

# 資料



<参考> 自殺の統計について

自殺の統計には厚生労働省「人口動態統計」と警察庁「自殺統計」がある。

1 厚生労働省「人口動態統計」

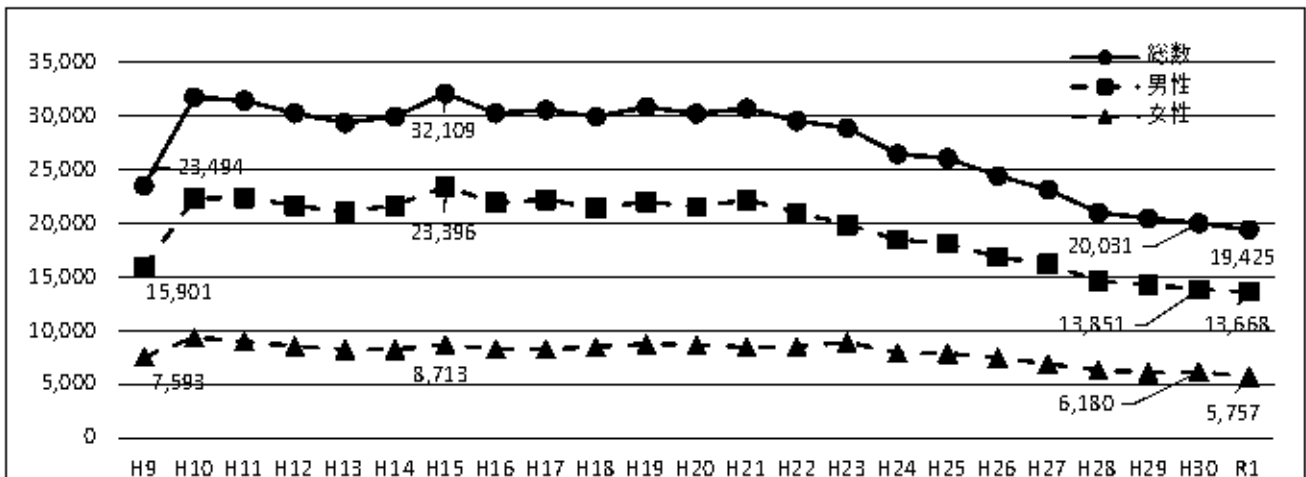
厚生労働省「人口動態統計」は、国内の日本人を対象とし、死亡時点での住所地を基に計上している。自殺、他殺あるいは事故死のいずれか不明のときは自殺以外で処理しており、死亡診断書等の作成者から自殺の旨訂正報告があった場合は、遡って自殺に計上している。

2 警察庁「自殺統計」

警察庁「自殺統計」は、国内の総人口（日本に在住する外国人を含む。）を対象として、自殺死体発見時点（正確には認知時点）での発見地を基に計上している。捜査等によって、自殺であると判明した時点で、自殺統計原票を作成し、計上している。

