

人口減少時代 Well-beingを踏まえた政策の重要性
-人がつながり、幸福が感じられる地域社会の構築-

京都大学 人と社会の未来研究院

内田 由紀子

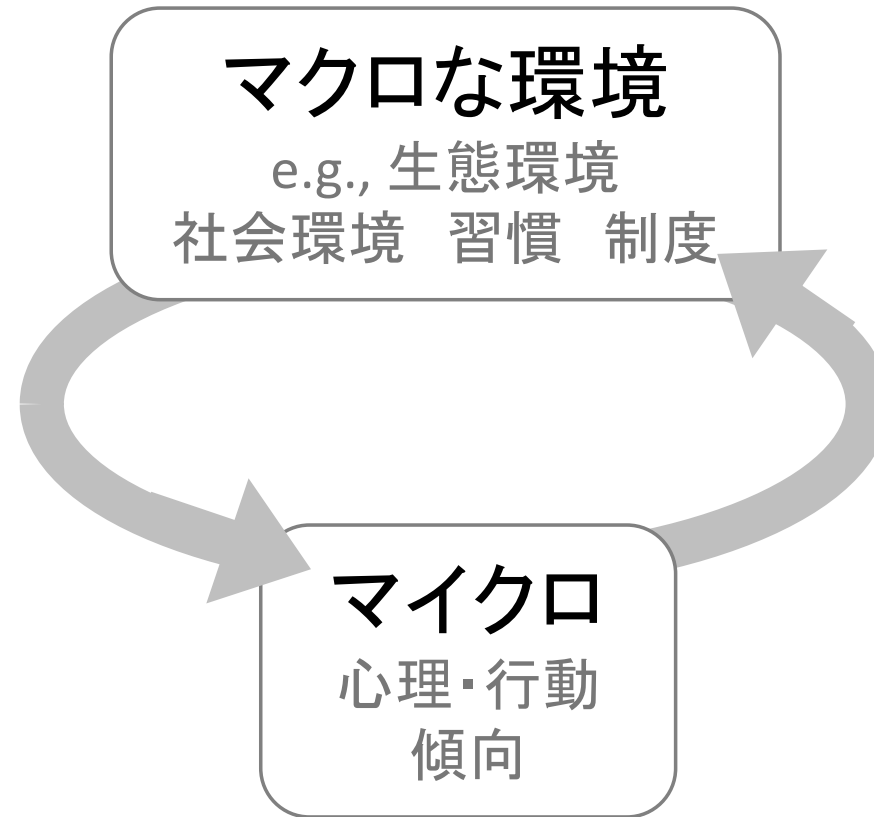


自己紹介

- 京都大学人と社会の未来研究院
院長・教授
- 専門：文化心理学・社会心理学
- テーマ：対人関係、ウェルビーイング、認知と感情における比較文化研究
- 国際比較（主に北米、欧州）
- 国内での企業との共同
- 地域比較（2015-2019: JST-RISTEX持続可能な多世代共創社会のデザインPJ代表者）
- 社会連携（2010-2013：内閣府幸福度に関する委員会; 2021-文部科学省中央教育審議会など）



バックグラウンド：文化心理学



人間の心理・行動傾向と、人が集合的に作り出す「文化」の循環メカニズムの解明

→個と場の相互作用

地域の政策課題とウェルビーイング

- 地域の政策課題において「ウェルビーイング」を
考えることは必要か？
- 必要だとすればどのように考えればよいのか？
- そのためには何が必要か？

地域の政策課題とウェルビーイング

- 地域の政策課題において「ウェルビーイング」を考えることは必要か？

→政策は「人」に対する理解にシフトしている
→ウェルビーイングを考える政策は必須化

- 必要だとすればどのように考えればよいのか？

→個人の幸せのみならず、それを支え、持続させるような場（集合）の仕組みを考える

- そのためには何が必要か？

→測定・分析・解釈

ウェルビーイングとは何か

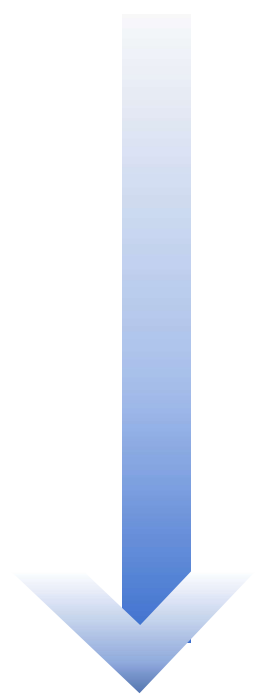
- Well-being: 新しい「ものさし」・コンセプト
経済だけではなく「こころ」の充足、生活への評価・感情・価値をとらえる
- 自分の生きる道だけではなく、家族や友人、自分の住む街・国が、どのようにすれば「良い状態」でいられるのかについて考えること
- 「幸せ」とウェルビーイングの違い：
 - 幸せはhappiness = 短期的で個人的な状況評価・感情状態
 - Well-being = 包括的で、個人のみならず**個人をとりまく「場」が持続的に**よい状態であること

地域政策に適した概念

ウェルビーイングの深化

- 今が楽しい
(個人・現在)
- これからの将来に希望を持てる
(個人・将来展望)
- クラスや地域の人々の幸せを願う
(社会・共生)
- この町・学校・世界を良くしていきたい
(利他性・公共・持続)

ウェルビーイングの
深化



求める幸せのシフト (Krys et al., 2019)

Basic for modernization: 安全、健康、経済



Welfare aims : 自由、正義



Inclusive aims: 公平さ、開放性、持続可能性

- 労力や資金 (Basics for modernization) →かつての無尽講
- 現在人々が求める社会の発展： 開放性や幸福、公平さ、教育
- 多様な役割→人々がそこで生きる価値を感じることで、自らの可能性の拡大
- 会社においては生産性やコンプライアンスなどにもつながる

ウェルビーイング概念の必要性と有効性

- ビジョン作成（直近の課題への対応ではなく、未来に向けた目標設定）
- 政策（制度設計や技術介入）の評価（データの蓄積が必須）
- 重要領域の設定（予算の決定）
- 住民など様々な人たちを巻き込む議論

ウェルビーイングを考える際の注意点

- 1. 意味の問題（よくある誤解）：生きがい・人生の意義（ユーダイモニア） > 快楽（ヘドニア）**
- 2. 意味は国や地域の文化により異なる**
 - それぞれの国・集団・地域での文化的価値につながる「ウェルビーイング」のあり方を考える必要がある
 - 世界ランキングではなく、学校や教育現場の状況を知ることが大切
- 3. 多様なウェルビーイングの求め方を認める**

幸福政策 = 個人の幸福

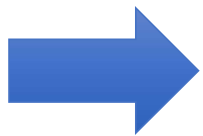
1980年代～「幸福な個人」の研究

幸福な人物とは

若く健康で、よい教育をうけており、収入が良く、
外向的・楽観的で、自尊心が高く、

働く意欲がある者・・・

(Myers & Diener, 1995)



一方で個人が幸福を追求することが、場や公共に悪い影響をもつなどの問題（例：環境配慮行動におけるジレンマ）、あるいは格差による社会不安・不満の上昇

個人の幸福に関連する研究

北米を中心とした研究

- 幸福な人物とは、若く健康で、よい教育を受けており、収入が良く、外向的・楽観的で、自尊心が高く、働く意欲がある者 (Myers & Diener, 1995)

幸福のもとめかた (“文化的幸福観“)

- 北米的幸福
 - 個人の自由と選択
 - 自己価値の実現と自尊心の高さ
 - 競争の中でもまれる
 - それらが翻って社会を豊かにするという信念
 - **獲得的幸福観**



文化と幸福

幸福のもとめかた (“文化的幸福観“)

- 日本的幸福
 - 幸福の「陰と陽」
 - 他者とのバランス
 - 人並み志向
 - まわりまわって自分にも幸せがやってくるという信念
- **協調的幸福観**





