

人々のつながりに関する基礎調査

この調査は、統計法に基づき国が実施する一般統計調査です。
調査票情報の秘密の保護に万全を期していますので、ありのままをご記入ください。

ご記入にあたってのお願い

- 1 この調査は、原則として、あて名のご本人がご回答ください。
- 2 ご回答は、令和7年12月1日現在の状況でお願いします。
- 3 ご回答は、選択肢の中から選んで数字に○印をつけてください（一部、数字を記入するものがあります）。
- 4 ご回答の○の数は、（○はひとつだけ）、（○はいくつでも）など并表示していますので、それに合わせてください。
- 5 設問によっては、ご回答いただく方が限られる場合がありますので、ことわり書きや矢印に従ってご回答ください。特にことわりのない場合は次の設問に進んでください。
- 6 「その他」を選んだ場合は、（ ）内に具体的な内容をご記入ください。記入しきれないときは、調査票の余白にご記入ください。
（かっこがない場合は、具体的な内容を記入する必要はありません。）

ご記入が終わりましたら

ご記入いただきました調査票は、同封の返信用封筒にて、
令和7年12月26日（金）までにご投かんください（切手は不要です）。

◆お問い合わせ先：

「人々のつながりに関する基礎調査」実施事務局
（調査受託：株式会社サーベイリサーチセンター）
電話：0800-888-7600（フリーコール）
（平日：午前 9:00～午後 6:00）
（土日・祝日：午前 9:00～午後 5:00）※12/29～1/3を除く。

（調査実施者）

内閣府「人々のつながりに関する基礎調査」担当

問1 あなたの年齢（令和7年（2025年）12月1日現在の年齢）を記入してください。

	歳
--	---

問2 あなたの性別をお答えください。（○はひとつだけ）

- | | |
|------|--------------------------|
| 1 男性 | 3 その他 |
| 2 女性 | （どちらともいえない・わからない・答えたくない） |

問3 あなたの現在の婚姻状況をお答えください。なお、この調査において「配偶者」には事実上夫婦として生活しているが、婚姻届を提出していない場合や同性パートナーを含めます。（○はひとつだけ）

- | | | | |
|------|---------|------|------|
| 1 未婚 | 2 配偶者あり | 3 死別 | 4 離別 |
|------|---------|------|------|

問4 あなたは、現在、お子さんはいらっしゃいますか。離れてくらしているお子さんも含めてお答えください。（○はひとつだけ）

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1 いる（同居のこどものみ） | 3 いる（同居はしていない） |
| 2 いる（同居・非同居いずれもいる） | 4 いない |
| | 5 その他（わからない・答えたくない） |

問5へ

▶【問4で「1」、「2」（同居のこどもがいる）と回答した方へ】

問4-1 同居しているあなたのお子さんと一番若い方の年齢（令和7年（2025年）12月1日現在の年齢）を記入してください。

	歳
--	---

【再び、全員の方へ】

問5 あなたの世帯（家族以外の同居人含む）構成をお答えください。なお、この調査において「夫婦」「両親」には婚姻届を提出していない場合や、同性パートナーを含めます。（○はひとつだけ）

※「二世帯世帯（ひとり親と子）」には、高齢の親（一人）とその子からなる世帯も含まれます。

- | | |
|-----------------|----------------|
| 1 ひとり世帯 | 5 三世帯世帯（親と子と孫） |
| 2 一世帯世帯（夫婦のみ） | 6 その他の世帯 |
| 3 二世帯世帯（両親と子） | |
| 4 二世帯世帯（ひとり親と子） | |

次ページの間6へ

次ページの間6へ

【問5で「5 三世帯世帯（親と子と孫）」と回答した方へ】

問5-1 あなたは、どの世代に当たりますか。（○はひとつだけ）

- | |
|---------------------|
| 1 いちばん上の世代（三世帯世帯の親） |
| 2 真ん中の世代（三世帯世帯の子） |
| 3 いちばん下の世代（三世帯世帯の孫） |

