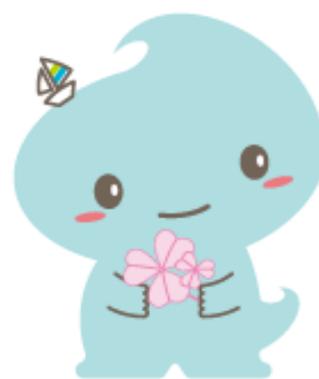


横須賀市こころの健康に関する市民意識調査

調査結果報告書



令和5年3月

横須賀市民生局健康部
保健所保健予防課

目 次

1	市民意識調査の概要	1
2	回答者について	3
3	悩みやストレスについて	13
4	相談について	16
5	新型コロナウイルス感染症について	21
6	自殺に関すること	24
7	自殺に関連したメディアについて	27
8	自殺対策	29
9	自死遺族支援	39
10	本気で自殺したいと考えたこと	43
11	まとめ	53

1 市民意識調査の概要

- 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 第2期横須賀市自殺対策計画策定の資料とする
- 3 期間 令和4年9月10日～10月20日
- 4 調査人数 1,500人
- 5 抽出方法 令和4年4月1日付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布
回答は郵送およびe-kanagawa横須賀(Web)によるもの
- 7 有効回答 455人
- 8 回収率 30.3%(郵送80.7%、Web19.3%)

◆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
18～19歳	3	2	2	1	2	1	2	0	3	2	4	2
20代	14	13	8	5	5	3	7	2	12	11	12	8
30代	14	12	8	7	4	3	3	1	13	13	8	8
40代	18	17	11	10	5	4	3	2	19	17	12	11
50代	21	19	9	8	6	5	3	3	18	17	12	12
60代	17	16	7	7	5	5	3	2	16	16	10	10
70代	18	20	9	11	5	6	3	3	18	20	12	14
80代以上	11	18	6	8	3	5	2	3	11	19	8	12
男女別計	116	117	60	57	35	32	26	16	110	115	78	77
総計	233		117		67		42		225		155	

	浦賀		久里浜		北下浦		西		計	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
18～19歳	3	2	3	2	2	2	3	2	27	16
20代	8	8	11	10	7	7	7	7	91	74
30代	7	7	12	11	8	7	8	7	85	76
40代	13	13	17	16	11	11	12	11	121	112
50代	16	15	17	16	12	11	13	13	127	119
60代	12	12	13	13	9	9	12	12	104	102
70代	16	17	15	17	10	12	14	16	120	136
80代以上	10	14	10	14	6	9	8	13	75	115
男女別計	85	88	98	99	65	68	77	81	750	750
総計	173		197		133		158		1,500 (人)	

◆令和4年4月1日付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
18～19歳	529	536	329	237	175	145	232	83	542	519	607	381
20代	2,907	2,888	1,739	1,165	1,044	679	1,663	468	2,620	2,411	2,785	1,834
30代	3,095	2,814	1,840	1,497	991	650	716	298	3,011	2,840	1,909	1,785
40代	4,084	4,164	2,478	2,150	1,195	1,015	659	529	4,241	3,927	2,657	2,549
50代	4,660	4,503	2,124	1,883	1,422	1,191	730	664	4,077	3,883	2,824	2,824
60代	3,897	3,799	1,694	1,695	1,117	1,061	587	524	3,640	3,583	2,342	2,320
70代	4,175	4,807	2,117	2,482	1,160	1,333	708	783	4,110	4,736	2,616	3,235
80代以上	2,416	4,389	1,297	1,918	683	1,166	412	744	2,487	4,261	1,826	2,663
男女別計	25,763	27,900	13,618	13,027	7,787	7,240	5,707	4,093	24,728	26,160	17,566	17,591
総計	53,663		26,645		15,027		9,800		50,888		35,157	

	浦賀		久里浜		北下浦		西		計	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
18～19歳	501	458	517	494	337	343	391	360	4,160	3,556
20代	1,838	1,816	2,478	2,167	1,580	1,481	1,658	1,484	20,312	16,393
30代	1,608	1,584	2,745	2,478	1,775	1,671	1,755	1,582	19,445	17,199
40代	2,914	2,830	3,792	3,559	2,403	2,440	2,769	2,435	27,192	25,598
50代	3,587	3,364	3,827	3,604	2,682	2,531	3,042	2,855	28,975	27,302
60代	2,797	2,718	2,900	2,982	1,958	2,029	2,620	2,711	23,552	23,422
70代	3,517	4,107	3,415	4,037	2,222	2,617	3,260	3,600	27,300	31,737
80代以上	2,184	3,171	2,282	3,084	1,291	1,945	1,788	2,913	16,666	26,254
男女別計	18,946	20,048	21,956	22,405	14,248	15,057	17,283	17,940	167,602	171,461
総計	38,994		44,361		29,305		35,223		339,063 (人)	

【集計結果の見方】

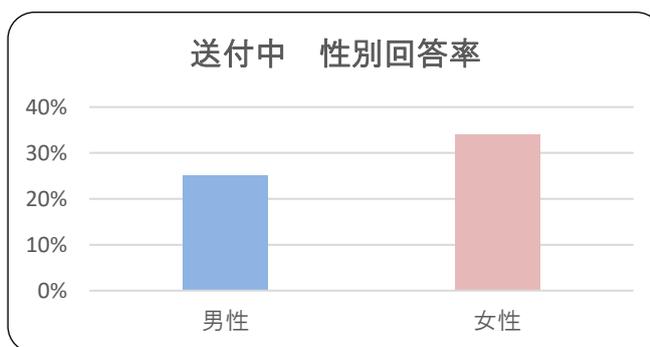
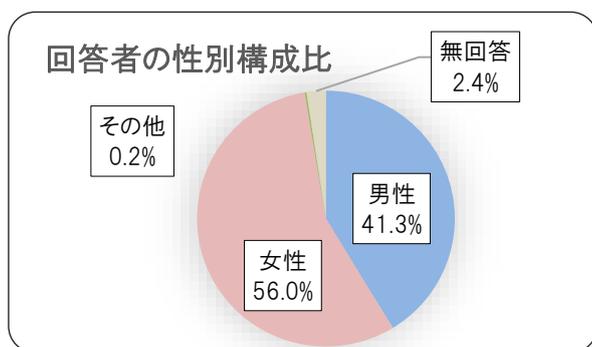
- ① 図(グラフ)の中の「n」は設問に対する回答者数です。
- ② 集計中の若年層は39歳以下、中年層は40～64歳、高齢層は65歳以上を示します。
- ③ 回答の比率は、設問の回答者数を基数として算出しているため次の場合があります。
 - ・複数回答の場合は、合計が100%を超えることがあります。
 - ・小数点以下第2位を四捨五入して算出しているため、合計が100%にならないと場合があります。
- ④ 国との比較の記載については、令和3年度に厚生労働省(自殺対策推進室)が実施した「自殺対策に関する意識調査」の結果を引用しています。

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】

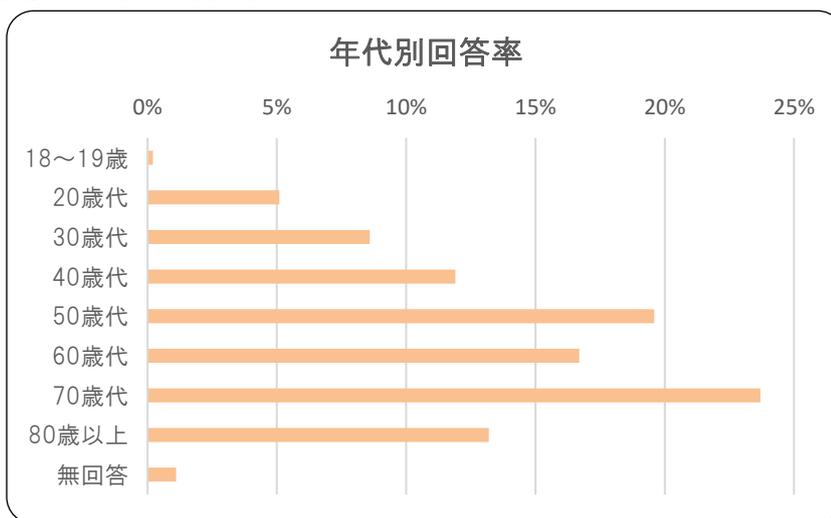
	回答		送付	
	回答者数	構成比	送付数	回答率
男性	188人	41.3%	750人	25.1%
女性	255人	56.0%	750人	34.0%
その他	1人	0.2%	-	-
無回答	11人	2.4%	-	-
計	455人	100.0%	1,500人	30.3%



(2) 年齢

問 あなたの年齢を教えてください 【択一回答】

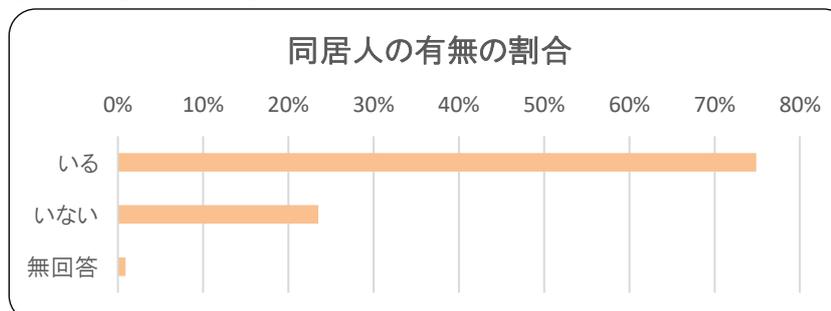
	回答数	回答率
18～19歳	1人	0.2%
20歳代	23人	5.1%
30歳代	39人	8.6%
40歳代	54人	11.9%
50歳代	89人	19.6%
60歳代	76人	16.7%
70歳代	108人	23.7%
80歳以上	60人	13.2%
無回答	5人	1.1%
計	455人	100.0%



(3) 同居人について

問 現在、同居している人はいますか 【択一回答】

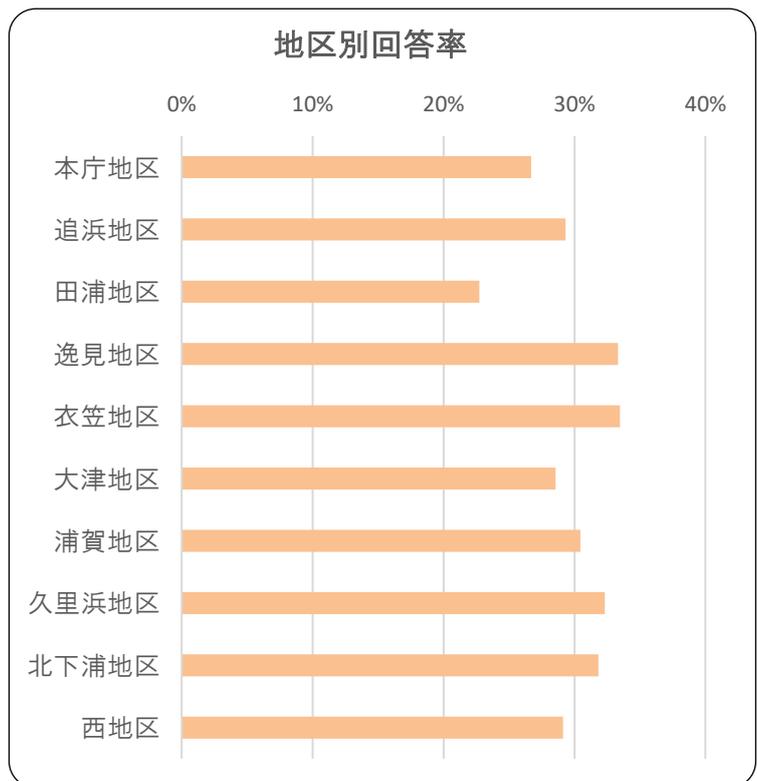
	回答数	割合
いる	341人	74.9%
いない	107人	23.5%
その他	3人	0.7%
無回答	4人	0.9%
計	455人	100%



(4) 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】

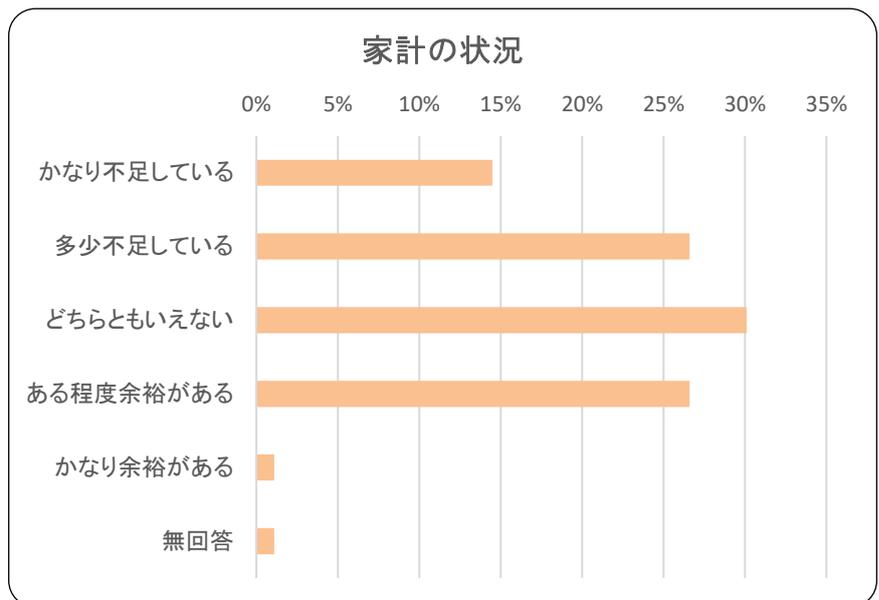
	回答数	送付数	地区別回答率
本庁地区	63人	236	26.7%
追浜地区	34人	116	29.3%
田浦地区	15人	66	22.7%
逸見地区	14人	42	33.3%
衣笠地区	75人	224	33.5%
大津地区	44人	154	28.6%
浦賀地区	53人	174	30.5%
久里浜地区	64人	198	32.3%
北下浦地区	42人	132	31.8%
西地区	46人	158	29.1%
無回答	5人	-	-
計	455人	1,500人	30.3%



(5) 家計の余裕

問 ご家庭の家計の収入と支出の状況について教えてください 【択一回答】

	人数	構成比
かなり不足している	66人	14.5%
多少不足している	121人	26.6%
どちらともいえない	137人	30.1%
ある程度余裕がある	121人	26.6%
かなり余裕がある	5人	1.1%
無回答	5人	1.1%
計	455人	100.0%

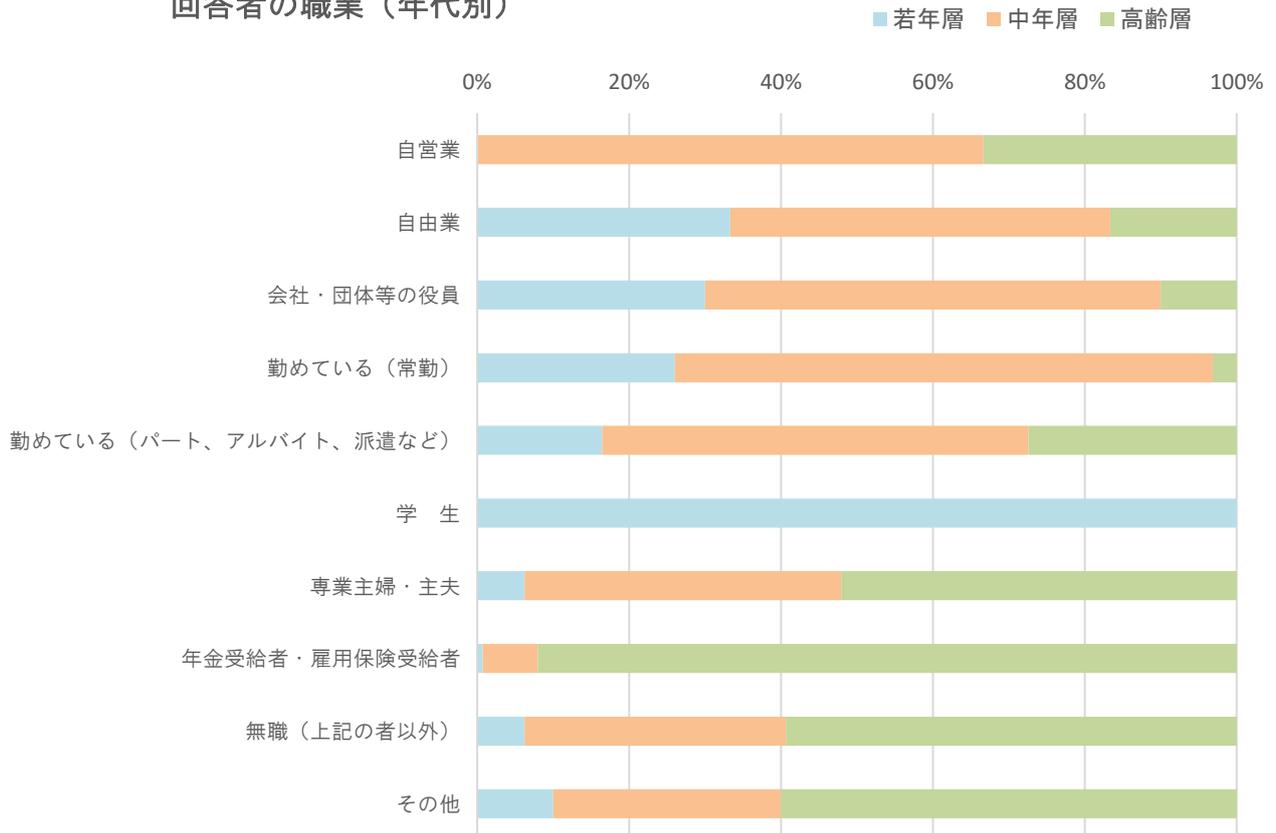


(6) 職業

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(年齢不詳含む)			計 (年齢不詳含む)	構成比
				人数	構成比			
自営業	0人	6人	3人	9人	2.0%	自営業・自由業	15人	6.1%
自由業	2人	3人	1人	6人	1.3%			
会社・団体等の役員	9人	18人	3人	30人	6.6%	勤め人	200人	38.2%
勤めている(常勤)	25人	68人	3人	97人	21.3%			
勤めている(パート、アルバイト、派遣など)	12人	41人	20人	73人	16.0%			
学 生	8人	0人	0人	9人	2.0%	学 生	9人	2.6%
専業主婦・主夫	3人	20人	25人	48人	10.5%	専業主婦・主夫	48人	17.4%
年金受給者・雇用保険受給者	1人	10人	127人	138人	30.3%	年金受給者・雇用保険受給者	138人	28.5%
無職(上記の者以外)	2人	11人	19人	32人	7.0%	無職(上記の者以外)	32人	4.0%
その他	1人	3人	6人	10人	2.2%	その他	10人	1.2%
無回答	0人	0人	0人	3人	0.7%	無回答	3人	2.1%
計	63人	180人	207人	455人	100.0%	計	455人	100.0%

回答者の職業（年代別）

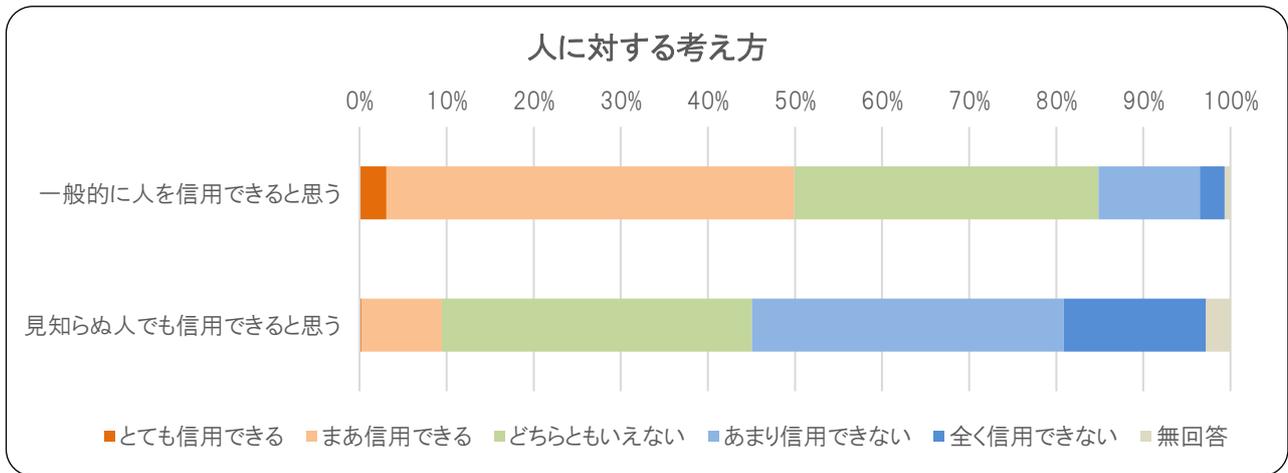


(7) 人に対する考え方、つきあいの程度 n=455

問 あなたの人に対する考え方について、最も近いものはどれですか 【択一回答】

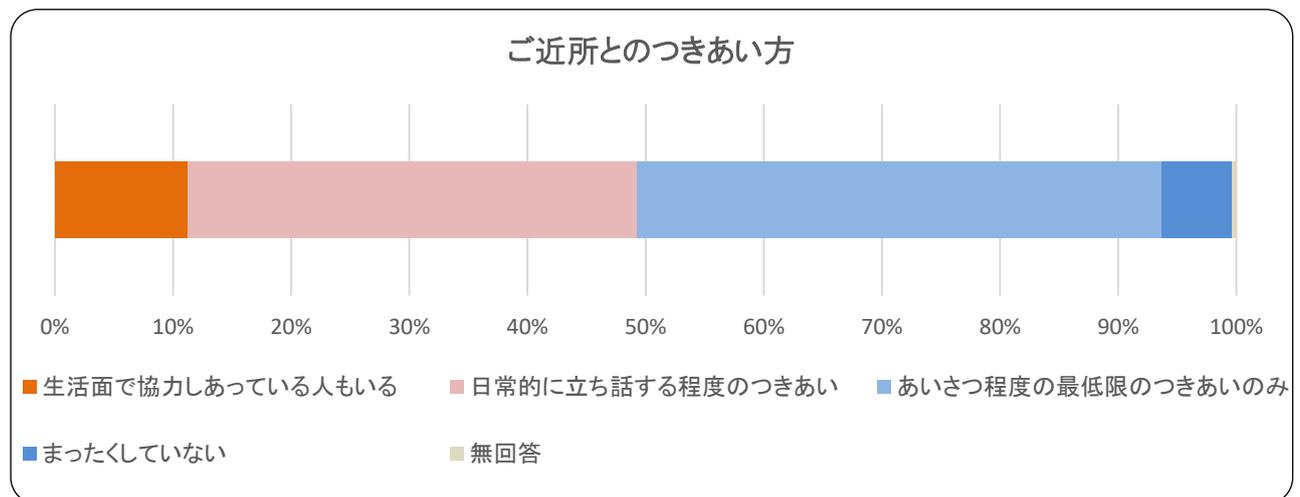
(人)

	とても信用できる	まあ信用できる	どちらともいえない	あまり信用できない	全く信用できない	無回答
一般的に人を信用できると思う	14	213	159	53	13	3
見知らぬ人でも信用できると思う	1	42	162	163	74	13



問 あなたのご近所とのつきあい方の程度について、お答えください 【択一回答】

互いに相談したり日用品の貸し借りをするなど、生活面で協力しあっている人も	51人	11.2%
日常的に立ち話をする程度のつきあいは、している	173人	38.0%
あいさつ程度の最小限のつきあいしかしていない	202人	44.4%
つきあいは全くしていない	27人	5.9%
無回答	2人	0.4%

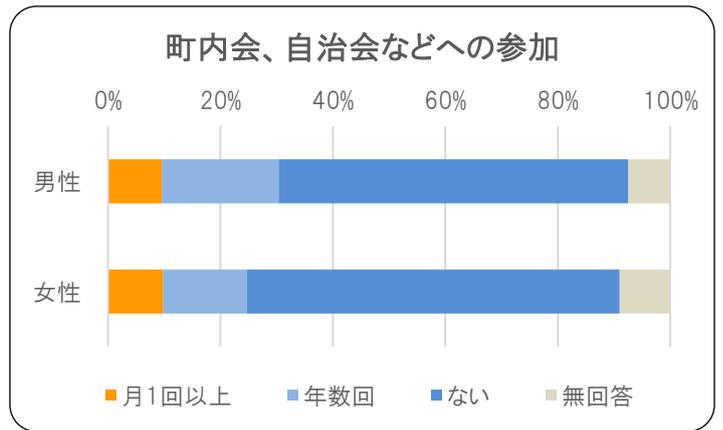


(8) 社会活動等への参加について

問 以下の活動への参加頻度はどれくらいですか 【択一回答】

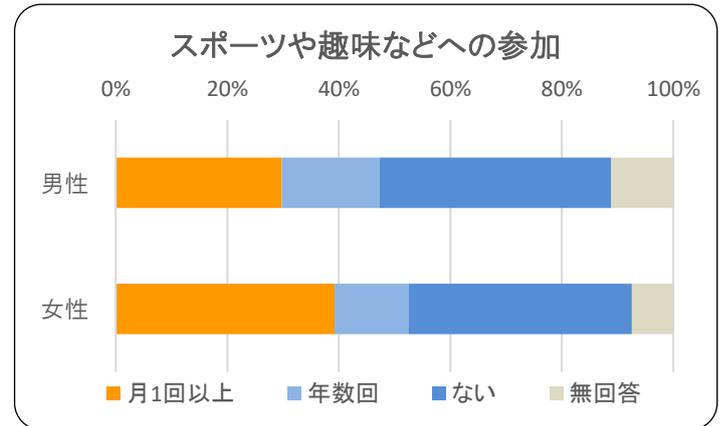
① 町内会、自治会、婦人会、老人会、青年団、子供会など

		(人)			
		月1回以上	年数回	ない	無回答
計(性別不詳含む) n=455		45	79	290	41
男性 n=188		18	39	117	14
女性 n=255		25	38	169	23



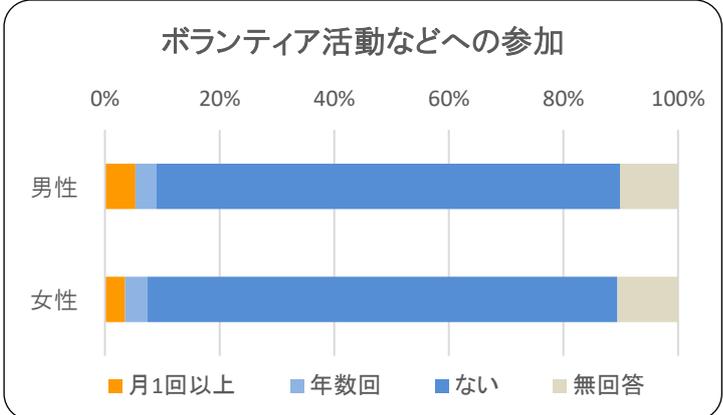
② スポーツ、趣味、娯楽活動など

		(人)			
		月1回以上	年数回	ない	無回答
計(性別不詳含む) n=455		161	68	181	45
男性 n=188		56	33	78	21
女性 n=255		100	34	102	19



③ ボランティア、NPO、市民活動など

		(人)			
		月1回以上	年数回	ない	無回答
計(性別不詳含む) n=455		20	19	365	51
男性 n=188		10	7	152	19
女性 n=255		9	10	209	27