- ランキングの話で終わりがちで、自国の文化・社会的状況について問う機会が多くない

人生の満足感尺度 (Diener et al., 1985)

- 私は自分の人生に満足している。
- 私の生活環境は素晴らしいものである。
- 大体において、私の人生は理想に近いものである。
- もう一度人生をやり直すとしても、私には変えたいと思うところはほとんどない。
- これまで私は望んだものは手に入れてきた。

獲得系・北米

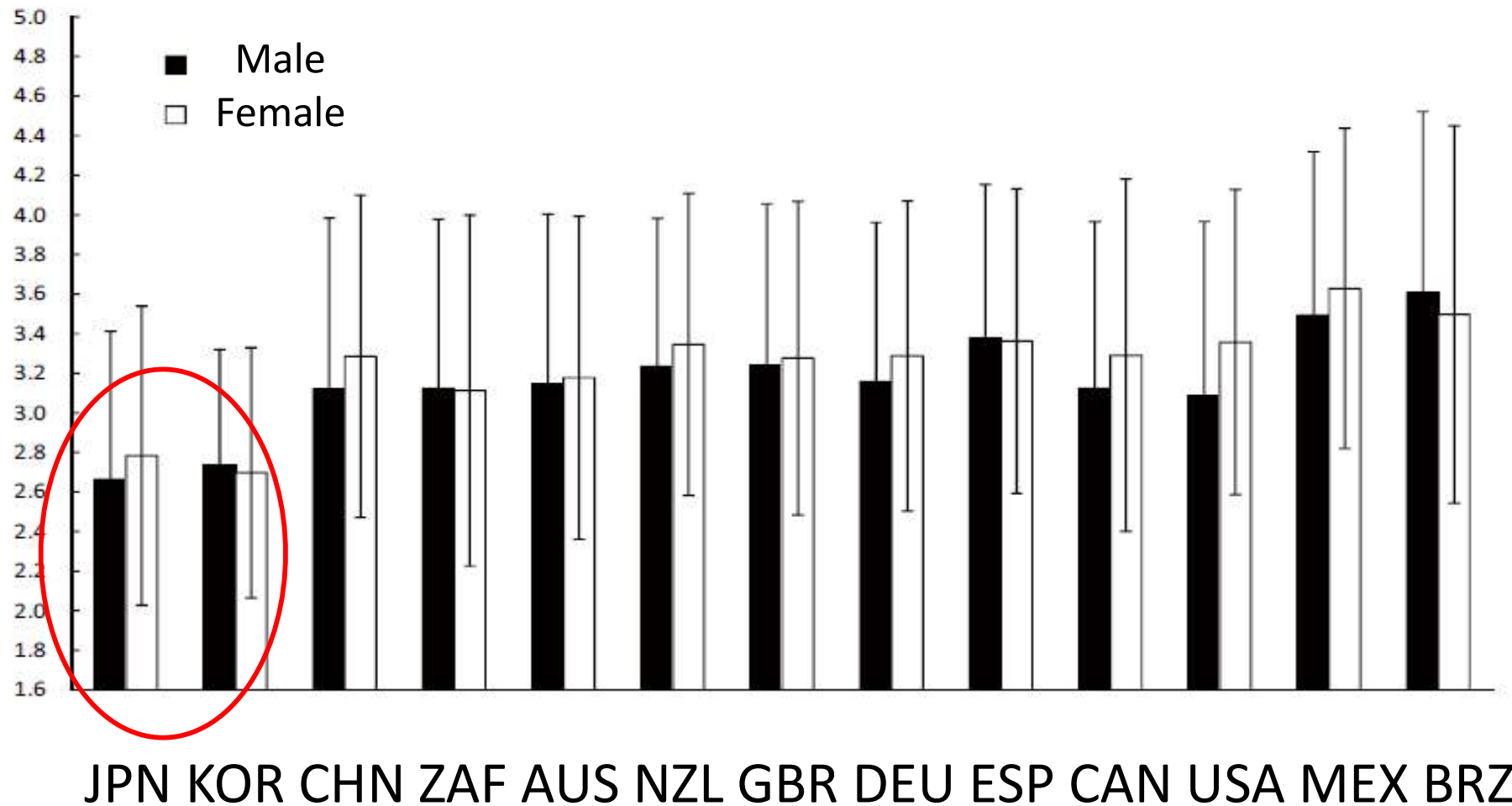
人並み・協調的幸福 (Hitokoto & Uchida, 2015)

- 自分だけでなく、身近なまわりの人も楽しい気持ちでいると思う
- 周りの人に認められていると感じる
- 大切な人を幸せにしていると思う
- 平凡だが安定した日々を過ごしている
- まわりの人たちと同じくらい幸せだと思う

協調系・日本

人生の満足感尺度

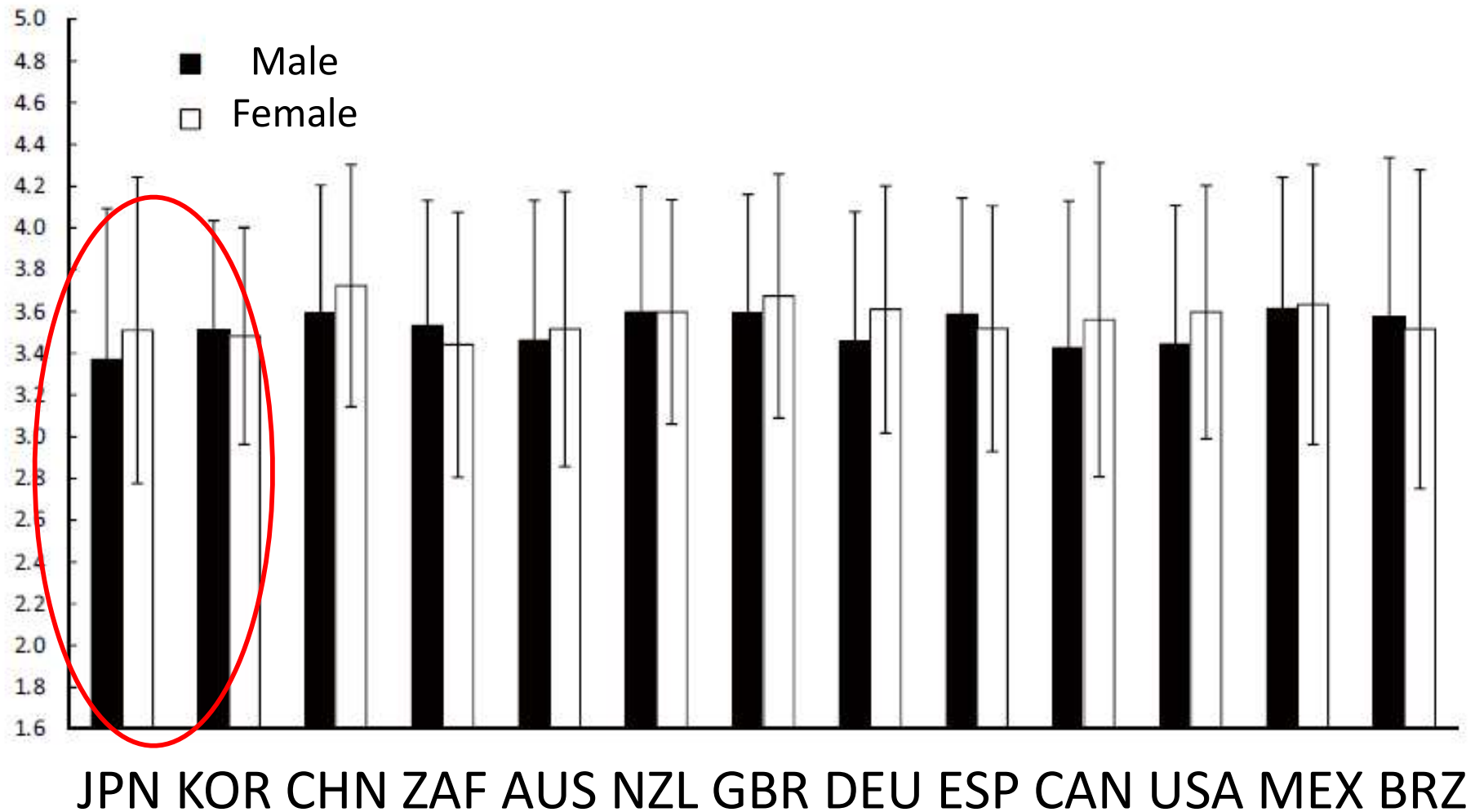
日本・韓国は人生満足度尺度の得点が低い



Koyasu et al., 2012

協調的幸福

協調的幸福感尺度を使うと平均値がだいたい同じ



Koyasu et al., 2012

WHR 2022 | CHAPTER 6

Insights from the first global survey of balance and harmony

Tim Lomas

Psychology Research Scientist, Harvard T. H. Chan School of Public Health & Human Flourishing Program at Harvard University

