**令和4年度　こころの健康セミナー　アンケート集計結果**

**〇アンケート回収状況**

|  |  |
| --- | --- |
| 参加者 | 34人 |
| アンケート回収 | 31人 |
| アンケート回収率 | 91.2％ |

**Q1　性別を教えてください。**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 人数 | 割合 |
| 男性 | 4人 | 12.9％ |
| 女性 | 27人 | 87.1％ |
| 合計 | 31人 | 100.0％ |

**Q2　年代を教えてください。**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 20代 | 30代 | 40代 | 50代 | 60代 | 70代以上 | 合計 |
| 人数 | 0人 | 1人 | 3人 | 3人 | 7人 | 17人 | 31人 |
| 割合 | 0.0% | 3.2% | 9.7% | 9.7% | 22.6% | 54.8% | 100.0％ |

**Q3　悩みごとの相談窓口を知っていますか。**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 知っている | 知らない | 未記入 | 合計 |
| 人数 | 21人 | 8人 | 2人 | 31人 |
| 割合 | 67.7％ | 25.8％ | 6.5％ | 100.0％ |

**Q4　「自殺予防週間」「自殺対策強化月間」を知っていますか。**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 知っている | 知らない | 未記入 | 合計 |
| 人数 | 10人 | 18人 | 3人 | 31人 |
| 割合 | 32.3％ | 58.1％ | 9.7％ | 100.0％ |

**Q5　話し方や聞きやすさはいかがでしたか。**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | よい | ふつう | わるい | 合計 |
| 人数 | 19人 | 11人 | 1人 | 31人 |
| 割合 | 61.3％ | 35.5％ | 3.2％ | 100.0％ |

**Q６　内容やむずかしさはいかがでいたか。**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | よい | ふつう | わるい | 未記入 | 合計 |
| 人数 | 15人 | 14人 | 1人 | 1人 | 31人 |
| 割合 | 48.4％ | 45.2％ | 3.2％ | 3.2％ | 100.0％ |

**Q７　時間配分はいかがでいたか。**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | よい | ふつう | わるい | 未記入 | 合計 |
| 人数 | 17人 | 12人 | 1人 | 1人 | 31人 |
| 割合 | 57.8％ | 38.7％ | 3.2％ | 3.2％ | 100.0％ |

**Q８　講演会の内容は今後に役立ちますか。**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | とても役立つ | 役立ちそう | どちらともいえない | 役立たない | 未記入 | 合計 |
| 人数 | 10人 | 14人 | 6人 | 0人 | 1人 | 31人 |
| 割合 | 32.3％ | 45.2％ | 19.4％ | 0.0％ | 3.2％ | 100.0％ |

〈理由〉

　　・話し方にまとまりがなかったと思う。事例の話も多かったと思う。

・とても分かりやすく良い話を聞けました。ありがとうございます。

　　・自分を振り返れそう。命の大切さがわかった。

　　・シャンパンタワーのお話を覚えました。シャンパンタワーに気を付けます。

　　・スクリーンの日本語が聞き取りにくかった。

　　・政治政党宗派宗教色の強い内容（見た目・服装）ユニホーム等講師の身なりで

本日はアウト。背広・スーツならOKかも。

・感謝できる心「慈・悲・喜・捨」を持って生きていきたい。何事も感謝する。

・頑張って努力する。

・「心の健康は幸せにつながる」ということで、自分もそして周りの人にも感謝

できるようになりたい。

・本年民生委員を退任しますが、その後自治会の役を仰せつかる予定になって

おり、自分はもとより地域の方々の福祉に役立てればと思います。

大いに役立つこと間違いありません。

・内容が具体的で、共感できた。

・全然良くない。

・自分の心を穏やかに常にすることが大切と思った。

・話があちこち飛んだので、分かりづらかった。映画はなくても良かった

・心の持ち方をもう一度確認できた。

・気づかない事に気づくことができた。

・今年の2月に母を亡くして、命とは時間があるということというお話に

共感を持って感じられました。

**Q９　本日の感想をお聞かせ下さい。**

　　　・娘が今、苦しんでいます。今日のお話を参考に声かけしたいと思います。

　　　・マスクをかけて離されるので、声が聴きにくい。ビデオ音声が小さい。

　　　・最後の事を大切に、幸せを感じたいと思います。

　　　・時間を大切にしようと思った。命は時間であること。

　　　・こころの健やかさが一番と知った。学びのある講座でした。

・自殺をしたいと言う人へどのような対応をすれば良いのかを聞きたかった。

　　　　電話相談はハードルが高い。

・「感謝する感謝される」幸福度が上がるということで、日々小さなことでも

目を向けて感謝したり身の回りのことにも気を留めていきたいと思う。

・こういう機会に積極的に参加しておりませんでした。故あって、お誘いもあり、

話を聞くことができ、感謝しております。何事も積極的にとらえる事の重要性を

感じました。

・良いお話が聞けて良かったです。

・私も仏教を信じて生きているので、とても同感することばかりでした。仏教の

大切さを痛感した。

・理由はわからないですが、涙が出ました。「命」の大切という具体的に

分からなかったですが、何となく見えてきた様な気がします。

ありがとうございました。

・分かっていたことでもあえて再度教えてもらえてよかった。人間の思考は考え方

ひとつでどのようにも変更するし、できる。

・日々感謝して過ごしたい。ありがとうございました。

・健やかな心が幸せつながり、慈悲喜捨を心に刻みました。

・私はこういう世界は大変難しく、体験したことがない。今が一番幸せな時間だと

思います。

・もし時間がもう少しあったら、もっとじっくりお話聞けたのにと残念でした。