海外での滞在や生活等に関する基礎調査

令和５年度

外務省　海外邦人安全課

目　　次

第１章　調査の概要

１ 調査の目的 ･･･ 1

２ 調査の対象等 ･･･ 1

３ 調査事項 ･･･ 1

４ 調査の方法等 ･･･ 1

５ 回答数 ･･･ 1

６ 検討会の設置 ･･･ 2

７ 集計対象数 ･･･ 2

８ 本報告書を読む際の留意点 ･･･ 4

第２章　調査結果の概要

１ 本調査における孤独感の把握方法 ･･････････････････････････････････････ 1

２ 孤独の状況 ･･･ 2

（１）孤独の状況（直接質問） ･･･ 2

（２）孤独の状況（間接質問） ･･･ 2

（３）各地域の性別・年齢・滞在年数・職業 ･･････････････････････････････ 3

（４）地域別孤独の状況（直接質問） ･････････････････････････････････････ 8

（５）地域別孤独の状況（間接質問） ･････････････････････････････････････ 9

（６）年齢階級別孤独感（直接質問） ･････････････････････････････････････ 10

（７）年齢階級別孤独感（間接質問） ･････････････････････････････････････ 10

（８）男女、年齢階級別孤独感（直接質問） ･･････････････････････････････ 11

（９）男女、年齢階級別孤独感（間接質問） ･･････････････････････････････ 11

(10) 居住国滞在年数別孤独感（直接質問） ･･････････････････････････････ 12

(11) 居住国滞在年数別孤独感（間接質問） ･･････････････････････････････ 12

(12) 配偶者の有無別孤独感（直接質問） ･････････････････････････････････ 13

(13) 配偶者の有無別孤独感（間接質問） ･････････････････････････････････ 13

(14) 男女、配偶者の有無別孤独感（直接質問） ･･･ 14
(15) 男女、配偶者の有無別孤独感（間接質問） ･･･ 15
(16) 年齢階級、同居人の有無別孤独感（直接質問）･････････････････････････････････････ 16
(17) 年齢階級、同居人の有無別孤独感（間接質問）･････････････････････････････････････ 17
(18) 男女別単身者の孤独感（直接質問） ･･･ 18
(19) 男女別単身者の孤独感（間接質問） ･･･ 18
(20) 現地語の能力別孤独感（直接質問） ･･･ 19
(21) 現地語の能力別孤独感（間接質問） ･･･ 19
(22) 英語の能力別孤独感（直接質問） ･･･ 20
(23) 英語の能力別孤独感（間接質問） ･･･ 20
(24) 現在の仕事別孤独感（直接質問） ･･･ 21
(25) 現在の仕事別孤独感（間接質問） ･･･ 22
(26) 居住環境別孤独感（直接質問） ･･･ 23
(27) 居住環境別孤独感（間接質問） ･･･ 23
(28) 経済的な暮らし向き別孤独感（直接質問） ･･･ 24
(29) 経済的な暮らし向き別孤独感（間接質問） ･･･ 24
(30) 外出頻度別孤独感（直接質問） ･･･ 25
(31) 外出頻度別孤独感（間接質問） ･･･ 25
(32) 孤独感別直近１週間の外出目的（直接質問/間接質問） ･････････････････････････････ 26
(33) 孤独感別直近１週間の行動範囲（直接質問/間接質問） ･････････････････････････････ 27
(34) 孤独感別コミュニケーションをする際の手段（直接質問） ･････････････････････････ 28
(35) 同居していない家族・友人とのコミュニケーション頻度別孤独感（直接質問） ･････････ 29
(36) 同居していない家族・友人とのコミュニケーション頻度別孤独感（間接質問） ･････････ 30
(37) 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）･･････････････････ 31
(38) 「直接会って話す」頻度別孤独感（間接質問）･････････････････････････････････････ 32
(39) 社会活動への参加状況別孤独感（直接質問）･････････････････････････････････････ 33
(40) 社会活動への参加状況別孤独感（間接質問）･････････････････････････････････････ 33
(41) 不安や悩みの相談相手の有無･･ 34
(42) 不安や悩みの相談相手の有無別孤独感（直接質問） ･････････････････････････････････ 34
(43) 不安や悩みの相談相手の有無別孤独感（間接質問） ･････････････････････････････････ 34

(44) 男女、年齢階級別不安や悩みの相談相手の種類 35
(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 36
(46) 孤独感（直接質問）別現在の孤独感の継続期間 37
(47) 孤独感（間接質問）別現在の孤独感の継続期間 37
(48) 孤独感（直接質問）別　孤独感に影響を与えたと思う出来事 38
(49) 孤独感（間接質問）別　孤独感に影響を与えたと思う出来事 39
(50) 心身の健康状態別孤独感（直接質問） 40
(51) 心身の健康状態別孤独感（間接質問） 41
(52) 孤独感（直接質問）別生活満足度 42
(53) 孤独感（間接質問）別生活満足度 43
３ 孤立の状況 44
（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の頻度 44
（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 45
（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頻度別コミュニケーションの手段 46
（４）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現地語の能力 47
（５）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英語の能力 47
（６）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相談相手の有無 48
（７）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健康状態 49
（８）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経済的な暮らし向き 50
（９）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 51
(10) 男女、年齢階級別「直接会って話す」頻度 52
(11) 男女、年齢階級別社会活動への参加状況 53

第３章　単純集計結果

利用上の注意

・本書は令和５年に実施した「海外での滞在や生活等に関する基礎調査」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。

・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５年 海外での滞在や生活等に関する基礎調査」（外務省））

第１章　調査の概要

１ 調査の目的

海外における邦人（以下「在留邦人」という）に対してアンケート調査を実施することで、在留邦人の孤独・孤立に関する実態の全体像を概括的に把握し、外務省を始めとした各府省における関連の行政施策の基礎資料を得ることを目的とする。特に外務省においては、同結果を在留邦人の保護・支援を強化するために活用する。

２ 調査の対象等

(1) 調査の対象：海外に在留している日本国民

ア　在留期間が３か月に満たない旅行者等の短期滞在者は対象から除外している（旅券法に定める在留届提出の義務も「外国に住所又は居住を定めて３か月以上滞在するもの」に限られる。）

イ　日本国籍を有しない「日系人」は含まれないが、日本国籍を有する重国籍者は含まれる。

(2)　海外在留邦人数：約 130 万人（令和５年 10 月１日現在）

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、孤独な状況に至る前に経験した出来事

(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

(3) その他関連事項

外出頻度、外出目的、行動範囲、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

(4) 属性事項

居住国・地域、年齢、性別、滞在年数、婚姻状況、同居者、現地語の能力、英語の能力、最後に卒業した学校・現在の主な仕事、居住環境、経済的な暮らし向き

４ 調査の方法等

(1) 調査期日

令和５年 10 月１日

(2) 調査の方法

在留届を提出している在留邦人に対し、外務本省から領事メールの（WEB 調査フォームのリンクを添付）形で調査票を送付し、オンライン上にて回答を回収。

５ 回答数

この調査における回収数は 55,420 件であった。

６　検討会の設置

調査の調査設計・手法等の妥当性の検証、調査結果の分析等を行うため、調査実施事務局（株式会社日本リサーチセンター）において「海外における邦人の孤独・孤立に関する実態把握のための調査」事務局を設置し、検討会を行った。

下記の検討項目について２回の検討会を開催。

開催回	開催日時	主な議題
第１回	令和５年７月 12 日(水) 14：00～15：30	・調査票の検討
第２回	令和６年２月 14 日(水) 14：30～16：30	・集計結果の報告 ・報告書作成方針の共有

有識者は以下のとおりである。

○石田　光規　早稲田大学文学学術院　文化構想学部教授

○大空　幸星　ＮＰＯ法人あなたのいばしょ　理事長

○清水　康之　ＮＰＯ法人自殺対策支援センターライフリンク　代表

○伯耆田　修　元駐ボリビア大使

○吉田　常孝　外務省　診療所副所長（精神、メンタル専門）

※ オブザーバーとして内閣官房孤独・孤立対策担当室（当時）が参加（50 音順、敬称略）

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	その他（どちらともいえない、わからない、答えたくない）
55,336	25,862	28,976	498
100.0	46.7	52.4	0.9

※15 歳以下の者 84 人からも回答があったが、サンプルサイズが小さく、偏りが生じるため、集計からは除外している。

※「その他（どちらともいえない・わからない・答えたくない)」はサンプルサイズが小さく、偏りが生じるため、性別の集計からは除外している。

※本件調査は、在留届にあるメールアドレス宛に調査票を送付してオンライン上にて回答を回収している。在留届では複数のメールアドレスを登録可能であることから、同一人物による重複回答が行われた場合、それも回答数に含まれる。

◇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	わからない	回答したくない
55,336	454	3,277	9,149	15,874	16,598	6,958	2,491	385	3	147
100.0	0.8	5.9	16.5	28.7	30.0	12.6	4.5	0.7	0.0	0.3

※15 歳以下の者 84 人からも回答があったが、サンプルサイズが小さく、偏りが生じるため、集計からは除外している。

◇性別・年齢階級別

（上段:人数／下段:%）

全体	男性合計	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	わからない	回答したくない
55,336	25,862	144	1,073	3,737	6,583	8,475	4,017	1,579	247	1	6
100.0	46.7	0.3	1.9	6.8	11.9	15.3	7.3	2.9	0.4	0.0	0.0
	女性合計	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	わからない	回答したくない
	28,976	298	2,148	5,324	9,153	8,028	2,918	906	137	0	64
	52.4	0.5	3.9	9.6	16.5	14.5	5.3	1.6	0.2	－	0.1
	その他合計	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	わからない	回答したくない
	498	12	56	88	138	95	23	6	1	2	77
	0.9	0.0	0.1	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1

8　本報告書を読む際の留意点

①本文及び図表において調査票の質問文や選択肢を引用する場合、これらを簡略化して表記することがある。

②回答比率（各回答の百分比）は、小数点以下第２位を四捨五入したため、回答比率の合計が 100.0%にならないことがある。また、同様に、個別の選択肢を合計して小計を出している場合も、各選択肢の回答比率の合計が小計と一致しないことがある。

③本文、図表、集計結果表で用いた記号等の意味は、次のとおりである。

・n：その質問に対する回答者数であり、回答比率の合計 100.0%が何人に相当するかを示す比率算出の基数である。

・複数回答：１回答者が２つ以上の回答をすることができる質問。複数回答質問における比率は、回答数の合計を回答者数（n）で割った比率であり、通常その値の合計は 100.0%を超える。

・択一回答：１回答者が１つのみ回答することができる質問。択一回答質問における比率は、原則 100.0%である。

・0.0　：回答者はいるが、その比率が表章単位に満たない値である。

・　－　：回答者がいないことを示す。

④２章の表側「男性全体」「女性全体」には、年齢に対する「わからない」「回答したくない」は含めていないため、「男性全体」の n 数は 25,855、「女性全体」の n 数は 28,912 となっており、1 章の集計対象数の「男性合計」の n 数 25,862、「女性合計」の n 数 28,976 とは一致していない。また、それ以外の表側についても、年齢への「わからない」「回答したくない」を含めていない場合は、「全体」の n 数 55,336 と一致していない。

第２章　調査結果の概要

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的確に把握するため、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	

※実際の選択肢には「わからない」「回答したくない」がある。

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、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。なお、回答の選択肢には「わからない」「回答したくない」もあるがスコアとしてはカウントしない。

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。

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

※いずれの質問も、実際の選択肢には「わからない」「回答したくない」がある。

---

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

[2] 舛田ゆづり,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.

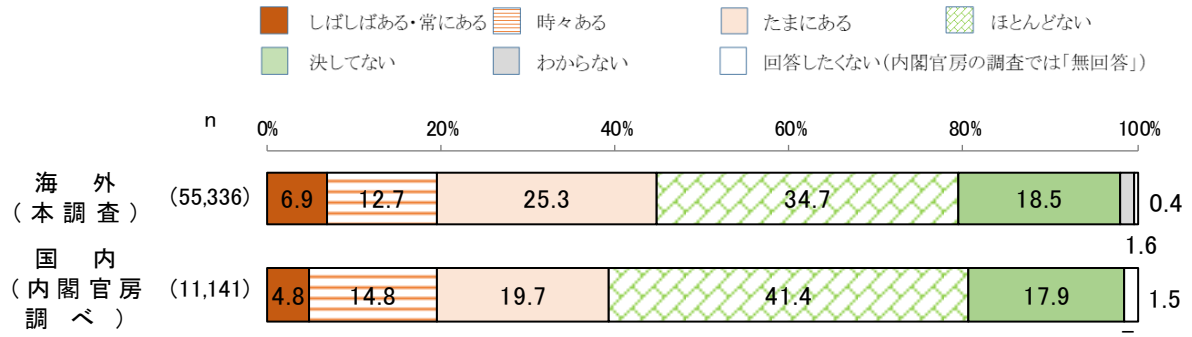
２ 孤独の状況

（１）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 6.9%、「時々ある」が 12.7%、「たまにある」が 25.3%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 34.7%、「決してない」が 18.5%となっている。

内閣官房が、令和５年に日本国内在住者を対象に実施した調査（「人々のつながりに関する基礎調査」[4]）と比べると、「しばしばある・常にある」、「時々ある」、「たまにある」を合わせた孤独感が『ある』人の割合は、在留邦人の方が 5.6 ポイント高く、「ほとんどない」と「決してない」を合わせた『ない』人の割合は 6.1 ポイント低い。

【図２－１】孤独の状況（直接質問）

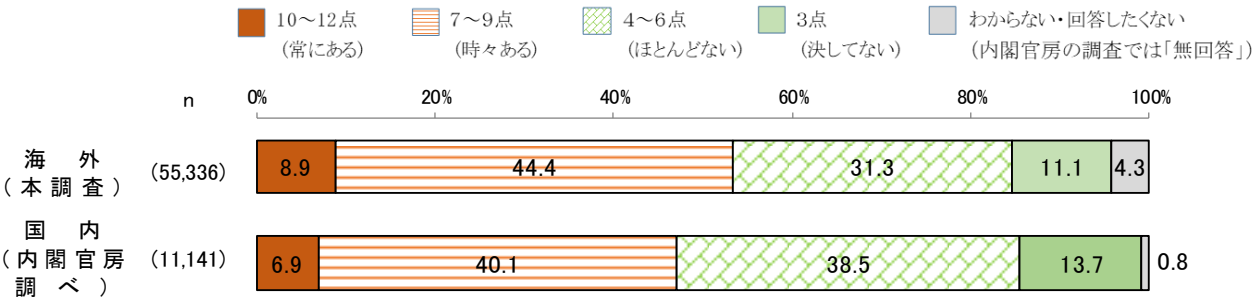


（２）孤独の状況（間接質問）

「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 8.9%、「７～９点（時々ある）」が 44.4%、「４～６点（ほとんどない）」が 31.3%、「３点（決してない）」が 11.1%となっている。

内閣官房が実施した調査と比べると、「10～12 点（常にある）」と「７～９点（時々ある）」を合わせた『ある』人の割合は在留邦人の方が 6.3 ポイント高く、「４～６点（ほとんどない）」と「３点（決してない）」を合わせた『ない』人の割合は 9.8 ポイント低い。

【図２－２】孤独の状況（間接質問）

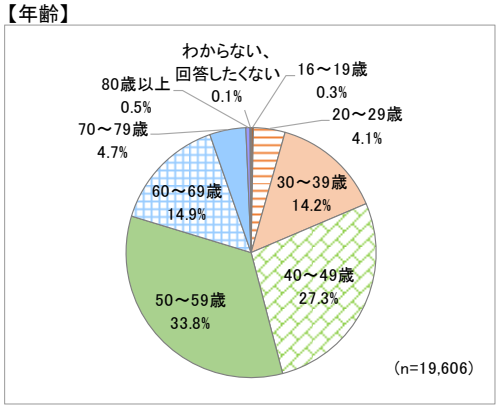


[4]https://www.cao.go.jp/kodoku_koritsu/torikumi/zenkokuchousa/r5/pdf/tyosakekka_gaiyo.pdf

