
須坂市孤独・孤立支援の実態把握 に関する調査結果について

- I 人々のつながりに関するアンケート調査【結果の要約】
- II 孤独・孤立支援の課題と重点テーマ検討

2023年2月27日

I 人々のつながりに関するアンケート調査 【結果の要約】

■ 調査の実施概要

- 調査対象者：須坂市在住の16歳以上の市民 2,000人を無作為抽出
- 調査期間：2023年1月6日～1月20日
- 調査方法：郵送による配布。回答は郵送とWebアンケートの併用
- 回収状況：799サンプル（うちWeb回答 126サンプル）

【性・年代内訳】

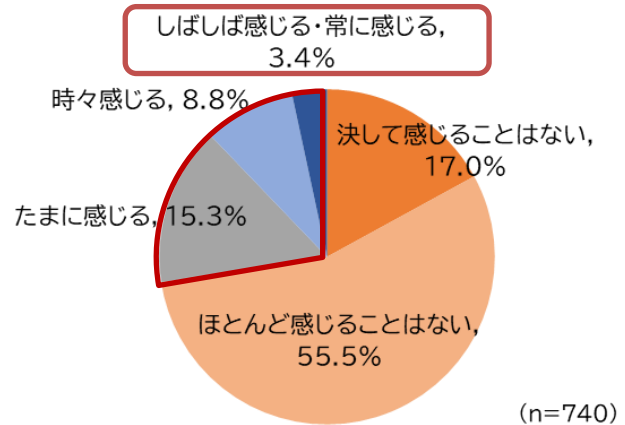
	男性	女性	その他	無回答	合計
16～19歳	8	9	1	0	18
20代	9	20	1	0	30
30代	31	34	1	0	66
40代	41	39	1	0	81
50代	64	70	0	0	134
60代	75	60	2	1	138
70代	93	112	0	1	206
80代以上	42	68	0	0	110
無回答	6	5	0	5	16
合計	369	417	6	7	799

- 有効回収率：40.0%

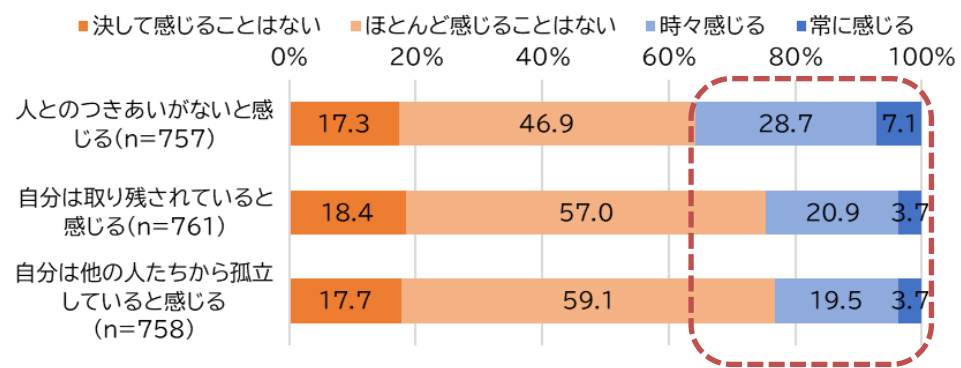
1. 常時、孤独状態にある人は市民の3.4%と推計(16歳以上人口の約1,500人)。直接質問、間接質問ともに国よりも孤独スコアが低く、他地域に比べると孤独状態にある人の割合は少ない

推計 43,422人(16歳以上人口)×0.034=1,476人

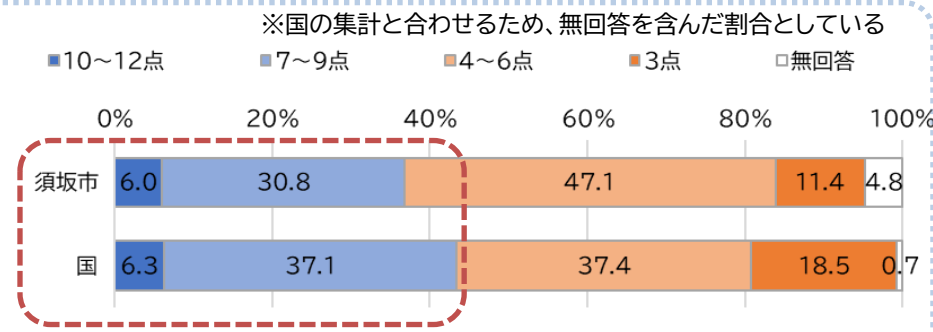
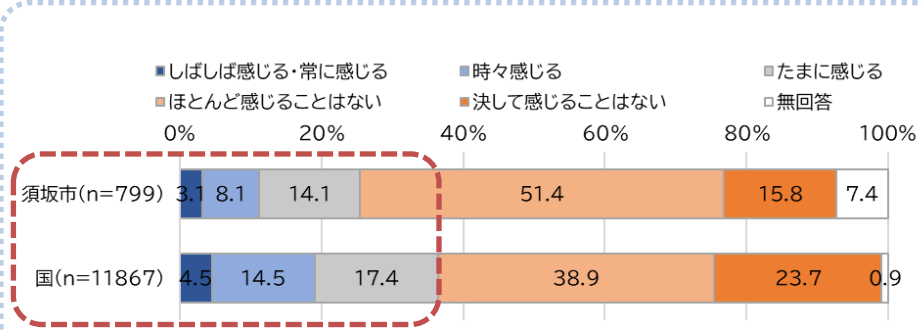
直接質問(孤独感を感じるか)



