

様式第2（第5条関係）

会議録

1 附属機関の名称

犬山市自殺対策推進協議会

2 開催日時

平成30年7月6日（金）午後2時～3時30分

3 開催場所

犬山市役所 201会議室

4 出席者

- (1) 委員 宮崎 貢一、黒川 淳一、柳澤 知里、木村 寛子、森川 小夜子
栗田 顕範、齊慶 辰也、山口 将洋、伊藤 文秋、宮部 義光
倉地 直文
- (2) 執行機関 山田市長、吉野健康福祉部長、健康推進課（三輪課長、野村課長補佐、
織嶺課長補佐、山本、堀田、中根）
- (3) その他 岩佐 健（米井委員代理）、藤枝 孝則（岡田委員代理）

5 議題

- (1) 犬山市の自殺の現状について
(2) 犬山市自殺対策計画策定について
(3) 自殺対策計画のためのアンケート調査等について

6 傍聴人の数 0人

7 内容

議題（1）犬山市の自殺の現状について、（2）犬山市自殺対策計画策定について

会長：司会進行をさせていただくのでご協力お願いします。

犬山市の自殺の現状と課題について及び自殺対策計画策定について事務局から説明をお願いします。

事務局：資料1「犬山市自殺対策計画の策定について」説明

会長：ただ今の説明にご意見・質問はございませんか。

若い人が多いですね。1件でも出てしまうと、自殺の総数も少ないので、多くなるのであまりうのみにするのは良くないが、理由の特徴はつかんでいますか。

事務局：そこまではつかめていません。

会長：この協議会の意見が重要になってくると思います。

それでは次の議題に移ります。

議題（3）自殺対策計画のためのアンケート調査等について、事務局から説明をお願いします。

事務局：資料2「犬山市民のこころの健康に関する実態調査・アンケートご協力のお願い」について

資料3「「犬山市民の健康づくりに関する実態調査・児童・生徒用より抜粋」について説明

会長：ただいまの説明についてご意見、ご質問はありますか。

この資料2の調査票は郵送するのですか。

事務局：はい。高校生1年生相当の15歳以上の方に郵送で行う予定です。

資料3は、学校で配布、回収という予定です。

会長：回収率は問題になってくると思います。子どもさんについては大丈夫だとは思いますが、どれくらいを見越しているのですか。

事務局：前回、自殺ではなく、健康プランのほうの回収率は40%台でした。

会長：3割くらいだったらまあまあといったところですね。項目の数が多いと、どうしても回答が面倒になってやめてしまう人もいます。項目は少ない方がよいです。

また、子どもさんのほうのアンケートで「いじめられたことがある」「いじめたことがある」といったことがあります、「過去にいじめを見たことがある」「見て見ぬふりをした」といったことは聞かなくてもよいですか。

事務局：なかなか項目を掘り下げていくということもありますので、今回はこれでいきたいと思います。

委員：学校現場の立場からお話をさせていただきます。学校は教育する機関ですので、何か出ればそれを教育にいかします。例えば、いじめの調査をすれば、そこからいじめをなくしていく、防いでいくといったことに使ってています。ですから、年間3回ほどいじめに関するアンケートをします。それは指導にいかせることなので非常に意味があります。さらに加えてこのようなアンケートをするということは、負担がすごく大きいです。学校が関わると、回収率はほぼ100%近くになるのですが、学校というのは行政機関の調査を請け負う機関ではありません。子どもたちの教育に本当にいかせるのであれば学校で行う意味はあると思いますが、そうではなく市の傾向を知りたいといったことだと100%近い生徒に100%の回収率を求めるようなアンケートの仕方というのはどうなのかなと常々学校の現場では思います。例えば、みなさんの職場に市からお願いされて、全部集めてください、少なくとも90%くらい出してください、配って集めて持ってきてくださいともしもいわれたらどうでしょうか。

会長：そもそもアンケートを行う最初の倫理的な配慮の問題ですね。「回収をお願いします」、「ご協力ありがとうございます」と書くこと自体がそもそもダメというか、一応研究的には言われていると思います。

委員：一般の方2,000人に行うアンケートなのですが、傾向を知るだけなのであれば、生徒に関しても無作為抽出して行っても十分なのではないかと思います。全員に配るというのは、少し意図が違うのではないかと思います。この会議の意味と違うかもしれません、アンケートの取り方というのはこういった協議会などで十分検討されているとは思いますが、現場に負担になったり、例えばアンケートを書いたけれど学校は何もしてくれませんでしたといわれたとしても、私たちは何もできません。子どもたちにとっては、学校が配って学校が回収し

たのだから学校のアンケートではないですか。それを上手に先生方が処理してみえるのですが、そういったところについてもみなさま方が承知した上で作っているのであれば行う意味もあるとは思いますが、自分の職場に配られたらできるのかと少し考えていただければと思います。

会長：ありがとうございます。今のご意見についてはいかがでしょうか。アンケート自体に関する倫理的配慮に関しては確認を今一度したいと思います。基本的には任意回答なのでよいのではないかというのが私の個人的な意見です。強制性が働いているアンケートですと、かえってそのアンケート自体の結果自体があやしくなります。

アンケートのもうひとつの位置づけとして、今回のストレスチェックもそうですが、受ける受けないも別に大げさな利害関係はないですと最初に謳っています。後は、アンケートを返さないということ自体も一つのサインだと思いますので、そういうことを日ごろ私たちは気にかけているというサインを送るという自体に、このアンケート自体問題があるのではないかという意味で、とにかく私たちは問題意識を持ってやるということで、眼差しを向けるというシステムをつくるというところで、何とかご理解いただくことができれば、子どもさんの現場のところでもアンケートの検討していただけないでしょうか。どうしてもアンケートを行うと、アンケートの数字に話がいきがちになるのですが、そもそもこのアンケートを配るということがひとつの趣旨だろうと思います。紙は返さなかったけれど、行政にはそういった相談窓口があるということを子どもたちにアピールすることができます。

事務局：「住民市民のみなさん 2,000 人のアンケート」ということで、資料 2 をつくらせていただいております。これは頭の紙が説明、ご協力のお願いとなっております。資料 3 の子供のアンケートは、頭の紙はついておりませんが、実はこころの部分を抜粋してきております。こころの部分だけではなく、健康づくりということで「食」や「運動」など、いろいろなことを小学校 5 年生と中学校 2 年生のみなさんにお願いすることになります。その頭の紙の依頼文書のところに、強制でないことを伝えさせていただきたいと思います。また、学校からのお願いではなく、市から健康づくりのためにお願いしているものですので、そういった部分を小中学生にもわかるようにつけさせていただきまして進めさせていただきたいと思います。以上です。

会長：細心の注意を払い、もう一度考えていただくということでいかがでしょうか。

委員：明確にするのでしたら、配布するのは学校でさせていただいて、回収は市のほうに郵送するというかたちにしていただければ子どもたちもわかると思います。

会長：回収方法に関しては、もう一度事務局のほうで検討していただいてもよろしいでしょうか。

事務局：検討します。

会長：ありがとうございました。後はいかがでしょうか。

事務局：参考資料『アンケートのお願い』について説明

関係団体等にヒアリング調査を行うことで、現状・課題等の把握をしたいので、委員の方々が所属する団体の現状について回答をお願いできたらと思います。また、他の団体でヒアリングするといいと思われる団体があればご意見をいただきたいです。

会長：いまのご提案についてはいかがでしょうか。団体等に心当たりがありましたらご発言をお願

いします。

委 員：今アンケートをいただいた私としては、犬山市小中学校長会という団体としての答えをするのでしょうか。A 中学校として団体を記載するのでしょうか。

事務局：今の依頼をかけている団体のところでご協議いただける機会が近々あればそちらで出していただけるかと思いますが、なかなかその機会がないということであれば、もう少し小さい団体のところでご協議いただくか、もしくは団体名として出せないということであれば個人のご意見ということで出していただいても構わないと思っております。

委 員：小中学校長会ということであれば、このサイズの団体のことですか。

事務局：もし可能であればお願ひします。

会 長：よろしくお願ひします。後はいかがでしょうか。

今まで駆け足で進めてまいりましたが、追加でご発言があればお願ひします。

ゲートキーパー養成についてはホームページ等に載せるのですか。

事務局：ホームページとチラシ等を健康館に置いたりいろいろな団体さんにお配りしようと思っています。

会 長：興味のある方が入ってみえますが、本当はまったく興味のない方に、だからこそ入ってほしいと思います。この機会に少しでも入っていただけるようにしていただければと思います。