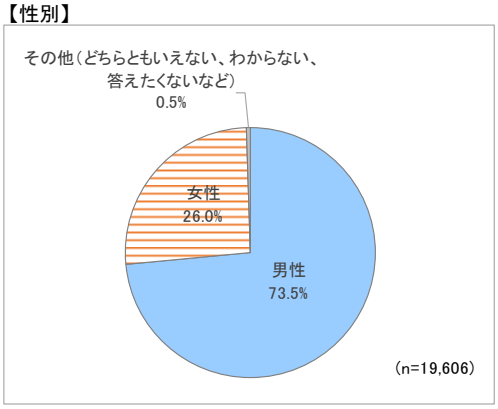
（３）各地域の性別・年齢・滞在年数・職業

【図表２－３－１】アジア地域の年齢・性別・滞在年数・職業

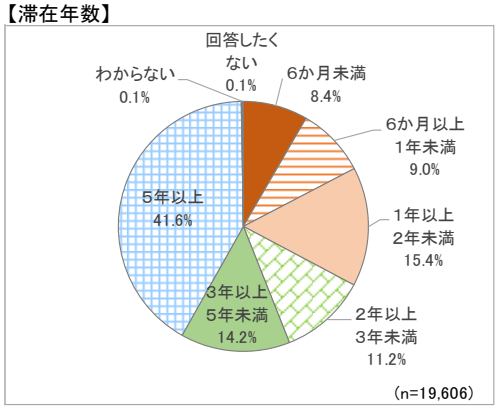
【年齢】



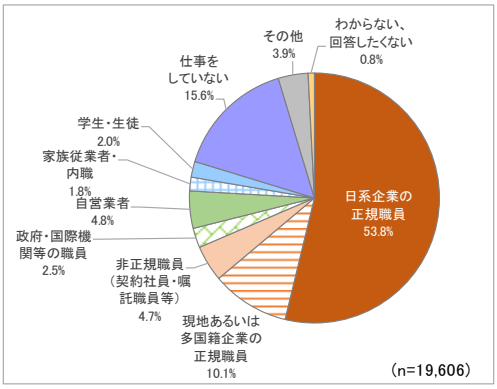
【性別】



【滞在年数】

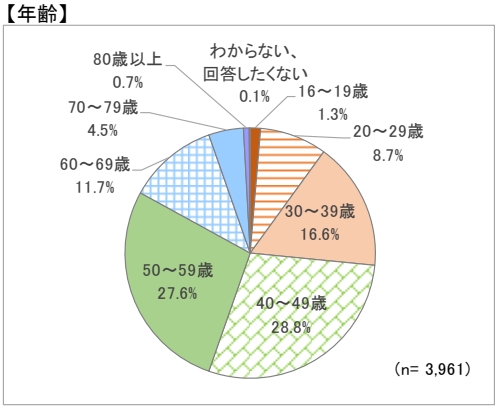


【職業】

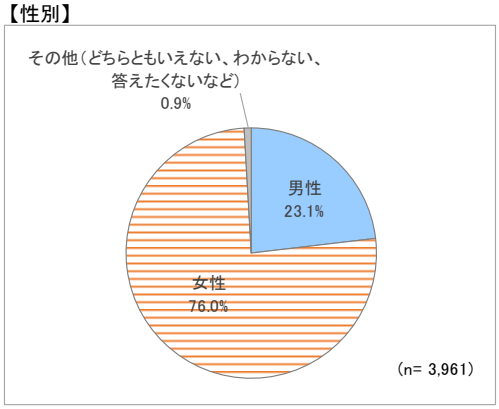


【図表２－３－２】大洋州地域の年齢・性別・滞在年数・職業

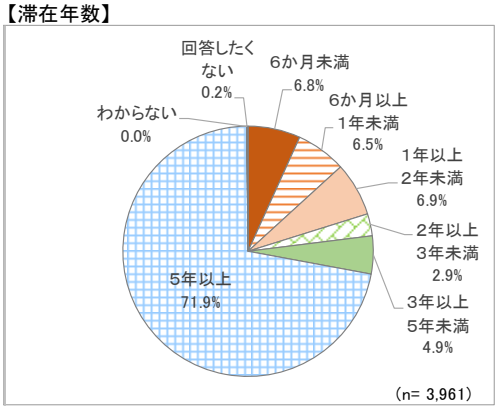
【年齢】



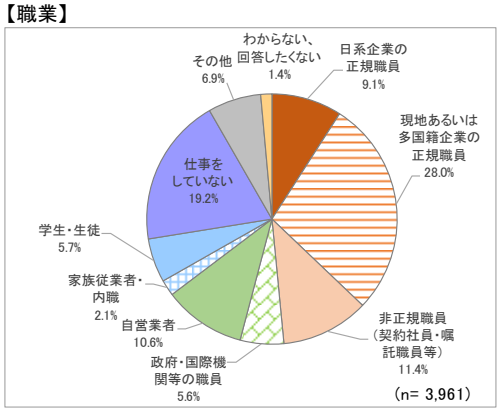
【性別】



【滞在年数】

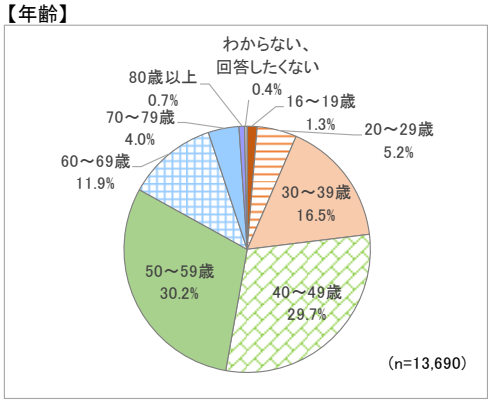


【職業】

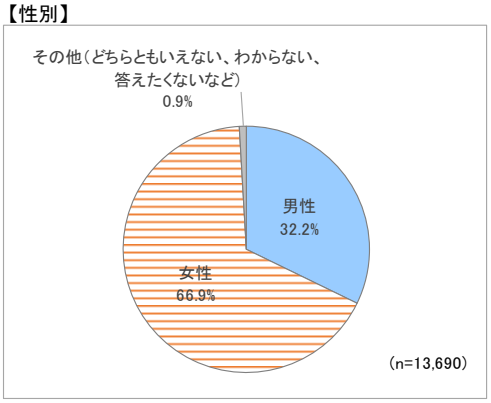


【図表２－３－３】北米地域の年齢・性別・滞在年数・職業

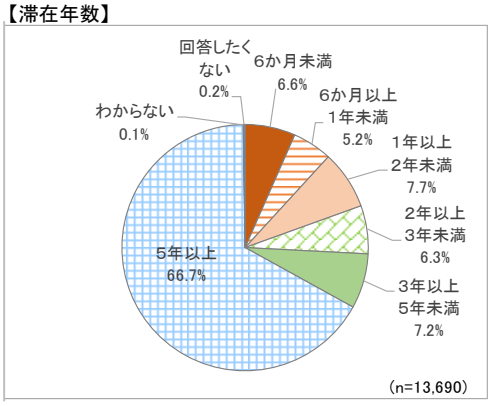
【年齢】



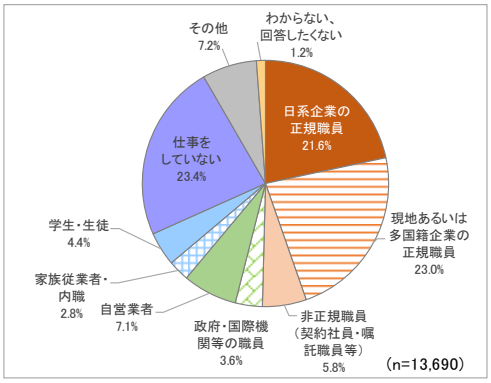
【性別】



【滞在年数】

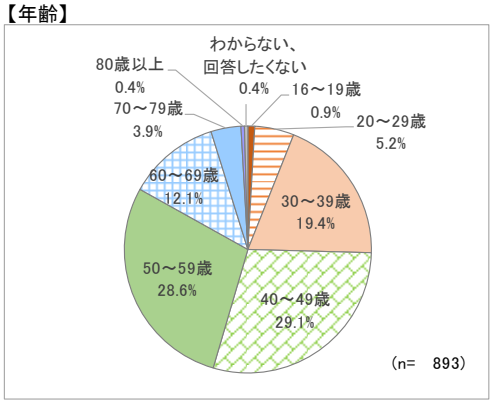


【職業】

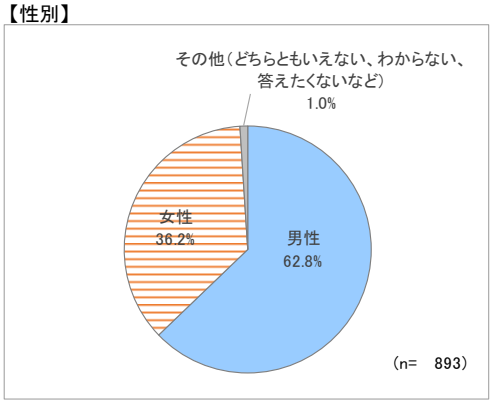


【図表２－３－４】中米地域の年齢・性別・滞在年数・職業

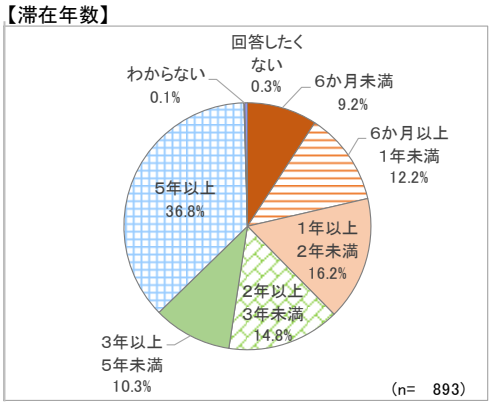
【年齢】



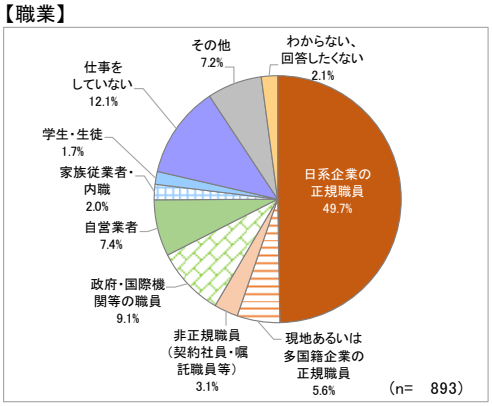
【性別】



【滞在年数】

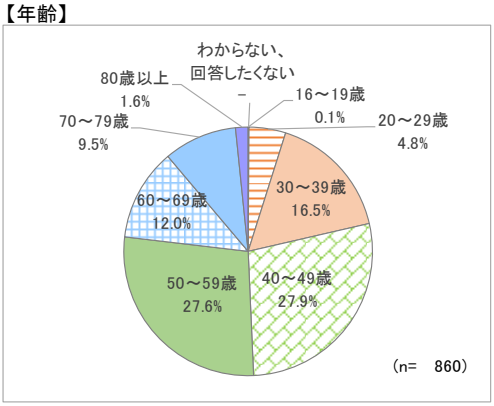


【職業】

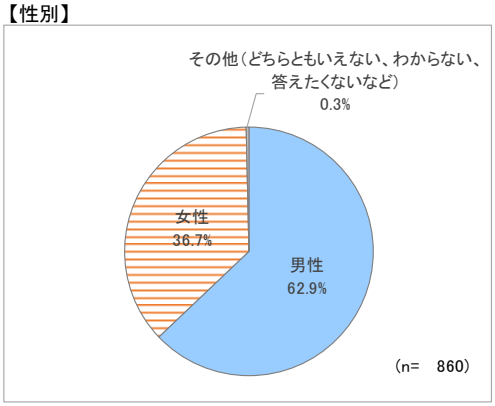


【図表２－３－５】南米地域の年齢・性別・滞在年数・職業

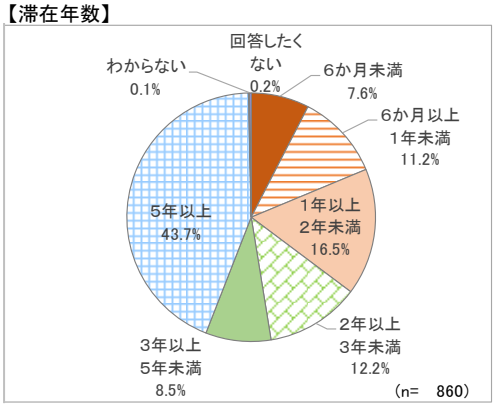
【年齢】



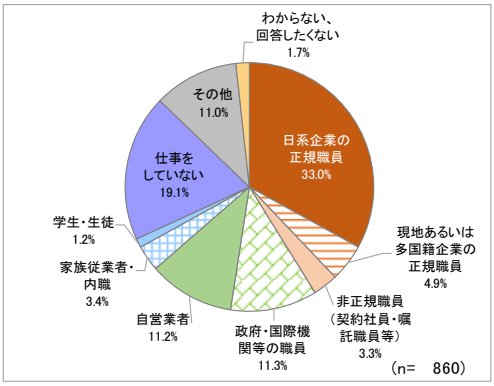
【性別】



【滞在年数】

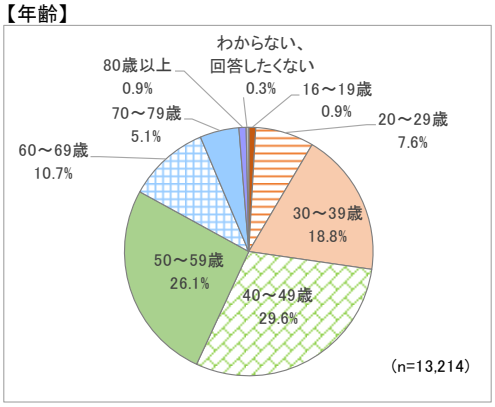


【職業】

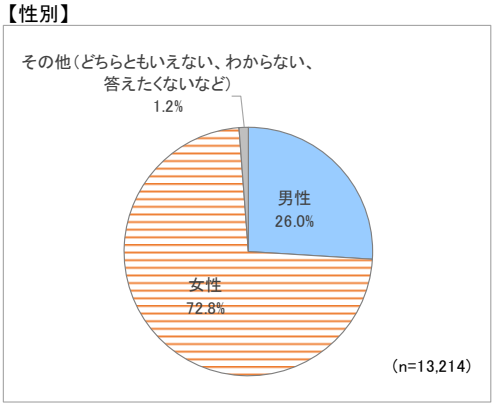


【図表２－３－６】西欧地域の年齢・性別・滞在年数・職業

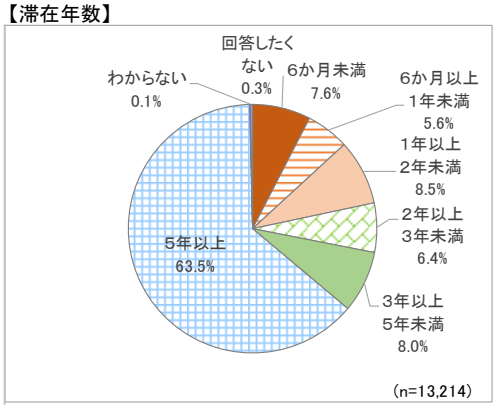
【年齢】



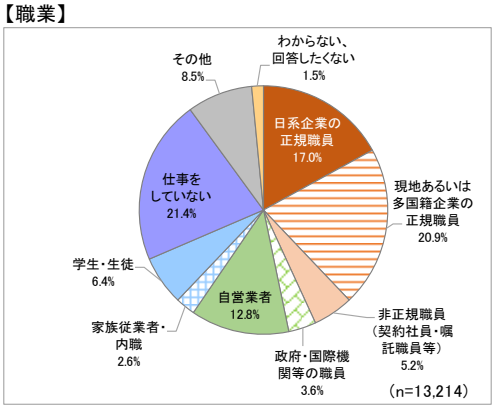
【性別】



【滞在年数】

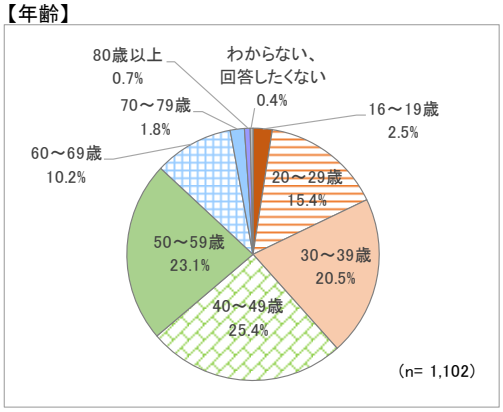


【職業】

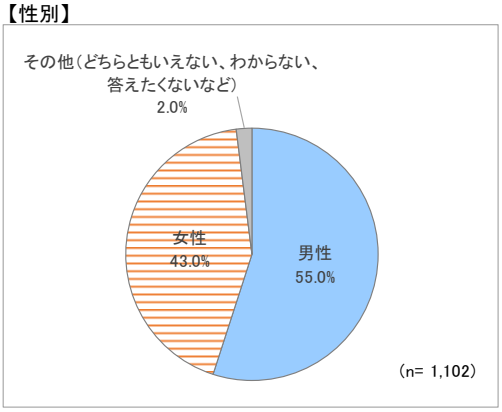


【図表２－３－７】東欧・旧ソ連地域の年齢・性別・滞在年数・職業

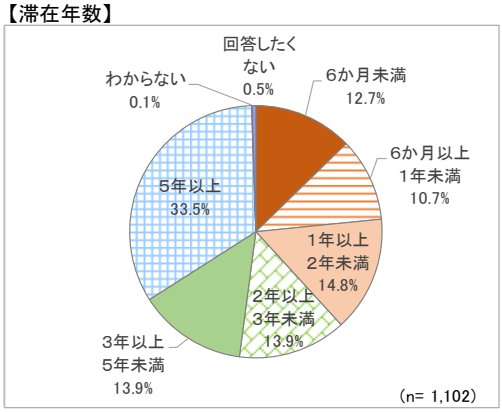
【年齢】



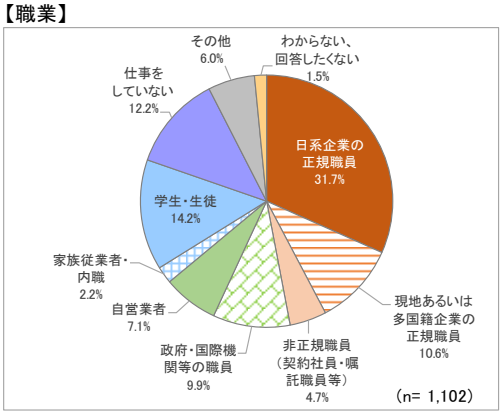
【性別】



【滞在年数】

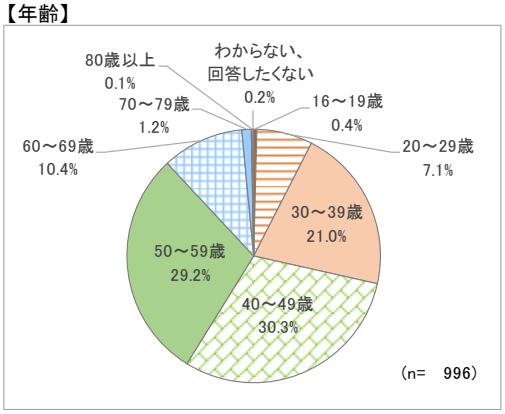


【職業】

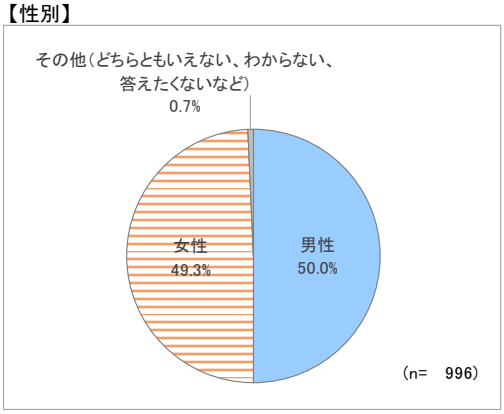


【図表２－３－８】中東地域の年齢・性別・滞在年数・職業

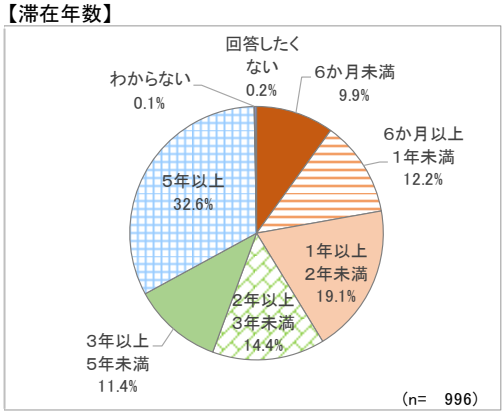
【年齢】



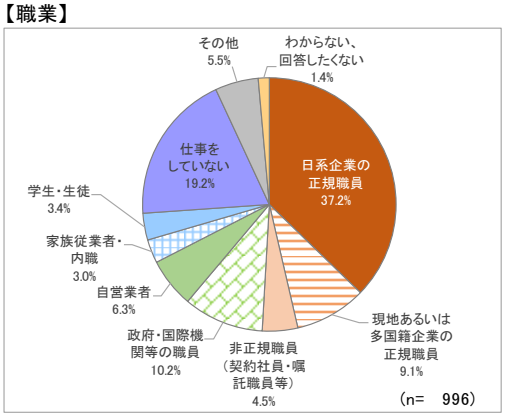
【性別】



【滞在年数】

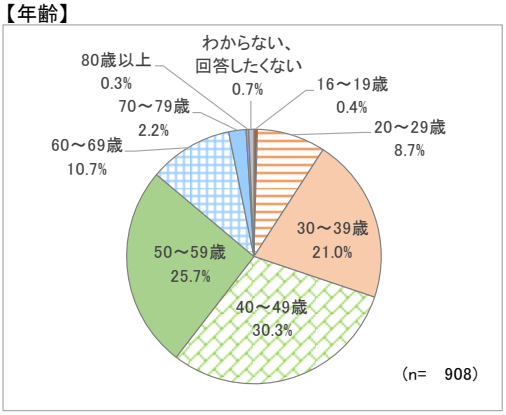


【職業】

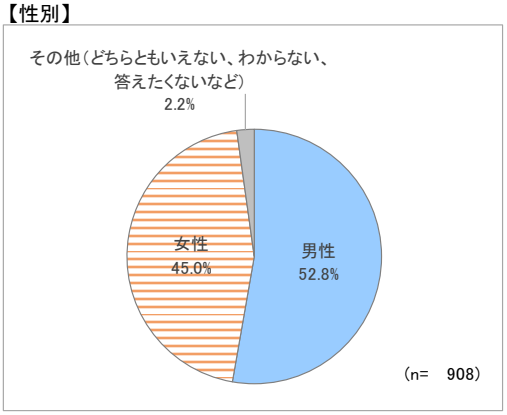


【図表２－３－９】アフリカ地域の年齢・性別・滞在年数・職業

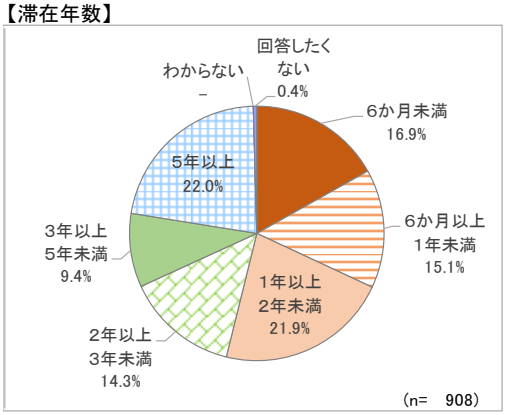
【年齢】



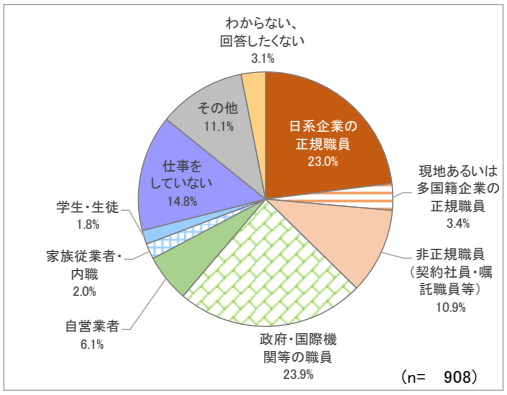
【性別】



【滞在年数】



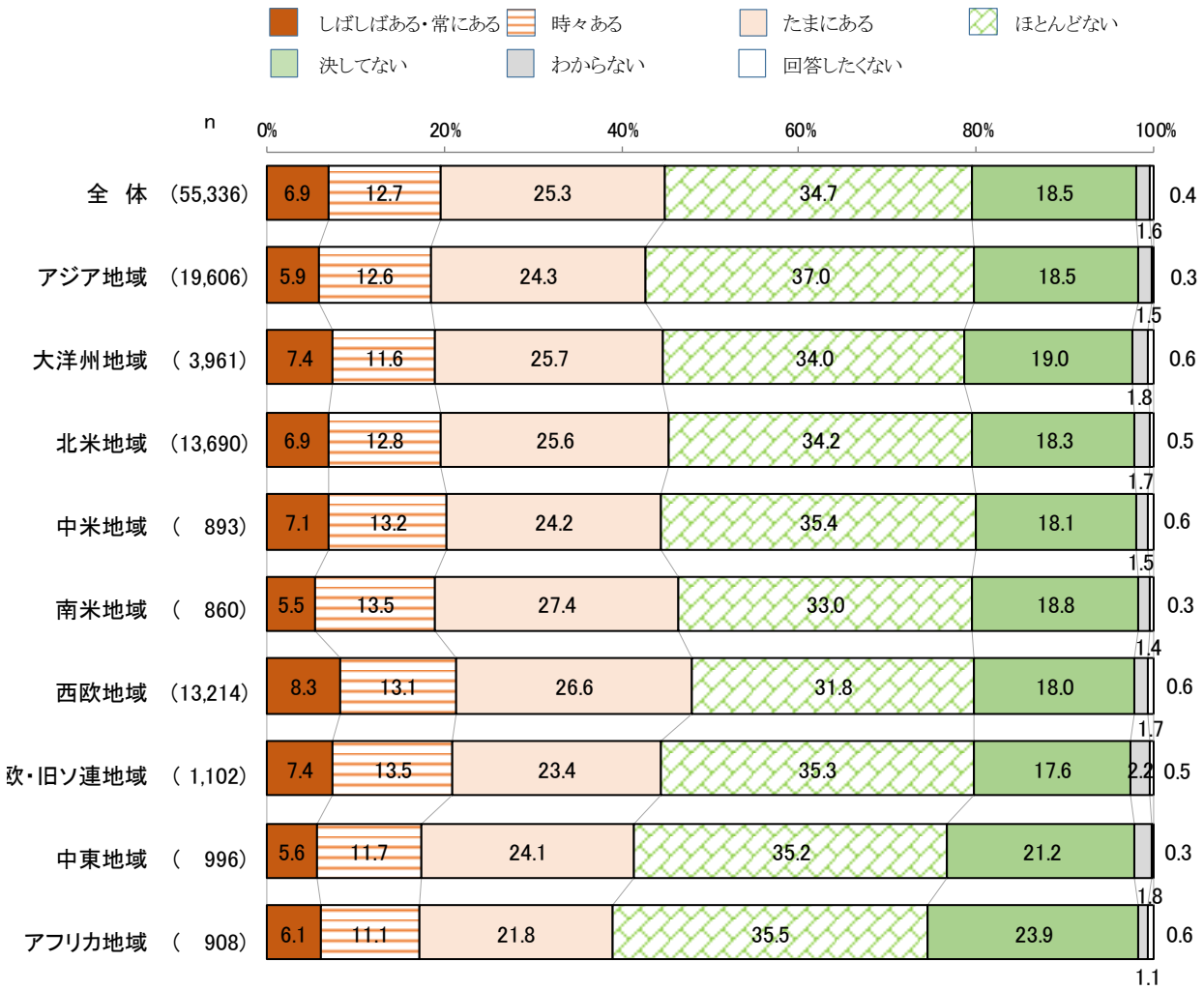
【職業】



（４）地域別 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が最も高いのは、西欧で 8.3%、最も低いのは、南米で 5.5%となっている。一方、「決してない」と回答した人の割合が最も高いのは、アフリカで 23.9%、最も低いのは、東欧・旧ソ連で 17.6%となっている。

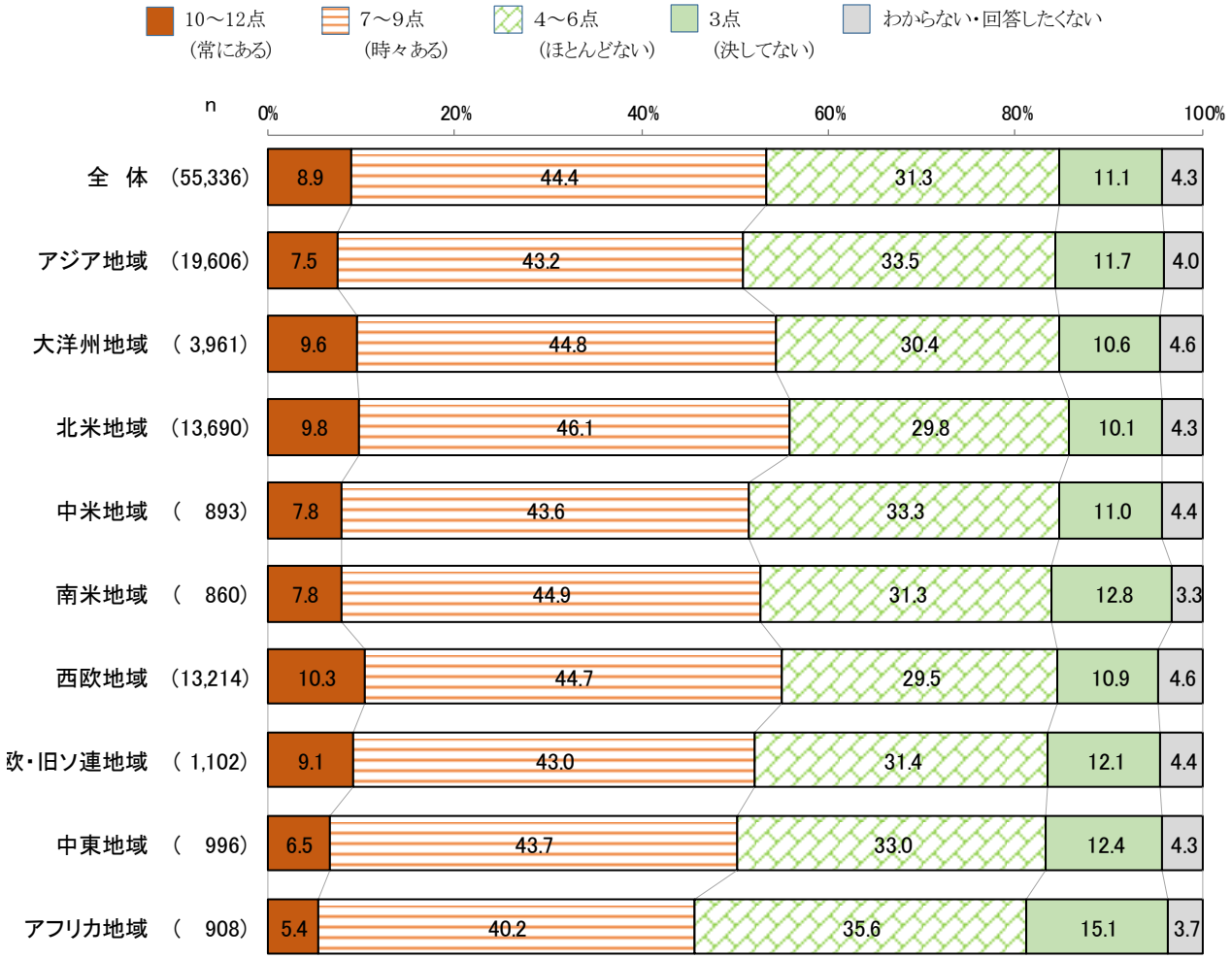
【図２－４】地域別孤独の状況（直接質問）



（５）地域別 孤独の状況（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、西欧で 10.3%、最も低いのは、アフリカで 5.4%となっている。一方、「３点（決してない）」という人の割合が最も高いのは、アフリカで 15.1%、最も低いのは、北米で 10.1%となっている。

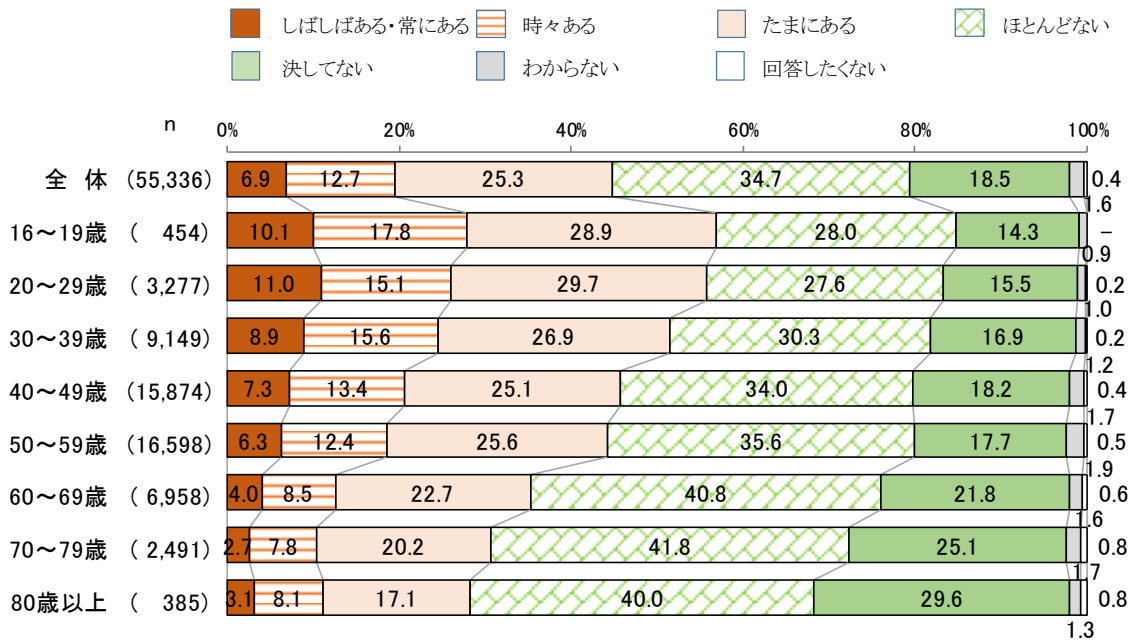
【図２－５】地域別孤独の状況（間接質問）



（６）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が最も高いのは、20～29 歳で 11.0％となっている。一方、その割合が最も低いのは、70～79 歳で 2.7％となっている。

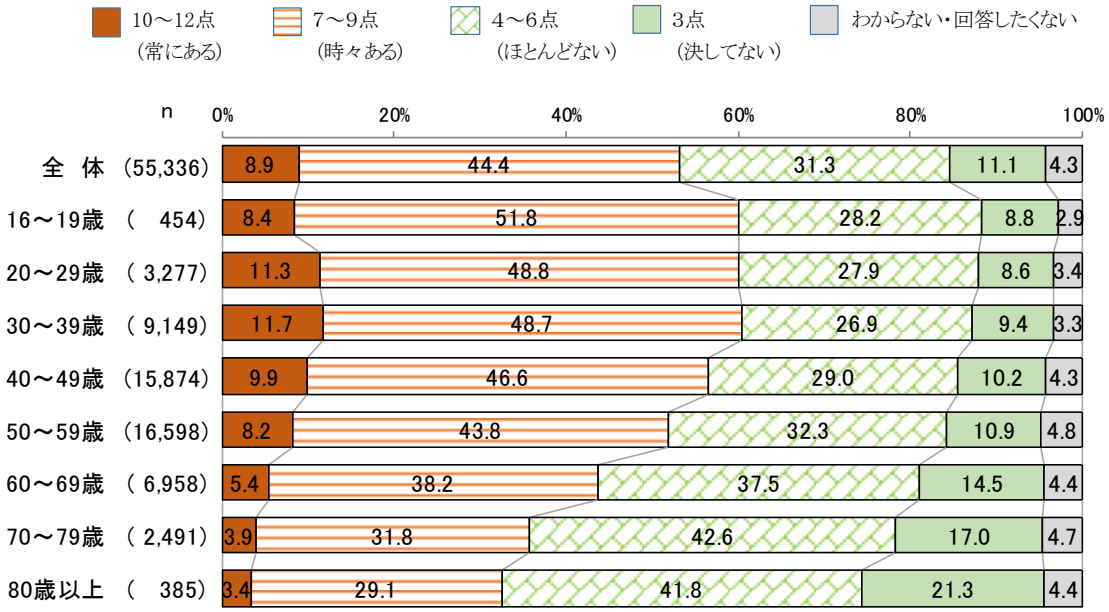
【図２－６】年齢階級別孤独感（直接質問）



（７）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）」という人の割合が最も高いのは、30～39 歳で 11.7％となっている。一方、その割合が最も低いのは、80 歳以上で 3.4％となっている。

