

市民の生活等に関する調査
(ひきこもりに関する実態調査)
報 告 書

令和 8 年 8 月

札 幌 市

目 次

1 調査報告書

(1) 無作為抽出アンケート調査	1
① 調査の概要	2
ア) 調査目的	2
イ) 調査項目	2
ウ) 調査対象	2
エ) 調査時期	2
オ) 調査方法	2
カ) 回収結果	2
② 広義のひきこもり群の定義	3
ア) 広義のひきこもり群	3
イ) 一般群	4
ウ) 世帯内のひきこもり状態の方について	7
③ 調査の結果	8
(2) 当事者及び家族向けアンケート調査	51
① 調査の概要	52
ア) 調査目的	52
イ) 調査項目	52
ウ) 調査対象	52
エ) 調査時期	52
オ) 調査方法	52
カ) 回収結果	52
② ひきこもり状態(現在ひきこもり群・過去ひきこもり群)の定義	53
③ 調査の結果	54

(3) 関係機関向けアンケート調査	85
① 調査の概要	86
ア)調査目的	86
イ)調査項目	86
ウ)調査対象	86
エ)調査時期	86
オ)調査方法	86
カ)回収結果	86
② 調査の結果	87
(4) 8050 問題に関するアンケート調査	97
① 調査の概要	98
ア)調査目的	98
イ)調査項目	98
ウ)調査対象	98
エ)調査時期	98
オ)調査方法	98
カ)回収結果	98
② ひきこもり類型(いる(子:8050)群・いる(子以外)群・いない群)の定義	99
ア)いる(子:8050)群	99
イ)いる(子以外)群	99
ウ)いない群	100
③ 調査の結果	101

(2) 当事者及び家族向けアンケート調査

1-(2) 調査報告書 当事者及び家族向けアンケート調査

① 調査の概要

ア)調査目的

本調査は、ひきこもり状態にある本人及び家族の生活状況や、ひきこもりに関する相談機関の利用状況、相談した際に感じたこと等を把握し、ひきこもり当事者や家族が、より安心して相談できる環境を整備するための施策を検討する基礎資料の作成を目的として実施する。

イ)調査項目

- a. 基本属性について(Q1～Q7)
- b. 現在のひきこもり状態について(Q8)
- c. その方のひきこもり状態に関すること(Q9～13)
- d. ひきこもり状態の改善に関すること(Q14～15)
- e. 相談・支援に関すること(Q16～21)

ウ)調査対象

札幌市内のひきこもり支援を行っている団体(3団体)の利用者(ひきこもり当事者又はその家族)127人。

※家族が回答する場合は、一部、本人の立場で状況や考え等を記入

エ)調査時期

令和7年11月17日～12月19日

オ)調査方法

支援団体を通じた直接配布又は郵送配布・郵送回収又はWEB回答

【配布数内訳】

- 札幌市ひきこもり地域支援センター 30人
- 札幌若者サポートステーション 25人
- 特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク 72人

※ひきこもりに関する集団型支援拠点「よりどころ」業務受託

カ)回収結果

回収数(率) 79人(62.2%)

【郵送 55人(43.3%)、Web回答 24人(18.9%)】

② ひきこもり状態(現在ひきこもり群・過去ひきこもり群)の定義

本調査では、全回答者を以下の定義で2つに分類する。

「Q8 あなた(その方)は現在、ひきこもり状態にありますか。」について

① 「ある」を選択した者

・現在ひきこもり群

② 「ないが、過去にあった」を選択した者

・過去ひきこもり群

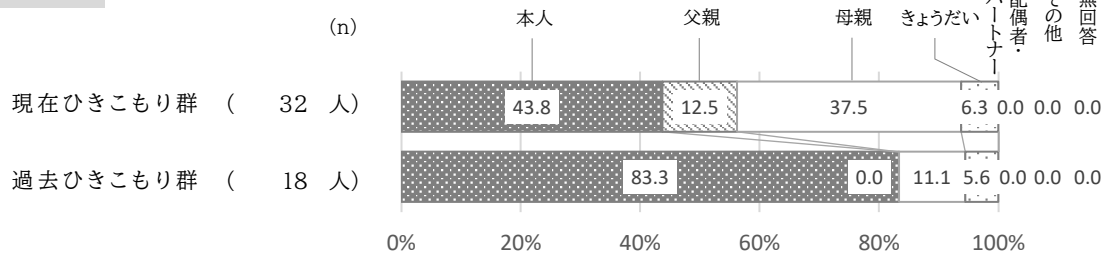
③ 調査の結果

※回答者全員がすべての質問に回答しているわけではないため、全体の数と内訳の合計が一致しない場合があります。

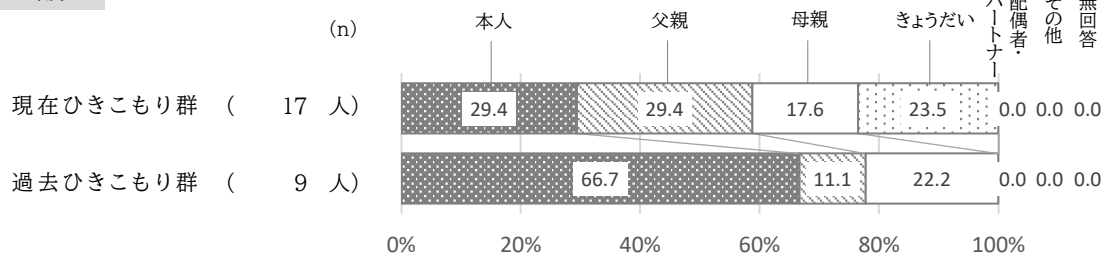
a. 基本属性について

Q1 アンケートを回答する方について、お尋ねします。ひきこもり状態の方(過去にひきこもり状態だった方を含む)本人から見て、どなたがお答えになっていますか。(○はひとつだけ)

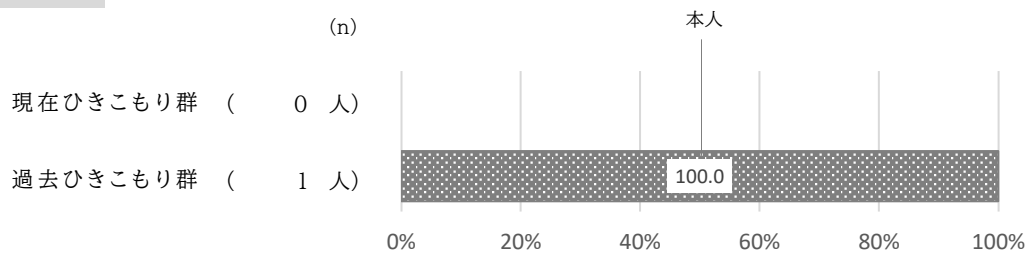
15歳～39歳



40歳～59歳

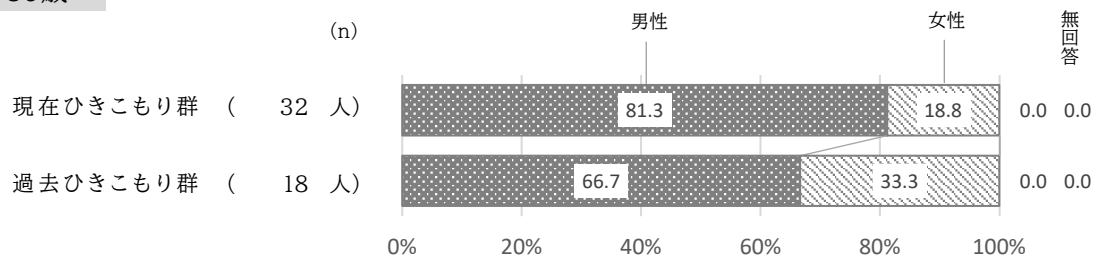


60歳～64歳

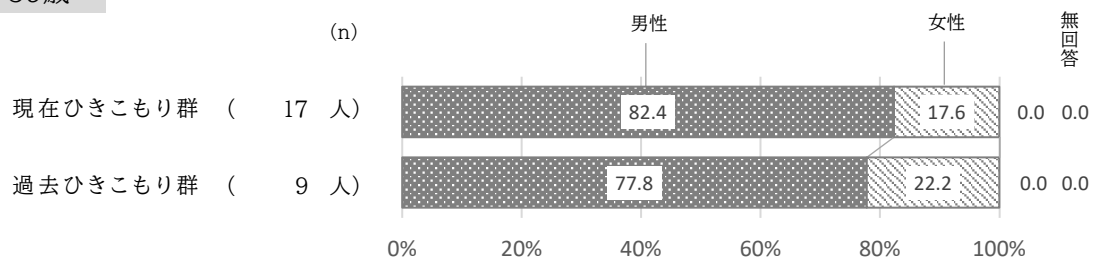


Q2 あなた(その方)の性別をお答えください。(○はひとつだけ)

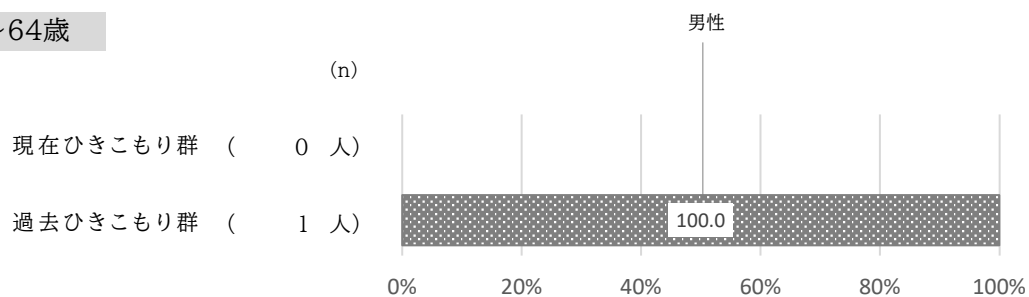
15歳～39歳



40歳～59歳

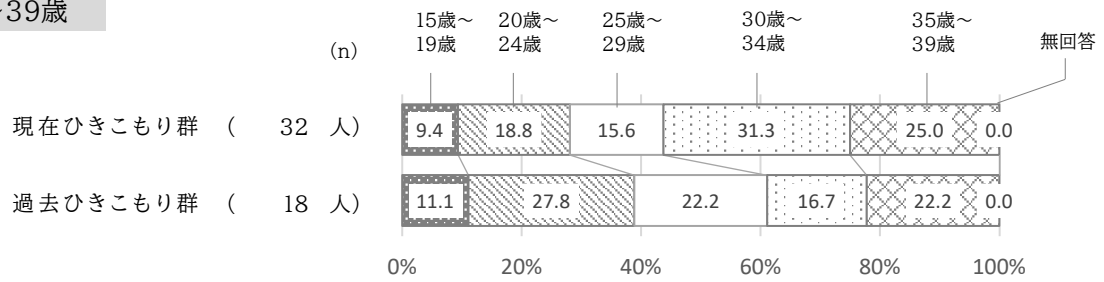


60歳～64歳

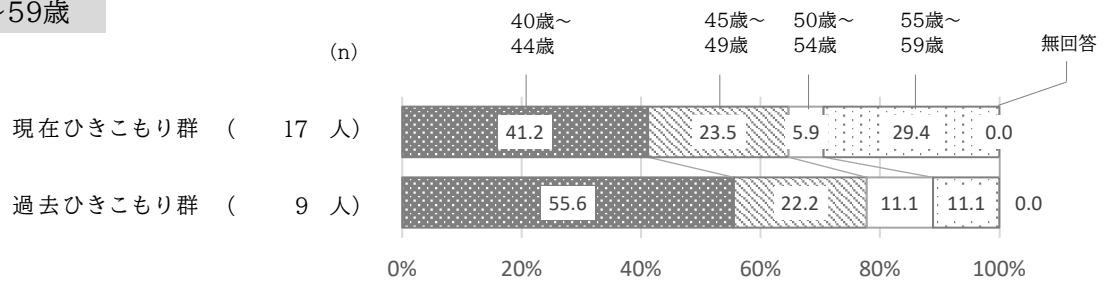


Q3 あなた(その方)の年齢(令和7年9月24日現在)をお答えください。(○はひとつだけ)

15歳～39歳



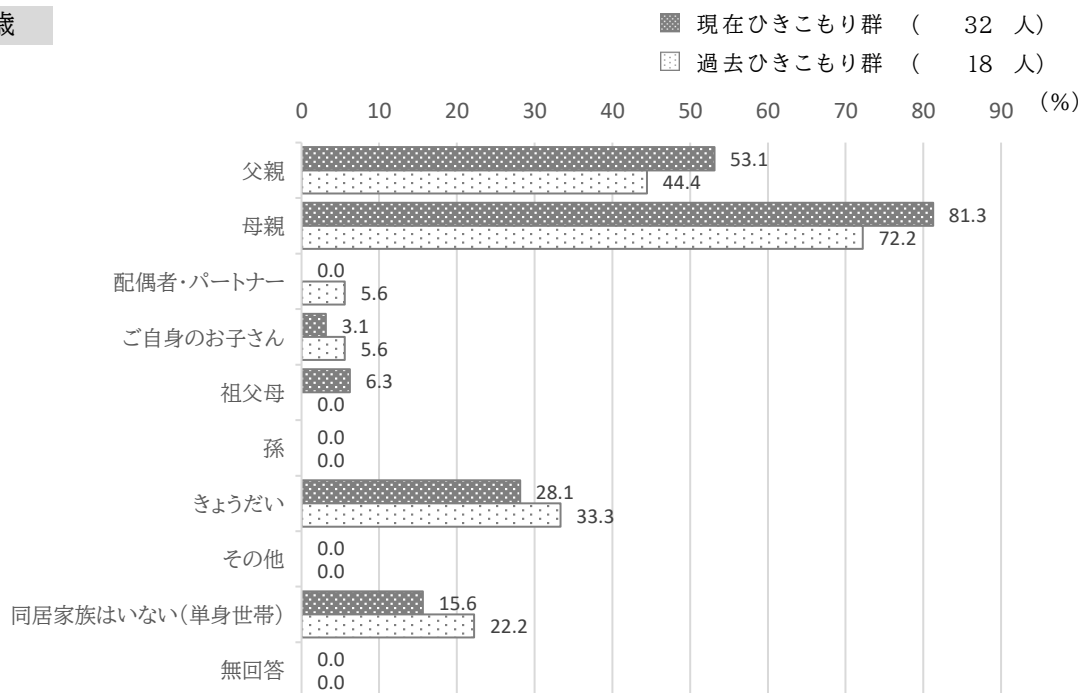
40歳～59歳



※60歳～64歳は、回答選択肢が「60歳～64歳」の1つとなるため省略

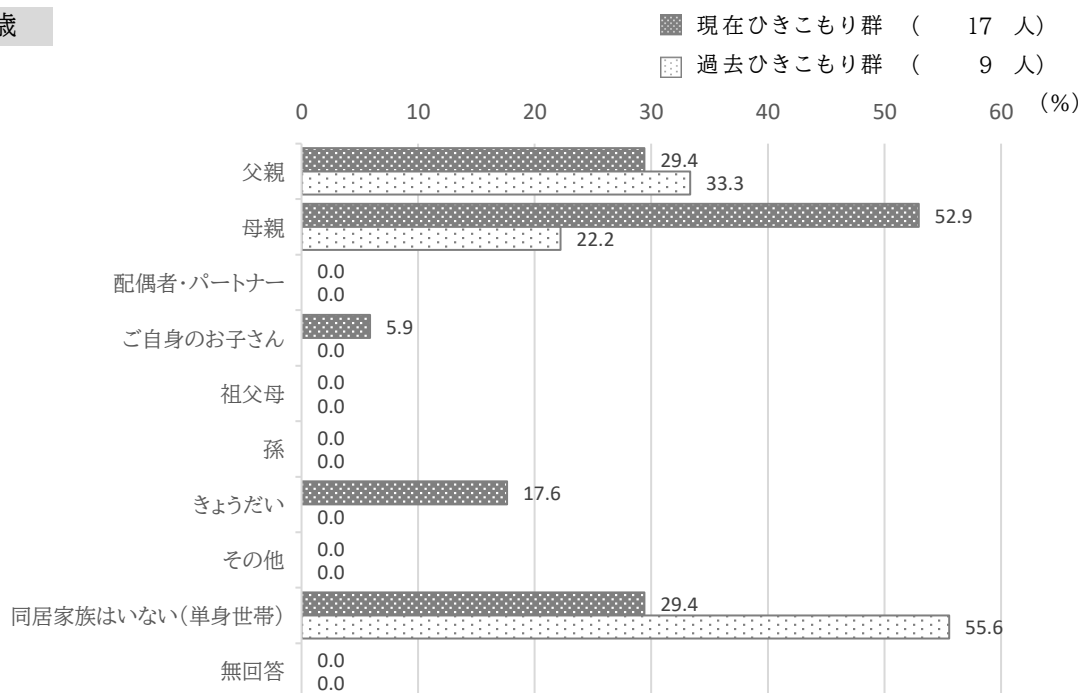
Q4 現在あなた(その方)と同居しているご家族に○をつけてください。(○はいくつでも)

15歳～39歳



同居家族は、現在ひきこもり群では「母親」が81.3%で最も多く、「同居家族はいない(単身世帯)」は15.6%であった。過去ひきこもり群でも同様に「母親」が72.2%で最も多く、「同居家族はいない(単身世帯)」は22.2%であった。