いろいろなところにお声かけをいただき、ヒアリング等行っていただければと思います。

他にご意見はございませんか。それでは議題に関してはこれで終了したいと思います。

事務局：ありがとうございました。協議会の意見を踏まえて今後計画策定を事務局も進めてまいりたいと思います。よろしくお願ひいたします。尚、アンケート等の修正につきましては、会長と事務局のほうに一任いただけたらと思います。

次回の会議ですが、11月30日の金曜日14時から、場所については犬山市の市民健康館を考えています。また、改めてご案内させていただきます。よろしくお願ひいたします。

平成30年度第1回犬山市自殺対策推進協議会次第

日 時：平成30年7月6日（金）

午後2時～3時30分

場 所：犬山市役所201会議室

1. 委嘱状伝達

2. あいさつ

3. 会長及び副会長の選出について

4. 議題

（1）犬山市の自殺の現状について

（2）犬山市自殺対策計画策定について

（3）自殺対策計画のためのアンケート調査等について

5. その他

犬山市自殺対策計画の策定に 向けて



いのち
支える

平成30年7月6日(金)
犬山市役所201会議室
犬山市健康推進課
(市民健康館さらさくら)

本日の内容

1. 国の自殺の現状
2. 犬山市の自殺の現状
(H29.12調査分)
3. 犬山市での取り組み内容
4. 犬山市自殺対策計画策定について



1. 国の自殺の現状(1)



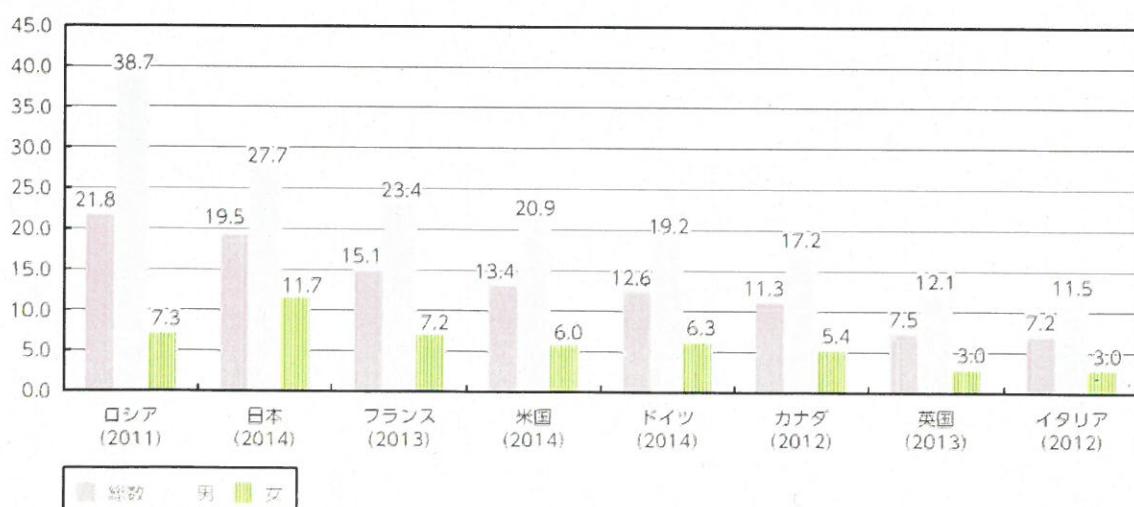
2

1. 国の自殺の現状(2)

国の自殺対策は、平成18年に自殺対策基本法が制定されて以降、大きく前進し、それまで「個人の問題」とされてきた自殺が「社会の問題」として広く認識されるようになり、自殺対策を総合的に推進した結果、自殺者数の年次推移は減少傾向にあります。

しかし、自殺死亡率は、主要先進7か国の中で最も高く、自殺者数の累計は毎年2万人を超える水準で推移しているなど、非常事態はいまだ続いていると言えます。

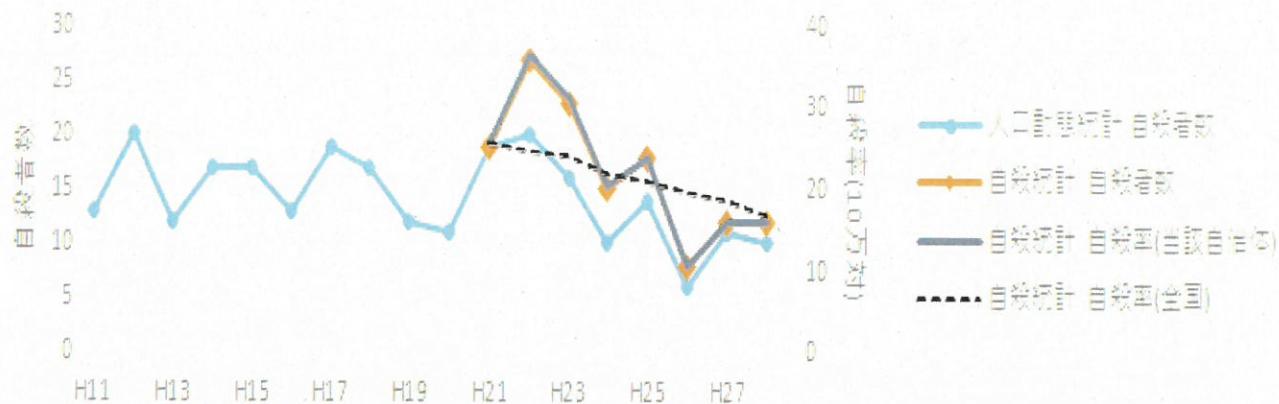
第1-38図　主要国の自殺死亡率



3

資料：世界保健機関「WHO死亡データベース」より厚生労働省自殺対策推進室作成

2. 犬山市の自殺の現状



	H24	H25	H26	H27	H28	合計	平均
自殺統計 自殺者数(自殺日・住居地)	15	18	8	12	12	65	13.0
自殺統計 自殺率(自殺日・住居地)	20.3	23.9	10.6	16.0	16.0	-	17.4
人口動態統計 自殺者数	10	14	6	11	10	51	10.2

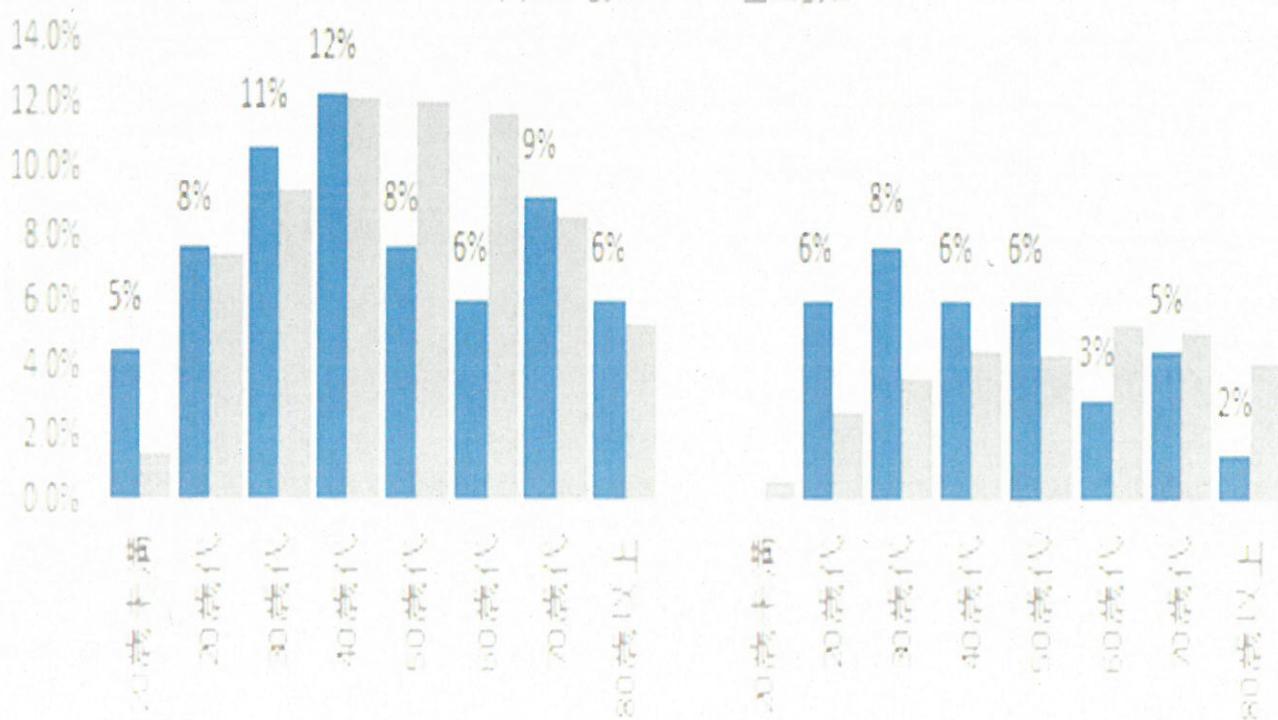
自殺総合対策推進センター
「地域自殺実態プロファイル(2017)」

(特別集計(自殺日・住居地、H24～28合計))

