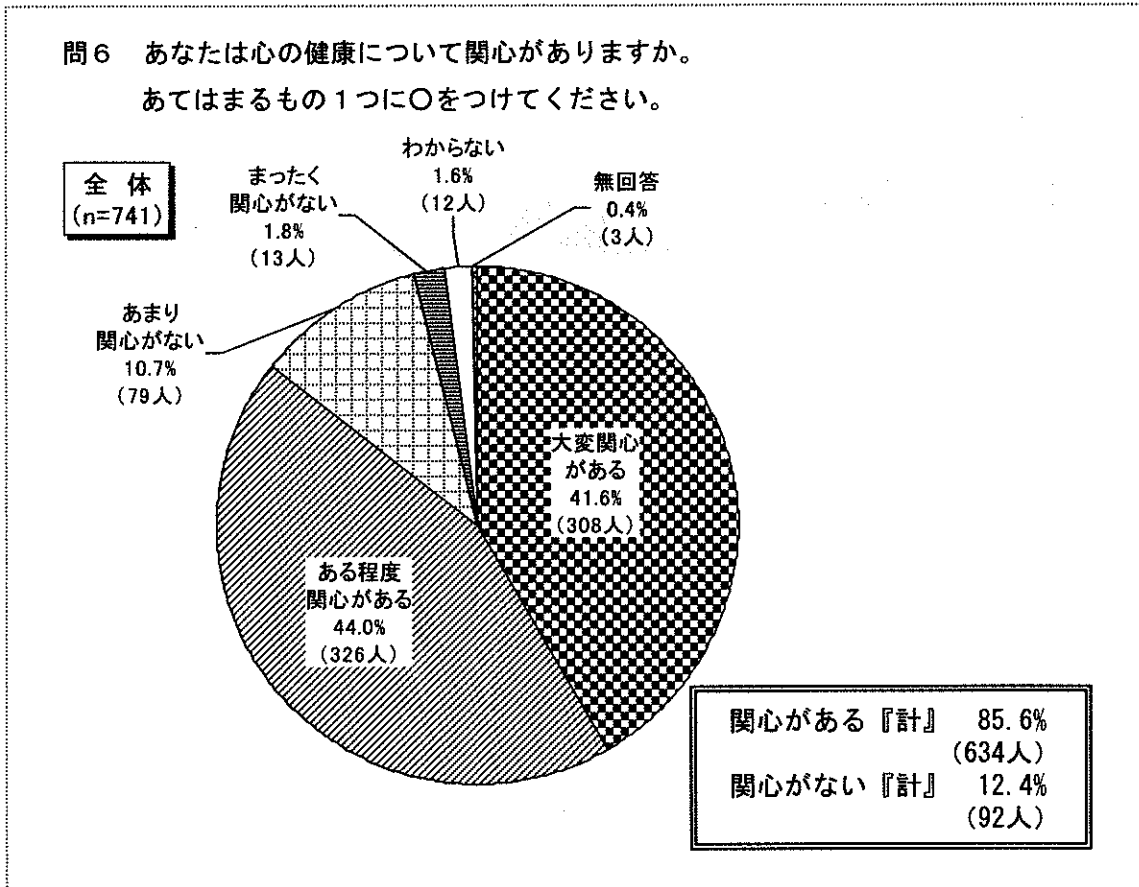


2. 心の健康について

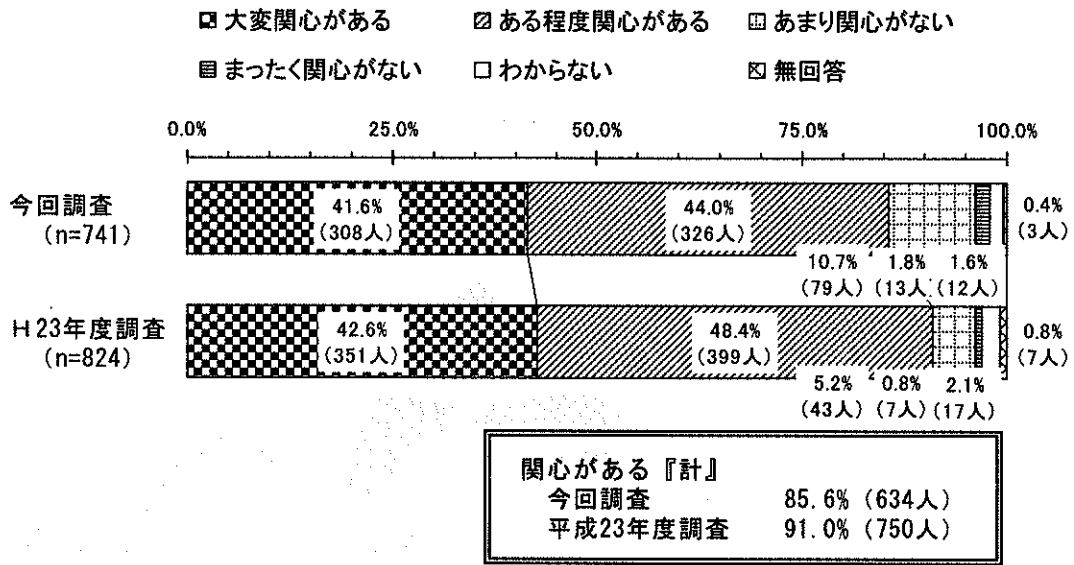
(1) 心の健康への関心の有無



心の健康に「大変関心がある」と回答した人は 41.6%で、これに「ある程度関心がある」(44.0%) を合わせた『関心がある』計の割合は 85.6%となっている。