間接質問



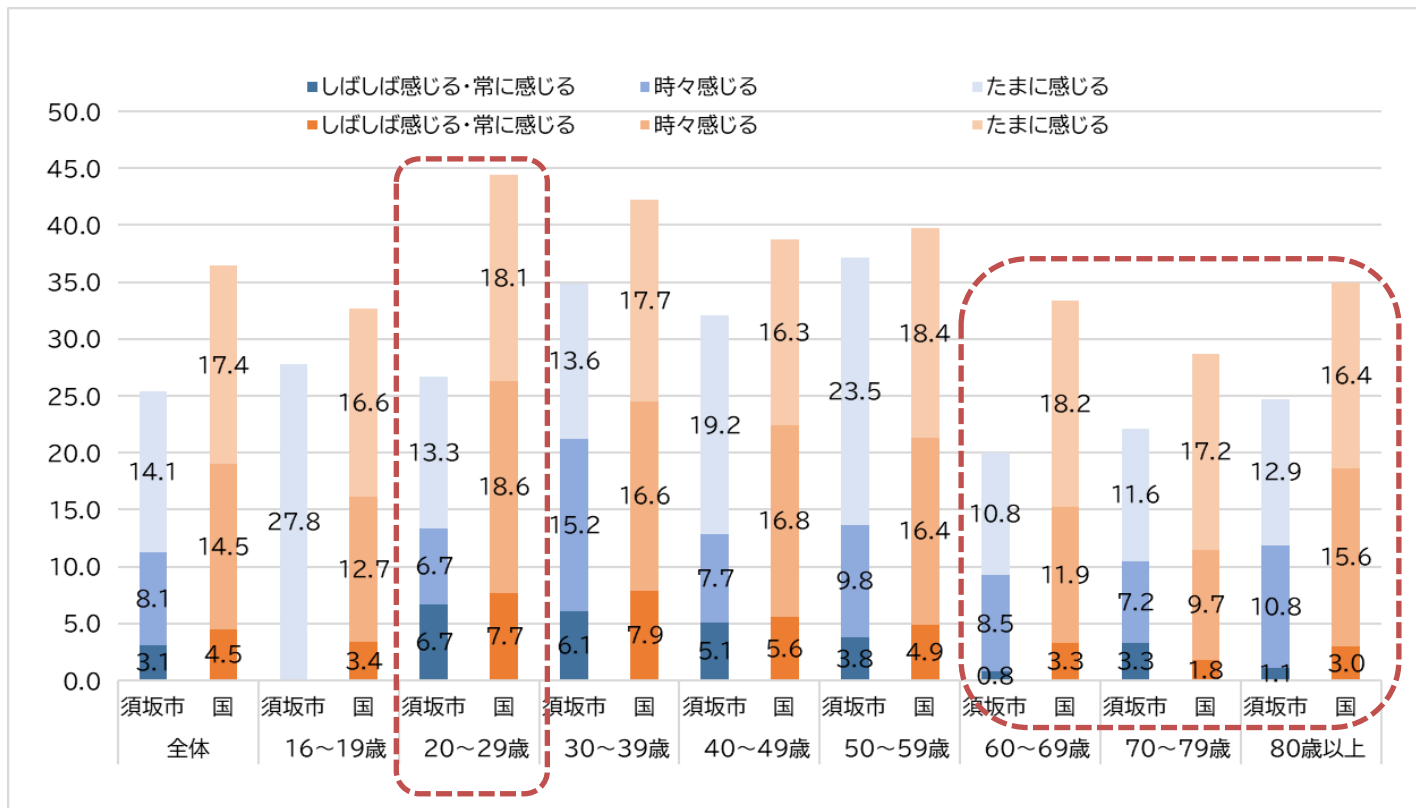
国との比較



➢ 国に比べ、孤独感を感じている人の割合は少ない

➢ 間接的な質問による孤独度合いを得点化すると、国より孤独得点が高い層の割合が低く、孤独を感じている人は全国平均より少ない

■国との比較(年代別)



