

「第2次木津川市自殺対策計画」策定のための
こころの健康に関する住民意識調査
(その他意見等)

《報告書》

令和5年10月

木津川市

その他意見等

本報告書では、次のとおり表記しています。

◆ 地区について

木津小学校区：「①木津」	相楽小学校区：「②相楽」
高の原小学校区：「③高の原」	相楽台小学校区：「④相楽台」
木津川台小学校区：「⑤木津川台」	梅美台小学校区：「⑥梅美台」
州見台小学校区：「⑦州見台」	城山台小学校区：「⑧城山台」
加茂小学校区：「⑨加茂」	恭仁小学校区：「⑩恭仁」
南加茂台小学校区：「⑪南加茂台」	上狛小学校区：「⑫上狛」
棚倉小学校区：「⑬棚倉」	

※地区が「わからない」と回答した方は「空白」、無回答は「-」で表記しています。

問6 あなたの主たるご職業をお選びください。

農業。	①木津	80歳以上	女性
就労継続支援B型。	②相楽	40～49歳	女性
視覚障害のため、動けず。	②相楽	50～59歳	男性
年金生活。	⑤木津川台	60～69歳	男性
非常勤特別職。	⑤木津川台	60～69歳	男性
定年退職。	⑤木津川台	80歳以上	男性
年金生活。	⑥梅美台	80歳以上	男性
育休中。	⑦州見台	20～29歳	女性
農業。	⑨加茂	60～69歳	男性
農業。	⑩恭仁	60～69歳	男性
家庭菜園。	⑩恭仁	80歳以上	女性
シルバー人材センター。	⑫上狛	80歳以上	男性

問 13-1 それはどのような事柄が原因ですか。

元夫が養育費を支払わない。	①木津	50～59歳	女性
障害があるため、老後が非常に不安。	②相楽	50～59歳	女性
死。	②相楽	80歳以上	男性
進路。	③高の原	20歳未満	男性
将来の不安。	③高の原	50～59歳	女性
ライフステージ移行期に関すること。	③高の原	50～59歳	女性
上階からゴミを捨てられたとき。	③高の原	60～69歳	女性
木津川市に魅力を感じない。	③高の原	60～69歳	女性
今後の見通し。	③高の原	80歳以上	男性
人間関係・受験。	④相楽台	20歳未満	女性
大学生活、将来。	④相楽台	20～29歳	男性
職場でのパワハラ。	④相楽台	80歳以上	男性
社会インフラの不備。	⑤木津川台	60～69歳	男性
住民が地域に対して無関心である。自分勝手な人がいる。	⑤木津川台	60～69歳	男性
勤務に関して。	⑤木津川台	80歳以上	男性
ウクライナ・コロナ・マイナンバーカード。	⑤木津川台	80歳以上	女性
老後資金のこと。	⑥梅美台	40～49歳	女性
規範意識の異常な低さや安易な戦争化。	⑦州見台	40～49歳	男性
猫の体調が良くないと落ち込む。	⑦州見台	60～69歳	女性
老後の介護。	⑦州見台	80歳以上	男性
子どもの将来のこと、弟の仕事や健康のこと。	⑦州見台	80歳以上	女性
近所付き合い。	⑧城山台	40～49歳	女性
あと何年、家族の世話にならずに生活できるか不安。	⑧城山台	80歳以上	男性
将来への漠然とした不安。	⑧城山台	80歳以上	女性
学力に関すること。	⑨加茂	20～29歳	女性
多様性であることは自由でモラルもマナーも守らないと勘違いしている人が多くて疲れる。	⑨加茂	50～59歳	女性
近所付き合い。	⑨加茂	60～69歳	女性
勉強。	⑩南加茂台	20歳未満	女性

働きたくても病気で働けず引きこもりがちになっていて毎日不安。	⑪南加茂台	30～39歳	女性
地球温暖化による異常気象、少子高齢化による社会問題(働き手不足など)、子ども達の将来への不安(赤字財政など)、戦争など、命や生活に関わるけれども自分だけではどうしようもできないことへの不安。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
車を手放して自由に動けなくなった。	⑫上粕	80歳以上	女性
子どもの発達について。	⑬棚倉	40～49歳	女性
政治。	-	50～59歳	女性

