

# 孤独・孤立対策に関する世論調査(確報) について

令和8年3月31日  
内閣府 孤独・孤立対策推進室



# 孤独・孤立対策に関する世論調査(確報) 調査結果の概要①

- ✓ 現状の「孤独」や「孤立」に対する意識や孤独・孤立対策の認知度等について現状を把握することを目的に、内閣府政府広報室の世論調査の枠組を活用し、全国18歳以上の日本国籍を有する者3,000人に調査を実施※。

※調査期間:令和7年10月23日～11月30日、有効回収数1,732人(有効回収率57.7%)。

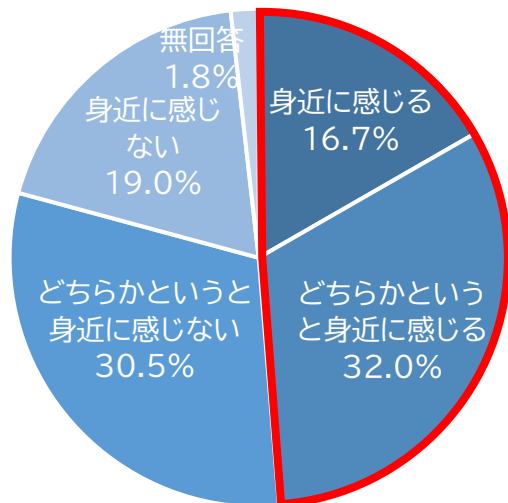
※限られたサンプル数(1,732サンプル)での分析であり、分析結果の取扱いに当たっては、一定の標本誤差が含まれることに注意が必要。

- ✓ 孤独・孤立を身近に感じている方が半数近くを占める一方で、政府の孤独・孤立対策を「あまり知らない」と回答した方が最も多かった(52%)ことなども踏まえ、孤独・孤立対策の認知度向上を図る必要。

## 1. 孤独・孤立の意識について

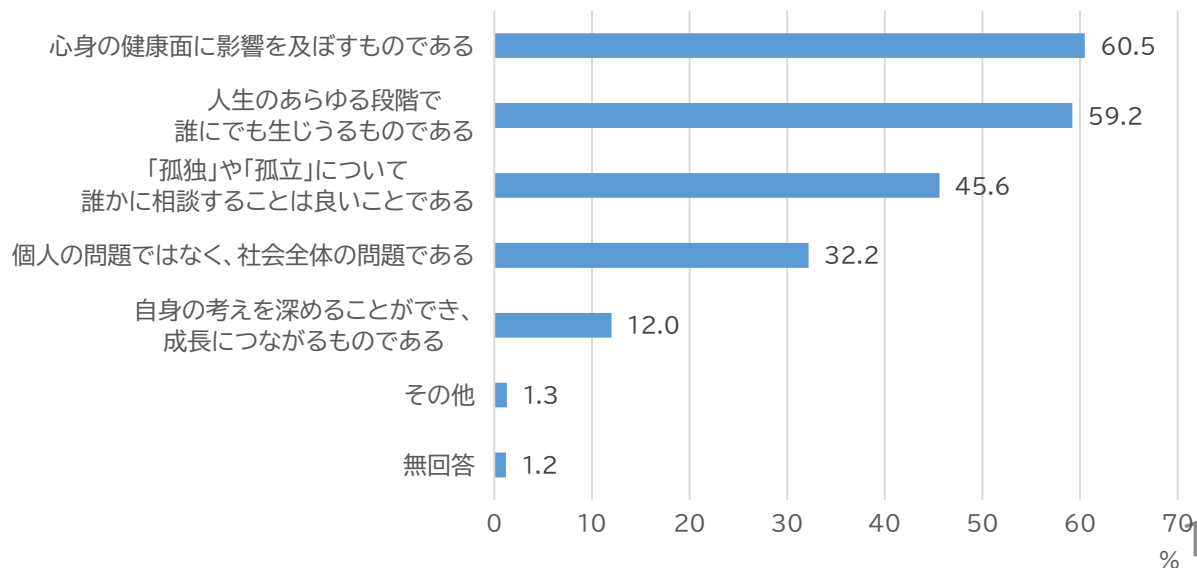
### (1) 孤独・孤立の身近さ

問1 「孤独」や「孤立」について、あなたにとって身近に感じますか。(n=1,732)



### (2) 孤独・孤立のイメージ

問2 「孤独」や「孤立」について、あなたは、どのようなイメージをもっていますか。(複数回答可) (n=1,732)



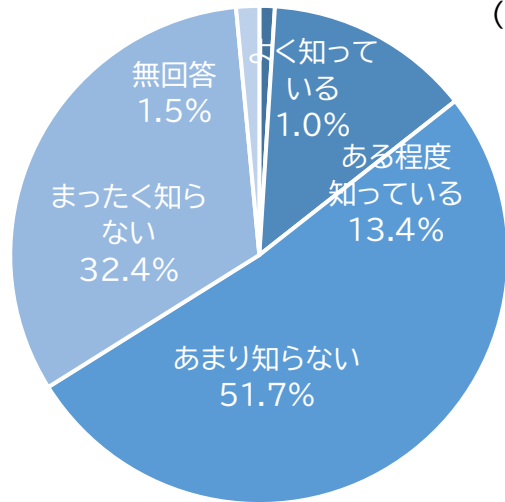
# 孤独・孤立対策に関する世論調査(確報) 調査結果の概要②

## 2. 孤独・孤立の認知について

### (1) 孤独・孤立対策の認知度

問3 あなたは政府が、「孤独」や「孤立」に関する総合的な対策を推進していることを知っていますか。

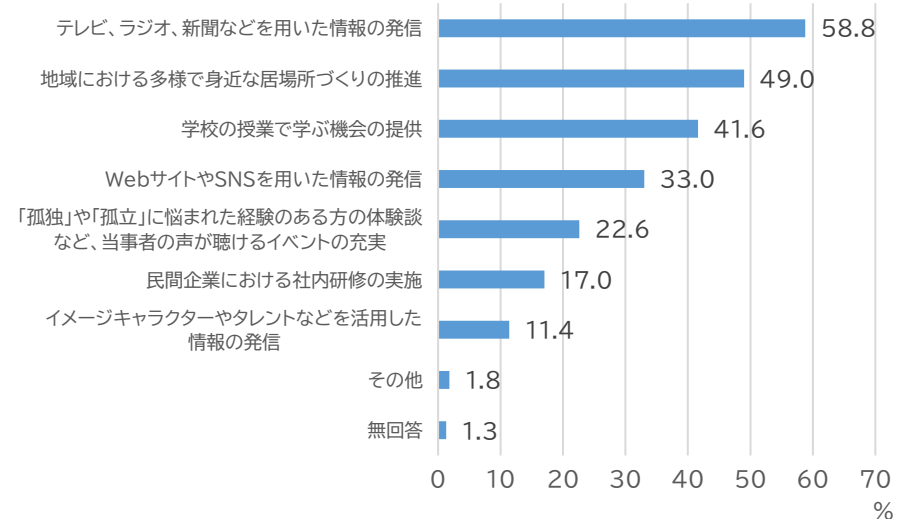
(n=1,732)



