

令和8年5月20日

各報道機関文教担当記者 様

## 見えにくい子どもの孤独を4項目で把握 小中学生向け孤独感の新尺度「KULoS」を開発

金沢大学人間社会研究域人文学系／子どものこころの発達研究センターの村山恭朗准教授を中心とする共同研究グループは、子どもの「見えにくい孤独」を短時間で把握できる新しい尺度「Kanazawa University Loneliness Scale for Children and Adolescents (KULoS)」を開発し、その有効性を明らかにしました。本尺度は、小学1年生から中学3年生までを対象に、わずか4つの質問で孤独感の状態を評価できる点が特徴です。信頼性と妥当性に優れ、学校や地域の支援の現場でも手軽に活用できることが確認されました。

本研究は、2024年1月の能登半島地震後の子ども支援の一環として、石川県内の小中学校で実施された調査に基づいています。調査は2回にわたって行われ、2024年10月には856人、2025年2月には709人の児童生徒が参加しました。分析の結果、KULoSで測定された孤独感は、子ども自身の抑うつ症状と強く関連しており、さらに、ある時点での孤独感の高さが、約4カ月後の抑うつ症状の悪化を予測することが明らかになりました。

災害後の子どもたちは、一見落ち着いているように見えても、心の中では孤独や不安を抱えている場合があります。しかし、孤独感は本人が言葉にしにくく、周囲からも把握しにくいという課題があります。本研究は、こうした「気づきにくいサイン」を、子どもに大きな負担をかけることなく把握するための実践的な手法を提示するものです。本成果は、被災地支援にとどまらず、日常の学校保健や教育相談、地域における子ども支援の場面での活用が期待されます。

本研究成果は、2026年5月5日に国際学術誌『Discover Mental Health』のオンライン版に掲載されました。

## 【研究の背景】

孤独感は、子どもや思春期初期のメンタルヘルスに大きな影響を及ぼす重要な要因の一つとされています。しかし、子どもの孤独感は外からは見えにくく、本人も言葉にしにくいという特徴があります。また、既存の孤独感尺度には、質問項目数が多いこと、年齢特性に十分対応していない場合があること、子どもの多様な対人関係の実態を十分に反映しきれていないといった課題がありました。

そこで本研究では、小学生から中学生までの幅広い年齢層に対応し、**短時間で簡便に実施でき、学校現場でも使いやすい孤独感尺度の開発**を目指しました。

## 【研究成果の概要】

本研究グループは、既存の尺度や臨床心理学の知見をもとに、子どもの孤独感を評価する10項目の質問案を作成しました。その後、統計的な分析と妥当性の検証を行った結果、**直接的に孤独感を尋ねる4項目が、最も安定して子どもの孤独感を捉える**ことが明らかになりました。

この4項目からなる新しい尺度「KULoS」は、高い信頼性を備えるとともに、単一項目の孤独感指標や抑うつ症状との間に強く関連が認められ、尺度として妥当性の高さが実証されました。さらに、約4カ月の間隔を置いた縦断調査の結果、**ある時点での孤独感の高さが、その後の抑うつ症状を予測する**ことが示されました。これは、KULoSが現在の状態を把握するだけでなく、**将来のこころの不調の兆しに早く気づくための指標となる可能性**を示しています。

本研究の社会的意義は、子どものこころの変化を早期に把握するための、**簡便かつ信頼性の高い評価ツールを提供した点**にあります。近年、日本では子どもや若者の自殺が増加傾向にあり、メンタルヘルス対策は喫緊の課題となっています。孤独感は、将来的なこころの不調や自殺リスクとも関連することが知られており、本研究の成果は、学校や地域において子どもの孤独により早く気づき、必要な支援につなげるための基盤と考えられます。

また、KULoSは**わずか4項目で構成される**ため、実施負担が比較的小さく、学校現場での定期的な見守りにも活用しやすい特徴があります。こうした特性を踏まえ、被災地支援での活用に加え、日常の学校保健や教育相談、地域における子ども支援の場面への展開も見込まれます。

## 【今後の展開】

石川県以外の地域や、より年齢の高い思春期・青年期を対象とした集団においても検証を進めることで、本尺度の有用性や一般化可能性をさらに検討していく必要があります。さらに、学校・家庭・地域・医療・福祉が連携し、子どもの孤独のサインを早期に捉えて支援につなげる仕組みの中で、本研究成果を活用していくことが望まれます。

本研究は、JST ムーンショット型研究開発事業（JPMJMS229C-14a）の支援を受けて実施されました。

表1 KULoSの教示および項目

最近、あなたは下の質問に書かれてあることをどのくらい感じますか？  
「まったく感じない」「あまり感じない」「ときどき感じる」「いつも感じる」から選んでください。

