

質問 7 過去 1 年間であなたが経験した辛かったことについて 1~5 の中から当てはまるものに○をしてください。

	辛かった	どちらかといえば辛かった	どちらともいえない	どちらかといえば辛くなかった	辛くない
(ア) 家庭問題 (親子関係/夫婦関係の不和、家族との別れ、子育ての悩み、介護・看護疲れ 等)	1	2	3	4	5
(イ) 健康問題 (身体/精神の病気に対する悩み・影響、 <u>認知機能低下</u> の悩み 等)	1	2	3	4	5
(ウ) 経済・生活問題 (事業不振、失業、就職失敗、 <u>生活苦</u> 、負債、奨学金の返済苦 等)	1	2	3	4	5
(エ) 勤務問題 (職場の人間関係、職場の環境の変化、仕事疲れ 等)	1	2	3	4	5
(オ) 交際関係問題 (配偶者以外との恋愛、交際・結婚に関する問題、暴力 等)	1	2	3	4	5
(カ) 学校問題 (いじめ、成績不振、学校での人間関係、進路 等)	1	2	3	4	5

質問 8 次の(ア)から(ク)について、あなたの考えにもっとも近い番号を選んでください。
 「地域」とはお住まいの「町内」をイメージしています。(それぞれに○は1つ)

	そう思う	どちらかといえば そう思う	どちらともいえない	どちらかといえば そう思わない	そう思わない
(ア) 自分は幸福である	1	2	3	4	5
(イ) 一般的に人は信頼できる	1	2	3	4	5
(ウ) 地域の人を信頼できる	1	2	3	4	5
(エ) 地域の方は、多くの場合、他の人の役に立とうとする	1	2	3	4	5
(オ) この地域の役に立ちたい	1	2	3	4	5
(カ) この地域の一員である実感できる	1	2	3	4	5
(キ) この地域の中でのつながりを大事にしたい	1	2	3	4	5
(ク) 今後もこの地域に住み続けたい	1	2	3	4	5

質問 9 あなたの周囲(家族、友人、知人など)に健康や生活の状況が気になる人がいる場合、あなたならどうしますか。(○は1つ)

1. とりあえず声をかけて話をきく	2. 相談先を知っていれば、話をきく
3. <u>特に触れずそっとしておく</u>	4. <u>どのようにしたらいいかわからない</u>
5. その他()	

質問 10 次の(ア)から(イ)について、あなたの考えをお聞かせください。
 (それぞれに○は1つ)

	そう思う	どちらかといえば そう思う	どちらとも いえない	どちらかといえば そう思わない	そう思わない
(ア) こころの健康問題(精神疾患)は生活習慣病と同じように、誰もがかかりうる病気だ	1	2	3	4	5
(イ) こころの健康問題(精神疾患)は早期に適切な治療や支援を受ければ、多くは改善する	1	2	3	4	5

質問11 自殺（自死）についてあなたはどのように思いますか。次の（ア）から（オ）のそれぞれについて、あなたの考えに最も近いものを選んでください。

（それぞれに○は1つ）

	そう思う	どちらかといえば そう思う	どちらとも いえない	どちらかといえば そう思わない	そう思わない
（ア）生死は最終的に本人の判断に任せるべきだ	1	2	3	4	5
（イ）自殺せずに生きていれば良いことがある	1	2	3	4	5
（ウ）自殺する人は、直前まで実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている	1	2	3	4	5
（エ）責任をとって自殺をすることは仕方がない	1	2	3	4	5
（オ）自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題である	1	2	3	4	5

質問12 次の（ア）から（カ）の項目について、あなたは過去1か月の間、どのような状態でしたか。

（それぞれに○は1つ）

	いつも	たいてい	ときどき	すこしだけ	まったくない
（ア）神経過敏に感じましたか	1	2	3	4	5
（イ）絶望的だと感じましたか	1	2	3	4	5
（ウ）そわそわ、落ち着かなく感じましたか	1	2	3	4	5
（エ）気分が沈みこんで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか	1	2	3	4	5
（オ）何をするのも骨折りだと感じましたか	1	2	3	4	5
（カ）自分は価値のない人間だと感じましたか	1	2	3	4	5

質問 13 次の（ア）から（オ）の項目について、最近 2 週間のあなたの状態に最も近いものを選んでください。
（それぞれに○は 1 つ）

	いつもそうだった	そういう時が多かった	そういう時は少なかった	まったくなかった
（ア）明るく、楽しい気分で過ごした	1	2	3	4
（イ）落ち着いたリラックスした気分で過ごした	1	2	3	4
（ウ）意欲的で活動的に過ごした	1	2	3	4
（エ）ぐっすりと休め、気持ちよくめざめた	1	2	3	4
（オ）日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった	1	2	3	4

