

研究所レポート

2013

No.3

新宿区の単身世帯の特徴

— 壮年期を中心として —



2014(平成26)年3月 新宿区新宿自治創造研究所

新宿区の単身世帯の特徴

— 壮年期を中心として —

新宿自治創造研究所ではこれまで、国勢調査や人口動態統計等のデータを用いて新宿区の人口・世帯に関する研究を行ってきました。その中で、新宿区は全国や他の自治体と比べて単身世帯や未婚者の割合が非常に高く、かつ増加傾向にあることが明らかになりました。

一人暮らしは、周りから干渉されずに自由気ままでいられる反面、一緒に暮らす人がいないため、生活習慣が乱れがちになり、病気や困り事があったときに誰かの支援を受けられずに孤立してしまう可能性があります。特に健康状態が良好ではなく、家族や友人などとの関わりが少ない人にとって大きな問題となり得ます。世帯の単身化が特殊な状況ではなく、一般的な状況になりつつある新宿区においては、他の自治体に先立って単身化の実態を把握し、単身化がもたらす課題に的確に対応するための準備をし、新たな取り組みを考えていくことが求められます。

当研究所では、これまでの研究で主に統計データを活用した分析を行ってきました。しかし、統計データだけではマクロな視点からの分析はできても、多様な価値観と生活スタイルに基づき日々暮らしている区民の生活実態や、そこから生じる様々な問題について理解することは難しいものです。そこで本年度は、新宿区に居住する単身者の生活や意識の実態を把握することを目的に、区民意識調査データを用いて単身者全体の特徴を明らかにするとともに、これまで行政との関わりが薄く、かつ未婚化の進行に伴い今後も増え続けるとされる壮年期の単身者を対象に当研究所の職員がヒアリング調査を行い、一人暮らし生活の実情や困り事、不安に思うことなどを直接うかがいました。

一口に単身世帯といっても、男女、年齢、配偶関係、居住する住宅、就業状況、家族や友人との関係等によって生活スタイルや抱えている課題も異なります。今回の調査研究は、新宿区の単身世帯の全体的な姿を示すとともに、多様な生活スタイルを持った単身者が個々に抱える課題を洗い出すことで、新宿区で暮らす単身者の特徴について壮年期を中心に明らかにすることを目指したものです。

なお、当研究所では本レポートと同時に、「研究所レポート 2013 No.2 国勢調査に基づく新宿区将来世帯推計」を発行しました。第Ⅰ章ではここから将来推計値を引用して新宿区の単身世帯の将来見通しを考察するなど本レポートと関連深い内容になっていますので、あわせてご覧いただければ幸いです。

注)

- 本レポートでは、一人で暮らす人という意味で、「単身世帯」のほか「単身者」と表記しています。基本的に、人口との関係や個人の意味合いが強いときは「単身者」、世帯との関係が強いときは「単身世帯」と表記していますが、実質的には同じものです。また、第Ⅰ章では「単身世帯」、「単身者」のデータは国勢調査の「単独世帯」のデータを使用していますが、その場合の表記も「単身世帯」、「単身者」に統一しています（新宿区将来世帯推計では「単独世帯」の表記を使用）。
- 第Ⅰ章では特に断りのない場合、国勢調査データを使用しており、2010年の数値を記載している。また、「割合」の算出の際には、分母となる数字から「不詳」を除いて算出しています。

| | | |
|------------|--------------------------------|-----------|
| I | 統計データからみる新宿区の単身世帯 | 3 |
| | 1. 新宿区の単身世帯 | 3 |
| | (1) 単身世帯の推移と将来見込み | 3 |
| | (2) 年齢別にみる単身者の推移 | 4 |
| | (3) 単身者が居住する住宅 | 6 |
| | (4) 単身者の配偶関係 | 7 |
| | 2. 新宿区の未婚者 | 8 |
| | (1) 未婚者の推移 | 8 |
| | (2) 年齢別にみる未婚者の推移 | 8 |
| | (3) 出生コーホート別にみる未婚率 | 10 |
| | (4) 生涯未婚率の推移 | 10 |
| | (5) 未婚者の世帯状況 | 11 |
| | 3. 地域別にみる単身世帯・未婚者 | 12 |
| II | 意識調査結果からみる新宿区の単身者 | 13 |
| | 1. 意識調査の概要 | 13 |
| | (1) 調査方法 | 13 |
| | (2) 回答者の概要 | 13 |
| | 2. 意識調査結果からみる単身者の特徴 | 14 |
| | (1) 新宿区への転入のきっかけと出身地域 | 14 |
| | (2) 新宿区の暮らしやすさ | 15 |
| | (3) 自由時間の過ごし方と充実感・満足感 | 17 |
| | (4) 食生活・健康状態 | 18 |
| | (5) 家族とのつながり | 20 |
| | (6) 悩み事の相談相手 | 21 |
| | (7) 入院時や要介護時に世話をしてくれる人 | 22 |
| | (8) 近所や地域でのつながり | 23 |
| | (9) 結婚の意向と未婚の理由 | 24 |
| | (10) 高齢期のために必要な備え | 26 |
| III | ヒアリング調査結果からみる壮年期の単身者 .. | 27 |
| | 1. ヒアリング調査の概要 | 27 |
| | (1) 対象者 | 27 |
| | (2) ヒアリング項目 | 27 |
| | (3) 調査期間 | 27 |
| | (4) 調査方法 | 28 |
| | (5) ヒアリング回答者の概要 | 28 |
| | 2. ヒアリング調査結果からみる壮年期の単身者の特徴 .. | 29 |
| | (1) 暮らし | 29 |
| | (2) 人とのつながり | 32 |
| | (3) 困り事 | 34 |
| | (4) 結婚について | 36 |
| | (5) 行政への要望 | 38 |
| IV | 分析結果のまとめ | 39 |



I

統計データからみる新宿区の単身世帯

1. 新宿区の単身世帯

(1) 単身世帯の推移と将来見込み

単身世帯(単身者)は一般世帯の6割強、人口の4割弱を占め、今後も増加する見込みである。全国に比べて世帯割合で約2倍、人口割合で約3倍高くなっている。

図1は国勢調査による単身世帯の推移と将来推計値を示したものである。2010年の新宿区の単身世帯数の一般世帯数¹⁾に占める割合(以下、「単身世帯割合」)は62.6%で、全国(32.4%)のおよそ2倍であり、23区の中で最も高い(表1)。過去20年間の推移をみると、単身世帯数は1990年の63,608世帯から2010年の121,861世帯へと2倍近く増加しており、単身世帯割合も1990年(47.2%)から15ポイント上昇した。単身世帯の増加傾向は今後も続くことが見込まれ、本年度、新宿自治創造研究所が算出した新宿区の将来世帯推計²⁾によると、推計期間の終了年である2035年まで単身世帯数は増加、割合は上昇し続け、2035年に単身世帯数は157,143世帯(35,282世帯増)、割合は65.4%(3ポイント増)と、およそ

3世帯に2世帯が単身世帯になると見込まれている。

また、国立社会保障・人口問題研究所(以下、「社人研」)が公表している全国の将来世帯推計³⁾の2035年までの推計値によると、全国の単身世帯割合も2010年(32.4%)から2035年(37.2%)まで増加し続ける見込みである。しかし、依然30%台にあることから、新宿区の単身化の傾向は際立ったものであるといえる。

次に、単身者数の総人口に占める割合(以下、「単身者割合」⁴⁾)をみると、2010年は37.3%で全国(13.1%)の3倍近くあり、23区の中では渋谷区(37.7%)に次いで高い(表2)。2035年は42.2%(5ポイント増)となり、区民の5人に2人以上が単身者になる見込みである。

図1 単身世帯の推移と推計値(新宿区・全国)(1990～2035年)

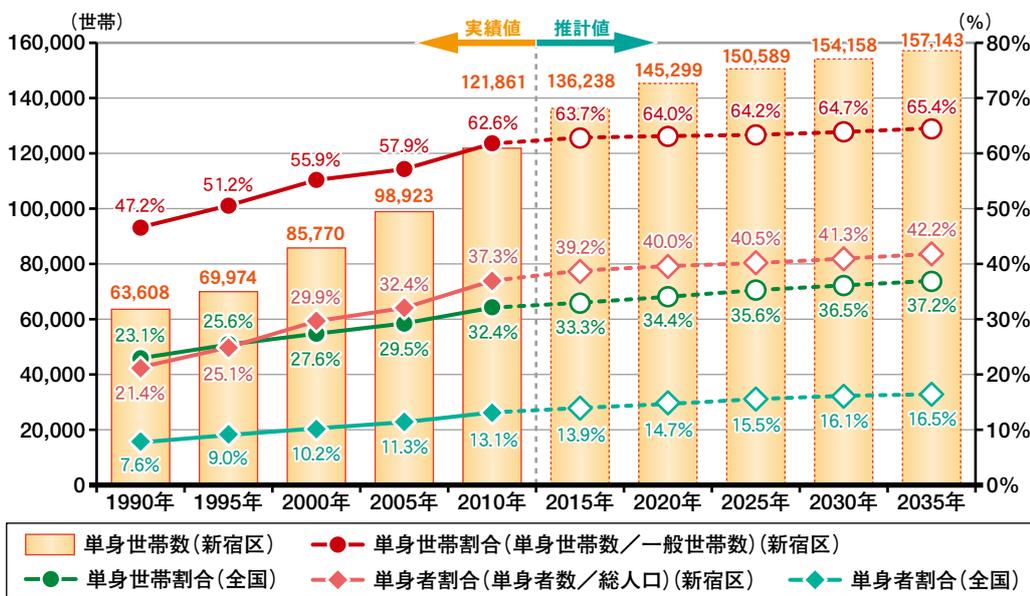


表1 単身世帯割合
(23区上位5・下位3、全国)

| | | |
|-------|-------|--------|
| 1 | 新宿区 | 62.64% |
| 2 | 渋谷区 | 62.59% |
| 3 | 豊島区 | 60.9% |
| 4 | 中野区 | 60.2% |
| 5 | 杉並区 | 59.9% |
| | | |
| 21 | 江戸川区 | 40.3% |
| 22 | 江東区 | 38.8% |
| 23 | 葛飾区 | 37.8% |
| 特別区部 | 49.3% | |
| 全国 | 32.4% | |

※単身世帯数/一般世帯数
(2010年国勢調査)

表2 単身者割合
(23区上位5・下位3、全国)

| | | |
|-------|-------|-------|
| 1 | 渋谷区 | 37.7% |
| 2 | 新宿区 | 37.3% |
| 3 | 豊島区 | 35.5% |
| 4 | 中野区 | 35.2% |
| 5 | 杉並区 | 31.1% |
| | | |
| 21 | 江東区 | 18.0% |
| 22 | 江戸川区 | 18.0% |
| 23 | 葛飾区 | 16.8% |
| 特別区部 | 24.9% | |
| 全国 | 13.1% | |

※単身者数/総人口
(2010年国勢調査)

- 1) 国勢調査での「一般世帯」とは、「施設等の世帯」以外の世帯のことで、「施設等の世帯」とは、学校の寮の学生等、病院などの入所者、社会施設の入所者、定まった住居を持たない単身者などからなる世帯をいう。
- 2) 新宿区新宿自治創造研究所(2014)「研究所レポート2013 No.2 国勢調査に基づく新宿区将来世帯推計」
- 3) 国立社会保障・人口問題研究所(2013)「日本の世帯数の将来推計(全国推計)(平成25年1月推計)」
- 4) 単身者割合の分母となる総人口の推計値は、新宿区は新宿区新宿自治創造研究所(2013)「研究所レポート2012 No.2 国勢調査に基づく新宿区将来人口推計」の中間推計値を使用し、全国は国立社会保障・人口問題研究所(2012)「日本の将来推計人口(平成24年1月推計)」の出生中位・死亡中位推計を使用している。また、本レポートでは総人口に占める単身者数を「単身者割合」と表記しているが上記2)の新宿区将来世帯推計では総人口に占める単身世帯主数(単身者数)を「単身世帯主率」と表記している。

(2) 年齢別にみる単身者の推移

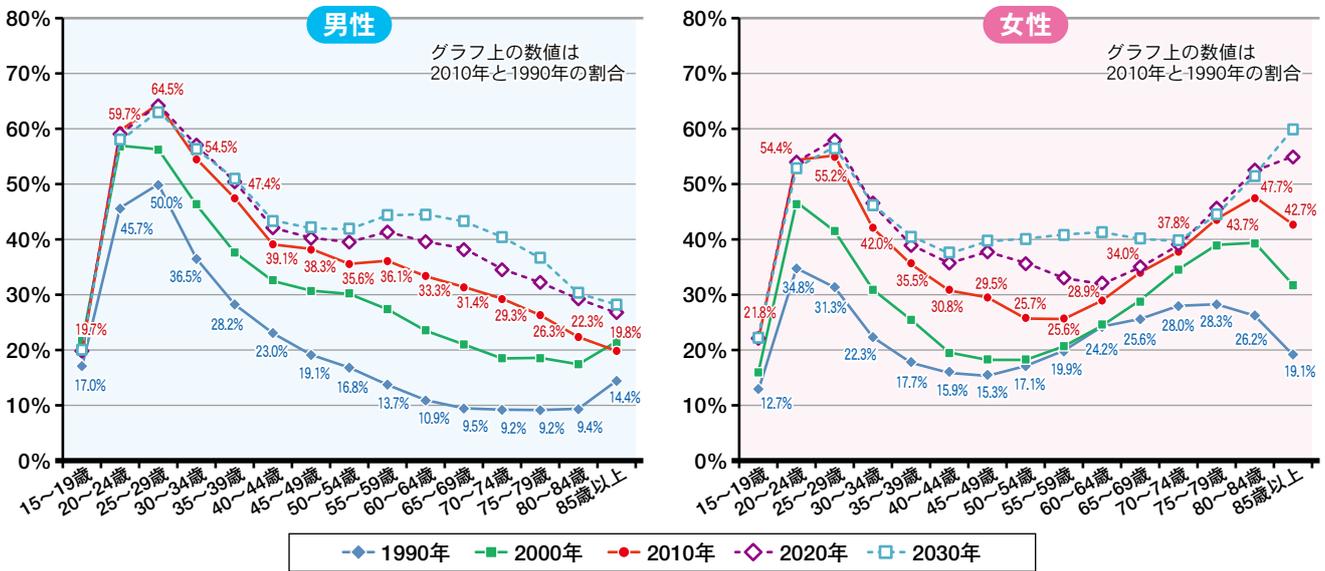
単身者割合は、男女とも20代後半が最も高く(男性65%、女性55%)、高年齢ほど低いが、女性は50代を底に高くなり、80代前半で5割近くを占める。また、全ての年齢層で単身者割合は上昇しており、今後も男性は50代以上、女性は40代以上で特に大きく上昇する見込みである。

図2は単身者割合⁵⁾を男女・年齢5歳階級別にみた10年ごとの推移(1990年、2000年、2010年)と推計値(2020年、2030年)を示している。2010年の単身者割合をみると、男性は25～29歳が最も高く(64.5%)、高い年齢ほど低くなる。女性も25～29歳が最も高く(55.2%)、50代までは高い年齢ほど低いが、それ以上の年齢では80～84歳(47.7%)まで高年齢ほど高くなる。ま

た、高齢期に入る65～69歳(男性31.4%、女性34.0%)では3割を超える。

単身者割合の推移と推計値をみると、男性は1990年から2010年にかけて全ての年齢層で大きく上昇し、今後も特に50代以上を中心にほぼ全ての年齢層で上昇する見込みである。女性も全ての年齢層で大きく上昇しており、今後も40代以上を中心にほぼ全ての年齢層で上昇する見込みである。

図2 男女・年齢5歳階級別単身者割合の推移と推計値(1990～2030年)



次にライフステージによる単身者割合の変化を捉えるため、本章では20歳以上の単身者を若年期(20～34歳)、壮年前期(35～49歳)、壮年後期(50～64歳)、高齢期(65歳以上)とほぼ15歳間隔で4つの年齢区分に分けて、男女別の単身者割合の推移と推計値を分析する。

図3で示すとおり、男性は、若年期では1990年の44.7%から2010年の59.7%へと上昇(15ポイント増)し、2035年には58.6%(1ポイント減)に若干低下する見込みである。同様に壮年前期では1990年から2010年、さらに2035年にかけて23.5%→42.1%(19ポイント増)→45.4%(3ポイント増)に、壮年後期では14.1%→34.9%(21ポイント増)→44.2%(9ポイント増)に、高齢期では9.6%→27.6%(18ポイント増)→38.5%(11ポイント増)に上昇する見込みである。一方、女性は、同じく1990年、2010

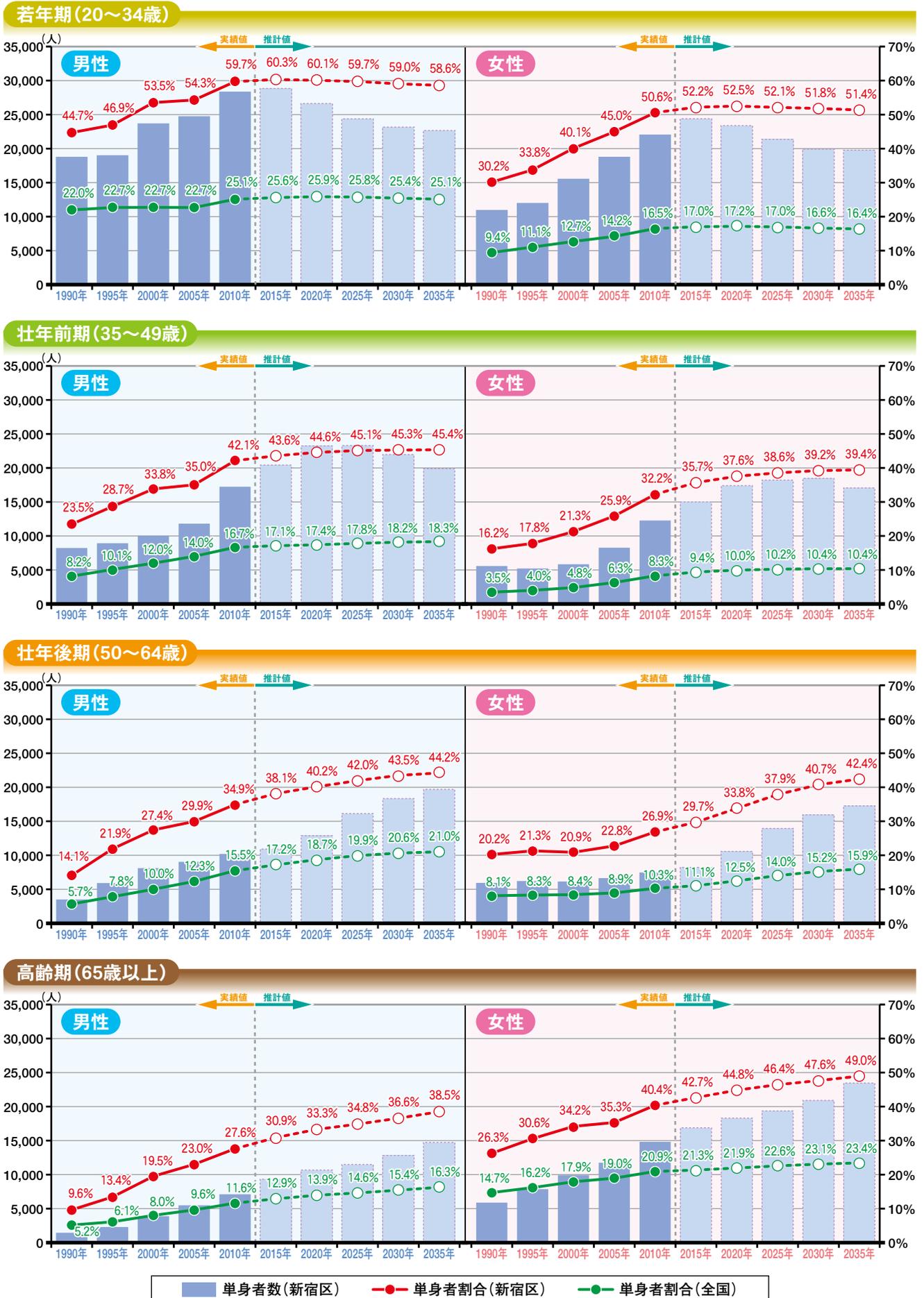
年、2035年にかけて、若年期では30.2%→50.6%(20ポイント増)→51.4%(1ポイント増)に、壮年前期では16.2%→32.2%(16ポイント増)→39.4%(7ポイント増)に、壮年後期では20.2%→26.9%(7ポイント増)→42.4%(16ポイント増)に、高齢期では26.3%→40.4%(14ポイント増)→49.0%(9ポイント増)に上昇する見込みである。

単身者割合が2010年の時点で既に男性で約6割、女性で約5割に達している若年期と4割を超えている壮年前期男性では、今後は明確に単身者割合が上昇する傾向はみられないが、壮年後期や高齢期を中心に今後も単身者割合は上昇していく見込みである。

また、全国と比べると、2010年の単身者割合は全ての年齢区分で全国割合の2倍から4倍程度高くなっているが、今後もその傾向が続くことが見込まれている。

5) 年齢別の単身者割合を算出するに当たり、2010年国勢調査では単身世帯主の年齢不詳が公表されているので、年齢不詳世帯主を男女・年齢5歳階級別世帯主割合で按分している。また、分母となる年齢別人口は年齢不詳人口を按分している。

図3 男女・年齢4区分別単身者の推移と推計値(新宿区・全国)(1990～2035年)



(3) 単身者が居住する住宅

単身者は狭小な民営借家(賃貸のワンルームマンションや賃貸アパートなど)に居住している場合が多く、29㎡以下の民営借家に約半数が居住している。

(1) から、新宿区は全国と比べ、また23区の中でも単身者の割合が非常に高く、今後も上昇傾向にあることが確認できた。単身者が新宿区に多く居住することは、新宿区に多くの単身者向けの住宅が供給されていることが想定できる。住宅・土地統計調査(平成20年)によると、新宿区の1住宅当たりの延べ面積は49.95㎡で、23区の中で最も小さい(表3)。また、2010年の国勢調査による29㎡以下の住宅に住む世帯割合は37.1%で、23区の中で中野区に次いで高い(表4)。29㎡以下の住宅に住む世帯割合は、3ページの単身世帯割合(表1)と上位5区が同じ顔ぶれで、後述す

る未婚率(11ページの表5)も上位5区はほぼ同様となっており、それぞれが強く関係していると考えられる。

次に、単身世帯を住宅の建て方、所有関係、延べ面積別にその構成割合をみると(図4)、建て方別では共同住宅が92.4%、所有関係別では民営の借家が73.5%、延べ面積別では0~29㎡が53.6%とそれぞれ最も割合が高くなっている。さらに、単身世帯を延べ面積・所有関係別にみると(図5)、0~29㎡の民営の借家にほぼ半数となる48.1%が居住している。特に15~64歳では52.8%と、65歳以上(25.9%)に比べてかなり高くなっている。

図4 単身者の住む住宅の建て方別、所有関係別、延べ面積別割合(2010年)

