

## 目次

|                              |    |
|------------------------------|----|
| 1. 調査実施概要.....               | 1  |
| 2. 第8回調査票（2026年2月～3月実施）..... | 11 |

## 1. 調査実施概要

2026年2月～3月に、インターネットパネル登録モニターを対象とする1万人規模の調査を実施した。調査の実施概要については下表の通りである。この調査は2019年から実施している「満足度・生活の質に関する調査」の継続調査として実施しており、今年度で通算8回目となる。なお、第1回調査と第2回調査とは異なるモニターを対象に実施しており、第3回調査からが継続パネル調査となっている。このため、今回の第8回調査時点においては最大で7回の回答データが得られている。

### 【満足度・生活の質に関する調査（第8回）の実施概要】

|        |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 目的     | 総合的な主観的満足度及び分野別満足度を調査し、客観指標との関係性を明らかにする。                                                                                                                                                                                                        |
| 調査方法   | インターネット調査                                                                                                                                                                                                                                       |
| 対象者    | 日本国内に住む15歳～89歳のインターネットパネル登録モニター                                                                                                                                                                                                                 |
| 対象者数   | 約10,000人                                                                                                                                                                                                                                        |
| モニター割当 | 次頁の回収数集計（割当集計）表を参照。                                                                                                                                                                                                                             |
| 調査期間   | 2026年2月27日（金）～3月14日（土）                                                                                                                                                                                                                          |
| 調査内容   | <ul style="list-style-type: none"><li>・総合主観満足度</li><li>・分野別主観満足度に影響を及ぼす項目（重要項目）</li><li>・分野別満足度</li><br/><li>・総合主観満足度に重要な分野</li><li>・人生の充実感（エウダイモニア）や主観的な社会との信頼関係に関する指標</li><li>・AIサービスの利活用と満足度の関係</li><li>・食と満足度の関係</li><li>・属性・生活実態</li></ul> |

【回収内訳（割当集計）表】

|      | 男性            |               |               |               |            | 女性            |               |               |               |            | 合計    |
|------|---------------|---------------|---------------|---------------|------------|---------------|---------------|---------------|---------------|------------|-------|
|      | 15 歳～<br>24 歳 | 25 歳～<br>34 歳 | 35 歳～<br>44 歳 | 45 歳～<br>59 歳 | 60 歳以<br>上 | 15 歳～<br>24 歳 | 25 歳～<br>34 歳 | 35 歳～<br>44 歳 | 45 歳～<br>59 歳 | 60 歳以<br>上 |       |
| 北海道  | 23            | 23            | 23            | 25            | 28         | 23            | 23            | 23            | 26            | 30         | 247   |
| 青森県  | 15            | 27            | 21            | 22            | 22         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 215   |
| 岩手県  | 18            | 24            | 21            | 22            | 22         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 215   |
| 宮城県  | 22            | 22            | 22            | 23            | 24         | 22            | 22            | 22            | 23            | 24         | 226   |
| 秋田県  | 15            | 27            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 21            | 23         | 213   |
| 山形県  | 21            | 21            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 21            | 23         | 213   |
| 福島県  | 21            | 21            | 22            | 22            | 23         | 21            | 21            | 21            | 22            | 24         | 218   |
| 茨城県  | 22            | 22            | 22            | 23            | 25         | 22            | 22            | 22            | 23            | 25         | 228   |
| 栃木県  | 21            | 21            | 22            | 22            | 23         | 21            | 21            | 22            | 22            | 24         | 219   |
| 群馬県  | 21            | 21            | 22            | 22            | 23         | 21            | 21            | 22            | 22            | 24         | 219   |
| 埼玉県  | 24            | 24            | 25            | 28            | 30         | 24            | 24            | 25            | 28            | 32         | 264   |
| 千葉県  | 23            | 24            | 24            | 27            | 29         | 23            | 23            | 24            | 27            | 30         | 254   |
| 東京都  | 27            | 29            | 30            | 35            | 36         | 27            | 29            | 30            | 35            | 39         | 317   |
| 神奈川県 | 25            | 25            | 26            | 31            | 32         | 25            | 25            | 26            | 30            | 34         | 279   |
| 新潟県  | 20            | 21            | 22            | 23            | 24         | 21            | 21            | 22            | 23            | 25         | 222   |
| 富山県  | 14            | 28            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 石川県  | 21            | 21            | 21            | 22            | 22         | 21            | 21            | 21            | 22            | 22         | 214   |
| 福井県  | 8             | 34            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 山梨県  | 8             | 29            | 21            | 21            | 22         | 26            | 21            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 長野県  | 21            | 21            | 22            | 22            | 24         | 21            | 21            | 22            | 22            | 24         | 220   |
| 岐阜県  | 21            | 21            | 22            | 22            | 23         | 21            | 21            | 22            | 22            | 24         | 219   |
| 静岡県  | 22            | 22            | 23            | 24            | 26         | 22            | 22            | 23            | 24            | 27         | 235   |
| 愛知県  | 24            | 25            | 25            | 28            | 30         | 24            | 24            | 25            | 28            | 31         | 264   |
| 三重県  | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 21            | 21            | 21            | 22            | 24         | 217   |
| 滋賀県  | 21            | 21            | 21            | 22            | 22         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 215   |
| 京都府  | 22            | 22            | 22            | 23            | 24         | 22            | 22            | 22            | 23            | 25         | 227   |
| 大阪府  | 25            | 25            | 25            | 29            | 32         | 25            | 25            | 26            | 30            | 34         | 276   |
| 兵庫県  | 23            | 23            | 23            | 26            | 28         | 23            | 23            | 24            | 26            | 30         | 249   |
| 奈良県  | 21            | 21            | 21            | 22            | 22         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 215   |
| 和歌山県 | 13            | 29            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 鳥取県  | 9             | 26            | 23            | 21            | 21         | 25            | 22            | 21            | 21            | 22         | 211   |
| 島根県  | 13            | 29            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 岡山県  | 21            | 21            | 22            | 22            | 23         | 21            | 21            | 22            | 22            | 24         | 219   |
| 広島県  | 22            | 22            | 22            | 23            | 24         | 22            | 22            | 22            | 23            | 25         | 227   |
| 山口県  | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 216   |
| 徳島県  | 8             | 31            | 24            | 21            | 22         | 19            | 23            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 香川県  | 12            | 30            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 愛媛県  | 18            | 24            | 21            | 22            | 23         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 216   |
| 高知県  | 9             | 30            | 21            | 21            | 22         | 22            | 23            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 福岡県  | 23            | 23            | 23            | 25            | 27         | 23            | 23            | 24            | 25            | 29         | 245   |
| 佐賀県  | 9             | 31            | 21            | 21            | 22         | 23            | 21            | 21            | 21            | 22         | 212   |
| 長崎県  | 14            | 28            | 21            | 22            | 23         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 216   |
| 熊本県  | 18            | 24            | 21            | 22            | 23         | 21            | 21            | 21            | 22            | 24         | 217   |
| 大分県  | 14            | 28            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 214   |
| 宮崎県  | 10            | 32            | 21            | 21            | 22         | 21            | 21            | 21            | 21            | 23         | 213   |
| 鹿児島県 | 18            | 24            | 21            | 22            | 23         | 21            | 21            | 21            | 22            | 23         | 216   |
| 沖縄県  | 12            | 29            | 21            | 22            | 22         | 22            | 21            | 21            | 22            | 22         | 214   |
| 合計   | 854           | 1168          | 1040          | 1083          | 1135       | 1031          | 1027          | 1037          | 1085          | 1172       | 10632 |

