

調査の背景

- 外務省では、国内NPOとも連携しながら、在外公館を中心に孤独・孤立及びそれに付随する問題で悩みを抱える邦人からの相談に応じる等の支援を実施してきたが、海外における邦人の孤独・孤立の状況の全体像に関する調査は今回初めて実施した。
- 国内では、令和3年以来、内閣官房が孤独・孤立に関する調査を実施しており、その経験、知見を踏まえ、外務省は令和5年、海外における邦人の孤独・孤立に関する実態を把握することを目的に、本調査を実施した。

調査の実施概要

調査目的	海外における邦人の孤独・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。
調査対象	海外に在留している日本国民 ※在留届を大使館・総領事館に提出している邦人
調査方法	在留届を提出している邦人に対し、外務本省から領事メール（WEB調査フォームのリンクを添付）の形式で調査票を送付し、オンライン上で回答を回収。
調査期日	令和5年10月1日（調査期間：令和5年10月～12月）
調査事項	孤独や孤立に関する事項、年齢、性別等の属性事項等（全27問）
回答数	55,420件 ※15歳以下はサンプルサイズが小さく（回答数84件）、偏りが生じるため、集計対象から除いている。
結果公表	令和6年6月3日

孤独の把握方法、孤独の状況（日本国内との比較）

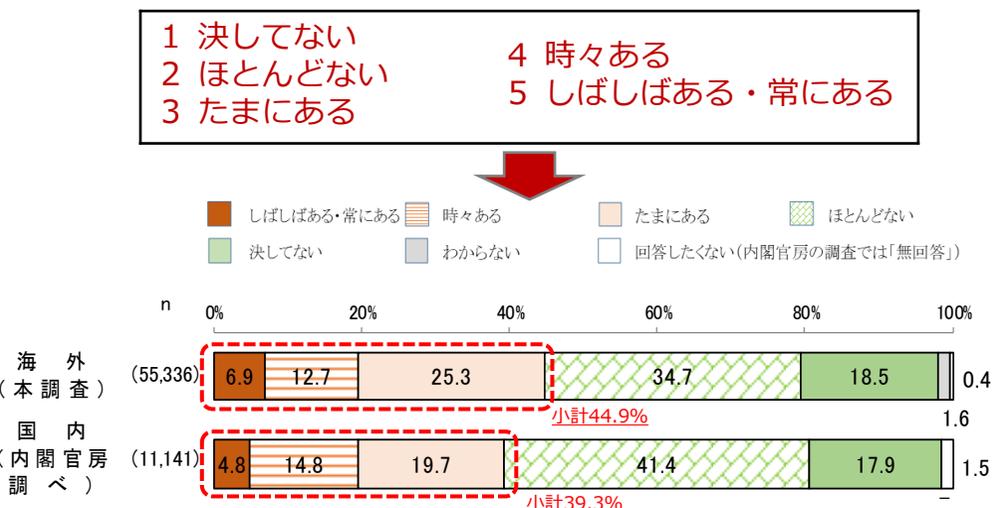
孤独という主観的な感情をよりの確に把握するため、この調査では直接質問と間接質問の2種類の設問を採用。

海外における邦人（以下「在留邦人」とする）と内閣官房による国内調査「令和5年人々のつながりに関する基礎調査結果」のデータを比較

【1】直接質問：直接的に孤独感を質問

- 「しばしばある・常にある」、「時々ある」、「たまにある」を合わせた【孤独であると感じる】人の割合は、国内調査と比較して、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」を合わせた人の割合は6.1ポイント低い。【図1】

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。

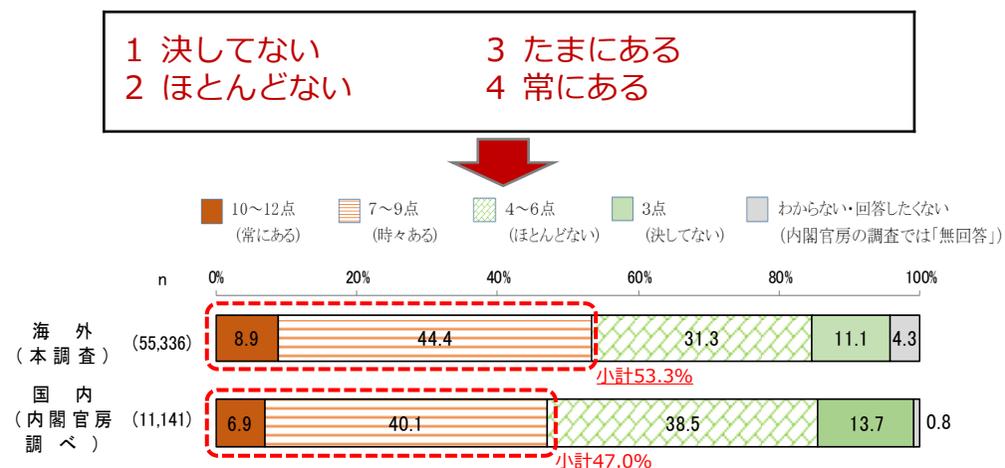


【図1】孤独の状況（直接質問）

【2】間接質問：UCLA孤独感尺度により評価

- 「10～12点（常にある）」と「7～9点（時々ある）」を合わせた【孤独であると感じる】人の割合は、国内調査と比較して在留邦人の方が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）」を合わせた人の割合は9.8ポイント低い。【図2】

