

自己肯定感アンケート（市内在住者）

アンケート結果による自己肯定感の高さ集計

（指標）

点数 40 点以下：自己肯定感が非常に高い傾向

点数 41～60 点：自己肯定感が高い傾向

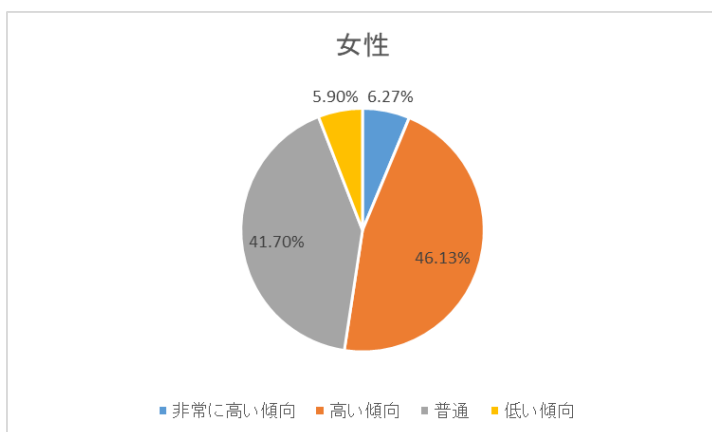
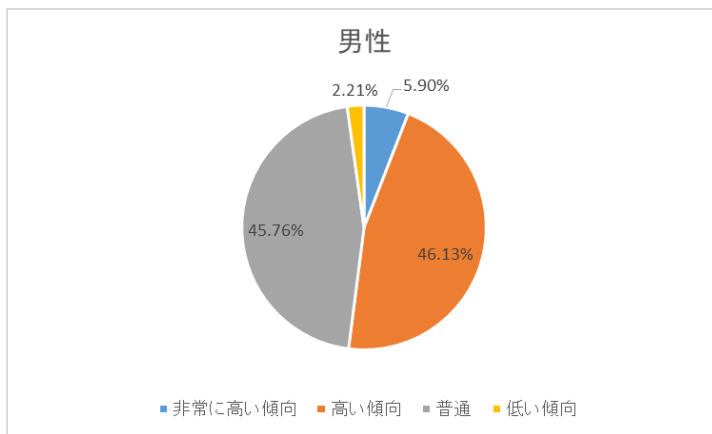
点数 61～80 点：自己肯定感の高さは普通

点数 81 点以上：自己肯定感が低い傾向

（市内在住者データ集計） 男性：271、女性：271、答えたくない：10

	非常に高い傾向	高い傾向	普通	低い傾向
男性	5.90%	46.13%	45.76%	2.21%
女性	6.27%	46.13%	41.70%	5.90%
答えたくない	0%	40%	50%	10%

