日本における社会的孤立および孤独に関する先行研究レビュー

A Review of Previous Research on Social Isolation and Loneliness in Japan

日　吉　真　美*

Mami HIYOSHI

1．はじめに

今日の日本では社会的に孤立していることから適切な支援につながらずにひとりで問題を抱え込んでしまう人が存在することが度々メディアで報じられることがある。例えば、家族や周囲の人に相談ができずにひとりで出産したのちに乳幼児を遺棄した人やヤングケアラー、介護殺人、虐待、自殺などがある。中学生の頃からヤングケアラーで孤立していた男性が精神疾患を抱えた母親を殺めてしまった事件もあった[1]。

さらに、コロナ禍がその社会的孤立や孤独を深刻化させたとして2023（令和５）年３月に孤独・孤立対策の推進に関する法律案が閣議決定された。

国会内ではその孤独や孤立に関する議論がなされているが、本稿ではこれまでの日本国内の社会的孤立および孤独に関する研究はどのようなものがあるのかを確認することとする。

2．目的・方法

本稿では、日本における社会的孤立と孤独に関してどのような研究がなされているのか、雑誌の特集等では何が論じられているのか、定義づけはどのようになっているのかを幅広く確認することを目的とする。

調査方法は、国内文献検索サイトであるCiNii Researchを用いて、社会的孤立や孤独に関する情報を把握するためにタイトル検索で「社会的孤立」AND「孤独」と検索した。

上記に加え、内閣府が全国で実施した「人々のつながりに関する基礎調査（令和３年）」と「人々のに関する基礎調査（令和４年）」にて把握された日本の現状や、社会的孤立や孤立、孤独の定義につながりついても併せて確認した。

* ひよし　まみ　人間科学研究科人間科学専攻博士研究員
指導教員：安部　計彦

３．結果

3.1　内閣府によって把握された人々のつながりに関する日本の現状

（１）2021（令和３）年度の内閣府による調査

調査対象は日本国内の満16歳以上の者（無作為抽出、約２万人）で、有効解答率は59.3％であった。性別内訳は男性46.1％、女性52.7％、その他0.5％、無回答0.6％であった。

孤立に関する質問事項は、外出頻度、外出目的、行動範囲、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、各種支援の状況、他者への手助けの状況であった。

孤独に関する質問事項は、孤独感（Russell による UCLA 尺度[2]の日本語版３項目短縮版[3]（直接質問と間接質問））、継続期間、これまで経験したライフイベント、社会や他人とのかかわり方の満足度であった。その他にコロナ禍におけるコミュニケーションの変化等についての質問事項もあった。人々の孤立状態や孤独感を正確に把握するために、孤独感に関する質問項目の中で「孤立」という言葉も用いている。

結果、男性も女性も30代が最も孤独感を感じていたことが明らかとなった（内閣府（2021：８））。社会活動への参加状況は、参加していないと回答したものが53.2％と最も多く、次いでスポーツや趣味等の活動29.6％、PTA や自治会17. ５％であった（内閣府（2021：28））。また、全体的にコロナ禍になって直接人と会ってコミュニケーションをとることは減少したものの、日常生活における人付き合いは変化が見られなかった（内閣府（2021：59））。

（２）2022（令和４）年度の内閣府による調査

調査対象は日本国内の満16歳以上の者（無作為抽出、約２万人）で、有効解答率は56.1％であった。性別内訳は男性46.2％、女性52.9％、その他0.6％、無回答0.3％であった。

孤立に関する事項は家族や友人とのコミュニケーション手段や頻度、社会活動への参加状況、行政機関・NPO 等からの支援状況、他者へのサポート意識であった。

孤独に関する事項は、前年度の内閣府（2021）の調査と同様の内容であった。

その他にコロナ禍におけるコミュニケーションの変化等についての質問事項もあった。

結果、全体的に30代が最も孤独感を感じていたことが明らかとなった（内閣府（2022：７））が、男女別に見てみると男性は30代、女性は20代が最も孤独を感じていることが明らかとなった（内閣府（2022：８））。また、同居人がいない人の孤独感が強いという結果となった（内閣府（2022：13））。また、不安や悩みの相談相手がいる場合よりもいない場合の方が孤独を感じている人の割合が多かった（内閣府（2022：27）。また、前年度と同様に、全体的にコロナ禍になって直接人と会ってコミュニケーションをとることは減少したものの、日常生活における人付き合いは変化が見られなかった（内閣府（2022：63））。

3.2　文献調査結果

国内文献検索サイトである CiNii Research を用いて、「社会的孤立」AND「孤独」というキーワードで論文タイトル検索をした結果、43件であった（2023（令和５）年４月27日時点）。さらに、その43件のうちタイトルもしくはサブタイトルに「社会的孤立」、「孤立」、「孤独」が含まれる文献は37件あり、重複していたものを除いて32件であった。なお、査読付き学術論文は０件であった。

この32件の先行研究をテーマ内容別に表１にまとめた。

表１：論文タイトルに「社会的孤立」、「孤立」、「孤独」が含まれる文献（全32件）

番号	テーマ内容	著者名	件数
1	高齢者の社会的孤立や孤独に関するもの（孤立死、孤独死を含む）	あべ（2011）、Anonymous（2021）、新井（2010）、新井（2020）、藤森（2022）、合田（2021）、永井・堀井・吉田・林（2021）、井出・近藤（2023）、井藤（2023）、河合（2016）、木村（2023）、中島（2011）、新村（2023）、大塚・河西（2023）、斎藤（2023）、白波瀬（2015）、鈴木（2013）	17
2	社会的孤立および孤独の概念や定義、政策提言等	粟田（2023）、蝦名（2019）、藤森（2018）、三森（2012）、加山（2022）、斉藤（2022）	6
3	社会的孤立の国際比較による日本の特徴	斉藤（2021）、岩波（2021）	2
4	動物が社会的孤立や孤独に陥った時の分子神経メカニズム（研究報告）	福光・黒田（2023）	1
5	社会的処方に関するもの	長嶺（2023）	1
6	障害者の社会的孤立や孤独に関するもの	野澤（2022）	1
7	「ひきこもり」に関するもの	川北（2022）	1
8	交際相手の反復的暴力の要因に関するもの（研究報告）	荒井・三浦・吉田（2012）	1
9	更生保護に関するもの	今福（2020）	1
10	単独で生きる動物に関するもの	久世（2021）	1

具体的にどのような内容の文献であったのかを１）～11）に述べる。

１）高齢者の社会的孤立や孤独（孤立死、孤独死を含む）に関するもの

あべ（2011）によると、都心（主に東京都）の高齢世帯は居住の貧困[4]に苦しんでいることを述べている。また、地域ごと高齢化が進んでいることや、高齢になってからの転居によってひきこもり状態になり、孤独死が増加するとして、戸山団地を例に挙げている。2007年から孤独死防止を目的に、都内の民生委員が高齢世帯に情報誌を配布して安否確認をするという事業を開始したことを紹介している。