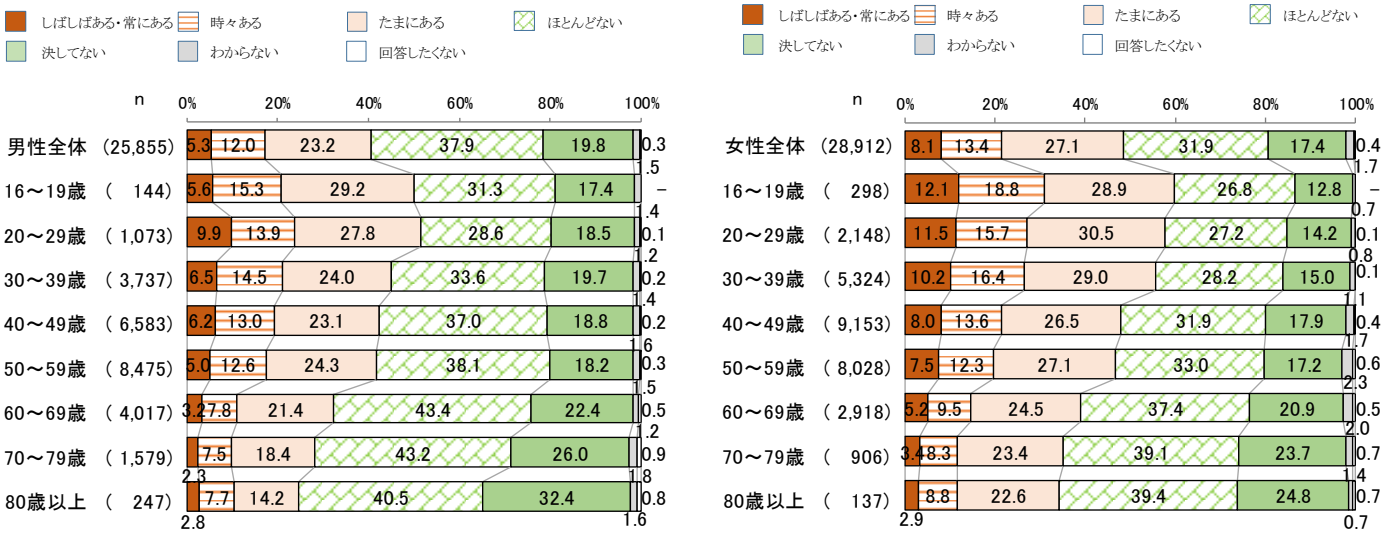
【図２－７】年齢階級別孤独感（間接質問）



（８）男女、年齢階級別 孤独感（直接質問）

孤独感を性・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は、男性が 5.3%、女性が 8.1%となっている。年齢階級別にみると、その割合が最も高いのは、男性は 20～29 歳で 9.9%、女性では 16 歳～19 歳で 12.1%となっている。

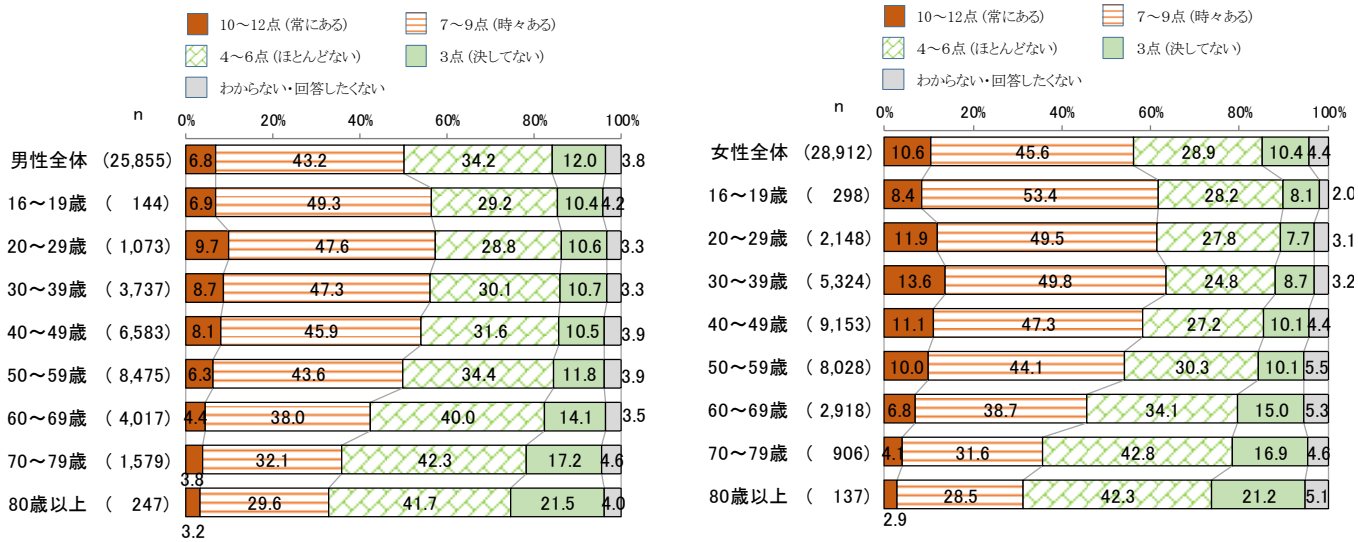
【図２－８】男女、年齢階級別孤独感（直接質問）



（９）男女、年齢階級別 孤独感（間接質問）

孤独感スコアを性・年齢階級別にみると、孤独感スコアが「10～12 点（常にある）」という人の割合は、男性が 6.8%、女性が 10.6%となっている。年齢階級別にみると、その割合が最も高いのは、男性は 20～29 歳で 9.7%、女性では 30 歳～39 歳で 13.6%となっている。

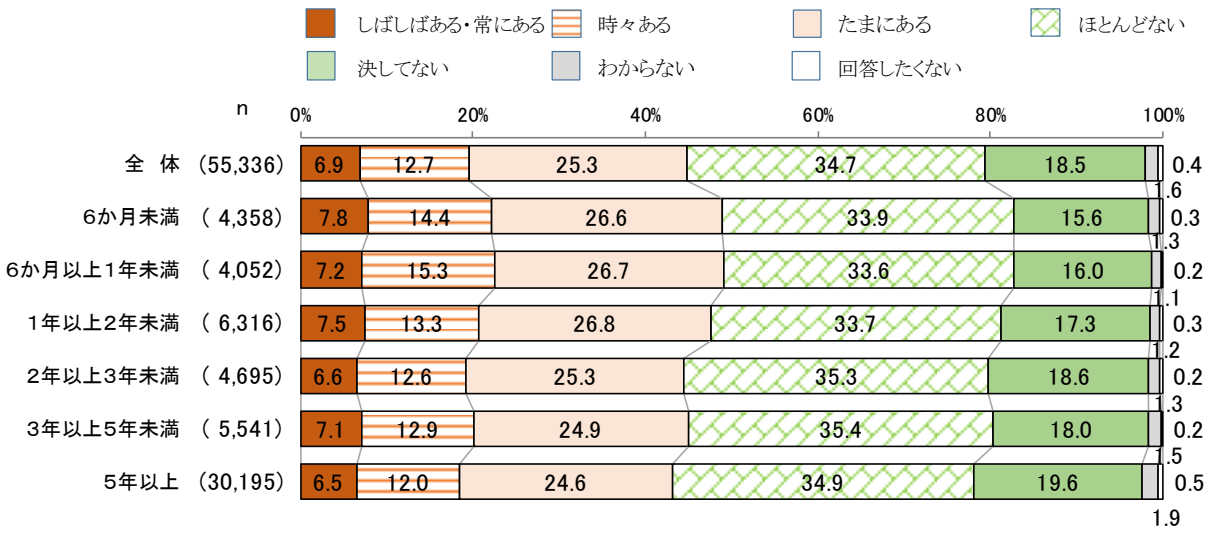
【図２－９】男女、年齢階級別孤独感（間接質問）



(10) 居住国滞在年数別 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、６か月未満で 7.8%となっている。一方、その割合が最も低いのは、５年以上で 6.5%となっている。

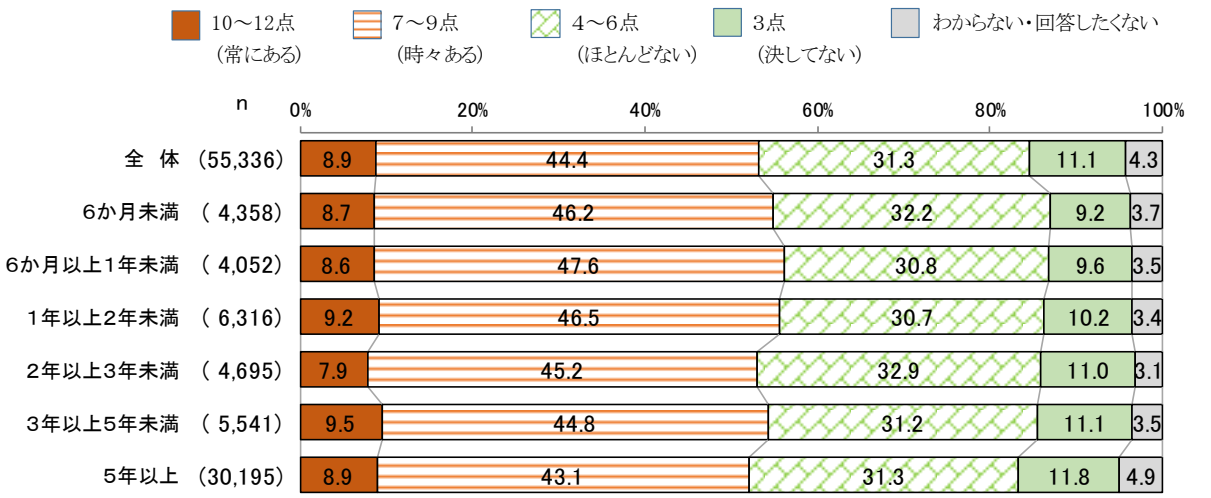
【図２－10】居住国滞在年数別孤独感（直接質問）



(11) 居住国滞在年数別 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、３年以上５年未満で 9.5%となっている。一方、その割合が最も低いのは、２年以上３年未満で 7.9%となっている。

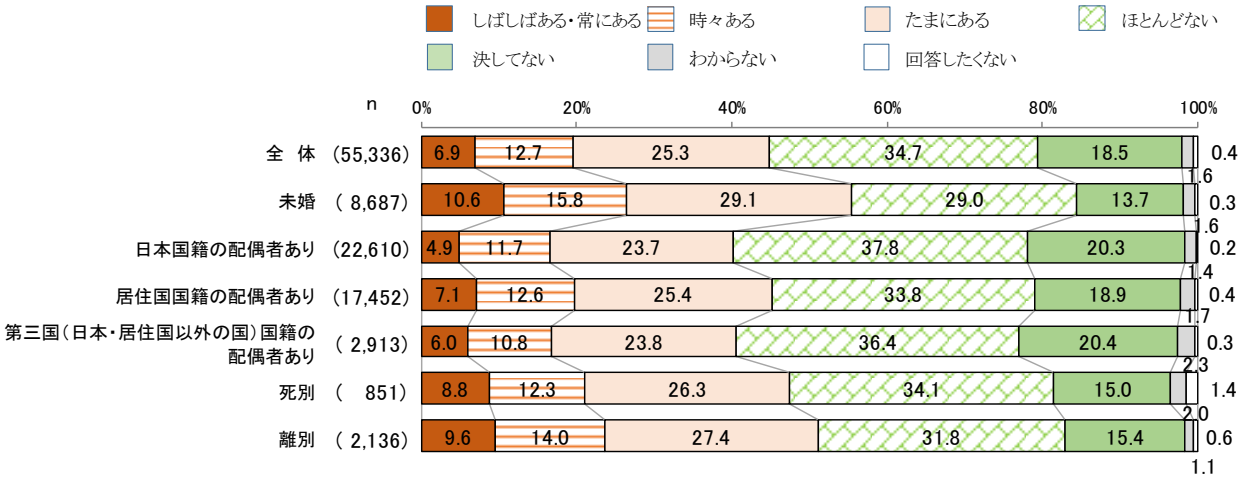
【図２－11】居住国滞在年数別孤独感（間接質問）



(12) 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、未婚で 10.6%となっている。一方、その割合が最も低いのは、日本国籍の配偶者ありで 4.9%となっている。

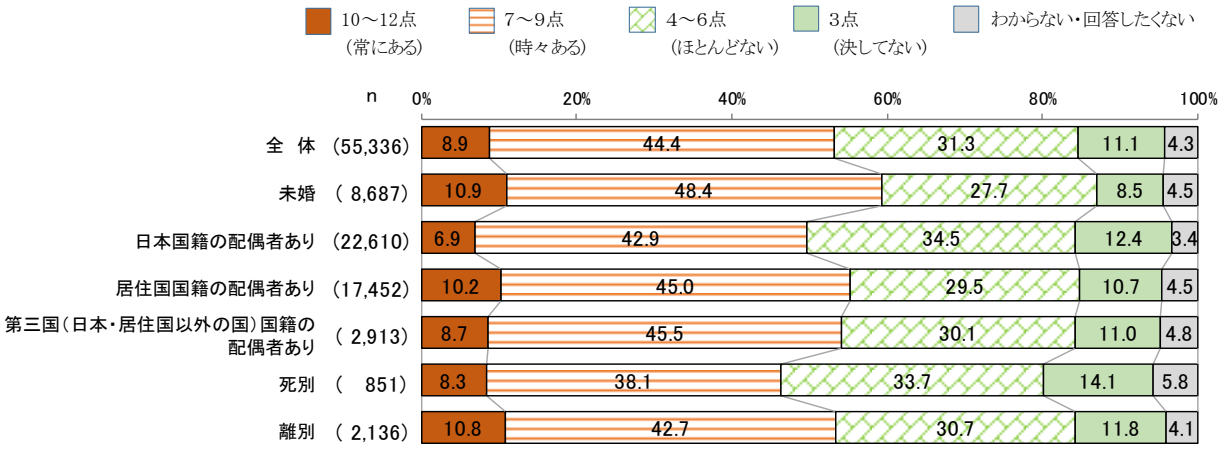
【図２－12】配偶者の有無別孤独感（直接質問）



(13) 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、未婚で 10.9%となっている。一方、その割合が最も低いのは、日本国籍の配偶者ありで 6.9%となっている。

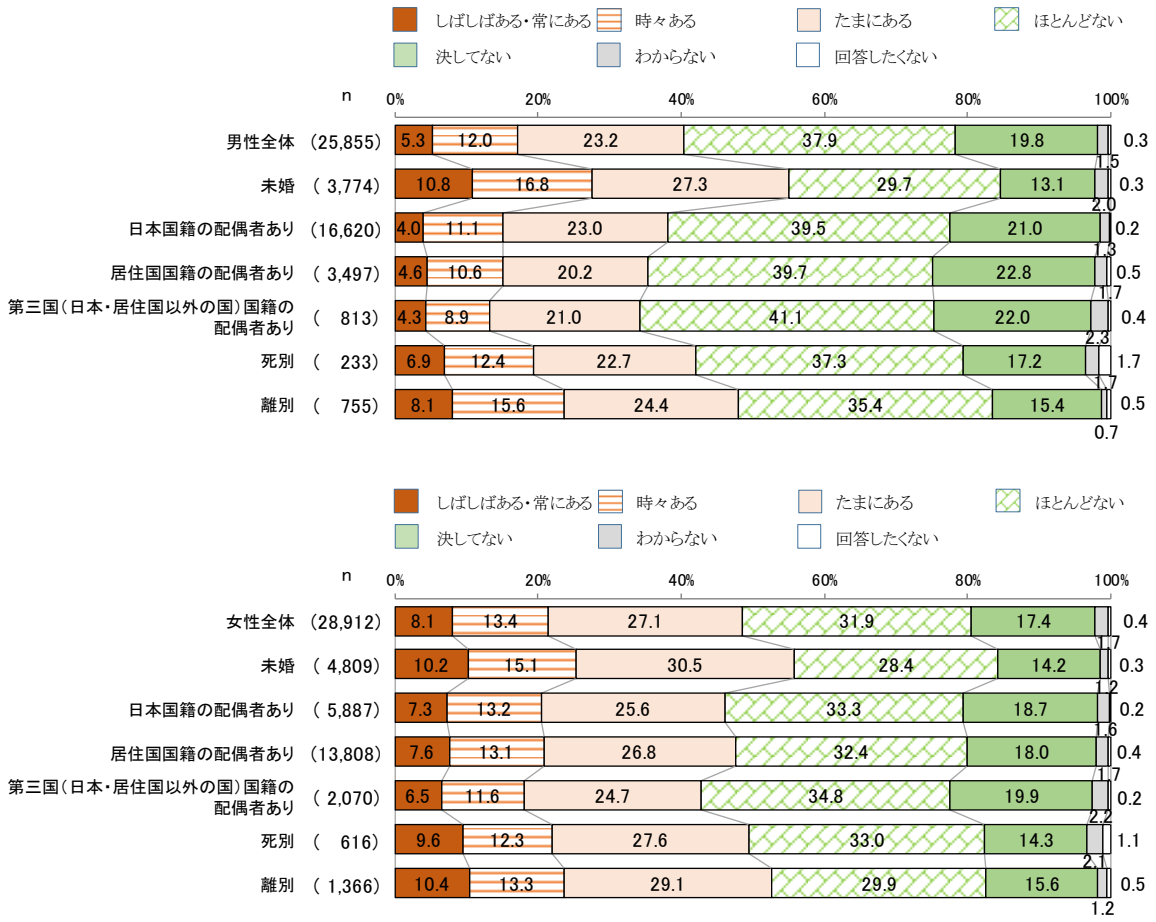
【図２－13】配偶者の有無別孤独感（間接質問）



（14）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、男性は未婚で 10.8%、女性は離別で 10.4%となっている。

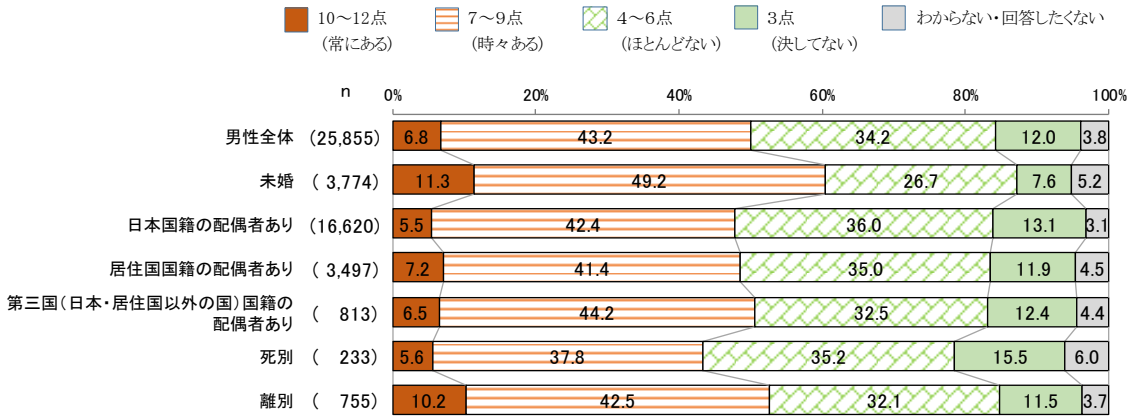
【図２－14】男女、配偶者の有無別孤独感（直接質問）

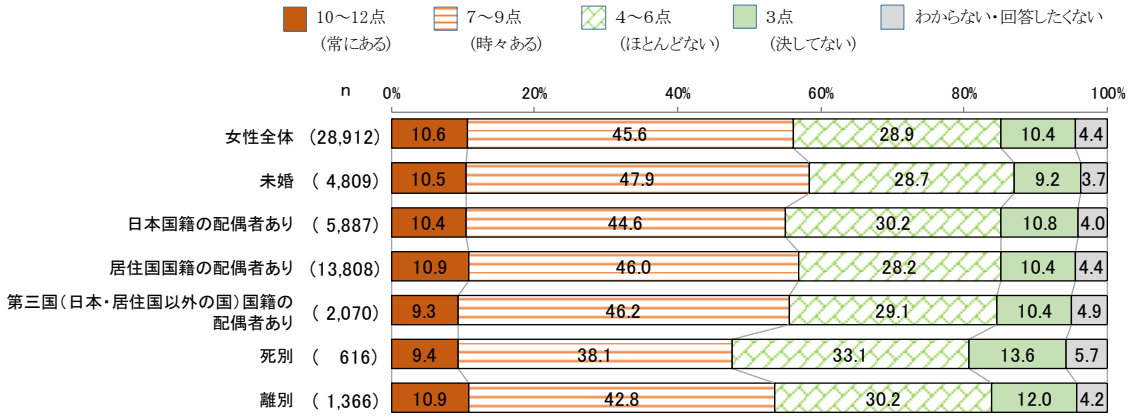


（15）男女、配偶者の有無別 孤独感（間接質問）

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、男性は未婚で 11.3%、女性は居住国国籍の配偶者ありと離別で 10.9%となっている。

【図２－15】男女、配偶者の有無別孤独感（間接質問）

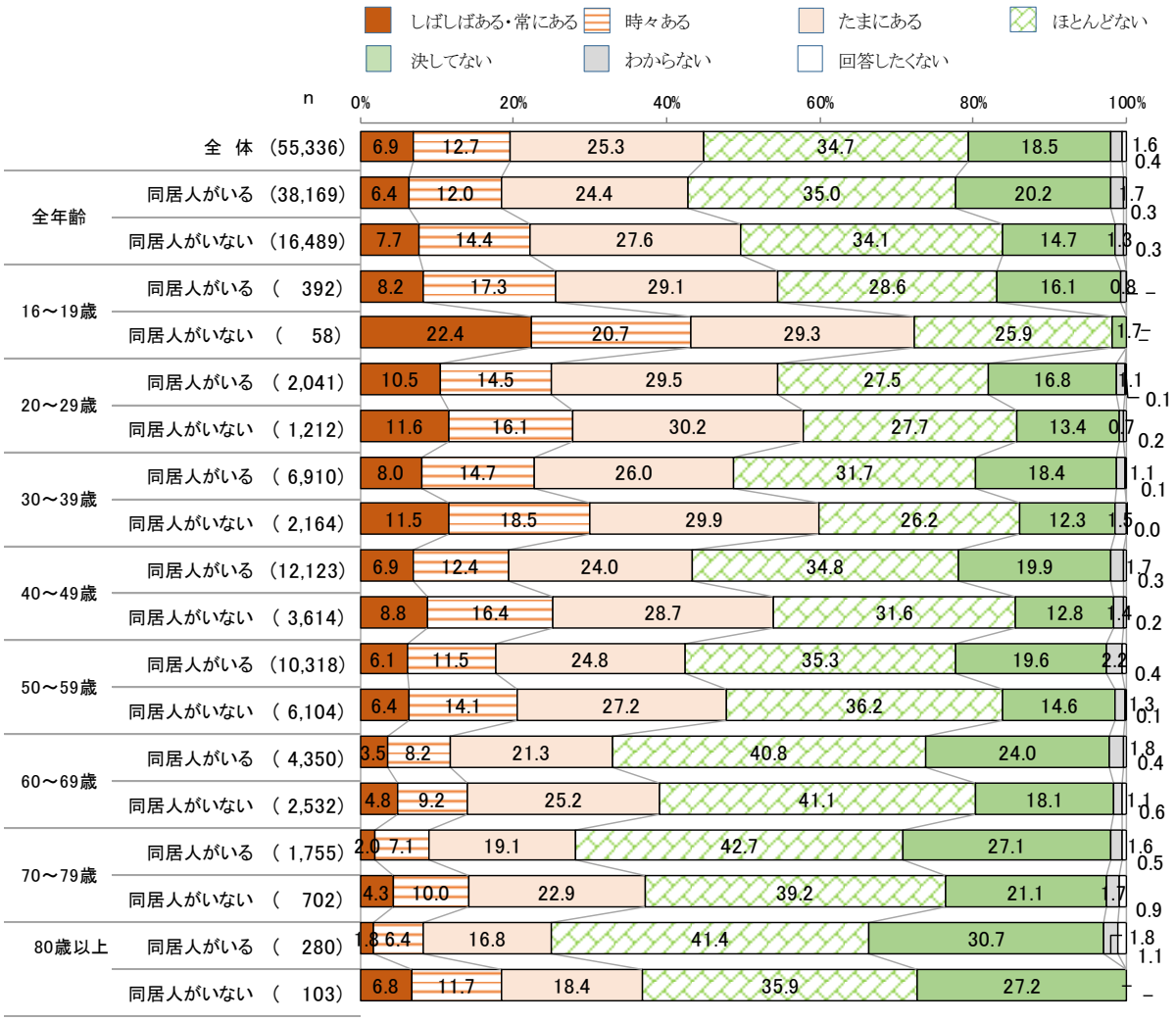




（16）年齢階級、同居人の有無別 孤独感（直接質問）

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、16～19 歳の同居人がいない層（58 人、全体の 0.1%）で 22.4%、次いで 20～29 歳の同居人がいない層が 11.6%、30～39 歳の同居人がいない層が 11.5%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層で 1.8%となっている。

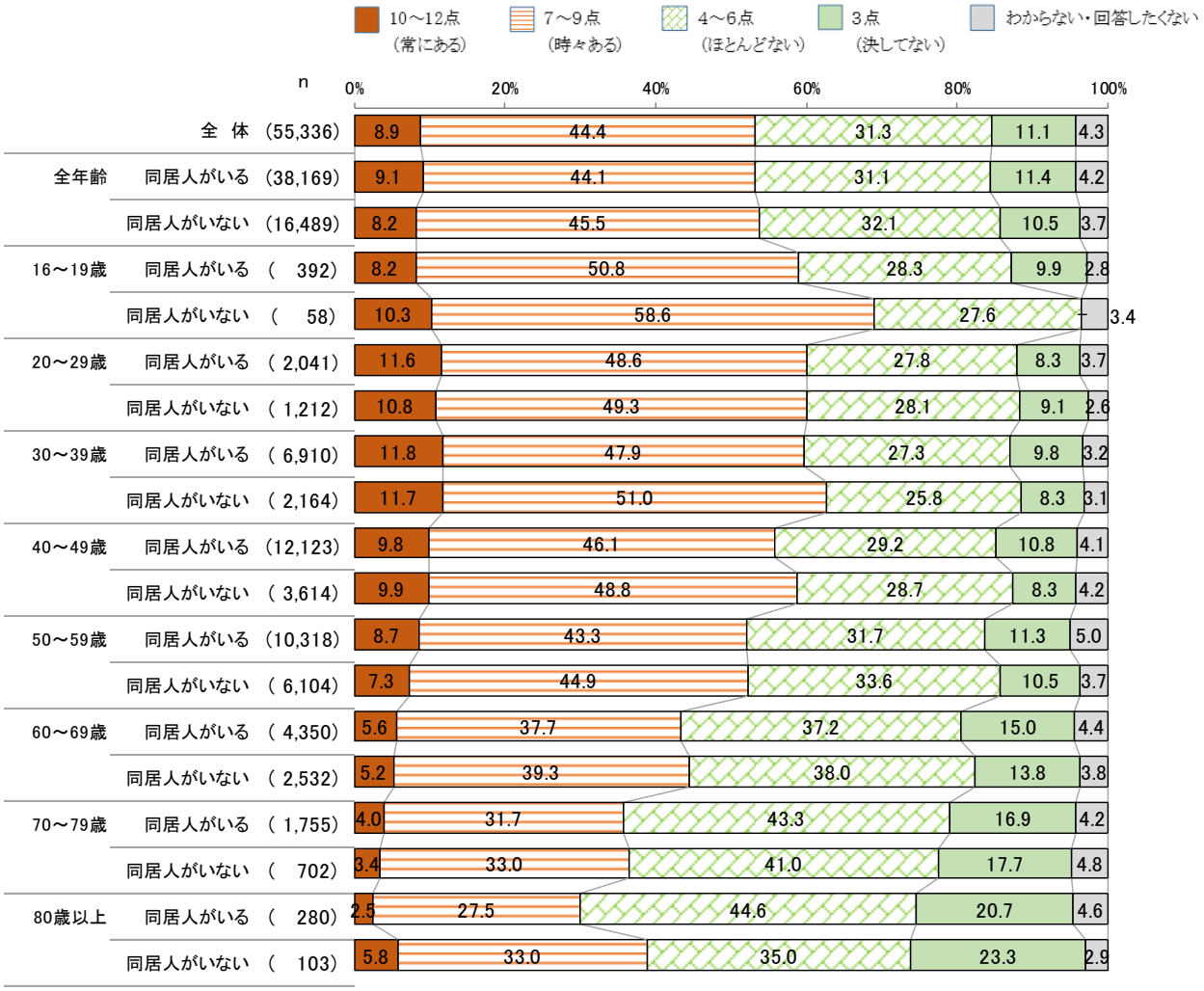
【図２－16】年齢階級、同居人の有無別孤独感（直接質問）



(17) 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）」と回答した人の割合が最も高いのは、30～39 歳の同居人がいる層で 11.8%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層で 2.5%となっている。