自己肯定感が低い傾向の女性は 5.90%であり、男性の 2.21%と比べて約 2.6 倍となっている。

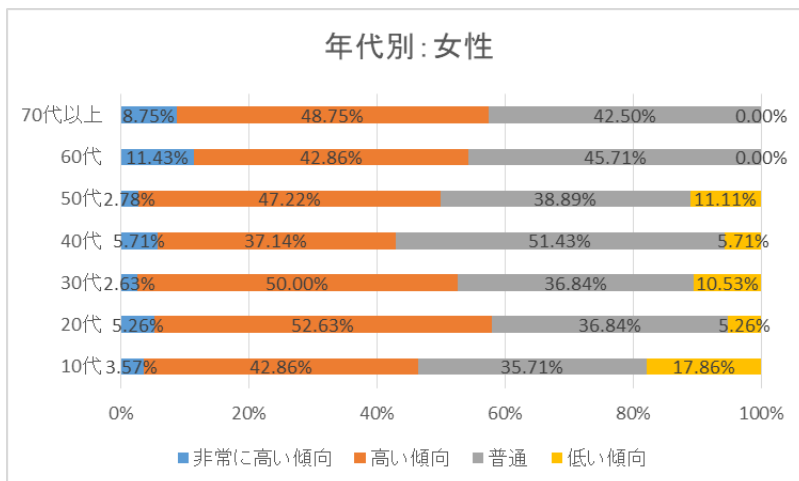
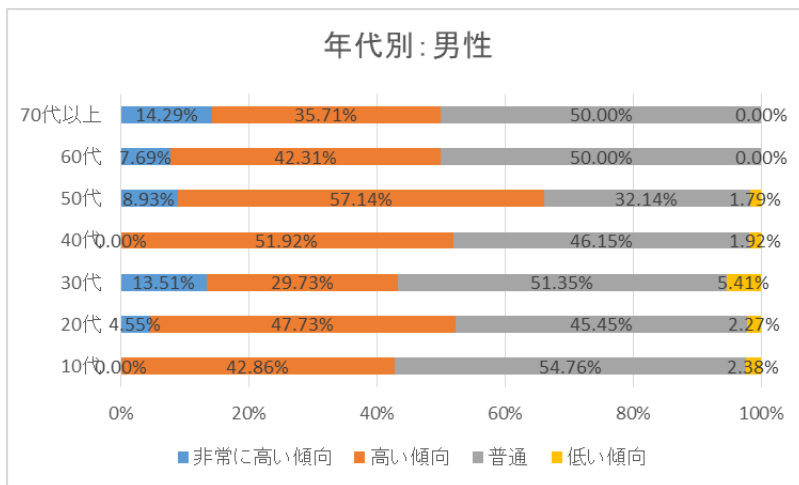


男性

	非常に高い傾向	高い傾向	普通	低い傾向
10代	0.00%	42.86%	54.76%	2.38%
20代	4.55%	47.73%	45.45%	2.27%
30代	13.51%	29.73%	51.35%	5.41%
40代	0.00%	51.92%	46.15%	1.92%
50代	8.93%	57.14%	32.14%	1.79%
60代	7.69%	42.31%	50.00%	0.00%
70代以上	14.29%	35.71%	50.00%	0.00%

女性

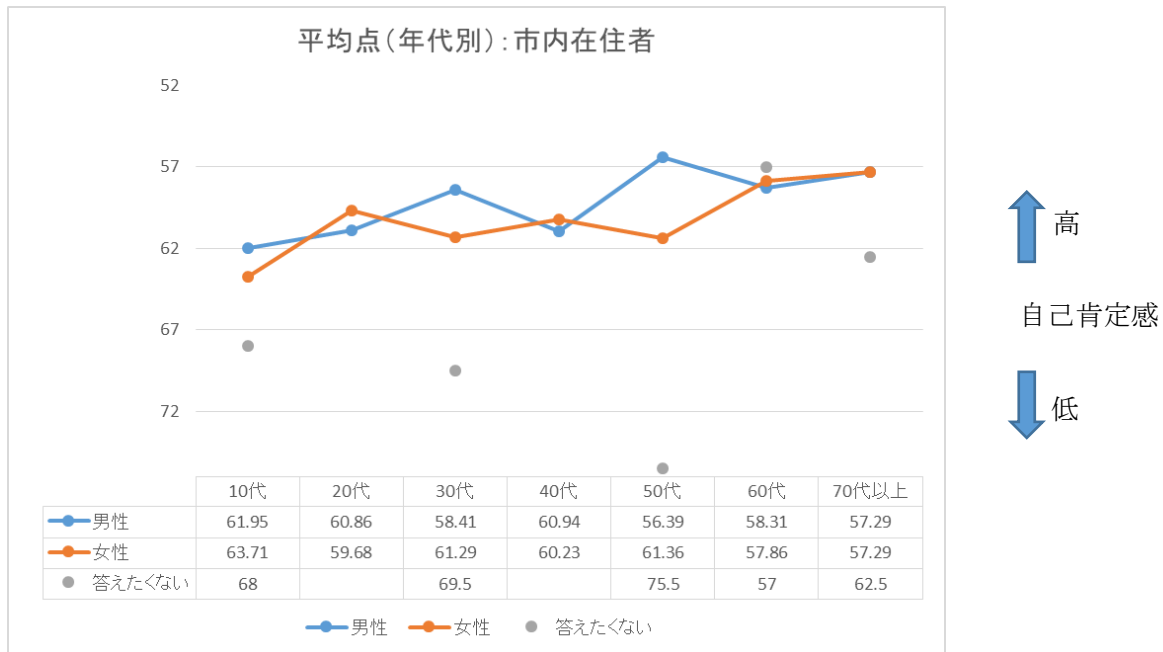
	非常に高い傾向	高い傾向	普通	低い傾向
10代	3.57%	42.86%	35.71%	17.86%
20代	5.26%	52.63%	36.84%	5.26%
30代	2.63%	50.00%	36.84%	10.53%
40代	5.71%	37.14%	51.43%	5.71%
50代	2.78%	47.22%	38.89%	11.11%
60代	11.43%	42.86%	45.71%	0.00%
70代以上	8.75%	48.75%	42.50%	0.00%



