
飯山市 人々のつながりに関する
アンケート調査報告書

令和6年3月

目次

1 . 調査概要	1
(1) 調査の目的	1
(2) 調査の実施方法	1
(3) アンケート用紙回収結果	1
(4) その他	1
2 . 調査結果の詳細	2
(1) 回答者属性	2
(2) 外出の状況	7
(3) コミュニケーションや社会参加の状況	8
(4) 悩みや不安、相談の状況	9
3 . 孤独の状況	13
(1) 本調査における孤独感の把握方法	13
(2) 孤独を感じている割合とその状況	14
(3) 年代別孤独を感じている割合（直接質問）とその状況	18
(4) 孤独を感じている人（直接質問）の傾向	21
(5) 孤独を感じている人の専門相談機関の利用・認知状況	23
4 . 本市における孤独孤立の状況　まとめ	24
(1) 市全体結果	24
(2) 年代別の状況	24
(3) その他の傾向	24
(4) 専門相談機関の認知度	24

1. 調査概要

(1) 調査の目的

本調査は、本市における孤独・孤立の状況を把握し、福祉政策をはじめ、関連政策における孤独・孤立対策を推進するための貴重な資料を得ることを目的として実施する。

(2) 調査の実施方法

- ◆調査対象者：市内在住の18歳以上の1,500人
- ◆実施期間：2023年12月7日（木）～2023年12月29日（金）
- ◆調査方法：郵送による配布。回答の回収は郵送と Web アンケートの併用
- ◆調査項目：①属性
 - ② 外出状況
 - ③ コミュニケーションや社会参加の状況
 - ④ 悩みや不安、相談の状況
 - ⑤ 孤独の状況
 - ⑥ 飯山市の生活について

(3) 回収結果

- ◆回収数：643件（うち Web 回答 116件）、なお不達は7件
- ◆有効回収率：43.1%

(4) その他

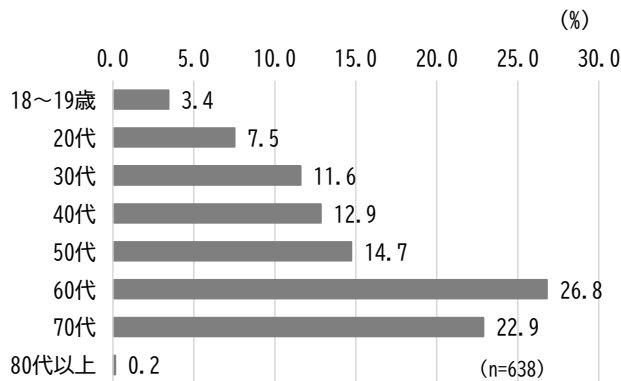
- ◆回答結果の割合「%」は有効回答数に対して、それぞれの回答数の割合を小数点以下第2位で四捨五入している。そのため、単数回答であっても合計が100.0%にならない場合がある。
- ◆グラフ中の「n」は Number of case の略で、「n=」は該当質問の有効回答数を表す。なお、無回答の処理によって、有効回答数が異なる場合がある。
- ◆図表のタイトルや選択肢は、簡略化している場合がある。

2. 調査結果の詳細

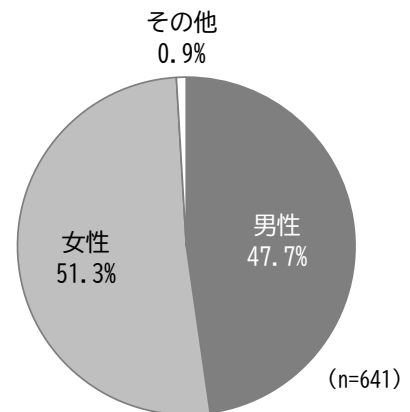
(1) 回答者属性

- 年代は「60代」が26.8%と最も高く、次いで「70代」が22.9%となっている。
- 性別は「男性」が47.7%、「女性」が51.3%、「その他」が0.9%となっている。
- 居住地区は「飯山」が34.9%と最も高い。
- 出身地は「飯山市」が70.4%で、29.6%は市外出身となっている。

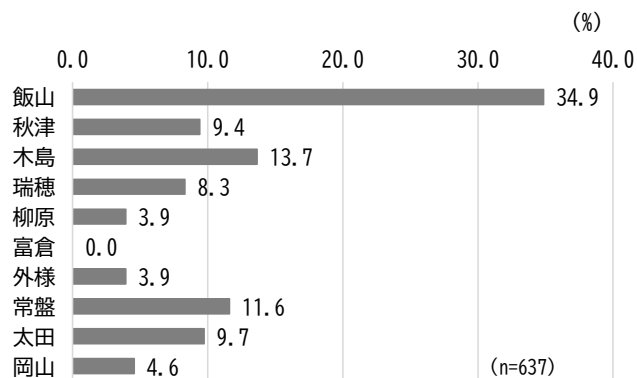
①年代分布



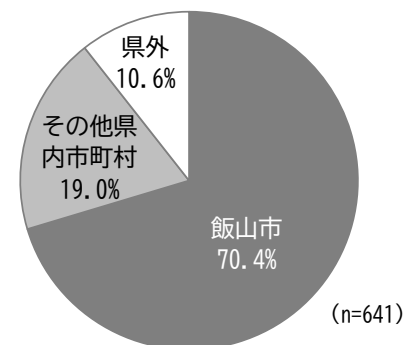
②性別



③居住地区

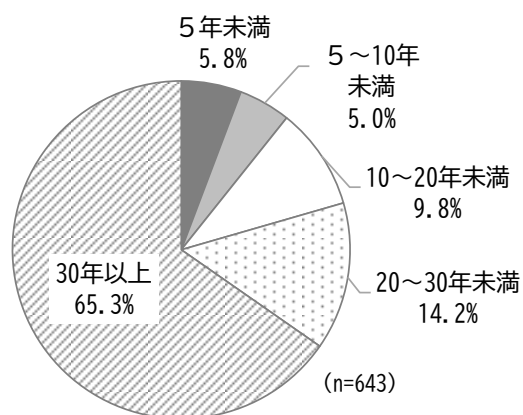


④性別

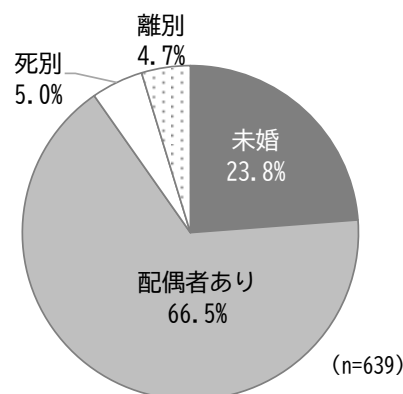


- 居住年数は「30年以上」が65.3%と最も高い。
- 婚姻状況は「配偶者あり」が66.5%で最も高く、次いで「未婚」が23.8%となっている。
- 世帯構成は、「二世世代世帯（両親と子）」が34.7%で最も高く、次いで「一世世代世帯（夫婦のみ）」が25.4%となっている。
- 同居人数は、2人以上が91.1%であり、1人の割合は8.9%となっている。
- 最終学歴は、「高校」が44.1%と最も高くなっている。

