

# 県民の孤独・孤立の現状と課題

---

# 県民の孤独・孤立実態調査

## 1 調査の目的

富山県における孤独・孤立の実態を把握し、関連行政諸施策の基礎資料を得ることを目的として実施。

## 2 調査の実施概要

- (1) 調査の名称: 人々のつながりに関する基礎調査
- (2) 調査の対象: 富山県に居住する16歳以上の個人 2,000人
- (3) 調査の方法: Webモニター調査
- (4) 調査期間: 令和5年10月12日(木)～令和5年10月22日(日)

## 3 調査事項

- (1) 孤独に関する事項  
孤独感(UCLA孤独感尺度・直接質問)、継続期間、これまでに経験・孤独感に強く影響を与えたライフイベント(家族との離別・死別、人間関係の重大なトラブル等)
- (2) 孤立に関する事項  
外出頻度、外出目的、行動範囲、社会的交流(家族・友人とのコミュニケーション手段や頻度)、活動への参加状況
- (3) その他関連事項  
コミュニケーションツールの利用状況、困った時に頼れる人、不安や悩みの相談相手の有無、不安や悩みを相談する際の感情、日常生活における悩みの状況、まわりの人 への手助け、心身の健康状態、生活満足度、コロナ禍におけるコミュニケーションの変化・生活の変化、孤独・孤立解消のきっかけ
- (4) 属性事項  
年齢、性別、市町村、婚姻状況、世帯状況、同居人の有無・数、学歴、就業状態、居住形態、世帯の年間収入、経済的な暮らし向き

# 「孤独と孤立」

---

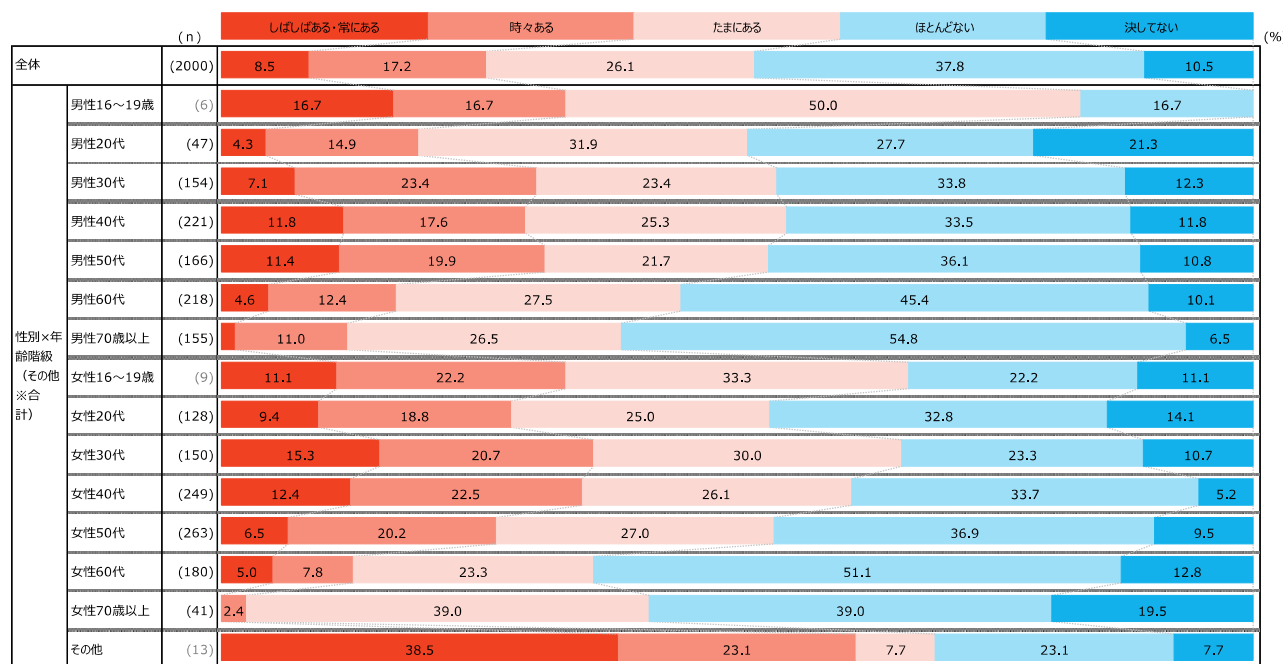
(国の「孤独・孤立対策の重点計画」より)