Alden Yuanhong Lai

Assistant Professor of Public Health Policy and Management, New York University

Koichiro Shiba

Postdoctoral Research Fellow, Harvard T. H. Chan School of Public Health & Human Flourishing Program at Harvard University

Pablo Diego-Rosell

Senior Researcher, The Gallup Organization

Yukiko Uchida

Professor, Kyoto University

Tyler J VanderWeele

John L. Loeb and Frances Lehman Loeb Professor of Epidemiology, Harvard T. H. Chan School of Public Health & Director, Human Flourishing Program at Harvard University

Acknowledgment: We are grateful above all to the founding members of the Global Wellbeing Initiative (GWI) – including Dominique Chen, Ed Diener, Jim Harter, Yoshiki Ishikawa, Mohsen Joshanloo, Takafumi Kawakami, Takuya Kitagawa, Louise Lambert, Hiroaki Miyata, Holli Anne Passmore, and Marqot van de Weijer – whose work includes the research featured in this



個人と場のウェルビーイング

- 幸福や生きがいは個人が感じるもの
- しかしながら生きている文化や環境などのマクロの要因とは切り離せず、時代や文化の精神、価値観を反映している
- 個人のこころのあり方もまた、社会や集団の価値観や空気のようなものを作り出していく
- 豊かな社会、集団、組織、地域はどのようなものかを考える必要

個人と場のウェルビーイング

「**個人**」と「**社会**」の状態が「良い」もので、循環すること

→「個人」を支える要因と、「社会」を支える要因の共通性と差異について検討する必要がある

- どのようにバランスをとるのか
- 「格差」についての意識

Stiglitz report calls for measure of 'well-being' alongside growth



French President Nicolas Sarkozy has welcomed a report he commissioned from a panel of top economists, including Nobel laureates Joseph Stiglitz and Amartya Sen, calling for a new measure of growth that takes into account social well-being.

国民総幸福(GNH)の思想

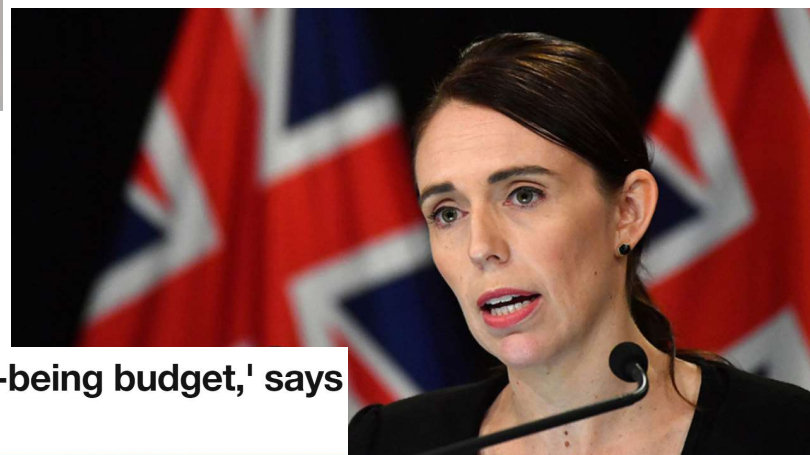
王立ブータン研究所代表ダショー・カルマウラ氏インタビュー

京大-ブータン友好プログラム第9隊(山本真也・雪長類研究所助教、大見士朗・防災研究所准教授、内田由紀子・こころの未来研究センター准教授、西出俊・白眉センター助教、福島慎太郎・地球環境学舎博士課程、馬場悠介・工学研究科修士課程、所属は当時)は、2012年8月26日から9月2日まで、ブータンのハ・プナカ・ワンデュポダン・ティンブー・パロを訪れた。その中で王立ブータン研究所を訪問し、代表であるダショー・カルマウラ氏へのインタビューを実現し、ブータンの国民総幸福・自然観・宗教観について貴重な話を伺うことができた。

インタビュー 内田由紀子 (こころの未来研究センター准教授)
Yukiko UCHIDA
山本真也 (雪長類研究所助教)
Shinya YAMAMOTO
福島慎太郎 (こころの未来研究センター)
Shintaro FUKUSHIMA

