

2015年度「働く人からの悩み相談」統計結果

【統計の概要】

期 間：2015年4月1日～2016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31.9%（1,472人）を占めている。
- ・利用者全体では、男性が女性を若干上回る利用件数となっている。（男女比 51.2：48.8）
- ・相談内容については、「自分自身のこと」（34.2%）、「職場の問題」（32.1%）についての相談がそれぞれ約3割を占めている。
- ・「職場の問題」では、「仕事のこと」「人間関係」についての悩み・相談が82.3%、「自分自身のこと」では、「生き方」についての相談が最も多く36.7%となった。

◆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	8	0.3%	24	1.1%	32	0.7%
20代	310	13.1%	347	15.4%	657	14.2%
30代	569	24.1%	528	23.4%	1,097	23.8%
40代	743	31.5%	729	32.3%	1,472	31.9%
50代	658	27.9%	500	22.2%	1,158	25.1%
60代	59	2.5%	93	4.1%	152	3.3%
70代以上	10	0.4%	32	1.4%	42	0.9%
不明	5	0.2%	2	0.1%	7	0.2%
	2,362	100.0%	2,255	100.0%	4,617	100.0%

◆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	5	255	311	483	405	23	1	0	1,483	32.1%
Bキャリアカウンセリング	0	51	96	107	85	6	0	0	345	7.5%
C自分自身のこと	17	239	477	466	314	51	8	5	1,577	34.2%
Dメンタル不調・病気	7	88	109	220	121	6	0	0	551	11.9%
E家庭の問題	2	16	84	151	190	41	28	1	513	11.1%
F生活全般	0	5	6	12	11	4	3	0	41	0.9%
その他	1	3	14	33	32	21	2	1	107	2.3%
総計	32	657	1,097	1,472	1,158	152	42	7	4,617	100.0%

◆分野別相談件数割合

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
A職場の問題	1,483	32.1%	879	37.2%	604	26.8%
Bキャリアカウンセリング	345	7.5%	171	7.2%	174	7.7%
C自分自身のこと	1,577	34.2%	702	29.7%	875	38.8%
Dメンタル不調・病気	551	11.9%	370	15.7%	181	8.0%
E家庭の問題	513	11.1%	186	7.9%	327	14.5%
F生活全般	41	0.9%	27	1.1%	14	0.6%
その他	107	2.3%	27	1.1%	80	3.5%
総計	4,617	100.0%	2,362	100.0%	2,255	100.0%

<A「職場の問題」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
仕事のこと	655	44.2%	393	44.7%	262	43.4%
人間関係	565	38.1%	301	34.2%	264	43.7%
職場環境	101	6.8%	80	9.1%	21	3.5%
労働条件	12	0.8%	8	0.9%	4	0.7%
セクハラ・パワハラ	71	4.8%	43	4.9%	28	4.6%
いじめ	9	0.6%	5	0.6%	4	0.7%
その他	70	4.7%	49	5.6%	21	3.5%
合計	1,483	100.0%	879	100.0%	604	100.0%

<B「キャリアカウンセリング」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
仕事の適性	92	26.7%	35	20.5%	57	32.8%
雇用形態	28	8.1%	8	4.7%	20	11.5%
転職・退職	92	26.7%	54	31.6%	38	21.8%
キャリアプランニング(開発)	37	10.7%	19	11.1%	18	10.3%
ライフキャリア	54	15.7%	21	12.3%	33	19.0%
求職	24	7.0%	21	12.3%	3	1.7%
復職	9	2.6%	8	4.7%	1	0.6%
解雇	7	2.0%	3	1.8%	4	2.3%
その他	2	0.6%	2	1.2%	0	0.0%
合計	345	100.0%	171	100.0%	174	100.0%

<C「自分自身のこと」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
性格	501	31.8%	179	25.5%	322	36.8%
人間関係	228	14.5%	87	12.4%	141	16.1%
生き方	578	36.7%	284	40.5%	294	33.6%
恋愛・結婚	64	4.1%	28	4.0%	36	4.1%
友人関係	65	4.1%	36	5.1%	29	3.3%
病気	40	2.5%	32	4.6%	8	0.9%

その他	101	6.4%	56	8.0%	45	5.1%
合計	1,577	100.0%	702	100.0%	875	100.0%

<D「メンタル不調・病気」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
うつ	269	48.8%	209	56.5%	60	33.1%
パニック障害	8	1.5%	6	1.6%	2	1.1%
PTSD	5	0.9%	2	0.5%	3	1.7%
メンタルな病気	175	31.8%	110	29.7%	65	35.9%
その他	92	16.7%	41	11.1%	51	28.2%
希死念慮	2	0.4%	2	0.5%	0	0.0%
合計	551	100.0%	370	100.0%	181	100.0%

<E「家庭の問題」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
夫婦問題・離婚	179	34.9%	85	45.7%	94	28.7%
DV	8	1.6%	2	1.1%	6	1.8%
親子関係	203	39.6%	61	32.8%	142	43.4%
育児	20	3.9%	9	4.8%	11	3.4%
虐待	2	0.4%	0	0.0%	2	0.6%
ひきこもり	16	3.1%	5	2.7%	11	3.4%
介護	20	3.9%	2	1.1%	18	5.5%
その他	65	12.7%	22	11.8%	43	13.1%
合計	513	100.0%	186	100.0%	327	100.0%

<F「生活全般」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
金銭問題	21	51.2%	15	55.6%	6	42.9%
法律問題	6	14.6%	4	14.8%	2	14.3%
隣人とのトラブル	5	12.2%	4	14.8%	1	7.1%
ストーカー	3	7.3%	1	3.7%	2	14.3%
その他	6	14.6%	3	11.1%	3	21.4%
合計	41	100.0%	27	100.0%	14	100.0%

【通年電話相談「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、これまでと同様に男女ともに30代及び40代の利用がそれぞれ26.3%、33.1%と多くなっている。
- ・利用者全体の59.4%（3,629人）にあたる人数がこの世代（30代及び40代）に集中している。いわゆる働き盛りで多くが企業の中間管理職となるであろう年代の労働者が、多くの悩みを抱え電話相談を利用していることがわかる。
- ・男性による利用が、昨年同様に約3割増となっており、「働く人の悩みホットライン」の利用に関して、男女差がなくなってきている。
- ・相談内容については、「職場の問題」についての相談が相談内容全体の約半数（2,663件、43.6%）を占めている。
- ・「職場の問題」では、「人間関係」についての悩み・相談が1,270件（47.7%）となっており、約半数を占めている。
- ・「労働条件」に関しての相談は、相談室の利用時（12件）に比べ、11倍以上にあたる136件の相談を受けている。
- ・「キャリアカウンセリング」に関する相談が、相談室と比較して2.3倍多い810件で、そのうち「転職・退職」に関する相談は半数以上の406件となっている。