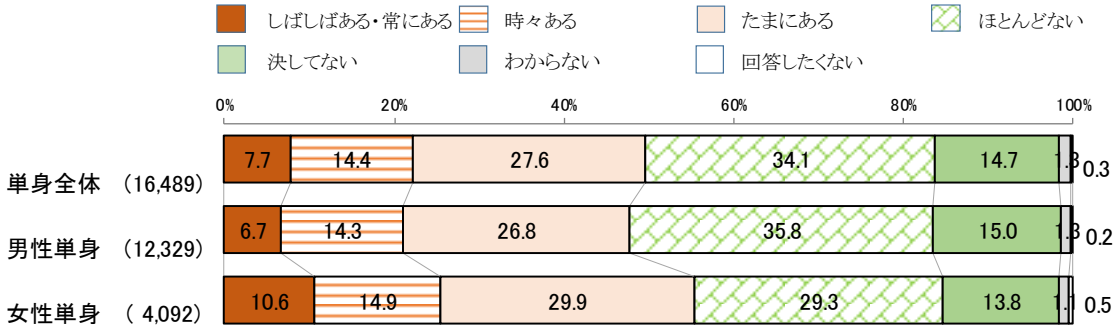
【図２－17】年齢階級、同居人の有無別孤独感（間接質問）



（18）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 6.7%、女性で 10.6%となっている。

【図２－18】男女別単身者の孤独感（直接質問）

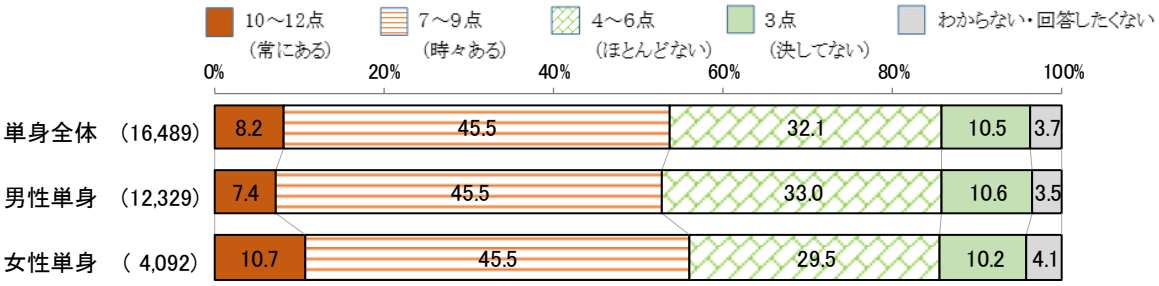


（注） 単身全体（16,489）は、Q2 年齢で「15 歳以下」「わからない」「回答したくない」と回答した人を除いた内、Q6 で「同居している人はいない」と回答した人を集計したものであり、性別で「その他（どちらともいえない・わからない・答えたくない）」と回答した人も含まれる。男性単身（12,329）及び女性単身（4,092）は、Q2 年齢で「15 歳以下」「わからない」「回答したくない」と回答した人を除いた「男性」「女性」それぞれの内、Q6 で「同居している人はいない」と回答した人を集計したもの。

（19）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 7.4%、女性で 10.7%となっている。

【図２－19】男女別単身者の孤独感（間接質問）

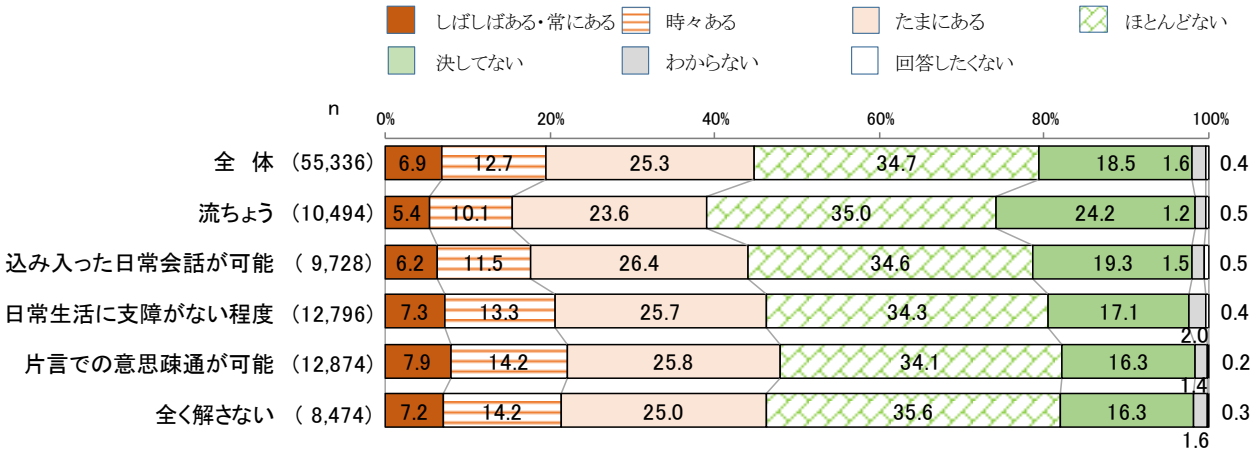


（注） 図２-18 と同様に単身者を判定している。

(20) 現地語の能力別 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、現地語で片言での意思疎通が可能な層で 7.9%となっている。一方、その割合が最も低いのは、現地語が流ちょうな層で 5.4%となっている。

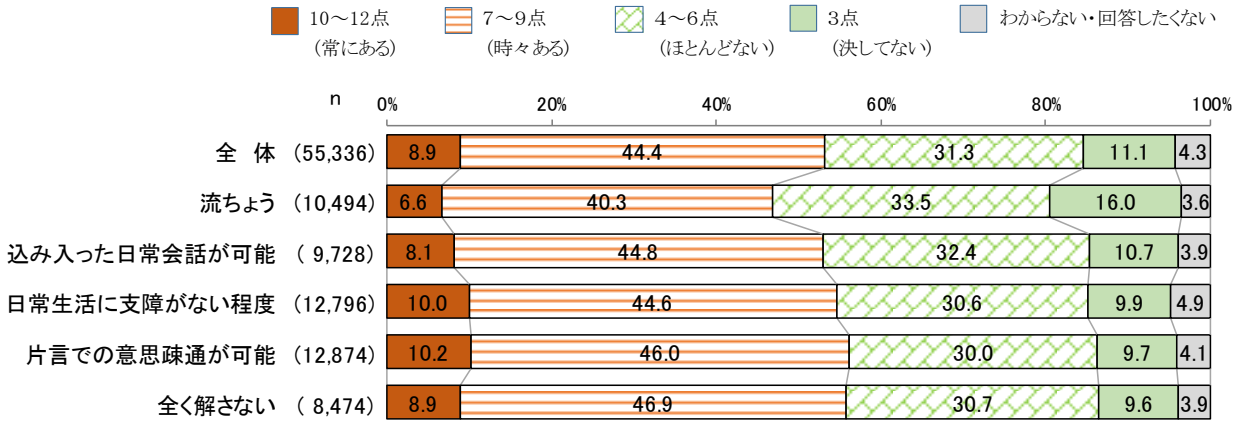
【図２－20】現地語の能力別孤独感（直接質問）



(21) 現地語の能力別 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、現地語で片言での意思疎通が可能な層で 10.2%となっている。一方、その割合が最も低いのは、現地語が流ちょうな層で 6.6%となっている。

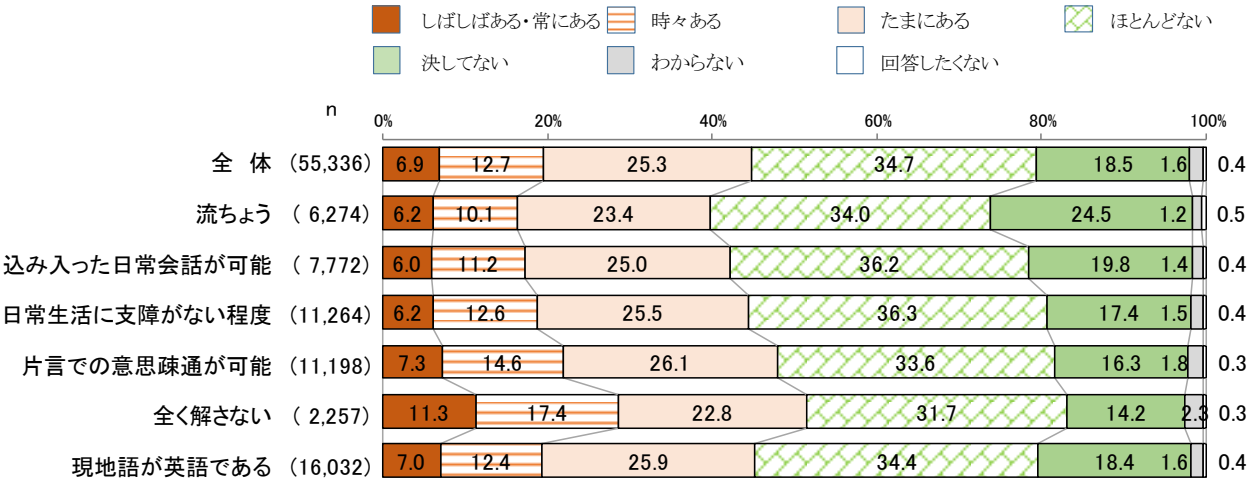
【図２－21】現地語の能力別孤独感（間接質問）



(22) 英語の能力別 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、英語を全く解さない層で 11.3%となっている。一方、その割合が最も低いのは、込み入った日常会話が可能な層で 6.0%となっている。

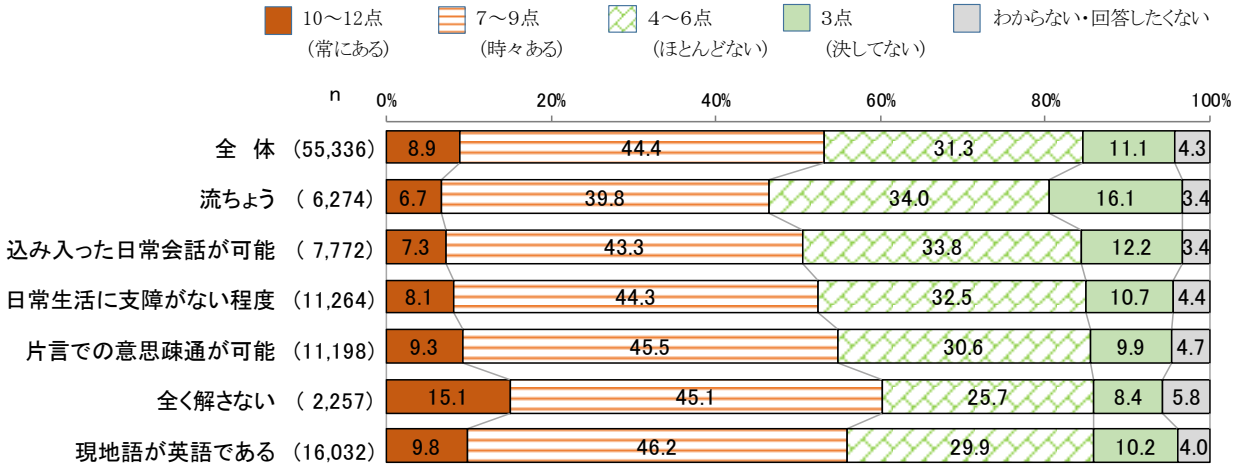
【図２－22】英語の能力別孤独感（直接質問）



(23) 英語の能力別 孤独感（間接質問）

孤独感スコアを英語能力別にみると、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、英語を全く解さない層で 15.1%となっている。一方、その割合が最も低いのは、英語が流ちょうな層で 6.7%となっている。

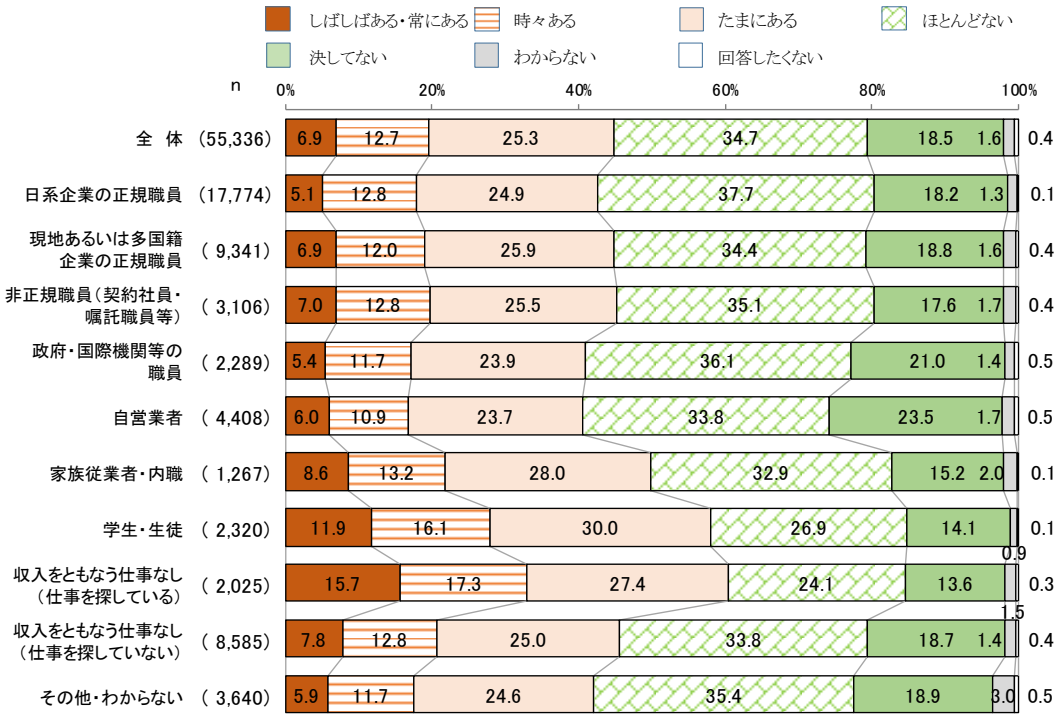
【図２－23】英語の能力別孤独感（間接質問）



(24) 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、収入をともなう仕事をしていない（仕事を探している）層で 15.7%となっている。一方、その割合が最も低いのは、日系企業の正規職員で 5.1%となっている。

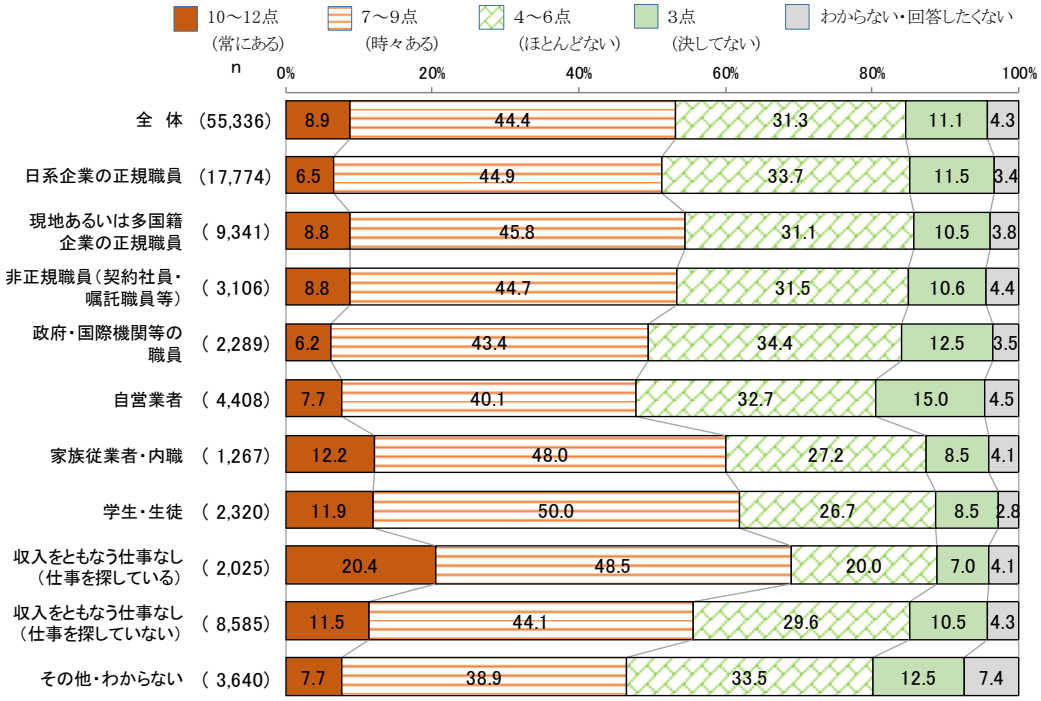
【図２－24】現在の仕事別孤独感（直接質問）



(25) 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、収入をともなう仕事をしていない（仕事を探している）層で 20.4%となっている。一方、その割合が最も低いのは、政府・国際機関等の職員で 6.2%となっている。

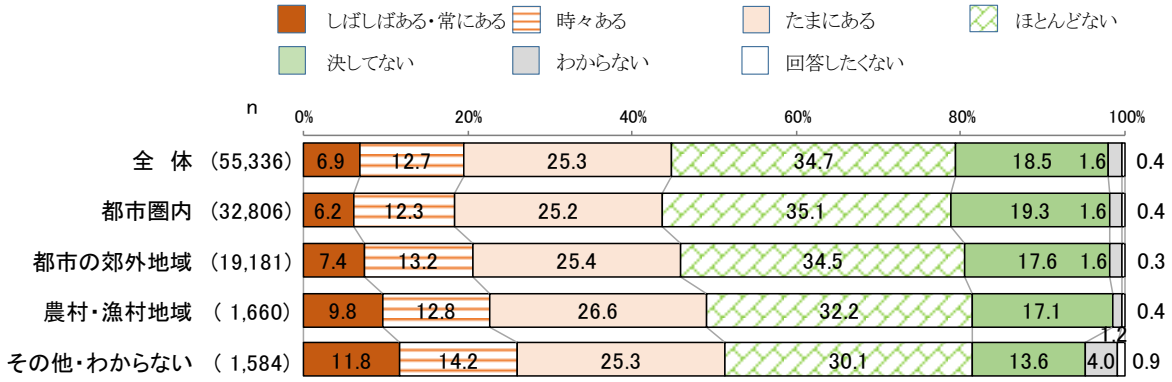
【図２－25】現在の仕事別孤独感（間接質問）



(26) 居住環境別 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、農村・漁村地域で 9.8%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、都市圏内で 6.2%となっている。

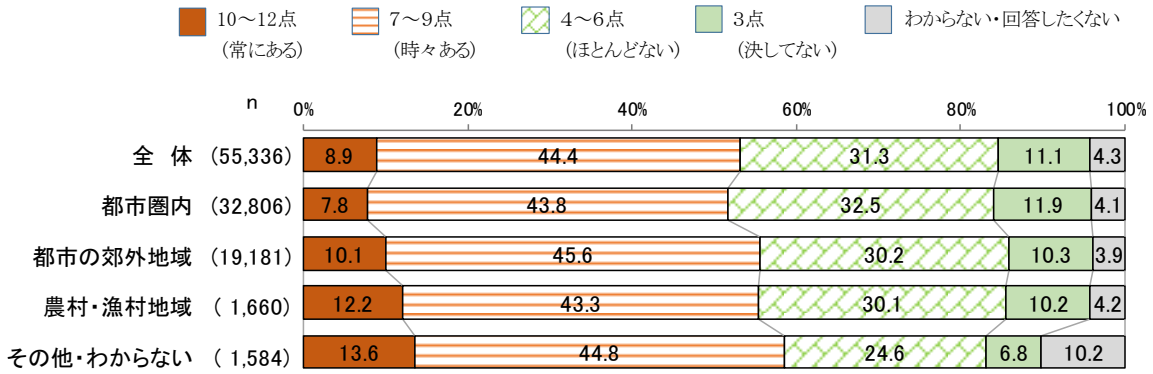
【図２－26】居住環境別孤独感（直接質問）



(27) 居住環境別 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、農村・漁村地域で 12.2%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、都市圏内で 7.8%となっている。

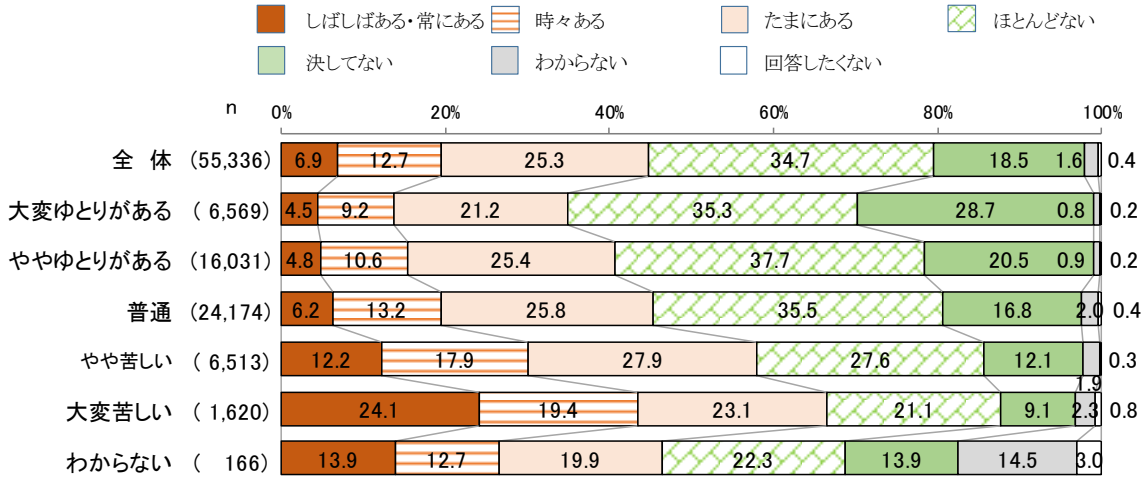
【図２－27】居住環境別孤独感（間接質問）



(28) 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、暮らし向きが大変苦しい層で24.1%となっている。一方、その割合が最も低いのは、大変ゆとりがある層で4.5%となっている。

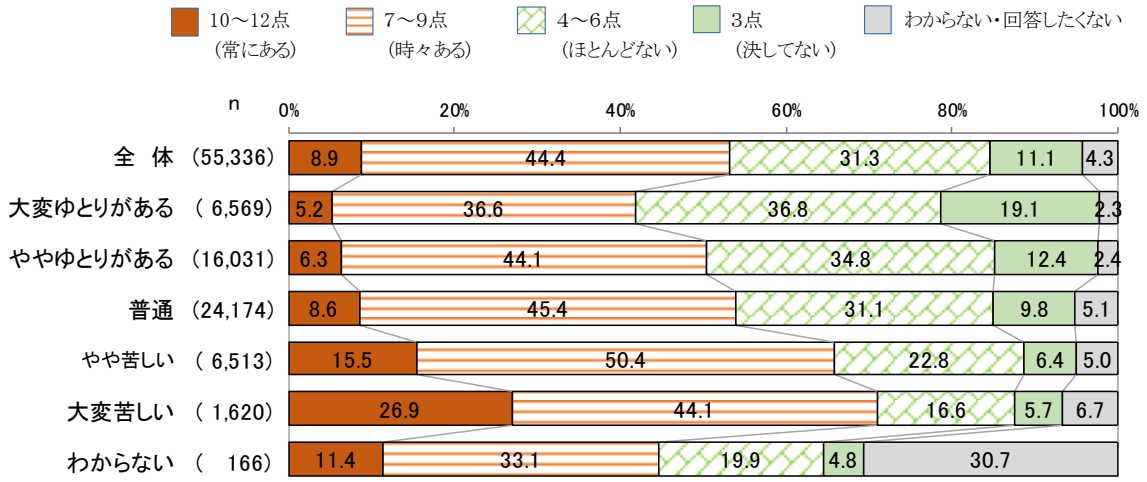
【図２－28】経済的な暮らし向き別孤独感（直接質問）



(29) 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、暮らし向きが大変苦しい層で26.9%となっている。一方、その割合が最も低いのは、大変ゆとりがある層で5.2%となっている。