【再び、全員の方へ】

問6 あなたは現在、何人でお住まいですか。あなた自身を含めた人数を記入してください（ひとり暮らしの場合は1と記入）。

人

問7 あなたが最後に卒業した学校、または現在、在学している学校をお答えください。
（○はひとつだけ）

- | | | |
|----------------|---------|-------|
| 1 小学・中学 | 4 短大・高専 | 7 その他 |
| 2 高校（旧制中学校を含む） | 5 大学 | |
| 3 専門学校 | 6 大学院 | |

問8 あなたの現在の仕事をお答えください。複数の仕事に従事している場合は、主な仕事についてお答えください。（○はひとつだけ）

※「主な仕事」とは一番長い時間した仕事を指します。

- | |
|--|
| 1 正規の職員・従業員 |
| 2 非正規の職員・従業員（派遣社員、契約社員・嘱託、パート・アルバイト（学生アルバイトを除く）） |
| 3 会社などの役員 |
| 4 自営業主 |
| 5 家族従業者・内職 |
| 6 学生・生徒 |
| 7 収入をとまなう仕事をしていない（仕事を探している） |
| 8 収入をとまなう仕事をしていない（仕事を探していない） |
| 9 その他 |

問9 あなたは、ふだん家族・親族の介助や看病をしていますか。（○はひとつだけ）
※介助や看病とは、日常生活における入浴・着替え・トイレ・移動・食事などの際に何らかの手助けを継続的にすることをいいます。

- | | |
|--------|---------|
| 1 している | 2 していない |
|--------|---------|

問10 あなたの現在の住まいをお答えください。（○はひとつだけ）

- | |
|---------------------------------|
| 1 持ち家（一戸建） |
| 2 持ち家（マンションなどの共同住宅） |
| 3 民営の賃貸住宅 |
| 4 都道府県・市区町村営の賃貸住宅・都市再生機構（UR）・公社 |
| 5 給与住宅（社宅・公務員住宅など）・寮・寄宿舍 |
| 6 その他・わからない |

問11 あなたの世帯の令和6年(2024年)における年間収入(税・社会保険料込み)をお答えください。自営業の場合には営業利益(税込み)をお答えください。
 なお、年金は収入に含みます。(○はひとつだけ)

- | | |
|-------------|-----------------|
| 1 100万円未満 | 6 500～699万円 |
| 2 100～199万円 | 7 700～999万円 |
| 3 200～299万円 | 8 1,000～1,499万円 |
| 4 300～399万円 | 9 1,500万円以上 |
| 5 400～499万円 | 10 わからない |

問12 あなたの現在の経済的な暮らし向きは、いかがですか。(○はひとつだけ)

- | | |
|------------|---------|
| 1 大変ゆとりがある | 4 やや苦しい |
| 2 ややゆとりがある | 5 大変苦しい |
| 3 普通 | |

問13 あなたは日頃どの程度、外出していますか。(○はひとつだけ)

- | | | |
|-----------|---------|---------------|
| 1 週5日以上 | 4 週1日未満 | → 問14へ |
| 2 週3～4日程度 | 5 外出しない | |
| 3 週1～2日程度 | | |

▶【問13で「1」～「3」(週1日以上)と回答した方へ】

問13-1 最近1週間の外出の目的は何ですか。(○はいくつでも)

- | | |
|-----------------|----------------|
| 1 仕事・学校 | 5 食事・買い物・日常の用事 |
| 2 人とのつきあい・交流 | 6 通院 |
| 3 趣味や娯楽、散歩や運動 | 7 その他 |
| 4 地域活動・ボランティア活動 | |

【再び、全員の方へ】

問14 最近1か月の行動範囲に含まれているものを全て選んでください。
 (○はいくつでも)