年代別にみる自己肯定感の変化（年代別平均点）

アンケート調査で得られた自己肯定感の高さの指標の平均点を性別、年代別に集計し比較する。

（市内在住者データ集計） 男性：271、女性：271、答えたくない 10



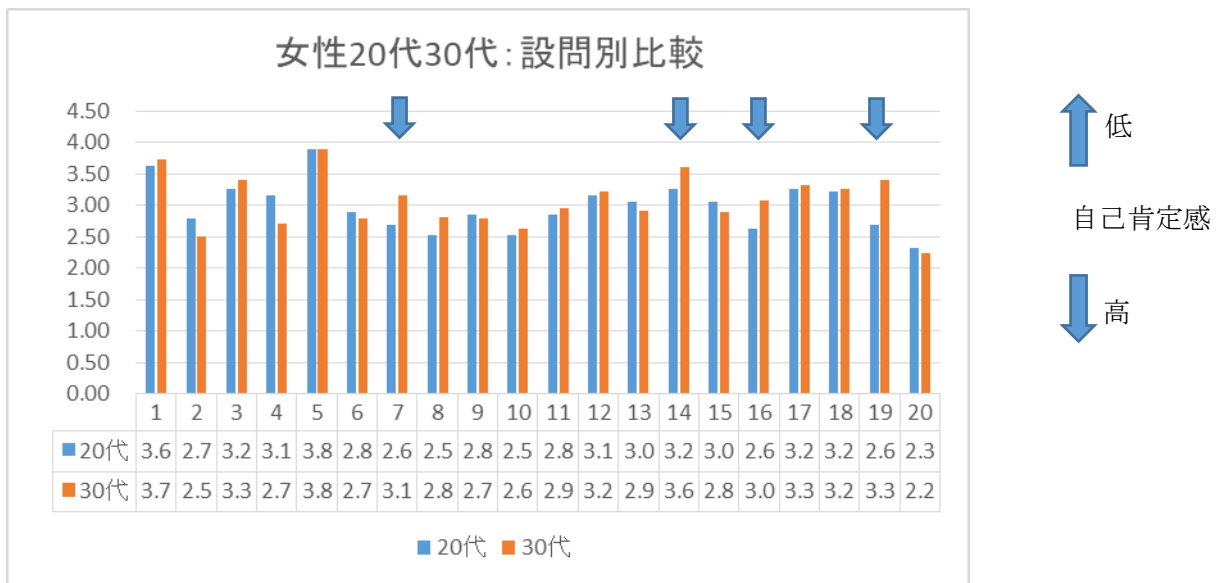
【調査結果】

- ・10代は男女とも自己肯定感が低い傾向にあり、男女共に年齢が高くなるにつれて自己肯定感が高くなる。
- ・男性は40代で自己肯定感に変化（低くなる傾向）が見られる。
- ・女性は30代で変化（低くなる傾向）が見られ、50代まで自己肯定感が横ばいの状況が継続する。
- ・30代、50代で男女の自己肯定感に差が見られる。
- ・60代以上では男女とも同じ割合。

