

## II 群馬県自殺対策に関する意識調査の概要について

### (1) 概要

県では、平成21年5月に「群馬県自殺総合対策行動計画～自殺対策アクションプラン～」を策定し、県、市町村、関係団体等が連携して自殺対策に取り組んでいる。

現行の群馬県自殺総合対策行動計画が平成25年度に終期を迎え、次期行動計画を策定するにあたり、県民の自殺に対する意識等の実態を把握し、今後の対策の参考とするため、平成25年2月に「自殺対策に関する意識調査」を実施した。

#### ア 調査対象

群馬県内在住の20歳以上の男女 3,710人

(各市町村の最低標本数を50とする。)

回収数 1,956票 / 回収率 52.7%

#### イ 調査期間

平成25年2月27日～3月23日

#### ウ 調査方法

郵送による配布、回収（封筒による発送、回収）

#### エ 主な調査項目

- ① 悩みやストレスに関することについて
- ② 自殺やうつに関する意識について
- ③ 自殺の現状等について
- ④ 相談窓口等について
- ⑤ 自殺対策に関する意見について

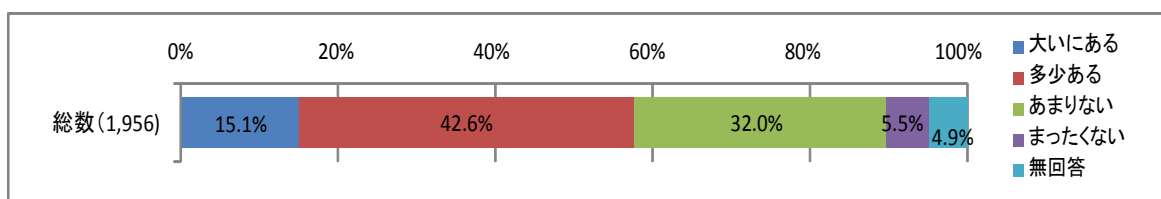
## (2) 結果

主な質問に対する回答の状況等は、次のとおりである。

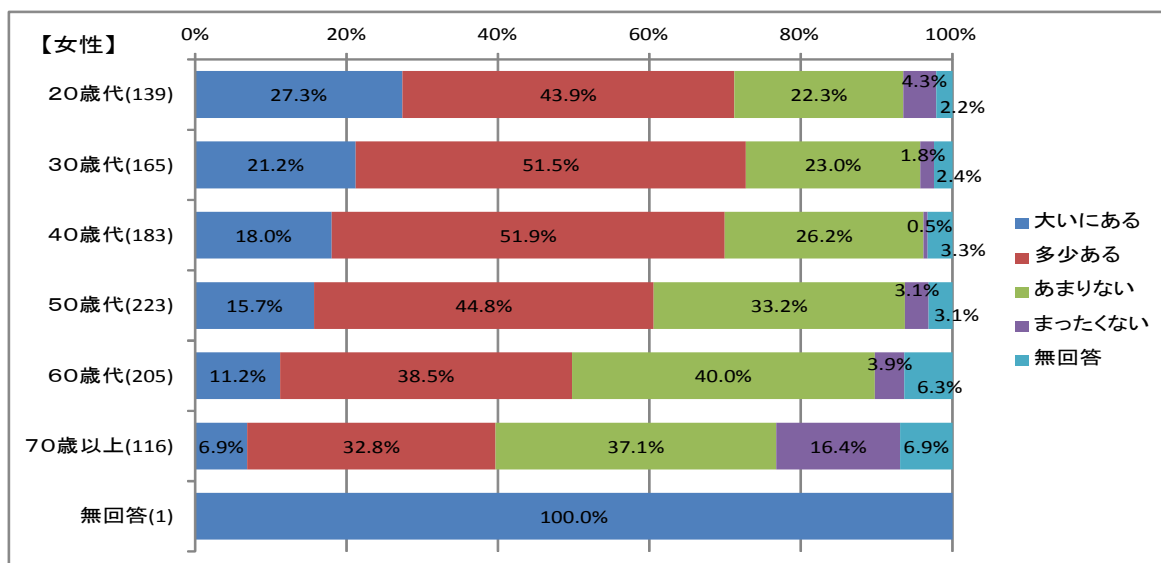
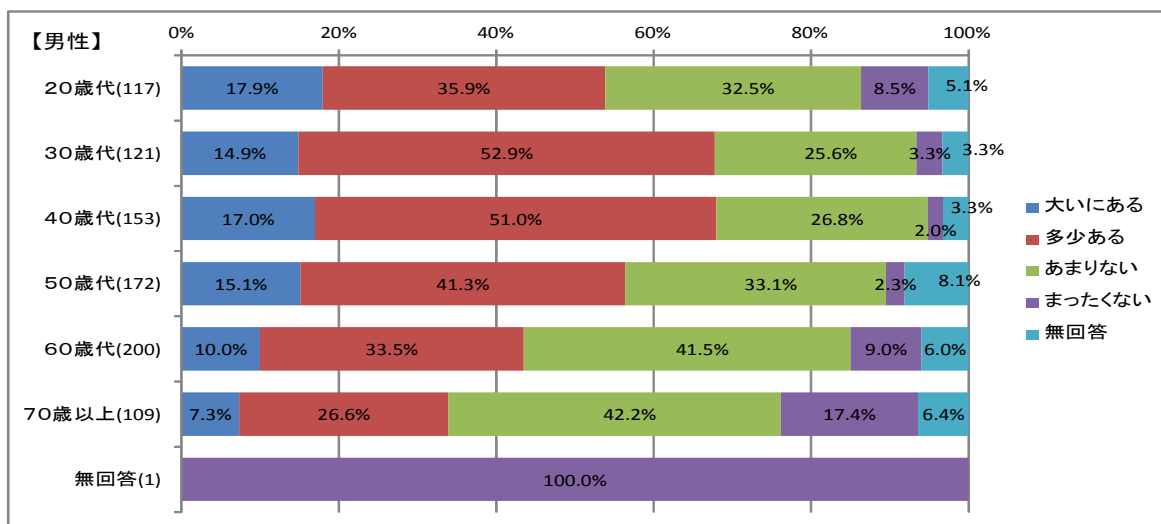
### ア 悩みやストレスに関することについて

- ① この1ヶ月間に日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレスなどがあるか聞いたところ、「大いにある」と「多少ある」と答えた者をあわせた『ある』と答えた者の割合は、男性女性ともに30歳代、40歳代で高くなっている。また、女性の20歳代も高くなっている。

