

孤独・孤立とはどのような状態？

孤独・孤立とは、一般的には以下のように言われています。

「孤独」 主観的概念であり、ひとりぼっちとを感じる精神的な状態を指し、寂しいことという感情を含めて用いられることがある

「孤立」 客観的概念であり、社会とのつながりや助けのない又は少ない状態を指す

孤独と孤立は密接に結びついてますが、

孤立しているが孤独は感じていない

孤立していないが孤独を感じている

ということもあり得ます。

大事な点は、一人でいても、つながっても良いということ。

「一人でいること」自体が問題ではなく、悩みや困りごとが生じた際に一人で抱え込んでしまうことで、複雑化・深刻化するのが問題であるということです。

孤独・孤立に陥りやすい「つながりの薄い」社会

近年の社会環境の変化により、家族や地域、会社などとのつながりが薄くなり、誰もが孤独・孤立に陥りやすい状況になっています。

この状況は、社会の変化によって生じており、個人の責任（自己責任）ではありません。

さらに、ソーシャルメディアを使って多くの人とオンラインでつながっていても、孤独・孤立状態にある場合もあります。

働き方の多様化
ワーキングプアの増加
企業福祉の縮小

会社とのつながり

雇用の保障や
手厚い福利厚生

過疎化や高齢化
地域組織の衰退

地域とのつながり

地域の互助組織や
支えあい

少子高齢化
単身世帯の増加

家族とのつながり

家族や親族などによる
援助

オンラインのつながり

SNSやチャット、
オンラインコミュニティ



（例）つながりの薄い人の声

低賃金で残業も多い。
いつまで仕事を
続けられるか不安

足腰の痛みで一人で
買い物に行くのが大変。
近所に頼める人もいない

一人暮らしの親が
高齢になってきて心配だが、
相談できる親族がいない

孤独感を紛らわすため
SNSに毎日投稿している

孤独・孤立対策に関する施策の推進を図るための重点計画 令和7年改定のポイント

- 令和6年4月に孤独・孤立対策推進法（令和5年法律第45号）施行、同年6月に法に基づく重点計画を策定。
- 法施行後1年間、内閣府において孤独・孤立対策担当大臣を中心に、地方公共団体・NPO等の支援や孤独・孤立の予防を目指した取組等を重点的に推進。また、有識者会議や官民連携プラットフォームにおいても議論を重ねてきた。
- 本部の下に孤独・孤立対策推進会議において、関係府省庁の取組状況を確認し、地方公共団体、地域協議会、関係機関等（NPO等）の意見を聴取した上で、重点計画の改定案を推進本部において審議。

①現行計画の重点取組事項を着実に推進しつつ、②現在直面している課題・中長期的な課題等に的確に対応するため、重点計画を改定（孤独・孤立対策推進本部決定）

①令和6年計画の「特に重点を置いて取り組むべき事項」→ 取組を強化し、引き続き重点的に推進。

- ・ 地方公共団体への伴走支援やNPO等の取組支援等について、交付金等も活用しつつ、現場の工夫や課題も含めた横展開の取組を推進。
- ・ 「つながりサポーター」の更なる普及を始め、孤独・孤立状態の予防を目指した取組を強化。
- ・ 目標設定の好事例横展開などを通じ、重点計画に定める施策のエビデンスに基づく評価・検証を通じた取組など



②現在直面している課題・中長期的な課題等→新たに重点取組事項に盛り込み、関係府省連携して対策を推進。

【現在直面している課題】

✓ **小中高生の自殺者数が過去最多**

- － 令和6年は529人と過去最多。
- － 女子中高生についてみると、女子中学生・女子高校生ともに増加している現状

【中長期的な課題】

✓ **将来の単身世帯・単身高齢世帯の増加見込み**

＝孤独・孤立リスクを抱える方も増加見込み

- － 単身世帯数が今後増加し、2050年度44.3%（推計）

✓ **孤立死者数の推計：約2万2千人**

- － 孤立死WGが令和6年の推計を公表。
- － 「警察取扱死体のうち、自宅において死亡した一人暮らしの者」のうち、生前に社会的に孤立していたことが強く推認される「死後8日以上」を経過していたもの。

- 児童館やフリースペース、こども食堂といった家庭でも学校でもない多様な居場所づくり、子ども・若者の悩みを地域で受け止め、伴走支援を行う体制の構築、地域で教育や福祉等に携わる方の「顔の見える関係」づくりなど、こども・若者の孤独・孤立状態の予防に向けた取組の推進。