【満足度・生活の質に関する調査の設問一覧】

| 区分              | 2019<br>調査 | 2020<br>調査 | 2021<br>調査 | 2022<br>調査 | 2023<br>調査 | 2024<br>調査 | 2025<br>調査 | 2026<br>調査 | 設問                                                                                                            |
|-----------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 総合主観<br>満足度     | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたは全体として、現在の生活にどの程度満足していますか。「全く満足していない」を0点、「非常に満足している」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。               |
| 5年前・5年後の総合主観満足度 |            |            |            |            |            | ○          | ○          | ○          | あなたは全体として5年前(2021年3月頃)の生活にどの程度満足していましたか。「全く満足していなかった」を0点、「非常に満足していた」を10点とすると、何点くらいだったと思いますか。いずれか1つだけ選んでください。  |
|                 |            |            |            |            |            | ○          | ○          | ○          | あなたは全体として5年後(2031年3月頃)の生活にどの程度満足していると思いますか。「全く満足していない」を0点、「非常に満足している」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。 |
| 分野別<br>重要項目     |            |            |            |            |            |            |            |            | あなたの「○○」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。                                                    |
|                 | △          | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「家計と資産」                                                                                                       |
|                 | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「雇用環境と賃金」                                                                                                     |
|                 | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「住宅」                                                                                                          |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「仕事と生活(ワークライフバランス)」                                                                                           |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「健康状態」                                                                                                        |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「あなたご自身の教育環境・教育水準」                                                                                            |
|                 | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「交友関係やコミュニティなど社会とのつながり」                                                                                       |
|                 | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「政治・行政・裁判所への信頼性」                                                                                              |
|                 | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「生活を取り巻く空気や水などの自然環境」                                                                                          |
|                 | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「身の周りの安全」                                                                                                     |
|                 | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「子育てのしやすさ」                                                                                                    |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「介護のしやすさ・されやすさ」                                                                                               |
|                 | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「生活の楽しさ・面白さ」                                                                                                  |
| 分野別<br>満足度      |            |            |            |            |            |            |            |            | “生活に関係するさまざまな分野における満足の度合いについて、「全く満足していない」を0点、「非常に満足している」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。              |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「家計と資産」                                                                                                       |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「雇用環境と賃金」                                                                                                     |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「住宅」                                                                                                          |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「仕事と生活(ワークライフバランス)」                                                                                           |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「健康状態」                                                                                                        |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「あなたご自身の教育環境・教育水準」                                                                                            |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「交友関係やコミュニティなど社会とのつながり」                                                                                       |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「政治・行政・裁判所への信頼性」                                                                                              |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「生活を取り巻く空気や水などの自然環境」                                                                                          |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「身の周りの安全」                                                                                                     |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「子育てのしやすさ」                                                                                                    |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「介護のしやすさ・されやすさ」                                                                                               |
|                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 「生活の楽しさ・面白さ」                                                                                                  |

| 区分                                                     | 2019<br>調査 | 2020<br>調査 | 2021<br>調査 | 2022<br>調査 | 2023<br>調査 | 2024<br>調査 | 2025<br>調査 | 2026<br>調査 | 設問                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 将来不安                                                   |            |            |            |            |            |            |            |            | 将来を考えた時、生活に関するさまざまな分野における不安の度合いについて、「非常に不安である」を0点、「全く不安でない」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。                                                                                    |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「家計と資産」                                                                                                                                                                |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「雇用環境と賃金」                                                                                                                                                              |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「住宅」                                                                                                                                                                   |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「仕事と生活（ワークライフバランス）」                                                                                                                                                    |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「健康状態」                                                                                                                                                                 |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「あなたご自身の教育環境・教育水準」                                                                                                                                                     |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「交友関係やコミュニティなど社会とのつながり」                                                                                                                                                |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「政治・行政・裁判所への信頼性」                                                                                                                                                       |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「生活を取り巻く空気や水などの自然環境」                                                                                                                                                   |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「身の周りの安全」                                                                                                                                                              |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「子育てのしやすさ」                                                                                                                                                             |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「介護のしやすさ・されやすさ」                                                                                                                                                        |
|                                                        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            | 「生活の楽しさ・面白さ」                                                                                                                                                           |
| 総合主観<br>満足度判断の重視<br>分野                                 | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | Q1でお伺いした生活全体の満足度を判断する際に、重視した事項は何ですか。第1位から第3位の順に、それぞれ1つずつ選んでください。Q1の生活全体の満足度について（「全く満足していない」を0点、「非常に満足している」を10点とした場合）のあなたのご回答は「[Q1 選択肢 回答(文)]」でした。<br>第1位<br>第2位<br>第3位 |
| 日本の生活での分野<br>評価                                        |            |            |            |            |            | ○          |            |            | 日本で生活するにあたって、下記のうち高く評価している事項と低く評価している事項は何ですか。上位3つ及び下位3つについて、それぞれ選んでください。（上位）<br>第1位<br>第2位<br>第3位                                                                      |
|                                                        |            |            |            |            |            | ○          |            |            | 日本で生活するにあたって、下記のうち高く評価している事項と低く評価している事項は何ですか。上位3つ及び下位3つについて、それぞれ選んでください。（下位）<br>第1位<br>第2位<br>第3位                                                                      |
| 人生の充実感（エウ<br>ダイモニア）<br>や主観的な<br>社会との信<br>頼関係に関<br>する指標 |            |            |            |            |            |            | ○          | ○          | あなたの普段の気持ちについてお伺いします。「全くあてはまらない」を0点、「非常にあてはまる」を10点にすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。                                                                                 |
|                                                        |            |            |            |            |            |            | ○          | ○          | 1.自分は充実した人生を送れていると思う。                                                                                                                                                  |
|                                                        |            |            |            |            |            |            | ○          | ○          | 2.周囲の人々に認められていると感じる。                                                                                                                                                   |
|                                                        |            |            |            |            |            |            | ○          | ○          | 3.自分は周囲の人々や社会の役に立っていると思う。                                                                                                                                              |
|                                                        |            |            |            |            |            |            | ○          | ○          | 4.周囲の人と違うことを言ったりしたりしても、受け止めてもらえると感じている。                                                                                                                                |
|                                                        |            |            |            |            |            |            | ○          | ○          | 5.自分の人生が様々な人々に支えられていると感じる。                                                                                                                                             |
| 世帯構成                                                   | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたの世帯は何人ですか。あなたご自身を含めてお答えください。                                                                                                                                        |
|                                                        | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたの世帯に含まれる方を、すべて選んでください。あなたとの続柄でお答えください。                                                                                                                              |
|                                                        | △          | △          | △          | △          | △          | △          | △          | ○          | 配偶者がいない、または単身世帯である理由は何ですか。いずれか1つだけ選んでください。                                                                                                                             |
|                                                        |            |            |            |            | ○          | ○          | ○          |            | 自分の一生を通じて考えた場合、あなたの結婚に対する考えについて、いずれか一つだけ選んでください。                                                                                                                       |

| 区分     | 2019<br>調査 | 2020<br>調査 | 2021<br>調査 | 2022<br>調査 | 2023<br>調査 | 2024<br>調査 | 2025<br>調査 | 2026<br>調査 | 設問                                                                                 |
|--------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 子育て    |            |            |            |            |            | ○          | ○          |            | (55 歳未満の独身者) 自分の一生を通じて考えた場合、何人の子供を持ちたいと思いますか。希望する子供の数をお答えください。                     |
|        |            |            |            |            |            | ○          | ○          |            | (55 歳未満の有配偶者) 自分の一生を通じて考えた場合、何人の子供を持ちたいと思いますか。理想的な子供の数と予定している子供の数をそれぞれお答えください。(理想) |
|        |            |            |            |            |            | ○          | ○          |            | (55 歳未満の有配偶者) 自分の一生を通じて考えた場合、何人の子供を持ちたいと思いますか。理想的な子供の数と予定している子供の数をそれぞれお答えください。(予定) |
|        |            |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたの世帯にいる子供(孫を除く)について、あてはまるものをすべて選んでください。                                          |
|        | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            |            |            | あなたの世帯にいる 18 歳未満の方の内、あてはまるものをすべて選んでください。                                           |
|        |            | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたの世帯にいる子供(孫を除く)の年齢は何歳ですか。(10 人まで可)                                               |
|        | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            |            | 認可保育所・幼稚園・認定こども園に入れたいが、入れていないお子さんは何人いますか。                                          |
|        | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたの周りに、子育てを気軽にお願いできる人がいますか。あてはまるものをすべて選んでください。                                    |
|        |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 子育てについて、どのように感じていますか。                                                              |
|        |            | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなた若しくは、あなたの配偶者の方で、育休を取得した方はいますか。                                                  |
| 高齢者    | ○          |            | ○          | ○          | ○          |            |            |            | あなたの世帯に 65 歳以上の方は何人いますか。あなたご自身も含めてお答えください。                                         |
| 介護     | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          |            |            |            | 介護を必要とするご家族はいますか。別居している家族も含めてお答えください。                                              |
|        | △          | △          | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | 介護に関するご家族の状況について、あてはまるものをすべて選んでください。別居している家族も含めてお答えください。                           |
|        |            | ○          | ○          |            |            |            |            |            | あなたを含むあなたの家族に、介護のために就業形態等を変えた方はいますか。                                               |
| 子育て・介護 |            |            |            |            |            |            |            | ○          | あなたまたはあなたの配偶者のいずれかのうち、子育て・介護のために就業形態等を変えた方はいますか。あてはまるものをすべて選んでください。                |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          |            | あなたを含むあなたの家族に、子育て・介護のために就業形態等を変えた方はいますか。                                           |
|        |            |            |            |            |            |            |            |            | 子育て・介護のためにあなたが離職・転職したのは、(何度か経験した場合は最も直近では)どれくらい前の出来事ですか。あてはまるものを1つ選んでください。         |
|        |            |            |            |            |            |            |            | ○          | 1.子育てのため自身が離職した                                                                    |
|        |            |            |            |            |            |            |            | ○          | 2.子育てのため自身が転職した                                                                    |
|        |            |            |            |            |            |            |            | ○          | 3.介護のため自身が離職した                                                                     |
|        |            |            |            |            |            |            |            | ○          | 4.介護のため自身が転職した                                                                     |

