

自殺対策について

□調査期間 令和5年6月26日～7月7日

□調査の趣旨

全国では、毎年2万人を超える方が自殺で亡くられています。また和歌山市においても毎年60人前後の方が亡くられており、自殺は深刻な問題となっています。国では、9月10日の世界自殺予防デーに因んで、毎年9月10日から16日を「自殺予防週間」、自殺者数の多い3月を「自殺対策強化月間」とし、本市においても様々な普及啓発を行っています。自殺対策について、皆様のご意見をお聞きます。

□対象者数 1070 人(令和5年6月26日現在)

□回答者数 779 人

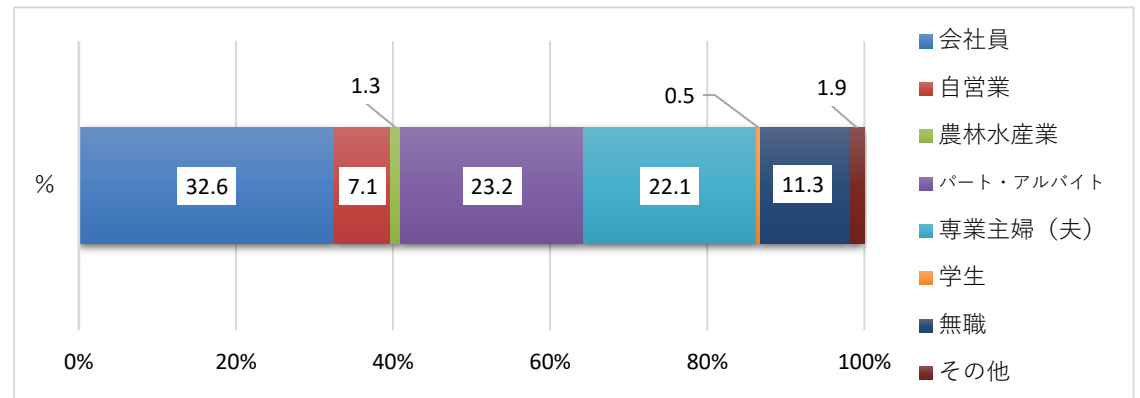
□回答率 72.8 %

(図および表中の比率は、少数点第2位を四捨五入して表示しています。したがって、内訳を合計しても100%に合致しない場合があります。)

【Q1】まずは、モニター情報を教えてください。

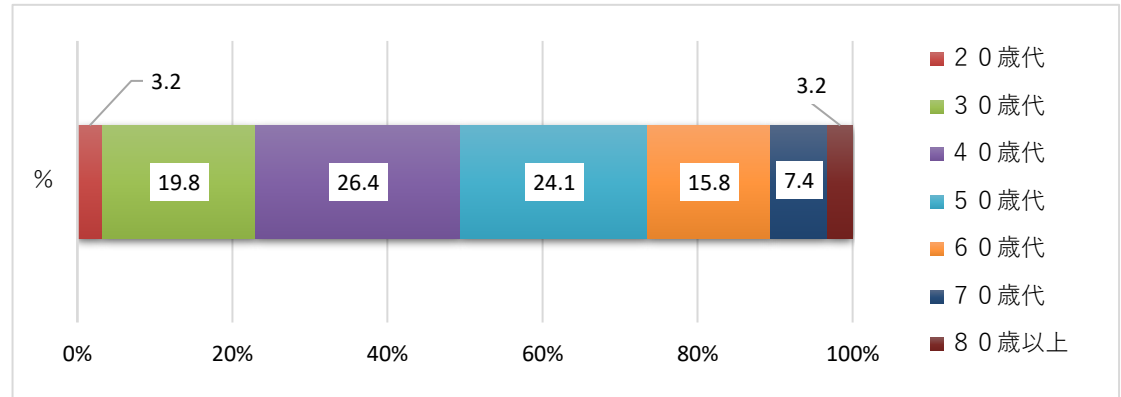
【職業】

内訳	人数	%
会社員	254	32.6
自営業	55	7.1
農林水産業	10	1.3
パート・アルバイト	181	23.2
専業主婦(夫)	172	22.1
学生	4	0.5
無職	88	11.3
その他	15	1.9
合計	779	100.0



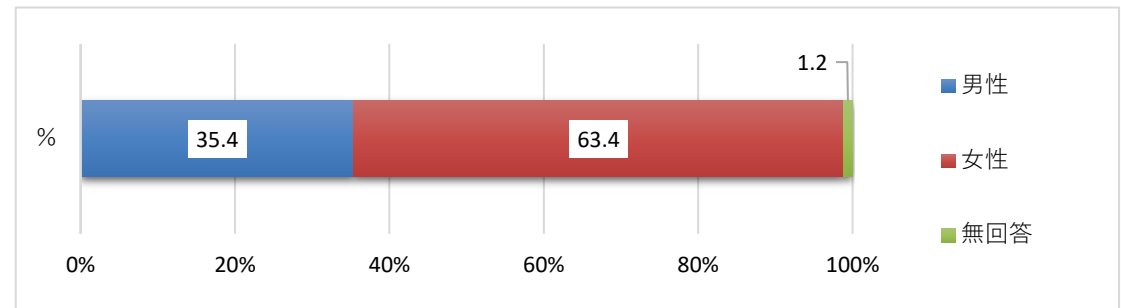
【年齢】

内訳	人数	%
10歳代	0	0.0
20歳代	25	3.2
30歳代	154	19.8
40歳代	206	26.4
50歳代	188	24.1
60歳代	123	15.8
70歳代	58	7.4
80歳以上	25	3.2
合計	779	99.9