4

性・年代別の自殺者割合*

■犬山市割合 ■全国割合

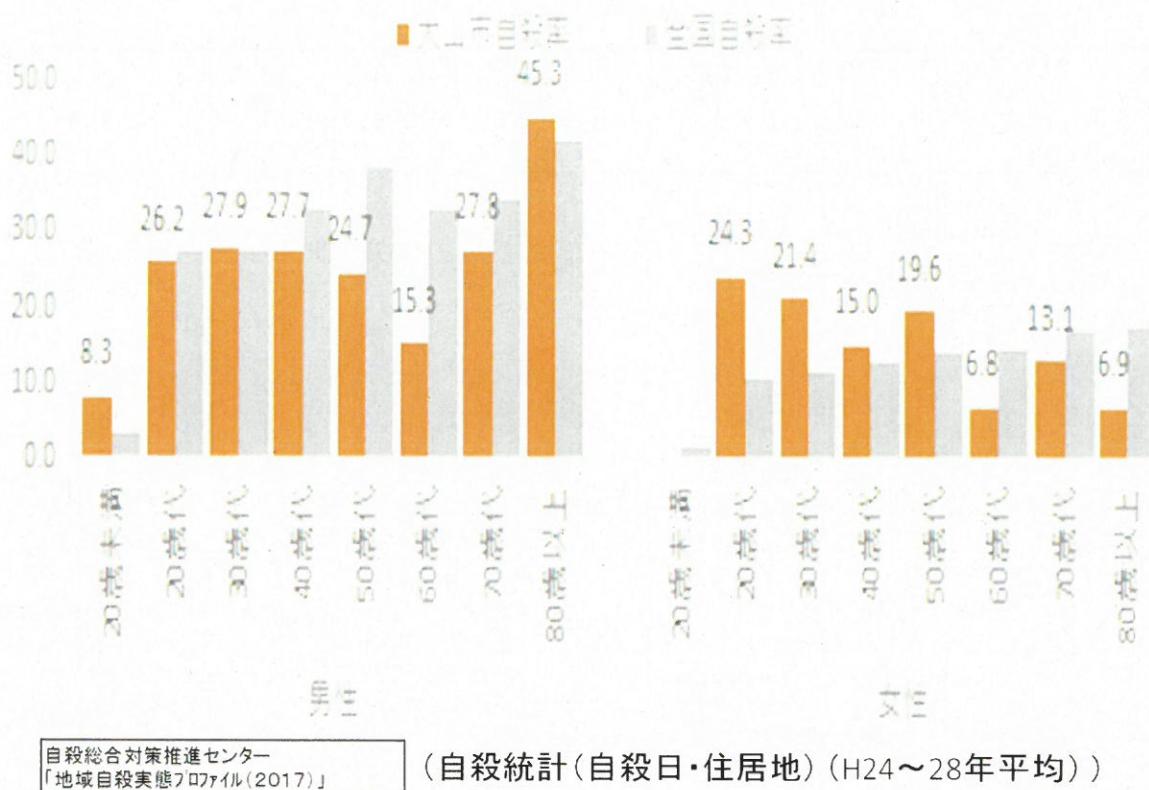


自殺総合対策推進センター
「地域自殺実態プロファイル(2017)」

11

5

年・年代別の自殺率(10万人口)



6

犬山市の自殺者における未遂歴の総数

未遂歴	自殺者数	割合	全国割合
あり	11	17%	20%
なし	38	58%	60%
不詳	16	25%	20%
合計	65	100%	100%

自殺総合対策推進センター
「地域自殺実態プロファイル(2017)」

(自殺統計もしくは特別集計(自殺日・住居地、H24~28合計))

7

犬山市の有職者の自殺割合の内訳

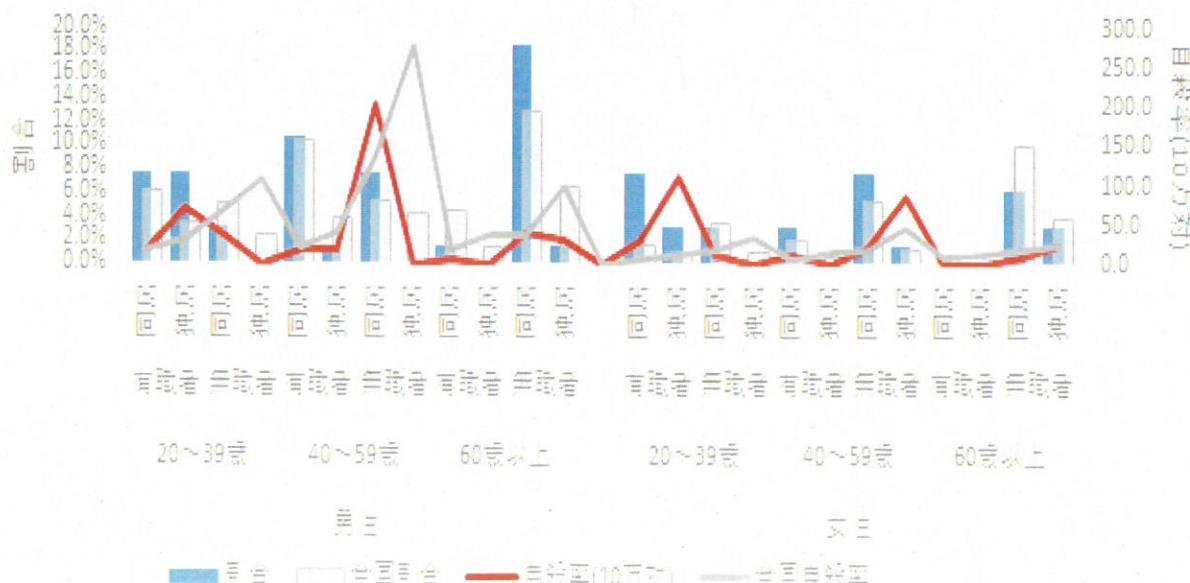
職業	割合	全国割合
自営業・家族従業者	3.6%	21.4%
被雇用者・勤め人	96.4%	78.6%
合計	100.0%	100.0%

自殺総合対策推進センター
「地域自殺実態プロファイル(2017)」

(自殺統計(自殺日・住居地)(H24～28年合計))

8

同居・職業の有無別の自殺の内訳



自殺総合対策推進センター
「地域自殺実態プロファイル(2017)」

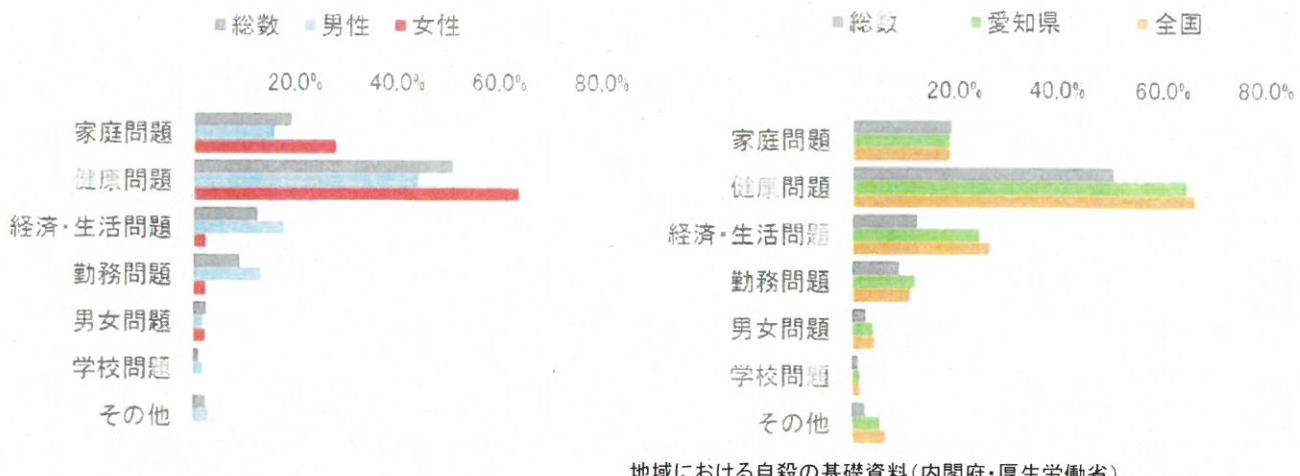
(特別集計(自殺日・住居地、H24～28合計))