Anonymous（2021）[5]によると、複数の事例をもとに、肥満や飲酒よりも社会的孤立や孤独感を感じて生活することは、医療や福祉サービスにつながりにくくなり、結果的に短命リスクを上げると指摘している。勇気を出して周りに「助けて」とサポートを求めることが必要だと述べている。

新井（2010）は、人が誰からも看取られずに独りで亡くなったことを「孤立死」や「孤独死」、「独居死」という言葉が日本では使われていると指摘した上で、マスコミ等で頻用される「孤独死」を採用した。泉北ニュータウンを調査対象とし、2003年から2007年までの間の孤独死のデータより、男性118件、女性61件と、男性の方が女性よりも孤独死の数が多いことと、孤独死は地域間格差が見られたことを報告している。さらに新井は、生活保護を受給していない生活困窮者は孤独死のリスクが高いと指摘し、注意の必要があると述べている。

新井（2020）は、孤独死の要因について、「一人暮らしであること」、「貧困であること」、「家族支援制度の脆弱さ」[6]、「社会的孤立」の４つの要因があることを述べている。

藤森（2022）は、「社会的孤立」とは、他者との関係性が乏しい客観的状態を指し、寂しい感情や、独りぼっちであるといった主観的なものを「孤独」と定義づけている。藤森は自身が調査研究に携わっていたみずほリサーチ＆テクノロジーズによる調査[7]を引用し、会話の欠如や「頼れる人」の欠如、「手助けする関係」の欠如が、単身世帯の高齢男性（65歳以上）に多く見られることに着目している。単身世帯の高

齢男性が社会的孤立をすることで困ることは主に身元保証や日常生活、死後の手続きだとし、「伴走型の支援」が有効であると主張している。

合田（2021）は、主に単身高齢世帯や高齢者のみの世帯の社会的孤立に着目し、高度経済成長期に造成された分譲住宅団地の中のある一つの戸建て団地（人口420人、世帯数164戸、高齢化率23.3％）を対象に、孤立予防型コミュニティづくりの実践報告をしている。実践のきっかけは、対象となった戸建て団地の自治会長が団地内で孤立死が発生したことを憂い、住民と行政と大学に協力を仰いだことであった。この戸建て団地全体のストレングスを見出してコミュニティづくり活動につなげていったことを基盤に、合田は住民主体の孤立予防型コミュニティづくりモデル[8]を作成した。

永井・堀井・吉田・林（2021）は、介護者が親や配偶者等の介護のために多くの時間と労力を割いていく中での孤立していく過程を述べている。事例から介護者は、家族以外の人との付き合いに時間を割くことができなくなったり、介護のために転居をすることによって新たな地域での人間関係の構築に難しさを感じていたり、介護サービスへの抵抗感があったり等の困難さを抱えていることで孤立していくことが示唆された。外出する時間がない介護者のために、医療・介護の専門職は、介護者にとっての身近な社会資源を把握し、情報提供を行い、介護者が社会とのつながりを持ち続けられるように支援する体制を整えていく必要があると論じている。なお、社会的孤立の定義については、内閣府による「家族や地域社会との交流が客観的にみて著しく乏しい状態」[9]と Townsend による「家族や地域社会とほとんど接触がない」[10]から引用している。

新村（2023）は、海外で行われた疫学的研究を紹介し、高齢者が社会的に孤立することにより孤独が深まり、不安と抑うつにつながることを主張している。高齢者の身体的能力等の喪失や、不安等を受け止め、支える必要があると述べている。なお、社会的孤立や孤独等の定義については、Ong AD ら[11]による定義を用い、社会的孤立は他人との社会的接触が最小限の客観的状態であり、孤独は大切な人との親密さが欠如した寂しさの主観的な状態であるとしている。

井出・近藤（2023）は、社会的孤立の定義を Townsend[12]が提唱した「社会的孤立（social isolation）は家族やコミュニティとほとんど接触のない状態」とした。井出らは高齢者の社会的孤立と孤独の疫学的研究を行ったところ、交流や社会参加が減少した高齢者はそうでなかった高齢者と比較してうつ状態やフレイル[13]のリスクが高かったことが明らかとなった。

井藤（2023）は、Townsend や Meeuwesen[14]、粟田[15]が提唱した社会的孤立の定義を紹介し、高齢者の社会的孤立と地域精神保健の課題を述べている。Meeuwesen が提唱した社会的孤立の定義とは、意味のある社会的ネットワーク（個人の社会的ニーズの充足）の欠如としている。また、粟田が提唱した社会的孤立の定義は、必要な社会的支援の利用を可能にする社会的ネットワークの欠如としている。それらの定義を井藤は使用している。複数の事例を挙げながら、単身世帯の高齢者は、健常な状態であれば社会活動が維持できるものの、認知症の症状が出始めた場合は閉じこもり等の行動変容が見られると述べている。また、通院している高齢者が社会的孤立を自覚して不安を感じているという発言があった場合やそのような様子が見られた場合には、医療者は軽く受け流すのではなく、きちんと受け止めて必要な支援に繋げるようにとしないといけないと警鐘を鳴らしている。

河合（2016）は、家族ごと地域から孤立していくことで、心中事件や子どもによる亡き親の年金不正受給につながると指摘している。河合が1995年に実施した東京都港区（以下、港区）の単身世帯の高齢者に対するアンケート調査から、港区の単身世帯の高齢者を５つの類型（多重困難型、外出困難型、経済困難型、関係困難型、生活安定型）に分類した。生活安定型の特徴としては、持ち家が約７割であったことが明らかにされた。

木村（2023）は、高齢者の社会的孤立と孤独がアルコール摂取の増加につながることを指摘し、孤独への介入がアルコール問題の予防につながるのではないかと述べている。

中島（2011）は、大阪府の泉北ニュータウンの孤独死の多さに着目し、年別・性別・住居形態別に単純集計をし、特徴を述べている。2003年から2007年までの５年間の間に計108件の孤独死が発生しており、男性の孤独死は女性の孤独死の1.7倍であったことを明らかにした。住居形態別では、公営住宅がもっとも孤独死が多く、次いで公団住宅、戸建て、その他ということが明らかとなった。さらに自治会組織率が高い住区では孤独死の発生率が低い傾向であった。孤独死対策としては、予防と早期発見が重要であり、特に支援につながっていない低所得の高齢世帯を注視する必要があると述べている。