一方、「まったく関心がない」は 1.8%で、これに「あまり関心がない」(10.7%) を合わせた『関心がない』計の割合は 12.4%となっている。

【参考 平成 23 年度調査との比較】

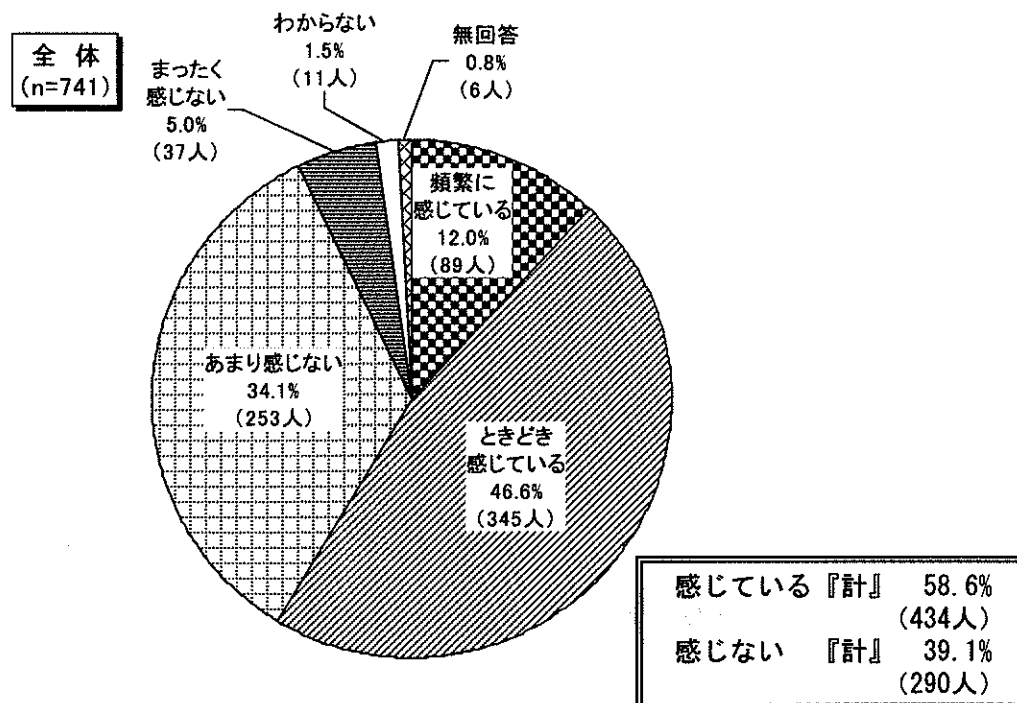


『関心がある』計（今回調査 85.6%、平成 23 年度調査 91.0%）の割合は、今回調査の方が減少している。

(2) 精神的な疲労の認識

問7 ふだん、気分が落ち込む、あるいは精神的に疲れていると感じることがありますか。

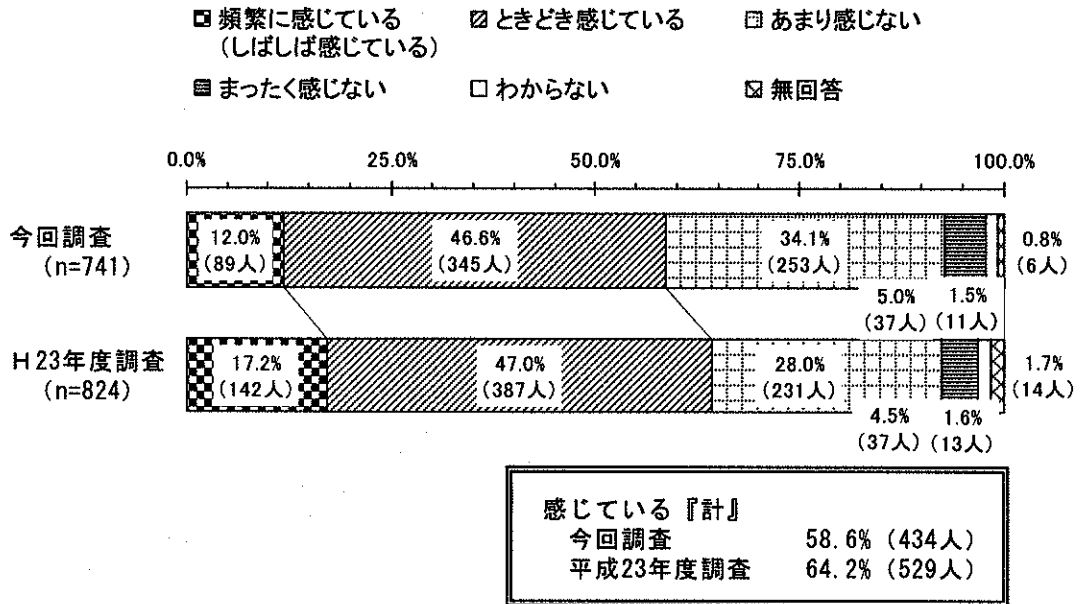
あてはまるもの1つに○をつけてください。



気分の落ち込みや精神的な疲労を「頻繁に感じている」と回答した人は 12.0%で、これに「ときどき感じている」(46.6%)を合わせた『感じている』計の割合は 58.6%となっている。

