

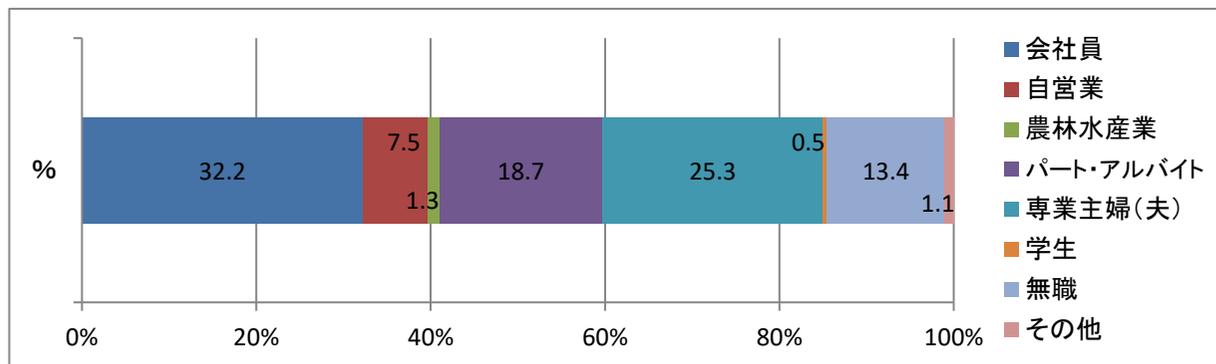
## 自殺対策について

- 調査期間                   平成30年9月3日～平成30年9月14日
- 調査の趣旨                自殺対策について、皆様のご意見をお聞きます。
- 対象者数                   690 人(平成30年9月3日現在)
- 回答者数                   546 人
- 回答率                      79.1 %

(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。)

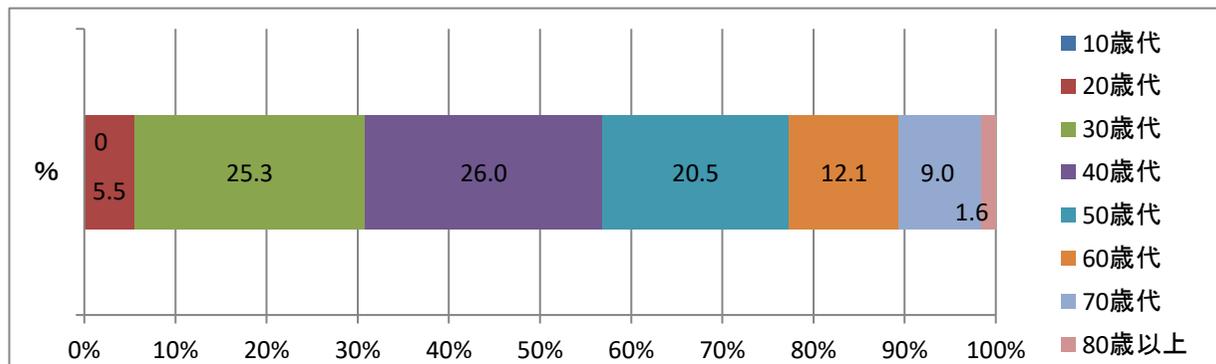
### 【職業】

内訳	人数	%
会社員	176	32.2
自営業	41	7.5
農林水産業	7	1.3
パート・アルバイト	102	18.7
専業主婦(夫)	138	25.3
学生	3	0.5
無職	73	13.4
その他	6	1.1
合計	546	100.0



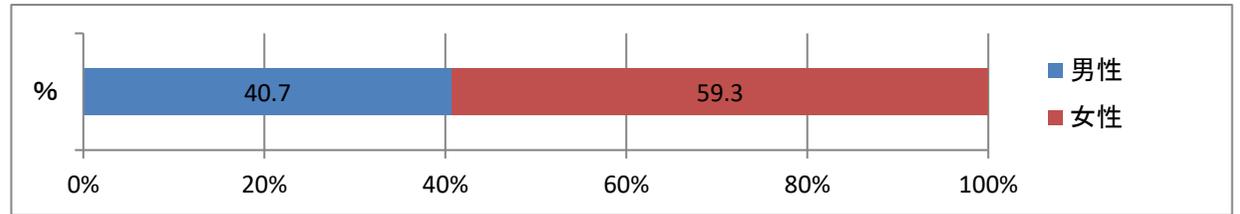
### 【年齢】

内訳	人数	%
10歳代	0	0
20歳代	30	5.5
30歳代	138	25.3
40歳代	142	26.0
50歳代	112	20.5
60歳代	66	12.1
70歳代	49	9.0
80歳以上	9	1.6
合計	546	100.0



【性別】

内訳	人数	%
男性	222	40.7
女性	324	59.3
合計	546	100.0

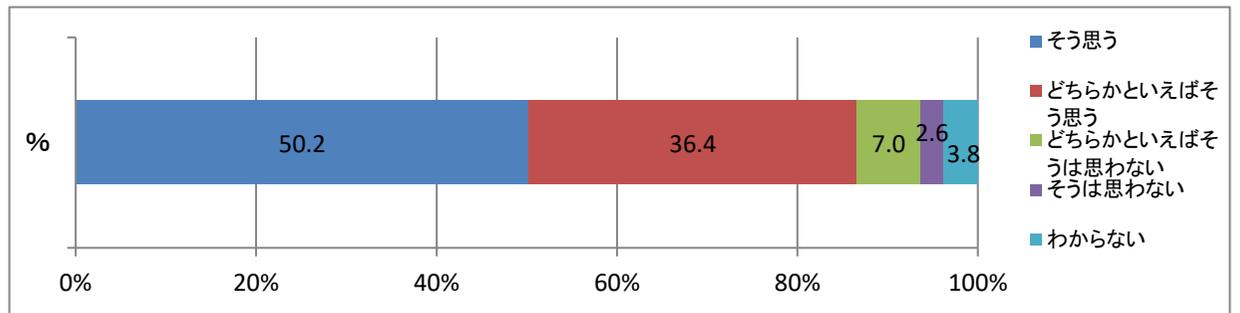


【導入】

全国では、毎年2万人を超える方が自殺で亡くなられています。また、和歌山市においては約80の方が亡くなられており、自殺は深刻な問題となっています。  
本市では、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9月16日までの1週間を「自殺予防週間」、月別自殺者数の多い3月を「自殺対策強化月間」として普及啓発を行っています。