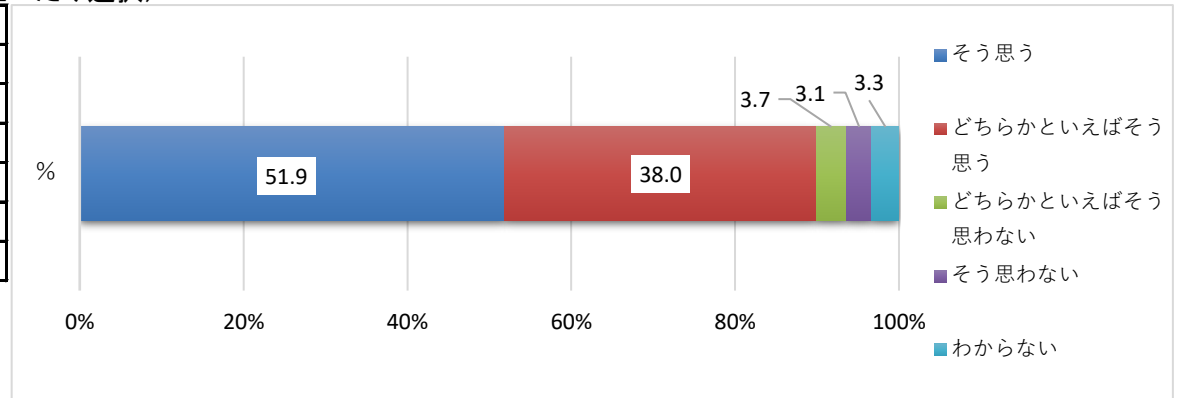
【性別】

内訳	人数	%
男性	276	35.4
女性	494	63.4
無回答	9	1.2
合計	779	100.0



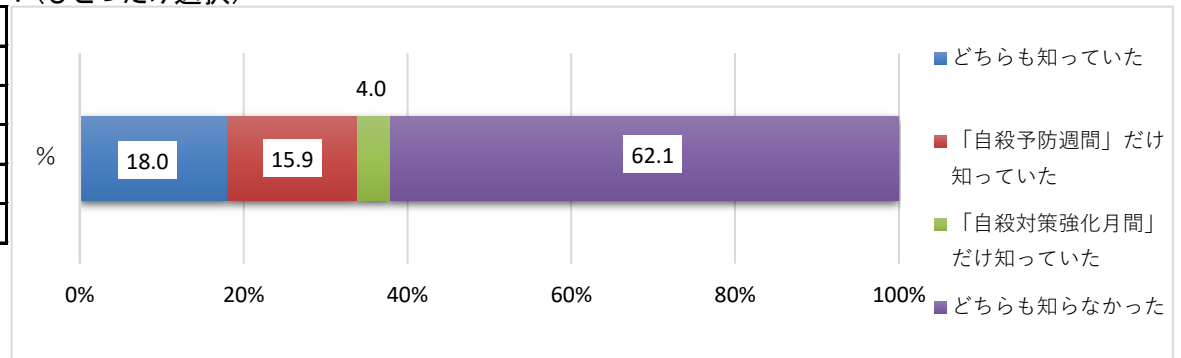
【Q2】自殺は社会的に取り組むべき問題だと思いませんか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
そう思う	404	51.9
どちらかといえばそう思う	296	38.0
どちらかといえばそう思わない	29	3.7
そう思わない	24	3.1
わからない	26	3.3
合計	779	100.0



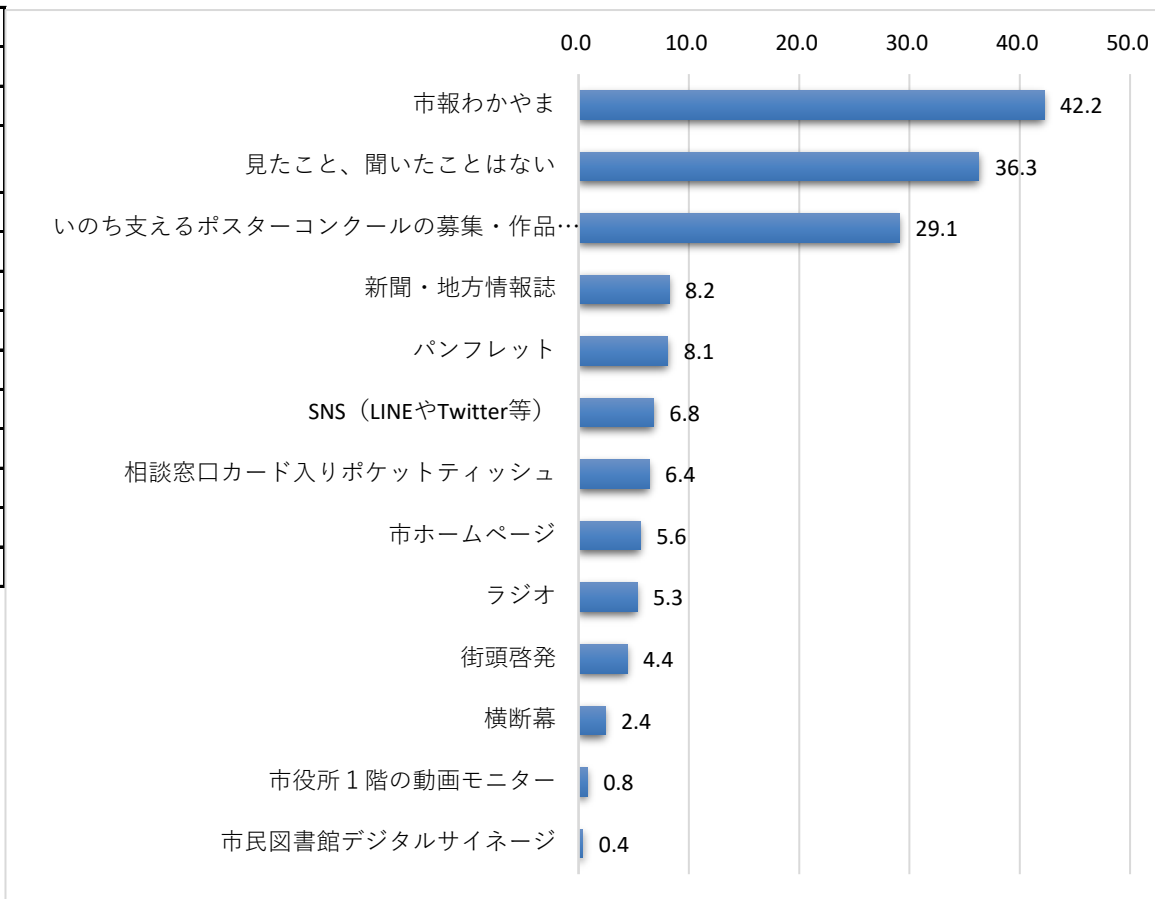
【Q3】「自殺予防週間」「自殺対策強化月間」を知っていましたか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
どちらも知っていた	140	18.0
「自殺予防週間」だけ知っていた	124	15.9
「自殺対策強化月間」だけ知っていた	31	4.0
どちらも知らなかった	484	62.1
合計	779	100.0



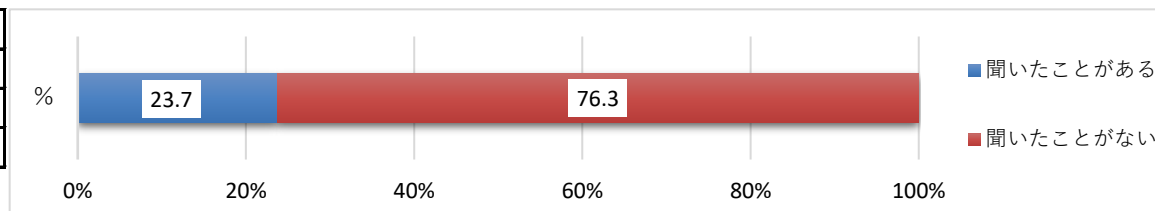
【Q4】和歌山市では自殺対策について、様々な方法で普及啓発を行っています。以下の普及啓発活動を見たこと、聞いたことはありますか？（あてはまるものを全て選択）

