4,438	2,681	2,883
70代	3,761	4,479	1,980	2,210	1,039	1,246	608	739	3,761	4,634	2,616	3,015
80代以上	2,203	4,166	1,020	1,693	599	1,046	367	685	2,220	3,751	1,478	2,230
男女別計	26,807	29,087	13,950	13,445	7,830	7,544	5,894	4,277	25,787	27,286	18,584	18,037
総計	55,894		27,395		15,374		10,171		53,073		36,621	

	浦賀		久里浜		北下浦		西		計	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
18歳・19歳	529	535	531	520	357	345	642	371	4,743	3,848
20代	1,853	1,874	2,589	2,353	1,647	1,609	1,990	1,722	21,753	17,499
30代	1,997	1,939	3,164	2,889	2,017	1,916	2,158	1,888	22,329	20,446
40代	3,761	3,635	4,446	4,096	2,810	2,737	3,193	2,904	31,720	29,540
50代	3,085	2,874	3,279	3,078	2,264	2,185	2,712	2,639	25,802	24,321
60代	3,515	3,703	3,483	3,624	2,235	2,438	3,317	3,406	28,427	29,408
70代	3,365	3,803	3,387	3,922	2,111	2,433	2,936	3,221	25,564	29,702
80代以上	1,713	2,620	1,688	2,371	983	1,492	1,440	2,469	13,711	22,523
男女別計	19,818	20,983	22,567	22,853	14,424	15,155	18,388	18,620	174,049	177,287
総計	40,801		45,420		29,579		37,008		351,336	

【集計結果の見方】

- ① 図(グラフ)の中の「n」は設問に対する回答者数。
- ② 回答の比率は、設問の回答者数を基数として算出しているため次の場合があります。
  - ・ 複数回答の場合は、合計が100%を超えることがあります。
  - ・ 小数点以下第2位を四捨五入して算出しているため、合計が100%にならないところがあります。
- ③ 横浜市こころの健康相談センターの協力を得て、「横浜市こころの健康に関する市民意識調査結果」を引用しています。

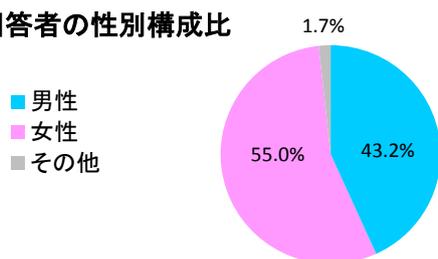
## 2 回答者について

### (1) 性別

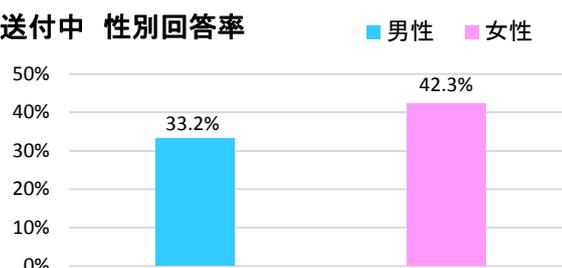
問 あなたの性別を教えてください 【択一回答】

	回答		送付	
	回答者数	構成比	送付数	回答率
男性	249人	43.2%	750人	33.2%
女性	317人	55.0%	750人	42.3%
その他	0人	0.0%	-	-
無回答	10人	1.7%	-	-
計	576人	100.0%	1,500人	38.4%

回答者の性別構成比



送付中 性別回答率

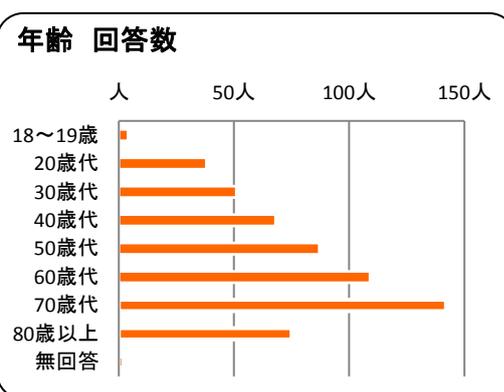


### (2) 年齢

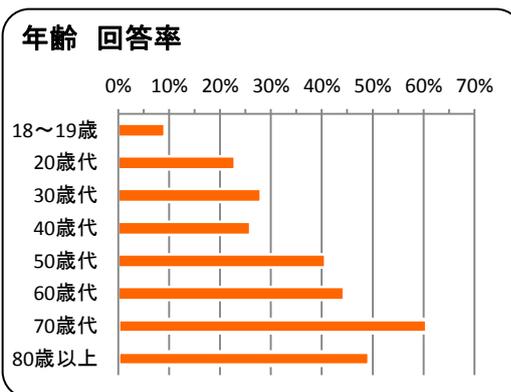
問 あなたの年齢を教えてください 【択一回答】

	回答		送付	
	人数	構成比	送付数	回答率
18～19歳	4人	0.7%	44人	9.1%
20～24歳	16人	2.8%	166人	22.9%
25～29歳	22人	3.8%	182人	28.0%
30～34歳	31人	5.4%	261人	26.1%
35～39歳	20人	3.5%	213人	40.8%
40～44歳	29人	5.0%	247人	44.1%
45～49歳	39人	6.8%	234人	60.7%
50～54歳	42人	7.3%	153人	49.0%
55～59歳	45人	7.8%	-	-
60～64歳	45人	7.8%	-	-
65～69歳	64人	11.1%	-	-
70～74歳	80人	13.9%	-	-
75～79歳	62人	10.8%	-	-
80～84歳	42人	7.3%	-	-
85～89歳	22人	3.8%	-	-
90歳以上	11人	1.9%	-	-
無回答	2人	0.3%	-	-
計	576人	100.0%	1,500人	38.4%

年齢 回答数



年齢 回答率

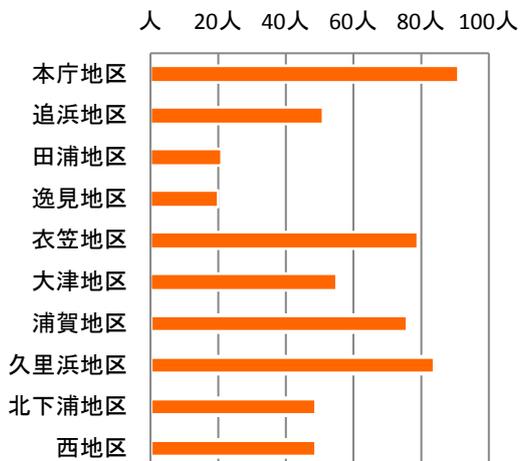


### (3) 居住地区

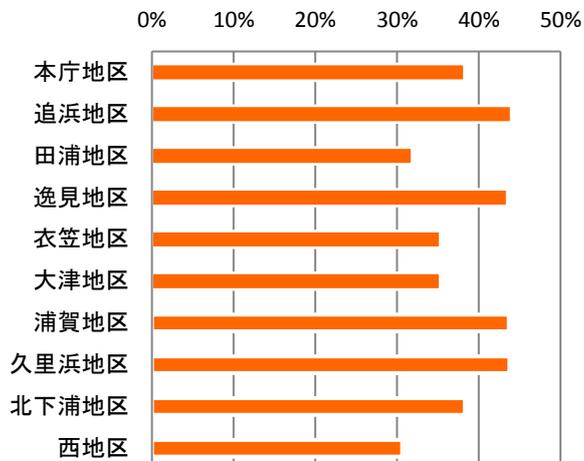
問 あなたがお住まいの地区は、次のどちらですか 【択一回答】

	回答		送付	
	人数	構成比	送付数	回答率
本庁地区	91人	15.8%	238人	38.2%
追浜地区	51人	8.9%	116人	44.0%
田浦地区	21人	3.6%	66人	31.8%
逸見地区	20人	3.5%	45人	44.4%
衣笠地区	79人	13.7%	225人	35.1%
大津地区	55人	9.5%	156人	35.3%
浦賀地区	76人	13.2%	174人	43.7%
久里浜地区	84人	14.6%	193人	43.5%
北下浦地区	49人	8.5%	127人	38.3%
西地区	49人	8.5%	160人	30.6%
無回答	1人	0.2%	-	-
計	576人	100.0%	1,500人	38.4%

居住地区別 回答者数



居住地区別 回答率

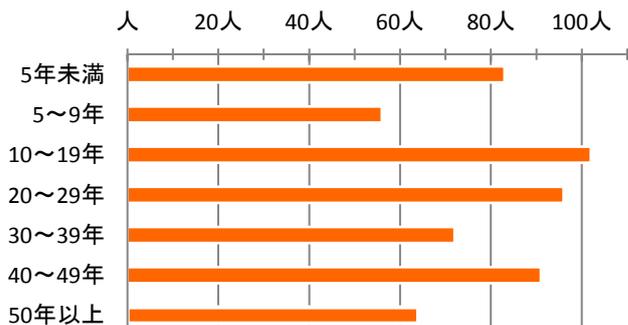


### (4) 居住年数

問 現在のお住まいでの居住年数はどのくらいですか 【記入回答】

	人数	構成比
5年未満	83人	14.4%
5～9年	56人	9.7%
10～19年	102人	17.7%
20～29年	96人	16.7%
30～39年	72人	12.5%
40～49年	91人	15.8%
50年以上	64人	11.1%
無回答	12人	2.1%
計	576人	100.0%

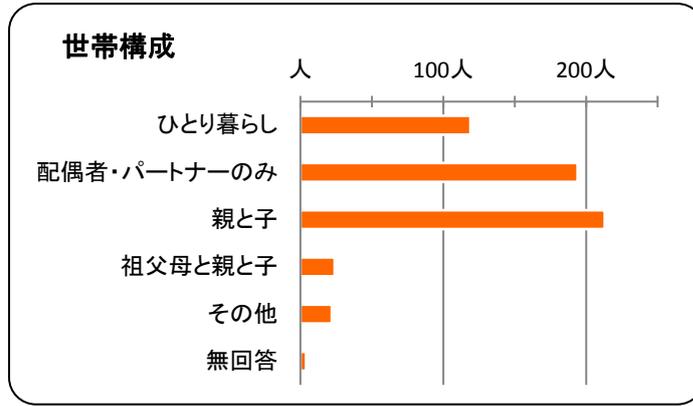
居住年数



## (5) 世帯構成

問 あなたの世帯構成をお選びください 【択一回答】

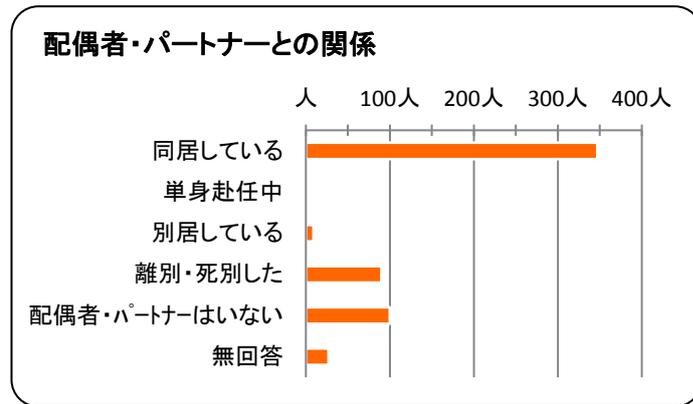
	人数	構成比
ひとり暮らし	119人	20.7%
配偶者・パートナーのみ	194人	33.7%
親と子(2世代)	213人	37.0%
祖父母と親と子(3世代)	24人	4.2%
その他	22人	3.8%
無回答	4人	0.7%
計	576人	100.0%



## (6) 配偶者・パートナーとの関係

問 配偶者・パートナーとの関係をお選びください 【択一回答】

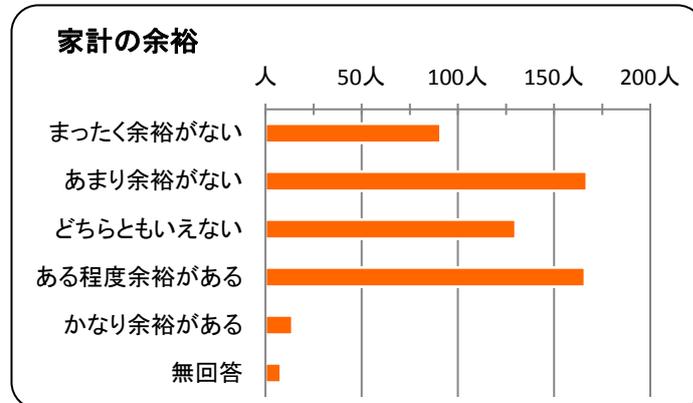
	人数	構成比
同居している	347人	60.2%
単身赴任中	3人	0.5%
別居している	9人	1.6%
離別・死別した	90人	15.6%
配偶者・パートナーはいない	100人	17.4%
無回答	27人	4.7%
計	576人	100.0%



## (7) 家計の余裕

問 ご家庭の家計の余裕はどの程度あるか教えてください 【択一回答】

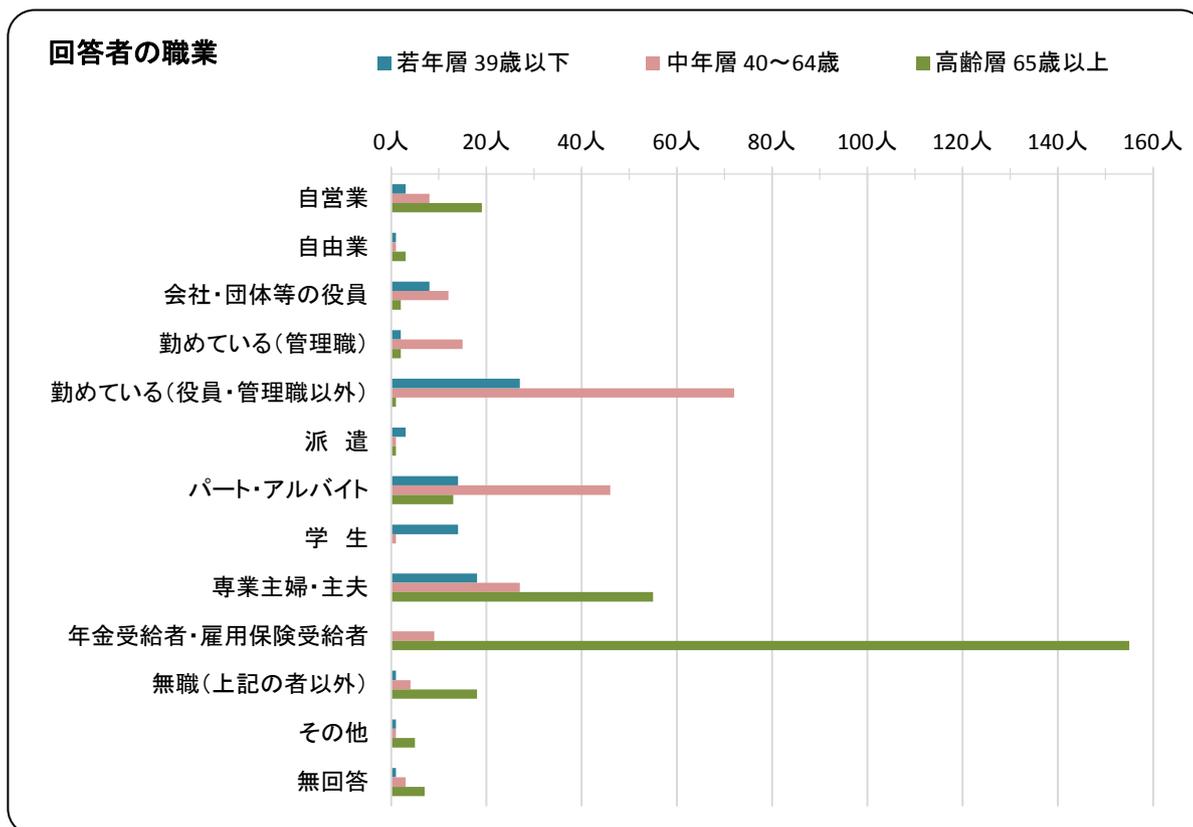
	人数	構成比
まったく余裕がない	91人	15.8%
あまり余裕がない	167人	29.0%
どちらともいえない	130人	22.6%
ある程度余裕がある	166人	28.8%
かなり余裕がある	14人	2.4%
無回答	8人	1.4%
計	576人	100.0%



## (8) 職業

問 あなたの主たるご職業をお選びください 【択一回答】

	若年層	中年層	高齢層	計(年齢不詳を含む)			計 (年齢不詳を含む)	構成比
	39歳以下	40～64歳	65歳以上	人数	構成比			
自営業	3人	8人	19人	30人	5.2%	自営業・自由業	35人	6.1%
自由業	1人	1人	3人	5人	0.9%			
会社・団体等の役員	8人	12人	2人	22人	3.8%	勤め人	220人	38.2%
勤めている(管理職)	2人	15人	2人	19人	3.3%			
勤めている(役員・管理職以外)	27人	72人	1人	100人	17.4%			
派遣	3人	1人	1人	5人	0.9%			
パート・アルバイト	14人	46人	13人	74人	12.8%			
学生	14人	1人	0人	15人	2.6%			
専業主婦・主夫	18人	27人	55人	100人	17.4%			
年金受給者・雇用保険受給者	0人	9人	155人	164人	28.5%	年金受給者・雇用保険受給者	164人	28.5%
無職(上記の者以外)	1人	4人	18人	23人	4.0%	無職(上記の者以外)	23人	4.0%
その他	1人	1人	5人	7人	1.2%	その他	7人	1.2%
無回答	1人	3人	7人	12人	2.1%	無回答	12人	2.1%
計	93人	200人	281人	576人	100.0%	計	576人	100.0%



# 3 幸せ感

## 1 幸せ感の感度

### (1) 幸せの度合い(男女別)

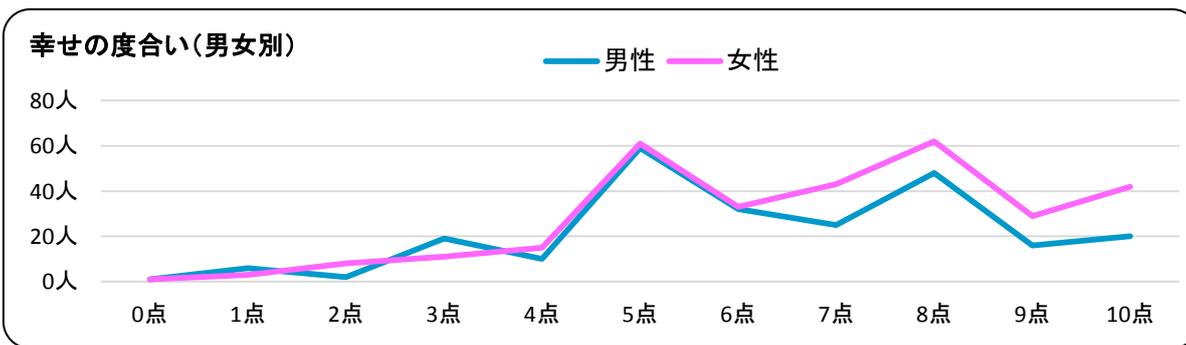
問 現在、あなたはどの程度幸せですか。

「とても不幸せ(0点)」から「とても幸せ(10点)」の間で表すと何点だと思いますか。【択一回答】

(人)

幸せ度数	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
計(性別不詳を含む)	2人	10人	10人	30人	25人	121人	68人	70人	110人	46人	64人
男性	1人	6人	2人	19人	10人	59人	32人	25人	48人	16人	20人
女性	1人	3人	8人	11人	15人	61人	33人	43人	62人	29人	42人

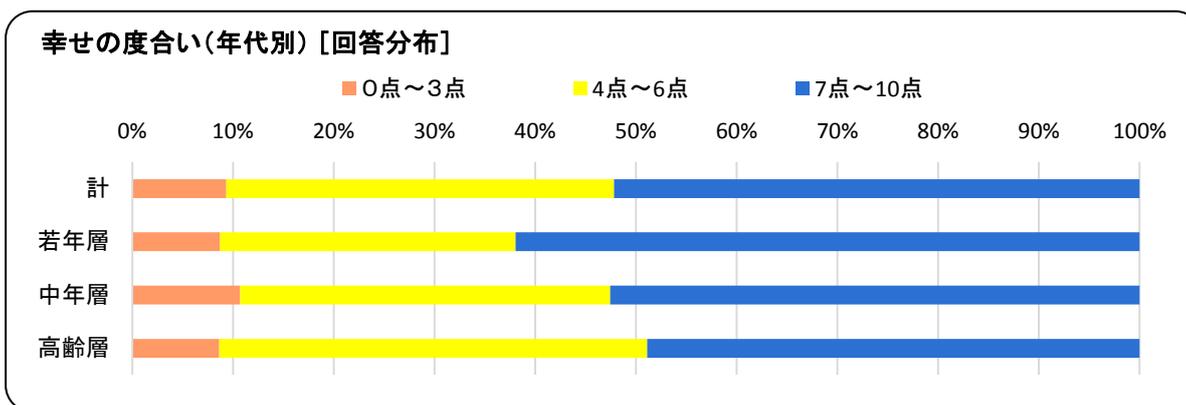
※点数が高いほど幸せ。



### (2) 幸せの度合い(年代別)

幸せ度数	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
計(年齢不詳を含む) n=556	2人	10人	10人	30人	25人	121人	68人	70人	110人	46人	64人
若年層(39歳以下) n=92	0人	1人	3人	4人	8人	11人	8人	12人	21人	10人	14人
中年層(40~64歳) n=196	0人	4人	3人	14人	4人	39人	29人	23人	36人	21人	23人
高齢層(65歳以上) n=266	2人	5人	4人	12人	13人	69人	31人	35人	53人	15人	27人

※点数が高いほど幸せ。

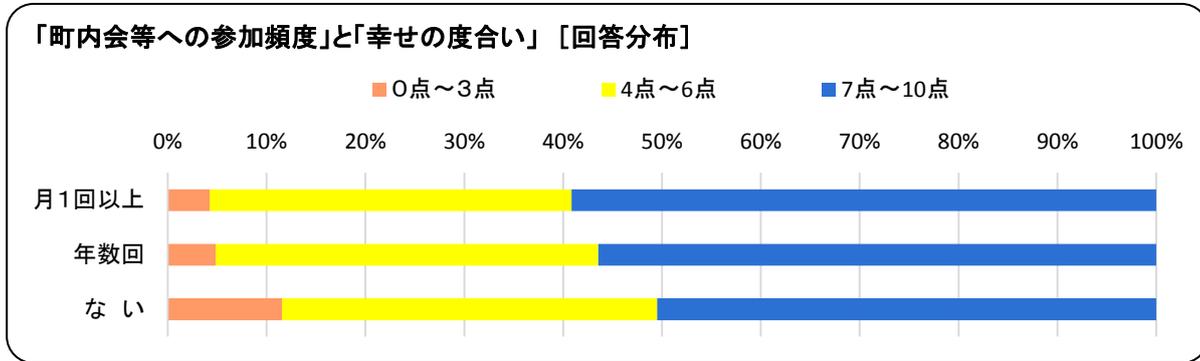


### (3) 「町内会等への参加頻度」と「幸せの度合い」

問 町内会、自治会、婦人会、老人会、青年団、子供会などへの参加頻度はどれくらいですか【択一回答】

幸せ度数	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
月1回以上 n=71	0人	0人	0人	3人	3人	12人	11人	8人	17人	6人	11人
年数回 n=124	0人	1人	1人	4人	4人	33人	11人	14人	28人	13人	15人
ない n=303	1人	8人	7人	19人	15人	63人	37人	41人	54人	26人	32人