◆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	15	0.5%	8	0.3%	23	0.4%
20代	410	13.9%	498	15.7%	908	14.9%
30代	826	28.1%	781	24.7%	1,607	26.3%
40代	925	31.5%	1,097	34.7%	2,022	33.1%
50代	589	20.0%	606	19.2%	1,195	19.6%
60代	50	1.7%	43	1.4%	93	1.5%
70代以上	1	0.0%	6	0.2%	7	0.1%
不明	124	4.2%	123	3.9%	247	4.0%
	2,940	100.0%	3,162	100.0%	6,102	100.0%

◆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	16	447	764	1,002	359	33	1	41	2,663	43.6%
Bキャリアカウンセリング	2	233	237	237	81	6	0	14	810	13.3%
C自分自身のこと	1	114	245	355	423	25	0	42	1,205	19.7%
Dメンタル不調・病気	3	74	183	324	166	3	1	11	765	12.5%
E家庭の問題	0	17	36	55	87	21	5	8	229	3.8%
F生活全般	0	4	26	30	57	3	0	2	122	2.0%
その他	1	19	116	19	22	2	0	129	308	5.0%
総計	23	908	1,607	2,022	1,195	93	7	247	6,102	100.0%

◆分野別別相談件数割合

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
A職場の問題	2,663	43.6%	963	32.8%	1,700	53.8%
Bキャリアカウンセリング	810	13.3%	400	13.6%	410	13.0%
C自分自身のこと	1,205	19.7%	690	23.5%	515	16.3%
Dメンタル不調・病気	765	12.5%	532	18.1%	233	7.4%
E家庭の問題	229	3.8%	51	1.7%	178	5.6%
F生活全般	122	2.0%	77	2.6%	45	1.4%
その他	308	5.0%	227	7.7%	81	2.6%
総計	6,102	100.0%	2,940	100.0%	3,162	100.0%

<A「職場の問題」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
仕事のこと	657	24.7%	332	34.5%	325	19.1%
人間関係	1,270	47.7%	382	39.7%	888	52.2%
職場環境	250	9.4%	89	9.2%	161	9.5%
労働条件	136	5.1%	49	5.1%	87	5.1%
セクハラ・パワハラ	208	7.8%	72	7.5%	136	8.0%
いじめ	67	2.5%	7	0.7%	60	3.5%
その他	75	2.8%	32	3.3%	43	2.5%
合計	2,663	100.0%	963	100.0%	1,700	100.0%

<B「キャリアカウンセリング」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
仕事の適性	76	9.4%	38	9.5%	38	9.3%
雇用形態	19	2.3%	10	2.5%	9	2.2%
転職・退職	406	50.1%	197	49.3%	209	51.0%
キャリアプランニング(開発)	31	3.8%	19	4.8%	12	2.9%
ライフキャリア	35	4.3%	16	4.0%	19	4.6%
求職	155	19.1%	68	17.0%	87	21.2%
復職	49	6.0%	35	8.8%	14	3.4%
解雇	22	2.7%	9	2.3%	13	3.2%
その他	17	2.1%	8	2.0%	9	2.2%
合計	810	100.0%	400	100.0%	410	100.0%

< C 「自分自身のこと」に関する相談内訳 >

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
性格	124	10.3%	59	8.6%	65	12.6%
人間関係	225	18.7%	152	22.0%	73	14.2%
生き方	502	41.7%	298	43.2%	204	39.6%
恋愛・結婚	24	2.0%	9	1.3%	15	2.9%
友人関係	33	2.7%	7	1.0%	26	5.0%
病気	120	10.0%	71	10.3%	49	9.5%
その他	177	14.7%	94	13.6%	83	16.1%
合計	1,205	100.0%	690	100.0%	515	100.0%

< D 「メンタル不調・病気」に関する相談内訳 >

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
うつ	275	35.9%	211	39.7%	64	27.5%
パニック障害	7	0.9%	5	0.9%	2	0.9%
PTSD	3	0.4%	1	0.2%	2	0.9%
メンタルな病気	326	42.6%	215	40.4%	111	47.6%
その他	124	16.2%	77	14.5%	47	20.2%
希死念慮	30	3.9%	23	4.3%	7	3.0%
合計	765	100.0%	532	100.0%	233	100.0%

< E 「家庭の問題」に関する相談内訳 >

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
夫婦問題・離婚	57	24.9%	12	23.5%	45	25.3%
DV	2	0.9%	0	0.0%	2	1.1%
親子関係	109	47.6%	21	41.2%	88	49.4%
育児	7	3.1%	0	0.0%	7	3.9%
虐待	5	2.2%	3	5.9%	2	1.1%
ひきこもり	1	0.4%	0	0.0%	1	0.6%
介護	12	5.2%	4	7.8%	8	4.5%
その他	36	15.7%	11	21.6%	25	14.0%
合計	229	100.0%	51	100.0%	178	100.0%

