

愛媛県孤独・孤立の実態把握に関する調査

調査報告書 [概要版]

令和7年3月
愛 媛 県

1. 調査の概要

1 調査目的

愛媛県における孤独・孤立の実態を把握し、関連行政諸施策の基礎資料を得ることを目的として実施しました。

2 調査の実施概要

(1)調査の名称

愛媛県人々のつながりに関する基礎調査

(2)調査の対象

愛媛県に居住する16歳以上の個人 2,074人

(3)調査の方法

Webモニター調査

(4)調査期間

令和7年3月1日（土）～令和7年3月21日（金）

3 調査事項

(1)孤独に関する事項

孤独感（UCLA孤独感尺度・直接質問）、継続期間、これまでに経験したライフイベント（家族との離別・死別、人間関係の重大なトラブル等）、孤独感に影響を与えたと思われるライフイベント、社会や他人とのかかわり方の満足度

(2)孤立に関する事項

外出頻度、外出目的、社会的交流（家族・友人とのコミュニケーション手段や頻度）、社会参加（活動への参加状況）、各種支援の状況

(3)その他関連事項

コミュニケーションツールの利用状況、困ったときに頼れる人の有無、不安や悩みの相談相手の有無、不安や悩みを相談する際の感情、日常生活における不安や悩みの有無と内容、手助けの有無、心身の健康状態、コロナ禍におけるコミュニケーションの変化・生活の変化、孤独・孤立解消のきっかけ

(4)属性事項

年齢、性別、同居人の有無・数、就業状態、世帯の年間収入、経済的な暮らし向き

1. 調査の概要

4 調査結果を見る上での注意事項

- ①本文、表、グラフなどに使われる「n」は、各設問に対する回答者数です。
- ②百分率（%）の計算は、小数第2位を四捨五入し、小数第1位まで表示しました。
したがって、単数回答（1つだけ選ぶ問）においても、四捨五入の影響で%を足し合わせて100%にならない場合があります。
- ③複数回答（2つ以上選んでよい問）においては、%の合計が100%を超える場合があります。
- ④本文、グラフは、表示の都合上、調査票の選択肢等の文言を一部簡略化している場合があります。
- ⑤回答者数が30未満の場合、比率が上下しやすいため、傾向を見るに留め、本文中では触れていない場合があります。
- ⑥本文中では、調査結果の数値は「%」、比較によるパーセントの差は「ポイント」という単位で表記をしています。
- ⑦本書では、「令和5年人々のつながりに関する基礎調査結果」（内閣官房）を一部引用しています。

5 孤独の把握方法・状況

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2種類の設問を採用。

①直接質問

直接的に孤独感を質問。直接質問の結果、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は8.3%、「時々ある」が15.8%、「たまにある」が23.7%であった。一方で孤独感が「ほとんどない」と回答した人は39.0%、「決してない」が13.3%であった。

②間接質問

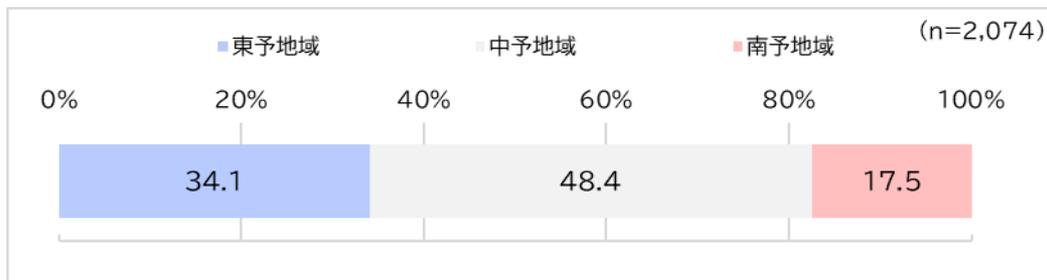
孤独という主観的な感情を間接的な質問により数値的に測定する「UCLA孤独感尺度」に基づく質問。3つの設問への回答を点数化し、その合計スコア（本調査では最低点3点～最高点12点）が高いほど孤独感が高いと評価。間接質問の結果、合計スコアが「10～12点」の人が12.9%、「7～9点」の人が43.1%であった。一方で「4～6点」の人が36.4%、「3点」の人が7.7%であった。

