

# 新型コロナウイルス流行に係る生活の変化と 孤独に関する調査報告

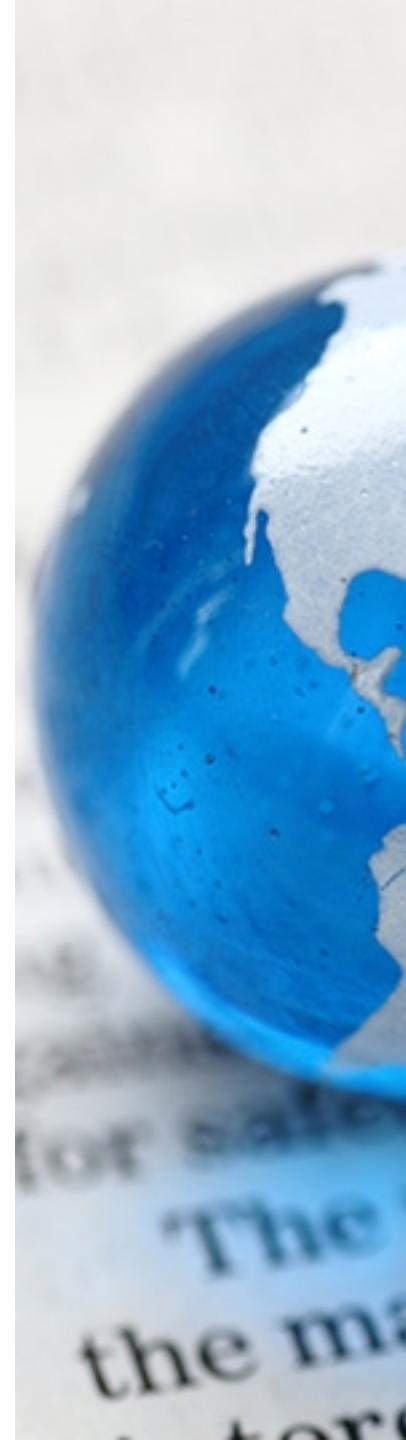
---

株式会社野村総合研究所  
コンサルティング事業本部  
社会システムコンサルティング部  
坂田 彩衣

2021年7月12日

**NRI**

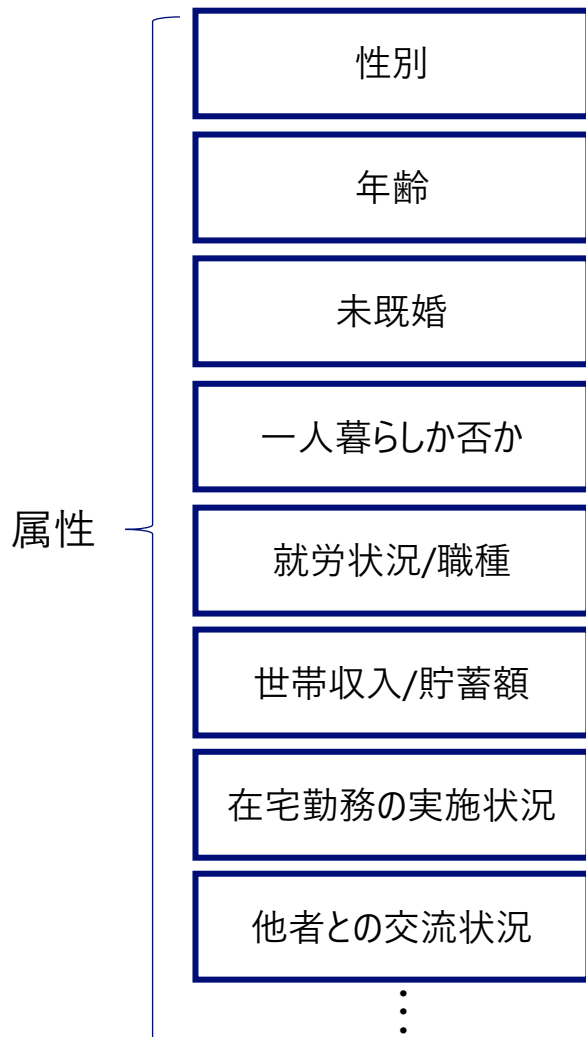
*Share the Next Values!*



## 調査概要

- 調査名：「新型コロナウイルス流行に係る生活の変化と孤独に関する調査」
- 調査実施期間：2021年5月7日～5月9日
- 調査手法：インターネットアンケート
- 調査対象：全国の20代～80代の男女2,204人
  - 内訳：20代、30代、40代、50代、60代以上×男女の10セグメントにおいて各200名程度
  - ※調査結果の数値は、総務省「年齢(5歳階級)、男女別人口(2020年11月平成27年国勢調査を基準とする推計値、2021年4月概算値)」に基づき、人口構成比に合わせてウェイトバック処理を実施

