

人々のつながりに関する基礎調査（令和４年） 調査結果の概要

令和５年３月

内閣官房孤独・孤立対策担当室

目 次

目 次	1
利用上の注意	1
第1 調査の概要	2
第2 結果の概要	5
1 孤独の状況	5
2 孤立の状況	43
3 新型コロナウイルス感染拡大の影響	63
第3 単純集計結果付き調査票	70

利用上の注意

- ・本書は令和4年に実施した「人々のつながりに関する基礎調査」の調査結果の概要を取りまとめたものです。
- ・この「調査結果の概要」も含め、集計した結果は政府統計に関する総合窓口（ポータルサイト）である「e-Stat」(<https://www.e-stat.go.jp/>)に掲載しますので、御参照ください。
- ・本文、表、グラフなどに使われている（n）は、各質問に対する回答者数です。回答不詳等がある場合、全体の数とは一致しません。
- ・結果は、百分率で表示し、小数点以下第2位を四捨五入しています。四捨五入の結果、個々の割合の合計と全体またはカテゴリーを小計した数値が一致しないことがあります。なお、回答者を絞った質問では、質問該当者を100%とすることを原則としました。
- ・複数回答（2つ以上選んでよい質問）においては、合計が100%を超える場合があります。
- ・本文、表、グラフは、表示の都合上、調査票の選択肢等の文言を一部簡略化している場合があります。
- ・令和3年調査結果との比較においては、比率の差の検定を行い、統計学的に有意差（信頼度95%）が認められる場合にのみ、縮小や拡大等の記載を行っています。
- ・本書に掲載されたデータを引用・転載する場合には、出典の表記をお願いいたします。
（例：出典：「令和4年人々のつながりに関する基礎調査結果」（内閣官房））

第 1 調査の概要

1 調査の目的

我が国における孤独・孤立の実態を把握し、各府省における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（調査は統計法（平成19年法律第53号）に基づく一般統計調査として実施）

2 調査の対象等

- (1) 調査の対象：全国の満16歳以上の個人
- (2) 調査対象者数：20,000人（住民基本台帳を母集団とした無作為抽出法により選定）

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）、孤独感の継続期間、これまでに経験したライフイベント（孤独感に強く影響を与えたと思われる出来事）
- (2) 孤立に関する事項
家族や友人たちとのコミュニケーション手段や頻度、社会活動への参加状況、行政機関・NPO等からの支援の状況、他者へのサポート意識
- (3) その他関連事項
外出頻度、外出目的、行動範囲、日常生活における不安や悩みの有無・内容、不安や悩みの相談相手の有無・相談相手、不安や悩みを相談することへの感情、心身の健康状態、現在の生活の満足度、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
- (4) 属性事項
年齢、性別、配偶者の有無、世帯構成、居住人数、教育（最終学歴）・就業状態（現在の仕事）、居住形態（住宅の種類）、世帯の年間収入、経済的な暮らし向き

4 調査の方法等

- (1) 調査期日
令和4年12月1日
- (2) 調査の流れ
内閣官房→ 調査実施事務局（株式会社サーベイリサーチセンター）→ 調査対象者
- (3) 調査の方法
 - ①令和4年11月下旬に調査実施事務局から調査対象者あてに調査書類を郵送
 - ②調査対象者は「オンラインにより回答」又は「調査票に回答を記入の上、郵送により回答」のいずれかの方法を選択し、令和5年1月18日までに回答

5 有効回答率

この調査における回収数は11,219件（白紙回答を除く）で、上記3(1)から(3)のいずれかに回答がある調査票を有効回答として取り扱い、有効回答率は56.1%（調査書類送付数：20,000件、有効回答者数11,218人）であった。回答方法別では郵送による回答が76.4%、オンラインによる回答が23.6%であった。

6 孤独・孤立の実態把握に関する研究会の設置

調査の実施に当たり、調査方法、調査事項等、調査の詳細について検討することを目的として、調査実施事務局（株式会社サーベイリサーチセンター）において「孤独・孤立の実態把握に関する研究会」を設置し、所要の検討を行った。

孤独・孤立の実態把握に関する研究会

(1) 構成員名簿（五十音順、敬称略 ◎は座長）

所 属	氏 名
早稲田大学文学学術院文化構想学部 教授	◎石田 光規
奈良女子大学研究院生活環境科学系 教授	伊藤 美奈子
NPO法人あなたのいばしょ 理事長	大空 幸星
日本福祉大学社会福祉学部 教授	斉藤 雅茂
立正大学データサイエンス学部 教授	高部 勲
北海道大学大学院保健科学研究院創成看護学分野 教授	田高 悦子
認定NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ 理事長	湯浅 誠
大阪公立大学大学院看護学研究科 教授	横山 美江

※オブザーバーとして内閣官房孤独・孤立対策担当室、関係府省、三重県名張市が参加

(2) 開催内容

開催回	開催年月日	開催形式	議 事
第1回	令和4年 6月23日	オンライン	(1)今年度のスケジュール等について (2)前年調査の振り返りについて (3)今年度の調査内容について
第2回	令和4年 7月12日	オンライン	(1)令和4年全国調査の調査計画（案）について
第3回	令和4年 9月13日	オンライン	(1)令和4年全国調査の準備状況について （報告） (2)孤立の集計・分析について (3)令和4年調査の集計内容について
第4回	令和4年 10月20日	オンライン	(1)孤立の集計・分析について (2)令和4年調査の集計内容について
第5回	令和4年 12月23日	書面開催	(1)令和4年全国調査の実施状況報告 (2)調査結果の概要具体案について
第6回	令和5年 2月6日	対面開催	(1)令和4年調査結果の概要案（中間データ集計）について (2)孤立に関する複合指標について (3)有効票の取り扱いについて
第7回	令和5年 3月6日	オンライン	(1)令和4年調査結果の取りまとめについて

7 集計対象数

この調査における集計対象数は、次のとおりであった。

◇性 別

(上段：人数／下段：%)

全 体	男 性	女 性	い い ・ え な い ・ ど ち ら も い え な い ・ わ か ら な い ・ 答 え た く な い	無 回 答
11,218	5,179	5,936	71	32
100.0	46.2	52.9	0.6	0.3

※「その他（どちらともいえない・わからない・答えたくない）」は、男性・女性と比較して回答者が少なく、偏りが生じるため、本書内の性別の集計からは除外している。

◇年 齢

(上段：人数／下段：%)

全 体	16 ～ 19 歳	20 ～ 29 歳	30 ～ 39 歳	40 ～ 49 歳	50 ～ 59 歳	60 ～ 69 歳	70 ～ 79 歳	80 歳 以上	(再 掲) 20 ～ 64 歳	(再 掲) 65 ～ 74 歳	(再 掲) 75 歳 以上
11,218	324	890	1,233	1,732	1,905	1,914	2,110	1,110	6,683	2,199	2,012
100.0	2.9	7.9	11.0	15.4	17.0	17.1	18.8	9.9	59.6	19.6	17.9

◇性別・年齢階級別

(上段：人数／下段：%)

全 体	男 性 全 体	男 性								女 性 全 体	女 性								そ の 他 、 無 回 答
		16 ～ 19 歳	20 ～ 29 歳	30 ～ 39 歳	40 ～ 49 歳	50 ～ 59 歳	60 ～ 69 歳	70 ～ 79 歳	80 歳 以上		16 ～ 19 歳	20 ～ 29 歳	30 ～ 39 歳	40 ～ 49 歳	50 ～ 59 歳	60 ～ 69 歳	70 ～ 79 歳	80 歳 以上	
11,218	5,179	160	387	548	762	913	929	997	483	5,936	158	493	662	950	974	980	1,097	622	103
100.0	46.2	1.4	3.4	4.9	6.8	8.1	8.3	8.9	4.3	52.9	1.4	4.4	5.9	8.5	8.7	8.7	9.8	5.5	0.9

第2 結果の概要

1 孤独の状況

(1) 本調査における孤独感の把握方法

孤独という主観的な感情をよりの確に把握するため、この調査では、以下の2種類の質問により孤独感を把握した。

①直接質問

以下のとおり「孤独」について、直接的に質問する内容となっている。

あなたはどの程度、孤独であると感じることがありますか。

- | | |
|----------|---------------|
| 1 決してない | 4 時々ある |
| 2 ほとんどない | 5 しばしばある・常にある |
| 3 たまにある | |

②間接質問

間接質問は、カリフォルニア大学ロサンゼルス校（UCLA）のラッセルが、孤独という主観的な感情を間接的な質問により数値的に測定するために考案した「UCLA孤独感尺度」¹の日本語版²の3項目短縮版³に基づくもので、以下の3つの設問への回答をスコア化し、その合計スコアが高いほど孤独感が高いと評価する内容となっている。設問に「孤独」という言葉を使用せずに孤独感を把握することから、この調査ではこれを間接質問と呼んでいる。

今回の調査結果の取りまとめに当たっては、3つの設問それぞれへの回答について、「決してない」を1点、「ほとんどない」を2点、「時々ある」を3点、「常にある」を4点としてスコア化し、その合計スコアについて令和3年調査と同様、便宜的に「10～12点」（常にある）、「7～9点」（時々ある）、「4～6点」（ほとんどない）、「3点」（決してない）の4区分に整理した。

あなたは、自分には人とのつきあいが無いと感じることがありますか。

- | | |
|----------|--------|
| 1 決してない | 3 時々ある |
| 2 ほとんどない | 4 常にある |

あなたは、自分は取り残されていると感じることがありますか。

- | | |
|----------|--------|
| 1 決してない | 3 時々ある |
| 2 ほとんどない | 4 常にある |

あなたは、自分は他の人たちから孤立していると感じることがありますか。

- | | |
|----------|--------|
| 1 決してない | 3 時々ある |
| 2 ほとんどない | 4 常にある |

¹ Russell DW. UCLA loneliness scale (version 3): reliability, validity, and factor structure. J Pers Assess. 1996;66(1):20-40.

² 舩田ゆづり, 田高悦子, 他: 高齢者における日本語版 UCLA 孤独感尺度 (第3版) の開発とその信頼性・妥当性の検討, 日本地域看護学会誌. 15(1): 25-32, 2012.

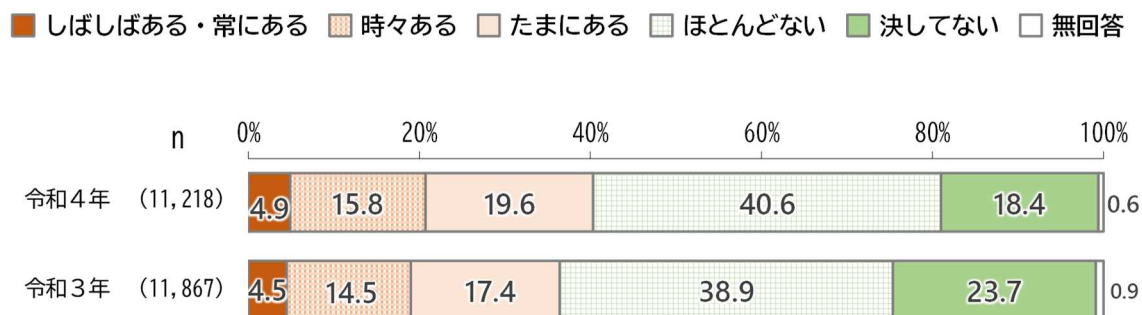
³ Arimoto A & Tadaka E: Reliability and validity of Japanese versions of the UCLA loneliness scale version 3 for use among mothers with infants and toddlers. BMC Women's Health. 2019;19:105.

(2) 孤独の状況（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は 4.9%、「時々ある」が 15.8%、「たまにある」が 19.6%となっている。一方、孤独感が「ほとんどない」と回答した人の割合は 40.6%、「決してない」が 18.4%となっている。

令和 3 年と比較すると、「決してない」の割合が縮小し、「時々ある」、「たまにある」及び「ほとんどない」の割合が拡大している。

【図 1－1】孤独の状況（直接質問）（令和 4 年、3 年）

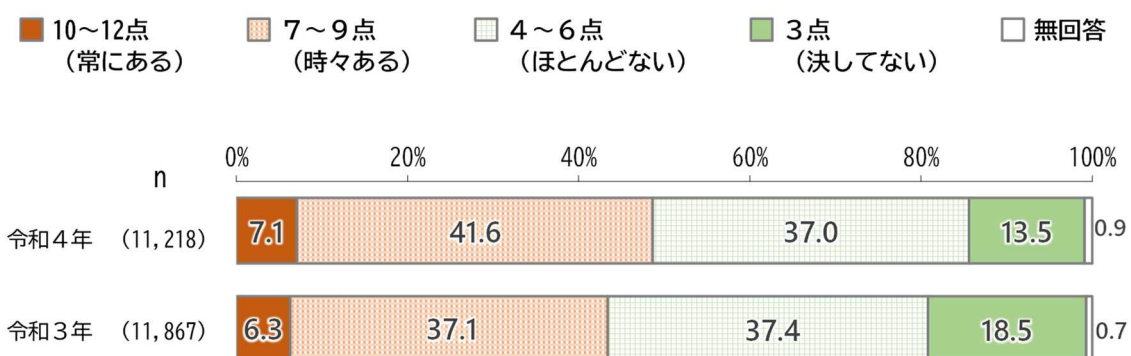


(3) 孤独の状況（間接質問）

「UCLA孤独感尺度」に基づく孤独感スコアでは、「10～12点（常にある）」という人の割合は7.1%、「7～9点（時々ある）」が41.6%、「4～6点（ほとんどない）」が37.0%、「3点（決してない）」が13.5%となっている。

令和 3 年と比較すると、「3点（決してない）」の割合が縮小し、「10～12点（常にある）」及び「7～9点（時々ある）」の割合が拡大している。

【図 1－2】孤独の状況（間接質問）（令和 4 年、3 年）

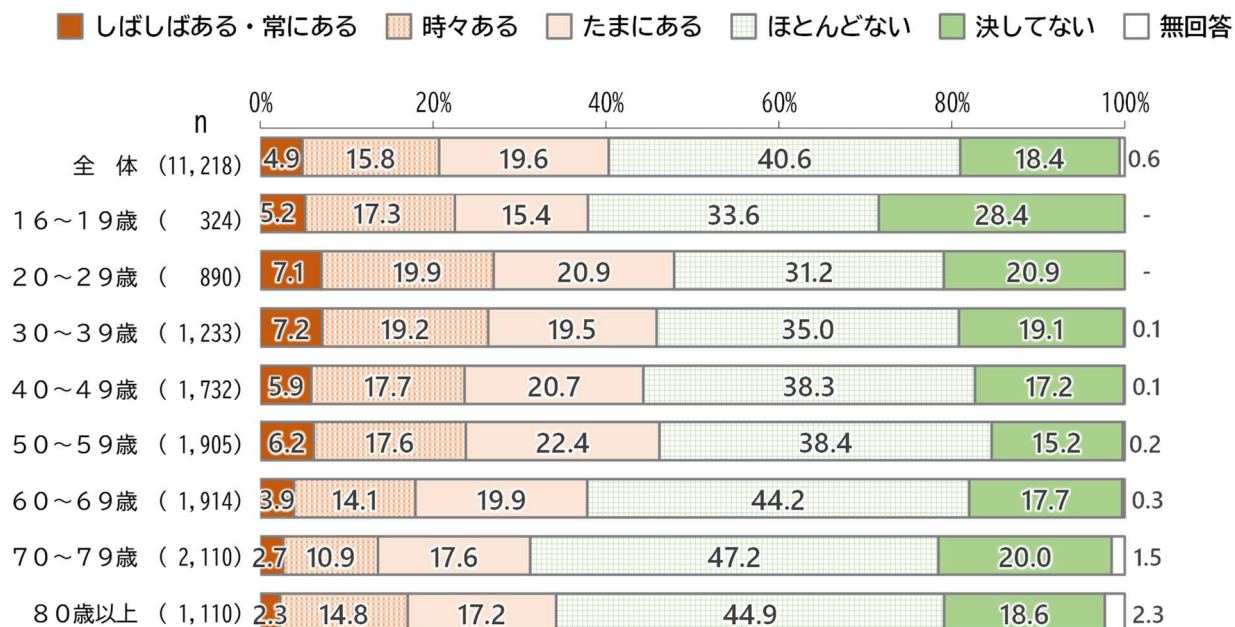


次ページ以降、調査年次の記載のない図表は、令和 4 年調査の結果であることを表す。

(4) 年齢階級別孤独感（直接質問）

孤独感を年齢階級別にみると、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、30歳代で7.2%となっている。一方、その割合が最も低いのは、80歳以上で2.3%となっている。

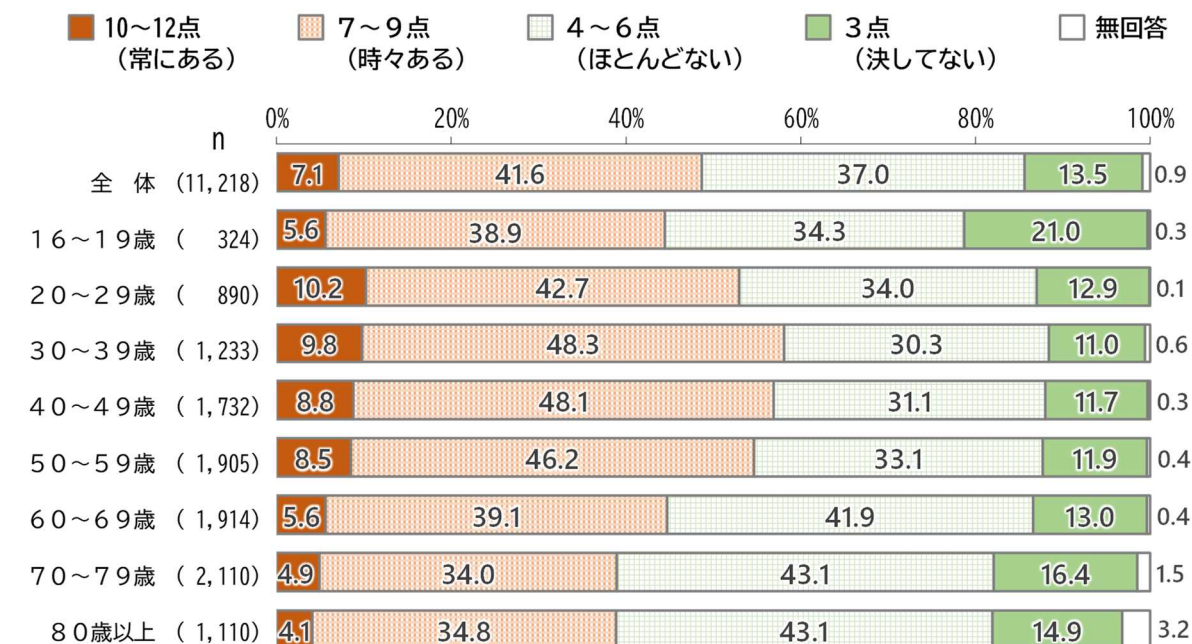
【図 1－3】年齢階級別孤独感（直接質問）



(5) 年齢階級別孤独感（間接質問）

孤独感スコアを年齢階級別にみると、スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、20歳代で10.2%となっている。一方、その割合が最も低いのは、80歳以上で4.1%となっている。

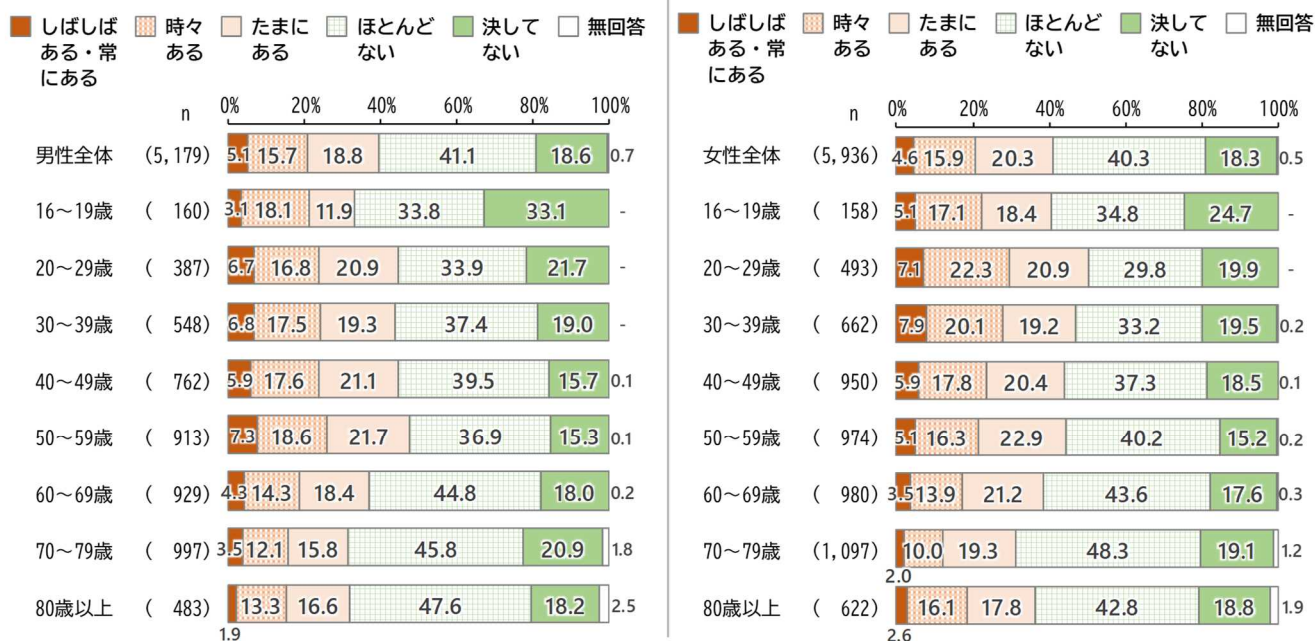
【図 1－4】年齢階級別孤独感（間接質問）



(6) 男女、年齢階級別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、男性が5.1%、女性が4.6%となっている。男女、年齢階級別にみると、その割合が最も高いのは、男性は50歳代で7.3%、女性は30歳代で7.9%となっている。

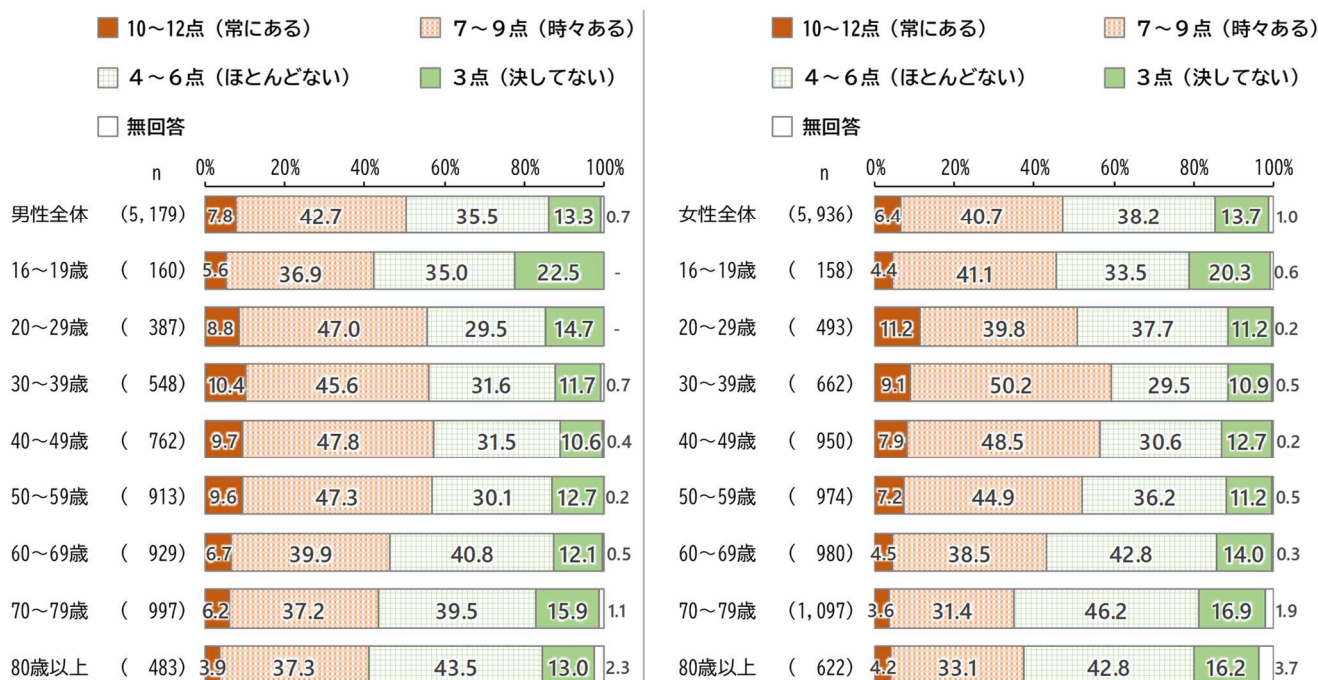
【図 1－5】男女、年齢階級別孤独感（直接質問）



(7) 男女、年齢階級別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、男性が7.8%、女性が6.4%となっている。男女、年齢階級別にみると、その割合が最も高いのは、男性は30歳代で10.4%、女性は20歳代で11.2%となっている。

【図 1－6】男女、年齢階級別孤独感（間接質問）

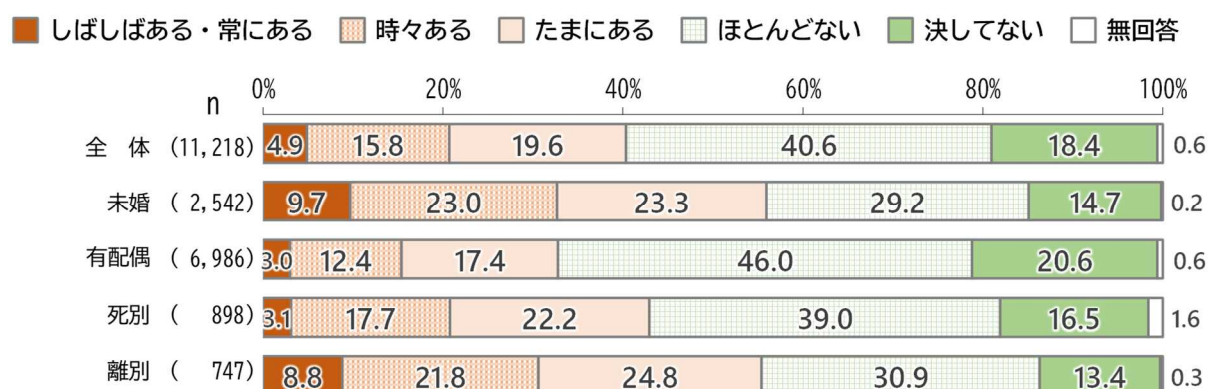


(8) 配偶者の有無別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、「未婚」（9.7％）及び「離別」（8.8％）で高くなっている。

なお、直接質問、間接質問ともに配偶者には事実上、夫婦として生活しているが、婚姻届を提出していない場合も含めている。

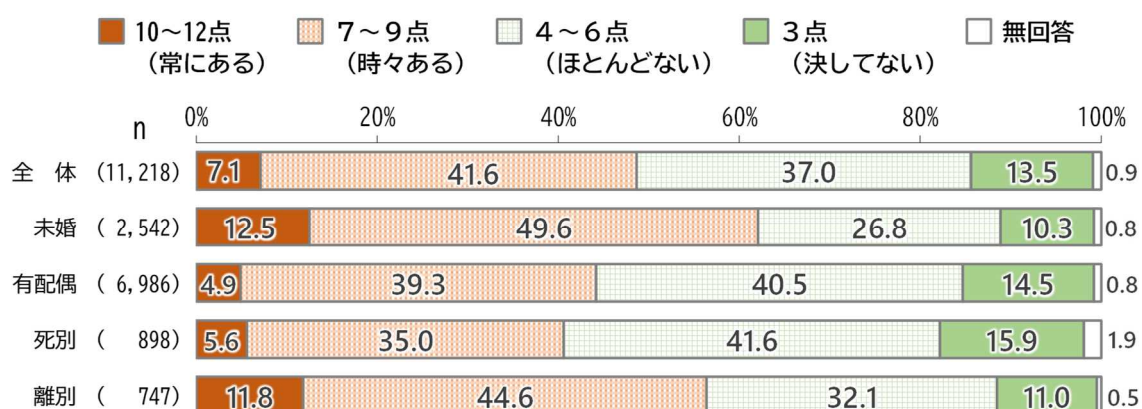
【図 1－7】 配偶者の有無別孤独感（直接質問）



(9) 配偶者の有無別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、「未婚」（12.5％）及び「離別」（11.8％）で高くなっている。

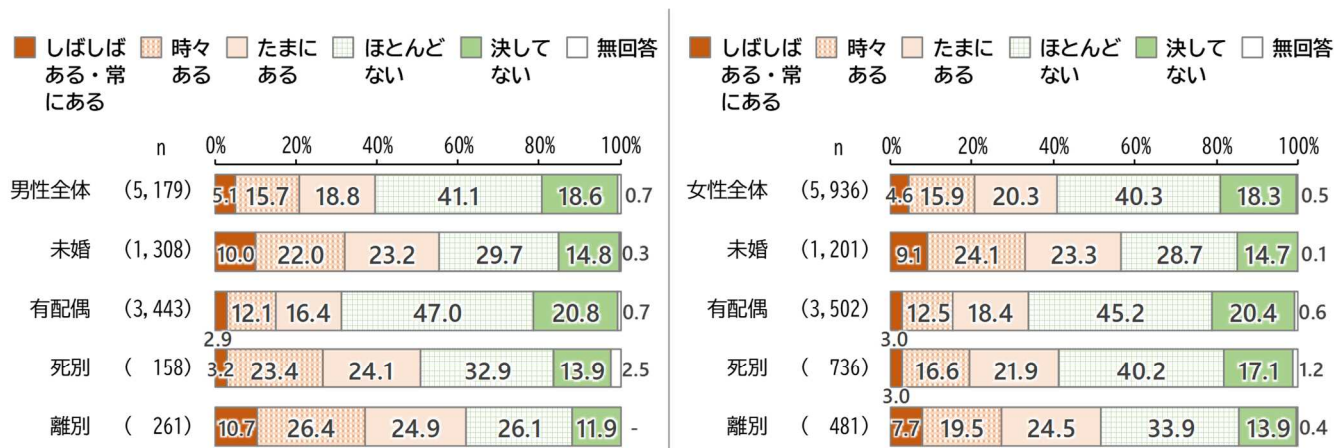
【図 1－8】 配偶者の有無別孤独感（間接質問）



(10) 男女、配偶者の有無別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、男性は「離別」で10.7%、女性は「未婚」で9.1%となっている。

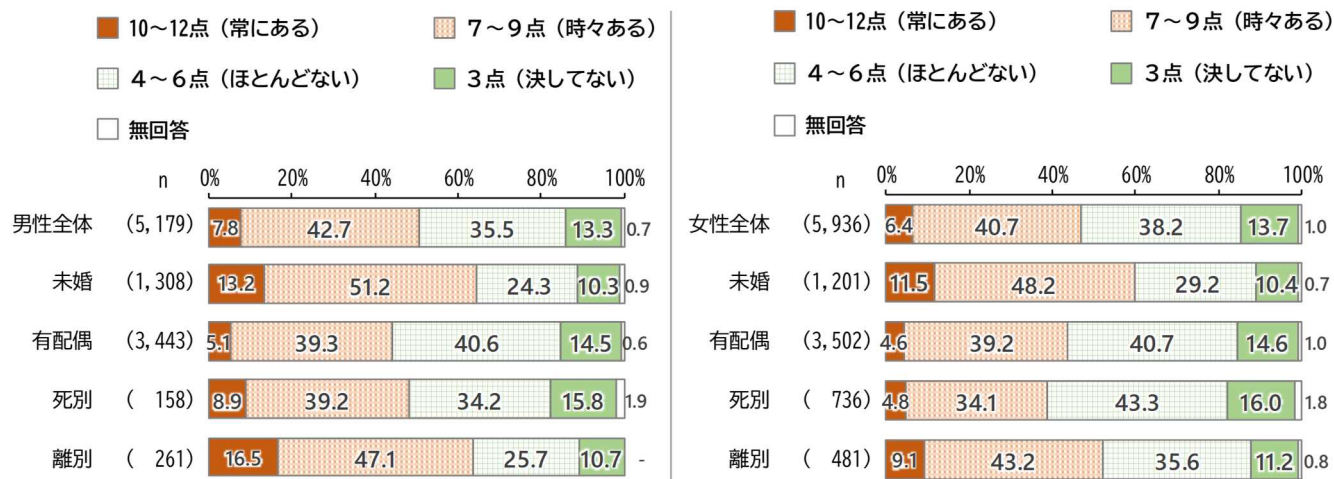
【図 1－9】男女、配偶者の有無別孤独感（直接質問）



(11) 男女、配偶者の有無別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、男性は「離別」で16.5%、女性は「未婚」で11.5%となっている。

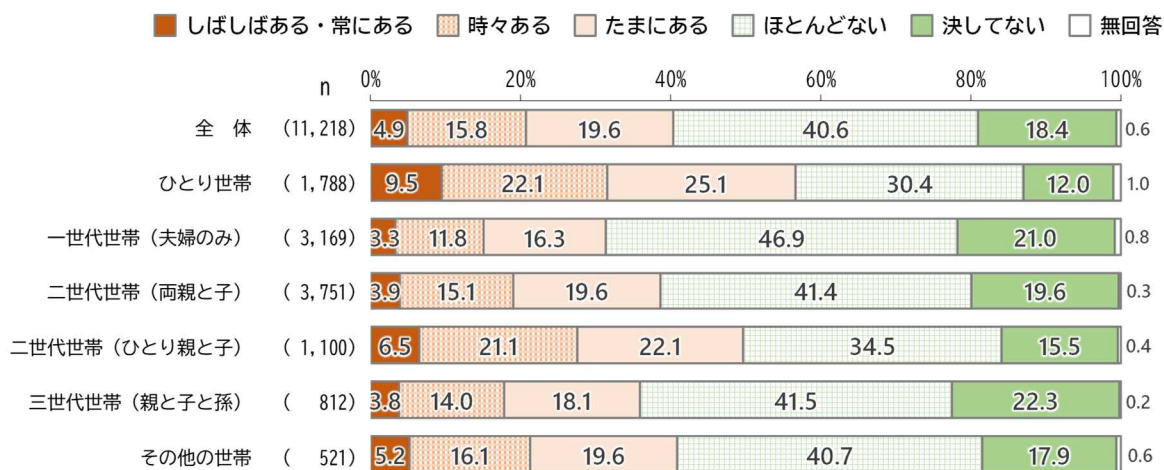
【図 1－10】男女、配偶者の有無別孤独感（間接質問）



(12) 世帯構成別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、「ひとり世帯」で9.5%となっている。