大塚・河西（2023）は、高齢者の自殺に着目し、地域における対策として、啓発活動やスクリーニング等医療モデルだけではなく、ソーシャルサポート等の援助体制、地域のこころの健康づくり、関連機関のネットワーク等の包括的な自殺予防体制が重要だと述べている。自殺対策と今後抱えていくと想定される地域の健康保健問題への対策も必要であるとしている。

斎藤（2023）は、高齢者の社会的孤立と孤独が認知機能低下を促進させることを指摘し、わずかな認知機能低下が生活の質の劣化に直接つながり、福祉サービスへのアクセスの悪さが加わると、生活の破綻が促進すると述べている。そうならないために、高齢者の社会活動を支援することが必要であるとしている。

白波瀬（2015）は、大阪府のあいりん地区の福祉に着目し、大阪市内の各社会福祉協議会が社会的孤立と孤独への対策として「地域における要援護者の見守りネットワーク強化事業」を実施し、「ひと花センター」が「ひと花プロジェクト」という農作業や体験学習、ボランティア活動等をしていることが、社会的孤立や孤独を防止しているのではないかと述べている。

鈴木（2013）は、社会的孤立は関係の断絶であるが、孤独はその断絶に伴う心理的苦痛であると述べている。米国と日本の研究や高齢者の犯罪等を紹介した上で、社会的孤立をすることにより孤独を感じ、孤独を感じることで社会的孤立から脱することができる場合とそうでない場合があることを図示している。孤独への対処として、再び社会とのつながりを求めて行動する場合だけではなく、社会的孤立をしたままアディクションを選択する場合もあるとしている。高齢者の社会的孤立に関する対策について、「高齢者の問題については、第１次的に社会的に孤立しないようにすることは言うまでもない。加えて様々な施策の実施について、孤独とそれに伴う主観的苦痛についても念頭に置くことも有意義ではないかと考える。」と述べている。なお、社会的孤立や孤独に関する定義についてだが、鈴木は Townsend が提唱した社会的孤立の定義である「家族やコミュニティとほとんど接触がないこと」[16]と孤独の定義である「仲間づきあいの欠如あるいは喪失による好ましからざる感じをもつこと」[17]を紹介している。さらに、不快な感情を伴わない状態である Aloneness[18]や、自ら一人になる Solitude[19]は、深く集中する機会を提供するということを紹介している。鈴木は社会的孤立を「失業、退職、離婚、配偶者との離別等ライフイベントの変化など何らかの理由で本人と家族やコミュニティなどとの社会的関係が断絶することである」と定義づけている。

２）社会的孤立および孤独の概念や定義、政策提言等

粟田（2023）は、社会的孤立と孤独の概念や研究枠組みの種類を解説している。1950年代に Townsend が実施した「高齢者の家族生活」という調査で社会的孤立を「社会的つながり」の欠如の客観的側面だとし、孤独を「社会的つながり」の欠如の主観的側面であると概念化したことを初めに述べている。社会的孤立研究の理論的枠組みは、主に「ネットワーク分析」、「ソーシャルネットワーク・アプローチ」、「ソーシャルサポート・アプローチ」の３種類であるとしている。また、孤独研究の理論的枠組みは「認知的アプローチ」であると述べている。さらに、認知機能低下が見られる高齢者や障害がある高齢者にとっては寄り合いの場所に足が向かない傾向だと指摘している。社会的孤立や孤独のリスクがある高齢者の人権とウェルビーイングを守る社会モデルが必要だと主張している。

蝦名（2019）は、WHO ヨーロッパ支局が2003年に社会的孤立や孤独がおよぼすリスクについて取り上げたことと、その後2018年に英国のメイ首相が孤独担当大臣という大臣のポジションを新設したことを取

り上げた連載記事を書いている。英国のストーン・オン・トレントのブルー・アイリス・プロジェクト[20]を例に取り上げ、現代社会における孤独撲滅につながると述べている。

藤森（2018）は、社会的孤立の対策を主に「孤立に陥っている人に対する相談窓口の拡充」、「地域コミュニティの強化」、「働く意欲がある高齢者が働き続けられる社会を構築し、すぐに就労することが難しい現役世代に対して体験学習や就労訓練等の支援つき就労ができるようにすること」の３つを提案している。

三森（2012）は、社会的孤立と孤独に対するキリスト教社会福祉の実践報告をしている。寿地区での実践では、福祉事務所と保健所のワーカーらと勉強会を事前に行った上で、精神障害者が安心してゆったりできる居場所を作り、夜回りを開始した。教会の役割への期待や声掛けの重要性について述べている。

加山（2022）は、孤立・孤独に対応する地域福祉の政策・実践について、富山県氷見市の事例を挙げている。氷見市は各福祉担当課と社会福祉協議会が受託する生活困窮者自立支援事業やCSWが連携していることに加え、定例会議で包括的な支援の調整を行うといったいわゆる重層的支援（包括的相談支援、参加支援、地域づくりに向けた支援）を全国の中でもいち早くしていたのではないかと述べている。そして、こういった支援や社会資源は自治体間格差があることを指摘している。

斉藤（2022）は、Townsendの社会的孤立の定義を示し、孤立死や孤独死という用語について言及している。斉藤は、社会的孤立が原因となって死後長期間放置された状態を指す言葉としては、「孤独死」ではなく「孤立死」が最適ではないのかと述べている。社会的孤立は「9060問題」と呼ばれる世帯全体が孤立したケースもあることを述べている。コロナ禍を経て、地域の人々とのつながり方が変容しつつあるが、多様な居場所の整備をすることも社会的孤立や孤独の予防や軽減に寄与するのではないかと提案している。

３）社会的孤立の国際比較による日本の特徴

斉藤（2021）は、2005年のOECDのレポート[21]やSaito M, Aida J, Cable N et al（2021）による日本と英国の高齢者を対象とした大規模縦断調査[22]のデータを用いて社会的孤立の現状を捉え、32のランダム化比較試験および準実験デザインによる介入研究をまとめたシステマティックレビュー[23]から社会的孤立の軽減につながる介入を探っている。OECDによるレポートでは日本は「友人・同僚・社会団体の人と一緒に時間を過ごすことがほとんどない人」の割合が15.3％と25か国中で最も高いことが明らかになり、Saito M, Aida J, Cable N et al（2021）による日英の比較研究でも、日本の高齢者は英国の高齢者と比べて社会的孤立スコアが高い傾向を示したことを紹介している。システマティックレビューでは、趣味・文化活動、エクササイズ、健康教育・研修等の集団介入、ICT機器の活用が社会的孤立の軽減に効果的であったと報告されたことを紹介している。以上の複数の研究成果を踏まえた上で、アウトリーチ支援の重要性とポピュレーション・アプローチの視点からの地域のあり方の模索の必要性を説いている。