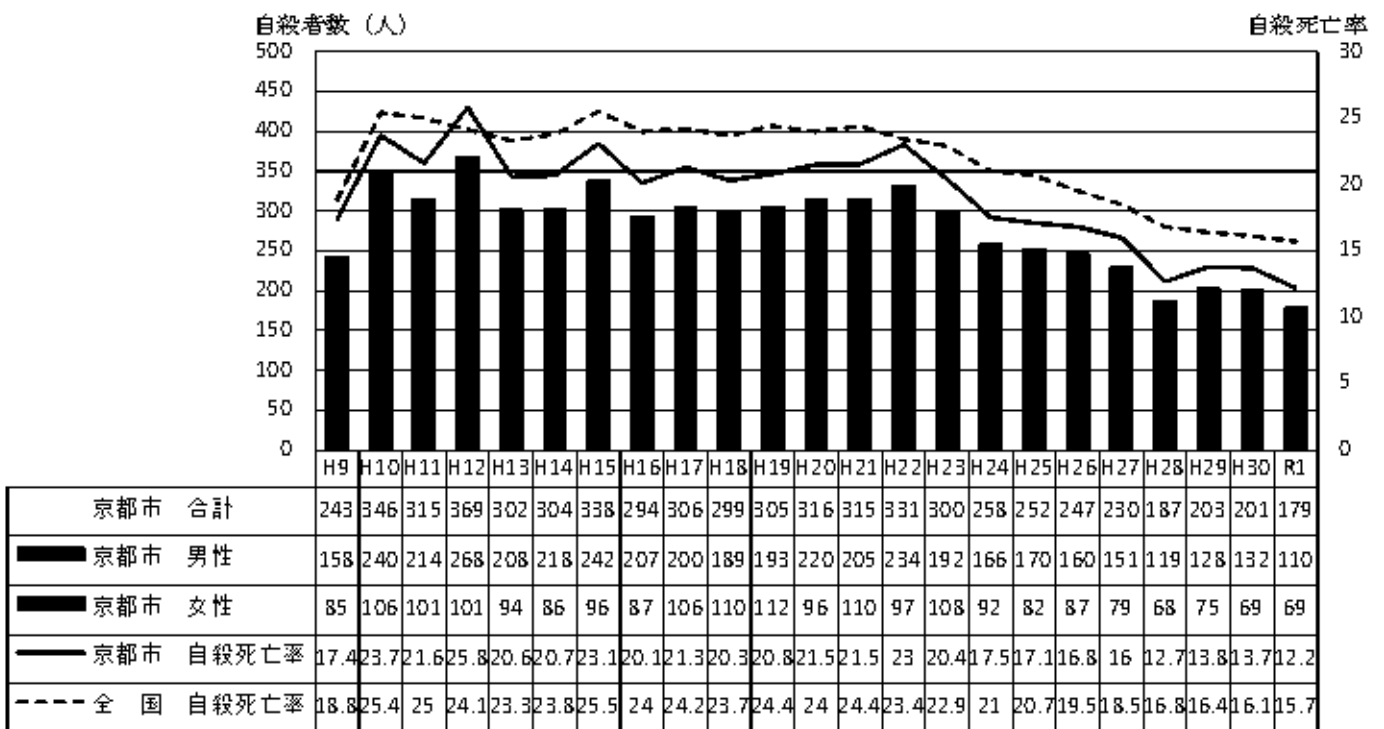
1 人口動態統計に基づく自殺の状況について

(1) 全国の自殺者数の推移



※ 厚生労働省「人口動態統計」から作成。

(2) 本市の自殺者数及び自殺死亡率（10万人対の自殺者数）の推移



※ 厚生労働省「人口動態統計（確定値）」から作成。

(3) 指定都市における自殺死亡率の推移

1	浜松市 (15.2)	川崎市 (12.0)	岡山市 (11.9)	岡山市 (11.2)	██████████
2	横浜市 (15.4)	広島市 (12.5)	熊本市 (12.7)	熊本市 (11.5)	仙台市 (12.7)
3	██████████	岡山市 (12.6)	浜松市 (13.1)	広島市 (12.2)	熊本市 (13.0)
4	福岡市 (16.0)	██████████	横浜市 (13.3)	名古屋市 (12.8)	さいたま市 (13.0)
5	仙台市 (16.1)	浜松市 (13.3)	さいたま市 (13.7)	横浜市 (12.9)	川崎市 (13.0)
6	広島市 (16.3)	相模原市 (13.6)	██████████	相模原市 (13.1)	横浜市 (13.1)
7	さいたま市 (16.4)	千葉市 (13.7)	広島市 (14.2)	さいたま市 (13.3)	名古屋市 (13.1)
8	川崎市 (16.5)	名古屋市 (14.4)	新潟市 (14.9)	浜松市 (13.6)	岡山市 (13.2)
9	札幌市 (16.6)	横浜市 (14.7)	千葉市 (15.0)	██████████	北九州市 (13.7)
10	岡山市 (16.9)	福岡市 (15.0)	名古屋市 (15.1)	千葉市 (13.7)	福岡市 (13.8)
11	熊本市 (17.2)	北九州市 (15.9)	仙台市 (15.2)	静岡市 (13.8)	広島市 (13.8)
12	名古屋市 (17.3)	堺市 (16.0)	川崎市 (15.4)	仙台市 (14.0)	浜松市 (14.0)
13	静岡市 (18.2)	熊本市 (16.1)	静岡市 (15.6)	川崎市 (14.1)	相模原市 (14.1)
14	北九州市 (18.5)	札幌市 (16.1)	堺市 (15.7)	神戸市 (14.7)	堺市 (14.9)
15	新潟市 (19.2)	仙台市 (16.3)	福岡市 (15.9)	札幌市 (15.2)	神戸市 (15.4)
16	相模原市 (19.4)	さいたま市 (16.5)	神戸市 (16.1)	新潟市 (15.6)	新潟市 (15.6)
17	神戸市 (19.5)	新潟市 (16.5)	札幌市 (16.3)	福岡市 (15.6)	札幌市 (16.3)
18	千葉市 (19.8)	静岡市 (17.5)	北九州市 (16.9)	北九州市 (17.1)	静岡市 (17.1)
19	堺市 (19.8)	神戸市 (17.6)	相模原市 (17.1)	堺市 (17.2)	大阪市 (17.1)
20	大阪市 (22.0)	大阪市 (21.5)	大阪市 (19.8)	大阪市 (18.7)	千葉市 (17.1)

※自殺死亡率の低い順 ※ ( ) 内は自殺死亡率

※ 厚生労働省「人口動態統計(確定値)」から作成。

(4) 令和元年中における自殺の概要

ア 京都市 ○ 自殺者数：H30 201人 → R1 179人 (対前年比：12.3%減)  
 (内訳) 男性：110人 (対前年比：△22人) 全体の61.5%  
 女性：69人 (対前年比：±0人) 全体の38.5%  
 ○ 自殺死亡率：H30 13.7 → R1 12.2 (20指定都市の中で最も低い)

イ 全国 ○ 自殺者数：H30 20,031人 → R1 19,425人 (対前年比：3.1%減)  
 (内訳) 男性：13,668人 (対前年比：△183人) 全体の70.4%  
 女性：5,757人 (対前年比：△423人) 全体の29.6%  
 ○ 自殺死亡率：H30 16.1 → R1 15.7

## 2 警察庁統計から見える本市の自殺の特徴

### (1) 指標ごとの自殺死亡率と全自治体におけるランク

総数	14.7	—	16.8
男性	19.9	—	23.8
女性	9.9	—	10.1
20歳未満	2.0	★	2.6
20歳代	17.0	★	16.9
30歳代	14.7	—	17.3
40歳代	17.1	—	19.2
50歳代	23.2	—	22.9
60歳代	14.2	—	18.9
70歳代	18.1	—	21.2
80歳以上	15.3	—	22.3
若年者(20～39歳)	15.8	—	17.1
高齢者(70歳以上)	16.9	—	21.7
勤務・経営 <sup>※)</sup>	11.9	—	14.6
無職者・失業者 <sup>※)</sup>	27.7	—	30.9

注) 特別集計に基づく20～59歳を対象とした自殺率

★ランクは全市区町村中、上位20～40%に入ることを示す。

男性	20歳未満	2.21	3.41
	20歳代	24.68	23.83
	30歳代	20.63	24.97
	40歳代	23.69	27.41
	50歳代	31.62	33.07
	60歳代	18.89	26.59
	70歳代	23.22	29.51
	80歳以上	23.13	36.74
	女性	20歳未満	1.79
20歳代		9.51	9.60
30歳代		8.92	9.27
40歳代		10.85	10.66
50歳代		15.16	12.75
60歳代		9.97	11.45
70歳代		15.16	15.35
80歳以上		12.10	15.58

※出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル(2020)」

### (2) 性別・年代別・職業の有無で分類した自殺者数(不詳の数を除く。)の上位5区分

1位	70歳代無職	40歳代有職	70歳代無職	70歳代無職
2位	50歳代有職	70歳代無職	50歳代無職	80歳以上無職
3位	20歳代無職	50歳代有職	60歳代無職	60歳代無職
4位	40歳代有職	60歳代無職	40・80歳代以上無職	50歳代無職
5位	40・50歳代無職	30歳代有職		40歳代無職

※自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロファイル(2020)」から作成。

(3) 20 歳未満・20 歳代関連

ア 全国と比較した本市の児童・生徒等の自殺者数及び自殺割合について

中学生以下	5	6.7	578	14.0
高校生	8	10.7	1,207	29.3
大学生	55	73.3	1,823	44.2
専修学校生等	7	9.3	513	12.4
合計	75	100	4,121	100

