

広島市こころの健康に関するアンケート調査結果

報 告 書

令和３年２月
広島市

目 次

I 調査の概要

1 調査目的	1
2 調査方法	1
3 報告書の見方	1

II 調査結果

1 属性	2
2 1週間の就業時間	7
3 ところやからだの状態	9
(1) 現在の健康状態	9
(2) この1週間のからだやところの状態	11
4 町内や地域の人との交流	12
(1) 町内や地域の人との交流機会	12
(2) 町内や地域の人との交流方法	14
5 新型コロナウイルス感染症の流行による変化	15
(1) 新型コロナウイルス感染症の流行による、生活や人とのつながりの変化の有無	15
(2) 新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になること	16
(3) 新型コロナウイルス感染症の流行による飲酒量の変化	18
(4) 新型コロナウイルス感染症の流行によるゲームやインターネットの利用時間の変化	19
6 心配ごとなどの相談相手	20
(1) 相談相手の有無	20
(2) 相談相手	23
7 うつ病に関する考え	24
(1) うつ病と自殺（自死）の関連性	24
(2) 家族や友人の状態について	26
8 うつ病になった場合の対応	33
(1) うつ病になった場合の医療機関の受診意向	33
(2) 精神科や心療内科の医療機関で受診しない理由	37
(3) 医療機関で受診しない理由	39
(4) 精神科や心療内科を受診しやすくするために有効だと思うこと	43
9 相談機関	45
(1) 各種相談機関の認知度	45
(2) 希望する相談方法	48

10 自殺（自死）対策	50
(1) 自殺対策基本法の認知度	50
(2) 自殺（自死）対策への関心度	52
(3) ゲートキーパーの認知度	54
(4) 自殺（自死）対策として大切だと思うこと	56
(5) 自殺（自死）対策のために取り組むことができること	59
 Ⅲ 抑うつ尺度と死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無についての結果	
1 抑うつ尺度の状況	61
2 死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無	66
 付属資料	
1 集計表	74
2 調査票	82

I 調査の概要

1 調査目的

市民のこころの健康に関する実態や意識を調査し、本市における総合的な自殺（自死）対策を推進するための基礎資料とすることを目的として実施した。

2 調査方法

- (1) 調査地域 広島市全域
- (2) 調査方法 郵送法
- (3) 調査対象 市内に居住する 15 歳以上の市民の中から 3,000 人を無作為抽出
- (4) 回収数 1,611 人 (53.7%)
- (5) 調査時期 令和 2 年 11 月 2 日～令和 2 年 11 月 17 日

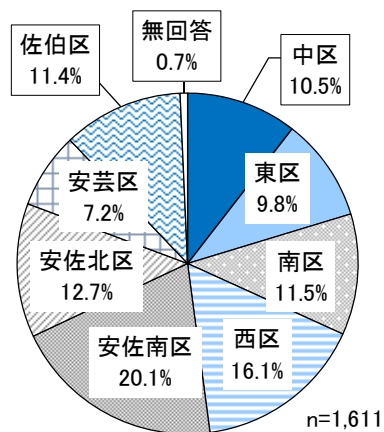
3 報告書の見方

- 本文及び図中に示した調査結果の数値は百分比（％）で示してある。これらの数値は小数点以下第 2 位を四捨五入しているため、全項目の回答比率の合計が 100.0%とならない場合がある。
- 2 つ以上の回答（複数回答）を求めた質問では、回答比率の合計が 100.0%を超えることがある。
- グラフ中の「n」は質問に対する回答数であり、100.0%が何人の回答に相当するかを示す比率算出の基数である。
- その他、個別に参照事項がある場合は、本報告書の該当箇所に適宜記載した。

Ⅱ 調査結果

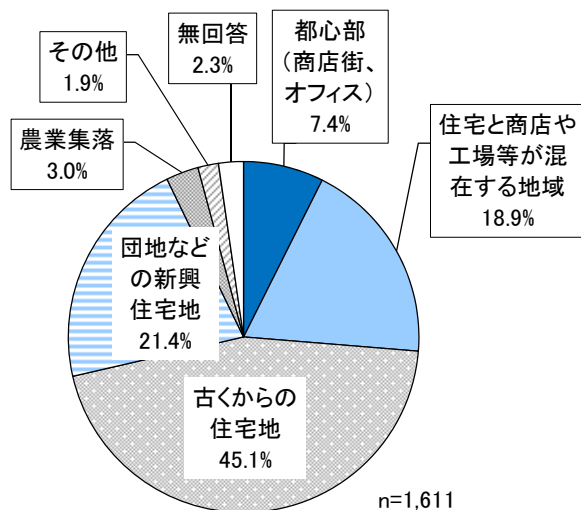
1 属性

(1) 居住区



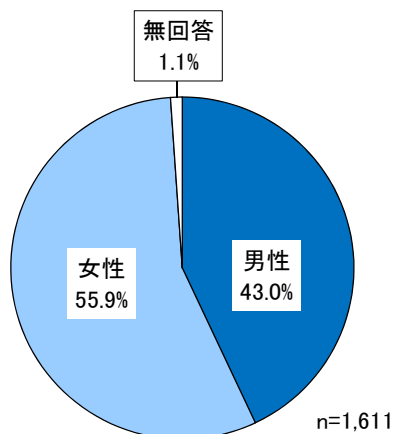
	回答数	割合
中区	169	10.5%
東区	158	9.8%
南区	185	11.5%
西区	259	16.1%
安佐南区	324	20.1%
安佐北区	205	12.7%
安芸区	116	7.2%
佐伯区	183	11.4%
無回答	12	0.7%
全体	1,611	100.0%

(2) 居住地域の状況



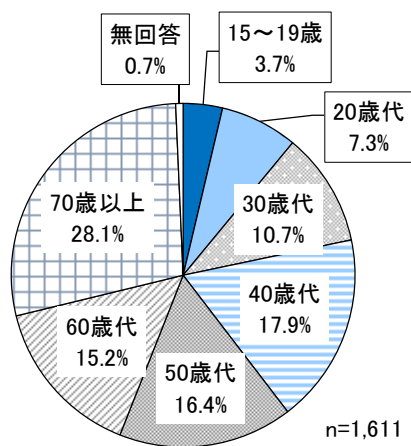
	回答数	割合
都心部 (商店街、オフィス)	119	7.4%
住宅と商店や工場等が混在する地域	305	18.9%
古くからの住宅地	727	45.1%
団地などの新興住宅地	344	21.4%
農業集落	49	3.0%
その他	30	1.9%
無回答	37	2.3%
全体	1,611	100.0%

(3) 性別



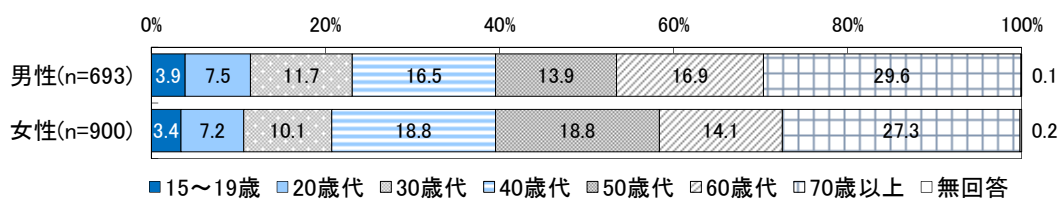
	回答数	割合
男性	693	43.0%
女性	900	55.9%
無回答	18	1.1%
全体	1,611	100.0%

(4) 年齢

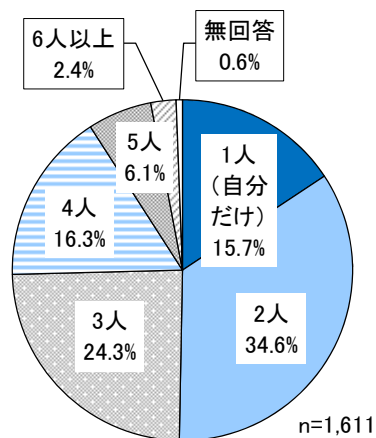


	回答数	割合
15~19歳	59	3.7%
20歳代	118	7.3%
30歳代	172	10.7%
40歳代	288	17.9%
50歳代	265	16.4%
60歳代	245	15.2%
70歳以上	453	28.1%
無回答	11	0.7%
全体	1,611	100.0%

(性別)

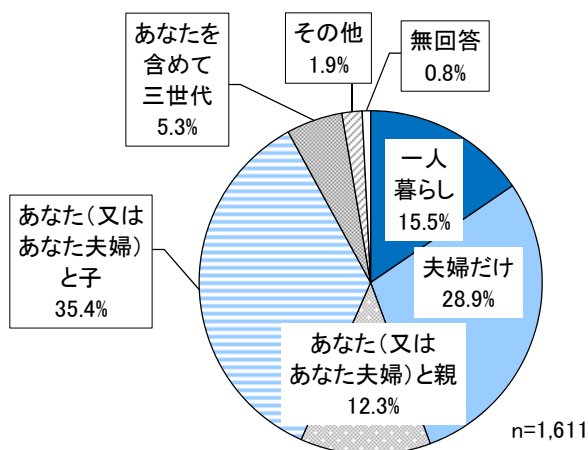


(5) 同居家族数



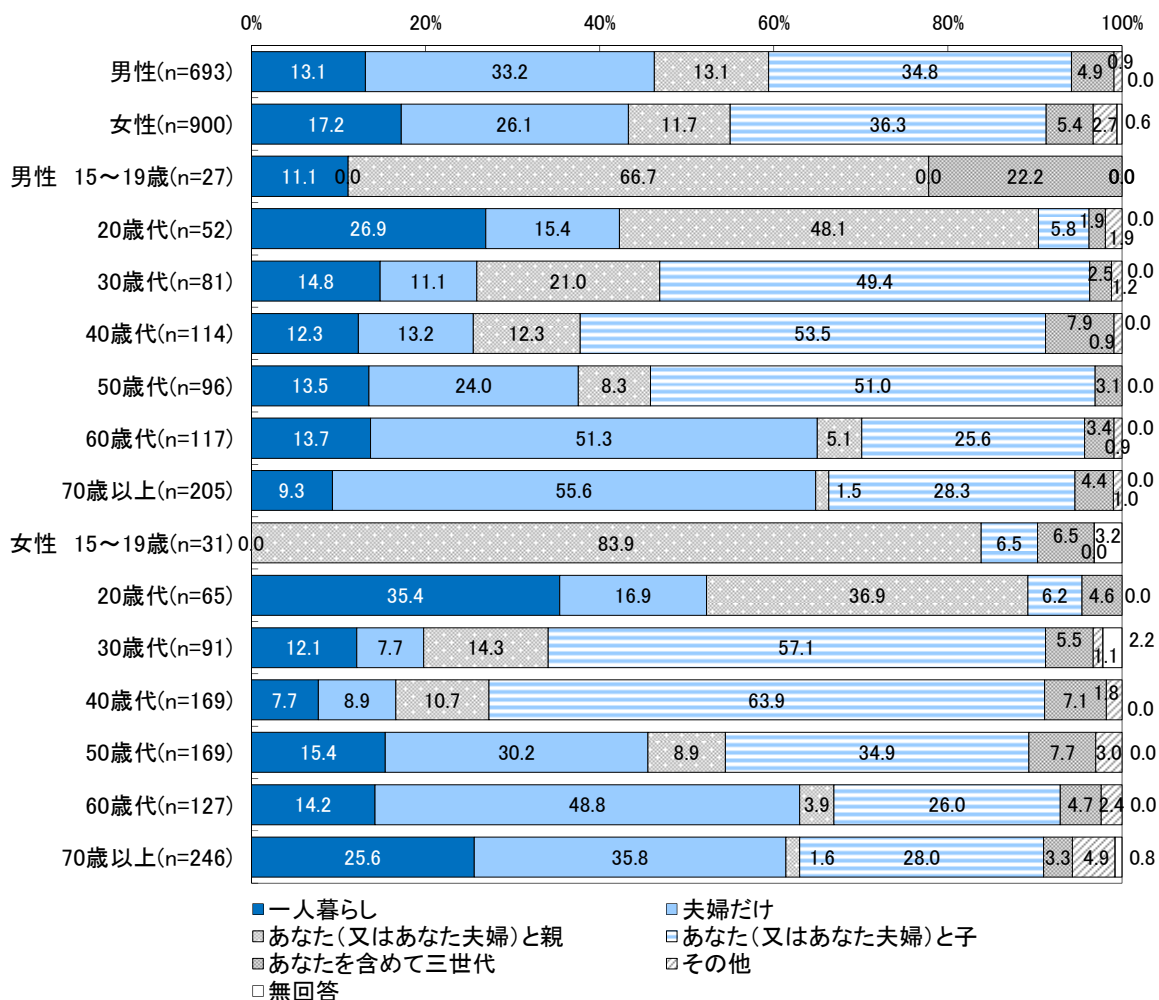
	回答数	割合
1人(自分だけ)	253	15.7%
2人	558	34.6%
3人	391	24.3%
4人	263	16.3%
5人	99	6.1%
6人以上	38	2.4%
無回答	9	0.6%
全体	1,611	100.0%

(6) 家族構成

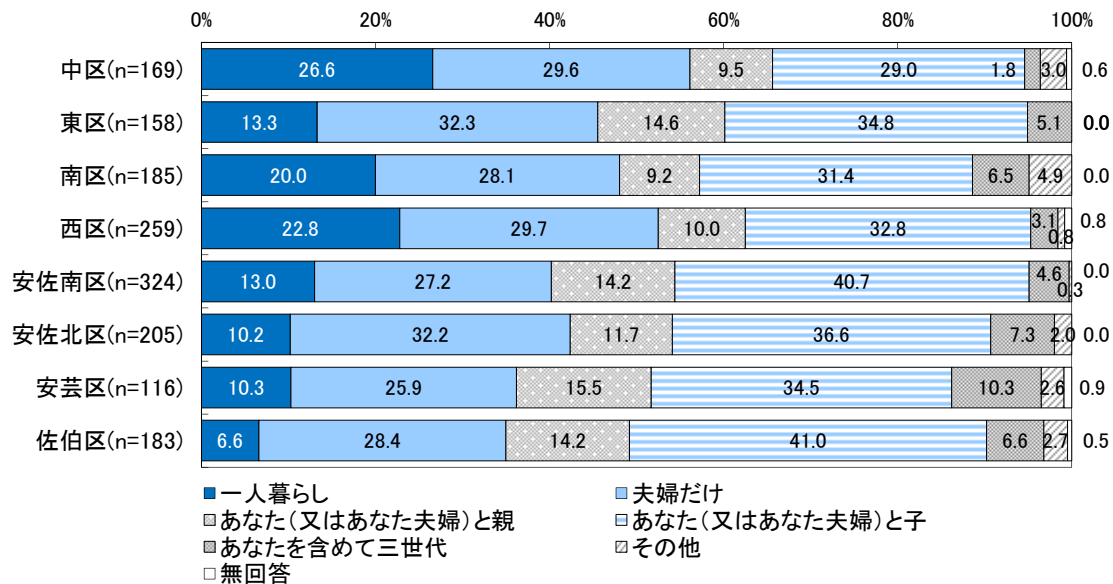


	回答数	割合
一人暮らし	249	15.5%
夫婦だけ	466	28.9%
あなた(又はあなた夫婦)と親	198	12.3%
あなた(又はあなた夫婦)と子	570	35.4%
あなたを含めて三世代	85	5.3%
その他	30	1.9%
無回答	13	0.8%
全体	1,611	100.0%

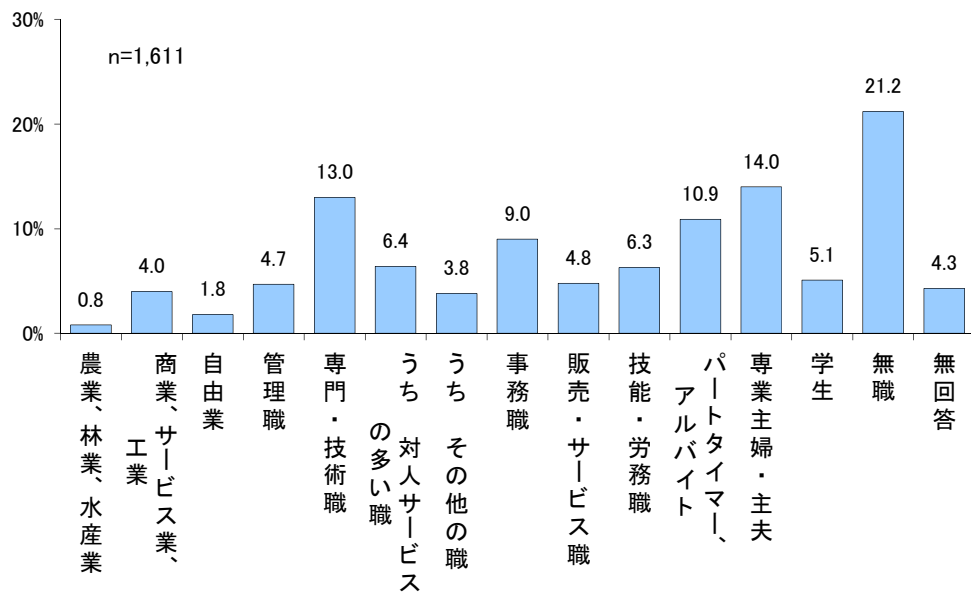
(性別、性・年齢別)



(居住区別)



(7) 就業状況



	農業、林業、水産業	商業、サービス業、工業	自由業	管理職	専門・技術職			事務職
					うち対人サービスの多い職	うちその他の職		
回答数	13	65	29	76	210	103	62	145
割合	0.8%	4.0%	1.8%	4.7%	13.0%	6.4%	3.8%	9.0%

	販売・サービス職	技能・労務職	パートタイマー、アルバイト	専業主婦・主夫	学生	無職	無回答	全体
回答数	77	101	176	225	82	342	70	1,611
割合	4.8%	6.3%	10.9%	14.0%	5.1%	21.2%	4.3%	100.0%

(性別、性・年齢別)

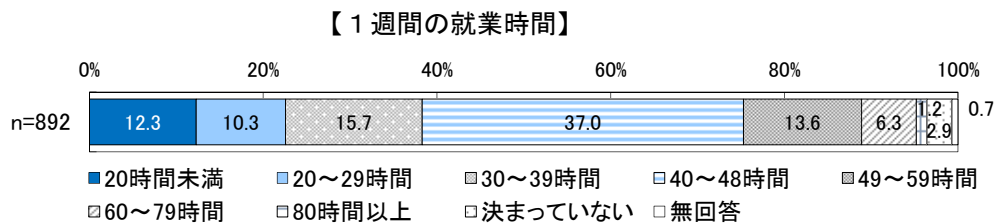
	回答数	農業、林業、水産業	商業、サービス業、工業	自由業	管理職	専門・技術職	うち 対人サービスの多い職	うち その他の職	事務職
男性	693	1.3%	4.8%	1.9%	10.0%	14.4%	3.3%	7.8%	6.6%
女性	900	0.4%	3.6%	1.8%	0.7%	12.1%	8.8%	0.9%	10.9%
男性 15～19歳	27	－	－	－	－	3.7%	3.7%	－	－
20歳代	52	－	3.8%	1.9%	1.9%	19.2%	3.8%	13.5%	9.6%
30歳代	81	－	3.7%	2.5%	8.6%	33.3%	9.9%	16.0%	13.6%
40歳代	114	0.9%	7.0%	0.9%	15.8%	25.4%	5.3%	14.9%	9.6%
50歳代	96	－	6.3%	2.1%	22.9%	21.9%	3.1%	12.5%	9.4%
60歳代	117	2.6%	4.3%	2.6%	16.2%	7.7%	2.6%	3.4%	8.5%
70歳以上	205	2.4%	4.4%	2.0%	1.0%	1.5%	－	0.5%	－
女性 15～19歳	31	－	3.2%	－	－	3.2%	3.2%	－	－
20歳代	65	－	1.5%	－	－	24.6%	21.5%	3.1%	21.5%
30歳代	91	－	2.2%	－	－	16.5%	11.0%	3.3%	19.8%
40歳代	169	－	5.9%	3.0%	0.6%	20.7%	14.8%	1.2%	17.2%
50歳代	169	－	3.6%	4.7%	2.4%	15.4%	10.1%	0.6%	18.3%
60歳代	127	1.6%	4.7%	2.4%	0.8%	9.4%	7.1%	－	3.1%
70歳以上	246	0.8%	2.4%	－	－	1.6%	1.2%	－	0.8%

	回答数	販売・サービス職	技能・労務職	パートタイマー、アルバイト	専業主婦・主夫	学生	無職	無回答
男性	693	4.8%	12.7%	3.8%	1.2%	5.8%	28.7%	4.2%
女性	900	4.7%	1.3%	16.7%	23.6%	4.6%	15.3%	4.4%
男性 15～19歳	27	－	－	3.7%	－	92.6%	－	－
20歳代	52	3.8%	17.3%	3.8%	－	28.8%	7.7%	1.9%
30歳代	81	8.6%	16.0%	1.2%	－	－	8.6%	3.7%
40歳代	114	9.6%	21.1%	1.8%	－	－	5.3%	2.6%
50歳代	96	6.3%	17.7%	1.0%	1.0%	－	8.3%	3.1%
60歳代	117	6.0%	11.1%	8.5%	0.9%	－	26.5%	5.1%
70歳以上	205	－	5.9%	4.4%	2.9%	－	69.3%	6.3%
女性 15～19歳	31	－	－	－	3.2%	90.3%	－	－
20歳代	65	15.4%	1.5%	－	4.6%	16.9%	13.8%	－
30歳代	91	7.7%	－	24.2%	25.3%	－	2.2%	2.2%
40歳代	169	7.1%	1.8%	23.1%	13.6%	0.6%	2.4%	4.1%
50歳代	169	4.1%	1.8%	23.1%	17.8%	0.6%	3.6%	4.7%
60歳代	127	4.7%	2.4%	26.8%	29.9%	－	11.0%	3.1%
70歳以上	246	－	0.8%	6.5%	37.4%	－	41.9%	7.7%

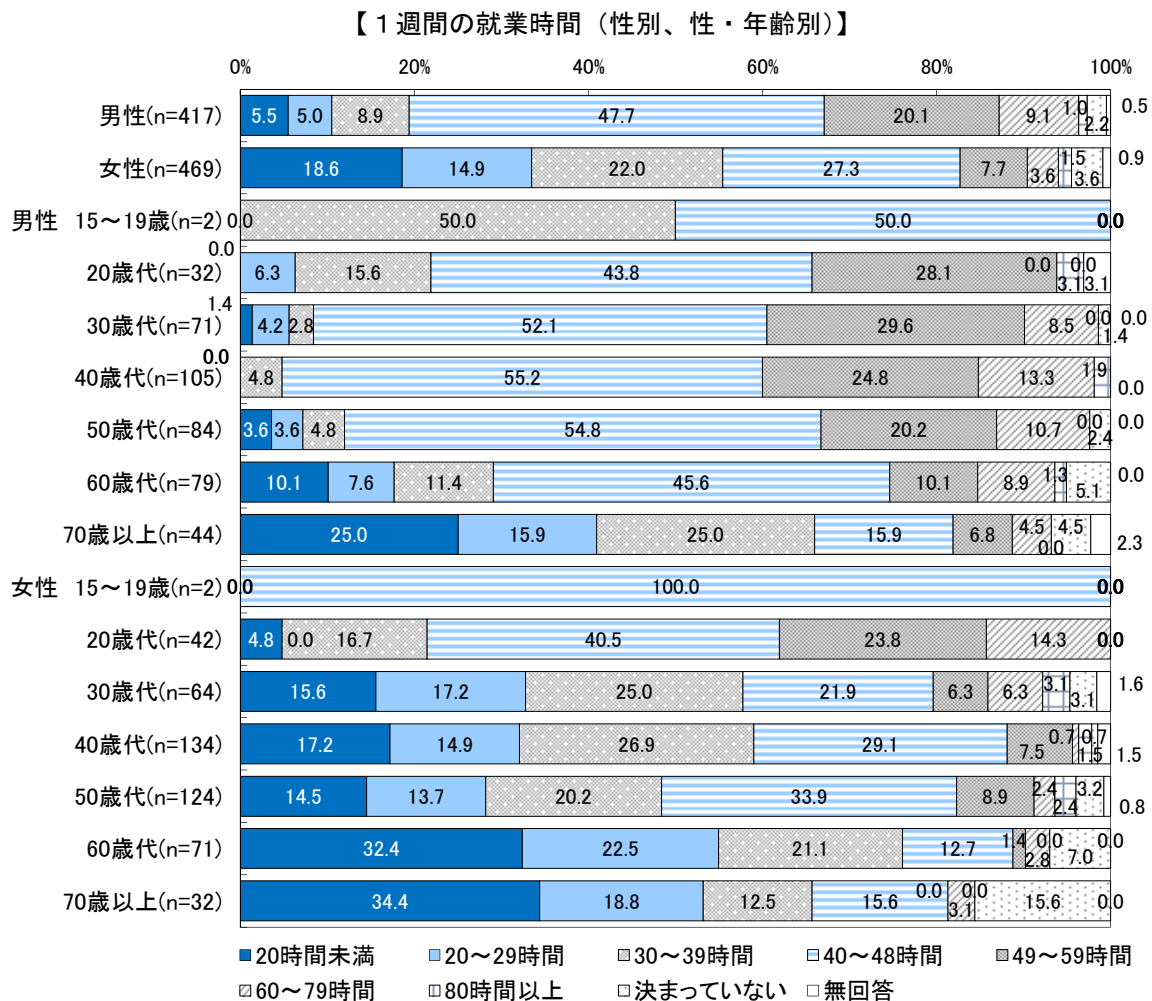
2 1週間の就業時間

問7で「1～9」と回答した人のみ回答

問8 あなたのふだん1週間の就業時間はどのくらいですか。ふだん残業や副業をしている場合は、それを含めた1週間の合計について記入してください。



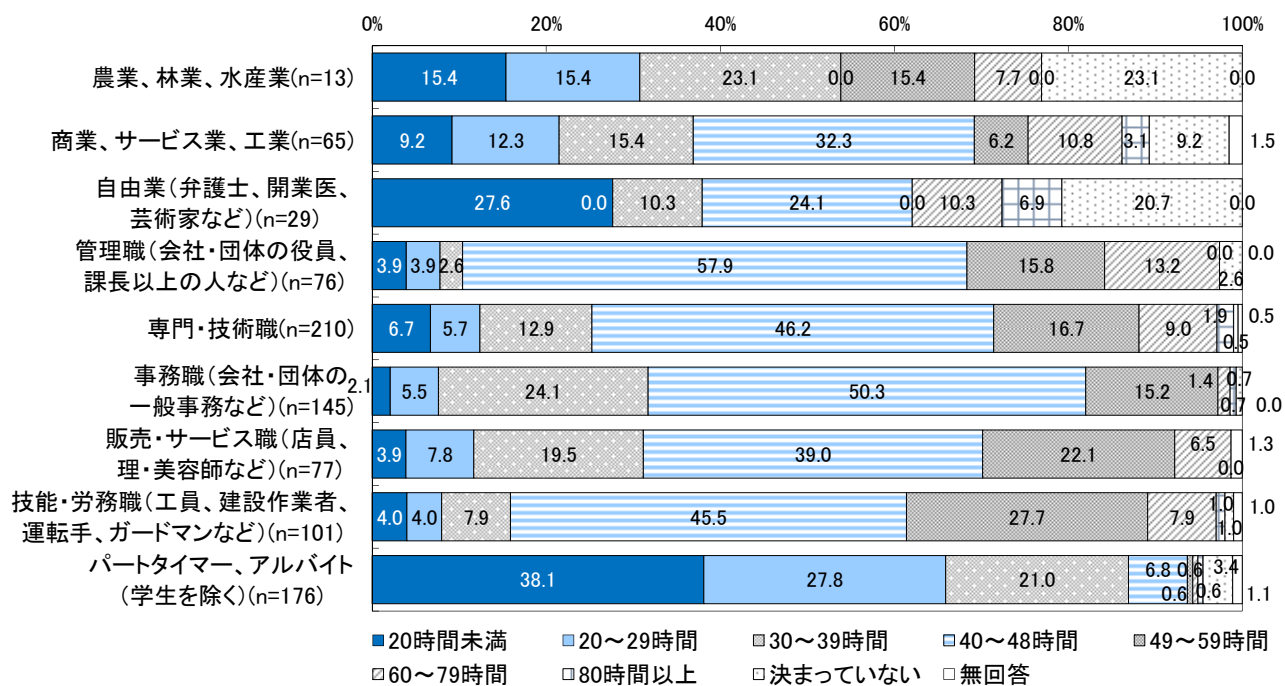
1週間の就業時間について、「40～48 時間」と回答した人の割合が 37.0%、「49～59 時間」と回答した人の割合が 13.6%、「60～79 時間」と回答した人の割合が 6.3%、「80 時間以上」と回答した人の割合が 1.2%となっている。



性別にみると、『49 時間以上』と回答した人の割合は、男性で3割台、女性で1割台となっている。

性・年齢別にみると、『49 時間以上』と回答した人の割合は、男性 30 歳代、女性 20 歳代で3割台後半、男性 40 歳代で4割となっている。

【1週間の就業時間（就業状況別）】



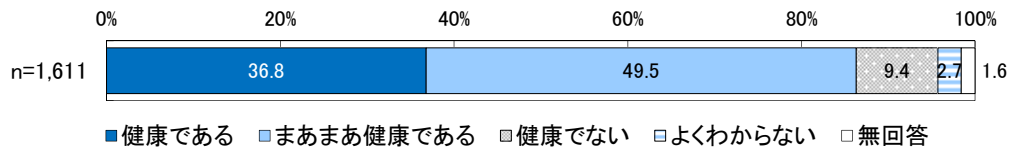
就業状況別にみると、『49 時間以上』と回答した人の割合は、「管理職（会社・団体の役員、課長以上の人など）」、「専門・技術職」で2割台後半、「技能・労務職（工員、建設作業員、運転手、ガードマンなど）」で3割台後半となっている。

3 こころやからだの状態

(1) 現在の健康状態

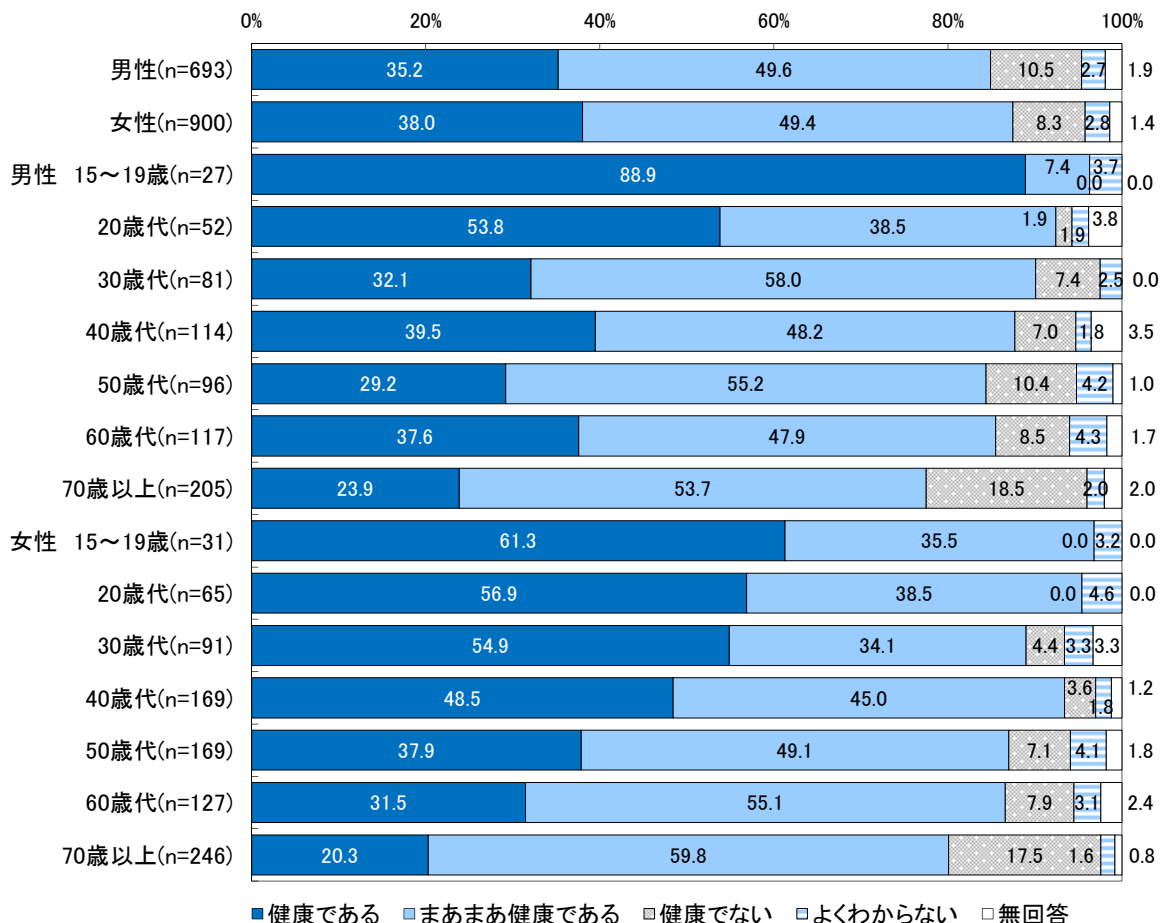
問9 あなたの現在の健康状態はいかがですか。

【現在の健康状態】



現在の健康状態について、『健康である』（「健康である」＋「まあまあ健康である」）と回答した人の割合が 86.3%、「健康でない」と回答した人の割合が 9.4%となっている。