- 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。
- 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。
- 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。



【図2】孤独の状況（間接質問）

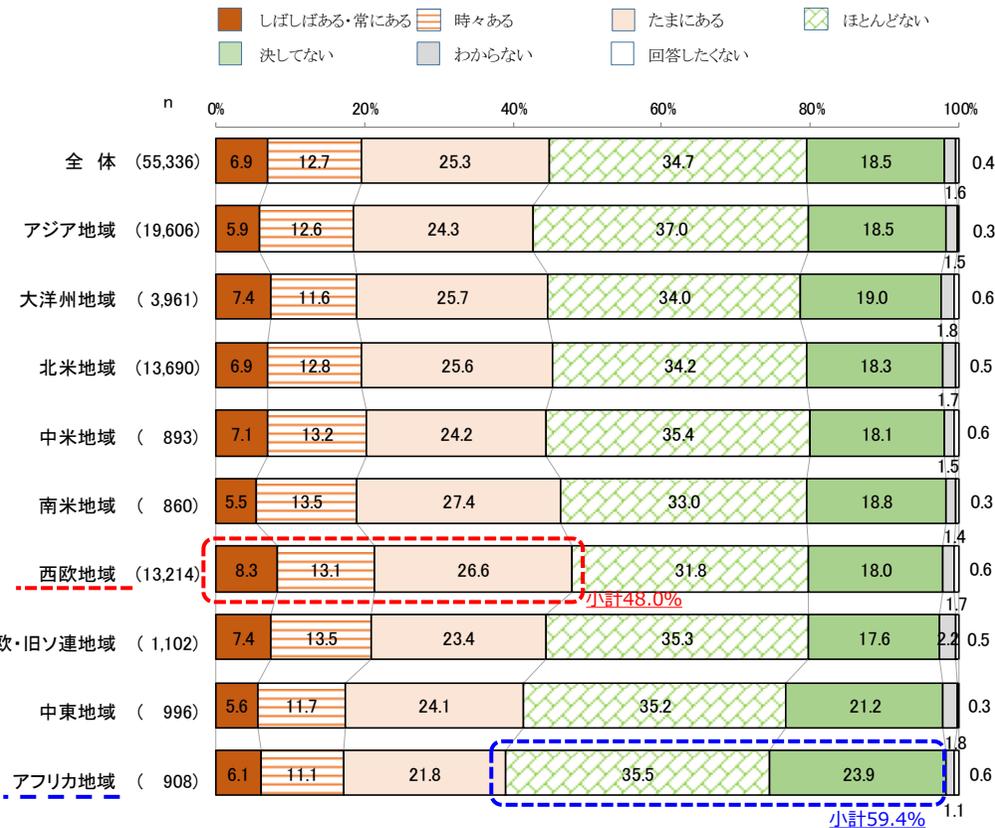
【補足説明】間接質問について

- UCLA孤独感尺度：カリフォルニア大学ロサンゼルス校（UCLA）の研究者が、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しようと考案したもの。
- 本調査では、上記3項目の設問について、それぞれ4つの回答選択肢（4件法）を設定。「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、その合計スコアにより孤独感の高さを測定。合計スコア（本調査では最低点3点～最高点12点）が高いほど孤独感が高いと評価。

地域別の孤独の状況

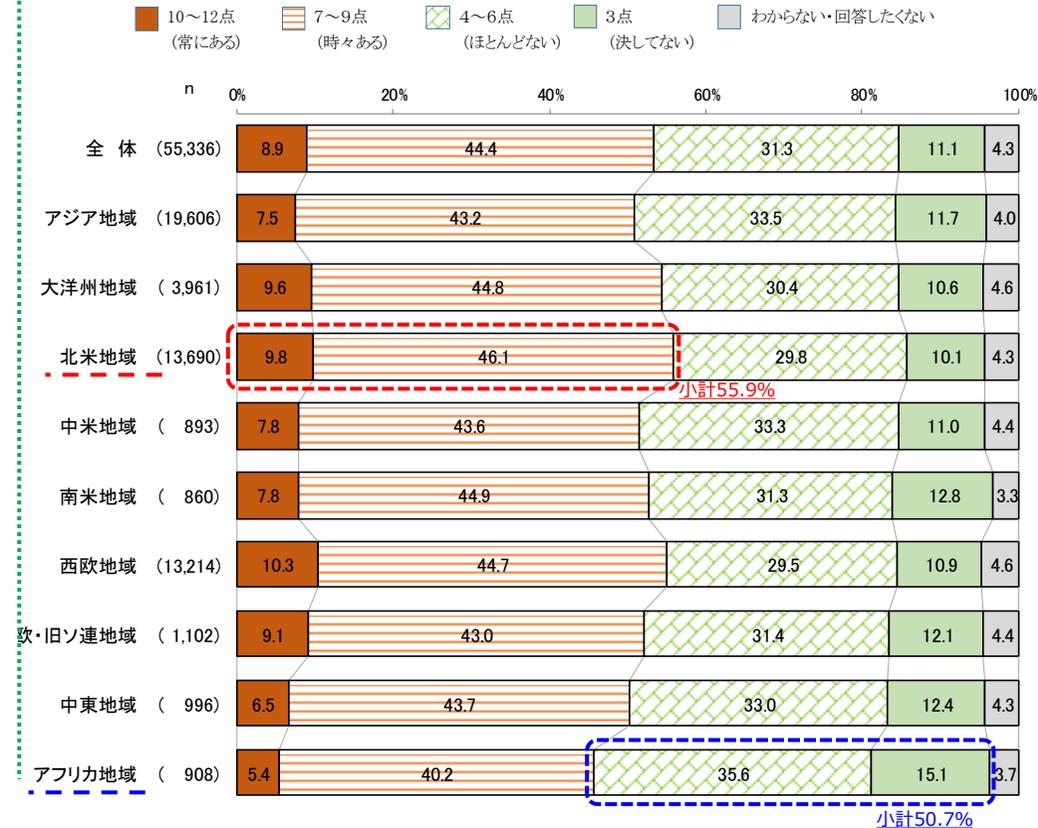
- 孤独感を地域別にみると、直接質問において孤独感が「しばしばある・常にある」「時々ある」「たまにある」と回答した【孤独であると感じる】人の割合が最も高いのは西欧地域で、計48.0%となっている。
- 「決してない」「ほとんどない」と回答した人の割合が最も高いのはアフリカ地域で、計59.4%となっている。【図3】