※点数が高いほど幸せ。

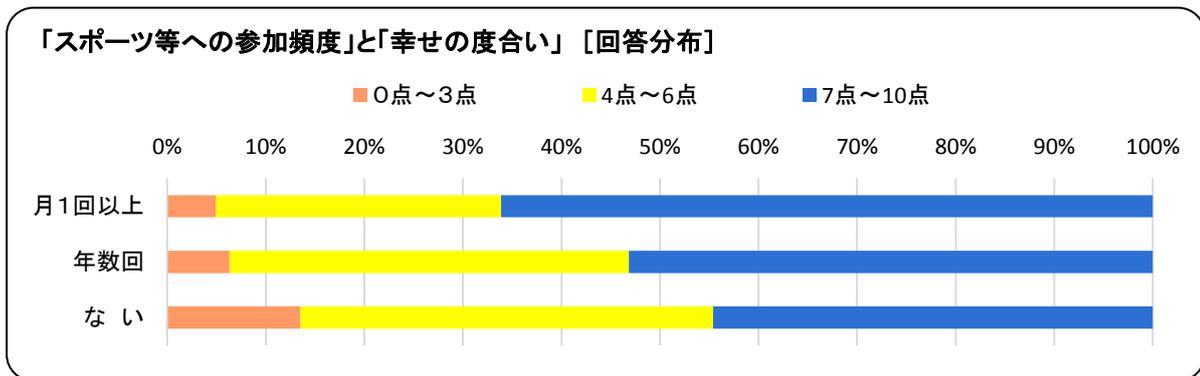


### (4) 「スポーツ等への参加頻度」と「幸せの度合い」

問 スポーツ、趣味、娯楽活動などへの参加頻度はどれくらいですか。【択一回答】

幸せ度数	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
月1回以上 n=183	0人	0人	2人	7人	1人	29人	23人	26人	48人	17人	30人
年数回 n=79	0人	1人	1人	3人	3人	19人	10人	12人	19人	3人	8人
ない n=222	1人	8人	5人	16人	16人	53人	24人	25人	34人	20人	20人

※点数が高いほど幸せ。



## 2 幸せに必要なもの

問 あなたは何があれば（いれば）幸せだと思いますか。【複数回答】

### (1) 幸せを感じる要因（男女別）

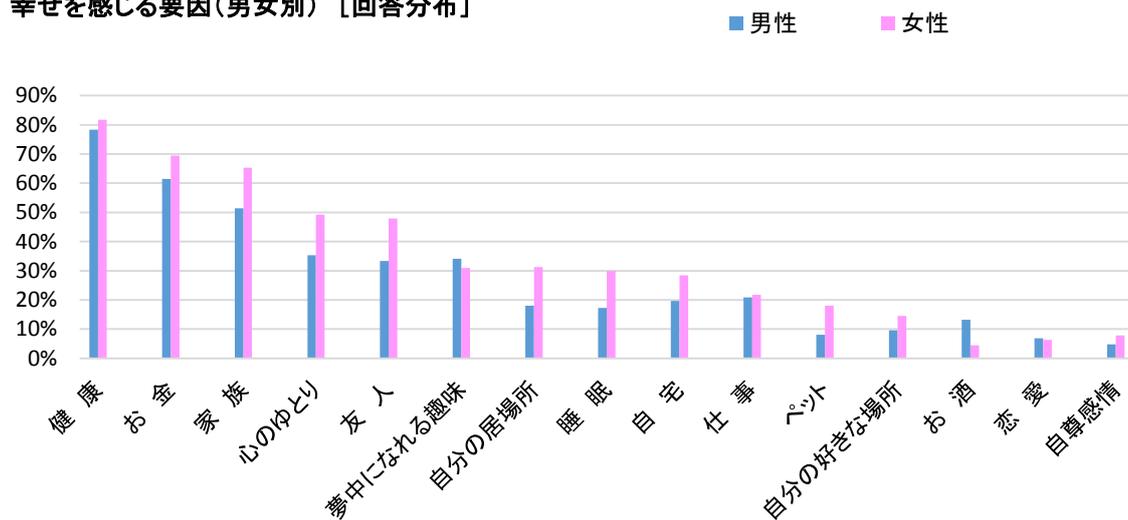
(人)

	健康	お金	家族	心のゆとり	友人	味夢中になれる趣味	自分の居場所	睡眠	自宅	仕事	ペット	所自分の好きな場所	お酒	恋愛	自尊感情
計(性別不詳を含む)	463	376	338	246	239	184	144	139	139	122	78	71	47	37	37
男性	195	153	128	88	83	85	45	43	49	52	20	24	33	17	12
女性	259	220	207	156	152	98	99	95	90	69	57	46	14	20	25

### (2) 幸せを感じる要因（男女別） [回答分布]

	健康	お金	家族	心のゆとり	友人	味夢中になれる趣味	自分の居場所	睡眠	自宅	仕事	ペット	所自分の好きな場所	お酒	恋愛	自尊感情
男性 n=249	78%	61%	51%	35%	33%	34%	18%	17%	20%	21%	8%	10%	13%	7%	5%
女性 n=317	82%	69%	65%	49%	48%	31%	31%	30%	28%	22%	18%	15%	4%	6%	8%

幸せを感じる要因(男女別) [回答分布]



### (3) 幸せを感じる要因（年代別）

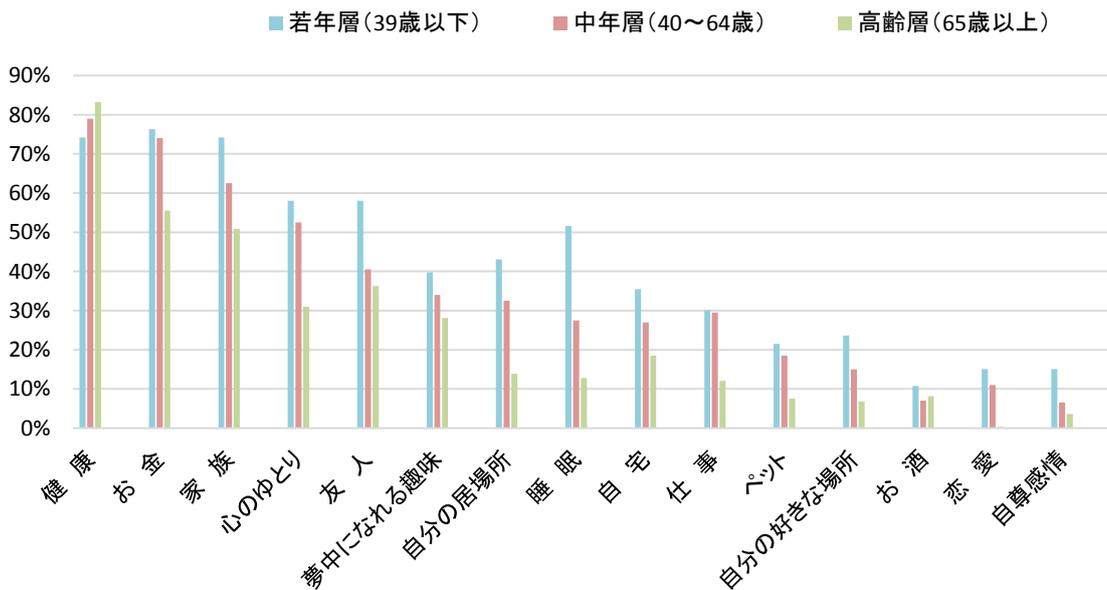
(人)

	健康	お金	家族	心のゆとり	友人	趣味 夢中になれる	自分の居場所	睡眠	自宅	仕事	ペット	場所 自分の好きな	お酒	恋愛	自尊感情
計(年齢不詳を含む)	463	376	338	246	239	184	144	139	139	122	78	71	47	37	37
若年層(39歳以下)	69	71	69	54	54	37	40	48	33	28	20	22	10	14	14
中年層(40～64歳)	158	148	125	105	81	68	65	55	54	59	37	30	14	22	13
高齢層(65歳以上)	234	156	143	87	102	79	39	36	52	34	21	19	23	1	10

### (4) 幸せを感じる要因（年代別） [回答分布]

	健康	お金	家族	心のゆとり	友人	趣味 夢中になれる	自分の居場所	睡眠	自宅	仕事	ペット	場所 自分の好きな	お酒	恋愛	自尊感情
若年層(39歳以下) n=93	74%	76%	74%	58%	58%	40%	43%	52%	35%	30%	22%	24%	11%	15%	15%
中年層(40～64歳) n=200	79%	74%	63%	53%	41%	34%	33%	28%	27%	30%	19%	15%	7%	11%	7%
高齢層(65歳以上) n=281	83%	56%	51%	31%	36%	28%	14%	13%	19%	12%	7%	7%	8%	0%	4%

幸せを感じる要因(年代別) 回答分布



# 4 悩みやストレス

## 1 悩み、ストレスについて

問 あなたは日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満がありますか。【択一回答】

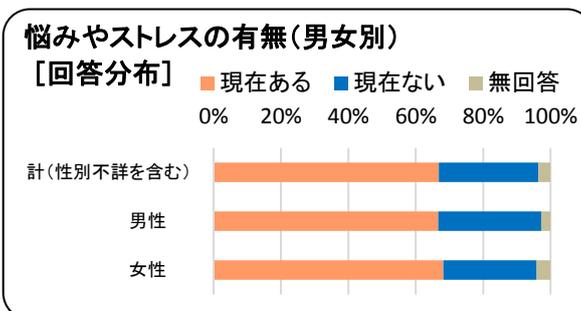
「a 家庭問題」、「b 健康問題」、「c 経済問題」、「e 勤務問題」、「f 恋愛問題」、「g 学校問題」、「h その他」のそれぞれの項目について

「意識して感じたことはない」、「かつてはあったが今はない」、「ある」、「非常にある」の選択肢で聞き、いずれかの項目で、「ある」、「非常にある」と答えた人を「現在ある」、その他の回答をした人を「現在ない」として集計しました。

### (1) 悩みやストレスの有無（男女別）

(人)

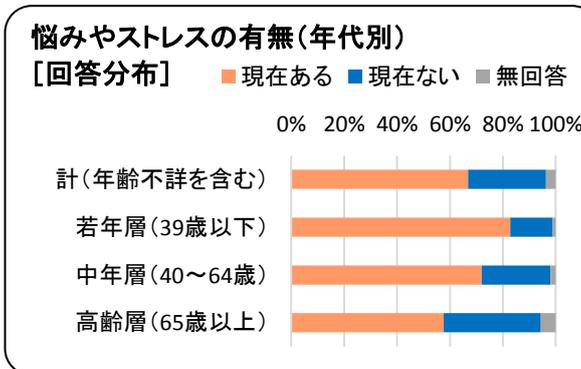
日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満がありますか。	現在ある		現在ない		無回答	
計(性別不詳を含む) n=576	385	66.8%	170	29.5%	21	3.6%
男性 n=249	166	66.7%	76	30.5%	7	2.8%
女性 n=317	216	68.1%	88	27.8%	13	4.1%



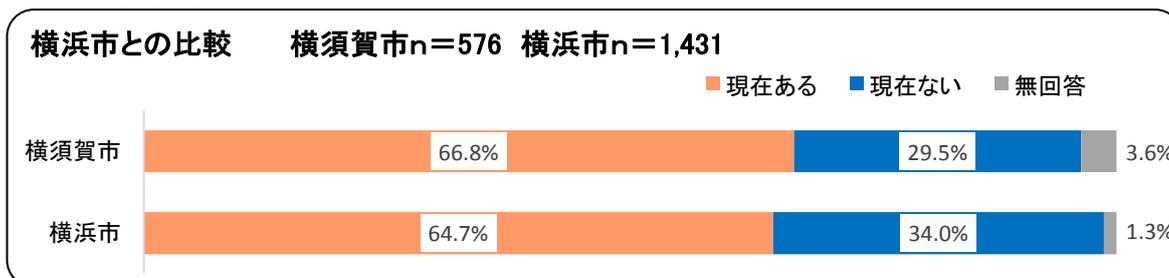
### (2) 悩みやストレスの有無（年代別）

(人)

日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満がありますか。	現在ある		現在ない		無回答	
計(年齢不詳を含む) n=576	385	66.8%	170	29.5%	21	3.6%
若年層(39歳以下) n=93	77	82.8%	15	16.1%	1	1.1%
中年層(40～64歳) n=200	144	72.0%	52	26.0%	4	2.0%
高齢層(65歳以上) n=281	162	57.7%	103	36.7%	16	5.7%



### (3) 横浜市との比較



出典:横浜市「こころの健康に関する市民意識調査」

## 2 こころの状況評価

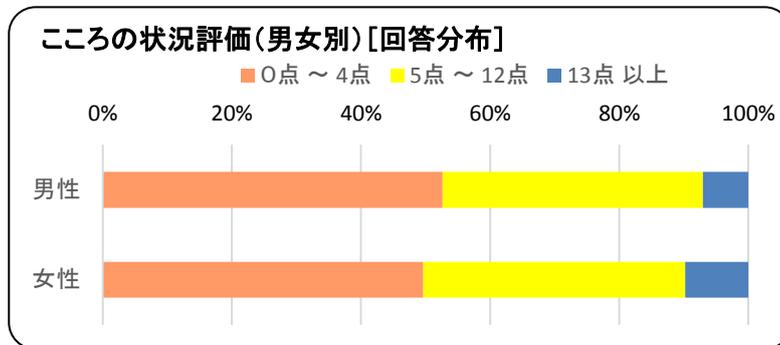
問 あなたは次のようなことを感じることはありますか。

「a 神経過敏だ」、「b 絶望的だ」、「c そわそわ落ち着かない」、「d 気分が沈み、気が晴れない」、「e 何をしても面倒だ」、「f 自分は価値のない人間だ」の項目について「まったくない(0点)」、「少しだけある(1点)」、「時々ある(2点)」、「よくある(3点)」、「いつも感じている(4点)」の選択肢で聞き、全問回答した人の合計点を集計しました。

これは、K6という「こころの状態の評価」の尺度で、米国のKesslerらによって、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発され、一般住民を対象とした調査で心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として広く利用されています。点数が高いほど、精神的な問題がより重い可能性があると考えられています。(点数の範囲は0~24点)

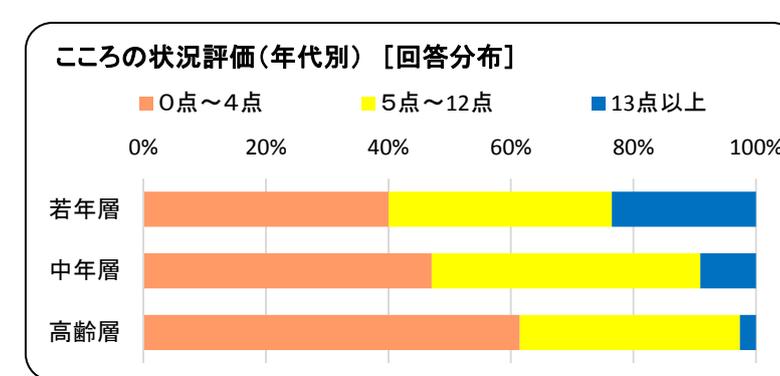
### (1) こころの状況評価 (男女別)

	(人)		
	0点 ~ 4点	5点 ~ 12点	13点 以上
計(性別不詳を含む)	264	204	43
男性 n=228	120	92	16
女性 n=276	137	112	27

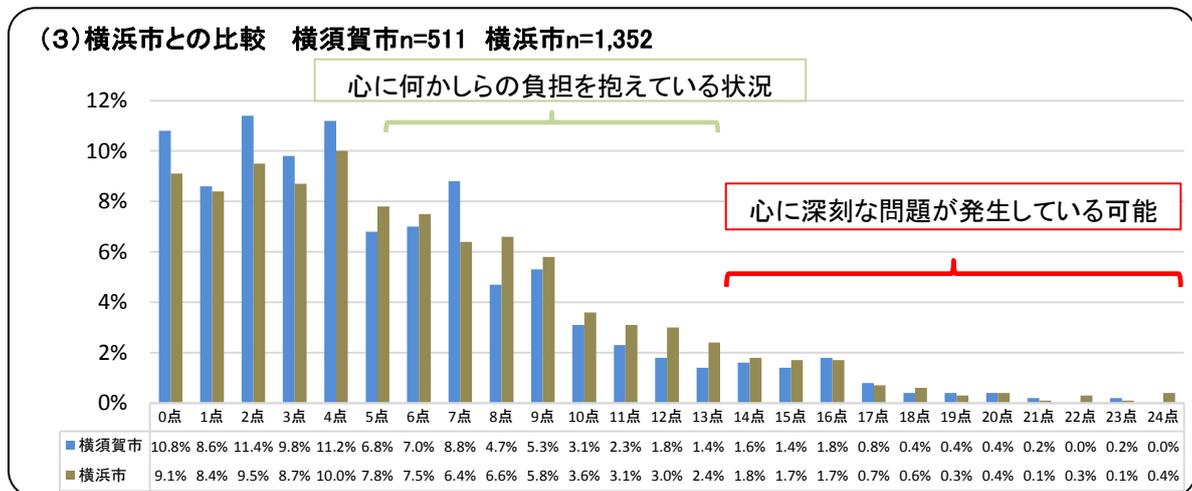


### (2) こころの状況評価 (年代別)

	(人)		
	0点 ~ 4点	5点 ~ 12点	13点 以上
計(年齢不詳を含む)	264	204	43
若年層(39歳以下) n=85	34	31	20
中年層(40~64歳) n=187	88	82	17
高齢層(65歳以上) n=231	142	83	6



### (3) 横浜市との比較



出典：横浜市「こころの健康に関する市民意識調査」

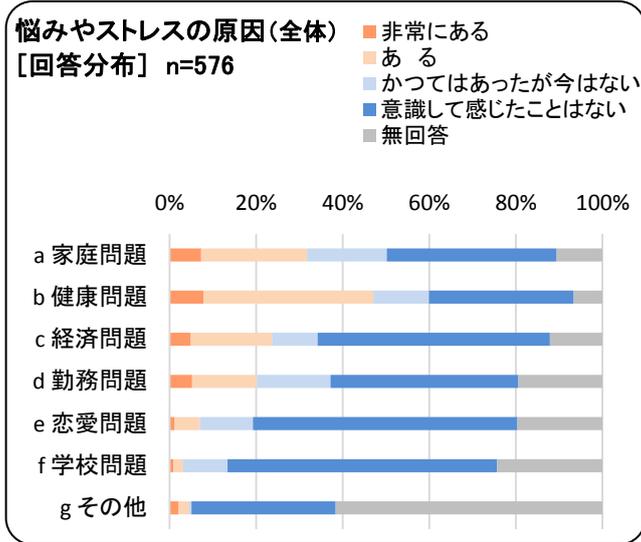
### 3 悩みやストレスの原因

問 あなたは日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満がありますか。【各項目択一回答】

#### (1) 悩みやストレスの原因（全体）

(人)

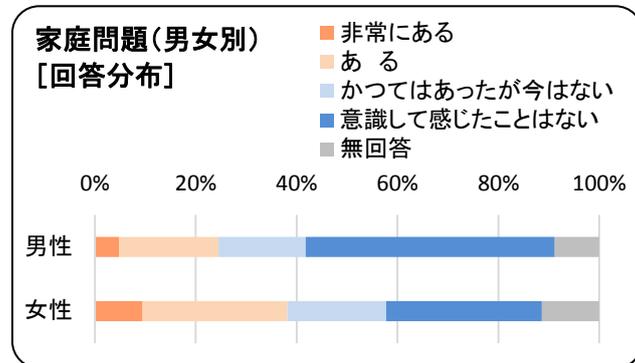
日頃、悩み、苦勞、 ストレス、不満があるか	非常に ある	あ る	がか つて はな いあ った	こ意 と識 はし て感 じた	無 回 答
a 家庭問題	42	141	106	226	61
b 健康問題	45	226	74	193	38
c 経済問題	28	108	61	309	70
d 勤務問題	30	86	98	250	112
e 恋愛問題	7	33	71	352	113
f 学校問題	5	13	59	359	140
g その他	12	14	3	192	355



#### ① a 家庭問題（男女別）

(人)

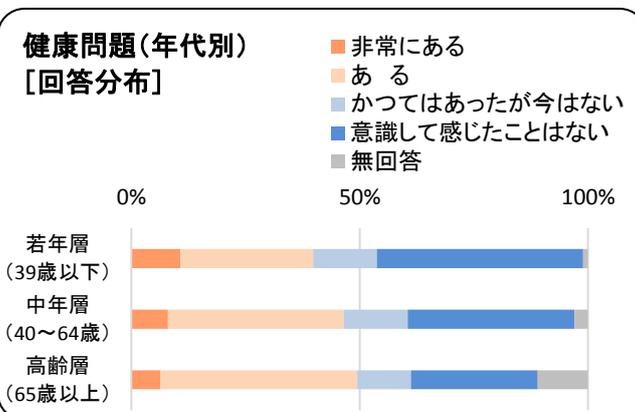
日頃、悩み、苦勞、 ストレス、不満があるか	非常に ある	あ る	がか つて はな いあ った	こ意 と識 はし て感 じた	無 回 答
計(性別不詳を含む)	42	141	106	226	61
男性 n=249	12	49	43	123	22
女性 n=317	30	91	62	98	36



#### ② b 健康問題（年代別）

(人)

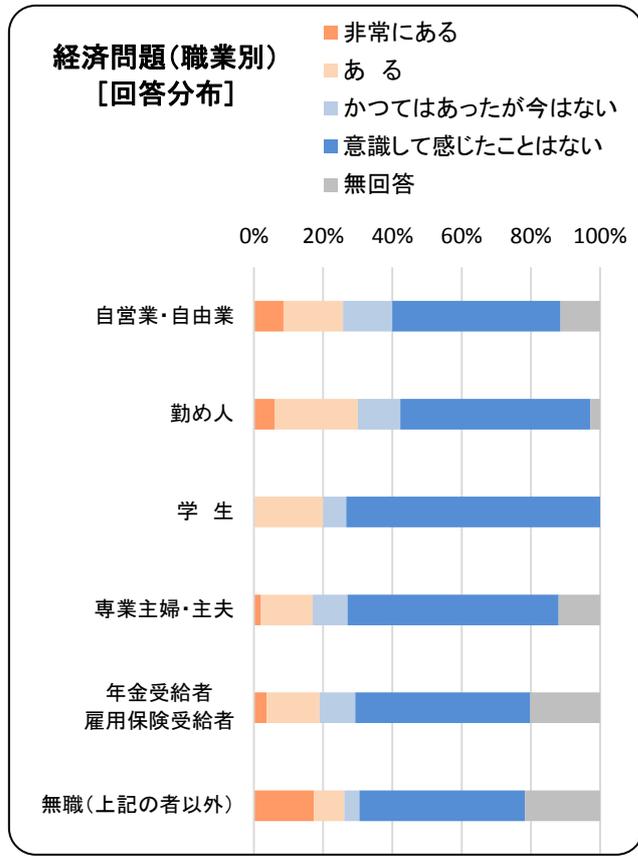
日頃、悩み、苦勞、 ストレス、不 満があるか	非常に ある	あ る	がか つて はな いあ った	こ意 と識 はし て感 じた	無 回 答
計(年齢不詳を含む)	45	226	74	193	38
若年層(39歳以下) n=93	10	27	13	42	1
中年層(40～64歳) n=200	16	77	28	73	6
高齢層(65歳以上) n=281	18	121	33	78	31



③ c 経済問題（職業別）

(人)

