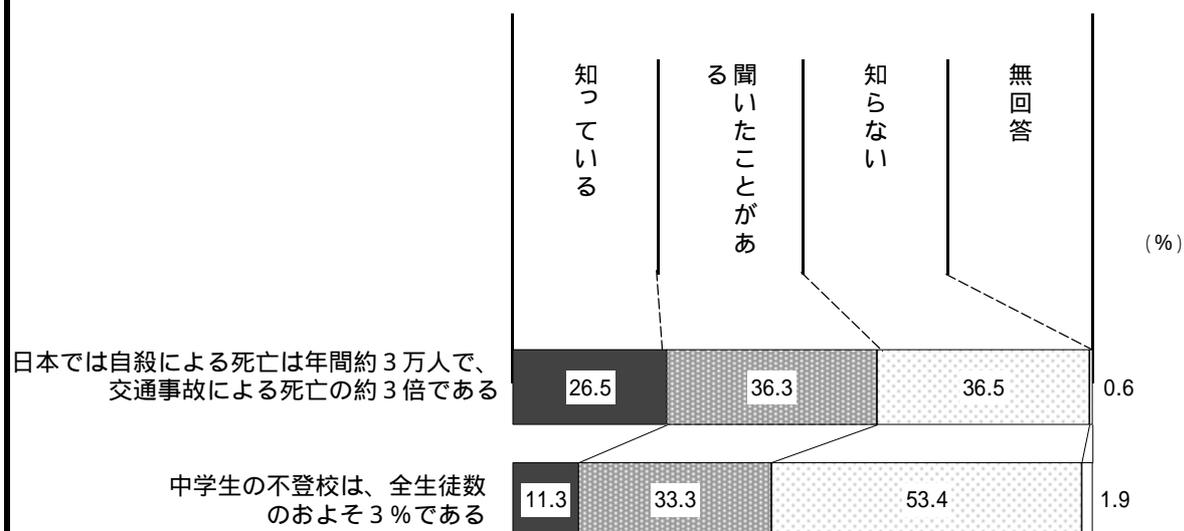


10. こころと健康

(1) こころと健康についての周知状況

問32 あなたは、次のことについてご存知ですか。次の(ア)、(イ)のそれぞれの項目について、1つだけ選んでください。(1つだけ)

図 28 - 1



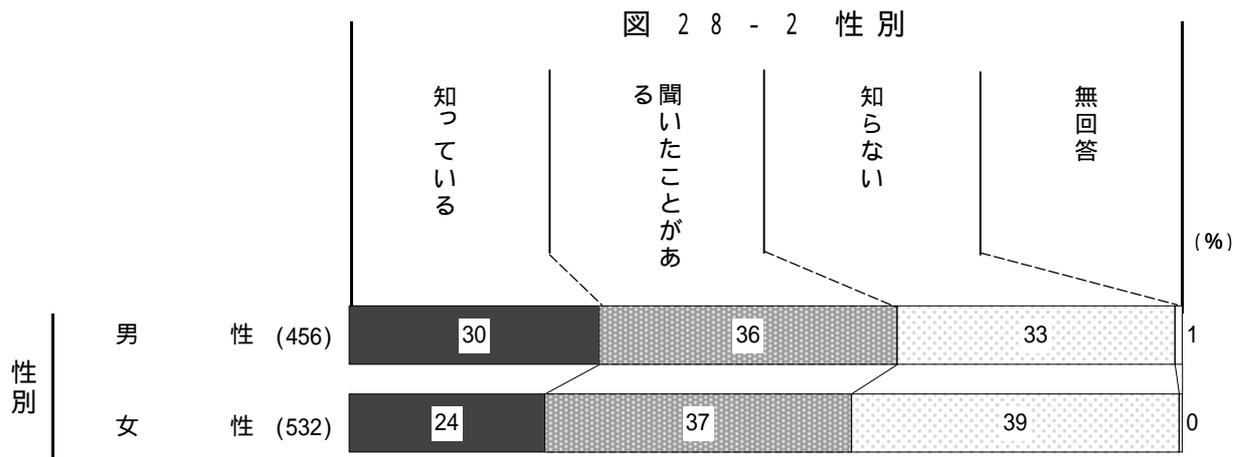
【全体 = 988】

こころと健康について「日本では自殺による死亡は年間約3万人で、交通事故による死亡の約3倍である」についての周知状況は、「知らない」が最も多く36.5%、「知っている」(26.5%)と「聞いたことがある」(36.3%)を合わせた周知率は62.8%となっている。

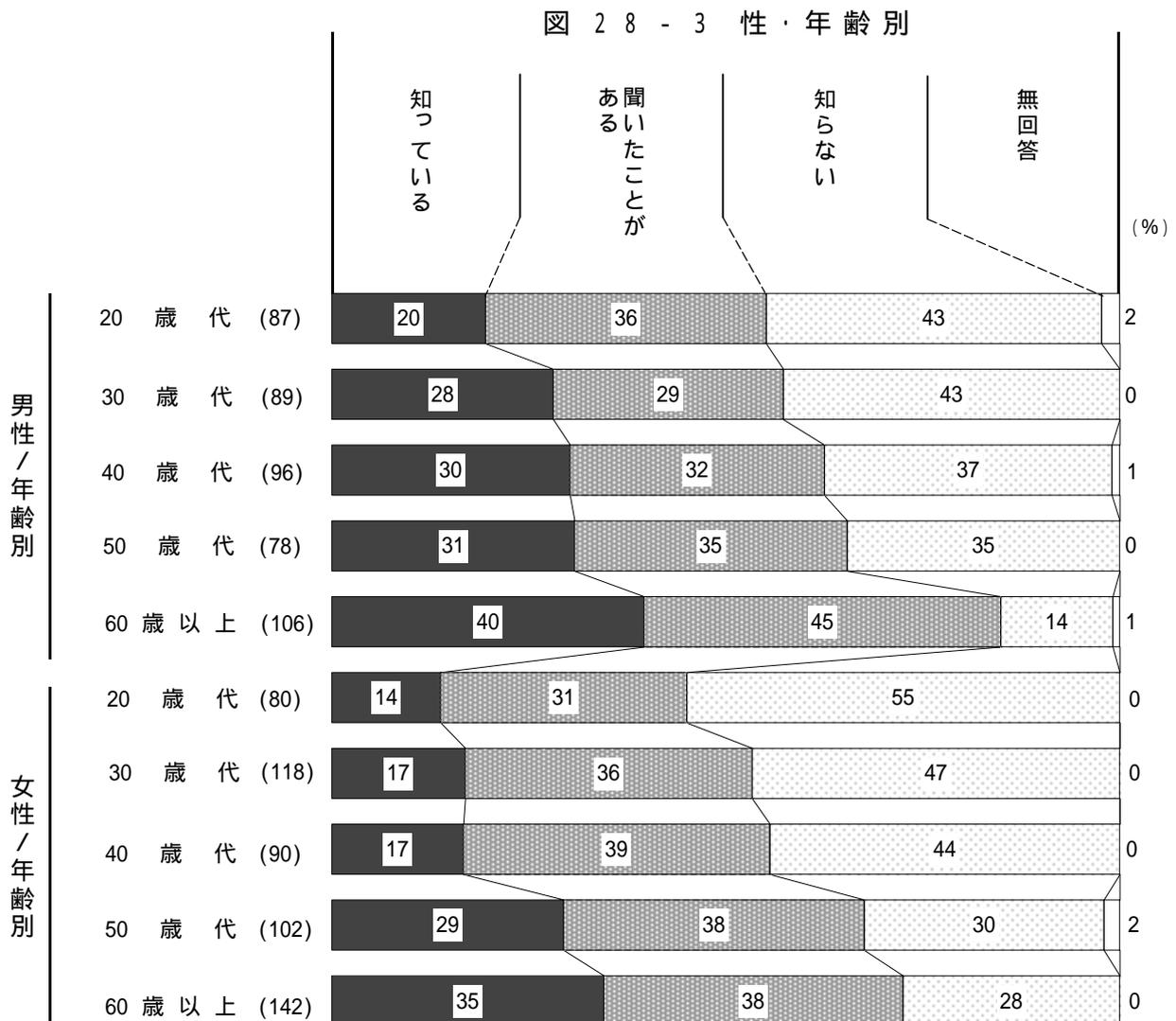
「中学生の不登校は、全生徒数のおよそ3%である」についての周知状況は、「知らない」が53.4%で50%を上回り、「知っている」(11.3%)と「聞いたことがある」(33.3%)を合わせた周知率は44.6%となっている。

