

“孤立何解”：基于社会支持理论的日本老年社会孤立研究

郭佩*

摘要：日本是全球老龄化程度最高的国家之一，老年社会孤立引发的“孤独死”现象已成为研究焦点。现有研究主要关注孤立现状的描述和政策梳理，而较少深入探讨“孤独死”现象背后深层的政策缺陷。本文基于社会支持理论，从正式与非正式支持角度，运用社会支持四维框架，系统梳理了2010—2024年14年间日本老年社会孤立治理的三阶段特征。研究发现，日本在应对老年社会孤立问题时，四种支持形式之间存在失衡：工具支持和信息支持更多侧重于物质保障与认知能力提升，忽略了社会联系和情感支持的长期发展。情感支持过度依赖非正式支持，未能形成系统化、制度化的支持体系，加剧了老年人的孤立感。同时，评估支持的不足限制了政策在应对不同层次孤立问题时的精准性与灵活性，导致政策未能充分应对老年人群体的多样化需求。应对老年社会孤立，社会支持的四个维度应当互相协作，形成系统化的支持网络，同时还需注重资源的动态调整与平衡，以实现更为有效的社会整合。

关键词：老年社会孤立；工具支持；情感支持；信息支持；评估支持

DOI:10.19506/j.cnki.cn10-1428/d.2025.04.001

一、引言

随着日本核心家庭结构的瓦解、生活环境的深刻变化以及人口老龄化的加剧，老年人社会孤立问题逐渐成为社会各界关注的焦点。截至2024年，日本65岁及以上人口占比已高达29.3%（日本总务省，2024）。在超老龄化背景下，社会孤立不仅威胁老年人的身心健康，还将引发“孤独死”等社会问题，对社会稳定与可持续发展构成深远挑战。

早在2010年，日本NHK推出的纪录片《无缘社会》便揭示了这一问题的严峻性。日本社会正逐步丧失人与人之间的传统羁绊，“无缘社会”特征日益显著。所谓“无缘”，不仅体现为个体与亲友关系的疏远，更指向社会支持网络的断裂。日本国土交通省的统计数据表明，65岁及以上老年人孤独死亡人数从2003年的1441人增至2018年的3867人，15年间增长了约1.68倍（日本国土交通省，2022）。这一现象不仅表明了孤立的严重性，也引发了许多社会问题，如“垃圾屋现象”和“隐居症”^①等。这些现象揭示了现代社会在面对老龄化挑战时，传统社会结构和支持系统所面临的深刻危机。社会孤立不仅仅是个体层面的孤独感或亲友关系的疏远，它实际上反映了整个社会关系网络的断裂。

* 郭佩：中国社会科学院日本研究所副研究员。

① “垃圾屋现象”为老年人因无人照料导致居所脏乱；“隐居症”则指长期自我封闭的现象。

在有机共同体解体的背景下，通过制度设计重构社会的信任和承诺具有重要意义。

为应对这一挑战，日本政府自 2010 年起便开始制定相关政策，逐步加大力度解决老年社会孤立问题。从《老龄社会白皮书》到 2021 年“孤独大臣”的设立，再到 2023 年《孤独与孤立对策推进法》的通过，政策的演变展现了政府对这一问题的日益重视和探索。然而，“孤独死”等现象依然高企，表明现有制度尚未有效应对这一问题。这里的悖论在于，尽管制度化体系试图提供解决方案，但社会关系网络的破裂和情感支持的缺失依然是主要原因。由此带来的问题是：现有制度能否有效承载情感支持功能？制度化体系如何在深层次上更好地应对超老龄化社会中的老年孤立问题？

本研究旨在从制度重构的视角出发，突破现有研究的局限，提出对日本老年社会孤立现象的新理解。具体而言，本研究将探讨以下核心问题：首先，现有社会支持系统中，哪些关键支持要素未能有效制度化从而导致孤立现象未能得到有效遏制？其次，本文将分析 2010—2024 年间的相关政策文件，揭示四维支持要素（工具支持、情感支持、信息支持、评估支持）如何体现在政策中，并分析哪些要素尚未充分制度化，影响政策实施效果。最后，本研究将探讨如何通过社会支持系统重构，推动建设更具韧性和效率的社会安全网。

二、日本老年社会孤立相关研究

自 20 世纪 70 年代起，日本学界逐渐关注老年人的社会孤立现象，学者们对社会孤立的定义、指标测量及影响因素等进行了广泛研究。

（一）老年社会孤立核心概念辨析

在日本学术研究领域，“社会孤立”大多遵循英国社会学家彼得·汤森德（Peter Townsend）的定义。他将社会孤立界定为“个体与家人、社区几乎没有接触”的客观状态（Townsend, 1968: 271-276），以此区别于因缺乏或丧失同伴交往而产生的主观孤独感。换言之，社会孤立是指个体在社会联系与互动上的匮乏，常伴随被社会排斥或忽视的体验。最初，学界关注“老年社会孤立”的研究多聚焦于其与“孤独”的关系。汤森德在其著作《居家老人与亲属网络》中提出，“社会孤立”是可客观测量的状态，而“孤独”是同一现象中主观的情感层面，并指出重要一点，“处于孤立状态的老年人未必会感到孤独”（石田光規, 2022）。后藤昌彦分别围绕“家庭关系”与“地域关系”对老年社会孤立进行了定义。“家庭关系”包含 6 个指标，符合 4 项及以上即为“家庭关系孤立”；^①“地域关系”包含 9 个指标，符合 5 项及以上则为“地域关系孤立”。^②后藤的指标融入了日本特有的文化及当