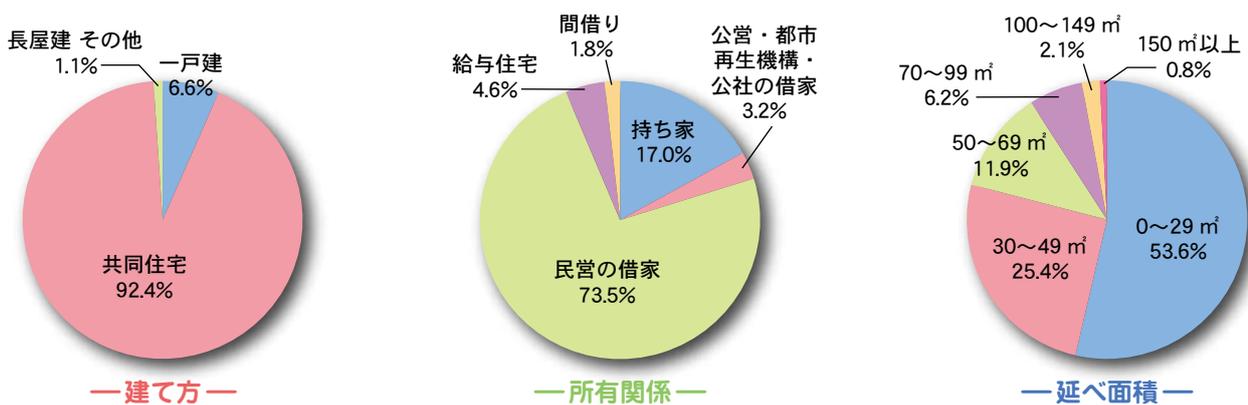


図5 単身者の住む住宅の延べ面積・所有関係別割合(2010年)

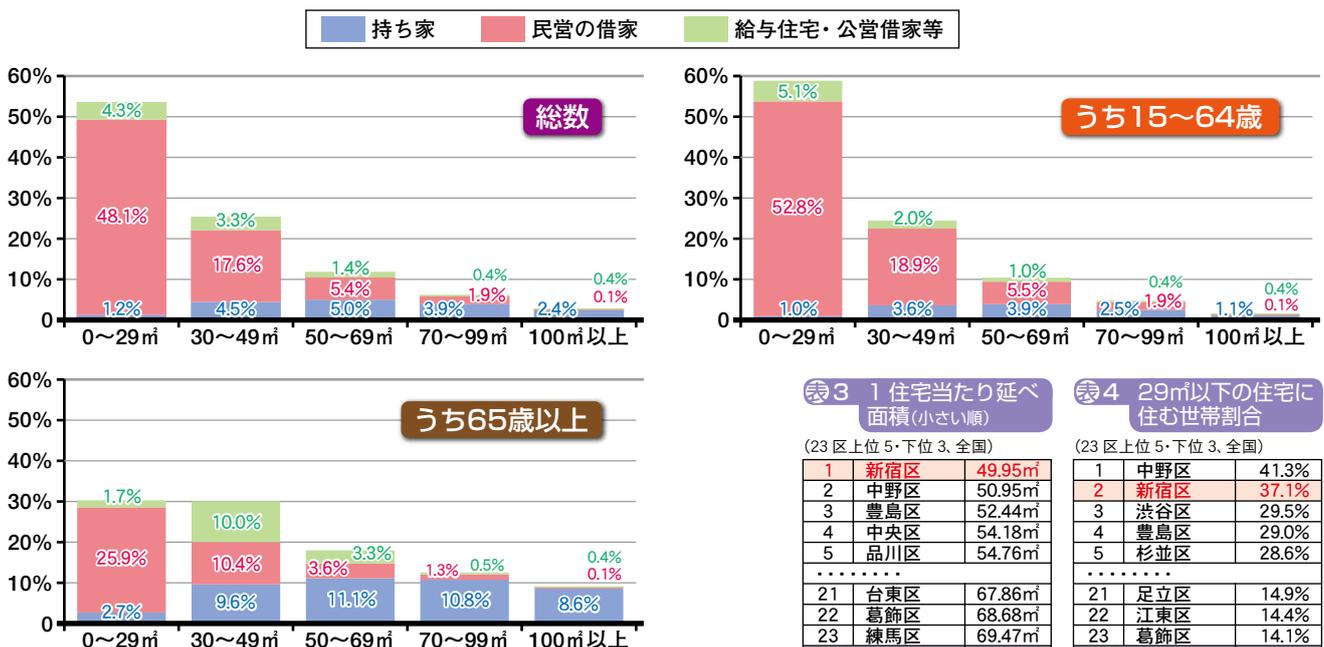


表3 1住宅当たり延べ面積(小さい順)

| | | |
|-----------------|------|--------|
| (23区上位5・下位3、全国) | | |
| 1 | 新宿区 | 49.95㎡ |
| 2 | 中野区 | 50.95㎡ |
| 3 | 豊島区 | 52.44㎡ |
| 4 | 中央区 | 54.18㎡ |
| 5 | 品川区 | 54.76㎡ |
| | | |
| 21 | 台東区 | 67.86㎡ |
| 22 | 葛飾区 | 68.68㎡ |
| 23 | 練馬区 | 69.47㎡ |
| | 特別区部 | 60.83㎡ |
| | 全国 | 94.13㎡ |

(平成20年住宅・土地統計調査)

表4 29㎡以下の住宅に住む世帯割合

| | | |
|-----------------|------|-------|
| (23区上位5・下位3、全国) | | |
| 1 | 中野区 | 41.3% |
| 2 | 新宿区 | 37.1% |
| 3 | 渋谷区 | 29.5% |
| 4 | 豊島区 | 29.0% |
| 5 | 杉並区 | 28.6% |
| | | |
| 21 | 足立区 | 14.9% |
| 22 | 江東区 | 14.4% |
| 23 | 葛飾区 | 14.1% |
| | 特別区部 | 23.1% |
| | 全国 | 11.1% |

※29㎡以下の住宅に住む世帯数/住宅に住む一般世帯数(2010年国勢調査)

(4) 単身者の配偶関係

単身者のうち、男性の8割以上、女性の7割以上が未婚者であり、高年齢ほど死別の割合が高く、離別は60代を中心に高い。

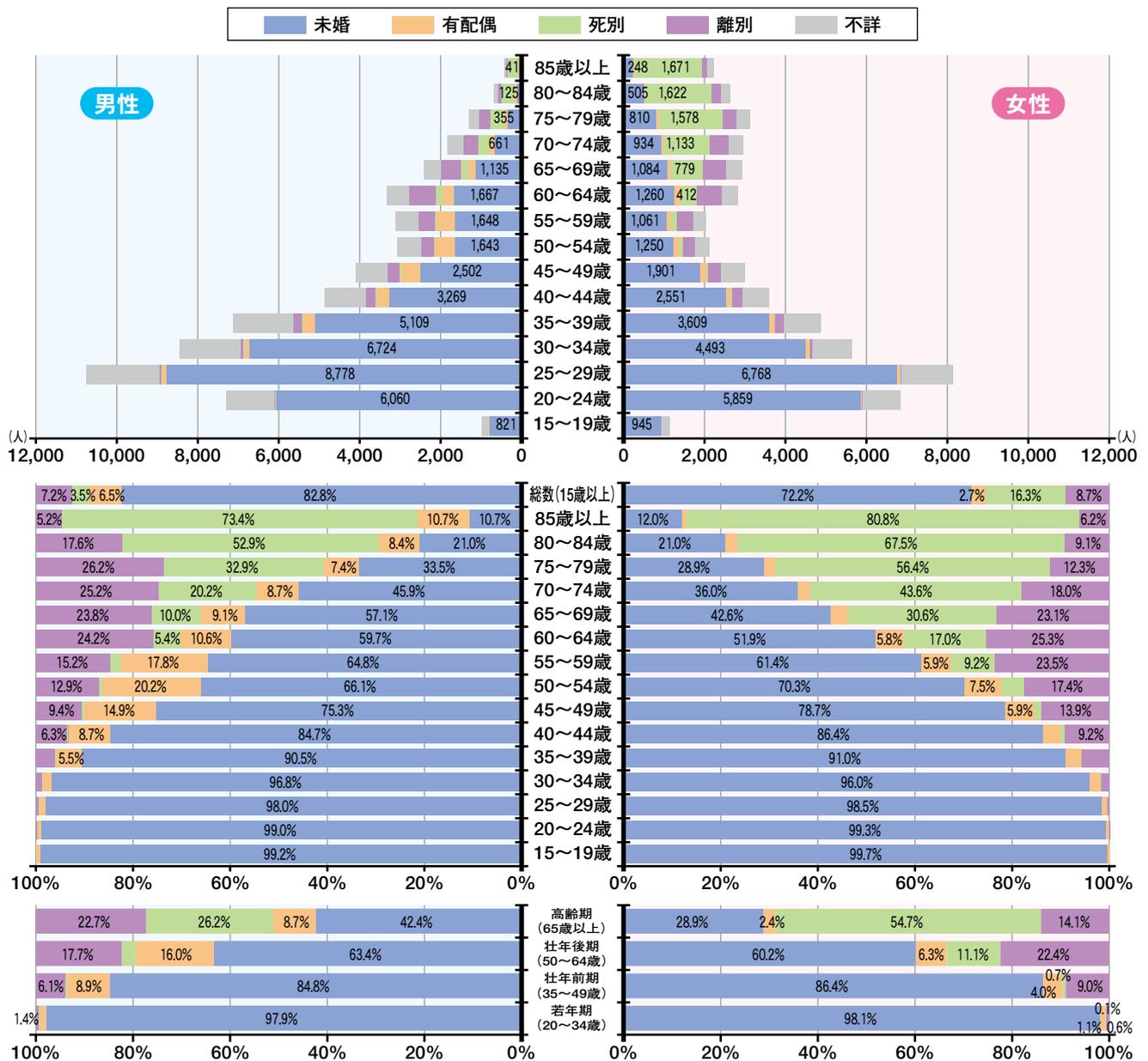
2010年の15歳以上の単身者の配偶関係を男女別にみると(図6)、総数は、男性では未婚の割合が82.8%と圧倒的に高く、以下、離別(7.2%)、有配偶(6.5%)、死別(3.5%)と続く。女性では未婚が72.2%と最も高いものの男性と比べると低く、一方、死別が16.3%と男性よりも高く、以下、離別(8.7%)、有配偶(2.7%)と続いている。

年齢5歳階級別にみると、未婚の割合は男女とも20代、30代で9割を超え、高年齢ほど低くなる。一方、死別の割合は高年齢ほど高くなり、女性は男性より

寿命が長いことなどから、70～74歳以上で死別割合が未婚割合を上回る。有配偶の割合は男性の50～54歳(20.2%)前後で高く、単身赴任等により配偶者と別居している場合が多いものと考えられる。離別は、男性の60～70代と女性の50代後半～60代で高く、単身者のおよそ4人に1人を占める。

年齢4区分別にみると、男女とも若年期の単身者のほとんどが未婚で、壮年前期で8割半ば、壮年後期でも6割以上を未婚が占める。高齢期では男性は未婚が4割以上、女性は死別が5割以上と最も多くを占める。

図6 単身者の男女・5歳階級・配偶関係別15歳以上人口と割合(2010年)



2. 新宿区の未婚者

(1) 未婚者の推移

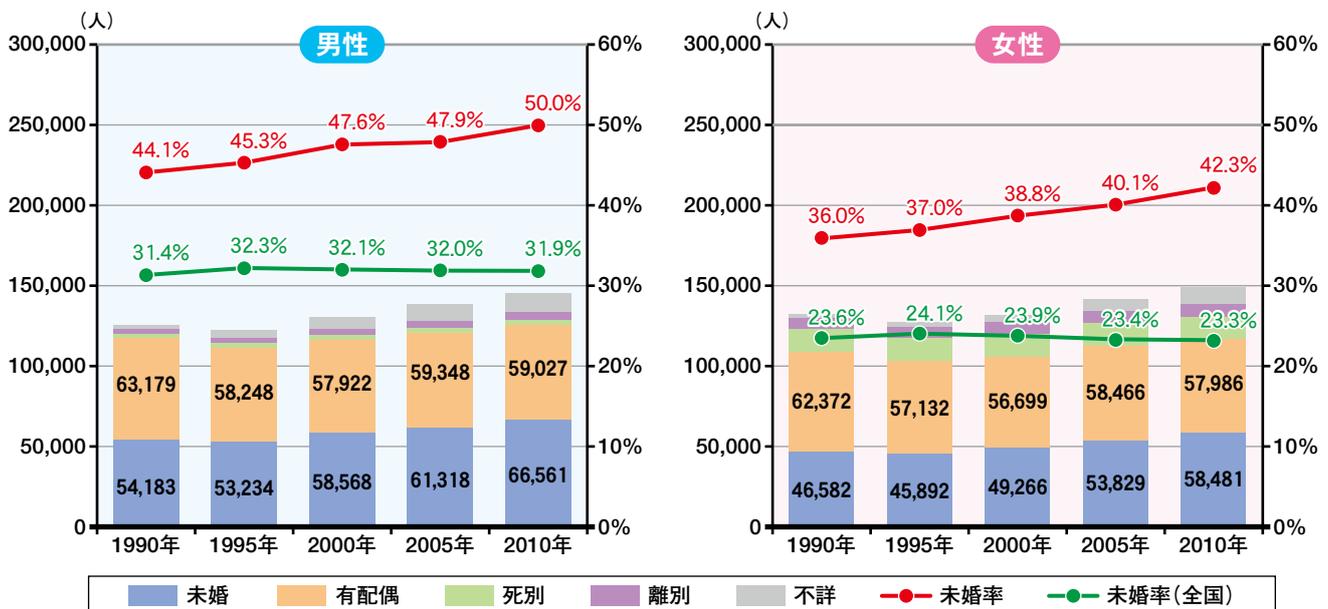
新宿区の未婚者は増加し続けており、15歳以上男性の50%(全国32%)、女性の42%(全国23%)が未婚である。

1の分析から、増加する単身者の多くが未婚であることが確認できた。ここでは、単身者の多くを占める新宿区の未婚者全体について分析する。

図7は男女・配偶関係別15歳以上人口と未婚率⁶⁾の推移を示している。男女とも有配偶、死別、離別の数はあまり変化がなかった一方で、未婚のみが増加しており、男性は1990年の54,183人から2010年の66,561人へと12,378人増加(増加率22.8%)し、

女性も同様に46,582人から58,481人へと11,899人増加(増加率25.5%)している。15歳以上の未婚率は、男性は1990年の44.1%から2010年の50.0%へと6ポイント上昇し、女性も同様に36.0%から42.3%へと6ポイント上昇している。未婚率は全国(2010年男性31.9%、女性23.3%)と比べて著しく高く、23区の中でも男女とも最も高くなっている(11ページの表5)。

図7 男女・配偶関係別15歳以上人口と未婚率の推移(新宿区・全国)



(2) 年齢別にみる未婚者の推移

未婚率は各年齢で上昇しており、30代後半で男性の54%、女性の43%を占める。この20年間で男性は30代前半から60代後半にかけて、女性は20代後半から40代前半にかけて特に上昇している。

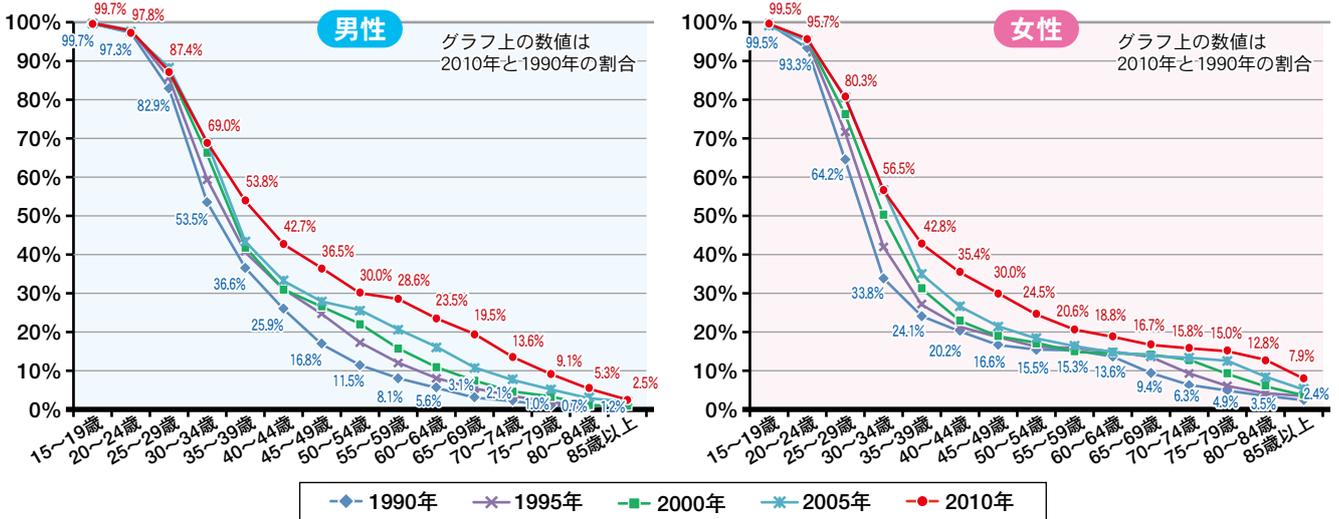
図8は男女・年齢5歳階級別にみた未婚率の推移を示している。各年とも未婚率は高い年齢ほど低い。2010年をみると、男性は25～29歳で87.4%、30～34歳で69.0%と非常に高く、35～39歳でも53.8%と5割を超える。40～44歳で42.7%、45～49歳でも36.5%と3人に1人以上が未婚者である。女性は25～29歳で80.3%、30～34歳で56.5%と5割を超え、35～39歳で42.8%、40～44歳で

35.4%、45～49歳でも30.0%と未婚者が3割を占める。

20年間の推移をみると、男女ともほぼ全ての年齢で未婚率は上昇し続けている。1990年と比べると、男性は30～34歳から65～69歳の各年齢で15ポイント以上、女性は25～29歳から40～44歳の各年齢で15ポイント以上増加している。

6) 未婚率は人口(配偶関係不詳を除く)に占める未婚者数をいう。また、2010年国勢調査では配偶関係不詳が21,568人おり、割合の算出の際の数値からは除いているが、仮にこの不詳人口に未婚者が多い場合は、実際の未婚率はさらに高くなる可能性がある。

図8 男女・年齢5歳階級別未婚率の推移(1990～2010年)

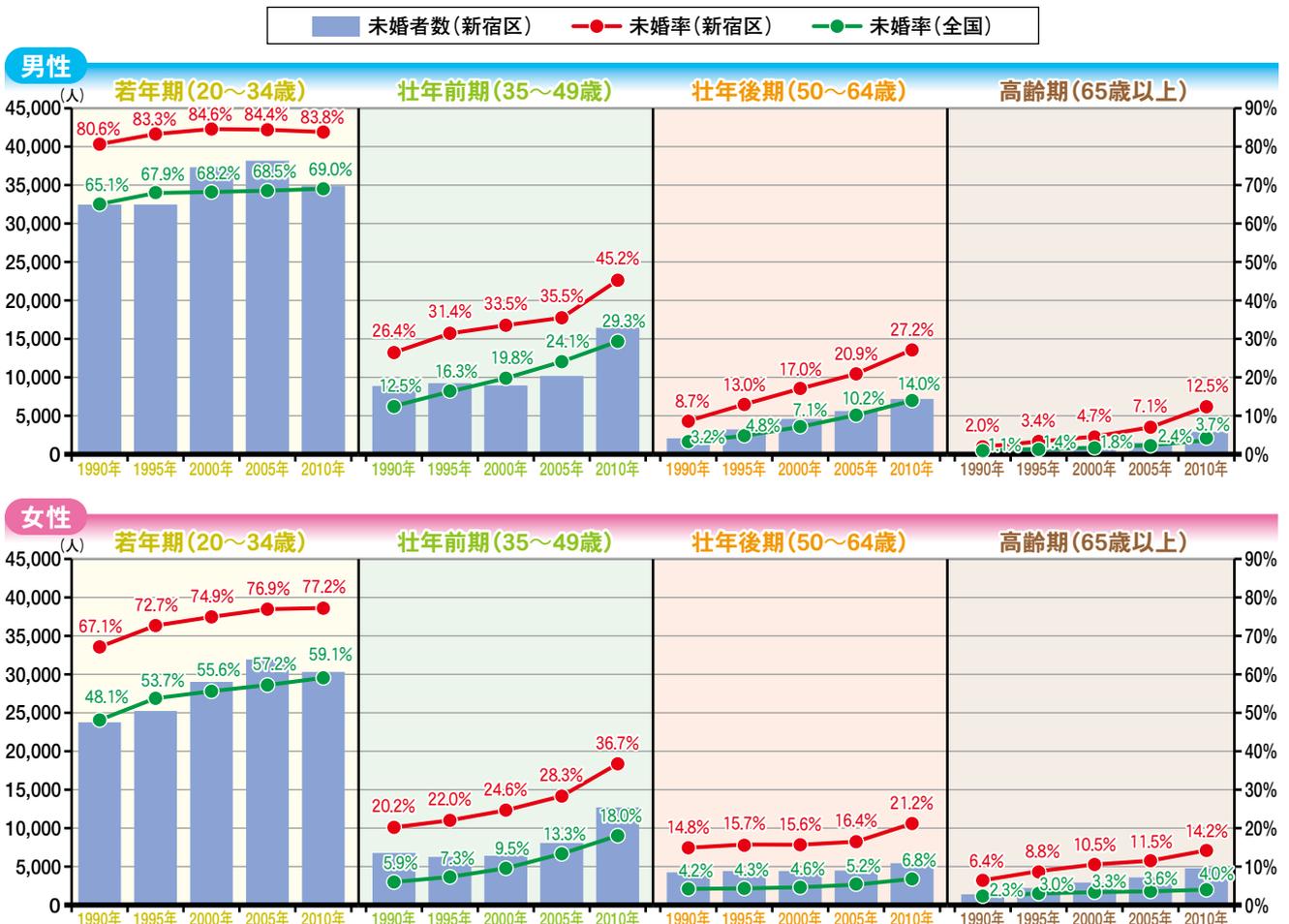


次に、未婚率の推移を単身者割合と同様に年齢4区分別(20歳以上)でみると(図9)、1990年から2010年にかけて男性は、若年期(20～34歳)で80.6%→83.8%(3ポイント増)、壮年前期(35～49歳)で26.4%→45.2%(19ポイント増)、壮年後期(50～64歳)で8.7%→27.2%(19ポイント増)、高齢期(65歳以上)で2.0%→12.5%(11ポイント増)と、壮年前期と壮年後期で大きく上昇している。女性は1990年から2010年にかけて若

年期で67.1%→77.2%(10ポイント増)、壮年前期で20.2%→36.7%(17ポイント増)、壮年後期で14.8%→21.2%(6ポイント増)、高齢期で6.4%→14.2%(8ポイント増)と、壮年前期で大きく上昇し、若年期での上昇も目立っている。

また、全国と比べると、1990年から2010年にかけての未婚率の上昇は、既に8割前後と高い割合になっている若年期の男女を除く全ての年齢区分で全国より上昇ポイントが大きい。

図9 男女・年齢4区分別未婚者の推移(新宿区・全国)(1990～2010年)



