

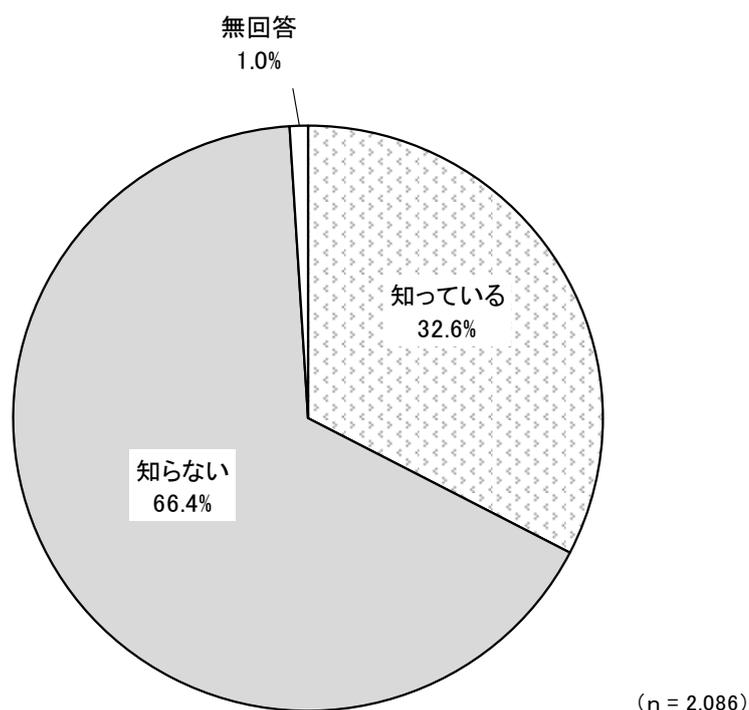
6. 悩みや不安の相談先

(1) 相談できる医療機関や行政窓口の認知度

◎ 「知っている」が3割を超え、「知らない」が6割半ば

問16 あなたは、悩みや不安、ストレスを感じたときに相談できる、医療機関や行政機関の専門窓口があることを知っていますか。(〇は1つ)

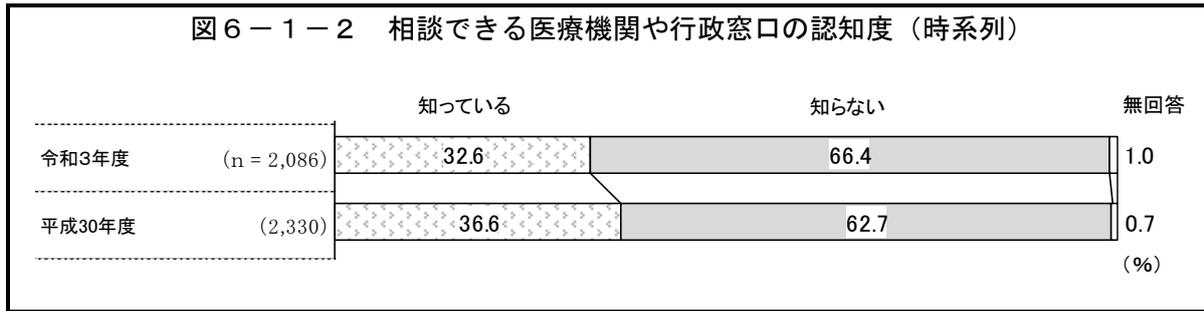
図6-1-1



<調査結果>

相談できる医療機関や行政窓口の認知度を聞いたところ、「知っている」(32.6%)が3割を超え、「知らない」(66.4%)が6割半ばとなっている。(図6-1-1)

