



# 資料

# 健康づくり等に関する住民意識調査の結果

◇実施時期：令和5年10月10日～令和5年10月27日

◇調査対象：20歳～79歳の町民（層化無作為抽出法による抽出）745人

◇調査方法：郵送による配布及び回収

◇回収率等：有効回答数 321人

回収率 43.1%（男性 37.9%、女性 48.9%）

年代別にみると、若年層の回収率が低くなっている

## ◇性、年代、地区別の回答数内訳

### 男性

	配布数 (人)	回答数 (人)	回答率 (%)	
20～24歳	31	3	9.7	13.8
25～29歳	27	5	18.5	
30～34歳	30	7	23.3	28.6
35～39歳	33	11	33.3	
40～44歳	34	14	41.2	33.8
45～49歳	40	11	27.5	
50～54歳	33	13	39.4	35.4
55～59歳	32	10	31.3	
60～64歳	37	16	43.2	43.7
65～69歳	34	15	44.1	
70～74歳	39	24	61.5	
75～79歳	23	15	65.2	
不明		5		
計	393	149	37.9	

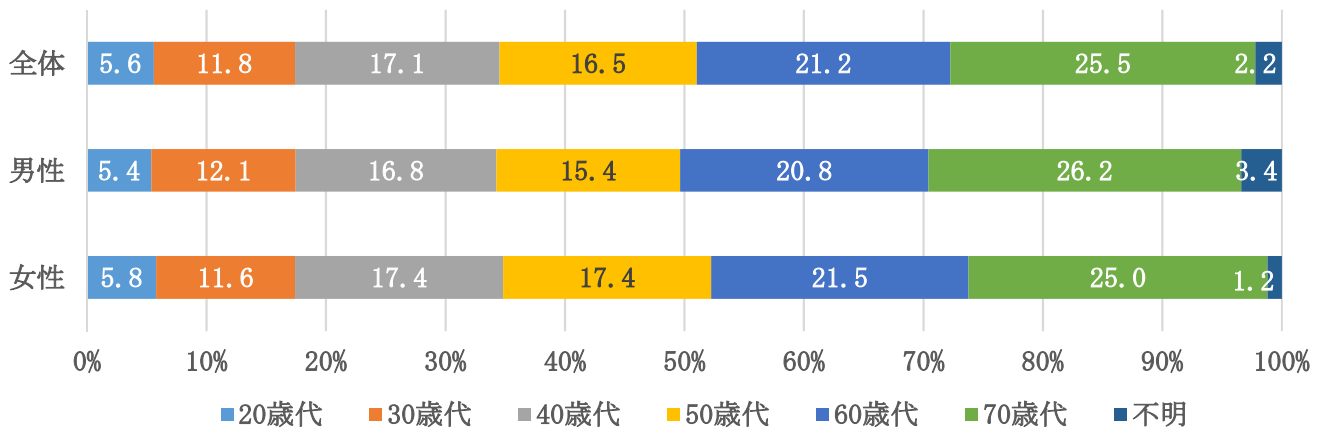
### 女性

	配布数 (人)	回答数 (人)	回答率 (%)	
20～24歳	21	4	19.0	24.4
25～29歳	20	6	30.0	
30～34歳	22	9	40.9	40.0
35～39歳	28	11	39.3	
40～44歳	30	13	43.3	47.6
45～49歳	33	17	51.5	
50～54歳	31	15	48.4	49.2
55～59歳	30	15	50.0	
60～64歳	33	19	57.6	52.1
65～69歳	38	18	47.4	
70～74歳	38	28	73.7	
75～79歳	28	15	53.6	
不明		2		
計	352	172	48.9	

## 1. 回答者の属性

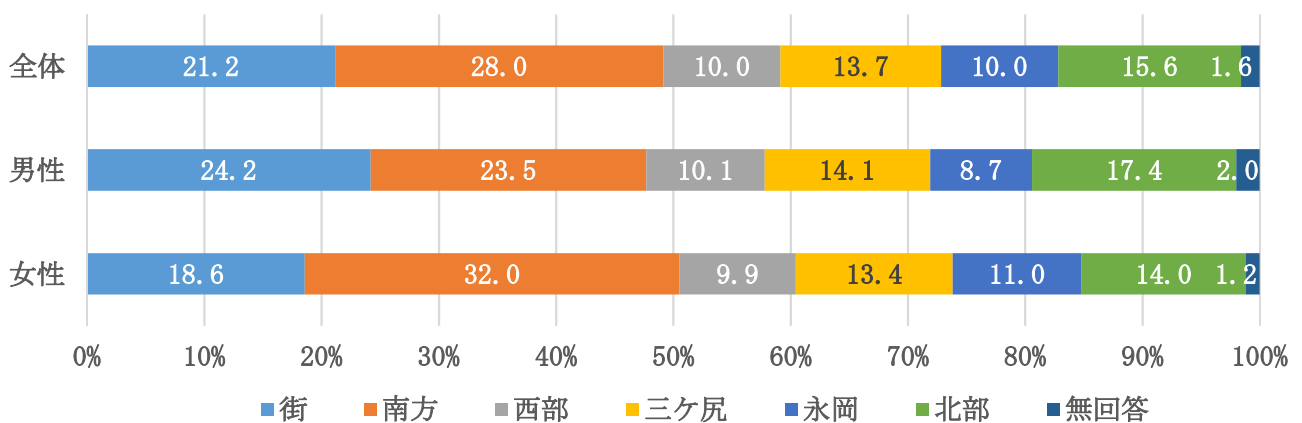
問1 性別と年齢を教えてください。

		20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	不明	合計
男性	人数	8	18	25	23	31	39	5	149
	割合	5.4	12.1	16.8	15.4	20.8	26.2	3.4	100.0
女性	人数	10	20	30	30	37	43	2	172
	割合	5.8	11.6	17.4	17.4	21.5	25.0	1.2	100.0
全体	人数	18	38	55	53	68	82	7	321
	割合	5.6	11.8	17.1	16.5	21.2	25.5	2.2	100.0



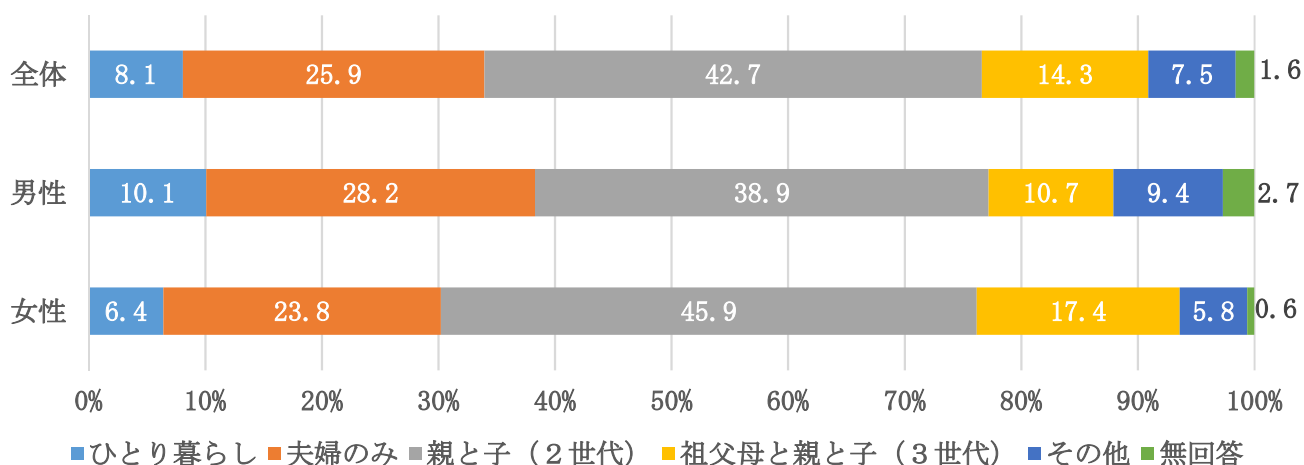
問2 お住まいの地域は、次のどちらですか。

		街	南方	西部	三ヶ尻	永岡	北部	無回答	合計
男性	人数	36	35	15	21	13	26	3	149
	割合	24.2	23.5	10.1	14.1	8.7	17.4	2.0	100.0
女性	人数	32	55	17	23	19	24	2	172
	割合	18.6	32.0	9.9	13.4	11.0	14.0	1.2	100.0
全体	人数	68	90	32	44	32	50	5	321
	割合	21.2	28.0	10.0	13.7	10.0	15.6	1.6	100.0



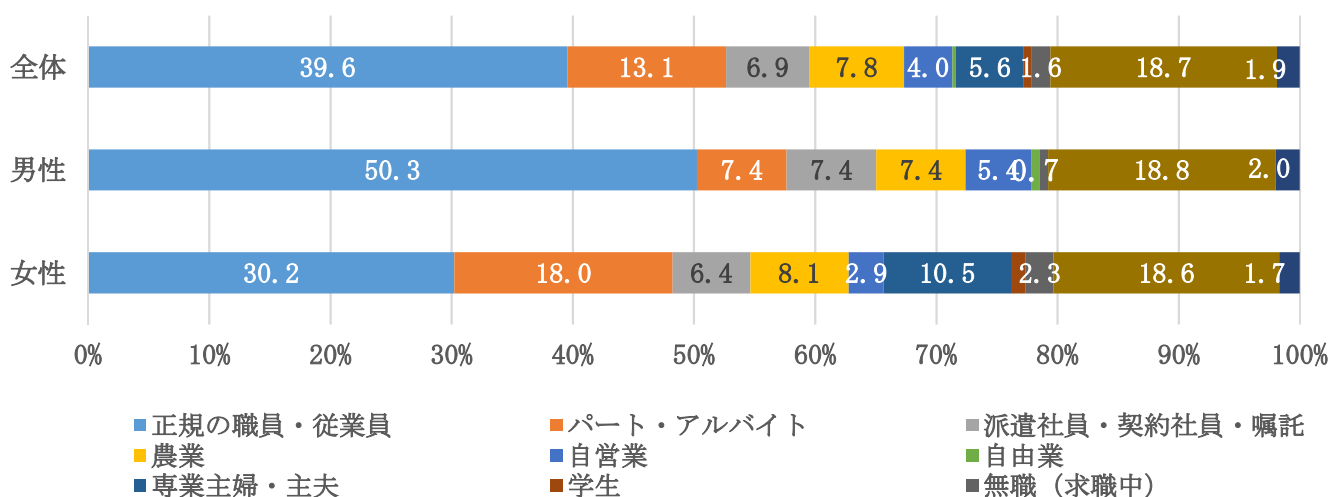
問3 家の世帯構成をお選びください。

		ひとり暮らし	夫婦のみ	親と子 (2世代)	祖父母と親 と子(3世代)	その他	無回答	合計
男性	人数	15	42	58	16	14	4	149
	割合	10.1	28.2	38.9	10.7	9.4	2.7	100.0
女性	人数	11	41	79	30	10	1	172
	割合	6.4	23.8	45.9	17.4	5.8	0.6	100.0
全体	人数	26	83	137	46	24	5	321
	割合	8.1	25.9	42.7	14.3	7.5	1.6	100.0



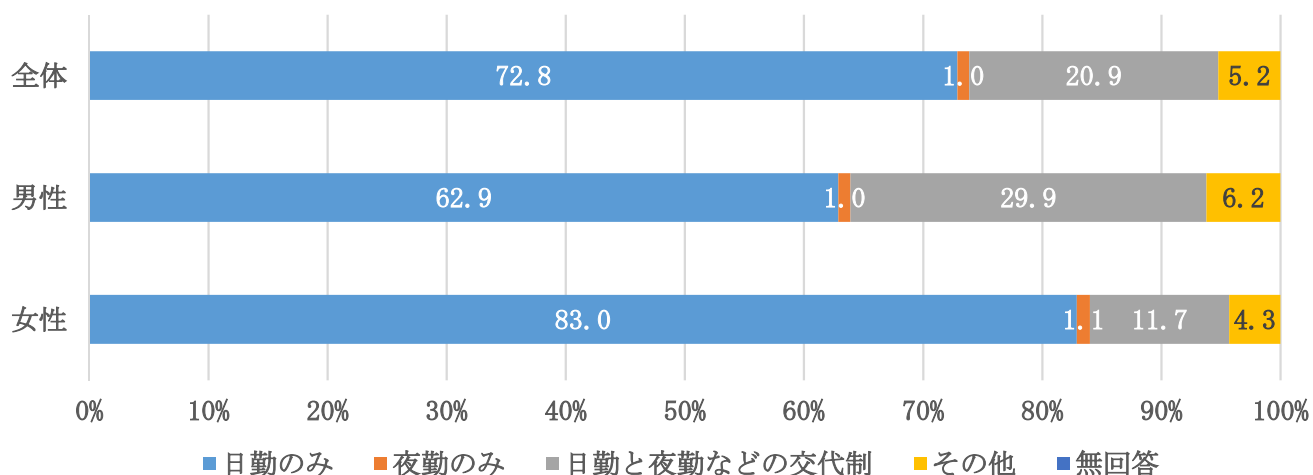
問4 ご職業について。

		正規の職員・従業員	パート・アルバイト	派遣社員・契約社員・嘱託	農業	自営業	自由業	専業主婦・主夫	学生	無職(求職中)	無職(求職中以外)	その他	無回答	合計
男性	人数	75	11	11	11	8	1	0	0	1	28	3	0	149
	割合	50.3	7.4	7.4	7.4	5.4	0.7	0.0	0.0	0.7	18.8	2.0	0.0	100.0
女性	人数	52	31	11	14	5	0	18	2	4	32	3	0	172
	割合	30.2	18.0	6.4	8.1	2.9	0.0	10.5	1.2	2.3	18.6	1.7	0.0	99.9
全体	人数	127	42	22	25	13	1	18	2	5	60	6	0	321
	割合	39.6	13.1	6.9	7.8	4.0	0.3	5.6	0.6	1.6	18.7	1.9	0.0	100.0



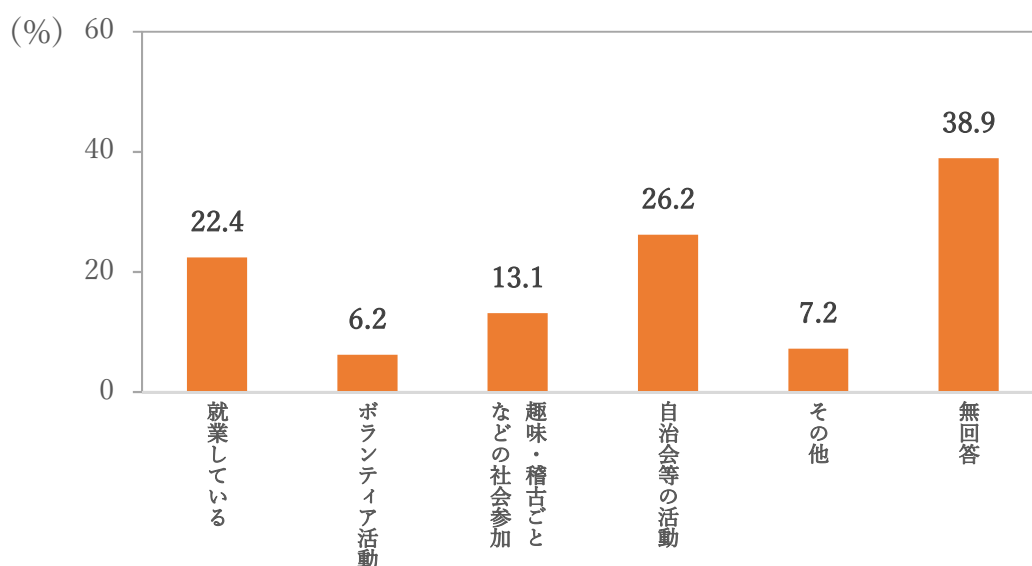
問5 勤務形態について。

		日勤のみ	夜勤のみ	日勤と夜勤などの交代制	その他	無回答	合計
男性	人数	61	1	29	6	0	97
	割合	62.9	1.0	29.9	6.2	0.0	100.0
女性	人数	78	1	11	4	0	94
	割合	83.0	1.1	11.7	4.3	0.0	100.0
全体	人数	139	2	40	10	0	191
	割合	72.8	1.0	20.9	5.2	0.0	100.0



問6 就労または何らかの地域活動（ボランティア活動、趣味、稽古ごとなどの社会参加・社会貢献活動）をしていますか。（複数回答）

		就業している	ボランティア活動	趣味・稽古ごとなどの社会参加	自治会等の活動	その他	無回答	合計
全体	回答数	72	20	42	84	23	125	366
	321人 割合	22.4	6.2	13.1	26.2	7.2	38.9	114.0



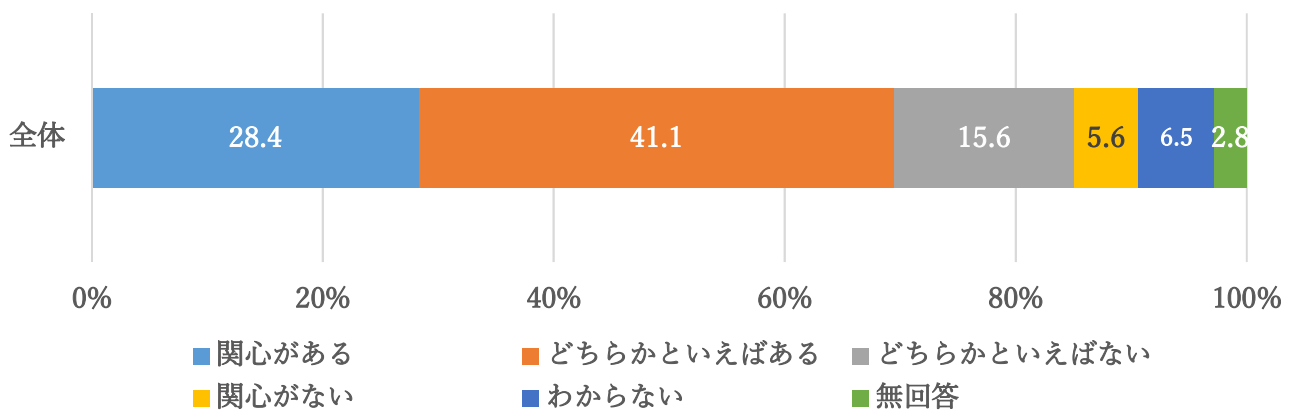
その他（内容）

20代	野球
30代	ナシ
40代	会社での行事にできるだけ参加する
	していない
	会社のボランティア
	消防団
50代	消防団員、多面的保全会
	何もしていない
60代	商工会女性部
	実家の手伝い
	スクールガードボランティア
	独学で勉強しています（語学、その他）
70代	ウォーキング
	自由に生活している
	保健センターでしている体操
	団体の事務局（ゆいこハウス他）
	法人、団体の非常勤役員
	家事、畑仕事
	自治会の会合
	女性百人会、赤十字奉仕団
	カラオケ
	特に無し

2. 食育への関心について

問7 食育に関心はありますか。

		関心がある	どちらかといえ ばある	どちらかといえ ばない	関心がない	わからない	無回答	合計
全体	人数	91	132	50	18	21	9	321
	割合	28.4	41.1	15.6	5.6	6.5	2.8	100.0