- どの年代層も全国より孤独感を感じている割合は低い
- 特に全国では特徴的な20代の孤独感を感じる割合が本市では低い
- また高齢層での孤独層割合も低い

2. 孤独感を強める要因は複合的であり、さまざまな層で孤独状態がみられる

回答者全体の数値

		Q5-1		Q5-2		Q5-3		Q5-4	
		n	自分には人とのつきあいが無いと感じる・計	n	自分を取り残されていると感じる・計	n	自分は他の人たちから孤立していると感じる・計	n	孤独であると感じる・計
									しばしば・常に感じる
全体			35.8%		24.6%		23.2%		27.5%
年代別	10～20代	48	31.3%	48	29.2%	48	29.2%	48	27.1%
	30代	66	40.9%	66	36.4%	66	31.8%	66	34.8%
	40代	79	43.0%	79	30.4%	79	34.2%	78	32.1%
	50代	132	40.2%	132	33.3%	132	34.1%	132	37.1%
	60代	131	33.6%	132	17.4%	132	16.7%	130	20.0%
	70代	189	36.5%	192	18.8%	191	16.8%	181	22.1%
	80代以上	99	26.3%	98	20.4%	97	13.4%	93	24.7%
性別	男性	351	36.8%	354	19.5%	351	20.5%	348	25.3%
	女性	395	34.4%	396	28.3%	396	24.7%	381	28.3%
	その他	6	83.3%	6	83.3%	6	83.3%	6	83.3%
居住地区	上部地区	44	27.3%	44	15.9%	44	25.0%	44	29.5%
	東部地区	26	46.2%	26	38.5%	26	30.8%	25	36.0%
	西部地区	23	47.8%	23	34.8%	23	30.4%	23	34.8%
	南部地区	107	28.0%	107	18.7%	107	15.0%	104	23.1%
	日滝地区	74	39.2%	74	31.1%	74	32.4%	73	28.8%
	豊洲地区	52	32.7%	52	13.5%	52	17.3%	48	27.1%
	旭ヶ丘地区	42	42.9%	42	35.7%	42	23.8%	42	35.7%
	日野地区	106	37.7%	106	24.5%	106	24.5%	104	26.9%
	井上地区	63	28.6%	65	18.5%	65	18.5%	63	20.6%
	高甫地区	57	26.3%	57	31.6%	57	22.8%	56	25.0%
	仁礼地区	85	43.5%	85	23.5%	84	28.6%	82	30.5%
	豊丘地区	27	37.0%	28	21.4%	27	14.8%	25	24.0%
	わからない	27	40.7%	27	25.9%	27	22.2%	27	25.9%
出身地	須坂市内	416	35.6%	419	24.3%	417	23.5%	411	26.0%
	須坂市外	338	36.4%	339	25.1%	338	23.1%	326	29.4%
居住年数	10年未満	75	40.0%	75	30.7%	75	32.0%	74	31.1%
	10年以上	676	35.5%	680	24.0%	677	22.3%	660	27.1%
婚姻状況	未婚	102	43.1%	102	36.3%	102	37.3%	102	44.1%
	配偶者あり	538	33.6%	542	21.4%	540	20.6%	526	22.8%
	死別	75	34.7%	74	23.0%	73	13.7%	69	31.9%
	離別	39	51.3%	40	42.5%	40	42.5%	40	40.0%
独居状況	同居家族なし	70	42.9%	71	29.6%	71	31.0%	68	50.0%
	同居家族あり	680	35.0%	684	24.1%	681	22.6%	666	25.2%
要介護者	いる	95	40.0%	95	27.4%	95	27.4%	91	35.2%
	いない	575	34.3%	579	23.3%	577	21.8%	565	23.5%
生活のゆとり	ある	66	16.7%	66	19.7%	66	18.2%	65	21.5%
	普通	523	34.0%	524	20.8%	522	19.3%	510	23.3%
健康状態	困窮	157	49.7%	160	40.0%	159	37.7%	155	41.3%
	良い	256	24.2%	256	14.8%	256	12.9%	252	15.9%
	普通	301	36.2%	304	22.4%	303	23.4%	297	25.9%
趣味	ある	188	51.1%	189	41.8%	187	36.9%	180	45.0%
	ない	514	29.8%	515	21.2%	515	19.2%	504	24.0%
外出	週1日以上	224	50.4%	227	33.5%	224	32.6%	218	35.3%
	週に1日未満・外出しない	695	34.8%	699	24.3%	697	23.1%	681	27.2%
行動範囲	週に1日未満・外出しない	51	52.9%	51	31.4%	50	26.0%	49	30.6%
	自宅のみ	30	53.3%	29	24.1%	29	31.0%	28	39.3%
	自宅内のみ	76	51.3%	76	35.5%	73	31.5%	70	37.1%
	職場・学校のみ	106	34.0%	106	22.6%	106	23.6%	104	24.0%
移動手段	職場・学校以外も	536	33.2%	541	23.5%	541	21.6%	530	26.0%
	ある	669	35.1%	674	23.6%	672	22.3%	656	26.1%
交流活動	ない	64	40.6%	64	34.4%	63	31.7%	63	38.1%
	参加していない	353	43.1%	357	28.3%	355	26.8%	349	31.2%
支援	参加している	387	29.7%	388	21.4%	387	20.2%	378	23.8%
	受けている	29	48.3%	29	34.5%	29	41.4%	26	46.2%
	受けていない	693	35.1%	698	23.9%	695	22.3%	681	26.1%
相談相手	わからない	20	45.0%	20	40.0%	20	35.0%	20	40.0%
	いる	674	32.3%	677	22.7%	675	20.3%	658	24.3%
相手	いない	71	69.0%	71	43.7%	70	52.9%	70	55.7%

孤独感が強い層の特徴

【基本属性】

- 30～50代の中年層…全体平均よりも高い傾向
- 女性…男性よりも「取り残されている」「孤立している」と感じる人がやや多い
- 性別「その他」…全サンプルの1%に満たないわずか6人だが、性的マイノリティと思われる全員が孤独を感じている

【地域性・居住年数】

- 東部・西部・旭ヶ丘地区…全体よりも孤独層がやや多い
- 居住年数が短い…孤独であると感じる人がやや多い

【家族構成】

- 未婚者と離別者…配偶者あり、死別よりも孤独感が強い
- 独居者…同居家族がいる層に比べ、直接質問の孤独感は2倍の差がある
- 世話や介護を必要とする家族がいる…いない層より総じて高い

【就労・経済状態】

- 生活困窮者…間接・直接質問ともに孤独感が強い

【健康状態】

- 健康状態「良くない」…直接の孤独感は「良い」人の3倍近い

【外出行動】

- 趣味・生きがいがない…ある層より総じて孤独感が高い
- 外出しない・週に1日未満…人づきあい指標での差が大きい
- 行動範囲が自室・自宅のみ…孤独感が総じて高い
- 移動手段がない…孤独感が総じて高い

【人づきあい】

- 交流活動に参加していない…人づきあい指標での差が大きい
- 相談相手がいない…いる人に比べ孤独感が2倍程度

孤独を感じている人たちの属性

基本属性

■年代

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
16～19歳	2.3	2.5	0.0
20代	3.8	4.0	8.7
30代	8.4	11.6	17.4
40代	10.3	12.6	17.4
50代	17.1	24.6	21.7
60代	17.6	13.1	4.3
70代	26.3	20.1	26.1
80代以上	14.0	11.6	4.3

■性別

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
男性	46.6	43.8	44.0
女性	52.7	53.7	48.0
その他	0.8	2.5	8.0

■健康状態

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
良い	33.4	20.2	20.0
普通	40.7	38.9	20.0
悪い	25.9	40.9	60.0

■趣味や生きがいの有無

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
ある	68.9	61.1	52.0
ない	31.1	38.9	48.0

■居住地区

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
上部地区	5.8	6.6	8.7
東部地区	3.4	4.6	4.3
西部地区	3.4	4.1	4.3
南部地区	14.4	12.2	8.7
日滝地区	10.0	10.7	21.7
豊洲地区	6.9	6.6	8.7
旭ヶ丘地区	6.1	7.7	4.3
日野地区	14.0	14.3	21.7
井上地区	9.2	6.6	0.0
高甫地区	7.5	7.1	4.3
仁礼地区	11.8	12.8	8.7
豊丘地区	4.1	3.1	0.0
わからない	3.6	3.6	4.3

■居住年数

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
5年未満	4.8	4.5	4.2
5～10年未満	5.2	6.9	12.5
10～20年未満	10.1	13.9	12.5
20～30年未満	11.2	16.8	16.7
30年以上	68.7	57.9	54.2

