

LINE「新型コロナ対策パーソナルサポート」によるアンケート調査の結果について

こころの健康に関する県民の思い、意識を把握するため、次のとおり滋賀県公式LINEを用いたアンケート調査を実施しましたので、その結果をお知らせいたします。

タイトル:こころの健康に関する県民意識アンケート

調査期間:令和3年9月4日(土)~9月6日(月)

対象者:新型コロナウイルス対策パーソナルサポートLINEの友だち登録者(151,082人)

回答数:15,861人

問1. お住まいの地域を選んでください。

居住地域	人数(人)
大津	3,806
湖南	4,247
甲賀	1,368
東近江	2,483
湖東	1,623
湖北	1,558
湖西	472
県外	217
未回答	87
計	15,861

大津:大津市

湖南:草津市、守山市、栗東市、野洲市

甲賀:甲賀市、湖南市

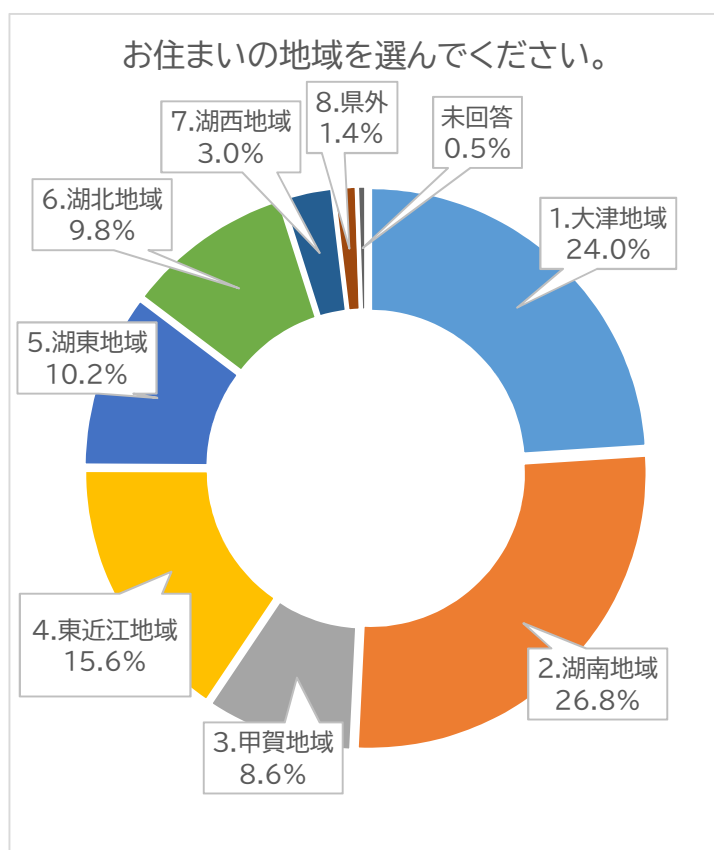
東近江:東近江市、近江八幡市、日野町、竜王町

湖東:彦根市、愛荘町、豊郷町、甲良町、多賀町

湖北:米原市、長浜市

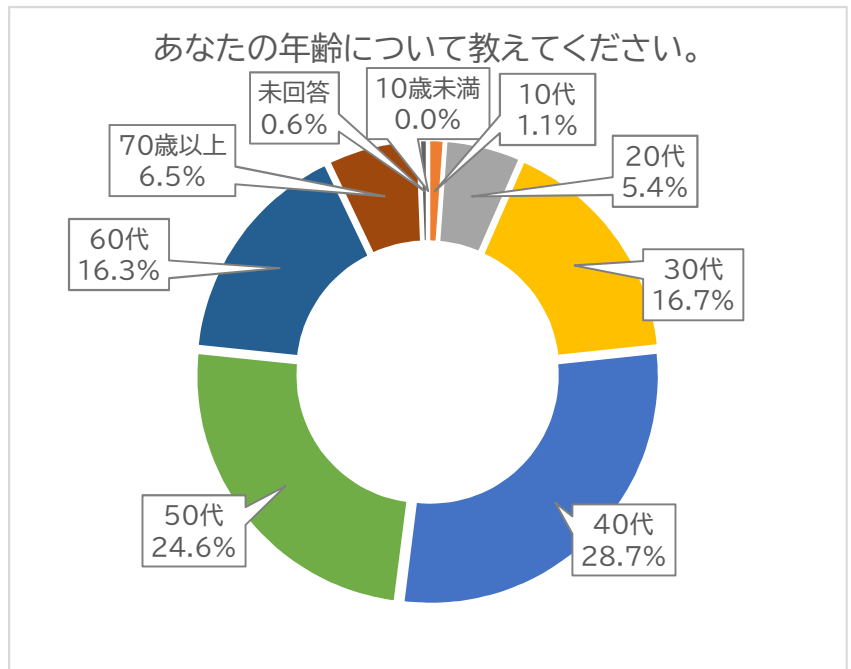
湖西:高島市

以下、同様



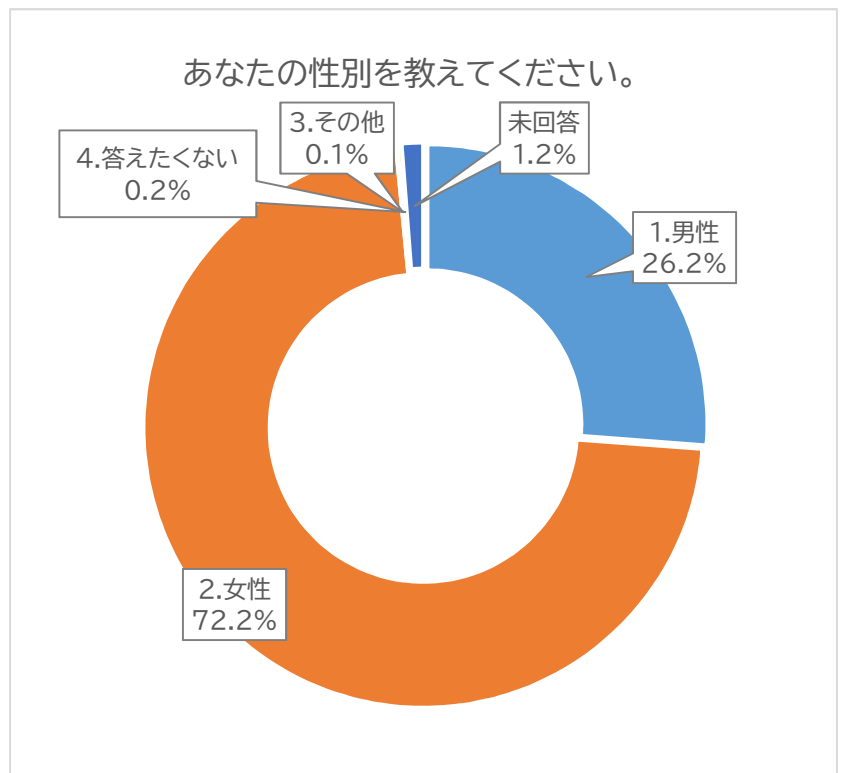
問2. あなたの年齢について教えてください。

年代	人数(人)
10歳未満	5
10代	181
20代	857
30代	2,655
40代	4,549
50代	3,907
60代	2,583
70歳以上	1,028
未回答	96
計	15,861