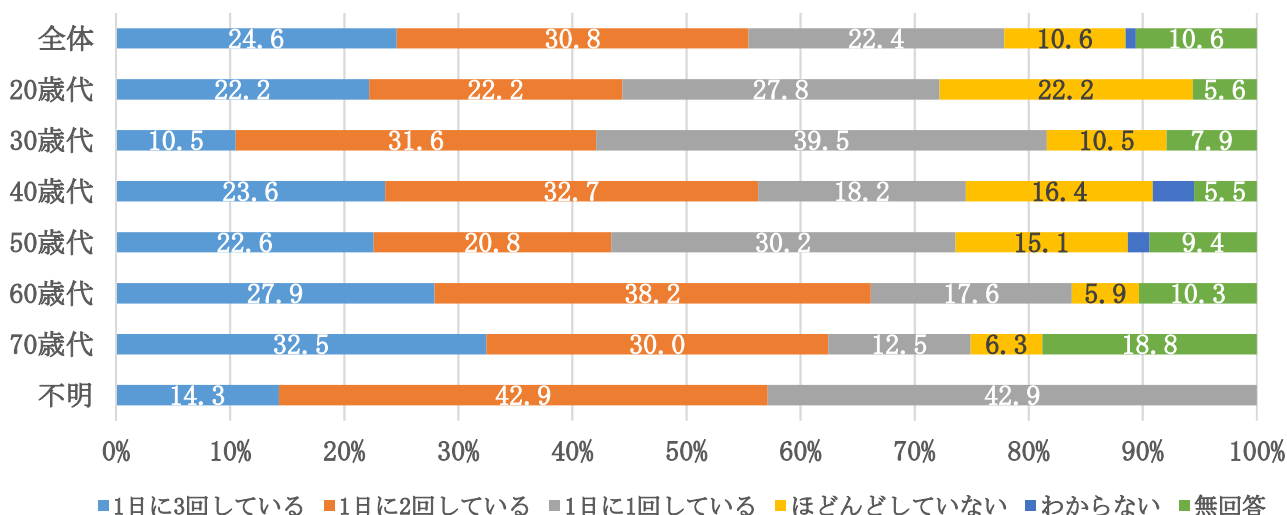
問8 食育に関心がある理由は何ですか。(複数回答)

理 由	全体	321人
	回答数(人)	割合(%)
食生活の乱れ(栄養バランスの乱れ、不規則な食事等)が問題になっているから	123	38.3
子どもの心身の健全な発達及び人間性の形成に必要なだから	110	34.3
生活習慣病(がん、糖尿病等)の増加が問題になっているから	137	42.7
肥満ややせすぎが問題になっているから	60	18.7
自然の恩恵や食に対する感謝の念が薄れているから	45	14.0
大量の食べ残しなど食品廃棄物が問題だから	78	24.3
食料を海外からの輸入に依存しすぎることが問題だから	41	12.8
食品の安全確保が重要だから	68	21.2
有機農業など自然環境と調和した食料生産が重要だから	30	9.3
食にまつわる地域の文化や伝統を守ることが重要だから	37	11.5
消費者と生産者の間の交流や信頼が足りないと思うから	13	4.0
地域農産物のPRや農業の活性化につながると思うから	42	13.1
その他、不明等	2	0.6
合計	786	244.8

3. 食生活の状況について

問9 主食・主菜・副菜をそろえた食事をしていますか。

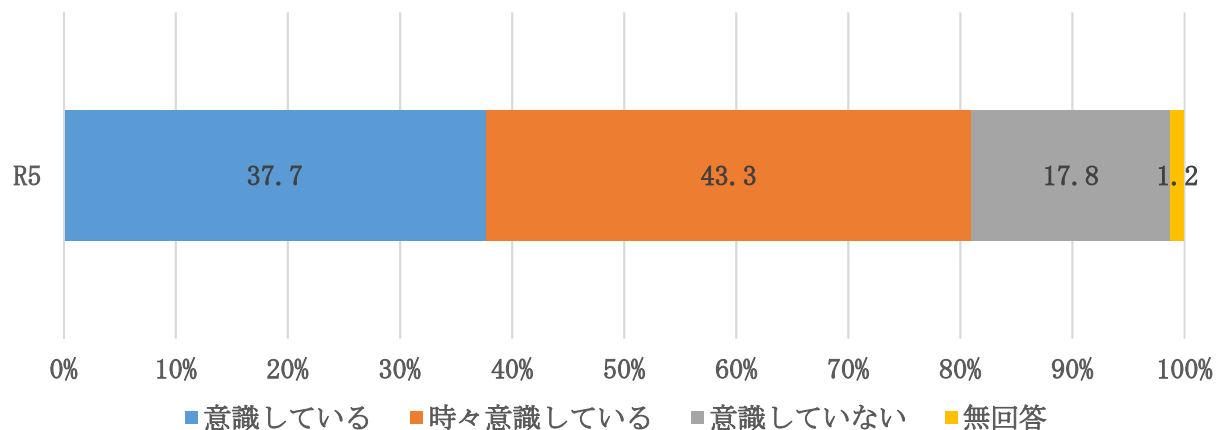
		1日に3回 している	1日に2回 している	1日に1回 している	ほとんどし ていない	わからない	無回答	合計
20歳代	人数	4	4	5	4	0	1	18
	割合	22.2	22.2	27.8	22.2	0.0	5.6	100.0
30歳代	人数	4	12	15	4	0	3	38
	割合	10.5	31.6	39.5	10.5	0.0	7.9	100.0
40歳代	人数	13	18	10	9	2	3	55
	割合	23.6	32.7	18.2	16.4	3.6	5.5	100.0
50歳代	人数	12	11	16	8	1	5	53
	割合	22.6	20.8	30.2	15.1	1.9	9.4	100.0
60歳代	人数	19	26	12	4	0	7	68
	割合	27.9	38.2	17.6	5.9	0.0	10.3	100.0
70歳代	人数	26	25	11	5	0	15	82
	割合	31.7	30.5	13.4	6.1	0.0	18.3	100.0
不明	人数	1	3	3	0	0	0	7
	割合	14.3	42.9	42.9	0.0	0.0	0.0	100.0
全体	人数	79	99	72	34	3	34	321
	割合	24.6	30.8	22.4	10.6	0.9	10.6	100.0





問 10 食材を購入する際、地場産や国産を意識していますか。

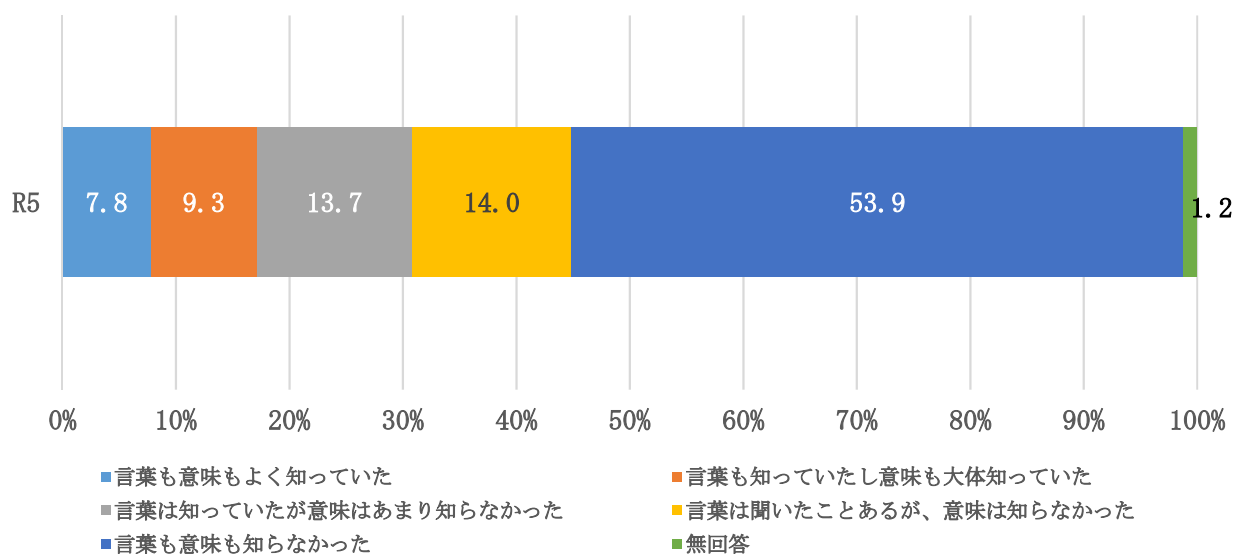
		意識している	時々意識している	意識していない	無回答	合計
全体	人数	121	139	57	4	321
	割合	37.7	43.3	17.8	1.2	100.0



#### 4. 身体活動の状況について

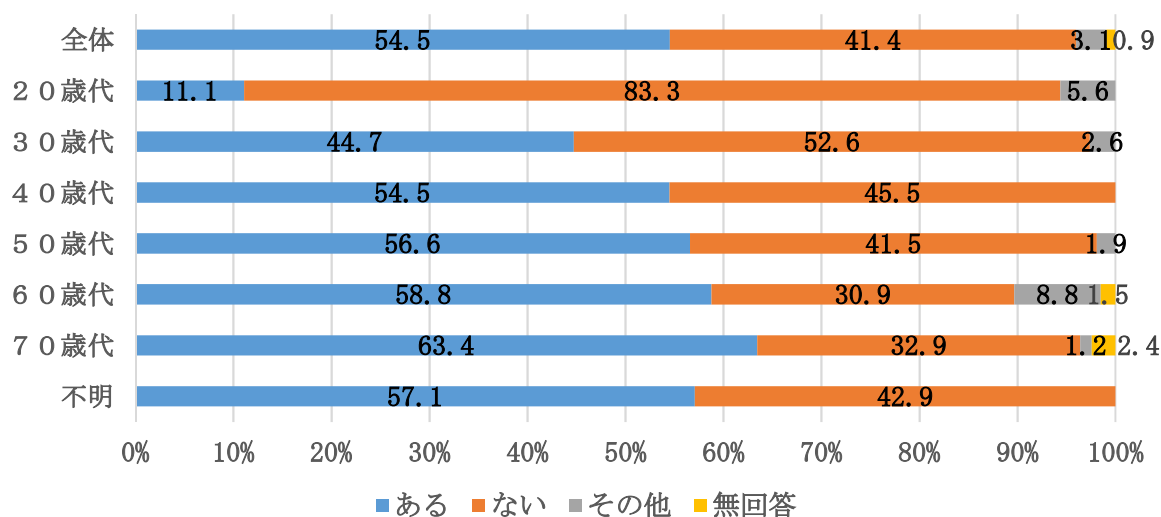
問 11 ロコモティブシンドローム（運動器症候群）を知っていますか。

		言葉も意味もよく知っていた	言葉も知っていたし意味も大体知っていた	言葉は知っていたが意味はあまり知らなかった	言葉は聞いたことあるが、意味は知らなかった	言葉も意味も知らなかった	無回答	合計
全体	人数	25	30	44	45	173	4	321
	割合	7.8	9.3	13.7	14.0	53.9	1.2	100.0



問 12 足腰に痛みがありますか。

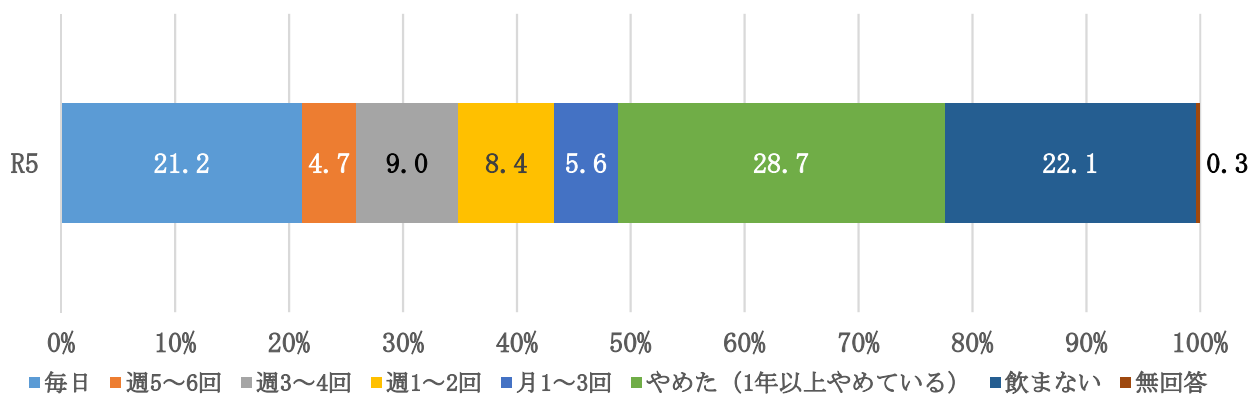
		ある	ない	その他	無回答	合計
20歳代	人数	2	15	1	0	18
	割合	11.1	83.3	5.6	0.0	100.0
30歳代	人数	17	20	1	0	38
	割合	44.7	52.6	2.6	0.0	100.0
40歳代	人数	30	25	0	0	55
	割合	54.5	45.5	0.0	0.0	100.0
50歳代	人数	30	22	1	0	53
	割合	56.6	41.5	1.9	0.0	100.0
60歳代	人数	40	21	6	1	68
	割合	58.8	30.9	8.8	1.5	100.0
70歳代	人数	52	27	1	2	82
	割合	63.4	32.9	1.2	2.4	100.0
不明	人数	4	3	0	0	7
	割合	57.1	42.9	0.0	0.0	100.0
全体	人数	175	133	10	3	321
	割合	54.5	41.4	3.1	0.9	100.0



5. 飲酒頻度について

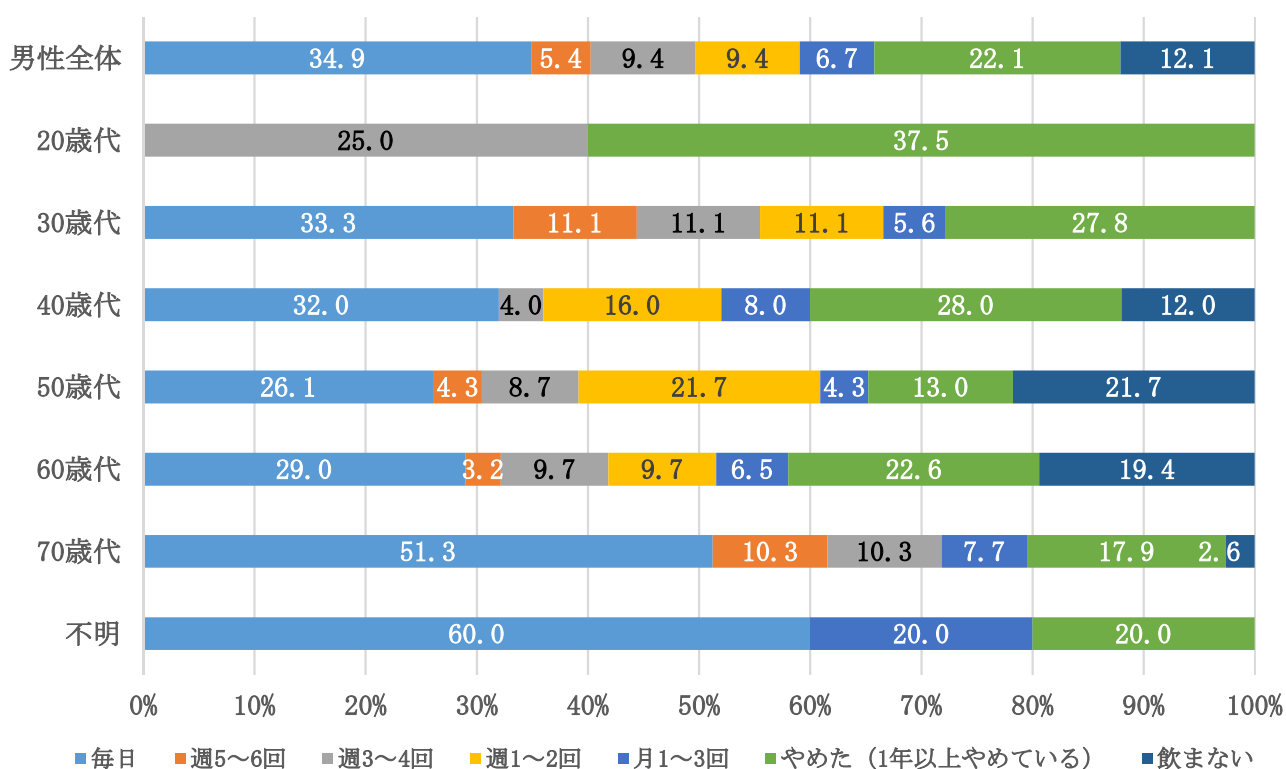
問 13 お酒を飲む頻度はどれくらいですか。

		毎日	週5~6回	週3~4回	週1~2回	月1~3回	やめた (1年以上やめている)	飲まない	無回答	合計
全体	人数	68	15	29	27	18	92	71	1	321
	割合	21.2	4.7	9.0	8.4	5.6	28.7	22.1	0.3	100.0



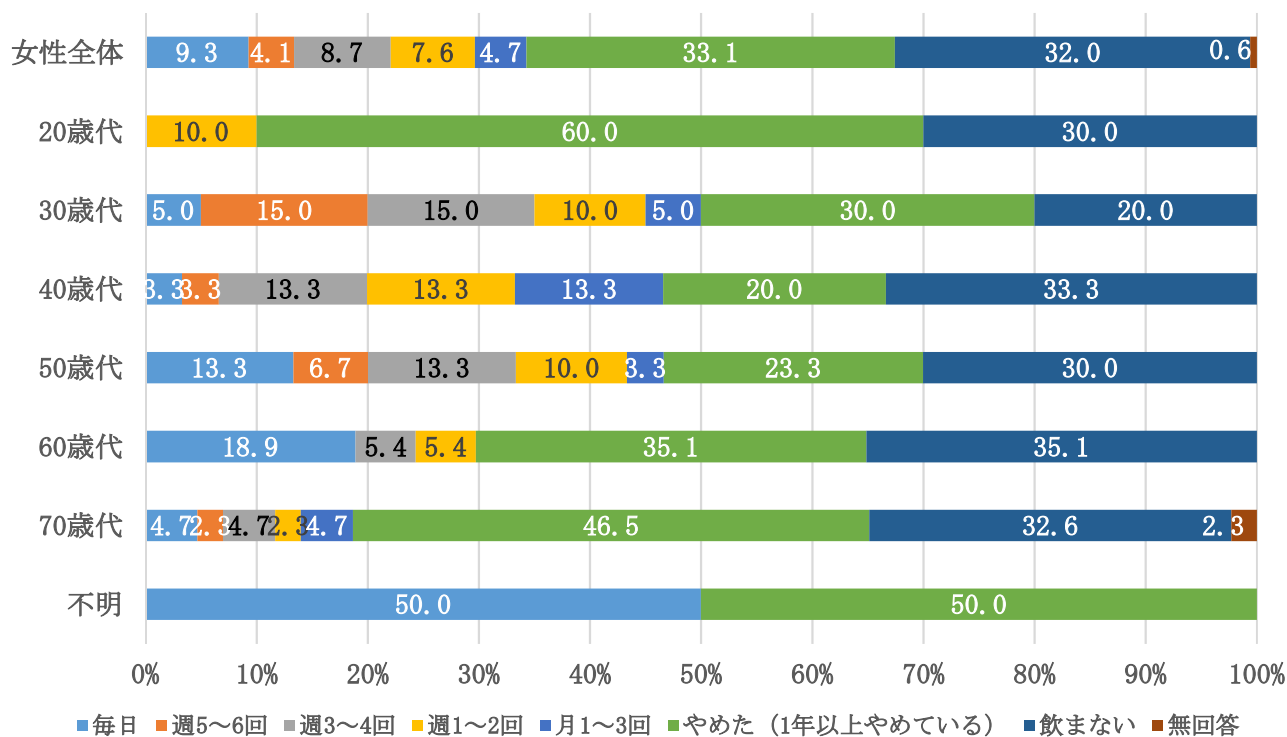
問 13 (男性)