内訳	人数	%
市報わかやま	329	42.2
見たこと、聞いたことはない	283	36.3
いのち支えるポスターコンクールの募集・作品展示	227	29.1
新聞・地方情報誌	64	8.2
パンフレット	63	8.1
SNS（LINEやTwitter等）	53	6.8
相談窓口カード入りポケットティッシュ	50	6.4
市ホームページ	44	5.6
ラジオ	41	5.3
街頭啓発	34	4.4
横断幕	19	2.4
市役所1階の動画モニター	6	0.8
市民図書館デジタルサイネージ	3	0.4



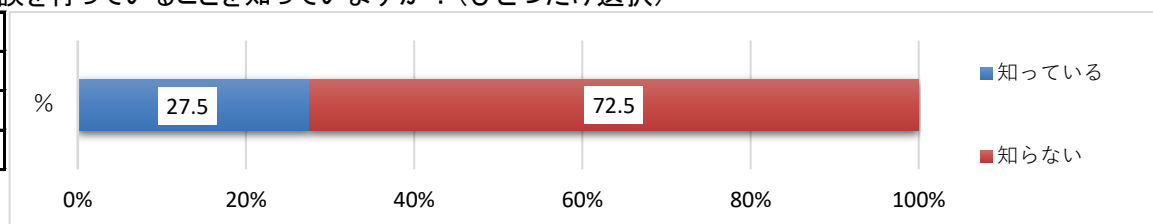
【Q5】自殺のリスクにつながるような悩みに気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなぎ、見守ることができる人を「ゲートキーパー」と言います。「ゲートキーパー」という言葉を聞いたことがありますか？

内訳	人数	%
聞いたことがある	185	23.7
聞いたことがない	594	76.3
合計	779	100.0



【Q6】和歌山市保健所では、精神保健福祉相談、うつ病夜間相談を行っていることを知っていますか？（ひとつだけ選択）

内訳	人数	%
知っている	214	27.5
知らない	565	72.5
合計	779	100.0



【Q7】自殺対策に関するご意見などありましたら、ご記入ください。（任意）

- 何も知らなかった事が分かった。少し遠い世界の話な気がして。でも、学生時代の友達が自殺したという話を聞いた時に、不思議な感じがした。最近ではネット配信で死にたいと主張する人が高頻度で出てきたり(オーバードーズ)、自殺配信なるものが行われていたり、自殺に関しても悪い意味で多様化しているので、今後の対応を強化する必要があると思います。今後の取り組みをお願い致します。
- 私自身、病気になり長い間うつ状態がつづきました。病気治療の為病院にも通っていましたが、うつ対策と思える相談窓口やパンフレット、ポスターなど見た事はありませんでした。1番身近に発見してくれそうな医師がもっと親身に相談ののってくれたら良いのにと感じていました。うつ状態から自殺に追い込まれる事も多いと思います。私は幸い家族や友人の支えがあり、うつ状態から抜け出せて回復しましたが、いつでも何時でも親身に話を聞いて相談を受けてくれる場所があると良いと思います。
- 24時間のチャット式の相談があればいいと思います。政府でも取り組んでいるみたいですが、繋がらないことが圧倒的に多いので。
- 結局、国か市が、もっと積極的に対策を練らないと無くならない！
- 対策も必要かもしれないけど、人の悩み・苦しみは、やはり本人にしかわからない。
- 残された者の気持ちを考えて、自殺はやめてほしい。
- まずは、自殺の原因を過去と最近の対比等の履歴を教えてください。
- まるで知らなくて、私のような知らない人が知ることができるアナウンスがあればなと思います。ただ、どういうツールがいいのか案がなくすみません。
- たのしいよのなかにすること。
- 金銭的な問題や友好関係が自殺と関係していると思います。本当に悩みがある人は助けてとサインは出さないし出せないのだと思います。もっと住みやすい生活しやすい金銭面でも、友好的にもなれば自殺したいと思う方はいなくなると思います。社会で取り残される事をなくす。物価高で、生活が不便になって行くことを緩和したり、自立した方ももっと周りに目を向けれるゆとりが必要です。会社は人をもっと雇用したくても、会社自体の売上げが低迷しているので人が居なくてもやとえない、負担がかかる精神的にも追い込まれる。雇われていても負担になり病む。雇われず仕事がなく生活出来ず困窮し病むそのまま仕事が出来ず困窮したままやむ負の連鎖です。
- 防止する為に社会として色々な事に取り組む事は必要であると思います。少しでも減る社会実現を願います。
- 以前よりいのちの電話という取り組みがあったが、SNSなど現代の状況に適した取り組みがもっと必要に感じます。
- 自殺まで考えてる人が、わざわざ相談窓口で相談するとは思えません。もちろん手段の1つとしてあるべきものだと思いますが。窓口を設置しているからと安心？するのではなくて、そこへ至るまでに、心を傷つける苦しい環境から逃げることも大切だと、逃げた先で別の自分をやり直したらいいんだと、子供の頃から教えてあげて、頭に根付くようにした方がいいのかなと思います。
- 学校、会社、個人営業でも、何がいけないのか、追い込むのかを議題に上げる取り組みをした方がいいと思う。