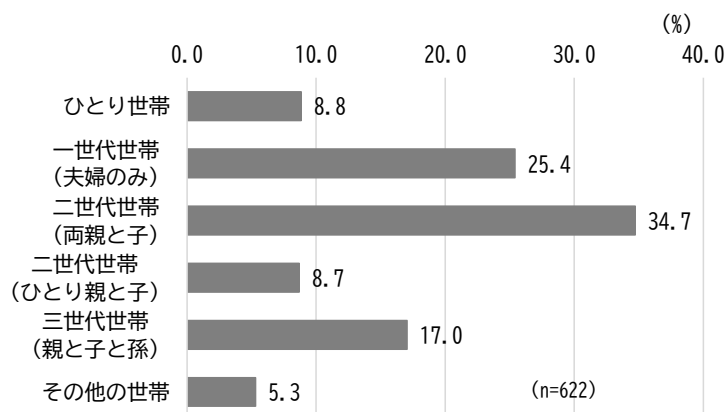
⑤居住年数



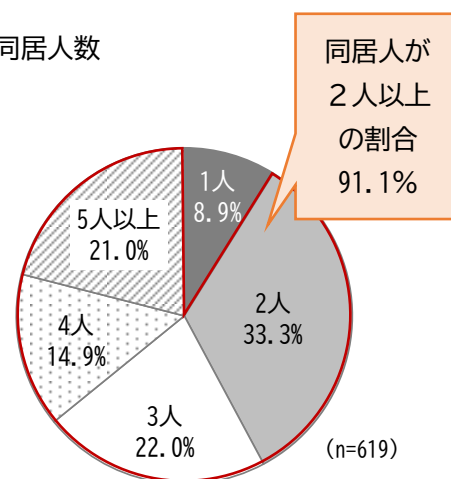
⑥婚姻の状況



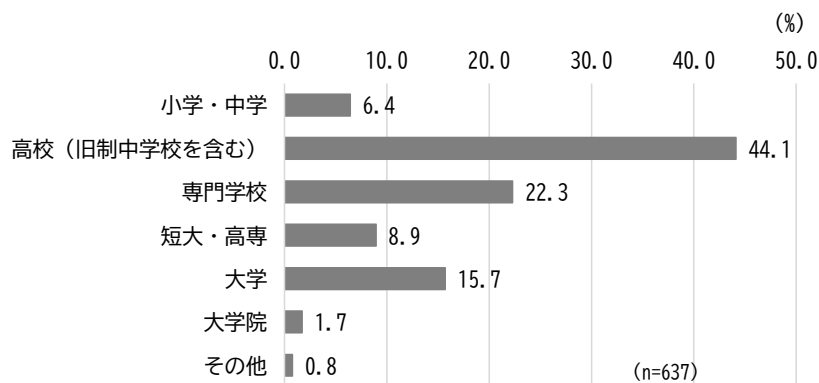
⑦世帯構成



⑧同居人数

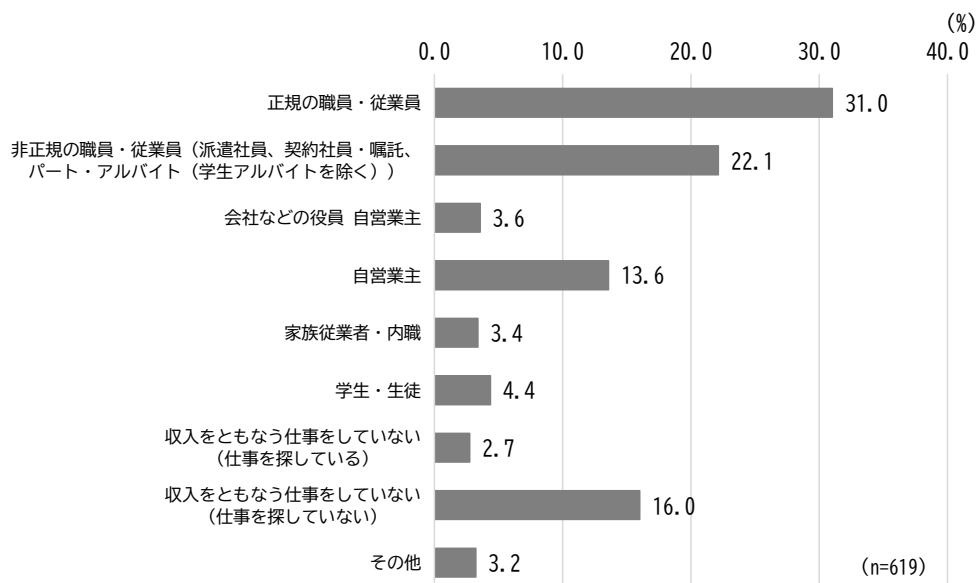


⑨最終学歴

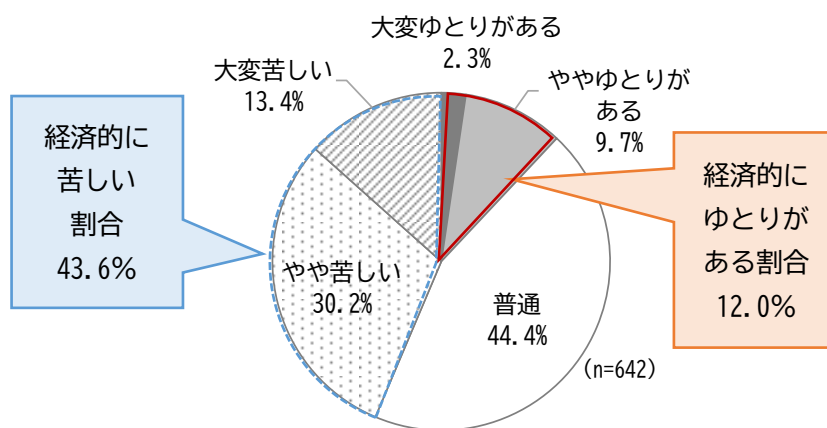
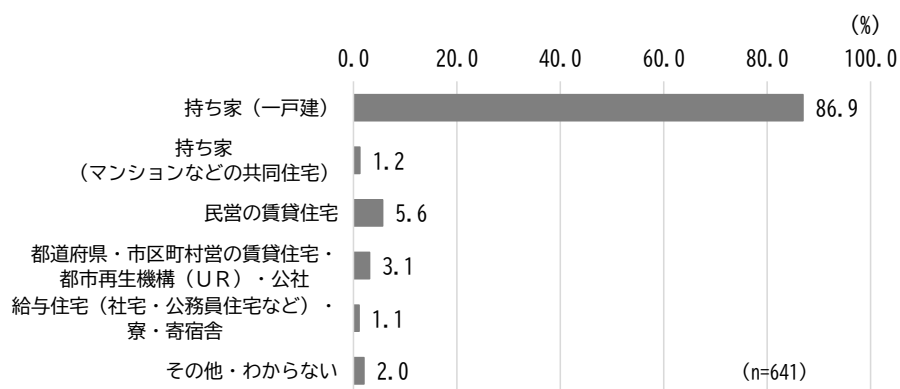


- 就業状況は「正規の社員・従業員」が31.0%と最も高い。
- 居住形態としては「持ち家」が86.9%と突出して高い。
- 経済的なゆとりは43.6%が苦しいと回答しており、ゆとりがある割合は12.0%である。

⑩就業状況

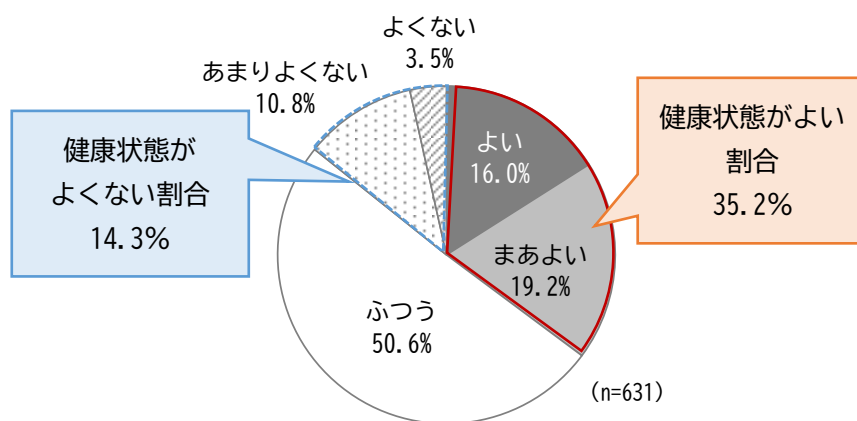


⑪居住形態

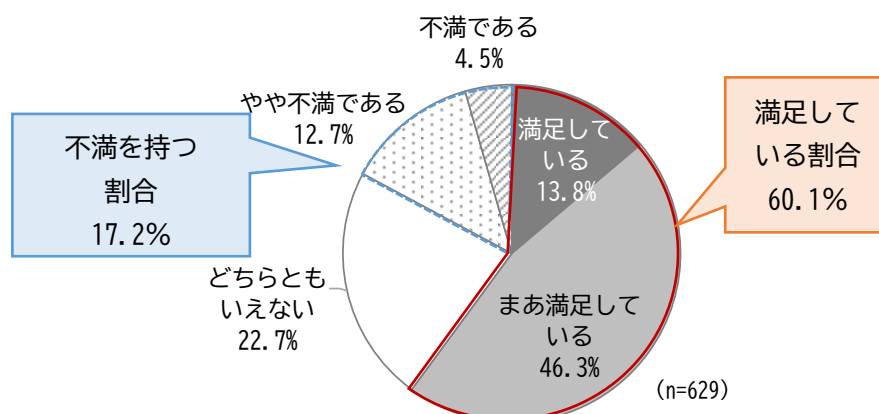


- 健康状態が良くないとする割合は 14.3%で、よいとする割合は 35.2%となっている。
- 生活への満足度は、不満を持つ割合が 17.2%、満足している割合が 60.1%となっている。
- 飯山市の生活で良いと思うところは、「f. 四季の移ろいが豊かなこと」において 86.1%で最も高く、次いで「b. 近所の人と顔の見える関係性が築きやすいこと」で 56.5%となっている。一方、良くないと思うところは、「c. 市内で生活が完結できること（買い物、病院、学校、仕事、娯楽など）」が 25.4%で最も高く、次いで「d. 人が少なく静かなところ」が 21.8%となっている。

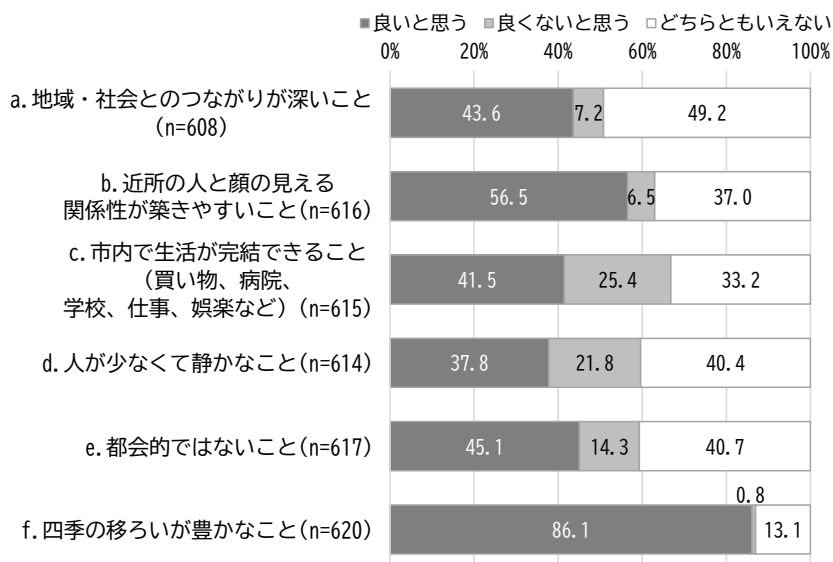
⑬健康状態



⑭生活への満足度



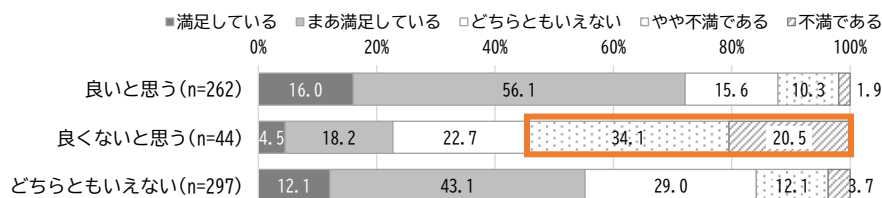
⑮飯山市の生活について



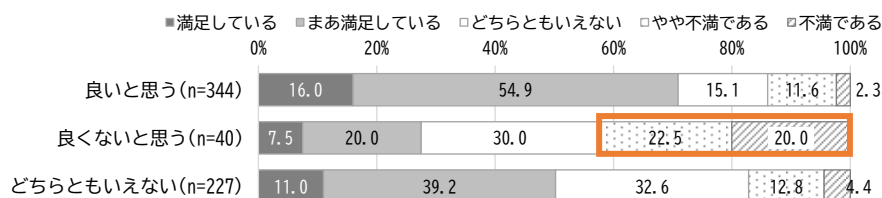
- ・飯山市の生活について、生活の満足度との関係を見ると、どの項目でも「良くないと思う」と回答したの方が不満を感じる割合（「やや不満である」「不満である」の合計の割合）は、「良いと思う」と回答した者に比べて高い傾向がみられる。
- ・「良いと思う」と回答した者と、「良くないと思う」と回答した者の不満を感じる割合を比較すると、「a. 地域・社会とのつながりが深いこと」は 42.3 ポイントと最も差がみられる。また、「b. 近所の人と顔の見える関係性が築きやすいこと」においても 28.5 ポイントの差となっている。

