

2018年度「全国相談室・働く人の悩みホットライン」統計結果

【統計の概要】

期 間：2018年4月1日～2019年3月31日までの1年間

相談室：日本産業カウンセラー協会が所有する全国37ヶ所の相談室の利用状況

(札幌、青森、仙台、盛岡、高崎、新潟、長野、さいたま、宇都宮、柏、千葉、ひたちなか、
 渋谷、立川、甲府、横浜、名古屋、静岡、津、金沢、大阪、京都、神戸、岡山、広島、
 松江、松山、高松、高知、徳島、福岡、北九州、宮崎、鹿児島、長崎、熊本、浦添)

電話相談：通年開設している無料電話相談「働く人の悩みホットライン」の利用状況

相談内容の内訳：相談内容を『職場の問題』『キャリアカウンセリング』『自分自身のこと』『メンタル不調・病気』『家庭の問題』『生活全般』の6つの分野に分類し、各分野ごとに相談内容を細分化しています。対応したカウンセラーが各相談者からの主な相談内容を一つだけ選択する形で統計をまとめました。

【相談室利用状況】

- ・相談室の利用に関しては、男女ともに40代の利用が最も多く、利用者全体の30.5%（1,621人）を占めています。
- ・利用者全体では、女性が男性を397件上回る利用件数となっています。（男女比 46.3 : 53.7）
- ・相談内容は、『自分自身のこと』（1,778件、33.5%）、『職場の問題』（1,658件、31.2%）の順で多くなっており、それぞれ約3割強を占めています。
- ・『自分自身のこと』では「生き方」についての相談が最も多く705件、39.7%、『職場の問題』では「仕事のこと」（740件、44.6%）「人間関係」（628件、37.9%）、についての悩み・相談が多く、『職場の問題』で悩んでいる相談者の8割以上が、この2つの問題で悩んでいることがわかりました。

◆年代・男女別相談件数割合

	男性	割合	女性	割合	合計	割合
10代	4	0.1%	14	0.5%	18	0.3%
20代	475	19.3%	484	17%	959	18.1%
30代	390	15.9%	726	25.4%	1,116	21.0%
40代	847	34.5%	774	27.1%	1,621	30.5%
50代	602	24.5%	614	21.5%	1,216	22.9%
60代	108	4.4%	182	6.4%	290	5.5%
70代以上	31	1.3%	59	2.1%	90	1.7%
不明	1	0.04%	2	0.07%	3	0.1%
総計	2,458		2,855		5,313	100%

◆分野別・年代別相談件数

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
職場の問題	3	358	324	448	459	66	0	0	1,658	31.2%
キャリアカウンセリング	0	138	135	148	70	9	1	0	501	9.4%
自分自身のこと	7	258	432	562	352	120	44	3	1,778	33.5%
メンタル不調・病気	7	147	116	218	106	29	3	0	626	11.8%
家庭の問題	1	52	94	218	215	52	32	0	664	12.5%
生活全般	0	1	2	6	6	4	4	0	23	0.4%
その他	0	5	13	21	8	10	6	0	63	1.2%
総計	18	959	1,116	1,621	1,216	290	90	3	5,313	100%

◆分野別相談件数割合

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める男性の割合	女性	全体に占める女性の割合
A) 職場の問題	1,658	31.2%	823	49.6%	835	50.4%
B) キャリアカウンセリング	501	9.4%	280	55.9%	221	44.1%
C) 自分自身のこと	1,778	33.5%	691	38.9%	1,087	61.1%
D) メンタル不調・病気	626	11.8%	413	66.0%	213	34.0%
E) 家庭の問題	664	12.5%	221	33.3%	443	66.7%
F) 生活全般	23	0.4%	6	26.1%	17	73.9%
G) その他	63	1.2%	24	38.1%	39	61.9%
総計	5,313	100%	2,458	46.3%	2,855	53.7%

【A）職場の問題】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める男性の割合	女性	全体に占める女性の割合
仕事のこと	740	44.6%	430	58.1%	310	41.9%
人間関係	628	37.9%	234	37.3%	394	62.7%
職場環境	121	7.3%	68	56.2%	53	43.8%
労働条件	30	1.8%	15	50.0%	15	50.0%
セクハラ・パワハラ	66	4.0%	40	60.6%	26	39.4%
いじめ	16	1.0%	3	18.8%	13	81.3%
その他	57	3.4%	33	57.9%	24	42.1%
合計	1,658	100%	823	49.6%	835	50.4%