40歳～59歳



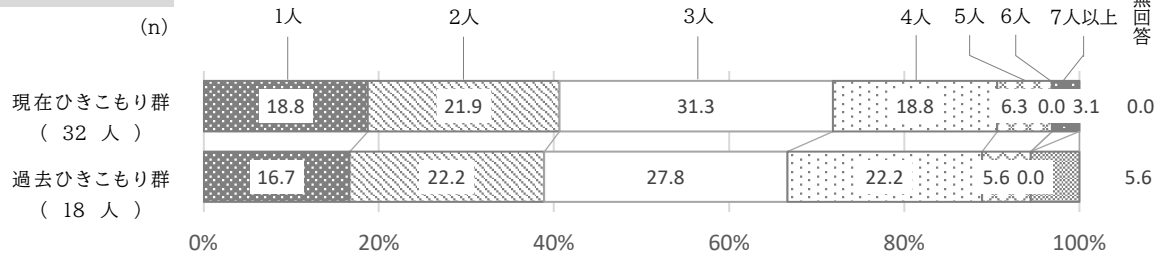
同居家族は、現在ひきこもり群では、「母親」が52.9%で過去ひきこもり群に比べて多く、「同居家族はいない(単身世帯)」が29.4%で過去ひきこもり群に比べて少ない傾向がみられた。

60歳～64歳



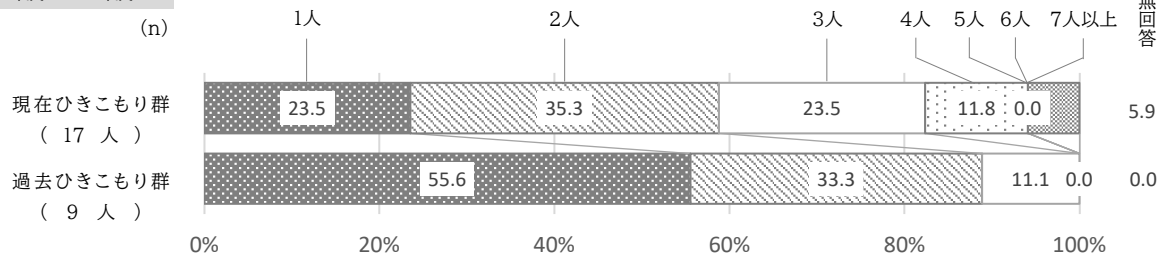
Q5 現在同居している人は合計で何人ですか。あなた(その方)も含めた人数を記入してください。
(数字で具体的に)

15歳～39歳



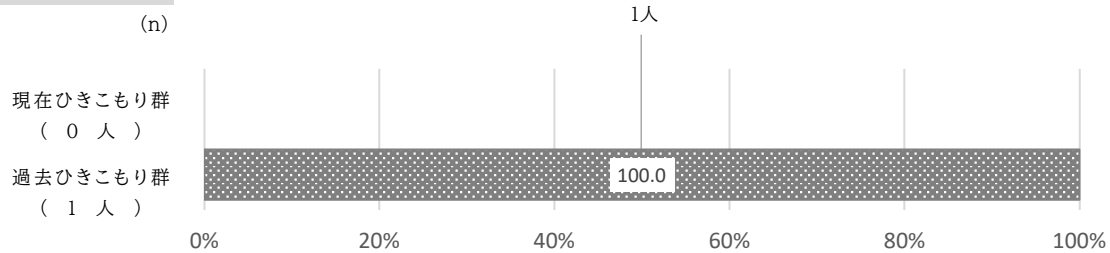
同居人数は、現在ひきこもり群では、「3人」が31.3%で最も多く、単身者である「1人」が18.8%であった。過去ひきこもり群では、「3人」が27.8%で最も多く、単身者である「1人」が16.7%であった。

40歳～59歳

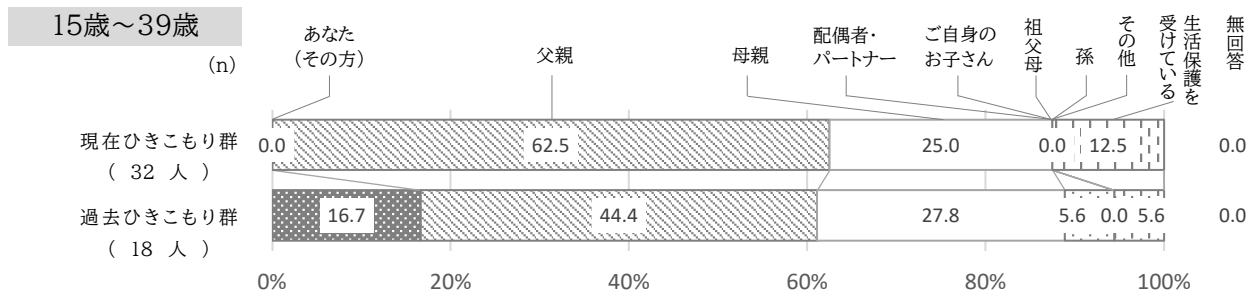


同居人数は、現在ひきこもり群では、「2人」が35.3%で最も多く、単身者である「1人」及び「3人」が23.5%であった。過去ひきこもり群では、単身者である「1人」が55.6%で最も多く、現在ひきこもり群に比べ多い傾向がみられた。

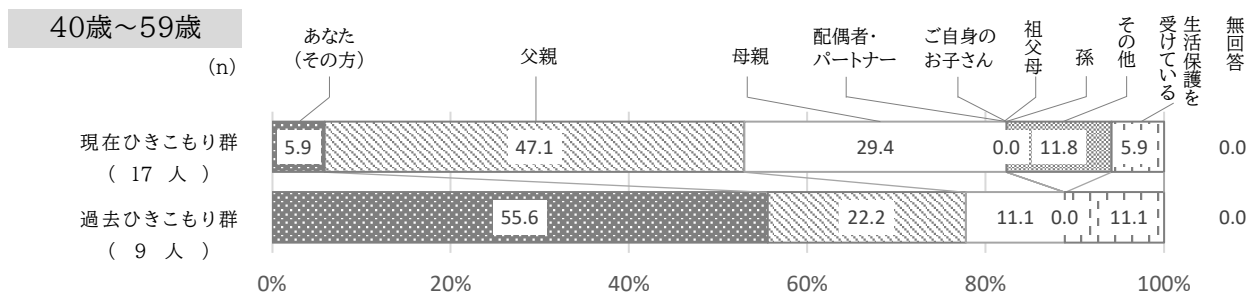
60歳～64歳



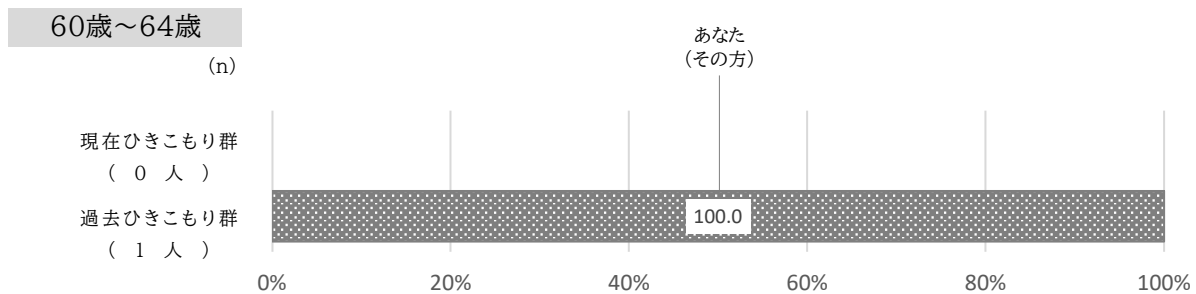
Q6 あなた(その方)の家の生計を立てているのは主にどなたですか。生計を立てている方が複数いる場合は、もっとも多く家計を負担している人をお答えください。また、主に仕送りで生計を立てている方は、その仕送りを主にして给你们の人をお答えください。(○はひとつだけ)



主な生計維持者については、現在ひきこもり群では、「父親」が62.5%で過去ひきこもり群の44.4%と同様に多く、「あなた(その方)」が0.0%で過去ひきこもり群の16.7%に比べて少ない傾向がみられた。

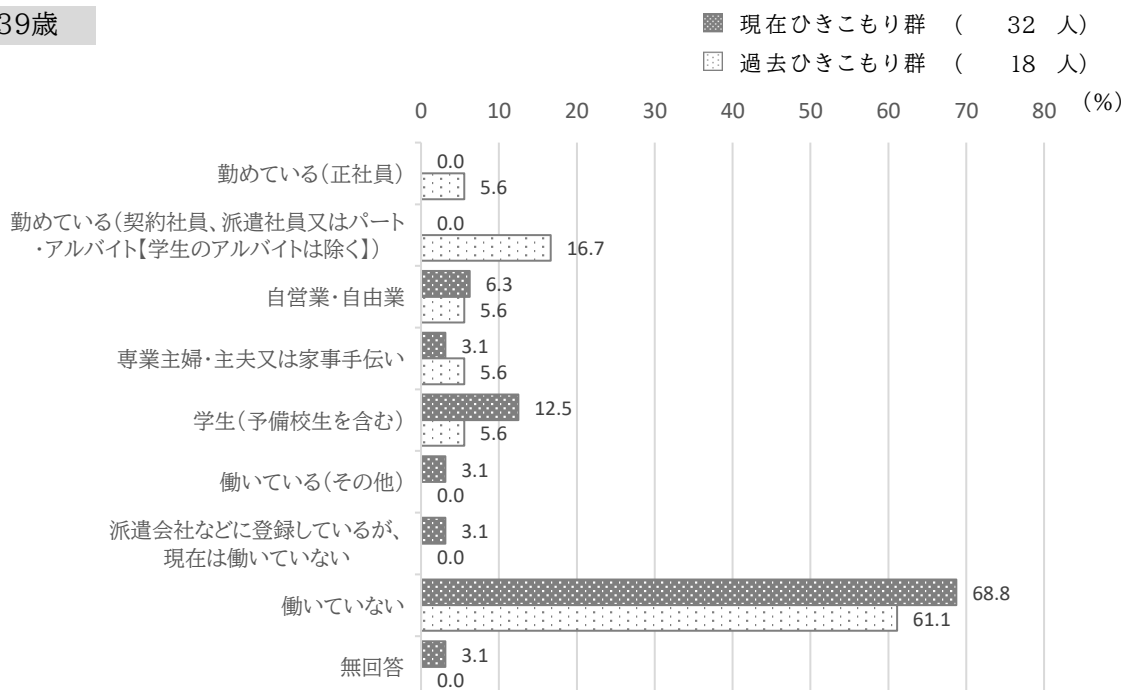


主な生計維持者については、現在ひきこもり群では、「父親」が47.1%で過去ひきこもり群の22.2%に比べて多く、「あなた(その方)」が5.9%で過去ひきこもり群の55.6%に比べて少ない傾向がみられた。



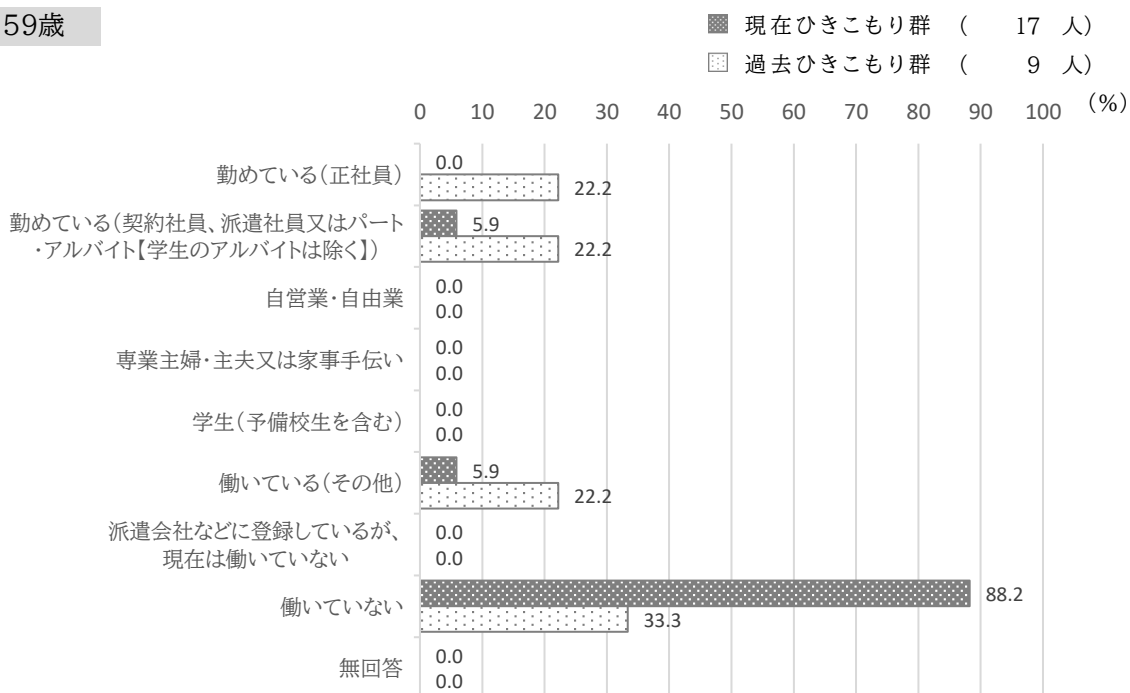
Q7 あなた(その方)の現在の主な就労・就学等の状況についてお答えください。(○はひとつだけ)

15歳～39歳



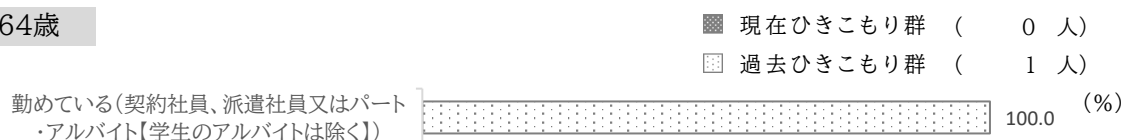
現在の就業状況については、現在ひきこもり群では、「働いていない」が68.8%で過去ひきこもり群と同様に最も多く、「勤めている(正社員)」及び「勤めている(契約社員、派遣社員又はパート・アルバイト)」が0.0%で過去ひきこもり群に比べて少ない傾向がみられた。

40歳～59歳



現在の就業状況については、現在ひきこもり群では、「働いていない」が88.2%で過去ひきこもり群に比べて多く、「勤めている(正社員)」が0.0%、「勤めている(契約社員、派遣社員又はパート・アルバイト)」及び「働いている(その他)」が5.9%で過去ひきこもり群に比べて少ない傾向がみられた。

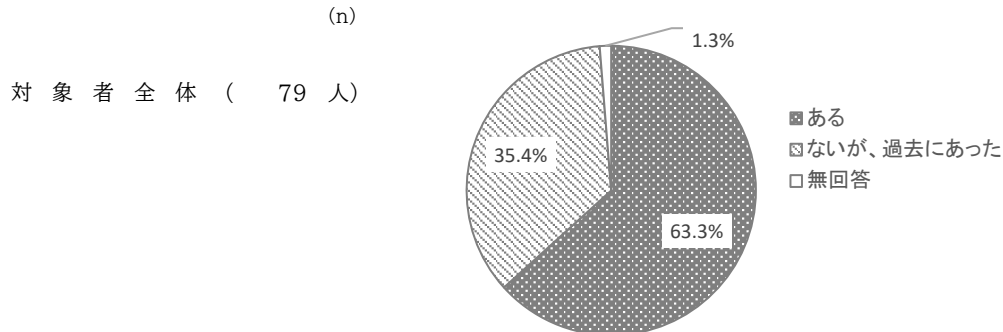
60歳～64歳



b. 現在のひきこもり状態について

Q8 あなた(その方)は現在、ひきこもり状態にありますか。(○はひとつだけ)

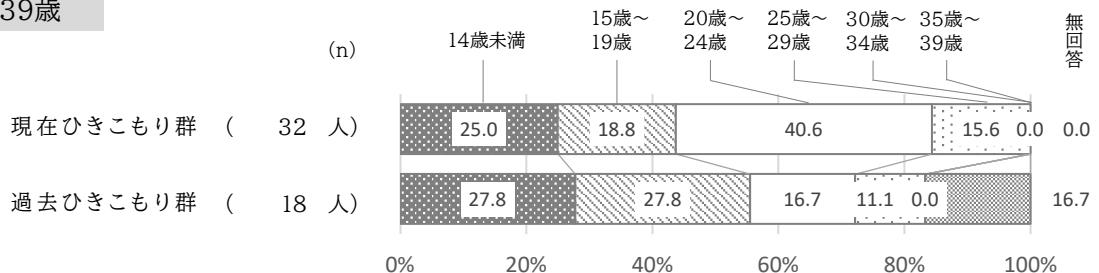
※Q8の設問は、現在ひきこもり群と過去ひきこもり群を定義するために使用



c. その方のひきこもり状態に関すること

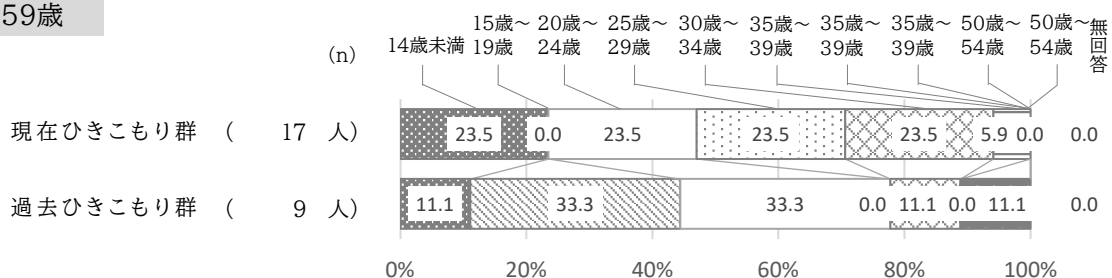
Q9 ひきこもり状態になったのは、あなた(その方)が何歳の頃ですか。(過去にひきこもり状態だった方は、その状態になったのは何歳の頃でしたか。)(数字で具体的に)

