

人々のつながりに関する基礎調査

－令和3年、4年、5年－

調査結果に関する有識者による考察

令和6年10月

孤独・孤立の実態把握に関する研究会



# 3年間の調査の振り返り

早稲田大学 石田光規

## 1 はじめに

2021年12月に始まった『人々のつながりに関する基礎調査』も、2023年で3回を迎えた。このレポートでは、過去3年のデータを比較し、3カ年に共通して見られる傾向、変化の生じた箇所について検討する。なお、本レポートにおいては、孤独感は直接質問から、孤立はサポート提供者の有無から測定する。

## 2 基礎的な事実の確認

### 1) 過去3年間における孤独感の高さ、孤立者の推移

まず、基礎的な事実として2021年から2023年にかけて孤独感の高い人や孤立者の比率がどのように変わってきたのか確認しよう（図1、2）。

図1 2021年から2024年にかけての孤独感の推移

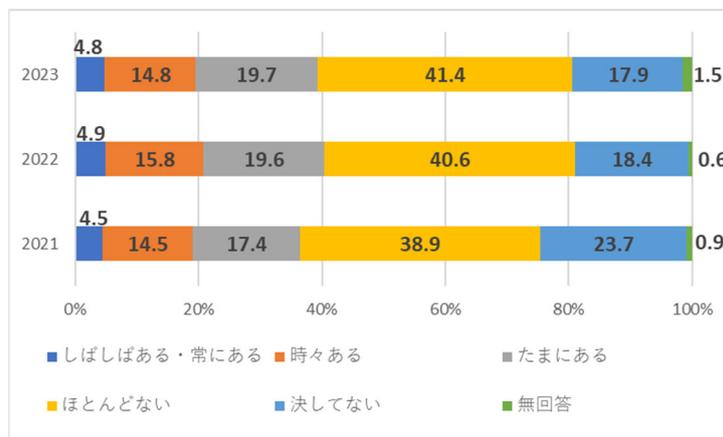


図2 2021年から2024年にかけての孤立者の推移

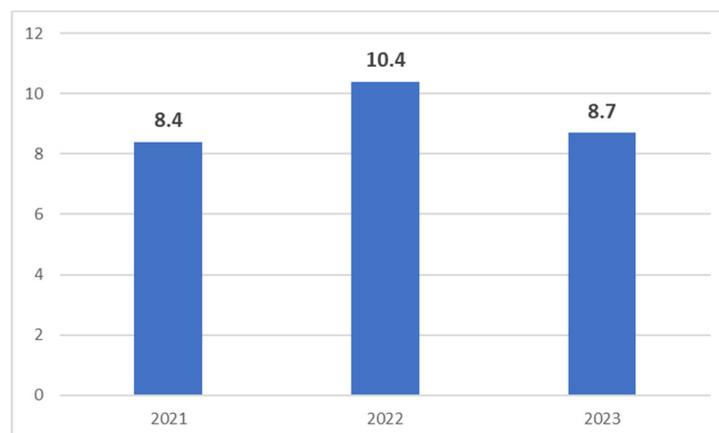


図1は孤独感を尋ねた質問に対する回答の推移を示している。過去3年を見ても、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人は5%でいど、「時々ある」と回答した人は15%でいどであり、大きな変化はない。強いて言えば、2021年に比べ、2022年、23年のほうが孤独感が「時々ある」と答えた人の比率がわずかに増えており、また、孤独感が「決してない」と答えた人が減っている。

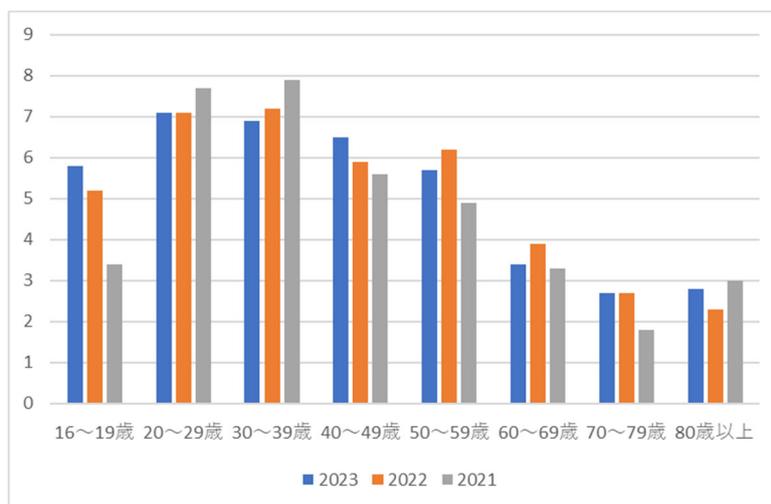
続いて相談相手の有無についての質問から孤立者の推移を確認しよう(図2)。相談相手のいない孤立者については、2021年、2023年は8.4%、8.7%とほぼ変わらないが、2022年は10.4%とやや増えている。3年間を見ると、孤独感については、孤独を感じる人がわずかに増えており、孤立者については、一貫した傾向は見られないと言えよう。

周知のように2021年は新型コロナウイルスが猛威を振るっており、2023年にはほぼ収束した。人との接触を遠ざけたコロナ禍は人々の孤独感を高め、孤立の傾向を増やしたと考えられた。しかしながら、データからはそうした傾向は見られず、孤独感が「決してない」と答える人はむしろ減っていた。「時々ある」まで含めると、日本社会では2割でいどの人が孤独を感じており、1割でいどの人が相談相手がおらず孤立していることになる。

## 2) 年齢層別に見る孤独・孤立

次に、どのような年齢層の孤独感が高く、孤立しがちなのか見てみよう。図3は孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人を年齢層別に見た結果である。2021年から23年までの調査結果をまとめている。

図3 年齢層別の孤独感



この図を見ると高齢層よりも若年層、中年層の孤独感が高いことがわかる。孤独感が「しばしばある・常にある」と答えた人が最も多いのは、2021年から23年いずれにおいても、20代、30代であり、その次に40代、50代が多い。16~19歳は、2021年は60代と同じくらい孤独感の高い人が少ないものの、22年から上昇し、23年は50代よりも孤独感が「しばしばある・常にある」と答えた人が多くなっている。

表1 年齢層別の孤立者

	2021	2022	2023	JGSS2003
16～19歳	7.0%	7.7%	5.2%	
20～29歳	8.5%	11.4%	7.6%	2.6%
30～39歳	11.5%	12.3%	11.4%	2.8%
40～49歳	10.1%	12.4%	10.8%	8.1%
50～59歳	10.0%	13.0%	11.5%	7.1%
60～69歳	7.8%	9.8%	9.1%	11.8%
70～79歳	6.0%	7.6%	5.9%	18.6%
80歳以上	5.0%	7.1%	4.1%	19.7%

次に孤立者である。表1は2021年から23年の『人々のつながりに関する基礎調査』で相談相手が「いない」と答えた人と、2003年に実施された日本版一般社会調査（JGSS）において、相談相手が「いない」と答えた人を年齢層別に示している。

JGSSは日本に住む満20～89歳の人を対象としており、『人々のつながりに関する基礎調査』と調査対象が近い。また、2003年のJGSSは「重要なことを話したり、悩みを相談する人たち」の人数を尋ねているため、相談相手の有無を特定できる。長期的な比較を行う目的で、参考としてJGSSの相談相手の有無についても掲載した。その結果興味深い事実が明らかになった。

『人々のつながりに関する基礎調査』における孤立者は、孤独感が高い人と同様に、中年層に多い。いずれの年も30代から50代までで相談相手のいない人が多くなり、70歳以上の高齢層の孤立者が少ない。JGSSの結果はその反対で、若年層の孤立者は少なく、高齢になるほど孤立する人が増えている。

この結果が時代を反映したものであれば、2003年から約20年の間に中年層の人間関係が急速に衰えたと言えよう。孤独・孤立対策でも若年層の支援の必要性が叫ばれている。今回の調査結果は若年層のみならず、現役世代である中年層にも支援が必要であることを示している。とくに、図表は省くものの、中年層男性の孤立の傾向が顕著であり、この世代のサポートが求められる。

### 3) その他の全般的な傾向

性別、婚姻形態、健康状態、世帯収入との関連も確認しておこう。表2はそのまとめである。孤独感については孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人、孤立については相談相手がいない人の比率である。特徴的なところにマーカーを入れてある。また、2023年調査では、「困った時に頼れる人」の有無も尋ねているので、そうした人がいない人も掲載した。

孤独感が高い人の属性と孤立しがちな人の属性は似通っており、3年間安定的な傾向を示している。すなわち、男性、未婚者、離別者、健康状態の悪い人、世帯収入の低い人に孤独感が高い人が多く、孤立者が多い。とくに健康状態を「よくない」と認識している人の孤独感が高く、孤立の傾向が強い。また、男性、未婚者、離別者の孤立の傾向も強い。

2020年の国勢調査から算出された男性の50歳時未婚率は28.3%におよんでいる。家族のサポートを受けづらいつら彼らが高齢にさしかかると、孤立の問題はいつそう深刻になると予測される。

表2 属性別に見た孤独感の高い人、孤立する人

性別	孤独感			孤立				孤独感			孤立				
	2021	2022	2023	2021	2022	2023		2021	2022	2023	2021	2022	2023		
						相談	困りごと						相談	困りごと	
男性	4.9%	5.1%	5.3%	12.1%	14.5%	12.5%	11.4%	7.3%	8.1%	7.0%	13.4%	13.9%	11.5%	10.2%	
女性	4.1%	4.6%	4.2%	5.0%	6.7%	5.3%	4.2%	6.0%	5.3%	5.0%	12.0%	10.9%	8.8%	8.0%	
婚姻形態															
未婚	9.6%	9.7%	9.4%	14.6%	18.1%	14.8%	12.6%	4.3%	5.0%	4.3%	7.0%	11.8%	9.0%	7.7%	
既婚	2.4%	3.0%	3.1%	5.8%	7.3%	6.4%	5.7%	4.2%	4.1%	4.2%	8.0%	10.7%	8.8%	7.7%	
死別	3.4%	3.1%	3.4%	4.8%	6.6%	5.0%	3.7%	4.3%	5.4%	4.0%	7.8%	9.5%	9.4%	7.5%	
離別	8.1%	8.8%	6.9%	15.9%	17.6%	14.7%	14.1%	3.7%	4.2%	4.3%	6.9%	8.6%	8.4%	7.7%	
健康状態															
よい	1.4%	1.6%	1.1%	3.7%	5.4%	2.9%	2.6%	3.1%	3.3%	4.2%	6.3%	7.8%	6.6%	6.1%	
まあよい	1.5%	2.0%	1.3%	5.3%	6.9%	4.8%	3.7%	3.1%	3.3%	4.2%	6.3%	7.8%	6.6%	6.1%	
ふつう	3.5%	2.7%	2.8%	9.6%	9.5%	8.0%	6.8%	3.1%	3.3%	4.2%	6.3%	7.8%	6.6%	6.1%	
あまりよくない	12.3%	12.6%	13.1%	16.8%	18.5%	17.1%	15.3%	3.1%	3.3%	4.2%	6.3%	7.8%	6.6%	6.1%	
よくない	36.9%	21.7%	24.2%	25.7%	21.5%	23.2%	22.0%	2.7%	2.3%	2.9%	6.2%	6.8%	6.4%	4.6%	
								1500万円以上	6.2%	8.3%	6.8%	5.8%			
								わからない	6.9%	7.3%	8.7%	10.1%	13.4%	10.4%	9.4%

### 3 届かない支援と声掛け

次に、孤独・孤立と関連の深い、支援の授受、相談についての認識について確認し、さらに、他者への声掛けの傾向も分析・検討する。

#### 1) 孤独感と支援

孤独の原因として支援の表明をしないことがあげられる。その点について検討する。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、2021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。

2022年以降は、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、2022年以降の調査のほうが、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	支援が程度だが、我慢でき	支援の受け方がわからない	支援が面倒であるため	支援を受けると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	支援のため（支援対象外の人も含む）	支援を申し込んだが断られた	支援を受けないと思う状況は変
2021	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	<b>76.2%</b>	<b>12.8%</b>	<b>12.8%</b>	<b>5.1%</b>	2.8%	1.5%	1.5%		
	しばしば・常にある	445	<b>61.3%</b>	<b>13.9%</b>	<b>23.6%</b>	<b>9.2%</b>	4.3%	4.3%	2.7%		
2022	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	<b>64.2%</b>	<b>22.4%</b>	<b>20.2%</b>	<b>12.3%</b>	5.6%	3.1%	0.7%		
	時々ある	1361	<b>52.5%</b>	<b>22.6%</b>	<b>28.4%</b>	<b>16.2%</b>	8.0%	4.6%	1.0%		
	しばしば・常にある	426	<b>35.9%</b>	<b>20.4%</b>	<b>39.9%</b>	<b>20.0%</b>	<b>13.1%</b>	<b>10.8%</b>	4.9%		
2023	決してない	1010	78.7%	10.7%	8.2%	4.2%	1.2%	0.9%	0.6%	7.0%	
	ほとんどない	2655	73.3%	14.6%	11.8%	6.5%	1.7%	1.1%	1.1%	8.2%	
	たまにある	1536	<b>60.7%</b>	<b>19.7%</b>	<b>22.0%</b>	<b>12.2%</b>	4.0%	2.5%	0.9%	<b>15.2%</b>	
	時々ある	1229	<b>51.0%</b>	<b>19.0%</b>	<b>26.7%</b>	<b>14.3%</b>	6.5%	3.7%	1.5%	<b>17.4%</b>	
	しばしば・常にある	413	<b>31.5%</b>	<b>16.5%</b>	<b>32.9%</b>	<b>22.0%</b>	<b>12.1%</b>	<b>10.2%</b>	2.9%	<b>34.1%</b>	

回答の傾向はいずれの調査でも共通している。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2022年23年の調査では、「恥ずかしい」「相手に負担」という回答も多い。

注目すべきは1)2021年調査とそれ以降の調査の「必要ではない」の回答の顕著な変化、2)「我慢できる」という回答の推移である。前者から確認しよう。「支援が必要ではない」と回答した人は、2021年調査では、孤独感が「しばしば・常にある」人でも、6割を超えるのに対し、2022年、23年は3割程度に激減している。この結果の違いは、回答者の質によると考えられる。