■居住形態

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
持ち家(一戸建)	86.3	84.2	76.0
持ち家(共同住宅)	2.0	1.5	0.0
民営の賃貸住宅	7.4	7.9	8.0
公営の賃貸住宅	1.9	3.5	8.0
公社などの賃貸住宅	0.1	0.5	0.0
給与住宅	0.6	0.0	0.0
会社・学校等の寮・寄宿舎	0.3	0.0	0.0
その他・わからない	1.4	2.5	8.0

家族の状況

■配偶者の有無

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
未婚	12.8	22.2	40.0
配偶者あり	70.9	59.1	36.0
死別	10.4	10.8	8.0
離別	5.8	7.9	16.0

■同居している家族

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
配偶者	70.3	56.9	36.0
子	48.2	44.1	32.0
子の配偶者	8.0	6.4	0.0
父	9.9	15.8	20.0
母	14.8	18.8	20.0
配偶者の父・母	4.1	4.0	0.0
孫	8.5	5.4	0.0
祖父・祖母	1.9	1.5	4.0
兄弟姉妹	5.4	7.4	24.0
他の家族	0.8	1.0	4.0
その他の人	0.9	0.5	0.0
同居している人はいない	9.5	16.8	16.0

■世話がが必要な家族

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
配偶者	21.4	25.0	33.3
子	33.7	28.1	16.7
父	9.2	18.8	33.3
母	15.3	18.8	0.0
配偶者の父・母	13.3	12.5	0.0
孫	8.2	6.3	0.0
祖父・祖母	3.1	3.1	16.7
兄弟姉妹	3.1	3.1	16.7
他の家族	1.0	0.0	0.0
その他	2.0	0.0	0.0

仕事と収入の状況

■就労状況

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
正規の職員・従業員	23.5	20.9	16.0
派遣社員	1.0	2.0	0.0
パート・アルバイト	14.5	17.9	16.0
契約社員・嘱託	4.7	4.0	4.0
会社などの役員	3.8	6.0	4.0
自営業主	6.9	4.5	12.0
家族従業者・内職	3.0	2.0	0.0
学生・生徒	3.1	4.0	4.0
仕事をしていない(求職中)	3.9	8.0	8.0
仕事をしていない(求職していない)	24.1	21.9	28.0
その他	11.5	9.0	8.0

■世帯年収

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
100万円未満	4.1	6.8	8.3
100～199万円	9.5	11.6	12.5
200～299万円	10.1	14.7	16.7
300～399万円	12.4	8.9	12.5
400～499万円	11.1	6.3	8.3
500～699万円	14.1	14.7	8.3
700～999万円	14.2	13.7	0.0
1,000～1,499万円	8.7	8.9	8.3
1,500万円以上	2.0	1.6	4.2
わからない	13.8	12.6	20.8

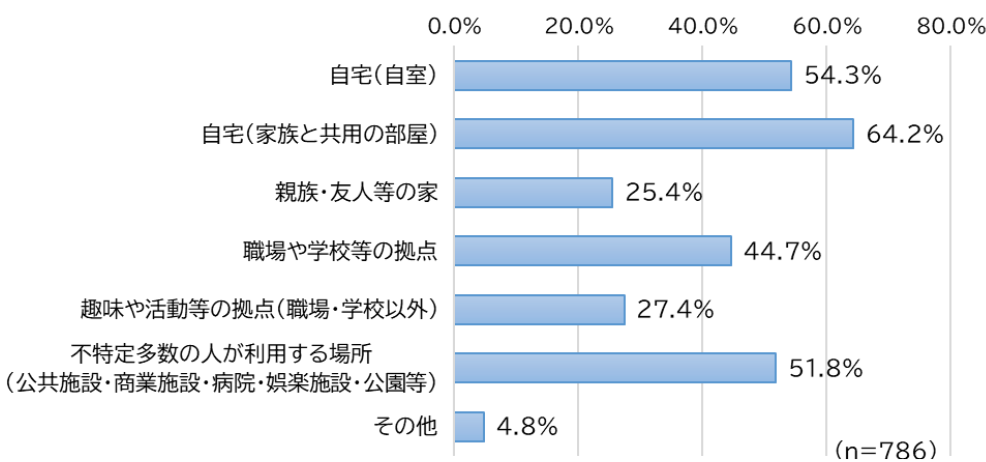
■生活困窮の状況

	回答者全体	孤独層・計	常時孤独層
ゆとりがある	8.9	7.1	4.0
普通	69.7	60.4	36.0
困窮している	21.4	32.5	60.0

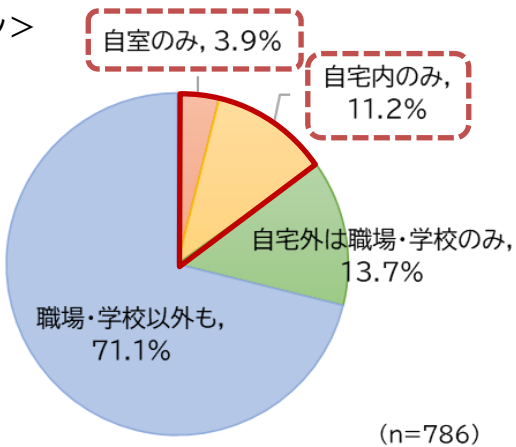
3. 自宅から出ない引きこもり傾向のある人は市民の15.1%程度(約6,500人)と推計される。特に80代以上の高齢者でその傾向が強い