※出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロフィール（2020）」

※<sup>1</sup> 児童・生徒等の自殺者数の合計に占める各欄の自殺者数の割合。

イ 全国と比較した本市の20歳未満・20歳代の自殺者数及び自殺割合について

20 歳未満	※ <sup>1</sup>	7 (30.4)	合計 16 (69.6)		23 (100)	1,785 (62.1)	454 (15.8)	367 (12.8)	269 (9.3)	2,875 (100)
20 歳代	0 (0)	53 (39.0)	47 (34.6)	36 (26.4)	136 (100)	0 (0)	1,791 (16.6)	5,553 (51.5)	3,429 (31.9)	10,773 (100)

※自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロフィール（2020）」から作成。

※<sup>1</sup> ある1つの欄につき5人未満であり公表不可であるため、複数欄を合算して処理した。

(4) 50 歳代女性関連

全国と比較して自殺死亡率が高い区分（性別，年齢階級，同居人・職業の有無で24区分に分類）

女性 40～59 歳有職同居	27	7.2	6.2	職場の人間関係+家庭間の不和→うつ状態→自殺
----------------	----	-----	-----	------------------------

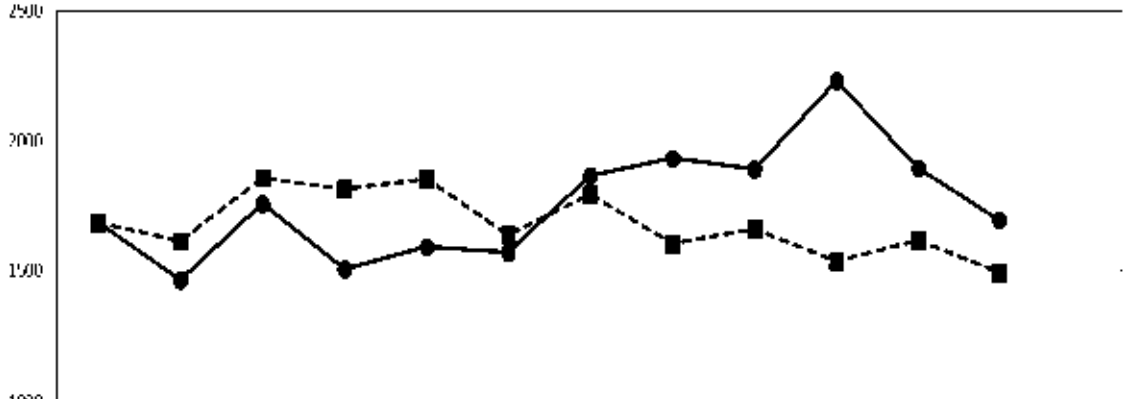
※生活状況別の自殺に多くみられる全国的な自殺の危機経路を例示したもの。

※出典：自殺総合対策推進センター「地域自殺実態プロフィール（2020）」

<参考>最近の月別自殺者数の状況について（警察庁統計：本市は暫定値）

### 1 京都市と全国の自殺者数の前年同月比の推移

自殺者数（人）

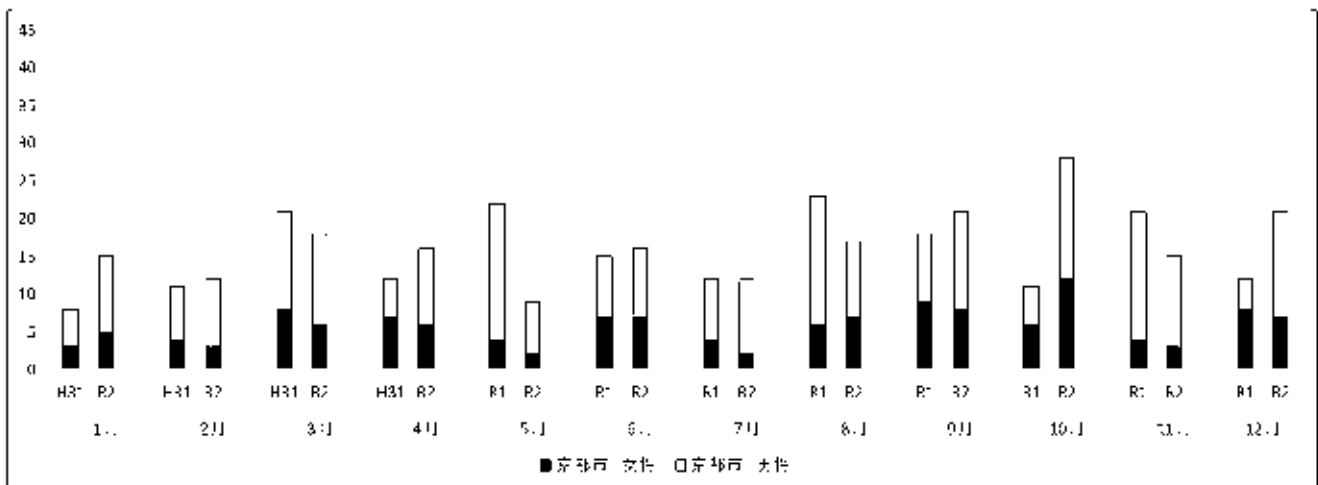


	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
京都市の都市 R2	15	12	18	16	9	16	12	17	21	28	15	21	200
京都市の都市 R1	8	11	21	12	22	15	12	23	18	11	21	12	186
京都市の都市 対前年比	7	1	△3	4	△13	1	0	△6	3	17	△6	9	14
● 全国全 国 R2	1,686	1,454	1,758	1,507	1,581	1,572	1,805	1,931	1,889	2,210	1,893	1,695	21,361
■ 全国全 国 R1	1,684	1,615	1,956	1,814	1,853	1,940	1,793	1,903	1,662	1,539	1,626	1,454	20,109
全国全 国 対前年比	?	△151	△58	△307	△282	△68	77	328	777	691	777	761	312

