

「市民のこころと命を守るほっとプラン」の策定に向けたアンケート調査の主な調査結果

【一般市民】

調査の概要

■調査対象

志木市在住の19歳以上の一般市民

■実施期間

令和4年10月5日～10月28日

■調査項目

- 1 回答者自身について
- 2 悩みやストレスに関することについて
- 3 メディア（新聞・テレビ・ラジオなどの情報媒体）について
- 4 自殺対策の現状等について
- 5 うつや自殺に関する意識について
- 6 新型コロナウイルス感染症について
- 7 今後の自殺予防対策について
- 8 子どもと保護者のこころの健康について

■回収状況

配付数	回答数	回収率
1,500件	472件 (郵送)357件 (WEB)115件	31.5% (前回) 32.2%

■比較調査

前回調査：平成29年度

「市民のこころと命を守るほっとプラン」の策定に向けたアンケート調査の主な調査
全国調査：令和3年度自殺対策に関する意識調査（厚生労働省）

主な調査結果

■1 回答者自身について

9割以上の方が家庭を安心して過ごせる場所と感じています

家庭を安心して過ごせる場所であるかどうかの設問において、“そう思う”（「そう思う」「ややそう思う」の合計）は、95.5%となっています。（問7）

こころと身体の健康度は向上しています

こころと身体の健康度について、“良い”（「良い」と「どちらかといえば良い」の合計）」と回答した人の割合は、ここで50.0%（前回37.1%）、身体で42.8%（前回26.3%）と向上しています。また、社会とのつながりについては、33.5%となっています。（問8）

※自殺念慮のある（自殺をしたいと思ったことがある）人については、黄色部分で結果を示します。

自宅が安心して過ごせる場所と回答する割合がやや少ない傾向が見られます

自殺念慮のある人は、性別としては「女性」、年代としては「40歳代」、職業としては「正社員・正職員」と「アルバイト・パート」が多い傾向がうかがえます。（問1・問2・問4）

また、安心して、自分らしくいられる場所についての設問において、「自宅」が90.0%と自殺念慮のない人の97.2%に比べて少なくなっています。（問6）

こころと身体の健康度や社会とのつながりが低くなっています

自殺念慮のある人は、こころと身体の健康度について、“良い”と回答した人の割合は、ここで26.0%（自殺念慮のない人56.3%）、身体で20.0%（自殺念慮のない人49.4%）、社会とのつながりで28.0%（自殺念慮のない人36.4%）と低くなっています。（問8）

■2 悩みやストレスに関することについて

悩みやストレスを家族や友人・知人に相談する人が増えています

こころの悩みや人間関係・仕事・家事・育児等のストレスを誰に相談するかの設問において、「家族」が最多で69.9%（前回43.9%）、次いで「友人・知人」が50.4%（前回38.7%）となっており、身近な相談する人が増えています。また、「相談できる人がいない」と回答した人の割合は6.4%となっています。（問14）

半数以上の方が、誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じています

誰かに相談や助けを求めることにためらいを感じる（「そう思う」「どちらかというと思う」の合計）人は、31.4%となっています。（問15）

相談や助けを求めることにためらいを感じる理由として、身近な人に相談したくないなど、個人で抱える傾向が見られます

相談や助けを求めることにためらいを感じる理由として、「家族や友達など身近な人には、相談したくない（できない）悩みだから」が35.8%で最多、次いで「自分の悩みを解決できる場所はないと思っているから」が29.1%となっており、悩みがあっても個人で抱える傾向が見られます。（問16）

悩みやストレスについて相談できる人がいない人が多く、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人が半数以上と多くなっています

自殺念慮のある人は、悩みやストレスについて、「相談できる人がいない」が16.0%（自殺念慮のない人4.5%）高く、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（「そう思う」「どちらかというと思う」の合計）が54.0%（自殺念慮のない人27.8%）と高くなっています。（問14・問15）

相談をためらう理由として、過去に相談したものの、解決しなかった（嫌な思いをした）と回答している割合が高くなっています

自殺念慮のある人は、相談や助けを求めることにためらいを感じる理由として、「過去に、身近な人に相談したが、解決しなかった（嫌な思いをした）から」が25.9%、「過去に、病院や支援機関等に相談したが、解決しなかった（嫌な思いをした）から」が18.5%と自殺念慮のない人と比べて高くなっています。（問16）