### (2) 情報の入手方法

問4 あなたは、今後、より多くの方が「孤独」や「孤立」について関心を持つためには、どのような取組が効果的だと思いますか。

(複数回答可) (n=249)

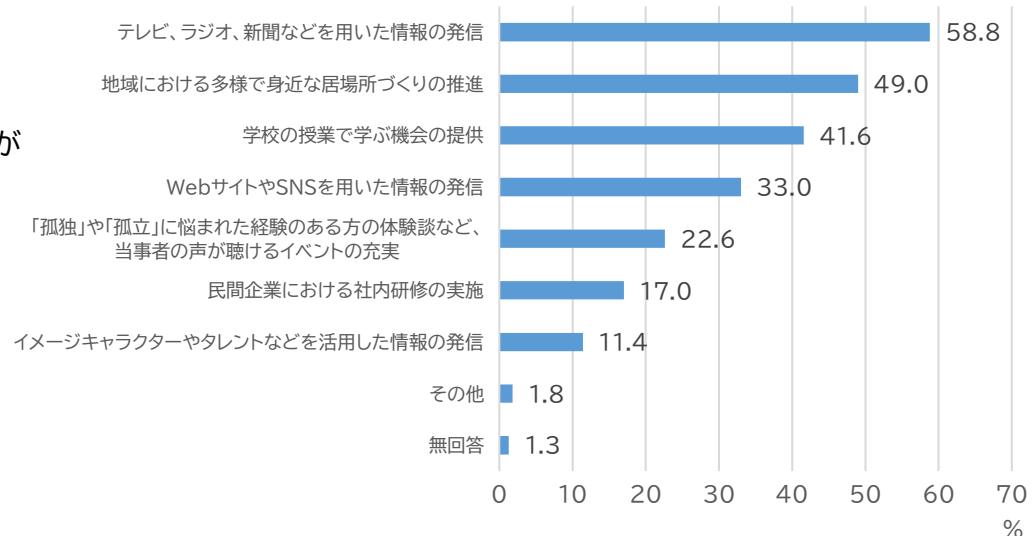


## 3. 孤独・孤立への関心を高める取組について

### (1) 孤独・孤立への関心を高める取組

問5 あなたは今後、より多くの方が「孤独」や「孤立」について関心を持つためには、どのような取組が効果的だと思いますか。(複数回答可)

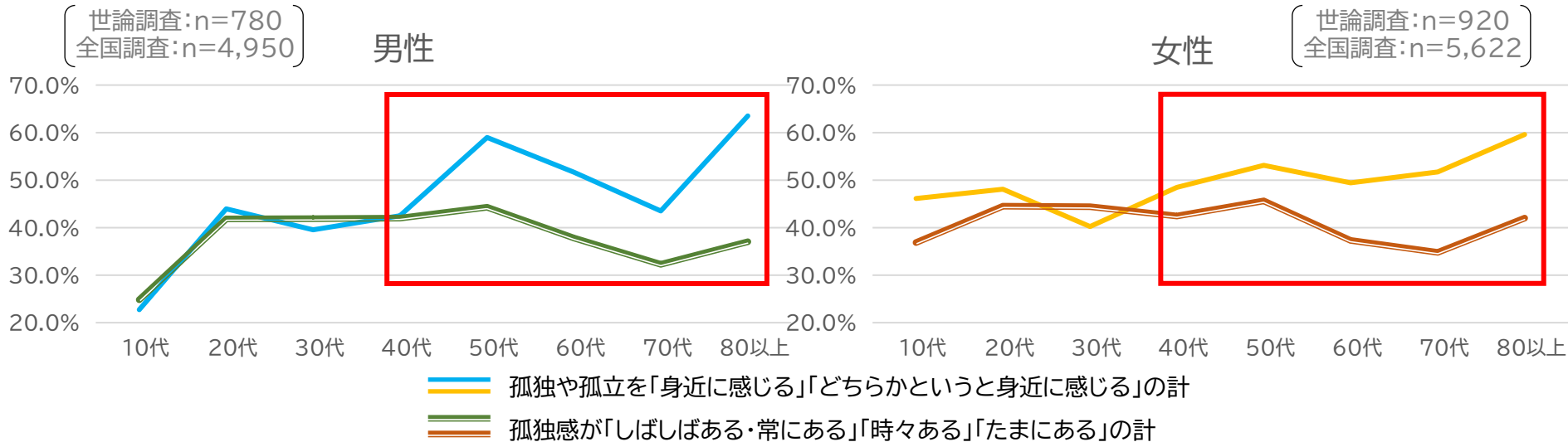
(n=1,732)



# 世代別の「孤独・孤立の身近さ」と「孤独感」との比較

- ✓ 世論調査結果における「孤独や孤立を身近に感じる」と回答した割合を世代別に見ると、若年層の10～30代と比べて、50～80代といったシニア世代の方が高い。
- ✓ 世論調査結果における「孤独や孤立を身近に感じる」割合と、孤独・孤立の実態把握に関する全国調査結果（令和6年）の「孤独感がある」割合を世代別に比較すると、若年層の10代～40代についてはほぼ同水準である一方、中高年層の50代以上では、「身近に感じる」割合の方が高くなっている。