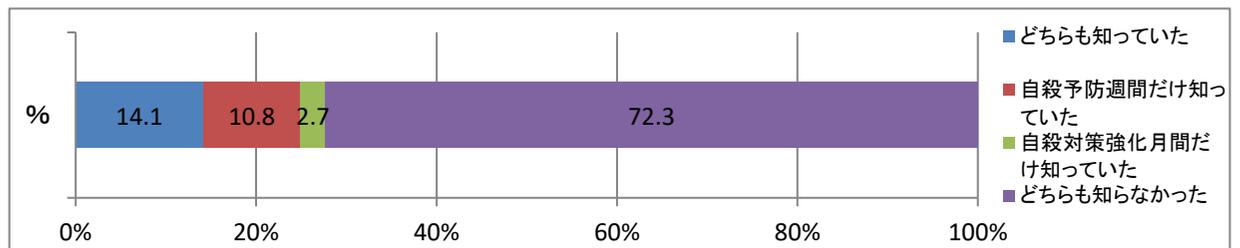
【問1】 自殺は社会的に取り組むべき問題だと思いますか？

内訳	人数	%
そう思う	274	50.2
どちらかといえばそう思う	199	36.4
どちらかといえばそうは思わない	38	7.0
そうは思わない	14	2.6
わからない	21	3.8
合計	546	100.0



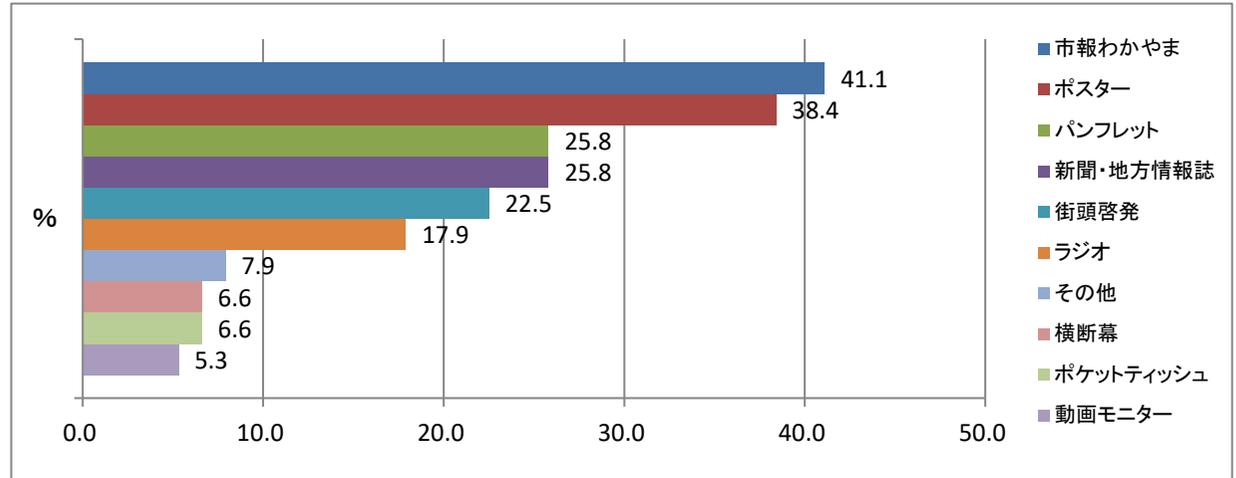
【問2】 「自殺予防週間」、「自殺対策強化月間」を知っていましたか？

内訳	人数	%
どちらも知っていた	77	14.1
自殺予防週間だけ知っていた	59	10.8
自殺対策強化月間だけ知っていた	15	2.7
どちらも知らなかった	395	72.3
合計	546	99.9



【問2-1】 問2で「どちらも知っていた」「自殺予防週間だけ知っていた」「自殺対策強化月間だけ知っていた」と答えた方にお聞きします。どのようにして知りましたか？（該当者151人）

内訳	人数	%
市報わかやま	62	41.1
いのちをつなぐポスターコンクール の募集、展示	58	38.4
パンフレット	39	25.8
新聞・地方情報誌	39	25.8
街頭啓発	34	22.5
ラジオ	27	17.9
その他	12	7.9
横断幕	10	6.6
相談窓口カード入りポケット ティッシュ	10	6.6
市役所1階の動画モニター	8	5.3

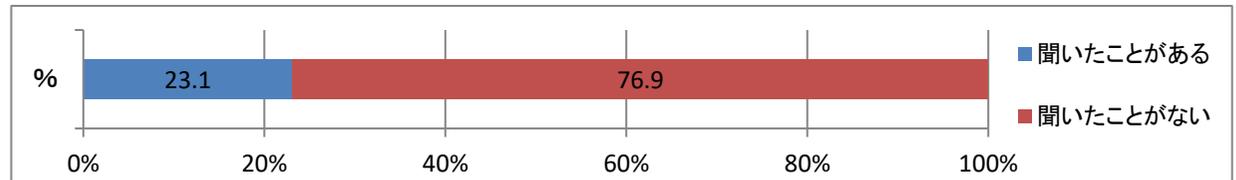


【問2-2】 「その他」と回答された方は、詳しくご記入ください。（該当者12人）

インターネット 他2人  
 テレビ 他1人  
 書籍  
 病院内のポスター  
 特に何で知ったかは記憶にない。ただ、その時期が自殺がきわめて多い時期ですね。  
 今は、子育て中のため休業していますが、臨床心理士として、相談に関わっていたため。