問 15 あなたは日常生活の不満、悩み、苦勞、ストレスを解消するために、次のことをどのくらいしますか。

好きなことをする。	①木津	20歳未満	男性
食べる。	①木津	20～29歳	女性
コーヒーを飲む。	①木津	30～39歳	女性
自宅にいるペットとの触れ合い。	①木津	50～59歳	女性
スマホゲーム・漫画を読む。	①木津	60～69歳	女性
食べる。	②相楽	30～39歳	女性
掃除。	②相楽	40～49歳	男性
ひとりでカフェに行く。	②相楽	40～49歳	女性
コミュニケーションを取る。	②相楽	60～69歳	女性
ひとりごとを言う。	②相楽	80歳以上	男性
友達と話す。	③高の原	20歳未満	男性
カウンセリングを受ける。	③高の原	40～49歳	女性
大好きな馬に会いに行く。	③高の原	50～59歳	男性
自分より大変な人のことを思う。	③高の原	50～59歳	女性
車で少し遠出して大型店舗内を歩いて回ったりする。	③高の原	60～69歳	男性
食べて・笑って・寝て・体を動かすこと。	③高の原	80歳以上	男性
日記を書く。	③高の原	80歳以上	女性
友人と話す。	③高の原	80歳以上	女性
自然に気分が晴れる。	③高の原	80歳以上	女性
暴食。	④相楽台	20～29歳	男性

食べる。自然を感じる場所に行く。	④相楽台	40～49歳	男性
音楽を聴く。	④相楽台	50～59歳	男性
仏閣巡り。	④相楽台	80歳以上	男性
病気回復に対する進行度。	④相楽台	80歳以上	男性
なるようになると考える。	④相楽台	80歳以上	女性
忘れる。	④相楽台	80歳以上	女性
推しを見る。	⑤木津川台	20歳未満	女性
爆買い、爆食。	⑤木津川台	20～29歳	女性
好きなことをする、好きなものを食べる。	⑤木津川台	30～39歳	男性
マインドフルネス。	⑤木津川台	30～39歳	女性
映画鑑賞。	⑤木津川台	40～49歳	女性
大声をあげる。	⑤木津川台	50～59歳	男性
ランチ。	⑤木津川台	50～59歳	女性
買い物や美味しいものを食べる。	⑤木津川台	50～59歳	女性
精神科の薬。	⑤木津川台	50～59歳	女性
整理整頓、掃除。	⑤木津川台	60～69歳	男性
読書、運動（ウォーキング）、旅行など。	⑤木津川台	60～69歳	男性
美味しいものを食べる。	⑤木津川台	60～69歳	女性
YouTubeを見る。	⑤木津川台	80歳以上	男性
デパートへ出かけ気分転換する。	⑤木津川台	80歳以上	女性
お友達とランチしたり、愚痴をラインで拡散。	⑤木津川台	80歳以上	女性
友人との食事で話す。	⑤木津川台	80歳以上	女性
映画を見る。	⑥梅美台	20歳未満	女性
喫煙。	⑥梅美台	50～59歳	男性
やりたいことをやる。	⑥梅美台	50～59歳	女性
人に話す、好きなものを食べる。	⑦州見台	20～29歳	女性
メモを書く。	⑦州見台	40～49歳	男性
面白い動画を見る。	⑦州見台	50～59歳	女性
自然の成り行きに従う。	⑦州見台	80歳以上	男性
草花を育てる。メダカの飼育。	⑦州見台	80歳以上	女性
カラオケ。	⑧城山台	20歳未満	女性