世論調査における「孤独や孤立を身近に感じる」割合と全国調査の「孤独感を感じる」割合の比較



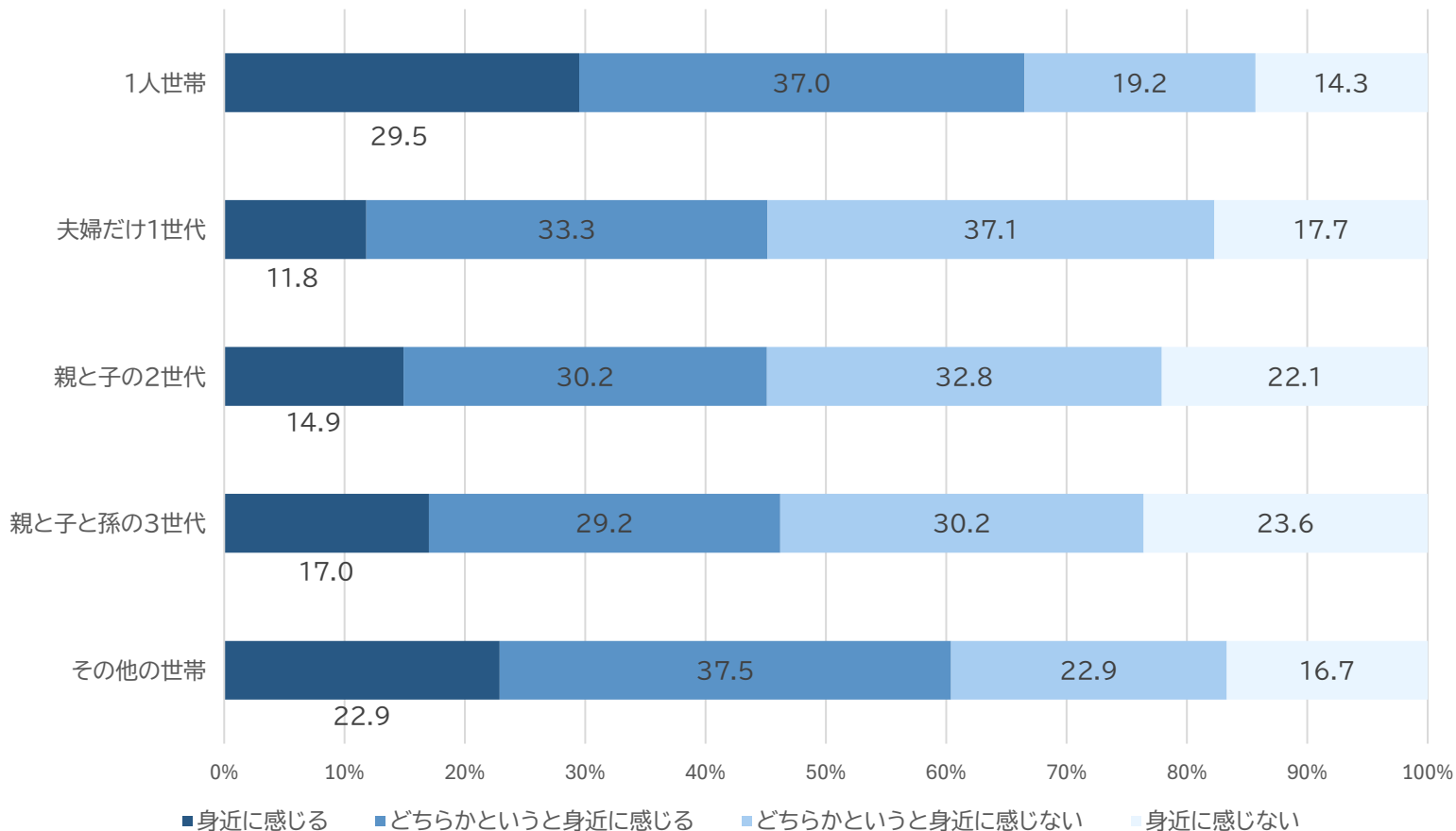
## 実態把握研究会構成員等の見解

- ✓ 孤立については、高齢になるほど他者との社会的な接触が少なくなるため、シニア世代の「孤独や孤立を身近に感じる人」の割合が高い可能性がある。(孤独・孤立の実態把握研究会 石田座長)
- ✓ 50代頃になると、周囲の人の環境・境遇を見聞きする機会も増え、「孤独や孤立を身近に感じる人」が増え始めるのではないかと。シニア世代では、面倒をみる家族がないなどの影響もあると思う。(大西参与)
- ✓ 高齢期は、一般に、退職、子どもの独立、身近な人の死、自身の健康悪化など、「喪失」を経験しやすく、周囲にもそのような人がいたり、自分も近い将来経験する可能性が高いため、身近に感じているのではないかと。(孤独・孤立の実態把握研究会 小林構成員)

# 世帯類型別の「孤独・孤立の身近さ」

✓ 「孤独や孤立を身近に感じる」「どちらかいうと身近に感じる」と回答した割合を世帯類型別に見ると、「1人世帯」が最も高い。

問 「孤独」や「孤立」について、あなたにとって身近に感じますか。 (n=1,700)



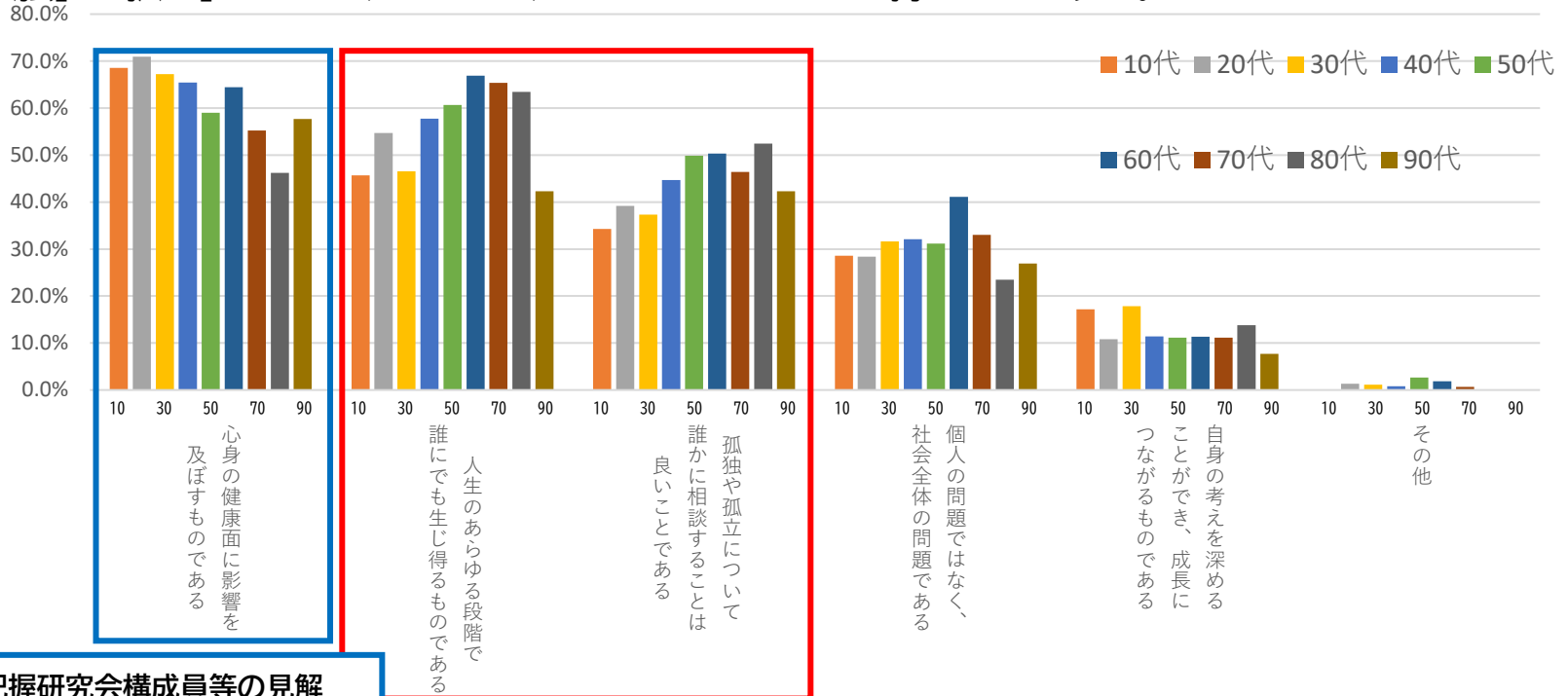
## 実態把握研究会構成員等の見解

✓ 1人世帯は「孤独」や「孤立」を、より自分事として捉えているのではないか。(大西参与)

# 世代別の「孤独・孤立のイメージ」

- ✓ 「孤独」や「孤立」のイメージについては、「心身の健康面に影響を及ぼすものである」と回答した割合が最も高く、次いで「人生のあらゆる段階で誰にでも生じ得るものである」、「孤独や孤立について誰かに相談することは良いことである」、「個人の問題ではなく、社会全体の問題である」の順となった。
- ✓ これを世代別に見ると、「心身の健康面に影響を及ぼすものである」は若年層で高く、「人生のあらゆる段階で誰にでも生じ得るものである」と「孤独や孤立について誰かに相談することは良いことである」はシニア層で高くなっている。