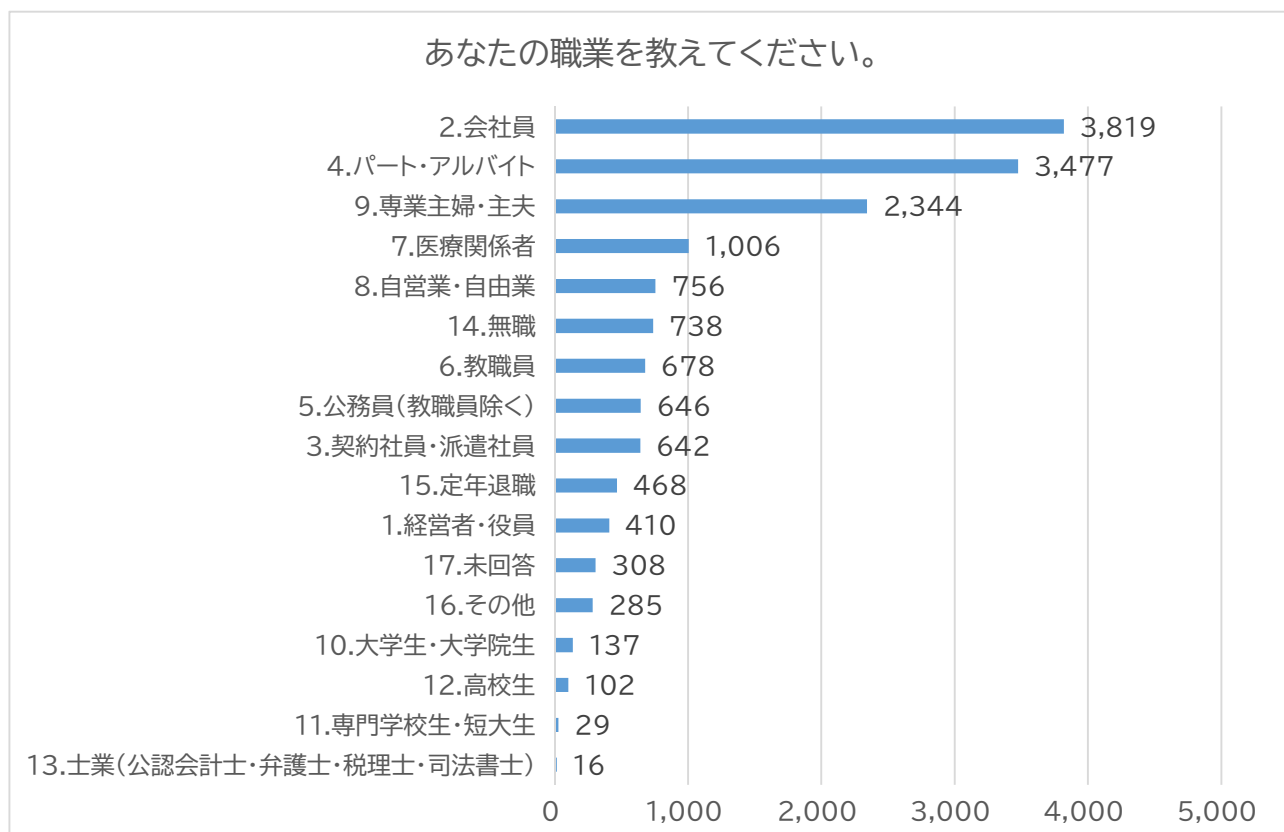
問3. あなたの性別を教えてください。

	人数(人)
男性	4,156
女性	11,459
その他	15
答えたくない	36
未回答	195
計	15,861



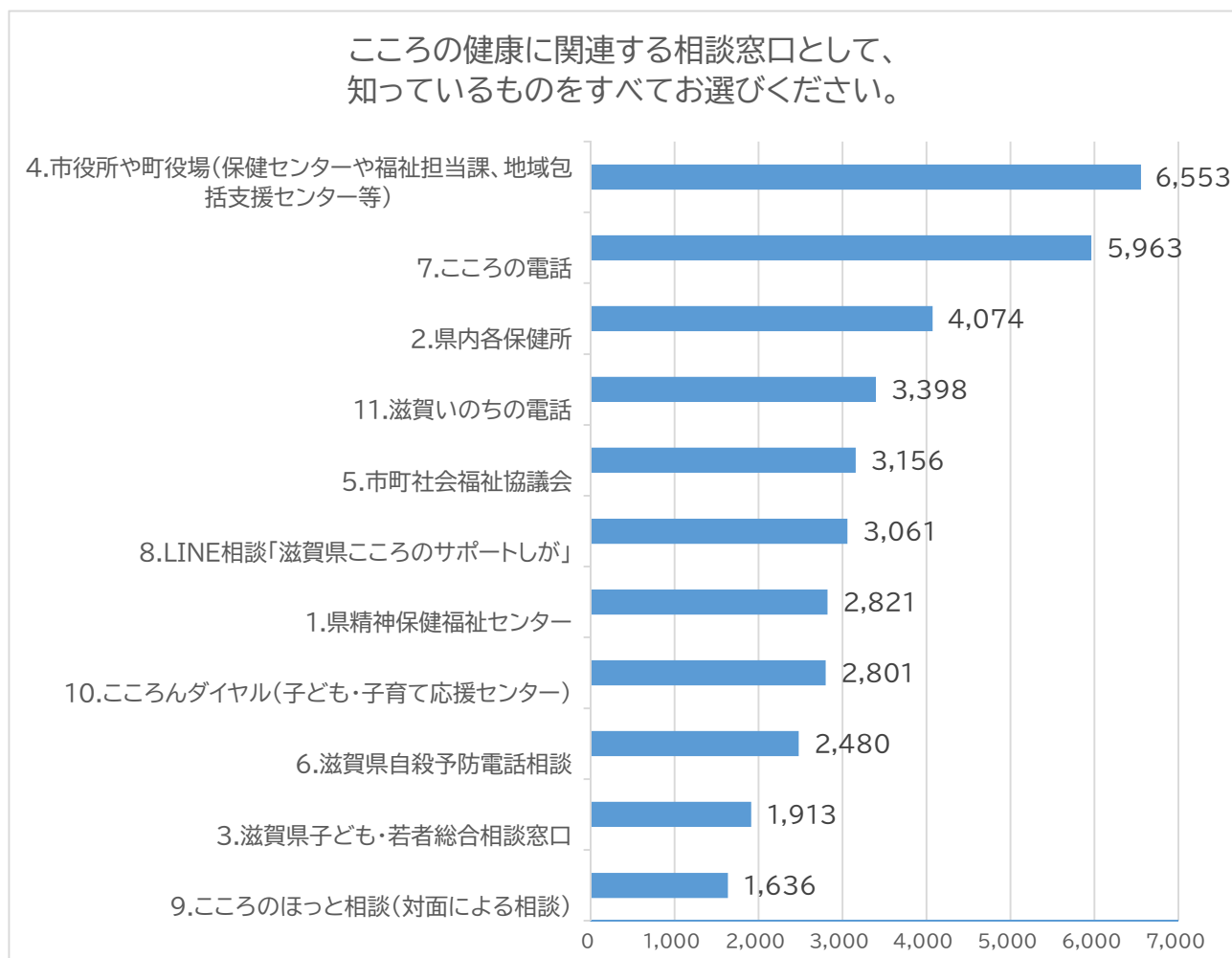
問4. あなたの職業を教えてください。

	人数(人)	%
1.経営者・役員	410	2.6%
2.会社員	3,819	24.1%
3.契約社員・派遣社員	642	4.0%
4.パート・アルバイト	3,477	21.9%
5.公務員(教職員除く)	646	4.1%
6.教職員	678	4.3%
7.医療関係者	1,006	6.3%
8.自営業・自由業	756	4.8%
9.専業主婦・主夫	2,344	14.8%
10.大学生・大学院生	137	0.9%
11.専門学校生・短大生	29	0.2%
12.高校生	102	0.6%
13.士業(公認会計士・弁護士・税理士・司法書士)	16	0.1%
14.無職	738	4.7%
15.定年退職	468	3.0%
16.その他	285	1.8%
17.未回答	308	1.9%
計	15,861	100.0%