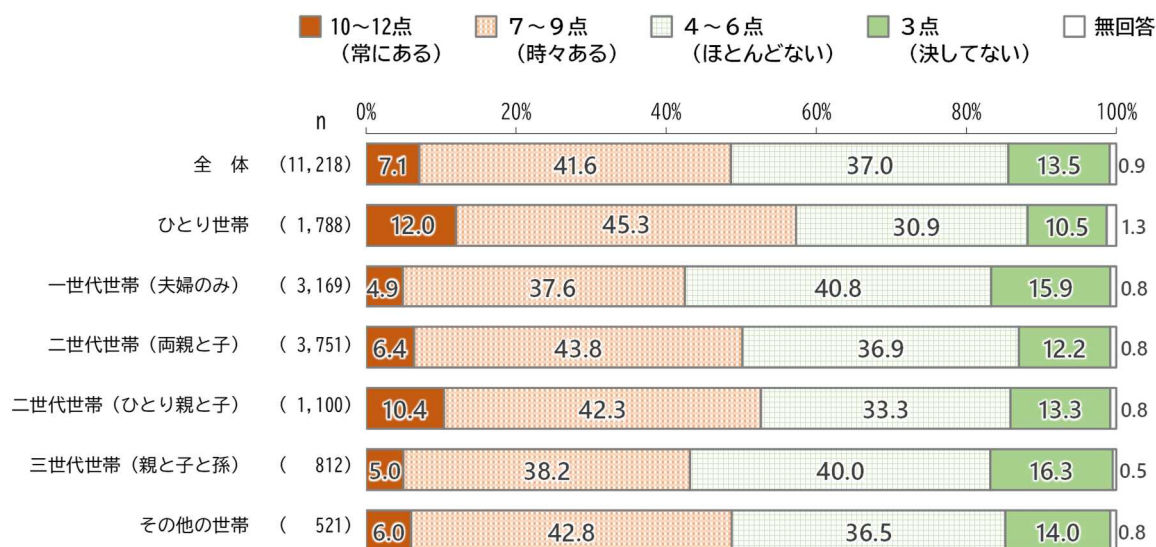
【図 1－11】 世帯構成別孤独感（直接質問）



(13) 世帯構成別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、「ひとり世帯」で12.0%となっている。

【図 1－12】 世帯構成別孤独感（間接質問）

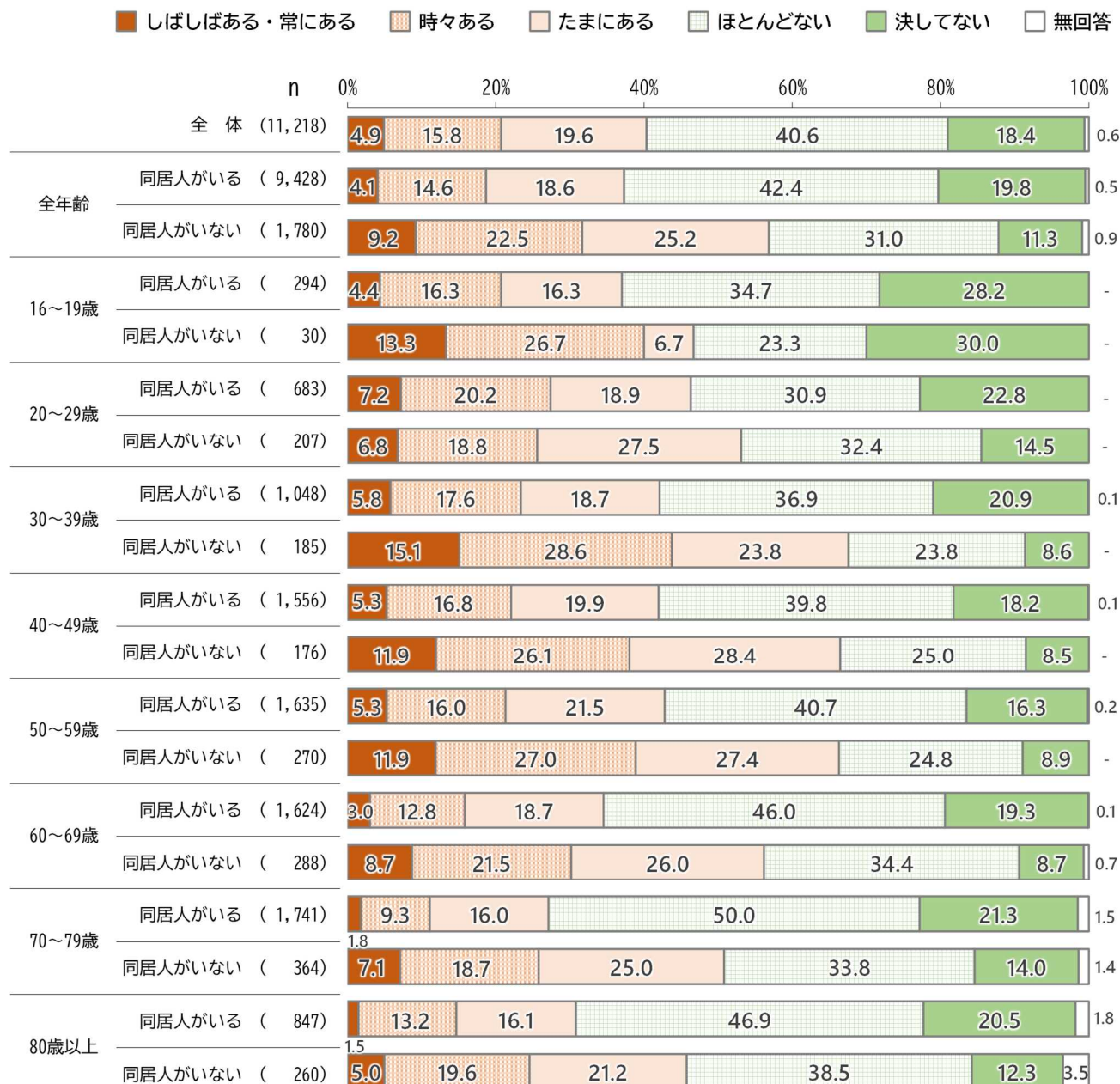


(14) 年齢階級、同居人の有無別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、「同居人がいる」で4.1%、「同居人がいない」で9.2%となっている。

年齢階級、同居人の有無別にみると、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、30歳代の「同居人がいない」で15.1%となっている。一方、その割合が最も低いのは、80歳以上の「同居人がいる」で1.5%となっている。

【図 1－13】 年齢階級、同居人の有無別孤独感（直接質問）



(注) 同居人の有無は、居住人数（問 5）への回答を基準に判定している。

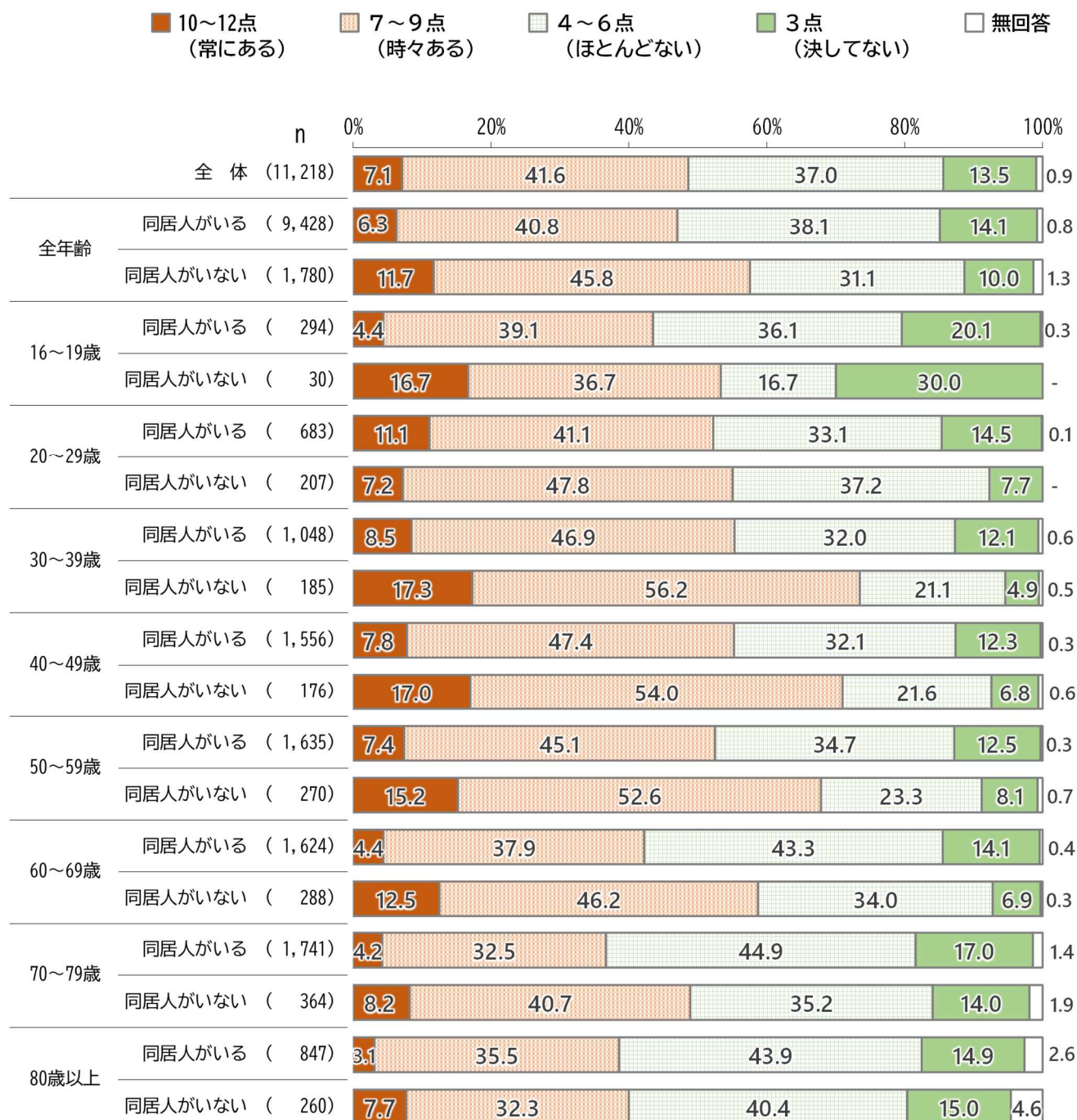
なお、居住人数（問 5）が無回答、かつ同居している人たちとの直接会話によるコミュニケーション頻度（問 13(2)）に回答がある場合は、「同居人がいる」と判定している。

(15) 年齢階級、同居人の有無別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、「同居人がいる」で6.3%、「同居人がいない」で11.7%となっている。

年齢階級、同居人の有無別にみると、孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、30歳代の「同居人がいない」で17.3%となっている。一方、その割合が最も低いのは、80歳以上の「同居人がいる」で3.1%となっている。

【図 1－14】 年齢階級、同居人の有無別孤独感（間接質問）

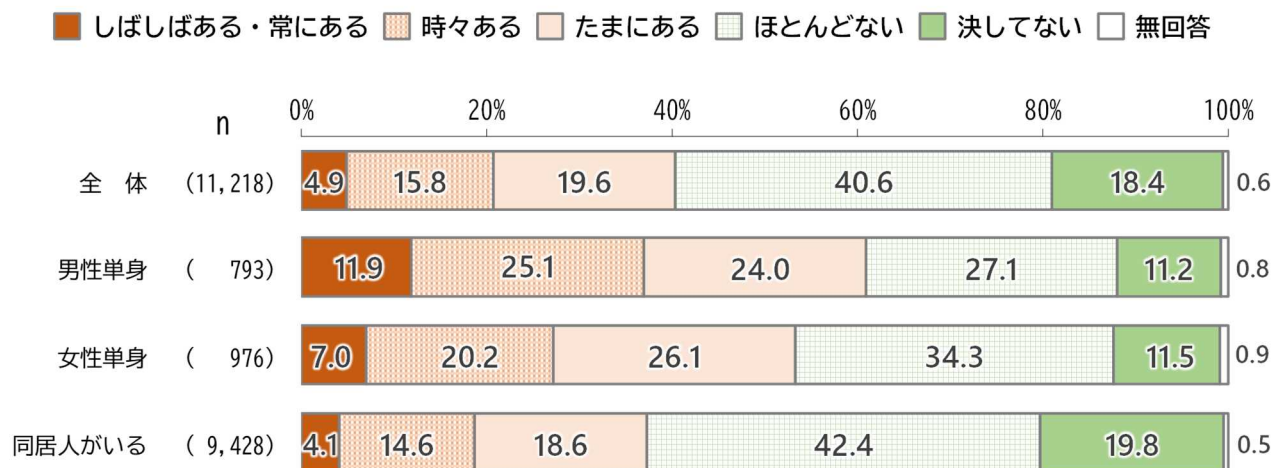


（注）同居人の有無は、図 1-13 と同様に判定している。

(16) 男女別単身者の孤独感（直接質問）

単身者の孤独感を男女別にみると、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、男性で11.9%、女性で7.0%となっている。

【図 1－15】男女別単身者の孤独感（直接質問）

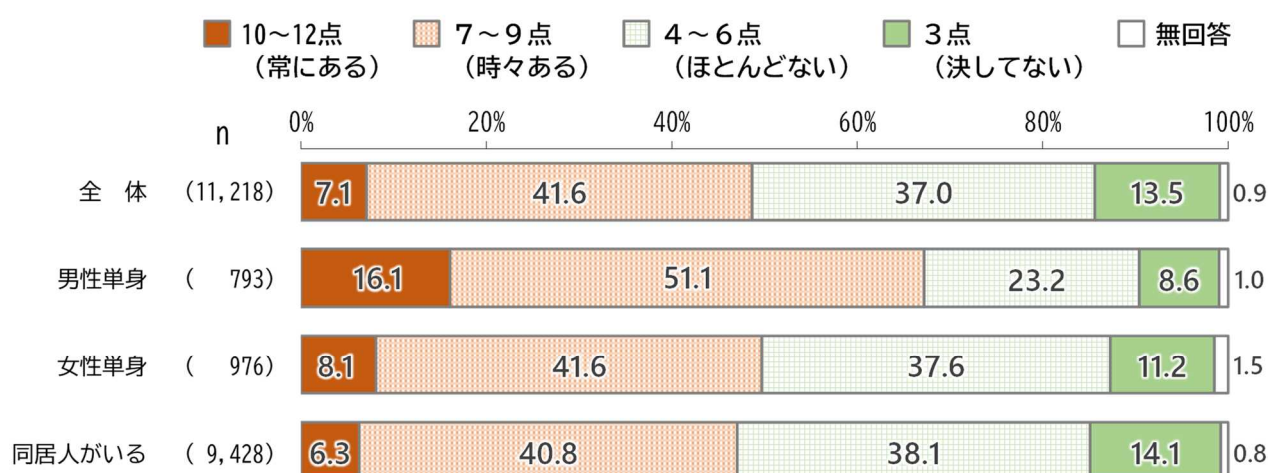


(注)「単身者」は「同居人がいない」と判定された者としており、性別（問2）への回答によって「男性単身者」と「女性単身者」に区分している。同居人の有無は、居住人数（問5）への回答を基準に判断している。なお、居住人数（問5）が無回答、かつ同居している人たちとの直接会話によるコミュニケーション頻度（問13(2)）に回答がある場合は、「同居人がいる」と判定している。

(17) 男女別単身者の孤独感（間接質問）

単身者の孤独感スコアを男女別にみると、スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、男性で16.1%、女性で8.1%となっている。

【図 1－16】男女別単身者の孤独感（間接質問）

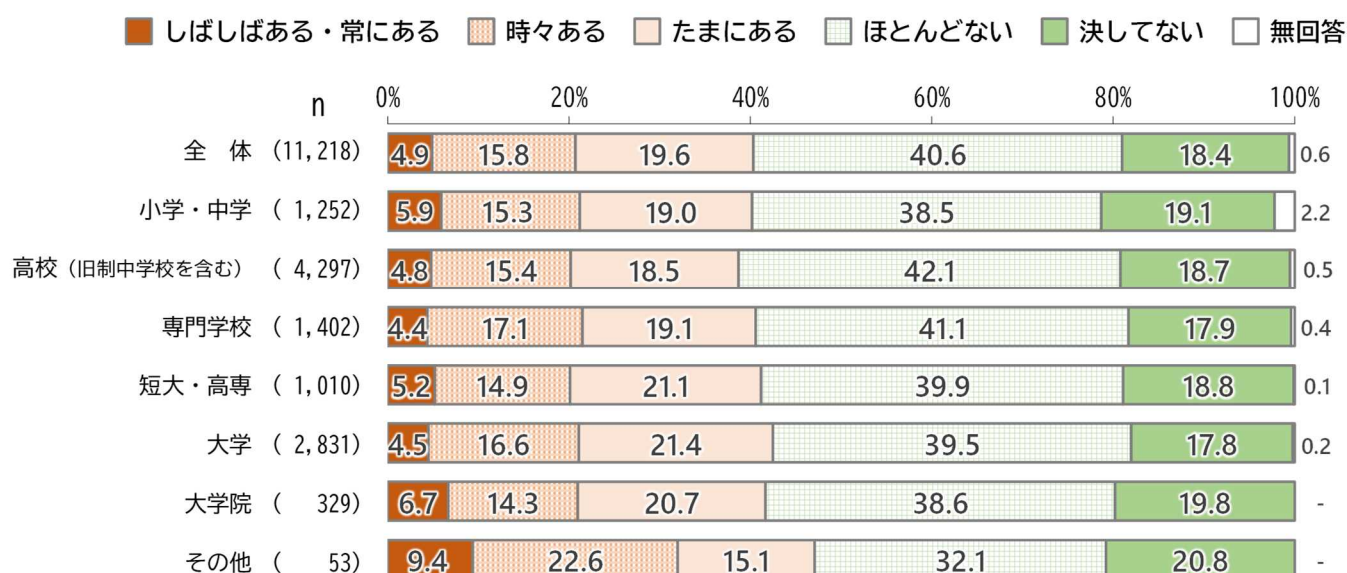


(注)「単身者」は、図 1-15 と同様に判定している。

(18) 最終学歴別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、「大学院」で6.7%となっている（「その他」を除く）。一方、その割合が最も低いのは、「専門学校」で4.4%となっている。

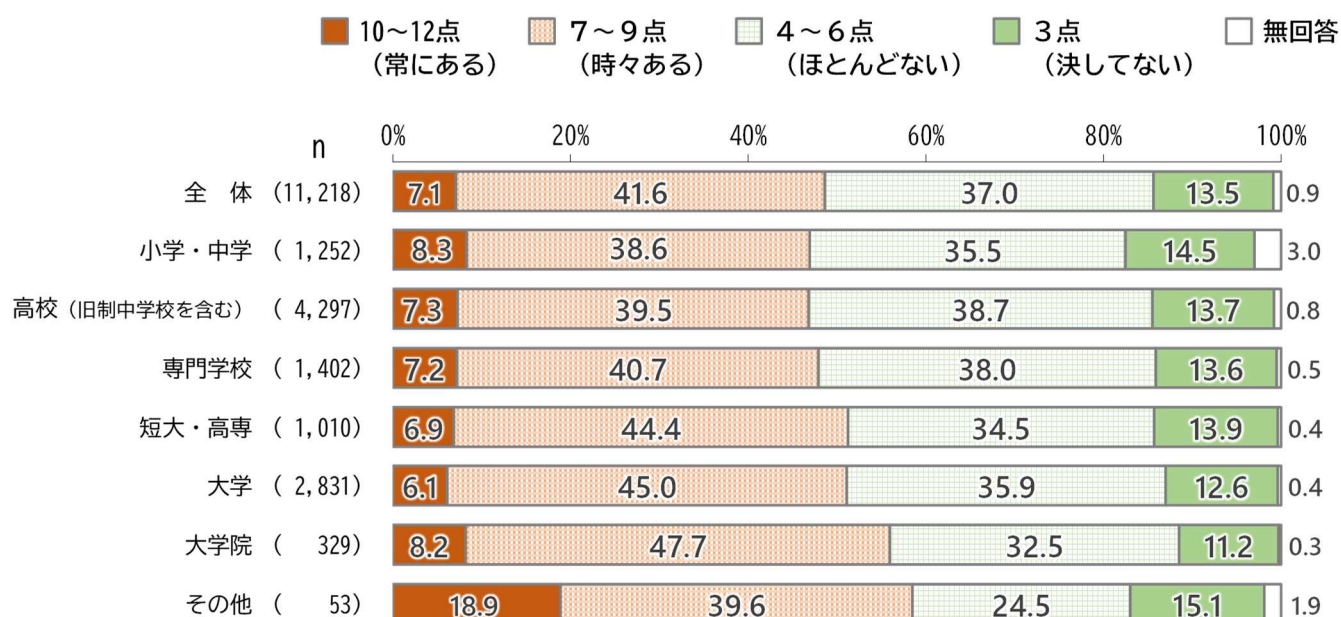
【図 1－17】 最終学歴別孤独感（直接質問）



(19) 最終学歴別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、「小学・中学」で8.3%となっている（「その他」を除く）。一方、その割合が最も低いのは、「大学」で6.1%となっている。

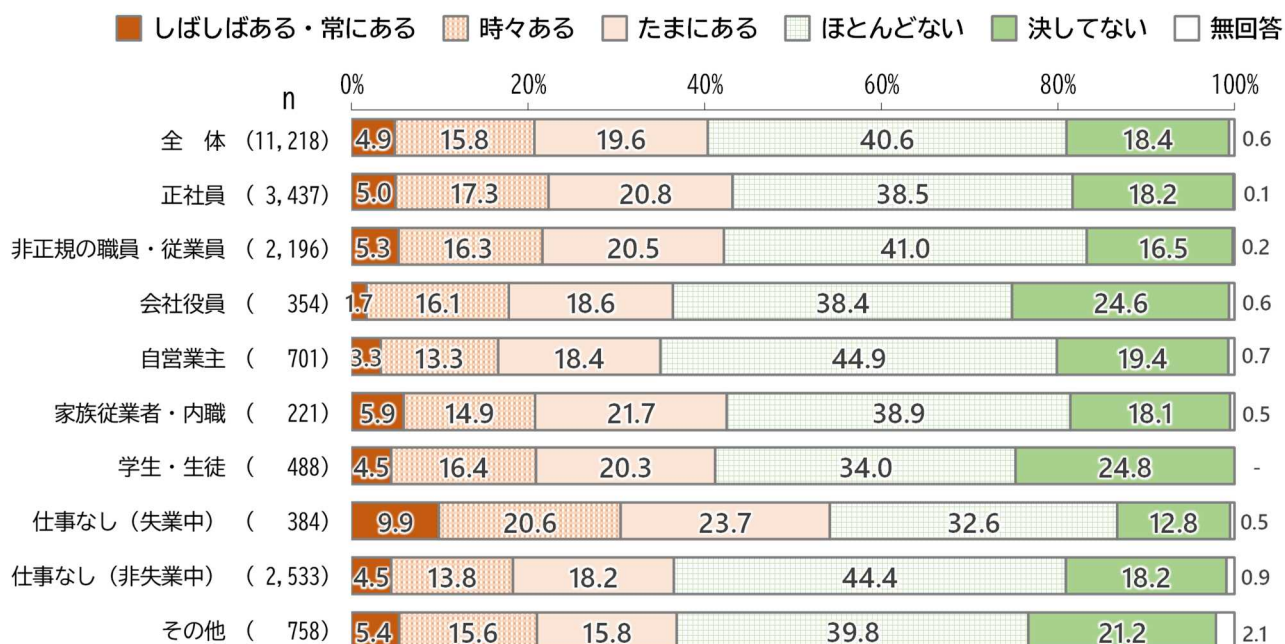
【図 1－18】 最終学歴別孤独感（間接質問）



(20) 現在の仕事別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、「仕事なし（失業中）」で9.9%となっている。一方、その割合が最も低いのは、「会社役員」で1.7%となっている。

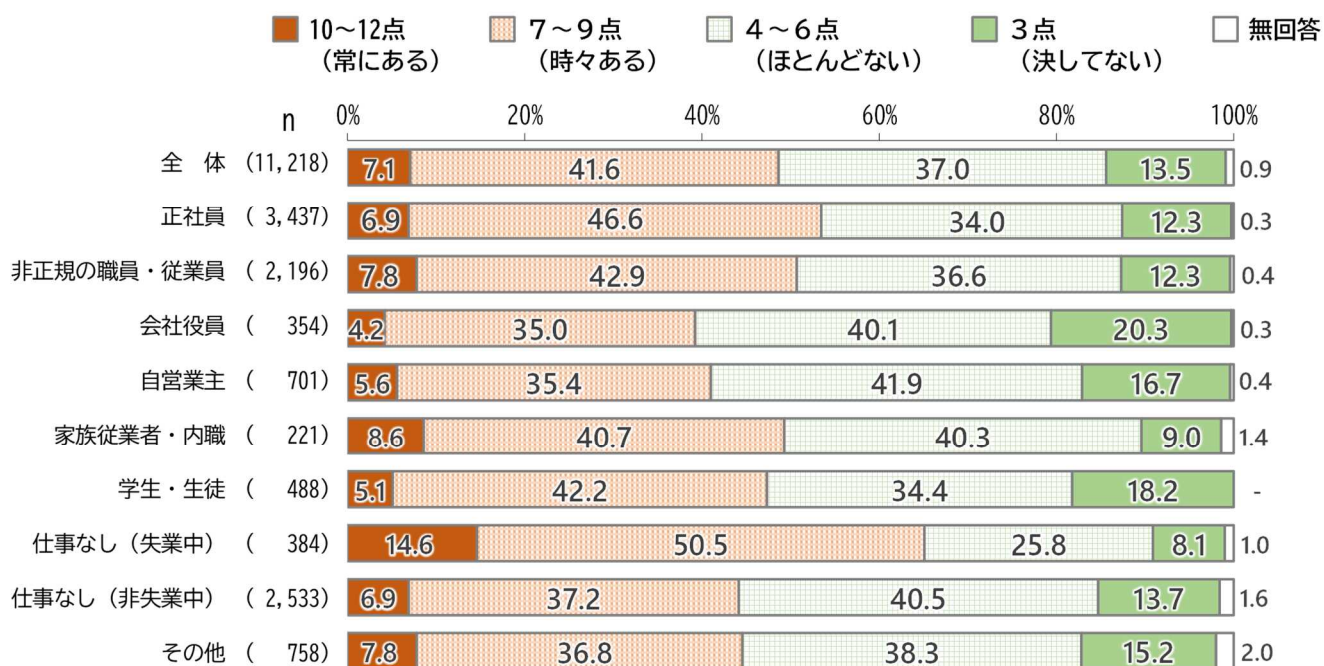
【図 1－19】現在の仕事別孤独感（直接質問）



(21) 現在の仕事別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、「仕事なし（失業中）」で14.6%となっている。一方、その割合が最も低いのは、「会社役員」で4.2%となっている。

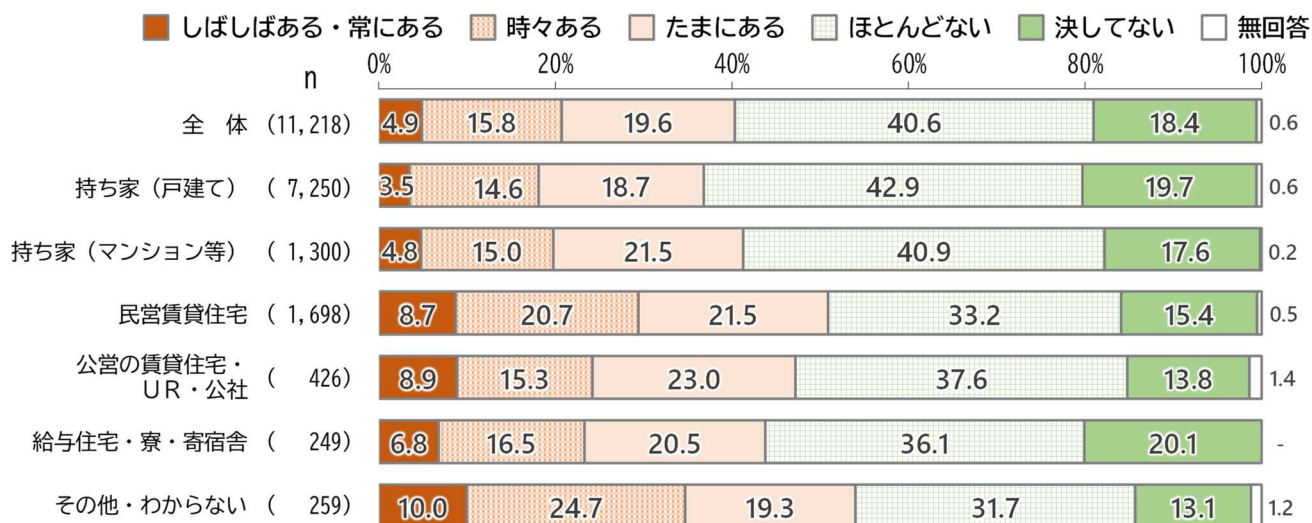
【図 1－20】現在の仕事別孤独感（間接質問）



(22) 居住形態別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、「公営の賃貸住宅・UR・公社」で8.9%となっている（「その他・わからない」を除く）。一方、その割合が最も低いのは、「持ち家（戸建て）」で3.5%となっている。

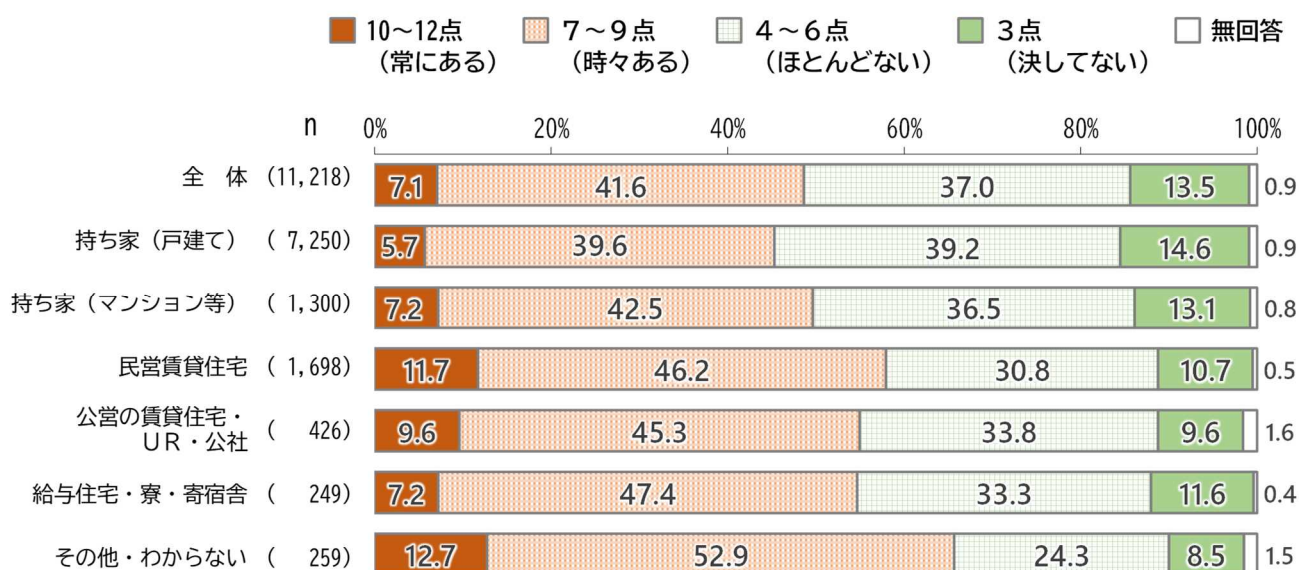
【図 1－21】 居住形態別孤独感（直接質問）



(23) 居住形態別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、「民営賃貸住宅」で11.7%となっている（「その他・わからない」を除く）。一方、その割合が最も低いのは、「持ち家（戸建て）」で5.7%となっている。

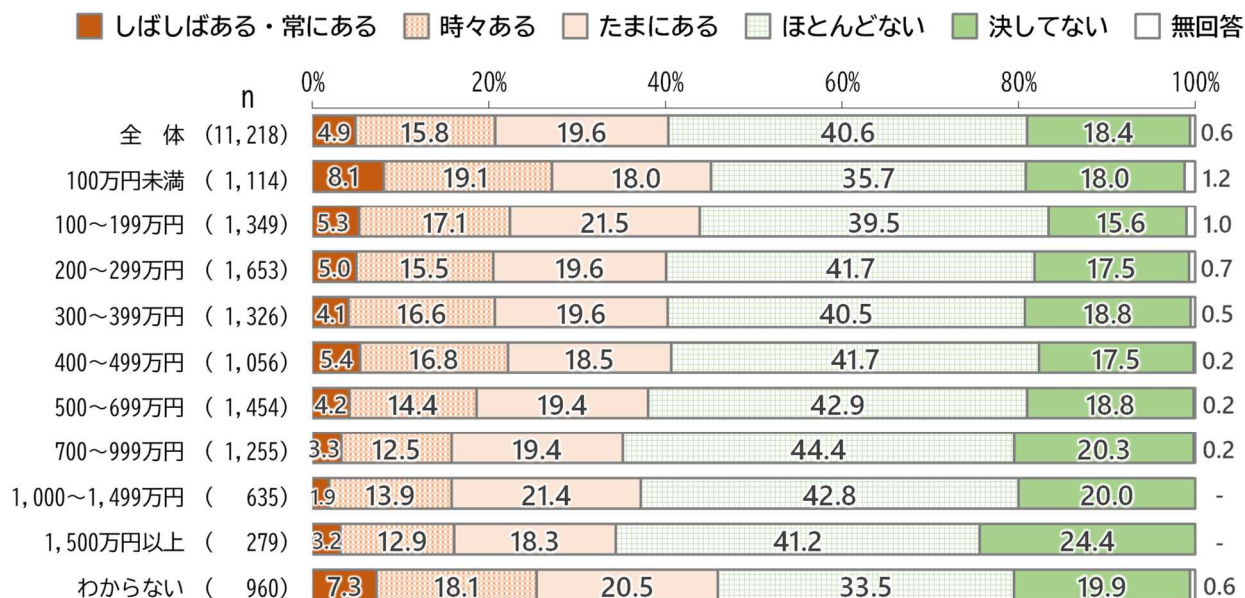
【図 1－22】 居住形態別孤独感（間接質問）



(24) 世帯の年間収入別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、年収が「100万円未満」で8.1%となっている。一方、その割合が最も低いのは、「1,000～1,499万円」で1.9%となっている。