主な調査結果

■3 メディア（新聞・テレビ・ラジオなどの情報媒体）について

自殺を扱った報道について、不快に思ったり、気分が落ち込んだりする人が多くなっています

自殺を扱った報道について、「自殺の原因を探るために遺族などにしつこく取材しているのが不快に感じた」が44.3%で最多、「なんとなく気分が落ち込んだ」が40.5%となっています。（問19）

インターネットやSNSの利用頻度について、「ほぼ毎日」の割合が高くなっています

自殺念慮のある人は、インターネットとSNSの利用について、「ほぼ毎日」と回答した割合がそれぞれ70.0%（自殺念慮のない人57.7%）と50.0%（自殺念慮のない人42.9%）と高くなっています。（問17）

「市民のこころと命を守るほっとプラン」の策定に向けたアンケート調査の主な調査結果		【一般市民】
主な調査結果		
■4 自殺対策の現状等について		■7 今後の自殺予防対策について
毎年、多くの方が自殺で亡くなっていることについて認知度が高くなっています		今後の自殺予防対策として、「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」や「子ども・若者の自殺予防」などが求められています
毎年、多くの方が自殺で亡くなっていることについて、「知っていた」と回答した人は60.6%（前回17.5%）と認知度が高くなっており、国の調査 54.3%と比較しても認知度が高くなっています。（問20） （※前回調査と今回では設問文が一部異なります。）		今後求められる自殺予防対策について、「様々な悩みに対応した相談窓口の設置」と「子ども・若者の自殺予防」が46.6%で最多、次いで「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」が35.2%となっています。（問37）
自殺予防対策について、「保健師によるこころの健康相談」の認知度は横ばいです		子ども・若者向けの自殺対策としては、「悩みを抱え込まず周囲に助けを求めることを学ぶ教育（SOS の出し方教育）」や「子どもが出した SOS に気づき、受け止めるための教員や保護者に対する研修の実施」などが求められています
志木市自殺対策計画の指標となっている「保健師によるこころの健康相談」について、「内容まで知っていた」と回答した人は6.1%（前回6.6%）となっており、横ばいで推移しています。（問23）		今後求められる子ども・若者向けの自殺対策について、「悩みを抱え込まず周囲に助けを求めることを学ぶ教育（SOS の出し方教育）」が63.8%で最多、次いで「子どもが出した SOS に気づき、受け止めるための教員や保護者に対する研修の実施」が58.7%となっています。（問38）
各相談事業についての認知度は自殺念慮のない人に比べて高い傾向がうかがえます		必要な自殺予防対策のうち、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」、「自殺の実態を明らかにする調査・分析」が高くなっています
自殺念慮のある人は、自殺予防対策のうち、「こころの相談」、「SNS を活用した相談」、「保健師によるこころの健康相談」、「県の精神保健相談や『埼玉いのちの電話』、『暮らしとこころの総合相談会』などの相談」などの相談事業についての認知度は自殺念慮のない人と比べて高い傾向がうかがえます。（問23）		自殺念慮のある人は、今後求められる自殺予防対策について、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」が50.0%（自殺念慮のない人35.2%）、「自殺の実態を明らかにする調査・分析」が36.0%（自殺念慮のない人21.9%）と高くなっています。（問37）
■5 うつや自殺に関する意識について		有効な子ども・若者向けの自殺対策として、「SNS での広報・啓発」が高くなっています
自殺に対する考えについて、「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題である」で「そう思う」と回答している人は減少しています		自殺念慮のある人は、今後求められる子ども・若者向けの自殺対策について、自殺念慮のある人と比べて、「SNS での広報・啓発」が34.0%（自殺念慮のない人19.3%）と高くなっています。（問38）
自殺に対する考えについて「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題である」で“そう思う”（「そう思う」と「ややそう思う」の合計）と回答した人の割合は、63.7%（前回71.8%）と減少しています。（問28）		■8 子どもと保護者のこころの健康について
自殺念慮のある人は、約1割と横ばいで推移しているものの、全国よりも低くなっています		子育てを楽しんでいる人は減少しています
これまでに、本気で自殺したいと思ったことがある人は、10.6%（前回10.8%）と大きな変化はありません。同様の全国の調査27.2%と比べて低くなっています。（問29）		一般市民のうち小学生以下の子どもがいる割合は12.7%です。子育てを“楽しい”（「いつも楽しい」と「楽しいと感じる時の方が多い」の合計）は76.7%（前回86.8%）で減少しています。（問40・問43）
自殺を考えた原因として、特に職場での人間関係と回答している人が増加しています		小学生の子どもの相談相手として父親の割合が減少しています
自殺を考えた原因について、「家族関係」が30.0%（前回25.0%）で最多、次いで「職場での人間関係」が24.0%（前回12.5%）となっており、「職場での人間関係」は10ポイント以上増加しています。（問32）		小学生の子どもがいる回答者が子どもに聞き取りで行ったところ、困っている時や悩んでいる時の相談相手として、「母」が86.7%（前回87.0%）、で最多、次いで「父」が43.3%（前回60.9%）、「友人」が30.0%（前回13.0%）となっています。（問45）
自殺を考えたとき、身近な人に悩みを相談することによって、乗り越えた人が多くなっています		
自殺を考えたときの乗り越えた方法について、「家族や友人など身近な人に悩みを聞いてもらった」が38.0%（前回26.9%）で最多、次いで「できるだけ休養を取るようにした」と「我慢した」が34.0%となっています。		
前述の設問で、相談や助けを求めることにためらいを感じる割合は高いものの、実際には身近な人に悩みを相談することによって、乗り越えた人が多いことがうかがえます。（問33）		
■6 新型コロナウイルス感染症について		
新型コロナウイルス感染症流行以降、回答者本人や身近な人の心情の変化について、感染対策を意識し、ストレスを感じた人が多くなっています		
新型コロナウイルス感染症流行以降の心情や考えの変化について、回答者本人に関する設問でも、家族や友人・知人など、身近な人に関する設問でも「感染対策を意識するようになり、ストレスを感じた」が50.2%と46.0%で最多、次いで「不安を強く感じるようになった」が32.8%と31.1%となっています。（問34・35）		
身近な人の心情や考えの変化に対し、具体的な対応を取らなかった人が多くなっています。		
身近な人の心情や考えの変化に対し、具体的な行動を起こしたかどうかについて、「特に何もしなかった」が37.5%（全国29.6%）で最多、次いで「家族でコミュニケーションをとる機会を多く持つようにした」が24.2%（全国30.1%）となっています。（問36）		