2021年の調査は生活で困っていることがある人、ない人含めて、支援を受けていない人の理由を尋ねている。対して、2022年以降の調査では、生活に不安や悩みがある人に限定して支援を受けない理由を尋ねている。このように限定をかけると、孤独感が高い人で支援が必要ないと考えている人は非常に少なくなる。逆に言えば、高い孤独感を抱きつつ不安や悩みを抱える人の65%~70%は支援が必要なのに受けられていないのである。これらの人に支援を届ける必要がある。

次に、「我慢できる」という回答の推移である。2022年、23年の結果を見ると、我慢できると回答した人の比率は、孤独感が「たまにある」「時々ある」人が多くなっており、「しばしば・常にある」人は少なくなっている。ここから、弱めながらも孤独感を抱く人は、悩みや不安があっても我慢しがちであり、孤独感の高い人はいよいよ我慢がきかなくなっていると考えられる。繰り返しになるが、孤独感の高い人と早めにつながる仕組みの構築が求められる。

## 2)相談相手の有無と相談に対する意識

次に、相談相手のいる人といない人で、「相談すること」に対する意識がどのくらい異なるか確認しよう。表4はその結果である。

表4 相談相手の有無別、相談に対する考え方

		n	相談する ことが 得られ る手掛 かり	相談する ことも 気持ち が楽に なる	相談する ことが 面倒で ある	相手 に連絡 を取る こと や、 不安 や悩み を説明 する	相談 する こと が恥 ずか し	相談 する と相 手の 負担 に なる	(相談 しても 無駄 である いな い)
2021	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%	
2022	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%	
2023	いる	10015	62.6%	78.1%	6.4%	4.9%	8.8%	6.0%	
	いない	950	11.7%	21.9%	23.7%	13.9%	30.7%	52.5%	

表を見るといずれの調査においても非常に似通った傾向が見られる。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2021年77.4%、2022年78.7%、2023年78.1%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、いずれの調査でも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10~15%程度、気持ちが楽になる人は20~25%程度である。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%を越えている。相談への不信感は後述する声掛けへのためらいにもつながってくると考えられる。彼・彼女らに必要な支援を届け、不信感を払拭する必要がある。

### 3)声をかける人かけない人

最後に、声をかける人の特性を確認する。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5は同じ質問を用いた2022、23年度の調査において、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。

表5 属性別の他者への手助け

	2022				2023				2022				2023				
	し よ う と 思 わ ない	し よ う と 思 わ ない	わ か ら な い	n	し よ う と 思 わ ない	し よ う と 思 わ ない	わ か ら な い	n	し よ う と 思 わ ない	し よ う と 思 わ ない	わ か ら な い	n	し よ う と 思 わ ない	し よ う と 思 わ ない	わ か ら な い	n	
性別	暮らし向き																
男性	49.6%	14.0%	36.4%	5103	47.3%	12.6%	40.1%	5085	大変ゆとりがあい	63.7%	11.6%	24.7%	190	61.1%	13.0%	26.0%	208
女性	54.9%	9.1%	36.0%	5841	52.1%	7.9%	40.0%	5822	ややゆとりがあい	62.3%	10.6%	27.2%	1174	56.9%	10.3%	32.8%	1143
年齢	普通																
16～19歳	67.8%	9.6%	22.6%	323	70.5%	7.8%	21.8%	308	普通	53.9%	10.1%	36.0%	4893	50.5%	8.9%	40.6%	4893
20～29歳	64.1%	10.2%	25.6%	889	64.3%	8.5%	27.1%	833	やや苦しい	49.5%	11.9%	38.7%	3322	48.5%	10.3%	41.2%	3207
30～39歳	52.7%	12.4%	34.9%	1225	52.2%	9.7%	38.2%	1229	大変苦しい	44.1%	15.3%	40.6%	1422	42.6%	13.5%	43.8%	1471
40～49歳	53.5%	11.3%	35.3%	1724	52.8%	9.6%	37.5%	1633	相談相手								
50～59歳	50.1%	11.5%	38.4%	1889	45.1%	10.4%	44.5%	1927	いる	55.1%	10.0%	34.8%	9876	51.8%	8.9%	39.4%	9982
60～69歳	48.2%	11.0%	40.8%	1887	46.3%	10.0%	43.7%	1981	いない	28.8%	23.0%	48.2%	1143	28.6%	23.4%	48.0%	954
70～79歳	51.2%	10.8%	38.0%	2046	46.0%	11.0%	43.0%	2061	孤独感								
80歳以上	48.9%	13.7%	37.4%	1062	46.6%	11.3%	42.1%	1016	決してない	68.3%	9.1%	22.6%	2039	64.3%	8.1%	27.6%	1969
									ほとんどない	52.8%	9.8%	37.3%	4485	51.0%	9.2%	39.7%	4551
									たまにある	46.6%	12.3%	41.1%	2173	43.0%	9.8%	47.2%	2163
									時々ある	45.7%	13.0%	41.3%	1752	42.8%	12.4%	44.8%	1633
									しばしば・常に	34.5%	24.0%	41.5%	545	34.8%	20.2%	45.0%	531

両調査から見られる傾向は共通している。男性より女性、高齢世代より若年世代、暮らし向きの苦しい人よりゆとりのある人、相談相手のいる人、孤独感のない、あるいはほとんどない人に手助けをしようと思う人が多い。

年齢、暮らし向き、孤独感については段階的な傾向が見られる。すなわち、年を重ねるほど、経済的にゆとりがなくなるほど、孤独感が高まるほど他者に手助けをする人は少なくなる。若年層については、孤独感が高いものの、援助の意識はもっている。したがって、彼・彼女をうまく結びつける工夫が求められる。その点は経済的にゆとりがある人も同様である。

そもそも、日本社会ではボランティアの意識はもっているものの、実際に活動に結びつかない人も多い。本調査からは、日本人のかなり多くの人が積極的に声掛けや手助けをしようとする傾向が見出されている。これらの人を実際の行動に結びつける仕組みが必要であろう。

孤独・孤立については、当事者は支援を必要としているのに受けられない、相談に対する根強い不信をもっている可能性が高い、といった事実が示された。これらの人びとを適切に支援に結びつけることにより支援の循環を生み出すことができるはずである。

# 単身世帯の動向

早稲田大学 石田光規

## 1 はじめに

日本社会では未婚率の高まりとともに、単身世帯が増え続けている。今後もその傾向は変わらないと推測されており、日本社会は単身型社会への対応を迫られている。また、これまでの調査から、孤独・孤立に陥る人にひとり暮らしが多いことも明らかになった。そこで、本稿では単身者の実情について把握する。

## 2 単身者の背景

3回の調査で単身者の推移を探ると、令和3年16.1%、令和4年15.9%、令和5年15.8%とほとんど変わっていない。2020年の国勢調査の総人口に占める単身者の比率が16.8%なので、この数値ともあまり変わらない。日本社会では、個人ベースで言えば15%強が単身者だと言えよう。

次に、性別、年齢階級別に単身者の比率を確認しよう。表1がその結果である。これを見ると、単身者についてはいずれの調査でも1%ポイントほど女性が多いこと、20代と80歳以上に単身者が多いことがわかる。若年層は学校を卒業し結婚するまでの移行期間、高齢者については配偶者死別による単身者が多いと考えられる。

表1 性別、年齢階級別の単身者比率

	R3		R4		R5	
	%	n	%	n	%	n
男性	15.0%	5476	15.3%	5175	15.3%	5134
女性	16.1%	6259	16.5%	5933	16.2%	5884
16～19歳	7.9%	379	9.3%	324	7.8%	308
20～29歳	21.9%	1045	23.3%	890	25.3%	831
30～39歳	12.6%	1313	15.0%	1233	13.9%	1234
40～49歳	12.2%	1764	10.2%	1732	8.9%	1638
50～59歳	13.0%	1960	14.2%	1905	14.1%	1934
60～69歳	13.6%	2095	15.1%	1912	15.2%	1989
70～79歳	18.7%	2061	17.3%	2105	18.3%	2113
80歳以上	24.1%	1135	23.5%	1107	22.3%	1053

注：nは非単身者を含めた数であり、表の%をかけることで該当のケース数を算出できる。

単身者の内訳をもう少し詳しく確認するために、男女別に単身者の年齢別の分布を見てみよう。表2がその結果である。これを見ると女性については3回の調査いずれにおいても、70代、80歳以上が多いのに対し、男性は50代から70代が多くなっていることがわかる。とくに、過去2年の調査では50代、60代が増えている。また、20代から40代の現役世代は、いずれも男性のほうが多い。

表2 男女別に見た単身者の年代分布

	R3		R4		R5	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性
16～19歳	1.80%	1.50%	2.00%	1.30%	1.80%	1.10%
20～29歳	13.40%	11.70%	12.70%	10.70%	12.30%	11.60%
30～39歳	11.60%	6.70%	11.50%	9.40%	10.20%	9.70%
40～49歳	13.80%	9.90%	11.20%	8.70%	11.60%	5.50%
50～59歳	17.30%	10.60%	20.80%	10.60%	20.60%	11.30%
60～69歳	16.70%	14.70%	17.90%	14.90%	20.70%	14.70%
70～79歳	17.00%	24.60%	16.40%	24.00%	16.90%	26.50%
80歳以上	8.40%	20.50%	7.40%	20.50%	5.90%	19.70%
n	820	1002	793	976	786	952

ここから女性の単身者は死別者が多く、男性の単身者には未婚者が多いと推察される。その点を確認するために、男女別に単身者の婚姻形態別の分布を確認しよう（表3）。これを見ると男性の単身者は未婚者が圧倒的に多く、女性の単身者は男性に比べると死別者がかなり多いことがわかる。

表3 男女別に見た単身者の婚姻形態別の分布

	R3		R4		R5	
	男性	女性	男性	女性	男性	女性
未婚	60.1%	39.5%	60.7%	38.8%	64.6%	40.3%
既婚	6.6%	6.1%	7.1%	4.3%	5.4%	4.5%
死別	12.2%	37.3%	10.6%	37.1%	12.6%	39.2%
離別	21.0%	17.0%	21.6%	19.8%	17.5%	16.0%
n	818	999	792	975	785	951

ここで気になるのは、女性についても単身者の中で最も多いのは未婚者だということだ。いずれの年でも、未婚者、死別者の比率は4割をいどであるものの、未婚者の比率が死別者を上回っている。今や単身者の主流は、一度結婚したものの、何らかの形でそれが崩れた人ではなく、一度も結婚していない人なのである。

国立社会保障・人口問題研究所が算出する50歳時未婚率は国勢調査のたびに上昇している。日本社会は、今後、一度も結婚していない相当数の人が高齢を迎えるという未曾有の事態に直面する。今回の調査結果ではあらためてそのような傾向が確認された。また、その速度は男女でかなり異なることが明らかになった。

### 3 単身者の孤独と孤立

では、単身者とそれ以外の人びとの孤独感と孤立の状況はどうなっているのか。直接質問およびネットワークに関する質問から確認しよう。

## 1) 単身者の孤独

表4は単身者とそれ以外の人について、孤独感の直接質問において「まったくない」と答えた人、「しばしばある・常にある」と答えた人の比率を年齢階級別にまとめたものである。

表4 年齢階級別に見た単身者・非単身者の孤独感の比率（ない、強いのみ）

		単身			それ以外		
		R3	R4	R5	R3	R4	R5
まったく ない	16～24歳	25.4%	20.3%	16.4%	33.9%	26.3%	27.3%
	25～34歳	18.5%	11.2%	12.4%	25.4%	20.3%	22.3%
	35～49歳	11.8%	7.5%	7.7%	24.5%	19.3%	19.0%
	50～64歳	8.6%	8.6%	10.1%	23.1%	17.2%	17.5%
	65～74歳	13.6%	9.5%	10.0%	27.3%	21.3%	19.5%
	75歳以上	15.0%	15.3%	11.3%	26.4%	20.5%	19.1%
しばしば ある	16～24歳	2.9%	8.7%	4.3%	5.7%	5.5%	6.7%
	25～34歳	12.3%	10.2%	10.4%	7.6%	6.9%	6.9%
	35～49歳	11.8%	13.3%	13.3%	5.4%	5.3%	5.7%
	50～64歳	14.3%	11.4%	13.2%	3.3%	4.8%	3.8%
	65～74歳	6.0%	7.8%	6.6%	1.3%	2.5%	1.6%
	75歳以上	5.0%	5.7%	5.8%	2.1%	1.3%	2.3%
n	16～24歳	138	138	116	714	600	582
	25～34歳	211	205	202	957	857	801
	35～49歳	289	255	233	2174	2121	2061
	50～64歳	385	396	416	2563	2427	2471
	65～74歳	369	346	350	1945	1835	1764
	75歳以上	421	424	400	1491	1539	1541

注：nは他の回答を含めた数であり、表の%をかけることで該当のケース数を算出できる。

これを見ると、どの年の調査およびどの年齢階級においても、単身者はそれ以外の人に比べ孤独感が「まったくない」人が少ないことがわかる。また、孤独感が「しばしば・常にある」と答えた人については、令和3年、令和5年調査の16～24歳の人びとでわずかに非単身者が単身者の比率を上回るものの、それ以外のカテゴリーではいずれも、単身者のほうが孤独感が「しばしば・常にある」と答えた人が多い。

低年齢のカテゴリーについては、同居している家族との不和ゆえに孤独感が高いと回答した人が一定数含まれると推察される。孤独感が「まったくない」人、「しばしば・常にある」人の分析結果を総合すると、ほぼすべての年齢層において、おおむね単身者のほうが孤独感が高いと言えよう。

## 2) 単身者の孤立

次に単身者の孤立について相談相手の有無から確認する。表5は表4と同じ分類方法で相談相手がいない人の比率をまとめている。

表5 年齢階級別に見た単身者・非単身者の孤立者の比率

		単身			それ以外		
		R3	R4	R5	R3	R4	R5
相談相手 いない	16～24歳	3.7%	10.1%	6.0%	7.7%	10.6%	7.8%
	25～34歳	17.2%	16.1%	14.9%	8.2%	10.5%	10.2%
	35～49歳	19.5%	30.6%	20.3%	9.7%	10.3%	9.0%
	50～64歳	24.6%	23.7%	25.5%	7.4%	7.0%	5.3%
	65～74歳	14.2%	19.5%	13.9%	5.1%	6.0%	4.3%
	75歳以上	6.5%	8.6%	5.8%	4.8%	8.9%	7.5%
n	16～24歳	134	138	117	702	857	798
	25～34歳	209	205	201	941	2123	2068
	35～49歳	287	255	232	2135	2423	2479
	50～64歳	374	393	420	2494	1840	1783
	65～74歳	358	349	353	1893	1564	1590
	75歳以上	402	430	412	1445	9406	9300