孤独に関する設問について、複数の属性別に分析することで、日常において孤独を感じているひとや、コロナ禍で孤独を感じるが増えたひとの可視化を図った。



### ■ 孤独に関する設問

- あなたは日常において、孤独を感じることがありますか？  
A) よく感じる  
B) 時々感じる  
C) あまり感じない  
D) 全く感じない
- 新型コロナウイルス流行前と比較して、現在のあなたは孤独を感じるが増えましたか？  
※設問1でA) もしくはB) と回答したひとのみ表示  
A) 増えた  
B) やや増えた  
C) 変わらない  
D) やや減った  
E) 減った
- 孤独を感じているとき、相談する相手はいますか。あなたの気持ちに最も近いものを選んでください。  
※設問1でA) もしくはB) と回答したひとのみ表示  
A) 相談する相手がいる／すでに誰かに相談している  
B) 相談したいが、する相手がいない／相談することができていない  
C) そもそも相談したいと思っていない

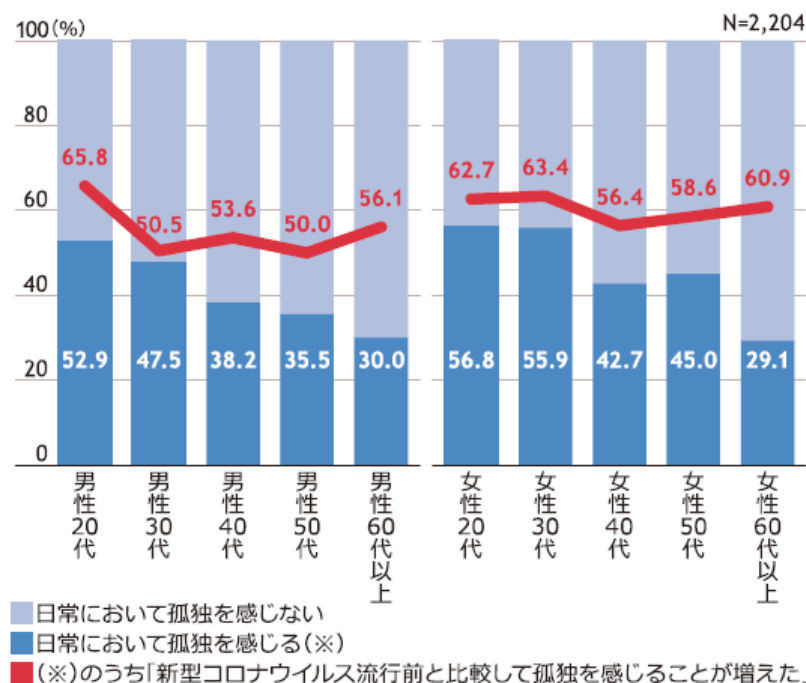
## 新型コロナウイルス流行に係る生活の変化と孤独に関する調査の結果

### 若者の孤独が顕著にみられる。

### 男性は女性と比較して、孤独の状況を他者に相談することが苦手である。

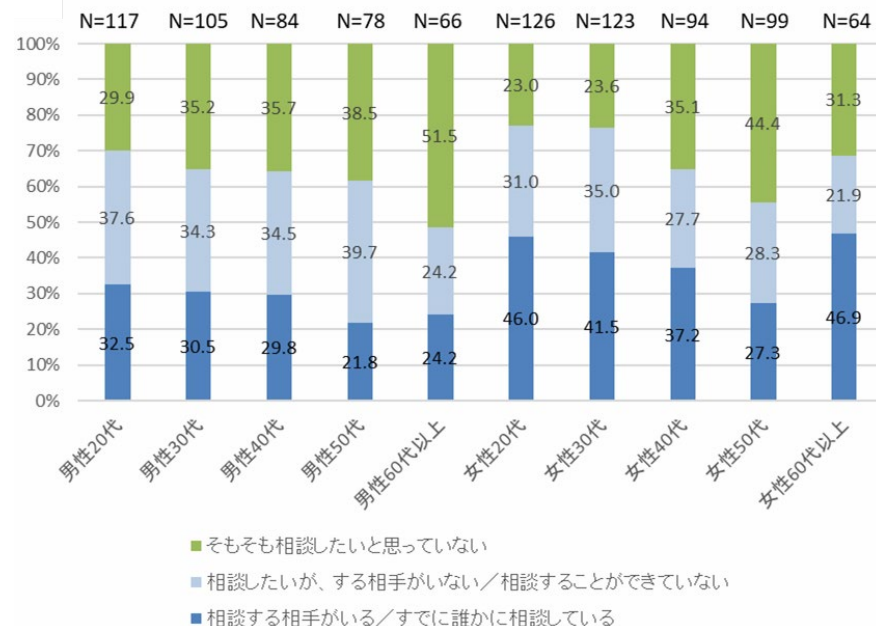
- 男女ともに20～30代の若年層の2人に1人が日常において孤独を感じている。（図表1）
- その「孤独を感じる」と回答した20～30代の男女のうち5～6割以上が、「新型コロナウイルスが流行する前と比較して、孤独を感じるようになった」と回答。（図表1）
- 孤独を感じる割合の高い20～30代のうち、女性は4割以上が相談することができる。一方、男性は3～4割近くが「相談したいが、する相手がいない」と回答。（図表2）
- 男性は年齢が上がるにつれて、「そもそも相談したいと思っていない」と回答する割合が増加する。（図表2）