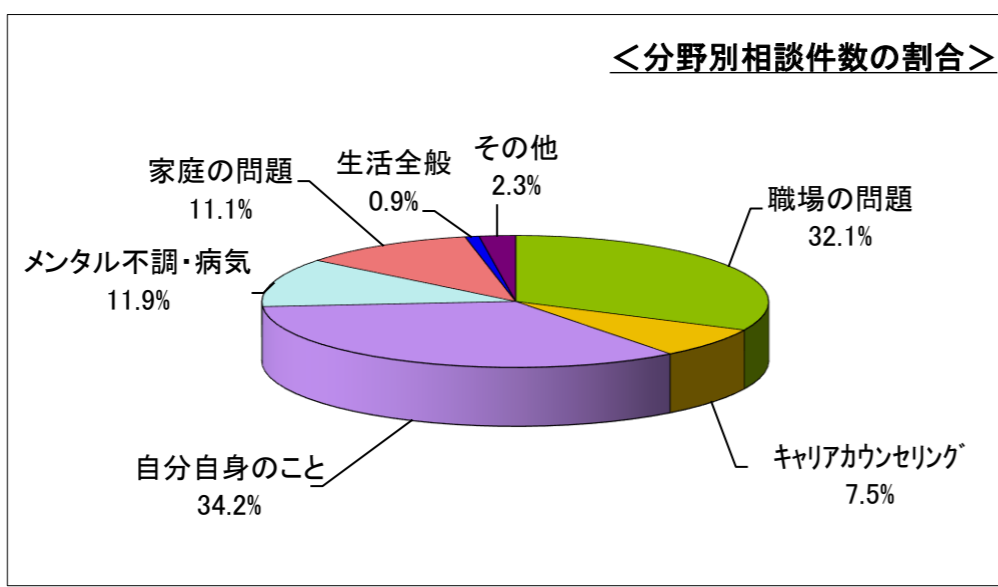
< F 「生活全般」に関する相談内訳 >

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
金銭問題	35	28.7%	26	33.8%	9	20.0%
法律問題	6	4.9%	2	2.6%	4	8.9%
隣人とのトラブル	14	11.5%	9	11.7%	5	11.1%
ストーカー	2	1.6%	0	0.0%	2	4.4%
その他	65	53.3%	40	51.9%	25	55.6%
合計	122	100.0%	77	100.0%	45	100.0%

＜全国相談室相談件数 報告書集計（平成27年4月～平成28年3月）＞

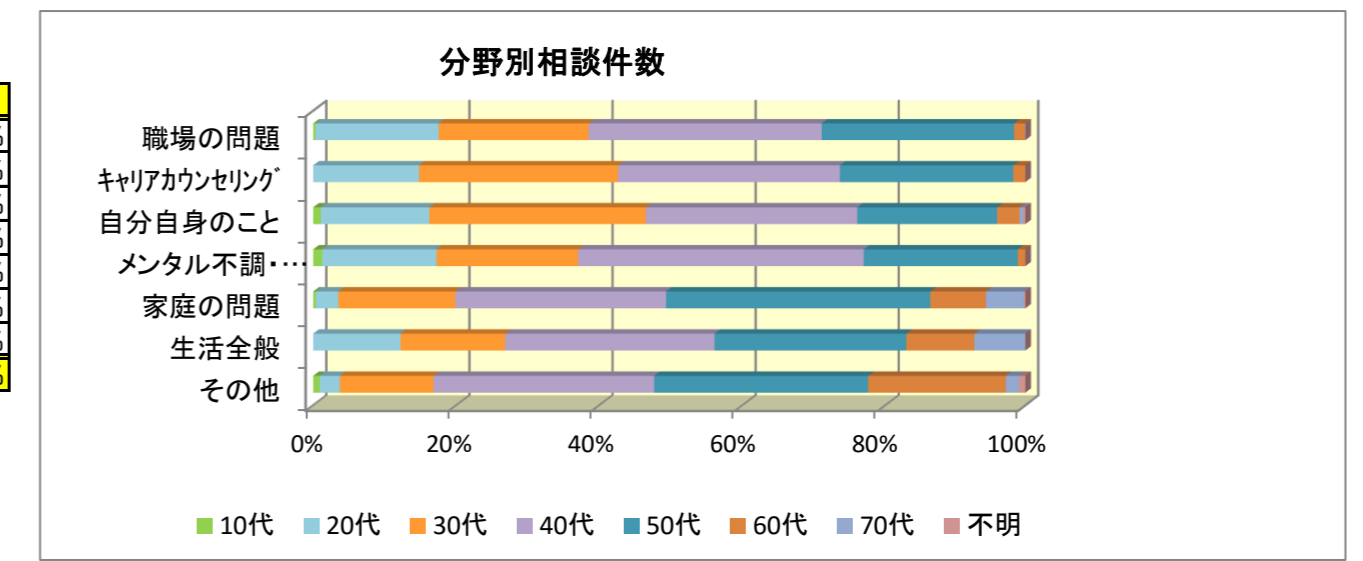
＜分野別相談件数の割合＞

	男	女	合計
職場の問題	879	604	1,483
キャリアカウンセリング	171	174	345
自分自身のこと	702	875	1,577
メンタル不調・病氣	370	181	551
家庭の問題	186	327	513
生活全般	27	14	41
その他	27	80	107
	2,362	2,255	4,617



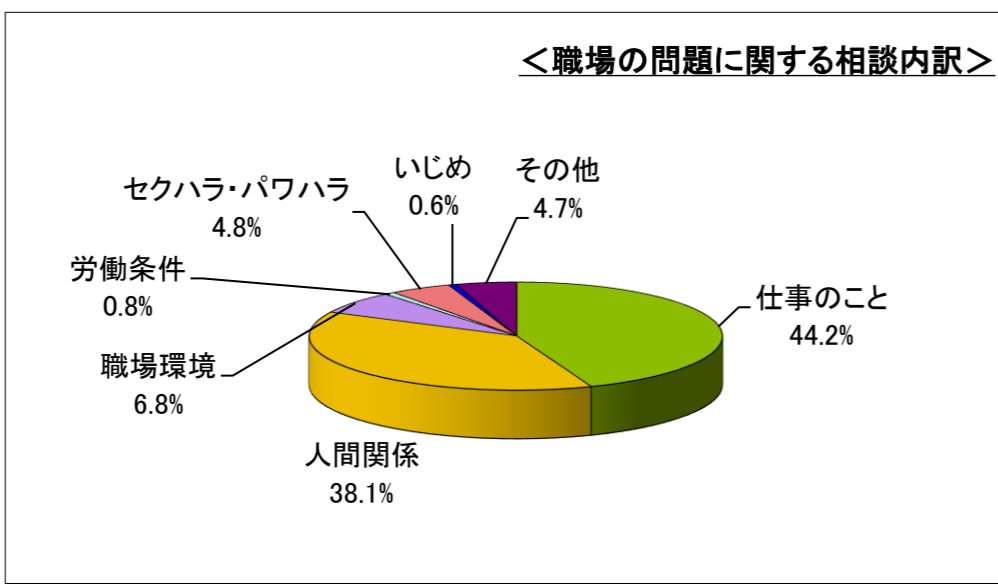
分野別相談件数

	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	5	255	311	483	405	23	1	0	1,483	32.1%
キャリアカウンセリング	0	51	96	107	85	6	0	0	345	7.5%
自分自身のこと	17	239	477	466	314	51	8	5	1,577	34.2%
メンタル不調・病氣	7	88	109	220	121	6	0	0	551	11.9%
家庭の問題	2	16	84	151	190	41	28	1	513	11.1%
生活全般	0	5	6	12	11	4	3	0	41	0.9%
その他	1	3	14	33	32	21	2	1	107	2.3%
	32	657	1,097	1,472	1,158	152	42	7	4,617	100.0%