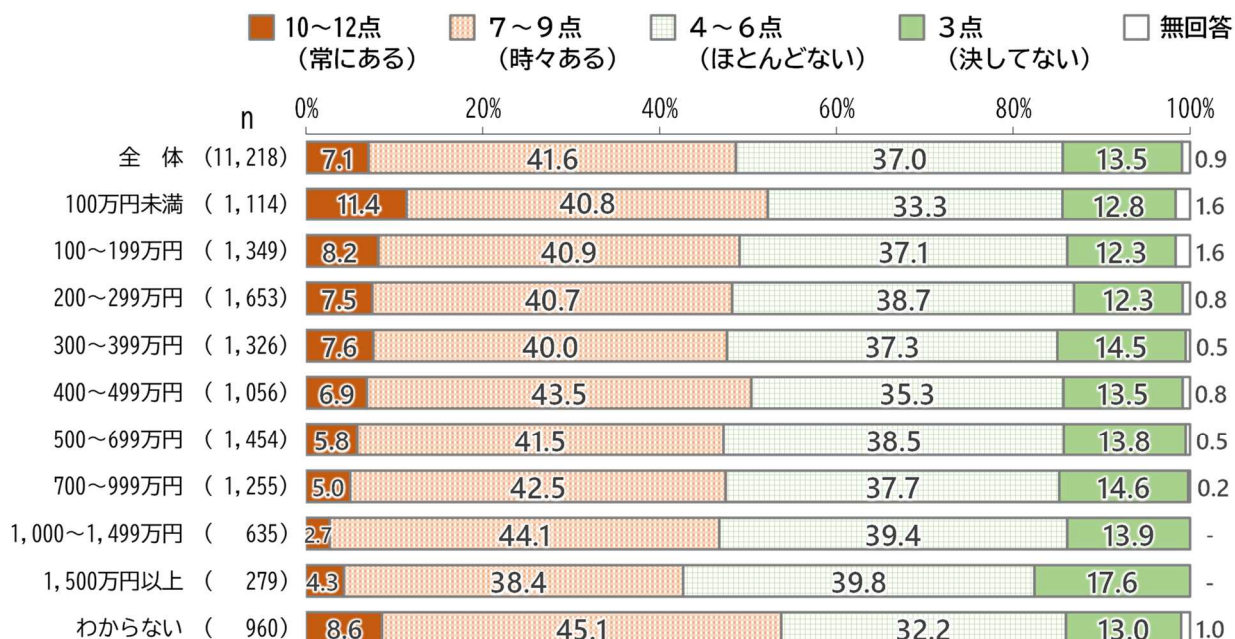
【図 1－23】 世帯の年間収入別孤独感（直接質問）



(25) 世帯の年間収入別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、年収が「100万円未満」で11.4%となっている。一方、その割合が最も低いのは、「1,000～1,499万円」で2.7%となっている。

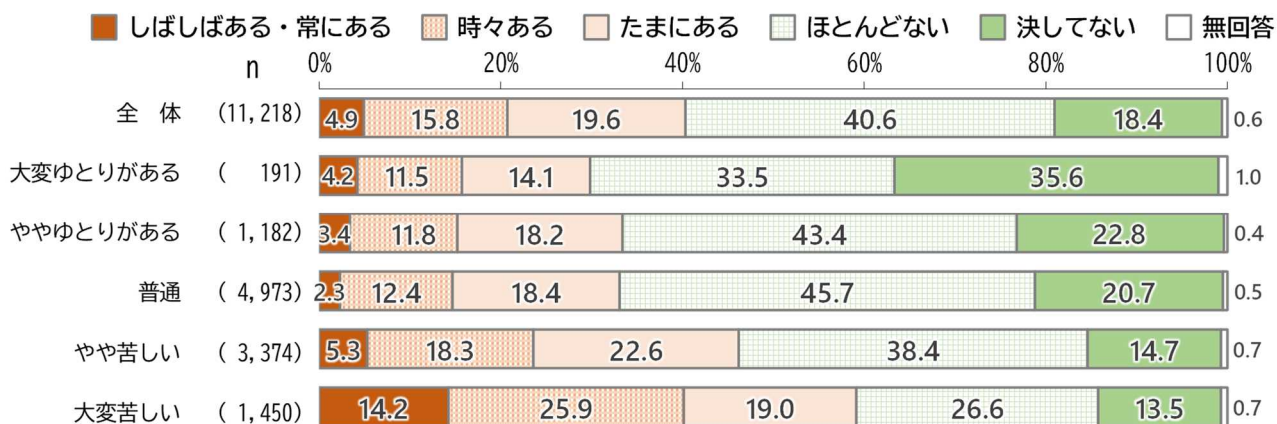
【図 1－24】 世帯の年間収入別孤独感（間接質問）



(26) 経済的な暮らし向き別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、「大変苦しい」で14.2%となっている。一方、その割合が最も低いのは、「普通」で2.3%となっている。

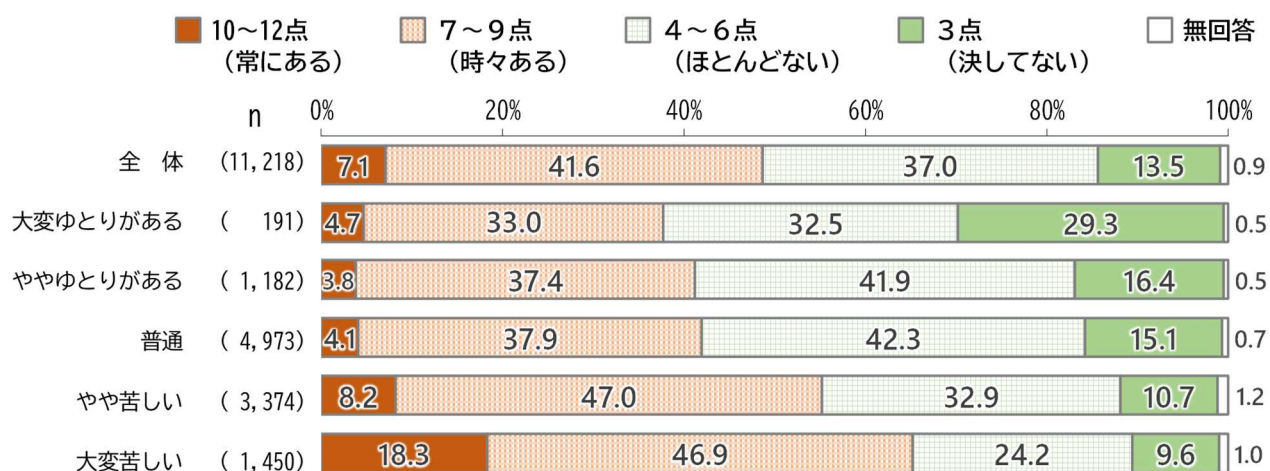
【図 1－25】 経済的な暮らし向き別孤独感（直接質問）



(27) 経済的な暮らし向き別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、「大変苦しい」で18.3%となっている。一方、その割合が最も低いのは、「ややゆとりがある」で3.8%となっている。

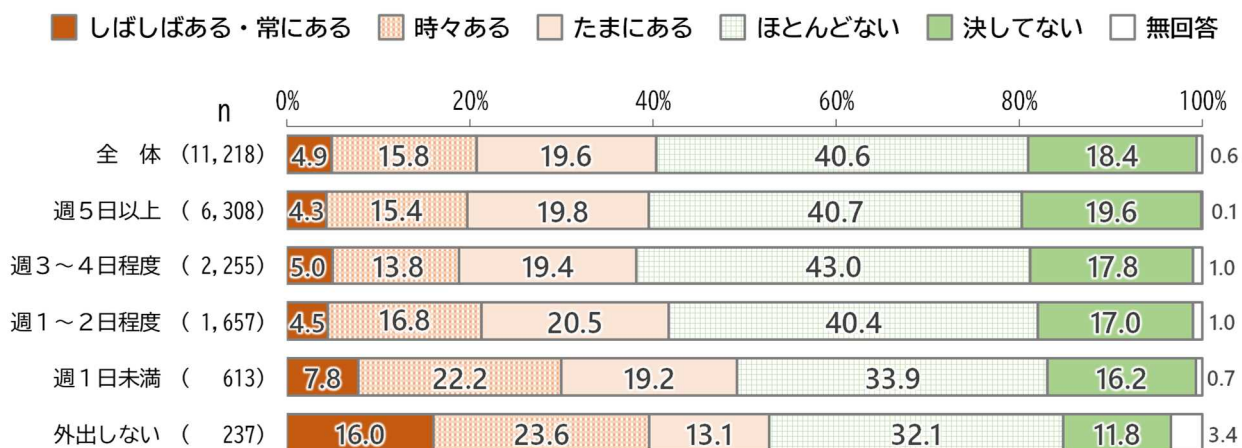
【図 1－26】 経済的な暮らし向き別孤独感（間接質問）



(28) 外出頻度別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、「外出しない」で16.0%となっている。一方、その割合が最も低いのは、「週5日以上」で4.3%となっている。

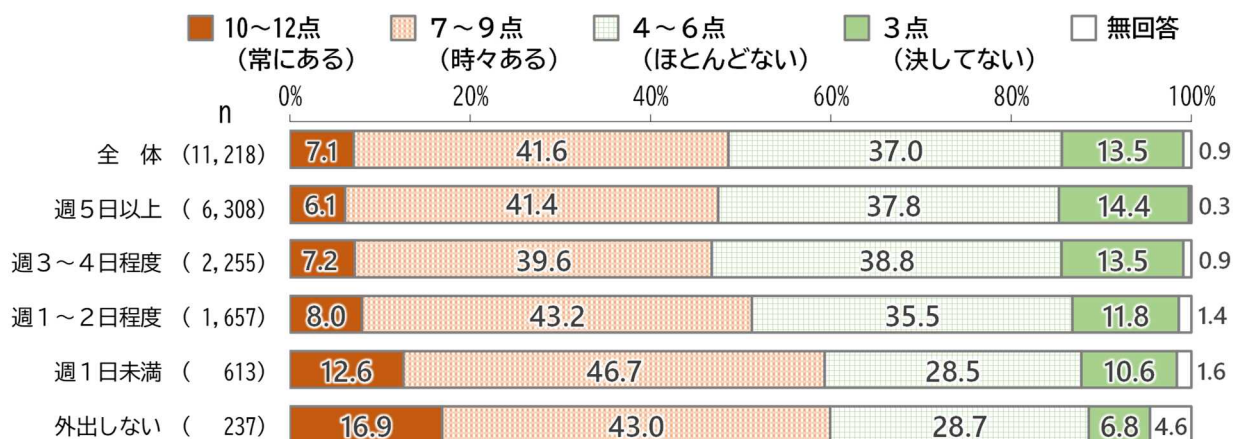
【図1-27】外出頻度別孤独感（直接質問）



(29) 外出頻度別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、「外出しない」で16.9%となっている。一方、その割合が最も低いのは、「週5日以上」で6.1%となっている。

【図1-28】外出頻度別孤独感（間接質問）



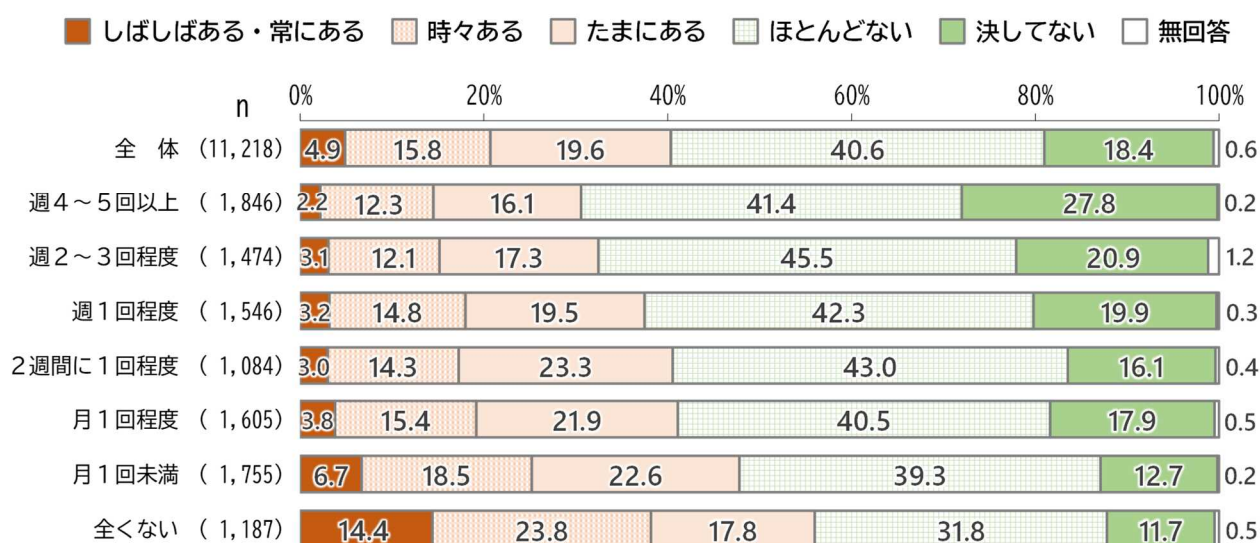
(30) 同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度別孤独感
(直接質問、間接質問)

「図 1-29」から「図 1-36」までは、同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション手段ごとに、その頻度別孤独感を示している。

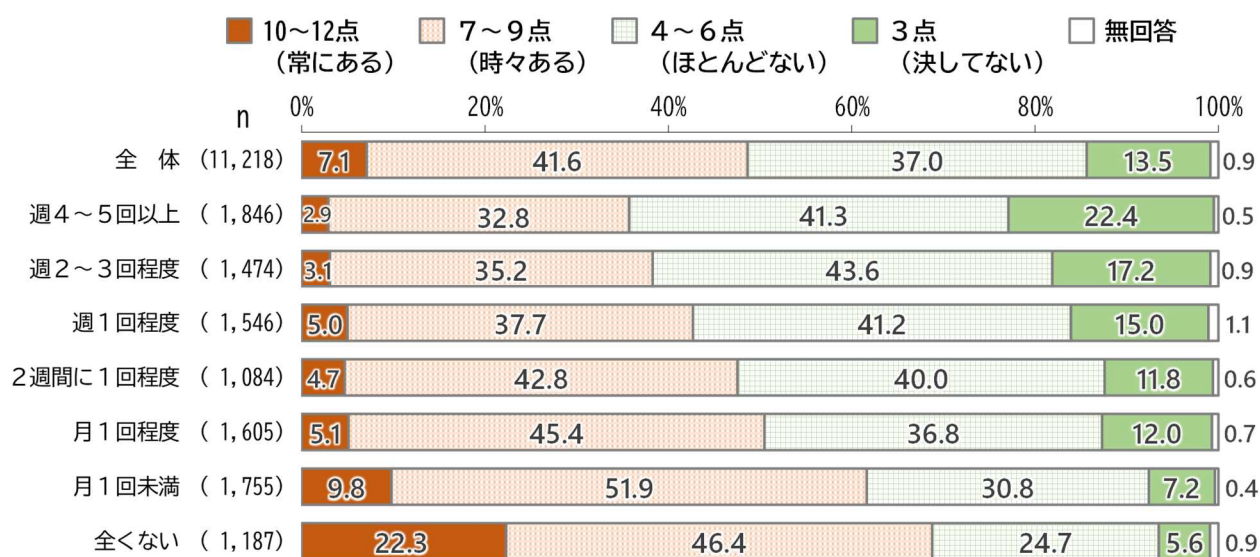
孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、いずれのコミュニケーション手段においても、頻度が「全くない」又は「月 1 回未満」で高くなっている。

また、孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、いずれのコミュニケーション手段においても、頻度が「全くない」で高くなっている。

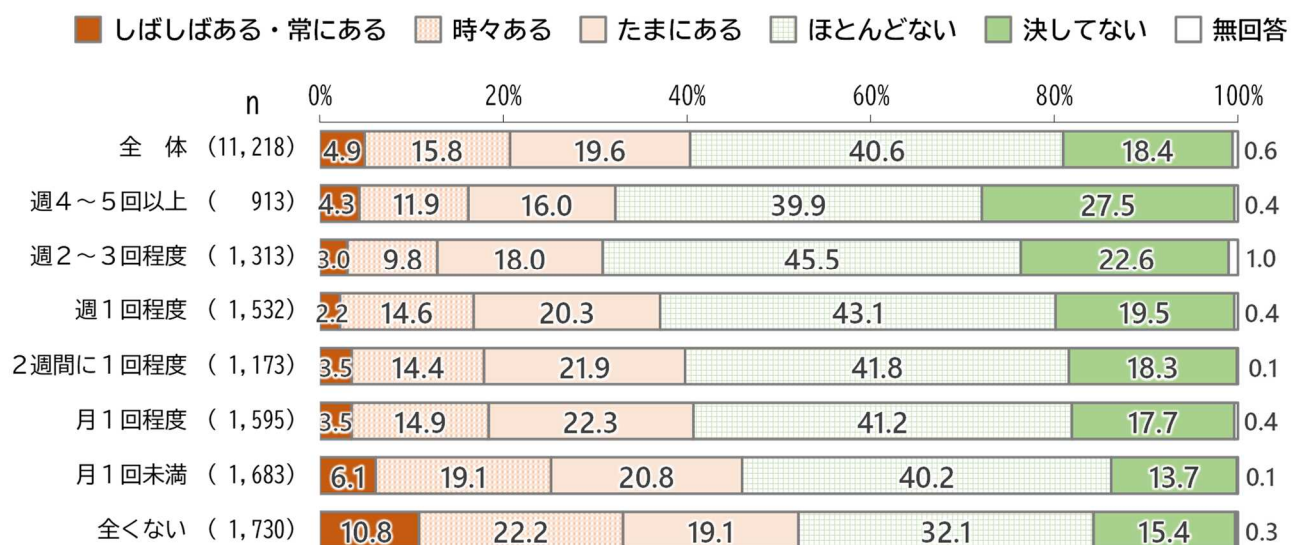
【図 1-29】「直接会って話す」頻度別孤独感（直接質問）



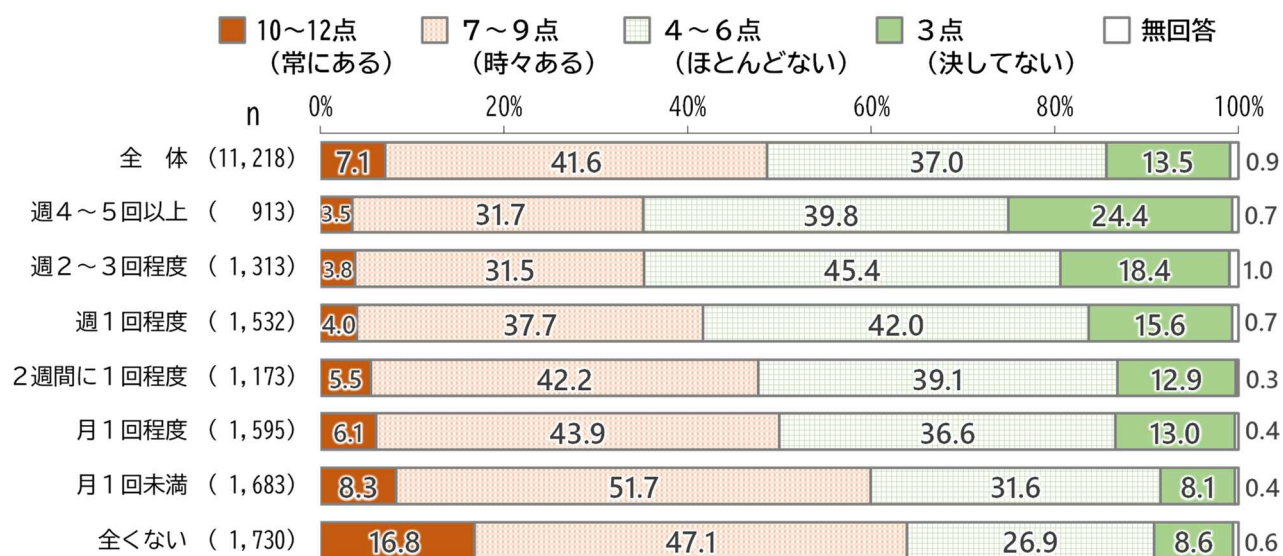
【図 1-30】「直接会って話す」頻度別孤独感（間接質問）



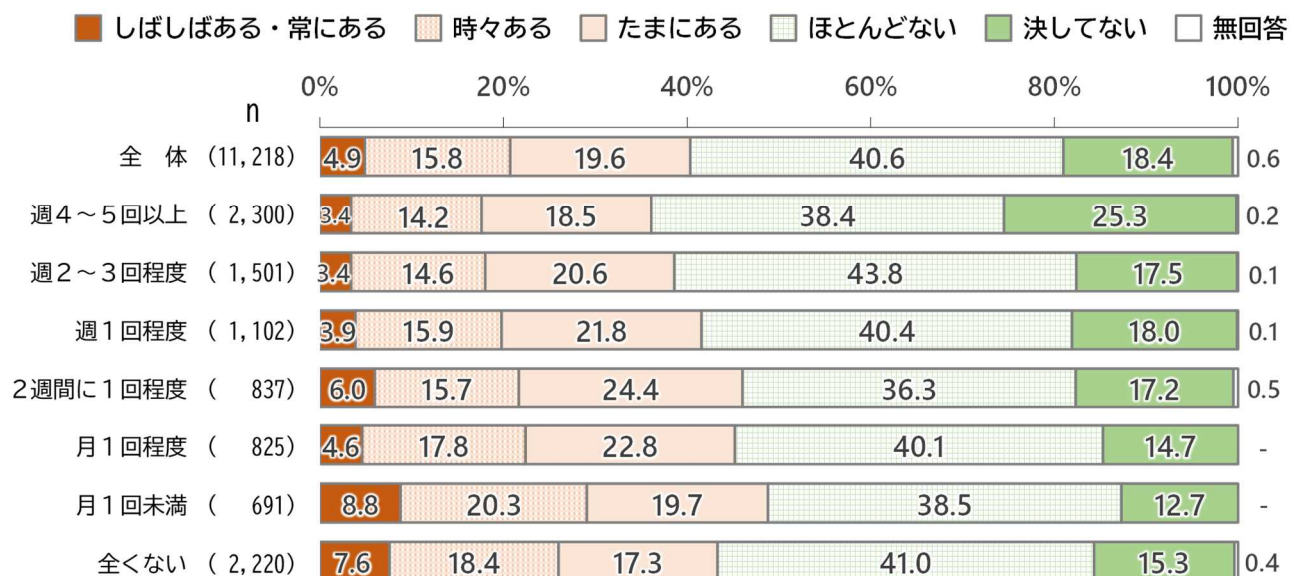
【図 1－31】「電話（ビデオ通話含む）する」頻度別孤独感（直接質問）



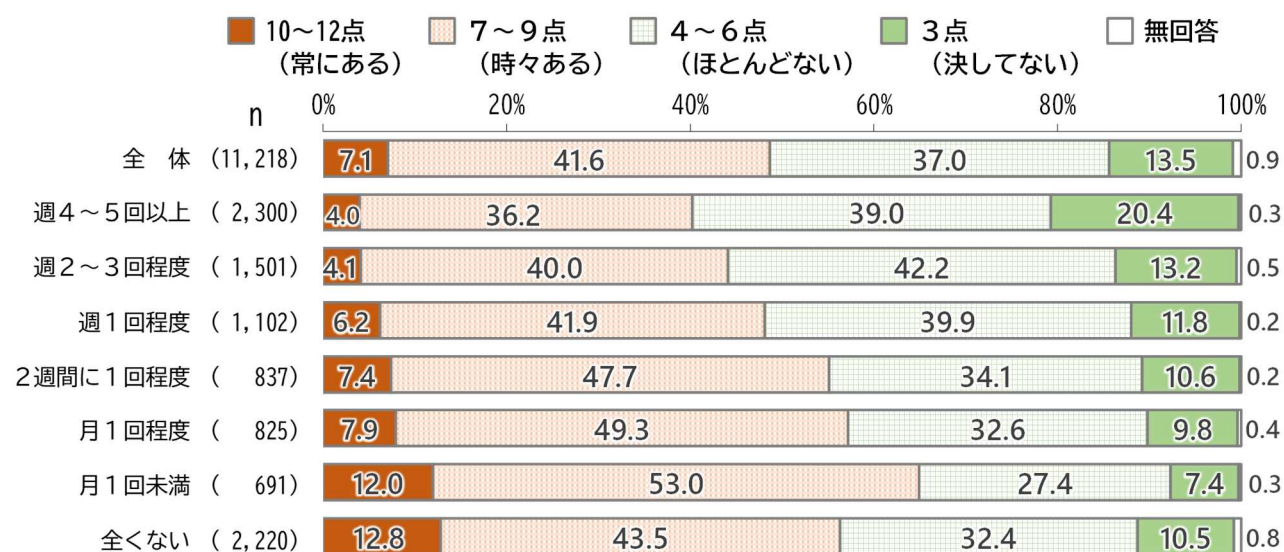
【図 1－32】「電話（ビデオ通話含む）する」頻度別孤独感（間接質問）



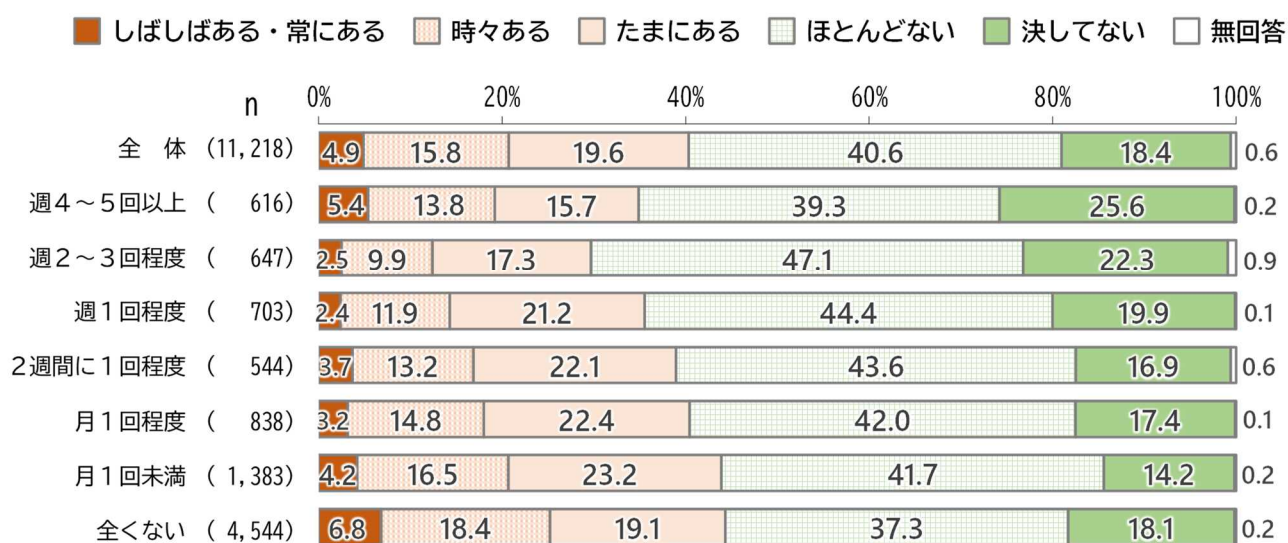
【図 1－33】「SNS（LINE等）をする」頻度別孤独感（直接質問）



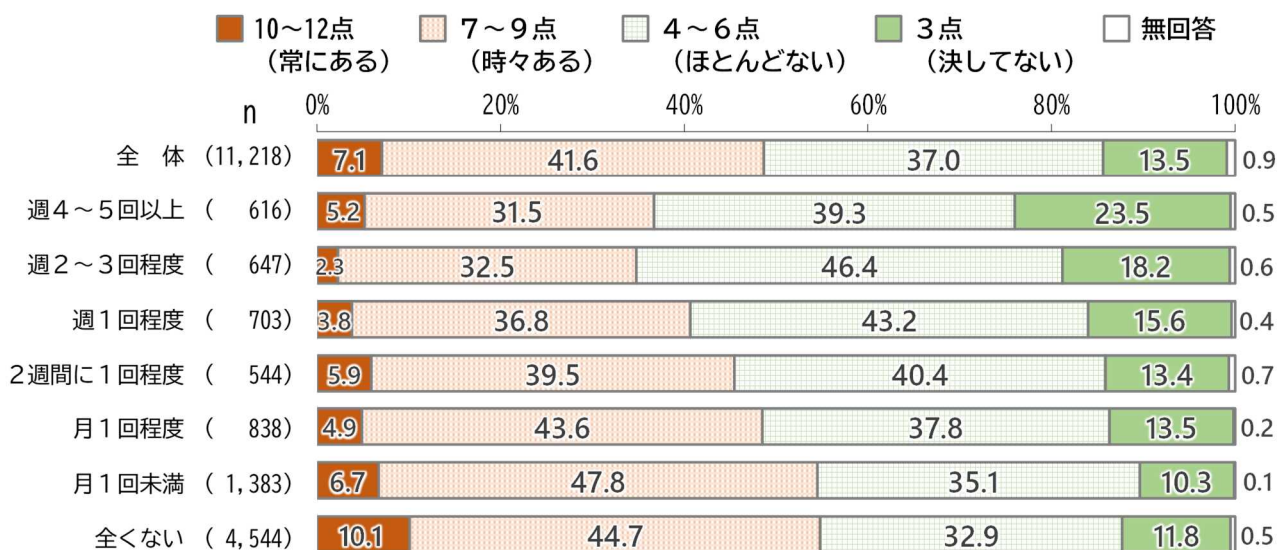
【図 1－34】「SNS（LINE等）をする」頻度別孤独感（間接質問）



【図 1-35】「電子メールやショートメールをする」頻度別孤独感（直接質問）



【図 1-36】「電子メールやショートメールをする」頻度別孤独感（間接質問）

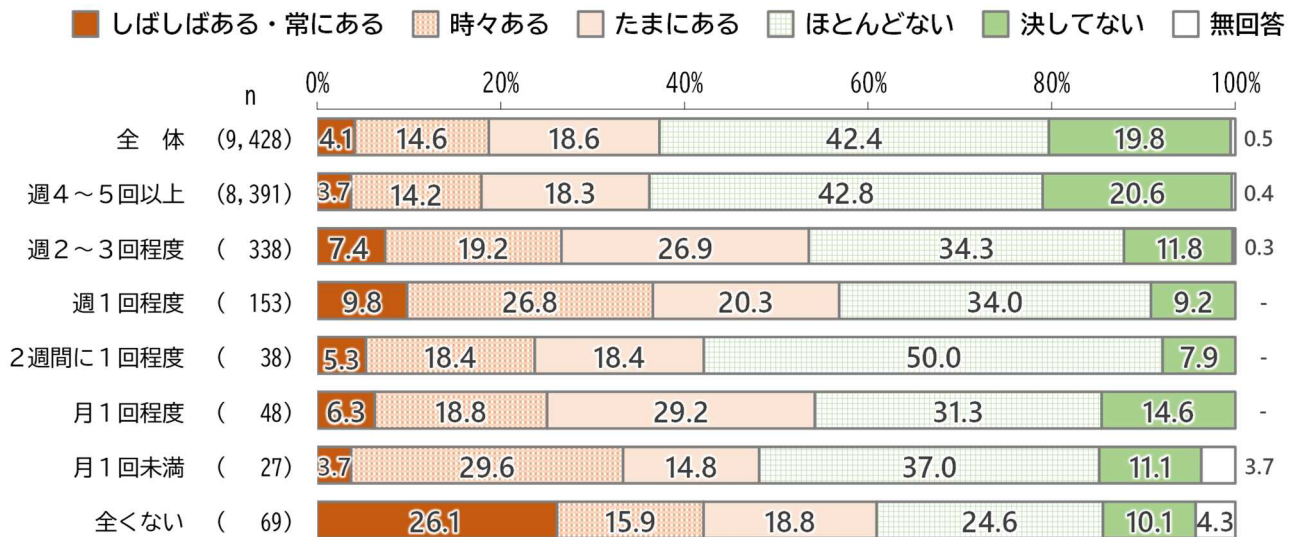


※以下、(31) 及び(32)については、同居人がいると判定した人を集計対象としている（P12参照）。

(31) 同居している人たちと直接会って話す頻度別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、頻度が「全くない」で26.1%となっている。

【図 1－37】「直接会って話す」頻度別孤独感（直接質問）

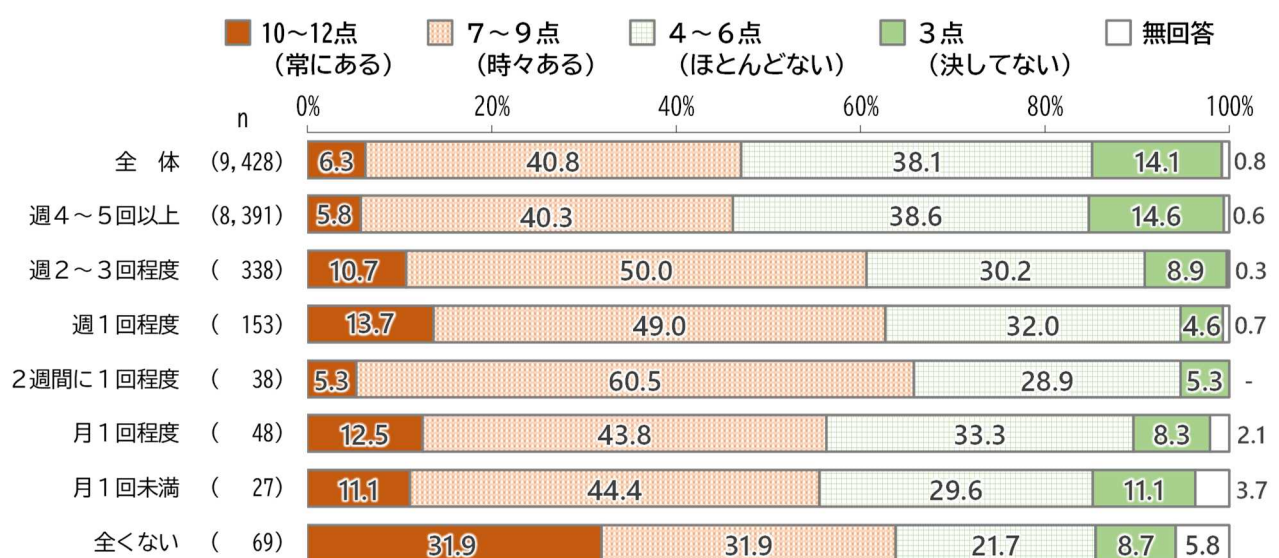


（集計対象：同居人がいる 9,428 人）

(32) 同居している人たちと直接会って話す頻度別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、頻度が「全くない」で31.9%となっている。