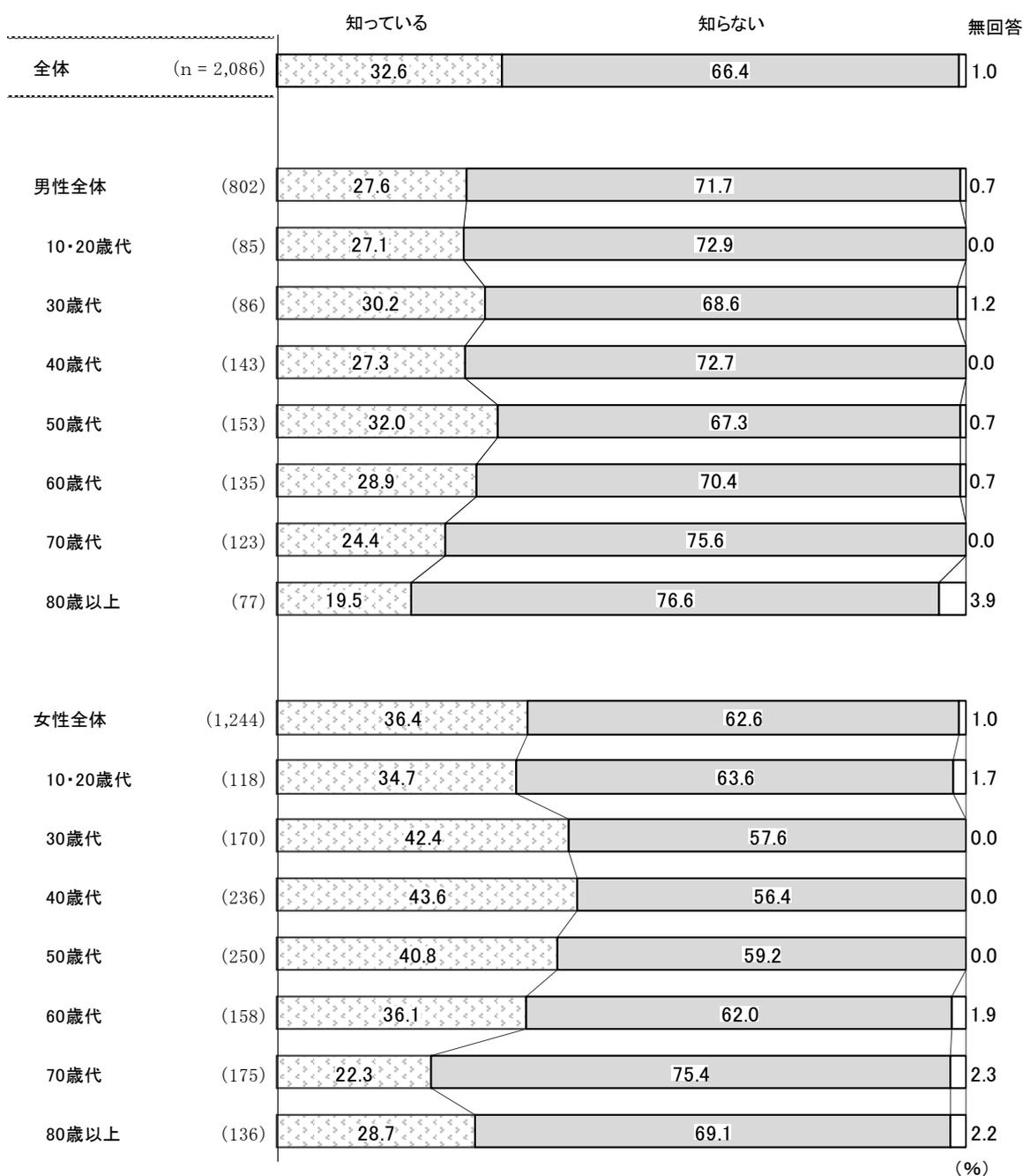
図 6-1-2 相談できる医療機関や行政窓口の認知度（時系列）



<調査結果>

平成 30 年度からの時系列の変化をみると、「知っている」は平成 30 年度（36.6%）から令和 3 年度（32.6%）でわずかに減少している。（図 6-1-2）

