人々のつながりに関する基礎調査

－令和３年、４年－

調査結果に関する有識者による考察

令和５年１０月

孤独・孤立の実態把握に関する研究会

令和３年、４年「人々のつながりに関する基礎調査」まとめ

早稲田大学　石田光規

１　孤独感についての追加分析

(1)孤独感のトリガー

表１は孤独感の直接質問と、回答者が体験したことの関連をまとめた。「時々ある」と「しばしば・常にある」の間に 5%ポイント以上の差がある項目はベージュ、10%ポイント以上差がある項目は黄色でマークをした。また、令和 3 年と 4 年で共通した傾向が見られる項目を太字にした。

この質問は令和 3 年と 4 年版で若干異なる。令和 3 年調査では、孤独感を尋ねた後、そこに至る前に経験した出来事を回答してもらい、4 年調査では、孤独感と関係なく、経験した出来事を回答してもらった。したがって、令和３年調査のほうが、孤独感を想起しながら回答している可能性がある。

表１　孤独感（直接質問）と体験したこと

	R3					R4				
	決してない	ほとんどない	たまにある	時々ある	しばしば・常にある	決してない	ほとんどない	たまにある	時々ある	しばしば・常にある
一人暮らし	19.2%	18.4%	20.5%	24.0%	29.2%	43.3%	46.3%	54.4%	55.1%	62.7%
転居	15.2%	13.9%	9.7%	12.9%	13.8%	62.2%	65.1%	66.1%	61.8%	66.9%
転校・転職・離職・退職（失業を除く）	13.8%	14.7%	15.3%	16.4%	22.1%	53.4%	58.3%	58.9%	59.4%	62.5%
失業・休職・退学・休学（中退・不登校を含む）	4.0%	4.2%	5.8%	9.7%	15.1%	16.4%	17.9%	23.2%	27.7%	43.0%
妊娠・出産・子育て						48.1%	47.4%	42.0%	36.0%	27.2%
介護・介助						25.5%	28.4%	27.6%	25.6%	24.3%
子どもの独り立ち						31.9%	35.7%	29.3%	23.3%	16.6%
家族の病気・障害						47.2%	50.2%	53.0%	49.0%	49.4%
家族との離別	5.2%	5.4%	10.0%	9.9%	13.8%	15.6%	15.2%	20.0%	20.2%	29.1%
家族との死別	14.1%	19.2%	21.3%	20.7%	22.2%	52.7%	56.2%	58.0%	53.7%	54.7%
親しい知人等との死別	6.9%	8.2%	10.0%	7.7%	10.5%	37.7%	38.2%	36.3%	31.1%	28.9%
家族間の重大なトラブル（家庭内別居・DV・虐待を含む）	2.3%	2.5%	5.4%	6.5%	13.5%	6.7%	6.3%	12.4%	14.5%	21.8%
心身の重大なトラブル（病気・怪我等）	6.3%	9.7%	15.1%	17.5%	26.9%	21.4%	24.3%	31.0%	32.2%	45.2%
仕事上（職場）の重大なトラブル						9.3%	9.6%	14.3%	17.5%	24.3%
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）	3.6%	4.2%	10.7%	15.0%	27.3%	10.5%	10.6%	20.5%	25.4%	41.3%
金銭による重大なトラブル	2.2%	2.8%	5.4%	5.2%	13.3%	8.1%	8.5%	13.2%	13.5%	25.0%
生活困窮・貧困	1.8%	3.1%	7.5%	9.7%	20.2%	7.4%	7.5%	13.7%	19.2%	35.6%
自然災害の被災・犯罪の被害等	1.6%	1.8%	1.3%	1.3%	3.0%	6.4%	7.2%	8.3%	8.3%	12.1%
その他	1.3%	3.0%	10.9%	11.5%	12.7%	1.1%	1.3%	3.2%	2.7%	5.5%
いずれも経験したことがない	58.6%	42.9%	15.5%	11.2%	10.3%	6.5%	3.9%	2.5%	3.1%	2.6%

結果を見ると、いずれの年においても、孤独感の高い人に何らかのトラブルを経験した人が多いことがわかる。とくに人間関係のトラブルは、孤独感が「時々」よりも低い人との差が大きい。

トラブル以外にも、孤独感が高い人は、生活の順調でない様相を示すであろう、「失業・

求職・退学・休学」「生活困窮・貧困」の経験者が多い。これは、一般的に悪い事象であるが、多くの人が経験すると考えられる「家族との死別」「親しい人との死別」にあまり差がないのと対照的である。トラブル、生活困窮、「標準」とされるライフコースからの離脱は、孤独感と密接なつながりがあるようだ。

その点は、令和 4 年の結果を見ると、より顕著になる。令和 4 年の調査では、孤独感の高い人は、そうでない人に比べ「妊娠・出産・子育て」「子どもの独り立ち」を経験している人が少ないという結果が出ている。つまり、多くの人が通るであろうライフコースを経ていないのである。これらの人への配慮と支援が求められる。

最後に一人暮らしである。いずれの年でも孤独感の高い人に一人暮らし経験者が多かった。今後一人暮らしはさらに増えていくと考えられる。一人暮らしは、何らかのトラブルが発生したときに、一挙に困難を抱える可能性のある弱い生活形態でもある。これらの人をつなぎ止める仕組みも求められよう。

(2)支援先の多さと孤独感

次に、個々人の相談先の個数と孤独感との関連である。表 2 は、相談の相手先として回答者が提示した個数と孤独感との関連を示したクロス表の結果である。

表 2　相談先の個数と孤独感

		決してない	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	n
R3	相談なし	9.8%	19.5%	20.1%	26.9%	23.8%	960
	1	22.2%	40.1%	18.2%	15.6%	3.9%	3580
	2	25.2%	42.3%	17.2%	12.7%	2.6%	4360
	3個以上	29.5%	41.2%	15.7%	11.6%	2.0%	2474
R4	相談なし	6.2%	22.0%	21.8%	30.3%	19.7%	1154
	1	17.6%	41.2%	19.3%	17.2%	4.6%	3187
	2	19.7%	44.6%	19.9%	13.4%	2.4%	3966
	3個以上	23.1%	43.0%	19.3%	12.1%	2.5%	2802

いずれの年も、相談先がない、すなわち、相談相手のいない人の孤独感は高い。裏返すと相談先を一つでももてば孤独感はかなり改善されている。同時に、相談先を 3 つ以上確保している人は、相談先が一つだけの人より、孤独感が「決してない」人が多い。数値の差はそれほど大きくないものの、相談先を複数確保することの重要性が垣間見られる。

(3)孤独感と支援

次に、孤独感と支援との関わりについて検討する。支援については、支援を受けない理由から特定している。この質問は、令和３年は、「困りごとに対する支援」を受けているか・受けていないか尋ね、受けていない人に支援を受けない理由をさらに尋ねた。

令和４年は、形式を若干変更し、まず、「日常生活において不安や悩みを感じている」か否か尋ね、悩みや不安がある人のみ、支援の有無や支援を受けない理由を質問した。したがって、令和４年調査のほうが、実際に困っている人がなぜ支援を受けないのか特定できる設計になっている。表３がその結果である。

表３　孤独感と支援を受けない理由

		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）
R3	決してない	2522	93.1%	3.8%	4.1%	1.6%	0.3%	0.2%	0.2%
	ほとんどない	4134	90.7%	5.1%	4.6%	1.8%	0.5%	0.3%	0.3%
	たまにある	1784	83.5%	9.0%	9.5%	4.2%	1.8%	1.2%	0.3%
	時々ある	1442	**76.2%**	**12.8%**	**12.8%**	**5.1%**	2.8%	1.5%	1.5%
	しばしば・常にある	445	**61.3%**	**13.9%**	**23.6%**	**9.2%**	4.3%	4.3%	2.7%
R4	決してない	1098	81.1%	13.0%	9.1%	4.7%	1.5%	0.9%	0.7%
	ほとんどない	2783	74.0%	18.0%	12.0%	6.8%	1.9%	1.1%	0.5%
	たまにある	1633	**64.2%**	**22.4%**	**20.2%**	**12.3%**	5.6%	3.1%	0.7%
	時々ある	1361	**52.5%**	**22.6%**	**28.4%**	**16.2%**	8.0%	4.6%	1.0%
	しばしば・常にある	426	**35.9%**	**20.4%**	**39.9%**	**20.0%**	**13.1%**	**10.8%**	4.9%

回答の傾向は令和３年、４年調査で共通している。孤独感が高い人ほど「支援が必要ではない」という回答が減り、「我慢できる」「わからない」「面倒」という回答が増えている。困った人の実態をより明確に反映しているであろう令和 4 年調査では、「恥ずかしい」「相手の負担」を避けるといった人が多いこともわかる。

ここから困っている人のなかでも、孤独感の高い人ほど、「必要ない」以外の理由で支援にたどり着いていないことがわかる。とくに「わからない」の回答は４割弱と多く、情報の周知が必要である。また、我慢している人、面倒だと感じる人も、孤独感が「たまに」以上

に頻回に感じる人に多い。情報以外の面で支援を届きやすくする工夫が必要である。

2　相談相手のいない人について

(1)基本属性

相談相手のいない人は令和 3 年は 8.4%、4 年は 10.4%であり、3 年よりもやや増えた。基本属性との関連は表 4 のとおりである。

表 4　属性別の相談相手のいない人

性別	R3	R4
男性	12.1%	14.5%
女性	5.0%	6.7%
年齢		
16～19歳	7.0%	7.7%
20～29歳	8.5%	11.4%
30～39歳	11.5%	12.3%
40～49歳	10.1%	12.4%
50～59歳	10.0%	13.0%
60～69歳	7.8%	9.8%
70～79歳	6.0%	7.6%
80歳以上	5.0%	7.1%
婚姻形態		
未婚	14.6%	18.1%
既婚	5.8%	7.3%
死別	4.8%	6.6%
離別	15.9%	17.6%
最終学歴		
小学校・中学校	11.0%	12.3%
高校	7.6%	10.2%
専門学校	8.4%	12.1%
短大・高専	5.0%	5.3%
大学	8.9%	10.2%
大学院	11.5%	14.1%
その他	16.9%	22.6%

世帯収入	R3	R4
100万円未満	13.4%	13.9%
100～199万円	12.0%	10.9%
200～299万円	7.0%	11.8%
300～399万円	8.0%	10.7%
400～499万円	7.8%	9.5%
500～699万円	6.9%	8.6%
700～999万円	6.3%	7.8%
1000～1499万円	6.2%	6.8%
1500万円以上	6.2%	8.3%
わからない	10.1%	13.4%
従業形態		
正規の職員・従業員	9.4%	12.1%
派遣社員（R4は非正規）	12.2%	11.0%
ﾊﾟｰﾄ・ｱﾙﾊﾞｲﾄ（学生ｱﾙﾊﾞｲﾄを除く）	7.0%	
契約社員・嘱託	10.5%	
会社などの役員	8.5%	6.3%
自営業主	9.6%	11.1%
家族従業者・内職	7.7%	6.3%
学生・生徒	7.7%	7.8%
仕事をしていない（求職中）	14.6%	20.4%
仕事をしていない（非求職）	6.1%	7.7%
その他	7.7%	9.7%

相談相手のいない人を孤立者とするならば、令和 3 年、4 年調査いずれも、おおむね、これまでの調査と同じような傾向が見られる。

すなわち、男性、未婚者・離別者、学歴の低い人、収入の低い人、仕事をしていない（求職中）人に孤立の傾向が見られる。

年代については、令和 3 年に続き 4 年調査でも若年から中年層に孤立の傾向が見られた。これまでの調査では、高齢者に孤立の傾向が見られ、また、研究でも高齢者の孤立が問題視

されてきた。斎藤の分析にあるように、孤立の傾向を接触頻度で見た場合には、相変わらず高齢者が孤立傾向にある。それ以外の属性の傾向は、接触頻度で見た場合とほぼ共通している。

若年層は孤独感も高いという結果が出ている。相談できない若年層の存在は、若年層に、これまでと異なった変化が現れた兆しかもしれない。

(2)孤独感、健康状態、外出頻度と相談相手の有無

次に、孤独感、健康状態、外出頻度別に相談相手のいない人がどのくらいを占めるのか確認する。表 5 はそのまとめである。

表 5　孤独感、健康状態、外出頻度別の相談相手のいない人

孤独感	R3	R4	外出頻度	R3	R4
決してない	3.5%	3.4%	週 5 日以上	7.5%	9.9%
ほとんどない	4.2%	5.6%	週 3 ～ 4 日程度	7.7%	8.1%
たまにある	9.7%	11.5%	週 1 ～ 2 日程度	9.4%	10.5%
時々ある	15.5%	19.8%	週 1 日未満	16.8%	18.9%
しばしば・常にある	42.9%	41.8%	外出しない	16.6%	25.6%
健康状態					
よい	3.7%	5.4%			
まあよい	5.3%	6.9%			
ふつう	9.6%	9.5%			
あまりよくない	16.8%	18.5%			
よくない	25.7%	21.5%			

当然ではあるが、孤独感の強い人、健康状態の悪い人、外出しない人は相談相手のいない人が多い。とくに、孤独感が「しばしば・常にある」人は、いずれの年でも 4 割以上は相談相手がいない。表 3 で確認したように、孤独感が「しばしば・常にある」人には、行政や民間団体からの支援を必要としているが支援を受けていない人が多い。孤独感が高いにもかかわらず、支援も受けられず、相談相手もいない人はきわめて厳しい状況にいると予測される。

(3)相談相手の内訳

次に、人びとの相談相手の内訳である。図 1 を見ると、相談相手の多くは家族・親族、友人・知人であり、なかでも家族・親族は、いずれの年でも 9 割以上の人があげており、圧倒的な存在感を示している。

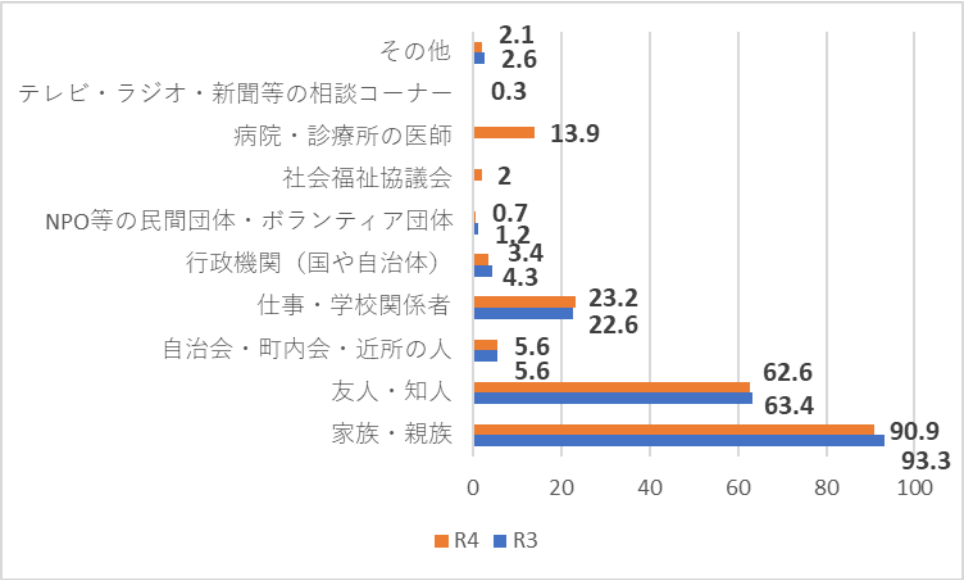


図 1　相談相手・機関（n=10481（R3）、n=10007（R4））

裏返すと、家族・親族や友人・知人とうまくいかない人は、つながりの輪からあぶれてしまう可能性があるということである。

家族・親族の重要性を表すデータをもう一つあげておこう。表 6 は相談先の個数別に家族・親族を相談相手としてあげた人がどのくらいいるか示している。相談先が 1 つのケースでは、令和 3 年調査は 84.8%、4 年調査は 79.3%が家族・親族をあげている。裏返すと、いずれの年でも、相談先が 1 つの人は家族・親族に頼れなくなると 8 割くらいが孤立してしまうということだ。また、相談先を 2 つ以上あげている人の 95%以上は、相談先として家族・親族を含んでいる。ここから家族・親族はサポート関係の中心であることがわかる。

表 6　相談先の個数と家族・親族

	R3		R4	
	家族・親族	n	家族・親族	n
1	84.8%	3616	79.3%	3211
2	96.8%	4386	95.3%	3983
3個以上	99.3%	2479	98.1%	2813

表 1 で孤独感の高い人は、家族や人間関係のトラブルの経験者が多いことが明らかになった。また、表 2 で相談先が多い人ほど、孤独を感じないことがわかった。今後は、家族・親族や友人・知人以外に相談先の裾野を広げていくことも求められよう。

(4)相談相手の有無と相談に対する意識

では、相談相手のいる人といない人では、そもそも、「相談すること」に対する意識がどのように異なるのだろうか。表 7 から確認してみよう。

表 7　相談相手の有無別、相談に対する考え方

		n	相談することで解決できるまたは解決の手掛かりが得られる	相談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）
R3	いる	10426	69.4%	77.4%	5.7%	3.8%	7.1%	6.4%
	いない	949	16.6%	26.3%	22.2%	17.0%	22.8%	51.4%
R4	いる	9863	61.9%	78.7%	6.1%	4.2%	7.8%	6.1%
	いない	1142	12.2%	26.3%	24.5%	15.8%	23.9%	49.8%

表 7 は、それぞれの年の調査の相談相手の有無別に、相談することにどのような意識を抱いているかまとめた結果である。いずれの年でも非常に似通った傾向が見られた。すなわち、相談相手のいる人は、相談への効用を強く認識しており、相談相手のいない人は、相談することに対して、あまり意義を見出していない。

相談することで気が楽になる人は、相談相手がいる人では令和 3 年で 77.4%、4 年で 78.7%といずれも 8 割近くに及ぶ。解決に結びつくと考えている人も、いずれの年でも 6 割を超えている。一方で、「相談しても無駄である」と考えている人は、わずか 6%程度である。

相談相手のいない人になると、その数値は反転し、相談が問題の解決に結びつくと考えている人は 15%程度、気持ちが楽になる人は 26.3%である。相談を「無駄」だと考えている人はほぼ半数であり、「相手の負担になる」「面倒」と考えている人も 20%を超えている。孤立者へのアウトリーチというのを考えると、こういった人びとがなぜそこまで相談に対して、意義を見出さないのか、こういった人はどのような背景をもつのか検討する必要があ

る。

3　助けを求めない人の背景

(1)支援を受けない人の属性

そこで助けを求めない人の背景について、もう少し詳しく検討したい。表 8 は、表 3 で用いた支援を受けようとしない人がどういった属性なのかまとめている。これを見ると、支援を求めない傾向については、令和 3 年と 4 年で似ていることがわかる。