【図3】地域別 孤独の状況（直接質問）



- 間接質問において、孤独感スコアが「10～12点（常にある）」「7～9点（時々ある）」という【孤独であると感じる】人の割合が最も高いのは北米地域で、計55.9%となっている。
- 「3点（決してない）」「4～6点（ほとんどない）」という人の割合が最も高いのはアフリカ地域で、計50.7%となっている。【図4】

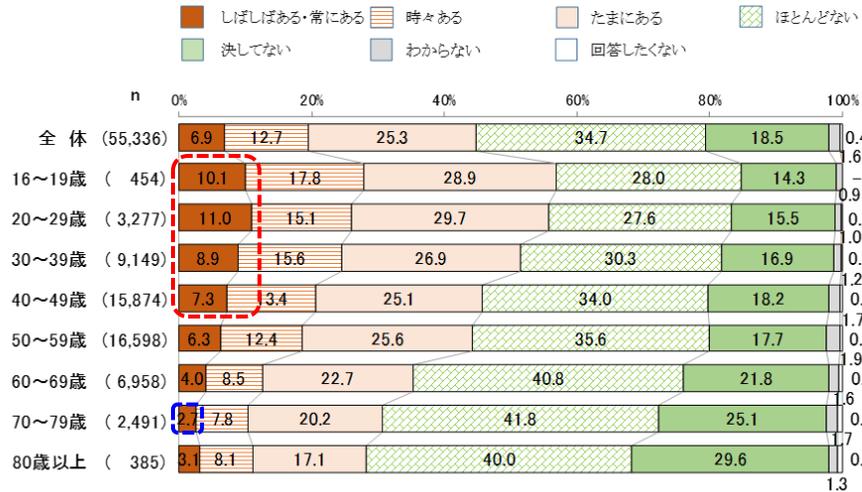
【図4】地域別 孤独の状況（間接質問）



孤独の状況（年齢階級別、孤独感の継続期間、コミュニケーション頻度）

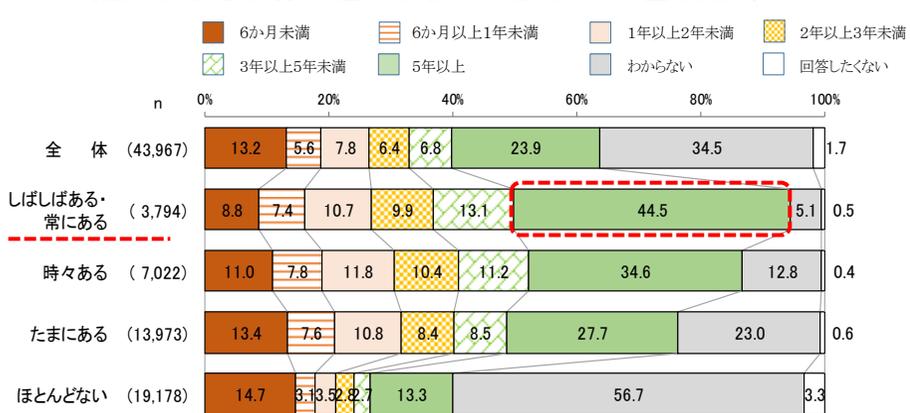
- 孤独感を年齢階級別にみると、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合が最も高いのは、20～29歳で11.0%で16歳から40歳代までが平均（全体）を上回っている。一方、その割合が最も低いのは、70～79歳で2.7%となっている。【図5】