問5. こころの健康に関連する相談窓口として、知っているものをすべてお選びください。

	件数	%
1.県精神保健福祉センター	2,821	7.5%
2.県内各保健所	4,074	10.8%
3.滋賀県子ども・若者総合相談窓口	1,913	5.1%
4.市役所や町役場(保健センターや福祉担当課、地域包括支援センター等)	6,553	17.3%
5.市町社会福祉協議会	3,156	8.3%
6.滋賀県自殺予防電話相談	2,480	6.6%
7.こころの電話	5,963	15.8%
8.LINE相談「滋賀県こころのサポートしが」	3,061	8.1%
9.こころのほっと相談(対面による相談)	1,636	4.3%
10.こころんダイヤル(子ども・子育て応援センター)	2,801	7.4%
11.滋賀いのちの電話	3,398	9.0%
計	37,856	100.0%



地域別

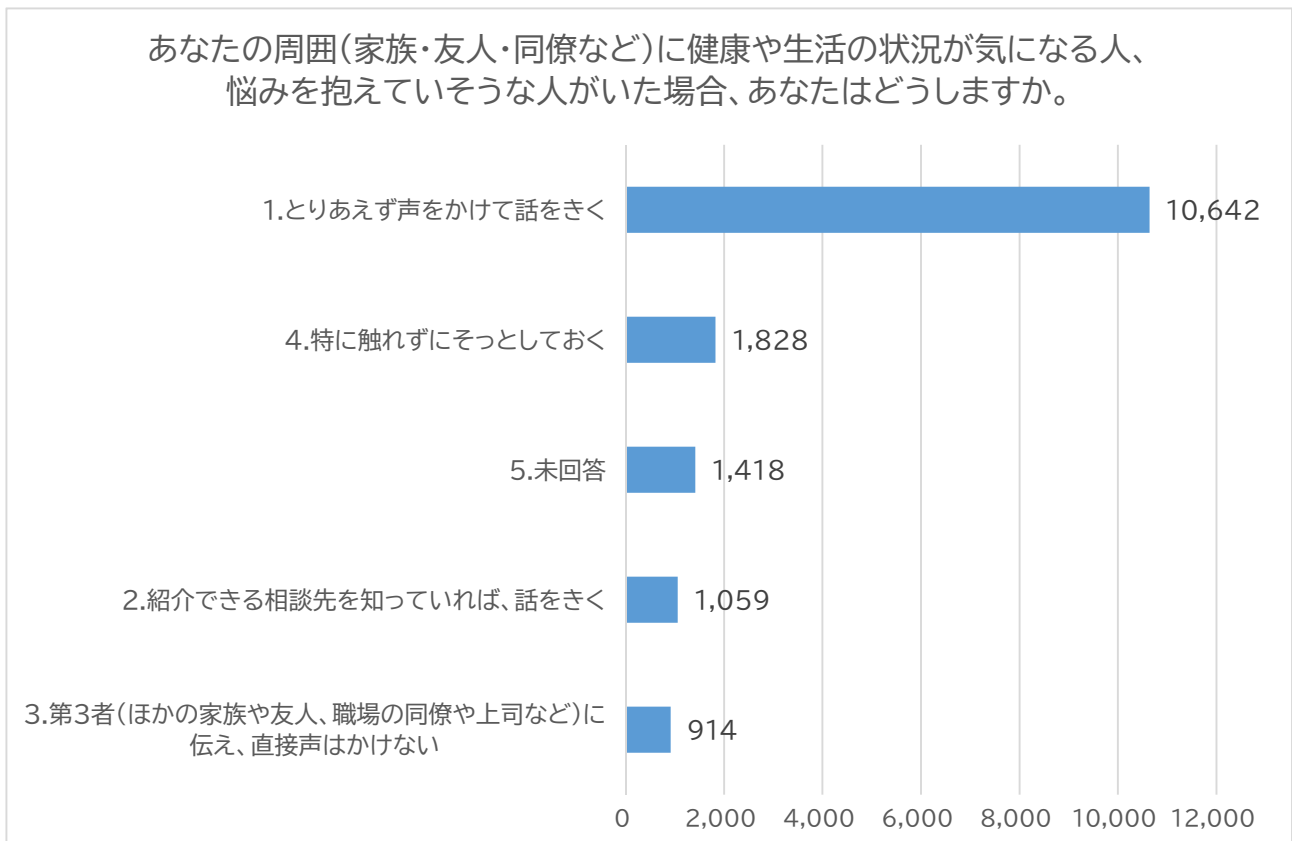
	1.大津地域	2.湖南地域	3.甲賀地域	4.東近江地域	5.湖東地域	6.湖北地域	7.湖西地域	8.県外	未回答	総計
1.県精神保健福祉センター	24.9%	29.7%	8.7%	14.5%	9.8%	7.2%	3.2%	1.4%	0.6%	100.0%
2.県内各保健所	24.0%	24.2%	9.5%	16.3%	10.2%	10.1%	3.7%	1.4%	0.6%	100.0%
3.滋賀県子ども・若者総合相談窓口	27.1%	25.5%	7.6%	14.0%	12.4%	8.2%	3.4%	1.2%	0.7%	100.0%
4.市役所や町役場(保健センターや福祉担当課、地域包括支援センター等)	19.4%	27.2%	9.8%	16.0%	11.5%	11.2%	3.6%	0.9%	0.5%	100.0%
5.市町社会福祉協議会	20.5%	22.2%	9.5%	17.4%	11.9%	12.9%	4.4%	0.8%	0.3%	100.0%
6.滋賀県自殺予防電話相談	22.7%	26.5%	9.5%	15.7%	10.7%	10.1%	3.3%	1.0%	0.5%	100.0%
7.こころの電話	24.7%	26.9%	8.4%	14.9%	9.9%	9.5%	3.6%	1.6%	0.5%	100.0%
8.LINE相談「滋賀県こころのサポートしが」	25.7%	26.5%	8.9%	15.1%	10.7%	9.0%	2.9%	0.9%	0.3%	100.0%
9.こころのほっと相談(対面による相談)	29.4%	25.2%	7.6%	14.4%	10.1%	8.4%	3.0%	1.2%	0.6%	100.0%
10.こころんダイヤル(子ども・子育て応援センター)	24.0%	26.7%	8.0%	16.1%	10.5%	10.2%	3.1%	0.9%	0.6%	100.0%
11.滋賀いのちの電話	26.6%	26.4%	9.1%	13.6%	10.5%	9.2%	3.2%	0.9%	0.4%	100.0%

年齢別

	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	未回答	総計
1.県精神保健福祉センター	0.1%	0.7%	4.4%	11.7%	25.3%	29.1%	20.5%	7.4%	0.8%	100.0%
2.県内各保健所	0.0%	0.8%	4.2%	12.3%	21.5%	27.2%	22.8%	10.7%	0.6%	100.0%
3.滋賀県子ども・若者総合相談窓口	0.1%	1.5%	5.0%	15.3%	29.7%	25.8%	15.6%	6.5%	0.6%	100.0%
4.市役所や町役場(保健センターや福祉担当課、地域包括支援センター等)	0.0%	0.7%	3.6%	14.1%	24.3%	25.5%	21.0%	10.2%	0.5%	100.0%
5.市町社会福祉協議会	0.0%	0.4%	2.0%	7.3%	17.9%	26.7%	28.9%	16.2%	0.4%	100.0%
6.滋賀県自殺予防電話相談	0.0%	1.5%	5.4%	15.0%	25.6%	26.0%	19.2%	6.7%	0.5%	100.0%
7.こころの電話	0.0%	1.6%	6.3%	16.6%	27.8%	26.1%	16.1%	5.0%	0.5%	100.0%
8.LINE相談「滋賀県こころのサポートしが」	0.0%	1.9%	4.6%	15.5%	32.4%	26.1%	14.3%	4.9%	0.4%	100.0%
9.こころのほっと相談(対面による相談)	0.1%	3.9%	7.2%	18.8%	29.9%	21.8%	13.2%	4.8%	0.4%	100.0%
10.こころんダイヤル(子ども・子育て応援センター)	0.1%	2.4%	7.1%	16.3%	32.9%	25.7%	11.5%	3.5%	0.5%	100.0%
11.滋賀いのちの電話	0.0%	0.7%	3.4%	12.6%	23.8%	29.9%	21.2%	7.8%	0.6%	100.0%