⑯飯山市の生活と生活の満足度の関係性

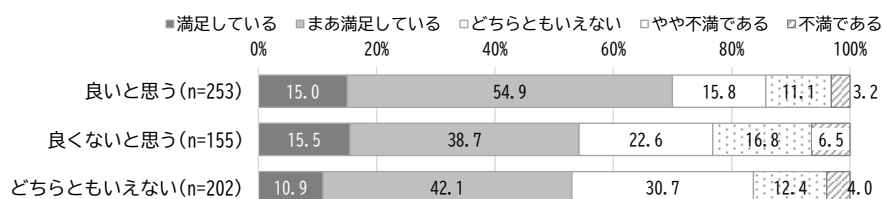
a. 地域・社会とのつながりが深いこと



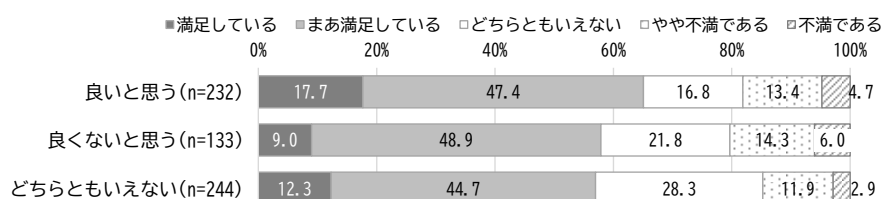
b. 近所の人と顔の見える関係性が築きやすいこと



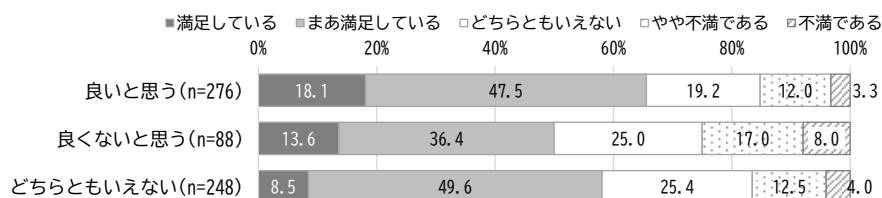
c. 市内で生活が完結できること（買い物、病院、学校、仕事、娯楽など）



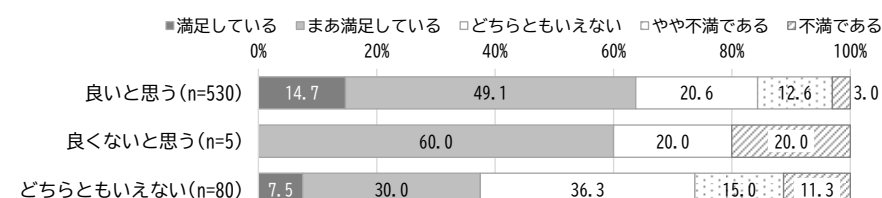
d. 人が少なくて静かなこと



e. 都会的ではないこと



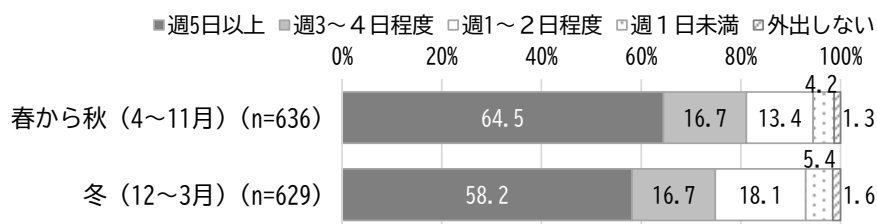
f. 四季の移ろいが豊かなこと



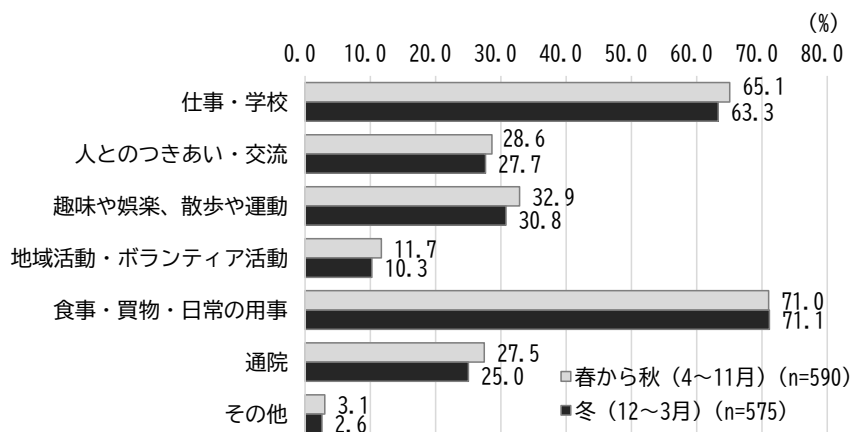
(2) 外出の状況

- 外出する割合をみると、季節を問わず週1回以上外出している割合は9割以上であるが、週1回未満の外出の割合は、春から秋では5.5%、冬では7.0%みられる。
- 週1回以上外出する者の外出目的は、季節問わず、「食事・買物・日常の用事」が約7割と高く、次いで「学校・仕事」となっている。
- 外出時の移動手段は、「いつでも好きな時に自由に移動できる手段がある」としている割合が93.5%であるが、「移動に制約がある」とする割合は6.5%みられる。
- 最近1週間の行動範囲(※)が「自室のみ」または「自宅内のみ」の割合は9.3%となっている。残りの90.3%は自宅外にも行動範囲がみられ、そのうち「自宅外は職場・学校のみ」の割合は、17.8%となっている。

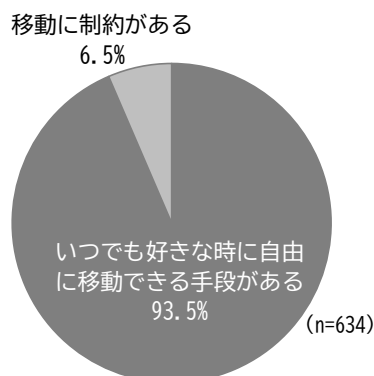
①外出頻度



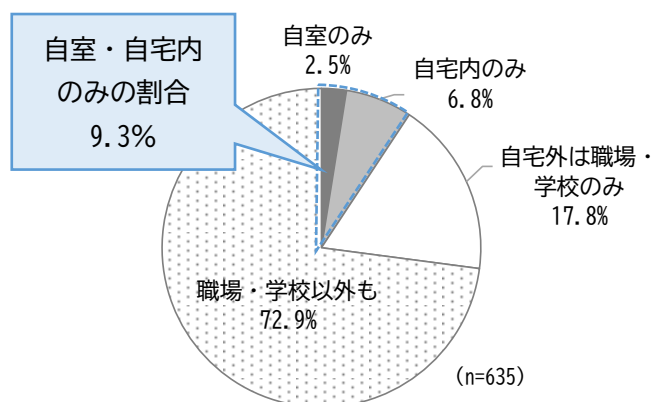
②週1回以上外出している者の外出目的 (複数回答)



③移動手段の有無



④最近1週間の行動範囲¹



¹ ここでは、次の7つの選択肢から複数選択された回答を、以下のとおり組み合わせて集計している。

▼選択肢

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. 不特定多数の人が利用する場所 (公共施設・商業施設・娯楽施設・公園等) / 7. その他

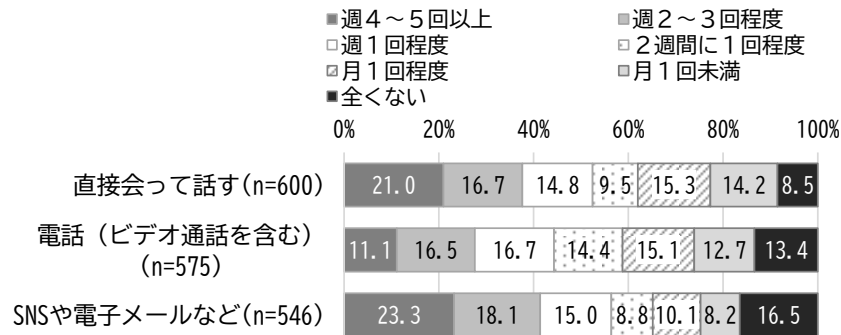
▼集計方法

1. 上記選択肢「1」のみ：自室のみ / 2. 上記選択肢「2」のみ、もしくは「1」と「2」：自宅内のみ / 3. 上記選択肢「4」のみ、もしくは「1」「2」と「4」：自宅外は職場・学校のみ / 4. 上記選択肢「3」「5」「6」に1つでも回答：職場・学校以外も

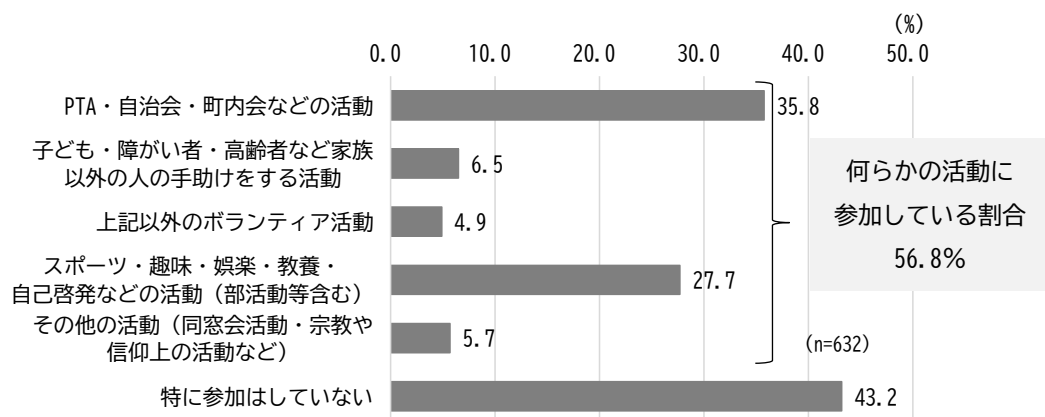
(3) コミュニケーションや社会参加の状況

- 同居していない人とのコミュニケーションは、「直接会って話す」において「全くない」と回答している割合が8.5%となっている。電話やSNSでのコミュニケーションの方が「全くない」とする割合は高い。
- 社会参加の状況をみると、何らかの活動に参加している割合は56.8%で、その中でも、「PTA・自治会・町内会などの活動」が最も多い。一方で「特に参加していない」とする割合も43.2%である。
- 人とのつながりの状況をみると、「コミュニケーション・社会参加している」割合は98.0%で、ほとんどが社会とのつながりを持っているが、「コミュニケーションも社会参加もしていない」とするものは2.0%みられる。年代別でみると、20代～50代において、2.0%～4.0%程度、「コミュニケーションも社会参加もしていない」となっている。

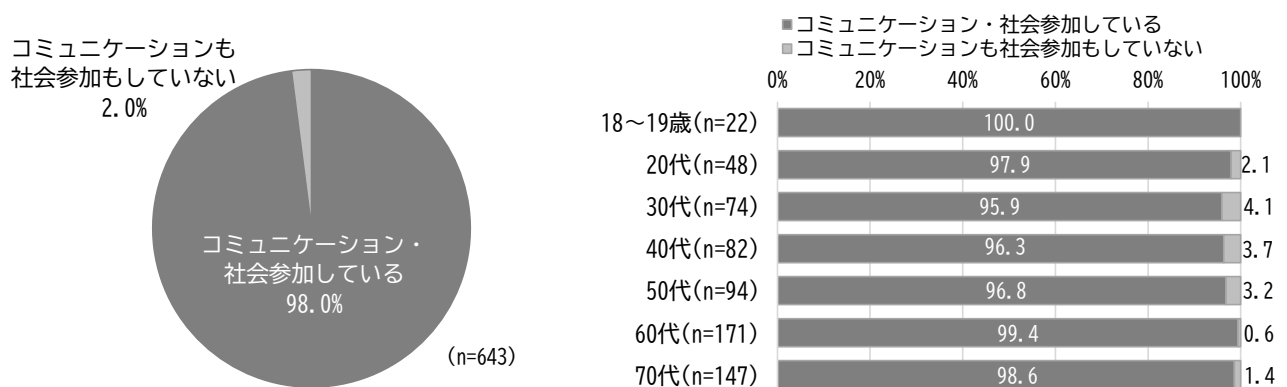
①同居していない人とのコミュニケーションの状況



②社会参加の状況（複数回答）



③人とのつながりの状況²

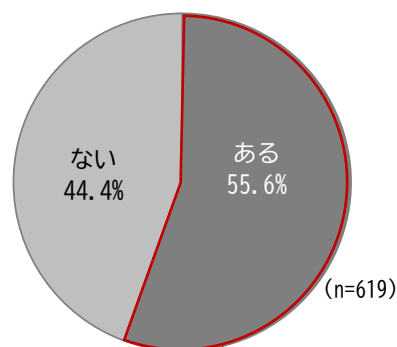


²ここでは、同居していない人とのコミュニケーションにおいて、すべて「全くない」を選択し、かつ 社会参加の状況で「特に参加はしていない」を選択した者を、「コミュニケーションも社会参加もしていない」とし、1つでも行っている者は「コミュニケーション・社会交流している」としている。