図表1：男女年代別孤独の状況



図表2：男女年代別・孤独を感じているときの相談相手の有無

（日常において孤独を感じているひとのみ回答）

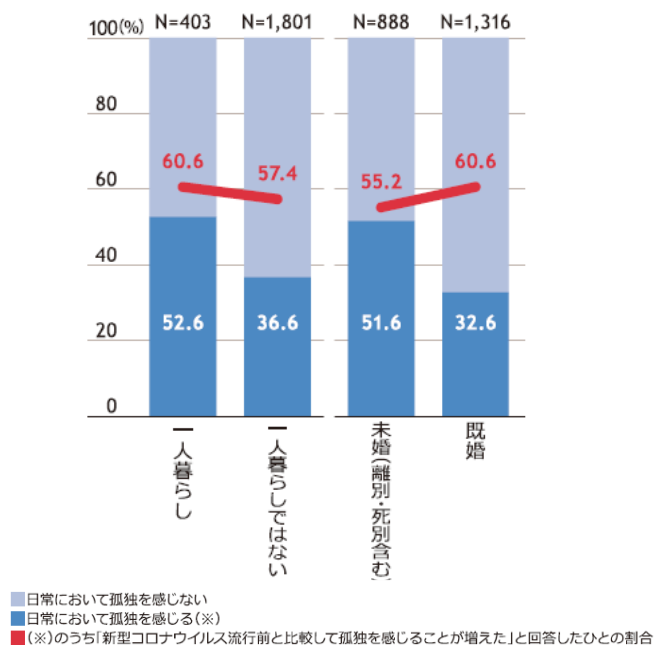


## 新型コロナウイルス流行に係る生活の変化と孤独に関する調査の結果

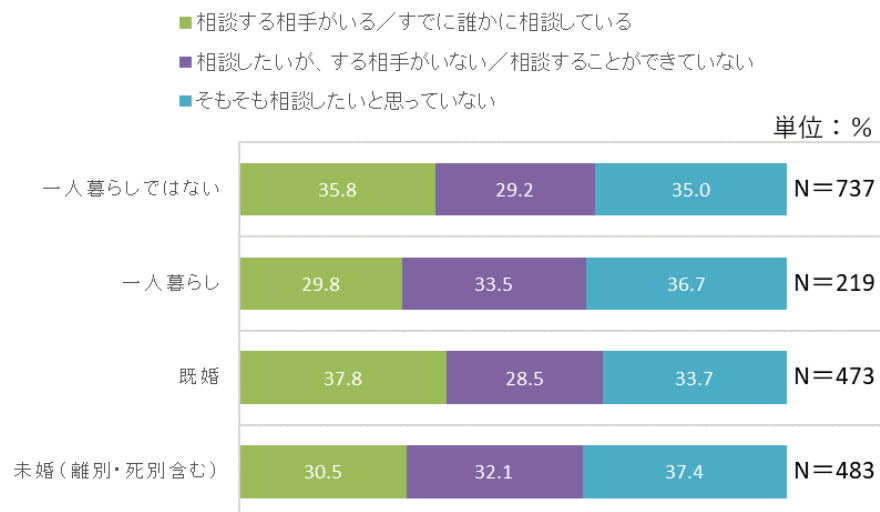
# 既婚者や一人暮らしでないひとでも3人に1人が孤独であり、 配偶者や同居相手が孤独の相談相手になるとは限らない。

- 一人暮らしではないひとより一人暮らしのひとの方が、既婚者より未婚者の方が孤独を感じているという事実は想定内。ただ、一人暮らしでないひとや既婚者でさえも約3人に1人が日常において孤独を感じていると回答している。（図表3）
- コロナ禍で孤独を感じるが増えたと回答した割合は、未婚者より既婚者の方が高い。（図表3）
- 既婚者も一人暮らしでないひとでも、そのうち約3割が「相談したいが、する相手がいない／相談することができていない」と回答。（図表4）