#### 【1か月のストレスなどの有無：総数】

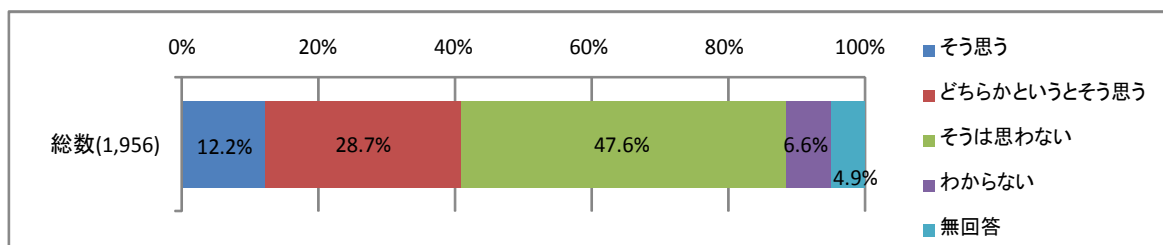


#### 【1か月のストレスなどの有無：性・年齢別】

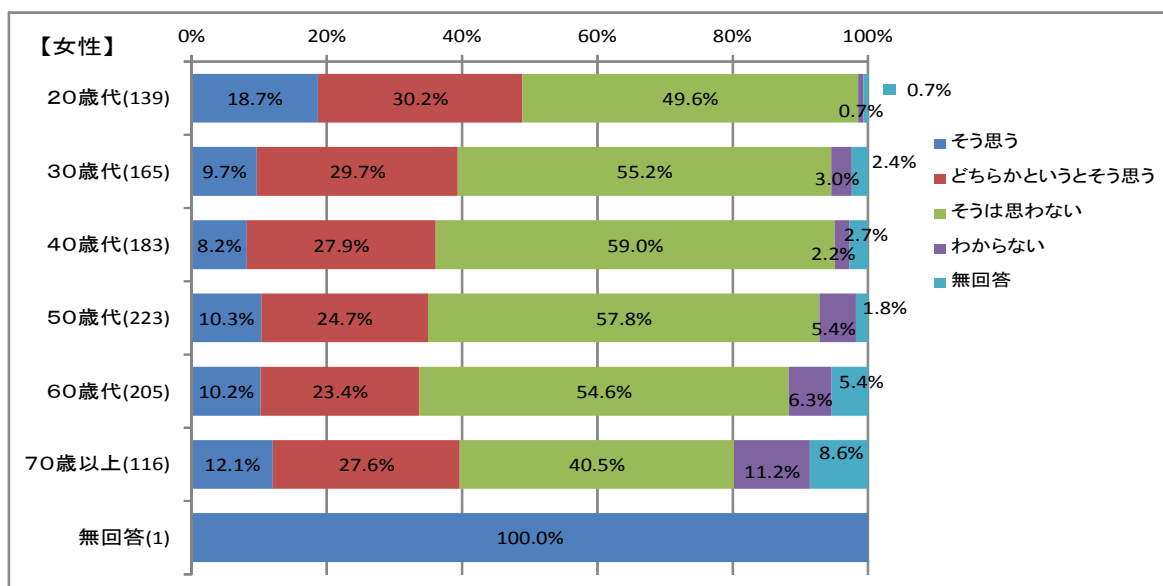
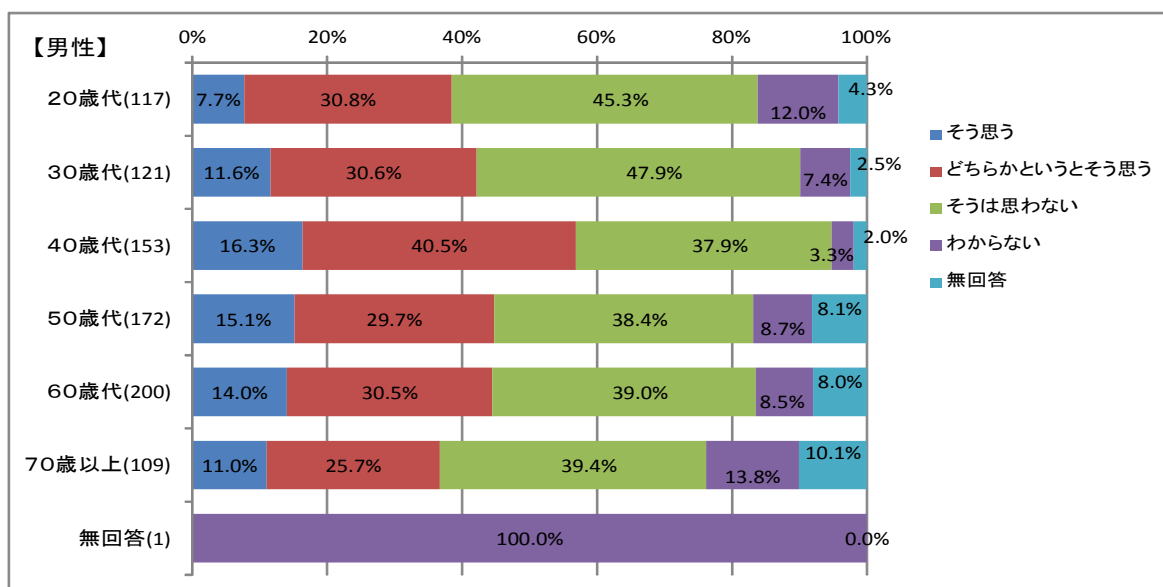


② 悩みを抱えたときやストレスを感じたときに、誰かに相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じるか聞いたところ、「そう思う」と「どちらかというと思う」と答えた者をあわせた『そう思う』と答えた者の割合は、男性の40歳代～60歳代で高くなっている。特に40歳代男性は5割を超えている。また、20歳代女性も5割近くとなっている。