		毎日	週5~6回	週3~4回	週1~2回	月1~3回	やめた (1年以上やめている)	飲まない	無回答	合計
20歳代	人数	0	0	2	0	0	3	0	3	8
	割合	0.0	0.0	25.0	0.0	0.0	37.5	0.0	37.5	100.0
30歳代	人数	6	2	2	2	1	5	0	0	18
	割合	33.3	11.1	11.1	11.1	5.6	27.8	0.0	0.0	100.0
40歳代	人数	8	0	1	4	2	7	3	0	25
	割合	32.0	0.0	4.0	16.0	8.0	28.0	12.0	0.0	100.0
50歳代	人数	6	1	2	5	1	3	5	0	23
	割合	26.1	4.3	8.7	21.7	4.3	13.0	21.7	0.0	100.0
60歳代	人数	9	1	3	3	2	7	6	0	31
	割合	29.0	3.2	9.7	9.7	6.5	22.6	19.4	0.0	100.0
70歳代	人数	20	4	4	0	3	7	1	0	39
	割合	51.3	10.3	10.3	0.0	7.7	17.9	2.6	0.0	100.0
不明	人数	3	0	0	0	1	1	0	0	5
	割合	60.0	0.0	0.0	0.0	20.0	20.0	0.0	0.0	100.0
男性全体	人数	52	8	14	14	10	0	0	3	101
	割合	51.5	7.9	13.9	13.9	9.9	0.0	0.0	3.0	100.0



問 13 (女性)

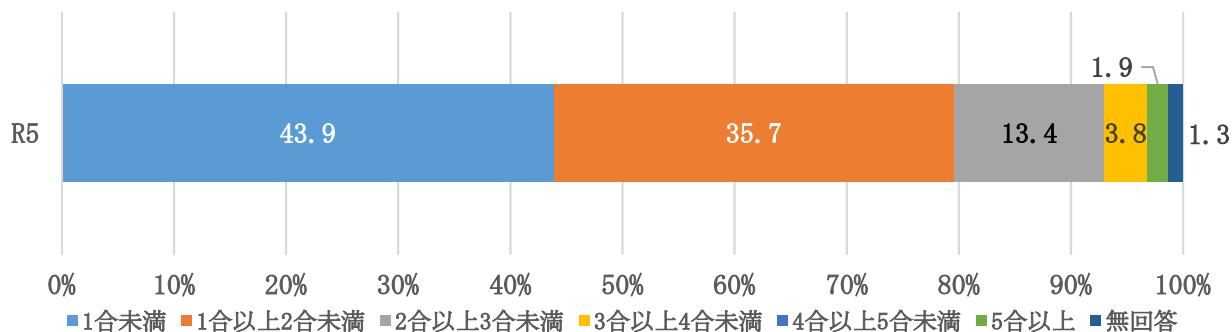
		毎日	週 5~6 回	週 3~4 回	週 1~2 回	月 1~3 回	やめた (1年以上や めている)	飲まない	無回答	合計
20歳代	人数	0	0	0	1	0	6	3	0	10
	割合	0.0	0.0	0.0	10.0	0.0	60.0	30.0	0.0	100.0
30歳代	人数	1	3	3	2	1	6	4	0	20
	割合	5.0	15.0	15.0	10.0	5.0	30.0	20.0	0.0	100.0
40歳代	人数	1	1	4	4	4	6	10	0	30
	割合	3.3	3.3	13.3	13.3	13.3	20.0	33.3	0.0	100.0
50歳代	人数	4	2	4	3	1	7	9	0	30
	割合	13.3	6.7	13.3	10.0	3.3	23.3	30.0	0.0	100.0
60歳代	人数	7	0	2	2	0	13	13	0	37
	割合	18.9	0.0	5.4	5.4	0.0	35.1	35.1	0.0	100.0
70歳代	人数	2	1	2	1	2	20	14	1	43
	割合	4.7	2.3	4.7	2.3	4.7	46.5	32.6	2.3	100.0
不明	人数	1	0	0	0	0	1	0	0	2
	割合	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	50.0	0.0	0.0	100.0
女性全体	人数	16	7	15	13	8	59	53	1	172
	割合	9.3	4.1	8.7	7.6	4.7	34.3	30.8	0.6	100.0



## 6. 飲酒量について

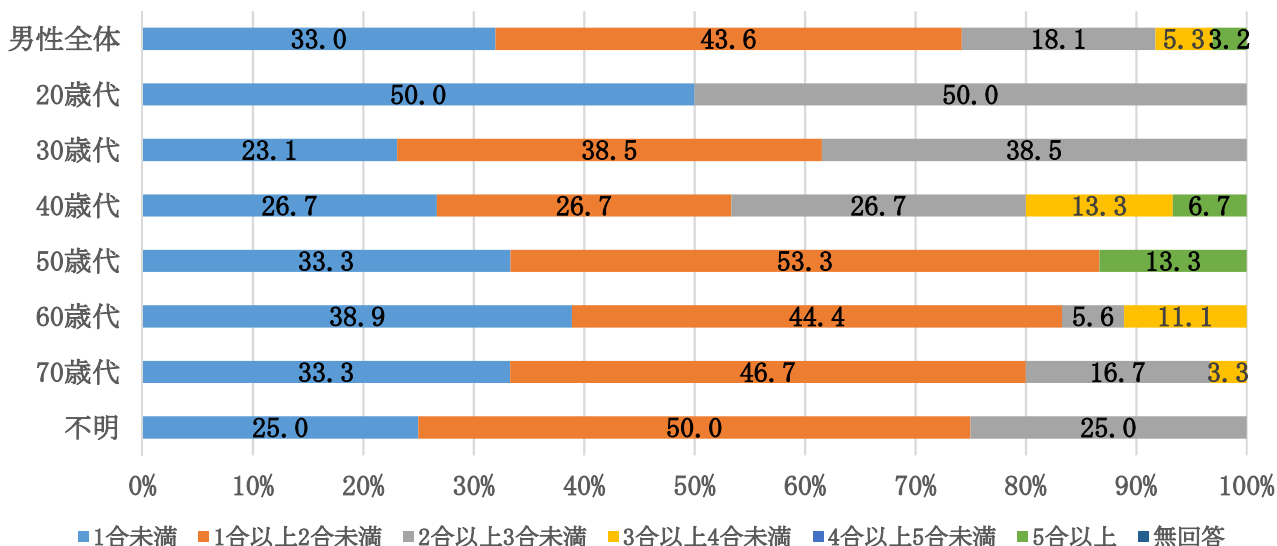
問 14 お酒を飲む日は1日当たりどれくらいの量を飲みますか。清酒に換算しお答えください。

		1合未満	1合以上2合未満	2合以上3合未満	3合以上4合未満	4合以上5合未満	5合以上	無回答	合計
全体	人数	69	56	21	6	0	3	2	157
	割合	43.9	35.7	13.4	3.8	0.0	1.9	1.3	100.0



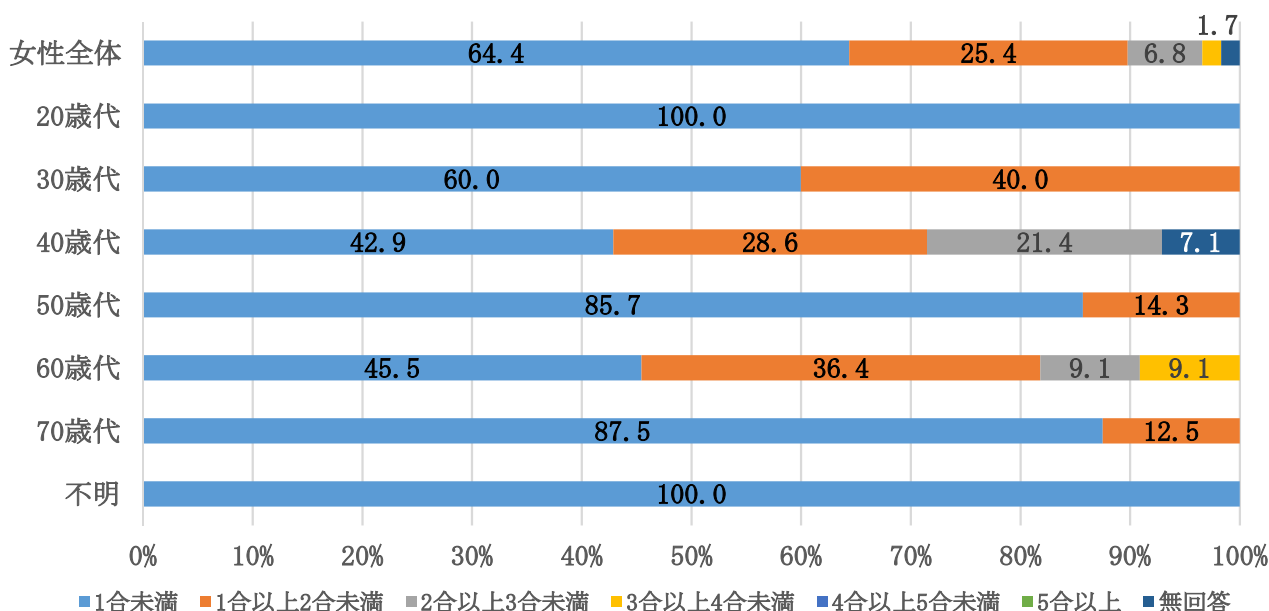
問 14 (男性)

		1合未満	1合以上2合未満	2合以上3合未満	3合以上4合未満	4合以上5合未満	5合以上	無回答	合計
20歳代	人数	1	0	1	0	0	0	0	2
	割合	50.0	0.0	50.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
30歳代	人数	3	5	5	0	0	0	0	13
	割合	23.1	38.5	38.5	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
40歳代	人数	4	4	4	2	0	1	0	15
	割合	26.7	26.7	26.7	13.3	0.0	6.7	0.0	100.0
50歳代	人数	5	8	0	0	0	2	0	15
	割合	33.3	53.3	0.0	0.0	0.0	13.3	0.0	100.0
60歳代	人数	7	8	1	2	0	0	0	18
	割合	38.9	44.4	5.6	11.1	0.0	0.0	0.0	100.0
70歳代	人数	10	14	5	1	0	0	0	30
	割合	33.3	46.7	16.7	3.3	0.0	0.0	0.0	100.0
不明	人数	1	2	1	0	0	0	0	4
	割合	25.0	50.0	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
男性全体	人数	31	41	17	5	0	3	0	94
	割合	33.0	43.6	18.1	5.3	0.0	3.2	0.0	100.0



問 14 (女性)

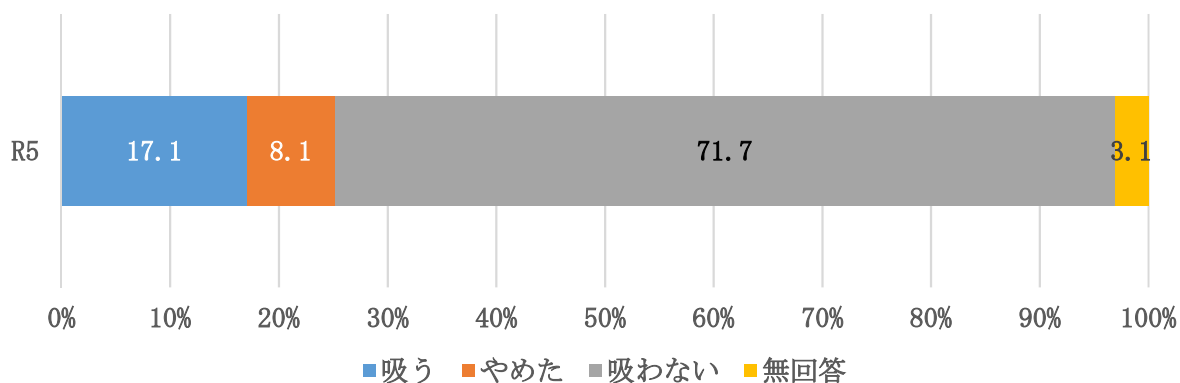
		1合未満	1合以上2合未満	2合以上3合未満	3合以上4合未満	4合以上5合未満	5合以上	無回答	合計
20歳代	人数	1	0	0	0	0	0	0	1
	割合	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
30歳代	人数	6	4	0	0	0	0	0	10
	割合	60.0	40.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
40歳代	人数	6	4	3	0	0	0	1	14
	割合	42.9	28.6	21.4	0.0	0.0	0.0	7.1	100.0
50歳代	人数	12	2	0	0	0	0	0	14
	割合	85.7	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
60歳代	人数	5	4	1	1	0	0	0	11
	割合	45.5	36.4	9.1	9.1	0.0	0.0	0.0	100.0
70歳代	人数	7	1	0	0	0	0	0	8
	割合	87.5	12.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
不明	人数	1	0	0	0	0	0	0	1
	割合	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0
女性全体	人数	38	15	4	1	0	0	1	59
	割合	64.4	25.4	6.8	1.7	0.0	0.0	1.7	100.0



7. 喫煙の状況について

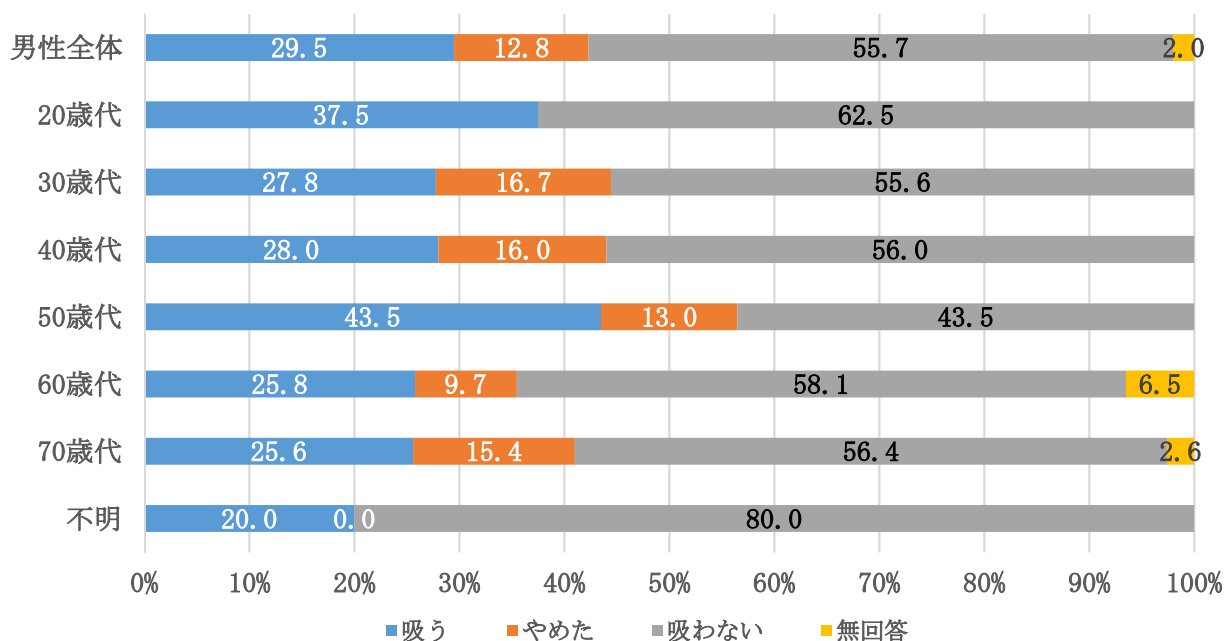
問 15 タバコは吸いますか。

		吸う	やめた	吸わない	無回答	全体
全体	人数	55	26	230	10	321
	割合	17.1	8.1	71.7	3.1	100.0



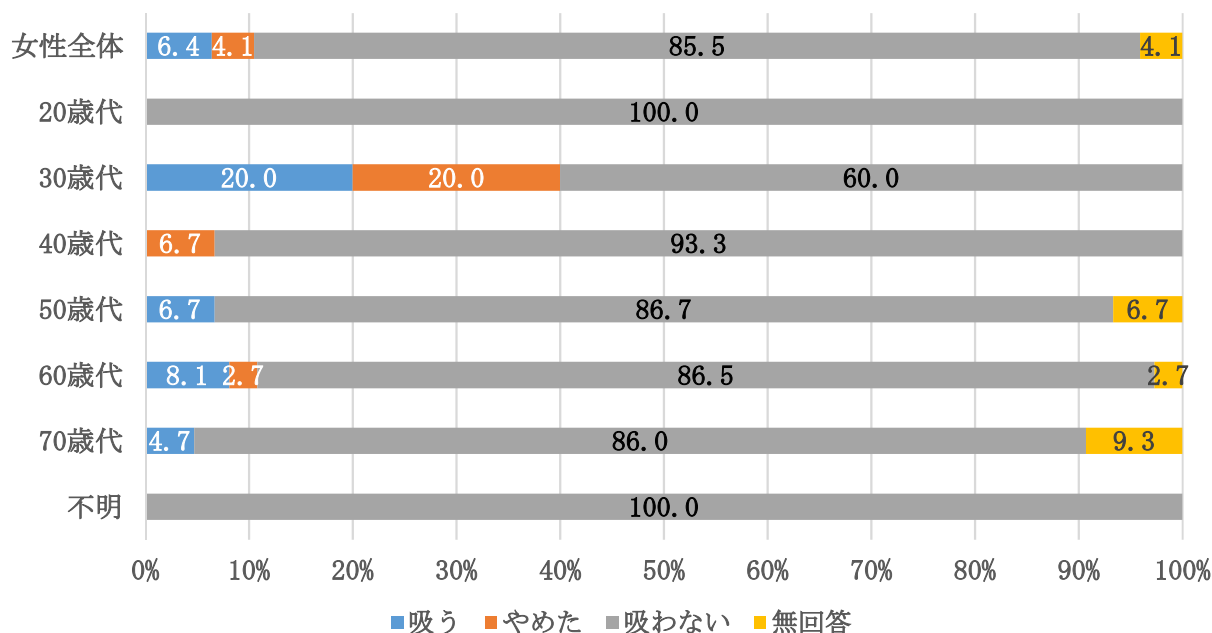
問 15 (男性)

		吸う	やめた	吸わない	無回答	合計
20歳代	人数	3	0	5	0	8
	割合	37.5	0.0	62.5	0.0	100.0
30歳代	人数	5	3	10	0	18
	割合	27.8	16.7	55.6	0.0	100.0
40歳代	人数	7	4	14	0	25
	割合	28.0	16.0	56.0	0.0	100.0
50歳代	人数	10	3	10	0	23
	割合	43.5	13.0	43.5	0.0	100.0
60歳代	人数	8	3	18	2	31
	割合	25.8	9.7	58.1	6.5	100.0
70歳代	人数	10	6	22	1	39
	割合	25.6	15.4	56.4	2.6	100.0
不明	人数	1	0	4	0	5
	割合	20.0	0.0	80.0	0.0	100.0
男性全体	人数	44	19	83	3	149
	割合	29.5	12.8	55.7	2.0	100.0



問 15 (女性)

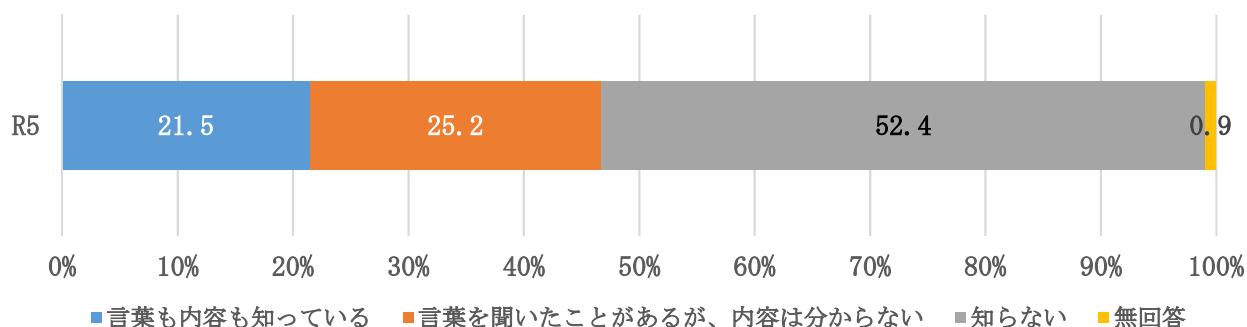
		吸う	やめた	吸わない	無回答	合計
20歳代	人数	0	0	10	0	10
	割合	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
30歳代	人数	4	4	12	0	20
	割合	20.0	20.0	60.0	0.0	100.0
40歳代	人数	0	2	28	0	30
	割合	0.0	6.7	93.3	0.0	100.0
50歳代	人数	2	0	26	2	30
	割合	6.7	0.0	86.7	6.7	100.0
60歳代	人数	3	1	32	1	37
	割合	8.1	2.7	86.5	2.7	100.0
70歳代	人数	2	0	37	4	43
	割合	4.7	0.0	86.0	9.3	100.0
不明	人数	0	0	2	0	2
	割合	0.0	0.0	100.0	0.0	100.0
女性全体	人数	11	7	147	7	172
	割合	6.4	4.1	85.5	4.1	100.0