15歳～39歳



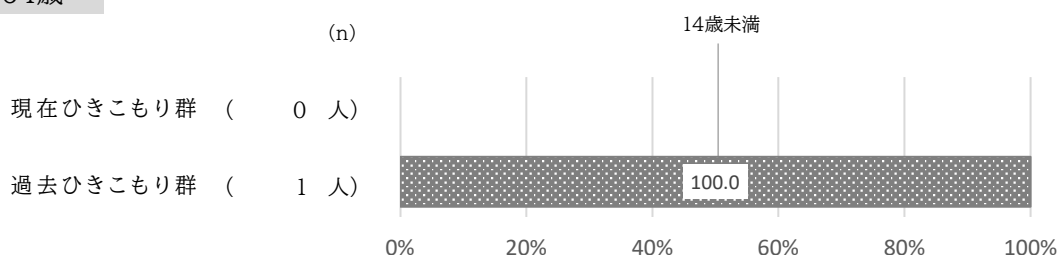
ひきこもり状態になった年齢は、現在ひきこもり群では「20歳～24歳」が40.6%で最も多く、過去ひきこもり群では「14歳未満」及び「15歳～19歳」が27.8%で最も多かった。

40歳～59歳



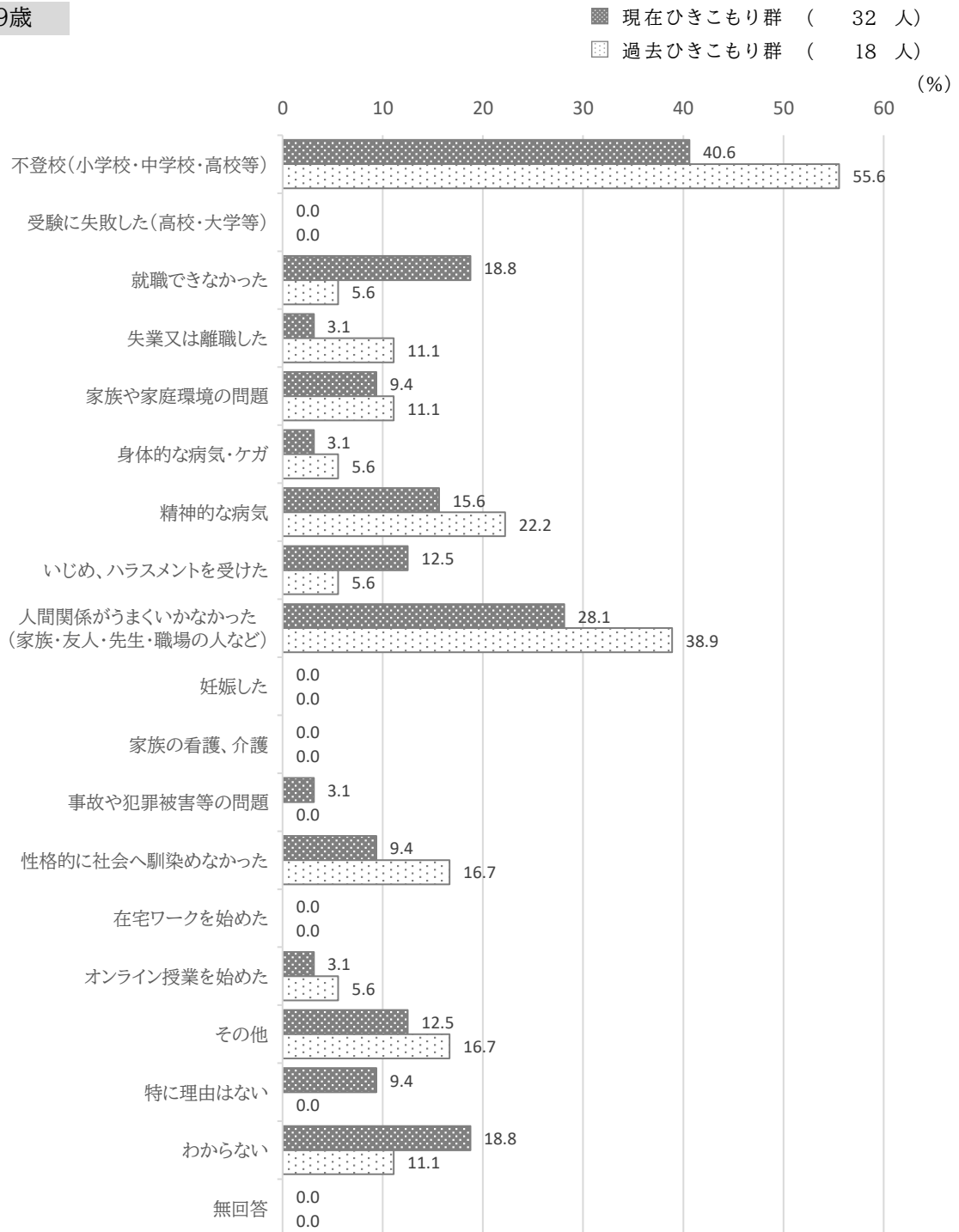
ひきこもり状態になった年齢は、現在ひきこもり群では「14歳未満」及び「20歳～24歳」、「25歳～29歳」、「30歳～34歳」が23.5%で回答が分かれ、過去ひきこもり群では「15歳～19歳」及び「20歳～24歳」が33.3%で最も多かった。

60歳～64歳



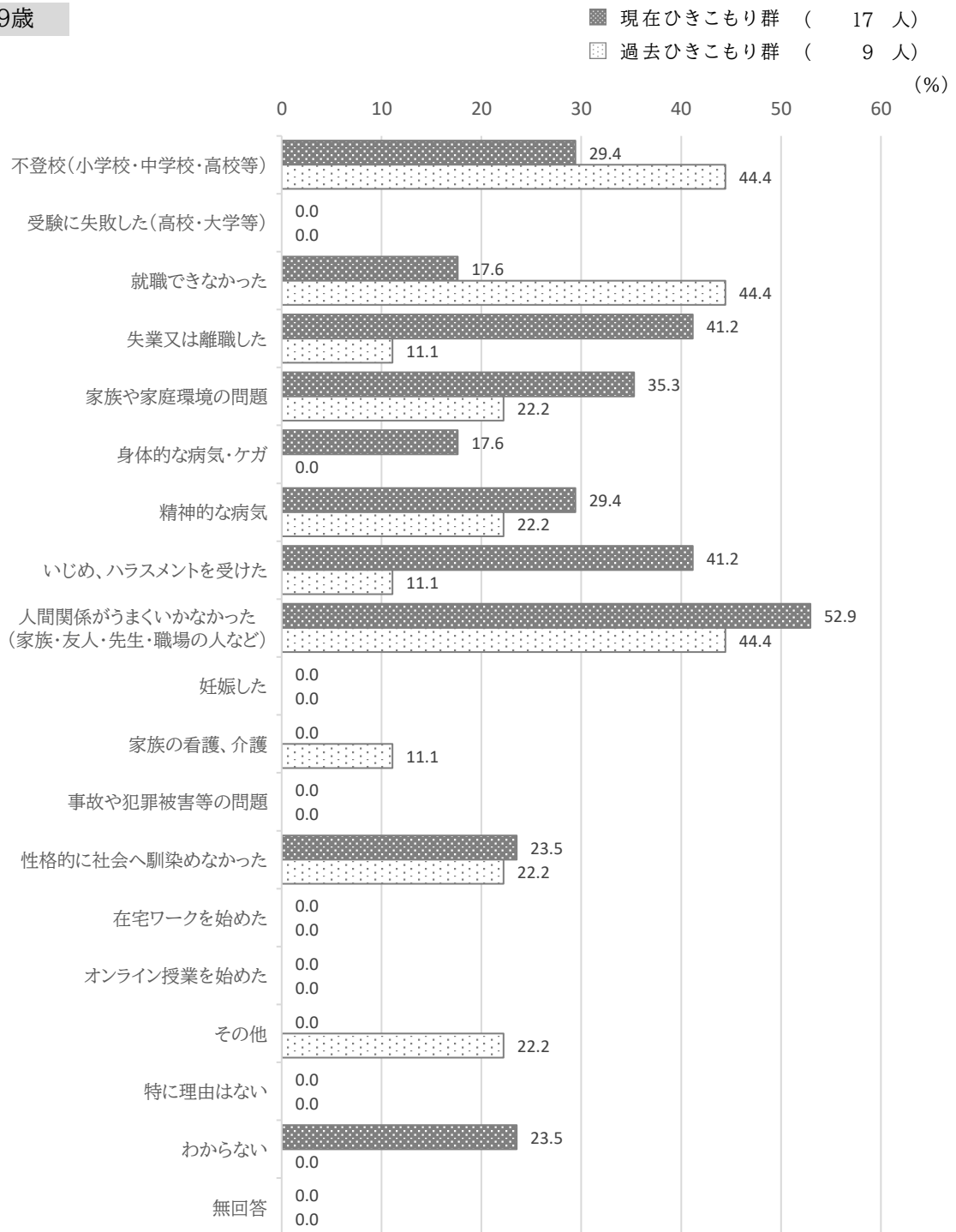
Q10 あなた(その方)が、ひきこもり状態になったきっかけは何ですか。(過去にひきこもり状態だった方は、その状態になったきっかけは何でしたか。)(○はいくつでも)

15歳～39歳



ひきこもり状態になったきっかけについては、現在ひきこもり群・過去ひきこもり群ともに「不登校(小学校・中学校・高校等)」が40.6%、55.6%で最も多く、ついで「人間関係がうまくいかなかった(家族・友人・先生・職場の人など)」が28.1%、38.9%であった。現在ひきこもり群で「就職できなかった」が18.8%で、過去ひきこもり群に比べて多い傾向にあった。

40歳～59歳



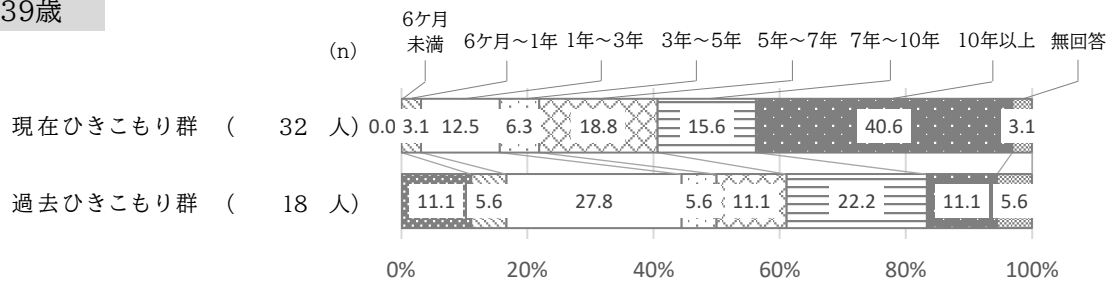
ひきこもり状態になったきっかけについては、現在ひきこもり群で「人間関係がうまくいかなかった(家族・友人・先生・職場の人など)」が52.9%で最も多く、ついで「失業又は離職した」及び「いじめ、ハラスメントを受けた」が41.2%で、過去ひきこもり群に比べて多く、「就職できなかった」が17.6%で、過去ひきこもり群に比べて少ない傾向にあった。

60歳～64歳



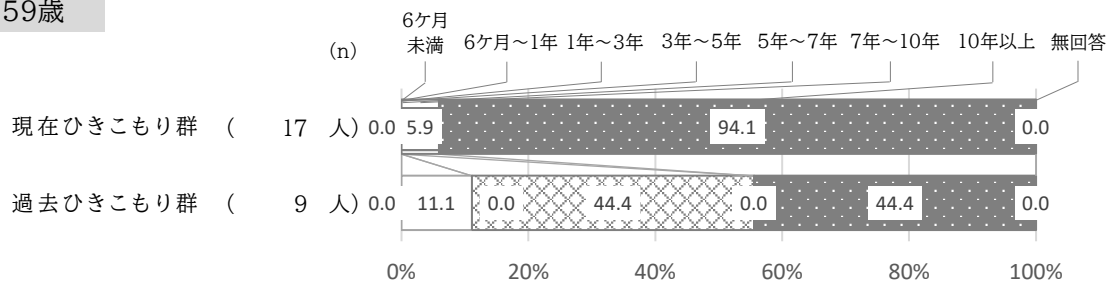
Q11 ひきこもり状態はどのくらい続いていますか。(過去にひきこもり状態だった方は、その状態はどのくらい続きましたか。)(○はひとつだけ)

15歳～39歳



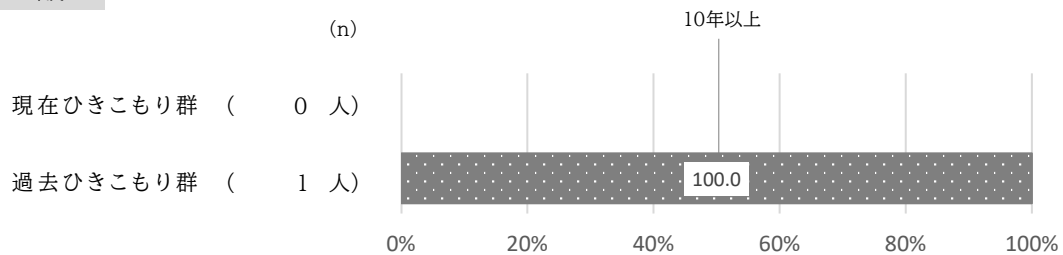
ひきこもり状況になってからの期間は、現在ひきこもり群では「10年以上」が40.6%、過去ひきこもり群では「1年以上～3年未満」が27.8%で最も多かった。

40歳～59歳



ひきこもり状況になってからの期間は、現在ひきこもり群では「10年以上」が94.1%、過去ひきこもり群では「5年以上～7年未満」及び「10年以上」が44.4%で最も多かった。

60歳～64歳

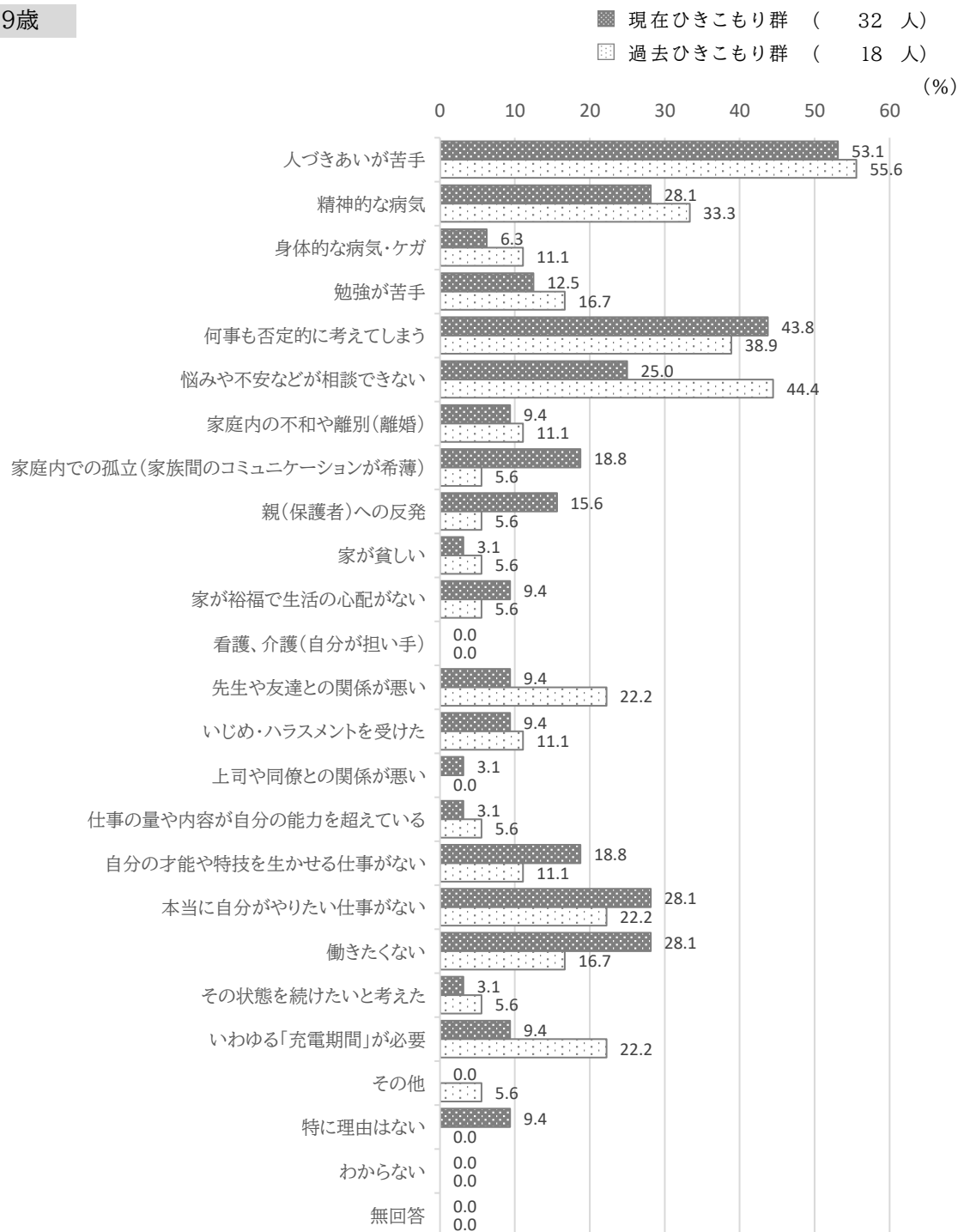


10年以上の内容

年代	内容
すべて	10～19年(18件) 20～29年(8件) 30～39年(4件) 無記入(7件)