①“家庭关系孤立”的 6 个指标分别为“过去 1 年间是否有与亲戚一起旅行的经历”“今年正月（1 月 1 日—7 日）除配偶之外，是否与其他家人、亲戚有过接触”“与子女通电话的次数”“与子女的接触次数”“是否有来往密切的亲戚”“是否有子女给的生活费”。

②“地域关系孤立”的 9 个指标分别为“在过去 1 年里，是否有过与朋友、邻近居民一起旅行的情况”“在今年正月（1 月 1 日—7 日），是否有过与朋友、邻近居民的接触”“昨天是否有过与朋友、邻近居民交谈”“平时是否与邻近居民有往来”“在过去 1 个月内，与亲密朋友的接触次数”“是否参加过町内会”“是否参加过老人俱乐部”“今年是否出席过敬老会”以及“今年是否去过札幌市的大通公园”。

地居民行为特性，对当时理解“社会孤立”产生了重要影响（後藤昌彦，1991）。河合克义采用了类似指标设置，在其调查中，将“独自度过正月初三”“几乎没有或完全没有邻里交往”“未参与社会活动”作为判断与亲属、朋友、熟人及邻居交流是否淡薄的指标。此外，他还询问了在遇到困难时是否有可商量的对象，以及在生病或行动不便时能否有立刻赶来帮忙的人（河合克義，1996）。

基于前述研究，阿部彩（2014）采用“社会参与”“社会交流”以及“社会支持”三个维度衡量老年社会孤立现象。同年，日本内阁府采纳了双向性视角，从“交流不足”“缺乏接受社会支持”以及“缺乏提供社会支持”三个层面进行界定（内閣府，2014）。对此，藤森克彦（2016）归纳指出，先前研究中关于“社会孤立”的操作性定义大致可概括为以下四点：社会交往缺失；接受支持不足；提供支持不足；社会参与缺乏。本研究将采用藤森提出的这一定义，此选择基于其与社会支持理论契合度较高。社会支持理论强调社会支持对个体身心健康和社会适应的关键作用，而藤森的定义从多个层面反映了社会支持的缺失状况。社会交往缺失、接受及提供支持不足、社会参与缺乏，均意味着个体难以从社会网络中获取足够支持，进而陷入社会孤立，这为运用社会支持理论剖析老年社会孤立问题搭建了坚实的概念基础。

（二）老年社会孤立的影响因素

在影响老年社会孤立的因素中，独居、丧偶、经济困难和缺乏社会支持是主要因素。处于社会孤立的老年群体可能面临低收入、生活条件差和健康状况不佳等问题（斎藤雅茂，2012）。社会支持的不足也是重要影响因素，如在生病、经济困难或日常生活中缺乏援助，以及感到孤独或苦恼时缺少倾诉对象（藤森克彦，2016）。此外，社会孤立的加剧与家庭结构及工作角色的变化密切相关。日本传统家庭结构逐渐瓦解，独居老年人比例不断上升，导致许多老年人缺乏亲属陪伴与照顾。老年人在退休后失去工作角色，导致与外界的接触减少，尤其在缺乏适当的社会支持网络时，孤立现象愈加严重，这种现象被称为“关系性贫困”（松宮朝，2012；伊藤ふみ子，2020）。另有观点认为，医疗、护理政策引发的环境变化带来了新的社会孤立问题。例如，日本政府出台了长期护理保险等政策，试图通过制度化的方式为老年人提供护理服务。然而，老年人越来越依赖外部护理机构和非家庭成员的照顾，这种变化可能减少了他们与家庭成员的互动，从而加剧了社会孤立感（小辻寿規，2011）。

（三）老年社会孤立对策研究

当前，围绕老年社会孤立对策有如下探讨。有研究关注地方政府与非营利组织（NPO）在应对方式和内容上的差异。例如，地方政府通常采取纵向分割和菜单型方式进行应对。然而，当面对复杂问题时，需要NPO等多元主体的协同合作，强调建立横向机制的重要性（小辻寿規，2011）。还有学者依据日本老龄化进程分阶段分析了老年人社会孤立的特征及政府对策（崔迎春，2019）。