周知状況

【日本では自殺による死亡は年間約3万人で、交通事故による死亡の約3倍である】



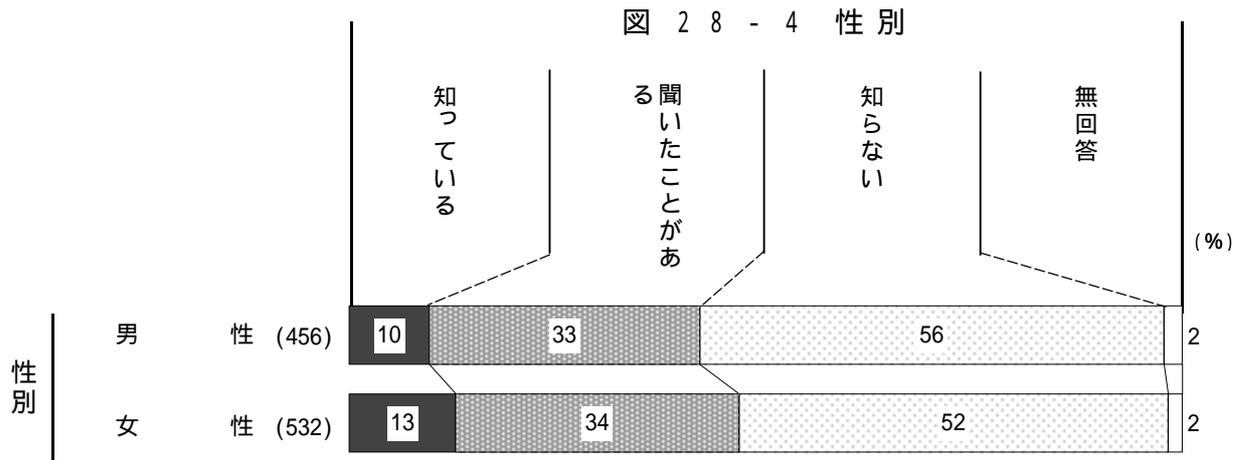
性別では、周知率は男性の方が女性を上回っている。



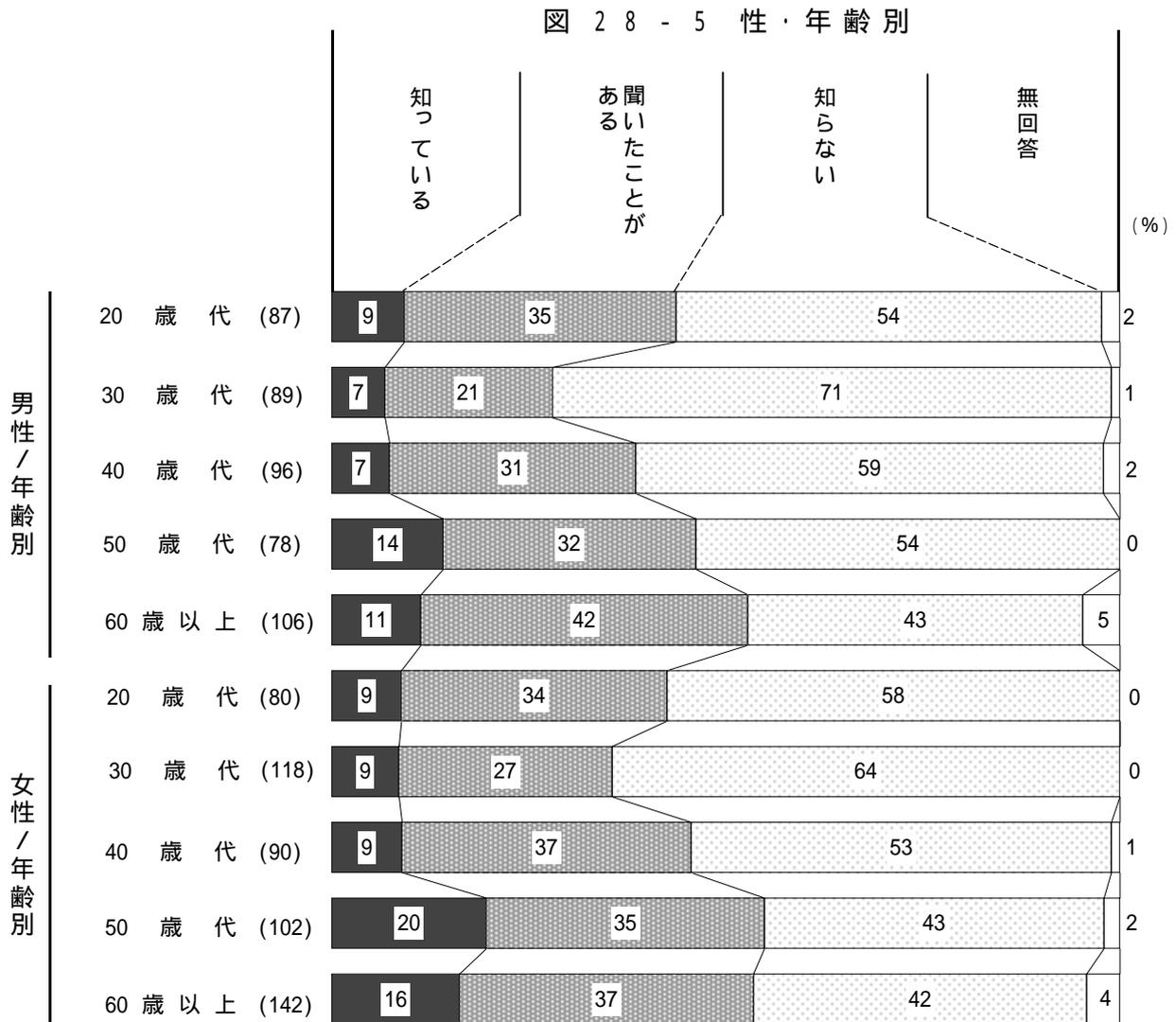
性・年齢別では、男女ともに年齢が上がるにともなって、周知率も上昇する傾向がある。男性60歳以上の周知率は85%で他の性・年齢に比べて高くなっている。

周知状況

【中学生の不登校は、全生徒数のおよそ3%である】



性別では、男女ともに「知らない」が50%を上回り、周知率は女性の方が男性を上回っている。

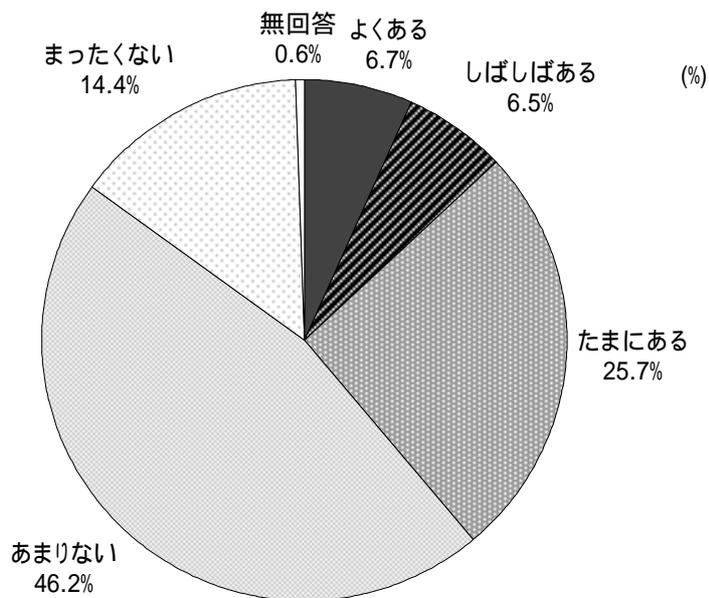


性・年齢別では、男性60歳以上、女性50歳から女性60歳以上で周知率が50%を上回っている。また、男女ともに30歳代の周知率が他の年齢よりも低くなっている。

(2) この1年で精神的ストレスを感じた経験

問33 あなたは、この1年くらいの間に精神的に耐えられないようなストレスを感じたことがありますか。(1つだけ)

