

新潟県孤独・孤立に関する実態把握（令和7年度第8回県民アンケート）

調査結果概要

新潟県福祉保健部福祉保健総務課

■ 調査期間

令和7年10月29日（水）～令和7年11月14日（金）

■ 調査方法

郵送調査（回答は電子申請システム併用）

■ 調査対象者

新潟県内に在住する18歳以上79歳以下の男女

■ アンケート調査対象者、回答者の構成

令和7年4月1日現在の人口推計を基に対象者550人を配分（うち回答428人、回収率77.8%）

		配布対象者		回答者		回収率
		人数(人)	構成比(%)	人数(人)	構成比(%)	
性別	男	277	50.4%	210	49.1%	75.8%
	女	273	49.6%	218	50.9%	79.9%
年代別	18～39歳	140	25.5%	88	20.6%	62.9%
	40～59歳	197	35.8%	146	34.1%	74.1%
	60～79歳	213	38.7%	194	45.3%	91.1%
地域別	下越	50	9.1%	38	8.9%	76.0%
	新潟	226	41.1%	179	41.8%	79.2%
	中越	161	29.3%	121	28.3%	75.2%
	魚沼	37	6.7%	32	7.5%	86.5%
	上越	64	11.6%	48	11.2%	75.0%
	佐渡	12	2.2%	10	2.3%	83.3%
合計		550	100.0%	428	100.0%	77.8%

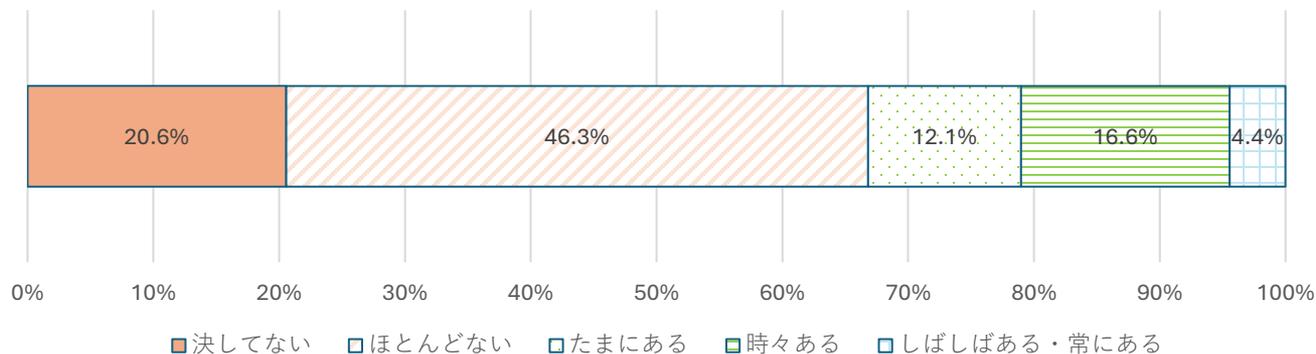
孤独の把握方法、孤独の状況（直接質問）

- 孤独という主観的な感情をよりの確に把握するため、この調査では「直接質問」・「間接質問」の2種類の設問を採用（内閣府孤独・孤立対策推進室実施の「孤独・孤立の実態把握に関する全国調査」に準ずる質問項目）

【1】直接質問：孤独感を直接的に問うもの

○問13：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。

孤独の状況（直接質問）



孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は4.4%（R6国調査4.3%）、「時々ある」が16.6%（R6国調査15.4%）、「たまにある」が12.1%（R6国調査19.6%）

→合計33.1%が「孤独感がある」と回答（R6国調査39.3%）

一方で、孤独感が「ほとんどない」と回答した人は46.3%（R6国調査40.6%）、「決してない」が20.6%（R6国調査18.4%）

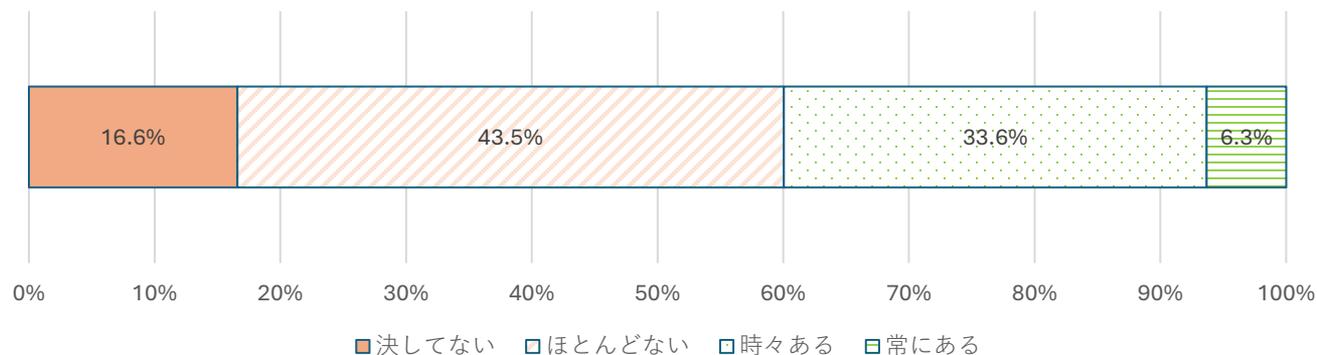
孤独の把握方法、孤独の状況②（間接質問）

【2】間接質問※：問10～問12（「孤独」という言葉を使用しない3つの質問の合計スコアが高いほど、孤独感が高いと評価）

- 問10：あなたは、自分には人とのつきあいが無いと感じることがありますか。
- 問11：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。
- 問12：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。