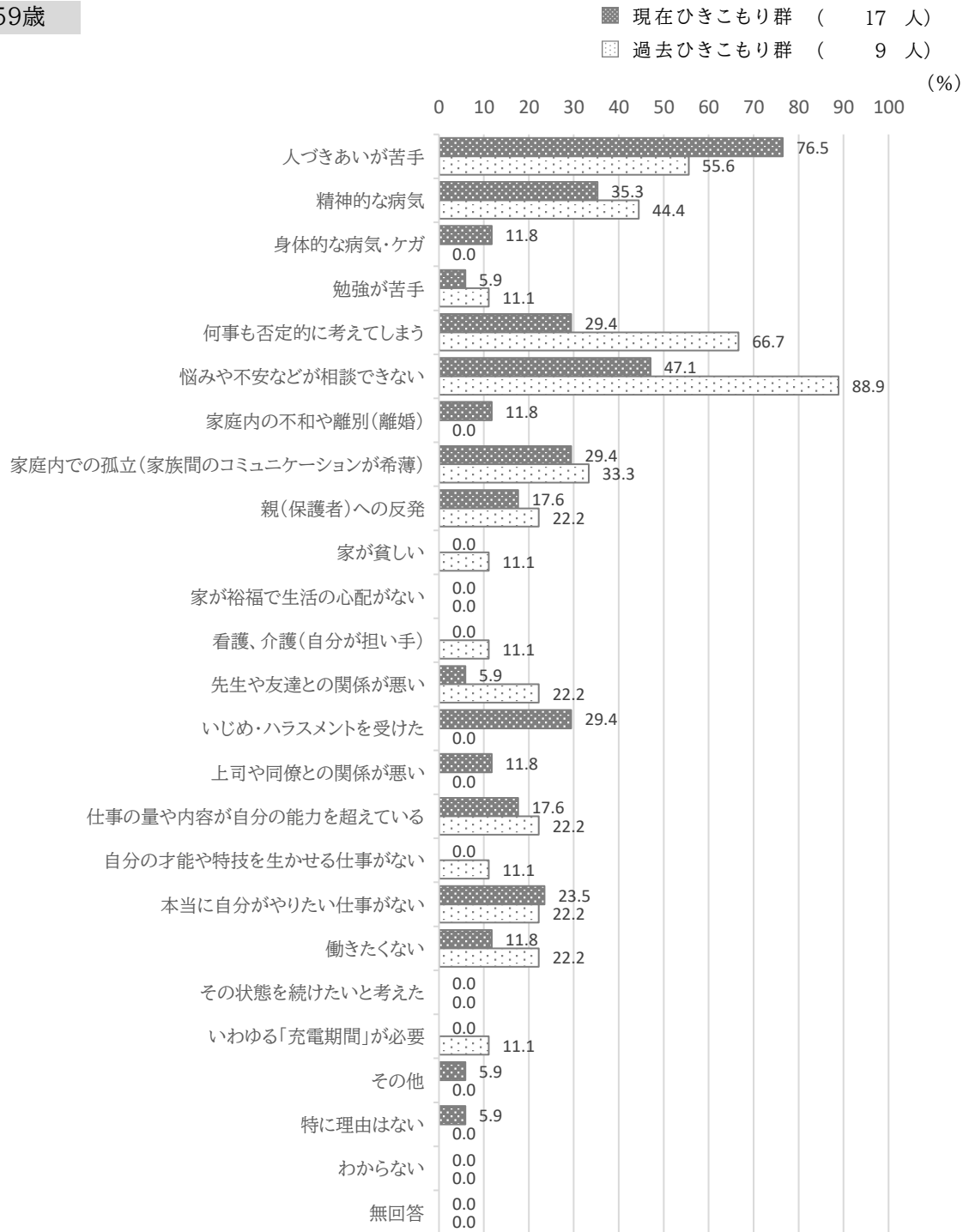
Q12 ひきこもり状態が続いている(過去にひきこもり状態だった方は、その状態が続いていたときの)主な原因・理由は何ですか。(〇はいくつでも)

15歳～39歳



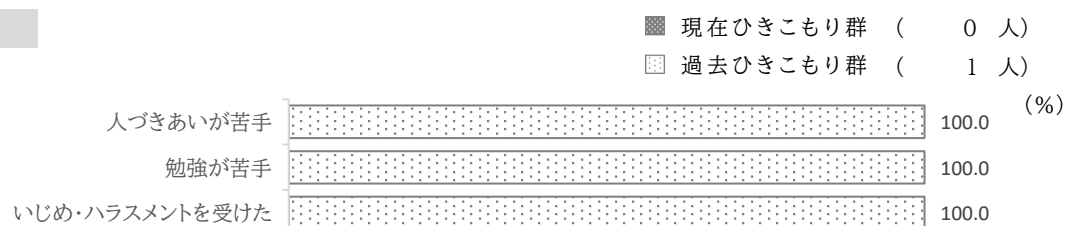
ひきこもり状態になった原因・理由については、現在ひきこもり群・過去ひきこもり群ともに「人づきあいが苦手」が53.1%、55.6%で最も多く、現在ひきこもり群では、「本当に自分がやりたい仕事がない」及び「働きたくない」が28.1%で、過去ひきこもり群に比べて多く、「悩みや不安などを相談できない」が25.0%で、過去ひきこもり群に比べて少ない傾向にあった。

40歳～59歳



ひきこもり状態になった原因・理由については、現在ひきこもり群では、「人づきあいが苦手」が76.5%で最も多く、過去ひきこもり群では、「悩みや不安などが相談できない」が88.9%、「何事も否定的に考えてしまう」が66.7%で多い傾向にあった。

60歳～64歳

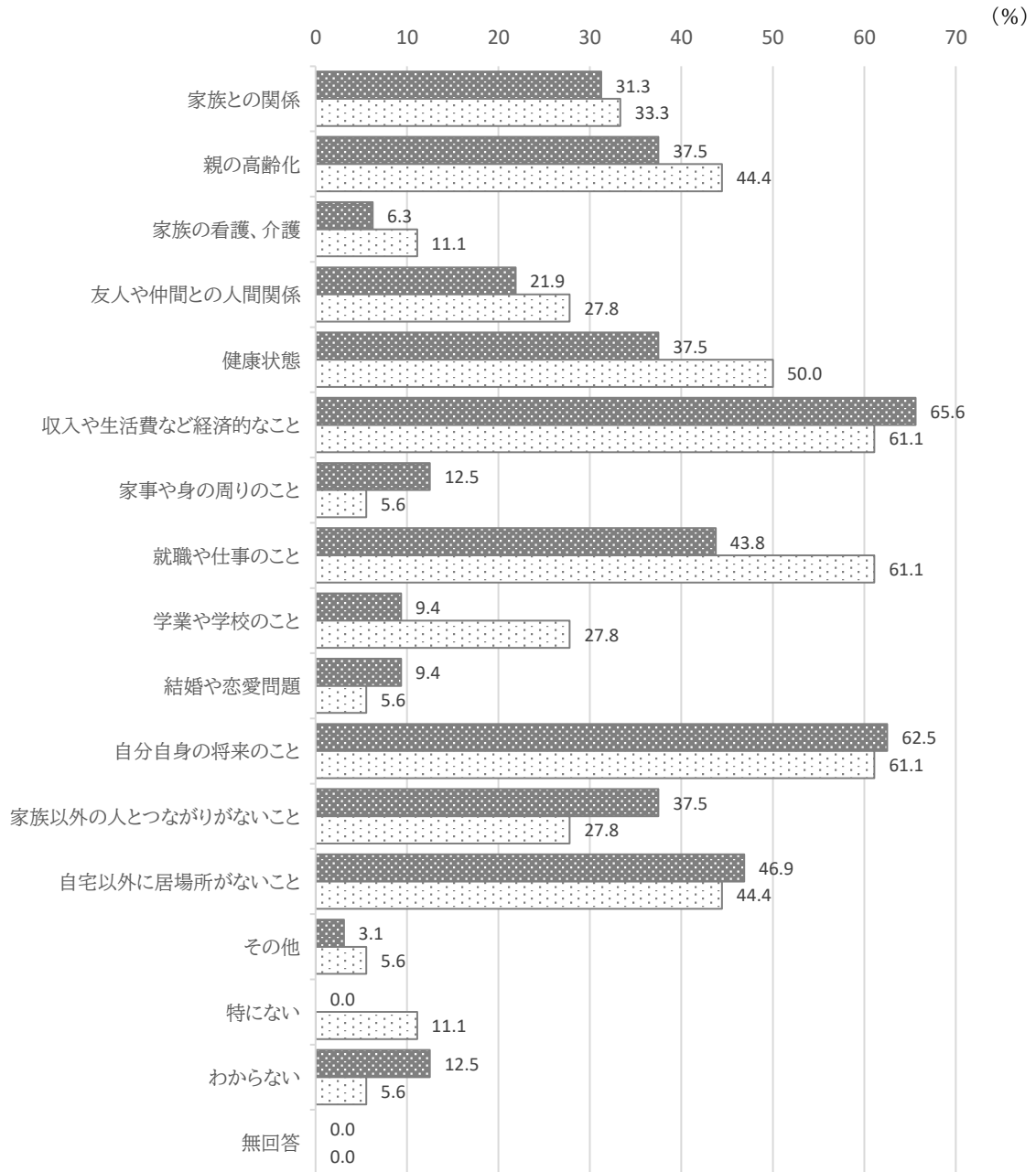


Q13 現在あなた(その方)が抱えている不安や危機感として、どのようなものがありますか。(過去にひきこもり状態だった方は、ひきこもっているときに抱えていた不安や危機感としてどのようなものがありましたか)。(〇はいくつでも)

15歳～39歳

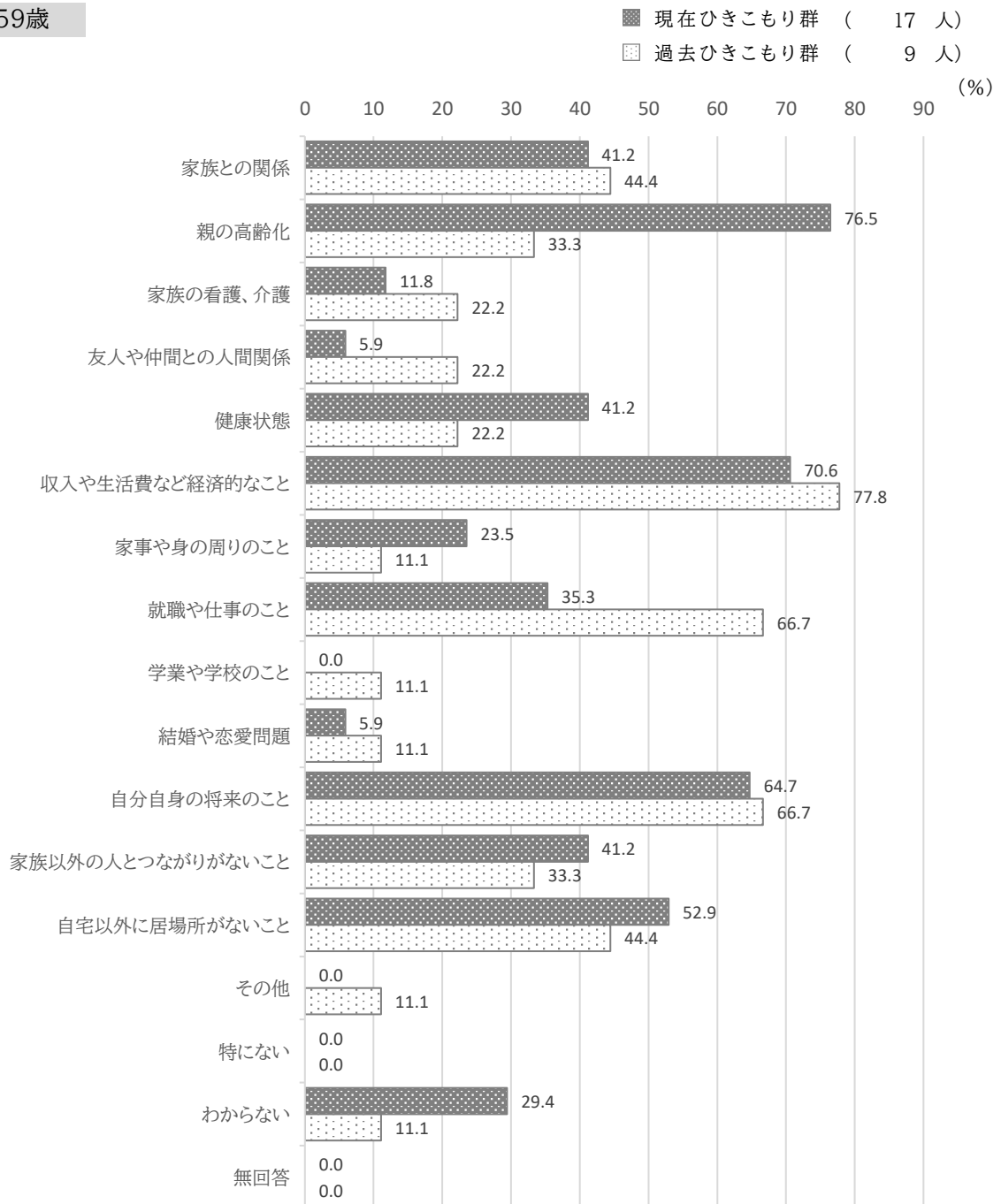
■ 現在ひきこもり群 (32 人)

□ 過去ひきこもり群 (18 人)



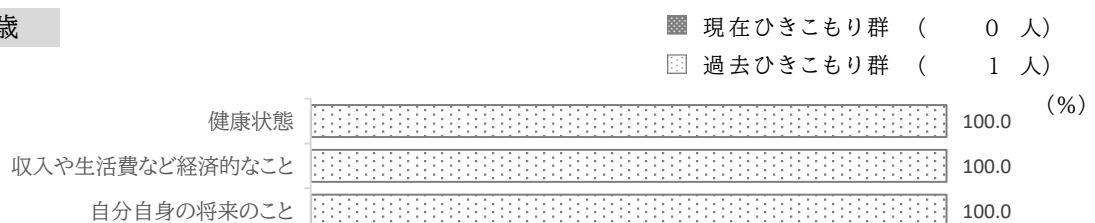
現在抱えている不安や危機感については、現在ひきこもり群では「収入や生活費など経済的なこと」が65.6%で最も多く、ついで「自分自身の将来のこと」が62.5%であった。

40歳～59歳



現在抱えている不安や危機感については、現在ひきこもり群では「親の高齢化」が76.5%で最も多く、ついで「収入や生活費など経済的なこと」が70.6%であった。「親の高齢化」が76.5%、「健康状態」が41.2%で、過去ひきこもり群に比べて多く、「就職や仕事のこと」が35.3%で、過去ひきこもり群に比べて少ない傾向にあった。

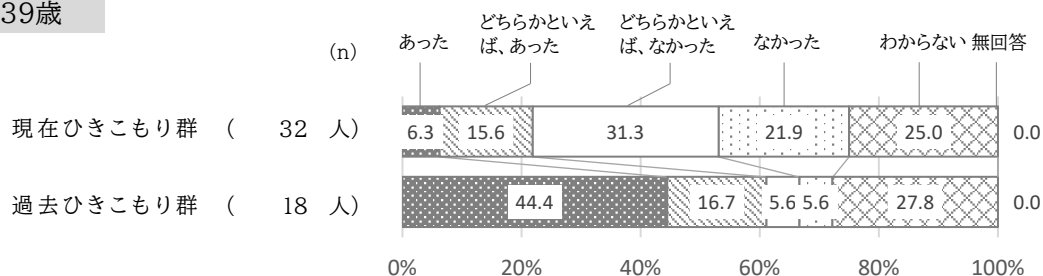
60歳～64歳



d. ひきこもり状態の改善に関すること

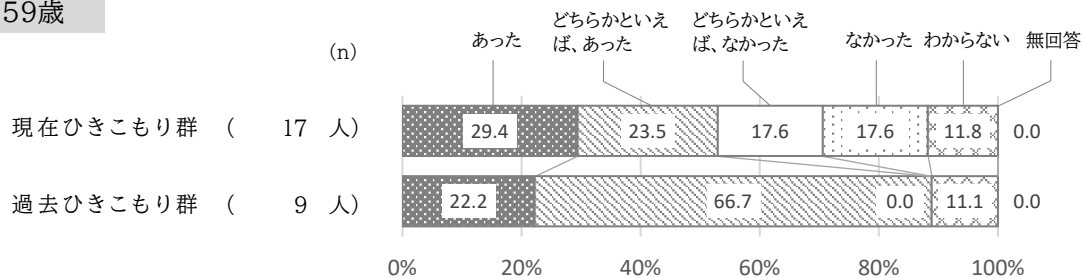
Q14 あなた(その方)は今までに、社会生活や日常生活を円滑に送ることができなかった状態が改善した経験がありましたか。(○はひとつだけ)