泣く。	⑧城山台	30～39歳	女性
出かける、買い物をする。	⑧城山台	30～39歳	女性
友人と交流する。	⑧城山台	30～39歳	女性
旅行。	⑧城山台	30～39歳	女性
旅行。	⑧城山台	30～39歳	女性
野球。	⑧城山台	40～49歳	男性
誰かに相談。	⑧城山台	40～49歳	女性
人に話す。	⑧城山台	40～49歳	女性
エステ 旅行。	⑧城山台	40～49歳	女性
サッカー観戦で大声を出す。	⑨加茂	30～39歳	男性
押し活。	⑨加茂	40～49歳	女性
旅行。	⑨加茂	50～59歳	男性
祈る。	⑨加茂	50～59歳	女性
趣味に没頭。考えに考え続けて自分で気づきを元に改善する。	⑨加茂	50～59歳	女性
庭木・草花の手入れ。	⑨加茂	80歳以上	男性
ボランティア活動。	⑨加茂	80歳以上	女性
プチ家出。	⑩恭仁	60～69歳	女性
医師に相談する。	⑩恭仁	80歳以上	男性
ひとりでカラオケに行く。	⑪南加茂台	20歳未満	女性
歌を歌う。	⑪南加茂台	20歳未満	女性
ヨガ。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
家族と過ごす（特に配偶者や子と）。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
好きな音楽を聴く。	⑪南加茂台	50～59歳	女性
美味しいものを食べる。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
DYI。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
美味しいものを食べる。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
趣味（写真）。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
食べる。	⑫上粕	20歳未満	女性
友達や家族と喋る。	⑫上粕	20～29歳	女性
人に話を聞いてもらう。精神内科の先生に聞いてもらう。	⑫上粕	50～59歳	女性
畑。	⑫上粕	60～69歳	女性

家族と外食をする。	⑫上粕	80歳以上	男性
友人と話す。	⑫上粕	80歳以上	女性
ひとりで出かける。	⑬棚倉	20～29歳	女性
寝ること。	⑬棚倉	20～29歳	女性
寝る。		20～29歳	女性
カラオケ。		50～59歳	男性

問 19 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の人々に相談すると思いますか。

友人、配偶者、家族。	①木津	50～59歳	女性
友人。	①木津	60～69歳	男性
困ったときはお互い様精神。	①木津	80歳以上	女性
夫。	②相楽	40～49歳	女性
夫、友人。	②相楽	40～49歳	女性
姉や友達 近所の親しい人。	②相楽	60～69歳	女性
悩みの種類により様々。	②相楽	80歳以上	男性
家族。	③高の原	30～39歳	女性
木津川市の民生委員は、役場からの情報を近所話のタネにして不快だ。	③高の原	50～59歳	女性
親族。	③高の原	50～59歳	女性
恋人。	③高の原	60～69歳	男性
写真クラブの人。	③高の原	80歳以上	男性
配偶者。	③高の原	80歳以上	男性
家族。	④相楽台	20～29歳	女性
妻。	④相楽台	40～49歳	男性
自分で解決。	④相楽台	80歳以上	男性
娘。	④相楽台	80歳以上	女性
友人。	⑤木津川台	30～39歳	男性
友人、職場の人。	⑤木津川台	40～49歳	女性
夫や娘。	⑤木津川台	50～59歳	女性
妻。	⑤木津川台	60～69歳	男性

家族、兄弟、親友など。	⑤木津川台	60～69歳	男性
友達。	⑤木津川台	80歳以上	女性
友人。	⑤木津川台	80歳以上	女性
友達。	⑥梅美台	20歳未満	女性
家族。	⑥梅美台	50～59歳	女性
配偶者。	⑥梅美台	60～69歳	男性
友人と母。	⑦州見台	40～49歳	女性
主人。	⑧城山台	30～39歳	女性
嫁、家族、親友。	⑧城山台	40～49歳	男性
夫。	⑧城山台	40～49歳	女性
家族。	⑨加茂	30～39歳	男性
妻。	⑨加茂	80歳以上	男性
誰とはわからない。	⑩恭仁	60～69歳	男性
家族 友人。	⑪南加茂台	20歳未満	女性
一緒にボランティア活動をしている仲間。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
相続税等。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
配偶者。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
配偶者、友人。	⑫上粕	50～59歳	女性
親しい友人。	⑫上粕	60～69歳	女性
友。	⑫上粕	60～69歳	女性
読書。	⑫上粕	80歳以上	男性
友達。	⑬棚倉	50～59歳	男性
主人。		20～29歳	女性
昔からの先輩・友人。		50～59歳	女性