在应对老年社会孤立过程中，需关注几个关键方面：应对的复杂性、预防和介入的挑战性，以

及地方自治体作用的边界。关于应对的复杂性，研究强调，由于导致老年社会孤立的因素众多，单一方案难以彻底解决问题。若非建立多层次的支持体系，解决方案将难以奏效。至于预防和介入的挑战，源于社会孤立与“生活方式孤立”之间的区别。后者可视为个人选择的独处状态，即不愿建立更多联系。在个人的生活方式孤立尚未演变成社会问题之前，很难判断哪些情况需要干预，这使得预防和介入工作具有很大的挑战性（石田光規，2022）。

上述研究从不同角度阐述了老年社会孤立对策的主要方向以及面临的痛点和难点，但仍存在如下局限性。首先，现有研究对老年社会孤立政策的分析多停留在横截面描述层面，如列举对策内容或评估单一时间点的效果，鲜有研究追踪政策演変的动态过程。其次，大多数研究在探讨影响因素及应对策略时，缺乏系统的理论框架支持和深度分析，未能有效回答“为何政策不断推出，‘孤独死’现象依然难以遏制”的问题，也未能深入剖析政策实施中的缺陷与不足。

三、理论框架与研究方法

（一）理论框架：社会支持理论

社会支持理论关注个体通过社会联系获得支持与帮助，以缓解生活压力、减轻孤独感并促进心理健康及社会适应能力。该理论在老年人社会孤立领域应用广泛且意义重大。

对社会支持的研究可追溯至19世纪法国社会学家涂尔干。他通过对自杀的研究发现，社会联系的紧密程度与自杀相关（李莉，2023：14-31）。自20世纪70年代以来，研究者开始运用定量方法探究社会支持与身心健康之间的关系。学者们对社会支持的内涵有不同的见解。杰拉尔德·卡普兰（Gerald Caplan）认为，社会支持本质是一个持续的社会网络集合，能够在个体需要时提供实际帮助与情感支持（Caplan, 1974: 1-40）。西德尼·科布（Sidney Cobb）则进一步提出，社会支持是来自其他社会网络成员的关心、尊重和“被需要”信息，并且能够发挥缓冲效应，缓解个体生活压力的负面影响，进而提升心理健康（Cobb, 1976）。詹姆斯·S·豪斯（James S. House）和菲利普·M·乔利（Phillip M. Jolly）从功能角度提出了四维社会支持理论，包括工具性支持、情感性支持、信息性支持和评价性支持，旨在分析政策中不同工具的效应（House, 1981: 24-25；Jolly, 2021）。国内对社会支持的关注始于肖水源20世纪80年代的研究，他将社会支持归纳为三个层面：一是客观或可见支持，包括物质援助以及社会网络和团体关系的参与；二是主观情绪支持，如被尊重和被理解；三是社会支持的利用情况（肖水源，1994）。穆光宗（2002）根据支持来源主体的不同，将社会支持分为正式支持与非正式支持。正式支持是指政府机构、社区居委会、非营利组织等提供的、受法律和制度保障的援助；非正式支持则源自个体的社会网络，如家庭、朋友、邻里等提供的非正式援助。杨菊华（2020）进一步阐述了社会支持的三个类别：正式支持（政府提供）、准正式支持（社区或公益组织提供）和非正式支持（主要来自家庭）。倪赤丹（2013）则提出，个体的社会支持网络可分为家庭支持、社区支持、国家支持和社会支持四个层次，这一框架为研究提供了细致的视角，有助于从不同层面进行干预和分析。

综合上述观点，本文选取豪斯的四维社会支持理论作为分析框架，因为该理论将社会支持分为工具性支持、情感性支持、信息性支持和评价性支持，有助于从不同维度分析日本老年社会孤立政策的成效。同时，本文引入正式支持与非正式支持的视角，系统剖析日本应对老年社会孤立的政策支持类型及其演变，评估支持主体的变化与不足，并探讨在应对“孤独死”的政策干预下，老年社会孤立现象仍然增长的原因。

（二）资料来源与研究方法

本研究的资料来源于政策文本，主要分为两类。第一类为2010—2024年共14年的《老龄社会白皮书》（简称“白皮书”）。日本政府每年发布该白皮书，全面记录针对老年人的政策措施，其中包括社会孤立相关内容。研究重点聚焦于与老年人社会孤立、支持网络及“孤独死”相关的章节。选择2010年作为起点有两个原因：一是2010年NHK纪录片《无缘社会》首次将社会孤立的严重性呈现给公众，提升了社会关注度；二是同年白皮书专门设立了社会孤立专题，标志着政府开始系统地认识并应对这一问题。2010年作为老年社会孤立问题的一个重要转折点，成为政策分析的逻辑起点。第二类是2024年4月实施的《孤独与孤立对策推进法》，这是日本专门针对孤独与孤立问题的立法，明确了中央、地方和各社会团体的职责，并提出了设立“地方版孤独与孤立对策官民合作平台”、培养人才、促进国民理解等措施。通过将这一法律与白皮书对照，本文能够全方位梳理政策的意图与不足之处。