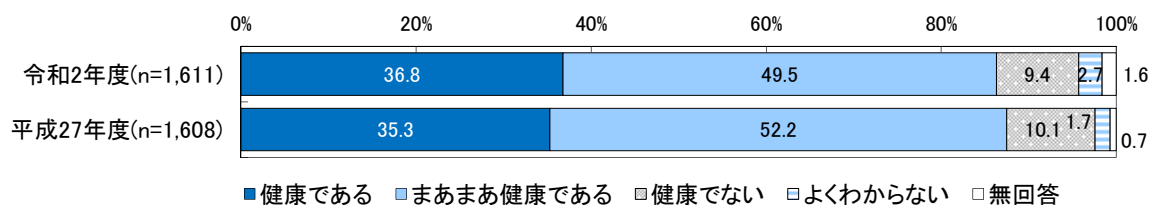
【現在の健康状態（性別、性・年齢別）】



性別にみると、「健康でない」と回答した人の割合は、大きな差はみられない。

性・年齢別にみると、「健康でない」と回答した人の割合は、男女ともに 70 歳以上で 1 割台後半となっている。

【現在の健康状態（前回調査結果との比較）】

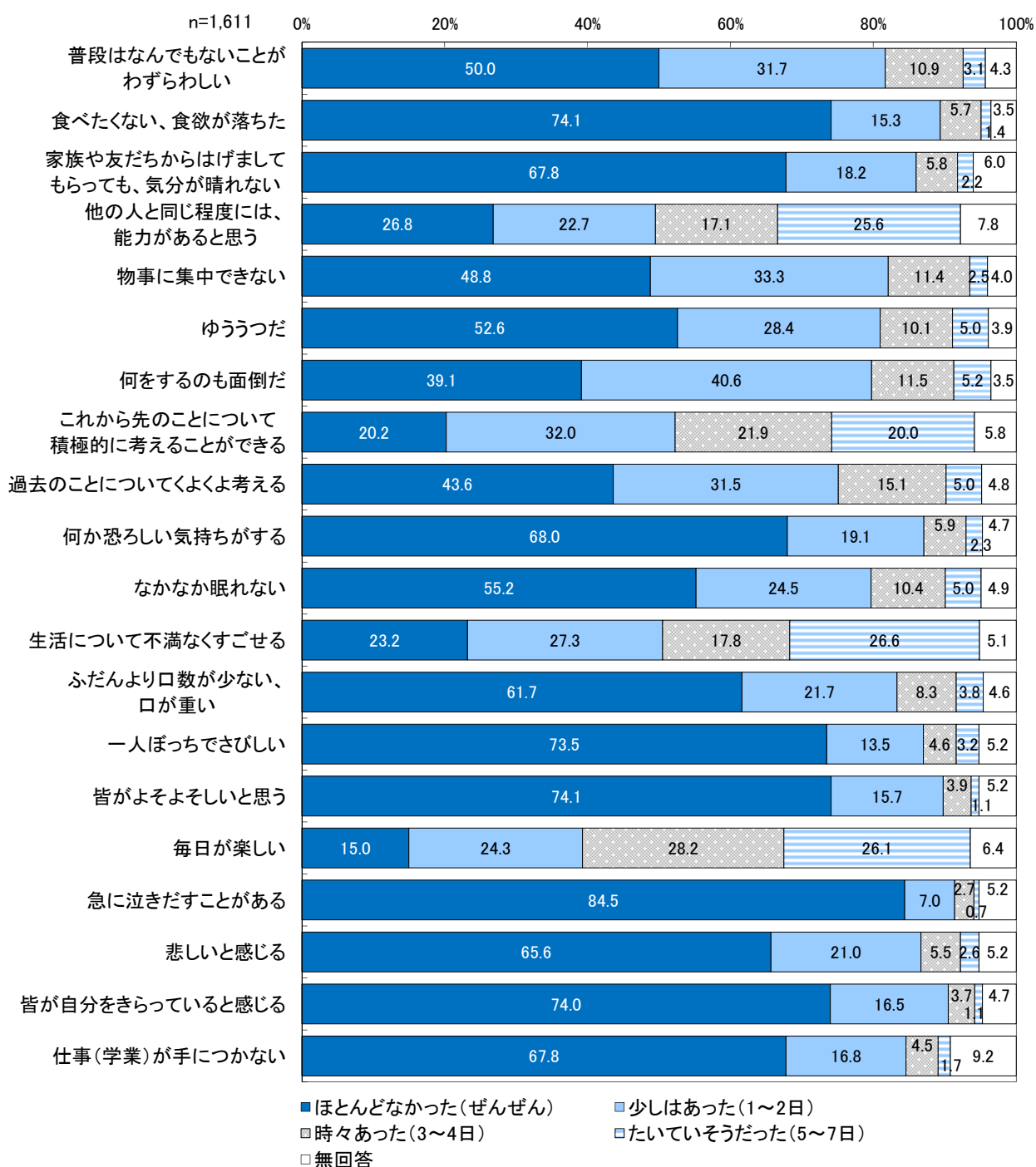


前回調査結果と比較すると、『健康である』と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。

(2) この1週間のからだやこころの状態

問 10 この1週間のあなたのからだやこころの状態についてお伺いします。

【この1週間のからだやこころの状態】



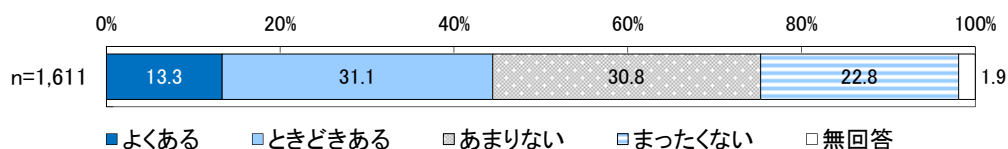
この1週間のからだやこころの状態について、マイナス要素の項目で『あった』(「少しはあった(1~2日)」+「時々あった(3~4日)」+「たいていそうだった(5~7日)」)と回答した人の割合は、「何をするのも面倒だ」、「過去のことについてくよくよ考える」において5割を超えている。

4 町内や地域の人との交流

(1) 町内や地域の人との交流機会

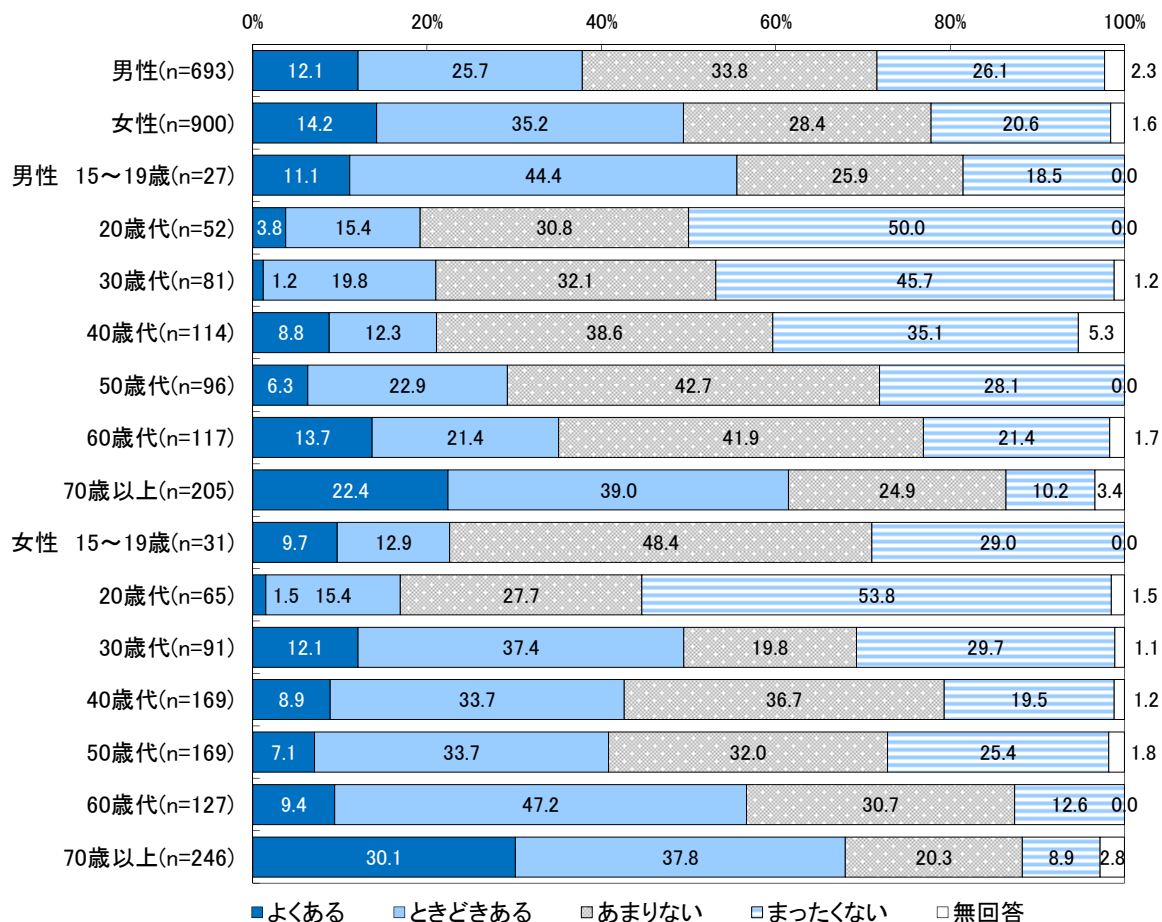
問 13 あなたは、町内や地域の人と話をしたり交流する機会がありますか。

【町内や地域の人との交流機会の有無】



町内や地域の人との交流機会の有無について、『ある』（「よくある」＋「ときどきある」）と回答した人の割合が 44.4%、『ない』（「まったくない」＋「あまりない」）と回答した人の割合が 53.6%となっている。

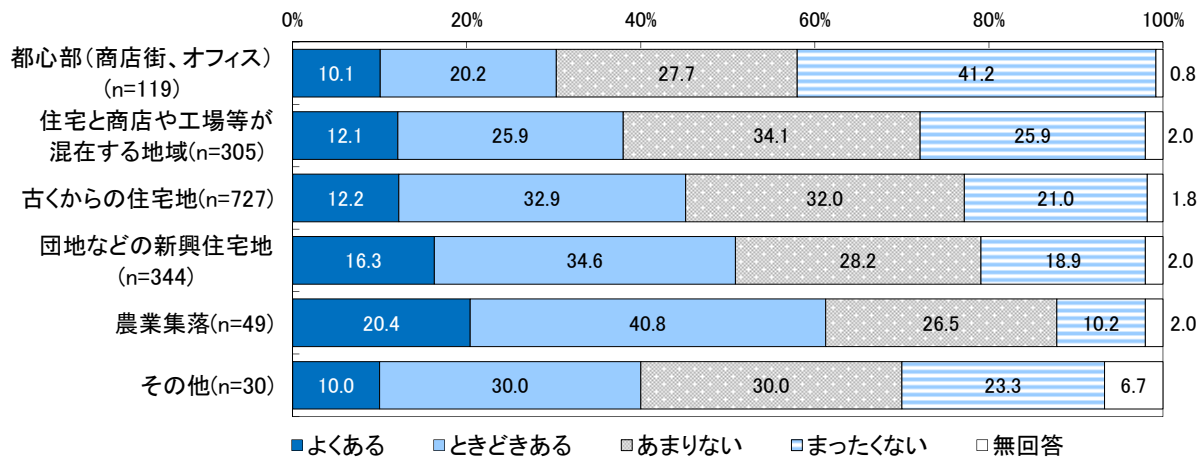
【町内や地域の人との交流機会の有無（性別・性・年齢別）】



性別にみると、『ある』と回答した人の割合は、女性で約5割となっているが、男性では3割台後半となっている。

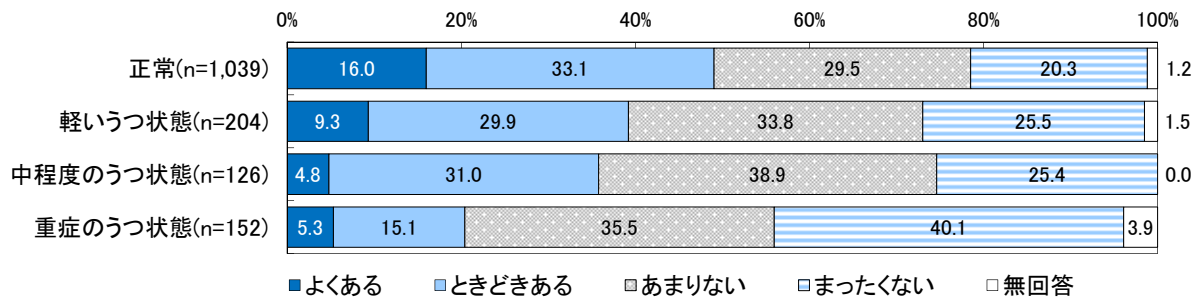
性・年齢別にみると、『ある』と回答した人の割合は、男女ともに70歳以上で6割を超えているが、男女ともに20歳代では2割に満たない。

【町内や地域の人との交流機会の有無（居住地域の状況別）】



居住地域の状況別にみると、『ある』と回答した人の割合は、農業集落で6割を超えているが、都心部(商店街、オフィス)、住宅と商店や工場等が混在する地域では3割台となっている。

【町内や地域の人との交流機会の有無（抑うつ尺度別）】

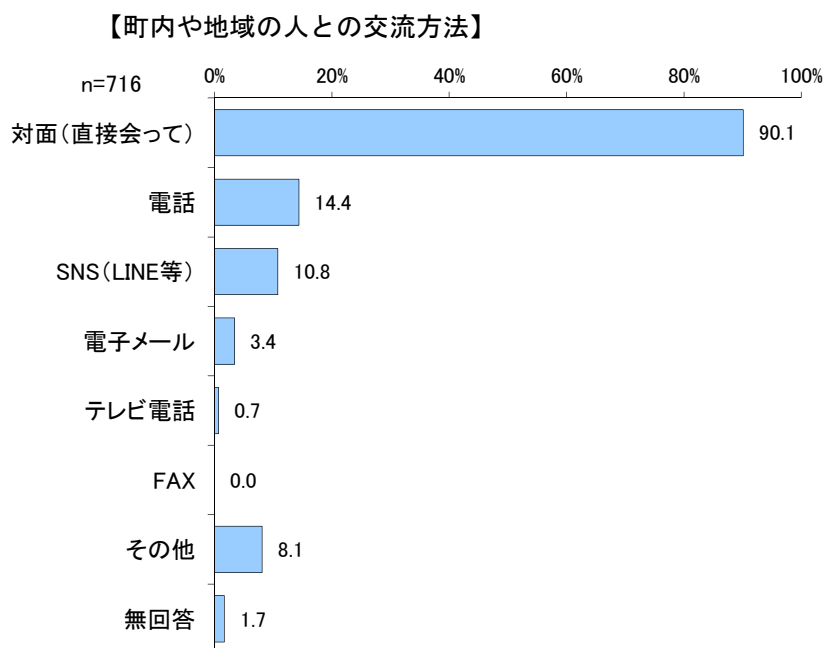


抑うつ尺度別にみると、『ない』と回答した人の割合は、うつ状態が重症なほど高くなっている。

(2) 町内や地域の人との交流方法

問 13 で「1 よくある」又は「2 ときどきある」と回答した人のみ回答

問 14 どのような方法で、町内や地域の人と話をしたり交流していますか。



町内や地域の人との交流方法について、「対面（直接会って）」と回答した人の割合が 90.1%と最も高く、「電話」（14.4%）、「SNS（LINE等）」（10.8%）が続いている。

【町内や地域の人との交流方法（性別、性・年齢別）】

	回答数	対面(直接会って)	電話	SNS(LINE等)	電子メール	テレビ電話	FAX	その他	無回答
男性	262	88.5%	10.3%	6.5%	2.3%	—	—	11.1%	0.8%
女性	445	91.2%	16.6%	13.5%	4.0%	1.1%	—	6.5%	2.2%
男性 15～19歳	15	93.3%	6.7%	13.3%	—	—	—	—	—
20歳代	10	70.0%	10.0%	—	10.0%	—	—	20.0%	—
30歳代	17	82.4%	11.8%	11.8%	5.9%	—	—	11.8%	—
40歳代	24	95.8%	12.5%	4.2%	4.2%	—	—	—	—
50歳代	28	96.4%	7.1%	7.1%	3.6%	—	—	—	—
60歳代	41	92.7%	7.3%	12.2%	2.4%	—	—	7.3%	—
70歳以上	126	85.7%	11.9%	4.0%	0.8%	—	—	17.5%	1.6%
女性 15～19歳	7	85.7%	—	14.3%	—	—	—	—	—
20歳代	11	90.9%	18.2%	18.2%	—	—	—	9.1%	—
30歳代	45	95.6%	—	22.2%	2.2%	2.2%	—	2.2%	—
40歳代	72	94.4%	6.9%	20.8%	4.2%	1.4%	—	2.8%	—
50歳代	69	88.4%	14.5%	21.7%	11.6%	2.9%	—	8.7%	1.4%
60歳代	72	97.2%	16.7%	9.7%	2.8%	—	—	1.4%	1.4%
70歳以上	167	88.0%	26.9%	6.0%	2.4%	0.6%	—	10.8%	4.2%

性別にみると、「対面（直接会って）」と回答した人の割合は、男性で8割台後半、女性で9割割台前半となっている。

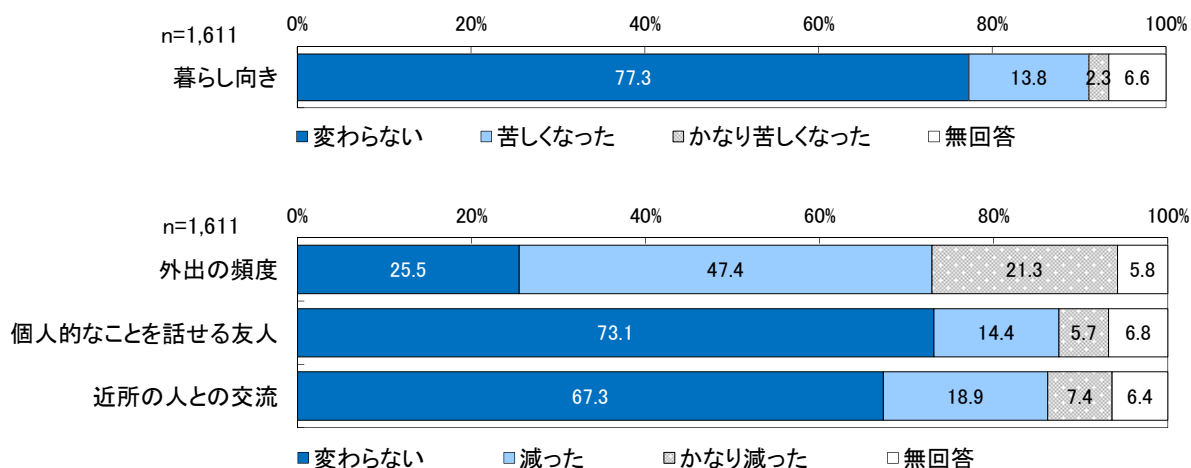
性・年齢別にみると、「電話」と回答した人の割合は、女性70歳以上で2割台後半となっている。

5 新型コロナウイルス感染症の流行による変化

(1) 新型コロナウイルス感染症の流行による、生活や人とのつながりの変化の有無

問 15 新型コロナウイルス感染症の流行により、生活や人とのつながりに変化があったかをおたずねします。

【新型コロナウイルス感染症の流行による、生活や人とのつながりの変化の有無】



新型コロナウイルス感染症の流行による、生活や人とのつながりの変化の有無について、暮らし向きが『苦しくなった』（「かなり苦しくなった」＋「苦しくなった」）と回答した人の割合は 16.1%となっている。

外出の頻度が『減った』（「かなり減った」＋「減った」）と回答した人の割合は 68.7%となっている。

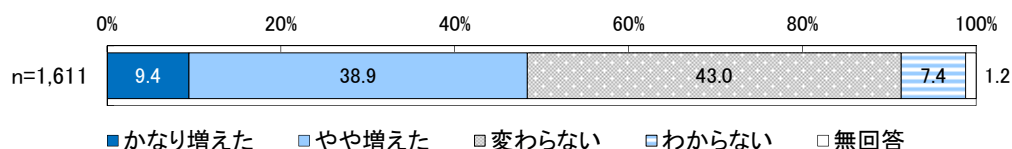
個人的なことを話せる友人が『減った』（「かなり減った」＋「減った」）と回答した人の割合は 20.1%となっている。

近所の人との交流が『減った』（「かなり減った」＋「減った」）と回答した人の割合は 26.3%となっている。

(2) 新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になること

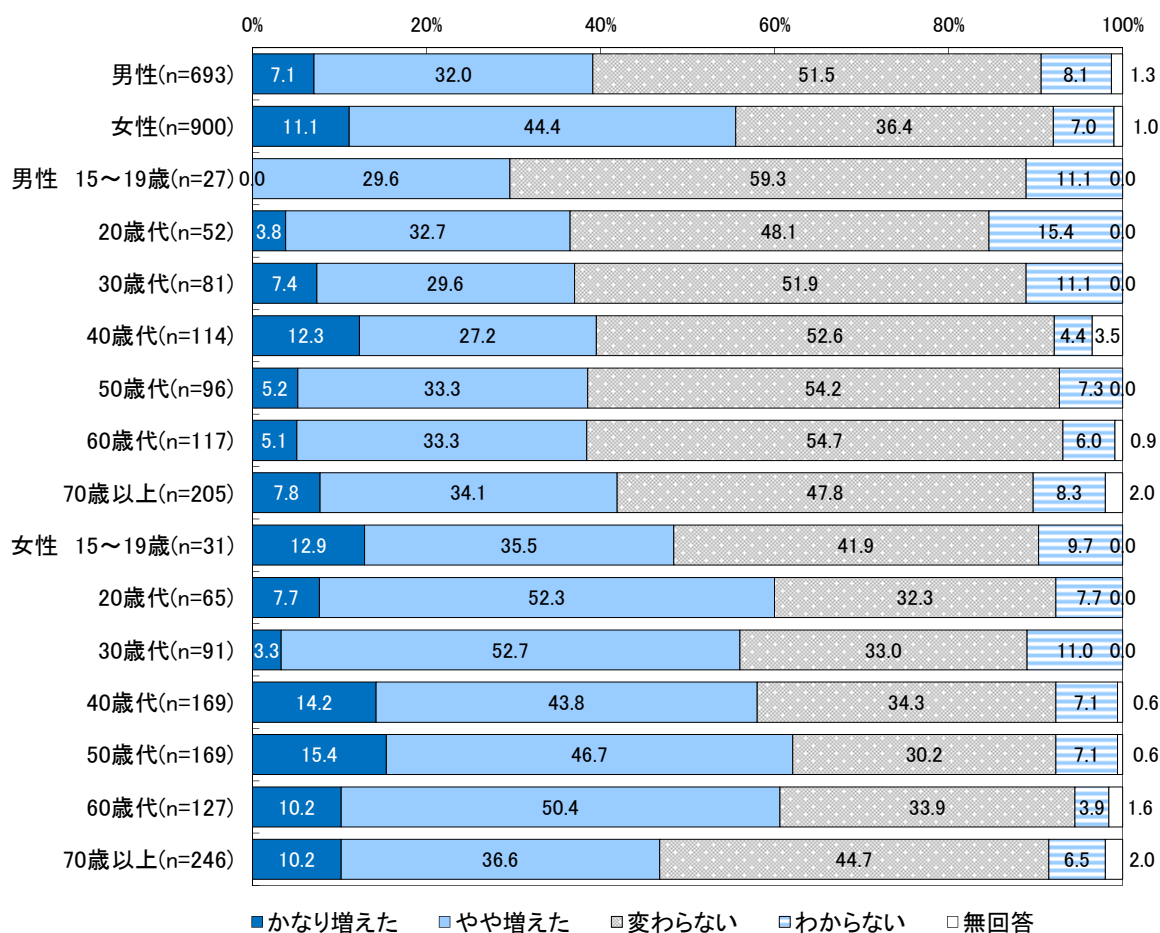
問 17 新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になることが増えましたか。

【新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になること】



新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になることが『増えた』（「かなり増えた」＋「やや増えた」）と回答した人の割合が 48.3%となっている。

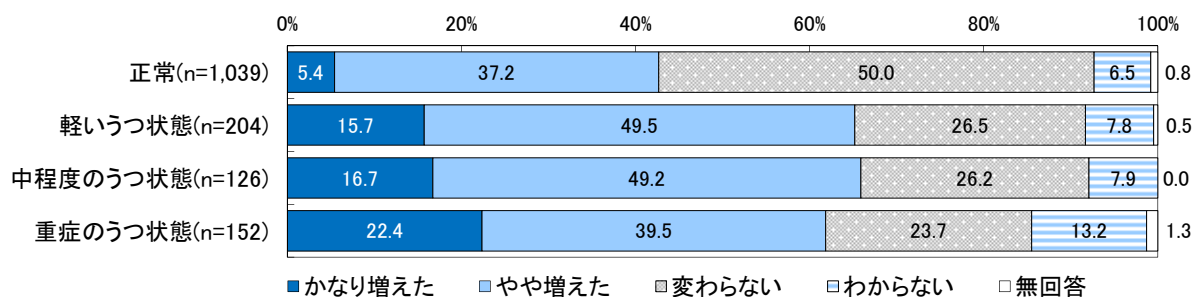
【新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になること（性別、性・年齢別）】



性別にみると、ゆううつな気分になることが『増えた』と回答した人の割合は、男性で約 4 割、女性で 5 割台となっている。

性・年齢別にみると、ゆううつな気分になることが『増えた』と回答した人の割合は、女性 20 歳代、女性 50 歳代、女性 60 歳代で 6 割台となっている。

【新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になること（抑うつ尺度別）】

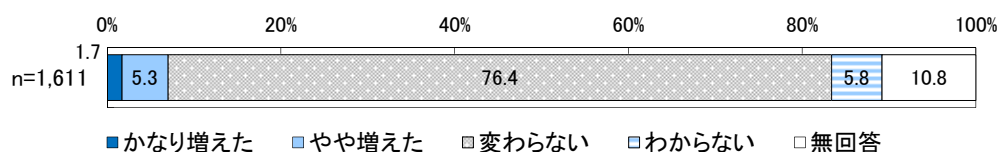


抑うつ尺度別にみると、ゆううつな気分になることが『増えた』と回答した人の割合は、軽症～重症のうつ状態に該当する人で6割を超えている。

(3) 新型コロナウイルス感染症の流行による飲酒量の変化

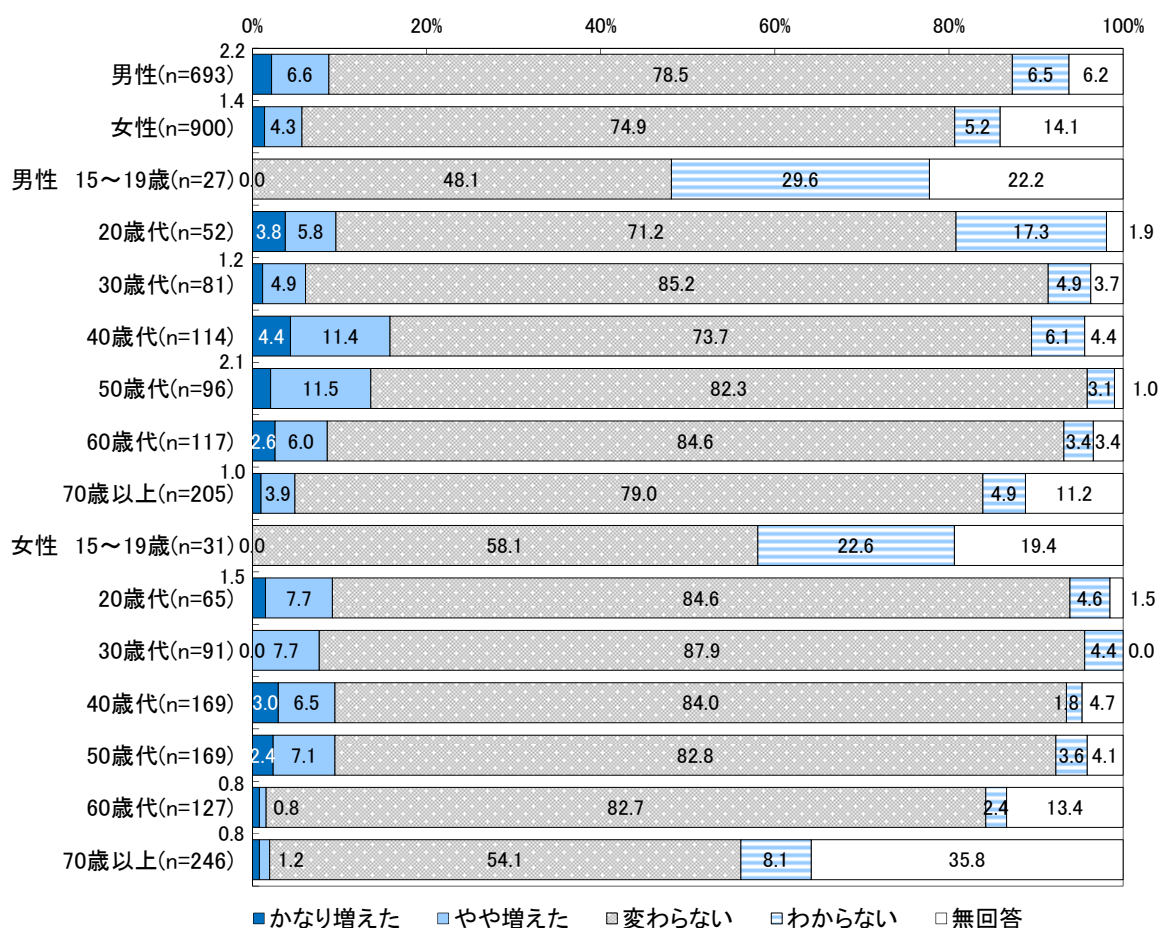
問 18 新型コロナウイルス感染症の流行により、飲酒の量が増えましたか。

【新型コロナウイルス感染症の流行による飲酒量の変化】



新型コロナウイルス感染症の流行による飲酒量の変化について、『増えた』（「かなり増えた」＋「やや増えた」）と回答した人の割合が 7.0% となっている。

【新型コロナウイルス感染症の流行による飲酒量の変化（性別、性・年齢別）】



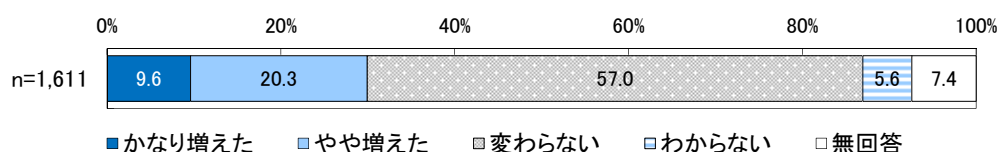
性別にみると、『増えた』と回答した人の割合は、大きな差はみられない。

性・年齢別にみると、『増えた』と回答した人の割合は、男性 40 歳代、男性 50 歳代で 1 割を超えている。

(4) 新型コロナウイルス感染症の流行によるゲームやインターネットの利用時間の変化

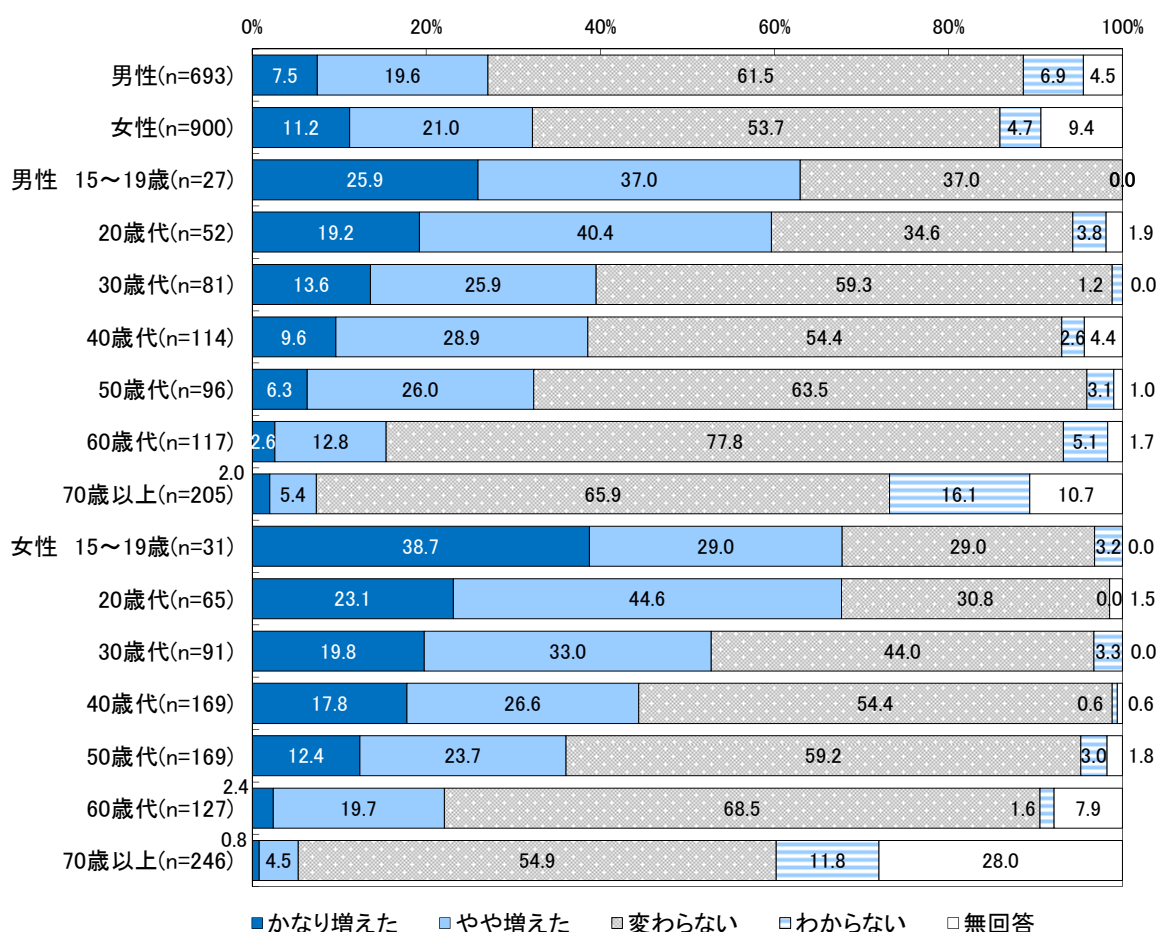
問 19 新型コロナウイルス感染症の流行により、ゲームやインターネットをする時間が増えましたか。

【新型コロナウイルス感染症の流行によるゲームやインターネットの利用時間の変化】



新型コロナウイルス感染症の流行によるゲームやインターネットの利用時間の変化について、『増えた』（「かなり増えた」＋「やや増えた」）と回答した人の割合が 29.9%となっている。

【新型コロナウイルス感染症の流行によるゲームやインターネットの利用時間の変化（性別、性・年齢別）】



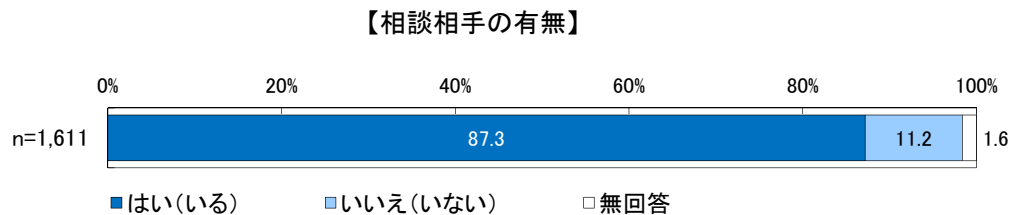
性別にみると、『増えた』と回答した人の割合は、男性は2割台後半、女性は3割台となっている。