図表3：一人暮らしか否か、未既婚別孤独の状況



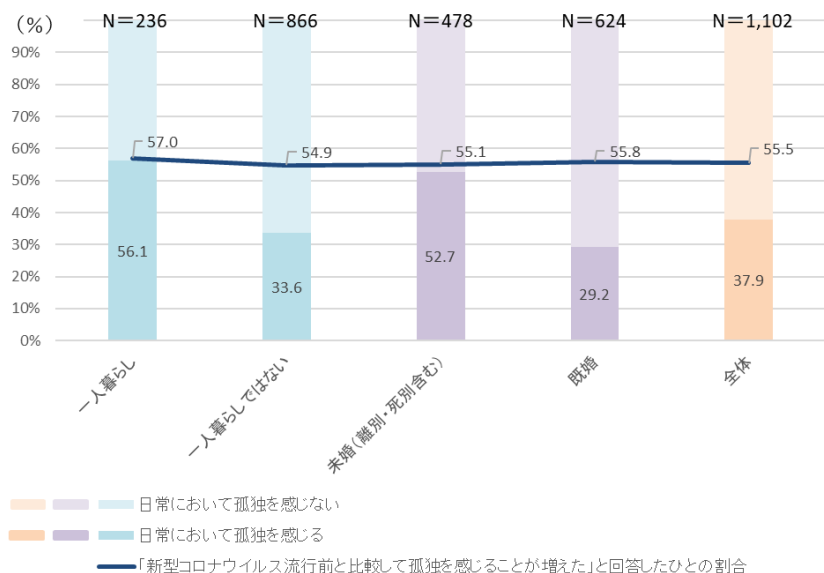
図表4：一人暮らしか否か、未既婚別  
孤独を感じているときの相談相手の有無  
(日常において孤独を感じているひとのみ回答)



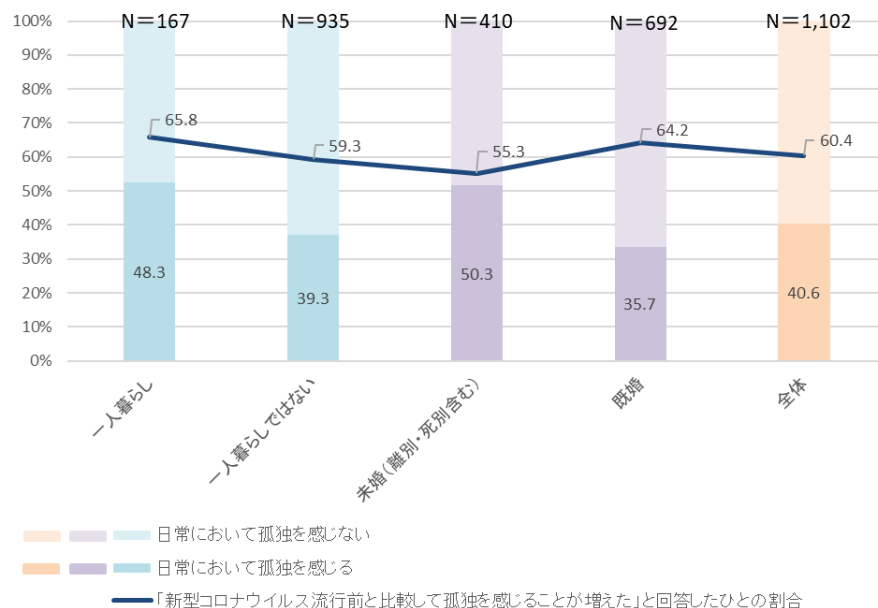
## 女性の中でも、一人暮らしの女性、または既婚の女性がコロナ禍で孤独を感じるが増えた。

- 男性よりも女性の方が孤独を感じやすく、女性の6割が「新型コロナウイルスが流行する前と比較して、孤独を感じるが多くなった」と回答している。（図表5、6）
- 男性は一人暮らしと一人暮らしでない、未婚と既婚で、孤独を感じる割合にそれぞれ20%以上の差がある。（図表5）
- 一方女性は、一人暮らしか一人暮らしでないか、未婚か既婚かに男性ほどの差が見られない。ただし、一人暮らしの女性や既婚の女性の約65%が「新型コロナウイルス流行前と比較して孤独を感じるが増えた」と回答。（図表6）

