

須坂市 人々のつながりに関するアンケート調査

報告書

2023年2月

1. 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】

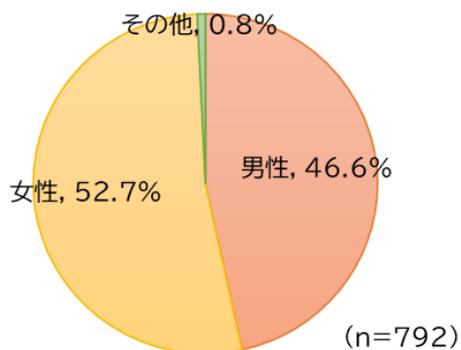
	男性	女性	その他	無回答	合計
16～19歳	8	9	1	0	18
20代	9	20	1	0	30
30代	31	34	1	0	66
40代	41	39	1	0	81
50代	64	70	0	0	134
60代	75	60	2	1	138
70代	93	112	0	1	206
80代以上	42	68	0	0	110
無回答	6	5	0	5	16
合計	369	417	6	7	799

- 有効回収率：40.0%

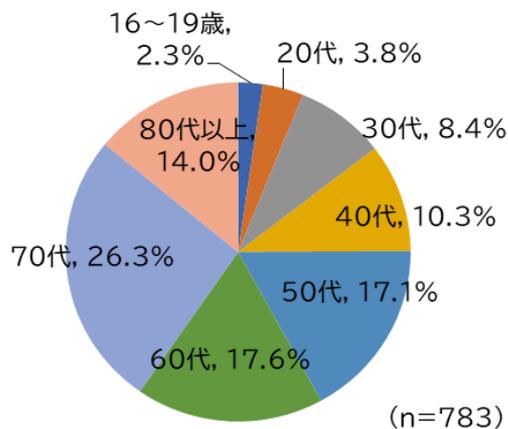
2. 調査結果の詳細

(1) 回答者プロフィール

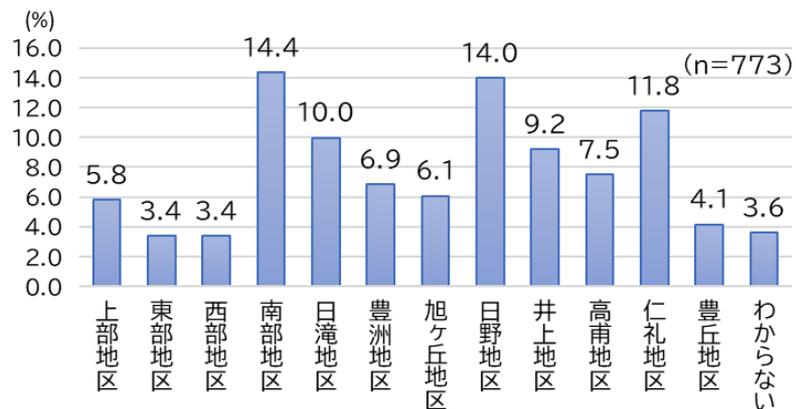
①性別



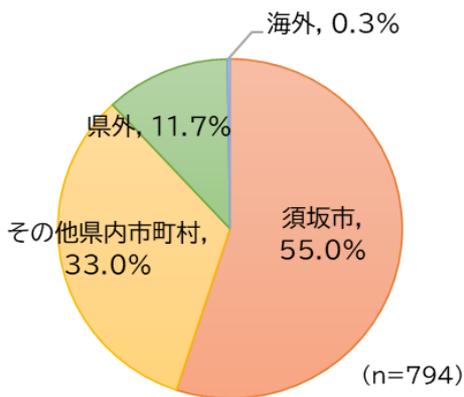
②年代分布



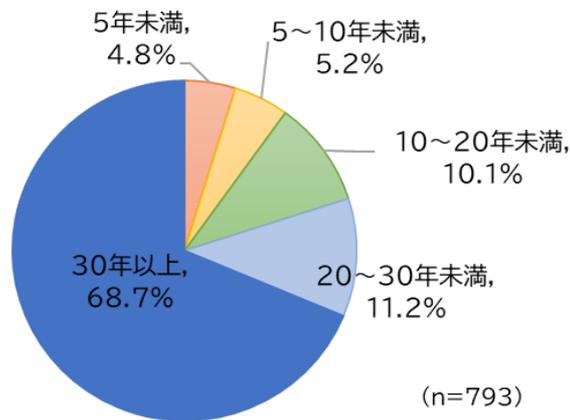
③居住地区



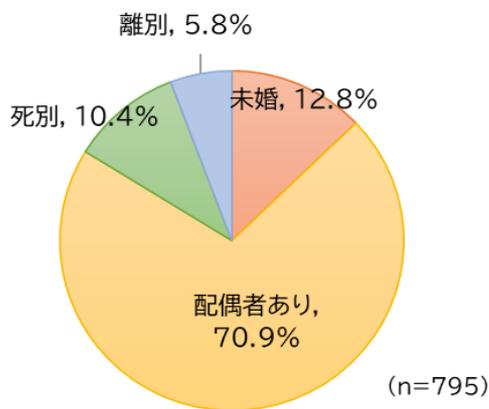
④出身地



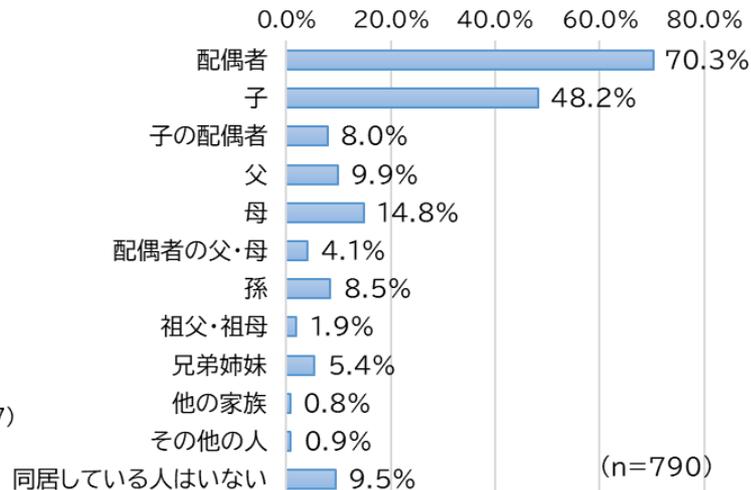
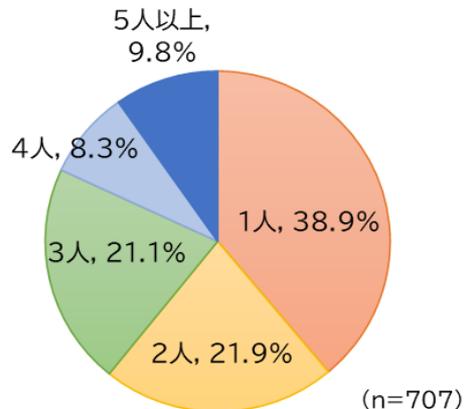
⑤居住年数