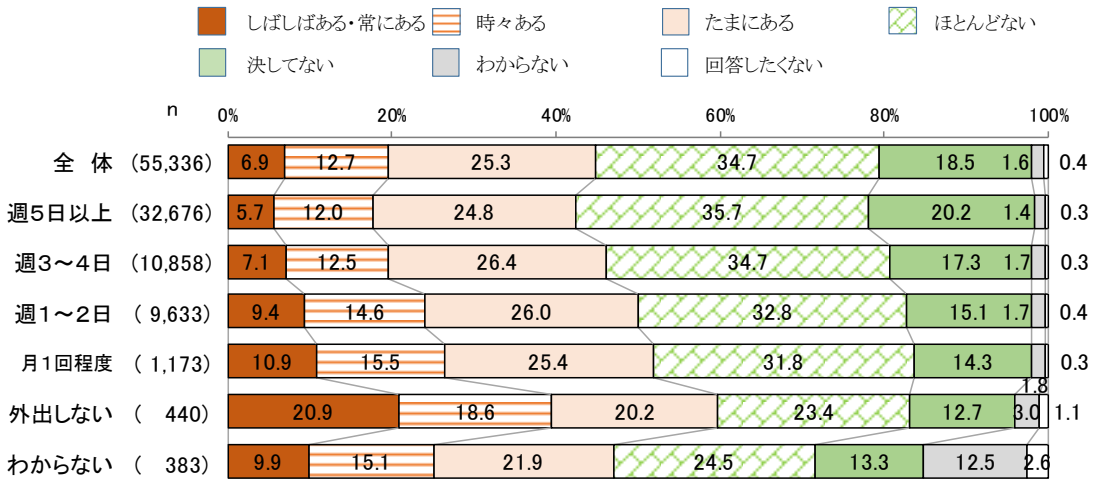
【図２－29】経済的な暮らし向き別孤独感（間接質問）



(30) 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、外出しない層で 20.9%となっている。一方、その割合が最も低いのは、週５日以上外出する層で 5.7%となっている。

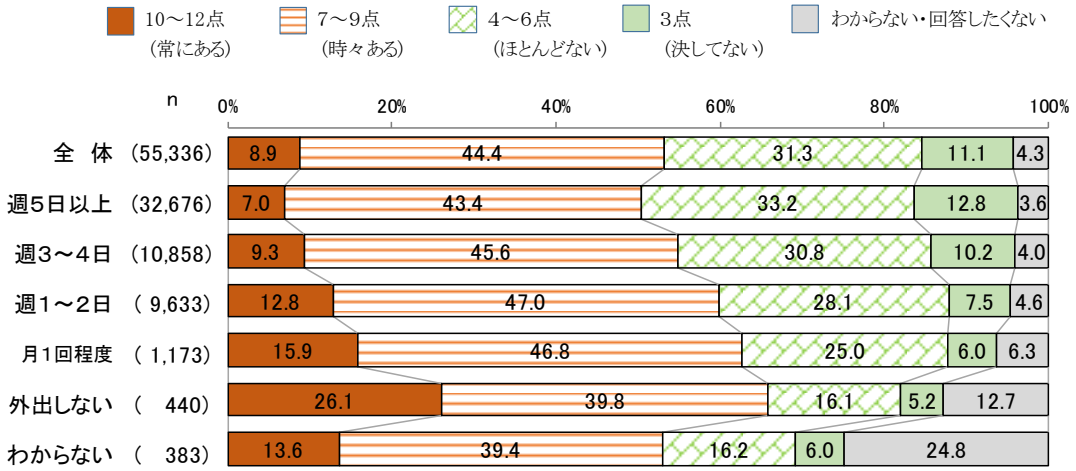
【図２－30】外出頻度別孤独感（直接質問）



(31) 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、外出しない層で 26.1%となっている。一方、その割合が最も低いのは、週５日以上外出する層で 7.0%となっている。

【図２－31】外出頻度別孤独感（間接質問）



(32) 孤独感別 直近１週間の外出目的（直接質問/間接質問）

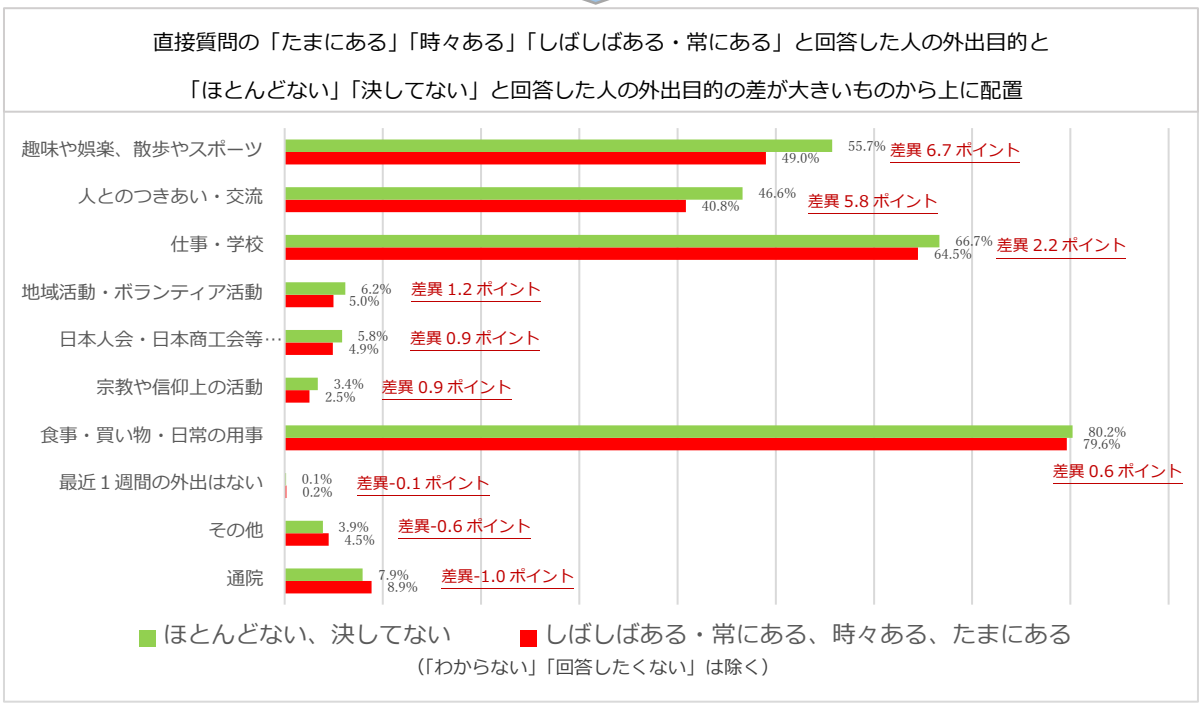
直近１週間の外出目的をみると、直接質問で孤独感が「しばしばある・常にある」「時々ある」「たまにある」と回答した人も「ほとんどない」「決してない」と回答した人も共に「食事・買い物・日常の用事」が最も多いが、その差異は 0.6 ポイントと大きな差はみられない。他方、「趣味や娯楽・散歩やスポーツ」では、その差異は 6.7 ポイントと孤独感による差がみられる。

【図２－32】孤独感別直近１週間の外出目的（直接質問/間接質問）【複数回答】

※日頃の外出頻度が「週５日以上」「週３～４日」「週１～２日」「月１回程度」と回答した人に対して聴取

(%)

		n	仕事・学校	人とのつきあい・交流	趣味や娯楽、散歩やスポーツ	地域活動・ボランティア活動	日本人会・日本商工会等の現地の日本人コミュニティにおける活動	食事・買い物・日常の用事	宗教や信仰上の活動	通院	最近１週間の外出はない	その他	わからない	回答したくない
	全 体	(54,340)	65.6	43.8	52.5	5.6	5.4	79.8	3.0	8.3	0.2	4.2	0.0	0.1
直接質問	しばしばある・常にある	(3,655)	58.7	29.4	40.8	3.4	3.2	77.7	2.2	9.9	0.2	5.4	0.1	0.1
	時々ある	(6,865)	64.3	38.0	47.2	4.5	4.9	79.2	2.2	8.8	0.3	4.6	－	0.1
	たまにある	(13,788)	66.1	45.3	52.0	5.6	5.4	80.4	2.8	8.6	0.1	4.2	0.0	0.0
	ほとんどない	(18,949)	66.8	44.7	54.7	5.4	5.2	79.6	3.0	7.8	0.1	3.8	－	0.0
	決してない	(10,098)	66.4	50.2	57.7	7.6	7.1	81.4	4.1	8.1	0.1	4.1	0.0	0.1
	わからない	(827)	61.4	31.0	43.4	3.7	4.4	75.6	1.7	7.9	－	8.1	0.1	1.0
間接質問	10～12点（常にある）	(4,727)	55.7	25.9	39.9	3.6	2.9	79.0	1.8	9.6	0.4	5.4	0.0	0.1
	7～9点（時々ある）	(24,216)	65.9	40.9	50.4	4.7	4.8	80.4	2.5	8.7	0.1	4.3	0.0	0.0
	4～6点（ほとんどない）	(17,184)	67.4	48.9	57.0	6.2	5.9	79.7	3.3	7.4	0.1	3.6	0.0	0.0
	3点（決してない）	(6,083)	68.8	58.6	60.7	9.9	9.2	80.1	5.1	8.5	0.0	3.6	－	0.1
	わからない・回答したくない	(2,130)	59.3	31.7	43.1	3.5	3.1	75.8	2.2	8.2	0.4	8.1	0.1	0.9

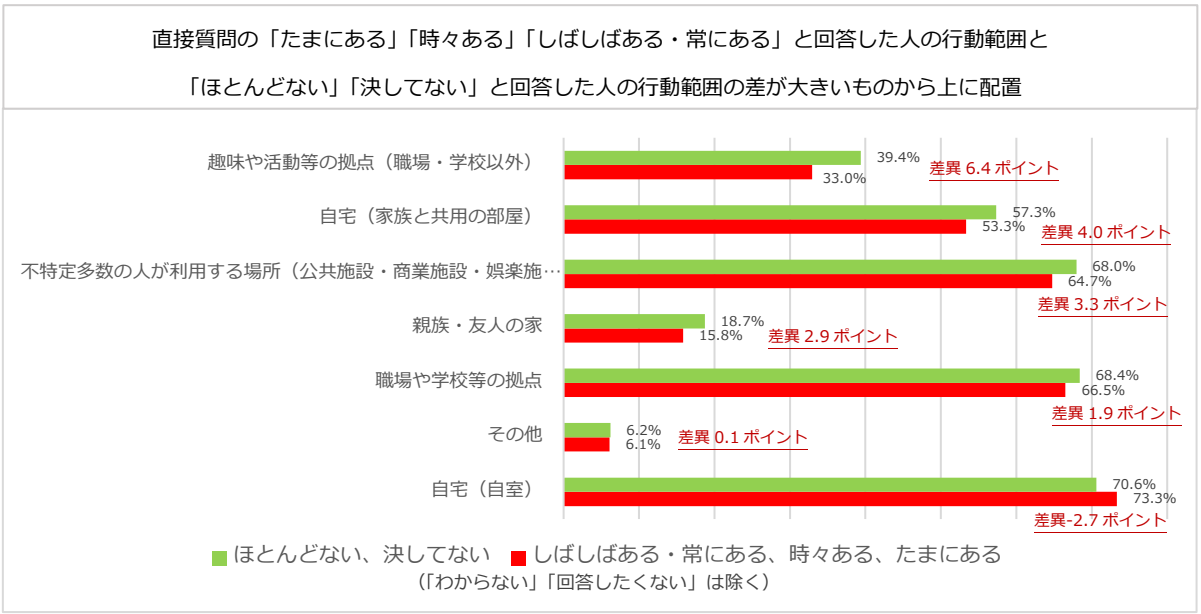


(33) 孤独感別 直近１週間の行動範囲（直接質問/間接質問）

直近１週間の行動範囲において「自宅（自室）」と回答した人の割合が 71.5%と多いが、自宅を除く直近 1 週間の行動範囲では、直接質問で孤独感が「しばしばある・常にある」「時々ある」「たまにある」と回答した人も「ほとんどない」「決してない」と回答した人も共に「職場や学校等の拠点」と「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」が同じように高く、その差異も 1.9 ポイント、3.3 ポイントと大きな差はみられない。他方、「趣味活動の拠点（職場・学校以外）」では、その差異は 6.4 ポイントと孤独感による差がみられる。

【図２－33】孤独感別直近１週間の行動範囲（直接質問/間接質問）【複数回答】

		n	自宅（自室）	自宅（家族と共用の部屋）	親族・友人の家	職場や学校等の拠点	趣味や活動等の拠点（職場・学校以外）	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）	その他	わからない	回答したくない
	全 体	(55,336)	71.5	55.3	17.3	67.3	36.2	66.2	6.3	0.1	0.4
直接質問	しばしばある・常にある	(3,794)	73.4	52.5	12.2	59.7	25.3	59.6	6.9	0.2	0.3
	時々ある	(7,022)	73.0	52.4	14.3	66.6	30.4	64.2	6.0	0.1	0.2
	たまにある	(13,973)	73.5	54.0	17.6	68.3	36.3	66.4	6.0	0.1	0.2
	ほとんどない	(19,178)	70.8	55.7	17.5	68.8	37.8	67.1	6.1	0.1	0.2
	決してない	(10,222)	70.2	60.4	21.1	67.6	42.3	69.6	6.4	0.1	0.2
	わからない	(900)	59.3	53.3	13.2	58.8	28.4	54.0	11.6	2.6	2.2
間接質問	10～12点（常にある）	(4,906)	72.5	57.6	11.5	57.3	23.7	60.0	6.5	0.2	0.2
	7～9点（時々ある）	(24,562)	73.0	56.0	15.9	68.3	33.3	66.9	6.0	0.1	0.1
	4～6点（ほとんどない）	(17,342)	71.1	54.8	19.1	69.3	40.8	67.5	6.0	0.1	0.1
	3点（決してない）	(6,139)	70.6	55.0	24.7	69.4	49.0	69.8	6.1	0.1	0.2
	わからない・回答したくない	(2,387)	59.8	48.7	12.1	56.6	26.4	52.2	11.1	1.3	5.3



(34) 孤独感別 コミュニケーションをする際の手段（直接質問）

コミュニケーション手段としては、直接質問で孤独感が「しばしばある・常にある」「時々ある」「たまにある」と回答した人も「ほとんどない」「決してない」と回答した人も共に「SNS（LINE によるチャットなど)」が最も多いが、その差異は 1.1 ポイントと大きな差はみられない。他方、「直接会って話す」では、その差異は 6.8 ポイントと孤独感による差がみられる。

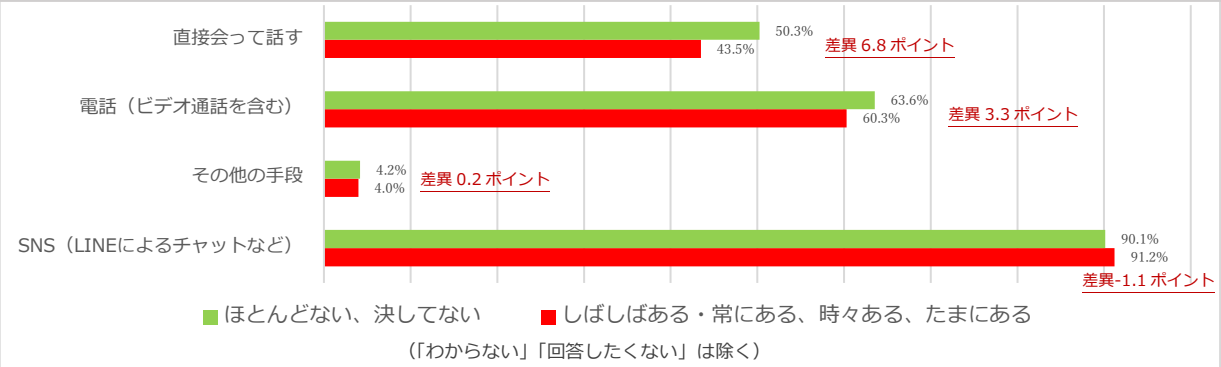
【図２－34】孤独感別コミュニケーションをする際の手段（直接質問）【複数回答】

※同居していない家族や友人とのコミュニケーションが「全くない」と回答した人（n=280）は集計から除く

		n	直接会って話す	電話（ビデオ通話を含む）	SNS（LINEによるチャットなど）	その他の手段	わからない	回答したくない
	全 体	(55,056)	47.0	61.9	90.4	4.1	0.1	0.2
直接質問	しばしばある・常にある	(3,730)	35.8	55.3	90.2	4.8	0.4	0.3
	時々ある	(6,976)	40.8	58.8	91.3	3.8	0.2	0.1
	たまにある	(13,934)	46.9	62.4	91.4	3.8	0.1	0.1
	ほとんどない	(19,109)	48.3	62.2	90.2	4.0	0.1	0.1
	決してない	(10,172)	54.0	66.0	89.9	4.5	0.1	0.0
	わからない	(891)	39.6	55.2	83.2	6.8	1.6	1.3
間接質問	10～12点（常にある）	(4,829)	33.7	54.5	90.5	4.1	0.4	0.3
	7～9点（時々ある）	(24,459)	44.6	60.7	91.2	3.9	0.1	0.1
	4～6点（ほとんどない）	(17,297)	51.2	64.6	90.4	4.0	0.1	0.0
	3点（決してない）	(6,121)	58.9	68.0	89.7	4.2	0.0	0.0
	わからない・回答したくない	(2,350)	37.4	53.1	82.7	7.1	0.9	3.7

直接質問の「たまにある」「時々ある」「しばしばある・常にある」の合計と

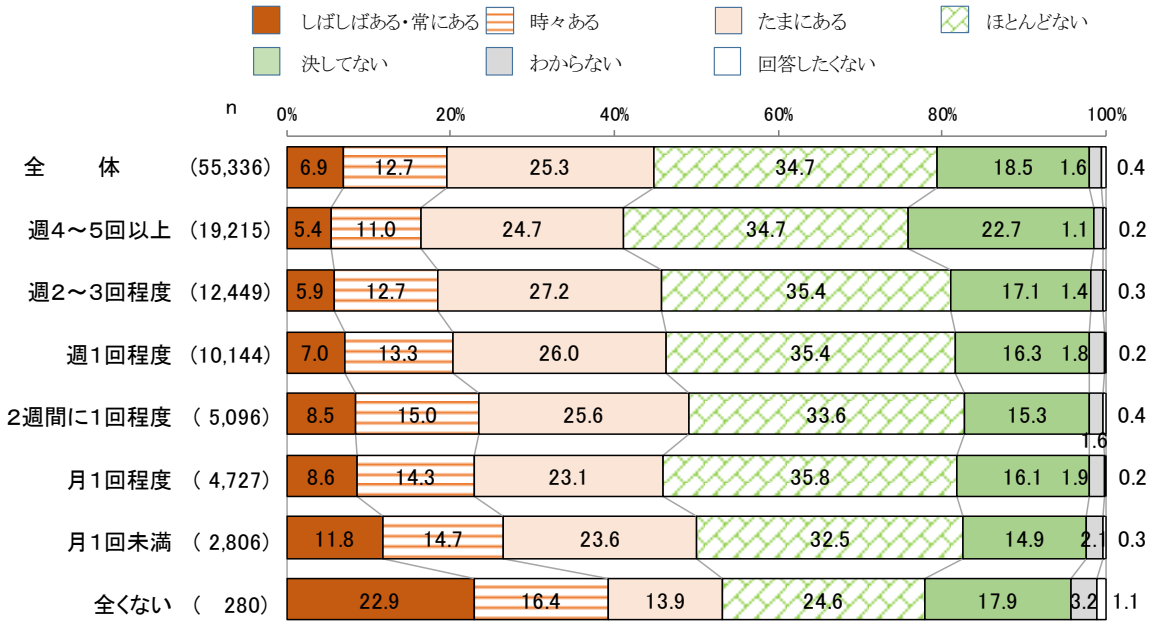
「ほとんどない」「決してない」の合計の差が大きいものから上に配置



(35) 同居していない家族・友人とのコミュニケーション頻度別 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、同居していない家族・友人とのコミュニケーションが全くない層で 22.9%となっている。一方、その割合が最も低いのは、週４～５回以上コミュニケーションをとる層で 5.4%となっている。

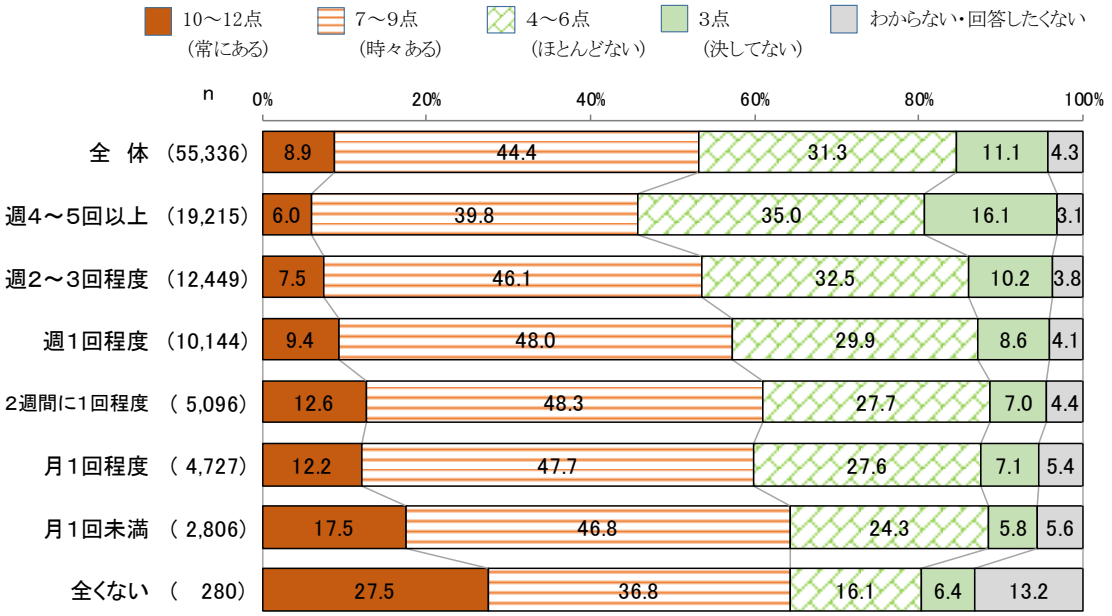
【図２－35】同居していない家族・友人とのコミュニケーション頻度別孤独感（直接質問）



(36) 同居していない家族・友人とのコミュニケーション頻度別 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、同居していない家族・友人とのコミュニケーションが全くない層で 27.5%となっている。一方、その割合が最も低いのは、週４～５回以上コミュニケーションをとる層で 6.0%となっている。

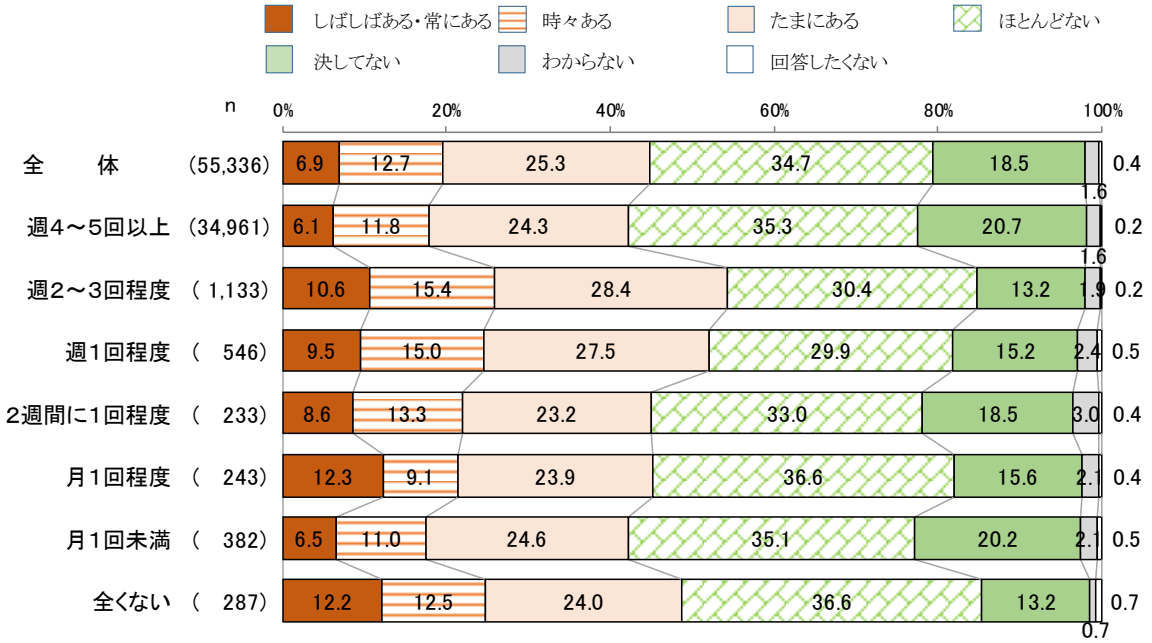
【図２－36】同居していない家族・友人とのコミュニケーション頻度別孤独感（間接質問）



(37) 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、同居している人たちと直接会って話す頻度が全くない層で 12.3%となっている。一方、その割合が最も低いのは、同居している人たちと直接会って話す頻度が週４～５回以上の層で 6.1%となっている。

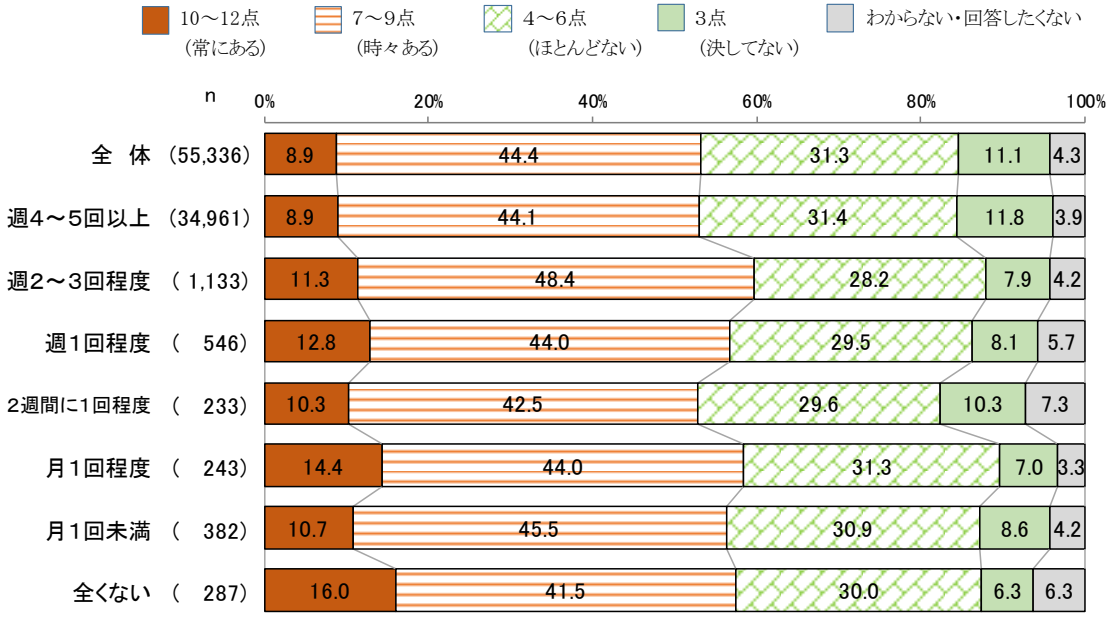
【図２－37】「直接会って話す」頻度別孤独感（直接質問）



(38) 「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、同居している人たちと直接会って話す頻度が全くない層で 16.0%となっている。一方、その割合が最も低いのは、同居している人たちと直接会って話す頻度が週４～５回以上の層で 8.9%となっている。