- 弱い立場の人が生きにくい世の中になっているので、世の中が生きやすくなればよいと思う。例えば、税金や生活の必要な事が値上がりして生活が苦しくなっていたり。働く所が少なかったり。未婚が多い事など。
- 正直本当に悩んだ時に市役所へ相談に行くという発想にならない。何となく皆さんその場限りで終わるイメージだし、担当部署が配置換えでコロコロ変わってイレギュラーな家庭環境の変化などに即座に答えをくれる人がそもそもいない。だけど、きちんとお世話してくれる人が必要な支援まで案内してくれるのなら頑張りたいと思います。
- 相談窓口やいのちの電話は繋がりにくく時間制限もある、もっと間口を広げなければ意味がないのでは。
- 日常的な雑談のなかで、日頃の悩みを解決するヒントを得る場所があるといいかもしれません。困り事があっても自ら行動的に動けない人は、あらたまって、相談窓口なんて行かないかなと思います。
- いざ自殺しようとしたときにまず保健所や相談窓口で相談しよう、という人はあまりいないのでは。大阪の駅にホーム柵があると飛び込み自殺抑止になると思う。和歌山市も補助金を出してホーム柵設置するなど？
- 誰かを自殺に追い込まない人や社会は実現するのは非常に難しいです。悩んでいる本人が誰かに話をする事で、自殺を思いとどまるようにするしかないのですが、誰かに相談するという行為がハードルが高い気がします。些細な内容の具体例を示して、いのちの電話等に気軽に電話してみようかと思えるようにできないものかと考えたりします。
- 年齢層もさまざまだし、問題点もさまざま。一概に「自殺対策」といっても、概念が広すぎて。
- 今まで周囲に自殺を選んだ人は居ません。自殺のサインに気づくことは大切だとは思いますが、現実はなかなか難しいと思います。
- 10代20代30代の若者の死亡原因の1位が自殺。これだけで日本の政治は失敗だったと言えるし国が頑張るべきことだと思う。人間関係に悩み命を絶つ若者がいる一方で、経済的に立ちいかなくなった若者～中年層が命を絶つことも多い。大学を卒業したらすぐに返済が始まる奨学金という名の学生ローン。正社員になる機会もなく低賃金や劣悪な労働環境に身を置く氷河期世代は、自己責任という言葉に傷つき想像以上に苦しんでいる。いますぐ奨学金の返済を国が免除すること、望めば正社員になれる制度、安定して住居に住める権利等、国に意見書を出すべきだ。啓発や相談も大事だが、経済的負担を軽くすることが彼らの命を守ることに直結すると思う。
- 相談者がいれば助かる命があると思います。市が相談窓口や相談者の聞き手を募っているのは知っていました。でも正直あまり関心は有りませんでした。大切な命皆でまもりたいものです。
- 自殺対策について知っていることはいのちの電話ぐらだったので、今後自分や身近な人がとても辛い状況になった時の為にも相談先など知っておこうと今回のアンケートで思いました。
- 悩んでいる人の話を聞いて解決策等を一緒に考える場所がある事を知ってもらうのが大事だと思う。
- 色々な対策があることを周知してほしいです。
- 孫が精神的疾患で引きこもり、働くことができません。やはり家族が見守り、関係機関と連携することが大切だと思います。
- 対策をあまり知らない。もっと相談しやすい環境が必要だと思う。
- 窓口をただ開設したら良いというものでもなく、専門的に心情をくみ取ってくれる心理士の方達が沢山いらっような相談窓口があり、それを広く周知する必要があると思う。相談したとて、適切な対応してもらえない事があると、更に精神を傷つけたり追い込んだりする事に繋がる。きっちり寄り添って話を聞いて、適切なアドバイスが出来る人が必要。
- 難しい問題ですが、自殺を考えている人が、気軽に相談出来る、例えばLINEなどで相談出来るシステムがあれば、その事をスーパーなどのトイレなどに貼って啓発活動をするとういと思います。

- 気軽に相談できる人がいても、病気でどうしようもない人もいるかも。その場で思い止まったとしても解決しがたい問題が続いていく。適切な医療に繋いでいくことも必要と感じる。
- カウンセリングなど、学校職場に駆け込みができる場を設けてあげて欲しい。
- 自殺のニュースを詳しく報道しない
- 自殺願望のある人に、どの様に接すればいいか解らず、普段から自殺をほのめかす行動、言葉が聞ければ、自分が誰かに相談する事を勧めるが、多分誰の意見も聞くことはないと思います。計画的行動を予防するには難しいが、人間は生きる権利があることを心に持ち、病気等で余命宣告されている方や、宣告されていなくても病気で、苦しんでいる人の事を考える余裕を持たなければならない。人は、一人では生きていけない。あるアイドルのコンサートの挨拶で、「生きていてくれて有難う。」この言葉が、忘れられません。
- 誰もが心を病んでしまうことがあるため、万が一の無料相談ができるフリーダイヤルの紹介は必要だと思います。職場で案内されたものしか知らないため、行政でも周知していただけるとありがたいです。
- 自殺に至るまでには、長い時間を経て自尊心が損なわれ、仕事、家族友人、健康、財産を失ったことが想像されるので、孤独や孤立を防ぐ施策や職業紹介など包括的な支援が必要と思う。
- 困った時に、話だけでも聞いてくれる相手が必要だと思います。
- 自殺する方は、鬱病からの方が多いと思いますが、鬱病の方が外出する機会は多くはないのかなと感じます。必ず行く、スーパーやコンビニ等で鬱の情報をチラシで置く等、なんとかその方達に情報が目につくように出来ないかなと感じます。
- 本当に難しい問題であり、一言で言い表すことができないと想います。ただ、どんなに時代が移り変わろうとも、人が生きる限り、助け合うことが大切だと考えます。この立ち位置で、関わりを持てれば、少しでも役立つことができるのでは。
- 背景にコロナ禍での環境の厳しさ、就業率の悪さ、国債情勢に起因する様々な問題があると思うので引き続きよろしくお願いします。
- 個々で細かく異なる思いがあるので、必要な事なのはもちろんですが、一括で取り上げるのは危険でもあると不安も感じます。
- 幼少期から自己肯定感を高める、気持ちのコントロールの方法等、少しずつレッスンをしたいです。
- 貧困と、SNSの誹謗中傷が主原因では？
- コロナ以降に特に企業倒産、税負担増など経済状況悪化し、お金がなく生きる希望をなくした。経済的に豊かにすることこそ対策になる。
- 根本的な社会の見直しが必要ではないでしょうか？もちろん今悩んでいる方々に手を差し伸べることも大切ですが、昨今とても弱者には生きづらい世の中のような気がします。学校でも型にはまっていないとはじかれるし、仕事も多様化して求められない人、粹にはまらない人には相当バイタリティと家族・社会の支えがないと超えていけない世の中です。暖かく迎えてくれる場の提供とそのような生きづらさを悩んでいる方々に対する偏見をもっと取り除けるような社会づくりが必要であると思います。多様性社会と言われますがLGBT問題以外にももっと内面的に多様な問題を抱えていける人々に寄り添える場を提供できたらいいと思います。
- 本当に自殺する人は誰にも相談せずに突然自殺すると思います。私のいところは誰にも相談せずに突然自殺しました。そういう人が少しでも救われるような取り組みを望みます。
- 経済的に限界を感じ、自殺してしまう人がいる。頑張ってもどうしようもない時に助けてもらえる制度があり、その事を周知出来るようにしてもらえればと思います。
- 根本的な悩みが解消されないと防げないと思う。
- いつもと違う疲れ方をしていると早めに医療機関に行くようにすすめる。
- 学生だけでなく、社会人の自殺まで行かずとも、悩みを抱える人を減らすことが大切だと思います。
- 一般論としては賛成ながら、成熟社会では病気など様々な理由で自らの命の有りようを選択できる権利も考慮する時代ではないか。

