

こころの健康に関する市民意識調査（案）の概要

資料 5

1 市民意識調査に求められる調査の視点

1. 市民一人ひとりの気づきと見守り
2. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上
3. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくり
4. 社会全体の自殺リスクを低下させる
5. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
6. 子ども・若者の自殺対策
7. 勤務問題による自殺対策

【自殺総合対策大綱 当面の重点施策より】

2 市民意識調査の調査項目

1 ご本人について

F 1 性別／F 2 年齢／F 3 住まい／F 4 職業／F 5 勤務先の従業員数

2 からだやこころの健康状態

- 問 1 現在のからだの健康状態
問 2 現在のこころの健康状態
問 3 医療機関などの受診有無、その理由

3 休養や睡眠

- 問 4 十分な休養の有無
問 5 十分な睡眠の有無
問 6 平均睡眠時間
問 7 睡眠の確保のために利用するもの

4 アルコール

- 問 8 飲酒の頻度
問 9 飲酒するときの量
問 10 多量飲酒の頻度
問 11 飲酒する相手
問 12 飲酒することについての考え
問 13 からだやこころの状態・感じ方

5 不安や悩み、ストレス

- 問 14 悩みや不安・ストレスの有無、その原因
問 15 不満や悩み等を受け止めてくる相手の有無
問 16 不安や悩みの相談窓口、どのように知ったか
問 17 相談することへのためらいの有無
問 18 どの程度生きがいを感じるか
問 19 生活の中で居場所がないと感じるか
問 20 自殺をしてもやむを得ないと思うか

6 地域とのつながりなど

- 問 21 地域の人と交流する機会の有無
問 22 地域の人々の関係
問 23 学校や職場等での人間関係
問 24 自分のことが好きか
問 25 友人や家族等との関係

7 こころの健康や病気に関すること

- 問 26 「うつ病」のイメージ
問 27 仕事を休業した時の心配事
問 28 メンタルヘルスに関する制度、その内容
問 29 自殺についての考え
問 30 自殺対策は自分自身に関わる問題だと思うか
問 31 自殺を考えたことがあるか、原因、対応
問 32 身内や友人・知人などの自殺者の有無
問 33 身近な人の不安定時にできること、理由
問 34 身近な人の異変に気づいた時に専門の相談窓口へつなぐことができるか

8 小牧市の事業

- 問 35 自殺予防について学ぶ機会の必要性
問 36 学校教育で自殺予防に資すること
問 37 今後求められる自殺対策
問 38 「こころの健康や病気」の情報入手先
問 39 自殺対策に関する事柄の認知度
問 40 ゲートキーパー研修の参加有無・評価・参加意向