

# ウェルビーイング (Well-being) とまちづくり

葉山町政策財政部政策課

# 目次

- 1. ウェルビーイングの社会動向 . . . . . 1
- 2. ウェルビーイングとは . . . . . 8
- 3. ウェルビーイングとまちづくり . . . . . 12

# 1. ウェルビーイングの社会動向

## (1) ウェルビーイングの起源

- ・ Well-being (ウェルビーイング) とは、人の幸福、健康、福祉などを広範に包含する概念で、身体的・精神的・社会的に良好な状態にある人々の幸せを示すものです。
- ・ ウェルビーイングという言葉は、世界保健機関 (WHO) が1946年に定めた「世界保健機関憲章」の前文において、はじめて登場しています。

“Health is a state of complete physical, mental and social **well-being** and not merely the absence of disease or infirmity.”

(日本WHO協会仮訳：健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、**肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態**にあることをいいます。)

ウェルビーイングは「幸福」とも訳せますが、Happiness (ハピネス) とはニュアンスが異なります。ハピネスは「瞬間的」に幸せな心理状態、ウェルビーイングは「持続的」というニュアンスが含まれます。

## (2) ウェルビーイングが注目されている背景

- ・大量生産・大量消費の社会の中で、社会の繁栄の度合いを測る主な基準としてGDP（国内総生産）が利用されてきました。
- ・GDPが上昇を続ける一方で、人生満足度の低水準が続いていることなどから、「経済成長は、本当の意味で、世界の発展に寄与できているのか」ということが国勢社会において疑問視されはじめています。
- ・このことからGDP以外の幸せを測る尺度の必要性が高まっています。

**日本の現状**  
名目GDP：世界第3位  
国連World Happiness Report2022：世界第54位

### 国際会議等での提言

| 年月       | 会議名  | 内容   |
|----------|--|--|
| 2007年11月 | 「Beyond GDP」国際会議<br>(欧州委員会、欧州議会、ローマクラブ、OECD(経済協力開発機構)、WWF(世界自然保護基金)) | GDPはウェルビーイングや将来世代が利用できる資源を残せているかという環境面の評価が十分にできないという点で、GDPを超えた新たな指標が必要との認識が示された。 |
| 2009年9月  | フランス・スティグリッツ委員会報告  | 経済成果の指標としてのGDPの限界と主観・客観の幸福度指標、持続可能性指標の重要性と今後の方向性を提言。                             |

### (3) 国際社会での動向

- ・ 幸せを測る尺度の必要性の高まりを受け、国際機関において幸福度を取り入れる動きが始まりました。
- ・ 各国政府においても、ウェルビーイング予算、幸福担当大臣、各種政策など、ウェルビーイングが取り入れられ始めています。

| 各国での動向     |              |
|------------|--------------|
| ウェルビーイング予算 | ニュージーランド     |
| 幸福担当大臣     | UAE、ベネズエラ    |
| 各種政策       | アメリカ、オーストラリア |

#### 国際機関での動向

| 年     | 機関名  | 内容  |
|-------|------|---|
| 2011年 | OECD | Better life Initiative (より良い暮らし指標)                      |
| 2012年 | 国際連合 | World Happiness Report (世界幸福度報告)                        |
| 2015年 | 国際連合 | SDGsの目標3: Good Health and Well-being                    |
| 2021年 | WHO  | ディスカッションペーパー発表<br>(ウェルビーイングを国際アジェンダの中心概念として捉えるべきであると主張) |

## (4) 日本政府の動向

- ・日本政府においても、2010年から幸福度を取り入れる動きが始まっており、2017年以降の「経済財政運営と改革の基本方針（通称：骨太の方針）」には毎年、幸福度やウェルビーイングが取り入れられています。