注：nは非孤立者を含めた数であり、表の%をかけることで該当のケース数を算出できる。

分析結果は孤独感の傾向とほぼ似通っている。すなわち、一番低い年齢のカテゴリーでは、単身者よりも誰かと住んでいる人のほうに相談相手のいない人が多いことを除けば、他はほぼすべて、単身者の方が相談相手がいない傾向を示す。ただし、75歳以上については、その限りではない。令和4年、令和5年については、非単身者のほうが相談相手がいない人が多い。これは高齢の単身者に孤立しづらい女性が多く含まれた結果である。

表6は単身・非単身別、性別に年齢階級と孤立の関連を分析した結果である。これを見れば明らかのように、75歳以上の高齢者についても単身者が孤立しやすいという結果になっている。また、中高年男性の孤立の傾向がいっそう顕著になる。50～64歳については、いずれの年も3割以上が孤立し、その前後の35～49歳、50～64歳の孤立傾向も強い。

表6 性・年齢階級別に見た単身者・非単身者の孤立者の比率

		単身				それ以外			
		R4		R5		R4		R5	
		%	n	%	n	%	n	%	n
男性	16～24歳	9.4%	64	7.5%	53	8.8%	273	8.6%	256
	25～34歳	24.0%	104	18.2%	99	15.1%	350	11.9%	354
	35～49歳	42.6%	129	25.6%	129	14.9%	935	14.0%	934
	50～64歳	35.0%	220	30.5%	243	13.9%	1109	12.7%	1155
	65～74歳	29.0%	162	23.0%	152	9.4%	924	8.5%	844
	75歳以上	17.6%	108	8.8%	102	7.8%	780	6.4%	785
女性	16～24歳	9.7%	72	4.7%	64	8.8%	317	5.0%	318
	25～34歳	8.1%	99	12.1%	99	7.1%	494	3.9%	437
	35～49歳	17.9%	123	14.0%	100	6.6%	1158	7.0%	1109
	50～64歳	8.8%	171	17.8%	174	7.0%	1296	5.5%	1304
	65～74歳	10.8%	186	7.0%	200	4.5%	908	2.3%	931
	75歳以上	5.3%	321	4.9%	309	4.1%	773	2.1%	802

注：nは非孤立者を含めた数であり表の%をかけることで該当のケース数を算出できる。

#### 4 単身者の生活のもろさ

単身の生活は複数人の暮らしよりももろいと言われている。すなわち、健康を害する、経済的に苦境に陥るといった状況への耐久力が弱いと考えられている。その点について孤独感、孤立の両面から検討する。

##### 1) 苦境に陥った人びとの孤独感

まず、苦境に陥った人びとの孤独感について検討する。表7は単身世帯とそれ以外の世帯において、健康状態別に孤独感が「しばしばある・常にある」と答えた人がどのくらいいるのか示しており、表8は単身世帯とそれ以外の世帯において、暮らし向き別に孤独感が「しばしばある・常にある」と答えた人がどのくらいいるのか示している。暮らし向きは令和3年の調査では尋ねていないため、令和4年と5年の結果のみ掲載している。

これを見ると、ほぼすべてのカテゴリーにおいて単身世帯に孤独感が「しばしば・常にある」人が多いことだけでなく、健康状態が「よくない」「あまりよくない」人、経済的に「大変苦しい」人に孤独感の高い人が多いことがわかる。

表7 世帯類型別に見た健康状態と孤独感の関連

		孤独（しばしば・常に）			n		
		R3	R4	R5	R3	R4	R5
単身	よい	4.2%	3.7%	2.1%	383	244	239
	まあよい	3.3%	3.8%	3.0%	449	293	270
	ふつう	7.2%	4.3%	5.1%	667	761	770
	あまりよくない	20.0%	17.7%	19.5%	310	328	339
	よくない	34.8%	38.3%	41.7%	69	133	96
それ以外	よい	0.9%	1.3%	0.9%	2425	1539	1550
	まあよい	1.2%	1.7%	1.0%	2651	1581	1620
	ふつう	2.8%	2.4%	2.4%	3276	4413	4302
	あまりよくない	10.4%	11.5%	11.5%	1258	1365	1327
	よくない	37.9%	17.0%	20.6%	243	454	408

注： n は他の回答を含めた数であり表の%をかけることで該当のケース数を算出できる。

表8 世帯類型別に見た暮らし向きと孤独感の関連

		孤独感高		n	
		R4	R5	R4	R5
単身	大変ゆとりがある	2.8%	9.7%	36	31
	ややゆとりがある	6.7%	3.6%	193	168
	普通	5.0%	4.7%	676	666
	やや苦しい	9.5%	9.9%	559	525
	大変苦しい	20.9%	20.8%	296	313
それ以外	大変ゆとりがある	4.6%	3.9%	153	178
	ややゆとりがある	2.7%	2.5%	984	970
	普通	1.9%	2.0%	4272	4208
	やや苦しい	4.5%	4.8%	2788	2668
	大変苦しい	12.6%	10.7%	1143	1144

注： n は他の回答を含めた数であり表の%をかけることで該当のケース数を算出できる。

例外的に、令和3年調査で健康状態が「よくない」と答えた単身者は、それ以外の世帯の人よりも孤独感の高い人が少ない。この結果は令和4年、5年のそれと異なる。したがって、この結果に対してはコロナなどその他の要因が影響していると考えられる。令和3（2021）年は、社会全体としてコロナへの警戒感も強く、自粛ムードも明けていなかった。健康状態の悪い人は、単身であれ非単身であれあまり人に会えなかったであろう。そういったことが影響したと考えられる。

むしろ注目すべきは令和4年、5年調査において健康状態が「よくない」と答えた人で、孤独感が高い人の単身・非単身別の違いである。孤独感が「しばしば・常にある」人の比率は、非単身では17.0%（R4）、20.6%（R5）に留まる一方で、単身者では38.3%（R4）、41.7%（R5）におよぶ。単身者で健康状態が「あまりよくない」と答えた人の孤独感も高く、単身という世帯類型のもろさがうか

がえる。

暮らし向きについては、「大変苦しい」と答えた単身者の孤独感が顕著に高い。また、数値の傾向から経済的に苦しくなるほど孤独感が高くなるわけではないことがわかる。これについては、単身、非単身いずれにも共通している。経済的豊かさは必ずしも幸福に結びつくわけではなく、経済的に豊かになってもつながりが少ない人は、却って幸福感が減じられるという結果もある（石田 2022）。令和5年の単身者の分析はそのような傾向を反映しているのかもしれない。

## 2) 苦境に陥った人びとの孤立

次に孤立との関連である（表9、10）。ネットワークについては、令和5年調査では相談相手に加え、「困った時に頼れる人」もきいているので、その結果も掲載している。

傾向については孤独感とほぼ同じである。健康状態の悪い人、暮らし向きの苦しい人に孤立の傾向がいっそう強く見られる。令和3年調査で健康状態が「よくない」と答えた単身者が、それ以外の世帯の人よりも孤立傾向が見られないのも同様だ。

暮らし向きについては、「大変ゆとりがある」と回答した単身者が、相談、困りごといずれにおいても、人に頼らない傾向が明確に見られる。

表9 世帯類型別に見た健康状態と孤立の関連

	孤立者 (%)				n			
	R3	R4	R5		R3	R4	R5	
			相談	困りごと			相談	困りごと
単身								
よい	6.5%	11.5%	6.3%	6.3%	371	244	239	240
まあよい	9.2%	10.9%	10.8%	8.1%	433	294	268	271
ふつう	16.8%	17.5%	12.8%	10.2%	644	764	764	768
あまりよくない	27.3%	24.7%	24.3%	21.8%	300	324	341	340
よくない	24.6%	35.9%	36.5%	34.4%	69	131	96	96
それ以外								
よい	3.3%	4.5%	2.3%	2.1%	2366	1536	1546	1550
まあよい	4.7%	6.2%	3.8%	3.0%	2582	1585	1623	1623
ふつう	8.1%	8.1%	7.1%	6.2%	3187	4420	4291	4310
あまりよくない	14.2%	16.9%	15.1%	13.4%	1218	1363	1331	1333
よくない	26.1%	17.4%	20.1%	19.3%	234	455	407	409

注： n は非孤立者を含めた数であり表の%をかけることで該当のケース数を算出できる。

表 10 世帯類型別に見た暮らし向きと孤立の関連

		孤立者 (%)			n		
		R4	R5		R4	R5	
			相談	困りごと		相談	困りごと
単身	大変ゆとりがある	14.3%	15.6%	12.5%	35	32	32
	ややゆとりがある	15.1%	7.0%	5.2%	192	172	172
	普通	14.3%	11.2%	9.2%	676	670	676
	やや苦しい	19.0%	16.8%	13.4%	564	529	529
	大変苦しい	28.4%	25.9%	24.5%	299	316	318
それ以外	大変ゆとりがある	5.2%	3.9%	4.5%	155	178	178
	ややゆとりがある	5.1%	3.0%	2.8%	986	972	976
	普通	5.8%	4.3%	3.3%	4283	4238	4253
	やや苦しい	10.8%	9.6%	8.4%	2797	2693	2698
	大変苦しい	19.8%	18.6%	17.9%	1147	1165	1168

注： n は非孤立者を含めた数であり表の%をかけることで該当のケース数を算出できる。

#### 4 おわりに

本稿は、今後の単身者の増加を見越して、単身者に焦点を絞り試験的に分析を行った。その結果、未婚の単身者が増えていること、とくに男性にそういった傾向が見られることが明らかになった。また、単身者は孤独感が高く、孤立する人が多く、健康状態や暮らし向きに強い影響を受けることが明らかになった。今回は時間の制約もあり限られた分析しかできなかった。今後はさらなる分析が求められる。

#### 参考

石田光規, 2022, 「孤独な富裕層：豊かになっても仲間に恵まれない人たちの心の裡」田辺国昭・西村幸満監修, 国立社会保障・人口問題研究所編『生活不安の実態と社会保障：新しいセーフティネットの構築に向けて』71-89, 東京大学出版会.

# 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 地域看護学/公衆衛生看護学教室教授  
田高 悦子

## 1 目的

高齢者（ここでは、65歳以上の者）の孤独・孤立は、年齢、性別、世帯類型によって一様でない可能性があることからこれらを明らかにする。

## 2 方法（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 歳以上世帯類型別比較
- ⑧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
- ⑨65 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

## 3 解析対象者（図 データ抽出手順）

R3 データ 11,867 件+R4 データ 11,219 件+R5 データ 11,142 件=34,228 件のうち、65 歳以上 12,721 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、7,353 件を有効解析対象とした。

## 4 社会的交流からみた孤立の定義（R3・4・5 の取り扱い）

同居者以外の者との間の交流方法ならびに頻度について、①直接会って話す、②電話、③SNS や電子メールなどを問わず週 2~3 回以下（～全くない）について社会的孤立と解釈した（R3・R4 の「SNS」と R5 の「SNS や電子メール」を分析した）。

## 5 分析結果の概要

- 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(6.2±2.1 点(平均値±標準偏差))と後期高齢者(6.2±2.1 点)との間に統計学的に有意差は認められなかった (P=0.714)
- ②UCLA 孤独感における 65 歳以上性別比較は、男性(6.3±2.1 点)が女性(6.1±2.1 点)に比して、統計学的に有意に高くなっていた (P<0.001)。
- 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(6.5±2.3 点)が夫婦のみ世

帯(6.0±2.1点)、他世帯(6.2±2.1点)に比して、最も有意に孤独感が高くなっていた (P<0.001)。

④UCLA 孤独感における 65 歳以上性別×世帯類型別比較は、ひとり世帯において男性(6.9±2.3点)が女性(6.3±2.2点)に比して、統計学的に有意に高くなっていた (P<0.001)。夫婦のみ世帯において男性(6.1±2.1点)が女性(5.9±2.1点)に比して、統計学的に有意に高くなっていた (P<0.001)。他世帯において男性(6.3±2.1点)と女性(6.1±2.1点)との間に統計学的に有意差は認められなかった (P=0.067)。65 歳以上性別×世帯類型別に着目すると、男性のひとり世帯群(6.9±2.3点)が他群に比して孤独感が高くなっていた。

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、前期高齢者(孤立 71.7%)と後期高齢者(孤立 72.9%)との間に統計学的に有意差は認められなかった (P=0.273)。

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(77.7%)が女性(67.0%)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<0.001)。

⑦社会的交流からみた孤立における 65 歳以上世帯類型別比較は、ひとり世帯(66.2%)が夫婦のみ世帯(71.0%)、他世帯(76.1%)に比して、最も有意に孤立割合が低くなっていた (P<0.001)。