市内在住者データ内比較

女性 20代 30代：設問別比較

女性の 20代と 30代で自己肯定感が変化する（低くなる）傾向があり、設問ごとに平均値を算出し、20代と 30代で比較。どの設問で差が見られるのかを調べる。



【調査結果】

差（0.4P 以上）が見られる設問→設問 7・14・16・19

（設問 7）十分に頑張った時のことよりも、頑張れなかった時のことをよく覚えている
→設問別比較では 0.5P 差。

（参考）

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
20代	15.79%	36.84%	15.79%	26.32%	5.26%
30代	10.53%	18.42%	31.58%	23.68%	15.79%

（設問 14）普段は上手くいっていても、何か新しい仕事や任務を任せられたら失敗するんじゃないかと不安になる

→設問別比較では 0.4P 差。

（参考）

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
20代	5.26%	5.26%	52.63%	31.58%	5.26%
30代	2.63%	13.16%	28.95%	31.58%	23.68%

（設問 16）結果を出してもものすごく褒められたとしても、自分がすごいことをしたとはなかなか思えない

→設問別比較では 0.4P の差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
20代	15.79%	31.58%	31.58%	15.79%	5.26%
30代	10.53%	21.05%	26.32%	34.21%	7.89%

(設問 19) 昇進や表彰の話があっても、それが確定するまで人に言いたくない

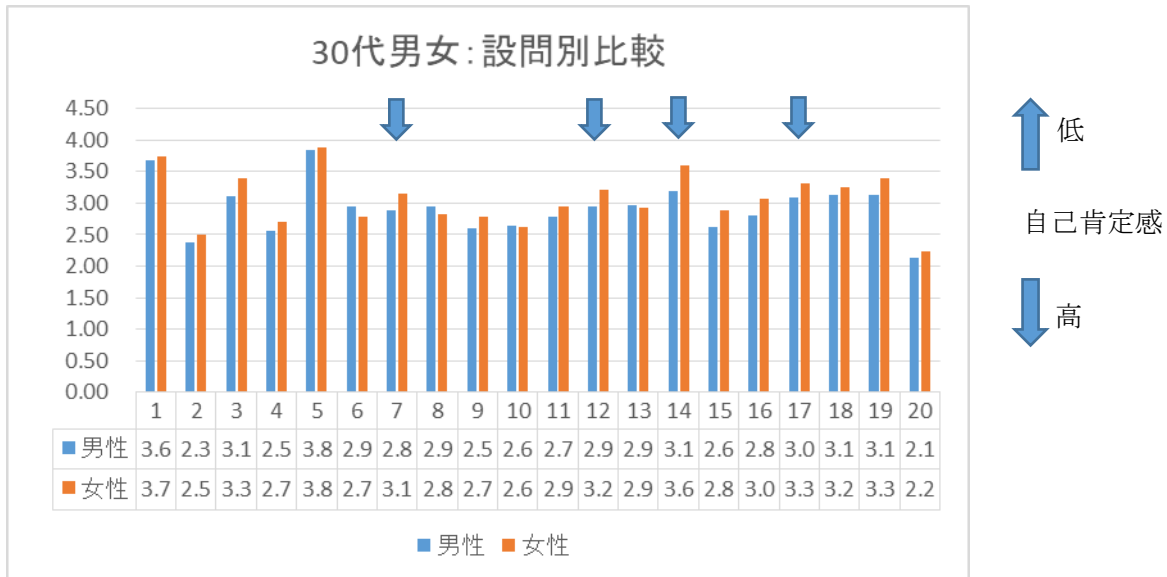
→設問別比較では 0.7P の差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
20代	10.53%	36.84%	31.58%	15.79%	5.26%
30代	5.26%	21.05%	21.05%	34.21%	18.42%

30代の男女：設問別比較

30代の男女で、男女比が見られることから、設問別に比較。どの設問で差が見られるのかを調べる。



【調査結果】

差 (0.3P 以上) が見られる設問→設問 7・12・14・17

(設問 7) 十分に頑張った時のことよりも、頑張れなかった時のことをよく覚えている

→設問別比較では 0.3P 差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	16.22%	21.62%	24.32%	32.43%	5.41%
女性	10.53%	18.42%	31.58%	23.68%	15.79%

(設問 12) 今の自分の状態には不安だし、もっともっと成果を出さないといけないと思う

→設問別比較では 0.3P の差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	10.81%	24.32%	29.73%	29.73%	5.41%
女性	10.53%	18.42%	26.32%	28.95%	15.79%