推計 43,422人(16歳以上人口)×0.151=6,557人

最近1週間の行動範囲



<行動範囲パターン>



■性・年代別の行動範囲レベル

		行動範囲のレベル				合計
		自室のみ	自宅内のみ	自宅外は職場・学校のみ	職場・学校以外も	
男性	16～19歳	0	1	4	3	8
		0.0%	12.5%	50.0%	37.5%	100.0%
	20代	0	0	3	6	9
		0.0%	0.0%	33.3%	66.7%	100.0%
	30代	0	0	7	24	31
		0.0%	0.0%	22.6%	77.4%	100.0%
	40代	2	0	8	30	40
		5.0%	0.0%	20.0%	75.0%	100.0%
	50代	0	2	18	44	64
		0.0%	3.1%	28.1%	68.8%	100.0%
	60代	2	7	15	50	74
女性		2.7%	9.5%	20.3%	67.6%	100.0%
	70代	4	13	4	69	90
		4.4%	14.4%	4.4%	76.7%	100.0%
	80代以上	4	9	0	29	42
		9.5%	21.4%	0.0%	69.0%	100.0%
	合計	12	32	59	255	358
		3.4%	8.9%	16.5%	71.2%	100.0%
	16～19歳	0	0	3	6	9
		0.0%	0.0%	33.3%	66.7%	100.0%
	20代	0	1	4	15	20
		0.0%	5.0%	20.0%	75.0%	100.0%
	30代	2	3	3	26	34
女性		5.9%	8.8%	8.8%	76.5%	100.0%
	40代	0	2	8	28	38
		0.0%	5.3%	21.1%	73.7%	100.0%
	50代	5	4	12	48	69
		7.2%	5.8%	17.4%	69.6%	100.0%
	60代	2	3	11	43	59
		3.4%	5.1%	18.6%	72.9%	100.0%
	70代	2	18	5	85	110
		1.8%	16.4%	4.5%	77.3%	100.0%
	80代以上	6	18	2	40	66
		9.1%	27.3%	3.0%	60.6%	100.0%
	合計	17	49	48	291	405
		4.2%	12.1%	11.9%	71.9%	100.0%

➢ 最近1週間での引きこもりと考えられる人は15.1%（自室から出ない人 3.9%、自宅から出ない人 11.2%）

➢ 性・年代別にみると、男女ともに80代以上の高齢層で自宅から出ない人の比率が全体より高い

4. 孤独層は引きこもり傾向が強く、友人とのつきあいや人との交流が少ないが、そのことに不満を感じている。

引きこもりの状況（最近1週間の行動範囲）

	n	自室のみ	自宅内のみ	自宅外は職場・学校のみ	職場・学校以外も
決して感じることはない	124	2.4%	4.8%	12.9%	79.8%
ほとんど感じることはない	408	3.4%	9.3%	15.4%	71.8%
たまに感じる	110	4.5%	9.1%	16.4%	70.0%
時々感じる	65	3.1%	20.0%	7.7%	69.2%
しばしば感じる・常に感じる	25	16.0%	12.0%	8.0%	64.0%

➤ 常時孤独層では28%が自宅から出ていない

移動手段の有無

	n	自由に移動できる手段がある	移動に制約がある
決して感じることはない	121	92.6%	7.4%
ほとんど感じることはない	403	92.6%	7.4%
たまに感じる	108	90.7%	9.3%
時々感じる	63	85.7%	14.3%
しばしば感じる・常に感じる	24	79.2%	20.8%

➤ 孤独の強い層ほど移動制約者の割合が高い

人との交流活動への参加状況

	n	PTA・自治会・町内会などの活動	子ども・障がい者・高齢者など家族以外の人の手助けをする活動	上記以外のボランティア活動	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)	その他の活動(同窓会活動・宗教や信仰上の活動など)	特に参加はしていない
決して感じることはない	123	30.1%	5.7%	1.6%	41.5%	10.6%	43.9%
ほとんど感じることはない	405	26.7%	3.5%	4.2%	34.3%	6.4%	45.9%
たまに感じる	111	27.0%	5.4%	2.7%	29.7%	3.6%	46.8%
時々感じる	63	19.0%	1.6%	0.0%	20.6%	4.8%	61.9%
しばしば感じる・常に感じる	25	16.0%	0.0%	4.0%	8.0%	0.0%	72.0%

➤ 孤独の強い層ほど交流活動への参加率が低い

友人たちとのコミュニケーション頻度

➤ 常時孤独層では、友人との直接・SNSコミュニケーションともに全くないが半数以上



	n	直接会って話す						全くない
		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	
決して感じることはない	109	15.6%	7.3%	12.8%	10.1%	15.6%	25.7%	12.8%
ほとんど感じることはない	353	7.6%	8.5%	16.4%	7.6%	16.7%	26.1%	17.0%
たまに感じる	97	7.2%	7.2%	11.3%	12.4%	12.4%	30.9%	18.6%
時々感じる	58	6.9%	5.2%	6.9%	6.9%	15.5%	25.9%	32.8%
しばしば感じる・常に感じる	23	0.0%	4.3%	4.3%	8.7%	4.3%	21.7%	56.5%



	n	SNS (LINEによるチャットなど)							全くない
		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		
決して感じることはない	97	27.8%	10.3%	8.2%	10.3%	10.3%	11.3%	21.6%	
ほとんど感じることはない	317	10.4%	9.5%	12.6%	10.1%	12.3%	12.0%	33.1%	
たまに感じる	92	18.5%	9.8%	12.0%	8.7%	14.1%	16.3%	20.7%	
時々感じる	58	10.3%	8.6%	12.1%	8.6%	5.2%	8.6%	46.6%	
しばしば感じる・常に感じる	23	0.0%	8.7%	4.3%	13.0%	13.0%	8.7%	52.2%	

かかり方への満足度

➤ 社会や人とのかかり方に不満を感じている⇒改善・支援のニーズがある

	n	社会とのかかり方				
		満足している	まあ満足している	どちらともいえない	やや不満である	不満である
決して感じることはない	125	33.6%	41.6%	20.8%	2.4%	1.6%
ほとんど感じることはない	408	9.3%	56.6%	31.4%	2.2%	0.5%
たまに感じる	113	2.7%	39.8%	46.0%	10.6%	0.9%
時々感じる	65	0.0%	12.3%	64.6%	16.9%	6.2%
しばしば感じる・常に感じる	25	4.0%	12.0%	32.0%	4.0%	48.0%

	n	他人とのかかり方				
		満足している	まあ満足している	どちらともいえない	やや不満である	不満である
決して感じることはない	126	42.1%	36.5%	19.0%	1.6%	0.8%
ほとんど感じることはない	403	7.9%	62.5%	27.0%	2.0%	0.5%
たまに感じる	113	4.4%	35.4%	48.7%	9.7%	1.8%
時々感じる	65	0.0%	13.8%	63.1%	13.8%	9.2%
しばしば感じる・常に感じる	25	0.0%	4.0%	36.0%	20.0%	40.0%