本研究采用定性分析方法，基于政策文本数据，按照历史阶段将政策文本划分为2010—2015年、2016—2020年和2021—2024年三个时期。划分依据为：2010年日本政府开始重视老年社会孤立问题并启动政府主导项目；2016年护理保险制度改革，实施“地区综合护理”政策，社区作用凸显，并引入更多非正式支持；2021年在疫情背景下，政府加速政策调整，设立了“孤独与孤立对策推进室”及“孤独大臣”。在文本分析的基础上，将各阶段的主要政策分为正式与非正式支持项目，并结合豪斯的社会支持理论框架，进一步划分为工具性支持、情感性支持、信息性支持和评价性支持四个维度，揭示政策意图的变化趋势。通过纵向对比政策，本文旨在找出影响老年社会孤立以及可能引发“孤独死”的社会支持类型不足之处。

四、正式支持与非正式支持的协同演进

“老年社会孤立”支持项目根据资金来源和执行主体的不同，分为正式支持和非正式支持两类。正式支持是由政府主导的制度化措施；非正式支持则涵盖了社区、家庭或民间自发组织的互助活动。随着社会老龄化和城市化的推进，每个阶段都面临独特的社会背景。因此，正式支持与非正式支持如何相互补充、各自的特点以及面临的挑战，值得深入探讨。

（一）正式支持与非正式支持的并行试验（2010—2015年）

自2010年起，老年社会孤立问题成为日本政策的重点，主要源于单身家庭、老年夫妇家庭增

多以及结婚率下降所带来的孤立风险。在这一阶段的政策发展中，正式支持成为突出特点。2010年，厚生劳动省发布文件，要求各地制定“地区福利计划”，该计划包括需要护理的老年人信息、潜在的老年社会孤立信息等内容，并要求与相关部门共享。同时，政府引入了技术看护，并推动“ICT故乡活力事业”^①，强调都道府县、市町村与NPO法人或第三部门的合作，培育与地区紧密联系的NPO法人，特别是将其培养成ICT人才，推动技术在老年人看护服务中的应用。这些服务包括共享老年人信息、实时掌握老年人位置信息等，从而提升了对老年人的关怀与服务质量（高龄社会白书，2010）。2011年，政府发起了“地区商业活化补助计划”，旨在通过财政补贴来支持地方商业发展（如超市配送、购物巴士等服务），并将其与“购物弱势群体支援手册ver2.0”相结合，以减轻老年人及其他生活困难群体的购物难题。同年，推出了“社会包容一站式咨询支援事业”，旨在提供多元化的服务。该计划将老年人的信息授权给民生委员，并与电力、燃气公司共享相关信息（高龄社会白书，2011）。到了2012年，厚生劳动省实施了“信息一元化体制”，要求各市区町村福利部门建立统一的信息接收体系，整合需要援助的老年人信息，包括人数、风险状况、所需支持以及孤立因素等详细情况。此外，在这一时期还推出了“安全网支援对策等项目补助金”活动，目的是构建一个跨领域的咨询支援体系（高龄社会白书，2012）。

在此阶段，多项防止“孤独死”的措施相继出台。2010年，政府开展了关于防止“孤独死”的实地调查，并在当年白皮书中发布了“孤独死”的统计数据（高龄社会白书，2010）。2012年，厚生劳动省与国土交通省联合进行调查，了解各地区具体的援助内容和实施方法。2013至2014年，政府深入调查研究了自治体在防止“孤独死”方面的组织架构和体制问题，推动了相关对策的强化与落实（高龄社会白书，2013、2014）。这些举措表明，政府在“孤独死”预防方面的研究和行动逐步加强。

与此同时，尽管规模较小，社区的非正式支持在这一阶段却展现了自发性和多样性。2010年，东京都足立区启动了“安心网络事业”，旨在通过早期识别老年人的问题，构建一个安心的社区环境。当地居民作为“安心协作者”，商业街、药店、消防署、邮局、电力公司、燃气公司等各类“安心协作机构”共同关照老年人，一旦发现问题，他们会及时与地区综合支援中心联系。该中心随后与民生委员合作，了解情况并提供必要的帮助（高龄社会白书，2010）。又如，新潟县的“地区茶室”活动由民间机构运营，提供了一个包容性的交流空间，促进了相互理解与帮助（高龄社会白书，2010）。静冈地区的“时间货币”互助机制、爱知县的跨代同居项目以及东京都练马区的民间合作项目，均尝试强化社区关照网络，以解决老年社会孤立问题（高龄社会白书，2010、2015）。

在这一阶段，日本针对老年人社会孤立问题采取的策略主要以社区为中心，积极探索正式的服务供给，包括信息核实、计划制定以及与第三方部门的合作等；同时，也在非正式支持方面进行了

^① “ICT故乡活力事业”是日本政府主导的一项地方振兴政策，旨在通过信息和通信技术（ICT）提升农村及偏远地区的经济活力与社会参与度。

多样化的探索，构建了地区性的“安心协作”网络。正式的支持措施为服务网络奠定了基础，而非正式的支持则有助于填补老年人的情感空白。然而，这些政策尚处于试验阶段，虽然反应迅速，但尚未建立起系统化的框架和评估体系，这反映出政府对老年人社会孤立问题的初步关注。