※間接質問：カリフォルニア大学ロサンゼルス校（UCLA）のラッセルが、孤独という主観的な感情を間接的な質問により数値を測定するために考案した「UCLA孤独感尺度」の日本語版3項目短縮版に基づく質問であり、3つの設問への回答を点数化し、その合計スコア（本調査では最低点3点～最高点12点）が高いほど孤独感が高いと評価している。「孤独」という言葉を使用せずに孤独感を把握することから、この調査では「間接質問」と呼称する。

孤独の状況（間接質問）



孤独感が「10点～12点（常にある）」と回答した人の割合は6.3%（R6国調査6.5%）、「7点～9点（時々ある）」が33.6%（R6国調査39.2%）

→合計39.9%が「孤独感がある」と回答（R6国調査約45.7%）

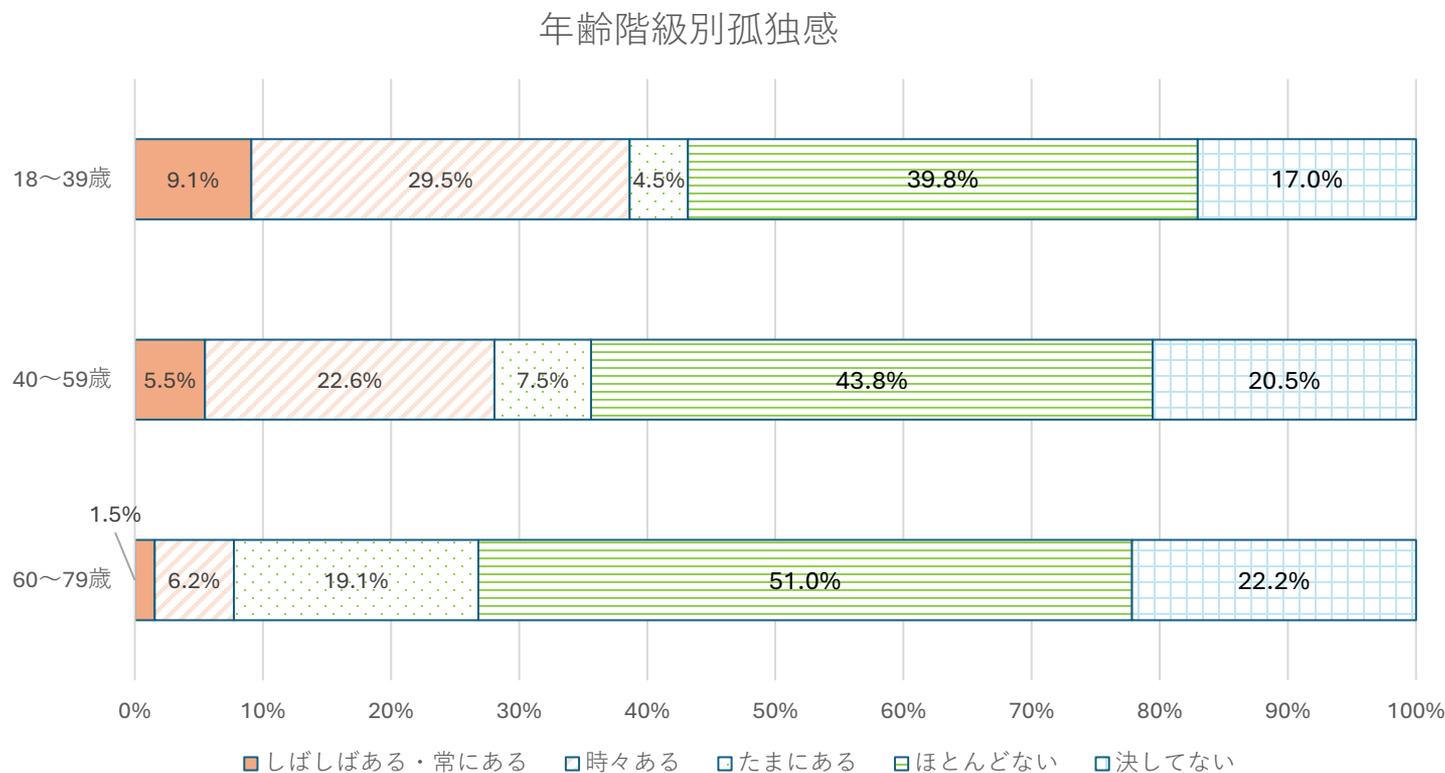
一方で、「4点～6点（ほとんどない）」が43.5%（R6国調査38.0%）、「3点（決してない）」が16.6%（R6国調査14.2%）

▶約3割～4割の人が孤独を感じているという結果（R6国調査4割～5割）

孤独の状況（年齢階級別）

■ 孤独感（直接質問：問13）を年齢階級別にみると、孤独感が「しばしばある・常にある」、「時々ある」と回答した人の割合は、「18歳～39歳」で高い。（R6国調査：孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人は20歳代及び30歳代で高い）