5. 相談窓口の認知度が総じて低く、支援が必要な孤独層においても利用はごく一部に限られている。

相談窓口の利用・認知状況

	実際に利用したことがある	相談できることを知っている・相談先の名前は知っている	知らない
(1)こころやからだに関する相談			
①ストレス、うつ、精神不安、依存症等に関する相談(保健センターでの「こころの健康相談」)	2.4	51.3	46.3
②心の悩み、精神の病気に関する相談(長野保健福祉事務所)	1.2	42.9	56.0
③自殺対策に関する相談(自殺対策推進センター等での「こころの健康相談統一ダイヤル」)	0.4	50.5	49.1
④傾聴により話を聞いてもらいたい人の相談(長野県精神保健福祉センターでの「心の電話相談」)	0.7	34.3	65.0
(2)学校生活に関する相談			
①不登校等、思春期の心の相談(長野保健福祉事務所による「思春期心の相談」)	1.0	35.7	63.3
②児童生徒や保護者からの学校生活(いじめ・不登校など)に関する相談(学校生活相談センター)	0.8	42.7	56.5
③いじめ、不登校などの学校教育に関する相談(学校教育課での「教育相談室」)	0.8	42.5	56.7
(3)妊娠・子育て・母子・18歳までの子どもに関する相談			
①マタニティブルーなど妊娠期から、出産、産後うつ、子育て期にわたるまでの、母子保健や育児に関するさまざまな悩みの相談(保健センター等での妊娠・子育てなんでも相談「おひさま」)	1.1	38.4	60.5
②子育て、児童虐待、障がいなどの18歳までの子どもに関する相談(子ども家庭総合支援拠点(子ども課))	1.3	37.5	61.2
(4)高齢者に関する相談			
①高齢者の保健、福祉、介護、認知症、高齢者虐待などに関する様々な相談(地域包括支援センター)	9.6	53.6	36.8
(5)ひきこもりに関する相談			
①仕事に就けない、家庭や心身の問題などに関する相談(まいさば須坂)	0.8	29.2	70.0
②ひきこもりに関する相談(ひきこもり支援センター)	0.6	25.2	74.2
(6)就労・就職に関する相談			
①就労支援に関する相談(まいさば須坂)	1.1	32.5	66.5
②就業、転職、仕事に関する相談(就業支援センター)	3.5	38.1	58.4
③40代前半までの就職を目指す方を対象とした就労に関する相談(ジョブカフェ信州 長野分室)	0.6	23.2	76.1
④15歳～39歳の方を対象とした就職・進路に関する相談(ながの若者サポートステーション)	0.3	16.8	82.9
(7)生活保護・生活支援に関する相談			
①生活保護を受給していない方で、生活にお困りの方の相談(まいさば須坂)	0.6	33.3	66.1
②生活保護に関する相談(福祉課)	0.6	58.4	41.1
③長野県内に居住する小学生がいる家庭で、食料支援の相談(フードバンク信州)	0.2	34.2	65.7
(8)福祉に関する相談			
①身体・知的・精神障がいなどの障がい福祉に関する相談(須高地域総合支援センター、福祉課)	5.9	44.5	49.6
②福祉医療の手続きに関する相談(健康づくり課)	6.6	48.8	44.6
(9)人権に関する相談			
①女性の家族関係、DVなどの相談(人権交流センター、女性相談センター、長野保健福祉事務所 女性相談員)	0.6	41.4	58.0
②日常生活における心配事、人権問題などに関する相談(人権交流センター)	0.6	41.5	57.9
③いじめ問題、家庭内での幼児およびパートナーに対する虐待、ハラスメント等の人権問題など(人権擁護委員による「よろずなんでも相談」)	0.3	35.7	64.0
(10)権利擁護・財産管理等に関する相談			
①成年後見支援制度の相談について(須高地域成年後見支援センター)	0.1	26.1	73.7
②金銭・財産管理の相談について(須坂市社会福祉協議会)	0.3	25.5	74.2
(11)生活のトラブルに関する相談			
①多重債務・消費生活トラブル等の相談(消費生活センター・特殊詐欺被害防止センター)	1.3	49.3	49.3
②弁護士による法律相談(まいさば須坂)	1.9	32.6	65.4
(12)その他の相談			
①中小企業等に対する県・市制度資金の融資相談(商業観光課)	0.5	24.3	75.2
②お相手の紹介、アドバイスなど結婚に関する相談(社会福祉協議会)	0.3	25.3	74.4
(13)あらゆる悩みの相談(通話無料の電話相談)			
①身体やこころ、育児、お金などの日常生活のあらゆる悩みごとの相談(悩み無料ダイヤル)	0.3	30.4	69.3
②日常生活での悩みについての無料相談(長野県労働者福祉協議会による「くらし・なんでも相談ほっとダイヤル」)	0.0	24.6	75.4

