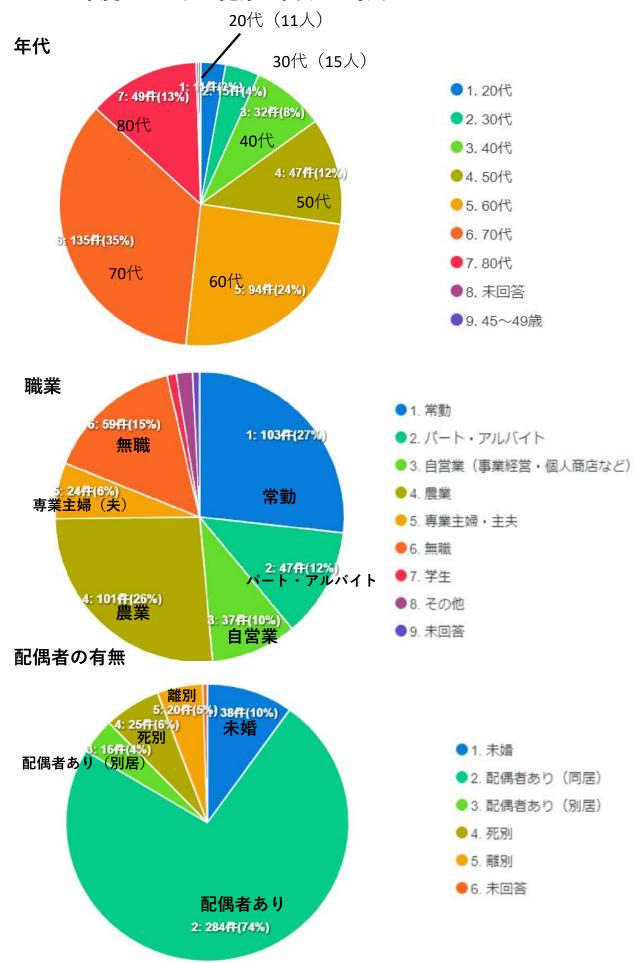
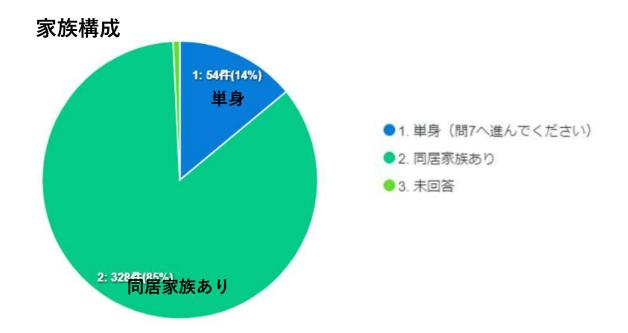
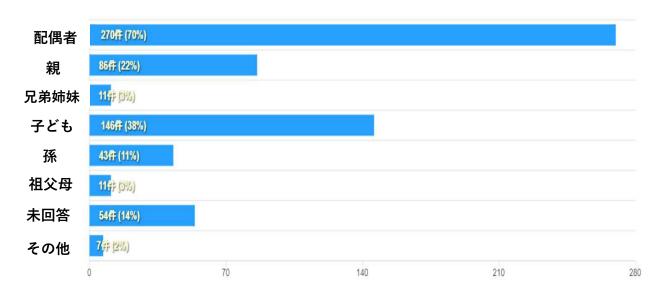
R6年度 こころの健康に関する町民アンケート