（参考）UCLA孤独感尺度

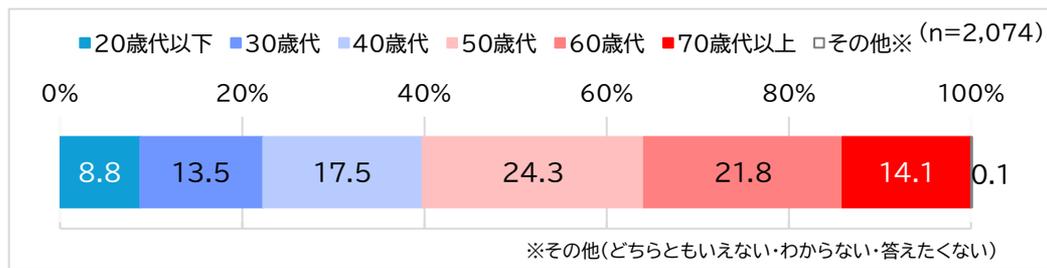
カリフォルニア大学ロサンゼルス校（UCLA）の研究者が孤独という主観的な感情を間接的な質問により数値的に測定しようと考案したもの。本調査では上記の3項目の設問について、それぞれ**4つの回答選択肢（4件法）を設定**。「決してない」を1点、「ほとんどない」を2点、「時々ある」を3点、「常にある」を4点とし、その合計スコアにより孤独感の高さを測定。なお、調査によって尺度がアレンジされることがあり、英国では「しばしばある」（3点）、「時々ある」（2点）、「ほとんど・決してない」（1点）の3つの回答選択肢（3件法）を設定。

