

暮らしの

調べが

聴こえる

今を生きるひとの思いを量り、想いを巡らす令和の都市生活者コラム

season 2

第三回 「ひとづきあい」の現在



High-Life

公益財団法人ハイライフ研究所
令和3年7月
主任研究員 福與 宜治

都市生活者意識調査などのデータを「個人の暮らし」に役立てるためのコラムです。

ハイライフ研究所の都市生活者意識調査結果を興味の入口として、データや事象を「個人の暮らし」に役立てる試みのコラムです。仕事のこととはしばらく忘れ「自分の人生や世間との間柄をちよつとよくする」視点で数字に表れる人の意識と向かい合ってみてください。

「思いあたる節がある」とか「同じように考えているひとは意外と少ない」とか「自分と同じように考えている人は多いが果たしてそれでいいのかな」とか、何か気づくことがあればうれしく思います。

『都市生活者』。人が多く集まる場所に住み、そこには楽しい交流もあれば面倒くさい摩擦も、無関心もある。情報や商品が集まり、活発に交換が行われる。お金が溢れている人、貧困に苦しむ人が交差点です。マーケティングで描かれる都市生活はいつも美しい。でも日々の現実はずっと切実であったり、退屈であったりもする。

『生活』とは「よく生きること」。私たちは賢者と愚者の間をいつたりきたりしながら生きる営みを続ける。そしてよく生きるためのヒントはいつも「他者」の声の中にある。そのひとつが数字から聴こえてくる「暮らしの調べ」。

お読みいただき、少しでも個人の暮らしのお役に立てれば幸いです。

いまを生きるひとの呼吸と「自分」

都市に生きるひとの鼓動と「自分」

生活実感
生き方

暮らしの
現状

健康

家庭

衣

情報

余暇

新型コロナ
ウィルス

食

収入・支出
資産

老後

社会

住

仕事

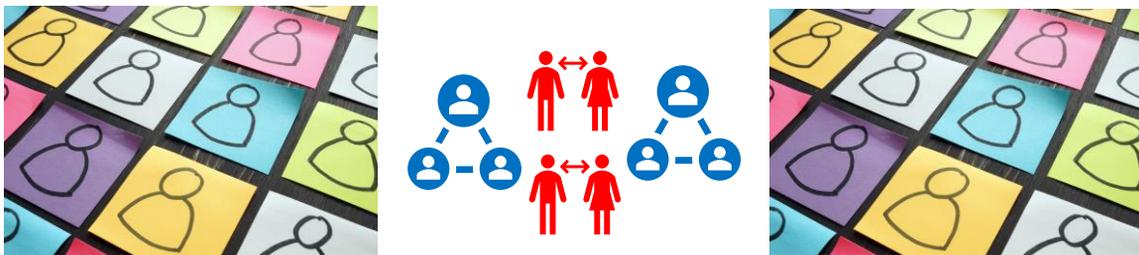
ひとつの
かかわり



◇主に使用するデータ、ハイライフ研究所「都市生活者意識調査2020」の調査要領
 ○調査対象…東京30km圏在住の満18歳〜79歳一般男女○標本数(有効回答数)…1465サンプル
 ○調査方法…インターネット調査 ○調査時期…2020年10月21日〜11月10日
 ○調査項目…右の四角に囲まれた生活分野の現在と意識 ○標本抽出(株)インテージ マイティモニター

「ひとつきあい」の現在。

今回は「都市生活者意識調査」を基に、
「ひとつきあい」の現在を探る。
人付き合いに感じる最近の変化。
親しく付き合う友人・知人の存在。
仕事を離れた「個人」が出会う活動の場。
家族以外のよりどころ。
そこから聴こえる心の声に耳傾けたい。