（二）正式支持强化与非正式支持的局限（2016—2020年）

在人口老龄化加剧的背景下，日本应对老年社会孤立问题进入了以“地区互助”为核心理念的深化阶段。政府通过正式支持措施完善服务体系，推动技术应用，逐步建立起更为完善的支援网络。通过实施“为生活贫困者提供支援等互助基础构建事业”，政府鼓励居民参与地方性服务的创建，发展地区福利事业，以缓解老年人的社会孤立状况。此外，政府推出了“陪伴型咨询支援事业”，为老年人提供全天候的电话咨询、面谈和陪伴支援服务，帮助解决生活难题，缓解孤立感。针对老年人购物难题，政府与食品流通企业和市町村合作，推出了“食品获取改善措施”（高龄社会白书，2016、2017），以解决日常生活中的问题。自2018年起，政府推动“地区核心领导者计划”，引入国际视野和经验。在技术应用方面，推动信息技术在居家生活支援中的应用，改善老年人居家生活条件（高龄社会白书，2019、2020）。这些举措具有系统化、技术融合和明确问题导向的特点，标志着应对阶段从“起步”转向“深化”。

在这一阶段，非正式支持以居民自发性为核心，居民互助行动成为地方互助的主力，如高龄农户关怀和邻里互助等。“非正式活动”作为“互助基础构建事业”的一部分，涵盖了社区聚会、互助小组等形式，旨在激活居民的参与热情，增强互助精神。“居民参与地区问题解决”鼓励居民主动参与解决生活中的困难（高龄社会白书，2020）。总体而言，非正式支持呈现出稳定性、政策依赖性、局部性和零散性等特点。与前阶段相比，创新性不足，反映出政府更加依赖正式支持政策的导向。

然而，尽管非正式支持的基础逐渐得到强化，但老年社会孤立问题的对策进展依然缓慢。正式支持集中在疾病和生活保障领域，非正式支持延续了社区互助模式，未能实现显著突破。政策更加侧重于可操作性强的领域，资源主要集中于政府主导的项目，而非正式支持则依赖居民自发行动，规模和创新性受限。缺乏系统性的调查和分析，老年人需求未得到充分识别，政策措施大多延续前期模式，难以应对日益加剧的孤立现象。

（三）正式与非正式支持的协同演进（2021—2024年）

在日本老龄化社会深化和疫情冲击的背景下，老年社会孤立问题愈发严峻。疫情加剧了老年人的孤立感，特别是农村地区的老年人面临更加突出的支持困难，这也为政府应对老年人社会孤立问题带来了新的挑战。近年来，白皮书和《孤独与孤立对策推进法》展示了政府在应对这一问题上的新尝试。在延续“地区互助”理念的基础上，政府引入了技术创新和法律保障，政策实施进入了新的阶段，形成了正式与非正式支持协作并行的模式。

从正式支持的角度来看，2021年修订的《社会福利法》旨在构建应对居民复杂需求的综合支

援体制（高齡社会白書，2022、2023）。部分地区在疫情期间探索使用智能APP等数字技术应对老年社会孤立问题，如长野县大鹿村与本地邮局合作，开展了老年人关怀事业（高齡社会白書，2022）。同时，市町村设置了生活支援协调员，专门应对老年人日益复杂的需求（高齡社会白書，2024）。根据《孤独与孤立对策推进法》，政府推出了“地方版孤独与孤立对策官民合作平台”，该平台依托法律保障，要求地方公共团体设立并运营，促进政府与民间的平等协作。平台的主要职能包括信息共享、咨询支持和宣传活动，强调从“预防”视角出发，旨在建立一个可持续的协作网络。此外，政府还实行了24小时统一咨询服务，通过整合各类咨询资源，帮助老年人及时获取信息和建议。法律规定，政府需开展全国性持续调查，收集孤独与孤立的现状数据，为政策制定提供依据，并确保对专业人员和社区支持者的培养，从而提升应对老年社会孤立问题的能力（孤独·孤立对策推进法，2024）。

另一方面，非正式支持侧重于发挥居民和社区的自发力量，尤其是在情感支持和日常联系重建方面，社区的作用至关重要。例如，在日高市，疫情期间，居民通过明信片、便当分发及Zoom平台沙龙活动保持联系，为老年人提供情感支持。岩手县陆前高田市的饮食业者与居民合作，为独居老人提供晚餐配送服务并进行交流，这不仅提供了经济支持，还融入了情感关怀（高齡社会白書，2021）。

该阶段的调整表明，正式与非正式支持的协同推进已成为应对老年社会孤立的重要方向。法律的实施、全国性调查的开展以及人才培养体系的完善，推动了正式支持向系统化和制度化发展，显著提高了服务的覆盖面和效率。然而，非正式支持仍面临自发性和零散性等挑战，尚需进一步加强其组织性和协调性。未来随着“地方版孤独与孤立对策官民合作平台”的广泛建立，正式与非正式支持的有机结合有望迎来新的突破，从而进一步提升应对老年社会孤立问题的整体效能。