性・年齢別にみると、『増えた』と回答した人の割合は、男女ともに年齢が若いほど高くなっており、男性15～19歳、女性15～19歳、女性20歳代で6割を超えている。

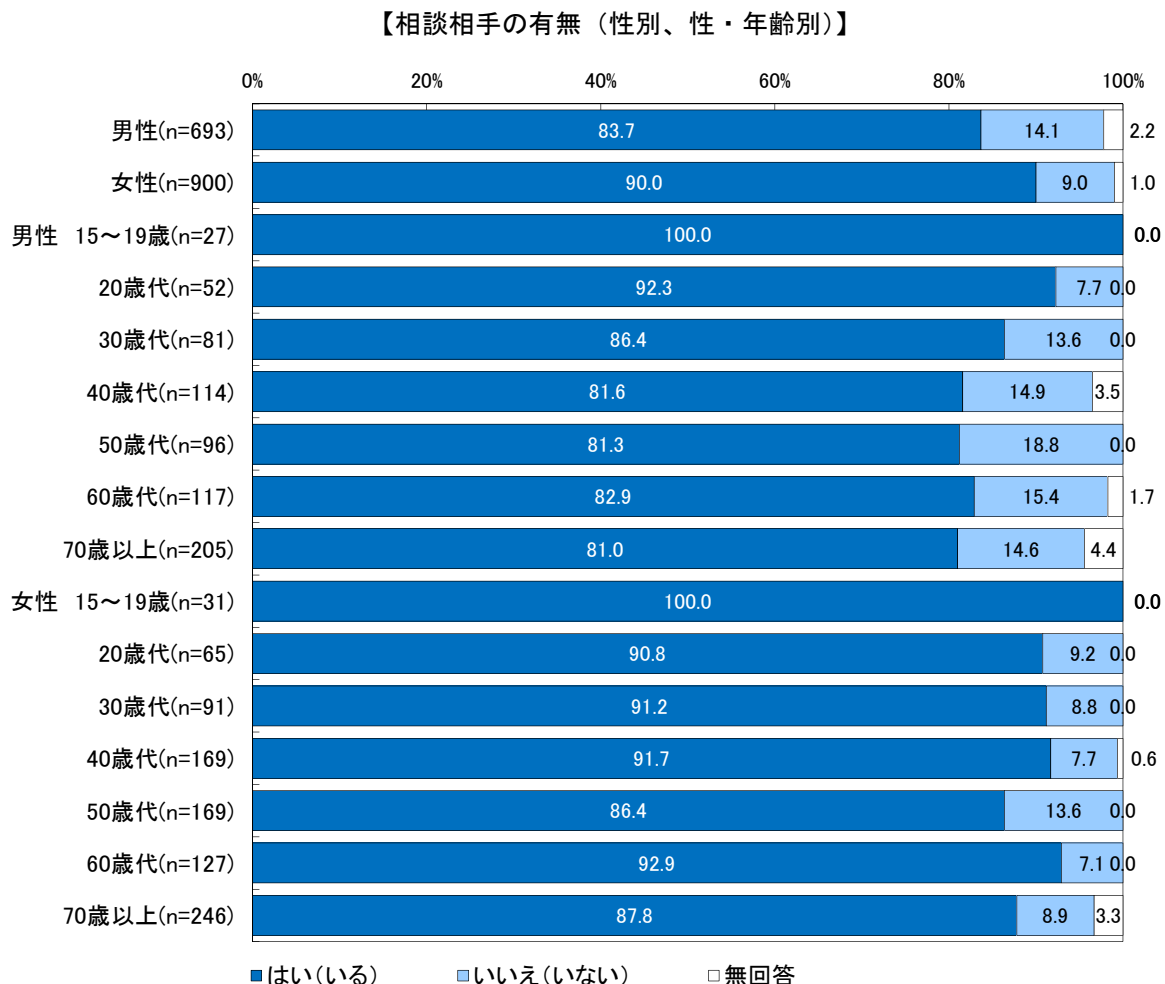
6 心配ごとなどの相談相手

(1) 相談相手の有無

問 16 あなたの心配ごとや悩みごとを相談できる人がいますか。



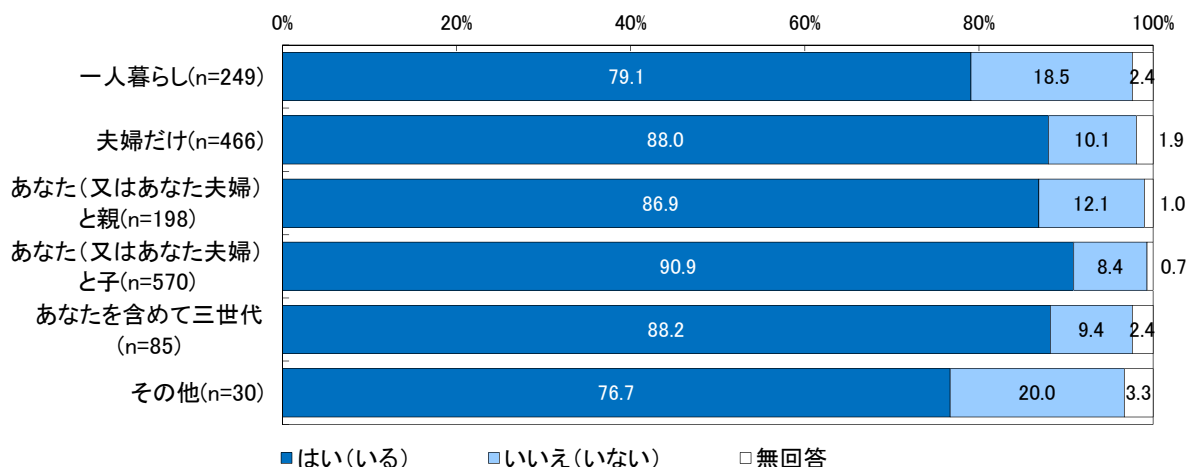
相談相手の有無について、「はい (いる)」と回答した人の割合が 87.3%、「いいえ (いない)」と回答した割合が 11.2%となっている。



性別にみると、「いいえ (いない)」と回答した人の割合は、男性で1割台前半、女性で約1割となっている。

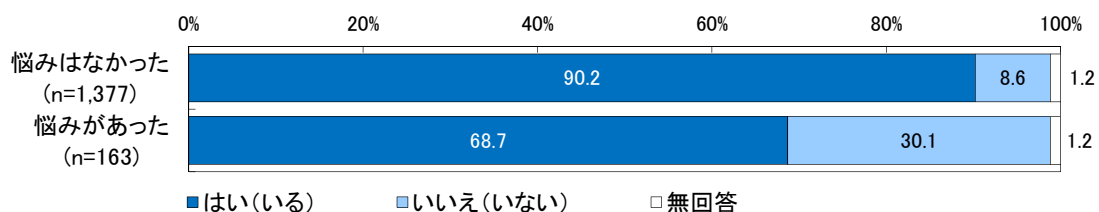
性・年齢別にみると、「いいえ (いない)」と回答した人の割合は、男性50歳代、男性60歳代で1割台後半となっている。

【相談相手の有無（家族構成別）】



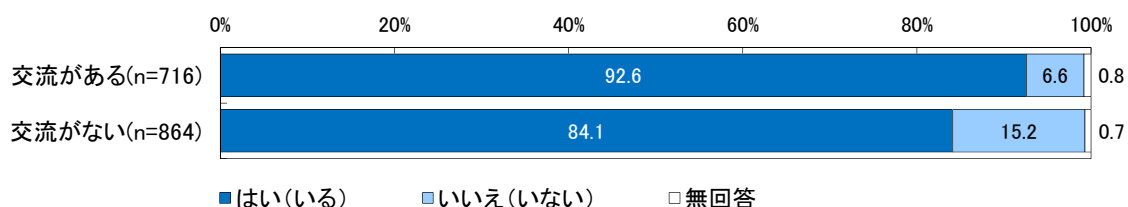
家族構成別にみると、「いいえ（いない）」と回答した人の割合は、一人暮らし世帯で1割台後半となっている。

【相談相手の有無（死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無別）】



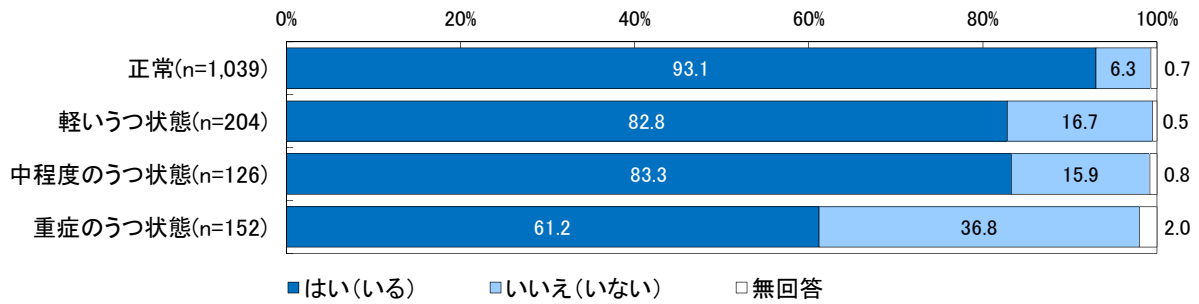
死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無別にみると、悩みがあった人では、「いいえ（いない）」と回答した人の割合は約3割となっている。

【相談相手の有無（町内や地域の人との交流機会の有無別）】



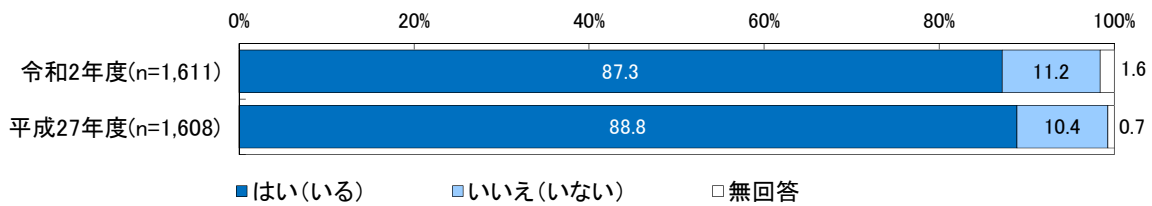
町内や地域の人との交流機会の有無別にみると、交流がない人では、「いいえ（いない）」と回答した人の割合は1割台半ばとなっている。

【相談相手の有無（抑うつ尺度別）】



抑うつ尺度別にみると、重症のうつ状態に該当する人では、「いいえ（いない）」と回答した人の割合は3割台後半となっている。

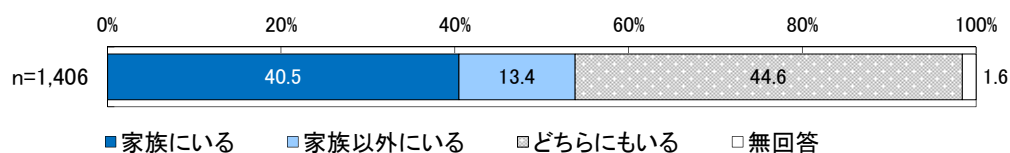
【相談相手の有無（前回調査結果との比較）】



前回調査結果と比較すると、「はい（いる）」と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。

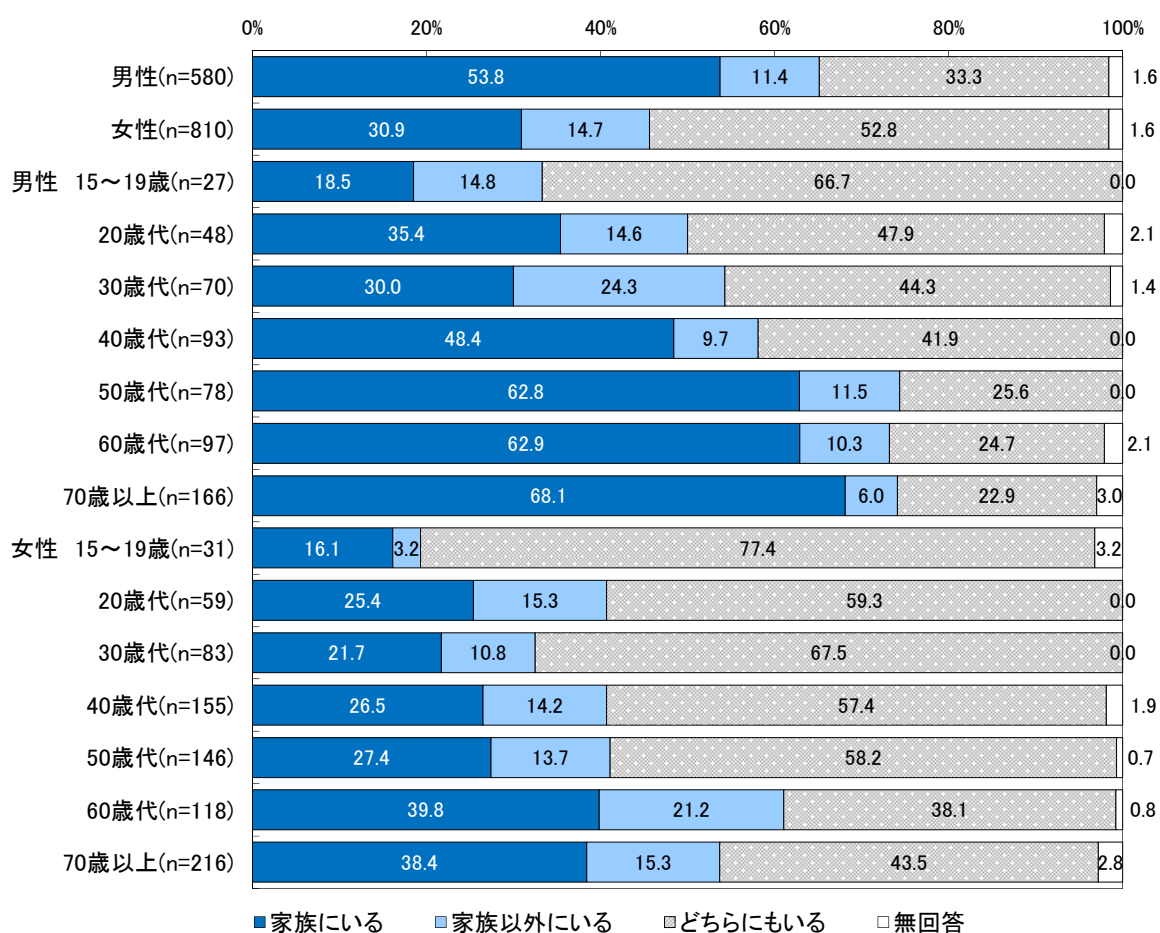
(2) 相談相手

【相談相手】



相談相手が「はい（いる）」の回答者における相談相手について、「家族にいる」と回答した人の割合が 40.5%、「家族以外にいる」と回答した人の割合が 13.4%、「どちらにもいる」と回答した人の割合が 44.6%となっている。

【相談相手（性別・性・年齢別）】



性別にみると、「家族にいる」と回答した人の割合は、男性で5割を超え、「どちらにもいる」と回答した人の割合は、女性で5割を超えている。

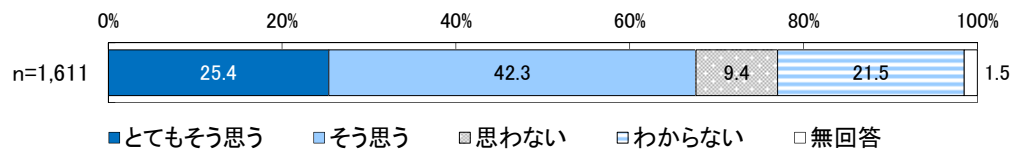
性・年齢別にみると、「家族にいる」と回答した人の割合は、男性 50 歳代、男性 60 歳代、男性 70 歳以上で6割を超え、「どちらにもいる」と回答した人の割合は、男性 15～19 歳、女性 15～19 歳、女性 30 歳代で6割を超えている。

7 うつ病に関する考え

(1) うつ病と自殺（自死）の関連性

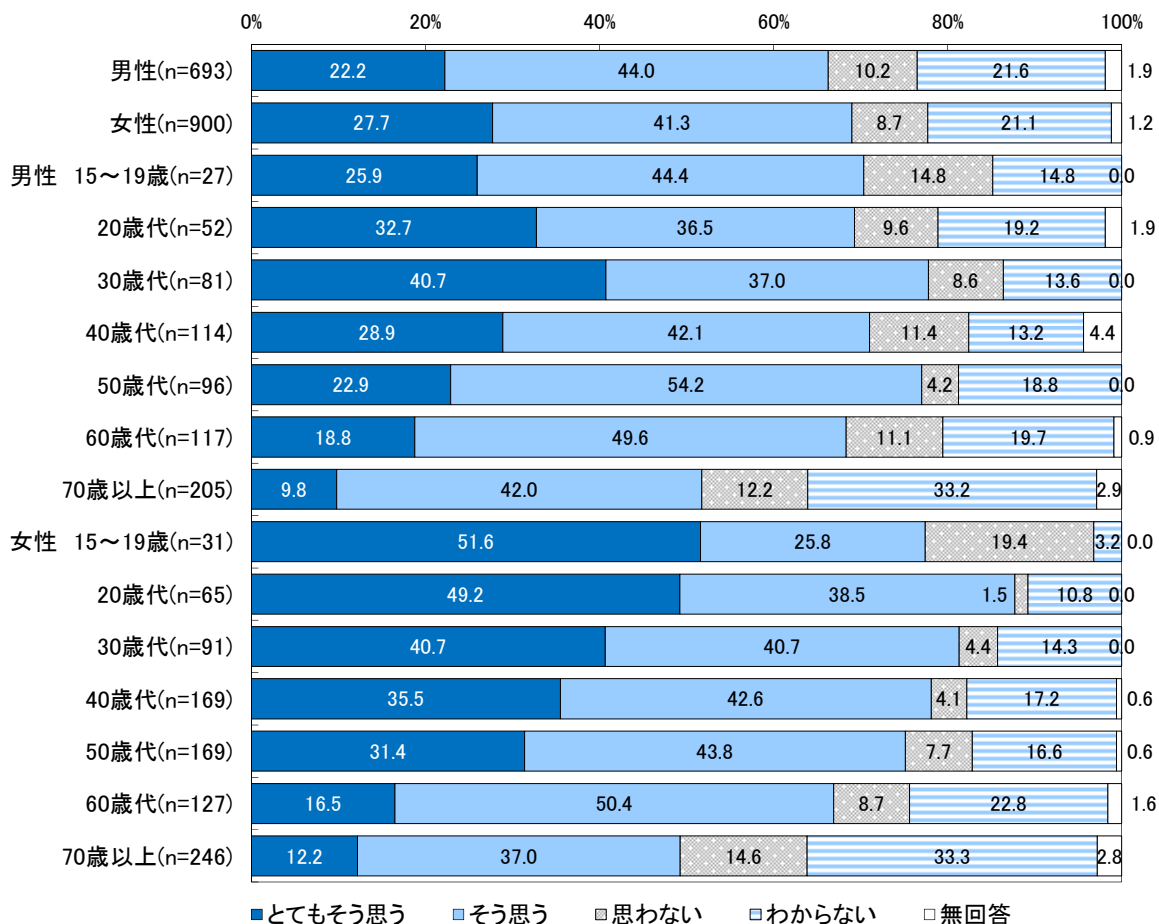
問 20 「うつ病」は自殺（自死）に強く関連していると思いますか。

【うつ病と自殺（自死）の関連性】



うつ病と自殺（自死）の関連性について、関連していると『思う』（「とてもそう思う」＋「そう思う」）と回答した人の割合が 67.7%、関連していると「思わない」と回答した人の割合が 9.4%となっている。

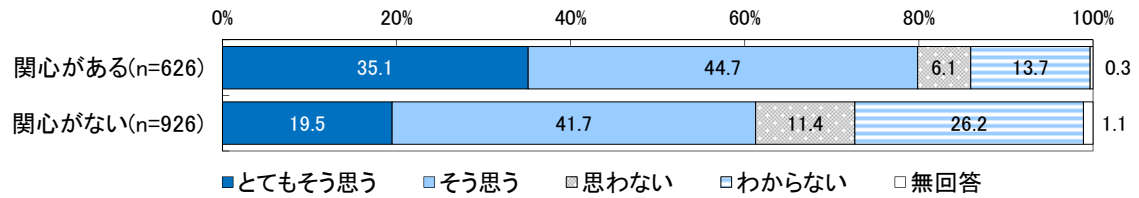
【うつ病と自殺（自死）の関連性（性別、性・年齢別）】



性別にみると、関連していると『思う』と回答した人の割合は、大きな差はみられない。

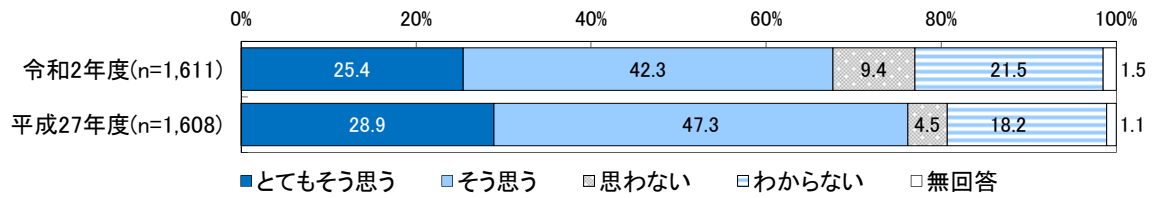
性・年齢別にみると、関連していると『思う』と回答した人の割合は、女性 20 歳代、女性 30 歳代で 8 割を超えているが、男女ともに 70 歳以上では 5 割前後となっている。

【うつ病と自殺（自死）の関連性（自殺（自死）対策への関心度別）】



自殺（自死）対策への関心度別にみると、関連していると『思う』と回答した人の割合は、関心がある人で約8割となっているが、関心がない人では6割台前半となっている。

【うつ病と自殺（自死）の関連性（前回調査結果との比較）】



前回調査結果と比較すると、関連していると『思う』と回答した人の割合は、平成27年度調査よりも低下している。

(2) 家族や友人の状態について

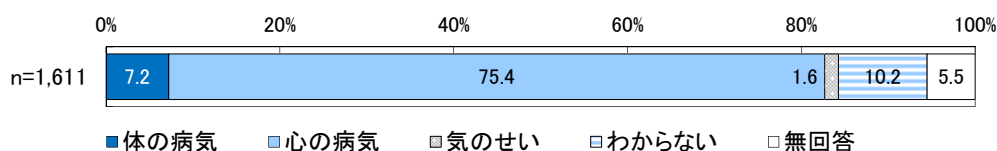
問 21 あなたの家族や友人のひとりが次のような状態になった場合を想定してお答えください。

「この2～3週間、食欲が無く眠れない日々が続き、体重が減ってきたようです。また、ふさぎ込むようになり、仕事に集中できなくなっていました。物事に対して興味がわかないようで、話しかけても返事に乏しく、悲観的な事を言っています。」

①その人の状態

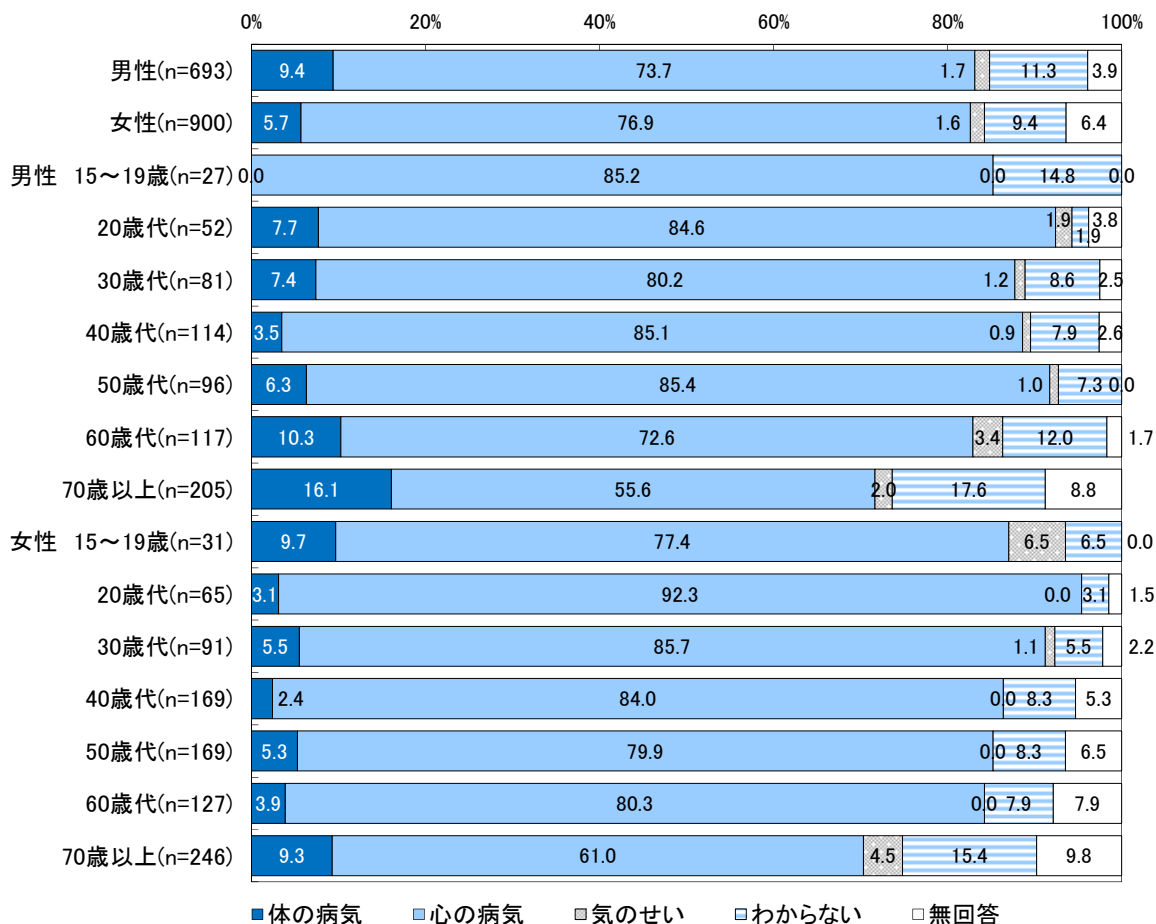
付問 1 その人の状態に最もあてはまるのは次のどれだと思いますか。

【その人の状態にあてはまると思うこと】



その人の状態にあてはまると思うことについて、「体の病気」と回答した人の割合が 7.2%、「心の病気」と回答した人の割合が 75.4%となっている。

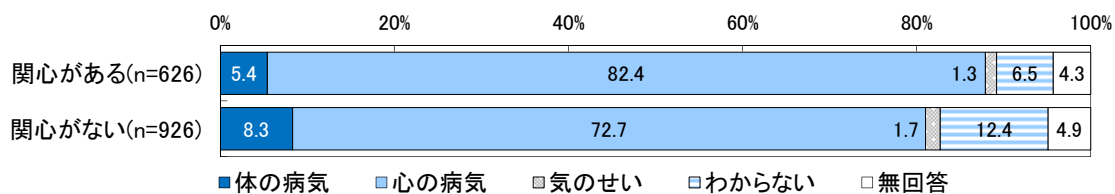
【その人の状態にあてはまると思うこと（性別、性・年齢別）】



性別にみると、「心の病気」と回答した人の割合は、男女ともに7割台となっている。

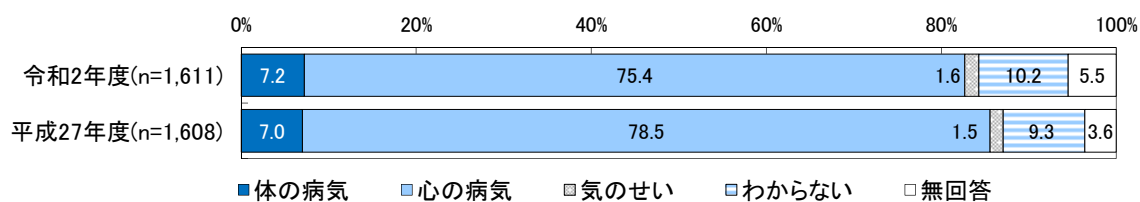
性・年齢別にみると、「心の病気」と回答した人の割合は、女性20歳代で9割を超えているが、男性70歳以上では5割台となっている。

【その人の状態にあてはまると思うこと（自殺（自死）対策への関心度別）】



自殺（自死）対策への関心度別にみると、「心の病気」と回答した人の割合は、関心がある人で8割を超えているが、関心がない人では7割台前半となっている。

【その人の状態にあてはまると思うこと（前回調査結果との比較）】

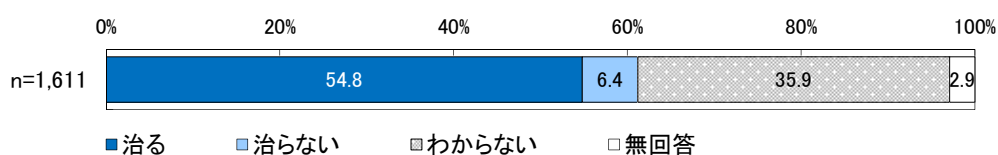


前回調査結果と比較すると、「心の病気」と回答した人の割合は、平成27年度調査よりも低下している。

②適切な治療について

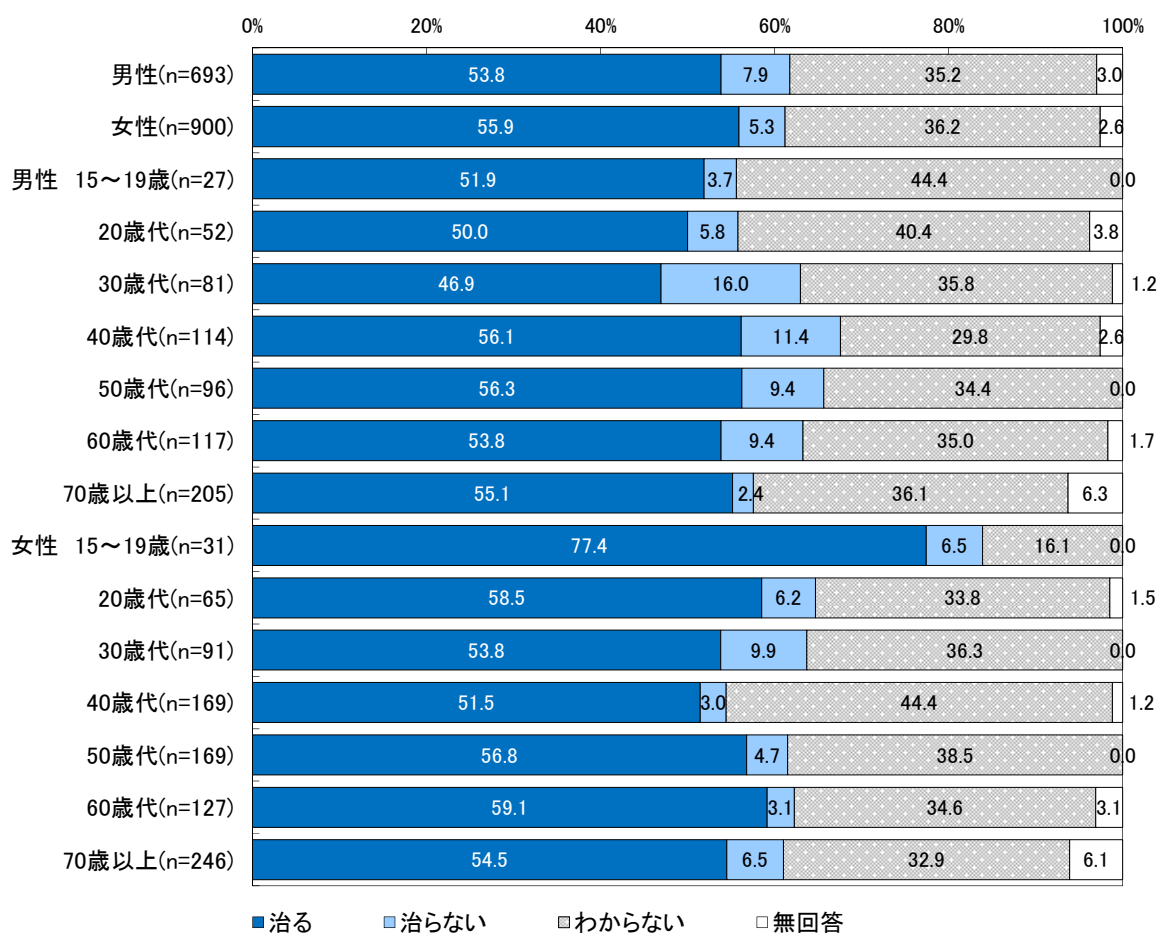
付問2 その人の状態は適切な治療で治ると思いますか。

【適切な治療による効果】



適切な治療による効果について、適切な治療で「治る」と回答した人の割合が 54.8%、「治らない」と回答した人の割合が 6.4%となっている。

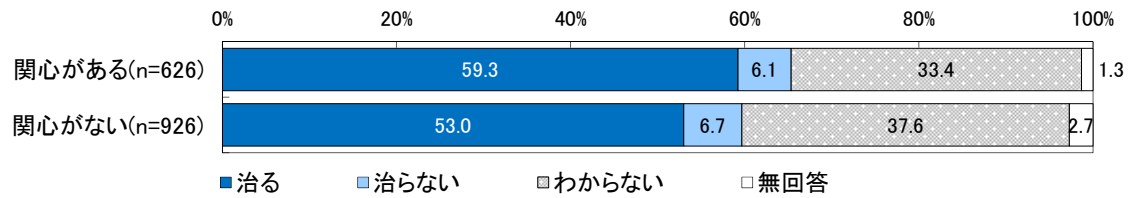
【適切な治療による効果（性別、性・年齢別）】



性別にみると、適切な治療で「治る」と回答した人の割合は、男女ともに5割台となっている。

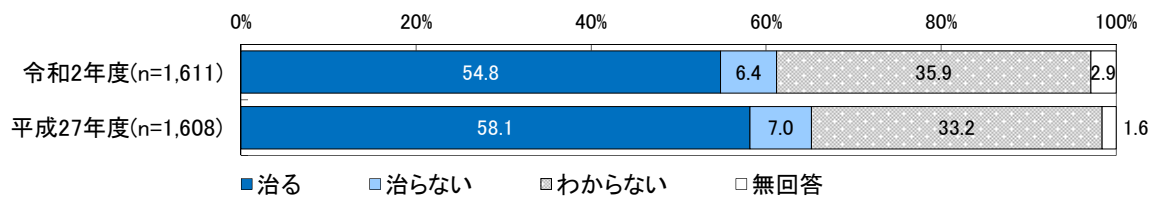
性・年齢別にみると、適切な治療で「治る」と回答した人の割合は、女性15～19歳で7割台後半、男性30歳代では4割台、他の年齢層では5割台となっている。

【適切な治療による効果（自殺（自死）対策への関心度別）】



自殺（自死）対策への関心度別にみると、「治る」と回答した人の割合は、関心がある人で約6割、関心がない人で5割台前半となっている。

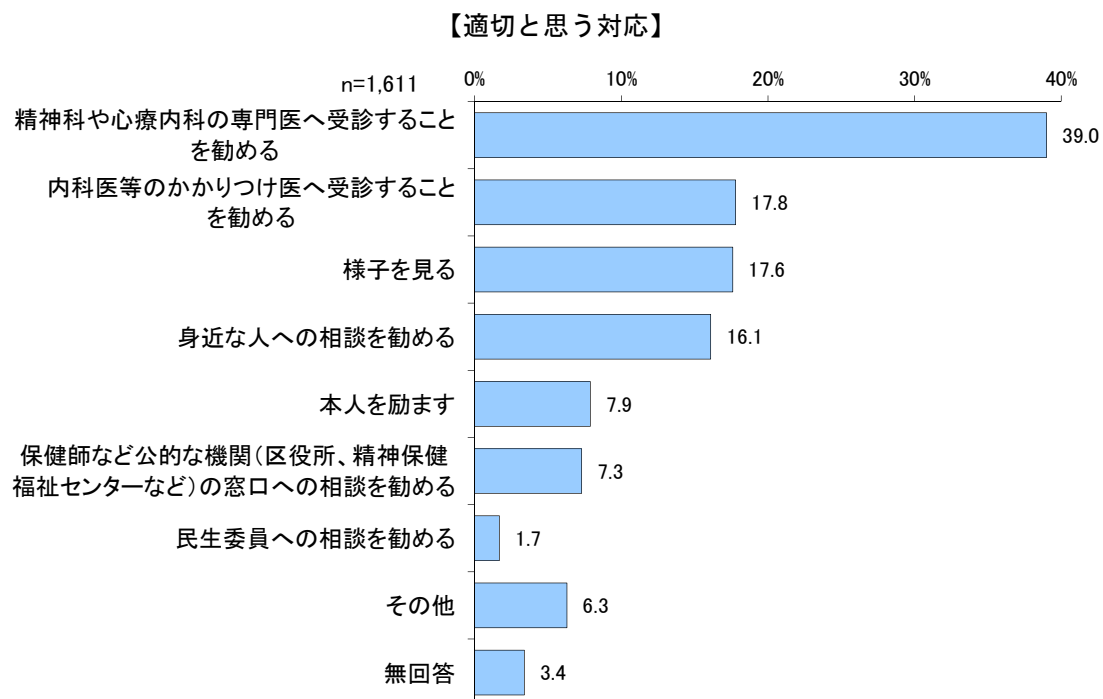
【適切な治療による効果（前回調査結果との比較）】



前回調査結果と比較すると、「治る」と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。

③適切な対応について

付問3 あなたは、その人にどのように対応したらよいと思いますか。



* 2つ以上回答している者がいるため、回答比率の合計が100.0%を超える。

適切と思う対応について、「精神科や心療内科の専門医へ受診することを勧める」と回答した人の割合が39.0%と最も高く、「内科医等のかかりつけ医へ受診することを勧める」(17.8%)、「様子を見る」(17.6%)、「身近な人への相談を勧める」(16.1%)が続いている。