図表5：【男性】一人暮らしか否か、未既婚別孤独の状況



図表6：【女性】一人暮らしか否か、未既婚別孤独の状況

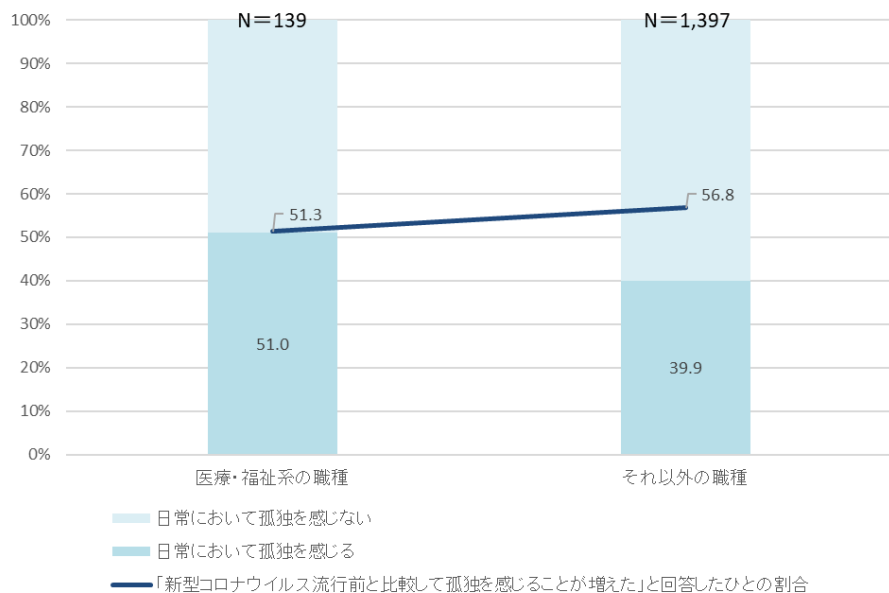


## 新型コロナウイルス流行に係る生活の変化と孤独に関する調査の結果

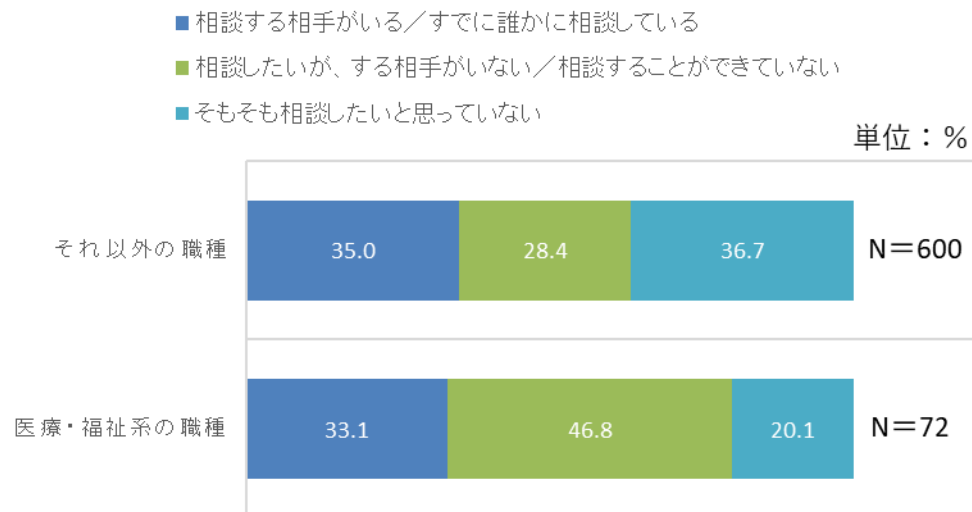
# 医療系・福祉系の職種で孤独を感じているひとのうち、4割以上が相談したくても、する相手がいない状況。

- 新型コロナウイルスの影響を大きく受けている医療系・福祉系の職についている方の2人に1人が孤独を感じている。この割合はそれ以外の職種の方が孤独を感じる割合（約40%）と比較して高い。（図表7）
- 医療系・福祉系の職種で孤独を感じているひとのうち、4割以上が「孤独を感じているとき、相談したいが、する相手がいない」と回答しており、この回答率は他の職種と比較すると特別高い。（図表8）

図表7：職種別の孤独の状況



図表8：職種別の孤独を感じているときの相談相手の有無  
(日常において孤独を感じているひとのみ回答)