- | |
|------------------------------------|
| 1 自宅(自室) |
| 2 自宅(家族と共用の部屋) |
| 3 親族・友人等の家 |
| 4 職場や学校等の拠点 |
| 5 趣味や活動等の拠点(職場・学校以外) |
| 6 商業施設・娯楽施設(スーパーやショッピングセンター、映画館など) |
| 7 公共施設・医療施設(公園、図書館、公民館、診療所など) |
| 8 その他 |

問15 家族や友人たちとのコミュニケーション頻度についてお尋ねします。

(1) 同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度

あなたと同居していない家族や友人たちとのコミュニケーション頻度について、①～③ごとにそれぞれお答えください。

(①～③について、それぞれ○はひとつだけ)

	週4～5回以上	週2～3回程度	週1回程度	2週間に1回程度	月1回程度	月1回未満	全くない
① 直接会って話す	1	2	3	4	5	6	7
② 電話（ビデオ通話含む）	1	2	3	4	5	6	7
③ SNS や電子メールなど	1	2	3	4	5	6	7

※SNSでのコミュニケーションは、アプリケーションによるチャットなど、テキストベース（文字情報）でのやりとりを指します。また、電子メールには、SMS（ショートメッセージサービス）も含まれます。

(2) 同居している人たちとのコミュニケーション頻度

(同居している人がいる場合にお答えください。)

あなたと同居している人たちとのコミュニケーションについて、直接会って話す頻度をお答えください。(○はひとつだけ)

1 週4～5回以上	5 月1回程度
2 週2～3回程度	6 月1回未満
3 週1回程度	7 全くない
4 2週間に1回程度	

問16 あなたは、家族や友人など、誰かと一緒に食事をするのがどのくらいありますか。(○はひとつだけ)

1 ほとんど毎日	4 週に1日程度
2 週に4～5日	5 月に1～2日程度
3 週に2～3日	6 ほとんどない

問17 あなたは現在、どのような活動に参加をしていますか。人と交流する活動についてお答えください。(○はいくつでも)

- 1 PTA・自治会・町内会などの活動
- 2 子ども・障害者・高齢者など、家族以外の人の手助けをする活動
- 3 上記以外のボランティア活動
- 4 スポーツ・趣味・娯楽・教養・自己啓発などの活動(部活動等含む)
- 5 その他の活動(同窓会活動・宗教や信仰上の活動など)
- 6 特に参加はしていない

問18 あなたには、困った時に頼れる人はいますか。(○はひとつだけ)

1 いる

2 いない

→ 問19へ

▶【問18で「1 いる」と回答した方へ】

問18-1 あなたは誰を頼りますか。(○はいくつでも)

- 1 家族・親族
- 2 友人・知人
- 3 自治会・町内会・近所の人
- 4 仕事・学校関係者(職場の同僚・学校の先生等)
- 5 行政機関(国や自治体)
- 6 NPO等の民間団体・ボランティア団体
- 7 社会福祉協議会
- 8 病院・診療所の医師
- 9 その他

【再び、全員の方へ】

問19 あなたに不安や悩みが生じた場合、相談相手はいますか。(○はひとつだけ)

1 いる

2 いない

→ 次ページの間20へ

▶【問19で「1 いる」と回答した方へ】

問19-1 あなたは誰に相談をしますか。(○はいくつでも)

- 1 家族・親族
- 2 友人・知人
- 3 自治会・町内会・近所の人
- 4 仕事・学校関係者(職場の同僚・学校の先生等)
- 5 行政機関(国や自治体)
- 6 NPO等の民間団体・ボランティア団体
- 7 社会福祉協議会
- 8 病院・診療所の医師
- 9 その他

【再び、全員の方へ】

問20 あなたには、ふだん気軽に話せる相手はいますか。(○はひとつだけ)

1 いる

2 いない

問21 あなたは不安や悩みを相談することについて、どのように感じますか。
(○はいくつでも)

- 1 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
- 2 相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる
- 3 相談することが面倒である
- 4 相談することが恥ずかしい
- 5 相談すると相手の負担になる
- 6 相談しても無駄である(相談しても解決しない)
- 7 その他