調査の概要

■調査対象

志木市在住の一部の中学生
市内在住の16歳から18歳の市民

■実施期間

令和4年10月5日～10月28日

■調査項目

1 回答者自身について
2 悩みやストレスに関することについて
3 メディア（新聞・テレビ・ラジオなどの情報媒体）について
4 自殺に関する意識について
5 新型コロナウイルス感染症について
6 自殺予防対策について

■回収状況

配付数	回答数	回収率
605件	272件 (郵送)70件 (WEB)202件	45.0% (前回) 21.1%

主な調査結果

1 回答者自身について

安心して、自分らしくいられる場所として、学校や友人宅などと回答する人が増え、こころと身体の健康度は向上しています。

こころと身体の健康度について、“良い”（「良い」と「どちらかといえば良い」の合計）と回答した人の割合は、こころで68.4%（前回45.5%）、身体で74.6%（前回52.6%）と向上しています。また、社会とのつながりについては、61.8%となっています。（問9）

安心して、自分らしくいられる場所として、家や学校は少なくなっています

自殺念慮のある人は、安心して、自分らしくいられる場所として「家」が77.9%（自殺念慮のない人94.8%）、「学校」が29.4%（自殺念慮のない人57.8%）と低くなっています。（問6）

こころと身体の健康度と社会とのつながりが低くなっています

自殺念慮のある人は、こころと身体の健康度について、“良い”と回答した人の割合は、こころで39.7%（自殺念慮のない人77.6%）、身体で51.5%（自殺念慮のない人82.3%）と低くなっています。また、社会とのつながりについては、39.7%（自殺念慮のない人68.8%）となっています。（問9）

