

# 『自殺に関する市民意識調査』調 査 票

## ＜ご記入いただく上でのお願い＞

- ◎ この調査は、あなた（あて名の方）ご自身のお考えでご記入ください。
- ◎ 回答にあたっては、特に説明のない限り、あてはまる項目を選び、その番号を○で囲んでください。  
なお、設問には（○は1つ）、（それぞれに○は1つ）、（○はいくつでも）などと書いてありますので、その数にしたがってお答えください。
- ◎ 回答が「その他」に当てはまる場合は、お手数ですが（ ）内になるべく具体的にその内容をご記入ください。
- ◎ 一部の方だけお答えいただく設問もありますので、その場合は➡にしたがってお答えください。

ご回答いただいた調査票は、同封の返信用封筒に入れて、  
**9月21日(火)までにご投函下さいますようお願いいたします。(切手は不要です)**

**調査主体:横浜市 健康福祉局 こころの健康相談センター**

**〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1735番地**

**電話 476-5505（平日8:45～17:15） ファクス 476-5581**

**市ホームページ:**

[http://www.city.yokohama.jp/me/kenkou/kokoronosodan\\_center/chousa.html](http://www.city.yokohama.jp/me/kenkou/kokoronosodan_center/chousa.html)

\*調査票の到着直後は担当課の電話が混み合います。ご了承ください。

\*上記時間以外のお問い合わせは横浜市コールセンターがお受けいたしますが、内容により、後日担当課から回答させていただく場合がありますのでご了承ください。

**＜横浜市コールセンター＞ 664-2525**

**(平日 17:30～21:00、土曜・日曜・祝日 8:00～21:00)**

# 1 はじめに、あなたのことについておたずねします

F1 あなたの性別をお選びください。(○は1つ)

- |      |      |
|------|------|
| 1 男性 | 2 女性 |
|------|------|

F2 あなたの年齢はおいくつですか。

\_\_\_\_\_歳

F3 あなたがお住まいの区は、次のどちらですか。(○は1つ)

- |        |        |          |
|--------|--------|----------|
| 1 青葉区  | 7 港南区  | 13 戸塚区   |
| 2 旭区   | 8 港北区  | 14 中区    |
| 3 泉区   | 9 栄区   | 15 西区    |
| 4 磯子区  | 10 瀬谷区 | 16 保土ヶ谷区 |
| 5 神奈川区 | 11 都筑区 | 17 緑区    |
| 6 金沢区  | 12 鶴見区 | 18 南区    |

F4 現在のお住まいでの居住年数はどのくらいですか。

約\_\_\_\_\_年 ※1年未満の場合は「1」年と記入してください。

F5 あなたは結婚されていますか。配偶者の方はご健在ですか。(○は1つ)

- |              |            |      |
|--------------|------------|------|
| 1 既婚 (配偶者あり) | 2 既婚 (離死別) | 3 未婚 |
|--------------|------------|------|

F6 あなたにお子さんはいますか。いる場合、お子さんは次のどの段階にあたりますか。別居しているお子さんも含め全員について、それぞれお答えください。(○はいくつでも)

- |                   |                    |
|-------------------|--------------------|
| 1 小学校入学前          | 7 学校教育終了-未婚-同居     |
| 2 小学校在学中          | 8 学校教育終了-未婚-別居     |
| 3 中学校在学中          | 9 学校教育終了-既婚-同居     |
| 4 高校在学中           | 10 学校教育終了-既婚-別居    |
| 5 各種学校、専修・専門学校在学中 | 11 その他 (具体的に_____) |
| 6 短大・大学・大学院在学中    | 12 子どもはいない         |

F7 あなたのご家族(同居されている方)の構成をお選びください。(○は1つ)

- |          |                 |       |
|----------|-----------------|-------|
| 1 ひとり暮らし | 3 親と子 (2世代)     |       |
| 2 夫婦のみ   | 4 祖父母と親と子 (3世代) | 5 その他 |

F8 あなたのご職業をお選びください。(○は1つ)