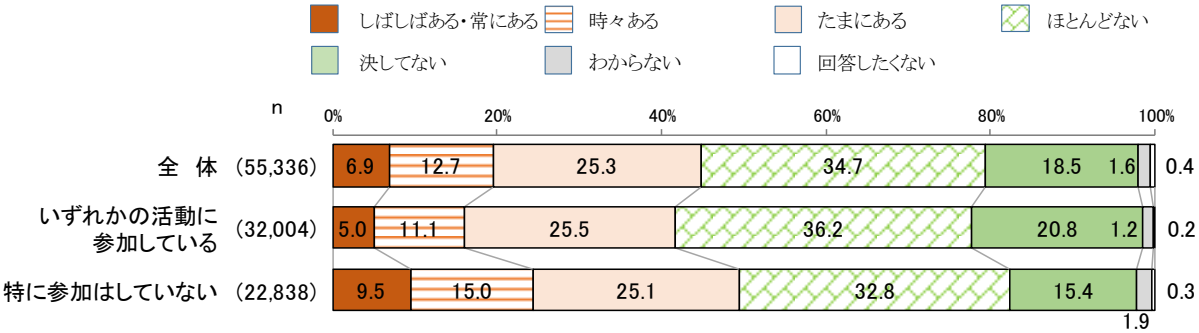
【図２－38】「直接会って話す」頻度別孤独感（間接質問）



(39) 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層で5.0%、特に参加はしていない層で9.5%となっている。

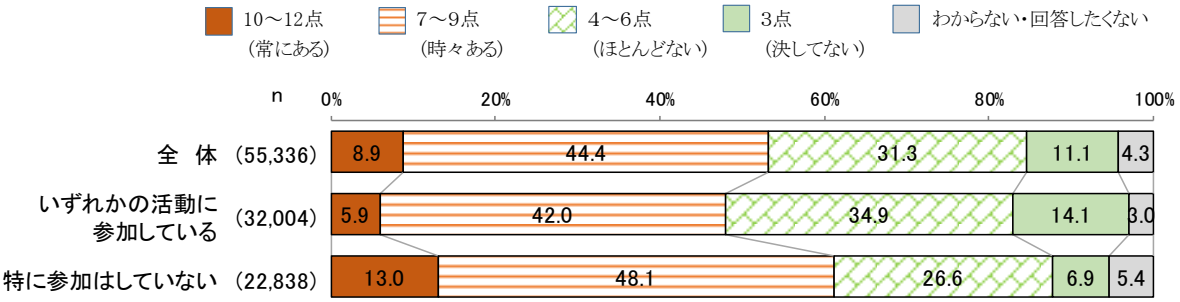
【図２－39】社会活動への参加状況別孤独感（直接質問）



(40) 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層で5.9%、特に参加はしていない層で13.0%となっている。

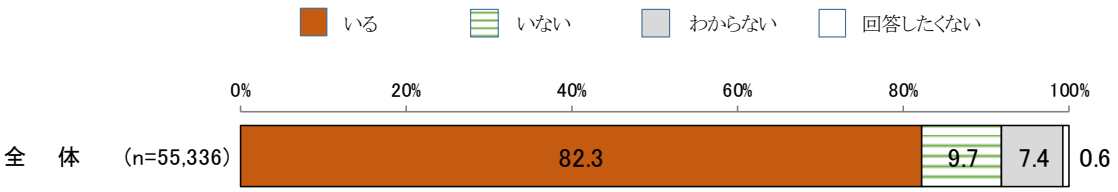
【図２－40】社会活動への参加状況別孤独感（間接質問）



(41) 不安や悩みの相談相手の有無

不安や悩みの相談相手が「いる」と回答した人の割合は 82.3%で、「いない」は 9.7%となっている。

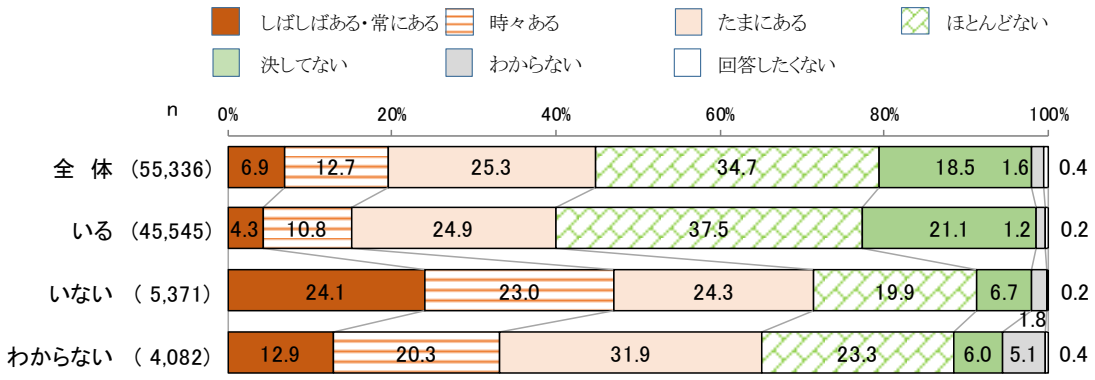
【図２－41】不安や悩みの相談相手の有無



(42) 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、相談相手がいる層で 4.3%、いない層で 24.1%となっている。

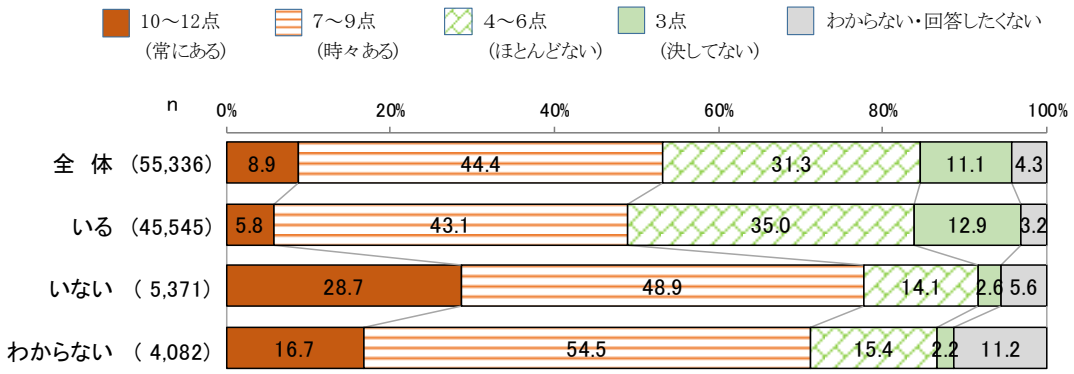
【図２－42】不安や悩みの相談相手の有無別孤独感（直接質問）



(43) 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、相談相手がいる層で 5.8%、いない層で 28.7%となっている。

【図２－43】不安や悩みの相談相手の有無別孤独感（間接質問）



(44) 男女、年齢階級別 不安や悩みの相談相手の種類

不安や悩みの相談相手の種類をみると、全体では「家族・親族」と回答した人の割合が 86.5%と最も高く、次いで、「友人・知人」(73.7%) などとなっている。

男女、年齢階級別にみると、男女ともにそれぞれの全体は「家族・親族」と回答した人の割合が最も高いが(男性 84.9%、女性 88.0%)、20～29 歳は男女ともに「友人・知人」と回答した人の割合が最も高い (男性 20～29 歳 79.7%、女性 20～29 歳 83.9%)。

【図２－44】男女、年齢階級別不安や悩みの相談相手の種類【複数回答】

※不安や悩みの相談相手がいると回答した人に対して聴取

(%)

	n	家族・親族	友人・知人	職場・学校関係者（職場の同僚・学校の先生等）	医療関係者	大使館・総領事館	現地のNPO等の民間団体・ボランティア団体（NPOとは社会貢献活動を行う団体のことを指します）	日本のNPO等の民間団体・ボランティア団体（NPOとは社会貢献活動を行う団体のことを指します）	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）
全　体	(45,545)	86.5	73.7	34.7	10.2	2.9	1.0	0.4	2.3	0.0
男性全体	(20,373)	84.9	62.3	49.6	8.1	3.7	0.6	0.3	1.7	0.1
16～19歳	(125)	81.6	80.0	40.0	4.0	2.4	4.0	2.4	4.8	－
20～29歳	(880)	77.2	79.7	44.9	2.7	5.1	1.0	0.6	1.8	0.2
30～39歳	(3,012)	87.9	61.4	56.6	3.1	2.3	0.3	0.3	1.3	0.1
40～49歳	(5,111)	88.0	59.0	58.1	5.0	2.4	0.4	0.2	1.3	0.0
50～59歳	(6,539)	84.7	60.6	55.1	8.2	3.6	0.3	0.2	1.3	0.0
60～69歳	(3,171)	81.1	64.4	38.9	12.6	5.6	0.9	0.5	2.3	0.1
70～79歳	(1,314)	81.3	68.4	10.9	20.1	5.6	1.5	0.7	3.6	－
80歳以上	(221)	89.1	60.2	4.5	29.0	6.8	1.4	0.9	3.6	－
女性全体	(24,811)	88.0	82.9	22.6	11.8	2.3	1.4	0.5	2.8	0.0
16～19歳	(257)	87.9	84.8	35.0	1.6	1.9	2.7	0.8	5.1	－
20～29歳	(1,898)	83.2	83.9	28.7	3.2	1.7	0.4	0.1	2.8	－
30～39歳	(4,518)	90.1	80.9	24.7	8.7	2.4	1.2	0.5	2.6	0.0
40～49歳	(7,734)	89.8	83.2	25.1	11.5	2.1	1.5	0.5	2.4	0.0
50～59歳	(6,868)	87.0	84.0	22.0	13.5	2.2	1.4	0.5	3.0	0.0
60～69歳	(2,591)	86.7	83.4	14.0	17.1	3.1	1.9	0.3	3.2	－
70～79歳	(819)	83.8	80.7	4.4	21.5	3.8	2.3	1.0	2.9	－
80歳以上	(126)	75.4	71.4	4.0	29.4	0.8	2.4	1.6	4.0	－

(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

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」と回答した人の割合が 73.9%と最も高く、次いで、「相談することで解決できる、または解決の手がかりが得られる」（55.5%）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 60.6%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）」が 35.7%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）」という人も、「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる」が 62.9%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）」が 32.8%となっている。

【図２－45】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】

（%）

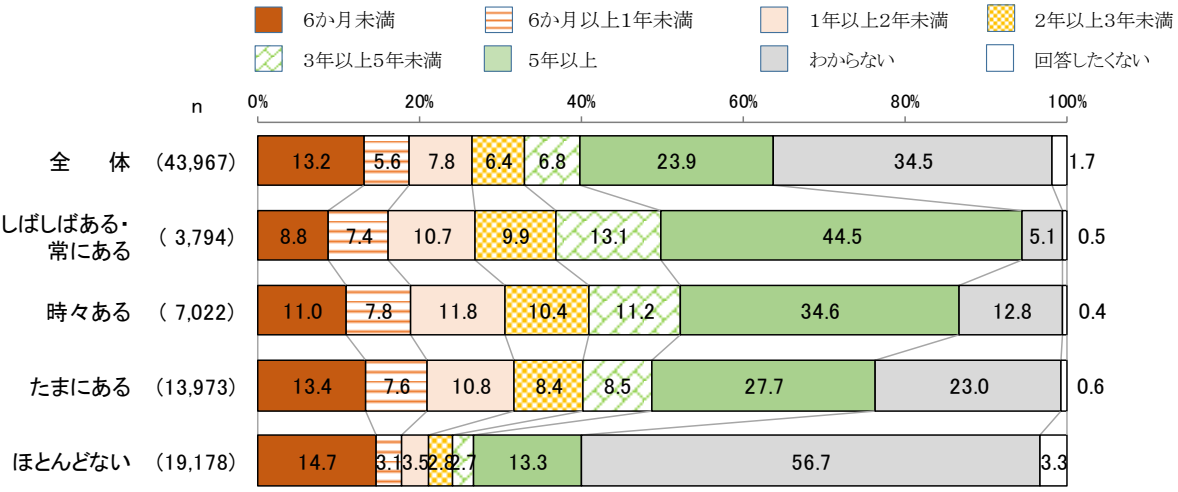
		n	相談することで解決できる、または解決の手がかりが得られる	相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる	相手に連絡を取ることや、不安や悩みを説明するのが面倒である	相談することが恥ずかしい	相談すると相手の負担になる	相談しても無駄である（相談しても解決しない）	その他	特に感じることはない	わからない
	全 体	(55,336)	55.5	73.9	10.4	5.5	10.7	11.4	1.8	3.6	1.3
直接質問	しばしばある・常にある	(3,794)	29.9	60.6	23.8	14.3	28.5	35.7	3.8	2.1	1.7
	時々ある	(7,022)	42.4	73.4	16.3	9.8	18.6	18.4	2.3	2.4	1.8
	たまにある	(13,973)	51.2	78.4	12.5	7.1	13.1	11.9	1.7	2.5	1.0
	ほとんどない	(19,178)	61.0	76.2	7.3	3.0	6.4	7.1	1.4	4.1	0.9
	決してない	(10,222)	72.1	72.0	4.4	1.8	3.7	4.7	1.2	4.8	0.6
	わからない	(900)	37.6	51.8	12.0	4.8	9.4	15.8	5.8	8.6	12.3
間接質問	10～12点（常にある）	(4,906)	30.9	62.9	24.5	15.2	28.3	32.8	3.3	2.0	1.7
	7～9点（時々ある）	(24,562)	50.1	76.4	13.0	7.0	13.6	13.1	1.8	2.9	1.1
	4～6点（ほとんどない）	(17,342)	65.3	76.4	5.3	2.3	4.8	5.5	1.2	4.2	0.8
	3点（決してない）	(6,139)	77.7	73.9	2.9	1.0	2.2	3.1	1.1	3.6	0.3
	わからない・回答したくない	(2,387)	34.6	52.2	11.1	4.8	10.5	14.5	5.2	9.0	7.4

(46) 孤独感（直接質問）別 現在の孤独感の継続期間

孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の 44.5%が「５年以上」孤独感が継続していると回答している。

【図２－46】孤独感（直接質問）別現在の孤独感の継続期間

※孤独であると感じる程度が「ほとんどない」「たまにある」「時々ある」「しばしばある・常にある」と回答した人に対して聴取

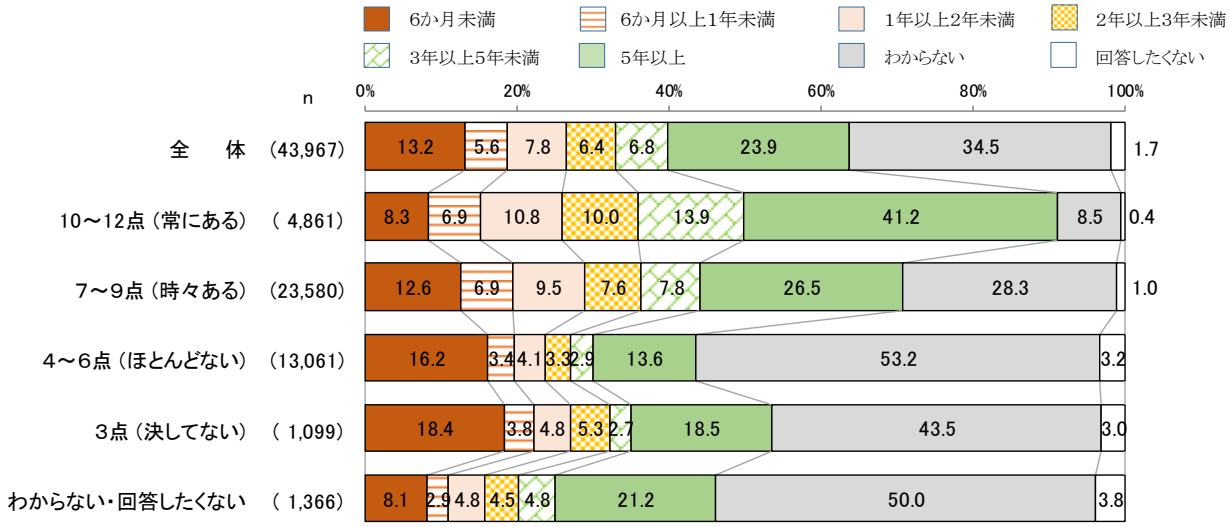


(47) 孤独感（間接質問）別 現在の孤独感の継続期間

孤独感スコアが「10～12 点（常にある）」という人の 41.2%が「５年以上」孤独感が継続していると回答している。

【図２－47】孤独感（間接質問）別現在の孤独感の継続期間

※孤独であると感じる程度が「ほとんどない」「たまにある」「時々ある」「しばしばある・常にある」と回答した人に対して聴取



（48）孤独感（直接質問）別　孤独感に影響を与えたと思う出来事

現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事をみると、直接質問で孤独感が「しばしばある・常にある」「時々ある」「たまにある」と回答した人の中では「言語上のもの」と回答した人が 31.6％で最も多く、次いで、「文化的違いに起因するもの」27.9％となっている。

孤独感が「ほとんどない」と回答した人と、現在の孤独感に影響を与えた思う出来事の回答割合の差が最も大きいのも「言語上のもの」で、次いで、「文化的違いに起因するもの」である。

【図２－48】孤独感（直接質問）別　孤独感に影響を与えたと思う出来事【複数回答】

※孤独であると感じる程度が「ほとんどない」「たまにある」「時々ある」「しばしばある・常にある」と回答した人に対して聴取

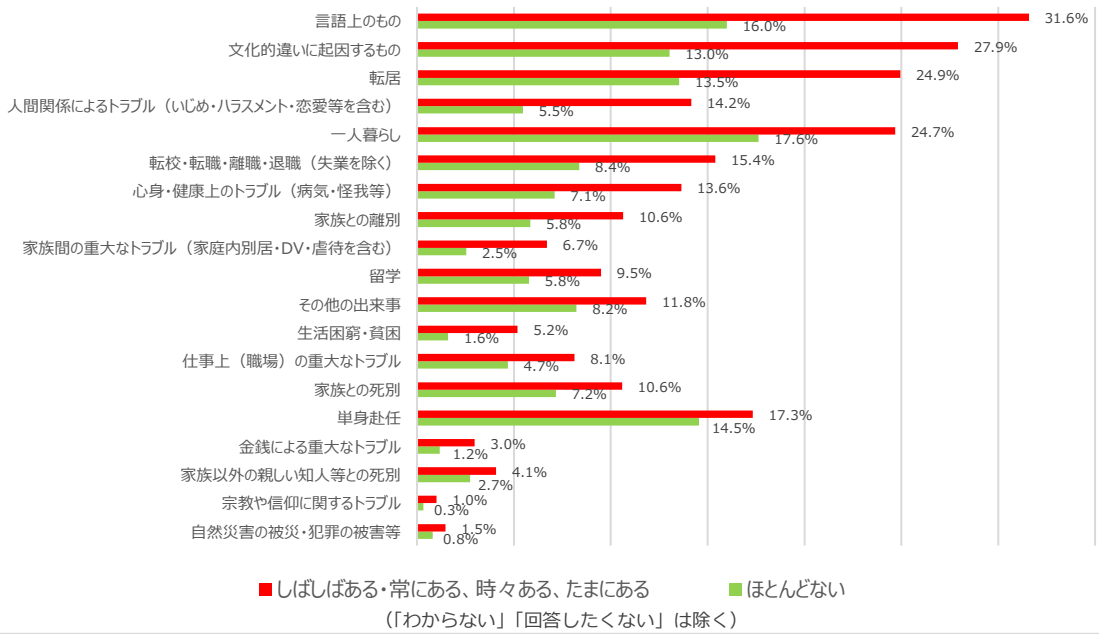
（%）

		n	一人暮らし	転居	単身赴任	留学	転校・転職・離職（失業を除く）	家族との離別	家族との死別	家族以外の親しい知人等との死別	家族間の重大なトラブル（家庭内別居・DV・虐待を含む）	心身・健康上のトラブル（病気・怪我等）	人間関係によるトラブル（いじめ・ハラスメント・恋愛等を含む）
全　体		(43,967)	21.6	20.0	16.1	7.9	12.3	8.5	9.1	3.5	4.9	10.8	10.4
直接質問	しばしばある・常にある	(3,794)	26.3	30.9	13.7	12.0	20.3	13.5	12.5	4.3	11.4	18.5	22.0
	時々ある	(7,022)	24.8	25.6	17.9	9.9	16.1	11.3	10.1	4.1	6.4	14.2	15.1
	たまにある	(13,973)	24.2	23.0	18.0	8.6	13.7	9.5	10.3	4.0	5.6	12.0	11.5
	ほとんどない	(19,178)	17.6	13.5	14.5	5.8	8.4	5.8	7.2	2.7	2.5	7.1	5.5

（%）

		n	金銭による重大なトラブル	仕事上（職場）の重大なトラブル	生活困窮・貧困	文化的違いに起因するもの	言語上のもの	宗教や信仰に関するトラブル	自然災害の被災・犯罪の被害等	その他	わからない	回答したくない
全　体		(43,967)	2.2	6.6	3.6	21.4	24.8	0.7	1.2	10.3	17.3	1.5
直接質問	しばしばある・常にある	(3,794)	5.1	9.9	11.7	35.6	39.2	2.0	2.4	14.3	6.1	1.1
	時々ある	(7,022)	3.1	8.3	4.8	29.3	34.6	1.0	1.6	11.1	7.9	0.9
	たまにある	(13,973)	2.3	7.5	3.6	25.2	28.0	0.8	1.1	11.5	8.7	0.7
	ほとんどない	(19,178)	1.2	4.7	1.6	13.0	16.0	0.3	0.8	8.2	29.1	2.3

「たまにある」「時々ある」「しばしばある・常にある」と回答した人の出来事と「ほとんどない」と回答した人の出来事の差が大きいものから上に配置



（49）孤独感（間接質問）別　孤独感に影響を与えたと思う出来事

現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事について、間接質問による「10～12 点（常にある）」「7～9 点（時々ある）」という人で最も多いのが「言語上のもの」であり、次いで、「文化的違いに起因するもの」となっている。

【図２－49】孤独感（間接質問）別　孤独感に影響を与えたと思う出来事【複数回答】

※孤独であると感じる程度が「ほとんどない」「たまにある」「時々ある」「しばしばある・常にある」と回答した人に対して聴取

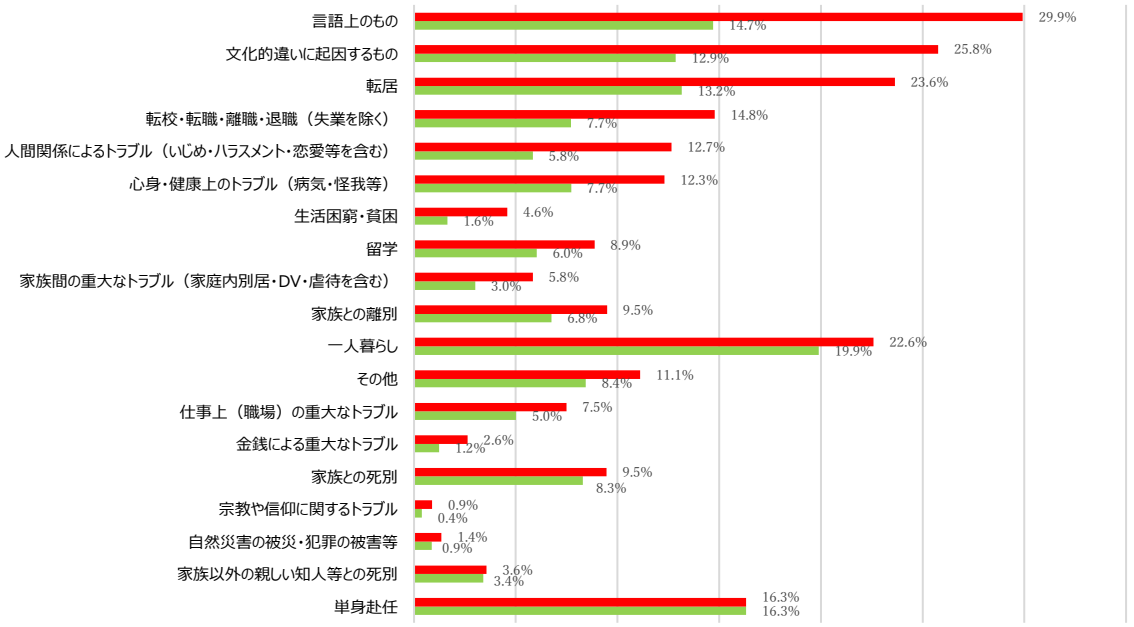
（%）

		n	一人暮らし	転居	単身赴任	留学	転校・転職・離職・退職（失業を除く）	家族との離別	家族との死別	家族以外の親しい知人等との死別	家族間の重大なトラブル（家庭内別居・DV・虐待を含む）	心身・健康上のトラブル（病気・怪我等）	人間関係によるトラブル（いじめ・ハラスメント・恋愛等を含む）
	全　体	(43,967)	21.6	20.0	16.1	7.9	12.3	8.5	9.1	3.5	4.9	10.8	10.4
間接質問	10～12点（常にある）	(4,861)	22.6	30.2	12.7	10.6	20.1	12.3	11.6	4.0	9.4	17.4	19.6
	7～9点（時々ある）	(23,580)	22.6	22.3	17.1	8.5	13.7	8.9	9.0	3.5	5.1	11.3	11.2
	4～6点（ほとんどない）	(13,061)	19.7	13.2	16.3	6.0	7.8	6.5	8.1	3.2	3.0	7.6	5.8
	3点（決してない）	(1,099)	21.8	12.9	16.4	6.4	7.2	9.3	10.7	5.5	3.3	9.7	6.8
	わからない・回答したくない	(1,366)	19.2	14.2	10.0	6.1	9.3	7.6	9.7	3.2	4.5	11.0	9.5

（%）

		n	金銭による重大なトラブル	仕事上（職場）の重大なトラブル	生活困窮・貧困	文化的違いに起因するもの	言語上のもの	宗教や信仰に関するトラブル	自然災害の被災・犯罪の被害等	その他	わからない	回答したくない
	全　体	(43,967)	2.2	6.6	3.6	21.4	24.8	0.7	1.2	10.3	17.3	1.5
間接質問	10～12点（常にある）	(4,861)	4.7	9.0	10.0	34.4	39.6	1.7	2.2	13.2	7.2	1.0
	7～9点（時々ある）	(23,580)	2.2	7.2	3.5	24.0	27.9	0.7	1.2	10.7	13.1	1.0
	4～6点（ほとんどない）	(13,061)	1.2	4.9	1.7	12.7	14.8	0.4	0.9	8.4	27.6	2.3
	3点（決してない）	(1,099)	1.2	5.8	1.2	14.2	12.9	0.3	1.0	9.5	18.3	2.2
	わからない・回答したくない	(1,366)	2.6	5.3	4.2	20.1	22.3	0.4	0.9	11.4	24.7	3.4