調査対象の年齢階層別誕生年と、世代の特徴

2020年の年齢階層	誕生年	中央年齢者誕生年	中央年齢者の年齢と西暦年							
			15歳	25歳	35歳	45歳	55歳	65歳	75歳	
18-29歳	1991年-2002年	1995年	2010年	2020年						
30代	1981年-1990年	1985年	2000年	2010年	2020年					
40代	1971年-1980年	1975年	1990年	2000年	2010年	2020年				
50代	1961年-1970年	1965年	1980年	1990年	2000年	2010年	2020年			
60代	1951年-1960年	1955年	1970年	1980年	1990年	2000年	2010年	2020年		
70代	1941年-1950年	1945年	1960年	1970年	1980年	1990年	2000年	2010年	2020年	

2020年の年齢階層	誕生年	各年代の特徴（時代背景）
18-29歳	1991年-2002年	インターネットが当たり前の環境で育ったZ世代（1990年代中盤以降生まれ）を含む。
30代	1981年-1990年	物心ついた頃からデフレ経済。ゆとり教育世代。リーマンショックと前後した就職期を経験。
40代	1971年-1980年	団塊ジュニア（1971～1974）を含む。バブル崩壊後の就職氷河期を経験したロスジェネ世代。
50代	1961年-1970年	男女雇用機会均等法（1986年）施行で女性の社会進出が進む。バブル消費を自ら享受した最後世代。
60代	1951年-1960年	高度経済成長期に子供時代を過ごし消費の多様化を体現した世代。ユーマン、サザン世代。
70代	1941年-1950年	団塊世代（1947～1949・広義1951まで）と1960年代の高度経済成長を支えた戦中戦後生まれ世代。

自分には人との付き合いがないと感じることはありますか。
これは国際的にも広く使われているという「UCLAの孤独感尺度」という指標を構成する質問項目のひとつだ（日本語版第三版）。高齢化、単身単独世帯の増加、頻発する自然災害、2020年コロナ禍の中での自殺者の増加などを受け、2021年内閣官房に「孤独・孤立対策担当室」が設置された。孤立・孤独実態把握のための調査実施が決定され、その内容が現在の検討されている。冒頭の孤独感尺度もその参考のひとつだ。

今回のテーマは「ひとつきあい」の現在。孤独・孤立の問題にまで踏み込むことはできないが、延長上にその問題も見据えながらお届けしたい。

「ひとつきあい」という言葉の枠組み。私たちのひとつきあいには「言葉」がつきもの。言葉により共感が生まれ、言葉により誤解やトラブル、孤独が生まれる。人の言葉が時に命を救い、命を奪う。ひとつきあいの楽しさも面倒臭さも言葉に原因がある。

「ひとつきあい」という言葉の受け止め方にもふり幅がありそう。 「義理や社交上の必要からの交流」という意味・ニュアンスもある。ここでの話題の枠組みはむしろ親密な関係だ。「ひと」がつくのは主に家族以外の「他人（知人・友人など）」との交わり」と理解いただきたい。

年代、世代、時代。その影響も俯瞰するために「調査対象の年齢階層別誕生年と世代の特徴」を上に掲げた（第二回掲載）。

「ひとつきあい」を巡る気持ちの動き。

二〇一九年と二〇二〇年。新型コロナウイルス感染症流行によりたった一年で生活は大きく変化した。ひとつきあいへの意識ははどう動いたのだろうか。兩年の同一質問を比較する中で心の動きを探る。