【図 1－38】「直接会って話す」頻度別孤独感（間接質問）

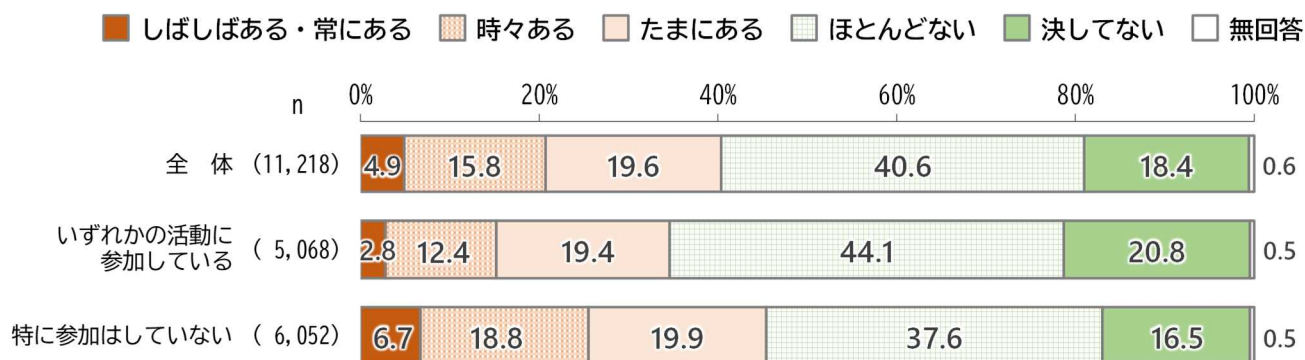


（集計対象：同居人がいる 9,428 人）

(33) 社会活動への参加状況別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、「いずれかの活動に参加している」で2.8%、「特に参加はしていない」で6.7%となっている。

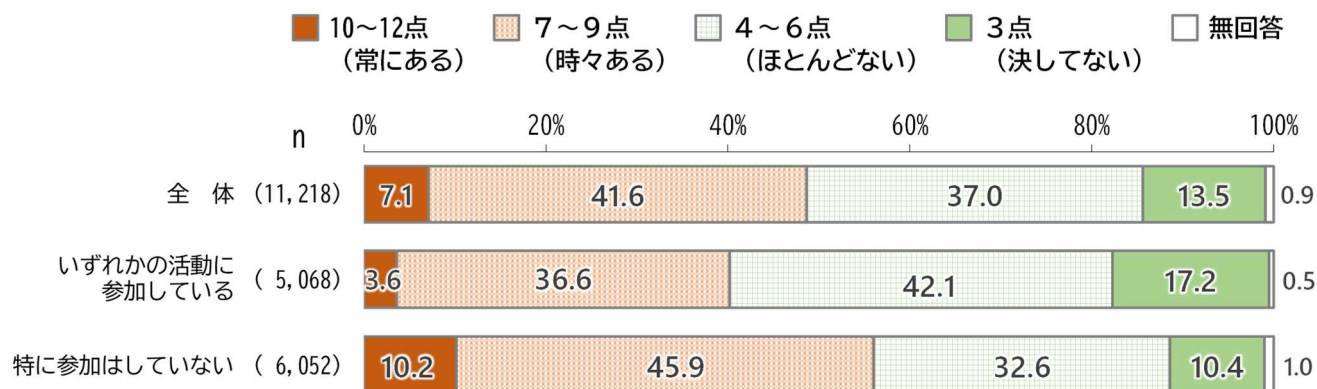
【図 1－39】社会活動への参加状況別孤独感（直接質問）



(34) 社会活動への参加状況別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、「いずれかの活動に参加している」で3.6%、「特に参加はしていない」で10.2%となっている。

【図 1－40】社会活動への参加状況別孤独感（間接質問）

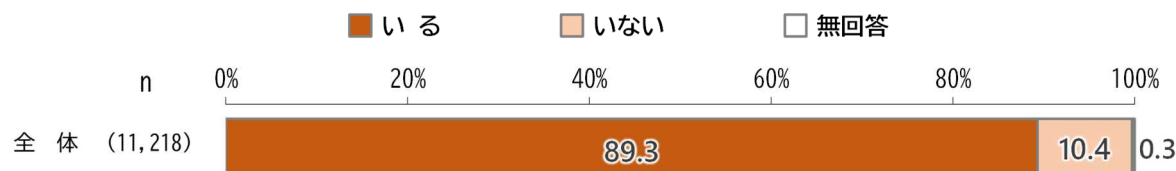


（注）回答選択肢「1 P T A・自治会・町内会などの活動」から「5 その他の活動（同窓会活動・宗教や信仰上の活動など）」のいずれかに回答があった者を「いずれかの活動に参加している」として集計。

(35) 不安や悩みの相談相手の有無

不安や悩みが生じた際の相談相手が「いる」と回答した人の割合は89.3%、「いない」と回答した人の割合は10.4%となっている。

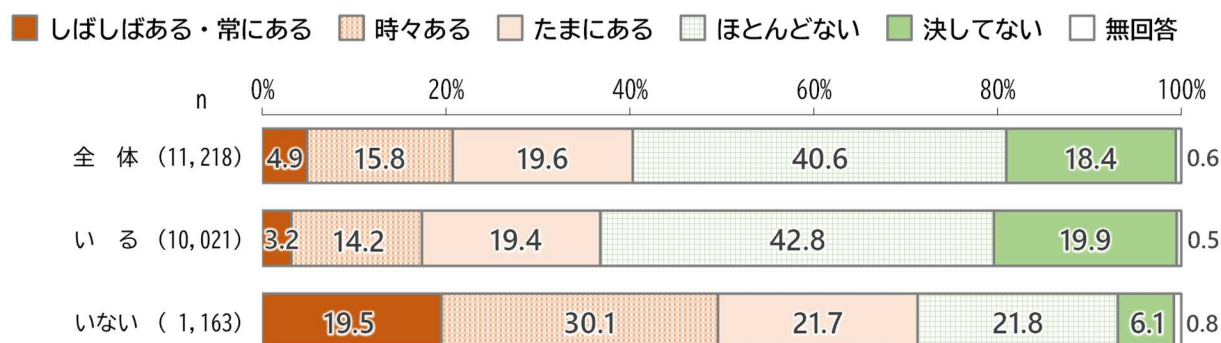
【図 1－41】 不安や悩みの相談相手の有無



(36) 不安や悩みの相談相手の有無別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、相談相手が「いる」で3.2%、相談相手が「いない」で19.5%となっている。

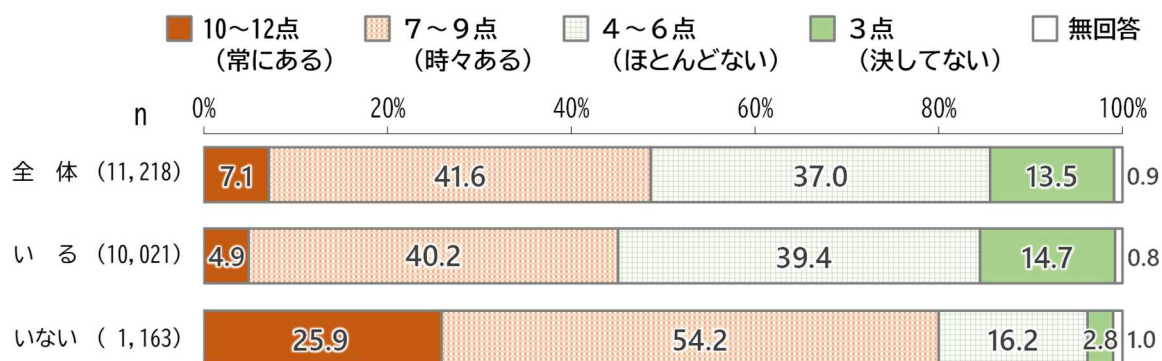
【図 1－42】 不安や悩みの相談相手の有無別孤独感（直接質問）



(37) 不安や悩みの相談相手の有無別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、相談相手が「いる」で4.9%、相談相手が「いない」で25.9%となっている。

【図 1－43】 不安や悩みの相談相手の有無別孤独感（間接質問）



※以下、(38)については、相談相手が「いる」と回答した人を集計対象としている（P27 参照）。

(38) 男女、年齢階級別不安や悩みの相談相手の種類

不安や悩みが生じた場合の相談相手が「いる」と回答した人に対し、その相手を尋ねたところ、「家族・親族」と回答した割合が90.8%と最も高く、次いで、「友人・知人」(62.5%)、「仕事・学校関係者（職場の同僚・学校の先生等）」(23.2%)などとなっている。

「家族・親族」と回答した割合を男女、年齢別にみると、男女ともに80歳以上で最も高く（男性：93.3%、女性：94.7%）になっている。

【図 1-44】 男女、年齢階級別不安や悩みの相談相手の種類【複数回答】

(%)

	n	家族・親族	友人・知人	自治会・町内会・近所の人	仕事・学校関係者 (職場の同僚・学校の先生等)	行政機関(国や自治体)	NPO等の民間団体・ボランティア団体	社会福祉協議会	病院・診療所の医師	テレビ、ラジオ、新聞等の相談コーナー	その他	わからない(相談窓口の運営者が不明な場合を含む)	無回答
全 体	10,021	90.8	62.5	5.6	23.2	3.4	0.7	2.0	13.9	0.3	2.1	0.4	0.1
男性／全体	4,414	89.8	54.8	6.2	24.3	4.0	0.8	2.3	14.6	0.2	1.9	0.3	0.2
16～19歳	149	79.9	88.6	-	22.8	0.7	0.7	0.7	1.3	-	2.0	-	0.7
20～29歳	330	83.6	76.4	1.2	33.6	0.3	1.5	-	3.9	-	2.4	0.3	-
30～39歳	455	89.7	65.9	1.5	40.0	1.8	1.1	0.4	6.4	0.2	1.8	-	-
40～49歳	619	90.3	58.2	1.5	41.8	2.7	0.6	0.5	6.9	0.6	1.0	0.5	-
50～59歳	739	90.3	51.7	4.3	34.2	4.2	0.8	2.0	11.2	0.3	2.2	0.1	0.3
60～69歳	804	89.7	55.6	9.2	20.3	5.3	0.5	2.4	15.4	0.2	2.9	0.4	0.2
70～79歳	885	91.5	46.2	10.6	6.8	6.3	0.7	4.2	23.8	0.2	1.5	0.5	0.3
80歳以上	433	93.3	31.6	12.0	2.5	4.2	1.4	5.5	32.6	-	2.1	0.5	0.2
女性／全体	5,526	91.7	68.6	5.1	22.3	2.9	0.6	1.7	13.2	0.4	2.1	0.5	0.1
16～19歳	146	80.1	90.4	-	22.6	0.7	-	-	4.1	0.7	1.4	-	-
20～29歳	448	86.8	84.8	0.9	27.7	0.4	0.4	-	5.8	0.7	2.0	0.2	-
30～39歳	610	92.6	78.7	1.5	36.6	3.9	0.5	0.2	8.9	0.2	3.3	0.7	-
40～49歳	882	91.3	74.7	4.0	39.0	2.2	0.7	0.5	8.7	0.3	2.7	0.8	-
50～59歳	900	92.0	73.6	3.1	34.1	3.2	0.4	1.2	11.7	0.2	2.7	0.2	0.2
60～69歳	913	91.6	69.9	4.7	16.3	3.0	0.8	1.5	14.0	0.4	1.5	0.3	0.2
70～79歳	1,041	93.2	59.9	9.8	4.8	3.5	0.7	2.6	20.7	0.6	1.3	0.5	0.1
80歳以上	586	94.7	37.0	10.2	0.7	4.1	0.5	6.5	20.6	0.3	1.7	0.7	-

(集計対象：相談相手が「いる」と回答した 10,021 人)

(39) 孤独感（直接質問・間接質問）別不安や悩みを相談することへの感情

不安や悩みを相談することへの感情をみると、「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる」と回答した割合が71.9%と最も高く、次いで、「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」（55.7%）などとなっている。

直接質問による孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人では、「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる」が48.1%で最も高く、次いで、「相談しても無駄である（相談しても解決しない）」（42.8%）などとなっている。

また、間接質問による孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人でも、「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる」が49.9%と最も高く、次いで、「相談しても無駄である（相談しても解決しない）」（38.1%）などとなっている。

【図 1－45】孤独感（直接質問・間接質問）別不安や悩みを相談することへの感情
【複数回答】

		【複数回答】								(%)
		n	相談することでは解決できる、 または解決の手掛かりが得られる	相談することが楽になる	相手に連絡するのが面倒で、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	相談すると相手の負担になる	相談しても無駄である (相談しても解決しない)	その他	無回答
全 体		11,218	55.7	71.9	7.9	5.3	9.3	10.5	2.9	1.7
直接質問	しばしばある・常にある	549	25.0	48.1	18.0	16.6	25.1	42.8	7.8	2.4
	時々ある	1,777	40.2	66.2	13.2	9.3	16.0	19.0	3.0	1.7
	たまにある	2,204	50.0	76.1	10.5	7.5	12.6	10.8	2.9	1.5
	ほとんどない	4,552	61.8	75.5	5.4	3.1	6.0	6.0	2.1	1.6
	決してない	2,069	70.3	71.5	3.4	1.5	3.4	4.2	2.9	1.7
間接質問	10～12点（常にある）	801	27.6	49.9	20.1	15.5	23.5	38.1	6.6	2.1
	7～9点（時々ある）	4,665	47.5	71.9	10.7	7.7	13.0	13.1	2.7	1.6
	4～6点（ほとんどない）	4,146	64.3	75.6	4.4	2.2	4.9	5.3	2.3	1.4
	3点（決してない）	1,509	72.8	75.3	2.5	1.2	2.7	2.4	2.5	1.9

(40) 不安や悩みの有無

不安や悩みが「ある」と回答した人の割合は75.6%、「ない」と回答した人の割合は23.8%となっている。

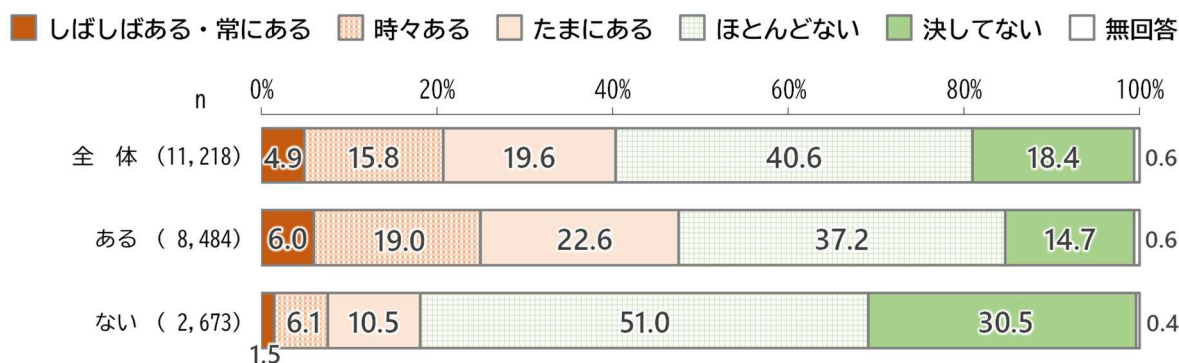
【図 1－46】 不安や悩みの有無



(41) 不安や悩みの有無別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、不安や悩みを感じていることが「ある」で6.0%、「ない」で1.5%となっている。

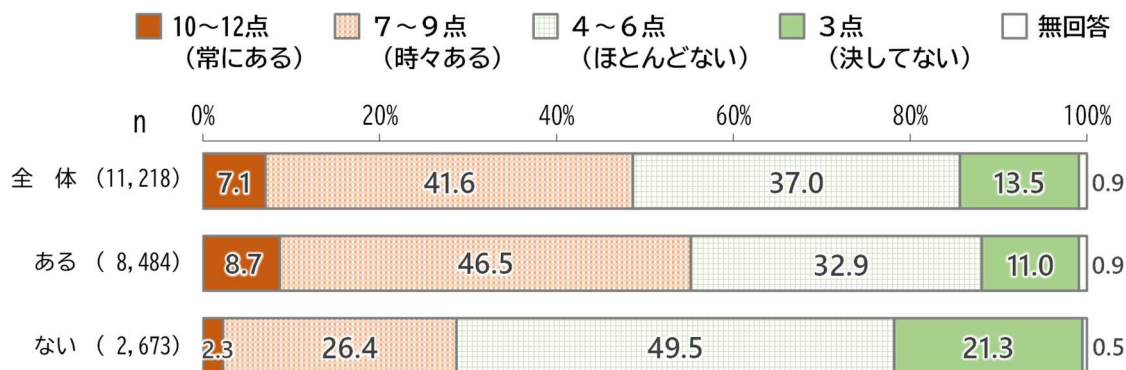
【図 1－47】 不安や悩みの有無別孤独感（直接質問）



(42) 不安や悩みの有無別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、不安や悩みを感じていることが「ある」で8.7%、「ない」で2.3%となっている。

【図 1－48】 不安や悩みの有無別孤独感（間接質問）



※以下、(43)～(45)については、日常生活において不安や悩みを感じていることが「ある」と回答した人を集計対象としている（P30 参照）。

(43) 孤独感（直接質問・間接質問）別不安や悩みの内容

不安や悩みの内容は、「健康」と回答した割合が62.2%と最も高く、次いで、「収入や資産、老後の生活設計」（58.0%）などとなっている。

直接質問による孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人では、「収入や資産、老後の生活設計」が73.0%と最も高くなっている。

また、間接質問による孤独感スコアが「10～12点」という人でも、「収入や資産、老後の生活設計」が72.0%と最も高くなっている。

【図 1－49】孤独感（直接質問・間接質問）別不安や悩みの内容【複数回答】

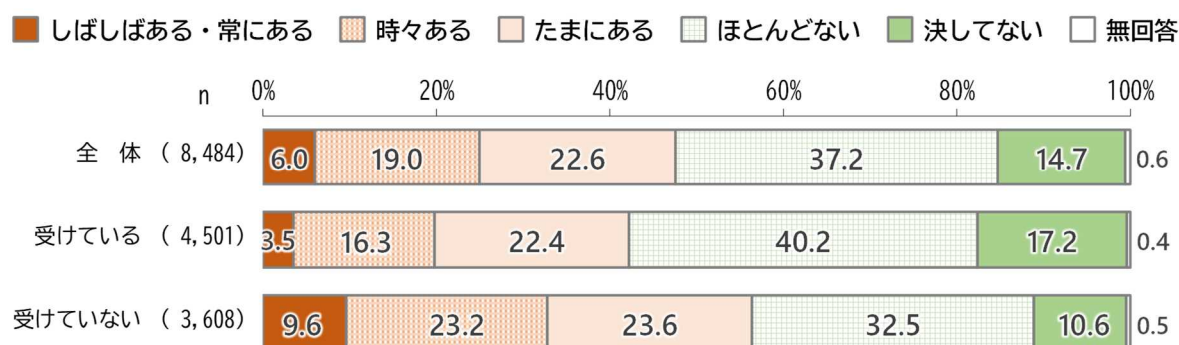
															(%)
		n	健康	住まい	進学、就職など、 進路上の問題	結婚、子育てなど、 生活上の問題	収入や資産、老後の 生活設計	家族・親族間の人間 関係	近隣・地域との関係	学校や勤務先での人間 関係	事業や家業の経営上の 問題	金銭トラブル	自然災害や事故、 事件などの被害	その他	無回答
全 体		8,484	62.2	19.1	10.5	20.5	58.0	19.0	5.5	14.7	5.6	2.7	8.1	5.9	4.7
直接質問	しばしばある・常にある	508	65.9	35.2	18.1	25.4	73.0	33.7	13.6	26.6	7.9	8.5	11.2	11.2	2.0
	時々ある	1,609	65.6	24.3	12.9	24.4	65.1	25.2	6.7	20.4	6.3	3.5	8.7	6.7	2.3
	たまにある	1,915	65.4	20.0	11.4	21.8	60.8	23.0	6.2	16.8	5.5	3.0	8.8	6.0	2.0
	ほとんどない	3,159	61.1	16.0	7.9	17.7	54.9	14.1	3.9	10.6	4.7	1.8	7.9	5.4	6.0
	決してない	1,243	53.5	12.7	10.1	19.5	46.8	12.0	3.5	10.2	6.1	1.1	5.6	4.0	9.5
間接質問	10～12点（常にある）	738	66.1	32.4	16.9	21.1	72.0	29.7	12.2	25.6	7.6	7.5	11.8	10.2	2.0
	7～9点（時々ある）	3,941	63.6	21.7	11.7	23.5	62.8	22.2	5.8	17.2	5.0	2.9	8.4	6.4	2.4
	4～6点（ほとんどない）	2,793	60.8	14.2	7.8	17.2	51.5	14.4	3.8	10.1	5.6	1.5	7.5	4.8	6.9
	3点（決してない）	934	56.6	12.6	9.3	18.3	47.5	12.0	4.0	10.2	6.7	1.3	5.8	3.6	8.9

（集計対象：不安や悩みを感じていることが「ある」と回答した 8,484 人）

(44) 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、家族・友人等からの手助けを「受けている」で3.5%、「受けていない」で9.6%となっている。

【図 1－50】不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別孤独感（直接質問）

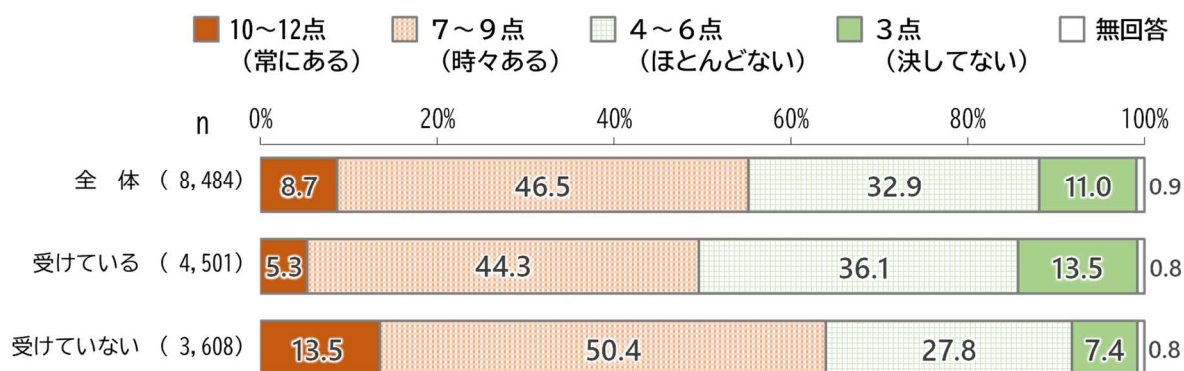


（集計対象：不安や悩みを感じていることが「ある」と回答した 8,484 人）

(45) 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、家族・友人等からの手助けを「受けている」で5.3%、「受けていない」で13.5%となっている。

【図 1－51】不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別孤独感（間接質問）

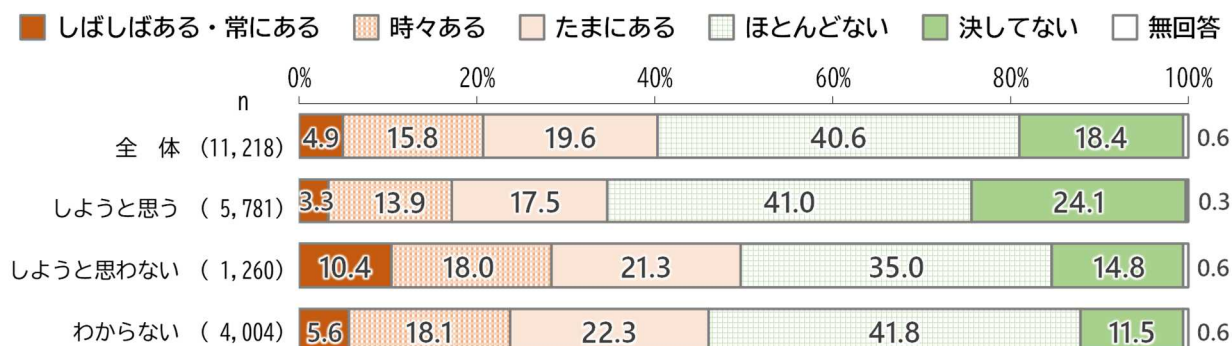


（集計対象：不安や悩みを感じていることが「ある」と回答した 8,484 人）

(46) 他者へのサポート意識別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、手助けを「しようと思う」で3.3%、「しようと思わない」で10.4%となっている。

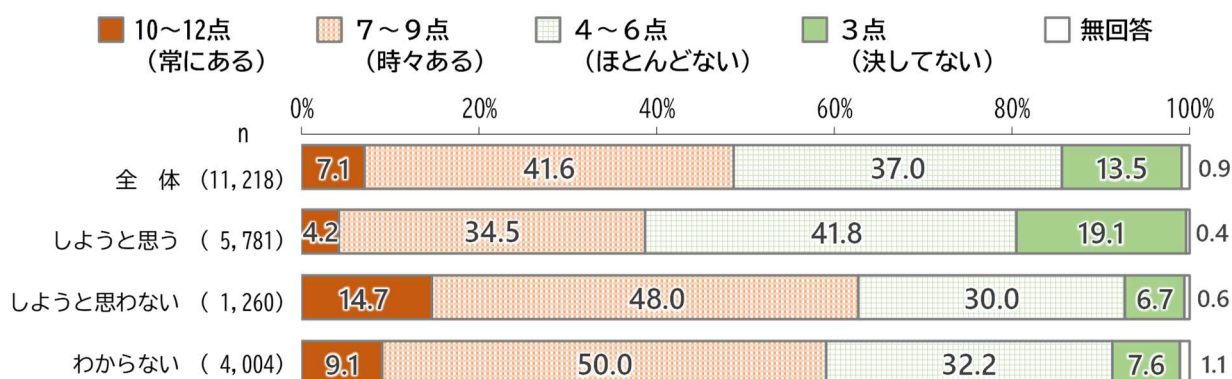
【図 1－52】 他者へのサポート意識別孤独感（直接質問）



(47) 他者へのサポート意識別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合は、手助けを「しようと思う」で4.2%、「しようと思わない」で14.7%となっている。

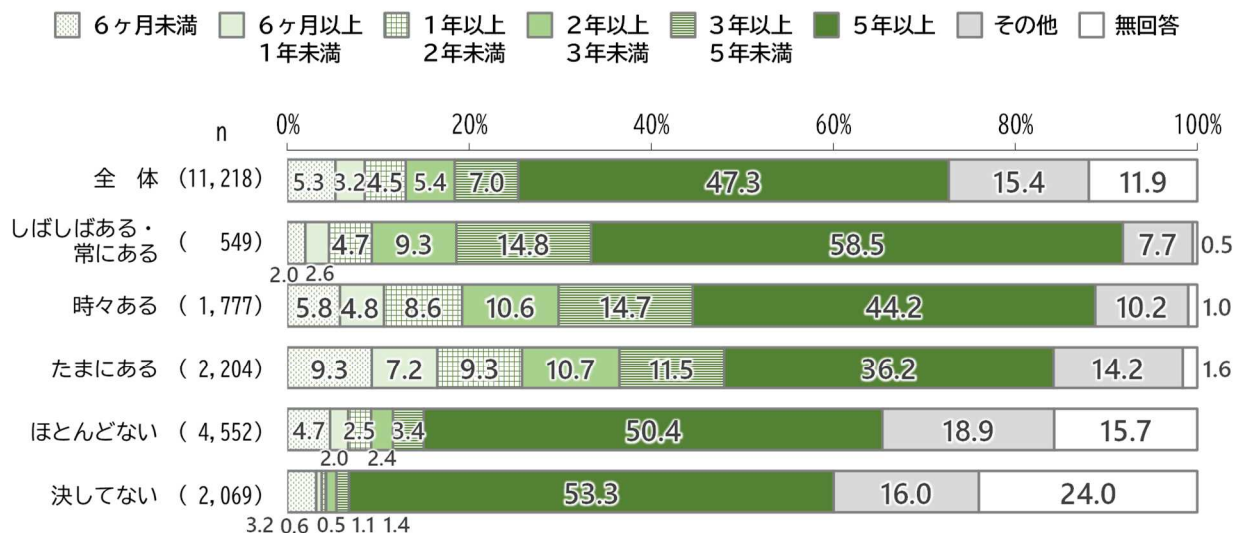
【図 1－53】 他者へのサポート意識別孤独感（間接質問）



(48) 孤独感（直接質問）別現在の孤独感の継続期間

現在の孤独感の継続期間をみると、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の58.5%が「5年以上」と回答している。

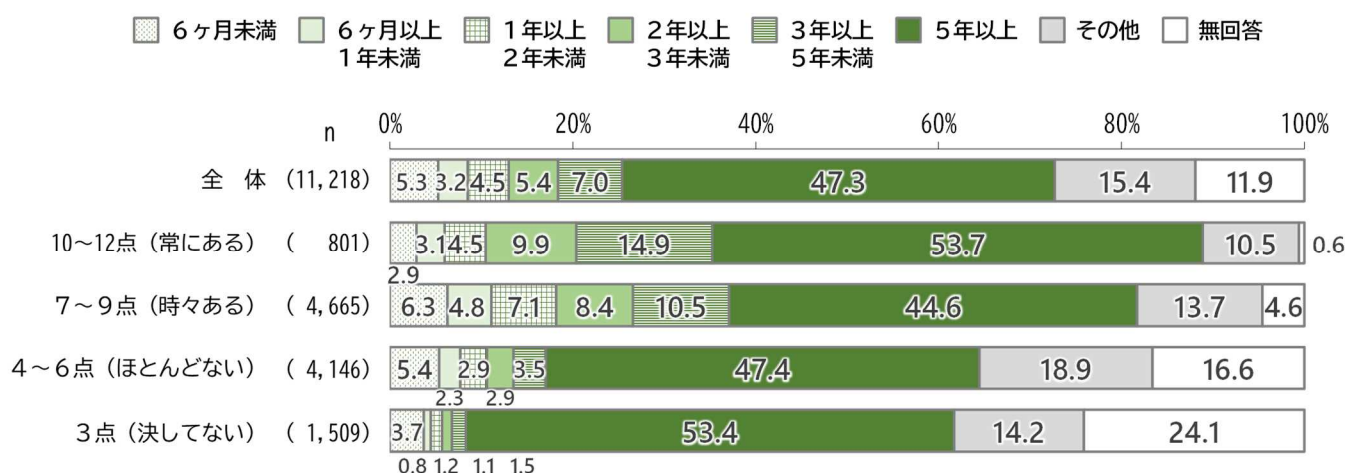
【図 1－54】 孤独感（直接質問）別現在の孤独感の継続期間



(49) 孤独感（間接質問）別現在の孤独感の継続期間

現在の孤独感の継続期間をみると、孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の53.7%が「5年以上」と回答している。

【図 1－55】 孤独感（間接質問）別現在の孤独感の継続期間



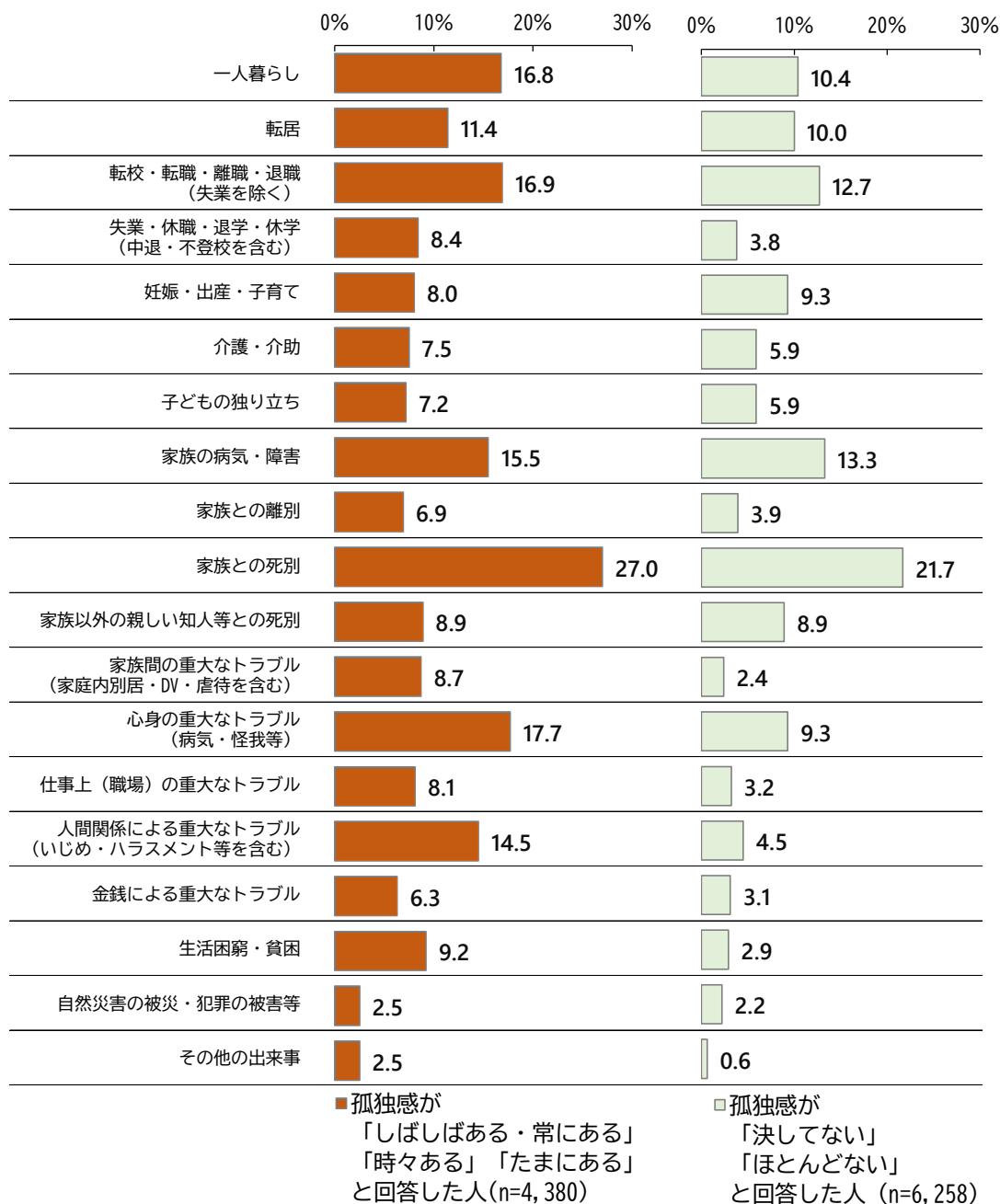
※以下、(50)～(53)については、これまでに経験したライフイベントで「いずれもない」以外を1つでも回答している人を集計対象としている（P 80 問 25 参照）。