岩波（2021）は、英国のメイ政権が孤独担当相を新設し、孤独な人のニーズにあった地域活動への参加を手配し、リンクワーカー[24]のシステムを導入したことを紹介している。国連の持続可能な開発ソリューションネットワーク（以下SDSN）による世界幸福度調査[25]により、日本の幸福度は2020年時点で62位と低く、「寛容さ」や「主観的満足度」の評価が最も低いということが明らかとなり、日本社会が近代化の過程で切り捨ててきたものが多くあるのだと述べている。岩波は日本独自の孤独対策の必要性を訴えている。

４）動物が社会的孤立や孤独に陥った時の分子神経メカニズム（研究報告）

福光・黒田（2023）は、社会的孤立をしていることでストレスホルモンが慢性的に向上している可能性があるとし、分子神経レベルで明らかになってきた孤独研究を報告している。福光・黒田の研究室では、

内側視索前野[26]に着目した研究を行っている。研究成果として、実験でラットを一匹だけ群から引き離し、単独飼育される状況におくと、そのラットの脳内では、内側視索前野のカルシトニン受容体に結合するアミリン（ペプチドの一種）が減少し、孤独に対して「抵抗」する反応を示したことが明らかとなった。このメカニズムがヒトにも存在することはまだ明らかにされていないが、ヒトの孤独のメカニズムの深い理解と予防につながる可能性を示唆している。

5）社会的処方に関するもの

長嶺（2023）は、社会的処方[27]に着目し、社会的処方の発祥地である英国を参考にしながら、日本における健康格差や社会的孤立、孤独に対して社会的処方が有用であると述べている。医療者は福祉の視点とネットワークも持ち、本来必要とされる支援を患者につないでいくことができるのではないかと述べている。

6）障害者の社会的孤立や孤独に関するもの

野澤（2022）は、障害者の社会的孤立については昔から存在したが、2005年に障害者自立支援法（現：障害者総合支援法）が成立したことで利用できるサービスが全国に広がっていったが、サービスを利用することに負い目を感じている親やきょうだいも少なくないという。福祉に何ができるのかを野澤は思案し、寄り添う支援の重要性を説いている。

7）「ひきこもり」に関するもの

川北（2022）は、「ひきこもり」に関して年齢性別関係なく起こりうる現象だとして、ライフコースにおける孤立（社会的排除）のパターンを以下の①～③の３種類を提示している。

①　早期困難層：虐待、子どもの貧困、障害等
②　移行期困難層：不登校、就職期のひきこもり等
③　成人期困難層：介護離職、定年退職、セルフネグレクト等

川北は個人を単位とした包括的支援が必要であると提示している。具体的な例として、父親に必要な支援、母親に必要な支援、子ども（「ひきこもり」当事者）に必要な支援はそれぞれ違うことを挙げている。

8）交際相手の反復的暴力の要因に関するもの（研究報告）

荒井・三浦・吉田（2012）は、交際相手からの反復的暴力をもたらす要因を社会的孤立と孤独感の観点から都心在住の20代一人暮らしの女性を対象にインターネット調査（完全回答519名）し、パス解析を行った。結果、社会的孤立は被害者の孤独感を強め、数少ない親密な他者である交際相手への自己犠牲的態度をもたらし、反復的暴力をもたらすことにつながったことことが示唆された。なお、社会的孤立や孤独感と反復的暴力の直接的な因果関係はなかった。

9）更生保護に関するもの

今福（2020）は、非行や犯罪の背景に社会的孤立や過酷な生育歴があると述べている。更生保護施設が再犯防止につながる孤立防止の支援を自発的に行っていることを例に挙げ、このような息の長い支援が重要であると説いている。

10）単独で生きる動物に関するもの

久世（2021）は、オランウータンは地球上最大の樹上動物であることから群れで生きていくよりも孤独を選んで生きていくことで生存率を上げている点について着目し、孤独に対する捉え方の新しい示唆を得

た。孤独を選んでいるからといってオランウータンに社会性がないわけではなく、他の個体へ配慮し、自分の子以外の子を代わりに育てたりする等の行動が見られると述べている。このことは「孤独や孤立」と「他者への寛容さや優しさ」は対立しているものではないことを現代人に示してくれているのではないかと説いている。

4．考察

4.1　社会的孤立と孤独の定義について

まず、社会的孤立と孤独の定義について述べる。今回の文献調査では、社会的孤立と孤独の定義に特化した文献はなかったため、本稿で把握された文献の中で使用されていた定義について述べる。内閣府はRussell によるUCLA尺度を2021（令和３）年度と2022（令和４）年度の全国調査で使用していた。

その他の研究報告や特集における記事では、Townsend（1964）が定義したものを使用しているものが多く散見された。また、Ong（2016）が定義したものやMeeuwesen（2016）が定義したものを使用しているものもあった。さらに、Ester ら（1999）によるAloneness や、Reed（1990）によるSolitude という概念も存在することが明らかとなった。その他に粟田（2020）が定義したものもあった。以上の内容を表２にまとめた。

表２：社会的孤立と孤独の定義

提唱人物名	社会的孤立の定義	孤独の定義
内閣府（2021）（2022）	外出頻度や社会的交流、頼れる人が少ない状態	主観的に孤独を感じている状態（Russell（1996）のUCLA尺度を採用）
粟田（2020）	必要な社会的支援の利用を可能にする社会的ネットワークの欠如	
Townsend（1964）	家族やコミュニティとほとんど接触がないこと	仲間づきあいの欠如あるいは喪失による好ましからざる感じをもつこと
Ong（2016）	他人との社会的接触が最小限の客観的状態	大切な人との親密さが欠如した寂しさの主観的状態
Meeuwesen（2016）	意味のある社会的ネットワークの欠如や個人の社会的充足の欠如	
Ester ら（1999）	Aloneness という、不快な感情を伴わない状態がある	
Reed（1990）	Solitude という、自ら一人になるという状態がある	

本稿で述べてきた文献の中では、「孤独死」と「孤立死」という表記が散見され、いずれも「一人　で亡くなり、遺体の発見が遅れた人」の死の状態を指し、大きな意味の違いはない。「孤独死」という言葉に抵抗感を感じる人への配慮として「孤立死」と表現していると推察する。

表２の各研究者が提唱する定義は、社会的孤立は客観的な状態を指し、孤独は主観的な状態、感情を指していることから、「社会的孤立」に伴う負の感情を「孤独」と表現していると解釈できる（Aloneness やSolitude は除く）。

Aloneness やSolitude の場合は、無理をして周りの人と交流を頻繁にする必要性はないと考える。無理をして周りと関わり続けなければならないと思い詰めてしまうと、新たな苦痛を生みかねない。普段は一人で過ごすことが多かったとしても、助けが必要な時には周りや専門機関に相談を自発的にできるか、助けを差し伸べられた時に受け入れられるかどうかが重要になってくると考える。支援拒否の状態が社会的孤立や孤独であることの最たる問題なのではないかと考える。