友人・知人との連絡はほとんどメールやLINEで済ませている

30.2%

前年比
+8.3%

男 20.8%
+ 5.7%

女 39.5%
+10.7%

ひとつきあいは面倒くさいと思う

33.0%

前年比
+6.2%

男 28.5%
+ 6.4%

女 37.5%
+ 6.0%

近所づきあいが減っている

22.5%

前年比
+7.9%

男 21.8%
+ 7.9%

女 23.1%
+ 7.8%

つきあう友人の数が減っている

34.9%

前年比
+5.9%

男 30.7%
+ 3.8%

女 39.1%
+ 7.9%

ネットやSNS上のひとつきあいは面倒だと思う

25.3%

前年比
+7.4%

男 24.4%
+10.5%

女 26.1%
+ 4.1%

人数が少なくても深いつきあいをしたい

39.1%

前年比
+5.0%

男 33.0%
+ 5.9%

女 45.3%
+ 4.2%

■図の見方

- ①上の文
ひとつきあいに対する意識・態度に関する質問の選択肢(全29)
- ②黒数字
調査時点2020年10・11月の「あてはまる」という回答率。左は全体 n1465 右は男n734 女n731
- ③赤数字
前年比→ 2020年-2019年
- ④並び順
全体値の前年比数値が高いものから左上→下 右上→下に配列
「人数が少なくても深いつきあいをしたい」は兩年共、最高率。

ひとつきあいに影響を及ぼす近年の暮らしの変化。その延長上で、意識は緩やかに動いている。

コロナ禍が「ひとつきあい」に及ぼした影響は大きい。不要不急の外出、移動、会食の自粛、マスク着用により隠れる表情。社会的距離(ソーシャルディスタンス)の確保は、親しい友人が会話する際の個人距離(パーソナルディスタンス)にも配慮が求められることとなる。会社などで「つきあわなければならぬ」という関係(無意味に長い会議・飲み会など)の回避という良き効果もある反面、好みでつくる人間関係には「会えない」時間がかもどかしい。SNSにも光と影がある。

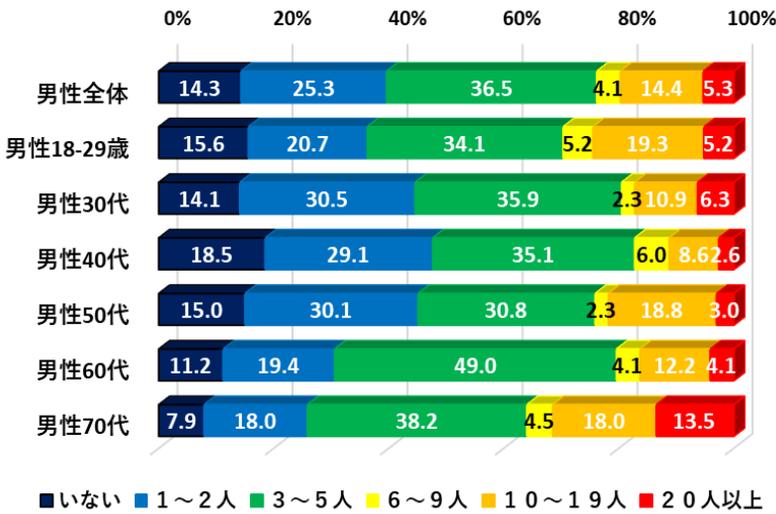
上記の調査結果をみて感じたのは思ったよりも際立った変化がないことだ。だが、それには理由があると気付く。前年比で上昇した項目はどれも近年の暮らしの変化の延長上にあるものばかりだ。「連絡はメールやLINEで済ませている」は何でも一台で済ませる「済まホ」効果のひとつだ。法律の整備が急がれるネット上の誹謗中傷や同調圧力は「ネットやSNS上のひとつきあいは面倒」と感じる人を増やす。「近所づきあいが減っている」のは都市生活において顕著であろう。「ひとつきあいは面倒」の増加。人間関係のストレスは減らしたい。「つきあうひとを増やすより無駄にストレスを増やさない友人関係の捉えなおし」。そのひとつの動きが「人数が少なくても深いつきあいをしたい」という気持ちだ。そこで留意しなければいけないのは「深いつきあい」の本身だ。「互いを認め合っても話し合えるつきあい」であろうか。それとも「摩擦を避け、自分の全ては開かないがゆるやかに共感しあえる気の合うつきあい」であろうか。

