



第 3 章

評価と今後の課題

1 現計画の評価

(1) 目標値の評価

【目標値】

目標値	平成 28 年 (2016 年)	令和 3 年 (2021 年) 現状値	令和 4 年 (2022 年) 目標値
自殺死亡率の減少 (人口 10 万人当たり)	25.6	22.8	19.3 以下



直近 5 年間の自殺死亡率の平均値で算定しなおして評価

目標値	平成 28 年 (2016 年)	令和 3 年 (2021 年) 直近 5 年間の平均値	令和 3 年 (2021 年) 目標予測値
自殺死亡率の減少 (人口 10 万人当たり)	25.6	20.3	20.4

人口に関する資料：人口動態統計（厚生労働省）

【評価】 おおむね達成



【目標値（自殺死亡率）の評価の仕方】

人口規模が小さい自治体の場合、1 人の死亡者数の変化で自殺死亡率の数値の変動が大きくなるため、5 年間の平均値で評価します。

- 令和 3 年の現状値を平成 29 年から令和 3 年の自殺死亡率の平均値とします。
 $(24.5 + 15.4 + 22.2 + 16.4 + 22.8) \times 1/5 = 20.26 \approx 20.3$
- 令和 3 年の目標予測値を以下のとおり算出します。
 $25.6 \text{ (H28)} - 19.3 \text{ (R4)} = 6.3 \text{ (6 年間の減少)}$
 $6.3 \times 1/6 = 1.05 \text{ (1 年間の減少値)}$
 $19.3 + 1.05 = 20.35 \approx 20.4 \text{ (四捨五入)}$

(2) 指標の評価

「尾道市自殺対策推進計画」の策定時の値と、令和4年(2022年)度のアンケート調査による現状値を比較しています。

アンケートの概要

調査票の種類	尾道市健康づくり・食育に関するアンケート調査	
調査対象者・配布数	①20歳代から80歳代の市民・・・2,900名 ②小学6年生・中学2年生・・・513名	
抽出方法	①市内在住の20歳代から80歳代の人の中から無作為抽出 ②旧行政区の児童生徒の人数の割合から対象者を算出し、旧行政区別に学校を選定	
調査方法	①郵送による配布・回収とインターネット回答の併用 ②各学校のアンケート調査システムにより回答	
調査期間	①令和4(2022)年9月1日～9月20日 ②令和4(2022)年10月	
調査票回収数・回収率	①回収数(1,075名)	①回収率(37.1%)
	②回収数(439名)	②回収率(85.6%)

指標の判定基準

- A : 目標値に達した
- B : 目標値に達していないが、改善傾向にある(中間評価値から2ポイントを超える上昇)
- C : 変わらない(中間評価値から2ポイント以下の変化)
- D : 悪化している(中間評価値から2ポイントを超える低下)

判定基準により評価を行った結果、A判定・B判定を合わせた改善傾向にあった項目は、7項目中2項目（28.6%）となっており、C判定の変わらない項目は3項目（42.9%）でした。

指標	区分	策定時 (平成28年度)	現状値 (令和4年度)	目標値 (令和4年度)	現状値-策定時 (差)	評価
自殺したいと思ったことがある人の減少	成人	18.7%	18.2%	12%以下	-0.5ポイント	C
ストレス解消法が「何もない」人の減少	成人	7.7%	4.5%	4%以下	-3.2ポイント	B
悩みがあるときに「一人で悩む」人の減少	成人	15.1%	16.3%	8%以下	1.2ポイント	C
相談窓口を1つでも知っている人の増加	成人	71.3%	60.6%	80%以上	-10.7ポイント	D
睡眠が十分とれていない人の減少	成人	33.7%	37.3%	27%以下	3.6ポイント	D
こころの病気は誰もがなると思う人の増加	成人	68.6%	73.2%	90%以上	4.6ポイント	B
自分のことが好きな人の増加	成人	76.5%	77.4%	80%以上	0.9ポイント	C

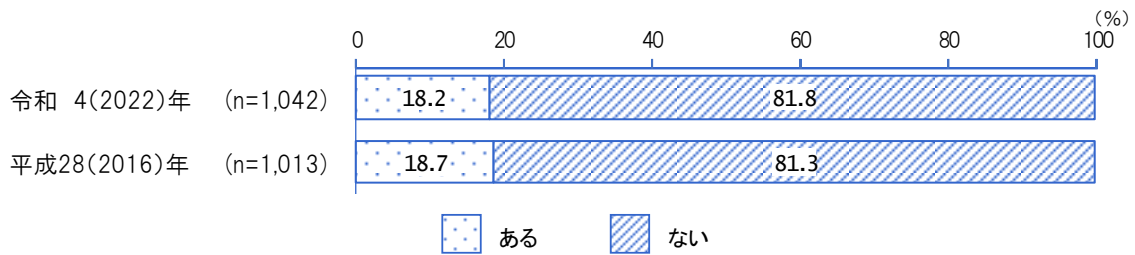
① 自殺願望の状況

○自殺したいと思ったことがあるかの状況をみると、「ある」の割合が 18.2%となっています。
前回調査と比較すると、「ある」の割合に変化はありません。

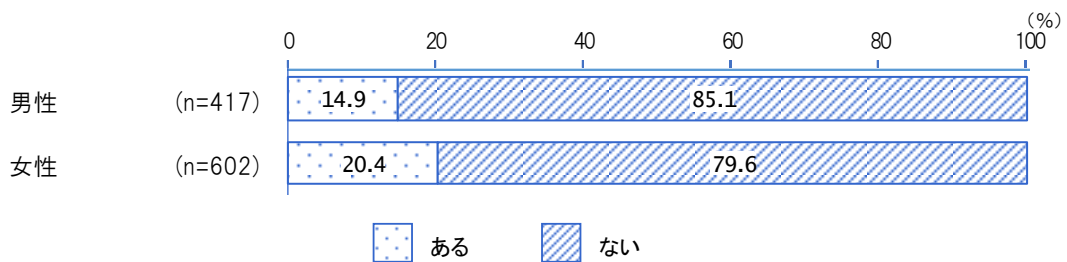
○性別でみると、女性では「ある」の割合が 20.4%と、男性に比べて 5.5 ポイント高くなっています。

■自殺したいと思ったことがありますか。(1つに○)

【全体】

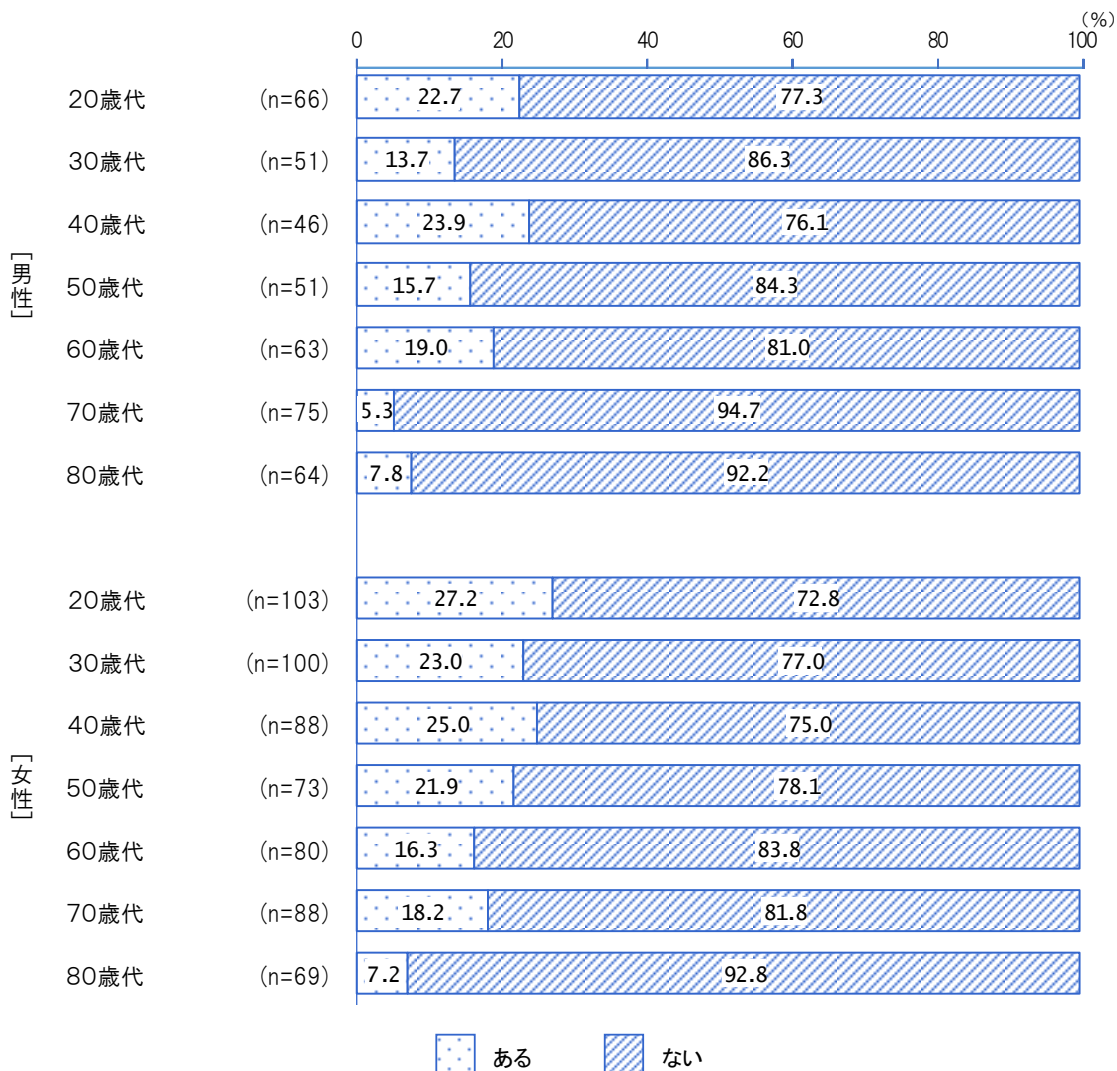


【性別】



○性・年代別で見ると、男性では「ある」の割合が、40歳代で23.9%と最も高く、次いで20歳代(22.7%)、60歳代(19.0%)となっています。女性では「ある」の割合が、20歳代で27.2%と最も高く、次いで40歳代(25.0%)、30歳代(23.0%)となっています。