【適切と思う対応（性別、性・年齢別）】

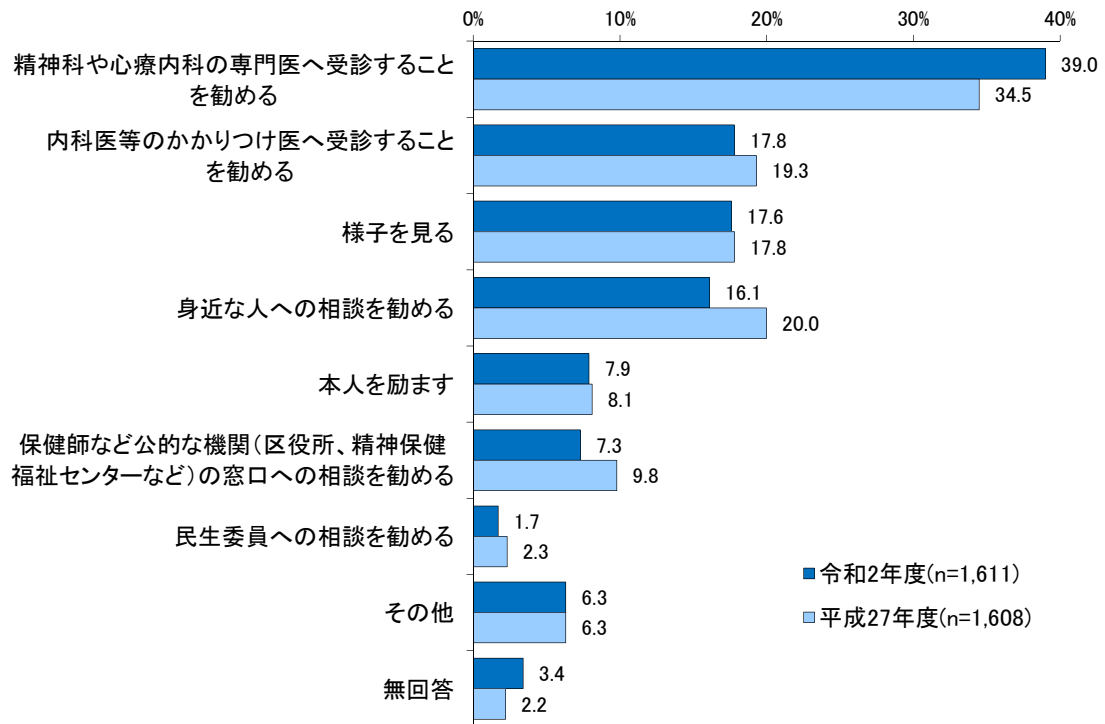
	回答数	精神科や心療内科の専門医へ受診することを勧める	内科医等のかかりつけ医へ受診することを勧める	様子を見る	身近な人への相談を勧める	本人を励ます	保健師など公的な機関(区役所、精神保健福祉センターなど)の窓口への相談を勧める	民生委員への相談を勧める	その他	無回答
男性	693	37.8%	16.0%	15.0%	16.5%	9.2%	8.5%	1.0%	5.2%	3.2%
女性	900	40.2%	19.2%	19.6%	15.7%	6.9%	6.1%	2.0%	7.1%	3.3%
男性 15～19歳	27	40.7%	3.7%	18.5%	14.8%	14.8%	14.8%	－	－	－
20歳代	52	34.6%	3.8%	17.3%	26.9%	11.5%	5.8%	－	5.8%	3.8%
30歳代	81	35.8%	14.8%	21.0%	11.1%	8.6%	8.6%	－	7.4%	1.2%
40歳代	114	43.9%	7.0%	11.4%	17.5%	6.1%	7.9%	－	7.0%	3.5%
50歳代	96	41.7%	15.6%	16.7%	13.5%	9.4%	9.4%	1.0%	6.3%	－
60歳代	117	41.9%	16.2%	16.2%	17.1%	7.7%	6.0%	0.9%	5.1%	0.9%
70歳以上	205	31.7%	26.3%	12.2%	16.1%	10.7%	9.8%	2.4%	3.4%	6.8%
女性 15～19歳	31	29.0%	9.7%	12.9%	32.3%	12.9%	3.2%	－	6.5%	－
20歳代	65	38.5%	9.2%	27.7%	13.8%	10.8%	4.6%	－	12.3%	－
30歳代	91	53.8%	5.5%	8.8%	20.9%	6.6%	6.6%	1.1%	8.8%	－
40歳代	169	47.3%	18.3%	19.5%	14.2%	4.7%	3.0%	－	9.5%	2.4%
50歳代	169	42.6%	20.7%	24.9%	13.0%	5.9%	8.3%	1.2%	5.3%	0.6%
60歳代	127	46.5%	21.3%	17.3%	19.7%	4.7%	6.3%	3.1%	7.1%	1.6%
70歳以上	246	27.6%	26.8%	19.9%	13.0%	8.5%	7.3%	4.5%	4.9%	8.5%

性別にみると、「精神科や心療内科の専門医へ受診することを勧める」と回答した人の割合は、男性で3割台後半、女性で約4割となっている。

性・年齢別にみると、「精神科や心療内科の専門医へ受診することを勧める」と回答した人の割合は、女性30歳代で5割台前半、女性40歳代、女性60歳代で4割台後半となっているが、男性70歳以上では3割台前半、女性70歳以上では2割台後半となっている。

「身近な人への相談を勧める」と回答した人の割合は、女性15～19歳で3割を超えている。

【適切と思う対応（前回調査結果との比較）】



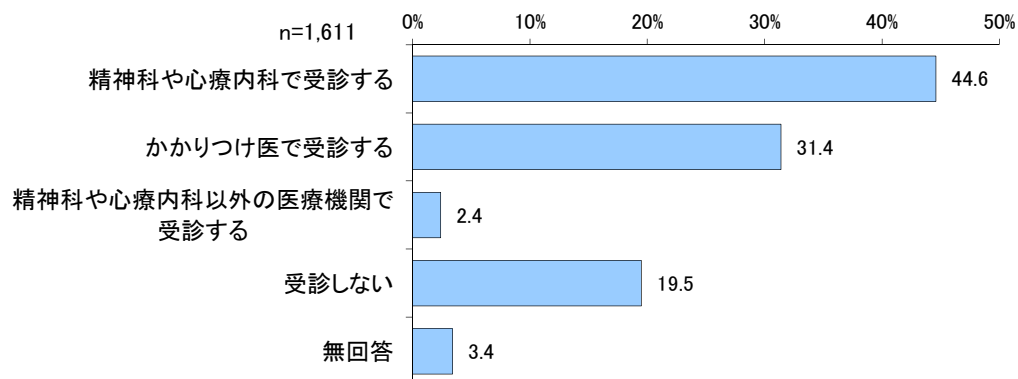
前回調査結果と比較すると、「精神科や心療内科の専門医へ受診することを勧める」と回答した人の割合は、平成 27 年度調査よりも上昇している。

8 うつ病になった場合の対応

(1) うつ病になった場合の医療機関の受診意向

問 22 あなたは、もし「うつ病」だと思われる症状が2～3週間以上続いたら、医療機関で受診しますか。

【うつ病になった場合の医療機関の受診意向】



* 2つ以上回答している者がいるため、回答比率の合計が100.0%を超える。

うつ病になった場合の医療機関の受診意向について、「精神科や心療内科で受診する」と回答した人の割合が44.6%、「かかりつけ医で受診する」と回答した人の割合が31.4%、「精神科や心療内科以外の医療機関で受診する」と回答した人の割合が2.4%、「受診しない」と回答した人の割合が19.5%となっている。

【うつ病になった場合の医療機関の受診意向（性別、性・年齢別）】

	回答数	精神科や心療内科で受診する	かかりつけ医で受診する	精神科や心療内科以外の医療機関で受診する	受診しない	無回答
男性	693	44.0%	31.0%	2.0%	20.5%	3.3%
女性	900	45.3%	32.0%	2.6%	18.1%	3.2%
男性 15～19歳	27	59.3%	14.8%	－	25.9%	－
20歳代	52	46.2%	17.3%	－	32.7%	3.8%
30歳代	81	51.9%	11.1%	7.4%	25.9%	3.7%
40歳代	114	60.5%	15.8%	0.9%	19.3%	3.5%
50歳代	96	57.3%	17.7%	－	26.0%	－
60歳代	117	36.8%	38.5%	2.6%	21.4%	1.7%
70歳以上	205	27.3%	54.6%	2.0%	12.2%	5.9%
女性 15～19歳	31	48.4%	29.0%	6.5%	19.4%	－
20歳代	65	55.4%	18.5%	－	24.6%	1.5%
30歳代	91	65.9%	11.0%	2.2%	18.7%	2.2%
40歳代	169	56.2%	17.2%	3.6%	20.7%	2.4%
50歳代	169	50.9%	18.3%	3.0%	27.8%	2.4%
60歳代	127	51.2%	37.0%	1.6%	11.0%	0.8%
70歳以上	246	20.7%	60.6%	2.4%	11.4%	6.5%

性別にみると、「精神科や心療内科で受診する」と回答した人の割合は、男女ともに4割台となっている。

性・年齢別にみると、「精神科や心療内科で受診する」と回答した人の割合は、男性40歳代、女性30歳代で6割を超えている。

「かかりつけ医で受診する」と回答した人の割合は、男性70歳以上で5割台半ば、女性70歳以上で約6割となっている。

また、「受診しない」と回答した人の割合は、男性20歳代で3割を超えている。

【うつ病になった場合の医療機関の受診意向（就業状況別）】

	回答数	精神科や心療内科で受診する	かかりつけ医で受診する	精神科や心療内科以外の医療機関で受診する	受診しない	無回答
農業、林業、水産業	13	30.8%	46.2%	—	15.4%	7.7%
商業、サービス業、工業	65	38.5%	30.8%	3.1%	23.1%	4.6%
自由業（弁護士、開業医、芸術家など）	29	65.5%	17.2%	3.4%	13.8%	—
管理職（会社・団体の役員、課長以上の人など）	76	53.9%	26.3%	5.3%	15.8%	—
専門・技術職	210	61.0%	18.6%	1.9%	18.1%	0.5%
事務職（会社・団体の一般事務など）	145	58.6%	15.2%	2.1%	22.1%	2.1%
販売・サービス職（店員、理・美容師など）	77	41.6%	22.1%	1.3%	28.6%	6.5%
技能・労務職（工員、建設作業員、運転手、ガードマンなど）	101	35.6%	27.7%	3.0%	31.7%	2.0%
パートタイマー、アルバイト（学生を除く）	176	54.0%	25.6%	1.1%	19.3%	1.1%
専業主婦・主夫	225	39.6%	40.0%	2.2%	16.9%	2.2%
学生	82	54.9%	17.1%	2.4%	26.8%	—
無職	342	30.7%	49.1%	2.3%	15.2%	5.6%

就業状況別にみると、「精神科や心療内科で受診する」と回答した人の割合は、「自由業（弁護士、開業医、芸術家など）」、「専門・技術職」で6割を超えている。

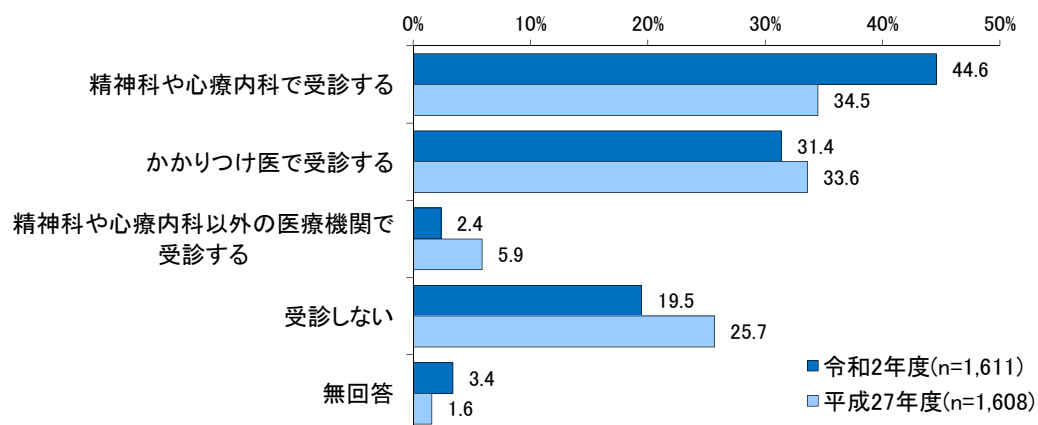
「受診しない」と回答した人の割合は、「技能・労務職（工員、建設作業員、運転手、ガードマンなど）」で3割台前半、「販売・サービス職（店員、理・美容師など）」、「学生」で2割台後半となっている。

【うつ病になった場合の医療機関の受診意向（抑うつ尺度別）】

	回答数	精神科や心療内科で受診する	かかりつけ医で受診する	精神科や心療内科以外の医療機関で受診する	受診しない	無回答
正常	1,039	49.2%	31.7%	1.5%	16.4%	2.2%
軽いうつ状態	204	43.6%	28.4%	3.4%	22.5%	2.0%
中程度のうつ状態	126	34.1%	32.5%	3.2%	29.4%	1.6%
重症のうつ状態	152	40.1%	22.4%	3.9%	32.9%	3.3%

抑うつ尺度別にみると、「受診しない」と回答した人の割合は、うつ状態が重症なほど高くなっている。

【うつ病になった場合の医療機関の受診意向（前回調査結果との比較）】



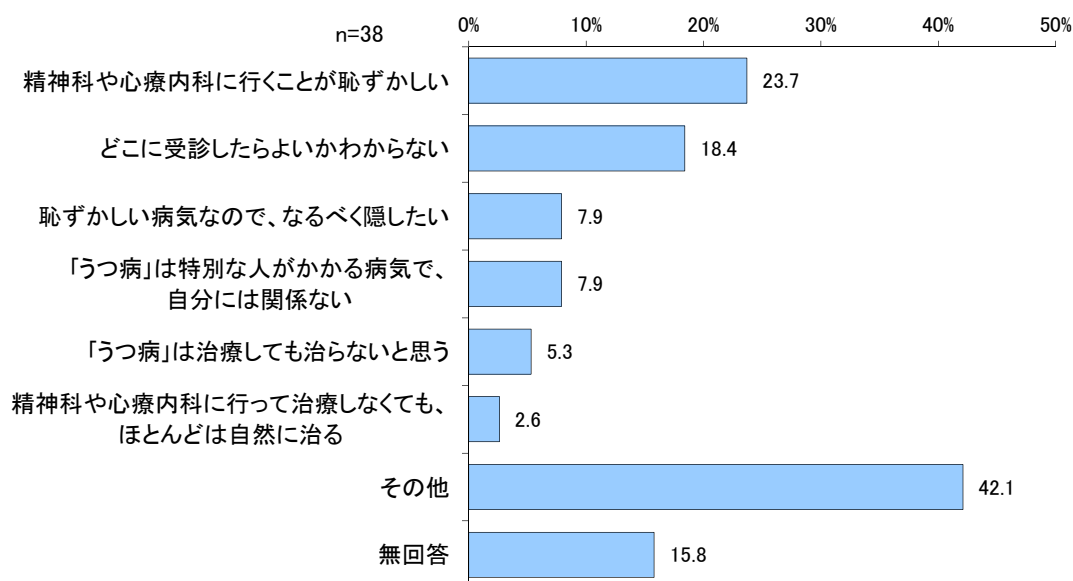
前回調査結果と比較すると、「精神科や心療内科で受診する」と回答した人の割合は、平成 27 年度調査よりも上昇している。

(2) 精神科や心療内科の医療機関で受診しない理由

問 22 で「3 精神科や心療内科以外の医療機関で受診する」と回答した人のみ回答

問 23 なぜ精神科や心療内科の医療機関で受診しないのですか。(〇はいくつでも)

【精神科や心療内科の医療機関で受診しない理由】



精神科や心療内科の医療機関で受診しない理由について、「精神科や心療内科に行くことが恥ずかしい」と回答した人の割合が 23.7%と最も高く、次いで「どこに受診したらよいかわからない」(18.4%) となっている。

【精神科や心療内科の医療機関で受診しない理由 (性別)】

	回答数	精神科や心療内科に行くことが恥ずかしい	どこに受診したらよいかわからない	恥ずかしい病気なので、なるべく隠したい	「うつ病」は特別な人がかかる病気で、自分には関係ない	「うつ病」は治療しても治らないと思う	精神科や心療内科に行って治療しなくても、ほとんどは自然に治る	その他	無回答
男性	14	14.3%	14.3%	—	7.1%	14.3%	—	64.3%	—
女性	23	30.4%	21.7%	13.0%	8.7%	—	4.3%	26.1%	26.1%

性別にみると、「精神科や心療内科に行くことが恥ずかしい」と回答した人の割合は、女性で 3 割を超えている。

【精神科や心療内科の医療機関で受診しない理由（その他の内訳）】

「その他」への回答が 42.1%を占め高くなっているが、その内容は次表の通り分類した。

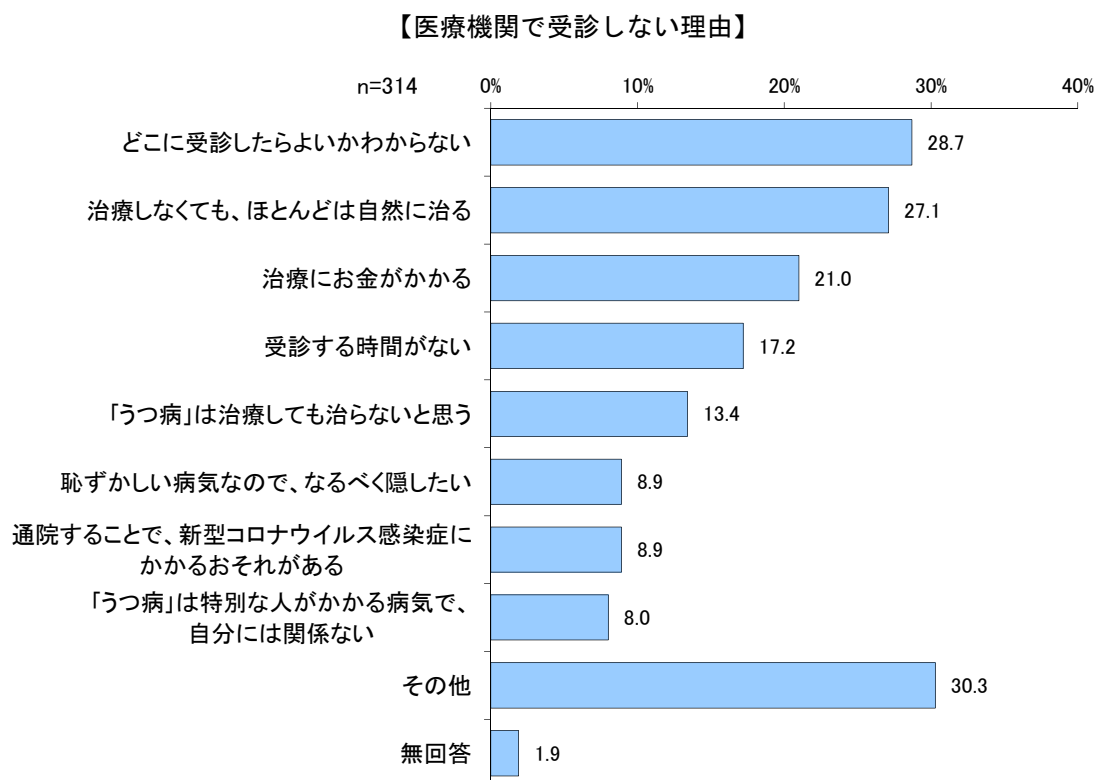
分類内容	件数
①医者や薬への不信感	6
②相談機関等へ相談する	4
③自分で治す、気分転換する、環境を変える	2
④うつへの偏見	2
⑤その他	2

精神科や心療内科の医療機関で受診しない理由（その他の理由）／回答例
①医者や薬への不信感／回答例
先生が信頼できる人なら受診したいが、そこまでの勇気があるか。薬も飲みたくない。 （女性 70 歳以上）
薬に頼りたくないため。（男性 30 歳代）
②相談機関等へ相談する／回答例
会社の診療所を使う。（男性 30 歳代）
相談室など。1 人 1 人に時間をかけてくれる人に診察してほしい。（女性 15～19 歳）
③自分で治す、気分転換する、環境を変える／回答例
整体等を行い、運動をする。（男性 60 歳代）
楽しいことを思っ暮らす。自分の好きな歌を聞いて暮らすこと。（性別不明 70 歳以上）
④うつへの偏見／回答例
受診歴に対するデメリット。（男性 30 歳代）
もし“うつ病”と診断されたら、社会復帰が難しくなってしまうため（採用）。（女性 30 歳代）

(3) 医療機関で受診しない理由

問 22 で「4 受診しない」と回答した人のみ回答

問 24 なぜ医療機関で受診しないのですか。(〇はいくつでも)



医療機関で受診しない理由について、「どこに受診したらよいかわからない」と回答した人の割合が 28.7%と最も高く、「治療しなくても、ほとんどは自然に治る」(27.1%)、「治療にお金がかかる」(21.0%)、「受診する時間がない」(17.2%)が続いている。

【医療機関で受診しない理由（性別、性・年齢別）】

	回答数	どこに受診したらよいかわからない	治療しなくても、ほとんどは自然に治る	治療にお金がかかる	受診する時間がない	「うつ病」は治療しても治らないと思う	恥ずかしい病気なので、なるべく隠したい	通院することで、新型コロナウイルス感染症にかかるおそれがある	「うつ病」は特別な人がかかる病気で、自分には関係ない
男性	142	23.9%	32.4%	18.3%	21.8%	15.5%	4.9%	9.2%	12.0%
女性	163	33.7%	22.1%	22.7%	13.5%	12.3%	12.3%	9.2%	4.3%
男性 15～19歳	7	42.9%	42.9%	14.3%	28.6%	14.3%	—	14.3%	—
20歳代	17	5.9%	35.3%	23.5%	17.6%	17.6%	—	5.9%	17.6%
30歳代	21	42.9%	9.5%	9.5%	28.6%	14.3%	4.8%	14.3%	9.5%
40歳代	22	18.2%	18.2%	22.7%	36.4%	13.6%	18.2%	—	13.6%
50歳代	25	20.0%	24.0%	28.0%	28.0%	20.0%	—	8.0%	—
60歳代	25	20.0%	52.0%	20.0%	16.0%	16.0%	4.0%	12.0%	20.0%
70歳以上	25	28.0%	48.0%	8.0%	4.0%	12.0%	4.0%	12.0%	16.0%
女性 15～19歳	6	16.7%	16.7%	16.7%	—	—	—	—	—
20歳代	16	50.0%	25.0%	37.5%	31.3%	31.3%	18.8%	25.0%	12.5%
30歳代	17	29.4%	5.9%	23.5%	23.5%	11.8%	17.6%	11.8%	—
40歳代	35	34.3%	14.3%	37.1%	11.4%	5.7%	25.7%	8.6%	—
50歳代	47	36.2%	23.4%	14.9%	17.0%	14.9%	4.3%	8.5%	2.1%
60歳代	14	21.4%	35.7%	28.6%	—	21.4%	7.1%	14.3%	7.1%
70歳以上	28	32.1%	32.1%	7.1%	3.6%	3.6%	7.1%	—	10.7%

	回答数	その他	無回答
男性	142	23.9%	2.8%
女性	163	35.0%	1.2%
男性 15～19歳	7	14.3%	—
20歳代	17	29.4%	5.9%
30歳代	21	38.1%	—
40歳代	22	22.7%	4.5%
50歳代	25	36.0%	—
60歳代	25	12.0%	—
70歳以上	25	12.0%	8.0%
女性 15～19歳	6	33.3%	16.7%
20歳代	16	25.0%	—
30歳代	17	52.9%	—
40歳代	35	37.1%	—
50歳代	47	38.3%	—
60歳代	14	28.6%	—
70歳以上	28	25.0%	3.6%

性別にみると、「どこに受診したらよいかわからない」と回答した人の割合は、女性で3割を超えている。

「治療しなくても、ほとんどは自然に治る」と回答した人の割合は、男性で3割を超えている。

性・年齢別にみると、回答数の少ない年齢層を除くと、「治療しなくても、ほとんどは自然に治る」と回答した人の割合は、男性60歳代で5割を超えている。

【医療機関で受診しない理由（家族構成別）】

	回答数	どこに受診したらよいかわからない	治療しなくても、ほとんどは自然に治る	治療にお金がかかる	受診する時間がない	「うつ病」は治療しても治らないと思う	恥ずかしい病気なので、なるべく隠したい	通院することで、新型コロナウイルス感染症にかかるおそれがある	「うつ病」は特別な人がかかる病気で、自分には関係ない
一人暮らし	55	30.9%	29.1%	18.2%	14.5%	14.5%	3.6%	9.1%	5.5%
夫婦だけ	79	22.8%	31.6%	15.2%	10.1%	15.2%	3.8%	6.3%	12.7%
あなた(又はあなた夫婦)と親	46	26.1%	21.7%	21.7%	17.4%	13.0%	10.9%	13.0%	4.3%
あなた(又はあなた夫婦)と子	108	34.3%	20.4%	24.1%	21.3%	10.2%	13.0%	7.4%	6.5%
あなたを含めて三世代	21	14.3%	52.4%	23.8%	19.0%	19.0%	14.3%	14.3%	9.5%
その他	3	100.0%	—	66.7%	100.0%	33.3%	33.3%	33.3%	—

	回答数	その他	無回答
一人暮らし	55	38.2%	5.5%
夫婦だけ	79	19.0%	1.3%
あなた(又はあなた夫婦)と親	46	41.3%	2.2%
あなた(又はあなた夫婦)と子	108	32.4%	0.9%
あなたを含めて三世代	21	9.5%	—
その他	3	66.7%	—

家族構成別にみると、「どこに受診したらよいかわからない」と回答した人の割合は、一人暮らし世帯、あなた（又はあなた夫婦）と子の世帯で3割を超えている。

【医療機関で受診しない理由（その他の内訳）】

「その他」への回答が 30.3%を占め高くなっているが、その内容は次表の通り分類した。

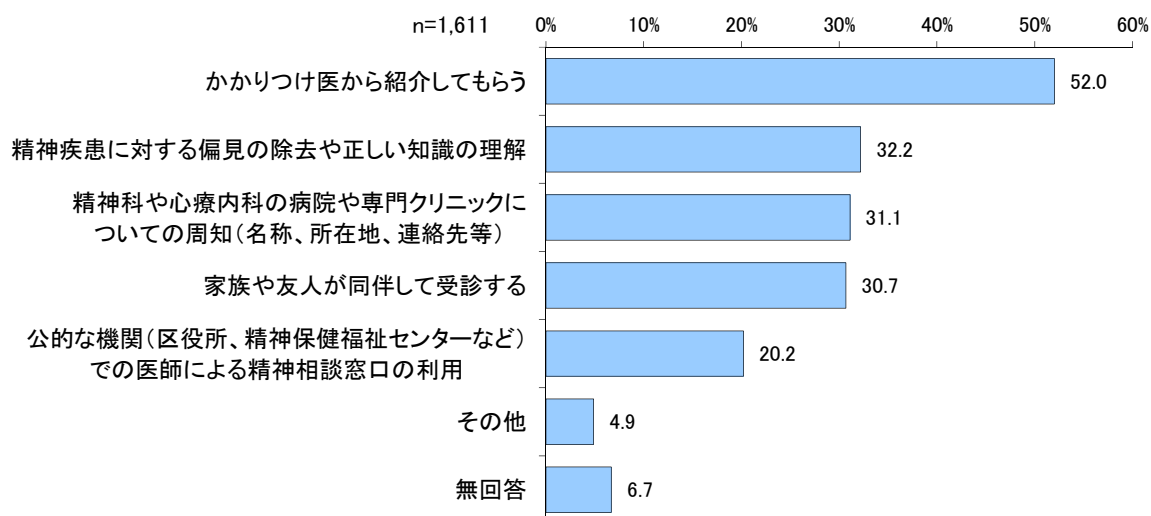
分類内容	件数
①医者や薬への不信感	23
②自分自身がうつだと自覚できない	15
③自分から受診できない、病院に行きたくない	13
④自分で治す、気分転換、環境を変える	8
⑤しばらく様子を見る	8
⑥相談機関、家族や友人等へ相談する	7
⑦うつへの偏見	4
⑧その他	21

医療機関で受診しない理由（その他の理由）／回答例
①医者や薬への不信感／回答例
薬に頼りたくない。（女性 40 歳代）
薬を服用したくないから。（女性 50 歳代）
患者が頼れる病院がそもそも少ないから。5 分の話＋薬では治りません。（男性 50 歳代）
本当に良い医師かわからない。（女性 50 歳代）
②自分自身がうつだと自覚できない／回答例
“うつ病”だと自分で思わない（あとで気付く）。（女性 30 歳代）
自分では気が付かないかもしれない。（女性 70 歳以上）
自分が「うつ病」であるとの自覚がない気がする。（男性 50 歳代）
どんな症状がうつ病なのか知らない。（男性 20 歳代）
③自分から受診できない、病院に行きたくない／回答例
病院嫌い。（男性 40 歳代）
自分では病院に行こうという気にすらならないと思う。親や他の人に連れて行かれると思う。（男性 20 歳代）
もしもうつ病になったら、外に出るのもゆううつになると思うので、受診したほうが良いとわかっている。気持ち外に向かないと思う。（女性 30 歳代）
④自分で治す、気分転換、環境を変える／回答例
ひたすら休む、嫌な仕事なら辞める。うつの症状は色々あるので、状況による。（男性 30 歳代）
ストレスや不安要素を排除すれば良くなるから（環境を変えれば）。（男性 40 歳代）
自分がうつと認めたなら自力で治す。ストレスに感じる事をやめる。仕事であっても環境を変える。（男性 40 歳代）
⑤しばらく様子を見る／回答例
おそらく 2～3 週間であれば、自然に治るかとも思い、もっと長期化して初めて心療内科に行くと思う。（女性 20 歳代）
もう少し状況をみる。さらに悪化、変化持続の場合は受診をする。（女性 50 歳代）
⑥相談機関、家族や友人等へ相談する／回答例
まずは、相談機関（地域や職場の）を利用する。（女性 30 歳代）
まずは、信頼できる人に相談して必要だと思ったら受診する。（女性 50 歳代）
⑦うつへの偏見／回答例
恥ずかしくはないが、周りが腫れ物に触るような態度になるのがいやだ。（女性 30 歳代）
この程度で医療費かけてかかるのは、甘えているのではと周りから思われる気がする。（女性 40 歳代）

(4) 精神科や心療内科を受診しやすくするために有効だと思うこと

問 25 精神科や心療内科の受診をしやすくするには、どのようにしたらよいと思いますか。
(○はいくつでも)

【精神科や心療内科を受診しやすくするために有効だと思うこと】



精神科や心療内科を受診しやすくするために有効だと思うことについて、「かかりつけ医から紹介してもらう」と回答した人の割合が 52.0%と最も高く、「精神疾患に対する偏見の除去や正しい知識の理解」(32.2%)、「精神科や心療内科の病院や専門クリニックについての周知(名称、所在地、連絡先等)」(31.1%)、「家族や友人が同伴して受診する」(30.7%)が続いている。

【精神科や心療内科を受診しやすくするために有効だと思うこと（性別、性・年齢別）】

	回答数	かかりつけ医から紹介してもらう	精神疾患に対する偏見の除去や正しい知識の理解	精神科や心療内科の病院や専門クリニックについての周知(名称、所在地、連絡先等)	家族や友人が同伴して受診する	公的な機関(区役所、精神保健福祉センターなど)での医師による精神相談窓口の利用	その他	無回答
男性	693	49.4%	28.9%	29.0%	25.7%	21.2%	3.5%	7.5%
女性	900	54.0%	34.9%	33.1%	34.7%	19.4%	6.1%	5.7%
男性 15～19歳	27	48.1%	33.3%	37.0%	22.2%	14.8%	—	7.4%
20歳代	52	30.8%	32.7%	26.9%	25.0%	13.5%	3.8%	11.5%
30歳代	81	29.6%	45.7%	35.8%	27.2%	27.2%	11.1%	6.2%
40歳代	114	36.0%	36.0%	36.8%	31.6%	23.7%	3.5%	6.1%
50歳代	96	39.6%	34.4%	38.5%	20.8%	22.9%	5.2%	3.1%
60歳代	117	58.1%	26.5%	29.9%	29.1%	27.4%	1.7%	4.3%
70歳以上	205	68.8%	15.6%	16.6%	22.4%	16.1%	1.0%	11.7%
女性 15～19歳	31	61.3%	38.7%	38.7%	38.7%	3.2%	6.5%	6.5%
20歳代	65	40.0%	49.2%	41.5%	46.2%	12.3%	7.7%	—
30歳代	91	38.5%	53.8%	37.4%	29.7%	26.4%	6.6%	2.2%
40歳代	169	43.2%	39.6%	37.3%	35.5%	21.3%	9.5%	5.3%
50歳代	169	46.7%	44.4%	45.6%	30.2%	20.1%	10.1%	3.6%
60歳代	127	56.7%	36.2%	35.4%	34.6%	32.3%	4.7%	0.8%
70歳以上	246	73.6%	13.4%	16.3%	35.8%	12.2%	1.2%	12.2%

