

Ⅲ 付録（単純集計表）

問1 あなたがお住まいの地域を選んでください。

No.	選択肢	件数	%
1	下越地域(新発田市、村上市、胎内市、聖籠町、関川村、粟島浦村)	14	3.4
2	新潟地域(新潟市、阿賀野市、五泉市、阿賀町)	194	46.6
3	中越地域(長岡市、三条市、燕市、柏崎市、小千谷市、見附市、加茂市、田上町、出雲崎町、弥彦村、刈羽村)	131	31.5
4	魚沼地域(魚沼市、南魚沼市、十日町市、湯沢町、津南町)	19	4.6
5	上越地域(上越市、妙高市、糸魚川市)	46	11.1
6	佐渡地域(佐渡市)	12	2.9
サンプル数(%ベース)		416	100.0

問2 あなたは、新潟県で、毎年多くの方が自殺で亡くなっていることを知っていましたか。

No.	選択肢	件数	%
1	知っていた	251	60.3
2	知らなかった	165	39.7
サンプル数(%ベース)		416	100.0

問3 あなたは、自殺についてどのように思いますか。次の【1】から【5】のそれぞれの項目について、あなたのお考えに最も近いものを1つだけ選択してください。(それぞれ1つだけ選択)

No.	選択肢	そう思う	やや そう思う	ややそう 思わない	そう 思わない	わからない
【1】	生死は最終的に本人の判断に任せるべきである	73人	119人	73人	118人	33人
		17.5%	28.6%	17.5%	28.4%	7.9%
【2】	自殺せずに生きていれば良いことがある	149人	161人	45人	23人	38人
		35.8%	38.7%	10.8%	5.5%	9.1%
【3】	自殺する人は、直前まで実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている	178人	129人	32人	27人	50人
		42.8%	31.0%	7.7%	6.5%	12.0%
【4】	責任を取って自殺することは仕方がない	24人	22人	62人	273人	35人
		5.8%	5.3%	14.9%	65.6%	8.4%
【5】	自殺は、その多くが防ぐことができる社会的な問題である	134人	168人	44人	25人	45人
		32.2%	40.4%	10.6%	6.0%	10.8%

問4 あなたは、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。以下の中であなたのお考えに最も近いものを1つだけ選択してください。

No.	選択肢	件数	%
1	そう思う	75	18.0
2	どちらかというそう思う	165	39.7
3	どちらかというそうは思わない	75	18.0
4	そうは思わない	88	21.2
5	わからない	13	3.1
サンプル数(%ベース)		416	100.0

問5 あなたの周囲には、不満や悩み、つらい気持ちを受け止め、耳を傾けてくれる人はいると思いますか。(1つだけ選択)

No.	選択肢	件数	%
1	そう思う	114	27.4
2	どちらかというと思う	169	40.6
3	どちらかというと思うは思わない	63	15.1
4	そうは思わない	51	12.3
5	わからない	19	4.6
サンプル数(%ベース)		416	100.0

働き盛りの男性は相談窓口を利用しないまま、自ら死を選択するケースが多く見られます。
問6 働き盛りの男性は、悩みを抱えていても、なぜ相談窓口を利用しないのだと思いますか。(いくつでも選択)

No.	選択肢	件数	%
1	悩みを相談するのは恥ずかしいことだと考えているから	173	41.6
2	相談しても、根本的な問題の解決にならないと思っているから	272	65.4
3	相談することで、自分の悩みを人に知られたくないから	187	45.0
4	自分が頑張っ、困難を乗り越えれば良いと思っているから	132	31.7
5	どの窓口を利用したらよいかわからないから	113	27.2
6	相談費用がかかるから	34	8.2
7	時間の都合がつかないから	77	18.5
8	経済・生活上の問題について弁護士や商工会議所等に相談したり、医療機関を受診していても、こころの相談窓口につながらないから	80	19.2
9	その他	16	3.8
サンプル数(%ベース)		416	100.0

問7 あなたは、このような症状が「うつ病のサイン」ということを知っていましたか。(1つだけ選択)

No.	選択肢	件数	%
1	知っていた	154	37.0
2	少しは知っていた	202	48.6
3	知らなかった	60	14.4
サンプル数(%ベース)		416	100.0

もし仮に、あなたが、家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたとき、専門の相談窓口(医療機関や相談機関)へ相談することを勧めますか。あなたのお考えに最も近いものを選択してください。(1つだけ選択)

No.	選択肢	件数	%
1	勧める	267	64.2
2	勧めない	19	4.6
3	わからない	130	31.3
サンプル数(%ベース)		416	100.0

<問8で「勧めない」、または「わからない」と回答した方にお聞きします>

問9 あなたが、身近な人に専門の相談窓口を勧めない(勧めるかどうかわからない)のはなぜですか。(いくつでも選択)