※ 厚生労働省 HP 掲載の「地域における自殺の基礎資料」のBB表（市町村・発見日・発見地）から作成。

### 2 京都市の男女別の自殺者数の推移

自殺者数（人）



京都市	R2 京都市 全体	15	12	18	16	9	16	12	17	21	28	15	21	200
	R2 京都市 男性	10	9	12	10	7	9	10	10	13	16	12	14	132
	R2 京都市 女性	5	3	6	6	2	7	2	7	8	12	3	7	68
	H31 京都市 全体	8	11	21	12	22	15	12	23	18	11	21	12	186
	H31 京都市 男性	5	7	13	5	18	8	8	17	9	5	17	4	116
	H31 京都市 女性	3	4	8	7	4	7	4	6	9	6	4	8	70
	対前年比 全体	7	1	△3	4	△13	1	0	△6	3	17	△6	9	14
	対前年比 男性	5	2	△1	5	△11	1	2	△7	4	11	△5	10	16
	対前年比 女性	2	△1	△2	△1	△2	0	△2	1	△1	6	△1	△1	△2

※ 厚生労働省 HP 掲載の「地域における自殺の基礎資料」のBB表（市町村・発見日・発見地）から作成。





「京都市自殺総合対策推進計画（改定）」\*における自殺対策について

\*計画期間：平成29年度～令和3年度

基本理念

市民の誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指し、市民一人ひとりが、かけがえのない「いのち」を大切にすることと生きる力を育むとともに、人と人とのところがつながり、ともにささえ合え合えまちな・京都をつくります

計画期間中に重点的に行う取組

- 【重点取組1】関係機関の有機的な連携の強化を通じた総合的な自殺対策の推進
- 【重点取組2】相談窓口等の自殺対策に関する取組の周知強化と支援の充実
- 【重点取組3】大学と協働した学生支援をはじめとした若年層への自殺対策の充実
- 【重点取組4】自殺未遂者、自死遺族等への専門的な支援の充実

令和2年度における自殺対策主管課の主な取組（資料2 P7～9 参照）

事前予防

【普及啓発】

- 1 啓発イベント「ライフラインきょうと2020」の開催
- 2 ストレスマウンテン京都市版の配信
- 3 トラフィックアカードによる啓発
- 4 検索連動型広告事業（年2回→年4回に充実）
- 5 LINE公式アカウント「わかめは難病サポートセンター」の開設
- 6 きょういのち ぽっとブック事業 等

二重線部分は令和2年度新規事業（一重線部分は充実事業）

【人材育成・教育】

- 1 ゲートキーパー養成のための研修
- 2 医師対象研修
  - (1) かかりつけ医・産業界うつ病対応力向上研修会
  - (2) 一般社団法人ネットワーク協会（G-Pネット）
- 3 自殺未遂者・ハイリスク者支援者養成研修
- 4 大学と連携した教職員研修 等

危機対応

【相談支援・スクリーニング・リスクアセスメント】

- 1 きょう ぽっと あした～くらしとところの総合相談会～
- 2 きょう・ところ・ぽっとでんわ（自死遺族・自殺予防こころの相談電話）（平日3時間→毎日24時間に拡充）
- 3 メール相談事業（補助） 等
- 4 専門相談窓口へのつなぎ支援

事後対応

【遺族支援】

- 1 フリースペースの支援
- 2 こころのカフェきょうと（自死遺族サポートチーム）との連携

推進体制

京都市自殺総合対策連絡会  
 庁外の関係機関・団体等との情報共有を行うとともに、連携・協力体制を強化

京都市地域自殺対策推進センター  
 （障害保健福祉推進室）  
 自殺及び自殺対策等の実態把握や情報分析、庁内推進会議・自殺総合対策連絡会の事務局として関係機関・団体との連携を図る自殺対策の統括

国  
 （自殺総合対策推進センター）

京都府

京都市

こころの健康増進センター  
 普及啓発や相談支援の全体的な対策の推進、各区役所・支所への研修、助言指導

各区役所・支所保健福祉センター障害保健福祉課  
 市民等への相談支援・家庭訪問、普及啓発

官民が連携しながら一人ひとりができることを行い、包括的な生きる支援を目指す。

現時点の達成状況

【数値的な状況】

- 令和元年の本市の状況\*
  - 自殺者数：179人  
 （目標：令和3年度末までに200人以下）
  - 自殺死亡率：12.2  
 （目標：令和3年度末までに14.4以下）  
 ※厚生労働省「人口動態統計（確定値）」

【取組の実施状況】

- 令和2年度の本市の状況
  - 全ての取組について実施中（参考資料2 P11～35 参照）



令和2年度 京都市における自殺対策の取組について

1 普及啓発・教育地域づくり（事前予防 prevention）

① 普及啓発

1	啓発イベント「ライフ in 灯〈ライト〉きょうと2020」の開催（9月11日） ゼスト御池河原町広場において、京都府・こころのカフェきょうと・京都自死自殺相談センター・学生団体SMILEとの5者共催で、パネルの展示や遺族の思いの発信などを行った。
2	市民を対象とした講演会 ○思春期・青年期のこころの健康について考える講演会（2月2日開催 79名） 「トラウマの理解と対応～はじめてのトラウマインフォームドケア～」 ○アルコールと健康を考えるセミナー ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止 ○こころの健康講座（12月8日開催 110名） 「『ひきこもり』とは一長期化する『ひきこもり』について考える」
3	<b>電子媒体による情報発信【充実】</b> ○ホームページ、フェイスブック、行政情報放映用モニター等を活用した「自殺予防啓発ムービー」の放映、「ストレスマウンテン京都市版」等による啓発、 <b>検索連動型広告・ツイッター広告</b> ※を活用した相談窓口情報の発信 ※年2回（9月・3月）→年4回（8月・9月・12月・3月） ○LINE公式アカウント「われらは京都市ゲートキーパーズ」からの情報配信
4	きょう いのち ほっとブック事業（9月中、市内全20図書館にて開催）
5	京都駅新幹線下自由通路公用広告枠パネル展示（9月11日～30日、3月1日～3月31日）
6	トラフィカ京カードによる普及啓発（9月）1万枚
7	各区こころのふれあいネットワーク事業による自殺予防についての啓発
8	国保だより掲載「今日からあなたもゲートキーパー」（令和2年号）
9	市民しんぶん掲載「不安やストレスとの付き合い方」（7月1日号）
10	アルコール・薬物依存症者対策の推進 講演会・研修会の実施（再掲）、自助グループの支援
11	<b>「京都市こころの健康づくりに関する意識調査」の実施【新規】</b>