問 「孤独」や「孤立」について、あなたは、どのようなイメージを持っていますか。（n=1,711）



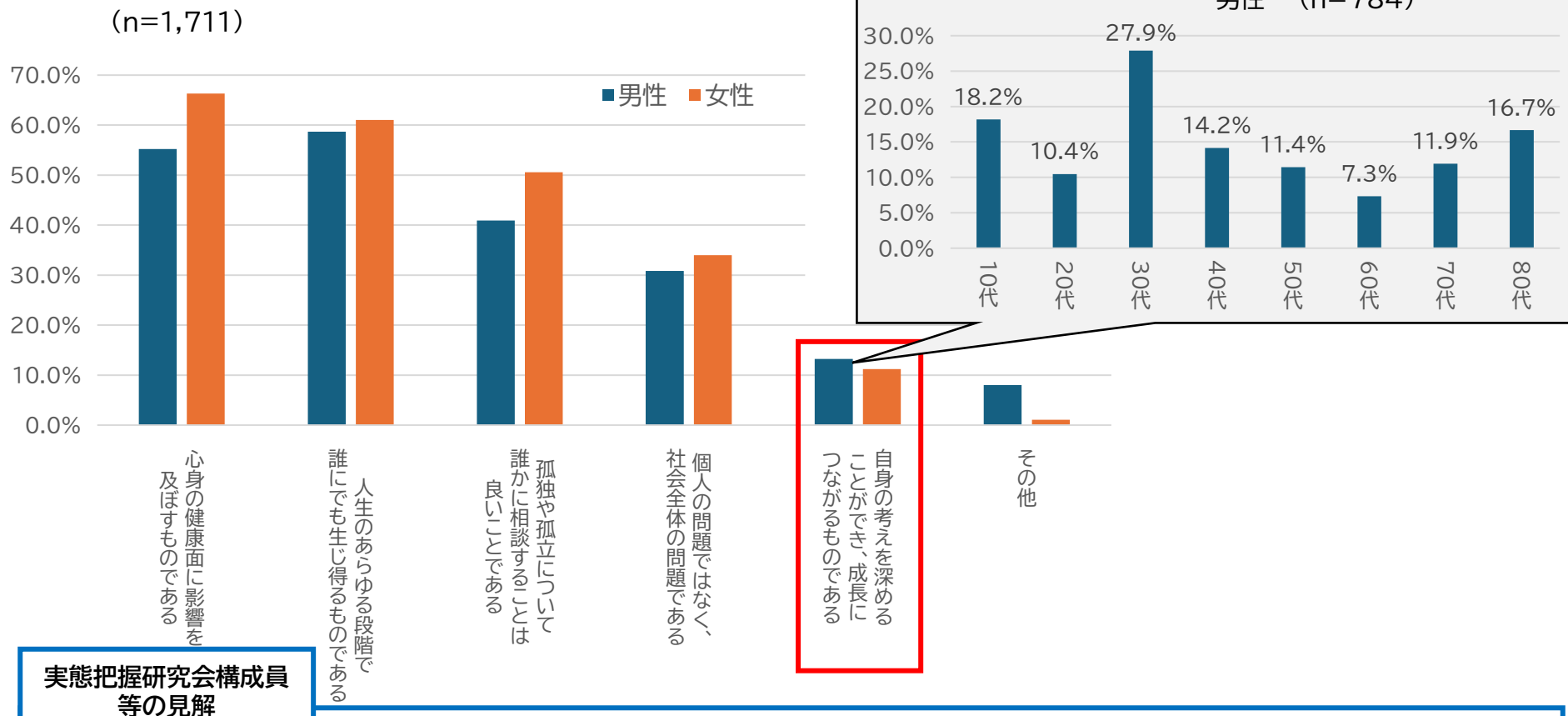
## 実態把握研究会構成員等の見解

- ✓ 孤独・孤立が「健康や人生に関わる問題」と認識されつつある一方、「社会課題」としての理解や相談行動の肯定は十分に広がっていない可能性があり、こうした理解を広げる取組が重要と思われる。（孤独・孤立の実態把握研究会 田高構成員）
- ✓ 若年層は、「孤独や孤立について誰かに相談することは良いことである」と回答した割合がシニア世代よりも低く、シニア世代と比較して相談しづらいと認識していることが窺える。（孤独・孤立の実態把握研究会 横山構成員）
- ✓ 若年層は、「心身の健康面に影響を及ぼすものである」と回答した割合が高いことを考えると、若いうちから、孤独・孤立の予防のためのつながりづくりが大事といった打ち出し方もあり得るのではないかと。（大西参与）

# 男女別の「孤独・孤立のイメージ」

- ✓ 「孤独」や「孤立」のイメージについて男女別に見ると、「心身の健康面に影響を及ぼすものである」、「人生のあらゆる段階で誰にでも生じ得るものである」、「孤独や孤立について誰かに相談することは良いことである」、「個人の問題ではなく、社会全体の問題である」と回答した割合は女性が高い。
- ✓ 他方で、「自身の考えを深めることができ、成長につながるものである」と回答した割合は男性が高く、これを世代別で見ると、30代男性が最も高い。