図 6-1-3 相談できる医療機関や行政窓口の認知度（性・年齢別）



〈調査結果〉

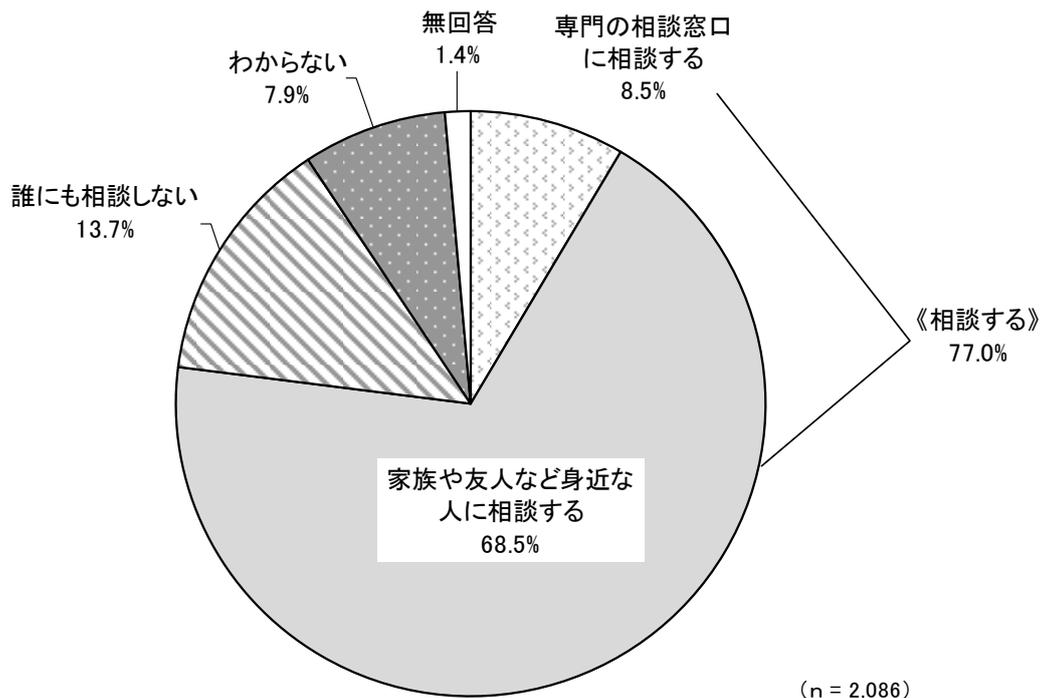
性・年齢別にみると、「知っている」は女性の30歳代、40歳代が4割を超え、50歳代がほぼ4割となっている。男性は50歳代が3割を超えるにとどまり、その他の年代は2割～3割で、70歳代を除き男性より女性の方が認知度は高い。(図6-1-3)

(2) 悩みや不安の相談先

◎「家族や友人など身近な人に相談する」が8割近く

問17 あなたは、自分自身では抱えきれない悩みや不安、ストレスを感じたときに、どのようにしますか。(〇は1つ)

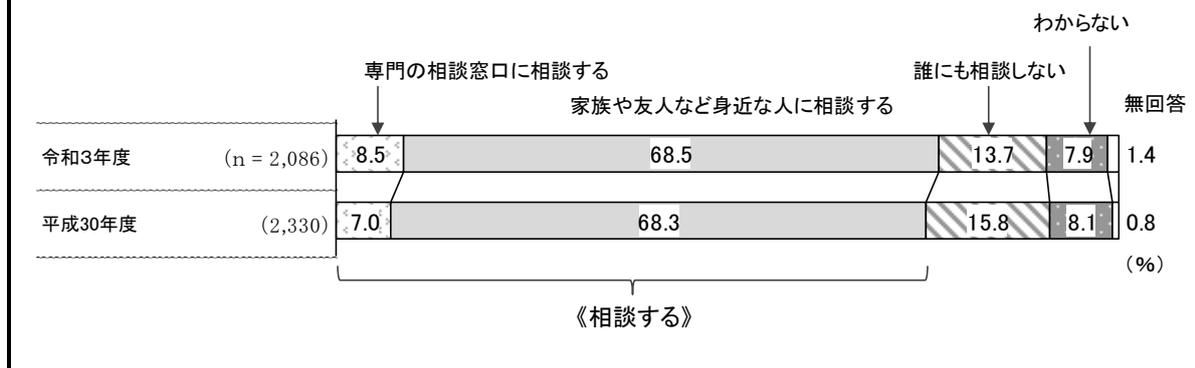
図6-2-1



<調査結果>

悩みや不安の相談先について聞いたところ、「家族や友人など身近な人に相談する」(68.5%)が7割近くで「専門の相談窓口に相談する」(8.5%)と合わせた《相談する》(77.0%)が8割近くとなっている。「誰にも相談しない」(13.7%)は1割を超えている。(図6-2-1)