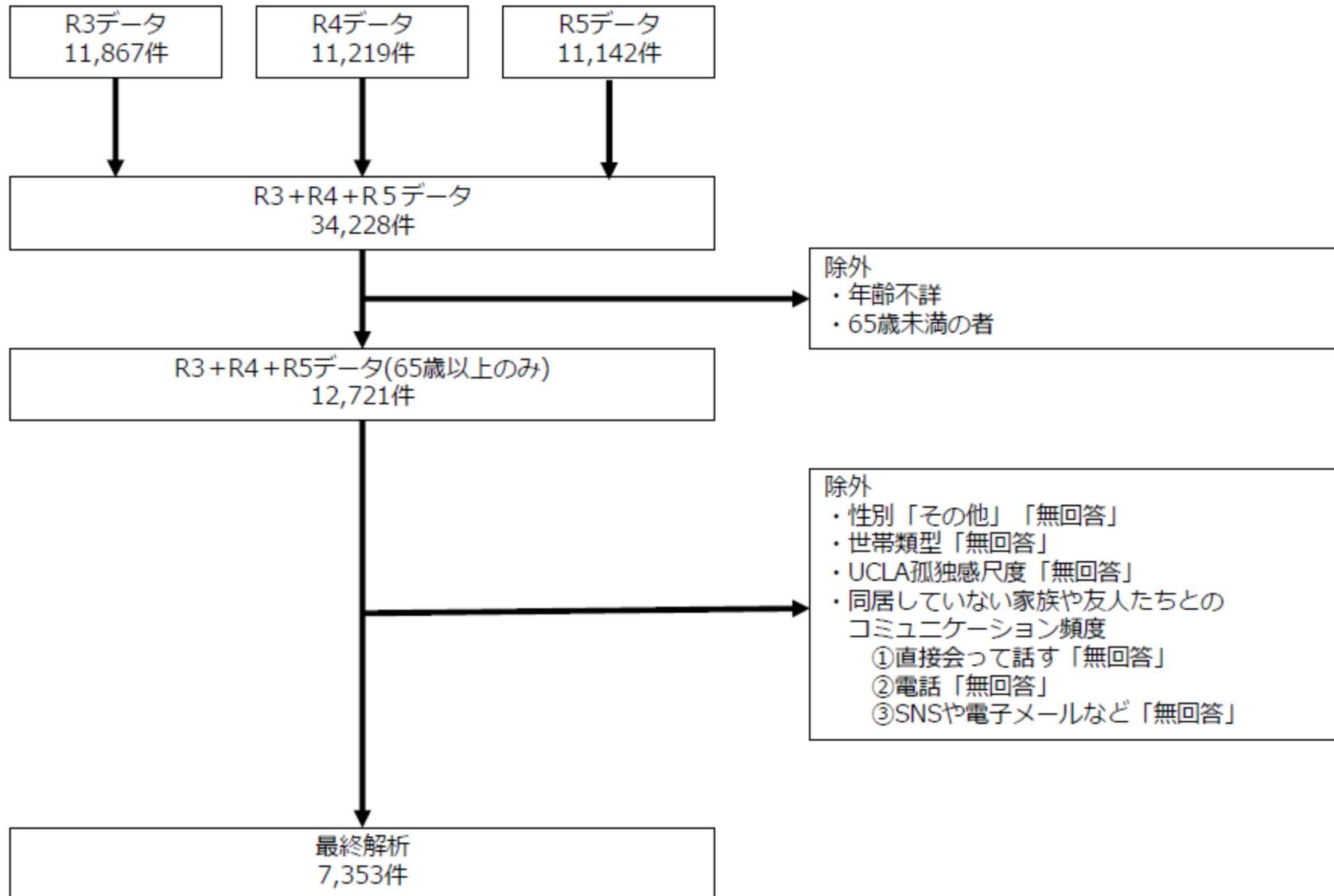
⑧社会的交流からみた孤立における 65 歳以上性別×世帯類型別比較は、ひとり世帯において男性(78.9%)が女性(59.6%)に比して、夫婦のみ世帯において男性(76.0%)が女性(64.8%)に比して、他世帯において男性(79.7%)が女性(73.0%)に比して、おのおの統計学的に有意に孤立割合が高くなっていた (P<0.001)。

⑨65 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は、全年齢、男・女、全世帯類型で有意な負の弱い相関関係 (R=-0.1~-0.3, P<0.001) がみられた。

## 6 結論

高齢者の孤独・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、高齢者の孤独・孤立対策については、年齢、性別、世帯類型ならびに健康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。

## データ抽出手順



# 年代別の社会的孤立の該当割合とその特性

～令和3～5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

齊藤 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)。ここでは、「人々のつながりに関する基礎調査」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、それ以降に実施された 2022 年調査および 2023 年調査との相違を確認した。

## 方 法

### ■ 使用したデータ

「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%)

2023(R5)調査 = 11,141 名 (55.7%)

実施主体：内閣官房孤独・孤立対策担当室

### ■ 使用した変数

#### ①社会的孤立 (社会的交流の乏しさ)

同居者以外の人と(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 や電子メールなど連絡する頻度、(4)同居者と直接会って話す頻度の 4 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<sup>1,2</sup>を考慮し、上記の交流の合算が、週 1 回程度 (～8.6) 以下を孤立とし、月 1 回程度 (～2.0) 以下を深刻な孤立に分類した。

<sup>1</sup> 齊藤雅茂ら (2015) 日本公衆衛生雑誌, 62(3): 95-105

<sup>2</sup> Saito M. et al. (2021) Geriatr Gerontol Int 21(2):209-214.

## 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、心身の健康状態、社会参加の状況（町内会・ボランティア・スポーツ活動など）、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。

## 結 果

### 1. 社会的交流指標の3時点比較（表1）

- 全体的には、同居者と直接会って話す頻度について経年的な違いはなく、同居者以外との交流については、『電話（ビデオ通話を含む）』の頻度がやや減少し、その代わりに、『直接会って話す』頻度と『SNSや電子メールなど』が微増している。
- 具体的には、同居者以外と『電話（ビデオ通話を含む）』の頻度は「週4～5回以上」がやや減少し、「全くない」がやや増加していた。一方で、同居者以外と『直接会って話す』頻度は、「全くない」がやや減少し、「月1回程度」以上の頻度がやや増加していた。『SNSや電子メールなど』の頻度は「全くない」と「週4～5回以上」の双方がやや減少し、「2週間に1回程度」から「週2～3回程度」という中間の回答がやや増加していた。
- 年代別にみると、若年層（34歳以下）よりも、壮年層（35～64歳以下）、および、高齢層（65歳以上）において、調査時点間での交流頻度の差が顕著にみられている。

### 2. 社会的孤立の割合（表2）

- 他者との交流頻度が週1回程度（月8.6回）以下を孤立状態とした場合、回答者の1割弱が該当し、調査時点間で有意な差は認められなかった（2021年：9.6%、2022年：8.9%、2023年：9.5%）。なお、他者との交流頻度が月1回程度（月2.0回）以下を深刻な孤立状態とした場合、回答者の4%程度が該当し、同じく調査時点間で有意な差は認められなかった（2021年：3.7%、2022年：3.7%、2023年：4.2%）。
- 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。孤立に該当した人は、若年層ではおよそ3～8%程度、壮年層ではおよそ5～9%程度、高齢層では10～17%程度であった。女性よりも男性の方が孤立への該当割合が顕著に高い。
- 調査年度別にみると、25～34歳では孤立該当者が微増傾向（5.9%→6.8%→8.3%）にあり、75歳以上ではやや減少傾向（16.8%→15.7%→13.8%）にあった。

### 3. 孤立該当者の特性（表3）

- 独立変数に欠損のないケースのみを扱ったモデル（Model1）と、多重代入法をもちいて欠損を補完したモデル（Model2）を実施したところ、一部、統計学的な有意性に違いはあるものの、ほぼ一致した結果となった。
- 年齢層の高い人の方が（1.3～2.8倍程度）、男性の方が（1.4～1.7倍程度）、配偶者ありと比べて未婚の人（3.8～12.6倍程度）や離別の人（3.9～8.3倍程度）の方が、心身の健康状態

がよくない人の方が(1.4~1.6倍程度)、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(1.4~1.7倍程度)、相談相手がいない人の方(2.0~2.1倍程度)が孤立傾向に至るリスクが高くなっていた。また、調査時点間での相違はあまり顕著ではなかったが、34歳以下では2021年度よりもそれ以降の方が孤立リスクが高く、35~64歳、および、65歳以上では孤立リスクが低くなっていた。

- 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あった。一方、高齢層では、婚姻状態による違いだけでなく、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。

#### 4. 孤立状態と相談に関する意識との関連(表4)

- 2021年調査から2023年調査まで一貫して、相談に関して諦念感や躊躇感、面倒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い。なお、「相談することが恥ずかしい」に関しては、2021年調査と2023年調査ではそう思うか否かによって孤立者の割合に有意な違いがみられなかった(2022年調査でのみ、孤立者にそう思うという人が多い)。

### 主な所見

- 第1に、2021年調査と比べて、2022年調査および2023年調査では、直接会って話す頻度が増加し、ビデオ通話含む電話の頻度が減少していること、35歳以上の人びとではSNSや電子メールなどを週1回程度以上などある程度の頻度で使用している人が増加していたことは、コロナ禍を経て対面での交流が戻り、かつ、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ものと考えられる。
- 第2に、他者との交流を週1回程度(月8.6回以下)を孤立と考えた場合、回答者の10%弱が該当し、他者との交流を月1回程度(月2.0回以下)を深刻な孤立と考えた場合、回答者の3%強が該当していた。全年齢で見ると、調査時点間での系統的な変化は必ずしもみられなかった。いずれの時点でも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。
- 第3に、男性の方が、婚姻状態が未婚・離別・死別の方が、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、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、健康状態や地域活動への参加状況なども有意に関連していた。
- 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傾向にあった。「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、また、「相談することが相手の負担になる」「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」など相手に対する負担を気にしたり、相談行動への面倒さを感じている人の方が孤立状態に該当しやすくなっていた。

表1 調査年ごとの年代別の同居者以外との交流頻度；クロス集計

	全体			p	34歳以下			p	35～64歳以下			p	65歳以上			p
	2021	2022	2023		2021	2022	2023		2021	2022	2023		2021	2022	2023	
	%	%	%		%	%	%		%	%	%		%	%	%	
<b>同居者以外と直接会って話す頻度</b>																
全くない	12.7	11.3	9.8		12.7	11.0	10.3		15.6	12.9	11.3		8.6	9.3	7.6	
月1回未満	17.3	16.7	17.1		15.4	14.9	15.3		21.1	20.8	21.4		12.9	12.1	12.0	
月1回程度	15.6	15.3	16.1		13.6	14.6	14.3		17.1	17.0	18.6		14.6	13.3	13.4	
2週間に1回程度	9.8	10.3	10.8		9.0	10.8	11.2		10.3	9.9	10.4		9.6	10.7	11.0	
週1回程度	14.3	14.7	14.9		11.6	10.8	12.1		13.0	13.7	13.2		17.9	17.9	18.3	
週2～3回程度	13.4	14.0	14.2		12.4	10.3	10.5		9.3	10.6	10.3		19.9	20.4	21.1	
週4～5回以上	16.8	17.6	17.3	<.001	25.2	27.7	26.1	.358	13.6	15.0	14.7	<.001	16.5	16.3	16.7	.035
<b>同居者以外と電話（ビデオ通話含む）の頻度</b>																
全くない	15.3	17.4	16.4		19.7	21.6	20.7		17.8	20.0	18.6		9.1	11.3	11.0	
月1回未満	17.5	16.9	17.9		15.9	16.4	17.1		19.7	18.5	20.7		14.8	14.8	14.2	
月1回程度	16.2	16.0	16.6		15.7	15.8	14.0		15.8	17.2	17.6		16.9	14.5	16.4	
2週間に1回程度	12.2	11.8	11.9		10.7	11.3	11.1		12.9	11.5	12.1		12.0	12.6	12.1	
週1回程度	15.5	15.4	15.1		14.0	13.6	13.2		14.4	14.2	13.4		18.1	18.2	18.5	
週2～3回程度	13.7	13.2	13.2		13.6	12.1	12.2		10.8	10.7	10.5		18.3	17.5	17.7	
週4～5回以上	9.6	9.2	8.9	.003	10.5	9.2	11.8	.532	8.5	7.9	7.1	.002	10.7	11.0	10.1	.148
<b>同居者以外とSNSや電子メールなどの頻度<sup>a)</sup></b>																
全くない	17.0	16.8	16.3		5.1	5.1	6.8		11.2	11.1	10.6		39.3	35.2	31.3	
月1回未満	5.6	5.4	9.1		3.8	4.0	6.2		6.3	5.7	11.1		5.9	5.7	7.4	
月1回程度	12.1	13.3	10.6		7.6	9.6	7.9		15.4	16.0	13.0		9.3	11.1	8.3	
2週間に1回程度	9.2	9.5	10.0		7.9	7.5	8.6		10.3	11.3	11.2		8.2	7.4	8.7	
週1回程度	10.1	9.4	13.1		8.8	9.4	10.5		11.2	10.3	14.3		9.3	7.8	12.7	
週2～3回程度	16.5	16.8	17.4		17.7	19.2	17.1		17.5	17.1	18.0		13.4	14.8	16.5	
週4～5回以上	29.4	28.8	23.5	<.001	49.2	45.3	42.9	<.001	28.2	28.5	21.9	<.001	14.6	18.1	15.2	<.001
<b>同居者と直接会って話す頻度</b>																
全くない	0.9	0.8	0.9		1.0	0.6	0.6		0.7	0.6	0.7		1.1	1.1	1.4	
月1回未満	0.6	0.3	0.4		0.4	0.1	0.1		0.6	0.2	0.4		0.8	0.6	0.7	
月1回程度	0.7	0.5	0.5		0.3	0.0	0.1		0.6	0.5	0.5		0.9	0.8	0.8	
2週間に1回程度	0.5	0.4	0.4		0.4	0.2	0.1		0.5	0.3	0.4		0.5	0.7	0.6	
週1回程度	1.3	1.7	1.4		0.4	0.8	0.9		1.0	1.4	1.2		2.1	2.5	1.9	
週2～3回程度	3.5	3.7	4.1		2.4	3.0	3.9		2.6	2.8	3.5		5.4	5.4	5.2	
週4～5回以上	92.6	92.6	92.2	.685	95.1	95.2	94.3	.162	94.0	94.1	93.4	.665	89.2	89.1	89.5	.788

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。 p 値はMantel-Haenszel test for trend（傾向性の検定）

a) 2021・2022年調査では「同居者以外とSNS（チャットなど）で連絡する頻度」と「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」を区別して、それぞれ全くないから週4～5回以上の頻度を尋ねている。ここでは1か月を4.3週とみなし、1か月あたりの交流回数を換算し、両設問を合算した後、全くないから週4～5回以上に再割り当てをしている。