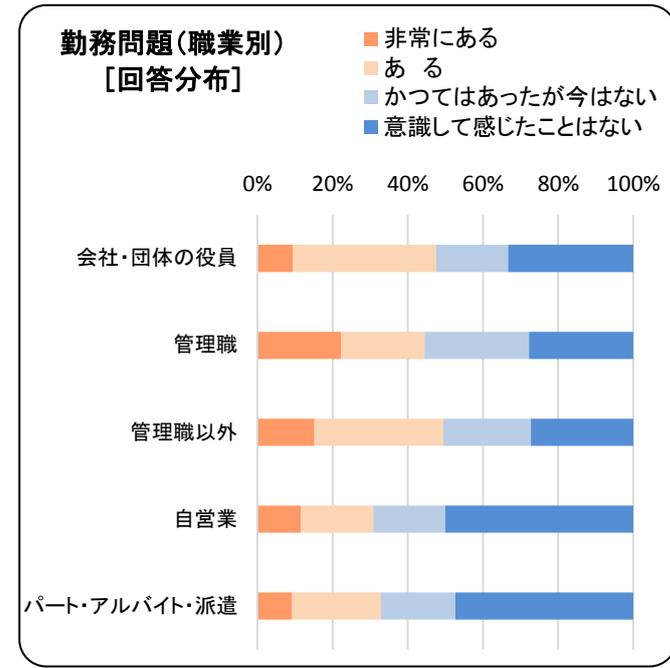
日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満があるか	非常に ある	あ る	か つ つ は な い あ つ た が	と 意 識 し て 感 じ た こ と は な い	無 回 答
計(職業不詳を含む)	28	108	61	309	70
自営業・自由業 [回答分布]n=35	3 9%	6 17%	5 14%	17 49%	4 11%
勤め人 [回答分布]n=220	13 6%	53 24%	27 12%	121 55%	6 3%
学 生 [回答分布]n=15	0 0%	3 20%	1 7%	11 73%	0 0%
専業主婦・主夫 [回答分布]n=100	2 2%	15 15%	10 10%	61 61%	12 12%
年金受給者 雇用保険受給者 [回答分布]n=164	6 4%	25 15%	17 10%	83 51%	33 20%
無職(上記の者以外) [回答分布]n=23	4 17%	2 9%	1 4%	11 48%	5 22%
その他 [回答分布]n=7	0	2	0	4	1



④ d 勤務問題（職業別）

(人)

日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満があるか	非常に ある	あ る	か つ つ は な い あ つ た が	こ 意 識 し て 感 じ た こ と は な い	無 回 答
会社・団体の役員 [回答分布]n=22	2 9%	8 36%	4 18%	7 32%	1 5%
管理職 [回答分布]n=19	4 21%	4 21%	5 26%	5 26%	1 5%
管理職以外 [回答分布]n=100	15 15%	34 34%	23 23%	27 27%	1 1%
自営業 [回答分布]n=30	3 10%	5 17%	5 17%	13 43%	4 13%
パート・アルバイト・派遣 [回答分布]n=79	7 9%	18 23%	15 19%	36 46%	3 4%

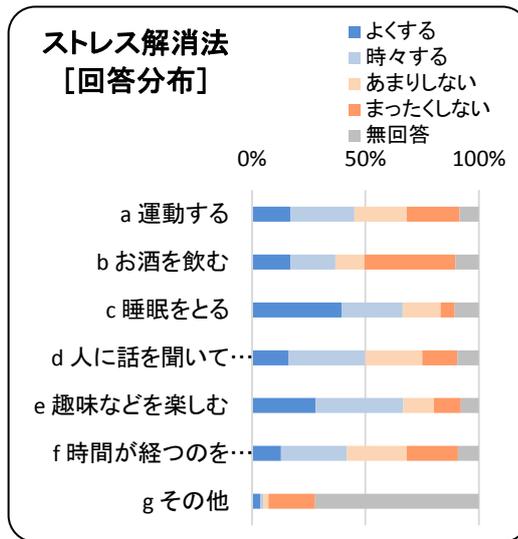


## 4 悩みやストレスの解消法

問 あなたは日常生活の悩み、苦勞、ストレス、不満を解消するために次のことをどれくらいしましたか。【各項目択一回答】

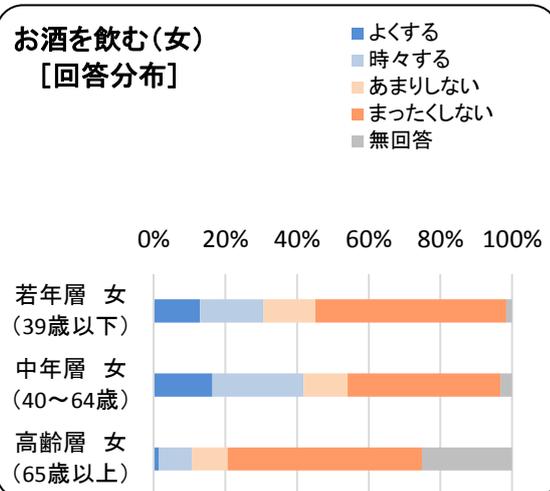
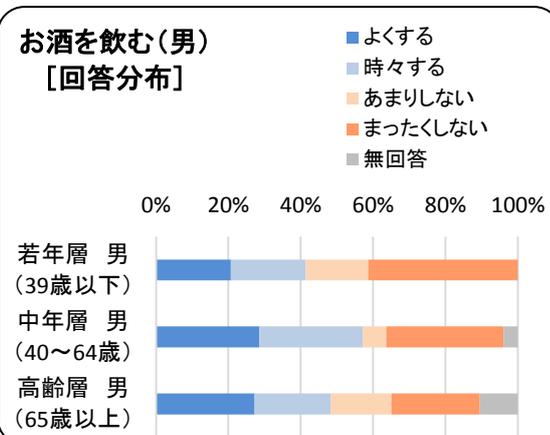
### (1) ストレス解消法

日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満があるか	(人)				
	よくする	時々する	しあ なま いり	しま な いた く	無 回 答
a 運動する	98	162	133	134	49
b お酒を飲む	97	115	73	231	60
c 睡眠をとる	227	155	97	36	61
d 人に話を聞いてもらう	93	195	144	89	55
e 趣味などを楽しむ	161	223	78	68	46
f 我慢して時間が経つのを待つ	74	167	152	130	53
g その他	21	8	13	118	416



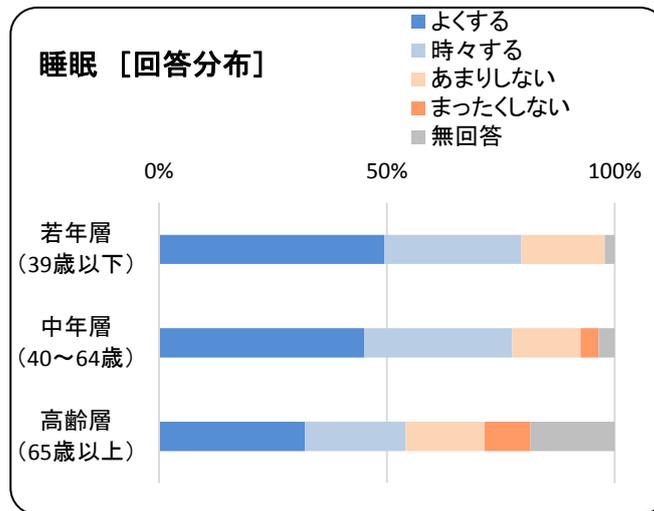
### ① b お酒を飲む (男女別・年代別)

日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満があるか		(人)				
		よくする	時々する	しあ なま いり	しま な いた く	無 回 答
計(年齢不詳を含む)		97	115	73	231	60
男性	若年層(39歳以下) [回答分布] n=29	6 21%	6 21%	5 17%	12 41%	0 0%
	中年層(40~64歳) [回答分布] n=77	22 29%	22 29%	5 6%	25 32%	3 4%
	高齢層(65歳以上) [回答分布] n=143	39 27%	30 21%	24 17%	35 24%	15 10%
女性	若年層(39歳以下) [回答分布] n=63	8 13%	12 19%	9 14%	33 52%	1 2%
	中年層(40~64歳) [回答分布] n=122	20 16%	31 25%	15 12%	52 43%	4 3%
	高齢層(65歳以上) [回答分布] n=131	2 2%	12 9%	13 10%	71 54%	33 25%



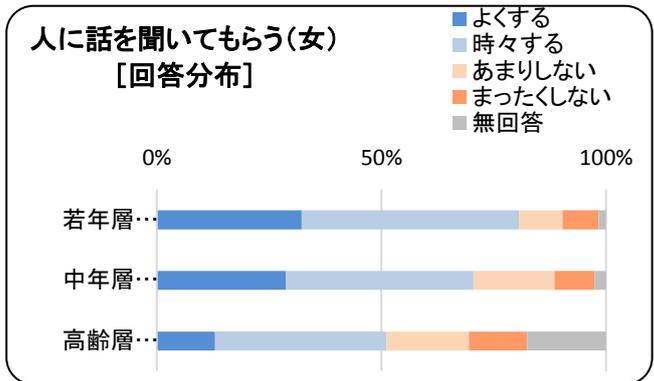
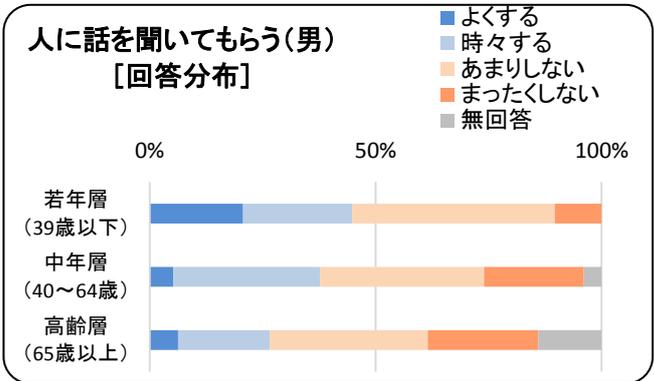
② c 睡眠（年代別）

		(人)				
		よくする	時々する	あまりしない	まったくしない	無回答
計(年齢不詳を含む)		227	155	97	36	61
若年層(39歳以下)		46	28	17	0	2
	[回答分布] n=93	50%	30%	18%	0%	2%
中年層(40～64歳)		90	65	30	8	7
	[回答分布] n=200	45%	33%	15%	4%	4%
高齢層(65歳以上)		90	62	49	28	52
	[回答分布] n=281	32%	22%	17%	10%	19%



③ d 人に話を聞いてもらう（男女別・年代別）

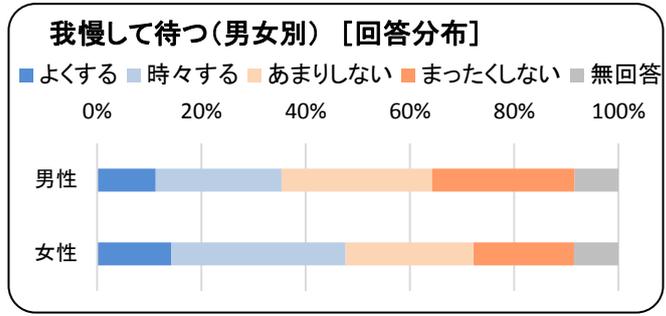
		(人)					
		よくする	時々する	あまりしない	まったくしない	無回答	
計(年齢不詳を含む)		93	195	144	89	55	
男性	若年層(39歳以下)	6	7	13	3	0	
		[回答分布] n=29	21%	24%	45%	10%	0%
	中年層(40～64歳)	4	25	28	17	3	
		[回答分布] n=77	5%	32%	36%	22%	4%
女性	高齢層(65歳以上)	9	29	50	35	20	
		[回答分布] n=143	6%	20%	35%	24%	14%
	若年層(39歳以下)	20	30	7	5	1	
	[回答分布] n=63	32%	48%	11%	8%	2%	
女性	中年層(40～64歳)	35	51	22	11	3	
		[回答分布] n=122	29%	42%	18%	9%	2%
	高齢層(65歳以上)	17	50	24	17	23	
	[回答分布] n=131	13%	38%	18%	13%	18%	



④ f 我慢して待つ (男女別)

(人)

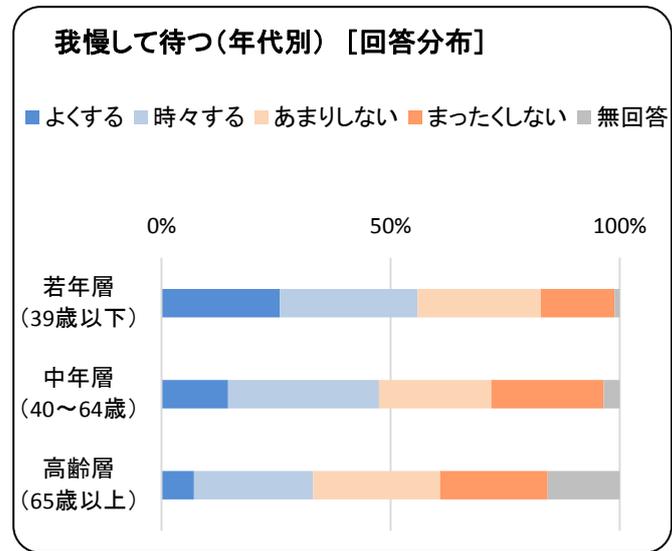
	よくする	時々する	あまりしない	まったくしない	無回答
計(性別不詳を含む)	74	167	152	130	53
男性 n=249	28	60	72	68	21
女性 n=317	45	106	78	61	27



⑤ f 我慢して待つ (年代別)

(人)

	よくする	時々する	あまりしない	まったくしない	無回答
計(年齢不詳を含む)	74	167	152	130	53
若年層 n=93 (39歳以下)	24	28	25	15	1
[回答分布]	26%	30%	27%	16%	1%
中年層 n=200 (40~64歳)	29	66	49	49	7
[回答分布]	15%	33%	25%	25%	4%
高齢層 n=281 (65歳以上)	20	73	78	66	44
[回答分布]	7%	26%	28%	23%	16%



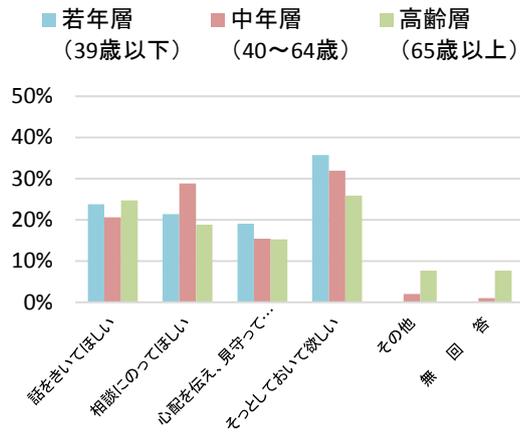
## 5 辛い時に周囲に期待する対応

問 あなたが悩みやストレスを感じている辛い時に、周囲の人にどのように対応してほしいですか。

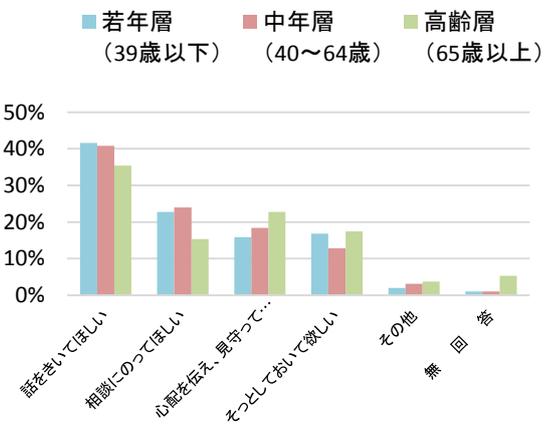
【複数回答】

		(人)					
		話をきいてほしい	相談にのってほしい	心配を伝え、見守ってほしい	ほっとしておいてほしい	その他	無回答
計(年齢不詳を含む)		267	173	145	166	31	32
男性	若年層 (39歳以下)	10	9	8	15	0	0
	[回答分布]n=29	34%	31%	28%	52%	0%	0%
	中年層 (40～64歳)	20	28	15	31	2	1
	[回答分布]n=77	26%	36%	19%	40%	3%	1%
	高齢層 (65歳以上)	42	32	26	44	13	13
	[回答分布]n=143	29%	22%	18%	31%	9%	9%
女性	若年層 (39歳以下)	43	24	16	17	2	1
	[回答分布]n=63	68%	38%	25%	27%	3%	2%
	中年層 (40～64歳)	80	47	36	25	6	2
	[回答分布]n=122	66%	39%	30%	20%	5%	2%
	高齢層 (65歳以上)	67	29	43	33	7	10
	[回答分布]n=131	51%	22%	33%	25%	5%	8%

辛い時にどう対応してほしいか(男性)  
[回答分布]



辛い時にどう対応してほしいか(女性)  
[回答分布]



## 6 相談すること

### (1) 能動的な行動

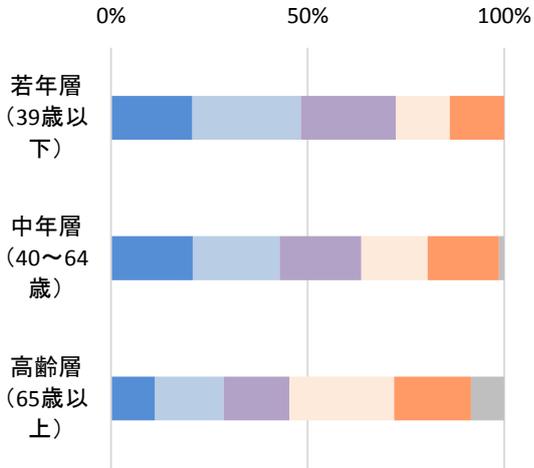
問 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。【各項目択一回答】

「a 助けを求めたり、誰かに相談したいと思う」

		(人)					
助けを求めたり相談をする		そう思う	ややそう思う	どちらともいえない	あまりそう思わない	そう思わない	無回答
計(年齢不詳を含む)		121	135	113	85	76	46
男性	若年層(39歳以下)	6	8	7	4	4	0
	[回答分布] n=29	21%	28%	24%	14%	14%	0%
	中年層(40~64歳)	16	17	16	13	14	1
	[回答分布] n=77	21%	22%	21%	17%	18%	1%
高年齢層(65歳以上)		16	25	24	38	28	12
	[回答分布] n=143	11%	17%	17%	27%	20%	8%
女性	若年層(39歳以下)	16	21	13	7	5	1
	[回答分布] n=63	25%	33%	21%	11%	8%	2%
	中年層(40~64歳)	42	34	26	7	10	3
[回答分布] n=122	34%	28%	21%	6%	8%	2%	
高年齢層(65歳以上)		24	27	26	15	14	25
[回答分布] n=131	18%	21%	20%	11%	11%	19%	

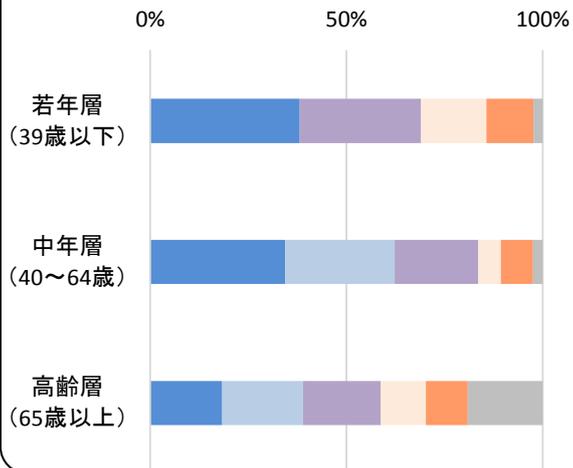
#### 助けを求めたい等思うか(男性)

■ そう思う  
■ ややそう思う  
■ どちらともいえない  
■ あまりそう思わない  
■ そう思わない  
■ 無回答



#### 助けを求めたい等思うか(女性)

■ そう思う  
■ ややそう思う  
■ どちらともいえない  
■ あまりそう思わない  
■ そう思わない  
■ 無回答



## (2) 心の扉1

問 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。【各項目択一回答】

「b 相手に心をひらくことは難しいと思う。」

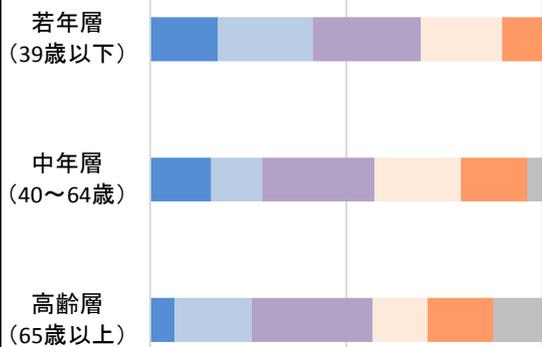
(人)

		そう思う	ややそう思う	どちらともいえない	あまりそう思わない	そう思わない	無回答
心をひらくことは難しい							
計(年齢不詳を含む)		64	114	157	86	95	60
男性	若年層(39歳以下)	5	7	8	6	3	0
	[回答分布] n=29	17%	24%	28%	21%	10%	0%
	中年層(40~64歳)	12	10	22	17	13	3
	[回答分布] n=77	16%	13%	29%	22%	17%	4%
女性	若年層(39歳以下)	11	17	18	7	9	1
	[回答分布] n=63	17%	27%	29%	11%	14%	2%
	中年層(40~64歳)	11	29	32	18	28	4
[回答分布] n=122	9%	24%	26%	15%	23%	3%	
女性	高齢層(65歳以上)	13	22	32	16	18	30
	[回答分布] n=131	10%	17%	24%	12%	14%	23%

### 心をひらくことは難しいと思うか(男性)

- そう思う
- ややそう思う
- どちらともいえない
- あまりそう思わない
- そう思わない
- 無回答

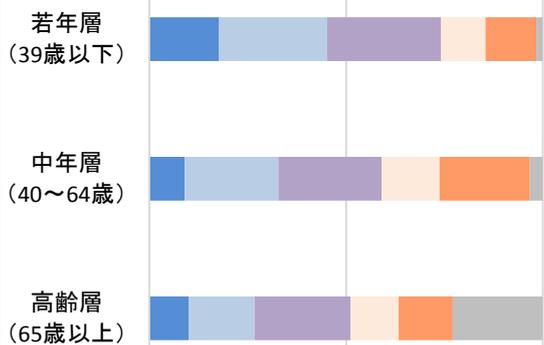
0% 50% 100%



### 心をひらくことは難しいと思うか(女性)

- そう思う
- ややそう思う
- どちらともいえない
- あまりそう思わない
- そう思わない
- 無回答

0% 50% 100%

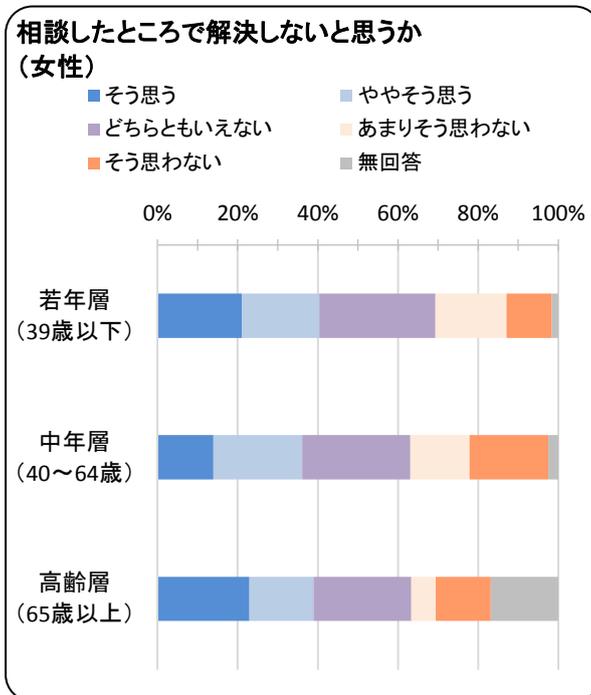
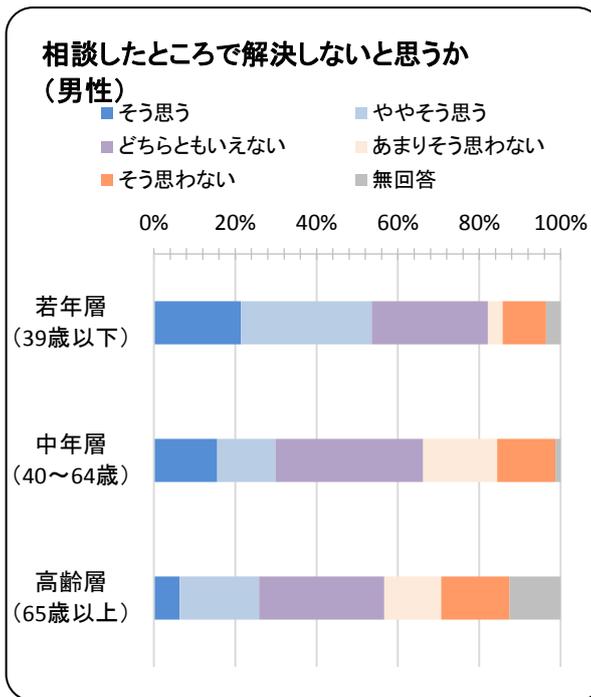