「10～12 点（常にある）」「7～9 点（時々ある）」という人の出来事と「4～6 点（ほとんどない）」「3 点（決してない）」という人の出来事の差が大きいものから上に配置

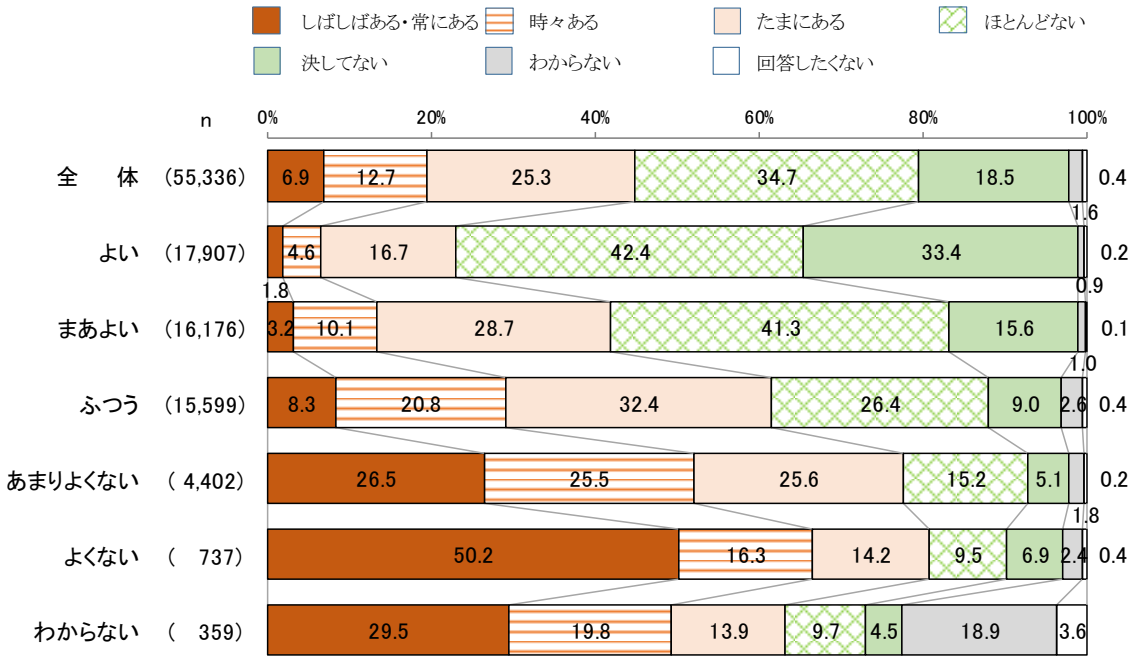


（「わからない」「回答したくない」は除く）

(50) 心身の健康状態別 孤独感（直接質問）

心身の健康状態別にみると、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、心身の健康状態がよくない層で 50.2%となっている。一方、その割合が最も低いのは、心身の健康状態がよい層で 1.8%となっている。

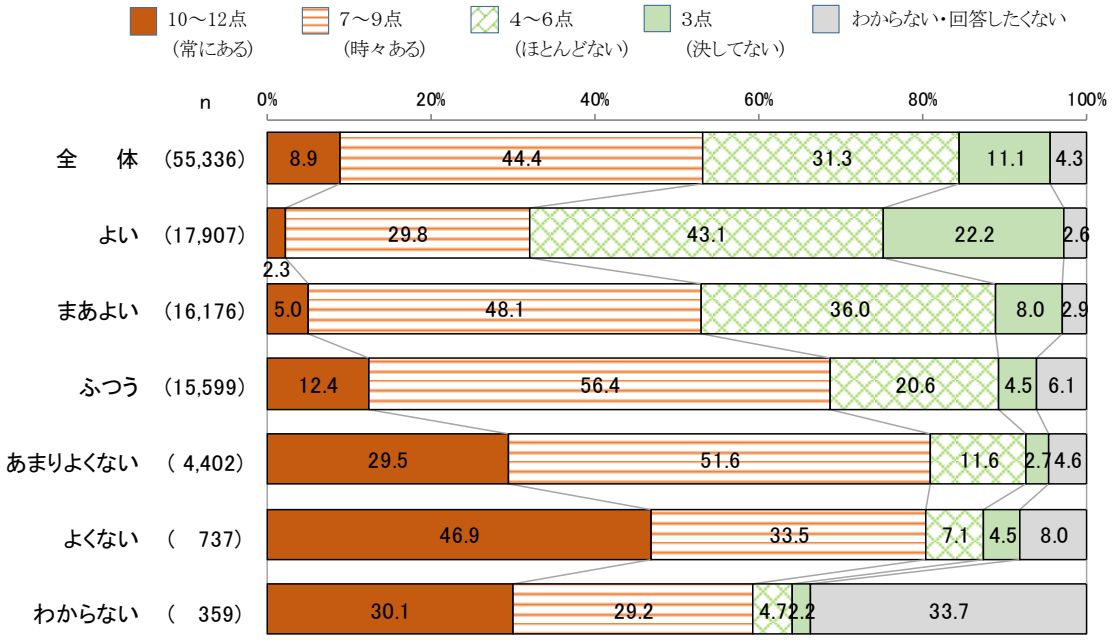
【図２－50】心身の健康状態別孤独感（直接質問）



（51）心身の健康状態別 孤独感（間接質問）

心身の健康状態別にみると、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、心身の健康状態がよくない層で 46.9％となっている。一方、その割合が最も低いのは、心身の健康状態がよい層で 2.3％となっている。

【図２－51】心身の健康状態別孤独感（間接質問）

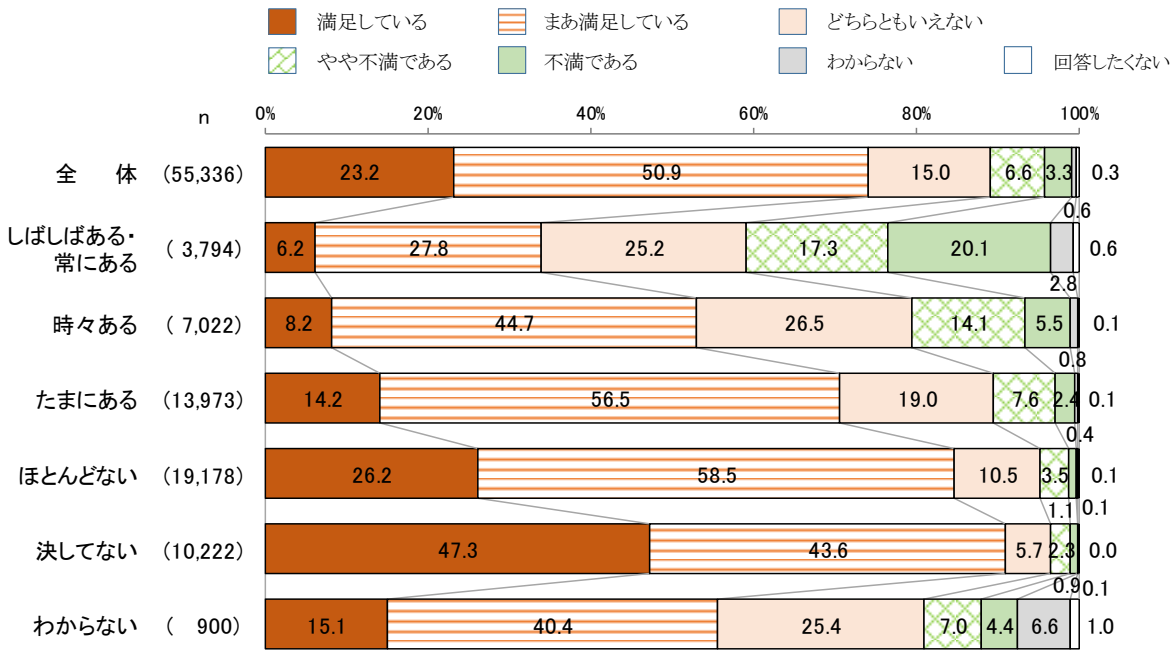


(52) 孤独感（直接質問）別 生活満足度

現在の生活に「満足している」と回答した人の割合は 23.2%、「まあ満足している」が 50.9%となっている。一方、「不満である」と回答した人の割合は 3.3%、「やや不満である」が 6.6%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」層で 47.3%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」層で 6.2%となっている。

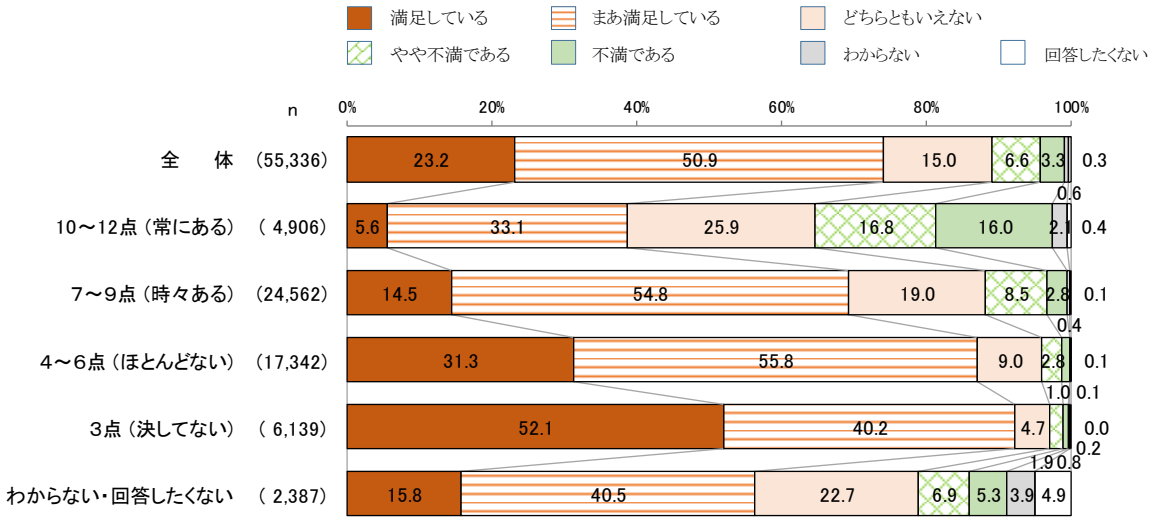
【図２－52】孤独感（直接質問）別生活満足度



(53) 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)」の層で 52.1％となっている。一方、その割合が最も低いのは、孤独感スコアが「10～12 点（常にある)」の層で 5.6％となっている。

【図２－53】孤独感（間接質問）別生活満足度

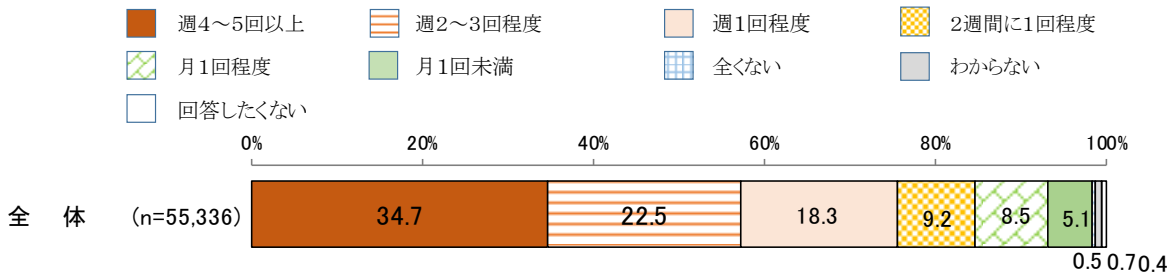


３ 孤立の状況

（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の頻度

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の頻度をみると、「週４～５回以上」と回答した人の割合は 34.7%である。これと、「週２～３回程度」の 22.5%、「週１回程度」の 18.3%を合わせると、７割を超える人が週１回程度以上は同居していない家族や友人たちとコミュニケーションをとっている。

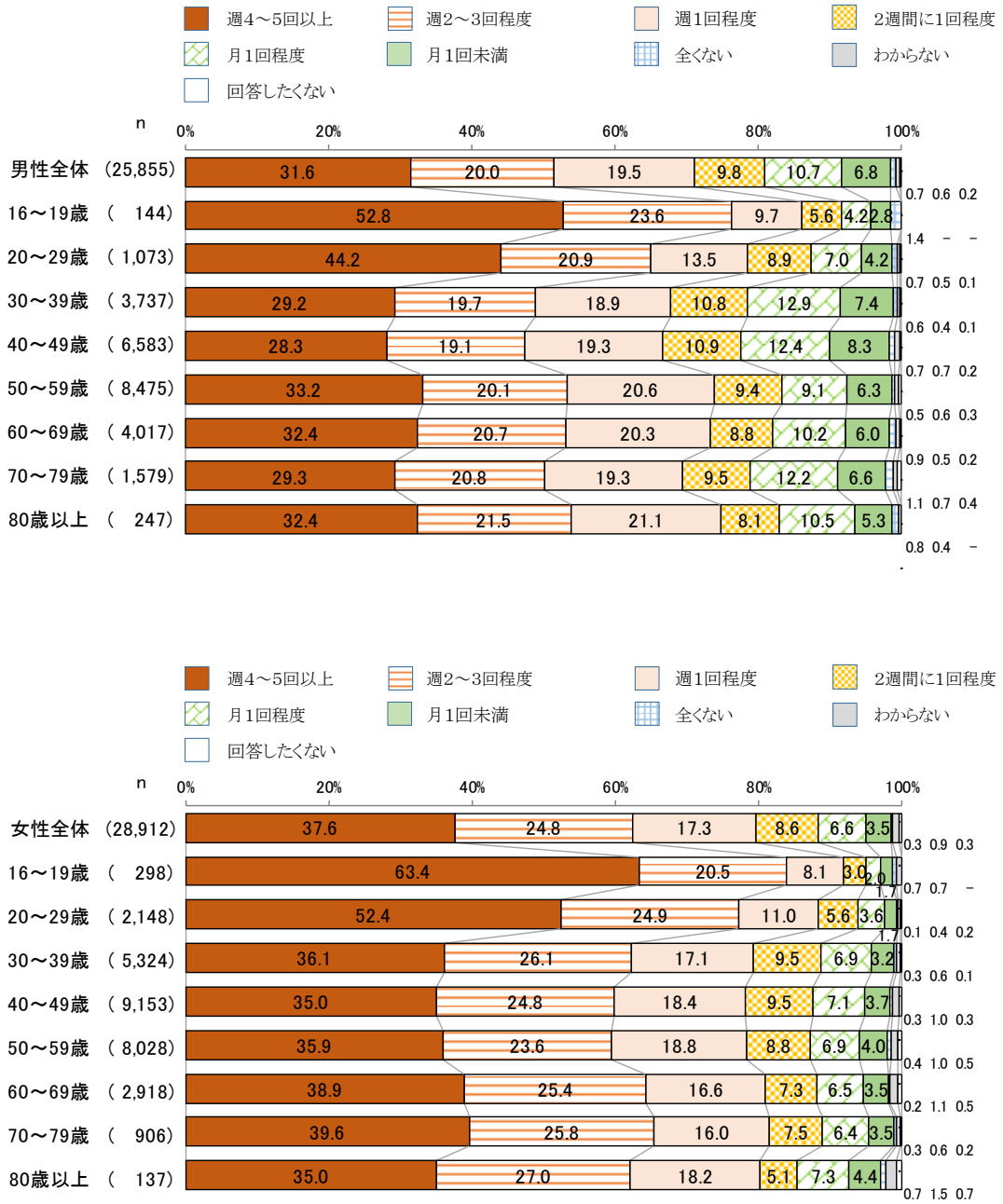
【図３－１】同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度



（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

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の頻度をみると、男性は 16～19 歳は５割以上が「週４～５回以上」コミュニケーションをとっている。20～29 歳も 44.2%が「週４～５回以上」コミュニケーションをとっているが、30 代以降になると、「週４～５回以上」は３割程度にとどまる。一方、女性は、16 歳～19 歳と 20 歳～29 歳は「週４～５回以上」コミュニケーションをとっている人が５割を超えている。30 代～70 代は「週４～５回以上」は３割台後半だが、同年代の男性に比べて高い。

【図３－２】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



（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頻度別 コミュニケーションの手段

同居していない家族や友人たちとの主なコミュニケーションの手段をみると、コミュニケーション頻度が多い層ほど、「SNS（LINE によるチャットなど)」、「電話（ビデオ通話を含む)」、「直接話す」など様々な手段を使っている傾向にある。

【図３－３】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頻度別
コミュニケーションの手段【複数回答】

※同居していない家族や友人とのコミュニケーションが「全くない」と回答した人（n=280）は集計から除く

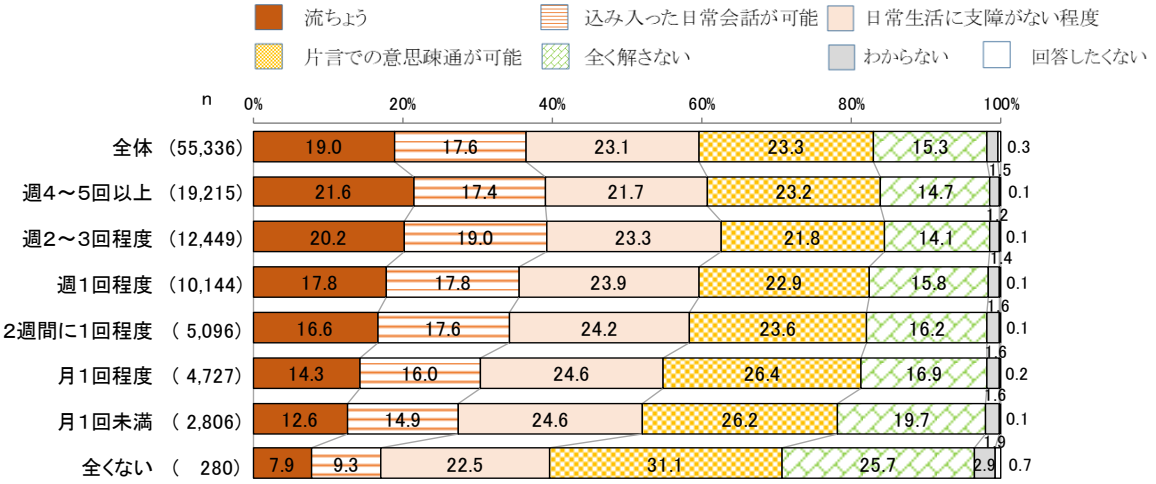
（%）

		n	直接会って話す	電話（ビデオ通話を含む）	SNS（LINEによるチャットなど）	その他の手段	わからない	回答したくない
	全 体	(55,056)	47.0	61.9	90.4	4.1	0.1	0.2
頻度	週4～5回以上	(19,215)	60.1	68.1	93.3	4.1	0.0	0.0
	週2～3回程度	(12,449)	52.6	64.2	92.2	3.6	0.1	0.0
	週1回程度	(10,144)	40.2	61.8	88.6	3.8	0.1	0.0
	2週間に1回程度	(5,096)	31.8	56.8	89.1	3.7	0.1	0.1
	月1回程度	(4,727)	26.8	51.5	86.3	4.6	0.2	0.1
	月1回未満	(2,806)	19.7	41.4	82.6	7.0	0.7	0.1

（4）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 現地語の能力

同居していない家族や友人たちとの主なコミュニケーションの頻度別に現地語の能力をみると、コミュニケーション頻度が低い層ほど、「流ちょう」と回答している人の割合が低い傾向にある。

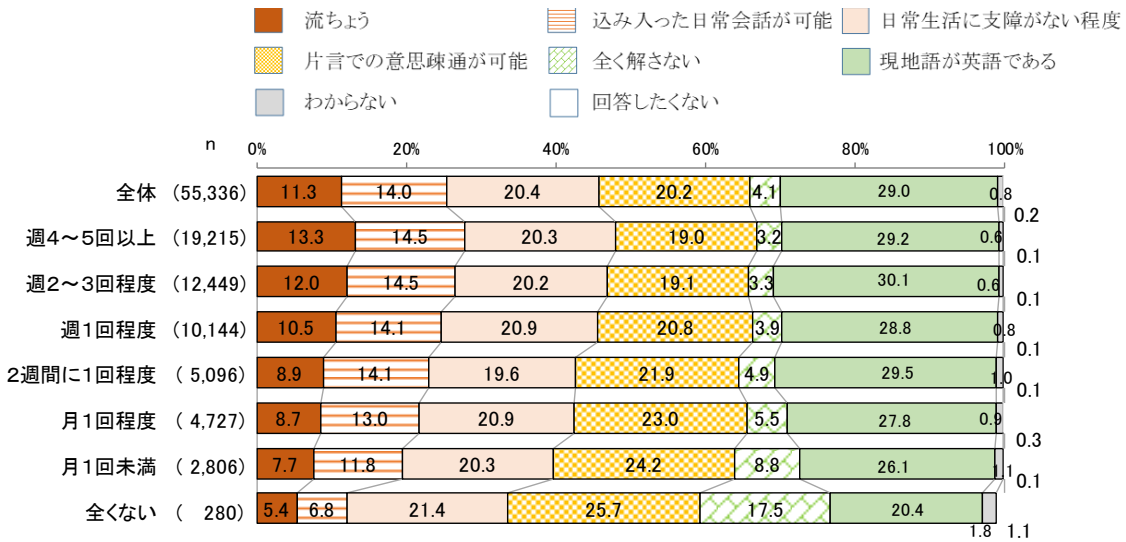
【図３－４】同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度別
現地語の能力



（5）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 英語の能力

同居していない家族や友人たちとの主なコミュニケーションの頻度別に英語の能力をみると、コミュニケーション頻度が低い層ほど、「流ちょう」と回答している人の割合が低い傾向にある。また、コミュニケーション頻度が全くない層は、英語を「全く解さない」が 17.5%である。

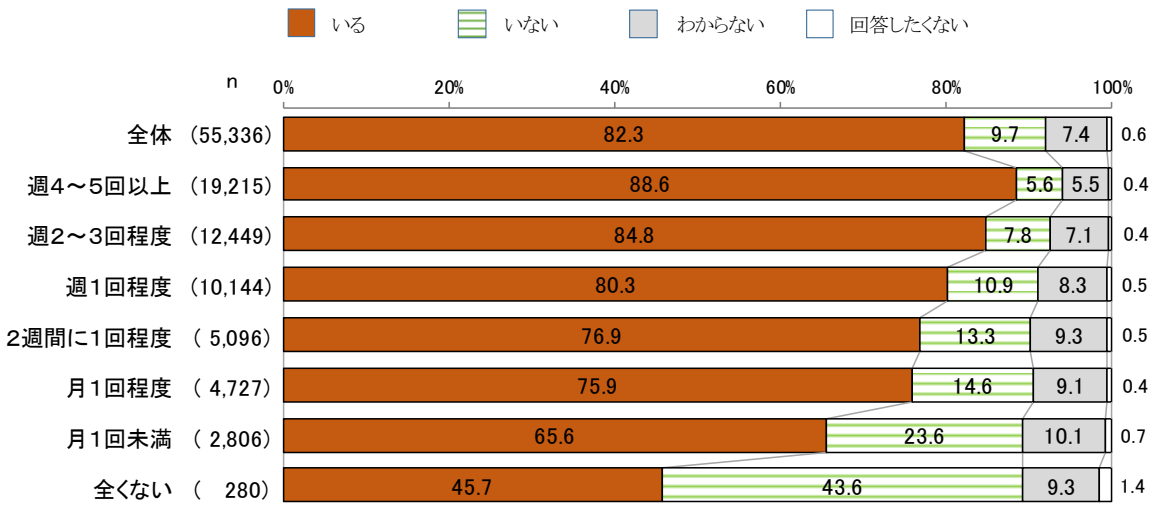
【図３－５】同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度別
英語の能力



（６）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 相談相手の有無

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に相談相手の有無をみると、コミュニケーション頻度が低い層ほど、相談相手が「いる」と回答した人の割合が低い傾向にある。

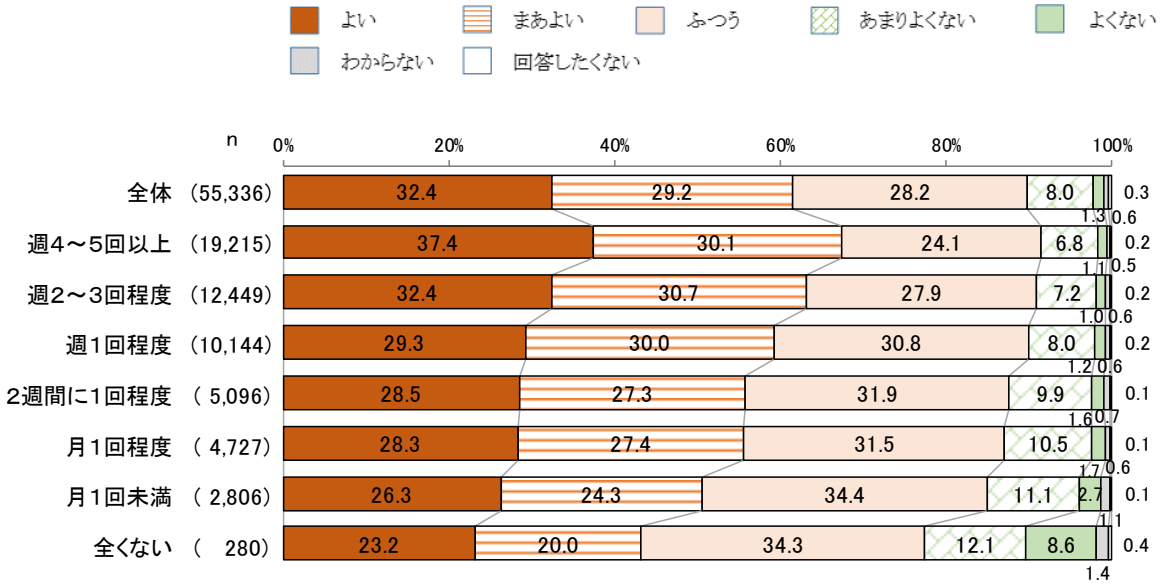
【図３－６】同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度別
相談相手の有無



（７）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 健康状態

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に健康状態をみると、コミュニケーション頻度が低い層ほど、健康状態が「よい」と回答した人の割合が低い傾向にある。