あなたには親しい友人・知人が何人いますか？

友人は多ければよいというわけではなさそう。自らの人間関係の棚卸しをするには、これからの人生を考える上でも役に立つ。果たして何人いるのか。いざこの問いに真剣に答えようとすると思いのほか厄介だ。友人と知人のちがいは何か。親しい知人とはどこまでを指すのか。そこに正解はない。それぞれの人間観が決めることだ。

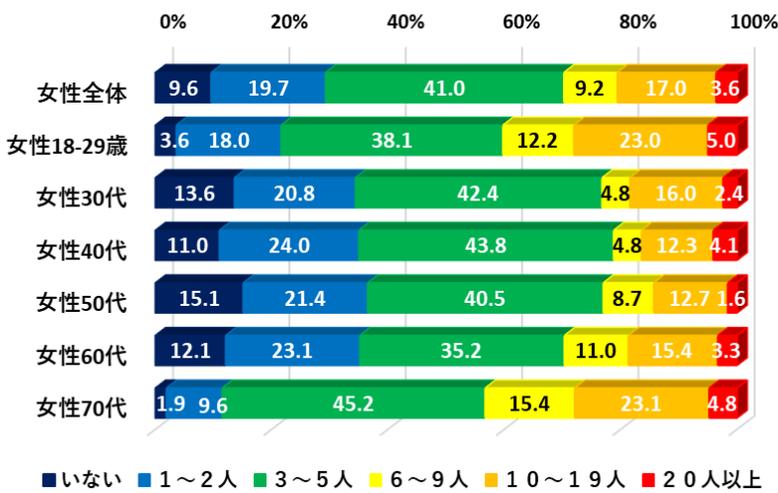
親しい友人・知人の数 (男性/同性)

ハイライフ研究所 都市生活者意識調査2020 n=731



親しい友人・知人の数 (女性/同性)

ハイライフ研究所 都市生活者意識調査2020 n=731



男女とも中年期に人数の凹みが目立つ。親、兄弟、仕事の同僚のように血縁や所属といった客観的な判断基準がなく、多分に感情的なものにより識別されるのが友人・知人という関係だ。心を許せる度合い、信頼感などの尺度が友人・知人とその他を分かちのたろうか。そこに、「親しい」という尺度が加わるとさらに判断は厄介なものとなる。周囲から仲の良い同志に見えても心の中はわからない。それだけ不安定な揺らぎの中に友人・知人というジャンルはあるのだ。

「親しい友人・知人の数」の調査結果をみる。最も気になるのは、「いない」(男性約14%・女性約10%)という回答だ。皆が孤立しているわけではあるまい。たとえ多くの知り合いに囲まれて

いても「親しい人」に数え入れることを逡巡する心の在りようがあるとすれば、それは「孤独」ということになる。孤独の中でも「好まざる孤独」は深刻な問題へとつながる。男性四十代の「いない」(約19%)は際立っている。仕事中心となりがちな年代であることも一因だ。彼らは雇用流動化、所得格差の進展といった変化の中を若い頃から生きてきた世代でもある。一方で男女とも高齢になるほど友人・知人の人数が増える。女性七十代女性の約28%が「10人以上」この辺りの事情は後述する。

現代社会を映し出す友人という関係性。

社会学者の石田光規氏は一九八〇年から二〇一〇年代の友人関係を論じた著書「友人の社会史」の中で、家族、企業、地域など、人びとの拠り所となってきた中間集団の拘束が揺らいだ社会ではつきあわねばならない関係が縮小し自らの好みに応じて自由に人間関係を構築していくようになり友人の位置づけを上昇させるが、選択の権利は相手にも付与されるため「人びとは選ばれない不安、すなわち、孤立の不安と折り合いをつけつつ日常を送る」(同著P2)ことになる。曖昧な関係の典型である友人関係におけるその変化を検証している。