### (3) 心の扉2

問 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか。【各項目択一回答】  
「c 誰かに相談したところで解決しないと思う」

(人)

		そう思う	ややそう思う	どちらともいえない	あまりそう思わない	そう思わない	無回答
相談しても解決しない							
計(年齢不詳を含む)		111	106	157	65	89	48
男性	若年層(39歳以下)	6	9	8	1	4	1
	[回答分布] n=29	21%	31%	28%	3%	14%	3%
	中年層(40~64歳)	12	11	28	14	11	1
	[回答分布] n=77	16%	14%	36%	18%	14%	1%
女性	若年層(39歳以下)	13	12	19	11	7	1
	[回答分布] n=63	21%	19%	30%	17%	11%	2%
	中年層(40~64歳)	17	27	33	18	24	3
	[回答分布] n=122	14%	22%	27%	15%	20%	2%
	高齢層(65歳以上)	30	21	32	8	18	22
	[回答分布] n=131	23%	16%	24%	6%	14%	17%

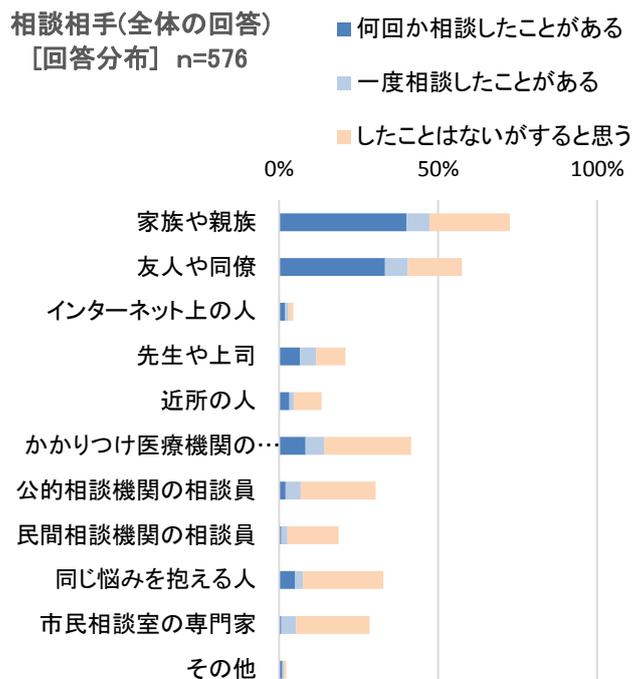


#### (4) 相談相手（全体の回答）

問 あなたは悩みやストレスを感じた時に、誰に相談していますか。【各項目択一回答】

	何回か相談したことがある	一度相談したことがある	したことはないがすると思う	相談しないと思う	無回答
家族や親族	231	41	146	112	46
友人や同僚	192	41	98	188	57
インターネット上の人	11	6	9	469	81
先生や上司	38	29	53	368	88
近所の人	19	8	50	429	70
かかりつけ医療機関の職員	48	34	157	262	75
公的相談機関の相談員	12	27	136	328	73
民間相談機関の相談員	4	11	93	390	78
同じ悩みを抱える人	29	14	146	311	76
市民相談室の専門家	4	27	133	333	79
その他	6	3	4	154	409

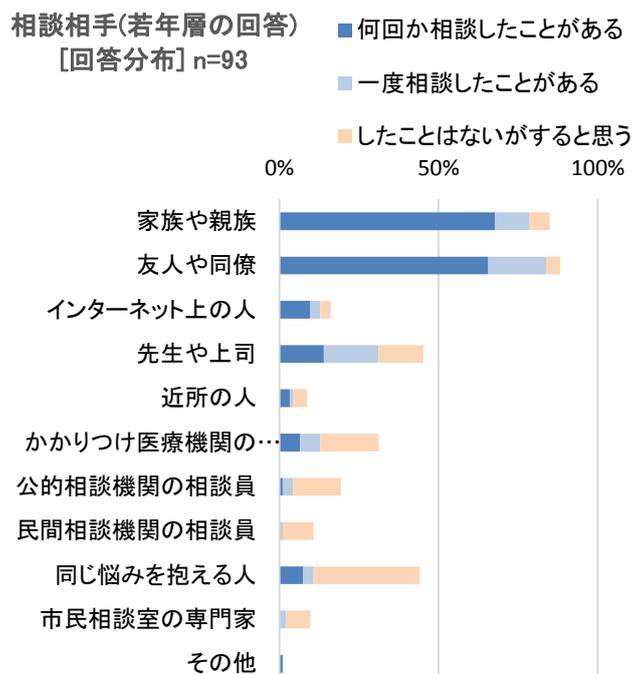
相談相手(全体の回答)  
[回答分布] n=576



#### ①相談相手（若年層の回答）

	何回か相談したことがある	一度相談したことがある	したことはないがすると思う	相談しないと思う	無回答
家族や親族	63	10	6	14	0
友人や同僚	61	17	4	11	0
インターネット上の人	9	3	3	78	0
先生や上司	13	16	13	51	0
近所の人	3	1	4	85	0
かかりつけ医療機関の職員	6	6	17	64	0
公的相談機関の相談員	1	3	14	75	0
民間相談機関の相談員	0	1	9	82	1
同じ悩みを抱える人	7	3	31	51	1
市民相談室の専門家	0	2	7	83	1
その他	1	0	0	41	51

相談相手(若年層の回答)  
[回答分布] n=93



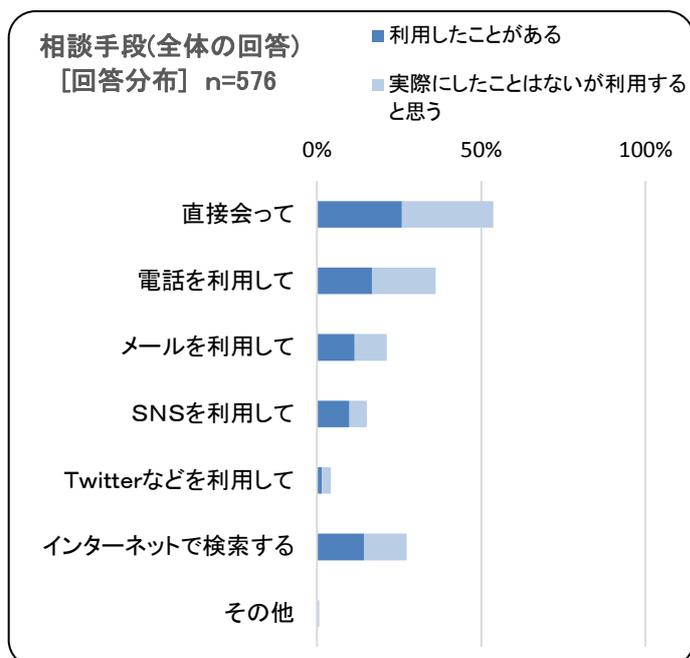
## (5) 悩みやストレスを感じた時どのように相談していますか

問 あなたは悩みやストレスを感じた時にどのような方法で相談していますか。

【各項目択一回答】

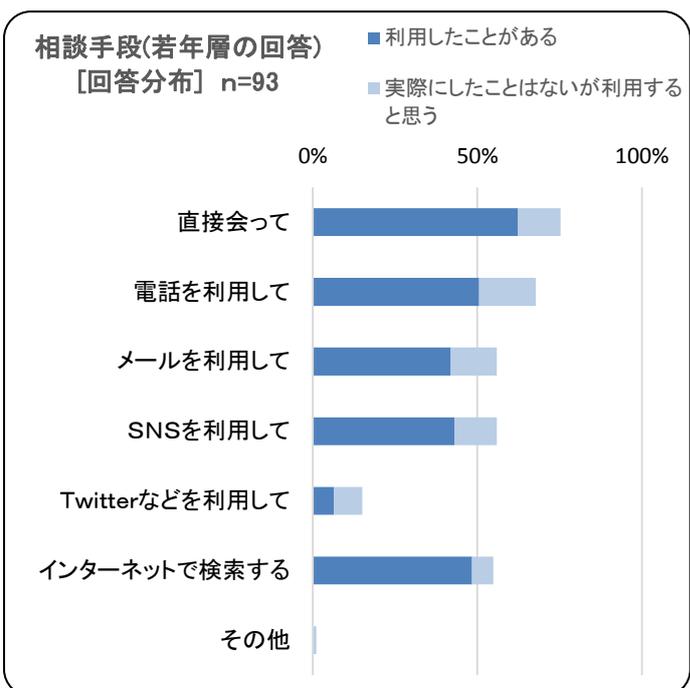
### ①相談の手段（全体の回答）

	(人)			無回答
	利用したことがある	実際にしたことはないが利用すると思う	利用しないと思う	
直接会って	149	160	216	51
電話を利用して	97	111	295	73
メールを利用して	66	56	374	80
SNSを利用して	57	30	401	88
Twitterなどを利用して	8	16	468	84
インターネットで検索する	82	75	336	83
その他	1	3	149	423



### ②相談の手段（若年層の回答）

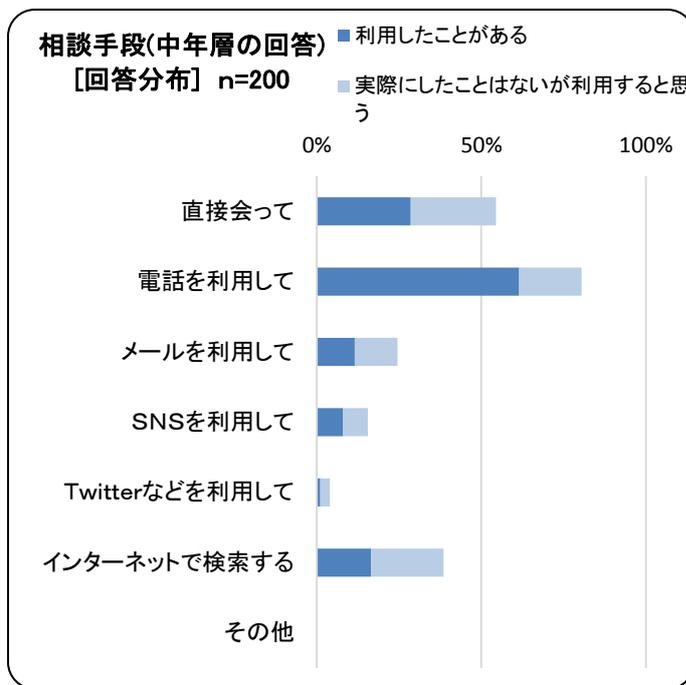
	(人)			無回答
	利用したことがある	実際にしたことはないが利用すると思う	利用しないと思う	
直接会って	58	12	23	0
電話を利用して	47	16	30	0
メールを利用して	39	13	41	0
SNSを利用して	40	12	41	0
Twitterなどを利用して	6	8	79	0
インターネットで検索する	45	6	41	1
その他	0	1	33	59



### ③相談の手段（中年層の回答）

(人)

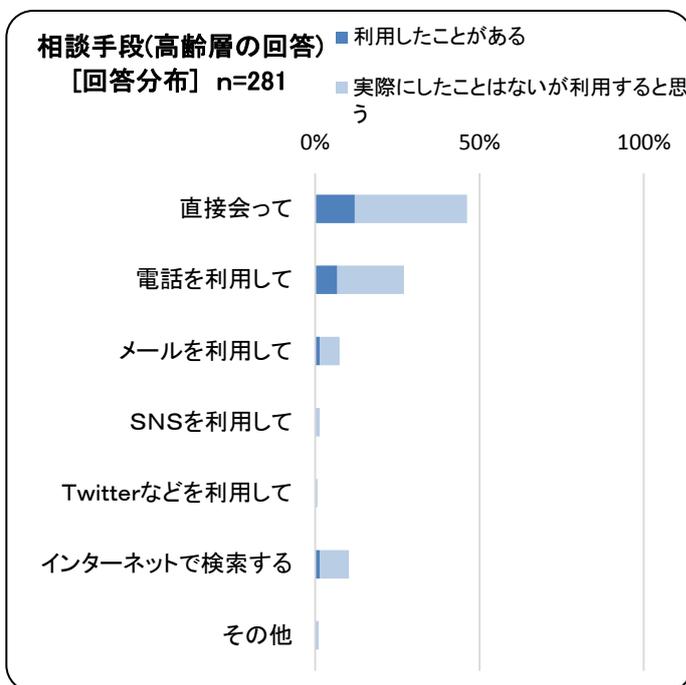
	利用したことがある	が実際に利用すると思う	利用しないと思う	無回答
直接会って	57	52	86	5
電話を利用して	123	38	31	8
メールを利用して	23	26	143	8
SNSを利用して	16	15	160	9
Twitterなどを利用して	2	6	184	8
インターネットで検索する	33	44	114	9
その他	0	0	64	136



### ④相談の手段（高齢層の回答）

(人)

	利用したことがある	が実際に利用すると思う	利用しないと思う	無回答
直接会って	34	96	107	44
電話を利用して	19	57	141	64
メールを利用して	4	17	189	71
SNSを利用して	1	3	199	78
Twitterなどを利用して	0	2	204	75
インターネットで検索する	4	25	180	72
その他	1	2	51	227



# 5 相談を受けること

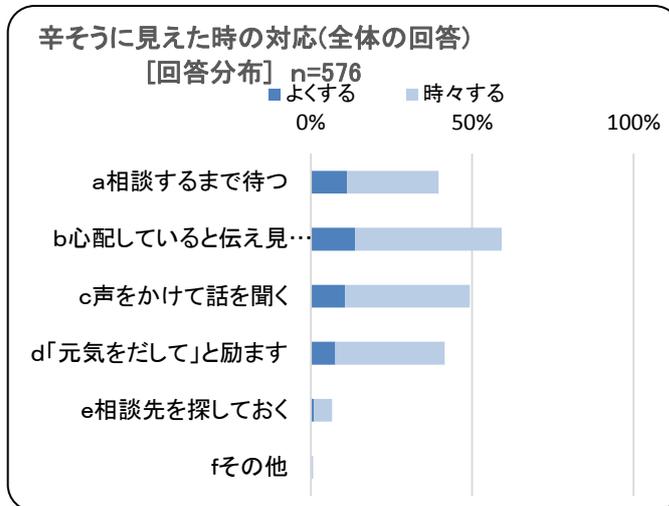
## 1 相談を受けることについて

問 理由は分からないけれども、身近な人がいつもと違った様子で辛そうに見えた時に、あなたはどうしますか【各項目択一回答】

### (1) 辛そうに見えた時の対応

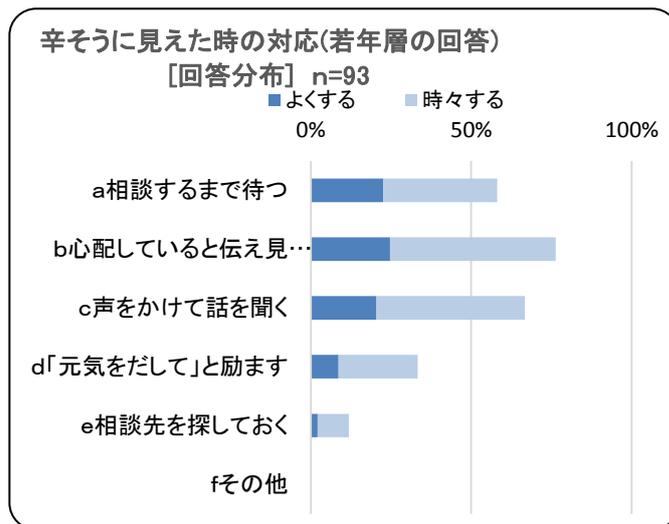
#### ①辛そうに見えた時の対応（全体の回答）

	(人)				
	よくする	時々する	あまりしない	しない	無回答
a相談するまで待つ	65	163	146	127	75
b心配していると伝え見守る	79	262	102	71	62
c声をかけて話を聞く	61	223	133	101	58
d「元気をだして」と励ます	44	195	138	134	65
e相談先を探しておく	6	32	97	362	79
fその他	1	3	6	124	442



#### ②辛そうに見えた時の対応（若年層の回答）

	(人)				
	よくする	時々する	あまりしない	しない	無回答
a相談するまで待つ	21	33	27	12	0
b心配していると伝え見守る	23	48	12	10	0
c声をかけて話を聞く	19	43	17	14	0
d「元気をだして」と励ます	8	23	36	26	0
e相談先を探しておく	2	9	11	71	0
fその他	0	0	2	33	58

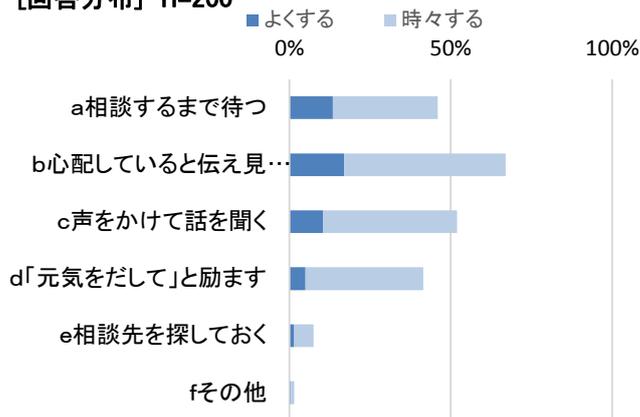


### ③辛そうに見えた時の対応（中年層の回答）

(人)

	よくする	時々する	あまりしない	しない	無回答
a相談するまで待つ	27	65	58	41	9
b心配していると伝え見守る	34	100	37	24	5
c声をかけて話を聞く	21	83	55	34	7
d「元気をだして」と励ます	10	73	52	57	8
e相談先を探しておく	3	12	36	141	8
fその他	1	2	2	53	142

辛そうに見えた時の対応(中年層の回答)  
[回答分布] n=200

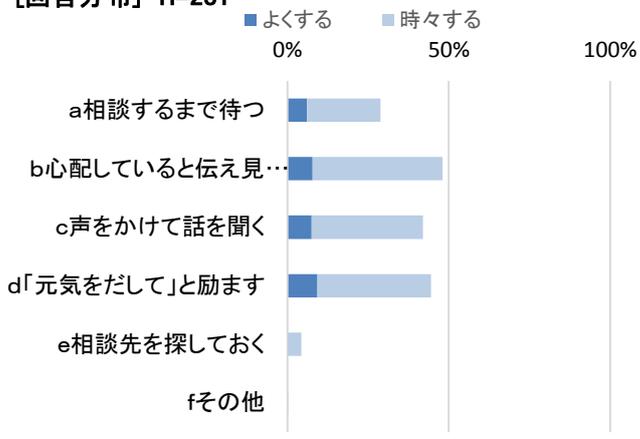


### ④辛そうに見えた時の対応（高齢層の回答）

(人)

	よくする	時々する	あまりしない	しない	無回答
a相談するまで待つ	17	64	61	74	65
b心配していると伝え見守る	22	113	53	37	56
c声をかけて話を聞く	21	97	60	53	50
d「元気をだして」と励ます	26	99	49	51	56
e相談先を探しておく	1	11	50	149	70
fその他	0	1	2	37	241

辛そうに見えた時の対応(高齢層の回答)  
[回答分布] n=281

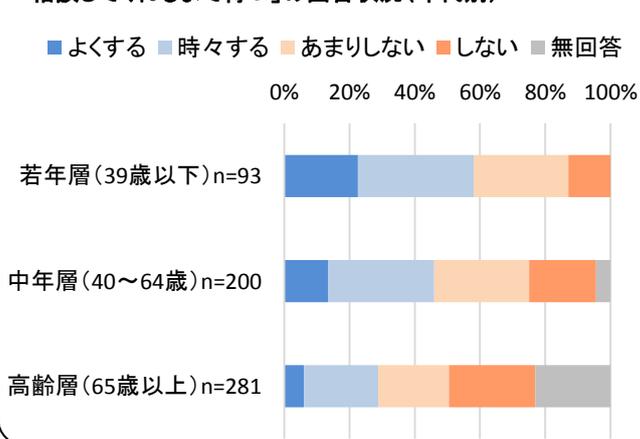


### (2) 「a相談してくれるまで待つ」の回答状況（年代別）

(人)

	よくする	時々する	あまりしない	しない	無回答
計(年齢不詳を含む)	65	163	146	127	75
若年層(39歳以下)n=93	21	33	27	12	0
中年層(40~64歳)n=200	27	65	58	41	9
高齢層(65歳以上)n=281	17	64	61	74	65

「相談してくれるまで待つ」の回答状況(年代別)



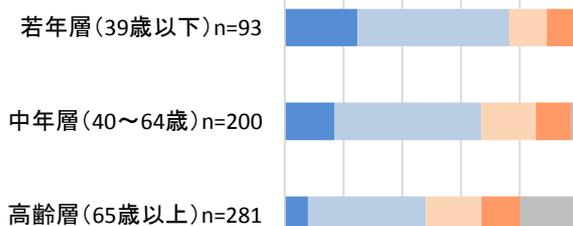
### (3) 「b心配していることを伝え見守る」の回答状況（年代別）

(人)

	よくする	時々する	あまりしない	しない	無回答
計(年齢不詳を含む)	79	262	102	71	62
若年層(39歳以下)n=93	23	48	12	10	0
中年層(40～64歳)n=200	34	100	37	24	5
高齢層(65歳以上)n=281	22	113	53	37	56

(6)「心配していることを伝え見守る」の回答状況

■よくする ■時々する ■あまりしない ■しない ■無回答  
0% 20% 40% 60% 80% 100%



### (4) 「c自分から声をかけ話を聞く」の回答状況（年代別）

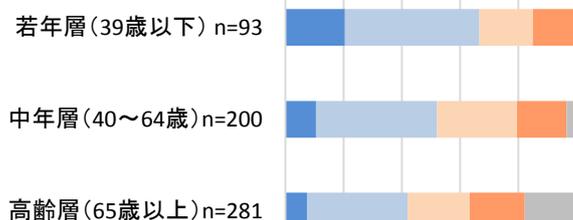
(人)