【相談や助けを求めることへのためらい：総数】

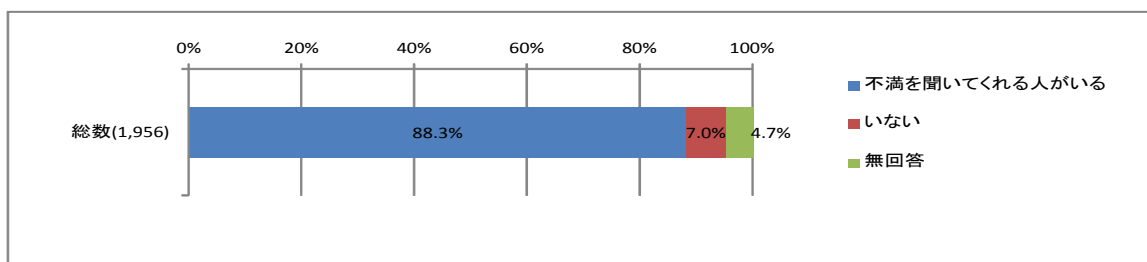


【相談や援助を求める事へのためらい：性・年齢別】

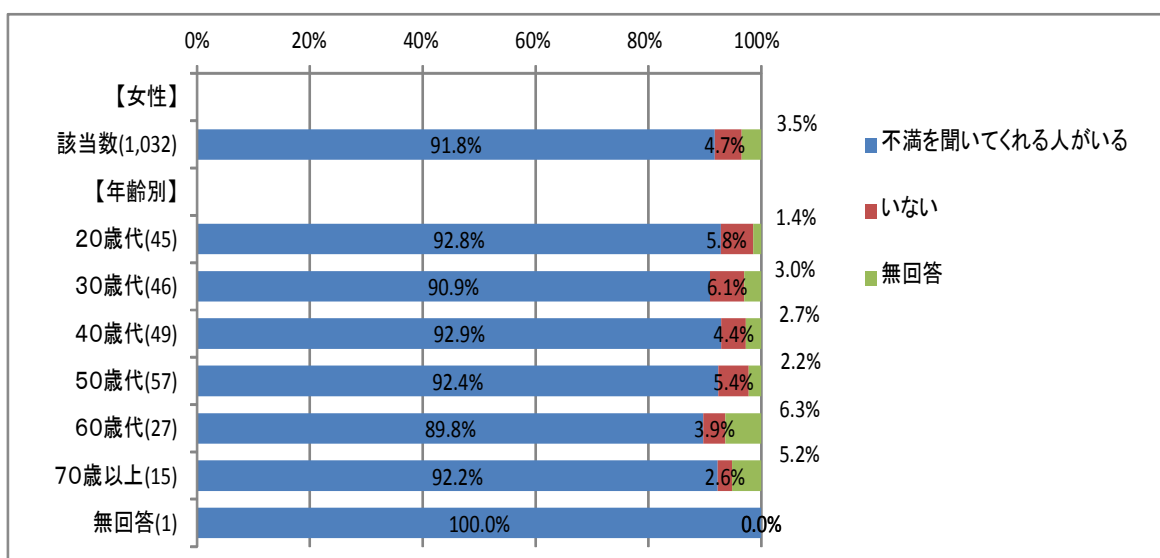
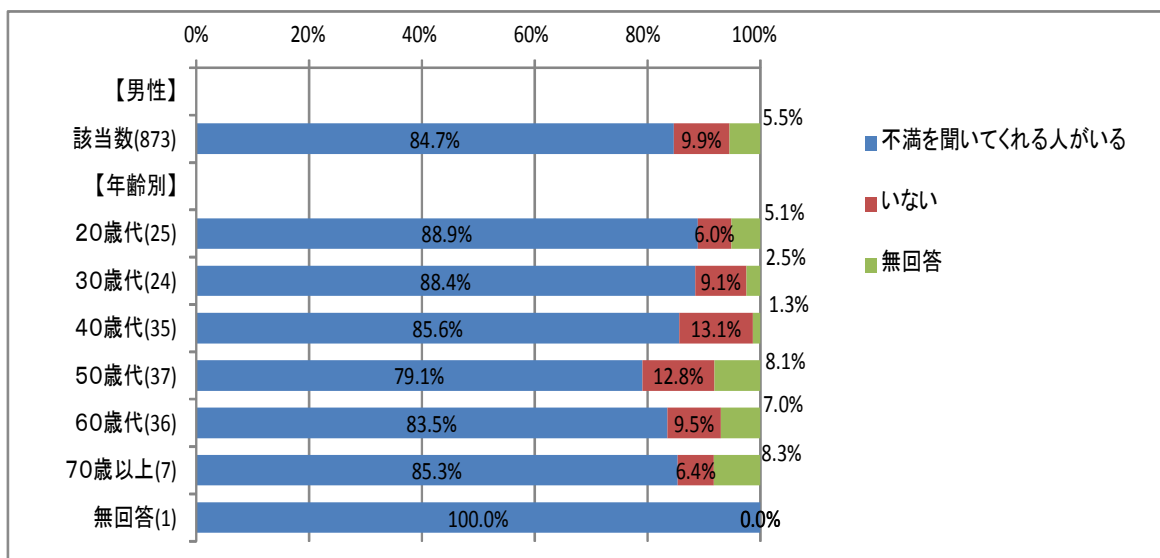


③ 「不満や悩みやつらい気持ちに耳を傾けてくれる人」がいるか聞いたところ、男性ではそうした人がある旨を回答した者は 84.7%、「いない」と答えた者は 9.9%となっているのに対し、女性はそうした人がある旨を回答した者は 91.8 %、「いない」と答えた者は 4.7%となっている。いずれの年代も女性より男性がそうした人がある旨を回答した者の割合が低く、40歳代男性、50歳代男性は、「いない」と答えた者の割合が高くなっている。

【不満や悩みつらい気持ちに耳を傾けてくれる人の有無】

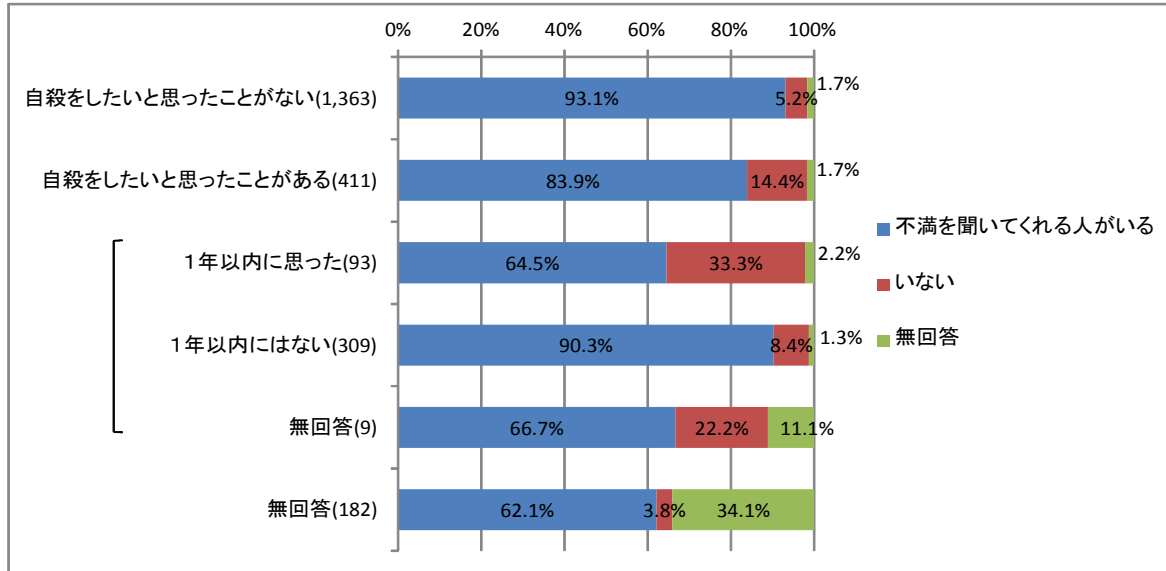


【不満や悩みつらい気持ちに耳を傾けてくれる人の有無：性／性・年齢別】



また、自殺を考えたことがあると答えた人とないと答えた人を比較すると、自殺を考えた経験のある者は、経験のない者に比べ、そうした人がいる旨を回答した者の割合が低くなっている。

【不満や悩みつらい気持ちに耳を傾けてくれる人の有無：自殺をしたいと思ったことの有無別】

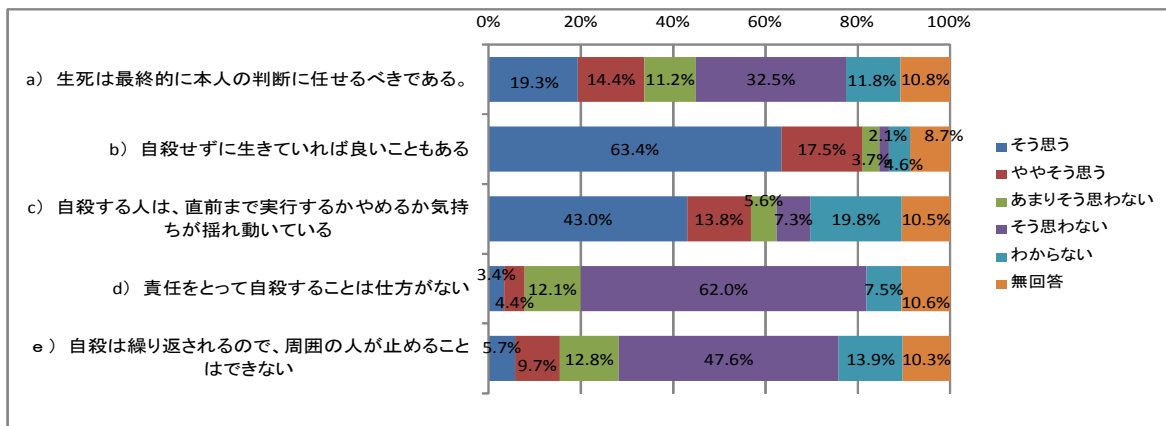


イ 自殺やうつに関する意識について

<自殺についての意見>

自殺についての5つの意見に対してそう思うか、思わないかを聞いたところ、「生死は最終的に本人の判断に任せるべきである」について、「そう思う」と「ややそう思う」をあわせた『そう思う』と答えた者は 33.7%、「自殺せずに生きていれば良いことがある」について、『そう思う』と答えた者は 80.9%、「自殺する人は、実行するまで実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている」について、『そう思う』と答えた者は 56.8%、「責任を取って自殺することは仕方がない」について、『そう思う』と答えた者は 7.8%、「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」について、『そう思う』と答えた者は 15.4%となっている。