2. 集計対象者

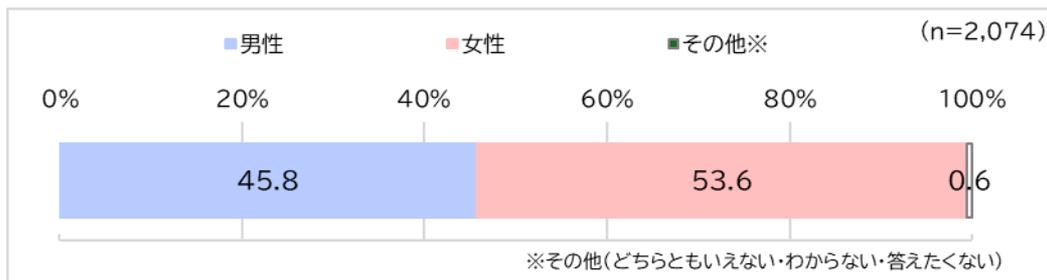
地域



年代

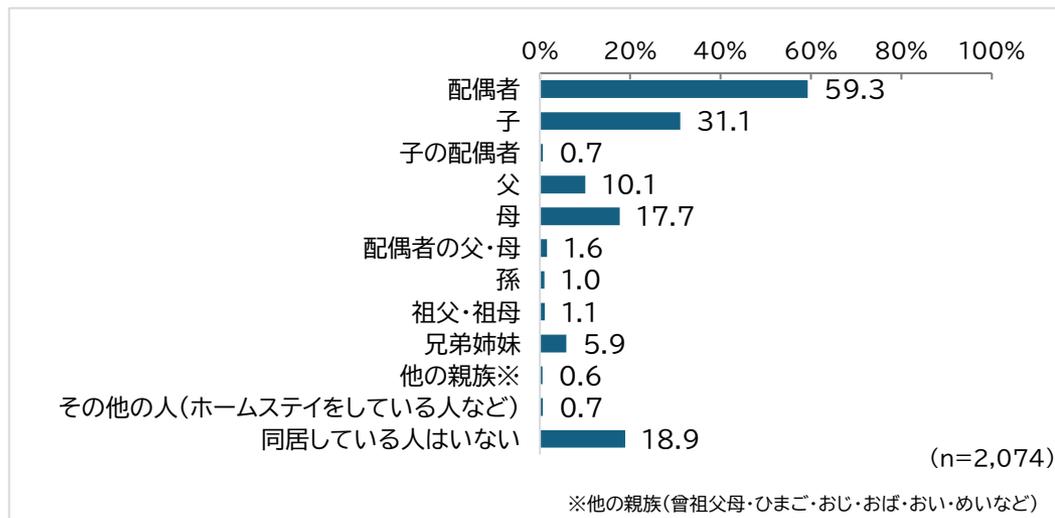


性別

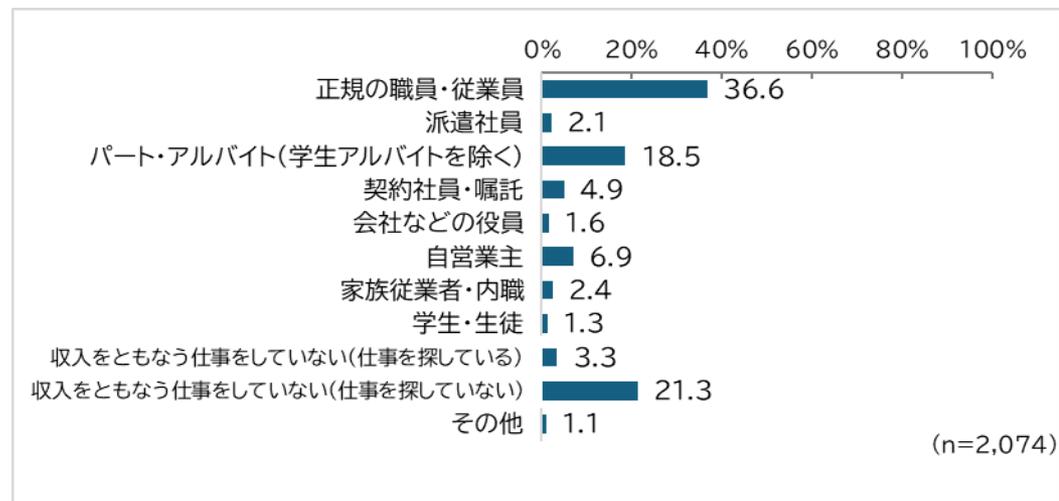


2. 集計対象者

同居人



職業



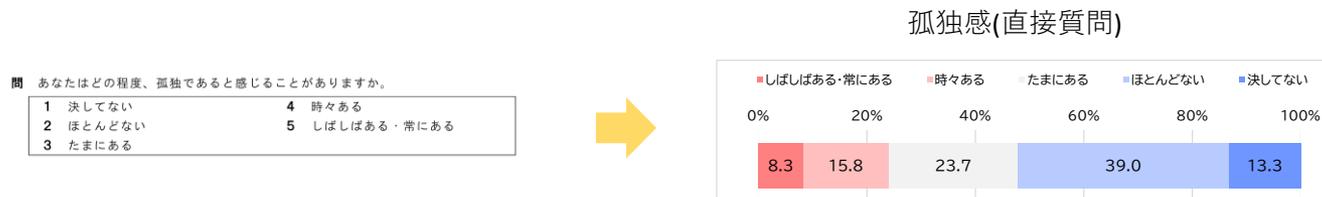
3. 結果の概要

■ 孤独の把握方法・状況

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2種類の設問を採用。

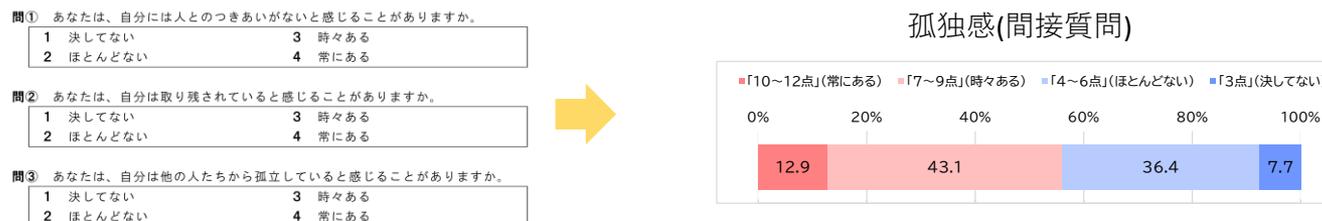
① 直接質問

直接的に孤独感を質問。直接質問の結果、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は8.3%、「時々ある」が15.8%、「たまにある」が23.7%であった。一方で孤独感が「ほとんどない」と回答した人は39.0%、「決してない」が13.3%であった。