【性・年代別】



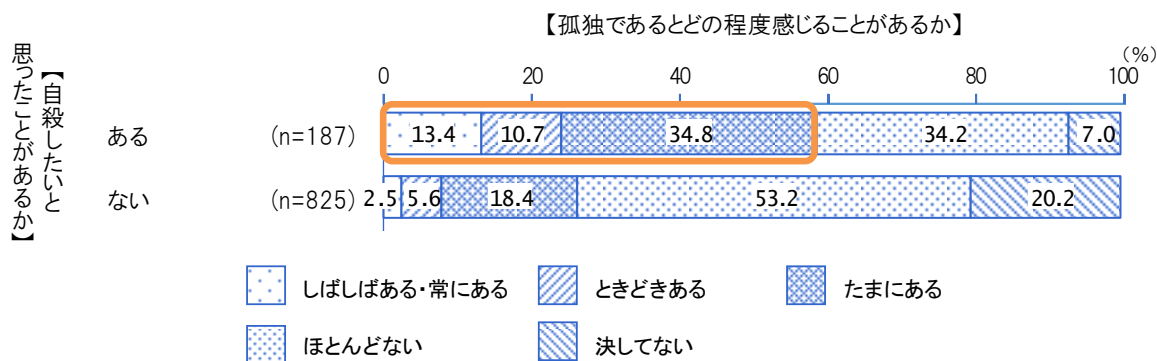
○自殺したいと思った原因について、年代別でみると、20歳代から60歳代では「人間関係に関する問題」の割合が高くなっています。70歳代・80歳代では「将来に対する不安」の割合が高くなっています。

■自殺したいと思った原因は何ですか。(○はいくつでも)

区分	有効回答数 (n)	(%)									
		（経済・生活状況に関する問題 （失業・倒産・借金等）	（勤務状況等に関する問題 （仕事内容・勤務体制等）	人間関係に関する問題	健康に関する問題	受験に関する問題	就職に関する問題	子育てに関する問題	介護に関する問題	将来に対する不安	その他
全体	190	18.4	17.4	55.8	15.8	4.2	4.7	9.5	5.8	38.9	7.4
男性	62	22.6	29.0	51.6	21.0	1.6	4.8	1.6	3.2	41.9	6.5
女性	123	17.1	12.2	57.7	13.8	5.7	3.3	13.8	5.7	39.0	8.1
20歳代	43	18.6	23.3	72.1	4.7	7.0	11.6	4.7	0.0	41.9	4.7
30歳代	30	13.3	20.0	60.0	6.7	6.7	0.0	20.0	0.0	46.7	13.3
40歳代	33	15.2	30.3	63.6	9.1	0.0	0.0	15.2	0.0	27.3	0.0
50歳代	24	25.0	16.7	54.2	20.8	4.2	0.0	12.5	8.3	33.3	16.7
60歳代	25	36.0	8.0	48.0	28.0	4.0	4.0	8.0	12.0	40.0	0.0
70歳代	20	15.0	5.0	20.0	30.0	5.0	0.0	0.0	15.0	45.0	15.0
80歳代	11	0.0	0.0	45.5	45.5	0.0	18.2	0.0	9.1	54.5	9.1

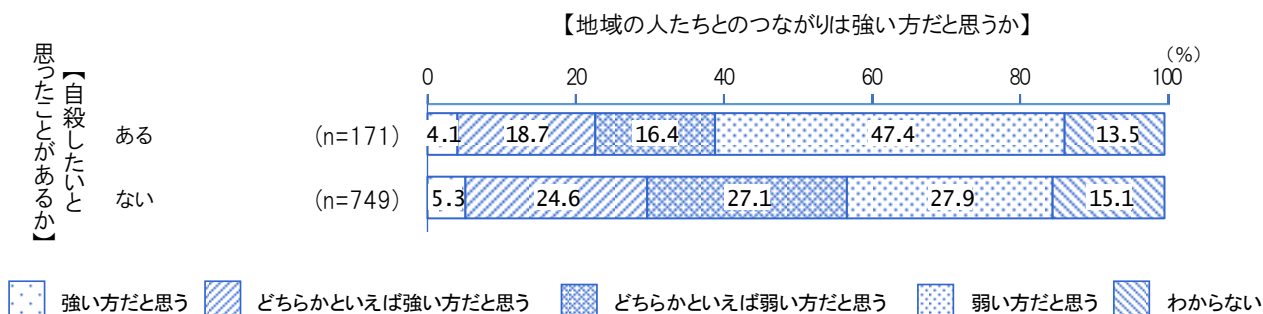
○自殺をしたと思ったことがある人の58.9%が、孤独であると感じています。

【「自殺意識」と「孤独感」の関係】



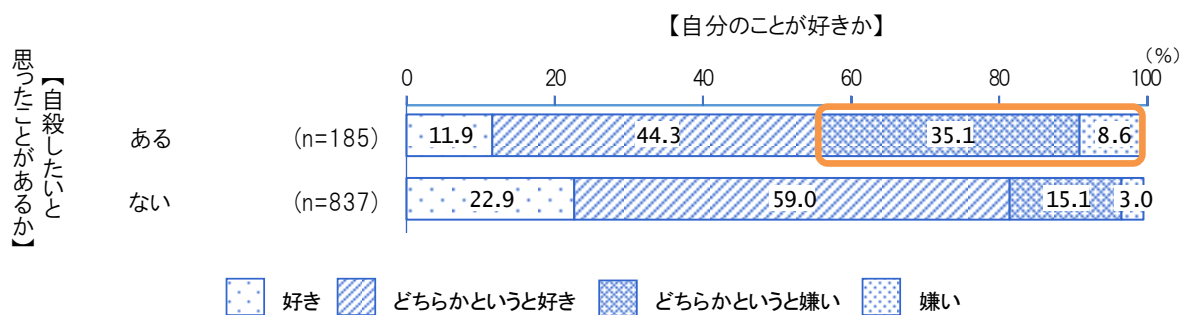
○自殺したいと思ったことがある人の47.4%が、地域の人たちとのつながりは弱い方だと感じています。

【「自殺意識」と「地域とのつながり」の関係】



○自殺したいと思ったことがある人の43.7%が、自分のことが「嫌い・どちらかという嫌い」であると感じています。

【「自殺意識」と「自分が好きか」の関係】



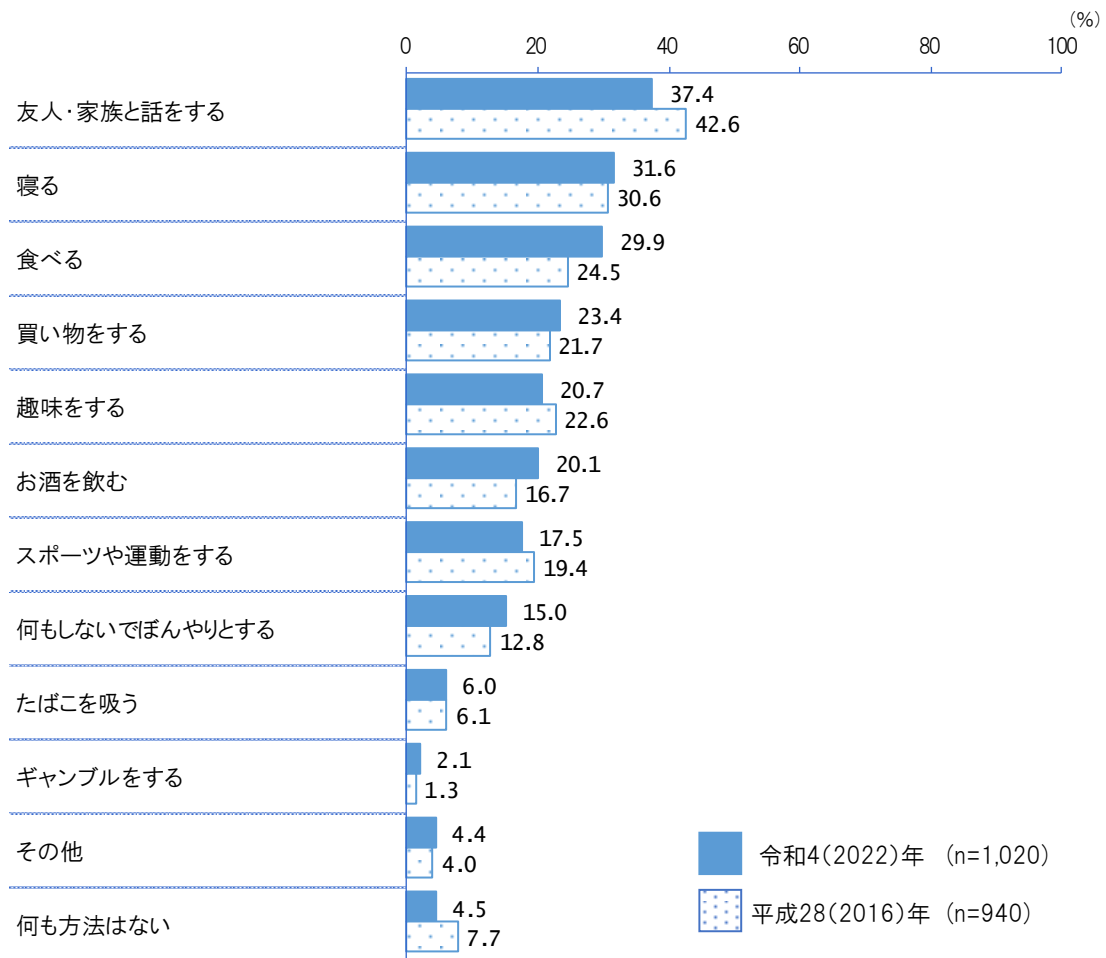
② ストレスや悩みの状況

○ストレス解消方法をみると、「友人・家族と話をする」が37.4%と最も高く、次いで「寝る」(31.6%)、「食べる」(29.9%)となっています。

○前回調査と比較すると、「友人・家族と話をする」で5.2ポイント、「何も方法はない」で3.2ポイント低くなっています。

■ストレス解消はどんな方法ですか。(〇は3つまで)

