

川越市民の意識調査について ご協力をお願い

日ごろ皆様には、市政発展のために深いご理解とご協力をいただき感謝申し上げます。さて、本市では、自殺対策を総合的に推進するため平成31年3月までに「自殺対策計画」の策定を目指しています。

この度、市民の皆様の意識について把握し、今後の自殺対策の施策を推進する基礎資料とするため、自殺やストレスに関する意識調査を行うこととなりました。

お忙しいところたいへん恐縮ですが、調査の趣旨をご理解の上、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

平成30年4月

川越市長 川 合 善 明

- この調査は、川越市住民基本台帳に登録されている18歳以上の市民の中から、3,000人の方を無作為に選ばせていただきお願いしております。
- 調査結果は、統計的に処理いたします。ご回答いただいた内容から個人が特定されることは一切ございませんので、ありのままをお答えください。

記入にあたってのお願い

- アンケート用紙の記入は、あなたご自身にお願いします。（ご本人が病気などで記入できない場合は、ご家族がご本人のお立場でご記入ください。）
- お答えは、特に説明のないかぎり、あてはまる項目の番号に○印を付けてください。なお、ご記入につきましては、平成30年4月1日を基準としてください。
- ご記入されましたアンケート用紙は、同封の返信用封筒に入れ『平成30年4月27日（金）まで』にご投函ください。（切手を貼る必要はありません）

<問い合わせ先>

川越市保健所 保健予防課 精神保健担当

〒350-1104 川越市小ヶ谷817-1

電話：227-5102

FAX：227-5108

調査票

問 8 自殺は防ぐことができると思いますか。 (○は1つ)

1. そう思う 2. そう思わない 3. わからない

問 9 自殺は追い込まれた末の死であると思いますか。 (○は1つ)

1. そう思う 2. そう思わない 3. わからない

問 10 自殺対策基本法について知っていますか (○は1つ)

1. 知っている
2. 内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある
3. 知らない

問 11 川越市が自殺対策に取り組んでいることを知っていますか。 (○は1つ)

1. 知っている 2. 知らない

問 12 市に生活（こころと体、家庭、法律、くらしなど）に関する様々な相談窓口があることを知っていますか。 (○は1つ)

1. 知っている 2. 知らない

問 13-1 市の相談窓口を利用したことがありますか。 (○は1つ)

1. 利用したことがある 2. 利用したことがない

問 13-2 利用したことがあると答えた方に伺います。それはどこですか。

(具体的に記入)

問 13-3 利用したことがないと答えた方に伺います。それはなぜですか。

(あてはまるものすべてに○)

1. プライバシーが守られるか不安 2. 話したくない内容を聞かれるのではないか
3. 上手く話せない 4. 逆に責められるのではないか
5. 場所が遠くて不便 6. 相談したい時間帯に開いてない
7. 面倒だ、おっくうだ 8. 恥ずかしい
9. 効果が期待できない 10. 相談場所を知らない、わからない
11. 相談することがない



調査票

問 1 4 これまで自殺対策に関する啓発物を見たことがありますか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | | |
|--------------------|-------------------|------------|
| 1. ポスター | 2. パンフレット | 3. 広報紙 |
| 4. 電光掲示板(テロップ) | 5. のぼり・看板 | 6. インターネット |
| 7. テッシュ等のキャンペーングッズ | 8. 横断幕(ちゃんと眠れてる?) | |
| 9. その他() | 10. 見たことがない | |

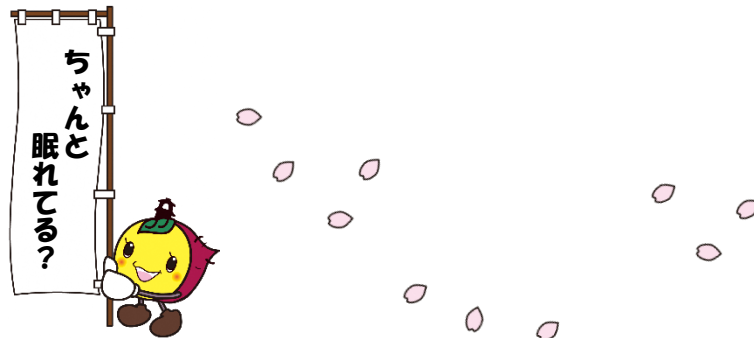
問 1 5 自殺対策に関する講演会や講習会に参加したことがありますか。(○は1つ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. 参加したことがある | 2. 参加したことはない |
|--------------|--------------|