【図5】年齢階級別 孤独感（直接質問）



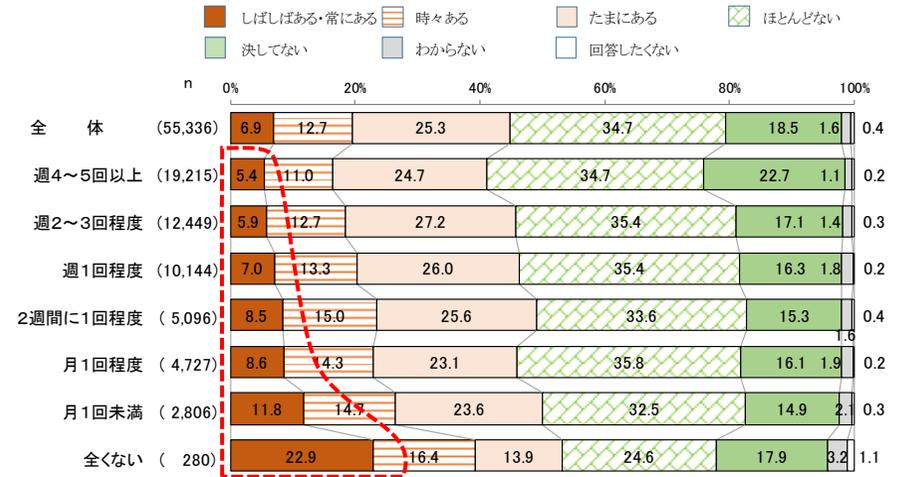
- 孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の44.5%が孤独感「5年以上」継続していると回答している。【図6】

【図6】孤独感別 現在の孤独感の継続期間（直接質問）



- 同居していない家族・友人とのコミュニケーションの頻度が低いほど孤独感が高くなる傾向にある。【図7】

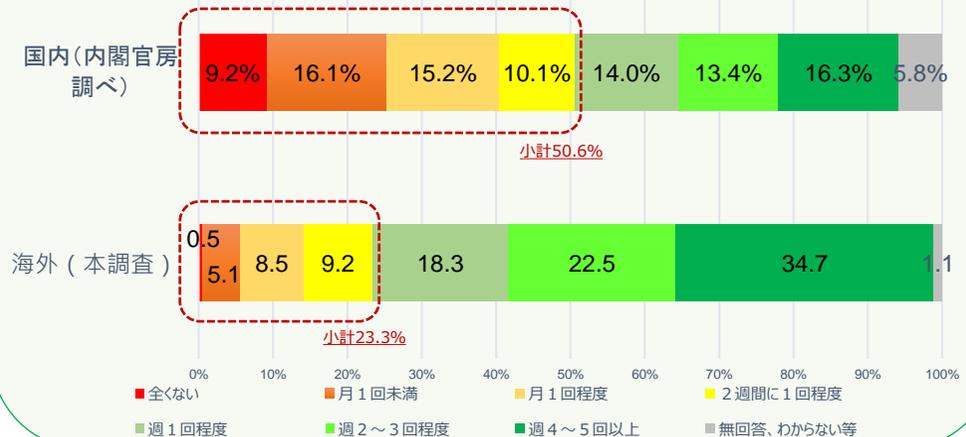
【図7】同居していない家族・友人とのコミュニケーション頻度（直接質問）



【参考掲載】内閣官房による国内調査

「令和5年人々のつながりに関する基礎調査結果」より

- 同居していない家族・友人とのコミュニケーション頻度について、週1回を下回ると回答した人は国内では50.6%、海外では23.3%となっている。

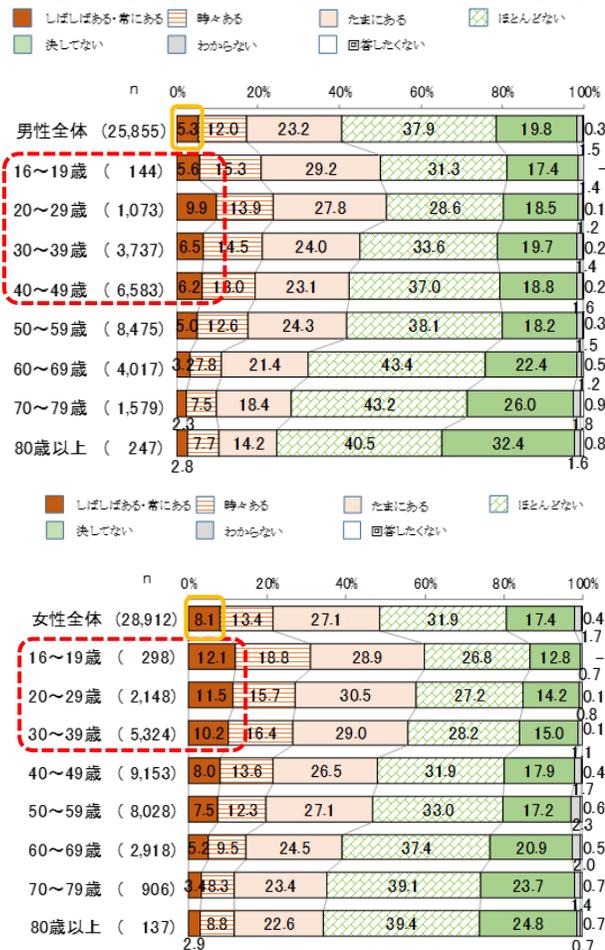


男女年齢階級別・男女別単身者の孤独感

■ 孤独感を性別・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%と海外においては女性が男性を上回っている。