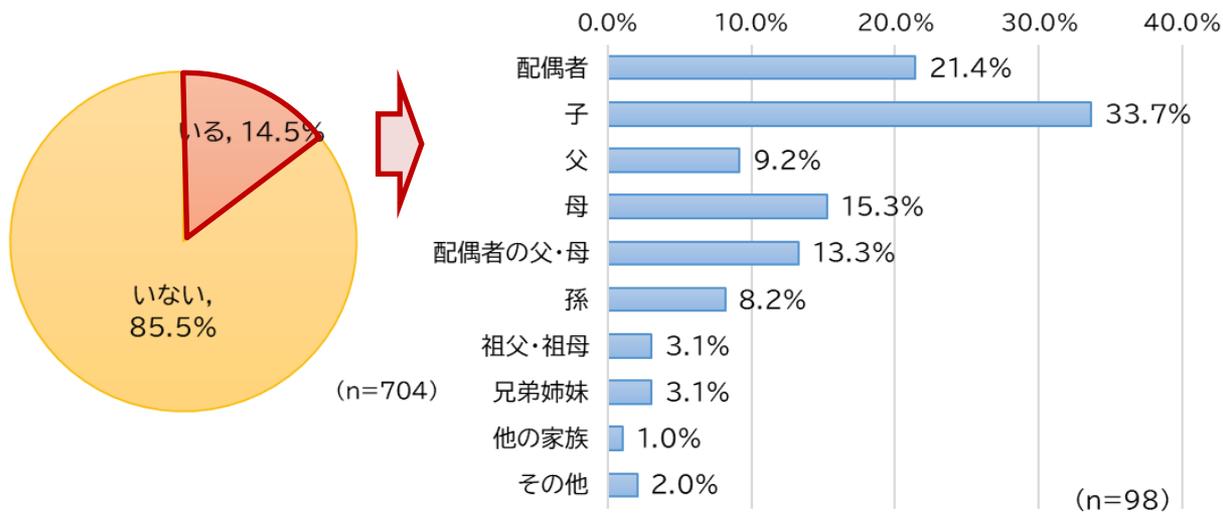
⑥婚姻の状況



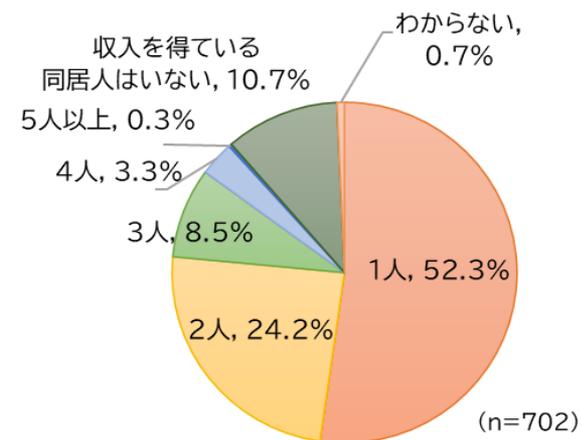
⑦同居人数と同居家族



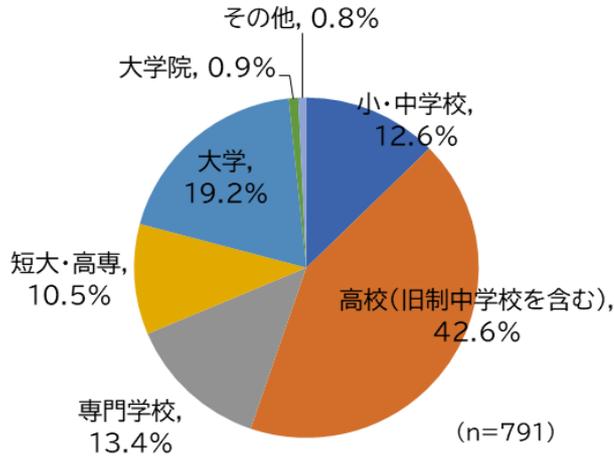
⑧日常的な世話や介護が必要な方



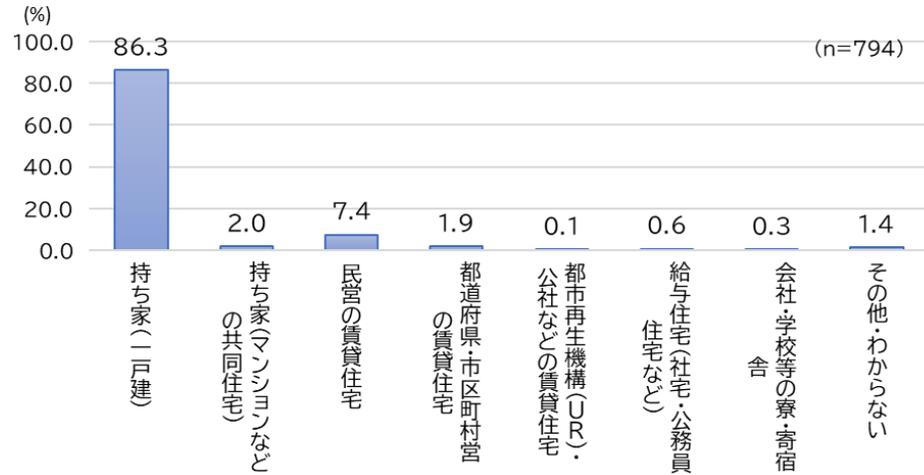
⑨収入のある同居家族数



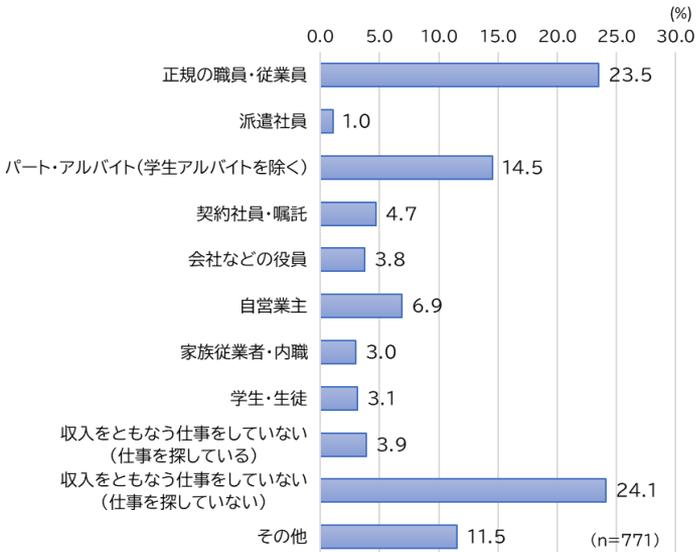
⑩最終学歴



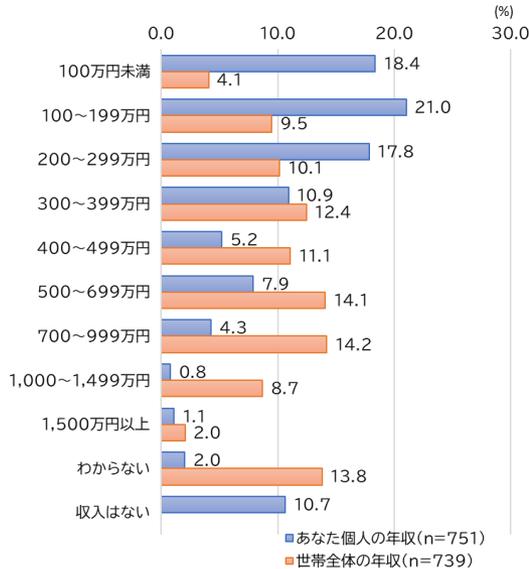
⑪居住形態



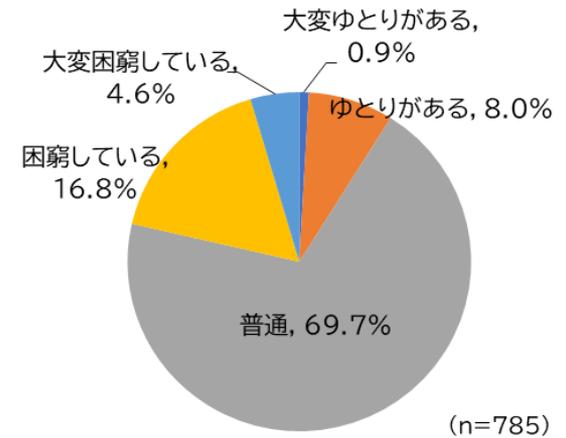
⑫就業状況



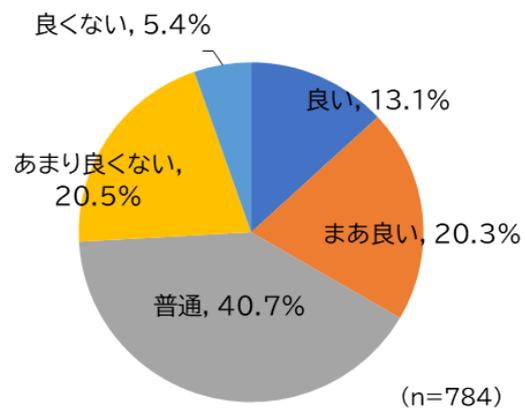
⑬個人と世帯の年収



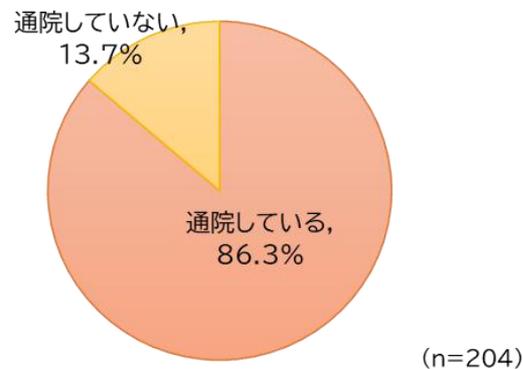
⑭経済的なゆとり



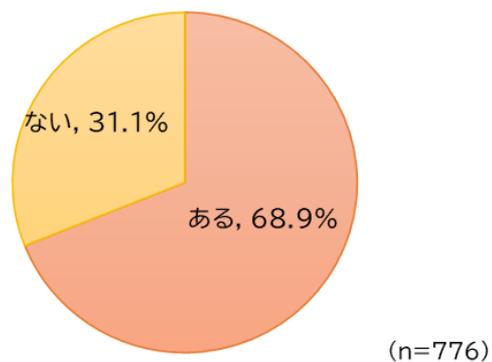
⑮健康状態



⑯通院の有無(健康状態が良くない人)

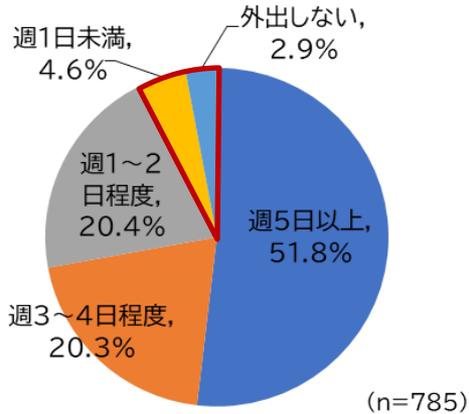


⑰趣味や生きがいの有無



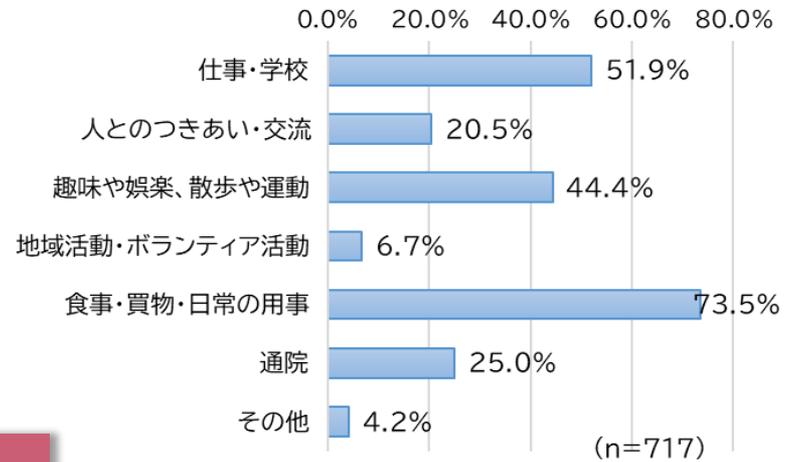
(2)外出の状況

外出頻度

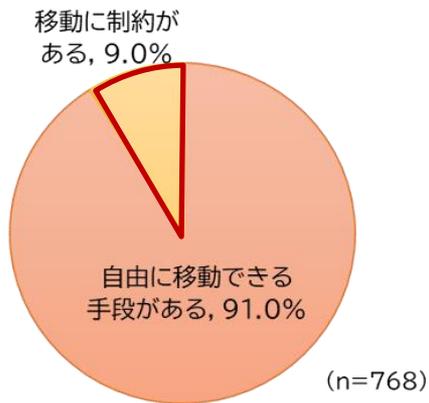


➤ 引きこもりがちな人(週1日未満+外出しない人)が7.5%

外出目的(週1日以上のある人)