9

自殺の原因・動機別の割合

	男女計	男性	女性
データ数	153人/7年分	99人/6年分	42人/6年分
不詳割合	9%	11%	7%

※データ非匿年あり



10

犬山市の総合的な特徴

上位5区分	自殺者数 5年計	割合	自殺率* (10万対)	背景にある主な自殺の危機経路**
1位:男性60歳以上 無職同居	12	18.5%	37.3	失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)+身体疾患→自殺
2位:男性40~59歳 有職同居	7	10.8%	17.2	配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺
3位:男性40~59歳 無職同居	5	7.7%	201.4	失業→生活苦→借金+家族間の不和→うつ状態→自殺
4位:男性20~39歳 有職独居	5	7.7%	69.6	①【正規雇用】配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺 / ②【非正規雇用】(被虐待・高校中退)非正規雇用→生活苦→借金→うつ状態→自殺
5位:女性20~39歳 有職同居	5	7.7%	28.5	離婚の悩み→非正規雇用→生活苦+子育ての悩み→うつ状態→自殺

3. 犬山市での取り組み内容

(平成29年12月調査分)



12

「自殺総合対策大綱」(概要)

※下線は旧大綱からの主な変更箇所

平成28年の自殺対策基本法の改正や我が国の自殺の実態を踏まえ抜本的に見直し

第1 自殺総合対策の基本理念

誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す

自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる

阻害要因：過労、生活困難、育児や介護疲れ、いじめや孤立等
促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等

第2 自殺の現状と自殺総合対策における基本認識

- 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
- 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている
- 地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通して推進する

第3 自殺総合対策の基本方針

- 1 生きることの包括的な支援として推進する
- 2 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
- 3 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に運動させる
- 4 実践と啓発を両輪として推進する
- 5 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

第4 自殺総合対策における当面の重点施策

1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する
2. 国民一人ひとりの気つきと見守りを促す
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
4. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる
8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
9. 遣された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する

第5 自殺対策の数値目標

➢ 先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、平成38年までに、
自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少
(平成27年18.5 ⇒ 13.0以下)

(WHO:仏15.1(2013)、米13.4(2014)、独12.6(2014)、
加11.3(2012)、英7.5(2013)、伊7.2(2012))

第6 推進体制等

1. 国における推進体制
2. 地域における計画的な自殺対策の推進
3. 施策の評価及び管理
4. 大綱の見直し

13

①自殺対策に係る人材確保、養成及び資質向上

主な取組・事業

- ◎ゲートキーパー（悩んでいる人に気づき話を聴いて必要な支援につなぎ見守ってくれる人）講座（H30～）
- ◎地域保健スタッフの資質の向上ための研修への参加
- ◎困難を抱えた子ども若者支援研修会等

14

②市民一人ひとりの気づきと見守りの促進

主な取組・事業

- ◎自殺に関する正しい知識の普及啓発
自殺予防週間（9月）・自殺対策強化月間（3月）に啓発資材を配布し啓発
- ◎健康館等でこころのリーフレット配布
- ◎広報等での相談日等の周知
- ◎ゲートキーパー講座の開催（H30～）等

15

③精神保健福祉サービスの充実

主な取組・事業

- ◎ こころの悩み相談（精神科医師による）
- ◎ アルコール相談（断酒会による）
- ◎ 健康相談（保健師・看護師）
- ◎ 親子教室・スキップ教室
- ◎ 障害者相談支援事業
- ◎ 生活困窮者自立支援
- ◎ 高齢者あんしん相談センター総合相談等

16

④児童生徒への自殺対策推進

主な取組・事業

- ◎ 犬山市教育研究会健康教育研究委員会
- ◎ 道徳の教科化
- ◎ 自殺予防教育推進事業
- ◎ 中学生子育て体験（いのちの教育）
- ◎ 犬山市青少年問題協議会による提言等

