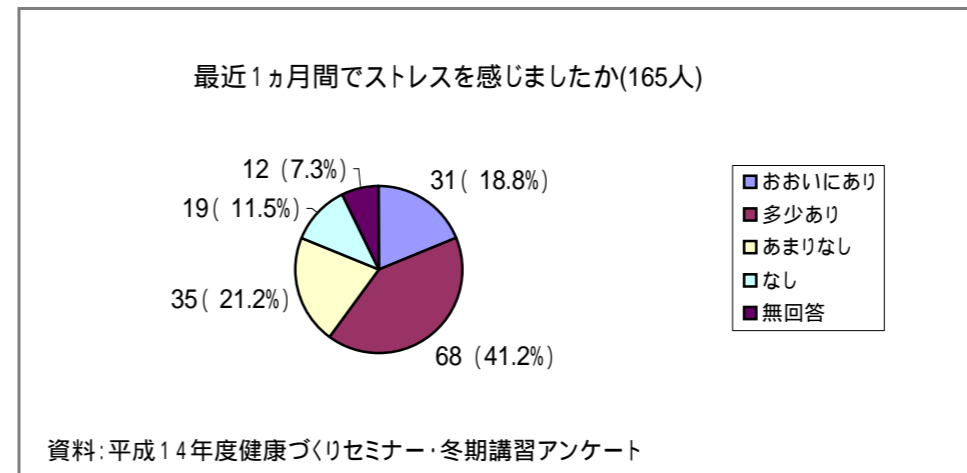


3) 休養・ストレス

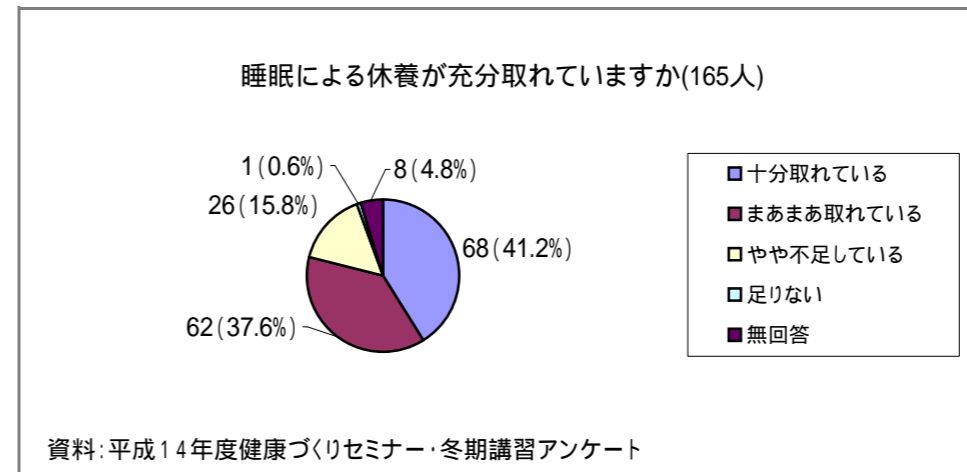
(1) ストレスを感じている人

「最近1ヵ月間で、ストレスがおおいにある・多少ある人」は60.0%(全道58.1%)と全道より高くなっています。

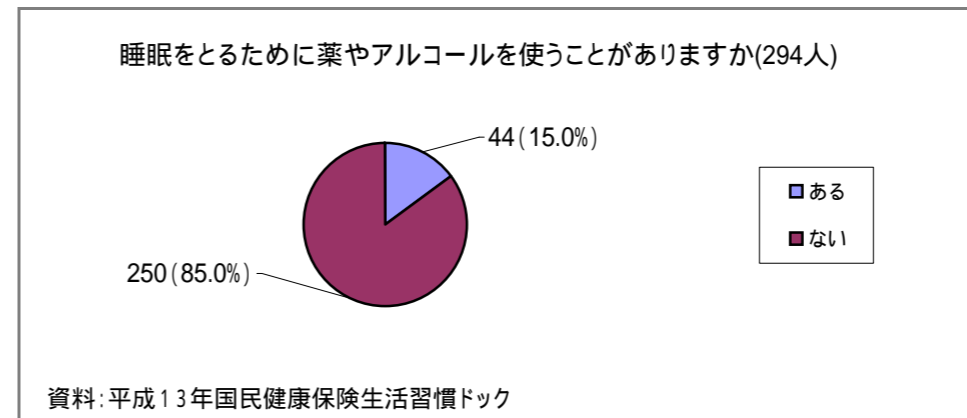


(2) 睡眠・休養について

「睡眠による休養が足りない・やや不足している人」は16.4%(全道19.4%)と、全道より低くなっています。



「睡眠をとるために薬やアルコールを使っている人」は15.0%(全道19.1%)と全道より低くなっています。



(趣味を楽しむ集いの様子)

(3) 環境整備の状況

精神保健ボランティア活動人員(地域において精神障害者を支援する住民ボランティア)は28人となっています。

スクールカウンセラーを配置している学校は全中学校(4校)となっています。