表2 調査年ごとの年代別・性別の孤立状態（他者との交流頻度が週1回程度もしくは月1回程度以下）の割合；クロス集計<sup>a)</sup>

	孤 立 他者との交流が週1回程度以下 (~8.6)				深刻な孤立 他者との交流が月1回程度以下 (~2.0)			
	2021	2022	2023	<i>p</i>	2021	2022	2023	<i>p</i>
	全 体	9.6	8.9	9.5	.145	3.7	3.7	4.2
<b>年 齢</b>								
16~24 歳	3.8	3.4	3.9	.938	0.6	1.4	1.0	.367
25~34 歳	5.9	6.8	8.3	.030	2.1	1.7	2.9	.220
35~49 歳	6.8	5.2	5.8	.127	2.1	2.2	2.5	.410
50~64 歳	8.5	7.8	9.1	.453	3.5	3.1	4.5	.044
65~74 歳	10.9	11.2	12.5	.118	4.1	5.3	5.6	.022
75 歳以上	16.8	15.7	13.8	.009	7.0	6.5	6.0	.224
(再掲)								
34 歳以下	5.0	5.4	6.5	.134	1.4	1.6	2.1	.255
35~64 歳	7.8	6.6	7.6	.045	2.9	2.7	3.6	.017
65 歳以上	13.6	13.3	13.1	.806	5.4	5.9	5.8	.625
<b>性 別</b>								
男 性	11.0	10.9	11.6	.332	4.5	5.1	5.5	.014
女 性	7.9	7.2	7.6	.509	2.7	2.5	2.9	.428
<b>年齢×性別</b>								
16~24 歳・男性	5.3	4.8	6.5	.538	1.0	1.8	1.9	.307
25~34 歳・男性	8.5	8.4	10.1	.404	3.0	2.4	3.7	.552
35~49 歳・男性	9.3	7.2	8.5	.482	2.6	3.2	3.8	.116
50~64 歳・男性	11.1	10.7	12.6	.237	4.6	4.6	6.7	.020
65~74 歳・男性	11.6	13.7	14.6	.040	5.6	7.3	7.6	.075
75 歳以上・男性	16.4	16.2	13.1	.050	7.6	8.1	5.7	.139
16~24 歳・女性	2.3	2.1	1.8	.669	0.0	0.8	0.3	.465
25~34 歳・女性	3.7	5.7	6.3	.049	1.1	1.2	1.7	.441
35~49 歳・女性	4.7	3.6	3.6	.137	1.7	1.4	1.3	.382
50~64 歳・女性	6.0	5.2	5.7	.750	2.3	1.8	2.3	.974
65~74 歳・女性	10.3	8.8	10.5	.869	2.7	3.2	3.9	.125
75 歳以上・女性	17.0	15.3	14.1	.068	6.6	5.3	6.2	.725

p 値は Mantel-Haenszel test for trend (傾向性の検定)

表3 年代別の孤立者の特性：ポアソン回帰分析

	孤 立 (他者との交流が週1回程度 (~8.6) 以下)																	
	34歳以下						35~64歳						65歳以上					
	Model 1			Model 2			Model 1			Model 2			Model 1			Model 2		
	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)	1.05	(0.80-1.37)	.722	1.05	(0.81-1.37)	.696	0.78	(0.68-0.88)	<.001	0.77	(0.68-0.87)	<.001	0.93	(0.83-1.03)	.178	0.90	(0.81-1.00)	.042
2023 (R5)	1.21	(0.93-1.58)	.151	1.26	(0.97-1.63)	.081	0.91	(0.80-1.03)	.120	0.90	(0.80-1.02)	.106	0.91	(0.82-1.02)	.098	0.90	(0.81-1.00)	.058
年 齢																		
16~24歳	ref.			ref.														
25~34歳	2.83	(2.17-3.67)	<.001	2.78	(2.15-3.59)	<.001												
35~49歳							ref.			ref.								
50~64歳							1.52	(1.36-1.69)	<.001	1.56	(1.41-1.74)	<.001						
65~74歳													ref.			ref.		
75歳以上													1.26	(1.14-1.38)	<.001	1.30	(1.19-1.43)	<.001
性 別																		
女性	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
男性	1.58	(1.25-1.99)	<.001	1.57	(1.25-1.98)	<.001	1.69	(1.50-1.90)	<.001	1.67	(1.49-1.88)	<.001	1.38	(1.25-1.52)	<.001	1.35	(1.23-1.48)	<.001
婚姻状態																		
配偶者あり	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
未婚	12.58	(6.83-23.16)	<.001	12.05	(6.56-22.12)	<.001	8.64	(7.37-10.13)	<.001	8.53	(7.30-9.97)	<.001	4.03	(3.52-4.61)	<.001	3.80	(3.34-4.33)	<.001
死別	omit			omit			7.10	(5.08-9.93)	<.001	6.91	(4.96-9.61)	<.001	2.57	(2.28-2.91)	<.001	2.42	(2.15-2.72)	<.001
離別	6.22	(2.07-18.66)	.001	5.87	(1.96-17.57)	.002	8.31	(6.95-9.94)	<.001	8.06	(6.76-9.62)	<.001	4.09	(3.60-4.66)	<.001	3.87	(3.42-4.39)	<.001
心身の健康状態																		
よい・まあよい	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
ふつう	1.14	(0.88-1.47)	.315	1.14	(0.89-1.46)	.311	1.26	(1.10-1.45)	.001	1.26	(1.08-1.41)	.002	1.38	(1.22-1.55)	<.001	1.38	(1.22-1.55)	<.001
よくない・あまりよくない	1.21	(0.89-1.65)	.234	1.21	(0.89-1.64)	.219	1.42	(1.23-1.65)	<.001	1.37	(1.19-1.59)	<.001	1.58	(1.39-1.81)	<.001	1.59	(1.40-1.81)	<.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	1.12	(0.89-1.42)	.336	1.11	(0.88-1.40)	.388	1.47	(1.29-1.66)	<.001	1.43	(1.26-1.61)	<.001	1.67	(1.51-1.85)	<.001	1.67	(1.52-1.85)	<.001
相談相手の有無																		
いる	ref.			ref.			ref.			ref.			ref.			ref.		
いない	2.11	(1.63-2.74)	<.001	2.07	(1.60-2.68)	<.001	2.14	(1.90-2.39)	<.001	2.13	(1.90-2.39)	<.001	2.00	(1.79-2.24)	<.001	1.95	(1.74-2.17)	<.001

PR: Prevalence Ratio, 95%CI: 95%信頼区間, omit: 該当者数が極端に乏しいため不記載

Model 1: 欠損のあるケースを除外し、すべての独立変数に回答があるケースのみを分析 (Complete case analysis)。独立変数を同時投入した結果  
 Model 2: 多重代入 (Multiple Imputation) 法を用いて、投入している独立変数から欠損値を補完後、独立変数を同時投入した結果 (m=20)

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					
	他者との交流が週 1 回程度（～8.6）以下					
	2021(R3) %	P	2022(R4) %	P	2023(R5) %	P
<b>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</b>						
該当する（そう思う）	7.1		6.3		6.1	
該当しない（そう思わない）	14.0	<.001	11.9	<.001	13.7	<.001
<b>相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる</b>						
該当する（そう思う）	7.4		6.6		7.1	
該当しない（そう思わない）	15.1	<.001	14.7	<.001	15.4	<.001
<b>相談しても無駄である（相談しても解決しない）</b>						
該当しない（そう思わない）	8.7		7.9		8.3	
該当する（そう思う）	16.2	<.001	16.1	<.001	18.5	<.001
<b>相談することは相手の負担になる</b>						
該当しない（そう思わない）	9.3		8.3		8.8	
該当する（そう思う）	11.6	.020	13.1	<.001	13.0	<.001
<b>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</b>						
該当しない（そう思わない）	9.3		8.4		8.9	
該当する（そう思う）	12.7	.001	13.1	<.001	13.5	<.001
<b>相談することが恥ずかしい</b>						
該当しない（そう思わない）	9.5		8.6		9.3	
該当する（そう思う）	10.3	.512	11.7	.009	9.5	.838

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。

## 1. 研究背景と目的

不安や悩みに直面したときに必要な支援を得られるかは、問題解決や心理的な安寧にとって非常に重要な問題である。実際に支援を受けるかには、支援の必要性の程度はもちろんのこと、相談できたり有益な情報を提供したりしてくれるような社会関係の保有状況や、支援の要請・受領に対する態度など心理的要因も関係する。経済的に困窮した人々は、社会関係が乏しく<sup>1)</sup>、支援の要請にネガティブな態度をもつ<sup>2)</sup>傾向が指摘されており、支援の必要性が高いにもかかわらず、支援につながりにくい可能性が示唆される。

そこで、分析1では、(a) 社会関係や相談に対する意識に経済状態による差があるか、(b) (a)の経済的格差が、性別、年齢層、調査年によって異なるかについて確認する。分析2では、不安や悩みへの対処としての親族・友人等からの支援（インフォーマル支援）、および行政・NPO等からの支援（フォーマル支援）に焦点を当て、経済的に不利な状況にある低所得者がそうでない人に比べてこれらの支援を得ているかという実態と、支援を得る上で障害となっている要因は何かを明らかにする。

## 2. 分析対象者の年齢・経済状態による層化

不安・悩みの内容はライフステージによっても異なるため、25～44歳を「若年層」、45～64歳を「中年層」、65歳以上を「高年層」として年齢層別の検討を行った。24歳以下は、未成年やこの年齢層に多い学生は世帯の経済状態を正確に把握していない可能性があるため、分析から除外した。経済状態については、相対的貧困に相当する水準として、世帯年収（税・社会保険料込み）を世帯員数の平方根で割って調整した金額が150万円未満の場合を「低所得層」、それ以上の場合を「中高所得層」とした（注1）。

## 3. 分析1：社会関係と相談への意識における経済的格差

### (1) 方法

**分析対象者**：令和3～5年度調査の25歳以上で、性別・経済状態の情報とも得られた人を対象とした。低所得層は、若年層の17.8%、中年層の19.8%、高年層の44.1%が該当した。分析項目の無回答者を除いた分析対象者数は結果表中に示した（分析2も同様）。

**社会関係**：社会関係の客観的状态として、同居していない家族や友人達との①対面での交流頻度（「直接会って話す」と、②非対面での交流頻度を用いた。非対面交流は、電話（ビデオ通話を含む）とSNS・メールのうち、使用頻度の高い手段での頻度とした（注2）。①②とも、「週4～5回以上」「週2～3回」「週1回」「2週間に1回」「月1回」「月1回未満」「全くない」を、それぞれ6～0点とした。主観的な社会関係の状態は③孤独感により把握した（UCLA尺度：3～12点）。

**相談に対する意識**：「不安や悩みについて相談することについてどのように感じるか」に対する複数回答での選択状況から、「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：選択」、「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる：選択」、「相談しても無駄である（相談しても解決しない）：非選択」の該当個数を④「相談の有効性認知」得点（0～3点）、「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」の選択個数を⑤「相談の対人消極性」得点（0～3点）とした（注3）。

**分析手法**：①～⑤のそれぞれを従属変数、性別、年齢層、調査年、経済状態を独立変数とする分散分析を行い、主効果および交互作用効果を検討した。

## (2) 結果

表1は、社会関係と相談に対する意識に関する①～⑤の変数について、分析対象者数と平均値（カッコ内に標準偏差）を、年齢層・経済状態別に示したものである。表2より、分散分析の結果、性別、年齢層、経済状態は①～⑤の変数すべてで、調査年は①対面交流を除く4変数で主効果が有意だった。各独立変数内のカテゴリ間の順序は表2内に示した。

経済状態の有意な主効果は、低所得層は中高所得層に比べて、対面・非対面交流頻度、相談の有効性認知が低い一方、孤独感と相談の対人消極性が高いことを示していた。①～④については性別×経済状態の交互作用効果も有意であり、いずれも、女性よりも男性のほうが経済状態による差が大きかった（図1）。ただし、④相談の有効性認知については、この傾向が令和5年度調査では有意ではないという調査年による差（性別×調査年×経済状態が $p<.01$ 、図略）、③孤独感については、男性の経済的格差は高年齢層より若・中年層で大きいという年齢層による差（性別×年齢層×経済状態が $p<.01$ 、図略）もみられた。

他方、②非対面交流については、図2の通り、年齢が高いほど、所得による交流頻度の差が大きかった（年齢層×経済状態が $p<.001$ ）。①対面交流と⑤相談の対人消極性における調査年×経済状態の交互作用（ $p<.05$ ）は、所得による差は令和3年度調査では有意ではないことを示していた（図3）。ただし、⑤対人消極性については、④有効性認知に比べて平均値が極めて低いことにも注意が必要である。

このほか、高年齢層は若・中年層に比べて、②③④では性別による差（性別×年齢層）、②④では調査年による差が小さい傾向があった（年齢層×調査年）。また、②⑤では調査年による差は男性のほうが大きかった（性別×調査年）。

## 4. 分析2：インフォーマル・フォーマルな支援の受領における経済的格差

### (1) 方法

**分析対象者**：令和4・5年度調査において、「日常生活において不安や悩みを感じている」と回答した人のデータを用いた。令和3年度を除外したのは、令和4年度調査より、不安・悩みがある人のみに支援の受領について質問する形式に変更されたためである。不安・悩みは、低所得層の78.3%、中高所得層の73.8%が感じていた。

**支援の受領**：不安や悩みについて、家族・親族や友人・知人から、相談するなどの問題解決のための手助けを受けている場合を「インフォーマル支援」受領ありとした。また、行政機関やNPO等の民間団体から支援（対価を直接支払うものを除く）を受けている場合を、「フォーマル支援」受領ありとした。ここでは、「受けていない」という回答のほか、「わからない」・無回答の場合も受領なしに含めた。

**分析方法**：インフォーマル・フォーマル支援の受領の有無を目的変数とするロジスティック回帰分析を

年齢層別に実施した。モデル1では経済状態（低所得=1、中高所得=0）のみを説明変数として投入し、モデル2では、分析1で用いた社会関係と相談への意識関連の①～⑤、モデル3では、性別、年齢（連続量）、調査年（令和5年=1、令和4年=0）のほか、支援の必要性の程度や問題に対処するための資源との関連が想定される、教育年数（注4）、婚姻状況、非就労（収入を伴う仕事をしていない=1、それ以外（学生を含む）=0）、心身の健康状態（得点が高いほど不良）、主観的経済状態（得点が高いほど暮らし向きが苦しい）をそれぞれ追加した。さらに、低所得層のみを対象としたロジスティック回帰分析も行った。

## (2) 結果

表3に支援の受領者の割合を示した。インフォーマル支援については、年齢層や経済状態による違いはあるが、半数前後の人が実際に受領していた。インフォーマル支援に比べるとフォーマル支援の受領割合は低く、各年齢層とも中高所得層では特に低かった。なお、ロジスティック回帰分析では、説明変数に欠損値（無回答など）がある対象者は除外したため、表3のnよりも分析対象者数が少なくなっており（高齢者では29%が脱落）、このサンプルでの支援受領率もかっこ内に示した。

表4に、インフォーマル支援の受領についてのロジスティック回帰分析の結果を示した。モデル1より、低所得層は中高所得層よりもむしろ支援を受領しておらず、高年層ではその関連が統計的にも有意であった。若・中年層では、モデル2、3で説明変数を追加することでオッズ比が1を超え、若年層では他の条件が同じなら低所得者ほどインフォーマル支援を受領する傾向が示された。その一方で、主観的経済状態は逆の関係を示しており、生活が苦しいと感じている人ほど支援を受領していなかった（若・中年層のモデル3）。

