

子どもの頃の 「肯定的な経験」は成人期の孤独感と関連するのか

任 炳豫

北海道大学 大学院 医学院
公衆衛生学教室



未来社会のあるべきかたち

- ◆子どもが安心して育ち、大人になっても孤独になりにくい社会へ
- ◆子どもの支援を「将来の健康資源」として
- ◆孤独を個人の問題にせず、社会全体で予防する

研究課題

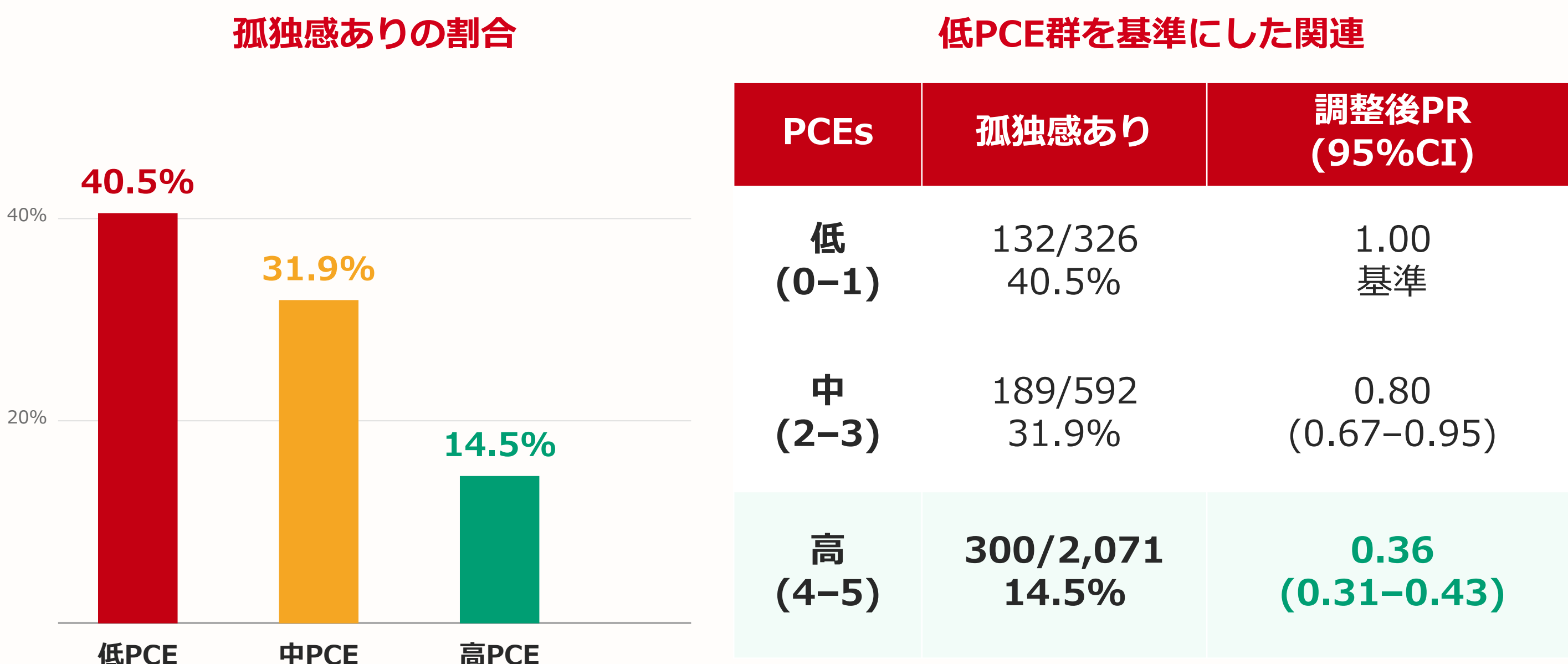
- ・18歳以前の「肯定的な経験」は 成人期の孤独感と関連するのか？
- ・PCEs（Positive Childhood Experiences）＝子ども期に得られた安心・支え・信頼できる経験

PCEsでたずねた5つの項目

- ・家族に気持ちを話せられた
- ・困った時に家族が支えてくれた
- ・家族以外に信頼できる大人がいた
- ・家以外にも安心できる居場所があった
- ・安心できる友人・恋人がいた

結果：PCEsが多い群ほど、孤独感ありの割合が低かった

PCEsが多いほど、孤独感ありの割合は段階的に低下



高PCE群では、低PCE群と比べて孤独感ありの割合が低かった（調整後PR=0.36）。

割合はデータ（PCE・孤独感ともに回答あり）に基づく。
調整：年齢・性別・教育・婚姻・所得・喫煙・飲酒・COVID-19感染歴。

子ども期の「安心」を社会でつくる

家庭

話を聞く
困った時に支える

学校

相談できる先生
安心できるクラス

地域

家以外の居場所
信頼できる大人

大切なのは、特別な支援だけではありません。
「話を聞いてくれる人」「安心していられる場所」を増やすことが、
将来の孤独を減らすに繋がります。