| 区分      | 2019<br>調査 | 2020<br>調査 | 2021<br>調査 | 2022<br>調査 | 2023<br>調査 | 2024<br>調査 | 2025<br>調査 | 2026<br>調査 | 設問                                                                                                     |
|---------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 就業状況    | △          | △          | △          | △          | △          | △          | ○          | ○          | あなたの就業状況について、いずれか1つだけ選んでください。                                                                          |
|         | △          |            |            |            |            |            | ○          | ○          | あなたの配偶者の就業状況について、いずれか1つだけ選んでください。                                                                      |
|         |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | どうして今の就業形態に就いているのかお答えください。あてはまるものをすべて選んでください。                                                          |
|         |            |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたは、日々の仕事にやりがいを感じますか。いずれか1つだけ選んでください。<br>※2023 年調査では下の「あなたの仕事への感じ方について、以下は、どの程度あてはまると思いますか。」の1項目として質問 |
|         |            |            |            |            | ○          |            |            |            | あなたの仕事への感じ方について、以下は、どの程度あてはまると思いますか。                                                                   |
|         |            |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたの現在の働き方として該当するものすべてに回答してください。                                                                       |
|         |            |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | 勤務先の企業規模(従業員数)について、最もあてはまるものをお答えください。                                                                  |
|         | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたの仕事の業種についてお答えください。                                                                                  |
|         |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたは副業を持っていますか。                                                                                        |
|         |            |            |            |            |            |            | ○          | ○          | 現在、収入のある仕事をしている理由について、あてはまるものをすべて選んでください。                                                              |
|         |            |            |            |            |            | ○          |            |            | あなたの転職意向の有無・転職活動の状況等について、いずれか1つだけ選んでください。                                                              |
|         |            |            |            |            |            | ○          |            |            | あなたの起業意向の有無・起業に向けた準備の状況等について、いずれか1つだけ選んでください。                                                          |
|         |            | ○          |            |            |            |            |            |            | あなたは、自身の労働時間を自分の働きたい時間と比較してどのように考えていますか。                                                               |
|         |            | ○          |            |            |            |            |            |            | あなたの年間の有給休暇取得日数はどのくらいですか。                                                                              |
|         |            | ○          |            |            |            |            |            |            | あなたの職場は休暇が取得しやすいですか。                                                                                   |
|         |            | ○          |            |            |            |            |            |            | あなたは仕事に関するやりがいをどのくらい感じていますか。                                                                           |
|         |            | ○          |            |            |            |            |            |            | あなたはどのようなことに仕事へのやりがいを感じますか。                                                                            |
|         |            | ○          |            |            |            |            |            |            | あなたの職場環境についてお答えください。                                                                                   |
|         | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | リカレント教育(社会人の学び直し)について、あてはまるものをすべて選んでください。                                                              |
|         |            |            |            |            |            | △          | ○          | ○          | あなたは、何歳ごろまで収入を伴う仕事をしたいですか。または、仕事をしなかったですか。いずれか1つだけ選んでください。                                             |
| 健康状態    | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 現在、あなたはご自身の健康状態をどのように感じていますか。いずれか1つだけ選んでください。                                                          |
|         | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたが日ごろ、健康のために行っていることを選んでください。あてはまるものをすべて選んでください。                                                      |
| 楽しさ・面白さ | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 趣味や生きがいがありますか。                                                                                         |
|         |            | △          | △          | ○          | ○          |            |            |            | 趣味や生きがいがない理由をお答えください。                                                                                  |
|         |            |            |            |            |            |            | ○          |            | 差し支えない範囲で趣味や生きがいについて教えてください。(自由記述)                                                                     |
| ペット     | ○          |            |            |            |            |            |            |            | あなたはペットを飼っていますか。                                                                                       |
| スマートフォン | ○          |            |            |            |            |            |            |            | 現在、あなたはスマートフォンを使用していますか。                                                                               |
|         | ○          |            |            |            |            |            |            |            | あなたにとってスマートフォンは生活の中でどのくらい重要ですか。                                                                        |
|         | ○          |            |            |            |            |            |            |            | あなたのスマートフォン使用時間(画面を見て操作している時間)は一日平均でどのくらいですか。                                                          |
|         | ○          |            |            |            |            |            |            |            | あなたは、どのような目的でスマートフォンを使用していますか。                                                                         |

| 区分              | 2019<br>調査            | 2020<br>調査            | 2021<br>調査            | 2022<br>調査            | 2023<br>調査            | 2024<br>調査            | 2025<br>調査            | 2026<br>調査            | 設問                                                                                                                               |
|-----------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 社会との<br>つながり    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | あなたは友人等と平均してどのくらいの頻度で交流（実際に会ったり、連絡を取り合ったりすること）をしていますか。                                                                           |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       | あなたが困ったとき、頼りになるご家族や友人はいますか。                                                                                                      |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | あなたが困ったとき、頼りになる人は、同居の家族や同居の親族を除いて合計何人いますか。いずれか1つだけ選んでください。                                                                       |
|                 |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | あなたは以下のうちどのようなボランティア活動、地域コミュニティ活動を行っていますか。あてはまるものをすべて選んでください。                                                                    |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | あなたのこの1年間のボランティア活動（PTA 活動等を含む）、自治会・町内会などの地域コミュニティの活動（趣味やスポーツを含む）などへの参加頻度はどのくらいですか。                                               |
|                 |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> |                       | あなたは、日常生活を送る上でサードプレイスを持っていますか。持っている場合、それはどういった場所ですか。                                                                             |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | あなたはこの1年間にSNS（Facebook、X（旧 Twitter）、LINE など）をどの程度の頻度で利用していますか。                                                                   |
|                 |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       | SNS などインターネットの発展により、交友関係やコミュニティなど社会とのつながりが強まったと感じますか。                                                                            |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | あなたはSNS（Facebook、X（旧 Twitter）、LINE など）上で交流のある友人がどの程度いますか。                                                                        |
| AI              |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | あなたは、仕事や学校、日常生活の中で生成 AI や対話型 AI（例：生成 AI（ChatGPT、Gemini 等）、対話型ロボット、音声アシスタント（Apple の Siri、Amazon の Alexa 等）、チャットボット）をどの程度利用していますか。 |
|                 |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | あなたは生成 AI や対話型 AI をどのような場面で活用していますか。あてはまるものをすべて選んでください。                                                                          |
|                 |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | あなたは生成 AI や対話型 AI を便利だと思えますか。あてはまるものを1つだけ選んでください。                                                                                |
|                 |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | あなたは生成 AI や対話型 AI を信頼していますか。あてはまるものを1つだけ選んでください。                                                                                 |
| 食生活（孤<br>食、楽しさ） |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | あなたは「1日のすべての食事を一人で食べる日」は、1週間のうち何日くらいありますか。<br>※自宅・外食・社員食堂など、食べた場所にかかわらず、1日のすべての食事を一人で食べた日をカウントしてください。                            |
|                 |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | 1日のすべての食事を一人で食べる理由について、あてはまるものをすべて選んでください。                                                                                       |
|                 |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | あなたが「食事が楽しい」と特に強く意識するのはどんな時ですか。あてはまるものをすべて選んでください。                                                                               |
|                 |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | あなたは、ふだんの食事時間が楽しいですか。いずれか1つだけ選んでください。                                                                                            |
| 政治・行<br>政・裁判所   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | あなたは直近に行われた国・地方選挙において、投票しましたか。投票には期日前投票および不在者投票を含みます。                                                                            |
| 自然環境            |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | あなたのお住まいの地域の空気や水などの自然環境をどのように感じますか。「全く感じない」を0点、「非常に感じる」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。                                  |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | 1.公園や緑地空間など緑が無い                                                                                                                  |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | 2.大気汚染（粉じん、ダイオキシン、PM2.5 など）                                                                                                      |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | 3.河川・水路や水辺の汚れなど                                                                                                                  |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | 4.土壌汚染（ダイオキシン、放射能など）                                                                                                             |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | 5.騒音・振動（近隣の生活音や、飛行機、車、電車、工事の音・振動など）                                                                                              |
|                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | 6.悪臭（近隣の生活臭や、廃棄物、農林水産業・工業生産に伴う臭いなど）                                                                                              |
| 身のまわりの安全        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | あなたはお住まいの地域で、夜にひとり歩きが安全であると感じますか。「全く感じない」を0点、「非常に感じる」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。                                    |