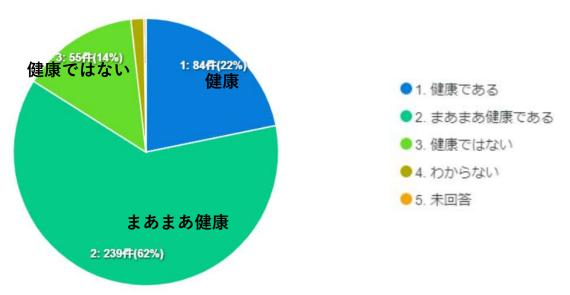




同居している方との関係



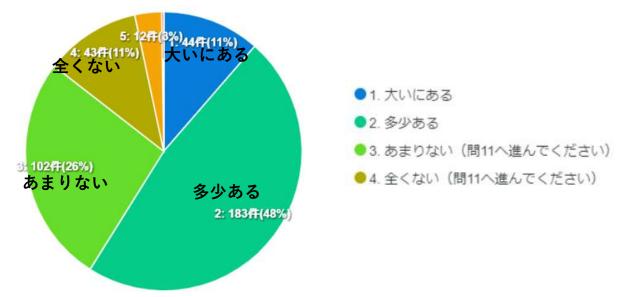
自分の「からだ」の健康状態をどう思うか



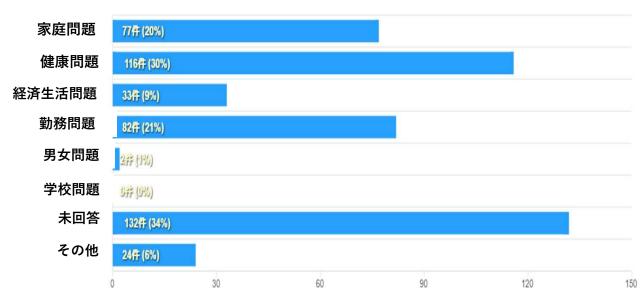
自分の「こころ」の健康状態をどう思うか



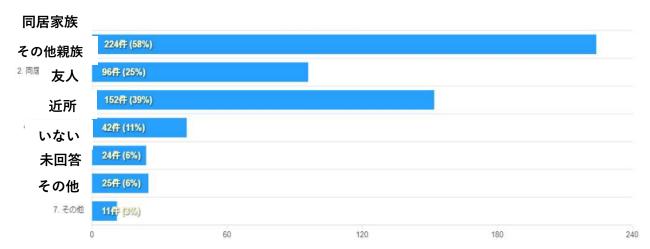
この1か月間での不満・悩み・苦労・ストレスがあったか



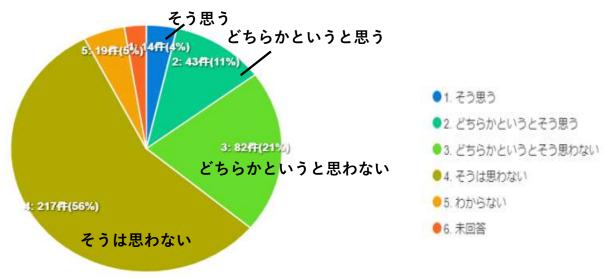
どのような事柄が原因か



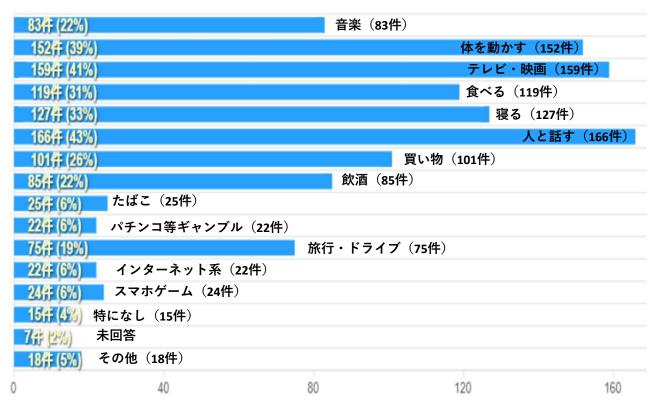
あなたの心配や悩みを受け止めて、耳を傾けてくれる人はいるか



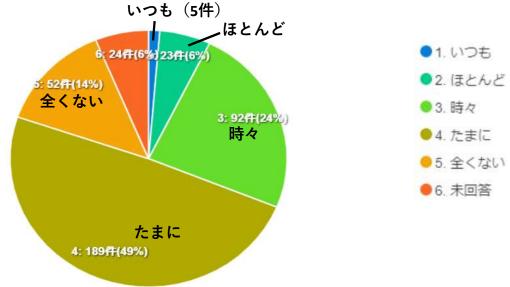