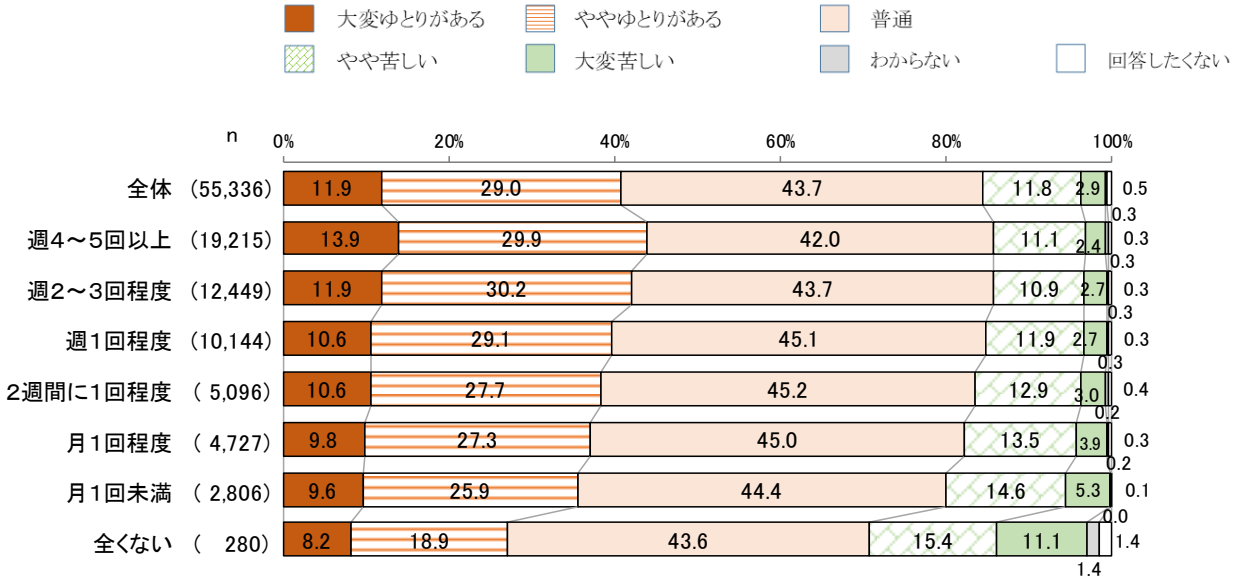
【図３－７】同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度別
健康状態



（８）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 経済的な暮らし向き

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に経済的な暮らし向きをみると、コミュニケーション頻度が低い層ほど、経済的な暮らし向きで「大変ゆとりがある」と回答した人の割合が低い傾向にある。

【図３－８】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
経済的な暮らし向き

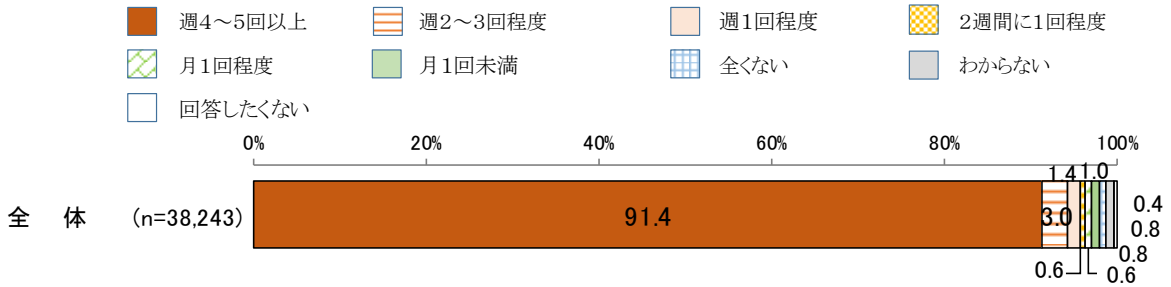


（９）同居している人たちとの直接会話によるコミュニケーション頻度

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をみると、「週４～５回以上」と回答した人の割合は 91.4％である。

【図３－９】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

※同居している人がいると回答した人に対して聴取

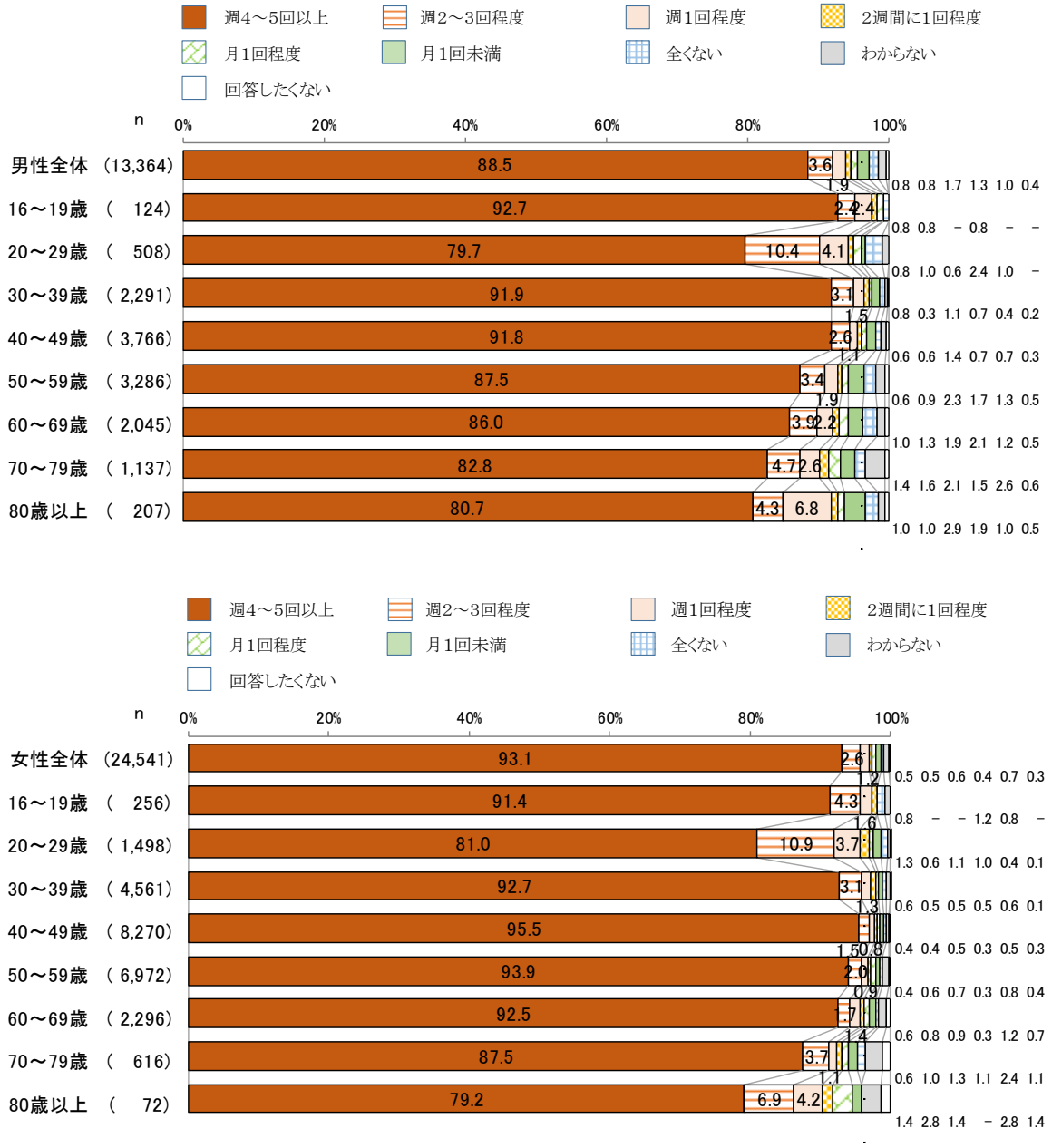


（10）男女、年齢階級別　「直接会って話す」頻度

同居している人たちと直接会って話す頻度を、男女、年齢階級別にみると、いずれの層でも、「週４～５回以上」の割合が約８割～９割台である。

【図３－10】男女、年齢階級別「直接会って話す」頻度

※同居している人がいると回答した人に対して聴取



(11) 男女、年齢階級別 社会活動への参加状況

社会活動への参加状況を男女、年齢階級別にみると、ほとんどの層で５割以上が「いずれかの活動に参加している」。

活動内容では、いずれの層でも「スポーツ・趣味・娯楽・教養・自己啓発などの活動」と回答している割合が最も高い。

【図３－11】男女、年齢階級別社会活動への参加状況【複数回答】

（%）

	n	地域の活動（自治会・趣味やスポーツを通じたボランティアや社会奉仕等）	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	上記以外のボランティア活動	スポーツ・趣味・娯楽・教養・自己啓発などの活動	日本人会・日本商工会等の現地の日本人コミュニティにおける活動	宗教や信仰上の活動	その他の活動	いずれかの活動に参加している	特に参加はしていない	わからない	回答したくない
全　体	(55,336)	9.1	4.4	3.7	44.3	14.3	4.0	4.6	57.8	41.3	0.4	0.5
男性全体	(25,855)	6.5	1.9	2.1	48.0	19.0	2.4	3.7	59.3	40.2	0.2	0.3
16～19歳	(　144)	15.3	2.1	3.5	49.3	6.9	2.1	6.9	62.5	36.1	0.7	0.7
20～29歳	(1,073)	8.0	1.9	3.0	45.1	12.4	2.6	2.9	55.8	43.8	0.3	0.1
30～39歳	(3,737)	5.8	1.7	1.0	47.3	18.8	1.5	3.1	57.9	41.7	0.2	0.2
40～49歳	(6,583)	7.0	2.6	1.3	48.1	19.0	2.0	3.2	59.5	40.0	0.3	0.3
50～59歳	(8,475)	5.6	1.3	1.7	51.0	22.6	1.8	3.3	61.5	38.0	0.2	0.2
60～69歳	(4,017)	6.3	1.4	3.3	45.4	17.6	3.8	4.5	57.3	42.1	0.2	0.3
70～79歳	(1,579)	9.2	3.3	5.4	41.3	10.2	5.9	6.5	56.5	42.6	0.2	0.7
80歳以上	(　247)	8.9	3.6	5.3	45.3	14.2	4.5	11.3	61.9	38.1	－	－
女性全体	(28,912)	11.3	6.7	5.1	41.3	10.2	5.5	5.4	56.7	42.3	0.5	0.5
16～19歳	(　298)	16.1	4.0	5.4	33.6	7.7	2.7	5.0	54.4	43.6	2.0	－
20～29歳	(2,148)	6.1	2.5	2.8	33.0	10.3	3.5	3.8	47.1	52.2	0.5	0.1
30～39歳	(5,324)	7.2	4.3	3.1	35.3	10.6	3.6	4.0	49.4	49.6	0.8	0.3
40～49歳	(9,153)	11.9	8.5	5.0	41.0	11.2	4.6	5.6	57.9	40.9	0.6	0.6
50～59歳	(8,028)	12.8	7.5	6.1	43.9	9.3	6.2	5.7	58.7	40.3	0.4	0.6
60～69歳	(2,918)	14.3	5.9	7.3	48.0	8.1	9.8	6.5	62.6	36.7	0.1	0.6
70～79歳	(　906)	15.6	8.5	7.3	54.9	11.7	10.4	7.3	71.7	27.9	－	0.3
80歳以上	(　137)	18.2	3.6	6.6	46.7	16.1	11.7	10.2	67.2	32.8	－	－

第３章　単純集計結果

Q1_1. 現在あなたのお住まいの地域をお答えください。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	アジア	19,606	**35.4**
2	大洋州	3,961	**7.2**
3	北米	13,690	**24.7**
4	中米	893	**1.6**
5	南米	860	**1.6**
6	西欧	13,214	**23.9**
7	東欧・旧ソ連	1,102	**2.0**
8	中東	996	**1.8**
9	アフリカ	908	**1.6**
10	わからない	11	**0.0**
11	回答したくない	95	**0.2**

Q2. あなたの年齢（2023 年１０月１日時点の年齢）をお答えください。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	16～19歳	454	**0.8**
2	20～29歳	3,277	**5.9**
3	30～39歳	9,149	**16.5**
4	40～49歳	15,874	**28.7**
5	50～59歳	16,598	**30.0**
6	60～69歳	6,958	**12.6**
7	70～79歳	2,491	**4.5**
8	80歳以上	385	**0.7**
9	わからない	3	**0.0**
10	回答したくない	147	**0.3**

Q3. あなたの性別をお答えください。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	男性	25,862	**46.7**
2	女性	28,976	**52.4**
3	その他（どちらともいえない、わからない、答えたくないなど）	498	**0.9**

Q4. 現在あなたのお住まいの国・地域における滞在年数をお答えください。
（同一国内での住所変更があった場合は合計期間をお答えください。他国での滞在期間は含みません）（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	６か月未満	4,358	**7.9**
2	６か月以上１年未満	4,052	**7.3**
3	１年以上２年未満	6,316	**11.4**
4	２年以上３年未満	4,695	**8.5**
5	３年以上５年未満	5,541	**10.0**
6	５年以上	30,195	**54.6**
7	わからない	55	**0.1**
8	回答したくない	124	**0.2**

Q5. あなたの現在の婚姻状況をお答えください。（ひとつだけ）
なお、「配偶者」には、事実上夫婦として生活しているが、婚姻届等を提出していない場合や同性パートナーを含みます。

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	未婚	8,687	**15.7**
2	日本国籍の配偶者あり	22,610	**40.9**
3	居住国国籍の配偶者あり	17,452	**31.5**
4	第三国（日本・居住国以外の国）国籍の配偶者あり	2,913	**5.3**
5	死別	851	**1.5**
6	離別	2,136	**3.9**
7	わからない	36	**0.1**
8	回答したくない	651	**1.2**

Q6. あなたと同居している人をお答えください。（いくつでも）
なお、「配偶者」には、事実上夫婦として生活しているが、婚姻届等を提出していない場合や同性パートナーを含みます。

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	日本人の配偶者	13,277	**24.0**
2	居住国国籍の配偶者	16,799	**30.4**
3	第三国（日本・居住国以外の国）国籍の配偶者	2,628	**4.7**
4	あなたの子	19,922	**36.0**
5	あなたの父	169	**0.3**
6	あなたの母	278	**0.5**
7	配偶者の父・母	775	**1.4**
8	あなたの兄弟・姉妹	154	**0.3**
9	他の親族（孫、祖父・祖母、おじ・おば・めい・おいなど）	392	**0.7**
10	日本国籍の友人・知人	454	**0.8**
11	外国籍の友人・知人	896	**1.6**
12	ホームステイ先の家族	537	**1.0**
13	ルームメイト	1,514	**2.7**
14	その他の人	705	**1.3**
15	同居している人はいない	16,501	**29.8**
16	わからない	46	**0.1**
17	回答したくない	546	**1.0**

Q7_1. あなたの現地語の能力をお答えください。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	流ちょう	10,494	**19.0**
2	込み入った日常会話が可能	9,728	**17.6**
3	日常生活に支障がない程度	12,796	**23.1**
4	片言での意思疎通が可能	12,874	**23.3**
5	全く解さない	8,474	**15.3**
6	わからない	827	**1.5**
7	回答したくない	143	**0.3**

Q7_2. あなたの英語の能力をお答えください。（ひとつだけ）
なお、現地語が英語である場合は、「現地語が英語である」を選択してください。

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	流ちょう	6,274	**11.3**
2	込み入った日常会話が可能	7,772	**14.0**
3	日常生活に支障がない程度	11,264	**20.4**
4	片言での意思疎通が可能	11,198	**20.2**
5	全く解さない	2,257	**4.1**
6	現地語が英語である	16,032	**29.0**
7	わからない	426	**0.8**
8	回答したくない	113	**0.2**

Q8. 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。
（ひとつだけ）（注：海外にて教育を受けた方は、相当する日本の学校をお選びください）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	小学校・中学校	273	**0.5**
2	高校	5,665	**10.2**
3	専門学校	4,032	**7.3**
4	短大・高専	5,431	**9.8**
5	大学以上	39,339	**71.1**
6	その他	211	**0.4**
7	わからない	25	**0.0**
8	回答したくない	360	**0.7**

Q9. あなたの現在の主な仕事をお答えください。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	日系企業の正規職員	17,774	**32.1**
2	現地あるいは多国籍企業の正規職員	9,341	**16.9**
3	非正規職員（契約社員・嘱託職員等）	3,106	**5.6**
4	政府・国際機関等の職員	2,289	**4.1**
5	自営業者	4,408	**8.0**
6	家族従業者・内職	1,267	**2.3**
7	学生・生徒	2,320	**4.2**
8	収入をともなう仕事をしていない（仕事を探している）	2,025	**3.7**
9	収入をともなう仕事をしていない（仕事を探していない）	8,585	**15.5**
10	その他	3,528	**6.4**
11	わからない	112	**0.2**
12	回答したくない	581	**1.0**

Q10. あなたのお住まいの環境をお答えください。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	都市圏内	32,806	**59.3**
2	都市の郊外地域	19,181	**34.7**
3	農村・漁村地域	1,660	**3.0**
4	その他	1,050	**1.9**
5	わからない	534	**1.0**
6	回答したくない	105	**0.2**

Q11. あなたの現在の経済的な暮らし向きは、いかがですか。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	大変ゆとりがある	6,569	**11.9**
2	ややゆとりがある	16,031	**29.0**
3	普通	24,174	**43.7**
4	やや苦しい	6,513	**11.8**
5	大変苦しい	1,620	**2.9**
6	わからない	166	**0.3**
7	回答したくない	263	**0.5**

Q12. あなたは日頃どの程度、外出していますか。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	週５日以上	32,676	**59.1**
2	週３～４日	10,858	**19.6**
3	週１～２日	9,633	**17.4**
4	月１回程度	1,173	**2.1**
5	外出しない	440	**0.8**
6	わからない	383	**0.7**
7	回答したくない	173	**0.3**

Q13. あなたの最近１週間の外出の目的は何ですか。（いくつでも）

※Q12 で「1 週 5 日以上」～「4 月 1 回程度」と回答した人に聴取

		N	%
	全体	54,340	**100.0**
1	仕事・学校	35,631	**65.6**
2	人とのつきあい・交流	23,779	**43.8**
3	趣味や娯楽、散歩やスポーツ	28,514	**52.5**
4	地域活動・ボランティア活動	3,048	**5.6**
5	日本人会・日本商工会等の現地の日本人コミュニティにおける活動	2,929	**5.4**
6	食事・買い物・日常の用事	43,388	**79.8**
7	宗教や信仰上の活動	1,615	**3.0**
8	通院	4,537	**8.3**
9	最近１週間の外出はない	84	**0.2**
10	その他	2,297	**4.2**
11	わからない	7	**0.0**
12	回答したくない	45	**0.1**

Q14. あなたの最近１週間の行動範囲はどれですか。（いくつでも）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	自宅（自室）	39,571	**71.5**
2	自宅（家族と共用の部屋）	30,624	**55.3**
3	親族・友人の家	9,574	**17.3**
4	職場や学校等の拠点	37,214	**67.3**
5	趣味や活動等の拠点（職場・学校以外）	20,055	**36.2**
6	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）	36,610	**66.2**
7	その他	3,463	**6.3**
8	わからない	74	**0.1**
9	回答したくない	210	**0.4**

Q15. あなたが同居していない家族や友人たちとの主なコミュニケーションをする際の手段をお答えください。（いくつでも）

※Q16_1 で「7 全くない」と回答した人（n=280）は集計から除く

		N	%
	全体	55,056	**100.0**
1	直接会って話す	25,872	**47.0**
2	電話（ビデオ通話を含む）	34,067	**61.9**
3	SNS（LINEによるチャットなど）	49,752	**90.4**
4	その他の手段	2,282	**4.1**
5	わからない	77	**0.1**
6	回答したくない	127	**0.2**

Q16_1. あなたは同居していない家族や友人たちと、どのくらいの頻度でコミュニケーションをとっていますか。（オンラインのコミュニケーションも含みます）（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	週４～５回以上	19,215	**34.7**
2	週２～３回程度	12,449	**22.5**
3	週１回程度	10,144	**18.3**
4	２週間に１回程度	5,096	**9.2**
5	月１回程度	4,727	**8.5**
6	月１回未満	2,806	**5.1**
7	全くない	280	**0.5**
8	わからない	407	**0.7**
9	回答したくない	212	**0.4**

Q16_2. 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。（ひとつだけ）

※Q6 で「1 日本人の配偶者」～「14 その他の人」と回答した人に聴取

		N	%
	全体	38,243	**100.0**
1	週４～５回以上	34,961	**91.4**
2	週２～３回程度	1,133	**3.0**
3	週１回程度	546	**1.4**
4	２週間に１回程度	233	**0.6**
5	月１回程度	243	**0.6**
6	月１回未満	382	**1.0**
7	全くない	287	**0.8**
8	わからない	321	**0.8**
9	回答したくない	137	**0.4**

Q17. 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。（いくつでも）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	地域の活動（自治会・趣味やスポーツを通じたボランティアや社会奉仕等）	5,009	**9.1**
2	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	2,456	**4.4**
3	上記以外のボランティア活動	2,045	**3.7**
4	スポーツ・趣味・娯楽・教養・自己啓発などの活動	24,539	**44.3**
5	日本人会・日本商工会等の現地の日本人コミュニティにおける活動	7,909	**14.3**
6	宗教や信仰上の活動	2,231	**4.0**
7	その他の活動	2,553	**4.6**
	いずれかの活動に参加している	32,004	**57.8**
8	特に参加はしていない	22,838	**41.3**
9	わからない	209	**0.4**
10	回答したくない	285	**0.5**

Q18_1. あなたに不安や悩みが生じた場合、相談相手はいますか。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	いる	45,545	**82.3**
2	いない	5,371	**9.7**
3	わからない	4,082	**7.4**
4	回答したくない	338	**0.6**

Q18_2. あなたは誰に相談をしますか。（いくつでも）

※Q18_1 で「1 いる」と回答した人に聴取

		N	%
	全体	45,545	**100.0**
1	家族・親族	39,418	**86.5**
2	友人・知人	33,557	**73.7**
3	職場・学校関係者（職場の同僚・学校の先生等）	15,796	**34.7**
4	医療関係者	4,629	**10.2**
5	大使館・総領事館	1,325	**2.9**
6	現地のNPO等の民間団体・ボランティア団体（NPOとは社会貢献活動を行う団体のことを指します）	474	**1.0**
7	日本のNPO等の民間団体・ボランティア団体（NPOとは社会貢献活動を行う団体のことを指します）	196	**0.4**
8	その他	1,056	**2.3**
9	わからない（相談窓口の運営者が不明な場合を含む）	19	**0.0**
10	回答したくない	73	**0.2**

Q19. 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。(いくつでも)

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	相談することで解決できる、または解決の手がかりが得られる	30,732	**55.5**
2	相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる	40,892	**73.9**
3	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	5,766	**10.4**
4	相談することが恥ずかしい	3,035	**5.5**
5	相談すると相手の負担になる	5,934	**10.7**
6	相談しても無駄である（相談しても解決しない）	6,319	**11.4**
7	その他	993	**1.8**
8	特に感じることはない	1,970	**3.6**
9	わからない	693	**1.3**
10	回答したくない	248	**0.4**

Q20. 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。(ひとつだけ)

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	決してない	9,514	**17.2**
2	ほとんどない	17,348	**31.4**
3	時々ある	21,583	**39.0**
4	常にある	5,852	**10.6**
5	わからない	813	**1.5**
6	回答したくない	226	**0.4**

Q21. 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。(ひとつだけ)

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	決してない	11,435	**20.7**
2	ほとんどない	22,564	**40.8**
3	時々ある	17,222	**31.1**
4	常にある	2,743	**5.0**
5	わからない	1,163	**2.1**
6	回答したくない	209	**0.4**

Q22. あなたは、自分は他の人から孤立していると感じることがありますか。(ひとつだけ)

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	決してない	10,838	**19.6**
2	ほとんどない	21,822	**39.4**
3	時々ある	17,958	**32.5**
4	常にある	3,328	**6.0**
5	わからない	1,162	**2.1**
6	回答したくない	228	**0.4**

Q23. 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。(ひとつだけ)

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	しばしばある・常にある	3,794	**6.9**
2	時々ある	7,022	**12.7**
3	たまにある	13,973	**25.3**
4	ほとんどない	19,178	**34.7**
5	決してない	10,222	**18.5**
6	わからない	900	**1.6**
7	回答したくない	247	**0.4**

Q24. その状況（孤独であると感じる状況）は、どの程度前から続いていますか。（ひとつだけ）

※Q23 で「1 しばしばある・常にある」～「4 ほとんどない」と回答した人に聴取

		N	%
	全体	43,967	**100.0**
1	６か月未満	5,797	**13.2**
2	６か月以上１年未満	2,475	**5.6**
3	１年以上２年未満	3,409	**7.8**
4	２年以上３年未満	2,822	**6.4**
5	３年以上５年未満	2,986	**6.8**
6	５年以上	10,526	**23.9**
7	わからない	15,184	**34.5**
8	回答したくない	768	**1.7**

Q25. 孤独な状況に至る前に経験した出来事をお答えください。（いくつでも）

※Q23 で「1 しばしばある・常にある」～「4 ほとんどない」と回答した人に聴取

		N	%
	全体	43,967	**100.0**
1	一人暮らし	9,500	**21.6**
2	転居	8,779	**20.0**
3	単身赴任	7,088	**16.1**
4	留学	3,461	**7.9**
5	転校・転職・離職・退職（失業を除く）	5,423	**12.3**
6	家族との離別	3,758	**8.5**
7	家族との死別	3,998	**9.1**
8	家族以外の親しい知人等との死別	1,539	**3.5**
9	家族間の重大なトラブル（家庭内別居・DV・虐待を含む）	2,148	**4.9**
10	心身・健康上のトラブル（病気・怪我等）	4,744	**10.8**
11	人間関係によるトラブル（いじめ・ハラスメント・恋愛等を含む）	4,557	**10.4**
12	金銭による重大なトラブル	961	**2.2**
13	仕事上（職場）の重大なトラブル	2,914	**6.6**
14	生活困窮・貧困	1,594	**3.6**
15	文化的違いに起因するもの	9,422	**21.4**
16	言語上のもの	10,895	**24.8**
17	宗教や信仰に関するトラブル	313	**0.7**
18	自然災害の被災・犯罪の被害等	519	**1.2**
19	その他	4,513	**10.3**
20	わからない	7,586	**17.3**
21	回答したくない	644	**1.5**

Q26. あなたの現在の心身の健康状態をお答えください。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	よい	17,907	**32.4**
2	まあよい	16,176	**29.2**
3	ふつう	15,599	**28.2**
4	あまりよくない	4,402	**8.0**
5	よくない	737	**1.3**
6	わからない	359	**0.6**
7	回答したくない	156	**0.3**

Q27. 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。（ひとつだけ）

		N	%
	全体	55,336	**100.0**
1	満足している	12,840	**23.2**
2	まあ満足している	28,187	**50.9**
3	どちらともいえない	8,313	**15.0**
4	やや不満である	3,675	**6.6**
5	不満である	1,834	**3.3**
6	わからない	311	**0.6**
7	回答したくない	176	**0.3**