② 人材育成・教育

1	市民や身近な相談者へのゲートキーパー研修の実施 こころ・愛・ふれあいネットワーク（中京）健康教室 「コロナ禍を生きる～災害とメンタルヘルスの視点から～」 （12月2日 参加者65名）
2	市職員を対象とした研修会 新規採用保健師研修（4月7日 30名に資料送付） 精神保健福祉相談員研修（9月25日 参加者28名） 新任部長研修（6月 50名に資料送付） 消防学校生向け研修（9月15日、2月25日 参加者108名）
3	大学生を対象とした研修会 いのちのリレー講座 14コマ目「ゲートキーパー入門」（1月7日開催予定）
4	「かかりつけ医・産業医うつ病対応力向上研修会」の実施（市内全域で1回） （12月19日開催 参加者49名）
5	一般科医・精神科医ネットワーク交流会（G-Pネット）」の実施（1回） （10月29日開催 参加者15名）
6	医療機関と連携した自殺未遂者・ハイリスク者支援・医療従事者支援者養成研修 （3月1日オンライン開催 32アカウント参加）

7	大学と連携した教職員の研修等 若者に寄り添う支援者への研修会（2月8日オンライン開催 45アカウント参加）
8	京都いのちの電話相談員養成事業（補助） 自殺予防のための電話相談員を養成する事業への補助 43期生（1年次研修）受講者10名、42期生（2年次研修）受講者9名 41期生認定者数10名（令和2年4月認定）

### ③ 関係機関連携

1	京都市自殺総合対策連絡会の開催（第25回：書面開催，第26回：3月18日）
2	京都市自殺総合対策庁内推進会議の開催（書面開催）
3	京都市地域自殺対策推進センターの運営
4	京のいのち支え隊への参加 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため，活動休止

## 2 相談支援・スクリーニング・リスクアセスメント（危機対応 intervention）

1	<b>自死遺族・自殺予防こころの相談電話（きょう・こころ・ほっとでんわ）」の運営【充実】</b> 開設時間：月・火・水9時～12時，木・金13時～16時 → 24時間（8/1～） 相談延件数（1月末まで）2,857件（自死遺族10件，自殺予防336件， その他2,511件）
2	<b>電話相談後のフォロー体制の確保【新規】</b> 自死遺族・自殺予防こころの相談電話（きょう・こころ・ほっとでんわ）」で把握した， 専門的な悩みを持つ市民を，適切な専門相談窓口確実に繋ぐことができる体制を確保し， 相談体制の強化を図った。
3	「きょう ほっと あした～くらしとこころの総合相談会～」の開催 自殺総合対策連絡会に参加している団体と連携し，相談会を13回実施（定例相談毎月1回 ※，土曜相談年間3回）。学生及び初回相談者の予約を優先して実施。 ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため，4月・5月は中止 来所人数：118人 相談延件数：177件 ※1月末まで
4	相談員に対する研修会 第1回相談員研修会（9月25日 参加者16名） 第2回相談員研修会（2月2日 参加者7名）
5	メール相談事業（補助） 京都自死・自殺相談センターが実施するメール相談事業への補助 受信延件数：1,042件 ※1月末まで
6	「かかりつけ医・産業医うつ病対応力向上研修会」の実施（市内全域で1回）（再掲）
7	一般科医・精神科医ネットワーク交流会（G-Pネット）」の実施（1回）（再掲）
8	医療機関と連携した自殺未遂者・ハイリスク者支援・医療従事者支援者養成研修（再掲）
9	京都府自殺ストップセンターと連携による相談支援 事例検討会への参加（5回） ※1月末まで

## 3 遺族支援（事後対応 postvention）

1	○「自死遺族・自殺予防こころの相談電話（きょう・こころ・ほっとでんわ）」の運営（再掲） ○自死遺族の面接相談
2	こころのカフェきょうと（自死遺族サポートチーム）への支援 ・例会（分かち合いの会）の案内 ・こころのカフェきょうと「フリースペース」への支援 （16回 参加者52名） ※1月末まで
3	医療機関と連携した自殺未遂者・ハイリスク者支援・医療従事者支援者養成研修（再掲）

<参考> 本市で実施している自殺に係る相談事業の相談件数（件）

1 こころの健康増進センター（きょう・こころ・ほっとでんわ）

電話相談：7月31日まで 月曜日～水曜日（9時～12時）木曜日・金曜日（13時～16時）  
8月1日から 毎日（土日祝含む。）24時間

R2	23	19	29	20	19	39	42	240	535	588	467	487	2,508
H31	33	32	25	26	22	35	33	26	35	28	27	22	344
増減	△10	△13	△4	△6	△3	△4	△9	214	500	560	440	465	2,164

2 京都自死・自殺相談センター（Sotto ひとりぼっちにしない）

（1）電話相談：金曜日・土曜日（19時～25時）

（2）メール相談：相談受付は年中無休 24時間（一定数に達すると相談受付を休止）

回答は平日 9時～17時

R2	130	114	160	150	132	174	196	175	130	174	176	196	1,907
H31	180	156	166	146	131	130	131	137	142	143	178	142	1,782
増減	△50	△42	△6	4	1	44	65	38	△12	31	△2	54	125

3 京都いのちの電話

電話相談：年中無休 24時間

R2	1,647	1,579	1,571	1,108	1,047	1,415	1,640	1,469	1,588	1,614	1,536	1,561	17,775
H31	1,637	1,624	1,605	1,560	1,648	1,625	1,675	1,698	1,664	1,592	1,628	1,683	19,639
増減	10	△45	△34	△452	△601	△210	△35	△229	△76	22	△92	△122	△1,864



令和3年度 京都市における自殺対策の取組について

1 普及啓発・教育地域づくり（事前予防 prevention）

①普及啓発

1	啓発イベント「ライフ in 灯〈ライト〉きょうと2021」の開催 京都府・こころのカフェきょうと・京都自死自殺相談センター・学生団体 SMILE・との5者共催で、パネル展示や遺族の思いの発信などを行う。
2	市民を対象とした講演会 ○アルコールと健康を考えるセミナー ○薬物問題について考える講演会 ○こころの健康講座
3	電子媒体による情報発信 ○ホームページ、フェイスブック、行政情報放映用モニター等を活用した「自殺予防啓発ムービー」の放映、「ストレスマウンテン京都市版」等による啓発、検索連動型広告・ツイッター広告等（9月・3月）を活用した相談窓口情報の発信 ○LINE公式アカウント「われらは京都市ゲートキーパーズ」からの情報配信
4	きょう いのち ほっとブック事業（9月）市内図書館
5	各区こころのふれあいネットワーク事業による自殺予防についての啓発
6	国保だより掲載「今日からあなたもゲートキーパー」（令和3年号）
7	アルコール・薬物依存症者対策の推進 講演会・研修会の実施（再掲）、自助グループの支援
8	<b>第3次「きょう こころ ほっとプラン—京都市自殺総合対策推進計画—」の策定【新規】</b>