(設問 14) 普段は上手くいっていても、何か新しい仕事や任務を任せられたら失敗するんじゃないかと不安になる

→設問別比較では 0.5P 差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	5.41%	24.32%	24.32%	37.84%	8.11%
女性	2.63%	13.16%	28.95%	31.58%	23.68%

(設問 17) 人と比べて自分が劣っているように思う

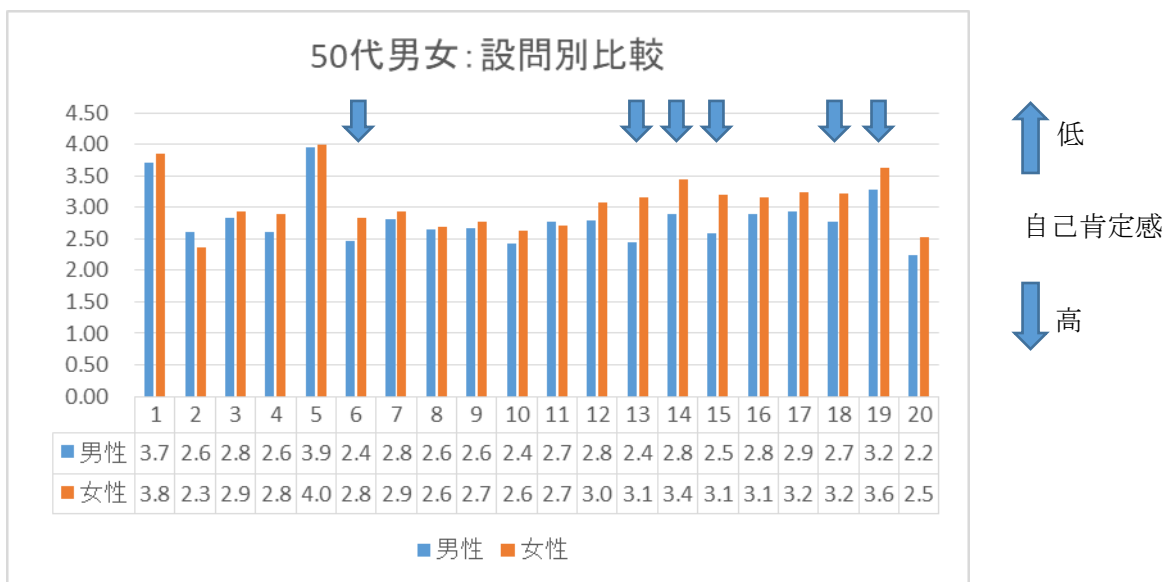
→設問別比較では 0.3P の差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	13.51%	16.22%	27.03%	35.14%	8.11%
女性	10.53%	18.42%	23.68%	23.68%	23.68%

50代の男女：設問別比較

50代の男女で、男女比が見られることから、設問別に比較。どの設問で差が見られるのかを調べる。



【調査結果】

差 (0.4P 以上) が見られる設問→設問 6・13・14・15・18・19

(設問 6) 自分の大切な人たちから、能力のないことを見抜かれているんじゃないかと不安になる

→設問別比較では 0.4P の差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	17.86%	35.71%	30.36%	14.29%	1.79%
女性	16.67%	30.56%	19.44%	19.44%	13.89%

(設問 13) 自分の知識や能力が足りてないことがバレるんじゃないかと時々不安になる
→設問別比較では 0.7P の差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	19.64%	37.50%	23.21%	17.86%	1.79%
女性	8.33%	25.00%	25.00%	25.00%	16.67%

(設問 14) 普段は上手くいっていても、何か新しい仕事や任務を任せられたら失敗するんじゃないかと不安になる
→設問別比較では 0.6P の差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	12.50%	23.21%	32.14%	26.79%	5.36%
女性	2.78%	27.78%	13.89%	33.33%	22.22%

(設問 15) なにか上手くいって褒められても、再度同じことができるかは自信がない
→設問別比較では 0.6P 差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	14.29%	39.29%	25.00%	16.07%	5.36%
女性	5.56%	33.33%	16.67%	25.00%	19.44%