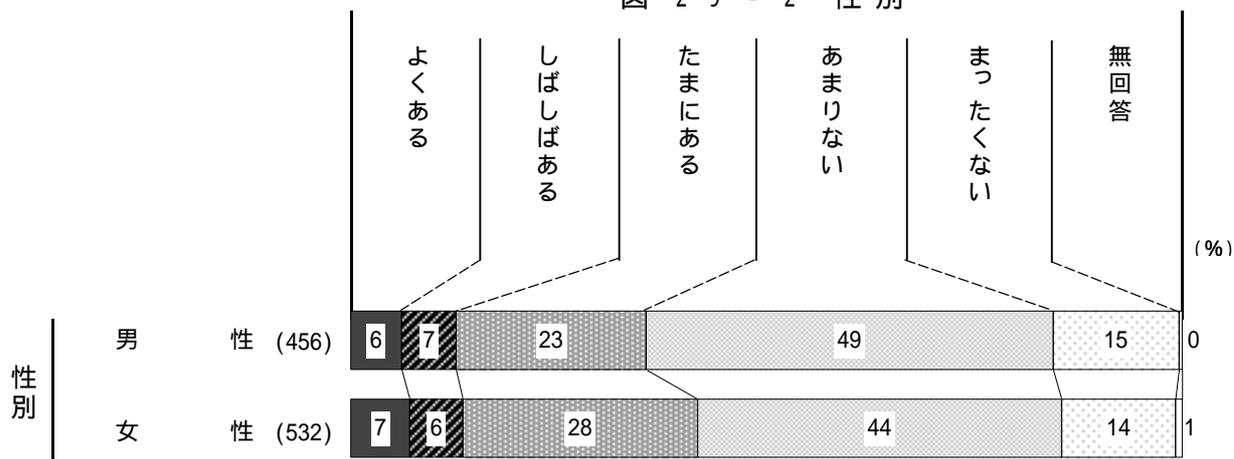
図 29 - 1



【n=988】

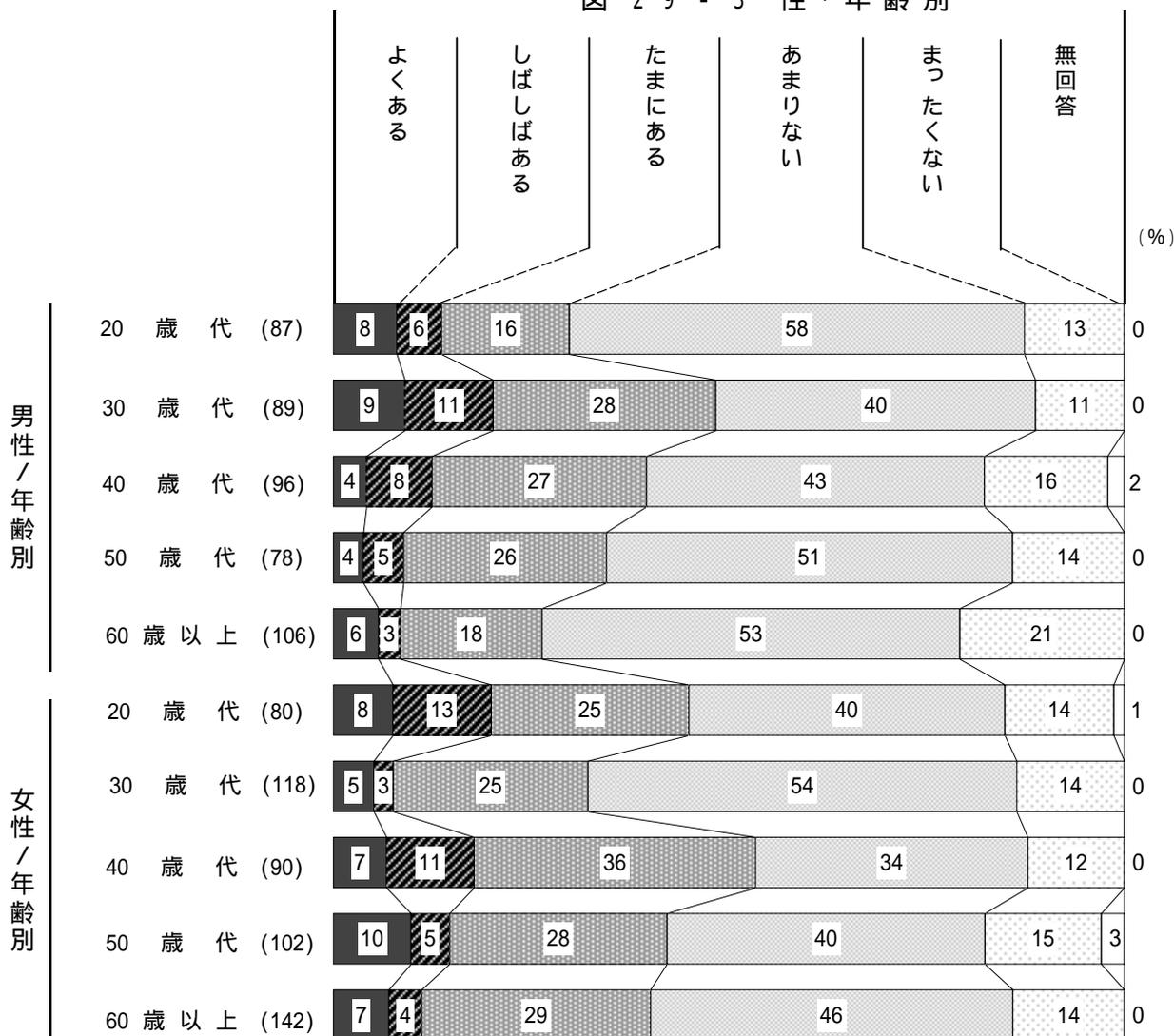
この1年で精神的に耐えがたいストレスを感じた経験をたずねたところ、「あまりない」が46.2%で最も多くなっている。「よくある」(6.7%)、「しばしばある」(6.5%)、「たまにある」(25.7%)を合わせた ストレス経験 は38.9%となっている。

図 29 - 2 性別



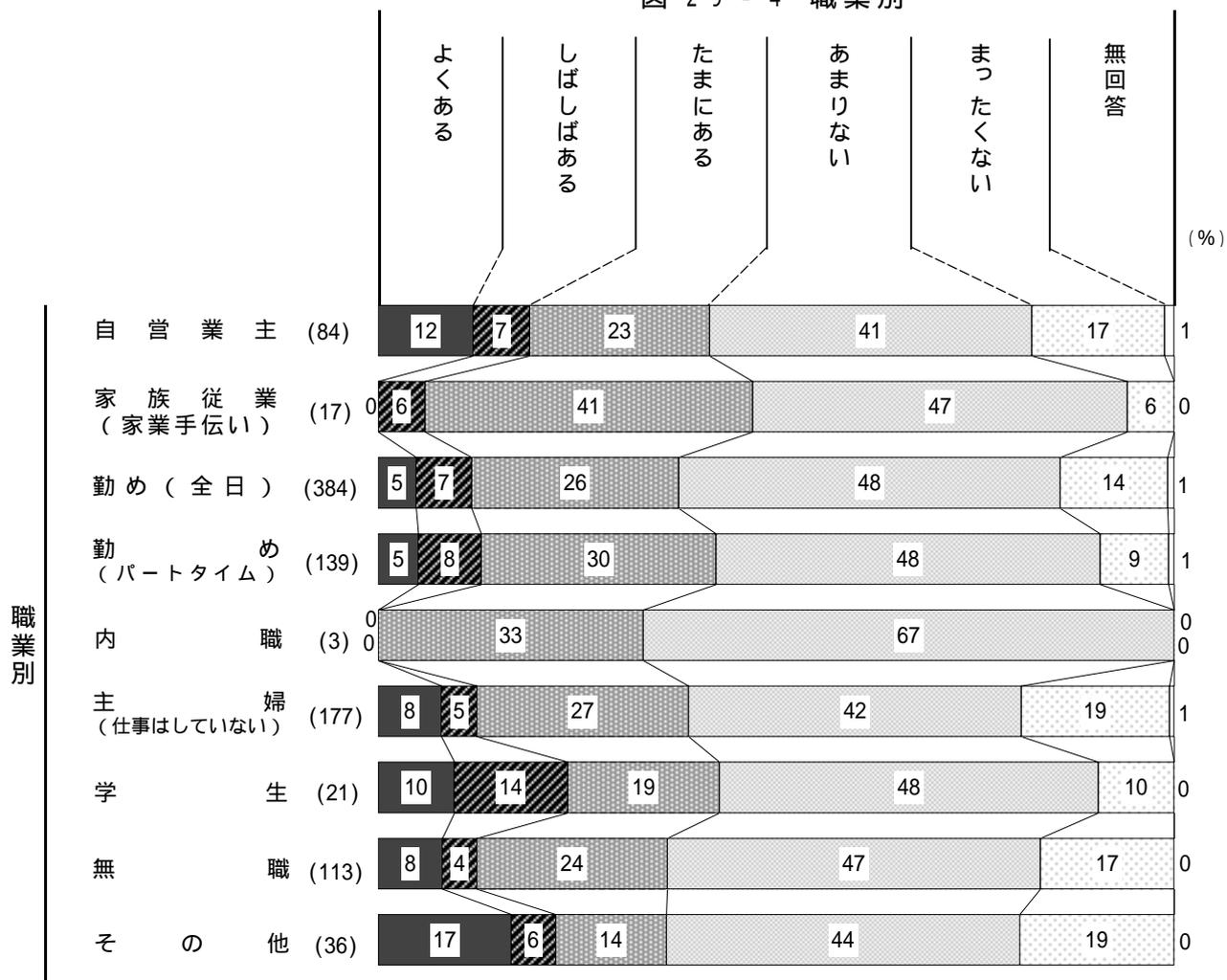
性別では、女性の方が男性より<ストレス経験>が多い。

図 29 - 3 性・年齢別



性・年齢別では、女性40歳代が最も多く、50%以上が ストレス経験 がある。男性は30歳から60歳以上まで、年齢が上がるにつれて ストレス経験 が少なくなる傾向がある。男性30歳代(48%)、女性20歳代(46%)も他の性・年齢よりも ストレス経験 が多い。

図 29 - 4 職業別



職業別では、自営業主(42%)、勤め(パートタイム)(43%)が他の職業と比べてストレス経験が多い。

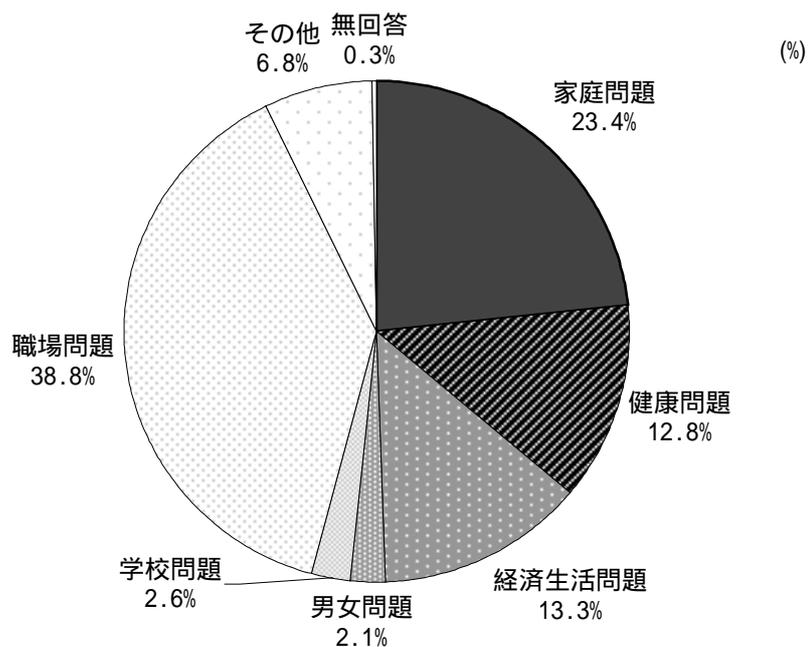
(印の記号は、サンプル数が少ないのでコメントを省略)

(2) - 1 ストレスを感じた理由

(問33で1～3と答えた方に)

問33 - 1 それはどのような理由で感じましたか。(1つだけ)