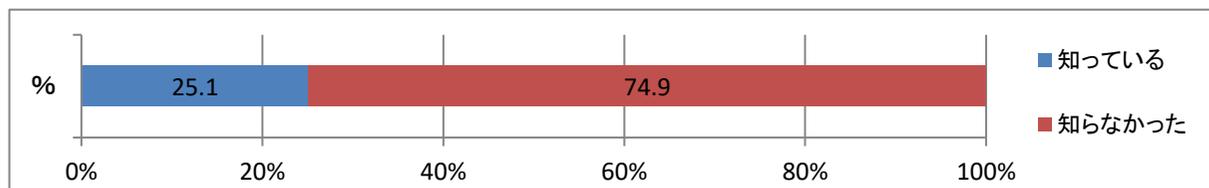
【問3】 自殺の危険を示すサインや悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなぎ、見守ることができる人を「ゲートキーパー」と言います。この言葉を聞いたことがありますか？

内訳	人数	%
聞いたことがある	126	23.1
聞いたことがない	420	76.9
合計	546	100.0



【問4】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？

内訳	人数	%
知っている	137	25.1
知らなかった	409	74.9
合計	546	100.0



【問5】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。

自身が持っている悩みの解放の糸口が見つかるような周囲の関わりがあればいいと思う。心も体も孤独ではない環境があればいいと思う。

白浜の三段壁みたいに、自殺されやすい場所には何か歯止めになるような連絡先とか看板を設置してほしい。知人が和歌浦で飛び降り自殺をしたので、最後に何か思いとどまることができればよかったのと思います。

1人にならない周りを巻き込める人なら自殺の考えにはいたりづらと思うのでとにかくなんでも人に話すことが大事。

自殺対策をどんどん強化をしていくべきだと思う。全く知らなかった。

本当に悩んでる人は人に相談出来ない。相談出来ないから死を選んでしまうんだと思う。相談出来る窓口がありますだけでは対策にはならない。何人亡くなっただけでなく、亡くなった方がどんな状況にあったのか、どうして自殺を選ばないといけなかったのか、役所の方は現状を把握されているのでしょうか。残された家族への援助も気になります。

身近な人にうつ病の方見えました。うつ病夜間相談の話すればよかったです。

一人で抱えている人は社会とつながっていない人が多く、救いたくても救えない。今は人付き合いが希薄でご近所もどんな方が住んでおられるか知らないことも多い。コミュニケーションをはかれる何かがあればいいと思う。

自殺するほどの気持ちになっている時に、少しでも目につく場所(病院や駅、スーパー、コンビニなど)に自殺を思いとどまる言葉や連絡先などを記したポスターやステッカーを貼るとか、テレビ和歌山、和歌山放送のラジオなどでも少し話しかけるとかすれば良いかと思います。

自殺しようとする前に相談できる相手がいるといいが、ない場合もある。そんなときに公的機関で相談してもいいことをもっと周知できればいいと思う。

自殺対策も必要だと思いますが、人それぞれに悩みもストレスもあります。私も鬱の経験がありますが、相談したいとは思わなかったし、精神科で薬もらっても改善されなかった。自分が変わらないかぎり自殺は無くならないと思います。

ゲートキーパーをうけました。もっと、全体的に広げていけたらと思います。

自殺する要因は人それぞれ様々あるので、対策を立てるのは非常に難しいと思います。

いじめによる自殺は何としても防止して欲しい。学校、家庭、行政 同じ責任である。学校、教育委員会は常に連携を取り責任のなすりつけあいは絶対にあってはならない。

行政よりもっと身近なところにそういった支援機関があればいいなと思います。結局は行政が設置なり補助金なり出すことになるとは思いますが、行政に支援を求められる人なら自殺はしないのでは。救いの手があるということを知らない人が多いと思います。

相談する場があっても、それを活用する気力があるかどうかとおもう。人にやさしい、失敗してもまたトライできる社会であってほしい。

若者の自殺は痛ましい。いじめ、不登校など対策としてほしいです。

臨床心理士の活躍に期待したいです。

対処療法で自殺をしてしまう人の救助とともに、そこに至ってしまった悪い社会的背景の撲滅も重要だと思います。何でも相談してと日ごろは言いながら、いざ相談すると逃げたり嫌な顔をする人が多いように思います。人とはそういうものです。根本的な原因の除去が必要でしょう。

長男は自殺でした。その経験から親にも相談できないようなことを聞いてもらえる駆け込み寺のような仕組みを作って広く認知させて頂きたい。

最近、若い人達に多い様にも思われます。無くす方法(減らす?)の一番は、相談の出来ない方々が多いと思います。社会の横繋がりが少ない事です。私の世代では、醤油を借りたり返したり、年長が年少を見守ったり、お年寄りは大切に思う(自分の事ではありません)心があったと思います。考え方の違う人との距離感は、絶対になくせませんが無視はしない方が良く分かります。その為、どうしたら良いとの意見は探しにくいと考えます。でも、人との接触が(お話、相談)出来る方法を考えないとイケナイでしょうね。

家庭の対応より役所が立ち入るようにするべきである。

「休んでいい」ことを周知する必要がある。仕事でも学校でも、休めば回避できる自殺は確かにある。しかし、休むことを悪とする社会がそれを許さない。しんどいときはしんどくなくなるまで幾らでも休める環境が必要。

9月は子どもの自殺が多いと聞きます。先日テレビで見たアニメ映画がとてもよかったです。そのようなアニメやマンガなどでも若い子たちには伝わるのではないのでしょうか？

若い子の自殺が多いと聞きました。助けたいと思いますが、気軽に踏み込めない事だとも思います。わざわざ研修を受けるのも小さな子がいると難しい。でも、助けて欲しい子がいるなら助けてあげたいです。

和歌山市保健所で精神保健福祉相談、うつ病夜間相談を行っていることを知らなかったが、予兆等があると思うので電話も含めた相談体制と広報を充実すべきと思います。

まずは、地域＝地区で年齢別に6才以下、幼稚園(児童虐待)生活環境・父母 12才以下、小学生(児童虐待・いじめ・自殺)対人関係・生活環境・父母 18才以下、中高校生(いじめ・自殺)対人関係 65才以上老人会(自殺)生活苦・病気・将来悲観 全てにおいて原因は環境にあり、心の病である！ 食生活や日常が怠慢から始まる病、生活習慣病の予備軍を無くすことを目標にどう食生活を環境改善をし、対話コミュニケーションを進めながら、負荷運動を加えた。場を作るか！