性別にみると、「かかりつけ医から紹介してもらう」と回答した人の割合は、男性で約5割、女性で5割台前半となっている。

性・年齢別にみると、「かかりつけ医から紹介してもらう」と回答した人の割合は、男性70歳以上で6割台後半、女性70歳以上で7割台前半となっている。

「精神疾患に対する偏見の除去や正しい知識の理解」と回答した人の割合は、女性30歳代で5割台前半、男性30歳代、女性20歳代で4割台後半となっている。

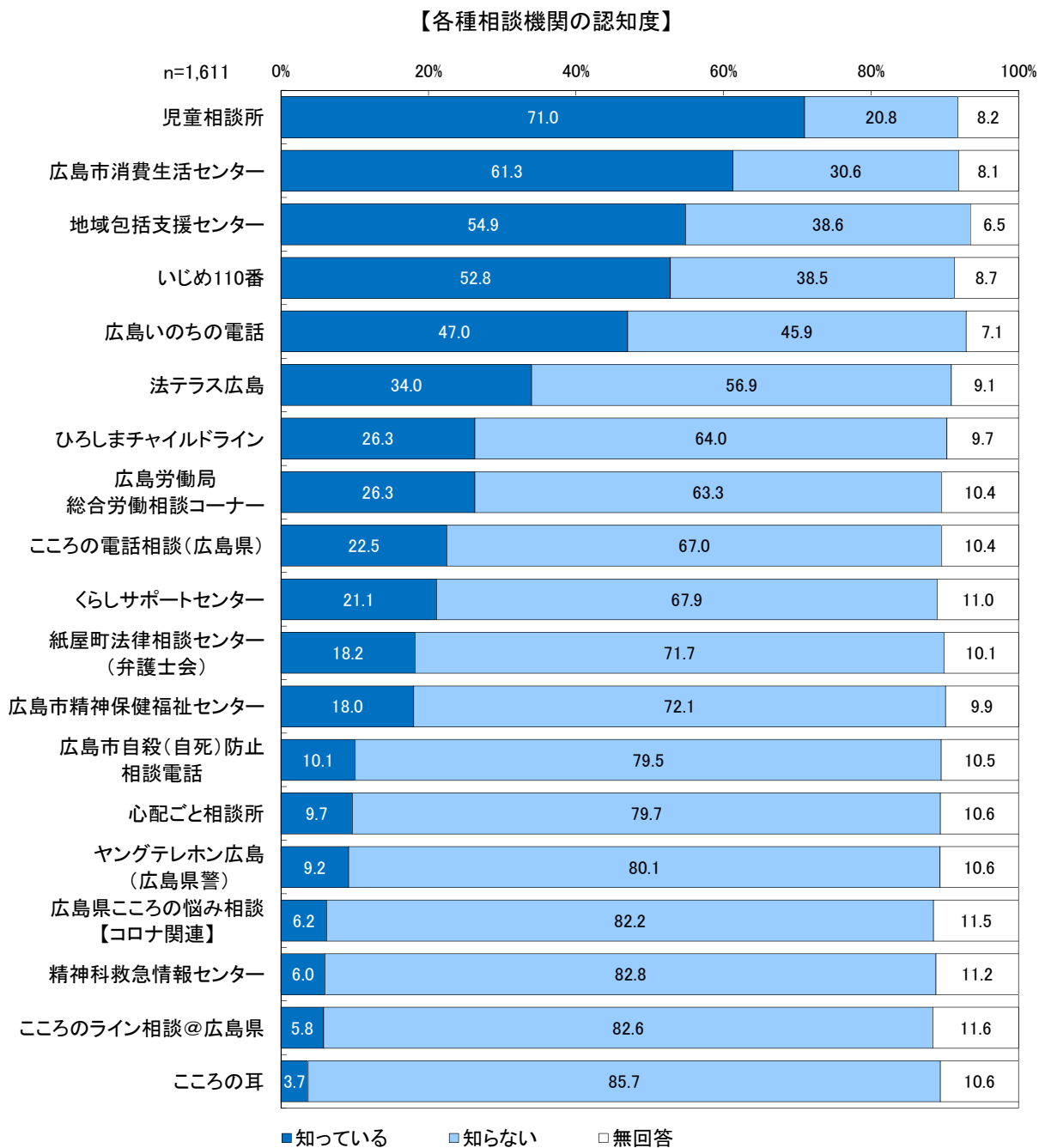
「精神科や心療内科の病院や専門クリニックについての周知(名称、所在地、連絡先等)」と回答した人の割合は、女性20歳代、女性50歳代で4割を超えている。

「家族や友人が同伴して受診する」と回答した人の割合は、女性20歳代で4割台後半となっている。

9 相談機関

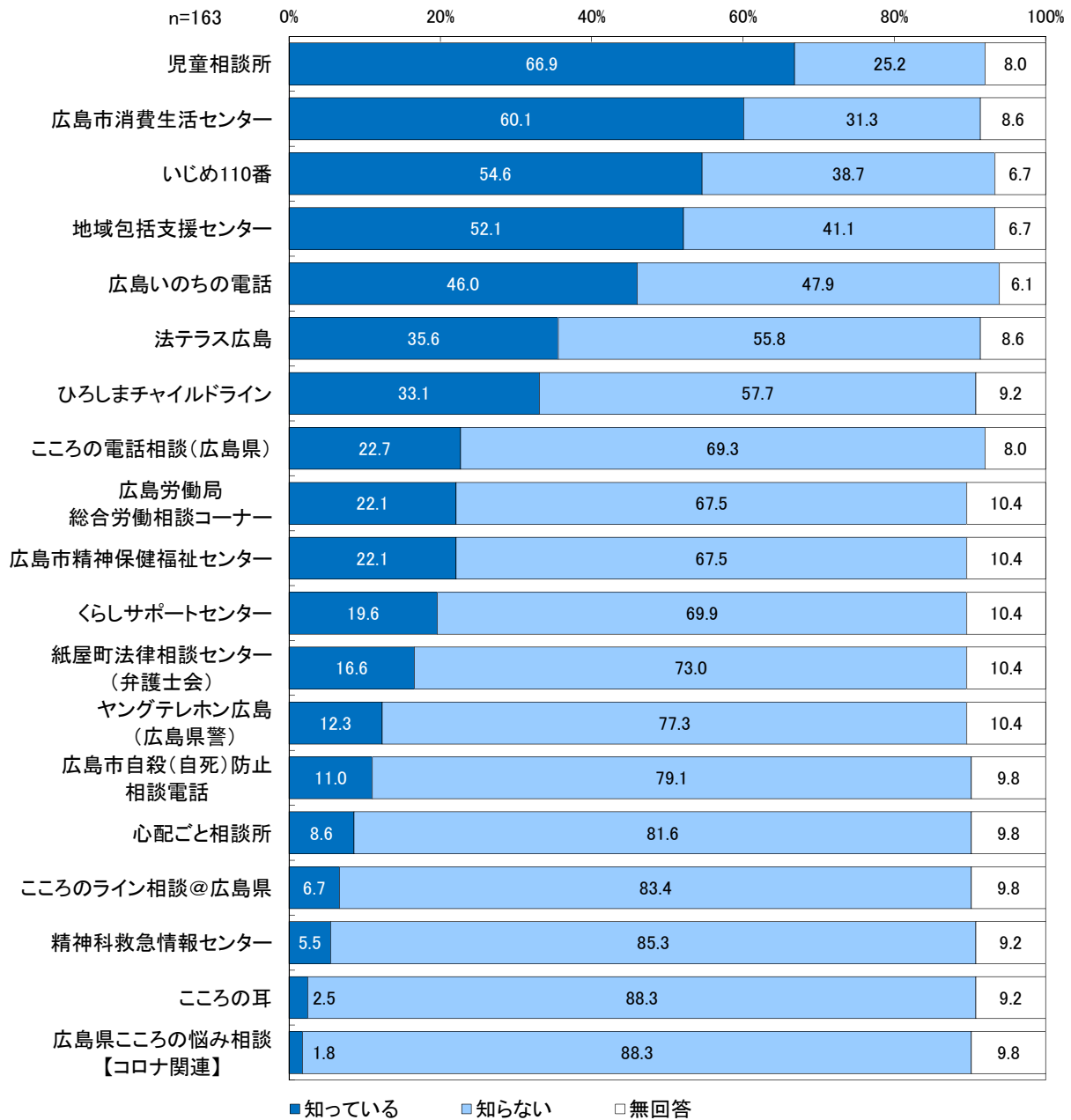
(1) 各種相談機関の認知度

問 26 次の相談機関を知っていますか。



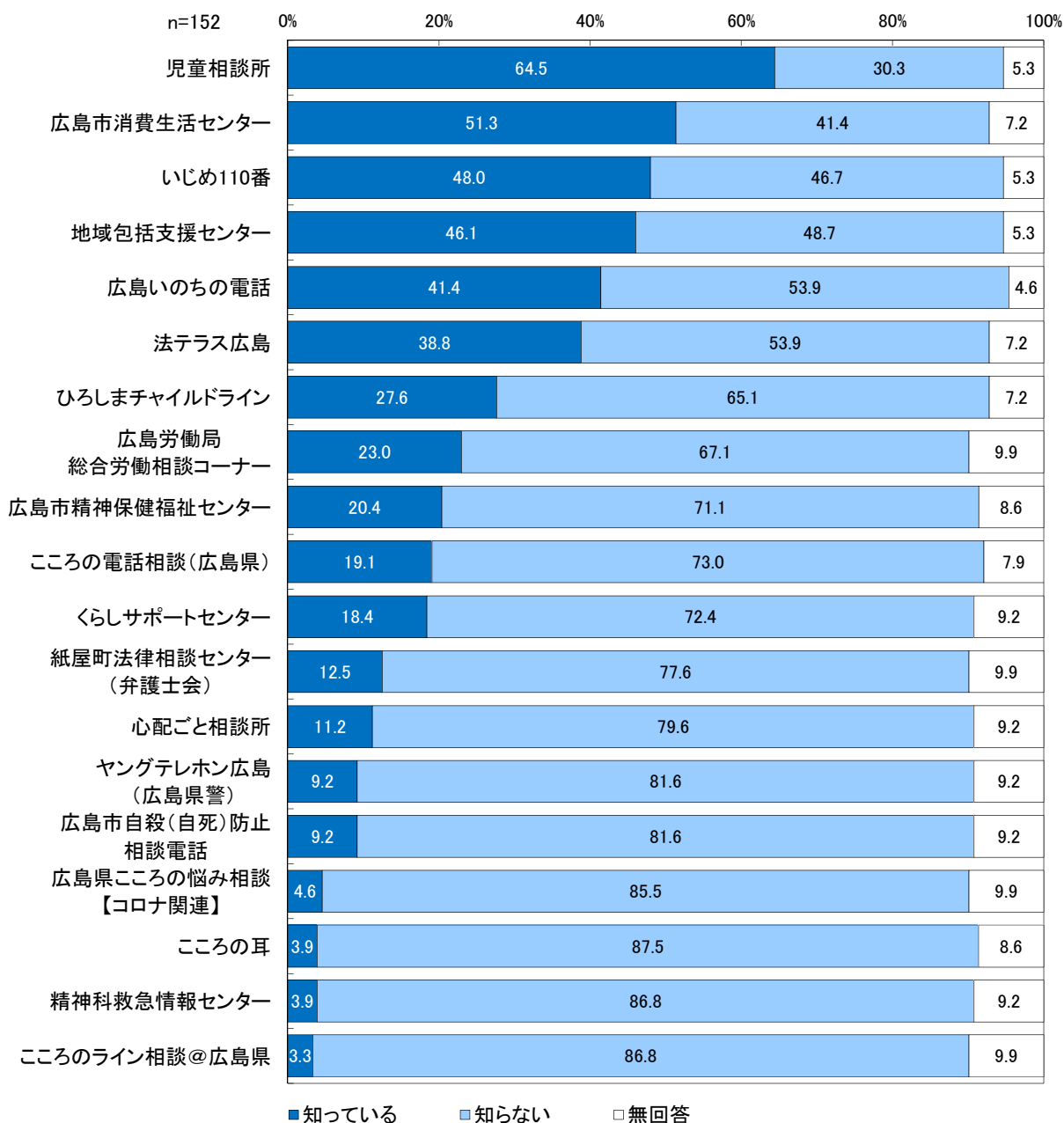
各種相談機関の認知度について、「知っている」と回答した人の割合は、「児童相談所」、「広島市消費生活センター」、「地域包括支援センター」、「いじめ110番」で5割を超えている。一方、「知らない」と回答した人の割合は、「こころの耳」、「こころのライン相談@広島県」、「精神科救急情報センター」、「広島県こころの悩み相談【コロナ関連】」、「ヤングテレホン広島(広島県警)」で8割を超えている。

【各種相談機関の認知度（死にたいと思うほどの悩みやストレスがあった人）】



死にたいと思うほどの悩みやストレスがあった人においても、「知らない」と回答した人の割合が5割を超える窓口が多くなっている。

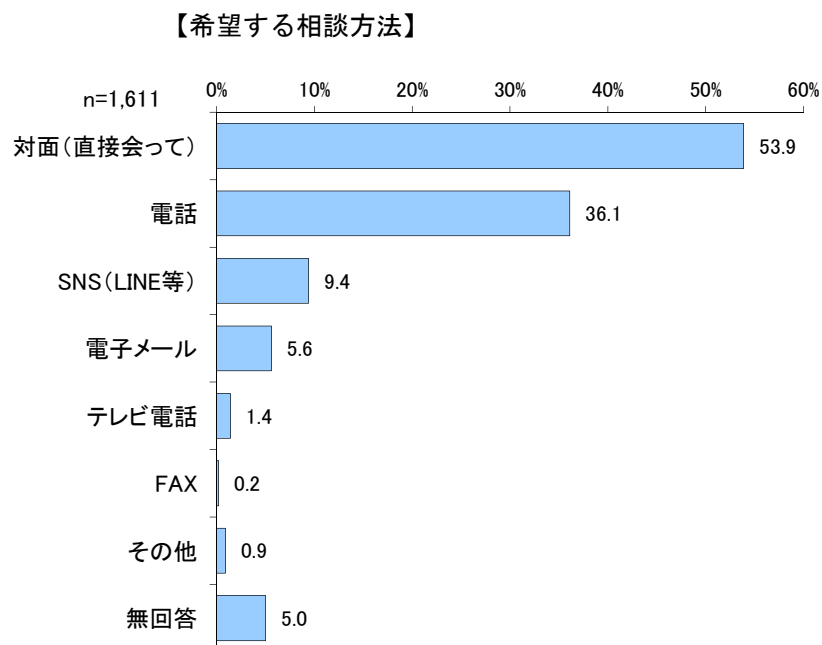
【各種相談機関の認知度（抑うつ尺度で重症のうつ状態に該当する人）】



抑うつ尺度で重症のうつ状態に該当する人においても、「知らない」と回答した人の割合が5割を超える窓口が多くなっている。

(2) 希望する相談方法

問 27 相談機関で相談するときに、どのような方法で相談したいですか。



希望する相談方法について、「対面(直接会って)」と回答した人の割合が 53.9%と最も高く、次いで「電話」(36.1%)となっている。

【希望する相談方法（性別、性・年齢別）】

	回答数	対面(直接会って)	電話	SNS(LINE等)	電子メール	テレビ電話	FAX	その他	無回答
男性	693	61.3%	30.6%	5.9%	4.3%	1.0%	—	0.7%	4.9%
女性	900	48.7%	40.1%	12.1%	6.4%	1.8%	0.4%	1.0%	5.0%
男性 15～19歳	27	40.7%	29.6%	22.2%	3.7%	3.7%	—	—	—
20歳代	52	59.6%	19.2%	21.2%	5.8%	—	—	3.8%	1.9%
30歳代	81	58.0%	38.3%	12.3%	8.6%	4.9%	—	1.2%	1.2%
40歳代	114	60.5%	30.7%	7.0%	5.3%	—	—	—	2.6%
50歳代	96	64.6%	27.1%	4.2%	7.3%	—	—	1.0%	3.1%
60歳代	117	69.2%	29.1%	0.9%	4.3%	0.9%	—	—	2.6%
70歳以上	205	60.5%	33.2%	0.5%	0.5%	0.5%	—	0.5%	10.7%
女性 15～19歳	31	58.1%	29.0%	19.4%	6.5%	6.5%	—	—	—
20歳代	65	43.1%	23.1%	36.9%	4.6%	1.5%	1.5%	1.5%	—
30歳代	91	41.8%	34.1%	31.9%	15.4%	1.1%	—	—	2.2%
40歳代	169	52.7%	34.9%	13.6%	11.2%	3.6%	0.6%	2.4%	3.6%
50歳代	169	47.3%	43.2%	10.1%	10.7%	3.0%	—	1.8%	2.4%
60歳代	127	50.4%	54.3%	6.3%	0.8%	—	0.8%	—	0.8%
70歳以上	246	49.2%	42.7%	0.8%	0.4%	0.4%	0.4%	—	12.6%

性別にみると、「対面(直接会って)」と回答した人の割合は、男女ともに最も高く、男性で6割台、女性で4割台後半となっている。

「電話」と回答した人の割合は、女性で約4割となっている。

性・年齢別にみると、「対面（直接会って）」と回答した人の割合は、男性 40 歳代～70 歳以上で 6 割台となっている。

「電話」と回答した人の割合は、女性 60 歳代で 5 割台となっている。

「SNS（LINE 等）」と回答した人の割合は、女性 20 歳代、女性 30 歳代で 3 割を超えている。

【希望する相談方法（死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無別）】

	回答数	対面（直接会って）	電話	SNS（LINE 等）	電子メール	テレビ電話	FAX	その他	無回答
悩みはなかった	1,377	55.2%	35.8%	8.9%	5.5%	1.6%	0.2%	0.7%	4.2%
悩みがあった	163	49.1%	39.3%	16.0%	5.5%	0.6%	0.6%	3.1%	4.9%

死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無別にみると、悩みがあった人では、「対面（直接会って）」と回答した人の割合が約 5 割、「電話」と回答した人の割合が約 4 割と上位となっているが、「SNS（LINE 等）」と回答した人の割合が続いて 1 割台後半となっている。

【希望する相談方法（抑うつ尺度別）】

	回答数	対面（直接会って）	電話	SNS（LINE 等）	電子メール	テレビ電話	FAX	その他	無回答
正常	1,039	56.9%	37.5%	7.6%	5.2%	1.4%	0.3%	0.6%	3.2%
軽いうつ状態	204	50.0%	38.7%	11.8%	7.4%	1.5%	0.5%	—	3.4%
中程度のうつ状態	126	49.2%	34.9%	11.1%	7.1%	2.4%	—	0.8%	4.0%
重症のうつ状態	152	48.7%	30.9%	21.7%	7.2%	1.3%	—	3.9%	3.9%

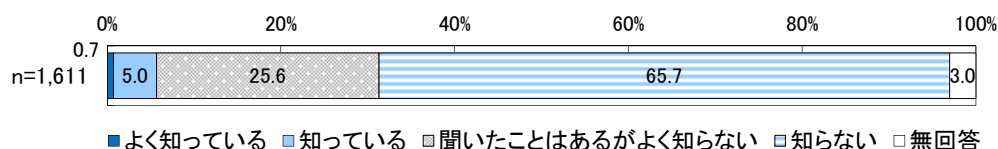
抑うつ尺度別にみると、「対面（直接会って）」、「電話」と回答した人の割合は、うつ状態が重症なほど低く、重症のうつ状態に該当する人では、「SNS（LINE 等）」と回答した人の割合が 2 割を超えている。

10 自殺（自死）対策

(1) 自殺対策基本法の認知度

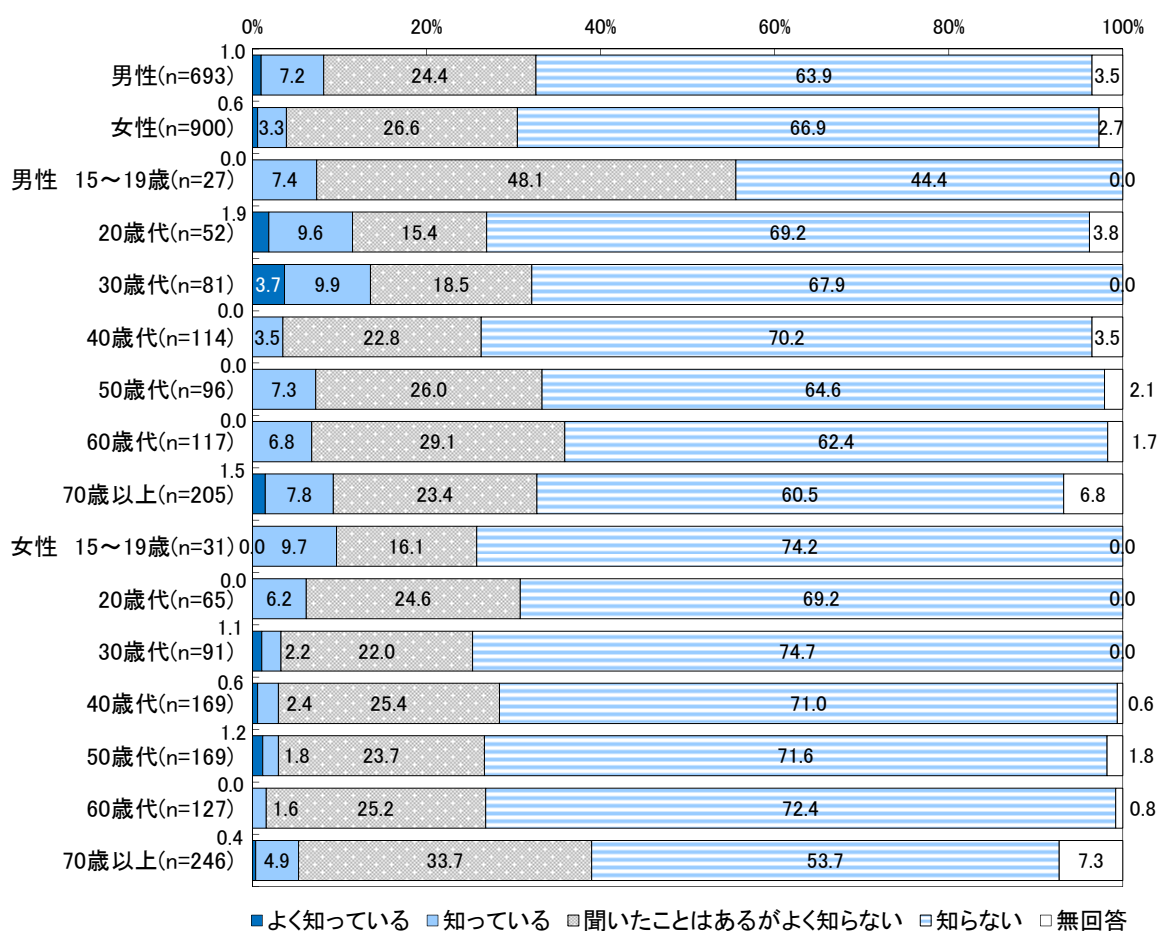
問 28 自殺（自死）対策を社会的な取組として総合的に推進するため、自殺対策基本法が施行されています。あなたは、この法律をご存知ですか。

【自殺対策基本法の認知度】



自殺対策基本法の認知度について、『知っている』（「よく知っている」＋「知っている」）と回答した人の割合が 5.7%、『知らない』（「知らない」＋「聞いたことはあるがよく知らない」）と回答した人の割合が 91.3%となっている。

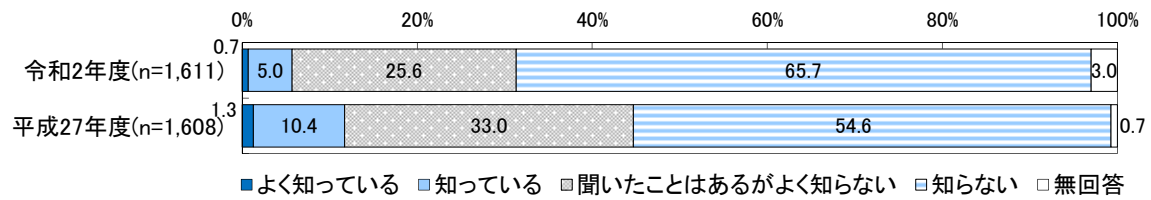
【自殺対策基本法の認知度（性別、性・年齢別）】



性別にみると、『知っている』と回答した人の割合は、男女ともに 1 割に満たない。

性・年齢別にみると、『知っている』と回答した人の割合は、男性 20 歳代、男性 30 歳代で 1 割を超えているが、他の年齢層では 1 割に満たない。

【自殺対策基本法の認知度（前回調査結果との比較）】

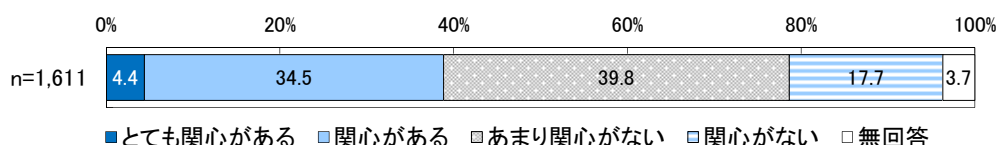


前回調査結果と比較すると、『知っている』と回答した人の割合は、平成 27 年度調査よりも低下している。

(2) 自殺（自死）対策への関心度

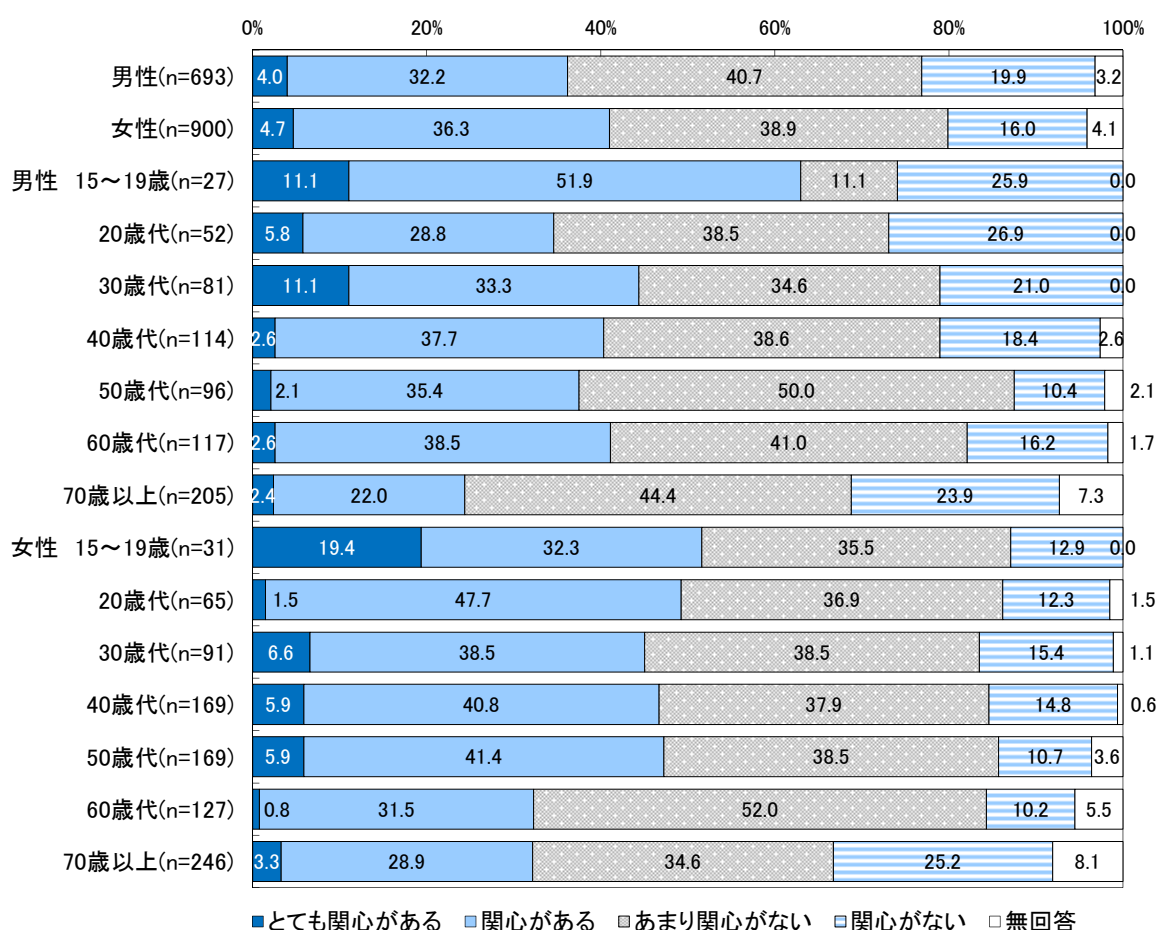
問 29 あなたは、自殺（自死）対策に関心がありますか。

【自殺（自死）対策への関心度】



自殺（自死）対策への関心度について、『関心がある』（「とても関心がある」＋「関心がある」）と回答した人の割合が 38.9%、『関心がない』（「関心がない」＋「あまり関心がない」）と回答した人の割合が 57.5%となっている。

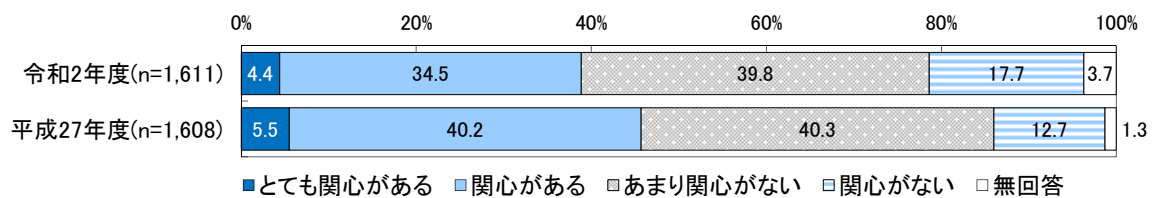
【自殺（自死）対策への関心度（性別、性・年齢別）】



性別にみると、『関心がある』と回答した人の割合は、男性で3割台後半、女性で4割台前半となっている。

性・年齢別にみると、『関心がある』と回答した人の割合は、男性 15～19 歳で6割台前半、女性 15～19 歳で5割台前半、男性 30 歳代、男性 40 歳代、男性 60 歳代、女性 20 歳代～50 歳代で4割台となっている。

【自殺（自死）対策への関心度（前回調査結果との比較）】

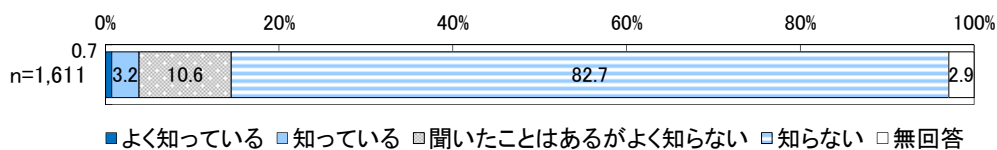


前回調査結果と比較すると、『関心がある』と回答した人の割合は、平成 27 年度調査よりも低下している。

(3) ゲートキーパーの認知度

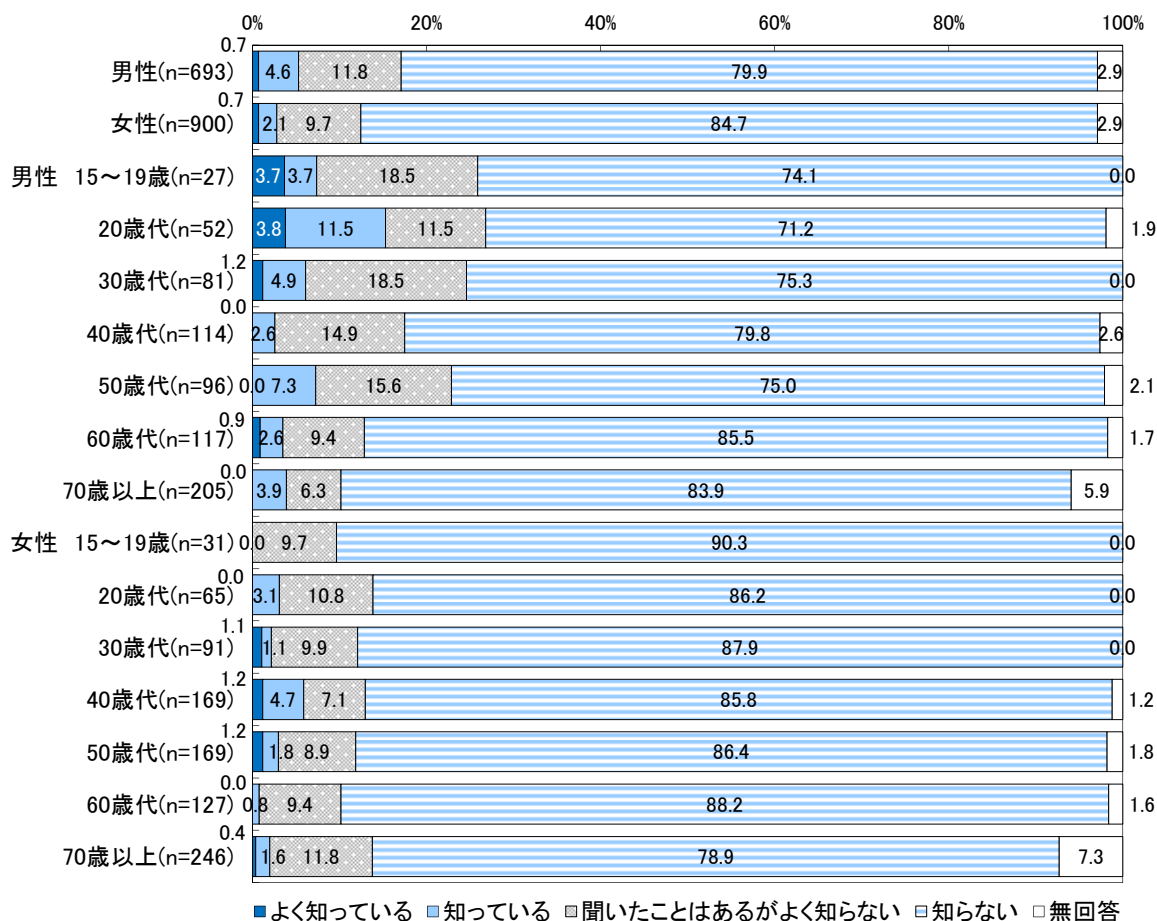
問 30 自殺（自死）対策における「ゲートキーパー」という言葉を知っていますか。

【ゲートキーパーの認知度】



ゲートキーパーの認知度について、『知っている』（「よく知っている」＋「知っている」）と回答した人の割合が 3.9%、『知らない』（「知らない」＋「聞いたことはあるがよく知らない」）と回答した人の割合が 93.3%となっている。

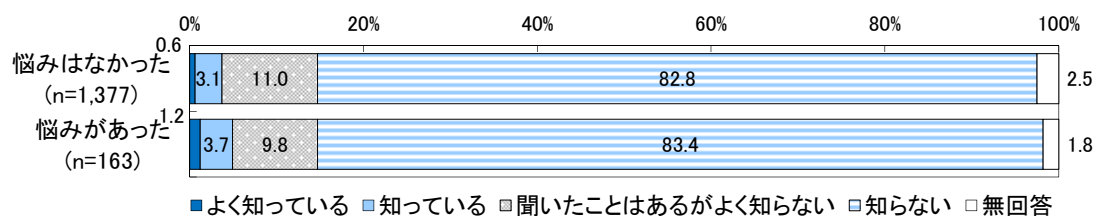
【ゲートキーパーの認知度（性別、性・年齢別）】



性別にみると、『知っている』と回答した人の割合は、男女ともに 1 割に満たない。

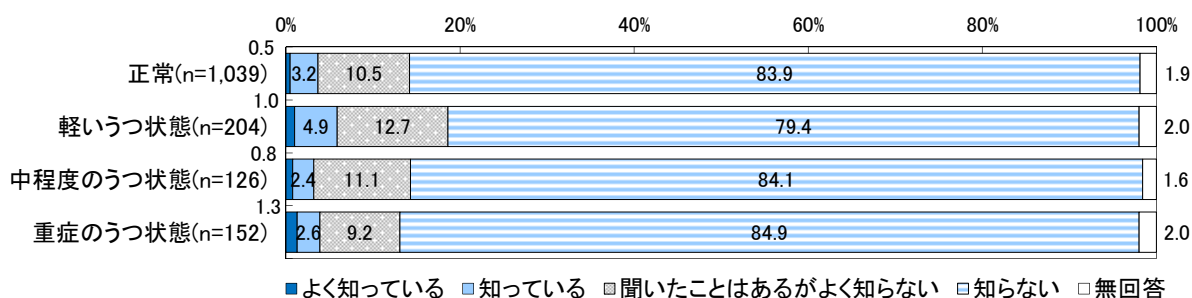
性・年齢別にみると、『知っている』と回答した人の割合は、男性 20 歳代で 1 割台半ばとなっているが、他の年齢層では 1 割に満たない。