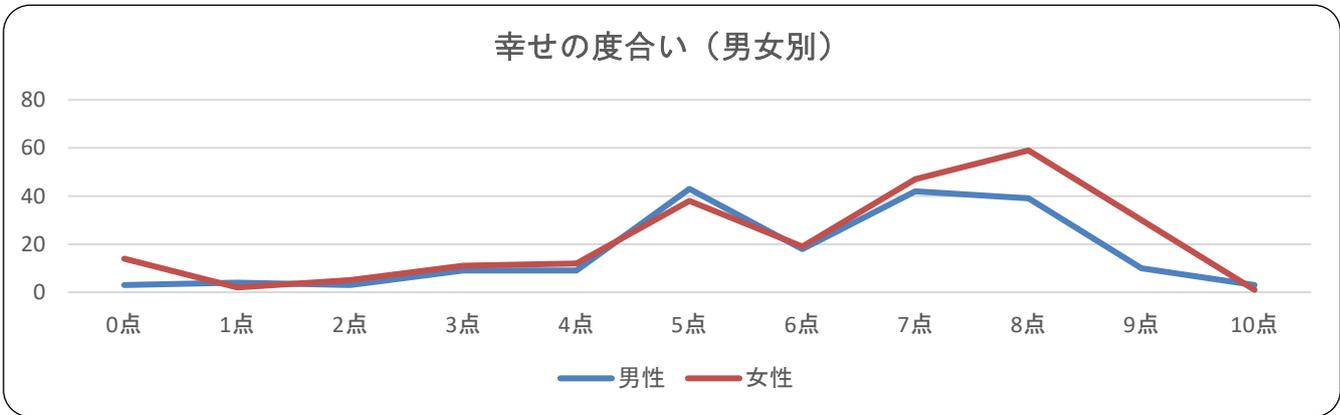
(9) 幸せの感度 ※点数が高いほど、幸せ感が高い

問 現在、あなたの幸せの程度を、「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】

① 幸せの度合い (男女別)

(人)

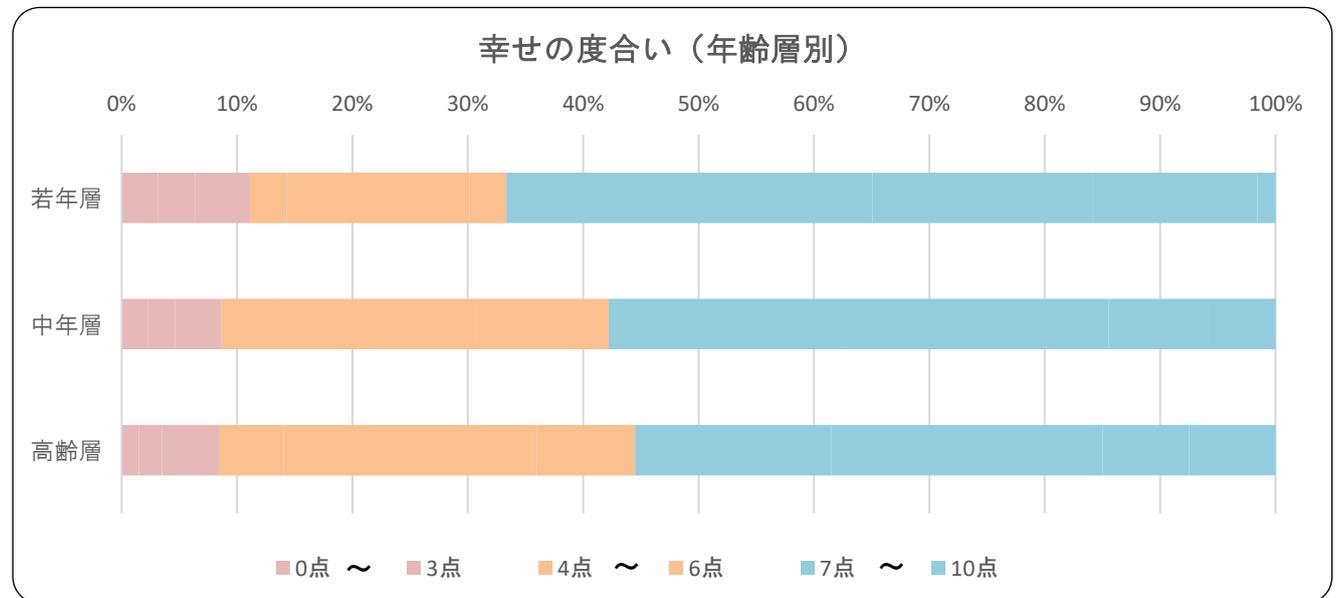
幸せ度点数	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
計(性別不詳含む)n=455	17	7	9	20	21	85	39	90	101	40	4
男性n=188	3	4	3	9	9	43	18	42	39	10	3
女性n=255	14	2	5	11	12	38	19	47	59	30	1



② 幸せの度合い (年齢層別)

(人)

幸せ度点数	0点	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
計(年齢不詳含む)n=455	3	7	9	20	21	84	39	89	99	39	26
若年層n=63	2	1	1	3	2	10	2	20	12	9	1
中年層n=163	1	3	4	7	8	30	20	35	40	15	10
高齢層n=200	0	3	4	10	11	44	17	34	47	15	15

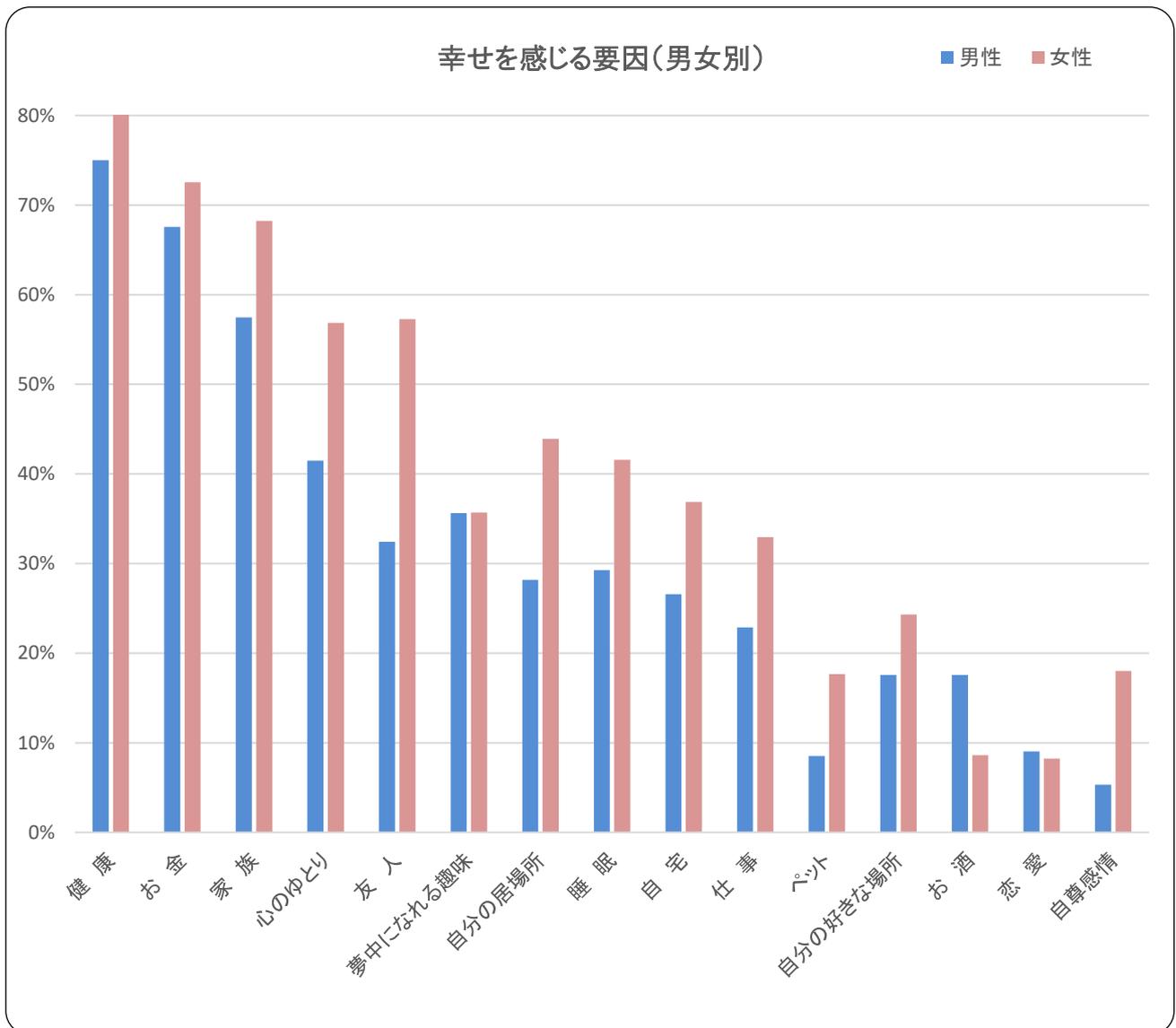


(10) 幸せに必要なもの

問 あなたは何かがあれば（いれば）幸せだと思いますか【複数回答】

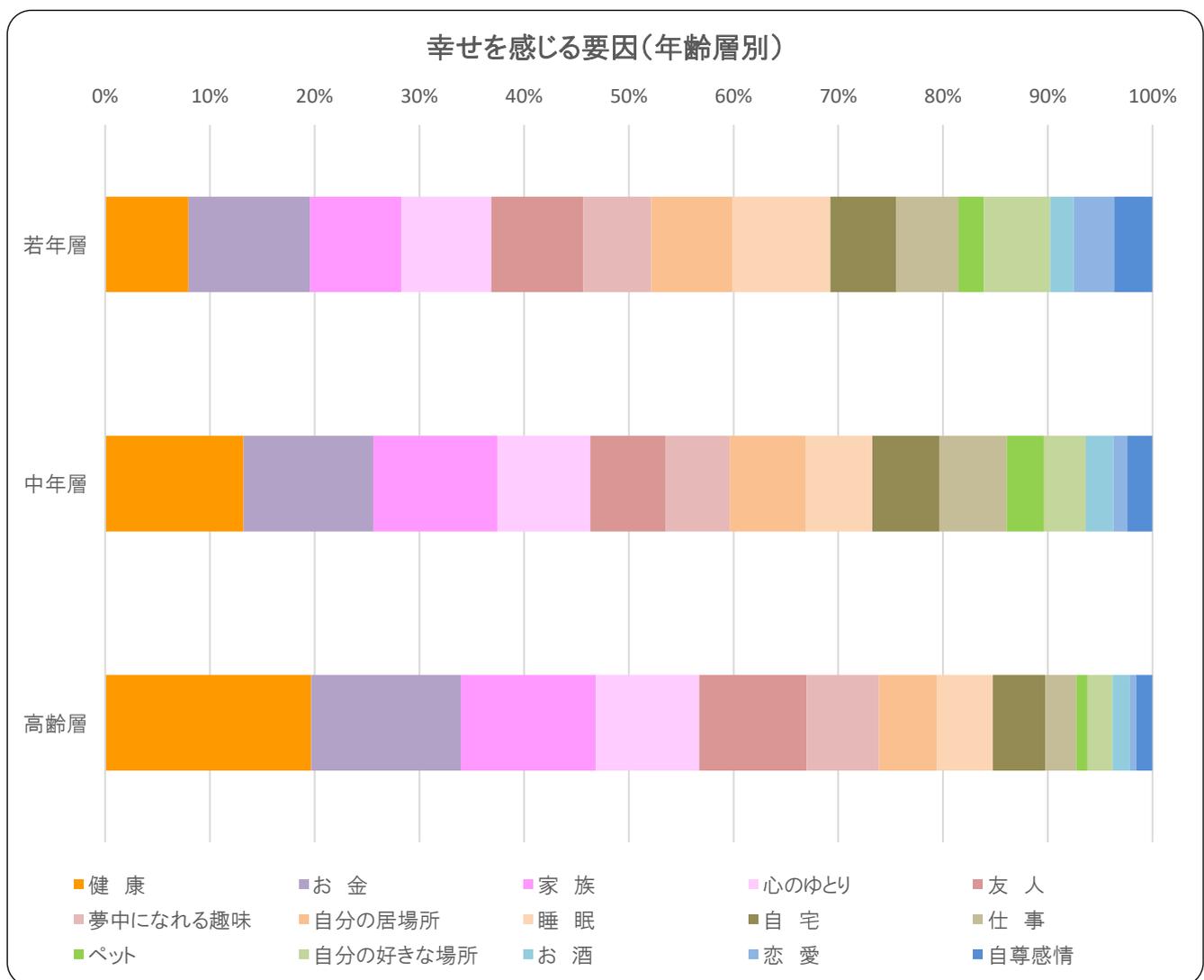
① 幸せを感じる要因（男女別）

	健康	お金	家族	心のゆとり	友人	夢中になれる趣味	自分の居場所	睡眠	自宅	仕事	ペット	自分の好きな場所	お酒	恋愛	自尊感情
計(性別不詳含む) n=455	358人	319人	289人	229人	212人	164人	169人	167人	147人	130人	62人	97人	55人	39人	59人
男性 n=188	141人	127人	108人	78人	61人	67人	53人	55人	50人	43人	16人	33人	33人	17人	10人
	75%	68%	57%	41%	32%	36%	28%	29%	27%	23%	9%	18%	18%	9%	5%
女性 n=255	205人	185人	174人	145人	146人	91人	112人	106人	94人	84人	45人	62人	22人	21人	47人
	80%	73%	68%	57%	57%	36%	44%	42%	37%	33%	18%	24%	9%	8%	18%



② 幸せを感じる要因（年齢層別）

	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(年齢不詳含む) n=455	358人	319人	289人	229人	212人	164人	169人	167人	147人	130人	62人	97人	55人	39人	59人
若年層 n=63	39人	57人	43人	42人	43人	32人	38人	46人	31人	29人	12人	31人	11人	19人	18人
	62%	90%	68%	67%	68%	51%	60%	73%	49%	46%	19%	49%	17%	30%	29%
中年層 n=180	149人	140人	134人	100人	81人	69人	82人	72人	72人	73人	40人	45人	30人	15人	27人
	83%	78%	74%	56%	45%	38%	46%	40%	40%	41%	22%	25%	17%	8%	15%
高齢層 n=207	165人	120人	108人	83人	86人	58人	46人	45人	42人	25人	9人	20人	14人	5人	13人
	80%	58%	52%	40%	42%	28%	22%	22%	20%	12%	4%	10%	7%	2%	6%

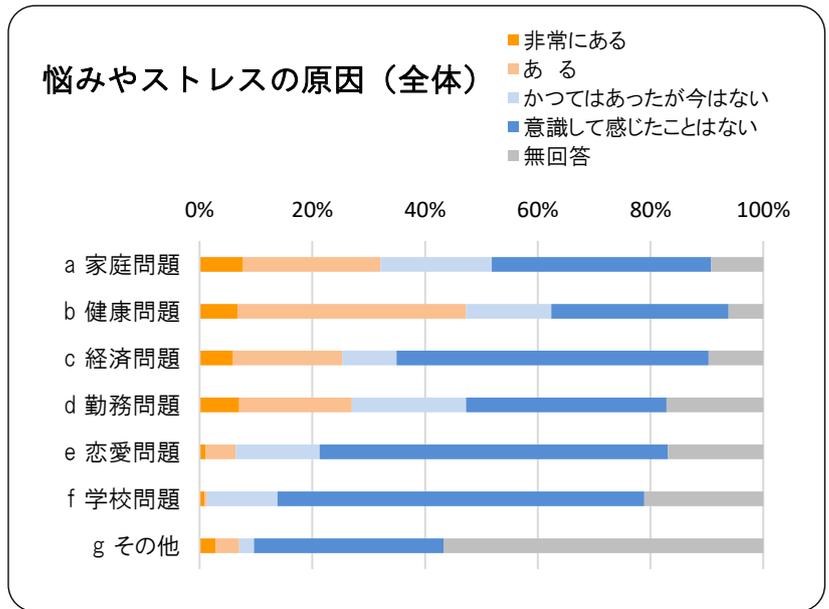


(11) 悩みやストレスの原因

問 あなたは現在、不幸せと感じさせる悩み、苦勞、ストレス、不満がありますか【各項目択一回答】

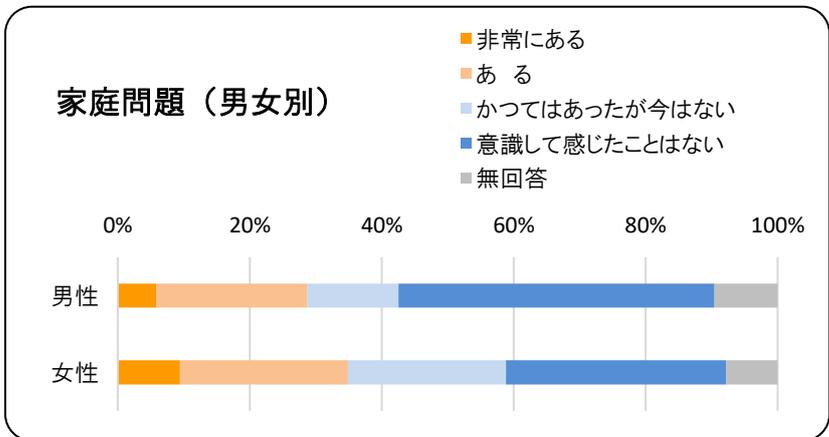
(1) 悩みやストレスの原因 (全体)

日頃、悩み、苦勞、 ストレス、不満があるか	(人)				
	非常に ある	あ る	か つ て は な い あ っ た	こ と は な い 感 じ た	無 回 答
a 家庭問題	35	111	90	177	42
b 健康問題	31	184	69	143	28
c 経済問題	27	88	44	252	44
d 勤務問題	32	91	92	162	78
e 恋愛問題	5	24	68	281	77
f 学校問題	4	2	57	296	96
g その他	13	19	12	153	258



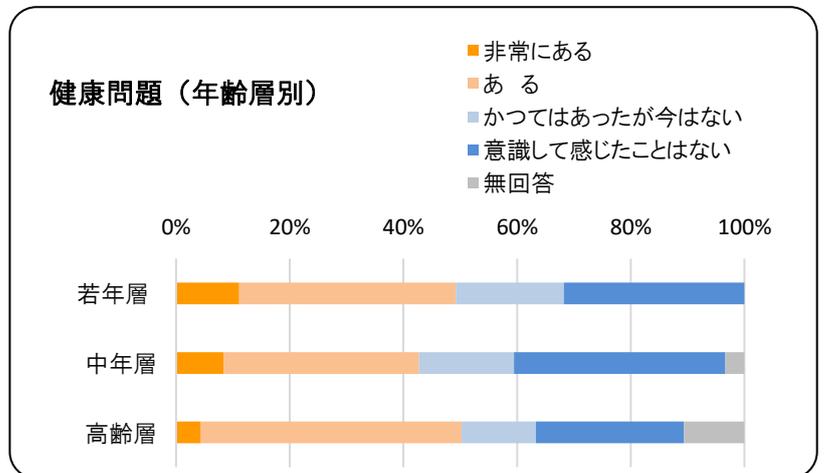
① 家庭問題 (男女別)

日頃、悩み、苦勞、 ストレス、不満があるか	(人)				
	非常に ある	あ る	か つ て は な い あ っ た	こ と は な い 感 じ た	無 回 答
計(性別不詳含む)	35	111	90	177	42
男性 n=188	11	43	26	90	18
女性 n=255	24	65	61	85	20



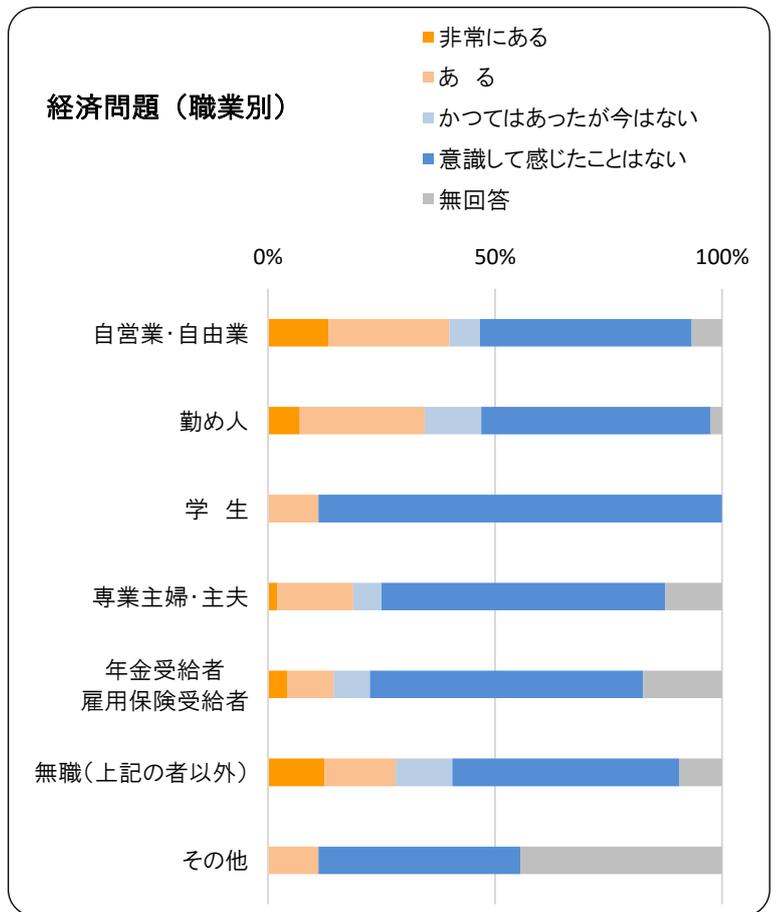
② 健康問題 (年齢層別)

日頃、悩み、苦 勞、ストレス、不満 があるか	(人)				
	非常に ある	あ る	か つ て は な い あ っ た	こ と は な い 感 じ た	無 回 答
計(年齢不詳含む)	31	184	69	143	28
若年層 n=63	7	24	12	20	0
中年層 n=180	15	62	30	67	6
高齢層 n=207	9	95	27	54	22



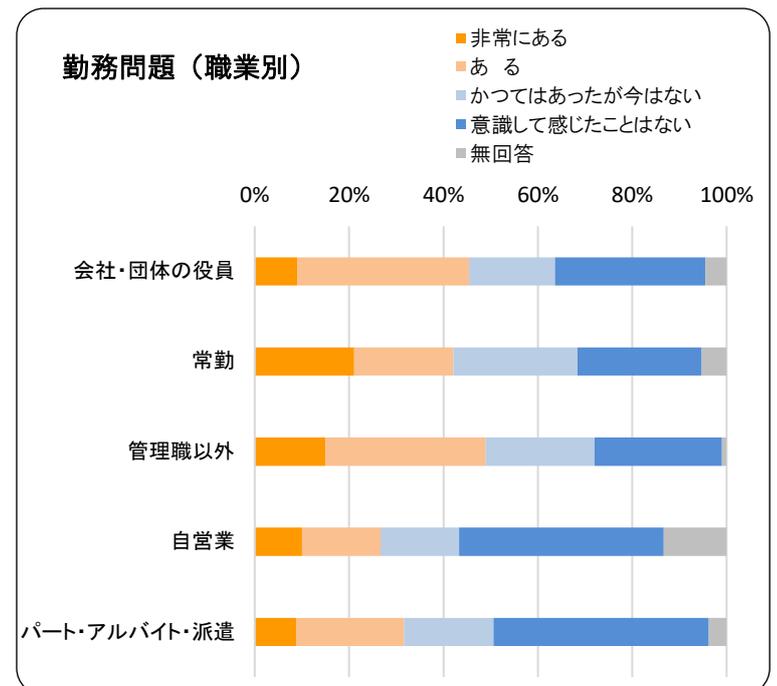
③ 経済問題（職業別）

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 て は あ っ た が 今 は な い あ っ た が	と 意 識 し て 感 じ た こ	無 回 答
計(職業不詳含む)	27人	88人	44人	252人	44人
自営業・自由業 n=15	2人 13%	4人 27%	1人 7%	7人 47%	1人 7%
勤め人 n=200	14人 7%	55人 28%	25人 13%	101人 51%	5人 3%
学 生 n=9	0人 0%	1人 11%	0人 0%	8人 89%	0人 0%
専業主婦・主夫 n=48	1人 2%	8人 17%	3人 6%	30人 63%	6人 13%
年金受給者 雇用保険受給者 n=138	6人 4%	14人 10%	11人 8%	83人 60%	24人 17%
無職(上記の者以外) n=32	4人 13%	5人 16%	4人 13%	16人 50%	3人 9%
その他 n=10	0人	1人	0人	5人	4人



④ 勤務問題（職業別）

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 て は あ っ た が 今 は な い あ っ た が	こ 意 識 し て 感 じ た	無 回 答
会社・団体の役員 n=30	3人 10%	19人 63%	3人 10%	4人 13%	1人 3%
常勤 n=97	16人 16%	41人 42%	20人 21%	19人 20%	1人 1%
自由業 n=6	0人 0%	1人 17%	3人 50%	2人 33%	0人 0%
自営業 n=9	2人 22%	2人 22%	2人 22%	2人 22%	1人 11%
パート・アルバイト・派遣 n=73	5人 7%	24人 33%	16人 22%	23人 32%	5人 7%



3 悩みやストレスについて

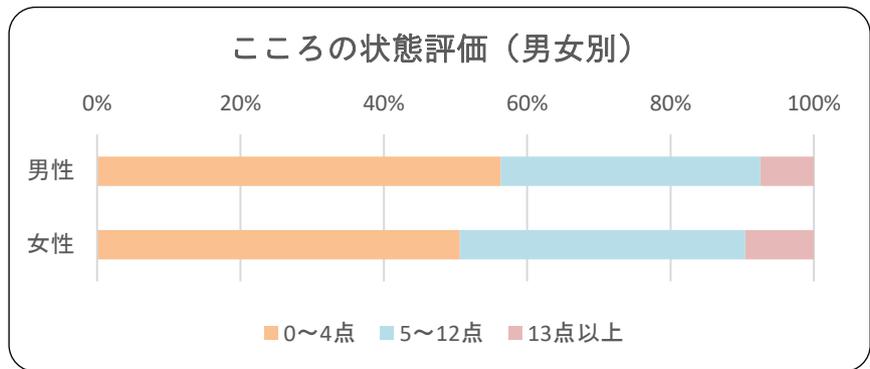
問 あなたは次のようなことを感じることはありますか。（こころの状況評価）

「a 神経過敏だ」「b 絶望的だ」「c そろそろ落ち着かない」「d 気分が沈み、気が晴れない」
 「e 何をするにも面倒だ」「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されています。

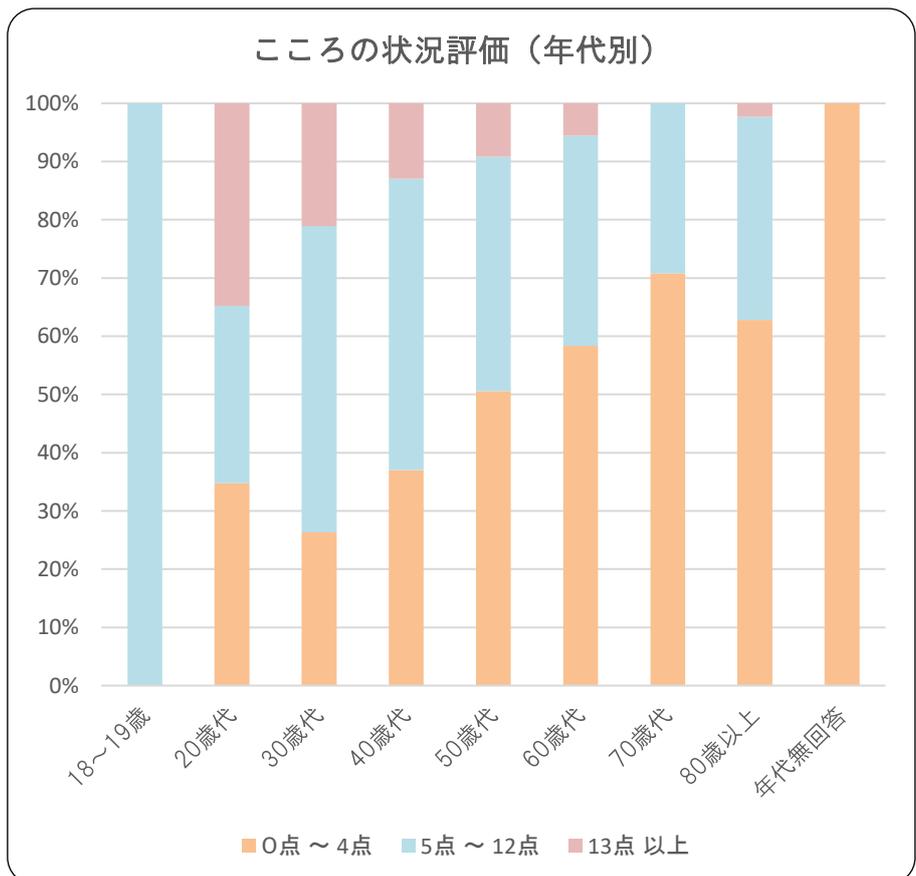
(1) こころの状況評価（男女別）

		(人)		
		0点	5点	13点
		～ 4点	～ 12点	以上
計（性別不詳含む）	n=415	226	163	36
男性	n=174	98	63	13
女性	n=241	122	96	23