支援を受けるのを我慢する人は、年齢が高めの人、低所得の人に多い。いずれの年でも、年代が上がるにつれて我慢する人が増え、とくに 80 歳以上でその数値が上がっている。死別の人の我慢の多さも年代の効果を反映しているものだろう。

低所得の人も我慢の傾向が強い。とくに所得 200 万円未満の世帯に、その傾向が見られる。

高齢者、低所得者は、身体的、金銭的な生活の不便が予測される。そういった人が「我慢」に頼らずに声をあげる工夫が求められる。

支援の受け方が「わからない」、受けるのが「面倒」、支援が「恥ずかしい」と感じている人は若年層から中年層に多かった。若年層・中年層は現役世代ゆえに、支援を恥ずかしいと感じている可能性や、忙しさから手続きが面倒と感じている可能性がある。これらの世代への情報の周知、手続きの簡素化、スティグマの除去が求められる。

離別者と失業者は、ほかの人に比べると、いずれの理由での支援拒否も多めに見られた。失業や離別という現象は、日本社会では排除の色合いが強い。孤独のトリガーを分析した際にも、「標準」とされるライフコースからの離脱が孤独感の高まりに寄与していると考えられた。結婚や仕事というコースからの離脱が孤独感を強め、また、支援につながらない傾向を強めているのであれば、そうした人びとへのいっそうの配慮が求められる。

学歴については、小学校・中学校卒の人に、我慢する人が多いことが明らかになった。学歴の効果については、次の、「相談しない人の属性」と合わせて検討したい。

表８　属性別の支援を受けない理由

	R3						R4					
	n	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	n	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
男性	4834	6.7%	8.7%	3.4%	1.5%	0.8%	3355	21.3%	20.5%	11.4%	5.4%	3.0%
女性	5449	7.1%	6.2%	2.6%	0.9%	0.7%	3913	17.7%	15.9%	9.2%	3.7%	2.5%
16～19歳	265	2.6%	4.2%	0.8%	-	-	167	7.8%	17.4%	9.0%	6.0%	4.2%
20～29歳	885	4.4%	12.9%	4.6%	1.9%	1.1%	564	9.8%	23.2%	14.5%	6.6%	1.8%
30～39歳	1162	4.9%	11.6%	4.0%	1.5%	0.4%	866	12.0%	22.7%	14.1%	5.9%	3.3%
40～49歳	1582	5.6%	8.7%	3.1%	1.5%	0.9%	1208	14.2%	20.4%	13.1%	5.8%	2.8%
50～59歳	1806	5.5%	6.7%	2.5%	0.9%	0.8%	1354	17.2%	21.3%	11.0%	4.6%	2.8%
60～69歳	1945	6.3%	5.7%	2.4%	1.0%	0.4%	1252	22.5%	15.0%	7.6%	3.3%	2.6%
70～79歳	1793	9.9%	4.8%	2.8%	1.1%	0.9%	1300	26.1%	12.2%	6.3%	2.8%	2.5%
80歳以上	851	14.6%	5.4%	2.7%	0.9%	1.1%	619	35.2%	14.2%	7.3%	3.1%	2.9%
未婚	2261	5.6%	10.9%	4.0%	1.8%	1.1%	1667	14.8%	23.3%	14.4%	7.7%	4.2%
既婚	6641	5.9%	5.7%	2.5%	0.9%	0.5%	4635	19.5%	16.0%	8.8%	3.4%	2.1%
死別	784	15.3%	6.6%	2.6%	0.5%	1.0%	521	27.1%	14.0%	7.9%	3.8%	3.1%
離別	625	11.8%	13.6%	4.6%	2.9%	1.0%	482	24.7%	24.7%	11.4%	4.1%	3.5%
小学校・中学校	1009	15.2%	10.2%	5.2%	2.1%	1.4%	699	31.3%	21.0%	9.9%	4.3%	2.4%
高校	3965	7.6%	7.7%	3.1%	1.3%	0.8%	2799	21.2%	17.6%	9.1%	4.4%	3.5%
専門学校	1264	7.1%	7.9%	3.8%	0.9%	0.9%	969	17.9%	19.1%	12.7%	4.9%	2.8%
短大・高専	971	5.0%	4.9%	1.8%	0.5%	0.4%	689	13.1%	17.3%	8.9%	4.4%	2.3%
大学	2707	3.8%	6.5%	2.0%	1.0%	0.6%	1908	15.8%	17.9%	11.0%	4.5%	2.1%
大学院	290	1.4%	6.9%	2.1%	0.7%	-	215	14.9%	16.3%	10.7%	4.2%	0.9%
正規の職員・従業員	3358	4.1%	8.0%	2.4%	1.0%	0.7%	2465	14.6%	19.9%	12.0%	4.8%	1.7%
派遣社員（R4は非正規）	143	11.2%	12.6%	5.6%	1.4%	0.0%	1519	20.0%	20.1%	11.1%	5.0%	3.8%
ﾊﾟｰﾄ・ｱﾙﾊﾞｲﾄ（学生ｱﾙﾊﾞｲﾄを除く）	1463	7.0%	7.8%	3.7%	1.1%	0.5%						
契約社員・嘱託	469	6.6%	7.9%	3.0%	1.3%	1.1%						
会社などの役員	331	4.5%	5.4%	2.7%	0.9%	0.3%	227	13.2%	13.7%	9.3%	2.6%	1.8%
自営業主	646	11.5%	5.4%	3.7%	0.9%	0.9%	439	23.2%	20.5%	9.1%	5.5%	3.6%
家族従業者・内職	208	7.2%	5.8%	5.3%	2.4%	-	143	18.9%	18.2%	11.2%	7.0%	2.8%
学生・生徒	415	2.4%	6.7%	1.4%	0.5%	0.2%	262	6.1%	17.9%	12.2%	6.1%	3.1%
失業中	347	12.7%	20.2%	7.8%	4.6%	3.2%	259	20.8%	28.6%	15.8%	9.3%	5.8%
仕事を探していない	2192	8.9%	5.1%	2.5%	1.2%	0.7%	1518	25.6%	13.4%	6.5%	2.7%	2.4%
その他	644	9.3%	6.8%	2.5%	0.9%	0.9%	411	27.0%	11.9%	7.1%	2.7%	3.9%
100万円未満	723	13.8%	13.8%	4.8%	1.8%	1.1%	678	26.0%	20.2%	10.6%	5.2%	4.4%
100～199万円	1100	15.0%	9.9%	4.2%	2.0%	1.7%	848	31.5%	19.7%	11.1%	5.1%	3.8%
200～299万円	1456	8.2%	7.8%	3.5%	1.3%	0.6%	1079	24.9%	17.6%	9.0%	4.7%	3.0%
300～399万円	1250	7.3%	6.0%	2.2%	0.8%	0.6%	902	18.1%	18.4%	10.0%	4.8%	2.4%
400～499万円	1066	4.8%	8.2%	3.2%	1.1%	0.4%	723	17.8%	18.7%	11.3%	4.8%	2.2%
500～699万円	1483	4.8%	6.7%	2.7%	0.7%	0.5%	981	15.2%	17.6%	9.3%	4.4%	2.0%
700～999万円	1273	2.4%	4.2%	2.0%	0.6%	0.5%	872	12.4%	16.7%	10.1%	2.2%	2.2%
1000～1499万円	710	3.0%	3.2%	1.0%	0.4%	0.6%	440	12.3%	14.3%	9.5%	4.8%	0.7%
1500万円以上	254	2.4%	3.5%	1.2%	1.2%	0.8%	170	9.4%	12.9%	5.9%	1.8%	2.4%
わからない	854	6.1%	8.9%	4.2%	2.0%	0.9%	563	12.8%	21.5%	13.7%	5.3%	3.9%

表９　属性別の相談をしない理由

	R3					R4				
	n	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）	n	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）
男性	5404	7.8%	5.8%	8.1%	11.6%	5082	9.2%	6.4%	9.3%	12.1%
女性	6171	6.3%	4.1%	8.5%	8.8%	5842	7.0%	4.6%	9.5%	9.2%
16～19歳	377	11.4%	10.6%	14.9%	12.5%	320	9.7%	9.7%	17.2%	10.9%
20～29歳	1040	12.4%	7.7%	15.1%	13.4%	880	15.0%	11.1%	17.8%	12.8%
30～39歳	1308	12.5%	8.1%	13.0%	15.4%	1215	14.8%	8.6%	14.6%	13.7%
40～49歳	1754	7.6%	6.3%	9.6%	12.1%	1715	9.2%	6.9%	11.5%	12.2%
50～59歳	1947	7.2%	5.6%	8.3%	10.3%	1890	9.6%	6.1%	10.2%	13.4%
60～69歳	2075	5.0%	3.0%	5.5%	7.4%	1875	4.9%	3.8%	6.2%	10.0%
70～79歳	2006	3.2%	1.7%	4.5%	7.4%	2050	3.8%	1.9%	5.2%	6.9%
80歳以上	1084	4.0%	2.0%	4.8%	7.4%	1077	3.2%	1.9%	4.2%	6.3%
未婚	2708	11.8%	8.6%	14.4%	15.2%	2494	14.5%	10.5%	16.2%	16.9%
既婚	7211	5.8%	3.8%	6.5%	8.2%	6878	6.2%	4.0%	7.6%	8.6%
死別	955	2.9%	2.1%	5.7%	8.0%	871	3.2%	2.1%	4.8%	7.0%
離別	737	7.1%	5.3%	8.3%	13.7%	740	9.6%	4.7%	9.7%	13.1%
小学校・中学校	1255	4.5%	3.7%	5.4%	11.2%	1208	6.9%	3.7%	7.9%	10.2%
高校	4508	5.5%	3.9%	7.5%	9.2%	4223	6.9%	4.4%	8.2%	10.3%
専門学校	1427	7.3%	5.0%	9.5%	11.2%	1383	9.6%	5.9%	10.6%	10.4%
短大・高専	1051	8.1%	4.8%	8.2%	8.8%	998	7.1%	5.5%	8.6%	9.1%
大学	2925	9.5%	6.3%	9.9%	11.0%	2794	9.4%	7.2%	11.3%	11.0%
大学院	306	11.8%	11.1%	14.1%	13.1%	323	12.1%	7.4%	14.6%	18.3%
正規の職員・従業員	3610	9.1%	6.6%	9.9%	11.2%	3410	10.9%	6.8%	11.3%	12.4%
派遣社員（R4は非正規）	158	7.0%	2.5%	9.5%	15.2%	2166	8.6%	5.5%	10.1%	11.4%
ﾊﾟｰﾄ・ｱﾙﾊﾞｲﾄ（学生ｱﾙﾊﾞｲﾄを除く）	1623	6.7%	3.6%	7.2%	9.3%					
契約社員・嘱託	508	6.5%	5.9%	9.1%	7.9%					
会社などの役員	349	4.3%	4.0%	5.7%	10.0%	349	6.6%	3.7%	7.7%	7.7%
自営業主	712	5.2%	3.5%	5.5%	9.7%	686	5.1%	4.4%	6.6%	8.5%
家族従業者・内職	231	6.5%	5.6%	6.1%	10.0%	215	7.9%	6.5%	9.3%	10.7%
学生・生徒	552	12.5%	12.7%	16.3%	12.7%	477	10.9%	12.2%	17.8%	10.3%
失業中	425	7.5%	6.8%	14.4%	15.5%	372	10.8%	8.6%	17.2%	18.5%
仕事を探していない	2493	5.1%	2.5%	6.5%	8.3%	2477	5.4%	3.0%	6.5%	8.0%
100万円未満	917	5.0%	4.0%	7.3%	13.1%	1084	7.4%	4.6%	8.6%	13.8%
100～199万円	1304	5.8%	3.6%	7.2%	12.4%	1317	6.8%	4.6%	8.1%	10.3%
200～299万円	1621	6.1%	3.8%	8.3%	8.1%	1615	6.6%	3.9%	7.8%	9.9%
300～399万円	1361	6.3%	4.8%	7.1%	8.7%	1299	8.8%	5.0%	7.5%	10.0%
400～499万円	1150	7.7%	6.2%	9.1%	11.5%	1044	8.4%	5.6%	9.2%	10.4%
500～699万円	1577	8.1%	4.6%	9.2%	10.8%	1439	7.9%	6.4%	10.3%	9.9%
700～999万円	1371	8.3%	5.5%	7.0%	8.2%	1250	9.2%	5.3%	11.1%	9.7%
1000～1499万円	747	9.0%	6.4%	9.6%	9.6%	631	8.9%	6.2%	10.0%	8.9%
1500万円以上	263	4.6%	5.3%	7.6%	8.0%	277	6.1%	5.1%	7.2%	9.0%

(2)相談をしない人[1]の属性

次に、相談をしない人の属性を探ってみよう。表 9 である。この表で特徴的なのは、若年層の際だった相談への忌避感である。「面倒」「恥ずかしい」「負担になる」「無駄である」など理由はいろいろあるものの、どの数値も若年層のほうが高い。それを反映して婚姻形態における「未婚者」、従業形態における「学生・生徒」の数値が高い。

とはいえ、未婚者の数値は年代だけを反映しているわけではなさそうだ。図 1 でも確認したように、回答者の 9 割以上が相談相手として家族・親族を選んでいる。しかし、未婚者で家族・親族に相談する人は 79.7%しかいない。結婚しない人のなかには、気軽に頼れる親族が少ない、あるいは、人と密接に関わることを忌避する、苦手とする人がいるのかもしれない。今後、未婚者が増えてゆけば、そもそも、誰かに相談するということを躊躇する人が増える可能性がある。

学歴については面白い傾向が出ている。どちらかというと、高学歴の人びとに、相談に意義を見出さない人が多い。なかでも、大学院卒の人は、いずれの理由においても、相談しない傾向が強い。先ほどの支援については、小学校・中学校卒の人に我慢する傾向が見られていた。

その点を考慮すると、相談という行為は支援と異なり、複雑なメカニズムでなされていると考えられる。すなわち、その人たちの築き上げてきたものが、かえって相談から遠のかせてしまう側面もあるのである。相談機関を運営する際には、その点も考慮する必要がある。

従業形態については、失業している人は、相談に対するそもそものあきらめ（無駄）と、相手への負担を考慮した撤退の二つが見られる。支援の項目と合わせて考えると、苦境に立つ人が支援の手続きを面倒と考えたり、相手への負担や、やっても無駄という考えから撤退しないような環境作りが求められる。

収入については、令和 3 年と 4 年であまり一貫した傾向は見られない。強いて言えば、高収入の人に相談を「面倒」と感じる人、相手の「負担」を考慮する人がやや多く、低所得の人に相談を「無駄」と感じている人が多い。高所得の人は、問題の金銭による解決が可能なため、相談を面倒と感じたり、相手の負担を気にしたりするのだろう。一方、低所得の人は、そもそも相談に意義を見出さない傾向がある。

(3)相談相手の有無、支援を必要としない理由別の経験

次に、令和 4 年調査の経験した出来事の項目を使い、相談相手のいる人、いない人、支援を必要としない理由別にそれぞれの経験をした人がどのくらいいるのか確認しよう (表 10)。

表 10 の相談相手の有無の色分けは、相談なしの%から相談ありの%を引き、＋10 ポイン

[1] ここでは、相談に対する意識として、あまり意義を見いだしていない者、すなわち「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)」のいずれかの回答をした者を「相談をしない人」として扱っている。

ト以上の差がある項目は黄色、5 ポイント以上 10 ポイント未満の差がある場合はベージュ、－10 ポイント以上の差がある場合は濃い青、－5 ポイント以上、－10 ポイント未満の差がある場合は薄い青でマーカーを入れている。

表 10　相談相手の有無、支援を必要としない理由別の経験

	相手の有無		支援の必要性					
	相談あり	相談なし	必要ない	我慢できる	手続きわからない	面倒	恥ずかしい	相手に負担
一人暮らし	48.4%	59.5%	51.0%	48.0%	55.5%	57.5%	53.4%	55.7%
転居	64.4%	63.2%	67.5%	63.2%	68.3%	69.1%	61.7%	59.2%
転校・転職・離職・退職（失業を除く）	57.5%	60.7%	60.0%	59.9%	63.9%	65.8%	58.3%	63.7%
失業・休職・退学・休学（中退・不登校を含む）	20.3%	31.3%	19.7%	24.1%	31.5%	32.5%	31.9%	34.8%
妊娠・出産・子育て	45.9%	23.8%	45.7%	41.7%	37.9%	36.8%	32.8%	31.8%
介護・介助	27.7%	20.9%	26.6%	32.4%	23.7%	23.9%	20.9%	30.3%
子どもの独り立ち	32.2%	17.8%	31.0%	34.1%	23.6%	22.0%	21.8%	22.4%
家族の病気・障害	50.4%	45.8%	50.4%	56.6%	51.9%	52.8%	50.9%	59.2%
家族との離別	17.1%	22.7%	16.2%	22.0%	21.3%	19.9%	19.0%	24.9%
家族との死別	55.8%	52.3%	56.5%	59.1%	55.3%	56.9%	54.9%	59.7%
親しい知人等との死別	36.9%	29.8%	35.7%	45.2%	36.4%	33.4%	33.7%	38.3%
家族間の重大なトラブル（家庭内別居・DV・虐待を含む）	8.9%	15.8%	8.5%	11.6%	14.9%	16.4%	17.8%	16.9%
心身の重大なトラブル（病気・怪我等）	27.1%	30.0%	26.0%	35.6%	36.4%	35.6%	32.8%	38.3%
仕事上（職場）の重大なトラブル	12.0%	16.4%	13.0%	13.9%	22.5%	23.9%	23.6%	23.4%
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）	15.4%	24.6%	15.7%	17.7%	29.7%	29.4%	34.4%	38.3%
金銭による重大なトラブル	10.0%	19.1%	8.7%	16.0%	18.8%	20.5%	22.7%	25.4%
生活困窮・貧困	10.3%	26.5%	7.0%	17.8%	25.2%	26.1%	27.6%	32.3%
自然災害の被災・犯罪の被害等	7.6%	8.0%	7.2%	8.5%	10.5%	9.8%	9.5%	13.4%
その他	1.9%	3.1%	1.4%	3.0%	3.4%	3.0%	6.1%	5.0%
いずれも経験したことがない	4.0%	3.4%	3.5%	2.0%	2.5%	2.6%	3.1%	1.0%

注１：相談なしの％から相談ありの％を引き10ポイント以上の差がある項目は黄色、5ポイントはベージュ、-10以上は青、-5以上は薄い青
注２：必要ないの％から各項目の％を引き10ポイント以上の差がある項目は黄色、5ポイントはベージュ、-10以上は青、-5以上は薄い青