■ 男女・年齢階級別にみると、男性は16歳～40歳代、女性は16歳～30歳代が平均（全体）を上回っており、その割合が最も高いのは男性は20歳代、女性16歳～19歳、次いで20歳代となっている。

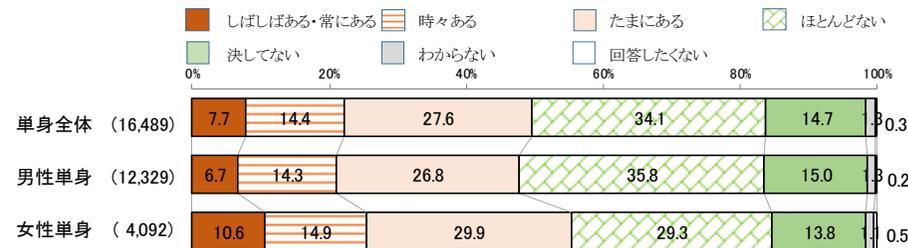
【図8】 性別・年齢階級別 孤独感（直接質問）



【参考①】 性別・年齢階級別における間接質問では、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%。

■ 孤独感における直接質問で、単身者の孤独感が「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10.6%と海外における単身者については女性が男性を上回っている。【図9】

【図9】 男女別 単身者の孤独感（直接質問）



【参考②】 単身者における間接質問では、孤独感スコアが「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%。

【参考掲載】 内閣官房による国内調査

「令和5年人々のつながりに関する基礎調査結果」より

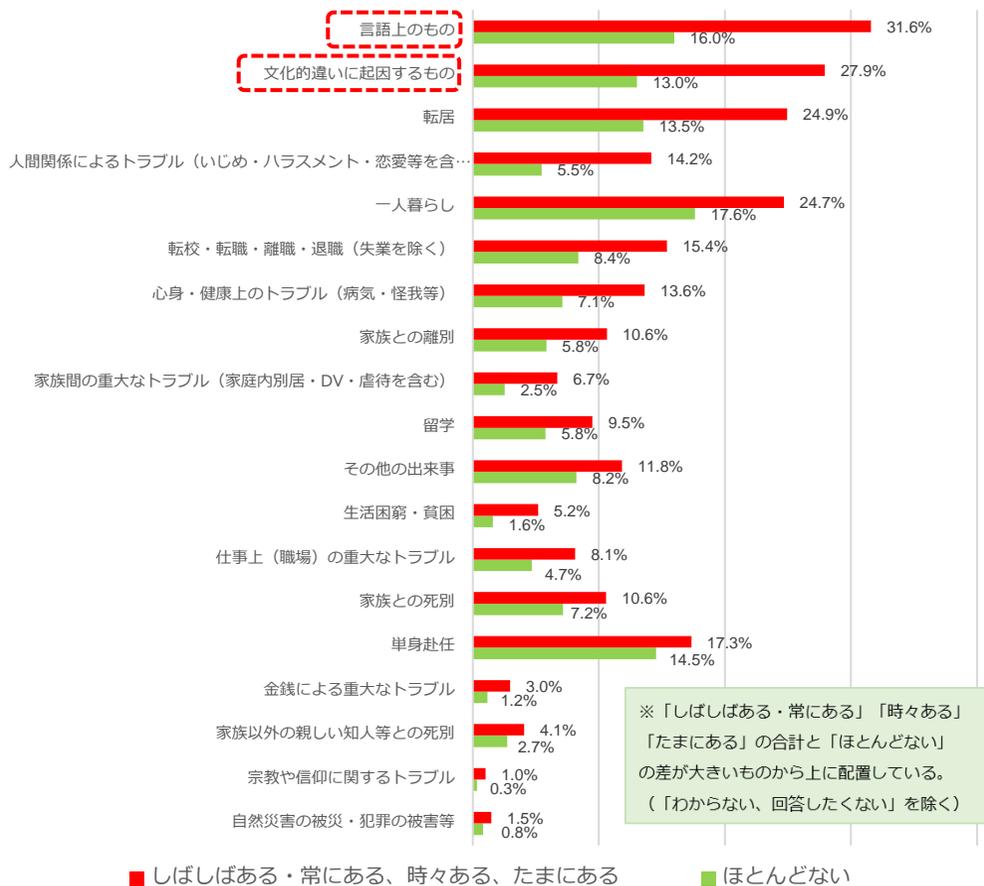
- 性別・年齢階級別では、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、男性が5.3%、女性が4.2%と男性が女性を上回っている。
- 男女・年齢階級別では、その割合が最も高いのは男性では30歳代、女性では20歳代となっている。
- 直接質問で、単身者の孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、男性で11.2%、女性7.4%と男性が女性を上回っている。

孤独の状況（孤独感に影響を与えたと思う出来事）、言語能力と孤独感

■ 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【孤独であると感じる】人のうち、「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」が27.9%となっている。

■ 【孤独であると感じる】人と孤独感が「ほとんど無い」と回答した人との回答割合の差が最も大きいのは、「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10】