| 区分            | 2019<br>調査            | 2020<br>調査            | 2021<br>調査            | 2022<br>調査            | 2023<br>調査            | 2024<br>調査            | 2025<br>調査            | 2026<br>調査                                                                               | 設問                                                                                    |
|---------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 住宅            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                                                    | あなたのお住まいは持家ですか、借家ですか。                                                                 |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                                                    | あなたのお住まいの延床面積はいくらですか。                                                                 |
| 教育水準・<br>教育環境 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                                                    | あなたの最終学歴を教えてください。在学中の方は通っている学校を卒業見込みとして選んでください。                                       |
| 基本属性          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                                                    | あなたの世帯全体の年間収入(税・社会保険料込)はおよそどのくらいですか。                                                  |
|               |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                                                    | あなたご自身の仕事による年間収入(税・社会保険料込)はおよそどのくらいですか。                                               |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>                                                                    | あなたの世帯全体の金融資産(預貯金や有価証券等)は、およそどのくらいですか(純資産(資産の額から借金の額を引いたもの)ではなく、借金を引く前の額をお答えください)。    |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                                                                                          | あなたの世帯全体の借金はおよそどのくらいですか。                                                              |
| 生活時間          |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                                                                                          | あなたの平日(主に就業や学業に従事する日)の平均的な時間配分を教えてください(ここ数カ月の平均)<br>※習い事、食事、入浴等の下記以外の項目は積算しないでください。   |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       | <input type="radio"/>                                                                    | 1.睡眠時間                                                                                |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       | <input type="radio"/>                                                                    | 2.学業をする時間                                                                             |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       | <input type="radio"/>                                                                    | 3.通勤・通学時間                                                                             |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       | <input type="radio"/>                                                                    | 4.仕事をする時間                                                                             |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       | <input type="radio"/>                                                                    | 5.育児時間                                                                                |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       | <input type="radio"/>                                                                    | 6.介護・看護時間                                                                             |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       | <input type="radio"/>                                                                    | 7.自由に使える時間                                                                            |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       | <input type="radio"/>                                                                    | 8.家事時間(食材や生活必需品購入にあてた買い物時間を含む)                                                        |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                                                                                          | あなたの平日(主に就業や学業に従事する日)の平均的な時間配分を教えてください(ここ数カ月の平均)。<br>※7項目の回答の合計時間が24時間になるように回答してください。 |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> |                                                                                          | 1.睡眠時間                                                                                |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> |                                                                                          | 2.仕事をする時間                                                                             |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> |                                                                                          | 3.通勤・通学時間                                                                             |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> |                                                                                          | 4.育児、介護・看護、その他家事労働に関する時間                                                              |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> |                                                                                          | 5.学習時間                                                                                |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> |                                                                                          | 6.その他の時間(食事、入浴など)                                                                     |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       | <input type="radio"/> |                                                                                          | 7.自由に使える時間                                                                            |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                                                                                          | あなたの休日(就業や学業に従事していない日)の平均的な時間配分を教えてください。<br>※習い事、食事、入浴等の下記以外の項目は積算しないでください。           |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                                                                                          | 1.睡眠時間                                                                                |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                                                                                          | 2.学業をする時間                                                                             |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                                                                                          | 3.育児時間                                                                                |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                                                                                          | 4.介護・看護時間                                                                             |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                                                                                          | 5.自由に使える時間                                                                            |
|               |                       |                       |                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                                                                                          | 6.家事時間(食材や生活必需品購入にあてた買い物時間を含む)                                                        |
|               |                       |                       |                       |                       |                       |                       |                       | あなたの一日の平均的な時間配分を教えてください(仕事のある日も無い日も含めた平均をお答えください)。<br>※家事、習い事、食事、入浴等の下記以外の項目は積算しないでください。 |                                                                                       |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       |                       |                       | 1.睡眠時間                                                                                   |                                                                                       |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       |                       |                       | 2.学業をする時間                                                                                |                                                                                       |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       |                       |                       | 3.通勤・通学時間                                                                                |                                                                                       |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       |                       |                       | 4.仕事をする時間                                                                                |                                                                                       |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       |                       |                       | 5.育児時間                                                                                   |                                                                                       |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       |                       |                       | 6.介護・看護時間                                                                                |                                                                                       |
|               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |                       |                       |                       |                       |                       | 7.自由に使える時間                                                                               |                                                                                       |

| 区分 | 2019<br>調査  | 2020<br>調査            | 2021<br>調査       | 2022<br>調査 | 2023<br>調査 | 2024<br>調査 | 2025<br>調査 | 2026<br>調査                              | 設問                                                                                                                                                               |                                                              |
|----|-------------|-----------------------|------------------|------------|------------|------------|------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
|    | ○<br>○<br>○ |                       |                  |            |            |            |            |                                         | あなたの1日の時間配分を教えてください。<br>※合計で24時間になるように回答してください。<br>1.平日<br>2.休日<br>・生理的な時間(睡眠、食事、身じたくをする時間)<br>・義務的な時間(通勤・通学、仕事・学業、家事、介護、育児、アルバイト、実家の手伝いをする時間)<br>・上記以外の残りの自由な時間 |                                                              |
|    |             | ○<br>○<br>○<br>○<br>○ |                  |            |            |            |            |                                         | あなたの生活時間についてあてはまるものを選択してください。(ここ数か月の平均)<br>＜平日＞についてお答えください。<br>1.通勤・通学<br>2.仕事、学業、家事<br>3.介護・看護<br>4.育児<br>5.趣味・娯楽                                               |                                                              |
|    |             |                       | ○<br>○<br>○<br>○ |            |            |            |            |                                         |                                                                                                                                                                  | ＜休日＞についてお答えください。<br>1.通勤・通学<br>2.仕事、学業、家事<br>3.介護・看護<br>4.育児 |
|    | ○           |                       |                  |            |            |            |            |                                         |                                                                                                                                                                  | 5.趣味・娯楽                                                      |
|    | ○           |                       |                  |            |            |            |            |                                         |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    | ○           |                       |                  |            |            |            |            |                                         |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    | 困難度         |                       |                  |            |            |            |            |                                         | 1年前から現在への変化に関してお聞きます。あなたは以下の各項目について、どの程度困っていますか。                                                                                                                 |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            |                                         | 1.収入が減少した(仕事が無くなったり、減ったりした)                                                                                                                                      |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            |                                         | 2.収入が減少したことで、十分な食事ができなくなった                                                                                                                                       |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            |                                         | 3.友人・知人との交流が減った                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            |                                         | 4.新たな友人が作りにくくなった                                                                                                                                                 |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            |                                         | 5.同居していない親族との交流が減った                                                                                                                                              |                                                              |
|    |             | ○                     |                  |            |            |            |            | 6.困ったときに支援が受けにくくなった                     |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             | ○                     |                  |            |            |            |            | 7.家にいる時間が長くなり、同居の家族との関係が難しくなった          |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             | ○                     |                  |            |            |            |            | 8.自分や家族が新型コロナウイルス感染症に感染する不安や心理的ストレスが生じた |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             | ○                     |                  |            |            |            |            | 9.気分が沈み、気が晴れないことが多くなった                  |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             | ○                     |                  |            |            |            |            | 10.医療機関に行きにくくなった                        |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             | ○                     |                  |            |            |            |            | 11.国内外の旅行や出張がやりにくくなった                   |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             | ○                     |                  |            |            |            |            | この1年間で1番困ったことは何ですか。                     |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             |                       |                  |            |            |            |            | あなたの最近の生活について、以下は、どの程度あてはまると考えますか。      |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            | ・十分な食事をとれていないと感じる                       |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            | ・同居していない親族(離れて暮らす家族を含む)との交流が少ないと感じる     |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            | ・困ったときに支援が受けにくいと感じる                     |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            | ・同居の家族との関係が難しいと感じる                      |                                                                                                                                                                  |                                                              |
|    |             |                       | ○                |            |            |            |            | ・自分や家族が新型コロナウイルス感染症に感染する不安や心理的ストレスを感じる  |                                                                                                                                                                  |                                                              |