- |                                   |       |
|-----------------------------------|-------|
| 1 会社・団体などの役員                      |       |
| 2 勤め人 (管理職)                       |       |
| 3 勤め人 (役員・管理職以外)                  |       |
| 4 自営業 (事業経営・個人商店など)               |       |
| 5 自由業 (個人で、自分の専門的知識や技術を生かした職業に従事) |       |
| 6 派遣                              |       |
| 7 パート・アルバイト                       | 9 学生  |
| 8 専業主婦・主夫                         | 10 無職 |

F9 あなたは夫婦共働きをしていますか。(○は1つ)

- |            |                |         |
|------------|----------------|---------|
| 1 フルタイム共働き | 2 パートタイム共働き(※) | 3 していない |
|------------|----------------|---------|

※夫婦の何れか、あるいは両方がパートタイム

## II 悩みやストレスに関しておたずねします

問 1 あなたは日頃、悩み、苦勞、ストレス、不満がありますか。現在ある場合とかつてあった場合とに分けてお答えください。(それぞれに○は1つ)

		現在ある	かつてあったが今はない	意識して感じた事はない
a	家庭の問題 (家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病 等)	1	2	3
b	病気など健康の問題 (自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み等)	1	2	3
c	経済的な問題 (倒産、事業不振、借金、失業 等)	1	2	3
d	勤務関係の問題 (転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働 等)	1	2	3
e	男女関係の問題 (失恋、結婚を巡る悩み 等)	1	2	3
f	学校の問題 (いじめ、学業不振、教師との人間関係 等)	1	2	3
g	その他(具体的に )	1	2	

問 2 あなたは a~f に示したようなことを感じることはありますか。(それぞれに○は1つ)

		まったくない	少しだけ	時々ある	よくある	いつも感じている
a	神経過敏だと感じることもある	1	2	3	4	5
b	絶望的だと感じることもある	1	2	3	4	5
c	そわそわ落ち着かなく感じることもある	1	2	3	4	5
d	気分が沈み、気が晴れないように感じることもある	1	2	3	4	5
e	何をすることも面倒だと感じることもある	1	2	3	4	5
f	自分は価値のない人間だと感じることもある	1	2	3	4	5

問 3 あなたは日常生活の不満、悩み、苦勞、ストレスを解消するために、次のことをどのくらいしますか。(それぞれに○は1つ)

		よくする	ときどきする	あまりしない	全くしない
a	運動する	1	2	3	4
b	お酒を飲む	1	2	3	4
c	睡眠をとる	1	2	3	4
d	人に話を聞いてもらう	1	2	3	4
e	趣味やレジャーをする (具体的に )	1	2	3	4
f	我慢して時間が経つのを待つ	1	2	3	4
g	その他 (具体的に )	1	2		

### III 相談することについておたずねします

問 4 あなたは悩みやストレスを感じた時に、助けを求めたり、誰かに相談したいと思いませんか。  
(○は1つ)

- |                |                |         |
|----------------|----------------|---------|
| 1 そう思う         | 3 どちらかというと思わない | 5 わからない |
| 2 どちらかといえばそう思う | 4 そう思わない       |         |

問 5 あなたは悩みやストレスを感じた時に、助けを求めたり、誰かに相談をしたりすることは恥ずかしいことだと思いますか。(○は1つ)

- |                |                |         |
|----------------|----------------|---------|
| 1 そう思う         | 3 どちらかというと思わない | 5 わからない |
| 2 どちらかといえばそう思う | 4 そう思わない       |         |

問 6 あなたは悩みやストレスを感じた時に、あなたの不満やつらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいますか。(○はいくつでも)

- |                 |                                   |
|-----------------|-----------------------------------|
| 1 同居している親族 (家族) | 6 学校の先生                           |
| 2 「1」以外の親族      | 7 相談機関の職員<br>(福祉保健センター、市役所、医療機関等) |
| 3 友人            | 8 その他 (具体的に_____)                 |
| 4 近所の人          | 9 いない                             |
| 5 会社の上司や同僚      |                                   |

問 7 あなたはどのような相談の機会があればよいと思いませんか。(○はいくつでも)

- |                      |                         |
|----------------------|-------------------------|
| 1 専門家による相談           | 7 訪問による相談               |
| 2 ボランティアによる相談        | 8 無料相談                  |
| 3 同じ悩みや不安を抱える人たちの集まり | 9 有料相談                  |
| 4 面接相談               | 10 その他 (具体的に_____)      |
| 5 電話相談               | _____                   |
| 6 インターネット上での相談       | 11 相談の機会に関心はない (必要ではない) |