自己肯定感や自己有用感が全体的に低い傾向がみられます

自殺念慮のある人は、自己肯定感や自己有用感に関する設問において、「私は、自分が大切な存在であると思う」で22.1%（自殺念慮のない人43.2%）と低い傾向が見られます。また、理想や考えに関する設問においても、自殺念慮のない人に比べて「友達から人気のある人になりたい」、「将来のためにも、今、頑張りたいと思う」など低い傾向が見られます。（問11・12）

2 悩みやストレスに関することについて

「勉強や進路のこと」、「友人との人間関係」についての悩みが増加しています

悩んでいることについて、「勉強や進路のこと」が73.9%（前回32.0%）で最多、次いで「友人との人間関係」が32.0%（前回19.0%）と増加しています。（問13）

ストレスの解消法として、「ゲーム」、「音楽の視聴」、「本・雑誌・マンガ」が増加しています

ストレスを感じたときにしていることとして、「音楽の視聴」が最多となっています。前回調査と比較して特に「音楽の視聴」が62.5%（前回44.1%）「ゲーム」が52.9%（前回28.9%）、「本・雑誌・マンガ」が35.7%（前回22.7%）と増加しており、一人でできる娯楽が増加していることがうかがえます。（問14）

「友人との人間関係」、「自分の容姿や体型」、「家族関係」で悩んでいる割合が高く、ストレス解消法として「インターネット」や「SNS」が多くなっています

自殺念慮のある人は、悩んでいることについて、「友人との人間関係」が58.8%（自殺念慮のない人22.9%）、「自分の容姿や体型」が52.9%（自殺念慮のない人17.2%）、「家族関係」が29.4%（自殺念慮のない人8.9%）と高くなっています。また、ストレスを感じたときにしていることとして、「インターネット」や「SNS」が高くなっています。（問13・14）

悩みやストレスを家族に相談する割合が低く、相談や助けを求めることにためらいを感じる割合が高くなっています

自殺念慮のある人は、悩みやストレスの相談相手として「家族」が41.2%（自殺念慮のない人64.6%）と低くなっており、相談や助けを求めることにためらいを感じる割合が60.3%と（自殺念慮のない人28.6%）高くなっています。（問15・問16）

主な調査結果		
3 メディア（新聞・テレビ・ラジオなどの情報媒体）について スマートフォン等の利用に関して保護者と決めているルールとして、「知らない人に個人情報を教えない」が最も多くなっています。 スマートフォン等の利用に関して保護者と決めているルールとして、「知らない人に個人情報を教えない」が58.8%で最多、次いで「利用する時間の制限」が41.9%、「利用する際のマナー（悪口や仲間外れすることは書かない等）」が40.1%となっています。（問20） 自殺を扱った報道について、「自分も『死にたい』という気持ちを強く感じた」など自殺の誘発につながる傾向が高くなっています 自殺を扱った報道について、自殺念慮のある人は自殺念慮がない人に比べて「自分も『死にたい』という気持ちを強く感じた」が16.2%、「自殺方法や原因などをもっと知りたいと思った」が23.5%と高く、「一人で抱え込まずに誰かに相談しようと思った」が20.6%と（自殺念慮のない人37.0%）低くなっています。（問21）	4 自殺に関する意識について 自殺念慮のある人は増加しているものの、最近1年以内の自殺念慮や実際に自ら命を絶とうと試みたことがある人は減少しています 自殺念慮のある人は、性別では女性、年齢では13歳が多くなっています。自殺念慮のある人は25.0%（前回17.5%）と増加しています。一方で、自殺念慮のある人のうち、最近1年以内の自殺念慮は64.7%（前回70.3%）、今まで実際に自ら命を絶とうと試みたことは29.4%（前回43.2%）と減少しています。（問23・問24・問25） 自殺を考えた原因として「友人との人間関係」が最も多く、前回よりも高くなっています。また、「家族等からの虐待・暴力」も増加しています 自殺を考えた原因として、「友人との人間関係」が48.5%（前回27.0%）で最多であり、前回調査より大きく増加しています。また、「家族等からの虐待・暴力」10.3%（前回2.7%）についても増加しています。（問26）	もしも身近な人から「死にたい」と打ち明けられたときの対応について、『「死にたいぐらい辛いんだね」と共感を示す」が多くなっています もしも身近な人から「死にたい」と打ち明けられたときの対応について、「ひたすら耳を傾けて聴く」が29.0%（前回34.1%）で最多となっています。また、『「死にたいぐらい辛いんだね」と共感を示す」は15.4%（前回2.8%）と特に増加しています。（問22） 6 自殺予防対策について 自殺予防対策を自分自身に関わる問題だと考える人が増えていますが、自殺思慮の有無による差はみられません 自殺予防対策は自分自身に関わる問題と思うかについて、“そう思う”（「そう思う」と「ややそう思う」の合計）」は64.7%（前回49.8%）と増加しています。（問31）