15歳～39歳



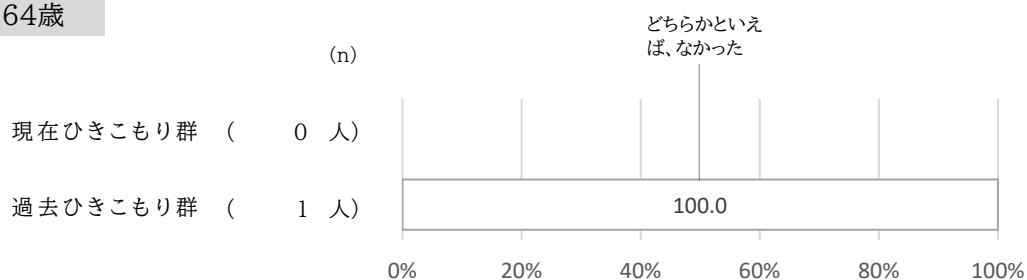
状態が改善した経験については、現在ひきこもり群では、最も多い「どちらかといえば、なかった」が31.3%で過去ひきこもり群に比べて多く、「あった」が6.3%で過去ひきこもり群で最も多い44.4%に比べて少ない傾向がみられた。

40歳～59歳



状態が改善した経験については、現在ひきこもり群では、「あった」が29.4%で最も多く、「どちらかといえば、なかった」及び「なかった」が17.6%で過去ひきこもり群に比べて多く、「どちらかといえば、あった」が23.5%で過去ひきこもり群で最も多い66.7%に比べて少ない傾向がみられた。

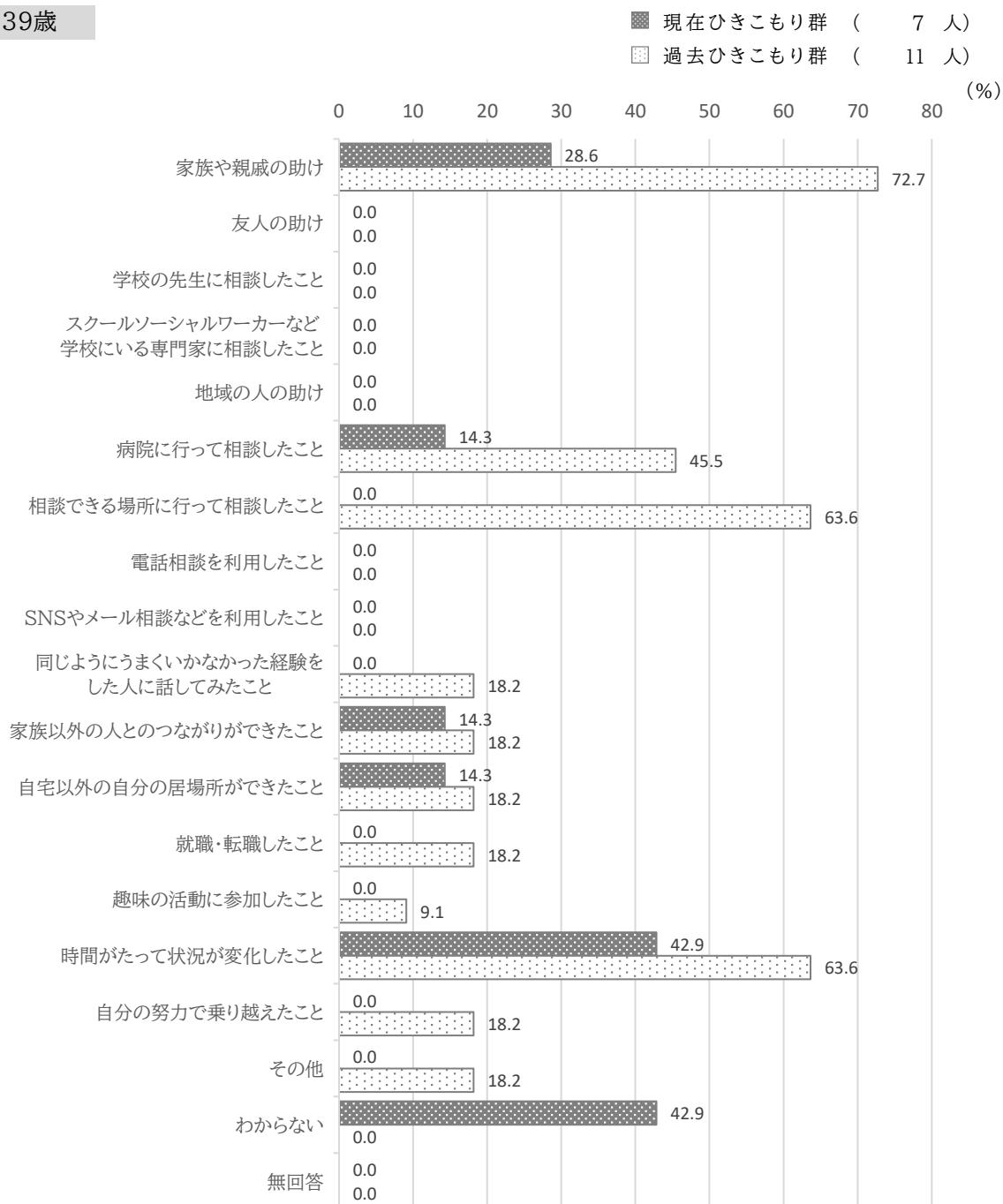
60歳～64歳



【Q14で、1～2に○をつけた方のみ回答】

Q15-1 状態の改善に役立ったことは何だと思いませんか。（○はいくつでも）

15歳～39歳



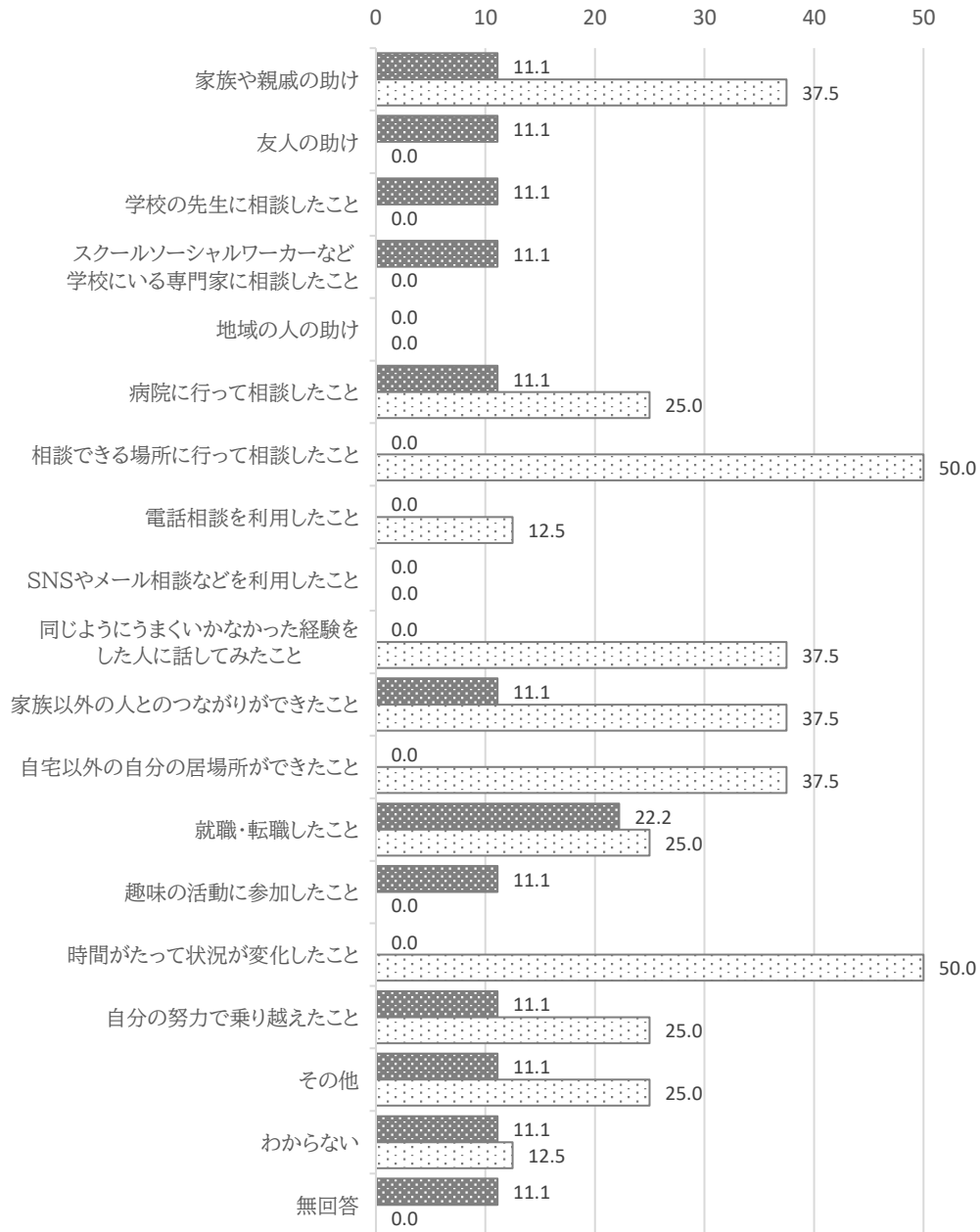
状態の改善に役立ったことは、過去ひきこもり群では、「家族や親戚の助け」が72.7%で最も多く、ついで「相談できる場所に行って相談したこと」及び「時間がたって状況が変化したこと」が63.6%と多い傾向にあった。

40歳～59歳

■ 現在ひきこもり群 (9 人)

□ 過去ひきこもり群 (8 人)

(%)



状態の改善に役立ったことは、過去ひきこもり群では、「相談できる場所に行って相談したこと」及び「時間がたって状況が変化したこと」が50.0%で最も多かった。

60歳～64歳

※回答者なし

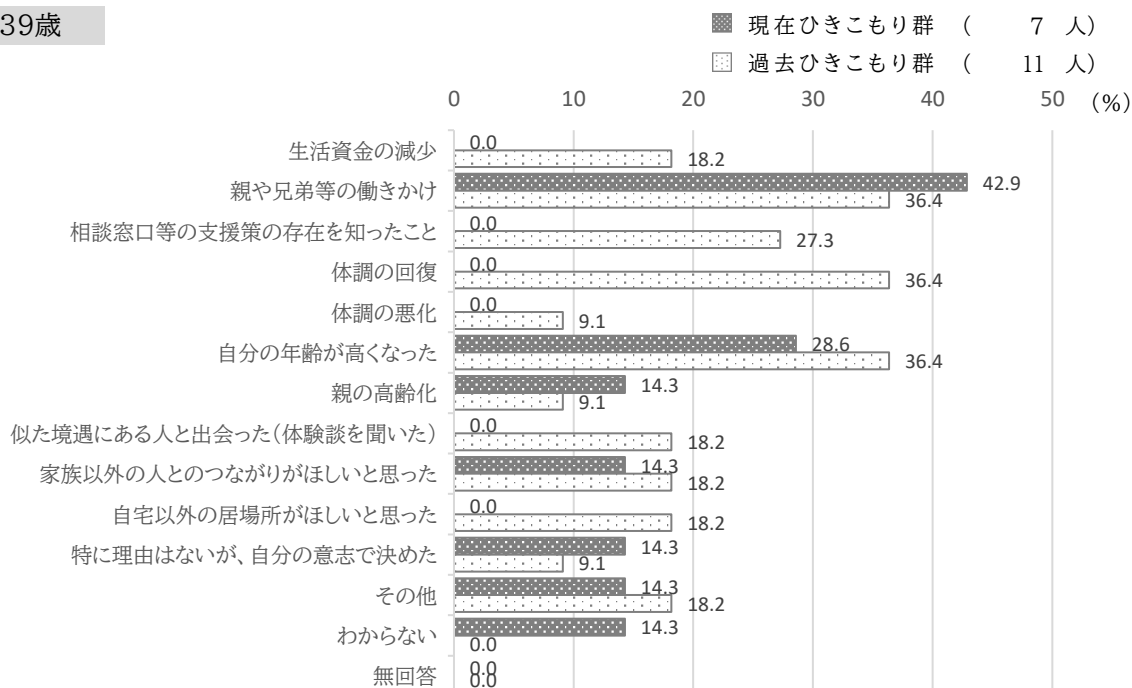
その他の内容
(抜粋)

年代	内容
すべて	今の自分の状態から抜け出す努力をした 時間が経って状況は変わらないものの自然と心境の変化があったこと、マッサージを受けるなど直接の解決にはならないものの、身体的なリラックスや人に触れてもらうなどによる安心感を得たこと 親が本人の現状を認めたので PCにて、ネットゲームの仮想空間でひきこもり仲間ができた 精神科医に相談し訪問看護、カウンセリングを受けた

【Q14で、1～2に○をつけた方のみ回答】

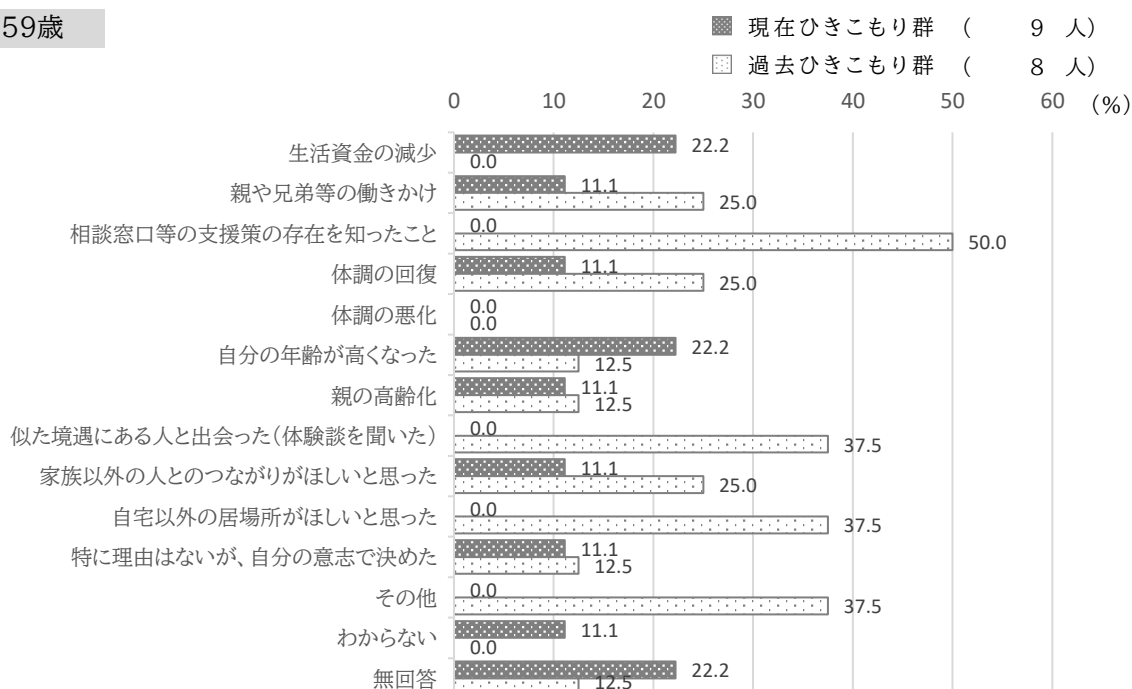
Q15-2 状態が改善するための行動を起こしたきっかけは何ですか。(○はいくつでも)

15歳～39歳



状態が改善するための行動を起こしたきっかけは、過去ひきこもり群では、「親や兄弟等の働きかけ」、「体調の回復」及び「自分の年齢が高くなった」が36.4%で最も多かった。

40歳～59歳



状態が改善するための行動を起こしたきっかけは、過去ひきこもり群では、「相談窓口等の支援策の存在を知ったこと」が50.0%と最も多く、ついで「似た境遇にある人と出会った(体験談を聞いた)」及び「自宅以外の居場所がほしいと思った」が37.5%と多い傾向にあった。