さらに、3年齢層に共通する傾向として、相談の有効性認知が高い人、対人消極性が低い人、男性に比べて女性、教育年数が高い人ほどインフォーマル支援を受領していた。年齢の効果は若・中年（若いほど受領）と高年層（高齢な人ほど受領）で逆であった。社会関係については、非対面交流の多さや孤独感の低さは、若・中年層では支援受領と有意に関連しており、中年層では対面交流頻度も支援受領を高めていたが、高齢層ではいずれも有意な関係がなかった。また、若・中年層では、未婚者や離死別者は有配偶者に比べて支援を受領していない傾向があった。

表5より、フォーマル支援に関しては、低所得者はそうでない人よりも受領しており、モデル2、3で説明変数が追加されてもこの関係は維持された。対面・非対面交流頻度と孤独感ほどの年齢層でも支援受領と有意な関係はみられなかった。3年齢層とも、相談の有効性認知が高い人、心身の健康状態が悪い人ほどフォーマルな支援を受領していた。これに加えて、若・中年層では仕事に就いていないこと、中・高年層では配偶者がいないこと（未婚、離死別）が支援の受領確率を有意に高めていた。また、インフォーマル支援の場合とは反対に、若年層では、相談の対人消極性が高い人ほどフォーマルな支援を受領していた。

表6は、低所得層の間でもモデル3の変数による差がみられるかを確認するため、低所得者のみを対象に分析した結果である。低所得層のみの分析でも、若・中年層では非対面交流が多い人ほどインフォーマル支援を受領しており、どの年齢層も相談の有効性認知が高いほどインフォーマル・フォーマル支援を受領していた。また、表5と同様に、若年層のみで、相談の対人消極性が高い人ほどフォーマルな支援を受領する傾向があった。さらに、低所得の中・高年層では未婚・離死別者がフォーマル支援を受領する傾向が、全体での分析結果（表5）以上に強くみられ、低所得の若年層では、男性や教育年数が低い人ほどフォーマルな支援を受領していた。

## 5. 結論

(1) 低所得層は中高所得層に比べて、同居家族以外との対面・非対面交流頻度、相談の有効性認知（相談することで良い結果が得られるという意識）が低く、孤独感と相談の対人消極性（連絡・説明が面倒、相談が恥ずかしいなど）が高い傾向があった。また、これらの変数における経済状態による差は、相談の対人消極性を除き、女性より男性でより大きかった。

(2) 低所得者がもつ非対面交流頻度の低さ、孤独感の高さ、相談の有効性認知の低さと対人消極性の高さは、親族・友人等からのインフォーマルな支援の受領を妨げていた。ただし因果関係は明確ではない。

(3) 行政やNPO等からのフォーマルな支援については、低所得層のほうが中高所得層より受領しているが、相談の有効性認知の低さは支援の受領を抑制しており、低所得層内においても相談の有効性認知の多寡により支援の受領状況に差があった。

(4) 相談することで問題解決につながったり、気持ちが楽になったりすると考える相談の有効性の認知は、支援の種類（インフォーマル、フォーマル）や年齢層、経済状態にかかわらず支援の受領と強く関連している。若年時から、相談によって何らかの良い結果が得られるというポジティブな経験を積み重ねられるように支援していく取り組みや、フォーマルな相談窓口の有用性を理解してもらうための広報のあり方の検討が必要と考えられる。

(5) 若年層では、相談の対人消極性が高いほどインフォーマル支援を利用せず、フォーマル支援を利用していた。少なくとも若年層においては、フォーマルな支援がインフォーマルな支援を求めることに消極的態度をもつ人々の受け皿として一定の役割を果たしている。

### 【注釈】

(注1) 2021年の貧困線が等価可処分所得の127万円であったことに基づく（厚生労働省「2022年国民生活基礎調査」）。世帯年収は各選択肢の真ん中の金額をとって連続量とした。調整に用いた世帯人数は、回答者本人を含む同居者数としたが、令和3年度の選択肢に合わせるため6人以上は6として計算した。世帯年収等の無回答により、25歳以上の回答者の8.6%は「低所得」「中高所得」への分類ができず、以降の分析から除外した。経済状態は「不明」カテゴリも含めて、分析1の①～⑤の変数の分散分析を行った結果では、経済状態不明者は低所得層と類似の傾向を示していた。

(注2) 非対面交流頻度については、令和3・4年度は、「SNS（LINEによるチャットなど）」と「電子メールやショートメール」に分かれていたが、令和5年度は「SNSや電子メールなど」というカテゴリにまとめられており、電話を含めて単純に頻度を合計する方法の採用が難しかった。また、非対面交流に関する質問は無回答率が高いという問題もあり、令和3・4年度については、SNSと電子メール等のそれぞれの頻度を月当たりの回数に換算した上で合計し、元の7段階の選択肢に戻して「SNS・メール」とした上で、電話の頻度と高い方の頻度を採用することとした（片方が無回答の場合は回答がある方を採用）。

(注3) 予備的に因子分析を行ったところ、2因子構造であったことによる（「相談しても無駄である」は逆転項目の扱い）。ただし、「相談の有効性認知」「相談の対人消極性」とも、信頼性係数でみた内の一貫性は低く、複数回答の質問項目を用いた尺度化には限界がある。

(注4) 教育年数は、「小学・中学」=9、「高校」=12、「専門学校」「短大・高専」=14、「大学」=16、「大学院」=19とし、「その他」と無回答の対象者は分析から除外した。

【引用文献】

- 1) 齊藤雅茂「高齢者の社会的孤立と地域福祉－計量的アプローチによる測定・評価・予防策」, 2018, 明石書店
- 2) Murayama Y et al. Psychological factors that suppress help-seeking among middle-aged and older adults living alone. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17):10620, 2022.

表1 社会関係と相談への意識における分析対象者数、平均値、標準偏差：年齢層・経済状態別

変数名：値の範囲		若年層 (25-44歳)		中年層 (45-64歳)		高年層 (65歳以上)	
		低所得	中高所得	低所得	中高所得	低所得	中高所得
①対面交流頻度： 0-6点	n	1,160	5,410	1,925	8,055	4,261	5,785
	平均値 (SD)	2.74 (2.10)	2.75 (1.96)	2.75 (2.06)	2.83 (1.98)	3.40 (1.96)	3.47 (1.89)
②非対面交流頻度： 0-6点	n	1,171	5,511	1,970	8,279	3,917	5,645
	平均値 (SD)	4.03 (2.01)	4.09 (1.81)	3.62 (2.01)	3.91 (1.84)	3.40 (1.98)	3.82 (1.80)
③孤独感：3-12点	n	1,196	5,548	2,090	8,507	5,007	6,410
	平均値 (SD)	7.17 (2.45)	6.70 (2.27)	7.04 (2.39)	6.59 (2.16)	6.36 (2.18)	5.99 (2.03)
④相談の有効性認知： 0-3点	n	1,191	5,541	2,075	8,476	4,951	6,355
	平均値 (SD)	2.07 (0.95)	2.21 (0.86)	2.12 (0.95)	2.28 (0.84)	2.16 (0.83)	2.36 (0.74)
⑤相談の対人消極性： 0-3点	n	1,191	5,541	2,075	8,476	4,951	6,355
	平均値 (SD)	0.36 (0.69)	0.32 (0.65)	0.24 (0.57)	0.23 (0.57)	0.13 (0.39)	0.10 (0.37)

注) 令和3~5年度データを統合。SD=標準偏差

表2 社会関係と相談への意識についての分散分析結果

要因	①対面 交流頻度	②非対面 交流頻度	③孤独感	④相談の有 効性認知	⑤相談の対 人消極性
性別	*** 男<女	*** 男<女	*** 男>女	*** 男<女	*** 男>女
年齢層	*** 若,中<高	*** 若>中>高	*** 若>中>高	*** 若<中<高	*** 若>中>高
調査年		*** R3, R4>R5	*** R3<R4, R5	*** R3>R4, R5	*** R3<R4<R5
経済状態	*** 低所得<中高	*** 低所得<中高	*** 低所得>中高	*** 低所得<中高	*** 低所得>中高
性別×年齢層		***	*	***	
性別×調査年		*			*
性別×経済状態	**	***	***	**	
年齢層×調査年		**		***	
年齢層×経済状態		***			
調査年×経済状態	*				*
性別×年齢層×経済状態	—	—	**	—	—
性別×調査年×経済状態	—	—	—	**	—

注) 分析対象者数は表1に同じ。2要因の交互作用項はすべての組み合わせをモデルに含め、3要因以上の交互作用項は統計的に有意(p<.05)な項のみモデルに含めた。有意な主効果については、多重比較(Bonferroni法による調整)による結果を示した(例:若,中<高は、高年層の平均値が最も高く、若年層と中年層には有意差がないことを表す)。

\* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001, — モデルに含まれない

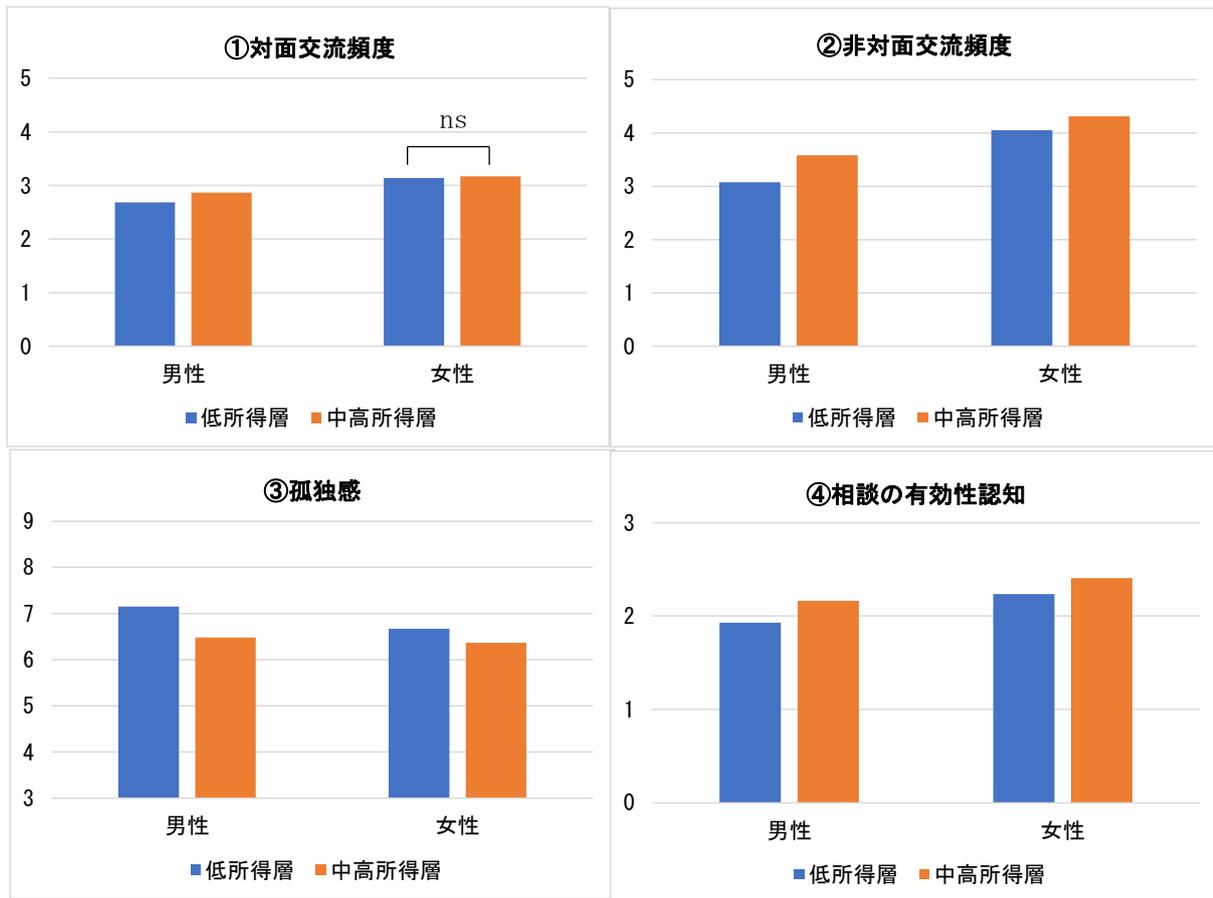


図1 性別×経済状態の交互作用

注) 表2のモデルに基づく推定周辺平均。同性内の「低所得層」と「中高所得層」には、nsとした箇所を除き、5%水準で有意差あり (Bonferroni法による調整)。

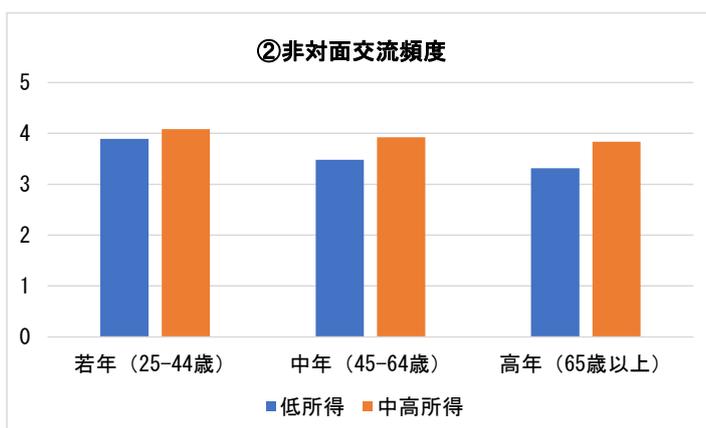


図2 年齢層×経済状態の交互作用

注) 表2のモデルに基づく推定周辺平均。同年齢層内の「低所得層」と「中高所得層」には、5%水準で有意差あり (Bonferroni法による調整)。

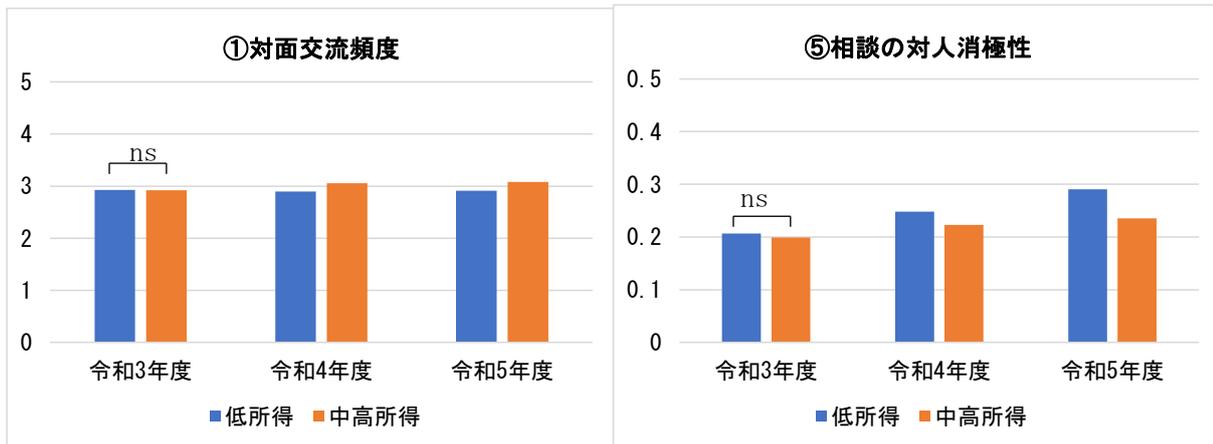


図3 調査年×経済状態の交互作用

注) 表2のモデルに基づく推定周辺平均。同調査年内の「低所得層」と「中高所得層」には、nsとした箇所を除き、5%水準で有意差あり (Bonferroni法による調整)。