一方、「まったく感じない」は 5.0%で、これに「あまり感じない」(34.1%)を合わせた『感じない』計の割合は 39.1%となっている。

【参考 平成 23 年度調査との比較】



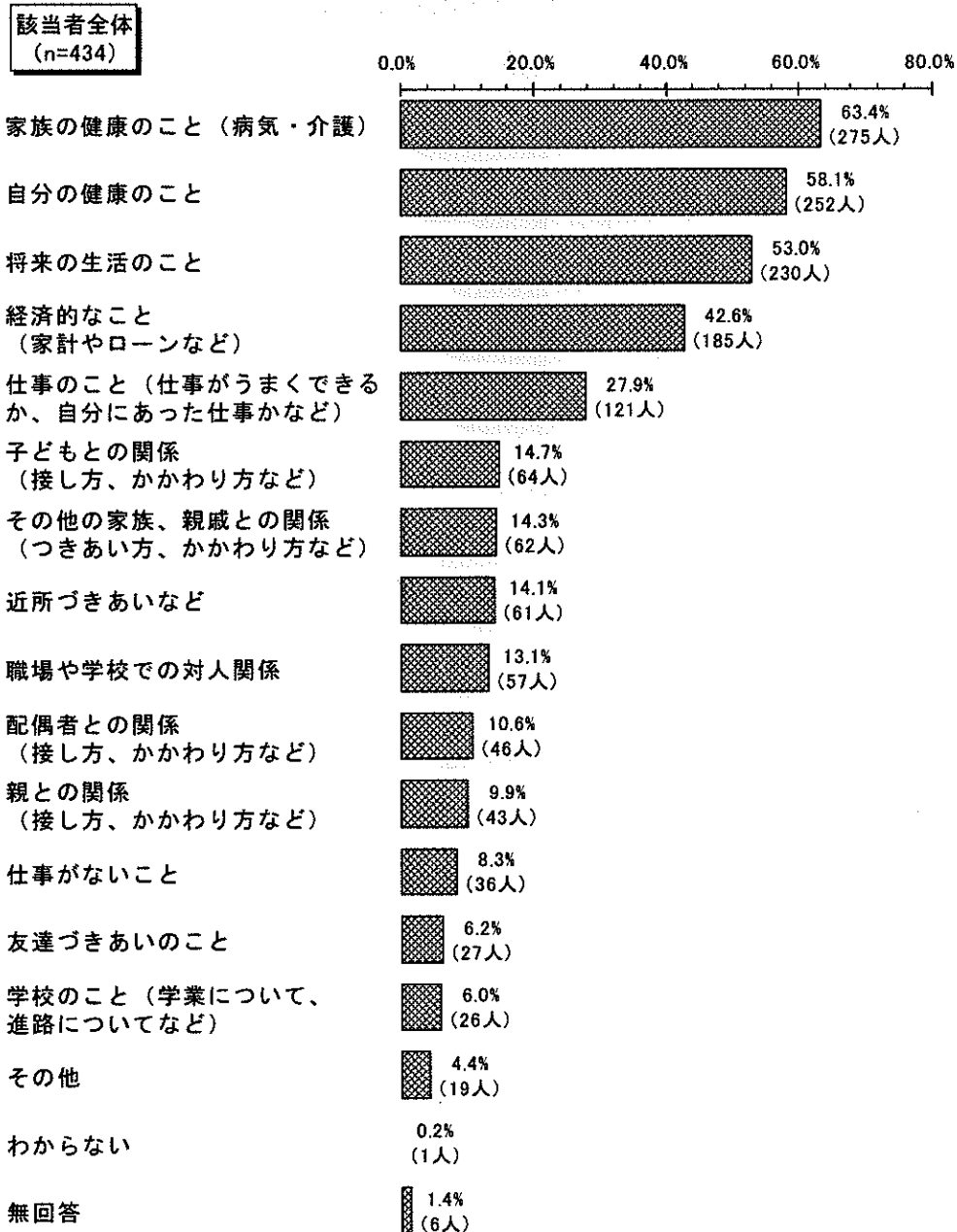
『感じている』計 (今回調査 58.6%、平成 23 年度調査 64.2%) の割合は、今回調査の方が減少している。

(3) 心の負担になっていること

(問7で、「1 頻繁に感じている」、または「2 ときどき感じている」とお答えの方にお尋ねします。)