○問13：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。

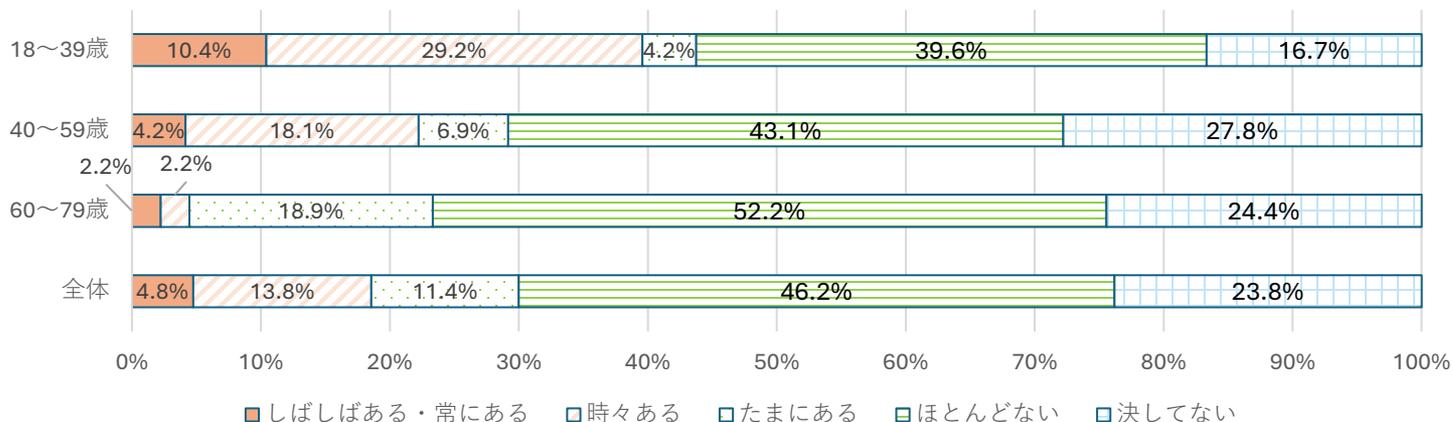


孤独の状況（男女・年齢階級別の孤独感）

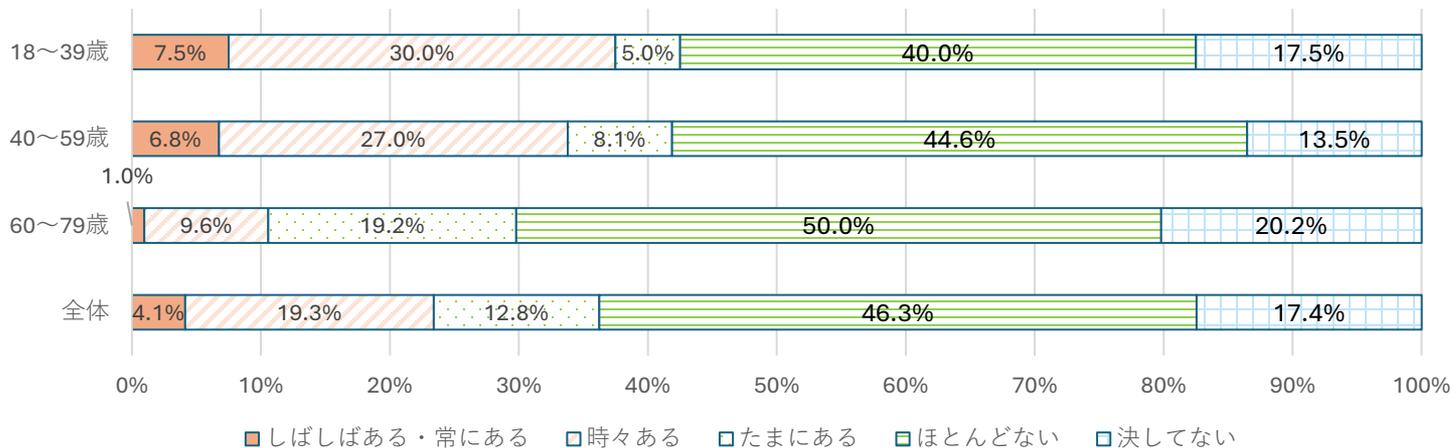
■ 孤独感（直接質問：問13）を男女・年齢階級別にみると、孤独感が「しばしばある・常にある」、「時々ある」と回答した人の割合は、男性・女性ともに「18歳～39歳」で高い。（R6国調査：孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人は、男女ともに20歳代及び30歳代で高い）