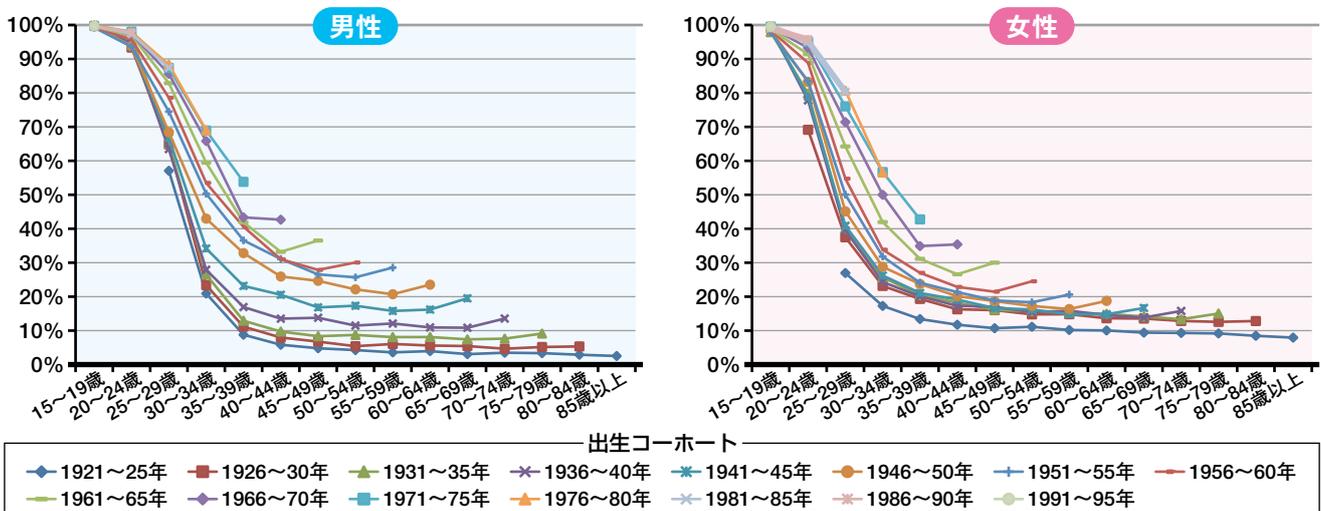
(3) 出生コーホート別にみる未婚率

男女とも生まれた世代(出生コーホート)が若いほど各年齢での未婚率は上昇している。また、各世代ともほぼ40代頃から未婚率は下がらなくなっているため、今後、未婚のまま高齢期を迎える人が増えてくることが想定される。

図8の年齢別未婚率は、ある年ごとの年齢別の未婚率を示したものであり、同じ年齢の人たちが10年前や20年前からどのような変化をたどってきたのかを読み取ることは難しい。図10は男女・出生コーホート別未婚率を示したものであり、ある同じ時期に生まれた人たち(コーホート)の未婚率が5年ごとにどのように変化してきたのかを読み取ることが

できる。グラフから、男女・各コーホートともおおむね40代までは未婚率は下がっていくが、それ以降は下げ止まり、ほぼ横ばいになっていくことがわかる。また、男女とも若い出生コーホートほど各年齢での未婚率が上昇しており、今後、未婚のまま壮年後期を経て、高齢期を迎える人が増えてくることが想定される。

図10 男女・出生コーホート別未婚率



(4) 生涯未婚率の推移

新宿区の生涯未婚率は急上昇しており、男性33%、女性27%と非常に高く(全国男性20%、女性11%)、今後も上昇することが想定される。

図11は新宿区と全国の生涯未婚率の推移と、全国の将来推計値を示したものである。生涯未婚率は、45～49歳と50～54歳の未婚率の平均値であり、50歳時の未婚率のことをいう。新宿区では1990年までは女性の方が高かったが、1995年以降は男性の方が高くなっている。男性は1980年(6.9%)以降大きく上昇し、2010年は33.3%となった(26ポイント増)。50歳時男性の3人に1人が未婚者ということがいえる。女性は1980年から2005年までは10%台後半が続いていたが、2010年に急上昇して、27.3%となった(12ポイント増)。50歳時女性の4人に1人以上が未婚者ということがいえる。23区の

中では男性は台東区に次いで2番目、女性は渋谷区などに次いで3番目に高い(表6)。

全国の動きも新宿区とほぼ同様だが、数値は新宿区よりもかなり低い。2010年では男性(20.1%)は5人に1人、女性(10.6%)は10人に1人が未婚者ということになる。社人研が全国将来世帯推計の中で算出している男女年齢5歳階級別配偶関係別人口から全国の生涯未婚率の推計値⁷⁾を計算すると、生涯未婚率は2020年まで大きく上昇し、それ以降上昇はゆるやかになり、2035年には男性29.0%、女性19.2%と、男女とも2010年から8～9ポイント上昇する見込みである。新宿区では配偶関係別の将

7) 全国の生涯未婚率の推計値は2010年の国勢調査結果を基準にした社人研の男女年齢5歳階級別配偶関係別人口(2010年の基準値: 男性21.0%、女性11.1%)によるが、推計の基準となる2010年の配偶関係不詳の按分方法が異なるため、不詳を除いて算出した2010年国勢調査の数値(男性20.1%、女性10.6%)と一致しない。

来推計値は算出していないが、これまでの新宿区の生涯未婚率が全国以上に上昇していること、単身世帯が今後も増加する見込みであることなどから、生涯未婚率は今後とも上昇することが想定される。

図 11 生涯未婚率の推移(新宿区・全国)と全国推計値

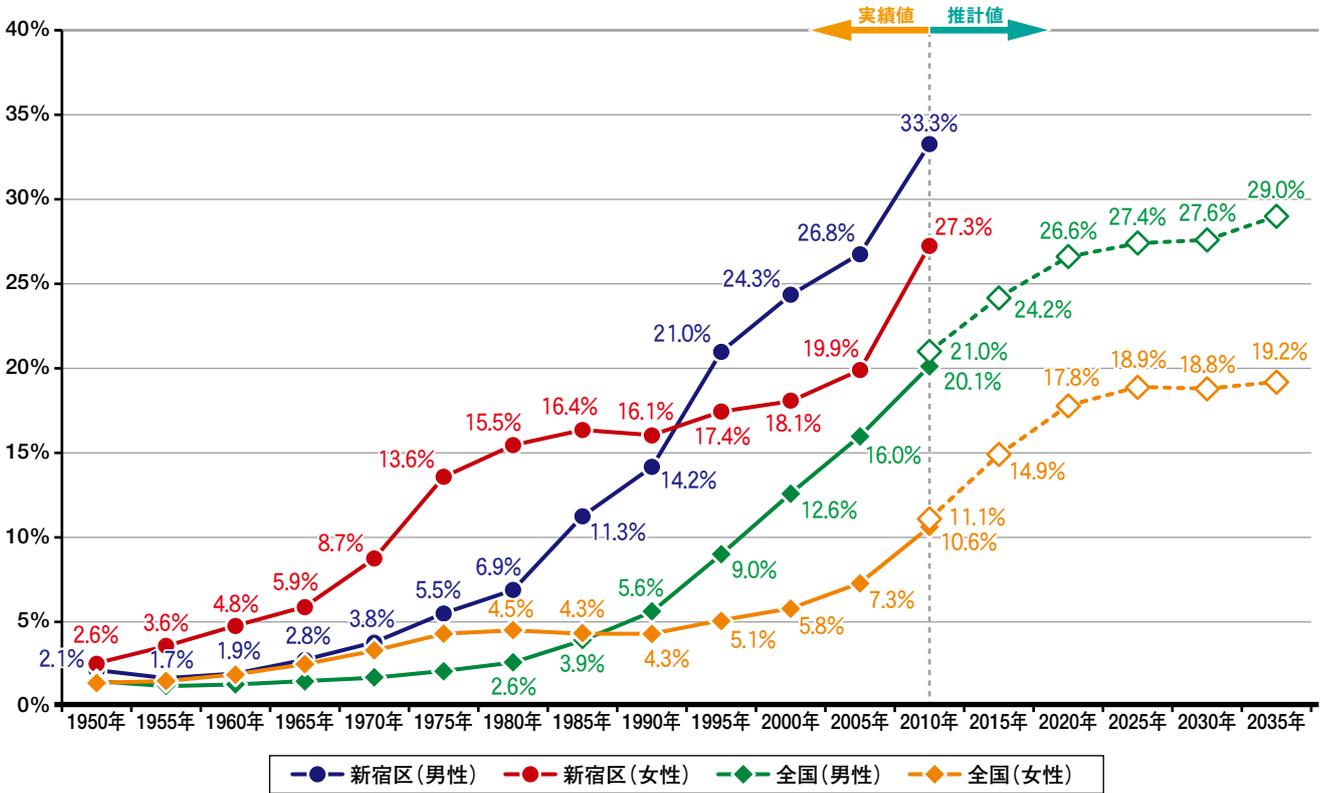


表 5 未婚率

(23区上位5・下位3、全国)

| 男性 | | | 女性 | | |
|-------|-------|-------|-------|------|-------|
| 1 | 新宿区 | 50.0% | 1 | 新宿区 | 42.3% |
| 2 | 豊島区 | 46.9% | 2 | 渋谷区 | 41.3% |
| 3 | 中野区 | 46.8% | 3 | 豊島区 | 38.8% |
| 4 | 渋谷区 | 43.9% | 4 | 中野区 | 38.6% |
| 5 | 台東区 | 43.5% | 5 | 文京区 | 37.8% |
| | | | | | |
| 21 | 江東区 | 36.6% | 21 | 江戸川区 | 26.9% |
| 22 | 江戸川区 | 36.6% | 22 | 葛飾区 | 26.6% |
| 23 | 港区 | 34.5% | 23 | 足立区 | 26.5% |
| 特別区部 | 39.8% | 特別区部 | 32.5% | | |
| 全国 | 31.9% | 全国 | 23.3% | | |

※ 15歳以上の未婚者数 / 15歳以上人口 (2010年国勢調査)

表 6 生涯未婚率

(23区上位5・下位3、全国)

| 男性 | | | 女性 | | |
|-------|-------|-------|-------|------|-------|
| 1 | 台東区 | 33.8% | 1 | 渋谷区 | 31.1% |
| 2 | 新宿区 | 33.3% | 2 | 中央区 | 27.9% |
| 3 | 中野区 | 32.7% | 3 | 新宿区 | 27.3% |
| 4 | 北区 | 32.2% | 4 | 中野区 | 25.4% |
| 5 | 豊島区 | 31.8% | 5 | 台東区 | 23.9% |
| | | | | | |
| 21 | 世田谷区 | 21.6% | 21 | 葛飾区 | 15.4% |
| 22 | 千代田区 | 20.6% | 22 | 足立区 | 15.4% |
| 23 | 港区 | 20.0% | 23 | 江戸川区 | 13.4% |
| 特別区部 | 26.5% | 特別区部 | 19.8% | | |
| 全国 | 20.1% | 全国 | 10.6% | | |

※ 45～49歳と50～54歳の未婚率の平均値 (2010年国勢調査)

(5) 未婚者の世帯状況

新宿区の未婚者が属する世帯は、20代後半で男女とも単身世帯が6割を超える。新宿区の未婚者は、若年期から親等と同居せずに一人暮らしをしている人が多い。

図 12 は 2010 年の一般世帯の 15 歳以上の未婚者を男女・年齢 5 歳階級・世帯人員 (単身世帯・2 人以上の世帯) 別にみた人数と単身世帯の割合を示したものである。全国では、男女ともほぼ 50 代までは

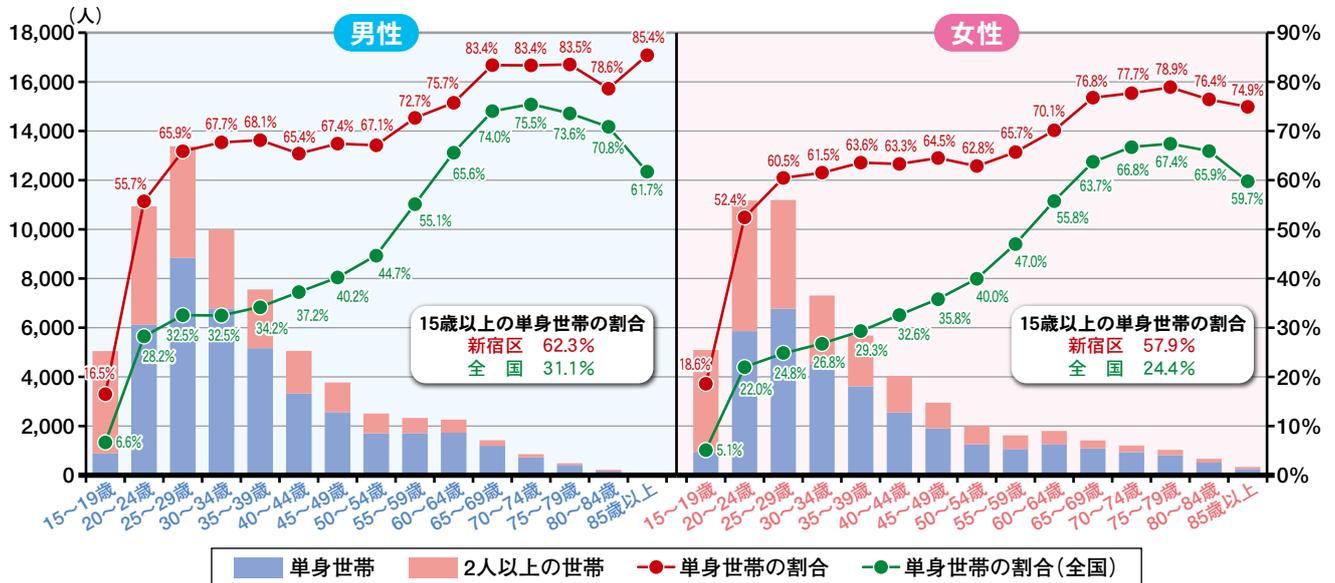
2 人以上の世帯に属する未婚者の割合が高く、単身世帯の割合は 20 代、30 代では 20% 台から 30% 台前半と低くなっている。一方、新宿区の未婚者が属する世帯は、単身世帯の割合が男女とも 20～24 歳で

① 統計データからみる新宿区の単身世帯

50%台、25～29歳で60%台と高く、20歳以上のどの年齢においても単身世帯の割合が2人以上の世帯の割合より高くなっている。20代から親等と同居

していない単身者が多いということから、就職、進学等を契機に親元を離れて新宿区に転入し、一人暮らしをしている未婚者が多いことがうかがえる。

図12 未婚者の男女・年齢5歳階級・世帯人員(単身世帯・2人以上の世帯) 別人口と単身世帯の割合(2010年) (新宿区・全国)



3. 地域別にみる単身世帯・未婚者

① 特別出張所地域別

特別出張所地域別に2010年の単身世帯割合をみると(表7)、角筈・区役所地域(72.8%)、柏木地域(69.1%)で高く、筆筒地域(56.1%)、若松地域(56.8%)で低くなっている。新宿区将来世帯推計で示した地域別将来推計値においてもこの傾向は変わらず、2035年はそれぞれ74.4%、70.4%、59.9%、60.6%となる見込みである

2010年の15歳以上の未婚率は、角筈・区役所地域(55.7%)、柏木地域(51.0%)で高く、若松地域(40.2%)、筆筒地域(41.3%)で低くなっており、単身世帯割合と同様の地域的特徴がみられる。

② 町丁別

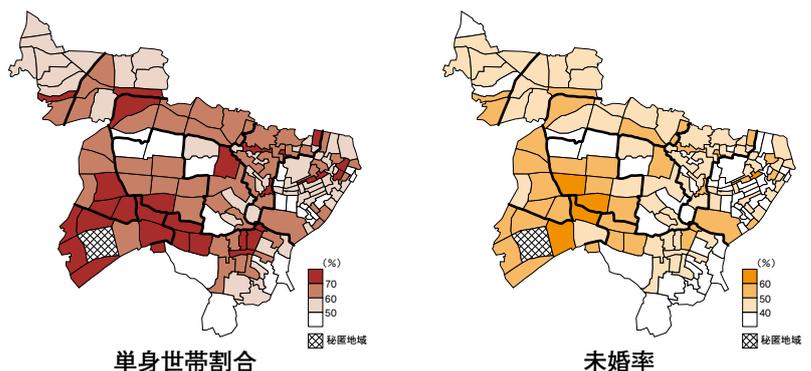
町丁別にみると、単身世帯割合と未婚率の地域的差異は類似の傾向がみられ、例えば新宿駅周辺などでどちらも高い割合の分布がみられる。

表7 特別出張所地域別単身世帯割合・未婚率

| | 単身世帯割合 | | 未婚率 |
|----------|--------|-----------|-------|
| | 2010年 | 2035年(推計) | 2010年 |
| 四谷地域 | 64.7% | 67.6% | 45.9% |
| 筆筒地域 | 56.1% | 59.9% | 41.3% |
| 榎地域 | 63.6% | 66.1% | 44.2% |
| 若松地域 | 56.8% | 60.6% | 40.2% |
| 大久保地域 | 60.1% | 62.4% | 48.2% |
| 戸塚地域 | 64.9% | 67.6% | 48.0% |
| 落合第一地域 | 61.6% | 64.1% | 46.4% |
| 落合第二地域 | 59.9% | 62.6% | 44.4% |
| 柏木地域 | 69.1% | 70.4% | 51.0% |
| 角筈・区役所地域 | 72.8% | 74.4% | 55.7% |

※単身世帯割合の分母は一般世帯数
※未婚率の分母は15歳以上人口

図13 町丁別単身世帯割合と未婚率(2010年)



II

意識調査結果からみる新宿区の単身者

1. 意識調査の概要

第1章の分析から、新宿区の単身者とその多くを占める未婚者の動向が確認できました。本章では、新宿区に居住する単身者の生活と意識の実態を把握するため、「新宿区区民意識調査」（平成25年度）の調査結果を中心に、「新宿区健康づくり区民意識調査」（平成22年度）の調査結果の一部を用いて独自の視点から分析を行いました。新宿区区民意識調査からは、「新宿区での暮らしと人とのつながり」をテーマとした各調査項目の集計データを使用し、転入のきっかけ、暮らしやすさ、自由時間の過ごし方、家族とのつながり、悩み事の相談相手、要介護時に世話をしてくれる人、近所や地域とのつながり、結婚の意向、

高齢期に向けた備えなどについて分析を行いました。また、新宿区健康づくり区民意識調査からは、食生活や健康状態に関する調査項目の集計データを使用しました。

なお、調査対象者は各調査とも満18歳以上の区民全体を対象に抽出していますが、単身者の特徴が見出せるよう、個票データから「単身者」と「同居人あり」のデータを抽出して比較分析を行い、また、項目によっては若年期、壮年期、高齢期の年齢区分による分析や単身者の男女別分析を行い、新宿区で暮らす単身者の特徴をまとめました。調査方法、回答者の概要は以下のとおりです。

(1) 調査方法

● 新宿区区民意識調査(平成25年度)

住民基本台帳から無作為抽出した新宿区在住の満18歳以上の男女2,500人を対象に、平成25年9月2日から9月24日にかけて郵送法による調査を実施。有効回収数は1,009人(40.4%)

● 新宿区健康づくり区民意識調査(平成22年度)

住民基本台帳から無作為抽出した新宿区在住の満18歳以上の男女4,000人を対象に、平成22年7月2日から7月23日にかけて郵送法による調査を実施。有効回収数は1,288人(32.2%)

(2) 回答者の概要

● 新宿区区民意識調査

回答者

| | |
|--------|------|
| 総数(※1) | 966人 |
| 単身者 | 254人 |
| 同居人あり | 712人 |

※1：ほか単身者・同居人あり別無回答43人あり

単身者の年齢区分別内訳(※2)

| | |
|-------------|------|
| 若年期(18～34歳) | 54人 |
| 壮年期(35～64歳) | 123人 |
| 高齢期(65歳以上) | 76人 |

※2：ほか年齢無回答1人あり

● 新宿区健康づくり区民意識調査

回答者

| | |
|--------|--------|
| 総数(※3) | 1,265人 |
| 単身者 | 334人 |
| 同居人あり | 931人 |

※3：ほか単身者・同居人あり別無回答23人あり

単身者の年齢区分別内訳(※4)

| | |
|-------------|------|
| 若年期(18～34歳) | 73人 |
| 壮年期(35～64歳) | 129人 |
| 高齢期(65歳以上) | 128人 |

※4：ほか年齢無回答4人あり

注1) 2.(4)の「食生活・健康状態」の項目のデータは新宿区健康づくり区民意識調査結果を基に作成、それ以外の項目のデータは新宿区区民意識調査結果を基に作成した。
 注2) 第1章では若年期を20～34歳としていたが、本章では意識調査の対象が満18歳以上であるため、18～34歳としている。また、図表19-2では35～49歳を第1章と同様に「壮年前期」と表記している。

2. 意識調査結果からみる単身者の特徴

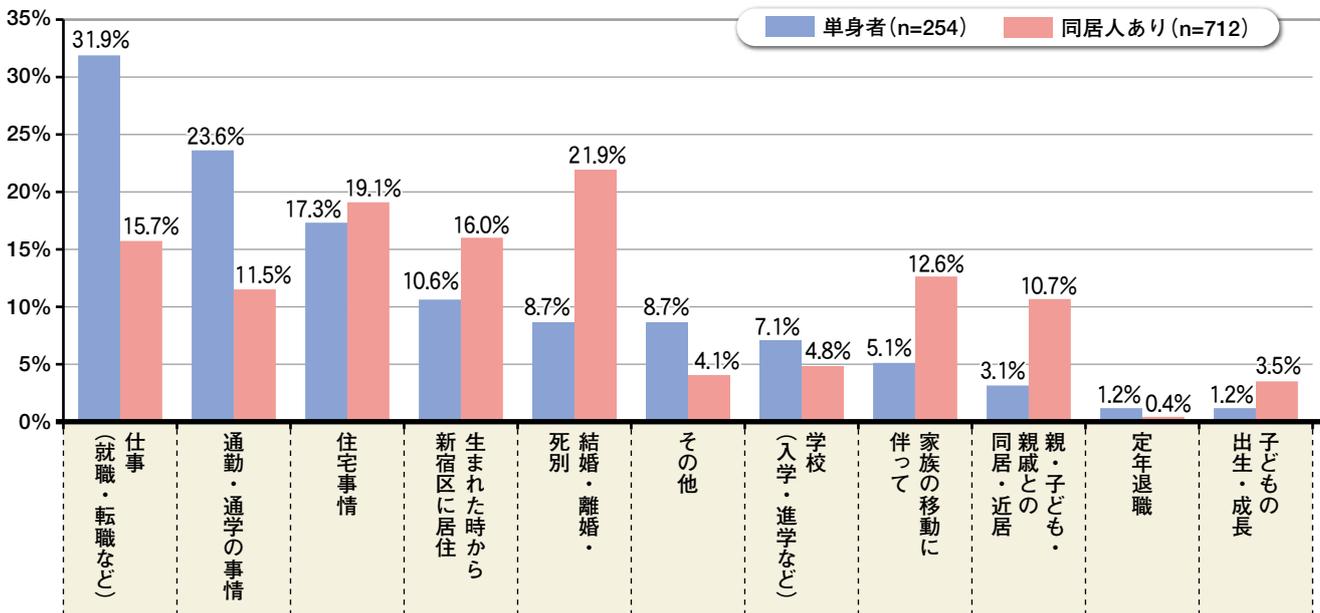
(1) 新宿区への転入のきっかけと出身地域

新宿区は移動人口が多く、年間で各3万人程度の転入者と転出者がいます。特に若年期の転入者が多く、その多くは単身者と思われます。こうした新宿区外から転入する多くの単身者は何をきっかけに転入してきたのでしょうか。また、単身者の出身地域は、新宿区の近くが多いのでしょうか、それとも遠方が多いのでしょうか。ここでは、出身地域と関連の深い「中学校卒業時の居住地」についてうかがいました。

単身者は、仕事や通勤・通学事情をきっかけとして新宿区に転入してくる人が多く、東京圏外の出身者が多い。

図1 転入のきっかけ

「あなたが新宿区に転入されたきっかけは何ですか。」(〇はいくつでも)