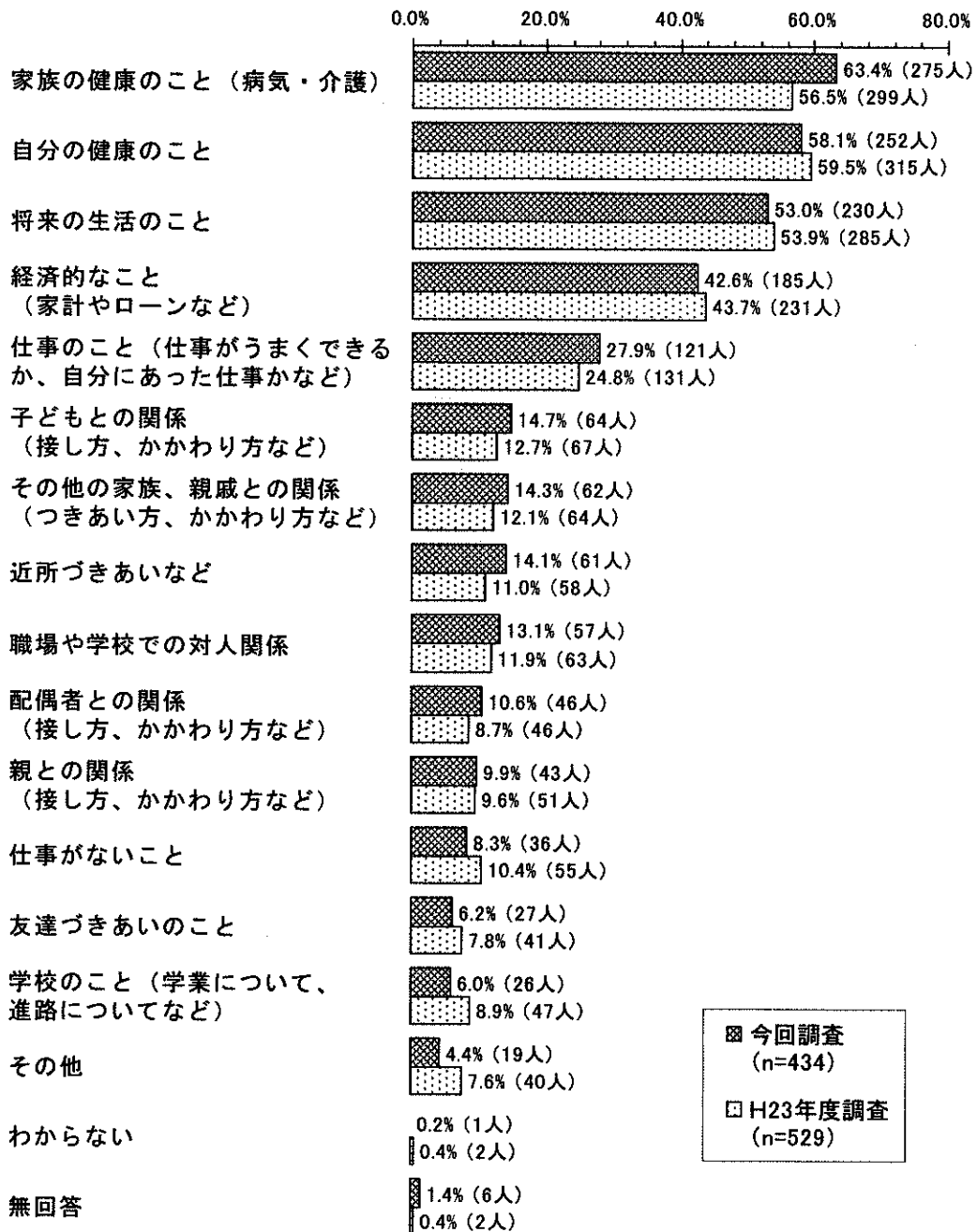
問7-1 主にどのようなことが心の負担になりますか。

あてはまるものに、いくつでも○をつけてください。



心の負担になることは、「家族の健康のこと (病気、介護)」(63.4%) が最も多く6割強となっている。以下、「自分の健康のこと」(58.1%) と「将来の生活のこと」(53.0%) が5割台、「経済的なこと (家計やローンなど)」(42.6%) が4割台、「仕事のこと (仕事がうまくできるか、自分にあった仕事かなど)」(27.9%) が2割台などとなっている。