**問 20 あなたは悩みやストレスを感じた時に、以下の方法を使って悩みを相談したいと
思いますか。**

誰かしらに話す。	①木津	20歳未満	男性
家族に相談する。	①木津	40～49歳	男性
種類により様々。	②相楽	80歳以上	男性

話す。	③高の原	30～39歳	女性
その問題の有料の専門機関に相談し解決する。	③高の原	50～59歳	女性
図書館。	④相楽台	50～59歳	男性
家族・友人などに相談する。	④相楽台	60～69歳	女性
親戚に相談する。	⑤木津川台	60～69歳	男性
Face to Faceで家族、兄弟、親友等に相談。	⑤木津川台	60～69歳	男性
少しアルコールを飲む。	⑤木津川台	80歳以上	女性
家族会議。	⑥梅美台	50～59歳	女性
実母と電話で話す。	⑦州見台	40～49歳	女性
人に話す。	⑧城山台	30～39歳	女性
聖書を調べる。	⑨加茂	50～59歳	女性
適切な医療機関を探す。	⑨加茂	80歳以上	男性
あると思うけど、具体的にはわからない。	⑩恭仁	60～69歳	男性
直接。	⑪南加茂台	20歳未満	女性
家族や友人、かかりつけ医師、同じ病気の友人。	⑪南加茂台	30～39歳	女性
友。	⑫上狛	60～69歳	女性
相対。	⑬棚倉	50～59歳	男性
話す。		20～29歳	女性
会いに行く・電話する。		50～59歳	女性

問 21 あなたは、もしも身近な人から「死にたい」と打ち明けられたとき、どう対応するのが良いと思いますか。

話をして希望を持たせる。	②相楽	60～69歳	女性
そのときに考える。	③高の原	80歳以上	男性
自身が精神科医なので対処する。	⑤木津川台	40～49歳	男性
「死ねば」と言う。	⑧城山台	20歳未満	女性
死にたい本質を聞き出すし、アドバイスする。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
頑張ったねと言う。	⑫上狛	20歳未満	女性

問 23 もし仮に、あなたが自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたとき、以下の専門の相談窓口のうち、どれを利用したいと思いますか。

自身で気づかないので何もできない。	②相楽	30～39 歳	女性
主人・娘に相談する。	②相楽	60～69 歳	女性
友人。	②相楽	80 歳以上	男性
妻に話す。	③高の原	80 歳以上	男性
経験がない。	④相楽台	80 歳以上	男性
医師の兄弟。	④相楽台	80 歳以上	女性
同僚の医師。	⑤木津川台	40～49 歳	男性
わからない。	⑤木津川台	60～69 歳	男性
気晴らしをする。神社・お寺などに伺い、話を聞くなど。	⑤木津川台	60～69 歳	男性
わからない。	⑩恭仁	60～69 歳	男性
うつ病を解消するところに行く。	⑪南加茂台	80 歳以上	女性
親族・同僚に相談。	⑬棚倉	40～49 歳	男性

問 23-1 何も利用しないのはなぜですか。

自分で治す。	①木津	80 歳以上	男性
信用できないという部分もあるし、たとえ信用が出来たとしても、自分と同じ環境・状況の人でないと本当に理解してもらえないから。	⑤木津川台	40～49 歳	女性
自身で改善する。	⑦州見台	50～59 歳	男性
薬に頼りたくない。	⑦州見台	50～59 歳	男性
ストレス発散し、セルフケアに注力し様子を見る。	⑧城山台	40～49 歳	女性
プライバシーをオープンにすることに抵抗がある。	⑩恭仁	60～69 歳	女性
自分で解決する努力をする。	⑪南加茂台	80 歳以上	男性
うつ病を自覚して対応する。	⑪南加茂台	80 歳以上	男性

問 25 あなたはこれまで自殺対策に関する啓発物を見たことがありますか。

テレビ。	①木津	50～59歳	女性
テレビ。	①木津	80歳以上	女性
テレビ。	②相楽	80歳以上	男性
テレビ。	②相楽	80歳以上	女性
ACの広告。	③高の原	40～49歳	女性
テレビ。	③高の原	50～59歳	男性
TV放送。	③高の原	50～59歳	男性
テレビ。	④相楽台	60～69歳	女性
テレビ。	④相楽台	80歳以上	男性
事例発生時のメディア。	④相楽台	80歳以上	男性
テレビ。	④相楽台	80歳以上	女性
テレビ。	④相楽台	80歳以上	女性
新聞・テレビ。	⑤木津川台	50～59歳	男性
テレビ。	⑤木津川台	60～69歳	男性
テレビ。	⑤木津川台	80歳以上	男性
ニュース。	⑤木津川台	80歳以上	女性
テレビ。	⑦州見台	50～59歳	男性
テレビ。	⑦州見台	80歳以上	男性
テレビ。	⑧城山台	40～49歳	男性
テレビ。	⑧城山台	60～69歳	男性
テレビ。	⑨加茂	40～49歳	女性
テレビ。	⑨加茂	60～69歳	女性
テレビ。	⑨加茂	80歳以上	女性
新聞・テレビ。	⑩恭仁	80歳以上	女性
カードタイプの配布物。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
テレビ広告。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
新聞記事。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
テレビ。	⑪南加茂台	80歳以上	男性
テレビ。	⑪南加茂台	80歳以上	男性