悩みやストレスを感じた時に相談したり助けを求める事は恥ずかしいと思うか



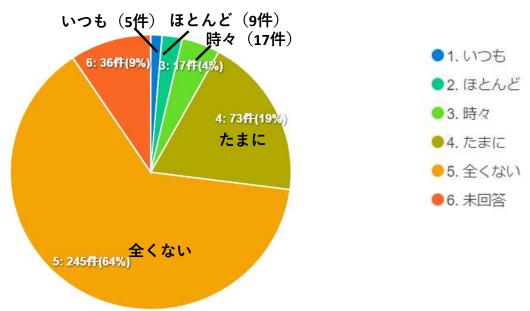
悩みやストレスを解消するため行う事



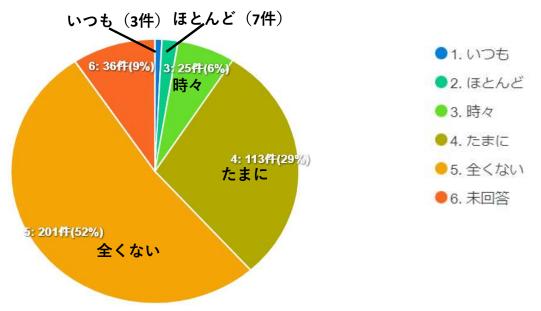
過去30日間にどれくらいの頻度でイライラしたりしたか



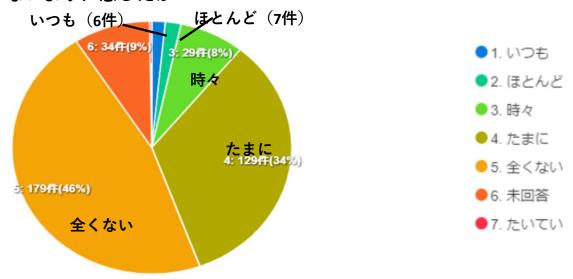
過去30日間にどれくらい頻度で絶望的だと感じたか



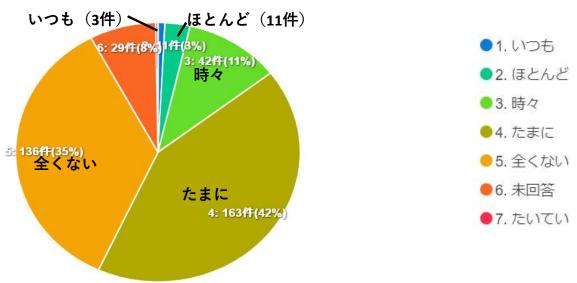
過去30日間にどれくらいの頻度でそわそわ落ち着かなく感じたか



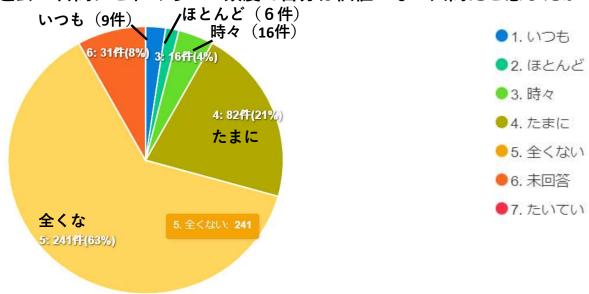
過去30日間にどれくらいの頻度で気分が沈んで何が起こっても気が晴れないように感じたか