➤ どの分野の相談窓口も総じて認知度が低い

●その他相談したことのある機関

無料法律相談・弁護士(3)/人権交流センター/長野税務署/長野労働局/信州医療センター/県精神保健センター/地域包括支援センター/警察署/社会福祉協議会

相談窓口の利用・認知状況（しばしば・常に孤独を感じる層）

	実際に利用したことがある	相談できることを知っている・相談先の名前は知っている	知らない
(1) ところやからだに関する相談			
① ストレス、うつ、精神不安、依存症等に関する相談（保健センターでの「こころの健康相談」）	8.7	30.4	60.9
② 心の悩み、精神の病気に関する相談（長野保健福祉事務所）	0.0	39.1	60.9
③ 自殺対策に関する相談（自殺対策推進センター等での「こころの健康相談統一ダイヤル」）	4.3	39.1	56.5
④ 傾聴により話を聞いてもらいたい人の相談（長野県精神保健福祉センターでの「心の電話相談」）	0.0	34.8	65.2
(2) 学校生活に関する相談			
① 不登校等、思春期の心の相談（長野保健福祉事務所による「思春期心の相談」）	0.0	23.8	76.2
② 児童生徒や保護者からの学校生活（いじめ・不登校など）に関する相談（学校生活相談センター）	0.0	23.8	76.2
③ いじめ、不登校などの学校教育に関する相談（学校教育課での「教育相談室」）	0.0	23.8	76.2
(3) 妊娠・子育て・母子・18歳までの子どもに関する相談			
① マタニティブルーなど妊娠前から、出産、産後うつ、子育て期にわたるまでの、母子保健や育児に関するさまざまな悩みの相談（保健センター等での妊娠・子育てなんでも相談「おひさま」）	0.0	23.8	76.2
② 子育て、児童虐待、障がいなどの18歳までの子どもに関する相談（子ども家庭総合支援拠点（子ども課））	0.0	23.8	76.2
(4) 高齢者に関する相談			
① 高齢者の保健、福祉、介護、認知症、高齢者虐待などに関する様々な相談（地域包括支援センター）	20.0	28.0	52.0
(5) ひきこもりに関する相談			
① 仕事に就けない、家庭や心身の問題などに関する相談（まいさば須坂）	4.5	27.3	68.2
② ひきこもりに関する相談（ひきこもり支援センター）	0.0	22.7	77.3
(6) 就労・就職に関する相談			
① 就労支援に関する相談（まいさば須坂）	4.8	28.6	66.7
② 就業、転職、仕事に関する相談（就業支援センター）		38.1	61.9
③ 40代前半までの就職を目指す方を対象とした就労に関する相談（ジョブカフェ信州 長野分室）	4.8	23.8	71.4
④ 15歳～39歳の方を対象とした就職・進路に関する相談（ながの若者サポートステーション）	0.0	9.5	90.5
(7) 生活保護・生活支援に関する相談			
① 生活保護を受給していない方で、生活にお困りの方の相談（まいさば須坂）	0.0	13.6	86.4
② 生活保護に関する相談（福祉課）	0.0	47.8	52.2
③ 長野県内に居住する小学生がいる家庭で、食料支援の相談（フードバンク信州）	4.8	23.8	71.4
(8) 福祉に関する相談			
① 身体・知的・精神障がいなどの障がい福祉に関する相談（須高地域総合支援センター、福祉課）	20.8	29.2	50.0
② 福祉医療の手続きに関する相談（健康づくり課）	17.4	30.4	52.2
(9) 人権に関する相談			
① 女性の家族関係、DVなどの相談（人権交流センター、女性相談センター、長野保健福祉事務所 女性相談員）	0.0	23.8	76.2
② 日常生活における心配事、人権問題などに関する相談（人権交流センター）	0.0	22.7	77.3
③ いじめ問題、家庭内での幼児およびパートナーに対する虐待、ハラスメント等の人権問題など（人権擁護委員による「よろずなんでも相談」）	0.0	13.6	86.4
(10) 権利擁護・財産管理等に関する相談			
① 成年後見支援制度の相談について（須高地域成年後見支援センター）	0.0	18.2	81.8
② 金銭・財産管理の相談について（須坂市社会福祉協議会）	0.0	18.2	81.8
(11) 生活のトラブルに関する相談			
① 多重債務・消費生活トラブル等の相談（消費生活センター・特殊詐欺被害防止センター）	0.0	40.9	59.1
② 弁護士による法律相談（まいさば須坂）	4.5	13.6	81.8
(12) その他の相談			
① 中小企業等に対する県・市制度資金の融資相談（商業観光課）	0.0	9.1	90.9
② お相手の紹介、アドバイスなど結婚に関する相談（社会福祉協議会）	0.0	9.1	90.9
(13) あらゆる悩みの相談（通話無料の電話相談）			
① 身体やこころ、育児、お金などの日常生活のあらゆる悩みごとの相談（悩み無料ダイヤル）	4.3	21.7	73.9
② 日常生活での悩みについての無料相談（長野県労働者福祉協議会による「くらし・なんでも相談ほっとダイヤル」）	0.0	13.0	87.0

➤ 孤独を常を感じている層に支援の窓口の存在が知られていない

どのような方法や相談先があれば、困った時により相談しやすくなると思うか(自由記述の主な意見)

<相談窓口があることの効果的な周知>

- 相談窓口が充実しているのをはじめて知った。もっと周知すべき、情報が少なすぎる
- 相談先の一覧表や冊子が欲しい

<相談の仕組みの構築>

- 窓口は一つの方がわかりやすい／インフォメーションセンターがあるとよい
- 体系的な支援体制を構築してほしい
- 総合相談窓口で受け付け、その後各専門機関やサービスにつなげる仕組みがよい
- 専属のケースワーカーの配置
- 24時間の受付

<アウトリーチなどの体制づくり>

- 外出が無理な人には家庭訪問のように来てくれる対応があるとよい
- まずは経済的な支援を受けられ不安をなくした状態で相談できる体制

<相談員の質の向上・対応力>

- 相談員の質(視野の広さ、経験豊富、誠実な人柄、資格を持っている、守秘義務・・・など)
- 気軽に相談できること
- ただ話を聞くだけでなく、解決につながる機関へつなげられる対応ができること
- 解決策よりも選択肢を提案してほしい

<対面せずに相談できるシステム>

- 自分をまったく知らない人に相談したい
- 人と直接会わずに済むメール、LINEやAI、チャットなどICT技術を用いた相談システム

<日常的なつながりづくり>

- 市報やHPも必要だが、もっと「顔の見える化」が必要／ふだんからのおつきあいが重要

6. 支援の受け方がわからない、恥ずかしいといった理由で、支援が必要だが受けていない孤独層が存在する。相談相手がいない人も多く、孤立しがち

支援を受けているか

	n	受けている	受けていない	わからない
決して感じることはない	124	5.6%	91.9%	2.4%
ほとんど感じることはない	405	1.7%	96.0%	2.2%
たまに感じる	109	2.8%	92.7%	4.6%
時々感じる	65	7.7%	87.7%	4.6%
しばしば感じる・常を感じる	24	16.7%	83.3%	0.0%