No.	選択肢	件数	%
1	ゆっくり休んだり気分転換をすることのほうが大切だから	48	32.2
2	時間がたてば自然に治ると思うから	13	8.7
3	病気に打ち勝つためには、本人が頑張った方がいいから	6	4.0
4	他の人の判断に立ち入りたくないから	37	24.8
5	自分の判断に自信がなくなためらいがあるから	51	34.2
6	自分が勧めても、言うことを聞かないと思うから	61	40.9
7	その他	17	11.4
		サンプル数(%ベース)	149 100.0

問10 もし仮に、あなたが自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、以下の専門の相談窓口のうち、どれを利用したいと思えますか。あなたのお考えに最も近いものを選択してください。(1つだけ選択)

No.	選択肢	件数	%
1	かかりつけの医療機関(精神科や心療内科を除く)	63	15.1
2	精神科や心療内科等の医療機関	215	51.7
3	公的機関の相談窓口(保健所等)	26	6.3
4	民間機関の相談窓口(いのちの電話等)	37	8.9
5	その他	4	1.0
6	何も利用しない	71	17.1
		サンプル数(%ベース)	416 100.0

<問10で「何も利用しない」と回答した方にお聞きします>

問11 あなたが、専門の相談窓口を利用しないのはなぜですか。あてはまるものを全て選んでください。(いくつでも選択)

No.	選択肢	件数	%
1	お金が掛かることは避けたいから	17	23.9
2	精神的な悩みを話すことに抵抗があるから	27	38.0
3	時間の都合がつかないから	6	8.5
4	どれを利用したらよいか分からないから	17	23.9
5	過去に利用して嫌な思いをしたことがあるから	2	2.8
6	根本的な問題の解決にはならないから	30	42.3
7	うつ病は特別な人がかかる病気なので、自分には関係ないと思うから	3	4.2
8	治療をしなくても、ほとんどのうつ病は自然に治ると思うから	4	5.6
9	その他	9	12.7
		サンプル数(%ベース)	71 100.0

問12 あなたは自殺者数を減らすために、どのような取組が効果的だと思いますか。
(いくつでも選択)

No.	選択肢	件数	%
1	自殺の実態を明らかにする調査・分析	114	27.4
2	自殺対策に関する広報・啓発	101	24.3
3	様々な分野におけるゲートキーパーの養成	138	33.2
4	自殺対策に関わる民間団体の支援	78	18.8
5	様々な悩みに対応した相談窓口の設置	207	49.8
6	地域やコミュニティを通じた見守り・支え合い	140	33.7
7	職場におけるメンタルヘルス対策の推進	201	48.3
8	子供の自殺予防の推進	153	36.8
9	危険な場所、薬品等の規制等	39	9.4
10	インターネット上の自殺関連情報対策の推進	87	20.9
11	自殺未遂者への支援	110	26.4
12	自死遺族等への支援	67	16.1
13	適切な精神科医療体制の整備	180	43.3
14	その他	14	3.4
サンプル数(%ベース)		416	100.0

問13 あなたは、新潟県における自殺対策の普及啓発活動の中で、どのようなことを発信していくことが必要だと思いますか。(いくつでも選択)

No.	選択肢	件数	%
1	新潟県の自殺の実態	141	33.9
2	自殺の問題は社会全体の問題であること	197	47.4
3	自殺に対する正しい知識(自殺は様々な要因が複雑に関係して起きること等)	186	44.7
4	うつに関する情報(うつ病の症状や対処方法等)	225	54.1
5	悩みに応じた専門の相談機関・医療機関の情報	230	55.3
6	家庭や職場等での、こころの健康に配慮した声のかけ方・見守り方	208	50.0
7	ストレスに関する情報(ストレスを自分でチェックして適切に受け止める方法や、ストレスをためないコミュニケーションのとり方等)	181	43.5
8	睡眠などの休養に関する情報(休養の大切さや効果的な休養のとり方等)	140	33.7
9	その他	15	3.6
10	わからない	15	3.6
サンプル数(%ベース)		416	100.0

新潟県では、テレビやラジオなど各種媒体を通じて「こころの相談ダイヤル」の広報を行っています。

問14 あなたが見たり、聞いたりしたことがあるものを選んでください。(いくつでも選択)

No.	選択肢	件数	%
1	テレビCM	225	54.1
2	ラジオ番組	50	12.0
3	新聞の「県からのお知らせ」	89	21.4
4	県のホームページ	25	6.0
5	インターネット・SNS上の広告	42	10.1
6	県や市町村の広報誌	87	20.9
7	その他	12	2.9
8	見たり聞いたりしたことはない	101	24.3
サンプル数(%ベース)		416	100.0