【ゲートキーパーの認知度（死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無別）】



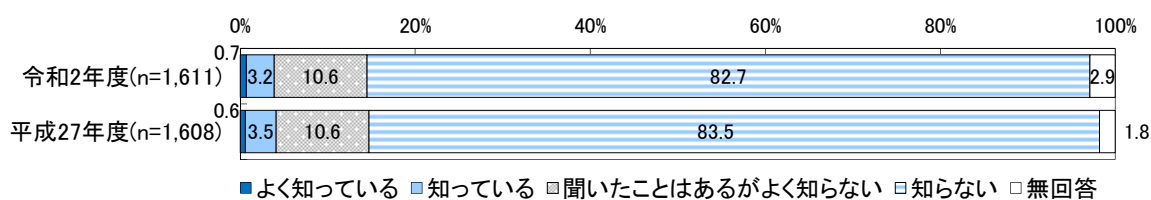
死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無別にみると、悩みがあった人においても『知っている』と回答した人の割合は1割に満たない。

【ゲートキーパーの認知度（抑うつ尺度別）】



抑うつ尺度別にみると、いずれのうつ状態においても『知っている』と回答した人の割合は1割に満たない。

【ゲートキーパーの認知度（前回調査結果との比較）】

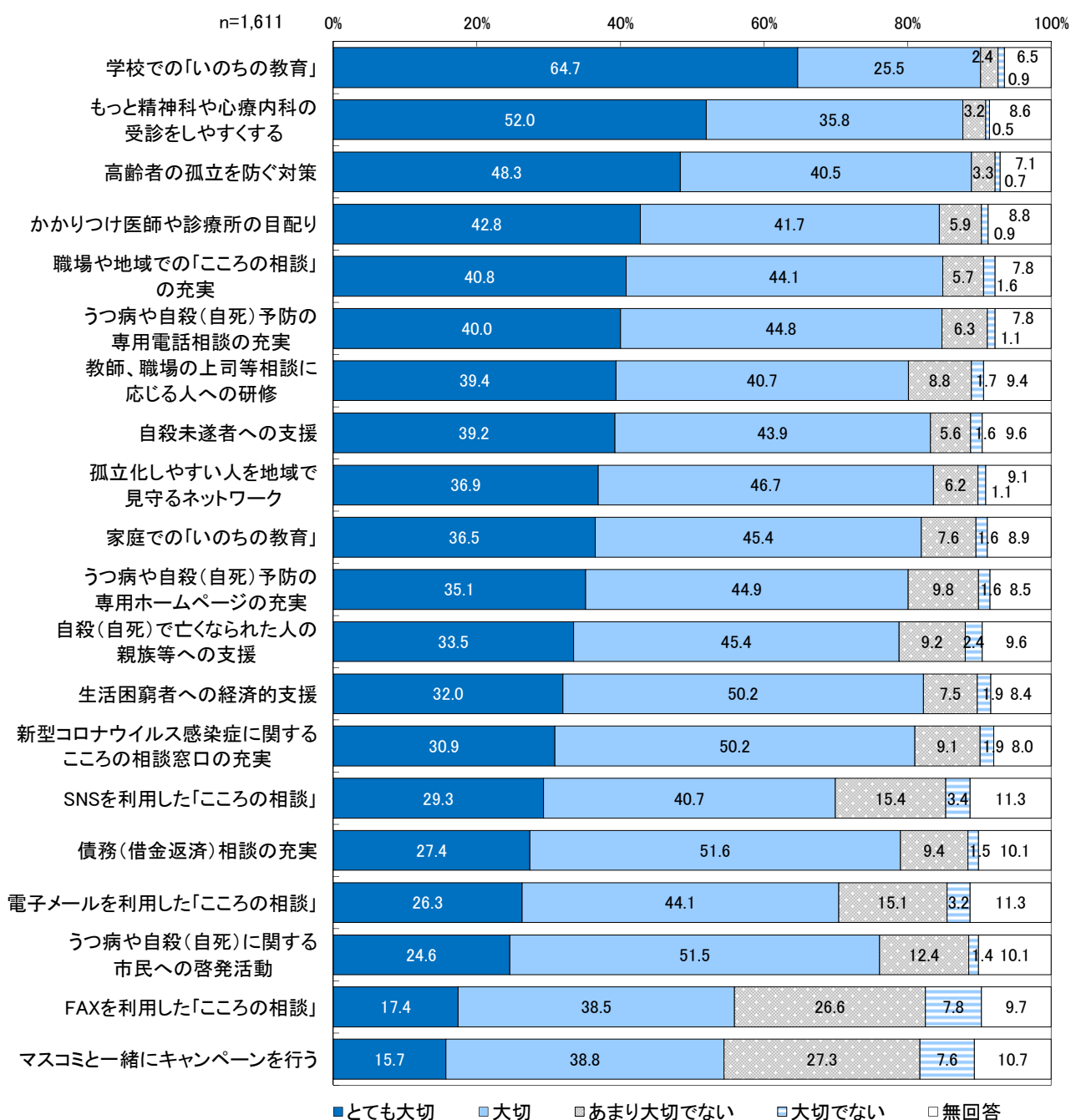


前回調査結果と比較すると、『知っている』と回答した人の割合は、大きな変化はみられない。

(4) 自殺（自死）対策として大切だと思うこと

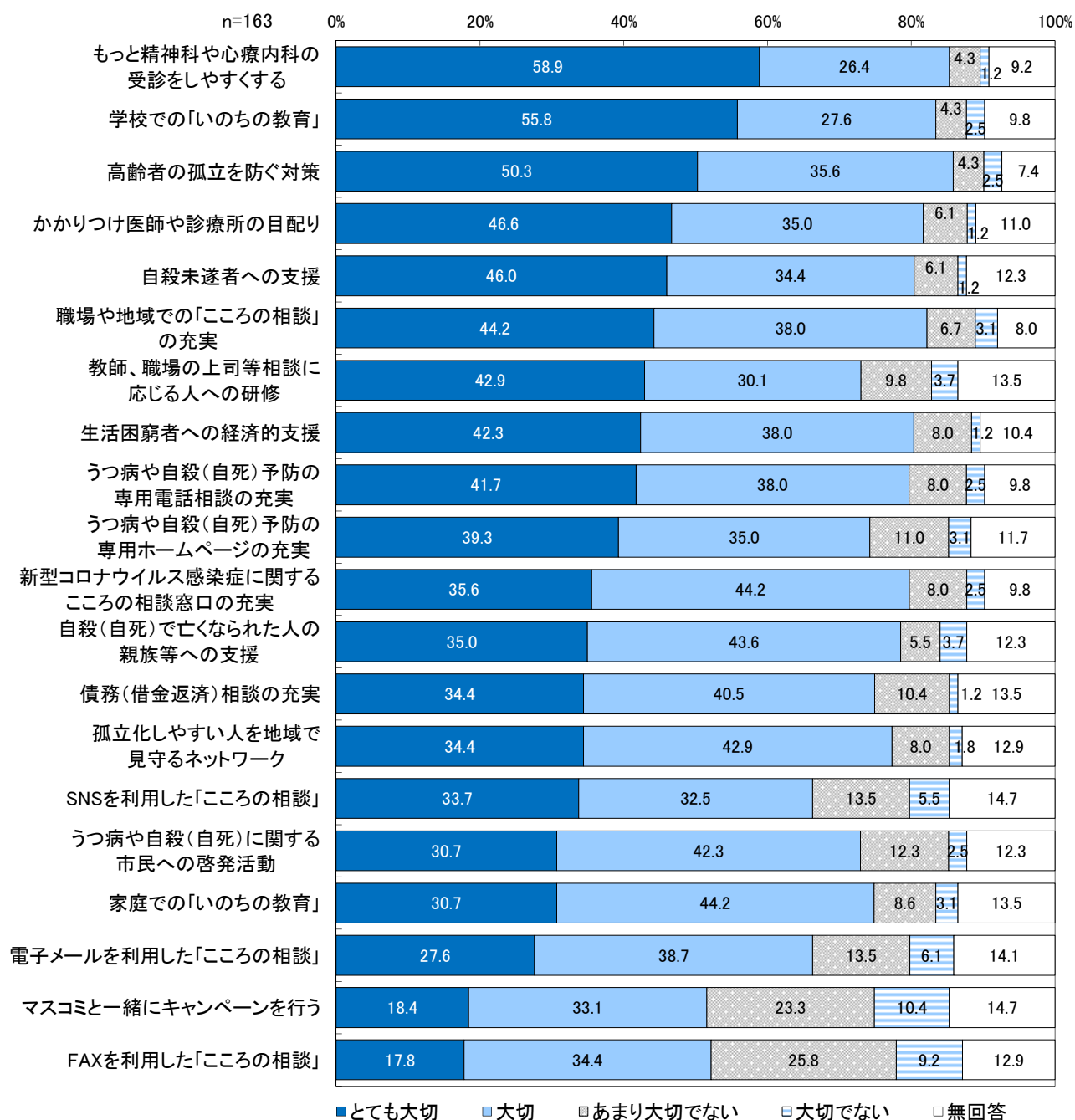
問 31 自殺（自死）対策として、あなたが大切だと思うことや充実させてもらいたいことはどのようなものですか。

【自殺（自死）対策として大切だと思うこと】



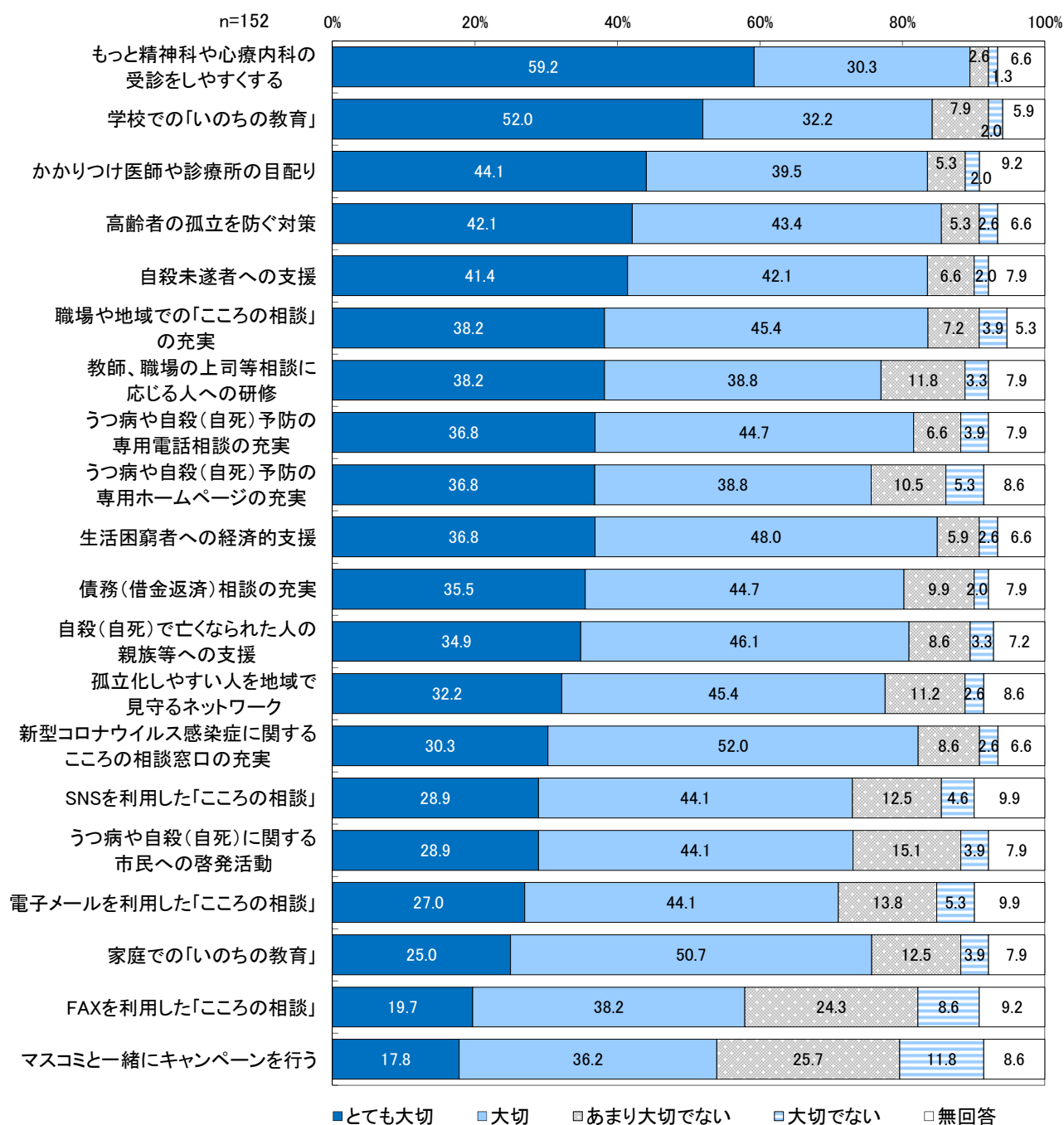
自殺（自死）対策として大切だと思うことについて、『大切』（「とても大切」＋「大切」）と回答した人の割合は、いずれの項目においても5割を超え、「学校での『いのちの教育』」においては約9割、「高齢者の孤立を防ぐ対策」、「もっと精神科や心療内科の受診をしやすいように」においては8割台後半、となっている。

【自殺（自死）対策として大切だと思うこと（死にたいと思うほどの悩みやストレスがあった人）】



死にたいと思うほどの悩みやストレスがあった人では、『大切』と回答した人の割合は、いずれの項目においても5割を超え、「高齢者の孤立を防ぐ対策」、「もっと精神科や心療内科の受診をしやすくする」、「学校での『いのちの教育』」、「職場や地域での『こころの相談』の充実」、「生活困窮者への経済的支援」において8割台となっている。

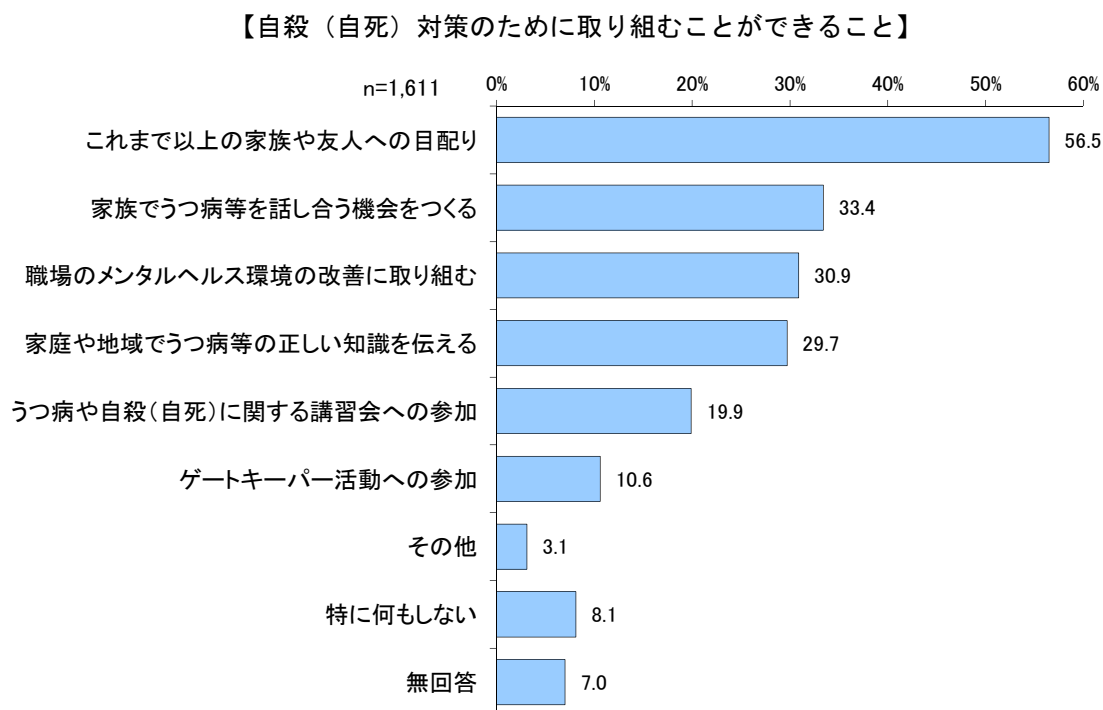
【自殺（自死）対策として大切だと思うこと（抑うつ尺度で重症のうつ状態に該当する人）】



抑うつ尺度で重症のうつ状態に該当する人では、『大切』と回答した人の割合は、いずれの項目においても5割を超え、「もっと精神科や心療内科の受診をしやすくする」、「高齢者の孤立を防ぐ対策」において8割台後半となっている。

(5) 自殺（自死）対策のために取り組むことができること

問 32 あなたが自殺（自死）対策のために取り組むことができると思うことはどのようなものですか。（〇はいくつでも）



自殺（自死）対策のために取り組むことができることについて、「これまで以上の家族や友人への目配り」と回答した人の割合が 56.5%と最も高く、「家族でうつ病等を話し合う機会をつくる」（33.4%）、「職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む」（30.9%）、「家庭や地域でうつ病等の正しい知識を伝える」（29.7%）が続いている。

【自殺（自死）対策のために取り組むことができること（性別、性・年齢別）】

	回答数	これまで以上の家族や友人への目配り	家族でうつ病等を話し合う機会をつくる	職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む	家庭や地域でうつ病等の正しい知識を伝える	うつ病や自殺（自死）に関する講習会への参加	ゲートキーパー活動への参加	その他	特に何もしない	無回答
男性	693	49.9%	33.8%	32.0%	29.6%	19.0%	8.8%	2.6%	11.1%	6.6%
女性	900	61.3%	33.3%	30.2%	30.0%	20.8%	12.2%	3.6%	5.7%	7.0%
男性 15～19歳	27	74.1%	37.0%	29.6%	18.5%	25.9%	18.5%	3.7%	3.7%	－
20歳代	52	50.0%	32.7%	40.4%	36.5%	15.4%	7.7%	1.9%	21.2%	1.9%
30歳代	81	50.6%	25.9%	50.6%	25.9%	13.6%	12.3%	4.9%	8.6%	1.2%
40歳代	114	48.2%	43.0%	43.0%	32.5%	21.1%	8.8%	1.8%	7.9%	4.4%
50歳代	96	59.4%	34.4%	43.8%	26.0%	20.8%	8.3%	3.1%	9.4%	3.1%
60歳代	117	47.9%	28.2%	30.8%	29.1%	23.1%	7.7%	1.7%	14.5%	4.3%
70歳以上	205	43.9%	34.1%	12.2%	31.2%	17.1%	7.3%	2.4%	11.2%	15.1%
女性 15～19歳	31	61.3%	29.0%	32.3%	32.3%	19.4%	25.8%	3.2%	9.7%	－
20歳代	65	78.5%	29.2%	49.2%	35.4%	16.9%	16.9%	1.5%	4.6%	1.5%
30歳代	91	70.3%	31.9%	44.0%	26.4%	13.2%	15.4%	3.3%	5.5%	1.1%
40歳代	169	66.9%	42.6%	38.5%	32.0%	16.6%	8.9%	3.6%	4.1%	4.1%
50歳代	169	66.3%	33.7%	33.1%	30.8%	22.5%	15.4%	4.7%	5.3%	4.7%
60歳代	127	59.8%	28.3%	23.6%	26.0%	25.2%	9.4%	4.7%	5.5%	2.4%
70歳以上	246	47.2%	31.3%	15.9%	30.1%	24.4%	9.8%	2.8%	6.9%	17.1%

性別にみると、「これまで以上の家族や友人への目配り」と回答した人の割合は、女性で6割台前半となっているが、男性では約5割となっている。

性・年齢別にみると、「これまで以上の家族や友人への目配り」と回答した人の割合は、男性15～19歳、女性20歳代、女性30歳代で7割を超えている。

「家族でうつ病等を話し合う機会をつくる」と回答した人の割合は、男女ともに40歳代で4割を超えている。

「職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む」と回答した人の割合は、男性30歳代、女性20歳代で約5割となっている。

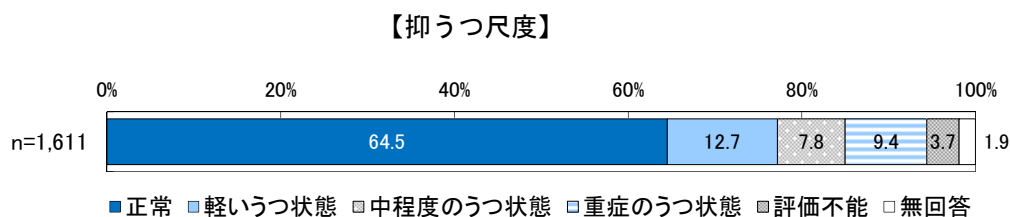
Ⅲ 抑うつ尺度と死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無についての結果

1 抑うつ尺度の状況

日頃のからだや心の状況をより細かく分析するため、抑うつ状態の尺度として質問項目にCES-D（日本語版）を用いた。

なお、質問項目のうち、5項目以上無回答がある場合は評価の対象外としている。

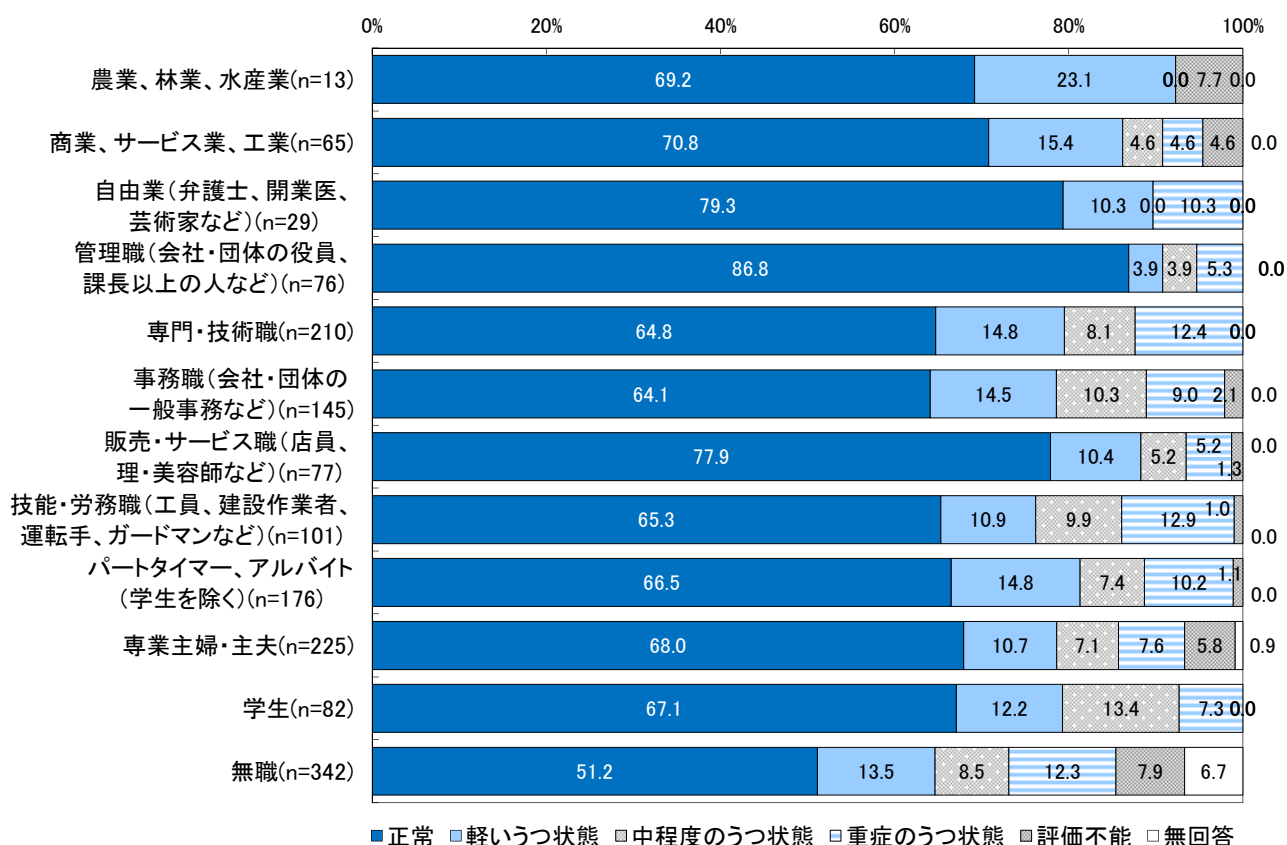
*CES-Dは、簡単に使用できる抑うつ状態の自己評価尺度としてアメリカで開発された手法である。このテストでは、感情要素を「普段はなんでもないことがわずらわしい」や「食べたくない、食欲が落ちた」などのマイナス要素16項目と「他の人と同じ程度には、能力があると思う」などのプラス要素4項目の計20項目を0点から3点の4段階により評価し、その総得点（最高得点は20項目×3点で60点となる。）から4段階（16点未満：正常、16～20点：軽いうつ状態、21～25点：中程度のうつ状態、26点以上：重症のうつ状態）で評価する。



抑うつ尺度について、「正常」に該当する人の割合が64.5%、「軽いうつ状態」に該当する人の割合が12.7%、「中程度のうつ状態」に該当する人の割合が7.8%、「重症のうつ状態」に該当する人の割合が9.4%となっている。

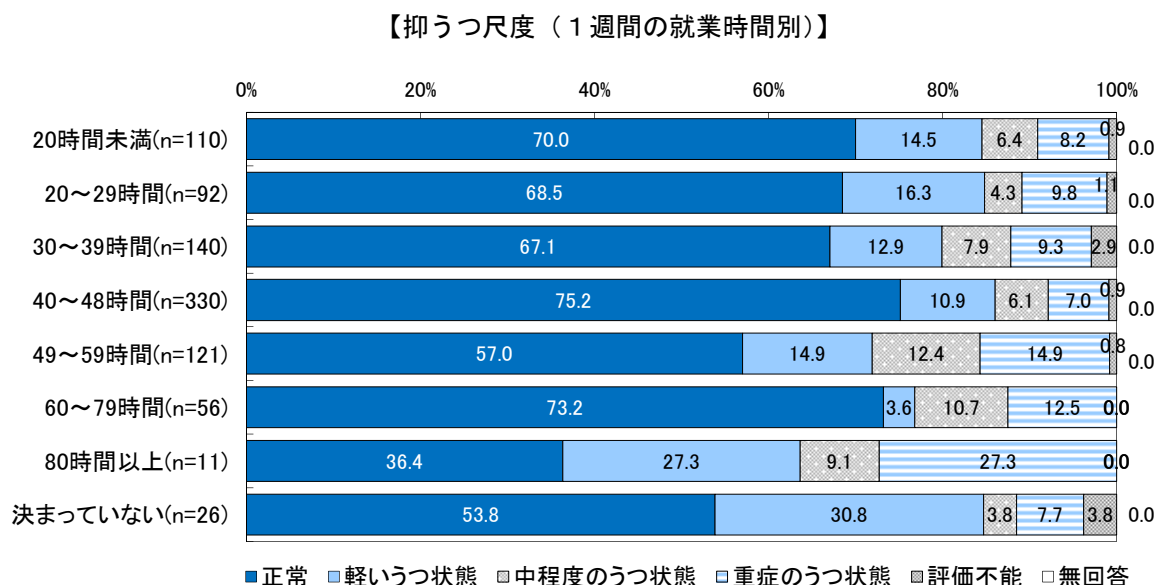
(1) 就業状況との関係

【抑うつ尺度（就業状況別）】



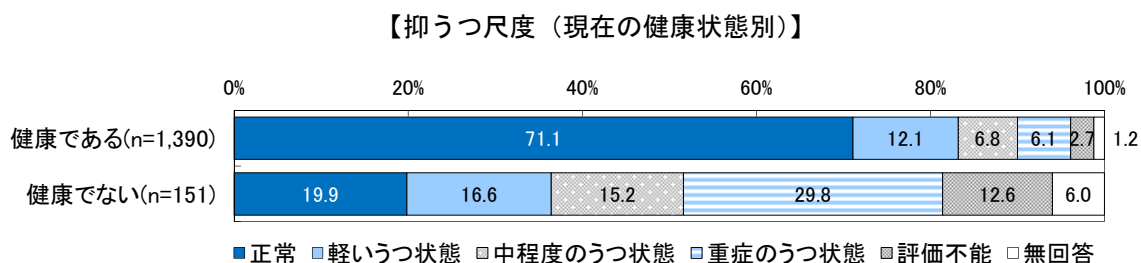
就業状況別にみると、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は、「自由業（弁護士、開業医、芸術家など）」、「専門・技術職」、「技能・労務職（工員、建設作業員、運転手、ガードマンなど）」、「パートタイマー、アルバイト（学生を除く）」、「無職」で1割を超えている。

(2) 1 週間の就業時間との関係



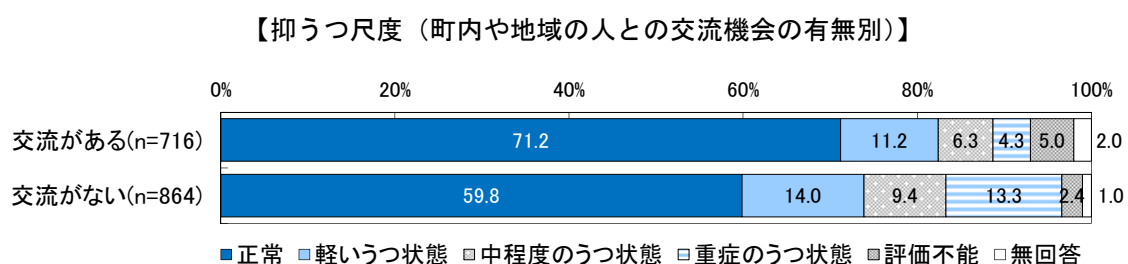
1 週間の就業時間別にみると、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は、49 時間以上の人で 1 割を超えている。

(3) 現在の健康状態との関係



現在の健康状態別にみると、健康でない人では、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は約 3 割となっている。

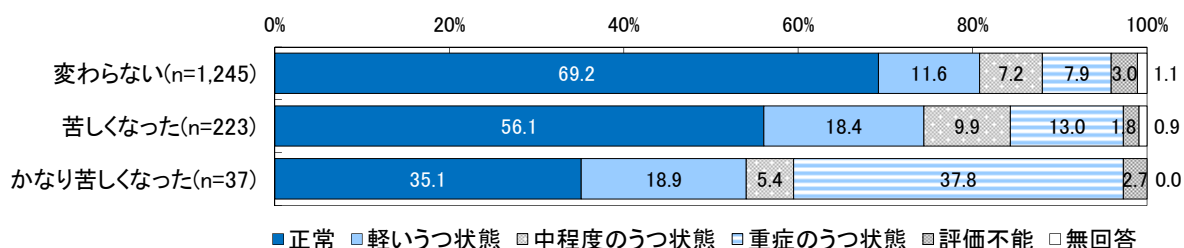
(4) 町内や地域の人との交流機会との関係



町内や地域の人との交流機会の有無別にみると、交流がない人では、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は 1 割を超えている。

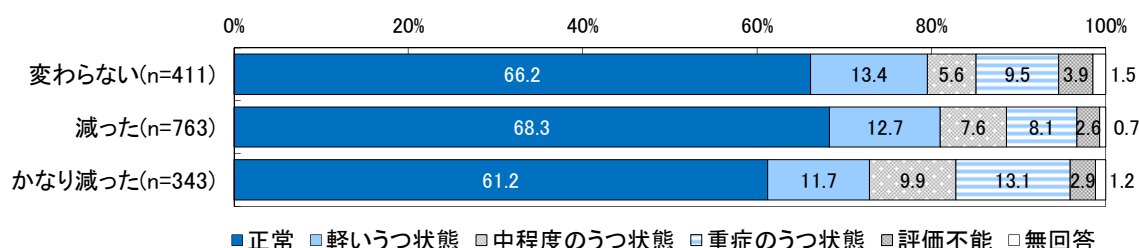
(5) 新型コロナウイルス感染症の流行による、生活や人とのつながりの変化との関係

【抑うつ尺度（暮らし向きの変化別）】



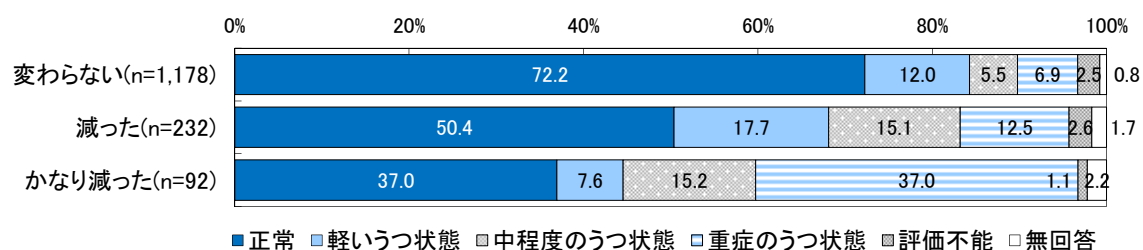
新型コロナウイルス感染症の流行による暮らし向きの変化別にみると、暮らし向きがかなり苦しくなった人では、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は3割台後半となっている。

【抑うつ尺度（外出の頻度の変化別）】



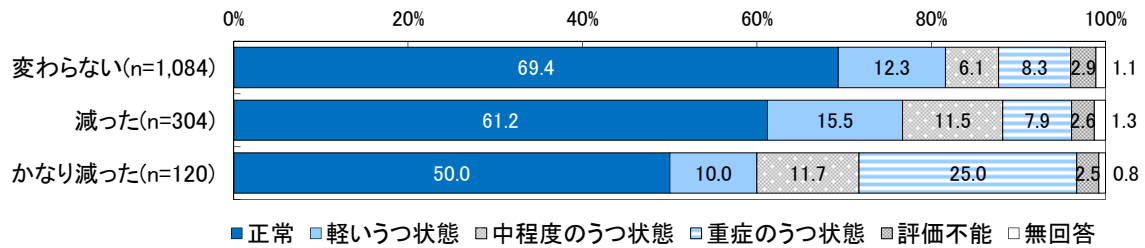
新型コロナウイルス感染症の流行による外出の頻度の変化別にみると、外出の頻度がかなり減った人では、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は1割を超えている。

【抑うつ尺度（個人的なことを話せる友人とのつながりの変化別）】



新型コロナウイルス感染症の流行による個人的なことを話せる友人とのつながりの変化別にみると、個人的なことを話せる友人とのつながりがかなり減った人では、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は3割台後半となっている。

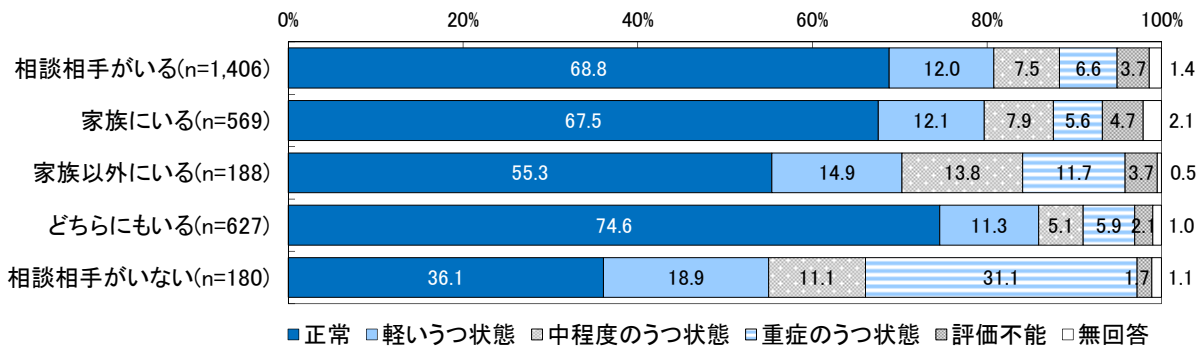
【抑うつ尺度（近所の人との交流の変化別）】



新型コロナウイルス感染症の流行による近所の人との交流の変化別にみると、近所の人との交流がかなり減った人では、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は2割台半ばとなっている。