五、四维支持视角下的日本老年社会孤立应对：发展与挑战

从上述内容不难看出，日本政府为应对老年人的社会孤立和“孤独死”问题，已出台包括正式支持和非正式支持在内的诸多措施。然而，老年社会孤立及“孤独死”的情况仍未显著改善，反而居高不下。那么，究竟是什么原因导致这一问题未能得到有效遏制？为解析政策的不足，本文将基于豪斯关于社会支持的四维理论，尝试深入探讨这一现象背后的深层次原因。

（一）2010—2024年日本应对社会孤立的四维支持

豪斯将社会支持分为工具支持、情感支持、信息支持和评价支持。工具支持指提供物质或技术资源（如设备、服务、资金）以解决问题；情感支持是通过陪伴、关怀或社会联系来缓解心理压力；信息支持指借助数据、知识或指导，帮助应对问题；评价支持则是提供反馈或肯定，帮助个体评估自身情况。本章依据日本2010年以来的相关政策，梳理每项政策对应的具体支持类型，并据此展开深入分析（详见表1）。

表 1 2010—2024 年日本应对社会孤立的四维支持分布

阶段	主要项目	四维支持类型	正式 / 非正式支持
2010—2015 年	地方护理项目（如居家服务）	工具支持	正式
	ICT 故乡活力事业	工具支持	正式
	地区商业活化补助事业	工具支持	正式
	社会包容一站式咨询支援事业	工具支持	正式
	信息一元化体制	信息支持	正式
	安心网络事业	情感支持 + 工具支持	正式
	地区茶室	情感支持	非正式
	时间货币	情感支持	非正式
	跨代同居项目	情感支持	非正式
	“孤独死”实际调查	信息支持	正式
2016—2020 年	发布“孤独死”统计数据	评估支持	正式
	生活贫困者支援基础事业	工具支持	正式
	陪伴型咨询支援事业	情感支持 + 信息支持	正式
	食品获取改善措施	工具支持	正式
	地区核心领导者计划	工具支持	正式
	信息技术居家生活支援事业	工具支持	正式
	居民互助（高龄农户关怀）	情感支持	非正式
	互助基础构建事业	情感支持	正式
2021—2024 年	居民参与地区问题解决	情感支持	非正式
	《社会福利法》修订	工具支持	正式
	《孤独与孤立对策推进法》	工具支持	正式
	地方版孤独与孤立对策官民合作平台	评估支持 + 工具支持	正式
	24 小时统一咨询服务	信息支持 + 情感支持	正式
	开展全国性孤独与孤立调查	评估支持	正式
	孤独与孤立相关的人才培养	工具支持	正式
	数字技术关怀事业	信息支持	正式
	设立生活支援协调员	工具支持	正式
	线上社区活动	情感支持	非正式
	独居老人配餐	工具支持 + 情感支持	非正式

注：依据日本 2010—2024 年应对老年社会孤立的主要项目编制而成。

如表 1 所示，2010—2015 年，针对老年社会孤立的应对策略初步实施。在工具支持方面，主要依托地方护理项目等正式服务，而情感支持则主要依靠非正式的互助形式，如地区茶室和居民互助等。在此阶段，信息和评估支持相对薄弱，但政策已开始在局部区域进行探索。到了 2016—2020 年，工具支持进一步加强且更加具有针对性，典型举措包括援助生活贫困者、改善食品获取等。情感支持在延续非正式活动的基础上，也开始尝试引入正式手段，如陪伴型咨询。不过，这一阶段评估支

持依然不足，实用主义仍是政策的主导方向。进入2021—2024年，工具支持进入系统化阶段，法律出台和平台搭建标志着应对老年社会孤立的政策迈入新阶段。信息支持得到显著增强，24小时咨询服务等逐步建立，为老年人提供了更全面的服务支持。评估支持开始起步，全国性孤独与孤立调查的开展为政策的改进提供了数据支撑。在情感支持方面，尽管跨代同居等正式项目逐步增多，线上社区活动等非正式创新形式也有所发展，但其规模化仍面临困难。

（二）工具支持的强化与信息支持的断层

在日本应对老年社会孤立的对策中，工具支持与信息支持表现较为突出，体现了政策在服务供给和认知提升方面的优势。工具支持贯穿了三个阶段：从早期的“地方护理项目”“ICT故乡活力事业”“地区商业活化补助事业”等基础服务，到中期的“食品获取改善措施”“地区核心领导者计划”“生活贫困者支援基础事业”等服务强化，再到近期的《社会福利法》修订和《孤独与孤立对策推进法》发布，展现出持续进步的态势。早期阶段侧重于应对老年社会孤立的生存需求，缓解健康风险；中期则扩大了服务的覆盖范围；如今，政策逐步实现系统化推进，凸显了服务供给的高效性和实用性。然而，尽管工具支持在物质需求和服务供给方面取得了显著进展，社会联系的重建仍显得相对薄弱。这表明，虽然老年社会孤立问题的物质层面得到了较有效的应对，但在情感支持和社会互动的促进上，仍需进一步加强相应的措施与政策创新。