自殺を考えている人をどのように見つけ、対応するか、難しいと思う。

いじめを受けた側を保護する(保健室登校)のではなく、いじめをした側に別室登校や停学処分等重たい罰を与えるべき。被害者を保護しても、教室へは戻り辛く結局は不登校になると思う。いじめは人権侵害、傷害、侮辱罪という犯罪だと考えています。

保健所で精神保健福祉相談やうつ病夜間相談を行うのも大事な事だと思いますが、そこに相談もできずにいる人も多くいるのかな？と思います。そこを拾っていくためにも、しつこいぐらいに地域に相談窓口がある事などを知らしめていく必要があるのかな？と思います。

私自身が鬱病を長年患っており自殺未遂を繰り返した身であります。和歌山はまだまだ心の病気の認知度と差別が激しく誰にも病気を打ち明けられないのが悔しいです。社会に恐怖があるため家で働ける仕事など自立に向けた協力が欲しいです。

和歌山市で自殺で約80人も亡くなるとは知らなかったです。身近な人が悩んでいたら自分に出来ることがあれば協力したいと思います。

私だけが知らなかったのかもしれないが、客観的に見てあまり知られていないように思います。せめて保健所に相談窓口があることを、もっと周知すべきだと思います。

個人的な問題でどこまで自治体としての踏み込んだ支援できるのか難しい問題であると思います。

簡単に自殺希望者の相談に乗れる仕組みを作り、犠牲者を減らすようにしてもらいたい。

日本の自殺者数はかなり高い水準と聞いており、日本人特有の考え方や社会環境がそうさせていると考えます。責任感の高さやプライドの高さがそうさせている部分もありますが、ネット社会となり、相談するリアルな存在の人間が減っていると思われまので、広く行政がそういう部分でフォローいただければと思います。

一言で自殺と言っても原因は様々であり、予防週間や対策強化月間と言ってもピンと来ない。

昨年、プラザホープにて開催されたNPOのゲートキーパー講座を1000円の受講料にて出席しましたが、本気で、取り組むのであれば、公が動かないと拡大しないでしょ。

認識不足でしたが、相談窓口の周知徹底と、気軽に相談できる工夫が必要なんでしょうね。特に若い子には、長い人生があるので生きて欲しいですね。

少子化対策と同じかそれ以上に自殺者を減らすことは重要。行政ができることは、この質問で上がっている取り組みの啓蒙活動だと思う。若い人が見るメディア、ネットなどで地道な広報活動が必要。同じ所にばかり掲載していても届かないので、違うところにもPRすべき。

今すぐ死んでも人生もれなく1回は死ぬ。あせらなくてよい！

昔読んだ本に「心中するくらいなら駆け落ちしろ」という言葉があった。逃げ道を示してあげて欲しい。

うつ患者の家族の為に相談窓口がほしい

人間として生まれてくれば人間はイジメをする動物ではないかと思えます。それで戦争が起こるのでは。

自殺の原因は会社、学校が主にあると思います。通報があった時点で警察がすぐに介入できるシステムにしないとその後隠されておしまいです。日本の警察の権限力が弱いのが原因の一つにあると思います。

対策をしていくことは大事かもしれませんが、その為に多額のお金を投入するのは納得いきません。

病院と、連携して取り組んでほしい。

次女の伴侶は、転勤族で他府県ですが、単身赴任先でゲートキーパー養成講座を受講していました。24時間年中無休でボランティアの方々に命の電話の対応をされてると聞いたことがあります。頭が下がります。和歌山県でも少しでも自死が減れば良いと思います。

勉強したいと思います。

現在の人間関係は昔よりも複雑化している様に思えます。色々な状況の中での個々の精神状態を見て対策していかなければならないと思います。

いじめ対策を徹底して発覚した場合厳罰を処す事により抑止力が働くと思います。

何らかの対応策があればいい。ただそう思います。

私は中学、高校の頃に自殺を考えていましたが、幸いにもそれなりに楽しくなること(趣味)を自分で見つけることができたので自殺には至りませんでした。良くも悪くも、のめり込める何かがあることは生きる力になるのではないのでしょうか。

ちょうど今日自殺で亡くなられた方のお葬式に行ってきました。このような相談窓口があることを知らなかったのもっと普及してほしいです。

知らない事ばかりでした。このアンケートを機会に知ることができてよかったです。スマホ等で気軽に相談出来ればと思います。

市民全員がゲートキーパーになれるよう、子供の教育・大人の勉強の機会を設けることが大切だと思います。

相談しやすい取り組み。具体的にはわかりませんが、対策室がある事を知らない人が多いように思います。自殺する人がそこまで探すとさえません。

私も自殺未遂経験者です。死にたい理由は様々なので対策は難しいと思いますが、カウンセリングでゆっくり聞いてくれる人がいたらなと思います。時間制限があつたり、同じ人じゃなかったり、病院についてもカウンセリングは高額で、なかなか頼めず。

自殺はなくなるには思うけど相談窓口はあってもいいと思う。でもそれほど思い悩んでる人が役所に相談するってなかなか思いつかないと思うので医療機関に任せてもいいのでは。

自治体が取組むべき、重要課題だと思う。

若い子(学生)などの自殺対策がもっと詳しく知れる情報が欲しい。再来年、子供が小学校に行くからいじめや自殺に関してはもっと知りたい。

追い詰められている人にどうやったらうまく働きかけられるか、支援の仕方なかなか難しいですね。

青色の街灯を増やしていけばいいと思います。

今社会人になっている人については、社会も取り組まないといけないかもしれないですね。ですが本来、幼少期からの親の子供に対する接し方で大きく変わると思います。子供と関わり、子供同士をもっと関わらせておいたら、グッと自殺者は減ると思います。が、その為には今親の方々の意識改革も必要でしょうね。私たちの年代が色んな意味でポイントになっていて、今の子供たちに申し訳ないないつも思います。食事外 食産業や添加物が入ったものに頼り(栄養価が低くだけでなく、脳にも身体にも悪いものを与えた)、核家族化に進み(人と交わることや年代の違う人では見方が違うことを知る機会をなくした)人間形成を間違った方向にしてしまった結果、いじめや自殺が増えたと思っています。

