

# 平成24年度第2回モニター定期アンケート調査集計結果

＜平成24年9月実施＞

## 【調査テーマ】

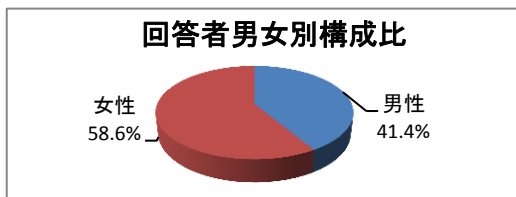
### 「心の健康づくり」について

自殺者数は、岩手県・雫石町ともに高い状況となっており、本町においては、平成18年から21年までの4年間は自殺者も減少しておりましたが、平成22年からまた増加傾向となっています。

これらの状況から、今回は「心の健康づくり」についてアンケート調査を実施いたしますのでご協力をお願いします。

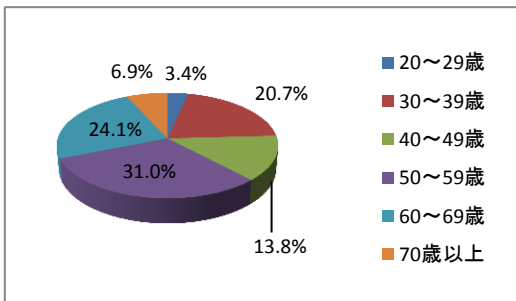
なお、併せて食育についての項目も2点ほど調査させていただきます。

### 【回答者数、回答率、構成比】



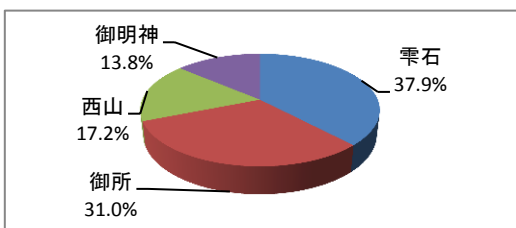
性別	モニター数	回答数	回答率	回答者構成比
男性	15人	12人	80.0%	41.4%
女性	17人	17人	100.0%	58.6%
計	32人	29人	90.6%	100.0%

### 【回答者年齢層別構成比】



年齢層	男性	女性	計	構成比
20～29歳	0人	1人	1人	3.4%
30～39歳	1人	5人	6人	20.7%
40～49歳	3人	1人	4人	13.8%
50～59歳	3人	6人	9人	31.0%
60～69歳	4人	3人	7人	24.1%
70歳以上	1人	1人	2人	6.9%
計	12人	17人	29人	100.0%

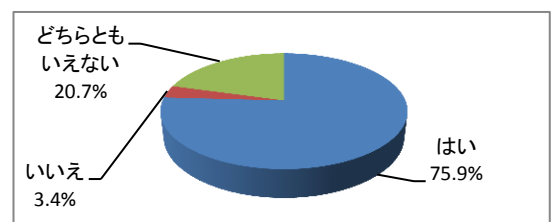
### 【回答者地区別構成比】



地区	男性	女性	計	構成比
雫石	4人	7人	11人	37.9%
御所	3人	6人	9人	31.0%
西山	1人	4人	5人	17.2%
御明神	4人	0人	4人	13.8%
計	12人	17人	29人	100.0%

## 問1 あなたは毎日が充実していますか。

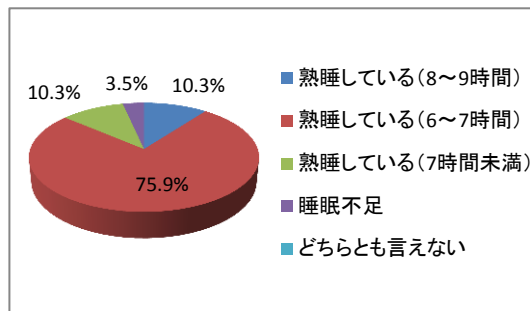
(該当するもの一つに○印)	回答数	構成比
はい	22人	75.9%
いいえ	1人	3.4%
どちらともいえない	6人	20.7%
計	29人	100.0%



全体の4分の3以上の75.9%(22人)が「充実している」と回答している。一方、「充実していない」は3.4%(1名)のみであった。

**問2 あなたは十分に睡眠が取れていますか。**

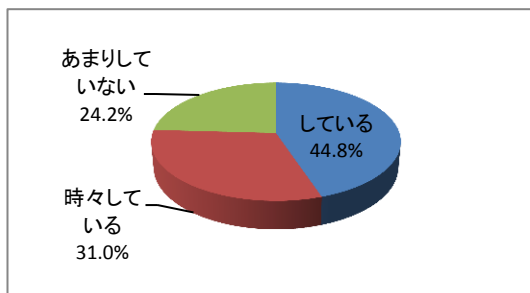
(該当するもの一つに○印)	回答数	構成比
熟睡している(8~9時間)	3人	10.3%
熟睡している(6~7時間)	22人	75.9%
熟睡している(7時間未満)	3人	10.3%
睡眠不足	1人	3.5%
どちらとも言えない	0人	0.0%
計	29人	100.0%



「熟睡している(6~7時間)」が75.9(22人)%で最も多く、「熟睡している(8~9時間)」10.3%(3人)、「熟睡している(7時間未満)」10.3%(3人)を合わせると96.5%(28人)が「熟睡している」と回答している。一方、「睡眠不足」は3.5%(1人)のみであった。