問6. あなたの周囲(家族・友人・同僚など)に健康や生活の状況が気になる人、悩みを抱えていそうな人がいた場合、あなたはどうしますか。(回答はひとつだけ)

	人数(人)	%
1.とりあえず声をかけて話をきく	10,642	67.1%
2.紹介できる相談先を知っていれば、話をきく	1,059	6.7%
3.第三者(ほかの家族や友人、職場の同僚や上司など)に伝え、直接声はかけない	914	5.8%
4.特に触れずにそっとしておく	1,828	11.5%
5.未回答	1,418	8.9%
計	15,861	100.0%



地域別

	1.大津地域	2.湖南地域	3.甲賀地域	4.東近江地域	5.湖東地域	6.湖北地域	7.湖西地域	8.県外	未回答	計
1.とりあえず声をかけて話をきく	16.5%	18.3%	5.7%	10.3%	6.8%	6.6%	1.8%	0.9%	0.3%	67.1%
2.紹介できる相談先を知っていれば、話をきく	1.6%	1.7%	0.6%	1.1%	0.7%	0.6%	0.2%	0.1%	0.0%	6.7%
3.第三者(ほかの家族や友人、職場の同僚や上司などに伝え、直接声はかけない	1.2%	1.6%	0.5%	0.9%	0.7%	0.5%	0.2%	0.1%	0.0%	5.8%
4.特に触れずにそっとしておく	2.7%	2.9%	1.0%	1.9%	1.1%	1.3%	0.4%	0.1%	0.1%	11.5%
5.未回答	2.0%	2.4%	0.9%	1.5%	0.9%	0.8%	0.3%	0.1%	0.1%	8.9%
計	24.0%	26.8%	8.6%	15.7%	10.2%	9.8%	3.0%	1.4%	0.5%	100.0%

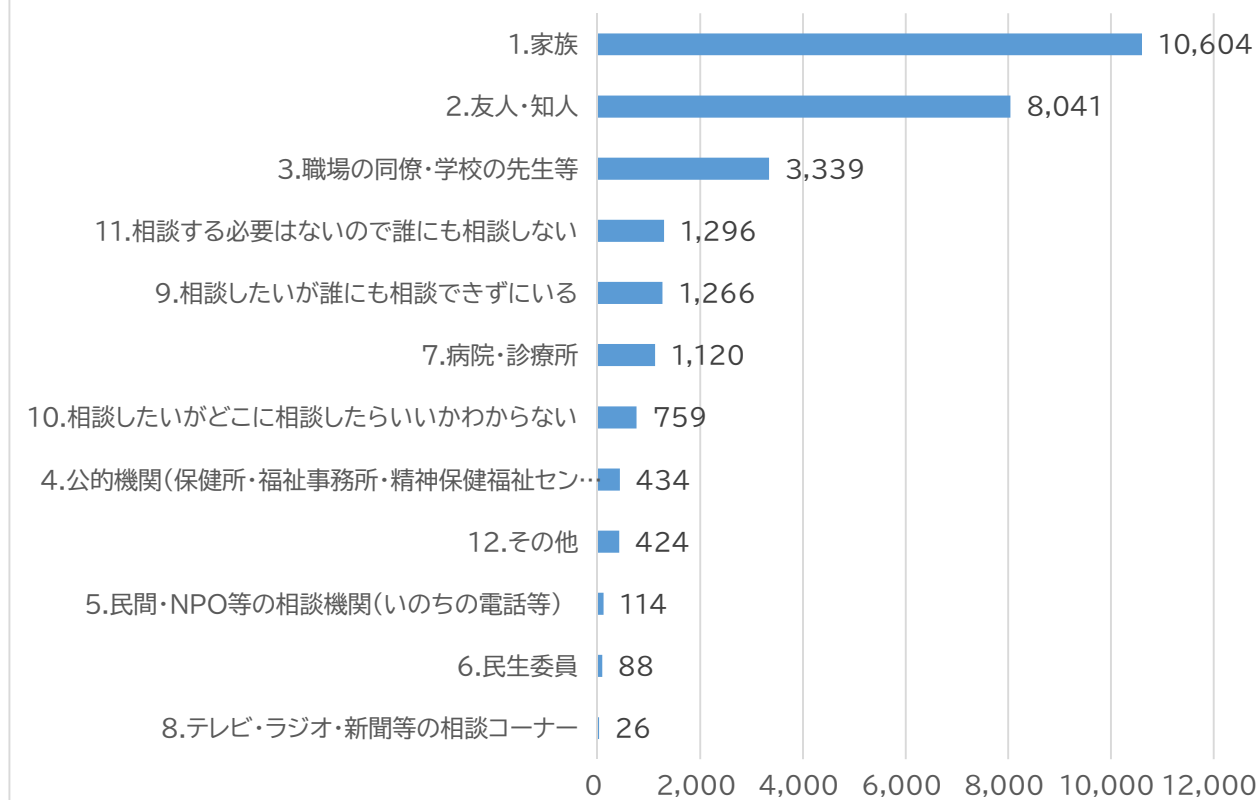
年齢別

	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	未回答	計
1.とりあえず声をかけて話をきく	0.0%	0.8%	3.8%	11.7%	19.8%	16.5%	10.3%	3.8%	0.3%	67.1%
2.紹介できる相談先を知っていれば、話をきく	0.0%	0.1%	0.3%	0.9%	1.6%	1.7%	1.4%	0.7%	0.0%	6.7%
3.第三者(ほかの家族や友人、職場の同僚や上司などに伝え、直接声はかけない	0.0%	0.1%	0.3%	0.8%	1.6%	1.5%	1.1%	0.5%	0.0%	5.8%
4.特に触れずにそっとしておく	0.0%	0.1%	0.7%	2.1%	3.3%	2.6%	1.8%	0.7%	0.1%	11.5%
5.未回答	0.0%	0.1%	0.3%	1.1%	2.4%	2.4%	1.7%	0.7%	0.2%	8.9%
計	0.0%	1.1%	5.4%	16.7%	28.7%	24.6%	16.3%	6.5%	0.6%	100.0%

問7. あなたは、悩みやストレスを誰に(どこに)相談していますか。当てはまるものをすべてお選びください。

	件数	%
1.家族	10,604	38.5%
2.友人・知人	8,041	29.2%
3.職場の同僚・学校の先生等	3,339	12.1%
4.公的機関(保健所・福祉事務所・精神保健福祉センター、 滋賀県自殺予防電話相談等)	434	1.6%
5.民間・NPO等の相談機関(いのちの電話等)	114	0.4%
6.民生委員	88	0.3%
7.病院・診療所	1,120	4.1%
8.テレビ・ラジオ・新聞等の相談コーナー	26	0.1%
9.相談したいが誰にも相談できずにいる	1,266	4.6%
10.相談したいがどこに相談したらいいかわからない	759	2.8%
11.相談する必要はないので誰にも相談しない	1,296	4.7%
12.その他	424	1.5%
計	27,511	100.0%