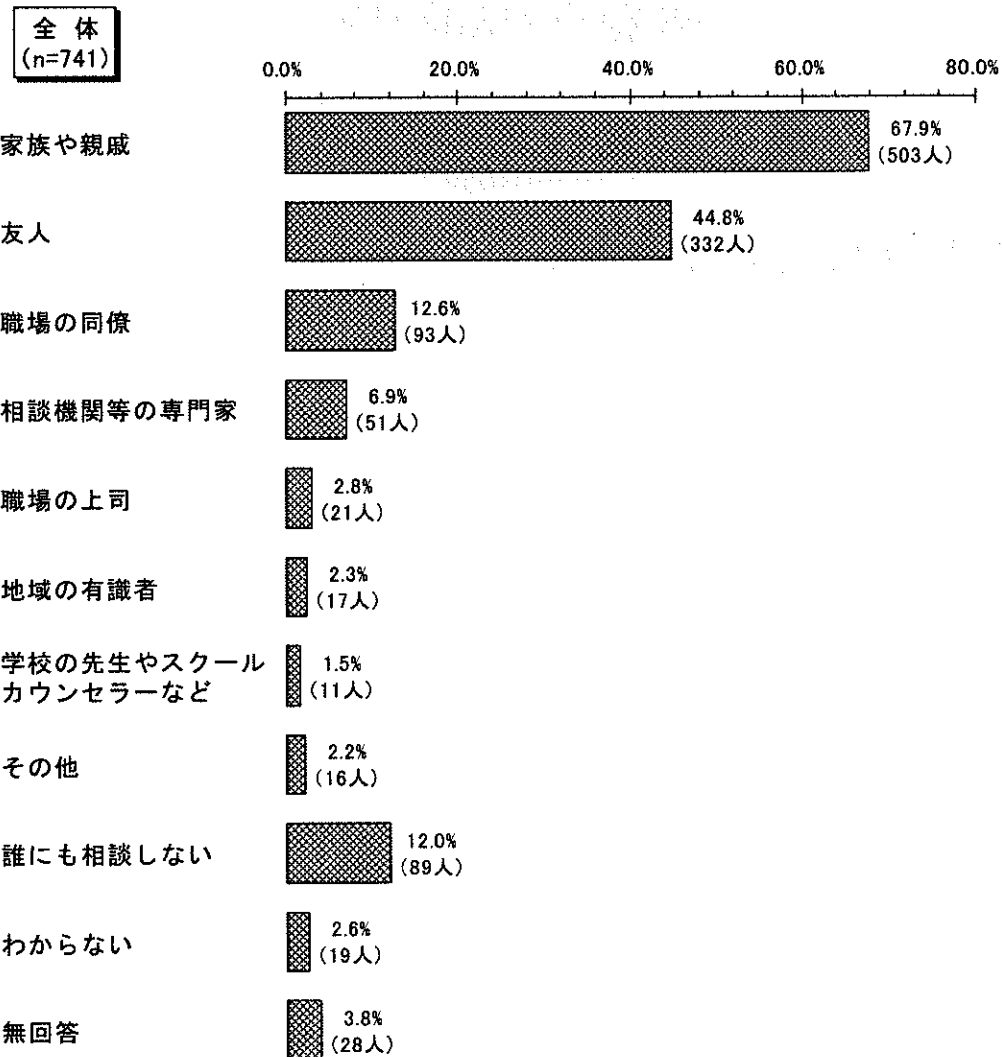
【参考 平成 23 年度調査との比較】



平成 23 年度調査では「自分の健康のこと」の割合が最も高かったのに対して、今回調査では「家族の健康のこと (病気・介護)」の割合が最も高く、平成 23 年度調査に比べ約 7 ポイント上昇している。