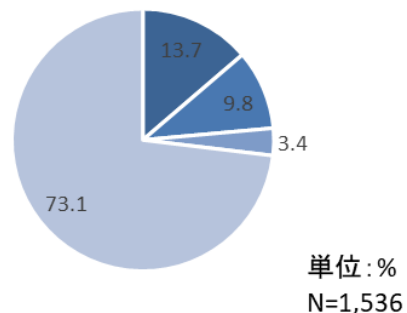


## 新型コロナウイルス流行に係る生活の変化と孤独に関する調査の結果

# 在宅勤務実施者は母数は少ないものの、在宅勤務を実施していないひとと比較して孤独を感じやすい。

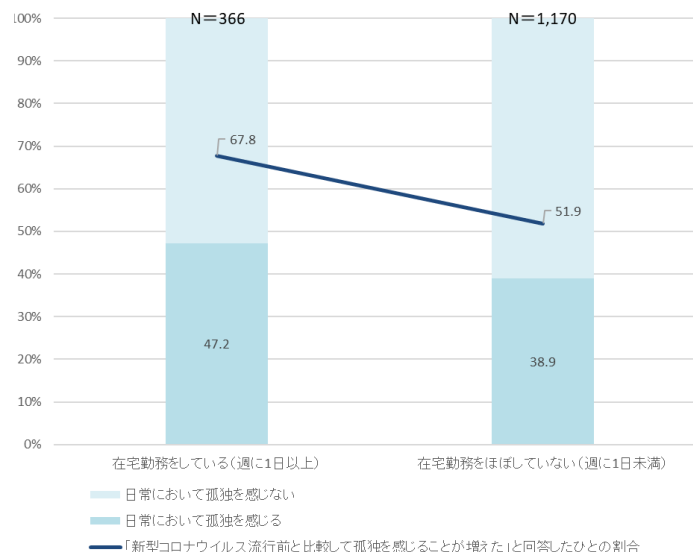
- 在宅勤務を実施しているのは、就労者の約27%のみであり、残りの約73%は在宅勤務ではない。（図表9）
- 在宅勤務を週に1日以上実施しているひとの2人に1人程度（約47%）が日常において孤独を感じており、その割合は在宅勤務をほぼしていないひとよりも高い。また、そのうち、約68%が「新型コロナウイルスが流行する前と比較して、孤独を感じるようになった」と回答している。（図表10）
- その理由として、対面での他者との交流頻度の減少が考えられる。在宅勤務を週に1日以上しているひとの約63%が対面での他者との交流頻度が減ったと回答している。（図11）

図表9：在宅勤務の実施状況

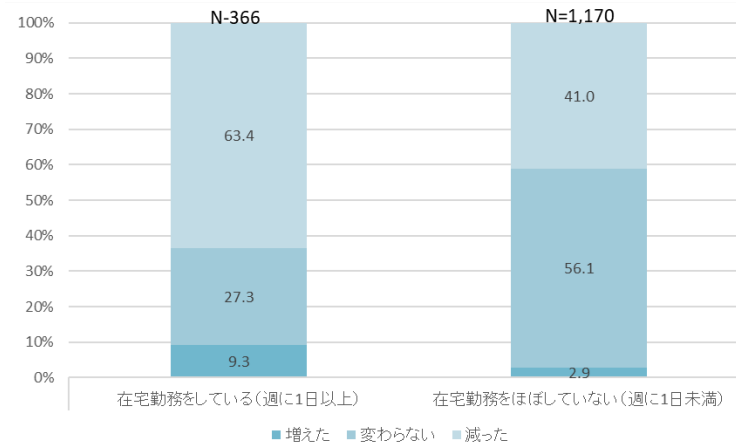


- 在宅勤務をしている(週4~5日程度、またはそれ以上)
- 在宅勤務をしている(週に1~3日程度)
- 在宅勤務をしている(週に1日未満)
- 在宅勤務はしていない