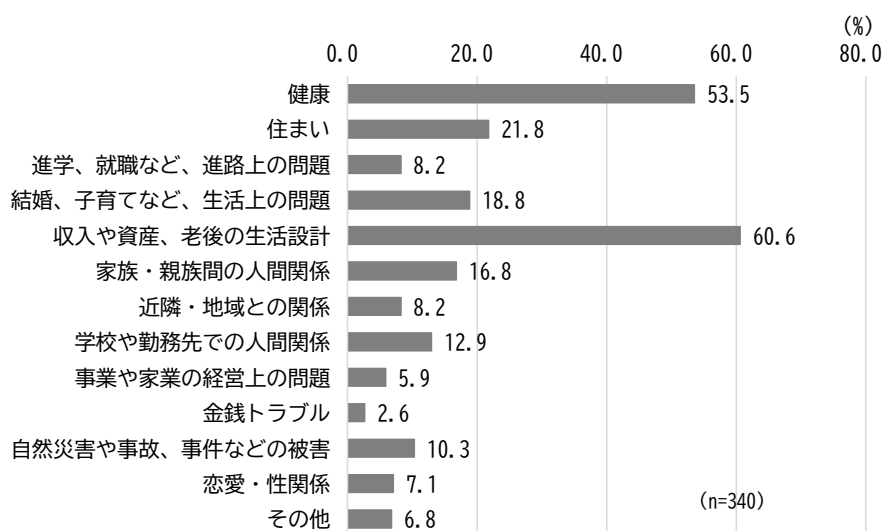
(4) 悩みや不安、相談の状況

- 日常生活の不安や悩みがある割合は、55.6%と半数以上となっている。
- 日常生活の不安や悩みとして、「収入や資産、老後の生活設計」が60.6%と最も高く、次いで「健康」が53.5%となっている。
- 周囲の人から問題解決のための手助けを受けている割合は、48.8%、受けていない割合は51.2%で、半数以上は周囲からの手助けを受けていない。

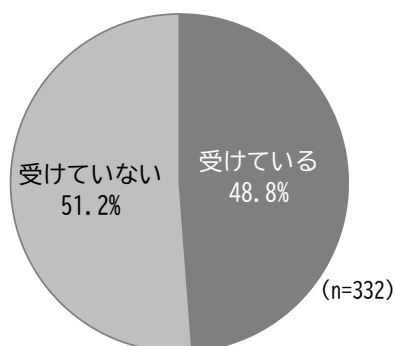
①日常生活の不安や悩みの有無



②不安や悩みの内容（複数回答）

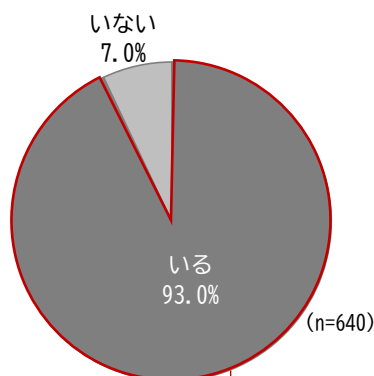


③周囲の人から解決のための手助けを受けているか

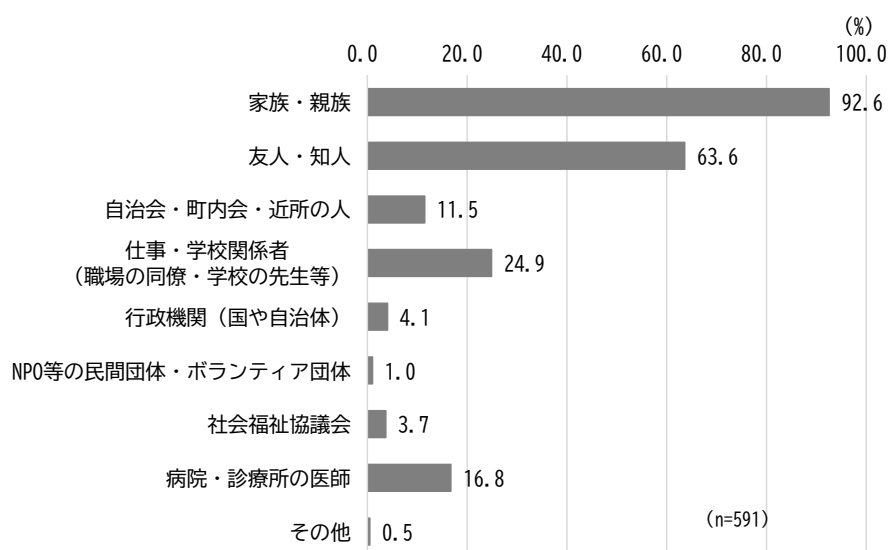


- 相談相手がいる割合は 93.0%であるが、「いない」する割合は 7.0%みられる。
- 相談相手がいる者の相談先は、「家族・親族」が 92.6%と最も高く、次いで「友人・知人」が 63.6%となっている。
- 相談することについては、「相談することで解決しなくとも気持ちが楽になる」と感じる者が 67.8%と最も高くなっている。一方で「相談しても無駄である（相談しても解決しない）」と思う者も 13.2%みられる。

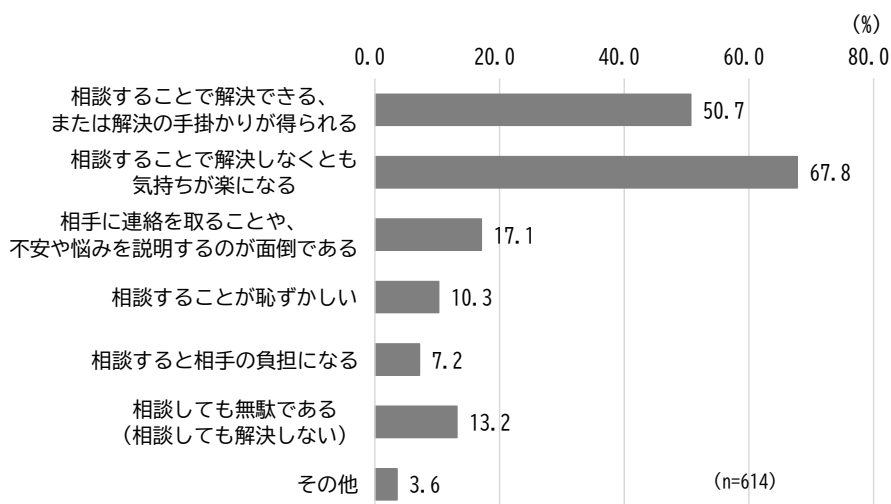
④相談相手の有無



⑤相談先（複数回答）

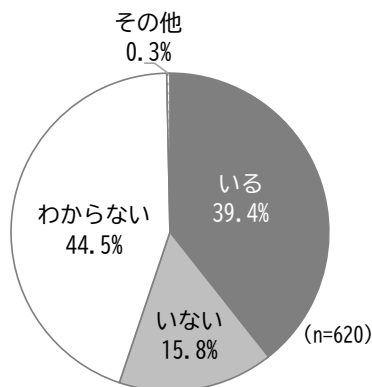


⑥相談することへの感じ方（複数回答）

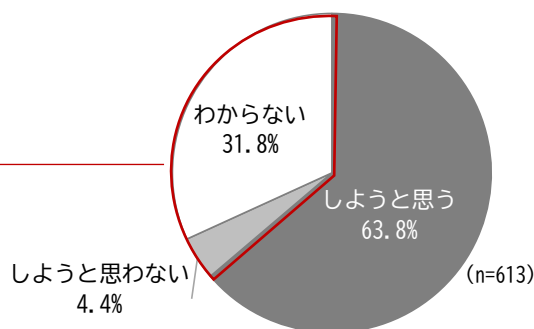


- 悩みを抱えている人が周囲にいる割合は 39.4%、「いない」とする割合は 15.8%であり、55.2%は把握している。なお、「わからない」の割合は 44.5%となっている。
- 悩みを抱えている周囲の人へ手助けしようと思う割合は 63.8%であり、「しようと思わない」「わからない」と回答している割合は合わせて 36.2%となっている。
- 周囲の悩みを抱えている人へ手助けしようと思わない理由として、「不安や悩みの内容による」が 52.8%と最も高く、次いで「自分が何をすればよいかわからない」が 49.1%となっている。

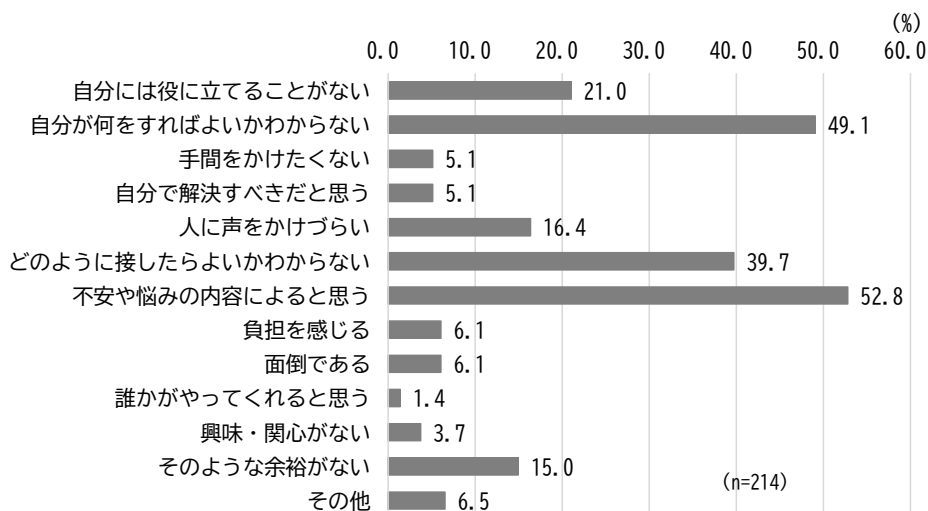
⑦悩みを抱えている周囲の人の有無



⑧悩みを抱えている周囲の人への手助けに対する考え



⑨悩みを抱えている人へ手助けをしようと思わない理由（複数回答）



- 多くの機関において「知らない」とする割合が3割以上みられる。なかでも、「⑬女性のみなさんが利用できる相談（女性電話相談）」を知らない割合は 70.9%と最も高く、次いで「⑨生活に不安を抱えている方の就労や家計のやりくりに関する相談（まいさぼ飯山）」が 67.5%、「⑭成年後見制度に関する相談（地域包括支援センター）」が 63.1%、「⑱相談員による心配ごと相談（飯山市社会福祉協議会）」が 60.7%と高くなっている。

⑨悩みを抱えている人へ手助けをしようと思わない理由（複数回答）

相談内容	相談先	n	実際に利用したことがある	利用をしたことはないが、相談できることや、相談先の名前は知っている	知らない
(1) ところやからだ	①保健福祉課（保健師や栄養士への相談）	591	5.8	54.5	39.8
	②心HOT相談会	582	1.9	37.8	60.3
(2) 学校生活	③いじめ電話相談	545	1.1	63.1	35.8
	④家庭児童相談室	543	2.6	56.2	41.3
(3) 児童虐待	⑤家庭児童相談室	546	0.4	58.1	41.6
	⑥児童相談所虐待対応ダイヤル	543	0.2	57.6	42.2
(4) 妊娠・出産・子育て	⑦子育て世代包括支援センターあいえる	542	1.7	39.1	59.2
(5) 高齢者介護・高齢者虐待	⑧地域包括支援センター	591	9.1	54.8	36.0
(6) 就労・就職・生活支援	⑨まいさぼ飯山	584	2.1	30.5	67.5
	⑩保健福祉課（生活保護に関する相談）	575	0.9	65.0	34.1
(7) 人権	⑪法務局飯山支局	585	0.3	40.2	59.5
	⑫いいやま人権福祉センター	579	0.3	41.8	57.9
	⑬女性電話相談	570	0.2	28.9	70.9
(8) 権利擁護	⑭地域包括支援センター	585	0.3	36.6	63.1
(9) 生活のラブル	⑮消費生活センター	587	3.6	68.0	28.4
	⑯飯山市社会福祉協議会	584	1.7	45.7	52.6
(10) 結婚	⑰いいやま出会いサポートセンター	572	0.2	44.4	55.4
(11) あらゆる悩み	⑱飯山市社会福祉協議会	588	0.7	38.6	60.7
	⑲保健福祉課（総合窓口相談員による各種相談）	585	1.7	38.3	60.0