問 「孤独」や「孤立」について、あなたは、どのようなイメージを持っていますか。

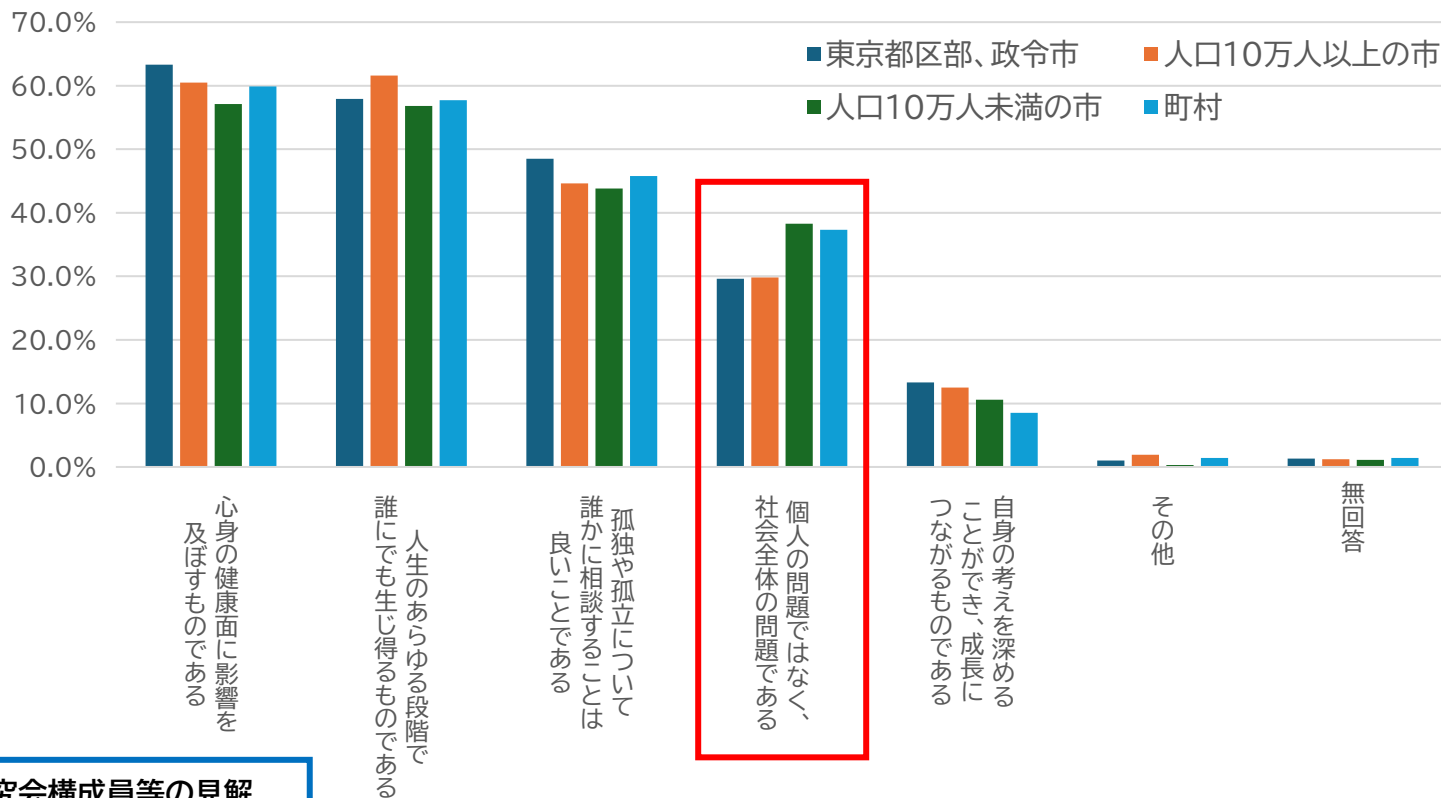


- ✓ 30代頃は人生の選択をする時期でもあり、一般的なことではあるが、1人の方が気楽だと思える人も一定いるのかもしれない。(大西参与)

# 都市規模別の「孤独・孤立のイメージ」

- ✓ 「孤独」や「孤立」のイメージについて都市規模別に見ると、「心身の健康面に影響を及ぼすものである」、「人生のあらゆる段階で誰にでも生じ得るものである」、「孤独や孤立について誰かに相談することは良いことである」と回答した割合は、都市規模による差異があまり見られないが、「個人の問題ではなく、社会全体の問題である」と回答した割合は、「人口10万人未満の市」及び「町村」が高い。

問 「孤独」や「孤立」について、あなたは、どのようなイメージを持っていますか。 (n=1,732)



## 実態把握研究会構成員等の見解

- ✓ 地域社会における人間関係の密度や相互の可視性の違いなどにより、都市部では孤独・孤立が個人的問題として捉えられやすい一方、非都市部では社会的課題として認識されやすい可能性がある。(孤独・孤立の実態把握研究会 田高構成員)
- ✓ 小規模な市町村では、過疎化などで孤独・孤立が地域全体の問題と捉えられているのかもしれない。(大西参与)

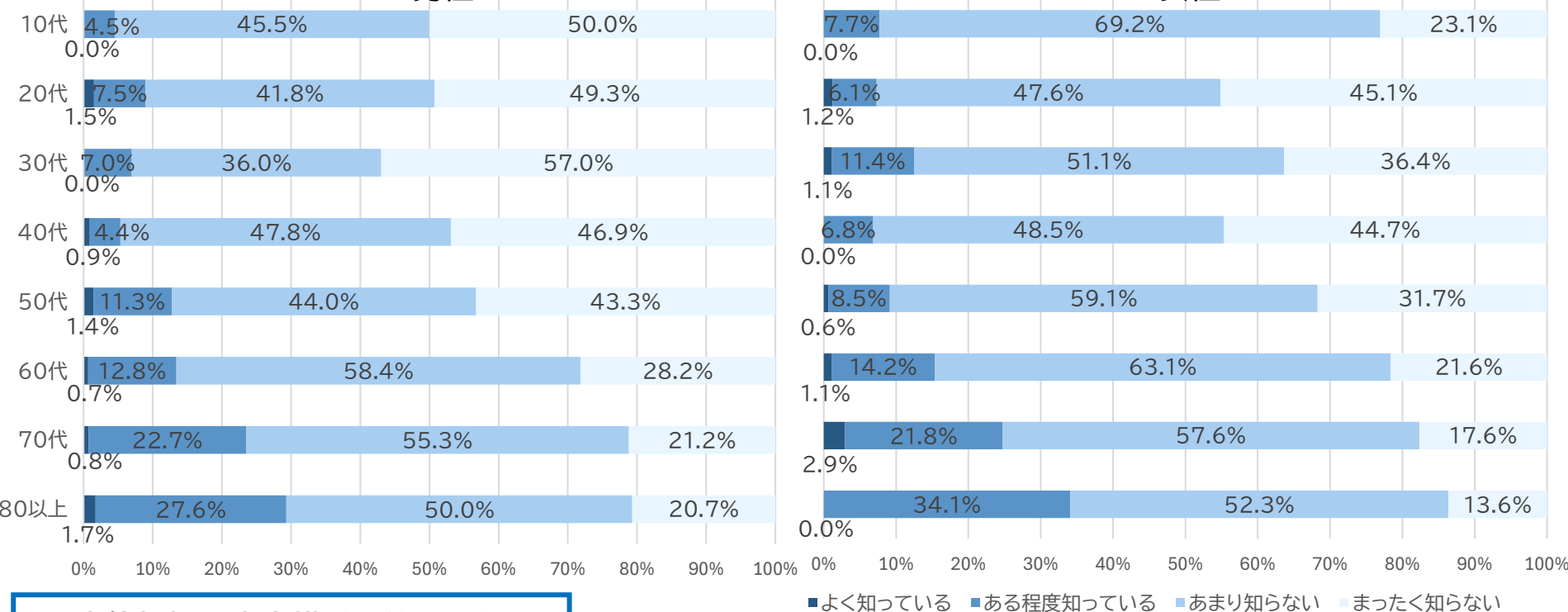
# 男女・世代別の「政策認知度」

- ✓ 政府の「孤独」や「孤立」に関する総合的な対策について「よく知っている」「ある程度知っている」と回答した割合を男女・世代別に見ると、40代が低い傾向。
- ✓ 10～30代の若年層の認知度は、60代～80代以上といったシニア世代と比べて低くなっている現状。
- ✓ 「あまり知らない」と回答した割合を男女・世代別に見ると、女性やシニア世代で高くなっている。

問 あなたは、政府が、「孤独」や「孤立」に関する総合的な対策を推進していることを知っていますか。

男性 (n=779)

女性 (n=927)