8. COPD に関する知識について

問 16 COPD (慢性閉塞性肺疾患) を知っていますか。

		言葉も内容も知っている	言葉を聞いたことがあるが、内容は分からない	知らない	無回答	合計
全体	人数	69	81	168	3	321
	割合	21.5	25.2	52.4	0.9	100.0

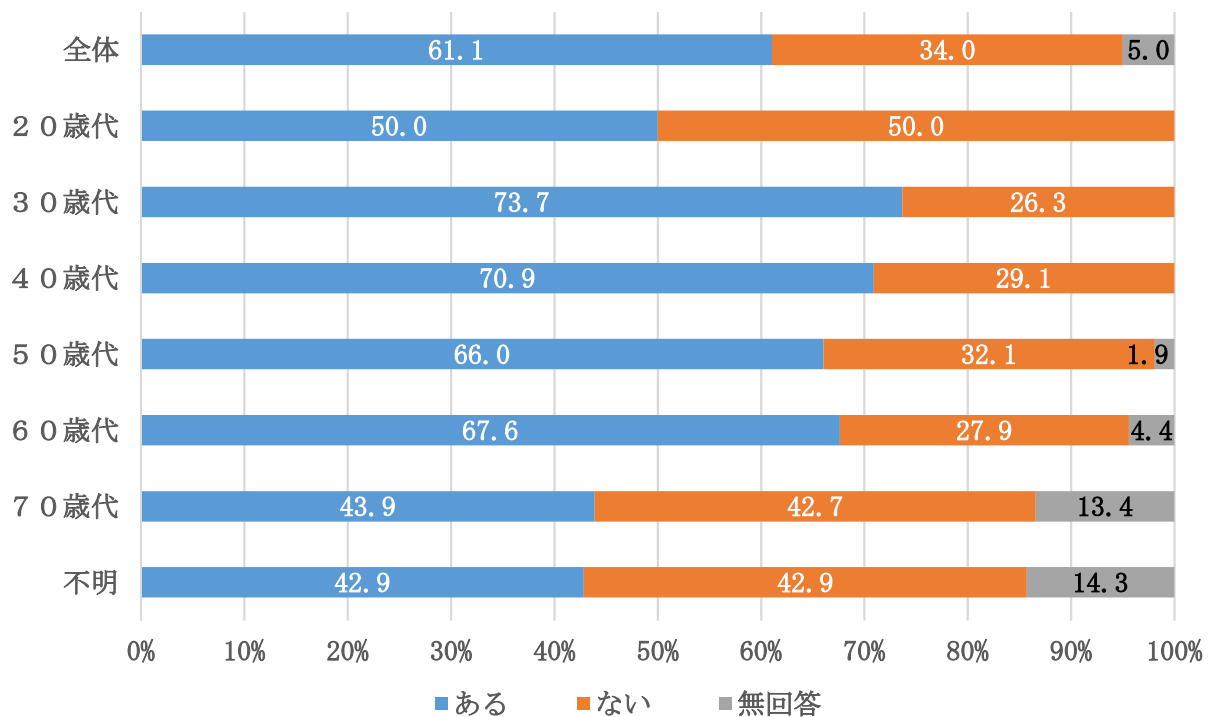




## 9. 不満、悩み、苦勞、ストレスについて

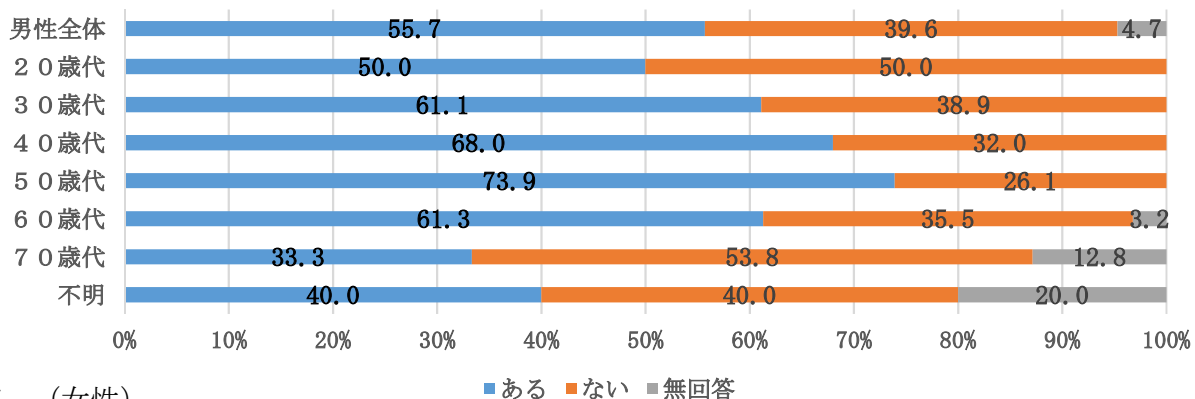
問17 あなたは現在、日常生活で不満、悩み、苦勞、ストレス等がありますか。

		ある	ない	無回答	合計
20歳代	人数	9	9	0	18
	割合	50.0	50.0	0.0	100.0
30歳代	人数	28	10	0	38
	割合	73.7	26.3	0.0	100.0
40歳代	人数	39	16	0	55
	割合	70.9	29.1	0.0	100.0
50歳代	人数	35	17	1	53
	割合	66.0	32.1	1.9	100.0
60歳代	人数	46	19	3	68
	割合	67.6	27.9	4.4	100.0
70歳代	人数	36	35	11	82
	割合	43.9	42.7	13.4	100.0
不明	人数	3	3	1	7
	割合	42.9	42.9	14.3	100.0
全体	人数	196	109	16	321
	割合	61.1	34.0	5.0	100.0



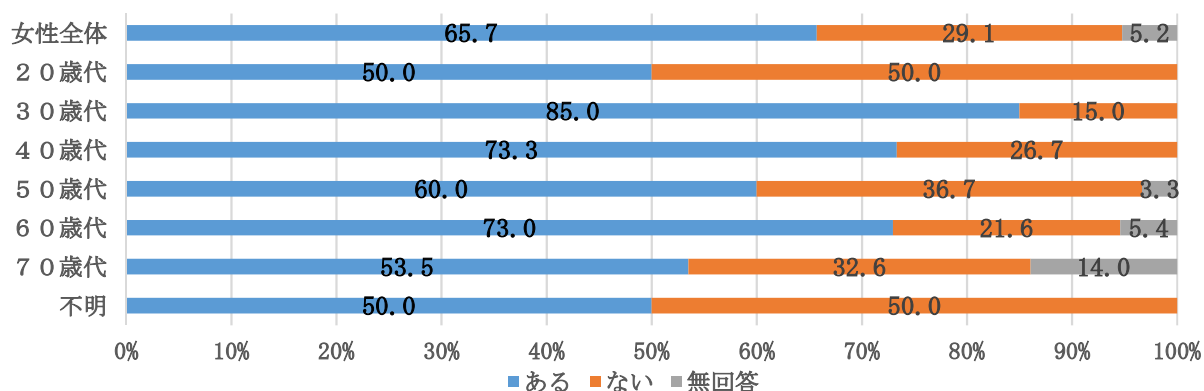
問 17 (男性)

		ある	ない	無回答	合計
20歳代	人数	4	4	0	8
	割合	50.0	50.0	0.0	100.0
30歳代	人数	11	7	0	18
	割合	61.1	38.9	0.0	100.0
40歳代	人数	17	8	0	25
	割合	68.0	32.0	0.0	100.0
50歳代	人数	17	6	0	23
	割合	73.9	26.1	0.0	100.0
60歳代	人数	19	11	1	31
	割合	61.3	35.5	3.2	100.0
70歳代	人数	13	21	5	39
	割合	33.3	53.8	12.8	100.0
不明	人数	2	2	1	5
	割合	40.0	40.0	20.0	100.0
男性全体	人数	83	59	7	149
	割合	55.7	39.6	4.7	100.0



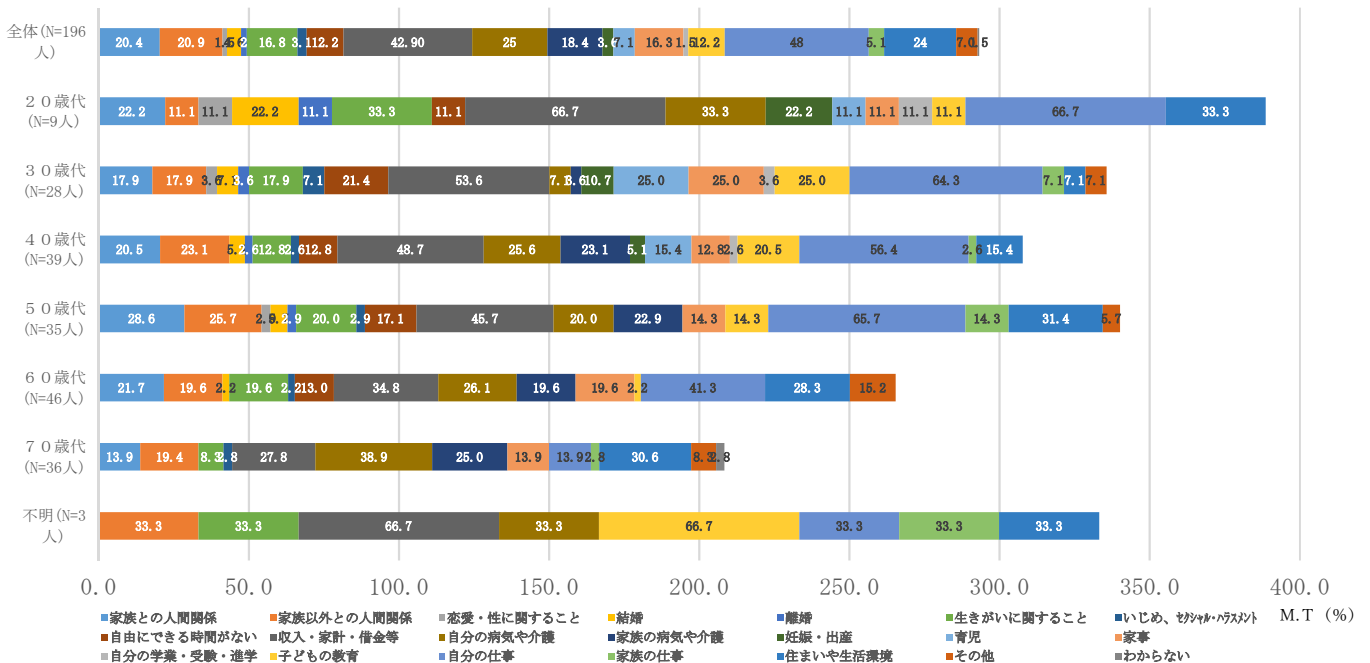
問 17 (女性)

		ある	ない	無回答	合計
20歳代	人数	5	5	0	10
	割合	50.0	50.0	0.0	100.0
30歳代	人数	17	3	0	20
	割合	85.0	15.0	0.0	100.0
40歳代	人数	22	8	0	30
	割合	73.3	26.7	0.0	100.0
50歳代	人数	18	11	1	30
	割合	60.0	36.7	3.3	100.0
60歳代	人数	27	8	2	37
	割合	73.0	21.6	5.4	100.0
70歳代	人数	23	14	6	43
	割合	53.5	32.6	14.0	100.0
不明	人数	1	1	0	2
	割合	50.0	50.0	0.0	100.0
女性全体	人数	113	50	9	172
	割合	65.7	29.1	5.2	100.0



問 18 不満、悩み、苦勞、ストレス等は、どのような原因ですか。(複数回答)

年齢	回答数	家族との人間関係	家族以外との人間関係	恋愛・性に関すること	結婚	離婚	生きがいに関すること	いじめ、モジャク・パスト	自由でできる時間がない	収入・家計・借金等	自分の病気や介護	家族の病気や介護	妊娠・出産	育児	家事	自分の学業・受験・進学	子どもの教育	自分の仕事	家族の仕事	住まいや生活環境	その他	わからない	無回答	合計
20歳代	9人	2	1	1	2	1	3	0	1	6	3	0	2	1	1	1	1	6	0	3	0	0	0	35
	割合	22.2	11.1	11.1	22.2	11.1	33.3	0.0	11.1	66.7	33.3	0.0	22.2	11.1	11.1	11.1	11.1	66.7	0.0	33.3	0.0	0.0	0.0	388.7
30歳代	28人	5	5	1	2	1	5	2	6	15	2	1	3	7	7	1	7	18	2	2	2	0	0	94
	割合	17.9	17.9	3.6	7.1	3.6	17.9	7.1	21.4	53.6	7.1	3.6	10.7	25.0	25.0	3.6	25.0	64.3	7.1	7.1	7.1	0.0	0.0	335.7
40歳代	39人	8	9	0	2	1	5	1	5	19	10	9	2	6	5	1	8	22	1	6	0	0	0	120
	割合	20.5	23.1	0.0	5.1	2.6	12.8	2.6	12.8	48.7	25.6	23.1	5.1	15.4	12.8	2.6	20.5	56.4	2.6	15.4	0.0	0.0	0.0	307.7
50歳代	35人	10	9	1	2	1	7	1	6	16	7	8	0	0	5	0	5	23	5	11	2	0	0	119
	割合	28.6	25.7	2.9	5.7	2.9	20.0	2.9	17.1	45.7	20.0	22.9	0.0	0.0	14.3	0.0	14.3	65.7	14.3	31.4	5.7	0.0	0.0	340.1
60歳代	46人	10	9	0	1	0	9	1	6	16	12	9	0	0	9	0	1	19	0	13	7	0	0	122
	割合	21.7	19.6	0.0	2.2	0.0	19.6	2.2	13.0	34.8	26.1	19.6	0.0	0.0	19.6	0.0	2.2	41.3	0.0	28.3	15.2	0.0	0.0	265.4
70歳代	36人	5	7	0	0	0	3	1	0	10	14	9	0	0	5	0	0	5	1	11	3	1	0	75
	割合	13.9	19.4	0.0	0.0	0.0	8.3	2.8	0.0	27.8	38.9	25.0	0.0	0.0	13.9	0.0	0.0	13.9	2.8	30.6	8.3	2.8	0.0	208.4
不明	3人	0	1	0	0	0	1	0	0	2	1	0	0	0	0	0	2	1	1	1	0	0	0	10
	割合	0.0	33.3	0.0	0.0	0.0	33.3	0.0	0.0	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	66.7	33.3	33.3	33.3	0.0	0.0	0.0	333.2
全体	196人	40	41	3	9	4	33	6	24	84	49	36	7	14	32	3	24	94	10	47	14	1	0	575
	割合	20.4	20.9	1.5	4.6	2.0	16.8	3.1	12.2	42.9	25.0	18.4	3.6	7.1	16.3	1.5	12.2	48.0	5.1	24.0	7.1	0.5	0.0	293.2

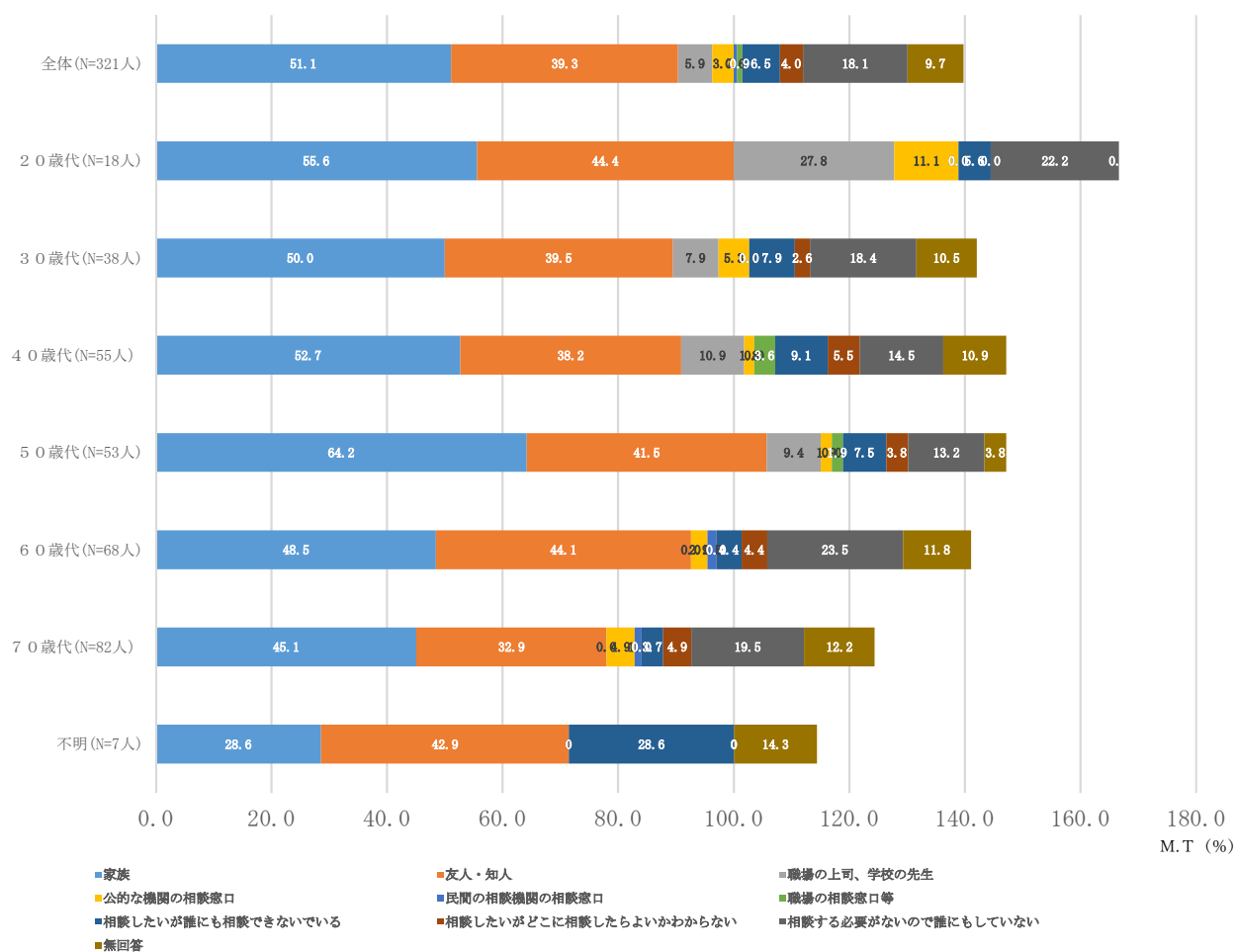


(その他の内容)

30代	カメムシ 実家、親の将来
50代	消防団活動による時間の拘束。特に今年はひどい。8月の防災訓練、土・日曜日丸2日間つぶれた。 定年後の生活の為の貯えが無いこと
60代	いっぺんに同時期に2つも3つも重なり合って自分自身におそいかかってくるとき 地区内で水田管理が「いいかげん」な水田がある。 町外に住んでる親の家の雪かき 隣人のいやがらせ 将来の不安から⑩⑪ お金があるうちに死ねるがどうか 自治会役員おしつけ3年6期、自治会役員おしつけ8年16期
70代	病気がどうなっていくのか心配 今後の健康や介護が必要になった場合の生活への不安 通学路の除雪今年も町ではやらなければ自分がやらないと通学に支障をきたす：去年からです。高速道路の側がゴミ捨て場になっております。 農地の相続