自由に使える移動手段の有無



➤ 移動制約者は全体の9.0%

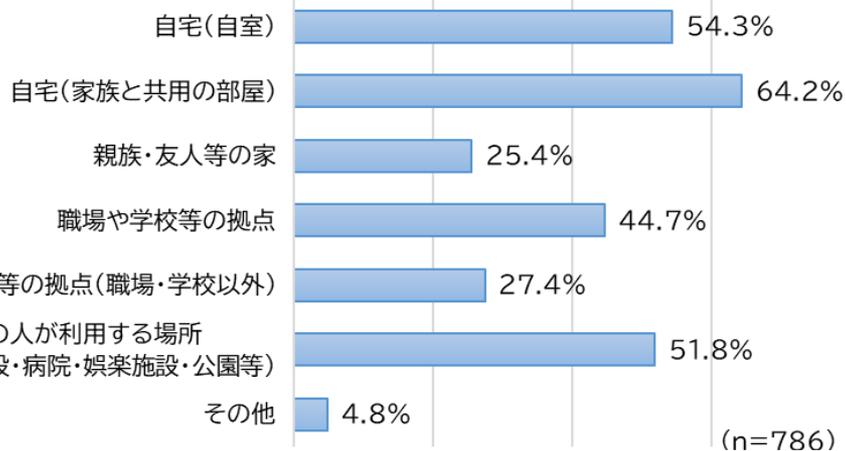
年代別

	n	自由に移動できる手段がある	移動に制約がある
16～19歳	18	44.4%	55.6%
20代	30	96.7%	3.3%
30代	65	96.9%	3.1%
40代	80	100.0%	0.0%
50代	131	94.7%	5.3%
60代	135	96.3%	3.7%
70代	193	92.7%	7.3%
80代以上	104	73.1%	26.9%

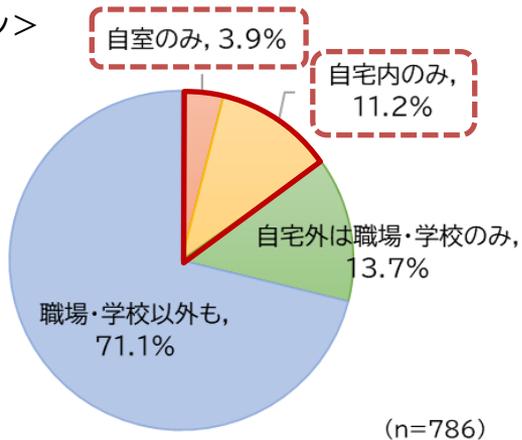
➤ 年代別にみると、学生の多い10代と80代以上で、移動に制約があると感じている比率が高い

最近1週間の行動範囲

0.0% 20.0% 40.0% 60.0% 80.0%



<行動範囲パターン>



- 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

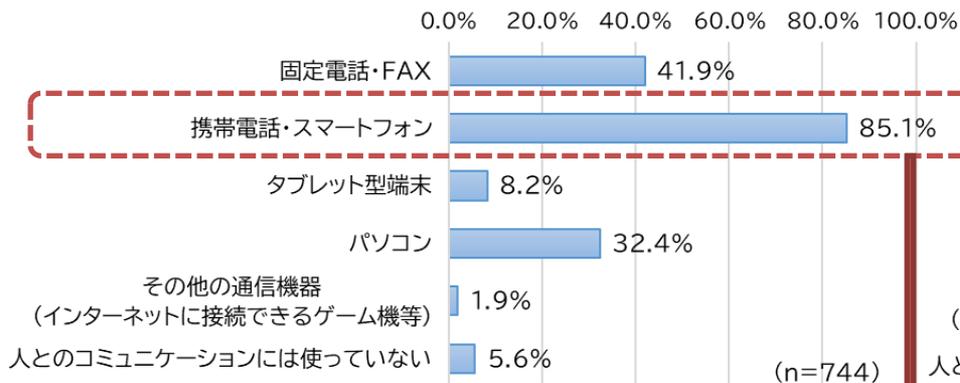
■性・年代別の行動範囲レベル

		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	
	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%	
女性	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
		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%	