(設問 18) 周囲から期待されてもそれに応えられないんじゃないかと不安になる
→設問別比較では 0.5P の差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	8.93%	39.29%	23.21%	23.21%	5.36%
女性	5.56%	30.56%	19.44%	25.00%	19.44%

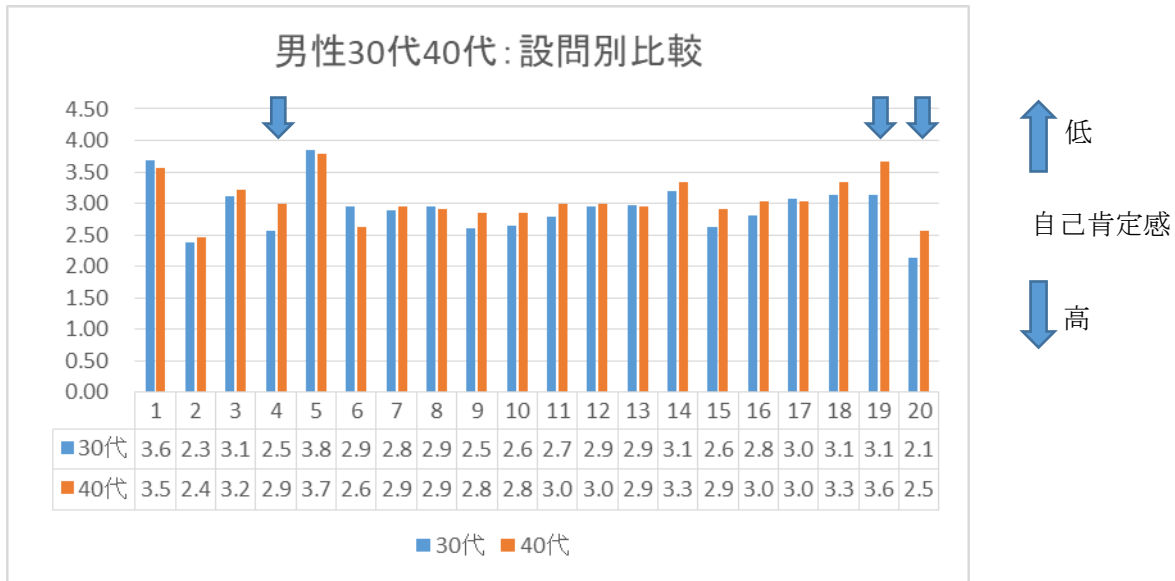
(設問 19) 昇進や表彰の話があっても、それが確定するまで人に言いたくない
→設問別比較では 0.4P 差。

(参考)

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
男性	8.93%	14.29%	26.79%	39.29%	10.71%
女性	0.00%	19.44%	13.89%	50.00%	16.67%

男性 30代 40代：設問別比較

男性の40代で自己肯定感が変化する（低くなる）傾向があり、設問ごとに平均値を算出し、30代と40代で比較。どの設問で差が見られるのかを調べる。



【調査結果】

差（0.4P以上）が見られる設問→設問 4・19・20

（設問 4）褒められたり評価されると「期待に答え続けられないんじゃないか」と不安になってしまう
→設問別比較では 0.4P 差。

（参考）

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
30代	27.03%	16.22%	29.73%	27.03%	0.00%
40代	11.54%	23.08%	23.08%	40.38%	1.92%

（設問 19）昇進や表彰の話があっても、それが確定するまで人に言いたくない
→設問別比較では 0.5P 差。

（参考）

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
30代	16.22%	10.81%	29.73%	29.73%	13.51%
40代	3.85%	7.69%	30.77%	34.62%	23.08%

（設問 20）ベストコンディションに近い状態でなかった時は、結果的に上手くいったとしても落ち込んでしまう

→設問別比較では 0.4P 差。

（参考）

	当てはまらない	あまり当てはまらない	どちらでもない	当てはまる	とても当てはまる
30代	32.43%	35.14%	18.92%	13.51%	0.00%
40代	19.23%	30.77%	30.77%	13.46%	5.77%