企業という中間集団の変化の只中で社会人生活を送ってきたことの影響が四〇代男性の「親しい友人・知人はいない」率の高さに反映されているのかもしれない。「選ばれない不安」が様々な形で蔓延しているのが現代だろう。承認欲求。その象徴「いいね」数を非表示にする機能をフェイスブック、インスタグラムは全ユーザーが選択できるようにした。挨拶だけの友人を「よっ友」と呼ぶ。これも裏返せば相手に予め距離を置き、選ばれない不安への防衛かもしれない。

ふだん付き合っている友人・グループの年代別傾向

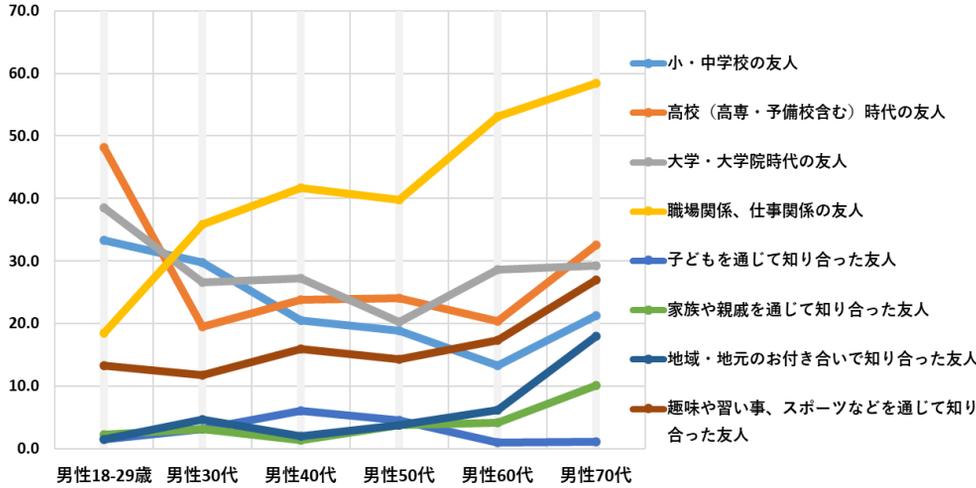
仕事場と学校関係のつきあい。高年齢期に浮上する「趣味」友。



つきあい領域から浮かび上がる年代別の傾向と裏にある質の変化を読む。

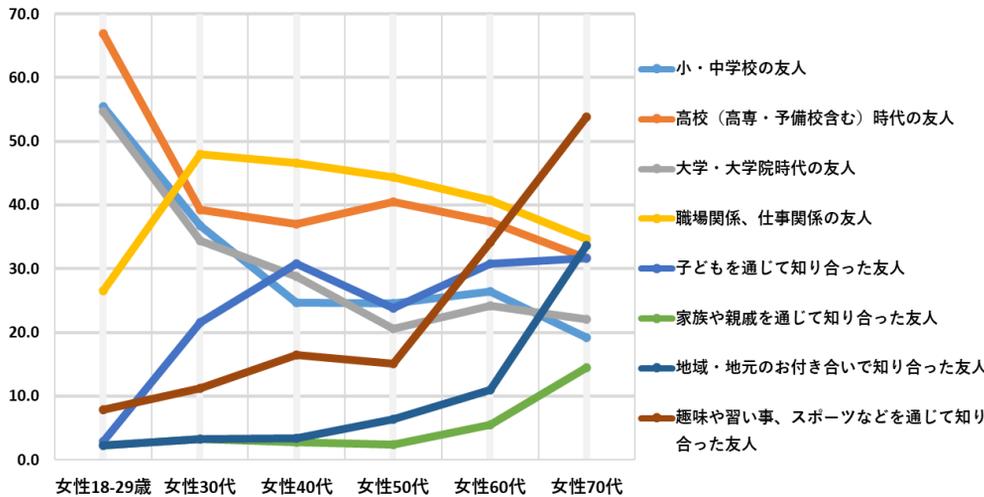
【男性】ふだん付き合っている友人・グループ（同性）

ハイライフ研究所 都市生活者意識調査2020 n=全体734



【女性】ふだん付き合っている友人・グループ（同性）

ハイライフ研究所 都市生活者意識調査2020 n=全体731



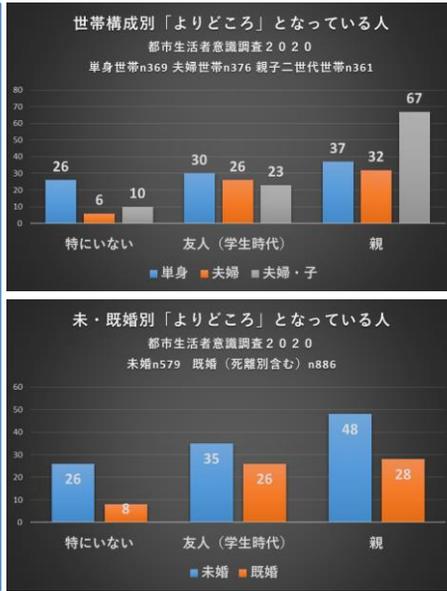
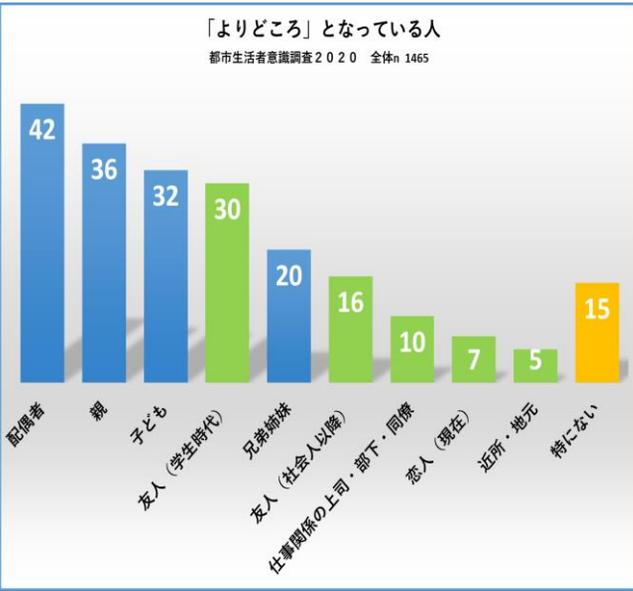