問 8 現在、あなたはかかりつけの医療機関がありますか。(○はいくつでも)

- |        |        |                    |
|--------|--------|--------------------|
| 1 内科   | 5 歯科   | 9 脳神経外科            |
| 2 小児科  | 6 整形外科 | 10 精神科             |
| 3 泌尿器科 | 7 循環器科 | 11 その他 (具体的に_____) |
| 4 眼科   | 8 婦人科  | 12 かかりつけの医療機関はない   |

問 9 もし、あなたが大きな精神的ストレスを抱えてしまった時に、かかりつけの医療機関の医師に相談をしますか。(○は1つ)

- |             |                        |
|-------------|------------------------|
| 1 相談する      | 4 相談しない                |
| 2 おそらく相談する  | 5 相談したいが、かかりつけの医療機関がない |
| 3 おそらく相談しない |                        |

問 10 あなたは精神的な悩みやストレスを解決するために、次の行政機関を利用できることを知っていますか。(それぞれに○は1つ)

a 福祉保健センター (区役所・保健所)	1 知っている	2 知らない
b 市 (区) 民相談室 (法律・税務などの特別相談)	1 知っている	2 知らない
c こころの健康相談センター (精神保健福祉センター)	1 知っている	2 知らない

## IV 自殺に関するお考えについておたずねします

問 11 あなたは「自殺」についてどのように思いますか。(それぞれに○は1つ)

		そう思う	どちらかという そう思う	どちらかという そう思わない	そう思わない	わからない
a	生死は最終的に本人の判断に任せるべき	1	2	3	4	5
b	自殺せずに生きていれば良いことがある	1	2	3	4	5
c	幼い子どもを道連れに自殺するのは仕方がない	1	2	3	4	5
d	責任を取って自殺することは仕方がない	1	2	3	4	5
e	自殺は繰り返されるので、周囲の人が止めることはできない	1	2	3	4	5
f	自殺する人は、よほど辛いことがあったのだと思う	1	2	3	4	5
g	多くの自殺者は1つの原因だけではなく、様々な問題を抱えている	1	2	3	4	5
h	多くの自殺者は様々な問題から精神的に追いつめられ、自殺以外の解決方法を思いつかない状態にある	1	2	3	4	5
i	自殺をしようとする人は何らかのサインを発している	1	2	3	4	5
j	自殺は防ぐことができる	1	2	3	4	5
k	自殺は自分にはあまり関係がない	1	2	3	4	5
l	自殺は本人の弱さからおこる	1	2	3	4	5
m	自殺は本人が選んだことだから仕方がない	1	2	3	4	5
n	自殺を口にする人は、本当に自殺はしない	1	2	3	4	5
o	自殺は恥ずかしいことである	1	2	3	4	5

問 12 もし身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、どう対応しますか。(○はいくつでも)

1	相談に乗らない、もしくは話題を変える	5	耳を傾けてじっくりと話を聞く
2	「頑張って」と励ます	6	医療機関にかかるよう勧める
3	「死んではいけない」と説得する	7	何もしない
4	「バカなことを考えるな」と叱る		

問 13 つぎのような支援は、自殺対策にどのくらい役に立つと思いますか。(それぞれに○は1つ)

		役に たつ	役に 少し たつ	いも どち らも 言え な	役に あま り た た	全 た く 役 に た ら な い
a	気軽に相談できる場所（電話相談など）	1	2	3	4	5
b	勤労に関する支援 （就労支援、リストラ問題、過重労働など）	1	2	3	4	5
c	鉄道や高層ビルなどへの安全対策 （柵やガードの設置）	1	2	3	4	5
d	経済的な支援（金融政策など）	1	2	3	4	5
e	自殺やこころの健康に関する PR 活動	1	2	3	4	5
f	その他（具体的に					）

## V 自殺対策・予防等についておたずねします

問 14 自殺対策に関するポスターを見たことがありますか。(○は1つ)

- 1 はい                2 いいえ

問 15 自殺対策に関するパンフレットを見たことがありますか。(○は1つ)

- 1 受け取ったり見たことはあるが、目を通したことはない  
2 パンフレットの内容をよく読んだことがある  
3 見たことがない

問 16 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。(○は1つ)