【全体】

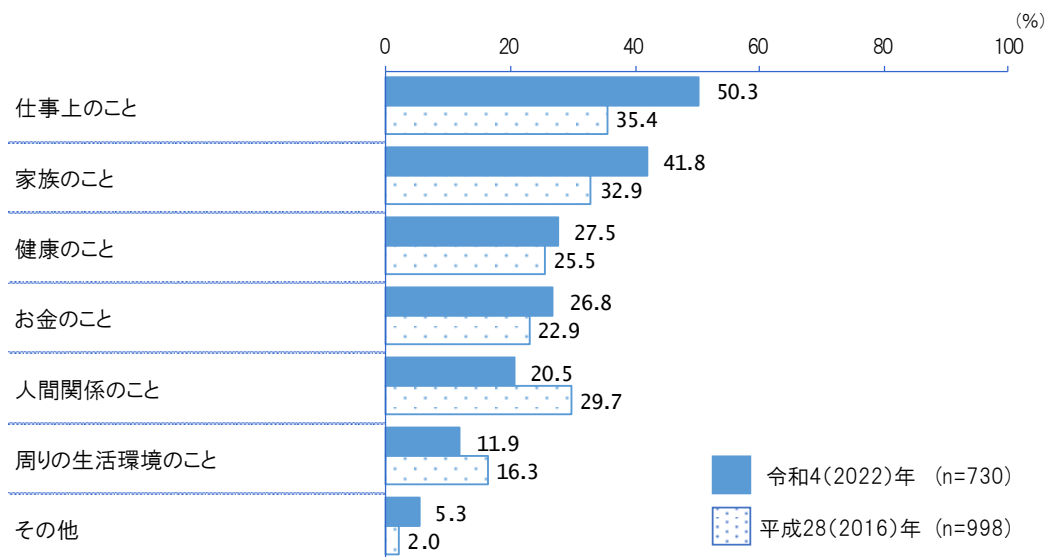


○ストレスの内容をみると、「仕事上のこと」が 50.3%と最も高く、次いで「家族のこと」(41.8%)、「健康のこと」(27.5%) となっています。

○前回調査と比較すると、「仕事上のこと」が 14.9 ポイント、「家族のこと」が 8.9 ポイント高くなっています。「人間関係のこと」が 9.2 ポイント低くなっています。

■どのようなことにストレスを感じますか。(○は3つまで)

【全体】



○性別でみると、最も割合が高いのは、男性では「仕事上のこと」、女性では「家族のこと」となっています。

○年代別でみると、20 歳代から 50 歳代では「仕事上のこと」、60 歳代では「家族のこと」、70 歳代・80 歳代では「健康のこと」の割合が高くなっています。

【性・年代別】

区分	有効回答数 (n)	(%)						
		健康のこと	仕事上のこと	家族のこと	お金のこと	周りの生活環境のこと	人間関係のこと	その他
男性	269	25.7	62.5	29.4	25.7	10.4	21.9	3.3
女性	447	28.6	43.2	49.9	27.5	13.2	20.1	6.0
20歳代	142	11.3	60.6	19.7	28.9	14.8	23.2	9.2
30歳代	131	14.5	64.1	43.5	26.0	10.7	16.0	6.1
40歳代	112	15.2	73.2	44.6	30.4	5.4	28.6	3.6
50歳代	93	20.4	64.5	43.0	36.6	9.7	19.4	1.1
60歳代	86	31.4	43.0	65.1	25.6	11.6	18.6	5.8
70歳代	94	55.3	11.7	51.1	21.3	14.9	24.5	3.2
80歳代	58	79.3	1.7	41.4	10.3	22.4	10.3	3.4

○ストレス解消法の状況を性別でみると、男性では「寝る」「お酒を飲む」「スポーツや運動をする」の割合が高くなっています。女性では「友人・家族と話す」「食べる」「買い物をする」「寝る」の割合が高くなっています。

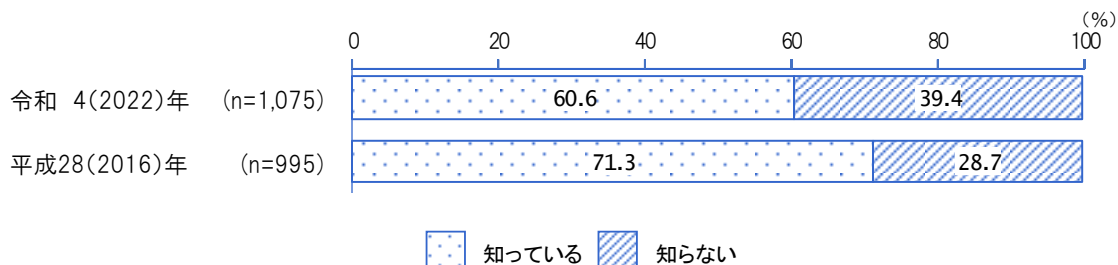
○年代別でみると、他の年代に比べ、20歳代で「寝る」が40.1%、30歳代で「食べる」が45.8%、「友人・家族と話す」が45.2%と高くなっています。また、50歳代で「何も方法はない」の割合が高くなっています。

■ストレスの解消はどんな方法ですか。(〇は3つまで)

区分	有効回答数 (n)	(%)											
		スポーツや運動をする	買い物をする	お酒を飲む	たばこを吸う	食べる	友人・家族と話す	寝る	やるとしないでもぼんやりとする	ギャンブルをする	趣味をする	その他	何も方法はない
全体	1,020	17.5	23.4	20.1	6.0	29.9	37.4	31.6	15.0	2.1	20.7	4.4	4.5
男性	409	24.0	14.4	33.0	13.2	22.5	23.0	33.5	13.0	4.2	23.5	4.6	4.2
女性	592	12.7	29.9	11.1	1.2	35.3	47.6	29.9	16.4	0.7	18.4	4.2	4.9
20歳代	142	15.7	32.0	15.7	4.1	36.6	39.5	40.1	9.9	1.2	27.9	2.9	3.5
30歳代	131	18.1	28.4	23.2	7.1	45.8	45.2	34.2	16.1	2.6	12.9	1.9	0.6
40歳代	112	19.4	26.1	24.6	5.2	39.6	35.8	32.1	19.4	2.2	17.9	3.7	5.2
50歳代	93	15.2	20.8	24.8	11.2	33.6	36.0	27.2	10.4	2.4	18.4	4.8	7.2
60歳代	86	22.5	21.0	26.1	5.8	22.5	36.2	24.6	16.7	0.7	18.8	5.1	5.8
70歳代	94	15.4	17.9	15.4	7.1	14.7	36.5	25.0	16.0	4.5	22.4	6.4	4.5
80歳代	58	14.8	16.4	10.7	2.5	14.8	31.1	33.6	17.2	0.0	24.6	6.6	6.6

③ 悩みと相談窓口の周知の状況

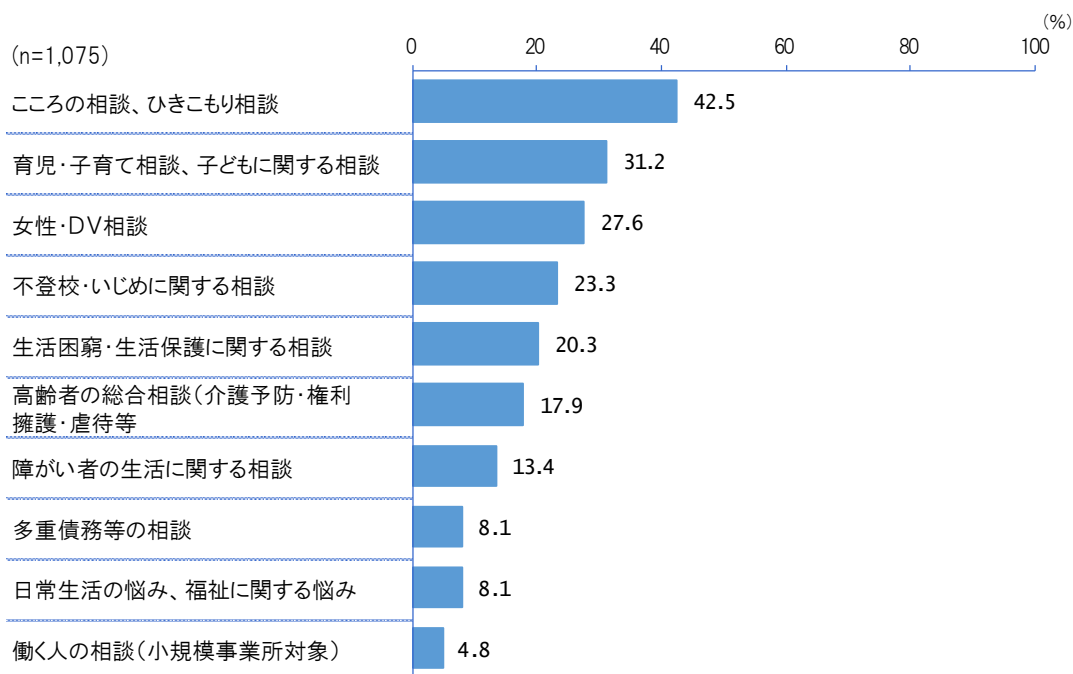
○相談窓口を1つでも知っている人の割合は60.6%と、前回調査と比較すると10.7ポイント低くなっています。



○こころの悩み等の相談窓口の認知度をみると、「こころの相談、ひきこもり相談」が42.5%と最も高く、次いで「育児・子育て相談、子どもに関する相談」(31.2%)、「女性・DV相談」(27.6%)となっています。一方で「多重債務等の相談」「日常生活の悩み、福祉に関する悩み」「働く人の相談(小規模事業所対象)」は、1割未満と低くなっています。

■こころの悩み等が相談できる以下の窓口を知っていますか。(○はいくつでも)

【全体】



○悩みの対処状況を性別で見ると、最も割合が高いのは、男性では「あまり考えないようにする」、
「女性」では「相談する」となっています。

○年代別で見ると、20歳代から50歳代で「相談する」の割合が高くなっています。また、20歳代から40歳代で「一人で悩む」割合も高くなっています。60歳代から80歳代では「あまり考えないようにする」の割合が高くなっています。

■悩みがある時、どうしますか。(○は3つまで)

(%)

区分	有効回答数 (n)	相談する	自分で 解決で 努力する ように	一人で 悩む	気分 転換を する	う あ ま り 考 え な い よ う に す る	放 つ て お ま も せ ず	寝 る	そ の 他
全体	1,032	44.9	35.9	16.3	38.4	35.0	13.5	16.5	2.4
男性	413	32.7	37.3	16.7	37.8	39.7	17.7	19.1	1.9
女性	599	53.8	34.6	16.2	38.9	31.2	10.9	15.0	2.8
20歳代	172	50.6	29.7	22.1	41.9	25.0	14.0	30.2	2.3
30歳代	155	59.4	39.4	22.6	42.6	26.5	11.0	17.4	3.2
40歳代	134	51.5	35.8	21.6	46.3	25.4	14.9	18.7	4.5
50歳代	124	47.6	34.7	16.9	32.3	28.2	13.7	14.5	0.8
60歳代	138	42.8	38.4	10.9	42.8	44.9	8.7	9.4	0.0
70歳代	161	30.4	36.0	10.6	34.2	48.4	16.1	11.8	1.2
80歳代	129	31.8	36.4	8.5	27.1	45.0	17.1	11.6	5.4