信息支持经历了从“社会包容一站式咨询支援事业”到“信息一元化体制”的正式探索，再到“24小时统一咨询服务”的开展，逐步将孤立问题从隐性转变为显性，为政策设计提供了重要依据，展现了认知提升的潜力。然而，值得注意的是，信息支持在起步后至中期阶段的发展近乎停滞，即便“24小时统一咨询服务”覆盖较广，依然存在咨询服务人力资源不足、调查反馈滞后等问题，这些问题影响了信息支持的实际效果。

总体来看，工具支持与信息支持在各阶段的不断演进，彰显了日本老年社会孤立对策的持续优化，在提升服务覆盖面和效率、增强认知基础和政策指导性方面发挥了重要作用。然而，二者的局限性也逐渐显现：工具支持仍主要聚焦于生存需求，难以有效重建老年人的社会联系；信息支持则在执行效率和反馈机制上存在不足，导致难以及时优化政策应对措施。因此，尽管工具支持和信息支持在一定程度上具有优势，但仍未能触及孤立问题的根本。

（三）情感支持的瓶颈与评估支持的不足

情感支持在应对老年社会孤立问题中扮演着至关重要的角色。在日本，诸多应对老年社会孤立的措施依赖非正式的情感支持，如“地区茶室”“居民互助”“时间货币”和“跨代同居”等。这些措施通过促进社区成员间的互动，为老年人提供情感交流机会，缓解其孤独感。然而，此类非正式支持往往面临范围狭窄、零散且难以规模化的问题。由于其依赖自发的社区组织和个体参与，难以覆盖所有需要帮助的老年人群体，且在持续性和稳定性上存在隐忧。相比之下，正式的情感支持通常由政府或自治体主导，能提供更多资源和制度保障，但也面临诸多困境。主要困难在于先行研

究提及的孤立政策的复杂性。个人生活方式的选择性孤立与外部环境导致的被动孤立之间存在模糊性。生活方式的孤立多是老年人依个人需求主动选择，未必产生负面后果。但若这种孤立转变为因外部条件不适应或缺乏社会支持而产生的孤立，就可能引发心理健康问题、生活质量下降等更严重的问题。在模糊界限下，如何准确判断是否介入，成为正式支持体系面临的重大挑战。因此，尽管非正式的情感支持措施在缓解老年人社会孤立方面发挥了积极作用，但其局限性也较为明显。相比之下，正式支持能够提供系统化的帮助，但在预防和介入方面仍面临巨大挑战。如何平衡两者的优劣势，构建一个更高效、更细致的老年人支持体系，成为解决老年社会孤立问题的关键所在。

另一方面，评估支持的核心在于及时反馈，帮助个体评估自身情况并提供必要的引导。然而，目前相关调查大多未能持续开展，反馈机制缺乏足够的动力，导致政策反应迟缓，缺乏数据驱动的优化路径，难以灵活调整。尽管初期有过“孤独死实际调查”，但其进展断续，主要集中在问题识别，未能形成可持续的监测体系。“全国性孤独与孤立调查”和“地方版公民合作平台”虽然在后期启动，但仍处于初步阶段，需要持续观察其反馈的深度和广泛性。总体而言，评估支持的滞后使得政策缺乏持续有效的调整依据，进而阻碍了政策优化的推进。

六、结论

日本在应对老年社会孤立问题的政策实践，为豪斯社会支持理论的四维支持框架提供了重要的实证依据和分析视角。自2010年《老龄社会白皮书》首次系统关注老年社会孤立问题以来，日本政府逐步构建了以工具支持为核心、信息支持为补充的制度化体系，并通过《孤独与孤立对策推进法》等政策强化法律保障。然而，研究发现，尽管工具支持在生活保障领域（如护理服务、食品援助）和信息支持在认知提升（如24小时咨询）方面取得显著进展，但情感支持与评估支持的制度性缺位，导致政策难以触及社会联系断裂这一孤立问题的核心。这一矛盾揭示了豪斯理论的功能性分类框架在政策分析中的解释力及其局限性。

从豪斯理论的视角看，日本政策的成效与短板凸显了四维支持的非均衡性。工具支持因可量化、易操作而被快速制度化；信息支持通过数据整合提升了政策认知基础，二者体现了豪斯理论中“服务供给”与“认知提升”的功能性优势。然而，情感支持长期依赖非正式活动，其零散性暴露了豪斯理论对“情感维度制度化路径”的指导不足；评估支持虽被纳入政策，如开展全国性调查，却因反馈机制薄弱而未能驱动政策及时调整，反映了理论对“动态调整机制”关注的缺失。因此，豪斯理论的四维分类虽能解构政策工具，却未能充分解释支持类型间的协同逻辑与制度化进程的权力偏向。例如，工具支持的资源倾斜挤压了情感支持的制度空间，而评估支持的边缘化则导致政策调整滞后于现实需求。这种非均衡性表明，社会支持政策的效果不仅取决于单一维度的强度，更需依赖四维支持的系统性协调与互动。

