

#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

- 本県では、生きづらさを抱えた方が一人で悩みを抱えないよう、こころの相談窓口の対応を進めてきたが、2020年4月24日から、若年層等電話相談にハードルを抱える方が利用しやすいSNSを活用した「いのちのほっとライン@かながわ」を開設し、相談窓口の拡充を図った。
- このたび、2020年度に委託事業で実施した「いのちのほっとライン@かながわ」の相談実績をまとめた。

##### 【相談実施概要】

- 相談期間 2020年4月24日～2021年3月31日
- 相談時間 月～金曜日及び日曜日 17:00～22:00
- 相談対象 神奈川県内の居住者、通学・通勤者
- 友だち登録数 9,787人(2021年3月31日現在)
- 相談対応件数 7,115件
- なお、本稿でのSNS相談内容の集計は、相談員が傾聴・助言するなどしたものを対象とし、書込のみで応答のないものや事務的な案内を除いている。このため、集計に用いた相談件数は5,802件となり、内訳は次の通りである。ただし、性別や年代、職業は、相談内容からの推定である。

性別	相談件数	年齢階級別	相談件数	職業	相談件数
男性	1258	19歳以下	641	自営業・家族従業者	35
女性	4357	20歳代	1050	被雇用者・勤め人	1145
不詳	187	30歳代	1385	学生・生徒等	808
計	5802	40歳代	1463	主婦	77
		50歳以上	920	失業者	192
		不詳	343	その他無職者	198
		計	5802	不詳	3347
				計	5802

図表40-01 相談者の性別、年齢階級別内訳(2020年度)

相談者数(人)					構成比(%)				
	男性	女性	不詳	合計		男性	女性	不詳	合計
19歳以下	28	164	11	203	19歳以下	1.6%	9.5%	0.6%	11.7%
20歳代	67	300	3	370	20歳代	3.9%	17.3%	0.2%	21.4%
30歳代	74	318	6	398	30歳代	4.3%	18.4%	0.3%	23.0%
40歳代	76	267	2	345	40歳代	4.4%	15.4%	0.1%	19.9%
50歳以上	60	179	2	241	50歳以上	3.5%	10.3%	0.1%	13.9%
不詳	8	77	90	175	不詳	0.5%	4.4%	5.2%	10.1%
合計	313	1305	114	1732	合計	18.1%	75.3%	6.6%	100%

注) 年齢、性別は相談内容から推定。

- 相談者数の男女別構成比では、「男性」が18.1%、「女性」が75.3%、「不詳」が6.6%で、相談者の多くを女性が占めた(図表40-01-2)。
- また、年齢階級別・男女別の構成比では、「30歳代・女性」が最も多く、次いで、「20歳代・女性」、「40歳代・女性」の順となった(図表40-01-2)。

#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-02

相談者の年齢階級別・職業別内訳(2020年度)  
男女計

相談者数(人)

図表40-02-1

	自営業・ 家族従 業者	被雇用 者・勤め 人	学生・生 徒等	主婦	失業者	その他 無職者	不詳	合計
19歳以下	0	1	176	0	0	1	25	203
20歳代	3	57	28	4	12	12	254	370
30歳代	2	53	0	12	14	13	304	398
40歳代	8	41	0	7	11	17	261	345
50歳以上	0	29	0	7	7	9	189	241
不詳	1	4	39	2	0	2	127	175
合計	14	185	243	32	44	54	1160	1732

構成比(%)

図表40-02-2

	自営業・ 家族従 業者	被雇用 者・勤め 人	学生・生 徒等	主婦	失業者	その他 無職者	不詳	合計
19歳以下	0.0%	0.1%	10.2%	0.0%	0.0%	0.1%	1.4%	11.7%
20歳代	0.2%	3.3%	1.6%	0.2%	0.7%	0.7%	14.7%	21.4%
30歳代	0.1%	3.1%	0.0%	0.7%	0.8%	0.8%	17.6%	23.0%
40歳代	0.5%	2.4%	0.0%	0.4%	0.6%	1.0%	15.1%	19.9%
50歳以上	0.0%	1.7%	0.0%	0.4%	0.4%	0.5%	10.9%	13.9%
不詳	0.1%	0.2%	2.3%	0.1%	0.0%	0.1%	7.3%	10.1%
合計	0.8%	10.7%	14.0%	1.8%	2.5%	3.1%	67.0%	100%

注) 性別不詳を含む。年齢、性別、職業は相談内容から推定。

- 相談者数を職業別構成比で見ると、「不詳」が67.0%で最も多く、次いで、「学生・生徒等」が14.0%、「被雇用者・勤め人」が10.7%の順となった(図表40-02-2)。
- また、年齢階級別・職業別の構成比では、「不詳」を除くと、「19歳以下の学生・生徒等」が10.2%と最も多く、次いで、「20歳代の被雇用者・勤め人」、「30歳代の被雇用者・勤め人」の順となった(図表40-02-2)。

#### 4【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-03

相談者の年齢階級別・職業別内訳(2020年度)  
男性

相談者数(人)