【自殺についての意見：総数】

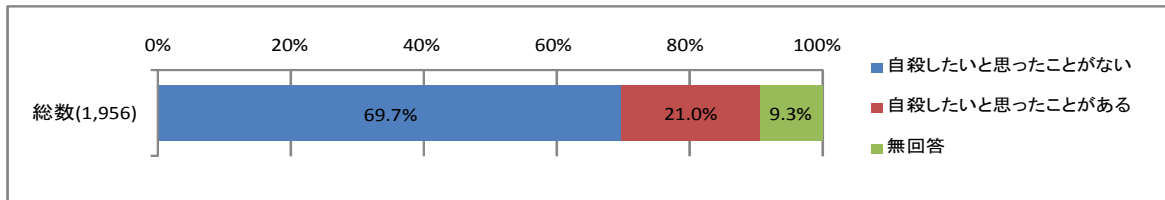


<自殺を考えた経験>

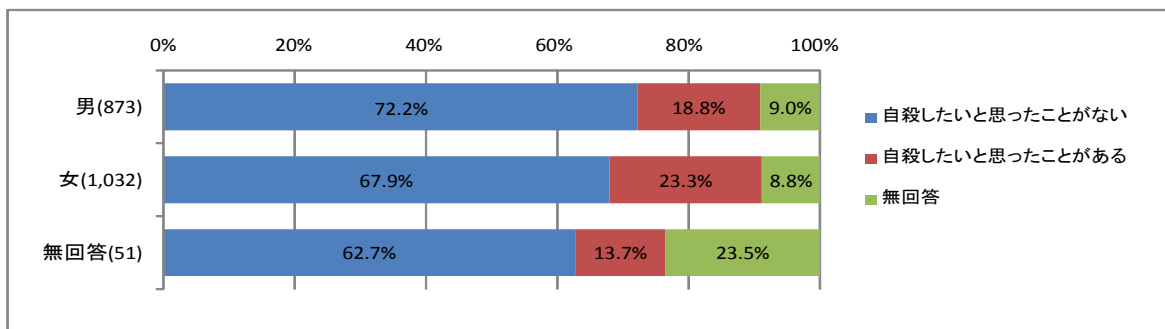
① 今まで本気で自殺したいと思ったことがあるか聞いたところ、「自殺したいと思ったことがある」と答えた者は21.0%となっている。

性別に見ると、男性（18.8%）よりも女性（23.3%）で高くなっており、年齢別に見ると、20歳代（27.7%）が最も高く、次いで40歳代（25.1%）、30歳代（24.1%）、50歳代（23.8%）となっている。

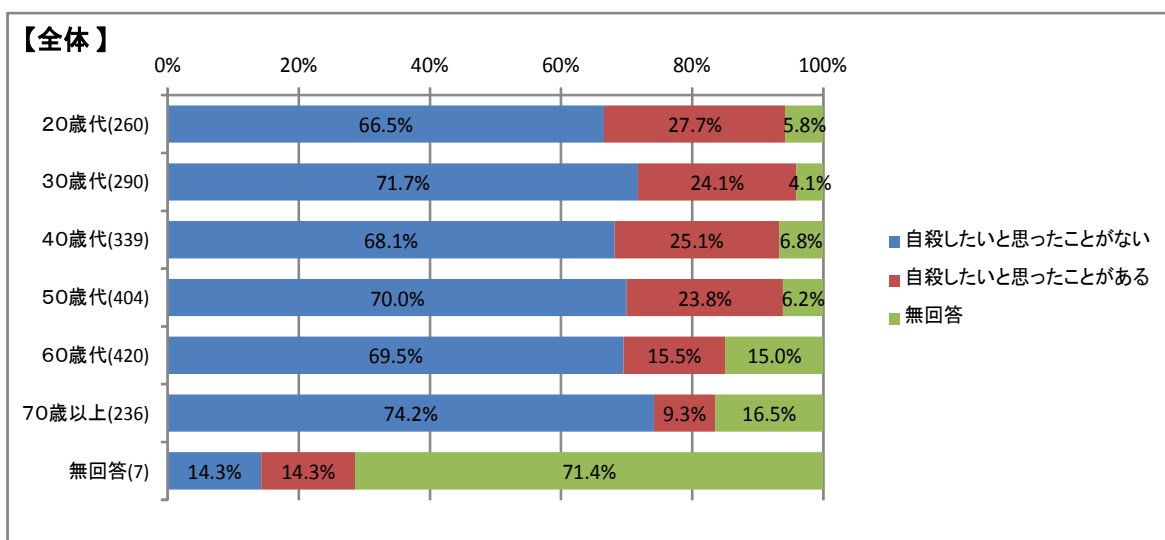
【自殺を考えた経験：総数】



【自殺を考えた経験：性別】



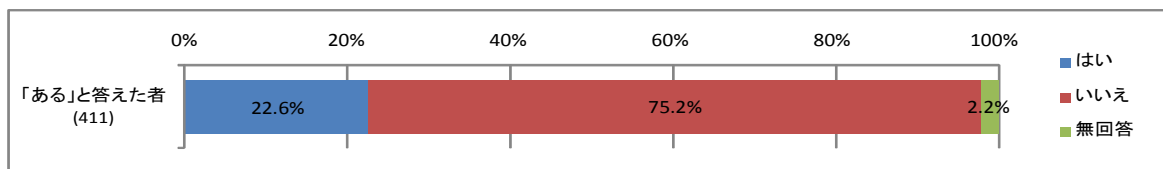
【自殺を考えた経験：年齢別】



- ② 今までに「自殺をしたいと思ったことがある」と答えた者（411人）に、最近1年以内に自殺をしたいと思ったことがあるかを聞いたところ、「はい」と答えた者の割合は22.6%となっている。年齢別に見ると、「はい」と答えた者の割合は20歳代（37.5%）で最も高くなっている。