⑪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）

<対面せずに相談できるシステム>

- 人と直接会わない、顔を出さずに済むメールやLINEなどオンライン上の相談システム

<プライバシーが保護されている相談場所・相談先>

- 個室など、周りを気にせずに話せる場所
- 自分のことを知らない人が相談に乗ってくれる場所
- 匿名で聞いてくれる場所

<相談窓口があることの効果的な周知>

- 専門の相談機関で相談できることが一目でわかるガイドブックがあれば相談しやすい
- インターネット上で相談先を探索したりすると利用しやすい

<相談員の質の向上・対応力>

- 相談をゆっくりじっくり聞いてくれる、話を聞いてくれる
- 気軽に相談できること

<役所以外の気軽な相談場所>

- 役場は、敷居が高い感じがして利用しづらい
- 身近に相談できる所
- 同世代の方が相談に乗ってくれたり座談会的なもの

<地域の人や友人・知人>

- 地区で支え合える環境づくりがあるとよい
- 市民の交流によりできた友人、知人

<その他>

- 総合窓口の設置と切れ目ない相談体制の構築
- アウトリーチによる相談体制

3. 孤独の状況

(1) 本調査における孤独感の把握方法

孤独という主観的な感情をよりの確に把握するため、本調査では、①直接質問と②間接質問の2種類の質問により孤独感を把握した。それぞれの質問内容は以下の通りとなっている。

①直接質問

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 | |

②間接質問

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 |

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 |

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 |

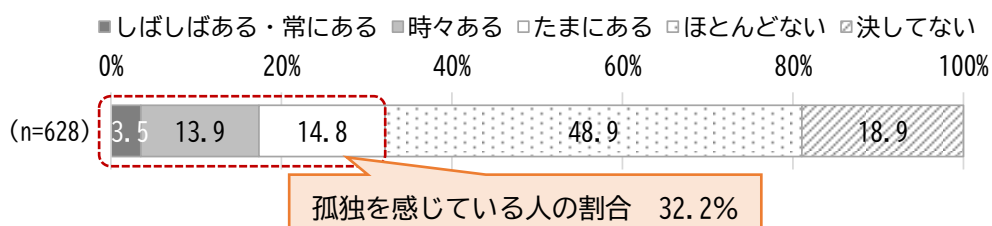
なお、次ページ以降で示す孤独を感じている人は、直接質問では「しばしばある・常にある」「時々ある」「たまにある」と回答した者の合計として分析している。

間接質問については、上記3つの質問への回答について、それぞれ、「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点として得点化し、その合計得点について、10～12点を「常にある」、7～9点を「時々ある」、4～6点を「ほとんどない」、3点を「決してない」の4区分に分けて処理をした。そのなかで、「常にある（10～12点）」「時々ある（7～9点）」と回答した者の合計を、孤独を感じている人として分析している。

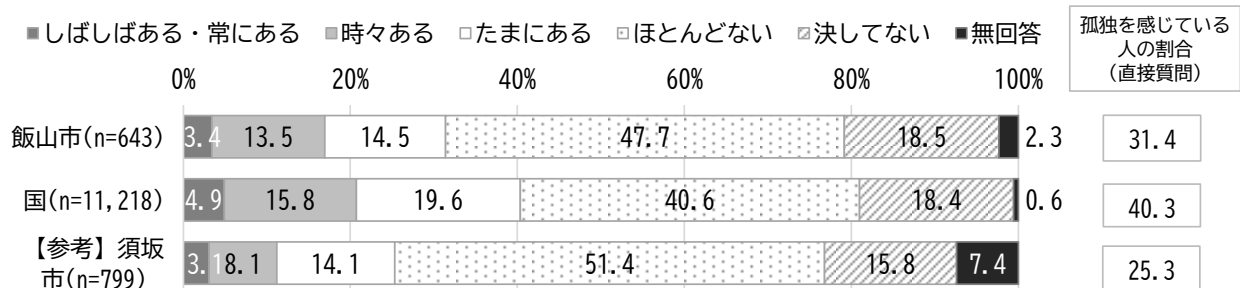
(2) 孤独を感じている割合とその状況

- 直接質問において孤独を感じている人は 32.2% で、そのうち、「しばしば・常にある」の割合は 3.5% である。
- 国との比較では、孤独感を感じている人の割合は 8.9 ポイント低くなっている。なお、近隣自治体である須坂市との比較では、本市の方が孤独感を感じている人の割合は 6.1 ポイント高い。
- 間接質問において孤独を感じている人は 41.0% で、そのうち、「常にある (10～12 点)」は 5.3% となっている。
- 国との比較では、孤独得点が高い者 (7 点以上) の割合が 8.7 ポイント低くなっている。なお、近隣自治体である須坂市との比較では、本市の方が孤独得点が高い者 (7 点以上) の割合は 3.2 ポイント高くなっている。

①-1 孤独を感じている人の割合 (直接質問)

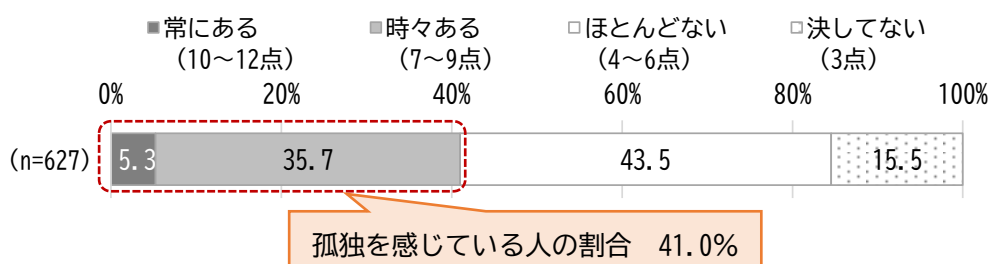


■国、近隣自治体 (須坂市) との比較

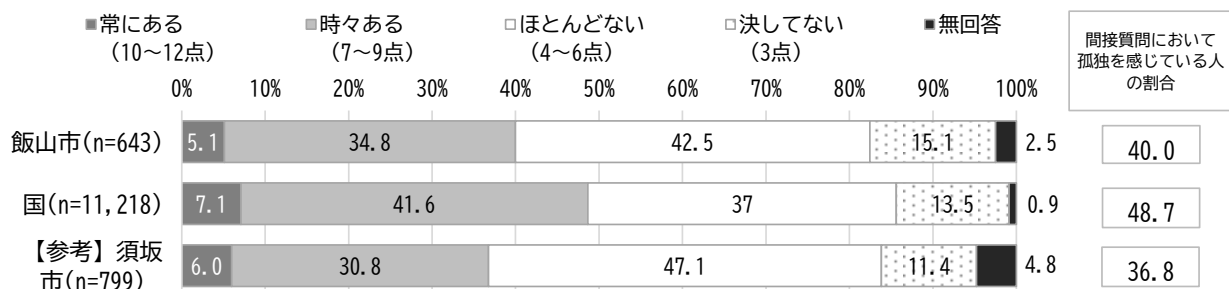


※国の集計と合わせるため、無回答を含んだ割合としている

①-2 孤独を感じている人の割合 (間接質問)



■国、近隣自治体 (須坂市) との比較

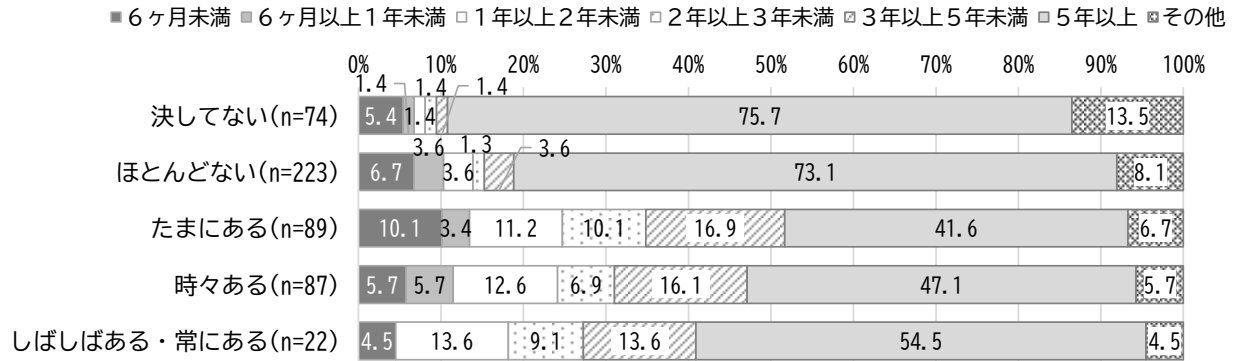


※国の集計と合わせるため、無回答を含んだ割合としている

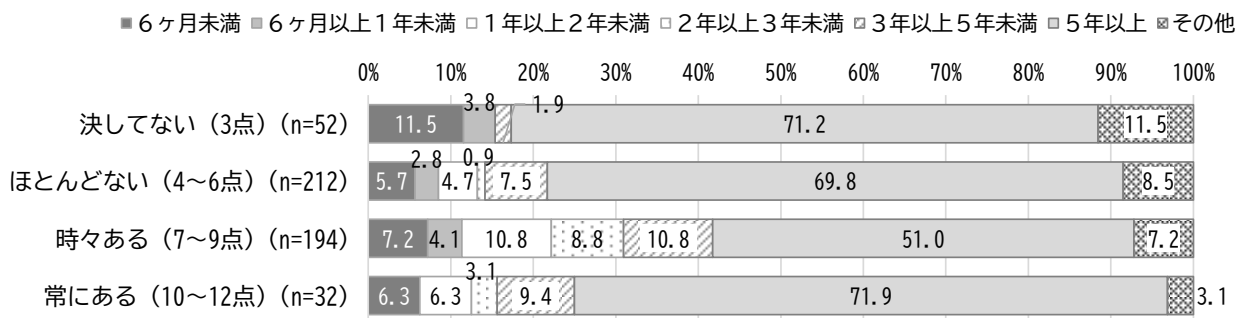
- 直接質問における孤独感の継続期間は、「しばしば・常にある」において、「5年以上」が54.5%と半数以上を占めている。
- 間接質問における孤独感の継続期間は、「常にある（10～12点）」において、「5年以上」が71.9%で孤独を感じている期間が長い人が多い。