- 関係府省庁・地方公共団体との密接な連携の下、現役世代を含めた単身者等の孤独・孤立状態の予防や社会とのつながりを失い孤立死に至ることを予防する観点からの「居場所・つながりづくり」等、中長期的視野に立った孤独・孤立状態の予防のための取組の推進。

このほか、就職氷河期世代を含む中高年層の支援や、身寄りのない高齢者の支援についての関係府省庁が連携した取組の推進 など

孤独・孤立対策に関する施策の推進を図るための重点計画（R6.6.11決定（R7.5.27一部改定））のポイント

重点計画の意義

- 令和6年4月1日に施行された孤独・孤立対策推進法（令和5年法律第45号）に基づき、孤独・孤立対策推進本部において決定。
- 孤独・孤立対策に関する施策についての基本的な方針、孤独・孤立対策に関し、政府が総合的かつ計画的に講ずべき施策等を定め、重点計画に定める施策については、原則として、具体的な目標及びその達成の期間を定めることとされている（推進法第8条）。

現状認識等

- ◆ コロナ禍後も、社会問題の背景に孤独・孤立問題の存在が指摘される。足元では小中高生の自殺者数が過去最多。今後我が国では単身世帯や単身高齢世帯の増加、孤立死の増加が見込まれ、問題の深刻化が懸念。
- ◆ 関係府省庁、地方公共団体及びNPO等が有機的に連携し、社会のあらゆる分野に孤独・孤立対策の視点を入れることを徹底。
- ◆ 推進法に基づき、総理・担当大臣のリーダーシップの下、推進本部を中心に総合的な取組を強化・深化していく。

基本理念（推進法第2条）

- （１）孤独・孤立双方への社会全体での対応、（２）当事者等の立場に立った施策の推進
（３）社会との関わり及び人と人との「つながり」を実感できるための施策の推進

孤独・孤立対策の基本方針

（１）孤独・孤立に至っても支援を求める声を上げやすい社会とする

①孤独・孤立の実態把握 ②支援情報が網羅されたポータルサイトの構築・タイムリーな情報発信 ③声を上げやすい・かけやすい環境整備

（２）状況に合わせた切れ目のない相談支援につなげる

①相談支援体制の整備（電話・SNS相談の24時間対応の推進等）
②人材育成等の支援

（３）見守り・交流の場や居場所を確保し、人と人との「つながり」を実感できる地域づくりを行う

①つながり・居場所づくり ②アウトリーチ型支援体制の構築 ③施策の相乗効果を高める分野横断的な連携の促進 ④地域における包括的支援体制等の推進

（４）孤独・孤立対策に取り組むNPO等の活動をきめ細かく支援し、官・民・NPO等の連携を強化する

①NPO等の活動の支援 ②NPO等との対話の推進 ③連携の基盤となるプラットフォームの形成 ④行政における孤独・孤立対策の推進体制の整備

★ 特に重点を置いて取り組むべき事項

① 地方公共団体及びNPO等への支援

- ・連携の基盤となる地方版官民連携プラットフォームや孤独・孤立対策地域協議会の立ち上げ段階や設置後の伴走支援、設置の促進。
- ・交付金等を活用した支援に加え、活動事例の周知・横展開や、地方公共団体における取組の工夫や課題の把握・整理を行い、地域の実情に応じた対策が実施されるよう支援。

② 孤独・孤立状態の予防を目指した取組強化

- ・悩みや困りごとが深刻化・複雑化する前に対応する、孤独・孤立状態の予防の観点が必要。
- ・「孤独・孤立に至っても支援を求める声を上げやすい・声をかけやすい社会」の実現に向けた普及・啓発活動の実施。
- ・身の回りの人に関心を持ち、できる範囲で困っている人をサポートする一般市民「つながりサポーター」の普及。
- ・家庭でも学校でもない多様な居場所づくり、こども・若者への伴走支援、教育や福祉等に携わる方の顔の見える関係づくり等の推進。
- ・単身者等の孤独・孤立状態の予防や社会とのつながりを失い孤立死に至ることを予防する観点からの居場所・つながりづくり等の実施。

③ 重点計画に定める施策のエビデンスに基づく評価・検証を通じた取組の推進