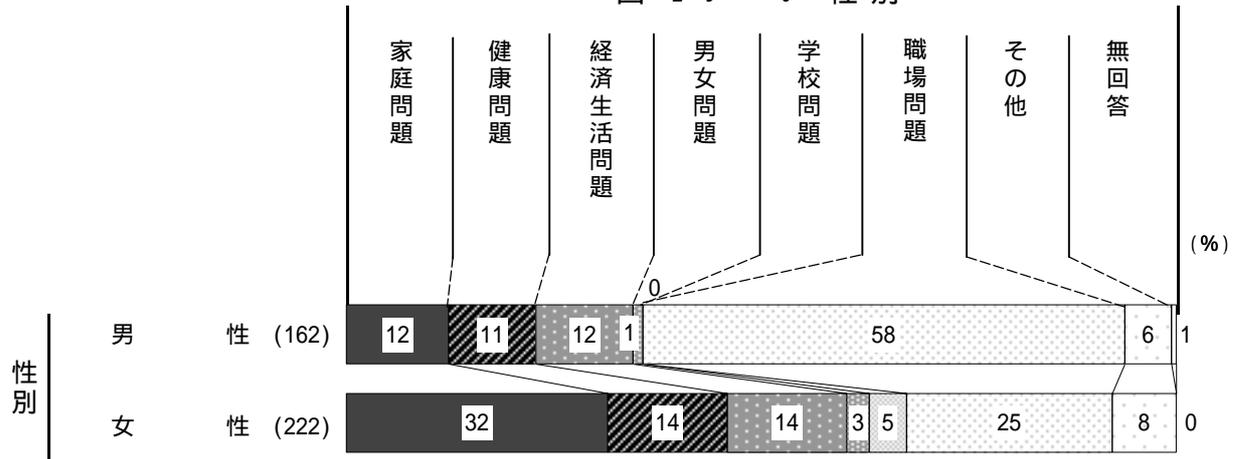
図 29 - 5



【全体 = 384】

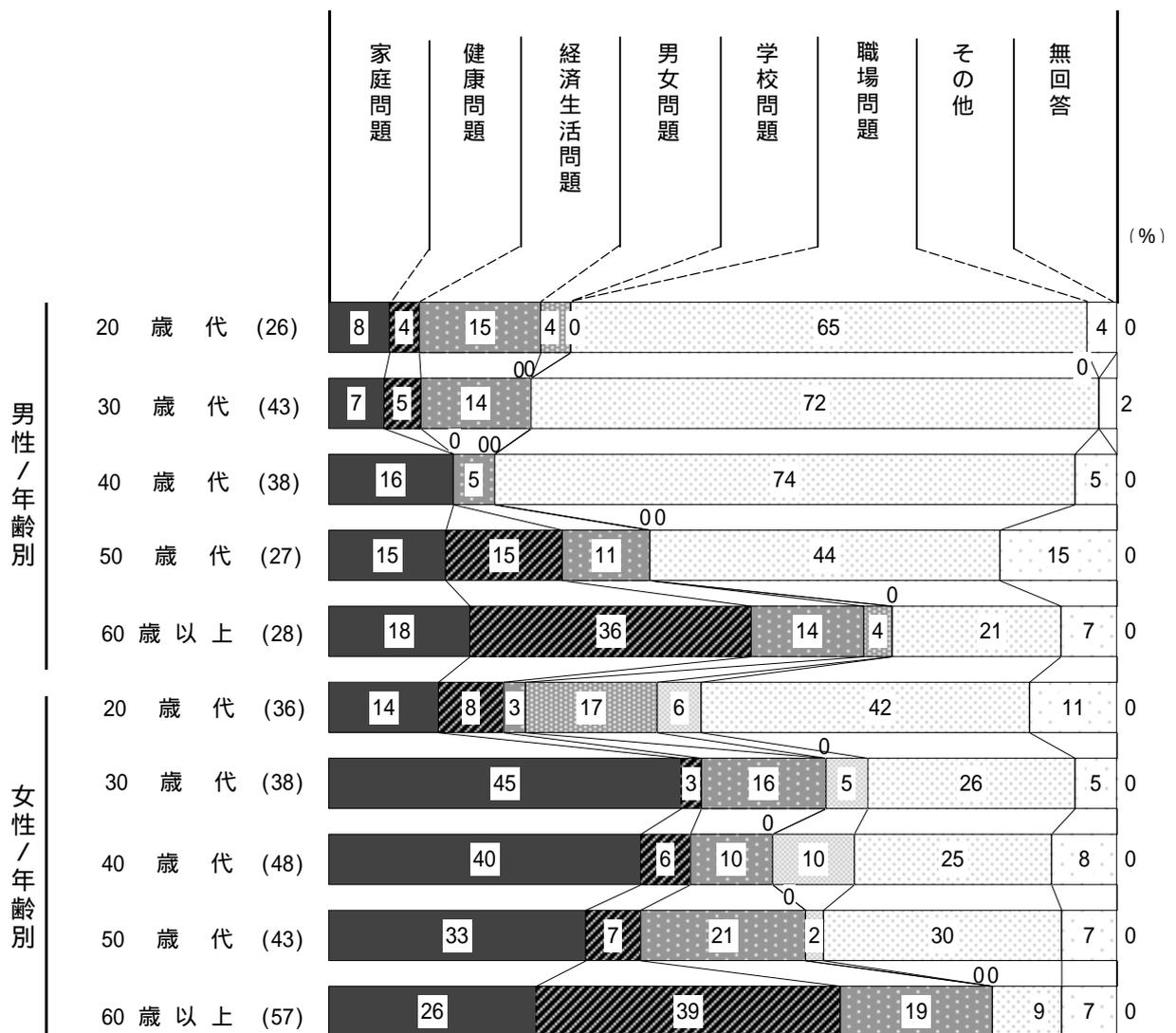
この1年で精神的に耐えがたいストレスを感じた経験がある方にその理由をたずねたところ、「職場問題」が38.8%と最も多くを占め、次いで「家庭問題」(23.4%)、「経済生活問題」(13.3%)、「健康問題」(12.8%)となっている。「学校問題」(2.6%)、「男女問題」(2.1%)はそれぞれ2%台となっている。

図 2 9 - 6 性別



性別では、男性は「職場問題」(58%)、女性は「家庭問題」(32%)がそれぞれ最も多くなっている。

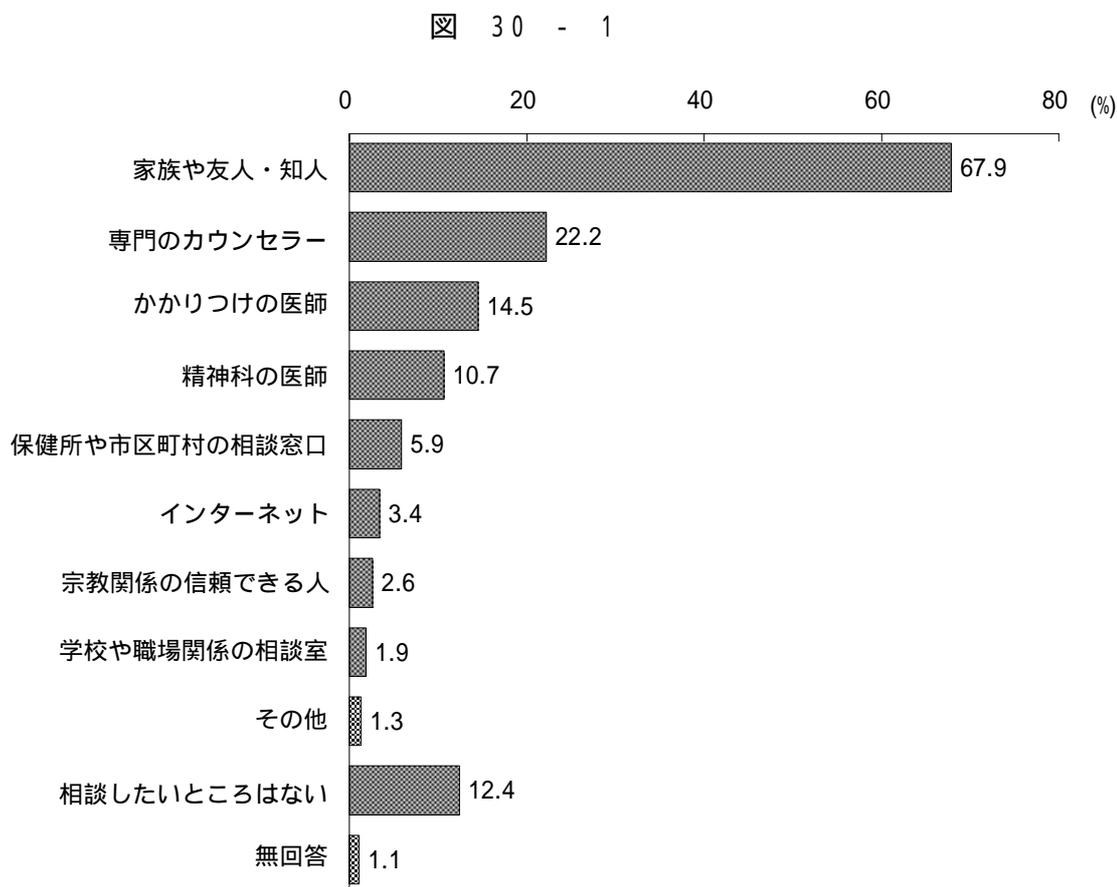
図 2 9 - 7 性・年齢別



性・年齢別では、男性の20歳から40歳代までは「職場問題」が65%以上を占め、最も多くなっている。男女ともに60歳代以上では「健康問題」がストレスを感じる最も多い理由となっている。女性30歳から50歳代は「家庭問題」が最も多くなっている。