図表40-03-1

	自営業・ 家族従 業者	被雇用 者・勤め 人	学生・生 徒等	主婦	失業者	その他 無職者	不詳	合計
19歳以下	0	0	27	0	0	0	1	28
20歳代	3	11	7	0	2	1	43	67
30歳代	1	13	0	0	5	2	53	74
40歳代	3	17	0	0	3	5	48	76
50歳以上	0	7	0	0	2	3	48	60
不詳	0	0	1	0	0	0	7	8
合計	7	48	35	0	12	11	200	313

構成比(%)

図表40-03-2

	自営業・ 家族従 業者	被雇用 者・勤め 人	学生・生 徒等	主婦	失業者	その他 無職者	不詳	合計
19歳以下	0.0%	0.0%	8.6%	-	0.0%	0.0%	0.3%	8.9%
20歳代	1.0%	3.5%	2.2%	-	0.6%	0.3%	13.7%	21.4%
30歳代	0.3%	4.2%	0.0%	-	1.6%	0.6%	16.9%	23.6%
40歳代	1.0%	5.4%	0.0%	-	1.0%	1.6%	15.3%	24.3%
50歳以上	0.0%	2.2%	0.0%	-	0.6%	1.0%	15.3%	19.2%
不詳	0.0%	0.0%	0.3%	-	0.0%	0.0%	2.2%	2.6%
合計	2.2%	15.3%	11.2%	-	3.8%	3.5%	63.9%	100%

注) 年齢、性別、職業は相談内容から推定。

- 男性の相談者数を職業別構成比で見ると、「不詳」が63.9%で最も多く、次いで、「被雇用者・勤め人」が15.3%、「学生・生徒等」が11.2%の順となった(図表40-03-2)。
- また、年齢階級別・職業別の構成比では、「不詳」を除くと、「19歳以下の学生・生徒等」が8.6%と最も多く、次いで、「40歳代の被雇用者・勤め人」、「30歳代の被雇用者・勤め人」、「20歳代の被雇用者・勤め人」の順となった(図表40-03-2)。

#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-04

相談者の年齢階級別・職業別内訳(2020年度)  
女性

相談者数(人)

図表40-04-1

	自営業・ 家族従 業者	被雇用 者・勤め 人	学生・生 徒等	主婦	失業者	その他 無職者	不詳	合計
19歳以下	0	1	140	0	0	1	22	164
20歳代	0	46	20	4	10	11	209	300
30歳代	1	37	0	12	9	10	249	318
40歳代	5	24	0	7	8	12	211	267
50歳以上	0	22	0	7	5	6	139	179
不詳	0	0	33	1	0	1	42	77
合計	6	130	193	31	32	41	872	1305

構成比(%)

図表40-04-2

	自営業・ 家族従 業者	被雇用 者・勤め 人	学生・生 徒等	主婦	失業者	その他 無職者	不詳	合計
19歳以下	0.0%	0.1%	10.7%	0.0%	0.0%	0.1%	1.7%	12.6%
20歳代	0.0%	3.5%	1.5%	0.3%	0.8%	0.8%	16.0%	23.0%
30歳代	0.1%	2.8%	0.0%	0.9%	0.7%	0.8%	19.1%	24.4%
40歳代	0.4%	1.8%	0.0%	0.5%	0.6%	0.9%	16.2%	20.5%
50歳以上	0.0%	1.7%	0.0%	0.5%	0.4%	0.5%	10.7%	13.7%
不詳	0.0%	0.0%	2.5%	0.1%	0.0%	0.1%	3.2%	5.9%
合計	0.5%	10.0%	14.8%	2.4%	2.5%	3.1%	66.8%	100%

注) 年齢、性別、職業は相談内容から推定。

- 女性の相談者数を職業別構成比で見ると、「不詳」が66.8%で最も多く、次いで、「学生・生徒等」が14.8%、「被雇用者・勤め人」が10.0%の順となった(図表40-04-2)。
- また、年齢階級別・職業別の構成比では、「不詳」を除くと、「19歳以下の学生・生徒等」が10.7%と最も多く、次いで、「20歳代の被雇用者・勤め人」、「30歳代の被雇用者・勤め人」の順となった(図表40-04-2)。

#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-05

相談者の年齢階級別・相談内容の内訳(2020年度)  
男女計

相談件数 男女計(件)

図表40-05-1

	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳以上	不詳	計
コロナの影響	29	143	167	193	160	51	743
家庭問題	153	203	395	396	235	67	1449
健康問題	139	308	332	435	150	87	1451
経済・生活問題	3	95	169	141	75	16	499
勤務問題	2	191	245	206	129	14	787
男女問題	62	78	113	57	14	4	328
学校問題	233	68	3	45	3	51	403
その他の問題	104	198	318	163	225	52	1060
計	725	1284	1742	1636	991	342	6720

構成比 (%)

図表40-05-2

	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳以上	不詳	計
コロナの影響	4.0%	11.1%	9.6%	11.8%	16.1%	14.9%	11.1%
家庭問題	21.1%	15.8%	22.7%	24.2%	23.7%	19.6%	21.6%
健康問題	19.2%	24.0%	19.1%	26.6%	15.1%	25.4%	21.6%
経済・生活問題	0.4%	7.4%	9.7%	8.6%	7.6%	4.7%	7.4%
勤務問題	0.3%	14.9%	14.1%	12.6%	13.0%	4.1%	11.7%
男女問題	8.6%	6.1%	6.5%	3.5%	1.4%	1.2%	4.9%
学校問題	32.1%	5.3%	0.2%	2.8%	0.3%	14.9%	6.0%
その他の問題	14.3%	15.4%	18.3%	10.0%	22.7%	15.2%	15.8%
計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