- 様子のおかしい人に対して、話を聞く、話し掛ける勇気が必要だと思います。自分の声掛けが引き金になって余計に悲劇的な結果になるかもと思うと、なかなか勇気を出して声を掛ける事が出来ないかも知れない
- 自殺要因は星の数のごとく有り、それぞれの事象に対応するためには行政としての対策には限界が有る様に思います。家庭、親族、友人、地域、との良好な関わりを如何に保つかが重要だと考えます。コミュニケーションが密に図れるようなシステム作りを皆に呼びかけて見ませんか？市民一人ひとりが発信出来る機会を考えられませんか？
- 自殺の理由は様々。市政や他人が干渉して改善されるとは思えない。突発的な自殺衝動が起こったときにいちいち窓口に相談などとしていられない。
- よく言われるのが経済的な問題と精神的な問題。経済的な問題の諸悪の根源は財務省設置法代3条、4条。精神的な問題は主にうつ病かと思います。うつ病は脳の神経伝達の機能の低下が主な原因だと思います。うつ病に関する大規模で科学的な疫学調査が必要だと思います。まだ、原因がハッキリしないように見受けられます。
- 自殺対策はもっとすべきだと思います。
- 悩んでいる本人が相談できれば一番いいのですが、自殺してしまう人ほど相談できない場合が多い気がします。仕事先や学校など周りの人が様子におかしいことに気づいたとき声掛けできるようにゲートキーパーの周知や講習会を開いてできる人を一般的に増やしていけばいいなと思います。
- 自殺のニュースがテレビで流れる度に、心の相談はこちらへというようなテロップが流れたり、神妙な顔をしたアナウンサーが淡々とコメントを読むのを見かけます。その度に、きっと相談が必要な人にはこのメッセージは届かないだろうなと思います。普段から鬱々とした気持ちを抱えていて、ある時それが爆発してしまうという感じに近いのではないのでしょうか。真面目に淡々とコメントを出すのではなく、普段から口ずさめるような明るくキャッチーなフレーズで、無意識に思い出すくらいに記憶に残るようなアピールが必要だと思います。自殺を助長せず、苦しくてどうしようもない時には気軽に連絡してとか、ふと思いつけるような感じが良いです。
- 子供自殺は特に予防に力入れて頂きたい。貧困問題、いじめ問題からお願いします
- 自殺対策は社会的孤立、孤独が大きな理由だと思う。
- 本人が精神的に気づいていなかったら、周囲が気を付けたり、見守ったりしないとダメだと思います。
- 原因が仕事のストレスに起因すると保健所で対応になるが、貧困でも同様対応なのかが不明。
- 現代社会はコミュニケーションの不足があると思う。もう少し若者や高齢者を交えた会話交流の場を作ると良いのでは？
- 駆け込み寺みたいな場所があればいい。
- 広報活動の強化
- 家族に自殺者が居ます。自殺は突発的なことが多く普段生活していても見抜けない場合があると思います。ですので自治体広報で啓蒙してもその効果は限定的に思えます。非常に難しいかもしれませんが教育機関において命の大切さを学習・習得させる活動を通じて将来の自殺者を減らすという長期的な視点での活動もお願いいたします。
- SNS等の監視・規制を強化する。
- 今日までの間に自殺したいような問題に何度か遭遇したが、その都度、なぜこんなことが起こるのか、解決の糸口はないか考えてみた。その時釈尊の言葉の中に次のようなものがあった「三界は唯心の諸元」(周りに起こる現象は全てあなたの心が作り出している)と従って解決できない問題は無いと悟った。どんな難しい問題も解決できないことはない。
- 役所ときめないで、すべての社会全体で相談を行うべきで、行事等の開催時に何となく相談を受け付ける場所を設けるべき。改まって相談受け付けますではよって
- いじめ同様自殺は動物としての宿命。しかし、減らすことは可能だと思います。

- 小学生から高校生の時に気持ちの整理の仕方や前向きになるためのヒントなどを教えたり、心が弱いときの対処方法や相談する機関を覚えておくと大人になってからも思い出して自殺の抑止力になると思います。
- ちょっとあやしい人がいた場合(身内や友人、知り合い)に、私達ができる事を教えてほしいです。
- 昭和時代後期から「核家族化」と言う言葉と共に、孤独になることが増えてます。全ての年代においても孤独にならない生活文化を醸成すべきです。その為に例えば、義務教育の一環として中学生は全員寮生活とする！のはいかがでしょう。この経験により共同生活を楽しめる子供を育てれば孤独になることが減り、人格形成にもなり自殺対策になります。郊外や山間部の廃校を利用してやれば村おこしにもなり一石二鳥です。やってる市も有るそうです。和歌山にも打ってつけの方法です。研究してください。
- 以前は自殺する人は弱い人だと思っていたが、世の中が複雑になりいろんな悩みが増えてきたように思う。精神保健福祉相談、うつ病夜間相談のような施設があることをもっと広く認知させていくべき。
- 心が病んでしまい、夜中に経験した事のない不安感?孤独感に襲われて、すがるような思いで電話をかけた経験がありますが、電話は全く繋がらず世の中に見捨てられたような気持ちになった経験があります。人手が足りないのはわかります。資格のない人は出来ない事も分かります。しかし、誰かに繋がられるだけで救われる気持ちがあります。電話相談のチラシをくばるのなら、必ず繋がれるような仕組みになってくれることを祈ります。
- 国や自治体の積極的な啓発活動の効果もあり、自殺者数は年々減少傾向にある。今後も啓発活動は重要と考えると同時に、孤立させない環境を作ることも大事かと考えるので、自助・共助を中心としたネットワークの構築が最終的に自殺対策に繋がってくると考えます。
- みんなの切実な声を取り上げた番組をもっと企画、放送するべきだと思う。誰もがみんな同じような悩みを持って生きてることを、知らせてあげて欲しいです。
- 相談できる環境やコミュニティなどあれば良いが、まずは思い悩む前に手軽に相談できる環境や周りのサポートでケアをすることが大切だと思います。
- 人と人の繋がりが希薄であったり、変化に家族や学校やご近所などの人が関心をもって、気づけていける人であれば良いのかと。
- 産後うつの自殺対策の一環として、無料おむつ宅配訪問などの子育て家庭へのサポートが大切だと思います。
- どうしたらいいのか全くわからないので専門家の皆さんが対策などを積極的に発信してほしい。
- 時間が余るから余計なことを考えてしまい、ネガティブな考えになるのだと考えています。何かに打ち込んだり体を疲れさせる、例えばスポーツすることや昼夜逆転の生活を正すだけで改善すると思います。
- 子供のいじめによる自殺をなんとしても無くしたい。
- 何事も教育が大切なので、小中学校での自殺防止の啓蒙や悩み相談の紹介などに加えて個々の児童生徒に寄り添った悩みの聞き取りなどの活動を一層強化するべき。
- 相談できる仕組み、相談できる環境があれば、自殺せずに済むひとも増えるかもしれません。和歌山市でも多くの仕組み、啓発を行っているのですね。申し訳ありませんが、どれも知りませんでした。
- 自殺を「個人の精神疾患」とする考えや対策は、誤りだと思う。誰もが、生活苦に追い込まれない福祉策を充実すべきだ。
- 私は中学生の頃に自殺をすべく色々調べたことがあります。10年以上昔で、ネットは掲示板が流行っていた時代でした。リアルな人に相談はせず、見ず知らずの人の意見や体験談を参考にしました。今はSNSが強い時代なので、自殺の情報を集めるならSNSやAI技術を使った情報収集に力を入れると自殺したい人を拾いやすいかと思います。
- 鬱病から自殺に向かう人が多いように思います。病を抱える人を救える対策をとることが、自殺者の減少につながると思います。