TMS治療費負担を軽減すべき。和医大でもTMS治療を実施すべき。

相談できる人がいても問題が解決しない限り死なないで、逃げてといくら言ってもあげても仕方ない気がする。問題の解決手段を具体的に何とか行政がしてほしい。

メンタルクリニックなどと連携して積極的に情報を発信し、継続的に相談できる人や場所につなげてほしいと思います。

電話相談、SNS相談は本音が出ると聞いたことがあります。顔がわれないからか。

自死する人々を助け生かすのに理由があるなら病院、周りの人たち、SNS等いろいろなステージで気がつき救えるセーフティーネット、人材が育たないと難しいと感じています。

ネットでも相談できるようにしてほしい。

しっかり啓発予防に努めて下さい。

自殺願望は、どうにもならないところまで行き詰まり、かといって相談相手もない場合、それほど困った問題ではない、自分の思うようにいかない、そういう人がやけくそで自殺に向かう、の2種類あると思われる。一度試みて失敗すると死が恐ろしくなって、2度と自殺を考えないそうです。

うちの子はまだ小さいですが他人事ではないと思っています。例えば学校のいじめでの自殺問題だとします。今はモンスターペアレントが多いとよく言われていますが、逆にそう思われてしまうのではないかと先生に言いにくい部分もあると思います。各家庭、学校などでそういう人が1人でも減るようにもっと密に連絡を取り合い、少しの変化も見逃さないようにしなければいけないと思います。

生活難がある文化的、経済的、満足が大切である。

自殺対策で何が出来るのでしょうか？ 悩みを聞くこと？ 相談を聞くこと？ 聞いたところで何か対策であるのでしょうか？ ニュースを見ても結局のところ行政は何も出来ていない気がします。生活苦で自殺する。イジメで自殺する。本人から話を聞く前にもっと周りが何かと気づいてあげて行動してあげられないのでしょうか？ 本当に生活保護を貰わなければならない状況でも貰えない。イジメでも誰かが勇気を出して助けて上げれば本人も救われるかもしれない。でも周りの目を気にして何も出来ない。でも自殺する人の気持ちは本人しか分からないと思う。だから相談に来たときは、この人に次の機会の相談はないかも。今を何とかしなければ。という気持ちで行政にお願いしたいです。

誰にでもおこりえること。もっと気楽に内科を受診するように精神科も受診できる雰囲気作りをしていき、1人で抱え込まないようにサポートできる環境にして欲しい。

一人で悩まないで人に話す機会を多くつくれるような環境づくりが必要なのですが、学校の先生だけでなく学童保育の先生たちの質にも問題があるような気がします。小学生の間に悩み事を話せるような大人たちが少なすぎます。

もっと気楽に相談できる場所を作って周知すべきです。メールや電話相談など24時間対応が必要だと思います。

個人の領域なので、外部から分らない。難しい！

自殺者の傾向などをオープンにして、同様の悩みの人が立ち直った例など 共感できる情報および共有施設など、充実した和歌山市民に育てる。

近年自殺者の若年化が進んでいるので、学校との連携ももっと強めていったほうが良いと思います。

現在はインターネットの普及で直接人とのつながりがなくても生活できるという環境が増えている。もう少し人と人とのつながりの大切さを啓発するべき。

自殺に関する週間や月間があることは知らなかった。また、ゲートキーパーという用語も初めてである。行政としてこのようなメンタルな問題に取り組むことは限界があり、とても難しいのではと考えます。でも、このような月間を設けるなどして市民に啓発活動を行うことは大切であると思います。

うつ病夜間相談等をもうけても無駄だと思う。やはり、薬などの早期治療が必要だと思う。精神科等へ診察に行くことの偏見をなくす方が大切だと思う。うつ病は、誰でもなる可能性のある病気、ちょっと精神科に行ってきます。とまわりが、行けば行きやすいので、誰もが一回は精神科に行ったことがあるぐらい当たり前になれば、早期治療につながりやすいと思うので、推奨していけばいいと思う。

うつ病、精神疾患の人、その人本人から支援を求める声は出にくい。周囲からの情報提供からでも支援体制を築けるようにしてほしいが、個人情報保護や、愚行権などからも難しい。本人自身のみでなく周囲の精神的安寧をも侵害してしまう可能性もある問題である。

思っていることを口に出して言えない世の中のため、ストレスがたまり、自殺になる。私は、思ったことをついつい言うので、それを聞いた人が傷つきストレスがたまる。どうすれば、ストレスを解消していけるかが個人によって違うと思うので、大変難しい問題だと思います。

民政委員の活動が鈍い。又「ゲートキーパー」で何で「命の見守り隊」にしないのか？

身近にも、うつ病から、悩んで考えていた人がいました。気軽に相談できる窓口などが、増えるといいですね。

生きてくても生きられない人がいる。なのに、生きることが出来るのに、自ら死を選ぶなんて、勿体ない。死ぬ勇氣はあるなら、その力を生きる為に使って欲しい。死んだら楽になれると思って自殺を選ぶのだろうけど、果たして本当に楽になれるのか？もしかしたら、地縛霊になって成仏する事も出来ず、生きるより、永劫に苦しむ羽目になるのではないか？どうか命を無駄にしないで欲しい。

まだまだ若い前途ある若者が、自殺したと言う話を聞いたことがあります。少しでも自殺を減らしたいと思います。

取り組みの強化が求められる。

自殺はすぐデリケートな問題です。僕も母を亡くしました。かと言って相談できる窓口、社会が何かしらの対策をしたところで、当の本人を追い込む形になると思います。なんだかんだアドバイスを受けたところで根の問題が解決されないと、できない自分を責めたり、そういうところに掛かっていることへの負い目を感じたりするはず。やはり家族のサポートが必要かと思えます。ただここからすぐおかしいことを言いますが、自殺もその人の選択肢の一部です。それはその人が悩み抜いた上に突拍子もなくやってしまうこともあると思います。ただ意見の尊重をしてあげたい。自殺をしたいんだっいたらしい。それを第三者が止めれないと思う。すぐ周りとしては止めたいけど、死んでもいいんだよってという選択肢を残してあげないとますます追いやってしまう。そこに他人が介入する術はなく、ただその人の意見を尊重してあげる。ただ闇雲にダメは余計ダメ。自殺も1つの選択肢だけどうする？ってところまで話ができる段階にまで持っていけないと止められない。自殺を悪にしないでほしい。