これを見ると、相談相手がいない人はいる人に比べ、一人暮らし、失業・休職・退学・休学、家族との離別、家族間のトラブル、人間関係のトラブル、金銭のトラブル、生活困窮・貧困の経験者が多く、妊娠・出産・子育て、子どもの独り立ち、親しい知人との離別経験者が少ないことがわかる。これらは孤独感で見られた傾向と大きくは変わらない。

何らかのトラブル、生活困窮、「標準」と言われるライフコースからの離脱経験者に相談相手のいない人が多い。本来トラブルを経験した人ほど、相談相手が必要だと考えられるが実際にはそうなってはいない。この点はやはり改善すべきであろう。一人暮らしについては、孤独感と同様の事態が懸念される。

支援の必要性の分析結果は、上述の問題点をよりいっそう明確にする。この表では、支援を「必要ない」とした人を基準に、各項目と「必要ない」の差から、同様の色分けを行っている。

これを見ると、「我慢できる」という回答と、ほかの 5 項目の傾向が明確に異なることがわかる。支援は必要だが「我慢できる」と答えている人は、「心身のトラブル」「人間関係のトラブル」「生活困窮」を抱えている人が比較的多いものの、「介護・介助」「家族の病気・障害」「家族との離別」「親しい知人等との死別」経験者が多いのが特徴的である。

これらはいずれも、ライフイベントとして誰もが遭遇する可能性があるという点で共通している。だからといって、我慢すれば良いというわけではない。高齢者や病人の介護、育児では、誰にも頼らず我慢する人が少なからずいる。この結果は、そうした現状を示している。

「手続きがわからない」から「相手に負担」をかけたくないまでの 4 項目の傾向は非常に似ている。いずれの理由を選んだ人も、失業・休職・退学・休学の経験、家族・心身・仕事・人間関係・金銭についてのトラブルへの遭遇経験、生活困窮の経験が多い。つまり、何らかの排除とトラブルを経験しているのである。

一方、これらの人びとは、妊娠・出産・子育て、子どもの独り立ちという経験は、支援が「必要ない」という人に比べ乏しい。これらは「喜ばしいこと」として理解されることも多い。

支援の手続きがわからない、面倒、恥ずかしい、相手に申し訳ないという気持ちで、支援につながらない人は、人よりもトラブルを経験し、「標準」とみなされたライフコースから外れることも多い。そういった人が支援につながるような仕組み作りが必要である。

4　声をかける人

最後に、声をかける人の特性を確認しておこう。孤独・孤立を防ぐためには、当事者が声をあげるだけでなく、周りの人が積極的に声をかけることも求められる。表 11 は令和 3 年と 4 年の調査において、困っている人に声かけをするかどうか尋ねた質問への回答を属性別にまとめたものである。

令和 3 年の調査では、「まわりで困っている人がいたら、積極的に声掛けや手助けをしていますか」という質問に、「している」または「最近まではしていた」と答えた人の比率、令和 4 年調査では、「まわりに不安や悩みを抱えている人がいたら、積極的に声がけや手助けをしようと思いますか」という質問に「しようと思う」と答えた人の比率である。ある程度差がある箇所に黄色のマーカーをつけている。

令和 3 年と 4 年の傾向は、婚姻形態の死別の箇所を覗くとほぼ共通している。男性より女性、高齢世代より若年世代、相談相手のいない人よりいる人、単身者より同居人のいる人、収入の低い人より高い人に他者への手助けに前向きな傾向が見られる。学歴については、小学校・中学校卒の人、高校卒の人の手助けの意思がやや低いものの、それ以上は、学歴に応じて変わるわけではない。

段階的な傾向が明確に見られるのが、年齢と世帯収入である。年を重ねるほど、他者に手助けをする人は少なくなり、世帯収入が上がるほど、他者に手助けをする人は多くなる。やはり、加齢は援助の提供を難しくするようだ。また、一定程度の豊かさのある人のほうが手助けを行っている。

ここまでの分析から、若年層は孤独感が高く、相談相手のいない人が多く、支援や相談を求める声をあげようとしないという結果が出ていた。しかし、周りの人を助けようという意

思はもっているのである。彼らをうまく結びつければ、孤独・孤立の問題の解消に寄与しよう。

相談相手の有無については、明確に傾向が分かれた。相談相手のいる人は、他者の手助けを行う人が多く、相談相手のいない人は、そうした行為をしない。先ほどの分析で、相談をしない人は、そもそも「相談」という行為に対する期待が少ないという結果が示された。こうした人は他者への働きかけも積極的には行わないようだ。したがって、相談のできる環境づくりが、互助的な社会の構築に寄与すると考えられる。

表 11　属性別の他者への手助け

	R3			R4	
	している	最近までしていた	n	しようと思う	n
性別					
男性	42.1%	9.9%	5393	49.6%	5103
女性	49.1%	8.4%	6135	54.9%	5841
年代					
16～19歳	59.7%	11.2%	375	67.8%	323
20～29歳	56.3%	10.6%	1040	64.1%	889
30～39歳	49.7%	9.8%	1304	52.7%	1225
40～49歳	51.0%	7.4%	1750	53.5%	1724
50～59歳	47.7%	7.6%	1944	50.1%	1889
60～69歳	41.2%	8.5%	2064	48.2%	1887
70～79歳	40.8%	8.4%	1999	51.2%	2046
80歳以上	31.7%	14.2%	1071	48.9%	1062
婚姻形態					
未婚	45.0%	10.2%	2695	49.9%	2522
既婚	47.2%	8.3%	7192	53.5%	6882
死別	35.7%	11.6%	943	50.3%	865
離別	47.7%	9.6%	738	52.2%	734
相談相手の有無					
いる	47.4%	9.3%	10369	55.1%	9876
いない	27.5%	7.4%	941	28.8%	1143

	R3			R4	
	している	最近までしていた	n	しようと思う	n
同居人					
単身	41.8%	10.0%	1488	48.9%	1745
同居人あり	46.7%	8.9%	9791	53.0%	9293
最終学歴					
小学校・中学校	37.1%	9.8%	1252	44.8%	1200
高校	44.3%	9.1%	4482	50.8%	4222
専門学校	48.0%	10.5%	1423	54.4%	1389
短大・高専	50.8%	6.6%	1047	54.3%	999
大学	48.6%	9.0%	2917	56.3%	2813
大学院	49.7%	8.5%	306	53.8%	327
世帯収入					
100万円未満	42.7%	7.6%	907	46.2%	1087
100～199万円	41.9%	10.3%	1311	48.4%	1309
200～299万円	41.7%	10.2%	1605	50.7%	1625
300～399万円	45.2%	10.0%	1355	53.7%	1312
400～499万円	45.4%	9.1%	1150	51.8%	1045
500～699万円	48.0%	9.3%	1576	53.6%	1437
700～999万円	52.0%	7.8%	1364	56.6%	1252
1000～1499万円	53.9%	7.0%	744	60.5%	631
1500万円以上	58.0%	6.1%	262	63.1%	279
わからない	42.0%	9.0%	1107	50.6%	945

高齢者を対象としたUCLA孤独感又は社会的交流からみた孤立と年齢、性、世帯類型別分析

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

1　分析内容

①UCLA孤独感における65歳以上年齢階級別比較
②UCLA孤独感における65歳以上性別比較
③UCLA孤独感における65歳以上世帯類型別比較
④UCLA孤独感における65歳以上性別×世帯類型別比較
⑤社会的交流からみた孤立における65歳以上年齢階級別比較
⑥社会的交流からみた孤立における65歳以上性別比較
⑦社会的交流からみた孤立における65歳以上性別×世帯類型別比較
⑧65歳以上のUCLA孤独感×社会的交流からみた孤立との相関関係

2　使用したデータ

・解析対象者数について： R3データ11,867件＋R4データ11,219件＝23,086件のうち、65歳以上8,510件から、除外基準（基本属性、UCLA孤独感、社会的交流欠損値者等）を除いた、3,377件とした。

・社会的交流からみた孤立の定義について：同居者以外の者との間において、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の交流方法を問わず、週2～3回以下（～全くない）である者について「社会的孤立」と操作的に定義した。

3　分析結果

①UCLA孤独感における65歳以上年齢階級別比較は、前期高齢者が後期高齢者に比して、統計学的に有意に孤独感が高くなっていた（P＝0.000）。

②UCLA孤独感における65歳以上性別比較は、男性が女性に比して、統計学的に有意に高くなっていた（P＝0.000）。

③UCLA孤独感における65歳以上世帯類型別比較は、ひとり（単身）世帯が夫婦のみ世帯、他世帯に比して、最も有意に孤独感が高くなっていた（P＝0.000）

④UCLA孤独感における65歳以上性別×世帯類型別比較は、男性のひとり世帯群が他群に比して最も有意に孤独感が高くなっていた（P＝0.000）

⑤社会的交流からみた孤立における 65 歳以上年齢階級別比較は、後期高齢者が前期に比して、統計学的に有意に孤立割合が高くなっていた（P＝0.000）

⑥社会的交流からみた孤立における 65 歳以上性別比較は、男性が女性に比して、統計学的に有意に孤立割合が高くなっていた（P＝0.000）。

⑦社会的交流からみた孤立における 65 歳以上性別×世帯類型別比較は、男性のひとり世帯群が最も有意に孤立割合が高くなっていた（P＝0.000）

⑧UCLA 孤独感×社会的交流からみた孤立には 65 歳以上の全年齢、男女、全世帯で有意な正の弱い相関関係（R=0.2～0.3, P<0.05）がみられた（→図表⑤～⑦中に記載）。

4　考察（提案）

65 歳以上の者の孤独・孤立の実態は、年齢、性別、世帯類型によって一様ではなく、特に前期・男性・ひとり（単身）世帯の者においてもっともリスクが高くなっていたことから、孤独・孤立対策については、高齢者の年齢、性別、世帯類型ならびに生活状況や地域特性等も勘案した施策を講じるとともに、高齢期に至る前からの孤独・孤立の予防的施策を推進する必要がある。

図表①　65 歳以上年代別（前・後期）孤独感

	前期高齢者 （65歳以上75歳未満） n=2,155	後期高齢者 （75歳以上） n=1,222	p
	n（%）		
UCLA（人とのつきあいがないと感じること）			0.440[a]
決してない	528 (24.5%)	323 (26.4%)	
ほとんどない	791 (36.7%)	457 (37.4%)	
時々ある	668 (31.0%)	355 (29.1%)	
常にある	168 (7.8%)	87 (7.1%)	
UCLA（取り残されていると感じること）			0.556[a]
決してない	567 (26.3%)	345 (28.2%)	
ほとんどない	1046 (48.5%)	566 (46.3%)	
時々ある	481 (22.3%)	273 (22.3%)	
常にある	61 (2.8%)	38 (3.1%)	
UCLA（孤立していると感じること）			0.405[a]
決してない	596 (27.7%)	363 (29.7%)	
ほとんどない	1055 (49.0%)	593 (48.5%)	
時々ある	449 (20.8%)	231 (18.9%)	
常にある	55 (2.6%)	35 (2.9%)	
UCLA孤独感尺度階級			0.589[a]
3点(決してない)	392 (18.2%)	242 (19.8%)	
4～6点(ほとんどない)	898 (41.7%)	511 (41.8%)	
7～9点(時々ある)	752 (34.9%)	412 (33.7%)	
10～12点(常にある)	113 (5.2%)	57 (4.7%)	
	平均値±標準偏差(最小値～最大値)		
UCLA孤独感尺度	6.2±2.2 (3～12)	6.1±2.2 (3～12)	0.202[b]

※割合は必ずしも合計が100%ではない

a:カイ二乗検定, b:t検定

図表②　65 歳以上性別（男性・女性）孤独感

	男性 n=1,630	女性 n=1,747	p
	n（%）		
UCLA（人とのつきあいがないと感じること）			0.000[a]
決してない	353 (21.7%)	498 (28.5%)	
ほとんどない	582 (35.7%)	666 (38.1%)	
時々ある	545 (33.4%)	478 (27.4%)	
常にある	150 (9.2%)	105 (6.0%)	
UCLA（取り残されていると感じること）			0.319[a]
決してない	422 (25.9%)	490 (28.0%)	
ほとんどない	799 (49.0%)	813 (46.5%)	
時々ある	357 (21.9%)	397 (22.7%)	
常にある	52 (3.2%)	47 (2.7%)	
UCLA（孤立していると感じること）			0.055[a]
決してない	436 (26.7%)	523 (29.9%)	
ほとんどない	808 (49.6%)	840 (48.1%)	
時々ある	333 (20.4%)	347 (19.9%)	
常にある	53 (3.3%)	37 (2.1%)	
UCLA孤独感尺度階級			0.000[a]
3点(決してない)	278 (17.1%)	356 (20.4%)	
4～6点(ほとんどない)	643 (39.4%)	766 (43.8%)	
7～9点(時々ある)	613 (37.6%)	551 (31.5%)	
10～12点(常にある)	96 (5.9%)	74 (4.2%)	
	平均値±標準偏差(最小値～最大値)		
UCLA孤独感尺度	6.3±2.2 (3～12)	6.1±2.2 (3～12)	0.000[b]

※割合は必ずしも合計が100%ではない

a:カイ二乗検定, b:t検定

図表③　65 歳以上世帯類型孤独感

	ひとり世帯 n=546	一世代世帯(夫婦のみ) n=1,410	二世代世帯＋三世代世帯 ＋その他の世帯 n=1,421	p
	n（%）			
UCLA（人とのつきあいがないと感じること）				0.015[a]
決してない	117 (21.4%)	387 (27.4%)	347 (24.4%)	
ほとんどない	197 (36.1%)	504 (35.7%)	547 (38.5%)	
時々ある	175 (32.1%)	420 (29.8%)	428 (30.1%)	
常にある	57 (10.4%)	99 (7.0%)	99 (7.0%)	
UCLA（取り残されていると感じること）				0.000[a]
決してない	123 (22.5%)	416 (29.5%)	373 (26.2%)	
ほとんどない	236 (432%)	691 (49.0%)	685 (48.2%)	
時々ある	159 (29.1%)	272 (19.3%)	323 (22.7%)	
常にある	28 (5.1%)	31 (2.2%)	40 (2.8%)	
UCLA（孤立していると感じること）				0.000[a]
決してない	130 (23.8%)	435 (30.9%)	394 (27.7%)	
ほとんどない	230 (42.1%)	709 (50.3%)	709 (49.9%)	
時々ある	158 (28.9%)	240 (17.0%)	282 (19.8%)	
常にある	28 (5.1%)	26 (1.8%)	36 (2.5%)	
UCLA孤独感尺度階級				0.000[a]
3点(決してない)	88 (16.1%)	298 (21.1%)	248 (17.5%)	
4～6点(ほとんどない)	198 (36.3%)	587 (41.6%)	624 (43.9%)	
7～9点(時々ある)	213 (39.0%)	475 (33.7%)	476 (33.5%)	
10～12点(常にある)	47 (8.6%)	50 (3.5%)	73 (5.1%)	
	平均値±標準偏差(最小値～最大値)			
UCLA孤独感尺度	6.6±2.3 (3～12)	6.0±2.1 (3～12)	6.2±2.1 (3～12)	0.000[b]

※割合は必ずしも合計が100%ではない

a:カイ二乗検定, b:一元配置分散分析

図表④　65 歳以上世帯類型別×性別孤独感

	ひとり世帯			一世代世帯(夫婦のみ)			二世代世帯＋三世代世帯＋その他の世帯		
	男性 n=185	女性 n=361	p	男性 n=775	女性 n=635	p	男性 n=670	女性 n=751	p
	n(%)			n(%)			n(%)		
UCLA(人とのつきあいがないと感じること)			0.026[a]			0.000[a]			0.003[a]
決してない	33 (17.8%)	84 (23.3%)		181 (23.4%)	206 (32.4%)		139 (20.7%)	208 (27.7%)	
ほとんどない	57 (30.8%)	140 (38.8%)		270 (34.8%)	234 (36.9%)		255 (38.1%)	292 (38.9%)	
時々ある	70 (37.8%)	105 (29.1%)		256 (33.0%)	164 (25.8%)		219 (32.7%)	209 (27.8%)	
常にある	25 (13.5%)	32 (8.9%)		68 (8.8%)	31 (4.9%)		57 (8.5%)	42 (5.6%)	
UCLA(取り残されていると感じること)			0.045[a]			0.188[a]			0.574[a]
決してない	41 (22.2%)	82 (22.7%)		213 (27.5%)	203 (32.0%)		168 (25.1%)	205 (27.3%)	
ほとんどない	67 (36.2%)	169 (46.8%)		397 (51.2%)	294 (46.3%)		335 (50.0%)	350 (46.6%)	
時々ある	64 (34.6%)	95 (26.3%)		146 (18.8%)	126 (19.8%)		147 (21.9%)	176 (23.4%)	
常にある	13 (7.0%)	15 (4.2%)		19 (2.5%)	12 (1.9%)		20 (3.0%)	20 (2.7%)	
UCLA(孤立していると感じること)			0.002[a]			0.303[a]			0.203[a]
決してない	39 (21.1%)	91 (25.2%)		224 (28.9%)	211 (33.2%)		173 (25.8%)	221 (29.4%)	
ほとんどない	65 (35.1%)	165 (45.7%)		396 (51.1%)	313 (49.3%)		347 (51.8%)	362 (48.2%)	
時々ある	65 (35.1%)	93 (25.8%)		139 (17.9%)	101 (15.9%)		129 (19.3%)	153 (20.4%)	
常にある	16 (8.6%)	12 (3.3%)		16 (2.1%)	10 (1.6%)		21 (3.1%)	15 (2.0%)	
UCLA孤独感尺度階級			0.000[a]			0.004[a]			0.083[a]
3点(決してない)	28 (15.1%)	60 (16.6%)		145 (18.7%)	153 (24.1%)		105 (15.7%)	143 (19.0%)	
4～6点(ほとんどない)	47 (25.4%)	151 (41.8%)		310 (40.0%)	277 (43.6%)		286 (42.7%)	338 (45.0%)	
7～9点(時々ある)	85 (45.9%)	128 (35.5%)		290 (37.4%)	185 (29.1%)		238 (35.5%)	238 (31.7%)	
10～12点(常にある)	25 (13.5%)	22 (6.1%)		30 (3.9%)	20 (3.1%)		41 (6.1%)	32 (4.3%)	
	平均値±標準偏差(最小値～最大値)			平均値±標準偏差(最小値～最大値)			平均値±標準偏差(最小値～最大値)		
UCLA孤独感尺度	7.1±2.4 (3～12)	6.4±2.3 (3～12)	0.003[b]	6.2±2.1 (3～12)	5.8±2.1 (3～12)	0.002[b]	6.3±2.1 (3～12)	6.1±2.1 (3～12)	0.036[b]