あなたは、悩みやストレスを誰に(どこに)相談していますか。
当てはまるものをすべてお選びください



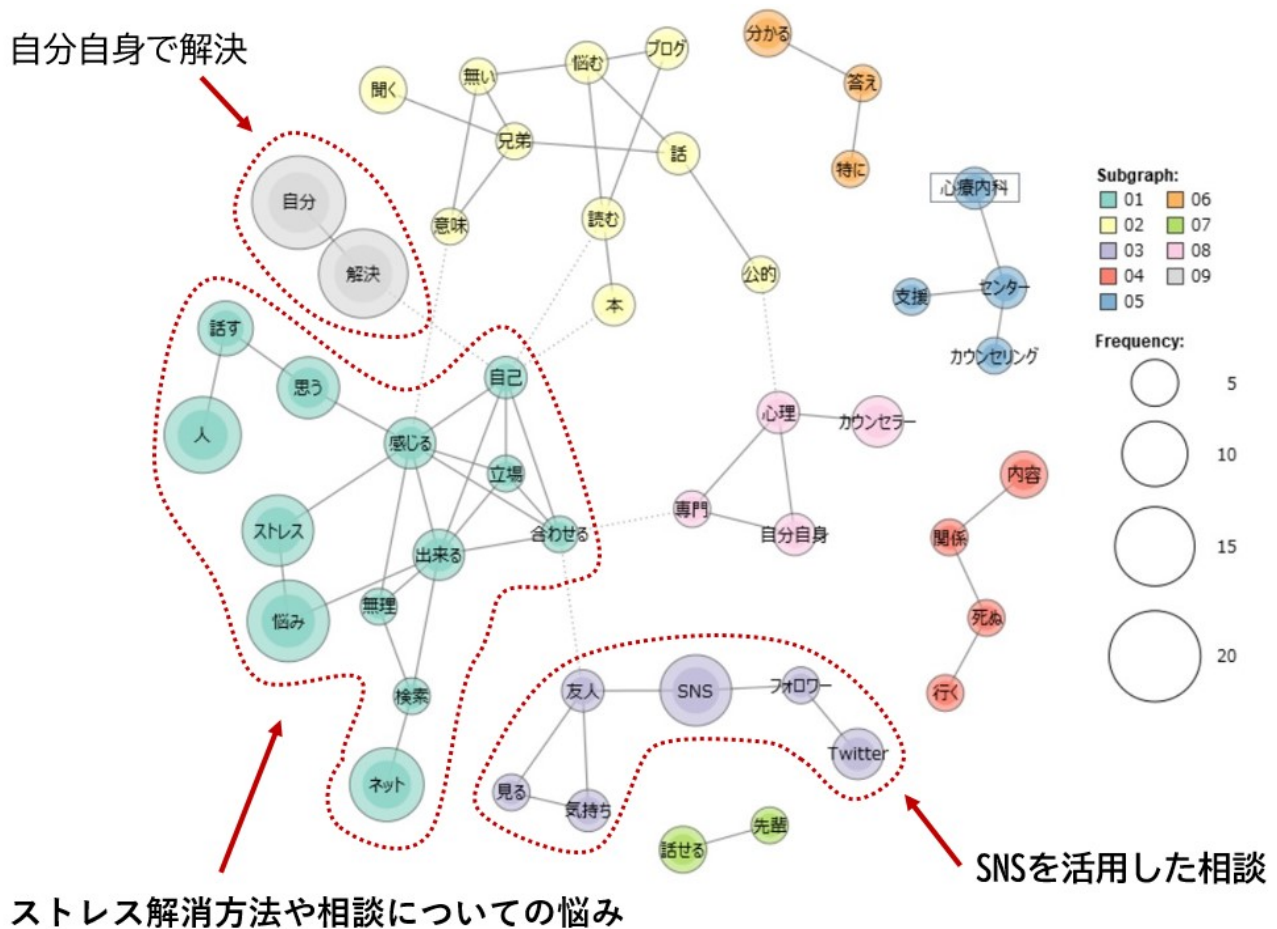
地域別

	1.大津地域	2.湖南地域	3.甲賀地域	4.東近江地域	5.湖東地域	6.湖北地域	7.湖西地域	8.県外	未回答	総計
1.家族	23.8%	27.3%	8.5%	15.6%	10.1%	10.2%	2.9%	1.2%	0.4%	100.0%
2.友人・知人	23.6%	26.7%	8.4%	16.2%	10.3%	9.7%	3.2%	1.4%	0.4%	100.0%
3.職場の同僚・学校の先生等	20.2%	27.5%	9.2%	16.6%	10.8%	10.1%	3.4%	1.9%	0.4%	100.0%
4.公的機関(保健所・福祉事務所・精神保健福祉センター、滋賀県自殺予防電話相談等)	23.5%	28.1%	9.9%	18.2%	9.7%	5.5%	3.0%	1.6%	0.5%	100.0%
5.民間・NPO等の相談機関(いのちの電話等)	27.2%	28.9%	5.3%	13.2%	14.9%	6.1%	3.5%	0.9%	0.0%	100.0%
6.民生委員	15.9%	23.9%	12.5%	17.0%	12.5%	11.4%	4.5%	2.3%	0.0%	100.0%
7.病院・診療所	23.8%	26.9%	10.4%	14.9%	10.4%	7.5%	4.2%	1.6%	0.3%	100.0%
8.テレビ・ラジオ・新聞等の相談コーナー	15.4%	30.8%	11.5%	15.4%	11.5%	15.4%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
9.相談したいが誰にも相談できずにいる	24.6%	27.1%	8.0%	13.7%	10.7%	9.6%	2.8%	2.0%	1.5%	100.0%
10.相談したいがどこに相談したらいいかわからない	24.1%	25.3%	10.3%	14.1%	10.7%	10.3%	3.0%	1.7%	0.5%	100.0%
11.相談する必要はないので誰にも相談しない	25.5%	27.0%	8.4%	15.2%	9.0%	10.3%	2.8%	1.4%	0.5%	100.0%
12.その他	26.4%	27.4%	9.0%	14.6%	8.3%	10.4%	2.1%	0.7%	1.2%	100.0%

年代別

	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	未回答	総計
1.家族	0.0%	0.9%	5.1%	18.4%	29.0%	23.6%	16.1%	6.5%	0.5%	100.0%
2.友人・知人	0.0%	1.4%	6.2%	17.8%	28.3%	24.4%	15.3%	6.1%	0.5%	100.0%
3.職場の同僚・学校の先生等	0.0%	0.7%	5.9%	21.5%	37.0%	26.0%	7.7%	0.7%	0.5%	100.0%
4.公的機関(保健所・福祉事務所・精神保健福祉センター、滋賀県自殺予防電話相談等)	0.0%	1.6%	4.8%	17.1%	24.7%	24.2%	15.0%	12.0%	0.7%	100.0%
5.民間・NPO等の相談機関(いのちの電話等)	0.0%	1.8%	7.0%	14.0%	22.8%	28.9%	18.4%	5.3%	1.8%	100.0%
6.民生委員	0.0%	0.0%	0.0%	2.3%	8.0%	17.0%	25.0%	45.5%	2.3%	100.0%
7.病院・診療所	0.0%	0.4%	3.5%	13.3%	23.1%	25.6%	19.3%	14.1%	0.7%	100.0%
8.テレビ・ラジオ・新聞等の相談コーナー	0.0%	0.0%	11.5%	34.6%	11.5%	19.2%	19.2%	3.8%	0.0%	100.0%
9.相談したいが誰にも相談できずにいる	0.0%	2.1%	7.3%	19.5%	33.9%	23.4%	10.3%	2.8%	0.8%	100.0%
10.相談したいがどこに相談したらいいかわからない	0.0%	2.1%	8.4%	20.4%	29.2%	24.2%	10.8%	3.7%	1.1%	100.0%
11.相談する必要はないので誰にも相談しない	0.1%	2.1%	5.4%	13.0%	23.2%	24.8%	21.2%	9.6%	0.6%	100.0%
12.その他	0.0%	1.4%	7.1%	14.6%	26.2%	23.8%	15.8%	10.1%	0.9%	100.0%