60歳～64歳

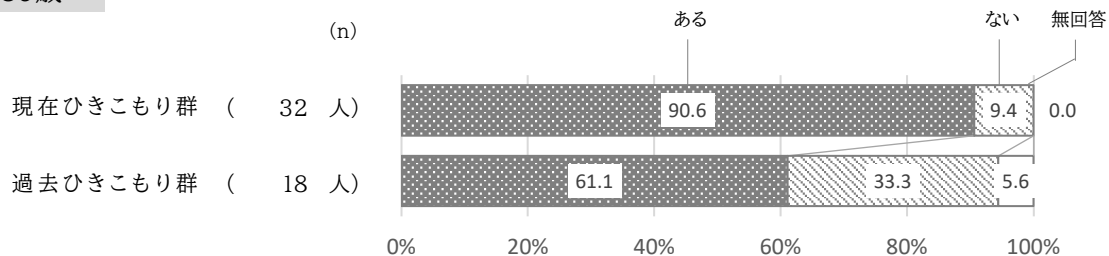
※回答者なし

e. 相談・支援に関すること

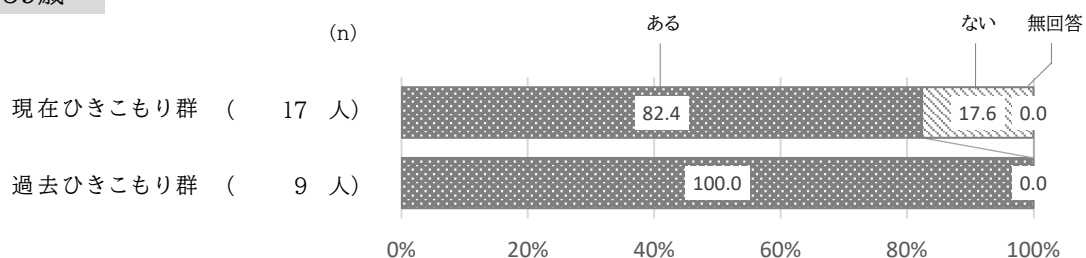
Q16 現在の状況について、関係機関に相談したことはありますか。(過去にひきこもり状態だった方は、当時の状況について、関係機関に相談したことはありましたか。)(〇はひとつだけ)

※あなた(ひきこもり状態の方本人)以外の方(家族等)が相談した場合も含みます。

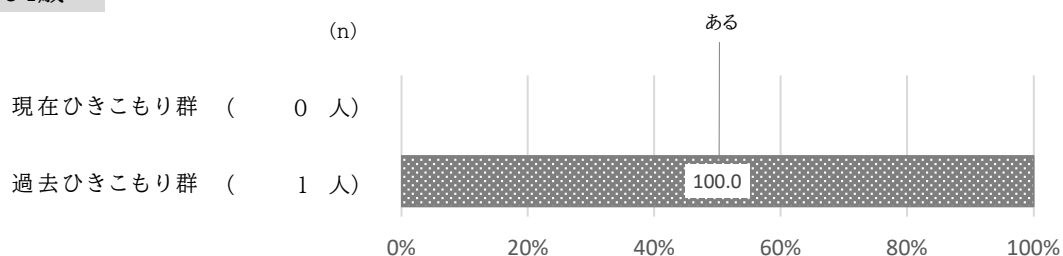
15歳～39歳



40歳～59歳



60歳～64歳

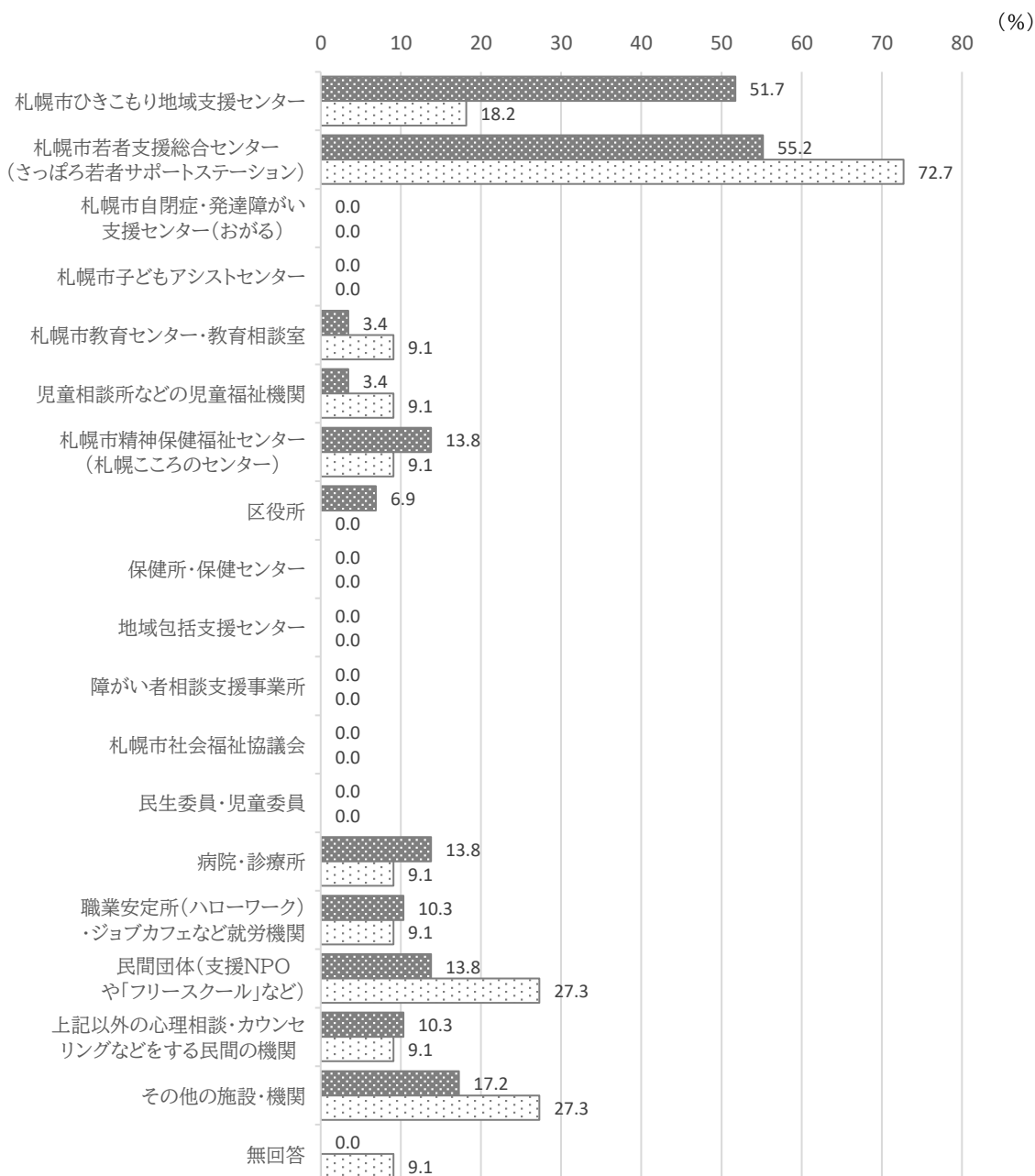


【Q16で、1に○をつけた方のみ回答】

Q17-1 どのような関係機関に相談しましたか。相談したことがある機関に○をつけてください。(○はいくつでも)

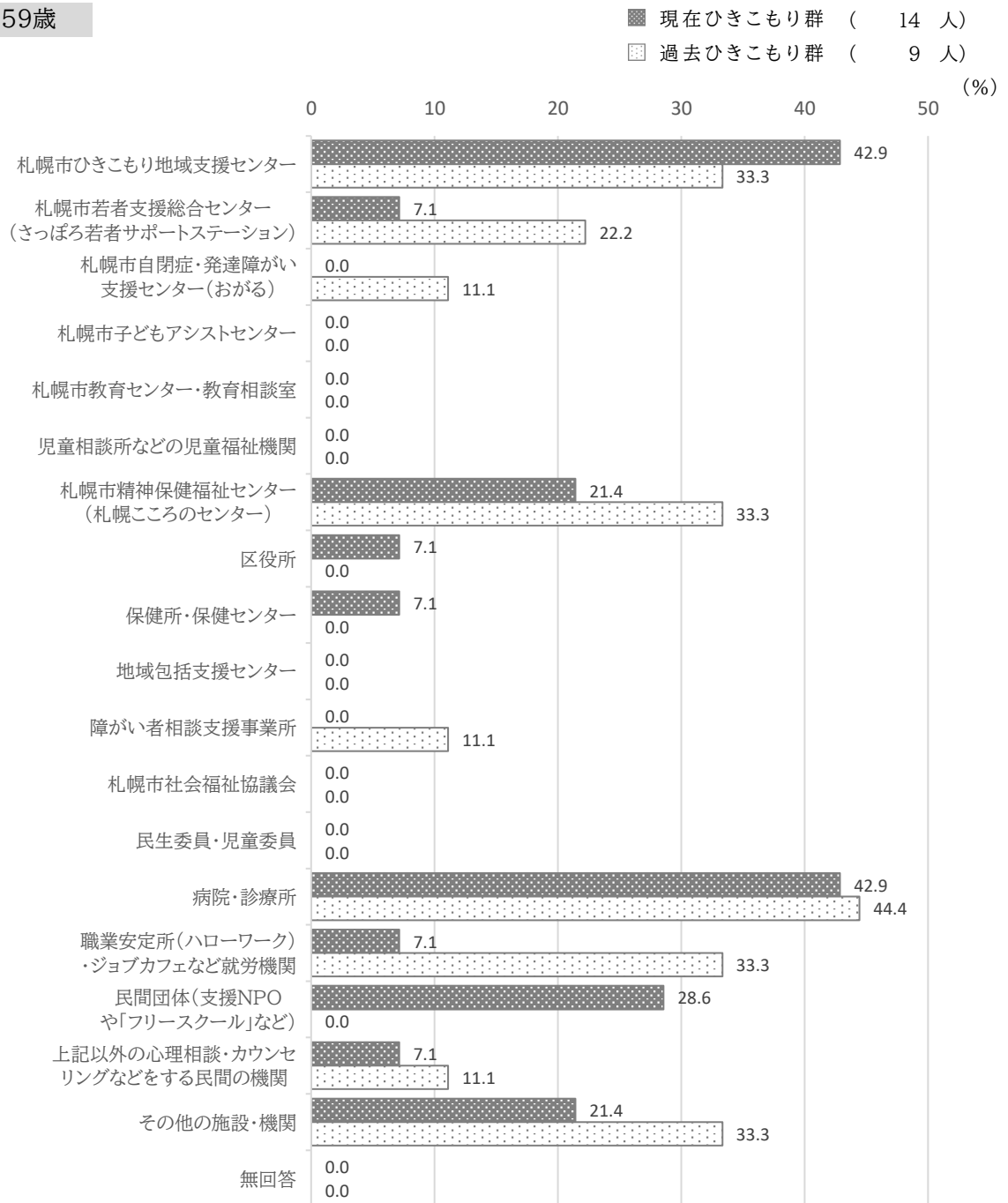
15歳～39歳

■ 現在ひきこもり群 (29 人)
 □ 過去ひきこもり群 (11 人)



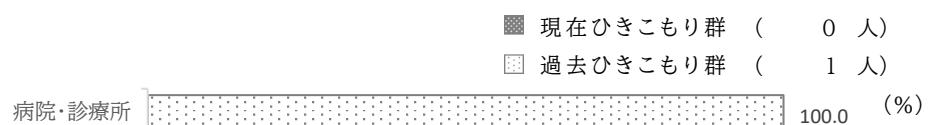
相談したことがある機関は、現在ひきこもり群では「札幌市若者支援総合センター(さっぽろ若者サポートステーション)」が55.2%で最も多く、ついで「札幌市ひきこもり地域支援センター」が51.7%であった。過去ひきこもり群では「札幌市若者支援総合センター(さっぽろ若者サポートステーション)」が72.7%で最も多かった。

40歳～59歳



相談したことのある機関は、現在ひきこもり群では、「札幌市ひきこもり地域支援センター」及び「病院・診療所」が42.9%で最も多く、過去ひきこもり群では、「病院・診療所」が44.4%で最も多かった。

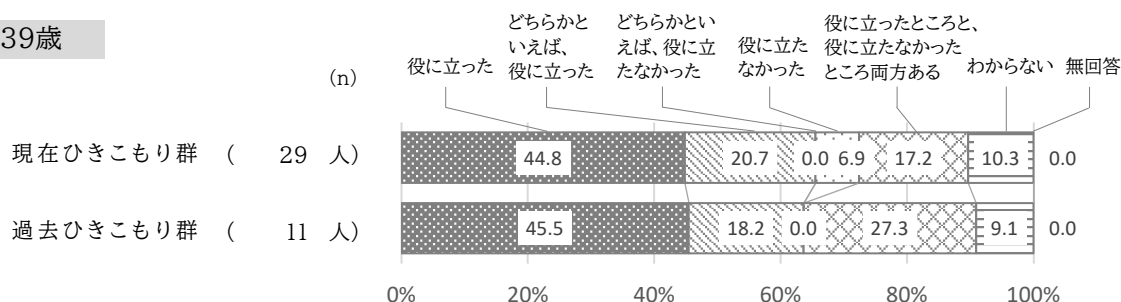
60歳～64歳



【Q16で、1に○をつけた方のみ回答】

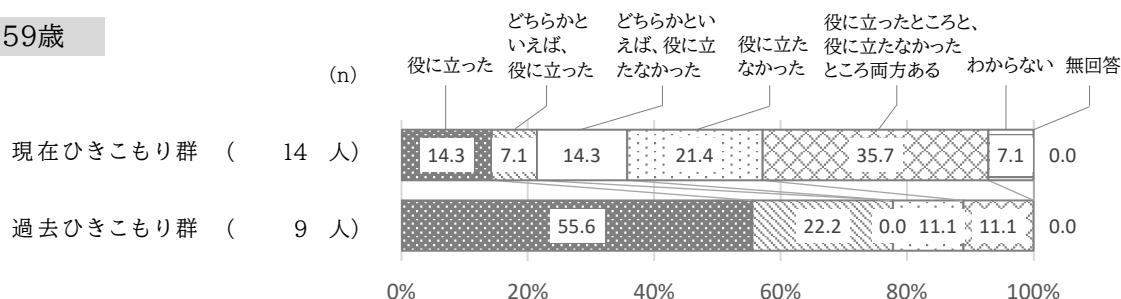
Q17-2 関係機関への相談は、あなた(その方)にとって役に立ちましたか。(○はひとつだけ)

15歳～39歳



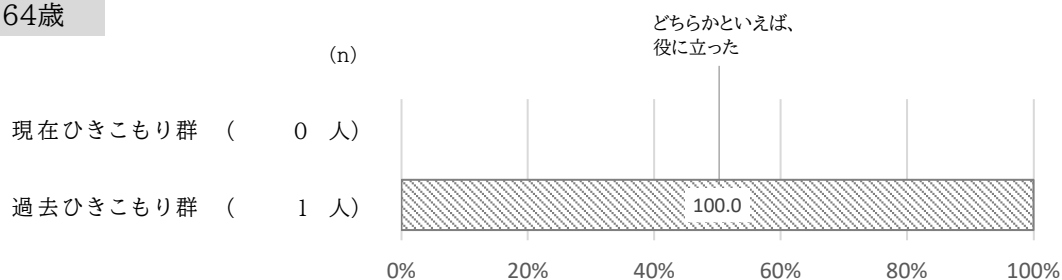
関係機関への相談については、現在ひきこもり群・過去ひきこもり群ともに、「役に立った」が最も多く、「どちらかといえば、役に立った」を含めると60%以上が「役に立った」と回答した。

40歳～59歳



関係機関への相談については、現在ひきこもり群では「役に立ったところと、役に立たなかったところ両方ある」が35.7%で最も多く、過去ひきこもり群では「役に立った」が55.6%で最も多かった。