| 区分     | 2019<br>調査 | 2020<br>調査 | 2021<br>調査 | 2022<br>調査 | 2023<br>調査 | 2024<br>調査 | 2025<br>調査 | 2026<br>調査 | 設問                                       |
|--------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------------------------------------|
| 精神状態   |            |            |            |            |            |            |            |            | あなたの最近の生活について、以下は、どの程度あてはまると考えますか。       |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 1.自分は孤独であると感じる                           |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 2.一緒に楽しめる仲間がいらないと感じる                     |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 3.気分が沈み、何が起こっても気が晴れないと感じる                |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 4.神経過敏を感じる                               |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 5.絶望的だと感じる                               |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 6.そわそわ落ち着かなく感じる                          |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 7.何をするのも骨折りと感じる                          |
|        |            |            |            | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | 8.自分は価値のない人間だと感じる                        |
| 地域     | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | ○          | お住まいの都道府県・市区町村名を記入して下さい。また、郵便番号も記入して下さい。 |
| 重大イベント | △          | △          | △          | △          | ○          | ○          | ○          | ○          | あなたご自身がこの1年間で経験したことをすべて選択して下さい。          |
|        | ○          |            |            |            |            |            |            |            | あなたのご家族が経験したと思われること                      |

※○印は 2026 年調査と一致する質問。2026 年調査で聞いていない質問については、最終の調査の質問に一致。

△印は 2026 年調査と趣旨・概ねの内容は共通するものの、2026 年調査と比較して、設問文、設問の条件、選択肢等に不一致が含まれるもの。2026 年調査に設定されていない質問については、最終の調査の質問に対して不一致が含まれるもの。

## 2. 第8回調査票（2026年2月～3月実施）

Q1 あなたは全体として、現在の生活にどの程度満足していますか。「全く満足していない」を0点、「非常に満足している」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

Q2 あなたは全体として、5年前（2021年3月頃）の生活にどの程度満足していましたか。「全く満足していなかった」を0点、「非常に満足していた」を10点とすると、何点くらいだったと思いますか。いずれか1つだけ選んでください。

|             |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していなかった |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足していた |
| 0点          | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

Q3 あなたは全体として、5年後（2031年3月頃）の生活にどの程度満足していると思いますか。「全く満足していない」を0点、「非常に満足している」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

次の（1）～（13）の分野に関するあなたの現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。

Q4（1）あなたの「家計と資産」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。

1. 世帯の現在の総収入額（年金を含む）
2. 世帯の現在の総支出額
3. 世帯の現在の金融資産（預貯金や有価証券等）の額
4. 世帯の現在の借金の額
5. 生活の程度（社会の中での上流、中流、下流の位置づけ）
6. 将来の収入（所得、年金などの見込み）
7. 将来の負担（税金、医療費、保険料の増加などの見込み）
8. 物価の変動
9. その他

**Q4 (2) あなたの「雇用環境と賃金」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 就業形態（正規（正社員・正職員）、非正規（派遣職員、嘱託職員、パート・アルバイトなど）
2. 給料の額（ボーナスを含む）
3. 給料以外の待遇・処遇（福利厚生など）
4. 労働環境（職場の人間関係・雰囲気、過労死のリスクなど）
5. 労働内容（やりがい、危険度など）
6. 昇進・昇級、仕事に対する評価
7. キャリアパスに対する不安
8. 就職・転職・開業のしやすさ（就労機会の豊富さ）
9. 失業・倒産・廃業等もしくはそのリスク（就業の安定性）
10. 将来の雇用不安（終身雇用、老後、有期雇用など）
11. 働いておらずこの分野に関心がない
12. その他

**Q4 (3) あなたの「住宅」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 住宅の延床面積（広さ・狭さ）
2. 居住形態（持ち家か借家か）
3. 家賃・住宅費（固定資産税、光熱水費、修繕費、家具等に係る費用など）
4. 住宅ローン（土地も含む）
5. 住宅の安全性（耐震、耐火、浸水対策など）
6. 住宅の快適性（断熱・防音性能など）
7. 住宅の利便性（コンビニ、公共施設、交通機関などとの距離）
8. 資産としての利活用性
9. 公園・緑地、水辺などの周辺環境
10. 地域コミュニティなどの人間関係（隣人関係を含む）
11. その他

**Q4 (4) あなたの「仕事と生活（ワークライフバランス）」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 労働時間
2. 通勤・通学時間
3. 家事、子育て、介護などに使う義務的な時間（労働時間を除く）
4. 家族と遊んだり、くつろいだりする時間
5. 睡眠・食事・入浴等の時間
6. 自分で自由に使える時間
7. その他

**Q4 (5) あなたの「健康状態」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 睡眠、休養、スポーツなどの暮らしの時間配分
2. 食事（栄養バランスやカロリー摂取量など）
3. 喫煙、飲酒の量
4. 仕事や私生活におけるストレスがあるかどうか
5. 検診や医療機関の受診機会（病院・診療所・薬局などの通いやすさや診療科目の種類）
6. 信頼における主治医がいるかどうか
7. 健康の維持・増進にかかる費用（スポーツや健康管理サービスなどの費用）
8. 医療費・保険料などの費用（診療費、薬代、保険料などの費用）
9. 将来の健康状態に関する不安（認知症、医師不足など）
10. その他

**Q4 (6) 「あなたご自身の教育水準・教育環境」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 自分の学歴
2. 学校への通いやすさ（通学時間や公共交通などの通学手段）
3. 進学先、塾や予備校の選択の幅（大学・大学院など）
4. 不登校やいじめなどに対する学校や園の対応
5. 学校教育の質（高校・大学での勉強が就職に役立つ、個性を伸ばす教育など）
6. リカレント教育の質（仕事・就労に役立つなど）
7. 社会人向けの教養講座・専門教育（市民講座・大学・大学院など）の使いやすさ
8. 自分自身の教育・教養費
9. その他

**Q4 (7) あなたの「交友関係やコミュニティなど社会とのつながり」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 困ったときに頼りになる友人・知人がいるかどうか
2. 困ったときに頼りになる職場の同僚・上司がいるかどうか
3. 一緒に楽しめる仲間がいるかどうか
4. 友人との交流頻度
5. ボランティア活動、自治会・町内会などの活動への参画の機会や条件
6. SNS（Facebook、X(旧Twitter)、LINEなど）上でのつながり
7. 社会とのつながりがなくなることへの不安
8. その他

**Q4 (8) あなたの「政治・行政・裁判所への信頼性」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 政治・行政・裁判所による判断の内容
2. 政治・行政・裁判所による分かりやすい説明
3. 政治・行政・裁判所を取り巻くマスコミの報道
4. 政治・行政・裁判所への参画機会
5. 政治・行政・裁判所における一般からの声の反映
6. その他

**Q4 (9) あなたの「生活を取り巻く空気や水などの自然環境」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 気候（日照時間、気温、天候など）
2. 大気の質（大気汚染、粉じん、ダイオキシン、PM2.5など）
3. 水質（河川・水路や水辺の汚濁など）
4. 騒音・振動（近隣の生活音や、飛行機、車の音、工事の音・振動など）
5. 土壌（ダイオキシン、放射能など）
6. 悪臭（近隣の生活臭や、廃棄物、農林水産業・工業生産に伴う臭いなど）
7. 緑や自然を感じられるものの豊かさ（山林、自然公園や街路樹の有無など）
8. その他

**Q4 (10) あなたの「身の周りの安全」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 災害発生時の行政の情報発信（避難放送、安否確認、被害状況の把握など）
2. 被災後の対応（避難所の開設、支援、復興対策など）
3. 社会インフラの老朽化（トンネル、河川、下水道など）
4. 自然災害等に対する予防（国土強靱化、堤防の建設、避難経路の確保など）
5. 交通事故等の人災に対する予防（道路整備、高齢ドライバーへの対策など）
6. ハラスメントやいじめ、虐待、その他の犯罪などによる被害のリスク
7. 暴力、盗難、放火などの犯罪による被害のリスク
8. 個人情報漏洩・流出、フィッシング詐欺などインターネットを取り巻く環境に関するリスク
9. 感染症のリスク
10. テロのリスク
11. その他