② 間接質問

孤独という主観的な感情を間接的な質問により数値的に測定する「UCLA孤独感尺度」に基づく質問。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。間接質問の結果、合計スコアが「10～12点」の人が12.9%、「7～9点」の人が43.1%であった。一方で「4～6点」の人が36.4%、「3点」の人が7.7%であった。



(参考) UCLA孤独感尺度

カリフォルニア大学ロサンゼルス校 (UCLA) の研究者が孤独という主観的な感情を間接的な質問により数値的に測定しようと考えたもの。本調査では上記の3項目の設問について、それぞれ4つの回答選択肢 (4件法) を設定。「決してない」を1点、「ほとんどない」を2点、「時々ある」を3点、「常にある」を4点とし、その合計スコアにより孤独感の高さを測定。なお、調査によって尺度がアレンジされることがあり、英国では「しばしばある」(3点)、「時々ある」(2点)、「ほとんど・決してない」(1点)の3つの回答選択肢 (3件法) を設定。

3. 結果の概要

■孤独の状況（全国調査との比較）

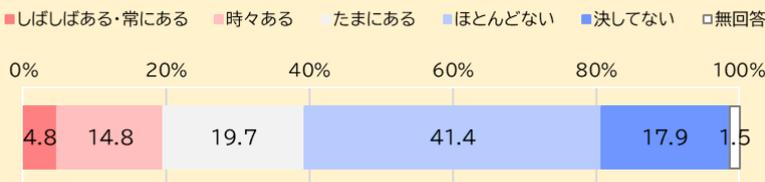
①直接質問

直接質問を全国調査（令和5年実施）と比較した結果、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、県の方がやや上回る。（県調査8.3%、全国調査4.8%）また、「決してない」と回答した人の割合は、県の方が4.6ポイント低くなっている。（県調査13.3%、全国調査17.9%）

【愛媛県】



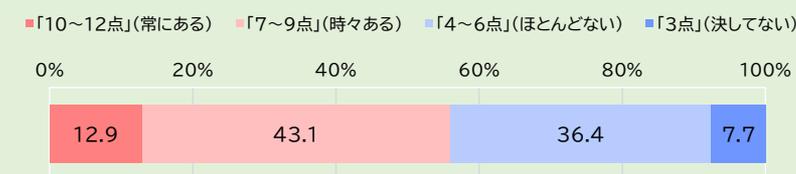
【R5全国調査】



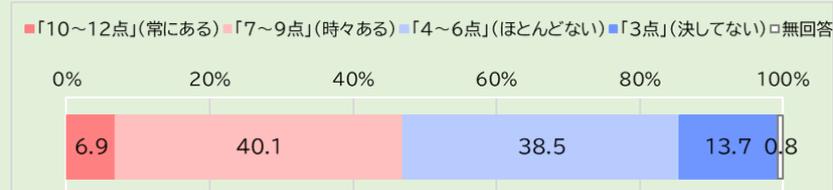
②間接質問

間接質問を全国調査（令和5年実施）と比較した結果、合計スコアが「10～12点」の人は、県の方が上回る。（県調査12.9%、全国調査6.9%）また、「3点」の人は、県の方が6.0ポイント低くなっている。（県調査7.7%、全国調査13.7%）

【愛媛県】



【R5全国調査】



3. 結果の概要

■ 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）

①直接質問

- 直接質問を性年代別の割合で見ると、男性50代が高い。
一方、最も低いのは、男女共に70代以上であった。
- 「しばしばある・常にある」と「時々ある」と回答した人の合計は、女性では年齢が下がるにつれて高い傾向にある。

孤独感（直接質問）【性年代別】

		(n)	しばしばある・常にある		時々ある	たまにある	ほとんどない	決してない	(%)
全体		(2,074)	8.3	15.8	23.7		39.0	13.3	
性年代	男性20代以下	(55)	9.1	18.2	30.9		27.3	14.5	
	男性30代	(151)	9.9	20.5	25.2		31.1	13.2	
	男性40代	(167)	10.2	18.6	24.0		35.3	12.0	
	男性50代	(198)	12.1	13.6	25.8		34.8	13.6	
	男性60代	(170)	5.9	11.2	22.4		48.8	11.8	
	男性70代以上	(209)	9.1	26.3		48.8	14.8		
	女性20代以下	(126)	11.1	23.0	21.4		34.9	9.5	
	女性30代	(121)	10.7	22.3	22.3		29.8	14.9	
	女性40代	(193)	7.8	21.8	23.3		31.1	16.1	
	女性50代	(305)	10.8	15.4	26.6		37.4	9.8	
女性60代	(282)	7.1	11.0	17.7		49.3	14.9		
女性70代以上	(84)	10.7	23.8		47.6	16.7			
その他	(13)		23.1	38.5	15.4	23.1			