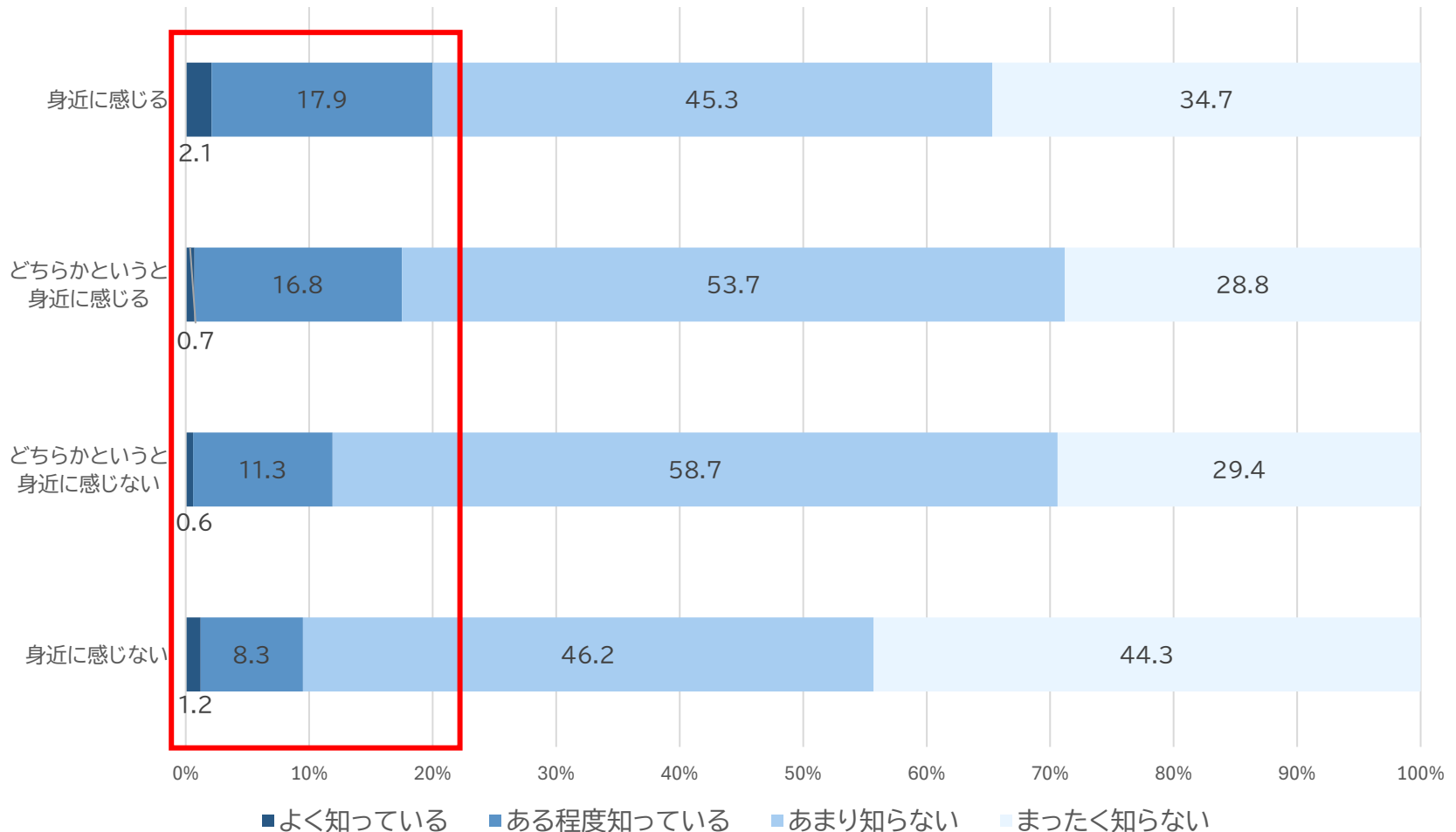
## 実態把握研究会構成員等の見解

- ✓ 若年層は、政府の孤独・孤立に関する総合的な対策について「知っている」と回答した割合がシニア世代よりも低い  
ため、子供が集まる場で学べる機会も重要ではないかと考えられる。(孤独・孤立の実態把握研究会 横山構成員)
- ✓ 30代女性の認知度が比較的高いのは、子育てでの孤独・孤立といった視点もあるかもしれない。「あまり知らない」  
人を「ある程度知っている」にできるように、対策の普及・啓発を行っていくことも重要。(大西参与)

# 孤独・孤立の身近さ別の「政策認知度」

- ✓ 政府の「孤独」や「孤立」に関する総合的な対策について「よく知っている」「ある程度知っている」と回答した割合を、「孤独や孤立の身近さ」別に見ると、「孤独や孤立を身近に感じる」「どちらかというと身近に感じる」と回答した人の方が、「よく知っている」「ある程度知っている」と回答した割合が高い。

「孤独や孤立を身近に感じる」割合と「政策を知っている」割合の比較 (n=1,706)