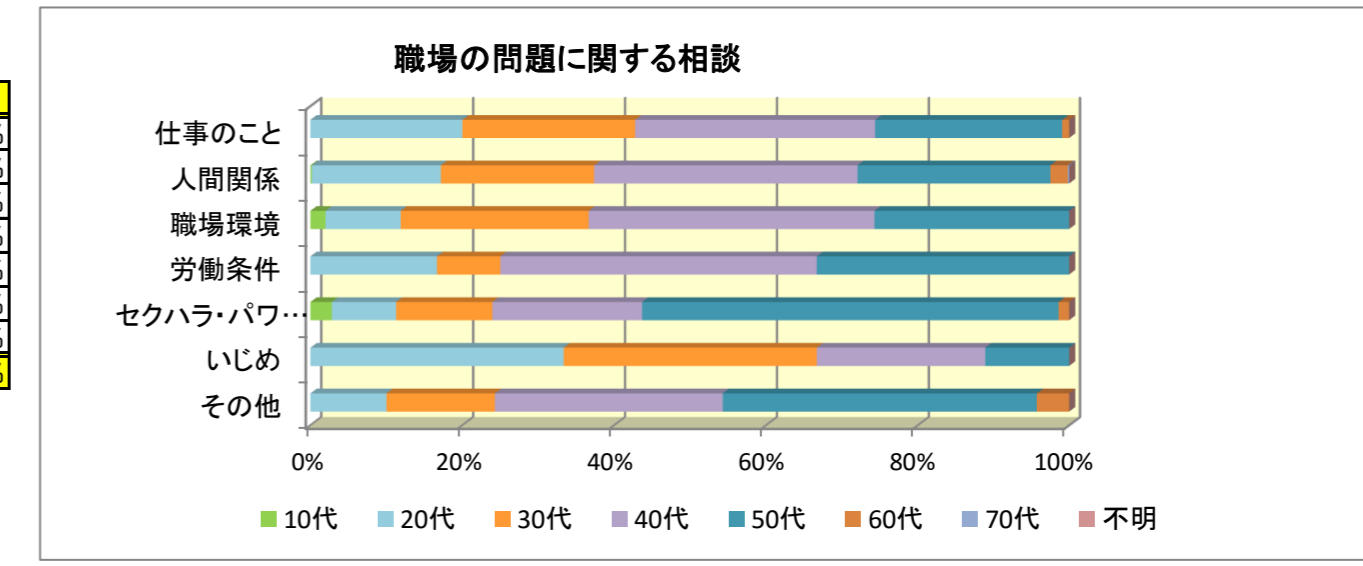
＜A「職場の問題」に関する相談内容＞

	男	女	合計
仕事のこと	393	262	655
人間関係	301	264	565
職場環境	80	21	101
労働条件	8	4	12
セクハラ・パワハラ	43	28	71
いじめ	5	4	9
その他	49	21	70
	879	604	1,483



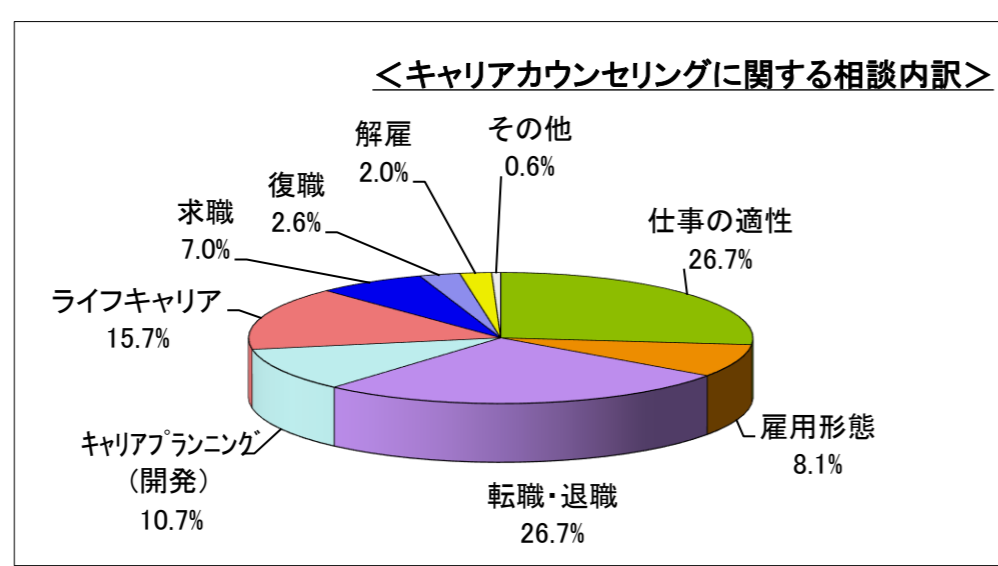
職場の問題に関する相談内容

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
仕事のこと	0	131	149	207	162	6	0	0	655	44.2%
人間関係	1	96	114	196	144	13	1	0	565	38.1%
職場環境	2	10	25	38	26	0	0	0	101	6.8%
労働条件	0	2	1	3	4	0	0	0	12	0.8%
セクハラ・パワハラ	2	6	9	14	39	1	0	0	71	4.8%
いじめ	0	3	3	2	1	0	0	0	9	0.6%
その他	0	7	10	21	29	3	0	0	70	4.7%
	5	255	311	483	405	23	1	0	1,483	100.0%