高年齢期でも高い男性の仕事場関係の交流。女性は六十代から趣味の交流が急拡大。男性は二十代を除き「職場・仕事関係」の付き合いをしている人の率が最も高く、しかも高年齢期でピークとなる。ちなみに七十代男性の調査対象者の約六割は無職・専業主夫である。

「大学時代」の交流は年代を追い低くなるが六十代でV字回復。「趣味」の交流と、「地域」の交流は七十代でその率を上げていく。

一方、女性の特徴は三十代で20%を超えた「子どもを通じた」ママ友の交流が中年層、高年齢期においても高率を示していること、「高校時代」の交流が三十代以降「職場・仕事関係」と二本柱を形成していること、そして六十代から「趣味・習い事・スポーツなど」を通じた交流が急拡大することだ。趣味仲間の多さが友人数の多さに反映されている。ちなみに六・七十代の調査対象者の八割近くはほぼ健康に日常を過ごしている。

職場の縁、趣味の縁、学校の縁。複数の心許せる居場所があることの安心。

高年齢男性の仕事場関係の交流率が高い。多くは過去の出会いだろう。晩年を迎え気の合った同士の付き合いは楽しい。一方で友との死別が増える時期で再会への切実な思いも読み取れる。かつて日本の会社は機能体であるとともに共同体の性格を備えていた。「ウチの会社」は収入、友人、時に家族形成の源だった。この点を思うと、若い世代が高年齢期を迎えた時の付き合い事情は変化しそうだ。職場の縁があれば、学校の縁もある。年齢を越えて付き合いが生まれる趣味や学びの仲間がある。人間関係で繋がる場所。それは時に失われる。ひとつだけだと倒れる。特に高年齢期には複数の支え、心許せる居場所を育むことが安心を支える。



