

### 3 こころの健康について

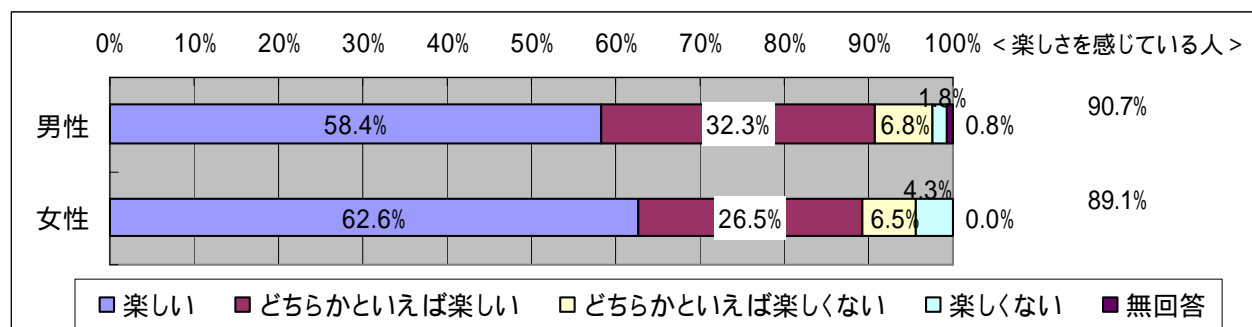
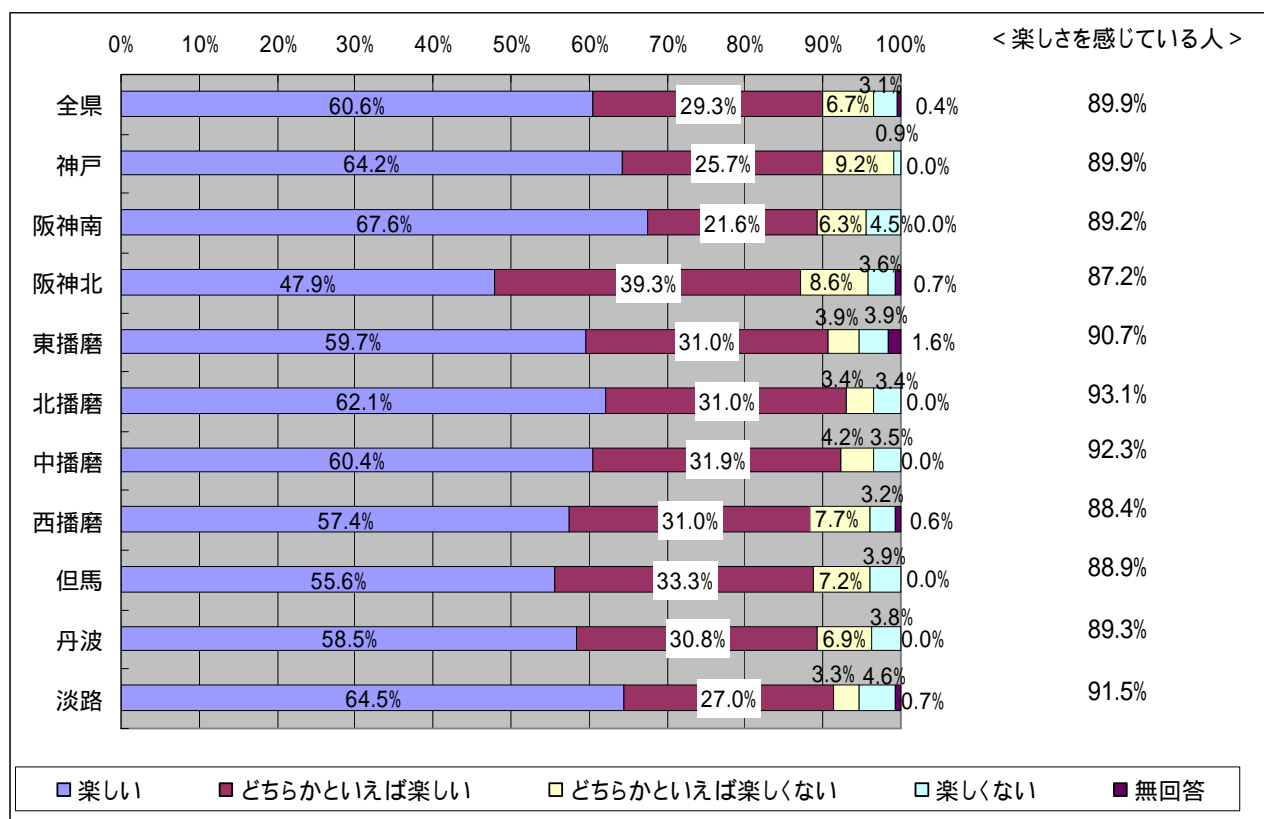
#### (1) 学校生活