○悩みを誰に相談するかを性別でみると、男性・女性ともに「家族又は親族」「友人」の割合が高くなっています。男性では「誰にも相談しない」が、女性と比べて12.2ポイント高くなっています。

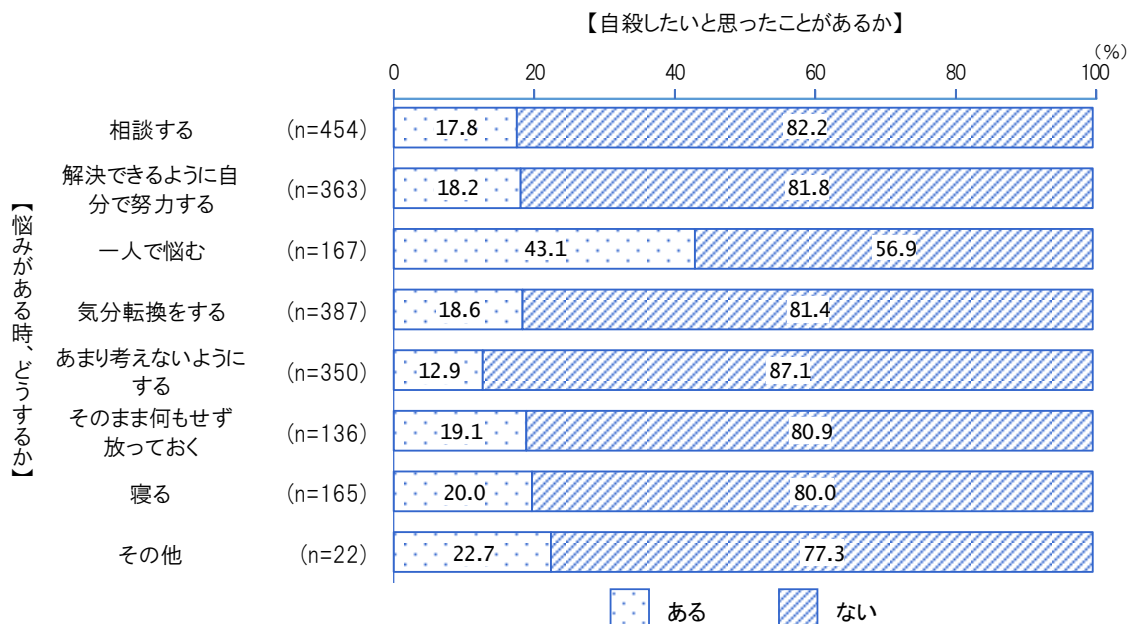
○年代別でみると、全ての年代で「家族又は親族」の割合が高くなっています。他の年代に比べ、70歳代・80歳代で「誰にも相談しない」の割合が高くなっています。年代が低くなるにつれ「友人」の割合が高くなる傾向がみられます。

■悩みを誰に相談しますか。(○はいくつでも)

区分	有効回答数 (n)	相談先									
		家族又は親族	友人	職場の同僚、上司	医療機関	等相 談窓 口、 民生 委員	公的 な機 関(市 の)	イン ター ネット など	その他	誰にも 相談し ない	相談 する人 がない
全体	1,034	67.0	43.9	13.2	4.8	1.6	2.7	1.3	15.8	3.8	
男性	415	58.6	30.6	13.0	6.0	1.9	2.4	0.7	22.9	5.1	
女性	599	73.1	53.8	13.4	3.7	1.5	3.0	1.7	10.7	2.8	
20歳代	172	65.7	59.9	14.5	1.7	1.2	5.2	0.6	15.7	1.7	
30歳代	155	74.8	54.8	29.0	0.6	0.6	3.9	2.6	10.3	1.9	
40歳代	134	71.6	49.3	30.6	2.2	0.7	5.2	0.7	11.9	3.0	
50歳代	124	64.5	41.1	12.9	5.6	2.4	1.6	0.8	17.7	4.0	
60歳代	137	70.8	43.8	4.4	8.0	2.2	1.5	0.0	12.4	2.9	
70歳代	163	58.9	30.1	0.6	5.5	1.8	1.2	1.8	22.7	7.4	
80歳代	131	63.4	26.7	0.0	9.9	3.1	0.0	2.3	19.1	5.3	

○悩みがある時、一人で悩む人は「自殺したいと思ったことがある」割合が高くなっています。

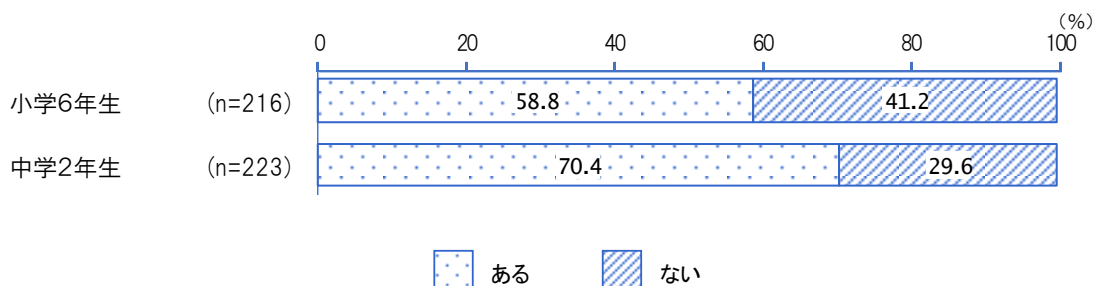
【「悩みがある時の行動」と「自殺意識」の関係】



○悩むことや気持ちが落ち込むことについて、「ある」が小学6年生では58.8%、中学2年生では70.4%となっています。

■悩むことや気持ちが落ち込むことがありますか。(1つに○)

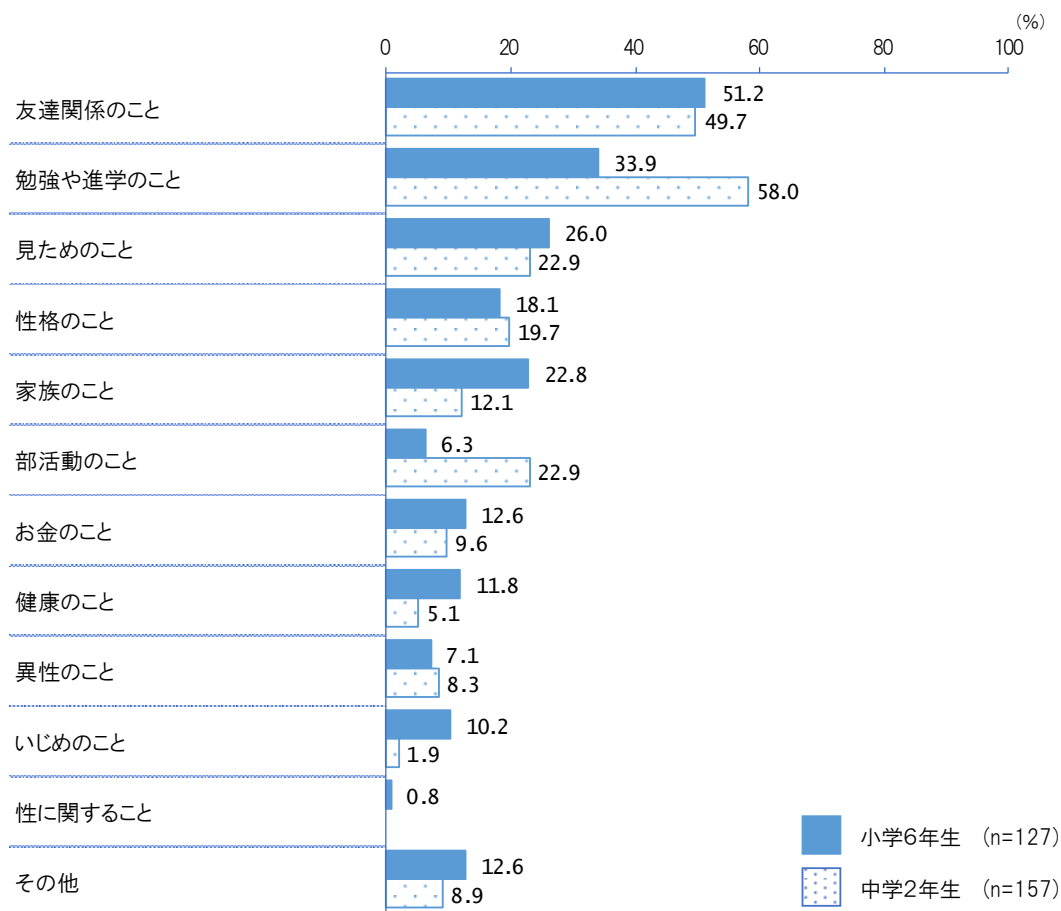
【学年別】



○悩みや気持ちが落ち込む原因について、小学6年生では「友達関係のこと」が51.2%と最も高く、次いで「勉強や進学のこと」(33.9%)となっています。中学2年生では「勉強や進学のこと」が58.0%と最も高く、次いで「友達関係のこと」(49.7%)となっています。

■悩みや気持ちが落ち込む原因はどんなことですか。(○は3つまで)

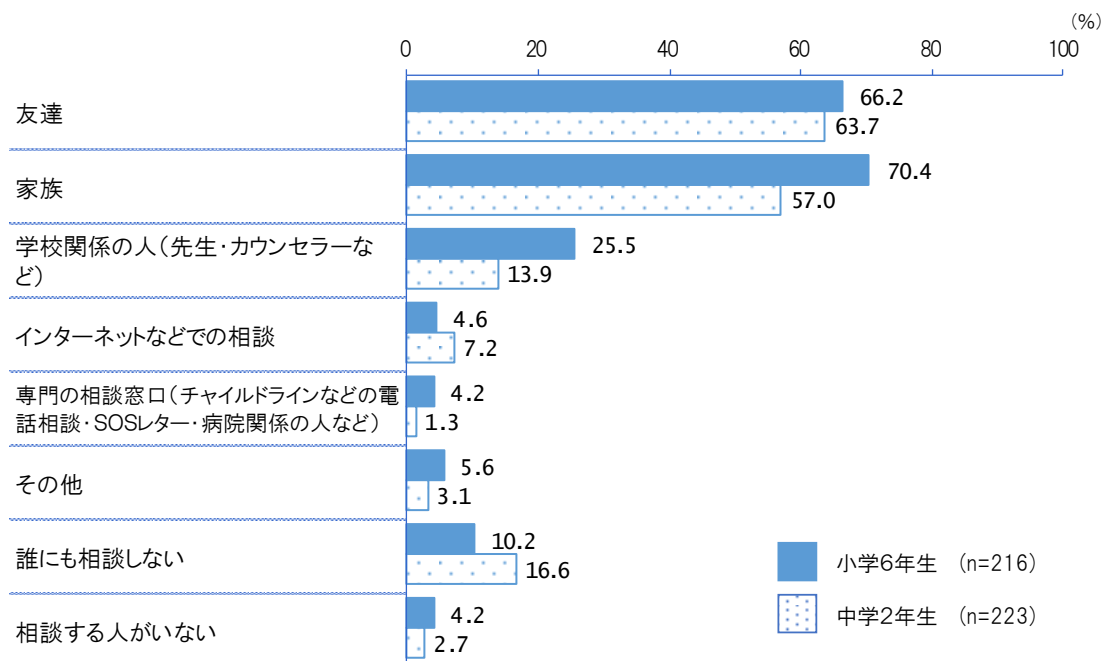
【学年別】



○悩みを相談できる人について、小学6年生では「家族」が70.4%と最も高く、次いで「友達」(66.2%)、「学校関係の人(先生・カウンセラーなど)」(25.5%)となっています。中学2年生では「友達」が63.7%と最も高く、次いで「家族」(57.0%)、「誰にも相談しない」(16.6%)となっています。小学6年生と中学2年生を比較すると、中学2年生は「友達」「家族」「学校関係の人」に相談する人の割合が低く、「誰にも相談しない」の割合が高くなっています。