※割合は必ずしも合計が100%ではない

a:カイ二乗検定, b:t検定

図表⑤　年代別①の社会的交流からみた孤立

	前期高齢者 (65歳以上75歳未満) n=2,155			後期高齢者 (75歳以上) n=1,222		
	平均値±標準偏差 (最小値～最大値)	r	p	平均値±標準偏差 (最小値～最大値)	r	p
①コミュニケーション頻度スコア (同居していない家族や友人たち)	17.8±17.1 (0～77.6)	−0.257	0.000	16.0±16.2 (0～77.6)	−0.260	0.000
	度数 (%)			度数 (%)		
②週4～5回以上群	619 (28.7%)			322 (26.4%)		
③週2～3回程度−全くない群	1,536 (71.3%)			900 (73.6%)		

r:Pearsonの相関係数を算出(UCLA孤独感尺度と①、②、③との間の相関係数を求めた)

①:R4問13(1)の合計

②:R4問13(1)について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のいずれか1つでも週4～5回以上と回答した者

③:R4問13(1)について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のいずれも週4～5回以上と回答しなかった者

図表⑥　性別の社会的交流からみた孤立

	男性 n=1,630			女性 n=1,747		
	平均値±標準偏差 (最小値～最大値)	r	p	平均値±標準偏差 (最小値～最大値)	r	p
①コミュニケーション頻度スコア (同居していない家族や友人たち)	14.5±16.3 (0～77.6)	−0.234	0.000	19.6±16.9 (0～77.6)	−0.265	0.000
	度数 (%)			度数 (%)		
②週4～5回以上群	362 (22.2%)			579 (33.1%)		
③週2～3回程度−全くない群	1,268 (77.8%)			1,168 (66.9%)		

r:Pearsonの相関係数を算出(UCLA孤独感尺度と①、②、③との間の相関係数を求めた)

①:R4問13(1)の合計

②:R4問13(1)について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のいずれか1つでも週4～5回以上と回答した者

③:R4問13(1)について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のいずれも週4～5回以上と回答しなかった者

図表⑦　世帯類型別×性別の社会的交流からみた孤立

	ひとり世帯						一世代世帯(夫婦のみ)						二世代世帯＋三世代世帯＋その他の世帯					
	男性 n=185			女性 n=361			男性 n=775			女性 n=635			男性 n=670			女性 n=751		
	平均値±標準偏差（最小値～最大値）	r	p	平均値±標準偏差（最小値～最大値）	r	p	平均値±標準偏差（最小値～最大値）	r	p	平均値±標準偏差（最小値～最大値）	r	p	平均値±標準偏差（最小値～最大値）	r	p	平均値±標準偏差（最小値～最大値）	r	p
①コミュニケーション頻度スコア（同居していない家族や友人たち）	13.5±14.7 (0～58.7)	-0.262	0.000	22.6±17.7 (0～77.6)	-0.382	0.000	15.8±16.9 (0～77.6)	-0.203	0.000	22.1±17.2 (0～77.6)	-0.270	0.000	13.3±15.8 (0～77.6)	-0.260	0.000	16.0±15.6 (0～77.6)	-0.205	0.000
	度数 (%)			度数 (%)			度数 (%)			度数 (%)			度数 (%)			度数 (%)		
②週4～5回以上群	35 (18.9%)			155 (42.9%)			190 (24.5%)			226 (35.6%)			137 (20.4%)			198 (26.4%)		
③週2～3回程度-全くない群	150 (81.1%)			206 (57.1%)			585 (75.5%)			409 (64.4%)			533 (79.6%)			553 (73.6%)		

r：Pearsonの相関係数を算出(UCLA孤独感尺度と①、②、③との間の相関係数を求めた)
①：R4問13(1)の合計
②：R4問13(1)について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のいずれか1つでも週4～5回以上と回答した者
③：R4問13(1)について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のいずれも週4～5回以上と回答しなかった者

中高年者における孤独感と相談相手の有無：性・婚姻状況別分析

東京都健康長寿医療センター研究所　小林江里香

1. 背景と目的

単身世帯の高齢者には配偶者と死別した女性が多いが、50 歳時未婚割合（生涯未婚率）が上昇し、2020 年には男性 28.3%、女性 17.8%に達していることから、今後は男性や未婚の単身高齢者の増加も見込まれる。単身者の属性の変化に対応した新たな対策が必要となる可能性があり、婚姻状況により抱える課題がどのように異なるのかの理解が急務である。

本稿では、中高年者の孤独感や支援受領について婚姻状況別の現状把握を行い、特に未婚者の課題に焦点を当てた。また、結婚による健康維持効果が女性より男性で大きいことや、単身中高年者における社会的交流の少なさが男性で顕著であることが多数の研究で示されていることをふまえ、婚姻状況による比較は男女別に行った。

さらに、孤独感や支援の受領において未婚者が不利な状況にある場合、その背景には、未婚者が有配偶者などに比べて、社会経済的状況（socioeconomic status: SES)、健康、ネットワークなどの面で不利な状況にあることが想定される。そのため、男女それぞれの孤独感・支援受領の関連要因（SES、健康、ネットワーク要因）を明らかにするとともに、これらの要因を統計的に調整した場合に婚姻状況による差が縮小するかについても検討した。

2. 分析対象者と婚姻状況別の基本特性

令和 3 年調査および令和 4 年調査の 40 歳以上の回答者 17,787 人（令和 3 年：9,015 人、令和 4 年：8,772 人）のうち、性別（男・女）または婚姻状況（未婚・有配偶・死別・離別）が特定できなかった 140 人（令和 3 年：53 人、令和 4 年：87 人）はすべての分析から除外した。これにより残った 17,647 人のうち、使用した変数の欠損値により除外した対象者数は分析ごとに異なるため、分析対象者数は結果の図表（別添）において報告する。

表 1 に性・婚姻状況別にみた基本特性の記述統計量を示した。基本特性には、年齢のほか、SES に関連する要因として、所得、学歴、持ち家居住、現在の仕事、健康要因として心身の健康状態の自己評価、ネットワーク要因として、同居者の有無、非同居者との交流頻度、社会活動への参加、不安・悩みの相談相手の有無を含めた。変数の詳細は表 1 の注にある。

平均年齢は婚姻状況によって異なり、男女とも「未婚者」が 55 歳と最も若く、「(配偶者との）死別者」が 78 歳と最も高齢であった。この年齢差を考慮する必要はあるが、SES、健康、ネットワークの各要因の割合や平均値は婚姻状況により大きく異なり、例えば有配偶者と比較すると、未婚者のほうが低所得や持ち家でない割合が高く、健康やネットワークの点でも不利な状況にあった。学歴や仕事については、未婚者の傾向が男女で異なっていた。なお、未婚者の半数以上には同居者がおり、そのうちの約 8 割は親と同居していた（令和 3 年調査による)。

3. 孤独感についての分析結果

（1）婚姻状況別の孤独感の平均値の比較

孤独感は 3 項目で構成される UCLA 孤独感尺度（3-12 点）を用いた。

一般化線形モデルを用いて、孤独感を従属変数、調査年、性別、婚姻状況を独立変数、年齢を共変量とする分析を行った結果、3 つの独立変数の主効果と性別×婚姻状況の交互作用効果が統計的に有意であり（いずれも p<.001)、残りの交互作用（調査年×性別、調査年×婚姻、調査年×性別×婚姻）は 5%有意水準に達しなかった。

調査年の主効果は、令和 3 年（6.57;年齢調整済み平均値、以下同じ）より令和 4 年（6.93）の孤独感のほうが高いことを示してた。交互作用に関しては、図 1 に性・婚姻状況別の年齢調整平均値を示した。Bonferroni 法による多重比較の結果、男女とも未婚者の孤独感が最も高く、女性では未婚者は離別者よりも高かったが、男性では未婚者と離別者に有意差はなかった。さらに、男女ともに、死別者は未婚・離別者よりも孤独感が低く、有配偶者が最も低かった。また、どの婚姻状況においても男性の孤独感は女性より有意に高かったが、有配偶者における男女差は無配偶者（未婚・死別・離別）に比べて小さい傾向があった。

（2）孤独感の関連要因

次に、孤独感を目的変数とする重回帰分析を性別に実施した。説明変数の欠損値により、一部の対象者が分析から除外された（表中に男女別の分析対象者数 n を記載)。

表 2 より、調査年と年齢のみを調整したモデル 1 の場合、男性の孤独感は未婚者に比べて有配偶者では平均して 1.22 点、死別者では 0.72 点低いが、モデル 2 で SES 要因、モデル 3 で健康要因、モデル 4 でネットワーク要因を追加するごとに回帰係数の値は小さくなり、未婚者との差は縮小した。つまり、婚姻状況と孤独感の関連の一部は、婚姻状況により SES、健康、ネットワーク特性に違いがあることで説明できるが、これらの要因を調整したモデル 4 においても婚姻状況の有意な効果は残った。女性も男性と同様の傾向がみられるが、男性の場合とは異なり、前述のように、未婚者は離別者よりも孤独感が高かった。

モデル 2 とモデル 4 の婚姻状況以外の変数を含む回帰係数について、男性の結果は表 3 に、女性の結果は表 4 に示した。男女とも、年齢が高い、心身の健康状態が良好、同居者がいる、非同居者との交流が多い、社会活動に参加している、不安・悩みの相談相手がいることは孤独感を低下させていた。

SES に関しては、低所得者や住居が持ち家でない人は孤独感が高いが（モデル 2)、これらの有意な効果は健康やネットワーク要因投入後は消失しており（モデル 4)、経済的困難者であっても健康や他者とのつながりの状況が良好な人は孤独感が低いことが示唆された。これとは逆に、学歴の効果はモデル 2 では有意ではないが、ネットワーク状況等の条件を同じにしたモデル 4 では、大学・大学院卒の高学歴者ほど孤独感が高かった。現在の仕事に関しては、正規雇用者・会社役員として働いている人を比較対象とした場合、男女とも非就労者は孤独感が高く、男性については非正規雇用者も孤独感が高かった。

モデル 4 において測定単位の影響を受けない標準化係数をみると、（未婚に比べて）配偶者がいることは同居者がいることよりも孤独感と強く関連する一方で、心身の健康状態や非

同居者との交流頻度、相談相手の有無は、婚姻状況以上に孤独感との関連が強いことがわかる。非標準化係数によると、相談相手の存在は、男性では 1.2 点、女性では 1.4 点、孤独感を低下させており、有配偶の効果（0.45-0.46 点低下）より大きい。

4. 支援の受領：不安・悩みの相談相手についての分析結果

（1）婚姻状況別にみた相談相手がいる割合の比較

相談相手に関する質問「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、実際に支援を受領したか（しているか）ではなく、必要なときに受領できると認知しているかという支援の利用可能性を反映した項目と考えられる。

一般化線形モデルを用いて、相談相手の有無（あり＝1、なし＝0）を従属変数、調査年、性別、婚姻状況を独立変数、年齢を共変量とする分析を行った結果、3 つの独立変数の主効果（p<.001）と、性別×婚姻状況、調査年×性別×婚姻状況の交互作用効果（それぞれ p<.05）が有意だった。調査年の主効果は、令和 3 年（0.90；年齢調整済み割合、以下同じ）より令和 4 年（0.88）のほうが相談相手をもつ割合が低いことを示していた。性別と婚姻状況に関しては、図 2 に性・婚姻状況別にみた相談相手がいる割合(年齢を調整した推定値)を示した。未婚者と離別者、有配偶者と死別者の間には有意差はなく、未婚・離別者は有配偶・死別者に比べて相談相手がいない傾向は男女で共通していた。しかし、女性では、どの婚姻状況でも 9 割以上が相談相手をもつのに対し、男性における割合は低く、特に未婚者・離別者においては 7 割強と、女性との差が大きかった。なお、図 2 は調査年による違いを反映していないが、男性の未婚者では 2 つの調査年間の差が大きかった（令和 3 年：0.78、令和 4 年：0.69)。

（2）相談相手の有無の関連要因

相談相手をもつ人の特徴としては、孤独感の分析に用いた、SES、健康、ネットワーク要因（相談相手を除く）のほか、相談に対する意識（表 5）との関連も検討した。表 5 の通り、未婚者は有配偶者に比べて、また、男性は女性に比べて、相談することに肯定的態度（項目 1，2）をもつ割合が低く、否定的態度（項目 3-6）をもつ割合が高い傾向があった。

表 6 は、相談相手の有無を目的変数とするロジスティック回帰分析において、調整変数を追加していった場合の婚姻状況のオッズ比の変化を示している。モデル 4 までは、孤独感と同様に、SES、健康、ネットワーク要因をそれぞれ追加していき、モデル 5 では、相談への意識（6 項目）を追加した。有配偶と死別のオッズ比は、男女ともモデル 4 まで調整変数を追加するごとに 1 に近づき（=未婚者との差が縮小)、女性については、相談への意識を追加したモデル 5 では有意ではなくなった。男性については、死別のオッズ比はモデル 4 より 5 の方がむしろ大きく、モデル 5 においても、有配偶、死別の有意な効果が残った。

最終的なモデル 5 の結果の詳細は表 7 に示した。男女とも、高齢の人、心身の健康状態が良好な人、非同居者との交流頻度が高い人ほど相談相手をもつ傾向があった。同居者がいる人ほど相談相手をもつ傾向は、男性のみで有意だった。SES 要因はモデル 5 ではいずれも有意ではなかったが、相談への意識を追加前のモデル（モデル 2-4）では、低所得や持ち家居

住ではない人ほど相談相手がいない傾向が有意だった（表略）。

相談への意識については、特に「相談することで解決できる、解決の手がかりを得られる」「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる」や「相談しても無駄である」（逆転項目）といった、相談(支援受領)の有効性の認知が、相談相手をもつことと強く関連していた。

5. 結論と考察

40 代以上の中高年者の分析により得られた主な結果と考察は以下の通りである。

1）男女とも、未婚者は有配偶者や死別者に比べて孤独感が高く、不安や悩みを相談できる相手ももたない傾向がある。また、男性の未婚者は女性の未婚者以上にこの傾向が強い。

2）未婚者と離別者との比較では、男性では孤独感、相談相手とも両者に差はないが、女性では、未婚者は離別者に比べても孤独感が高い。子どもの有無が影響している可能性があるが、調査項目にないため、直接的な検証はできなかった。

3）婚姻状況による孤独感の差の一部は、婚姻状況による社会経済的状況、健康、ネットワーク特性の違いによって説明されるが、これらの要因を調整した後も、未婚者の孤独感が相対的に高い傾向は残る。ただし、配偶者をもつことの効果よりも、非同居者との交流頻度や相談相手をもつことの効果のほうが大きく、これらのネットワークの強化によって、未婚者の孤独感はある程度改善できることが期待される。

4）未婚者（特に男性未婚者）は有配偶者に比べて、相談することが良い結果につながるという支援の有効性の認知が低い傾向があり、このことが相談相手を積極的に求めないことにつながっている可能性がある。未婚者への支援を検討する際には、支援に対する不信感に配慮した慎重なアプローチが必要である。

（以下、婚姻状況以外の主な結果）

5）経済的困難は、健康状態の悪さやネットワークの乏しさを介して、間接的に孤独感を高めていると考えられる。経済的困難者であっても、健康や他者とのつながりの状況が良好な場合には、孤独感は低く保たれている。

6）孤独感が令和 3 年から令和 4 年にかけて上昇した理由については、別途詳細な分析を要する。本分析で用いた「非同居者との交流頻度」は令和 4 年のほうが高いため、交流頻度により定義される社会的孤立の動向とは異なる可能性がある。

最後に、婚姻状況による孤独・孤立状況の差異については、人々の結婚観の変化や単身者向けサービスの拡大などの時代的・世代的変化、あるいはパンデミックや災害のような出来事の発生によって変化する可能性があり、今後も定期的な確認が必要と考える。

表１　性・婚姻状況別にみた 40 代以上の回答者の基本特性

	未婚	有配偶	死別	離別	計
【男性】	n=1,167	n=6,241	n=344	n=489	n=8,241
調査年：令和４年（%）	51.0	49.3	45.9	50.1	49.4
年齢：歳	55.1(10.2)	64.0(12.8)	77.9(9.5)	62.0(10.9)	63.2(13.0)
等価所得（%）[1]					
150 万円以上	54.8	75.2	52.3	56.6	70.3
150 万円未満	37.0	21.1	38.4	36.4	25.0
無回答	8.2	3.7	9.3	7.0	4.7
最終学歴（%）[2]					
小・中・高校	54.2	51.9	72.7	58.7	53.5
専門学校・短大	16.0	11.0	6.1	14.7	11.7
大学・大学院	28.2	36.5	18.9	23.7	33.8
持ち家に居住（%）[3]	62.0	86.7	82.8	53.4	81.1
現在の仕事（%）					
正規雇用・役員	42.5	42.6	11.9	36.2	40.9
非正規雇用	17.5	12.8	6.4	16.6	13.4
自営業主・家族従業	9.3	12.7	9.3	11.9	12.0
非就労	23.4	24.3	50.0	25.2	25.3
その他・無回答	7.4	7.7	22.4	10.2	8.4
心身の健康状態 [4]	3.07(1.08)	3.39(1.05)	3.07(1.08)	3.17(1.12)	3.32(1.07)
同居者：あり（%）	51.2	98.6	46.5	33.1	85.8
非同居者との交流頻度 [5]	12.8(15.6)	14.5(16.7)	13.8(14.8)	14.3(15.9)	14.2(16.4)
社会活動：参加（%）[6]	34.9	51.7	44.5	37.4	48.2
相談相手：あり（%）[7]	71.1	91.0	89.4	71.3	87.0
【女性】	n=919	n=6,080	n=1,522	n=885	n=9,406
調査年（%）：令和４年	48.5	49.1	48.3	50.3	49.0
年齢：歳	54.7(11.3)	61.4(12.4)	78.0(9.3)	60.2(11.6)	63.3(13.5)
等価所得（%）[1]					
150 万円以上	55.2	64.9	32.1	47.6	57.0
150 万円未満	31.8	24.4	52.2	44.6	31.5
無回答	13.1	10.7	15.7	7.8	11.5
最終学歴（%）[2]					
小・中・高校	41.0	51.2	76.6	56.5	54.8
専門学校・短大	34.7	32.5	17.6	31.9	30.2
大学・大学院	22.4	15.5	3.7	10.3	13.8
持ち家に居住（%）[3]	64.4	87.2	82.5	50.1	80.7
現在の仕事（%）					
正規雇用・役員	40.6	16.6	4.5	29.5	18.2
非正規雇用	26.3	30.1	12.7	32.8	27.2
自営業主・家族従業	5.9	8.6	5.7	5.8	7.6
非就労	20.3	35.6	52.6	23.4	35.7
その他・無回答	6.9	9.0	24.6	8.6	11.3
心身の健康状態 [4]	3.22(1.06)	3.42(1.05)	3.15(1.03)	3.19(1.07)	3.33(1.05)
同居者：あり（%）	59.2	98.7	51.8	59.7	83.5
非同居者との交流頻度 [5]	16.9(16.6)	18.2(16.2)	16.2(15.2)	18.1(17.5)	17.8(16.2)
社会活動：参加（%）[6]	33.5	50.4	44.0	36.8	46.4
相談相手：あり（%）[7]	89.0	95.8	95.7	89.9	94.6