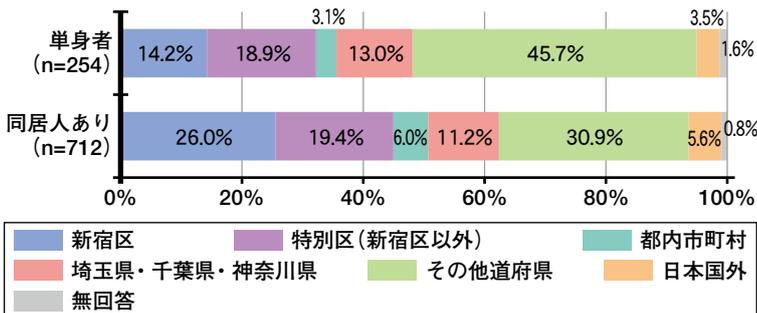


- 単身者が新宿区に転入したきっかけは、「仕事(就職・転職など)」(31.9%)が最も高く、「通勤・通学の事情」(23.6%)、「住宅事情」(17.3%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「仕事」は16ポイント、「通勤・通学」は12ポイント高く、一方、「結

婚・離婚・死別」、「親・子ども・親戚との同居・近居」、「家族の移動に伴って」など家族に関するきっかけは低く、また、「生まれた時から新宿区に居住」も比較的低くなっている。

図2 中学校卒業時の居住地

「あなたは、中学校を卒業したとき、どちらにお住まいでしたか。」(〇は1つ)



※選択肢の「特別区(新宿区以外)」は、新宿区区民意識調査の原文では「東京都(新宿区以外の区)」で、「都内市町村」は「東京都(市町村)」である。図11も同様。

- 単身者の中学校卒業時の居住地は、東京都・埼玉県・千葉県・神奈川県以外の「その他道府県」(45.7%)が最も高く、「特別区(新宿区以外)」(18.9%)、「新宿区」(14.2%)が続く。

同居人ありとの比較でみると、「その他道府県」は15ポイント高く、一方、「新宿区」は12ポイント低くなっている。

単身者は東京圏外(東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県以外の道府県)の出身者が多いと考えられる。

(2) 新宿区の暮らしやすさ

新宿区に単身者が多いのは、新宿区が単身者にとって暮らしやすく、魅力があるまちだからと考えられます。それはどのような点なのでしょう。

新宿区民は単身者・同居人ありを問わず、「交通の便の良さ」、「買い物の便利さ」を暮らしやすさ・魅力と感じる人が多い。また、年齢区分が低いほど「飲食店・娯楽施設の充実」を、年齢区分が高いほど「医療機関の充実」を魅力と感じる人が多い。

図 3-1 新宿区での暮らしやすさ・魅力

「新宿区に住んで暮らしやすい、または魅力があると思えることは何ですか。」(〇は3つまで)

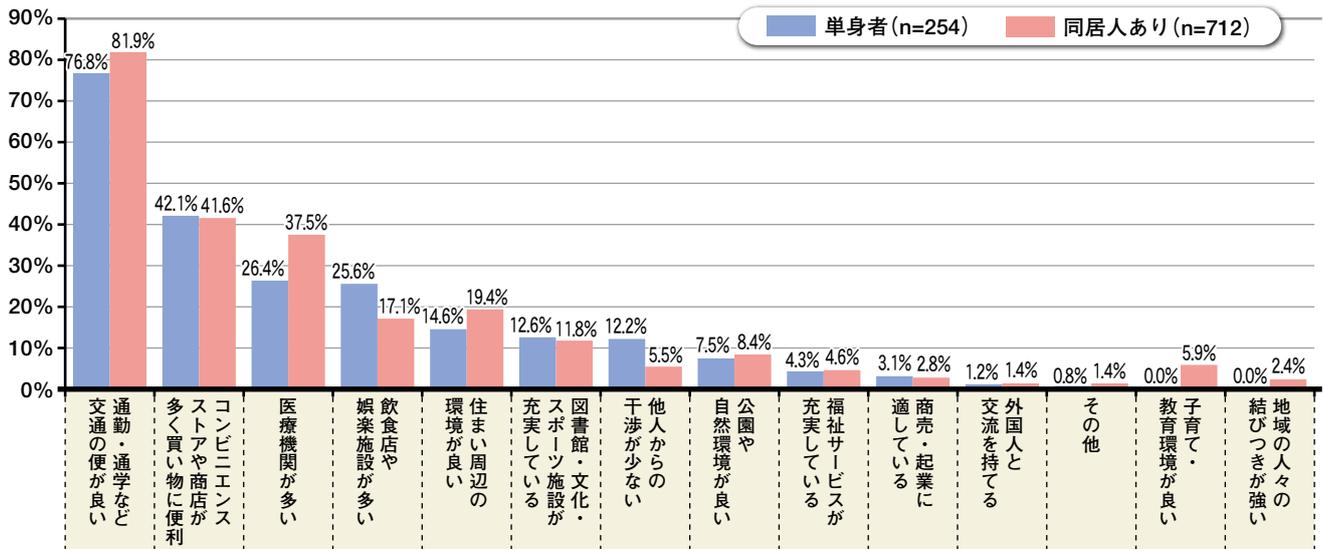
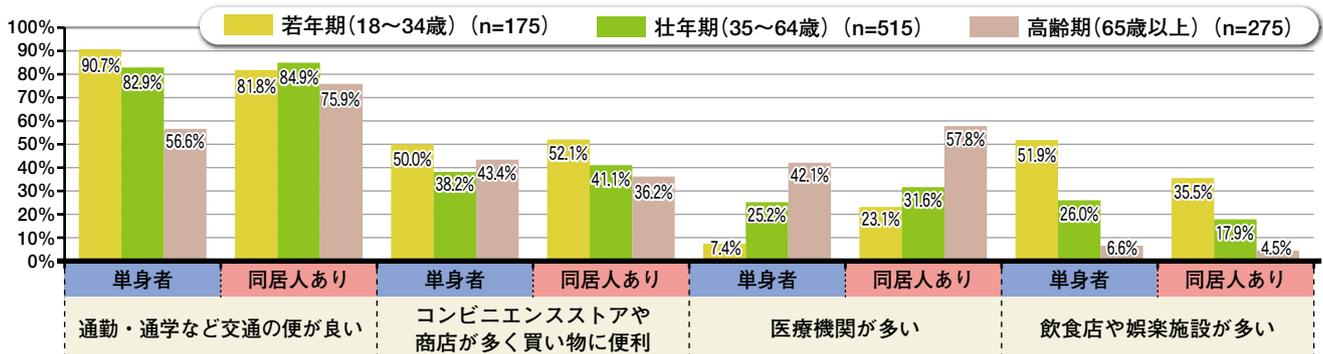


図 3-2 新宿区での暮らしやすさ・魅力(単身者結果上位4項目)

「新宿区に住んで暮らしやすい、または魅力があると思えることは何ですか。」(〇は3つまで)上位4項目



- 単身者が新宿区に住んで暮らしやすい、魅力があると思えることは、「通勤・通学など交通の便が良い」(76.8%)が最も高く、「コンビニエンスストアや商店が多く買い物に便利」(42.1%)、「医療機関が多い」(26.4%)、「飲食店や娯楽施設が多い」(25.6%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「交通の便の良さ」や「買い物の便利さ」はほとんど違いはない。「飲食店・娯楽施設」は9ポイント、「他人からの干渉が少

ない」は7ポイント高く、一方、「医療機関」は11ポイント低くなっている。ただし、これらは単身者の年齢区分によって大きく違いが出ており、年齢区分が高いほど「医療機関」(若年期 7.4%、壮年期 25.2%、高齢期 42.1%)は高く、「飲食店・娯楽施設」(若年期 51.9%、壮年期 26.0%、高齢期 6.6%)は低くなっている(同居人ありでも同様の傾向)。

II 意識調査結果からみる新宿区の単身者

暮らしやすさ・魅力として多くの人が挙げた「通勤・通学など交通の便が良い」、「コンビニエンスストアや商店が多く買い物に便利」、「医療機関が多い」に関する特徴的なデータをお示します。

表1 新宿区民の通勤・通学先市区町村

| 市区町村名 | 人数 | 割合 |
|--------|--------|-------|
| 1 新宿区 | 57,705 | 42.9% |
| 2 千代田区 | 13,134 | 9.8% |
| 3 港区 | 9,095 | 6.8% |
| 4 中央区 | 6,017 | 4.5% |
| 5 渋谷区 | 5,578 | 4.1% |
| 6 豊島区 | 3,540 | 2.6% |
| 7 文京区 | 3,429 | 2.5% |
| 8 中野区 | 2,807 | 2.1% |
| 9 江東区 | 2,108 | 1.6% |
| 10 品川区 | 2,093 | 1.6% |

※ 15歳以上就業者・通学者(2010年国勢調査)

表2 利用交通手段が「徒歩のみ」の通勤・通学者割合

(23区上位5・下位3・全国)

| | | |
|-------|------|-------|
| 1 | 千代田区 | 25.4% |
| 2 | 新宿区 | 18.0% |
| 3 | 港区 | 15.5% |
| 4 | 中央区 | 15.1% |
| 5 | 台東区 | 14.9% |
| | | |
| 21 | 足立区 | 6.6% |
| 22 | 江戸川区 | 6.5% |
| 23 | 練馬区 | 6.4% |
| | 特別区部 | 9.1% |
| | 全国 | 7.1% |

※徒歩のみの通勤・通学者数/常住地による15歳以上自宅外就業者・通学者数(2010年国勢調査)

●通勤・通学など交通の便のよさ

● 新宿区に居住する15歳以上の就業者・通学者の通勤・通学先の市区町村(表1)をみると、43%が新宿区内に通勤(自宅を含む)・通学し、区外では千代田区などの都心3区、渋谷区などの隣接区に多く通っている。利用交通手段(表2)をみると「徒歩のみ」で通っている人が18%おり、千代田区に次いで高い。これらのことから通勤・通学先が近い区民が多いといえる。

区内の鉄道駅は非常に多く、JR以外にも私鉄が3路線、地下鉄が7路線通っている(表3)。区内にある事業所数(表4)をみると、新宿区は23区で中央区などに次いで3番目に多く、従業者数も港区などに次いで4番目に多い。

表3 新宿区の鉄道駅

| | 路線 | 駅名 |
|-------|-------------------|---|
| JR | 山手線、埼京線、中央本線、総務本線 | ①目白、②高田馬場、③新大久保、④大久保、⑤新宿、⑥千駄ヶ谷、⑦信濃町、⑧四ツ谷、⑨市ヶ谷、⑩飯田橋 |
| 私鉄 | 西武新宿線 | ①中井、②下落合、③高田馬場、④西武新宿 |
| | 小田急線 | ①新宿 |
| | 京王線 | ①新宿 |
| 東京地下鉄 | 東西線 | ①落合、②高田馬場、③早稲田、④神楽坂、⑤飯田橋 |
| | 丸ノ内線 | ①西新宿、②新宿、③新宿三丁目、④新宿御苑前、⑤四谷三丁目、⑥四ツ谷 |
| | 有楽町線 | ①飯田橋、②市ヶ谷 |
| | 南北線 | ①飯田橋、②市ヶ谷、③四ツ谷 |
| | 副都心線 | ①西早稲田、②東新宿、③新宿三丁目 |
| 都営地下鉄 | 新宿線 | ①新宿、②新宿三丁目、③曙橋、④市ヶ谷 |
| | 大江戸線 | ①落合南長崎、②中井、③西新宿五丁目、④都庁前、⑤新宿、⑥新宿西口、⑦東新宿、⑧若松河田、⑨牛込柳町、⑩牛込神楽坂、⑪飯田橋、⑫国立競技場 |

表4 全産業(公務を除く)の事業所数と従業者数(23区)

| 区名 | 事業所数 | 区名 | 従業者数 |
|--------|--------|--------|---------|
| 1 中央区 | 37,333 | 1 港区 | 952,499 |
| 2 港区 | 37,209 | 2 千代田区 | 837,974 |
| 3 新宿区 | 32,193 | 3 中央区 | 721,044 |
| 4 千代田区 | 32,045 | 4 新宿区 | 634,509 |
| 5 大田区 | 30,463 | 5 渋谷区 | 438,942 |
| 6 足立区 | 25,751 | 6 品川区 | 350,674 |
| 7 世田谷区 | 24,536 | 7 大田区 | 334,046 |

(平成24年経済センサス活動調査)

●コンビニエンスストアや商店の充実

新宿区の小売業の事業所数は23区で7番目に多く、販売額は2番目に多い(表5)。

●医療施設の充実

新宿区の医療施設(病院、診療所)の数は23区で4番目に多く、病床数も3番目に多い(表6)。

表5 小売業の事業所数と年間商品販売額(23区)

(百万円)

| 区名 | 事業所数 | 区名 | 販売額 |
|--------|-------|--------|-----------|
| 1 世田谷区 | 5,470 | 1 中央区 | 1,473,042 |
| 2 大田区 | 5,044 | 2 新宿区 | 1,349,297 |
| 3 足立区 | 4,769 | 3 渋谷区 | 1,145,343 |
| 4 渋谷区 | 3,989 | 4 千代田区 | 890,130 |
| 5 杉並区 | 3,967 | 5 豊島区 | 772,762 |
| 6 江戸川区 | 3,775 | 6 世田谷区 | 736,143 |
| 7 新宿区 | 3,735 | 7 港区 | 720,730 |

(平成19年度商業統計調査)

表6 医療施設数と病床数(23区)

| 区名 | 医療施設数 | 区名 | 病床数 |
|--------|-------|--------|-------|
| 1 世田谷区 | 848 | 1 板橋区 | 9,782 |
| 2 港区 | 677 | 2 足立区 | 6,622 |
| 3 大田区 | 603 | 3 新宿区 | 6,523 |
| 4 新宿区 | 592 | 4 世田谷区 | 6,254 |
| 5 練馬区 | 555 | 5 文京区 | 5,474 |
| 6 渋谷区 | 515 | 6 大田区 | 5,212 |
| 7 杉並区 | 514 | 7 港区 | 4,119 |

(平成24年度東京都福祉・衛生統計年報)

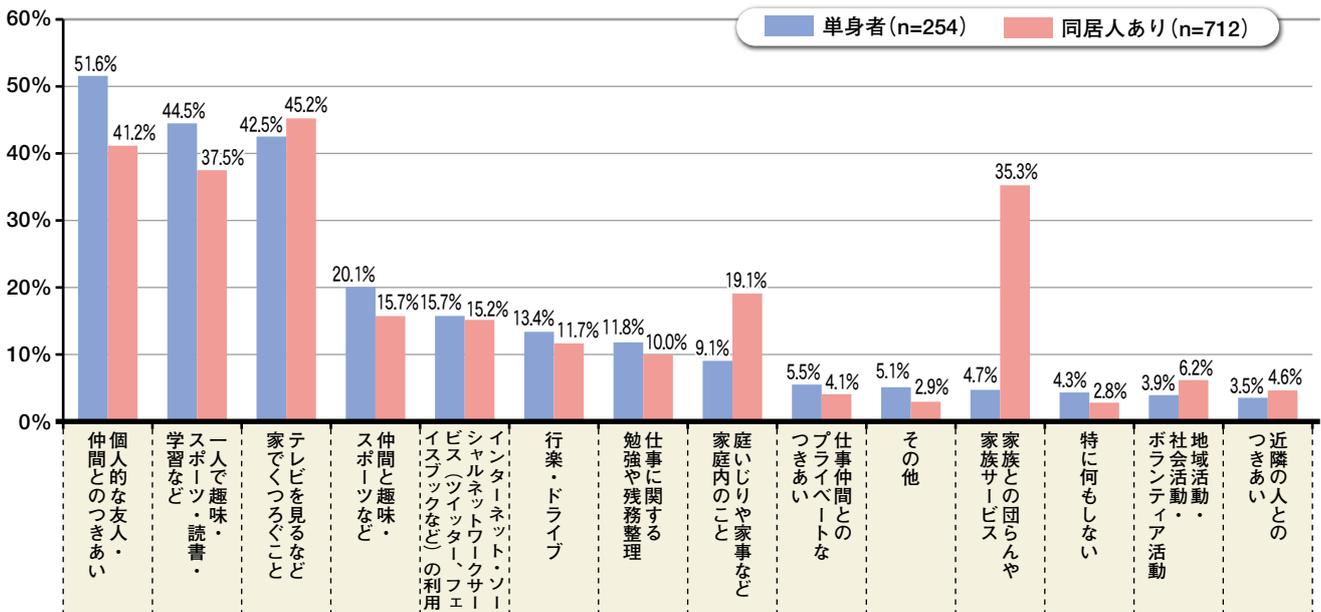
(3) 自由時間の過ごし方と充実感・満足感

新宿区で暮らす単身者は、仕事以外などの自由時間をどのように過ごしているのでしょうか。また、どのようなことに充実感や満足感を得ているのでしょうか。

単身者は自由時間に「友人・仲間とのつきあい」だけでなく、「一人で趣味」や「家でくつろぐ」など一人で過ごす人が多い。また、「趣味」や「友人との交流」だけでなく、「一人で気ままに過ごすこと」に多くの方が充実感・満足感を得ている。

図4 自由時間

「あなたは、自由時間をどのように使っていますか。」(〇は3つまで)

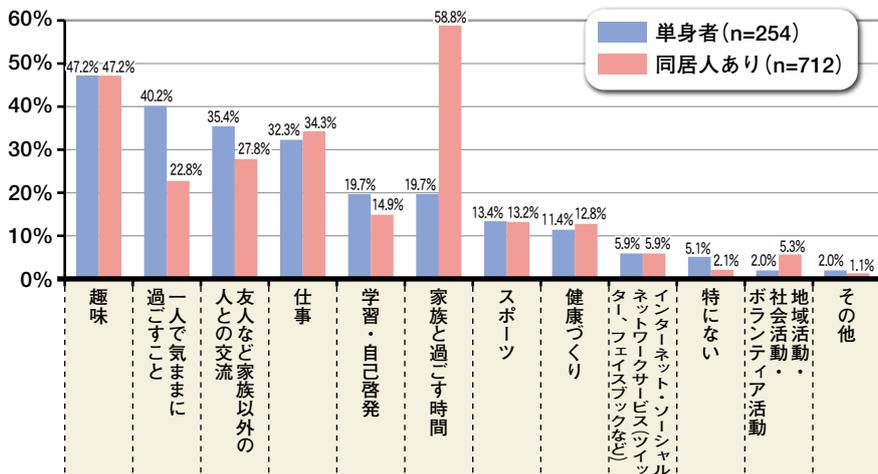


- 単身者の自由時間の過ごし方は、「個人的な友人・仲間とのつきあい」(51.6%)が最も高く、「一人で趣味・スポーツ・読書・学習など」(44.5%)、「テレビを見るなど家でくつろぐこと」(42.5%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「友人・仲間との

つきあい」は10ポイント、「一人で趣味・スポーツなど」は7ポイント高く、一方、「家族との団らんや家族サービス」、「庭いじりや家事など家庭内のこと」など家庭に関することは低くなっている。

図5 充実感・満足感

「あなたは、どのようなことに充実感や満足感を感じますか。」(〇は3つまで)



- 単身者が充実感や満足感を得ていることは、「趣味」(47.2%)が最も高く、「一人で気ままに過ごすこと」(40.2%)、「友人など家族以外の人の交流」(35.4%)、「仕事」(32.3%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「一人で気ままに過ごすこと」は17ポイント、「家族以外の交流」は8ポイント高く、一方、「家族と過ごす時間」は著しく低くなっている。

(4) 食生活・健康状態

新宿区で暮らす単身者は家族など同居人がいる人と比べて、どのような食生活を送り、健康状態はどのような傾向にあるのでしょうか。

- ・単身者は同居人ありと比べると朝食をほぼ毎日食べる割合が低く、夕食は家で調理したものを食べず惣菜や外食で済ます傾向がある。特に、男性でその傾向が強い。
- ・単身者は同居人ありと比べると健康状態や心の健康状態があまりよくない傾向にあり、特に壮年期の男性単身者にその傾向が強くみられる。

● 単身者の朝食の摂取状況は、「ほぼ毎日食べる」(68.6%)が最も高く、「ほとんど・全く食べない」(14.7%)、「週1～2回食べる」(9.0%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「ほぼ毎日食べる」は15ポイント低く、「ほとんど・全く食べない」は7ポイント高くなっている。

● 単身者を男女別にみると、朝食を「ほぼ毎日食べる」は男性(59.3%)が女性(73.6%)より14ポイント低く、一方、「ほとんど・全く食べない」は男性(18.6%)が女性(12.3%)より6ポイント高くなっている。

● 単身者が夕食で主に食べるものは、「家で調理したもの」(52.1%)が最も高く、「惣菜など外で買ってきたもの」(27.2%)、「外食」(15.3%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「家で調理」は33ポイントも低く、一方、「外で買ってきたもの」は

19ポイント、「外食」は11ポイント高くなっている。

● 単身者を男女別にみると、「家で調理」は男性(34.5%)が女性(61.4%)より27ポイント低く、一方、「外食」は男性(24.8%)が女性(10.5%)より14ポイント高くなっている。

図6 朝食の摂取状況

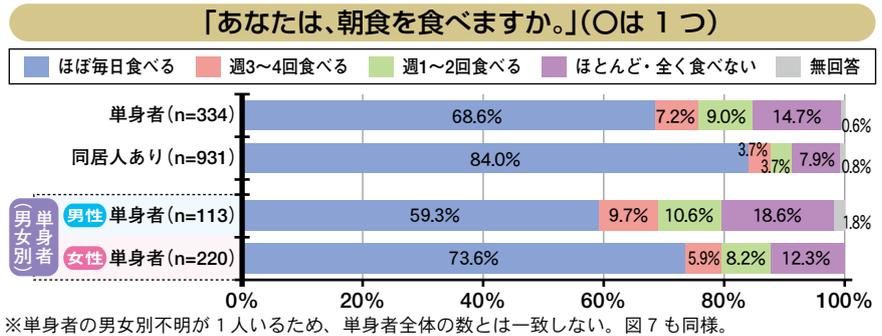


図7 夕食に食べるもの

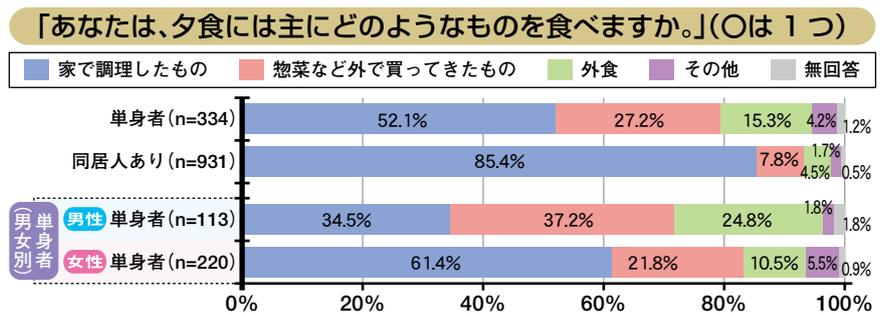
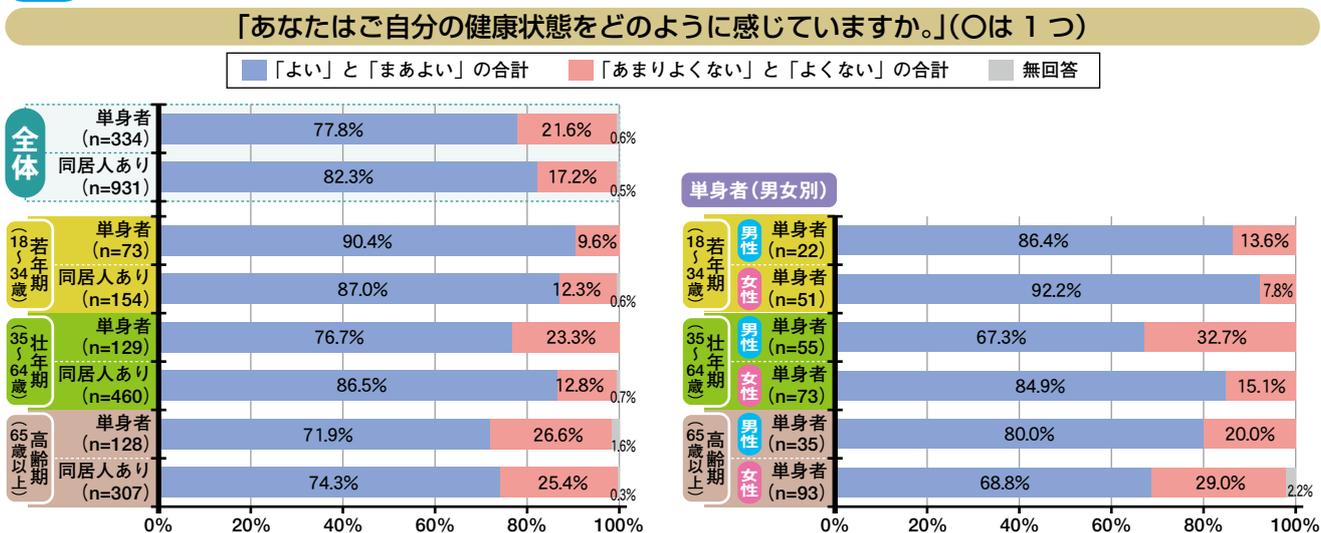