- 自殺は結果にすぎなくて、そこに至るまでのストッパーが一番大事です。和歌山市の精神福祉に関する広報活動、キャンペーンなどが少なすぎます。私自身が依存症によって精神福祉のお世話になっている身です。何度も自殺を考えて、未遂も何度もしました。そうならないような予防キャンペーン、周知、方法はたくさんあると思います。もっともっとやってほしい。
- 1、大切なのは自殺リスクの高いグループをしっかりと分析し、例えば高齢者、元受刑者、ジェンダーアイデンティティに起因する者、多感な若者など、リスクグループに焦点を当てた予防活動が重要。2、自殺場所や方法を分析し、予防のための環境整備が必要。3、リスクグループに対し、メンタルヘルスについての啓発や専門的なサービスが受けやすい環境整備が必要。4、社会的孤立を防ぐための工夫が必要。5、積極的に無料あるいは格安で身体を動かせる運動プログラムを薦める政策が必要。そのためにも公営の超大型の運動施設の建設が期待されます。
- 自分のやりたい仕事を持つ。
- もっと広く宣伝してほしい。知らない人が多いと思う。
- いじめ、経済苦がほとんどの理由だと思う。いじめは学校、教育委員会、保護者しっかり向き合うべき、経済苦は働いても働いても税金に持っていかれ、十分な生活ができない、住宅ローンが払えないなど。
- 学校、市役所、地域のボランティアなどが連携して、よろず相談所的な仕組みを作り、啓蒙活動を行っていくべきだ。
- 六月は、年間で一番、仕事でもヒヤリハットやアクシデントも多いと聞きます。それほど、心身ともに、五月病を超えても、まだ不安定な方が多いからかなと思います。死ぬことにより、大事な日本の財産である人間を失うということだから、何とか国全体で自死を防いでいけたら。
- 今朝の新聞にも載ってましたが2013年には全国で3万人以上の自殺者がいて、経済の低迷も大きく影響しているので、やはり景気対策が大事だと考えます。
- LINEやネットを活用した新たな仕組みが必要。
- 和歌山市保健所では、精神保健福祉相談、うつ病夜間相談を行っているようですが、自殺は精神疾患のせいなのですか？他の要因も考慮するべきだと思います。
- ニュース等で見るいじめなどによる自殺が1件でもなくなるよう啓発して欲しいです。
- 自身が、うつ病患者です。正直言うと和歌山は精神障害者に対する扱いは低いです。ゲートキーパーの説明会も見に行きましたが、来てる方々やる気がなく談話して食事して楽しむ感じで、本気で自殺志望してしまう患者をどう立ち直らせるかをまともに話しておらず落胆しました。
- なかなか個人的な事情がありますが、私はこれで解決しましたなどの経験談などを募集して定期的に広報してはどうか？
- 本当に他人に対して優しい気持ちを持った人が少なくなっている。小さい頃からの教育を考え直さないといけないと思う。
- 物価高騰に対して所得が全く追いついていない。自殺対策のキャンペーンも必要だとは思いますが、それ以前に豊かに生活をしていける行政の支援が必要。住民税非課税世帯ばかり支援があるが、課税世帯も物価高騰で苦しいのは同じ。
- 不安、不明、悩み、困ってる事案(金銭を含め)、迷惑、等ジャンルにこだわることなく「よろず相談」の窓口の設置で何でも相談出来て最良の結果を導いてくれる窓口の設置してあるのですか？
- 自殺にはいじめ、生活苦等の問題と心の病気もあると思いますが、どちらにしても話が出来て聞いてあげられる環境があれば良いかなと思います。
- 人員が、足りているのでしょうか。不足の場合は、早急に育成に取り組んで頂ければと思っています。
- 精神的な事は目に見えづらく悩まれてる方も多いんだと思います。有難いことに私の近い方々にはそういう方がおられず、ほんとの(ひとごと)という認識がないのが実情です。広く社会に行き渡りそういう悩みのない社会へと導いていてもらえたらと思います。
- 悩み事を気軽に相談できるツールの設置と窓口に認知活動。人のつながり、地域活動も必要かと。