○問13：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。

男女・年齢階級別孤独感（男性）



男女・年齢階級別孤独感（女性）

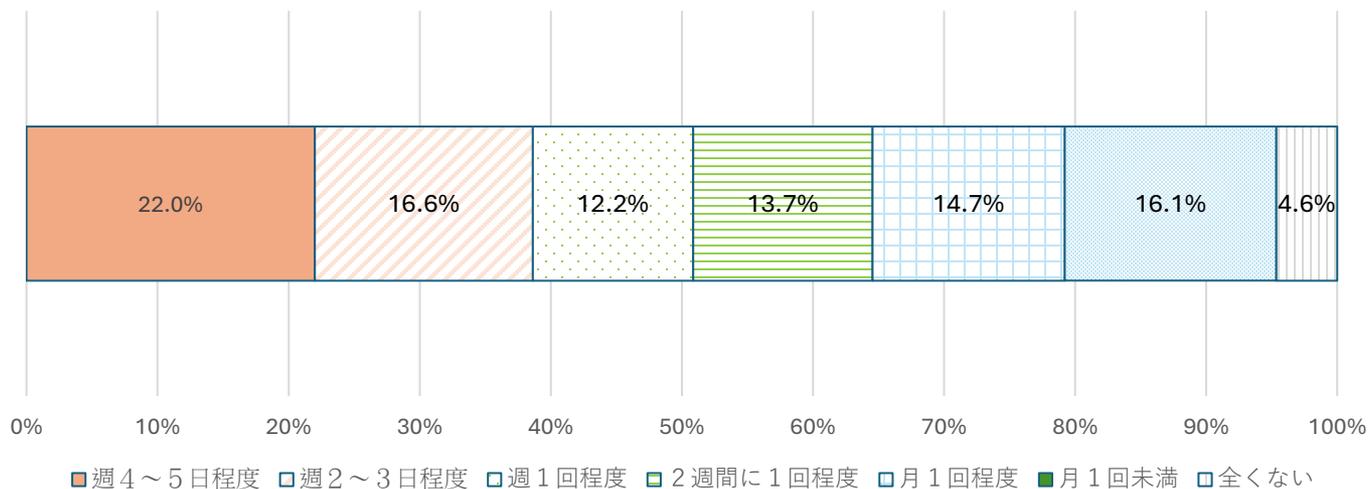


孤立の状況（家族・友人等とのコミュニケーション頻度（社会的交流））

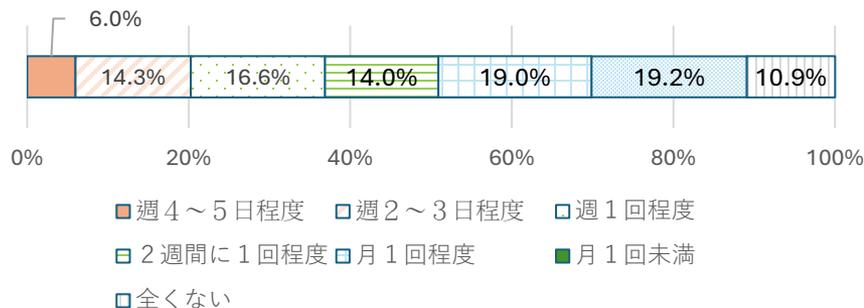
■ 同居していない家族や友人たちと、直接会って話すことが「全くない」と答えた人の割合は4.6%（R6国調査9.3%）