【B）キャリアカウンセリング】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める男性の割合	女性	全体に占める女性の割合
仕事の適性	77	15.4%	34	44.2%	43	55.8%
雇用形態	35	7.0%	13	37.1%	22	62.9%
転職・退職	159	31.7%	104	65.4%	55	34.6%
キャリアプランニング(開発)	69	13.8%	37	53.6%	32	46.4%
ライフキャリア	53	10.6%	33	62.3%	20	37.7%
求職	25	5.0%	12	48.0%	13	52.0%
復職	64	12.8%	37	57.8%	27	42.2%
解雇	5	1.0%	1	20.0%	4	80.0%
その他	14	2.8%	9	64.3%	5	35.7%
合計	501	100%	280	55.9%	221	44.1%

【C）自分自身のこと】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
性格	618	34.8%	210	34.0%	408	66.0%
人間関係	222	12.5%	56	25.2%	166	74.8%
生き方	705	39.7%	325	46.1%	380	53.9%
恋愛・結婚	53	3.0%	23	43.4%	30	56.6%
友人関係	39	2.2%	20	51.3%	19	48.7%
病気	57	3.2%	21	36.8%	36	63.2%
その他	84	4.7%	36	42.9%	48	57.1%
合計	1,778	100%	691	38.9%	1,087	61.1%

【D）メンタル不調・病気】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
うつ	241	38.5%	202	83.8%	39	16.2%
パニック障害	13	2.1%	2	15.4%	11	84.6%
PTSD	9	1.4%	5	55.6%	4	44.4%
メンタルな病気	227	36.3%	141	62.1%	86	37.9%
その他	122	19.5%	55	45.1%	67	54.9%
希死念慮	14	2.2%	8	57.1%	6	42.9%
合計	626	100%	413	66.0%	213	34.0%

【E）家庭の問題】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
夫婦問題・離婚	265	39.9%	100	37.7%	165	62.3%
DV	10	1.5%	1	10.0%	9	90.0%
親子関係	229	34.5%	69	30.1%	160	69.9%
育児	28	4.2%	9	32.1%	19	67.9%
虐待	3	0.5%	0	0%	3	100%
ひきこもり	14	2.1%	6	42.9%	8	57.1%
介護	21	3.2%	12	57.1%	9	42.9%
その他	94	14.2%	24	25.5%	70	74.5%
合計	664	100%	221	33.3%	443	66.7%

【F）生活全般】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
金銭問題	9	39.1%	3	33.3%	6	66.7%
法律問題	0	0%	0	0%	0	0%
隣人とのトラブル	4	17.4%	0	0%	4	100%
ストーカー	0	0%	0	0%	0	0%
その他	10	43.5%	3	30.0%	7	70.0%
合計	23	100%	6	26.1%	17	73.9%

【電話相談「働く人の悩みホットライン」利用状況】

- ・「働く人の悩みホットライン」の利用に関しては、40代（1,400件、27.7%）、30代（1,212件、24.0%）、50代（1,127件、22.3%）の順で多くなっています。
- ・利用者全体における男女による利用件数の差では、昨年より女性の比率があがりました。
（男女比 44.3 : 55.7）
- ・相談内容は、『職場の問題』についての相談が最も多く2,196件（43.4%）、『自分自身のこと』についての相談は2番目に多く1,287件（25.4%）を占め、この2つで全体の約7割の相談件数となりました。
- ・『職場の問題』では、「人間関係」についての相談が1,062件（48.4%）で、『職場の問題』の相談の約半数を占める結果となりました。

◆年代・男女別相談件数割合

	男性	割合	女性	割合	合計	割合
10代	10	0.1%	18	0.6%	28	0.6%
20代	283	12.6%	435	15.4%	718	14.2%
30代	583	26.0%	629	22.3%	1,212	24.0%
40代	604	26.7%	796	28.3%	1,400	27.7%
50代	494	22%	633	22.5%	1,127	22.3%
60代	210	9.4%	228	8.1%	438	8.7%
70代以上	7	0.3%	12	0.4%	19	0.4%
不明	50	2.2%	66	2.3%	116	2.3%
	2,241		2,817		5,058	100%