(2) こころの状況評価（年代別）

		(人)		
		0点	5点	13点
		～ 4点	～ 12点	以上
18～19歳		0	1	0
20歳代		8	7	8
30歳代		10	20	8
40歳代		20	27	7
50歳代		44	35	8
60歳代		42	26	4
70歳代		68	28	0
80歳以上		27	15	1
年代無回答		1	0	0



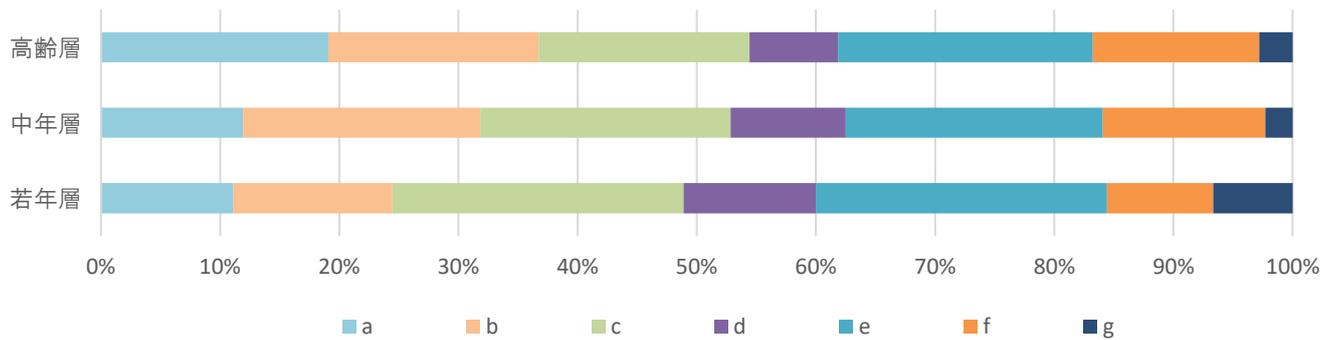
(3) 悩みやストレスの解消法

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、どのようなことをしますか 【複数回答】

ストレス解消法（男女別、年齢層別）

		a 運動する	b お酒を飲む	c 睡眠をとる	d 人に話を聞いてもらう	e 趣味やレジャーを楽しむ	f 我慢して時間を待つ	g その他
計(年齢不詳含む)		149人	130人	222人	197人	219人	124人	50人
男性	若年層 n=19	5人 26%	6人 32%	11人 58%	5人 26%	11人 58%	4人 21%	3人 16%
	中年層 n=66	21人 32%	35人 53%	37人 56%	17人 26%	38人 58%	24人 36%	4人 6%
	高齢層 n=102	41人 40%	38人 37%	38人 37%	16人 16%	46人 45%	30人 29%	6人 6%
女性	若年層 n=43	17人 40%	11人 26%	31人 72%	34人 79%	23人 53%	12人 28%	6人 14%
	中年層 n=113	30人 27%	26人 23%	66人 58%	67人 59%	50人 44%	31人 27%	16人 14%
	高齢層 n=99	30人 30%	11人 11%	33人 33%	55人 56%	42人 42%	20人 20%	13人 13%

ストレス解消方法(男性)



ストレス解消方法(女性)



(4) 辛い時に周囲に期待する対応

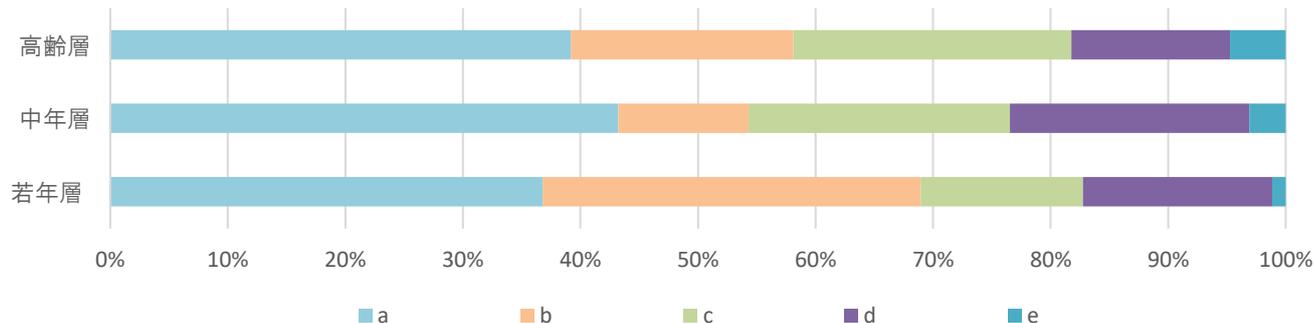
問 あなたが悩みやストレスを感じている辛い時に、周囲の人にどのように対応してほしいですか
【複数回答】

		い a 話をきいてほし	しい b 相談のつてほ	守 c つて配を伝え、見	て d 欲しいとしておい	e その他
計(年齢不詳含む)		222人	125人	131人	159人	25人
男性	若年層 n=19	9人 47%	6人 32%	4人 21%	8人 42%	2人 11%
	中年層 n=66	23人 35%	16人 24%	15人 23%	31人 47%	1人 2%
	高齢層 n=102	25人 25%	23人 23%	24人 24%	46人 45%	8人 8%
女性	若年層 n=43	32人 74%	28人 65%	12人 28%	14人 33%	1人 2%
	中年層 n=113	70人 62%	18人 16%	36人 32%	33人 29%	5人 4%
	高齢層 n=99	58人 59%	28人 28%	35人 35%	20人 20%	7人 7%

辛い時に期待する対応(男性)



辛い時に期待する対応(女性)

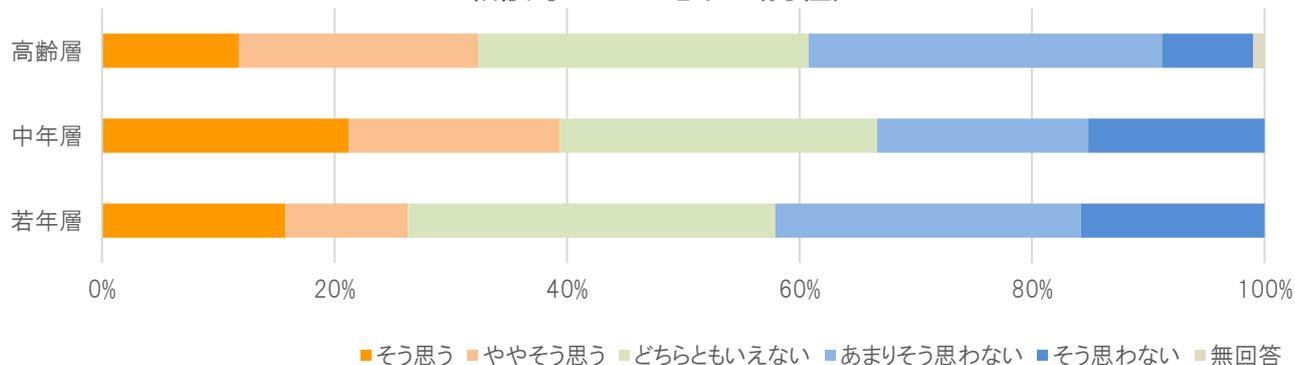


4 相談について

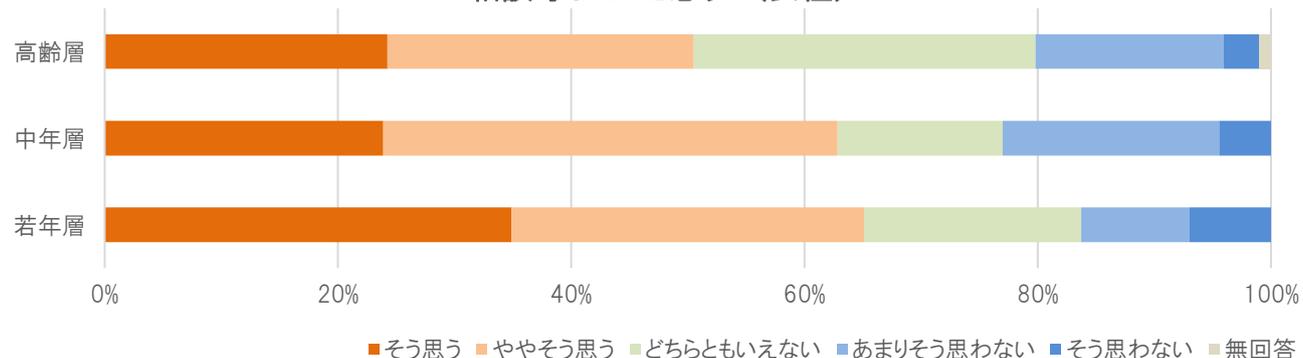
問 あなたは悩みやストレスを感じた時に、誰かに助けを求めたり、相談したいと思いますか
【択一回答】

		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(年齢不詳含む)n=455		98人	122人	109人	92人	32人	2人
男性	若年層 n=19	3人 16%	2人 11%	6人 32%	5人 26%	3人 16%	0人 0%
	中年層 n=66	14人 21%	12人 18%	18人 27%	12人 18%	10人 15%	0人 0%
	高齢層 n=102	12人 12%	21人 21%	29人 28%	31人 30%	8人 8%	1人 1%
女性	若年層 n=43	15人 35%	13人 30%	8人 19%	4人 9%	3人 7%	0人 0%
	中年層 n=113	27人 24%	44人 39%	16人 14%	21人 19%	5人 4%	0人 0%
	高齢層 n=99	24人 24%	26人 26%	29人 29%	16人 16%	3人 3%	1人 1%

相談等したいと思うか(男性)



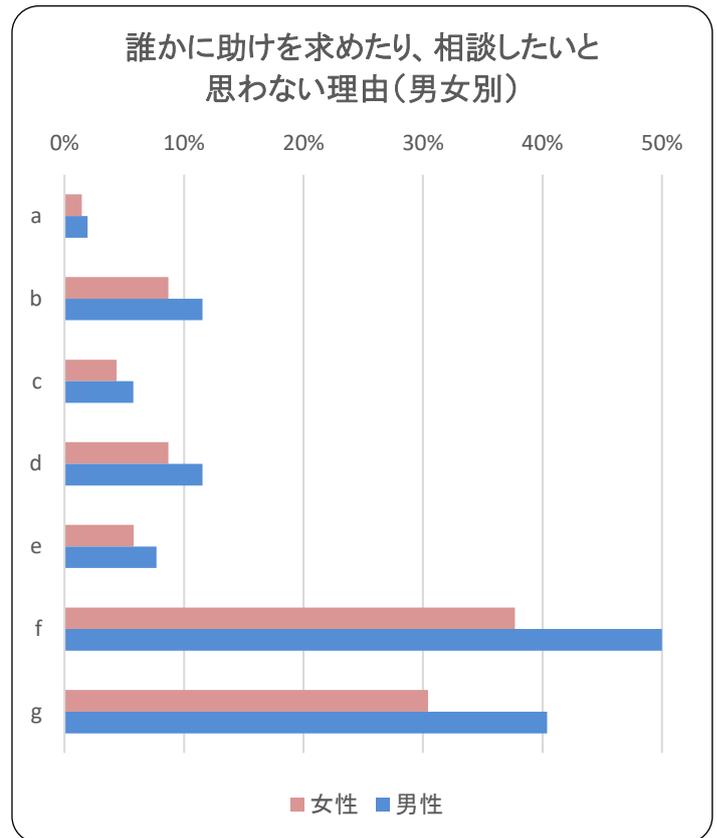
相談等したいと思うか(女性)



問 前項の「誰かに助けを求めたり、相談したいと思いますか」にて、「あまり思わない」「そう思わない」と回答した理由について教えてください【複数回答】

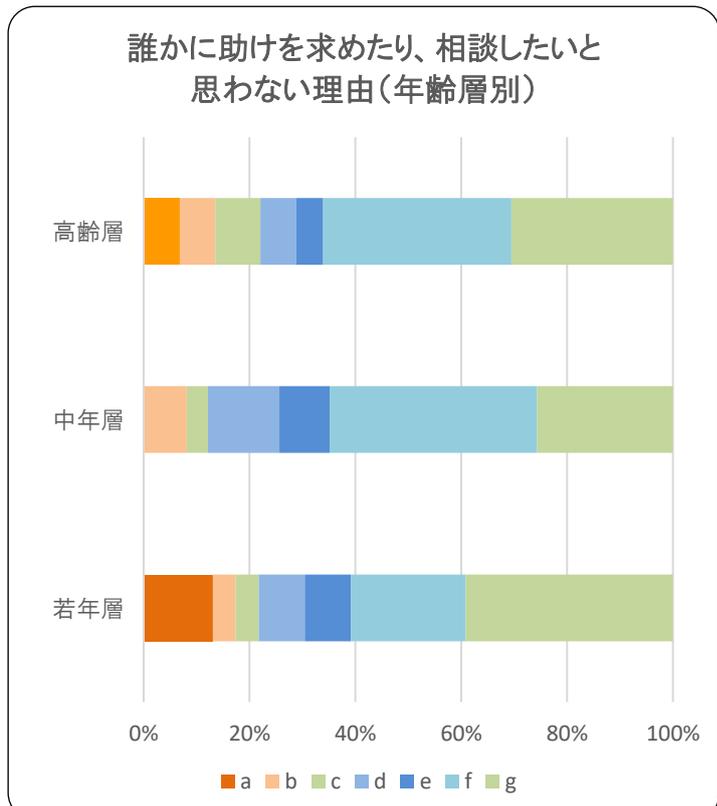
(1) 男女別

	計 (性別不詳 含む)	(人)	
		男性	女性
a相談することは恥ずかしい	7	6	1
b身近な人には相談したくない(できない)悩み	11	5	6
c病院や支援機関等の専門家への相談のハードルが高い	9	6	3
d過去、身近な人に相談したが解決しなかった、嫌な思いをした	16	10	6
e過去、病院や支援機関等に相談したが解決しなかった、嫌な思いをした	12	8	4
f自分の悩みを解決できるところはないと思っている	55	29	26
gその他	46	24	21



(2) 年齢層別

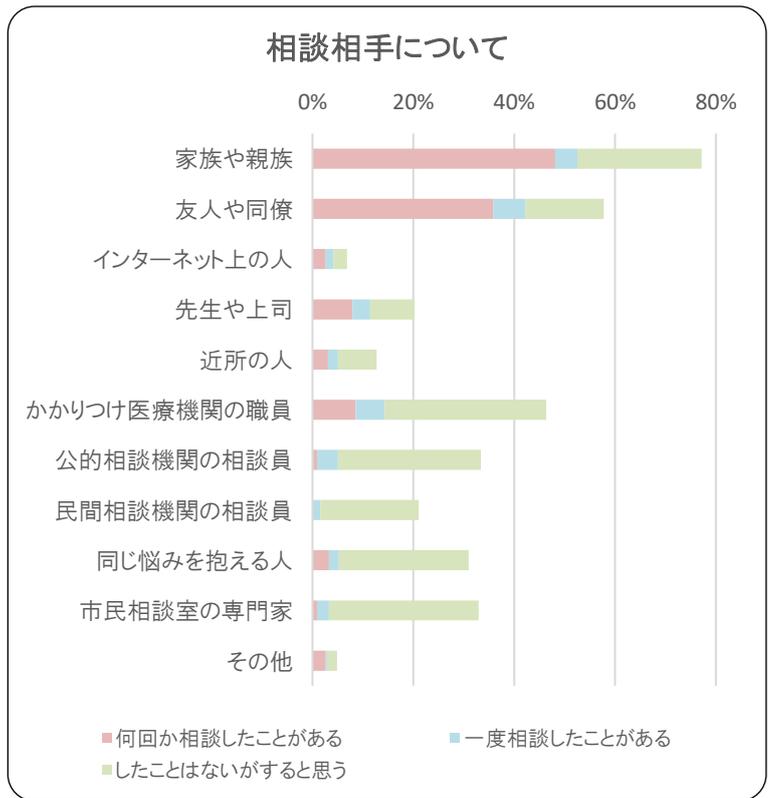
	(人)		
	n=15 若年層	n=48 中年層	n=60 高齢層
a相談することは恥ずかしい	3	0	4
b身近な人には相談したくない(できない)悩み	1	6	4
c病院や支援機関等の専門家への相談のハードルが高い	1	3	5
d過去、身近な人に相談したが解決しなかった、嫌な思いをした	2	10	4
e過去、病院や支援機関等に相談したが解決しなかった、嫌な思いをした	2	7	3
f自分の悩みを解決できるところはないと思っている	5	29	21
gその他	9	19	18



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】

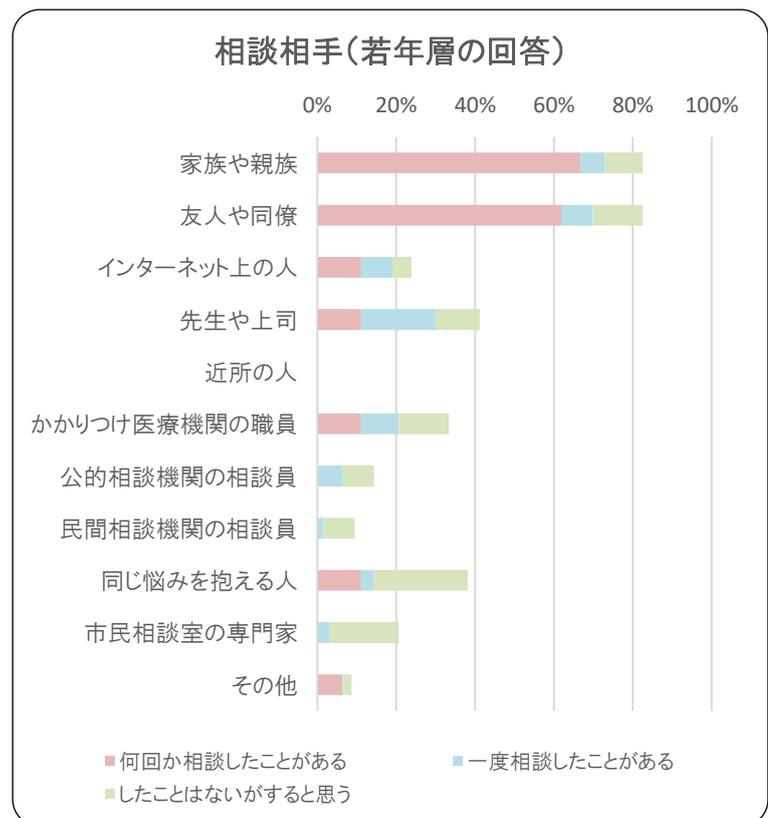
(1) 全体の回答

	(人)				
	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	しないと思う	無回答
家族や親族	219	20	112	75	29
友人や同僚	163	29	71	130	62
インターネット上の人	12	7	12	354	70
先生や上司	36	16	40	274	89
近所の人	14	9	35	355	62
かかりつけ医療機関の職員	39	26	146	177	67
公的相談機関の相談員	4	19	129	240	63
民間相談機関の相談員	0	7	89	282	77
同じ悩みを抱える人	15	9	117	245	69
市民相談室の専門家	4	11	135	232	73
その他	12	1	9	148	285



(2) 若年層の回答

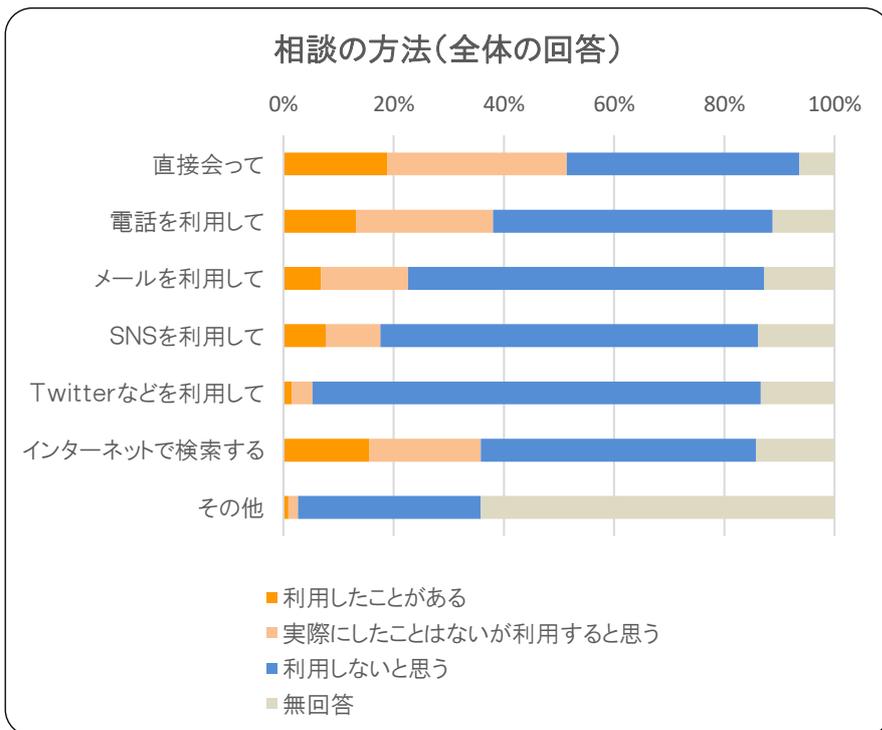
	(人)				
	何回か相談したことがある	一度相談したことがある	したことはないがすると思う	相談しないと思う	無回答
家族や親族	42	4	6	11	0
友人や同僚	39	5	8	11	0
インターネット上の人	7	5	3	47	1
先生や上司	7	12	7	37	0
近所の人	0	0	0	62	1
かかりつけ医療機関の職員	7	6	8	41	1
公的相談機関の相談員	0	4	5	53	1
民間相談機関の相談員	0	1	5	56	1
同じ悩みを抱える人	7	2	15	38	1
市民相談室の専門家	0	2	11	49	1
その他	4	0	1	21	37



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】

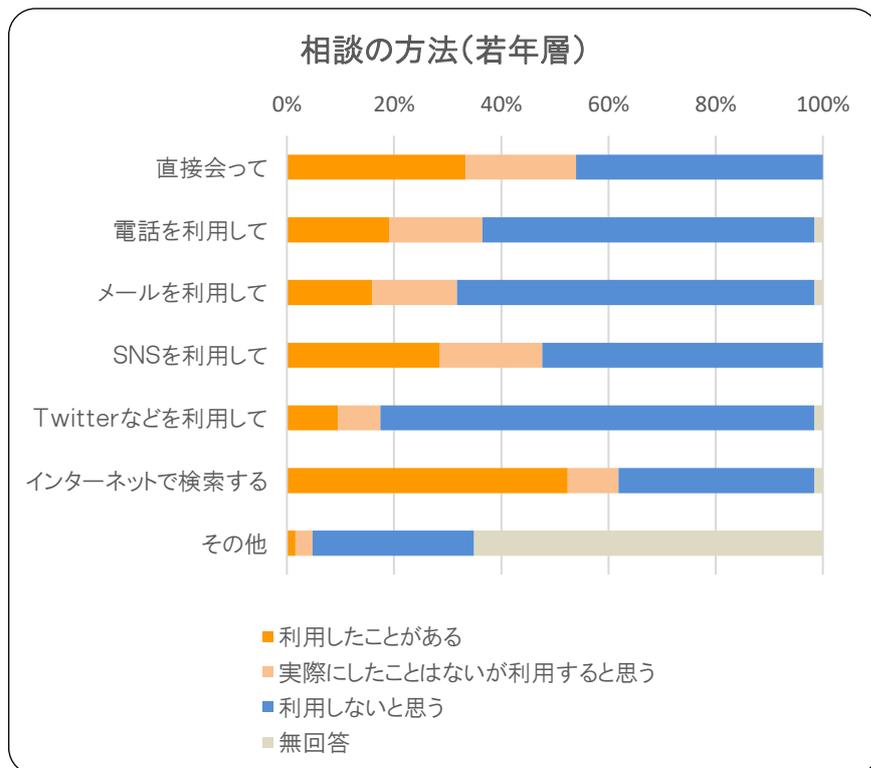
(1) 全体の回答

	(人)			
	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	無回答
直接会って	86	148	192	29
電話を利用して	60	113	231	51
メールを利用して	31	72	294	58
SNSを利用して	35	45	312	63
Twitterなどを利用して	7	17	370	61
インターネットで検索する	71	92	227	65
その他	4	8	151	292



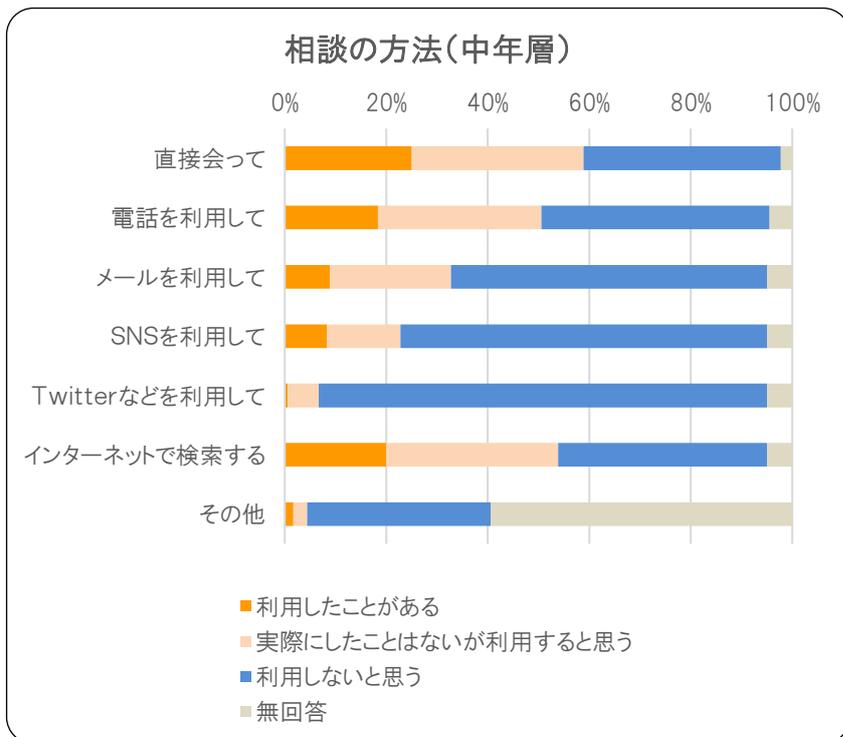
(2) 若年層の回答

	(人)			
	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	無回答
直接会って	21	13	29	0
電話を利用して	12	11	39	1
メールを利用して	10	10	42	1
SNSを利用して	18	12	33	0
Twitterなどを利用して	6	5	51	1
インターネットで検索する	33	6	23	1
その他	1	2	19	41