地域でコミュニティーを作る。

自分自身うつ一歩手前で死にたいと毎日思っていた時期がありました。近くに相談にのってくれる所があるのを知って、結局利用することはなかったが心強かった。

付き合いのある人とは日頃からの交流を持続することが大事だと思います。持続していなければ、相手の変調も見過ごしてしまいます。相手に対する思いやりが大切ではないでしょうか。

保健所で相談窓口があることは知らなかった。でも、その保健所の助産師達の心ない言動で、私は産後鬱の時やその後の育児中に酷く傷ついた。保健所も当てにならないと感じる。別の機関に移して相談だけを受け付けする方が印象が良いと思う。育児ノイローゼからの自殺と思われる事件が兵庫県で起きたばかり。育児に関する悩みの相談は、杓子定規に当て編めて判断するばかりの助産師には出来ない。人生経験豊富で、育児の知識も豊富、人間が出来ていて決して驕らず、人から信頼されカリスマのあるような人が育児相談を受けるシステムを是非作って欲しい。

一律に自殺を防ぐことが、本人にとっての幸せとは限らないと思っています。例えば、著名な評論家が自殺を選んだことについて、彼の意思は尊重されるべきだと考えます。

難しいかも知れませんが認知度のある取り組みをしてもらいたい。誰もがそんな状態になり得るので。

若い時の事件ですが知り合いが二人自殺しております。別々の事件ですが、二人とも死ぬ前に会いに来てくれました。とめられなかったことを今も悔やみます。

友人で自殺した人がいます。少し前に会った時、ちょっとメイク暗い目？と感じていましたが、何も力になってあげることができませんでした。少しでも支えてあげられる場所が増えれば、と思います。

3年ほど前、近親者に自殺を口にするものがあり保健所に相談にいった経験がありますが、なかなかすぐに解決することは難しかったです。こういう経験がある人たちが集い話し合いの場を持つことが必要なのではないかと思えます。意見交換の場がほしいです。

自分には関係ないと思って他人事ではないとみんなが思ってくれる世の中になるといいな！

生活不安をなくする政治を行うことだと思う。

むつかしい問題ですが周りのサポートも大切だと思います。

行政が行っている自殺対策に対して無知であることが自覚できましたが、行政側もより効果的な認知拡大策を検討すべきであると感じます。

とにかく気づいてあげる事、近くで寄り添って話を聞いてあげる事、ひとりじゃないということを認識してもらう事かな。

自殺予防週間、自殺対策強化月間、交通安全週間etcがありますが、期間限定で済む事では無いのでは？全て365日行うことと思います。

自殺には、それらは悩む人の理由の範囲が広い保健所で、気楽に相談に乗りますよとはいかない 総合的な電話相談の内容のを分析して、自殺専門の課に回すのが良いと思う。

高齢者の自殺、中年の自殺、育児中の心中、青少年の自殺、種類(?)別の原因の分析やそれに基づいた対策が必要だと思う。

6年も前に知人が自殺し、どうして自殺を止められなかったのかと、今でも思います。

自殺する方は、往々にして、精神的に孤独な状況にある。人間は、社会の多々あるコミュニティと関わってこそ生きる意義を見出す生き物である。-例えば、人生ライフサイクルの中で、保育所、幼稚園、小学校、中学校、高校、大学、会社等々と関わって生きている。人生ライフサイクル後半になると、関わるコミュニティが少なくなり、ご近所さんや自治会レベルとなってしまふ。人間も動物であり、群れないと生きていけない生き物。対策として「生きることは、死ぬことと見つけたり」の哲学をもっと小学校から教えるべきである。社会的コミュニティ大人の保育所を各自治会レベルで、設置すべきである。

地域住民での連携活動を活用する。

学校に限れば、教育に熱心な教師の質は落ちてサラリーマン化している。採用試験では子供の話を聞ける人間性と教育への熱意を重視してほしい。

社会的取り組みも大事で必要不可欠だとは思いますが、まずは個人個人がきちんと悩んで人たちの態度や行動に気づくことや、話を聴く体制をちゃんと整えないと無理だと感じます！考えているようで案外皆無関係な人が多くですから。

学校や会社に行かなくても大丈夫という世間の風潮も大事だと思います。周りの目を気にしてなんとか行かせようとするのが追い詰めてしまふそう。

職場において、会社など・社会のモラルが悪くなってきているから。

行政で安楽死システムを推進すべき！

自殺をしようと思うには色々な原因【病気や家族や大切な人を失う、経済な事情など】があると思う。その原因にどれだけ早く周りの人が気付ける環境を作れるかだとも思う。

学校や会社へのカウンセラーの派遣、休学や休職をしやすくする。自殺の原因を調査し、出来る限り対策を打つ。電話相談以外にもラインやメール、スカイプでの相談、面談や電話の場合は土日や夜間も対応するなど敷居を低くする。必要と思われる人には病院などを紹介し、原因解決をする。ただ話を聞くだけでなく、解決方法を一緒に考える必要がある。

ここ何十年かで、国民全体に余裕がなく、ストレスがたまり許すと言う範囲が狭くなっているように思う。もう少し余裕のある(例えば電車の時間ほんの数秒の遅れで文句が出たり、すこしの言い間違いを指摘する等)社会にする様に変えていくべきであると思う。それに携わっている地位のある方達にお願いしたいです。

私自身も、若い時思った時があったけれど、死ぬことで自身の周りが変わるとは思えなかったし、たいした時間も経たないうちに忘れ去られてしまふだろうし、と思ったら馬鹿馬鹿しいと、思い止まりました。