- 1 はい                2 いいえ  
「はい」と答えた方 → それはどんな内容でしたか\_\_\_\_\_

問 17 自殺対策に関するPR活動についてどのように思いますか。(○は1つ)

- 1 自殺を助長するからやめた方がよい                3 自殺について知ってもらうためには必要  
2 啓発をしても自殺をする人はする                4 何もしなくてよい

問 18 あなたの周りで自殺をした方はいらっしゃいますか。(○はいくつでも)

- 1 同居の親族(家族)                4 恋人                7 その他  
2 同居以外の親族                5 職場関係者                8 いない  
3 友人                6 近所の人

問 19 身近な人を自殺で亡くした遺族の方について、どのように思いますか。(○はいくつでも)

- 1 力になれるものなら、相談にのってあげたい  
2 思いつめないで欲しい(自分を責めないで欲しい)  
3 専門家に相談した方がよいと思う                5 事前に気がつかなかったのかと思う  
4 どのように声をかけてよいかわからない                6 その他(具体的に\_\_\_\_\_)

問 20 遺族の支援について、どのようなものがあればよいと思いますか。(○はいくつでも)

- 1 遺族の集い(自由に話せる場)  
2 電話相談  
3 サポートしてくれる人(相続などの手続き等をする際の付き添い)  
4 残された子どもへの支援(心のケア、教育費などの経済的な支援 等)  
5 経済的な支援(税金の控除、生活費の支援 等)  
6 法的な支援(借金、相続の問題 等)  
7 自殺にまつわる誤解や偏見をなくすためのPR  
8 その他(具体的に\_\_\_\_\_)

問 21 あなたは、自殺対策基本法についてご存じですか。(○は1つ)

- 1 名前を聞いたことはない・知らない                3 条文を読んだことがある  
2 名前を聞いたことがある                4 条文の趣旨をよく知っている

問 22 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。(○は1つ)

- 1 これまでに本気で自殺したいと考えたことはない                ⇨これで質問は終わりです。ご協力ありがとうございました。  
2 この1年以内に本気で自殺したいと考えたことがある  
3 ここ5年くらいの中に本気で自殺したいと考えたことがある                ⇨問23へ  
4 5年~10年前に本気で自殺したいと考えたことがある                進んでください  
5 10年以上前に本気で自殺したいと考えたことがある

## VI 本気で自殺を考えたことがある人におたずねします

次の設問について回答に負担を感じる方は、回答して頂かなくても構いません。

問 23 本気で自殺したいと思った理由や原因はどのようなことでしたか。(〇はいくつでも)

- 1 家庭の問題（家族関係の不和、子育て、家族の介護・看病 等）
- 2 病気など健康の問題（自分の病気の悩み、身体の悩み、心の悩み 等）
- 3 経済的な問題（倒産、事業不振、借金、失業 等）
- 4 勤務関係の問題（転勤、仕事の不振、職場の人間関係、長時間労働 等）
- 5 男女関係の問題（失恋、結婚を巡る悩み 等）
- 6 学校の問題（いじめ、学業不振、教師との人間関係 等）
- 7 その他（具体的に\_\_\_\_\_）

問 24 「本気で自殺したい」という考えをとどまった理由は何ですか。(〇はいくつでも)

- 1 人に相談して思いとどまった  
☑相談した相手の方はどなたでしたか。(〇はいくつでも)
  - 1-1 同居している親族（家族）
  - 1-2 「1」以外の親族
  - 1-3 友人
  - 1-4 近所の人
  - 1-5 会社の上司や同僚
  - 1-6 学校の先生
  - 1-7 相談機関の職員（福祉保健センター、市役所、医療機関等）
  - 1-8 その他（具体的に\_\_\_\_\_）
- 2 死ぬことが怖くなった
- 3 家族のことが頭に浮かんだ
- 4 自分で解決策を見つけた
- 5 時間の経過とともに忘れさせてくれた
- 6 死ぬ勇気がなかった
- 7 その他（具体的に\_\_\_\_\_）

これで質問は終わりです。ご協力ありがとうございました。

記入済みの調査票を同封の返信用封筒に入れて、  
**平成 22 年 9 月 21 日（火）まで**に郵便ポストに投函してください。