注) 性別不詳を含む。年齢、性別は推定。相談内容が不詳のものは除外している。

1回の相談が複数の区分に該当する場合がある。また、同一人の複数回の相談はそれぞれ計上している。

- 男女計の相談内容は、「健康問題」が最も多く、次いで、「家庭問題」、「その他の問題」、「勤務問題」の順となった(図表40-05-1)。
- 年齢階級別・相談内容別件数では、「40歳代・健康問題」が最も多く、次いで、「40歳代・家庭問題」、「30歳代・家庭問題」の順となった(図表40-05-1)。
- また、年齢階級別の相談内容の構成比をみると、「19歳以下」は「学校問題」が、「20歳代」は「健康問題」、「30歳代」は「家庭問題」、「40歳代」は「健康問題」、「50歳以上」は「家庭問題」が、それぞれ最も多かった(図表40-05-2)。

#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-06

相談者の年齢階級別・相談内容の内訳(2020年度)  
男性

相談件数 男性(件)

図表40-06-1

	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳以上	不詳	計
コロナの影響	10	42	54	50	40	1	197
家庭問題	7	23	21	33	64	6	154
健康問題	11	72	42	169	55	7	356
経済・生活問題	2	36	25	62	33	0	158
勤務問題	0	25	70	79	40	0	214
男女問題	14	6	10	9	4	0	43
学校問題	29	16	0	2	0	7	54
その他の問題	13	36	32	28	110	6	225
計	86	256	254	432	346	27	1401

構成比 (%)

図表40-06-2

	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳以上	不詳	計
コロナの影響	11.6%	16.4%	21.3%	11.6%	11.6%	3.7%	14.1%
家庭問題	8.1%	9.0%	8.3%	7.6%	18.5%	22.2%	11.0%
健康問題	12.8%	28.1%	16.5%	39.1%	15.9%	25.9%	25.4%
経済・生活問題	2.3%	14.1%	9.8%	14.4%	9.5%	0.0%	11.3%
勤務問題	0.0%	9.8%	27.6%	18.3%	11.6%	0.0%	15.3%
男女問題	16.3%	2.3%	3.9%	2.1%	1.2%	0.0%	3.1%
学校問題	33.7%	6.3%	0.0%	0.5%	0.0%	25.9%	3.9%
その他の問題	15.1%	14.1%	12.6%	6.5%	31.8%	22.2%	16.1%
計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

注) 性別不詳を含む。年齢、性別は推定。相談内容が不詳のものは除外している。

1回の相談が複数の区分に該当する場合がある。また、同一人の複数回の相談はそれぞれ計上している。

- 男性の相談内容は、「健康問題」が最も多く、次いで、「その他の問題」、「勤務問題」の順となった(図表40-06-1)。
- また、年齢階級別・相談内容別件数では、「40歳代・健康問題」が最も多く、次いで、「50歳以上・その他の問題」、「40歳代・勤務問題」の順となった(図表40-06-1)。
- また、年齢階級別の相談内容の構成比をみると、「19歳以下」は「学校問題」、「20歳代」は「健康問題」、「30歳代」は「勤務問題」、「40歳代」は「健康問題」、「50歳以上」は「その他の問題」が、それぞれ最も多かった(図表40-06-2)。

#### 4【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-07

相談者の年齢階級別・相談内容の内訳(2020年度)  
女性

相談件数 女性(件)

図表40-07-1

	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳以上	不詳	計
コロナの影響	19	101	113	141	118	23	515
家庭問題	138	176	372	362	171	46	1265
健康問題	121	236	286	266	94	59	1062
経済・生活問題	1	59	142	78	42	10	332
勤務問題	2	166	174	127	89	2	560
男女問題	44	71	100	47	10	3	275
学校問題	199	51	3	43	3	39	338
その他の問題	86	161	277	134	115	32	805
計	610	1021	1467	1198	642	214	5152

構成比 (%)

図表40-07-2

	19歳以下	20歳代	30歳代	40歳代	50歳以上	不詳	計
コロナの影響	3.1%	9.9%	7.7%	11.8%	18.4%	10.7%	10.0%
家庭問題	22.6%	17.2%	25.4%	30.2%	26.6%	21.5%	24.6%
健康問題	19.8%	23.1%	19.5%	22.2%	14.6%	27.6%	20.6%
経済・生活問題	0.2%	5.8%	9.7%	6.5%	6.5%	4.7%	6.4%
勤務問題	0.3%	16.3%	11.9%	10.6%	13.9%	0.9%	10.9%
男女問題	7.2%	7.0%	6.8%	3.9%	1.6%	1.4%	5.3%
学校問題	32.6%	5.0%	0.2%	3.6%	0.5%	18.2%	6.6%
その他の問題	14.1%	15.8%	18.9%	11.2%	17.9%	15.0%	15.6%
計	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