○問6：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お答えください。

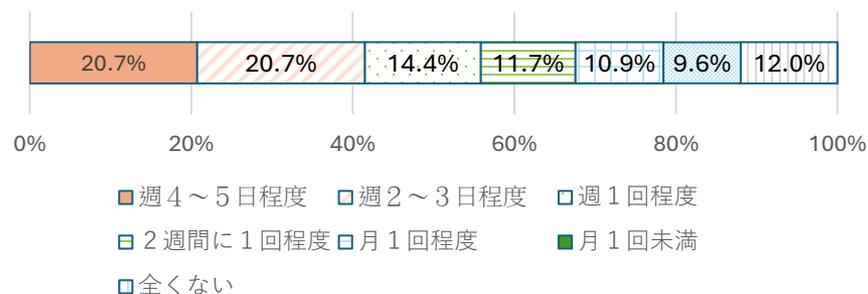
①直接会って話す頻度



②電話（ビデオ通話含む）



③SNSや電子メールなど

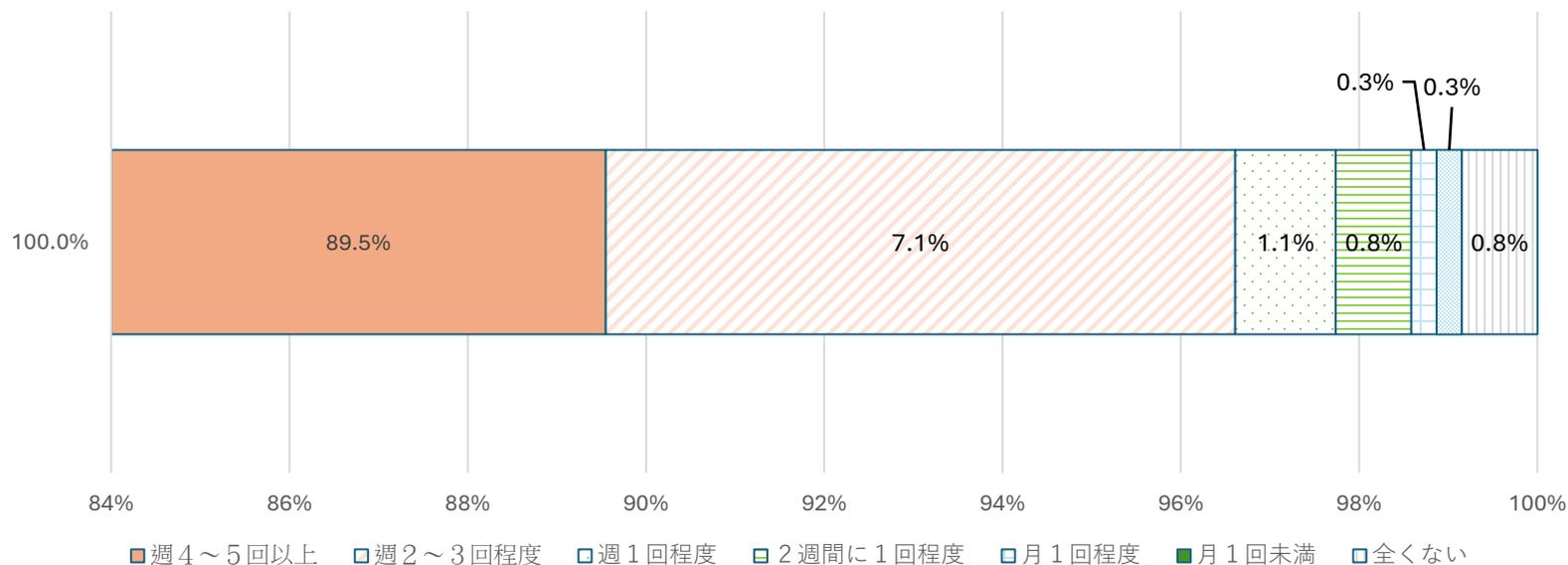


孤立の状況（同居している人たちとのコミュニケーション頻度（社会的交流））

■ 同居している人たちと、直接会って話すことが「全くない」と答えた人の割合は0.8%（R6国調査0.7%）

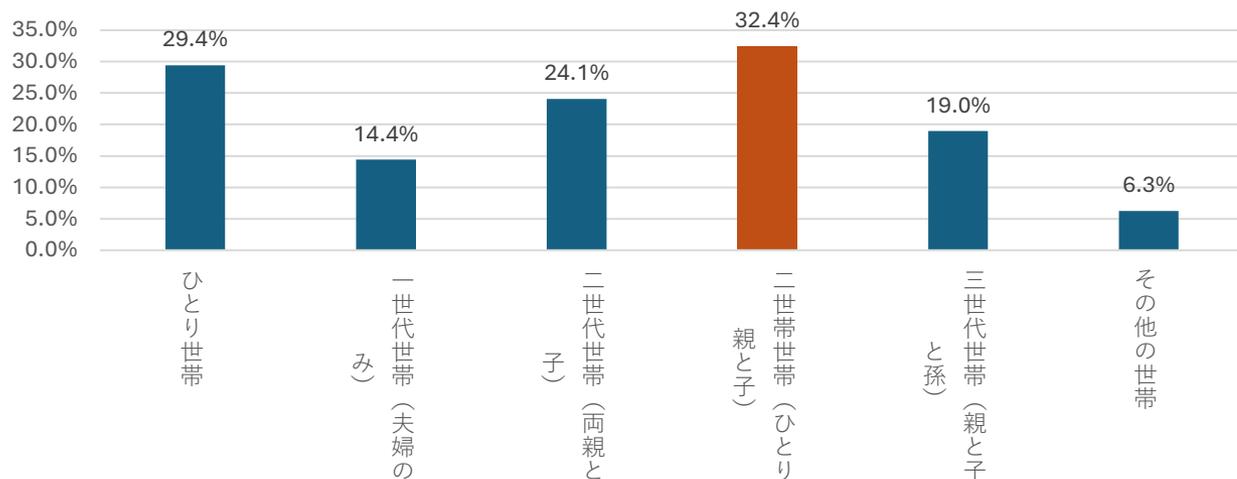
○問7：あなたと同居している人たちとのコミュニケーションについて、直接会って話す頻度をお答えください。
（同居している人がいる場合に回答）

同居している人たちと直接会って話す頻度



孤独感（直接質問：問13）が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答した人の割合に関する主な属性別結果①

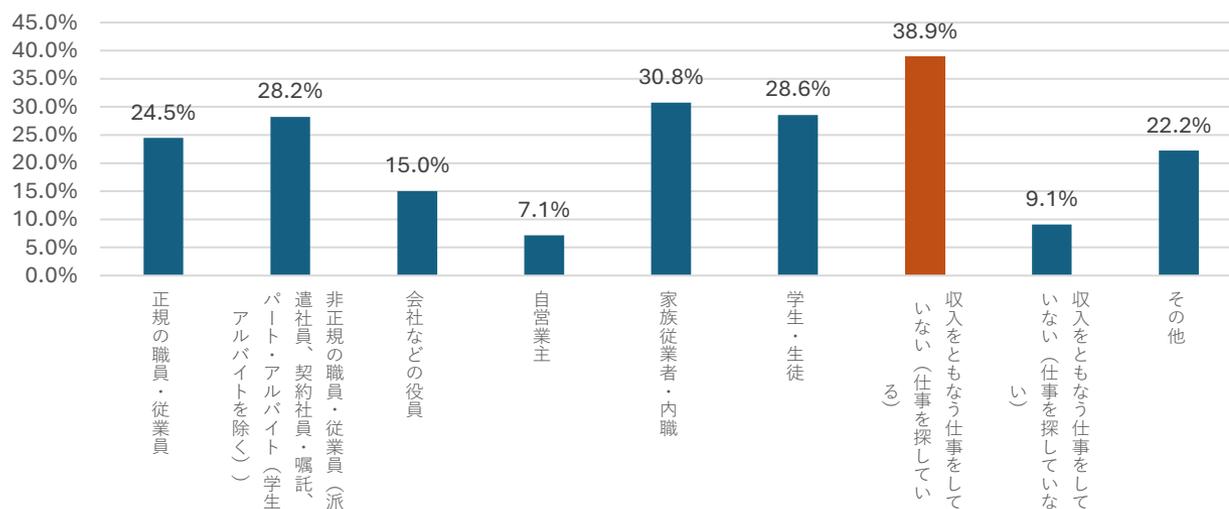
世帯構成別



■ 最も割合が高いのが、「二世帯世帯（ひとり親と子）」の32.4%で、次いで「ひとり世帯」の29.4%が、孤独感が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答