テレビ。	⑪南加茂台	80歳以上	女性
テレビ。	⑫上狛	80歳以上	女性
テレビ。	⑬棚倉	50～59歳	男性
テレビ。	⑬棚倉	60～69歳	女性
テレビ。	⑬棚倉	80歳以上	女性
テレビ。		50～59歳	男性
電車。	-	80歳以上	女性

問 25-1 その自殺対策に関する啓発物は、どこで見ましたか。

名所。	②相楽	40～49歳	女性
ニュース。	③高の原	60～69歳	男性
トイレ。	⑥梅美台	30～39歳	女性
覚えていない。	⑦州見台	50～59歳	男性
公共トイレ内。	⑧城山台	30～39歳	女性
覚えていない。	⑩恭仁	60～69歳	男性
観光地。	⑪南加茂台	60～69歳	男性

問 31 児童生徒の段階において、どのようなことを学べば、自殺予防に資すると思いますか。

教育は子どもの幸福を第一に考えることが最も大事。	①木津	80歳以上	女性
病気に抗って生きる人の気持ち。	②相楽	40～49歳	男性
自尊感情を持てるように育つよう、周りの大人が学ぶ。	②相楽	50～59歳	女性
歴史の真実。	②相楽	80歳以上	女性
親が日々見守ること。	③高の原	80歳以上	男性
両親・祖父母世代がどのような教育を受けたのかの理解。	④相楽台	50～59歳	男性
法律を知る。	⑦州見台	40～49歳	男性
自他共に大事な存在であると感じられる道徳教育。価値の多様性を認める情操教育。	⑧城山台	40～49歳	女性
生まれてきたこと。	⑧城山台	40～49歳	女性

もし自分が自殺してしまったとき、周りの人が悲しむということ。	⑨加茂	20歳未満	女性
大人になると好きなことができること。	⑨加茂	30～39歳	男性
自分自身が大切な存在で、生きているだけで価値があること。いなくなったら悲しむ人がたくさんいること。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
置かれている状況から逃がれることは悪いことではないので、思い切って違う環境下へ行くことを、選択肢として持っておく。	⑪南加茂台	60～69歳	男性
逃げてもいいこと。	⑫上粕	20歳未満	女性

問 32 木津川市が自殺予防のために行っている事業について、見たり聞いたりしたことのある事業をお答えください。

認知していない。	①木津	50～59歳	女性
知らない。	⑤木津川台	60～69歳	男性
知らない。	⑥梅美台	50～59歳	男性
知らなかった。	⑪南加茂台	30～39歳	女性
自殺予防対策の会議。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
よく分からない。	⑫上粕	60～69歳	女性
テレビ。	⑫上粕	80歳以上	男性
知らない。	⑬棚倉	40～49歳	女性

問 33 今後求められるものとして、どのような自殺対策が必要になると思いますか。

交流の前に土台をつくる。	①木津	40～49歳	男性
個人のメンタル強化。	③高の原	80歳以上	男性
将来的な見通しを明確に提示すること。非正規雇用策の是正。	③高の原	80歳以上	男性
サイコパスの研究。	④相楽台	50～59歳	男性
常に寄り添い、わかり合うこと。	④相楽台	80歳以上	女性
インターネットや電話での相談窓口の迅速な対応。迅速な対応でなければ逆にストレスが溜まったり、自殺を防げない可能性があると思う。	⑤木津川台	20歳未満	女性
本人の意識。	⑤木津川台	50～59歳	女性
経済的支援。	⑤木津川台	80歳以上	女性
法規制。	⑦州見台	40～49歳	男性