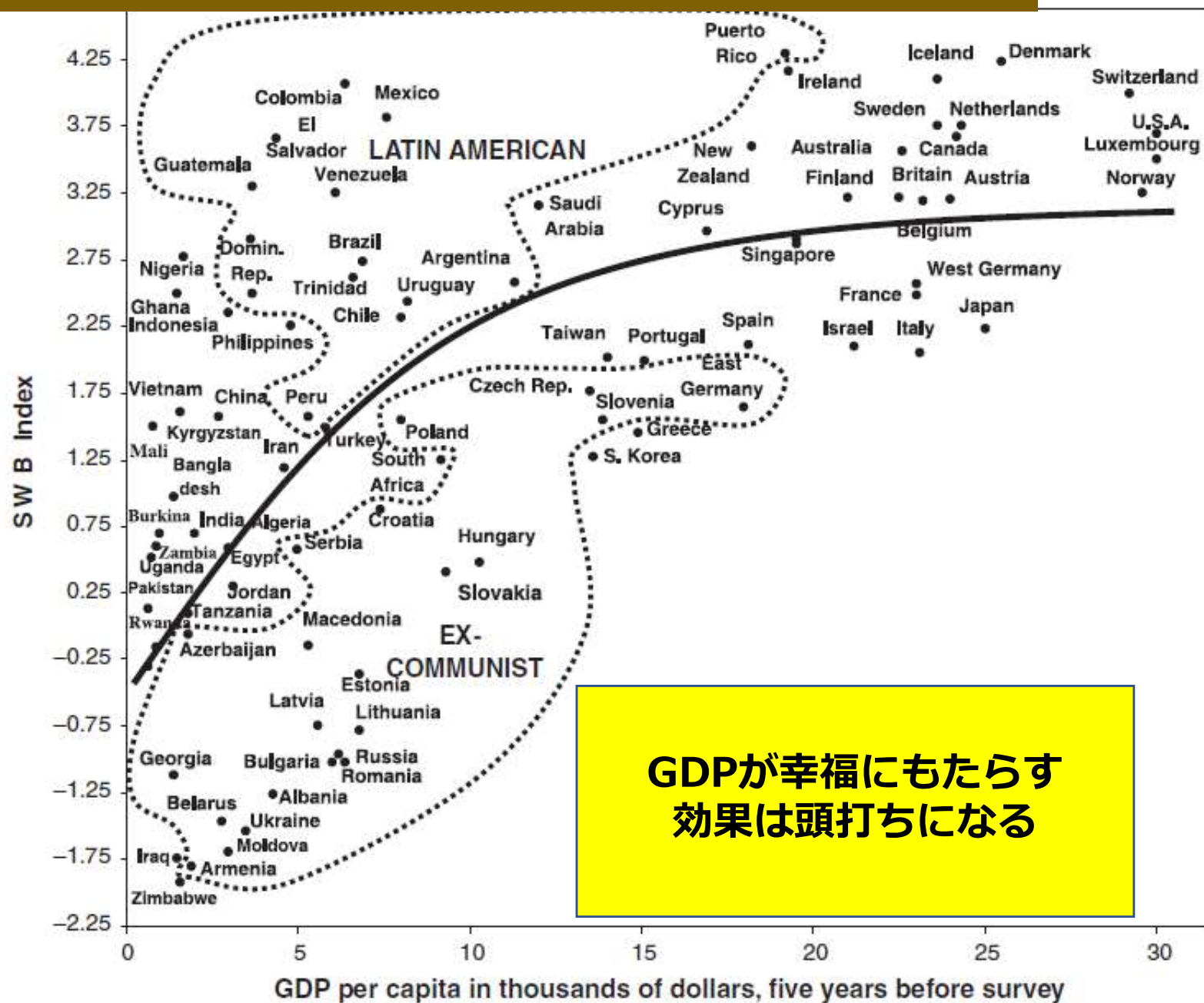



New Zealand will have a new 'well-being budget,' says Jacinda Ardern



数十年の研究データ→精神疾患（心の健康維持）、子どもの貧困、DVの問題への予算配分

経済と幸福



格差と幸福

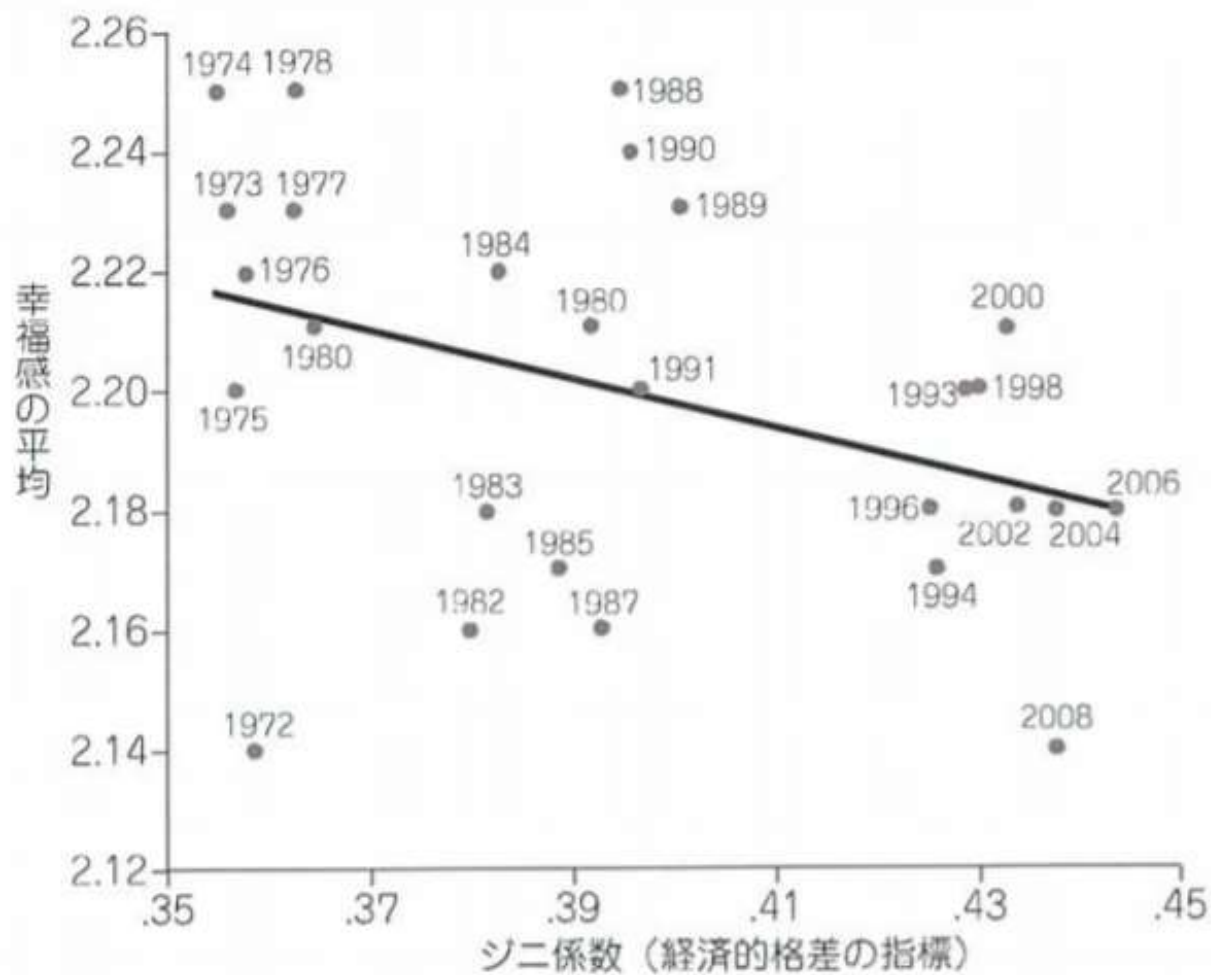
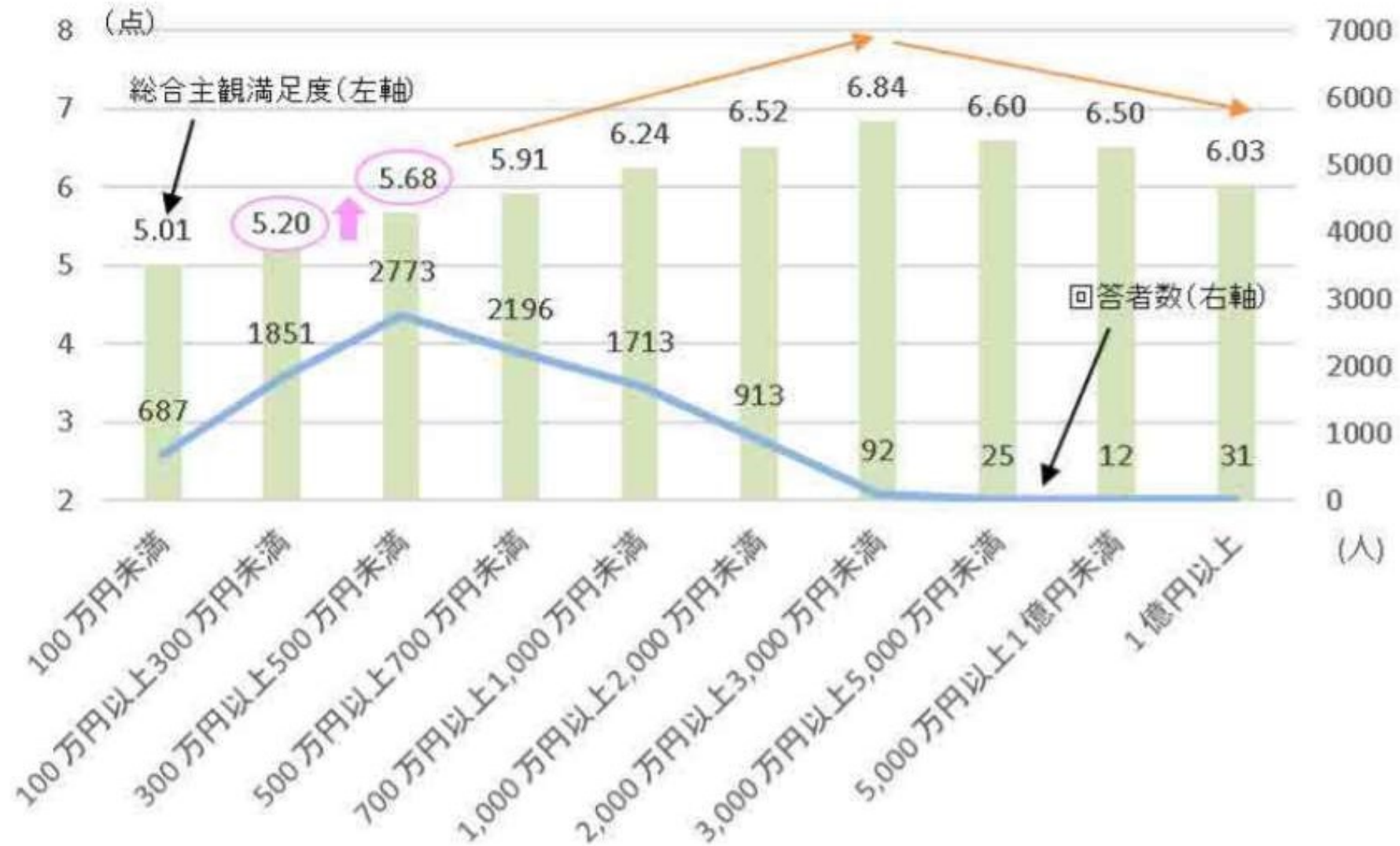