②人材育成・教育

1	市民や身近な相談者（社会福祉施設・団体職員、区毎の民生児童委員、学校教諭、保育士、地域包括支援センター職員等を予定）へのゲートキーパー研修の実施
2	市職員を対象とした研修会
3	大学生を対象とした研修会 いのちのリレー講座 14コマ目「ゲートキーパー入門」
4	「かかりつけ医・産業医うつ病対応力向上研修会」の実施（市内全域で1回）
5	一般科医・精神科医ネットワーク交流会（G-Pネット）」の実施（1回）
6	医療機関と連携した自殺未遂者・ハイリスク者支援・医療従事者支援者養成研修
7	大学と連携した教職員の研修等
8	京都いのちの電話相談員養成事業（補助） 自殺予防のための電話相談員を養成する事業への補助

### ③関係機関連携

1	京都市自殺総合対策連絡会の開催（9月，3月予定）
2	京都市自殺総合対策庁内推進会議の開催（6月予定）
3	<b>第3次プラン策定のためのワーキンググループの開催（3回開催予定）【新規】</b>
4	京都市地域自殺対策推進センターの運営
5	京のいのち支え隊への参加

### 2 相談支援・スクリーニング・リスクアセスメント（危機対応 intervention）

1	自死遺族・自殺予防こころの相談電話（きょう・こころ・ほっとでんわ）」の運営 開設時間：24時間
2	電話相談後のフォロー体制の確保 自死遺族・自殺予防こころの相談電話（きょう・こころ・ほっとでんわ）」で把握した，専門的な悩みを持つ市民を，適切な専門相談窓口確実に繋ぐことができる体制を確保し，相談体制の強化を図る。
3	「きょう ほっと あした～くらしとこころの総合相談会～」の開催 自殺総合対策連絡会に参加している団体と連携し，相談会を15回実施（定例相談毎月1回，土曜相談年間3回予定）。学生及び初回相談者の予約を優先して実施。 <b>オンライン相談を試行実施。【新規】</b>
4	相談員に対する研修会
5	メール相談事業（補助）
6	「かかりつけ医・産業医うつ病対応力向上研修会」の実施（市内全域で1回）（再掲）
7	一般科医・精神科医ネットワーク交流会（G-Pネット）」の実施（1回）（再掲）
8	医療機関と連携した自殺未遂者・ハイリスク者支援・医療従事者支援者養成研修（再掲）
9	京都府自殺ストップセンターと連携による相談支援

### 3 遺族支援（事後対応 postvention）

1	○「自死遺族・自殺予防こころの相談電話（きょう・こころ・ほっとでんわ）」の開設（再掲） ○自死遺族の面接相談
2	こころのカフェきょうと（自死遺族サポートチーム）への支援 ・例会（分かち合いの会）の案内 ・こころのカフェきょうと「フリースペース」への支援
3	医療機関と連携した自殺未遂者・ハイリスク者支援・医療従事者支援者養成研修（再掲）



## 「京都市こころの健康づくりに関する意識調査」に係る結果について

## 1 調査概要

## (1) 調査の目的

市民の自殺に対する意識実態を調査し、これまでに実施してきた「こころの健康づくりに関する意識調査」と比較し、意識や自殺対策ニーズの変化を的確に把握し、来年度に現計画「きょういのち ほんっとプランー京都市自殺総合対策推進計画ー〔改定〕」の次期計画を策定するための基礎資料とするため。

## (2) 調査対象

京都市内に居住する18歳以上の市民4,000人（外国籍市民を含む。）を、住民基本台帳から無作為抽出（令和2年9月1日現在）

## (3) 調査方法

郵送又はWEBページ（インターネット）のいずれかで回答

## (4) 調査期間

令和2年10月30日～11月26日

## 2 調査項目

## (1) 回答者の属性（設問数8）

## (2) アルコールについて（設問数3）

## (3) ストレスについて（設問数5）

## (4) からだやこころの健康状態について（設問数6）

## (5) 不安や悩みについて（設問数15）

## (6) こころの健康や病気に関することについて（設問数23）

## 3 回収結果

発送数	有効回答数			有効回答率
	男性	女性	数えくわい、からい等	
4,000通	1,838人	716人	1,072人	46.0%

## 4 アンケート結果報告書の作成及び閲覧について

## (1) 発行部数

A4版モノクロ版：220部，点字版：15部

## (2) 閲覧方法

保健福祉局障害保健福祉推進室において紙媒体（点字版を含む。）で閲覧可能にするとともに、京都市情報館に掲載予定の電子媒体で閲覧可能。（調整中）

※ （別紙）「こころの健康づくりに関する意識調査 集計結果」参照。



## こころの健康づくりに関する意識調査 集計結果

### 1 調査目的

本調査は、京都市におけるこころの健康や自殺に関する市民の意見や考えなどを把握し、本市が取り組むべき課題と今後の施策の方向性を明らかにするとともに、「きょういのち ぽっとプラン（京都市自殺総合対策推進計画）改定」（計画期間：平成29年度～令和3年度）の実施状況を明らかにし、次期プランに反映させることを目的に、実施したものです。

### 2 調査概要

#### (1) 調査対象

京都市在住の18歳以上の方の中から4,000人を無作為抽出

#### (2) 調査期間

令和2年10月30日から令和2年11月26日まで

#### (3) 調査方法

郵送による配布、郵送・WEBのいずれかによる回答

#### (4) 回収状況

4,000 通	1,838 通	46.0%

### 3 調査結果の表示方法

- ・ 回答は各質問の回答者数（N）を基数とした百分率（%）で示してあります。また、小数点以下第2位を四捨五入しているため、内訳の合計が100.0%にならない場合があります。
- ・ 複数回答が可能な設問の場合、回答者が全体に対してどのくらいの比率であるかという見方になるため、回答比率の合計が100.0%を超える場合があります。
- ・ クロス集計の場合、無回答を排除しているため、クロス集計の有効回答数の合計と単純集計（全体）の有効回答数が合致しないことがあります。なお、クロス集計とは、複数項目の組み合わせで分類した集計のことで、複数の質問項目を交差して並べ、表やグラフを作成することにより、その相互の関係を明らかにするための集計方法です。