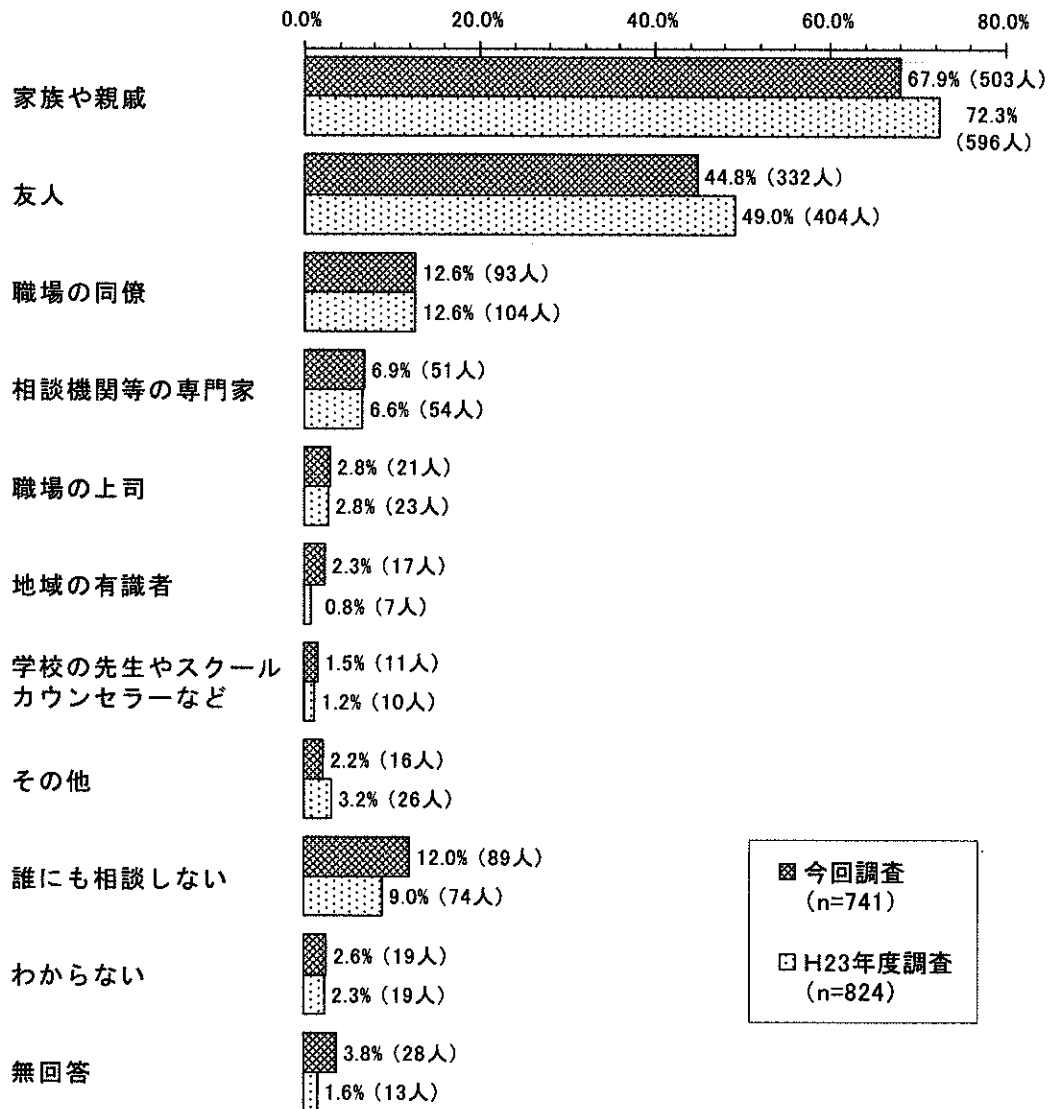
(4) 心の健康についての相談先

問8 心の健康について心配なことがある時、あなたは誰に相談しますか。
あてはまるものに、いくつでも○をつけてください。(複数回答可)



心の健康の相談先は「家族や親戚」(67.9%)が最も多く、7割弱となっている。以下、「友人」(44.8%)が4割台、「職場の同僚」(12.6%)が1割台となっている。