注）年齢、心身の健康状態、非同居者との交流頻度は平均値（標準偏差）

1）世帯年収（税・社会保険料込み）を世帯員数（6 人以上＝6 とする）の平方根で割って調整。2021 年の貧困線は等価可処分所得で 127 万円のため（2022 年国民生活基礎調査）、150 万円未満（一人世帯では「100 万円未満」「100～199 万円」が該当）を相対的貧困に該当する低所得層とみなした。

2）学歴の「その他」は無回答と合わせても 1%程度のため省略。

3）「持ち家」には分譲マンションを含む。

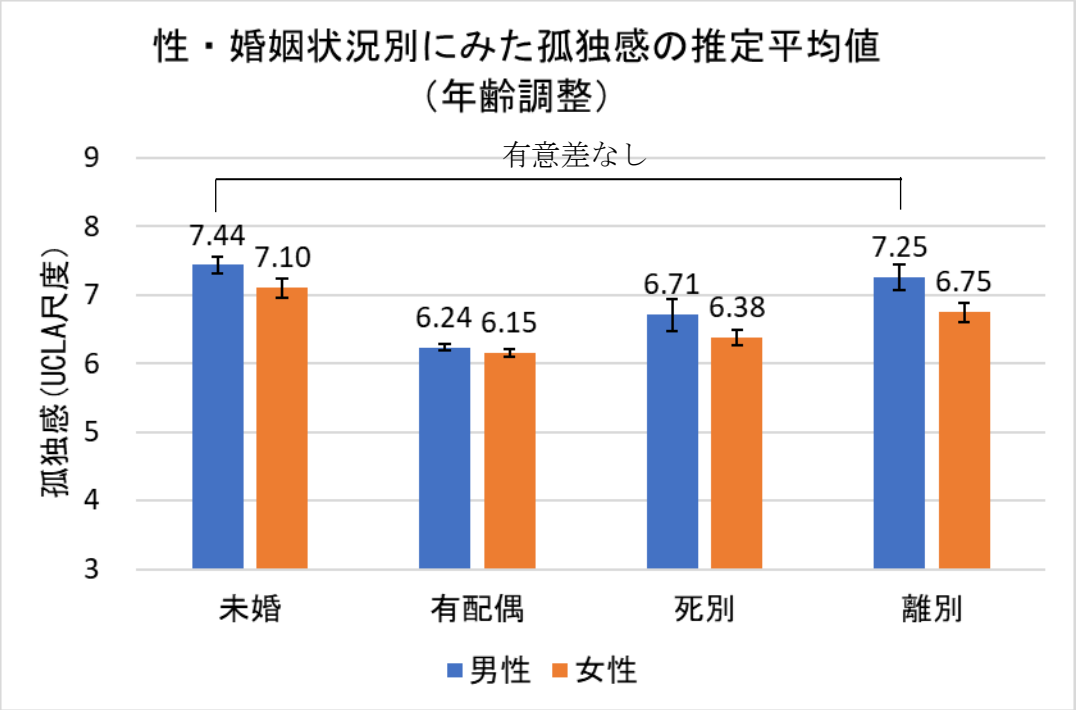
4）現在の心身の健康状態について、5=よい、4=まあよい、3=ふつう、2=あまりよくない、1=よくないとした。無回答者は分析から除外。

5）同居していない家族や友人とのコミュニケーション頻度について、①直接会って話す、②電話、③SNS、④電子メール・ショートメールを月当たりの回数に換算した値を合計。①～④に無回答の項目がある場合はその手段を 0 回として合計値を算出したが、①～④すべてが無回答の場合は分析から除外した。

6）令和 3 年調査の問 13、令和 4 年調査の問 14 に挙げられた 5 種類の「人と交流する活動」のうち、1 つ以上に参加している場合を「参加」とした。

7）不安や悩みが生じた場合の相談相手。無回答者（男性 159 人、女性 184 人）を除外。

図 1



N=17,494（男性：8,186、女性：9,308）

年齢＝63.18 歳とした推定値。バーは 95%信頼区間。

多重比較（Bonferroni 法）の結果、同性内では、男性における未婚と離別間を除き、全ての婚姻状況間に有意差あり（p<.05）。また、同じ婚姻状況内ではいずれも男女差が有意（p<.05）。

表 2　孤独感への婚姻状況の効果（非標準化偏回帰係数）

	モデル 1	モデル 2	モデル 3	モデル 4
【男性】n=7,833 婚姻状況（ref.未婚） 有配偶 死別 離別	 -1.222*** -0.721*** -0.192	 -0.980*** -0.554*** -0.156	 -0.764*** -0.464*** -0.026	 -0.449*** -0.282* -0.054
モデル R^2（調整済 R^2） R^2 変化量	0.066(0.065) -	0.080(0.078) 0.014***	0.211(0.209) 0.131***	0.271(0.269) 0.060***
【女性】n=8,937 婚姻状況（ref.未婚） 有配偶 死別 離別	 -0.916*** -0.660*** -0.315**	 -0.862*** -0.648*** -0.335**	 -0.695*** -0.508*** -0.283**	 -0.458*** -0.374*** -0.190*
モデル R^2（調整済 R^2） R^2 変化量	0.042(0.042) -	0.053(0.052) 0.011***	0.181(0.180) 0.128***	0.244(0.242) 0.063***

* p<.05　** p<.01　*** p<.001　ref.比較対象のカテゴリ

調整変数は以下の通り。

モデル 1：調査年、年齢

モデル 2：モデル 1＋社会経済的要因（等価所得、学歴、持ち家居住、現在の仕事）

モデル 3：モデル 2＋健康要因（心身の健康状態の自己評価）

モデル 4：モデル 3＋ネットワーク要因（同居者の有無、非同居者との交流頻度、社会活動参加、相談相手の有無）

表 3　中高年男性における孤独感についての重回帰分析結果（モデル 1、3 は省略）

説明変数	モデル 2			モデル 4		
	非標準化係数	(標準誤差)	標準化係数	非標準化係数	(標準誤差)	標準化係数
定数	8.599	(0.155) ***		12.120	(0.165) ***	
婚姻状況（ref.未婚）						
有配偶	-0.980	(0.076) ***	-0.188	-0.449	(0.078) ***	-0.086
死別	-0.554	(0.146) ***	-0.049	-0.282	(0.130) *	-0.025
離別	-0.156	(0.120)	-0.017	-0.054	(0.107)	-0.006
調査年：令和 4 年（ref.令和 3 年）	0.416	(0.048) ***	0.094	0.143	(0.044) **	0.032
年齢	-0.023	(0.003) ***	-0.133	-0.023	(0.002) ***	-0.132
【社会経済的要因】						
等価所得（ref.150 万円以上）						
150 万円未満	0.231	(0.064) ***	0.045	-0.007	(0.057)	-0.001
無回答	0.463	(0.123) ***	0.042	0.234	(0.110) *	0.021
学歴（ref.小中高校）						
専門学校・短大	-0.011	(0.079)	-0.002	-0.001	(0.070)	0.000
大学・大学院	-0.023	(0.055)	-0.005	0.145	(0.049) **	0.031
持ち家に居住：該当	-0.378	(0.065) ***	-0.066	-0.078	(0.061)	-0.014
現在の仕事（ref.正規雇用・役員）						
非正規雇用	0.221	(0.082) **	0.034	0.166	(0.073) *	0.025
自営業主・家族従業	-0.115	(0.085)	-0.017	-0.024	(0.076)	-0.003
非就労	0.414	(0.083) ***	0.081	0.236	(0.074) **	0.046
その他・無回答	0.193	(0.112)	0.023	-0.041	(0.100)	-0.005
【健康要因】						
心身の健康状態	—	—	—	-0.699	(0.021) ***	-0.336
【ネットワーク要因】						
同居者：あり	—	—	—	-0.249	(0.086) **	-0.039
非同居者との交流頻度	—	—	—	-0.014	(0.001) ***	-0.108
社会活動：参加あり	—	—	—	-0.407	(0.045) ***	-0.092
相談相手：あり	—	—	—	-1.199	(0.067) ***	-0.181
モデル R^2（調整済 R^2）	0.080(0.078)			0.271(0.269)		

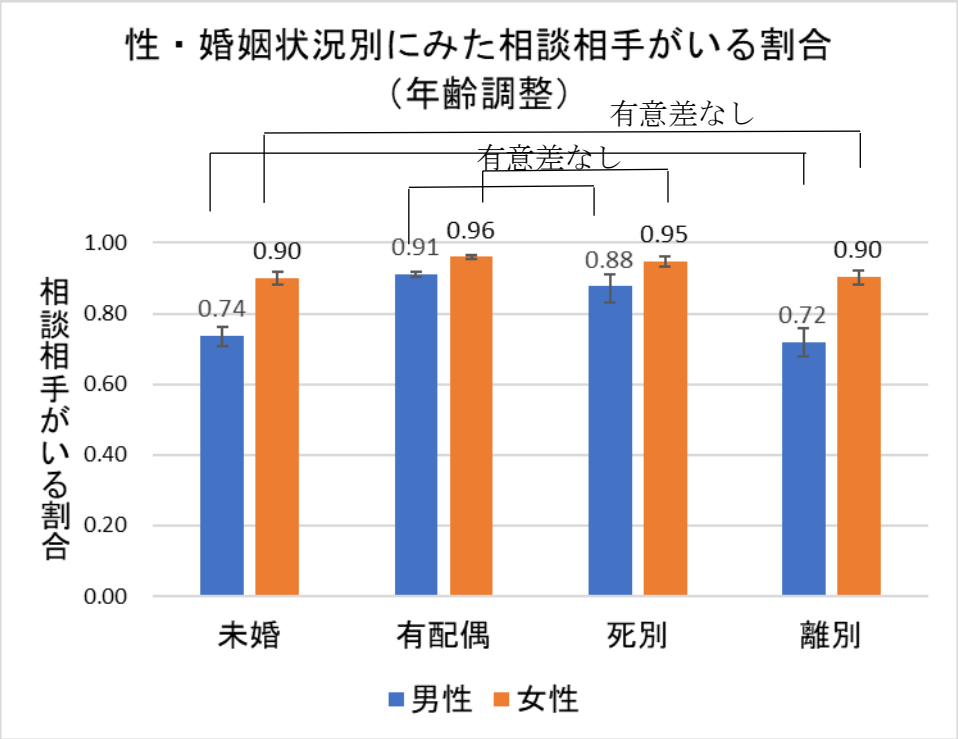
n=7,833　* p<.05　** p<.01　*** p<.001

表 4　中高年女性における孤独感についての重回帰分析結果（モデル 1、3 は省略）

説明変数	モデル 2			モデル 4		
	非標準化係数	(標準誤差)	標準化係数	非標準化係数	(標準誤差)	標準化係数
定数	8.647	(0.156) ***		12.701	(0.175) ***	
婚姻状況（ref.未婚）						
有配偶	-0.862	(0.080) ***	-0.188	-0.458	(0.077) ***	-0.100
死別	-0.648	(0.103) ***	-0.107	-0.374	(0.092) ***	-0.062
離別	-0.335	(0.104) **	-0.045	-0.190	(0.093) *	-0.026
調査年：令和 4 年（ref.令和 3 年）	0.347	(0.045) ***	0.080	0.174	(0.041) ***	0.040
年齢	-0.030	(0.002) ***	-0.182	-0.032	(0.002) ***	-0.197
【社会経済的要因】						
等価所得（ref.150 万円以上）						
150 万円未満	0.184	(0.054) ***	0.039	0.008	(0.049)	0.002
無回答	0.172	(0.077) *	0.024	-0.052	(0.069)	-0.007
学歴（ref.小中高校）						
専門学校・短大	-0.051	(0.054)	-0.011	0.091	(0.048)	0.019
大学・大学院	-0.076	(0.072)	-0.012	0.270	(0.065) ***	0.043
持ち家に居住：該当	-0.217	(0.061) ***	-0.039	0.030	(0.055)	0.005
現在の仕事（ref.正規雇用・役員）						
非正規雇用	-0.011	(0.070)	-0.002	0.056	(0.063)	0.011
自営業主・家族従業	0.047	(0.101)	0.006	0.152	(0.090)	0.018
非就労	0.432	(0.077) ***	0.095	0.337	(0.069) ***	0.074
その他・無回答	0.369	(0.102) ***	0.052	0.213	(0.091) *	0.030
【健康要因】						
心身の健康状態	—	—	—	-0.660	(0.020) ***	-0.318
【ネットワーク要因】						
同居者：あり	—	—	—	-0.273	(0.068) ***	-0.046
非同居者との交流頻度	—	—	—	-0.022	(0.001) ***	-0.164
社会活動：参加あり	—	—	—	-0.341	(0.042) ***	-0.078
相談相手：あり	—	—	—	-1.407	(0.092) ***	-0.145
モデル R^2（調整済 R^2）	0.053(0.052)			0.244(0.242)		

n=8,937　　* p<.05　** p<.01　*** p<.001

図 2



N=17,304（男性：8,082、女性：9,222）
年齢＝63.18 歳とした推定値。バーは 95%信頼区間。
多重比較（Bonferroni 法）の結果、男女とも、同性内では未婚と離別、有配偶と死別の間に有意差はなく、未婚・離別と有配偶・死別の間には 5%水準で有意差あり。
同じ婚姻状況内の男女差はいずれも有意(p<.05)。

表 5　性・婚姻状況別にみた相談することへの意識

項目	性別	婚姻状況別				計
		未婚	有配偶	死別	離別	
分析対象者数(人)	男性	1,148	6,131	335	480	8,094
	女性	905	6,000	1,475	874	9,254
1)相談することで解決できる、解決の手がかりを得られる(%)	男性	45.6	63.4	54.0	48.8	59.6
	女性	55.6	66.8	61.4	60.8	64.3
2)相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる(%)	男性	56.5	67.7	54.9	57.7	65.0
	女性	75.4	82.2	72.7	77.6	79.5
3)相手に連絡をとることや、不安や悩みを説明するのが面倒(%)	男性	11.1	6.0	4.8	9.4	6.8
	女性	9.5	4.5	2.6	7.7	5.0
4)相談することが恥ずかしい(%)	男性	9.8	4.1	3.0	4.8	4.9
	女性	5.5	3.1	1.8	4.8	3.3
5)相談すると相手の負担になる(%)	男性	13.7	6.0	5.4	8.8	7.2
	女性	10.9	6.6	5.0	9.0	7.0
6)相談しても無駄である（相談しても解決しない）(%)	男性	19.3	9.0	10.1	15.8	10.9
	女性	13.9	7.2	6.8	10.5	8.1

不安や悩みを相談することについてどのように感じるかについて、複数回答で選択。「その他」の選択肢の結果は省略。この問いに無回答だった男性 147 人、女性 152 人は分析から除外。

表 6　不安・悩みの相談相手の有無への婚姻状況の効果（オッズ比；かっこ内は 95%信頼区間）

	モデル 1	モデル 2	モデル 3	モデル 4	モデル 5
【男性】n=7,755					
婚姻状況					
(ref.未婚)					
有配偶	3.56 ***	2.79 ***	2.60 ***	1.94 ***	1.81 ***
	(3.02-4.20)	(2.34-3.34)	(2.17-3.11)	(1.56-2.40)	(1.39-2.36)
死別	2.51 ***	2.08 ***	2.06 **	1.95 **	2.38 ***
	(1.64-3.85)	(1.35-3.21)	(1.33-3.18)	(1.25-3.02)	(1.42-3.99)
離別	0.88	0.87	0.83	0.85	0.75
	(0.69-1.13)	(0.67-1.12)	(0.64-1.07)	(0.63-1.10)	(0.54-1.04)
-2 対数尤度	5507.1	5434.1	5344.2	5183.0	3698.9
⊿χ^2(df)		73.0(9)***	90.0(1)***	161.2(3)***	1484.1(6)***
【女性】n=8,893					
婚姻状況					
(ref.未婚)					
有配偶	2.57 ***	2.16 ***	1.92 ***	1.49 **	1.31
	(2.00-3.31)	(1.66-2.82)	(1.46-2.52)	(1.10-2.01)	(0.91-1.90)
死別	2.01 ***	1.92 **	1.80 **	1.52 *	1.36
	(1.36-2.96)	(1.30-2.84)	(1.21-2.68)	(1.01-2.29)	(0.84-2.23)
離別	1.05	1.18	1.15	1.00	0.87
	(0.77-1.44)	(0.86-1.63)	(0.83-1.60)	(0.71-1.40)	(0.57-1.33)
-2 対数尤度	3627.0	3564.4	3393.2	3212.1	2132.8
⊿χ^2(df)		62.6(9)***	171.2(1)***	181.0(3)***	1079.4(6)***