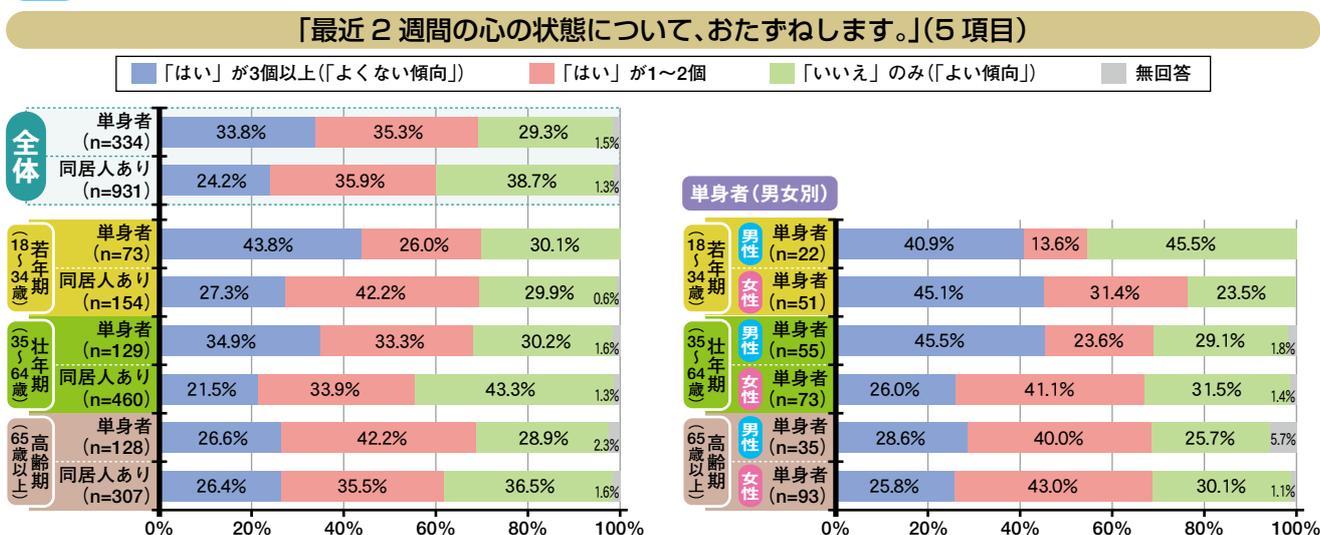
図8 健康状態



- 単身者の健康状態は、「あまりよくない」と「よくない」の合計が21.6%で、同居人ありと比べて4ポイント高くなっている。
- 年齢区別にみると、単身者は「あまりよくない」と「よくない」の合計（若年期9.6%、壮年期23.3%、高齢期26.6%）は高い年齢区分ほど高くなっている。同居人ありとの比較でみると、「あまりよくない」と「よくない」の合計は若年期と高齢期ではあまり変わらないが、壮年期では11ポイント高くなっている。

- 単身者を男女・年齢区別にみると、「あまりよくない」と「よくない」の合計は、壮年期の男性（32.7%）が最も高く、高齢期の女性（29.0%）が続く。壮年期の男性は壮年期の女性（15.1%）に比べて18ポイント高くなっている。

図9 心の健康状態について



本設問は、うつ病のスクリーニングとして利用する「こころの健康度自己評価票」の項目を利用し、5つの項目を整理することによって、うつの傾向を把握するもので、具体的には、以下の項目に対する回答者の「はい」の回答個数が3個以上、1~2個、「いいえ」のみの3つの区分で心の健康状態を分類している。本レポートでは、「はい」が3個以上を心の健康状態が「よくない傾向」、「いいえ」のみを「よい傾向」と表記している。

- ①「毎日の生活に充実感がない」
- ②「これまで楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった」
- ③「以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる」
- ④「自分が役に立つ人間だとは思えない」
- ⑤「わけもなく疲れたような感じがする」

- 最近2週間の心の健康状態は、単身者は「よくない傾向」が33.8%で、同居人ありと比べて10ポイント高い。一方、「よい傾向」は29.3%で同居人ありと比べて9ポイント低くなっている。
- 年齢区別にみると、「よくない傾向」は、単身者では若年期（43.8%）と壮年期（34.9%）は同居人ありと比べて各17ポイント、13ポイント高く、高齢期（26.6%）はほぼ同じである。

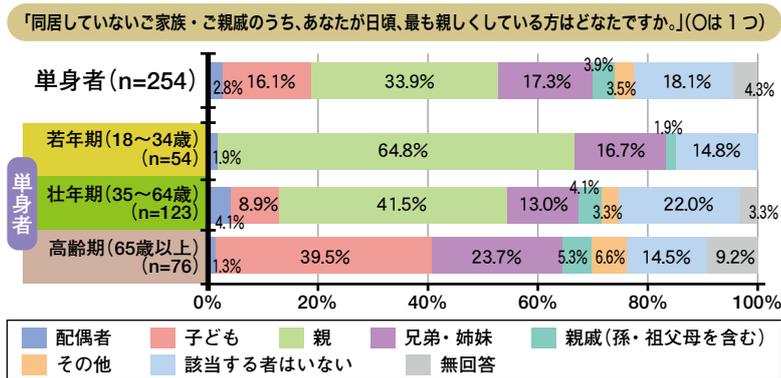
- 単身者を男女・年齢区別にみると、心の健康状態が「よくない傾向」は壮年期の男性（45.5%）が最も高く、若年期の女性（45.1%）、若年期の男性（40.9%）が続く。壮年期の男性は壮年期の女性（26.0%）に比べて20ポイント高くなっている。

(5) 家族とのつながり

単身者は、一人で気ままに過ごせる一方、病気や悩み事、困り事などがあった時に家族などの同居人が身近にいないため、不安や困難を抱える場合があると考えられます。単身者はどのように人とのつながりを持っているのでしょうか。まずは、最も親密な関係である家族や親戚とのつながりについてうかがいました。

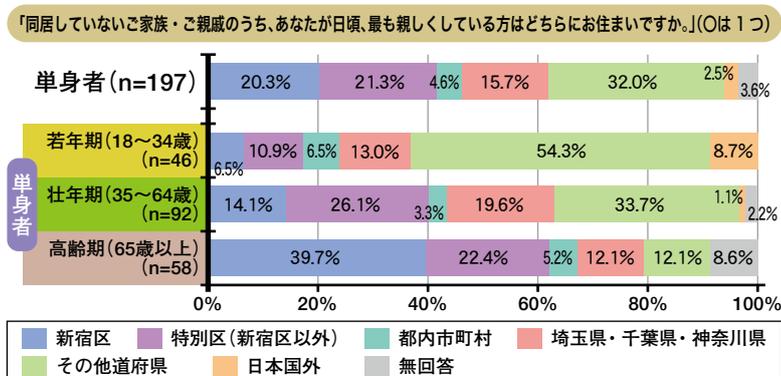
- ・日頃、親しくしている家族・親戚がいない単身者が2割弱おり、特に壮年期で高い。
- ・若年期、壮年期、高齢期と年齢区分が高いほど、単身者が最も親しくしている家族・親戚は近くに居住し、連絡頻度も高くなっている。

図10 最も親しい家族・親戚



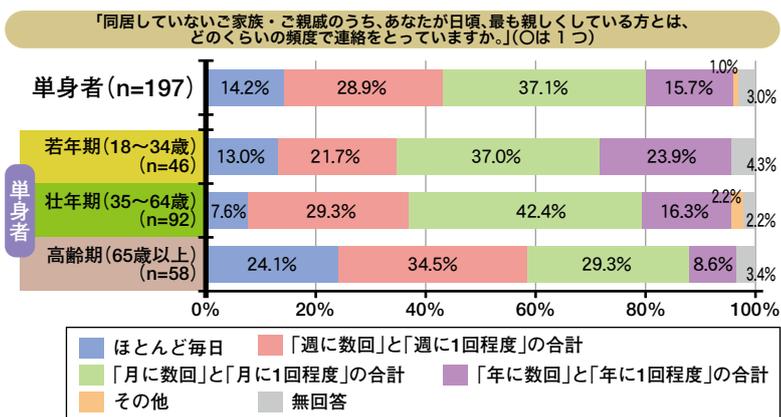
注) 単身者の回答のみを抜粋した。

図11 最も親しい家族・親戚の居住地



注) 図10から「該当する者はいない」と「無回答」を除いたものを抜粋した。図12も同様。

図12 最も親しい家族・親戚との連絡頻度



- 単身者が最も親しくしている家族・親戚は、「親」(33.9%)が最も高く、「該当する者はいない」(18.1%)、「兄弟・姉妹」(17.3%)が続く。

- 年齢区分別にみると、若年期と壮年期では「親」が各64.8%、41.5%と最も高い。高齢期では「子ども」(39.5%)が最も高く、「兄弟・姉妹」(23.7%)が続く。「該当する者はいない」は、若年期で14.8%、壮年期で22.0%、高齢期で14.5%おり、特に壮年期で高くなっている。

- 単身者が最も親しくしている家族・親戚の居住地は、「その他道府県」(32.0%)が最も高く、「特別区(新宿区以外)」(21.3%)、「新宿区」(20.3%)が続く。

- 年齢区分別にみると、年齢区分が高いほど、「新宿区」が高く(若年期6.5%、壮年期14.1%、高齢期39.7%)、「その他道府県」が低くなっている(若年期54.3%、壮年期33.7%、高齢期12.1%)。

- 単身者が最も親しくしている家族・親戚との連絡頻度は、「月に1回~数回」(37.1%)が最も高く、「週に1回~数回」(28.9%)、「年に1回~数回」(15.7%)が続く。

- 年齢区分別にみると、高齢期では「ほとんど毎日」(24.1%)と「週に1回~数回」(34.5%)が若年期・壮年期に比べ高くなっており、合わせて58.6%になる。

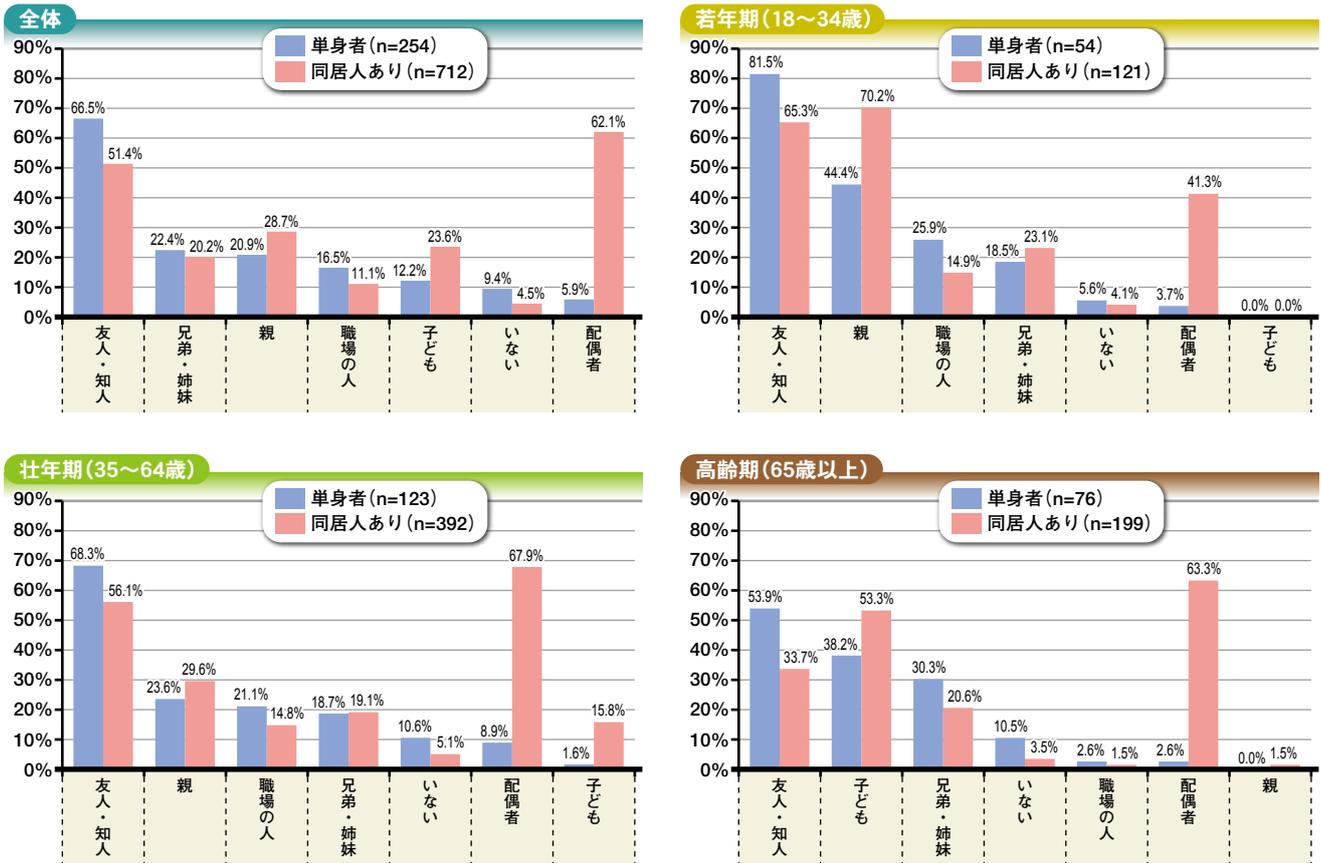
(6) 悩み事の相談相手

同居人のいない単身者は、日頃、悩み事をどんな人に相談しているのでしょうか。

- 単身者は年齢区分を問わず、「友人・知人」に悩み事を相談する人が多い。
- 高齢期になると「友人・知人」のほか、別居している「子ども」や「兄弟・姉妹」に相談する単身者が多い。

図 13 悩み事の相談相手

「あなたが日頃、悩み事を相談できる方はどなたですか。」(〇はいくつでも)



注) 全体の回答率が5%未満の選択肢は省略した。図 14、図 19-1、図 20 も同様。

- 単身者が日頃、悩み事を相談できる人は、「友人・知人」(66.5%)が最も高く、「兄弟・姉妹」(22.4%)、「親」(20.9%)が続く。同居人ありとの比較で見ると、「友人・知人」は15ポイント高く、一方、「配偶者」や「子ども」は著しく低くなっている。
- 年齢区分別にみると、単身者は若年期・壮年期では、「友人・知人」(各81.5%、68.3%)、「親」(各44.4%、23.6%)、「職場の人」(各25.9%、21.1%)の順に高く、同居人ありとの比較でみる

と「友人・知人」は若年期で16ポイント、壮年期で12ポイント高く、一方、若年期では「親」(44.4%)は26ポイント低くなっている。高齢期では、「友人・知人」(53.9%)に次いで「子ども」(38.2%)が高く、「兄弟・姉妹」(30.3%)が続く。「同居人あり」との比較で見ると、「友人・知人」は20ポイント、「兄弟・姉妹」は10ポイント高い。

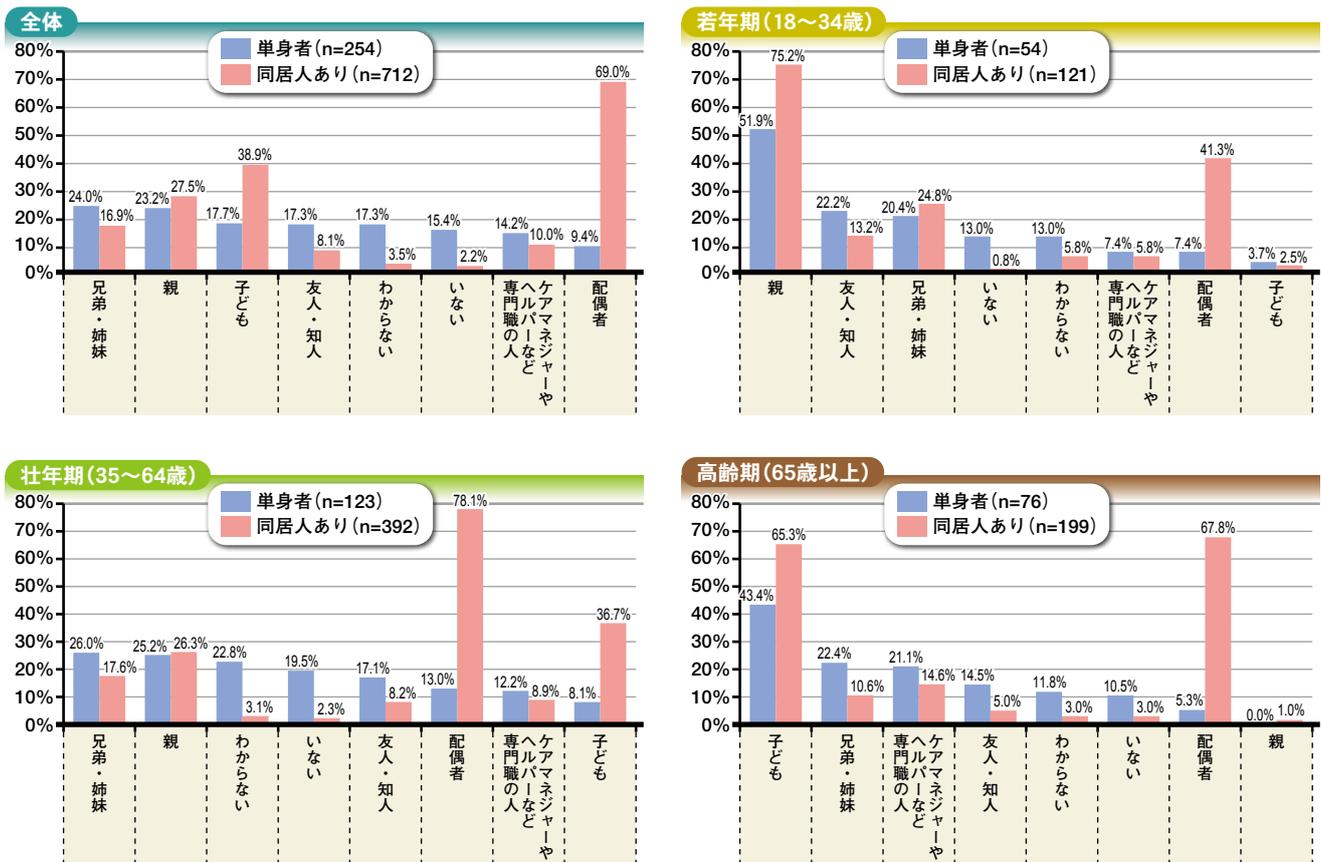
(7) 入院時や要介護時に世話をしてくれる人

病気やケガをして入院や介護が必要になることは、日常生活の中で誰にも起こりうることです。同居人のいない単身者は、そうした万一の時、どんな人に世話をしてもらおうのでしょうか。

単身者が入院時・要介護時に世話をしてもらえる人は、若年期では「親」、高齢期では「子ども」が最も高い。壮年期では「兄弟・姉妹」が最も高いが、「わからない」と「いない」を合わせると4割以上になり、いざという時に世話をしてもらおうことが難しい状況が生じている。

図14 入院時・要介護時に世話をしてくれる人

「あなたが入院した時や病気やケガで介護が必要になった時、世話をしてくれる方はどなただと思いますか。」(〇はいくつでも)



- 単身者が入院時や要介護時に世話をしてもらえる人は、「兄弟・姉妹」(24.0%)が最も高く、「親」(23.2%)、「子ども」(17.7%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「友人・知人」(17.3%)が9ポイント高く、また「わからない」(17.3%)は14ポイント、「いない」(15.4%)は13ポイント高くなっているが、これらは同居人ありではごくわずかである。また、「配偶者」と「子ども」は著しく低くなっている。
- 年齢区分別にみると、単身者は若年期では「親」(51.9%)、「友人・知人」(22.2%)、「兄弟・姉妹」(20.4%)、「いない」「わからない」(各13.0%)の順に高く、同居人ありと比べ、「友人・知人」は

9ポイント高いものの、「親」は23ポイント低くなっている。壮年期では、「兄弟・姉妹」(26.0%)、「親」(25.2%)、「わからない」(22.8%)、「いない」(19.5%)の順に高く、同居人ありと比べ、「兄弟・姉妹」は8ポイント、「わからない」は20ポイント、「いない」は17ポイント高くなっている。高齢期では、「子ども」(43.4%)、「兄弟・姉妹」(22.4%)、「ケアマネジャーやヘルパーなど専門職の人」(21.1%)、「友人・知人」(14.5%)の順に高く、同居人ありと比べ、「兄弟・姉妹」は12ポイント、「友人・知人」は10ポイント高くなっている。

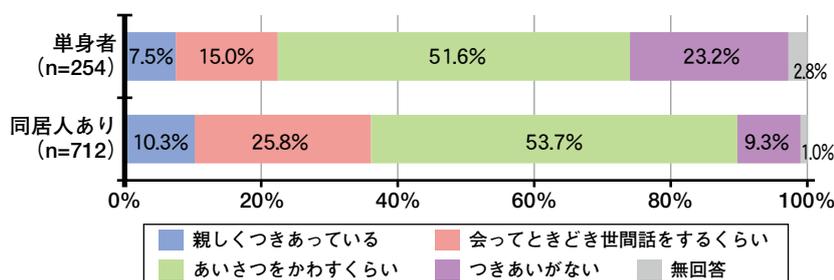
(8) 近所や地域でのつながり

単身者は家族とのつながりが少ないことから、職場や友人とのつきあいだけでなく、近所づきあいや地域活動に参加することで人とのつながりをより高めることができるのではないのでしょうか。単身者の近所づきあいの程度や地域で参加している団体や集まりと今後の参加の意向をうかがいました。