### 日本政府の動向

| 年     | 方針名   | 内容   |
|-------|-------|--|
| 2010年 | 新成長戦略 | <u>幸福度指標</u> を作成する旨が盛り込まれた   |
| 2017年 | 骨太の方針 | <u>人々の幸福感・効用など、社会のゆたかさや生活の質を表す指標群</u> の作成に向け検討を行い、政策立案への活用を目指す   |
| 2018年 | 骨太の方針 | 国民の満足度、生活の質が向上されるよう、 <u>満足度・生活の質を示す指標群</u> を構築するとともに、各分野のKPIに関連する指標を盛り込む   |
| 2019年 | 骨太の方針 | 我が国の経済社会の構造を <u>人々の満足度（Well-being）の観点から見える化する「満足度・生活の質を表す指標群（ダッシュボード）」</u> の構築を進め、関連する指標を各分野のKPIに盛り込む  |
| 2020年 | 骨太の方針 | EBPMの基盤であるデータの活用を加速するための戦略体制を整備する。こうした取組の一環として、 <u>人々の満足度（well-being）</u> を <u>見える化し、分野ごとのKPIに反映する</u>   |
| 2021年 | 骨太の方針 | <ul style="list-style-type: none"><li>・政府の各種の基本計画等について、<u>Well-beingに関するKPIを設定する。</u></li><li>・デジタル時代にふさわしい質の高い教育を実現するため、<u>人々との出会いも大切にしながら、これらの取組を通じて個人と社会全体のWell-beingの実現を目指す。</u></li></ul>   |
| 2022年 | 骨太の方針 | <ul style="list-style-type: none"><li>・持続可能な経済社会の実現や<u>個人と社会全体のWell-beingの向上</u>、「全国どこでも誰もが便利で快適に暮らせる社会」を目指す。</li><li>・さらに<u>各政策分野におけるKPIへのWell-being指標の導入</u>を進める。</li><li>・<u>個人と社会全体のWell-beingの向上を目指す。</u></li></ul>                             |
| 2023年 | 骨太の方針 | <ul style="list-style-type: none"><li>・政府の各種の基本計画等における<u>KPIへのWell-being指標の導入を加速する</u>とともに、こどもに着目した指標の在り方について検討する。</li><li>・さらに、<u>地方自治体におけるWell-being指標の活用を促進する</u></li><li>・誰一人取り残されず、可能性を最大限に引き出す学びを通じ、<u>個人と社会全体のWell-beingの向上を目指す</u></li></ul> |

## (5) 地方自治体の動向

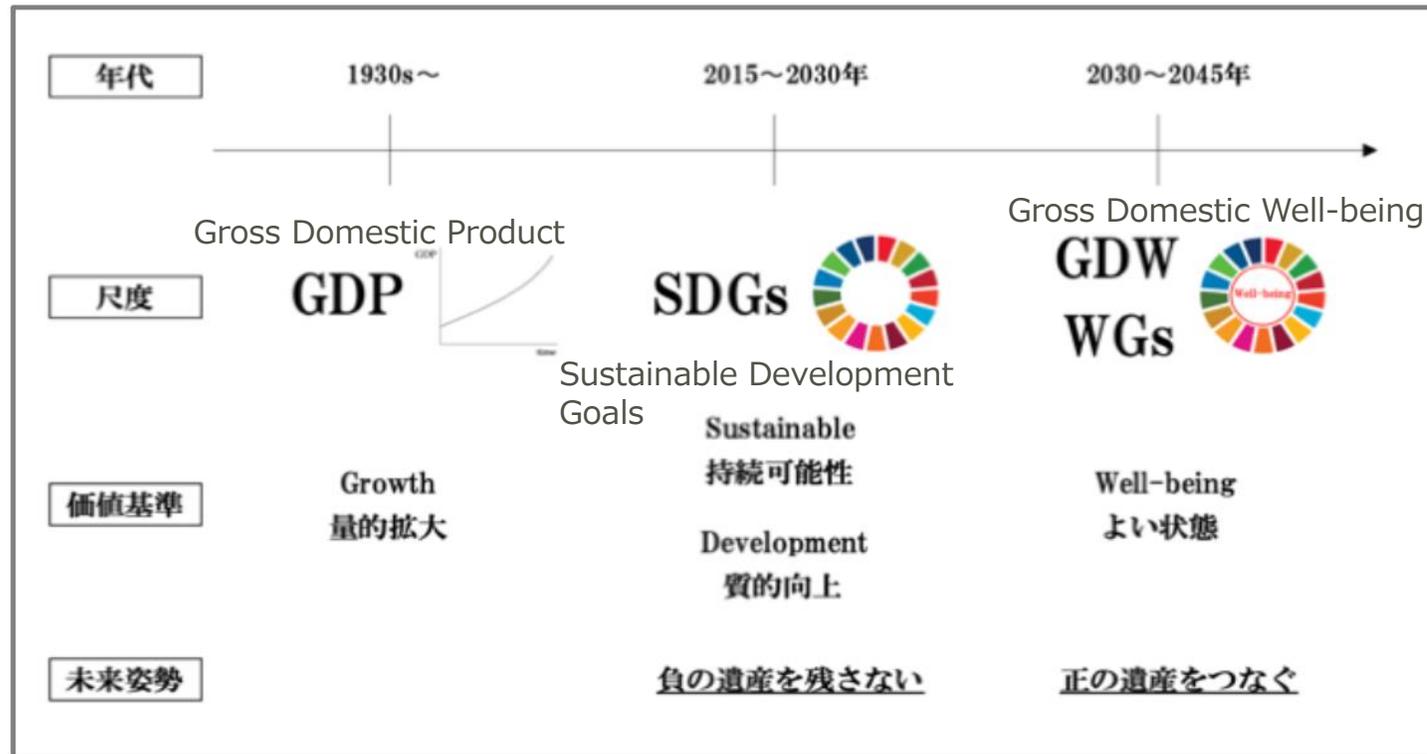
- ・地方自治体においても、ウェルビーイングに関する計画や施策を取り入れ始めています。