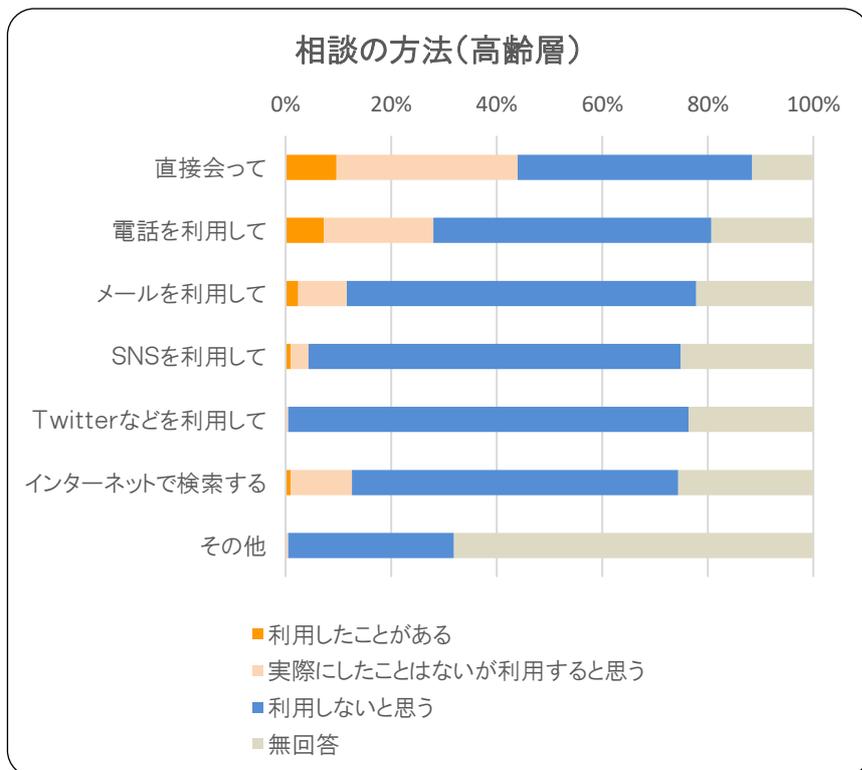
(3) 中年層の回答

	(人)			
	利用したことがある	が実際に利用したことはないと思う	利用しないと思う	無回答
直接会って	45	61	70	4
電話を利用して	33	58	81	8
メールを利用して	16	43	112	9
SNSを利用して	15	26	130	9
Twitterなどを利用して	1	11	159	9
インターネットで検索する	36	61	74	9
その他	3	5	65	107



(4) 高齢層の回答

	(人)			
	利用したことがある	が実際に利用したことはないと思う	利用しないと思う	無回答
直接会って	34	5	4	16
電話を利用して	19	57	141	64
メールを利用して	4	1	189	5
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



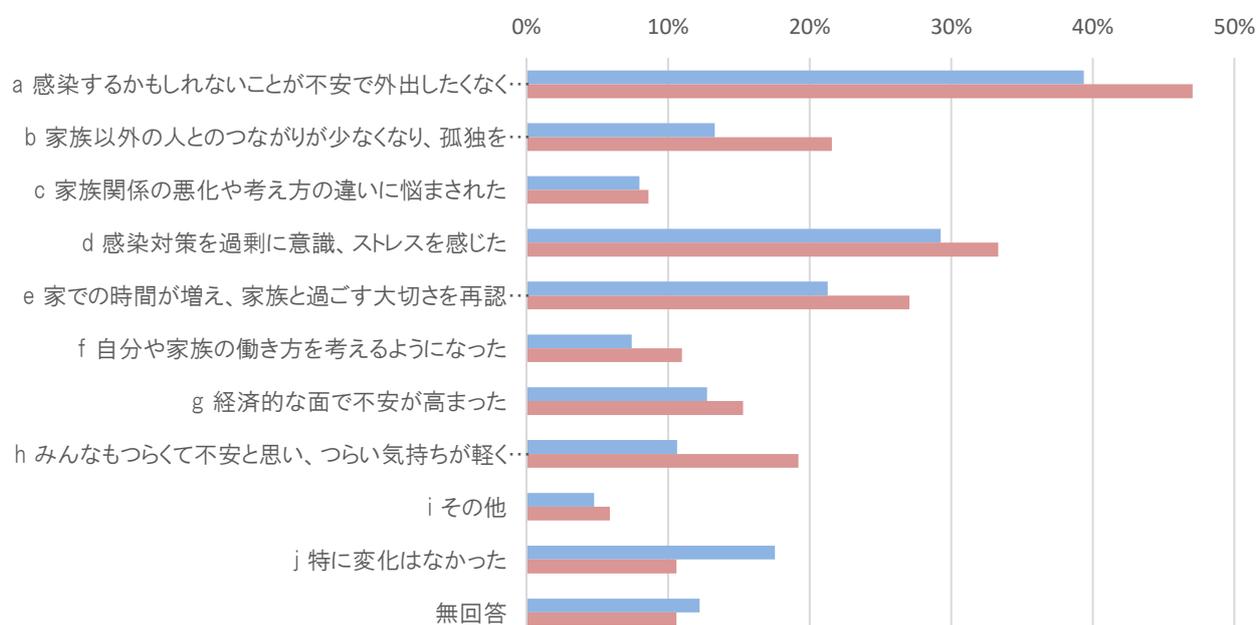
5 新型コロナウイルス感染症について

問 新型コロナウイルス感染症について、あなたの心情や考えに変化がありましたか【複数回答】

(1) 男女別

	計（性別不詳含む）n=455		男性 n=188		女性 n=255	
	人数	割合	人数	割合	人数	割合
a 感染するかもしれないことが不安で外出しなくなりました	200人	26%	74人	39%	120人	47%
b 家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた	82人	12%	25人	13%	55人	22%
c 家族関係の悪化や家族との考え方の違いに悩まされるようになった	37人	5%	15人	8%	22人	9%
d 感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた	142人	19%	55人	29%	85人	33%
e 家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した	112人	15%	40人	21%	69人	27%
f 在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方を考えるようになった	42人	6%	14人	7%	28人	11%
g 休職や失業等で収入が減るなど、経済的な面で不安が高まった	64人	9%	24人	13%	39人	15%
h みんなもつらくて不安なんだと思い、つらい気持ちが少し軽くなった	69人	11%	20人	11%	49人	19%
i その他	24人	3%	9人	5%	15人	6%
j 特に変化はなかった	62人	6%	33人	18%	27人	11%
無回答	52人	6%	23人	12%	27人	11%

新型コロナウイルス感染症による心情や考えの変化（男女別） ■男性 ■女性

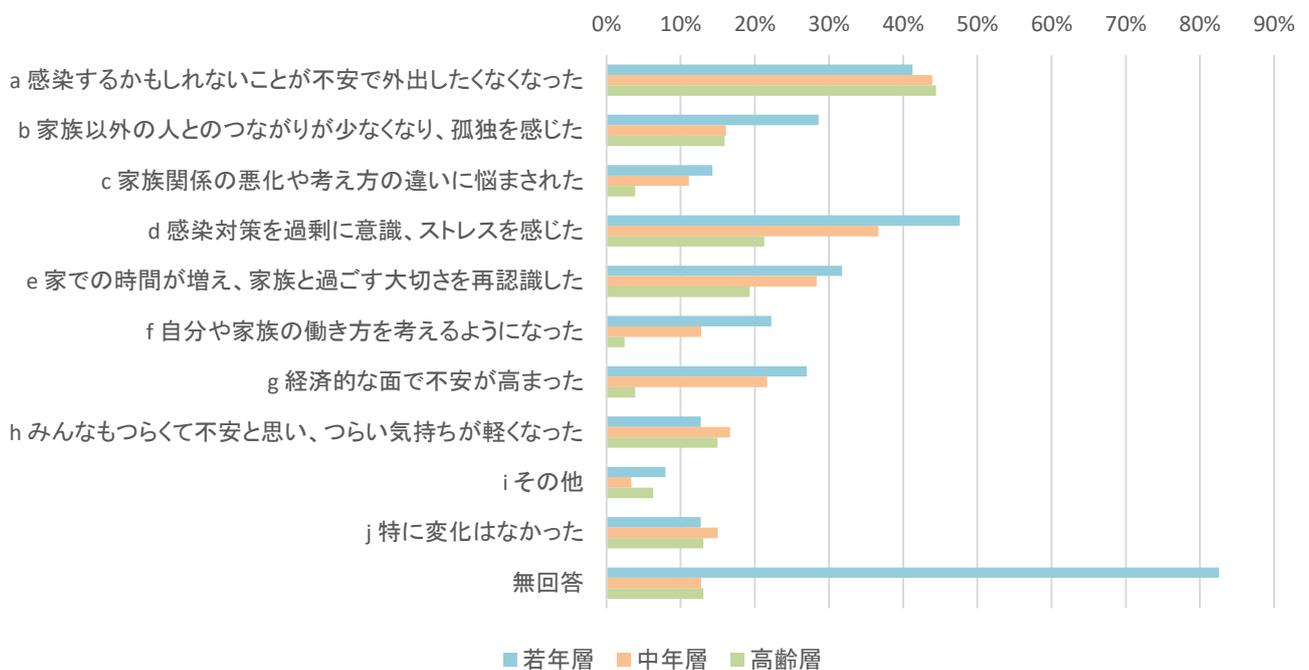


(2) 年齢層別

(人)

	若年層 n=63	中年層 n=180	高齢層 n=207
a 感染するかもしれないことが不安で外出したくなくなった	26	79	92
b 家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた	18	29	33
c 家族関係の悪化や家族との考え方の違いに悩まされるようになった	9	20	8
d 感染対策を過剰に意識するようになり、ストレスを感じた	30	66	44
e 家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した	20	51	40
f 在宅勤務や時差出勤の機会が増え、自分や家族の働き方を考えるようになった	14	23	5
g 休職や失業等で収入が減るなど、経済的な面で不安が高まった	17	39	8
h みんなもつらくて不安なんだと思い、つらい気持ち少し軽くなった	8	30	31
i その他	5	6	13
j 特に変化はなかった	8	27	27
無回答	52	23	27

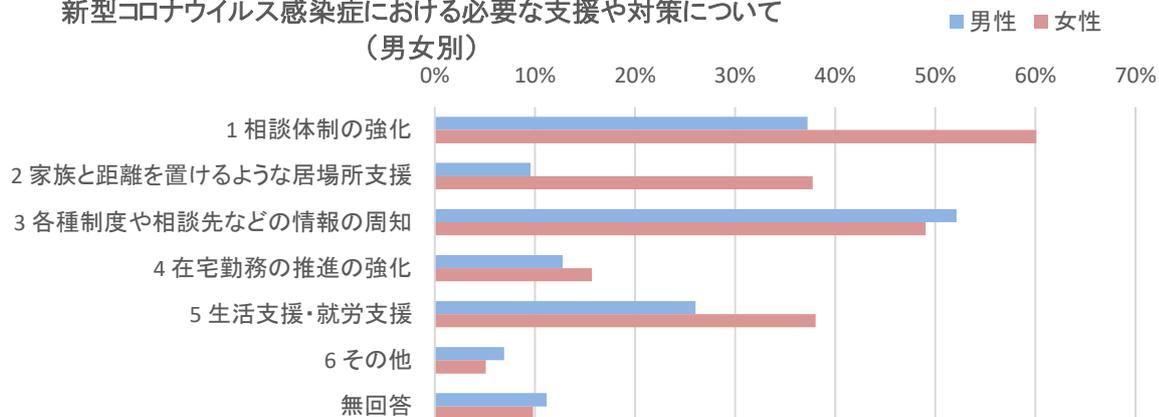
新型コロナウイルス感染症による心情や考えの変化(年齢層別)



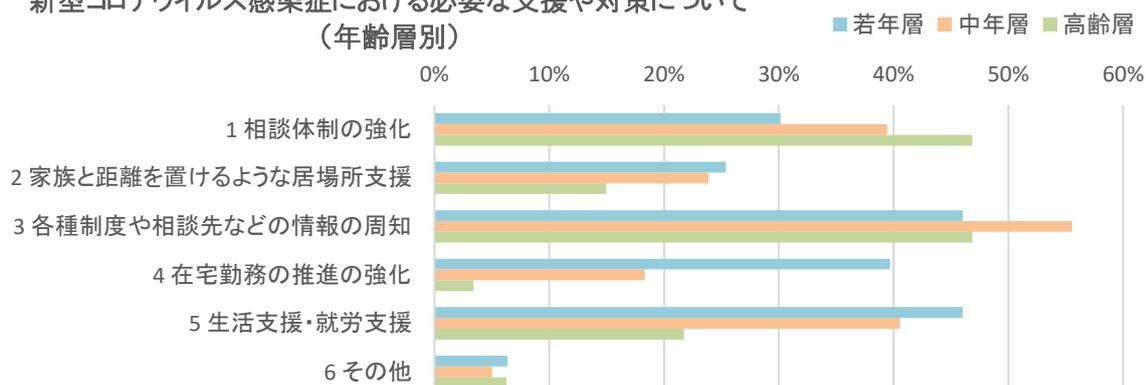
問 コロナ禍での心情や考えの変化に伴い、どのような支援や対策が必要だと思いますか
【複数回答】

	む計 (性別不詳含 n = 455)	性別		(人)		
		n 男性 = 188	n 女性 = 255	n 若年層 = 63	n 中年層 = 180	n 高齢層 = 207
1 曜日や時間帯を問わずいつでも相談できる相談体制の強化	191	70	113	19	71	97
2 家族と距離を置けるような居場所支援	91	18	71	16	43	31
3 感染対策やワクチン、各種給付金制度や相談先などの情報の周知	230	98	125	29	100	97
4 在宅勤務の推進の強化	65	24	40	25	33	7
5 生活支援・就労支援	149	49	97	29	73	45
6 その他	26	13	13	4	9	13
無回答	49	21	25	-	-	-

新型コロナウイルス感染症における必要な支援や対策について
(男女別)



新型コロナウイルス感染症における必要な支援や対策について
(年齢層別)

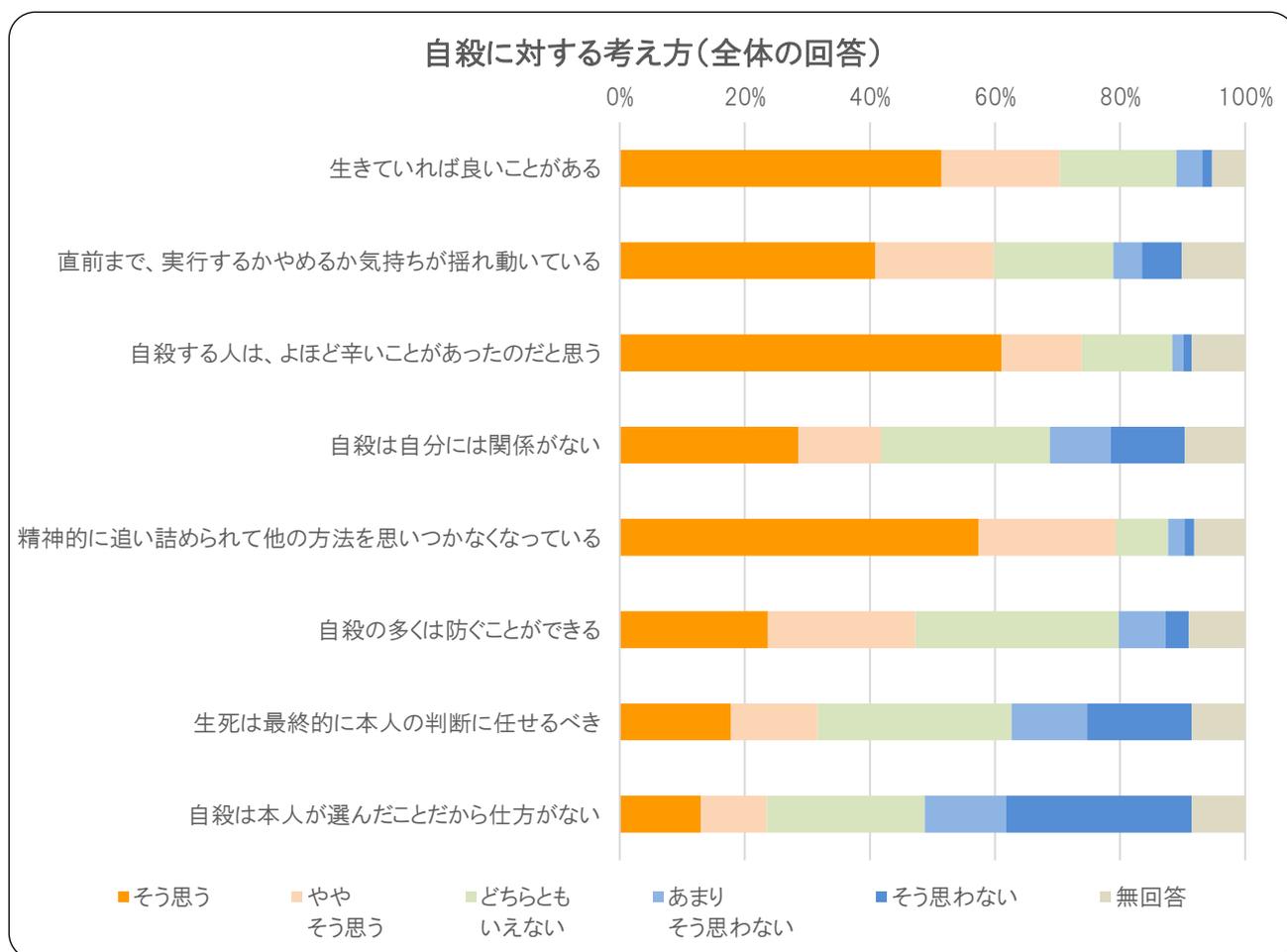


6 自殺に関すること

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) 全体の回答

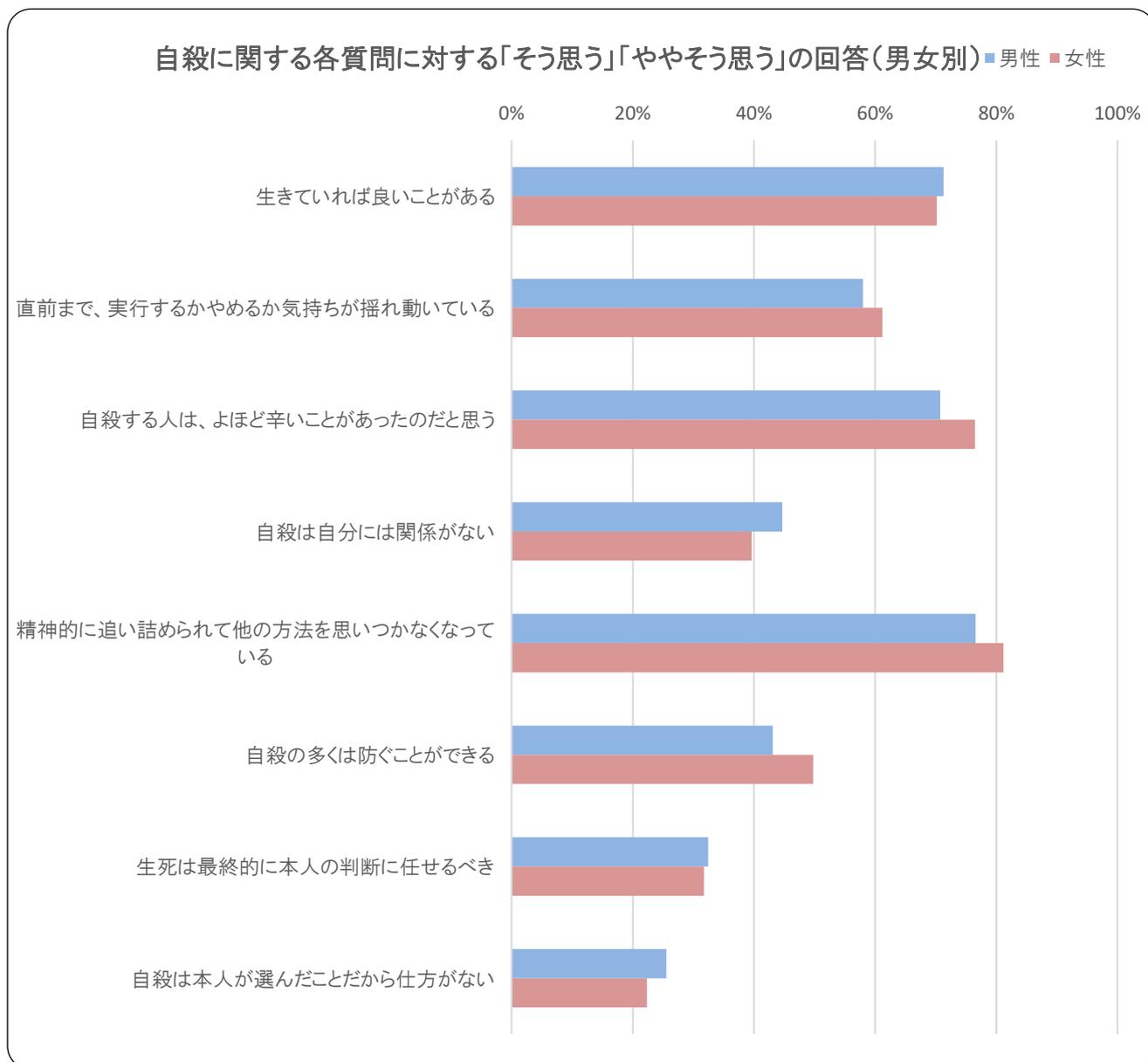
自殺に対する考え	(人)					
	そう思う	やや そう思う	どちらとも いえない	あまり そう思わない	そう 思わない	無 回答
生きていれば良いことがある	234	86	85	19	7	24
直前まで、実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている	186	86	87	21	29	46
自殺する人は、よほど辛いことがあったのだと思う	278	58	66	8	6	39
自殺は自分には関係がない	130	60	123	44	54	44
精神的に追い詰められて他の方法を思いつかなくなっている	261	100	38	12	7	37
自殺の多くは防ぐことができる	108	107	148	34	17	41
生死は最終的に本人の判断に任せるべき	81	63	141	55	76	39
自殺は本人が選んだことだから仕方がない	59	48	115	59	135	39



(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)

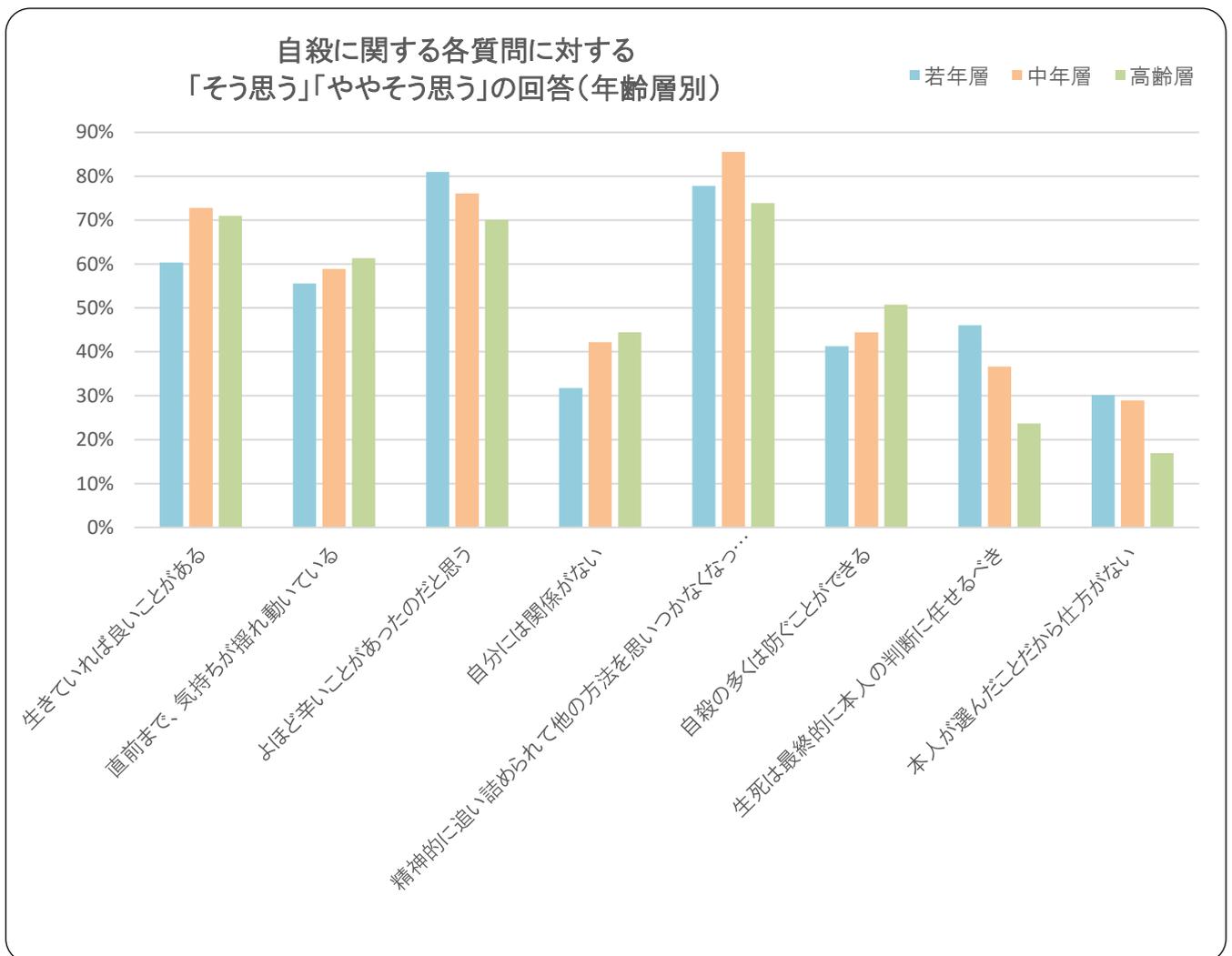
(人)

	男性 n=188	女性 n=255
生きていれば良いことがある	134	179
直前まで、実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている	109	156
自殺する人は、よほど辛いことがあったのだと思う	133	195
自殺は自分には関係がない	84	101
精神的に追い詰められて他の方法を思いつかなくなっている	144	207
自殺の多くは防ぐことができる	81	127
生死は最終的に本人の判断に任せるべき	61	81
自殺は本人が選んだことだから仕方がない	48	57



(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(年齢層別)

	若年層 n=63	中年層 n=180	高齢層 n=207
生きていれば良いことがある	60%	73%	71%
直前まで、実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている	56%	59%	61%
自殺する人は、よほど辛いことがあったのだと思う	81%	76%	70%
自殺は自分には関係がない	32%	42%	44%
精神的に追い詰められて他の方法を思いつかなくなっている	78%	86%	74%
自殺の多くは防ぐことができる	41%	44%	51%
生死は最終的に本人の判断に任せるべき	46%	37%	24%
自殺は本人が選んだことだから仕方がない	30%	29%	17%