(50) 孤独感（直接質問／2 区分）別孤独感に影響を与えたと思う出来事【複数回答】

孤独感が「しばしばある・常にある」、「時々ある」又は「たまにある」と回答した人と、「決してない」又は「ほとんどない」と回答した人とで、現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事の回答割合の差をみると、「人間関係による重大なトラブル（いじめ・ハラスメント等を含む）」が最も大きく、次いで、「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」、「一人暮らし」などとなっている。

【図 1－56】孤独感（直接質問／2 区分）別

孤独感に影響を与えたと思う出来事【複数回答】



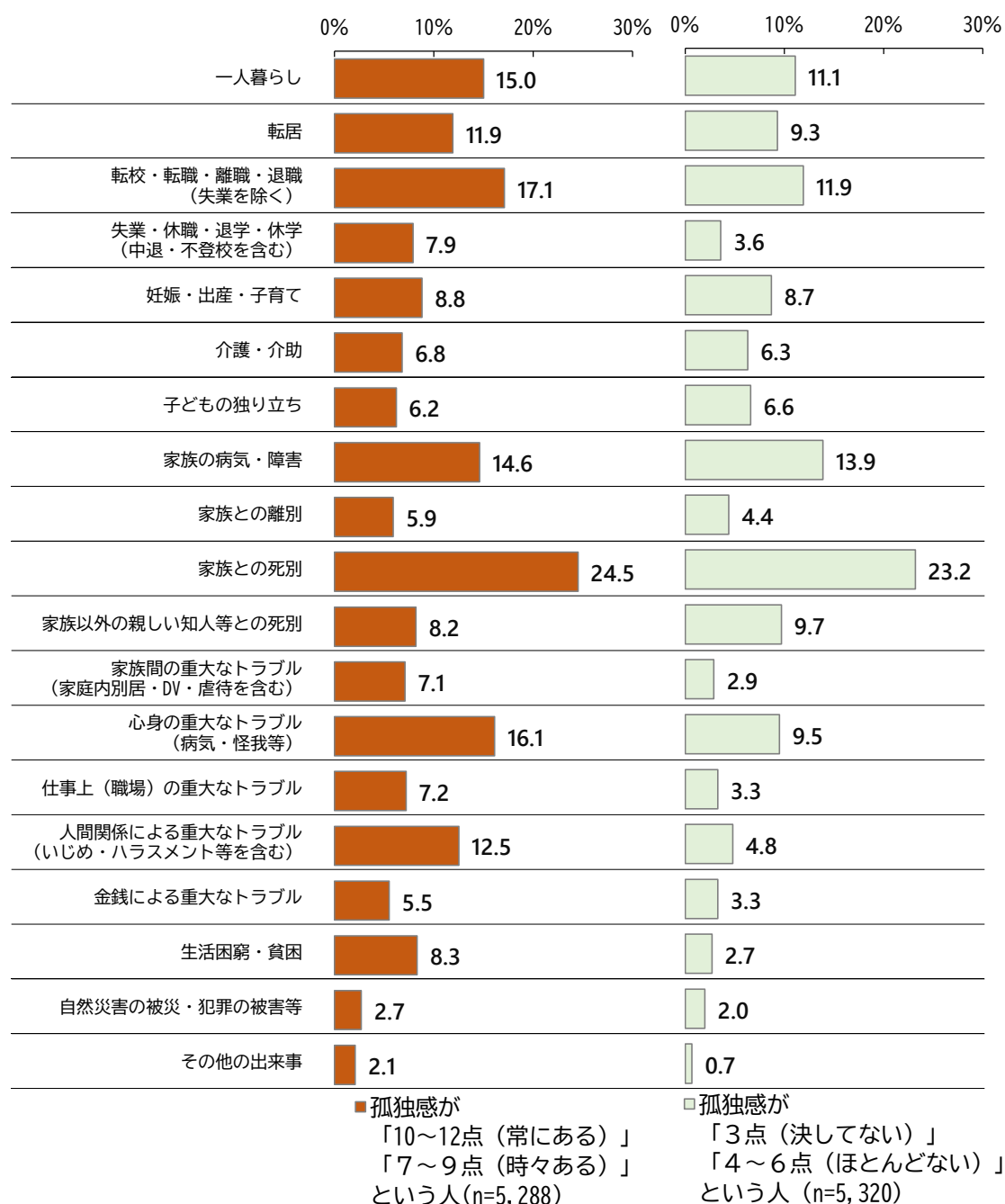
（集計対象：これまでに経験したライフイベントで「いずれもない」以外を1つ以上回答した 10,668 人）

（注）孤独感が「しばしばある・常にある」、「時々ある」又は「たまにある」と回答した人の無回答 20.6%、「決してない」又は「ほとんどない」と回答した人の無回答 47.5%は、グラフから省略している。

(51) 孤独感（間接質問／2区分）別孤独感に影響を与えたと思う出来事【複数回答】

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」又は「7～9点（時々ある）」という人と、「3点（決してない）」又は「4～6点（ほとんどない）」という人とで、現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事の回答割合の差をみると、「人間関係による重大なトラブル（いじめ・ハラスメント等を含む）」が最も大きく、次いで、「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」、「生活困窮・貧困」などとなっている。

【図 1－57】 孤独感（間接質問／2区分）別
孤独感に影響を与えたと思う出来事【複数回答】



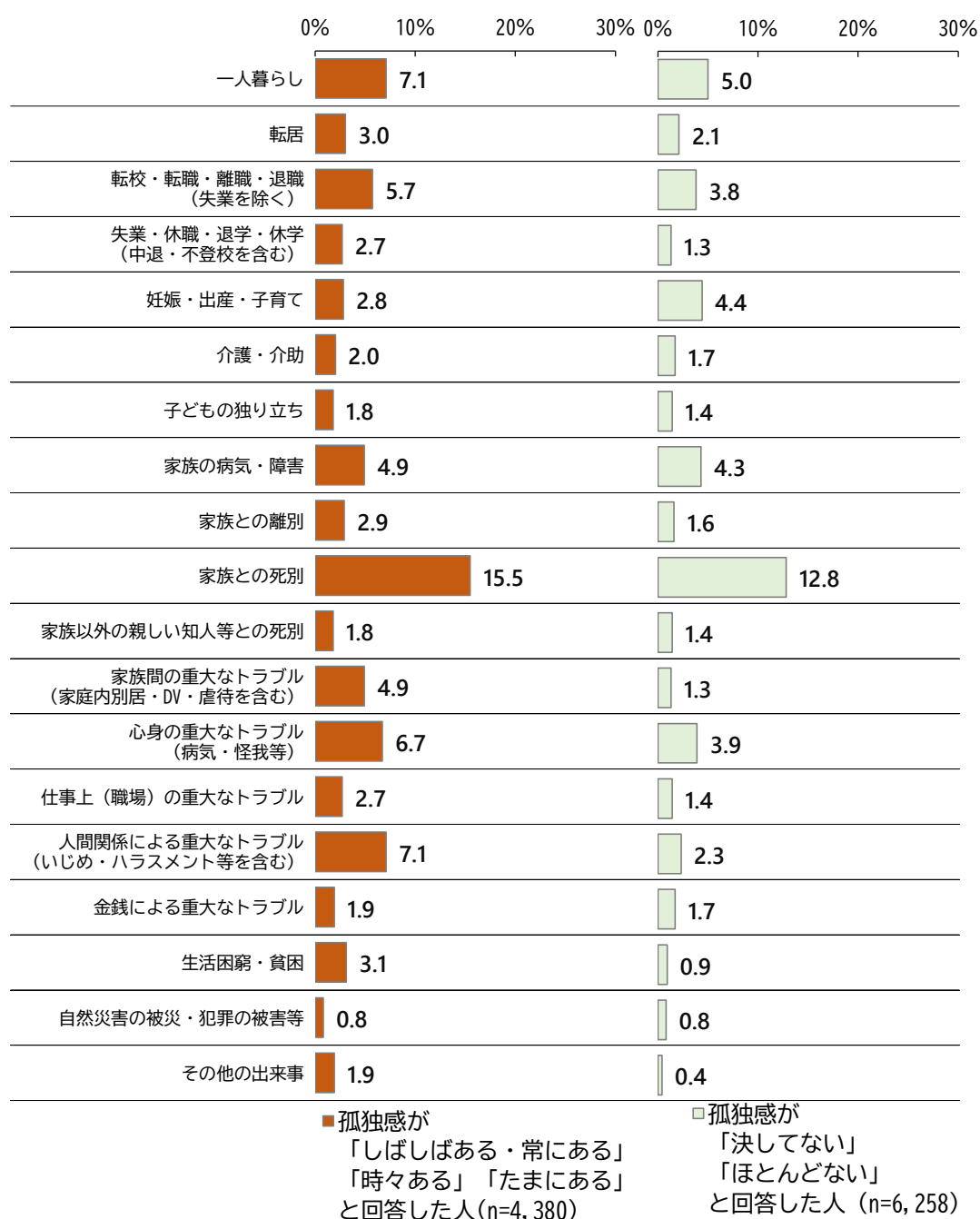
（集計対象：これまでに経験したライフイベントで「いずれもない」以外を1つ以上回答した10,668人）

（注）孤独感スコアが「10～12点（常にある）」又は「7～9点（時々ある）」という人の無回答26.2%、「3点（決してない）」又は「4～6点（ほとんどない）」という人の無回答46.5%は、グラフから省略している。

(52) 孤独感（直接質問／２区分）別現在の孤独感に１番強く影響を与えたと思う出来事
孤独感が「しばしばある・常にある」、「時々ある」又は「たまにある」と回答した人と、「決してない」又は「ほとんどない」と回答した人とで、現在の孤独感に１番強く影響を与えたと思う出来事の回答割合の差をみると、「人間関係による重大なトラブル（いじめ・ハラスメント等を含む）」が最も大きく、次いで、「家族間の重大なトラブル（家庭内別居・DV・虐待を含む）」、「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」などとなっている。

【図１－58】孤独感（直接質問／２区分）別

現在の孤独感に１番強く影響を与えたと思う出来事



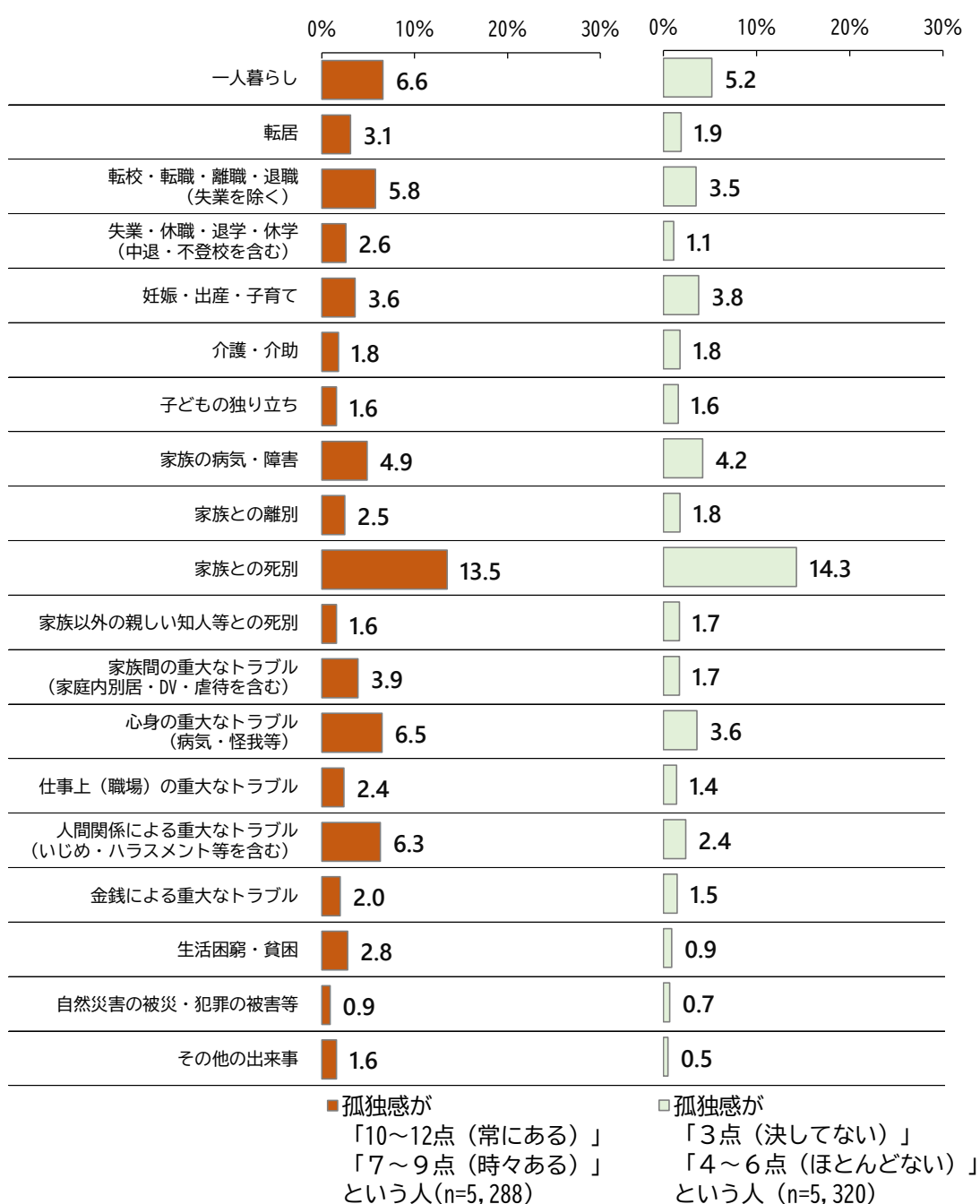
（集計対象：これまでに経験したライフイベントで「いずれもない」以外を１つ以上回答した10,668人）

（注）孤独感が「しばしばある・常にある」、「時々ある」又は「たまにある」と回答した人の無回答20.6%、「決してない」又は「ほとんどない」と回答した人の無回答47.5%は、グラフから省略している。

(53) 孤独感（間接質問／２区分）別現在の孤独感に１番強く影響を与えたと思う出来事
孤独感スコアが「10～12点（常にある）」又は「7～9点（時々ある）」という人と、「3点（決してない）」又は「4～6点（ほとんどない）」という人とで、現在の孤独感に１番強く影響を与えたと思う出来事の回答割合の差をみると、「人間関係による重大なトラブル（いじめ・ハラスメント等を含む）」が最も大きく、次いで、「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」、「転校・転職・離職・退職（失業を除く）」などとなっている。

【図１－59】孤独感（間接質問／２区分）別

現在の孤独感に１番強く影響を与えたと思う出来事



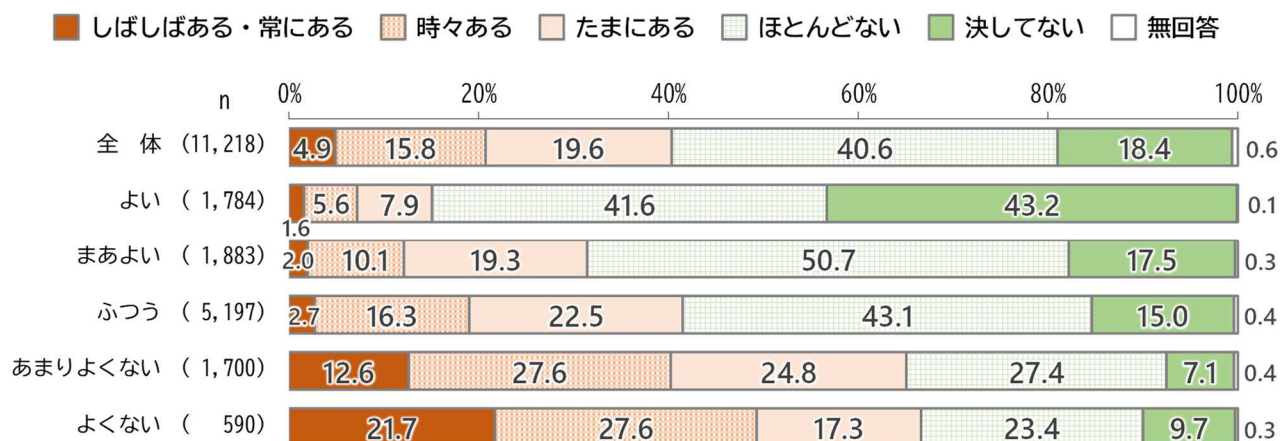
（集計対象：これまでに経験したライフイベントで「いずれもない」以外を１つ以上回答した10,668人）

（注）孤独感スコアが「10～12点（常にある）」又は「7～9点（時々ある）」という人の無回答26.2%、「3点（決してない）」又は「4～6点（ほとんどない）」という人の無回答46.5%は、グラフから省略している。

(54) 心身の健康状態別孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、心身の健康状態が「よくない」で21.7%となっている。一方、その割合が最も低いのは、健康状態が「よい」で1.6%となっている。

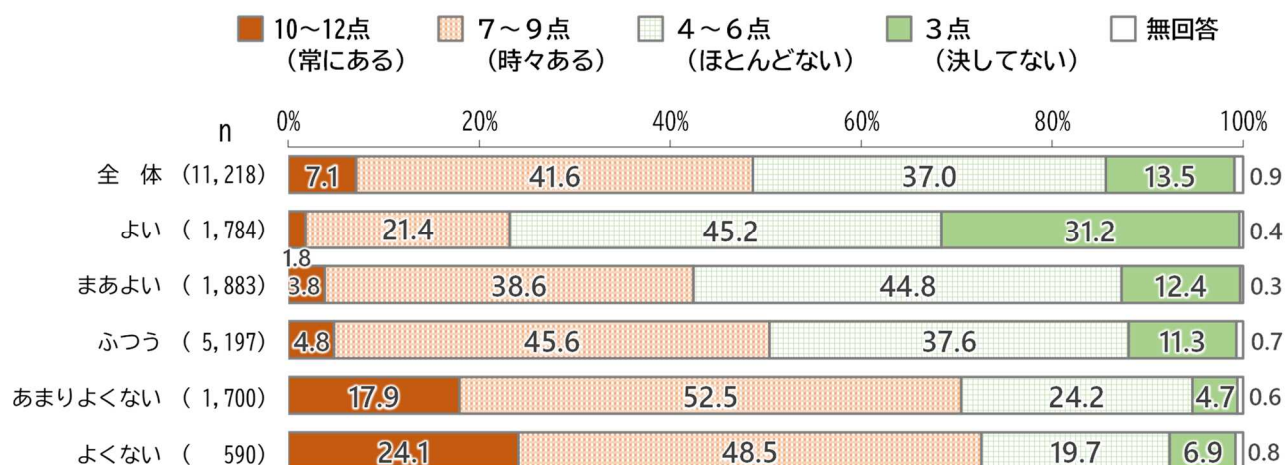
【図 1－60】心身の健康状態別孤独感（直接質問）



(55) 心身の健康状態別孤独感（間接質問）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人の割合が最も高いのは、心身の健康状態が「よくない」で24.1%となっている。一方、その割合が最も低いのは、健康状態が「よい」で1.8%となっている。

【図 1－61】心身の健康状態別孤独感（間接質問）

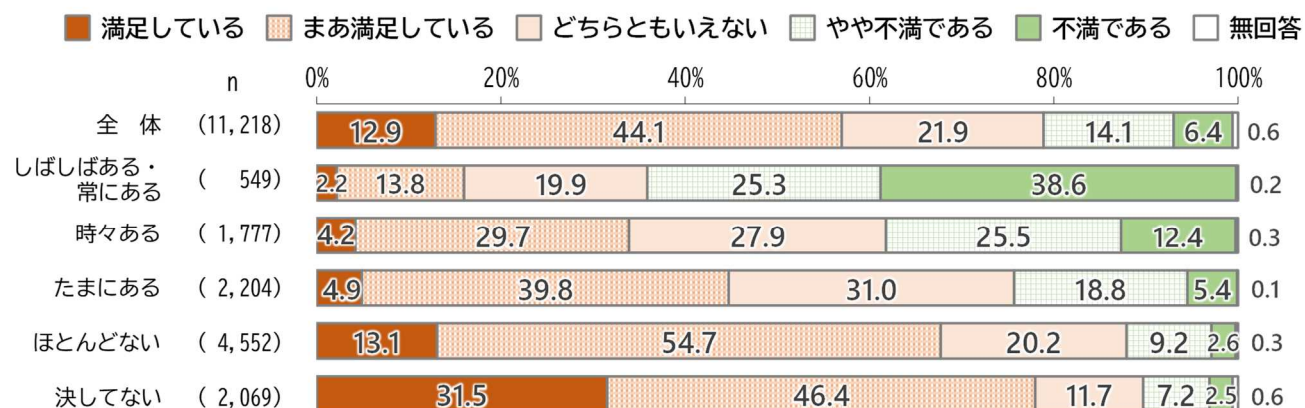


(56) 孤独感（直接質問）別生活満足度

現在の生活に「満足している」と回答した人の割合は12.9%、「まあ満足している」が44.1%となっている。一方、「不満である」と回答した人の割合は6.4%、「やや不満である」が14.1%となっている。

現在の生活に「満足している」と回答した人の割合が最も高いのは、孤独感が「決してない」で31.5%となっている。一方、その割合が最も低いのは、孤独感が「しばしばある・常にある」で2.2%となっている。

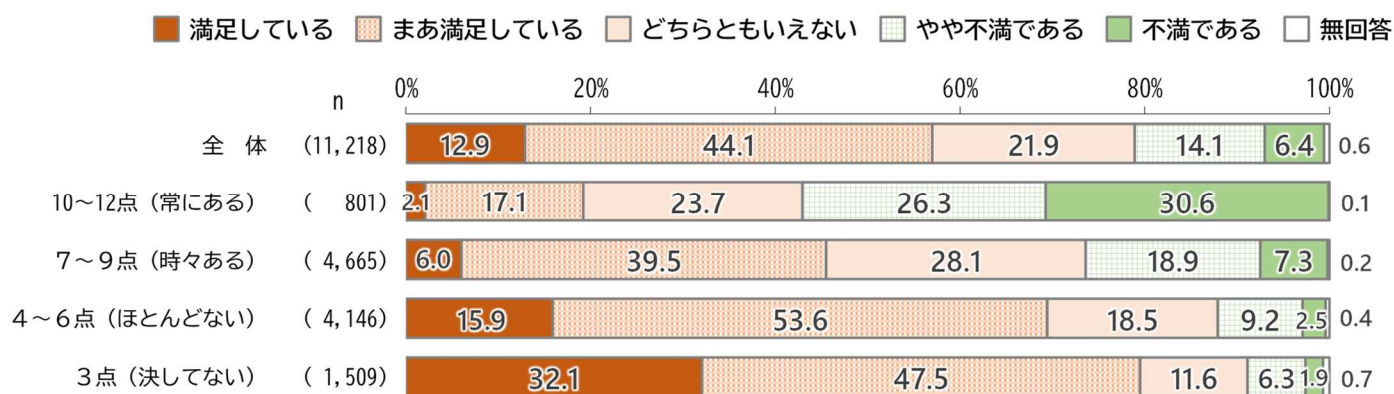
【図 1－62】 孤独感（直接質問）別生活満足度



(57) 孤独感（間接質問）別生活満足度

現在の生活に「満足している」と回答した人の割合が最も高いのは、孤独感スコアが「3点（決してない）」で32.1%となっている。一方、その割合が最も低いのは、スコアが「10～12点（常にある）」で2.1%となっている。

【図 1－63】 孤独感（間接質問）別生活満足度

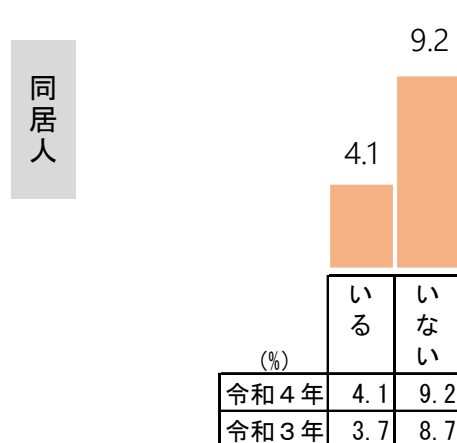
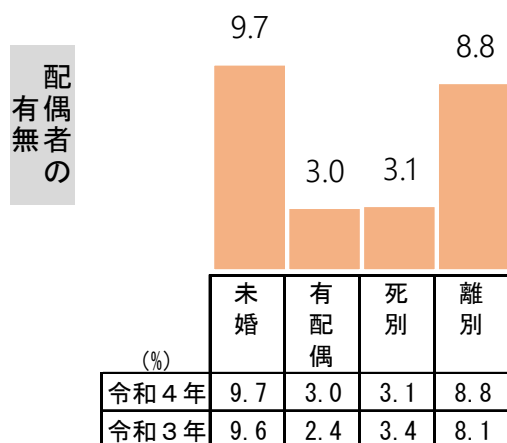
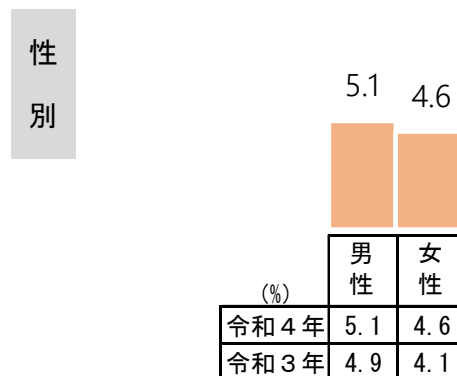
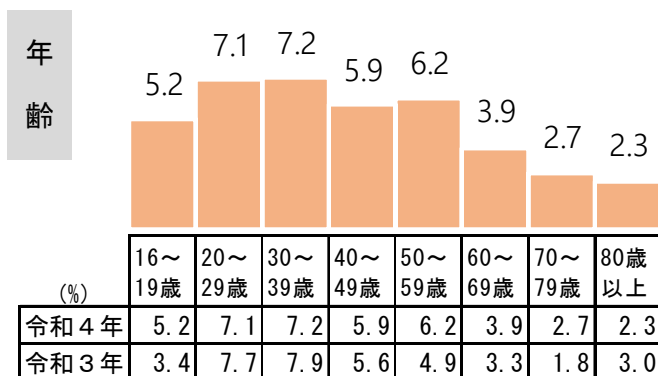


【参考】孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合に関する主な属性別結果

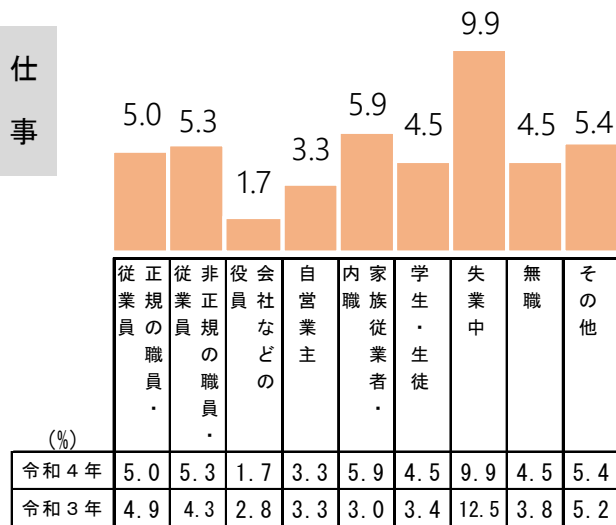
あなたはどの程度、孤独であると感じることがありますか。

しばしばある・常にある
4.9%

	令和4年	令和3年
しばしばある・常にある	4.9%	4.5%
時々ある	15.8%	14.5%
たまにある	19.6%	17.4%
ほとんどない	40.6%	38.9%
決してない	18.4%	23.7%
無回答	0.6%	0.9%

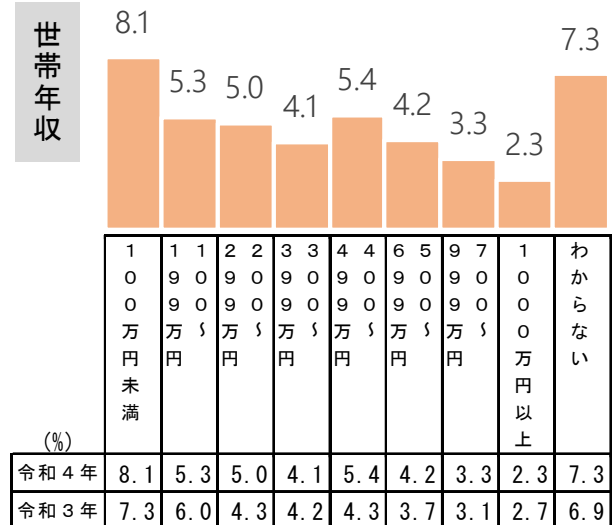


仕事

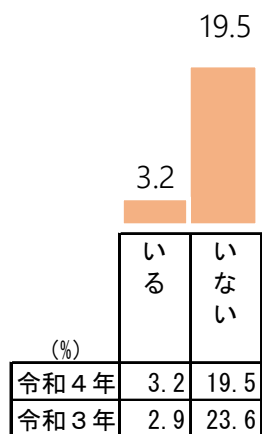


(注) 令和3年調査の「非正規の職員・従業員」は、「派遣社員」、「パート・アルバイト（学生アルバイトを除く）」、「契約社員・嘱託」を合算して集計。

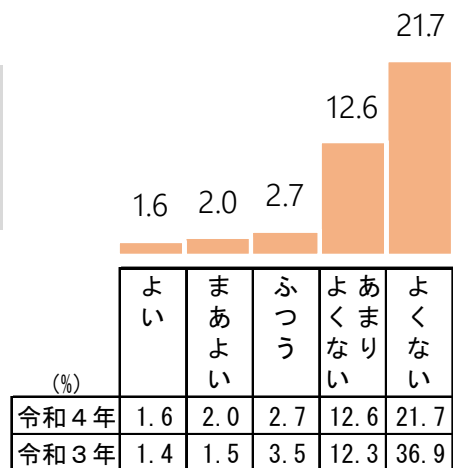
世帯年収



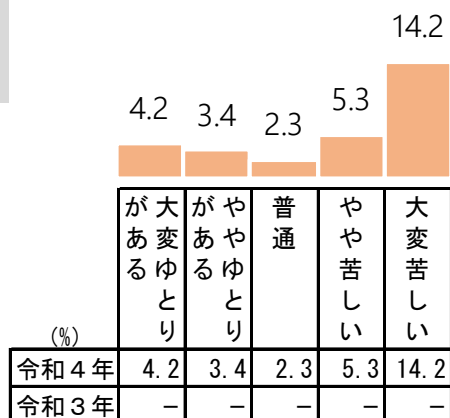
相談相手の有無



健康状態の心身



暮らし向き



※令和4年からの新設問

2 孤立の状況

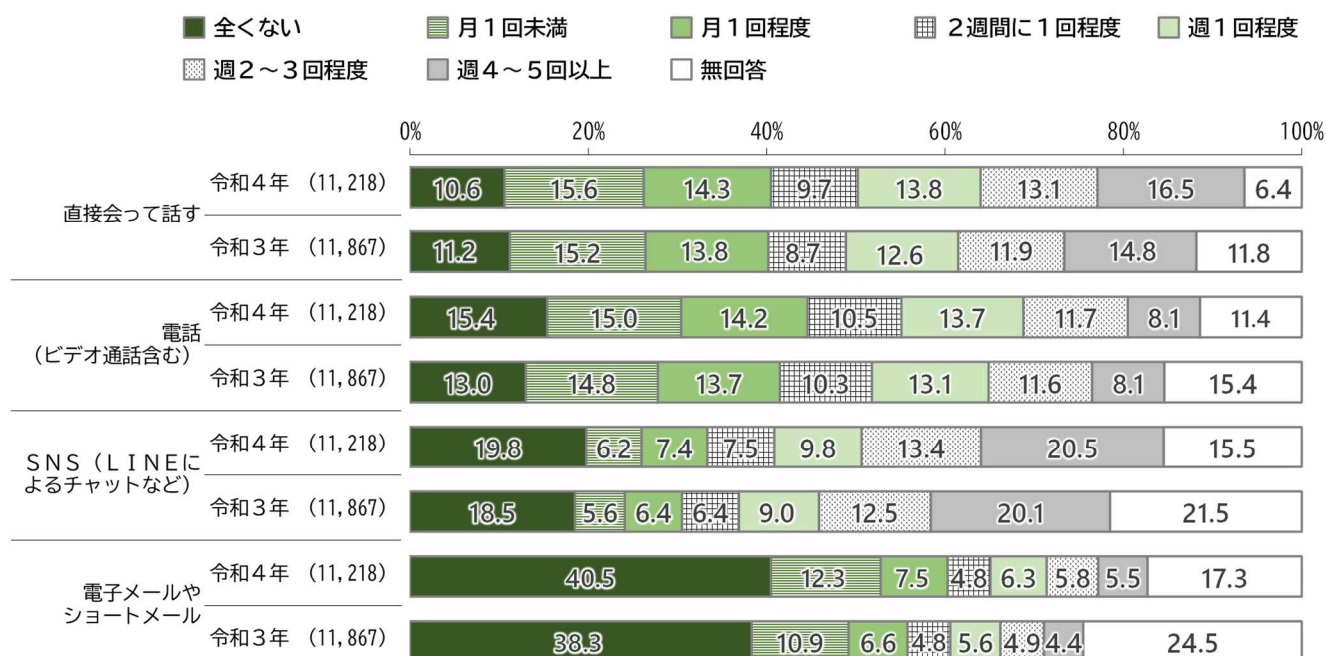
本調査では、社会的交流（家族・友人等との接触状況等）、社会参加、社会的サポート（他者からの支援／他者への手助け）の状況から孤立の状態を把握した。