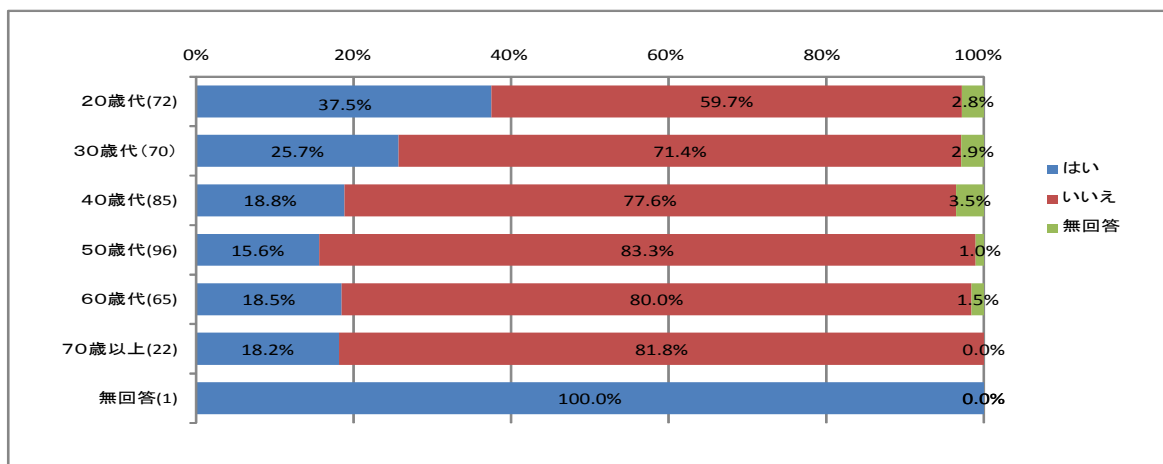
【最近1年以内に自殺を考えた経験／

今までに本気で自殺をしたいと思ったことがあると答えた者：総数】



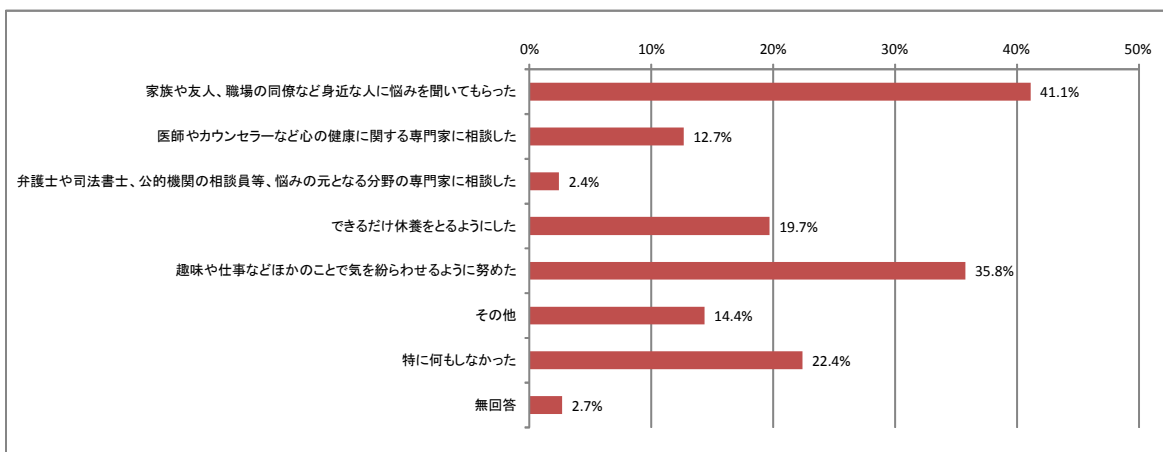
【最近1年以内に自殺を考えた経験／

今までに本気で自殺をしたいと思ったことがあると答えた者：年齢別】



- ③ 今までに「自殺をしたいと思ったことがある」と答えた者に、どのようにして乗り越えたか聞いたところ、「家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」と答えた者が41.1%、「趣味や仕事など他のことで気を紛らわせるように努めた」と答えた者が35.8%と多くなっている。

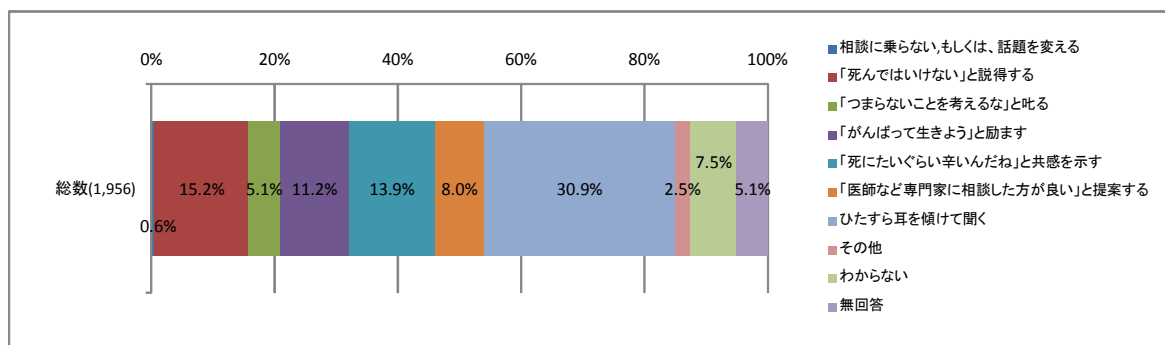
【自殺を考えたとき、どのようにして乗り越えたか：「ある」と答えた者(411)】（複数回答）



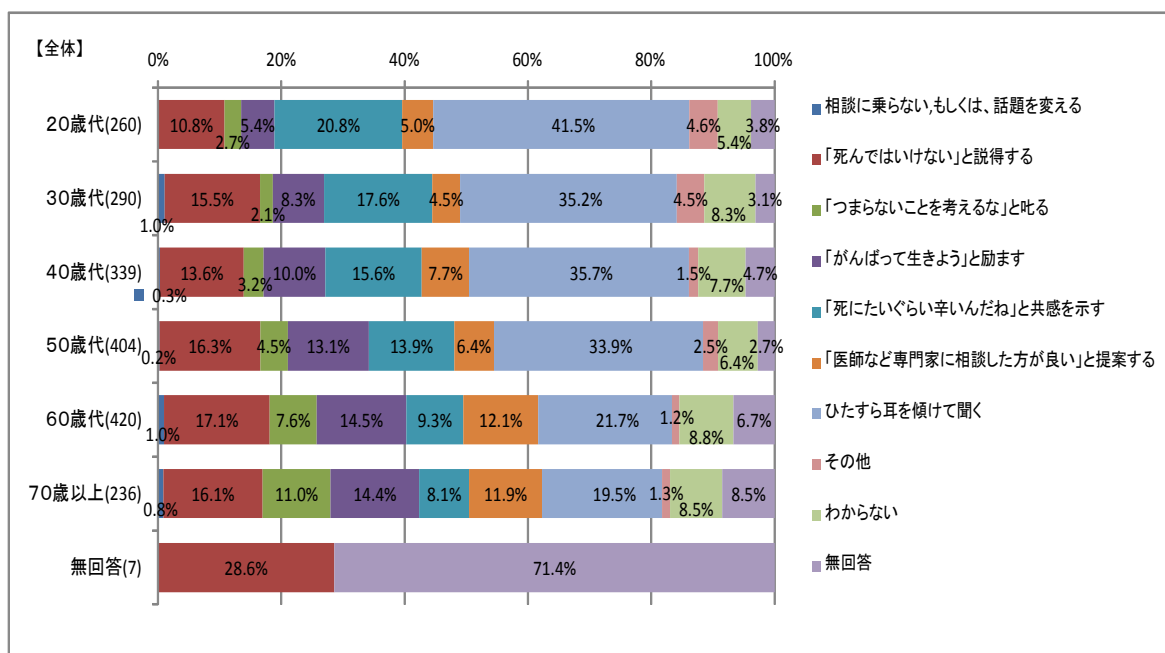
- ④ もしも身近な人から「死にたいと打ち明けられたとき、まずは、どのように対応するか聞いたところ、「ひたすら耳を傾けて聞く」が 30.9%で最も高く、次に「『死んではいけない』と説得する」15.2%、「『死にたいくらい辛いんだね』と共感を示す」13.9%、「『がんばって生きよう』と励ます」11.2%、「『医師など専門家に相談した方が良い』と提案する」8.0%などの順となっている。