(3) ストレスを感じた時の相談相手

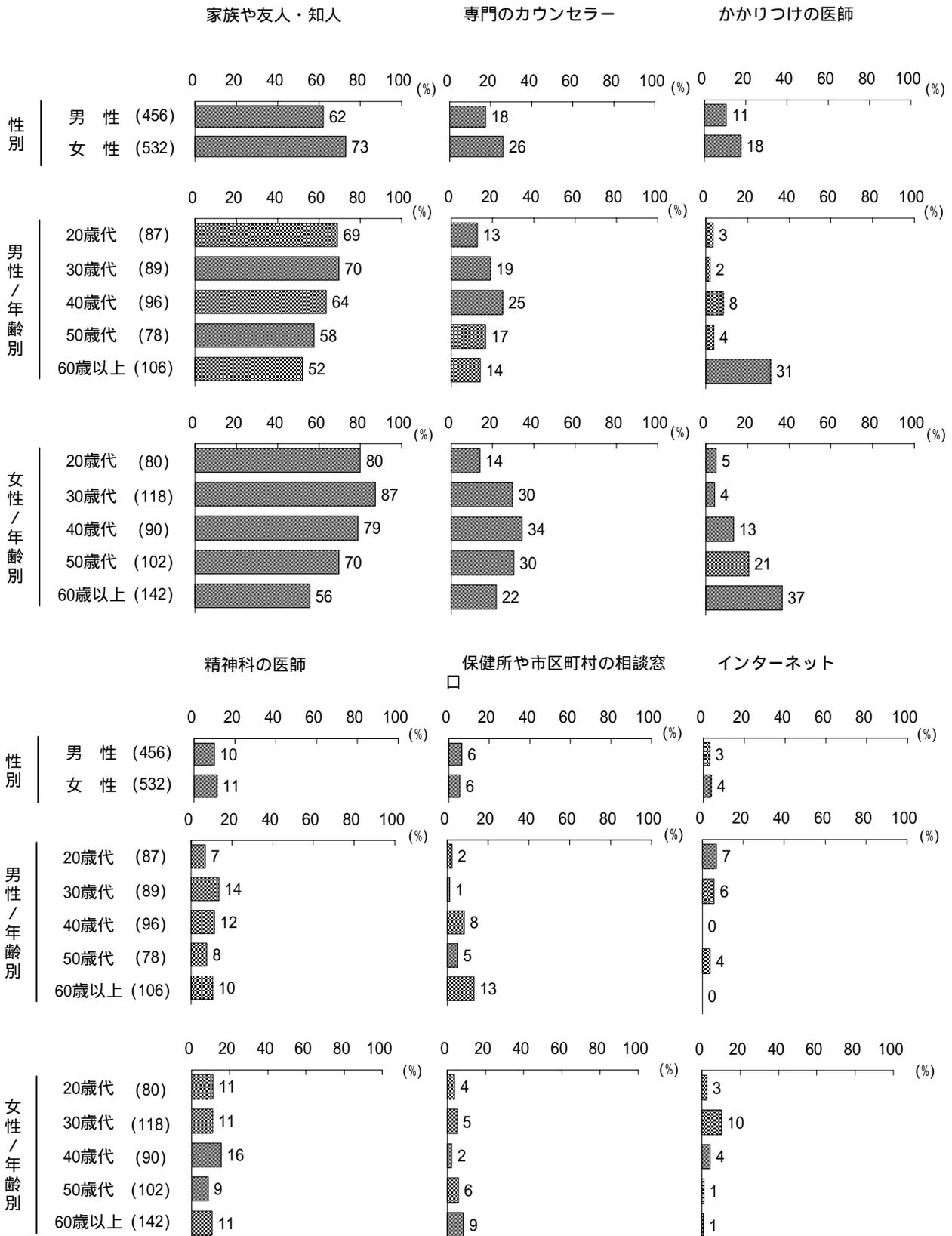
問34 あなたが強いストレスを感じたとしたら、どこに相談したいと思いますか。(3つまで)



【全体 = 988】

ストレスを感じた時の相談相手をたずねたところ、「家族や友人・知人」が67.9%で突出し、「専門のカウンセラー」(22.2%)、「かかりつけの医師」(14.5%)、「精神科の医師」(10.7%)と続いている。以下、「保健所や市区町村の相談窓口」(5.9%)、「インターネット」(3.4%)、「宗教関係の信頼できる人」(2.6%)、「学校や職場関係の相談室」(1.9%)となっている。

図 30 - 2 性別 / 性年齢別 (上位 6 項目)

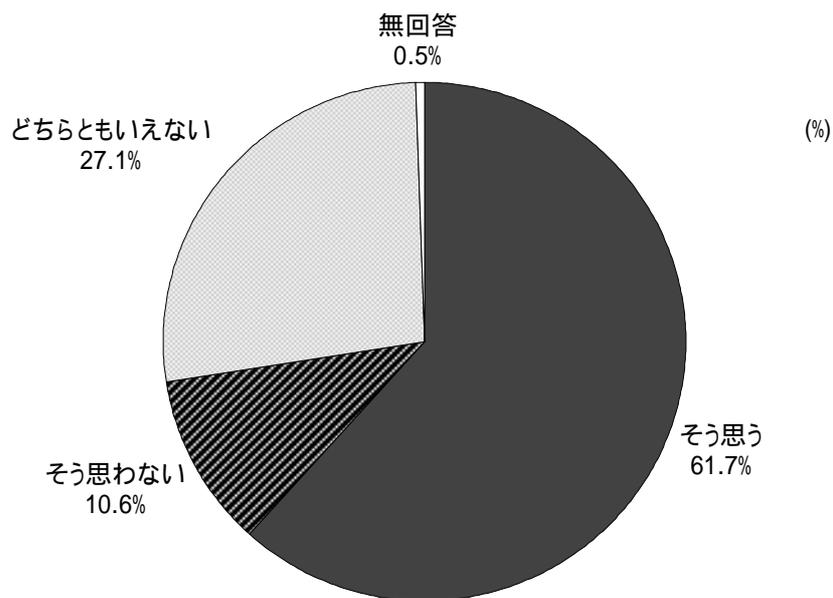


上位 6 項目の性・年齢別では、「家族や友人・知人」がすべての性・年齢で最も多く、若い年齢ほど多い傾向がある。「専門のカウンセラー」は男女ともに40歳代を頂点とした山型の分布となっている。「かかりつけの医師」は男女ともに60歳以上で30%を上回り、女性では年齢が上がるにつれて多くなる傾向がある。

(4) 誰でも精神障害を来たす可能性について

問35 あなたは、激しく変化する現代社会では、誰でも精神に障害を来たす可能性があると思いますか。(1つだけ)

図 31 - 1



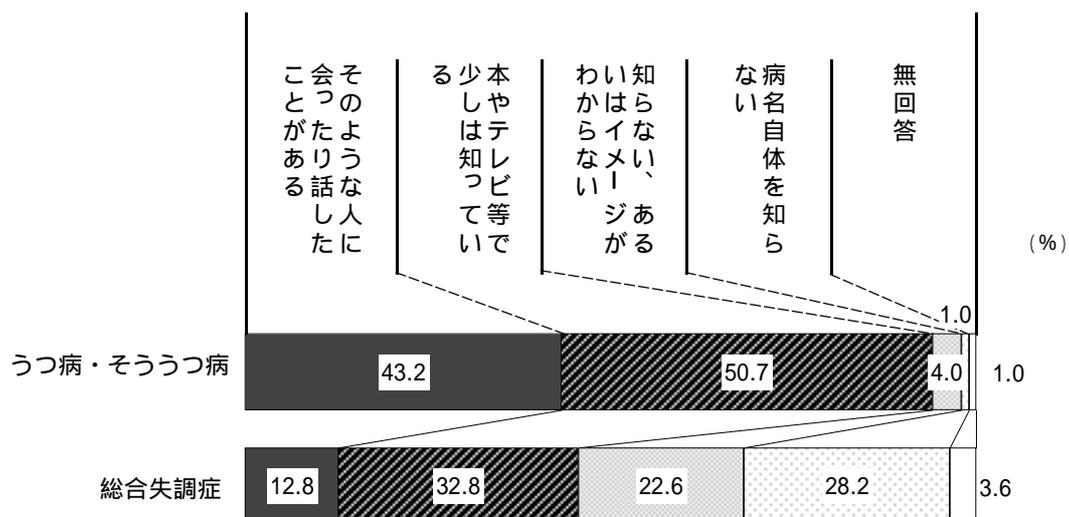
【全体 = 988】

現代社会では誰でも精神障害を来たす可能性についてたずねたところ、「そう思う」が、61.7%、「どちらともいえない」が27.1%、「そう思わない」が10.6%である。

(5) うつ病・そううつ病、総合失調症の方とのかかわりについて

問36 あなたは、次の病気(障害)を持つ人をご存じですか。次のそれぞれの項目について1つだけ選んでください。(各項目ごとにあてはまる番号を1つだけ)

図 32 - 1



【全体 = 988】

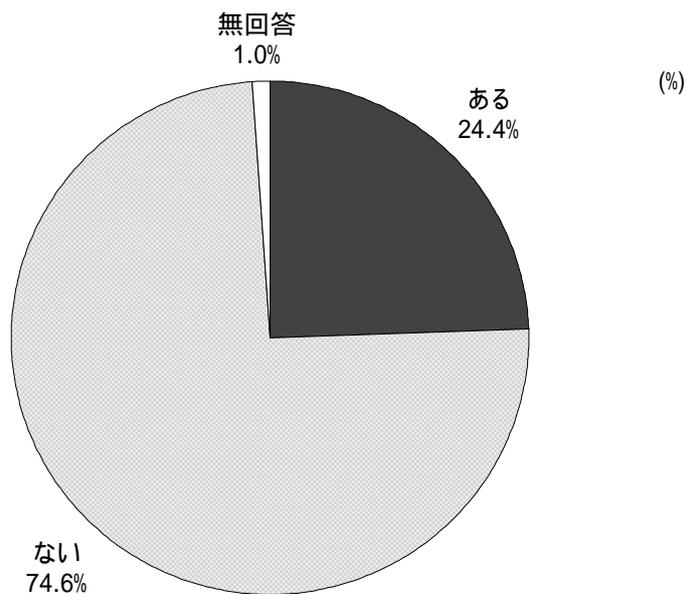
「うつ病・そううつ病」の方とのかかわりについてたずねたところ、「本やテレビ等で少しは知っている」が50.7%、「そのような人に出たり話したことがある」が43.2%でこれらを合わせた周知率は90%を上回っている。

「総合失調症」の方とのかかわりについてたずねたところ、「本やテレビ等で少しは知っている」が32.8%、「そのような人に出たり話したことがある」が12.8%であり、周知率は50%未満である。

(6) 精神障害者からの相談経験

問37 あなたは、精神に障害のある人の相談にのったり、手助けをしたりしたことがありますか。(1つだけ)