図 4-4 1972 年から 2008 年までのアメリカにおける年度ごとの幸福感と収入格差（ジニ係数）の関係（Oishi et al., 2011）

図表5 世帯年収別の総合主観満足度



出典：内閣府 満足度・生活の質を表す指標群(2019)

収入による幸福度上昇の効果は一定の収入を超えるとみられなくなる
→富の再配分議論

ウェルビーイングと教育環境

Rapplee, Komatsu, Uchida, Krys, & Markus, 2019

JOURNAL OF EDUCATION POLICY 

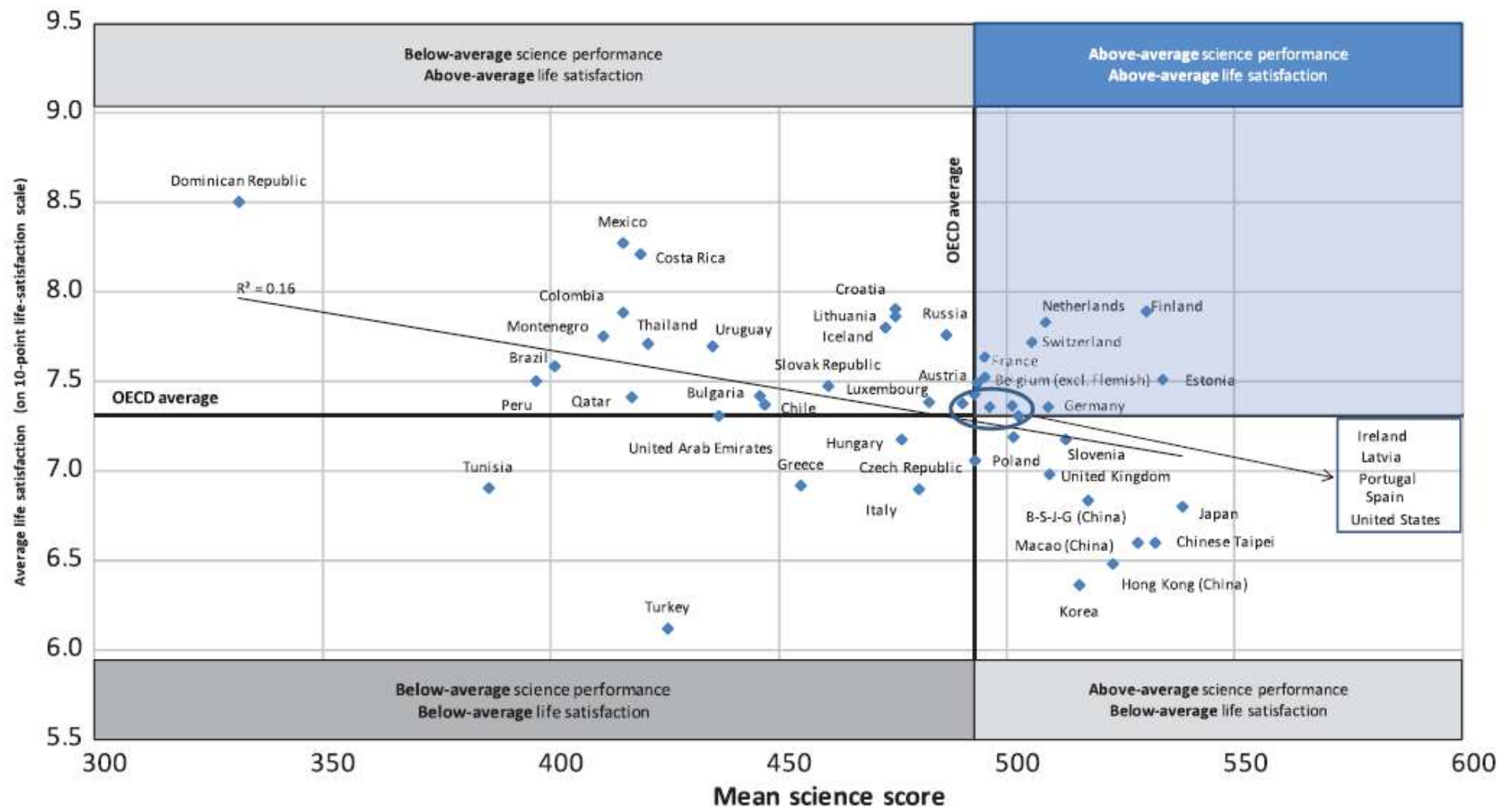


Figure 2. Life satisfaction and student performance (OECD 2017a, 74).

ウェルビーイングの向上について（次期教育振興基本計画における方向性）

ウェルビーイングとは

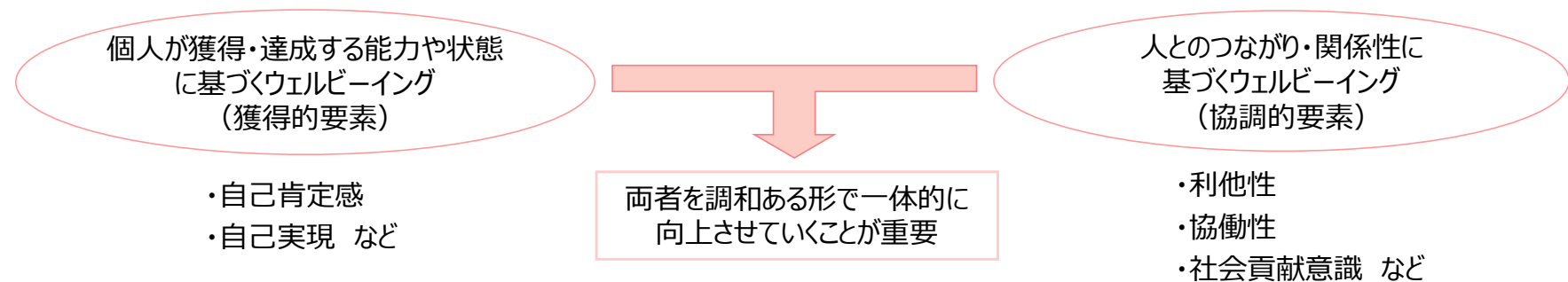
- 身体的・精神的・社会的に良い状態にあることをいい、短期的な幸福のみならず、生きがいや人生の意義などの将来にわたる持続的な幸福を含む概念。
- 多様な個人がそれぞれ幸せや生きがいを感じるとともに、個人を取り巻く場や地域、社会が幸せや豊かさを感じられる良い状態にあることも含む包括的な概念。

なぜウェルビーイングが求められるのか

- 経済先進諸国において、GDPに代表される経済的な豊かさのみならず、精神的な豊かさや健康までを含めて幸福や生きがいを捉える考え方が重視されてきている。
- OECD（経済協力開発機構）の「Learning Compass2030（学びの羅針盤2030）」では、個人と社会のウェルビーイングは「私たちが望む未来（Future We Want）」であり、社会のウェルビーイングが共通の「目的地」とされている。