- 私も自殺を実行しようとして両親は「植物状態になることを覚悟して下さい」と医師に云われたほど重篤になったことが在ります。死のう、とするパワーは凄く「強い」ものです。真剣に「死のう」とする人間のパワーの強さは凄まじいです。今はそんな気も無いですし後遺症も一切無いですが、そんな人間が世の中に普通に多い、と云うことをもっと知って頂きたいです。
- 励ますよりも近日のやるべきことやれることをアドバイスしてあげてすこしずつ前へ進めるよう、日にち経過大事です。
- 「自殺対策」という言葉に違和感がある。「自殺予防」だと、単純に自殺を防ぎたいのだと思うが、「自殺対策」と聞くと、「あまりに多くの市民(国民)に自殺されると行政(国)が困るので、手を打たざるをえない」というニュアンスを感じてしまう。自分はお上の対策の対象なのかと思うと、情けなくて、逆に助けてもらってたまるかという気持ちになってしまう。死にたくなかったことなどないエリートさんたちが考えた用語なのだろうなという感想を持った。国が定めた言葉であっても、市は敢えて使わないという選択肢もあるのでは。
- 本当に悩んでいる場合、誰にも言えないことの方が多いので周りの人も、いつもと少しでも様子が違うことに気付けることが大事だと思う。
- 自殺したいひとは相談しようと思わないから難しい。
- 自殺は社会的に取り組むべき問題だとは思いますが、対応を誤ると、追い込んでしまう危険がある。相談方法を明確にすべきかと。
- 以前、深夜にも関わらず電話にて親身に話を聞いてくださいました。その節は本当にありがとうございました。
- 当初は自分が弱いから、自己責任の問題だと考えていたが、自殺に追い込む社会的環境をなくすため、その整備・充実を図っていくことが行政としての課題であると思うようになった。
- 保健所の相談窓口は児童相談所と同じで、すべて受け身の体制になっている。各地の児相も事件になれば「もっと深く対処すべきであった」というコメントで終わり、また同じ事件が何回も繰り返され、同じコメントに終始している。市の精神保健福祉相談、うつ病夜間相談の窓口は当事者が自殺しても事件や表沙汰にならないから、果たして自殺者の未然防止に役立っているのか疑問。看板だけ掛けているのが現状である。机に座ってパソコンを見ているだけの相談所や相談窓口なら不要。
- 皆で取り組む問題であると共に家族や地域等で、何かおかしい、いつもと違うと気づけるコミュニティーや施策づくりに取り組むことも重要ではないかと思う。
- 対策もありますが、自殺は本人次第の時もある。相談に乗ってあげても自分の考えを変えようとしめない人もある。
- 地域単位での駆け込み寺のようなものがあればよい。
- 啓発活動だけでは、無理でしょう。
- 生きている喜び、生きる意義などの哲学的啓蒙がもっと多く発信する必要があると思う。
- 国の対策電話相談のテレビ放映はたまにニュースなどで有名人の自殺の時に案内してありますが、地方自治体な活動アピールは届いてないように感じます。
- 気軽に相談できる場所があれば安心だと思います。
- 自殺を止める、思いとどまらせる事は大変難しいと思います。自殺を本当に無意識に考えている人は余り他に相談しないと思うからです。思い悩んで誰かに聞いて欲しいこたえがほしいと思っている人はポスターやラジオ、冊子等を見て電話してみようかと思えますけど、でも一步手前で電話掛けて見ようかなと思うのは目に着くところ貼り紙等がある事だと思う。私は診療内科とかには行った事が無いので良くはわかりませんが、そんな病院にも貼り紙とかしてないんでしょうか？診療内科等に通っている人は無意識に自殺しているかもとおもうので。
- 気軽に行ける、連絡できる方法をもっと困っているだろう人(予備軍)にも届くようにしたらいいのでは、自分は大丈夫と思っていたら、一気に落ちてしまうこともあるだろうからきっかけは大事だと思う。

- 「死にたい」と思う理由は様々ですが、特に学生のように若年層が自殺行為に至るのは、本人自身の見えている世界が狭くなっているからで、もっと別の世界（環境）へ身を寄せる術や逃げ場所を常に誰かが発信してあげ、自分の命を粗末にしない選択肢を大人たちが与えてあげなくてはならないと思う。世界はもっと広くて自由で、きっとあなたを受け入れてくれる場所や人は必ずいる（ある）と小さい頃から言ってあげる行為が大切なのではないのでしょうか。
- わたしが自殺したいと思っても、多分周りの人に相談する事は無いだろうと思います。聞いてもらえるか自信がないです。驚かれて、まわりに噂されるだけではないかと思ってしまいます。
- 周囲の人の声掛けなどが大切だと思う。しかし、どのような声掛けが必要なのか、良い方法がわからないままです。
- 死にたいと思うほど追い込まれてからでは対策が遅いのではないか。そこまで追い込まれる前に助けを求めたり、時には逃げたりできる環境作りをしていかないといけないと思う。
- 奨学金が払えないから自殺する、という人がいる。なので、奨学金の代わりに大学も無償化しようという流れもあるが、それはおかしいと思う。「奨学金」と銘打った借金なのだから、ちゃんと返済すべきではと。なので、高校生に対し、「大学に行きたいのなら奨学金制度がありますよ」と勧めるより、「奨学金という名の借金です。払えなくなるかもと思うのなら無理して進学せず就職しましょう」と指導すべきではと思う。親も子どもを大学に行かせるだけのお金を貯められないのなら、無理して子どもを産む必要はないと思う。
- 悩みを相談するのが当たり前になるようになれば自殺が少しでも救えると思います。でもどこに相談したら良いのかわからないと思います。
- 楽しい生活ができるように暮らしやすい街づくりをすれば自殺者0にはならないが減っていくのではと思います。
- 誰も信用出来なくなり、話しかけもして貰えなくなり、自殺に追いやられるケースが大半、学生だと責任感ある先生の気量が問われる。家庭環境が招くケースだと、立ち入り保護する必要がある。官公庁の電話相談窓口は対策が甘い。
- ひとりで考え込まないように、話を聞いてあげたり相談できることが大切と思う。そういう場所の充実が大切と思う。どこに相談すればいいのかわからないと思う人も多いと思う。
- 人生終わりにしたいくらい気力のない人を自殺はよくないからという建前だけで助けられたとしても、その後のフォローがなければ、辛いのはその人だけじゃないかと思っています。
- 経済的な行き詰まり、精神的な行き詰まりなど理由はさまざまだろうが、最終的な手段として自殺してしまう方は、孤独な場合が多い。予備軍にアクセスできるサポートのしくみがあるといい。
- まさに変なことを考えていました。うつ病夜間相談に行ってみようかなと思いました。
- 私自身、精神疾患で自殺未遂の経験がありますが、今の取り組みでは正直、何の役にも立たないと思っています。啓発も大事ですが、相談したいと思ったら待機時間なく医療機関にかかれる体制が必要です（今は1週間から数か月待ちが普通）。希死念慮には緊急受診できる体制が必要です。
- 駅のプラットフォームでそれらしき人を多く目にするようになりました。ひしひしと感じる昨今ですね。
- 自殺するに至る経緯にもよるかも知れないが、貧困やいじめなどの問題解決により防げるのなら、困った時にどこをどう頼ったら良いのかの啓蒙も頑張りたいです。いじめは犯罪、と学校でももっと伝えるべきだし、いじめられた側がやむなく転校するのではなく、いじめた側を転校させたり、保健室登校とかにさせたら良いのと思います。
- 本当に辛くなったら電話もかけられない。電話はかけづらいけどラインやメール、チャットなら相談しやすいと思う。
- 行政が一丸となって取り組む必要があるし、夜間の電話も定員を増加したり、手当をあげてあげてほしいです。命の電話もボランティアとききます。
- もっと幅広くなにかできる対策を行なっていただけると良いのかなと思います。
- この次にされがちな対応して下さる職員の方のフォローアップが大切だと思います。