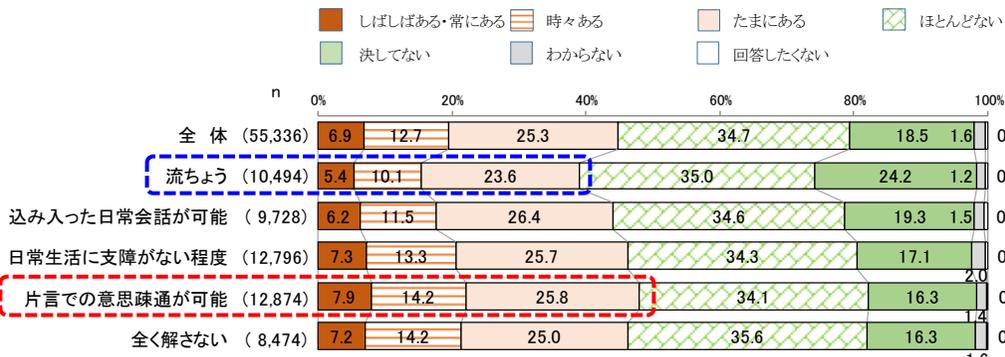
【図10】現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事【複数回答】（直接質問）



■ 現地語の能力別に孤独感をみると、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【孤独であると感じる】人の割合は、「片言での意思疎通が可能」な層が47.9%で最も高く、「流ちょう」な層が39.1%と最も低い。

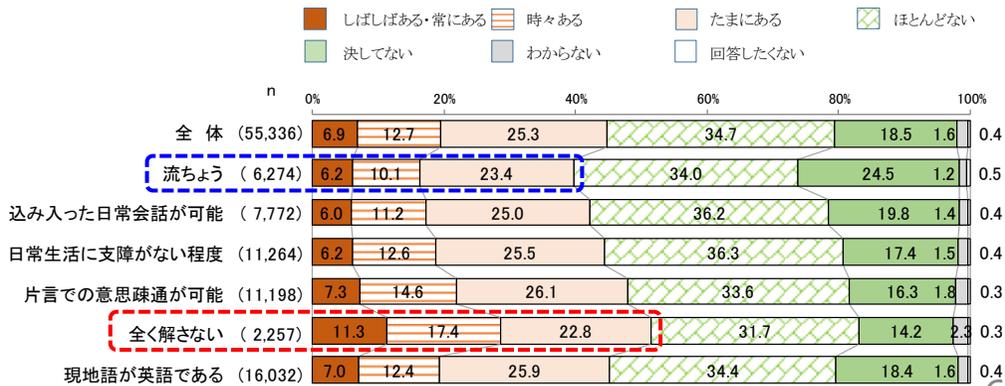
【図11】

【図11】現地語の能力別 孤独感（直接質問）



■ 英語の能力に孤独感をみると、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【孤独であると感じる】人の割合は、「全く解さない」層が51.5%で最も高く、「流ちょう」な層が39.7%と最も低い。【図12】