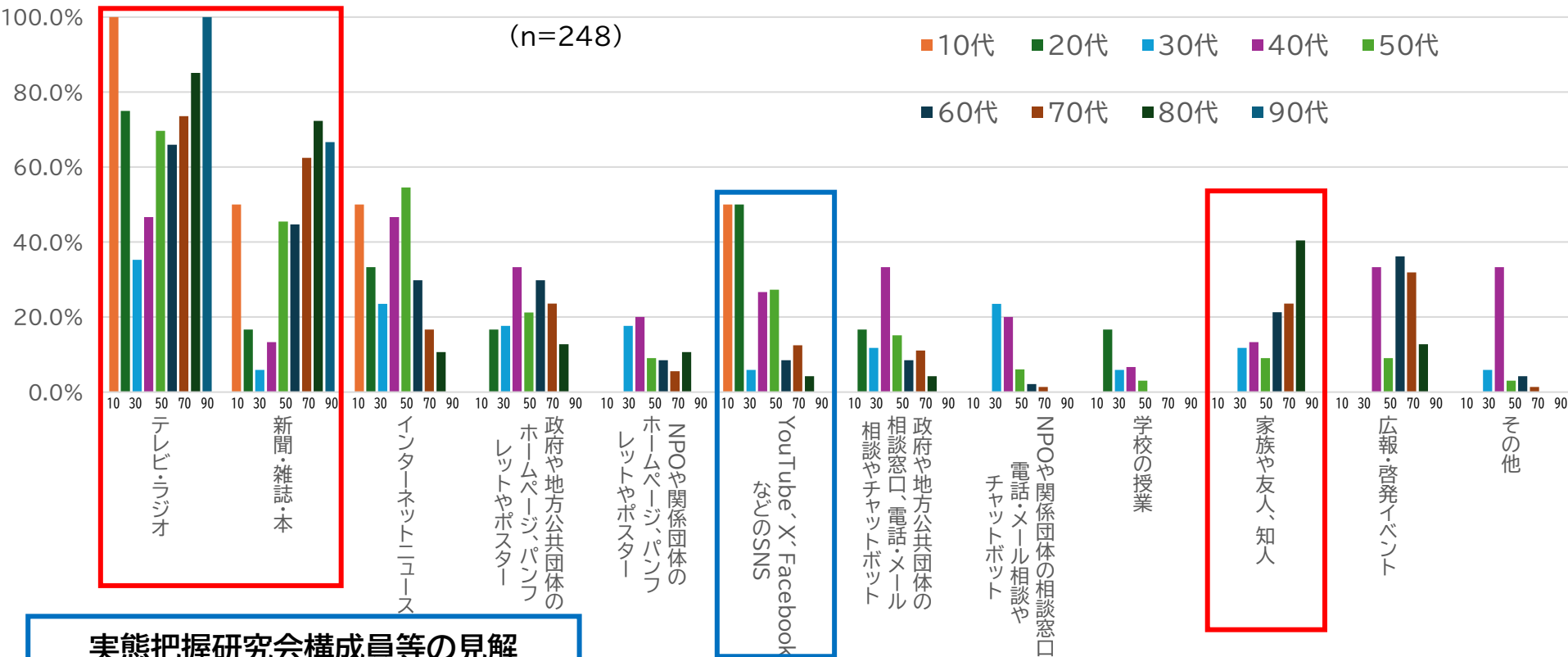


# 世代別の「情報の入手方法」

- ✓ 政府の「孤独」や「孤立」に関する総合的な対策について「よく知っている」「ある程度知っている」と回答した人の「情報の入手方法」については、「テレビ・ラジオ」と回答した割合が最も高く、次いで「新聞・雑誌・本」、「インターネットニュース」、「政府や地方公共団体のホームページ、パンフレットやポスター」の順となった。
- ✓ これを世代別に見ると、「テレビ・ラジオ」は30、40代を除く各世代で高く、「新聞・雑誌・本」、「家族や友人、知人」はシニア世代で高い。「YouTube、X、FacebookなどのSNS」は若年層で高い。

問 何から情報を得ましたか。(複数回答可)

※政府の「孤独」や「孤立」に関する総合的な対策について「よく知っている」「ある程度知っている」と回答した人への質問



## 実態把握研究会構成員等の見解

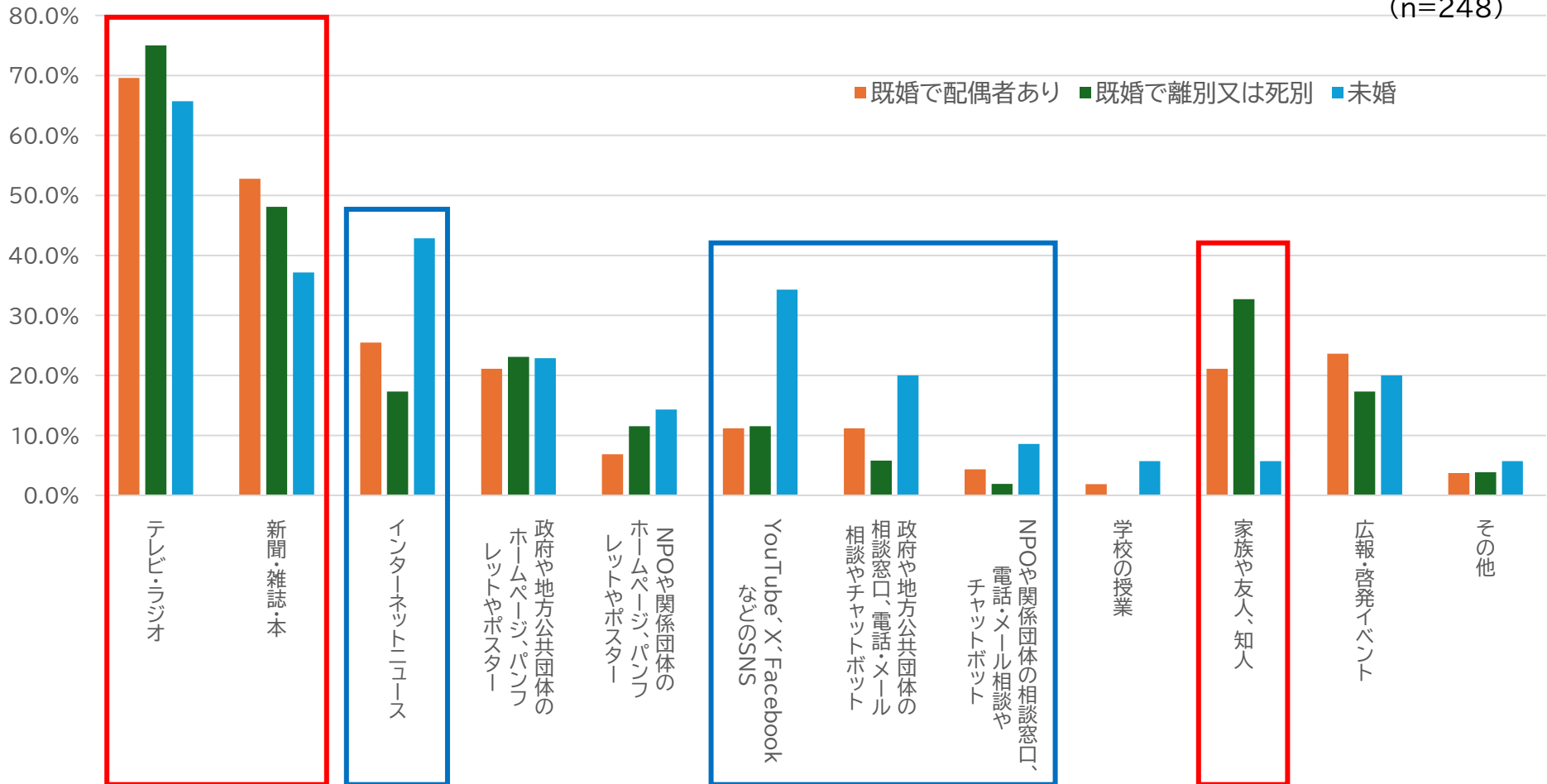
- ✓ 世代により「情報の入手方法」や「効果的と考える取組」の回答傾向が異なるため、世代に応じて様々な手段でアプローチすることが重要と考えられる。(孤独・孤立の実態把握研究会 横山構成員)
- ✓ 地方公共団体のHP等で知った人や、高齢者では広報・啓発イベントで知った人も一定おり、これまでの取組に一定の成果があった一方、全体の認知度は低いため、より一層の普及・啓発に取り組む必要。(大西参与)

# 婚姻状況別の「情報の入手方法」

✓ 政府の「孤独」や「孤立」に関する総合的な対策について「よく知っている」「ある程度知っている」と回答した人の「情報の入手方法」を婚姻状況別に見ると、「テレビ・ラジオ」、「新聞・雑誌・本」、「家族や友人、知人」は既婚者で高く、「インターネットニュース」、「YouTube、X、FacebookなどのSNS」、「行政やNPO等の相談窓口、電話・メール相談やチャットボット」の相談窓口等」は未婚者で高い。

問 何から情報を得ましたか。(複数回答可)