#### 4 回答者の属性

##### (1) 性別

男性	39.1%
女性	58.4%
答えたくない, わからない, その他	0.7%
無回答	1.8%

##### (2) 年齢

20歳未満	1.3%
20～24歳	4.1%
25～29歳	4.3%
30～34歳	4.6%
35～39歳	6.3%
40～44歳	6.0%
45～49歳	8.3%
50～54歳	7.8%
55～59歳	7.2%
60～64歳	6.8%
65～69歳	9.2%
70歳以上	33.6%
無回答	0.5%

##### (3) 職業

###### ア 雇用形態

勤めている（常勤）	25.7%
勤めている（パート・アルバイト・契約社員・派遣社員等）	18.4%
自営業（事業経営・個人商店等）	7.8%
自由業（個人で自分の専門的知識や技術を生かした職業に従事）	2.2%
専業主婦・主夫	15.9%
無職（休職中）	2.5%
無職（休職中以外）	20.0%
学生	3.3%
その他	2.6%
無回答	1.6%

###### イ 勤務先の従業員数

20人未満	32.1%
20～50人未満	15.0%
50～100人未満	9.4%
100～200人未満	7.9%
200人以上	27.3%
無回答	8.4%

(4) 住まい方

家族（親族）と同居	78.9%
恋人又は友人と同居	1.3%
一人暮らし	18.9%
無回答	0.9%

(5) 同居している方

配偶者	73.4%
子ども	45.4%
親	21.9%
孫	3.3%
兄弟姉妹	7.0%
祖父母	1.7%
その他	1.6%
無回答	0.3%

(6) 居住区

北区	8.0%
上京区	5.8%
左京区	10.3%
中京区	8.4%
東山区	2.5%
山科区	9.4%
下京区	4.5%
南区	6.6%
右京区	13.5%
西京区	11.3%
伏見区	18.5%
その他	0.2%
無回答	0.9%

(7) 睡眠の充実度

とれている	27.4%
まあとれている	52.9%
あまりとれていない	18.2%
まったくとれていない	0.5%
無回答	1.0%

5 集計結果の概要

斜線の箇所は、今回から新たに追加した設問であり、前回調査の結果はない。

(1) アルコールについて

(単位：%)

8	普段の飲酒回数	ほぼ毎日飲む	22.0	21.6
		ときどき飲む	30.3	30.6
		飲まない	46.7	47.2
8-1	普段1日の飲酒量	日本酒1合未満(ビール・酎ハイ <sup>※</sup> 500mlまで)	57.5	58.6
		日本酒1~2合(ビール・酎ハイ <sup>※</sup> 500~1,000mlまで)	24.2	23.7
		日本酒3合以上(ビール・酎ハイ <sup>※</sup> 1,000ml以上)	8.0	6.1
9	不適切な飲酒による健康障害の認識	知っている	85.8	
		知らない	10.4	

※ アルコール度数5%程度のもの

(2) ストレスについて

(単位：%)

10	普段の1週間の就業時間(残業・副業含む)	40時間未満	50.8		
		40時間以上 50時間未満	24.6		
		50時間以上 60時間未満	12.1		
		60時間以上 70時間未満	4.3		
		70時間以上	2.9		
11	最近1か月の悩み・ストレスの有無	感じたことはない	13.8		
		たまに感じることもある(月1~2回程度)	34.5		
		ときどき感じることもある(週1回程度)	25.7		
		いつも感じている	23.6		
11-1	悩み・ストレスの内容	将来生活	29.9		
		職場の人間関係	17.8		
		身体疾患	17.0		
12	悩み・ストレスの対処方法	男性	寝る	32.5	
			テレビ・映画・ラジオ	31.3	
			食べる	28.7	
		女性	食べる	45.5	
			買い物	40.1	
			テレビ・映画・ラジオ	34.6	
その他	寝る	66.7			
	テレビ・映画・ラジオ	58.3			
	音楽, 食べる, 読書, 買い物(同率)	41.7			
13	幸せの程度 (「とても幸せ」を10点とする)	0~2点	2.8		
		3~4点	7.0		
		5~7点	39.1		
		8~10点	47.0		

## (3) からだやこころの健康状態について

(単位：%)

14	からだの健康状態	健康+おおむね健康	77.0	
15	こころの健康状態	健康+おおむね健康	78.9	
16	自分のことが好きか	好き+どちらかという人喜欢	78.2	
17	居場所の有無	ある	95.5	
17-1	居場所	自宅	94.9	
		学校	2.1	
		職場	24.0	
		居場所として運営されている施設	0.5	
		インターネット空間	2.2	
		サークルやグループ活動の場	9.7	
18	普段、孤立を感じることの有無	感じる+どちらかというと感じる	32.1	

## (4) 不安や悩みについて

(単位：%)

19	悩みを相談する人	同居の親族（家族）	53.7	54.4
		友人	40.4	48.8
		職場の同僚等	12.8	15.0
		いない	9.9	9.7
20	物質的・金銭的支援をしてくれる人	同居の親族（家族）	47.5	46.6
		友人	7.3	6.7
		職場の同僚等	1.1	1.4
		いない	20.8	21.6
21	不満・悩みを相談することへの抵抗感	ある+どちらかというにある	42.6	44.6
		どちらかというにない+ない	48.1	45.6
22	他の人から不満・悩み相談を受けたこと	よくある+時々ある	65.4	67.8
		めったにない+一度もない	33.3	30.5
22-1	不満・悩み相談を受けた人	同居の親族（家族）	34.7	32.8
		友人	60.0	60.8
		職場の同僚等	31.7	27.6
23	積極的に不満・悩みの相談相手になっているか	そう思う+どちらかというと思う	64.1	
24	住まいの地域の印象 (割合は「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」)	地域は居心地がよいか	86.9	84.0
		地域の住人のほとんどが自分のことを知っていると思うか	40.8	45.1
		地域の人々にどう思われているかが気になることがあるか	18.8	17.4
		地域の問題を住人が自ら解決することができると思うか	51.1	52.5
		地域に住む人々がお互いに良い関係を保っていると思うか	69.6	68.3