17

⑤子ども・若者の自殺対策の更なる推進

主な取組・事業

- ◎不登校児童生徒のためのキャリア教育
- ◎青少年健全育成講演会
- ◎スクールカウンセラー派遣事業
- ◎青少年悩み相談
- ◎家庭児童相談

等

18

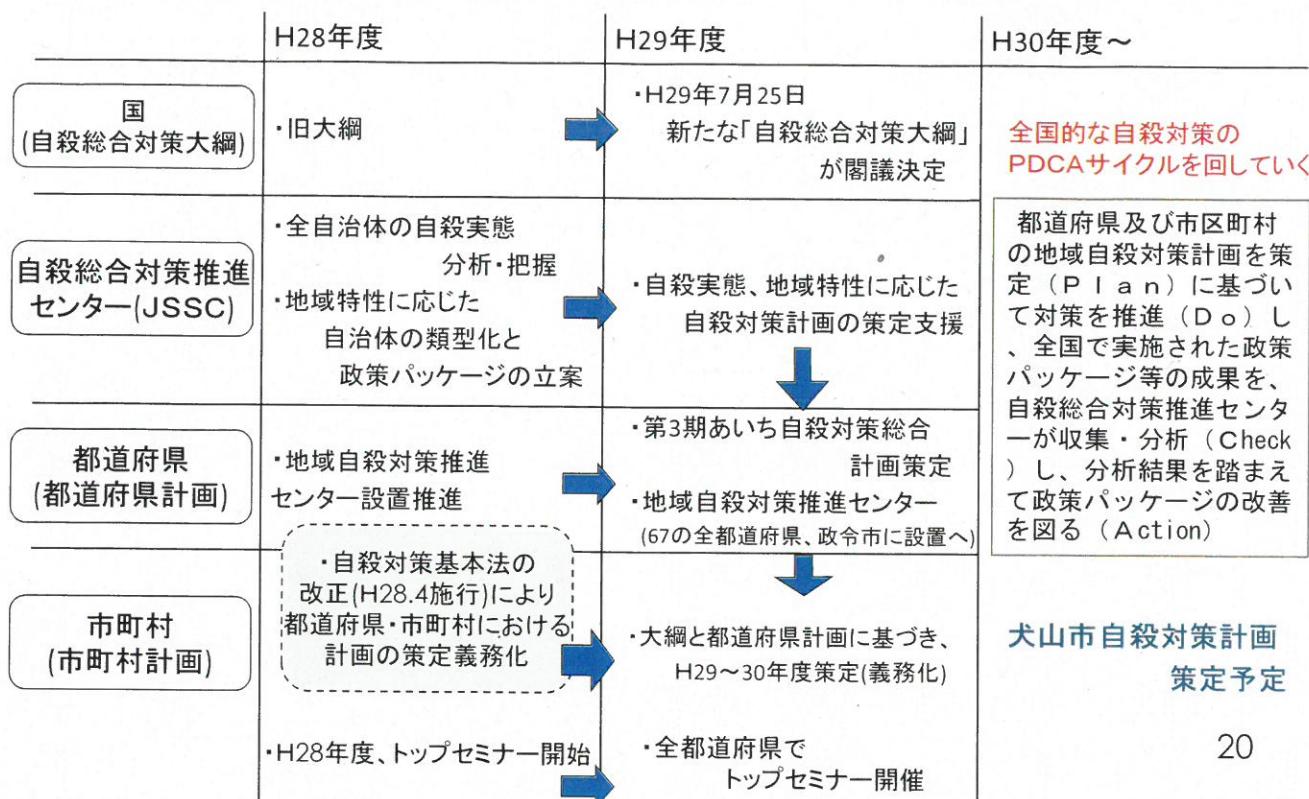
4. 犬山市自殺対策計画 策定について



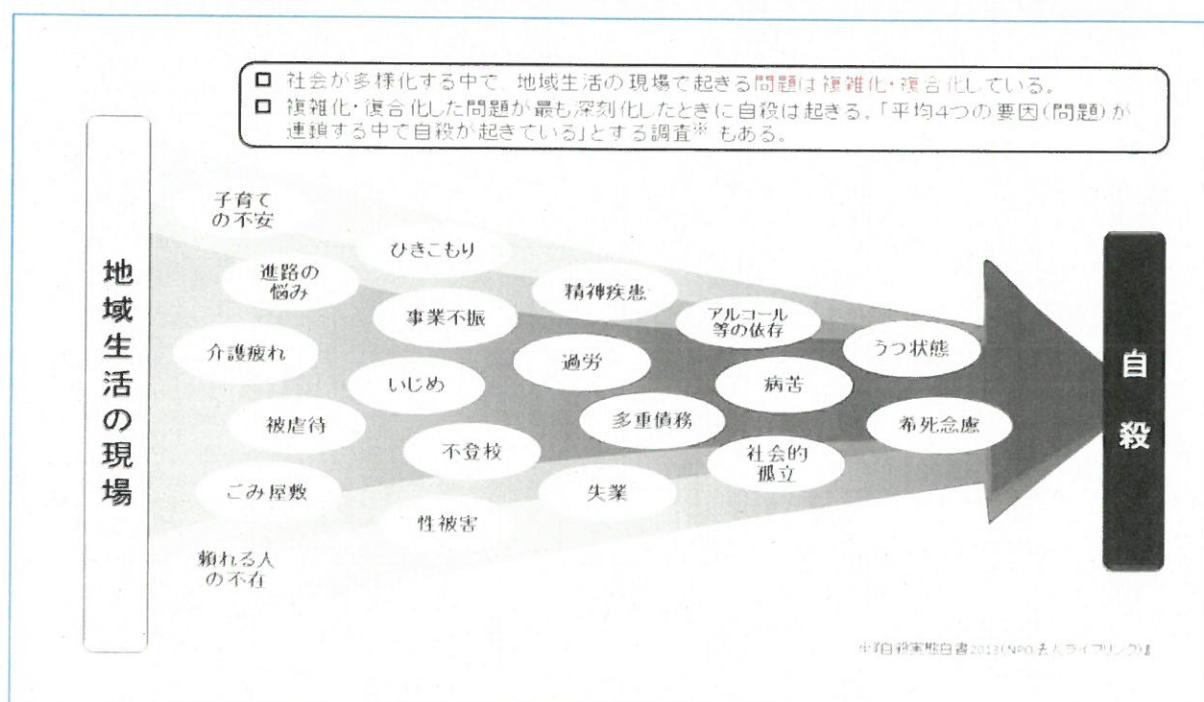
計画策定の背景

市区町村に
「自殺対策計画の策定」
が義務化

平成28年4月 自殺対策基本法の改正



「生きることの包括的な支援(=自殺対策)」を推進



関係機関との連携とネットワークの強化し、計画を策定していく必要がある

◎犬山市自殺対策推進協議会

行政、関係機関、民間団体等での連携強化とともに自殺対策を総合的・効果的に推進できるよう検討する

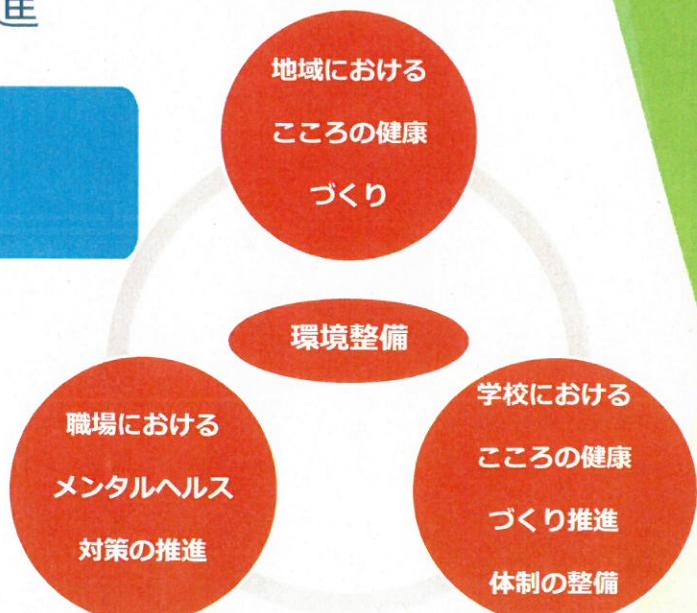
◎犬山市自殺対策庁内連携会議

市役所内の関係部局が横断的に自殺対策推進体制を確立するとともに、有機的連携を図り、包括的に取り組みができるようする

22

こころの健康を支援する環境の整備とこころの健康づくりの推進

連携のさらなる
強化をはかる



計画策定の過程で、学校、職場、地域におけるメンタルヘルス事業の洗い出しを行い、事業に自殺対策の視点を加え充実することができないか等、検討していく。

23

犬山市自殺対策計画（仮称）策定について



24

「犬山市自殺対策計画」策定スケジュール（案）

	30年度											
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
【犬山市自殺対策推進協議会】 方向性確認 取組提言				第1回				第2回			第3回	
【犬山市自殺対策庁内連携会議】 取組項目検討 実務調整			第1回			第2回		第3回				
【事務局】			協議会・連携会議立ち上げ		各課へヒアリング・各課推進委員会選任依頼		各課へ素案提示・修正		修正案作成	最終案作成	概要版作成	
社会資源（民間事業）の精査と連携方法の検討・連携関係の構築・強化												

犬山市自殺対策推進協議会

第1回	①委嘱状伝達 ②自殺対策策定と本市における自殺の現状と課題について ③自殺対策計画のためのアンケートについて
第2回	①自殺対策計画アンケート結果について ②自殺対策素案提示・意見聴取
第3回	①計画書最終案提出

25

平成 30 年●月

「犬山市民のこころの健康に関する実態調査」

アンケートご協力のお願いについて

残暑の候、皆様方におかれましては、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素は、市政にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

犬山市では、「第2次みんなで進めるいぬやま健康プラン21」のもと、こころの健康づくりの推進に向けた取組を行っておりますが、今年度新たに、「犬山市自殺対策計画(仮)」を策定するにあたり、市民の皆さまのこころの健康・自殺対策に関する意識や実態を伺うため、アンケート調査を実施することといたしました。

この調査は、市内にお住まいの15歳以上の方を対象に無作為で実施させていただいております。調査結果はすべて統計的な処理を行うため、皆様にご迷惑をおかけすることは決してありませんのでご安心ください。

お忙しいところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただきご協力くださいますようお願い申し上げます。

平成 30 年●月

犬山市長 山田 拓郎

<ご回答の方法>

1. アンケートは、封筒のあて名にあるご本人が記入してください。回答内容は、あくまでご本人のことを書いてください。
2. 選択肢がある場合は、番号を○で囲んでください。
3. 回答が「その他」にあてはまる場合は、その番号を○で囲み、() 内にできるかぎり具体的にその内容を記入してください。
4. 質問によっては、回答していただく方が限られる場合がありますので、矢印やことわり書きにご注意ください。
5. 記入がすみましたら同封の返信用封筒に入れ、平成 30 年●月●日 (●) までに もよりのポストにお入れください。(切手不要)
6. 記入上の不明な点、調査についてのお問い合わせは、下記までお願いします。

犬山市健康福祉部健康推進課 市民健康館 (平日: 8:30~17:15)

〒484-0061 犬山市大字前原字橋爪山15番地2

電話: 0568-63-3800 FAX: 0568-65-3080

1. あなた自身のことについて

問1 あなたの性別をお聞かせください。(あてはまるもの1つに○)

- 1 男性 2 女性 3 その他

問2 あなたの年齢(満年齢)はいくつですか。(平成30年8月1日現在)

()歳

問3 あなたのお住まいの地域はどこですか。(あてはまるもの1つに○)

- 1 犬山地区 2 城東地区 3 羽黒地区
4 楽田地区 5 池野地区 6 わからない

問4 あなたの家の世帯構成をお選びください。(あてはまるもの1つに○)

- 1 単身世帯 2 1世代世帯(夫婦だけ) 3 2世代世帯(親と子)
4 3世代世帯(親と子と孫) 5 その他の世帯()

問5 あなたのご職業は、次のどれに当たりますか。(あてはまるもの1つに○)

- 1 会社・団体などの役員・代表者 2 正規雇用の管理職 3 正規雇用の管理職以外
4 非正規雇用 5 パート・アルバイト
6 学生 7 主婦(主夫)
8 無職 9 その他()