* p<.05　** p<.01　*** p<.001　ref.比較対象のカテゴリ

調整変数は以下の通り。

モデル 1：調査年、年齢

モデル 2：モデル 1＋社会経済的要因（等価所得、学歴、持ち家居住、現在の仕事）

モデル 3：モデル 2＋健康要因（心身の健康状態の自己評価）

モデル 4：モデル 3＋ネットワーク要因（同居者の有無、非同居者との交流頻度、社会活動参加）

モデル 5：モデル 4＋相談への意識

表 7　相談相手の有無についてのロジスティック回帰分析結果（モデル 5）

説明変数	男性（n=7,755）		女性（n=8,893）	
	オッズ比	95%信頼区間	オッズ比	95%信頼区間
婚姻状況（ref.未婚）				
有配偶	1.81	1.39-2.36 ***	1.31	0.91-1.90
死別	2.38	1.42-3.99 ***	1.36	0.84-2.23
離別	0.75	0.54-1.04	0.87	0.57-1.33
調査年：(ref.令和 3 年) 令和 4 年	0.82	0.69-0.97 *	0.85	0.67-1.08
年齢	1.02	1.01-1.03 ***	1.02	1.01-1.03 **
【社会経済的要因】				
等価所得（ref.150 万円以上）				
150 万円未満	0.82	0.66-1.03	0.80	0.60-1.06
無回答	0.91	0.61-1.36	0.84	0.58-1.23
学歴（ref.小中高校）				
専門学校・短大	1.07	0.82-1.41	1.08	0.82-1.44
大学・大学院	0.86	0.70-1.04	0.83	0.57-1.20
持ち家に居住：該当	1.07	0.86-1.33	1.31	0.99-1.73
現在の仕事（ref.正規雇用・役員）				
非正規雇用	0.80	0.60-1.05	0.91	0.64-1.31
自営業主・家族従業	0.99	0.73-1.34	0.77	0.46-1.27
非就労	1.18	0.88-1.59	1.17	0.78-1.76
その他・無回答	1.21	0.81-1.83	1.37	0.80-2.33
【健康要因】				
心身の健康状態	1.13	1.04-1.23 **	1.29	1.15-1.46 ***
【ネットワーク要因】				
同居者：あり	1.71	1.29-2.27 ***	1.19	0.85-1.68
非同居者との交流頻度	1.02	1.01-1.02 ***	1.04	1.03-1.05 ***
社会活動：参加あり	1.20	1.00-1.44	1.20	0.92-1.56
【相談への意識】				
相談することで解決できる、または解決の手がかりを得られる	5.54	4.52-6.78 ***	7.34	5.43-9.92 ***
相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる	4.52	3.75-5.45 ***	7.07	5.47-9.14 ***
相手に連絡をとることや、不安や悩みを説明するのが面倒	0.71	0.56-0.91 **	0.73	0.52-1.01
相談することが恥ずかしい	0.68	0.51-0.92 *	0.41	0.28-0.60 ***
相談すると相手の負担になる	0.74	0.58-0.96 *	0.69	0.50-0.93 *
相談しても無駄である（相談しても解決しない）	0.24	0.19-0.29 ***	0.25	0.19-0.32 ***
モデル χ^2 (df)	2216.9(24), p<.001		1603.3(24), p<.001	
-2　対数尤度	3698.9		2132.8	
Snell R^2/ Nagelkerke R^2	0.249/0.466		0.165/0.481	

* p<.05　** p<.01　*** p<.001

目的変数は、相談相手がいる＝1、いない＝0

相談への意識に関する 6 項目は、それぞれ、選択＝1、非選択＝0

子育て世代の世帯構成別特徴分析

大阪公立大学大学院看護学研究科　横山　美江

１　分析内容

子育て世代の世帯構成別特徴を分析（令和３年と令和４年を統合したデータ）

子育て世代の定義：

内閣府の国民生活白書によると、子育て世代は以下のように定義されている。“これから結婚をしようとする若者から、大学生の子どものいる親までで構成される世代。なお、統計上の制約等から、子育て世代を年齢層として捉えなければならない場合、便宜的に 20～49 歳とする”とされている。本分析では（調査回答者のうち）、16 歳以上 49 歳までで子どもがいる世帯構成の者とした。

２　分析方法

①令和 3 年調査データについては、世帯構成の調査項目がなかったため、子どもをもつ家族に属する者を抽出し、同居人から 2 世代世帯（両親と子、以下「両親世帯」という。）、2 世代世帯（ひとり親と子、以下「ひとり親世帯」という。）、3 世代世帯（親と子と孫）の世帯に分類

②①のデータを令和 4 年データ（世帯構成の調査項目あり）に統合

③16 歳から 40 歳代までの調査回答者のうち、子どもをもつ家族に属する者を抽出し、両親世帯、ひとり親世帯、3 世代世帯の世帯に分類し、特徴を分析

３　分析対象者：

令和 3 年調査データにおいて抽出された子育て世代の回答者は 4501 人、令和 4 年調査データにおける子育て世代の回答者は 4179 人であり、合計 8680 人を分析対象者とした。

４　分析結果

表 1 は、子育て世代の世帯構成別に孤独感の状況を分析したものである。

・孤独感を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、孤独感を時々ある、あるいはしばしばある・常にあると回答した者の割合が有意に高かった。

・UCLA 孤独感尺度階級を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、7 点～ 9 点（時々ある）、あるいは 10 点～12 点（常にある）と回答した者の割合が有意に高かった。

・UCLA 孤独感尺度得点は、ひとり親世帯が平均 7.19±2.46（Mean±SD）であり、両親世帯の平均 6.52±2.24 と 3 世代世帯の平均 6.58±2.38 に比べ、有意に高かった。
・孤独を感じた期間については、ひとり親世帯、両親世帯、3 世代世帯で有意な差異は認められなかった。

表 2 は、子育て世代の世帯構成別調査回答者の背景を示したものである。
・年齢階級で分析すると、ひとり親世帯では、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、40 歳代の者の割合が有意に高かった。
・性別で分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、女性の回答者の割合（65.1%）が有意に高かった。
・最終学歴を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、高卒以下の割合（49.7%）が有意に高かった。
・現在の仕事を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、非正規職員の割合（25.4%）ならびに収入を伴う仕事をしていない（仕事を探している）者の割合（4.7%）が有意に高かった。

表 3 は、子育て世代の世帯構成別に世帯収入と経済的な暮らし向き、相談相手、心身の健康状態を分析したものである。
・世帯収入を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、300 万円未満の者の割合（43.6%）が有意に高かった。
・経済的な暮らし向き（令和 4 年調査データのみ）を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、やや苦しいあるいは大変苦しいと回答した者の割合が有意に高かった。
・相談相手の有無を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、相談相手がいないと回答した者の割合が有意に高かった。
・健康状態を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、あまりよくない（18.3%）、よくない（5.6%）と回答した者の割合が有意に高かった。

表 4 は、子育て世代の世帯構成別に不安や悩みの有無と支援の状況を分析したものである（令和 4 年調査データのみ）。
・不安や悩みの有無を分析すると（令和 4 年のみ）、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、不安や悩みがあると回答した者の割合（81.6%）が有意に高かった。
・不安や悩みに対する親や親族からの手助けを分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、受けていると回答した者の割合が有意に低かった。
・不安や悩みに対する行政機関や NPO からの手助けを分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、受けていると回答した者の割合が有意に高かった。

表 5 は、子育て世代の世帯構成別に不安や悩みの内容を分析したものである（令和 4 年調査データのみ)。

・不安や悩みの内容を分析すると、ひとり親世帯は、両親世帯と 3 世代世帯に比べ、住まい（24.7%)、金銭トラブル（6.4%）の不安や悩みがあると回答した割合が有意に高かった。

・両親世帯と 3 世代世帯では、子育て等生活上の問題に関する不安や悩みがあると回答する割合が、ひとり親世帯の割合よりも有意に高かった。

5　考察

以上の分析結果から、ひとり親世帯は孤独感が強い者の割合が高く、相談相手も少なく、かつおよそ 2 人に 1 人が高卒以下の方であることから、様々な社会サービスにつながれる仕組みづくりと、収入を得るための支援として選択肢に富むリスキリングなどの支援をより手厚く受けることができるシステムづくりが必要である。また、支援については親と子を一体的に支援できるようなシステムも求められる。

表 1. 子育て世代別孤独感

		ひとり親世帯		両親世帯		3 世代世帯		P
		n	%	n	%	n	%	
孤独であると感じること	決してない	87	17.2	912	24.5	112	24.2	<0.001
	ほとんどない	132	26.1	1488	40.0	152	32.9	
	たまにある	103	20.4	630	16.9	89	19.3	
	時々ある	133	26.3	549	14.8	78	16.9	
	しばしばある、常にある	51	10.1	141	3.8	31	6.7	
UCLA 孤独感尺度階級	3 点（決してない）	69	13.6	571	15.3	84	18.1	<0.001
	４～６点（ほとんどない）	127	25.0	1305	35.1	147	31.7	
	７～９点（時々ある）	237	46.7	1604	43.1	197	42.5	
	10～12 点（常にある）	71	14.0	232	6.2	35	7.6	
	いずれか又は全て無回答	4	0.8	11	0.3	0	0.0	
UCLA 孤独感尺度	Mean±SD	7.19±2.46		6.52±2.24		6.58±2.38		<0.001
	Range	3-12		3-12		3-12		
孤独であると感じた期間	6 カ月未満	27	5.6	252	7.1	36	8.1	n.s.
	6 カ月以上 1 年未満	17	3.5	124	3.5	13	2.9	
	1 年以上 2 年未満	34	7.1	206	5.8	26	5.9	
	2 年以上 3 年未満	33	6.9	221	6.2	27	6.1	
	3 年以上 5 年未満	45	9.4	281	7.9	24	5.4	
	5 年以上	253	52.7	2020	57.0	259	58.5	
	その他	71	14.8	439	12.4	58	13.1	

表 2. 子育て世代別回答者の背景

		ひとり親世帯		両親世帯		3 世代世帯		P
		n	%	n	%	n	%	
年齢	16-19 歳	35	6.9	208	5.6	45	9.7	<0.001
	20-29 歳	77	15.2	451	12.1	94	20.3	
	30-39 歳	126	24.8	1207	32.4	106	22.9	
	40-49 歳	270	53.1	1857	49.9	218	47.1	
性別	男性	171	33.7	1621	43.6	182	39.4	<0.001
	女性	330	65.1	2072	55.7	277	60.0	
	答えたくない他	6	1.2	28	0.8	3	0.6	
最後に卒業した学校・在学中の学校	小学・中学	35	6.9	98	2.6	18	3.9	<0.001
	高校	217	42.8	1104	29.7	179	38.7	
	専門学校	90	17.8	582	15.7	88	19.0	
	短大・高専	42	8.3	405	10.9	43	9.3	
	大学	110	21.7	1334	35.9	120	25.9	
	大学院	7	1.4	187	5.0	13	2.8	
	その他	6	1.2	8	0.2	2	0.4	
現在の仕事	正規職員	226	44.6	1908	51.3	229	49.6	<0.001
	非正規職員	129	25.4	816	22.0	87	18.8	
	会社役員	9	1.8	81	2.2	10	2.2	
	自営業主	33	6.5	123	3.3	19	4.1	
	家族従業者・内職	8	1.6	73	2.0	13	2.8	
	学生・生徒	47	9.3	285	7.7	63	13.6	
	収入を伴う仕事をしていない（仕事を探している）	24	4.7	115	3.1	16	3.5	
	収入を伴う仕事をしていない（仕事を探していない）	17	3.4	265	7.1	20	4.3	
	その他	14	2.8	51	1.4	5	1.1	

表 3. 子育て世代別世帯収入と経済的な暮らし向き、相談相手、心身の健康状態

		ひとり親世帯		両親世帯		3 世代世帯		P
		n	%	n	%	n	%	
世帯年収	100 万円未満	54	10.7	167	4.5	20	4.4	<0.001
	100～199 万円	80	15.8	119	3.2	22	4.8	
	200～299 万円	87	17.2	189	5.1	47	10.3	
	300～399 万円	68	13.4	289	7.8	45	9.8	
	400～499 万円	45	8.9	410	11.1	46	10.0	
	500～699 万円	57	11.2	788	21.3	61	13.3	
	700～999 万円	29	5.7	764	20.6	72	15.7	
	1000～1499 万円	12	2.4	398	10.7	37	8.1	
	1500 万円	7	1.4	127	3.4	19	4.1	
	わからない	68	13.4	452	12.2	89	19.4	
経済的な暮らし向き（令和 4 年のみ）	大変ゆとりがある	4	1.1	37	1.8	7	2.2	<0.001
	ややゆとりがある	19	5.1	261	12.4	38	11.8	
	普通	121	32.7	916	43.5	152	47.4	
	やや苦しい	126	34.1	661	31.4	90	28.0	
	大変苦しい	100	27.0	232	11.0	34	10.6	
相談相手の有無	いる	422	84.1	3397	92.0	417	90.5	<0.001
	いない	80	15.9	297	8.0	44	9.5	
心身の健康状態	よい	96	19.0	981	26.4	115	24.9	<0.001
	まあよい	81	16.1	927	25.0	96	20.8	
	ふつう	207	41.1	1283	34.6	187	40.5	
	あまりよくない	92	18.3	431	11.6	55	11.9	
	よくない	28	5.6	91	2.5	9	1.9	

表４．子育て世代別不安や悩みの有無と支援の状況（令和４年のみ）

		ひとり親世帯		両親世帯		３世代世帯		P
		n	%	n	%	n	%	
不安や悩みの有無	ある	302	81.6	1568	74.3	240	74.5	<0.01
	ない	68	18.4	542	25.7	82	25.5	
不安や悩みに対する家族・親族等からの手助	受けている	140	47.1	971	63.1	158	66.7	<0.001
	受けていない	157	52.9	568	36.9	79	33.3	
不安や悩みに対する行政機関・NPO 等からの支援	受けている	27	9.2	71	4.6	12	5.1	P=0.003
	受けていない	251	85.4	1424	91.8	208	87.8	

表 5. 子育て世代別不安や悩みの内容（令和 4 年のみ）

		ひとり親世帯		両親世帯		3 世代世帯		P
		n	%	n	%	n	%	
健康	非該当	158	53.4	799	51.8	133	56.1	n.s.
	該当	138	46.6	743	48.2	104	43.9	
住まい	非該当	223	75.3	1257	81.5	194	81.9	p=0.05
	該当	73	24.7	285	18.5	43	18.1	
進路上の問題	非該当	231	78.0	1170	75.9	168	70.9	n.s.
	該当	65	22.0	372	24.1	69	29.1	
収入や資産	非該当	88	29.7	554	35.9	91	38.4	n.s
	該当	208	70.3	988	64.1	146	61.6	
家族・親族間の人間関係	非該当	235	79.4	1228	79.6	178	75.1	n.s
	該当	61	20.6	314	20.4	59	24.9	
近隣・地域との関係	非該当	282	95.3	1452	94.2	227	95.8	n.s
	該当	14	4.7	90	5.8	10	4.2	
学校や勤務先での人間関係	非該当	219	74.0	1153	74.8	171	72.2	n.s
	該当	77	26.0	389	25.2	66	27.8	
事業や家業の経営上の問題	非該当	275	92.9	1457	94.5	223	94.1	n.s
	該当	21	7.1	85	5.5	14	5.9	
金銭トラブル	非該当	277	93.6	1498	97.1	227	95.8	P=0.015
	該当	19	6.4	44	2.9	10	4.2	

表５．子育て世代別不安や悩みの内容（令和４年のみ）（続き）

		ひとり親世帯		両親世帯		３世代世帯		P
		n	%	n	%	n	%	
子育て等生活上の問題	非該当	200	67.6	889	57.7	142	59.9	p=0.006
	該当	96	32.4	653	42.3	95	40.1	
自然災害や事故等の被害	非該当	275	92.9	1456	94.4	223	94.1	n.s
	該当	21	7.1	86	5.6	14	5.9	
その他	非該当	274	92.6	1439	93.3	216	91.1	n.s
	該当	22	7.4	103	6.7	21	8.9	

年代別の社会的孤立の該当割合とその特性

～令和３年･令和４年「人々のつながりに関する基礎調査」の二次分析より～

日本福祉大学 社会福祉学部 教授
日本福祉大学 健康社会研究センター センター長
斉 藤 雅 茂

目　　的

社会的孤立とは「家族やコミュニティとほとんど接触がない状態」と定義される（Townsend 1963)。社会的孤立というと全ての社会的サービスを拒否し、人づきあいが全くなく、ゴミ屋敷や不衛生な状態にあって、近隣関係でトラブルを起こしているといった状態像をイメージされやすい。しかし、そこまで極端な状態ではなく，社会的なつながり・交流がやや乏しい状態であっても無視できないことが分かっている。ここでは、「人々のつながりに関する基礎調査」データに基づいて、(1)若年層・壮年層・高齢層別の孤立傾向にある人（＝社会的交流の乏しい人）の発現率とその特性、(2)相談に対する意識（諦念感や抵抗感など）と孤立との関連、(3)コロナ禍にあった2021 年調査とアフターコロナにむけて動き始めた 2022 年調査との相違を確認した。

方　　法

■ 使用したデータ

2021（令和３）年および 2022（令和４）年の「人々のつながりに関する基礎調査」
調査の対象：全国の満 16 歳以上の個人
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）
有効回収率：2021(R3)調査＝11,867 名（59.3%）　2022(R4)調査＝11,218 名（56.1%）
実施主体　：内閣官房孤独･孤立対策担当室
（調査は株式会社サーベイリサーチセンターによる）

■ 使用した変数

①社会的孤立（社会的交流の乏しさ）

あなたと同居していない家族や友人たちと(1)直接会って話す頻度、(2)電話(ビデオ通話を含む）する頻度、(3)SNS（チャットなど）で連絡する頻度、(4)電子メールやショートメールで連絡する頻度、あなたと同居している人たちと(5)直接会って話す頻度の５指標を使用した。それぞれ「全くない」から「週４～５回以上」までの７件法で頻度を把握している。ここでは、１カ月を 4.3 週とし、月あたりの交流頻度を換算した（週４～５回以上＝19.35、週２～３回以上＝10.75、週１回程度＝4.30、２週間に１回程度＝2.15、月１回程度＝1.00、月１回未満＝0.50、全くない＝0.00)。高齢者への 10 年間の追跡研究において、同居者以外との交流頻度が週１回未満群では要介護リスクが、月１回未満群では要介護リスクに加えて全死亡リスクが有意に上昇していたこと[1,2]を考慮し、上記の交流の合算が、週１回以下を「孤立」、週２回以下を「やや

[1] 斉藤雅茂ら（2015）日本公衆衛生雑誌, 62(3): 95-105
[2] Saito M. et al. (2021) Geriatr Gerontol Int 21(2):209-214.