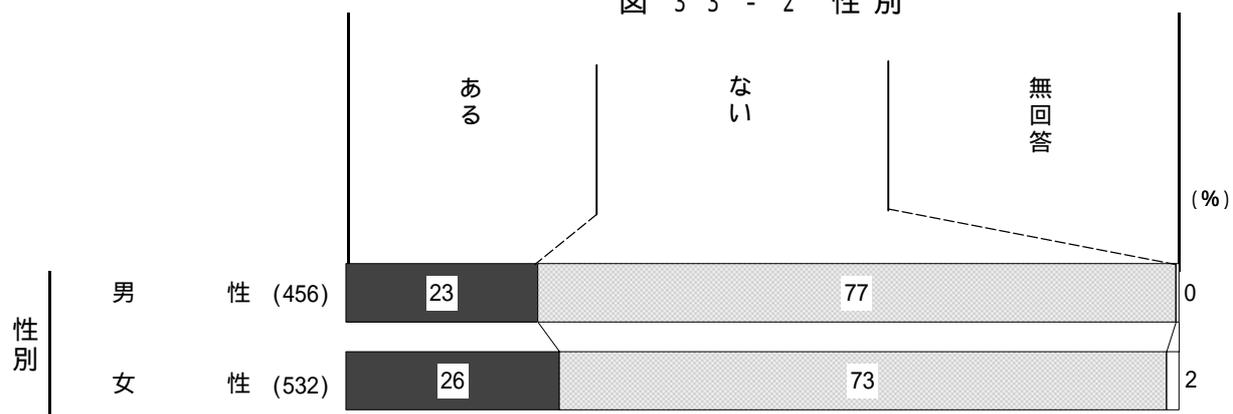
図 33 - 1



【全体 = 988】

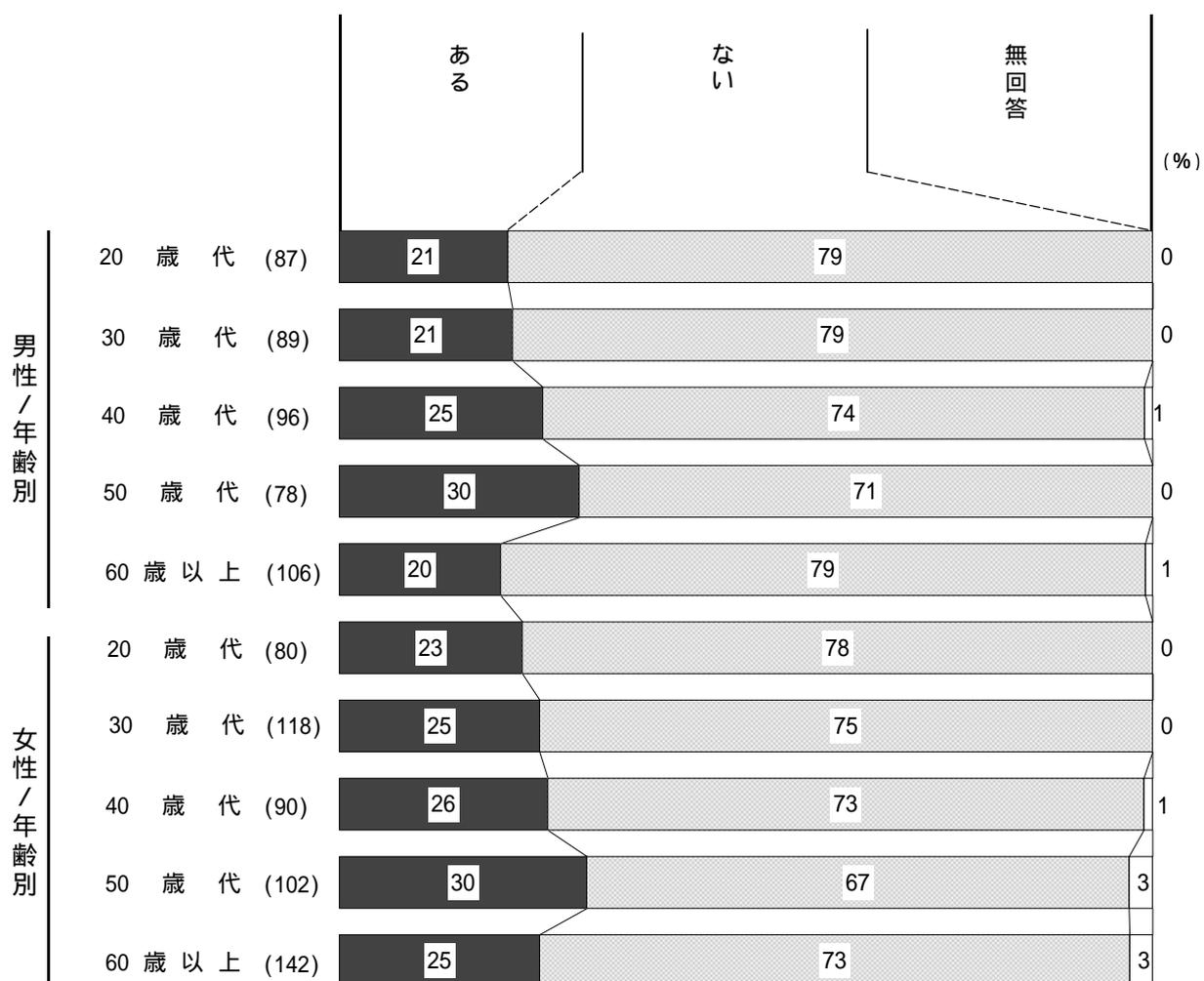
精神障害者からの相談経験は、「ない」が74.6%の多数を占め、相談経験が「ある」は24.4%となっている。

図 3 3 - 2 性別



性別では、女性の方が男性よりも僅かに相談経験が「ある」の割合が多い。

図 3 3 - 3 性・年齢別

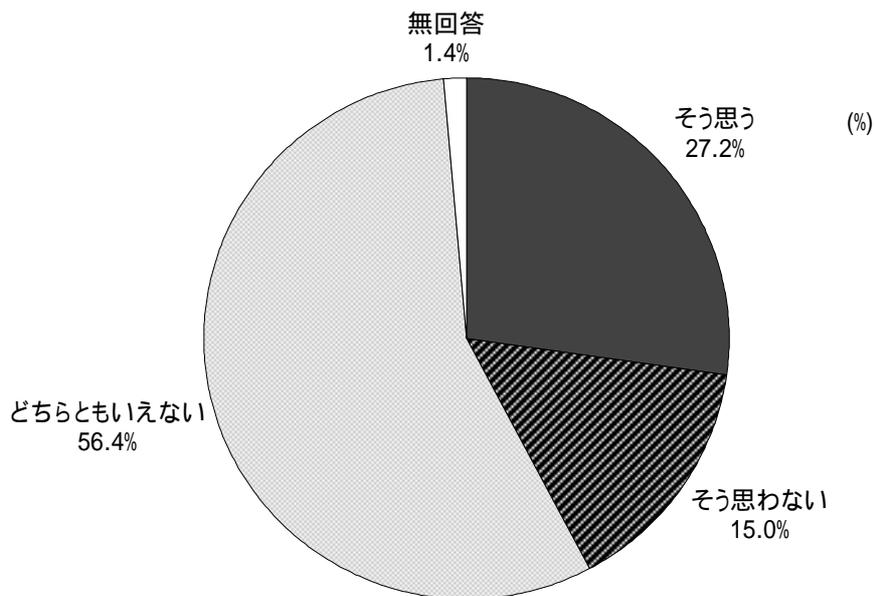


性・年齢別では、男女ともに20歳から50歳代にかけて相談経験が上昇し、男女ともに50歳代では相談経験が30%となっている。

(7) 精神障害者の地域生活の可能性について

問38 あなたは、精神に障害のある人も地域で普通に生活することが可能であると思いますか。(1つだけ)

図 34 - 1



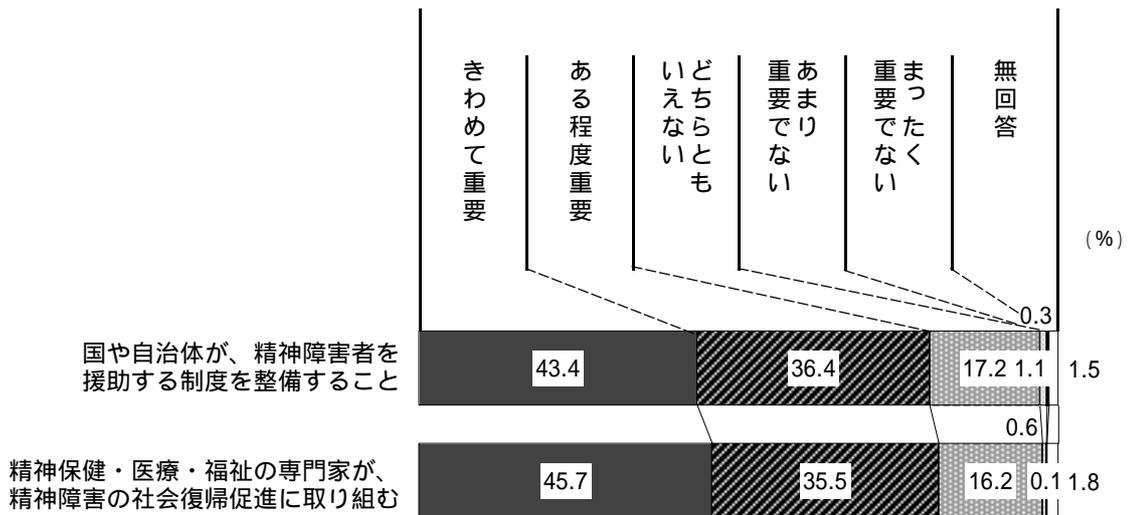
【全体 = 988】

精神障害者の地域生活の可能性についてたずねたところ、「どちらともいえない」が56.4%で最も多く、「そう思う」が27.2%、「そう思わない」が15.0%となっている。

(8) 精神障害者を援助、支援する制度の重要度

問39 あなたは、精神に障害のある人が、充実した地域生活をおくるために、以下の項目の重要度についてどのように思いますか。(各項目ごとにあてはまる番号を1つだけ)