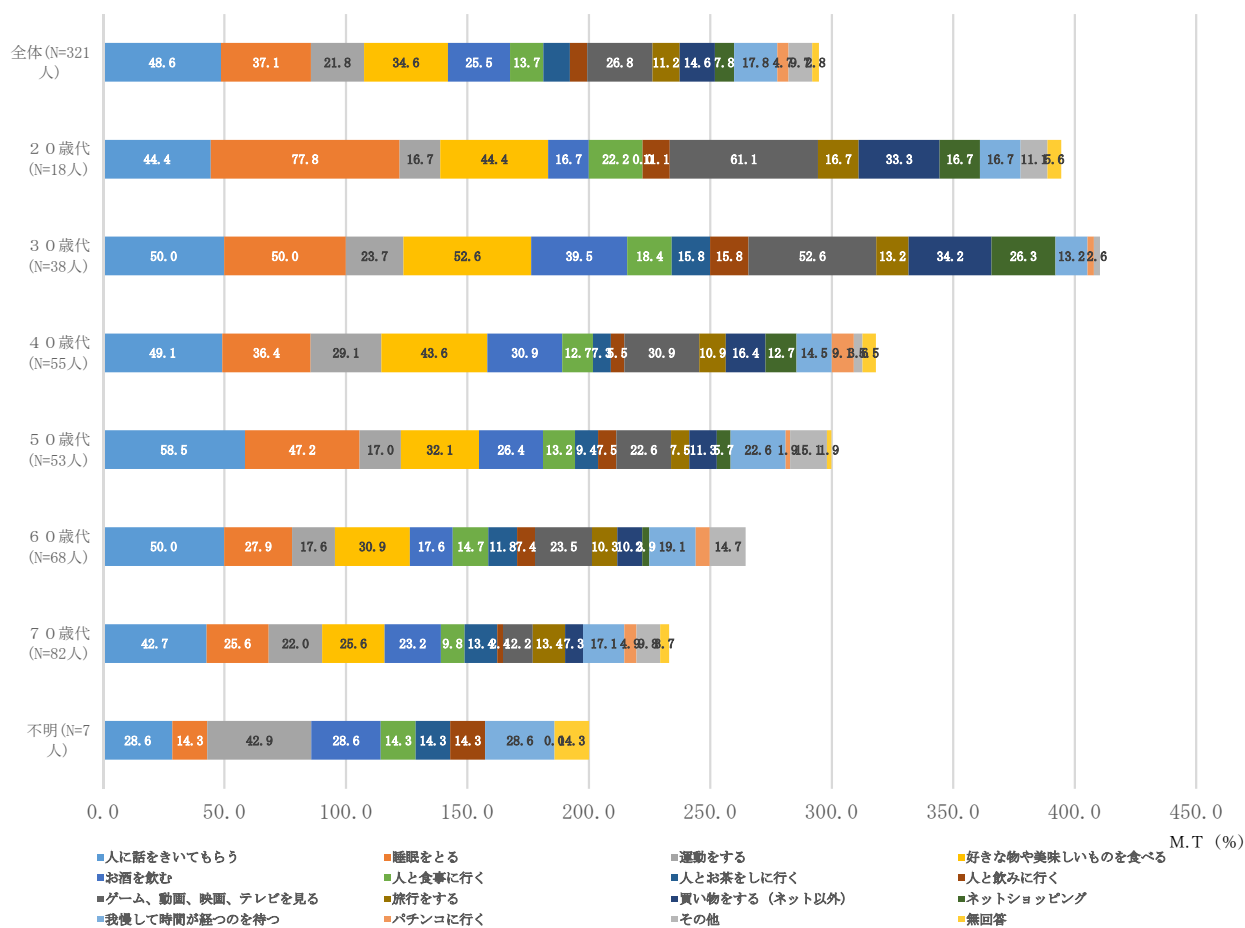
問19 不満、悩み、苦労、ストレス等がある場合、どのように相談していますか。(複数回答)

		家族	友人・知人	職場の上司、学校の先生	公的な機関の相談窓口	民間の相談機関の相談窓口	職場の相談窓口等	相談したいが誰にも相談できない	相談したいがどこに相談したらよいかわからない	相談する必要があるので誰にもしていない	無回答	合計
20歳代	回答数	10	8	5	2	0	0	1	0	4	0	30
18人	割合	55.6	44.4	27.8	11.1	0.0	0.0	5.6	0.0	22.2	0.0	166.7
30歳代	回答数	19	15	3	2	0	0	3	1	7	4	54
38人	割合	50.0	39.5	7.9	5.3	0.0	0.0	7.9	2.6	18.4	10.5	142.1
40歳代	回答数	29	21	6	1	0	2	5	3	8	6	81
55人	割合	52.7	38.2	10.9	1.8	0.0	3.6	9.1	5.5	14.5	10.9	147.2
50歳代	回答数	34	22	5	1	0	1	4	2	7	2	78
53人	割合	64.2	41.5	9.4	1.9	0.0	1.9	7.5	3.8	13.2	3.8	147.2
60歳代	回答数	33	30	0	2	1	0	3	3	16	8	96
68人	割合	48.5	44.1	0.0	2.9	1.5	0.0	4.4	4.4	23.5	11.8	141.1
70歳代	回答数	37	27	0	4	1	0	3	4	16	10	102
82人	割合	45.1	32.9	0.0	4.9	1.2	0.0	3.7	4.9	19.5	12.2	124.4
不明	回答数	2	3	0	0	0	0	2	0	0	1	8
7人	割合	28.6	42.9	0.0	0.0	0.0	0.0	28.6	0.0	0.0	14.3	114.4
全体	回答数	164	126	19	12	2	3	21	13	58	31	449
321人	割合	51.1	39.3	5.9	3.7	0.6	0.9	6.5	4.0	18.1	9.7	139.8



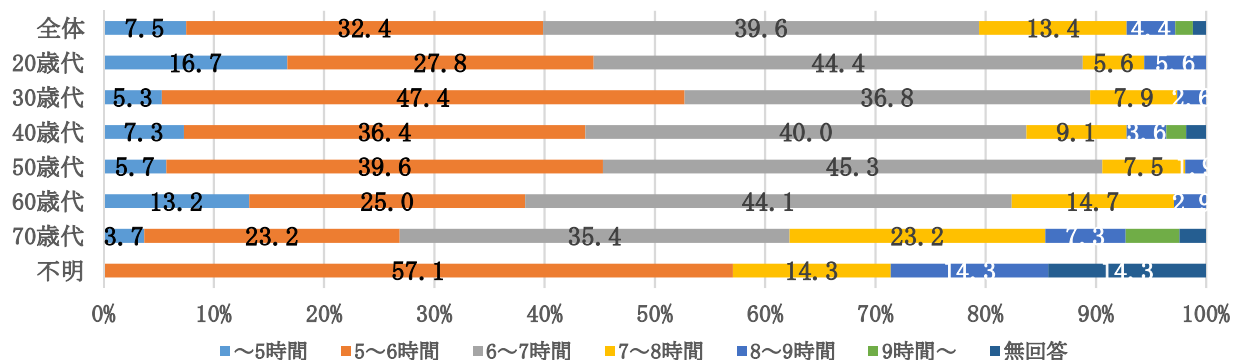
問 20 不満、悩み、苦勞、ストレス等を解消するためにどのようなことをしますか。(複数回答)

		人に話をきいてもらう	睡眠をとる	運動をする	好きな物や美味しいものを食べる	お酒を飲む	人と食事に行く	人とお茶をしに行く	人と飲みに行く	ゲーム、動画、映画、テレビを見る	旅行をする	買い物をする(ネット以外)	ネットショッピング	我慢して時間が経つのを待つ	パチンコに行く	その他	無回答	合計
20歳代	回答数	8	14	3	8	3	4	0	2	11	3	6	3	3	0	2	1	71
	18人 割合	44.4	77.8	16.7	44.4	16.7	22.2	0.0	11.1	61.1	16.7	33.3	16.7	16.7	0.0	11.1	5.6	394.5
30歳代	回答数	19	19	9	20	15	7	6	6	20	5	13	10	5	1	1	0	156
	38人 割合	50.0	50.0	23.7	52.6	39.5	18.4	15.8	15.8	52.6	13.2	34.2	26.3	13.2	2.6	2.6	0.0	410.5
40歳代	回答数	27	20	16	24	17	7	4	3	17	6	9	7	8	5	2	3	175
	55人 割合	49.1	36.4	29.1	43.6	30.9	12.7	7.3	5.5	30.9	10.9	16.4	12.7	14.5	9.1	3.6	5.5	318.2
50歳代	回答数	31	25	9	17	14	7	5	4	12	4	6	3	12	1	8	1	159
	53人 割合	58.5	47.2	17.0	32.1	26.4	13.2	9.4	7.5	22.6	7.5	11.3	5.7	22.6	1.9	15.1	1.9	299.9
60歳代	回答数	34	19	12	21	12	10	8	5	16	7	7	2	13	4	10	0	180
	68人 割合	50.0	27.9	17.6	30.9	17.6	14.7	11.8	7.4	23.5	10.3	10.3	2.9	19.1	5.9	14.7	0.0	264.6
70歳代	回答数	35	21	18	21	19	8	11	2	10	11	6	0	14	4	8	3	191
	82人 割合	42.7	25.6	22.0	25.6	23.2	9.8	13.4	2.4	12.2	13.4	7.3	0.0	17.1	4.9	9.8	3.7	233.1
不明	回答数	2	1	3	0	2	1	1	1	0	0	0	0	2	0	0	1	14
	7人 割合	28.6	14.3	42.9	0.0	28.6	14.3	14.3	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0	28.6	0.0	0.0	14.3	200.2
全体	回答数	156	119	70	111	82	44	35	23	86	36	47	25	57	15	31	9	946
	321人 割合	48.6	37.1	21.8	34.6	25.5	13.7	10.9	7.2	26.8	11.2	14.6	7.8	17.8	4.7	9.7	2.8	294.7



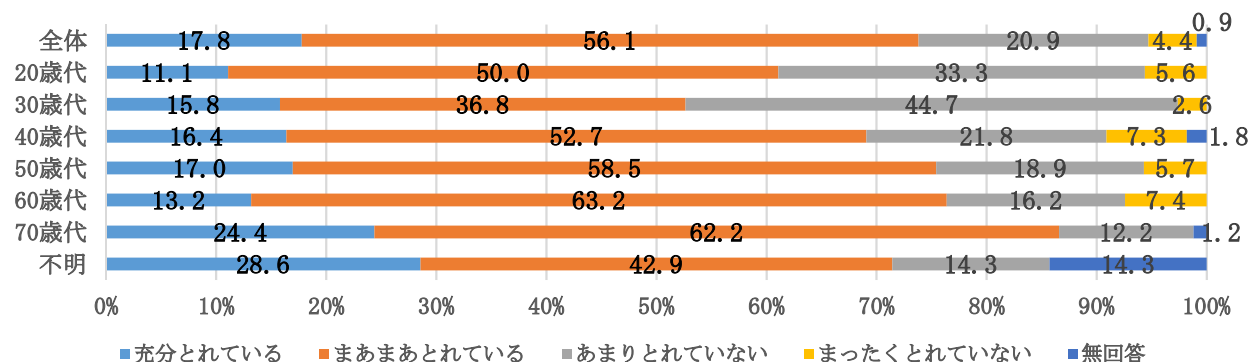
問 21 ここ1か月、1日の平均睡眠時間はどのくらいでしたか。

		～5時間	5～6時間	6～7時間	7～8時間	8～9時間	9時間～	無回答	合計
20歳代	人数	3	5	8	1	1	0	0	18
	割合	16.7	27.8	44.4	5.6	5.6	0.0	0.0	100.0
30歳代	人数	2	18	14	3	1	0	0	38
	割合	5.3	47.4	36.8	7.9	2.6	0.0	0.0	100.0
40歳代	人数	4	20	22	5	2	1	1	55
	割合	7.3	36.4	40.0	9.1	3.6	1.8	1.8	100.0
50歳代	人数	3	21	24	4	1	0	0	53
	割合	5.7	39.6	45.3	7.5	1.9	0.0	0.0	100.0
60歳代	人数	9	17	30	10	2	0	0	68
	割合	13.2	25.0	44.1	14.7	2.9	0.0	0.0	100.0
70歳代	人数	3	19	29	19	6	4	2	82
	割合	3.7	23.2	35.4	23.2	7.3	4.9	2.4	100.0
不明	人数	0	4	0	1	1	0	1	7
	割合	0.0	57.1	0.0	14.3	14.3	0.0	14.3	100.0
全体	人数	24	104	127	43	14	5	4	321
	割合	7.5	32.4	39.6	13.4	4.4	1.6	1.2	100.0



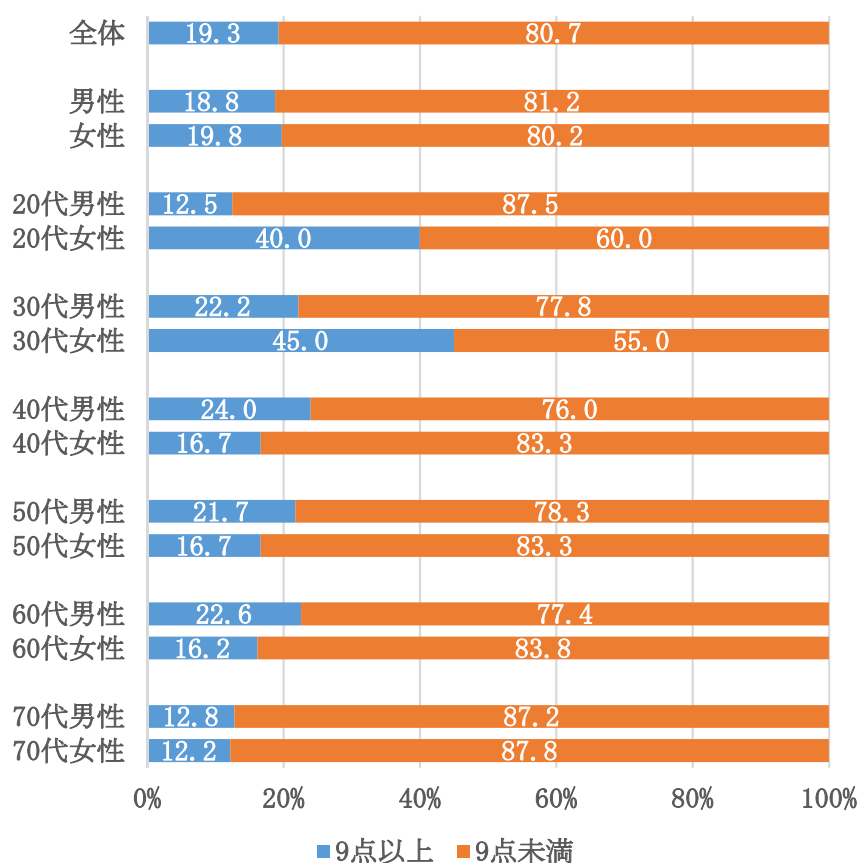
問 22 ここ1か月、睡眠で休養が充分取れていますか。

		充分とれている	まあまあとれている	あまりとれていない	まったくとれていない	無回答	合計
20歳代	人数	2	9	6	1	0	18
	割合	11.1	50.0	33.3	5.6	0.0	100.0
30歳代	人数	6	14	17	1	0	38
	割合	15.8	36.8	44.7	2.6	0.0	99.9
40歳代	人数	9	29	12	4	1	55
	割合	16.4	52.7	21.8	7.3	1.8	100.0
50歳代	人数	9	31	10	3	0	53
	割合	17.0	58.5	18.9	5.7	0.0	100.1
60歳代	人数	9	43	11	5	0	68
	割合	13.2	63.2	16.2	7.4	0.0	100.0
70歳代	人数	20	51	10	0	1	82
	割合	24.4	62.2	12.2	0.0	1.2	100.0
不明	人数	2	3	1	0	1	7
	割合	28.6	42.9	14.3	0.0	14.3	100.1
全体	人数	57	180	67	14	3	321
	割合	17.8	56.1	20.9	4.4	0.9	100.0



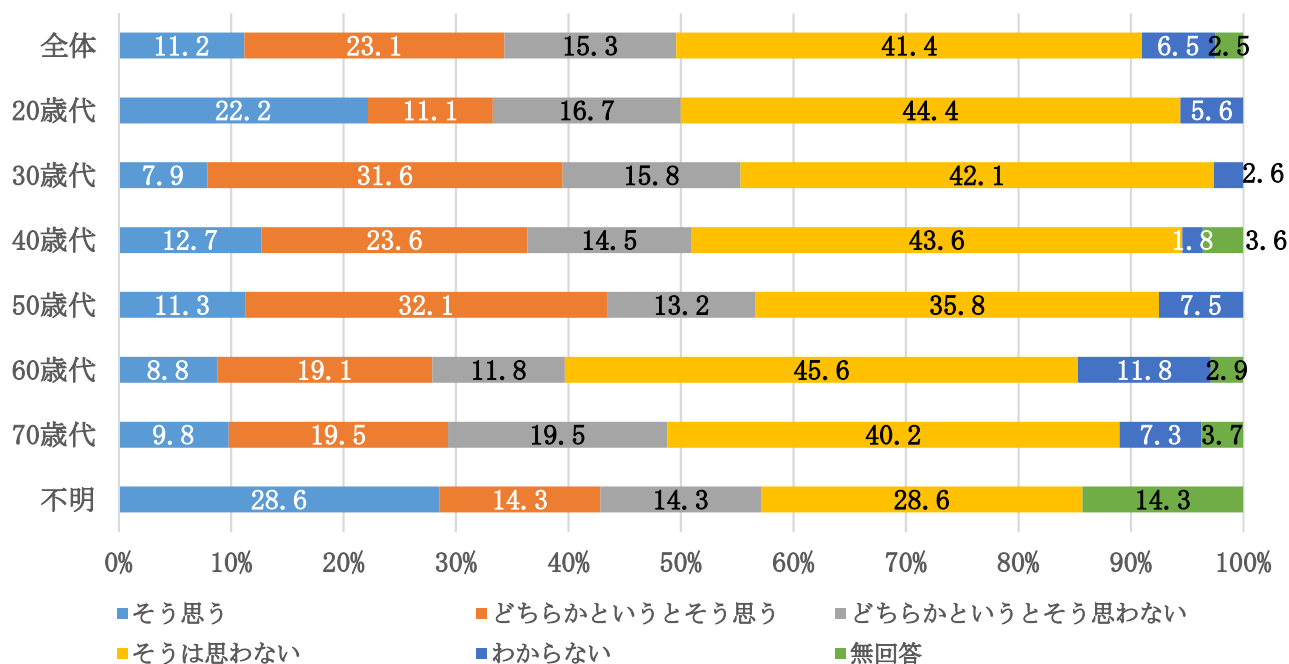
問 23 次の a～f の質問について、ここ 1 か月の間はどのようなようでしたか。  
 点数化（9 点以上の割合）

		9 点以上	9 点未満	合計
全体	人数	62	259	321
	割合	19.3	80.7	100.0
男性	人数	28	121	149
	割合	18.8	81.2	100.0
女性	人数	34	138	172
	割合	19.8	80.2	100.0
20 代男性	人数	1	7	8
	割合	12.5	87.5	100.0
20 代女性	人数	4	6	10
	割合	40.0	60.0	100.0
30 代男性	人数	4	14	18
	割合	22.2	77.8	100.0
30 代女性	人数	9	11	20
	割合	45.0	55.0	100.0
40 代男性	人数	6	19	25
	割合	24.0	76.0	100.0
40 代女性	人数	5	25	30
	割合	16.7	83.3	100.0
50 代男性	人数	5	18	23
	割合	21.7	78.3	100.0
50 代女性	人数	5	25	30
	割合	16.7	83.3	100.0
60 代男性	人数	7	24	31
	割合	22.6	77.4	100.0
60 代女性	人数	6	31	37
	割合	16.2	83.8	100.0
70 代男性	人数	5	34	39
	割合	12.8	87.2	100.0
70 代女性	人数	5	36	41
	割合	12.2	87.8	100.0