- ・単身者の近所づきあいの程度は、5割強は「あいさつをかわすくらい」で、「親しくつきあっている」人はわずかで、「つきあいが無い」が2割強おり、同居人ありに比べて近所づきあいの程度は低い。
- ・単身者の多くは地域の団体や集まりに参加しておらず、参加への意向も低い

図15 近所づきあいの程度

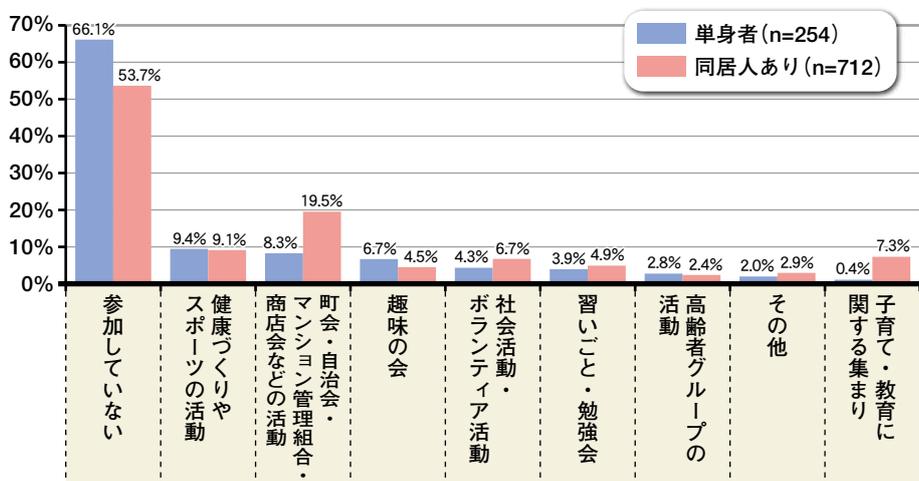
「あなたは、近所づきあいをどの程度していますか。」(○は1つ)



- 単身者の近所づきあいの程度は、「あいさつをかわすくらい」(51.6%)が最も高く、「つきあいが無い」(23.2%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「つきあいが無い」は14ポイント高く、一方、「会ってときどき世間話をするくらい」(15.0%)は11ポイント、「親しくつきあっている」は3ポイント低くなっている。

図16 地域で参加している団体や集まり

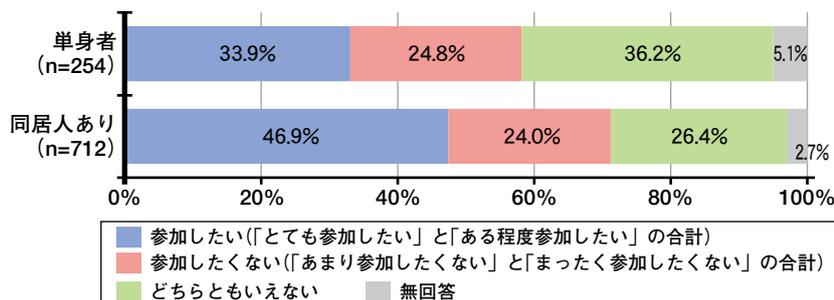
「あなたが地域で参加している団体や集まりは何ですか。」(○はいくつでも)



- 単身者が地域で参加している団体や集まりは非常に少なく、「参加していない」(66.1%)が圧倒的に高い。同居人ありとの比較でみると、「参加していない」は12ポイント高く、一方、「町会・自治会・マンション管理組合・商店会などの活動」は11ポイント低くなっている。

図17 地域で参加している団体や集まり

「あなたは今後、地域での団体や集まりに参加したいと思いますか。」(○は1つ)



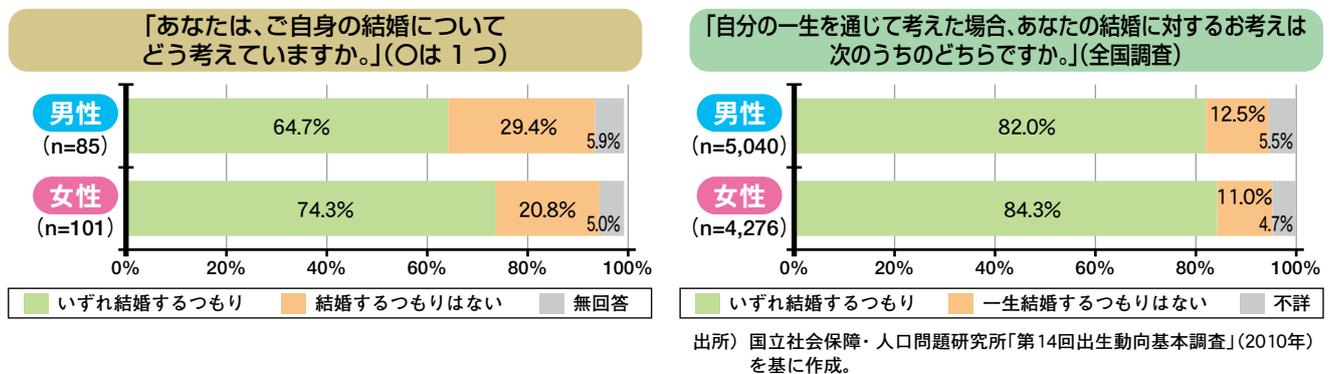
- 単身者の地域の団体や集まりへの参加意向は、「どちらともいえない」(36.2%)が最も高く、「参加したい」(33.9%)、「参加したくない」(24.8%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「参加したくない」はほぼ同じであるが、「参加したい」は13ポイント低くなっている。

(9) 結婚の意向と未婚の理由

若年期の単身者のほとんどが未婚者で、壮年期の単身者も多くが未婚者です。新宿区では未婚の割合が高くなっており、今後未婚のまま高齢期を迎える単身者が増えてくることが想定されます。そこで、18歳から49歳の未婚者に対し、結婚の意向と未婚の理由についてうかがいました。

- ・新宿区の未婚者は、男性の3割、女性の2割に結婚の意向がみられない。「いずれ結婚するつもり」の人は全国と比べて低くなっており、特に男性で顕著である。
- ・未婚の理由として、男性では「収入面の不安」、女性では「適当な相手にめぐり合わない」を挙げる人が多い。男性の「収入面の不安」は若年期だけでなく壮年期でも高く、女性の「めぐり合わない」は壮年期で7割強と著しく高くなる。
- ・結婚の意向がない人は、「自由さや気楽さを失いたくない」、「必要性がない」を未婚の理由として挙げる人が多い。

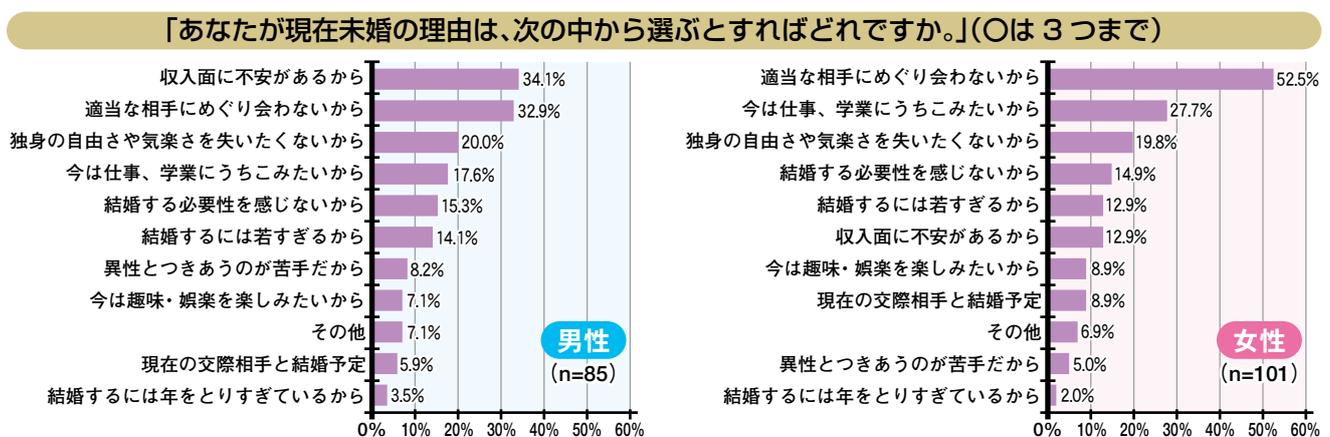
図18 未婚者の結婚の意向(新宿区・全国)



- 全国調査にあわせて18歳～49歳の未婚者(単身者だけでなく同居人ありを含む)を対象に結婚の意向を比較した。設問内容が若干異なるため単純な比較は難しいが、新宿区の未婚者は男女とも

全国と比べて「いずれ結婚するつもり」が低くなっており(男性17ポイント、女性10ポイント)、男性の3割、女性の2割に結婚の意向がみられない。

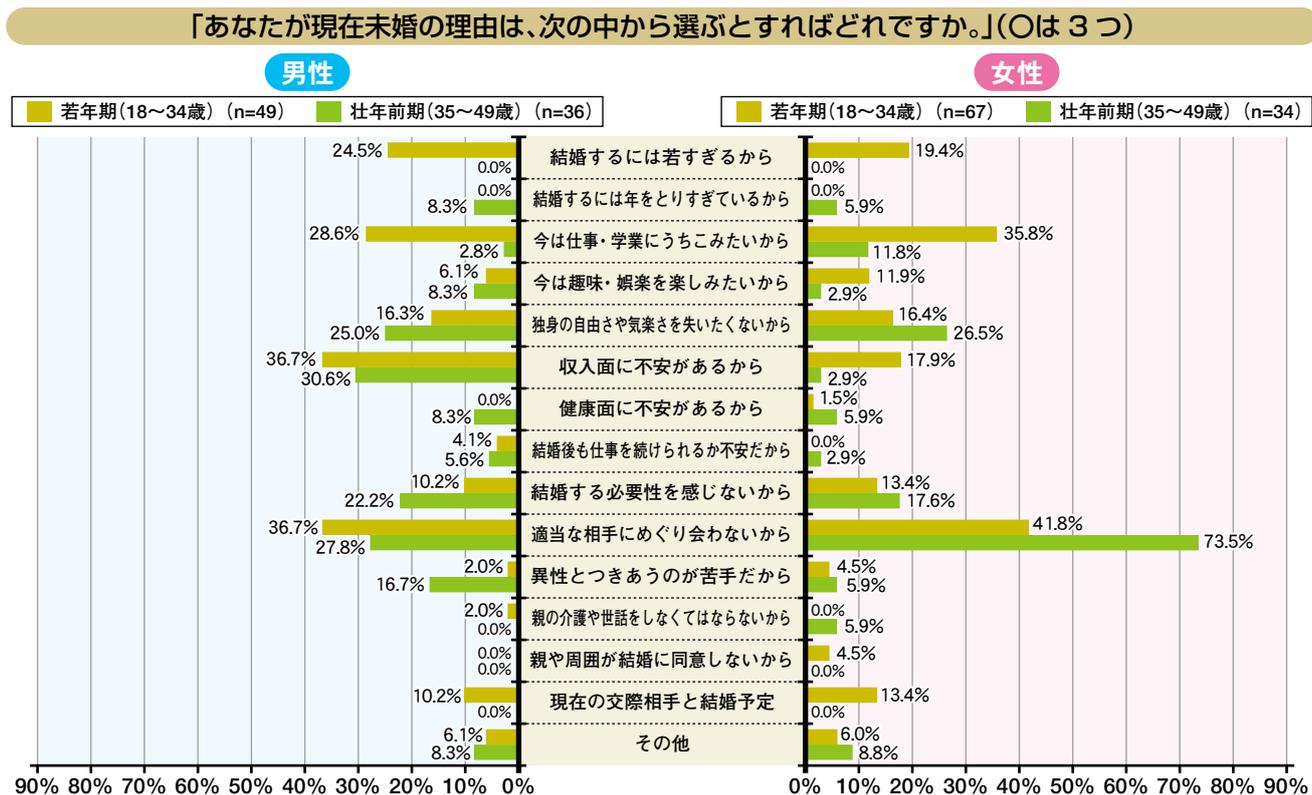
図19-1 未婚理由(男女別)



- 未婚の理由は、男性は「収入面に不安がある」(34.1%)が最も高く、「適当な相手にめぐり合わないから」(32.9%)、「独身の自由さや気楽さを失いたくないから」(20.0%)が続く。女性は「適当

な相手にめぐり合わないから」(52.5%)が最も高く、「今は仕事、学業にうちこみたいから」(27.7%)、「独身の自由さや気楽さを失いたくないから」(19.8%)が続く。

図 19-2 未婚理由(男女・年齢区分別)

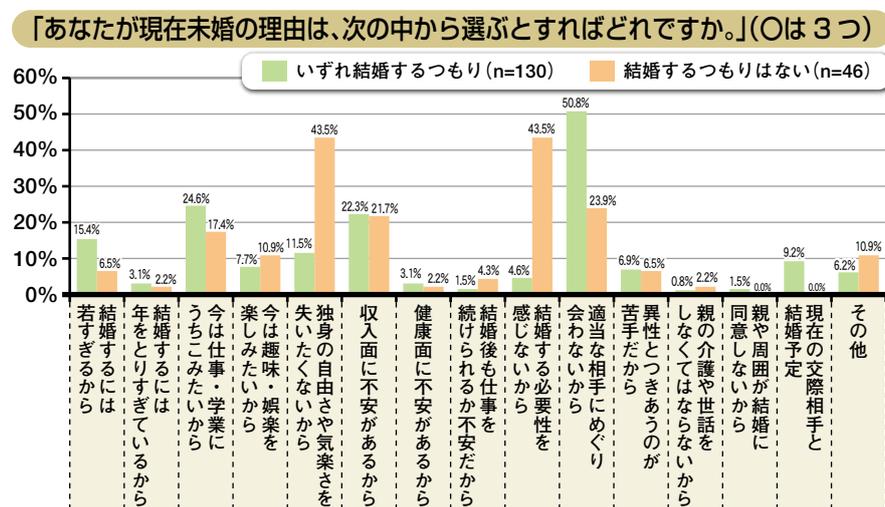


● 未婚理由を男女・年齢区分別にみると、男性は、若年期では「収入面に不安があるから」、「適当な相手にめぐり合わないから」(各36.7%)、「今は仕事・学業にうちこみたいから」(28.6%)、「結婚するには若すぎるから」(24.5%)の順に高い。壮年前期でも、若年期と同様「収入面の不安」(30.6%)、「めぐり合わない」(27.8%)が高く、次いで、「独身の自由さや気楽さを失いたくないから」(25.0%)、「結婚する必要性を感じないから」(22.2%)、「異性とつきあうのが苦手だから」

(16.7%)が続く。「異性が苦手」は若年期との比較でみると著しく高くなっている。

● 女性は、若年期では「めぐり合わない」(41.8%)が最も高い。次いで、「今は仕事・学業にうちこみたい」(35.8%)、「若すぎる」(19.4%)、「収入面の不安」(17.9%)の順に高くなっているが、これらは壮年前期では著しく低くなっている。また、壮年前期では「めぐり合わない」(73.5%)が著しく高くなっており、「自由さ・気楽さを失いたくない」(26.5%)が続く。

図 19-3 未婚理由(結婚の意向別)



● 未婚理由を結婚意向の有無別(男女計)にみると、「いずれ結婚するつもり」の人は「めぐり合わない」(50.8%)が最も高く、「今は仕事・学業にうちこみたい」(24.6%)が続く。一方、「結婚するつもりはない」人は、「自由さ・気楽さを失いたくない」、「必要性を感じない」(各43.5%)が非常に高く、どちらも「いずれ結婚するつもり」の人と比べ著しく高くなっている。

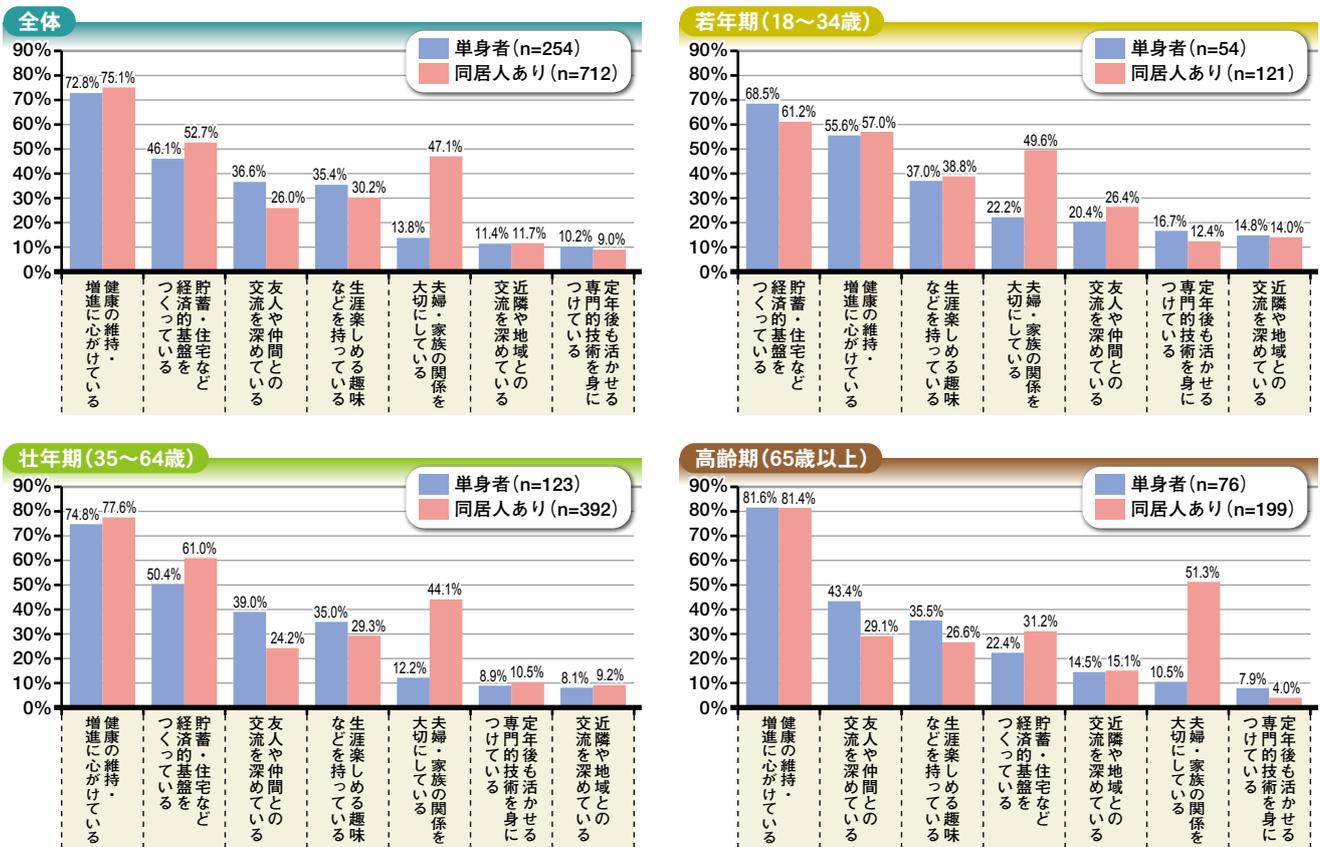
(10) 高齢期のために必要な備え

個人差はあるものの、高齢期に入ると健康面、収入面、人とのつながりの面などにおいて、不安や困難を抱えるケースが増えてくると考えられます。特に、同居人のいない高齢単身者においては大きな課題です。単身者は高齢期に向けて、どのようなことを準備しておくことが必要だと考えているのでしょうか。

高齢期に必要なことは、若年期の単身者は「貯蓄・住宅など経済的基盤をつくらせている」、壮年期・高齢期の単身者は「健康の維持・増進に心がけている」と考える人が最も多い。「友人や仲間との交流を深めている」ことを必要と考える人は、若年期では2割強と低いが、壮年期、高齢期で4割と高くなる。

図20 高齢期に必要なこと

「あなたは、高齢期においてどのようなことが必要だと思いますか。」(〇は3つまで)



- 単身者が高齢期において必要だと思うことは、「健康の維持・増進に心がけている」(72.8%)が最も高く、「貯蓄・住宅など経済的基盤をつくらせている」(46.1%)、「友人や仲間との交流を深めている」(36.6%)が続く。同居人ありとの比較でみると、「友人や仲間との交流」は11ポイント高く、一方、「夫婦・家族の関係を大切にしている」は著しく低くなっている。
- 年齢区分別にみると、若年期では、「貯蓄・住宅など経済的基盤」(68.5%)、「健康の維持・増進」(55.6%)、「生涯楽しめる趣味などを持っている」(37.0%)の順に高く、同居人ありと比べて「貯蓄・

住宅など経済的基盤」は7ポイント高い。壮年期では、「健康の維持・増進」(74.8%)、「貯蓄・住宅など経済的基盤」(50.4%)、「友人や仲間との交流」(39.0%)の順に高く、同居人ありと比べて「友人や仲間との交流」は15ポイント高い。高齢期では、「健康の維持・増進」(81.6%)、「友人や仲間との交流」(43.4%)、「生涯楽しめる趣味」(35.5%)の順に高く、同居人ありと比べて「友人や仲間との交流」は14ポイント、「生涯楽しめる趣味」は9ポイント高い。

III

ヒアリング調査結果からみる壮年期の単身者

1. ヒアリング調査の概要

I章の統計データの分析から、新宿区の単身世帯は今後も増加し、特に壮年期と高齢期で増加傾向が強いことが確認できました。現在の高齢期の単身者の配偶関係は、未婚が男性で4割強、女性で3割弱であることから、子どもはいるが同居していないという高齢単身者が比較的多いと考えられます。一方、壮年期の単身者の配偶関係は、未婚が壮年後期（50～64歳）で男女とも6割を超えています。生涯未婚率の上昇傾向からみても、現在の壮年期の単身者の多くが、結婚しないまま高齢期を迎える可能性が高く、配偶者や子どものいない高齢単身者が増加していくことが考えられます。

また、II章の意識調査結果の分析から、特に壮年期の単身者は病気等で入院や介護が必要になったときに誰かの世話や支援を受けることが難しい傾向にあり、中でも男性は、健康状態や心の健康状態が同居人がいる人と比べてあまりよくない傾向にあるこ

と等が確認できました。

従来、壮年期は家族を形成する働き盛りの世代とされ、子育て、教育等の面で行政や地域と関わりを持つことが多くなりますが、壮年期の単身者は行政と関わりを持つ機会が少なくなりがちです。新宿区では本年度、「高齢者の保健と福祉に関する調査」や「次世代育成支援に関する調査」を行うなど高齢者や子育て世代についてのニーズを把握する機会を持っていますが、行政との関わりが薄い壮年期の単身者については、その生活や意識の実態を把握する機会があまりありませんでした。

そこで、今回、新宿区に居住する壮年期の単身者を対象に、新宿区での暮らし、生活での困り事、地域や人とのつながり、結婚、行政への要望等について独自にヒアリング調査を実施しました。その中から新宿区に住む単身者に特徴的だと思われる声をまとめました。

(1) 対象者

新宿区にお住まいの35歳～59歳でひとり暮らしをされている方

なお、第I章、第II章では壮年期を35歳～64歳と区分していますが、本ヒアリング調査では、やがて高齢期を迎える単身者の意識を把握したいという趣旨から対象者を50代までとしています。

(2) ヒアリング項目

ヒアリング項目は基本的に以下のとおりですが、40歳前後の人には結婚の意向等を詳しく聞き、50代の人には高齢期の備え等を詳しく聞くなど、回答者のタイプ（性別、年齢、配偶関係、職業、出身地域等）に応じたヒアリングを行いました。