■あなたは、悩みを相談できる人がいますか。それは誰ですか。(○はいくつでも)

【学年別】



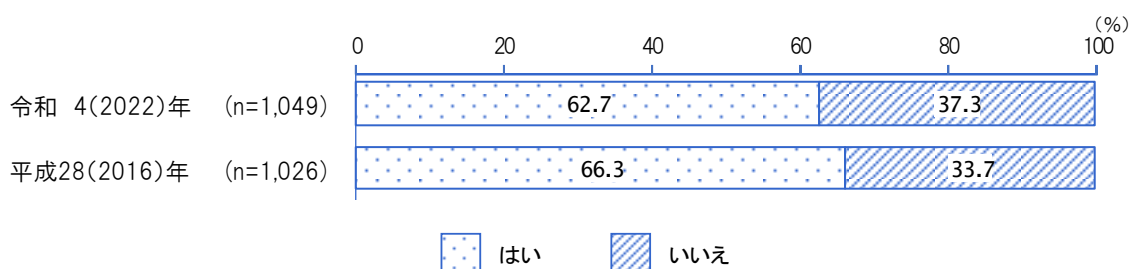
④ 睡眠の状況

○睡眠が十分とれているかの状況をみると、十分とれていない割合が 37.3%となっています。前回調査と比較すると、「いいえ」(睡眠が十分にとれていない) が 3.6 ポイント高くなっています。

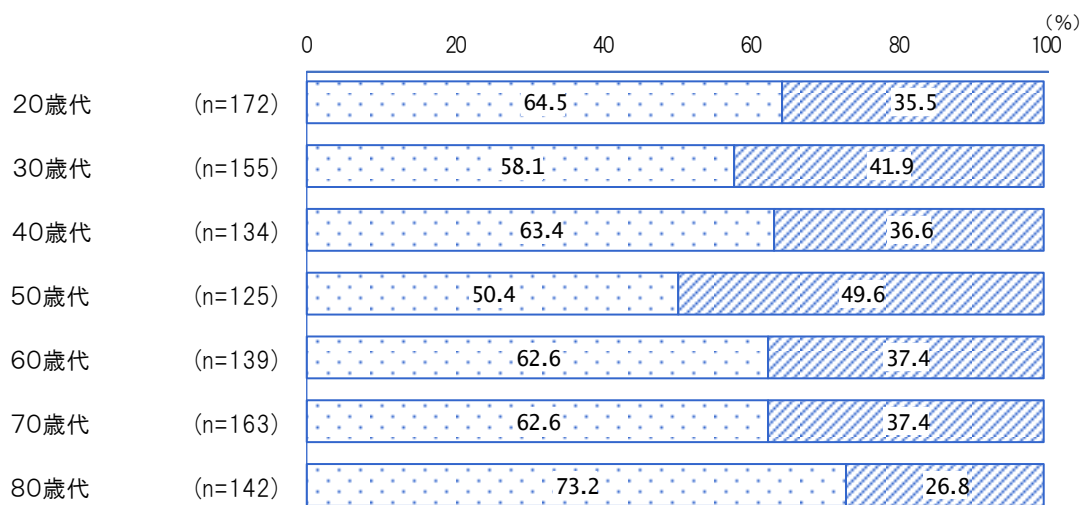
○年代別でみると、50 歳代では「いいえ」が 49.6%と、他の年代よりも 7.7 ポイント以上高くなっています。

■睡眠は十分取れていますか。(1 つに○)

【全体】



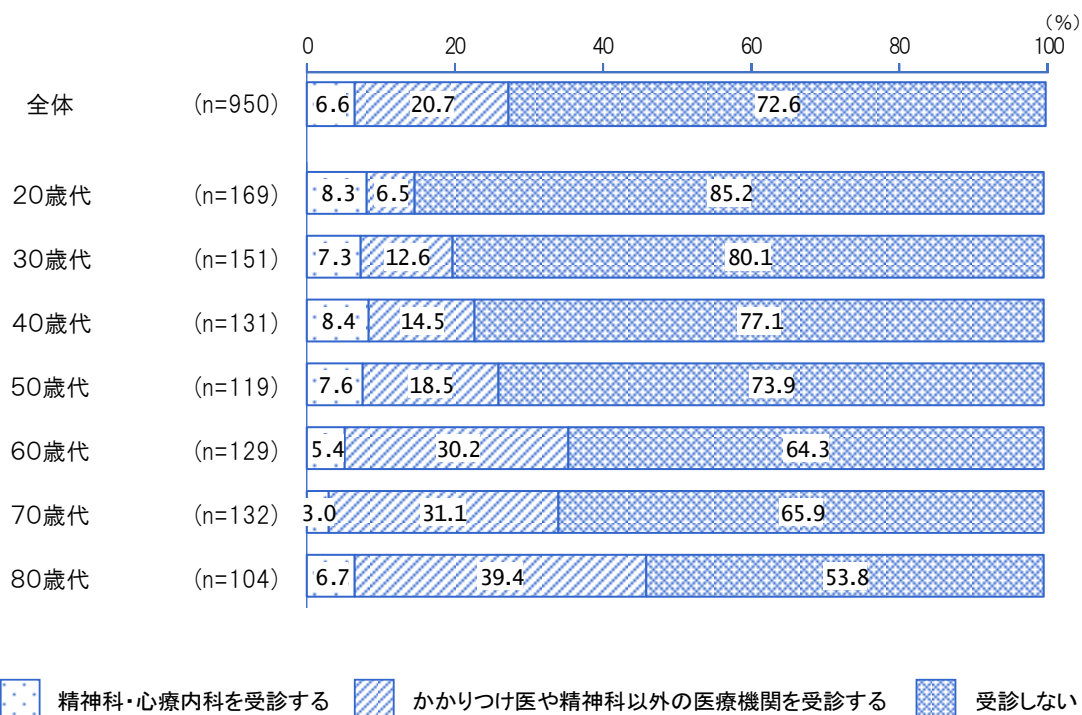
【年代別】



○眠れない日が続いた場合の医療機関の受診について、全体で「受診しない」が72.6%と最も高く、次いで「かかりつけ医や精神科以外の医療機関を受診する」(20.7%)、「精神科・心療内科を受診する」(6.6%)となっています。年代が高くなるにつれ「かかりつけ医や精神科以外の医療機関を受診する」の割合が高くなっています。

■よく眠れない日が2週間以上続いた場合、医療機関を受診しますか。(1つに○)

【全体・年代別】



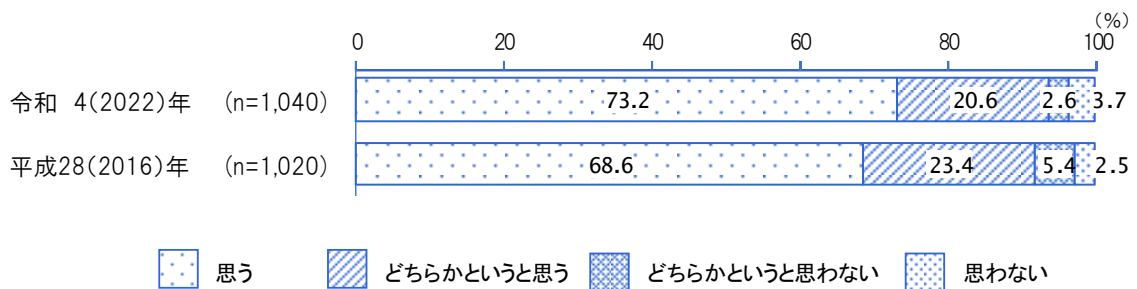
⑤ こころの病気の理解の状況

○こころの病気は誰もがなる可能性があるかについて、全体で「思う」が73.2%となっており、前回調査と比較すると、4.6ポイント高くなっています。

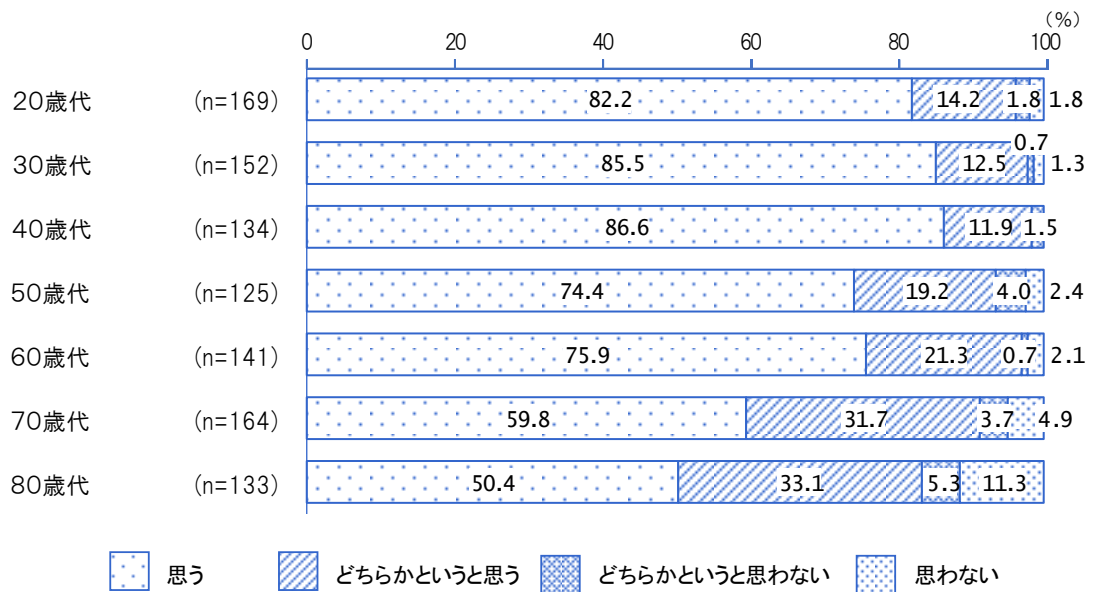
○年代別でみると、20歳代から40歳代で「思う」が約8割と高くなっています。また、他の年代に比べ、80歳代で「思う」が50.4%と9.4ポイント以上低くなっています。