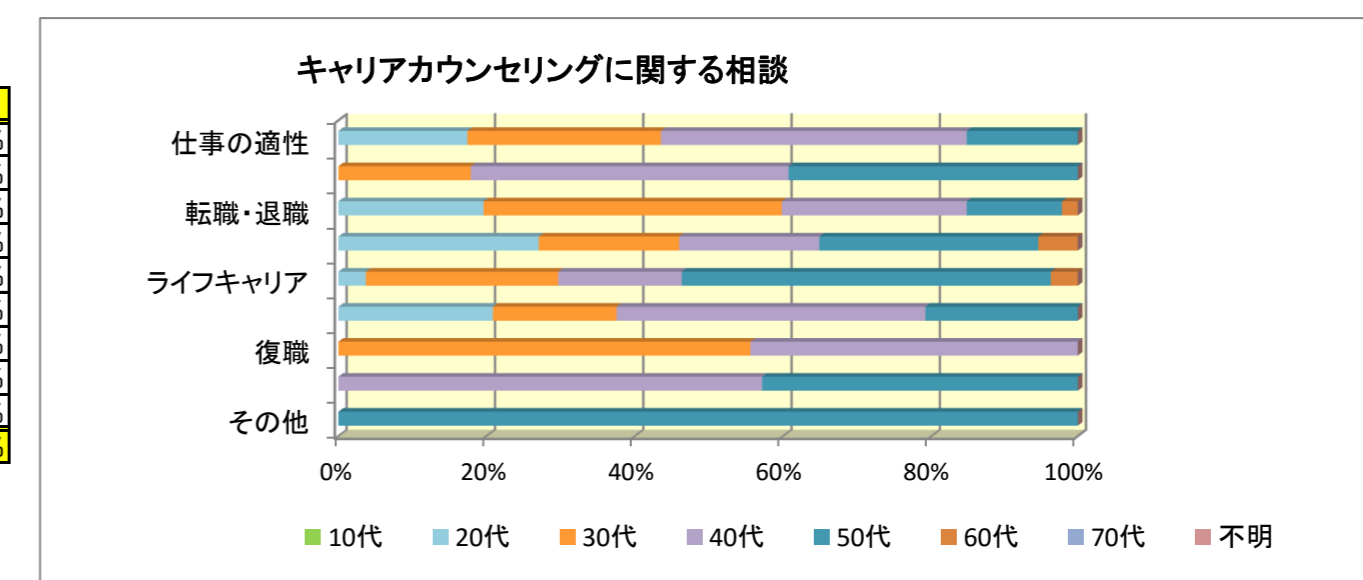
＜B「キャリアカウンセリング」に関する相談内容＞

	男	女	合計
仕事の適性	35	57	92
雇用形態	8	20	28
転職・退職	54	38	92
キャリアプランニング(開発)	19	18	37
ライフキャリア	21	33	54
求職	21	3	24
復職	8	1	9
解雇	3	4	7
その他	2	0	2
	171	174	345



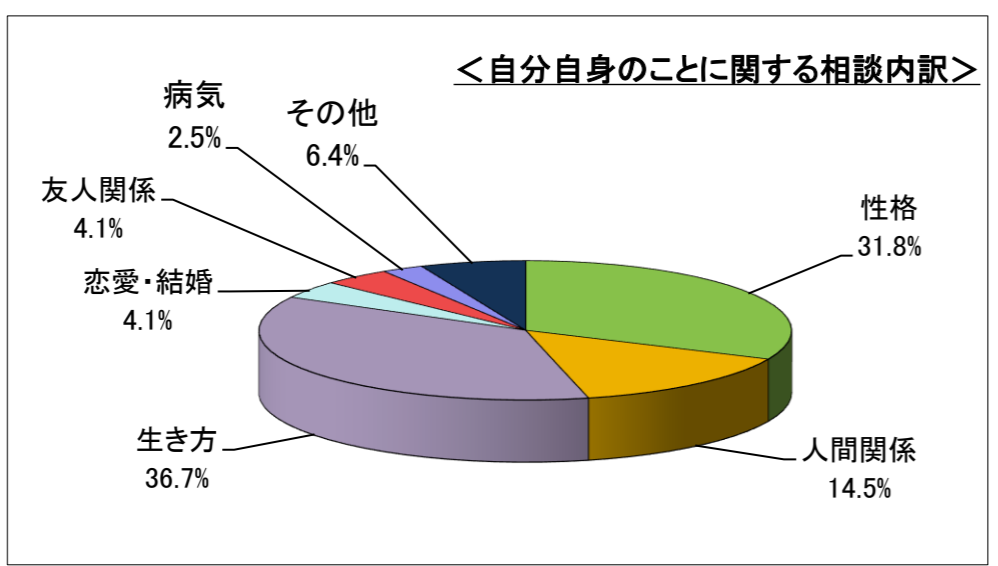
キャリアカウンセリングに関する相談内容

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
仕事の適性	0	16	24	38	14	0	0	0	92	26.7%
雇用形態	0	0	5	12	11	0	0	0	28	8.1%
転職・退職	0	18	37	23	12	2	0	0	92	26.7%
キャリアプランニング(開発)	0	10	7	7	11	2	0	0	37	10.7%
ライフキャリア	0	2	14	9	27	2	0	0	54	15.7%
求職	0	5	4	10	5	0	0	0	24	7.0%
復職	0	0	5	4	0	0	0	0	9	2.6%
解雇	0	0	0	4	3	0	0	0	7	2.0%
その他	0	0	0	2	0	0	0	0	2	0.6%
	0	51	96	107	85	6	0	0	345	100.0%



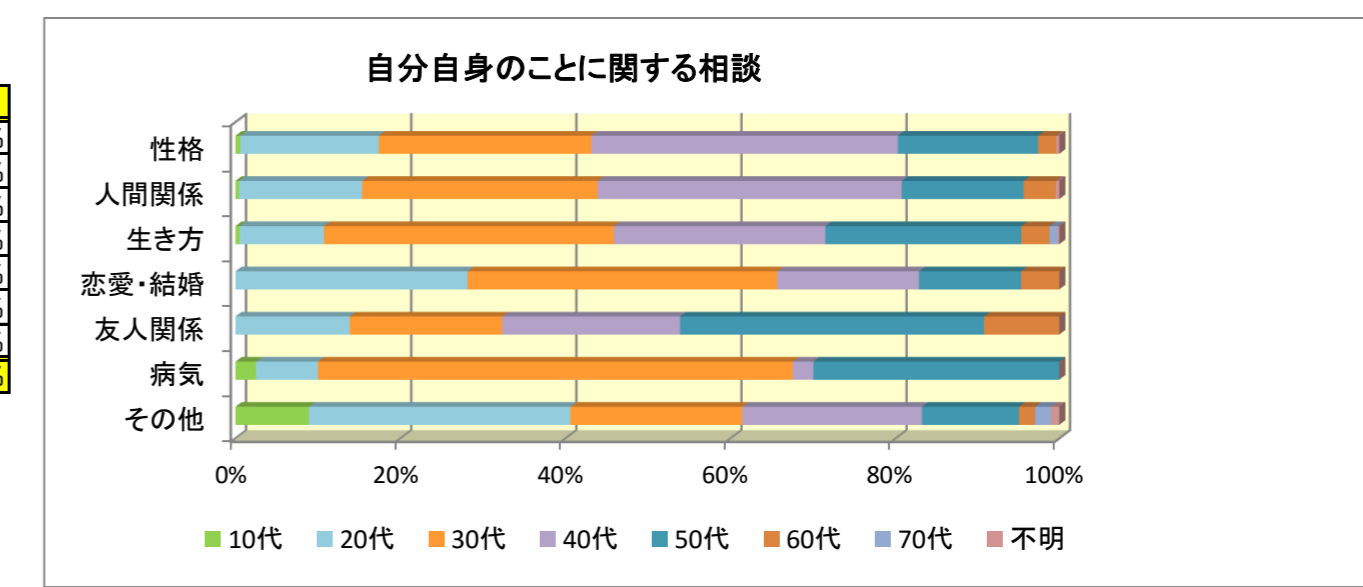
＜C「自分自身のこと」に関する相談内容＞

	男	女	合計
性格	179	322	501
人間関係	87	141	228
生き方	284	294	578
恋愛・結婚	28	36	64
友人関係	36	29	65
病氣	32	8	40
その他	56	45	101
	702	875	1,577