今回の文献調査において、Townsend の定義を採用していた研究者が多かった。

社会的孤立や孤立、孤独、さらには孤立感や孤独感等という言葉についてだが、非常に曖昧な使い方をされていることが一般雑誌や新聞記事等では散見されるが、その理由としては、孤立と孤独はお互いが類義語として存在しているからだと考える。

孤独という表現をしがたい場合には孤立と表記するといったことがあると考えられる。現に対象者の孤独感を測る Russell の UCLA 尺度では、直接的に孤独かどうかを質問することと、孤立していると感じているかどうかを質問することとなっていることからも、「自分は孤独だ」と感じている人は孤独に関する直接的な質問に「はい」と答えるだろうが、「自分は孤独ではないが、孤立している感じがする」と感じている人は「いいえ」と答えることが想定されるのだろう。

4.2　社会的孤独や孤独に関する全国調査と先行研究等について

社会的孤立や孤独に関する全国調査と先行研究のテーマ内容別で示唆されたものを表３にまとめた。

表３：社会的孤立や孤独に関する先行研究で示唆されたもの

テーマ内容	示唆されたこと
日本国民の孤立や孤独の現状に関するもの（内閣府（2021）、内閣府（2022）による全国調査）	・30代が孤独を最も感じていた ・同居人がいない人の方が孤独を感じていた ・コロナ禍によって直接人と会うことは減少したが、日常生活における人付き合いの状況は変化がなかった
高齢者の社会的孤立や孤独に関するもの	・居住の貧困（あべ（2011）） ・短命リスクの増加（Anonymous（2021）） ・孤独死の地域間格差（Anonymous（2021）） ・「手助けする関係」の欠如（藤森（2022）） ・「伴走型支援」の有効性（藤森（2022）） ・孤立予防型コミュニティづくりの実践報告（合田（2021）） ・介護者の社会的孤立あり（永井・堀井・吉田・林（2021）） ・身体的能力の低下、抑うつの向上（新村（2023）） ・フレイルのリスク向上（井出・近藤（2023）） ・認知症の初期に閉じこもり等の行動変容あり（井藤（2023）） ・都市部の高齢者の５類型（多重困難型、外出困難型、経済困難型、関係困難型、生活安定型）（河合（2016）） ・孤独への介入がアルコール問題の予防につながる（木村（2023）） ・支援につながっていない生活困窮高齢者への目配りの必要性（新井（2010）、中島（2011）） ・ひと花プロジェクトというボランティア等の活動（大阪府のあいりん地区）（白波瀬（2015）） ・社会活動の支援の必要性（合田（2021）、井出・近藤（2023）、井藤（2023）） ・高齢者の包括的な自殺対策の必要性（大塚・河西（2023）） ・認知機能低下が生活の質の劣化につながる（斎藤（2023）） ・孤独を感じることで社会的孤立から脱する人もいれば、社会的孤立をしたままアディクションを選択する人もいる（鈴木（2013））
社会的孤立および孤独の概念や定義、政策提言等	・社会的孤立の理論的枠組みは、「ネットワーク分析」、「ソーシャルネットワーク分析」、「ソーシャルサポート・アプローチ」（粟田（2023）） ・孤独の理論的枠組みは「認知的アプローチ」（粟田（2023）） ・キリスト教教会による夜回りや居場所づくり（三森（2012）） ・支援や社会資源の自治体間格差（加山（2022）） ・社会的孤立は単身世帯だけの問題ではない（9060問題等）（斉藤（2022））
社会的孤立の国際比較による日本の特徴	・日本は英国に比べて高齢者の社会的孤立が多い（斉藤（2021）） ・アウトリーチ支援の重要性（斉藤（2021）） ・日本は他国に比べて「寛容さ」と「主観的満足度」が低い（岩波（2021）） ・日本独自の孤独対策の必要性（岩波（2021））
動物が社会的孤立や孤独に陥った時の分子神経メカニズム	・群でいるラットを単独飼育すると孤独に対する抵抗する反応が見られ、その際、脳内（内側視索前野）ではアミリンというペプチドが減少 ・ヒトにもラットと同様に孤独に陥った時のメカニズムがあるかどうかは不明（福光・黒田（2023））
社会的処方に関するもの	・社会的処方が社会的孤立と孤独、健康格差に有用 ・医療者が福祉の視点とネットワークも持つことで患者が必要な支援につながる（長嶺（2023））
障害者の社会的孤立や孤独に関するもの	・昔から社会的孤立せざるを得なかった時代背景あり ・現代でも家族はサービスを利用することに負い目を感じている場合がある（野澤（2022））
「ひきこもり」に関するもの	・「ひきこもり」は年齢性別関係なく、ライフコース別に起こりうる現象 ①早期困難層 ②移行期困難層 ③成人期困難層 ・個別支援と包括的支援が必要（川北（2022））
交際相手の反復的暴力要因に関するもの	・社会的孤立は被害者の孤独感を強め、それが交際相手（加害者）への自己犠牲的態度をもたらし、反復的暴力をもたらす（荒井・三浦・吉田（2012））
更生保護に関するもの	・非行や犯罪の背景に社会的孤立や過酷な生育歴あり ・公正保護施設は再犯防止につながる孤立防止の支援を実施（今福（2020））
単独で生きる動物に関するもの	・単独で生きる動物の代表であるオランウータンは、「孤独や孤立」と「他者への寛容さや優しさ」を合わせ持っていた（久世（2021））

内閣府（2021）の調査と内閣府（2022）による全国調査に関して述べる。日本の社会的孤立や孤独の現状を最も詳細に捉えていると考える。コロナ禍により社会的孤立が深まったことで自殺等の社会問題につながりやすくなったという点にいち早く着目し、調査を行ったことは、国民の潜在的なニーズや社会的孤立や孤独を抱えている可能性のある人々の発掘に貢献したのではないかと考える。20～30代の人々が他の年代に比べて孤独感を抱いていたことから、孤独感は高齢者だけの問題とは言い難い。両年度ともにコロナ禍で直接他人と会うことは減少したものの、日常生活における人付き合いの変化は見られなかったことから、コロナ禍でコミュニケーションが減少したことによる自殺率の増加とは言いがたく、むしろ他の要因があると考えられる。また、近年問題として周知されているヤングケアラー等については把握されなかったため、今後の調査項目として検討していただきたい。