日本発・日本社会に根差したウェルビーイングの向上

日本の社会・文化的背景を踏まえ、我が国においては、自己肯定感や自己実現などの獲得的な要素と、人とのつながりや利他性、社会貢献意識などの協調的な要素を調和的・一体的に育み、日本社会に根差した「調和と協調」に基づくウェルビーイングを教育を通じて向上させていくことが求められる。



⇒日本の特徴・良さを生かし、「調和と協調（Balance and Harmony）」に基づくウェルビーイングを日本発で国際発信

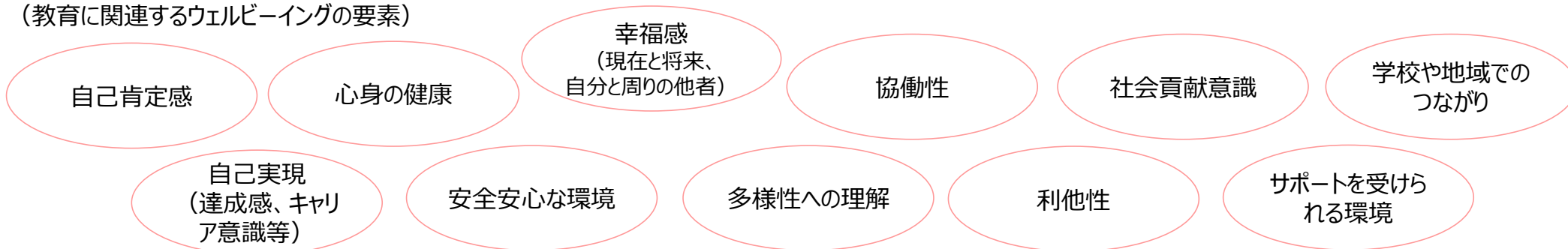
【例：インドネシアG20教育大臣会合・議長サマリー】

（略） to work towards the achievement of balanced and harmonious oriented well-being and universal quality education by 2030.

教育とウェルビーイング

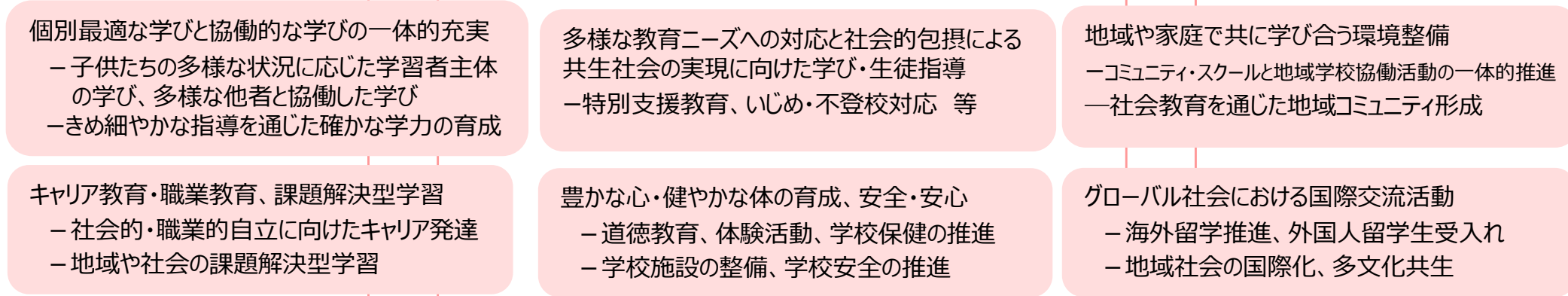
- ・不登校やいじめ、貧困など、コロナ禍や社会構造の変化を背景として子供たちの抱える困難が多様化・複雑化する中で、一人一人のウェルビーイングの確保が必要
- ・子供・若者に、つながりや達成などからもたらされる自己肯定感を基盤として、主体性や創造力を育み、持続可能な社会の創り手を図る必要
- ・地域における学びを通じて人々のつながりやかかわりを作り出し、共感的・協調的な関係性に基づく地域コミュニティの基盤を形成

(教育に関連するウェルビーイングの要素)



(各要素を育む教育活動の例)

教育活動全体を通じたウェルビーイングの向上



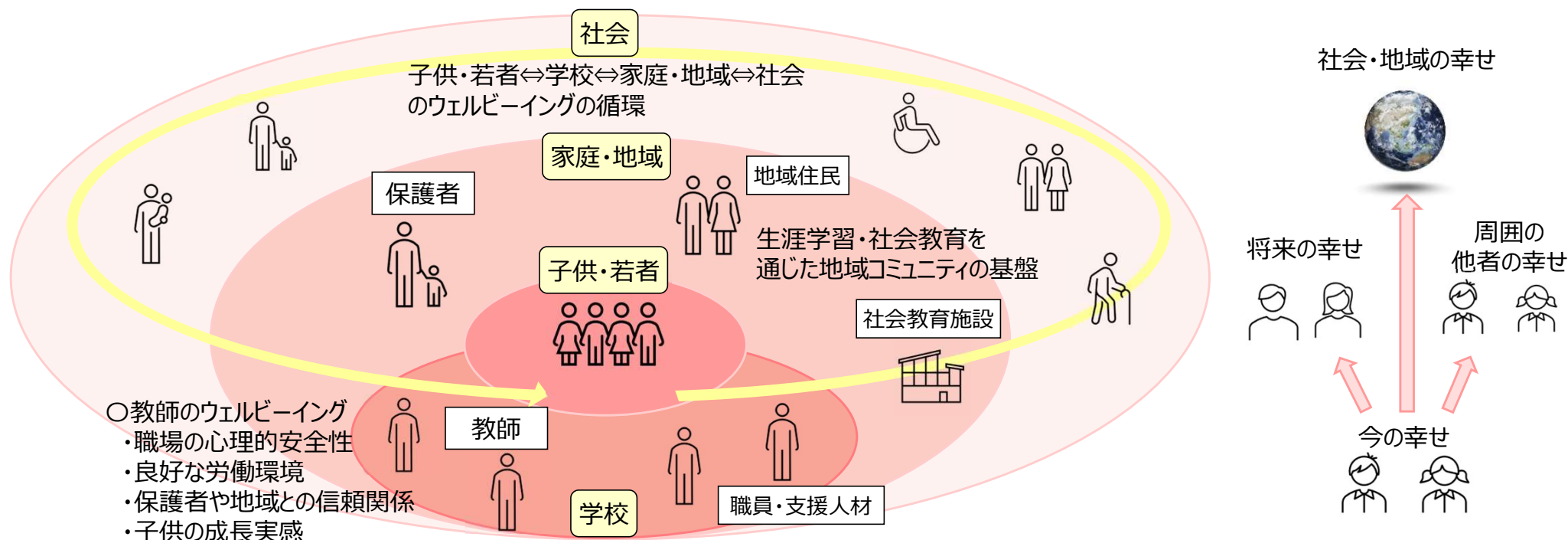
主観的認識のエビデンス把握

(関連する主観的指標)

- | | | |
|------------------|----------------------|-----------------------------------|
| ○自分にはよいところがあると思う | ○普段の生活の中で、幸せな気持ちになる | ○学級をよくするために互いの意見の良さを生かして解決方法を決める |
| ○将来の夢や目標を持っている | ○友達関係に満足している | ○地域や社会をよくするために何かしてみたいと思う |
| ○授業の内容がよく分かる | ○自分と違う意見について考えるのは楽しい | ○先生は自分のいいところを認めてくれる |
| ○勉強は好きと思う | ○人が困っているときは進んで助けている | ○困りごとや不安がある時に先生や学校にいる大人にいつでも相談できる |

教師のウェルビーイング、学校・地域・社会のウェルビーイング

子供たちのウェルビーイングを高めるためには教師をはじめとする学校全体のウェルビーイングが重要。また、子供たち一人一人のウェルビーイングが、家庭や地域、社会に広がっていき、その広がりが多様な個人を支え、将来にわたって世代を超えて循環していくという姿の実現が求められる。