■こころの病気は誰もがなる可能性があると思いますか。(1つに○)

【全体】



【年代別】

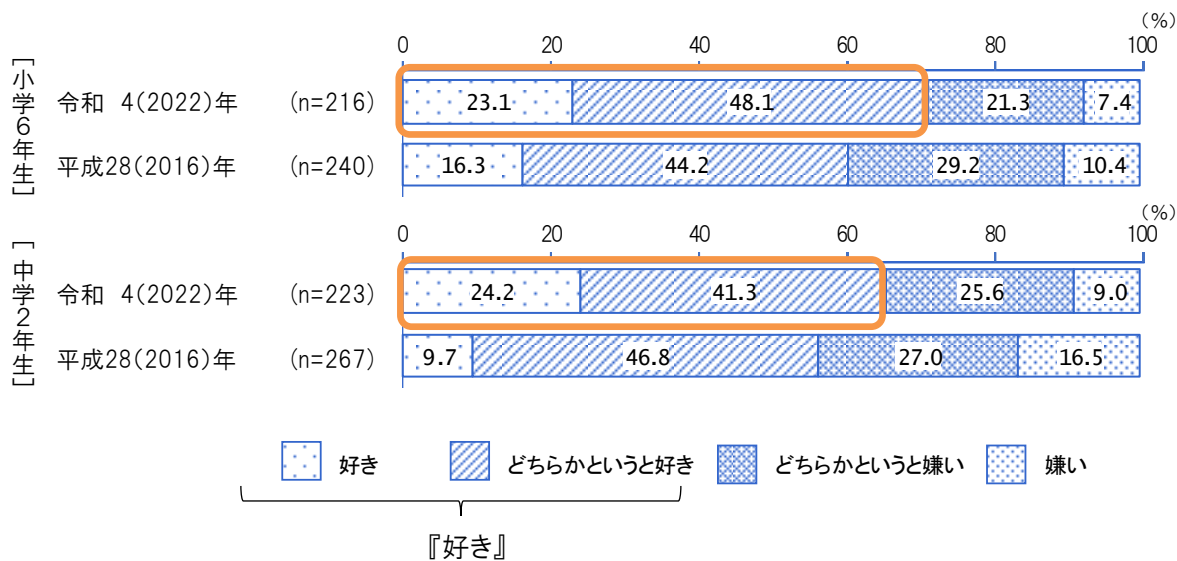


⑥ 自尊感情の状況

【子ども】

○自分のことが好きか嫌いかの状況をみると、小学6年生で『好き』の割合は71.2%となり、前回調査と比較すると10.7ポイント高くなっています。中学2年生では『好き』の割合は65.5%となり、前回調査と比較すると9.0ポイント高くなっています。

■短所も長所も含めて自分のことが好きですか。(1つに○)



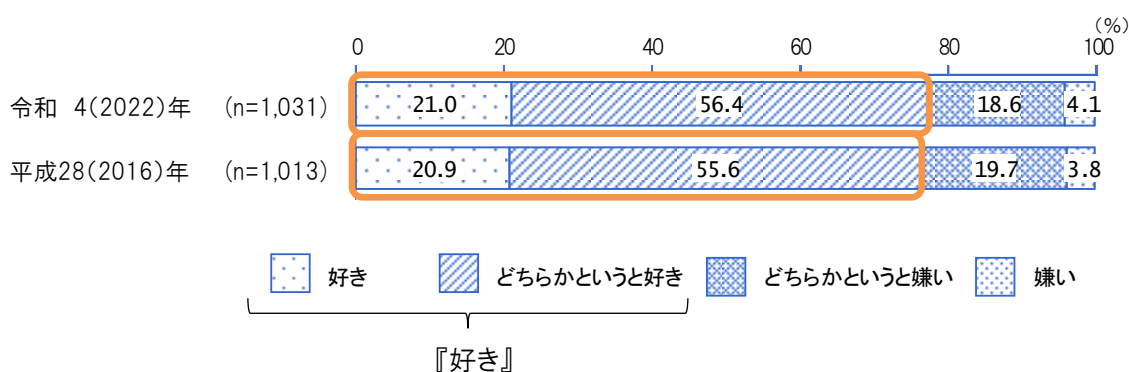
【成人】

○自分のことが好きか嫌いかの状況をみると、「どちらかという好き」が 56.4%と最も高く、次いで「好き」が 21.0%となっています。前回調査と比較すると、「好き」と「どちらかという好き」をあわせた『好き』の割合に変化はありません。年代別でみると、50 歳代の『好き』の割合が一番低くなっています。

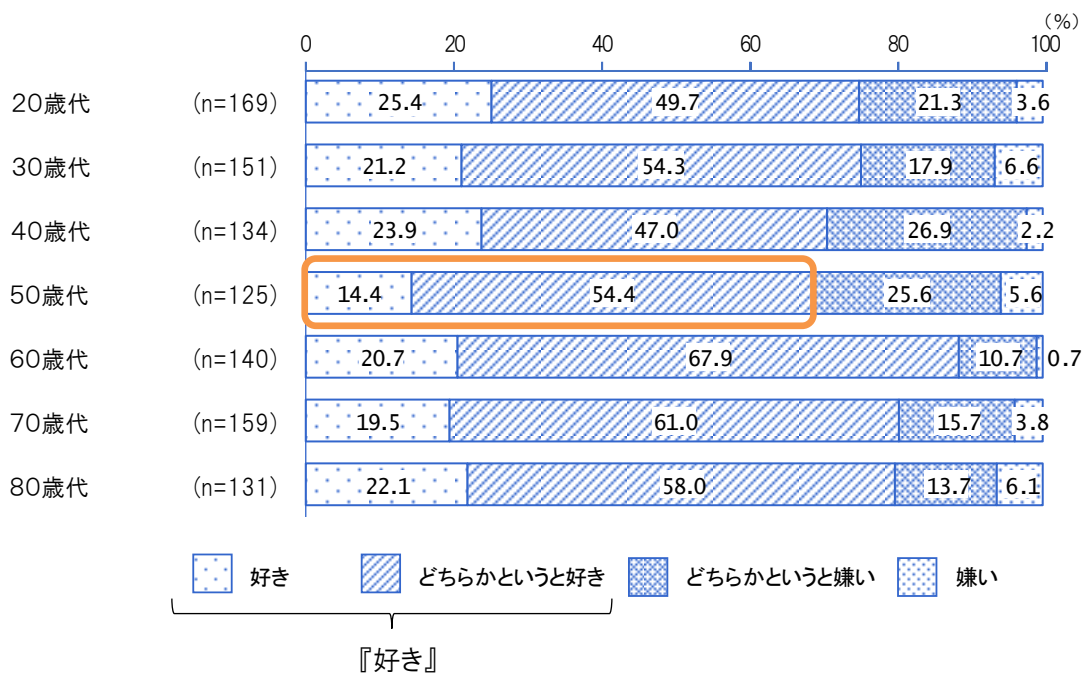
○平成 28 年と比較すると、短所も長所も含めて自分のことが好きという自尊感情は、小学 6 年生と中学 2 年生、20 歳代から 40 歳代、60 歳代では改善し、50 歳代、70 歳代、80 歳代では悪化しています。

■短所も長所も含めて自分のことが好きですか。(1 つに○)

【全体】



【年代別】



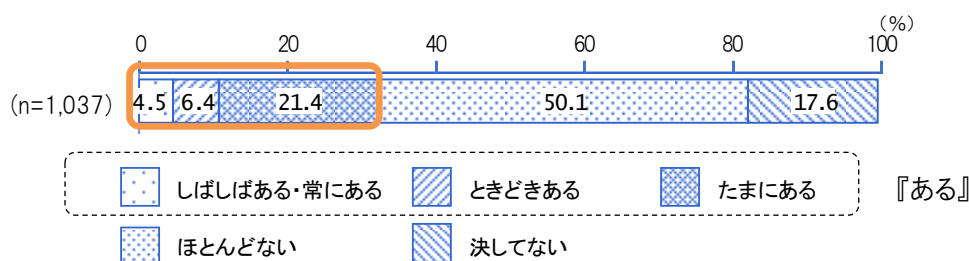
⑦ 孤独・孤立の状況

○孤独と覚えることが「しばしばある・常にある」と「ときどきある」と「たまにある」をあわせた『ある』の割合は32.3%となっています。性別でみると、『ある』の割合は、男性で30.2%、女性で33.5%と女性の方が高くなっています。年代別でみると、『ある』の割合は、70歳代で38.3%と最も高く、次いで20歳代(35.6%)、80歳代(34.8%)となっています。

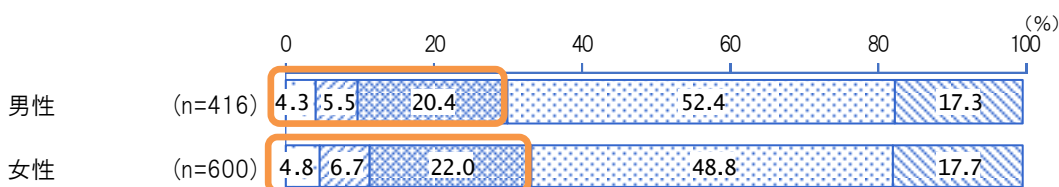
○内閣官房・孤独孤立対策担当室の「孤独孤立の実態把握に関する全国調査」では、孤独と覚えることがある割合は、40.3%で、国と比較すると、孤独と覚えることがある割合は低くなっています。

■孤独であるとの程度覚えることがありますか。(1つに○)