①基本事項

性別、年齢、居住地、配偶関係、居住年数、転入前住所、出身地域、家族・親戚の居住地、職業と雇用形態、転入のきっかけ等

②暮らしについて

新宿区の暮らしやすさ、自由時間の過ごし方、SNSの利用、食生活等

③人とのつながりについて

家族や親戚とのつながり、友人・知人とのつきあい、近所づきあい等

④困り事について

一人暮らしで困ったこと、入院時や要介護時などいざという時の備え、高齢期に向けた備え等

⑤結婚について

結婚の意向、未婚の理由等

⑥行政への要望について

(3) 調査期間

平成25年8月～12月

(4) 調査方法

①ヒアリング協力者の募集方法

- 区民からの公募
 - 区ホームページ（8月末～）、広報しんじゅく（9月5日号）、新宿区区民意識調査対象者への案内チラシ配布（9月上旬）
- 団体等からの紹介
 - 公的・非営利的な活動をされている団体にヒアリング協力者の紹介を依頼

②ヒアリングの進め方

区の施設やヒアリング協力者が指定した場所において、当研究所の研究員2名が面接方式によりヒアリングを実施。実施時間は45分程度

(5) ヒアリング回答者の概要

| | 合計 | 30代後半 | 40代前半 | 40代後半 | 50代前半 | 50代後半 |
|----|-----|-------|-------|-------|-------|-------|
| 男性 | 14人 | 7人 | 1人 | 2人 | 1人 | 3人 |
| 女性 | 8人 | 4人 | 2人 | 0人 | 1人 | 1人 |
| 全体 | 22人 | 11人 | 3人 | 2人 | 2人 | 4人 |

| | 性別・年齢・配偶関係・仕事 | 居住地域 [※] ・住宅・出身地域 | 転入のきっかけ、仕事の経歴等 |
|---|---------------------------|----------------------------|--|
| A | 女・30代後半・未婚 アパレル会社勤務 | 落合第一・分譲MS・ アメリカ(日本人) | ・親も同じマンションの別の住宅に居住 ・これまで英語力を生かした仕事に勤務 |
| B | 男・30代後半・有配偶(別居) 地方公務員 | 大久保・分譲MS・ 23区 | ・別居と職場の異動を契機に新宿区のマンションを購入 |
| C | 男・30代後半・未婚 行政書士 | 戸塚・賃貸・ 中国地方 | ・大学入学を契機に上京 ・非営利団体でも活動 |
| D | 女・30代後半・未婚 地方公務員 | 角筈・賃貸・ 中部地方 | ・東京に転勤となり、その後転職し、新宿区に転入 ・実家への交通の便が良いのも新宿を選んだ理由の一つ |
| E | 男・30代後半・未婚 デザイン会社経営 | 四谷・賃貸・ 関東地方 | ・非営利団体でも活動 |
| F | 女・30代後半・離別 百貨店勤務 | 落合第一・分譲MS・ 都内市町村 | ・離婚後、学生時代からなじみの深い新宿区のマンションを購入 |
| G | 男・30代後半・未婚 飲食店勤務(非正規) | 柏木・賃貸・ 四国地方 | ・学生時代から飲食店勤務を転々とし、職場に近い新宿区に転入 |
| H | 女・30代後半・未婚 病院事務 | 四谷・戸建・ 新宿区 | ・東京生まれの東京育ち ・非営利団体でも活動 |
| I | 男・30代後半・未婚 地方公務員 | 筆筈・賃貸・ 関東地方 | ・大学卒業後、就職を契機に新宿区に転入 |
| J | 男・30代後半・未婚 地方公務員 | 落合第二・賃貸・ 都内市町村 | ・大学卒業後、就職を契機に新宿区に転入 |
| K | 男・30代後半・未婚 地方公務員 | 角筈・賃貸・ 四国地方 | ・転職を契機に新宿区に転入し、再転職 |
| L | 女・40代前半・未婚 団体職員 | 若松・賃貸・ 関東地方 | ・海外での在住経験が豊富 ・正規職になり労働時間が伸びたため新宿区に転入 |
| M | 女・40代前半・未婚 団体職員 | 戸塚・分譲MS・ 新宿区 | ・通勤の便利さと実家の近さから、新宿区のマンションを購入 |
| N | 男・40代前半・未婚 営業職(非正規) | 落合第一・賃貸・ 九州地方 | ・上京以来、飲食店勤務などを転々とし、現在営業職 ・職場が近い新宿区に転入 |
| O | 男・40代後半・未婚 整備士 | 榎・賃貸・ 新宿区 | ・親との同居を契機に新宿区に再転入し、現在一人暮らし ・病気で失業した際、行政の自立支援制度を利用 |
| P | 男・40代後半・離別(子ども有) 飲食店勤務 | 榎・賃貸・ 九州地方 | ・飲食店勤務を転々とし、新宿区に転入後、都内料理店に就業 |
| Q | 男・50代前半・未婚 無職 | 榎・分譲MS・ 都内市町村 | ・東京から大阪へ転勤し、失業後、新宿区に転入 ・親が購入したマンションに居住 |
| R | 女・50代前半・離別 無職 | 大久保・賃貸・ 関東地方 | ・前夫との結婚を契機に新宿区に転入 ・病気のため働けず、生活保護を受給 |
| S | 男・50代後半・未婚 ビル清掃会社勤務 | 四谷・賃貸・ 中部地方 | ・実家と新宿区を行き来し、新宿区には計30年居住 |
| T | 男・50代後半・未婚 無職 | 戸塚・戸建・ 新宿区 | ・生まれた時から現在地に居住 ・30代の時に大病し、会社を辞め、その後無職 |
| U | 女・50代後半・離別(子ども有) 職業不詳 | 若松・賃貸・ 関東地方 | ・進学を契機に新宿区に転入し、これまで区内転居3回 ・子どもは北海道に居住 |
| V | 男・50代後半・未婚 無職 | 大久保・賃貸・ 四国地方 | ・大学入学を契機に上京し、海外赴任後、新宿区に転入 ・病気で失業し、生活保護を受給 |

※ 居住地域は特別出張所地域



2. ヒアリング調査結果からみる壮年期の単身者の特徴

(1) 暮らし

① 新宿区の暮らしやすさ

壮年期（35～59歳）の単身者は、新宿区のだどのような点に暮らしやすさを感じているのでしょうか。意識調査からは「新宿区は交通の便が良い」という声が多く、ヒアリング調査からもこのことが確認できます。新宿区には徒歩や自転車で様々なところに行けることを魅力の一つとして考える人もいます。

Aさん(女、30代後半、アパレル)

「新宿はとても暮らしやすいです。終電を逃してもタクシーですぐに帰れるので便利です。」

Oさん(男、40代後半、整備士)

「新宿は暮らしやすいですね。便利で、どこへ行くのにも近いです。新宿区内であれば、自転車で大体どこへでも行けます。」

Rさん(女、50代前半、無職)

「新宿区に住んでいると色々な駅を使うことができるので、とても便利です。夜遅くても歩いて帰ることができます。新宿区の交通の便利さに慣れてしまうと、田舎に住むことができません。」

Sさん(男、50代後半、ビル清掃)

「新宿は生活の便利さだけでなく交通の利便性もあって、東京で一番住みやすいと思っています。本当に何不自由なく住めます。」

Jさん(男、30代後半、公務員)

「新宿は交通の便が良いので、山や海にも行きやすいです。また、仕事帰りに食料品だけでなく趣味に関する道具なども買える店が多く、便利です。」

意識調査からは「コンビニエンスストアや商店が多く買い物に便利」という点が魅力として評価されており、ヒアリング調査からも生活の利便性が新宿区の暮らしやすさとなっていることが確認できます。また、夜遅くまで営業している店も多く、単身者向けの商品が扱われている点も魅力的に映るようです。

Cさん(男、30代後半、行政書士)

「新宿区は一人暮らしをしやすいですね。コンビニは多く、ドン・キホーテもできました。高田馬場にいれば、全ての生活が完結できてしまう感じがします。実家に帰ると交通が不便で、近くのコンビニに行くまでに車で10分かかると大変です。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「新宿にはスーパー、コンビニ、ドラッグストアなどが多く、キャベツが1/4のカットで売っていたりと、一人暮らしを対象とした商品が揃っていると思います。」

Fさん(女、30代後半、百貨店)

「新宿では一人暮らしをしやすいです。夜遅いことがあっても大通り沿いなので安全ですし、店も遅くまで開いています。マンションの下にもコンビニがありますし、スーパーも近くにあります。」

Gさん(男、30代後半、飲食店)

「新宿区は一人暮らしをしやすいです。職場まで自転車で通えますし、色々な店があるので何も困ることがありません。田舎だと車がないと無理ですからね。また、新宿はずっと明るいので、夜働いていても生活リズムが乱されることがないのもいいです。」

Tさん(男、50代後半、無職)

「新宿はすごく便利です。一度住んだら元いた場所に戻れなくなるでしょうね。スーパーもコンビニもたくさんありますから。昔はコンビニは高いというイメージがありましたが、今はコンビニもスーパーもあまり値段が変わらなくなりました。」

Vさん(男、50代後半、無職)

「新宿区は買い物が便利です。東新宿も再開発され、ショッピングモールができ、商店、レストラン、カフェなど色々入っています。ほとんどのものは揃います。」



周りから干渉されないことが、新宿区の暮らしやすさとして映る人もいます。

Cさん(男、30代後半、行政書士)

「相手に干渉せず、相手からも干渉されないという関係が心地よいのも新宿区の住みやすさの一つかもしれません。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「新宿区にはワンルームマンションも多いので、一人暮らしでも違和感を感じることなく住めるのがよいです。ファミリー世帯が多く住んでいる地域で一人暮らしをしていると、たぶん居心地も悪く、生活しづらい気がします。」

Qさん(男、50代前半、無職)

「新宿では干渉されないし、一人暮らしには住みやすいと思います。」

② 自由時間の過ごし方

自由時間をどのように過ごしているのかを聞いたところ、人と積極的に交流する人がいる一方、一人で過ごす人も多くみられました。積極的に交流している人は特に女性に多いようです。

Cさん(男、30代後半、行政書士)

「自営業のため時間は自由にとれるのですが、非営利団体の活動に参加しているため、余暇を自分のために使うことはあまりありません。基本的に土日は休みなのですが、団体のイベントがあって忙しいです。家で一人で過ごすことは少ないです。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「休日は趣味を楽しんだり、人と遊ぶことが多いです。家で過ごすことはほとんどありません。ライフスタイルの近い友人が多いので、一緒に余暇を楽しんでいます。」

Fさん(女、30代後半、百貨店)

「休みの日は友達と遊んだり、語学学校やジムに通ったりしています。1日中家にいるというのは、月に1回ぐらいですね。家にいてもしょうがないですし。」

Hさん(女、30代後半、病院事務)

「自由時間は体力づくりのため走ったり、友達とお茶をしたりします。家にこもっているよりも、人と交流することの方が好きですね。仕事関係の人だと気が休まらないので、仕事以外の人と会うことが多いですね。」

Lさん(女、40代前半、団体職員)

「自由時間は家にいることはありません。奥多摩でカヤックをするなど色々なことをしています。一人で行って、色々な人たちと知り合いになることもあります。」

自由時間を主に一人で過ごす人は特に男性に多いようです。

Gさん(男、30代後半、飲食店)

「飲食業界は体力の続く限りできる商売なので、体を鍛えておくことは大切だと思います。今は仕事で疲れ切ってしまい、休日は家で飲むか寝て過ごしています。出かけるのは元々好きでしたが、病気をしてから、おっくうで外出しなくなりました。家族がいれば無理に連れ出ししてくれることもあるかと思いますが。」

Mさん(女、40代前半、団体職員)

「仕事は生きがいの一つですが、普段人に囲まれて仕事をしているので、一人の時間を大切にしたいです。休日は、録画しておいたドラマやDVD、本を読むなどして淡々と過ごします。」

Oさん(男、40代後半、整備士)

「休みの日は、家でゴロゴロしています。外に出ず、人との接触はあまりありません。ストレッチぐらいはしますが、スポーツはしませんがね。」

Pさん(男、40代後半、飲食店)

「休みの日は、一人で過ごすことが多いですね。買い物やパチスロなどをやり、夕方から一杯やるのが楽しみです。離婚後、10キロぐらい太りました。結婚していた時は、家族がいる手前、お酒も一、二杯でやめてタバコも吸わなかったのですが、離婚後は不摂生になりお酒やタバコの量も多くなりました。」



Sさん(男、50代後半、ビル清掃)

「休みの日は一人で過ごすことが多いです。年をとってくると、色々と面倒になってきます。競馬も電話投票で済ませますし、映画も見に行かなくなりました。友人と会うのも面倒なので電話で済ませます。」

次に、SNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス：フェイスブック、ツイッター、ラインなどコミュニティ型のWebサイト）の利用状況についてみてみます。SNSを積極的に利用する人もいましたが、SNSを使った交流に興味を持っていない人もみられました。

Cさん(男、30代後半、行政書士)

「SNSはよく利用します。フェイスブックは交流のために使っていて、友人も500人近くになりました。ツイッターは情報を取るために利用しています。」

Kさん(男、30代後半、公務員)

「フェイスブックはやっていて、ブログは毎日更新します。SNSを介して知りあった人と飲みに行ったりもします。」

Fさん(女、30代後半、百貨店)

「フェイスブックは友達同士でやっていますが、会社の人とはやっていません。使っている時間は、通勤時間と昼休みで合計1時間20分くらいです。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「SNSは全くやりません。リアルな友達とのつながりを求めているので、SNSの中に友達を求めています。」

Lさん(女、40代前半、団体職員)

「SNSは全く興味ありません。パソコン、携帯電話は社会人になってから使い始め、もともと機械世代ではないので興味がありません。」

Oさん(男、40代後半、整備士)

「フェイスブックはやりません。フェイスブック上の友人は本当の友人ではないし、うわべだけのつきあいのような感じがします。」

③ 食生活

男性も女性も食事に気を配っている人が多くみられました。特に、大病を経験した人は食生活に気をつけている様子がかがえます。

Fさん(女、30代後半、百貨店)

「外食が多いですが、健康には気をつけようと思っています。朝はスムージーのみで、夜遅い時は何も食わず、休みの日に家にいる時は自分で作っています。」

Qさん(男、50代前半、無職)

「朝食は食べませんが、夜は自分で作って食べます。その方が安上がりです。自分の口に合ったものを一人分作ればよいので問題ありません。」

Rさん(女、50代前半、無職)

「食事は自分で作って食べます。肉と魚は食べないので、野菜中心の食事です。猫に話しかけながら食べています。」

Sさん(男、50代後半、ビル清掃)

「健康のことを考えて3食作って食べています。美味しいものを食べたいと思ったら自分で作るしかありませんし、一人なので2日間で食べ終わるように作っています。お昼はどうしても外食ですが、それ以外は自分の作る食事が一番です。」

Tさん(男、50代後半、無職)

「主にコンビニの惣菜を利用しますが、病気を抱えているので、表示などを見て気をつけるようにしています。夜のみ宅配を利用し、冷凍で2週間分くらい届けてもらい、レンジで解凍して食べます。外食する場合でもカロリーには気をつけています。お酒、たばこはやりませんし、夜も飲みに行ったりせず、家で静かに過ごします。」

Vさん(男、50代後半、無職)

「朝食は、医者から塩分や脂肪分について気をつけるよう言われており、病院食を作っている業者から買って少し調理して食べ、残りは冷凍保存しておきます。週に3回リハビリに通っていますので、昼食を病院で食べることもできます。」



以上のように、男女を問わず食生活に気を配る人は多いようです。ただし、男性の中には外食中心であったり、食事が不規則な人もみられました。

Cさん(男、30代後半、行政書士)

「食事はほぼ外食です。あとはコンビニで出来合いのものを買います。自炊はしていません。朝もそんな感じですかね。」

Gさん(男、30代後半、飲食店)

「食事は自分で作れるのですが、スーパーで買った物は一人暮らしには無駄が多く、また一人だと40分かけて作っても5分で食べ終わっ

てしまい味気ないです。コンビニ弁当は体に悪いので食べません。お店の賄いを夜と朝食べて、それ以外はビールとおにぎりをコンビニで買って食べるくらいです。」

Nさん(男、40代前半、営業職)

「健康でないと年をとってから困ると思い、食事の量を減らしています。レトルトの物を温めたり、スーパーやコンビニで弁当を買ったりして済ませ、サプリメントをとって栄養バランスを調整しています。朝食は食べませんし、一日一食の時もあります。運動はしていません。」

(2) 人とのつながり

① 家族や親戚とのつながり

家族や親戚とのつながりをみると、家族や親戚が近くに住み、頻繁に連絡を取り合っている人や遠くに住んでいるものの時々連絡を取り合っている人がいます。

Aさん(女、30代後半、アパレル)

「親は同じマンション内の別の住宅に住んでいるので、よく会いに来ます。」

Lさん(女、40代前半、団体職員)

「月1回くらいは実家に帰り、高齢となった両親の話相手になっています。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「両親とは、たまにメールをします。近くに住んでいるということも連絡を取り合っています。」

Tさん(男、50代後半、無職)

「父親は亡くなり、母親は介護付き住宅に住んでいます。妹が近くに住んでいるので、何か困った時は頼れると思います。」

Kさん(男、30代後半、公務員)

「両親は四国の実家におり、年に何回か帰省します。叔父が東京にいるので、いざという時に頼りになります。年に何回か食事をしています。」

他方、家族や親戚とのつながりがほとんど、あるいは全くみられず、いざという時に支援を得ることが困難と思われる人もいました。

Nさん(男、40代前半、営業職)

「両親、姉、親戚は九州にいます。東京に親戚はいません。」

Oさん(男、40代後半、整備士)

「父親は亡くなりました。父と離婚した母親とは縁を切り、親戚とのつきあいもありません。」

Pさん(男、40代後半、飲食店)

「離婚して5年たちますが、最近では地方にいる3人の子どもと連絡が取れない状況です。」

Vさん(男、50代後半、無職)

「四国出身ですが、母は亡くなり、父とは縁を切っており、きょうだいもいなく、連絡を取っている親戚もいません。」

② 友人・知人とのつきあい

友人・知人とのつきあいをみると、普段から友人・知人とよく会っている人もいれば、仕事が忙しかったり友人に家族ができたことにより会う回数が減っているという人がいます。また、友人と全く会わない人もいました。

**Eさん(男、30代後半、会社経営)**

「友人は非営利団体の人が多いです。他にも高校、大学、遊び仲間、仕事の同業者、サッカーの友人など、友達づきあいは広い方です。」

Fさん(女、30代後半、百貨店)

「会社の人とはつきあっていません。ビジネススクールの友人たちとのつきあいが深いです。」

Aさん(女、30代後半、アパレル)

「仕事が忙しく友人とはなかなか会えませんが、休みの日に合わせてなるべく会うようにしています。ただ、子どもができてライフスタイルが変わってしまった友人とは簡単には会えませんね。」

Gさん(男、30代後半、飲食店)

「同郷の友人も結婚し、会う回数が減ってしまいました。年1回くらいです。誘いづらいですよ。」

Lさん(女、40代前半、団体職員)

「学生時代の友人で独身の人は出世して仕事が忙しいし、家庭を持っている人は子育てに忙しくてどちらもあまり会えません。」

Nさん(男、40代前半、営業職)

「一緒に東京に出てきた人たちも、散り散りになってしまいました。友人は、東京で知り合った仕事仲間です。」

Qさん(男、50代前半、無職)

「友達はいません。学生時代のつきあいが薄くあるくらいです。」

③ 近所づきあい

近所づきあいについては、自分から積極的に近所の人たちと関わろうとする人がいます。

Kさん(男、30代後半、公務員)

「人づきあいが大好きです。同じマンションの住民全員に必ずあいさつをするので、皆と知り合いになります。」

Lさん(女、40代前半、団体職員)

「お互いに干渉しない社会はどうかと思います。干渉することは安全にもつながりますし、それなしには地域は成り立たないと思います。今のマンションでも住人に会ったらあいさつもしますし、お隣のおばあさんとはよく話します。」

Uさん(女、50代後半、職業不詳)

「近所づきあいはすごくあります。隣に誰が住んでいるのか分からないのは怖いことです。同じ集合住宅の人とはあいさつをしますし、どこかで会ったら意識して話をするよう心掛けています。それによって親しくなれる気がします。」

しかしながら、このような人は少なく、多くの人は近所づきあいが希薄でした。

Bさん(男、30代後半、公務員)

「近所づきあいはないです。引越してからも両隣りにあいさつにも行っていません。マンションの管理組合には登録していますが、何かに参加したことはありません。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「隣近所と仲良くするという考えは全くないです。マンションの両隣の人の顔くらいは分かれますが、お互いライフスタイルも違いますし、全くつきあいはありません。」

Fさん(女、30代後半、百貨店)

「マンションのエレベーターで一緒になった時は世間話をするもありますが、あいさつ程度です。生活時間帯も違いますし、近所づきあいは希薄ですね。老後も、近所づきあいではなく、友達づきあいが支えになるだろうなと思います。」

Oさん(男、40代後半、整備士)

「会釈ぐらひはしますが、親しいつきあひはありません。そのような雰囲気がないです。昔からのコミュニティの住人と一人暮らしの人との間に接点がないと思います。」

(3) 困り事

① 一人暮らしで困ったこと

一人暮らしをする中で困ったことについて聞いたところ、一人暮らしの大変さを実感することなく生活しているという人が多くみられました。特に、炊事、洗濯など家事全般を自分でできる人は、一人暮らしをしていても困らない様子がうかがえます。

Bさん(男、30代後半、公務員)

「一人暮らしの困り事は特にはないですね。家事はできるので苦になりません。妻と同居していた時は主に私が家事を担当していたので、別居により逆に2人分の家事や食事の準備から解放されて楽になりました。」

Eさん(男、30代後半、会社経営)

「一人暮らしの良いところは、お金と時間が自由になることです。一人暮らしをしていて困ったことはありません。」

Mさん(女、40代前半、団体職員)

「新宿育ちで、周りに友人や両親もいるので、一人暮らしで困ったことが本当に何もありません。でも、将来は年をとって一人になるんだということを、ふと考えることはあります。」

Sさん(男、50代後半、ビル清掃)

「調理師の資格も持っており、一人で料理や掃除、洗濯など家事は何でもできるので、不自由はありません。」

Tさん(男、50代後半、無職)

「一人暮らしで不便なことは全くないです。逆に、便利すぎる世の中だと思っています。」

他方、一人暮らしでいざ病気になって、困ったことがある人もいます。また、一人暮らしが寂しいという人もいます。

Iさん(男、30代後半、公務員)

「ノロウイルスにかかった時は本当に困りました。ベッドから起き上がれず、何もできない状態でした。実家や友人に連絡をしようか迷ったのですが、実際にはしませんでした。一人暮らしが長いと、誰かにSOSを出すことに対して抵抗感が生まれます。」

Rさん(女、50代前半、無職)

「病気で買い物に出られない時は困りました。都合のいい話なのですが、普段は一人が楽でいいと思うけれど、具合が悪くなると一人だと困ると思いました。」

Uさん(女、50代後半、職業不詳)

「一人暮らしは寂しいという気持ちがあります。一人暮らしを自由で気楽だとは感じるのは最初のうちで、独りよがりな感じがします。」

② 入院時や要介護時など、いざという時の備え

困った時の相談相手や、万が一、病気やけがで入院や介護が必要になった時に世話をしてくれる人がいるかを聞いたところ、近所との交流が深く、いざ困った時に支援してくれる人が何人かいるという人がいます。