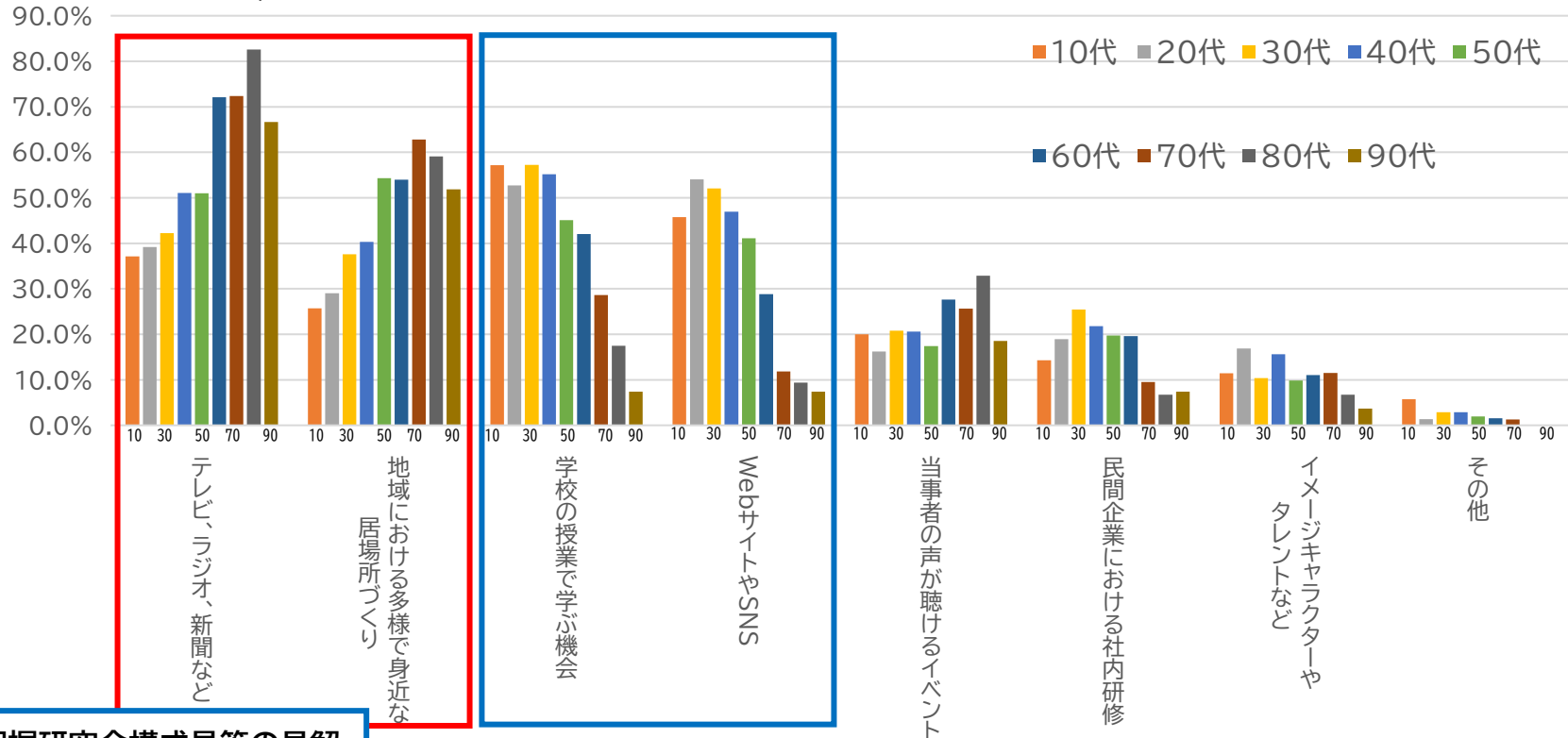
※政府の「孤独」や「孤立」に関する総合的な対策について「よく知っている」「ある程度知っている」と回答した人への質問 (n=248)



# 世代別の「孤独・孤立について関心を持つために効果的と考える取組」

- ✓ 「孤独」や「孤立」について関心を持つために効果的だと考える取組については、「テレビ、ラジオ、新聞などを用いた情報の発信」と回答した割合が最も高く、次いで「地域における多様で身近な居場所づくりの推進」、「学校の授業で学ぶ機会の提供」、「WebサイトやSNSを用いた情報の発信」の順となった。
- ✓ これを世代別に見ると、「テレビ、ラジオ、新聞」と「居場所づくり」はシニア層で高く、「学校の授業で学ぶ機会」と「WebサイトやSNS」は若年層で高くなっている。

問 あなたは、今後、より多くの方が「孤独」や「孤立」について関心を持つためには、どのような取組が効果的だと思いますか。 (n=1,709)



## 実態把握研究会構成員等の見解

- ✓ 若年層は「WebサイトやSNS」の回答割合が高いなど、これまでの取組の方向性は間違っていないと思う。若年層では民間企業での社内研修と回答した人も一定おり、民間企業での取組も大事だと思う。(大西参与)
- ✓ 世代により「情報の入手方法」や「効果的と考える取組」の回答傾向が異なるため、世代に応じて様々な手段でアプローチすることが重要と考えられる。(孤独・孤立の実態把握研究会 横山構成員)【再掲】

# <参考> 孤独・孤立の実態把握に関する全国調査(令和6年)

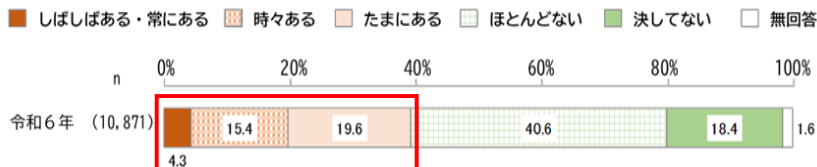
## 調査目的

我が国における孤独・孤立の実態を把握し、各府省の関連行政諸施策の基礎資料とするため、令和3年度から調査を開始。令和6年度で4回目の実施。

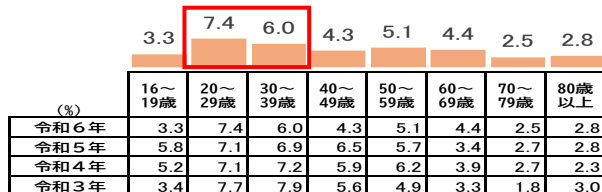
## 調査結果

### 【孤独の状況】

- 孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は**4.3%**、「時々ある」15.4%、「たまにある」が19.6%  
→合計約4割が「孤独感がある」と回答。



- 孤独感を年齢階級別にみると、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、**20歳代及び30歳代で高い。**



- 孤独感が「しばしばある・常にある」、「時々ある」又は「たまにある」と回答した人(孤独感が比較的高い人)について、現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事を回答割合の高い順にみると、①「**家族との死別**」(24.6%)②「**一人暮らし**」(18.8%)、③「**転校・転職・離職・退職(失業を除く)**」(14.7%)となっている。

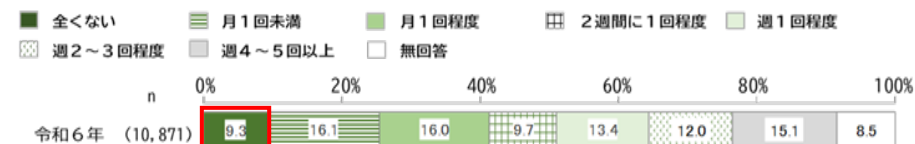
## 調査概要

- ・調査対象: **全国の満16歳以上の個人2万人**  
※有効回答数:10,876件(有効回答率54.4%)
- ・調査方法:内閣府から調査対象者あてに調査書類を郵送。  
調査対象者はオンライン又は郵送により回答
- ・調査事項:孤独・孤立に関する事項、年齢、性別等の属性事項等(全33問)

### 【孤立の状況】

- ①家族・友人等とのコミュニケーション頻度

- **同居していない家族や友人たちと直接会って話すことが「全くない」と答えた人の割合は9.3%**



- ②社会活動への参加状況

- 「**特に参加はしていない**」と答えた人の割合が**50.6%**で、いずれかの活動に参加している人の割合は**46.6%**