問 24 誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることによってためらいを感じますか。

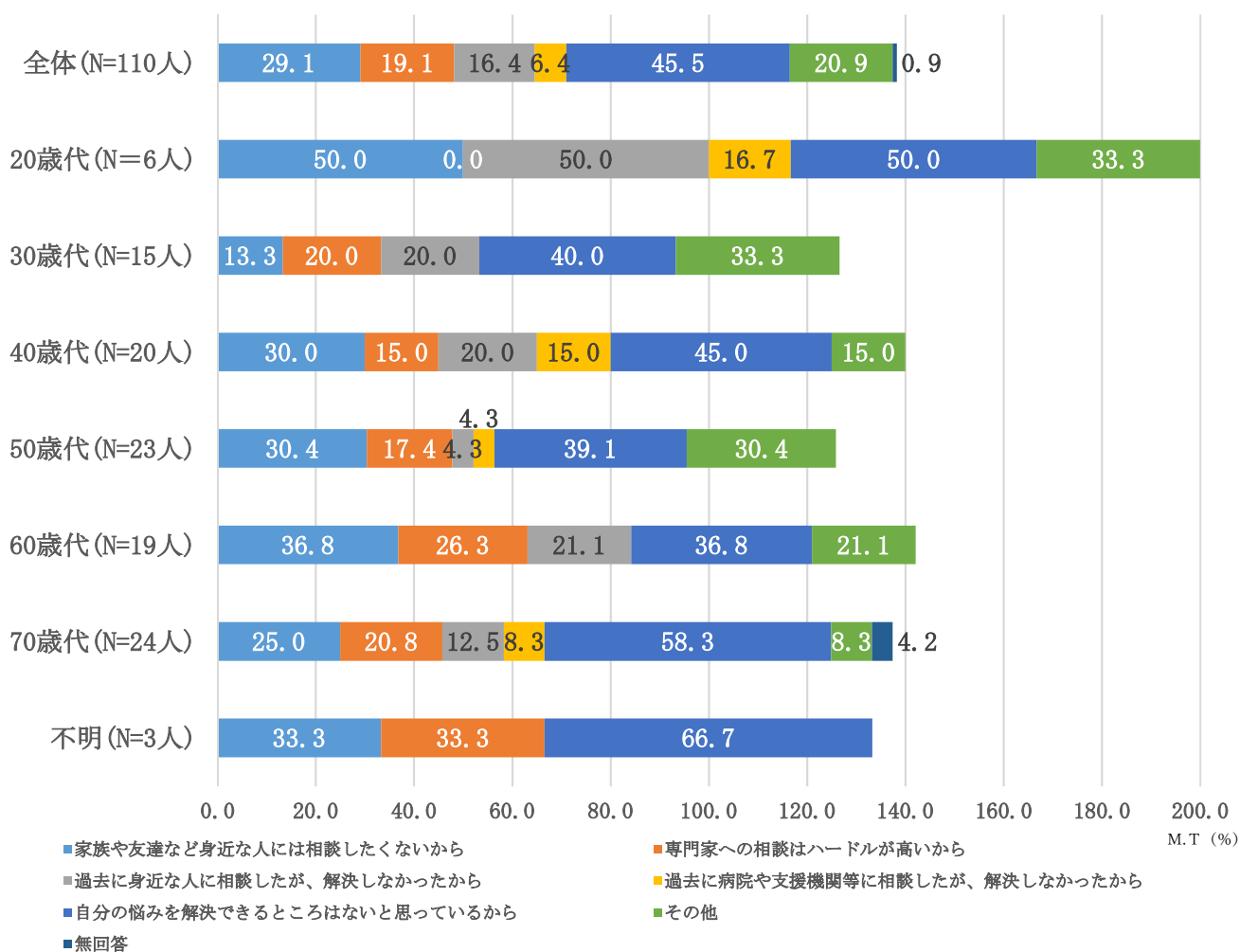
		そう思う	どちらかという と思う	どちらか というと思 わない	そうは思わ ない	わからない	無回答	合計
20歳代	人数	4	2	3	8	1	0	18
	割合	22.2	11.1	16.7	44.4	5.6	0.0	100.0
30歳代	人数	3	12	6	16	1	0	38
	割合	7.9	31.6	15.8	42.1	2.6	0.0	100.0
40歳代	人数	7	13	8	24	1	2	55
	割合	12.7	23.6	14.5	43.6	1.8	3.6	99.8
50歳代	人数	6	17	7	19	4	0	53
	割合	11.3	32.1	13.2	35.8	7.5	0.0	99.9
60歳代	人数	6	13	8	31	8	2	68
	割合	8.8	19.1	11.8	45.6	11.8	2.9	100.0
70歳代	人数	8	16	16	33	6	3	82
	割合	9.8	19.5	19.5	40.2	7.3	3.7	100.0
不明	人数	2	1	1	2	0	1	7
	割合	28.6	14.3	14.3	28.6	0.0	14.3	100.1
全体	人数	36	74	49	133	21	8	321
	割合	11.2	23.1	15.3	41.4	6.5	2.5	100.0





問 25 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る理由についてお答えください。（複数回答）

		家族や友達など身近な人には相談したくないから	病院や支援機関等（役場や保健所など）の専門家に相談したいと思うが、ハードルが高いから	過去に身近な人に相談したが、解決しなかったから	過去に病院や支援機関等に相談したが、解決しなかったから	自分の悩みを解決できる場所はないと思っているから	その他	無回答	合計
20歳代 6人	回答数	3	0	3	1	3	2	0	12
	割合	50.0	0.0	50.0	16.7	50.0	33.3	0.0	200.0
30歳代 15人	回答数	2	3	3	0	6	5	0	19
	割合	13.3	20.0	20.0	0.0	40.0	33.3	0.0	126.7
40歳代 20人	回答数	6	3	4	3	9	3	0	28
	割合	30.0	15.0	20.0	15.0	45.0	15.0	0.0	140.0
50歳代 23人	回答数	7	4	1	1	9	7	0	29
	割合	30.4	17.4	4.3	4.3	39.1	30.4	0.0	126.1
60歳代 19人	回答数	7	5	4	0	7	4	0	27
	割合	36.8	26.3	21.1	0.0	36.8	21.1	0.0	142.1
70歳代 24人	回答数	6	5	3	2	14	2	1	33
	割合	25.0	20.8	12.5	8.3	58.3	8.3	4.2	137.5
不明 3人	回答数	1	1	0	0	2	0	0	4
	割合	33.3	33.3	0.0	0.0	66.7	0.0	0.0	133.3
全体 110人	回答数	32	21	18	7	50	23	1	152
	割合	29.1	19.1	16.4	6.4	45.5	20.9	0.9	138.2

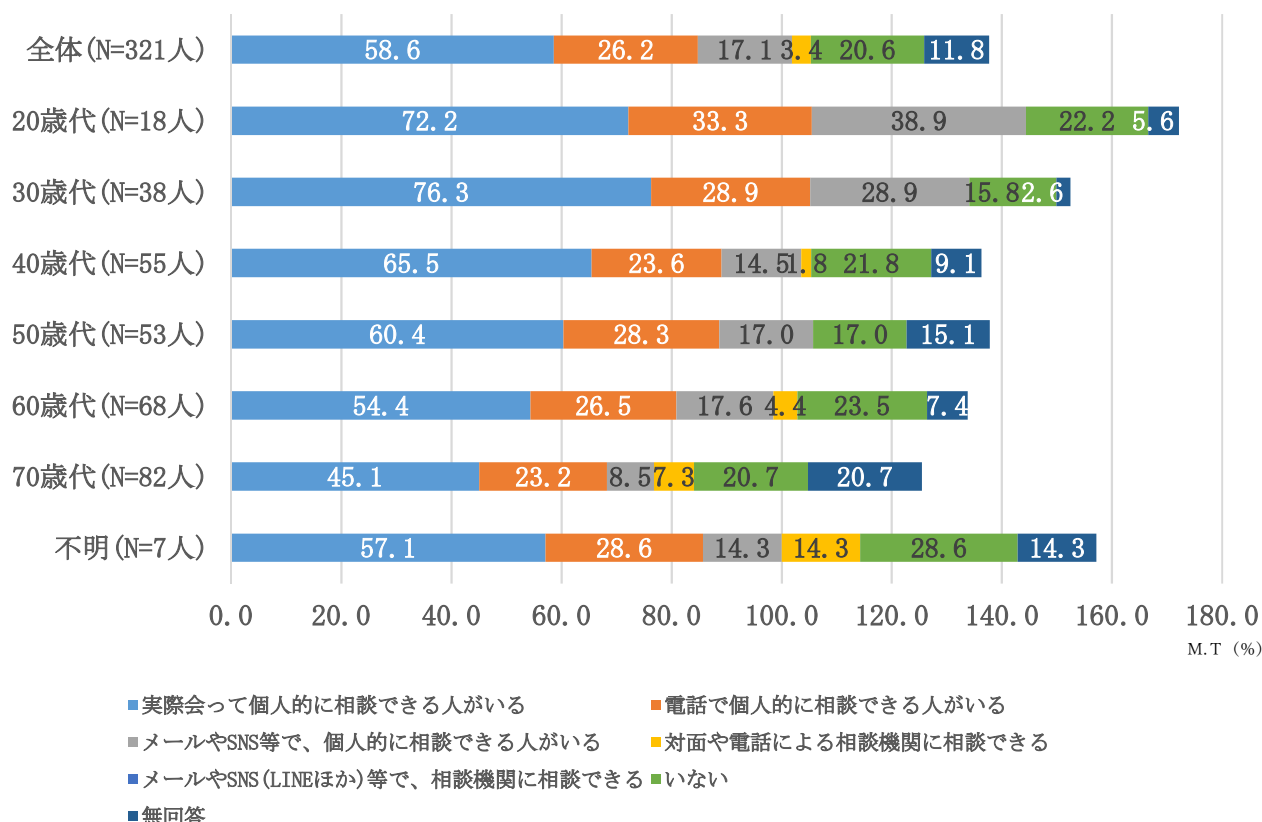


(その他の内容)

20代	他人に自分の弱さを見せたくないから
	相談された方は迷惑なのではないかと考えてしまうから。
30代	相談する程でもないと思っている
	話しをしても流されてしまう
	理解を示してくれる人が周辺にいない
	身近な人に相談したいが忙しそうだから
40代	みんなそれぞれなやんでいるから。
	相手にめいわくがかかると思うから
	病院（心療内科）を受診したが、いつも半年待ちで予約できず。
50代	迷惑をかけられないから
	相談相手に負担がかかり、迷惑をかけてしまうから
	時間がたてば何とかかなると思うから
	プライベートを話したくない
	その人に心配をかけたくないから
	相談された相手の方に迷惑かと思う。秘密厳守してもらえるか心配で人に相談できない。
60代	話しても問題にならない事はだれにでも聞いてもらうが自分だけの思い込みでの事は自分で解決している
	話を聞いてもらうだけでいい。
	過去に信頼出来る親せきに相談した結果、他の人達に話していた。
	その様なことはまったくくない！
	しょせん満足のゆく答えなど得られるはずがないと思っているから
	今は悩みはないが、今後年齢からの発生懸念
70代	身体的なことは専門書を読んだりするし、心身的には読書やテレビドラマで解決するので。
	☆ためらいを感じるのは誰も（世間は）信頼できない（ウワサや悪口される） ☆地域はとくにいえる。
	他の人に相談しても解決できない。自分で解決するしかない。
	と言うより地域の悩みです今年も雪は降りますから ※山田モータースの入り口付近マンホールのふたが出ていて除雪のハイドパンを披損しました修理代も自分で支払っております。

問 26 あなたの悩みや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。(複数回答)

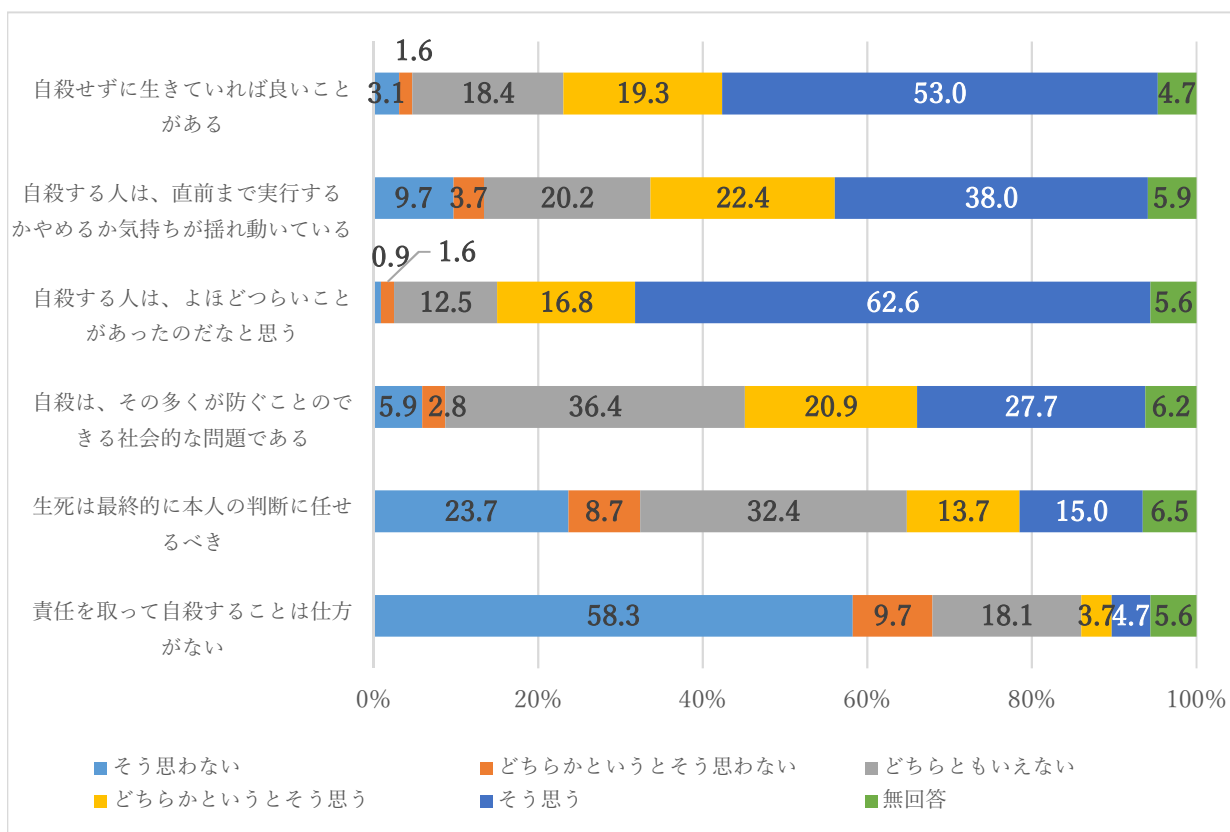
		実際会って個人的に相談できる人がいる	電話で個人的に相談できる人がいる	メールやSNS等で、個人的に相談できる人がいる	対面や電話による相談機関に相談できる	メールやSNS(LINEほか)等で、相談機関に相談できる	いない	無回答	合計
20歳代 18人	回答数	13	6	7	0	0	4	1	31
	割合	72.2	33.3	38.9	0.0	0.0	22.2	5.6	172.2
30歳代 38人	回答数	29	11	11	0	0	6	1	58
	割合	76.3	28.9	28.9	0.0	0.0	15.8	2.6	152.6
40歳代 55人	回答数	36	13	8	1	0	12	5	75
	割合	65.5	23.6	14.5	1.8	0.0	21.8	9.1	136.4
50歳代 53人	回答数	32	15	9	0	0	9	8	73
	割合	60.4	28.3	17.0	0.0	0.0	17.0	15.1	137.7
60歳代 68人	回答数	37	18	12	3	0	16	5	91
	割合	54.4	26.5	17.6	4.4	0.0	23.5	7.4	133.8
70歳代 82人	回答数	37	19	7	6	0	17	17	103
	割合	45.1	23.2	8.5	7.3	0.0	20.7	20.7	125.6
不明 7人	回答数	4	2	1	1	0	2	1	11
	割合	57.1	28.6	14.3	14.3	0.0	28.6	14.3	157.1
全体 321人	回答数	188	84	55	11	0	66	38	442
	割合	58.6	26.2	17.1	3.4	0.0	20.6	11.8	137.7



## 10. 自殺対策への認知状況

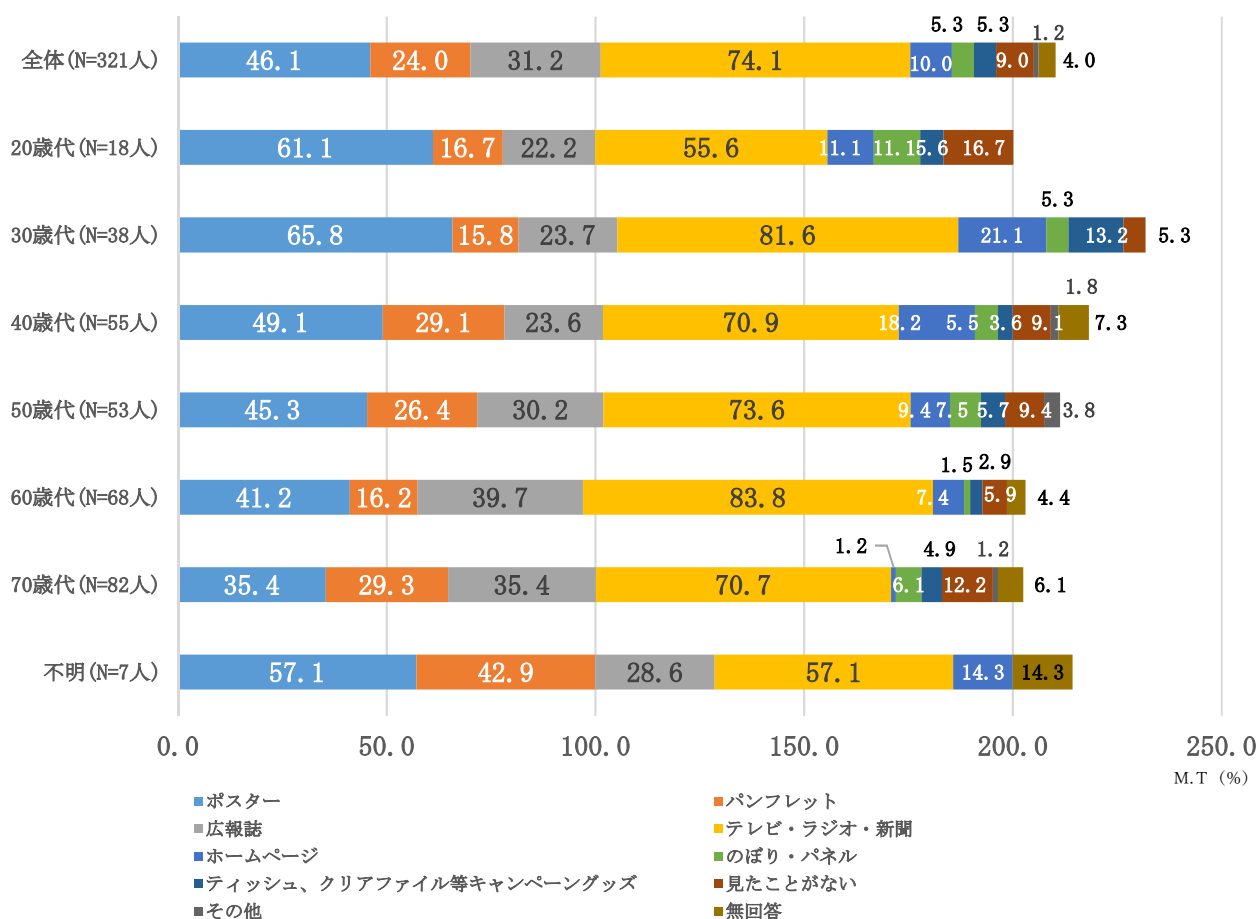
問 27 あなたは「自殺」についてどのように思いますか。

		そう思わない	どちらかというと思わない	どちらともいえない	どちらかというと思う	そう思う	無回答	合計
自殺せずに生きていれば良いことがある	人数	10	5	59	62	170	15	321
	割合	3.1	1.6	18.4	19.3	53.0	4.7	100.0
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	人数	31	12	65	72	122	19	321
	割合	9.7	3.7	20.2	22.4	38.0	5.9	100.0
自殺する人は、よほどつらいことがあったのだと思う	人数	3	5	40	54	201	18	321
	割合	0.9	1.6	12.5	16.8	62.6	5.6	100.0
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	人数	19	9	117	67	89	20	321
	割合	5.9	2.8	36.4	20.9	27.7	6.2	100.0
生死は最終的に本人の判断に任せるべき	人数	76	28	104	44	48	21	321
	割合	23.7	8.7	32.4	13.7	15.0	6.5	100.0
責任を取って自殺することは仕方がない	人数	187	31	58	12	15	18	321
	割合	58.3	9.7	18.1	3.7	4.7	5.6	100.0