②孤独感の継続期間

a. 孤独感の継続期間（直接質問）



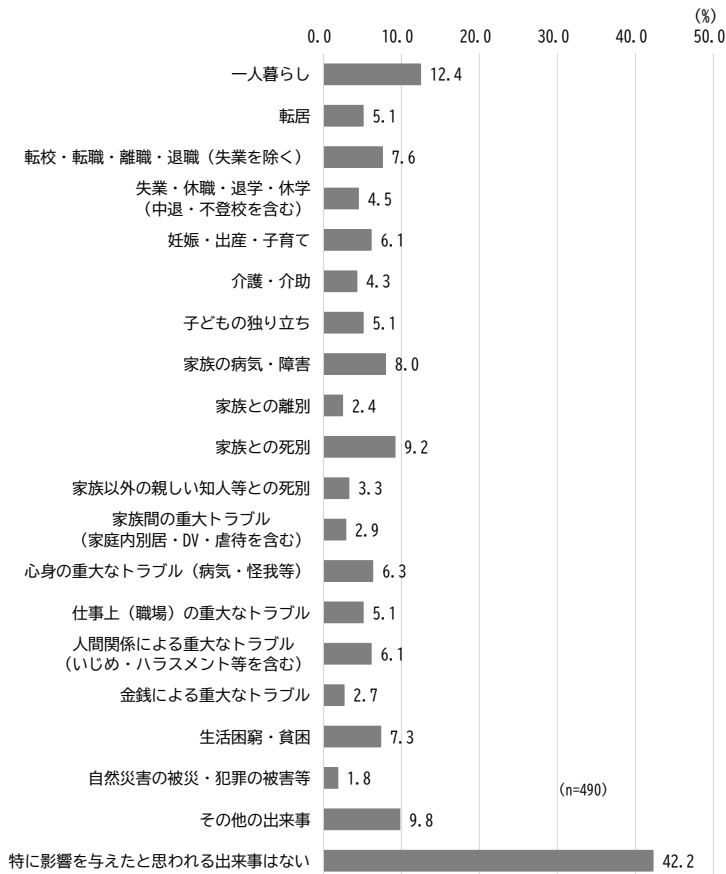
b. 孤独感の継続期間（直接質問）



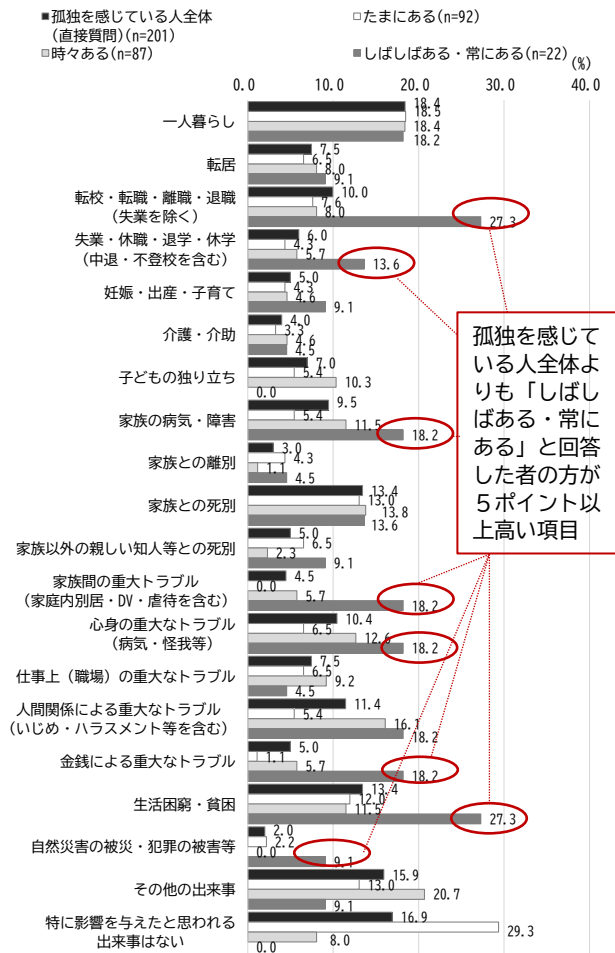
- 回答者全体における孤独感に強く影響を与えたとと思われる出来事として、「一人暮らし」が12.4%と最も高く、次いで「家族との死別」が9.2%と高い。
- 孤独を感じている人全体では、「一人暮らし」が18.4%で最も高く、次いで「その他の出来事」が15.9%となっている。
- 孤独を感じる人の中では、「しばしばある・常にある」者において「転校・転職・離職・退職（失業を除く）」や「生活困窮・貧困」の割合が高い。

③孤独感に強く影響を与えたとと思われる出来事（複数回答）

a 回答者全体

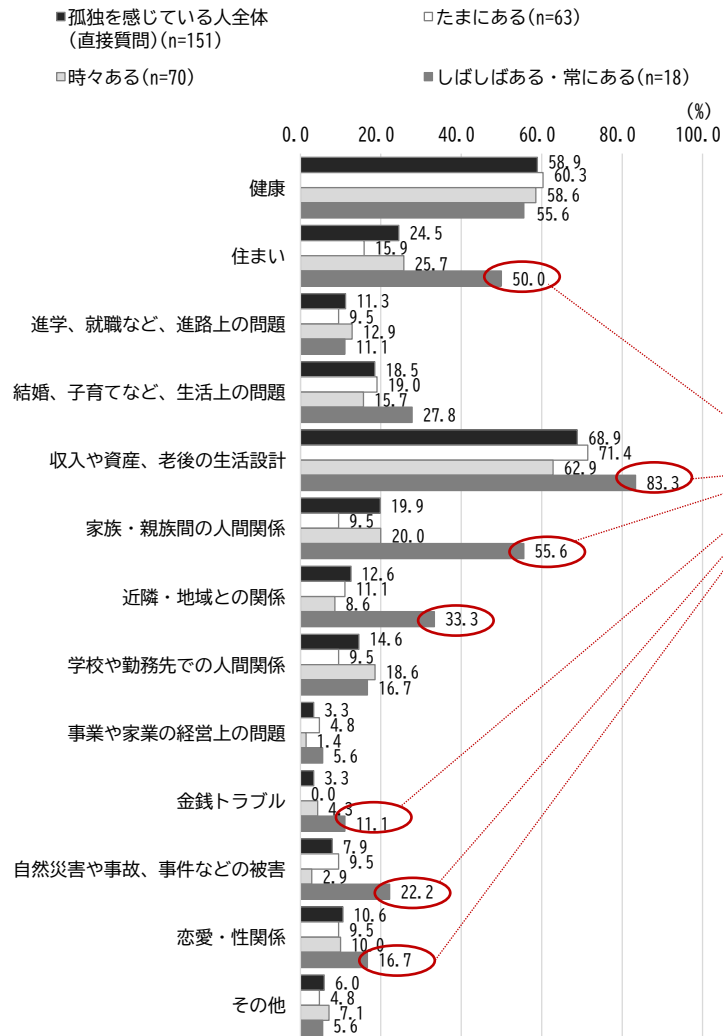


b 孤独を感じる人（直接質問）



- 孤独を感じる人全体の現在の悩み事をみると、「収入や資産、老後の生活設計」が 68.9%と最も高く、次いで「健康」が 58.9%となっている。
- 孤独を感じる人の中では、「しばしばある・常にある」者において「収入や資産、老後の生活設計」や「家族・親族間の人間関係」、「住まい」の項目で割合が高くなっている。

④孤独を感じる人（直接質問）の現在の悩みごと（複数回答）

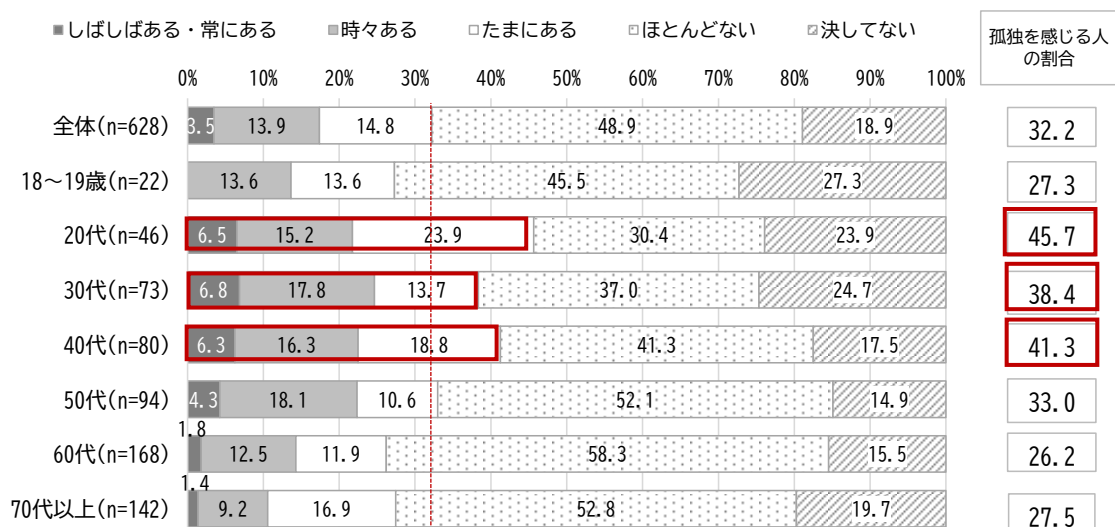


孤独を感じている人全体よりも「しばしばある・常にある」と回答した者の方が5ポイント以上高い項目

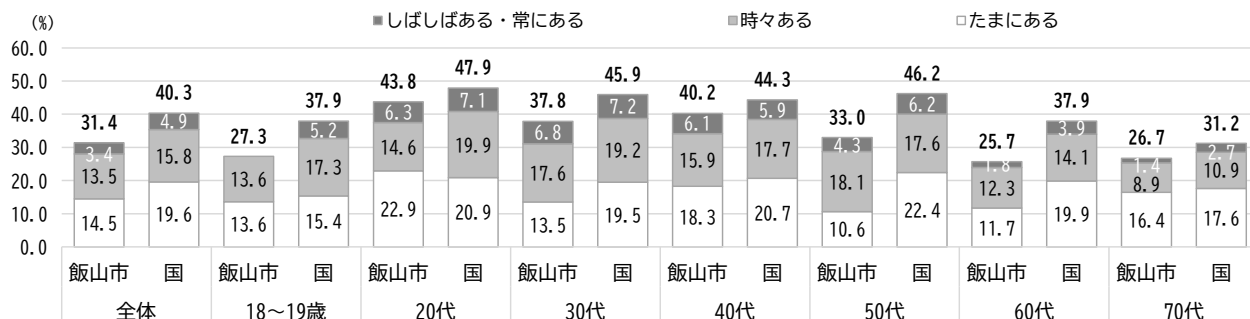
(3) 年代別孤独を感じている割合（直接質問）とその状況

- 年代別に孤独を感じる人の割合をみると、20代において45.7%と、全体よりも13.5ポイント高くなっている。また、30、40代においても全体より5ポイント以上高くなっている。一方、60代においては孤独を感じる割合は5.7ポイント、全体よりも低い。
- 国との比較では、どの年代も、国より孤独を感じている割合は低い。特に50代は国よりも13.2ポイント低くなっており、最も差がみられる。

①年代別



■国との比較(年代別)