調査の概要

■調査対象

志木市在住の小学生の保護者

■実施期間

令和4年10月5日～10月28日

■調査項目

1 回答者自身について

2 悩みやストレスに関することについて

3 メディア（新聞・テレビ・ラジオなどの情報媒体）について

4 自殺対策の現状等について

5 うつや自殺に関する意識について

6 新型コロナウイルス感染症について

7 今後の自殺予防対策について

8 子どもと保護者のこころの健康について

■回収状況

配付数	回答数	回収率
384件	300件 (郵送)179件 (WEB)121件	78.1% (前回) 62.1%

主な調査結果

■1 回答者自身について

正社員・正職員が増加し、アルバイト・パートが減少しています

職業について、「アルバイト・パート」が37.0%（前回43.2%）で最多、「正社員・正職員」が28.0%（前回21.6%）となっており、正社員・正職員が増加し、アルバイト・パートが減少しています。（問4）

こころと身体の健康度は向上しています

こころと身体の健康度について、“良い”（「良い」と「どちらかといえば良い」の合計）と回答した人の割合は、こころで48.7%（前回34.7%）、身体で38.7%（前回29.3%）と向上しています。また、社会とのつながりについては、36.3%となっています。（問8）

自宅の安心感やこころと身体の健康度や社会とのつながりが低くなっています

自殺念慮のある人は、職業で「アルバイト・パート」が48.8%（自殺念慮のない人33.3%）と高くなっています。また、安心して、自分らしくいられる場所として、「自宅」が90.2%（自殺念慮のない人98.0%）と低くなっています。こころと身体の健康度について、“良い”と回答した人の割合は、こころで39.0%（自殺念慮のない人55.4%）、身体で29.3%（自殺念慮のない人44.6%）、社会とのつながりで29.3%（自殺念慮のない人42.2%）と低くなっています。（問4・問6・問8）

自己肯定感や自己有用感が低くなっています

自殺念慮のある人は、自己肯定感や自己有用感に関する項目が自殺念慮のない人に比べて総じて低くっており、特に「私は、自分が大切な存在であると思う」でゝあてはまる、「（とてもあてはまる」と「ややあてはまる」の合計）が53.6%（自殺念慮のない人90.7%）と低くなっています。（問11）

■2 悩みやストレスに関することについて

自分や家族の健康等の悩みが増加し、経済的な問題は減少しています

今、悩んでいることについて、「子育てに関する問題」が40.3%（前回35.1%）で最多となっています。前回と比較として、「自分の健康、病気、介護など」が30.7%（前回23.6%）、「家族の健康、病気、介護など」が27.7%（前回17.8）と増加しており、「経済的な問題」は23.3%（前回31.7%）と減少しています。（問12）

悩みやストレスを家族に相談する人が増加しています

こころの悩みや人間関係・仕事・家事・育児等のストレスを誰に相談するかにおいて、「家族」が最多で80.3%（前回68.7%）と増加しています。（問14）

相談や助けを求めることにためらいを感じる割合は2割半ばです

誰かに相談や助けを求めることにためらいを感じる（「そう思う」と「どちらかというと思う」の合計）人は、25.6%となっています。自殺念慮の有無別にみると、自殺念慮のある人は36.6%、自殺念慮のない人は18.6%と差があります。（問15）