(1) 同居していない家族や友人たち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のコミュニケーション頻度が「全くない」と回答した人の割合は、「直接会って話す」で10.6%、「電話（ビデオ通話含む）」で15.4%、「SNS（LINEによるチャットなど）」で19.8%、「電子メールやショートメール」で40.5%となっている。

コミュニケーション頻度が「全くない」と回答した人の割合について、令和3年と比較すると、電話、SNS及び電子メールやショートメールにおいて拡大している。

【図2-1】同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度
（令和4年、3年）



(2) 男女、年齢階級別同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度
(社会的交流)

「図2-2」から「図2-5」までは、男女、年齢階級別に同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度を、そのコミュニケーション手段別に示している。

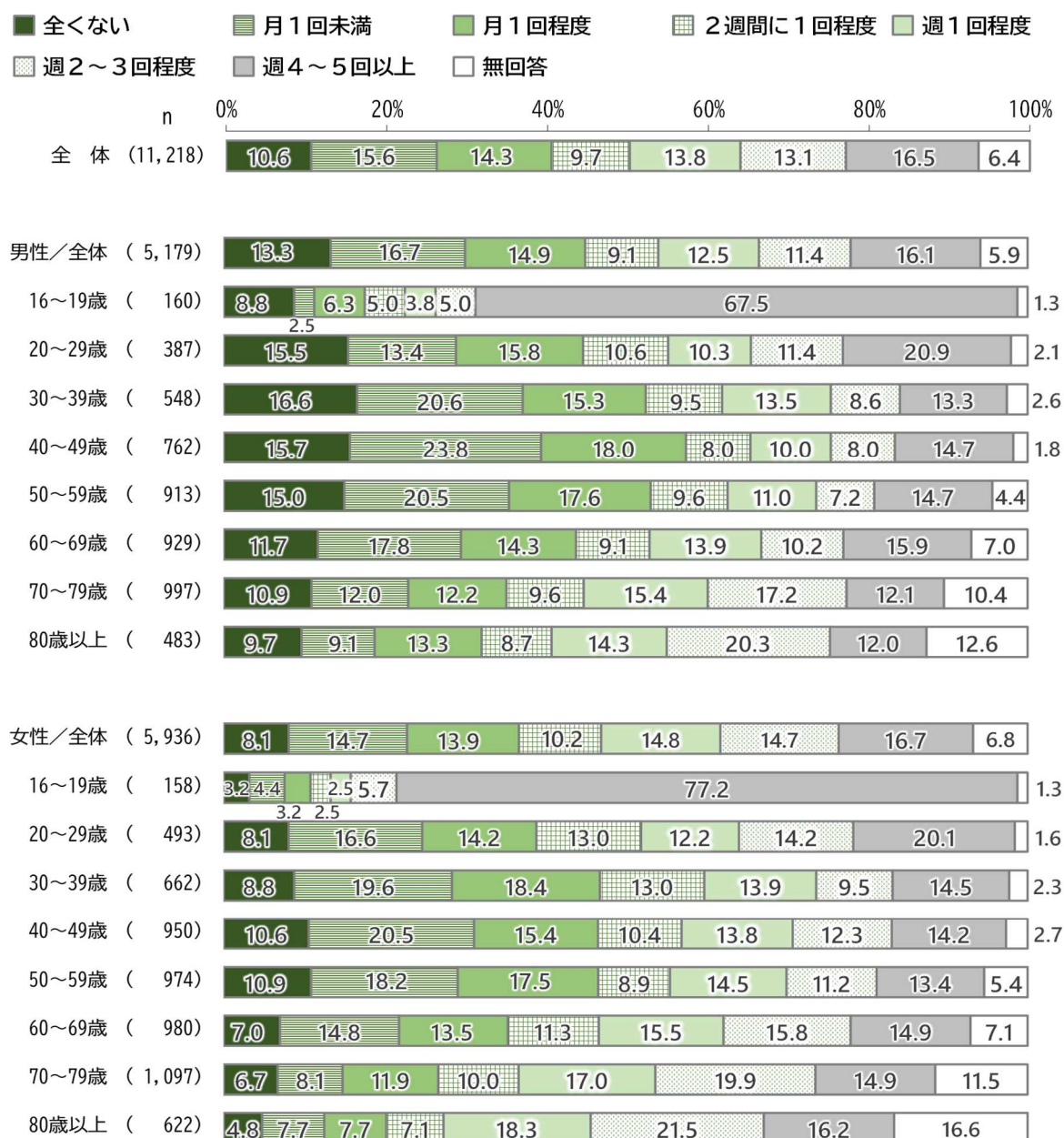
「直接会って話す」におけるコミュニケーション頻度が「全くない」と回答した人の割合は、男性は30歳代（16.6%）、女性は50歳代（10.9%）で最も高くなっている。

「電話（ビデオ通話含む）」における頻度が「全くない」と回答した人の割合は、男性は30歳代（23.0%）、女性は16～19歳（20.3%）で最も高くなっている。

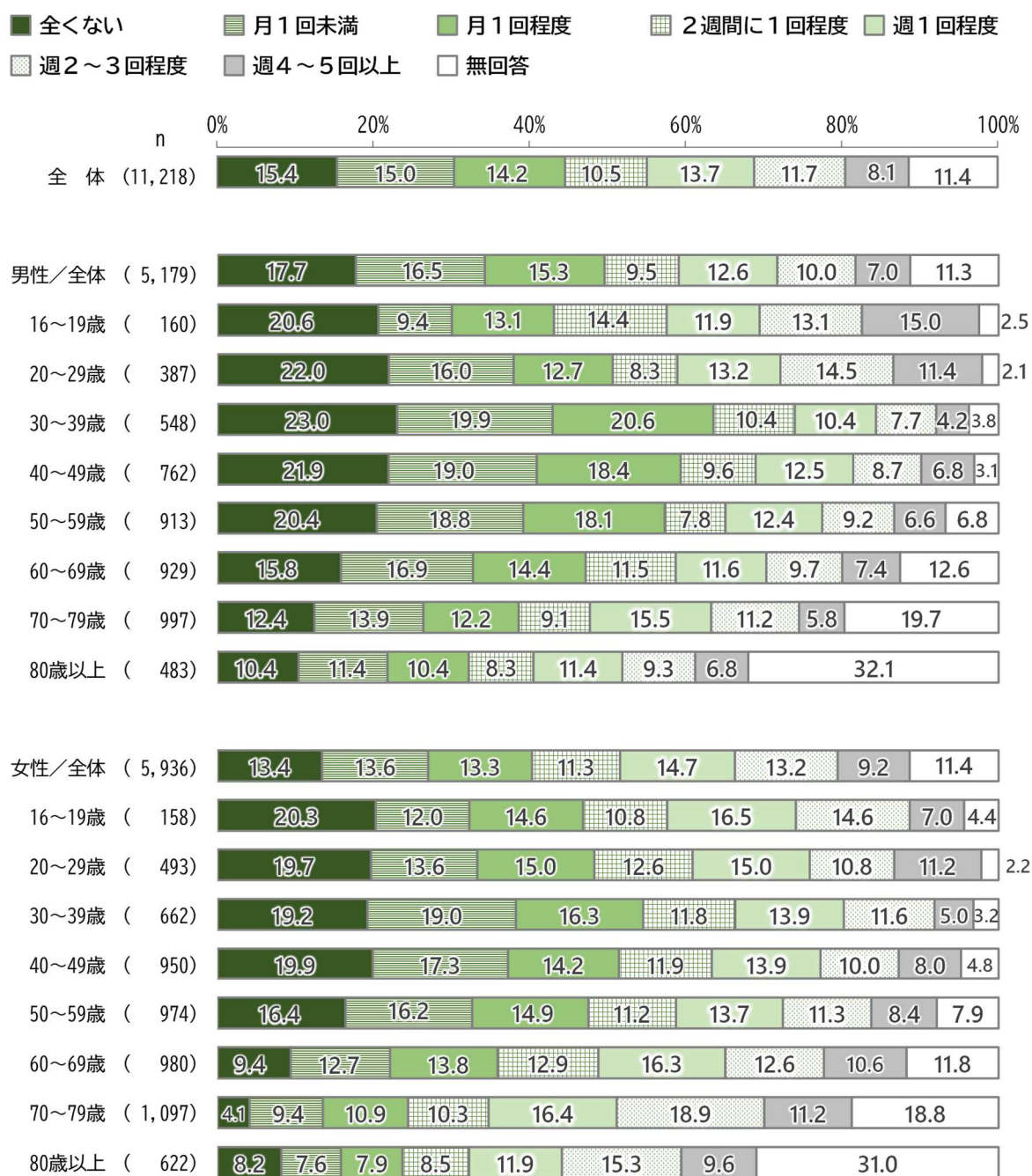
「SNS（LINEによるチャットなど）」における頻度が「全くない」と回答した人の割合は、男女ともに80歳以上（男性：36.4%、女性：34.4%）で最も高くなっている。

「電子メールやショートメール」における頻度が「全くない」と回答した人の割合は、男性は16～19歳（74.4%）、女性は20歳代（70.6%）で最も高くなっている。

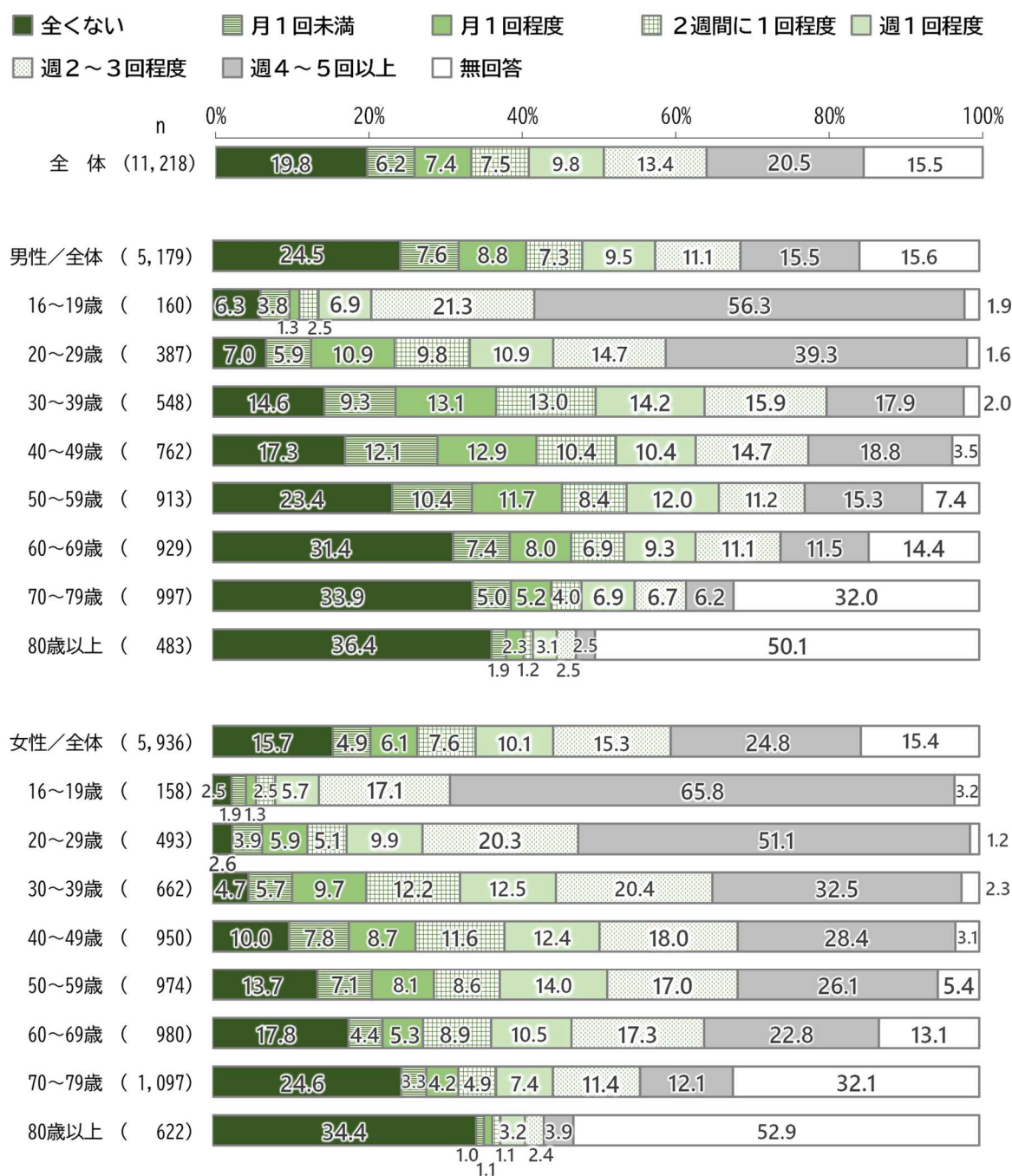
【図2-2】男女、年齢階級別「直接会って話す」頻度



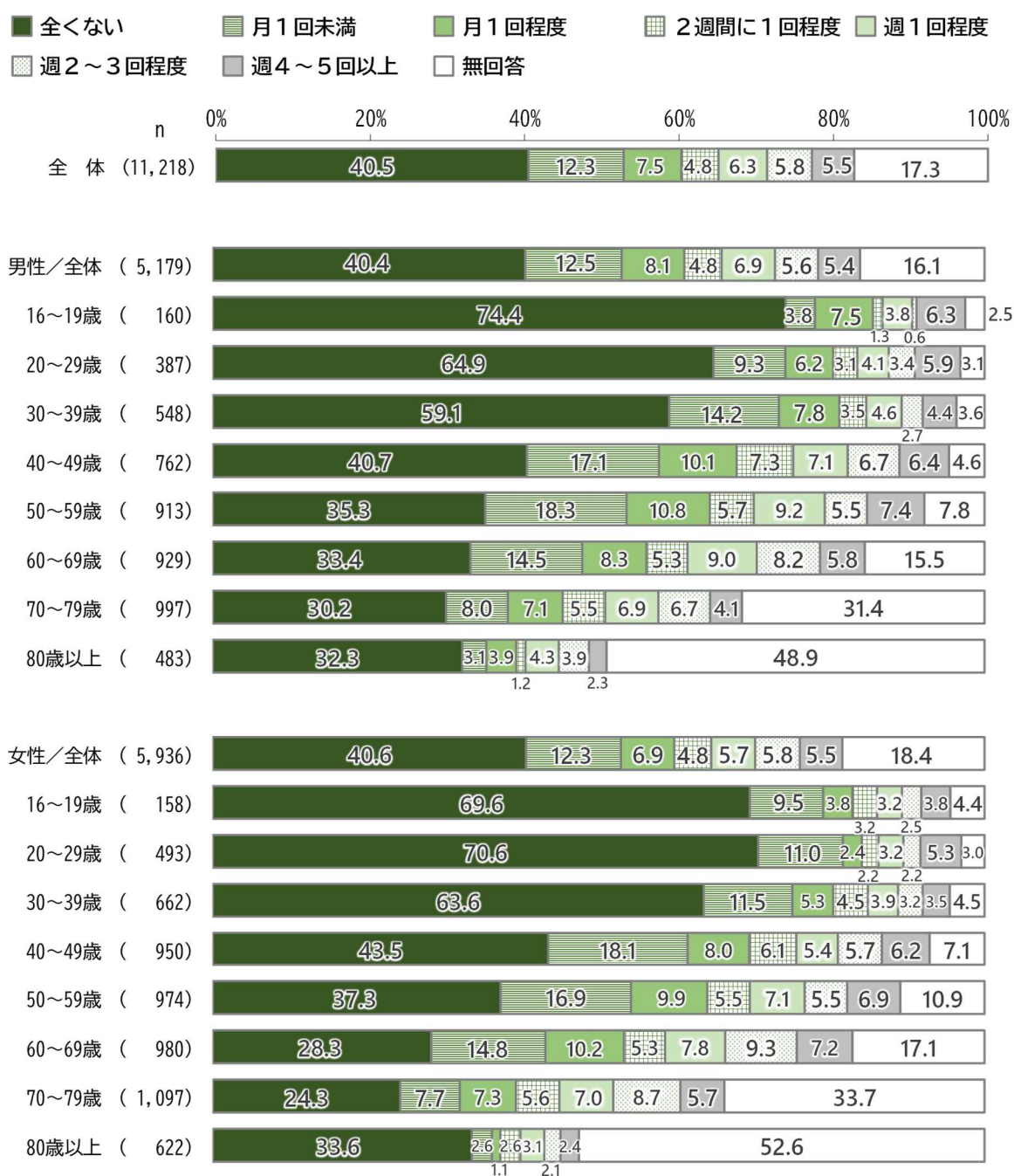
【図 2－3】男女、年齢階級別「電話（ビデオ通話含む）する」頻度



【図 2－4】男女、年齢階級別「SNS（LINE等）をする」頻度



【図 2－5】男女、年齢階級別「電子メールやショートメールをする」頻度



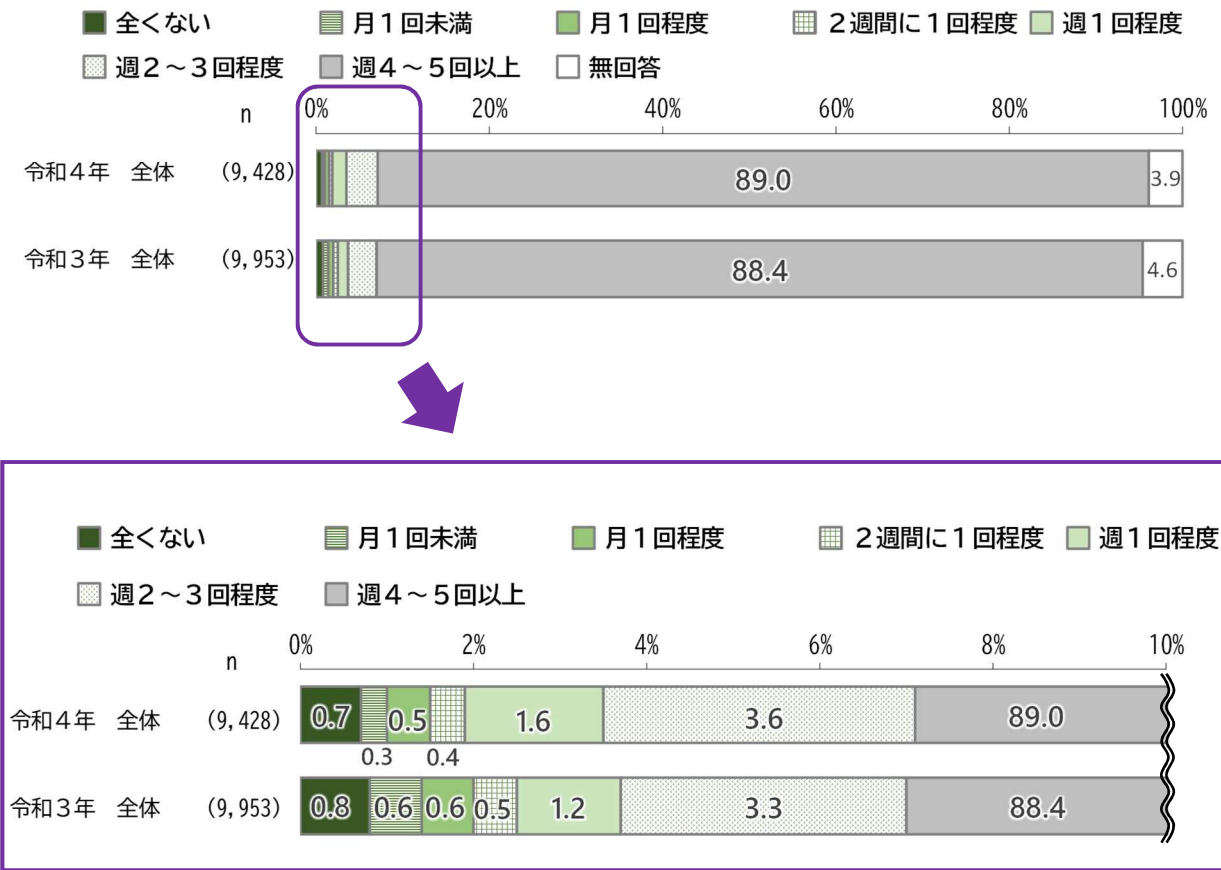
※以下、(3) 及び(4)については、同居人がいると判定した人を集計対象としている（P12 参照）。

(3) 同居している人たちとの直接会話によるコミュニケーション頻度（社会的交流）

同居している人たちと直接会って話すことが「全くない」と回答した人の割合は0.7%、
「週4～5回以上」は89.0%となっている。

直接会って話すことが「全くない」及び「週4～5回以上」と回答した人の割合について、令和3年と比較すると、どちらも大きな変化は見られない。

【図2-6】同居している人たちとの直接会話によるコミュニケーション頻度
（令和4年、3年）



（集計対象（令和4年）：同居人がいる 9,428 人）

(4) 男女、年齢階級別同居している人たちとのコミュニケーション頻度（社会的交流）

同居している人たちと直接会って話す人の割合を男女別にみると、「全くない」と回答した人の割合は、男女とも0.7%となっている。年齢階級別にみると、「全くない」は、男性は80歳以上で1.7%、女性は70歳代で1.4%と最も高くなっている。

【図2-7】男女、年齢階級別「直接会って話す」頻度

(%)

	n	全くない	月1回未満	月1回程度	2週間に1回程度	週1回程度	週2～3回程度	週4～5回以上	無回答
全 体	9,428	0.7	0.3	0.5	0.4	1.6	3.6	89.0	3.9
男性／全体	4,382	0.7	0.4	0.7	0.6	1.8	4.3	87.1	4.4
16～19歳	144	0.7	-	-	-	-	0.7	97.2	1.4
20～29歳	286	0.7	0.3	-	0.3	1.7	4.2	91.3	1.4
30～39歳	457	0.2	-	0.2	0.2	1.1	3.7	94.1	0.4
40～49歳	673	0.6	0.3	0.3	0.1	1.0	3.0	94.2	0.4
50～59歳	748	0.7	0.1	1.1	0.8	1.5	4.0	90.9	0.9
60～69歳	786	1.0	0.3	0.5	1.0	2.4	3.3	88.5	2.9
70～79歳	866	0.5	0.6	1.2	0.6	2.5	7.0	78.4	9.2
80歳以上	422	1.7	1.4	0.9	0.7	2.8	5.0	70.1	17.3
女性／全体	4,957	0.7	0.2	0.4	0.3	1.4	3.0	90.7	3.4
16～19歳	145	0.7	-	-	-	-	1.4	97.2	0.7
20～29歳	389	0.8	0.3	-	0.5	0.8	4.1	93.6	-
30～39歳	570	0.4	-	-	-	1.2	1.8	96.1	0.5
40～49歳	865	0.2	0.1	0.3	-	0.9	1.5	96.0	0.9
50～59歳	871	0.6	0.2	0.6	0.2	1.0	2.6	93.9	0.8
60～69歳	835	0.5	0.1	0.4	0.4	1.4	2.8	90.7	3.8
70～79歳	860	1.4	0.2	0.6	0.2	2.6	4.5	81.4	9.1
80歳以上	422	1.2	0.7	0.5	0.9	2.4	5.0	79.9	9.5

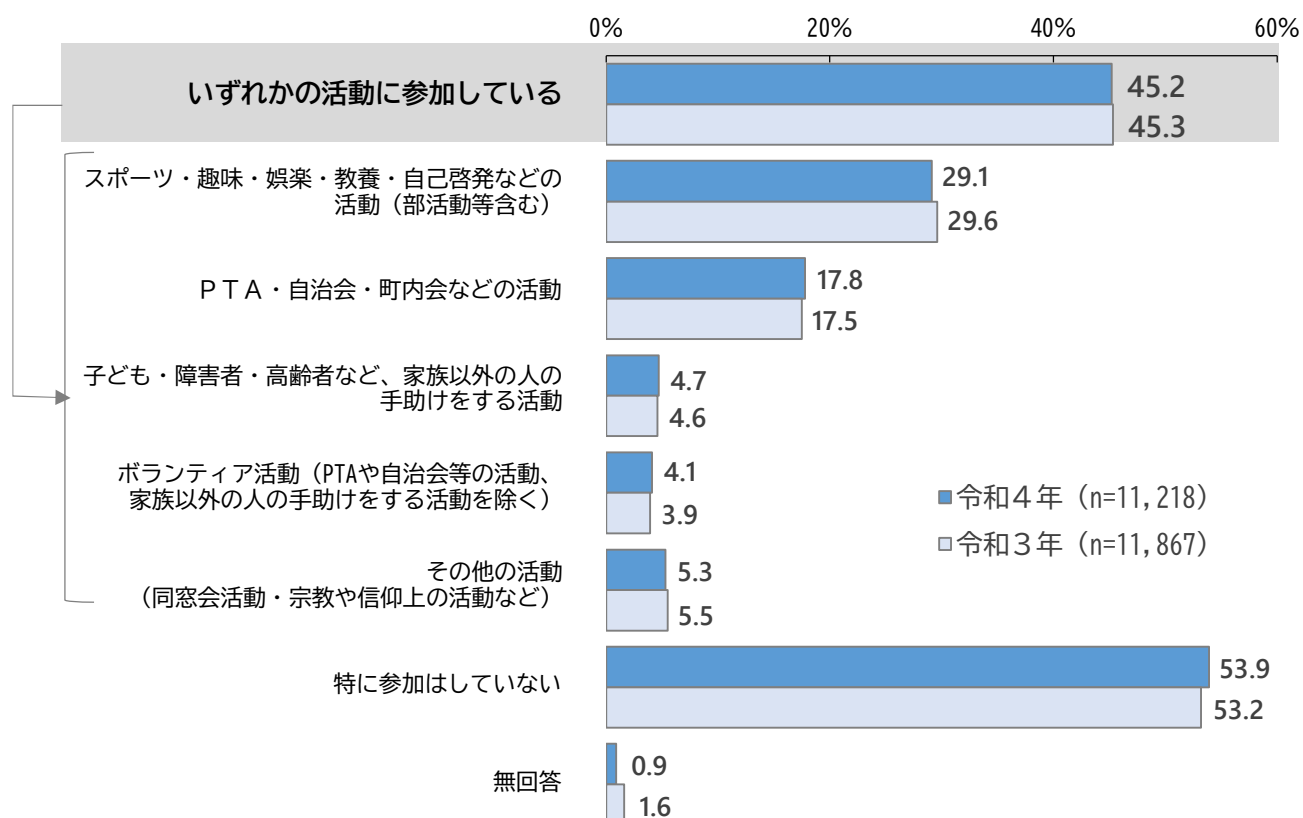
（集計対象：同居人がいる 9,428 人）

(5) 社会活動への参加状況（社会参加）

社会活動への参加状況をみると、「いずれかの活動に参加している」で45.2%、「特に参加はしていない」で53.9%となっている。

令和3年と比較して、大きな変化は見られない。

【図2－8】社会活動への参加状況【複数回答】（令和4年、3年）



（注）回答選択肢「1 PTA・自治会・町内会などの活動」から「5 その他の活動（同窓会活動・宗教や信仰上の活動など）」のいずれかに回答があった者を「いずれかの活動に参加している」として集計。

(6) 男女、年齢階級別社会活動への参加状況（社会参加）

「特に参加はしていない」と回答した割合は、男女ともに20歳代が最も高く、男性は59.4%、女性は72.0%となっている。

【図 2 - 9】 男女、年齢階級別社会活動への参加状況【複数回答】

(%)

	n	PTA・自治会・町内会などの活動	子ども・障害者・高齢者など、家族以外の人の手助けをする活動	ボランティア活動（PTA・自治会・町内会などの活動／家族以外の人の手助けをする活動以外）	スポーツ・趣味・娯楽・教養・自己啓発などの活動（部活動等を含む）	その他の活動（同窓会活動・宗教や信仰上の活動など）	特に参加はしていない	無回答	いずれかの活動に参加している
全 体	11,218	17.8	4.7	4.1	29.1	5.3	53.9	0.9	45.2
男性／全体	5,179	18.8	3.5	4.9	30.5	5.8	53.0	0.7	46.3
16～19歳	160	3.8	2.5	5.6	50.6	1.9	43.1	-	56.9
20～29歳	387	3.1	1.0	1.3	34.6	3.9	59.4	-	40.6
30～39歳	548	13.5	2.7	2.2	29.4	2.9	58.8	0.2	41.1
40～49歳	762	17.7	2.2	3.0	27.2	3.0	57.5	0.1	42.4
50～59歳	913	19.8	2.0	3.8	26.9	5.6	54.9	0.3	44.8
60～69歳	929	25.4	4.8	5.4	32.0	7.3	48.4	0.5	51.0
70～79歳	997	24.2	5.4	9.1	32.7	8.6	47.3	1.9	50.8
80歳以上	483	18.2	5.0	6.2	26.1	8.3	54.5	1.2	44.3
女性／全体	5,936	16.8	5.6	3.3	27.9	4.7	54.9	1.0	44.1
16～19歳	158	2.5	4.4	3.8	46.8	2.5	48.1	0.6	51.3
20～29歳	493	1.6	3.0	1.2	24.1	1.4	72.0	0.2	27.8
30～39歳	662	16.2	2.4	0.9	21.0	2.0	63.0	0.2	36.9
40～49歳	950	25.9	8.0	1.9	24.9	2.2	52.9	-	47.1
50～59歳	974	18.3	5.1	2.5	26.9	5.1	55.6	0.4	43.9
60～69歳	980	17.7	6.9	6.1	32.1	6.2	49.1	0.5	50.4
70～79歳	1,097	18.1	7.1	5.3	33.2	8.2	47.2	2.1	50.7
80歳以上	622	13.5	4.0	3.2	23.5	5.5	58.8	4.3	36.8

（注）回答選択肢「1 PTA・自治会・町内会などの活動」から「5 その他の活動（同窓会活動・宗教や信仰上の活動など）」のいずれかに回答があった者を「いずれかの活動に参加している」として集計。

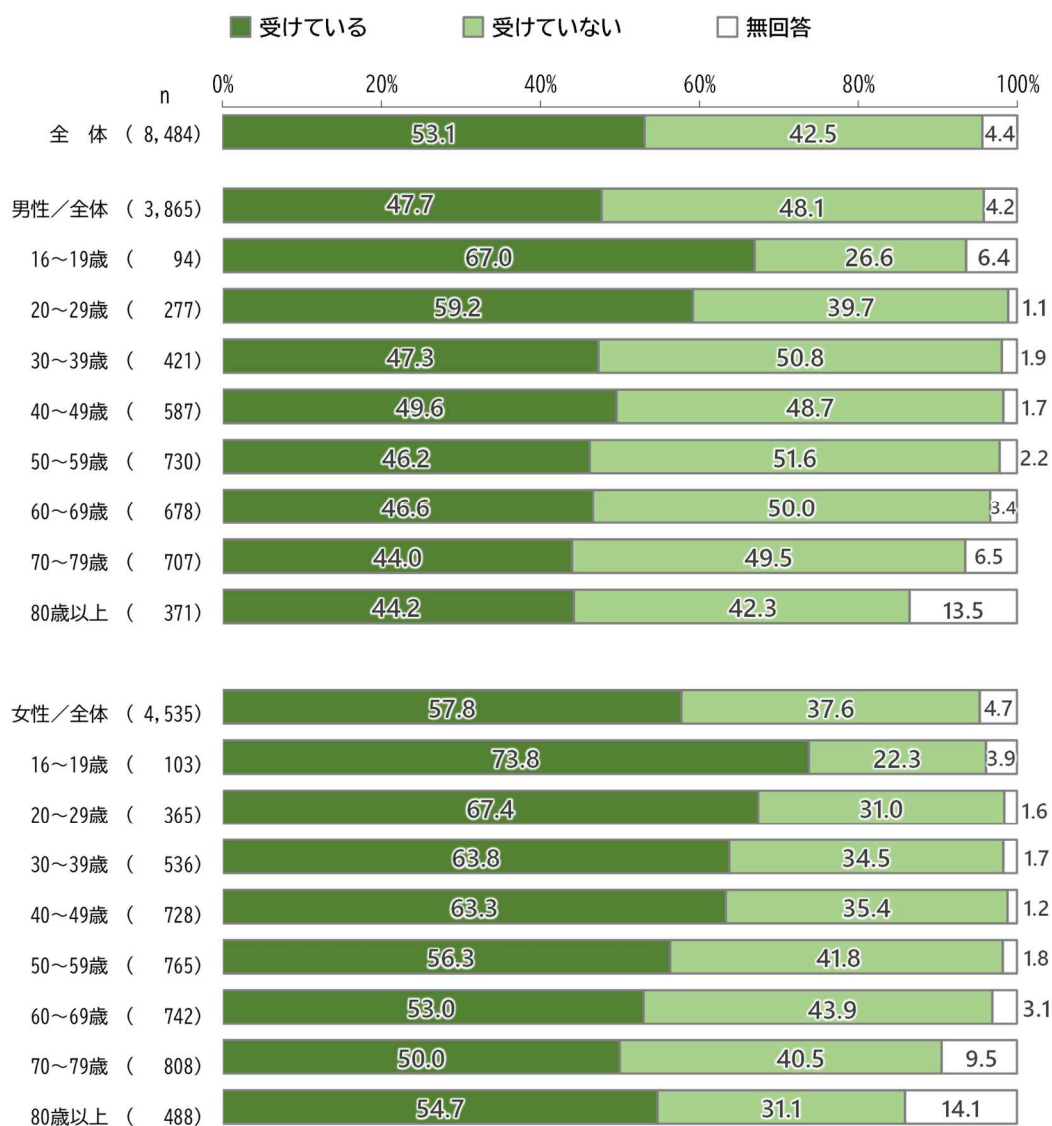
※以下、(7)～(11)については、日常生活に不安や悩みを感じていることが「ある」と回答した人を集計対象としている（P 30 参照）。