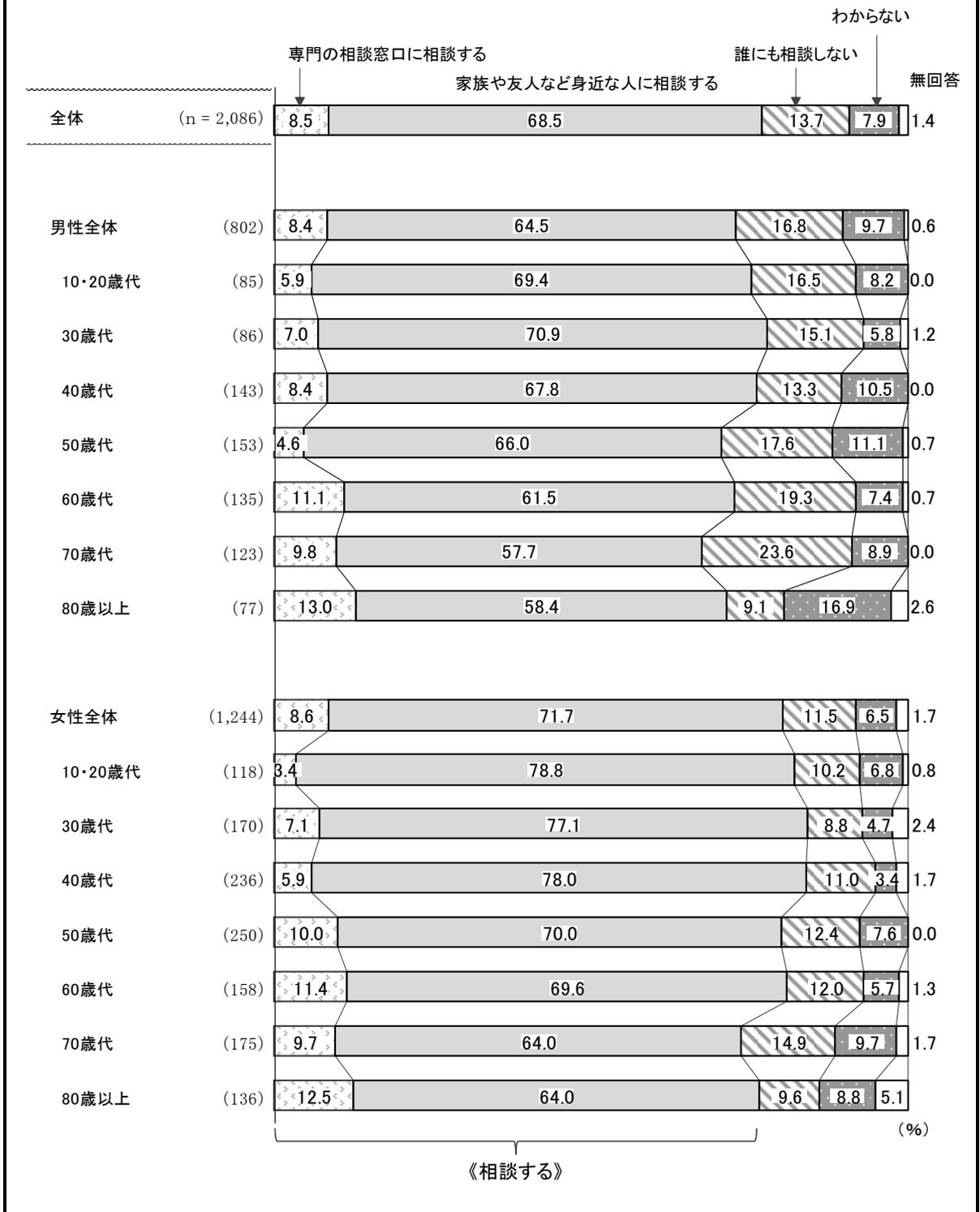
図 6-2-2 悩みや不安の相談先（時系列）



<調査結果>

平成30年度からの時系列の変化をみると、「誰にも相談しない」は平成30年度（15.8%）から令和3年度（13.7%）でわずかに減少している。（図6-2-2）

図6-2-3 悩みや不安の相談先（性・年齢別）



<調査結果>

性・年齢別にみると、「家族や友人など身近な人に相談する」は女性の10・20歳代～40歳代で8割近くとなっている。「誰にも相談しない」は男性の70歳代で2割を超え、80歳以上を除いて、女性に比べ男性の方が高い。(図6-2-3)