孤立」、月１回以下を「深刻な孤立」に分類した。

②基本属性および相談に関する意識

社会的孤立に関連する基本属性として、年齢、性別、婚姻状態、同居者の有無、最終学歴、等価世帯所得（世帯所得を世帯人数の平方根で除したもの）、心身の健康状態、社会参加の状況、相談相手の有無を使用した。

あわせて、相談に関する意識として、「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」「相談しても無駄である（相談しても解決しない）」「相談することは相手の負担になる」「相手に連絡を取ることや不安や悩みを説明するのが面倒である」「相談することが恥ずかしい」の６項目について、該当する（そう思う）か該当しない（そう思わない）かを尋ねた設問を使用した。

■ 解析の手順

回答者の年代を若年層（34 歳以下）、壮年層（35～64 歳以下）、高齢層（65 歳以上）に分類し、調査年度ごとに各社会的交流指標の分布を確認した。その後、基本属性ごとに孤立者の割合を確認し、孤立状態を従属変数、上記変数を独立変数としたポアソン回帰分析を実施した。参考として、やや孤立状態、および、深刻な孤立状態についても集計・解析を行った。つづいて、相談に関する意識６指標による孤立者割合の相違を確認し、上記変数を調整したポアソン回帰分析を実施した。なお、参考として「やや孤立状態」および「深刻な孤立状態」についても同じ集計・解析を実施した。

結　　果

１．社会的交流指標の２時点比較（表１）

- 2021 年調査と比べて、2022 年調査では交流頻度の総数はやや増加している（１カ月あたり 31.82 回から 33.03 回へ）。具体的には、「同居者以外と電話（ビデオ通話含む）する頻度」は「全くない」がやや増加しているが、「同居者以外と直接会って話す頻度」および「同居者以外と電子メールやショートメールで連絡する頻度」は「全くない」が減少し、「週１回程度」「週２～３回程度」「週４～５回以上」が増加している。「同居者と直接会って話す頻度」では「全くない」「月１回未満」「月１回程度」「２週間に１回程度」が微減し、「週１回程度」「週２～３回程度」が微増している。
- 年代別にみると、年齢層があがるにつれて、交流指標の総数は乏しい傾向にある。若年層（34 歳以下）では、調査時点間で交流頻度の総数に有意な差はみられない（39.75→39.05）。一方、壮年層（35～64 歳以下）および高齢層（65 歳以上）では、2021 年調査と比べて、2022 年調査の方が交流頻度の総数はやや増加している（壮年層：32.84→34.19、高齢層：27.01→28.93）。「同居者以外と電話（ビデオ通話含む）する頻度」はやや減少しているが、壮年層では「同居者以外と直接会って話す頻度」および「同居者と直接会って話す頻度」が、高齢層では「同居者以外とＳＮＳ（チャットなど）で連絡する頻度」および「同居者以外と電子メールやショートメールで連絡する頻度」がやや増加している。

２．社会的孤立の割合（表１）

- 他者との交流頻度（非対面を含む）が週１回（月 4.3 回）以下を孤立状態とした場合、回答

者の７%程度が該当した。同じく、週２回（月 8.6 回）以下をやや孤立した状態とした場合、回答者の 10%程度、月１回（月 1.0 回）以下を深刻な孤立状態とした場合、回答者の３%程度が該当した。

- 孤立状態に該当する人の割合は、年齢層によって顕著に異なっていた。孤立状態に該当した人は、若年層ではおよそ４%程度、壮年層ではおよそ５～6%程度、高齢層では 10～11%程度であった。
- 調査年度別にみると、孤立状態に関しては 2021 年調査では 7.44%に対して、2022 年調査では 6.67%と微減していた（p=.024）。年齢層別にみると、壮年層において微減傾向（5.90%→4.79%）が確認されたが、若年層・高齢層では減少していなかった。

３．孤立・深刻な孤立に該当する人の特性（表２・表３）

- 年齢層の高い人の方が、男性の方が、配偶者あり以外の人の方が、同居者がいない人の方が、最終学歴が高卒以下の人の方が、等価世帯所得が少ない人の方が、心身の健康状態がよくない人の方が、町内会やボランティアなどの社会的活動に参加していない人の方が、相談相手がいない人の方が顕著に孤立傾向の人が多くなっていた。なお、やや孤立状態、ないし、深刻な孤立状態でみても、類似した傾向にあった（参考１）。
- 全体的には調査時点による孤立者の特性に顕著な差は認められなかった。ただし、世帯所得、健康状態、社会参加の状況、相談相手の有無などにおいて、もともと孤立者が少ない群でさらに孤立者が減少していた。たとえば、等価世帯所得が 300 万円以上の人々は孤立者が減少していた（4.55%→2.72%）のに対し、100 万円未満の人々は孤立者がやや増加していた（11.31%→13.39%）。
- 年齢層別に同時投入したモデルにおいても概ね同様の傾向が確認された。諸要因に関わらず、いずれの年齢層においても、年齢が高い人々の方が 1.5～3.0 倍程度、女性よりも男性の方が 1.6～1.7 倍程度、相談相手がいる人よりもいない人の方が 2.2～2.8 倍程度、孤立状態に該当しやすい傾向にあった。なお、壮年層と高齢層においては、2021 年調査と比べて、2022 年調査では 15～20%程度孤立者が少ない傾向にあった（若年層では調査時点による相違は認められなかった）。
- 若年層および壮年層では、婚姻状態（配偶者の有無）による相違が顕著で、未婚の人の方が 10.4～11.9 倍程度、孤立状態に該当しやすい傾向にあった。一方、高齢層では、婚姻状態による違いだけでなく、所得の低さや心身の健康状態、社会参加の状況も有意な関連を示していた。なお、孤立該当者と深刻な孤立該当者では概ね類似した関連を示していた。

４．孤立状態と相談に関する意識との関連（表４・表５）

- 2021 年調査と 2022 年調査ともに、相談に関して諦念感や他者への迷惑、恥ずかしさを感じている人の方が孤立状態に該当している人がやや多かった。やや孤立状態、および、深刻な孤立状態との関連においてもほぼ同様の傾向にあった（参考３）。
- 基本属性を調整し、年齢層別にみると、高齢層では「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ても気持ちが楽になる」に「そう思わない」と回答した人は 1.4 倍程度、「相談しても無駄である（相談しても解決しない）」「相談することは相手の負担になる」に「そう思う」と回答した人は 1.3 倍程度、孤立状態

に該当しやすい傾向にあった。壮年層でも一部類似した傾向がみられるものの、若年層ではそうした相談に関する意識と孤立状態との関連は認められなかった。

- 上記のトレンドは「やや孤立状態」でもほぼ類似した結果が得られている。そのうえで、「やや孤立状態」に関しては、若年層でも「相談しても無駄である（相談しても解決しない）」「相談することは相手の負担になる」「相手に連絡を取ることや不安や悩みを説明するのが面倒である」に「そう思う」と回答したような、相談に対する諦念感や抵抗感を抱えている人が 1.4～1.5 倍程度、やや孤立状態に該当しやすいという結果であった（参考４）。

考　　察

- 第１に、2021 年調査と比べて、2022 年調査では、全体的にビデオ通話含む電話の頻度が減り、直接会って話す頻度が増えていたこと、その結果、他者との交流が微増して孤立者が微減していたことは新型コロナウィルスによる自粛要請が解除される動向の影響と考えられる。とくに壮年層において孤立傾向の人がやや減少していたのは、コロナ禍を経て多様な交流媒体を使用することになったことを反映しているのかもしれない。
- 第２に、社会的孤立に該当した人は７％程度で、深刻な孤立に限定すると３％程度、やや広めに捉えると 10%程度が該当するという結果は、これまでの国内外の知見と矛盾しないものである。なお、今回の分析では同居者との交流頻度も含めているため、孤立者の割合はやや限定的になっている点は留意する必要あり。本データにおいても、年齢階層によって孤立者割合は顕著に異なり、若年層での孤立はわずかであり、高齢者の間で顕著に多いことが改めて確認された（孤独が若年層や壮年層でも多かったことと対照的）。
- 第３に、男性の方が、婚姻状態が未婚・離別・死別者の方が、相談相手がいない人の方が孤立状態に至りやすい、など孤立しやすい属性自体には年齢階層による顕著な相違はみられなかった。ただし、孤立の状態像は年齢階層によってやや異なる可能性あり。若年層は家族や友人との繋がりが豊富なこともあってか、配偶者がいるか否かが孤立状態の規定要因になっていた。一方、高齢層は婚姻状態そのものだけでなく、健康状態やＳＥＳ（Socio-economic Status：社会経済的状況）が有意に関連していた。高齢期に社会的な交流を維持させるには多様な要素が必要となることを反映した結果かもしれない。
- 第４に、相談相手がいない人が孤立しやすいだけでなく、受援力の乏しい人が孤立しやすいことを改めて確認できる結果が得られた。「相談することで解決できるとは思わない」「相談しても気持ちは楽にならない」「相談しても無駄である」など、相談に対する諦念感を抱えた人の方が 30～40%程度、孤立しやすくなっていた。なお、若年層において相手への遠慮や抵抗感がある人がやや孤立状態に該当しやすいという結果は、若年層では他者への気遣いや遠慮などの「空気を読みすぎる」人が、他者との交流がやや乏しくなりがちであることを示唆するものかもしれない。

表１　調査年ごとの年代別交流頻度の相違；クロス集計

	全体			34 歳以下			35～64 歳以下			65 歳以上		
	2021	2022		2021	2022		2021	2022		2021	2022	
	%	%	*p*	%	%	*p*	%	%	*p*	%	%	*p*
同居者以外と直接会って話す頻度												
全くない	12.70	11.31		12.75	10.95		15.58	12.94		8.61	9.30	
月１回未満	17.26	16.72		15.44	14.87		21.09	20.82		12.88	12.11	
月１回程度	15.61	15.29		13.61	14.59		17.10	17.02		14.62	13.31	
２週間に１回程度	9.85	10.33		8.99	10.78		10.29	9.91		9.62	10.67	
週１回程度	14.35	14.73		11.58	10.78		13.02	13.74		17.91	17.91	
週２～３回程度	13.45	14.04		12.39	10.33		9.32	10.57		19.90	20.42	
週４～５回以上	16.78	17.59	.022	25.24	27.70	.052	13.61	15.00	.002	16.46	16.28	.397
同居者以外と電話（ビデオ通話含む）する頻度												
全くない	15.33	17.41		19.66	21.64		17.77	20.00		9.06	11.35	
月１回未満	17.45	16.93		15.91	16.45		19.74	18.54		14.84	14.82	
月１回程度	16.21	16.05		15.66	15.76		15.83	17.17		16.91	14.55	
２週間に１回程度	12.21	11.80		10.73	11.25		12.91	11.47		11.98	12.59	
週１回程度	15.53	15.41		14.01	13.65		14.44	14.15		18.12	18.2	
週２～３回程度	13.72	13.21		13.55	12.05		10.84	10.73		18.34	17.48	
週４～５回以上	9.56	9.19	.011	10.47	9.19	.494	8.47	7.94	.013	10.74	11.02	.018
同居者以外とＳＮＳ（チャットなど）で連絡する頻度												
全くない	23.61	23.43		6.28	5.71		17.60	17.22		49.79	45.53	
月１回未満	7.18	7.29		4.81	5.49		9.26	8.90		5.03	5.62	
月１回程度	8.10	8.71		6.38	7.75		9.87	10.34		5.86	6.44	
２週間に１回程度	8.14	8.83		7.70	7.69		9.40	10.69		5.99	6.29	
週１回程度	11.47	11.63		9.17	10.52		13.37	12.91		9.55	10.09	
週２～３回程度	15.92	15.84		17.58	19.17		16.97	16.41		12.44	12.73	
週４～５回以上	25.58	24.27	.225	48.07	43.67	.095	23.53	23.53	.426	11.35	13.30	.086
同居者以外と電子メールやショートメールで連絡する頻度												
全くない	50.67	48.99		69.71	70.75		44.39	43.49		47.49	44.82	
月１回未満	14.43	14.91		10.91	10.36		17.57	18.16		11.30	12.17	
月１回程度	8.79	9.04		5.12	5.07		10.42	10.04		8.33	9.79	
２週間に１回程度	6.33	5.87		3.29	2.82		6.66	6.40		8.20	6.86	
週１回程度	7.42	7.58		3.97	3.45		7.56	7.76		9.94	9.86	
週２～３回程度	6.52	6.98		3.55	2.59		6.76	6.94		8.45	9.79	
週４～５回以上	5.85	6.64	.076	3.45	4.95	.154	6.63	7.21	.832	6.29	6.72	.070
同居者と直接会って話す頻度												
全くない	0.86	0.76		1.02	0.62		0.69	0.60		1.05	1.06	
月１回未満	0.61	0.30		0.36	0.14		0.60	0.16		0.77	0.58	
月１回程度	0.65	0.53		0.30	0.00		0.64	0.53		0.86	0.77	
２週間に１回程度	0.51	0.42		0.42	0.21		0.47	0.31		0.54	0.68	
週１回程度	1.26	1.69		0.42	0.76		0.99	1.44		2.11	2.48	
週２～３回程度	3.47	3.73		2.40	3.04		2.57	2.83		5.42	5.35	
週４～５回以上	92.63	92.58	.004	95.08	95.23	.085	94.04	94.13	.005	89.25	89.07	.880
他者との交流頻度（合算）												
月１回以下 (～1.0)	3.19	3.13	.780	0.99	1.22	.489	2.24	2.12	.669	5.15	5.23	.871
週１回以下 (～4.3)	7.44	6.67	.024	3.56	3.62	.931	5.90	4.79	.011	10.81	10.37	.513
週２回以下 (～8.6)	10.04	9.25	.057	5.10	5.62	.473	7.99	6.83	.025	14.39	13.88	.634
平均値 [SD]	31.82 [18.58]	33.03 [19.35]	<.001	39.75 [19.39]	39.05 [19.75]	.268	32.84 [18.51]	34.19 [19.19]	<.001	27.01 [16.63]	28.93 [18.46]	<.001

無回答（欠損値）のケースは除外しているため、各変数で該当者数の総数は異なる。

表２　基本属性による孤立者割合の相違；クロス集計

	孤　立（他者との交流[a]が週１回(4.3)以下）				
	2021(R3)		2022(R4)		
	n	%	n	%	*p*
（全体）	871	7.44	742	6.67	.024
年　齢					
16～24 歳	17	1.99	16	2.17	.799
25～34 歳	55	4.72	49	4.62	.912
35～49 歳	121	4.90	87	3.66	.033
50～64 歳	198	6.74	162	5.75	.120
65～74 歳	197	8.55	187	8.63	.928
75 歳以上	254	13.60	241	12.30	.230
p	<.001		<.001		
性　別					
男　性	474	8.78	433	8.44	.540
女　性	365	5.91	304	5.16	.074
p	<.001		<.001		
婚姻状態					
配偶者あり	253	3.50	214	3.08	.161
未　婚	298	11.00	273	10.82	.835
死　別	151	15.86	118	13.61	.177
離　別	136	18.66	135	18.27	.848
p	<.001		<.001		
同居人の有無					
同居人あり	319	3.24	246	2.62	.012
同居人なし	433	29.12	493	28.45	.675
p	<.001		<.001		
最終学歴					
小学･中学	172	13.98	186	15.46	.304
高校（旧制中学校を含む）	340	7.51	298	6.99	.354
専門学校･短大･高専	133	5.35	103	4.28	.082
大学･大学院	177	5.47	140	4.43	.056
p	<.001		<.001		
等価世帯所得[b]					
100 万円未満	139	11.31	200	13.39	.102
100～200 万円未満	191	7.98	273	9.66	.033
200～300 万円未満	137	6.02	109	5.03	.145
300 万円以上	183	4.55	96	2.72	<.001
p	<.001		<.001		
心身の健康状態					
よい･まあよい	275	4.68	124	3.40	.002
ふつう	353	9.04	342	6.65	<.001
よくない･あまりよくない	235	12.73	266	11.74	.336
p	<.001		<.001		
社会参加の状況（町内会･ボランティア･スポーツ活動など）					
いずれかに参加している	261	4.89	188	3.72	.003
参加していない	583	9.36	540	8.99	.475
p	<.001		<.001		
相談相手の有無					
い　る	618	5.93	512	5.15	.014
いない	203	21.50	222	19.39	.232
p	<.001		<.001		

無回答（欠損値）のケースは除外しているため、各変数で該当者数の総数は異なる。

a 同居していない家族や友人たちと①直接会って話す頻度、②電話（ビデオ通話含む）の頻度、③ＳＮＳ（チャットなど）の頻度、④電子メールやショートメールの頻度、⑤同居者と直接会って話す頻度を合算したもの

b　世帯年収のカテゴリーを同居人数の平方根で除した値を上記カテゴリーに集約した

表３　年代別の孤立者の特性：ポアソン回帰分析 [a]

	孤　立 [b]（他者との交流が週１回(4.3)以下）								
	34 歳以下			35～64 歳			65 歳以上		
	PR	(95%CI)	p	PR	(95%CI)	p	PR	(95%CI)	p
調査年									
2021(R3)	ref.			ref.			ref.		
2022(R4)	1.06	(0.77-1.47)	.704	0.80	(0.67-0.94)	<.001	0.85	(0.74-0.98)	.024
年　齢									
16～24 歳	ref.								
25～34 歳	2.95	(1.87-4.67)	<.001						
35～49 歳				ref.					
50～64 歳				1.52	(1.01-1.39)	<.001			
65～74 歳							ref.		
75 歳以上							1.47	(1.26-1.70)	<.001
性　別									
女性	ref.			ref.			ref.		
男性	1.73	(1.18-2.53)	.005	1.66	(1.37-2.01)	<.001	1.60	(1.38-1.87)	<.001
婚姻状態									
配偶者あり	ref.			ref.			ref.		
未婚	11.92	(4.83-29.40)	<.001	10.35	(7.93-13.52)	<.001	4.02	(3.29-4.93)	<.001
死別	*omit*			5.28	(2.74-10.17)	<.001	2.38	(1.96-2.89)	<.001
離別	6.53	(1.38-30.91)	.018	9.98	(7.44-13.38)	<.001	3.71	(3.07-4.51)	<.001
等価世帯所得 [c]									
100 万円未満	1.31	(0.83-2.08)	.251	1.11	(0.88-1.42)	.376	2.15	(1.64-2.84)	<.001
100～200 万円未満	0.98	(0.61-1.58)	.940	0.96	(0.76-1.21)	.739	1.75	(1.34-2.27)	<.001
200～300 万円未満	1.15	(0.74-1.78)	.536	1.08	(0.86-1.35)	.529	1.41	(1.04-1.91)	.029
300 万円以上	ref.			ref.			ref.		
心身の健康状態									
よい･まあよい	ref.			ref.			ref.		
ふつう	1.40	(0.92-2.13)	.113	1.27	(1.02-1.57)	.029	1.48	(1.23-1.78)	<.001
よくない･あまりよくない	1.51	(0.94-2.43)	.092	1.46	(1.16-1.83)	.001	1.76	(1.44-2.15)	<.001
社会参加の状況（町内会･ボランティア･スポーツ活動など）									
いずれかに参加している	ref.			ref.			ref.		
参加していない	1.26	(0.86-1.86)	.242	1.48	(1.21-1.80)	<.001	1.90	(1.62-2.24)	<.001
相談相手の有無									
いる	ref.			ref.			ref.		
いない	2.75	(1.71-3.40)	<.001	2.33	(1.95-2.78)	<.001	2.17	(1.84-2.56)	<.001

a 欠損のあるケースを除外し、独立変数を同時投入した結果（なお、多重共線性を考慮し、「同居者の有無」および「学歴」はモデルから除外した）　※若年層では過調整になる可能性あり

b 同居していない家族や友人たちと①直接会って話す、②電話（ビデオ通話含む）、③ＳＮＳ（チャットなど）、④電子メールやショートメール、⑤同居者と直接会って話す頻度を合算して、週１回以下の人を「孤立」に分類した。

c 世帯年収のカテゴリーを同居人数の平方根で除した値を上記カテゴリーに集約した。

表４　相談に関する意識による孤立者割合の相違；クロス集計

	孤　立[a]（他者との交流が週１回(4.3)以下）			
	2021(R3)		2022(R4)	
	n	%	n	%
（全体）	871	7.4	742	6.7
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				
該当する（そう思う）	389	5.17	276	4.44
該当しない（そう思わない）	459	11.35	440	9.32
p	<.001		<.001	
相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる				
該当する（そう思う）	442	5.23	369	4.60
該当しない（そう思わない）	406	12.98	347	11.92
p	<.001		<.001	
相談しても無駄である（相談しても解決しない）				
該当しない（そう思わない）	685	6.59	566	5.79
該当する（そう思う）	163	13.78	150	12.88
p	<.001		<.001	
相談することは相手の負担になる				
該当しない（そう思わない）	761	7.17	618	6.25
該当する（そう思う）	87	8.99	98	9.40
p	.038		<.001	
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				
該当しない（そう思わない）	769	7.15	630	6.27
該当する（そう思う）	79	9.66	86	9.74
p	.008		<.001	
相談することが恥ずかしい				
該当しない（そう思わない）	800	7.27	660	6.38
該当する（そう思う）	48	8.45	56	9.46
p	.292		.003	