注) 性別不詳を含む。年代、性別、は推定。相談内容が不詳のものは除外している。

1回の相談が複数の区分に該当する場合は、また、同一人の複数回の相談はそれぞれ計上している。

- 女性の相談内容は、「家庭問題」が最も多く、次いで、「健康問題」、「その他の問題」、「勤務問題」の順となった(図表40-07-1)。
- 年齢階級別・相談内容別件数では、「30歳代・家庭問題」が最も多く、次いで、「40歳代・家庭問題」、「30歳代・健康問題」の順となった(図表40-07-1)。
- また、年代別の相談内容の構成比をみると、「19歳以下」は「学校問題」、「20歳代」は「健康問題」、「30歳代」は「家庭問題」、「40歳代」は「家庭問題」、「50歳以上」は「家庭問題」が、それぞれ最も多かった(図表40-07-2)。



図表40-08 相談分類別の相談内容(2020年度)

- 相談者の相談内容を、概ね自殺統計の小分類を参考にして区分し、集計したものである。
- 1回の相談が複数の区分に該当する場合がある、また、同一人の複数回の相談はそれぞれ計上しているため、件数は相談者数とは異なる。

## コロナの影響に関する相談内容

	相談内容	件数
1	生活環境の変化	289
2	感染の不安	247
3	休業・失業・減収など	115
4	将来への不安	30
5	労働環境の変化(テレワーク含む)	22
6	コロナの影響その他	13
7	孤立感	11
8	学習環境の変化(オンライン授業含む)	10
9	就職活動困難	6
	計	743

- 「コロナの影響」は、相談内容から、新型コロナウイルス感染症拡大に伴う緊急事態宣言等による社会生活の影響を受けていると思われる相談を独自に区分して集計したものである。
- 「コロナの影響」に関する相談では、「生活環境の変化」が最も多く、次いで、「感染の不安」、「休業・失業・減収など」の順となった。

## 家庭問題に関する相談内容

	相談内容	件数
1	親子関係の不和	283
2	子育ての悩み	223
3	夫婦関係の不和	189
4	家族の死亡	172
5	その他家族関係の不和	162
6	介護・看病疲れ	152
7	家族の将来悲観	100
8	被虐待	90
9	家庭問題その他	65
10	家族からのしつけ・叱責	13
	計	1449

- 「家庭問題」では、「親子関係の不和」が最も多く、次いで、「子育ての悩み」、「夫婦関係の不和」の順となった。

## 健康問題に関する相談内容

	相談内容	件数
1	病気の悩み・影響(その他の精神疾患)	424
2	健康問題その他	278
3	病気の悩み・影響(うつ病)	274
4	病気の悩み(身体の病気)	215
5	自己肯定感の欠如	115
6	身体障害の悩み	89
7	病気の悩み・影響(統合失調症)	49
8	病気の悩み・影響(アルコール等依存症)	7
	計	1451

- 「健康問題」では、「病気の悩み・影響(その他の精神疾患)」が最も多く、次いで、「健康問題その他」、「病気の悩み・影響(うつ病)」の順となった。



#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

##### 経済・生活問題に関する相談内容

	相談内容	件数
1	生活苦	335
2	離職・休業・失業	65
3	就職・転職	60
4	負債	21
5	事業不振	14
6	経済生活問題その他	4
	計	499

- 「経済・生活問題」では、「生活苦」が最も多く、次いで、「離職・休業・失業」、「就職・転職」の順となった。

##### 勤務問題に関する相談内容

	相談内容	件数
1	職場の人間関係	460
2	仕事疲れ	124
3	職場環境の変化	115
4	仕事の失敗	40
5	勤務問題その他	36
6	ハラスメント	12
	計	787

- 「勤務問題」では、「職場の人間関係」が最も多く、次いで、「仕事疲れ」、「職場環境の変化」の順となった。

##### 男女問題に関する相談内容

	相談内容	件数
1	その他交際をめぐる悩み	139
2	結婚をめぐる悩み	61
3	DV	33
4	男女問題その他	30
5	失恋	27
6	不倫の悩み	20
7	交際をめぐる悩み(LGBT)	18
	計	328

- 「男女問題」では、「その他交際をめぐる悩み」が最も多く、次いで、「結婚をめぐる悩み」、「DV」の順となった。

##### 学校問題に関する相談内容

	相談内容	件数
1	その他学友との不和	93
2	学業不振	62
3	その他進路に関する悩み	61
4	学校問題その他	58
5	いじめ	57
6	教師との人間関係	40
7	不登校	17
8	入試に関する悩み	15
	計	403

- 「学校問題」では、「その他学友との不和」が最も多く、次いで、「学業不振」、「その他進路に関する悩み」の順となった。

##### その他の問題に関する相談内容

	相談内容	件数
1	孤独感	507
2	希死念慮	205
3	その他人間関係	143
4	その他問題その他	120
5	近隣関係	59
6	犯罪被害	18
7	喪失感・離別	8
	計	1060

- 「その他の問題」では、「孤独感」が最も多く、次いで、「希死念慮」、「その他人間関係」の順となった。

図表40-09 年齢階級別の主な相談(2020年度)

## 19歳以下

分類	相談内容	件数
家庭	親子関係の不和	81
健康	健康問題その他	65
学校	その他学友との不和	57
学校	学校問題その他	42
学校	いじめ	37
学校	教師との人間関係	36
その他	孤独感	35
男女	その他交際をめぐる悩み	32
健康	病気の悩み・影響(その他の精神疾患)	29
その他	その他人間関係	27
学校	学業不振	24
その他	希死念慮	24
健康	自己肯定感の欠如	23
家庭	その他家族関係の不和	21
健康	病気の悩み(身体の病気)	18