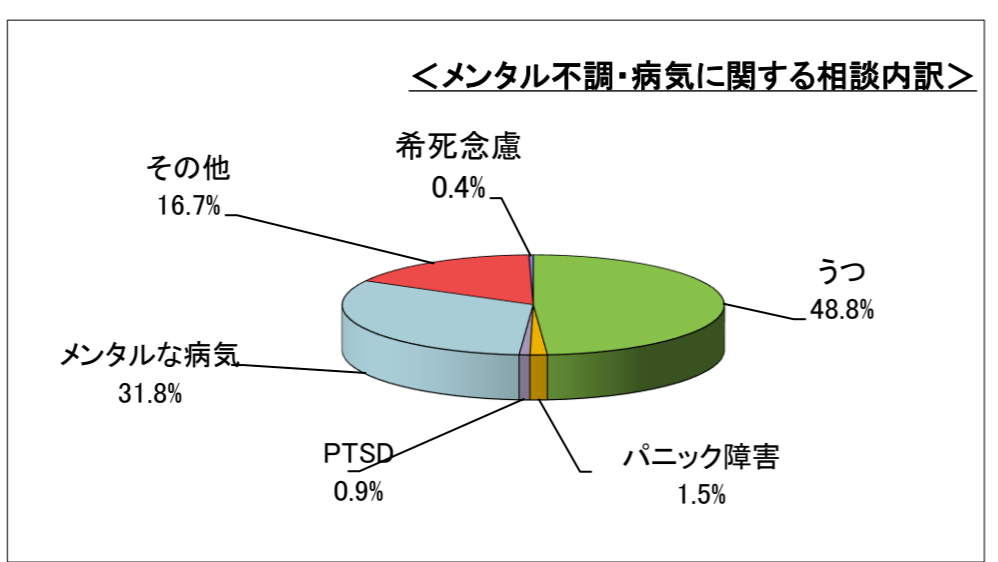
自分自身のことに関する相談内容

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
性格	3	84	129	198	86	11	0	2	501	31.8%
人間関係	1	34	65	84	34	9	0	1	228	14.5%
生き方	3	59	203	148	138	20	6	1	578	36.7%
恋愛・結婚	0	18	24	11	8	3	0	0	64	4.1%
友人関係	0	9	12	14	24	6	0	0	65	4.1%
病氣	1	3	23	1	12	0	0	0	40	2.5%
その他	9	32	21	22	12	2	2	1	101	6.4%
	17	239	477	466	314	51	8	5	1,577	100.0%



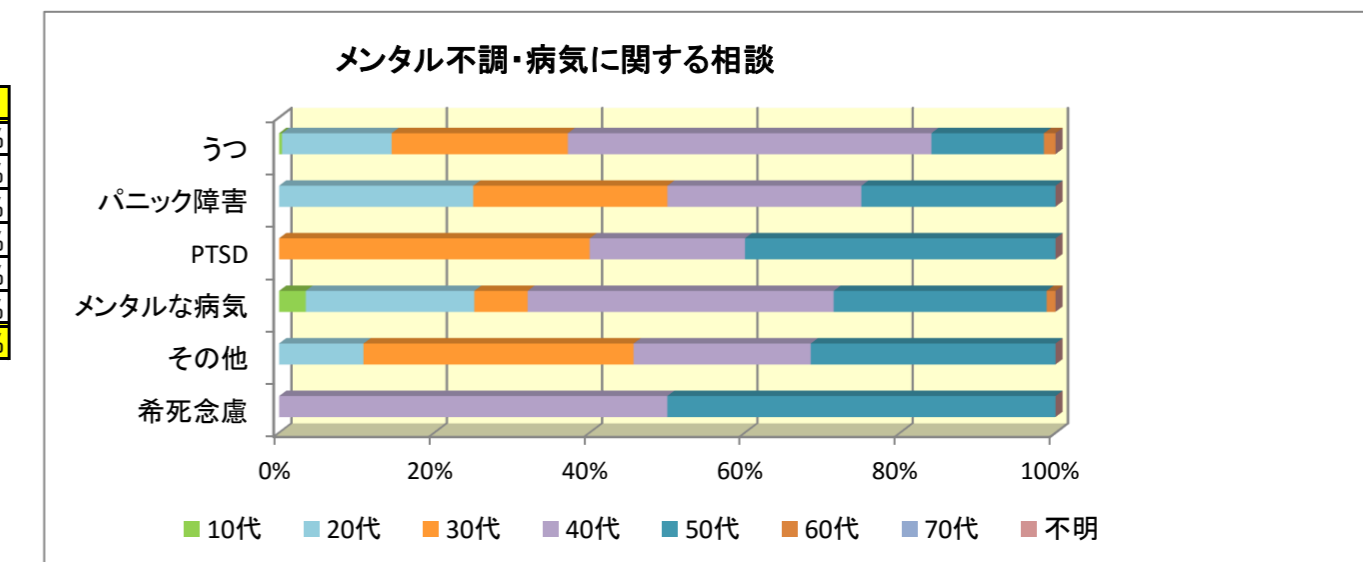
＜D「メンタル不調・病氣」に関する相談内容＞

	男	女	合計
うつ	209	60	269
パニック障害	6	2	8
PTSD	2	3	5
メンタルな病氣	110	65	175
その他	41	51	92
希死念慮	2	0	2
	370	181	551