高齢者の社会的孤立や孤独に関しては、居住の貧困や、生活保護等の支援につながっていない生活困窮者は非常に問題であると考える。高齢者は年金があるじゃないかと言っても、貯蓄がなければ国民年金のみで生活することは困難である。その場合、生活保護の申請や生活困窮者支援に相談すること等ができると考えるが、持ち家もなく、公営住宅にも入れず、居住環境が悪い部屋すら借りられずに、それらの問題を周りに相談できなかったり、適切な相談窓口を知らなかったり、周りに相談しても拒否されたりした当事者は途方に暮れて結果的にホームレス問題にもつながることであると考える。

社会的孤立や孤独の概念や政策提言については、粟田（2023）が紹介している英国のブルー・アイリス・プロジェクトの取り組みや藤森（2018）が提案している対策である相談窓口の拡充やコミュニティ強化、就労意欲に応えられる体制づくりは、現在ある地域や就労系の社会資源が担う仕事の範囲を拡充すれば実現することができそうだと考えるが、それらの事業にふさわしい人材はどのような人物であるのかについても議論がなされると具体的になるのではないかと考える。

キリスト教教会の地域での役割の重要性を説いた三森（2012）は社会資源や支援の自治体間格差があることを述べているが、孤独死に関する記事を執筆した新井（2010）は孤独死は地域間格差があると述べており、これらに関連性があるのではないかと考える。

国際比較研究（OECD のレポートや Saito らによる研究、SDSN による「世界幸福度調査」等）では、日本が英国と比べて高齢者の社会的孤立が多いことや、日本の幸福度が低いこと、日本人の寛容さや主観的満足度が低いことが明らかとなったことから、日本独自の孤独対策が必要だという岩波（2021）の主張に同意する。特に、「寛容さ」というものが失われたことで、他者を許すということも難しくなり、「気に入らなかったら最低限のつきあいもしない」といったように、人と人とのつながりが薄れていく、もしくは断ち切られていっているのではないかと考える。また、社会的孤立をしている人の中には、好きで孤立しているわけではないが、かわいそうだと他者に思われたくないから平気なふりをする、ということもあるのではないかと推察する。

動物が社会的孤立や孤独に陥った時の分子神経メカニズムが福光・黒田（2023）の研究から明らかになったとのことで、人間の脳内にもそのメカニズムがあるかどうかを確認したいところであろうが、実験をするとすれば、ある人を孤独の状況下におかなくてはならないため、倫理上の問題で確認することは難しいかもしれない。もし、このメカニズムが人間にもあると仮定するならば、周りとの関わりを絶って社会的孤立をし続ける人は、アミリンが減少して孤独感を感じていたとしても周りとかかわりを持とうとする行動ができない要因を持っている、もしくはそのような状況下であると考える。

社会的処方が医療者にとっては身近な言葉であるということで長嶺は論を展開している。確かに、福祉の相談窓口には行かないものの、病院には行っているという人に対して適切な支援につなげるには医療者の働きかけが重要になってくる。

障害者の社会的孤立や孤独に関するものについて、野澤（2022）は家族がサービスを利用することに負い目を感じることがあるということを述べているが、これは高齢者の介護サービス利用に対する抵抗にも

通じるものがあると考える。家族のことは家族内でしなくてはならない。必要以上に「よそ様に迷惑をかけないように」ということが胸に刻まれている人が多いのではないかと推察する。また、支援を受けることは自分が無力であったことを証明してしまうのではないかと恐れている人もいるのではないかと想像する。よく「自己責任」という言葉を筆者は幼い頃から耳にしていたが、この「自己責任」という言葉の「自己」が「家族」に置き換わって家族ごと孤立して問題を抱え込んでしまうのではないかと考える。行きすぎた「自己責任」は人間を孤立に追いやってしまうのではなかろうか。

「ひきこもり」に関するものについて、年齢性別関係なく起こりうる現象であるという川北の主張は昨今のひきこもり女子会 UX の活動等がなされていることからも同意できる。川北がひきこもったきっかけとそのきっかけが起こる時期を大きく 3 つに分けたことで、必要な支援の細やかな違いが見えてくると考える。前述と同様に、家族ごと孤立する可能性があるため、家族構成員それぞれに必要な支援は何かを把握して対応する必要があると考える。

交際相手の反復的暴力の要因に関するものについてだが、直接的に社会的孤立や孤独を取り扱った研究報告ではないが、社会的孤立をしていた、もしくは孤独を感じていた人が数少ない交流相手である交際相手から暴力を振るわれても尽くしてしまうことから再度暴力を振るわれてしまうということが荒井・三浦・吉田（2012）の研究から示唆された。なぜ尽くされると暴力を振るうという行動が強化されてしまうのかについての言及はなかったが、これが愛着の問題であるのか、支配関係によるものなのか、被害者を支配するためにあえて被害者を社会的に孤立させていくのか（他の異性や友人と連絡を取らせない等）等、様々なことが考えられる。

更生保護に関するものについてだが、今福（2020）によると、更生保護施設が取り組んでいる孤立防止の支援が再犯防止につながるということであった。罪を犯した人が再び地域で暮らしていくために、仕事や住居はもちろん必要だが、人とのつながりがあれば、困った時に知恵を借りることができ、問題解決の糸口を掴むこともできよう。ただし、誰彼構わずつながりを持ってしまうと、暴力団関係者や再び犯罪に手を染めてしまう形で困りごとを解消してしまうかもしれない。罪を犯してしまった発達障害や知的障害等がある人には適切な支援が受けられるように、福祉関係者とつながっておくことも必要であろう。適切な環境調整が必要であると考える。

単独で生きる動物に関するものについてだが、久世（2021）はオランウータンが単独行動で生きていくことで生存率を上げていることに着目し、オランウータンは孤独な生活でありながらも他の個体との協力関係が良好で、寛容さがあることを明らかにした。前述の OECD や Saito らによる国際比較研究の結果、日本人は社会的孤立が多いことが明らかとなり、さらに SDSN による世界幸福度調査によると寛容さ等があまりないということであったが、オランウータンだけではなく、「孤独」な生活を送りつつも他者に対する「寛容さ」を持つ人は存在するのではないかと考える。それでは、どのような人、どのような状態であると「孤独」と「寛容さ」の共存ができうるのだろうか。筆者は、他者の立場や振る舞いに対する理解をすることができ、心身や経済的に余裕を持っている人なのではないかと考える。

社会的孤立や孤独を抱えがちな日本人についてだが、「誰からもわかってもらえない」という思いに至る経験があったり、「ひとりぼっちであると思われたくない」、「弱いと思われたくない」、「他人に迷惑をかけたくない、迷惑をかけられない」、「相談なんてしたら、自分が人からどんな目で見られるかわからない」というような思いを抱えていたりするのではないだろうか。また、育児や介護等で物理的に社会から孤立してしまい、孤独を感じることがあるだろう。物理的に一人でいることは、集団の中で孤立していると感じたり孤独に苛まれていたりすることよりも辛い状況であるのだろうか。筆者はそうとも限らないのではないかと考える。普段は物理的に一人で過ごしていたとしても、必要な時に他者とつながりを持つことができていれば問題がないように思う。むしろ、一見集団に属して元気に過ごしているように見える人が抱える孤立や孤独の方が深刻であろう。周りに相談できる人がいるにもかかわらず相談できない心理的状況