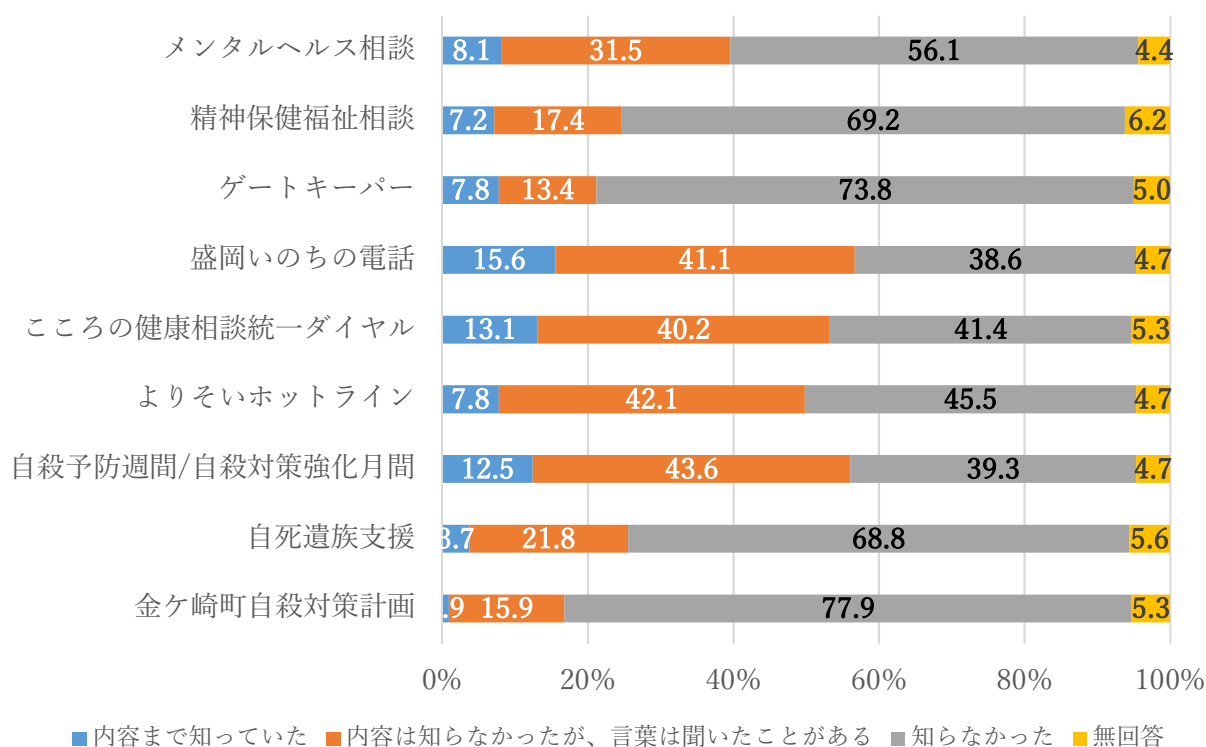
問 28 あなたはこれまで自殺対策に関する啓発物を見たこと（聞いたこと）がありますか。（複数回答）

		ポスター	パンフレット	広報誌	テレビ・ラジオ・新聞	ホームページ	のぼり・パネル	キャンペーングッズ	見たことがない	その他	無回答	合計
20歳代 18人	回答数	11	3	4	10	2	2	1	3	0	0	36
	割合	61.1	16.7	22.2	55.6	11.1	11.1	5.6	16.7	0.0	0.0	200.0
30歳代 38人	回答数	25	6	9	31	8	2	5	2	0	0	88
	割合	65.8	15.8	23.7	81.6	21.1	5.3	13.2	5.3	0.0	0.0	231.6
40歳代 55人	回答数	27	16	13	39	10	3	2	5	1	4	120
	割合	49.1	29.1	23.6	70.9	18.2	5.5	3.6	9.1	1.8	7.3	218.2
50歳代 53人	回答数	24	14	16	39	5	4	3	5	2	0	112
	割合	45.3	26.4	30.2	73.6	9.4	7.5	5.7	9.4	3.8	0.0	211.3
60歳代 68人	回答数	28	11	27	57	5	1	2	4	0	3	138
	割合	41.2	16.2	39.7	83.8	7.4	1.5	2.9	5.9	0.0	4.4	202.9
70歳代 82人	回答数	29	24	29	58	1	5	4	10	1	5	166
	割合	35.4	29.3	35.4	70.7	1.2	6.1	4.9	12.2	1.2	6.1	202.4
不明 7人	回答数	4	3	2	4	1	0	0	0	0	1	15
	割合	57.1	42.9	28.6	57.1	14.3	0.0	0.0	0.0	0.0	14.3	214.3
全体 321人	回答数	148	77	100	238	32	17	17	29	4	13	675
	割合	46.1	24.0	31.2	74.1	10.0	5.3	5.3	9.0	1.2	4.0	210.3



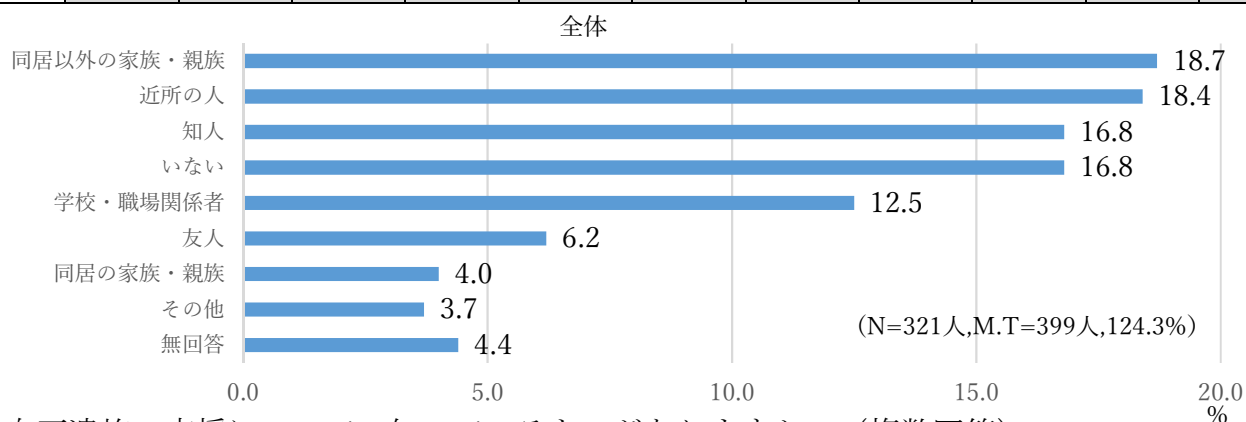
問 29 あなたは自殺対策に関する以下の事柄について知っていますか。

		内容まで知っていた	内容は知らなかったが、言葉は聞いたことがある	知らなかった	無回答	全体
メンタルヘルス相談	人数	26	101	180	14	321
	割合	8.1	31.5	56.1	4.4	100.0
精神保健福祉相談	人数	23	56	222	20	321
	割合	7.2	17.4	69.2	6.2	100.0
ゲートキーパー	人数	25	43	237	16	321
	割合	7.8	13.4	73.8	5.0	100.0
盛岡いのちの電話	人数	50	132	124	15	321
	割合	15.6	41.1	38.6	4.7	100.0
こころの健康相談統一ダイヤル	人数	42	129	133	17	321
	割合	13.1	40.2	41.4	5.3	100.0
よりそいホットライン	人数	25	135	146	15	321
	割合	7.8	42.1	45.5	4.7	100.0
自殺予防週間/自殺対策強化月間	人数	40	140	126	15	321
	割合	12.5	43.6	39.3	4.7	100.0
自死遺族支援	人数	12	70	221	18	321
	割合	3.7	21.8	68.8	5.6	100.0
金ケ崎町自殺対策計画	人数	3	51	250	17	321
	割合	0.9	15.9	77.9	5.3	100.0



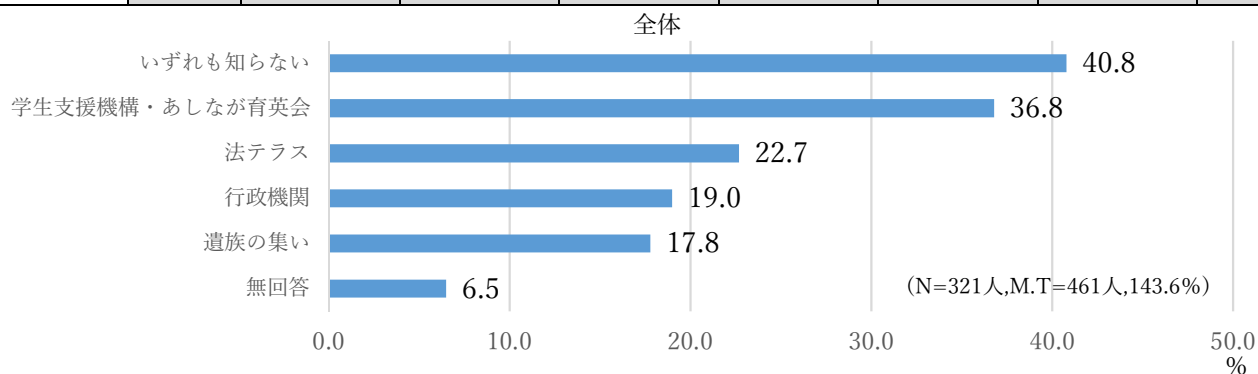
問30 あなたの周りで自殺（自死）をした方はいらっしゃいますか。（複数回答）

		同居の家族・親族	同居以外の家族・親族	友人	学校・職場関係者	近所の人	知人	その他	いない	無回答	合計
20歳代 18人	回答数	0	1	1	1	2	0	1	15	0	21
	割合	0.0	5.6	5.6	5.6	11.1	0.0	5.6	83.3	0.0	116.7
30歳代 38人	回答数	1	6	2	5	6	5	1	16	1	43
	割合	2.6	15.8	5.3	13.2	15.8	13.2	2.6	42.1	2.6	113.2
40歳代 55人	回答数	3	15	8	6	8	11	1	14	4	70
	割合	5.5	27.3	14.5	10.9	14.5	20.0	1.8	25.5	7.3	127.3
50歳代 53人	回答数	0	12	4	11	4	9	4	19	1	64
	割合	0.0	22.6	7.5	20.8	7.5	17.0	7.5	35.8	1.9	120.8
60歳代 68人	回答数	2	15	2	11	19	19	3	22	3	96
	割合	2.9	22.1	2.9	16.2	27.9	27.9	4.4	32.4	4.4	141.2
70歳代 82人	回答数	7	10	2	6	19	10	2	37	4	97
	割合	8.5	12.2	2.4	7.3	23.2	12.2	2.4	45.1	4.9	118.3
不明 7人	回答数	0	1	1	0	1	0	0	4	1	8
	割合	0.0	14.3	14.3	0.0	14.3	0.0	0.0	57.1	14.3	114.3
全体 321人	回答数	13	60	20	40	59	54	12	127	14	399
	割合	4.0	18.7	6.2	12.5	18.4	16.8	3.7	39.6	4.4	124.3



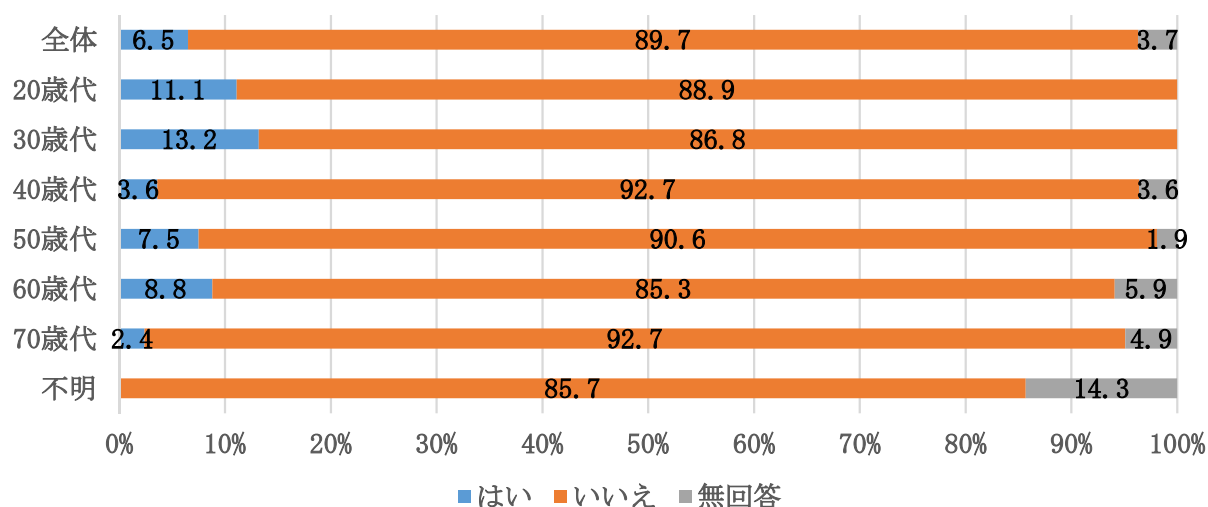
問31 自死遺族の支援について、知っているものがありますか。（複数回答）

		遺族の集い	法テラス	行政機関	学生支援機構・あしなが育英会	いずれも知らない	無回答	合計
20歳代 18人	回答数	4	3	2	4	12	0	25
	割合	22.2	16.7	11.1	22.2	66.7	0.0	138.9
30歳代 38人	回答数	4	1	2	8	25	2	42
	割合	10.5	2.6	5.3	21.1	65.8	5.3	110.5
40歳代 55人	回答数	15	15	14	22	15	2	83
	割合	27.3	27.3	25.5	40.0	27.3	3.6	150.9
50歳代 53人	回答数	11	16	16	19	23	2	87
	割合	20.8	30.2	30.2	35.8	43.4	3.8	164.2
60歳代 68人	回答数	11	19	11	30	24	4	99
	割合	16.2	27.9	16.2	44.1	35.3	5.9	145.6
70歳代 82人	回答数	12	18	16	35	27	10	118
	割合	14.6	22.0	19.5	42.7	32.9	12.2	143.9
不明 7人	回答数	0	1	0	0	5	1	7
	割合	0.0	14.3	0.0	0.0	71.4	14.3	100.0
全体 321人	回答数	57	73	61	118	131	21	461
	割合	17.8	22.7	19.0	36.8	40.8	6.5	143.6

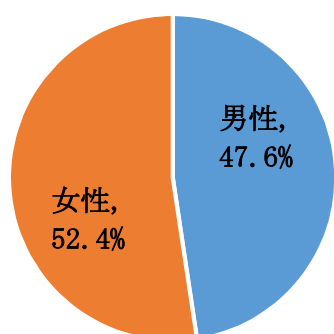


問 32 あなたは最近3年以内に自殺をしたいと考えたことはありますか。

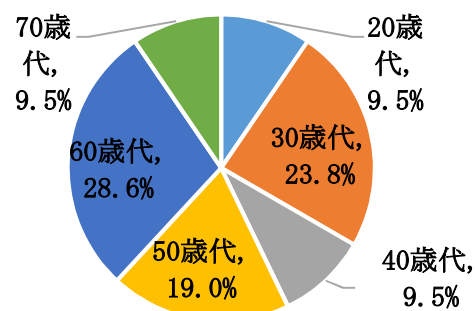
		はい	いいえ	無回答	合計
20歳代	人数	2	16	0	18
	割合	11.1	88.9	0.0	100.0
30歳代	人数	5	33	0	38
	割合	13.2	86.8	0.0	100.0
40歳代	人数	2	51	2	55
	割合	3.6	92.7	3.6	100.0
50歳代	人数	4	48	1	53
	割合	7.5	90.6	1.9	100.0
60歳代	人数	6	58	4	68
	割合	8.8	85.3	5.9	100.0
70歳代	人数	2	76	4	82
	割合	2.4	92.7	4.9	100.0
不明	人数	0	6	1	7
	割合	0.0	85.7	14.3	100.0
全体	人数	21	288	12	321
	割合	6.5	89.7	3.7	100.0



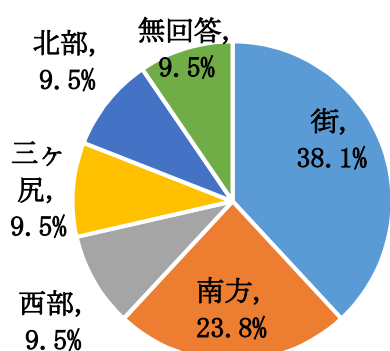
① 「はい」の内訳 (性別)



② 「はい」の内訳 (年代別)



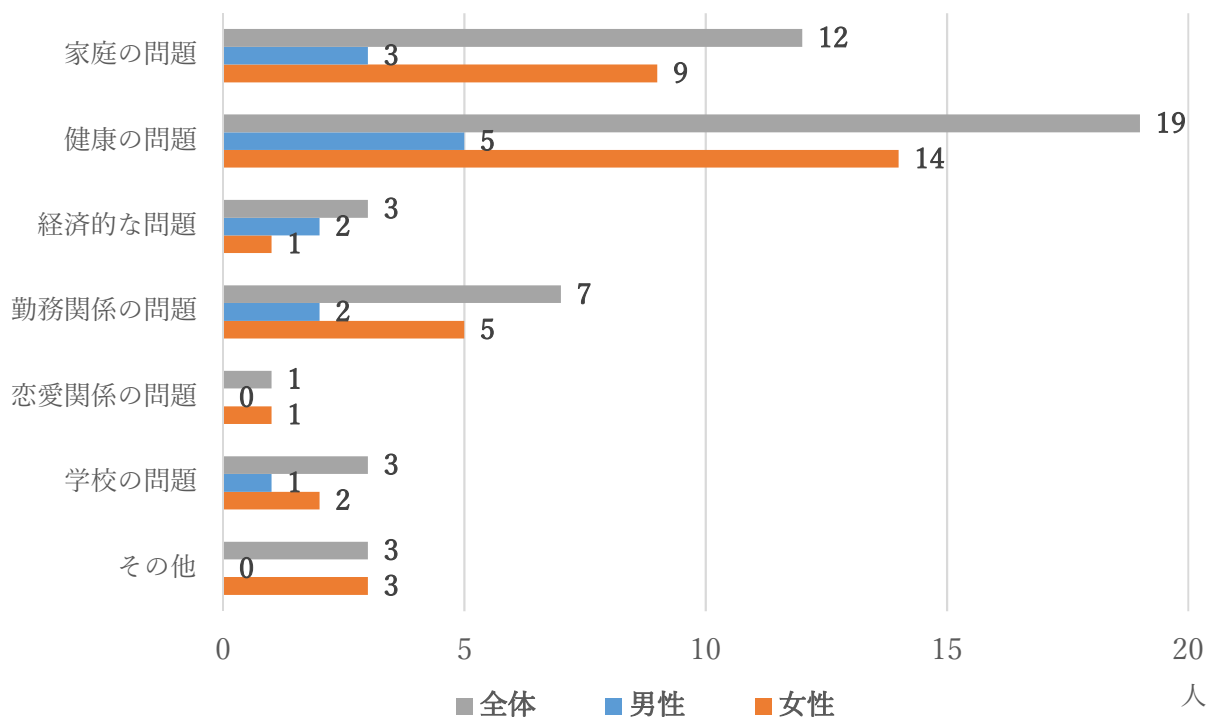
③ 「はい」の内訳 (地区別)