自殺者は年々増えていると以前知りました。特に若者。ネット社会で鬱やいじめなどで命をたつことを選択する人を未然に止める手段としてもっともっと活動と話を聞く事、専門の人でも大変だと思います。一般の私達でもできることがあれば活動に参加したいです。自殺で命を落とすよりも生まれてきたことに意味があることを知って欲しい。

どうなんだろう、冷たいようだが本人にしか解決できないような。あんたのために世の中があるんじゃないからな。

悩みや状況を聞くことが出来るでしょうが解決手法・手立ては、多分何も出来ないのでは？と考えてしまふ。悩ましい問題！

自殺希望者の見分け方等をもっと公に知らしたら。

鉄道自殺が多いので鉄道会社と行政とで、対策をしてほしい。

そういう対策も必要だと思うので、これからも続けて欲しい。

大人の自殺、今は子どもの自殺が増えている。保健所だけでなく、子ども達が心の中に抱えてる問題や、叫びを相談出来る窓口がもっと近くにあるといいのかと思いました。(例えば学校やコミセン)

コミュニティセンターのトイレに貼ってある女性専門窓口の電話番号のように、病院や駅のトイレに貼ってあると目にとまる人も多いんじゃないかと思います。

生きる目的を義務教育で徹底的に教えること。

他人に迷惑をかけず、自殺するのは一定割合やむを得ないと思う。

自殺されるかたは、誰にも相談できず心理的に追い込まれるのだと想像します。上記のような相談所の存在を周知していくことが大事であり、周囲のひとが他人にもっと関心を持てればと思いました。問2の名前は聞いたことがあるものの、2つの違いが全くわかりません。

そういう相談場所があることは知っているが、どこに電話をかけてなどは知らない。もっと知名度が上がればよいです。

仕事として自殺予防に関わっていくのは精神的に大変なことだと思います。専門の精神科医などと連携して、相談者、被相談者がゆとりをもって話し合いができるようなシステムを作り出すことができると良いと思います。また、緊急事態に陥っている精神的に追い詰められてしまっている人を、家族と相談して医療施設に保護することができるシステムを和歌山市で作ることができれば、全国の魁となることができると思います。保護施設、保護制度など、基本となるシステムを作り出して頂きたいです。

組織での自殺防衛の取り組みをすべき。(勤務先・学校等)

経験豊かな先輩が自分の体験を話したり、少しでも悩んでいる人に還元できる世の中であってほしいです。  
知らなかった事がたくさんありました。もっと多くの方に、相談窓口など知らせるべきです。先日、知り合いの方が自殺でなくなりました。もっと救うべき方法はなかったのかとかなしくなりました。  
知り合いの方が自死されたのですが、外からは全く気付かなかった経験があります！悩んで相談出来るくらいなら自死はしないと感じます！まわりの気付き方の勉強会を実施されたらどうかと思います！  
精神科のひとつ手前の機関、カウンセリング等が身近であればいいと思います。  
学校や、事業所における対策をすすめてほしい。働く人の自殺は、その多くは長時間労働と関連していると思う。  
この取り組みをもっと広く知らせてほしいです。  
学校で、命の大切さを再度教育する。  
「死にたい」というのは「良く生きたい」の裏返しの意味だと思う。辛い時、頑張れと激励するのはタブーだと思うが、苦しさはその人にしか解らないことでもあるので本当に難しい問題だと思う。優しく話を聞いてあげるだけでもいいとは思いつつ、実際、聞く側にも精神的に余裕がないと却って追い込んでしまうかもしれないので、これだという答えは出にくいと思う。  
自分の生活で精一杯。他人の人生を背負うことはできない。何らかの理由があって、解決法を導けるなら、あっても良いと思うが、「生きる権利」があることに対して、「自死する権利」があっても良いと思う。ただ、未成年の自殺については、防止すべき。  
難しい問題ですね。  
簡単な問題ではないが、死に場所としてよく選ばれているところに「いのちの電話」の番号が記されているのを知っている。ひとりひとりが大切な命なのだと本人が自覚できるようにそれを導く活動が大切なのだということは理解している。  
自殺は自分勝手な行動だと思います。自分だけが楽になれば良いて、遺書にごめんなさいって謝るのならもっと誰かに相談しろと言いたい。  
学生への対策がもっと早急に必要です。いじめとか学校環境がまだまだ難しい。特に中学生は微妙な年頃だけに、しかも様々な環境の子が多くその中で対応出来ない子が多いのも事実です。内面をもっと鍛える教育も必要かなとは思っています。  
このアンケートで保健所にて相談を行っていることを知りました。悩みを抱えている方がいたら勧めます。  
テレビで自殺防止のため、相談するところがあると電話番号などを伝える。ネットのサイトでも検索しやすいようにする。  
ふと魔がさしたとき身近に気づいてくれる人、相談に乗ってくれる人がいるといいですね。こういう相談窓口を利用することも大事なことです。  
自殺の考えに至る理由はひとそれぞれだが、電車に飛び込んだり等他の人々に迷惑がかかるような自殺は良くない。柵を設置したり防犯カメラを設置したりとハード面の対策を行う事も自殺予防に繋がると考える。  
自殺の主な原因や年齢層等は、全国と和歌山市とで差があるのでしょうか？その分析はなされているのでしょうか？もし和歌山市なりの特徴があるなら、それを地域性ととらえ、厚労省のお達しや有名な精神科医の著書では手の届かない、和歌山市ならではの自殺対策を講じることができないのでしょうか。  
人間関係からいじめに繋がっていくと思います。上に立つ人(先生や役職のある人等)は、もっと公平に評価出来る、誰にでも手をさしのべられる人がなって欲しい。忖度の無い環境を作って欲しい。  
人生の中で辛いことは誰でも経験すること。それを乗り越えていくのは、小さい時から忍耐力、精神力、自立心などをつけていくこと。最近の子育てや社会の風潮なのか、過保護に育ててきている大人も多いように思う。正しい子育ての教室をまず支援していくこと。それが将来に必ずつながる。教育の力は大きいと思う。  
自殺で残された家族にも相談場所があるといい。家族はとて疲弊していると思います。  
良い取り組みなのでもっと市民に広報するほうが良いと思います。  
自分も孤独死するくらいなら、自殺するかもしれない。  
私も簡単に相談してみたいと思いました。  
精神的に病んだ時に相談できる機関を設けているだけではなく、深刻化しない社会を作ることが大事だといつも思う。普段の生活の中で心にゆとりや穏やかさが持てることが大事。和歌山市はもっと芸術的文化的な取り組みに力を入れてほしい。音楽や美術や、文学が人々の心を救っている。自分もその1人。県外には素晴らしい文化的なイベントがたくさんあってそれが支えになっています。  
僕を含め知らない人が多いと思います。認知度を高める為に、何かしては如何でしょうか。CMなど。  
本人の気持ちがあることだから全てカバー出来るわけではないとは思いますが、学校だけでなく職場コミュニティーなど様々なところでつらい気持ちになっている方がいらっしゃると思います。今ある相談場所だけでなく、ほんとうに生活の範囲内で相談できるところがあれば一番うれしいかもしれない。  
色々相談できる所を知りたい。