問7で「その他」を選び、自由記述欄に記載して下さった方(236名)のご意見を、可視化分析(テキストマイニング)資料でお示します。



《主なご意見》

【相談について】

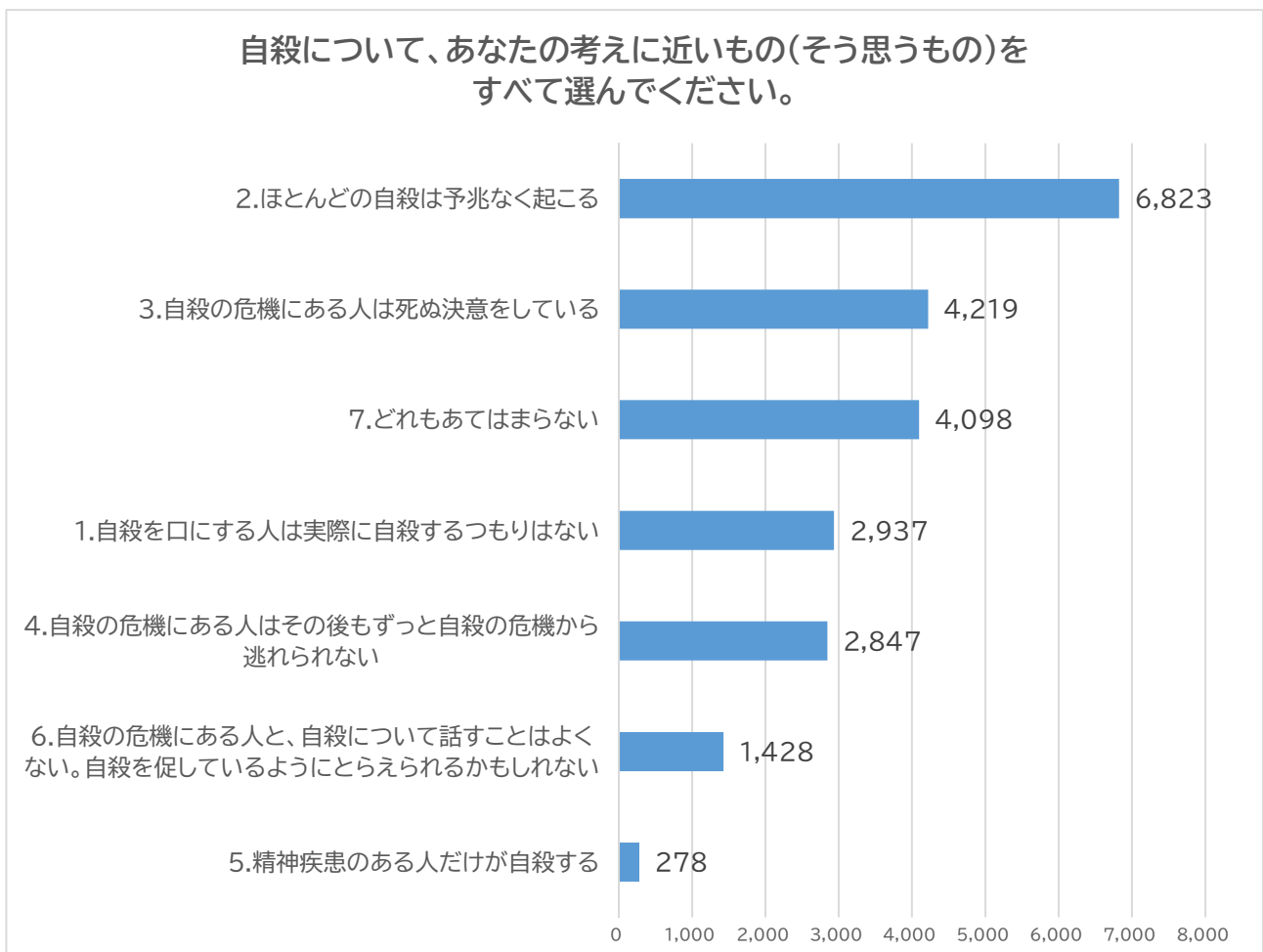
- ・辛かったときに自分の気持ちを分かってくれる人はいなかった
- ・悩みごとによって話せないこともある
- ・人に話すことでストレスを感じると思うから黙っている
- ・人と話すことが苦手なので相談できずに我慢している

【解消方法について】

- ・自分で考えて解決しようとする
- ・twitter や匿名のSNSなどで気持ちを吐き出している
- ・相談せずにネットで同じような悩みについて検索をしている

問 8. 自殺について、あなたの考えに近いもの(そう思うもの)をすべて選んでください。

	件数	%
1.自殺を口にする人は実際に自殺するつもりはない	2,937	13.0%
2.ほとんどの自殺は予兆なく起こる	6,823	30.2%
3.自殺の危機にある人は死ぬ決意をしている	4,219	18.6%
4.自殺の危機にある人はその後ずっと自殺の危機から逃れられない	2,847	12.6%
5.精神疾患のある人だけが自殺する	278	1.2%
6.自殺の危機にある人と、自殺について話すことはよくない。自殺を促しているようにとらえられるかもしれない	1,428	6.3%
7.どれもあてはまらない	4,098	18.1%
計	22,630	100.0%



地域別

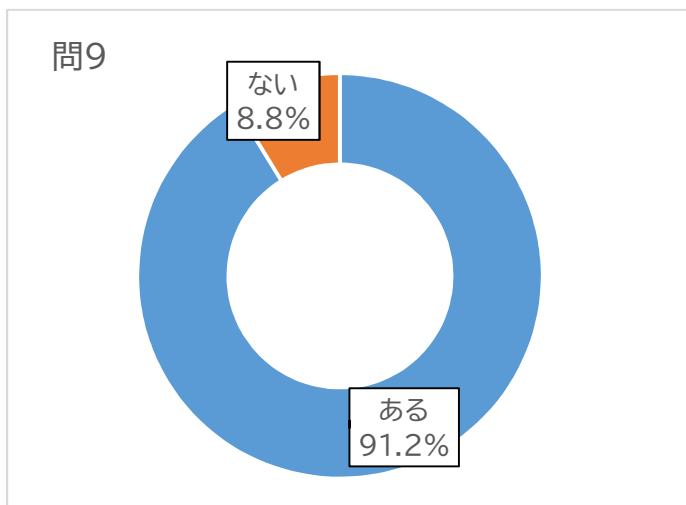
	1.大津地域	2.湖南地域	3.甲賀地域	4.東近江地域	5.湖東地域	6.湖北地域	7.湖西地域	8.県外	未回答	総計
1.自殺を口にする人は実際に自殺するつもりはない	23.5%	27.1%	9.2%	16.0%	9.8%	9.5%	3.3%	1.1%	0.5%	100.0%
2.ほとんどの自殺は予兆なく起こる	23.8%	27.3%	8.6%	15.8%	10.8%	9.0%	2.9%	1.2%	0.6%	100.0%
3.自殺の危機にある人は死ぬ決意をしている	22.2%	26.3%	9.1%	16.3%	10.3%	10.9%	3.0%	1.4%	0.5%	100.0%
4.自殺の危機にある人はその後もずっと自殺の危機から逃れられない	24.5%	25.2%	8.5%	15.9%	10.5%	9.6%	3.5%	1.8%	0.4%	100.0%
5.精神疾患のある人だけが自殺する	23.0%	25.2%	9.4%	17.3%	9.4%	11.9%	2.9%	1.1%	0.0%	100.0%
6.自殺の危機にある人と、自殺について話すことはよくない。自殺を促しているようにとらえられるかもしれない	23.7%	26.8%	8.3%	15.6%	10.6%	9.3%	3.4%	1.5%	0.6%	100.0%
7.どれもあてはまらない	25.0%	27.2%	8.3%	14.8%	9.6%	10.1%	2.9%	1.6%	0.5%	100.0%