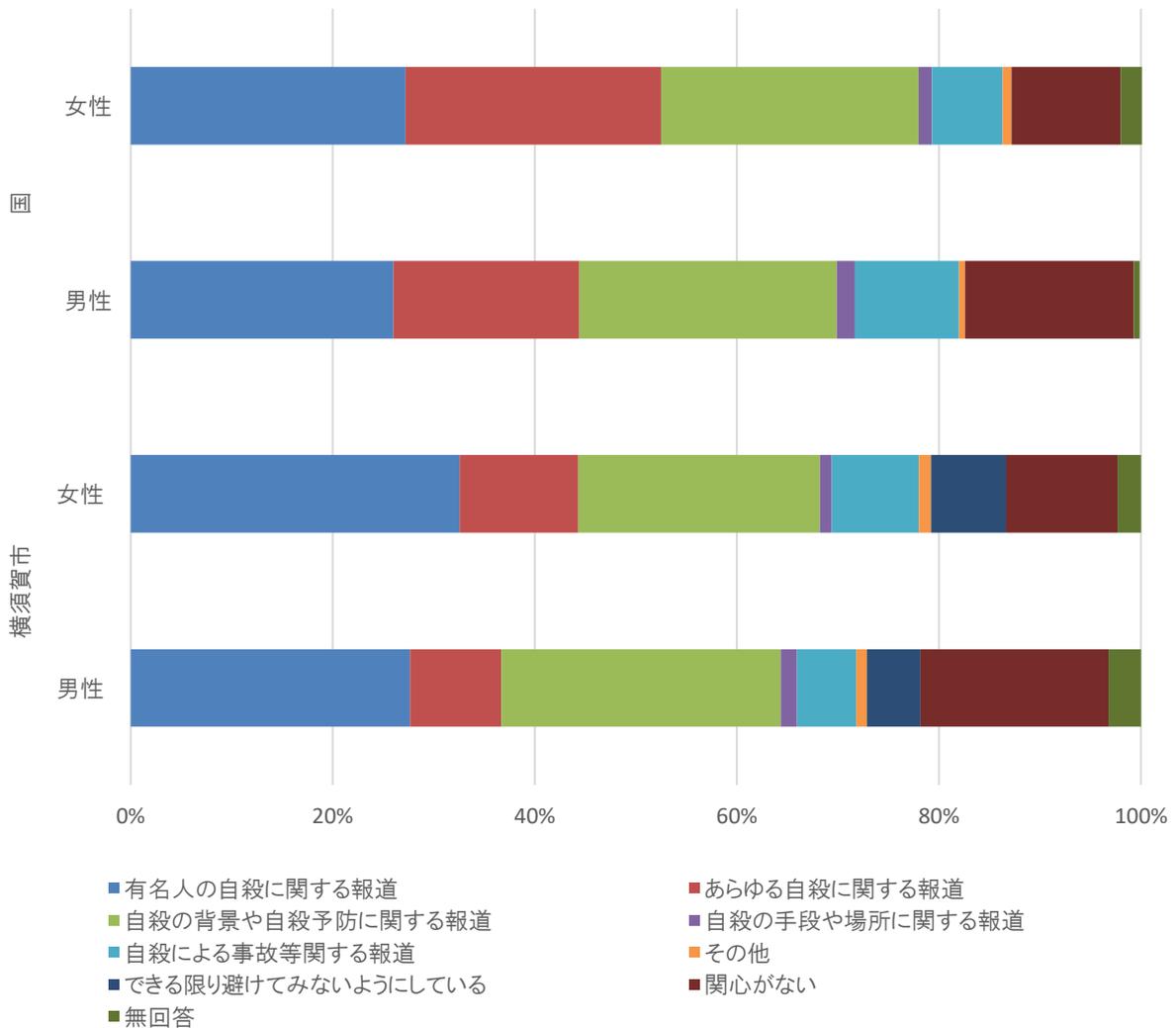


7 自殺に関連したメディアについて

問 あなたは、自殺を扱ったどのような報道に関心がありますか【択一回答】

		有名人の自殺に関する報道	あらゆる自死に関する報道	自殺の背景や自殺予防に関する報道	自殺の手段や場所に 関する報道	自殺による事故等 に関する報道	その他	できるだけ ようにし 避けて いるみ	関 心 が な い	無 回 答
横須賀市	計 n=455	29.9%	10.8%	25.7%	1.3%	7.9%	1.3%	6.4%	13.8%	2.9%
	男性 n=188	27.7%	9.0%	27.7%	1.6%	5.9%	1.1%	5.3%	18.6%	3.2%
	女性 n=255	32.5%	11.8%	23.9%	1.2%	8.6%	1.2%	7.5%	11.0%	2.4%
国	計 n=2,009	26.6%	22.0%	25.5%	1.6%	8.5%	0.8%	-	13.6%	1.4%
	男性 n=934	26.0%	18.4%	25.5%	1.8%	10.3%	0.6%	-	16.7%	0.6%
	女性 n=1,057	27.2%	25.3%	25.5%	1.3%	7.0%	0.9%	-	10.8%	2.1%

自殺を扱った報道への関心度(男女別、国との比較)

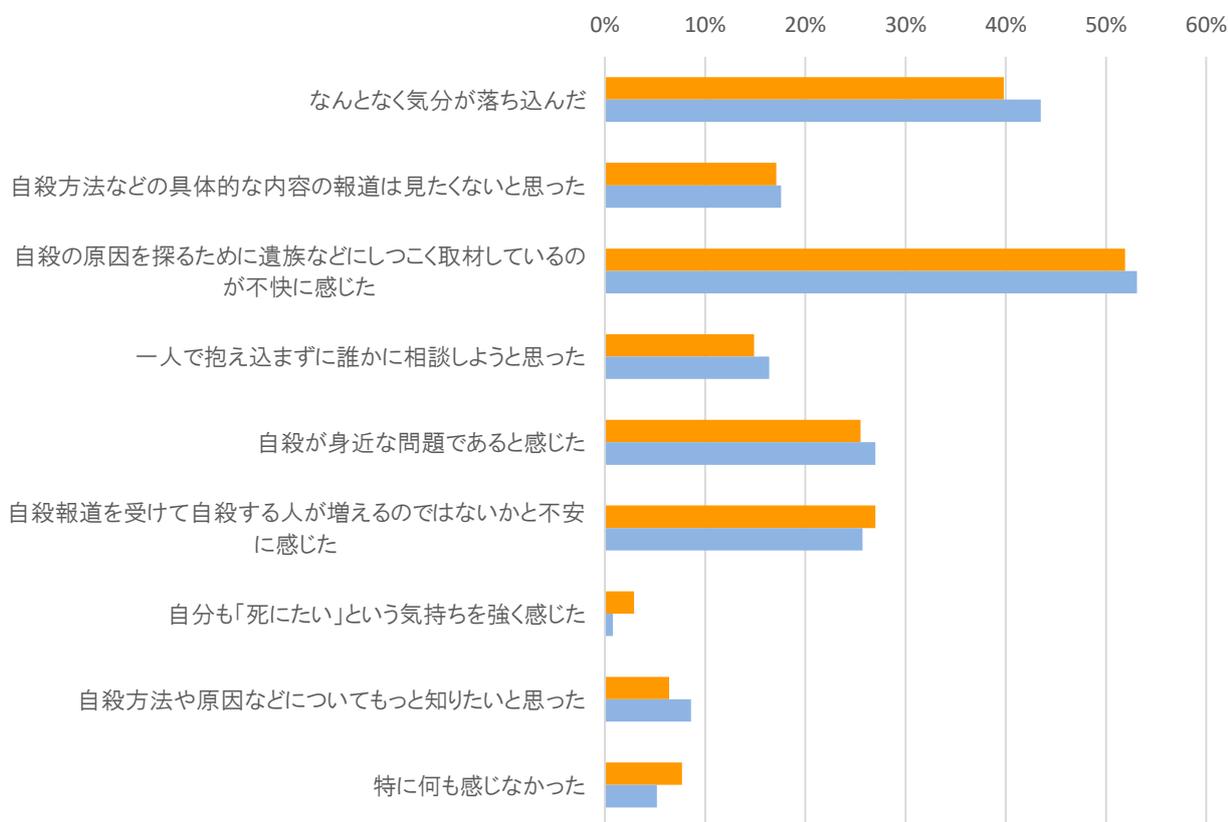


問 あなたは、自殺を扱った報道をどのように感じますか【択一回答】

	だ ん と な く 気 分 が 落 ち 込 ん	思 容 の 報 道 は 見 た く な い と 内	自 殺 方 法 な ど の 具 体 的 な 内	い る 族 な ど の 不 快 に 感 じ た	自 殺 の 原 因 を 探 る た め に 遺	相 談 し よ う と 思 っ た 誰 か に	一 人 で 抱 え 込 ま ず に	感 じ た 自 殺 が 身 近 な 問 題 で あ る と	不 安 に 感 じ た 自 殺 報 道 を 受 け て は な い か と	自 分 も 「 死 に た い 」 と い う 気 持 ち を 強 く 感 じ た	特 に 何 も 感 じ な か つ た 自 殺 方 法 や 原 因 な ど に つ い て	無 回 答
横須賀市 n=455	39.8%	17.1%	51.9%	14.9%	25.5%	27.0%	2.9%	6.4%	7.7%	2.6%		
国 n=2,009	43.5%	17.6%	53.1%	16.4%	27.0%	25.7%	0.8%	8.6%	5.2%	1.1%		

自殺を扱った報道をどのように感じるか(国との比較)

■横須賀市 ■国

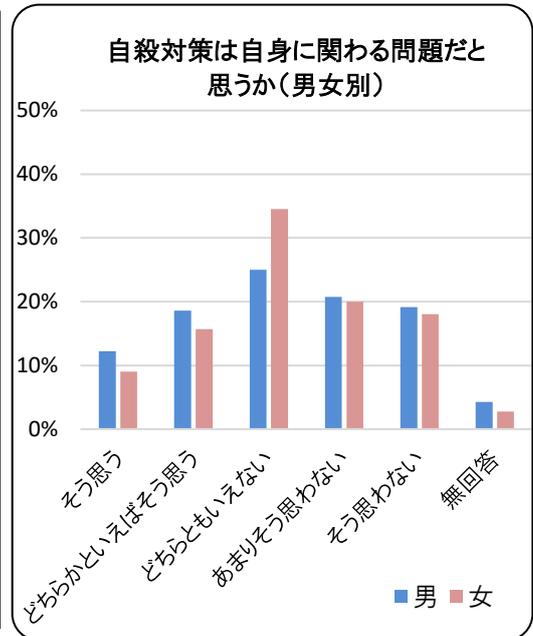


8 自殺対策

問 自殺対策は自分自身に関わる問題だと思いますか【択一回答】

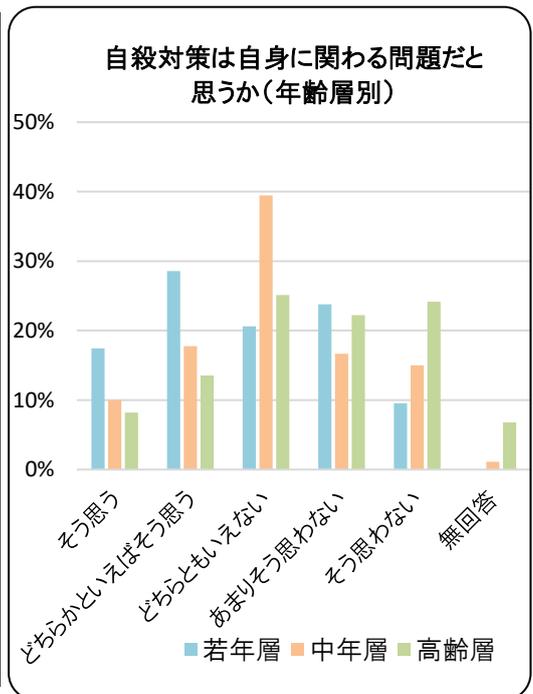
(1) 男女別

	そう思う	どちらかといえばそう思う	どちらともいえません	あまりそう思わない	そう思わない	無回答
計(性別不詳含む) n=455	47人 10.3%	81人 18%	137人 30%	91人 20%	83人 18%	16人 4%
男性 n=188	23人 12.2%	35人 18.6%	47人 25.0%	39人 20.7%	36人 19.1%	8人 4.3%
女性 n=255	23人 9.0%	40人 15.7%	88人 34.5%	51人 20.0%	46人 18.0%	7人 2.7%



(2) 年齢層別

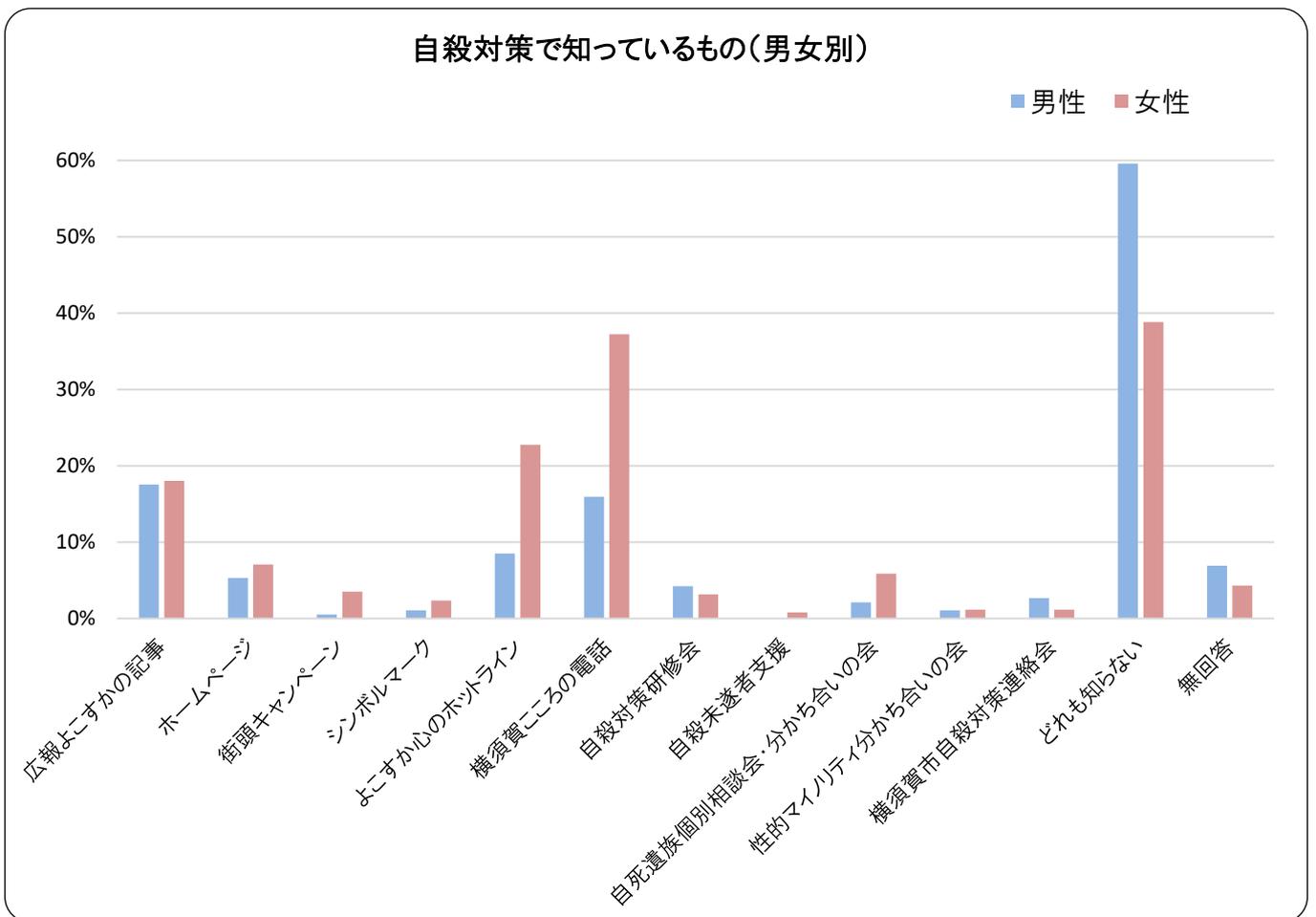
	そう思う	どちらかといえばそう思う	どちらともいえません	あまりそう思わない	そう思わない	無回答
計(性別不詳含む) n=455	47人 10.3%	81人 18%	137人 30%	91人 20%	83人 18%	16人 4%
若年層 n=63	11人 17.5%	18人 28.6%	13人 20.6%	15人 23.8%	6人 9.5%	0人 0.0%
中年層 n=180	18人 10.0%	32人 17.8%	71人 39.4%	30人 16.7%	27人 15.0%	2人 1.1%
高齢層 n=207	17人 8.2%	28人 13.5%	52人 25.1%	46人 22.2%	50人 24.2%	14人 6.8%



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) 男女別

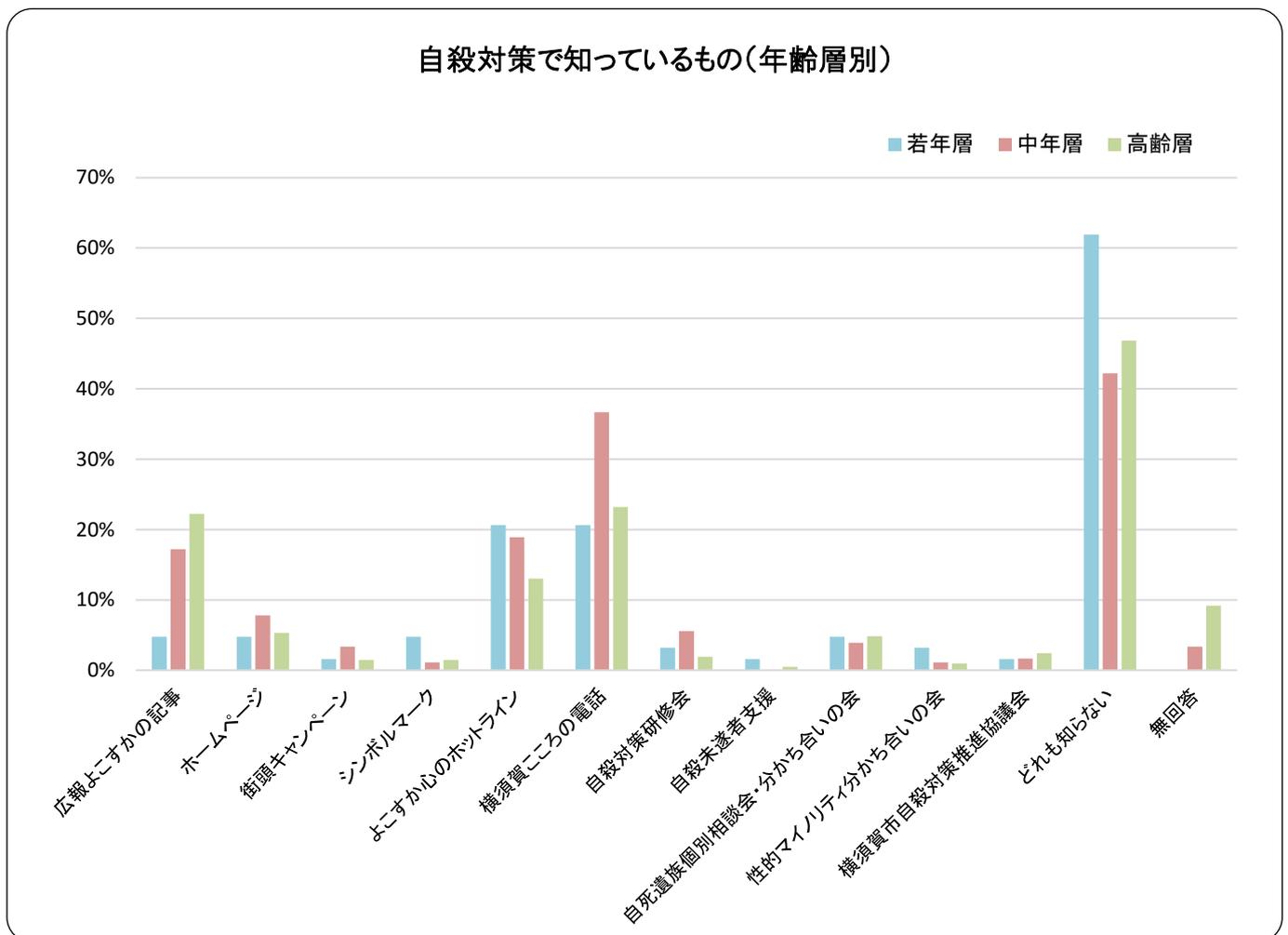
	広報よこすかの記事	ホームページ	自殺予防街頭キャンペーン	横須賀市自殺予防シンボルマーク	よこすか心のホットライン	横須賀こころの電話	自殺対策研修会	自殺未遂者支援	自死遺族相談会・分かち合いの会	性的マイノリティ分かち合いの会	横須賀市自殺対策推進協議会	どれも知らない	無回答
計(性別不詳含む) n=455	80人 18%	28人 6%	10人 2%	8人 2%	77人 17%	128人 28%	16人 4%	2人 0%	20人 4%	6人 1%	9人 2%	214人 47%	25人 5%
男性 n=188	33人 18%	10人 5%	1人 1%	2人 1%	16人 9%	30人 16%	8人 4%	0人 0%	4人 2%	2人 1%	5人 3%	112人 60%	13人 7%
女性 n=255	46人 18%	18人 7%	9人 4%	6人 2%	58人 23%	95人 37%	8人 3%	2人 1%	15人 6%	3人 1%	3人 1%	99人 39%	11人 4%



(2) 年齢層別

	広報よこすかの記事	ホームページ	自殺予防街頭キャンペーン	横須賀市自殺予防シンボルマーク	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	横須賀市自殺対策推進協議会	どれも知らない	無回答
計(年齢不詳含む) n=455	80人 18%	28人 6%	10人 2%	8人 2%	77人 17%	128人 28%	16人 4%	2人 0%	20人 4%	6人 1%	9人 2%	214人 47%	25人 5%
若年層 n=63	3人 5%	3人 5%	1人 2%	3人 5%	13人 21%	13人 21%	2人 3%	1人 2%	3人 5%	2人 3%	1人 2%	39人 62%	0人 0%
中年層 n=180	31人 17%	14人 8%	6人 3%	2人 1%	34人 19%	66人 37%	10人 6%	人 0%	7人 4%	2人 1%	3人 2%	76人 42%	6人 3%
高齢層 n=207	46人 22%	11人 5%	3人 1%	3人 1%	27人 13%	48人 23%	4人 2%	1人 0%	10人 5%	2人 1%	5人 2%	97人 47%	19人 9%

自殺対策で知っているもの(年齢層別)

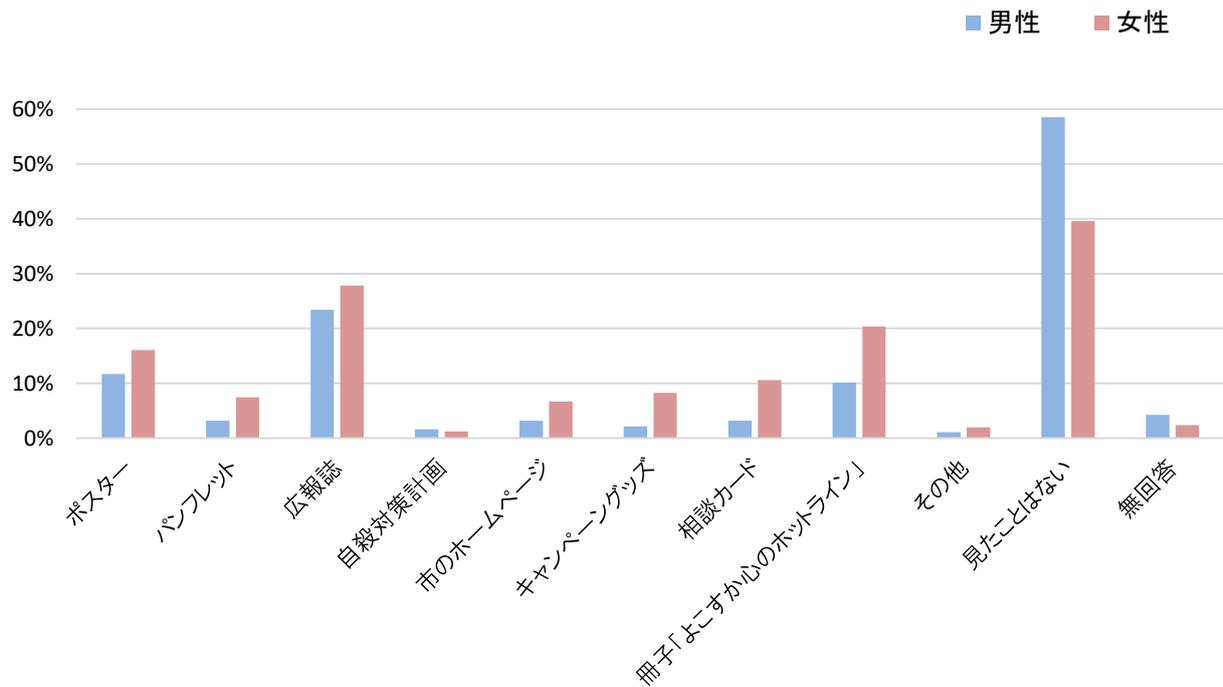


問 あなたはこれまでに自殺対策に関する市の啓発物を見たことがありますか【複数回答】

(1) 男女別

	ポスター	パンフレット	広報誌	自殺対策計画	市のホームページ	キャンペーングッズ	相談カード	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(性別不詳含む) n=455	67人 15%	26人 6%	119人 26%	6人 1%	23人 5%	25人 5%	33人 7%	75人 16%	7人 2%	216人 47%	14人 3%
男性 n=188	22人 12%	6人 3%	44人 23%	3人 2%	6人 3%	4人 2%	6人 3%	19人 10%	2人 1%	110人 59%	8人 4%
女性 n=255	41人 16%	19人 7%	71人 28%	3人 1%	17人 7%	21人 8%	27人 11%	52人 20%	5人 2%	101人 40%	6人 2%

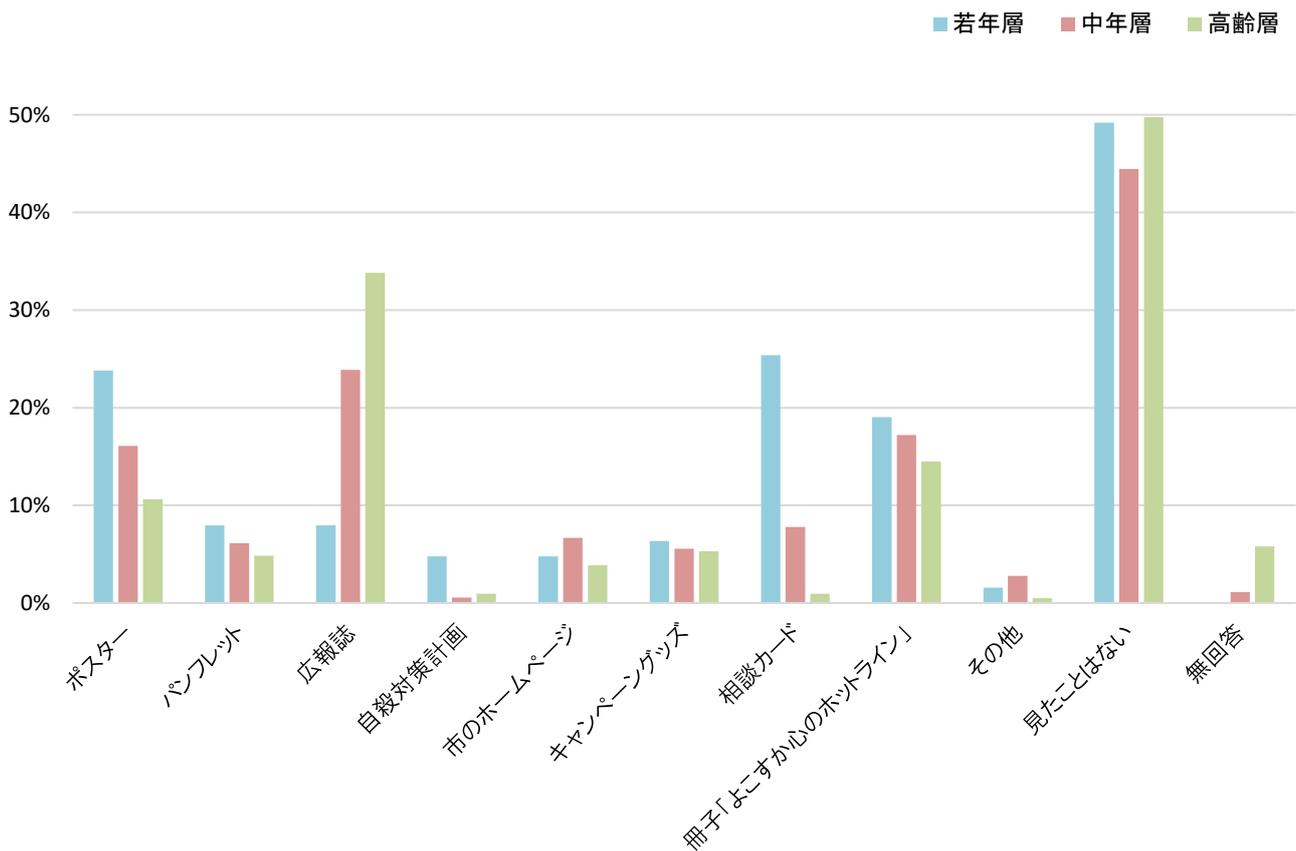
自殺対策の啓発物で知っているもの(男女別)