家族、親族等の身近な人の感性が大事だろうと思われる。

自殺を考えている人には、どんなキャンペーンをしても、テレビやポスターで呼び掛けても、心に届かないと思う。自殺を考えるようになる前の状態で、周りが気付いてサポートしてあげることが必要だと思う。特に一人暮らしをしている人、引きこもりになっている人には、注意が必要だと思う。どうやって危険な状態になりつつある人を把握するかは、本当に難しいと思うが、地域や立ち寄りスーパーなどで、気になる言動のかたがたいれば、相談所に報告できるようなシステムがあればと思う。ただ、取り繕っている人は分かりにくいので、家族や親戚などが気軽に相談できるようなルートがあればと思う。

そんな境地に陥った事が有りませんが、非常に難しい問題だと思います。聞く耳を持たない方に如何に胸襟を開かせるのか、心の内を読み取り一緒に悩み苦しみを明かりをみつけ出す、非常に困難な作業だと思います。

対策自体が、聞いたことがあっても詳しくどんなことをしているのかわからない。

相談員を増やすのが一番

若い人の自殺が多いので、若い人がよく利用するネットなどで告知していかないとゲートキーパーなどの知名度が広がらないと思う。

地域でコミュニケーションが最近特に薄れているような気がします。あまり人の干渉はしなくなり、自分だけ良ければという傾向が強く感じられます。

自殺企図がある人に、1人でも繋がっている事が、大切になるので、早い段階で、社会と孤立しないような働きかけが必要だと思います。精神科医の数も、他府県に比べて少ないのではないかと思います。家族の方でも、その周りの方でも、相談しやすいよう、相談窓口の情報を流して欲しいです。自殺に及ぶまでに、未遂や兆候が見られると思うので、予防的対策に重点を置いて、孤立を防いでいけたらと思います。精神科という敷居が高いように思いますが、投薬を受ける事で、救われることが多いと思われるので、相談しやすい窓口であればと思います。全国を対象として、電話相談はありますが、県でも整備されたらと思います。

尊敬していた人をうつ病で亡くしました。ご家族は自殺とは言わずうつ病で亡くなったと考えていらっやいます。たとえ短い時間でも一人にしなければよかったと後悔されています。行政からサポートできることはあらゆる面からするべきだと思います。専門知識がないと素人には関わることは難しく、本人の感情の起伏を考えるとご家族も身近な人であっても様子を見てほしいと頼みづらいようです。また、生活苦からの無理心中などもうつ病からと聞いたことがあります。できるサポートは何でもしてください。早く対象者を見つけ、関わってあげてください。

社会の問題として、多くの人が周りの人に寄り添うことで、悩んでいる人を追い込まずに済むのだと思う。悩みのある人に対して相談できる窓口を紹介、提示するのはもちろん大切だが、共感できる考え(心)を持つにはどうすれば良いのだろうかと思う。

自殺を考える人は孤独を感じている方が多いのではと私は思います。なぜなら、私が自殺未遂経験者だからです。昔ですがこう言った機関や人がいる事をもっと知ってもらいたい、助けてあげて欲しいと思います。とてもいい取り組みだと思います。もっとアピールして下さい！

月曜日の朝に自殺が多いということを知ったことがあります。予防活動については、時期的に効果的なPRを目指していただいたほうが良いとおもいます。

身近で自殺した人はありませんので、別に関心はなかったが、特に若者に対する取組が必要だと思います。

過去を振り返ると大多数の人は学生時代に限らず「いじめ」や「貧困」等に苦しみ自殺を考える時もあったと思う。その内多数の人々は強い心で生き延びています。一人でも自殺者を出さない対策は立派なことだと思います「ゲートキーパー」の活動に期待します。

経済状況が改善すれば、それだけで自殺はかなり減ると思う。思春期の悩みみたいなのはまあ別だろうけど。

自殺しなくても生きていける行政援助や支援についての情報をもう少し知りたい。

イジメや苦痛から逃げられる場所や機会が一人一人にあることを、しつこいくらいに宣伝して欲しいかなと思います。

和歌山にはいのちの電話というボランティアがあります。もっと広く周知をして必要な方が利用でき、自殺を選択する方が減少すれば良いと思います。

私自身相談窓口があることも知りませんでした。自殺を考えるほどの出来事が起こったとしても、行政に相談しようとはなかなか思わない気がします。そのため、相談窓口があることをもっとアピールしてほしいと思いました。たとえば、スーパーやコンビニに窓口の案内やポスターがあれば、目に付きやすいです。もし、気分が落ち込んだり、誰かに話を聞いてほしいと思った瞬間にポスターを見たり、思い出す事が出来れば、相談しやすくなるのではないのでしょうか。

一人の尊い命を守るような社会を築いていきたい。

お忙しい中、アンケート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・ご回答を参考にさせていただきます、今後より一層、自殺対策の普及啓発に努めてまいりたいと考えております。

今後ともご理解とご協力いただきますようお願いいたします。