**Q4 (11) あなたの「子育てのしやすさ」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 子供を一時的に預けられる人・場所（親、友人、学童保育など）がいる（ある）かどうか
2. 子育て支援サービスの質（サービスの種類、利用条件、相談・支援体制、保育所等の空き状況の情報発信など）
3. 保育や教育など子育てにかかる費用
4. 配偶者の就業状況（労働時間、休業・休暇など）
5. 勤め先の育休、産休の取りやすさ（勤め先に子育て支援に対する理解があるかどうかなど）
6. 学校教育の質（高校・大学での勉強が就職に役立つ、個性を伸ばす教育など）
7. 進学先、塾や予備校の選択の幅
8. 不登校やいじめなどに対する学校や園の対応
9. 子供の心身の健康状態に対する不安
10. 子供をもつことに対する不安
11. この分野に関心がない
12. その他

**Q4 (12) あなたの「介護のしやすさ・されやすさ」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 自分や自分の家族が要介護状態になった場合の不安
2. 自分が介護をする人の世話を一時的にお願いできる人（配偶者・親・知人など）がいるかどうか
3. 介護サービスの選択の幅（在宅サービス、訪問介護、介護予防、通所型介護など）
4. 介護施設の入所のしやすさ（施設の数や立地、定員、入所条件など）
5. 介護サービスの質（サービスの種類、利用条件、定期巡回・即時対応、悩み相談・支援体制など）
6. 介護にかかる費用
7. 勤め先の介護休暇の取りやすさ（勤め先に介護支援に対する理解があるかどうかなど）
8. 配偶者の就業状況（労働時間、休業・休暇の取得状況など）
9. 新しい介護サービス（介護ロボットなど）
10. この分野に関心がない
11. その他

**Q4 (13) あなたの「生活の楽しさ・面白さ」に関する現在の満足や不満に大きく影響しているものはどれですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 趣味や生きがいなどの充実
2. 家庭生活の安定や充実
3. 何度でもチャレンジでき、多様な働き方ができる可能性（起業、兼業、副業、中途採用の拡大、病気・ケガ・出産からの復帰など）
4. 社会参加・地域貢献ができること、またはしていること（ボランティア活動やコミュニティへの参加など）
5. 新しい製品やサービスの登場と利活用
6. デジタル機器等の入れ替わりの速さ、わかりにくさ（最新デジタル家電やスマホの使い方がわかりにくいなど）
7. 情報化等による生活のスピード化、慌しさ
8. 自身の健康状態
9. 友人との交流状況
10. 仕事の内容、将来性、労働時間
11. その他

**Q5 生活に関係するさまざまな分野における満足の度合いについて、「全く満足していない」を0点、「非常に満足している」を10点とすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。**

※回答時には、（1）～（13）がランダムで表示される設定

**(1) 家計と資産**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

**(2) 雇用環境と賃金**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

**(3) 住宅**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

**(4) 仕事と生活（ワークライフバランス）**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

**(5) 健康状態**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

**(6) あなたご自身の教育水準・教育環境**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

**(7) 交友関係やコミュニティなど社会とのつながり**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

**(8) 政治・行政・裁判所への信頼性**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

**(9) 生活を取り巻く空気や水などの自然環境**

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

(10) 身の周りの安全

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

(11) 子育てのしやすさ

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

(12) 介護のしやすさ・されやすさ

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

(13) 生活の楽しさ・面白さ

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |           |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----------|
| 全く満足していない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常に満足している |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点       |

Q6 Q1でお伺いした生活全体の満足度を判断する際に、重視した事項は何ですか。第1位から第3位の順に、それぞれ1つずつ選んでください。

|    | 家計と資産 | 雇用環境と賃金 | 住宅 | 仕事と生活（ワークライフバランス） | 健康状態 | 教育水準・ご自身の環境 | 交友関係やコミュニティなど社会 | 政治・行政・裁判所への信頼性 | 空気や水などの自然環境 | 生活を取り巻く安全 | 子育てのしやすさ | 介護のしやすさ・されやすさ | 生活の楽しさ・面白さ |
|----|-------|---------|----|-------------------|------|-------------|-----------------|----------------|-------------|-----------|----------|---------------|------------|
| 1位 |       |         |    |                   |      |             |                 |                |             |           |          |               |            |
| 2位 |       |         |    |                   |      |             |                 |                |             |           |          |               |            |
| 3位 |       |         |    |                   |      |             |                 |                |             |           |          |               |            |

Q7 あなたの普段の気持ちについてお伺いします。「全くあてはまらない」を0点、「非常にあてはまる」を10点にすると、何点くらいになると思いますか。いずれか1つだけ選んでください。

(1) 自分は充実した人生を送れていると思う。

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----------|
| 全くあてはまらない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常にあてはまる |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点      |

(2) 周囲の人々に認められていると感じる。

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----------|
| 全くあてはまらない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常にあてはまる |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点      |

(3) 自分は周囲の人々や社会の役に立っていると思う。

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----------|
| 全くあてはまらない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常にあてはまる |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点      |

(4) 周囲の人と違うことを言ったりしたりしても、受け止めてもらえると感じている。

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----------|
| 全くあてはまらない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常にあてはまる |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点      |

(5) 自分の人生が様々な人々に支えられていると感じる。

|           |    |    |    |    |    |    |    |    |    |          |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----------|
| 全くあてはまらない |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 非常にあてはまる |
| 0点        | 1点 | 2点 | 3点 | 4点 | 5点 | 6点 | 7点 | 8点 | 9点 | 10点      |

以降、あなたご自身やあなたの家族についてお答えください。

Q8 あなたの世帯は何人ですか。あなたご自身を含めてお答えください。

人

(前問で「1」以外と回答した方)

Q9-1 あなたの世帯に含まれる方をすべて選んでください。

※あなたとの続柄でお答えください。

- |                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| 1. 祖父母（配偶者の祖父母含む） | 2. 父母（配偶者の父母を含む）      |
| 3. 配偶者            | 4. 兄弟・姉妹（配偶者の兄弟・姉妹含む） |
| 5. 子供             | 6. 孫                  |
| 7. その他            |                       |

(前問で「3」と回答していない、又はQ8で「1」と回答した方)

**Q9-2 配偶者がいない、または単身世帯である理由は何ですか。いずれか1つだけ選んでください。**

1. 未婚                      2. 離婚                      3. 死別                      4. 配偶者はいるが単身赴任中

(以下、Q9-1で「5」と回答した方)

**Q10-1 あなたの世帯にいる子供（孫を除く）について、あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 未就学児                      2. 小・中学校生                      3. 高校生  
4. 高専・短大・専門学校生                      5. 大学・大学院生                      6. 就業している  
7. その他

**Q10-2 あなたの世帯にいる子供（孫を除く）の年齢は何歳ですか。**

子供1人目 歳    2人目 歳・・・(10人目まで回答可)

**Q10-3 あなたの周りに、子育てを気軽にお願いできる人がいますか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 家族                      2. 親族                      3. 友人                      4. 近所の人  
5. 子育てボランティア（育児ママなど）                      6. ベビーシッター                      7. いない

**Q10-4 子育てについて、どのように感じていますか。**

1. 楽しい  
2. どちらかという楽しい  
3. どちらともいえない  
4. どちらかという楽しくない  
5. 楽しくない

(Q10-1で「1」と回答した方)

**Q10-5 あなた若しくは、あなたの配偶者の方で、育休を取得した方はいますか。**

1. 自分が取得した  
2. 配偶者が取得した  
3. 自分及び配偶者が同じタイミングで取得した  
4. 自分及び配偶者が違うタイミングで取得した  
5. いない

(以下、全員)

**Q11 介護に関するご家族の状況について、あてはまるものをすべて選んでください。別居している家族も含めてお答えください。**

※「1」を選択した場合は、「2」～「7」は選択不可。

1. 介護を必要としている家族はいない    2. 施設に入所している  
3. 施設に入所しようとしているが、入れていない  
4. 在宅や通所でサービスを利用している  
5. 在宅で家族や親族が介護をしている（自分が中心となって介護している）  
6. 在宅で家族や親族が介護をしている（他の家族が中心となって介護し、自分も手伝っ

ている)