問16 学校は楽しいですか。(1つ)	
1 楽しい	60.6%
2 どちらかといえば楽しい	29.3%
3 どちらかといえば楽しくない	6.7%
4 楽しくない	3.1%
無回答	0.4%

学校生活について、「楽しい」は60.6%、「どちらかといえば楽しい」は29.3%、「どちらかといえば楽しくない」は6.7%、「楽しくない」は3.1%となっている。

地域別では、「楽しい」と「どちらかといえば楽しい」を合わせた「楽しさを感じている」人は、北播磨(93.1%)が最も多く、以下、中播磨(92.3%)、淡路(91.5%)となっている。

性別では、「楽しさを感じている」人は、男性は90.7%、女性は89.1%となっている。



## (2) 不眠の状況

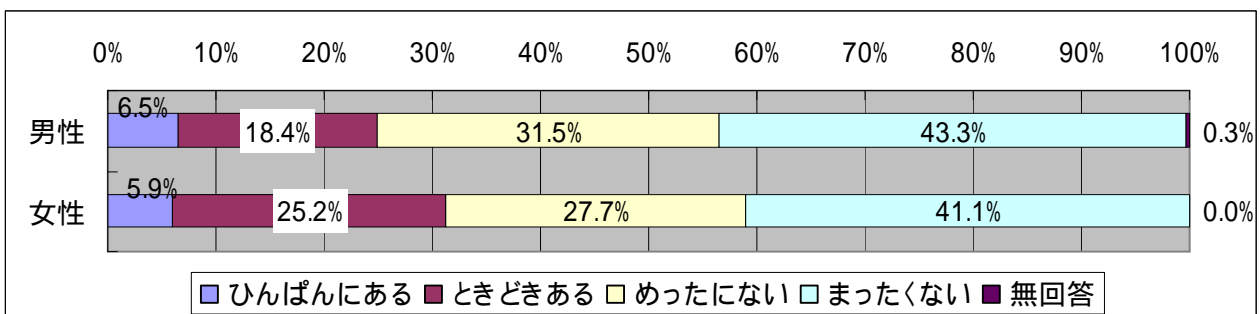
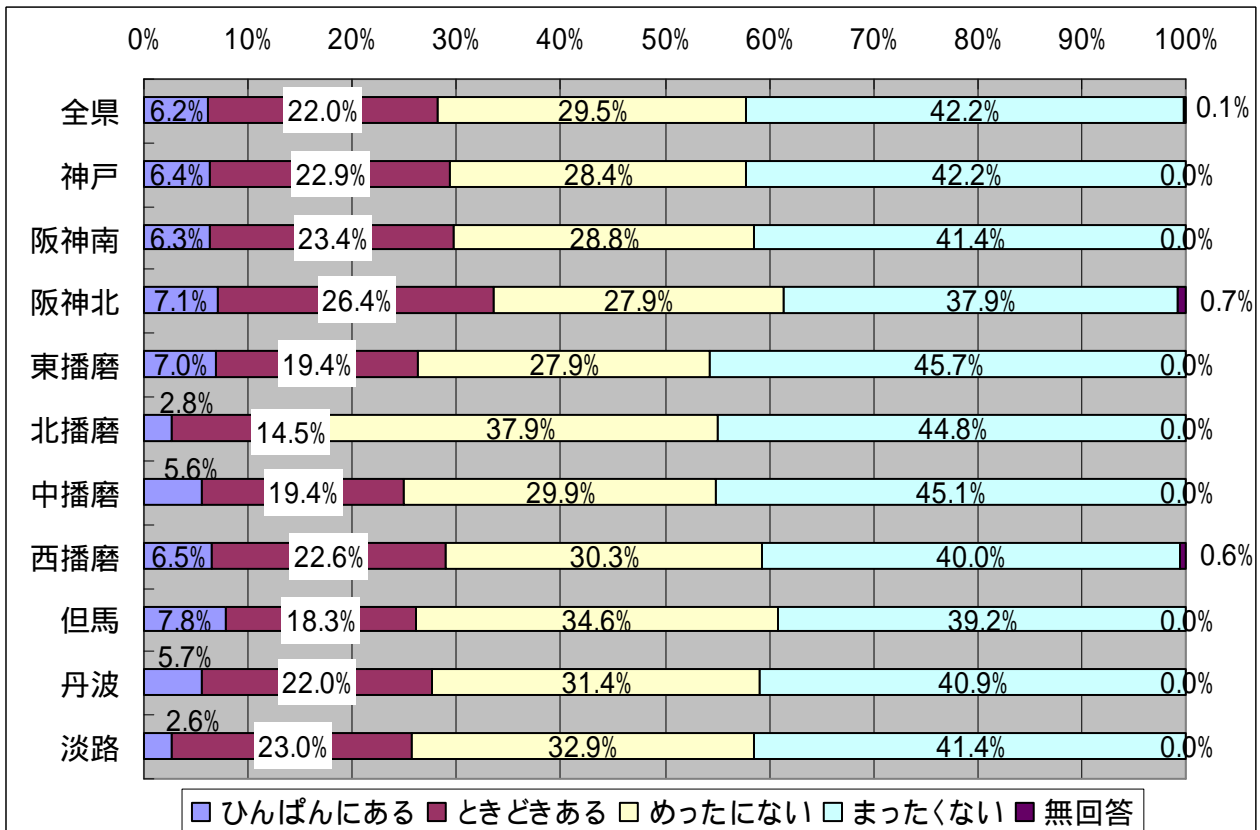
問17 この30日の間に、寝床に入っても寝付きが悪い、途中で目が覚める、朝早く目覚める、熟睡できないなど、眠れないことがありましたか。(1つ)