(参考) 【R5全国調査】

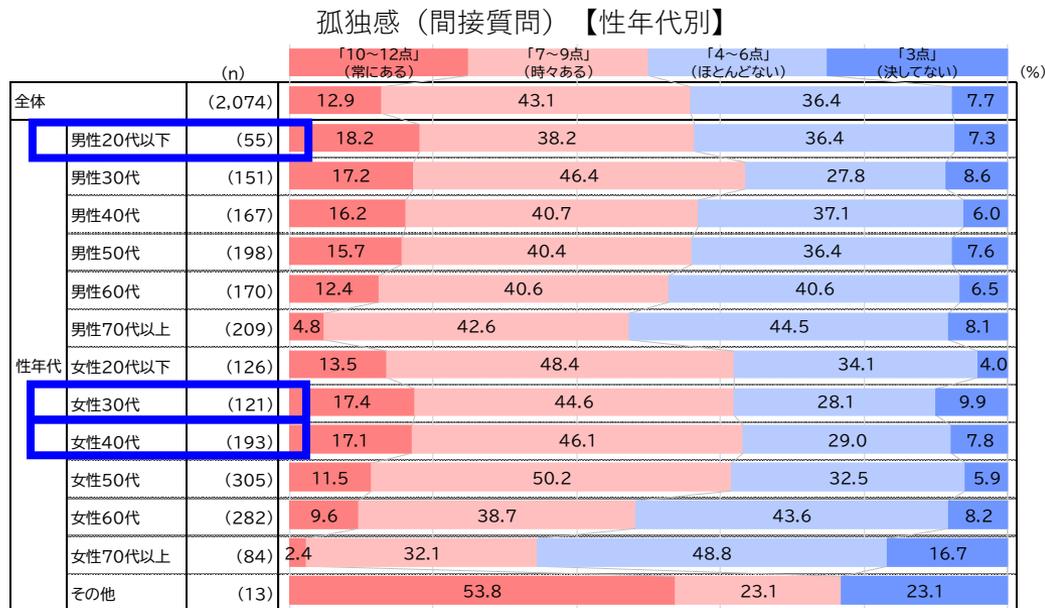
		(n)	しばしばある・常にある		時々ある	たまにある	ほとんどない	決してない	無回答	(%)
全体		(11,141)	4.8	14.8	19.7		41.4	17.9	1.5	

3. 結果の概要

■ 孤独の状況（合計スコアが「10～12点」の人の割合）

① 間接質問

- 間接質問を性年代別の割合で見ると、男性の20代が最も高い。男性は年齢が下がるにつれて高く、女性は30代と40代で孤独感が高い傾向。
- 一方、男女共に70代以上は「10～12点」の割合が5%を下回る。



参考) 【R5全国調査】

		(n)	「10～12点」 (常にある)	「7～9点」 (時々ある)	「4～6点」 (ほとんどない)	「3点」 (決してない)	無回答	(%)
全体		(11,141)	6.9	40.1	38.5	13.7	0.8	

3. 結果の概要

■ 孤独の状況

① 直接質問

直接質問の「しばしばある・常にある」、「時々ある」、「たまにある」と回答した人の合計を地域別でみると、3地域で4割台と同様の傾向がうかがえる。

【愛媛県】

		(n)	しばしばある・常にある	時々ある	たまにある	ほとんどない	決していない	(%)
全体		(2,074)	8.3	15.8	23.7	39.0	13.3	
地域	東予地域	(707)	8.2	18.1	22.5	37.3	13.9	
	中予地域	(1,004)	7.7	14.2	24.9	39.4	13.7	
	南予地域	(363)	10.2	15.4	22.6	40.8	11.0	

【R5全国調査】

		(n)	しばしばある・常にある	時々ある	たまにある	ほとんどない	決していない	無回答	(%)
全体		(11,141)	4.8	14.8	19.7	41.4	17.9	1.5	