◆分野別・年代別相談件数

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
A. 職場の問題	11	386	584	678	458	50	3	26	2,196	43.4%
B. キャリアカウンセリング*	6	150	156	185	132	11	0	8	648	12.8%
C. 自分自身のこと	8	111	272	304	307	256	0	29	1,287	25.4%
D. メンタル不調・病気	0	40	110	141	79	72	0	5	447	8.8%
E. 家庭の問題	1	11	51	63	81	32	11	1	251	5.0%
F. 生活全般	1	8	20	20	67	15	4	2	137	2.7%
G. その他	1	12	19	9	3	2	1	45	92	1.8%
合計	28	718	1,212	1,400	1,127	438	19	116	5,058	100%

◆分野別相談件数割合

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
A) 職場の問題	2,196	43.4%	785	35.7%	1,411	64.3%
B) キャリアカウンセリング*	648	12.8%	306	47.2%	342	52.8%
C) 自分自身のこと	1,287	25.4%	649	50.4%	638	49.6%
D) メンタル不調・病気	447	8.8%	305	68.2%	142	31.8%
E) 家庭の問題	251	5.0%	64	25.5%	187	74.5%
F) 生活全般	137	2.7%	74	54.0%	63	46.0%
G) その他	92	1.8%	58	63.0%	34	37.0%
合計	5,058	100%	2,241	44.3%	2,817	55.7%

【A）職場の問題】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
仕事のこと	680	31.0%	327	48.1%	353	51.9%
人間関係	1,062	48.4%	314	29.6%	748	70.4%
職場環境	146	6.6%	45	30.8%	101	69.2%
労働条件	96	4.4%	31	32.3%	65	67.7%
セクハラ・パワハラ	130	5.9%	34	26.2%	96	73.8%
いじめ	39	1.8%	13	33.3%	26	66.7%
その他	43	2.0%	21	48.8%	22	51.2%
合計	2,196	100%	785	35.7%	1,411	64.3%

【B）キャリアカウンセリング*】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
仕事の適性	45	6.9%	19	42.2%	26	57.8%
雇用形態	11	1.7%	4	36.4%	7	63.6%
転職・退職	303	46.8%	126	41.6%	177	58.4%
キャリアプランニング(開発)	21	3.2%	6	28.6%	15	71.4%
ライフキャリア	39	6.0%	17	43.6%	22	56.4%
求職	120	18.5%	50	41.7%	70	58.3%
復職	84	13.0%	73	86.9%	11	13.1%
解雇	13	2.0%	5	38.5%	8	61.5%
その他	12	1.9%	6	50.0%	6	50.0%
合計	648	100%	306	47.2%	342	52.8%

【C）自分自身のこと】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
性格	115	8.9%	41	35.7%	74	64.3%
人間関係	141	11.0%	37	26.2%	104	73.8%
生き方	526	40.9%	289	54.9%	237	45.1%
恋愛・結婚	68	5.3%	25	36.8%	43	63.2%
友人関係	21	1.6%	3	14.3%	18	85.7%
病気	178	13.8%	119	66.9%	59	33.1%
その他	238	18.5%	135	56.7%	103	43.3%
合計	1,287	100%	649	50.4%	638	49.6%

【D）メンタル不調・病気】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
うつ	162	36.2%	132	81.5%	30	18.5%
パニック障害	5	1.1%	2	40.0%	3	60.0%
PTSD	1	0.2%	1	100%	0	0%
メンタルな病気	173	38.7%	107	61.8%	66	38.2%
その他	87	19.5%	46	52.9%	41	47.1%
希死念慮	19	4.3%	17	89.5%	2	10.5%
合計	447	100%	305	68.2%	142	31.8%

【E）家庭の問題】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
夫婦問題・離婚	63	25.1%	24	38.1%	39	61.9%
DV	1	0.4%	0	0%	1	100%
親子関係	116	46.2%	23	19.8%	93	80.2%
育児	6	2.4%	0	0%	6	100%
虐待	12	4.8%	4	33.3%	8	66.7%
ひきこもり	1	0.4%	0	0%	1	100%
介護	14	5.6%	3	21.4%	11	78.6%
その他	38	15.1%	10	26.3%	28	73.7%
合計	251	100%	64	25.5%	187	74.5%

【F）生活全般】

相談内容	件数	割合	男性	全体に占める 男性の割合	女性	全体に占める 女性の割合
金銭問題	45	32.8%	37	82.2%	8	17.8%
法律問題	9	6.6%	3	33.3%	6	66.7%
隣人とのトラブル	17	12.4%	6	35.3%	11	64.7%
ストーカー	2	1.5%	0	0%	2	100%
その他	64	46.7%	28	43.8%	36	56.3%
合計	137	100%	74	54.0%	63	46.0%