子育て時代の親子の関わり方。	⑧城山台	30～39歳	女性
強い心を持つ研修。	⑧城山台	40～49歳	男性
医療機関・行政機関・民間支援機関の連携。	⑧城山台	40～49歳	女性
学校などでも身体健康診断だけでなく、実際に精神科の先生が来て心の健康診断を実施してもらう。	⑨加茂	20歳未満	女性
実際の数字を発表し家族や残ったものが悲しむことを伝える。	⑨加茂	30～39歳	男性
学校教育の場で取り組む。	-	50～59歳	女性

問 34 新型コロナウイルス感染症流行以降、あなたの心情や考えに変化がありましたか。

恐怖心で人がコントロールできるということ。	①木津	50～59歳	女性
孫と気を付けながら遊んでいる。	②相楽	40～49歳	女性
信用できるものが少なくなった。	②相楽	50～59歳	女性
自宅での趣味の醸成。	②相楽	80歳以上	男性
家族との距離感ができた。	②相楽	80歳以上	女性
多くの方がテレビ・政府の発表により洗脳されていたことに憤りを感じた。	②相楽	80歳以上	女性
楽しみにしていたイベント等の中止によるストレスのはけ口がなくなつた。	③高の原	30～39歳	女性
会いたい人には会っておこうと強く思うようになった。	③高の原	50～59歳	女性
国の無策に呆れるばかり。	③高の原	80歳以上	男性
習い事がオンラインになり、時間、交通費が節約できるようになった。	③高の原	80歳以上	女性
自分が広めないように気を付けるようになった。	④相楽台	80歳以上	女性
子どもが就活の時期で思うように就活が進まず、本人が望む職種の募集すらなく10年以上の努力が報われず毎日泣いているのを見るのがつらかった。望まない就職をしたので今もストレスを抱えて泣いているので私もつらい。	⑤木津川台	50～59歳	女性
5類以降も施設入所の親の面会制限があること。	⑤木津川台	60～69歳	女性
運動の大切さ。	⑤木津川台	80歳以上	男性
子どもの心理状況が心配。	⑤木津川台	80歳以上	女性
少し自由がなくなった。	⑥梅美台	30～39歳	女性
コロナ以降、それぞれの対策の度合いによって付き合いにくい友人、同僚などに悩んだ。	⑦州見台	30～39歳	女性

ワクチン接種不要論争のニュースに困惑した。	⑦州見台	80歳以上	男性
ずっと仕事をしてきた。	⑨加茂	50～59歳	女性
友達と会う機会が減った。	⑨加茂	60～69歳	女性
区内の人間関係が希薄になった。	⑩恭仁	80歳以上	男性
つらいときには仕事や学校を休んでもいいと思えるようになった。 社会がそうなってくれたから。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
ワクチン接種が原因で体調不良。仕事に行けなくなった。	⑬棚倉	80歳以上	男性

問 34-1 最も強く感じたものを回答してください。

面白いくらい人が一方向を見ていること。	①木津	50～59歳	女性
感染予防意識の希薄。	①木津	80歳以上	男性
会いたい人には会っておこうと強く思うようになった。	③高の原	50～59歳	女性
人混みに行かない、マスクをする。	③高の原	80歳以上	男性
利点を見て前向きに考えられるようになった。	③高の原	80歳以上	女性
何をしても楽しいと思えなくなった。人生が虚しい。	④相楽台	80歳以上	女性
マスク疲れ。	⑤木津川台	50～59歳	女性
施設の面会制限が全く緩和されないこと。	⑤木津川台	60～69歳	女性
正しく恐れることができない人が多くて対応にうんざりする。	⑨加茂	50～59歳	女性
外出が減り、人との繋がりが少なくなった。他の方々もより自分勝手になってしまったように思う。	⑨加茂	60～69歳	女性
区内の事業が削減された。	⑩恭仁	80歳以上	男性
市のワクチン接種実施で心強く感じた。	⑩恭仁	80歳以上	女性
家族がコロナ入院後寝たきり状態となり、感染対策に一層気を付けている。	⑪南加茂台	80歳以上	女性