No.	項目
1	一緒に遊んだり話したりする友だちがいなくて悲しい
2*	友人を頼ることができると感じる
3	周りの子どもや大人から無視されているように感じる
4*	家族や先生は私の気持ちを大切にしてくれると感じる
5	色んなことを話せる友だちがいなくて悲しい
6*	嬉しいことや悲しいことを話せる友だちがいると感じる
7	誰かと一緒にいたいときに、誰もいなくて悲しい

各項目は、「まったく感じない」（1点）から「いつも感じる」（4点）までの4段階で評価する。孤独感の評価は、4項目のうち直接的に孤独感を尋ねる項目（奇数項目）の合計で行い、得点が高いほど孤独感が強いことを示す。残りの項目（偶数項目）は、回答の偏りを防ぐための「緩衝項目」である。（Murayama Y. et al., *Discov. Ment. Health* (2026) を基に作成。）

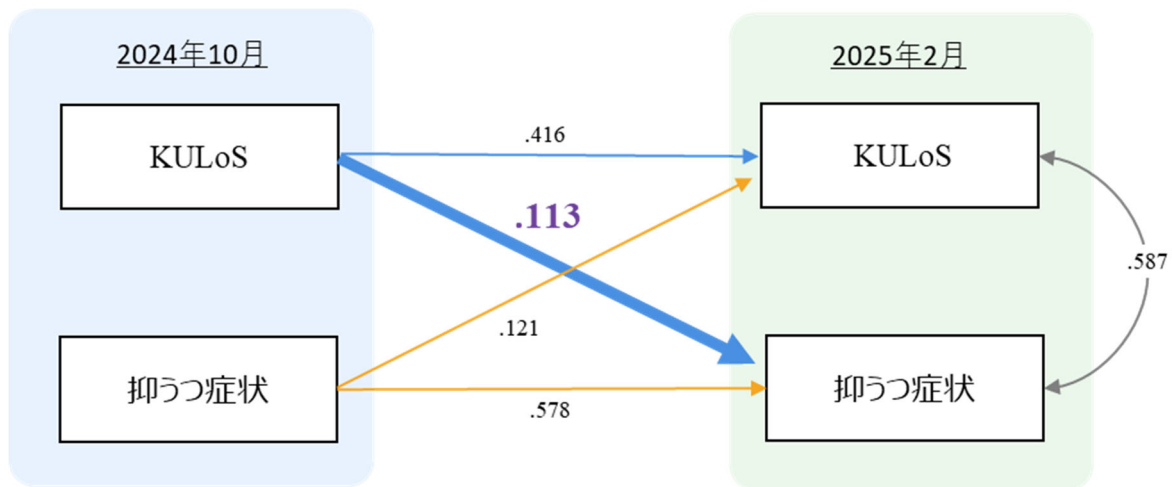


図1 KULoSの予測的妥当性

数値は、標準偏回帰係数を示す。孤独感（KULoS）と抑うつ症状の相互の影響について、0.03は弱い効果、0.07は中程度の効果、0.12は強い効果を表す。（Murayama Y. et al., *Discov. Ment. Health* (2026) を基に作成。）

### 【掲載論文】

雑誌名：*Discover Mental Health*

論文名：Development and Psychometric Validation of the Kanazawa University Loneliness Scale for Children and Adolescents

（子どもと青年を対象とする金沢大学孤独感尺度の開発と妥当性の検証）

著者名：Yasuo Murayama 1, 2), Daiki Soma 3), Masafumi Kameya 3), Makiko Nishiura 4), Ai Uemiya 1), Sanae Tanaka 2), Minehisa Ueda 5), Masatsugu Tsujii 2, 6), and Mitsuru Kikuchi 2, 3)

（村山恭朗、相馬大輝、亀谷仁郁、西浦真喜子、上宮愛、田中早苗、植田峰悠、辻井正次、菊知充）

所属

- 1) 金沢大学 人間社会研究域 人文学系
- 2) 金沢大学 子どものこころの発達研究センター
- 3) 金沢大学 医薬保健研究域 医学系 精神行動科学
- 4) 大和大学 社会学部
- 5) 北陸学院大学 社会学部 社会学科
- 6) 中京大学 現代社会学部

掲載日時：2026年5月5日にオンライン版に掲載されました。

DOI：10.1007/s44192-026-00462-z

### 【用語解説】

#### ※1 孤独感

周囲に人がいるかどうかだけでなく、「わかってもらえない」「つながれていない」と感じる主観的なこころの状態。

---

### 【本件に関するお問い合わせ先】

#### ■研究内容に関すること

金沢大学人間社会研究域人文学系／子どものこころの発達研究センター 准教授

村山 恭朗（むらやま やすお）

TEL : 076-264-5539（金沢大学人間社会研究域）

076-265-2857（子どものこころの発達研究センター）

E-mail : y-murayama@staff.kanazawa-u.ac.jp

#### ■広報担当

金沢大学人間社会系事務部総務課総務担当

檜田 恵里（かしだ えり）

TEL : 076-264-5450

E-mail : n-soumu@adm.kanazawa-u.ac.jp