Uさん(女、50代後半、職業不詳)

「今年の冬に病気になり、同じ集合住宅の人に救急車を呼んでもらい、同乗してもらいました。何か困ったことがあっても、助けてくれそうな人が何人か浮かびます。近所のネットワークがあるので、いざという時は安心です。」

しかし、30代を中心に、切実な問題として考えていない人が多くみられました。

Bさん(男、30代後半、公務員)

「一人暮らしになってから病気をしたり、風邪をひいたことは今のところありません。実家も近いし親も元気なのでどうにかなると思っています。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「入院の心配などしたことはありません。もし困ったら誰かに電話すればよいと思います。また、緊急の場合はマンションのインターホンに緊急ボタンがあります。」

Fさん(女、30代後半、百貨店)

「病気は薬を常備しているので心配していません。男の人の一人暮らしでは心配だとよく聞きますが、自分は病気に罹りにくいので大丈夫だと思っています。」

Gさん(男、30代後半、飲食店)

「実家は四国ですが、妹が転勤でたまたま東京に来て近くに住んでいたのので、病気になった時に助けてもらったことがあります。」

Nさん(男、40代前半、営業職)

「万が一、入院することがあったら、友達に頼めば身の回りの物などは持って来てくれるとは思いますが、日々の生活の手伝いなどは無理だと思います。」

Oさん(男、40代後半、整備士)

「宗教団体に入会して6年経ちますが、住んでいる地区には、団体の会員同士のコミュニティがあります。ただ、こうしたコミュニティに属していても、何か困ったことがあった場合に会員の誰かに相談するかという疑問な部分もあります。」

Tさん(男、50代後半、無職)

「いざ困った時、どうするかについて全く考えないわけではありませんが、考えても仕方がない部分もあると思っています。近くに妹が住んでいるので、困った時は頼れると思います。」

また、50代を中心に、いざ病気になった時や入院した時に、頼れる人が見つからないことを不安に思っている人もいます。

Pさん(男、40代後半、飲食店)

「将来、病気になった時のことを考えると不安になります。今後は生命保険などに入り、近所づきあいもしないといけないと思います。遠くに住んでいる親戚よりも、近くの方を大事にしないといけないのかなと。」

Rさん(女、50代前半、無職)

「年齢が上がるにつれて、病気になることがやはり一番の心配ですね。周りにちょっとした世話を頼める人もいません。でも、なるようになるとは思っています。」

Sさん(男、50代後半、ビル清掃)

「万が一、入院した時、身の回りの世話をしてくれる人がいないのが心配です。親は高齢で頼れませんし、親戚も近くにいませんし、友達にも家族がいるので頼めません。いざという時に臨時でお手伝いさんに来てもらえると助かります。特に入院が長引いた時が不安ですし、年金の問題よりもっと前に来る身近な不安です。」

Vさん(男、50代後半、無職)

「何かあった時でも救急車を呼べばすぐに病院に到着できます。最後まで自分の面倒は自分でみるよう準備するしかありません。そのために、生活習慣に気をつけていますし、あまりきつくない有酸素運動をしています。」

さらに、孤独死の不安を抱えている人もいます。一人暮らしをする中で急に亡くなった時にどうなるのか、といったことを不安に思う様子が伝わってきます。

Dさん(女、30代後半、公務員)

「心配なのは、寝ている間に亡くなってしまったらどうなるのかということですね。平日なら職場の人が気づいてくれるかもしれませんが、土日だと誰にも気づかれないのかなと、ちょっと考えたりすることはあります。」



Qさん(男、50代前半、無職)

「男の一人暮らしというと孤独死などもあり、部屋を借りられないとも聞くので、自分のマンションがあるのは強みです。ただ、賃貸と違って大家とか誰も訪ねて来ないので、孤独死しても何日も見つからないのかなとも考えます。」

Rさん(女、50代前半、無職)

「孤独死についても、不安はあります。でも、もしそうなったら大家さんやケースワーカーなど誰かが見つけてくれるだろうと思っています。」

③ 高齢期に向けた備え

高齢期に向けた備えについて聞いたところ、老後のことは考えていないという人が多くみられましたが、将来や老後の不安を抱えながら生活している様子もうかがわれました。

Oさん(男、40代後半、整備士)

「一人暮らしのまま高齢期を迎えた時のことは考えていません。考えていたら日々生きていけないですよ。もちろん年齢的にも若くはないので、老後に備えて保険をかける、少しずつ貯蓄するなどということは考えなければならぬとは思っています。」

Qさん(男、50代前半、無職)

「将来、年老いて一人で歩けなくなり、収入もなくなることは分かっていますが、結局のところ10年後、20年後のことは考えていないですね。」

Tさん(男、50代後半、無職)

「先のことをあまり心配し過ぎても仕方がないような気がします。家があって家賃もかからず、食事も一人分準備すればよいので、お金のことは特に心配していません。」

Sさん(男、50代後半、ビル清掃)

「老後が心配で年金を払っていますが、年金だけではどうにもならないと思っています。貯金もなく親もあてにできません。」

(4) 結婚について

結婚の意向と結婚しない理由をうかがったところ、30代後半から40代では、

Kさん(男、30代後半、公務員)

「縁があればぜひ結婚したいです。出会いを求めて街コンとかにもよく行きます。」

のように、結婚に意欲的な人もいますが、男女とも結婚の意向はあるものの、「仕事で忙しい」、「相手から干渉されたくない」、「ライフスタイルを変えたくない」などの理由から結婚に消極的な人や、縁やタイミングが合ったら結婚したいという人も多くみられました。

Jさん(男、30代後半、公務員)

「今の生活が気に入っているので、それを凌駕するような何かよいことがあれば結婚してもよいかな

と思っています。ただ、相手に頼ったり、相手から踏み込まれたりするのは正直煩わしいと感じます。」

Aさん(女、30代後半、アパレル)

「前の職場にいた時は結婚願望もありましたが、現在は、仕事が面白く、また忙しいので結婚を考える余裕がありません。時間の余裕がなく、仕事と結婚の両立は厳しいと感じています。ただ、将来は結婚をして子どもも欲しいとは感じています。」

Cさん(男、30代後半、行政書士)

「結婚しなければという義務感はありますが、結婚したいという欲求はあまりないです。結婚に向けて何か行動を起こしているわけでもありません。今の自分の生活を変えたくないというのと、親しくなるための時間がとれないというのが現状だと思います。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「つきあっている人はいますが、お互いにライフスタイルを変えたくないの、今の距離感がベストだと思っています。飲みに行くことや旅行に行くことに対してお互い干渉したくないし、自分の生活の中に他人が入りこむことが嫌だという気持ちもあります。結婚することで相手のことが気になって、仕事が中途半端になるのも嫌です。ただ、子どもを産むリミットを考えると、タイミングが合えば結婚を考えてもいいかなと思います。」

Eさん(男、30代後半、会社経営)

「結婚については否定する理由もありませんが、結婚する理由も特に見つかりません。結婚願望はないのですが、色々言われると面倒ですし、もっと年をとったら結婚するかどうかを決めないといけないと思っています。」

Fさん(女、30代後半、百貨店)

「結婚については積極的にしたいと思っているわけではありません。前に結婚していた時は、会社で使う名前を変えなければならないなど、デメリットの方が多かったです。結婚した方がいいかと思う時はありますが、自由を大切にしているので束縛されるのは嫌です。今つきあっている人とも法律婚をするかどうかはわかりません。周りにも事実婚の友人が多いです。」

Lさん(女、40代前半、団体職員)

「結婚は、仕事が落ち着いてからと思っていたら今に至るという感じです。30代後半までは男の人と食事に行くこともありましたが、40歳を過ぎてからはほとんどなくなりました。子どもはできれば産みたいぐらいの気持ちです。」

Mさん(女、40代前半、団体職員)

「いいタイミングで、いい人がいれば結婚したいと思います。でも、積極的に探すという感じではありません。20～30代の頃は子どもを欲しいと思ったことがありますが、今は仕事が忙しく、自分の生活が確立してしまって、子育てに投入するパワーがありません。」

Oさん(男、40代後半、整備士)

「もう若いとはいええないし結婚もしていないので、将来のことを考えると不安になります。縁があれば結婚したいと思いますが、20～30代の頃は女性と交流する機会もあったのですが、40代に入るとなくなってしまいました。」

50代になると結婚の意向を持つ人は少なくなり、結婚については諦めたという人や考えていないという人がいました。

Qさん(男、50代前半、無職)

「これから先、結婚したいとは思いません。結婚してもお互いにぶつかり合って、結局共倒れしてしまうだろうと思います。」

Rさん(女、50代前半、無職)

「結婚はもう懲りたので考えていません。」

Sさん(男、50代後半、ビル清掃)

「昔は結婚したいと思いましたが、今は諦めました。昔つきあっていた人はいましたが、長男なので田舎の農業を継いで親と同居する可能性があることから別れることになりました。田舎はプライベートがないので、周りに詮索されるのは嫌だろうと自分でも思います。今は一人で自由ですし、自分のライフスタイルを変えたくないの、他人に入られたくないです。新宿はとても住みやすいので、田舎に住んでいたらまた違った考えになったかなと思います。」

Tさん(男、50代後半、無職)

「20代の頃は親も心配していましたが、30代に大病をして入退院を繰り返して、結婚どころではなくなりました。40歳を過ぎてから、結婚については全く考えなくなりました。」

Vさん(男、50代後半、無職)

「つきあっていた人は何人かいましたが、結婚するかどうか考えているうちにそのまま年をとって今に至ります。結婚は、若い時に思いきってするものなのかもしれません。病気をしてから結婚どころではなくなりました。もう結婚のことは考えていません。」



また、非正規職に就いている2人の人は、ともに結婚願望はあり、子どもも欲しいと言っていますが、収入面の不安定さから結婚に前向きになれない様子が伝わってきます。

Gさん(男、30代後半、飲食店)

「結婚願望はありますが縁がありません。結局、相手を養えるのか、住むところを確保できるのかといったお金の問題が大きいです。飲食店で夜の夜勤という自分の生活を理解してくれて、共働きでも構わないという考えを持った女性であればいいのでしょうか。結婚して子どもと家を持っていないということが恥ずかしいし、一人前でない感じがあります。子どもがい

ることで成長できるし、次の段階に行けるのではと思います。例えば、子どもがいれば、お金のためにビールを我慢するとかあるでしょうけど、いないので我慢せず飲んでしまいます。」

Nさん(男、40代前半、営業職)

「30代で東京に来て生きるのに必死でしたから、結婚どころではありませんでした。やはり、収入とか貯蓄とかある程度ないと相手を養っていきませんから。今は非正規職ですが、将来、正規職に就いて収入が安定してきたら結婚できればなと思います。老後に一人は厳しいので、奥さんや子どもがいれば安心かなという気持ちもあります。」

(5) 行政への要望

行政への要望を整理したところ、次のように行政に全く関心を持たない人がいます。

Aさん(女、30代後半、アパレル)

「現在は仕事が忙しく行政への要望はありませんね。区報を読むこともありません。」

Eさん(男、30代後半、会社経営)

「行政への要望は全くないです。行政について考えたことはなく、広報も見ません。」

Nさん(男、40代前半、営業職)

「区の広報やホームページは見ません。要望は特にありません。」

加しやすい催し物が少ないと思います。働いている人でも通えるような講座や教室を開催すれば、賑わうし、参加意識も芽生えると思います。」

Lさん(女、40代前半、団体職員)

「単身者にとって親の介護が大きな問題になると思うので、相談場所や介護時のサポートが必要なのではないかと思います。50代の男性の一人暮らしで、親の介護をしている人は多いですし、それが理由で結婚できない人もいます。仕事も休めないことも多いので、『お一人さまサポート』があってもよいと思います。」

Sさん(男、50代後半、ビル清掃)

「万が一、入院した時に、期間限定でいいので、身の回りの世話をしてくれる人を派遣してくれるサービスがあると安心です。例えば、シルバー人材センターに登録している高齢者の方を活用して、一時的な世話を必要とする人を支援する仕組みなどがあればよいと思います。」

一方、行政に対して様々な要望を持っている人もいます。そのような要望から、一人暮らしの人が新宿区に対してどのような施策を望んでいるのかを探ることができます。

Cさん(男、30代後半、行政書士)

「今の若い世代はなかなか動かないので、お節介かもしれませんが、行政が出会いの場などを作り提供してみたらどうでしょうか。」

Dさん(女、30代後半、公務員)

「区報はいつも楽しみで見っていますが、これだけ一人暮らしが多いのに、一人暮らしの人が参

Uさん(女、50代後半、職業不詳)

「世代の垣根を取り払った交流の場があるとうれしいです。日々、自分が考えていることとか、思っていることを話し合える場所を提供してもらえるとありがたいです。」

IV

分析結果のまとめ

以上のように、統計データ、意識調査結果、ヒアリング調査結果などを通して、新宿区に住む単身世帯の特徴を分析してきました。その主なポイントをまとめると以下のとおりになります。

● 統計データの分析から

- ① 新宿区に住む単身世帯（単身者）は増加し続け、2010年の単身世帯割合（単身世帯数／一般世帯数）は63%、単身者割合（単身者数／総人口）は37%を占め、今後も増加する見込みである（2035年：単身世帯割合65%、単身者割合42%）。
- ② 年齢別にみると、単身者割合は男女とも20代後半が最も高く（男65%、女55%）、高年齢ほど低いが、女性は50代（26%）を底に高くなり、80代前半では48%になる。年齢区分別にみると、若年期（20～34歳）の男性（60%）と女性（51%）、壮年前期（35～49歳）の男性（42%）、壮年後期（50～64歳）の男性（35%）、高齢期（65歳以上）の女性（40%）で特に高くなっている。今後は、男性は50代以上で、女性は40代以上で特に上昇する見込みである。
- ③ 単身者のうち男性の83%、女性の72%を未婚者が占める。若年期と壮年前期ではほとんどが未婚であり、壮年後期でも6割以上を占める。高齢期の単身女性の5割以上は死別である。
- ④ 新宿区の未婚者は増加し続けており、15歳以上の未婚率は男性50%、女性42%と非常に高い。壮年期に入る30代後半でも男性54%、女性43%を占める。未婚率は、男性の30代前半から60代後半にかけて、女性の20代後半から40代前半にかけて特に上昇している。
- ⑤ 新宿区の未婚者は親等と同居していない単身世帯である割合が高く、20代後半で男女とも6割を超える。
- ⑥ 生涯未婚率も上昇しており、50歳時の男性の33%、女性の27%が未婚者である。
- ⑦ 生まれた世代（出生コーホート）が若いほど各年齢での未婚率は上昇しており、また、各世代ともほぼ40代頃から未婚率が下がらなくなる傾向にあることから、今後、未婚のまま高齢期を迎える人が増えてくることが想定される。

※ 数値は断り書きのない場合は2010年国勢調査の値

● 区民意識調査結果の分析から

- ① 新宿区の単身者は、仕事や通勤・通学事情をきっかけに新宿区に転入する人が多く、東京圏外の出身者が多い。
- ② 新宿区の暮らしやすさは、通勤・通学など交通の便の良さを指摘する人が非常に多く、買い物の便利さ、医療機関の充実、飲食店・娯楽施設の充実なども多い。
- ③ 家族と同居していない単身者は、自由時間に友人と交流したり、一人で気ままに過ごす人が多い。同居人がいる人と比べて健康状態は特に壮年期の男性であまりよくない傾向がみられる。
- ④ 親しくしている家族や親戚がいない単身者は壮年期で目立つ。悩み事は年齢層を問わず友人・知人に相談する人が多い。
- ⑤ 入院時や要介護時に世話をしてもらえる人は、若年期では親、壮年期では兄弟・姉妹、高齢期では子どもが最も多いが、壮年期では「いない」、「わからない」という人が多い。
- ⑥ 近所づきあいは、あいさつをかわす程度が多く、地域の団体や活動にはほとんど参加していない。
- ⑦ 新宿区の未婚者の未婚理由は、男性は収入面の不安、女性は適当な相手にめぐり合わないからという人が多い。また、全国と比べて結婚の意向が低く、未婚男性の3割、未婚女性の2割が結婚するつもりはないと回答している。結婚の意向がない人は、自由さや気楽さを失いたくない、結婚する必要がないからを理由に挙げる人が多い。

● 壮年期の単身者へのヒアリング調査結果の分析から

- ① 新宿区の暮らしやすさは、多くの人が交通の便利さや買い物の便利さを挙げていたが、「周りから干渉されないで暮らしやすい」という人もいた。「新宿区は何をするにも便利で、一人暮らしをしやすい」という声もよく聞かれた。
- ② 自由時間は積極的に外で活動したり、友人と交流している人もいたが、特に男性は一人で家で過ごすという人が多く、年齢が高くなるにつれて「何かをするのが面倒になる」という声がよく聞かれた。
- ③ 病気などで困った時に「相談相手になってくれる人や世話をしてくれる人はいない」という人は、東京圏外の出身者や年齢の高い人に多くみられた。また、友人が結婚したり、仕事が忙しくなったりして、「友人とのつきあいが減ってきた」という人もいる。「いざという時のことを考えると不安になる」、「孤独死が心配だ」という人がいる一方、「心配していない」、「考えてもしょうがない」という人も多くみられた。「一人暮らしが長いと誰かに支援を求めることに抵抗感がある」、「普段は一人が楽でいいが、具合が悪くなると一人だと困る」という言葉が印象的である。
- ④ 結婚については、「今は仕事に打ち込んでいる」、「自分のライフスタイルを変えてまで結婚したいと思わない」という人が40歳前後の男女に多くみられた。一方、病気がちだったり、仕事が不安定で収入が少ないため「結婚したくてもできない」という人もみられた。また、「結婚はもう考えていない」という人が50代に多かった。
- ⑤ 行政に対しては、男女の出会いの場の提供や、昼間仕事をしている単身者向けの講座、緊急時の身の回りの支援サービスなどの要望が寄せられた。また、「広報やホームページは見ない」という人や「行政に関心がない」という人も多かった。



今回使用した意識調査データは、18歳以上の区民を対象とした各調査から単身者のデータを抽出したため標本数は十分とはいえず、またヒアリング調査も単身者の意見を必ずしも代表したものとはいえません。しかし、新宿区で暮らす単身者の特徴と個々の単身者が抱える問題の一部をみることであったのではないのでしょうか。

新宿区は、商業・業務が集積した大都会であり、老若男女問わず様々な人が行き交い、人口の移動が激しい、多様性と流動性に富んだまちです。こうした新宿区に多くの人が一人暮らしをしています。一つのモデルとして以下のような単身者の姿が浮かびます。

職場が近いなどの理由で親元を離れて新宿区に転入し、ワンルームマンションや賃貸アパートに居住し、多様な価値観と生活スタイルを持ちながら、通勤や買い物など生活環境の便利さから気ままに不自由のない一人暮らし生活を送っている。近所とはあいさつをかわすくらいで、地域の活動に参加するつもりはない。また、お互いを理解し合える相手がいれば結婚したいが、自分のライフスタイルを大事にしたいという思いもあり、結婚には至らないでいる。一方、病気で動けなくなった時のことや将来のことを考えて不安になることもあるが、いざという時に頼れる人は少ない。

こうした単身者が新宿区に増えていくということは、多様性と独創性にあふれた活気のあるまちづくりにつながる一方、近所づきあいや地域とのつながりの希薄さから、地域コミュニティの衰退につながるおそれがあります。また、今の壮年期の単身者は結婚していない人が多く、人とのつながりが少ない傾向が特に男性にみられますが、こうした壮年期の単身者がやがて高齢期を迎えることで、いざという時に支援を得られない孤立した高齢者になっていくことが懸念されます。公的・社会的な支援の必要性に加え、地域でのつきあいや活動、同じ趣味や関心事に基づく交流など家族に代わる新たなつながりが今後さらに重要になってくると考えられます。

新宿自治創造研究所では、今年度、新宿区に住む単身者の全体的な特徴を示すとともに、これまで意識や生活の実態を把握する機会の少なかった壮年期を中心に、単身者が抱える課題をピックアップしました。来年度は、高齢期の単身者などにもヒアリングの範囲を広げ、今回の調査で見えてきた年齢層ごとの課題等についてより詳細で具体的な調査を行い、増加傾向が続く単身者に対する新たな取り組みの方向性などを示していきたいと考えています。

既刊一覧

| | |
|---|----------------|
| ◎2008（平成20）年度 新宿自治創造研究所活動報告書 | 2009（平成21）年3月 |
| ◎2009（平成21）年度 新宿自治創造研究所活動報告書 | 2010（平成22）年3月 |
| ◎都市・自治にかかる情報と分析—データの読み方— | 2010（平成22）年3月 |
| ◎研究所レポート2010 外国人WG報告（1） | 2010（平成22）年12月 |
| ◎研究所レポート2010 人口WG報告（1） | 2011（平成23）年2月 |
| ◎研究所レポート2010 集合住宅WG報告（1） | 2011（平成23）年3月 |
| ◎研究所レポート2011 集合住宅WG報告（2） | 2011（平成23）年11月 |
| ◎研究所レポート2011 外国人WG報告（2） | 2011（平成23）年11月 |
| ◎研究所レポート2011 集合住宅WG報告（3） | 2012（平成24）年1月 |
| ◎研究所レポート2011 外国人WG報告（3） | 2012（平成24）年1月 |
| ◎研究所レポート2011 人口WG報告（2） | 2012（平成24）年3月 |
| ◎研究所レポート2011 人口WG報告（3） | 2012（平成24）年3月 |
| ◎研究所レポート2012 国勢調査データからみる新宿区の特徴 | 2013（平成25）年3月 |
| ◎研究所レポート2012 国勢調査に基づく新宿区将来人口推計 —将来の住宅供給を考慮したコーホート・シェア延長法による— | 2013（平成25）年3月 |
| ◎研究所レポート2013 国勢調査に基づく新宿区将来人口推計 —地域別推計— | 2014（平成26）年1月 |
| ◎研究所レポート2013 国勢調査に基づく新宿区将来世帯推計 | 2014（平成26）年3月 |

研究体制

| | | |
|-------------|--------|--------------------|
| 所 長 | 金安 岩男 | （慶應義塾大学名誉教授） |
| 副 所 長 | 宮端 啓介 | （新宿自治創造研究所担当課長） |
| 政策形成アドバイザー | 牧瀬 稔 | （財団法人地域開発研究所主任研究員） |
| テーマ別アドバイザー | 宮本 みち子 | （放送大学教授） |
| 〃 | 大江 守之 | （慶應義塾大学教授） |
| 研 究 員 | 田中 雅美 | |
| 〃 | 岸田 瞳 | |
| 非 常 勤 研 究 員 | 栗田 健一 | |
| 〃 | 丸山 洋平 | |

研究所レポート2013 No.3

新宿区の単身世帯の特徴 — 壮年期を中心として —

| | |
|--------|---|
| 発行年月 | 2014（平成26）年3月 |
| 編集・発行 | 新宿区新宿自治創造研究所 （新宿区新宿自治創造研究所担当部 新宿自治創造研究所担当課） |
| 住 所 | 〒160-8484 東京都新宿区歌舞伎町一丁目4番1号 （新宿区役所内） |
| 電 話 | 03-5273-4252（直通） |
| F A X | 03-5272-5500 |
| E-Mail | jichisozo@city.shinjuku.lg.jp |

新宿区新宿自治創造研究所

印刷物制作番号

2013-3-2201

再生紙を使用しています。



新宿区はグリーン電力証書システムに参加し、
年間100万kWhの再生可能エネルギーの
普及・拡大に貢献しています。