問5で、「1」～「5」に回答された方にお聞きします。

問5-1 あなたの職種は、次のどれに当たりますか。(複数の職種をお持ちの方は、主なもの1つに○)

- 1 農林漁業 2 商工サービス業
3 自営業 4 専門技術職
5 事務職 6 労務職
7 その他()

問6 あなたは近所の人とのつきあいがありますか。(あてはまるもの1つに○)

- 1 話をする程度の近所つきあいはある
2 あいさつ程度のつきあいはある
3 まったくつきあいはない

問7 ご家庭の家計の余裕はどの程度ありますか。(あてはまるもの1つに○)

- 1 全く余裕がない 2 あまり余裕がない
3 どちらともいえない 4 ある程度余裕がある
5 かなり余裕がある

2. 悩みやストレスについて

問8 あなたは日頃、aからmのそれぞれの問題に関して、悩みや苦労、ストレス、不満を感じることがありますか。(それぞれに○は1つ)

		ない 感じた事は	い たが かつてあつ 今はなつ	現 在 ある
a	家族関係の不和について	1	2	3
b	子育てについて	1	2	3
c	家族の介護・看病等について	1	2	3
d	自分の病気の悩み、身体の悩みについて	1	2	3
e	こころの悩みについて	1	2	3
f	経済的な問題について (倒産、事業不振、借金、失業、生活困窮等)	1	2	3
g	転勤について	1	2	3
h	仕事の不振について	1	2	3
i	職場の人間関係について	1	2	3
j	長時間労働について	1	2	3
k	恋愛関係の問題について(失恋、結婚を巡る悩み等)	1	2	3
l	学校の問題について (いじめ、学業不振、教師との人間関係等)	1	2	3
m	その他(具体的に)	1	2	3



上記の問8の質問で、「かつてはあったが今はない」と回答された方にお聞きします。

問8-1 自分自身がこころの悩みを抱えた場合、あなたはどのように対処しましたか。

(○は3つまで)

- 1 睡眠をとった 2 仕事や学校を休んだ 3 食べた
- 4 家族や友人など身近な人に悩みを打ち明けた 5 遊ぶ、スポーツをする等の気分転換を行った
- 6 精神科・心療内科を受診した 7 かかりつけ医に相談した
- 8 公的相談機関を利用した 9 こころの悩みに関する民間の相談窓口を利用した
- 10 その他()

**問9 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人に相談すると思いますか。
(それぞれに○は1つ)**

		思う 相談しないと	相談すると思つ とはないが相談する	実際にしたことはないが相談した	がある 相談したこと
a	家族や親族	1	2	3	
b	友人や同僚	1	2	3	
c	インターネット上だけのつながりの人	1	2	3	
d	先生や上司	1	2	3	
e	近所の人（自治会の人、民生委員など）	1	2	3	
f	かかりつけの医療機関の職員（医師、看護師、薬剤師など）	1	2	3	
g	公的な相談機関（保健所・市役所等）の職員など	1	2	3	
h	民間の相談機関（有料のカウンセリングセンターなど）の相談員	1	2	3	
i	同じ悩みを抱える人	1	2	3	
j	市が開催する各種相談会（法律、税務などの相談）の専門家	1	2	3	
k	その他（具体的に）	1	2	3	

**問10 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の方法を利用すると思いますか。
(それぞれに○は1つ)**

		と思う 利用しない	利用する と思つ	実際にしたことはないが利用する	がある 利用したこと
a	面接相談（訪問相談を含む）	1	2	3	
b	電話相談	1	2	3	
c	メール相談	1	2	3	
d	LINEやFacebookなどのSNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）を利用した相談	1	2	3	
e	インターネット上の不特定多数に流すTwitterや掲示板などを利用した相談	1	2	3	
f	インターネットを利用して解決法を検索	1	2	3	
g	その他（具体的に）	1	2	3	

問11 自分自身がこころの悩みを抱えた場合、あなたならどう対処しますか。(○は3つまで)

- 1 休養をとる
- 2 家族や友人など身近な人に悩みを打ち明ける
- 3 遊びに行く、スポーツをする等の気分転換を行う
- 4 精神科・心療内科を受診する
- 5 かかりつけ医に相談する
- 6 保健所、市役所等の公的相談機関を利用する
- 7 こころの悩みに関する民間の相談窓口を利用する
- 8 特に何もせず、我慢する
- 9 その他 ()
- 10 わからない

問12 あなたは日々の生活の中で次のように感じことがありますか。(それぞれ○は1つ)

		全くない	ある	少しだけ	時々ある	よくある	いつもあ
a	ちょっとしたことでイライラしたり不安に感じることがある	1	2	3	4	5	
b	絶望的だと感じることがある	1	2	3	4	5	
c	そわそわ、落ち着かなく感じることがある	1	2	3	4	5	
d	気分が沈み、気が晴れないように感じることがある	1	2	3	4	5	
e	何をするのも面倒だと感じることがある	1	2	3	4	5	
f	自分は価値のない人間だと感じることがある	1	2	3	4	5	

3. 幸福感に関する意識について

**問13 現在、あなたはどの程度幸せですか。「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点とする
と、何点くらいになると思いますか。(あてはまるもの1つに○)**

- | | | |
|---------------|---------------|------|
| 1 10点 (とても幸せ) | 2 9点 | 3 8点 |
| 4 7点 | 5 6点 | 6 5点 |
| 7 4点 | 8 3点 | 9 2点 |
| 10 1点 | 11 0点 (とても不幸) | |

4. 相談をうけることについておたずねします

問14 理由は分からぬが、身近な人がいつもと違った様子でつらそうに見えた時に、あなたがどうするかについてお聞きします。(それぞれ○は1つ)

		しない	ない あまりし	時々する	よくする
a	相手が相談してくるまで何もしないで待つ	1	2	3	4
b	心配していることを伝えて見守る	1	2	3	4
c	自分から声をかけて話を聞く	1	2	3	4
d	「元気を出して」と励ます	1	2	3	4
e	先回りして相談先を探しておく	1	2	3	4
f	その他 ()	1	2	3	4

問15 もし身近な人から「死にたい」と打ち明けられた時、あなたはどうのように対応しますか。
(○はいくつでも)

- | | |
|----------------------|-------------------|
| 1 相談に乗らない、もしくは話題を変える | 2 「頑張って」と励ます |
| 3 「死んではいけない」と説得する | 4 「バカなことを考えるな」と叱る |
| 5 耳を傾けてじっくりと話を聞く | 6 医療機関にかかるよう勧める |
| 7 解決策を一緒に考える | 8 一緒に相談機関を探す |
| 9 その他 () | 10 何もしない |

5. 自殺を防ぐための対策について

問16 自殺は、大きな社会問題となっています。あなたは、なぜ、これだけ多くの自殺が生じていると思いますか。(○は3つまで)

- 人ととのつながりが希薄になったから
- 近隣の人がお互いに支え合う地域のつながりが低下しているから
- 他人を思いやる余裕がなくなったから
- いのちの大切さを実感できない方がいるから
- いじめ、過重労働、多重債務問題等、心理的に追い込まれることが多い社会になったから
- 追い込まれた人を救うようなセーフティネット（医療、福祉、雇用などの社会保障制度）が足りないから
- 自殺に関するメディア情報等の影響で自殺が誘発されるから
- その他 ()
- わからない

問17 自殺やうつ病について、あなたが知っているものはどれですか。(○はいくつでも)

- 1 15~39歳の若い世代での死因の第1位は自殺である
- 2 自殺された方の多くはその直前にうつ病等の精神疾患を発症している
- 3 うつ病等を発症しても本人は気づいていないことが多い
- 4 自殺を考えている人は悩みを抱えながらもサインを発していることが多い
- 5 2週間以上続く不眠はうつのサインかもしれない
- 6 アルコール依存症は、自殺の危険性を高める要因の一つである
- 7 自殺やうつのサインに気づいたときは、早めに専門機関に相談することが大切である
- 8 悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなぎ、見守っていく人を「ゲートキーパー」という
- 9 うつ病の早期発見・早期治療は自殺を防ぐ上で重要である
- 10 どれも知らない

問18 自殺を防ぐためには、今後、どのような取組が必要だと思いますか。(○は3つまで)