図表10：在宅勤務の実施頻度別孤独の状況



図表11：在宅勤務の実施頻度別対面での他者との交流頻度



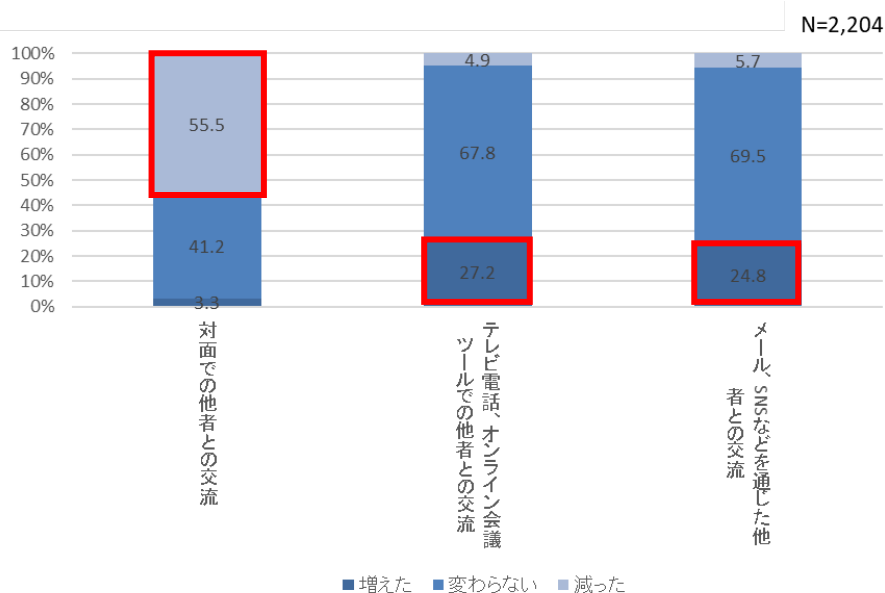


## 新型コロナウイルス流行に係る生活の変化と孤独に関する調査の結果

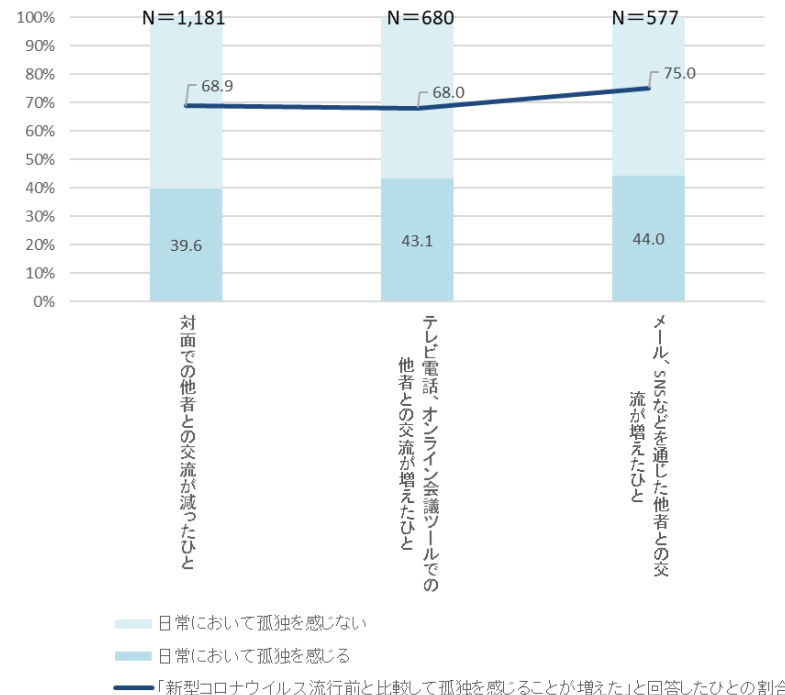
コロナ禍で対面での他者との交流が減ったひとの約7割が孤独を感じるが増えたと回答。一方で、対面以外での他者との交流が増えたひと、孤独を感じるが増えている。

- 2人に1人以上が新型コロナウイルス流行前と比較して、対面での他者との交流が減ったと回答。一方、テレビ電話、オンライン会議ツール、メール、SNSなどを通じた他者との交流頻度は「変わらない」と回答したひとが7割程度であり、「増えた」と回答したひとは3割弱。（図表12）
- 対面での他者との交流が減ったひと、テレビ電話、オンライン会議ツール、メール、SNSなどを通じた他者との交流頻度が増えたひとの約7割が「新型コロナウイルス流行前と比較して孤独を感じるが増えた」と回答。（図表13）