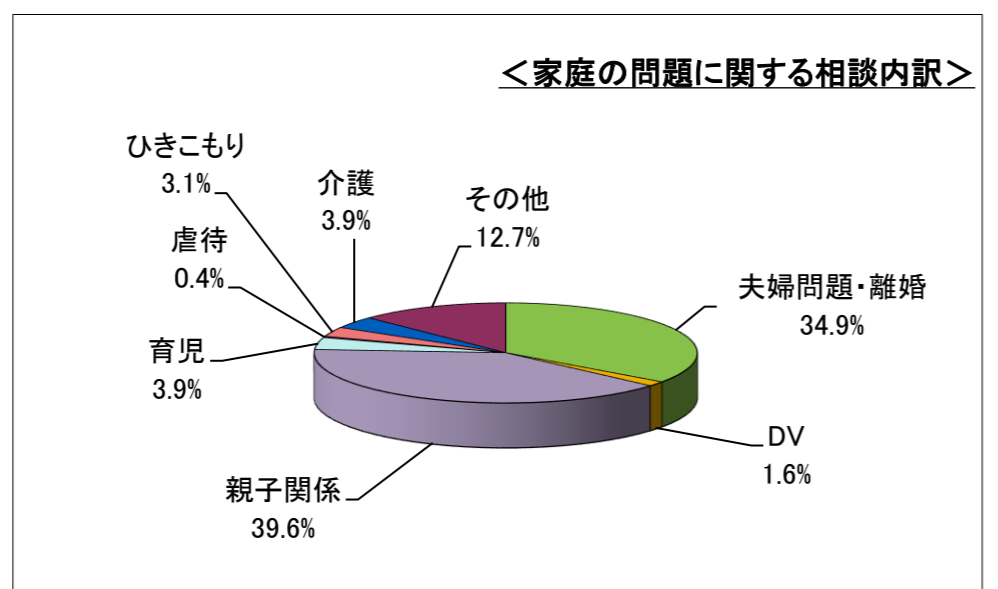
メンタル不調・病氣に関する相談内容

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
うつ	1	38	61	126	39	4	0	0	269	48.8%
パニック障害	0	2	2	2	2	0	0	0	8	1.5%
PTSD	0	0	2	1	2	0	0	0	5	0.9%
メンタルな病氣	6	38	12	69	48	2	0	0	175	31.8%
その他	0	10	32	21	29	0	0	0	92	16.7%
希死念慮	0	0	0	1	1	0	0	0	2	0.4%
	7	88	109	220	121	6	0	0	551	100.0%



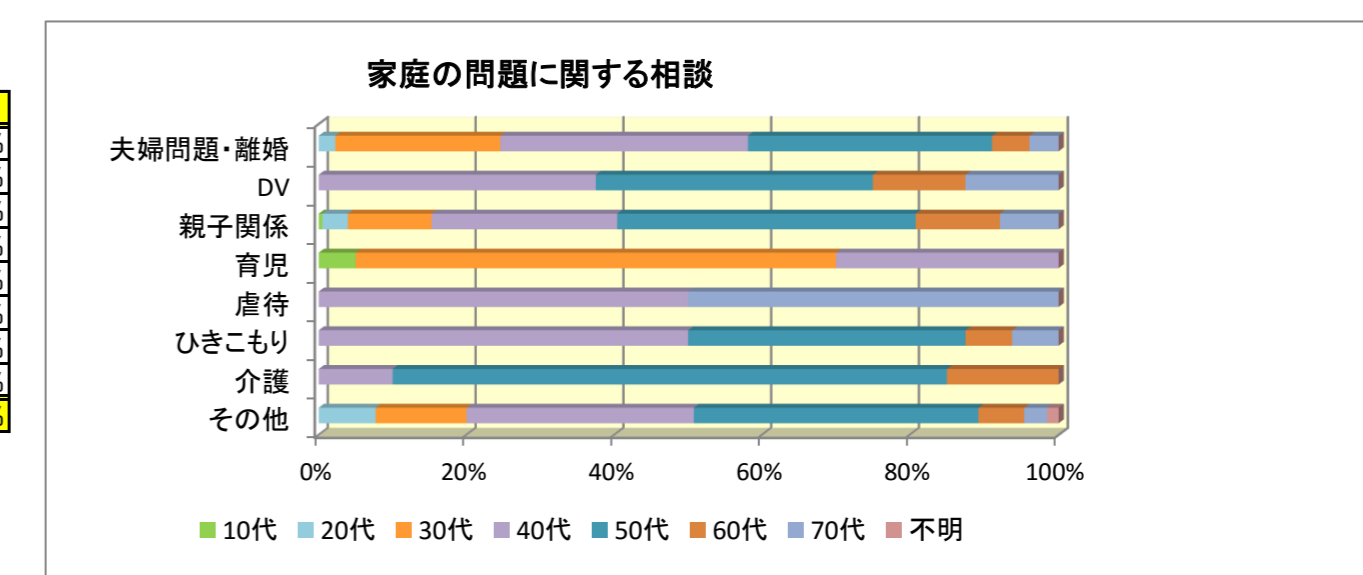
＜E「家庭の問題」に関する相談内容＞

	男	女	合計
夫婦問題・離婚	85	94	179
DV	2	6	8
親子関係	61	142	203
育児	9	11	20
虐待	0	2	2
ひきこもり	5	11	16
介護	2	18	20
その他	22	43	65
	186	327	513



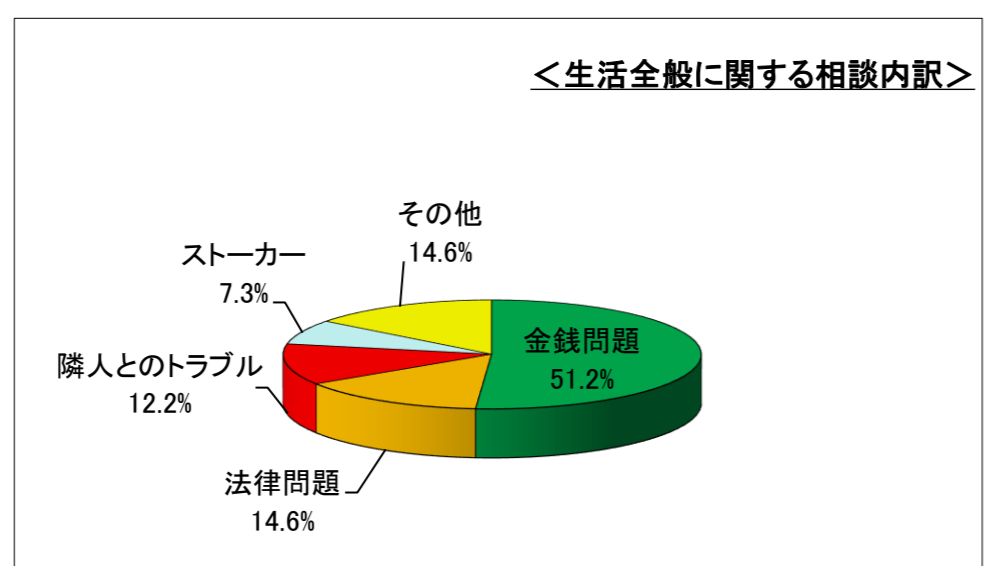
家庭の問題に関する相談内容

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
夫婦問題・離婚	0	4	40	60	59	9	7	0	179	34.9%
DV	0	0	0	3	3	1	1	0	8	1.6%
親子関係	1	7	23	51	82	23	16	0	203	39.6%
育児	1	0	13	6	0	0	0	0	20	3.9%
虐待	0	0	0	1	0	0	1	0	2	0.4%
ひきこもり	0	0	0	8	6	1	1	0	16	3.1%
介護	0	0	0	2	15	3	0	0	20	3.9%
その他	0	5	8	20	25	4	2	1	65	12.7%
	2	16	84	151	190	41	28	1	513	100.0%