(2) 年齢層別

	ポスター	パンフレット	広報誌	自殺対策計画	市のホームページ	キャンペーングッズ	相談カード	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(年齢不詳含む) n=455	67人 15%	26人 6%	119人 26%	6人 1%	23人 5%	25人 5%	33人 7%	75人 16%	7人 2%	216人 47%	14人 3%
若年層 n=63	15人 24%	5人 8%	5人 8%	3人 5%	3人 5%	4人 6%	16人 25%	12人 19%	1人 2%	31人 49%	0人 0%
中年層 n=180	29人 16%	11人 6%	43人 24%	1人 1%	12人 7%	10人 6%	14人 8%	31人 17%	5人 3%	80人 44%	2人 1%
高齢層 n=207	22人 11%	10人 5%	70人 34%	2人 1%	8人 4%	11人 5%	2人 1%	30人 14%	1人 0%	103人 50%	12人 6%

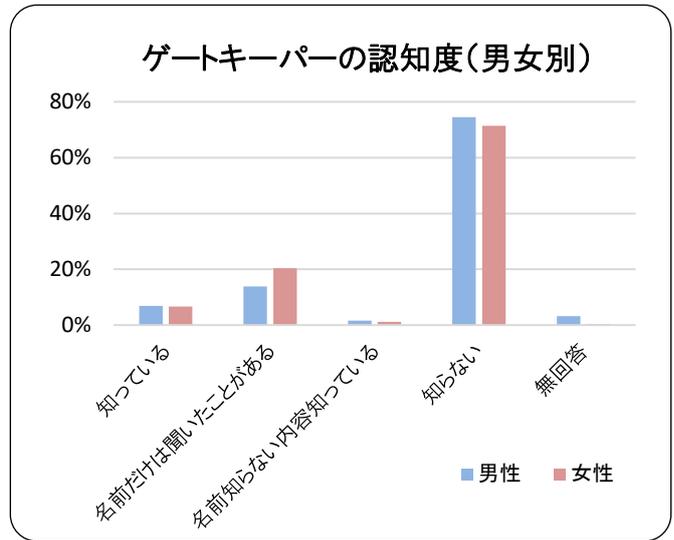
自殺対策の啓発物で知っているもの(年齢層別)



問 ゲートキーパーについてご存知ですか 【択一回答】

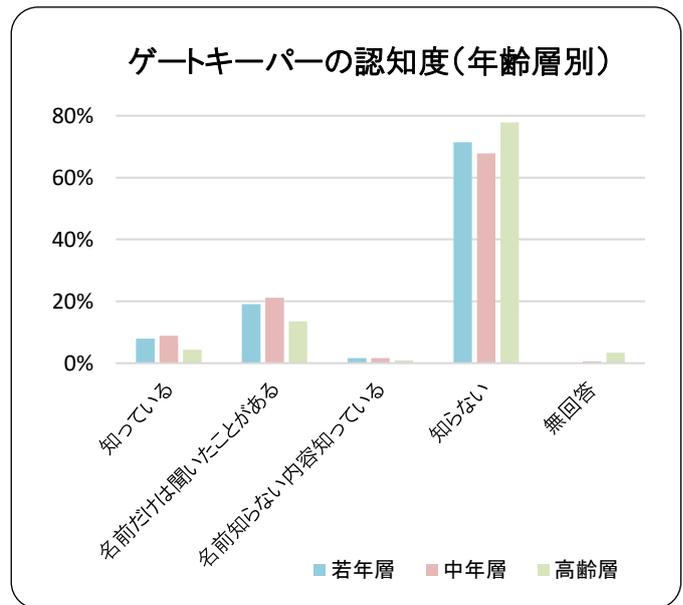
(1) 男女別認知度

	(人)				
ゲートキーパーについて知っているか	知っている	名前だけ聞いたことがある	名前を知っていないが内容を知っている	知らない	無回答
計(性別不詳を含む)	31	79	7	330	8
男性 n=188	13	26	3	140	6
女性 n=255	17	52	3	182	1



(2) 年齢層別認知度

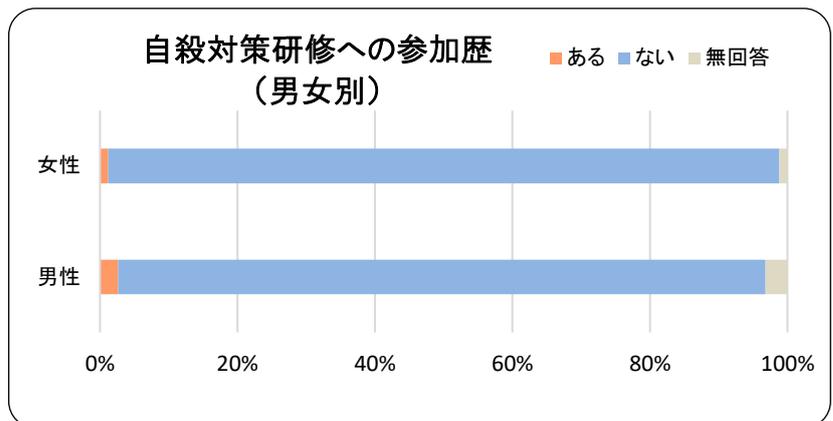
	(人)				
ゲートキーパーについて知っているか	知っている	名前だけ聞いたことがある	名前を知っていないが内容を知っている	知らない	無回答
計(年齢不詳を含む)	31	79	7	330	8
若年層 n=63	5	12	1	45	0
中年層 n=180	16	38	3	122	1
高齢層 n=207	9	28	2	161	7



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) 男女別参加状況

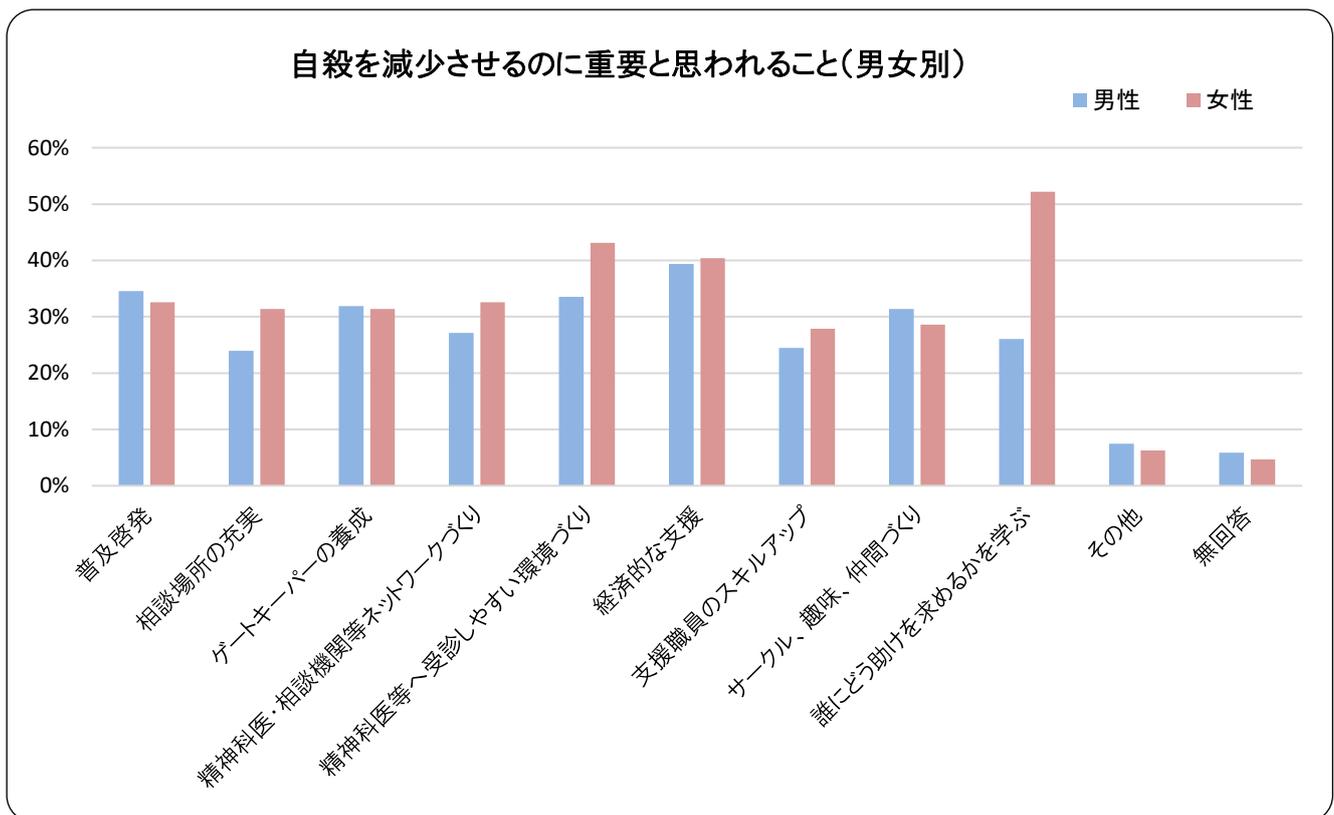
	(人)		
自殺対策の研修会等への参加	ある	ない	無回答
計(性別不詳を含む)	9	437	9
男性 n=188	5	177	6
女性 n=255	3	249	3



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) 男女別

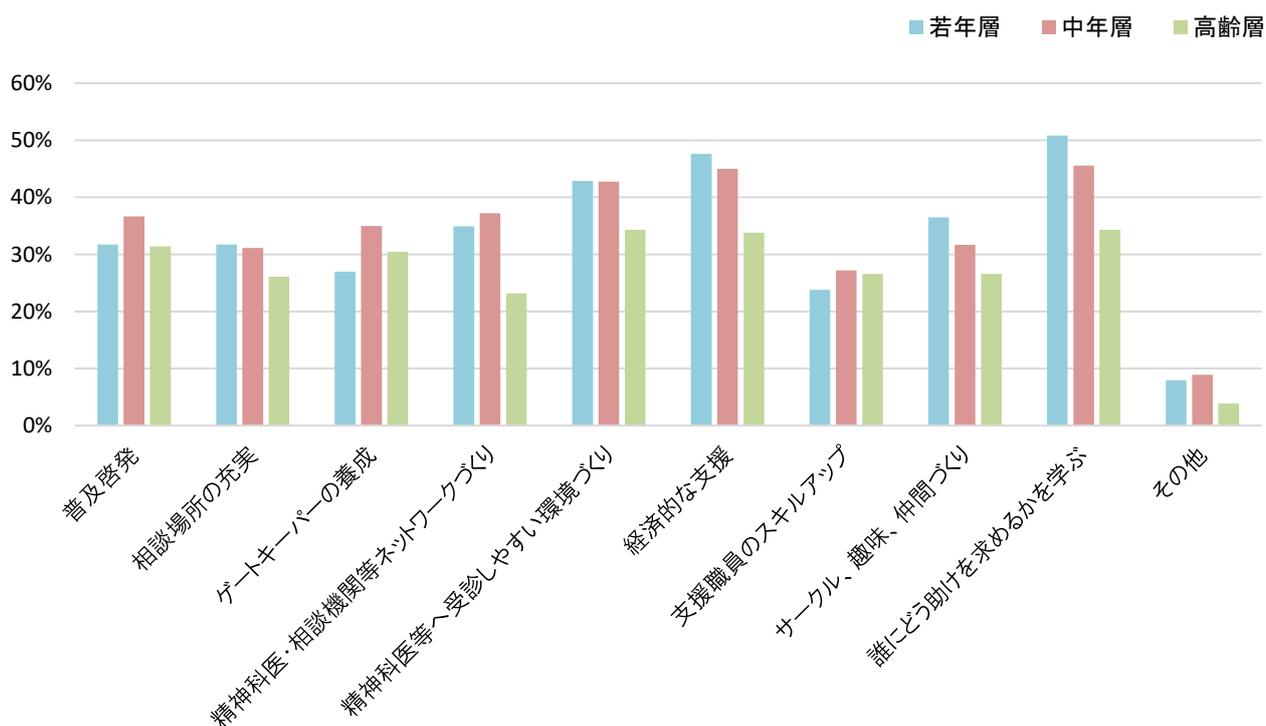
	普及啓発	相談場所の充実	ゲートキーパーの養成	精神科医・相談機関等ネットワークづくり	精神科医等へ受診しやすい環境づくり	経済的な支援	支援職員のスキルアップ	サークル、趣味、仲間づくり	誰にどう助けを求めるかを学ぶ	その他
計(性別不詳を含む) n=455	152人 33%	132人 29%	146人 32%	139人 31%	178人 39%	185人 41%	121人 27%	137人 30%	187人 41%	30人 7%
男性 n=188	65人 35%	45人 24%	60人 32%	51人 27%	63人 34%	74人 39%	46人 24%	59人 31%	49人 26%	14人 7%
女性 n=255	83人 33%	80人 31%	80人 31%	83人 33%	110人 43%	103人 40%	71人 28%	73人 29%	133人 52%	16人 6%



(2) 年齢層別

	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(年齢不詳含む) n=455	152人 33%	132人 29%	146人 32%	139人 31%	178人 39%	185人 41%	121人 27%	137人 30%	187人 41%	30人 7%
若年層 n=63	20人 32%	20人 32%	17人 27%	22人 35%	27人 43%	30人 48%	15人 24%	23人 37%	32人 51%	5人 8%
中年層 n=180	66人 37%	56人 31%	63人 35%	67人 37%	77人 43%	81人 45%	49人 27%	57人 32%	82人 46%	16人 9%
高齢層 n=207	65人 31%	54人 26%	63人 30%	48人 23%	71人 34%	70人 34%	55人 27%	55人 27%	71人 34%	8人 4%

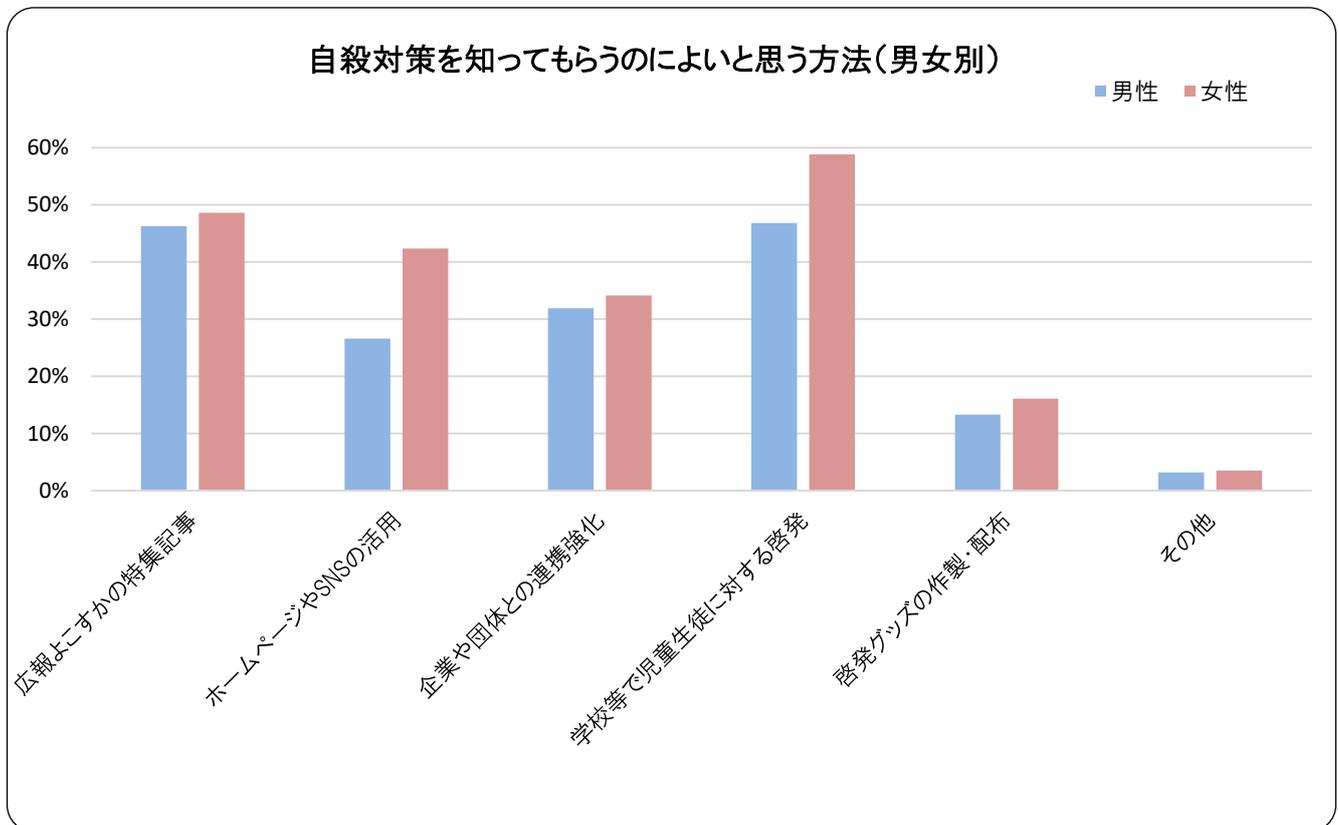
自殺を減少させるのに重要と思われること(年齢層別)



問 横須賀市の自殺対策を多くの人に知ってもらうにはどのような方法が良いと思いますか
【複数回答】

(1) 男女別

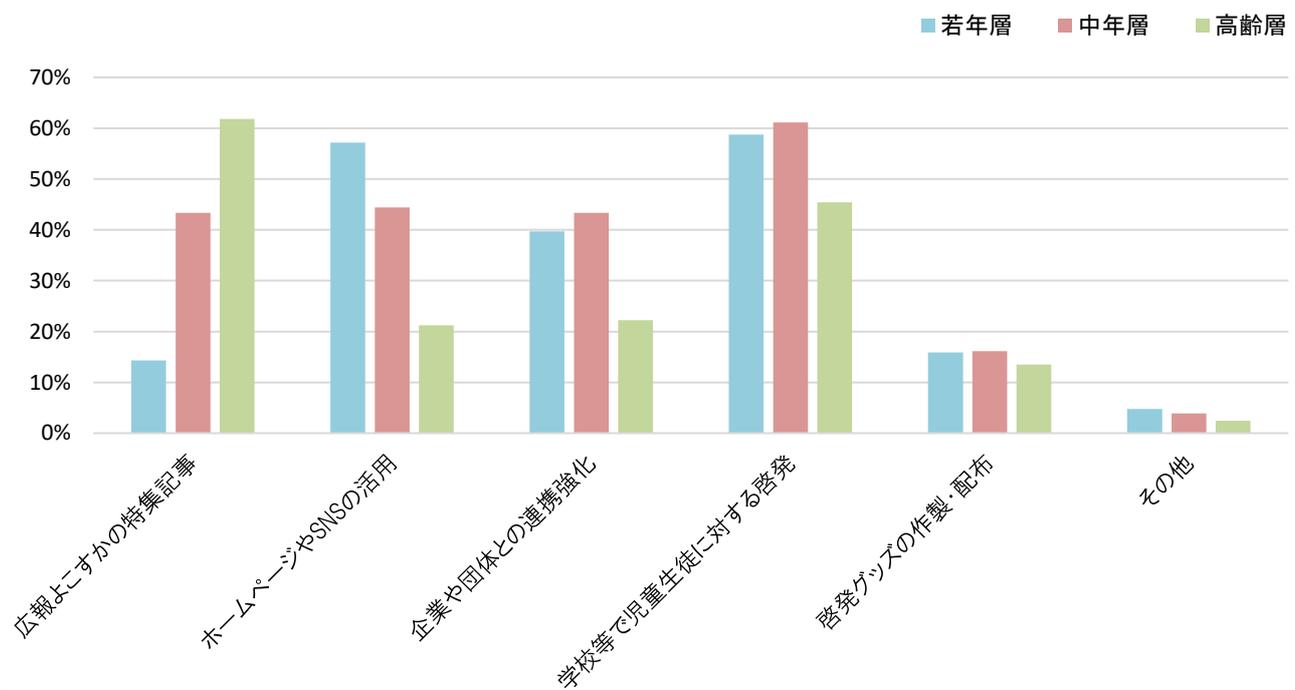
	広報よこすかの特集記事	ホームページやSNSの活用	企業や団体との連携強化	学校等で児童生徒に対する啓発	啓発グッズの作製・配布	その他
計(性別不詳含む) n=455	217人 48%	164人 36%	151人 33%	244人 54%	68人 15%	15人 3%
男性 n=188	87人 46%	50人 27%	60人 32%	88人 47%	25人 13%	6人 3%
女性 n=255	124人 49%	108人 42%	87人 34%	150人 59%	41人 16%	9人 4%



(2) 年齢層別

	広報よこすかの特集記事	ホームページやSNSの活用	企業や団体との連携強化	学校等で児童生徒に対する啓発	啓発グッズの作製・配布	その他
計(年齢不詳含む) n=455	217人 48%	164人 36%	151人 33%	244人 54%	68人 15%	15人 3%
若年層 n=63	9人 14%	36人 57%	25人 40%	37人 59%	10人 16%	3人 5%
中年層 n=180	78人 43%	80人 44%	78人 43%	110人 61%	29人 16%	7人 4%
高齢層 n=207	128人 62%	44人 21%	46人 22%	94人 45%	28人 14%	5人 2%

自殺対策を知ってもらうのによいと思う方法(年齢層別)

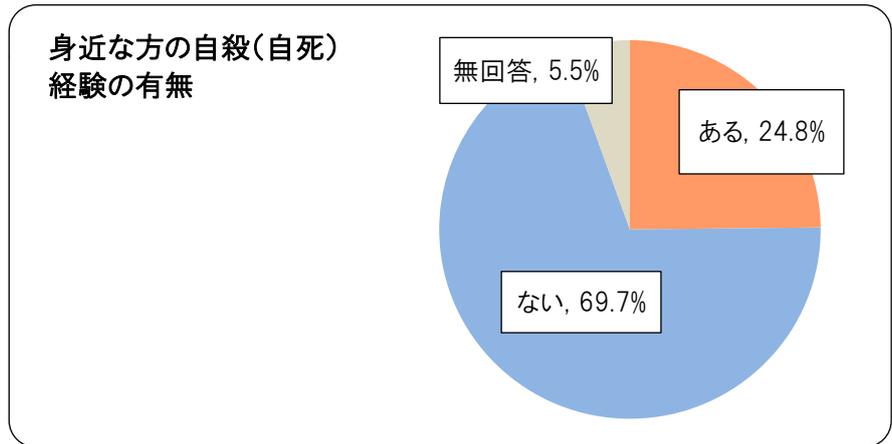


9 自死遺族支援

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【択一回答】

(1) 身近な人の自殺(自死)経験の有無 n=455

経験の有無	人数	比率
ある	113人	24.8%
ない	317人	69.7%
無回答	25人	5.5%

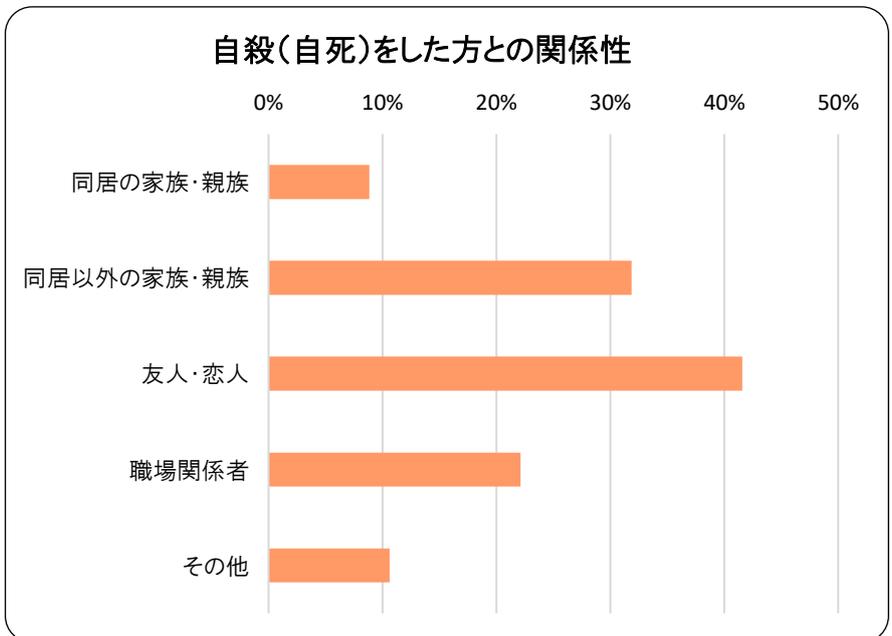


(2) 自殺(自死)した方との関係 【複数回答】

上記(1)で「ある」と回答した方

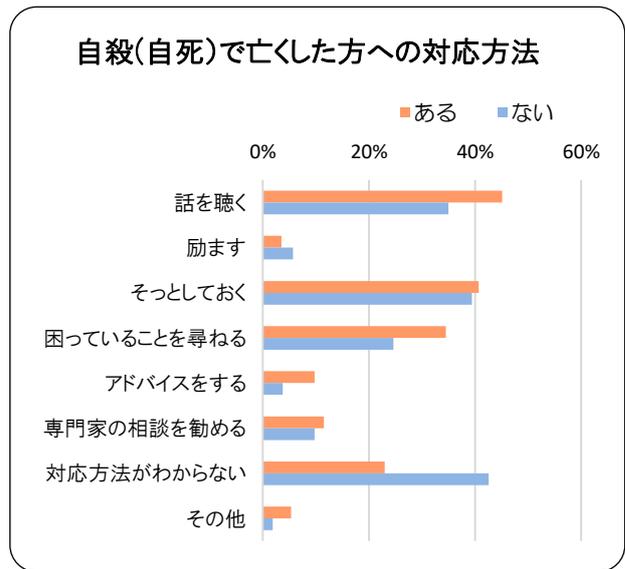
n=113

	人数	比率
同居の家族・親族	10人	8.8%
同居以外の家族・親族	36人	31.9%
友人・恋人	47人	41.6%
職場関係	25人	22.1%
その他	12人	10.6%



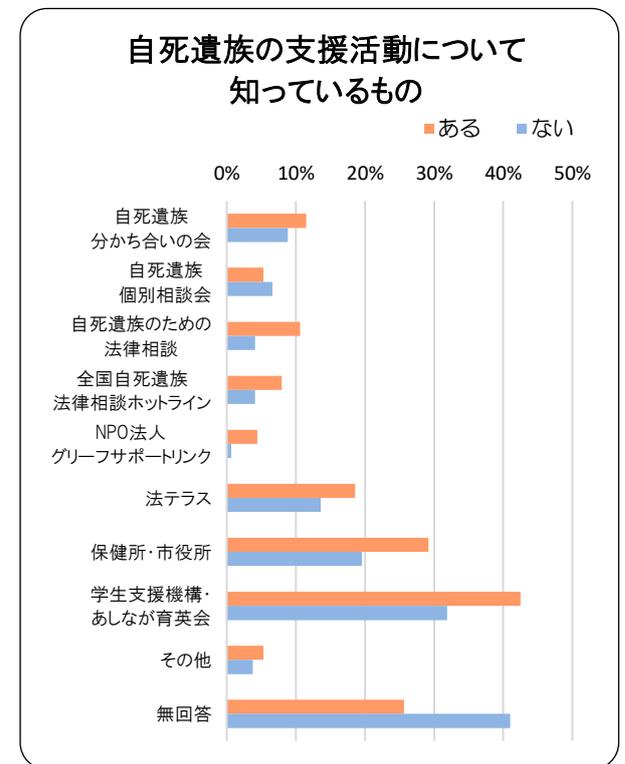
問 身近な人を自殺（自死）で亡くした方がいたら、どのように対応しますか【複数回答】