➤ 孤独層でも支援を受けていない人がほとんどを占めている

支援を受けていない理由

	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きが面倒であるため	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	その他
決して感じることはない	110	93.6%	1.8%	1.8%	0.9%	0.9%	1.8%	0.0%	0.9%
ほとんど感じることはない	380	93.4%	3.9%	2.6%	1.1%	0.3%	0.0%	0.3%	0.8%
たまに感じる	97	87.6%	8.2%	4.1%	1.0%	0.0%	1.0%	0.0%	1.0%
時々感じる	55	72.7%	9.1%	21.8%	5.5%	7.3%	3.6%	0.0%	0.0%
しばしば感じる・常を感じる	18	44.4%	22.2%	44.4%	0.0%	11.1%	0.0%	0.0%	0.0%

➤ 孤独層で支援の受け方がわからない、恥ずかしいと感じるため支援を受けていない人が一定数いる

相談相手はいるか

	n	いる	いない
決して感じることはない	123	94.3%	5.7%
ほとんど感じることはない	406	94.1%	5.9%
たまに感じる	110	84.5%	15.5%
時々感じる	65	81.5%	18.5%
しばしば感じる・常を感じる	24	58.3%	41.7%

➤ 孤独感が強いほど相談相手がいないという割合が高い。常時孤独層の4割以上が相談相手を持っていない。持っていたとしても、友人・知人が少ない

	n	家族・親族	友人・知人	自治会・町内会・近所の人	仕事・学校関係者	行政機関（国や自治体）	NPO等の民間団体・ボランティア団体	その他
決して感じることはない	113	100.0%	65.5%	4.4%	22.1%	5.3%	0.9%	0.0%
ほとんど感じることはない	377	95.8%	59.2%	6.1%	18.3%	6.1%	0.3%	1.1%
たまに感じる	93	93.5%	60.2%	3.2%	28.0%	5.4%	1.1%	0.0%
時々感じる	53	98.1%	37.7%	1.9%	17.0%	1.9%	1.9%	1.9%
しばしば感じる・常を感じる	14	100.0%	35.7%	0.0%	7.1%	7.1%	14.3%	7.1%

7. 相談しても無駄であると考える孤独層が半数近い。相談したいニーズはあるため、支援が必要な人をいかに相談につなげるか課題。また、友人づくりや就労といったニーズもある

相談することについての考え方

	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)	その他
決して感じることはない	115	69.6%	63.5%	11.3%	7.8%	8.7%	8.7%	3.5%
ほとんど感じることはない	380	62.1%	74.5%	13.4%	5.8%	4.2%	6.8%	1.6%
たまに感じる	110	52.7%	71.8%	17.3%	14.5%	14.5%	18.2%	.9%
時々感じる	56	37.5%	60.7%	25.0%	14.3%	16.1%	30.4%	7.1%
しばしば感じる・常に感じる	24	16.7%	50.0%	8.3%	12.5%	12.5%	45.8%	4.2%

- 孤独を強く感じている人ほど「相談しても無駄である(相談しても解決しない)」と考えている人の割合が高い
- 相談の機会でどのような体験をするかがその後の孤独感に影響すると考えられる

孤独感解消のために希望すること

	n	相談機関へ 相談したい	話し相手が 欲しい	友人が欲しい	就職したい	地域の活動 やボラン ティア活動 に参加したい	健康を回復 したい	その他
たまに感じる	87	6.9%	25.3%	16.1%	2.3%	6.9%	29.9%	26.4%
時々感じる	52	5.8%	26.9%	23.1%	5.8%	3.8%	36.5%	26.9%
しばしば感じる・常に感じる	24	20.8%	20.8%	33.3%	12.5%	8.3%	25.0%	29.2%

- 孤独が強い層ほど、相談機関への相談したい、友人が欲しい、就職したいの比率が高くなっている

Ⅱ 孤独・孤立支援の課題と 重点テーマ検討

本市における孤独・孤立支援の課題と対応すべき重点テーマ

■調査からみえてきた課題

- 支援が必要性の高い孤独層(しばしば・常に)は市民の3.4%程度
- 孤独・孤立の状況は複合的な要因が考えられる
⇒未婚・離別・独居である、生活が困窮している、健康状態がよくない、高齢であまり外出できない、生きがいや趣味がない、子育てや介護する家族を抱えて孤立している、移動手段がない、障がいを持っている、性的マイノリティである、…
- 孤独・孤立の状況にある人は身近なつながりや社会的な接点、日常的なコミュニケーションが乏しい
- 支援を必要としていても相談・支援を受けない人がいる
⇒現在の社会や他人とののかかわり方に不満を持ち、相談・支援や人とのつながりを希望している
⇒しかし、相談しても無駄と無力感を感じている人も少なくない
- 相談・支援先を知らない人がきわめて多い
- 自宅から出ない引きこもり傾向も強いため、アウトリーチが必要な層といえる



■関係課ヒアリングからみえてきた重点テーマ

※関係課ヒアリング結果は別紙参照

①**顕在層の支援** ⇒ 担当課と関係機関との連携はほぼできているが、民間との連携は弱い。
民間団体等も含めた連携の可能性を探り、より横断的・重層的な支援につなげる

②**相談したい人の支援強化** ⇒ まずできるのは相談窓口の見える化・効果的な周知の徹底

③**潜在層の発見・アウトリーチ策の検討**

- ⇒ 制度(介護保険、障がい福祉、生活保護など)でつながっていない層にアプローチできる仕組みづくり
- ⇒ 子どもを通じた課題のある家庭・支援すべき保護者の把握・支援の強化
- ⇒ 庁内的に十分対応できていない新しい孤独層(犯罪被害者、LGBTQ)への対策

④**孤独・孤立予防となる地域づくり**

- ⇒ ソーシャルキャピタルの強みを活かす／モデル的な地域活動(旭ヶ丘地区)の横展開・拡大