- 1 精神科医療の充実（うつ病等）
- 2 自殺問題に関する普及啓発
- 3 地域のつながりを高める取組
- 4 命を大切にする教育の充実
- 5 いじめ、過重労働、多重債務等の諸問題への社会的な取組
- 6 社会のセーフティネット（医療、福祉、雇用などの社会保障制度）の充実
- 7 自殺を誘発しないようなメディア情報
- 8 その他（ ）
- 9 特にない
- 10 わからない

問19 悩みに関する愛知県等の相談窓口はいろいろありますが、あなたが知っているものはどれですか。(それぞれ○は1つ)

		て 知 る	な 知 ら
a	江南保健所のメンタルヘルス相談		
b	愛知県精神保健福祉センターのメンタルヘルス相談		
c	愛知県精神保健福祉センターの自死遺族相談		
d	「あいちこころほっとライン365」（愛知県が実施しているこころの悩みに関する年中無休の電話相談窓口）		
e	「いのちの電話」など民間の相談窓口		
f	その他（ ）		
g	どれも知らない		

問20 悩みに関する犬山市の相談窓口はいろいろありますが、あなたが知っているものはどれですか。(それぞれ〇は1つ)

		て 知 い る	な 知 ら い
a	市民健康館のこころの悩み相談（精神科医による相談）		
b	市民健康館の健康相談（保健師、看護師、管理栄養士等）		
c	保健センターの子育て相談・健康相談（保健師・助産師・歯科衛生士・管理栄養士等）		
d	子育て世代包括支援センター（すくすく♡いぬまる）		
e	子育て支援センター・児童センター・つどいの広場の子育て相談		
f	ファミリーサポートセンターの育児支援相談		
g	高齢者あんしん相談センターの高齢者の総合相談		
h	市民相談		
i	消費生活相談		
j	労働相談		
k	心配ごと相談		
l	家庭児童相談		
m	障害者の総合相談		
n	身体障害者相談		
o	知的障害者相談		
p	児童生徒の不登校相談室		
q	青少年の非行・いじめ相談		
r	生活困窮者自立支援相談		
s	その他（ ）		
t	どれも知らない		

問 21 子ども・若者の自殺対策について必要だと思うことは何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|------------------------|---------------------|
| 1 生き物と触れ合う体験 | 2 命のつながりに気付かせる取り組み |
| 3 より良い人間関係づくり | 4 夢と希望を持たせる取り組み |
| 5 セルフディフェンス、SOS の出し方訓練 | 6 家族、地域での気づきと見守り |
| 7 地域ぐるみのあいさつ運動 | 8 相談窓口の充実とネットワークづくり |
| 9 ゲートキーパーの養成 | 10 自己肯定感、自己有用感の醸成 |
| 11 本人の気持ちを尊重した進路、就職支援 | |
| 12 その他() | |

※セルフディフェンスとは

自己防衛力

※自己肯定感とは

自分を肯定する感情、自分のことを認めて前向きに考えること

※自己有用感とは

自分の存在がまわりの人にとって役に立っている・貢献できていると思える感情

問 22 自殺未遂者には、どのような支援が必要だと思いますか。(○は2つまで)

- | | |
|---|--|
| 1 精神科医による治療や臨床心理士等によるカウンセリング | |
| 2 こころの悩みに対応する機関での相談 | |
| 3 いじめ、過重労働、多重債務問題等、自殺未遂の原因となった悩みの直接的な解決 | |
| 4 家族や地域の人々による見守りや声かけ | |
| 5 その他() | |
| 6 支援は特に必要ない | |
| 7 わからない | |

問 23 あなたは自殺予防について学ぶ機会はありますか。(あてはまるもの1つに○)

- 1 ある 2 ない

問 24 あなたは県や市が実施しているゲートキーパー研修に参加したことがありますか。

(あてはまるもの1つに○)

- 1 ある 2 ない → 問 24-3 へ

ゲートキーパーとは

悩んでいる人に気付き、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなぎ、見守っていく役割が期待される人

問 24-1

問 24-2 へ

問 24 で「1. ある」を回答された方にお聞きします。

問 24-1 研修は支援が必要な人に出会ったときに役立っていますか。(あてはまるもの1つに○)

1. 役立っている
2. 研修内容が支援に十分生かしきれていない
3. どちらともいえない
4. そのような機会がない

問 24-2 活動する上での問題はありますか。(○はいくつでも)

1. 気になる人に声をかけてよいかためらう
2. 相手の悩みにどこまで踏み込んで聞いてよいのか戸惑う
3. 他の活動者との意見交換等の場が少ない
4. どこの専門機関へつなげてよいかわからない
5. その他(具体的に:)

問 24 で「2. ない」を回答された方にお聞きします。

問 24-3 犬山市が実施しているゲートキーパー研修に参加したいと思いますか。

(あてはまるもの1つに○)

1. 参加したい
2. 興味はあるが、参加するつもりはない
3. 参加したいと思わない

6. 自死遺族支援について

※「自殺」は遺されたご家族や身近な人に深い心の傷を残します。その心情に配慮し、「自殺」という言葉を使わず、「自死遺族」という言葉を使うことがあります。

問 25 あなたの周りで自殺(自死)をした方はいらっしゃいますか。(○はいくつでも)

- | | | |
|-----------|--------------|--------|
| 1 同居家族・親族 | 2 同居以外の家族・親族 | 3 友人 |
| 4 恋人 | 5 学校・職場関係者 | 6 近所の人 |
| 7 知人 | 8 その他() | 9 いない |

問 26 自死遺族の支援について、知っているものがありますか。(○はいくつでも)

- 1 遺族の集い(自由に話せる場)
- 2 無料電話相談
- 3 法テラス(借金や法律問題について)
- 4 公的相談機関の窓口(心のケア、生活支援、子育てなどについて)
- 5 学生支援機構・あしなが育英会(学費について)
- 6 いずれも知らない

問 27 身近な方を自殺により失われた方は、悲しみや寂しさ、自責感などの感情の変化により精神的不調をきたすことがあります。身近な方を自殺により失われた方に対して、どのような支援が必要だと思いますか。(○は2つまで)

- 1 精神科医による治療や臨床心理士等によるカウンセリング
- 2 こころの悩みに対応する機関での相談
- 3 身近な方を失われた方同士で、安心して自分の気持ちを語り合ったり、支え合ったりできる場の提供
- 4 家族や地域の人々による見守りや声かけ
- 5 その他()
- 6 支援は特に必要ない
- 7 わからない

ここからの質問の回答は強制ではないので、負担を感じる方は回答して頂かなくても構いません。
ご協力いただける方だけ、ご回答ください。

7. 本気で自殺をしたいと考えたことがあるかどうかについておたずねします

問 28 あなたはこれまでに、本気で自殺をしたいと考えたことがありますか。
(あてはまるもの1つに○)

- 1 これまでに本気で自殺をしたいと考えたことはない
- 2 この1年以内に本気で自殺をしたいと考えたことがある
- 3 ここ5年くらいの間に本気で自殺をしたいと考えたことがある
- 4 5年から10年前に本気で自殺を考えたことがある
- 5 10年以上前に自殺をしたいと考えたことがある

→ 問 28-1、28-2 へ

*問 28 で「2」～「5」を回答された方にお聞きします。

問 28-1 自殺をしたいと考えた理由や原因はどのようなことでしたか。(○はいくつでも)

- 1 家庭の問題
 - 1-1 家族関係の不和
 - 1-2 子育て
 - 1-3 家族の介護・看病
 - 1-4 その他 ()
- 2 病気などの健康の問題
 - 2-1 自分の病気の悩み
 - 2-2 身体の悩み
 - 2-3 こころの悩み
 - 2-4 その他 ()
- 3 経済的な問題
 - 3-1 倒産
 - 3-2 事業不振
 - 3-3 借金
 - 3-4 失業
 - 3-5 生活困窮
 - 3-6 その他 ()
- 4 勤務関係の問題
 - 4-1 転勤
 - 4-2 仕事の不振
 - 4-3 職場の人間関係
 - 4-4 長時間労働
 - 4-5 その他 ()
- 5 恋愛関係の問題
 - 5-1 失恋
 - 5-2 結婚を巡る悩み
 - 5-3 その他 ()
- 6 学校の問題
 - 6-1 いじめ
 - 6-2 学業不振
 - 6-3 教師との人間関係
 - 6-4 その他 ()
- 7 その他
 - 7-1 その他 ()

問 28-2 自殺をしたいという考えを思いとどまったく理由は何ですか。(○はいくつでも)