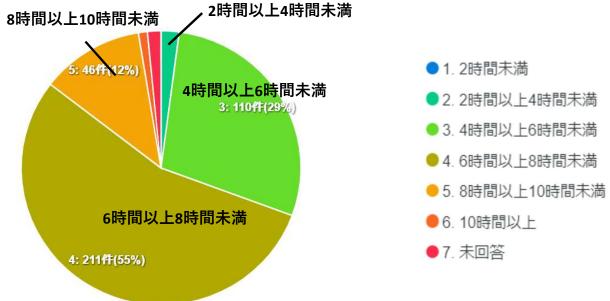
過去30日間にどれくらいの頻度で何をするのもおっくうだと感じたか



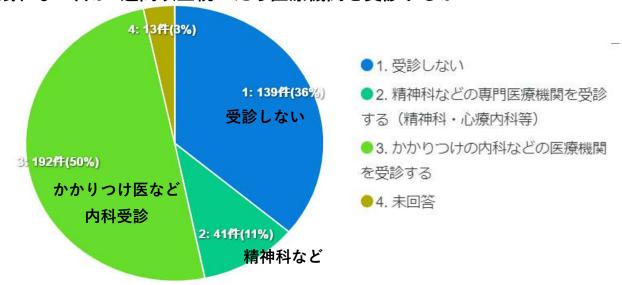
過去30日間にどれくらいの頻度で自分は価値のない人間だと感じたか



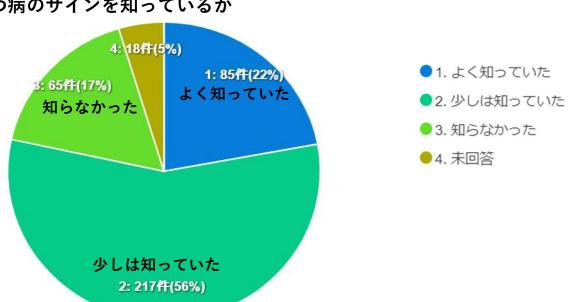
ここ1か月間のおおよその平均睡眠時間はどれくらいか



眠れない日が2週間以上続いたら医療機関を受診するか



うつ病のサインを知っているか



自分の「うつ病のサイン」に気づいたとき、専門医療機関へ相談するか



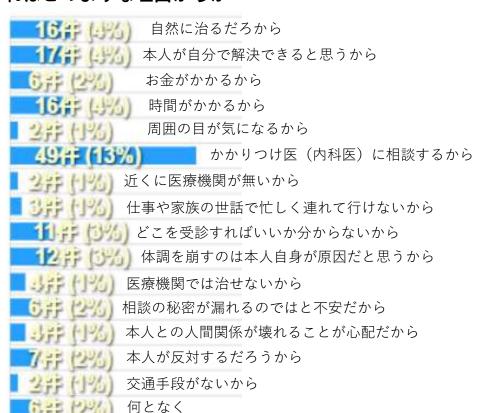
それはどのような理由からか



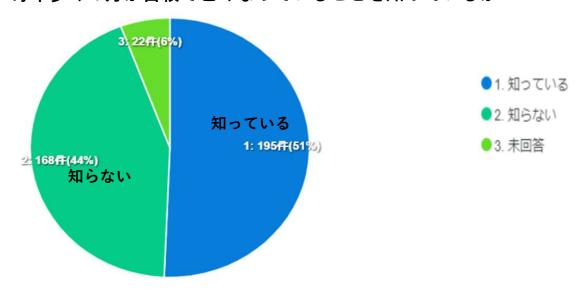
家族など身近な人 | うつ病のサイン」に気づいたとき、専門医療機関へ 相談する事を勧めるか



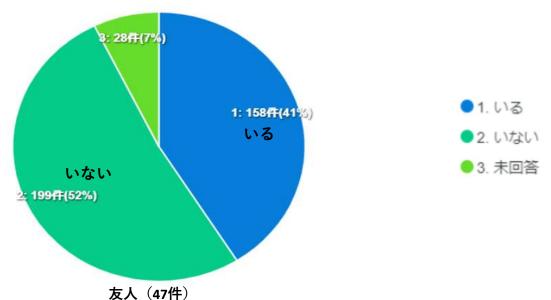
それはどのような理由からか



毎年多くの方が自殺で亡くなっていることを知っているか



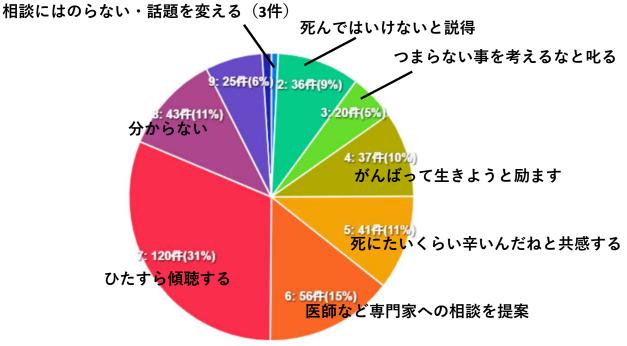
あなたの周りで自殺をした方はいるか



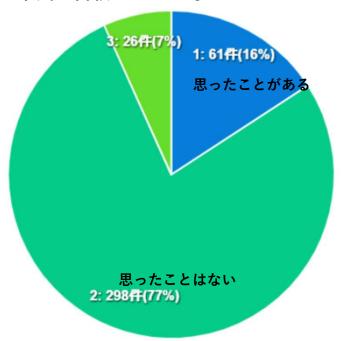
「いる」と回答した方へ:その人との関係は

12年(5%) 同居の)家族(12件)			
63件 (16%)	同居の家	族以外の親族(63件)		
5 0%)恋人(0)件)			
47件 (12%)	友人(47件)			
25件(6%) 職場[関係者(25件)			
226件 (59%)		未回答(2267件)		
40件 (10%)	その他(40件)			
0	60	120	180	240