	よくする	時々する	あまりしない	しない	無回答
計(年齢不詳を含む)	61	223	133	101	58
若年層(39歳以下) n=93	19	43	17	14	0
中年層(40～64歳)n=200	21	83	55	34	7
高齢層(65歳以上)n=281	21	97	60	53	50

「自分から声をかけ話を聞く」の回答状況（年代別）

■よくする ■時々する ■あまりしない ■しない ■無回答

0% 20% 40% 60% 80% 100%



### (5) 「d元気を出してと励ます」の回答状況（年代別）

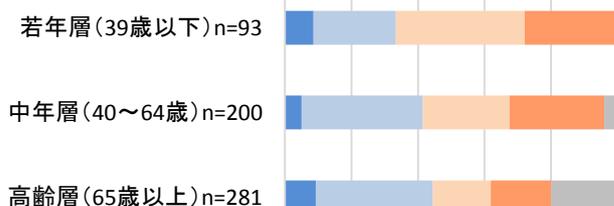
(人)

	よくする	時々する	あまりしない	しない	無回答
計(年齢不詳を含む)	44	195	138	134	65
若年層(39歳以下)n=93	8	23	36	26	0
中年層(40～64歳)n=200	10	73	52	57	8
高齢層(65歳以上)n=281	26	99	49	51	56

「元気を出してと励ます」の回答状況（年代別）

■よくする ■時々する ■あまりしない ■しない ■無回答

0% 20% 40% 60% 80% 100%



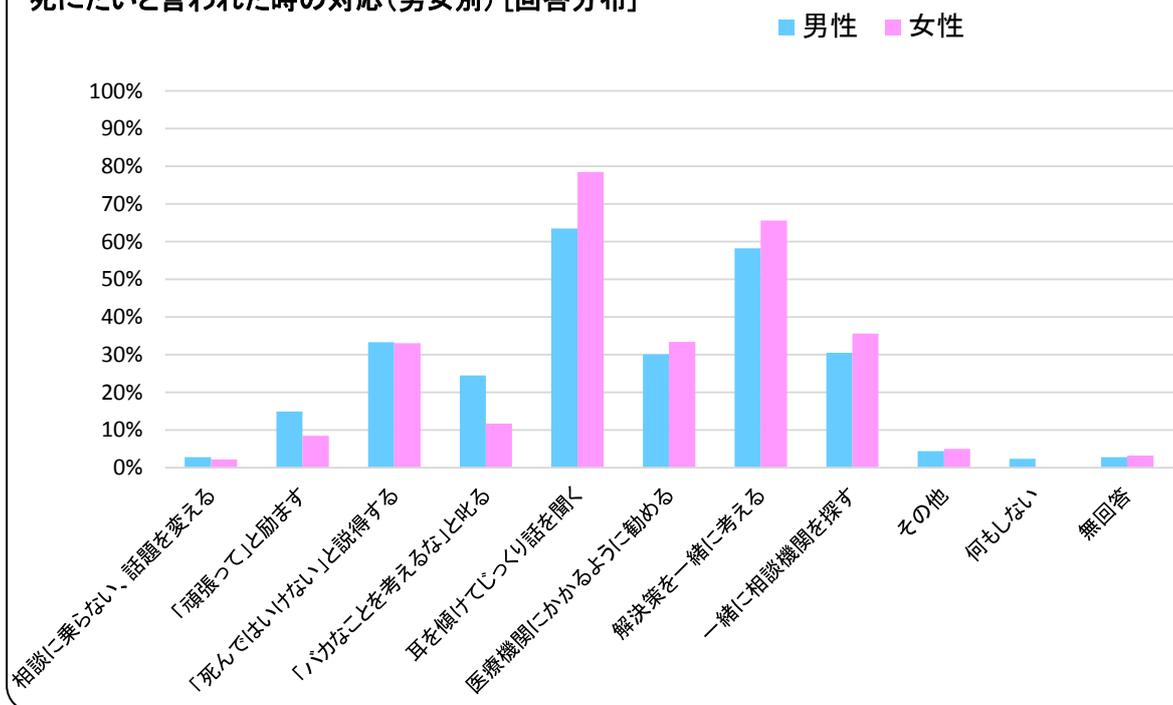
## 2 死にたいと打ち明けられたら

問 もし身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、あなたはどのように対応しますか【複数回答】

### (1) 死にたいと言われた時の対応（男女別）

	相談に乗らない、話題を変える	「頑張って」と励ます	「死んではいけない」と説得する	「バカなことを考えるな」と叱る	耳を傾けてじっくり話を聞く	医療機関にかかるように勧める	解決策を一緒に考える	一緒に相談機関を探す	その他	何もしない	無回答
計（性別不詳を含む）	15人	66人	193人	99人	413人	184人	358人	191人	28人	8人	17人
[回答分布]	3%	12%	34%	17%	72%	32%	62%	33%	5%	1%	3%
男性 [回答分布] n=249	7人 3%	37人 15%	83人 33%	61人 24%	158人 63%	75人 30%	145人 58%	76人 31%	11人 4%	6人 2%	7人 3%
女性 [回答分布] n=317	7人 2%	27人 9%	105人 33%	37人 12%	249人 79%	106人 33%	208人 66%	113人 36%	16人 5%	2人 1%	10人 3%

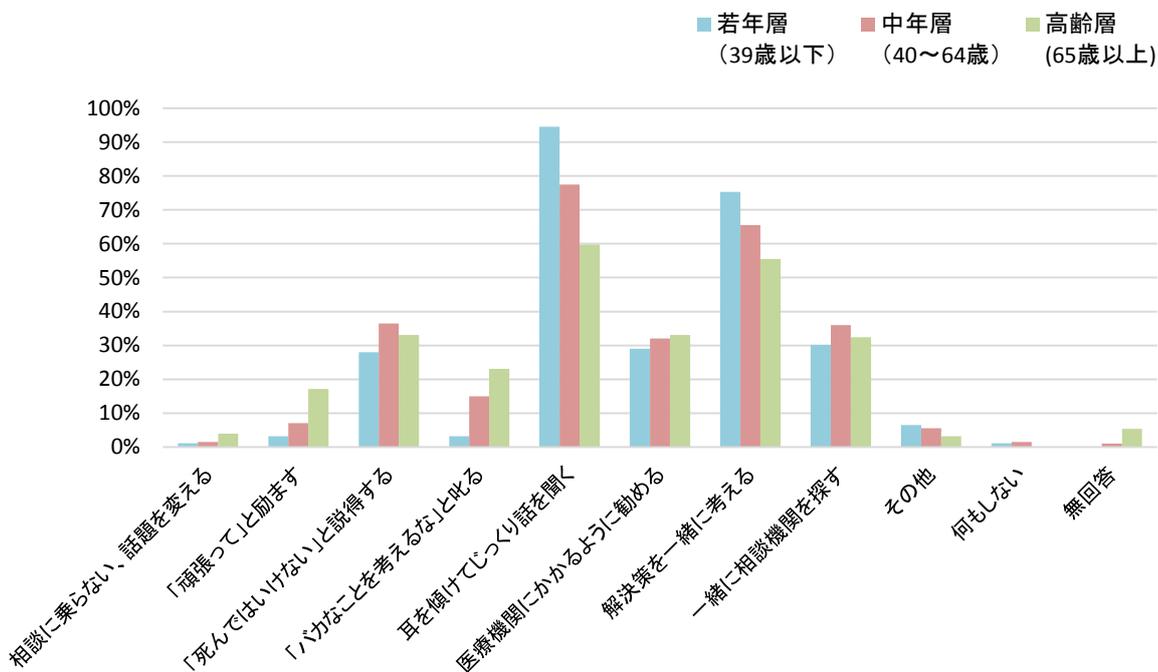
死にたいと言われた時の対応（男女別） [回答分布]



## (2) 死にたいと言われた時の対応（年代別）

	相談に乗らない、話題を変える	「頑張って」と励ます	「死んではいけない」と説得する	「バカなことを考えるな」と叱る	耳を傾けてじっくり話を聞く	医療機関にかかるように勧める	解決策を一緒に考える	一緒に相談機関を探す	その他	何もしない	無回答
計(年齢不詳を含む)	15人	66人	193人	99人	413人	184人	358人	191人	28人	8人	17人
[回答分布]	3%	12%	34%	17%	72%	32%	62%	33%	5%	1%	3%
若年層(39歳以下)	1人	3人	26人	3人	88人	27人	70人	28人	6人	1人	0人
[回答分布] n=93	1%	3%	28%	3%	95%	29%	75%	30%	6%	1%	0%
中年層(40～64歳)	3人	14人	73人	30人	155人	64人	131人	72人	11人	3人	2人
[回答分布] n=200	2%	7%	37%	15%	78%	32%	66%	36%	6%	2%	1%
高齢層(65歳以上)	11人	48人	93人	65人	168人	93人	156人	91人	9人	4人	15人
[回答分布]n=281	4%	17%	33%	23%	60%	33%	56%	32%	3%	1%	5%

死にたいと言われた時の対応(年代別)の回答分布



# 6 自殺に関すること

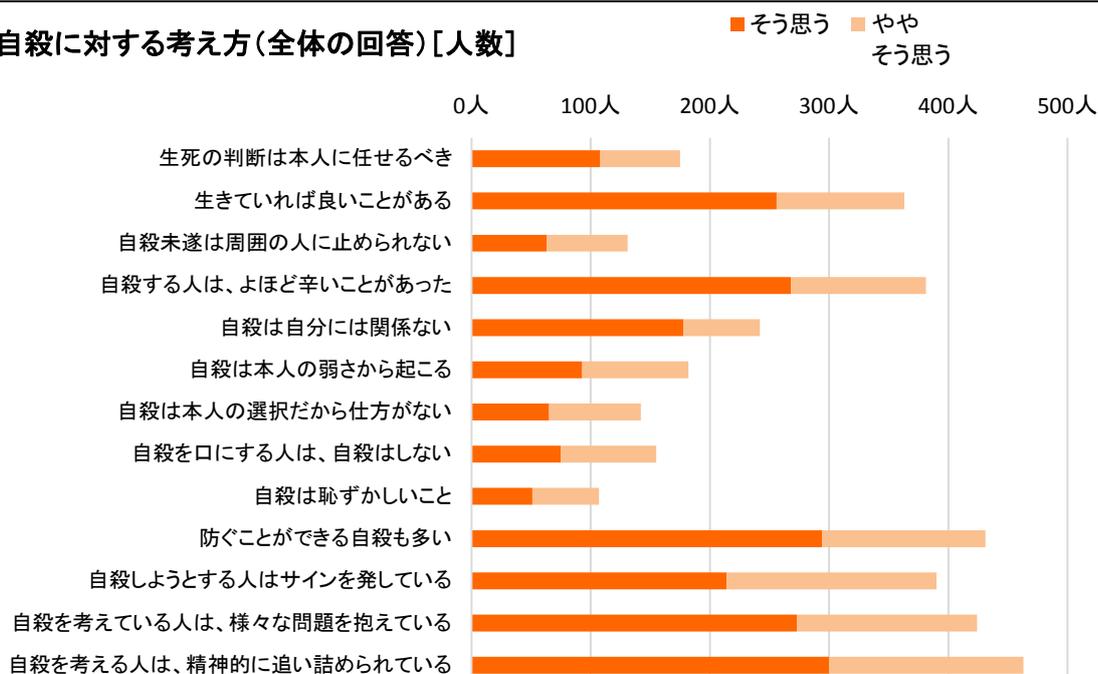
## 1 自殺に対する考え方

問 あなたは「自殺」についてどのように思いますか 【各項目択一回答】

(1) 自殺に対する考え方（全体の回答）

自殺に対する考え						(人)
	そう思う	やや思う	いどちらもない	あまり思わない	そう思わない	無回答
生死の判断は本人に任せるべき	108人	67人	137人	45人	156人	63人
生きていれば良いことがある	256人	107人	123人	24人	19人	47人
自殺未遂は周囲の人に止められない	63人	68人	156人	81人	147人	61人
自殺する人は、よほど辛いことがあった	268人	113人	99人	21人	20人	55人
自殺は自分には関係ない	178人	64人	138人	52人	81人	63人
自殺は本人の弱さから起こる	93人	89人	178人	59人	104人	53人
自殺は本人の選択だから仕方がない	65人	77人	144人	72人	157人	61人
自殺を口にする人は、自殺はしない	75人	80人	236人	47人	77人	61人
自殺は恥ずかしいこと	51人	56人	197人	55人	160人	57人
防ぐことができる自殺も多い	294人	137人	70人	10人	9人	56人
自殺しようとする人はサインを発している	214人	176人	105人	11人	15人	55人
自殺を考えている人は、様々な問題を抱えている	273人	151人	88人	11人	4人	49人
自殺を考える人は、精神的に追い詰められている	300人	163人	54人	3人	6人	50人

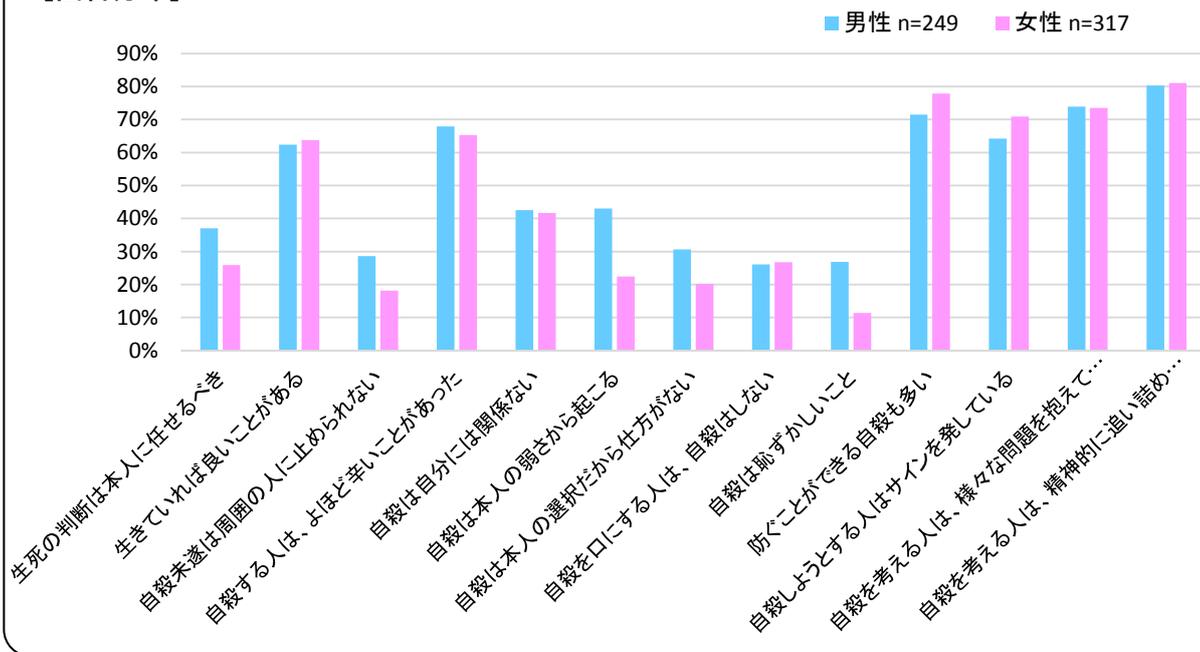
自殺に対する考え方(全体の回答)[人数]



(2) 自殺に関する各質問に対する「そう思う」「ややそう思う」の回答状況(男女別)

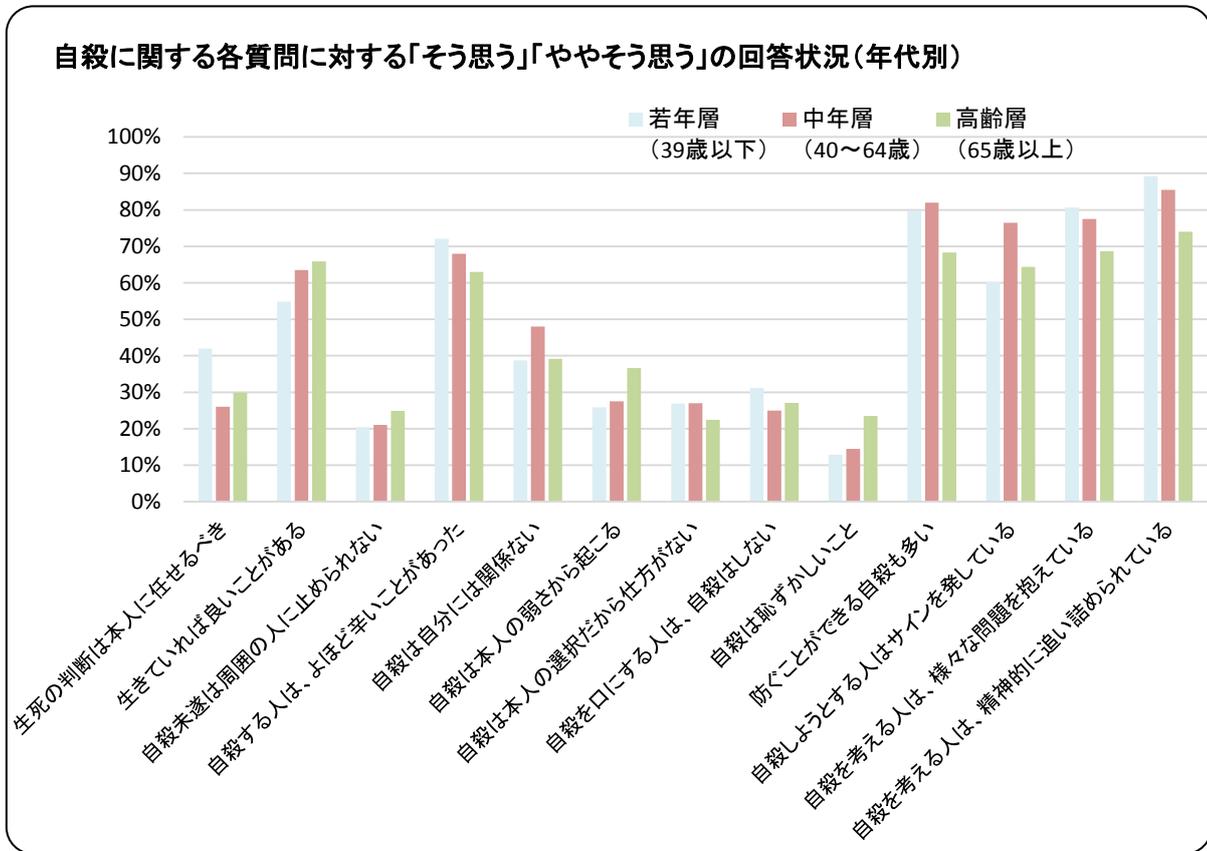
	生死の判断は本人に任せるべき	生きていければ良いことがある	自殺未遂は周囲の人に止められない	自殺する人は、よほど辛いことがあった	自殺は自分には関係ない	自殺は本人の弱さから起こる	自殺は本人の選択だから仕方がない	自殺を口にする人は、自殺はしない	自殺は恥ずかしいこと	防ぐことができる自殺も多い	自殺しようとする人はサインを発している	自殺を考える人は、様々な問題を抱えている	自殺を考える人は、精神的に追い詰められている
男性 n=249	37.0%	62.4%	28.6%	67.9%	42.5%	43.0%	30.6%	26.1%	26.9%	71.5%	64.2%	73.9%	80.3%
女性 n=317	25.9%	63.7%	18.2%	65.3%	41.7%	22.4%	20.2%	26.8%	11.4%	77.9%	70.9%	73.5%	81.1%

自殺に関する各質問に対する「そう思う」「ややそう思う」の回答状況(男女別)  
[回答分布]



(3) 自殺に関する各質問に対する「そう思う」「ややそう思う」の回答状況(年代別)

	生死の判断は本人に任せべき	生きていれば良いことがある	自殺未遂は周囲の人に止められない	自殺する人は、よほど辛いことがあった	自殺は自分には関係ない	自殺は本人の弱さから起こる	自殺は本人の選択だから仕方がない	自殺を口にする人は、自殺はしない	自殺は恥ずかしいこと	防ぐことができる自殺も多い	自殺しようとする人はサインを発している	自殺を考える人は、様々な問題を抱えている	自殺を考える人は、精神的に追い詰められている
若年層(39歳以下) n=93	41.9%	54.8%	20.4%	72.0%	38.7%	25.8%	26.9%	31.2%	12.9%	79.6%	60.2%	80.6%	89.2%
中年層(40~64歳) n=200	26.0%	63.5%	21.0%	68.0%	48.0%	27.5%	27.0%	25.0%	14.5%	82.0%	76.5%	77.5%	85.5%
高齢層(65歳以上) n=281	29.9%	65.8%	24.9%	63.0%	39.1%	36.7%	22.4%	27.0%	23.5%	68.3%	64.4%	68.7%	74.0%



# 7 自殺対策

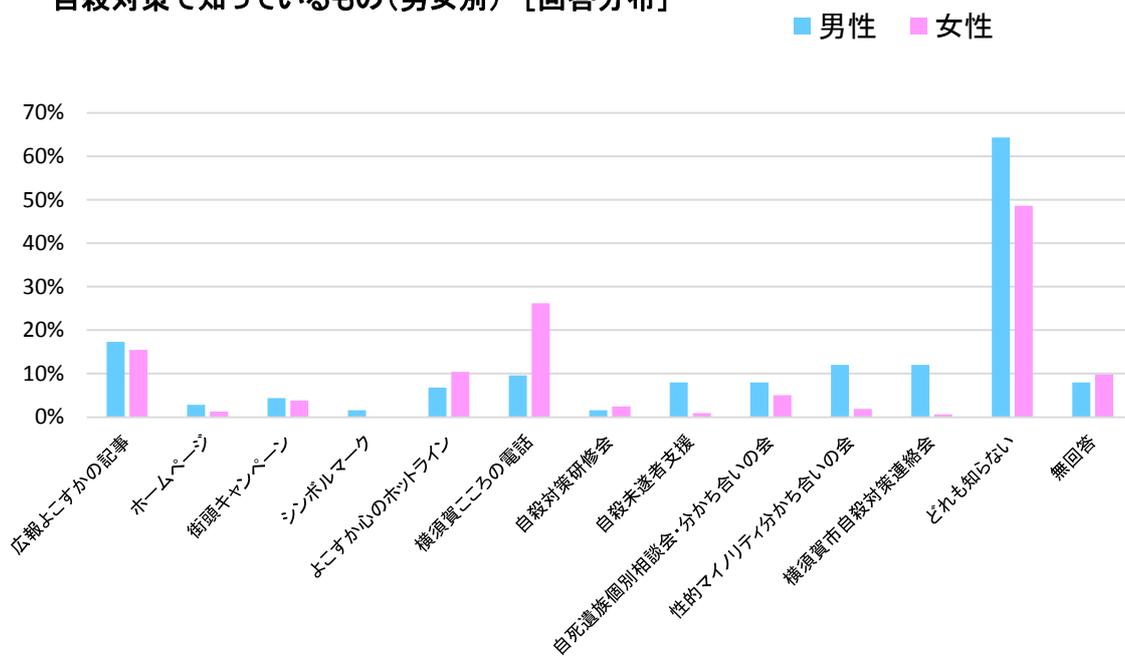
## 1 自殺対策

問 横須賀市の自殺対策で知っているものはありますか。【複数回答】

(1) 自殺対策で知っているもの(男女別)