② 間接質問

間接質問の合計スコアが「10～12点」の人は3地域で1割台と同様の傾向がうかがえる。

【愛媛県】

		(n)	「10～12点」 (常にある)	「7～9点」 (時々ある)	「4～6点」 (ほとんどない)	「3点」 (決していない)	(%)
全体		(2,074)	12.9	43.1	36.4	7.7	
地域	東予地域	(707)	14.3	43.7	36.2	5.8	
	中予地域	(1,004)	11.5	43.1	36.1	9.4	
	南予地域	(363)	14.0	41.6	37.5	6.9	

【R5全国調査】

		(n)	「10～12点」 (常にある)	「7～9点」 (時々ある)	「4～6点」 (ほとんどない)	「3点」 (決していない)	無回答	(%)
全体		(11,141)	6.9	40.1	38.5	13.7	0.8	

3. 結果の概要

■ 孤立の把握方法・状況

- 孤立については、国内の先行研究などを参考に①社会的交流（家族・友人等との交流）、②社会参加（PTA活動、ボランティア活動、スポーツ・趣味等の人と交流する活動への参加）、③社会的サポート（他者からの支援）の状況から社会的孤立の状態を把握。

①社会的交流（家族・友人等との交流）

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人の割合が11.7%であった。

②社会参加（PTA活動、ボランティア活動、スポーツ・趣味等の人と交流する活動への参加）

特に参加していない人の割合が60.8%となっている。なお、参加している人については「スポーツ・趣味・娯楽・教養・自己啓発などの活動（部活動等を含む）」への参加を選択する割合が最も高く、23.1%であった。

③社会的サポート（他者からの支援）

支援を受けていない人の割合が87.3%であった。なお、全体では、支援を受けている人の割合が5.8%であるが、男性20代以下では17.6%とその割合が高くなっている。

■ 外出頻度

- 週5日以上外出する人の割合は56.7%。一方、外出頻度が週1日未満の人は6.5%、外出しない人は2.5%であった。
- 地域別でみると、南予地域では外出頻度が週1日未満（外出しないを含む）の人の割合が1割を超えている。

外出頻度【地域別】

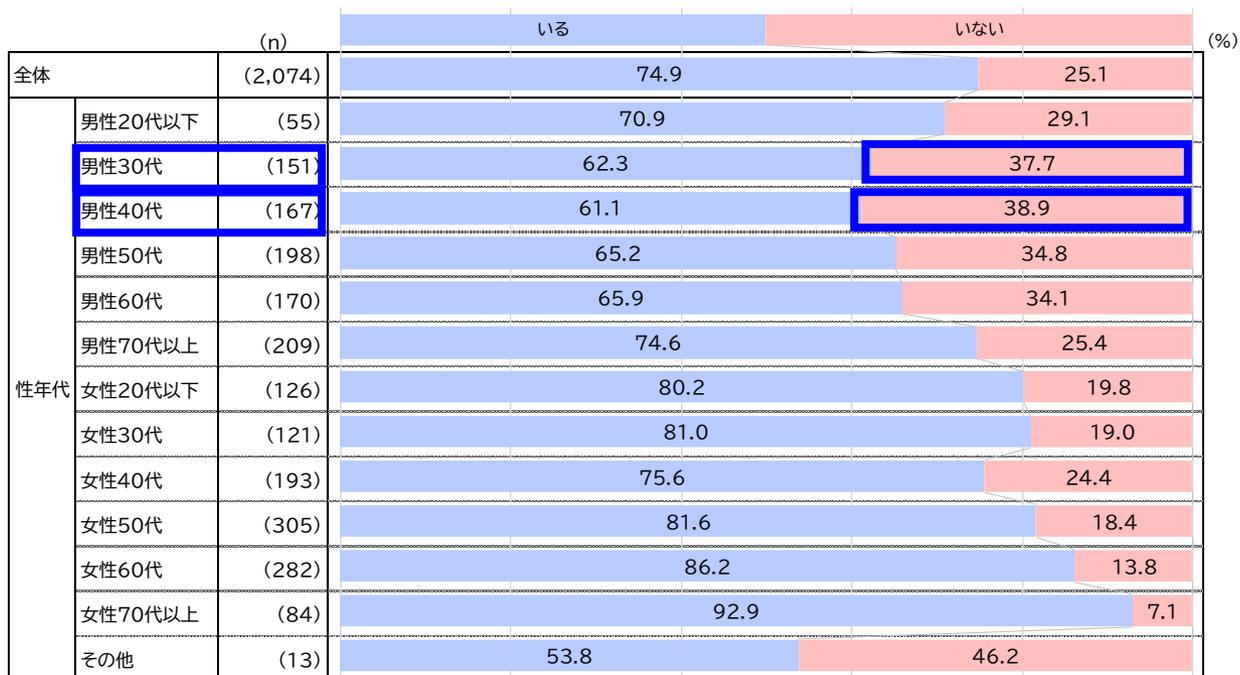
		(n)	週5日以上	週3~4日程度	週1~2日程度	週1日未満	外出しない	(%)
全体		(2,074)	56.7		18.1	16.2	6.5 2.5	
地域	東予地域	(707)	56.9		19.1	15.8	5.9 2.3	
	中予地域	(1,004)	58.2		18.0	15.6	5.9 2.3	
	南予地域	(363)	52.3		16.5	18.5	9.4 3.3	← 12.7%