悩んでいることについて、ほとんどの項目で高くなっています

自殺念慮のある人は、今悩んでいることについて、ほとんどの項目で自殺念慮のない人に比べて割合が高くなっています。（問12）

■3 メディア（新聞・テレビ・ラジオなどの情報媒体）について

自殺を扱った報道について、自殺が身近な問題であると感じる人が多くなっています

自殺念慮のある人は、自殺を扱った報道について、「自殺が身近な問題であると感じた」が53.7%（自殺念慮のない人26.0%）と高くなっています。（問19）

主な調査結果		
■5 うつや自殺に関する意識について 専門相談窓口を利用しない理由として、「精神的な悩みを話すことに抵抗がある」が増加しています 「うつ病のサイン」に気づいたとき、前回と比較して「精神的な悩みを話すことに抵抗がある」が36.4%（前回23.5%）と増加しています。（問25） 自殺念慮のある人は横ばいで推移しているものの、最近1年以内の自殺念慮や実際に自殺を試みたことがある人は減少しています 自殺念慮のある人は、13.7%（前回14.3%）と大きな変化はありませんが、最近1年以内の自殺念慮や実際に自殺を試みたことがある人は減少しています。（問29・問30・問31） 自殺を考えた原因として、前回より職場環境の変化（配置転換、降格など）などが前回より増加しています 自殺を考えた原因として、前回と比較として「職場環境の変化（配置転換、降格など）」が12.2%（前回2.7%）と増加しています。（問32）	■6 新型コロナウイルス感染症について 不安を強く感じるようになった人が高くなっています 新型コロナウイルス感染症流行以降の心情の変化として、全体では「感染対策を意識するようになり、ストレスを感じた」が56.3%で最多、次いで「家で過ごす時間が増え、家族と過ごす時間の大切さを再認識した」が37.7%となっています。自殺念慮の有無別にみると、「不安を強く感じるようになった」について自殺念慮のある人は41.5%（自殺念慮のない人27.5%）と高くなっています。（問34） ■7 今後の自殺予防対策について 今後の自殺予防対策として、「子ども・若者の自殺予防」、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」が高くなっています 今後の自殺予防対策として、「子ども・若者の自殺予防」が71.3%で最多、次いで「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」が49.0%となっています。自殺念慮の有無別にみると、「自死遺族等の支援」について自殺念慮のある人は26.8%（自殺念慮のない人14.7%）と高くなっています。（問37）	■8 子どもと保護者のこころの健康について 子育てする上の支援者として配偶者や学校が高くなっています 子育てする上の支援者として、「配偶者」が84.3%（前回77.6%）と増加しています。（問42） 子どもが困っていることや悩んでいる時に父に相談する割合が高くなっています 回答者が子どもに聞き取りで行ったところ、困っている時などの相談相手として、「母」が86.0%（前回78.8）で最多、次いで「父」が49.3%（前回30.5%）と、特に「父」が増加しています。（問45） 子育てする上で「経済的な不安」や「育児の協力が得られない」が高くなっています 自殺念慮の有無別にみると、自殺念慮のある人は、「経済的な不安」で51.2%（自殺念慮のない人17.6%）、「育児の協力が得られない」で26.8%（自殺念慮のない人4.4%）が多くなっており、差がみられます。（問43）

調査の概要		
■調査対象		
志木市在住の乳幼児の保護者		
■実施期間		
令和４年１０月５日～１０月２８日		
■調査項目		
１ 回答者自身について		
２ 悩みやストレスに関することについて		
３ メディア（新聞・テレビ・ラジオなどの情報媒体）について		
４ 自殺対策の現状等について		
５ うつや自殺に関する意識について		
６ 新型コロナウイルス感染症について		
７ 今後の自殺予防対策について		
８ 子どもと保護者のこころの健康について		
■回収状況		
配付数	回答数	回収率
280 件	123 件 (郵送)78 件 (WEB)45 件	43.9% (前回) 49.7%