(6) 相談相手の有無との関係

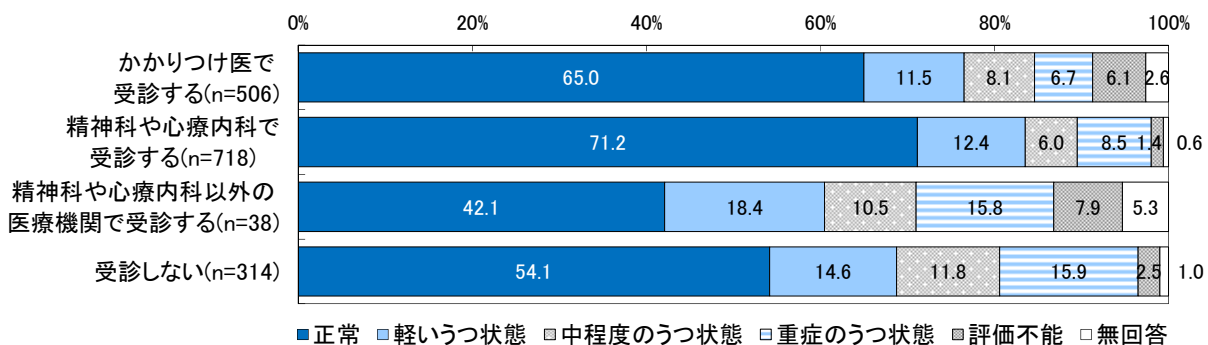
【抑うつ尺度（相談相手の有無別）】



相談相手の有無別にみると、相談相手がない人では、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は3割を超えている。

(7) うつ病になった場合の医療機関の受診意向との関係

【抑うつ尺度（うつ病になった場合の医療機関の受診意向別）】

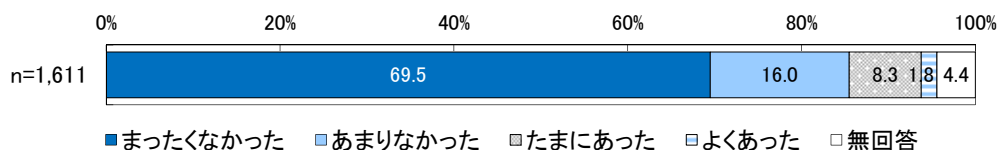


うつ病になった場合の医療機関の受診意向別にみると、受診しない人では、「重症のうつ状態」に該当する人の割合は1割台半ばとなっている。

2 死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無

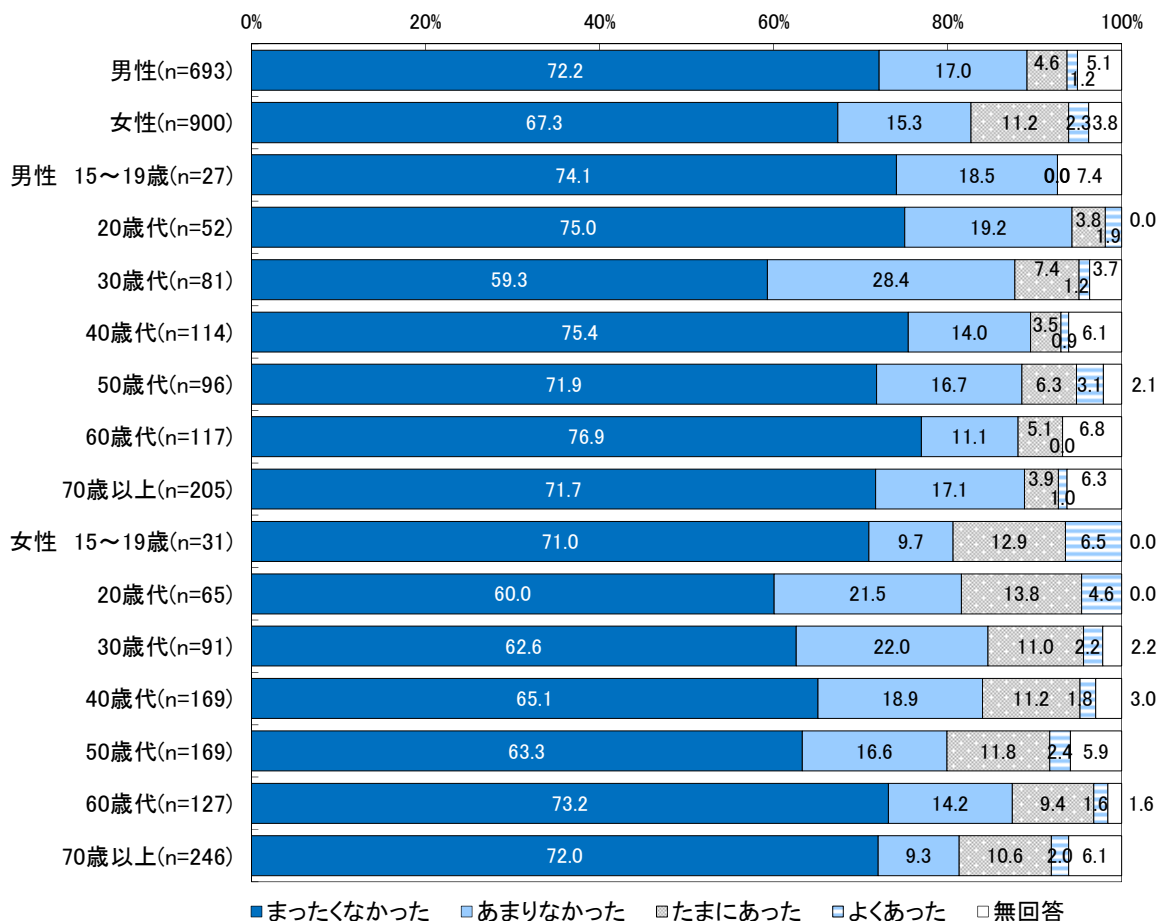
問 11 あなたは、この 6 か月の間に「死にたい」と思うほどの悩みやストレスがありましたか。

【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無】



死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無について、『なかった』（「まったくなかった」＋「あまりなかった」）と回答した人の割合が 85.5%、『あった』（「よくあった」＋「たまにあった」）と回答した人の割合が 10.1%となっている。

【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（性別、性・年齢別）】

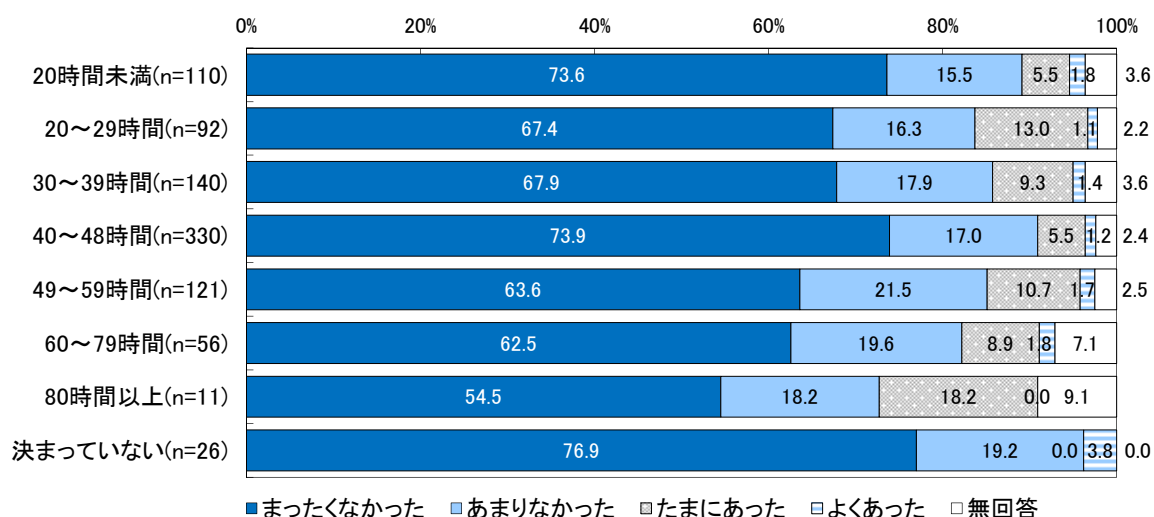


性別にみると、『あった』と回答した人の割合は、女性で 1 割を超えている。

性・年齢別にみると、『あった』と回答した人の割合は、女性 15～19 歳、女性 20 歳代で 1 割台後半となっている。

(1) 1 週間の就業時間との関係

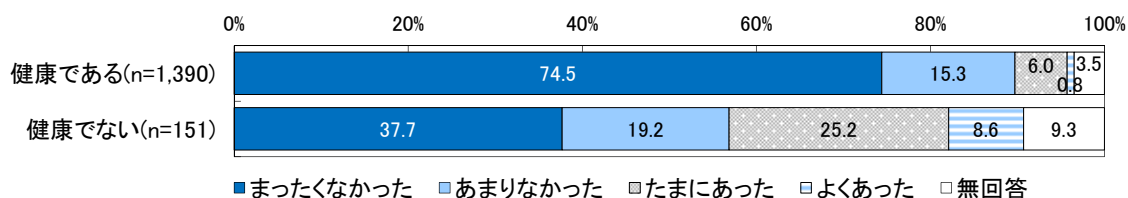
【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（1 週間の就業時間別）】



1 週間の就業時間別にみると、『あった』と回答した人の割合は、80 時間以上の人で 1 割台後半となっている。

(2) 現在の健康状態との関係

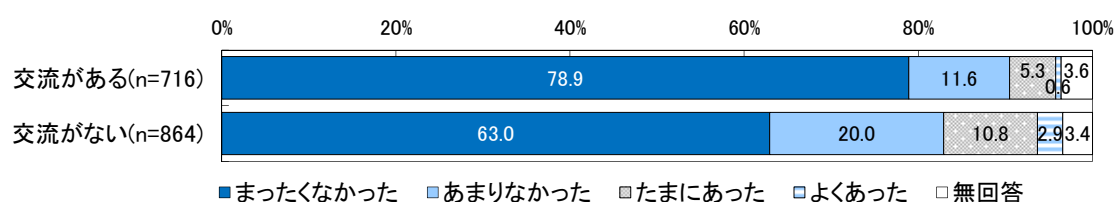
【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（現在の健康状態別）】



現在の健康状態別にみると、健康でない人では、『あった』と回答した人の割合は 3 割を超えている。

(3) 町内や地域の人との交流機会との関係

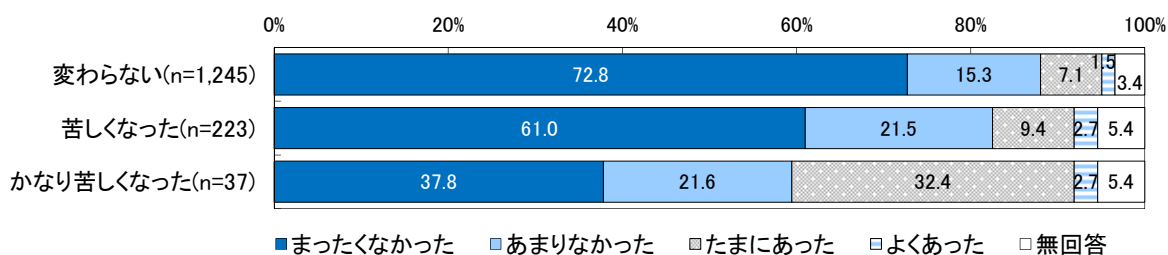
【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（町内や地域の人との交流機会の有無別）】



町内や地域の人との交流機会の有無別にみると、交流がない人では、『あった』と回答した人の割合は 1 割を超えている。

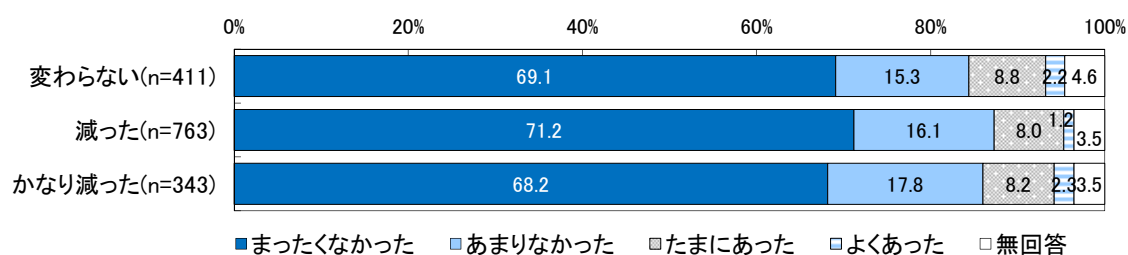
(4) 新型コロナウイルス感染症の流行による、生活や人とのつながりの変化との関係

【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（暮らし向きの変化別）】



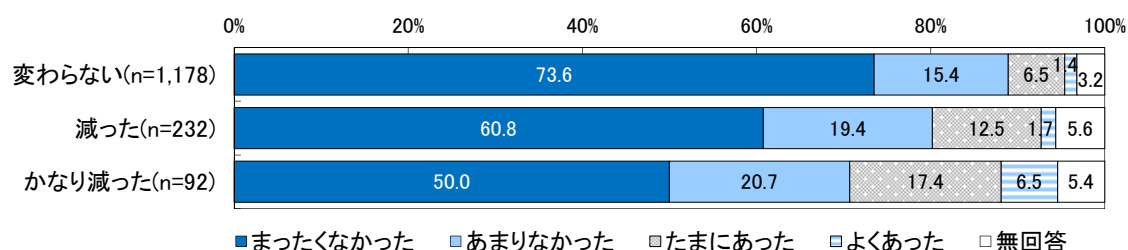
新型コロナウイルス感染症の流行による暮らし向きの変化別にみると、暮らし向きがかなり苦しくなった人では、『あった』と回答した人の割合は3割台半ばとなっている。

【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（外出の頻度の変化別）】



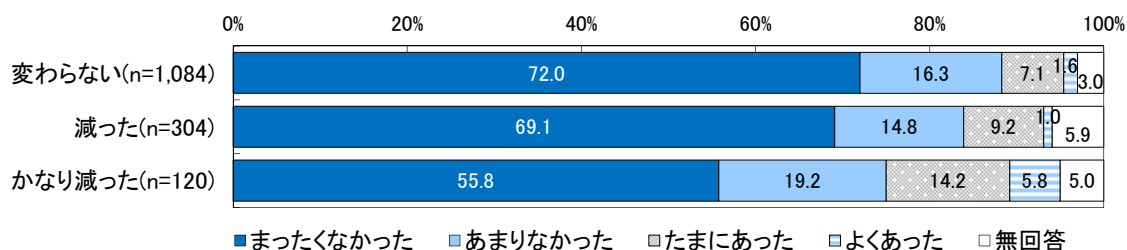
新型コロナウイルス感染症の流行による外出の頻度の変化別にみると、『あった』と回答した人の割合は大きな差はみられない。

【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（個人的なことを話せる友人とのつながりの変化別）】



新型コロナウイルス感染症の流行による個人的なことを話せる友人とのつながり変化別にみると、個人的なことを話せる友人とのつながりがかなり減った人では、『あった』と回答した人の割合は2割を超えている。

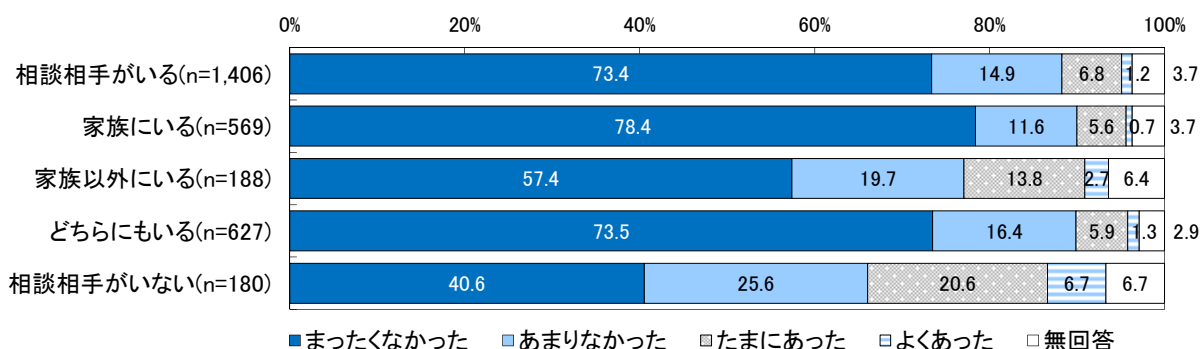
【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（近所の人との交流の変化別）】



新型コロナウイルス感染症の流行による近所の人との交流の変化別にみると、近所の人との交流がかなり減った人では、『あった』と回答した人の割合は2割となっている。

(5) 相談相手の有無との関係

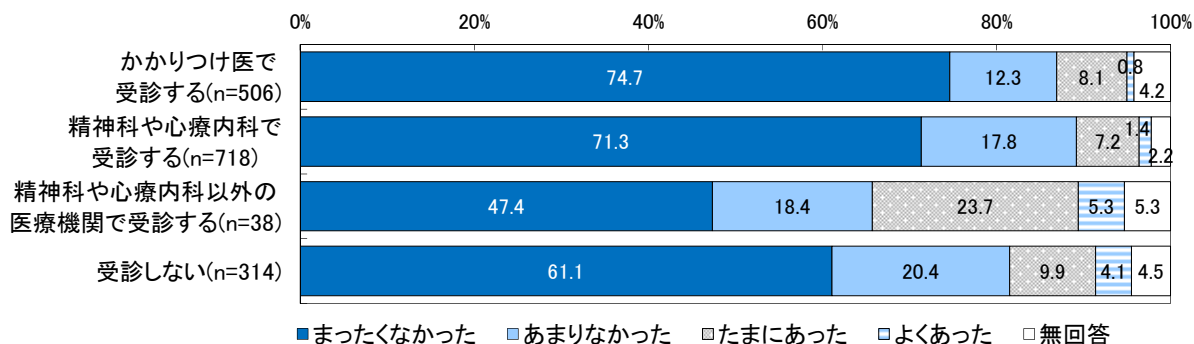
【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（相談相手の有無別）】



相談相手の有無別にみると、相談相手がいない人では、『あった』と回答した人の割合は2割台後半となっている。

(6) うつ病になった場合の医療機関の受診意向との関係

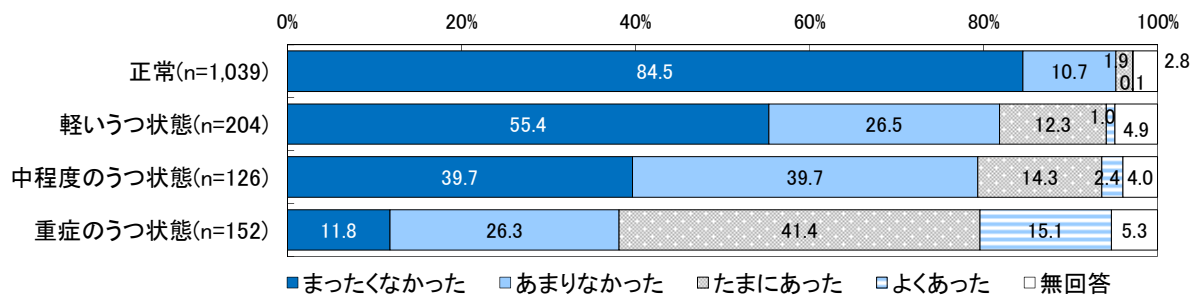
【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（うつ病になった場合の医療機関の受診意向別）】



うつ病になった場合の医療機関の受診意向別にみると、受診しない人では、『あった』と回答した人の割合は1割を超えている。

(7) 抑うつ尺度との関係

【死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無（抑うつ尺度別）】

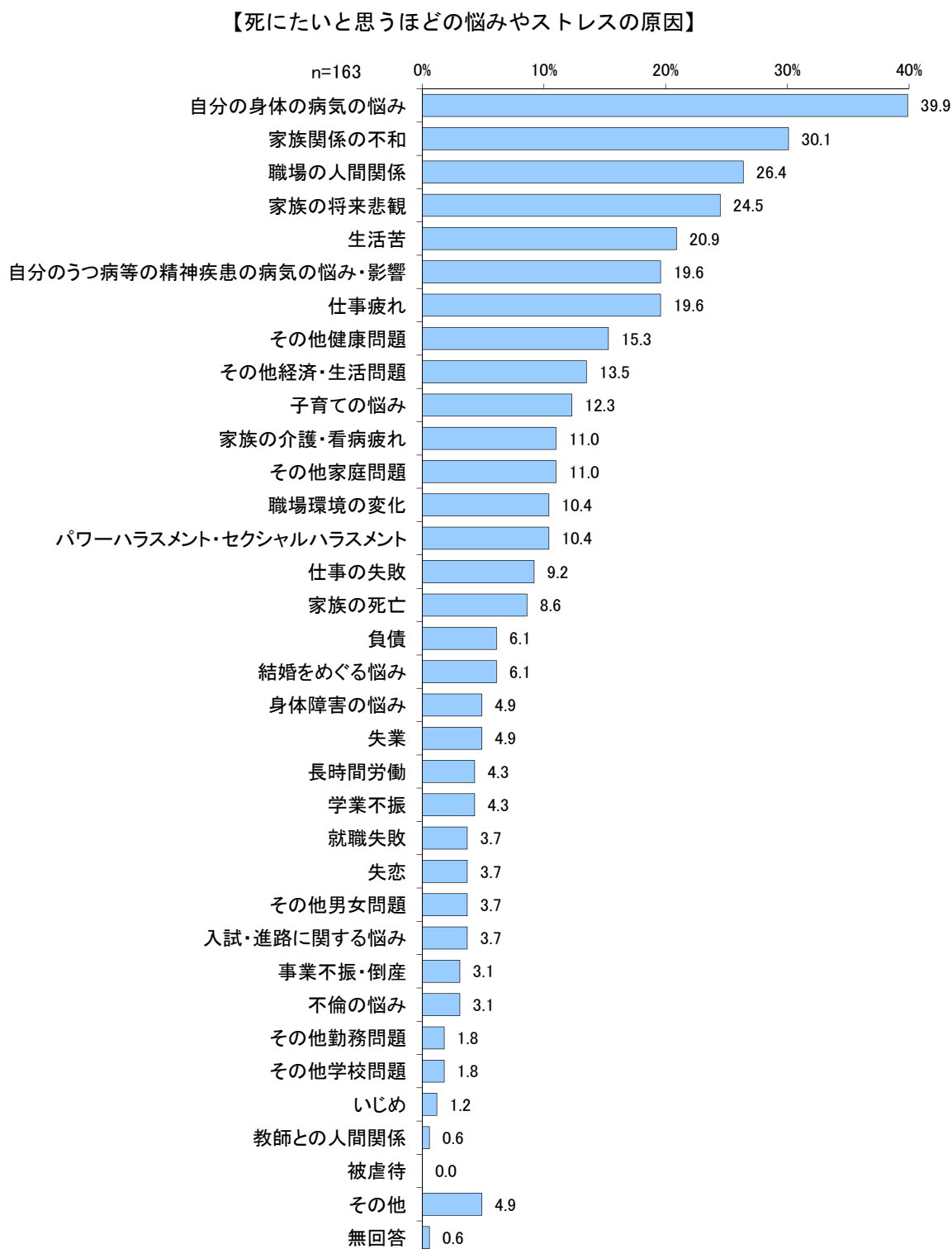


抑うつ尺度別にみると、重症のうつ状態に該当する人では、『あった』と回答した人の割合は5割台後半となっている。

(8) 死にたいと思うほどの悩みやストレスの原因

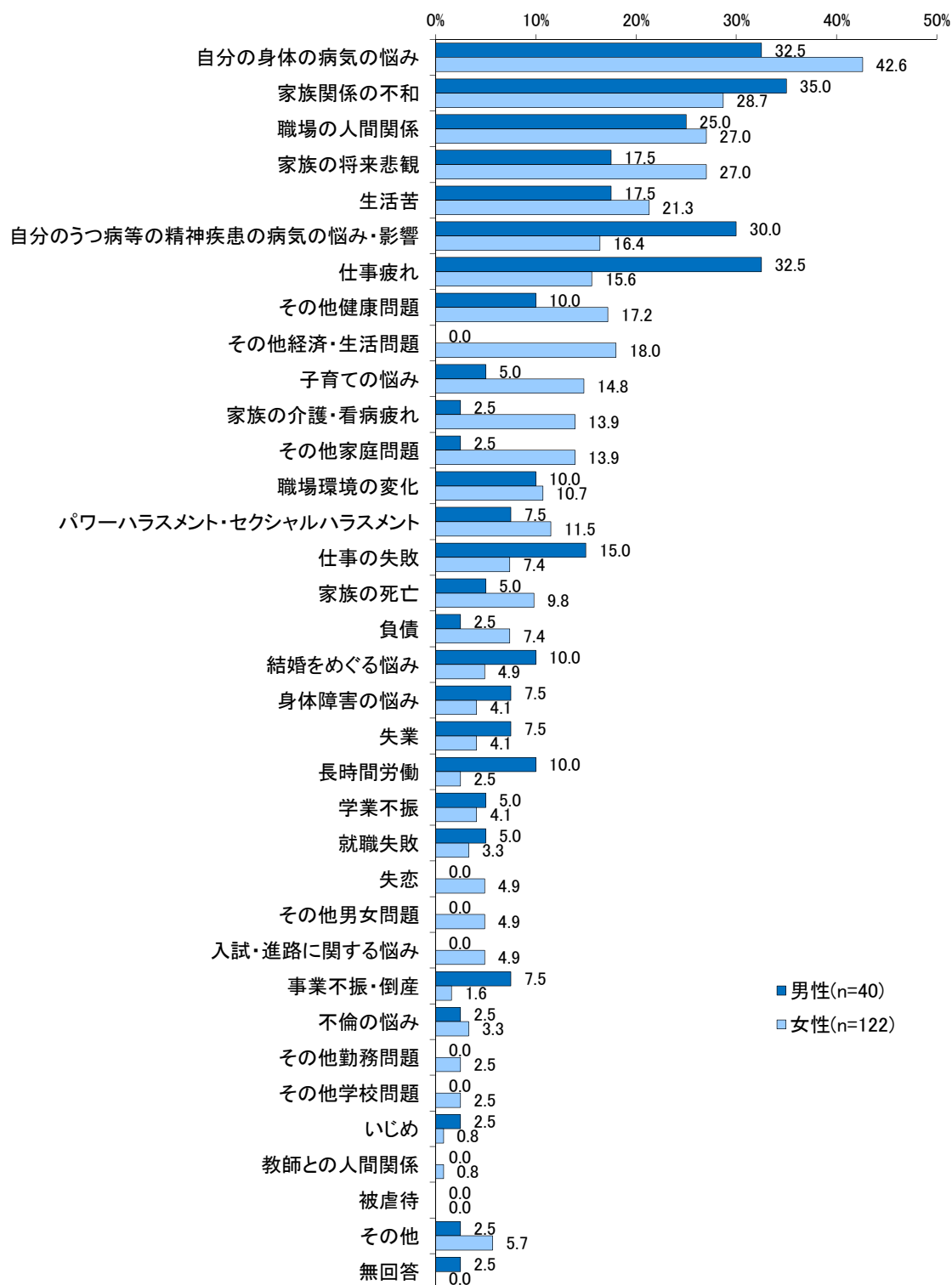
問 11 で「3 たまにあった」又は「4 よくあった」と回答した人のみ回答

問 12 それは、どのような事柄が原因ですか。(〇はいくつでも)



死にたいと思うほどの悩みやストレスの原因について、「自分の身体の病気の悩み」と回答した人の割合が 39.9%と最も高く、「家族関係の不和」(30.1%)、「職場の人間関係」(26.4%)、「家族の将来悲観」(24.5%)が続いている。

【死にたいと思うほどの悩みやストレスの原因（性別）】

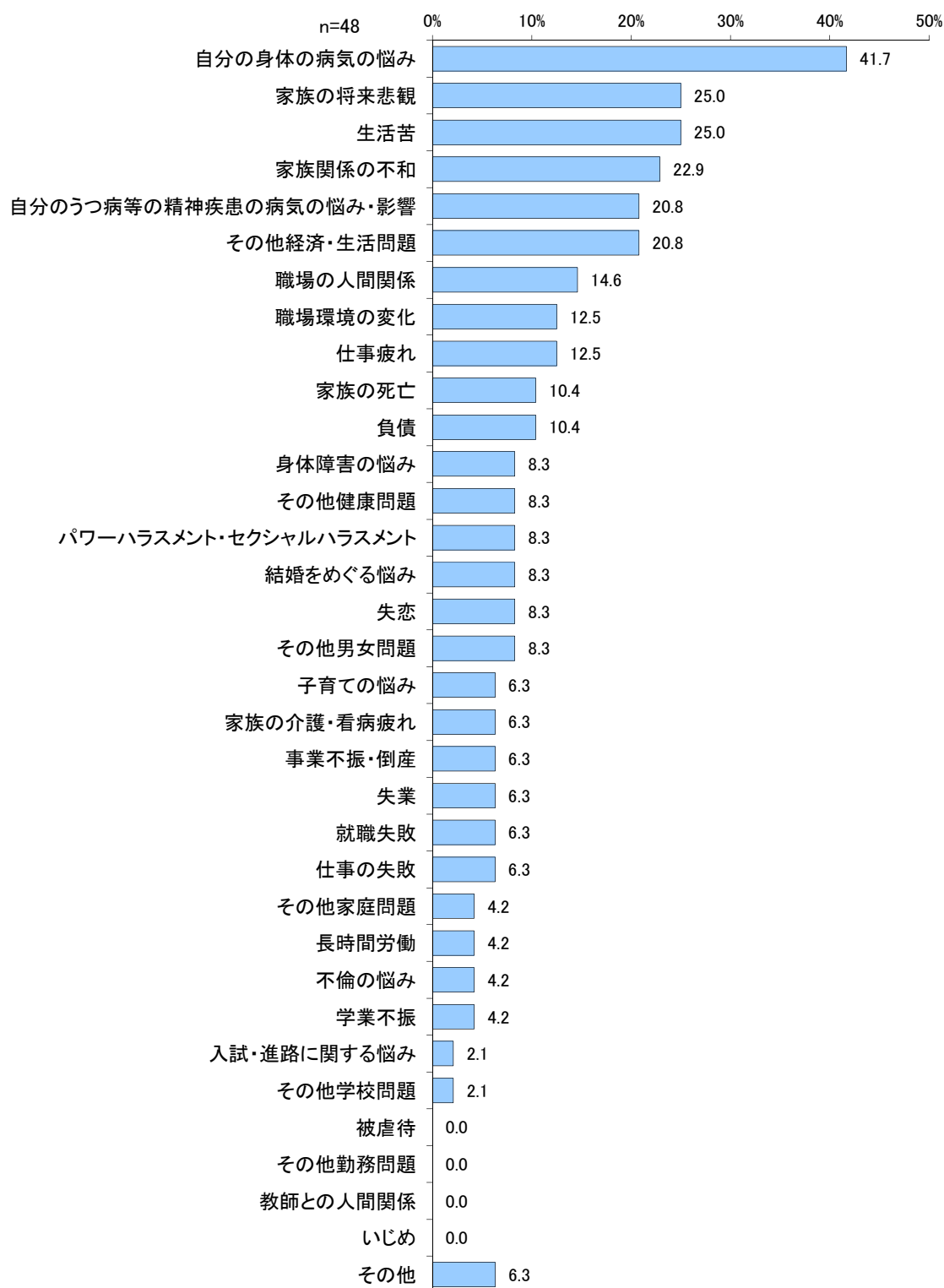


性別にみると、男性では、「家族関係の不和」、「自分の身体の病気の悩み」、「仕事疲れ」、「自分のうつ病等の精神疾患の病気の悩み・影響」と回答した人の割合が3割を超えて上位となっている。

女性では、「自分の身体の病気の悩み」と回答した人の割合が4割を超えて最も高く、「家族関係の不和」、「職場の人間関係」、「家族の将来悲観」が2割台後半で続いている。

【死にたいと思うほどの悩みやストレスの原因（新型コロナウイルス感染症に関する場合）】

* 無回答を除いた集計



死にたいと思うほどの悩みやストレスの原因（新型コロナウイルス感染症に関する場合）について、「自分の身体の病気の悩み」と回答した人の割合が 41.7%と最も高く、「家族の将来悲観」、「生活苦」（25.0%）、「家族関係の不和」（22.9%）、「自分のうつ病等の精神疾患の病気の悩み・影響」、「その他の経済・生活問題」（20.8%）が続いている。

付属資料

1 集計表

問1 居住区

回答数		中区	東区	南区	西区	安佐南区	安佐北区	安芸区	佐伯区	無回答
1,611	件数	169	158	185	259	324	205	116	183	12
100.0	%	10.5	9.8	11.5	16.1	20.1	12.7	7.2	11.4	0.7

問2 居住地域の状況

回答数		都心部 (商店街、オフィス)	住宅と商店や工場等が混在する地域	古くからの住宅地	団地などの新興住宅地	農業集落	その他	無回答
1,611	件数	119	305	727	344	49	30	37
100.0	%	7.4	18.9	45.1	21.4	3.0	1.9	2.3

問3 性別

回答数		男性	女性	無回答
1,611	件数	693	900	18
100.0	%	43.0	55.9	1.1

問4 年齢

回答数		19歳以下	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳
1,611	件数	59	52	66	85	87	137	151	134	131	128
100.0	%	3.7	3.2	4.1	5.3	5.4	8.5	9.4	8.3	8.1	7.9

回答数		65～69歳	70～74歳	75歳以上	無回答
1,611	件数	117	167	286	11
100.0	%	7.3	10.4	17.8	0.7

問5 同居家族数

回答数		1人(自分だけ)	2人	3人	4人	5人	6人以上	無回答
1,611	件数	253	558	391	263	99	38	9
100.0	%	15.7	34.6	24.3	16.3	6.1	2.4	0.6

問6 家族構成

回答数		一人暮らし	夫婦だけ	あなた(又はあなた夫婦)と親	あなた(又はあなた夫婦)と子	あなたを含めて三世代	その他	無回答
1,611	件数	249	466	198	570	85	30	13
100.0	%	15.5	28.9	12.3	35.4	5.3	1.9	0.8

問7 就業状況

回答数		農業、林業、水産業	商業、サービス業、工業	自由業(弁護士、開業医、芸術家など)	管理職(会社・団体の役員、課長以上の人など)	専門・技術職	うち 対人サービスの多い職	うち その他の職	事務職(会社・団体の一般事務など)	販売・サービス職(店員、理・美容師など)	技能・労務職(工員、建設作業員、運転手、ガードマンなど)
1,611	件数	13	65	29	76	210	103	62	145	77	101
100.0	%	0.8	4.0	1.8	4.7	13.0	6.4	3.8	9.0	4.8	6.3

回答数		パートタイマー、アルバイト(学生を除く)	専業主婦・主夫	学生	無職	無回答
1,611	件数	176	225	82	342	70
100.0	%	10.9	14.0	5.1	21.2	4.3

問8 1週間の就業時間

回答数		20時間未満	20～29時間	30～39時間	40～48時間	49～59時間	60～79時間	80時間以上	決まっていない	無回答
892	件数	110	92	140	330	121	56	11	26	6
100.0	%	12.3	10.3	15.7	37.0	13.6	6.3	1.2	2.9	0.7

問9 現在の健康状態

回答数		健康である	まあまあ健康である	健康でない	よくわからない	無回答
1,611	件数	593	797	151	44	26
100.0	%	36.8	49.5	9.4	2.7	1.6

抑うつ尺度

回答数		正常	軽いうつ状態	中程度のうつ状態	重症のうつ状態	評価不能	無回答
1,611	件数	1,039	204	126	152	59	31
100.0	%	64.5	12.7	7.8	9.4	3.7	1.9