一般に、「孤独」は主観的概念であり、ひとりぼっちと感じる精神的な状態を指し、寂しいことという感情を含めて用いられることがある。他方、「孤立」は客観的概念であり、社会とのつながりや助けのない又は少ない状態を指す。

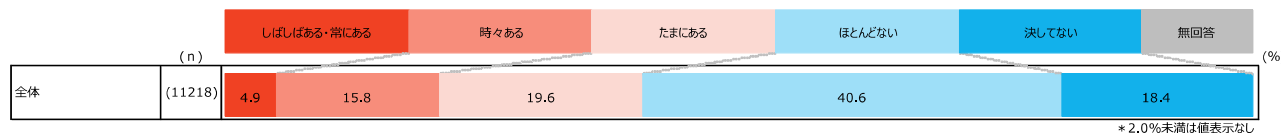
■ 孤独の状況（孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合）・性年代別

- 直接質問を性年代別の割合で見ると、**男性では40代最も高く11.8%、女性では30代が最も高く15.3%**
- 男性では40・50代、女性では30・40代をピークに**年齢が上がるにつれて孤独感が低くなる**傾向がうかがえる。

孤独感(直接質問)【性年代別】

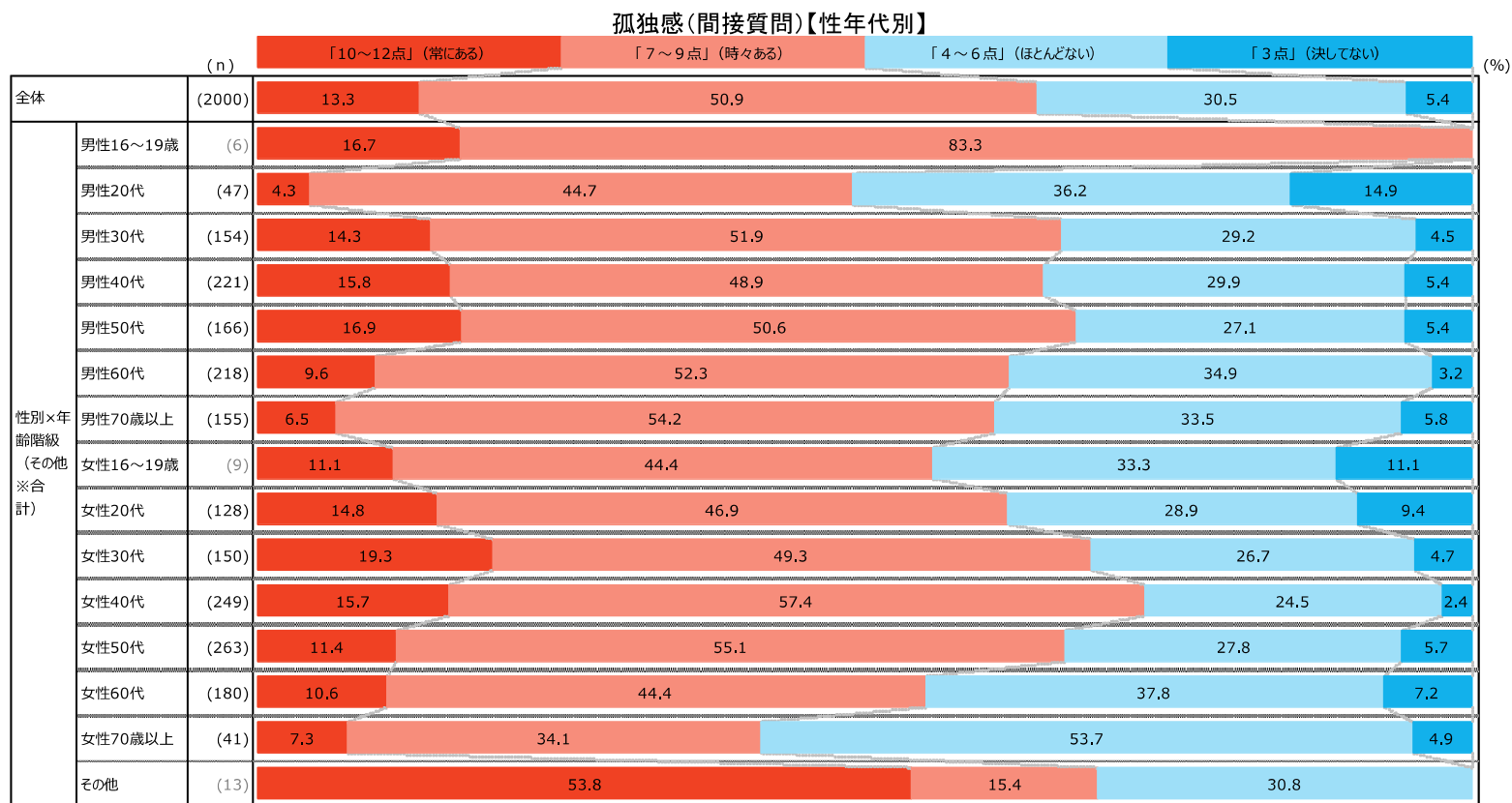


(参考)【R4全国調査】



■ 孤独の状況（合計スコアが「10～12点」の人の割合）・性年代別

- 間接質問を性年代別の割合で見ると、**男性では50歳代(16.9%)、女性では30歳代(19.3%)**が最も高い。  
男性は30～50歳代、女性は20～40歳代の年代で孤独感が高い傾向。



\* 2.0%未満は値表示なし

【調査結果概要⑤】

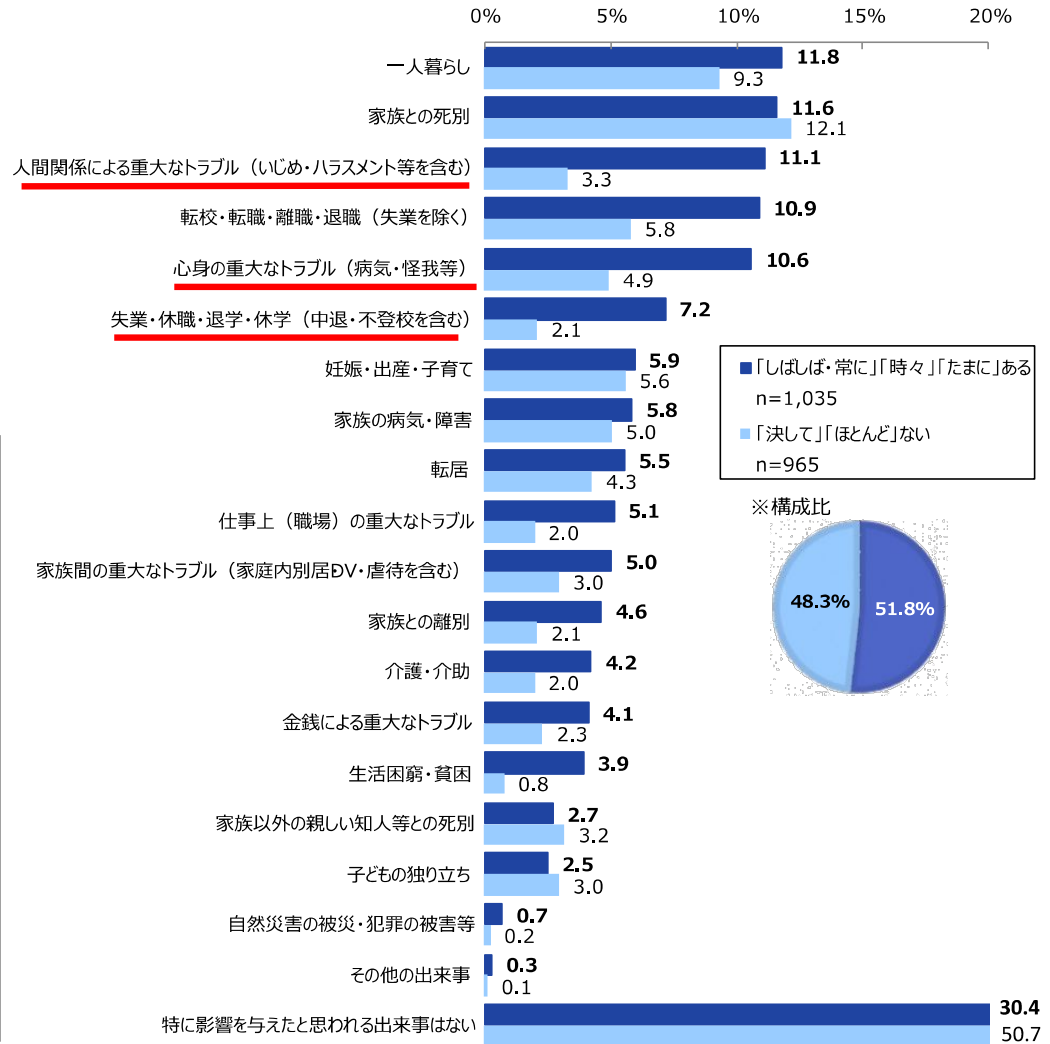
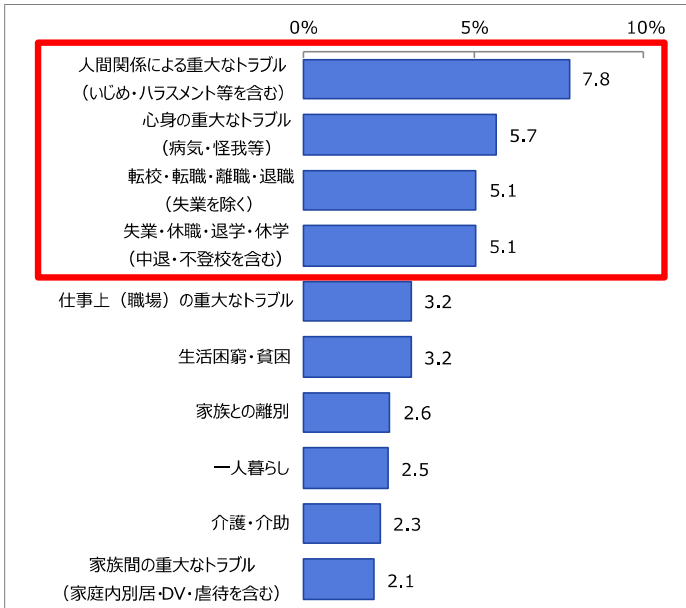
県民の孤独・孤立実態調査