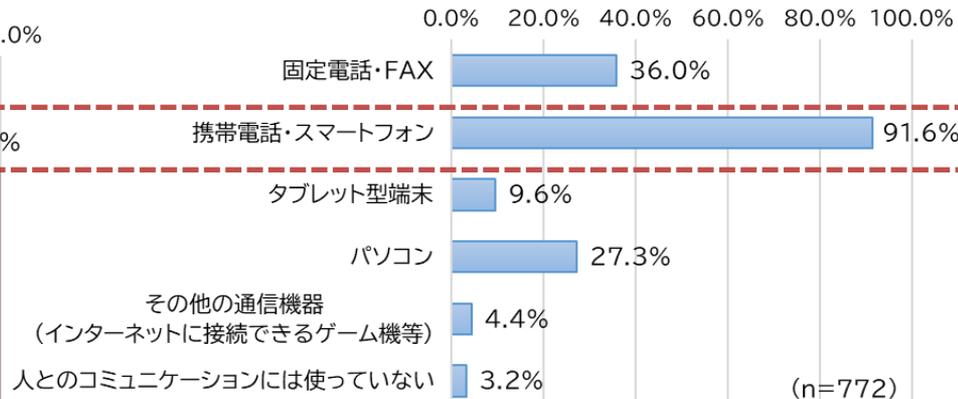
(3) コミュニケーションやつきあいの状況

使用している情報機器

<社会活動>

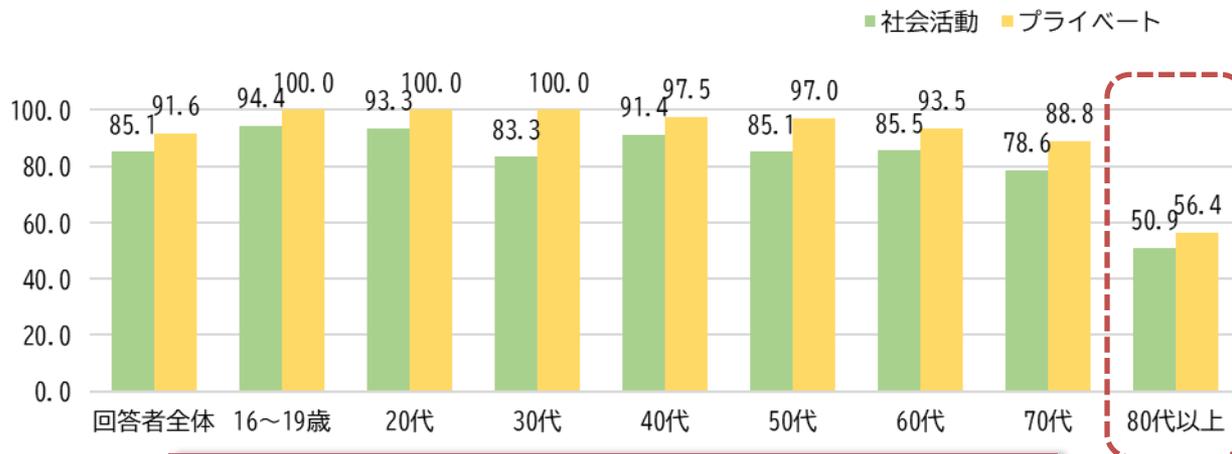


<プライベート>



➢ 社会活動もプライベートも携帯電話・スマートフォンを利用している人がきわめて多い

■年代別の「携帯電話・スマートフォン」使用率

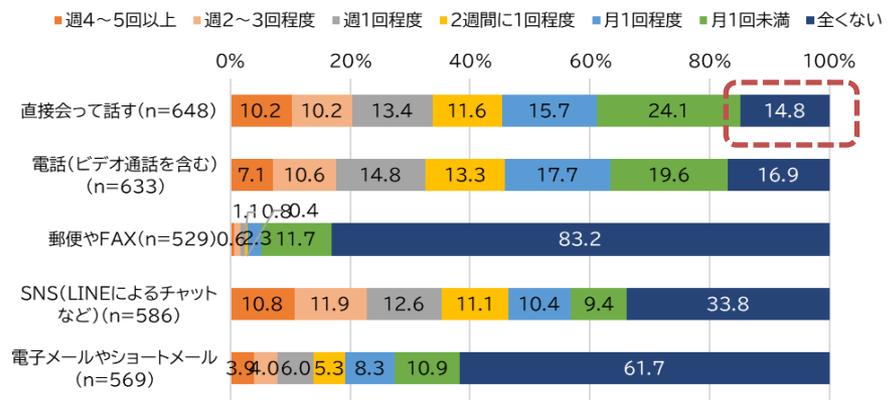


➢ 80代以上で利用率が大きく下がるが、70代の高齢者でも多くの人が携帯電話・スマートフォンを利用している

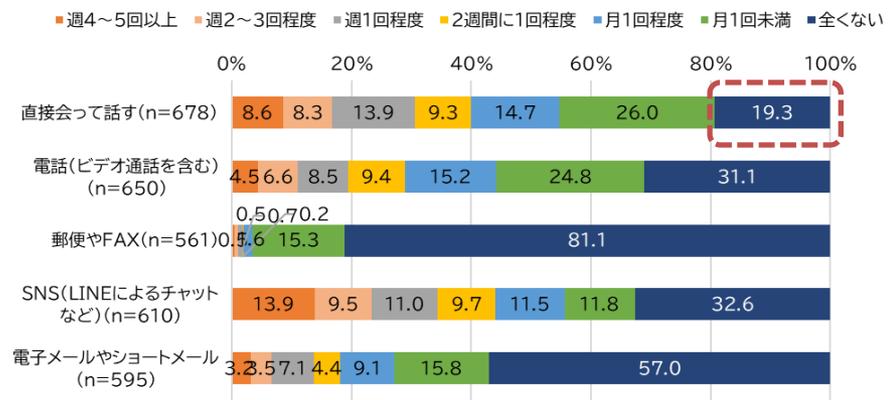
(3) コミュニケーションやつきあいの状況

コミュニケーション頻度

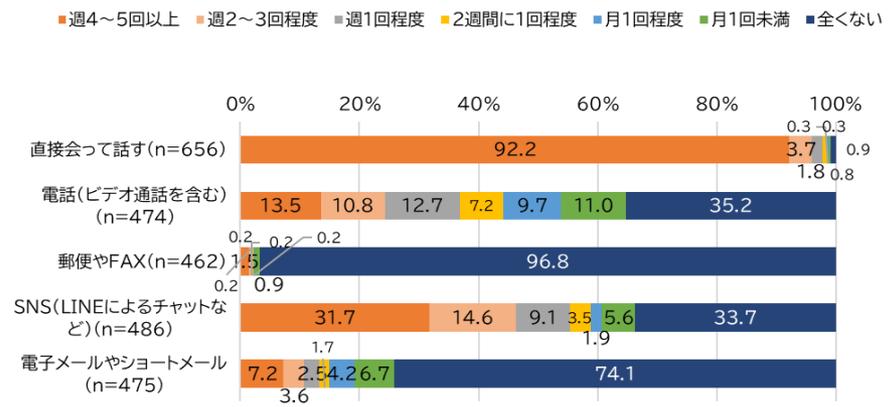
<同居していない家族>



<友人たち>



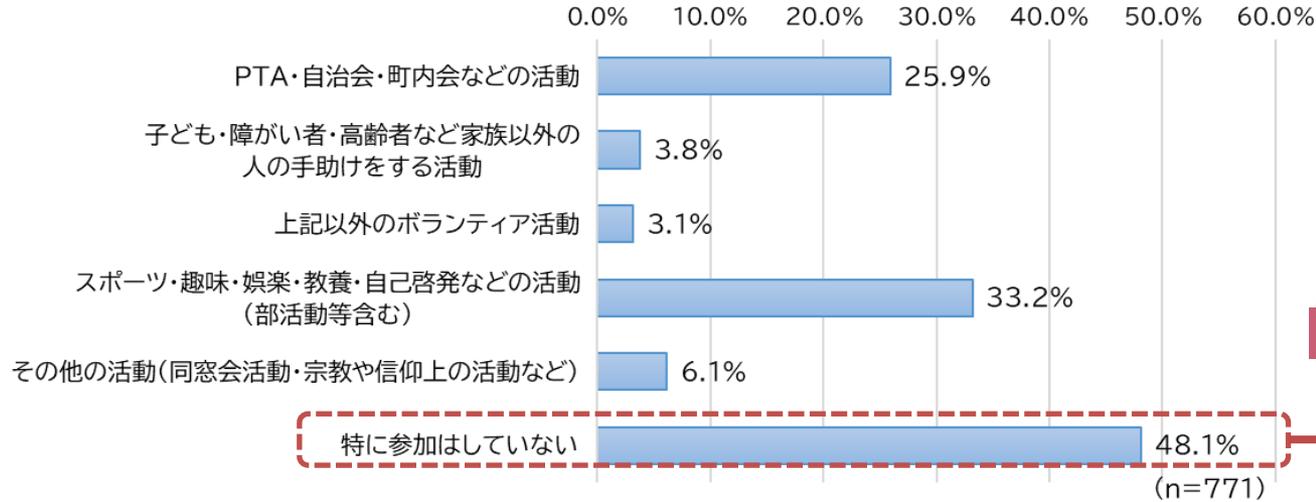
<同居している人たち>



> 同居していない家族と直接会って話すことがない人が14.8%
 > 友人についても、19.3%と対面でのコミュニケーションが全くない人が一定数いる

(3) コミュニケーションやつきあいの状況

人との交流活動への参加状況



➤ 約半数が参加していない

■年代別

	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
16～19歳	18	0.0%	0.0%	0.0%	55.6%	0.0%	44.4%
20代	30	0.0%	0.0%	3.3%	26.7%	3.3%	70.0%
30代	66	28.8%	1.5%	0.0%	13.6%	3.0%	60.6%
40代	81	37.0%	3.7%	1.2%	22.2%	2.5%	46.9%
50代	131	31.3%	2.3%	2.3%	27.5%	6.9%	47.3%
60代	134	35.8%	4.5%	4.5%	35.8%	9.0%	45.5%
70代	199	20.6%	5.0%	4.0%	42.7%	7.0%	41.7%
80代以上	99	15.2%	6.1%	5.1%	38.4%	7.1%	53.5%

➤ 年代別にみると、地域活動は40～60代、スポーツや趣味活動は10代と70代以上の高齢者で全体より参加率が高い

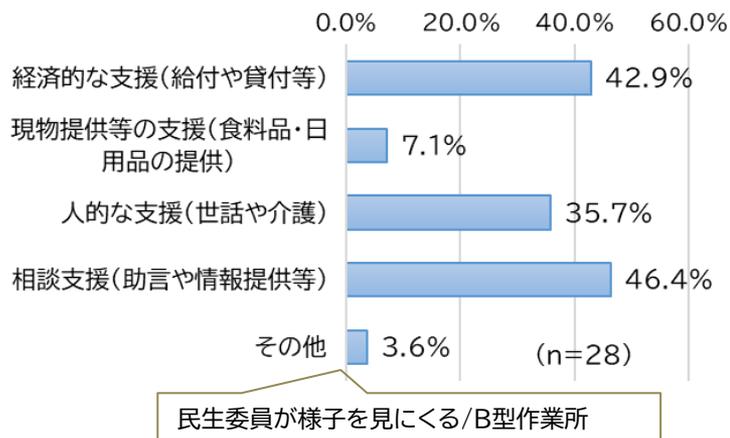
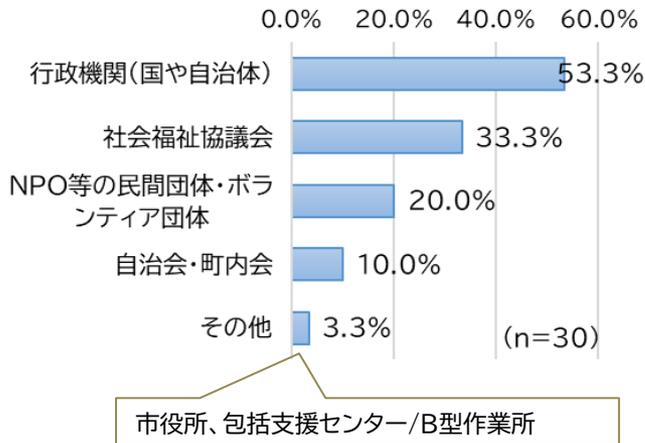
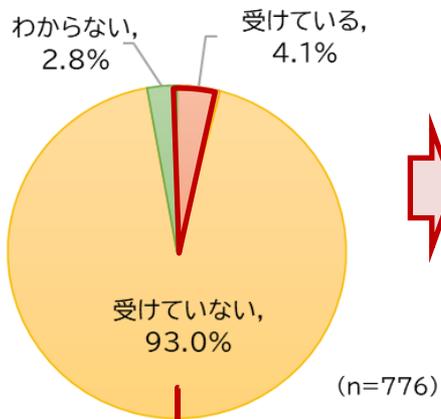
➤ 20～30代と80代以上で参加していない人の割合が高い