3. 結果の概要

■不安や悩みについて（1）相談相手の有無

- 不安や悩みの相談相手が「いる」と回答した人は74.9%、「いない」と回答した人は25.1%。
- 「いない」と回答した人を性年代別で見ると、男性の30～40代が特に高い。また、「いない」人の割合はすべての年代で男性が女性を上回る。特に女性の70代以上では1割未満と低くなっている。

不安や悩みの相談相手の有無【性年代別】



3. 結果の概要

■不安や悩みについて（2）不安や悩みの相談相手の有無別孤独感

①直接質問

直接質問を、不安や悩みの相談相手の有無別にみると、孤独感が「しばしばある・常にある」と回答した人の割合は、**相談相手がいる人が3.8%、相談相手がいない人が21.7%**となっている。

【愛媛県】

		(n)	しばしばある・常にある	時々ある	たまにある	ほとんどない	決していない	(%)
全体		(2,074)	8.3	15.8	23.7	39.0	13.3	
不安や悩みの相談相手	いる	(1,554)	3.8	12.5	24.1	44.3	15.2	
	いない	(520)	21.7	25.4	22.3	22.9	7.7	

【R5全国調査】

		(n)	しばしばある・常にある	時々ある	たまにある	ほとんどない	決していない	無回答	(%)
全体		(11,141)	4.8	14.8	19.7	41.4	17.9	1.5	

②間接質問

間接質問を、不安や悩みの相談相手の有無別にみると、孤独感スコアの合計が「10～12点」の人の割合は、**相談相手がいる人が6.4%、相談相手がいない人が32.3%**となっている。

【愛媛県】

		(n)	「10～12点」 (常にある)	「7～9点」 (時々ある)	「4～6点」 (ほとんどない)	「3点」 (決していない)	(%)
全体		(2,074)	12.9	43.1	36.4	7.7	
不安や悩みの相談相手	いる	(1,554)	6.4	42.1	42.3	9.3	
	いない	(520)	32.3	46.0	18.7	3.1	

【R5全国調査】

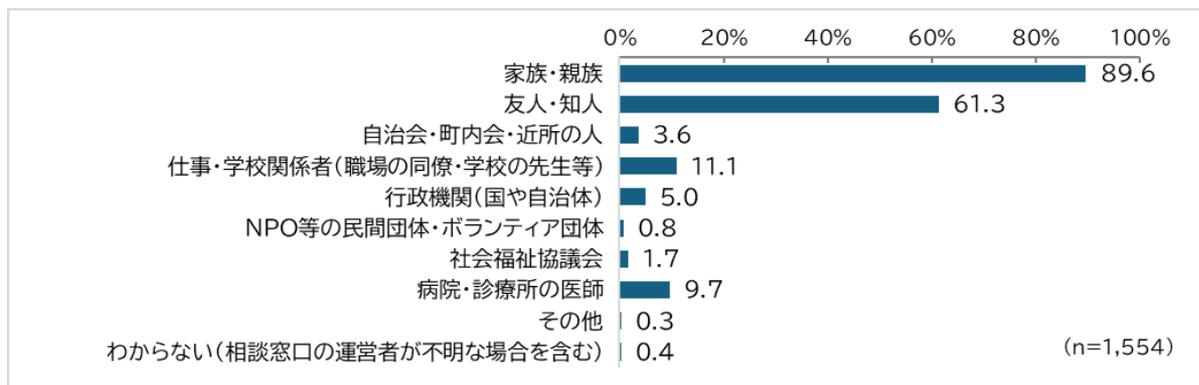
		(n)	「10～12点」 (常にある)	「7～9点」 (時々ある)	「4～6点」 (ほとんどない)	「3点」 (決していない)	無回答	(%)
全体		(11,141)	6.9	40.1	38.5	13.7	0.8	