■ 現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事（複数回答）

- 孤独感が「しばしば・常に」「時々」「たまに」と回答した人では、「一人暮らし」11.8%、「家族との死別」11.6%、「人間関係の重大なトラブル（いじめ・ハラスメント等を含む）」11.1%などが高い。



- 孤独感が「決してない」「ほとんどない」人の割合と上記の人の割合を比較すると差が最も大きい出来事は、「人間関係の重大なトラブル」7.8ポイント、「心身の重大なトラブル」5.7ポイント、「転校・転職・離職・退職」、「失業・休職・離職・退職」が5.1ポイント（上位10）



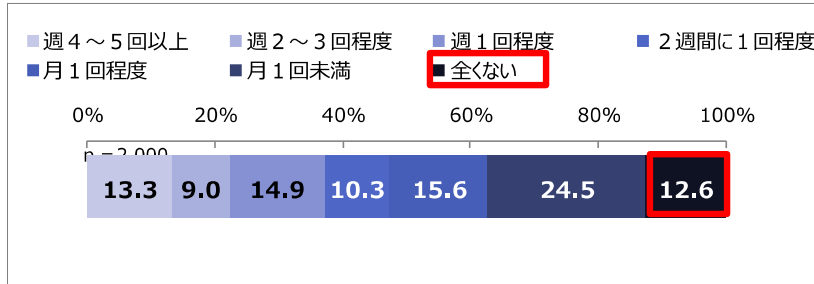
### ■ 孤立の把握方法・状況

- 孤立については、国内の先行研究などを参考に①家族・友人等とのコミュニケーション頻度(社会的交流)、②社会活動への参加状況(社会参加)、③行政機関・NPO等からの支援の状況(社会的サポート(他者からの支援))、④他者へのサポート意識(社会的サポート(他者への手助け))の状況から把握

#### ①家族・友人等とのコミュニケーション頻度(社会的交流)

同居していない家族や友人たちと直接会って話すことが全くない人の割合が12.6%。

同居していない家族や友人たちと直接会って話す機会別にみると、会う機会が少なくなるほど、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が高くなっている。



		(n)	しばしばある・常にある	時々ある	たまにある	ほとんどない	決していない	(%)
全体		(2000)	8.5	17.2	26.1	37.8	10.5	
同居していない家族や友人たちと直接会って話す機会	週4～5回以上	(265)	7.9	15.5	20.0	42.3	14.3	
	週2～3回程度	(180)	2.8	17.8	27.2	41.1	11.1	
	週1回程度	(297)	4.7	15.2	27.9	40.1	12.1	
	2週間に1回程度	(205)	6.8	17.1	25.9	39.0	11.2	
	月1回程度	(311)	5.8	19.6	24.4	40.2	10.0	
	月1回未満	(490)	10.8	15.9	31.4	32.9	9.0	
	全くない	(252)	17.5	20.6	21.4	33.3	7.1	