図 35 - 1



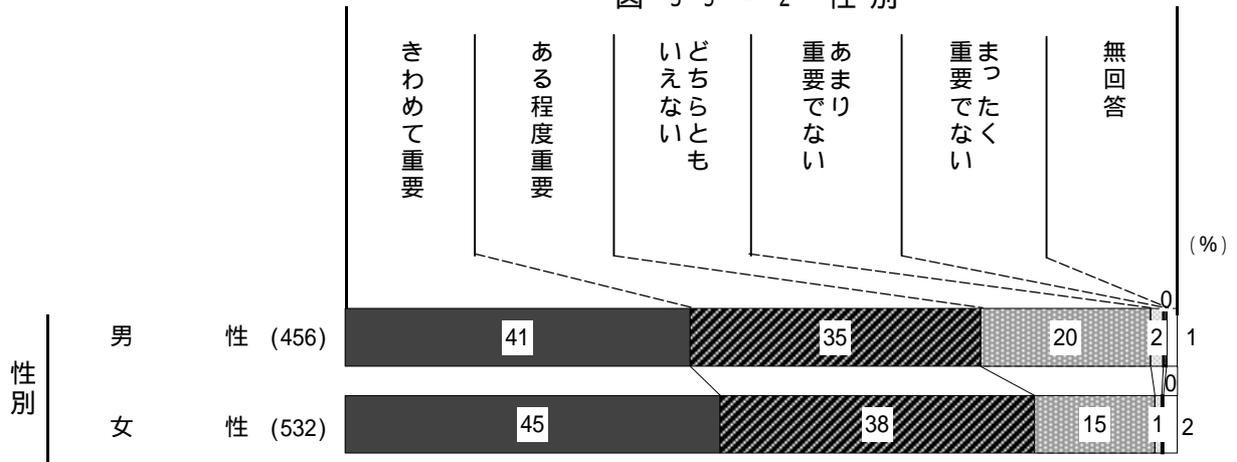
【全体 = 988】

「国や自治体が、精神障害者を援助する制度を整備する」重要性については、「きわめて重要」が43.4%、「ある程度重要」が36.4%で、これらを合わせた重要は79.8%となっている。一方、「まったく重要でない」(0.3%)と「あまり重要でない」(1.1%)を合わせた重要でないは1.4%である。

「精神保健・医療・福祉の専門家が、精神障害の社会復帰促進に取り組む」重要性については、「きわめて重要」が45.7%、「ある程度重要」が35.5%で、これらを合わせた重要は81.2%となっている。一方、「まったく重要でない」(0.6%)と「あまり重要でない」(0.1%)を合わせた重要でないは0.7%である。