- 1 ひんぱんにある・・・ 6.2%
- 2 ときどきある・・・ 22.0%
- 3 めったにない・・・ 29.5%
- 4 まったくない・・・ 42.2%
- 無回答・・・ 0.1%

不眠の状況は、「ひんぱんにある」は6.2%、「ときどきある」は22.0%、「めったにない」は29.5%、「まったくない」は42.2%となっている。

地域別では、「ひんぱんにある」人は、但馬(7.8%)が最も多く、以下、阪神北(7.1%)、東播磨(7.0%)となっている。

性別では、「ひんぱんにある」人は、男性は6.5%、女性は5.9%となっている。



### (3) 不安・悩み・苦勞・ストレスの有無

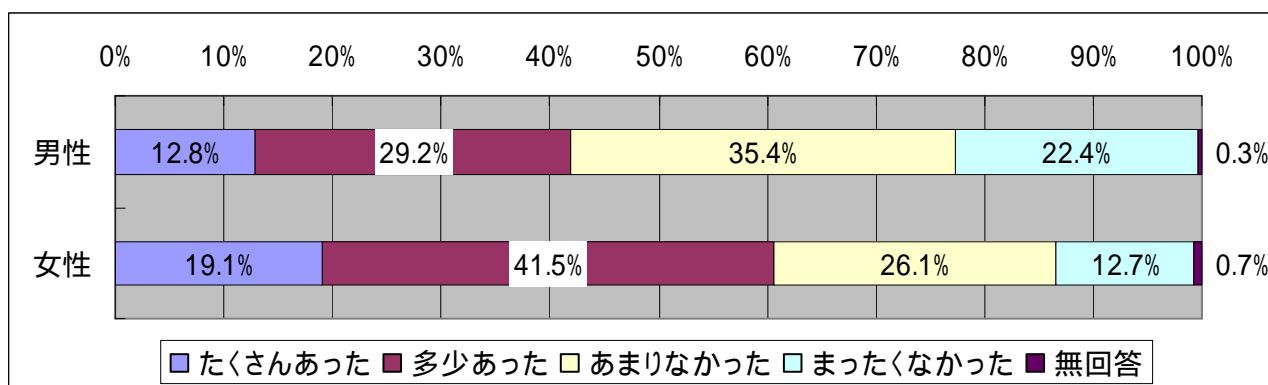
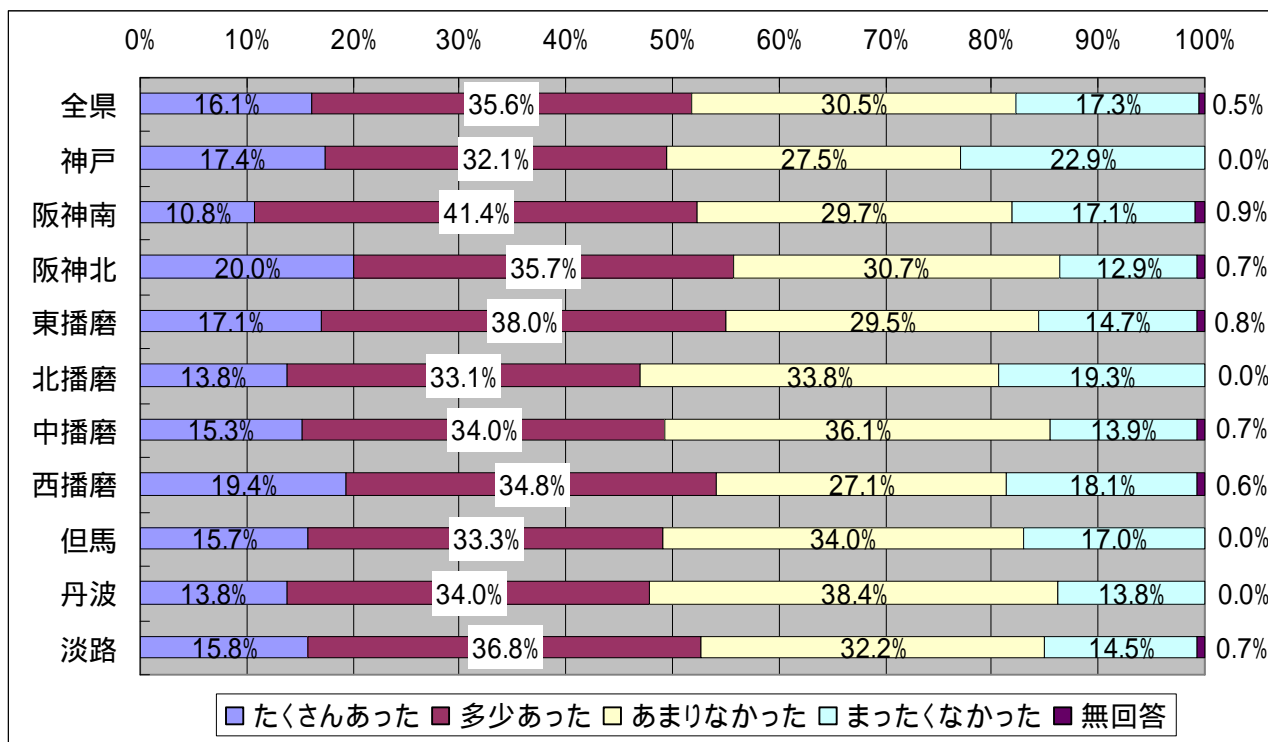
問18 この30日の間に、不安・悩み・苦勞・ストレスはどの程度ありましたか。(1つ)

1	たくさんあった	16.1%
2	多少あった	35.6%
3	あまりなかった	30.5%
4	まったくなかった	17.3%
	無回答	0.5%

不安・悩み・苦勞・ストレスの有無は、「たくさんあった」は16.1%、「多少あった」は35.6%、「あまりなかった」は30.5%、「まったくなかった」は17.3%となっている。