質問 14 過去 1 年の間に死んでしまいたいと思ったことがありますか。（どちらかに○）

1. はい	2. いいえ
-------	--------

質問 15 日常生活のストレス等に対処するためにあなたはどのようなことをしていますか。あてはまるものに○をしてください。（○は 3 つまで）

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. ストレスの原因を解決するために、具体的な計画を立てて行動する 2. トラブルの原因になっている人や状況に、直接働きかけて解決を試みる 3. つらい気持ちを抑えきれない時、信頼できる人に話を聞いてもらって涙を流す 4. 趣味やスポーツに没頭して、いやなことを一時的に忘れるようにする 5. ストレスを感じた時、具体的なアドバイスや解決策を求めて誰かに相談する 6. 専門機関やカウンセラーなどのサポートを利用する 7. ストレスを感じると、買い物、旅行、おいしいものを食べるなどの気晴らしをする 8. 「時間が解決してくれる」と考え、その問題について考えるのをやめる |
|--|

質問 16

以下は、あなたが普段の生活の様々な場面で、どのように感じているのかについての質問です。最もあてはまるものを選んでください。（それぞれに○は 1 つ）

	ほとんどない	たまにある	よくある
（ア）あなたは、自分に仲間付き合いがないと感じることがありますか	1	2	3
（イ）あなたは、疎外されていると感じることがありますか	1	2	3
（ウ）あなたは、他の人から孤立していると感じることがありますか	1	2	3

あなた自身についておたずねします。

質問 17 あなたの性別を教えてください。

性別選択に抵抗感や違和感がある場合は回答不要です。

- | | | |
|-------|-------|----------|
| 1. 男性 | 2. 女性 | 3. 回答しない |
|-------|-------|----------|

質問 18 あなたの R8 年 4 月 1 日時点での年齢を教えてください。

- | | |
|------------------|-----------|
| 1. <u>15~19歳</u> | 2. 20~29歳 |
| 3. 30~39歳 | 4. 40~49歳 |
| 5. 50~59歳 | 6. 60~69歳 |
| 7. 70~79歳 | 8. 80~89歳 |

質問 19 あなたの同居家族についてあてはまるものを選んでください。(○は1つ)

単身赴任や学生の一人暮らしなどは「単身世帯」を選んでください。

寮やシェアハウスにお住まいの場合は「その他」を選んでください。

- | | |
|--------------------|------------------|
| 1. <u>三世代以上が同居</u> | 2. <u>二世代が同居</u> |
| 3. 夫婦のみ世帯 | 4. 単身世帯 |
| 5. その他 () | |

質問 20 あなたの主たる職業を選んでください。(○は1つ)

学生でパート・アルバイトをされている方は「学生」を選んでください。

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 正規の職員・従業員 | 2. パート・アルバイト |
| 3. 派遣社員・契約社員・嘱託 | 4. 自営業 (内職者含む) |
| 5. 家族従業者 | 6. 会社などの役員 |
| 7. 専業主婦・主夫 | 8. 学生 |
| 9. 無職 (年金受給者を含む) | 11. その他 () |

質問 21 最終学歴(在籍中の方も含む)を教えてください。

1. 中学校卒 2. 高校卒 3. 短期大学卒 4. 高等専門学校卒 5. 専門学校卒
6. 大学卒 7. 大学院卒 (修士) 8. 大学院卒 (博士)

質問 22 ご家庭の家計について、どのように感じていますか。あてはまるものを選んでください。
(○は1つ)

- | | |
|--------------|--------------|
| 1. かなり余裕がある | 2. ある程度余裕がある |
| 3. どちらともいえない | 4. あまり余裕がない |
| 5. 全く余裕がない | |

質問 23 世帯年収を教えてください（生計を同一にしている人との合計収入）（○は1つ）

- | |
|------------------------|
| 1. 200万円未満 |
| 2. 200万円以上～300万円未満 |
| 3. 300万円以上～400万円未満 |
| 4. 400万円以上～500万円未満 |
| 5. 600万円以上～700万円未満 |
| 6. 800万円以上～900万円未満 |
| 7. 900万円以上～1,000万未満 |
| 8. 1,000万円以上～1,500万円未満 |
| 9. 1,500万円以上～2,000万円未満 |
| 10. 2,000万円以上 |
| 11. 答えたくない／わからない |

質問 24 あなたは現在、結婚しておられますか。（○は1つ）

- | | |
|----------|-------|
| 1. 未婚 | 2. 既婚 |
| 3. 離別・死別 | |

質問 25 あなたには子どもがいますか。同居・別居に関わらずお答えください（○は1つ）

- | | |
|-------|--------|
| 1. いる | 2. いない |
|-------|--------|

質問 26 あなたは合併前も含めて、岡山市にどれくらい住んでいますか。（○は1つ）

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. 5年未満 | 2. 5年以上10年未満 |
| 3. 10年以上20年未満 | 4. 20年以上 |

調査は以上になります。

ご協力ありがとうございました。

もし、現在お悩みや不安なことがありましたら、1人で抱え込まずに相談できる窓口があります。
以下のQRコードから、LINEやチャットなどで相談できる「SNS相談機関一覧」をご覧ください。
どうぞお気軽にご利用ください。

おか・ここ・ネット
SNS 相談を行っている相談機関一覧