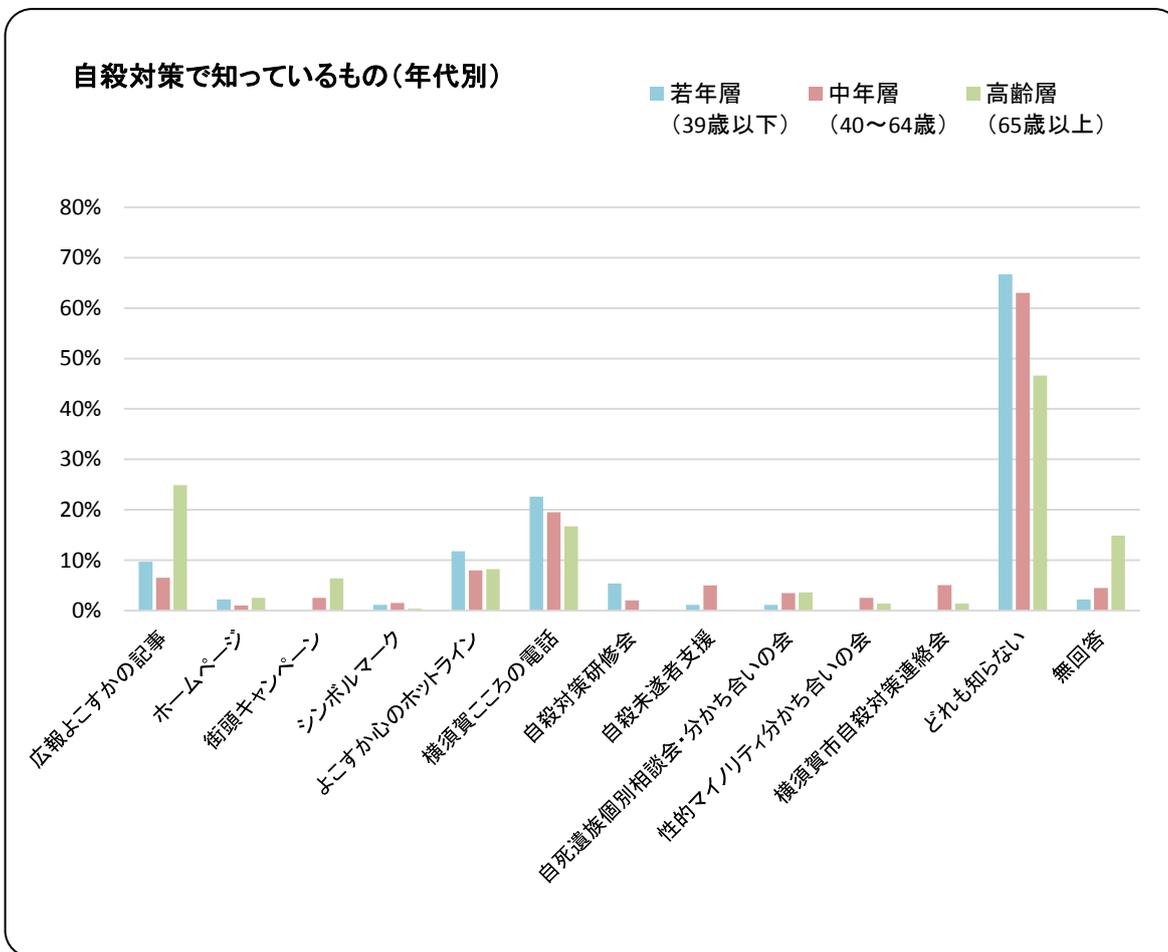
	広報よこすかの記事	ホームページ	街頭キャンペーン	シンボルマーク	よこすか心のホットライン	横須賀こころの電話	自殺対策研修会	自殺未遂者支援	自死遺族相談会・分かち合いの会	性的マイノリティ分かち合いの会	横須賀市自殺対策連絡会	どれも知らない	無回答
計(性別不詳を含む) [回答分布]n=576	92人 16%	11人 2%	23人 4%	5人 1%	51人 9%	107人 19%	13人 2%	5人 1%	18人 3%	9人 2%	5人 1%	319人 55%	54人 9%
男性 [回答分布]n=249	43人 17%	7人 3%	11人 4%	4人 2%	17人 7%	24人 10%	4人 2%	2人 1%	2人 1%	3人 1%	3人 1%	160人 64%	20人 8%
女性 [回答分布]n=317	49人 15%	4人 1%	12人 4%	0人 0%	33人 10%	83人 26%	8人 3%	3人 1%	16人 5%	6人 2%	2人 1%	154人 49%	31人 10%

自殺対策で知っているもの(男女別) [回答分布]



## (2) 自殺対策で知っているもの(年代別)

	広報よこすかの記事	ホームページ	街頭キャンペーン	シンボルマーク	よこすか心のホットライン	横須賀こころの電話	自殺対策研修会	自殺未遂者支援	自死遺族相談会・分かち合いの会	性的マイノリティ分かち合いの会	横須賀市自殺対策連絡会	どれも知らない	無回答
計(年齢不詳を含む) [回答分布] n=576	92人 16%	11人 2%	23人 4%	5人 1%	50人 9%	107人 19%	13人 2%	5人 1%	18人 3%	9人 2%	5人 1%	319人 55%	53人 9%
若年層(39歳以下) [回答分布] n=93	9人 10%	2人 2%	0人 0%	1人 1%	11人 12%	21人 23%	5人 5%	1人 1%	1人 1%	0人 0%	0人 0%	62人 67%	2人 2%
中年層(40~64歳) [回答分布] n=200	13人 7%	2人 1%	5人 3%	3人 2%	16人 8%	39人 20%	4人 2%	1人 1%	7人 4%	5人 3%	1人 1%	126人 63%	9人 5%
高齢層(65歳以上) [回答分布] n=281	70人 25%	7人 3%	18人 6%	1人 0%	23人 8%	47人 17%	4人 1%	3人 1%	10人 4%	4人 1%	4人 1%	131人 47%	42人 15%



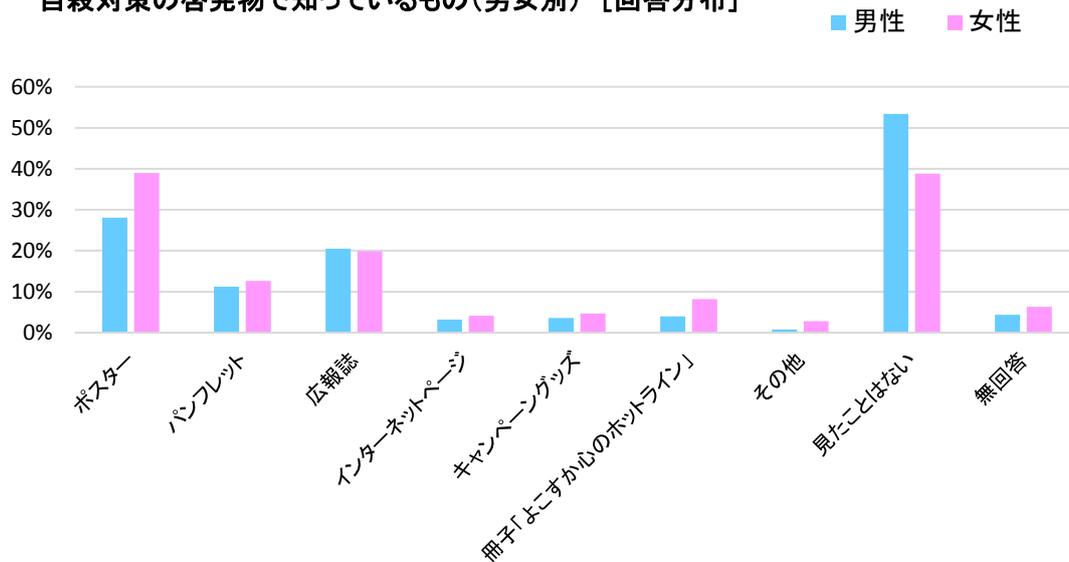
## 2 自殺対策（啓発物）

問 あなたはこれまでに自殺対策に関する市の啓発物を見たことがありますか。  
【複数回答】

### （1）男女別

	ポスター	パンフレット	広報誌	インターネットページ	キャンペーングッズ	冊子「よこすか心のホットライン」	その他	見たことはない	無回答
計（性別不詳を含む） [回答分布]n=576	196人 34%	69人 12%	116人 20%	22人 4%	24人 4%	37人 6%	11人 2%	261人 45%	33人 6%
男性 [回答分布]n=249	70人 28%	28人 11%	51人 20%	8人 3%	9人 4%	10人 4%	2人 1%	133人 53%	11人 4%
女性 [回答分布]n=317	124人 39%	40人 13%	63人 20%	13人 4%	15人 5%	26人 8%	9人 3%	123人 39%	20人 6%

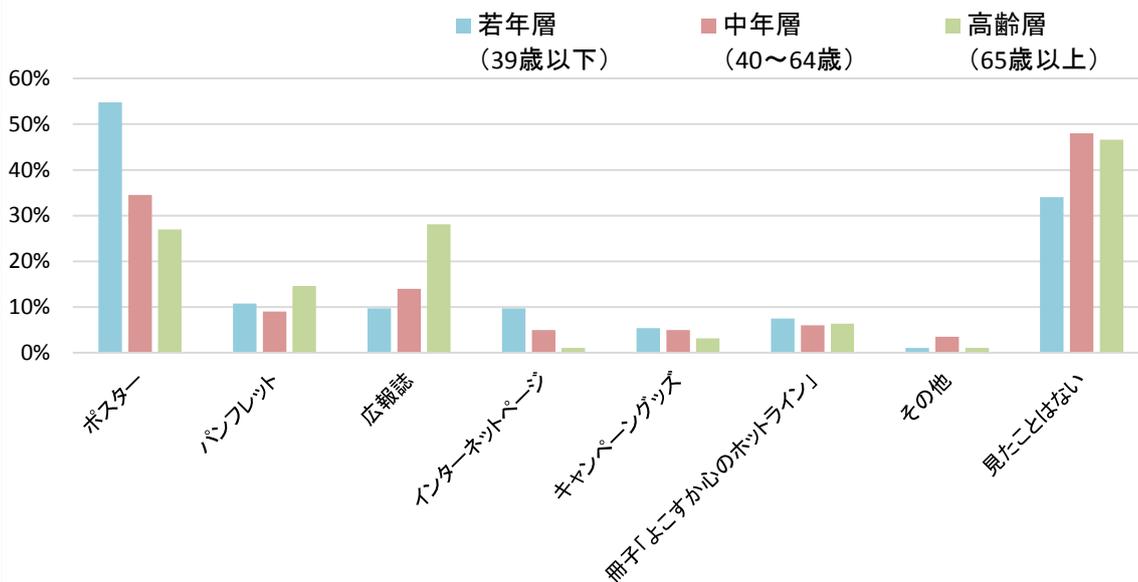
自殺対策の啓発物で知っているもの（男女別） [回答分布]



(2) 年代別

	ポスター	パンフレット	広報誌	インターネットページ	キャンペーングッズ	冊子「よこすか心のホットライン」	その他	見たことはない	無回答
計(年齢不詳を含む) [回答分布] n=576	196人 34%	69人 12%	116人 20%	22人 4%	24人 4%	37人 6%	11人 2%	261人 45%	33人 6%
若年層(39歳以下) [回答分布] n=93	51人 55%	10人 11%	9人 10%	9人 10%	5人 5%	7人 8%	1人 1%	32人 34%	1人 1%
中年層(40～64歳) [回答分布] n=200	69人 35%	18人 9%	28人 14%	10人 5%	10人 5%	12人 6%	7人 4%	96人 48%	6人 3%
高齢層(65歳以上) [回答分布] n=281	76人 27%	41人 15%	79人 28%	3人 1%	9人 3%	18人 6%	3人 1%	131人 47%	26人 9%

自殺対策の啓発物で知っているもの(年代別) [回答分布]

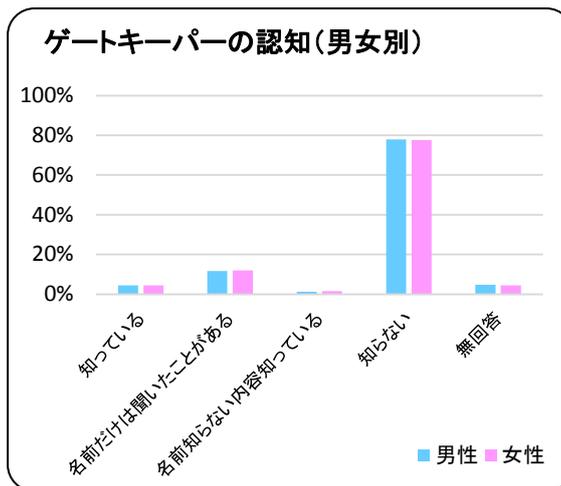


### 3 ゲートキーパー

問 ゲートキーパーについてご存知ですか 【択一回答】

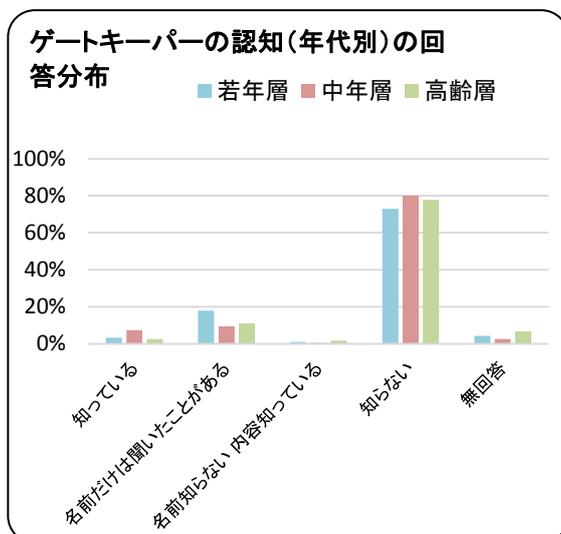
#### (1) ゲートキーパーの認知度（男女別）

ゲートキーパーについて知っているか	(人)				
	知っている	名前だけ聞いたことがある	名前を知っているが内容は知らない	知らない	無回答
計(性別不詳を含む)	25	68	8	447	28
男性 n=249	11	29	3	194	12
女性 n=317	14	38	5	246	14



#### (2) ゲートキーパーの認知度（年代別）

ゲートキーパーについて知っているか	(人)				
	知っている	名前だけ聞いたことがある	名前を知っているが内容は知らない	知らない	無回答
計(年齢不詳を含む)	25	68	8	447	28
若年層(39歳以下) n=93	3	17	1	68	4
中年層(40~64歳) n=200	15	19	1	160	5
高齢層(65歳以上) n=281	7	31	5	219	19

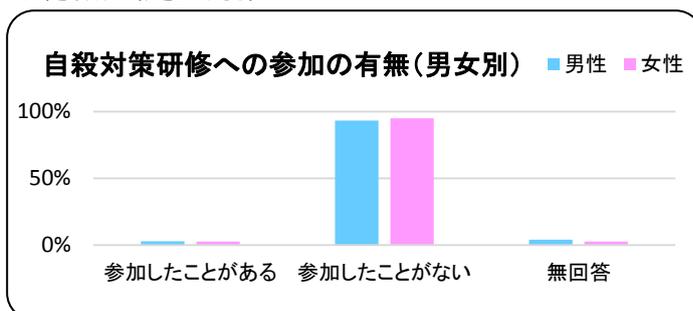


### 4 自殺対策の研修会等に参加したことがありますか

問 自殺対策に関する講演会や講習会に参加したことがありますか。【択一回答】

#### (1) 自殺対策研修への参加の有無（男女別）

自殺対策の研修会等への参加	(人)		
	ある	ない	無回答
計(性別不詳を含む)	16	540	20
男性 n=249	7	232	10
女性 n=317	8	301	8

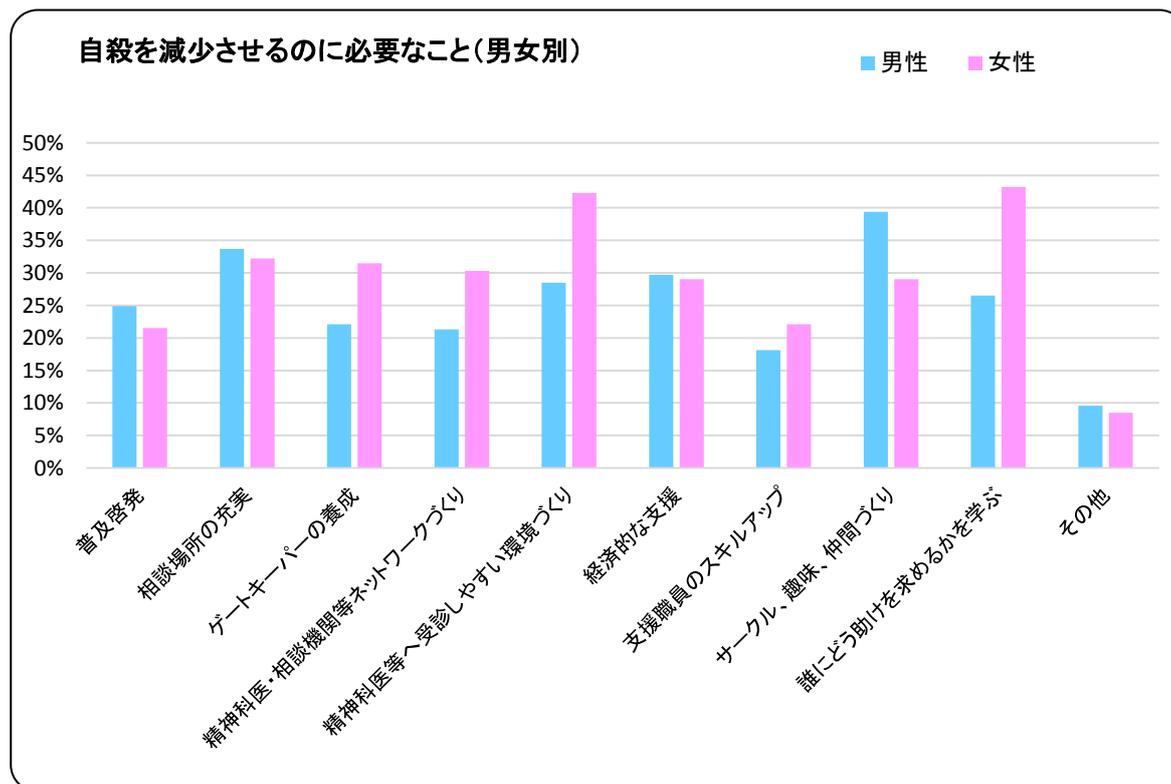


## 5 自殺を減少させるために重要なこと

問 自殺を減少させるために重要と思われることは何だと思えますか 【複数回答】

(1) 自殺を減少させるのに必要なこと(男女別)

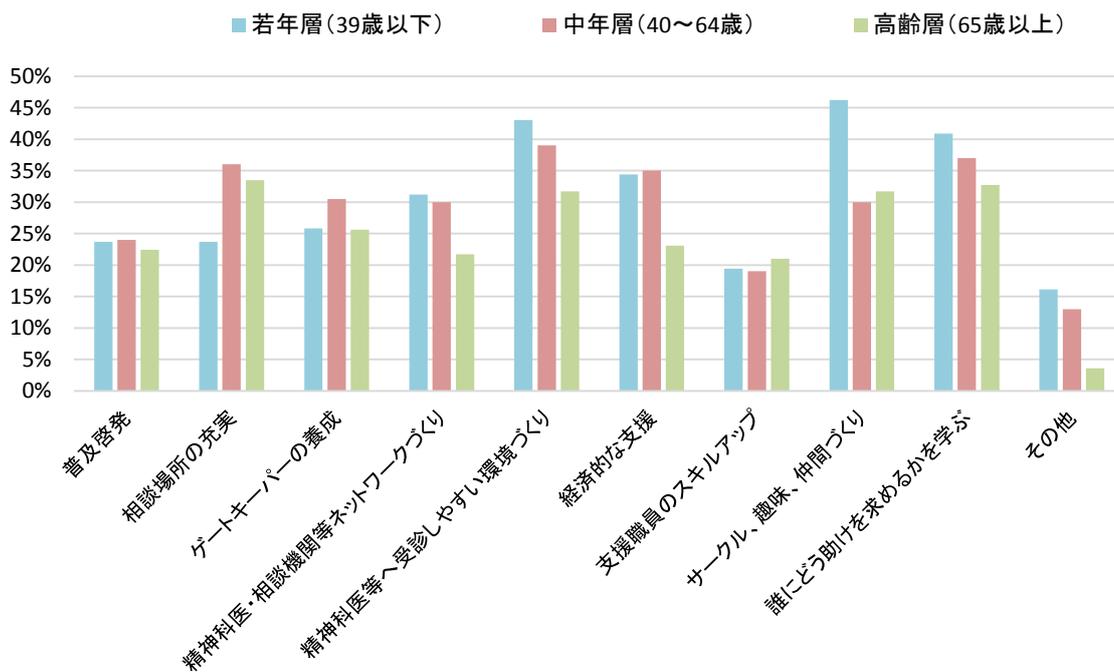
	普及啓発	相談場所の充実	ゲートキーパーの養成	精神科医・相談機関等ネットワークづくり	精神科医等へ受診しやすい環境づくり	経済的な支援	支援職員のスキルアップ	サークル、趣味、仲間づくり	誰にどう助けを求めるかを学ぶ	その他
計(性別不詳を含む) [回答分布] n=576	134人 23%	189人 33%	157人 27%	151人 26%	209人 36%	168人 29%	116人 20%	193人 34%	204人 35%	51人 9%
男性 [回答分布] n=249	62人 25%	84人 34%	55人 22%	53人 21%	71人 29%	74人 30%	45人 18%	98人 39%	66人 27%	24人 10%
女性 [回答分布] n=317	68人 21%	102人 32%	100人 32%	96人 30%	134人 42%	92人 29%	70人 22%	92人 29%	137人 43%	27人 9%



## (2) 自殺を減少させるのに必要なこと（年代別）

	普及啓発	相談場所の充実	ゲートキーパーの養成	精神科医・相談機関等ネットワークづくり	精神科医等へ受診しやすい環境づくり	経済的な支援	支援職員のスキルアップ	サークル、趣味、仲間づくり	誰にどう助けを求めるかを学ぶ	その他
計(年齢不詳を含む) [回答分布] n=576	134人 23%	189人 33%	157人 27%	151人 26%	209人 36%	168人 29%	116人 20%	193人 34%	204人 35%	51人 9%
若年層(39歳以下) [回答分布] n=93	22人 24%	22人 24%	24人 26%	29人 31%	40人 43%	32人 34%	18人 19%	43人 46%	38人 41%	15人 16%
中年層(40～64歳) [回答分布] n=200	48人 24%	72人 36%	61人 31%	60人 30%	78人 39%	70人 35%	38人 19%	60人 30%	74人 37%	26人 13%
高齢層(65歳以上) [回答分布] n=281	63人 22%	94人 34%	72人 26%	61人 22%	89人 32%	65人 23%	59人 21%	89人 32%	92人 33%	10人 4%

自殺を減少させるのに必要なこと(年代別)



## 8 自死遺族支援

### 1 身近な人の自殺（自死）経験

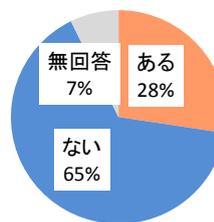
問 あなたは身近な人を自殺(自死)で亡くしたことがありますか【複数回答】

(1) 身近な人の自殺（自死）経験の有無 n=576

(人)