問 1 6 自殺対策に関するPR活動(啓発物や講演会など)についてどのように思いますか。

(○は1つ)

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 必要 | 2. どちらかと言えば必要 |
| 3. どちらかと言えば不要 | 4. 不要 |



Ⅱ うつ病に関する意識について

問 1 7 うつ病は誰もがかかる可能性のある病気であると知っていますか。(○は1つ)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 1 8 うつ病は、生活苦や失業、人間関係、病気など、様々なストレスと関係があることを知っていますか。(○は1つ)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

問 1 9 うつ病は、薬の治療とともに、ゆっくり休養することが必要であることを知っていますか。(○は1つ)

- | | |
|----------|---------|
| 1. 知っている | 2. 知らない |
|----------|---------|

調査票

問20～21の質問にお答えいただく前に、次の「うつ病のサイン」をお読みください。

以下に挙げた症状を「うつ病のサイン」といいます。

自分で感じる症状

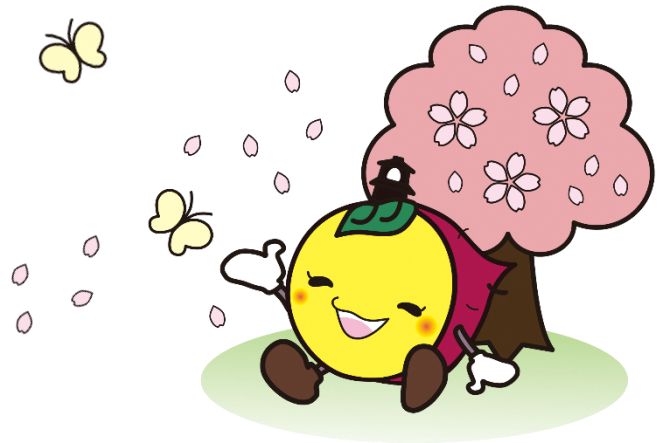
憂うつ、気分が重い、何をしても楽しくない、何にも興味がわからない、
疲れているのに眠れない、1日中眠い、いつもより早く目が覚める、
イライラして、何かにせき立てられるようで落ち着かない、
悪いことをしたように感じ自分を責める、
自分には価値がないと感じる、思考力が落ちる、
死にたくなる等

周囲からみてわかる症状

表情が暗い、涙もろい、反応が遅い、
落ち着きがない、飲酒量が増える等

身体に出る症状

食欲がない、体がだるい、疲れやすい、性欲がない、
頭痛や肩こり、動悸^{どうき}、胃の不快感、便秘がち、めまい、口が渇く等



このような症状が2週間以上続く場合はうつ病の可能性があります。

問20-1 もし仮に、あなたが、あなたの家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、医療機関へ相談することを勧めますか。(○は1つ)

- | | | |
|--------|---------|----------|
| 1. 勧める | 2. 勧めない | 3. わからない |
|--------|---------|----------|

問20-2 「勧めない」と答えた方に伺います。その理由は何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------|----------------------|
| 1. お金がかかることは避けたい | 2. 精神的な悩みを話すことに抵抗がある |
| 3. 診療科が分からない | 4. 医療機関の場所が分からない |
| 5. どのような治療が分からず不安 | 6. 恥ずかしい |
| 7. 面倒だ | 8. その他 () |

問21-1 もし仮に、あなた自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、自ら医療機関へ相談に行こうと思いますか。(○は1つ)

- | | | |
|-------|---------|----------|
| 1. 行く | 2. 行かない | 3. わからない |
|-------|---------|----------|

調査票

問2 1-2 「行かない」と答えた方に伺います。その理由は何ですか。

(あてはまるものすべてに○)