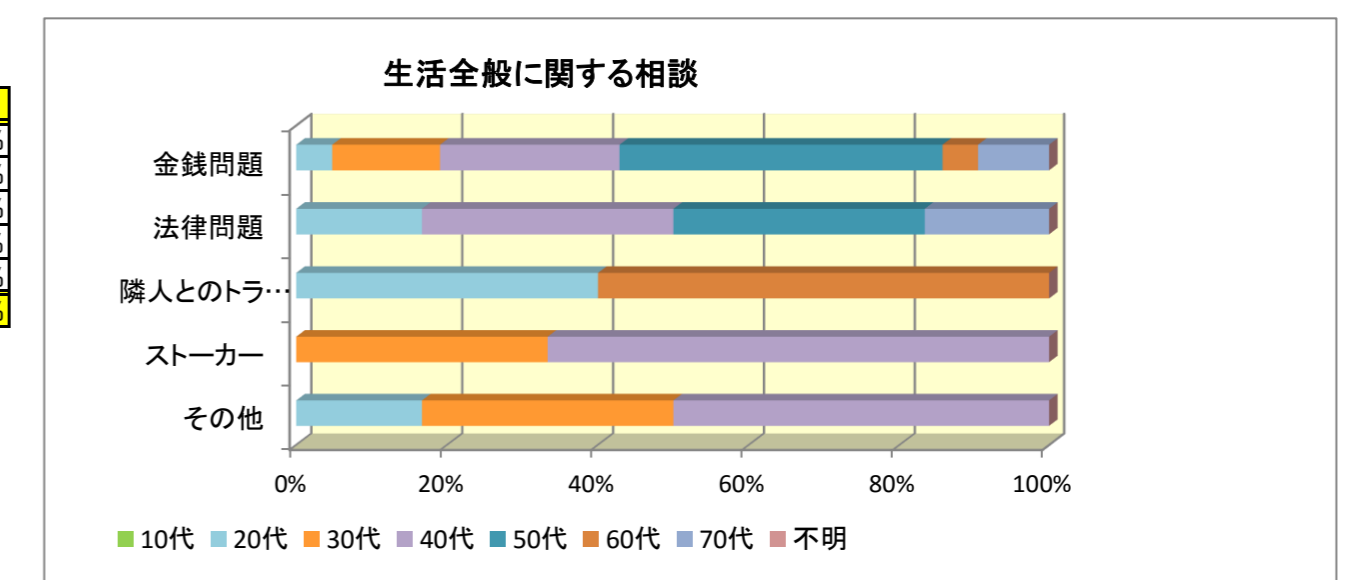
＜F「生活全般」に関する相談内容＞

	男	女	合計
金銭問題	15	6	21
法律問題	4	2	6
隣人とのトラブル	4	1	5
ストーカー	1	2	3
その他	3	3	6
	27	14	41



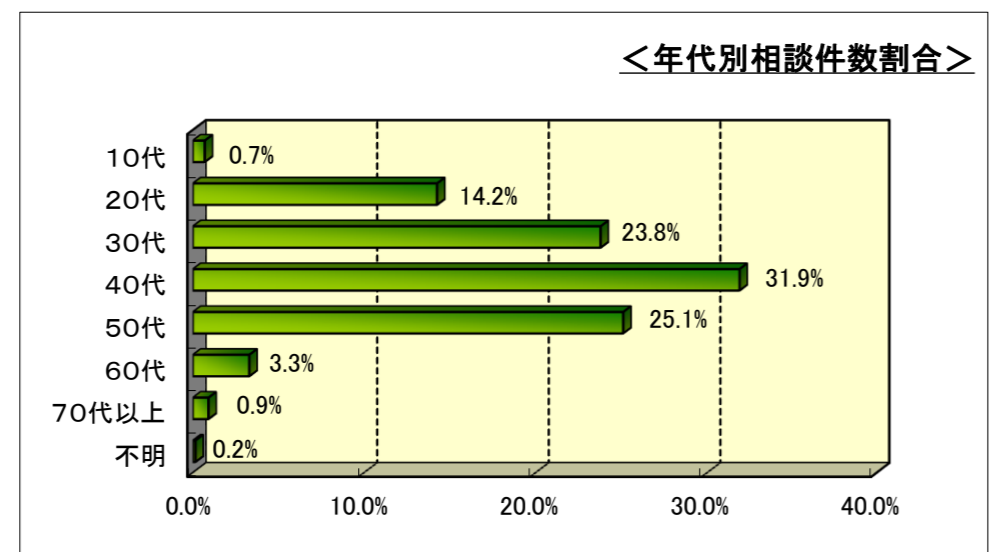
生活全般に関する相談内容

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
金銭問題	0	1	3	5	9	1	2	0	21	51.2%
法律問題	0	1	0	2	2	0	1	0	6	14.6%
隣人とのトラブル	0	2	0	0	0	3	0	0	5	12.2%
ストーカー	0	0	1	2	0	0	0	0	3	7.3%
その他	0	1	2	3	0	0	0	0	6	14.6%
	0	5	6	12	11	4	3	0	41	100.0%



＜年代別相談件数割合＞

	男	女	合計	割合
10代	8	24	32	0.7%
20代	310	347	657	14.2%
30代	569	528	1,097	23.8%
40代	743	729	1,472	31.9%
50代	658	500	1,158	25.1%
60代	59	93	152	3.3%
70代以上	10	32	42	0.9%
不明	5	2	7	0.2%
	2,362	2,255	4,617	100%



＜男女別相談件数の割合＞

	男	女	合計
	2,362	2,255	4,617