\* 2.0%未満は値表示なし

【同居していない家族や友人たちと直接会って話す機会別直接孤独感】

■ 孤立の把握方法・状況

- 孤立については、国内の先行研究などを参考に①家族・友人等とのコミュニケーション頻度(社会的交流)、②社会活動への参加状況(社会参加)、③行政機関・NPO等からの支援の状況(社会的サポート(他者からの支援))、④他者へのサポート意識(社会的サポート(他者への手助け))の状況から把握

③行政機関・NPO等からの支援の状況(社会的サポート(他者からの支援))

不安や悩みについて行政機関等から支援を受けていない人の割合が90.2%。なお、支援を受けている人の割合は4.7%となっている。



直接孤独感別にみると、支援を受けている人の割合は、「ほとんどない」を除き孤独感が高まるほど低くなっている。

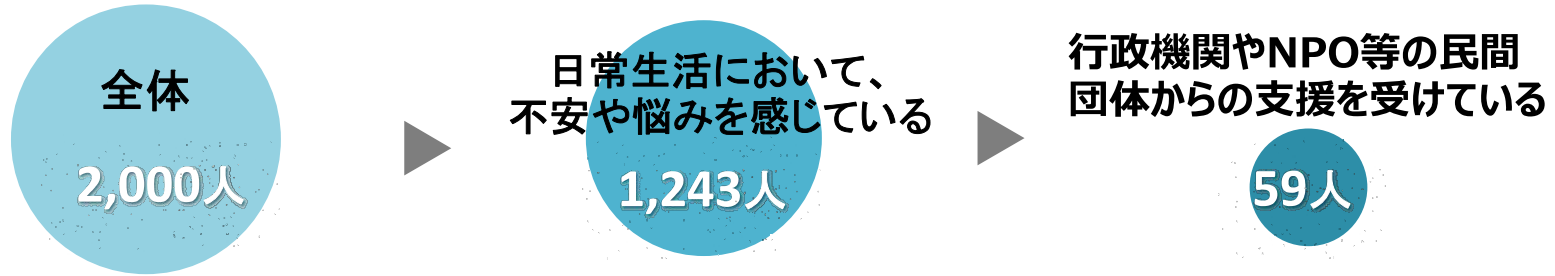
【直接孤独感別行政機関・NPO等からの支援の状況】

		(n)	受けている (%)	受けていない (%)	わからない (%)
全体		(1243)	4.7	90.2	5.1
直接孤独感	決してない	(96)	9.4	87.5	3.1
	ほとんどない	(364)	4.1	91.5	4.4
	たまにある	(374)	5.9	89.0	5.1
	時々ある	(272)	3.7	90.4	5.9
	しばしばある・常にある	(137)	2.2	91.2	6.6