- 年齢階級別に相談内容の詳細をみると、「19歳以下」は、「親子関係の不和」が最も多く、次いで、「健康問題その他」、「その他学友との不和」の順となった。
- 上位15位のうち、「学校問題」が5つで最も多く、次いで、「健康問題」が4つ、「その他の問題」が3つ、「家庭問題」が2つの順となった。
- 「学校問題」では、学友や教師との人間関係、いじめ、学業不振、「健康問題」では、精神面・身体面での悩み、「その他」では、孤独感、その他人間関係、希死念慮、「家庭問題」では、親やその他家族関係の不和が上位となった。

## 20歳代

分類	相談内容	件数
健康	病気の悩み・影響(その他の精神疾患)	103
勤務	職場の人間関係	102
健康	病気の悩み・影響(うつ病)	69
その他	孤独感	66
健康	健康問題その他	58
家庭	親子関係の不和	55
経済・生活	生活苦	55
勤務	仕事疲れ	50
その他	その他問題その他	49
コロナ影響	生活環境の変化	48
その他	希死念慮	48
健康	自己肯定感の欠如	42
男女	その他交際をめぐる悩み	42
コロナ影響	感染の不安	39
家庭	被虐待	38

- 「20歳代」は、「病気の悩み・影響(その他の精神疾患)」が最も多く、次いで、「職場の人間関係」、「病気の悩み・影響(うつ病)」の順となった。
- 上位15位のうち、「健康問題」が4つ、「その他の問題」が3つ、「勤務問題」・「家庭問題」・「コロナの影響」がそれぞれ2つの順となった。
- 「健康問題」では、うつ病やその他の精神疾患等精神面等での悩み、「その他の問題」では、孤独感や希死念慮、「勤務問題」では、職場の人間関係や仕事疲れ、「家庭問題」では、親子関係の不和、被虐待、「コロナの影響」では、生活環境の変化や感染の不安が上位になった。

注) 年代は推定。

内容不詳を除いて集計し、各年代で件数の多い順に15件を表示している。

1回の相談が複数の区分に該当する場合がある、また、同一人の複数回の相談はそれぞれ計上しているため、件数は相談者数とは異なる。

#### 4【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

##### 30歳代

分類	相談内容	件数
その他	孤独感	184
勤務	職場の人間関係	149
健康	病気の悩み・影響（その他の精神疾患）	123
経済・生活	生活苦	121
家庭	家族の死亡	83
コロナ影響	生活環境の変化	81
家庭	夫婦関係の不和	63
家庭	家族の将来悲観	63
その他	希死念慮	60
家庭	子育ての悩み	59
健康	病気の悩み・影響（うつ病）	59
健康	病気の悩み（身体の病気）	56
健康	健康問題その他	52
コロナ影響	感染の不安	48
その他	その他人間関係	46

##### 40歳代

分類	相談内容	件数
健康	病気の悩み・影響（その他の精神疾患）	124
勤務	職場の人間関係	121
家庭	子育ての悩み	105
経済・生活	生活苦	99
健康	病気の悩み・影響（うつ病）	93
コロナ影響	生活環境の変化	77
コロナ影響	感染の不安	74
健康	身体障害の悩み	73
家庭	親子関係の不和	72
健康	健康問題その他	62
家庭	夫婦関係の不和	55
家庭	その他家族関係の不和	52
その他	孤独感	51
健康	病気の悩み（身体の病気）	45
勤務	職場環境の変化	42

##### 50歳以上

分類	相談内容	件数
その他	孤独感	155
勤務	職場の人間関係	80
家庭	介護・看病疲れ	75
健康	病気の悩み（身体の病気）	60
コロナ影響	生活環境の変化	56
コロナ影響	感染の不安	52
経済・生活	生活苦	47
コロナ影響	休業・失業・減収など	45
家庭	夫婦関係の不和	45
その他	近隣関係	42
健康	病気の悩み・影響（うつ病）	33
家庭	子育ての悩み	32
健康	病気の悩み・影響（その他の精神疾患）	27
勤務	職場環境の変化	25
家庭	家族の死亡	23

注）年代は推定。内容不詳を除いて集計し、各年代で件数の多い順に15件を表示している。1回の相談が複数の区分に該当する場合がある、また、同一人の複数回の相談はそれぞれ計上しているため、件数は相談者数とは異なる。