その他の留意事項

- Q. 協調的幸福を強調すると、横並びの過度な同調主義につながるのではないかと。また、自己肯定感の向上が軽視されないか。
- A. 本計画に示した協調的幸福については、組織への帰属を前提とした閉じた協調ではなく、共創するための基盤としての協調であり、多様な他者と協働する開放的な協調であるという考え方に基づくものです。また、本計画において、自己肯定感の向上は引き続き重視しており、獲得的ウェルビーイングと協調的ウェルビーイングの双方がバランスよく育まれることが大切です。
- Q. ウェルビーイングと学力はどのような関係に立つのか。
- A. ウェルビーイングと学力は対立的に捉えるのではなく、個人のウェルビーイングを支える要素として学力や学習環境、家庭環境、地域とのつながりなどがあり、それらの環境整備のための施策を講じていくという視点が重要です。また、社会情動的スキルやいわゆる非認知能力を育成する視点も重要です。

世界は個のウェルビーイングから 場のウェルビーイングを考える時代へ

個のウェルビーイング

Self-training

性格
持ち物
経歴
身体状態
目標
志向性
スキル etc...

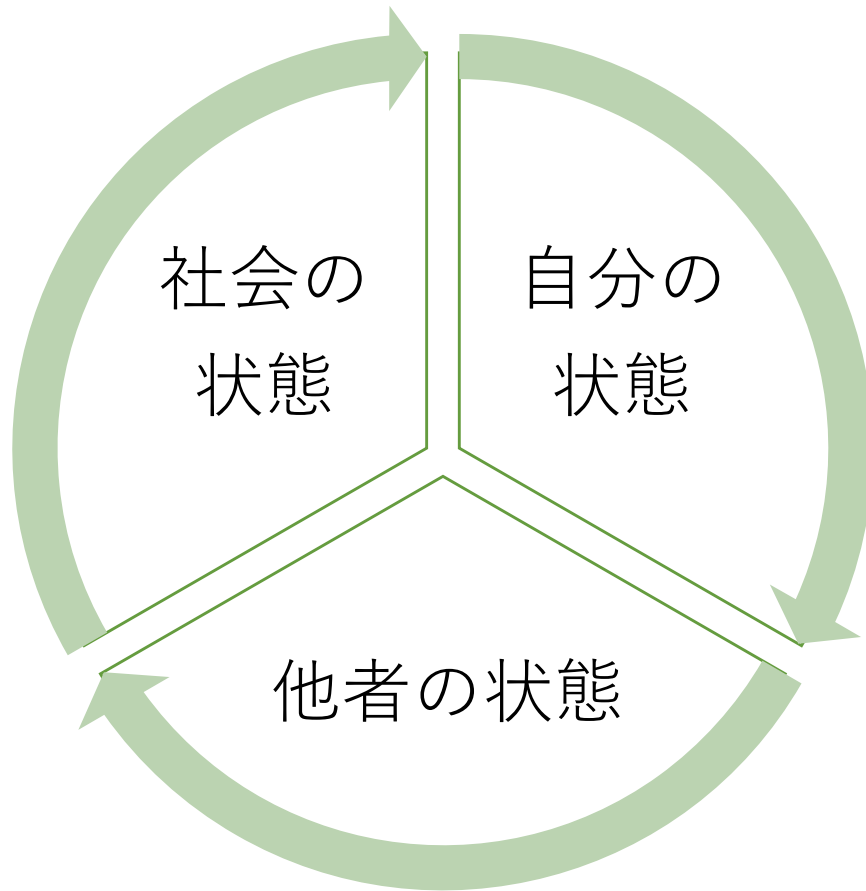


Question

各人の状態が本当によくなれば
社会全体は共創的になるのか

教育の場は多様なウェルビーイ
ングを育むことができるのか

ウェルビーイングの循環



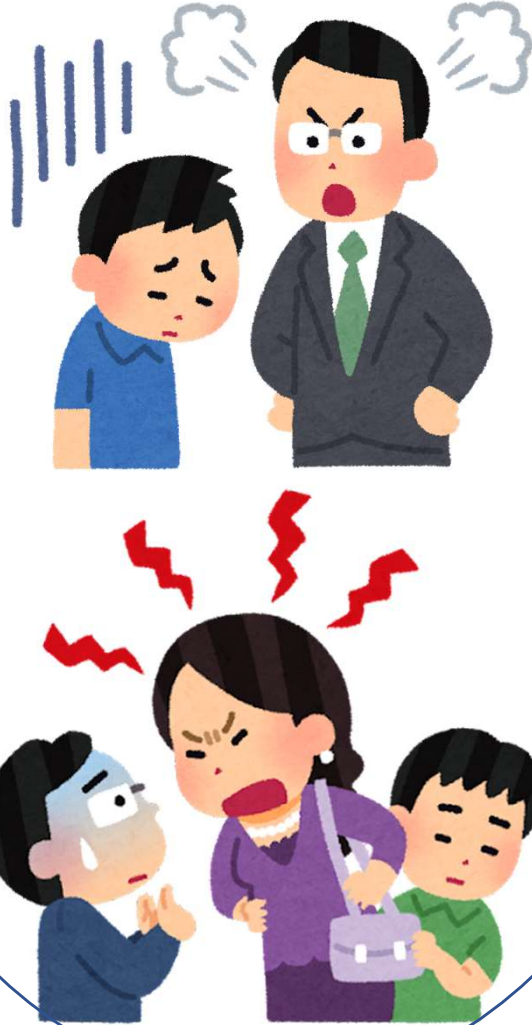
互いの幸せな状態
「ウェルビーイング」
を循環させる



好循環を支える要因

多様性
開放性
社会的つながり（社会関係資本）
自立と共生を支える仕組み

互いの信頼が低い場



子供のためを思っているはずなのに、共有できない、伝わらない、協力できない

互いの信頼が高い場



ネガティブな事象を乗り越える協力の基盤・レジリエンスがある

家庭におけるウェルビーイングの目標

- 働き方の多様化
- 家族と地域を連動させることの大切さ
- 意識の改革と制度的問題
 - 保育園・学童問題
 - ダイバーシティ支援はマジョリティー側に関わる制度問題（例：男性の育休）
 - 在宅勤務も含めた働き方の多様性と子育て