25	職場のメンタルヘルス対策	専門医やカウンセラーに相談できる体制がある	30.2	
		職場復帰支援	16.2	
		特になし	52.8	
26	こころの悩みの相談先として知っている窓口	こころの健康増進センター	12.0	8.2
		いのちの電話	40.8	26.9
		どこも知らない	27.8	32.7
27	相談窓口を利用したいと思うか	利用しない	74.2	68.0
27-1	利用しない理由	身近に相談できる人がいるから	50.4	52.4
		どこに・誰に相談してよいのかわからないから	13.0	17.3
		相談しても解決策があるとは思えないから	20.4	23.6
		誰にも頼らず自分で解決しようと思うから	14.7	20.8
28	相談窓口を利用した感想	適切な助言や情報が得られた	4.4	
		期待にそぐわなかった	3.6	
		不安が和らいだ	3.0	
29	SNS を活用した本市のこころの相談窓口の啓発事業で知っているもの	こころの健康増進センターのホームページ	5.5	
		フェイスブック「われらは京都市ゲートキーパーズ!!」	0.5	
		LINE 公式アカウント「われらは京都市ゲートキーパーズ」	0.4	
		いずれも知らない	84.4	
30	本市のこころの相談窓口情報は入手しやすいか	どちらかというところと思わない+思わない	64.4	
31	相談先の情報をどの方法で得ているか	ポスター	15.1	
		広報誌	22.4	
		インターネット検索	31.4	
		市役所等の行政情報放映用モニター	4.8	
		周囲からの紹介	9.3	

(5) こころの健康や病気に関することについて

(単位：%)

32	自殺したいと考えたことの有無	考えたことがある	22.5	19.9
32-1	最近1年間で自殺を考えたことの有無	考えたことがある	33.9	25.3
32-2	自殺を考えた原因	家庭問題	34.4	34.5
		健康問題	15.5	19.2
		経済・生活問題	26.9	31.7
32-3	自殺を考えた原因はコロナが関連するか	関連しない	91.5	
32-4	自殺を思いとどまった理由	身近な人に相談した	21.5	28.8
		他のことで気を紛らわせた	26.9	27.0
		特に何もしなかった	24.7	24.6
33	周りで自殺をした方	いない	69.5	68.8



34	身近な人から「死にたい」と打ち明けられたときに良いと思う対処法	ひたすら耳を傾けて聞く	47.9	36.6
35	ゲートキーパーを知っているか	知らない	86.2	
36	日本での自殺者数が年間約 2 万人であることの認知	知っていた	55.1	55.4
37	自殺は個人の問題であると思うか	そう思わない	49.7	56.3
38	自殺対策を社会的な取組として実施する必要性	必要がある	67.8	67.6
38-1	自殺対策を社会的な取組として実施する必要があると思う理由	自殺は、自殺した人の周囲に大きな悲しみや困難をもたらすから	63.4	
		自殺は、全ての人にとって身近に存在する問題だから	55.7	
		様々な社会制度や慣行が多くの人を自殺に追い込んでいるから	43.9	
39	自殺についての考え方 (割合は「そう思う」+「どちらかといえばそう思う」)	生死は最終的に本人の判断に任せるべきである	41.5	36.9
		自殺せずに生きていれば良いことがある	68.2	71.4
		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	63.8	64.4
		責任をとって自殺することは仕方ない	8.6	8.9
		自殺は繰り返されるので、周囲の人が止めることはできない	16.1	14.5
40	自殺を扱った報道で関心があるもの	有名人の自殺に関する報道	51.8	17.3
		一般の人も含めたあらゆる自殺に関する報道	34.3	39.2
		関心がない	20.7	18.7
41	身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたときに受診を勧めるか	勧める わからない	68.3 25.4	80.0 15.2
42	自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたときに受診するか	そう思う わからない	63.1 22.4	57.1 26.3
42-1	受診するかわからない理由	自然に治るだろうから	22.3	
		どこを受診すればいいかわからないから	29.6	
		なるべく薬に頼りたくないから	22.6	
43	産後うつ病についての認知	知っている	70.8	
44	自殺対策のために必要だと考えること	「うつ病のサイン」の気づき方を知ること	50.7	52.6
		本人の気持ちを尊重した適切な接し方を知ること	47.1	50.6
		うつ病に対する正しい認識を持つこと	45.9	54.2
45	自殺対策への意見（自由記載）	（省略）		
46	コロナによる生活やこころの健康への影響の有無	とてもあった+少しあった	84.9	
46-1	コロナの影響が「とてもあった」原因	感染症そのもの（感染への不安、疾患に関する疑問等）	70.2	
		行動制限（外出、買い物等）	67.0	
		余暇の制限（レジャー施設・スポーツジム等の閉鎖、旅行制限）	43.4	
46-2	どこかに相談したか	相談していない	80.7	



## 次期「京都市自殺総合対策推進計画」の策定に向けたスケジュール

### 1 次期計画の策定について

本市では、自殺対策を総合的に推進するため、国の「自殺対策基本法」及び「自殺総合対策大綱」を踏まえ、平成22年度～28年度までの7年間を計画期間として、「きょういのちほっとプランー京都市自殺総合対策推進計画ー」を、平成29年度には第2次計画（計画期間：平成29年度～令和3年度）を策定し、市民の誰もが自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指し、各関係機関・団体との連携のもと、取組を進めてきた。今回、第2次計画の計画期間の終了に伴い、令和3年度に次期計画を策定する。

計画の策定にあたっては、京都市自殺総合対策連絡会及び、計画策定に係るワーキンググループを開催して検討する。また、検討の結果、策定した素案について市民意見募集を行う予定である。

### 2 次期計画策定に向けて令和3年度に開催を予定する会議

#### (1) 京都市自殺総合対策連絡会（2回開催予定）

現行プランの評価、次期プラン素案の検討 等

#### (2) ワーキンググループ（3回開催予定）

新プランの骨組み、新プラン中間案、新プラン最終案の検討 等

### 3 今後のスケジュールについて

令和3年4月～6月	ワーキンググループのメンバー調整 令和3年度自殺総合対策庁内推進会議 ワーキンググループ（1回目）
7月～9月	第27回自殺総合対策連絡会 ワーキンググループ（2回目）
10月～12月	ワーキンググループ（3回目） 第28回自殺総合対策連絡会
令和4年3月	次期計画の策定

※ 上記の予定については、新型コロナウイルス感染症の影響により、変更する場合があります。