図表12：新型コロナウイルス流行前と比較した他者との交流の頻度



図表13：交流頻度の変化別孤独の状況

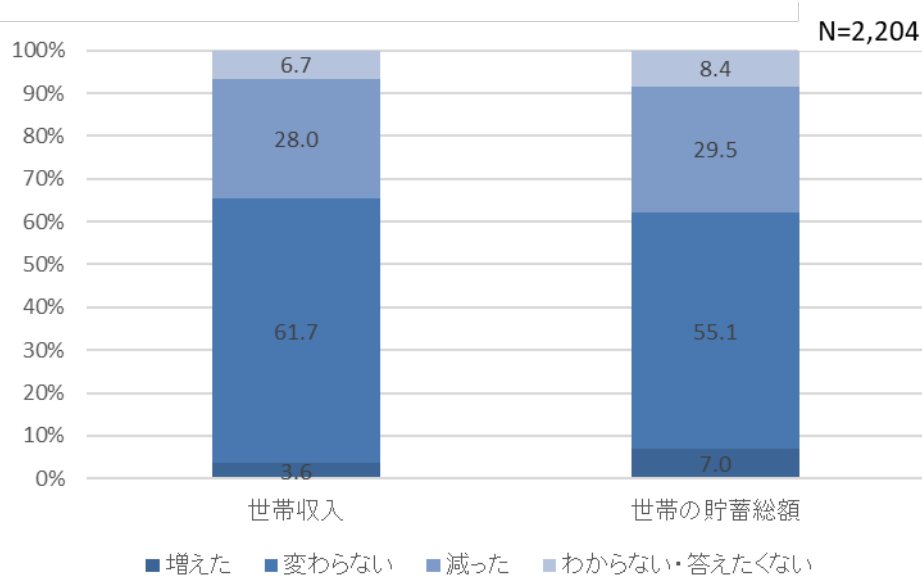


## 新型コロナウイルス流行に係る生活の変化と孤独に関する調査の結果

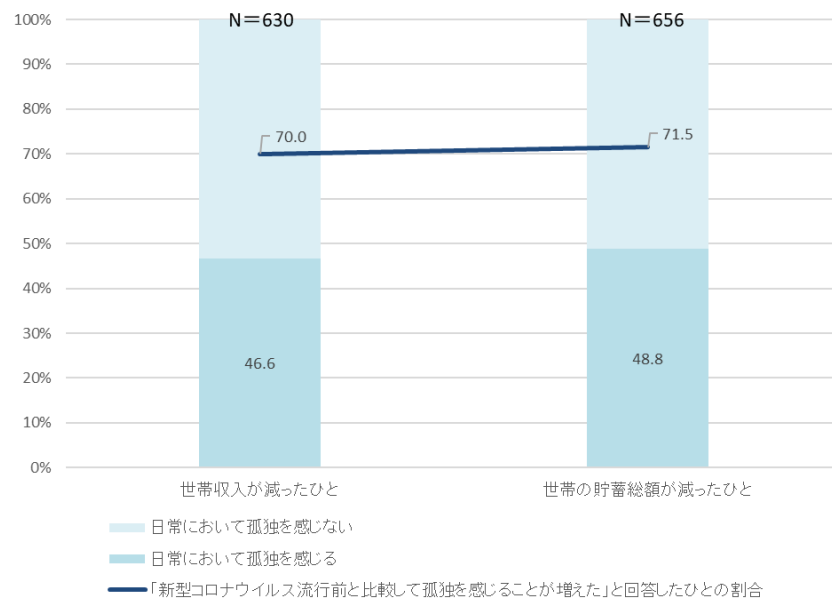
# 新型コロナウイルス流行前と比較して、世帯収入・世帯貯蓄が減ったひとのうち約7割が孤独を感じる頻度が増えている。

- 新型コロナウイルス流行前と比較して、世帯収入が減ったと回答した割合は28%、世帯の貯蓄総額が減ったと回答した割合は、約30%。半数以上が世帯収入も世帯貯蓄も、新型コロナウイルス流行前と比較して「ほぼ変わらない」と回答。（図表14）
- 新型コロナウイルス流行前と比較して、世帯収入および世帯貯蓄が減ったと回答したひとの約2人に1人が日常において孤独を感じている。また、そのうち約7割が、「新型コロナウイルスが流行する前と比較して、孤独を感じる事が多くなった」と回答している。（図表15）

図表14：新型コロナウイルス流行前と比較した世帯収入・貯蓄総額



図表15：世帯収入・貯蓄総額が減ったひとの孤独状況



## 新型コロナウイルス流行後、若者や既婚者など、これまでの孤独のイメージとは異なる層にも潜在的な孤独が存在することが明らかになった。

- 日常における孤独の感じ方や、コロナ禍での孤独の増加については、各属性で以下のような結果がみられた。
  - 男女ともに20～30代の若年層の2人に1人が日常において孤独を感じている。
  - 既婚者や一人暮らしでないひと3人に1人が日常において孤独を感じている。
  - 女性の中でも、一人暮らしの女性、または既婚の女性がコロナ禍で孤独を感じるが増えている。
  - 医療系・福祉系の職種で孤独を感じているひとのうち、4割以上が相談したくても、する相手がいない状況。
  - 在宅勤務実施者は母数は少ないものの、在宅勤務を実施していないひとと比較して孤独を感じやすい。
  - 新型コロナウイルス流行前と比較して、世帯収入・世帯貯蓄が減ったひとのうち約7割が孤独を感じる頻度が増えている。

📖 考察については、[PMR6月号Social Insight「若者の中に膨らむ孤独」](#)も参照されたい。

The text is framed by two decorative swooshes. The top swoosh is a gradient bar transitioning from blue on the left to red on the right. The bottom swoosh is a solid blue bar.

***Share the Next Values!***