地域別では、「たくさんあった」人は、阪神北(20.0%)が最も多く、以下、西播磨(19.4%)、神戸(17.4%)となっている。

性別では、「たくさんあった」人は、男性は12.8%、女性は19.1%となっている。



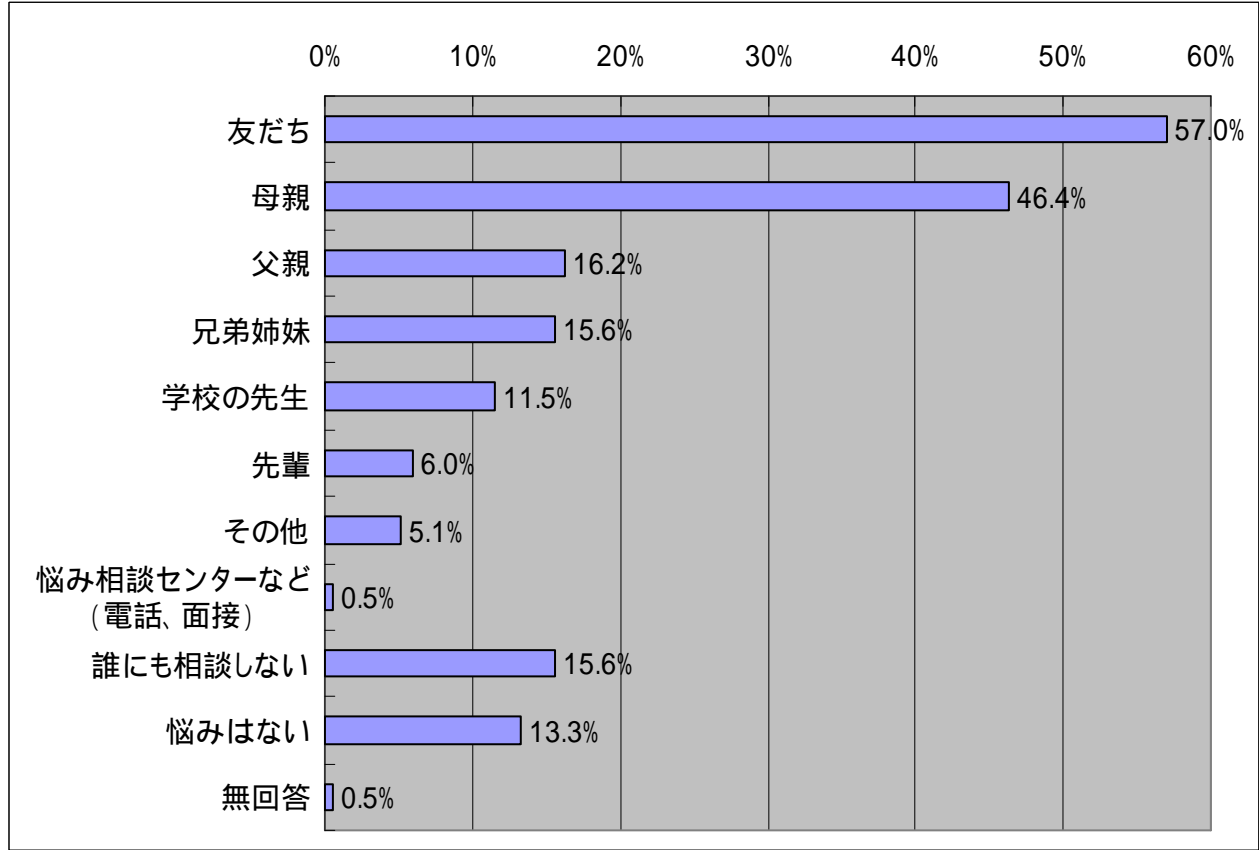
#### (4) 悩み事の相談相手

問19 悩み事があった時は誰に相談しますか。(あてはまるものすべて)	
1	父親・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 16.2%
2	母親・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 46.4%
3	兄弟姉妹・・・・・・・・・・・・・・・・ 15.6%
4	友だち・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 57.0%
5	学校の先生・・・・・・・・・・・・・・ 11.5%
6	先輩・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6.0%
7	悩み相談センターなど(電話、面接)・・ 0.5%
8	その他・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5.1%
9	誰にも相談しない・・・・・・・・・・ 15.6%
10	悩みはない・・・・・・・・・・・・・・ 13.3%
	無回答・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 0.5%