**問3 あなたは、心の健康づくりのためにストレスを解消していますか。**

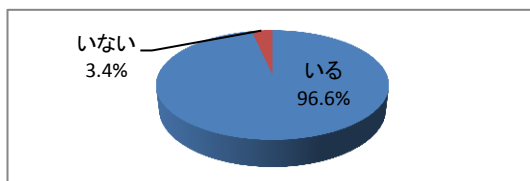
(該当するもの一つに○印)	回答数	構成比
している	13人	44.8%
時々している	9人	31.0%
あまりしていない	7人	24.2%
全くしていない(解消方法がない)	0人	0.0%
計	29人	100.0%



「している」が44.8%(13人)で最も多く、次に「時々している」31.0%(9人)、「あまりしていない」24.2%(7人)の順となっており、「全くしていない」は0人であった。

**問4 あなたには、心配ごとや悩みごとを相談できる人がいますか。**

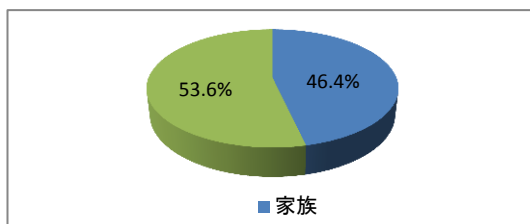
(該当するもの一つに○印)	回答数	比率
いる	28人	96.6%
いない	1人	3.4%
計	29人	100.0%



ほぼ全体の96.6%(28人)が「相談できる人がいる」と回答している。一方、「相談できる人がいない」は3.4%(1人)のみであった。

**問5 あなたには、心配ごとや悩みごとを相談できる相手は誰ですか。**

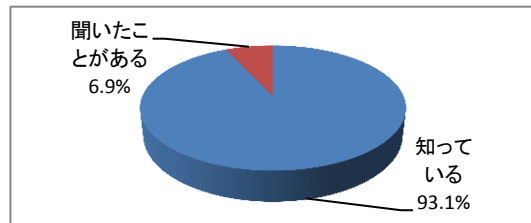
(該当するもの一つに○印)	回答数	比率
家族	13人	46.4%
家族以外	0人	0.0%
家族と家族以外に両方いる	15人	53.6%
計	28人	100.0%



「家族」と回答したのは46.4%(13人)で、「家族と家族以外に両方」と回答したのが51.7%(15人)であった。また、「家族以外」は0人であった。

**問6 あなたは、うつ病と自殺の関係が深いことを知っていますか。**

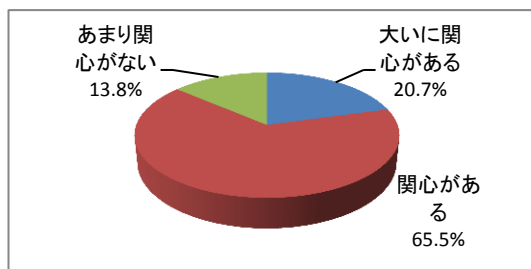
(該当するもの一つに○印)	回答数	比率
知っている	27人	93.1%
聞いたことがある	2人	6.9%
知らない	0人	0.0%
計	29人	100.0%



「知っている」と93.1%(27人)が回答している。また、「聞いたことがある」も6.9%(2人)となっており、「知らない」は0人であった。

**問7 あなたは、自殺予防に関心がありますか。**

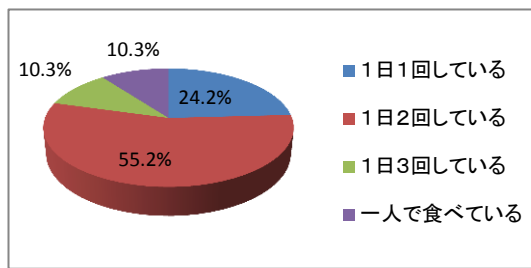
(該当するもの一つに○印)	回答数	比率
大いに関心がある	6人	20.7%
関心がある	19人	65.5%
あまり関心がない	4人	13.8%
全く関心がない	0人	0.0%
計	29人	100.0%



「関心がある」が65.5%(19人)で最も多く、「大いに関心がある」の20.7%(6人)を合わせると86.2%(25人)が「関心がある」と回答している。ただし、「あまり関心がない」も13.8%(4人)あった。また、「全く関心がない」は0人だった。

**問8 あなたの家では、家族揃って食事をしていますか。**

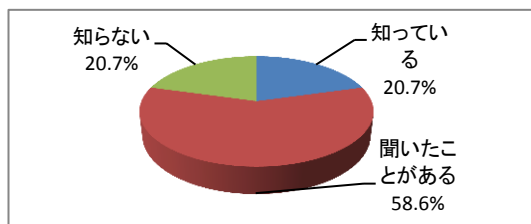
(該当するもの一つに○印)	回答数	比率
1日1回している	7人	24.2%
1日2回している	16人	55.2%
1日3回している	3人	10.3%
一人で食べている	3人	10.3%
計	29人	100.0%



「1日2回」が55.2%(16人)で最も多く、次に「1日1回」24.1%(7人)、「1日3回」10.3%(3人)の順となっており、「一人で食べている」は10.3%(3人)であった。

**問9 あなたは、6月が「食育月間」と定められていることを知っていますか。**

(該当するもの一つに○印)	回答数	比率
知っている	6人	20.7%
聞いたことがある	17人	58.6%
知らない	6人	20.7%
計	29人	100.0%



「知っている」と回答したのは20.7%(6人)であったが、「聞いたことがある」と58.6%(17人)が回答しており、合わせると全体の約8割となる。ただし、「知らない」も20.7%(6人)あった。