(4) 困りごとや相談の状況

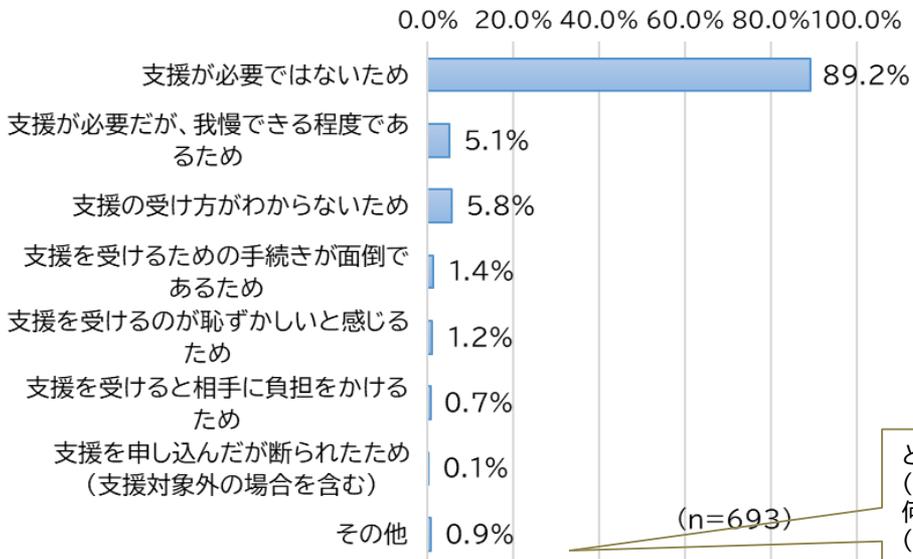
支援を受けているか

どこからを受けているか

どのような支援を受けているか



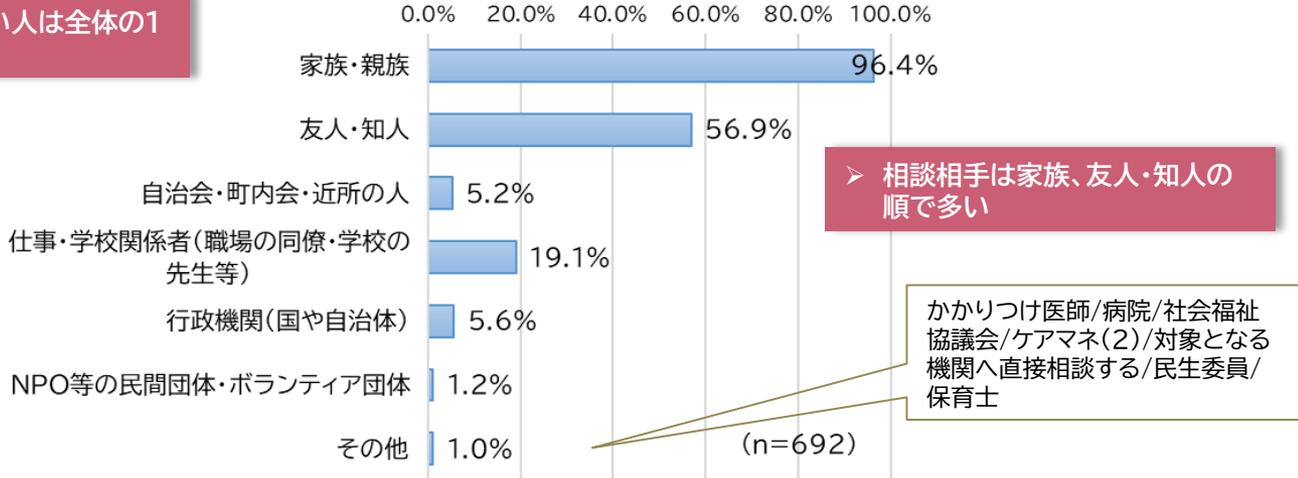
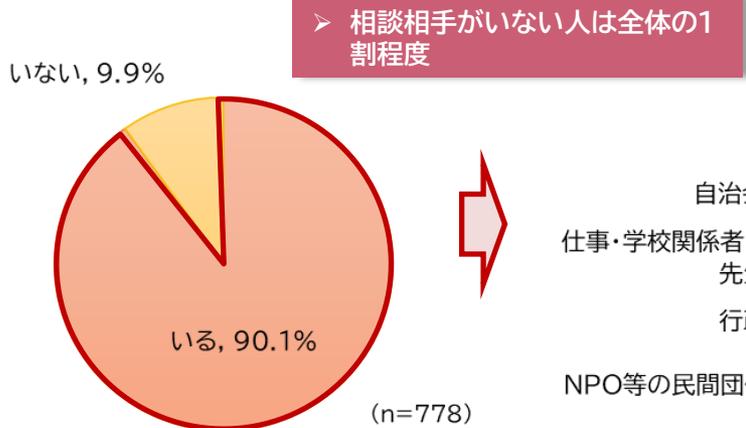
受けていない人の理由



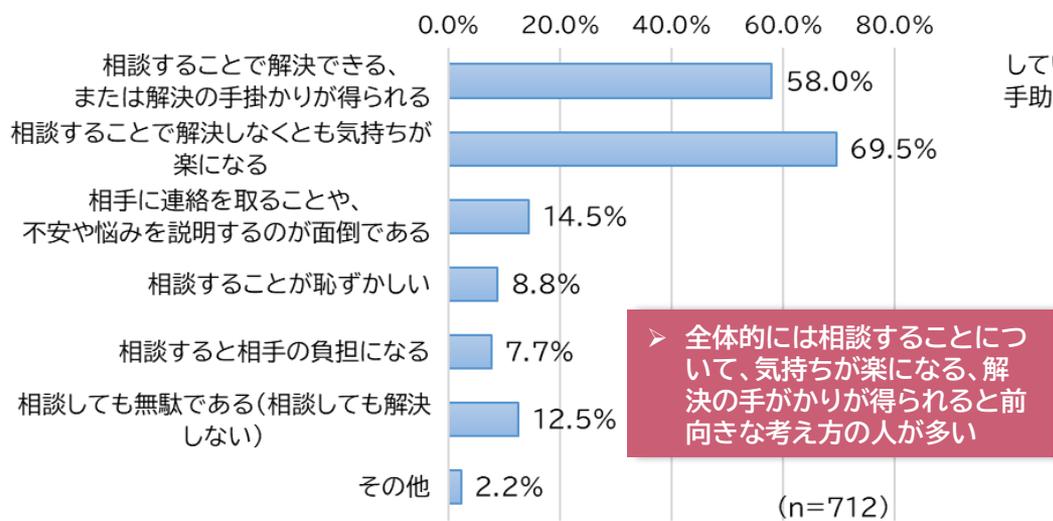
- 何らかの支援を受けている人は全体4.1%
- 支援元は行政機関が半数以上
- 支援の内容は相談支援、経済的支援が多い

(4) 困りごとや相談の状況

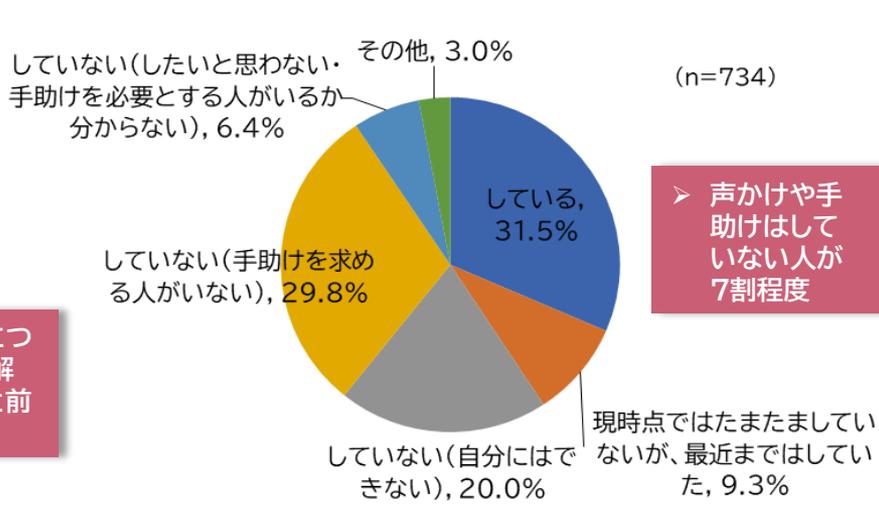
相談相手の有無



相談することについての感じ方



声掛け・手助けをしているか



(4) 困りごとや相談の状況

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) 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「ところの健康相談」)	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「と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(まいさぼ須坂)	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(まいさぼ須坂)	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
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)	0.6	23.2	76.1
④ 15歳～39歳の方を対象とした就職・進路に関する相談(なか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(まいさぼ須坂)	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(まいさぼ須坂)	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がある機関

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

(4) 困りごとや相談の状況

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>

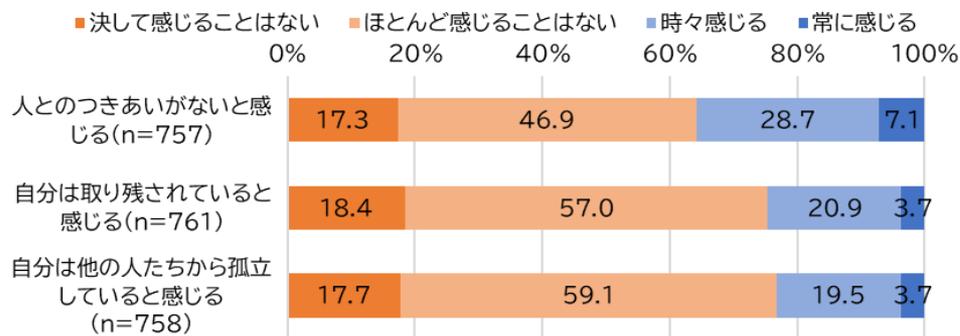
- 自分をまったく知らない人に相談したい
- **人と直接会わずに済む**メール、LINEやAI、チャットなどICT技術を用いた相談システム

<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

(5) 孤独感の状況

孤独に関する間接質問(UCLA孤独感尺度)



➤ 人とのつきあいがないと感じる人は4割近くいるが、取り残されている、孤立していると感じる人は2割強

■ 得点化による国との比較

※問5-1～問5-3を得点化して集計(決して感じることはない1点/ほとんど感じることはない2点/時々感じる3点/常に感じる4点) ⇒最大12点、最少3点

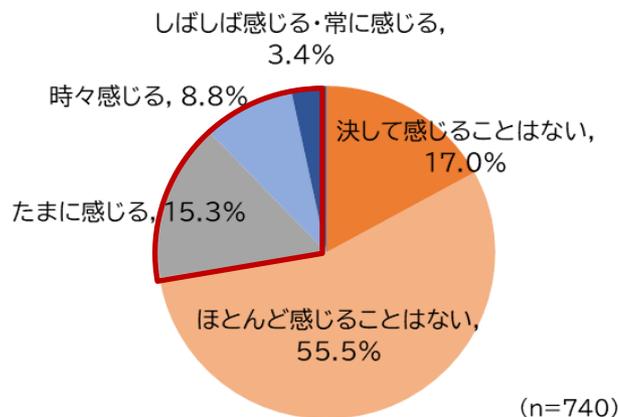


➤ 間接的な質問による孤独度合いを得点化すると、国より孤独得点が高い層の割合が低く、孤独を感じている人は全国平均より少ない

※国の集計と合わせるため、無回答を含んだ割合としている

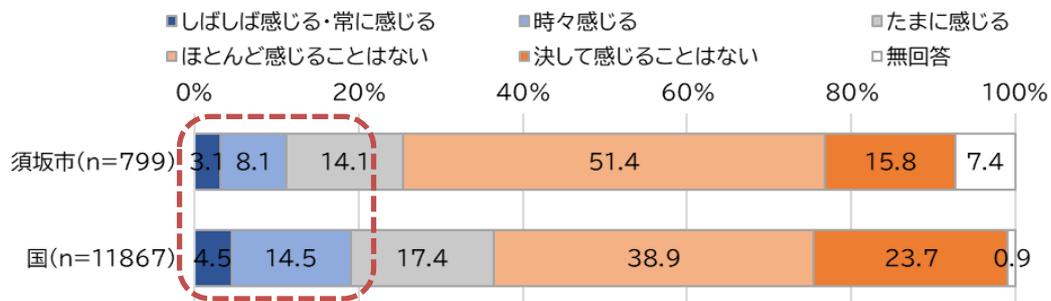
(5) 孤独感の状況

直接質問(孤独感を感じるか)