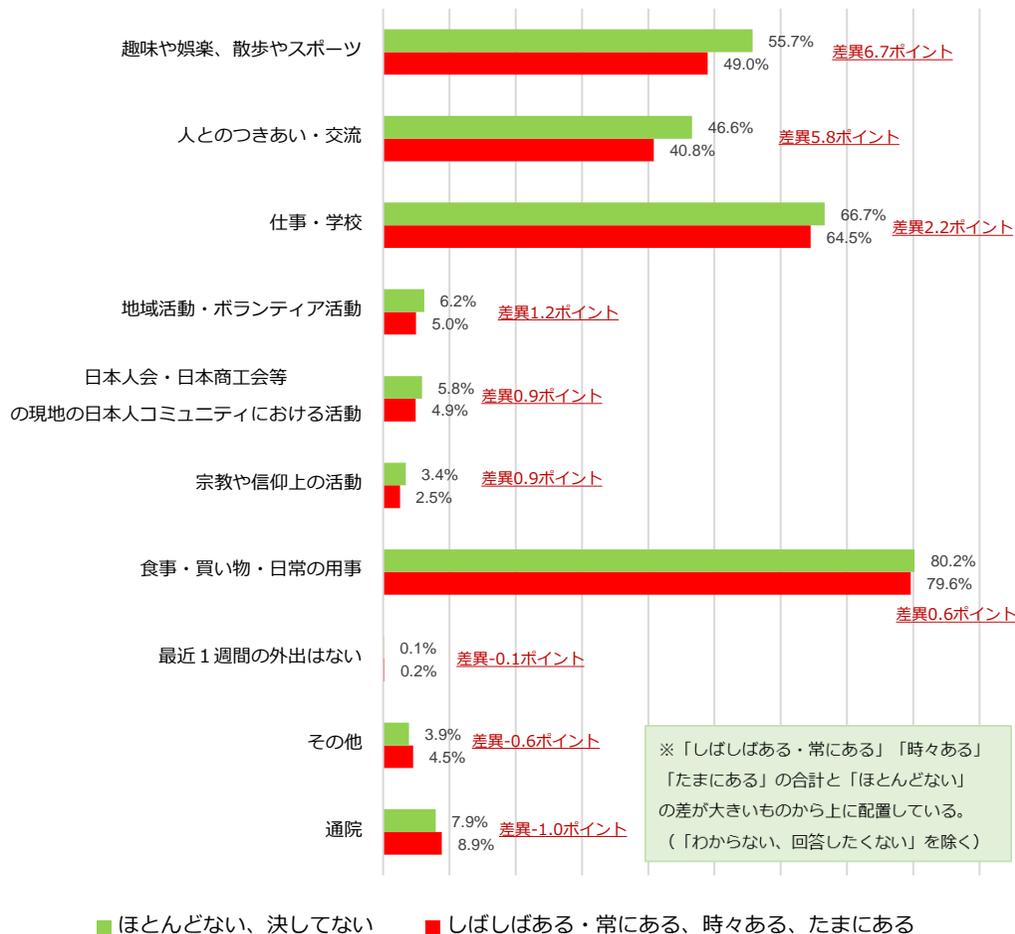
【図12】英語の能力別 孤独感（直接質問）



孤立感別直近1週間の外出目的、コミュニケーション手段

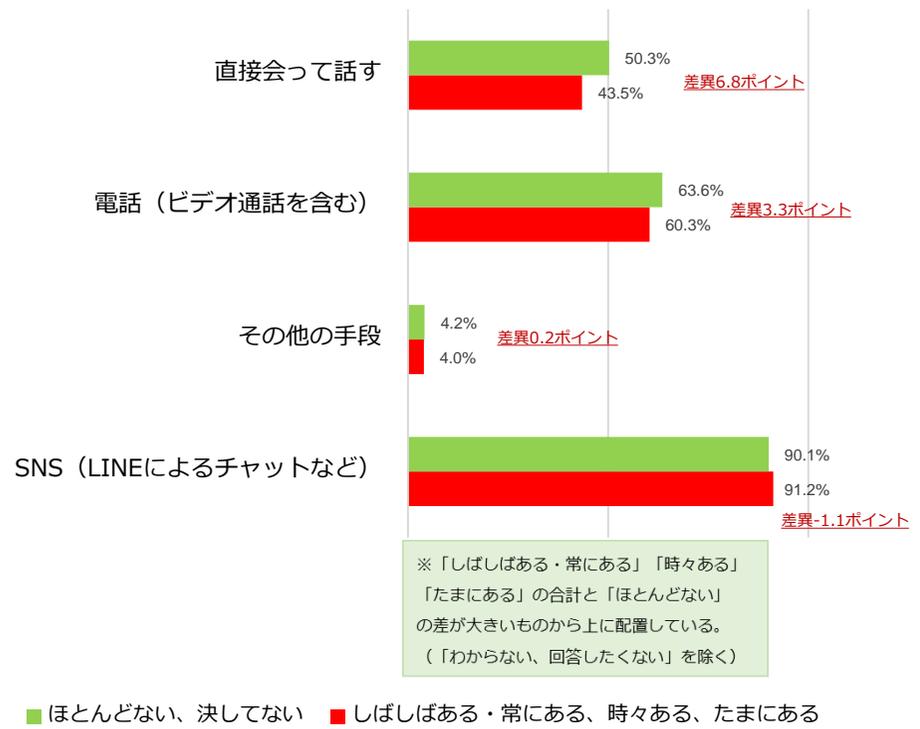
■ 孤独感別の直近1週間の外出目的について、直接質問で孤独感が「しばしばある・常にある」「時々ある」「たまにある」と回答した【孤独であると感じる】人も「ほとんどない」「決してない」と回答した人も、「食事・買い物・日常の用事」が最も多いが、その差異は0.6ポイントと大きな差はみられない。一方、「趣味や娯楽・散歩やスポーツ」については、その差異は6.7ポイントと孤独感による差がみられる。【図13】

【図13】 孤独感別 直近1週間の外出目的（直接質問）



■ コミュニケーション手段については、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【孤独であると感じる】人も「ほとんどない」「決してない」と回答した人も、「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。一方、「直接会って話す」については、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14】