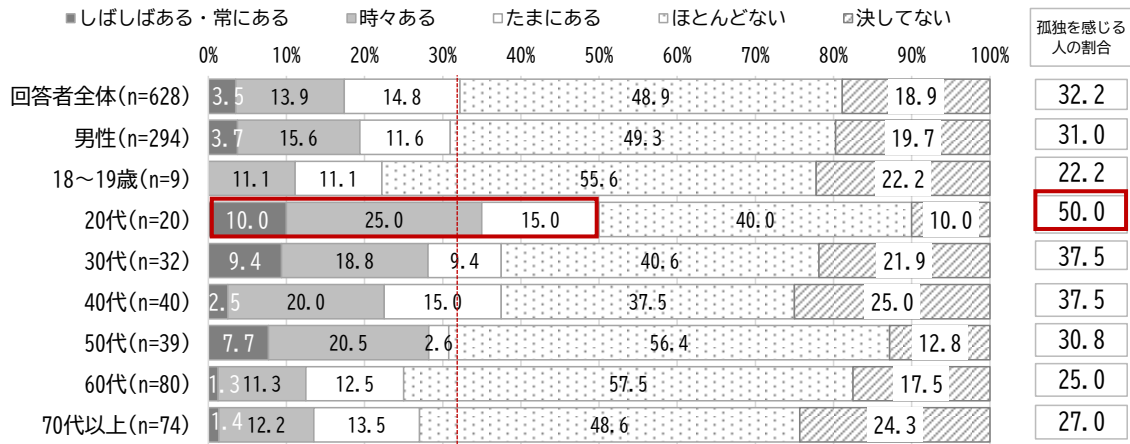


※国の集計と合わせるため、無回答を含んだ割合としている

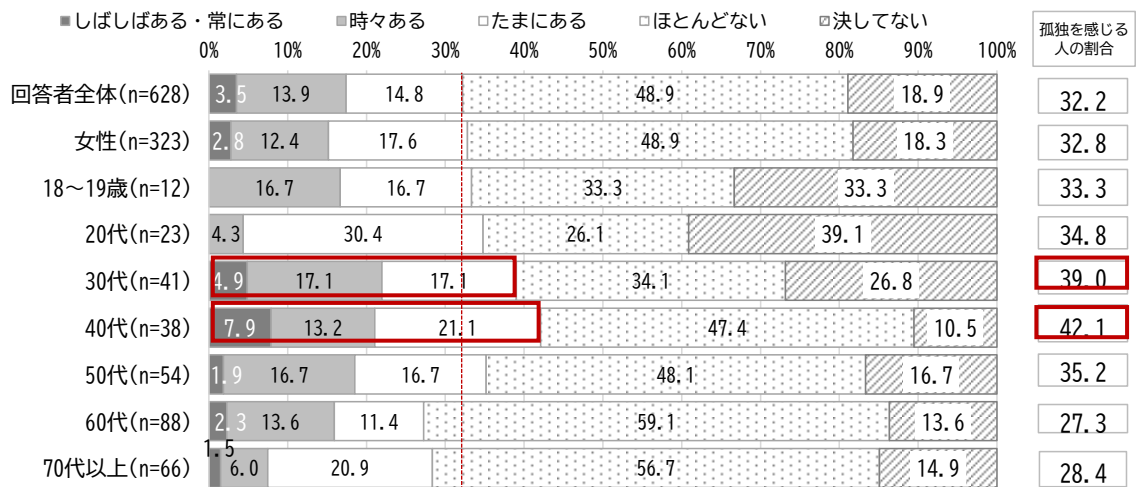
- 性別、年代別に孤独を感じる割合をみると、男性では、20代において50.0%と最も高く、男性の全体と比べて19.0ポイント高く、30、40代でも男性全体よりも5ポイント以上高くなっている。
- 女性では、40代が42.1%で女性全体よりも9.3ポイント高く、30代でも5ポイント以上高くなっている。

②性別・年代別

a. 男性／年代別



b. 女性／年代別



・20代では、「その他の出来事」「人間関係による重大なトラブル」、30代では、「転居」「妊娠・出産・子育て」「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」「人間関係による重大なトラブル」、40代では「転校・転職・離職・退職」や「仕事上（職場）の重大なトラブル」において、孤独を感じる人全体よりも割合が高くなっている。

③年代別 孤独を感じている人（直接質問）の孤独感に強く影響を与えたとされる出来事

	一人暮らし	転居	転校・転職・離職・退職（失業を除く）	失業・休職・退学・休学（中退・不登校を含む）	妊娠・出産・子育て	介護・介助	子どもの独り立ち	家族の病気・障害	家族との離別	家族との死別
孤独を感じている人全体（直接質問）(n=201)	18.4	7.5	10.0	6.0	5.0	4.0	7.0	9.5	3.0	13.4
18～19歳(n=9)	33.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
20代(n=23)	13.0	4.3	0.0	13.0	4.3	0.0	0.0	0.0	0.0	4.3
30代(n=28)	17.9	17.9	14.3	10.7	17.9	3.6	0.0	7.1	3.6	10.7
40代(n=32)	9.4	12.5	18.8	3.1	9.4	0.0	3.1	9.4	3.1	9.4
50代(n=30)	16.7	6.7	10.0	6.7	3.3	6.7	16.7	16.7	6.7	10.0
60代(n=43)	16.3	4.7	14.0	4.7	0.0	7.0	11.6	9.3	0.0	16.3
70代(n=58)	19.0	1.7	1.7	1.7	0.0	3.4	5.2	8.6	3.4	17.2

家族以外の親しい知人等との死別	家族間の重大トラブル（家庭内別居・DV・虐待を含む）	心身の重大なトラブル（病気・怪我等）	仕事上（職場）の重大なトラブル	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）	金銭による重大なトラブル	生活困窮・貧困	自然災害の被災・犯罪の被害等	その他の出来事	特に影響を与えたとされる出来事はない
5.0	4.5	10.4	7.5	11.4	5.0	13.4	2.0	15.9	16.9
0.0	0.0	11.1	0.0	11.1	0.0	0.0	0.0	11.1	0.0
0.0	0.0	0.0	4.3	17.4	8.7	17.4	0.0	26.1	21.7
10.7	7.1	17.9	7.1	17.9	3.6	10.7	3.6	17.9	21.4
0.0	9.4	6.3	18.8	15.6	12.5	15.6	0.0	12.5	15.6
6.7	3.3	13.3	10.0	13.3	3.3	16.7	3.3	20.0	6.7
7.0	7.0	11.6	2.3	4.7	2.3	14.0	0.0	16.3	18.6
3.4	0.0	6.9	3.4	3.4	1.7	6.9	3.4	5.2	13.8

※セルの色が赤くなっている項目は、孤独を感じている人全体の割合よりも5ポイント以上高いことを示している

(4) 孤独を感じている人（直接質問）の傾向

- 回答者全体の孤独を感じる割合と比較し、「性別：その他」、「年代：20～40代」、「地区：秋津、外様、常盤」、「婚姻状況：未婚、死別、離別」、「同居家族：いない」、「経済的な暮らし（ゆとりの有無）：ない」、「健康状態：よくない」、「生活への満足度：不満、どちらともいえない」とする者で孤独を感じる割合が高い。

①年代別

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
男性(n=297)	30.6	3.7
女性(n=323)	32.8	2.8
その他(n=6)	66.7	33.3

②年代別(再掲)

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
18～19歳(n=22)	27.3	0.0
20代(n=46)	45.7	6.5
30代(n=73)	38.4	6.8
40代(n=80)	41.3	6.3
50代(n=94)	33.0	4.3
60代(n=168)	26.2	1.8
70代以上(n=142)	27.5	1.4

③居住地区別

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
飯山(n=215)	31.6	3.7
秋津(n=60)	38.3	3.3
木島(n=86)	29.1	5.8
瑞穂(n=52)	32.7	1.9
柳原(n=24)	20.8	0.0
外様(n=25)	24.0	0.0
常盤(n=72)	41.7	5.6
太田(n=59)	27.1	0.0
岡山(n=29)	34.5	6.9

④婚姻の状況別

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
未婚(n=148)	48.6	6.1
配偶者あり(n=416)	24.5	2.2
死別(n=31)	41.9	6.5
離別(n=30)	46.7	3.3

⑤同居家族の有無別

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
いる(n=552)	29.3	3.4
いない(n=55)	58.2	5.5

⑥経済的な暮らし（ゆとりの有無）別

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
ある(n=77)	19.5	0.0
普通(n=276)	24.6	1.8
なし(n=275)	43.3	6.2

⑦健康状態

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
よい(n=221)	16.3	0.5
ふつう(n=316)	33.2	1.9
よくない(n=88)	68.2	17.0

⑧生活への満足度

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
満足(n=376)	18.4	1.1
どちらともいえない(n=141)	48.9	3.5
不満(n=107)	58.9	11.2

※セルの色が赤くなっている項目は、孤独を感じている人全体の割合よりも5ポイント以上高いことを示している

- ・回答者全体の孤独を感じる割合と比較し、「外出（冬）：週に1日未満」、「移動手段：ない」、「コミュニケーション・社会参加：」、「相談相手：いない」とする者で孤独を感じる割合が高い。
- ・また、飯山市での生活について、『地域・社会とのつながりが深いこと』『近所の人と顔の見える関係性が築きやすいこと』『市内で生活が完結できること』『四季の移ろいが豊かなこと』について良いと思わない、どちらともいえない」とする者で孤独を感じる割合が高い。

⑨外出頻度（春から秋）

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
週1回以上(n=589)	32.6	3.4
週1回未満(n=33)	24.2	3.0

⑩外出頻度（冬）

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
週1回以上(n=575)	31.7	3.5
週1回未満(n=42)	38.1	2.4

⑪いつでも好きな時に自由に移動できる手段の有無

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
ある(n=581)	31.2	3.3
ない(n=39)	48.7	7.7

⑫コミュニケーション・社会参加の有無

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
コミュニケーション・社会参加している(n=615)	31.4	3.3
コミュニケーションも社会参加もしていない(n=13)	69.2	15.4

⑬相談相手の有無

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
いる(n=584)	29.8	2.6
いない(n=44)	63.6	15.9

⑭飯山市での生活について

a 地域・社会とのつながりが深いこと

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
良いと思う(n=262)	23.3	1.5
良くないと思う(n=44)	61.4	13.6
どちらともいえない(n=296)	36.1	3.7

b 近所の人と顔の見える関係性が築きやすいこと

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
良いと思う(n=345)	24.3	1.7
良くないと思う(n=40)	62.5	17.5
どちらともいえない(n=225)	39.1	3.6

c 市内で生活が完結できること

（買い物、病院、学校、仕事、娯楽など）

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
良いと思う(n=252)	28.6	1.6
良くないと思う(n=155)	39.4	8.4
どちらともいえない(n=202)	32.7	2.0

d 人が少なく静かなこと

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
良いと思う(n=231)	35.9	2.6
良くないと思う(n=133)	34.6	3.8
どちらともいえない(n=244)	28.3	4.1

e 都会的ではないこと

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
良いと思う(n=276)	32.2	2.9
良くないと思う(n=88)	36.4	6.8
どちらともいえない(n=247)	31.6	2.8

f 四季の移ろいが豊かなこと

	孤独を感じる割合	しばしばある・常にある
全体(n=628)	32.2	3.5
良いと思う(n=530)	29.6	1.9
良くないと思う(n=5)	80.0	60.0
どちらともいえない(n=79)	48.1	10.1

※セルの色が赤くなっている項目は、孤独を感じている人全体の割合よりも5ポイント以上高いことを示している

(5) 孤独を感じている人の専門相談機関の利用・認知状況

- 孤独を感じている人において、「知らない」と回答する割合が高いのは、「⑬女性のみなさんが利用できる相談（女性電話相談）」が 73.4%で最も高く、次いで「⑨生活に不安を抱えている方の就労や家計のやりくりに関する相談（まいさぼ飯山）」が 69.0%、「⑩弁護士による女性・人権・家庭・行政・法律などに関する相談（飯山市社会福祉協議会）」が 67.2%と高くなっている。
- 孤独感を感じている人における各専門相談機関の認知度（「実際に利用したことがある」「利用をしたことはないが、相談できることや、相談先の名前は知っている」の割合の合計）は、すべての専門相談機関において、孤独を感じない人に比べて低い。孤独を感じない人との比較で特に差がみられるのは、「①保健師や栄養士への相談（保健福祉課）」で 17.1 ポイントと最も高く、次いで「⑫人権に関する相談（いいやま人権福祉センター）」で 11.8 ポイントとなっている。