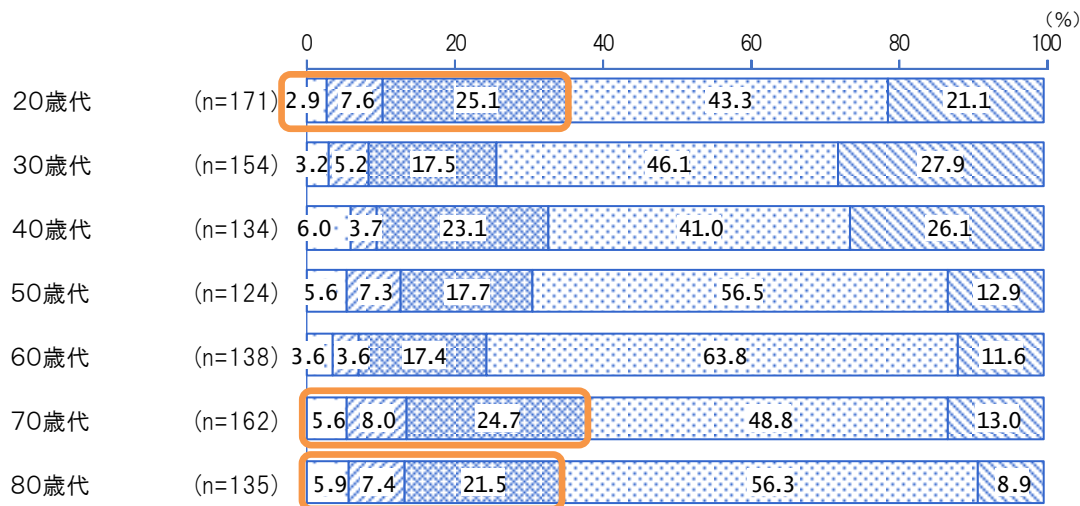
【全体】



【性別】



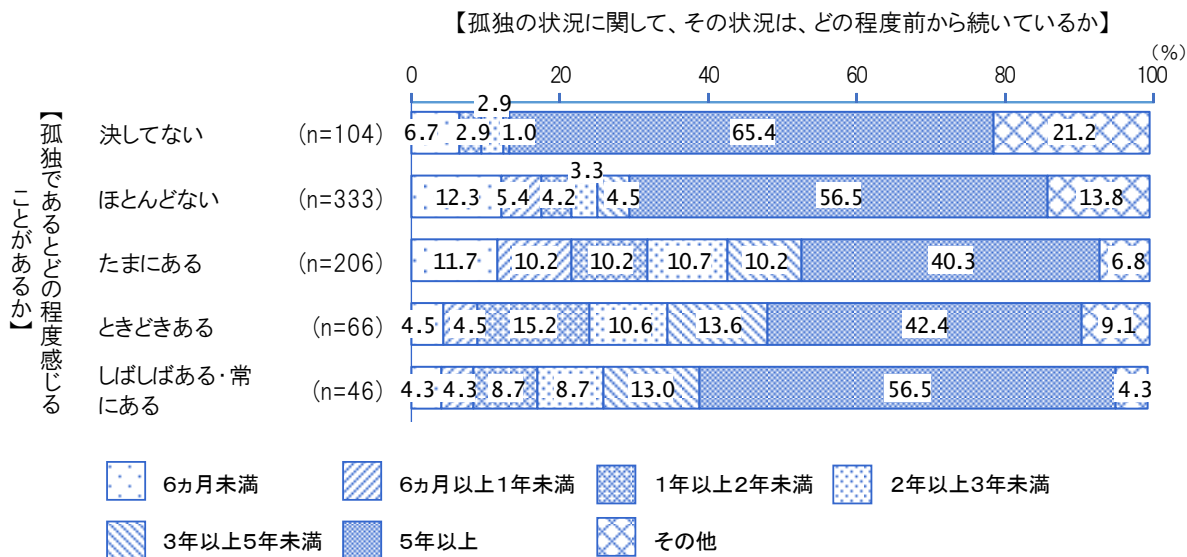
【年代別】



○孤独であると「しばしばある・常にある」と感じている人は、孤独であると感じた期間が「5年以上」の割合が56.5%と最も高くなっています。

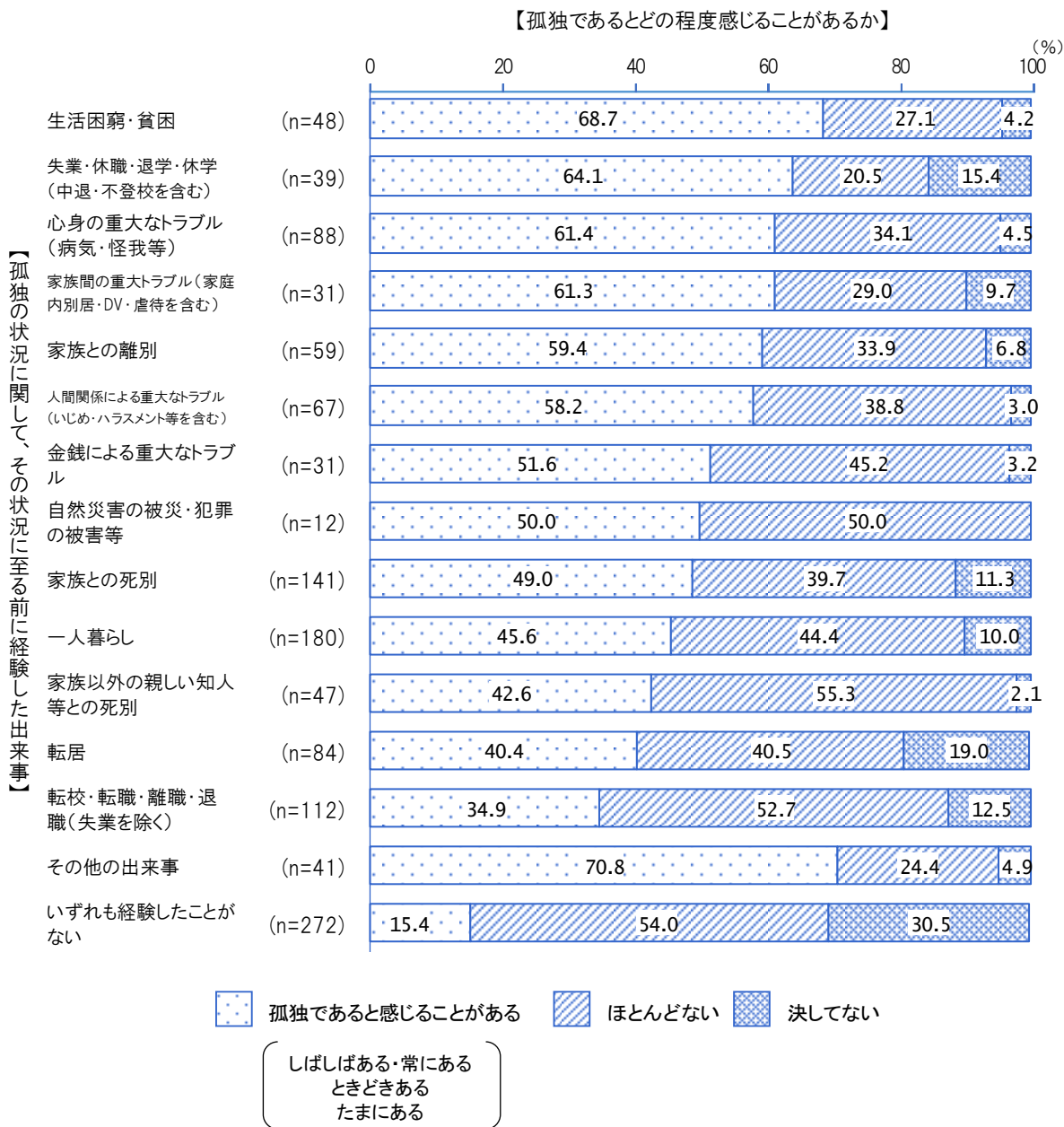
■その状況は、どの程度前から続いていますか。(1つに○)

【「孤独感」と「その期間」の関係】



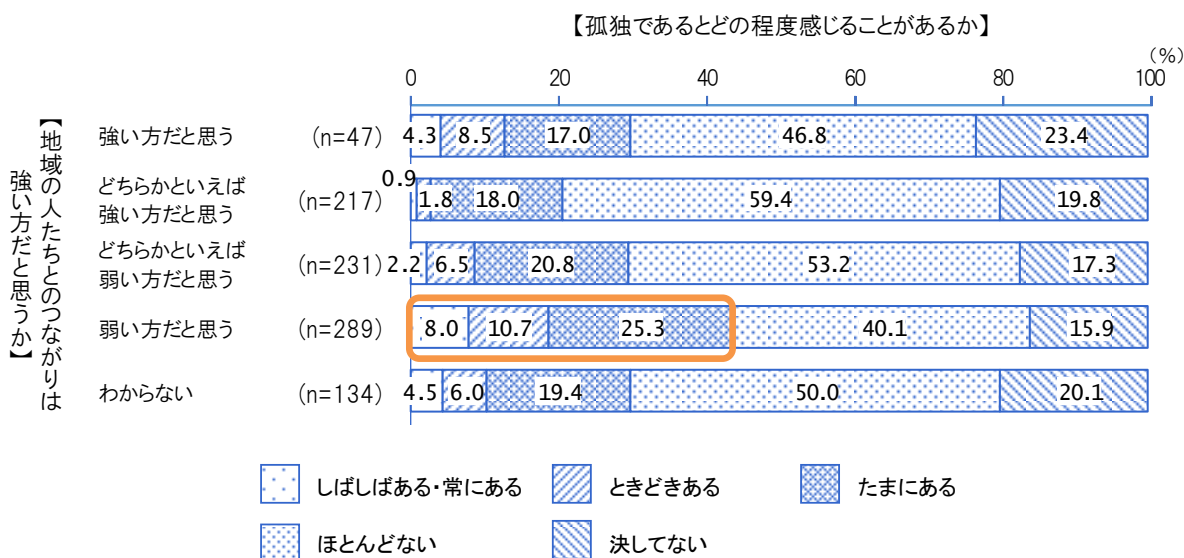
○孤独であると感じることがある人（「しばしばある・常にある」「ときどきある」「たまにある」）の割合を、その状況に至る前に経験した出来事別でみると、「生活困窮・貧困」が最も高く、次いで「失業・休職・退学・休学（中退・不登校を含む）」「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」となっています。