60歳～64歳

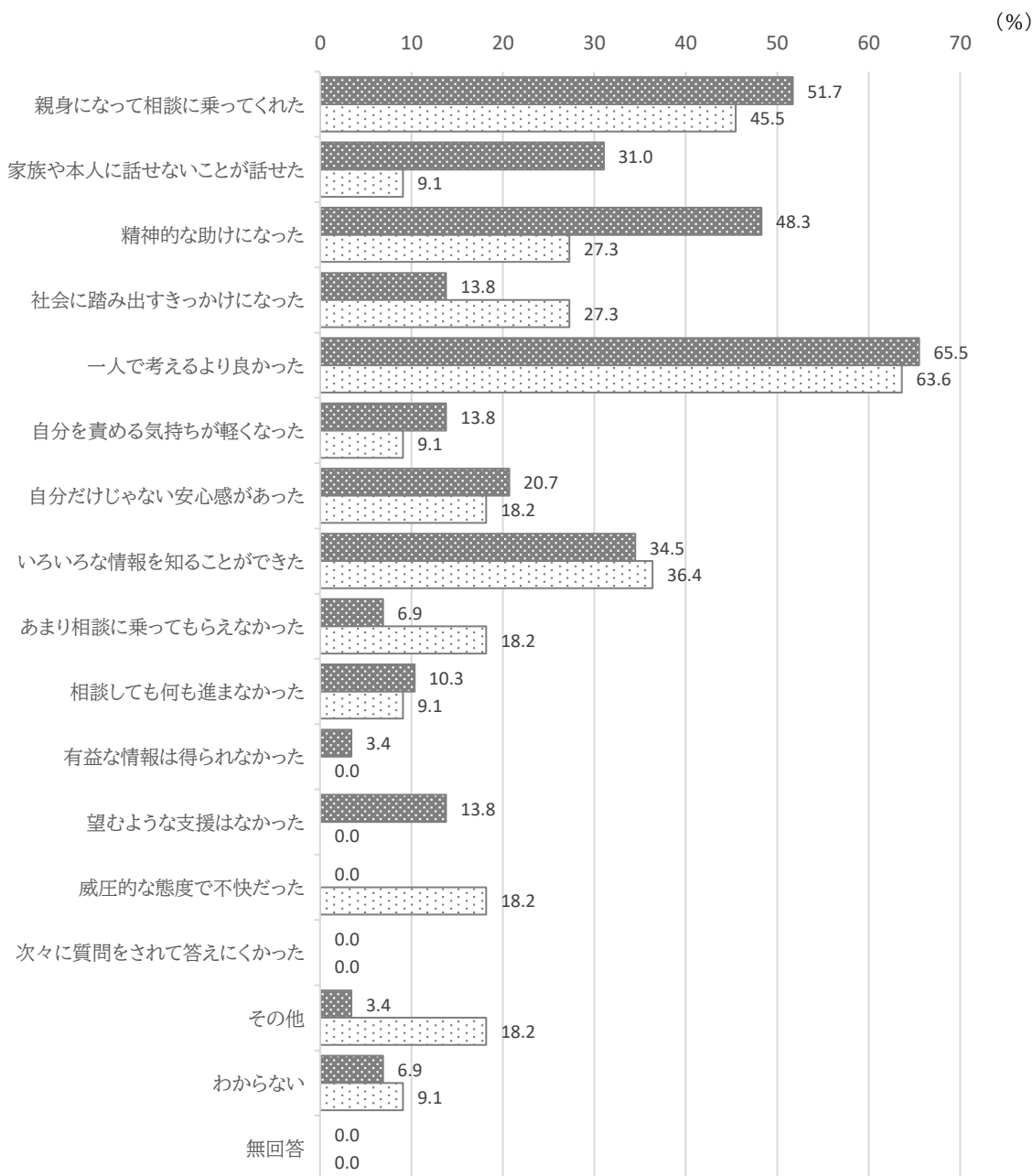


【Q16で、1に○をつけた方のみ回答】

Q17-3 関係機関に相談したとき、あなた(その方)はどのように感じましたか。(○はいくつでも)

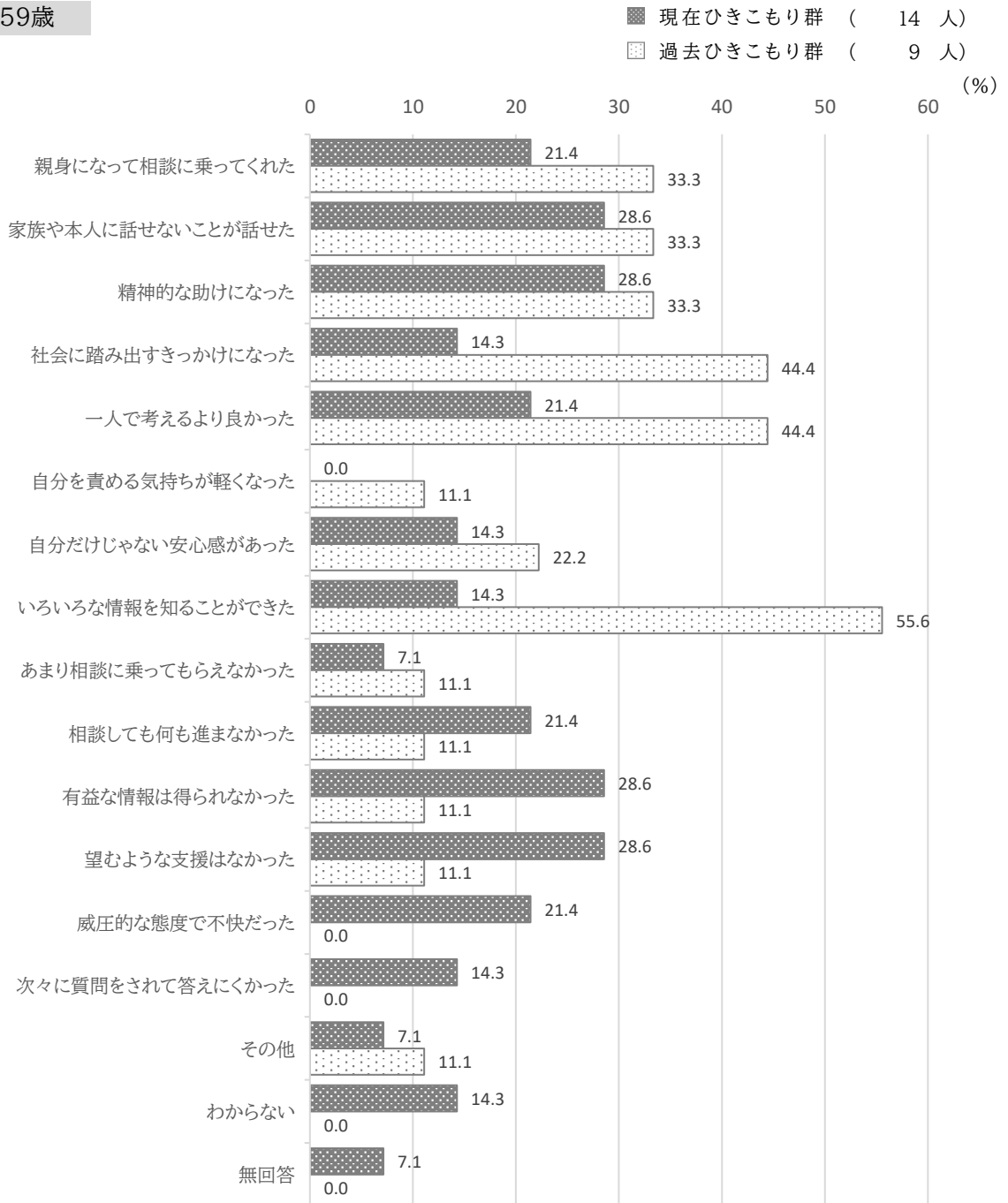
15歳～39歳

■ 現在ひきこもり群 (29 人)
 □ 過去ひきこもり群 (11 人)



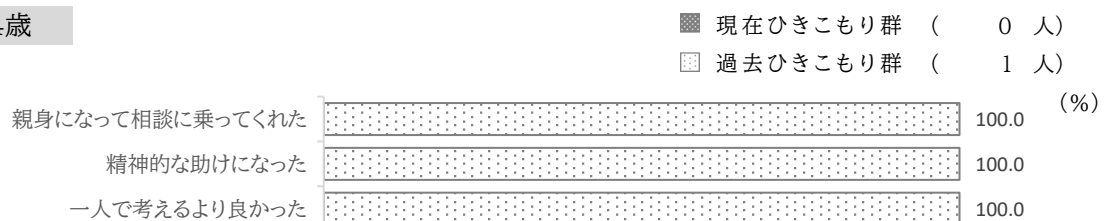
関係機関に相談したときの印象については、現在ひきこもり群・過去ひきこもり群ともに「一人で考えるより良かった」が65.5%・63.6%で最も多く、ついで「親身になって相談に乗ってくれた」が51.7%・45.5%が多かった。

40歳～59歳



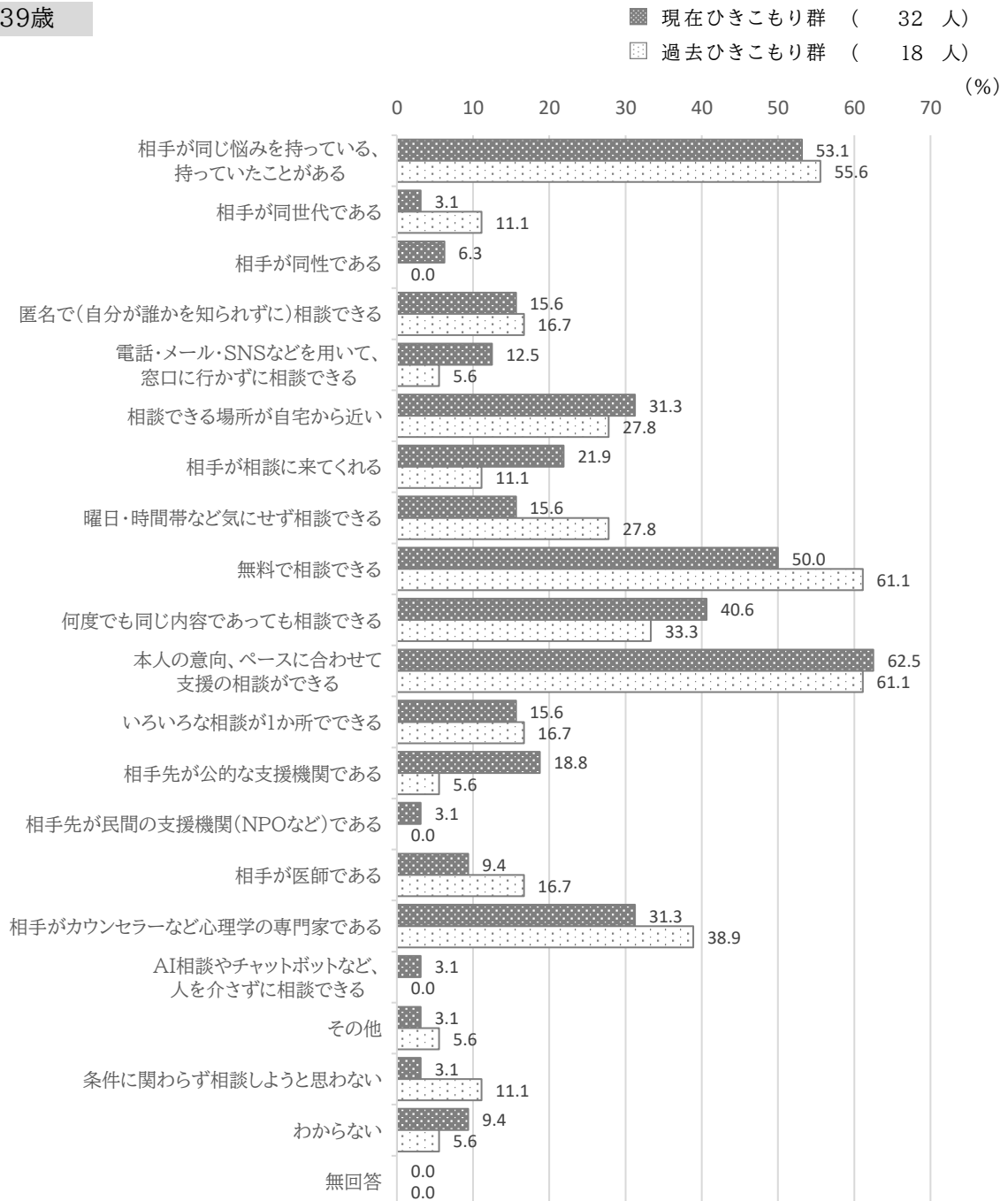
関係機関に相談したときの印象については、過去ひきこもり群では、「いろいろな情報を知ることができた」が55.6%で最も多く、現在ひきこもり群では、「家族や本人に話せないことが話せた」、「精神的な助けになった」、「有益な情報は得られなかった」及び「望むような支援はなかった」が28.6%で回答が分かれた。

60歳～64歳



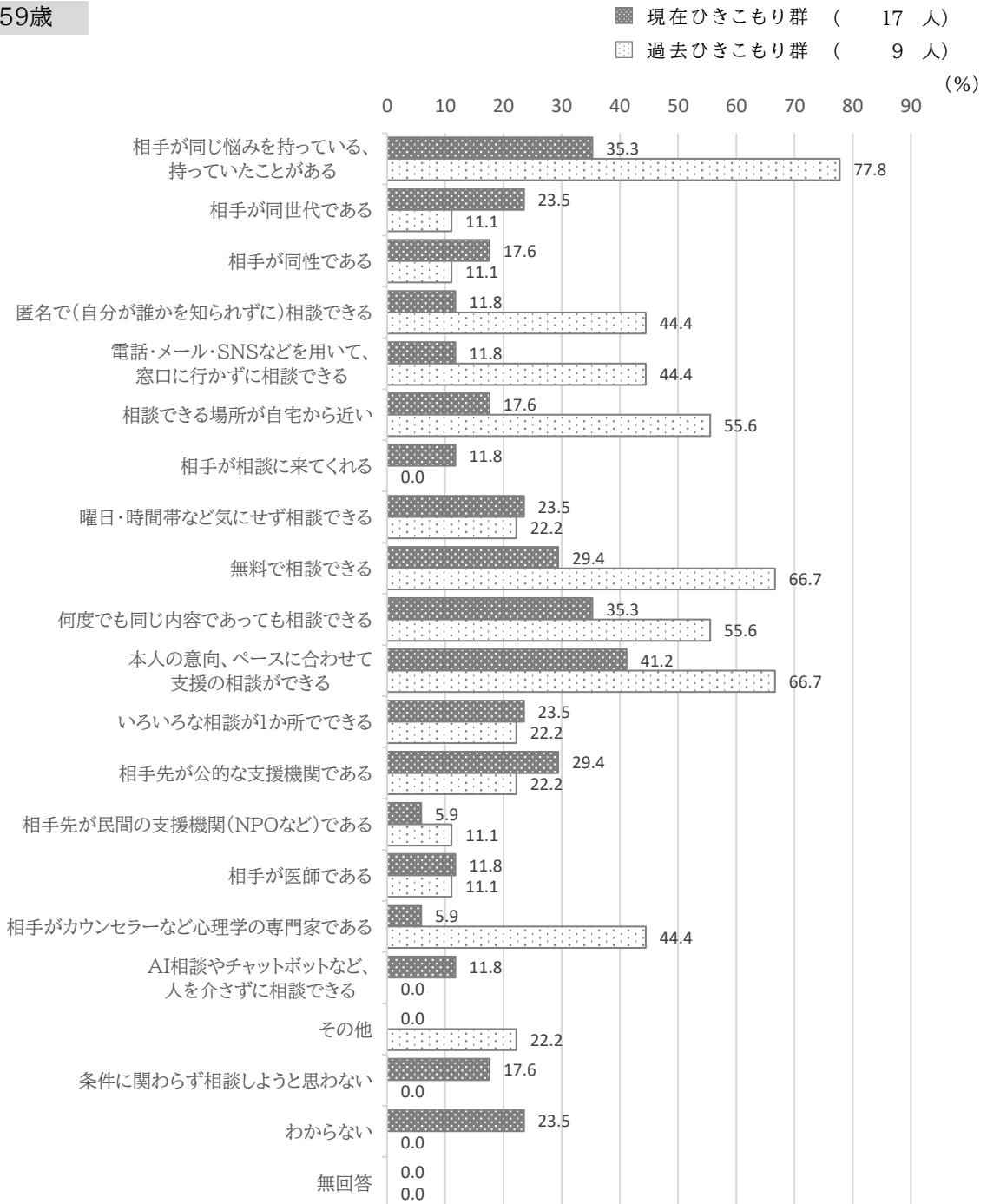
Q18 ひきこもりの状態になったとき、家族や知り合い以外に相談するとすれば、どのような人や場所なら相談したいと、あなたは思いますか。(〇はいくつでも)

15歳～39歳



ひきこもり状態になった時に相談する人や場所については、現在ひきこもり群では「本人の意向、ペースに合わせて支援の相談ができる」が62.5%で最も多く、ついで「相手が同じ悩みを持っている、持っていたことがある」が53.1%であった。過去ひきこもり群では「無料で相談できる」及び「本人の意向、ペースに合わせて支援の相談ができる」が61.1%で最も多く、ついで「相手が同じ悩みを持っている、持っていたことがある」が55.6%であった。