年齢別

	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	未回答	総計
1.自殺を口にする人は実際に自殺するつもりはない	23.5%	27.1%	9.2%	16.0%	9.8%	9.5%	3.3%	1.1%	0.5%	100.0%
2.ほとんどの自殺は予兆なく起こる	23.8%	27.3%	8.6%	15.8%	10.8%	9.0%	2.9%	1.2%	0.6%	100.0%
3.自殺の危機にある人は死ぬ決意をしている	22.2%	26.3%	9.1%	16.3%	10.3%	10.9%	3.0%	1.4%	0.5%	100.0%
4.自殺の危機にある人はその後もずっと自殺の危機から逃れられない	24.5%	25.2%	8.5%	15.9%	10.5%	9.6%	3.5%	1.8%	0.4%	100.0%
5.精神疾患のある人だけが自殺する	23.0%	25.2%	9.4%	17.3%	9.4%	11.9%	2.9%	1.1%	0.0%	100.0%
6.自殺の危機にある人と、自殺について話すことはよくない。自殺を促しているようにとらえられるかもしれない	23.7%	26.8%	8.3%	15.6%	10.6%	9.3%	3.4%	1.5%	0.6%	100.0%
7.どれもあてはまらない	25.0%	27.2%	8.3%	14.8%	9.6%	10.1%	2.9%	1.6%	0.5%	100.0%

問9. 新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、わたしたちの生活様式は大きく変わることとなりました。これらの影響により、ストレスや不安に感じておられることがありますか。(回答はひとつだけ)

	人数(人)
ある	14,470
ない	1,391
計	15,861



地域別

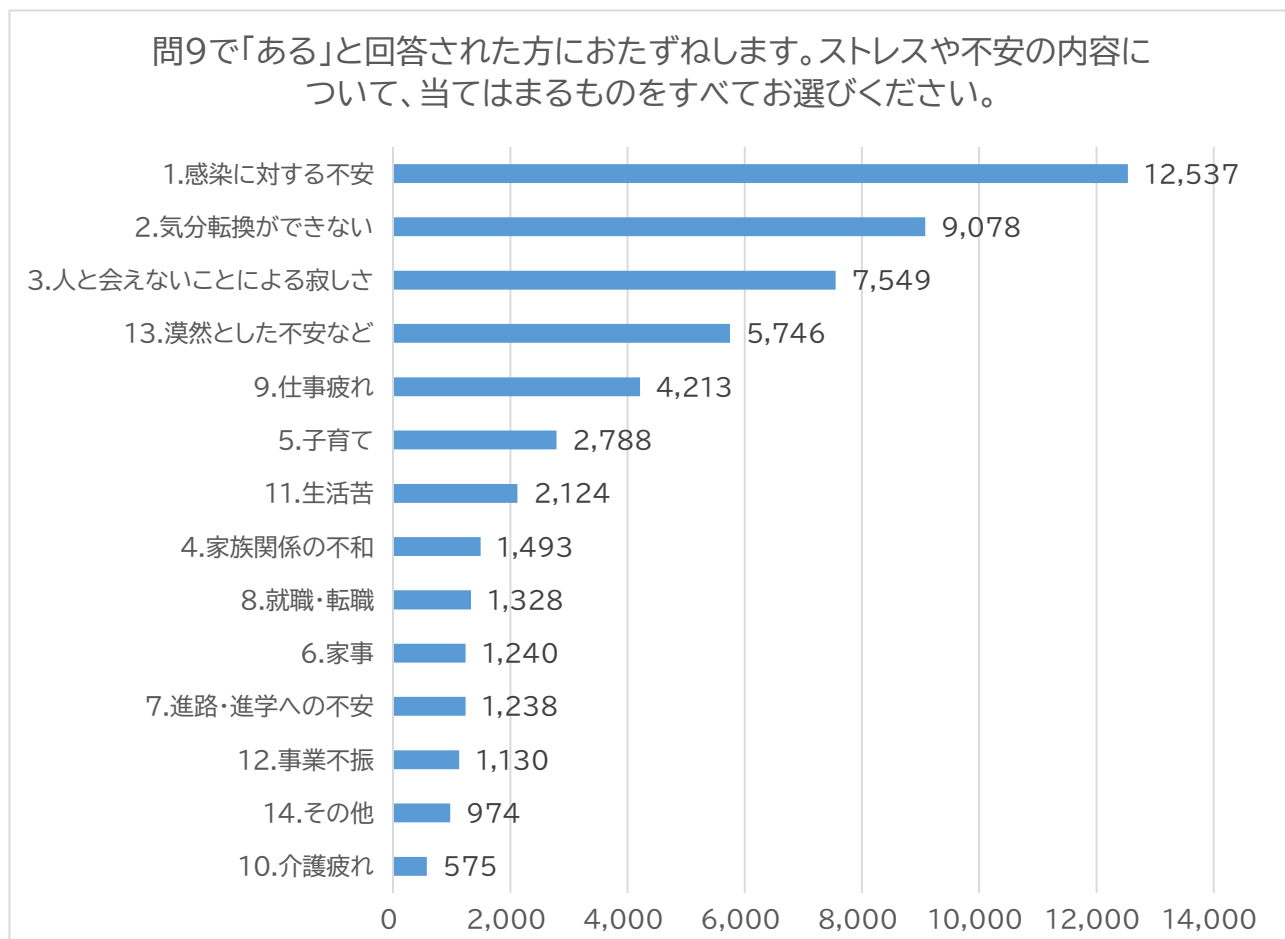
	1.大津地域	2.湖南地域	3.甲賀地域	4.東近江地域	5.湖東地域	6.湖北地域	7.湖西地域	8.県外	未回答	総計
ある	22.0%	24.2%	7.8%	14.4%	9.3%	9.1%	2.8%	1.2%	0.5%	91.2%
ない	2.0%	2.6%	0.9%	1.3%	0.9%	0.8%	0.2%	0.1%	0.0%	8.8%
計	24.0%	26.8%	8.6%	15.7%	10.2%	9.8%	3.0%	1.4%	0.5%	100.0%

年齢別

	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	未回答	総計
ある	0.0%	1.0%	5.0%	15.7%	26.6%	22.4%	14.4%	5.6%	0.6%	91.2%
ない	0.0%	0.1%	0.4%	1.0%	2.1%	2.2%	1.9%	0.9%	0.1%	8.8%
計	0.0%	1.1%	5.4%	16.7%	28.7%	24.6%	16.3%	6.5%	0.6%	100.0%

問 10. 問9で「ある」と回答された方におたずねします。ストレスや不安の内容について、当てはまるものをすべてお選びください。

	件数	%
1.感染に対する不安	12,537	24.1%
2.気分転換ができない	9,078	17.5%
3.人と会えないことによる寂しさ	7,549	14.5%
4.家族関係の不和	1,493	2.9%
5.子育て	2,788	5.4%
6.家事	1,240	2.4%
7.進路・進学への不安	1,238	2.4%
8.就職・転職	1,328	2.6%
9.仕事疲れ	4,213	8.1%
10.介護疲れ	575	1.1%
11.生活苦	2,124	4.1%
12.事業不振	1,130	2.2%
13.漠然とした不安など	5,746	11.0%
14.その他	974	1.9%
計	52,013	100.0%