経験の有無	人数	比率
ある	158	27.4%
ない	376	65.3%
無回答	42	7.3%

身近な方の自殺(自死)  
経験の有無  
[回答分布]



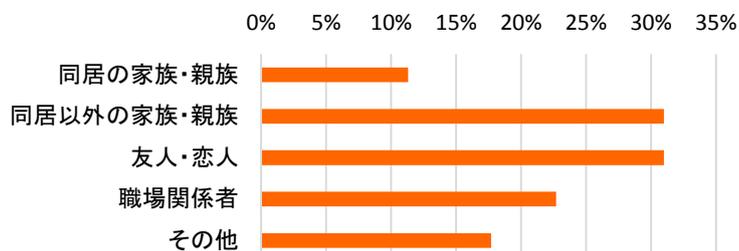
(2) 自殺(自死) した方との関係 n=158

「(1)である」と回答した方 (人)

	人数	比率
同居の家族・親族	18	11.3%
同居以外の家族・親族	49	31.0%
友人・恋人	49	31.0%
職場関係者	36	22.7%
その他	28	17.7%

自殺(自死)をした方との関係性[回答分布]

n=158



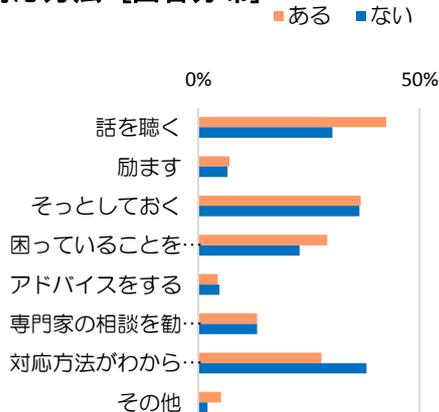
## 2 身近な人の自殺（自死）経験による比較

### (1) 身近な人を自殺（自死）で亡くした人への対応方法

問 身近な人を自殺（自死）で亡くした方がいたら、どのように対応しますか  
【複数回答】

身近な人を自殺（自死）で亡くした経験の有無	ある n=158		ない n=376	
	人数	比率	人数	比率
話を聴く	67人	42.4%	114人	30.3%
励ます	11人	7.0%	25人	6.6%
そっとしておく	58人	36.7%	137人	36.4%
困っていることを尋ねる	46人	29.1%	86人	22.9%
アドバイスをする	7人	4.4%	18人	4.8%
専門家の相談を勧める	21人	13.3%	50人	13.3%
対応方法がわからない	44人	27.8%	143人	38.0%
その他	8人	5.1%	8人	2.1%

自殺(自死)で亡くした方への対応方法 [回答分布]

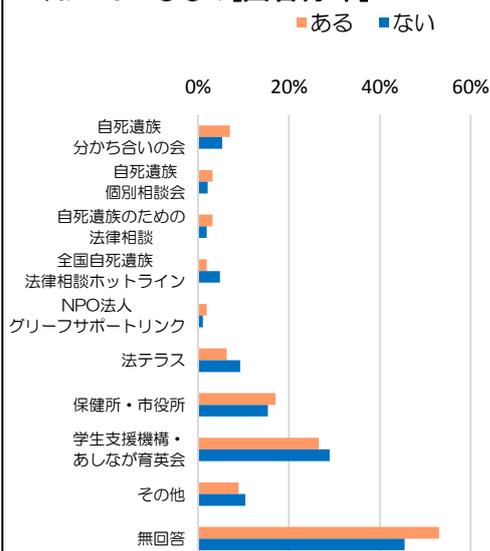


### (2) 自死遺族を支える活動について知っているものがありますか

問 自死遺族を支える活動について知っているものがありますか 【複数回答】

身近な人を自殺（自死）で亡くした経験の有無	ある n=158		ない n=376	
	人数	比率	人数	比率
自死遺族分かち合いの会	11人	7.0%	20人	5.3%
自死遺族個別相談会	5人	3.2%	8人	2.1%
自死遺族のための法律相談	5人	3.2%	7人	1.9%
全国自死遺族法律相談ホットライン	3人	1.9%	18人	4.8%
NPO法人グリーフサポートリンク	3人	1.9%	4人	1.1%
法テラス	10人	6.3%	35人	9.3%
保健所・市役所	27人	17.1%	58人	15.4%
学生支援機構・あしなが育英会	42人	26.6%	109人	29.0%
その他	14人	8.9%	39人	10.4%
無回答	84人	53.2%	171人	45.5%

自死遺族の支援活動について知っているもの[回答分布]



### (3) 身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応

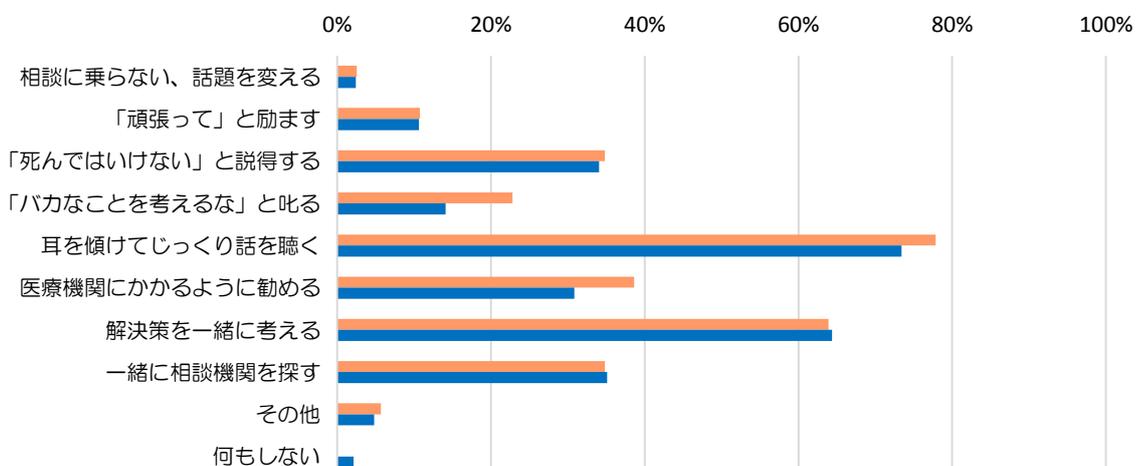
問 もし身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、どのように対応しますか

【複数回答】

身近な人を自殺(自死)で亡くした経験の有無	ある n=158		ない n=376	
	人数	比率	人数	比率
相談に乗らない、話題を変える	4人	2.5%	9人	2.4%
「頑張って」と励ます	17人	10.8%	40人	10.6%
「死んではいけない」と説得する	55人	34.8%	128人	34.0%
「バカなことを考えるな」と叱る	36人	22.8%	53人	14.1%
耳を傾けてじっくり話を聴く	123人	77.8%	276人	73.4%
医療機関にかかるように勧める	61人	38.6%	116人	30.9%
解決策を一緒に考える	101人	63.9%	242人	64.4%
一緒に相談機関を探す	55人	34.8%	132人	35.1%
その他	9人	5.7%	18人	4.8%
何もしない	0人	0.0%	8人	2.1%

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時の対応 [回答分布]

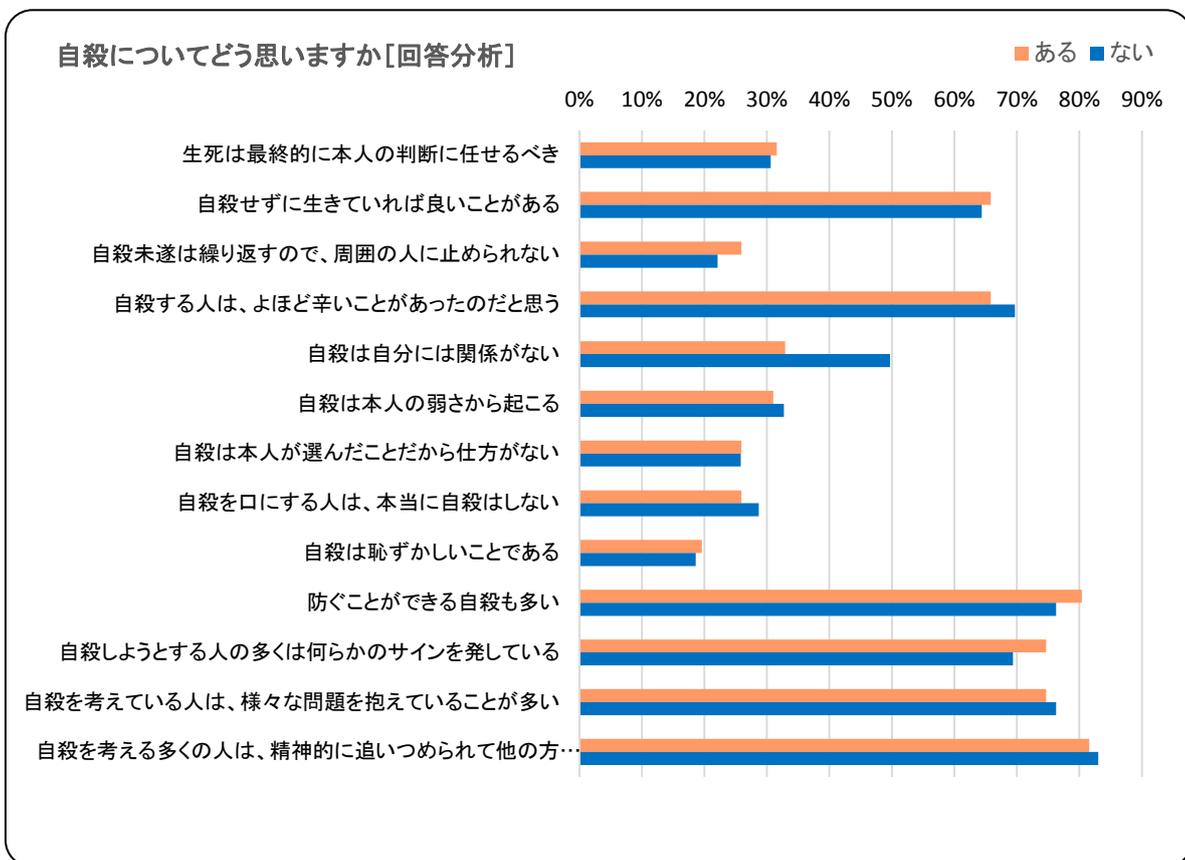
■ある ■ない



#### (4) 自殺（自死）に対する考え方について

問 あなたは「自殺」についてどのように思いますか【各項目択一回答】

身近な人を自殺(自死)で亡くした経験の有無	ある n=158		ない n=376	
	人数	比率	人数	比率
生死は最終的に本人の判断に任せるべき	50人	31.6%	115人	30.6%
自殺せずに生きていれば良いことがある	104人	65.8%	242人	64.4%
自殺未遂は繰り返すので、周囲の人に止められない	41人	25.9%	83人	22.1%
自殺する人は、よほど辛いことがあったのだと思う	104人	65.8%	262人	69.7%
自殺は自分には関係がない	52人	32.9%	187人	49.7%
自殺は本人の弱さから起こる	49人	31.0%	123人	32.7%
自殺は本人が選んだことだから仕方がない	41人	25.9%	97人	25.8%
自殺を口にする人は、本当に自殺はしない	41人	25.9%	108人	28.7%
自殺は恥ずかしいことである	31人	19.6%	70人	18.6%
防ぐことができる自殺も多い	127人	80.4%	287人	76.3%
自殺しようとする人の多くは何らかのサインを発している	118人	74.7%	261人	69.4%
自殺を考えている人は、様々な問題を抱えていることが多い	118人	74.7%	287人	76.3%
自殺を考える多くの人は、精神的に追いつめられて他の方法を思いつかなくなっている	129人	81.6%	312人	83.0%

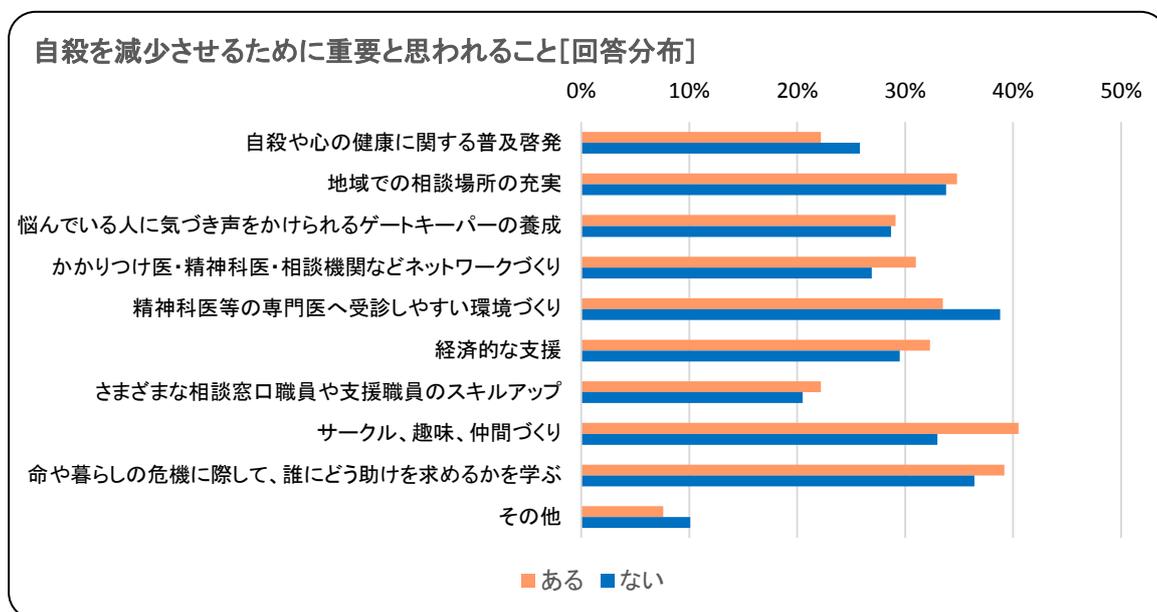


## (5) 自殺を減少させるために重要と思われることは何か

問 自殺を減少させるために重要と思われることは何だと思えますか【複数回答】

(人)

身近な人を自殺(自死)で亡くした経験の有無	ある n=158		ない n=376	
	人数	比率	人数	比率
自殺や心の健康に関する普及啓発	35	22.2%	97	25.8%
地域での相談場所の充実	55	34.8%	127	33.8%
悩んでいる人に気づき声をかけられるゲートキーパーの養成	46	29.1%	108	28.7%
かかりつけ医・精神科医・相談機関などネットワークづくり	49	31.0%	101	26.9%
精神科医等の専門医へ受診しやすい環境づくり	53	33.5%	146	38.8%
経済的な支援	51	32.3%	111	29.5%
さまざまな相談窓口職員や支援職員のスキルアップ	35	22.2%	77	20.5%
サークル、趣味、仲間づくり	64	40.5%	124	33.0%
命や暮らしの危機に際して、誰にどう助けを求めるかを学ぶ	62	39.2%	137	36.4%
その他	12	7.6%	38	10.1%



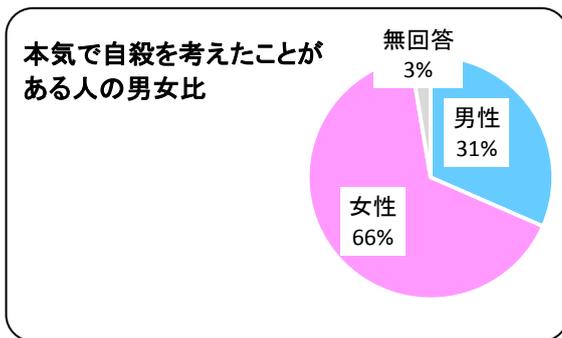
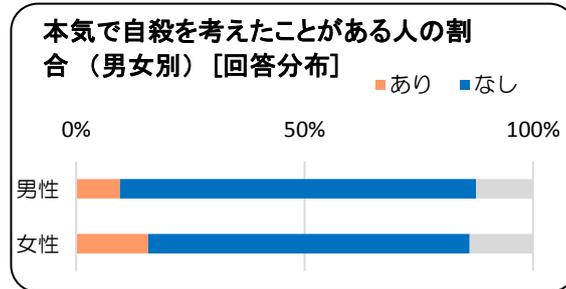
# 9 本気で自殺したいと考えたこと

## 1 自殺念慮（希死念慮）

問 あなたはこれまでに、本気で自殺したいと考えたことはありますか 【択一回答】

### (1) 男女別

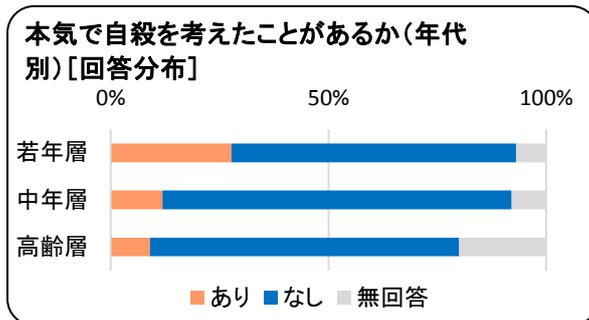
	あり	なし	無回答
計	76人	421人	79人
男性 n=249	24人	194人	31人
女性 n=317	50人	223人	44人
無回答 n=10	2人	4人	4人



### (2) 年齢

(人)

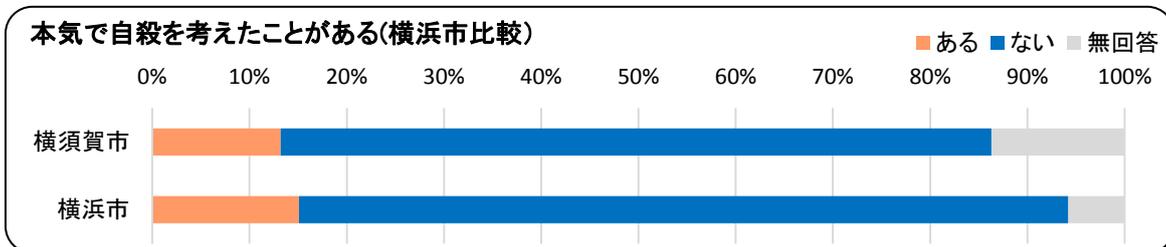
本気で自殺を考えたこと	あり		なし		無回答	
	人数	比率	人数	比率	人数	比率
若年層 n=93	26	28%	61	66%	6	6%
中年層 n=200	24	12%	161	81%	15	8%
高齢層 n=281	26	9%	199	71%	56	20%



### (3) 横浜市との比較について

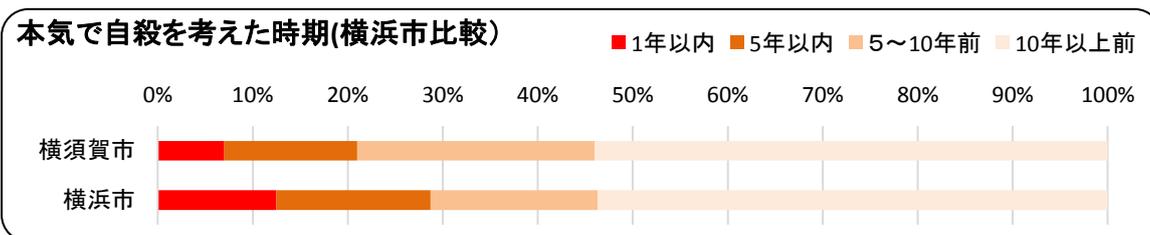
※本気で自殺を考えたことがある方を「ある」、考えたことがない方を「ない」と表記

本気で自殺を考えたこと	横須賀市 n=576		横浜市 n=1,431	
	人数	比率	人数	比率
ある	76人	13%	216人	15%
ない	421人	73%	1,132人	79%
無回答	79人	14%	83人	6%



### (4) 本気で自殺を考えた時期の内訳について

		1年以内	5年以内	5～10年前	10年以上前
横須賀市 n=76	人数	5人	11人	19人	41人
	比率	7%	14%	25%	54%
横浜市 n=216	人数	27人	35人	38人	116人
	比率	13%	16%	18%	54%



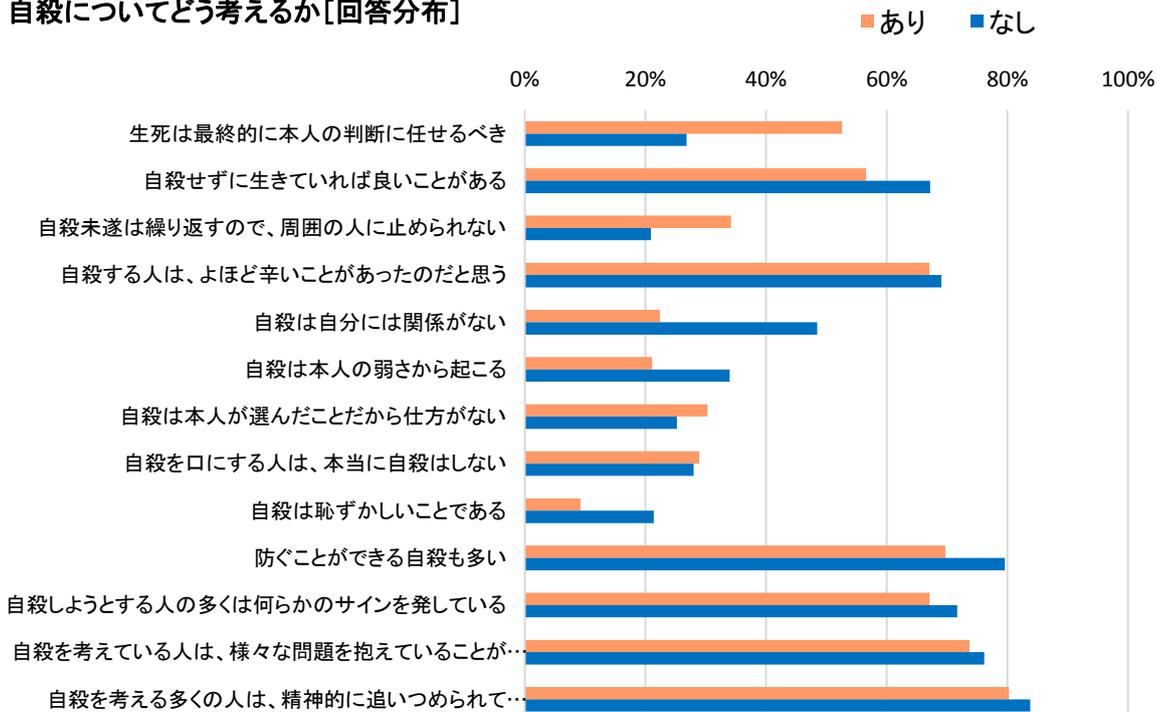
## 2 自殺に対する考えについて

問 あなたは「自殺」についてどのように思いますか 【各項目択一回答】

(1) 「自殺」に対する考え（「ややそう思う」、「そう思う」の回答状況）

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
生死は最終的に本人の判断に任せるべき	40人	52.6%	113人	26.8%
自殺せずに生きていれば良いことがある	43人	56.6%	283人	67.2%
自殺未遂は繰り返すので、周囲の人に止められない	26人	34.2%	88人	20.9%
自殺する人は、よほど辛いことがあったのだと思う	51人	67.1%	291人	69.1%
自殺は自分には関係がない	17人	22.4%	204人	48.5%
自殺は本人の弱さから起こる	16人	21.1%	143人	34.0%
自殺は本人が選んだことだから仕方がない	23人	30.3%	106人	25.2%
自殺を口にする人は、本当に自殺はしない	22人	28.9%	118人	28.0%
自殺は恥ずかしいことである	7人	9.2%	90人	21.4%
防ぐことができる自殺も多い	53人	69.7%	335人	79.6%
自殺しようとする人の多くは何らかのサインを発している	51人	67.1%	302人	71.7%
自殺を考えている人は、様々な問題を抱えていることが多い	56人	73.7%	321人	76.2%
自殺を考える多くの人は、精神的に追いつめられて他の方法を思いつかなくなっている	61人	80.3%	353人	83.8%