身近な人を自殺（自死）で亡くした経験の有無	ある n=113		ない n=317	
	人数	比率	人数	比率
話を聴く	51人	45.1%	111人	35.0%
励ます	4人	3.5%	18人	5.7%
そっとしておく	46人	40.7%	125人	39.4%
困っていることを尋ねる	39人	34.5%	78人	24.6%
アドバイスをする	11人	9.7%	12人	3.8%
専門家の相談を勧める	13人	11.5%	31人	9.8%
対応方法がわからない	26人	23.0%	135人	42.6%
その他	6人	5.3%	6人	1.9%



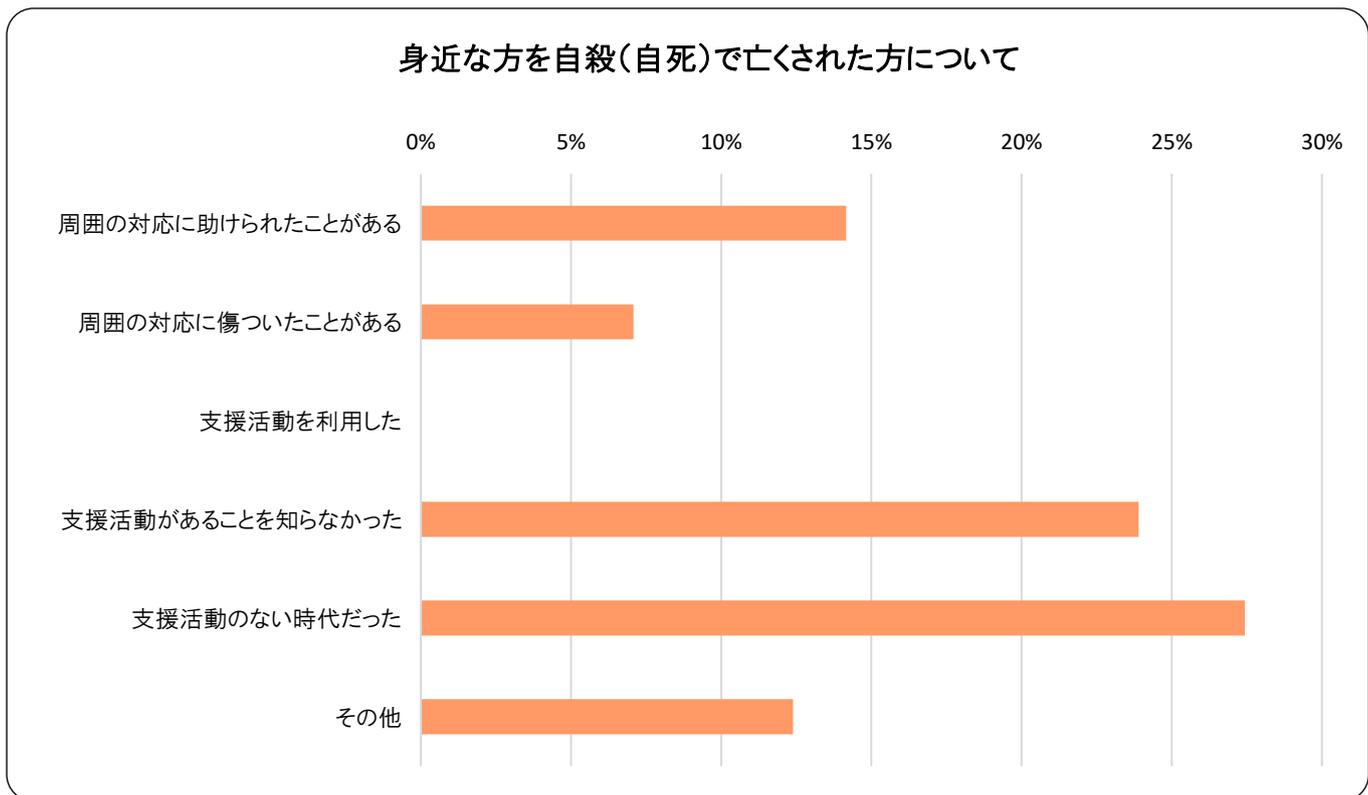
問 自死遺族を支える活動について知っているものがありますか 【複数回答】

身近な人を自殺（自死）で亡くした経験の有無	ある n=113		ない n=317	
	人数	比率	人数	比率
自死遺族分かち合いの会	13人	11.5%	28人	8.8%
自死遺族個別相談会	6人	5.3%	21人	6.6%
自死遺族のための法律相談	12人	10.6%	13人	4.1%
全国自死遺族法律相談ホットライン	9人	8.0%	13人	4.1%
NPO法人 グリーフサポートリンク	5人	4.4%	2人	0.6%
法テラス	21人	18.6%	43人	13.6%
保健所・市役所	33人	29.2%	62人	19.6%
学生支援機構・あしなが育英会	48人	42.5%	101人	31.9%
その他	6人	5.3%	12人	3.8%
無回答	29人	25.7%	130人	41.0%



問 身近な方を自殺（自死）で亡くされた方におたずねします【複数回答】

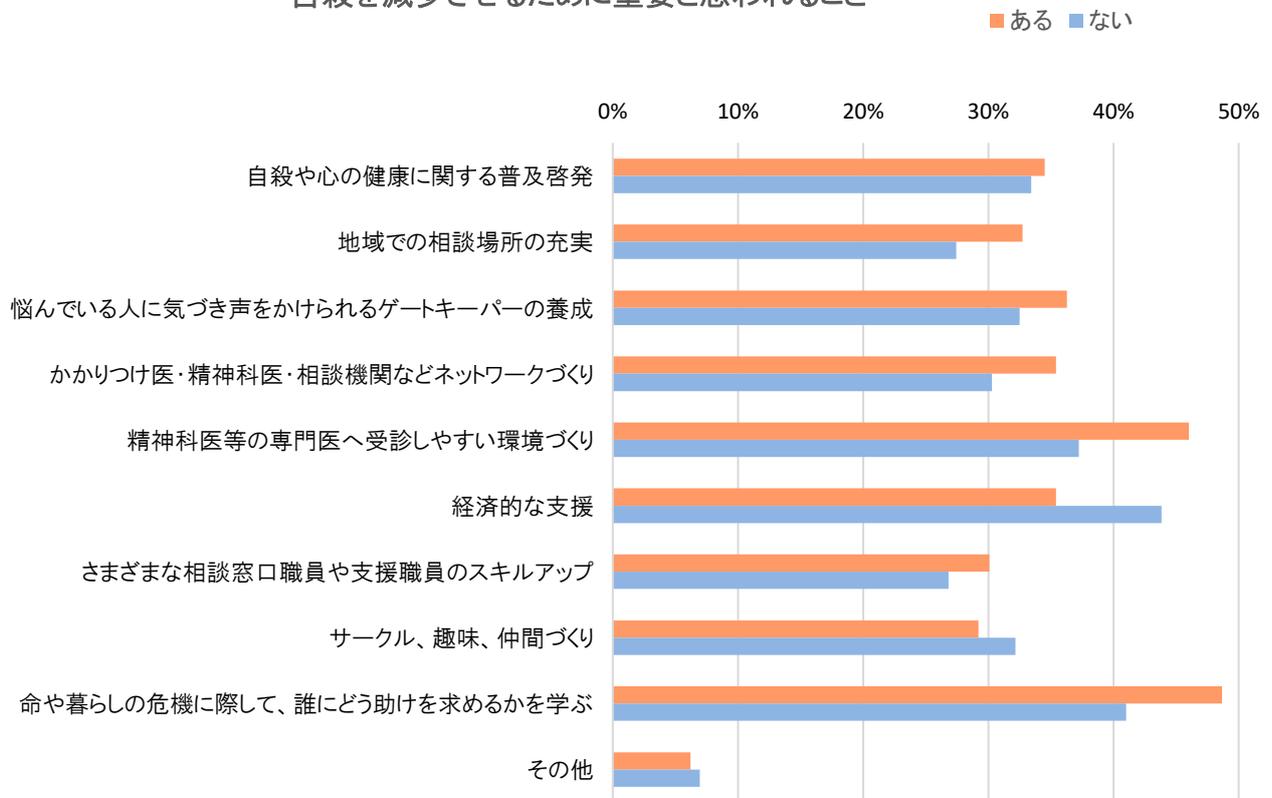
身近な人を自殺(自死)で亡くした経験の有無	ある n=113	
	人数	比率
周囲の対応に助けられたことがある	16人	14.2%
周囲の対応に傷ついたことがある	8人	7.1%
自死遺族の支援活動を利用した	0人	0.0%
支援活動があることを知らなかった	27人	23.9%
支援活動のない時代だった	31人	27.4%
その他	14人	12.4%



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】

身近な人を自殺(自死)で亡くした経験の有無	ある n=113		ない n=317	
	人数	比率	人数	比率
自殺や心の健康に関する普及啓発	39人	34.5%	106人	33.4%
地域での相談場所の充実	37人	32.7%	87人	27.4%
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	41人	36.3%	103人	32.5%
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	40人	35.4%	96人	30.3%
精神科医等の専門医へ受診しやすい環境づくり	52人	46.0%	118人	37.2%
経済的な支援	40人	35.4%	139人	43.8%
さまざまな相談窓口職員や支援職員のスキルアップ	34人	30.1%	85人	26.8%
サークル、趣味、仲間づくり	33人	29.2%	102人	32.2%
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	55人	48.7%	130人	41.0%
その他	7人	6.2%	22人	6.9%

自殺を減少させるために重要と思われること



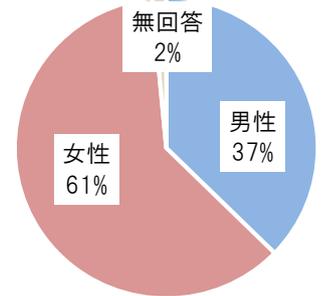
10 本気で自殺したいと考えたこと

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

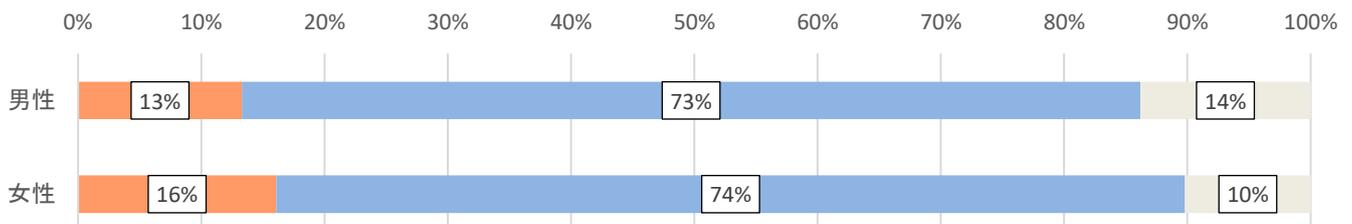
		(人)		
		あり	なし	無回答
計 n=455		67	333	55
男性 n=188		25	137	26
女性 n=255		41	188	26
無回答 n=12		1	8	3

本気で自殺を考えたことがある人の男女比



本気で自殺を考えたことがある人の割合（男女別）

あり なし 無回答

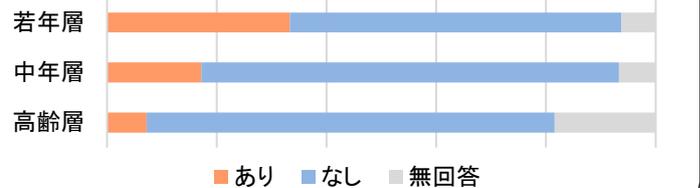


(2) 年齢層別

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=63	21人	33.3%	38人	60.3%	15人	6.3%
中年層 n=180	31人	17.2%	137人	76.1%	154人	6.7%
高齢層 n=207	15人	7.2%	12人	74.4%	38人	18.4%

本気で自殺を考えたことがあるか(年齢層別)

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



(3) 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
人数	13人	5人	10人	39人
比率	19.4%	7.5%	14.9%	58.2%

本気で自殺を考えた時期

1年以内 5年以内 5~10年前 10年以上前

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

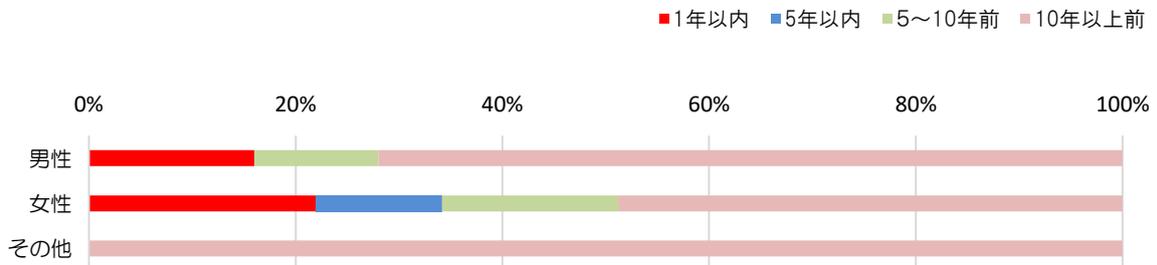


(4) 本気で自殺を考えた時期の内訳について (男女別)

(人)

	1年以内	5年以内	5~10年前	10年以上前
計 n=67	13	5	10	39
男性 n=25	4	0	3	18
女性 n=41	9	5	7	20
その他 n=1	0	0	0	1

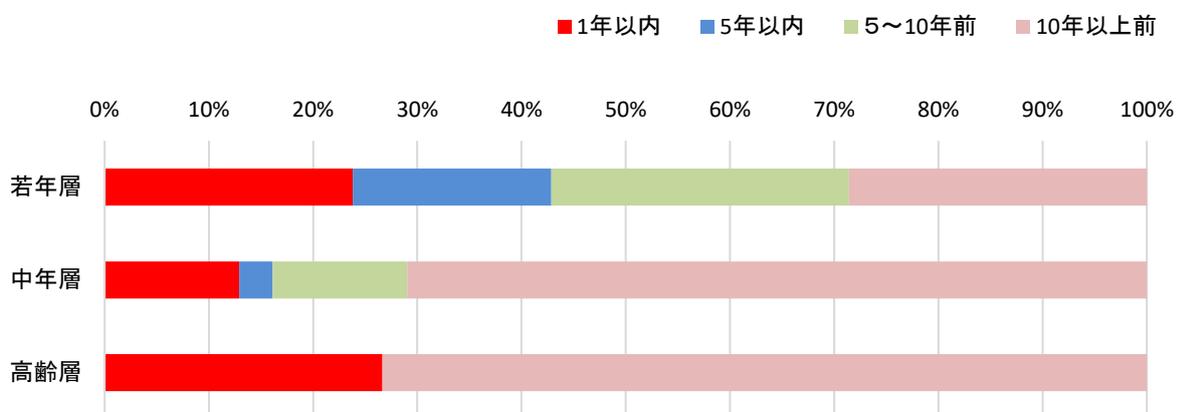
本気で自殺を考えた時期の内訳 (男女別)



(5) 本気で自殺を考えた時期の内訳について (年齢層別)

本気で自殺を考えたこと	1年以内		5年以内		5~10年前		10年以上前	
	人数	比率	人数	比率	人数	比率	人数	比率
若年層 n=21	5人	23.8%	4人	19.0%	6人	28.6%	6人	28.6%
中年層 n=31	4人	12.9%	1人	3.2%	4人	12.9%	22人	71.0%
高齢層 n=15	4人	26.7%	0人	0.0%	0人	0.0%	11人	73.3%

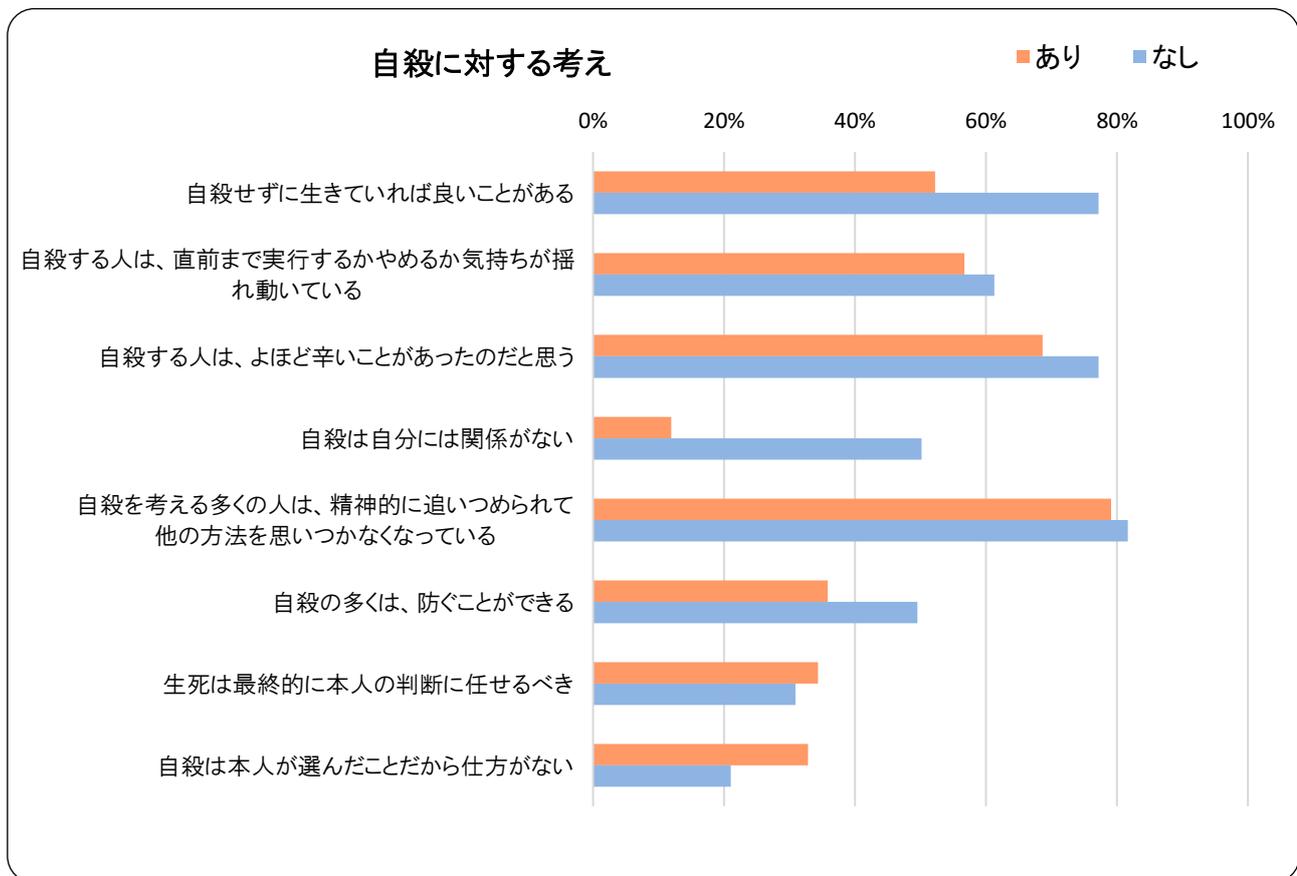
本気で自殺を考えたことがあるか(年齢層別)



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】

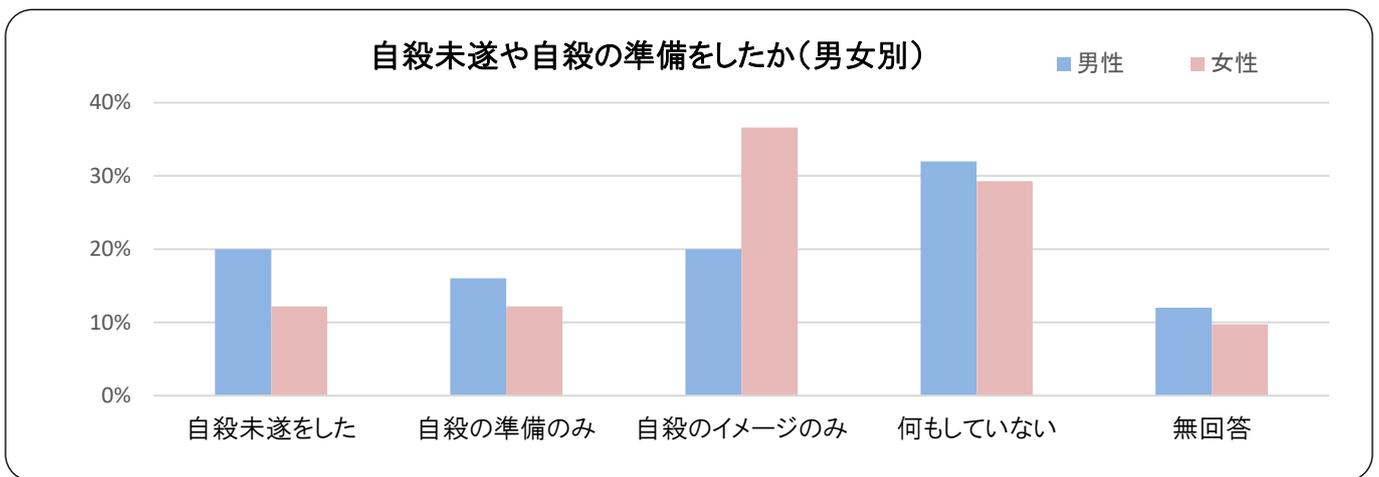
(1) 「自殺」に対する考え（「ややそう思う」、「そう思う」の回答状況）

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
自殺せずに生きていれば良いことがある	35人	52.2%	257人	77.2%
自殺する人は、直前まで実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている	38人	56.7%	204人	61.3%
自殺する人は、よほど辛いことがあったのだと思う	46人	68.7%	257人	77.2%
自殺は自分には関係がない	8人	11.9%	167人	50.2%
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	53人	79.1%	272人	81.7%
自殺の多くは、防ぐことができる	24人	35.8%	165人	49.5%
生死は最終的に本人の判断に任せるべき	23人	34.3%	103人	30.9%
自殺は本人が選んだことだから仕方がない	22人	32.8%	70人	21.0%



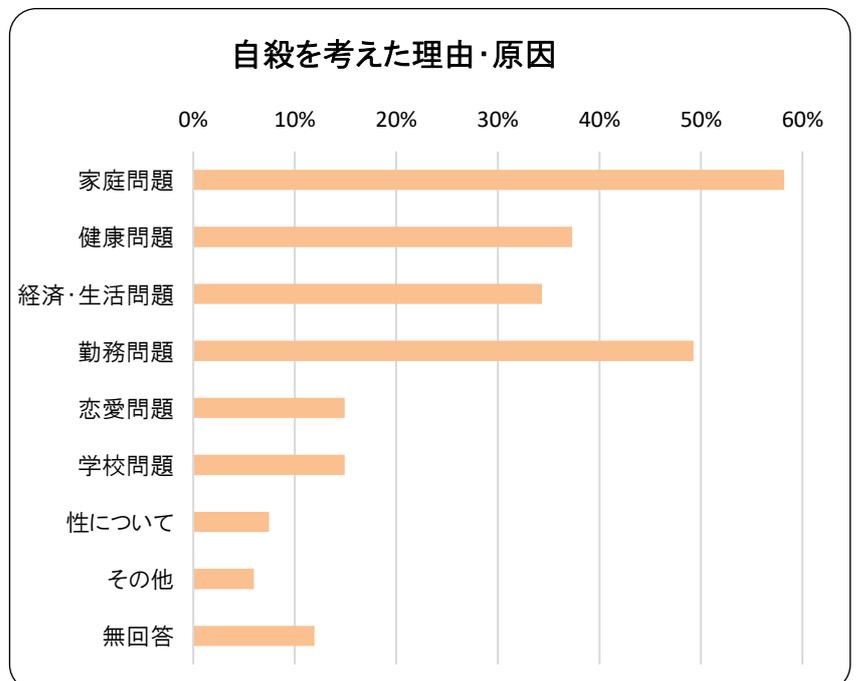
問 自殺未遂や自殺の準備など具体的に何かをしましたか【択一回答】

	自殺未遂をした	自殺の準備のみした	自殺のイメージのみをした	何もしていない	無回答
計(性別不詳含む) n=67	10人 14.9%	9人 13.4%	21人 31.3%	20人 29.9%	7人 10.4%
男性 n=25	5人 20.0%	4人 16.0%	5人 20.0%	8人 32.0%	3人 12.0%
女性 n=41	5人 12.2%	5人 12.2%	15人 36.6%	12人 29.3%	4人 9.8%



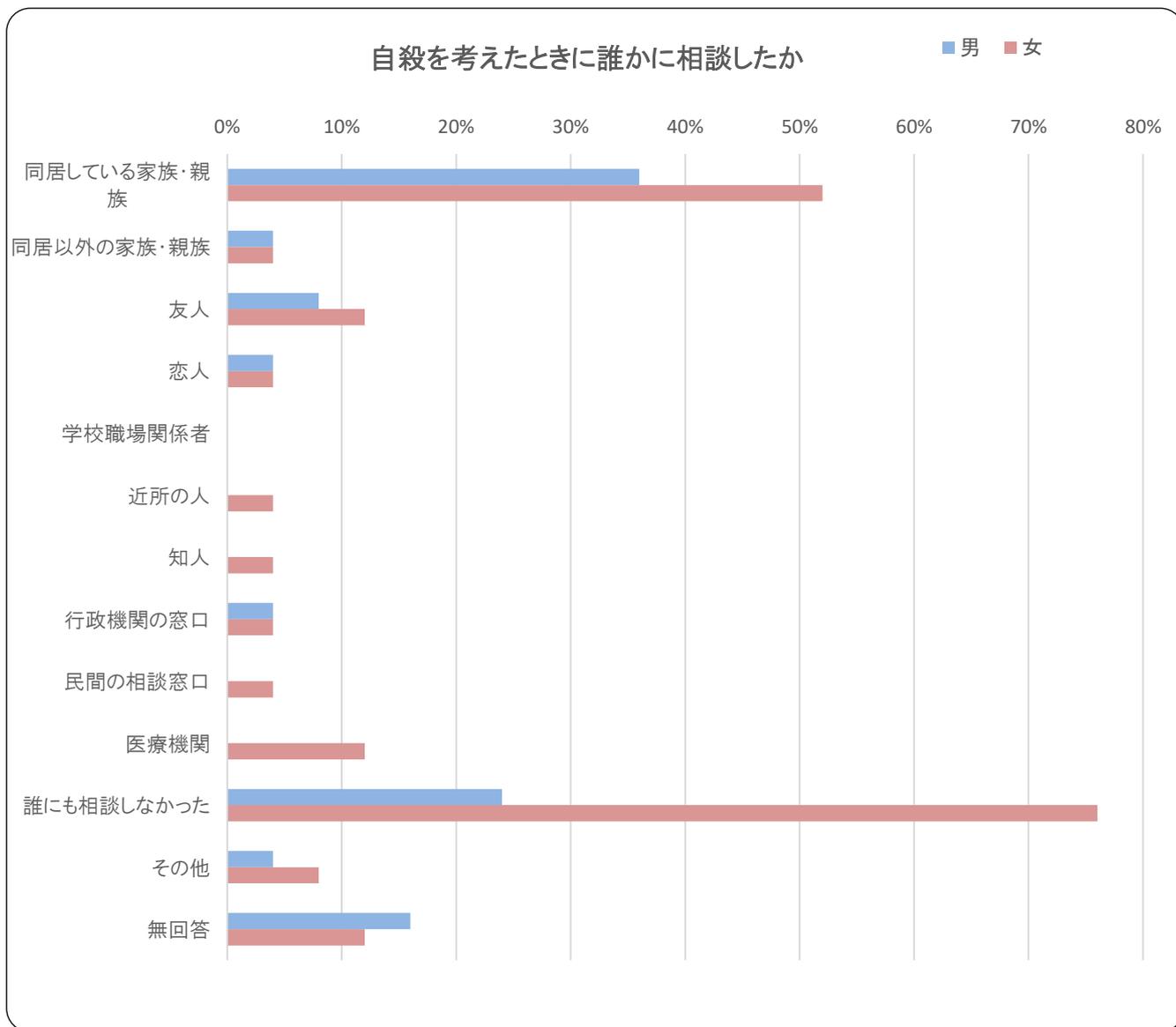
問 自殺をしようとした理由・原因はどのようなことでしたか n=67

	人数	比率
家庭問題	39人	58.2%
健康問題	25人	37.3%
経済・生活問題	23人	34.3%
勤務問題	33人	49.3%
恋愛問題	10人	14.9%
学校問題	10人	14.9%
性について	5人	7.5%
その他	4人	6.0%
無回答	8人	11.9%