【「経験した出来事」と「孤独感」の関係】



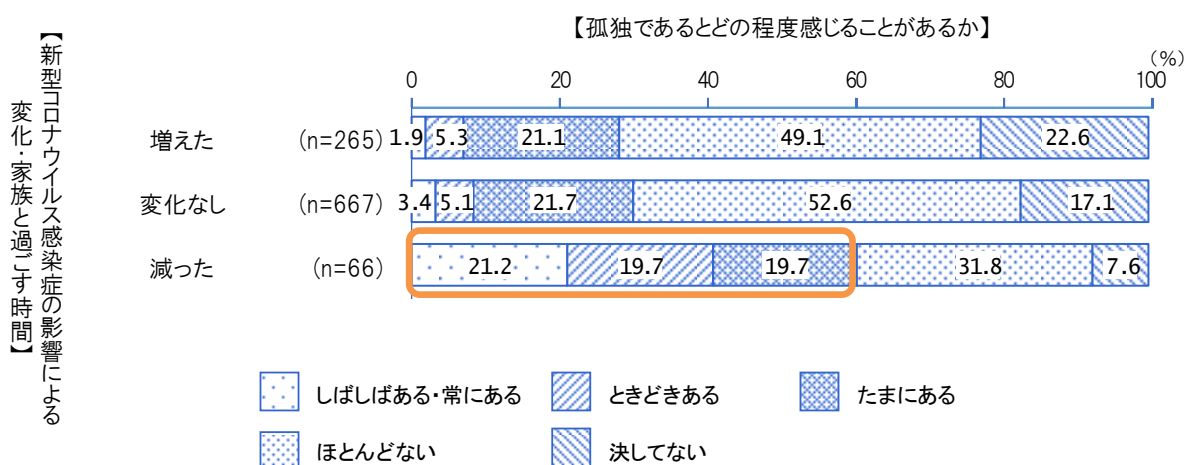
○地域のつながりが弱い方だと思う 44.0%の人が孤独であると感じています。

【「地域とのつながり」と「孤独感」の関係】



○新型コロナウイルス感染症の影響で家族と過ごす時間が減った 60.6%の人が、孤独を感じています。

【「新型コロナウイルス感染症の影響による変化・家族と過ごす時間」と「孤独感」の関係】



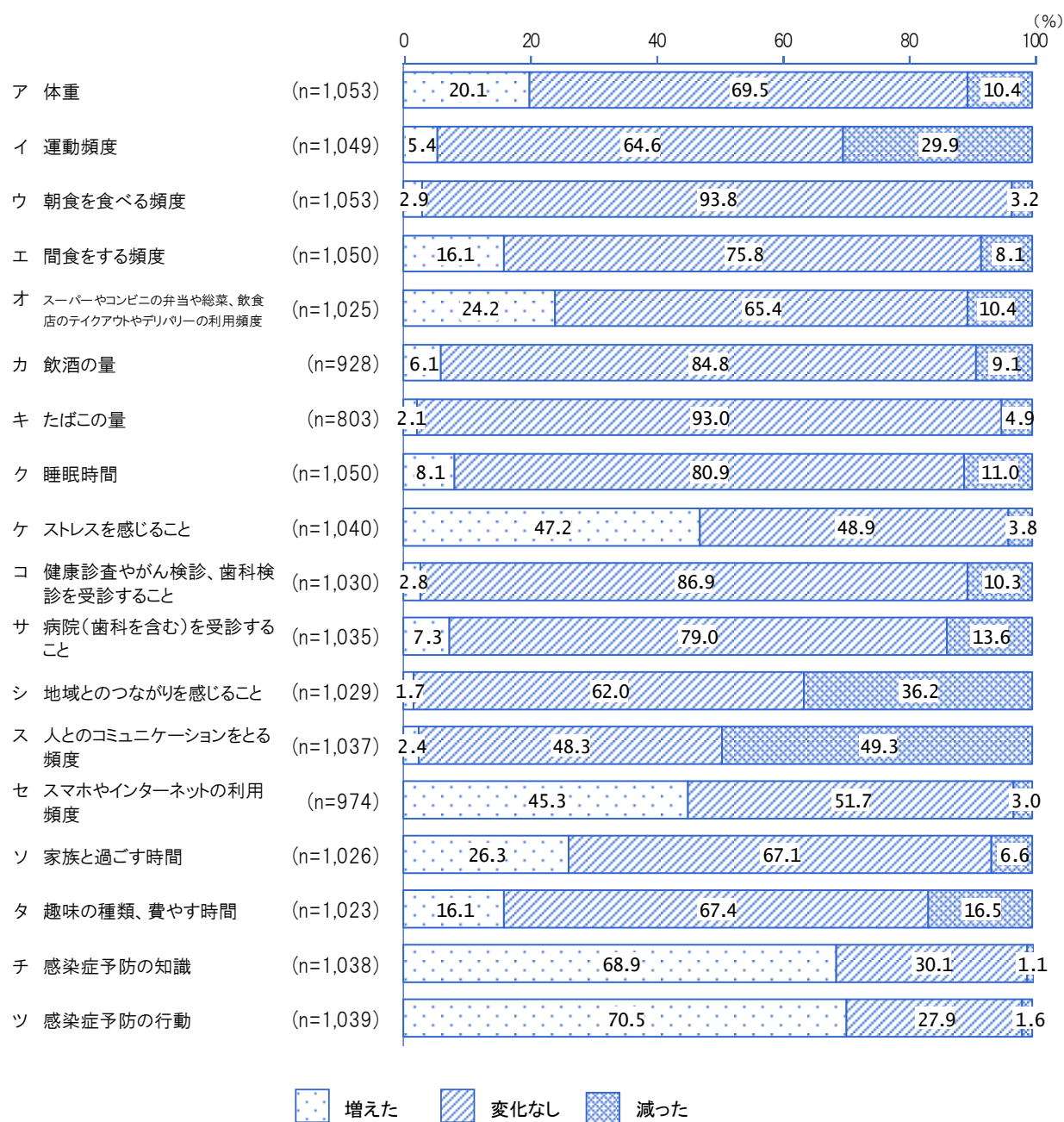
⑧ 新型コロナウイルス感染症の影響による生活の変化

○新型コロナウイルス感染症の影響による生活の変化をみると、感染症予防の行動、感染症予防の知識、ストレスを感じること、スマホやインターネットの利用頻度で「増えた」の割合が高くなっています。人とのコミュニケーションをとる頻度、地域とのつながりを感じることを、運動頻度で「減った」の割合が高くなっています。

■新型コロナウイルス感染症の影響により、次のことについて変化がありましたか。

(各項目それぞれ1つに○)

【全体】



2 現状と課題のまとめ

統計からみる現状と課題

- 自殺者数は、西日本豪雨災害（平成 30 年）や新型コロナウイルス感染症の出現（令和 2 年）時には減少し、令和 3 年には増加し増減を繰り返しながら推移しています。
- 平成 29 年から令和 4 年までの自殺者の合計は 174 人で平均 29 人／年となっています。
- 自殺死亡率は、国や県に比べ高くなっています。
- 自殺者数は、男性の方が女性より多くなっています。
- 自殺者を年代別でみると「60 歳代」が最も多く、次いで、「50 歳代」「40 歳代」となっています。
- 原因・動機別ではどの年齢層も健康問題が第 1 位となっています。
（どの年齢層でも健康問題の中でうつ病が最も多い）
- 同居人有りの自殺者の割合が同居なしの場合に比べ高い状況です。

プロフィールからみる現状と課題

- 重点となる項目は「高齢者」「生活困窮者」「無職者・失業者」となっています。

アンケートからみる現状と課題

1. 自殺願望の状況

- 自殺をしたいと思ったことがある割合が 18.2%となっており、前回調査と比べ変化はありません。男性では「40 歳代」が最も高く、次いで「20 歳代」となっています。女性では「20 歳代」が最も高く、次いで「40 歳代」となっています。
- 自殺をしたいと思った原因は「20 歳代」から「60 歳代」では「人間関係に関する問題」、「70 歳代」「80 歳代」では「将来に対する不安」の割合が高くなっています。
- 自殺をしたいと思ったことがある人の中で、孤独であると感じている人は約 6 割で、孤立と感じている人は約 5 割、取り残されていると感じることがある人は約 5 割、地域とのつながりが弱い方だと思う人は約 6 割となっています。

2. ストレスや悩みの状況

- ストレスの内容は、「20 歳代」から「50 歳代」では「仕事上のこと」、「60 歳代」では「家族のこと」、「70 歳代」「80 歳代」では「健康のこと」の割合が高くなっています。
- ストレス解消法が「何も方法はない」の割合が高いのは「50 歳代」となっています。

3. 悩みと相談窓口の周知の状況

- 悩みの対処法で「一人で悩む」割合が高いのは「20 歳代」から「40 歳代」の若い年代となっています。
- 悩みがあった時に「誰にも相談しない」のは、男性の割合が高く、年齢別では「70 歳代」「80 歳代」で高くなっています。

- 小学6年生の約6割が悩むことや気持ちが落ち込むことがあり、原因は「友達関係のこと」が最も高くなっています。また、悩みを相談できる人は「家族」が最も高く、次いで「友達」「学校関係の人（先生・カウンセラー等）」となっています。
- 中学2年生の約7割が悩むことや気持ちが落ち込むことがあり、原因は「勉強や進学のこと」が最も高くなっています。また、悩みを相談できる人は「友達」が最も高く、次いで「家族」となっており、一方で「誰にも相談しない」の割合は約2割で小学6年生と比較すると高い状況となっています。
- 相談窓口を1つも知らない人の割合は約4割で、前回調査より高くなっています。
- 「働く人の相談（小規模事業所対象）」「日常生活の悩み・福祉に関する悩み・多重債務等の相談」の認知度は約1割と低くなっています。

4. 睡眠の状況

- 睡眠が十分にとれていない人の割合は約4割と、前回調査より増加しています。特に「50歳代」の働く世代で高くなっています。
- 眠れない日が続いた場合でも医療機関を受診しない人は、約7割となっており、特に「20歳代」から「50歳代」は精神科・心療内科等医療機関を受診しない割合が、約7~8割と高くなっています。

5. こころの病気の理解の状況

- こころの病気は誰もがなる可能性がある約7割の人が思っており、前回調査より増加していますが「70歳代」「80歳代」で「思う」の割合が低くなっています。

6. 自尊感情の状況

- 自分のことが好きな人の割合は「50歳代」が最も低くなっています。

7. 孤独・孤立の状況

- 孤独と感じている人の割合は男性より女性の方が少し高くなっており、年齢別では「70歳代」が最も高く、次いで「20歳代」「80歳代」となっています。
- 孤独と感じる人の割合を経験した出来事別でみると、「生活困窮・貧困」が最も高く、次いで「失業・休職・退学・休学（中退・不登校を含む）」「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」となっています。
- 地域のつながりが弱い方だと思約4割の人が、孤独と感じています。
- 新型コロナウイルス感染症の影響で家族と過ごす時間が減った約6割の人が、孤独と感じています。

8. 新型コロナウイルス感染症の影響による生活の変化

- 新型コロナウイルス感染症の影響による生活の変化をみると、「ストレスを感じるが増えた」「人とのコミュニケーションをとる頻度が減った」「地域とのつながりを感じる減った」「運動頻度が減った」等の割合が高くなっています。