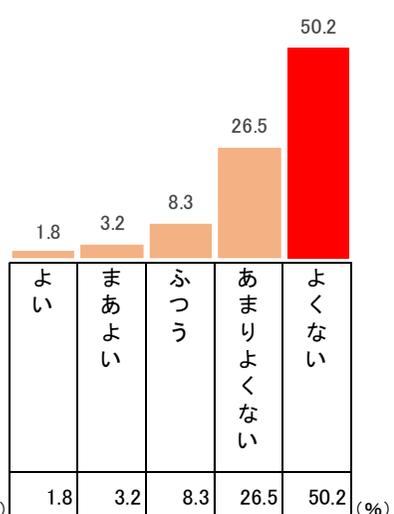
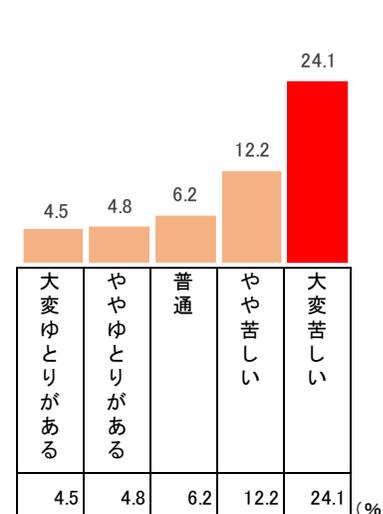
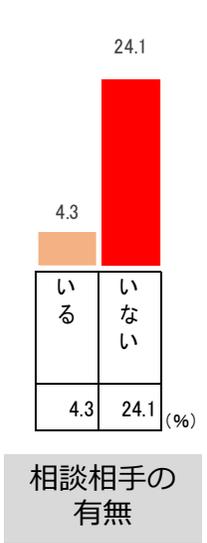
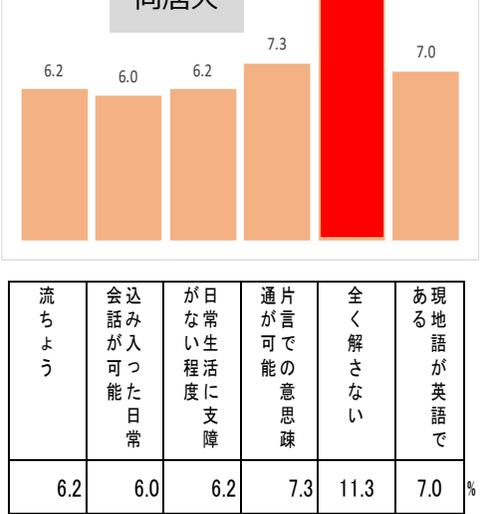
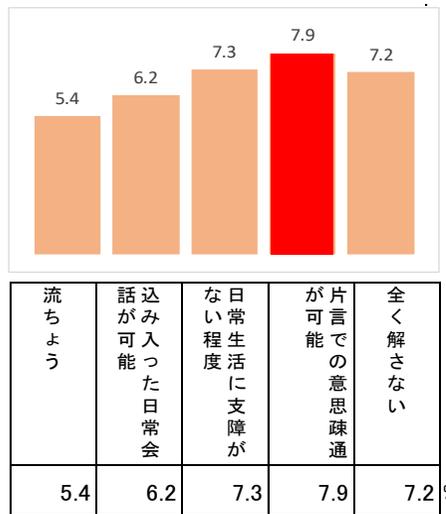
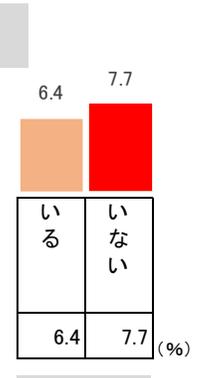
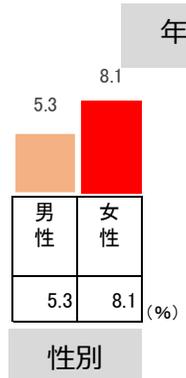
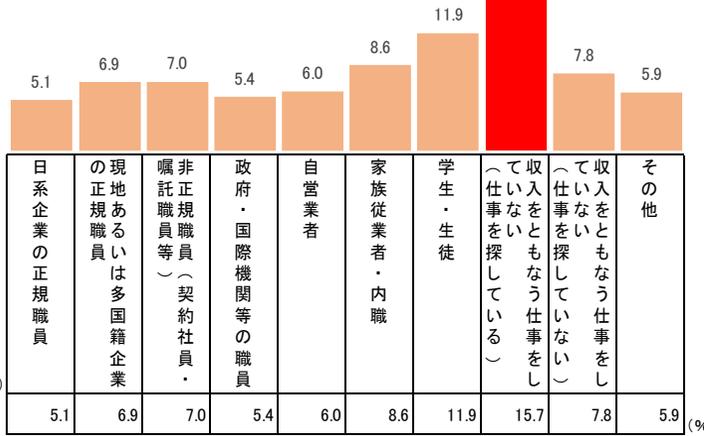
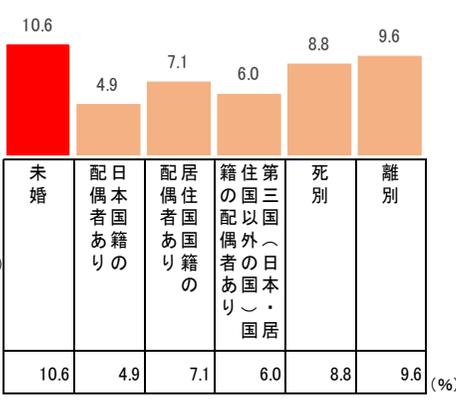
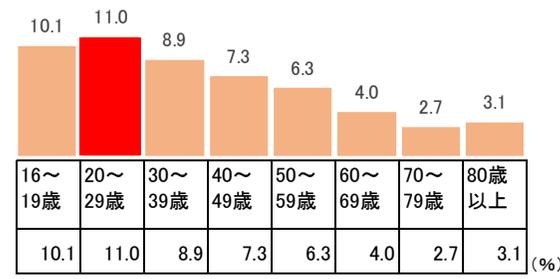
【図14】 孤独感別 コミュニケーションをとる際の手段（直接質問）



【参考】孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人に関する主な属性

質問：あなたはどの程度、孤独であると感じるがありますか。

回答選択	%
しばしばある 常にある	6.9%
時々ある	12.7%
たまにある	25.3%
ほとんどない	34.7%
決してない	18.5%
わからない	1.6%
回答したくない	0.4%



〔※直接質問によるもの。〕