一方、「誰にも相談しない」が12.0%、「わからない」が2.6%となっている。

【参考 平成 23 年度調査との比較】



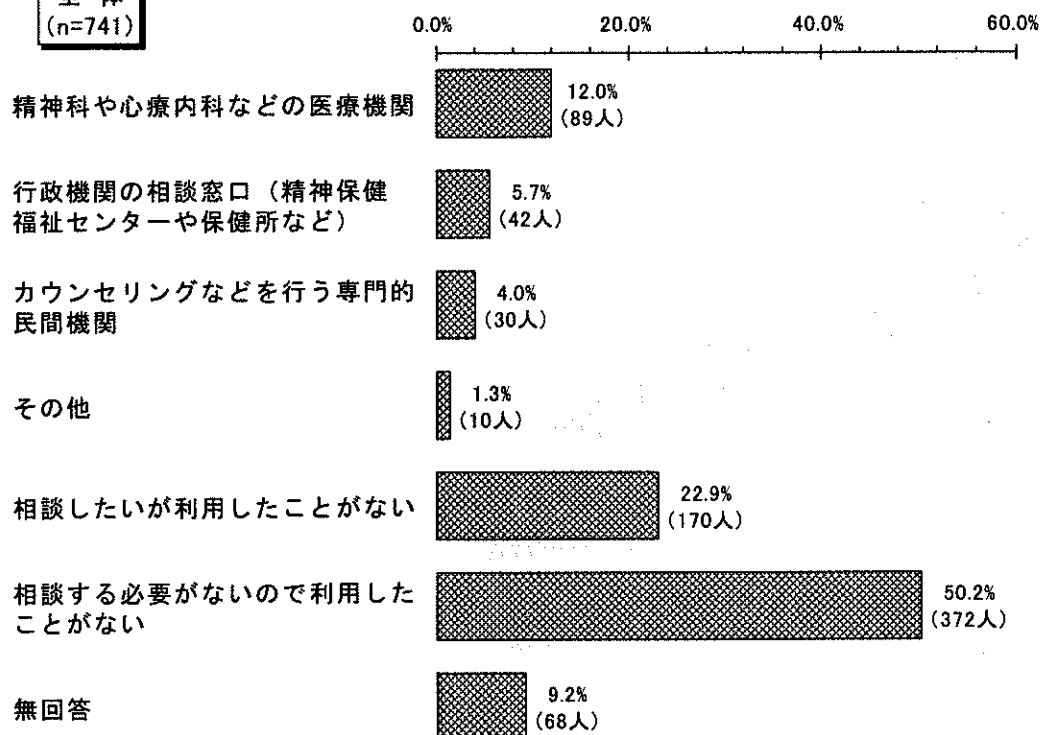
今回調査では平成 23 年度調査と同様の傾向が見られるが、「家族や親戚」と「友人」の割合は、平成 23 年度調査に比べ減少している。