にあり、解決すべき問題も抱え込んだまま最悪の事態をまねいてしまうことは非常に悲しいことである。社会的に孤立している人や孤独を抱えている人がどうすれば再び人とのつながりを取り戻せるか、必要な時に人を頼ることができるか、福祉等の専門職が日頃からできることはないか、心理的負担が少ないサービス利用方法はないか等、模索していく必要があると考える。

結論

本稿では、日本における社会的孤立と孤独に関してどのような研究がなされているのか、雑誌の特集等では何が論じられているのか、定義づけはどのようになっているのかを幅広く確認することを目的とした。

その結果、内閣府（2021）の調査と内閣府（2022）の調査から、全体的に30代の人が最も孤独を感じていたことが明らかとなった。また、定義に関しては、内閣府は社会的孤立を外出頻度や社会的交流、頼れる人が少ない状態であるとし、孤独を主観的に孤独を感じている状態（Russell の UCLA 尺度を採用）であるとしていた。多くの研究者は Townsend が提唱した社会的孤立と孤独の定義を用いていた。

日本における社会的孤立と孤独に関する先行研究には、高齢者の社会的孤立や孤独、孤立死、孤独死についての実践報告や文献が多く、次いで社会的孤立および孤独の概念や定義、政策提言等に関する文献が多かった。その他に障害者の社会的孤立や「ひきこもり」問題、更生保護における社会的孤立の防止の必要性、社会的処方の有効性、交際相手からの反復的暴力の要因は社会的孤立や孤独を発端とした自己犠牲的態度であったこと、単独で生きる動物が持つ孤独で生きていく必要性と他の個体に見せる寛容さの研究報告等があった。

支援に関する記述では、主に相談窓口の拡充や社会活動に参加できるように支援していくこと、ICT の活用、居場所づくり、認知症の初期症状を見逃さないこと、医療者からの働きかけ、自治会の活用、包括的支援、アウトリーチ支援の重要性等が述べられていた。

注

1. 朝日新聞（2022）「介助続けた母に手をかけた夜　孤独の「ヤングケアラー」が迎えた限界」、https://www.asahi.com/articles/ASQ7C5WVYQ6ZOBJB001.html?_requesturl=articles%2FASQ7C5WVYQ6ZOBJB001.html&pn=8, 20230526.
2. Russell DW, UCLA loneliness scale (version 3): reliability, validity, and factor structure. J Pers Assess. 1996,66 (1), 20-40.
3. 舛田　ゆづり・田高　悦子・ほか（2012）「高齢者における日本語版 UCLA 孤独感尺度（第 3 版）の開発とその信頼性・妥当性の検討」、日本地域看護学会誌、15（1）、25-32.
4. 居住の貧困：環境の悪い居住空間に高齢者が身をおいていること。
5. 雑誌「THEMIS」の pp.14-15を担当した記者名が不明のため、Anonymous と表記した。
6. 「家族支援の脆弱さ」：同居家族がいても障害や精神疾患を患っている場合、家族内の相互扶助が機能しないことを指す。
7. みずほリサーチ & テクノロジーズ（2021）「社会的孤立の実態・要因等に関する調査分析当研究事業報告書」、厚生労働省令和2年度社会福祉推進事業.
8. 孤立予防型コミュニティづくりモデル：地域全体のアセスメントや健康度測定、アンケート調査等を経て、活動の計画を立て、評価をし、研修会や会議をし、住民と行政（保健師等）が協働して地域のつながりを保つよう努め、よりよい地域にするための活動を行うというモデル。
9. 内閣府（2010）「平成22年度版高齢社会白書」.
10. Townsend P. 服部　広子．一番ヶ瀬　康子・訳（1957/1974）「老人の家族生活－社会問題として.」、東京：家政教育社、219.
11. Ong AD, Uchino BN, Wethington E. Loneliness and Health in Older Adalts; A Mini-Review and Synthesis. Gerontology, 62 (4), 443-449. 2016
12. Townsend P. The Family Life of Old People; An Inquiry in East London, Harmondsworth, UK, Penguin Books, 1964,

188-205.

13. フレイル：加齢や疾患によって身体的・精神的な様々な機能が徐々に衰え、心身のストレスに脆弱になった状態（鳥羽（2021））。
14. Meeuwesen L. A typology of social contacts. In Social Isolation in Modern Society, ed. by Hortulanus R, Machielse A, Meeuwesen L, Routledge, Abingdon, UK and NewYork, 2016, 37-59.
15. 粟田　主一（2020）「特集にあたって：一人暮らし、認知症、社会的孤立」、『老年精神医学雑誌』31（5）、451-459.
16. ピーター・タウンゼント（山室周平監訳）（1974）『居宅老人の生活と親族網　戦後東ロンドンにおける実証的研究』、垣内出版株式会社、227.
17. 前掲注13と同じ。
18. Ester S, Buchholz and Rochelle Catton, “Adolescents’ perceptions of aloneness and lonliness” Adolescence, 1999, 34, 211.
19. Reed W. Larson, “The Solitary Side of Life: An Examination of the Time People Spend Alone from Childhood to Old Age.”, Developmental Review, 1990, 10, 175-177.
20. ブルー・アイリス・プロジェクト：誰かの話し相手になりたくなった時に服に青いブルーアイリスのバッジをつけて、話しかけられたら話し相手になるという活動。
21. OECD. Society at a glance: OECD social indicators 2005 edition. Organization for economic. 2005. Available from: https://www.oecd-library.org/social-issues-migration-health/society-at-a-glance-2005_soc_glance-2005-en,2023.0522.
22. Saito M, Aida J, Cable N, et al. Cross-national comparison of social isolation and all-cause mortality among older adults: A 10-year follow-up study in England and Japan. Geriatr Gerontol Int 2021; 21-209.
23. Dickens AP, Richards SH, Greaves CJ, Campbell JL. Interventions targeting social isolation in older people: a systematic review. BMC Public Health, 2011, 11, 647.
24. リンクワーカー：ケアを受けたりできるように調整したりする役割を担う人。
25. The Sustainable Development Solutions Network. “Social Environments for World Happiness”, World Happiness Report, 2020. https://worldhappiness.report/ed/2020/social-environments-for-world-happiness/,20230526.
26. 内側視索前野：体温調節など自律神経系制御や性行動、養育行動等の神話的な社会行動制御を司る脳内の部分を指す。
27. 社会的処方：「社会的処方（social prescribing）という言葉は英国で生まれ、2016年に Social Prescribing Network より下記の定義が示されている。
『社会的・情緒的・実用的なニーズを持つ人々が、時にボランタリー・コミュニティーセクターによって提供されるサービスを使いながら、自らの健康とウェルビーイングの改善につながる解決策を自ら見出すことを助けるため、家庭医や直接ケアに携わる保健医療専門職が、患者をリンクワーカー（link worker）に紹介できるようにする手段である。患者はリンクワーカーとの面談を通じて、可能性を知り、個々に合う解決策をデザインする。すなわち自らの社会的処方を共に創り出しいく』」（長嶺（2023：1784））

【参考文献】

著者不明のものは Anonymous と表記した。

あべ　早苗（2011）「高齢者を孤独死させない行政努力と課題（東京・新宿区）」『議会と自治体』（153），34-37.