- | | |
|-------------------|----------------------|
| 1. お金がかかることは避けたい | 2. 精神的な悩みを話すことに抵抗がある |
| 3. 診療科が分からない | 4. 医療機関の場所が分からない |
| 5. どのような治療か分からず不安 | 6. 恥ずかしい |
| 7. 面倒だ | 8. その他 () |

問2 2 もし仮に身近な人から「死にたい」と打ち明けられたとき、どう対応するのがよいと思いますか。(○は1つ)

- | |
|-----------------------------|
| 1. 相談に乗らない、もしくは話題を変える。 |
| 2. 「死んではいけない」と説得する。 |
| 3. 「つまらないことは考えるな」と叱る |
| 4. 「がんばって生きよう」と励ます。 |
| 5. 「死にたいくらい辛いんだね」と共感を示す。 |
| 6. 「医師など専門家に相談した方が良い」と提案する。 |
| 7. ひたすら耳を傾けて聞く。 |
| 8. その他(具体的に:) |
| 9. わからない |

Ⅲ 悩みやストレスに関すること

問2 3-1 日常生活での悩みやストレスはありますか。(○は1つ)

- | | |
|-------|-------|
| 1. ある | 2. ない |
|-------|-------|

問2 3-2 「ある」と答えた方に伺います。悩みやストレスの対象となるものを下から3つまで選び、A、B、C欄に番号でご記入ください。(番号を記入)

- | |
|-----------------------|
| A. 最もストレスを感じるもの () |
| B. 2番目にストレスを感じるもの () |
| C. 3番目にストレスを感じるもの () |

- | | | |
|-----------------|---------------|----------------|
| 1. 家族内の人間関係 | 2. 学校や職場の人間関係 | 3. 知人、友人との人間関係 |
| 4. 恋愛、結婚、離婚 | 5. 身近な人の死 | 6. 過重労働 |
| 7. 仕事(内容・環境・給与) | 8. 失業、就職難(転職) | 9. 家事 |
| 10. 収入、家計 | 11. 借金、ローン | 12. 自分の身体的な病気 |
| 13. 自分の精神的病気 | 14. 家族の健康不安 | 15. 家族などの介護 |
| 16. 子育て(乳幼児) | 17. 子育て(学齢以上) | 18. 将来(自分、家族) |
| 19. 政治、社会的不安 | 20. 原因が分からない | 21. その他 |

調査票

問23-3 「ある」と答えた方に伺います。ストレスは十分解消できていると感じていますか。 (○は1つ)

1. 解消できている 2. 解消できていない 3. わからない

問24 毎日眠れていますか。 (○は1つ)

1. 眠れている
2. 眠れていない (寝つきが悪い、途中で何度か目が覚める、睡眠時間が足りないなど)
3. わからない

問25 生きがい・やりがいを持っていますか。 (○は1つ)

1. 持っている 2. 持っていない 3. わからない

問26 あなたのお住まいの地域について、お互いに助け合っていると思いますか。 (○は1つ)

1. そう思う 2. そう思わない 3. わからない

問27 今までに死にたいと思いつめるほど悩んだことがありますか。 (○は1つ)

1. ある 2. ない 3. 答えたくない、わからない

問28 悩みを抱えたときやストレスを感じたときに誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じますか。 (○は1つ)

1. そう感じる 2. そう感じない 3. わからない

問29-1 悩みごとや困ったことがあったとき相談する人がいますか。 (○は1つ)

1. いる 2. いない 3. わからない

問29-2 「いる」と答えた方に伺います。どなたに相談しますか。 (あてはまるものすべてに○)

1. 家族 2. 親戚 3. 友人 4. 近所の人 5. 職場の同僚や上司や部下
6. 病院 7. 相談窓口 8. その他 ()

問30 これからの自殺対策について大切なものは何だと思いますか。 (自由記載)

ご協力いただきありがとうございました。

**ご記入のアンケート用紙は、同封の返信用封筒にて
『平成30年4月27日（金）』までにご投函ください。
切手を貼る必要はありません。**