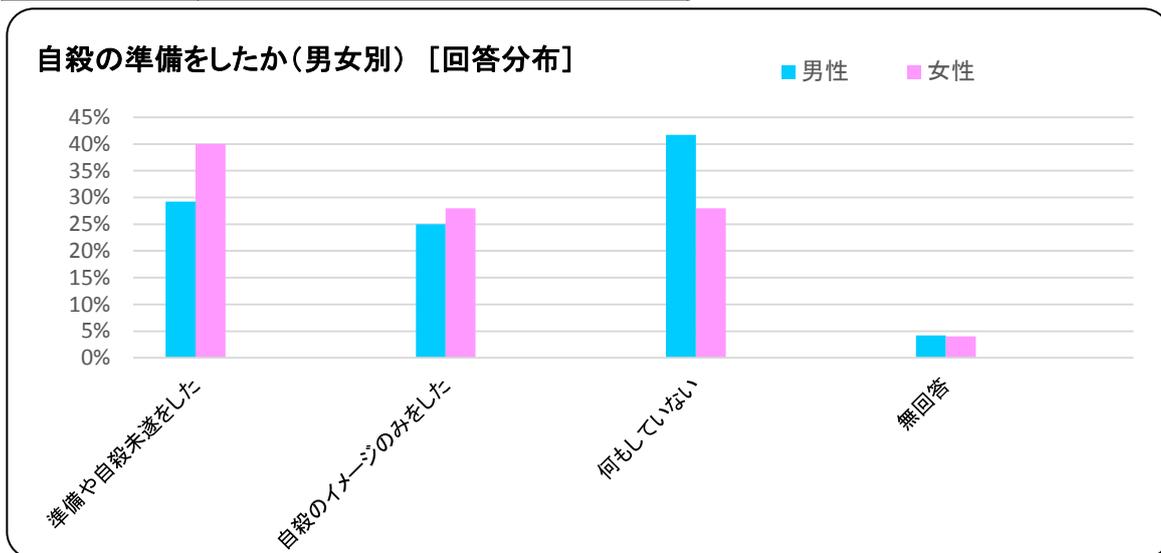
自殺についてどう考えるか[回答分布]



## (2) 自殺未遂や自殺の準備など

問 自殺未遂や自殺の準備など具体的に何かをしましたか【択一回答】

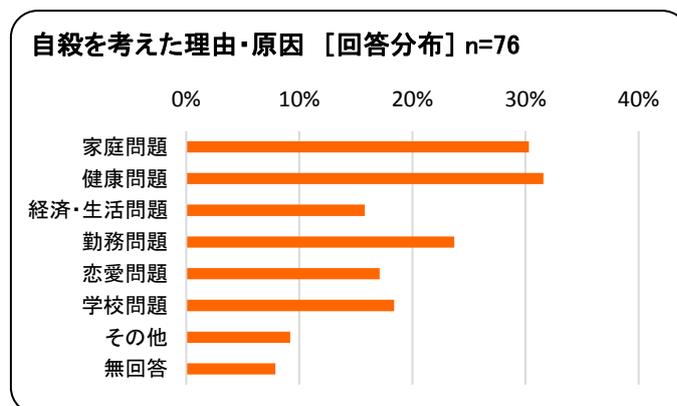
	準備や自殺未遂をした	の自殺をした の自殺をしているイメージ	何もしていない	無回答
計(性別不詳を含む) n=76	28人 36.8%	22人 28.9%	24人 31.6%	2人 2.6%
男性 n=24	7人 29.2%	6人 25.0%	10人 41.7%	1人 4.2%
女性 n=50	20人 40.0%	15人 30.0%	14人 28.0%	1人 2.0%



## 3 自殺をしようとした理由・原因

問 自殺をしようとした理由・原因【各項目択一回答】

	人数	比率
家庭問題	23人	30.3%
健康問題	24人	31.6%
経済・生活問題	12人	15.8%
勤務問題	18人	23.7%
恋愛問題	13人	17.1%
学校問題	14人	18.4%
その他	7人	9.2%
無回答	6人	7.9%



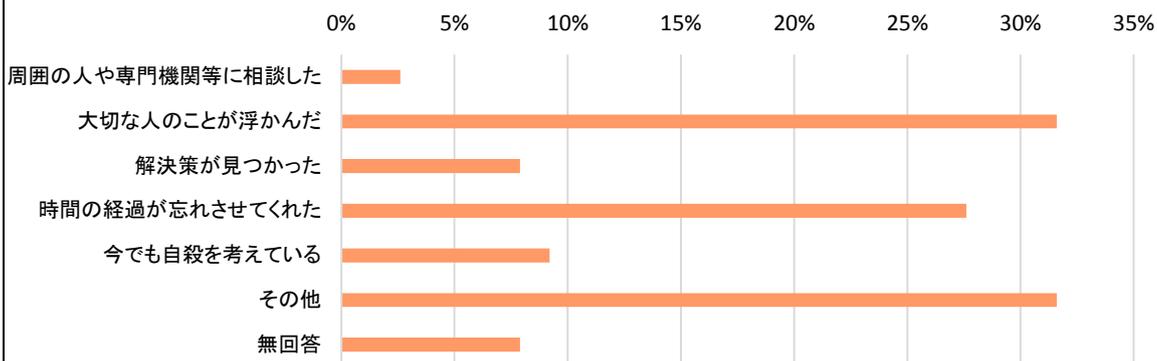
## 4 自殺をしたいという考えを思いとどまった理由

問 自殺をしたいという考えを思いとどまった理由は何ですか【複数回答】

### (1) 自殺の回避 n=76

	周囲の人や専門機関等に相談した	大切な人のことが浮かんた	解決策が見つかった	時間の経過が忘れさせてくれた	今でも自殺を考えている	その他	無回答
計(性別不詳を含む)	2人 2.6%	24人 31.6%	6人 7.9%	21人 27.6%	7人 9.2%	24人 31.6%	6人 7.9%

### 自殺を思いとどまった理由 [回答分布] n=76



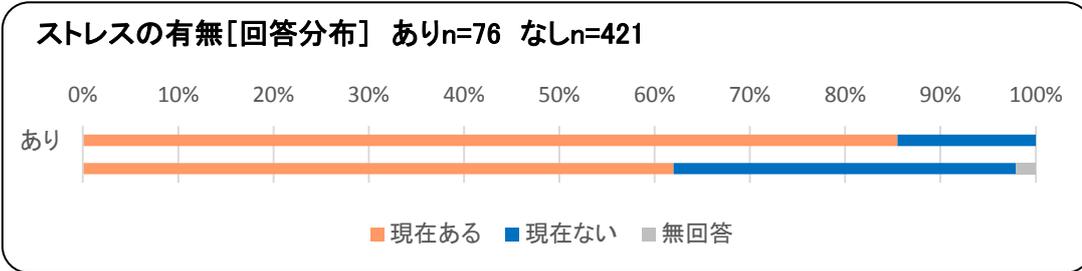
## 5 悩み、苦勞、ストレス、不満について

### (1) 悩み、苦勞、ストレス、不満があるか

問 あなたは日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満がありますか

「a 家庭問題」、「b 健康問題」、「c 経済問題」、「e 勤務問題」、「f 恋愛問題」、「g 学校問題」、「h その他」のそれぞれの項目について「意識して感じたことはない」、「かつてはあったが今はない」、「ある」、「非常にある」の選択肢で聞きました。このうち、「意識して感じたことはない」、「かつてはあったが今はない」の回答について、「現在、ない」とし、「ある」、「非常にある」の回答を「現在、ある」として集計しました。

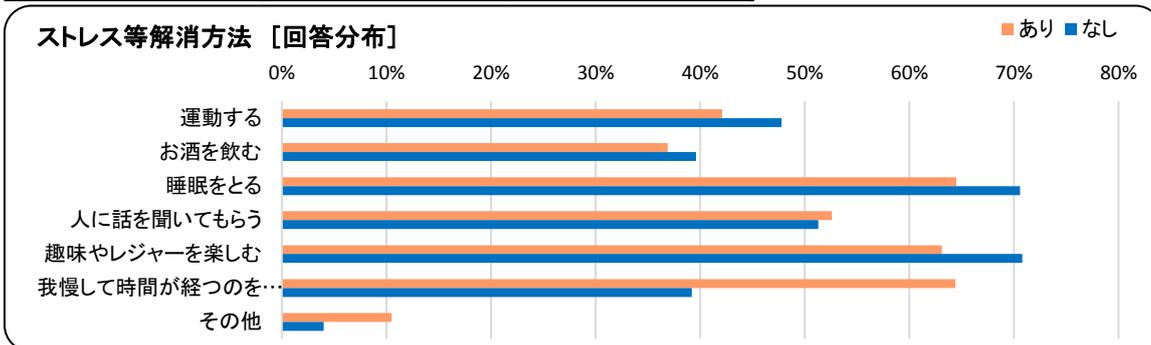
※本気で自殺を考えたことがある方を「あり」、そうでない方を「なし」と表記



### (2) ストレス等解消のためにどのようなことをするか

問 あなたは日常生活の悩み、苦勞、ストレス、不満解消のため、次のことをどれくらいしましたか【各項目択一回答】

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
a運動する	32人	42.1%	201人	47.7%
bお酒を飲む	28人	36.8%	167人	39.7%
c睡眠をとる	49人	64.5%	297人	70.5%
d人に話を聞いてもらう	40人	52.6%	216人	51.3%
e趣味やレジャーを楽しむ	48人	63.2%	298人	70.8%
f我慢して時間が経つのを待つ	49人	64.5%	165人	39.2%
gその他	8人	10.5%	17人	4.0%

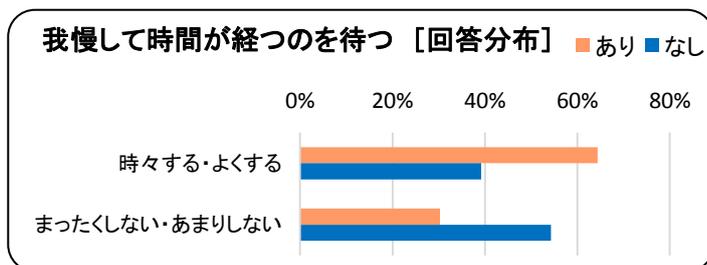


### ① 「f 我慢して時間が経つのを待つ」を選んだ方の内訳

(本気で自殺を考えたことがある方とない方の比較)

(人)

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
時々する・よくする	49	64.5%	165	39.2%
まったくしない・あまりしない	23	30.3%	229	54.4%
無回答	4	5.3%	27	6.4%



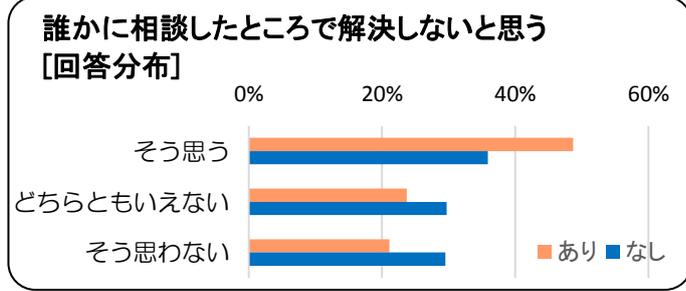
## 6 悩みやストレスを感じたときの考え、行動

問 あなたは悩みやストレスを感じた時に、どう考えますか

(1) 誰かに相談したところで解決しないと思う

(人)

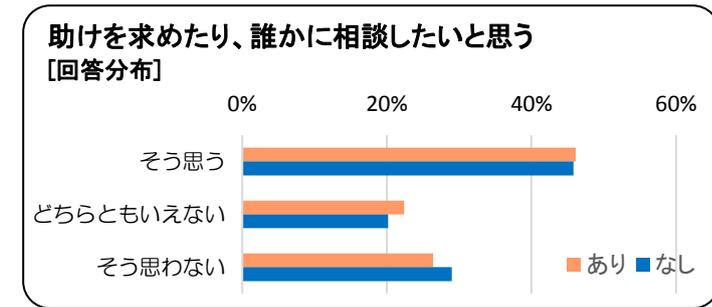
本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
そう思う	35	46.1%	151	35.9%
どちらともいえない	18	23.7%	125	29.7%
そう思わない	16	21.1%	124	29.5%
無回答	7	9.2%	21	5.0%



(2) 助けを求めたり、誰かに相談したいと思う

(人)

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
そう思う	35	46.1%	193	45.8%
どちらともいえない	17	22.4%	85	20.2%
そう思わない	20	26.3%	122	29.0%
無回答	4	5.3%	21	5.0%

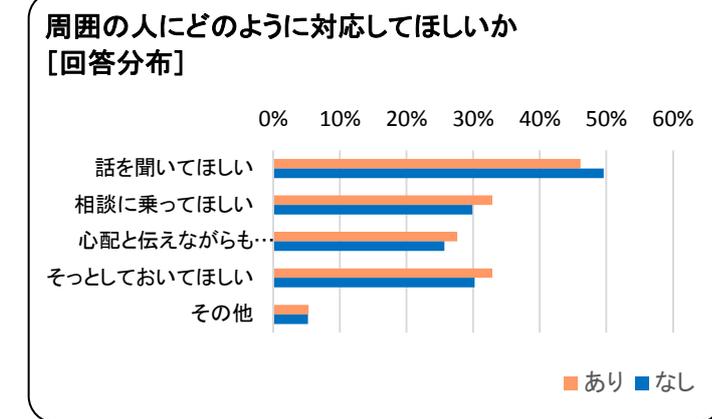


(3) 辛いときに周囲の人にどのように対応してほしいか

問 悩みやストレスを感じて辛い時に、周囲の人にどのように対応してほしいですか  
【複数回答】

(人)

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
話を聞いてほしい	35	46.1%	209	49.6%
相談に乗ってほしい	25	32.9%	126	29.9%
心配と伝えながらも見守ってほしい	21	27.6%	108	25.7%
そっとしておいてほしい	25	32.9%	127	30.2%
その他	4	5.3%	22	5.2%
無回答	1	1.3%	11	2.6%



## 7 相談することについて

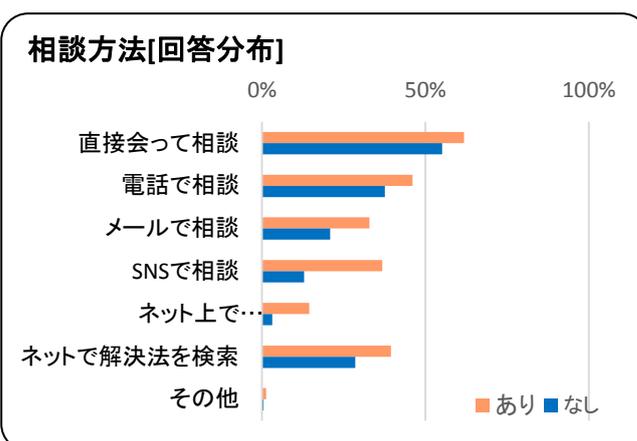
### (1) どのような方法で相談するか

問 あなたは悩みやストレスを感じた時にどのような方法で相談していますか

【複数回答】

(人)

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
直接会って相談	47	61.8%	231	54.9%
電話で相談	35	46.1%	158	37.5%
メールで相談	25	32.9%	88	20.9%
SNSで相談	28	36.8%	54	12.8%
ネット上で不特定多数に相談	11	14.5%	13	3.1%
ネットで解決法を検索	30	39.5%	120	28.5%
その他	1	1.3%	2	0.5%



## 8 自殺対策について

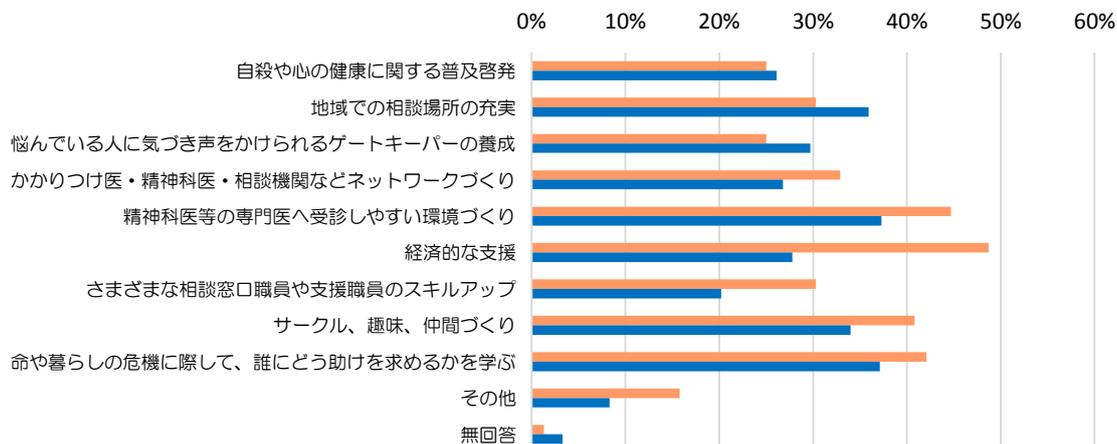
### (1) 自殺を減少させるために重要なこと

問 自殺を減少させるために重要と思われることは何だと思えますか【複数回答】

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
自殺や心の健康に関する普及啓発	19人	25.0%	110人	26.1%
地域での相談場所の充実	23人	30.3%	151人	35.9%
悩んでいる人に気づき声をかけられるゲートキーパーの養成	19人	25.0%	125人	29.7%
かかりつけ医・精神科医・相談機関などネットワークづくり	25人	32.9%	113人	26.8%
精神科医等の専門医へ受診しやすい環境づくり	34人	44.7%	157人	37.3%
経済的な支援	37人	48.7%	117人	27.8%
さまざまな相談窓口職員や支援職員のスキルアップ	23人	30.3%	85人	20.2%
サークル、趣味、仲間づくり	31人	40.8%	143人	34.0%
命や暮らしの危機に際して、誰にどう助けを求めるかを学ぶ	32人	42.1%	156人	37.1%
その他	12人	15.8%	35人	8.3%
無回答	1人	1.3%	14人	3.3%

### 自殺を減少させるために重要なこと [回答分布]

あり ■ なし

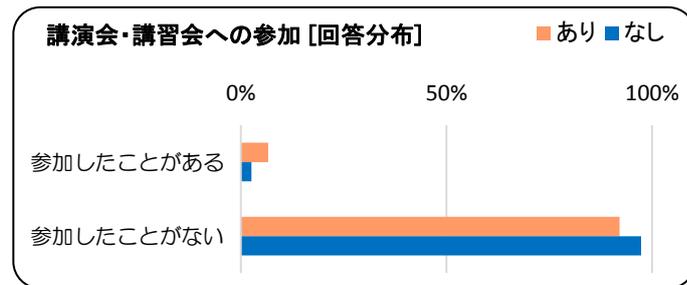


## (2) 自殺対策に関する講演会や講習会への参加

問 自殺対策に関する講演会や講習会に参加したことがありますか 【択一回答】

(人)

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
参加したことがある	5	7%	11	3%
参加したことがない	70	93%	410	97%
無回答	1	1%	0	0%



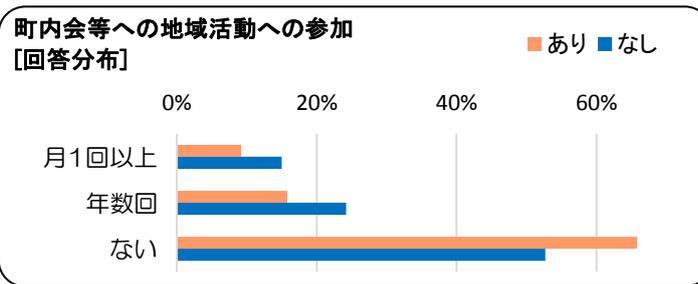
## (3) 町内会など地域活動の参加

問 町内会など地域活動や個人活動への参加頻度はどれくらいですか 【択一回答】

(町内会、自治会、婦人会、老人会、青年団、子供会など)

(人)

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=76		なし n=421	
	人数	比率	人数	比率
月1回以上	7	9%	63	15%
年数回	12	16%	102	24%
ない	50	67%	222	53%
無回答	7	9%	34	8%



# 10 まとめ

## 1 「幸せ感」について

- 幸せについて10点満点（点が高い方が幸せ）で質問したところ、平均点は6.58点であった。

## 2 「悩みやストレス」について

- 約3人に2人が、現在なんらかの悩み、苦勞、ストレス、不満を抱えている。
- 他の年代に比較して、若年層が悩みやストレス等を感じている比率が高い。
- 悩み、ストレス等の原因は「健康問題」、「家庭問題」、「経済問題」の比率が高い。
- ストレス解消や自分が辛いとき、男性に比較して女性は「人に話を聞いてもらう」比率が高い。
- 高齢男性は、悩みやストレスを感じた時に、「助けを求めたり、誰かに相談したい」と思わない比率が他と比較して高い。

## 3 「相談を受けること」について

- 死にたいと打ち明けられた時、「耳を傾けてじっくり話を聞く」が男女とも比率が高く、年代別では若年層の比率が高い。

## 4 「自殺に関すること」について

- 「防ぐことができる自殺も多い」と考える人が多い。

## 5 「自殺対策」について

- 横須賀市の自殺対策について「どれも知らない」割合が約50%で、ゲートキーパーを知らない割合が約75%である。
- 自殺を減少させるために重要なこととして、「精神科医等へ受診しやすい環境づくり」、「誰にどう助けを求めるか学ぶ」、「サークル、趣味、仲間づくり」、「相談場所の充実」の比率が高い。

## 6 「自死遺族支援」について

- 約4人に1人が身近な人を自殺（自死）で亡くした経験がある。
- 身近な人を自殺（自死）で亡くした方がいた時、「そっとしておく」、「どう対応していいかわからない」、「話を聞く」の割合が高い。

## 7 「本気で自殺したいと考えたこと」について

- 約13%の人が本気で自殺を考えたことがある。
- 自殺を思いとどまった理由として、女性では「大切な人のことが浮かんだ」、男性では「時間の経過が忘れさせてくれた」の比率が高い。また、「その他」の比率も高い。
- 自殺を減少させるために重要なこととして、本気で自殺を考えたことがある人は、「経済的な支援」の比率が高く、本気で自殺を考えたことがない人は、「ゲートキーパーの養成」の比率が高い。また、両者とも「精神科医等の専門医へ受診しやすい環境づくり」、「命や暮らしの危機に際して、誰にどう助けを求めるかを学ぶ」、「サークル、趣味、仲間づくり」の比率が高い。

## ◎今後の自殺対策に向けて

横須賀市自殺対策計画策定委員会が策定する「（仮称）横須賀市自殺対策計画」について、「横須賀市の自殺統計」を基に、市民の貴重なご意見である「横須賀市こころの健康に関する市民意識調査」を参考に策定します。

横須賀市 こころの健康に関する市民意識調査  
調査結果報告書  
平成30年8月

横須賀市 健康部保健所健康づくり課  
こころの健康係

〒238-0046 横須賀市西逸見町1丁目38番地11

電話 046-822-4336 FAX 046-822-4874

E-mail [seishin-hchp@city.yokosuka.kanagawa.jp](mailto:seishin-hchp@city.yokosuka.kanagawa.jp)