- 孤独を感じていない人が72.5%で多くを占めている
- 孤独を感じている人は27.5%。常時孤独を感じる人は3.4%

■ 国との比較

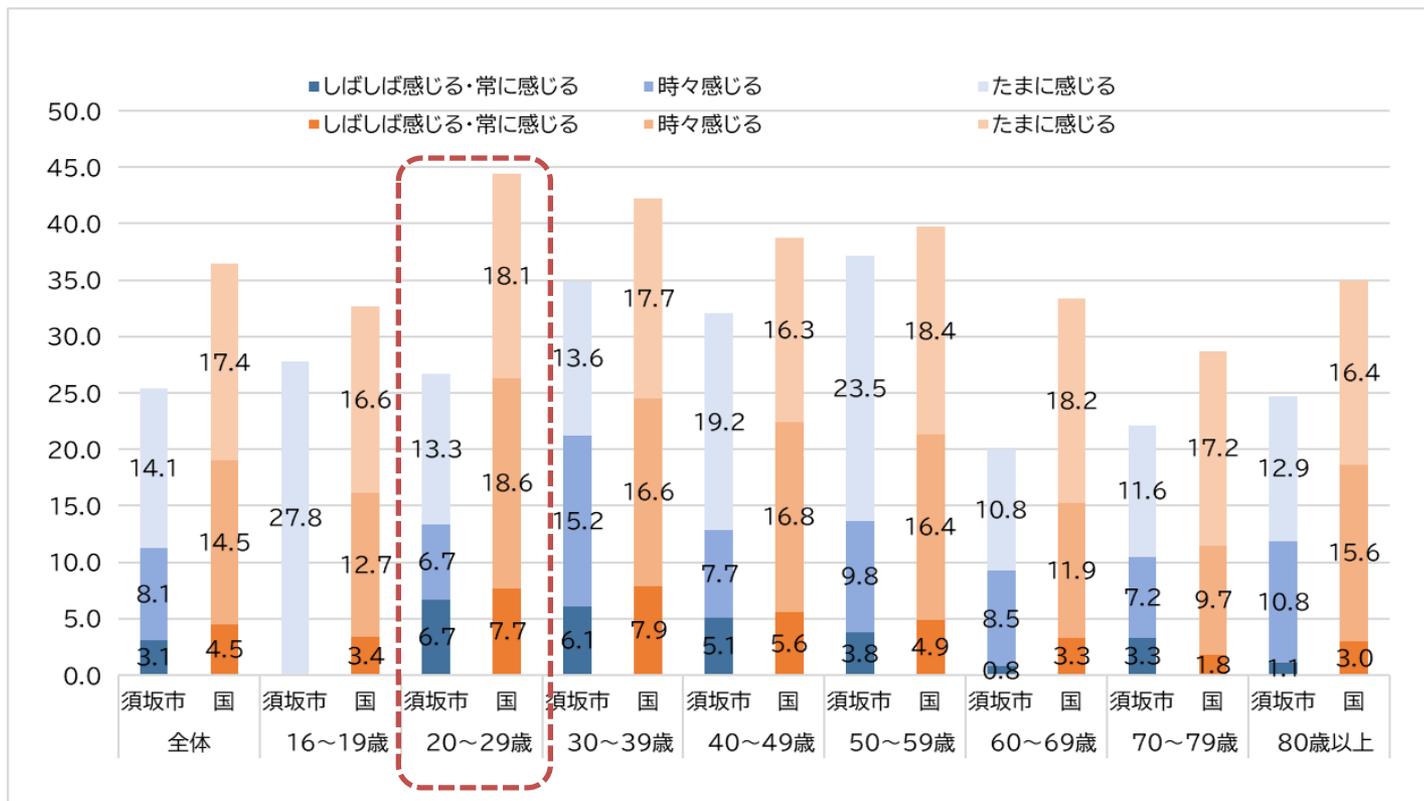


- 国に比べ、孤独感を感じている人の割合は少ない

※国の集計と合わせるため、無回答を含んだ割合としている

(5) 孤独感の状況

■ 国との比較(年代別)

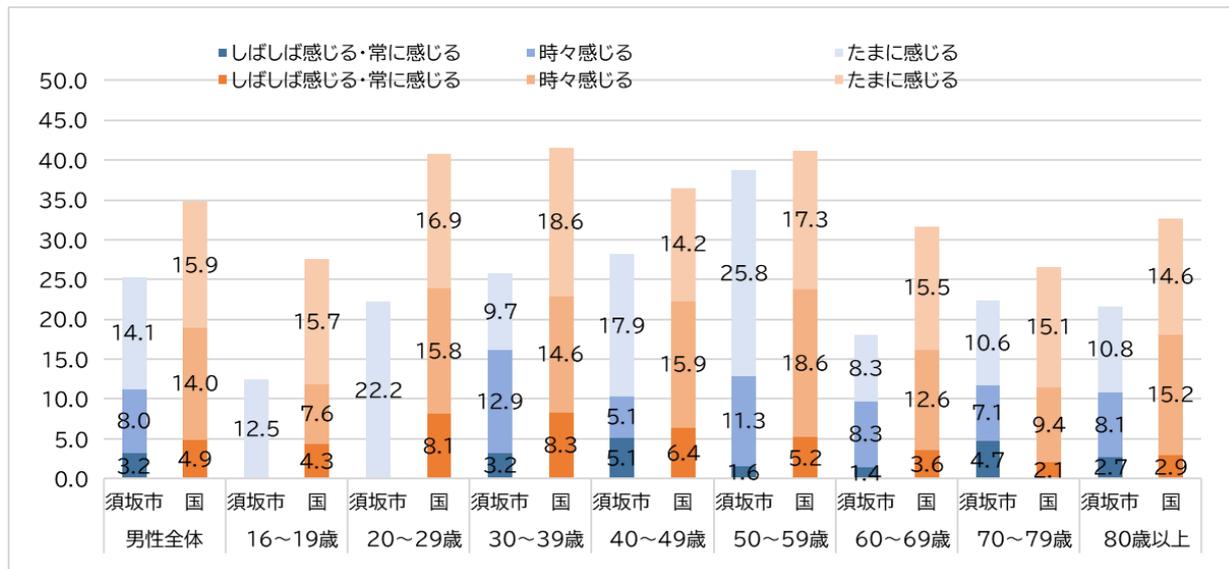


- どの年代層も全国より孤独感を感じている割合は低い
- 特に全国では特徴的な20代の孤独感を感じる割合が本市では低い
- また高齢層での孤独層割合も低い

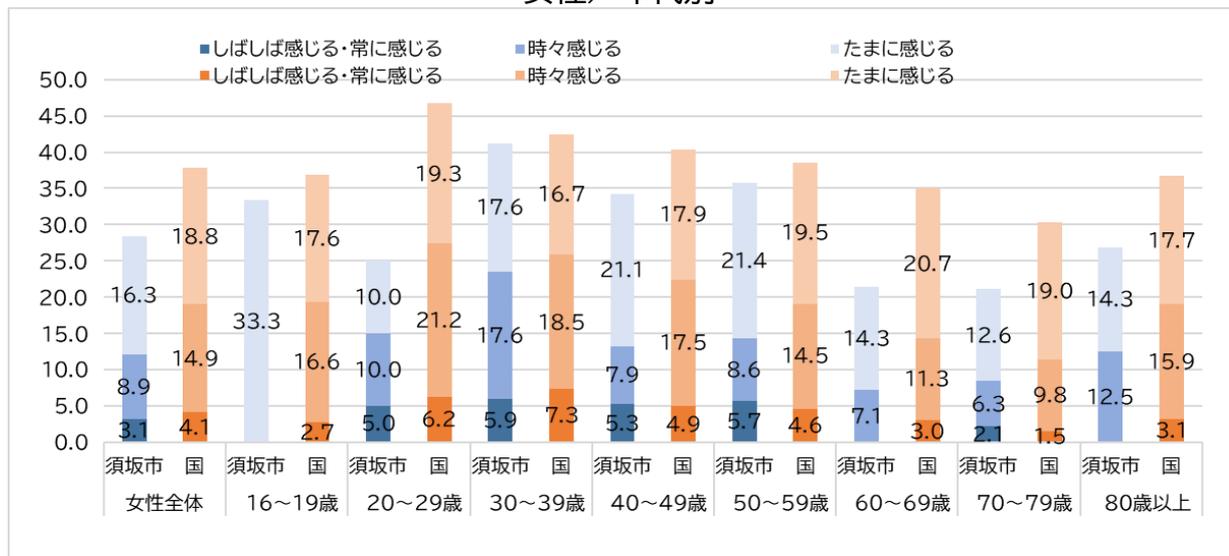
(5) 孤独感の状況

■ 国との比較(性・年代別)