問 33 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。

		家族関係の不和	子育て	家族の介護・看病	自分の病気の悩み	身体の悩み	心の悩み	失業	生活困窮	仕事の不振	職場の人間関係	結婚を巡る悩み	いじめ	その他	合計
男性 10人	回答数	2	0	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	0	13
	割合	20.0	0.0	10.0	30.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	10.0	0.0	10.0	0.0	130.0
女性 11人	回答数	6	2	1	4	5	5	0	1	1	4	1	2	3	35
	割合	54.5	18.2	9.1	36.4	45.5	45.5	0.0	9.1	9.1	36.4	9.1	18.2	27.3	318.2
全体 21人	回答数	8	2	2	7	6	6	1	2	2	5	1	3	3	48
	割合	38.1	9.5	9.5	33.3	28.6	28.6	4.8	9.5	9.5	23.8	4.8	14.3	14.3	228.6



(その他の内容)

40代	不妊により子供がなく、義両親に申し訳ないため
50代	夫への不満
60代	ただなんとなく生きている意味がないような。
	何もかも心からめんどろになる。どうせいつかは死ぬ。

問 34 最後に、金ヶ崎町の健康づくりや自殺対策に関して、合意健またはご提言等がありましたら、ご自由にお書きください。

20代	子育てのアンケートもやってください☺
	交代勤務が多いので、昼でも寝られるような環境があれば、自律神経への負荷も減ると思います。実際に町内の音楽で起きたことが何回もあります。金ヶ崎町にも心療内科か精神科ができれば減ると思います。他だと予約までに1～2ヶ月かかったりするらしいので。
	健康づくりには、ダイエットのために始めて、やっていくうちに少しずつ体重もへりストレスなく続けられるのでうれしいです。
	健康づくりに関しては、高齢者向けと感じるし、そこ予算をかけていることに疑問を感じる。「健幸ポイント」というのを見たことがあるが、よくわからなかった。自殺対策については暗くなりがちで、そこに対応策を講じるより、子育て、教育、現役世代に対する予算にシフトすることで悩みが少なくなり、未来が明るくなることで自殺対策に遠まわりではあるがなと思う。(悩む原因の1つに明日への不安、金がないことも考えられるため。)
	小学生の頃、ある女子生徒1人からの不快な手紙を読んで自分は、その手紙が自分あてだった為に、パニックになり、2階の図書室のベランダ部分から自殺しようとしたことがある。しかし、当時の同級生2人に目撃され、止められた。その日、帰宅して、夜頃に当時の担任の先生が訪問して来た。それで、親と3人で話し合いになった。この手紙事件は、隠蔽等々に終わった。当時の校長の手によって。その女子生徒は、中学生の頃も散々いじめて来たし、今も、保育士として悠々と生きている。※このようなことを書いても、今となっては意味がない、過去の話。以上
30代	自治会費、自治会の行事が多過ぎて自殺しそうになります。自治会の班長の仕事が多く、仕事の他に無給で働かせられ、自殺したくなる。都会のように、名前だけの班長の仕事にして欲しい。行事は年寄り達の自己満足なのでは？若い人は共働き世帯が多く、休日は家族との時間を大切にしたいと思ってる。
	自殺を止められるのは真剣に相談できる人の存在だと思うので視野を広くして、色んな人と関わってほしい
	学校、職場の規則やルールを見直す。若い世代の声に耳を傾ける。上長や権力がある者の長期政権をやめる。(風通しを良くする)
	仰々しくしないで、軽い感じにしたらどうか。 色々な人が気軽に参加できるイベントのようなものがあったら良い
	保健士さんに親身に話をきいて頂いたことがあります。救われました。ありがとうございます。
	昨年、子供を出産しました。妊娠、産後の期間は、メンタルが、とても弱くなりましたが、相談ができる所がある事は知っていました。相談はしませんでした。メンタルが弱まっている時にそういう場があると知っているだけでも、安心でした。
	施策が目に入る機会や場所を徐々に増やしていく。
	周囲の関心が弱いので、もっと身近に感じてもらえるような町全体を巻き込んだアピールが大切だと感じる
	自分のように知らない人達が居ると思うので、もっと全体に知らせる努力(町内広報等の活用など)をしてほしいと思います。
40代	家には小さな子供がいます。学校の不登校が多い(町内)と聞く事があり少々不安に思います。不登校の理由はさまざまですが、子供に不安のある環境に居て欲しくないな・・・と願うばかりです。いじめから自殺等を考える子もいるとしたら、親としてできる事・助けてくれる人・助けてあげられる命・・・町でも守って欲しいです。
	だれかが何とかしてくれるという期待から、何ともならなかった時の落胆で、ますます気持ちが落ち込む
	死を考えた事がありますが、見知らぬ人との(ホットラインや相談等)接触は取りたくないほうなので、色々な支援があっても、何割の人が頼る事ができているのでしょうか。痛みは他人には知り得ないもの・・・頼って、他人との関係がうまくいかない→うまくいくようにしてくれるのか。頑張っても支払いに追われる→お金をくれるのですか？自殺はなくなると考えます。
	困った時、困まっている時に相談しても解決や負担軽減につながらることがない。話しをする場があっても、その先へつながるようになって欲しい
	私の考えで申し訳ないのですが、自殺してしまう方は逃げるという選択を知らないのだと思っていますし、相談窓口を知らないのだと思う。その方法を家庭なら親、職場なら総務に話をしても必要としている方にはとどいていない。ぜひもっと踏み込んどどけていただきたい。字が汚く申し訳ありません。
	昔と違い、外に出る人が減ってきている。金ヶ崎町で遊ぶとなったら、どこもない。(名所)散歩道や、公園や、人が多く集まれる場所が欲しいと思います。自治会の強制参加をやめてほしい。そんな時間はない
	仕事や生活、人間関係や趣味など充実していれば大体の悩みは生まれません。金ヶ崎が明るく開けた暮らしやすい街ならば、自殺はないでしょう。全て一度に改善できずとも、まずは住みたい街、ここで生きていきたいと若者が思ってくれる街作りを目指せば、自ずと年配の人も(全世代の人も)幸せなのではないでしょうか。
	知らない部分も多いのでもっと積極的に情報発信をしてほしい
	業務ではなく、心から他人全ての色々な幸せを想い、おせっかい(行動)する方が居ると良いですね。
	別紙 担当者様お疲れ様です。 ・私も医療の現場で仕事をしていますが、相手を思い、様々ケアをしてあげても、最終的に自殺をしてしまい、報われないことが多々あります。 職員の方々も、業務を通じて様々な支援を行っていらっしゃると思いますが、燃え尽き症候群にならないようにご注意願います。 ・少子高齢化のため、若い世代への金銭的な負担が山積みとなっています。 長生きしても、親類や身寄りのない方は「早く死にたい」とお話しする方が沢山いらっしゃいますので、健康福祉支援はしない方が、世のためになると考えるのは私だけでしょうか？

50代	健康は人生を豊かにします。そして、その健康は今まで歩んできた人生の積み重さねが作り上げたものだと思います。若い頃から健康を意識できれば良いですね。
	特に無し。自殺を予防できる社会の仕組みが必要
	町民と向き合ってください！
	同年代で気軽に話せる場、ネットワークを作り、1人ではないと思える様にして欲しい
	メンタルケアに関して極めて手薄と感じる。行政として本気で取組んでほしい。気軽に相談できて、なおかつ有効な対応を考えてほしい。
	自殺は、防ぐ事が出来る可能性は、あると考えます。自殺対策の事柄を、もっとアピールしてはどうかと思います。私は、知らない事が多かったから。
	金ケ崎町で、メンタルヘルス相談を行っていることすら知らずにおりましたが、そもそも町内での自殺者がどれほどいるのか？（人数、割合、他の自治体との比較など）を理解しておりません。ですから、町で自殺対策計画をすすめていると知り、やや驚いております（そんなに多かったのか？！と・・・）やはり年配の方が多いのでしょうか？現状を数字で周知するところからではないかと思います。
	自殺した人がいると周囲の人に悪影響があるので、なるべく防ぐようにしていった方がよい。
	自身が生きている価値の無い存在と思ってしまう「いつ死んでも良い」と考えてしまうことが度々あるので、「誰かに必要とされている、環境に居なければ『自殺』という選択をしてしまうと思うのです。行政が個人に対して存在価値を与えてあげられるなら、自殺者が減るかもしれません。
	みんなに知っていただけるようにアピール・対策を考え実行した方がいいと思います。
	色々な意味で住みやすい金ケ崎町にしてください。 ・生活保護は、甘すぎる。もっともっと大変な人が沢山いるのに・・・（タクシーで飲食店に来る人もいる。酒も飲みに来ている）
	健康づくり、自殺対策等の以前に住みやすい町にして欲しいです。コロナ禍、物価高で、生活が苦しいです。上下水道料金、税金を安くするとか。負担金（町社会福祉協議会、日本赤十字、赤い羽根、防犯協会、公衆衛生組合等、14件程あり）年間に、こんなに払わないと、ここに暮らせないのか！？と思います。負担金額を減らす事は出来ないのでしょうか？将来を担う子供の為にも対策をお願いしたいです。
	日頃のコミュニケーションが大切 気軽に相談できる窓口があるといい。
60代	人とのつながりを持つという事が大切だと思います。なるべくひとりにならない事、人と話す事、自分の楽しみを見つける事。
	気軽に地域・社会の人々に会ったり、コーヒ等を飲んだりする場所を設置してほしい。各センター・アークス・イオン等買物・バス待合場所に気楽にいつでも過ごせる喫茶・会話できる場所が絶対必要
	自殺対策等に自分の経験上、何か役立てることはあるのではないかと思うので協力したい。
	自殺する人って廻りも見えてないしまともな精神状態ではないので痛みとかも考える事もないから死ぬ人って死ぬ方向だけしか考えられなくなって八方ふさがりの状態になっているから相談窓口で電話して相談する人はまだまともだと思います
	気軽に話しかけ合える場があれば良いと思う。
	問2 9のa～iの機関が有ることを全く知りませんでした もっと町民にアピールしてほしいと思う。
	問3 1一言葉は聞いた事が有。内容はくわしく知らない。
	町内での自殺者は毎年何人位いるのですか。それ自体不明で対策といわれても？相談しても自死している人の割合は。
	隣人のいやがらせや、勝手にカーポートに車を止められたりした。また夜中になると（PM12：00～3：00ころ）、宗教的な音（〇〇学会）でねむれない（南荒巻、広川です。）最近ほぼ毎日です。警察に相談しようと考えています。
	自殺は考えた事がまったく無いので良く分かりません。
	自分が孤独だと思わない事 ・気持ちを強く持つ事
	相談しやすい場所（ネーミング・）プライバシー（他から見えない・聞こえない）の視的環境の工夫が現時点よりあって、“行きやすい” “話したくなる” 雰囲気もちろん “次の手” の情報提供に（より具体的な選択肢・一般人が理解しやすい、近づきやすい）があると良いと思います。
	理由、原因、様々だと思いますが、弱くなって心を賦活させることが、最大の課題です。社会的は対策とかカウンセリングは、重要だし本人の対策としては、とにかく、基本的に行動することにきつくとします。可能なら、とにかく、就労することを、考え、体を動かす。汗をかき、筋肉を活動させること。そこから、脳と精神状態も positive な方面へ向かうし、対策の基本になるのでは？と考えます。自殺を選択肢として選ぶには、何で社会的に恵まれているのにと残念なケースがあるのも、実情と思われます。心の強化と精神の negative な状態を回避するには、運動などを促進するキャンペーンなどが効果もあるし重要と思います。
自分の所以外は「見ない」「知らない」が当たり前になりつつあるが、これこそが人離れの原因だと思うので、その所に気づき、そこを修正する努力、実践活動が必要だ。	
対策を考えるあまり、いきすぎた多様性の対応は問題だと感じる。自殺を防ぐ優しい対策と云うより、基本的な社会のルールを守る為の指導や教育が必要と考えます。	
70代	現在はどうかかわからないが、10年前前に子供が役場のアルバイトに応募した際 面接官に うつ病治療中だが、具合が悪くなった時何か処置方法というか、時間のゆうづうができるか聞いた時、そのようなものはないと言われ、それ以来仕事につくことにとまどいというか、仕事するという意欲がわいていないような気がします。
	自殺を防いだ例を知りたい。
	健康づくりの第1は、良い睡眠を取る、食事にきおつける、心の悩みを聞いてあげるのが番だと思います。
	自治体の活動に参加する事 元気なあかしです。

<p>金ケ崎町は医療面では訪問診療、訪問介護、診療所、保健福祉センターと先生はじめ職員の方々も親切です。又福祉面でも、デイサービス、ショートサービス、介護サービス、入所面と充実していると思います。今後も本当に日本一住みやすい町となりますよう、きめ細やかに、町民のためによい町づくりをしていただきたいと思います。</p>
<p>金ケ崎町の自殺対策は目にしたことがない。マスコミ等で「一言声をかけよう」と訴えているが、親しい間でも微妙な問題ではないか。相談もせず死を忙ぐことはない。遺族も気持ちの在り方に悩むと思われる。</p>
<p>「健全なる精神は健全なる身体に宿る」と言われるように、健康づくりは大切です。そして、生きていくうえで、多くの困難がありますが、それに悲感せず、ささいなことにも感謝の気持ちを持ち、そうすれば、おのずと幸せになって行くのではないのでしょうか。それと健康づくりには、食事が大切です。いろいろ言われていますが、野菜等気をつけて取っているつもりです。</p>
<p>相談に来た人には寄り添い～積極的にしかるべき、かつ実効ある機関を紹介して上げる。（絶望を希望に変えてやるルート、手法が必要）</p>
<p>生きていくことに、何らかのつまづきを感じたり、思ったり、おもしろくないなあーとつぶやいたりすることは、誰れにでもあると思う。「その何らか」を小事の内に解消できる生活環境が身近にあれば、その何かが大事にならずにすむのではないか。人として生きていける生活環境を行政的に、地域的に、人という生物として、防止対策を提供していこうという意識が大事だと思う。※生きてくても生きながらえなかった沢山の人の支援に当たってきた者とし、五体満足な身体を大事にしてほしいと思っています。</p>
<p>～健康づくりについて～ どんなにいろいろなつどいがあっても、誘われたり近い場所でなければ高齢者は出かけられません。アクティブに行動してる人も知っていますが、「あ、あの人は特別だから」とのウワサをされると出かけられませんね。農業していると時間を見つける事が大変ですからね。世の中、『さわらぬ神にたたりなし』ですよ。</p>
<p>健康づくり、自殺対策等→ アンケート統計で意されるよう、結果報告を明記され、方針をしめしてもらいたい。アンケートがムダ、時間のムダ、経ヒのムダ、・・・等、ならぬようお願い致します。</p>
<p>アンケートで自殺防止対策は策定できない。 自殺を考えていた人の声を集めるべき。 自殺を考えている人は、長く暗いトンネルの中を彷徨っている気持ち。残された遺族の事など思いやる余裕はない。</p>
<p>光陰矢のごとしとよく言われます。 おいしい物を食べ、笑顔を忘れずあまり物事を考え過ぎずいやな事を忘れて1日1日を大切に過ごす事と私自身考えております。</p>
<p>7割の方がうつ感情を持っており、何んらかの要因があるとうつ気分→不眠・食欲不振・意識低下ひどくなるとうつ病となります。誰でもなる事を知っているか？がポイントになると思われますので、地域を廻って講演会等をして、まず家族がそれと気づく事が大切です。早めに専門医の診察を受ける様に勧めるべきです。</p>
<p>町の健康づくりの取組みは良くやられていると思いますが、自殺防止対策悩み相談等は、たまにTVでも見ますが、アドバイスの窓口等、皆さんが集まる場所にさりげなくあればと思います。（あまり公共の場所は私が知らないだけかもしれませんが）</p>
<p>ウォーキング、毎日簡単な運動、サイクリング等の健康づくりを定期周期にうながす。自殺対策→AI相談。死について病で亡くなった方の本や詩を広報で紹介するとか、学校や行政が忙しく時間をとれないところは印刷物を手にしてもらおうとかでしょうか。</p>
<p>町の健康づくりの事業に参加して10年近くになります。10代～50代前半まではスポーツ活動もしていましたが、62才時、交通事故に会い、1年半、病院、リハビリ病院の御世話をいただき、「自分の足で毎日歩く事に取り組み、町の健康事業に参加しています。「歩けるだけで幸い」と思い、毎日、町内各所、自分なりのコースを選び、1万歩以上歩いています。</p>
<p>もう少し気軽に遊び感覚で参加できるスポーツでも手芸的な事でもあれば楽しそうですね、高齢なのでその程度のことしかできないので…。</p>
<p>意見はありませんが老人会などでは皆さん大変よくやっているといます。</p>
<p>金ケ崎は他の市町村より健康に気遣ってくださっているように感じています。</p>
<p>金ケ崎町での元気100歳健康支援などいろいろな形で地域の皆さんもどんどん参加されているようですが、私はなかなか行けないので自分なりに健康でいられるように気をつけ努めています。</p>
<p>金ケ崎町は元気100才運動や、歩け歩け運動等、健康増進活動に頑張っていると思います。大変ご苦勞様です。</p>
<p>自治会の当番で班長ですが、町のコウホを回して歩くのが大変です（一人暮らしです）</p>
<p>森山総合運動公園の施設内での運動（常設教室）に参加していたが今はコロナということで、3月から中止となっていて困っている。何とか工夫して再開してほしいが、多分コロナが終息するまで再開する意思はないのではとあきらめています</p>
<p>概ねよくやっているといます。ご苦勞様です。</p>

金ケ崎町健幸増進計画（第3次）策定経過

年月日	内容
令和5年6月28日	令和5年度第1回金ケ崎町健康づくり推進協議会
令和5年10月10日 ～ 令和5年10月27日	健康づくり等に関する住民意識等調査
令和5年12月26日	令和5年度第2回金ケ崎町健康づくり推進協議会
令和6年2月1日	議員全員協議会
令和6年2月1日 ～ 令和6年2月10日	パブリックコメント実施
令和6年2月14日	令和5年度第3回金ケ崎町健康づくり推進協議会
令和6年2月29日	金ケ崎町福祉審議会

健康づくり推進協議会委員名簿

任期：令和5年4月1日～令和7年3月31日

職名	所属機関・団体	役職等	氏名
副会長	一般社団法人奥州医師会	ありすみ内科 クリニック院長	有住 純也
委員	一般社団法人 奥州歯科医師会	地域歯科保健委員会	岩淵 直泰
委員	社会福祉法人愛護会	金ヶ崎保育園 園長	松本 レイ子
委員	金ヶ崎町校長会	金ヶ崎町立西小学校 校長	青沼 徹
委員	金ヶ崎町自治会長 連絡協議会	理事	菊地 信夫
委員	金ヶ崎町食生活改善 推進員協議会	副会長	菊地 美春
委員	岩手ふるさと 農業協同組合	企画課	細目 明子
委員	金ヶ崎町商工会	事務局長	千葉 勝
会長	一般財団法人 金ヶ崎町生涯スポーツ事業団	事務局長	扇 良明
委員	岩手県奥州保健所	技術主幹兼保健課長	岩淵 恵子
委員	イオンスーパーセンター 金ヶ崎店	総務課長	及川 祐子
委員	老人の居場所 ねぎの花の会	世話人	松本 幸子

助言

オフィスたざわ株式会社 健康づくり総合アドバイザー・歯科医師 田沢 光正

---

金ヶ崎町健幸増進計画（第3次）

令和6年3月

金ヶ崎町保健福祉センター

〒029-4503 岩手県胆沢郡金ヶ崎町西根鑓水98番地  
電話 0197(44)4560 FAX 0197(44)4337

---