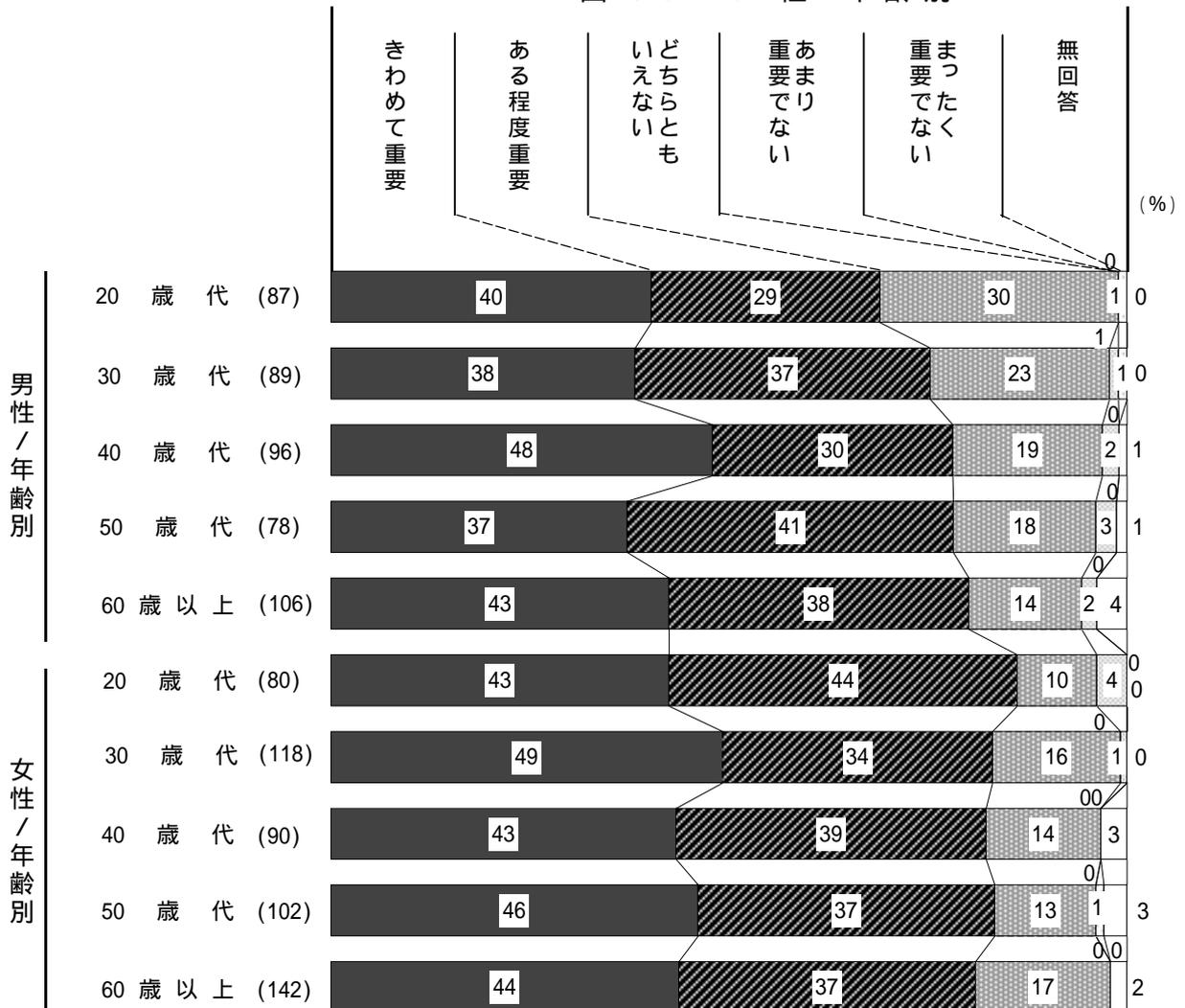
重要度
【国や自治体が、精神障害者を援助する制度を整備すること】

図 3 5 - 2 性別



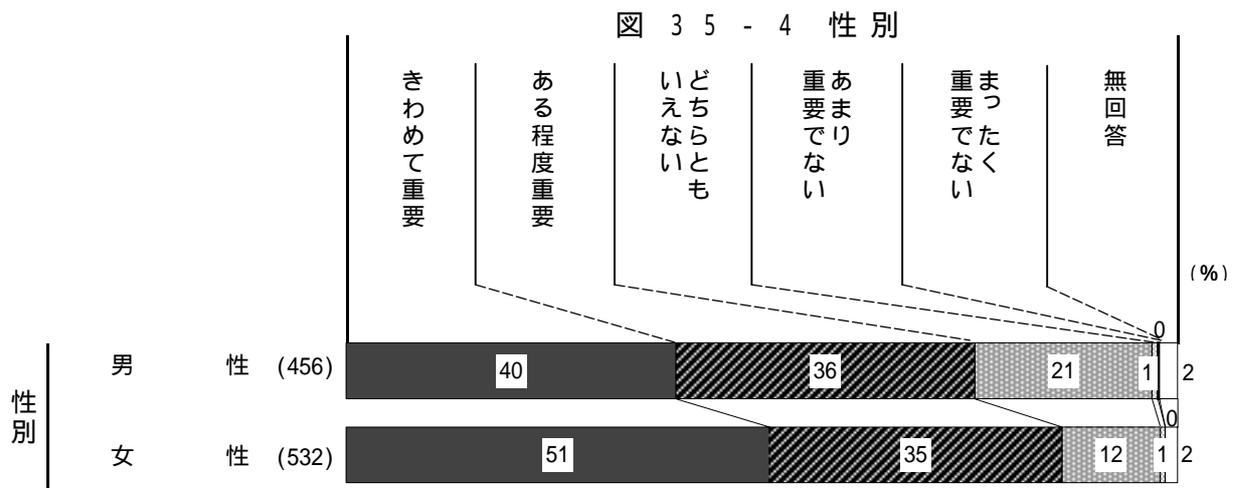
性別では、女性の方が男性より **重要** の割合が上回っている。

図 3 5 - 3 性・年齢別

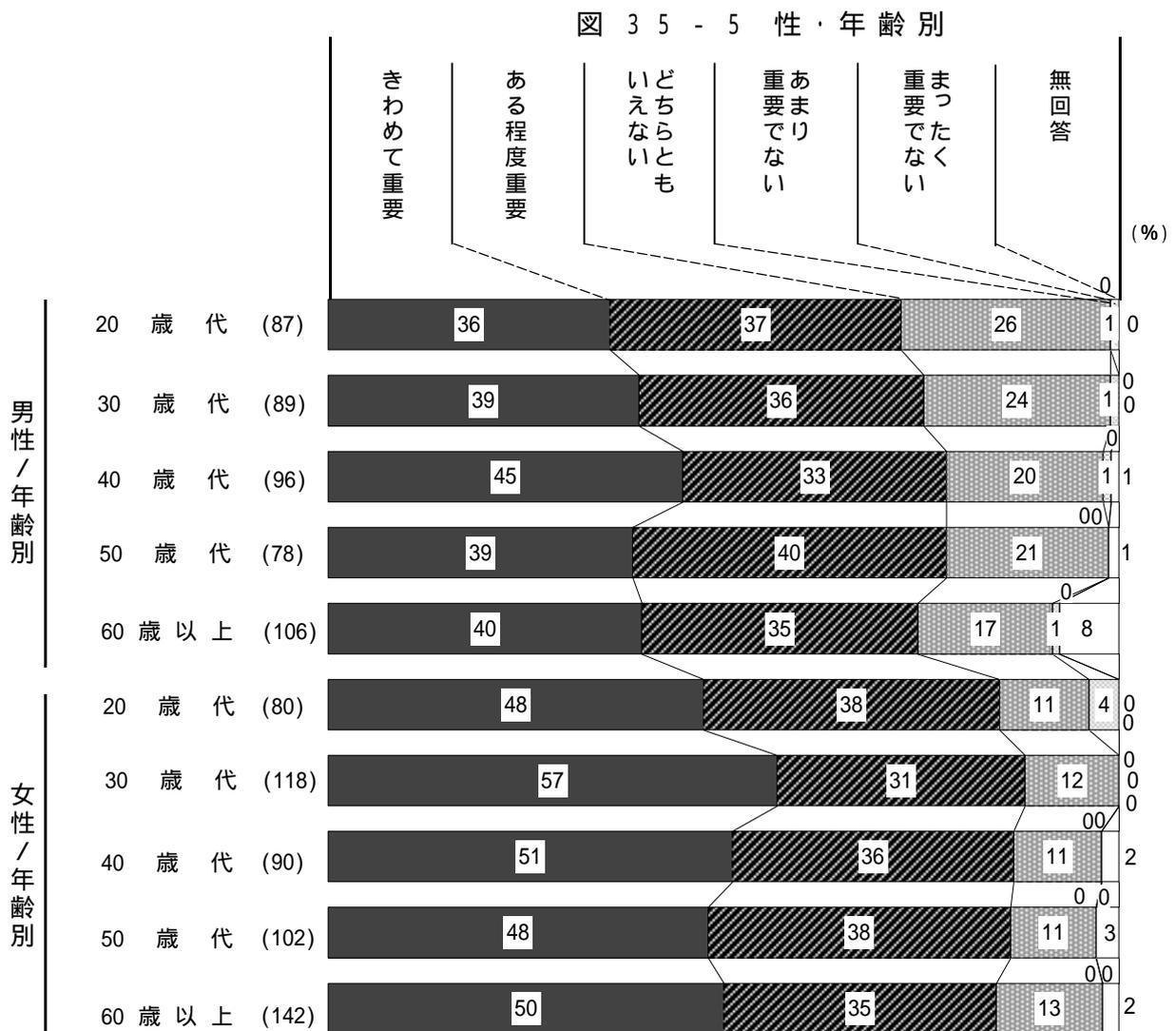


性・年齢別では、女性のすべての年齢と男性60歳以上で **重要** が80%を上回っている。

重要度
【精神保健・医療・福祉の専門家が、精神障害の社会復帰促進に取り組む】



性別では、女性の方が男性より **重要** の割合が上回っている。

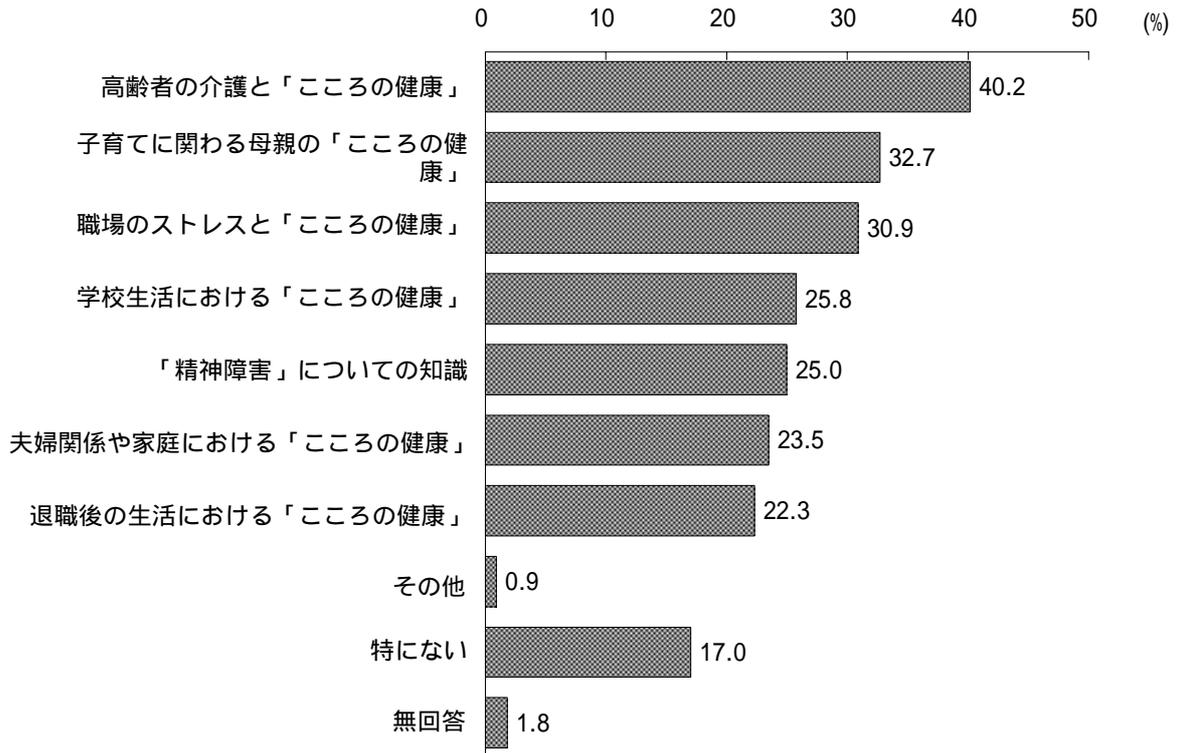


性・年齢別では、女性のすべての年齢で **重要** が85%を上回っている。女性30歳代は「きわめて重要」が50%を上回り、他の性・年齢を比べて多くなっている。

(9) 心と健康に関することでもっと知りたいこと

問40 「心と健康」に関することでもっと知りたいと思うことがありますか。
次の中からいくつでも選んでください。(いくつでも)

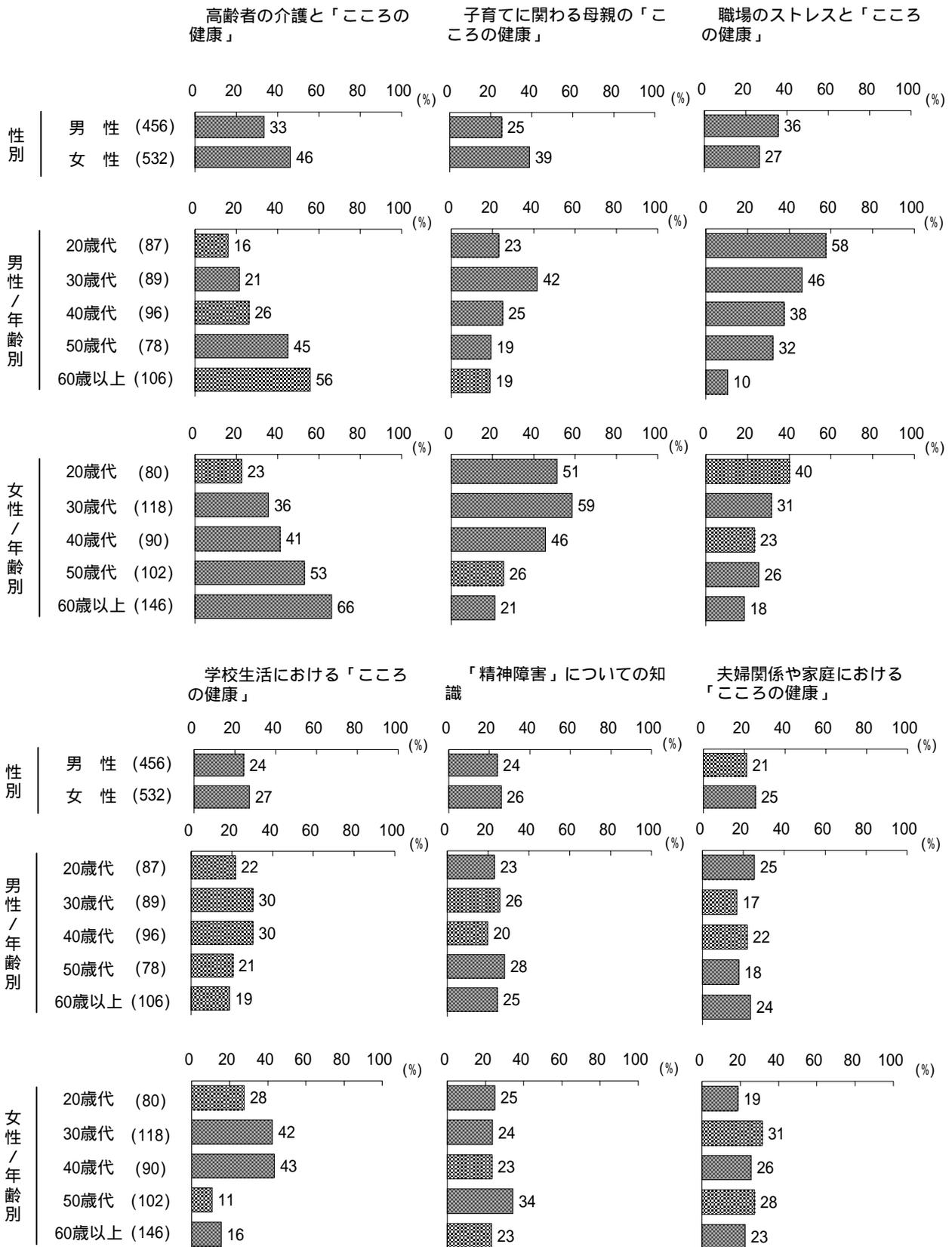
図 36 - 1



【全体 = 988】

心と健康に関することでもっと知りたいことをたずねたところ、「高齢者の介護と心と健康」が40.2%で最も多く、次いで「子育てに関わる母親の心と健康」(32.7%)、「職場のストレスと心と健康」(30.9%)となっている。以下、「学校生活における心と健康」(25.8%)、「精神障害についての知識」(25.0%)、「夫婦関係や家庭における心と健康」(23.5%)、「退職後の生活における心と健康」(22.3%)と僅差が続いている。

図 3 6 - 2 性別 / 性・年齢別 (上位 6 項目)



上位 6 項目の性・年齢別では、「高齢者の介護とこころと健康」は男女ともに年齢が上がるにつれて上昇している。女性 20 歳から 40 歳代では「子育てに関わる母親のこころと健康」が最も多くなっている。男性 20 歳から 40 歳代では「職場のストレスとこころの健康」が最も多く、男女ともに若い年齢ほど多い傾向がある。