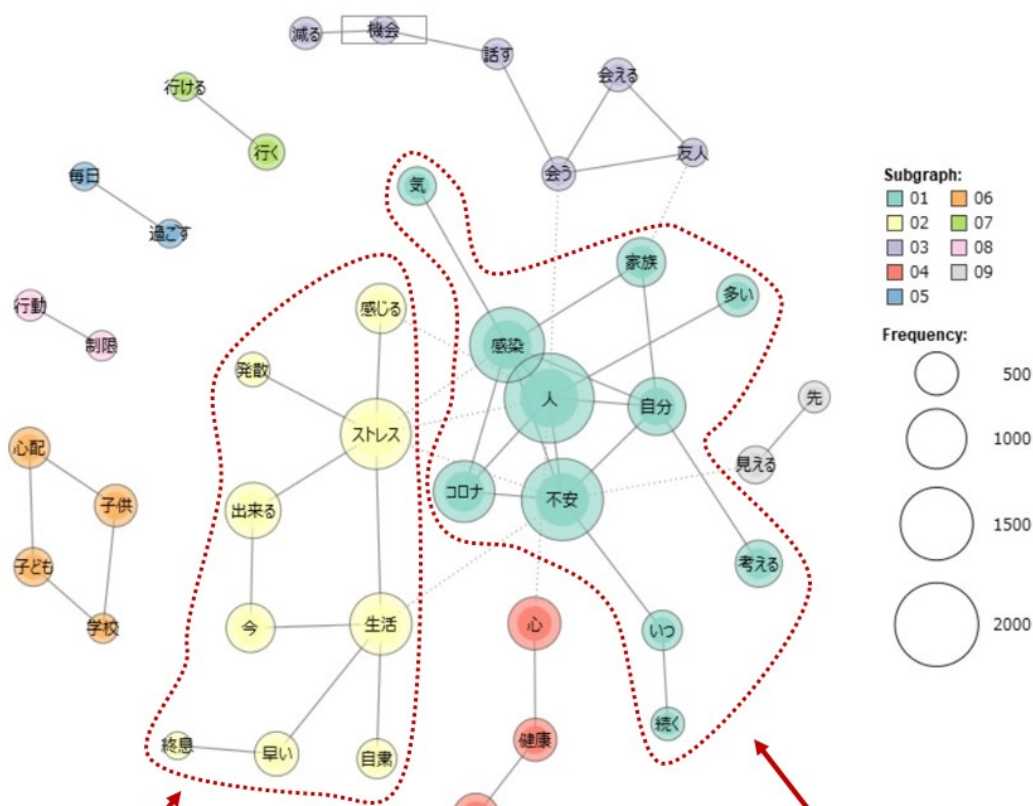
地域別

	1.大津地域	2.湖南地域	3.甲賀地域	4.東近江地域	5.湖東地域	6.湖北地域	7.湖西地域	8.県外	未回答	総計
1.感染に対する不安	23.9%	26.3%	8.5%	16.1%	10.3%	10.1%	3.0%	1.3%	0.5%	100.0%
2.気分転換ができない	23.9%	27.2%	8.2%	15.6%	10.1%	10.0%	3.1%	1.4%	0.6%	100.0%
3.人と会えないことによる	24.5%	27.6%	8.0%	15.6%	9.8%	9.8%	2.8%	1.4%	0.5%	100.0%
4.家族関係の不和	24.8%	26.5%	7.4%	15.6%	10.1%	10.9%	2.9%	1.2%	0.6%	100.0%
5.子育て	25.4%	30.1%	6.6%	15.4%	9.2%	9.2%	2.2%	1.4%	0.6%	100.0%
6.家事	27.0%	27.7%	7.9%	14.7%	8.8%	9.3%	2.7%	1.4%	0.6%	100.0%
7.進路・進学への不安	22.4%	30.2%	8.1%	15.8%	10.1%	9.6%	2.3%	0.8%	0.8%	100.0%
8.就職・転職	25.3%	29.4%	7.0%	15.3%	10.1%	8.1%	2.6%	1.6%	0.7%	100.0%
9.仕事疲れ	23.2%	25.7%	8.3%	16.0%	10.5%	10.3%	3.4%	1.8%	0.8%	100.0%
10.介護疲れ	25.7%	20.5%	11.3%	15.0%	12.3%	10.4%	3.0%	1.2%	0.5%	100.0%
11.生活苦	23.8%	25.0%	9.3%	15.9%	10.7%	10.3%	3.0%	1.4%	0.7%	100.0%
12.事業不振	23.5%	24.3%	8.6%	15.3%	10.6%	10.4%	3.9%	2.9%	0.4%	100.0%
13.漠然とした不安など	24.7%	27.0%	8.2%	15.0%	10.2%	9.8%	3.0%	1.5%	0.6%	100.0%
14.その他	27.4%	26.6%	8.7%	15.7%	9.2%	8.4%	2.2%	1.2%	0.5%	100.0%

年齢別

	10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70歳以上	未回答	総計
1.感染に対する不安	0.0%	1.0%	5.2%	17.3%	29.0%	24.8%	15.9%	6.1%	0.6%	100.0%
2.気分転換ができない	0.0%	1.0%	6.6%	19.7%	30.0%	23.1%	13.7%	5.2%	0.6%	100.0%
3.人と会えないことによる寂しさ	0.0%	1.2%	7.2%	19.7%	27.7%	22.5%	14.7%	6.3%	0.6%	100.0%
4.家族関係の不和	0.1%	1.6%	6.4%	21.2%	33.6%	22.8%	11.2%	2.7%	0.5%	100.0%
5.子育て	0.0%	0.1%	4.3%	39.7%	43.5%	9.4%	1.9%	0.4%	0.6%	100.0%
6.家事	0.0%	0.6%	3.0%	27.6%	36.8%	19.8%	9.3%	2.3%	0.6%	100.0%
7.進路・進学への不安	0.1%	7.4%	4.0%	15.8%	51.9%	17.1%	1.8%	1.1%	0.9%	100.0%
8.就職・転職	0.0%	1.4%	12.0%	21.6%	34.6%	22.7%	6.2%	0.7%	0.8%	100.0%
9.仕事疲れ	0.0%	0.2%	8.0%	20.9%	34.2%	26.8%	8.2%	0.9%	0.7%	100.0%
10.介護疲れ	0.0%	0.2%	1.7%	5.0%	22.1%	39.0%	25.2%	6.1%	0.7%	100.0%
11.生活苦	0.0%	1.1%	6.2%	22.2%	34.8%	23.8%	9.2%	2.0%	0.7%	100.0%
12.事業不振	0.0%	0.2%	3.3%	15.9%	34.7%	29.0%	13.2%	3.4%	0.4%	100.0%
13.漠然とした不安など	0.0%	0.9%	5.8%	17.6%	29.1%	25.0%	15.2%	5.8%	0.6%	100.0%
14.その他	0.0%	2.4%	5.0%	17.6%	30.4%	23.9%	15.3%	4.4%	1.0%	100.0%

問 11. コロナ禍のころの健康について、あなたの思い、お考えについて聞かせてください。アンケート回答者15,861 名のうち、7,945 名(50.0%)の方から、ご意見をいただきました。主なご意見は次のとおりです。



ストレス発散方法や自粛生活についての思い

コロナの感染への懸念や終息時期に関する不安

《主なご意見》

【こころの健康について】

- ・コロナ以前の生活に近づくことで、こころの健康を保つことができると思う
- ・ストレス解消によってこころの健康を維持することができると思う
- ・こころの健康を保つためには人とのつながりが大切だと思う

【コロナ禍の状況について】

- ・先が見えず、いつまで続くか分からないことに不安を感じている
- ・いつ感染してもおかしくない状況に不安を感じている

【ストレスについて】

- ・行動や場所、時間に制限がかかっているためストレス発散ができずに疲弊している
- ・お金の心配がストレスになっている