友人・知人。
たよるところ、ささえとなるひと。
人はひとりでは生きられない。
しかし、拠りどころを見失う人もいる。

拠りどころとしての友人・知人。

あなたの拠りどころとなっている人は？
時に人は、人に囲まれた暮らしを疎ましく感じることもある。煩わしい人間関係は片づけたいと思うことがある。しかし人は一人では生きられない。「人数は少なくても深い付き合いをしたい」という気持ち、様々な縁を通じて居場所を求める行動が「ひとりじゃない暮らし」を支えている。一歩踏み込み「拠りどころ」と感じている相手を調査では問うている。おそらく「心の」という形容詞を置き、人は答える。配偶者や親など、家族を挙げる人が多いのは想像に難くない(左上図)。家族以外では「学生時代の友人」が多い。ここで気になるのが「家族」から外形的にはやや距離を置く「単身者」や「未婚者」の回答だ。それぞれ「家族同居」「既婚者」と比べると「特になし」が多く四人に一人が該当する(四十代男性もほぼ同率)。両者とも益々増えることが予想されている塊だ。拠りどころなど求めず自立した人生を歩むという人はそれで良い。拠りどころを欲しつつ見失っている人の存在に無関心ではいけない。

国立社会保障・人口問題研究所の統計にみる「生活と支え合い」

最後に、関連した公的データに目を向けよう。「日頃のちょっとした手助けで頼れる人がいない」と感じている人は家族世帯より単独(単身)世帯、単独世帯の中でも高齢男性の率が高い。会話頻度の低さも同様だ。孤立が懸念される層だ。「内容別頼れる相手」(対象全体)で友人・知人の存在が浮かび上がるのが「愚痴を聞いてくれること」「喜びや悲しみを分かち合うこと」だ。共感しあえること、そんな場面を積み重ねていくことが付き合いに深みを与え、支え合う関係へと導いていく。(第三回 了)

国立社会保障・人口問題研究所「2017年生活と支え合いに関する調査」より

日頃のちょっとした手助けで頼れる人	日頃のちょっとした手助けで頼れる人			会話頻度	会話頻度		
	いない	頼らない	いる		毎日	2・3日1回	それ以下
単独高齢男性世帯(n332)	30.1	15.4	54.5	単独高齢男性世帯(n364)	49.5	25.0	25.5
単独高齢女性世帯(n646)	9.1	11.1	79.7	単独高齢女性世帯(n717)	61.1	26.1	12.8
単独非高齢男性世帯(n649)	22.7	19.1	58.2	単独非高齢男性世帯(n672)	76.0	11.9	12.0
単独非高齢女性世帯(n467)	10.1	6.6	83.3	単独非高齢女性世帯(n481)	84.0	8.7	7.3
夫婦のみ・ともに高齢者世帯 (n2168)	7.0	7.7	85.3	夫婦のみ・ともに高齢者世帯 (n2339)	89.3	5.9	4.8
夫婦のみ・ともに非高齢者世帯 (n1550)	6.6	8.0	85.4	夫婦のみ・ともに非高齢者世帯 (n1590)	96.4	1.9	1.7

内容別頼れる人の有無	内容別頼れる人の有無			頼れる相手		
	いない	頼らない	いる	家族・親族	友人・知人	その他累計
日頃のちょっとしたことの手助け(n18317)	7.4	7.4	85.2	85.1	39.0	29.7
(子ども以外の) 介護や看病(n17493)	27.6	8.3	64.1	67.5	3.7	6.0
重要な事柄の相談(n18321)	7.2	4.4	88.5	87.3	32.1	11.9
愚痴を聞いてくれること(n18399)	6.3	5.6	88.1	79.2	56.9	27.0
喜びや悲しみを分かち合うこと(n18364)	5.3	3.1	91.6	87.3	52.2	20.2