- 「30歳代」は、「孤独感」が最も多く、次いで、「職場の人間関係」、「病気の悩み・影響（その他の精神疾患）」の順となった。
- 上位15位のうち、「健康問題」と「家庭問題」が4つずつで最も多く、次いで、「その他の問題」が3つの順となった。
- 「健康問題」では精神面、身体面での悩み、「家庭問題」では、家族の死亡、夫婦関係の不和、家族の将来悲観、子育ての悩み、「その他の問題」では孤独感や希死念慮、その他人間関係が上位となった。
- 「40歳代」は、「病気の悩み・影響（その他の精神疾患）」が最も多く、次いで、「職場の人間関係」、「子育ての悩み」の順となった。
- 上位15位のうち、「健康問題」が5つで最も多く、次いで、「家庭問題」が4つ、「勤務問題」・「コロナの影響」が2つずつの順となった。
- 「健康問題」では、精神面、身体面での悩み、「家庭問題」では、子育ての悩み、親子や夫婦関係等の不和、「勤務問題」では、職場の人間関係や職場環境の変化、「コロナの影響」では、生活環境の変化、感染の不安が上位になった。
- 「50歳以上」は、「孤独感」が最も多く、次いで、「職場の人間関係」、「介護・看病疲れ」の順となった。
- 上位15位のうち、「家庭問題」が4つで最も多く、次いで、「健康問題」・「コロナの影響」が3つずつの順となった。
- 「家庭問題」では、介護・看病疲れ、夫婦関係の不和、子育ての悩み、家族の死亡、「健康問題」では、精神面、身体面での悩み、「コロナの影響」では、生活環境の変化、感染の不安、休業・失業・減収などが上位になった。

図表40-10 職業別の主な相談(2020年度)

## 有職者(自営業・家族従事者と被雇用者・勤め人)

分類	相談内容	件数
勤務	職場の人間関係	231
その他	孤独感	169
健康	病気の悩み・影響(その他の精神疾患)	91
経済・生活	生活苦	78
健康	身体障害の悩み	74
家庭	家族の将来悲観	64
健康	病気の悩み・影響(うつ病)	64
コロナ影響	感染の不安	60
コロナ影響	生活環境の変化	57
その他	希死念慮	51
勤務	仕事疲れ	50
勤務	職場環境の変化	39
その他	その他人間関係	30
健康	病気の悩み(身体の病気)	29
コロナ影響	休業・失業・減収など	27

- 「有職者」の相談では、「職場の人間関係」が最も多く、次いで、「孤独感」、「病気の悩み・影響(その他の精神疾患)」の順となった。
- 上位15位のうち、「健康問題」が4つで最も多く、次いで、「勤務問題」・「コロナの影響」・「その他の問題」が3つずつの順となった。
- 「健康問題」では精神面、身体面での悩み、「勤務問題」では、職場の人間関係や仕事疲れ、職場環境の変化、「コロナの影響」では、感染の不安、生活環境の変化、休業・失業・減収など、「その他の問題」では、孤独感、希死念慮、その他人間関係が上位となった。

## 学生・生徒等

分類	相談内容	件数
家庭	親子関係の不和	95
健康	健康問題その他	91
学校	その他学友との不和	61
学校	その他進路に関する悩み	53
健康	自己肯定感の欠如	47
学校	学校問題その他	47
学校	いじめ	46
その他	孤独感	46
健康	病気の悩み・影響(その他の精神疾患)	43
学校	学業不振	41
その他	その他問題その他	41
その他	その他人間関係	40
その他	希死念慮	37
学校	教師との人間関係	36
男女	その他交際をめぐる悩み	33

- 「学生・生徒等」の相談では、「親子関係の不和」が最も多く、次いで、「健康問題その他」、「その他学友との不和」の順となった。
- 上位15位のうち、「学校問題」が6つで最も多く、次いで、「その他の問題」が4つ、「健康問題」が3つの順となった。
- 「学校問題」では、学友や教師との関係、いじめ、進路や学業に関する悩み、「その他の問題」では、孤独感やその他人間関係、希死念慮、「健康問題」では精神面での悩みや自己肯定感の欠如が上位となった。

注) 職業は推定。

内容不詳を除いて集計し、件数の多い順で表示している。件数が少ないものは除外している。

1回の相談が複数の区分に該当する場合がある、また、同一人の複数回の相談はそれぞれ計上しているため、件数は相談者数とは異なる。

#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

##### 主婦

分類	相談内容	件数
健康	病気の悩み（身体の病気）	14
家庭	夫婦関係の不和	12
家庭	子育ての悩み	10
家庭	家族の将来悲観	7
健康	病気の悩み・影響（うつ病）	7

- 「主婦」の相談では、「病気の悩み(身体の病気)」が最も多く、次いで、「夫婦関係の不和」、「子育ての悩み」の順となった。
- その他、「家族の将来悲観」や「病気の悩み・影響(うつ病)」も上位となった。

##### 失業者

分類	相談内容	件数
経済・生活	生活苦	32
コロナ影響	休業・失業・減収など	31
経済・生活	離職・休業・失業	27
その他	孤独感	22
健康	病気の悩み・影響（うつ病）	16
健康	健康問題その他	16
家庭	親子関係の不和	14
健康	病気の悩み・影響（その他の精神疾患）	12
家庭	夫婦関係の不和	11

- 「失業者」の相談では、「生活苦」が最も多く、次いで、「休業・失業・減収など」、「離職・休業・失業」の順となった。
- その他、「孤独感」や、精神面での悩み、親子や夫婦関係の不和も上位となった。

##### その他無職者

分類	相談内容	件数
健康	病気の悩み・影響（その他の精神疾患）	39
健康	病気の悩み・影響（うつ病）	30
経済・生活	生活苦	26
コロナ影響	休業・失業・減収など	19
経済・生活	離職・休業・失業	16
健康	自己肯定感の欠如	13
家庭	夫婦関係の不和	12
その他	孤独感	12