問10 この1週間のからだやこころの状態

	回答数		ほとんどなかった(ぜんぜん)	少しはあった(1～2日)	時々あった(3～4日)	たいていそうだった(5～7日)	無回答
(1)普段はなんでもないことがわずらわしい	1,611	件数	805	511	176	50	69
	100.0	%	50.0	31.7	10.9	3.1	4.3
(2)食べたくない、食欲が落ちた	1,611	件数	1,193	247	92	22	57
	100.0	%	74.1	15.3	5.7	1.4	3.5
(3)家族や友だちからはげましてもらっても、気分が晴れない	1,611	件数	1,093	293	93	35	97
	100.0	%	67.8	18.2	5.8	2.2	6.0
(4)他の人と同じ程度には、能力があると思う	1,611	件数	432	365	275	413	126
	100.0	%	26.8	22.7	17.1	25.6	7.8
(5)物事に集中できない	1,611	件数	786	536	183	41	65
	100.0	%	48.8	33.3	11.4	2.5	4.0
(6)ゆううつだ	1,611	件数	848	457	163	80	63
	100.0	%	52.6	28.4	10.1	5.0	3.9
(7)何をするのも面倒だ	1,611	件数	630	654	186	84	57
	100.0	%	39.1	40.6	11.5	5.2	3.5
(8)これから先のことについて積極的に考えることができる	1,611	件数	326	516	353	323	93
	100.0	%	20.2	32.0	21.9	20.0	5.8
(9)過去のことについてくよくよ考える	1,611	件数	702	507	243	81	78
	100.0	%	43.6	31.5	15.1	5.0	4.8
(10)何か恐ろしい気持ちがする	1,611	件数	1,095	308	95	37	76
	100.0	%	68.0	19.1	5.9	2.3	4.7
(11)なかなか眠れない	1,611	件数	890	394	168	80	79
	100.0	%	55.2	24.5	10.4	5.0	4.9
(12)生活について不満なくすごせる	1,611	件数	374	439	287	429	82
	100.0	%	23.2	27.3	17.8	26.6	5.1
(13)ふだんより口数が少ない、口が重い	1,611	件数	994	349	133	61	74
	100.0	%	61.7	21.7	8.3	3.8	4.6
(14)一人ぼっちでさびしい	1,611	件数	1,184	218	74	51	84
	100.0	%	73.5	13.5	4.6	3.2	5.2
(15)皆がよそよそしいと思う	1,611	件数	1,194	253	63	17	84
	100.0	%	74.1	15.7	3.9	1.1	5.2
(16)毎日が楽しい	1,611	件数	241	391	455	421	103
	100.0	%	15.0	24.3	28.2	26.1	6.4
(17)急に泣きだすことがある	1,611	件数	1,361	113	43	11	83
	100.0	%	84.5	7.0	2.7	0.7	5.2
(18)悲しいと感じる	1,611	件数	1,057	339	89	42	84
	100.0	%	65.6	21.0	5.5	2.6	5.2
(19)皆が自分をきらっていると感じる	1,611	件数	1,192	266	60	17	76
	100.0	%	74.0	16.5	3.7	1.1	4.7
(20)仕事(学業)が手につかない	1,611	件数	1,092	271	72	27	149
	100.0	%	67.8	16.8	4.5	1.7	9.2

問11 死にたいと思うほどの悩みやストレスの有無

回答数		まったく なかった	あまりな かった	たまに あった	よくあっ た	無回答
1,611	件数	1,119	258	134	29	71
100.0	%	69.5	16.0	8.3	1.8	4.4

問12 死にたいと思うほどの悩みやストレスの原因

回答数		家族関係 の不和	家族の死 亡	家族の将 来悲観	子育ての 悩み	被虐待	家族の介 護・看病 疲れ	その他家 庭問題	自分の身 体の病気 の悩み	自分のう つ病等の 精神疾患 の病気の 悩み・影 響	身体障害 の悩み
163	件数	49	14	40	20	-	18	18	65	32	8
100.0	%	30.1	8.6	24.5	12.3	-	11.0	11.0	39.9	19.6	4.9

回答数		その他健 康問題	事業不 振・倒産	失業	就職失敗	生活苦	負債	その他経 済・生活 問題	仕事の失 敗	職場の人 間関係	職場環境 の変化
163	件数	25	5	8	6	34	10	22	15	43	17
100.0	%	15.3	3.1	4.9	3.7	20.9	6.1	13.5	9.2	26.4	10.4

回答数		仕事疲れ	パワーハ ラスメン ト・セク シャルハ ラスメント	長時間労 働	その他勤 務問題	結婚をめ ぐる悩み	失恋	不倫の悩 み	その他男 女問題	入試・進 路に関す る悩み	学業不振
163	件数	32	17	7	3	10	6	5	6	6	7
100.0	%	19.6	10.4	4.3	1.8	6.1	3.7	3.1	3.7	3.7	4.3

回答数		教師との 人間関係	いじめ	その他学 校問題	その他	無回答
163	件数	1	2	3	8	1
100.0	%	0.6	1.2	1.8	4.9	0.6

問12 死にたいと思うほどの悩みやストレスの原因(新型コロナウイルス感染症に関する場合)

回答数		家族関係 の不和	家族の死 亡	家族の将 来悲観	子育ての 悩み	被虐待	家族の介 護・看病 疲れ	その他家 庭問題	自分の身 体の病気 の悩み	自分のう つ病等の 精神疾患 の病気の 悩み・影 響	身体障害 の悩み
48	件数	11	5	12	3	-	3	2	20	10	4
100.0	%	22.9	10.4	25.0	6.3	-	6.3	4.2	41.7	20.8	8.3

回答数		その他健 康問題	事業不 振・倒産	失業	就職失敗	生活苦	負債	その他経 済・生活 問題	仕事の失 敗	職場の人 間関係	職場環境 の変化
48	件数	4	3	3	3	12	5	10	3	7	6
100.0	%	8.3	6.3	6.3	6.3	25.0	10.4	20.8	6.3	14.6	12.5

回答数		仕事疲れ	パワーハ ラスメン ト・セク シャルハ ラスメント	長時間労 働	その他勤 務問題	結婚をめ ぐる悩み	失恋	不倫の悩 み	その他男 女問題	入試・進 路に関す る悩み	学業不振
48	件数	6	4	2	-	4	4	2	4	1	2
100.0	%	12.5	8.3	4.2	-	8.3	8.3	4.2	8.3	2.1	4.2

回答数		教師との 人間関係	いじめ	その他学 校問題	その他
48	件数	-	-	1	3
100.0	%	-	-	2.1	6.3

※無回答を除いた集計

問13 町内や地域の人と交流機会の有無

回答数		よくある	ときどきある	あまりない	まったくない	無回答
1,611	件数	215	501	496	368	31
100.0	%	13.3	31.1	30.8	22.8	1.9

問14 町内や地域の人との交流方法

回答数		対面(直接会って)	テレビ電話	電話	FAX	電子メール	SNS (LINE等)	その他	無回答
716	件数	645	5	103	-	24	77	58	12
100.0	%	90.1	0.7	14.4	-	3.4	10.8	8.1	1.7

問15 新型コロナウイルス感染症の流行による、生活や人とのつながりの変化の有無

	回答数		変わらない	苦しくなった	かなり苦しくなった	無回答
(1)暮らし向き	1,611	件数	1,245	223	37	106
	100.0	%	77.3	13.8	2.3	6.6

	回答数		変わらない	減った	かなり減った	無回答
(2)外出の頻度	1,611	件数	411	763	343	94
	100.0	%	25.5	47.4	21.3	5.8
(3)個人的なことを話せる友人	1,611	件数	1,178	232	92	109
	100.0	%	73.1	14.4	5.7	6.8
(4)近所の人との交流	1,611	件数	1,084	304	120	103
	100.0	%	67.3	18.9	7.4	6.4

問16 相談相手の有無

回答数		はい(いる)	いいえ(いない)	無回答
1,611	件数	1,406	180	25
100.0	%	87.3	11.2	1.6

問16-1 相談相手

回答数		家族にいる	家族以外にいる	どちらにもいない	無回答
1,406	件数	569	188	627	22
100.0	%	40.5	13.4	44.6	1.6

問17 新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になること

回答数		かなり増えた	やや増えた	変わらない	わからない	無回答
1,611	件数	152	627	693	120	19
100.0	%	9.4	38.9	43.0	7.4	1.2

問18 新型コロナウイルス感染症の流行による飲酒量の変化

回答数		かなり増えた	やや増えた	変わらない	わからない	無回答
1,611	件数	28	86	1,230	93	174
100.0	%	1.7	5.3	76.4	5.8	10.8

問19 新型コロナウイルス感染症の流行によるゲームやインターネットの利用時間の変化

回答数		かなり増えた	やや増えた	変わらない	わからない	無回答
1,611	件数	154	327	919	91	120
100.0	%	9.6	20.3	57.0	5.6	7.4

問20 「うつ病」と自殺(自死)の関連性

回答数		とてもそう思う	そう思う	思わない	わからない	無回答
1,611	件数	409	681	151	346	24
100.0	%	25.4	42.3	9.4	21.5	1.5

問21.1 家族や友人が食欲がなく眠れない日が続く等の状態になった場合、その人にあてはまると思うこと

回答数		体の病気	心の病気	気のせい	わからない	無回答
1,611	件数	116	1,215	26	165	89
100.0	%	7.2	75.4	1.6	10.2	5.5

問21.2 適切な治療による効果

回答数		治る	治らない	わからない	無回答
1,611	件数	883	103	578	47
100.0	%	54.8	6.4	35.9	2.9

問21.3 適切と思う対応

回答数		様子を見る	本人を励ます	身近な人への相談を勧める	民生委員への相談を勧める	内科医等のかかりつけ医へ受診することを勧める	精神科や心療内科の専門医へ受診することを勧める	保健師など公的な機関(区役所、精神保健福祉センターなどの窓口への相談を勧める)	その他	無回答
1,611	件数	283	128	260	27	286	628	117	101	55
100.0	%	17.6	7.9	16.1	1.7	17.8	39.0	7.3	6.3	3.4

問22 うつ病になった場合の医療機関の受診意向

回答数		かかりつけ医で受診する	精神科や心療内科で受診する	精神科や心療内科以外の医療機関で受診する	受診しない	無回答
1,611	件数	506	718	38	314	54
100.0	%	31.4	44.6	2.4	19.5	3.4

問23 精神科や心療内科の医療機関で受診しない理由

回答数		どこに受診したらいいかかわからない	「うつ病」は治療しても治らないと思う	恥ずかしい病気なので、なるべく隠したい	精神科や心療内科に行くことが恥ずかしい	「うつ病」は特別な人がかかる病気、自分には関係ない	精神科や心療内科に行っても、ほとんどは自然に治る	その他	無回答
38	件数	7	2	3	9	3	1	16	6
100.0	%	18.4	5.3	7.9	23.7	7.9	2.6	42.1	15.8

問24 医療機関で受診しない理由

回答数		治療にお金がかかる	受診する時間がない	どこに受診したらいいかかわからない	「うつ病」は治療しても治らないと思う	恥ずかしい病気なので、なるべく隠したい	「うつ病」は特別な人がかかる病気、自分には関係ない	治療しなくても、ほとんどは自然に治る	通院することで、新型コロナウイルス感染症にかかるおそれがある	その他	無回答
314	件数	66	54	90	42	28	25	85	28	95	6
100.0	%	21.0	17.2	28.7	13.4	8.9	8.0	27.1	8.9	30.3	1.9

問25 精神科や心療内科を受診しやすくするために有効だと思うこと

回答数		かかりつけ医から紹介してもらう	精神科や心療内科の病院や専門クリニックについての周知(名称、所在地、連絡先等)	精神疾患に対する偏見の除去や正しい知識の理解	家族や友人が同伴して受診する	公的な機関(区役所、精神保健福祉センターなど)での医師による精神相談窓口の利用	その他	無回答
1,611 100.0	件数 %	837 52.0	501 31.1	518 32.2	494 30.7	326 20.2	79 4.9	108 6.7

問26 各種相談機関の認知度

	回答数		知っている	知らない	無回答
(1)広島いのちの電話	1,611 100.0	件数 %	757 47.0	740 45.9	114 7.1
(2)ひろしまチャイルドライン	1,611 100.0	件数 %	423 26.3	1,031 64.0	157 9.7
(3)ヤングテレホン広島(広島県警)	1,611 100.0	件数 %	149 9.2	1,291 80.1	171 10.6
(4)いじめ110番	1,611 100.0	件数 %	850 52.8	621 38.5	140 8.7
(5)児童相談所	1,611 100.0	件数 %	1,144 71.0	335 20.8	132 8.2
(6)広島労働局総合労働相談コーナー	1,611 100.0	件数 %	424 26.3	1,019 63.3	168 10.4
(7)こころの耳	1,611 100.0	件数 %	59 3.7	1,381 85.7	171 10.6
(8)紙屋町法律相談センター(弁護士会)	1,611 100.0	件数 %	294 18.2	1,155 71.7	162 10.1
(9)法テラス広島	1,611 100.0	件数 %	547 34.0	917 56.9	147 9.1
(10)広島市消費生活センター	1,611 100.0	件数 %	988 61.3	493 30.6	130 8.1
(11)心配ごと相談所	1,611 100.0	件数 %	157 9.7	1,284 79.7	170 10.6
(12)くらしサポートセンター	1,611 100.0	件数 %	340 21.1	1,094 67.9	177 11.0
(13)地域包括支援センター	1,611 100.0	件数 %	884 54.9	622 38.6	105 6.5
(14)広島市精神保健福祉センター	1,611 100.0	件数 %	290 18.0	1,162 72.1	159 9.9
(15)広島市自殺(自死)防止相談電話	1,611 100.0	件数 %	162 10.1	1,280 79.5	169 10.5
(16)こころの電話相談(広島県)	1,611 100.0	件数 %	363 22.5	1,080 67.0	168 10.4
(17)こころのライン相談@広島県	1,611 100.0	件数 %	93 5.8	1,331 82.6	187 11.6
(18)広島県こころの悩み相談【コロナ関連】	1,611 100.0	件数 %	100 6.2	1,325 82.2	186 11.5
(19)精神科救急情報センター	1,611 100.0	件数 %	96 6.0	1,334 82.8	181 11.2

問27 希望する相談方法

回答数		対面(直接会って)	テレビ電話	電話	FAX	電子メール	SNS(LINE等)	その他	無回答
1,611 100.0	件数 %	869 53.9	23 1.4	581 36.1	4 0.2	90 5.6	151 9.4	14 0.9	81 5.0

問28 自殺対策基本法の認知度

回答数		よく知っている	知っている	聞いたことはあるがよく知らない	知らない	無回答
1,611	件数	12	80	413	1,058	48
100.0	%	0.7	5.0	25.6	65.7	3.0

問29 自殺(自死)対策への関心度

回答数		とても関心がある	関心がある	あまり関心がない	関心がない	無回答
1,611	件数	71	555	641	285	59
100.0	%	4.4	34.5	39.8	17.7	3.7

問30 ゲートキーパーの認知度

回答数		よく知っている	知っている	聞いたことはあるがよく知らない	知らない	無回答
1,611	件数	11	51	171	1,332	46
100.0	%	0.7	3.2	10.6	82.7	2.9

問31 自殺(自死)対策として大切だと思うこと

	回答数		とても大切	大切	あまり大切でない	大切でない	無回答
(1)学校での「いのちの教育」	1,611	件数	1,042	411	38	15	105
	100.0	%	64.7	25.5	2.4	0.9	6.5
(2)職場や地域での「こころの相談」の充実	1,611	件数	658	710	92	26	125
	100.0	%	40.8	44.1	5.7	1.6	7.8
(3)うつ病や自殺(自死)予防の専用電話相談の充実	1,611	件数	644	721	102	18	126
	100.0	%	40.0	44.8	6.3	1.1	7.8
(4)うつ病や自殺(自死)予防の専用ホームページの充実	1,611	件数	566	724	158	26	137
	100.0	%	35.1	44.9	9.8	1.6	8.5
(5)FAXを利用した「こころの相談」	1,611	件数	280	620	429	126	156
	100.0	%	17.4	38.5	26.6	7.8	9.7
(6)電子メールを利用した「こころの相談」	1,611	件数	423	711	243	52	182
	100.0	%	26.3	44.1	15.1	3.2	11.3
(7)SNSを利用した「こころの相談」	1,611	件数	472	655	248	54	182
	100.0	%	29.3	40.7	15.4	3.4	11.3
(8)かかりつけ医師や診療所の目配り	1,611	件数	689	672	95	14	141
	100.0	%	42.8	41.7	5.9	0.9	8.8
(9)もっと精神科や心療内科の受診をしやすくする	1,611	件数	837	577	51	8	138
	100.0	%	52.0	35.8	3.2	0.5	8.6
(10)債務(借金返済)相談の充実	1,611	件数	441	832	152	24	162
	100.0	%	27.4	51.6	9.4	1.5	10.1
(11)うつ病や自殺(自死)に関する市民への啓発活動	1,611	件数	397	829	200	23	162
	100.0	%	24.6	51.5	12.4	1.4	10.1
(12)教師、職場の上司等相談に応じる人への研修	1,611	件数	634	656	141	28	152
	100.0	%	39.4	40.7	8.8	1.7	9.4
(13)自殺未遂者への支援	1,611	件数	631	708	91	26	155
	100.0	%	39.2	43.9	5.6	1.6	9.6
(14)自殺(自死)で亡くなられた人の親族等への支援	1,611	件数	539	731	148	39	154
	100.0	%	33.5	45.4	9.2	2.4	9.6
(15)高齢者の孤立を防ぐ対策	1,611	件数	778	653	53	12	115
	100.0	%	48.3	40.5	3.3	0.7	7.1
(16)孤立化しやすい人を地域で見守るネットワーク	1,611	件数	595	752	100	18	146
	100.0	%	36.9	46.7	6.2	1.1	9.1
(17)マスコミと一緒にキャンペーンを行う	1,611	件数	253	625	439	122	172
	100.0	%	15.7	38.8	27.3	7.6	10.7
(18)家庭での「いのちの教育」	1,611	件数	588	732	122	26	143
	100.0	%	36.5	45.4	7.6	1.6	8.9
(19)生活困窮者への経済的支援	1,611	件数	516	809	121	30	135
	100.0	%	32.0	50.2	7.5	1.9	8.4
(20)新型コロナウイルス感染症に関するこころの相談窓口の充実	1,611	件数	497	808	146	31	129
	100.0	%	30.9	50.2	9.1	1.9	8.0

問32 自殺(自死)対策のために取り組むことができること

回答数		うつ病や自殺(自死)に関する講習会への参加	家族でうつ病等と話し合う機会をつくる	家庭や地域でうつ病等の正しい知識を伝える	ゲートキーパー活動への参加	これまで以上の家族や友人への目配り	職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む	その他	特に何もしない	無回答
1,611	件数	321	538	478	171	910	497	50	130	112
100.0	%	19.9	33.4	29.7	10.6	56.5	30.9	3.1	8.1	7.0

こころの健康に関するアンケート調査

ご協力をお願い

日頃から、広島市の保健福祉行政にご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。

さて、全国では、平成10年に自殺者数が急増し、年間3万人を超え、その後も高い水準で推移しています。広島市においても、平成10年に自殺者数が200人を超え、平成25年には16年ぶりに200人を下回ったものの、依然として深刻な状況が続いています。こうした状況から、広島市では、平成20年度から平成28年度までを計画期間とした「広島市うつ病・自殺対策推進計画」を、そして平成29年度から令和3年度までを計画期間とした「広島市うつ病・自殺（自死）対策推進計画（第2次）」を策定し、うつ病・自殺（自死）対策に取り組んでまいりました。

今回の「こころの健康に関するアンケート調査」は、こころの健康や自殺（自死）予防に関する市民の皆様のお考えなどをお聞きし、その結果を新たな「広島市うつ病・自殺（自死）対策推進計画」を策定する上での基礎資料とするため、実施するものです。

なお、この調査は、市内にお住まいの15歳以上の方の中から、3,000人を無作為に抽出させていただき、回答をお願いするものです。調査は、無記名で回答していただき、回答結果は統計的に処理いたします。ご記入いただいた個人情報は、この調査の目的以外には使用いたしません。

ご多忙とは存じますが、この調査の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

令和2年11月

広島市長 松井 一實

記入についてのお願い

1 調査票には、**あて名のご本人がお答えください。**

もし、ご本人に記入いただけない場合は、身近な方が、ご本人の意見を聞きながら記入していただきますようお願いいたします。

なお、この調査は、回答者を無作為で抽出しているため、あて名のご本人の様子がわかりません。万一、ご病気などでお答えいただけない場合や、読みたくない・回答したくない場合などは、無理に記入されなくても結構です。

2 回答にあたっては、問にしたがって**調査票に直接ご記入ください。**

ご記入は、鉛筆、ボールペン、万年筆のいずれでも結構です。

3 記入した調査票は、同封の返信用封筒（切手は不要です。）に入れ、**令和2年11月17日（火）までに郵便ポストへご投函ください。**

4 この調査についてのお問合せは、下記をお願いいたします。

〒730-8586 広島市中区国泰寺町一丁目6番34号
 広島市健康福祉局精神保健福祉課 担当：森脇、仙波、村戸
 TEL (082) 504-2228、FAX (082) 504-2256

問7 あなたはどのような仕事についていますか。

自営、家族従事の方	→	1 農業、林業、水産業 2 商業、サービス業、工業 3 自由業（弁護士、開業医、芸術家など）	⇒問8へ	
お勤めの方	→	4 管理職（会社・団体の役員、課長以上の人など） 5 専門・技術職 ア 対人サービスの多い職（教員、病院勤務の医師・看護師、保育士など） イ ア以外（研究開発職、システムエンジニアなど） 6 事務職（会社・団体の一般事務など） 7 販売・サービス職（店員、理・美容師など） 8 技能・労務職（工員、建設作業員、運転手、ガードマンなど） 9 パートタイマー、アルバイト（学生を除く）		
その他	→	10 専業主婦・主夫 11 学生 12 無職（10及び11を除く）		⇒問9へ

問8 あなたのふだん1週間の就業時間はどのくらいですか。ふだん残業や副業をしている場合は、それを含めた1週間の合計について記入してください。

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 1 20時間未満 | 2 20～29時間 | 3 30～39時間 |
| 4 40～48時間 | 5 49～59時間 | 6 60～79時間 |
| 7 80時間以上 | 8 決まっていない | |

問9 あなたの現在の健康状態はいかがですか。

- | | |
|---------|-------------|
| 1 健康である | 2 まあまあ健康である |
| 3 健康でない | 4 よくわからない |

問10 この1週間のあなたのからだやこころの状態についてお伺いします。

（この問については、(1)～(20)のそれぞれの項目について、該当する番号を選んで○印をつけてください。）

	ほとんど なかった (ぜんぜん)	少しは あった (1～2日)	時々 あった (3～4日)	たいてい そうだった (5～7日)
(1) 普段はなんでもないことがわずらわしい	1	2	3	4
(2) 食べたくない、食欲が落ちた	1	2	3	4
(3) 家族や友だちからはげましてもらっても、気分が晴れない	1	2	3	4
(4) 他の人と同じ程度には、能力があると思う	1	2	3	4
(5) 物事に集中できない	1	2	3	4
(6) ゆうつだ	1	2	3	4

	ほとんど なかった (ぜんぜん)	少しは あった (1～2日)	時々 あった (3～4日)	たいてい そうだった (5～7日)
(7) 何をするのも面倒だ	1	2	3	4
(8) これから先のことについて積極的に考えることができる	1	2	3	4
(9) 過去のことにについてくよくよ考える	1	2	3	4
(10) 何か恐ろしい気持ちがある	1	2	3	4
(11) なかなか眠れない	1	2	3	4
(12) 生活について不満なくすごせる	1	2	3	4
(13) ふだんより口数が少ない、口が重い	1	2	3	4
(14) 一人ぼっちでさびしい	1	2	3	4
(15) 皆がよそよそしいと思う	1	2	3	4
(16) 毎日が楽しい	1	2	3	4
(17) 急に泣きだすことがある	1	2	3	4
(18) 悲しいと感じる	1	2	3	4
(19) 皆が自分をきらっていると感じる	1	2	3	4
(20) 仕事(学業)が手につかない	1	2	3	4

問 11 あなたは、この6か月の間に「死にたい」と思うほどの悩みやストレスがありましたか。

- 1 まったくなかった
2 あまりなかった
3 たまにあった
4 よくあった
- 問 13 へ進んでください。

【上の問 11 で「3 たまにあった」又は「4 よくあった」と答えた方に質問します。】

問 12 それは、どのような事柄が原因ですか。

(この問については、次のうちからいくつでも○印をつけてください。)

その原因が新型コロナウイルス感染症に関係する場合は、この欄にも○印をつけてください。

		○印関係
家庭問題	1 家族関係の不和	1
	2 家族の死亡	2
	3 家族の将来悲観	3
	4 子育ての悩み	4
	5 被虐待	5
	6 家族の介護・看病疲れ	6
	7 その他家庭問題(具体的に：)	7
健康問題	8 自分の身体の病気の悩み	8
	9 自分のうつ病等の精神疾患の病気の悩み・影響	9
	10 身体障害の悩み	10
	11 その他健康問題(具体的に：)	11

問 15 新型コロナウイルス感染症の流行により、生活や人とのつながりに変化があったかをおたずねします。(1)～(4)の項目について、それぞれ当てはまる番号1つに○をつけてください。

(1) 暮らし向き	1 変わらない	2 苦しくなった	3 かなり苦しくなった
(2) 外出の頻度	1 変わらない	2 減った	3 かなり減った
(3) 個人的なことを話せる友人	1 変わらない	2 減った	3 かなり減った
(4) 近所の人との交流	1 変わらない	2 減った	3 かなり減った

問 16 あなたの心配ごとや悩みごとを相談できる人がいますか。

- 1 はい 2 いいえ
 └─ ア 家族にいる
 イ 家族以外にいる
 ウ どちらにもいる

問 17 新型コロナウイルス感染症の流行により、ゆううつな気分になることが増えましたか。

- 1 かなり増えた 2 やや増えた
 3 変わらない 4 わからない

問 18 新型コロナウイルス感染症の流行により、飲酒の量が増えましたか。

- 1 かなり増えた 2 やや増えた
 3 変わらない 4 わからない

問 19 新型コロナウイルス感染症の流行により、ゲームやインターネットをする時間が増えましたか。

- 1 かなり増えた 2 やや増えた
 3 変わらない 4 わからない

問 20 「うつ病」は自殺（自死）に強く関連していると思いますか。

- 1 とてもそう思う 2 そう思う
 3 思わない 4 わからない

問 21 あなたの家族や友人のひとりが次のような状態になった場合を想定してお答えください。

「この2～3週間、食欲が無く眠れない日々が続き、体重が減ってきたようです。また、ふさぎ込むようになり、仕事に集中できなくなっていました。物事に対して興味がわかないようで、話しかけても返事に乏しく、悲観的な事を言っています。」

付問1 その人の状態に最もあてはまるのは次のどれだと思いますか。

- | | |
|--------|---------|
| 1 体の病気 | 2 心の病気 |
| 3 気のせい | 4 わからない |

付問2 その人の状態は適切な治療で治ると思いますか。

- | | | |
|------|--------|---------|
| 1 治る | 2 治らない | 3 わからない |
|------|--------|---------|

付問3 あなたは、その人にどのように対応したらよいと思いますか。

最も良い対応だと思うものを選んでください。

- 1 様子を見る
- 2 本人を励ます
- 3 身近な人への相談を勧める
- 4 民生委員への相談を勧める
- 5 内科医等のかかりつけ医へ受診することを勧める
- 6 精神科や心療内科の専門医へ受診することを勧める
- 7 保健師など公的な機関（区役所、精神保健福祉センターなど）の窓口への相談を勧める
- 8 その他（具体的に： _____）

問 22 あなたは、もし「うつ病」だと思われる症状が2～3週間以上続いたら、医療機関で受診しますか。

- | | |
|---------------------------------|-------------------------|
| 1 かかりつけ医で受診する | } —————→ 問 25 へ進んでください。 |
| 2 精神科や心療内科で受診する | |
| 3 精神科や心療内科 <u>以外</u> の医療機関で受診する | → 問 23 へ進んでください。 |
| 4 受診しない | → 問 24 へ進んでください。 |

【上の問 22 で「3 精神科や心療内科以外の医療機関で受診する」と答えた方に質問します。】

問 23 なぜ精神科や心療内科の医療機関で受診しないのですか。

（この問については、次のうちからいくつでも○印をつけてください。）

- 1 どこに受診したらよいかわからない
- 2 「うつ病」は治療しても治らないと思う
- 3 恥ずかしい病気なので、なるべく隠したい
- 4 精神科や心療内科に行くことが恥ずかしい
- 5 「うつ病」は特別な人がかかる病気で、自分には関係ない
- 6 精神科や心療内科に行って治療しなくても、ほとんどは自然に治る
- 7 その他（具体的に： _____）

【前の問 22 で「4 受診しない」と答えた方に質問します。】

問 24 なぜ医療機関で受診しないのですか。

(この問については、次のうちからいくつでも○印をつけてください。)

- 1 治療にお金がかかる
- 2 受診する時間がない
- 3 どこに受診したらよいかわからない
- 4 「うつ病」は治療しても治らないと思う
- 5 恥ずかしい病気なので、なるべく隠したい
- 6 「うつ病」は特別な人がかかる病気で、自分には関係ない
- 7 治療しなくても、ほとんどは自然に治る
- 8 通院することで、新型コロナウイルス感染症にかかるおそれがある
- 9 その他(具体的に:)

問 25 精神科や心療内科の受診をしやすくするには、どのようにしたらよいと思いますか。

(この問については、次のうちからいくつでも○印をつけてください。)

- 1 かかりつけ医から紹介してもらう
- 2 精神科や心療内科の病院や専門クリニックについての周知(名称、所在地、連絡先等)
- 3 精神疾患に対する偏見の除去や正しい知識の理解
- 4 家族や友人が同伴して受診する
- 5 公的な機関(区役所、精神保健福祉センターなど)での医師による精神相談窓口の利用
- 6 その他(具体的に:)

問 26 次の相談機関を知っていますか。

(この問については、(1)～(19)のそれぞれの項目について、該当する番号を選んで○印をつけてください。)

	知っている	知らない
(1) 広島いのちの電話 24 時間対応の電話相談	1	2
(2) ひろしまチャイルドライン 18 歳までの子ども専用電話相談	1	2
(3) ヤングテレホン広島(広島県警) 24 時間対応の電話相談	1	2
(4) いじめ 110 番 いじめに悩む子どもや保護者の相談	1	2
(5) 児童相談所 児童についての悩みや児童虐待等の相談	1	2
(6) 広島労働局総合労働相談コーナー 賃金、労働時間等労働問題に関する相談	1	2
(7) こころの耳 働く人や家族のメール相談	1	2
(8) 紙屋町法律相談センター(弁護士会) 金銭問題、その他法律に関する相談(有料)	1	2
(9) 法テラス広島 金銭問題、その他法律に関する相談	1	2
(10) 広島市消費生活センター 多重債務、借金返済の相談	1	2
(11) 心配ごと相談所 社会福祉協議会で行う日常生活上の相談	1	2
(12) くらしサポートセンター 様々な課題を抱える生活困窮の相談	1	2
(13) 地域包括支援センター 高齢者の介護や介護予防などの相談	1	2
(14) 広島市精神保健福祉センター こころの専門相談	1	2
(15) 広島市自殺(自死)防止相談電話 死にたいほどのつらい気持ちや自殺(自死)に関する相談	1	2

	知っている	知らない
(16) こころの電話相談（広島県） こころの健康に関する電話相談	1	2
(17) こころのライン相談@広島県 39歳までの若年層向けSNS相談	1	2
(18) 広島県こころの悩み相談【コロナ関連】 新型コロナウイルス感染症に関連した心の不調のSNS相談	1	2
(19) 精神科救急情報センター 24時間対応の精神科疾患の医療相談	1	2

問 27 相談機関で相談するときに、どのような方法で相談したいですか。

- 1 対面（直接会って） 2 テレビ電話 3 電話
 4 F A X 5 電子メール 6 SNS（LINE等）
 7 その他（具体的に： ）

問 28 自殺（自死）対策を社会的な取組として総合的に推進するため、自殺対策基本法が施行されています。あなたは、この法律をご存知ですか。

- 1 よく知っている 2 知っている
 3 聞いたことはあるがよく知らない 4 知らない

問 29 あなたは、自殺（自死）対策に関心がありますか。

- 1 とても関心がある 2 関心がある
 3 あまり関心がない 4 関心がない

問 30 自殺（自死）対策における「ゲートキーパー※」という言葉を知っていますか。

- 1 よく知っている 2 知っている
 3 聞いたことはあるがよく知らない 4 知らない

※ゲートキーパー：悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人。

問 31 自殺（自死）対策として、あなたが大切だと思うことや充実させてもらいたいことはどのようなものですか。

（この問については、(1)～(20)のそれぞれの項目について、該当する番号を選んで○印をつけてください。）

	とても大切	大 切	あまり 大切でない	大切でない
(1) 学校での「いのちの教育」	1	2	3	4
(2) 職場や地域での「こころの相談」の充実	1	2	3	4
(3) うつ病や自殺（自死）予防の専用電話相談の充実	1	2	3	4
(4) うつ病や自殺（自死）予防の専用ホームページの充実	1	2	3	4
(5) F A X を利用した「こころの相談」	1	2	3	4

	とても大切	大 切	あまり 大切でない	大切でない
(6) 電子メールを利用した「こころの相談」	1	2	3	4
(7) SNSを利用した「こころの相談」	1	2	3	4
(8) かかりつけ医師や診療所の目配り	1	2	3	4
(9) もっと精神科や心療内科の受診をしやすくする	1	2	3	4
(10) 債務（借金返済）相談の充実	1	2	3	4
(11) うつ病や自殺（自死）に関する市民への啓発活動	1	2	3	4
(12) 教師、職場の上司等相談に応じる人への研修	1	2	3	4
(13) 自殺未遂者への支援	1	2	3	4
(14) 自殺（自死）で亡くなられた人の親族等への支援	1	2	3	4
(15) 高齢者の孤立を防ぐ対策	1	2	3	4
(16) 孤立化しやすい人を地域で見守るネットワーク	1	2	3	4
(17) マスコミと一緒にキャンペーンを行う	1	2	3	4
(18) 家庭での「いのちの教育」	1	2	3	4
(19) 生活困窮者への経済的支援	1	2	3	4
(20) 新型コロナウイルス感染症に関するこころの相談窓口の充実	1	2	3	4

問 32 あなたが自殺（自死）対策のために取り組むことができると思うことはどのようなものですか。
（この問については、次のうちからいくつでも○印をつけてください。）

- 1 うつ病や自殺（自死）に関する講習会への参加
- 2 家族でうつ病等を話し合う機会をつくる
- 3 家庭や地域でうつ病等の正しい知識を伝える
- 4 ゲートキーパー活動への参加
- 5 これまで以上の家族や友人への目配り
- 6 職場のメンタルヘルス環境の改善に取り組む
- 7 その他（具体的に： _____）
- 8 特に何もしない

◎ こころの健康や自殺（自死）対策などについて、お気づきの点やご意見などがありましたら記入してください。

ご協力をいただき、誠にありがとうございました。

登 録 番 号: 広H6-2020-391

名 称: 広島市こころの健康に関するアンケート調査結果報告書

主 管 課: 健康福祉局 障害福祉部 精神保健福祉課

所 在 地: 広島市中区国泰寺町一丁目6番34号

(〒730-8586) TEL 082-504-2228

印刷会社名: 株式会社サーベイリサーチセンター