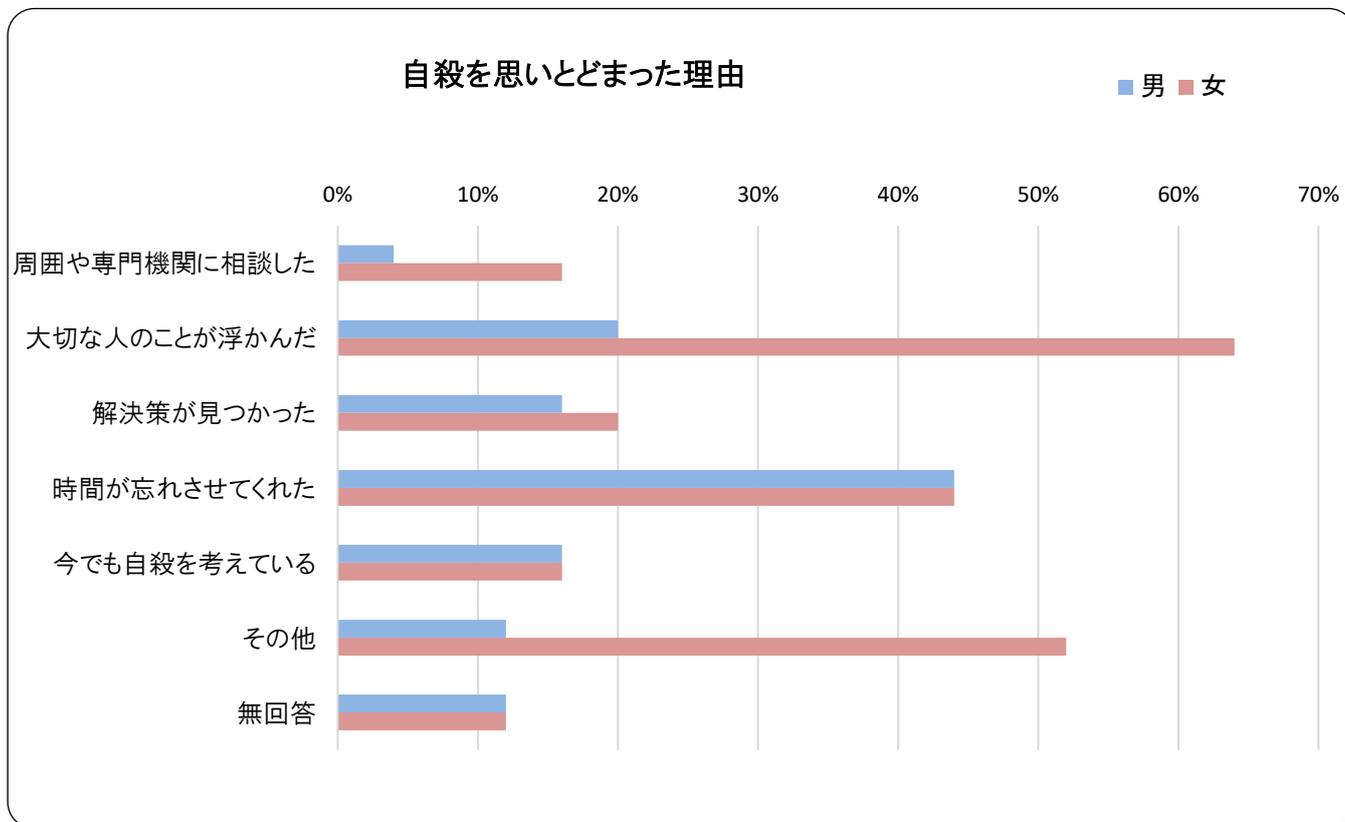
問 これまで自殺したいと思った時、以下の誰かに相談しましたか【複数回答】

	同居している家族・親族	同居以外の家族・親族	友人	恋人	学校職場関係者	近所の人	知人	行政機関の窓口	民間の相談窓口	医療機関	誰にも相談しなかった	その他	無回答
計(性別不詳を含む) n=67	23人 34.3%	2人 3.0%	5人 7.5%	2人 3.0%	0人 0.0%	1人 1.5%	1人 1.5%	2人 3.0%	1人 1.5%	3人 4.5%	25人 37.3%	3人 4.5%	7人 10.4%
男性 n=25	9人 36.0%	1人 4.0%	2人 8.0%	1人 4.0%	0人 0.0%	0人 0.0%	0人 0.0%	1人 4.0%	0人 0.0%	0人 0.0%	6人 24.0%	1人 4.0%	4人 16.0%
女性 n=41	13人 31.7%	1人 2.4%	3人 7.3%	1人 2.4%	0人 0.0%	1人 2.4%	1人 2.4%	1人 2.4%	1人 2.4%	3人 7.3%	19人 46.3%	2人 4.9%	3人 7.3%



問 これまで自殺したいという考えを思いとどまった理由はなんですか【複数回答】

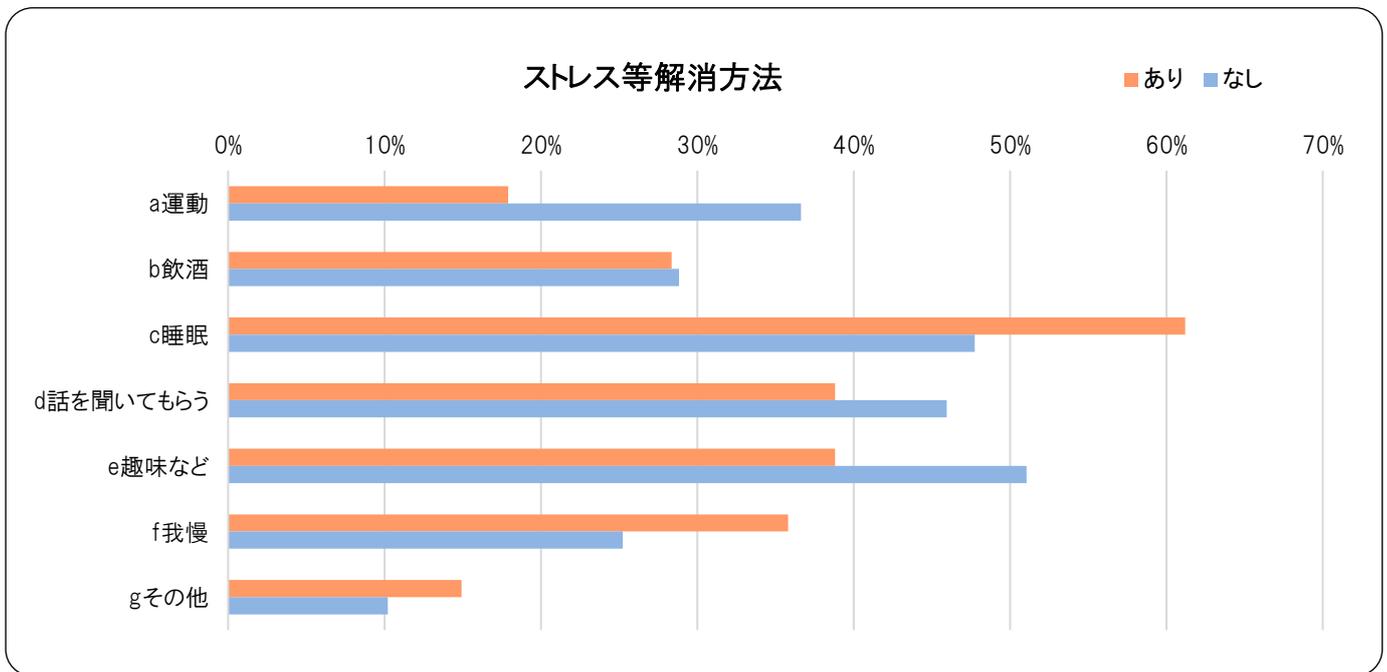
	周囲の人や専門機関等に相談した	大切な人のことが浮かんだ	解決策が見つかった	時間の経過が忘れさせてくれた	今でも自殺を考えている	その他	無回答
計(性別不詳含む) n=67	5人 7.5%	21人 31.3%	9人 13.4%	22人 32.8%	8人 11.9%	17人 25.4%	6人 9.0%
男性 n=25	1人 4.0%	5人 20.0%	4人 16.0%	11人 44.0%	4人 16.0%	3人 12.0%	3人 12.0%
女性 n=41	4人 9.8%	16人 39.0%	5人 12.2%	11人 26.8%	4人 9.8%	13人 31.7%	3人 7.3%



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。

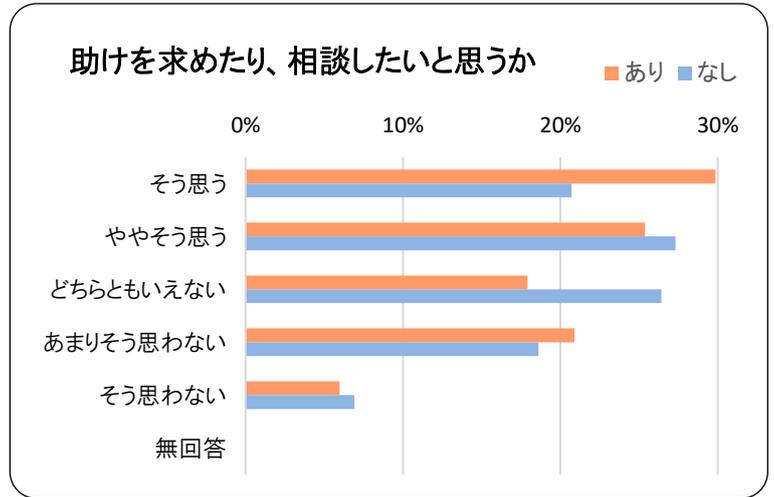
【択一回答】

本気で自殺を考えたことがあるか 否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
a運動する	12人	17.9%	122人	36.6%
bお酒を飲む	19人	28.4%	96人	28.8%
c睡眠をとる	41人	61.2%	159人	47.7%
d人に話を聞いてもらう	26人	38.8%	153人	45.9%
e趣味やレジャーを楽しむ	26人	38.8%	170人	51.1%
f我慢して時間が経つのを待つ	24人	35.8%	84人	25.2%
gその他	10人	14.9%	34人	10.2%



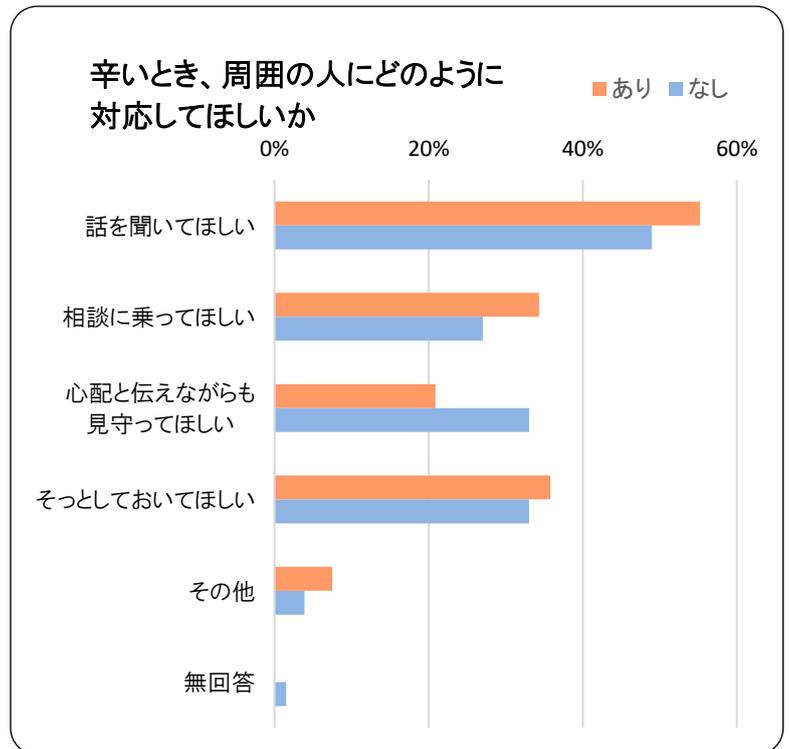
問 あなたは悩みやストレスを感じた時に、助けを求めたり相談したいと思いますか【択一回答】

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
そう思う	20人	29.9%	69人	20.7%
ややそう思う	17人	25.4%	91人	27.3%
どちらともいえない	12人	17.9%	88人	26.4%
あまりそう思わない	14人	20.9%	62人	18.6%
そう思わない	4人	6.0%	23人	6.9%
無回答	0人	0.0%	0人	0.0%



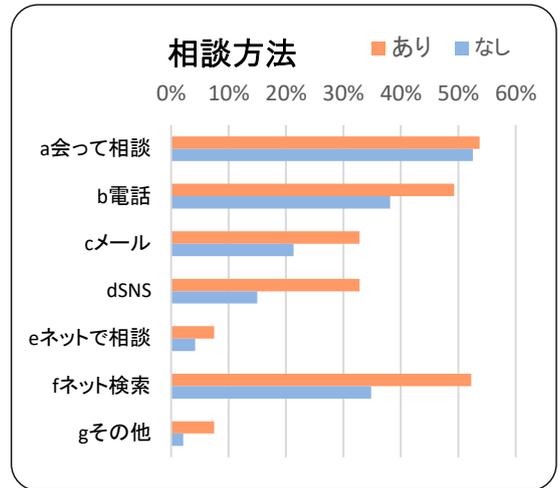
問 悩みやストレスを感じて辛い時に、周囲の人にどのように対応してほしいですか【複数回答】

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
話を聞いてほしい	37人	55.2%	163人	48.9%
相談に乗ってほしい	23人	34.3%	90人	27.0%
心配と伝えながらも 見守ってほしい	14人	20.9%	110人	33.0%
そっとしておいてほしい	24人	35.8%	110人	33.0%
その他	5人	7.5%	13人	3.9%
無回答	0人	0.0%	5人	1.5%



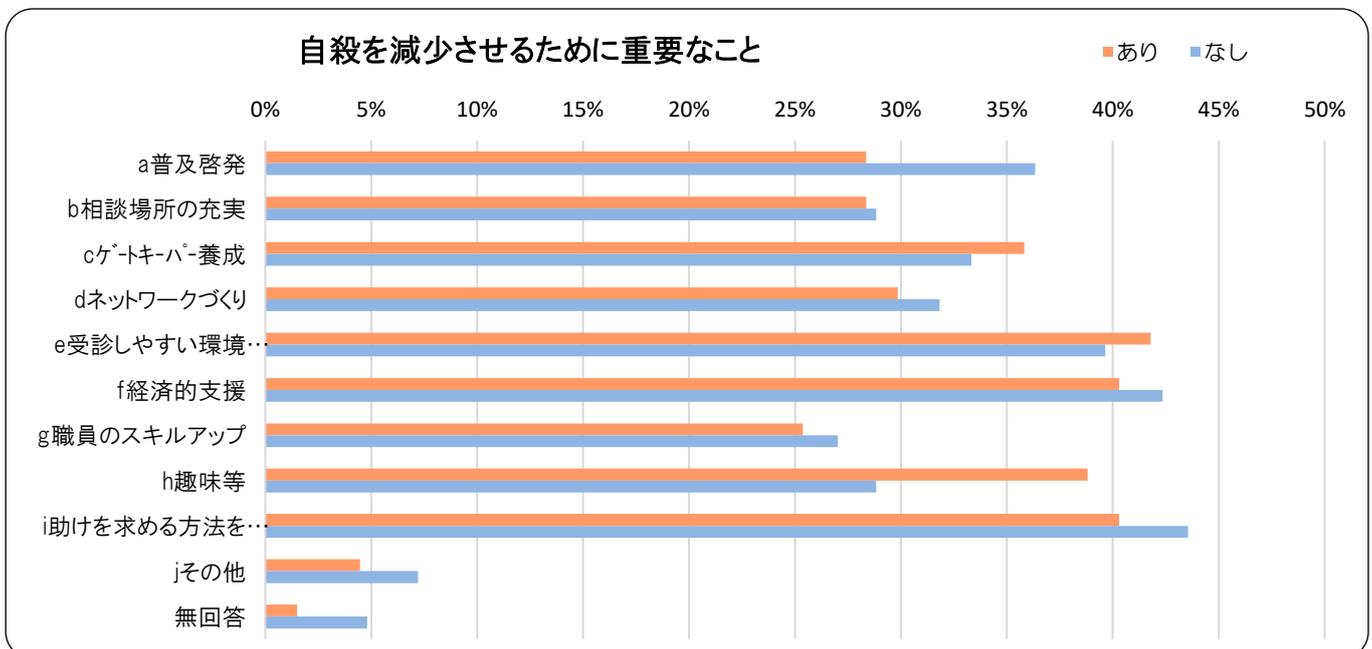
問 あなたは悩みやストレスを感じた時にどのような方法で相談していますか【複数回答】

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
a 直接会って相談	36人	53.7%	175人	52.6%
b 電話で相談	33人	49.3%	127人	38.1%
c メールで相談	22人	32.8%	71人	21.3%
d SNSで相談	22人	32.8%	50人	15.0%
e ネット上で不特定多数に相談	5人	7.5%	14人	4.2%
f ネットで解決法を検索	35人	52.2%	116人	34.8%
g その他	5人	7.5%	7人	2.1%



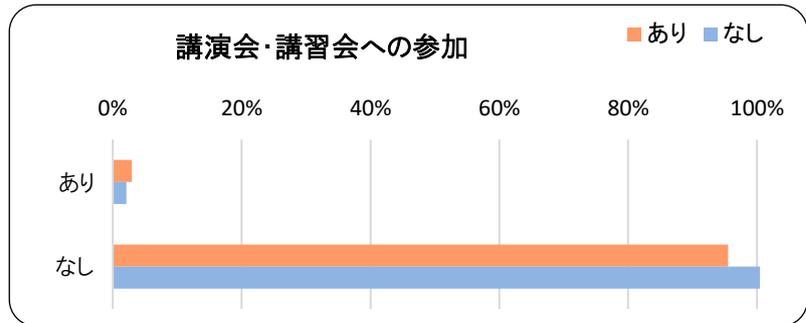
問 自殺を減少させるために重要と思われることは何だと思えますか【複数回答】

本気で自殺を考えたことがあるか否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
a 自殺や心の健康に関する普及啓発	19人	28.4%	121人	36.3%
b 地域での相談場所の充実	19人	28.4%	96人	28.8%
c 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	24人	35.8%	111人	33.3%
d 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	20人	29.9%	106人	31.8%
e 精神科医等の専門医へ受診しやすい環境づくり	28人	41.8%	132人	39.6%
f 経済的な支援	27人	40.3%	141人	42.3%
g さまざまな相談窓口職員や支援職員のスキルアップ	17人	25.4%	90人	27.0%
h サークル、趣味、仲間づくり	26人	38.8%	96人	28.8%
i 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	27人	40.3%	145人	43.5%
j その他	3人	4.5%	24人	7.2%
無回答	1人	1.5%	16人	4.8%



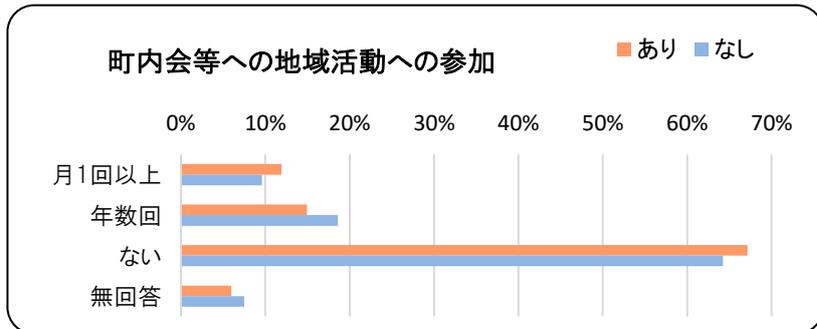
問 自殺対策に関する講演会や講習会に参加したことがありますか 【択一回答】

本気で自殺を考えたことがあるか 否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
参加したことがある	2人	3%	5人	2%
参加したことがない	64人	96%	322人	97%
無回答	1人	1%	6人	2%



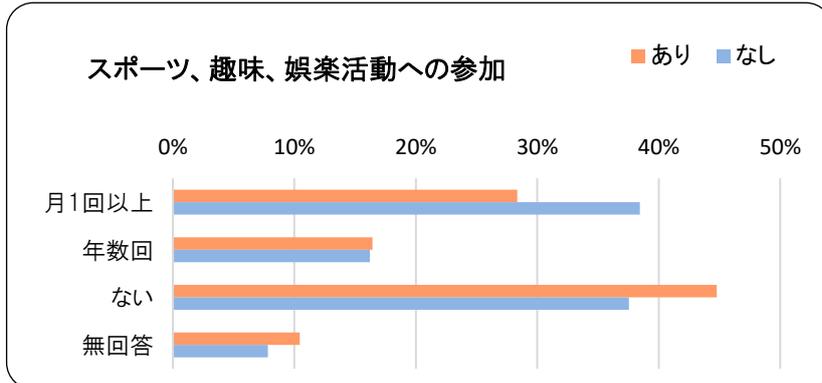
問 町内会など地域活動や個人活動への参加頻度はどれくらいですか 【択一回答】

本気で自殺を考えたことがあるか 否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
月1回以上	8人	12%	32人	10%
年数回	10人	15%	62人	19%
ない	45人	67%	214人	64%
無回答	4人	6%	25人	8%



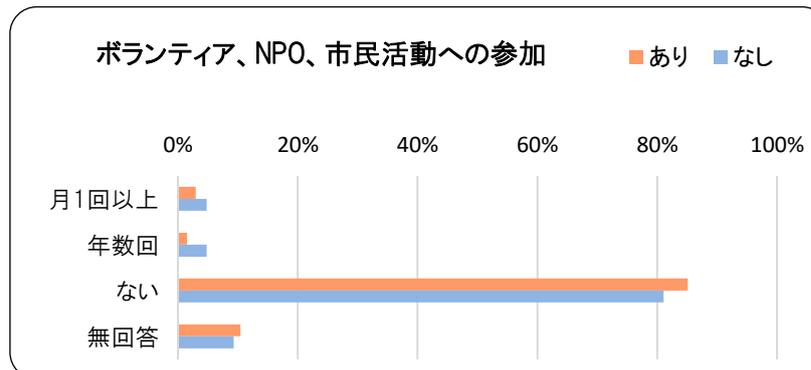
問 スポーツ、趣味、娯楽活動への参加頻度はどれくらいですか 【択一回答】

本気で自殺を考えたことがあるか 否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
月1回以上	19人	28%	128人	38%
年数回	11人	16%	54人	16%
ない	30人	45%	125人	38%
無回答	7人	10%	26人	8%



問 ボランティア、NPO、市民活動への参加頻度はどれくらいですか 【択一回答】

本気で自殺を考えたことがあるか 否か	あり n=67		なし n=333	
	人数	比率	人数	比率
月1回以上	2人	3%	16人	5%
年数回	1人	1%	16人	5%
ない	57人	85%	270人	81%
無回答	7人	10%	31人	9%



11 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、平均は6.16点であり、平成29年度の調査時の平均6.58点より低い。

2 「悩みやストレス」「相談」について

- ・ ころの状況の評価(点数が高いほど、精神的な問題が重い可能性がある)では、20代、30代、40代の順に点数の高い人の比率が高い。
- ・ 悩み、ストレス等の原因は「健康問題」の比率が最も高く、次いで「家庭問題」「勤務問題」「経済問題」の順に高い。「経済問題」では、自由業・自営業と無職者にて、非常にストレス等を感じている比率が高い。
- ・ 不安やつらいとき等のストレス解消法では、女性は男性と比較して「人に話を聞いてもらう」比率が高い。一方で、男性は「人に話を聞いてもらう」割合は20%前後であり、特に高齢男性の割合が低い。
- ・ 相談を「したいと思わない・あまり思わない」理由は、「自分の悩みを解決できる場所はないと思っている」が男女ともに最も比率が高い。また、若年層の相談したくない理由に「相談することは恥ずかしい」との比率が高い。
- ・ 相談相手について、「家族や親族」「友人や同僚」の順で比率が高い。また各機関の相談員や専門家への相談について、「したことはないがすると思う」の比率が高い。若年層では、他の年代と比較してインターネット利用も高い。
- ・ 相談の方法では「直接会って」に次いで、「インターネットで検索する」の比率が高い。特に若年層においては、インターネット検索にて不安や悩み等を解消しようとする比率がどの手段よりも高い。

3 「新型コロナウイルス感染症」について

- ・ 新型コロナウイルス感染症よる変化がないと回答した人は少数であった。心情や考えの変化としては、感染することへの不安から外出意欲が低下したり、過剰に感染対策を意識してストレスを感じた人の比率が高い。若年層では、他の年齢層と比べて「家族以外とのつながりが少なくなり孤独を感じた」「自分や家族の働き方を考えるようになった」比率が高い。

4 「自殺に関すること」について

- ・ 自殺は「よほどつらいことがあった」「精神的に追い詰められて他の方法を思いつかなくなっている」ものである、と考える人が多い。また、「防ぐことができるものである」と考える人も多い。

5 「自殺に関連した報道」について

- ・ 自殺を扱った報道について、「有名人の自殺に関する報道」「自殺の背景や自殺予防に関する報道」についての関心が高い。
- ・ 自殺を扱った報道をどう感じるかについて、「原因を探るためのしつこい取材への不快感」「何となく気分が落ち込んだ」と回答する比率が高い。

6 「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47%との回答である。平成29年度の調査時の55%と比較すると、何かの対策を知っていると回答した人が増えた。ゲートキーパーについては、知らないとの回答は72%であり、平成29年度調査時の約78%と比較し、認知度がわずかではあるが上がった。
- ・ 自殺を減少させるために重要なこととして、「経済的な支援」「誰にどう助けを求めるか学ぶ」「精神科医等へ受診しやすい環境づくり」の比率が高い。

7 「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)で亡くした方には、「話を聞く」「そっとしておく」「困っていることを尋ねる」の割合が高い。
- ・ 自死遺族を支える活動で最も認知度が高いものは、「学生支援機構・あしなが育英会」が約40%、その他の活動の認知度は30%以下である。

8 「本気で自殺したいと考えたこと」について

- ・ 約15%の人が「これまでに一度でも本気で自殺を考えたことがある」と回答しており、平成29年度調査時は8人に1人であったところ、今回調査では7人に1人と増加している。そのうち、約20%が1年以内に自殺を考えているとの回答であった。
- ・ 自殺をしたいと思った時、「誰にも相談しなかった」と回答した人が最も多かった。また、自殺を考えたことがある人がストレスや不安等を感じた時は、「直接会って相談する」と同程度の割合(約50%)で、「ネットで解決法を検索」と回答する人が多かった。
- ・ 自殺を思いとどまった理由のうち「周囲や専門機関への相談」は7.5%であり、男性においては4.0%となっている。しかし、一方で辛いときに「誰かに助けを求めたいと思う」「話を聞いてほしい」と回答する比率も高い。
- ・ 自殺を減少させるために「本気で自殺を考えたことがある人」は、「本気で自殺を考えたことがない人」と比較すると、「サークル、趣味、仲間づくり」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」「経済的な支援」の比率が高い。

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
令和5年3月

横須賀市民生局健康部保健所保健予防課

〒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