(7) 男女、年齢階級別不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況

（社会的サポート）

家族・友人等からの手助けを「受けている」と回答した人の割合は、全体では53.1%で、男女ともに16～19歳でその割合が最も高く、男性は67.0%、女性は73.8%となっている。

【図 2－10】 男女、年齢階級別不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況

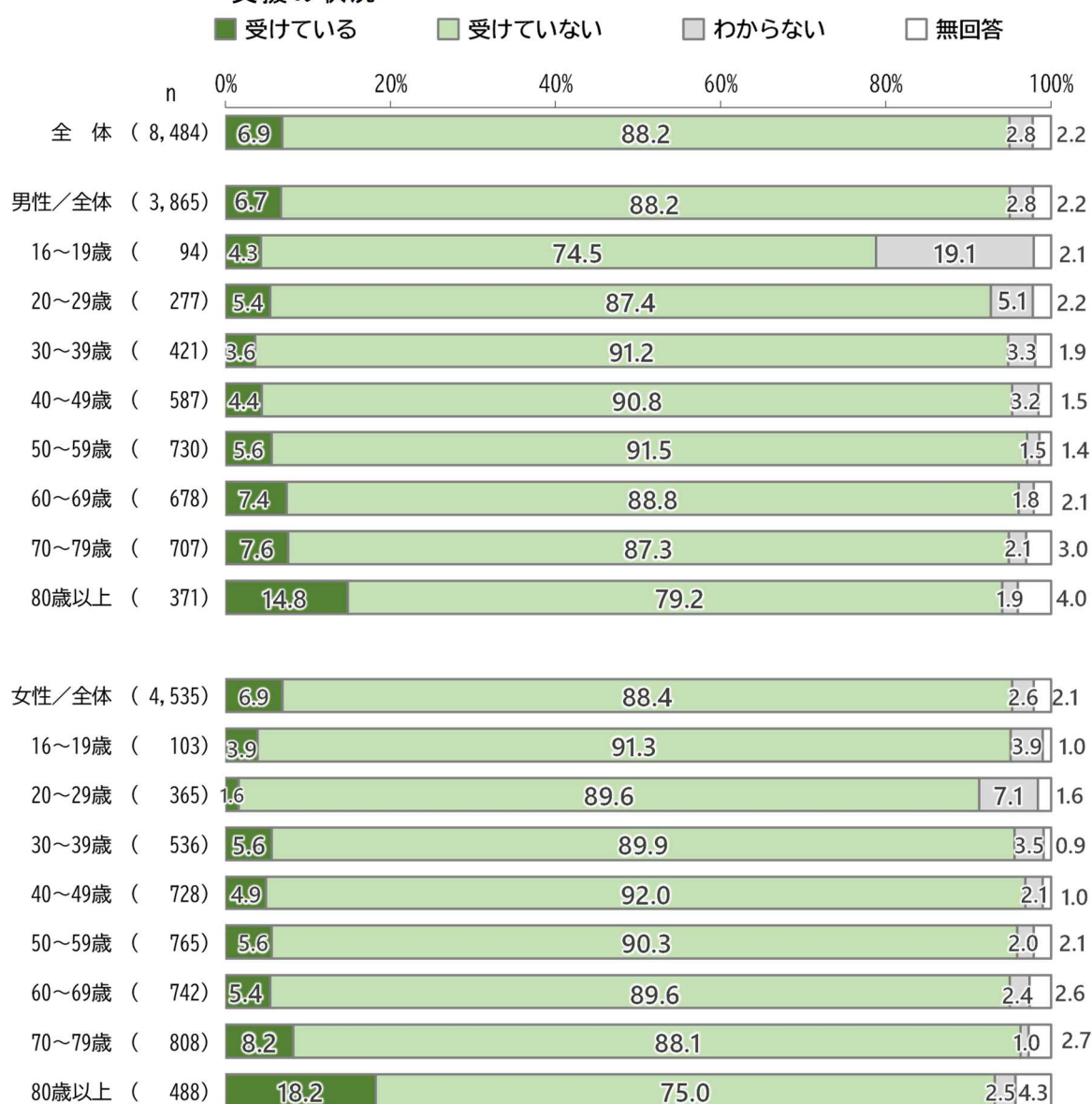


（集計対象：不安や悩みを感じていることが「ある」と回答した 8,484 人）

(8) 男女、年齢階級別不安や悩みに対する行政機関・NP0等からの支援の状況
(社会的サポート)

行政機関やNP0等の民間団体から不安や悩みに対する支援（対価を直接支払うものを除く。）を「受けている」と回答した人の割合は、全体では6.9%で、男女ともに80歳以上でその割合が最も高く、男性は14.8%、女性は18.2%となっている。

【図2-11】男女、年齢階級別不安や悩みに対する行政機関・NP0等からの支援の状況



(集計対象：不安や悩みを感じていることが「ある」と回答した8,484人)

【図2-11参考】困りごとに対する行政機関・NP0等からの支援の状況（令和3年）
(%)

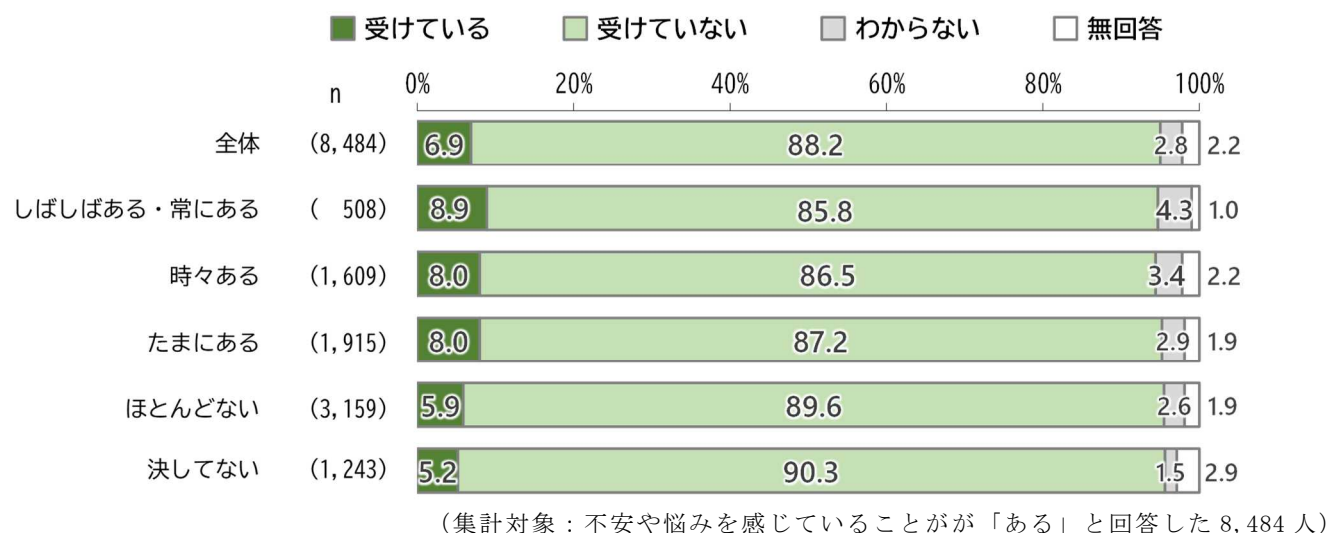
	n	受けている	受けていない	わからない	無回答
令和3年 全体	11,867	4.4	89.2	4.1	2.4

(注) 令和3年調査では、全員に「あなたは現在、行政機関やNP0等の民間団体から、困りごとに対する支援（対価を直接支払うものを除く。）を受けていますか。」と尋ねている。

(9) 孤独感（直接質問）別不安や悩みに対する行政機関・NPO等からの支援の状況
（社会的サポート）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人のうち、8.9%の人が、行政機関やNPO等の民間団体から不安や悩みに対する支援（対価を直接支払うものを除く。）を受けている。

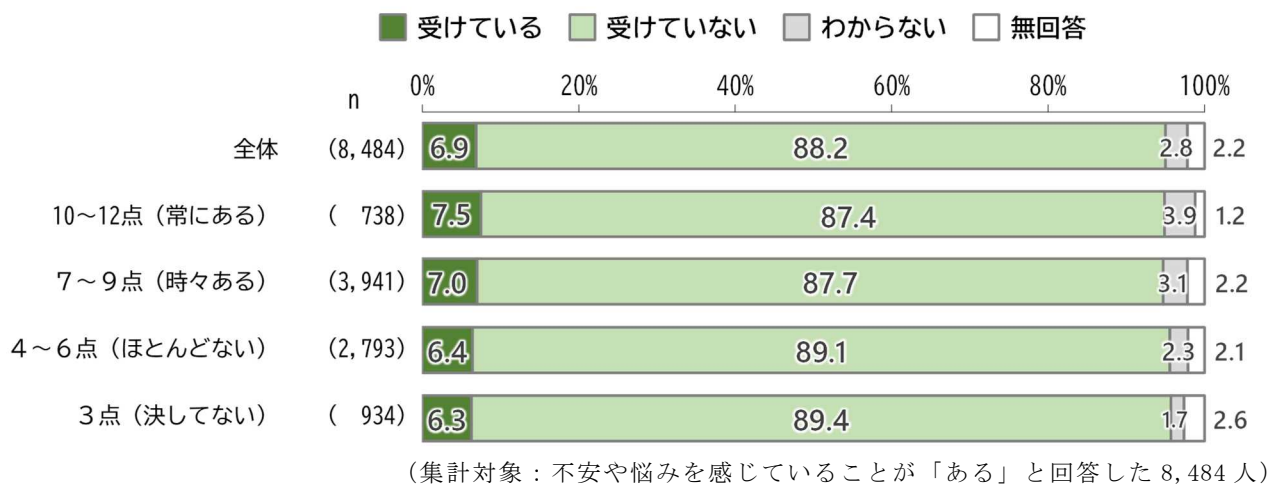
【図 2－12】 孤独感（直接質問）別不安や悩みに対する行政機関・NPO等からの支援の状況



(10) 孤独感（間接質問）別不安や悩みに対する行政機関・NPO等からの支援の状況
（社会的サポート）

孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人のうち、7.5%の人が、行政機関やNPO等の民間団体から不安や悩みに対する支援（対価を直接支払うものを除く。）を受けている。

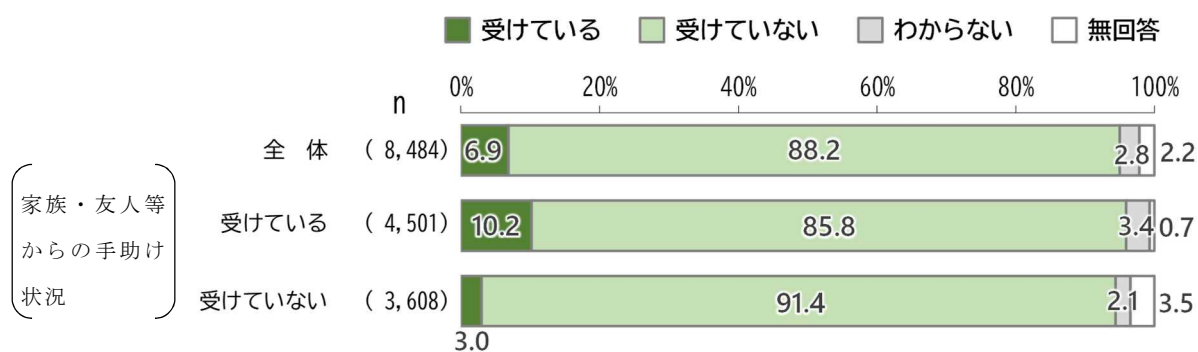
【図 2－13】 孤独感（間接質問）別不安や悩みに対する行政機関・NPO等からの支援の状況



(11) 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別行政機関・NPO等からの支援の状況（社会的サポート）

行政機関やNPO等の民間団体から不安や悩みに対する支援（対価を直接支払うものを除く。）を「受けている」と回答した人の割合は、不安や悩みに対する家族・友人等からの手助けを「受けている」で10.2%と、手助けを「受けていない」よりも高くなっている。

【図 2－14】 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別
行政機関・NPO等からの支援の状況



（集計対象：不安や悩みを感じていることが「ある」と回答した 8,484 人）

※以下、(12)～(15)については、日常生活に不安や悩みを感じていることが「ある」と回答し、かつ、行政機関やNP0等の民間団体から支援を「受けている」と回答した人を集計対象としている（P53参照）。

(12) 孤独感（直接質問・間接質問）別支援を受けている人の支援者（社会的サポート）

行政機関やNP0等の民間団体からの支援を「受けている」と回答した人に対し、その支援者を尋ねたところ、「行政機関（国や自治体）」と回答した割合が50.7%と最も高く、次いで、「社会福祉協議会」（27.4%）などとなっている。

直接質問による孤独感、間接質問による孤独感スコアのいずれの区分においても、支援者としては「行政機関（国や自治体）」の割合が最も高くなっている。

【図2-15】孤独感（直接質問・間接質問）別支援を受けている人の支援者
【複数回答】

								(%)
		n	行政機関 (国や自治体)	社会福祉協議会	NP0等の民間団体・ボランティア	自治会・町内会	その他	無回答
全 体		584	50.7	27.4	8.4	5.1	12.2	13.4
直接質問	しばしばある・常にある	45	53.3	26.7	6.7	4.4	13.3	11.1
	時々ある	128	51.6	27.3	10.2	4.7	12.5	11.7
	たまにある	154	51.9	27.9	4.5	4.5	11.7	14.9
	ほとんどない	185	50.8	29.7	10.8	4.9	12.4	12.4
	決していない	65	46.2	21.5	9.2	7.7	10.8	15.4
間接質問	10～12点（常にある）	55	50.9	30.9	10.9	1.8	5.5	12.7
	7～9点（時々ある）	276	53.6	27.2	8.0	5.1	13.4	12.0
	4～6点（ほとんどない）	180	47.2	29.4	8.3	5.6	12.8	13.9
	3点（決していない）	59	47.5	23.7	10.2	6.8	10.2	15.3

（集計対象：行政機関・NP0等からの支援を「受けている」と回答した584人）

【図2-15参考】支援を受けている人の支援者【複数回答】（令和3年）

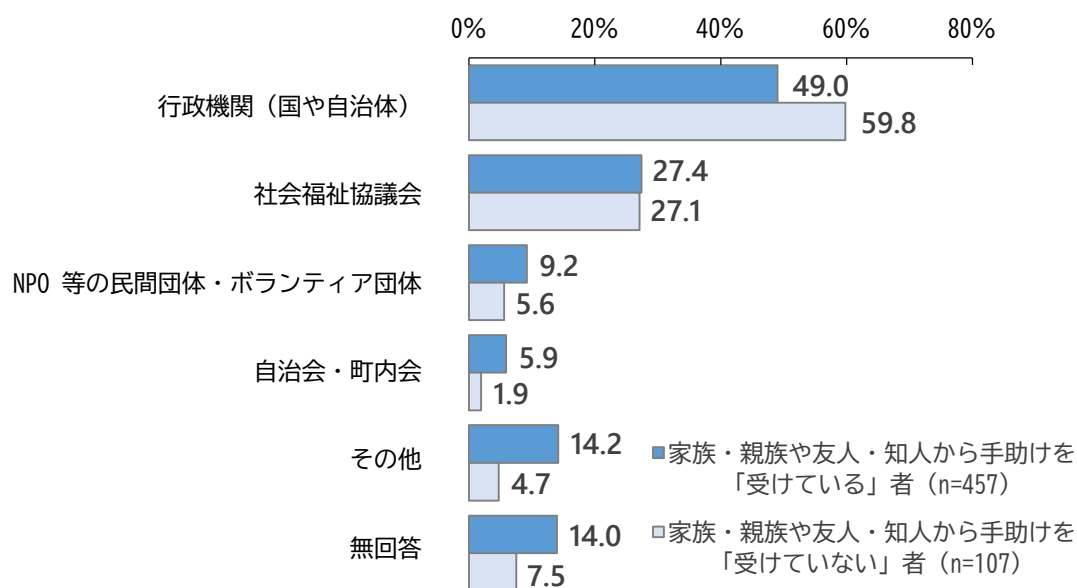
								(%)
		n	行政機関 (国や自治体)	社会福祉協議会	NP0等の民間団体・ボランティア	自治会・町内会	その他	無回答
令和3年 全体		519	60.5	28.1	8.3	5.0	7.3	9.6

（注）令和3年調査では、全員を対象とした「あなたは現在、行政機関やNP0等の民間団体から、困りごとに対する支援（対価を直接支払うものを除く。）を受けていますか。」との間に「受けている」と回答した者に尋ねている。

(13) 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別支援を受けている人の支援者
(社会的サポート)

支援者として、「行政機関（国や自治体）」と回答した割合は、不安や悩みに対する家族・友人等からの手助けを「受けていない」者が高く、それ以外では手助けを「受けている」者が高くなっている。

【図 2－16】 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別
支援を受けている人の支援者【複数回答】



(集計対象：行政機関・NPO 等からの支援を「受けている」と回答した 584 人)

(14) 孤独感（直接質問・間接質問）別受けている支援内容（社会的サポート）

行政機関やNPO等の民間団体からの支援を「受けている」と回答した人に対し、その支援内容を尋ねたところ、「相談支援（助言や情報提供等）」と回答した割合が44.2%と最も高く、次いで、「経済的な支援（給付や貸付等）」（32.9%）などとなっている。

直接質問による孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人では、「経済的な支援（給付や貸付等）」が53.3%で最も高くなっている。

また、間接質問による孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人でも、「経済的な支援（給付や貸付等）」が49.1%と最も高くなっている。

【図2-17】孤独感（直接質問・間接質問）別受けている支援内容【複数回答】
(%)

		n	（経済的な支援 （給付や貸付等）	（現物提供等の支援 （食料品・日用品の提供）	人的な支援（世話や介護）	相談支援 （助言や情報提供等）	その他	無回答
	全 体	584	32.9	3.3	29.6	44.2	9.2	2.6
直接質問	しばしばある・常にある	45	53.3	4.4	22.2	37.8	13.3	-
	時々ある	128	38.3	4.7	26.6	39.8	9.4	1.6
	たまにある	154	24.7	1.9	34.4	50.0	7.8	2.6
	ほとんどない	185	31.9	3.2	29.2	45.4	9.2	3.8
	決していない	65	30.8	1.5	30.8	43.1	9.2	1.5
間接質問	10～12点（常にある）	55	49.1	1.8	29.1	32.7	9.1	1.8
	7～9点（時々ある）	276	32.2	4.3	27.5	48.6	8.0	3.3
	4～6点（ほとんどない）	180	28.9	3.3	32.2	41.7	10.6	1.7
	3点（決していない）	59	33.9	-	27.1	49.2	11.9	-

（集計対象：行政機関・NPO等からの支援を「受けている」と回答した584人）

【図2-17参考】受けている支援内容【複数回答】（令和3年）
(%)

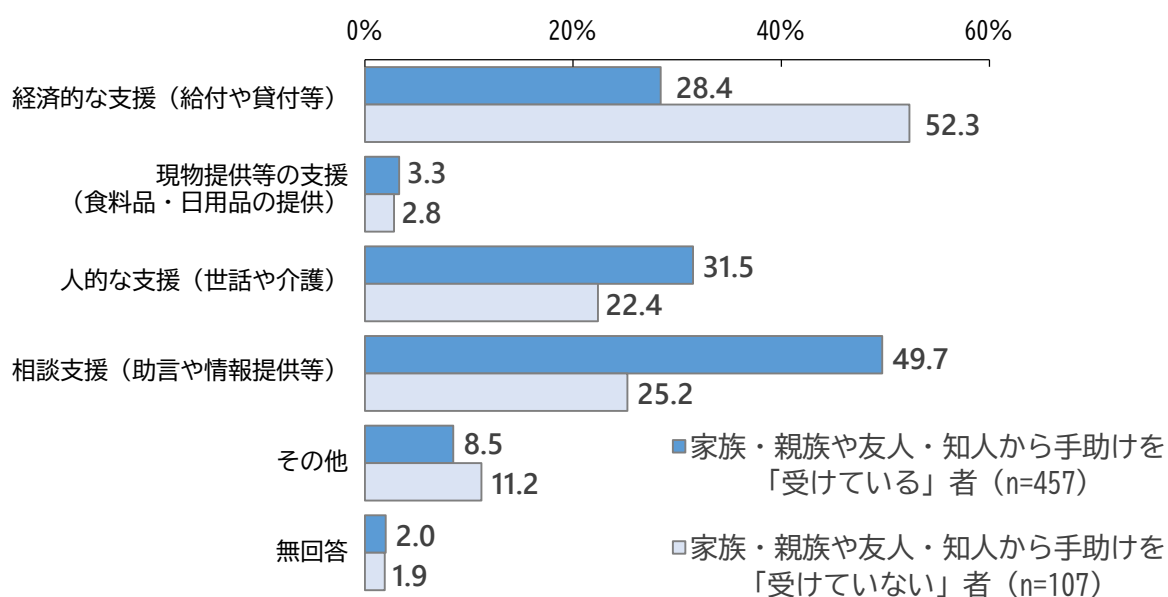
	n	（経済的な支援 （給付や貸付等）	（現物提供等の支援 （食料品・日用品の提供）	人的な支援（世話や介護）	相談支援 （助言や情報提供等）	その他	無回答
令和3年 全体	519	45.3	2.9	33.1	30.4	8.1	6.2

（注）令和3年調査では、全員を対象とした「あなたは現在、行政機関やNPO等の民間団体から、困りごとに対する支援（対価を直接支払うものを除く。）を受けていますか。」との間に「受けている」と回答した者に尋ねている。

(15) 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別支援内容（社会的サポート）

支援内容として、「経済的な支援（給付や貸付等）」と回答した割合は、不安や悩みに対する家族・友人等からの手助けを「受けていない」者のほうが、「相談支援（助言や情報提供等）」などと回答した割合は、手助けを「受けている」者のほうが高くなっている。

【図 2－18】 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別
支援内容【複数回答】



（集計対象：行政機関・NPO 等からの支援を「受けている」と回答した 584 人）

※以下、(16)及び(17)については、日常生活に不安や悩みを感じていることが「ある」と回答し、かつ、行政機関やNPO等の民間団体から支援を「受けていない」と回答した人を集計対象としている（P53参照）。

(16) 孤独感（直接質問・間接質問）別支援を受けていない理由（社会的サポート）

行政機関やNPO等の民間団体からの支援を「受けていない」と回答した人に対し、その理由を尋ねたところ、「支援が必要ではないため」と回答した割合が65.2%と最も高くなっている。

直接質問による孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人では、「支援の受け方がわからないため」が39.0%と最も高くなっている。

また、間接質問による孤独感スコアが「10～12点（常にある）」という人では、「支援が必要ではないため」が39.1%と最も高くなっている。

【図2-19】孤独感（直接質問・間接質問）別支援を受けていない理由【複数回答】
(%)

		n	支援が必要ではないため	支援が必要だが、我慢できる程度であるため	支援の受け方がわからないため	支援を受けるための手続きが面倒であるため	支援を受けるのが恥ずかしいと感じるため	支援を受けると相手に負担をかけるため	支援を申し込んだが断られたため（支援対象外の場合を含む）	その他	無回答
	全 体	7,482	65.2	18.9	17.7	10.0	4.4	2.7	0.9	3.7	2.0
直接質問	しばしばある・常にある	436	35.1	20.0	39.0	19.5	12.8	10.6	4.8	9.6	2.3
	時々ある	1,391	51.4	22.1	27.8	15.8	7.8	4.5	1.0	3.8	2.2
	たまにある	1,669	62.8	21.9	19.8	12.0	5.5	3.0	0.7	4.0	2.2
	ほとんどない	2,831	72.8	17.7	11.8	6.7	1.9	1.1	0.5	3.0	1.7
	決してない	1,123	79.3	12.7	8.9	4.6	1.5	0.9	0.7	2.4	2.2
間接質問	10～12点（常にある）	645	39.1	19.2	37.5	20.3	12.9	9.6	3.3	8.5	2.3
	7～9点（時々ある）	3,458	60.8	20.7	21.2	12.0	5.3	3.2	0.9	3.8	2.2
	4～6点（ほとんどない）	2,489	73.4	17.6	10.8	6.6	1.9	0.9	0.4	2.6	1.8
	3点（決してない）	835	80.1	14.9	9.1	4.2	1.3	0.8	0.5	2.4	1.3

（集計対象：行政機関・NPO等からの支援を「受けていない」と回答した7,482人）

【図2-19参考】支援を受けていない理由【複数回答】（令和3年）

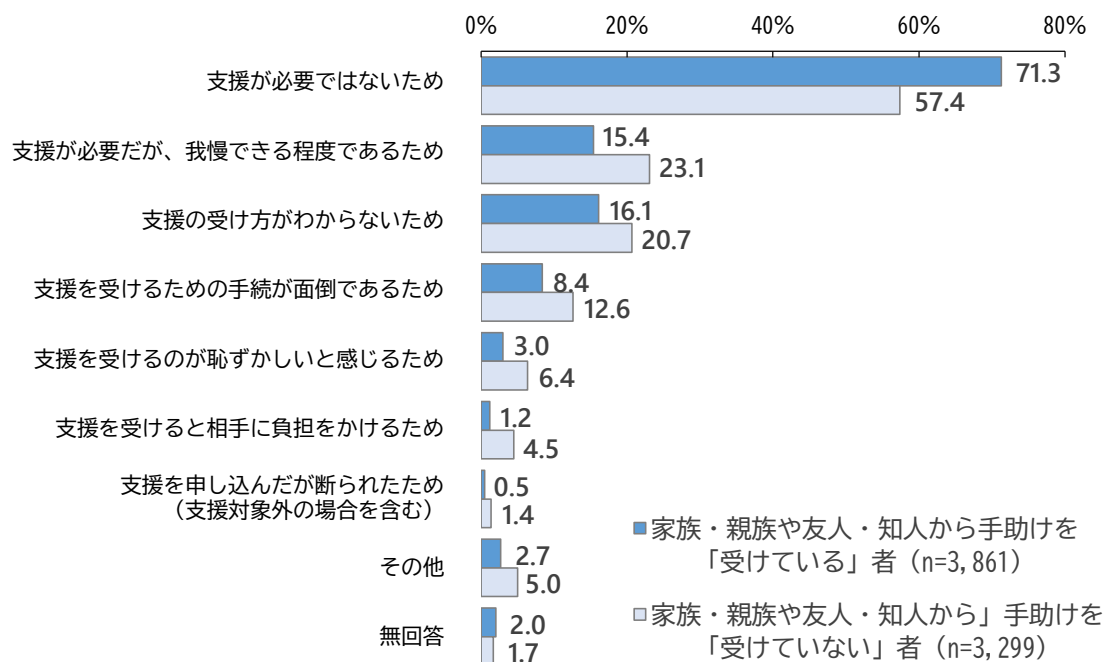
		n	支援が必要ではないため	支援が必要だが、我慢できる程度であるため	支援の受け方がわからないため	支援を受けるための手続きが面倒であるため	支援を受けるのが恥ずかしいと感じるため	支援を受けると相手に負担をかけるため	支援を申し込んだが断られたため（支援対象外の場合を含む）	その他	無回答
	令和3年 全体	10,581	85.0	6.8	7.2	2.9	1.2	0.7	0.5	2.5	1.8

（注）令和3年調査では、全員を対象とした「あなたは現在、行政機関やNPO等の民間団体から、困りごとに対する支援（対価を直接支払うものを除く。）を受けていますか。」との間に「受けていない」と回答した者に尋ねている。

(17) 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別支援を受けていない理由
(社会的サポート)

支援を受けていない理由として、「支援が必要ではないため」と回答した割合は、不安や悩みに対する家族・友人等からの手助けを「受けている」者のほうが、それ以外では手助けを「受けていない」者のほうが高くなっている。

【図 2－20】 不安や悩みに対する家族・友人等からの手助け状況別
支援を受けていない理由【複数回答】

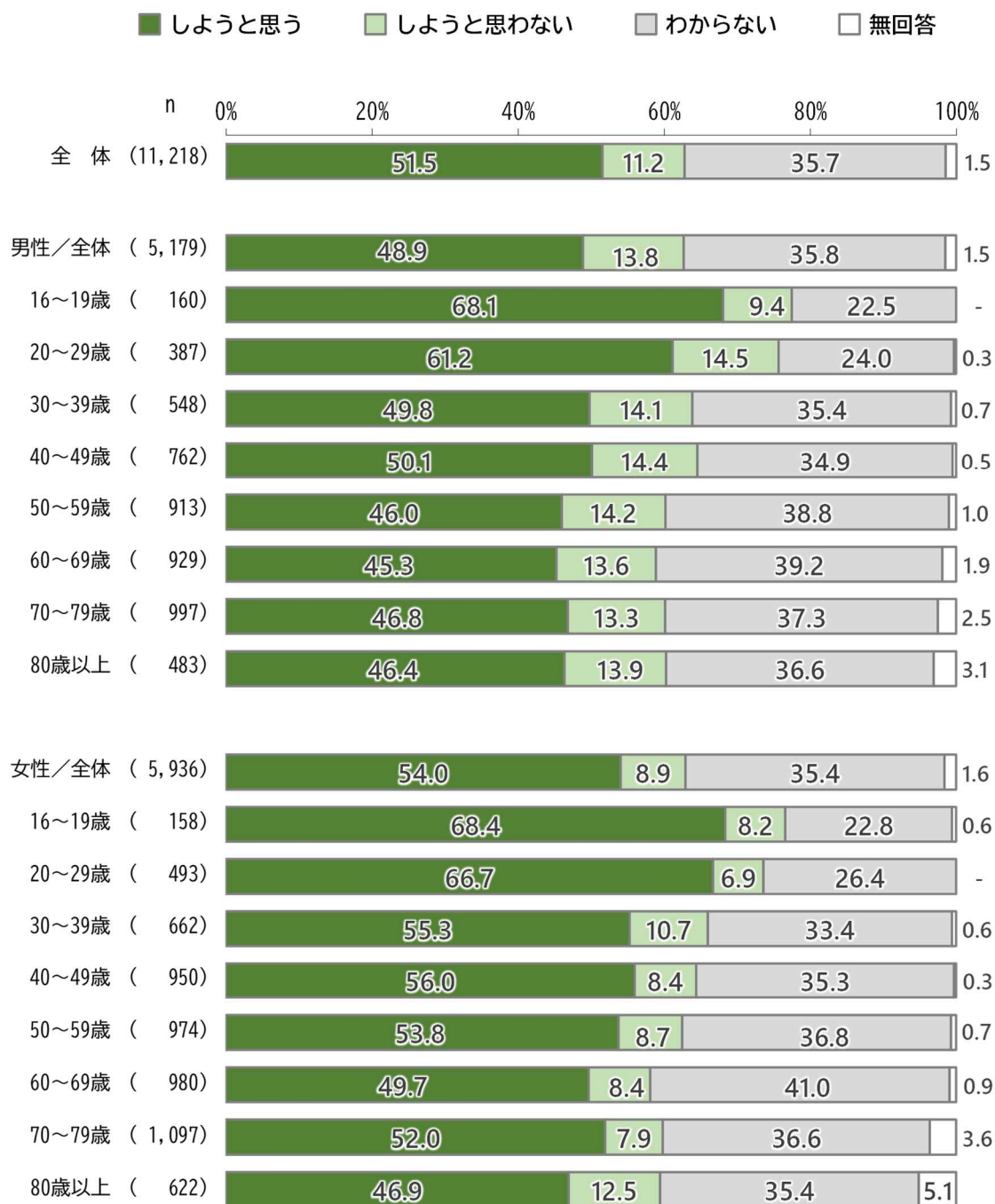


(集計対象：行政機関・NPO 等からの支援を「受けていない」と回答した 7,482 人)

(18) 男女、年齢階級別他者へのサポート意識（社会的サポート）

他者への手助けを「しようと思う」と回答した人の割合は、全体では51.5%で、男女ともに16～19歳でその割合が最も高く、男性は68.1%、女性は68.4%となっている。