3. 結果の概要

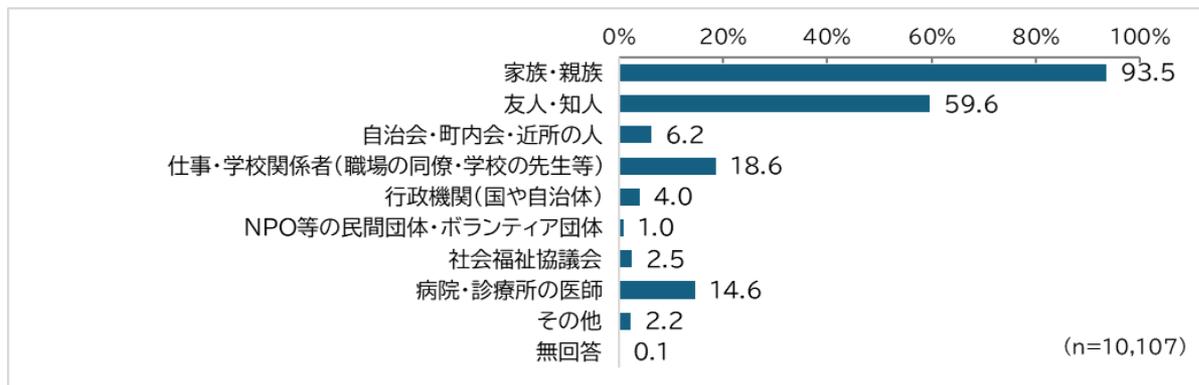
■不安や悩みについて（3）相談をする相手

- 不安や悩みの相談相手は**家族・親族（89.6%）**、**友人・知人（61.3%）**、**仕事・学校関係者（11.1%）**が多い。
- 全国調査（令和5年実施）と上位の選択肢の順は同様の傾向であるが、仕事・学校関係者（7.5ポイント差）では全国よりやや低くなっている。

【愛媛県】不安や悩みを相談する相手



【R5全国調査】不安や悩みを相談する相手

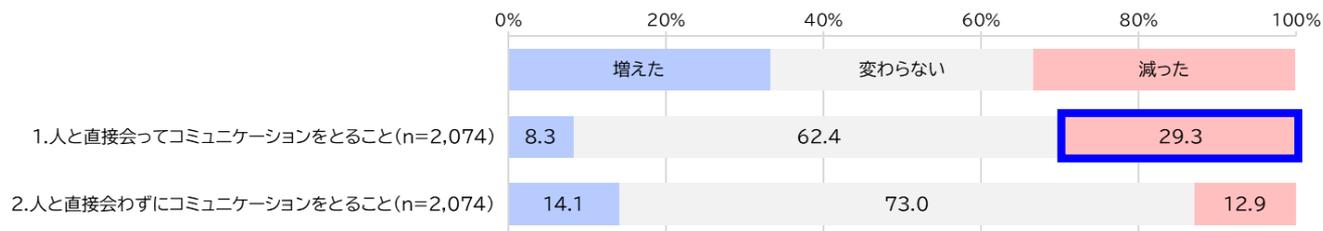


3. 結果の概要

■新型コロナウイルス感染拡大の影響

- 約3割が人と直接会ってコミュニケーションをとることが減ったと回答。
- 「心身の健康状態」が悪化した※と回答した人は19.7%、「地域・社会とのつながり」が悪化した※と回答した人は18.5%。
※「悪くなった」と「やや悪くなった」の合計

コロナ禍におけるコミュニケーションの変化



コロナ禍における日常生活の変化