\* 2.0%未満は値表示なし

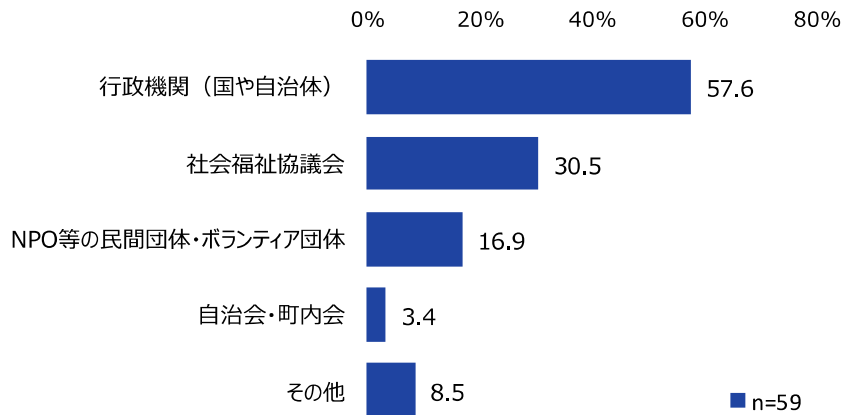


■ 行政機関やNPO等の民間団体からの支援の状況



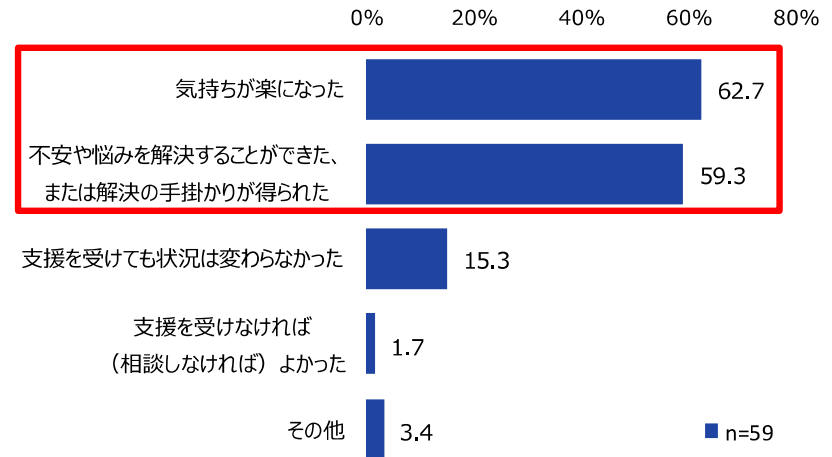
①どこから支援を受けているか(複数回答)

- 支援を受けている団体は、行政機関(国や自治体)が57.6%、社会福祉協議会が30.5%



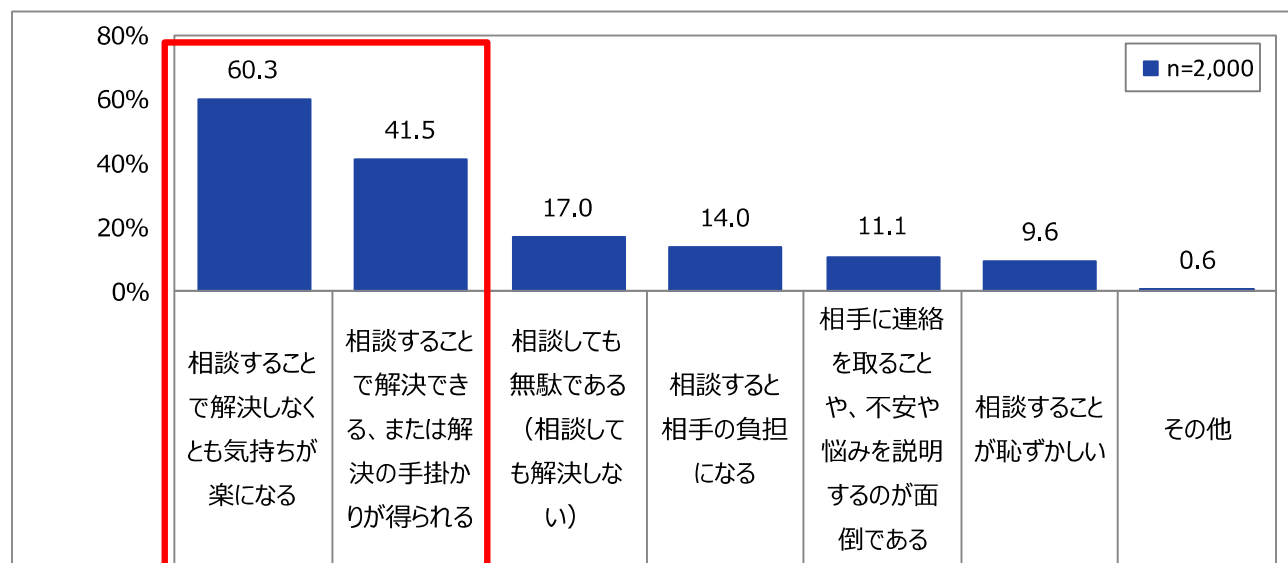
②支援を受けた結果どう感じたか(複数回答)

- 支援を受けた結果、「気持ちが楽になった」が62.7%、「不安や悩みを解決することができた、または解決の手掛かりが得られた」が59.3%



■ 不安や悩みを誰かに相談すること（複数回答）

- 不安や悩みを誰かに相談することについて、「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる」が60.3%、「相談することで解決できる、または解決の手掛かりが得られる」が41.5%などが高い。
- 直接孤独感別の割合で見ると、「孤独感が「しばしば・常に」「時々」「たまに」ある人は、「相談しても無駄である（相談しても解決しない）」などの割合が、孤独感が「決して」「ほとんどない」人より高い



直接質問	孤独感	人数	相談しなくとも気持ちが楽になる (%)	相談することで解決できる、または解決の手掛かりが得られる (%)	相談しても無駄である（相談しても解決しない） (%)	相談すると相手の負担になる (%)	相手に連絡を取ることや、不安や悩みを説明するのが面倒である (%)	相談することが恥ずかしい (%)	その他 (%)
直接質問	「決して」「ほとんど」ない	965	63.8	48.9	10.9	9.6	8.4	6.3	0.5
	「しばしば・常に」「時々」「たまに」ある	1,035	56.9	34.6	22.7	18.0	13.5	12.6	0.6