表3 インフォーマル・フォーマル支援の受領割合：年齢層・経済状態別

支援の種類	若年層 (25-44 歳)		中年層 (45-64 歳)		高年層 (65 歳以上)	
	低所得 n=620	中高所得 n=2,781	低所得 n=1,156	中高所得 n=4,302	低所得 n=2,675	中高所得 n=2,949
インフォーマル支援	55.5% (56.1%)	57.2% (57.0%)	49.3% (49.8%)	52.5% (52.7%)	46.8% (49.5%)	52.6% (54.1%)
フォーマル支援	10.8% (9.6%)	3.2% (3.1%)	12.1% (11.1%)	4.2% (4.2%)	12.2% (11.6%)	8.6% (8.2%)

注) 令和4~5年度データを統合。不安・悩みを感じている人における割合。カッコ内は、ロジスティック回帰分析の使用変数に欠損値がない対象者に占める支援受領者の割合。

表4 インフォーマル支援受領のロジスティック回帰分析

	若年層 (25-44歳) n=3, 202	中年層 (45-64歳) n=4, 938	高年層 (65歳以上) n=3, 993
<b>【モデル1】</b>			
経済状態：低所得	<b>0.961 (0.799-1.156)</b>	<b>0.890 (0.774-1.024)</b>	<b>0.834** (0.735-0.946)</b>
-2対数尤度	4378.1	6833.9	5520.1
Cox-SnellR <sup>2</sup> /Nagelkerke R <sup>2</sup>	0.000/0.000	0.001/0.001	0.002/0.003
<b>【モデル2】</b>			
経済状態：低所得	<b>1.143 (0.929-1.406)</b>	<b>1.012 (0.867-1.182)</b>	<b>0.953 (0.836-1.088)</b>
対面交流頻度	1.013 (0.967-1.061)	1.050** (1.013-1.089)	1.036 (0.996-1.078)
非対面交流頻度	1.167*** (1.111-1.225)	1.095*** (1.055-1.137)	1.030 (0.989-1.072)
孤独感 (UCLA)	0.920*** (0.886-0.956)	0.921*** (0.892-0.950)	0.996 (0.964-1.030)
相談の有効性認知	2.234*** (2.021-2.471)	2.233*** (2.050-2.431)	1.936*** (1.756-2.135)
相談の対人消極性	0.847** (0.756-0.950)	0.758*** (0.679-0.847)	0.830* (0.700-0.985)
-2対数尤度	3788.7	5977.1	5228.0
Cox-SnellR <sup>2</sup> /Nagelkerke R <sup>2</sup>	0.168/0.226	0.160/0.213	0.072/0.097
<b>【モデル3】</b>			
経済状態：低所得	<b>1.365** (1.091-1.708)</b>	<b>1.152 (0.970-1.368)</b>	<b>0.924 (0.797-1.071)</b>
対面交流頻度	1.022 (0.975-1.071)	1.068*** (1.029-1.107)	1.039 (0.998-1.081)
非対面交流頻度	1.135*** (1.079-1.194)	1.066** (1.025-1.109)	1.024 (0.983-1.068)
孤独感 (UCLA)	0.926*** (0.888-0.965)	0.910*** (0.880-0.942)	0.975 (0.942-1.010)
相談の有効性認知	2.134*** (1.923-2.368)	2.203*** (2.018-2.404)	1.970*** (1.783-2.176)
相談の対人消極性	0.842** (0.748-0.946)	0.743*** (0.664-0.831)	0.829* (0.697-0.986)
性別：男性	0.641*** (0.545-0.755)	0.671*** (0.589-0.765)	0.786** (0.682-0.905)
年齢	0.970*** (0.956-0.985)	0.969*** (0.959-0.980)	1.011* (1.000-1.022)
教育年数	1.055** (1.016-1.096)	1.036* (1.004-1.069)	1.055** (1.023-1.088)
婚姻状況 (ref. 有配偶)			
未婚	0.600*** (0.501-0.719)	0.640*** (0.539-0.761)	0.961 (0.708-1.304)
離・死別	0.746 (0.501-1.111)	0.607*** (0.497-0.742)	1.055 (0.894-1.244)
非就労	1.226 (0.896-1.678)	1.407** (1.142-1.733)	1.070 (0.936-1.224)
心身の健康状態不良	1.067 (0.979-1.162)	1.135*** (1.058-1.219)	1.215*** (1.131-1.306)
主観的経済状態不良	0.816*** (0.742-0.897)	0.898** (0.834-0.967)	1.006 (0.926-1.092)
調査年：令和5年	0.885 (0.757-1.036)	0.914 (0.807-1.036)	1.007 (0.884-1.148)
-2対数尤度	3679.1	5825.3	5170.7
Cox-SnellR <sup>2</sup> /Nagelkerke R <sup>2</sup>	0.196/0.263	0.185/0.247	0.086/0.114

注) オッズ比 (かっこ内は95%信頼性区間) \* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001

表5 フォーマル支援受領のロジスティック回帰分析

	若年層 (25-44 歳) n=3, 202	中年層 (45-64 歳) n=4, 938	高年層 (65 歳以上) n=3, 993
<b>【モデル1】</b>			
経済状態：低所得	<b>3.318*** (2.319-4.749)</b>	<b>2.867*** (2.227-3.691)</b>	<b>1.479*** (1.198-1.826)</b>
-2 対数尤度	1080.7	2061.8	2515.0
Cox-SnellR <sup>2</sup> /Nagelkerke R <sup>2</sup>	0.012/0.040	0.012/0.035	0.003/0.007
<b>【モデル2】</b>			
経済状態：低所得	<b>3.280*** (2.283-4.713)</b>	<b>2.973*** (2.304-3.836)</b>	<b>1.523*** (1.231-1.886)</b>
対面交流頻度	1.006 (0.907-1.117)	0.994 (0.925-1.068)	1.010 (0.947-1.077)
非対面交流頻度	1.014 (0.909-1.131)	1.003 (0.930-1.082)	1.005 (0.941-1.073)
孤独感 (UCLA)	1.085 (0.994-1.185)	1.003 (0.942-1.067)	1.046 (0.991-1.104)
相談の有効性認知	1.444** (1.154-1.807)	1.350*** (1.143-1.594)	1.272** (1.085-1.490)
相談の対人消極性	1.312* (1.048-1.643)	1.112 (0.903-1.371)	0.967 (0.731-1.278)
-2 対数尤度	1064.5	2047.1	2503.1
Cox-SnellR <sup>2</sup> /Nagelkerke R <sup>2</sup>	0.017/0.057	0.015/0.044	0.006/0.013
<b>【モデル3】</b>			
経済状態：低所得	<b>3.088*** (2.065-4.617)</b>	<b>2.447*** (1.833-3.268)</b>	<b>1.279* (1.003-1.630)</b>
対面交流頻度	1.008 (0.908-1.120)	0.993 (0.924-1.068)	0.987 (0.923-1.055)
非対面交流頻度	1.027 (0.918-1.149)	1.012 (0.936-1.094)	1.058 (0.989-1.132)
孤独感 (UCLA)	1.039 (0.946-1.140)	0.957 (0.896-1.022)	1.010 (0.954-1.068)
相談の有効性認知	1.469*** (1.170-1.846)	1.416*** (1.194-1.679)	1.369*** (1.162-1.614)
相談の対人消極性	1.308* (1.041-1.644)	1.111 (0.900-1.372)	0.938 (0.704-1.248)
性別：男性	1.033 (0.708-1.506)	1.002 (0.769-1.307)	1.106 (0.872-1.403)
年齢	1.031 (0.996-1.067)	1.009 (0.987-1.031)	1.057*** (1.040-1.075)
教育年数	0.947 (0.870-1.031)	0.994 (0.932-1.059)	1.014 (0.964-1.066)
婚姻状況 (ref. 有配偶)			
未婚	1.220 (0.810-1.837)	1.449* (1.051-1.999)	1.927** (1.232-3.013)
離・死別	1.127 (0.512-2.479)	1.513* (1.063-2.151)	1.358* (1.048-1.759)
非就労	1.943** (1.181-3.199)	1.453* (1.037-2.036)	0.887 (0.710-1.106)
心身の健康状態不良	1.234* (1.018-1.495)	1.265** (1.098-1.458)	1.458*** (1.294-1.643)
主観的経済状態不良	0.870 (0.703-1.077)	1.006 (0.866-1.169)	1.104 (0.961-1.269)
調査年：令和5年	1.065 (0.749-1.513)	1.216 (0.949-1.559)	1.148 (0.926-1.425)
-2 対数尤度	1046.0	2017.4	2389.0
Cox-SnellR <sup>2</sup> /Nagelkerke R <sup>2</sup>	0.023/0.077	0.021/0.060	0.034/0.073

注) オッズ比 (かっこ内は 95%信頼性区間) \* p<.05, \*\* p<.01, \*\*\* p<.001

表6 低所得層におけるインフォーマル・フォーマル支援受領のロジスティック回帰分析

	若年層 (25-44 歳) n=553	中年層 (45-64 歳) n=978	高年層 (65 歳以上) n=1, 688
<b>インフォーマル支援</b>			
対面交流頻度	0. 953 (0. 854-1. 064)	1. 006 (0. 929-1. 089)	0. 995 (0. 936-1. 058)
非対面交流頻度	1. 166** (1. 038-1. 309)	1. 100* (1. 012-1. 195)	1. 020 (0. 958-1. 086)
孤独感 (UCLA)	0. 934 (0. 844-1. 035)	0. 906* (0. 842-0. 976)	0. 988 (0. 937-1. 041)
相談の有効性認知	2. 168*** (1. 707-2. 753)	2. 244*** (1. 860-2. 707)	2. 179*** (1. 872-2. 536)
相談の対人消極性	0. 816 (0. 625-1. 064)	0. 806 (0. 620-1. 046)	0. 718* (0. 550-0. 937)
性別：男性	0. 872 (0. 567-1. 341)	0. 811 (0. 592-1. 112)	0. 837 (0. 666-1. 051)
年齢	0. 988 (0. 952-1. 025)	0. 980 (0. 956-1. 004)	1. 024** (1. 007-1. 041)
教育年数	1. 037 (0. 946-1. 138)	1. 062 (0. 986-1. 145)	1. 044 (0. 994-1. 097)
婚姻状況 (ref. 有配偶)			
未婚	0. 465** (0. 292-0. 738)	0. 983 (0. 688-1. 403)	1. 106 (0. 734-1. 667)
離・死別	0. 499 (0. 244-1. 017)	0. 755 (0. 518-1. 101)	1. 217 (0. 966-1. 534)
非就労	1. 478 (0. 809-2. 703)	1. 317 (0. 925-1. 874)	1. 091 (0. 885-1. 344)
心身の健康状態不良	0. 913 (0. 744-1. 121)	1. 221* (1. 041-1. 432)	1. 208*** (1. 082-1. 349)
主観的経済状態不良	0. 874 (0. 684-1. 116)	0. 897 (0. 752-1. 070)	1. 098 (0. 965-1. 249)
調査年：令和 5 年	0. 977 (0. 661-1. 442)	1. 076 (0. 812-1. 427)	1. 103 (0. 900-1. 353)
-2 対数尤度	615. 0	1157. 4	2140. 8
Cox-SnellR <sup>2</sup> /Nagelkerke R <sup>2</sup>	0. 229/0. 306	0. 184/0. 245	0. 111/0. 148
<b>フォーマル支援</b>			
対面交流頻度	1. 068 (0. 900-1. 267)	0. 982 (0. 872-1. 106)	0. 949 (0. 865-1. 041)
非対面交流頻度	1. 202 (0. 996-1. 451)	1. 018 (0. 901-1. 150)	1. 090 (0. 993-1. 196)
孤独感 (UCLA)	1. 125 (0. 957-1. 322)	1. 006 (0. 902-1. 121)	0. 987 (0. 913-1. 067)
相談の有効性認知	1. 727** (1. 181-2. 526)	1. 459** (1. 127-1. 888)	1. 318* (1. 058-1. 642)
相談の対人消極性	1. 636* (1. 122-2. 385)	1. 012 (0. 712-1. 439)	0. 900 (0. 614-1. 319)
性別：男性	2. 372* (1. 223-4. 599)	1. 533 (0. 971-2. 421)	1. 205 (0. 851-1. 706)
年齢	1. 029 (0. 971-1. 092)	1. 028 (0. 991-1. 066)	1. 033** (1. 009-1. 058)
教育年数	0. 858* (0. 742-0. 993)	0. 989 (0. 890-1. 100)	1. 006 (0. 935-1. 082)
婚姻状況 (ref. 有配偶)			
未婚	1. 668 (0. 761-3. 654)	2. 611*** (1. 548-4. 406)	2. 102** (1. 213-3. 645)
離・死別	2. 237 (0. 778-6. 434)	2. 498** (1. 427-4. 371)	1. 537* (1. 085-2. 179)
非就労	1. 135 (0. 499-2. 580)	1. 361 (0. 860-2. 154)	0. 902 (0. 660-1. 233)
心身の健康状態不良	1. 242 (0. 892-1. 729)	1. 310* (1. 030-1. 666)	1. 523*** (1. 286-1. 803)
主観的経済状態不良	0. 844 (0. 575-1. 239)	1. 057 (0. 806-1. 385)	1. 078 (0. 886-1. 312)
調査年：令和 5 年	0. 705 (0. 378-1. 312)	1. 418 (0. 936-2. 148)	1. 067 (0. 786-1. 448)
-2 対数尤度	307. 8	636. 7	1158. 3
Cox-SnellR <sup>2</sup> /Nagelkerke R <sup>2</sup>	0. 072/0. 154	0. 047/0. 093	0. 032/0. 062