40歳～59歳



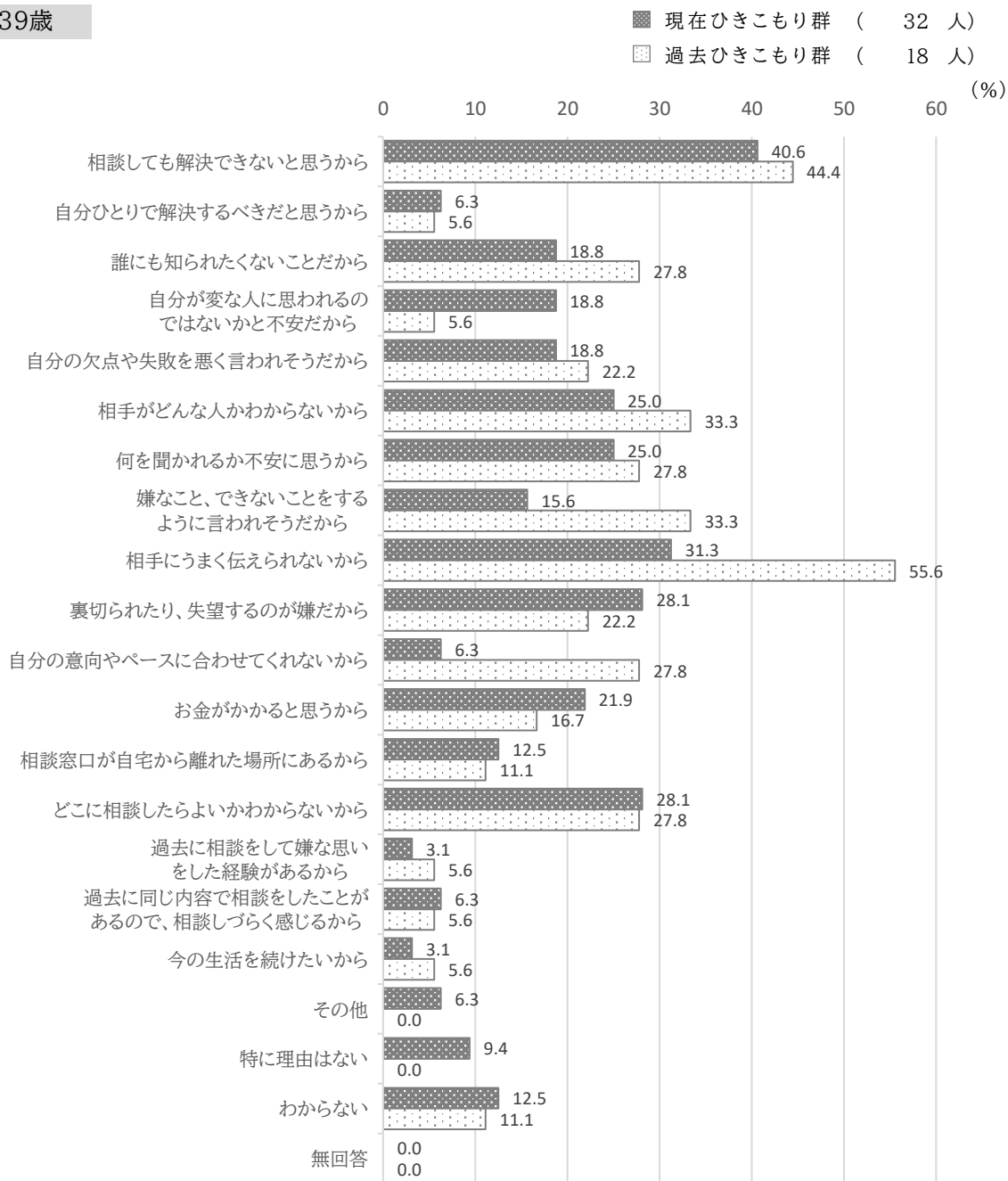
ひきこもり状態になった時に相談する人や場所については、現在ひきこもり群では「本人の意向、ペースに合わせて支援の相談ができる」が41.2%で最も多く、ついで「相手が同じ悩みを持っている、持っていたことがある」及び「何度でも同じ内容であっても相談できる」が35.3%であった。過去ひきこもり群では「相手が同じ悩みを持っている、持っていたことがある」が77.8%で最も多く、ついで「無料で相談できる」及び「本人の意向、ペースに合わせて支援の相談ができる」が66.7%であった。

60歳～64歳



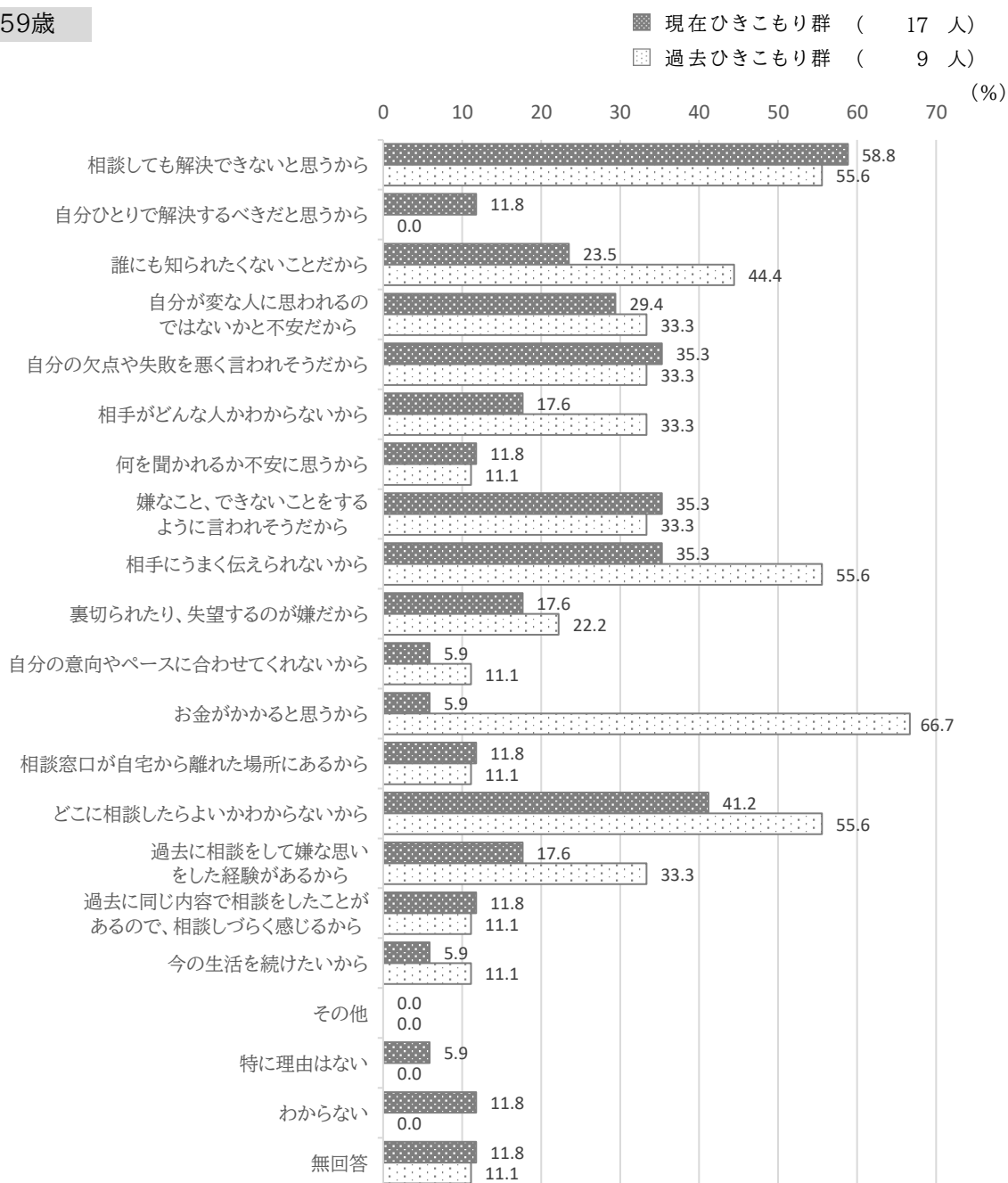
Q19 あなたが相談することができない、又は相談したくない気持ちになる場合、その理由は何ですか。
(〇はいくつでも)

15歳～39歳



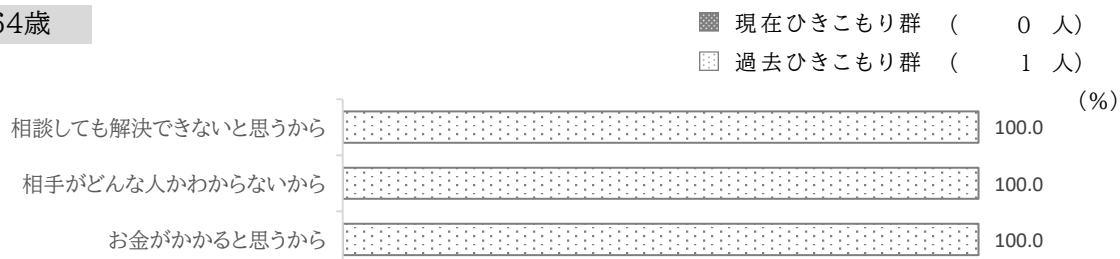
相談することができない、又は相談したくない気持ちになる理由については、現在ひきこもり群では「相談しても解決できないと思うから」が40.6%で最も多く、ついで「相手にうまく伝えられないから」が31.3%であった。過去ひきこもり群では「相手にうまく伝えられないから」が55.6%で最も多く、ついで「相談しても解決できないと思うから」が44.4%であった。

40歳～59歳



相談することができない、又は相談したくない気持ちになる理由については、現在ひきこもり群では「相談しても解決できないと思うから」が58.8%で最も多く、ついで「どこに相談したらよいかわからないから」が41.2%であった。過去ひきこもり群では「お金がかかると思うから」が66.7%で最も多く、ついで「相談しても解決できないと思うから」及び「相手にうまく伝えられないから」、「どこに相談したらよいかわからないから」が55.6%であった。

60歳～64歳

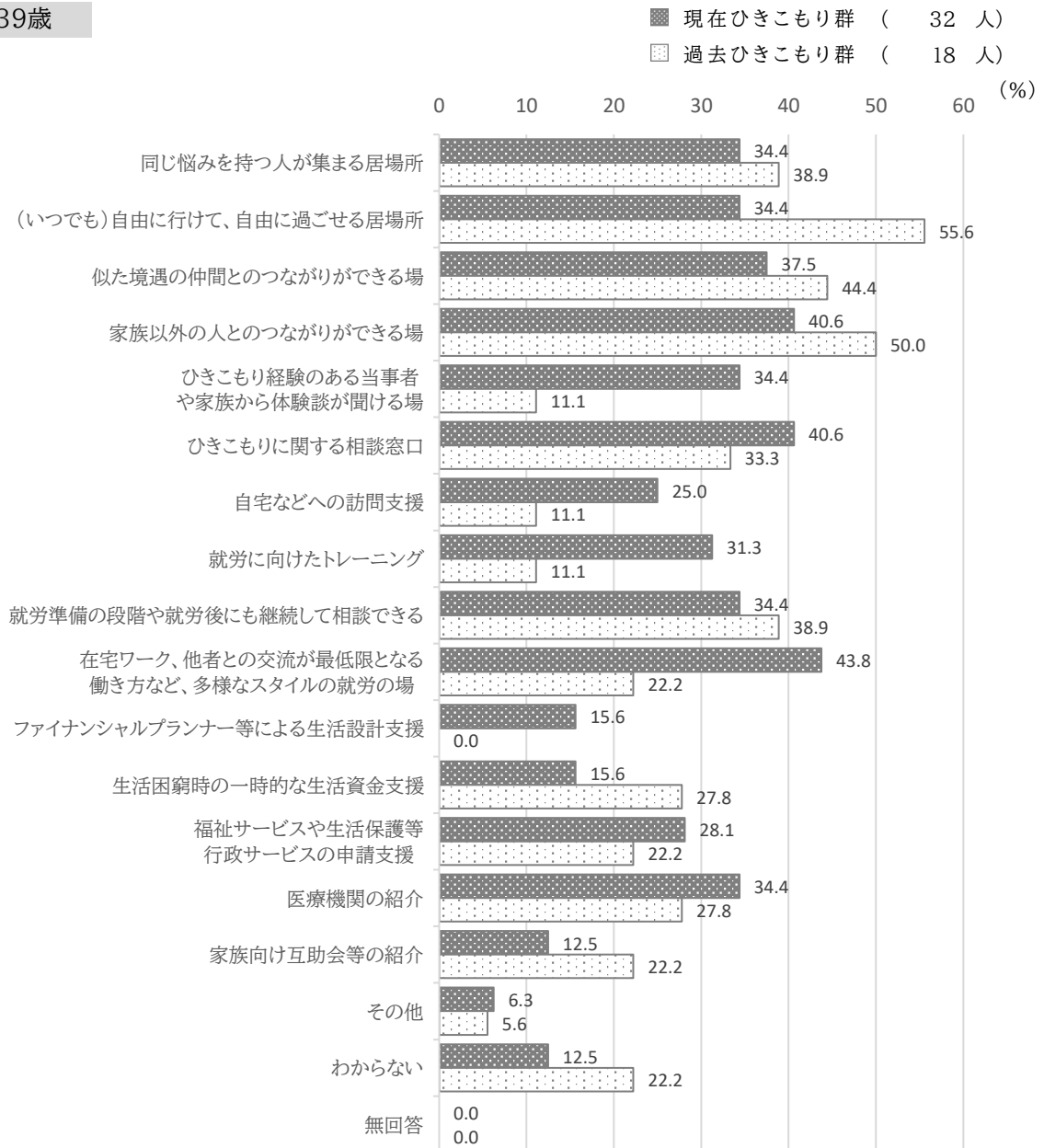


その他の内容

年代	内容
すべて	否定されたくない 親自身混乱しているところと最初に連絡したらいいのか分からないし、まだいいかとかためらいがあるので、背中を押してくれる人がいると心強い。

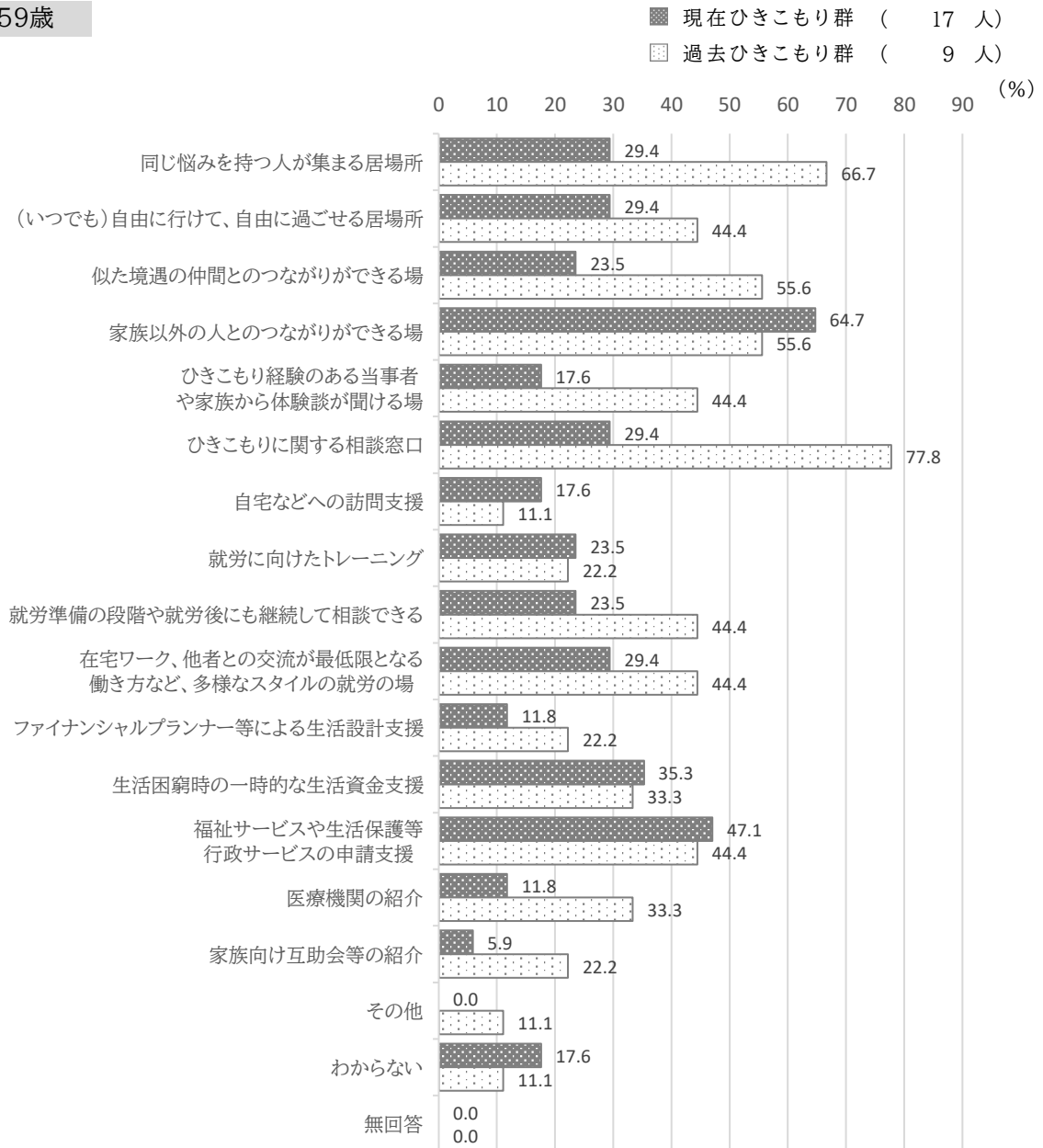
Q20 ひきこもりで悩む方々に対して、どのような支援等があると良いと、あなたは思いますか。
(〇はいくつでも)

15歳～39歳



ひきこもりで悩む方々に対する支援については、現在ひきこもり群では「在宅ワーク、他者との交流が最低限となる働き方など、多様なスタイルの就労の場」が43.8%で最も多く、ついで「家族以外の人とのつながりができる場」及び「ひきこもりに関する相談窓口」が40.6%であった。過去ひきこもり群では「(いつでも)自由に行けて、自由に過ごせる居場所」が55.6%で最も多く、ついで「家族以外の人とのつながりができる場」が50.0%であった。

40歳～59歳



ひきこもりで悩む方々に対する支援については、現在ひきこもり群では「家族以外の人とのつながりができる場」が64.7%で最も多く、ついで「福祉サービスや生活保護等行政サービスの申請支援」が47.1%であった。過去ひきこもり群では「ひきこもりに関する相談窓口」が77.8%で最も多く、ついで「同じ悩みを持つ人が集まる居場所」が66.7%であった。

60歳～64歳