<男性/年代別>



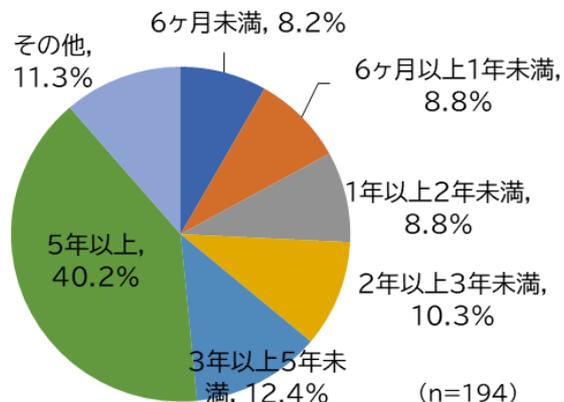
<女性/年代別>



- ▶ 男女ともに、どの年代層も全国より孤独感を感じている割合は低い
- ▶ 本市の男性50代、女性30代で40%程度の方が孤独感を感じており、高い傾向がある

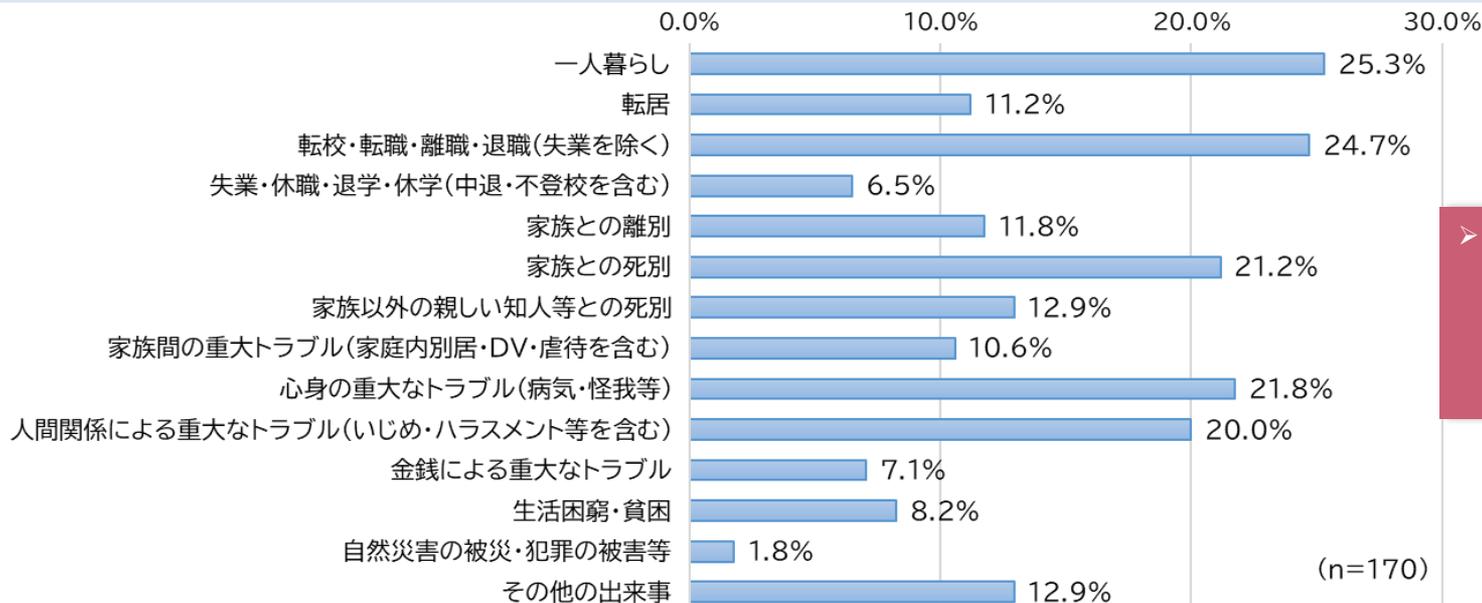
(5) 孤独感の状況

孤独感の期間 (孤独を感じている人)



➤ 孤独を感じている人の孤独感の長さは5年以上が4割を占め最も多い。孤独感は長く続いている人が多い

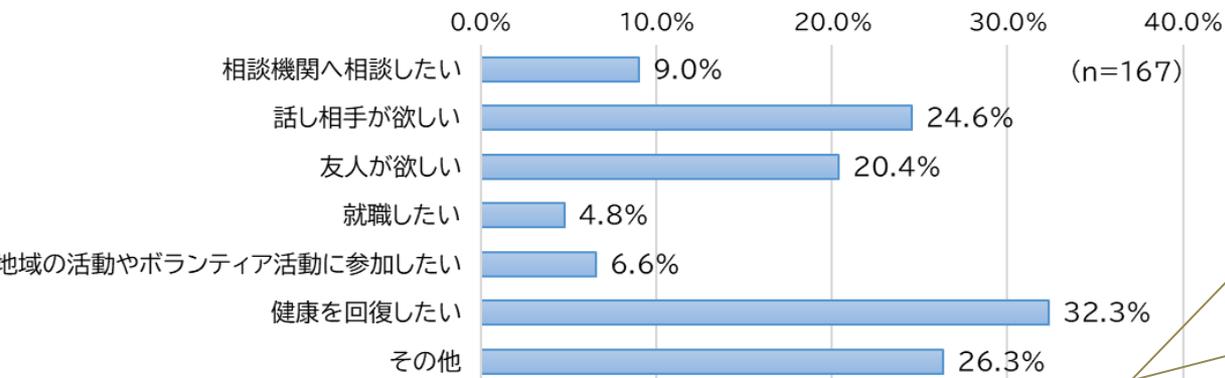
孤独感にいたる前に経験した出来事 (孤独を感じている人)



➤ 孤独を感じるキッカケは一人暮らし、転校・転職・離職・退職、心身の重大なトラブル、家族との死別、人間会計による重大なトラブルの順

(5) 孤独感の状況

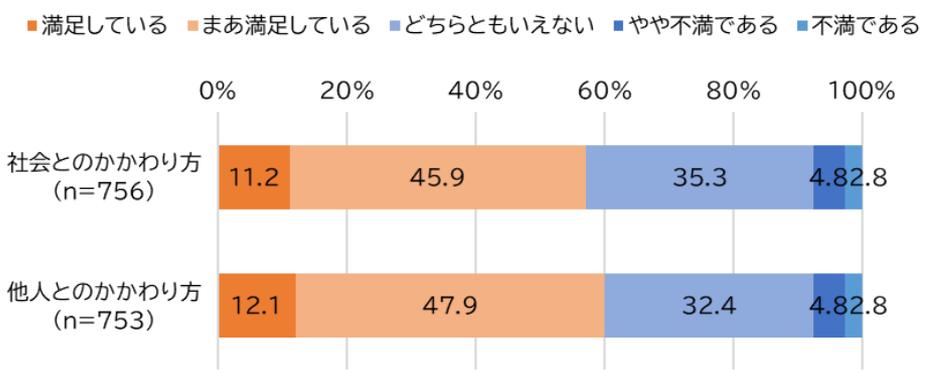
孤独感を解消するために希望すること（孤独を感じている人）



- LINEをするようになり、少し解消された
- 田舎特有の昔の価値観がキツイと感じることは多い。理解しろとは言わないが放っておいてほしいと感じる事も多いです。
- コロナ禍を終息させる
- 家の片づけetc、一緒にやってくれる人が居ると良い
- お金
- 勇気を出せば解決する
- 町内に気楽に集まってお茶飲み等出来る場所
- 趣味を見つけたい
- 保育士さんを増やし、待遇を良くして頂き、0歳児から保育園に預けることができると良かった。「保育園義務教育化」を希望
- 共に活動する仲間が増えてほしい