無回答（欠損値）のケースは除外しているため、各変数で該当者数の総数は異なる。

a 同居していない家族や友人たちと①直接会って話す、②電話（ビデオ通話含む）、③ＳＮＳ（チャットなど）、④電子メールやショートメール、⑤同居者と直接会って話す頻度を合算して、週１回以下の人を「孤立」に分類した。

表５　年代別の相談に関する意識と孤立との関連：ポアソン回帰分析[a]

	孤　立[b]（他者との交流が週１回(4.3)以下）								
	34 歳以下			35～64 歳			65 歳以上		
	PR	(95%CI)	*p*	PR	(95%CI)	*p*	PR	(95%CI)	*p*
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									
該当する（そう思う）	ref.			ref.			ref.		
該当しない（そう思わない）	1.12	(0.76-1.67)	.565	1.24	(1.02-1.52)	.031	1.41	(1.22-1.65)	<.001
相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる									.
該当する（そう思う）	ref.			ref.			ref.		
該当しない（そう思わない）	1.44	(0.91-2.28)	.115	1.30	(1.07-1.59)	.008	1.45	(1.25-1.69)	<.001
相談しても無駄である（相談しても解決しない）									
該当しない（そう思わない）	ref.			ref.			ref.		
該当する（そう思う）	1.15	(0.74-1.80)	.538	1.12	(0.91-1.39)	.284	1.28	(1.05-1.57)	.017
相談することは相手の負担になる									
該当しない（そう思わない）	ref.			ref.			ref.		
該当する（そう思う）	1.40	(0.92-2.15)	.120	1.01	(0.79-1.27)	.963	1.27	(1.01-1.60)	.044
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									
該当しない（そう思わない）	ref.			ref.			ref.		
該当する（そう思う）	1.46	(0.93-2.30)	.100	1.10	(0.87-1.40)	.406	1.05	(0.79-1.38)	.737
相談することが恥ずかしい									
該当しない（そう思わない）	ref.			ref.			ref.		
該当する（そう思う）	1.15	(0.70-1.87)	.570	1.10	(0.85-1.44)	.469	0.94	(0.63-1.40)	.751

a 欠損のあるケースを除外し、調査年、年齢、性別、婚姻状態、等価世帯所得、心身の健康状態、社会参加の状況、相談相手の有無を調整した結果（独立変数はそれぞれ独立して投入した）

b 同居していない家族や友人たちと①直接会って話す、②電話（ビデオ通話含む）、③ＳＮＳ（チャットなど）、④電子メールやショートメール、⑤同居者と直接会って話す頻度を合算して、週１回以下の人を「孤立」に分類した。

【参考１】　基本属性による孤立者割合の相違；クロス集計（やや孤立・深刻な孤立）

	やや孤立（他者との交流[a]が週２回(8.6)以下）					深刻な孤立（他者との交流[a]が月１回(1.0)以下）				
	2021(R3)		2022(R4)			2021(R3)		2022(R4)		
	n	%	n	%	*p*	n	%	n	%	*p*
（全体）	1176	10.04	1029	9.25	.057	374	3.19	348	3.13	.780
年　齢										
16～24 歳	31	3.63	26	3.53	.916	2	0.23	8	1.09	.032
25～34 歳	72	6.17	75	7.07	.394	18	1.54	14	1.32	.657
35～49 歳	173	7.01	124	5.21	.010	46	1.86	40	1.68	.633
50～64 歳	259	8.82	231	8.20	.411	75	2.55	70	2.48	.866
65～74 歳	264	11.46	250	11.54	.927	88	3.82	98	4.52	.241
75 歳以上	336	17.99	323	16.48	.345	127	6.80	118	6.02	.325
p	<.001		<.001			<.001		<.001		
性　別										
男　性	619	11.46	584	11.39	.964	207	3.83	226	4.41	.139
女　性	514	8.32	440	7.47	.100	148	2.40	119	2.02	.162
p	<.001		<.001			<.001		<.001		
婚姻状態										
配偶者あり	345	4.77	304	4.38	.288	108	1.49	103	1.48	.953
未　婚	403	14.88	377	14.94	.953	121	4.47	124	4.91	.443
死　別	206	21.64	164	18.92	.148	70	7.35	53	6.11	.293
離　別	181	24.83	181	24.49	.965	59	8.09	67	9.07	.506
p	<.001		<.001			<.001		<.001		
同居人の有無										
同居人あり	432	4.38	366	3.90	.108	150	1.52	122	1.30	.194
同居人なし	578	38.87	658	37.97	.474	168	11.30	224	12.93	.159
p	<.001		<.001			<.001		<.001		
最終学歴										
小学･中学	224	18.21	229	19.04	.456	90	7.32	111	9.23	.087
高校（旧制中学校を含む）	445	9.83	413	9.69	.846	151	3.33	132	3.10	.531
専門学校･短大･高専	194	7.81	170	7.07	.337	51	2.05	44	1.83	.574
大学･大学院	249	7.70	199	6.30	.031	53	1.64	53	1.68	.900
p	<.001		<.001			<.001		<.001		
等価世帯所得[b]										
100 万円未満	170	13.49	266	17.52	.004	80	6.51	100	6.69	.847
100～200 万円未満	267	11.06	379	13.22	.017	88	3.68	138	4.88	.032
200～300 万円未満	174	7.62	159	7.31	.693	28	2.11	42	1.94	.680
300 万円以上	271	6.72	145	4.10	<.001	42	1.04	37	1.05	.993
p	<.001		<.001			<.001		<.001		
心身の健康状態										
よい･まあよい	389	6.62	189	5.18	.005	100	1.70	54	1.48	.402
ふつう	480	12.29	493	9.58	<.001	146	3.74	160	3.11	.102
よくない･あまりよくない	290	15.71	336	14.83	.540	124	6.72	128	5.65	.156
p	<.001		<.001			<.001		<.001		
社会参加の状況（町内会･ボランティア･スポーツ活動など）										
いずれかに参加している	380	7.12	293	5.80	.007	84	1.57	72	1.43	.536
参加していない	765	12.28	718	11.95	.652	280	4.49	267	4.44	.890
p	<.001		<.001			<.001		<.001		
相談相手の有無										
い　る	871	8.36	736	7.40	.012	242	2.32	206	2.07	.220
いない	242	25.64	280	24.45	.602	104	11.02	137	11.97	.500
p	<.001		<.001			<.001		<.001		

無回答（欠損値）のケースは除外しているため、各変数で該当者数の総数は異なる。

a 同居していない家族や友人たちと①直接会って話す頻度、②電話（ビデオ通話含む）の頻度、③ＳＮＳ（チャットなど）の頻度、④電子メールやショートメールの頻度、⑤同居者と直接会って話す頻度を合算したもの

b　世帯年収のカテゴリーを同居人数の平方根で除した値を上記カテゴリーに集約した

【参考２】　年代別の孤立者の特性：ポアソン回帰分析[a]（やや孤立・深刻な孤立）

	やや孤立[b]（他者との交流が週２回(8.6)以下）									深刻な孤立[b]（他者との交流が週１回(1.0)以下）								
	34 歳以下			35～64 歳			65 歳以上			34 歳以下			35～64 歳			65 歳以上		
	PR	(95%CI)	p	PR	(95%CI)	p	PR	(95%CI)	p	PR	(95%CI)	p	PR	(95%CI)	p	PR	(95%CI)	p
調査年																		
2021(R3)	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
2022(R4)	1.23	(0.94-1.61)	.127	0.82	(0.72-0.94)	.004	0.90	(0.80-1.02)	.094	1.35	(0.70-2.58)	.368	1.02	(0.76-1.35)	.912	0.85	(0.69-1.05)	.126
年　齢																		
16～24 歳	ref.									ref.								
25～34 歳	2.64	(1.84-3.79)	<.001							2.84	(1.23-6.56)	.015						
35～49 歳				ref.									ref.					
50～64 歳				1.41	(1.23-1.62)	<.001							1.50	(1.13-2.00)	.005			
65～74 歳							ref.									ref.		
75 歳以上							1.41	(1.25-1.60)	<.001							1.56	(1.25-1.95)	<.001
性　別																		
女性	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
男性	1.49	(1.11-2.02)	.010	1.56	(1.34-1.82)	<.001	1.48	(1.31-1.69)	<.001	2.29	(1.00-5.22)	.049	1.78	(1.24-2.55)	.002	2.05	(1.63-2.59)	<.001
婚姻状態																		
配偶者あり	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
未婚	13.36	(6.20-28.79)	<.001	9.72	(7.81-12.08)	<.001	3.52	(2.95-4.22)	<.001	10.58	(1.33-84.22)	.026	8.93	(5.66-14.07)	<.001	4.25	(3.14-5.74)	<.001
死別	*omit*			6.41	(3.94-10.43)	<.001	2.39	(2.03-2.80)	<.001	*omit*			2.84	(0.66-12.15)	.159	2.52	(1.89-3.38)	<.001
離別	5.01	(1.12-22.36)	.035	9.94	(7.85-12.57)	<.001	3.56	(3.03-4.20)	<.001	11.65	(0.67-203.15)	.092	7.24	(4.28-12.25)	<.001	4.36	(3.28-5.79)	<.001
等価世帯所得[c]																		
100 万円未満	1.17	(0.79-1.73)	.431	1.02	(0.84-1.24)	.839	2.04	(1.61-2.57)	<.001	3.28	(1.39-7.77)	.007	1.82	(1.21-2.74)	.004	3.41	(2.11-5.52)	<.001
100～200 万円未満	1.00	(0.68-1.47)	.993	0.89	(0.74-1.07)	.218	1.79	(1.43-2.23)	<.001	1.40	(0.52-3.82)	.505	1.41	(0.94-2.12)	.098	2.65	(1.65-4.24)	<.001
200～300 万円未満	1.15	(0.80-1.64)	.452	0.94	(0.78-1.13)	.498	1.40	(1.08-1.81)	.010	1.11	(0.40-3.11)	.830	1.28	(0.83-1.98)	.257	1.84	(1.08-3.13)	.024
300 万円以上	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
心身の健康状態																		
よい･まあよい	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
ふつう	1.19	(0.85-1.67)	.299	1.36	(1.14-1.61)	.001	1.45	(1.24-1.69)	<.001	1.10	(0.45-2.72)	.832	1.30	(0.88-1.98)	.186	1.55	(1.17-2.05)	.002
よくない･あまりよくない	1.51	(0.91-2.01)	.092	1.46	(1.15-1.68)	.001	1.61	(1.36-1.91)	<.001	1.86	(0.77-4.44)	.165	1.58	(1.05-2.37)	.029	1.76	(1.31-2.38)	<.001
社会参加の状況（町内会･ボランティア･スポーツ活動など）																		
いずれかに参加している	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
参加していない	1.24	(0.90-1.70)	.183	1.33	(1.14-1.56)	<.001	1.67	(1.47-1.91)	<.001	2.07	(0.84-5.13)	.114	1.40	(1.00-1.97)	.053	2.40	(1.86-3.11)	<.001
相談相手の有無																		
いる	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
いない	2.22	(1.60-3.08)	<.001	2.15	(1.85-2.49)	<.001	1.84	(1.59-2.13)	<.001	5.49	(2.53-11.91)	<.001	3.92	(2.85-5.40)	<.001	2.78	(2.20-3.54)	<.001

a 欠損のあるケースを除外し、独立変数を同時投入した結果（なお、多重共線性を考慮し、「同居者の有無」および「学歴」はモデルから除外した）　※若年層では過調整になる可能性あり

b 同居していない家族や友人たちと①直接会って話す、②電話（ビデオ通話含む）、③ＳＮＳ（チャットなど）、④電子メールやショートメール、⑤同居者と直接会って話す頻度を合算して、週２回以下、ないし、月１回以下の人を「やや孤立」「深刻な孤立」に分類した。

c 世帯年収のカテゴリーを同居人数の平方根で除した値を上記カテゴリーに集約した。

【参考３】　相談に関する意識による孤立者割合の相違；クロス集計（やや孤立・深刻な孤立）

	やや孤立 [a]（他者との交流が週２回(8.6)以下）				深刻な孤立 [a]（他者との交流が月１回(1.0)以下）			
	2021(R3)		2022(R4)		2021(R3)		2022(R4)	
	n	%	n	%	n	%	n	%
（全体）	1176	10.04	1029	9.25	374	3.2	348	3.1
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								
該当する（そう思う）	550	7.30	404	6.50	145	1.93	107	1.72
該当しない（そう思わない）	596	14.73	590	12.49	217	5.36	228	4.83
p	<.001		<.001		<.001		<.001	
相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる								
該当する（そう思う）	648	7.67	550	6.86	156	1.85	136	1.70
該当しない（そう思わない）	498	15.92	444	15.25	206	6.58	199	6.83
p	<.001		<.001		<.001		<.001	
相談しても無駄である（相談しても解決しない）								
該当しない（そう思わない）	944	9.08	797	8.16	281	2.70	249	2.55
該当する（そう思う）	202	17.08	197	16.91	81	6.85	86	7.38
p	<.001		<.001		<.001		<.001	
相談することは相手の負担になる								
該当しない（そう思わない）	1032	9.73	853	8.62	335	3.16	285	2.88
該当する（そう思う）	114	11.78	141	13.53	27	2.79	50	4.80
p	.036		<.001		.528		.001	
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								
該当しない（そう思わない）	1039	9.66	875	8.71	332	3.09	290	2.89
該当する（そう思う）	107	13.08	119	13.48	30	3.67	45	5.10
p	.001		<.001		.357		<.001	
相談することが恥ずかしい								
該当しない（そう思わない）	1088	9.88	921	8.91	344	3.13	308	2.98
該当する（そう思う）	58	10.21	73	12.33	18	3.17	27	4.56
p	.753		.004		.953		.030	

無回答（欠損値）のケースは除外しているため、各変数で該当者数の総数は異なる。

a 同居していない家族や友人たちと①直接会って話す、②電話（ビデオ通話含む）、③ＳＮＳ（チャットなど）、④電子メールやショートメール、⑤同居者と直接会って話す頻度を合算して、週２回以下、ないし、月１回以下の人を「やや孤立」「深刻な孤立」に分類した。

【参考４】　年代別の相談に関する意識と孤立との関連：ポアソン回帰分析[a]（やや孤立・深刻な孤立）

	やや孤立[b]（他者との交流が週２回(8.6)以下）									深刻な孤立[b]（他者との交流が週１回(1.0)以下）								
	34 歳以下			35～64 歳			65 歳以上			34 歳以下			35～64 歳			65 歳以上		
	PR	(95%CI)	*p*	PR	(95%CI)	*p*	PR	(95%CI)	*p*	PR	(95%CI)	*p*	PR	(95%CI)	*p*	PR	(95%CI)	*p*
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																		
該当する（そう思う）	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
該当しない（そう思わない）	1.20	(0.87-1.65)	.271	1.25	(1.06-1.47)	.008	1.37	(1.21-1.56)	<.001	1.24	(0.60-2.58)	.563	1.05	(0.75-1.51)	.740	1.71	(1.34-2.17)	<.001
相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる																		
該当する（そう思う）	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
該当しない（そう思わない）	1.32	(0.92-1.90)	.135	1.25	(1.07-1.48)	.007	1.29	(1.14-1.46)	<.001	1.66	(0.58-4.72)	.346	1.55	(1.10-2.17)	.013	1.85	(1.47-2.33)	<.001
相談しても無駄である（相談しても解決しない）																		
該当しない（そう思わない）	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
該当する（そう思う）	1.41	(0.97-2.06)	.075	1.10	(0.93-1.31)	.270	1.30	(1.08-1.55)	.005	1.67	(0.76-3.67)	.204	1.15	(0.82-1.61)	.421	1.23	(0.91-1.65)	.174
相談することは相手の負担になる																		
該当しない（そう思わない）	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
該当する（そう思う）	1.41	(0.99-2.01)	.057	1.08	(0.89-1.31)	.424	1.32	(1.08-1.62)	.006	0.71	(0.30-1.70)	.439	0.90	(0.60-1.36)	.620	1.11	(0.78-1.58)	.560
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																		
該当しない（そう思わない）	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
該当する（そう思う）	1.48	(1.03-2.14)	.035	1.10	(0.91-1.34)	.309	1.10	(0.87-1.39)	.429	1.08	(0.46-2.52)	.860	1.11	(0.76-1.61)	.601	0.98	(0.65-1.46)	.918
相談することが恥ずかしい																		
該当しない（そう思わない）	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
該当する（そう思う）	1.06	(0.70-1.61)	.790	1.04	(0.84-1.29)	.698	0.85	(0.59-1.24)	.400	1.21	(0.57-2.57)	.619	0.90	(0.56-1.46)	.679	1.14	(0.68-1.91)	.618

a 欠損のあるケースを除外し、調査年、年齢、性別、婚姻状態、等価世帯所得、心身の健康状態、社会参加の状況、相談相手の有無を調整した結果（独立変数はそれぞれ独立して投入した）

b 同居していない家族や友人たちと①直接会って話す、②電話（ビデオ通話含む）、③ＳＮＳ（チャットなど）、④電子メールやショートメール、⑤同居者と直接会って話す頻度を合算して、週２回以下、ないし、月１回以下の人を「やや孤立」「深刻な孤立」に分類した。