注) オッズ比 (かっこ内は 95%信頼性区間) \* p<. 05, \*\* p<. 01, \*\*\* p<. 001

# 子育て世代の孤立・孤独の特徴

大阪公立大学大学院看護学研究科  
横山 美江

## 1 分析内容

子育て世代の特徴を分析（令和4年、令和5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“これから結婚をしようとする若者から、大学生の子どもがいる親までで構成される世代と定義されている。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する。

## 2 分析方法

- ① 令和3年のデータについては変数が異なっているものが多いため、令和4年と令和5年のデータを用いることとし、令和4年と令和5年のデータを統合し、分析した。
- ② 16歳から40歳代までの調査回答者のうち、両親と子の世帯、ひとり親世帯、3世代世帯の孤独感・孤立感に関連する特徴を分析した。

①と②の条件のもと、5,360人を分析対象とした。

## 3 分析結果

- ・ 子育て世代の回答者の現在の仕事を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、非正規職員の割合（24.3%）ならびに失業中（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（5.9%）が有意に高かった（表1）。
- ・ 子育て世代の回答者の最終学歴を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、中卒以下（5.9%）・高卒以下の割合（43.7%）が有意に高かった（表1）。
- ・ 子育て世代の回答者の等価可処分所得を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、300万円の未満の割合（67.5%）が有意に高かった（表1）。
- ・ 子育て世代の回答者の経済的な暮らし向きを分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、大変苦しいと回答した割合が有意に高かった（表1）

- ・ 子育て世代の回答者の孤立感を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、孤立感を時々、あるいは常にあると回答した者の割合が有意に高かった（表2）。
- ・ 子育て世代の回答者の孤独感を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、孤独感を時々、あるいは常にあると回答した者の割合が有意に高かった（表2）。
- ・ 子育て世代の回答者の UCLA 孤独感尺度（短縮版）については、ひとり親と子の世帯の平均得点は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、有意に高かった（表2）。
- ・ 子育て世代の回答者の相談相手の有無を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、相談相手がいないと回答した割合が有意に高かった（表3）。
- ・ 子育て世代の回答者の不安や悩みの有無を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、不安や悩みが時々、あるいは常にあると回答した割合が有意に高かった（表3）。
- ・ 子育て世代の回答者の健康状態を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、あまりよくない～よくないと回答した割合が有意に高かった（表3）。
- ・ 子育て世代の回答者の生活の満足度を分析すると、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、不満であると回答した割合が有意に高かった（表3）。
- ・ 表4・表5は、孤立感・孤独感に関する多変量解析結果を示したものである。子育て世代の孤立感は、相談相手の有無、不安や悩みの有無、生活の満足度、現在の健康状態と有意に関連していた。子育て世代の孤独感は、等価可処分所得、相談相手の有無、不安や悩みの有無、生活の満足度、世帯構成、現在の健康状態と有意に関連していた。UCLA 孤独感尺度については、相談相手の有無、不安や悩みの有無、生活の満足度、外出の頻度、現在の健康状態と有意に関連していた。

#### 4 結論

以上の結果から、ひとり親と子の世帯は、両親と子の世帯と3世代世帯（親と子と孫）に比べ、孤立感や孤独感が強い者の割合が高いことが明らかとなった。特に、多変量解析結果から、子育て世代の孤独感は、交絡因子を調整しても世帯構成と関連しており、ひとり親と子の世帯は孤独感を強める要因であることが判明した。一方で、孤立感や孤独感の全ての尺度において、相談相手の有無、不安や悩みの有無、現在の健康状態と関連が認められたことから、不安や悩み、あるいは健康状態の悪化などが生じたときにはいつでも相談できる体制を整えることが、子育て世代の孤立感や孤独感を低減させるためには有用であることが示された。

表1 子育て世代・世帯構成別背景

項目	両親と子		ひとり親と子		3世代世帯		p-value	
	n	%	n	%	n	%		
調査年	2022年	2112	(51.2%)	370	(57.1%)	322	(54.5%)	=.011
	2023年	2009	(48.8%)	278	(42.9%)	269	(45.5%)	
年齢	16-24歳	772	(18.7%)	136	(21.0%)	181	(30.6%)	<.001
	25-34歳	826	(20.0%)	121	(18.7%)	130	(22.0%)	
	35-49歳	2523	(61.2%)	391	(60.3%)	280	(47.4%)	
	平均±標準偏差	35.83±9.90		36.05±10.50		32.94±10.74		
性別	男性	1806	(43.9%)	280	(43.3%)	236	(40.0%)	=.141
	女性	2268	(55.1%)	355	(54.9%)	349	(59.2%)	
	答えたくない等	44	(1.1%)	12	(1.8%)	5	(0.8%)	
同居人の人数	3.81±1.45		2.72±1.00		5.11±1.35		<.001	
現在の仕事	正規職員	2016	(49.0%)	284	(43.9%)	269	(45.7%)	<.001
	非正規職員	837	(20.3%)	157	(24.3%)	107	(18.2%)	
	会社等の役員	77	(1.9%)	9	(1.4%)	13	(2.2%)	
	自営業	136	(3.3%)	30	(4.6%)	26	(4.4%)	
	家族従業者・内職	58	(1.4%)	6	(0.9%)	15	(2.5%)	
	学生	554	(13.5%)	82	(12.7%)	119	(20.2%)	
	失業中	144	(3.5%)	38	(5.9%)	15	(2.5%)	
	無職	236	(5.7%)	26	(4.0%)	22	(3.7%)	
	その他	59	(1.4%)	15	(2.3%)	3	(0.5%)	
最終学歴	小学校・中学校	110	(2.7%)	38	(5.9%)	22	(3.7%)	<.001
	高校	1194	(29.0%)	282	(43.7%)	210	(35.5%)	
	専門学校	649	(15.8%)	116	(18.0%)	115	(19.5%)	
	短大・高专	406	(9.9%)	45	(7.0%)	53	(9.0%)	
	大学	1549	(37.6%)	153	(23.7%)	175	(29.6%)	
	大学院	186	(4.5%)	6	(0.9%)	14	(2.4%)	
	その他	22	(0.5%)	6	(0.9%)	2	(0.3%)	
等価世帯所得 <sup>1)</sup>	100万未満	235	(8.0%)	74	(14.1%)	37	(9.2%)	<.001
	100万～200万円未満	380	(12.9%)	122	(23.2%)	100	(24.9%)	
	200万～300万円未満	599	(20.3%)	159	(30.2%)	79	(19.7%)	
	300万円～500万円未満	887	(30.1%)	119	(22.6%)	113	(28.1%)	
	500万円～700万円未満	333	(11.3%)	23	(4.4%)	55	(13.7%)	
	700万円～1000万円未満	508	(17.2%)	22	(4.2%)	17	(4.2%)	
	1000万円以上	9	(0.3%)	7	(1.3%)	1	(0.2%)	
経済的な暮らし向き	大変ゆとりがある	83	(2.0%)	7	(1.1%)	12	(2.0%)	<.001
	ややゆとりがある	499	(12.1%)	27	(4.2%)	66	(11.2%)	
	普通	1801	(43.8%)	220	(34.0%)	259	(44.0%)	
	やや苦しい	1245	(30.3%)	234	(36.1%)	180	(30.6%)	
	大変苦しい	485	(11.8%)	160	(24.7%)	72	(12.2%)	

1)世帯収入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分類

表2 子育て世代の世帯構成別孤独・孤立の状況

項目	両親と子		ひとり親と子		3世代世帯		p-value
	n	%	n	%	n	%	
孤立していると感じる	決してない	941 (22.9%)	128 (19.8%)	128 (21.7%)	<.001		
	ほとんどない	1751 (42.6%)	212 (32.8%)	238 (40.3%)			
	時々ある	1248 (30.3%)	245 (37.9%)	196 (33.2%)			
	常にある	175 (4.3%)	62 (9.6%)	29 (4.9%)			
孤独であると感じる	決してない	883 (21.5%)	113 (17.4%)	120 (20.3%)	<.001		
	ほとんどない	1578 (38.4%)	182 (28.1%)	210 (35.6%)			
	たまにある	788 (19.2%)	133 (20.5%)	120 (20.3%)			
	時々ある	666 (16.2%)	161 (24.8%)	98 (1.8%)			
	常にある	199 (4.8%)	59 (9.1%)	42 (7.1%)			
UCLA 孤独感尺度 <sup>1)</sup>	平均±標準偏差	6.70±2.26	7.21±2.45	6.73±2.25	<.001		

表3 子育て世代の世帯構成別回答者の状況

項目	両親と子		ひとり親と子		3世代世帯		p-value
	n	%	n	%	n	%	
外出頻度	週5日以上	2995 (72.8%)	443 (68.6%)	429 (73.0%)	= .004		
	週3日～4日	485 (11.8%)	75 (11.6%)	73 (12.4%)			
	週1日～2日	418 (10.2%)	67 (10.4%)	60 (10.2%)			
	週1日未満	175 (4.3%)	47 (7.3%)	19 (3.2%)			
	外出しない	39 (0.9%)	14 (2.2%)	7 (1.2%)			
相談相手	いる	3750 (91.1%)	542 (83.6%)	533 (90.3%)	<.001		
	いない	366 (8.9%)	106 (16.4%)	57 (9.7%)			
不安や悩みの有無	ある	3049 (74.0%)	519 (80.1%)	445 (75.3%)	= .004		
	ない	1070 (26.0%)	129 (19.9%)	146 (24.7%)			
	時々ある	666 (16.2%)	161 (24.8%)	98 (1.8%)			
	常にある	199 (4.8%)	59 (9.1%)	42 (7.1%)			
心身の健康状態	よい	955 (23.2%)	110 (17.0%)	141 (23.9%)	<.001		
	まあよい	810 (19.7%)	101 (15.6%)	103 (17.5%)			
	ふつう	1696 (41.2%)	290 (44.9%)	253 (42.9%)			
	あまりよくない	516 (12.5%)	108 (16.7%)	76 (12.9%)			
	よくない	135 (3.3%)	37 (5.7%)	17 (2.9%)			
生活の満足度	満足している	691 (16.8%)	59 (9.1%)	86 (14.6%)	<.001		
	まあ満足している	1835 (44.6%)	213 (32.9%)	255 (43.2%)			
	どちらともいえない	818 (19.9%)	174 (26.9%)	116 (19.7%)			
	やや不満である	539 (13.1%)	121 (18.7%)	95 (16.1%)			
	不満である	230 (5.6%)	80 (12.4%)	38 (6.4%)			

表 4 孤立感・孤独感と心身の健康状態の重回帰分析結果

独立変数	孤立感		孤独感		UCLA 孤独感尺度	
	adjusted $\beta$	p-value	adjusted $\beta$	p-value	adjusted $\beta$	p-value
年齢	-.022	=.121	-.041	=.002	-.017	=.231
最終学歴	.029	=.048	.039	=.006	.030	=.037
等価可処分所得	-.034	=.021	-.034	=.019	-.032	=.029
相談相手の有無	.173	<.001	.177	<.001	.170	<.001
不安や悩みの有無	-.096	<.001	-.112	<.001	-.097	<.001
生活の満足度	.190	<.001	.204	<.001	.204	<.001
外出頻度	.028	=.050	.012	=.397	.042	=.003
世帯構成	-.024	=.095	-.031	=.026	-.015	=.290
現在の健康状態	.241	<.001	.270	<.001	.255	<.001
R <sup>2</sup>	.261		.306		.286	
Adjusted R <sup>2</sup>	.260		.305		.284	

表5 孤立感・孤独感に関するロジスティック回帰分析結果

従属変数 独立変数	孤立感			孤独感			UCLA 孤独感尺度		
	Odds ratio	95%CI	p-value	Odds ratio	95%CI	p-value	Odds ratio	95%CI	p-value
最終学歴 <sup>2)</sup>									
大学・大学院	Ref			Ref			Ref		
短大・高専・専門学校	1.01	0.81-1.26	=.940	0.85	0.69-1.05	=.129	1.00	0.81-1.24	=.995
高校	1.01	0.81-1.26	=0.94	0.93	0.75-1.14	=.468	0.98	0.79-1.21	=.826
中学以下	1.05	0.86-1.29	=.633	1.04	0.86-1.26	=.690	0.98	0.80-1.20	=.837
等価可処分所得									
500万円以上	Ref			Ref			Ref		
200万円～500万円未満	0.97	0.83-1.13	=.669	0.96	0.83-1.11	=.535	0.94	0.81-1.09	=.420
200万円未満	1.08	0.94-1.24	=.259	1.15	1.01-1.31	=.036	1.14	0.99-1.30	=.067
外出頻度									
週3日以上外出	Ref			Ref			Ref		
週1日～2日程度外出	1.24	1.02-1.52	=.035	1.06	0.87-1.29	=.572	1.20	0.98-1.47	=.073
週1日未満～外出しない	1.13	0.89-1.43	=.307	0.98	0.78-1.23	=.871	1.05	0.83-1.32	=.705
生活満足度									
満足～まあ満足	Ref			Ref			Ref		
どちらともいえない～不満	2.47	2.21-2.77	<.001	2.36	2.12-2.62	<.001	2.37	2.12-2.65	<.001
不安や悩みの有無									
なし	Ref			Ref			Ref		
あり	2.57	2.21-2.99	<.001	2.72	2.37-3.12	<.001	2.48	2.15-2.86	<.001
相談相手の有無									
あり	Ref			Ref			Ref		
なし	3.35	2.80-4.01	<.001	3.06	2.53-3.69	<.001	3.58	2.98-4.30	<.001
世帯構成									
両親と子世帯・3世代世帯	Ref			Ref			Ref		
ひとり親世帯	1.10	0.95-1.26	=.193	1.27	1.11-1.46	<.001	0.97	0.84-1.11	=.625
現在の健康状態									
よい～まあよい	Ref			Ref			Ref		
普通～よくない	2.16	1.89-2.45	<.001	2.41	2.14-2.71	<.001	2.29	2.02-2.60	<.001
年齢	1.02	1.01-1.02	<.001	1.01	1.01-1.02	<.001	1.02	1.01-1.02	<.001
同居者人数	1.03	0.99-1.08	=.127	1.07	1.03-1.12	=.002	1.08	1.03-1.13	=.002