➤ 孤独感を解消するために、健康を回復したい人が3割以上で最も多い。次いで、話し相手が欲しい、友人が欲しいの順

社会や他人とのかかわり方の満足度

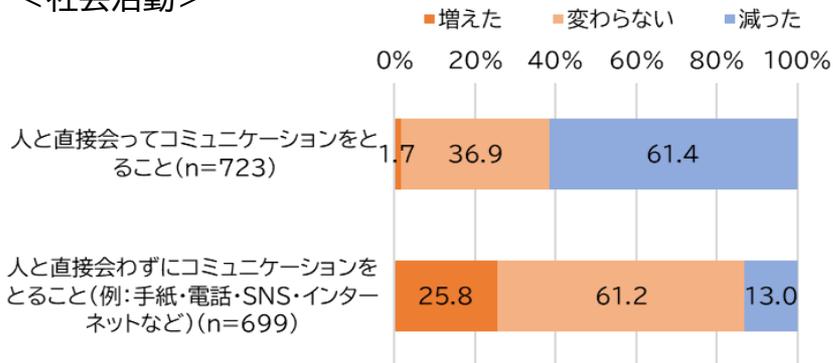


➤ 社会や人とのかかわり方に満足している人が6割程度。不満層は1割に満たない

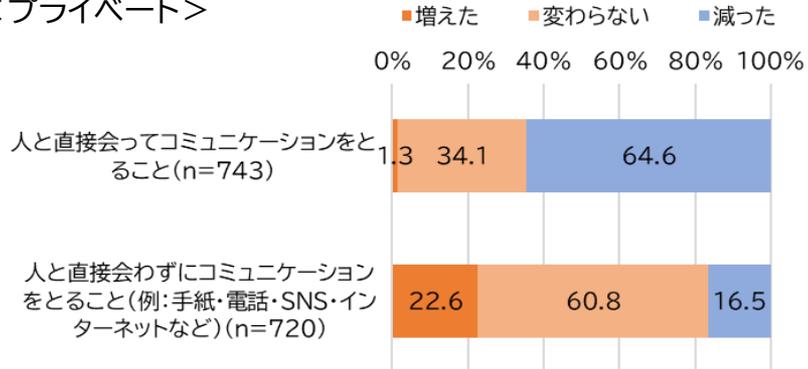
(6) 新型コロナウイルスの影響

新型コロナウイルス感染拡大によるコミュニケーションの変化

<社会活動>

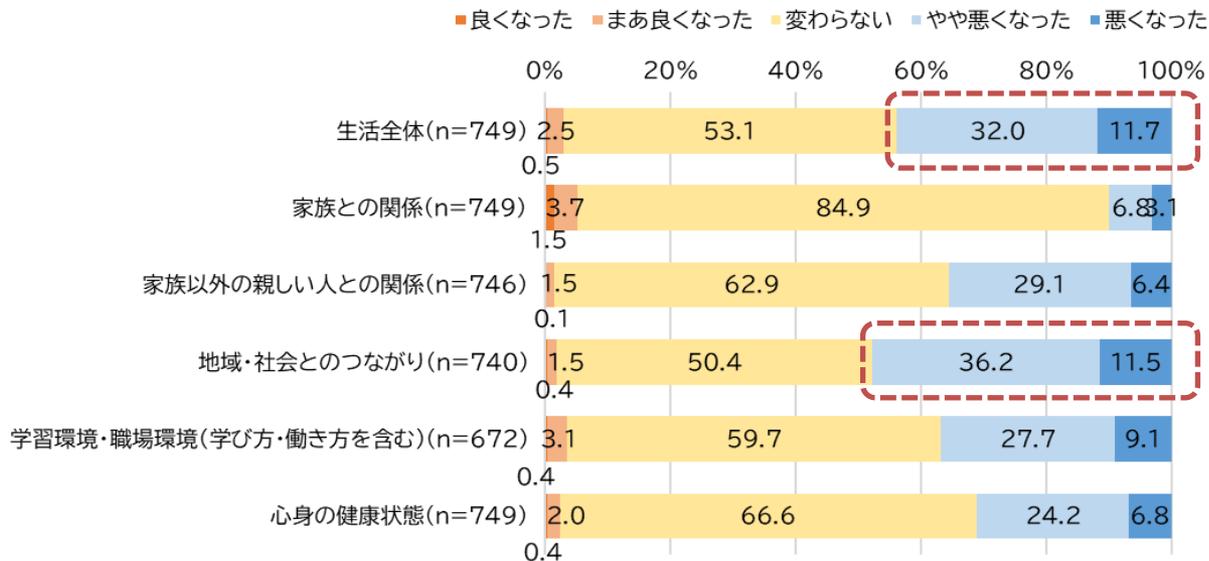


<プライベート>



➤ 直接コミュニケーションは社会活動、プライベートともに:6割以上の方が減ったと回答している

新型コロナウイルス感染拡大による日常生活の変化



➤ 生活全体および地域・社会とのつながりにおいて、悪化したと感じている人が4割以上と高くなっている

3. 孤独感の詳細分析

(1) 孤独感を感じている人の層別傾向 (層別に孤独層がどれだけいるか)

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	自分は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%	3.4%
年代別	10~20代	48	31.3%	48	29.2%	48	29.2%	48	27.1%	4.2%
	30代	66	40.9%	66	36.4%	66	31.8%	66	34.8%	6.1%
	40代	79	43.0%	79	30.4%	79	34.2%	78	32.1%	5.1%
	50代	132	40.2%	132	33.3%	132	34.1%	132	37.1%	3.8%
	60代	131	33.6%	132	17.4%	132	16.7%	130	20.0%	0.8%
	70代	189	36.5%	192	18.8%	191	16.8%	181	22.1%	3.3%
	80代以上	99	26.3%	98	20.4%	97	13.4%	93	24.7%	1.1%
	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%	3.1%
その他		6	83.3%	6	83.3%	6	83.3%	6	83.3%	33.3%
居住地区	上部地区	44	27.3%	44	15.9%	44	25.0%	44	29.5%	4.5%
	東部地区	26	46.2%	26	38.5%	26	30.8%	25	36.0%	4.0%
	西部地区	23	47.8%	23	34.8%	23	30.4%	23	34.8%	4.3%
	南部地区	107	28.0%	107	18.7%	107	15.0%	104	23.1%	1.9%
	日滝地区	74	39.2%	74	31.1%	74	32.4%	73	28.8%	6.8%
	豊洲地区	52	32.7%	52	13.5%	52	17.3%	48	27.1%	4.2%
	旭ヶ丘地区	42	42.9%	42	35.7%	42	23.8%	42	35.7%	2.4%
	日野地区	106	37.7%	106	24.5%	106	24.5%	104	26.9%	4.8%
	井上地区	63	28.6%	65	18.5%	65	18.5%	63	20.6%	0.0%
	高甫地区	57	26.3%	57	31.6%	57	22.8%	56	25.0%	1.8%
	仁礼地区	85	43.5%	85	23.5%	84	28.6%	82	30.5%	2.4%
	豊丘地区	27	37.0%	28	21.4%	27	14.8%	25	24.0%	0.0%
	わからない	27	40.7%	27	25.9%	27	22.2%	27	25.9%	3.7%
出身地	須坂市内	416	35.6%	419	24.3%	417	23.5%	411	26.0%	3.4%
	須坂市外	338	36.4%	339	25.1%	338	23.1%	326	29.4%	3.4%
居住年数	10年未満	75	40.0%	75	30.7%	75	32.0%	74	31.1%	5.4%
	10年以上	676	35.5%	680	24.0%	677	22.3%	660	27.1%	3.0%
婚姻状況	未婚	102	43.1%	102	36.3%	102	37.3%	102	44.1%	9.8%
	配偶者あり	538	33.6%	542	21.4%	540	20.6%	526	22.8%	1.7%
	死別	75	34.7%	74	23.0%	73	13.7%	69	31.9%	2.9%
	離別	39	51.3%	40	42.5%	40	42.5%	40	40.0%	10.0%
独居状況	同居家族なし	70	42.9%	71	29.6%	71	31.0%	68	50.0%	5.9%
	同居家族あり	680	35.0%	684	24.1%	681	22.6%	666	25.2%	3.2%
要介護者	いる	95	40.0%	95	27.4%	95	27.4%	91	35.2%	6.6%
	いない	575	34.3%	579	23.3%	577	21.8%	565	23.5%	2.7%
生活のゆとり	ある	66	16.7%	66	19.7%	66	18.2%	65	21.5%	1.5%
	普通	523	34.0%	524	20.8%	522	19.3%	510	23.3%	1.8%
	困窮	157	49.7%	160	40.0%	159	37.7%	155	41.3%	9.7%
健康状態	良い	256	24.2%	256	14.8%	256	12.9%	252	15.9%	2.0%
	普通	301	36.2%	304	22.4%	303	23.4%	297	25.9%	1.7%
	良くない	188	51.1%	189	41.8%	187	36.9%	180	45.0%	8.3%
趣味	ある	514	29.8%	515	21.2%	515	19.2%	504	24.0%	2.6%
	ない	224	50.4%	227	33.5%	224	32.6%	218	35.3%	5.5%
外出	週1日以上	695	34.8%	699	24.3%	697	23.1%	681	27.2%	3.2%
	週に1日未満・外出しない	51	52.9%	51	31.4%	50	26.0%	49	30.6%	6.1%
行動範囲	自室のみ	30	53.3%	29	24.1%	29	31.0%	28	39.3%	14.3%
	自室内のみ	76	51.3%	76	35.5%	73	31.5%	70	37.1%	4.3%
	職場・学校のみ	106	34.0%	106	22.6%	106	23.6%	104	24.0%	1.9%
	職場・学校以外も	536	33.2%	541	23.5%	541	21.6%	530	26.0%	3.0%
移動手段	ある	669	35.1%	674	23.6%	672	22.3%	656	26.1%	2.9%
	ない	64	40.6%	64	34.4%	63	31.7%	63	38.1%	7.9%
交流活動	参加していない	353	43.1%	357	28.3%	355	26.8%	349	31.2%	5.2%
	参加している	387	29.7%	388	21.4%	387	20.2%	378	23.8%	1.9%
支援	受けている	29	48.3%	29	34.5%	29	41.4%	26	46.2%	15.4%
	受けていない	693	35.1%	698	23.9%	695	22.3%	681	26.1%	2.9%
	わからない	20	45.0%	20	40.0%	20	35.0%	20	40.0%	0.0%
相談相手	いる	674	32.3%	677	22.7%	675	20.3%	658	24.3%	2.1%
	いない	71	69.0%	71	43.7%	70	52.9%	70	55.7%	14.3%

★全体よりも孤独を感じている割合が高い層

- **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
- **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
- **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
- **要介護者がいる**…いない層より総じて高い
- **生活困窮者**…間接・直接質問ともに孤独感が強い
- **健康状態「良くない」**…直接の孤独感は「良い」人の3倍近い
- **趣味・生きがいが無い**…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
- **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
- **支援を受けている人・わからない**…孤独感が総じて高い
- **相談相手がいない**…いる人に比べ孤独感が2倍程度

(2) 孤独感を感じている人の行動範囲や交流活動

引きこもりの状況

	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

(2) 孤独感を感じている人の行動範囲や交流活動

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	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
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%

SNS(LINEによるチャットなど)								
	n	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
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

社会とのかかり方						
	n	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%

他人とのかかり方						
	n	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%

(3) 孤独感を感じている人の支援・相談についての意識・行動

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%

(3) 孤独感を感じている人の支援・相談についての意識・行動

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「ところの健康相談」)	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「と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(まいさぼ須坂)	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(まいさぼ須坂)	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(まいさぼ須坂)	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(まいさぼ須坂)	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

➤ 孤独を常に感じている層に支援の窓口の存在が知られていない

(3) 孤独感を感じている人の支援・相談についての意識・行動

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

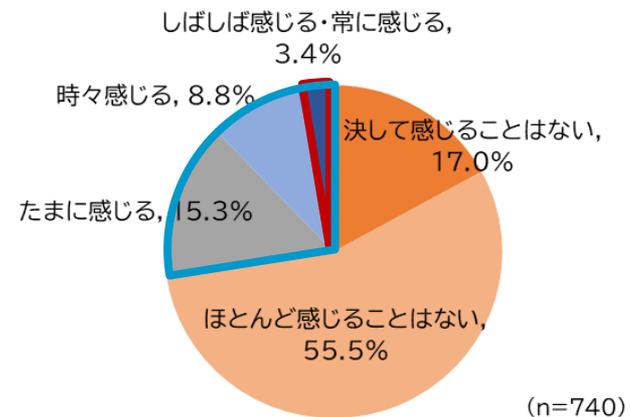
	n	相談機関へ 相談したい	話し相手が 欲しい	友人が欲しい	就職したい	地域の活動 やボラン ティア活動 に参加したい	健康を回復 したい	その他
たまに感じる	87	6.9%	25.3%	16.1%	2.3%	6.9%	29.9%	26.4%
時々感じる	52	5.8%	26.9%	23.1%	5.8%	3.8%	36.5%	26.9%
しばしば感じる・常に感じる	24	20.8%	20.8%	33.3%	12.5%	8.3%	25.0%	29.2%

- 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

4. 孤独層の分析

常時孤独層 25人
(しばしば・常に)

孤独層・計 203人
(たまに+時々+しばしば・常に)



(1) 回答者全体との属性の比較

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

(1) 回答者全体との属性の比較

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