問22 あなたは現在、日常生活において不安や悩みを感じていることはありますか(既に相談機関等に繋がっている場合も含む)。(○はひとつだけ)

1 ある

2 ない

→ 9 ページの間24へ

▶【問22で「1 ある」と回答した方へ】

問22-1 不安や悩みはどのような内容ですか。(○はいくつでも)

- 1 自分の健康
- 2 家族の健康、介護
- 3 住まい
- 4 進学・就職・転職など、進路やキャリア上の問題
- 5 結婚、子育てなど、生活上の問題
- 6 収入や資産、老後の生活設計
- 7 家族・親族間の人間関係
- 8 近隣・地域との関係
- 9 学校や勤務先での人間関係
- 10 事業や家業の経営上の問題
- 11 金銭トラブル
- 12 自然災害や事故、事件などの被害
- 13 恋愛・性関係
- 14 その他

▶【問22で「1 ある」と回答した方へ】

問22-2 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ますか。(○はひとつだけ)

1 受けている

2 受けていない

↓
次ページの間23へ

【問22で「1 ある」と回答した方へ】

問23 あなたは、問22-1で回答した不安や悩みについて、行政機関やNPO等の民間団体から支援（料金を直接支払って受けるものを除く。）を受けていますか。
（○はひとつだけ）

1 受けている

2 受けていない

問23-3へ

3 わからない

次ページの問24へ

▶【問23で「1 受けている」と回答した方へ】

問23-1 あなたはどのような支援を受けていますか。（○はいくつでも）

- 1 経済的な支援（お金をもらう、借りる）
- 2 現物提供等の支援（食べ物や日用品などの生活に必要なものをもらう）
- 3 人的な支援（世話や介護を受ける）
- 4 相談支援（助言や情報をもらう）
- 5 その他（支援内容：_____）

▶【問23で「1 受けている」と回答した方へ】

問23-2 あなたはどこから支援を受けていますか。（○はいくつでも）

- 1 行政機関（国や自治体）
- 2 社会福祉協議会
- 3 NPO等の民間団体・ボランティア団体
- 4 自治会・町内会
- 5 その他（支援者：_____）

【問23で「2 受けていない」と回答した方へ】

問23-3 その理由をお答えください。（○はいくつでも）

- 1 支援が必要ではないため
- 2 支援が必要だが、我慢できる程度であるため
- 3 どのような支援があるのか知らないため
- 4 支援の受け方がわからないため
- 5 支援を受けるための手続きが面倒であるため
- 6 支援を受けるのが恥ずかしいと感じるため
- 7 支援を受けると相手に負担をかけるため
- 8 支援を申し込んだが断られたため
- 9 支援を受けても状況は変わらないと思うため
- 10 有料の支援やサービスを受けているため
- 11 その他
（理由：_____）

【再び、全員の方へ】

問24 あなたは、まわりに不安や悩みを抱えている人がいたら、積極的に声掛けや手助けをしようと思いますか。(○はひとつだけ)

1 しようと思う

→ 問25へ

2 しようと思わない

3 わからない

▶【問24で「2 しようと思わない」、「3 わからない」と回答した方へ】

問24-1 その理由をお答えください。(○はいくつでも)

- 1 自分には役に立てることがない
- 2 自分が何をすればよいかわからない
- 3 手間をかけたくない
- 4 自分で解決すべきだと思う
- 5 人に声をかけづらい
- 6 どのように接したらよいかわからない
- 7 不安や悩みの内容によると思う
- 8 負担を感じる
- 9 面倒である
- 10 誰かがやってくれると思う
- 11 興味・関心がない
- 12 そのような余裕がない
- 13 その他

【再び、全員の方へ】

問25 あなたは、自分には人とのつきあいがないと感じることがありますか。
(○はひとつだけ)

1 決してない

3 時々ある

2 ほとんどない

4 常にある

問26 あなたは、自分は取り残されていると感じることがありますか。
(○はひとつだけ)