7. 在宅で家族や親族が介護をしている（自分は介護していない）

**Q12-1 あなたまたはあなたの配偶者のいずれかのうち、子育て・介護のために就業形態等を変えた方はいますか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 子育てのため自身が離職した
2. 子育てのため自身が転職した
3. 子育てのため自身が勤務形態を変えた（時短勤務等）
4. 子育てのため配偶者が離職した
5. 子育てのため配偶者が転職した
6. 子育てのため配偶者が勤務形態を変えた（時短勤務等）
7. 介護のため自身が離職した
8. 介護のため自身が転職した
9. 介護のため自身が勤務形態を変えた（時短勤務等）
10. 介護のため配偶者が離職した
11. 介護のため配偶者が転職した
12. 介護のため配偶者が勤務形態を変えた（時短勤務等）
13. いない

（前問で「1」、「2」、「7」、「8」と回答した方 ※複数回答の場合、個別入力）

**Q12-2 子育て・介護のためにあなたが離職・転職したのは、（何度か経験した場合は最も直近では）どれくらい前の出来事ですか。あてはまるものを1つ選んでください。**

1. 過去1年以内
2. 過去3年以内（1年以上～3年以内）
3. 過去5年以内（3年以上～5年以内）
4. 過去10年以内（5年以上～10年以内）
5. 10年以上前

**Q13-1 あなたの就業状況について、いずれか1つだけ選んでください。**

1. 正規雇用（労働契約の期間の定めがなく、労働時間がフルタイムのもの）
2. 非正規雇用（正規雇用以外のパート、アルバイト、契約・派遣社員、退職後再任用職員、その他有期労働者など）
3. 会社などの役員
4. 自営業（手伝いを含む）
5. 内職・在宅ワーク
6. 学生であり、アルバイトをしている
7. 学生であり、アルバイトはしていない
8. 学生ではなく、就業していない（求職中）
9. 学生ではなく、就業していない（求職していない）

(Q9-1で「3」、又はQ9-2で「4」と回答した方)

**Q13-2 あなたの配偶者の就業状況について、いずれか1つだけ選んでください。**

1. 正規雇用（労働契約の期間の定めがなく、労働時間がフルタイムのもの）
2. 非正規雇用（正規雇用以外のパート、アルバイト、契約・派遣社員、退職後再任用職員、  
その他有期労働者など）
3. 会社などの役員
4. 自営業（手伝いを含む）
5. 内職・在宅ワーク
6. 学生であり、アルバイトをしている
7. 学生であり、アルバイトはしていない
8. 学生ではなく、就業していない（求職中）
9. 学生ではなく、就業していない（求職していない）

(Q13-1で「2」又は「5」と回答した方)

**Q13-3 どうして今の就業形態についているのかお答えください。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 自分の都合のいい時間に働きたいから
2. 家事・育児・介護等と両立したいから
3. 家計の補助・学費等を得たいから
4. 通勤時間が短いから
5. 専門的な技能等を活かせるから
6. 正規の職員・従業員の仕事がないから
7. その他

(以下、Q13-1で「1」～「5」と回答した方)

**Q13-4 あなたは、日々の仕事にやりがいを感じますか。いずれか1つだけ選んでください。**

1. 感じる      2. まあ感じる      3. あまり感じない      4. 感じない

**Q13-5 あなたの現在の働き方として該当するものすべてに回答してください。**

※「1」～「4」は、いずれか1つのみを回答可とする。

1. テレワーク（ほぼ100%）
2. テレワーク中心（50%以上）で、定期的に出勤を併用
3. 出勤中心（50%以上）で、定期的なテレワークを併用
4. 基本的に出勤だが、不定期にテレワークを利用
5. 時差出勤（出退勤時間を調整可能）
6. フレックスタイムによる勤務
7. 裁量労働制による勤務
8. その他（具体的に）
9. いずれも実施していない

**Q13-6 勤務先の企業規模（従業員数）について、最もあてはまるものをお答えください。**

- |              |             |            |
|--------------|-------------|------------|
| 1. 1人（個人事業主） | 2. 2～29人    | 3. 30～299人 |
| 4. 300～999人  | 5. 1,000人以上 |            |

**Q13-7 あなたの仕事の業種についてお答えください。**

- |               |           |              |
|---------------|-----------|--------------|
| 1. 農林業        | 2. 漁業     | 3. 建設業       |
| 4. 製造業        | 5. 卸売業    | 6. 小売業       |
| 7. 金融・保険・不動産業 | 8. 運輸・通信業 | 9. 電気・ガス・水道業 |
| 10. サービス業     | 11. 公務員   | 12. 教育、学習支援業 |
| 13. 医療、福祉     | 14. 保育関係  | 15. その他      |

**Q14 あなたは副業を持っていますか。**

1. 副業を持っている
2. 副業を持ちたいが、持っていない
3. 副業を持ちたいとは思わない

(以下、Q13-1で「1」～「5」と回答した方で、50歳以上の人にお聞きします)

**Q15 現在、収入のある仕事をしている理由について、あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 生活費を得たいから
2. 老後や非常時に備えて余剰資金を得たいから
3. 自由に使えるお金が欲しいから
4. 仕事そのものが面白いから、自分の知識・能力を生かせるから
5. 仕事を通じて友人や仲間を得ることができるから
6. 働くのは体によいから、老化を防ぐから
7. その他 ( )

(以下、全員)

**Q16 リカレント教育（社会人の学び直し）について、あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 通学している（大学・大学院、専門学校、公共職業訓練所など）
2. 通信講座を受講している（通信制大学を含む）
3. 書籍での学習をしている
4. 講演会・セミナーの講習を受けている（職場の勉強会等を含む）
5. リカレント教育によって資格を取得した
6. リカレント教育が仕事・就労に役に立った
7. リカレント教育を受けたいと思っているが、行動できていない
8. リカレント教育に興味・関心がない
9. その他

**Q17 あなたは、何歳ごろまで収入を伴う仕事をしたいですか。または、仕事をしたかったですか。いずれか1つだけ選んでください。**

1. 60歳より早く仕事をやめたい
2. 60歳くらいまで
3. 65歳くらいまで
4. 70歳くらいまで
5. 75歳くらいまで
6. 80歳くらいまで
7. 働けるうちはいつまでも
8. 仕事をしたいとは思わない

**Q18 現在、あなたご自身の健康状態をどのように感じていますか。いずれか1つだけ選んでください。**

1. よい
2. まあよい
3. ふつう
4. あまりよくない
5. よくない

**Q19 あなたが日ごろ、健康のために行っていることを選んでください。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. バランスのとれた食事をしている
2. 適度に運動（スポーツを含む）をするか身体を動かしている
3. 睡眠を十分にとっている
4. たばこを吸わない
5. お酒を飲み過ぎないようにしている
6. ストレスをためないようにしている
7. 健康診断を定期的に受診している
8. 特に何もしていない
9. その他

**Q20 趣味や生きがいがありますか。**

1. ある
2. ない

（以下、全員）

**Q21 あなたは友人等と平均してどのくらいの頻度で交流（実際に会ったり、連絡を取り合ったりすること）をしていますか。**

1. ほぼ毎日
2. 週に3、4回
3. 週に1回
4. 月に2、3回
5. 月に1回
6. 年に数回
7. 年に1回
8. 該当者がいない

**Q22 あなたが困ったとき、頼りになる人は、同居の家族や同居の親族を除いて合計何人いますか。いずれか1つだけ選んでください。**

1. 0人
2. 1人
3. 2人
4. 3人
5. 4人
6. 5人
7. 6人～9人
8. 10～19人
9. 20～29人
10. 30人以上（ ）人

**Q23-1 あなたは以下のうちどのようなボランティア活動、地域コミュニティ活動を行っていますか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 自治会・町内会
2. お祭り
3. 清掃活動
4. 高齢者福祉
5. 子育て支援
6. PTA
7. 災害・復興支援
8. 音楽・ダンス・スポーツ活動
9. 障害者支援
10. 自主的な寄付、募金（食堂の寄付メニューやフェアトレード品の購入も含む）
11. その他
12. ボランティア活動、地域コミュニティ活動は行っていない

（前問で「1」～「11」と回答した方）

**Q23-2 あなたのこの1年間のボランティア活動（PTA活動等を含む）、自治会・町内会などの地域コミュニティの活動（趣味やスポーツを含む）などへの参加頻度はどのくらいですか。**

1. ほぼ毎日
2. 週に3、4回
3. 週に1回
4. 月に2、3回
5. 月に1回
6. 年に数回
7. 年に1回

**Q24-1 あなたはこの1年間にSNS（Facebook、X（旧Twitter）、LINEなど）をどの程度の頻度で利用していますか。**

- |         |           |         |            |
|---------|-----------|---------|------------|
| 1. ほぼ毎日 | 2. 週に3、4回 | 3. 週に1回 | 4. 月に2、3回  |
| 5. 月に1回 | 6. 年に数回   | 7. 年に1回 | 8. 利用していない |