年齢別に見ると、年齢が高くなるにつれ、「『死んではいけない』と説得する」と「『つまらないことを考えるな』と叱る」と「『がんばって生きよう』と励ます」と答えた者をあわせた割合が高くなっている。特に男性にその傾向が強い。

【身近な人から「死にたい」と言われたときの対応：総数】

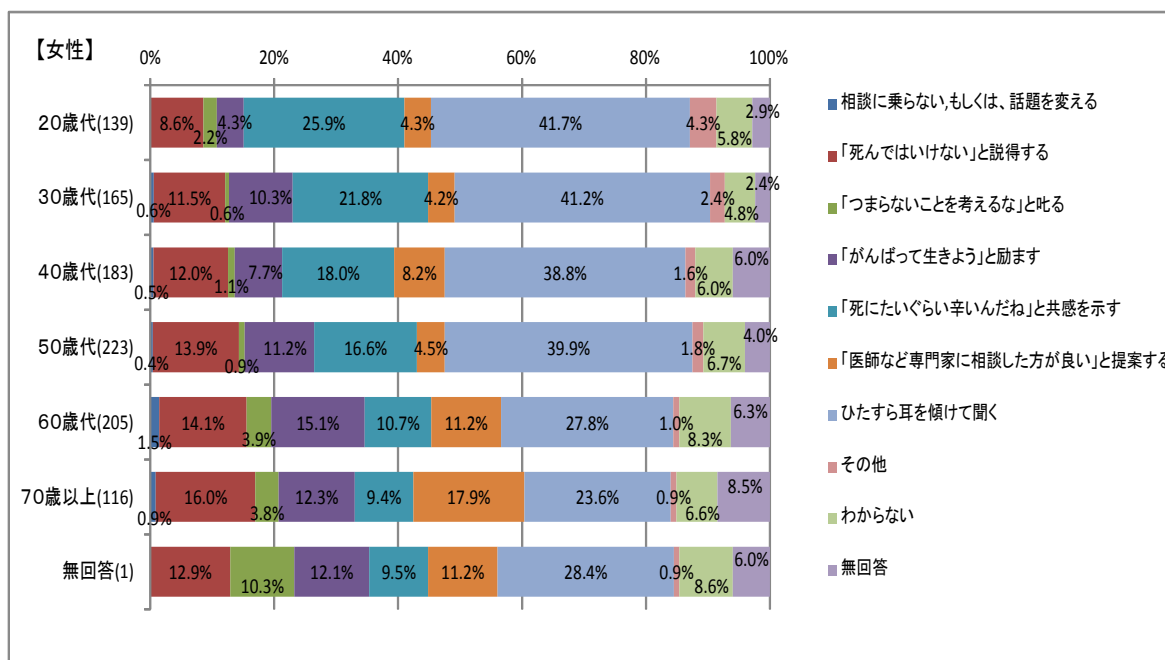
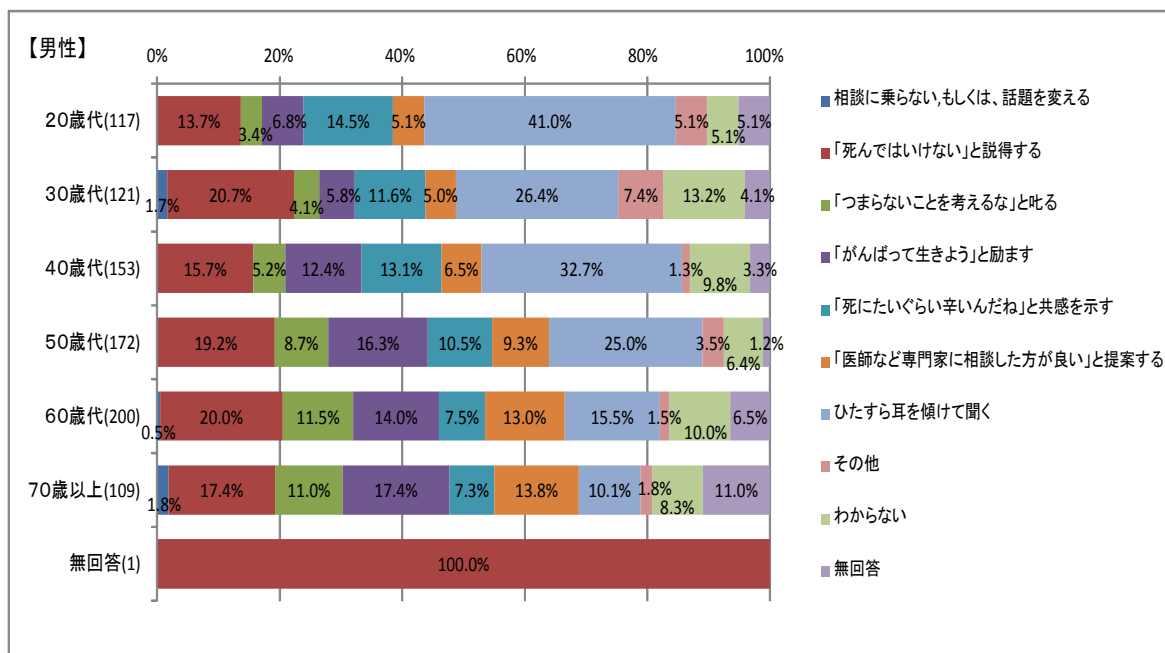


【身近な人から「死にたい」と言われたときの対応：年齢別】





## 【身近な人から「死にたい」と言われたときの対応：性・年齢別】



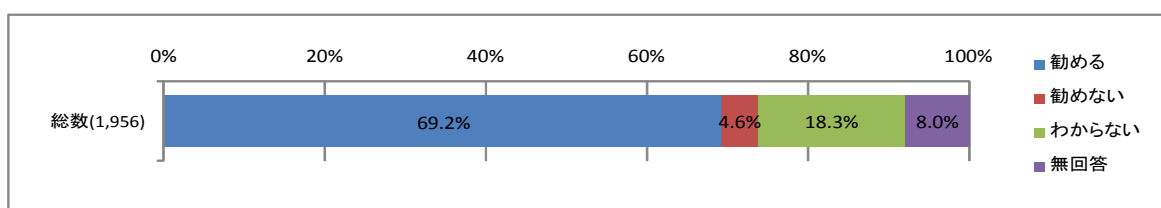
### <うつに関する意識>

家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、精神科の病院へ相談することを勧めるか聞いたところ、「勧める」と答えた者の割合は69.2%、「勧めない」は4.6%、「わからない」は18.3%であった。