(5) 利用したことのある相談機関

問9 心の健康について相談するため、どのような相談機関を利用したことがありますか。

あてはまるものに、いくつでも○をつけてください。

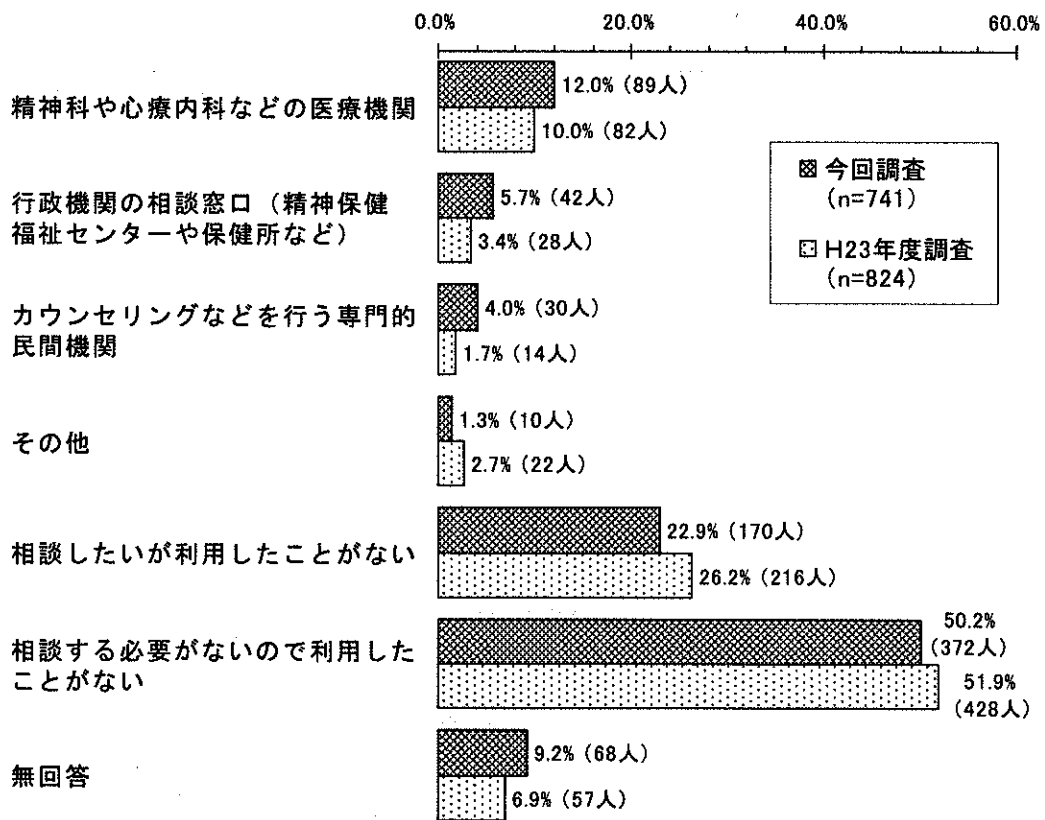
全体
(n=741)



利用したことのある相談機関については、「相談する必要がないので利用したことがない」(50.2%)が最も多く約5割となっている。次いで、「相談したいが利用したことがない」(22.9%)の順となっている。

一方、利用したことのある相談機関で回答が最も多かったものは、「精神科や心療内科などの医療機関」の12.0%となっている。

【参考 平成 23 年度調査との比較】



今回調査では平成 23 年度調査と同様の傾向が見られる。