問 35 あなたの周りで自死をした方はいらっしゃいますか。

子どもの友人。	①木津	50～59歳	女性
職場関係者の娘。	①木津	50～59歳	女性
実母の友人。	②相楽	30～39歳	女性
近所の方。	②相楽	80歳以上	女性

近隣の住民。	③高の原	50～59歳	女性
友人の子ども。	③高の原	60～69歳	女性
同級生。	④相楽台	30～39歳	女性
隣人。	④相楽台	50～59歳	女性
近所の方。	④相楽台	60～69歳	女性
知人。	④相楽台	80歳以上	女性
子どもの友人。	⑤木津川台	40～49歳	女性
友人の子ども。	⑥梅美台	40～49歳	女性
クラスメイト。	⑦州見台	80歳以上	女性
子どもの友人。	⑧城山台	60～69歳	女性
地域の身近な人。	⑩恭仁	60～69歳	女性
友人の父。	⑫上狛	80歳以上	男性

問 36 身近な人が自死遺族であると分かった時、どのように対応しますか。

相談されたら傾聴し考える。	①木津	30～39歳	女性
寄り添う。	①木津	50～59歳	女性
相手から話をされれば傾聴する。	①木津	50～59歳	女性
ただ話しを聞く。明らかに精神状態が悪くなかったら、専門医に行くように勧める。	①木津	50～59歳	女性
寄り添い続ける。	①木津	80歳以上	女性
相手から相談があったときに話を聞く。	②相楽	30～39歳	男性
ケースバイケース。	②相楽	80歳以上	男性
状況による。	③高の原	50～59歳	男性
いつも通りに接する。無理矢理、聞き出したりしない。相手から話があれば聞く。	③高の原	50～59歳	女性
遺族から相談があれば乗る。	③高の原	80歳以上	男性
ただ聴くのみ。	③高の原	80歳以上	女性
今までと変わらない付き合いをする。	④相楽台	50～59歳	男性
状況により励まし、気分転換に誘う。	④相楽台	50～59歳	女性
そっと見守る。	④相楽台	60～69歳	女性
相談があれば、対処する。	④相楽台	60～69歳	女性

経験がない。	④相楽台	80歳以上	男性
自死遺族からの相談があれば乗る。	④相楽台	80歳以上	男性
見守る。	④相楽台	80歳以上	女性
相手が話をしたいならば聴き、そうでないならば時が満ちるまで待つ。	⑤木津川台	30～39歳	女性
どのように接してあげるのが良いのかわからない。	⑤木津川台	40～49歳	女性
積極的にはしないが、相手が求めていれば、話は聞くし、アドバイスや相談窓口等をすすめる。	⑤木津川台	50～59歳	女性
求められたら対応。	⑤木津川台	50～59歳	女性
見守る。	⑥梅美台	50～59歳	男性
援助支援する。	⑦州見台	80歳以上	男性
言葉遣いに気を付ける。連想させるワードを避ける。	⑧城山台	30～39歳	女性
死に方に尊卑はないと考えるようになった。	⑧城山台	60～69歳	男性
助けになれることがあれば行き、寄り添いたい。	⑨加茂	50～59歳	女性
相手が何も望んでいなければ特別視する方が失礼だと思う。	⑨加茂	50～59歳	女性
話を聞く。	⑨加茂	60～69歳	女性
その人に合った対応をする。	⑨加茂	80歳以上	女性
相手からのサインを見逃さないように見守る。	⑩恭仁	60～69歳	女性
ご遺族が話したいところまで話を聞きつづける。	⑪南加茂台	30～39歳	女性
特に何もしないが、相談があれば乗りたいと思う。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
見守る。	⑪南加茂台	50～59歳	女性
相手から話があれば聞く。	⑫上粕	30～39歳	女性
聴く。	⑬棚倉	20～29歳	女性
自ら話してくれるまで待つ。話してくれたときはしっかりと最後まで聞く。	⑬棚倉	20～29歳	女性
そっと見守る。	⑬棚倉	60～69歳	女性