- 1 医療機関にかかった
- 2 人に相談して思いとどまったく
- 3 家族や大切な人のことが頭に浮かんだ
- 4 解決策が見つかった
- 5 時間の経過とともに忘れさせてくれた
- 6 その他 ()

■ こころの健康づくりに関するご意見をご自由にお書きください。

■自殺対策に関するご意見をご自由にお書きください。

たいへん多くの質問にお答えいただき、誠にありがとうございました。

同封の返信用封筒（切手不要）に入れ

平成30年 ●月●日（●）までに もよりのポストにお入れください。

こころに関する項目

「犬山市民の健康づくりに関する実態調査」

<児童・生徒用>より抜粋

問6 あなたは今、元気ですか。(あてはまるもの1つに○)

- | | |
|----------------|-------------|
| 1 とても元気です | 2 まあまあ元気です |
| 3 あまり元気ではありません | 4 元気ではありません |

問11 あなたは今、からだのことや心配事について相談できる人がいますか。

(あてはまるものいくつでも○)

- | | |
|--------------|-------------|
| 1 家族にいる | 2 学校の先生にいる |
| 3 友達にいる | 4 その他にいる() |
| 5 相談できる人はいない | |

問30 あなたは、なんでも話せるお友だちがいますか。(どちらかに○)

- | | |
|------|-------|
| 1 いる | 2 いない |
|------|-------|

問31 あなたは、友達のことで困った時に相談できる人がいますか。

(あてはまるものいくつでも○)

- | | |
|--------------|-------------|
| 1 家族にいる | 2 学校の先生にいる |
| 3 友達にいる | 4 その他にいる() |
| 5 相談できる人はいない | |

問32 あなたは最近いじめにあったり、人をいじめたことがありますか。

(それぞれあてはまるもの1つに○)

①いじめにあったことが	1 ある	2 ない
②いじめたことが	1 ある	2 ない

問39 あなたは、自分が好きですか。(あてはまるもの1つに○)

- | | |
|--------------|-------|
| 1 とても好きだ | 2 好きだ |
| 3 好きでも嫌いでもない | 4 嫌いだ |
| 5 とても嫌いだ | |

問 43 次の内容について、あなたにあてはまるかどうか考えてみてください。

(あてはまるものいくつでも○)

- 1 おとなになつたらなりたいものがある
- 2 失敗しそうな気がして、なにもしたくない
- 3 学級の代表をするのは、失敗しそうでいやだ
- 4 学年が進むと、あたらしい勉強ができるので楽しみだ
- 5 「やればできる」と思う
- 6 自分のやりたいと思うことはやれると思う
- 7 わたしは目立つことが好きである
- 8 自分はだれの役にも立たないと思う
- 9 人と仲よくなるのがじょうずだ

問 44 次の内容について、あなたにあてはまるかどうか考えてみてください。

(あてはまるものいくつでも○)

- 1 わたしはなにをやってもうまくいかない
- 2 わたしなんかいないほうがよいと思う
- 3 わたしはひとりぼっちでさみしい
- 4 わたしはみんなとなかよくできない
- 5 すぐに自分がわるいと思ってしまう
- 6 わたしはとても心配ばかりする
- 7 だれもわたしを大切にしてくれないと思う
- 8 学校は楽しいと思う
- 9 みんなわたしをきらっていると思う
- 10 わたしは友だちのことをうらやましく思う
- 11 まわりの人が自分をどう思うのか気になる
- 12 ほしいものややりたいことがあってもいえない

問 45 つぎ ないよう 次の内容について、あなたにあてはまるかどうか考えてみてください。

(あてはまるものいくつでも○)

- 1 急におこったり、泣いたり、うれしくなったりする
- 2 わたしはよく口げんかをする
- 3 うそをついたり、人をだますのはおもしろいと思う
- 4 わたしは友だちをぶったり、らんぼうする
- 5 わたしは授業や学校をさぼる
- 6 わたしはおこりっぽい
- 7 わたしは親のいうことをきかない
- 8 人にすぐらんぼうな言葉やきたない言葉をつかってしまう
- 9 わたしは、かつとなるとすぐにものをこわしてしまう

問 46 つぎ ないよう 次の内容について、あなたにあてはまるかどうか考えてみてください。

(あてはまるものいくつでも○)

- 1 よくあたまがいたくなる
- 2 よくおなかがいたくなる
- 3 わたしはよくいらいらしている
- 4 よく吐き気がしたり気持ちがわるくなる
- 5 排便のリズムがくずれやすい
- 6 約束を守らなくてもよいと思う

保健センター相談・健診時に聞くこころに関するアンケート抜粹

母子手帳交付

- 1 困った時に助けてくれる人はいますか
①はい()人 誰ですか【夫(パートナー)・親・きょうだい・その他()】②いいえ
- 2 現在、「困っていること」「悩んでいること」「不安なこと」などはありますか。
①なし
②あり⇒⑦妊娠・出産について ⑦経済的なこと ⑦自分の身体のこと⑦夫婦(パートナー)関係のこと
⑦家族関係のこと⑦育児の仕方 ⑦その他()
- 3 この1年間に、2週間以上続く「眠れない」「イライラする」「涙ぐみやすい」「何もやる気がしない」などの症状がありますか。
①はい【眠れない・イライラする・涙ぐみやすい・何もやる気がしない・その他()】
②いいえ

産婦健診（医療機関委託）

メンタルチェック(エジンバラ産後うつ病質問票(EPDS) 合計点数

4か月児健診

- 1 育児は楽しいですか 楽しい · 大変だが楽しい · 楽しいよりつらい · つらい
- 2 育児に協力してくれる人はいますか はい · いいえ
協力者はだれですか 【夫 · 祖父母 · その他()】
- 3 子育ての悩みや心配事などを相談できる人はいますか はい · いいえ
相談者はだれですか 【夫 · 友達 · 祖父母 · その他()】
- 4 お母さんはゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか はい · いいえ · 何とも言えない
- 5 お子さんに対して、育てにくさを感じていますか いつも感じる · 時々感じる · 感じない
「いつも感じる・時々感じる」の方
育てにくさを感じた時に、相談先を知っているなど、何らかの解決する方法を知っていますか はい · いいえ

1歳6か月児健診

- 1 育児は楽しいですか 楽しい · 大変だが楽しい · 楽しいよりつらい · つらい
- 2 育児に協力してくれる人はいますか はい · いいえ
協力者はだれですか 【夫 · 祖父母 · その他()】
- 3 子育ての悩みや心配事などを相談できる人はいますか はい · いいえ
相談者はだれですか 【夫 · 友達 · 祖父母 · その他()】
- 4 お母さんはゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか はい · いいえ · 何とも言えない
- 5 お子さんに対して、育てにくさを感じていますか いつも感じる · 時々感じる · 感じない
「いつも感じる・時々感じる」の方
育てにくさを感じた時に、相談先を知っているなど、何らかの解決する方法を知っていますか はい · いいえ

3歳児健診

- 1 育児は楽しいですか 楽しい · 大変だが楽しい · 楽しいよりつらい · つらい
- 2 育児に協力してくれる人はいますか はい · いいえ
協力者はだれですか 【夫 · 祖父母 · その他()】
- 3 子育ての悩みや心配事などを相談できる人はいますか はい · いいえ
相談者はだれですか 【夫 · 友達 · 祖父母 · その他()】
- 4 お母さんはゆったりとした気分でお子さんと過ごせる時間がありますか はい · いいえ · 何とも言えない
- 5 お子さんに対して、育てにくさを感じていますか いつも感じる · 時々感じる · 感じない
「いつも感じる・時々感じる」の方
育てにくさを感じた時に、相談先を知っているなど、何らかの解決する方法を知っていますか はい · いいえ

記入日 (年 月 日)

アンケートのお願い

犬山市では今年度、自殺対策計画を作成する予定です。各種団体等のご意見をお聞きし、計画策定に活かしていきたいと思いますのでご協力ををお願いいたします。

犬山市健康福祉部健康推進課

1. 所属団体・組織で現在、こころの健康や自殺対策につながる活動、事業等に取り組んでみえればお聞かせください。
2. 所属団体・組織で考えられる、こころの健康や自殺対策について現在の課題や今後取り組んでみたいと思う活動・事業等があればお聞かせください。
3. こころの健康・自殺予防対策について、今後あつたらいいなと思う事業や地域・職域・学校・行政等の連携について意見があればお聞かせください。
4. こころの健康・自殺予防対策についての意見・提案なんでもお聞かせください。

ご協力ありがとうございました。