（R6国調査：「ひとり世帯」31.4%、「二世帯世帯（ひとり親と子）」21.7%）

仕事の状況別

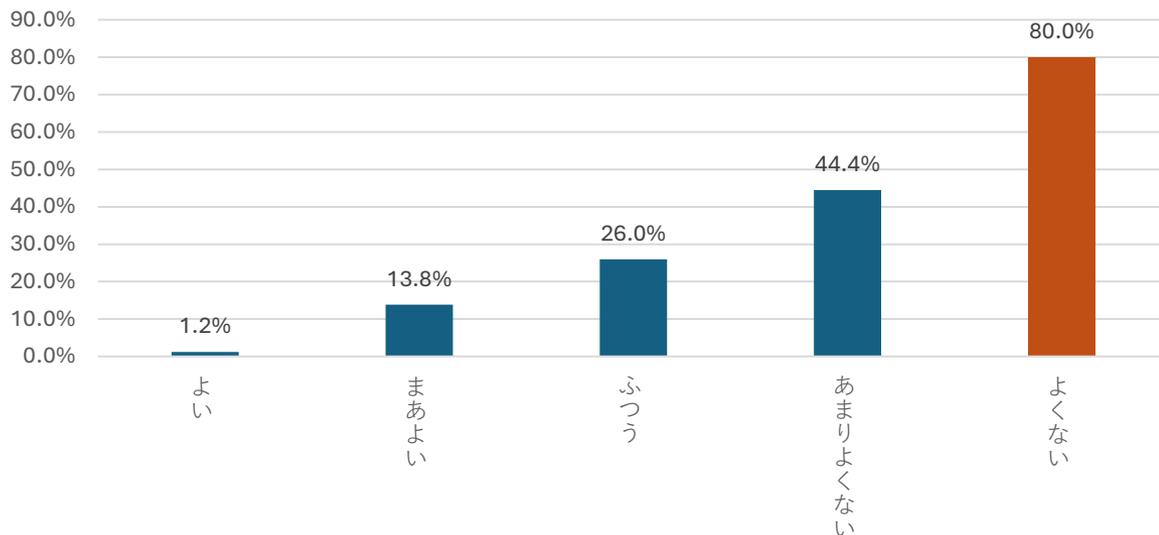


■ 最も割合が高いのが、「収入をともなう仕事をしていない（仕事を探している）」の38.9%で、次いで「家族従業者・内職」の30.8%が、孤独感が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答

（R6国調査：「収入をともなう仕事をしていない（仕事を探している）」33.1%、「その他」23.4%）

孤独感（直接質問：問13）が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答した人の割合に関する主な属性別結果②

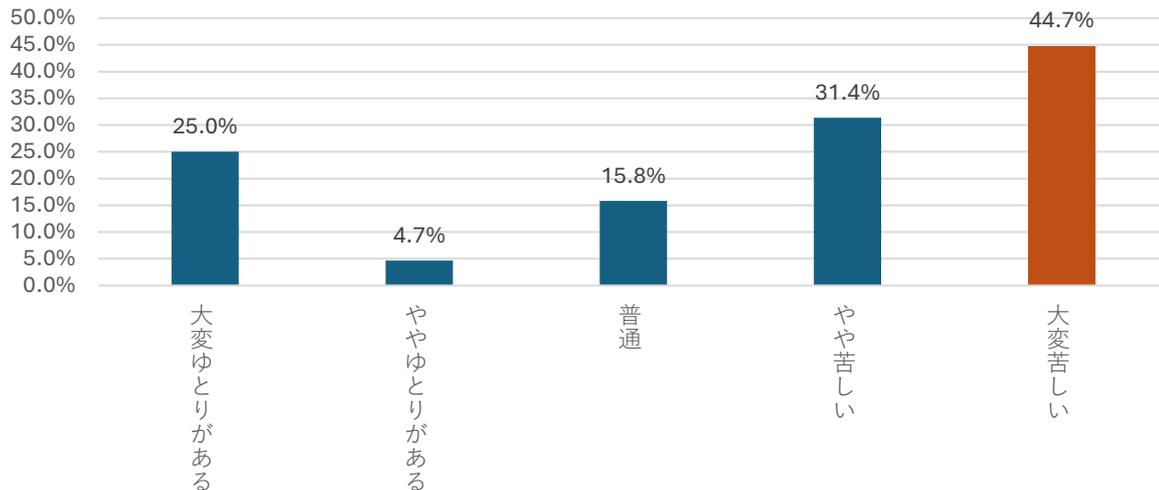
心身の健康状態別



■ 最も割合が高いのが、「よくない」の80.0%で、次いで「あまりよくない」の44.4%が、孤独感が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答

(R6国調査：「よくない」48.5%、
「あまりよくない」39.8%)