（前問で「1」～「7」と回答した方）

**Q24-2 あなたはSNS（Facebook、X（旧Twitter）、LINEなど）上で交流のある友人がどの程度いますか。**

- |           |           |             |                 |           |
|-----------|-----------|-------------|-----------------|-----------|
| 1. いない    | 2. 1～9人   | 3. 10～19人   | 4. 20～29人       | 5. 30～39人 |
| 6. 40～49人 | 7. 50～99人 | 8. 100～300人 | 9. 301人以上（   人） |           |

（以下、全員）

**Q25-1 あなたは、仕事や学校、日常生活の中で生成AIや対話型AI（例：生成AI（ChatGPT、Gemini等）、対話型ロボット、音声アシスタント（AppleのSiri、AmazonのAlexa等）、チャットボット）をどの程度利活用していますか。**

- |                                                     |                        |
|-----------------------------------------------------|------------------------|
| 1. ほぼ毎日（1日に5時間以上）                                   | 2. ほぼ毎日（1日に2～3時間程度）    |
| 3. ほぼ毎日（1日に1時間未満）                                   | 4. 週に3、4回      5. 週に1回 |
| 6. 月に2、3回      7. 月に1回      8. 年に数回      9. 全く利用しない |                        |

（Q25-1で「9」以外と回答した方）

**Q25-2 あなたは生成AIや対話型AIをどのような場面で利活用していますか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 仕事や事務作業の効率化
2. 自身や家族の学習・教育
3. 家事の効率化、生活の利便性向上
4. 話し相手の代わり（心配事の相談や雑談をするなど）
5. 家族や友人等とのコミュニケーションのサポート（家族や友人等へのメッセージの作成、コミュニケーションの取り方の相談等）
6. 趣味、旅行計画の作成
7. 健康管理
8. その他（自由記述）

**Q25-3 あなたは生成AIや対話型AIを便利だと思いますか。あてはまるものを1つだけ選んでください。**

- |              |             |              |
|--------------|-------------|--------------|
| 1. 非常にそう思う   | 2. まあそう思う   | 3. どちらともいえない |
| 4. あまりそう思わない | 5. 全くそう思わない |              |

**Q25-4 あなたは生成AIや対話型AIを信頼していますか。あてはまるものを1つだけ選んでください。**

- |               |              |              |
|---------------|--------------|--------------|
| 1. 非常に信頼している  | 2. まあ信頼している  | 3. どちらともいえない |
| 4. あまり信頼していない | 5. 全く信頼していない |              |

(以下、全員)

**Q26-1 あなたは「1日のすべての食事を一人で食べる日」は、1週間のうち何日くらいありますか。**

**※自宅・外食・社員食堂など、食べた場所にかかわらず、1日のすべての食事を一人で食べた日をカウントしてください。**

1. ほとんど毎日
2. 週4～5日ある
3. 週2～3日ある
4. 週1日程度ある
5. ほとんどない

(前問で「5」以外と回答した方)

**Q26-2 1日のすべての食事を一人で食べる理由について、あてはまるものをすべて選んでください。**

1. 家族や友人などと食事の時間や場所が合わないため
2. 自分のペースで気楽に食事をしたいため
3. 一人暮らしをしていて、自然と一人で食えることが多いため
4. 普段から誰かと一緒に食べる習慣が無いため
5. 本当は誰かと食べたいが、一緒に食べる相手がいないため
6. 食事中に仕事や作業をすることが多いため
7. 持病やアレルギー、感染症予防など、健康上の理由のため
8. その他（自由記述）
9. わからない

(以下、全員)

**Q27 あなたが「食事が楽しい」と特に強く意識するのはどんな時ですか。あてはまるものをすべて選んでください。**

1. メニューに多様性があるとき
2. 地域ならではの食材や特産品を味わえるとき
3. 旬の食材を味わえたり、季節感を感じられたりするとき
4. 彩りや盛り付けが美しく、見た目でも楽しめる時
5. 好きな料理を食べるとき
6. 食材が新鮮で安心して食べられるとき
7. 空腹をしっかり満たせるとき
8. 外食やテイクアウトを利用できるとき
9. 家族や友人と一緒に食べるとき
10. 家族や知人などが準備してくれた料理を味わえたり、自分で作った料理を喜んでもらえたりするとき
11. 食卓の雰囲気明るいとき
12. その他（自由記述）

**Q28 あなたは、ふだんの食事時間が楽しいですか。いずれか1つだけ選んでください。**

1. 楽しい
2. どちらかといえば楽しい
3. どちらともいえない
4. どちらかといえば楽しくない
5. 楽しくない

**Q29 あなたは直近に行われた国・地方選挙において、投票しましたか。投票には期日前投票および不在者投票を含みます。**

1. 投票した
2. 投票していない



**Q36 あなたご自身の仕事による年間収入（税・社会保険料込）はおよそどのくらいですか。**

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 100万円未満            | 2. 100万円以上300万円未満     |
| 3. 300万円以上500万円未満     | 4. 500万円以上700万円未満     |
| 5. 700万円以上1,000万円未満   | 6. 1,000万円以上2,000万円未満 |
| 7. 2,000万円以上3,000万円未満 | 8. 3,000万円以上5,000万円未満 |
| 9. 5,000万円以上1億円未満     | 10. 1億円以上             |
| 11. 答えたくない            |                       |

**Q37 あなたの世帯全体の金融資産（預貯金や有価証券等）は、およそどのくらいですか（純資産（資産の額から借金の額を引いたもの）ではなく、借金を引く前の額をお答えください）。**

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 100万円未満            | 2. 100万円以上300万円未満     |
| 3. 300万円以上500万円未満     | 4. 500万円以上700万円未満     |
| 5. 700万円以上1,000万円未満   | 6. 1,000万円以上2,000万円未満 |
| 7. 2,000万円以上5,000万円未満 | 8. 5,000万円以上1億円未満     |
| 9. 1億円以上3億円未満         | 10. 3億円以上             |

（以下、Q13-1で「8」又は「9」以外と回答した方）

**Q38 あなたの平日（主に就業や学業に従事する日）の平均的な時間配分を教えてください（ここ数カ月の平均）。**

**※習い事、食事、入浴等の下記以外の項目は積算しないでください。**

|                              |                                |
|------------------------------|--------------------------------|
| 睡眠時間                         | <input type="text"/> 時間（プルダウン） |
| 学業をする時間                      | <input type="text"/> 時間（プルダウン） |
| 通勤・通学時間                      | <input type="text"/> 時間（プルダウン） |
| 仕事をする時間                      | <input type="text"/> 時間（プルダウン） |
| 育児時間                         | <input type="text"/> 時間（プルダウン） |
| 介護・看護時間                      | <input type="text"/> 時間（プルダウン） |
| 自由に使える時間                     | <input type="text"/> 時間（プルダウン） |
| 家事時間（食材や生活必需品購入にあてた買い物時間を含む） | <input type="text"/> 時間（プルダウン） |

（以下、全員）

**Q39 あなたご自身がこの1年間で経験したことをすべて選択してください。**

**※「1」～「11」を選択した場合は、「12」は選択不可。**

- |                      |                |             |
|----------------------|----------------|-------------|
| 1. 結婚した              | 2. 離婚した        | 3. 子供が生まれた  |
| 4. 家族との死別            | 5. 失業・廃業       |             |
| 6. 住宅取得              | 7. 引越した        | 8. 大きな病気・けが |
| 9. ハラスメントやいじめ、虐待等の被害 | 10. 自然災害による被害  |             |
| 11. その他              | 12. あてはまるものはない |             |

**Q40 あなたの最近の生活について、以下は、どの程度あてはまると考えますか。**

**【設問】**

- 40-(1) 自分は孤独であると感じる。
- 40-(2) 一緒に楽しめる仲間がいらないと感じる。
- 40-(3) 気分が沈み、何が起ころうとも気が晴れないと感じる。
- 40-(4) 神経過敏を感じる。
- 40-(5) 絶望的だと感じる。
- 40-(6) そわそわ落ち着かなく感じる。
- 40-(7) 何をするのも骨折りだと感じる。
- 40-(8) 自分は価値のない人間だと感じる。

**※共通選択肢： 1. いつも**

**2. たいてい**

**3. ときどき**

**4. 少しだけ**

**5. 全くない**

**Q41 お住まいの都道府県・市区町村名を記入して下さい。また、郵便番号も記入してください。**