- 「その他無職者」の相談では、「病気の悩み・影響(その他の精神疾患)」が最も多く、次いで、「病気の悩み・影響(うつ病)」、「生活苦」の順となった。
- その他、「休業・失業・減収など」、「離職・休業・失業」、「自己肯定感の欠如」、「夫婦関係の不和」、「孤独感」が上位となった。

注) 職業は推定。

内容不詳を除いて集計し、件数の多い順で表示している。件数が少ないものは除外している。

1回の相談が複数の区分に該当する場合がある、また、同一人の複数回の相談はそれぞれ計上しているため、件数は相談者数とは異なる。

#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-11 頻出ワードからみた相談の傾向(2020年度)

●強い傾向 ○傾向がみられる

性別・年代・職業		頻出ワード										
		仕事	生活 苦	将来	健康	介護	子育 て	夫	DV	学校	結婚	孤独
性別	男性	●	●			○	○					
	女性	●	○	○	○		○	●	○	○		
年代	10代・20代	●	○	●					○	●		
	30代	●		●	○			●			○	○
	40代	●	○			○		●	○			
	50代・60代	○	●		○	●		●	○			
職業	失業者	●			●	○					○	
	被雇用者・勤め人	●	●								○	○
	自営者・家族従業者	●	●						●			
	主婦	●	●			○	●	●				
	学生・生徒等			●					○	●		

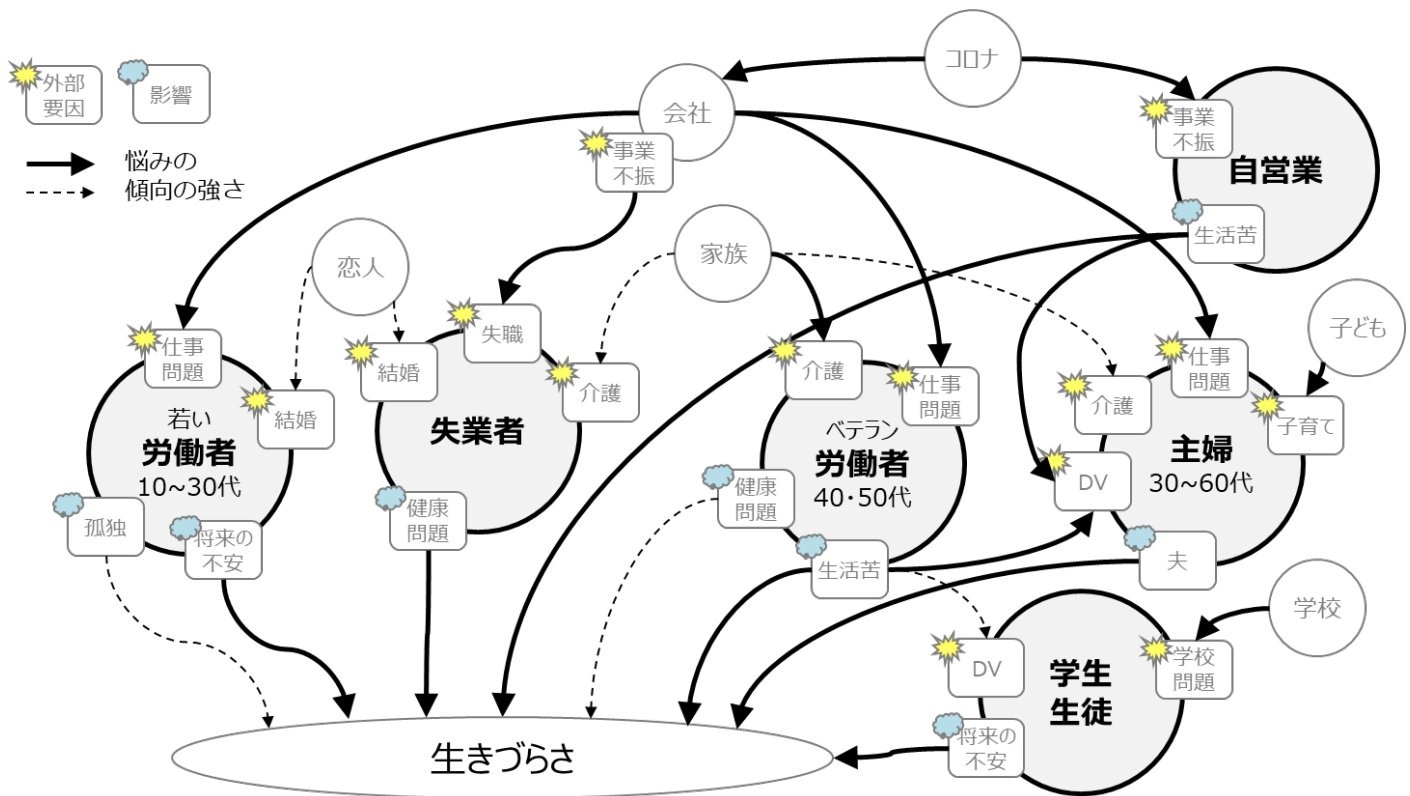
注) 年齢、性別、職業は相談内容から推定。

- SNS相談の記録を用いて、相談者の属性と関連性の強い頻出ワードを抽出した。
- これは、SNS相談記録を機械的に処理して頻出ワードを抽出し、特徴的なワードを対象とした上で、語句の結びつきの強さ(関連性)を調べている。関連性が強いものを黒丸(●)で示している
- これらの頻出ワードから、「学生・生徒等」を除く、すべての属性で「勤務問題」が、また、多くの職種で「経済・生活問題」が、若年層や学生では「将来への不安」が、「主婦」からは「家庭問題」が、学生からは「学校問題」が、「30代」と「被雇用者・勤め人」からは「孤独感」に関する相談が多い傾向がみえる。