経済的な暮らしむき別

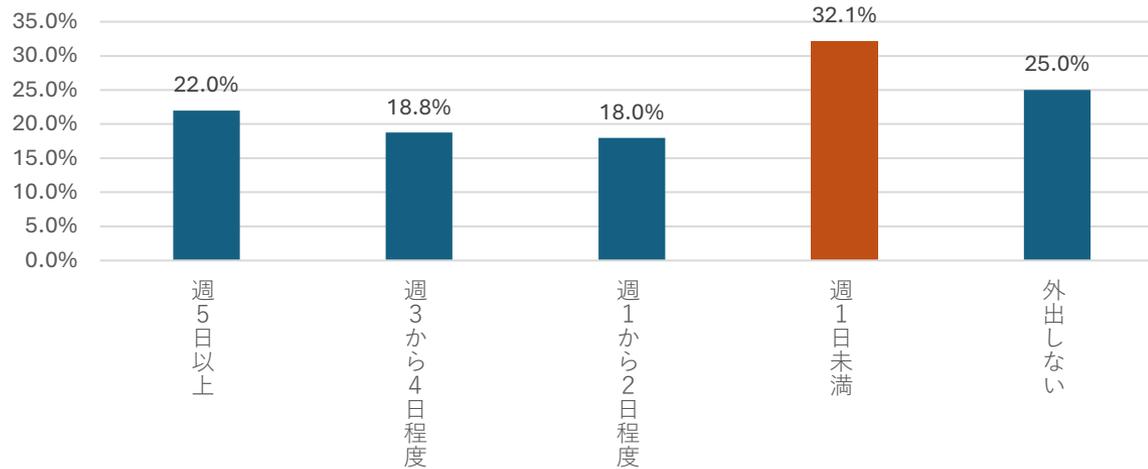


■ 最も割合が高いのが、「大変苦しい」の44.7%で、次いで「やや苦しい」の31.4%が、孤独感が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答

(R6国調査：「大変苦しい」35.3%、
「やや苦しい」24.4%)

孤独感（直接質問：問13）が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答した人の割合に関する主な属性別結果③

外出の程度別



■ 最も割合が高いのが、「週1日未満」の32.1%で、次いで「外出しない」の25.0%が、孤独感が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答

（R6国調査：「外出しない」35.4%、「週1日未満」28.4%）

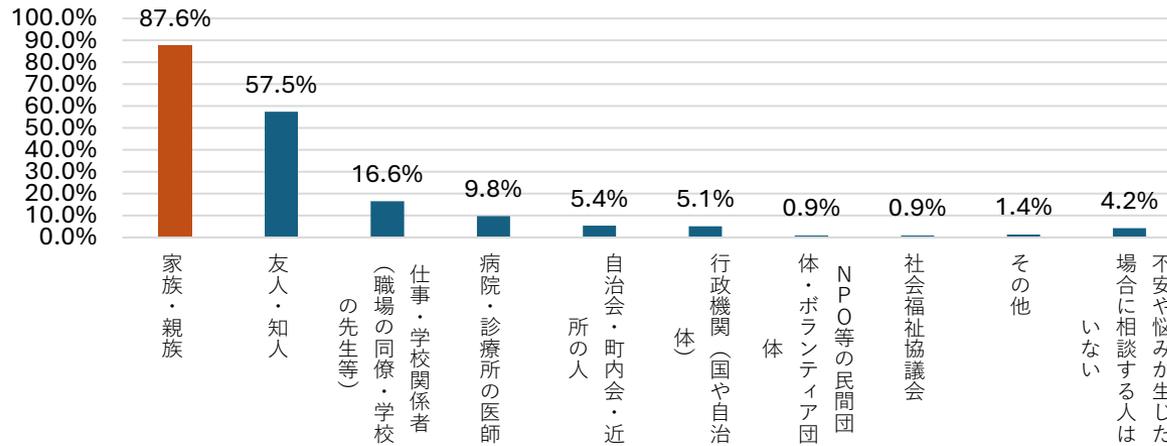
不安や悩みが生じた場合に相談する人及び困った時に頼る人

■ 相談する人及び頼る人ともに、最も割合が高いのが「家族・親族」の約9割で、次いで「友人・知人」が約5割（R6国調査：「家族・親族」約9割、「友人・知人」約5割）