問 39-2 それは、どのような事柄が原因ですか。

何もかもが辛い。	①木津	50～59歳	女性
寂しくなった。	①木津	80歳以上	女性
適応障害になったとき。	②相楽	30～39歳	女性

ワクチン・税金・政府の問題。	②相楽	80歳以上	女性
現代社会への不満、生きる価値。	③高の原	80歳以上	男性
友人関係。	⑤木津川台	20～29歳	女性
とにかく全てに絶望してしまう。どれだけ恵まれていても死にたくて仕方がなくなる。	⑤木津川台	30～39歳	女性
原因が何かわからない。ただ、毎日自殺したくて、その方法をネットで調べていた。	⑤木津川台	40～49歳	女性
幼少期に親に冷たくされた。	⑤木津川台	80歳以上	男性
お金がないから。	⑧城山台	20歳未満	女性
産後うつ。	⑧城山台	40～49歳	女性
楽になりたかったから。	⑧城山台	60～69歳	女性
母の死・自身の離婚・車の事故があり父に申し訳なくなった。	⑨加茂	50～59歳	女性
よく覚えていない。	⑨加茂	50～59歳	女性
誹謗中傷などで死に追いやる集団や見て見ぬふりする人達、同じ世界に生きていることがつらくなる。人の死を利用して陰謀論に絡めたり平気で尊厳を汚す集団などを放置しているのを見ると、絶望を感じる。	⑨加茂	50～59歳	女性
不安。	⑨加茂	80歳以上	女性
友人と会う機会もなく病気で引きこもりがちになり、絶望しか感じることが出来ず孤独になった。	⑪南加茂台	30～39歳	女性
姑・小姑の嫌がらせ。	⑬棚倉	80歳以上	女性
頑張ることに疲れた。	-	50～59歳	女性

問 39-3 そのように考えたとき、どのようにして乗り越えましたか。

日々苦しく乗り越えられていない。所詮他人事としか思われない。	①木津	50～59歳	女性
原因がなくなった。	①木津	80歳以上	男性
自殺では責任は果たせないと思った。	①木津	80歳以上	男性
退職した。	②相楽	50～59歳	男性
人に相談できる人は、まだ心に余裕がある。	②相楽	80歳以上	女性
考えた。	③高の原	50～59歳	男性
耐えるしかなかった。他人に話したりしたが逆に傷ついた。	③高の原	50～59歳	女性
人生生きていればなんとかなると思った。	⑤木津川台	20～29歳	女性

自殺未遂。	⑤木津川台	50～59歳	男性
自身にそうではないと言い聞かせた。	⑤木津川台	50～59歳	女性
少し大きくなって親は子どもに平等だったことがわかった。	⑤木津川台	80歳以上	男性
散歩。	⑤木津川台	80歳以上	女性
退職した。	⑥梅美台	50～59歳	男性
理性が残っている。死にきれなかった。	⑦州見台	60～69歳	女性
その瞬間に怖くなった。	⑦州見台	80歳以上	男性
子どもがいたのでやめた。	⑦州見台	80歳以上	女性
親・兄弟が悲しむことに思い留まった。	⑦州見台	80歳以上	女性
学校の先生。	⑧城山台	60～69歳	女性
吸ったものを吐き出す。	⑧城山台	80歳以上	男性
リストカット。	⑨加茂	20～29歳	女性
子どもを育てるために生きている。	⑨加茂	50～59歳	男性
たまたま友人が訪ねて来て、話を聞いてもらった。	⑨加茂	50～59歳	女性
過去で、あまり記憶にない。	⑨加茂	50～59歳	女性
常に平常心を心がけてやるべきことに集中する。心静かに過ぎるのを待つ。	⑨加茂	50～59歳	女性
退職。	⑩恭仁	80歳以上	男性
絶える。	⑪南加茂台	30～39歳	女性
周りに自分のことを大切にしてくれる人（家族や仲間）もいてくれたから。相談はできなかったけれど、普段通りいてくれるだけで良かった。	⑪南加茂台	40～49歳	女性
恐怖でできなかった。	⑬棚倉	20～29歳	女性
子どもの将来を思って、乗り越えた。	⑬棚倉	80歳以上	女性
尊敬する人に会いに行った。		50～59歳	女性
ひとり川辺で思いとどまり、大声で泣いた。	-	80歳以上	女性

※問2、問6-3については、その他等に関する記述がありませんでした。

「第2次木津川市自殺対策計画」策定のための
こころの健康に関する住民意識調査
(その他意見等)
報告書

令和5年10月

企画・編集 木津川市 健康福祉部 社会福祉課