基于此，本研究提出两方面的理论拓展：需在豪斯框架中纳入支持类型的互动机制，例如情感支持如何增强工具支持的可持续性，或评估支持如何优化信息支持的决策价值；同时应结合“政策

“资源分配”视角，解释为何工具支持更易获得制度优先性，而情感支持面临“去制度化”困境，进而完善豪斯理论对政策实践的批判力。此外，从政策实践来看，老年社会孤立的应对需在四维支持的平衡发展中寻求突破，即通过法律保障情感支持资源、构建评估支持的动态反馈循环，并推动工具支持从“生存保障”向“社会联系重建”转型。唯有实现四维支持的有机协同，才能解决“政策持续推进”与“孤独死高发”的悖论，为超老龄化社会构建真正有效的支持网络。

参考文献：

- 阿部彩.包摶社会の中の社会的孤立—他県からの移住者に注目して—[J].社会科学研究,2014(1): 13-30.
- 崔迎春,赵敬.人口老龄化视角下的日本老年人社会孤立问题研究 [J].宁夏社会科学,2019(3): 119-129.
- 河合克義.大都市におけるひとり暮らし高齢者の生活と社会的孤立—東京港区での悉皆調査報告 [J].賃金と社会保障,1996(8): 28-48.
- 後藤昌彦,山崎治子,飯村しのぶ,松坂裕子,菊地弘明.都市における高齢者の社会的孤立 [J].高齢者問題研究,1991(7): 73-90.
- 李莉.社会网络,社会支持与老年人健康的互动研究 [M].中国原子能出版社,2023.
- 穆光宗.中国都市社会的养老问题:以北京为个案 [J].中国人民大学学报,2002(2): 80-87.
- 内閣府.「絆」と社会サービスに関する調査結果の概要 [R], 2014.
- 内閣府.令和2年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2020.
- 内閣府.令和3年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2021.
- 内閣府.令和4年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2022.
- 内閣府.令和5年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2023.
- 内閣府.令和6年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2024.
- 内閣府.令和元年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2019.
- 内閣府.平成22年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2010.
- 内閣府.平成23年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2011.
- 内閣府.平成24年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2012.
- 内閣府.平成25年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2013.
- 内閣府.平成26年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2014.
- 内閣府.平成27年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2015.
- 内閣府.平成28年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2016.
- 内閣府.平成29年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2017.
- 内閣府.平成30年版高齢社会白書(全体版)[R].東京:内閣府,2018.
- 内閣官房.孤独・孤立対策推進法 [R].東京:内閣官房,2024.
- 倪赤丹.社会支持理论:社会工作研究的新“范式” [J].社会工作与管理,2013(3): 58-65.
- 日本国土交通省.高齢者の孤独死に関する問題点と対策 [EB/OL].https://kolecolle.com/health/solitary_death.html, 2022.
- 日本総務省.統計からみた我が国の高齢者定 [EB/OL].<https://www.stat.go.jp/data/topics/pdf/topics142.pdf>, 2024.
- 石田光規.現代社会における孤立問題—地域社会は再生するのか— [J].平和政策研究所政策オピニオン,2022(7): 1-10.
- 松宮朝.高齢者の「関係性の貧困」と「孤独死」・「孤立死」—愛知県愛西市の事例から [J].日本都市社会学会年報,2012(30): 15-28.

藤森克彦.「社会的孤立4類型」からみた単身世帯における孤立の実態分析[R].国立社会保障・人口問題研究所『生活と支え合いに関する調査(2012年)二次利用分析報告書(平成27年度)』所内研究報告:2016.

小辻寿規.高齢者社会的孤立問題の分析視座[J].Core Ethics, 2011(7): 109-119.

肖水源.《社会支持评定量表》的理论基础与研究应用[J].临床精神医学杂志, 1994(2): 98-100.

杨菊华.以强大的正式社会支持形塑流动人口的归属感[J].人民论坛, 2020(2): 62-64.

伊藤ふみ子,田代和子.独居高齢者の社会的孤立に関する文献検討[J].淑大看栄紀要, 2020(12): 69-77.

斎藤雅茂.高齢者の社会的孤立に関する主要な知見と今後の課題[J].季刊家計経済研究, 2012(94): 55-61.

Caplan G. Support Systems and Community Mental Health: Lectures on Concept Development[M]. Behavioral Publications, 1974

Cobb S. Social Support as a Moderator of Life Stress[J]. Psychosomatic Medicine, 1976(5): 300-314.

House J. S. Work Stress and Social Support[M]. Addison-Wesley Pub. Co., Reading, Mass, 1981.

Jolly P. M., Kong D. T. & Kim K. Y. Social Support at Work: An Integrative Review[J]. Journal of Organizational Behavior, 2021(2): 229-251.

Townsend P. et al. Isolation, Desolation, and Loneliness[M]. Old People in Three Industrial Societies. New York: Routledge, 1968.