身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、どう対応するのがいいと思うか



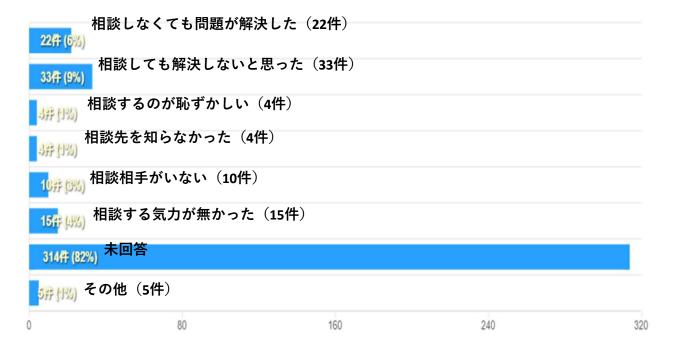
これまでの人生で本気で自殺したいと考えたことがあるか



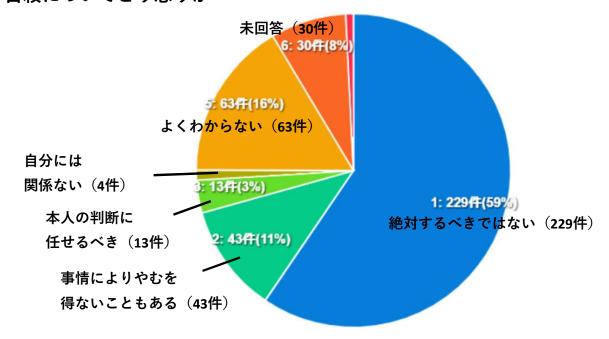
「ある」と回答:誰かに相談したことがあるか

65件 (17%	相談したことは	はない(65件)		
5# (1%)	同居の家族(5件)			
2# (1%)	同居の家族以外の親族(2件	牛)		
<mark>8</mark> 异 (2%)	友人(8件)			
1# (0%)	職場関係者(1件)			
3# (1%)	カウンセラー(4件)			
7# (2%)	医師(7件)			
Off (0%)	保健所等公的機関(0件)			
Off (0%)	民間ボランティアの電話相談	員(0件)		
301件 (78	粉)未回答			
2# (1%)	その他(2件)			
0	80	160	240	320

「相談したことはない」と回答:どのような理由からか



自殺についてどう思うか



自死遺族の会(つどい)の存在を知っているか



相談先として知っている窓口はどこか

102件 (26%)	五ヶ瀬町役場	(102件)
76件 (20%)	高千穂保健所等(76件)	
36件 (9%)	精神保健福祉センター(36件)	
60件 (16%)	自殺防止電話相談(60件)	
136件 (35%)	こころの電話相談	(136件)
88件 (23%)	また。)(88件)
75件 (19%)	心療内科病院(クリニック)(7	5件)
26件 (7%)	内科等(26件)	
89件 (23%)	知らない(89件)	
31件 (8%)	未回答(31件)	
■辨[%] その他	(3件)	

相談先の情報をどのように得るか

22件(6%) 新	聞(22件)			
41件 (11%)	テレビ(41件)			
17件(4%) ラジュ	オ(17件)			
133件 (35%)		インター	・ネット(133件)	
29件 (8%)	電話帳(29件)			
101件 (26%)		行	政機関に問い合わせる	(101件)
27件 (7%)	広報誌(27件)			
45件 (12%)	行政が発行する	るリーフレット等(451	#)	
134件 (35%)		家族・友人等身近な	人に聞く(134件)	
30件 (8%)	調べない(30件)			
33件 (9%)	未回答(33件)			
5冊(1%) その他	(5件)			
0	30 60	90	120	150

今後必要と思われる自殺対策は

212件 (55%)	学校でのいのちの教育の充実(212件)
130 (34%)	職場や地域での相談窓口の充実(130件)
97件 (25%)	自殺に関する電話相談の充実(97件)
104件 (27%)	医療機関や相談窓口のネットワークづくり(104件)
172件 (45%)	専門医へ受診しやすい環境づくり(172件)
65件 (17%)	自殺予防に関する普及啓発(65件)
76件 (20%)	自殺未遂者の相談や支援(76件)
34件 (9%)	自死遺族の相談や支援(34件)
149(‡ (39%)	孤独を防ぐ対策(149件)
109件 (28%)	地域のまちづくり(109件)
143件 (37%)	経済面での生活相談・支援(143件)
143件 (37%) 71件 (18%)	経済面での生活相談・支援(143件)