1 決してない

3 時々ある

2 ほとんどない

4 常にある

問27 あなたは、自分は他の人たちから孤立していると感じることがありますか。
(○はひとつだけ)

1 決してない

3 時々ある

2 ほとんどない

4 常にある

問28 あなたはどの程度、孤独であると感じることがありますか。(○はひとつだけ)

- | | |
|----------|---------------|
| 1 決してない | 4 時々ある |
| 2 ほとんどない | 5 しばしばある・常にある |
| 3 たまにある | |

問29 その状況(問28で回答した状況)はどの程度前から続いていますか。

(○はひとつだけ)

- | | |
|-------------|------------|
| 1 6か月未満 | 5 3年以上5年未満 |
| 2 6か月以上1年未満 | 6 5年以上 |
| 3 1年以上2年未満 | 7 その他 |
| 4 2年以上3年未満 | |

問30 現在の孤独感(問28で回答した状況)に強く影響を与えたと思われる出来事はどれですか。(○はいくつでも)

- | |
|-----------------------------------|
| 1 一人暮らし |
| 2 転居 |
| 3 転校・転職・離職・退職(失業を除く) |
| 4 失業・休職・退学・休学(中退・不登校を含む) |
| 5 妊娠・出産・子育て |
| 6 介護・介助 |
| 7 子どもの独り立ち |
| 8 家族の病気・障害 |
| 9 家族との離別 |
| 10 家族との死別 |
| 11 家族以外の親しい知人等との死別 |
| 12 ペットとの死別 |
| 13 家族間の重大なトラブル(家庭内別居・DV・虐待を含む) |
| 14 心身の重大なトラブル(病気・怪我等) |
| 15 仕事上(職場)の重大なトラブル |
| 16 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) |
| 17 金銭による重大なトラブル |
| 18 生活困窮・貧困 |
| 19 自然災害の被災・犯罪の被害等 |
| 20 その他の出来事(その内容: _____) |
| 21 特に影響を与えたと思われる出来事はない |

問31 あなたはふだん、次のような人とのつながり方をどの程度重視していますか。

①～④ごとにそれぞれお答えください。

(①～④について、それぞれ○はひとつだけ)

	重視している	ある程度重視している	あまり重視していない	重視していない
① 気軽に話したり連絡しあえる人がいること	1	2	3	4
② 自分のことを気にかけてくれる人がいること	1	2	3	4
③ 困ったときに助け合ったり相談しあえる人がいること	1	2	3	4
④ オンライン上のコミュニティやSNSでつながれる人がいること	1	2	3	4

問32 あなたの現在の心身の健康状態をお答えください。(○はひとつだけ)

1 よい	3 ふつう	5 よくない
2 まあよい	4 あまりよくない	

問33 あなたは、全体として、現在の生活にどの程度満足していますか。(○はひとつだけ)

1 満足している	4 やや不満である
2 まあ満足している	5 不満である
3 どちらともいえない	

次ページの間 34 へ

問34 あなたのスマートフォンの使用時間（画面を見る時間）は、一日平均でどのくらいですか。（○はひとつだけ）

※スマートフォンには、シニア向けスマートフォンを含みます。

- | | | | |
|---|---------------|----|------------------------|
| 1 | 1 時間未満 | 6 | 5 時間以上 6 時間未満 |
| 2 | 1 時間以上 2 時間未満 | 7 | 6 時間以上 7 時間未満 |
| 3 | 2 時間以上 3 時間未満 | 8 | 7 時間以上 8 時間未満 |
| 4 | 3 時間以上 4 時間未満 | 9 | 8 時間以上 |
| 5 | 4 時間以上 5 時間未満 | 10 | スマートフォンを使用していない・持っていない |

調査にご協力いただき、誠にありがとうございました。

記入漏れなどがないかを改めてご確認ください、

同封の返信用封筒にて、**令和7年12月26日（金）まで**にご投かんください。（切手は不要です。）