主な調査結果	
■１ 回答者自身について	■２ 悩みやストレスに関することについて
アルバイト・パートが増加し、正社員・正職員が減少しています	自分や家族の健康等の悩みが増加し、「職場や学校、近所での人づきあい(家族以外との人間関係)」は減少しています
職業について、「家事専業」が36.6%（前回37.2%）で最多、次いで「正社員・正職員」が30.1%（前回39.5%）、「パート・アルバイト」が24.4%（前回12.8%）となっています。特にアルバイト・パートが増加し、正社員・正職員が減少しています。（問４）	今悩んでいることについて、「子育てに関する問題」が44.7%で最多、次いで「経済的な問題」が35.8%となっています。前回と比較として、「自分の健康、病気、介護など」が25.2%（前回16.3%）、「家族の健康、病気、介護など」が22.0%（前回15.1%）と増加しており、「経済的な問題」は15.4%（前回24.4%）と減少しています。（問12）
安心して、自分らしくいられる場所として職場が増えています	ストレス解消法として、飲食が増加、飲酒・喫煙は減少しています
安心して、自分らしくいられる場所として、「自宅」が94.3%、次いで「まちの中」が26.0%、「職場」が22.8%となっており、特に「職場」が前回の7.0%より増加しています。（問６）	ストレスを感じたときにしていることとして、前回と比較すると「飲酒・喫煙」は19.5%（前回28.5%）と減少しています。（問13）
自宅の安心感やこころと身体の健康度や社会とのつながりが低くなっています	相談や助けを求めることにためらいを感じる割合は２割半ばです
自殺念慮のある人は、安心して、自分らしくいられる場所として、「自宅」が82.6%（自殺念慮のない人97.4%）と低くなっています。また、こころと身体の健康度について、「良い」と回答した人の割合は、こころで34.8%（自殺念慮のない人64.2%）、身体で39.1%（自殺念慮のない人52.5%）、社会とのつながりで30.4%（自殺念慮のない人43.6%）と低くなっています。（問６・問８）	誰かに相談や助けを求めることにためらいを感じる（「そう思う」と「どちらかというと思う」の合計）人は、26.0%となっています。自殺念慮のある人は39.1%、自殺念慮のない人は19.2%と差があります。（問15）
自己肯定感や自己有用感が低くなっています	悩んでいることについて、「経済的な問題」が高く、悩みやストレスを家族に相談する割合が少なくなっています
自殺念慮のある人は、自己肯定感や自己有用感に関する項目が自殺念慮のない人に比べて、特に友人（地域活動）についての項目で低くなっています。（問11）	自殺念慮のある人は、今悩んでいることについて、「経済的な問題」が52.2%（自殺念慮のない人28.2%）と高く、悩みやストレスを相談する相手として、「家族」が69.6%（自殺念慮のない人89.7%）と低くなっています。（問12・問14）

主な調査結果		
■４ 自殺対策の現状等について	■６ 新型コロナウイルス感染症について	■８ 子どもと保護者のこころの健康について
「保健師によるこころの健康相談」の認知度が増加しています	ストレスを感じた、家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じたが特に高くなっています	子育てを楽しんでいる人は減少しています
自殺予防対策の取組について、「保健師によるこころの健康相談」の認知度が14.6%（前回6.4%）と増加しています。（問23）	新型コロナウイルス感染症流行以降の心情の変化として、全体で「感染対策を意識するようになり、ストレスを感じた」が55.3%で最多、次いで「家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた」が51.2%となっています。自殺念慮の有無別にみると、「家族以外の人とのつながりが少なくなり、孤独を感じた」について自殺念慮のある人は65.2%（自殺念慮のない人44.9%）と高くなっています。（問34）	子育てを楽しんでいるかどうかについて、`楽しい、（「いつも楽しい」と「楽しいと感じる時の方が多い」の合計）は68.3%（前回75.6%）と減少しています。（問41）
■５ うつや自殺に関する意識について	■７ 今後の自殺予防対策について	子育てをするうえの支援者として、「配偶者」や「実家」の割合が少なくなっています
自殺念慮のある人はやや増加しているものの、最近１年以内の自殺念慮や実際に自殺を試みたことがある人は減少しています	今後の自殺予防対策として、「子ども・若者の自殺予防」、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」が高くなっています	子育てする上での支援者として、自殺念慮のある人は、「配偶者」が73.9%（自殺念慮のない人92.3%）、「実家」が56.5%（自殺念慮のない人74.4%）と低くなっています。（問42）
自殺念慮のある人は、18.7%（前回15.1%）とやや増加していますが、最近１年以内の自殺念慮や実際に自殺を試みたことがある人は減少しています。（問29・問30・問31）	今後の自殺予防対策として、「子ども・若者の自殺予防」、「職場におけるメンタルヘルス対策の推進」が高くなっています	
自殺を考えた原因として、家族関係が最も多く、職場での人間関係などが前回より増加しています		
自殺を考えた原因として、「家族関係」が39.1%（前回38.5%）で最多となっています。前回と比較として「職場での人間関係」が34.8%（前回7.7%）と増加しています。（問32）		