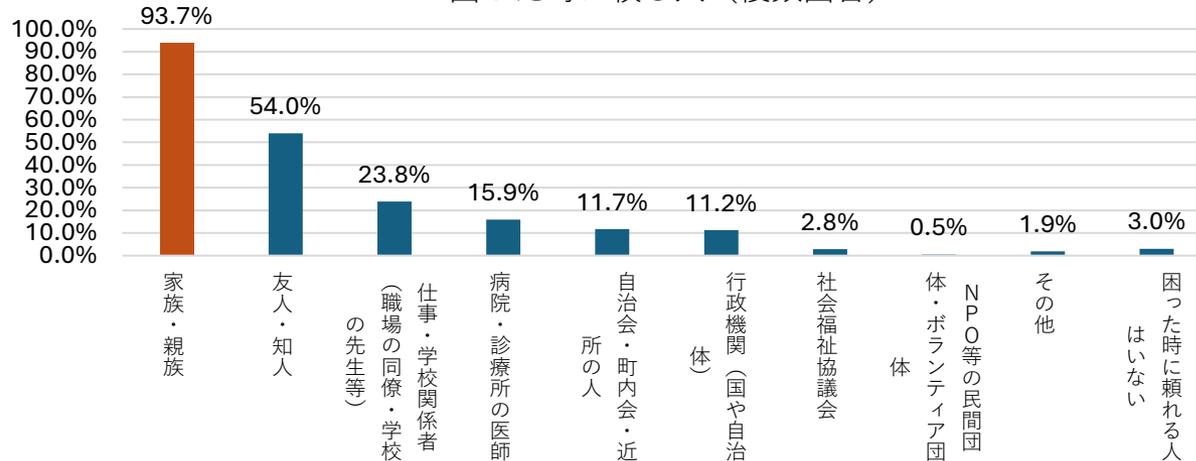
○問8：あなたは、困った時に誰を頼りますか。

○問9：あなたに不安や悩みが生じた場合、誰に相談しますか。

不安や悩みが生じた場合、相談する人（複数回答）

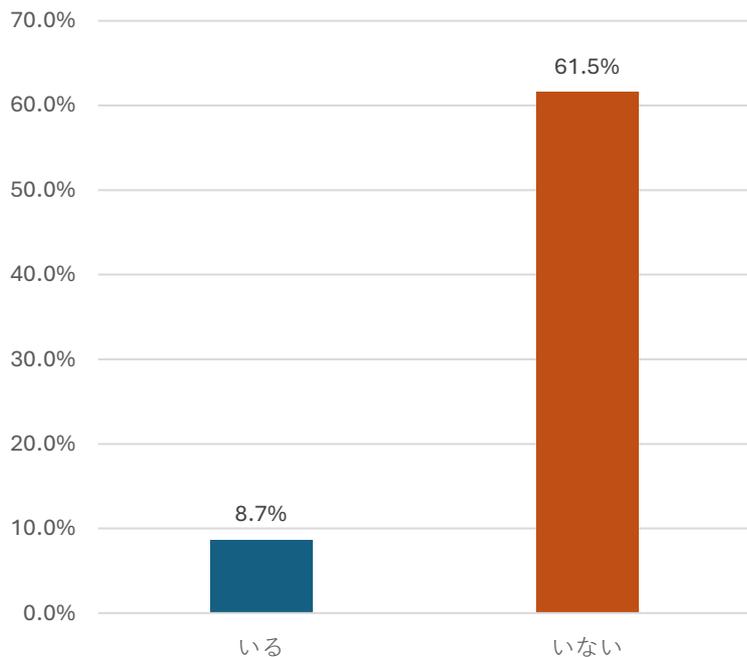


困った時に頼る人（複数回答）



孤独感（直接質問：問13）が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答した人の割合に関する主な属性別結果④

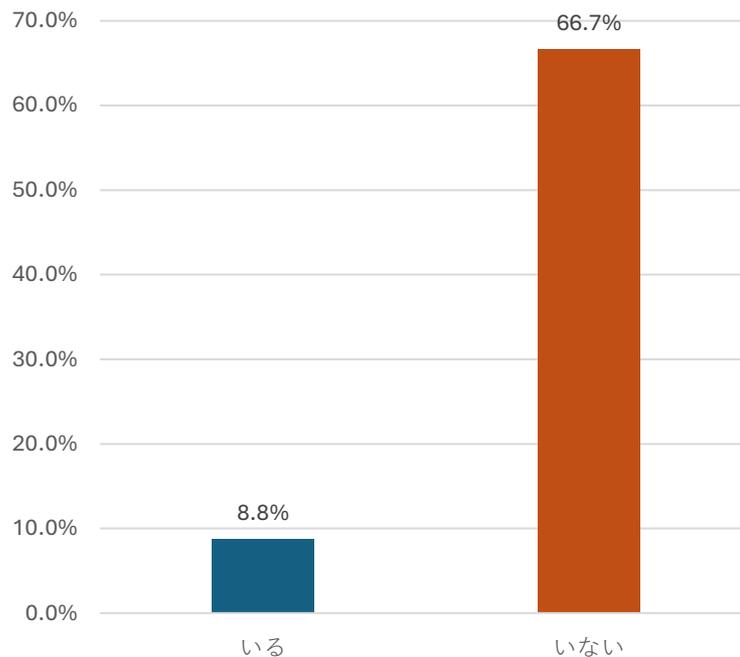
頼る人の有無別



■ 頼る人が「いない」と回答した人のうち61.5%、「いる」と回答した人のうち8.7%が、孤独感が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答

(R6国調査：「いない」51.7%、「いる」17.2%)

相談相手の有無別



■ 相談相手が「いない」と回答した人のうち66.7%、「いる」と回答した人のうち8.8%が、孤独感が「しばしばある・常にある、時々ある」と回答

(R6国調査：「いない」51.5%、「いる」16.7%)

孤独の状況（現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事）

■ 「特に影響を与えたと思う出来事はない」を除くと、「家族との死別」が11.7%と最も高く、次いで「家族の病気・障害」が11.2%、「一人暮らし」が10.3%、「子どもの独り立ち」が8.8%となっている。

（R6国調査：孤独感が「しばしばある・常にある」「時々ある」「たまにある」と回答した人のうち、「家族との死別」が24.6%と最も高く、次いで「一人暮らし」が18.8%、「転校・転職・離職・退職（失業を除く）」が14.7%、「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」が14.3%

○問14：現在の孤独感に強く影響を与えたと思われる出来事はどれですか。

現在の孤独感に影響を与えたと思う出来事（複数回答）