【図2-21】男女、年齢階級別他者へのサポート意識



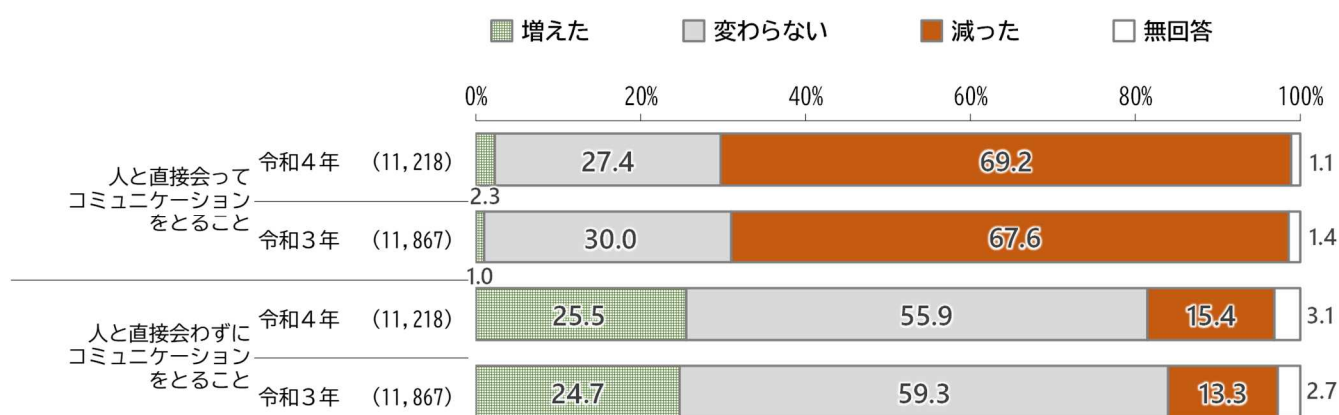
3 新型コロナウイルス感染拡大の影響

本調査では、新型コロナウイルス感染拡大により、人とのコミュニケーションにどのような変化があったか、また、日常生活にどのような変化があったかを把握した。

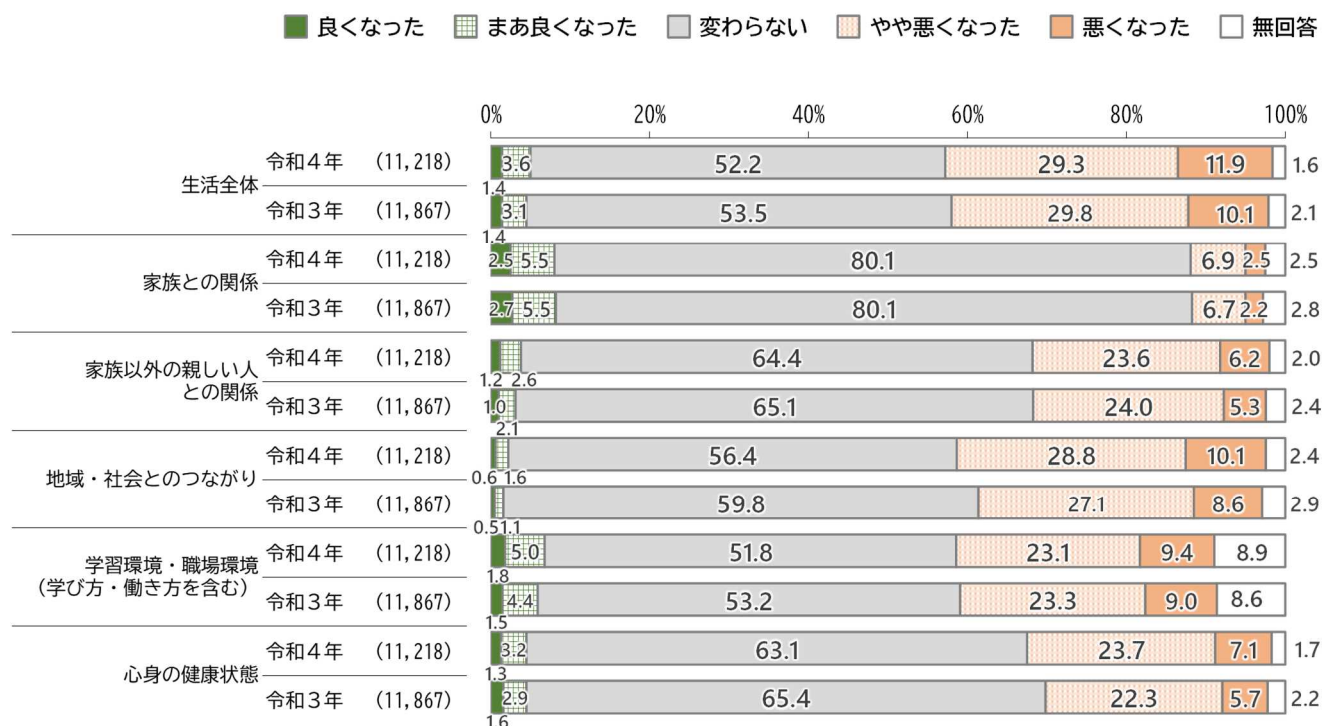
人と直接会ってコミュニケーションをとることが「減った」と回答した人の割合は、69.2%であった。人と直接会ってコミュニケーションをとることについて、令和3年と比較すると、「変わらない」の割合が縮小し、「増えた」又は「減った」の割合が拡大している（図3-1）。

また、日常生活の変化について、「生活全体」では52.2%の人が「変わらない」と回答している。「生活全体」について、令和3年と比較すると、「まあ良くなった」及び「悪くなった」の割合が拡大している（図3-2）。

【図3-1】コロナ禍におけるコミュニケーションの変化（令和4年、3年）



【図3-2】コロナ禍における日常生活の変化（令和4年、3年）



孤立に関する指標（研究会における試案）

孤独・孤立の実態把握に関する研究会では、社会的孤立に関する国内の先行研究などを参考とし、孤立に関する指標化を試みた。先行研究における孤立の類型及び操作的定義に着目し、本調査では、①家族や友人たちとのコミュニケーション頻度、②行政機関・NPO等からの支援の状況及び不安や悩みの相談相手の有無（以下「他者からの支援状況」という。）に関する結果を活用した指標化を検討した。

ア 家族や友人たちとのコミュニケーション頻度からみた孤立

家族や友人たちとのコミュニケーション手段別のコミュニケーション頻度（問 13(1) (2)）から、総合的なコミュニケーション頻度を以下のとおり算出し、交流頻度が「週に 1～2 回未満」以下の者を、家族や友人たちとのコミュニケーション頻度からみた孤立状態にある可能性が高いと考えられる者とした。

(ア) 合計スコアの算出

1 か月の平均が 4.3 週（365 日÷12 か月÷7 日）となることから、先行研究⁴に倣い週 1 回＝4.3 回とし、これを基準として、コミュニケーション頻度別の換算ウェイトを次のとおり定めた。

頻度	換算ウェイト	備考
全くない	0	
月 1 回未満	0.5	
月 1 回程度	1	
2 週間に 1 回程度	2.2	2週間に1回→1週間に0.5回、すなわち 4.3×0.5
週 1 回程度	4.3	週1=4.3回
週 2～3 回程度	10.8	2-3回→2.5回とし、 $\times 4.3$
週 4～5 回以上	19.4	4-5回→4.5回とし、 $\times 4.3$

同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション手段の問 13 (1) ①直接会って話す、②電話、③SNS 及び④電子メールやショートメール並びに、同居している人たちと直接会って話す頻度（同居人がいる場合）（問 13 (2)）のそれぞれについて、「全くない」を 0 点、「月 1 回未満」を 0.5 点、「月 1 回程度」を 1 点、「2 週間に 1 回程度」を 2.2 点、「週に 1 回程度」を 4.3 点、「週 2～3 回程度」を 10.8 点、「週 4～5 回以上」を 19.4 点としてスコア化し、合計した。

⁴ 斉藤雅茂，近藤克則，他：健康指標との関連からみた高齢者の社会的孤立基準の検討：10 年間の AGES コホートより，日本公衆衛生雑誌．62(3)：95-105，2015.

孤立指標と健康との関連については、以下の論文も参考とした。

Saito M, Aida J, et al. : Cross-national comparison of social isolation and all-cause mortality among older adults: A 10-year follow-up study in England and Japan. *Geriatrics and Gerontology International*, 21(2):209-214. 2021.

(イ) 総合的なコミュニケーション頻度への換算

スコア合計値を基に、以下のとおり総合的なコミュニケーション頻度に換算し、家族や友人たちとのコミュニケーション頻度からみた孤立について検討した。先行研究における社会的孤立の操作的定義や本調査における質問内容などを踏まえ、交流頻度が「週 1 ～ 2 回未満」以下となっている者を、孤立状態にある可能性が高いと考えられる者とした（注）。

頻度	スコア合計値		備考
月 1 回未満	0 以上	1 未満	「全くない」を含む
月 1 回程度	1 以上	2 未満	月 1 回 = 2 未満として設定
2 週間に 1 回程度	2 以上	4.3 未満	
週 1 ～ 2 回未満	4.3 以上	8.6 未満	週 1 = 4.3 回
週 2 ～ 3 回未満	8.6 以上	12.9 未満	週 2 = 4.3 回 × 2
週 3 ～ 4 回未満	12.9 以上	17.2 未満	週 3 = 4.3 回 × 3
週 4 ～ 6 回未満	17.2 以上	25.8 未満	週 4 = 4.3 回 × 4
1 日 1 回程度（週に 6 ～ 9 回未満）	25.8 以上	38.7 未満	週 6 = 4.3 回 × 6
毎日頻繁（週に 9 回以上）	38.7 以上		週 9 = 4.3 回 × 9

注）先行研究では、「同居者以外との対面・非対面交流をあわせて週に 1 回未満という状態までがその後の要介護状態や認知症と関連し、月 1 回未満になると早期死亡とも密接に関連する交流の乏しさであることから、これらが社会的孤立の妥当な操作的定義であることが示唆された。」（斉藤 2015）としている。

また、本調査においては、家族や友人たち又は同居人とのコミュニケーション頻度を尋ねており、交流相手を限定した設計となっていることを考慮し、「週 1 ～ 2 回未満（＝週 1 回程度）」を操作的定義として設定した。

【家族や友人たちとのコミュニケーション頻度からみた算出結果】

総合的なコミュニケーション頻度が「週 1 ～ 2 回未満」以下の割合は、8.8%となっている。

（上段：実数、下段：%）

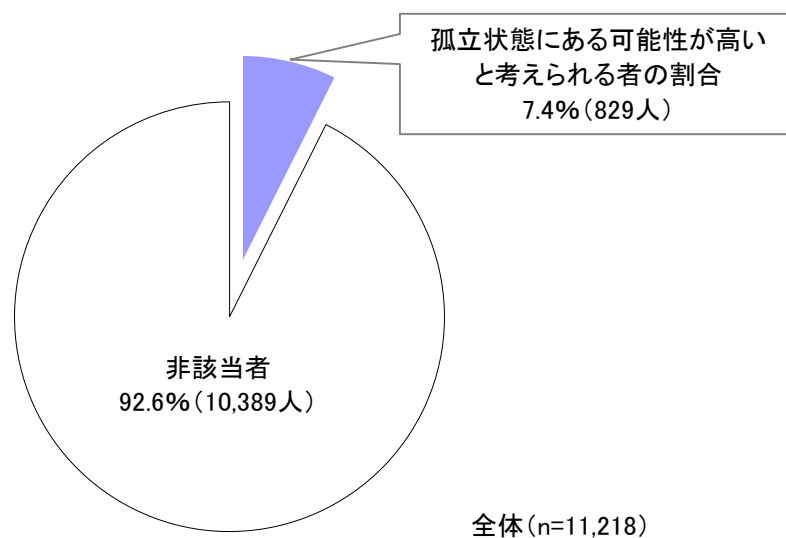
全 体	（毎日頻繁 週に 9 回以上）	（1 日に 1 回程度 週に 6 回未満）	週 4 ～ 6 回未満	週 3 ～ 4 回未満	週 2 ～ 3 回未満	週 1 ～ 2 回未満	2 週間に 1 回程度	月 1 回程度	（月 1 回未満を含む）	（「週 1 回未満」以下）
11,218	3,987	2,180	3,404	241	320	348	238	181	221	988
100	35.5	19.4	30.3	2.1	2.9	3.1	2.1	1.6	2.0	8.8

イ 他者からの支援状況からみた孤立

行政機関・NPO 等からの支援の状況（問 18）及び不安や悩みの相談相手の有無（問 15）への回答から孤立状態を判別した。すなわち、不安や悩みに対する行政機関・NPO 等の民間団体からの支援を受けておらず、かつ、不安や悩みが生じた場合の相談相手がいない者は、他者からの支援を受けていない又は受けられない状態であることから、他者からの支援状況からみた孤立状態にある可能性が高いと考えられる者とした。

【他者からの支援状況に関する集計結果】

行政機関・NPO 等からの支援の状況で「受けていない」、かつ、不安や悩みの相談相手の有無で「いない」と回答した人は 829 人で、本調査への回答者（11,218 人）に占める割合は、7.4%となっている。



孤立状態にある可能性が高いと考えられる者の指標を属性別に分析すると次のとおりになっている。

(単位:%)

		n	指標	
			測定した 家族や友人 とのシ ン 頻 度 か ら	測定した 他者からの 支 援 状 況 か ら
全 体		11,218	8.8	7.4
年 齢	16～19歳	324	1.9	4.3
	20～29歳	890	5.8	8.3
	30～39歳	1,233	6.2	9.2
	40～49歳	1,732	5.0	9.3
	50～59歳	1,905	7.7	10.1
	60～69歳	1,914	8.8	6.8
	70～79歳	2,110	12.8	4.6
	80歳以上	1,110	16.4	4.1
	(再掲)20～64歳	6,683	6.6	9.0
	(再掲)65～74歳	2,199	10.9	6.2
	(再掲)75歳以上	2,012	15.1	3.8
男 女	男性	5,179	10.9	9.8
	女性	5,936	7.1	5.1
性年齢	男性全体	5,179	10.9	9.8
	16～19歳	160	1.9	3.8
	20～29歳	387	8.8	10.9
	30～39歳	548	7.3	12.2
	40～49歳	762	7.2	13.1
	50～59歳	913	10.6	14.1
	60～69歳	929	11.3	8.3
	70～79歳	997	14.8	5.9
	80歳以上	483	16.6	5.6
	女性全体	5,936	7.1	5.1
	16～19歳	158	1.3	3.8
	20～29歳	493	3.7	6.5
	30～39歳	662	5.4	6.3
	40～49歳	950	3.3	6.0
	50～59歳	974	5.0	6.2
	60～69歳	980	6.3	5.3
	70～79歳	1,097	11.0	3.4
	80歳以上	622	16.4	3.1
配偶者の有無	未婚	2,542	14.4	13.2
	配偶者あり	6,986	4.1	5.1
	死別	898	17.1	4.5
	離別	747	23.7	12.4
世帯構成	ひとり世帯	1,788	34.6	12.9
	一世代世帯(夫婦のみ)	3,169	6.2	4.7
	二世代世帯(両親と子)	3,751	2.3	7.3
	二世代世帯(ひとり親と子)	1,100	4.0	8.8
	三世代世帯(親と子と孫)	812	2.0	4.8
	その他の世帯	521	4.8	7.3
同居人の有無	同居人がいる	9,428	3.7	6.4
	同居人がいない	1,780	35.8	12.5

(単位: %)

		n	指標	
			測定した 家族や友人 たちとの シヨンの 頻度から	測定した 他者からの 支援状況から
全 体		11,218	8.8	7.4
現在の仕事	正規の職員・従業員	3,437	7.1	9.2
	非正規の職員・従業員	2,196	7.2	8.3
	会社などの役員	354	3.1	4.0
	自営業主	701	6.6	7.6
	家族従業者・内職	221	3.2	5.9
	学生・生徒	488	3.3	4.5
	失業中	384	14.1	15.1
	無職	2,533	12.0	4.8
	その他	758	16.1	5.7
世帯の年間収入	100 万円未満	1,114	18.1	9.1
	100 ～199 万円	1,349	16.7	7.6
	200 ～299 万円	1,653	10.8	7.7
	300 ～399 万円	1,326	8.3	8.1
	400 ～499 万円	1,056	6.8	7.1
	500 ～699 万円	1,454	5.4	6.6
	700 ～999 万円	1,255	2.4	6.1
	1,000 ～1,499 万円	635	1.9	5.5
	1,500 万円以上	279	1.4	5.7
	わからない	960	5.8	9.4
経済的な暮らし向き	大変ゆとりがある	191	5.8	2.1
	ややゆとりがある	1,182	5.5	4.2
	普通	4,973	7.4	4.4
	やや苦しい	3,374	9.7	9.2
	大変苦しい	1,450	14.7	16.7
社会参加の状況	参加している	5,068	5.6	4.5
	特に参加していない	6,052	11.3	9.8
不安や悩みの相談相手の有無	いる	10,021	7.0	-
	いない	1,163	23.8	71.3
心身の健康状態	よい	1,784	4.4	2.3
	まあよい	1,883	5.4	4.1
	ふつう	5,197	9.1	6.7
	あまりよくない	1,700	12.1	15.6
	よくない	590	20.2	16.3
生活満足度	満足している	1,445	3.9	1.0
	まあ満足している	4,942	6.1	3.1
	どちらともいえない	2,462	11.8	9.9
	やや不満である	1,580	11.8	13.9
	不満である	722	19.4	27.6
孤独感 (直接質問)	しばしばある・常にある	549	24.0	34.1
	時々ある	1,777	13.8	16.0
	たまにある	2,204	10.0	8.2
	ほとんどない	4,552	6.1	3.0
	決してない	2,069	5.1	1.7
孤独の状況(間接質問)	10～12点(常にある)	801	22.3	31.3
	7～9点(時々ある)	4,665	10.4	10.0
	4～6点(ほとんどない)	4,146	5.6	2.2
	3点(決してない)	1,509	5.0	1.1

第3 単純集計結果付き調査票



政府統計

内閣官房

Cabinet Secretariat

人々のつながりに関する基礎調査

この調査は、統計法に基づき国が実施する一般統計調査です。
調査票情報の秘密の保護に万全を期していますので、ありのままをご記入ください。

ご記入にあたってのお願い

- 1 この調査は、原則として、**あて名のご本人**がご回答ください。
- 2 ご回答は、**令和4年12月1日現在**の状況でお願いします。
- 3 ご回答は、選択肢の中から選んで数字に○印をつけてください（一部、数字を記入するものがあります）。
- 4 ご回答の○の数は、（○はひとつだけ）、（○はいくつでも）など并表示していますので、それに合わせてください。
- 5 設問によっては、ご回答いただく方が限られる場合がありますので、ことわり書きや矢印に従ってご回答ください。特にことわりのない場合は次の設問に進んでください。
- 6 「その他」を選んだ場合は、（ ）内に具体的な内容をご記入ください。記入しきれないときは、調査票の余白にご記入ください。
（かっこがない場合は、具体的な内容を記入する必要はありません。）

ご記入が終わりましたら

ご記入いただきました調査票は、同封の返信用封筒にて、

令和5年1月18日（水）までにご投かんください（切手は不要です）。

◆お問い合わせ先：

「人々のつながりに関する基礎調査」実施事務局

（調査受託： ）

電話：

（午前 8:00～午後 7:00 土日・祝日を含む。12/29～1/3 を除く。）

（調査実施者）

内閣官房「人々のつながりに関する基礎調査」担当

東京都千代田区永田町 1-6-1 内閣府庁舎内

※「調査票・単純集計表」の集計母数の表記について

特にサンプル数の表記のない設問は、全数ベース（n=11,218）で集計しており、集計母数の記載（n=11,218）を割愛した。なお、一部の該当設問については、設問ごとにその設問の集計母数を記している。

問1 あなたの年齢（令和4年（2022年）12月1日現在の年齢）を記入してください。

--	--	--

歳

2.9	16～19 歳	17.0	50～59 歳
7.9	20～29 歳	17.1	60～69 歳
11.0	30～39 歳	18.8	70～79 歳
15.4	40～49 歳	9.9	80 歳以上

問2 あなたの性別をお答えください。（○はひとつだけ）

46.2	男性	0.6	その他（どちらともいえない・わからない・答えたくない）
52.9	女性	0.3	無回答

問3 あなたの現在の婚姻状況をお答えください。なお、「配偶者」には事実上夫婦として生活しているが、婚姻届を提出していない場合や同性パートナーを含めます。

（○はひとつだけ）

22.7	未婚	8.0	死別	0.4	無回答
62.3	配偶者あり	6.7	離別		

問4 あなたの世帯（同居人含む）構成をお答えください。なお、「夫婦」「両親」には婚姻届を提出していない場合や、同性パートナーを含めます。（○はひとつだけ）

15.9	ひとり世帯	9.8	二世帯世帯（ひとり親と子）
28.2	一世帯世帯（夫婦のみ）	7.2	三世帯世帯（親と子と孫）
33.4	二世帯世帯（両親と子）	4.6	その他の世帯
		0.7	無回答

問5 あなたは現在、何人でお住まいですか。あなた自身を含めた人数を記入してください（ひとり暮らしの場合は1と記入）。

--

人

15.9	1人	16.7	4人
33.5	2人	10.8	5人以上
22.8	3人	0.3	無回答

問6 あなたが最後に卒業した学校、または現在、在学している学校をお答えください。

（○はひとつだけ）

11.2	小学・中学	25.2	大学
38.3	高校（旧制中学校を含む）	2.9	大学院
12.5	専門学校	0.5	その他
9.0	短大・高専	0.4	無回答

問7 あなたの現在の仕事をお答えください。(○はひとつだけ)

- 30.6 正規の職員・従業員
- 19.6 非正規の職員・従業員（派遣社員、契約社員・嘱託、パート・アルバイト（学生アルバイトを除く））
- 3.2 会社などの役員
- 6.2 自営業主
- 2.0 家族従業者・内職
- 4.4 学生・生徒
- 3.4 収入をともなう仕事をしていない（仕事を探している）
- 22.6 収入をともなう仕事をしていない（仕事を探していない）
- 6.8 その他
- 1.3 無回答

問8 あなたの現在の住まいをお答えください。(○はひとつだけ)

- 64.6 持ち家（一戸建）
- 11.6 持ち家（マンションなどの共同住宅）
- 15.1 民営の賃貸住宅
- 3.8 都道府県・市区町村営の賃貸住宅・都市再生機構（UR）・公社
- 2.2 給与住宅（社宅・公務員住宅など）・寮・寄宿舍
- 2.3 その他・わからない
- 0.3 無回答

問9 あなたの世帯の2021年における年間収入（税・社会保険料込み）をお答えください。自営業の場合には営業利益（税込み）をお答えください。なお、年金は収入に含みます。(○はひとつだけ)

- | | | |
|----------------|-------------------|---------------|
| 9.9 100万円未満 | 9.4 400～499万円 | 2.5 1,500万円以上 |
| 12.0 100～199万円 | 13.0 500～699万円 | 8.6 わからない |
| 14.7 200～299万円 | 11.2 700～999万円 | 1.2 無回答 |
| 11.8 300～399万円 | 5.7 1,000～1,499万円 | |

問10 あなたの現在の経済的な暮らし向きは、いかがですか。(○はひとつだけ)

- | | |
|---------------|------------|
| 1.7 大変ゆとりがある | 30.1 やや苦しい |
| 10.5 ややゆとりがある | 12.9 大変苦しい |
| 44.3 普通 | 0.4 無回答 |

問11 あなたは日頃どの程度、外出していますか。(○はひとつだけ)

56.2 週5日以上
20.1 週3～4日程度
14.8 週1～2日程度

5.5 週1日未満
2.1 外出しない
1.3 無回答

問12へ

▶【問11で「1」～「3」(週1日以上)と回答した方へ】

問11-1 最近1週間の外出の目的は何ですか。(○はいくつでも) n=10,220

58.5 仕事・学校	71.6 食事・買い物・日常の用事
22.5 人とのつきあい・交流	23.7 通院
38.7 趣味や娯楽、散歩や運動	4.7 その他
5.9 地域活動・ボランティア活動	1.1 無回答

【再び、全員の方へ】

問12 最近1週間の行動範囲に含まれているものを全て選んでください。(○はいくつでも)

70.1 自宅(自室)
69.7 自宅(家族と共用の部屋)
21.7 親族・友人等の家
54.6 職場や学校等の拠点
26.9 趣味や活動等の拠点(職場・学校以外)
58.3 不特定多数の人が利用する場所(公共施設・商業施設・娯楽施設・公園等)
7.0 その他
1.4 無回答

問13 家族や友人たちとのコミュニケーション頻度についてお尋ねします。

(1) 同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度

あなたと同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度について、①～④ごとにそれぞれお答えください。

(①～④について、それぞれ○はひとつだけ)

	週4～5回以上	週2～3回程度	週1回程度	2週間に1回程度	月1回程度	月1回未満	全くない	無回答
① 直接会って話す	16.5	13.1	13.8	9.7	14.3	15.6	10.6	6.4
② 電話（ビデオ通話含む）	8.1	11.7	13.7	10.5	14.2	15.0	15.4	11.4
③ SNS (LINE によるチャットなど)	20.5	13.4	9.8	7.5	7.4	6.2	19.8	15.5
④ 電子メールやショートメール	5.5	5.8	6.3	4.8	7.5	12.3	40.5	17.3

(2) 同居している人たちとのコミュニケーション頻度

(同居している人がいる場合にお答えください。)

あなたと同居している人たちとのコミュニケーションについて、直接会って話す頻度をお答えください。(○はひとつだけ)

n=9,428

89.0	週4～5回以上	0.5	月1回程度
3.6	週2～3回程度	0.3	月1回未満
1.6	週1回程度	0.7	全くない
0.4	2週間に1回程度	3.9	無回答

問14 あなたは現在、どのような活動に参加をしていますか。人と交流する活動についてお答えください。(○はいくつでも)

17.8	PTA・自治会・町内会などの活動
4.7	子ども・障害者・高齢者など、家族以外の人の手助けをする活動
4.1	上記以外のボランティア活動
29.1	スポーツ・趣味・娯楽・教養・自己啓発などの活動（部活動等含む）
5.3	その他の活動（同窓会活動・宗教や信仰上の活動など）
53.9	特に参加はしていない
0.9	無回答

問15 あなたに不安や悩みが生じた場合、相談相手はいますか。(○はひとつだけ)

89.3 いる

10.4 いない

→ 問16へ

0.3 無回答

▶【問15で「1 いる」と回答した方へ】

問15-1 あなたは誰に相談をしますか。(○はいくつでも)

n=10,021

90.8 家族・親族

62.5 友人・知人

5.6 自治会・町内会・近所の人

23.2 仕事・学校関係者（職場の同僚・学校の先生等）

3.4 行政機関（国や自治体）

0.7 NPO等の民間団体・ボランティア団体

2.0 社会福祉協議会

13.9 病院・診療所の医師

0.3 テレビ、ラジオ、新聞等の相談コーナー

2.1 その他

0.4 わからない（相談窓口の運営者が不明な場合を含む）

0.1 無回答

【再び、全員の方へ】

問16 あなたは不安や悩みを相談することについて、どのように感じますか。

(○はいくつでも)

55.7 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

71.9 相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる

7.9 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

5.3 相談することが恥ずかしい

9.3 相談すると相手の負担になる

10.5 相談しても無駄である（相談しても解決しない）

2.9 その他

（感じること：_____）

1.7 無回答

問17 あなたは現在、日常生活において不安や悩みを感じていることはありますか（既に相談機関等に繋がっている場合も含む）。（○はひとつだけ）

75.6 ある

23.8 ない

→ 9 ページの間19へ

0.5 無回答

▶【問17で「1 ある」と回答した方へ】

問17-1 不安や悩みはどのような内容ですか。（○はいくつでも）

n=8,484

62.2 健康
19.1 住まい
10.5 進学、就職など、進路上の問題
20.5 結婚、子育てなど、生活上の問題
58.0 収入や資産、老後の生活設計
19.0 家族・親族間の人間関係
5.5 近隣・地域との関係
14.7 学校や勤務先での人間関係
5.6 事業や家業の経営上の問題
2.7 金銭トラブル
8.1 自然災害や事故、事件などの被害
5.9 その他
4.7 無回答

▶【問17で「1 ある」と回答した方へ】

問17-2 不安や悩みについて、家族・親族や友人・知人から、相談するなどの問題解決のための手助けを受けていますか。（○はひとつだけ）

n=8,484

53.1 受けている

42.5 受けていない

4.4 無回答

↓
次ページの問 18 へ

【問17で「1 ある」と回答した方へ】

問18 あなたは、問17-1で回答した不安や悩みについて、行政機関やNPO等の民間団体から支援（対価を直接支払うものを除く。）を受けていますか。（○はひとつだけ） n=8,484

6.9 受けている	2.8 わからない → 次ページの問19へ
88.2 受けていない → 問18-3へ	2.2 無回答

▶【問18で「1 受けている」と回答した方へ】

問18-1 あなたはどこから支援を受けていますか。（○はいくつでも） n=584

50.7 行政機関（国や自治体）
27.4 社会福祉協議会
8.4 NPO等の民間団体・ボランティア団体
5.1 自治会・町内会
12.2 その他（支援者：_____）
13.4 無回答

▶【問18で「1 受けている」と回答した方へ】

問18-2 あなたはどのような支援を受けていますか。（○はいくつでも） n=584

32.9 経済的な支援（給付や貸付等）
3.3 現物提供等の支援（食料品・日用品の提供）
29.6 人的な支援（世話や介護）
44.2 相談支援（助言や情報提供等）
9.2 その他（支援内容：_____）
2.6 無回答

【問18で「2 受けていない」と回答した方へ】

問18-3 その理由をお答えください。（○はいくつでも） n=7,482

65.2 支援が必要ではないため
18.9 支援が必要だが、我慢できる程度であるため
17.7 支援の受け方がわからないため
10.0 支援を受けるための手続きが面倒であるため
4.4 支援を受けるのが恥ずかしいと感じるため
2.7 支援を受けると相手に負担をかけるため
0.9 支援を申し込んだが断られたため（支援対象外の場合を含む）
3.7 その他
（理由：_____）
2.0 無回答

【再び、全員の方へ】

問19 あなたは、まわりに不安や悩みを抱えている人がいたら、積極的に声掛けや手助けをしようと思いますか。(○はひとつだけ)

51.5 しようと思う

→ 次ページの問20へ

11.2 しようと思わない

35.7 わからない

1.5 無回答

▶【問19で「2 しようと思わない」、「3 わからない」と回答した方へ】

問19-1 その理由をお答えください。(○はいくつでも)

n=5,264

41.6 自分には役に立てることがない

9.5 手間をかけたくない

26.2 人に声をかけづらい(怖い・恥ずかしい)

19.4 負担を感じる

15.9 面倒である

8.0 誰かがやってくれると思う

7.6 興味・関心がない

37.6 そのような余裕がない

16.7 その他

1.4 無回答

【再び、全員の方へ】

問20 あなたは、自分には人とのつきあいがないと感じることがありますか。

(○はひとつだけ)

20.3	決してない	35.5	時々ある	0.6	無回答
34.6	ほとんどない	9.0	常にある		

問21 あなたは、自分は取り残されていると感じることがありますか。(○はひとつだけ)

20.7	決してない	29.4	時々ある	0.5	無回答
44.9	ほとんどない	4.6	常にある		

問22 あなたは、自分は他の人たちから孤立していると感じることがありますか。

(○はひとつだけ)

21.9	決してない	26.9	時々ある	0.6	無回答
46.4	ほとんどない	4.3	常にある		

問23 あなたはどの程度、孤独であると感じることがありますか。(○はひとつだけ)

18.4	決してない	15.8	時々ある
40.6	ほとんどない	4.9	しばしばある・常にある
19.6	たまにある	0.6	無回答

問24 その状況(問23で回答した状況)はどの程度前から続いていますか。

(○はひとつだけ)

5.3	6ヶ月未満	7.0	3年以上5年未満
3.2	6ヶ月以上1年未満	47.3	5年以上
4.5	1年以上2年未満	15.4	その他
5.4	2年以上3年未満	11.9	無回答

問25 あなたがこれまでに経験した出来事をお答えください。(○はいくつでも)

	1番目	2番目	3番目
49.0 一人暮らし	5.9	3.2	4.7
63.6 転居	2.5	4.8	4.1
57.2 転校・転職・離職・退職（失業を除く）	4.6	5.3	5.6
21.2 失業・休職・退学・休学（中退・不登校を含む）	1.9	2.4	1.8
43.2 妊娠・出産・子育て	3.7	2.6	2.9
26.8 介護・介助	1.8	2.5	2.6
30.5 子どもの独り立ち	1.6	2.5	2.9
49.4 家族の病気・障害	4.5	6.4	4.2
17.5 家族との離別	2.1	1.9	1.4
54.8 家族との死別	13.9	6.8	4.0
35.8 家族以外の親しい知人等との死別	1.6	4.0	4.1
9.5 家族間の重大なトラブル（家庭内別居・DV・虐待を含む）	2.8	1.3	1.1
27.1 心身の重大なトラブル（病気・怪我等）	5.0	4.4	4.1
12.3 仕事上（職場）の重大なトラブル	1.9	2.1	1.5
16.2 人間関係による重大なトラブル（いじめ・ハラスメント等を含む）	4.3	2.5	2.2
10.8 金銭による重大なトラブル	1.8	1.5	1.4
11.8 生活困窮・貧困	1.8	1.8	2.2
7.6 自然災害の被災・犯罪の被害等	0.8	0.7	1.0
2.0 その他の出来事（その内容：_____）	1.0	0.3	0.2
3.8 いずれもない	無回答	無回答	無回答
1.1 無回答	36.5	43.0	47.9

【問25で「1」～「19」のいずれかに○を付けた（経験した出来事がある）方へ】

問25-1 現在の孤独感（問23で回答した状況）に強く影響を与えたと思われる出来事はどれですか。影響の強い順番に下記の枠内に3つまで番号を記入してください。（番号は3つまで）



【再び、全員の方へ】

問26 あなたの現在の心身の健康状態をお答えください。(○はひとつだけ)

15.9 よい	46.3 ふつう	5.3 よくない
16.8 まあよい	15.2 あまりよくない	0.6 無回答

問27 あなたは、全体として、現在の生活にどの程度満足していますか。(○はひとつだけ)

12.9 満足している	14.1 やや不満である
44.1 まあ満足している	6.4 不満である
21.9 どちらともいえない	0.6 無回答

問 28 新型コロナウイルス感染拡大が始まった 2020 年 3 月頃より前と比べて、人とのコミュニケーションにどのような変化がありましたか。

①及び②について、それぞれお答えください。

(①及び②について、それぞれ○はひとつだけ)

	増えた	変わらない	減った	無回答
① 人と直接会ってコミュニケーションをとること	2.3	27.4	69.2	1.1
② 人と直接会わずにコミュニケーションをとること (例：手紙・電話・SNS・インターネットなど)	25.5	55.9	15.4	3.1

問29 新型コロナウイルス感染拡大が始まった2020年 3 月頃より前と比べて、日常生活にどのような変化がありましたか。①～⑥について、それぞれお答えください。

(①～⑥について、それぞれ○はひとつだけ)

	良くなった	まあ良くなった	変わらない	やや悪くなった	悪くなった	無回答
① 生活全体	1.4	3.6	52.2	29.3	11.9	1.6
② 家族との関係	2.5	5.5	80.1	6.9	2.5	2.5
③ 家族以外の親しい人との関係	1.2	2.6	64.4	23.6	6.2	2.0
④ 地域・社会とのつながり	0.6	1.6	56.4	28.8	10.1	2.4
⑤ 学習環境・職場環境 (学び方・働き方を含む)	1.8	5.0	51.8	23.1	9.4	8.9
⑥ 心身の健康状態	1.3	3.2	63.1	23.7	7.1	1.7

調査にご協力いただき、誠にありがとうございました。

記入漏れなどがなければ改めてご確認いただき、

同封の返信用封筒にて、**令和5年 1 月 18 日 (水) まで**にご投かんください。(切手は不要です。)

○調査結果に関する問合せ先

内閣官房 孤独・孤立対策担当室

〒100-8968 東京都千代田区永田町 1－6－1

電話：03（5253）2111（代表）

WEB サイト：https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/kodoku_koritsu_taisaku/index.html