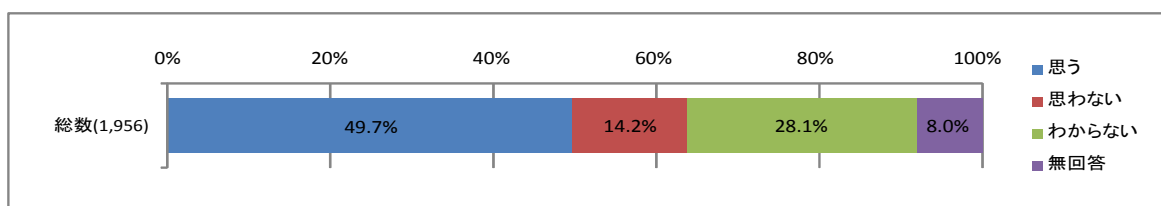
一方、自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、精神科の病院へ相談しに行こうと思うか聞いたところ、「思う」と答えた者の割合は49.7%、「思わない」14.2%、「わからない」28.1%であった。

さらに自分がうつ病になった場合、どのような支障が生じると思うか聞いたところ、「家族や友人に迷惑をかける」と答えた者の割合が最も高く（61.6%）、次いで「職場の上司や同僚に迷惑をかける」（26.8%）、「誰にも打ち明けられずに、一人で何とかするしかない」（22.4%）などとなっている。

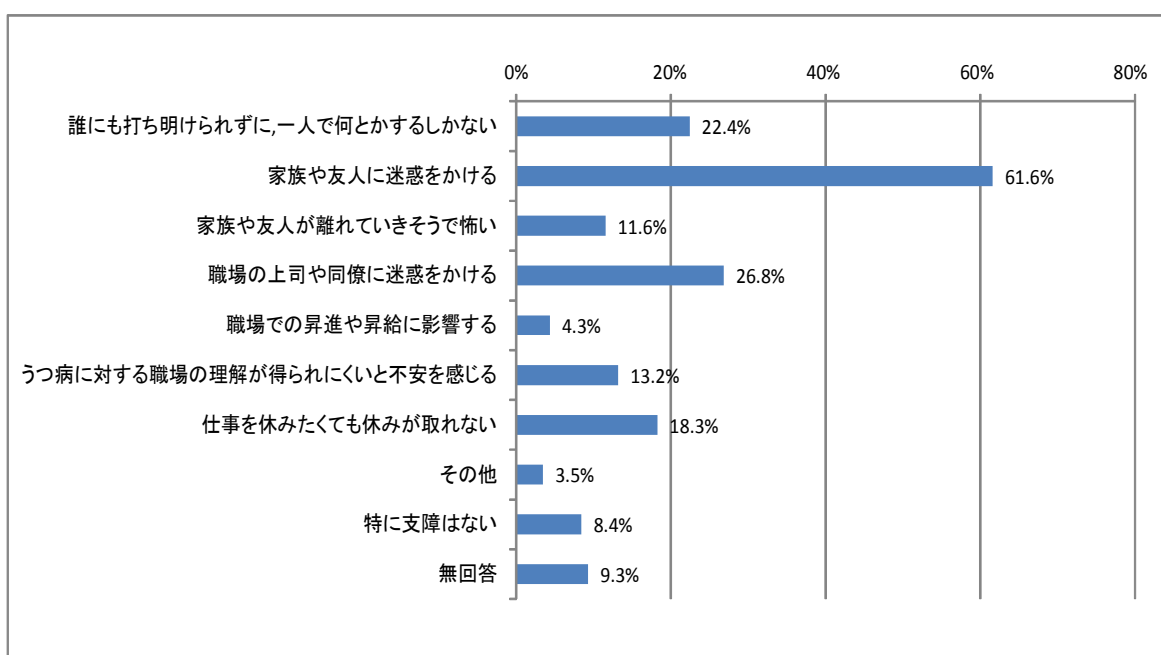
【身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき：総数】



【自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき：総数】



【自分自身がうつ病になった場合の支障：総数(1,956)】（複数回答）

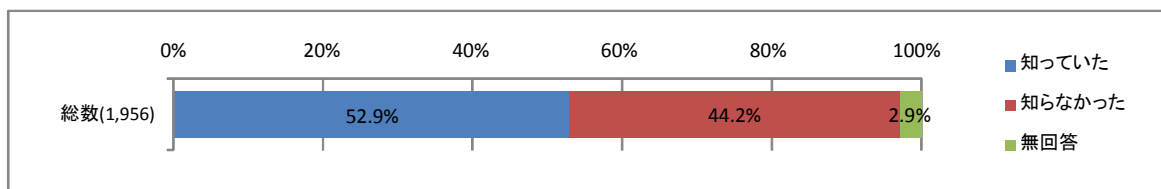


## ウ 自殺の現状等について

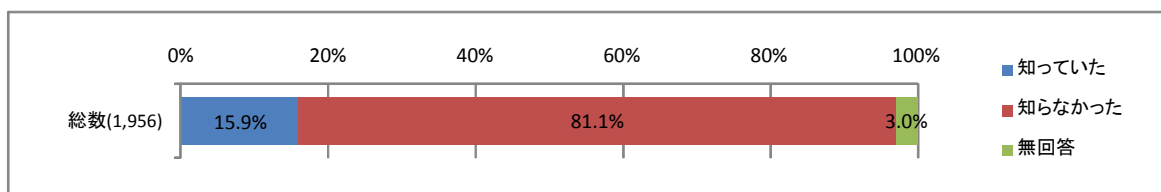
- ① 我が国の自殺者数が平成10年以降、毎年3万人を超える水準となっており、交通事故死者数と比べて約6～7倍になっていることを知っていたか聞いたところ、「知っていた」と答えた者は52.9%、「知らなかった」は44.2%となっている。

群馬県でも毎年500人前後の方が自殺で亡くなっていることを知っていたか聞いたところ、「知っていた」と答えた者は15.9%、「知らなかった」は81.1%となっている。

【我が国の自殺者数の周知度：総数】



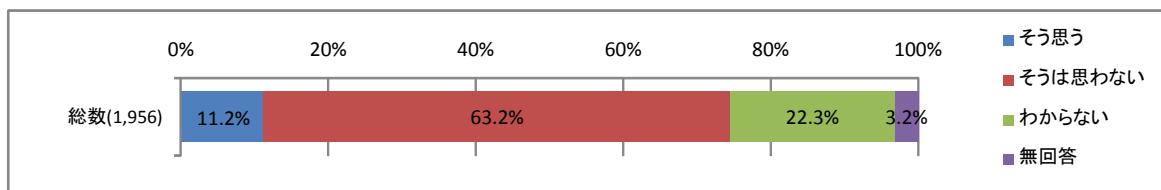
【群馬県の自殺者数の周知度：総数】



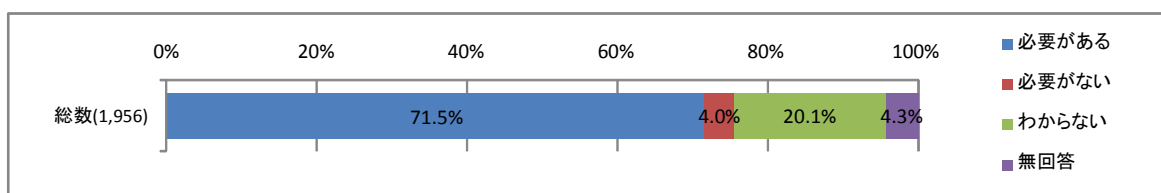
- ② 自殺は個人の問題であるといわれていることについては、「そう思う」と答えた者は11.2%、「そう思わない」は63.2%、「わからない」は22.3%となっている。