悩み事の相談相手は、「友だち」(57.0%)が最も多く、以下、「母親」(46.4%)、「父親」(16.2%)、「兄弟姉妹」(15.6%)、「学校の先生」(11.5%)となっている一方で、「誰にも相談しない」が15.6%となっている。

地域別では、「誰にも相談しない」人は、阪神北(22.9%)が最も多く、北播磨(11.0%)が最も少なくなっている。

性別では、「悩みはない」と回答した人は、男性が20.0%、女性が7.2%と、男性の方が12.8ポイント多くなっている。



	父親	母親	兄弟姉妹	友だち	学校の先生	先輩	悩み相談センターなど (電話、面接)	その他	誰にも相談しない	悩みはない	無回答
神戸	15.6%	44.0%	14.7%	53.2%	11.9%	5.5%	0.0%	6.4%	13.8%	16.5%	0.0%
阪神南	18.0%	50.5%	18.0%	65.8%	9.9%	4.5%	0.0%	3.6%	15.3%	6.3%	0.0%
阪神北	12.9%	45.0%	9.3%	50.0%	10.0%	5.7%	0.0%	5.0%	22.9%	15.0%	1.4%
東播磨	14.0%	44.2%	21.7%	60.5%	11.6%	9.3%	1.6%	7.0%	16.3%	11.6%	0.8%
北播磨	24.8%	54.5%	15.9%	56.6%	14.5%	4.1%	2.1%	2.8%	11.0%	13.1%	0.7%
中播磨	20.8%	51.4%	15.3%	61.8%	14.6%	9.0%	1.4%	4.2%	11.1%	11.8%	0.7%
西播磨	14.2%	43.2%	16.8%	52.9%	11.6%	3.9%	0.6%	5.2%	14.8%	21.9%	0.6%
但馬	12.4%	40.5%	15.7%	54.2%	6.5%	3.9%	0.7%	3.3%	16.3%	15.7%	0.0%
丹波	15.1%	36.5%	12.6%	50.3%	13.8%	1.9%	0.6%	3.8%	22.6%	15.7%	0.0%
淡路	13.2%	44.7%	11.8%	52.6%	10.5%	3.9%	0.0%	5.3%	15.8%	13.2%	1.3%

	父親	母親	兄弟姉妹	友だち	学校の先生	先輩	悩み相談センターなど (電話、面接)	その他	誰にも相談しない	悩みはない	無回答
男性	23.1%	39.0%	13.5%	44.9%	12.4%	4.2%	1.1%	4.0%	17.2%	20.0%	0.6%
女性	10.1%	53.1%	17.6%	68.0%	10.8%	7.5%	0.1%	6.1%	14.2%	7.2%	0.4%

(5) 2週間以上、気分が落ち込んだり、興味や楽しみがもてなかったこと

問20 これまでに2週間以上、気分が落ち込んだり、興味や楽しみがもてなかったことはありましたか。(1つ)

- 1 まったくなかった・・・48.7%
- 2 ほとんどなかった・・・23.8%
- 3 たまにあった・・・20.8%
- 4 何度もあった・・・5.8%
- 無回答・・・0.9%

2週間以上、気分が落ち込んだり、興味や楽しみがもてなかったことは、「まったくなかった」は48.7%、「ほとんどなかった」は23.8%、「たまにあった」は20.8%、「何度もあった」は5.8%となっている。

地域別では、「たまにあった」と「何度もあった」をあわせた「あった」人は、阪神北(30.8%)が最も多く、以下、神戸(28.5%)、阪神南(27.9%)となっている。

性別では、「あった」人は、男性は22.1%、女性は30.6%となっている。