4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-12 頻出ワードからみた相談の傾向(2020年度)



- この図は、SNSの相談の傾向(前項参照)から、外部要因とその影響にわけて「悩みの経路」を推定したものである。



#### 4 【参考】2020年度におけるこころの悩みにかかるSNS相談の状況

図表40-13 相談者の相談回数(2020年度)

年間相談回数	人数	構成比
1回	971	56.1%
2回	319	18.4%
3回	137	7.9%
4回	53	3.1%
5回	46	2.7%
6回	28	1.6%
7回	38	2.2%
8回	22	1.3%
9回	16	0.9%
10回以上	55	3.2%
20回以上	22	1.3%
30回以上	25	1.4%
計	1732	100%

- 相談回数は、「1回」が56.1%と最も多く、次いで、「2回」が18.4%、「3回」が7.9%の順に多く、「1～3回」までで、8割を超えている。
- 平均値は3.3回、中央値は1回である。

図表40-14 メッセージ件数(2020年度)

メッセージ数	件数	構成比
10回未満	1548	26.7%
10回以上50回未満	3413	58.8%
50回以上100回未満	719	12.4%
100回以上200回未満	112	1.9%
200回以上	10	0.2%
計	5802	100%

- 「メッセージ件数」とは、1回の相談で相談者が送信したLINEトーク数であるが、「10回以上50回未満」が58.8%と最も多くなっている。

図表40-15 自殺念慮(2020年度)

	件数	構成比
自殺念慮あり	909	15.7%
なし又は不詳	4893	84.3%
計	5802	100%

- 「自殺念慮あり」と思われる相談は909件で、全体の15.7%を占める。

図表40-16 自殺未遂歴の有無(2020年度)

	人数	構成比
自殺未遂歴あり	120	6.9%
なし又は不詳	1612	93.1%
計	1732	100%

- メッセージから、自殺未遂歴があると考えられるものは120人で、全体の6.9%を占める。

---

---

## おわりに

- 2020年は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響を社会全体で大きく受けた年であった。
- この間、緊急事態宣言等による外出自粛、三密を避けることによる人との接し方の変化、テレワーク等働き方における変化、経済状況による雇止めや休業・廃業、休校やオンライン授業等、学校生活における変化等、これまでと異なる日常生活を送ることとなったことで、多くの人が、新型コロナウイルスの感染の不安も加えて、大きな不安やストレスを抱えた状況にあった。
- こうした中、近年減少傾向であった本県の自殺者数は、増加に転じ、「女性」や「学生・生徒等」が大きく増加した。特に、「女性」では、「被雇用者・勤め人」や「主婦」の増加が目立ち、「被雇用者・勤め人」では、主に「若年層」の増加が見られた。また、「若年層」の「被雇用者・勤め人」の自殺者の増加は男性でもみられ、2020年の自殺の原因・動機では、男女ともに「勤務問題」や「家庭問題」、「学校問題」の比率が上昇した。
- この背景として、働き方の変化や、経済的な面も含めた将来への不安、学校生活の変化、生活スタイルが変化したことに伴う人との関わり方についての悩み、家庭内での時間が増えたことによる家庭問題の顕在化等といった、コロナ禍における影響を受けたことが一因としてあるのではないかと推察される。また、SNSの相談にも、こうした悩みが多く寄せられている状況である。
- 今回、過去の自殺統計の分析と併せてコロナ禍における自殺の状況を分析し、本県の自殺の傾向把握に加え、コロナ禍における自殺者の傾向の把握が一定程度行えた。
- 今後、県では、今回の分析結果から得られた属性別の特徴を踏まえ、また、「ウイズコロナ」等新たな生活環境を考慮した効果的な対策を、関係機関と連携して検討し、自殺対策の強化に努めていくとともに、自殺の動向について、今後も引き続き、注視しながら対策を進めていくこととしたい。
- 最後に、本資料の作成に当たり、御協力及び御助言をいただきました、公立大学法人神奈川県立保健福祉大学大学院 ヘルスイノベーション研究科 准教授 津野香奈美氏及び関係者の皆様に、感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大下における自殺の状況

2021年12月発行

発行

神奈川県健康医療局保健医療部がん・疾病対策課

〒231-8588 横浜市中区日本大通1

TEL: 045(210)4727(直通)

FAX: 045(210)8860

URL: <https://www.pref.kanagawa.jp/docs/nf5/jisatsutaisaku/toukei/r1.html>



神奈川県

健康医療局保健医療部がん・疾病対策課 電話(045)210-4727(直通) FAX(045)210-8860  
横浜市中区日本大通1-231-8588 FAX(045)210-8860

URL : <https://www.pref.kanagawa.jp/docs/nf5/jisatsutaisaku/toukei/r1.html>