また、自殺は社会的な取組として実施する必要があると思うか聞いたところ、「必要がある」と答えた者は71.5%、「必要がない」は4.0%、「わからない」は20.1%となっている。

【自殺は個人の問題か：総数】



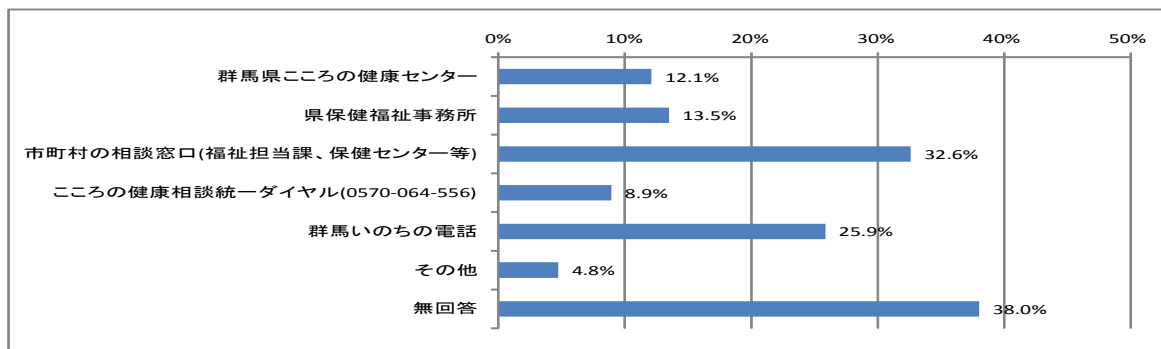
【自殺対策の社会的取組：総数】



## エ 相談窓口等について

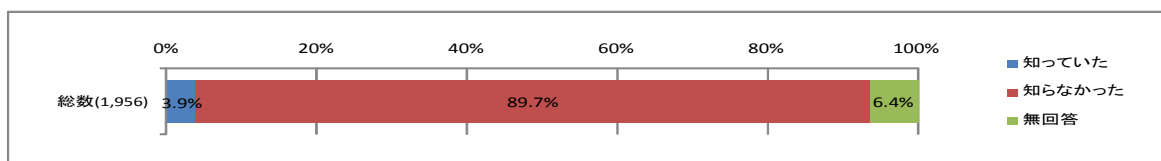
- ① こころの健康や精神的な病気、自殺に関連したことを相談できる窓口があることを知っているか聞いたところ、「市町村の相談窓口（福祉担当課、保健センター）」が 32.6% で最も高く、次に「群馬いのちの電話」（25.9%）、「県保健福祉事務所」（13.5%）、「群馬県こころの健康センター」（12.1%）、「こころの健康相談統一ダイヤル」（8.9%）などの順となっている。

【相談窓口の周知度：総数(1,956)】（複数回答）



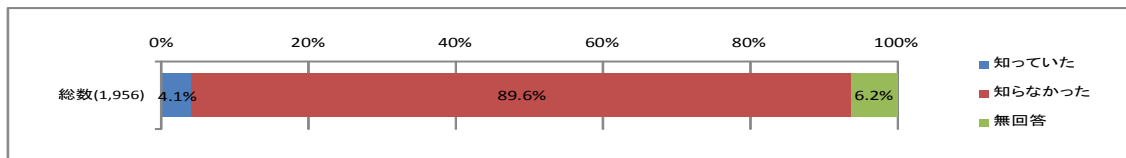
- ② こころの健康センターで、自死遺族相談と自死遺族交流会が実施されていることを知っていたか聞いたところ、「知っていた」と答えた者の割合は 3.9% となっている。

【自死遺族相談の周知度：総数】



- ③ 群馬県自殺対策ホームページ「いのち・つなぐサポートサイト」にさまざまな相談窓口が掲載されていることを知っていたか聞いたところ、「知っていた」と答えた者の割合は 4.1% となっている。

【群馬県自殺対策 HP の周知度：総数】



## オ 自殺対策に関する意見について

こころの健康や自殺対策への取組についての意見、アイデアを自由記載で聞いたところ、418人と2割以上の記載（「特になし」、「なし」を除く）があった。さまざまな意見等が寄せられたが、普及啓発に関する内容（広報の方法や相談窓口の周知、自殺やこころの健康に関する正しい知識や理解、対応等）や自殺予防のための行動（気づき、声かけ、話を聞く、見守る）や相談体制に関する内容（早めに・気軽に相談できる、早めに受診できる、場づくり、家族支援等）、地域や家族や人とのつながりに関する内容の記載が多かった。

### Ⅲ 第2次群馬県自殺総合対策行動計画－自殺対策アクションプラン－ 策定の経過

計画の策定にあたっては、群馬県自殺対策連絡協議会において検討するとともに、パブリックコメントを実施しました。

#### (1) 検討の経過

平成25年 2月27日	群馬県自殺対策に関する意識調査実施
～ 3月23日	
平成25年 7月3日	平成25年度第1回群馬県自殺対策連絡協議会
平成25年10月17日	平成25年度第2回群馬県自殺対策連絡協議会
平成26年 1月15日	計画(案)に関するパブリックコメント実施
～ 2月13日	
平成26年 2月12日	平成25年度第3回群馬県自殺対策連絡協議会

#### (2) 群馬県自殺対策連絡協議会委員名簿(敬称略)

(平成26年3月1日現在)

氏名	所属・役職等	備考
梅澤 朋子	群馬県民生委員児童委員協議会会長	
岡田 一恵	(社福)群馬いのちの電話事務局長	
小川 恵子	(社)群馬県看護協会会長	
改田 良秋	群馬労働局労働基準部長	
片野 清明	群馬県健康福祉部長	
金居 成治	群馬県商工会連合会専務理事	
金井 政人	(株)エフエム群馬編成部長兼報道部長	
金子 裕昭	日本労働組合総連合会・群馬県連合会事務局長	
川端 幸枝	(一財)連合会女性委員会委員長	
久保田 松江	大泉町健康推進部健康づくり課長	
小暮 俊子	群馬弁護士会(人権擁護委員会自殺対策部会委員)	
小林 孝子	ぐんま地域活動連絡協議会理事	
小林 政夫	群馬県警察本部生活安全部長	
小山 洋	群馬大学大学院教授(公衆衛生学)	
椎原 康史	群馬大学大学院教授(リハビリテーション学)	
下城 茂雄	(社福)群馬県社会福祉協議会会長	副会長
須永 光明	群馬県教育委員会教育次長	
塚田 昌志	前橋市健康部長	
中村 多美子	群馬県保健所長会(高崎市保健所長)	
羽鳥 進一	群馬県高等学校長協会会長(群馬県立高崎高等学校長)	
深澤 武	高崎市福祉部長	
福田 正人	群馬大学大学院教授(神経精神医学)	会長
古澤 陽子	群馬司法書士会(自死問題対策委員・伊勢崎支部長)	
真下 延男	群馬県医師会理事(産業衛生担当)	
宮田 誠	(社)日本青年会議所 関東地区 群馬ブロック協議会会長	