①孤独を感じている人（直接質問）の専門相談機関の利用・認知状況

相談内容	相談先	n	実際に利用したことがある	利用をしたことはないが、相談できることや、相談先の名前は知っている	知らない
(1) ころやからだ	①保健福祉課（保健師や栄養士への相談）	186	8.6	39.8	51.6
	②心HOT相談会	184	3.3	27.7	69.0
(2) 学校生活	③いじめ電話相談	171	2.3	55.6	42.1
	④家庭児童相談室	151	2.6	49.0	48.3
(3) 児童虐待	⑤家庭児童相談室	75	0.0	48.0	52.0
	⑥児童相談所虐待対応ダイヤル	74	0.0	48.6	51.4
(4) 妊娠・出産・子育て	⑦子育て世代包括支援センターあいえる	171	3.5	33.9	62.6
(5) 高齢者介護・高齢者虐待	⑧地域包括支援センター	188	10.1	47.9	42.0
(6) 就労・就職・生活支援	⑨まいさぼ飯山	184	4.3	26.6	69.0
	⑩保健福祉課（生活保護に関する相談）	177	1.1	56.5	42.4
(7) 人権	⑪法務局飯山支局	182	0.5	31.9	67.6
	⑫いいやま人権福祉センター	179	0.6	33.5	65.9
	⑬女性電話相談	177	0.0	26.6	73.4
(8) 権利擁護	⑭地域包括支援センター	183	0.0	33.9	66.1
(9) 生活のラブル	⑮消費生活センター	183	3.8	63.9	32.2
	⑯飯山市社会福祉協議会	182	2.7	38.5	58.8
(10) 結婚	⑰いいやま出会いサポートセンター	177	0.0	37.9	62.1
(11) あらゆる悩み	⑱飯山市社会福祉協議会	186	0.5	32.3	67.2
	⑲保健福祉課（総合窓口相談員による各種相談）	186	1.6	32.3	66.1

②【孤独を感じない人との比較】孤独を感じている人（直接質問）の専門相談機関の利用・認知状況

相談内容	相談先	n	孤独を感じない人の認知度	n	孤独を感じる人の認知度
(1) ころやからだ	①保健福祉課（保健師や栄養士への相談）	397	65.5	186	48.4
	②心HOT相談会	389	44.0	184	31.0
(2) 学校生活	③いじめ電話相談	369	66.9	171	57.9
	④家庭児童相談室	367	62.1	151	51.7
(3) 児童虐待	⑤家庭児童相談室	368	61.1	75	48.0
	⑥児童相談所虐待対応ダイヤル	366	59.6	74	48.6
(4) 妊娠・出産・子育て	⑦子育て世代包括支援センターあいえる	365	42.5	171	37.4
(5) 高齢者介護・高齢者虐待	⑧地域包括支援センター	394	66.0	188	58.0
(6) 就労・就職・生活支援	⑨まいさぼ飯山	390	33.1	184	31.0
	⑩保健福祉課（生活保護に関する相談）	388	69.3	177	57.6
(7) 人権	⑪法務局飯山支局	393	44.0	182	32.4
	⑫いいやま人権福祉センター	390	45.9	179	34.1
	⑬女性電話相談	384	30.2	177	26.6
(8) 権利擁護	⑭地域包括支援センター	393	37.7	183	33.9
(9) 生活のトラブル	⑮消費生活センター	395	73.4	183	67.8
	⑯飯山市社会福祉協議会	393	50.1	182	41.2
(10) 結婚	⑰いいやま出会いサポートセンター	386	47.7	177	37.9
(11) あらゆる悩み	⑱飯山市社会福祉協議会	393	42.0	186	32.8
	⑲保健福祉課（総合窓口相談員による各種相談）	390	42.3	186	33.9

4. 本市における孤独孤立の状況 まとめ

(1) 市全体結果

- 直接質問において孤独を感じる人は 32.2%で、そのうち、「しばしば・常にある」と回答した者は 3.5%。国よりは低いが、近隣の須坂市よりは高い割合となっている。
- 間接質問では、41.0%が孤独を感じている。
- 孤独を感じる人の孤独感に強く影響を与えたと思われる出来事は、「一人暮らし」が最も多い。
- 孤独を感じる人の現在の悩みごとは、「収入や資産、老後の生活設計」が最も多く挙げられている。

(2) 年代別の状況

- 直接質問において孤独を感じている年代をみると、特に 20 代で高く、その他 30、40 代でも高い傾向にある。
- 孤独を感じている人の孤独感に強く影響を与えたと思われる出来事では、20 代では「その他の出来事」「人間関係による重大なトラブル」、30 代では「転居」「妊娠・出産・子育て」「心身の重大なトラブル（病気・怪我等）」「人間関係による重大なトラブル」、40 代では「転校・転職・離職・退職」や「仕事上（職場）の重大なトラブル」において、全体よりも割合が高くなっている。
- 孤独を感じている人の現在の悩みを年代別にみると、20～40 代のどの年代でも「収入や資産、老後の生活設計」が最も高い。その他の悩みは、20 代では「進学、就職など、進路上の問題」「学校や勤務先での人間関係」「恋愛・性関係」、30 代では「結婚、子育てなど、生活上の問題」「恋愛・性関係」、40 代では「家族・親族間の人間関係」や「住まい」などが挙げられている。

(3) その他の傾向

- 経済的な暮らし（ゆとりの状況）や移動の手段がない者において、孤独を感じる割合が高く、経済基盤や社会基盤の脆弱さが孤独を感じる要因として挙げられる。
- 性別を「その他」と回答する者においても孤独を感じる割合が高い。
- 生活へ不満を持つ者ほど孤独を感じる傾向がみられる。なお、本市での生活において「地域・社会とのつながりが深いこと」や「近所の人との顔が見える関係性が築きやすいこと」について良くないと思う者の方が生活へ不満を持つ傾向がみられ、人間関係の広がりの少なさが不満や孤独感に影響を与えている可能性がある。

(4) 専門相談機関の認知度

- 孤独を感じている人の専門相談機関の認知度は、孤独を感じない人の認知度よりも、すべての機関において低くなっている。孤独を感じている人では、年代別に抱えている悩みや不安の内容が異なることから、支援の必要な人に情報が届くよう、情報提供の方法など改善することは必要と考えられる。

▼孤独を感じる人の傾向まとめ

全体平均のライン		【直接設問】			【間接質問】		
		n	孤独であると感じる人の割合 (「しばしば・常にある」+「時々ある」+「たまにある」の合計)	「しばしば・常にある」割合	n	孤独であると感じる人の割合 (「10～12点(常にある)」+「7～9点(時々ある)」の合計)	
全体		628	32.2%	3.5%	627	41.0%	
性別	男性	297	30.6%	3.7%	298	40.3%	
	女性	323	32.8%	2.8%	321	41.1%	
	その他	6	66.7%	33.3%	6	66.7%	
年代	18～19歳	22	27.3%	0.0%	22	9.1%	
	20代	46	45.7%	6.5%	47	55.3%	
	30代	73	38.4%	6.8%	73	54.8%	
	40代	80	41.3%	6.3%	80	48.8%	
	50代	94	33.0%	4.3%	93	40.9%	
	60代	168	26.2%	1.8%	166	38.0%	
	70代	141	27.7%	1.4%	142	34.5%	
	80代以上	1	0.0%	0.0%	1	0.0%	
住まいの地区	飯山	215	31.6%	3.7%	216	36.6%	
	秋津	60	38.3%	3.3%	57	52.6%	
	木島	86	29.1%	5.8%	86	34.9%	
	瑞穂	52	32.7%	1.9%	52	38.5%	
	柳原	24	20.8%	0.0%	24	41.7%	
	外様	25	24.0%	0.0%	25	52.0%	
	常盤	72	41.7%	5.6%	73	52.1%	
	太田	59	27.1%	0.0%	60	36.7%	
	岡山	29	34.5%	6.9%	29	44.8%	
婚姻状況	未婚	148	48.6%	6.1%	150	52.7%	
	配偶者あり	416	24.5%	2.2%	412	36.9%	
	死別	31	41.9%	6.5%	32	37.5%	
	離別	30	46.7%	3.3%	30	46.7%	
同居家族	いる	552	29.3%	3.4%	551	39.9%	
	いない	54	59.3%	5.6%	53	49.1%	
経済的な暮らし (ゆとりの有無)	ある	77	19.5%	0.0%	76	30.3%	
	普通	276	24.6%	1.8%	279	34.4%	
	なし	275	43.3%	6.2%	272	50.7%	
健康状態	よい	221	16.3%	0.5%	219	23.7%	
	ふつう	316	33.2%	1.9%	312	43.9%	
	よくない	88	68.2%	17.0%	87	75.9%	
生活への満足度	満足	376	18.4%	1.1%	372	29.8%	
	不満	107	58.9%	11.2%	105	65.7%	
	どちらともいえない	141	48.9%	3.5%	140	53.6%	
外出頻度 (春から秋)	週1回以上	589	32.6%	3.4%	587	41.6%	
	週1回未満	33	24.2%	3.0%	34	29.4%	
外出頻度 (冬)	週1回以上	575	31.7%	3.5%	573	41.0%	
	週1回未満	42	38.1%	2.4%	41	43.9%	
移動手段	ある	581	31.2%	3.3%	579	40.8%	
	ない	39	48.7%	7.7%	40	42.5%	
コミュニケーション・社会参加	コミュニケーション・社会参加している	615	31.4%	3.3%	614	40.6%	
	コミュニケーションも社会参加もしていない	13	69.2%	15.4%	13	61.5%	
相談相手	いる	584	29.8%	2.6%	583	38.4%	
	いない	44	63.6%	15.9%	44	75.0%	
地域・社会との つながりが深いこと	良いと思う	262	23.3%	1.5%	258	30.6%	
	良くないと思う	44	61.4%	13.6%	44	63.6%	
	どちらともいえない	296	36.1%	3.7%	294	47.6%	
近所の人と顔の 見える関係性が 築きやすいこと	良いと思う	345	24.3%	1.7%	340	33.2%	
	良くないと思う	40	62.5%	17.5%	40	62.5%	
	どちらともいえない	225	39.1%	3.6%	224	49.1%	
市内で生活が 完結できること	良いと思う	252	28.6%	1.6%	248	36.3%	
	良くないと思う	155	39.4%	8.4%	154	44.8%	
	どちらともいえない	202	32.7%	2.0%	201	44.3%	
人が少なく 静かなこと	良いと思う	231	35.9%	2.6%	228	44.7%	
	良くないと思う	133	34.6%	3.8%	131	40.5%	
	どちらともいえない	244	28.3%	4.1%	243	37.9%	
都会的ではない こと	良いと思う	276	32.2%	2.9%	274	41.6%	
	良くないと思う	88	36.4%	6.8%	84	42.9%	
	どちらともいえない	247	31.6%	2.8%	247	40.1%	
四季の移ろいが 豊かなこと	良いと思う	530	29.6%	1.9%	523	38.0%	
	良くないと思う	5	80.0%	60.0%	5	80.0%	
	どちらともいえない	79	48.1%	10.1%	79	58.2%	