# 孤独・孤立対策（人とのつながり）に資する活動についての調査の実施

---

## 【調査の実施概要】

### 1 調査の対象

県内NPO法人、社会福祉法人、こども食堂、地域包括支援センター等約700団体のうち、193団体から回答

### 2 調査の方法

Webまたは紙調査票での回答

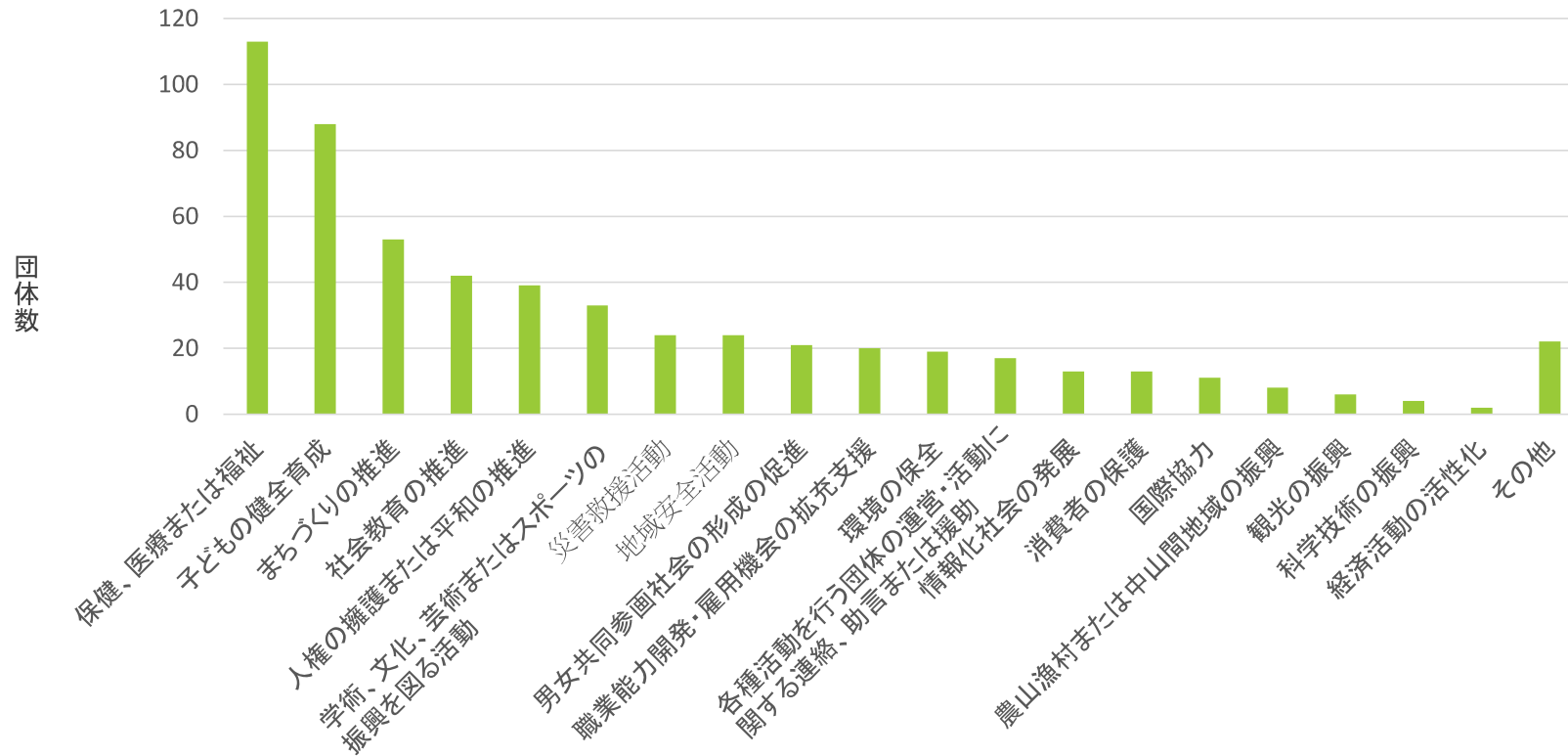
### 3 調査期間

令和5年11月30日（木）～令和5年12月22日（金）

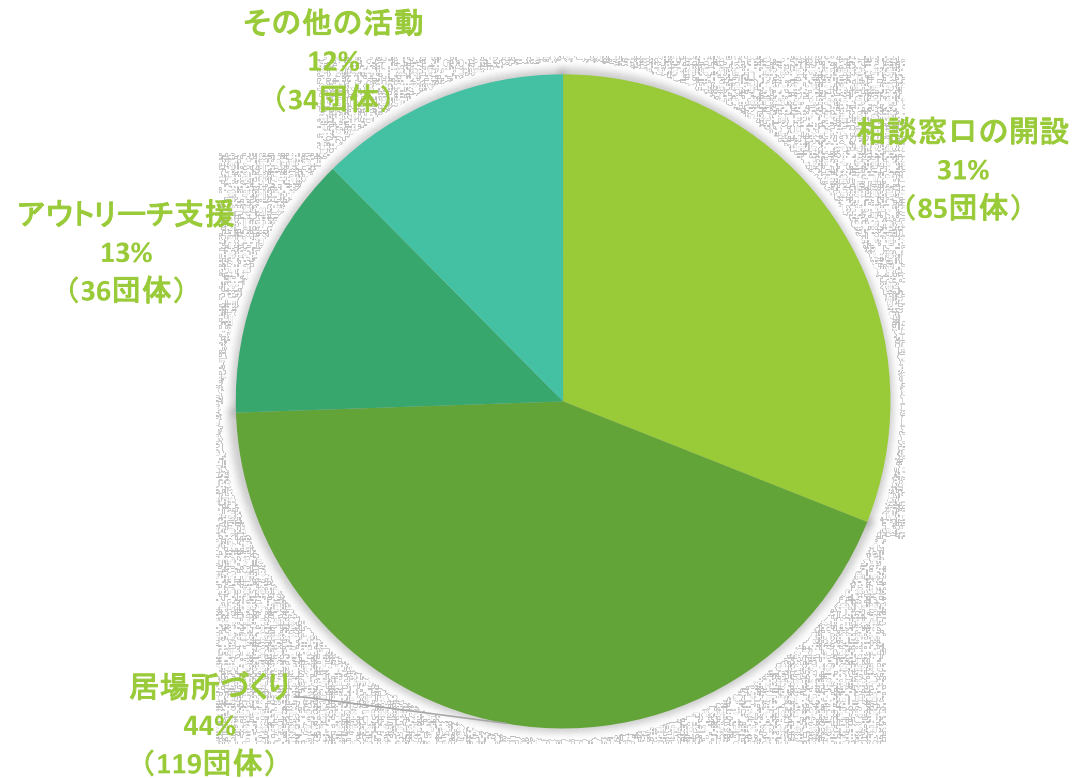
# 孤独・孤立対策(人とのつながり)に資する活動についての調査結果

県内NPO法人、社会福祉法人、こども食堂、地域包括支援センター等約700団体のうち、193団体から回答

## 孤独・孤立対策(人とのつながり)に資する活動の種別



## 孤独・孤立対策(人とのつながり)に資する活動の内容



## 孤独・孤立にかかる活動の中で孤独・孤立にかかる問題に取り組む必要性を感じた場面

### 【障害者】

- ・障害等により他人と関わるのが苦手としている方々に対する積極的な支援が必要
- ・就労能力はあるにも関わらず、障害の影響等により仕事が継続できないことによる孤独・孤立化が見られる

### 【高齢者】

- ・情報化の急進展に取り残され、孤立化している高齢者が多い
- ・同居家族が減ったため高齢者の一人暮らしが増えた事による孤独・孤立化

### 【こども】

- ・核家族が増え、地域の交流機会が減り、ちょっとした不安や悩みを相談する人がいなくて孤立してしまう親や子どもが増えている。
- ・子供の不登校が増加しており、居場所づくりが必要。
- ・不登校のケースでは、親も子のひきこもりを他人に言えず相談出来ず、孤独・孤立化してしまう。

### 【その他】

- ・DVや犯罪被害、暴力被害等の場合、加害者から人とつながることを制限されたり、加害者と離れるために、なじみのない場所に移ったりすることで孤立してしまう。
- ・コロナ禍以降、コミュニケーション能力の低下、地域でのつながりの希薄化等が急加速し、助け合いという視点が薄まっている。
- ・外国人の方は、周囲にサポートをしてくれる人の存在がなく孤立して生活している事例が多い。