- 自殺はいじめ対応などの弱さと経済的支援の弱さが改善されない限り、改善することはない。精神的・経済的余裕がある人が自殺しますか？よく考えて下さい。全て市民がまずは経済的余裕を持てば、一定程度改善はされます。
- 知人や会社など社会全体で取り組む必要があると思うし、私みたいに色々な相談してくれる組織があるの知らなかったから、もっとアピールする必要があると思う。
- 自殺を考える人は他に相談せず亡くなる方が多いので、そこにどう働きかけるかではないかと思う。
- 自殺対策も必要だとは思いますが、孤独や収入を改善する対策の方が優先度が高い気がします。
- 気軽にラインでチャット相談
- 最低賃金を上げないで欲しいです。
- 相談窓口の相談員さんはきちんと資格を持っていたり、セミナー受講などされている方でしょうか？以前別の相談窓口を利用した際は何もわかってないんだな、と絶望したことがあったので窓口を置くらちゃんに対応できる方を雇ってほしいです。
- 自殺を企図する人は、容易に他人には相談できないものです。なので周りにいる人、とりわけ家族の気付きが重要です。自殺企図者のサインを見分ける方法などを学校や職場でも周知することを要望したい。
- 自殺してしまうのは周りに相談出来る人が居ないからだと思います。和歌山市でも色々対策していたのですね、気づきませんでした。新聞読まないテレビも見ない人に気づいてもらうのが先決ですね。インスタなどの広告みたいに寄せたら良いのですが難しいですね。
- 死にたいこともあるが、個人の問題だと思っている。相談しても、解決しなさそうなので、しない人が多いと思う。
- いのちの電話、受ける人数を増やして給与面も優遇しないといけない。
- 理由に人間関係や金銭など色々あると思いますが、相談した後の例などを表示すると相談しやすいと思います。
- ゲートキーパーになる方法を知りたい。個人で。
- 自分自身、産後うつになり自殺願望がある時がありました、和歌山市からも産後のケアや支援金など増やして支えて欲しいなと思いました。
- まずは、誰かに聞いてもらうのが必要だと思います。気軽に話せるのには、面と向かっては難しいのではないのでしょうか。
- 誰かに話出来る環境が整っていたら、対策になる。
- 児童虐待に対する強化もお願いします！
- 何かお手伝い出来る事が有れば是非とも参加したい。
- 相談しやすい窓口とその周知に力を入れる。
- 人間関係の関わり方が、昔は深すぎたが今は薄い事が仇になっている気がします。コミュニケーションを取りやすい場があればとも思いますが、悩んでる方はその場に来る事も苦しいと思うと難しいですね。朝の占いみたいに、夜に1日頑張った褒め言葉を聞くだけでも勇気がでるかも？
- それぞれの悩みに対応するのは難しい。
- 誰にでも起こり得る問題。結局行政は他人事として窓口を設けてるだけな気がする。解決手段が金銭問題とかだとどうすることもできないし、何かしらの支援があればいいのと思う。
- 学校、職場、ご近所の身近な人が気づいてあげられる、しんどそうにしている人に優しい声をかけてあげる。改善が見られないようなら、福祉の専門の窓口を紹介してあげる。そんなことができる社会でありたいと思います。
- もっと周知を徹底すべきだと思う。

- 成人の自殺については自分の意思で踏みとどまってほしいが、子供の自殺は大人が防げるんじゃないかと思う。イジメだと、学校や先生、教育委員会。家庭環境が原因だと、学校や行政など。子供の自殺はほぼイジメだと思う。イジメにあった子が逃げるのではなく、いじめた子の心の治療が必要。いじめる方が普段通りの生活を送れ、いじめられた子が命を落とすなんておかしい。イジメ専用加害者の校正施設があればいい。
- 自分の経験から言うと、死にたくなるときには関係機関に自発相談する気力は既がない。
- 全くそのような活動を知らなかったの、知っていたら良かったと思っています。知っていたら活用していたと思います。自宅には市報も県民のとも届かないし、ホームページも忙しくて見る機会がないのでなかなか知る術がありません。どうしたら良いのでしょうか？和歌山テレビを見ていたら分かったのでしょうか？
- 気軽に相談しようとしてもどこに相談したらいいのかわからない人がいるのではないのでしょうか。住みづらい時代になってきたのかもしれない。勝ち組だの負け組だのマスコミの影響も多々あるかと思えます。
- 昔通り静かに騒がない方が少なくすんだように思う。今や情報が表に出ると余計、同じようなことが増えて真似したりするので。
- 各種取り組み活動の啓蒙普及促進。
- 自殺はとてもデリケートな個人の問題なのでどのくらい相手に踏み込んでいいのかわかりません。しかし話を聞いて一緒に解決策を考える事も大切かと思う。県や市が電話やスマホなどで相談窓口をもっと展開してくれて色々な方を集めて相談してくる方の話が良く理解出来る人材雇用も考えてくれたら苦しんでいる方々はもっと頼れるのではないかと感じます。難しいとは思いますが少しずつ考えて欲しいですね。
- 本人の同意がないと動けないと市の職員が言わないで欲しい。
- 取り残されたり、一人ぼっちだったり、人より劣っていると感じた気持ちにりなった時に自殺願望が芽生えてしまうのだと思う。人と関わりたいけど、怖いと感じたりする時にはネットから繋がるのが良いと思うが、気持ちが落ち込んでいる時にネットもしたくないかもしれない。家族がいれば家族から対策を考えていくのがベストだと思う。
- 自殺は心の問題ではなく生活の問題だという視点を持って欲しい。
- 追い込まれる状態の人の特徴は、普段から人に相談したり自分の事を話す機会も無く、苦手な方が多いと思います。何事も無い普段の生活から、人と話す機会を作るワークショップ等を開催したり心を解放する場を作ってあげる事が大事だと感じます。
- 非常にセンシティブな問題で、正解のない世界だと思います。
- 人の心の深層などは把握の仕様がないう。誰にも関わりたいくない人もいるだろうし、非常にデリケートな問題だと思う。以前、友人が命を経った経験あり。
- やはり、雇用を増やし給料をあげる(税金を下げる)ことが多くの自殺対策につながると思います。あとは、海外のようにカウンセラーと話す環境が普通になればいい
- 本人が悩みを口にする事は難しいが定期的に話を聞く習慣を周囲の人が持つことで対策になるのでは。
- 自殺対策も大事だろうが、まずは財政健全化や市民の生活水準の向上が先決だ。

お忙しい中、アンケート調査にご協力いただきありがとうございました。

皆さまからいただきました貴重なご意見・ご回答を参考に、本市の自殺対策を推進していきたいと考えております。

中でも、問5と問6の回答結果につきましては、第2期和歌山市のち支える自殺対策計画を策定する上での指標として活用させていただきます。

今後とも皆さまのご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。