コンフリクトの解消

「今しかできない」

仕事専念に対する上司からの期待

昇給・昇進（一時的）

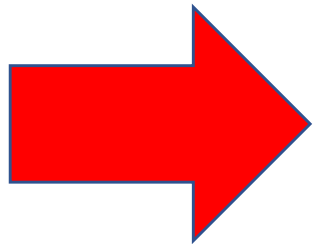
迷惑をかけたくない

家族との連帯感

地域のコミュニティとのつながり

WLBに関する組織マネジメント能力

他者への寛容さ
「もちつもたれつ」

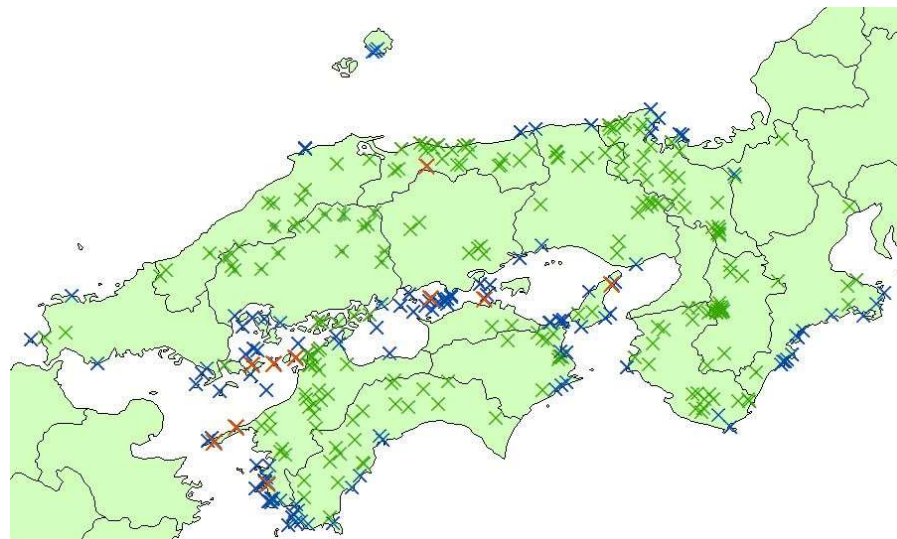


コンフリクトの解消のためにも
個人のウェルビーイングと
場のウェルビーイングのバランスを考える必要性
+ 社会関係資本の充実

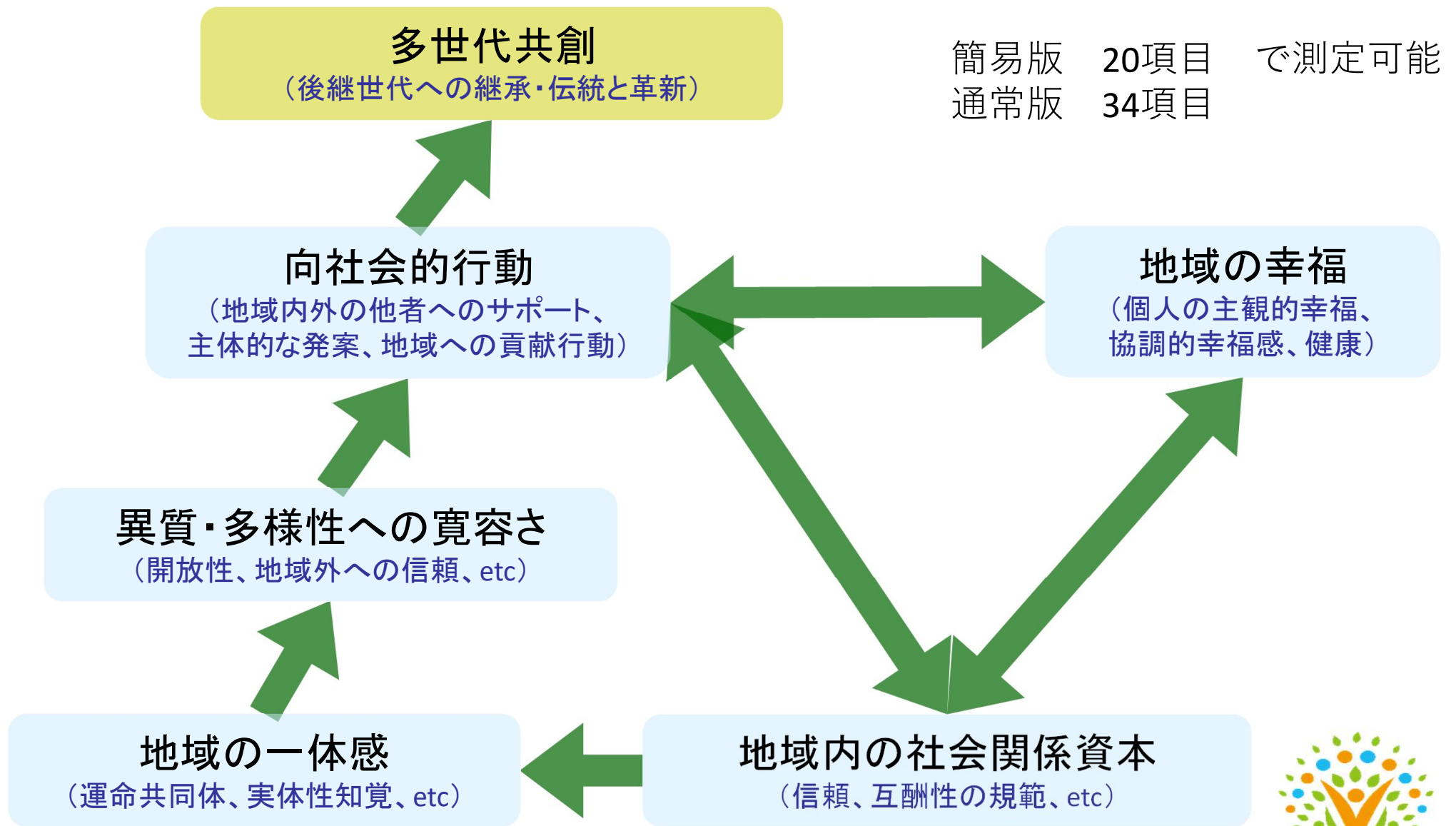
地域社会では社会関係資本が重要

- 個人としての関係性の多様性
 - 集団や場全体に共有されるインフラ的要素
 - つながりがある場所に所属するメリット
 - そうした場をつくり、維持していくには努力も必要
-
- 縛りにならないこと
 - 弱い紐帯の重要性

- 西日本500集落をサンプリングした調査を合計3回実施(N = 2万程度)。マルチレベル分析により地域の特性の違いを検証してモデルを構築
 - 京丹後市大宮町 7集落での調査
 - 京都市右京区南太秦学区での調査
 - 岩手県滝沢市 2集落での調査
 - 宮崎県高原町
 - 鹿児島県錦江町
- 地域フィードバック会を実施



地域の幸福の測定指標の作成と妥当性検証



地域の幸福
プロジェクト

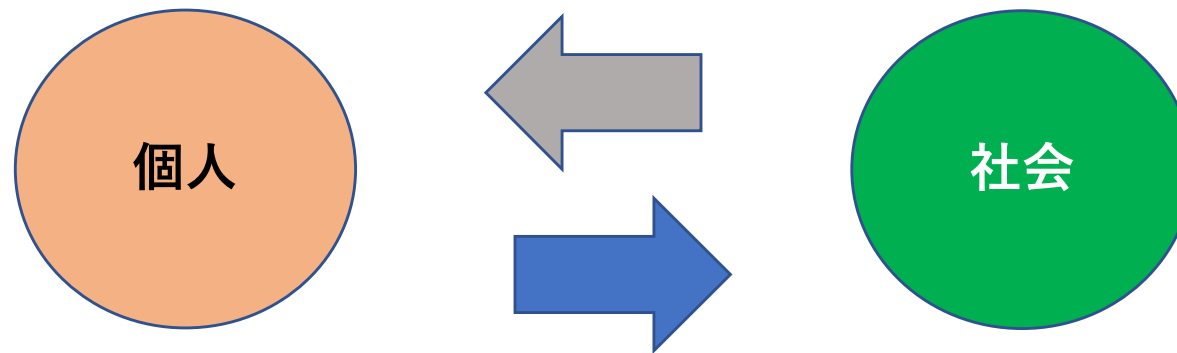
JST RISTEX 持続可能な多世代共創社会のデザイン

「地域の幸福の多面的側面の測定と持続可能な多世代共創社会に向けての
実践的フィードバック」

展望

「個人の心の豊かな暮らし」

「豊かで持続可能な社会はどう実現されるか？」



互いが互いを規定しつつも、コンフリクトも生じる

(例：自由と規制、個人達成と格差、自己権利の保護と社会的寛容)

良いバランスを持続させる要因：社会的つながり・社会参加

さいごに

- Well-being社会の実現のためには
 - 多様性、開放性など、個人を尊重しつつ
 - 他者や社会のための行動を考える
 - 日本的な協調性の良さを活かしつつ、より寛容な社会であること
- 個人の意識
 - 他者を認める寛容さ
 - 自分の幸せが相手に与える影響をポジティブに捉える
- 社会・行政だからこそできること
 - 規範の醸成
 - 共有意識の醸成
 - 格差やコンフリクトの解消
 - 教育や健康など、住民福祉に関わる政策の目標

- ご清聴いただき有難うございました

京都大学人と社会の未来研究院

院長・教授

内田 由紀子