Anonymous (2021)「「ロンリネス」は肥満や飲酒より怖い 急増「孤独感 & 社会的孤立」は命（いのち）を縮める」『Themis』30（4），14-15.

荒井　崇史・三浦　絵美・吉田　富二雄（2012）「交際相手からの反復的暴力をもたらす要因－社会的孤立及び孤独感の観点からの検討－」『日本心理学会大会発表論文集』76（0），3PMB14-3PMB14.

新井　康友（2010）「泉北ニュータウンにおける孤独死・孤立の実態」『賃金と社会保障 ＝ Wage & social security』（1517），15-22.

新井　康友（2020）「孤独死の実態と要因に関する一考察」『日本の科学者』55（11），627-632.

粟田　主一（2023）「社会的孤立・孤独の概念と今日的課題」『老年精神医学雑誌』34（2），109-116.

蝦名　玲子（2019）「連載 ヘルスコミュニケーションと健康な社会づくりを考える Dr. エビーナの激レア欧州体験より・11 孤独と社会的孤立のエビデンス－英国での「孤独担当大臣」新設と取り組み事例」『公衆衛生』83（7），550-553.

福光　甘斎・黒田　公美（2023）「総説 社会的孤立・孤独と親和性社会行動の神経基盤」『BRAIN and NERVE』75（3），263-268.

藤森　克彦（2018）「個人の力で抜け出すのは難しい 社会的孤立の解消へ日本の政策に必要なこと」『週刊東洋経済』（6823），36-37.

藤森　克彦（2022）「身元保証や死後の手続きを誰が担うのか 身寄りのない単身高齢者が陥る社会的孤立」『週刊東洋経済』

（7084），62-63.
合田　加代子（2021）「住民主体の孤立予防型コミュニティづくり：住民・行政・大学の協働による取り組み」『精神科 = Psychiatry』39（1），71-80.
三森　妃佐子（2012）「シンポジウム 社会的孤立、孤独など社会から排除されている人々へのキリスト教社会福祉実践：希望の光が見える新たな社会作り　発題要旨１：『社会的孤立、孤独とキリスト教社会福祉実践』」『キリスト教社会福祉学研究 = Christian social welfare science』（45），105-110.
長嶺　由衣子（2023）「健康格差・社会的孤立・孤独を緩和するための社会的処方とは」『日本医師会雑誌 = The Journal of the Japan Medical Association』151（10），1784-1788.
永井　眞由美・堀井　利江・吉田　いつこ・林　真二（2021）「介護者の社会的孤立」『精神科 = Psychiatry』39（1），44-50.
内閣府（2021）「人々のつながりに関する基礎調査（令和３年）」，https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/kodoku_koritsu_taisaku/zittai_tyosa/r3_zenkoku_tyosa/tyosakekka_gaiyo.pdf, 20230517.
内閣府（2022）「人々のつながりに関する基礎調査（令和４年）」，https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/kodoku_koritsu_taisaku/zittai_tyosa/r4_zenkoku_tyosa/tyosakekka_gaiyo.pdf, 20230517.
中島　健（2011）「孤独死の調査データから見えてくる地域像・対策への視点」『議会と自治体』（153），21-27.
新村　秀人（2023）「高齢者の社会的孤立・孤独と不安・抑うつ」『老年精神医学雑誌』34（2），122-128.
野澤　和弘（2022）「障害者の社会的孤立と支援について」『自治体法務研究』（71），25-29.
久世　濃子（2021）「オランウータンの孤独」『精神科 = Psychiatry』39（1），24-30.
井手　一茂・近藤　克則（2023）「高齢者の社会的孤立・孤独の疫学研究」『老年精神医学雑誌』34（2），117-121.
井藤　佳恵（2023）「高齢者の社会的孤立と地域精神保健の課題」『老年精神医学雑誌』34（2），154-160.
今福　章二（2020）「社会的孤立・孤独と息の長い支援」『罪と罰』57（3），2-4.
岩波　明（2021）「日本人の孤独と幸福感」『精神科 = Psychiatry』39（1），81-86.
加山　弾（2022）「社会的孤立をめぐる地域福祉政策・実践の動向と課題：自治体と専門職の裁量権に着目して」『社会福祉研究 = Social welfare studies』（144），32-41.
河合　克義（2016）「ひとり暮らし高齢者の貧困と社会的孤立」『現代思想』44（3），80-97.
川北　稔（2022）「社会的孤立から考えるひきこもり・8050問題」『自治体法務研究』（71），21-24.
木村　充（2023）「高齢者の社会的孤立・孤独とアルコール問題」『老年精神医学雑誌』34（2），135-139.
大塚　耕太郎・河西　千秋（2023）「高齢者の社会的孤立・孤独と自殺」『老年精神医学雑誌』34（2），147-153.
齋藤　正彦（2023）「高齢者の社会的孤立・孤独と認知症」『老年精神医学雑誌』34（2），140-146.
斉藤　雅茂（2021）「社会的孤立の国際比較」『精神科 = Psychiatry』39（1），31-36.
斉藤　雅茂（2022）「社会的孤立の動向と問題の所在」『月刊福祉 = Monthly welfare』105（2），20-24.
白波瀬　達也（2015）「単身高齢化が進むあいりん地区の福祉（2）社会的孤立と孤独死」『部落解放』（714），78-87.
鈴木　雅之（2013）「社会的孤立と孤独：高齢者の社会的孤立を例として」『Research Bureau 論究：Journal of the Research Bureau of the House of Representatives』10, 131-146. https://www.shugiin.go.jp/internet/itdb_rchome.nsf/html/rchome/shiryo/2013ron10.pdf/$File/2013ron10.pdf, 20230516.
鳥羽　研二（2021）「フレイル」，メディカルノート，https://medicalnote.jp/diseases/ フレイル ?utm_campaign=フレイル&utm_medium=ydd&utm_source=yahoo, 20230521.