### 地方自治体の動向

| 年     | 自治体名              | 内容  |
|-------|-------------------|---|
| 2019年 | 岩手県               | 前「いわて県民計画」の成果を引き継ぎつつ、県民一人ひとりがお互いに支え合いながら、 <u>幸福を追求していくことができる地域社会の実現を目指し、幸福を守り育てるための取組を進めていく</u> こととしている。  |
| 2020年 | 群馬県               | 令和2年12月に「新・群馬県総合計画（ビジョン）」を策定。ビジョンが描く2040年に目指す姿は「年齢や性別、国籍、障害の有無等にかかわらず、 <u>すべての県民が、誰一人取り残されることなく、自らが思い描く人生を生き、幸福を実感できる自立分散型の社会</u> 」としており、「 <u>幸福</u> 」がキーワードとなっている。     |
| 2022年 | 富山県               | 富山県成長戦略（2022年2月策定）の中心に「 <u>ウェルビーイング</u> 」を位置付け、「 <u>幸せ人口1000万～ウェルビーイング先進地域、富山～</u> 」のビジョンを掲げている。  |
| 2022年 | 兵庫県<br>あさご<br>朝来市 | 第3次朝来市総合計画では、 <u>目指す朝来市の将来像を「人と人がつながり幸せが循環するまち～対話で拓く朝来市の未来～」</u> と定め、その実現に向け、この計画を羅針盤として、市民の皆さんとともにまちづくりを進めることとしている。  |
| 2023年 | 福井県<br>越前市        | 越前市総合計画2023では、 <u>未来へつなげる子どもたちを大切にし、地域の人々とつながり、安全で安心して住み続け、幸福実感（ウェルビーイング）を実現していく</u> こととしている。   |
| 2023年 | 富山県<br>いみず<br>射水市 | 射水市第3次総合計画では、個性や価値観を尊重し、違いを認め合う多様性・寛容性のあるまち。様々な地域資源が輝きを放つまち、それらがひろがり、重なり合うことによって新しい価値や支え合い、交流が生まれるまち。射水市に住む人はもちろん、 <u>射水市に興味や愛着を持つみんなが幸せになる</u> 。射水市は、そんなまちを目指すこととしている。 |

## (6) 今後の社会における尺度や価値基準の流れ

### 2030年以降、ポスト「SDGs」は「Well-being」か



出典：ウェルビーイングレポート日本版2022（2022.6 ウェルビーイング学会）

## 2. ウェルビーイングとは

# (1) 構成する要素・傾向

幸せやウェルビーイングというものは、人それぞれの主観で感じるものです。しかし、国内外の様々な研究によって、ウェルビーイングを構成する要素、傾向などがあることがわかっています。

## 幸せの4つの因子

やってみよう因子  
(自己実現と成長)

ありがとう因子  
(つながりと感謝)

なんとかなる因子  
(前向きと楽観)

ありのままに因子  
(独立とマイペース)

長続きする幸せをもたらす  
非地位財のうち、心に要因  
がある幸せの構造を4つの  
因子

## ギャラップ社の定義

Career Well-Being  
キャリアのウェルビーイング

Social Well-Being  
人間関係のウェルビーイング

Financial Well-Being  
経済的なウェルビーイング

Physical Well-Being  
身体的なウェルビーイング

Community Well-Being  
地域社会でのウェルビーイング

国連の世界幸福度報告にも  
利用

## SPIRE (スパイア)

Spiritual Well-Being  
精神のウェルビーイング

Physical Well-Being  
身体のウェルビーイング

Intellectual Well-Being  
知性のウェルビーイング

Relational Well-Being  
人間関係のウェルビーイング

Emotional Well-Being  
感情のウェルビーイング

精神面からのみ、身体面からのみなど、部分的な面からそれぞれ語るのではなく、全体性としてとらえることが重要で、そのためにアプローチが必要な5つの要素

## PERMA (パーマ)

Positive Emotion  
ポジティブ感情

Engagement  
没頭・没入

Relationship  
人間関係

Meaning  
意味・意義

Achievement  
達成

単独ではウェルビーイングを定義しないが、どれもウェルビーイングに寄与する。

## (2) 幸せの4つの因子

幸福学の研究者である前野隆司氏（慶應義塾大学教授）によると、持続性のある幸せをもたらす要因のうち、心に要因がある幸せの構造を4つの因子に整理しています。

やってみよう因子・・・夢や目標に向けて、自分の強みを活かしながら、やりがいを持って自主的に取り組んでいること。

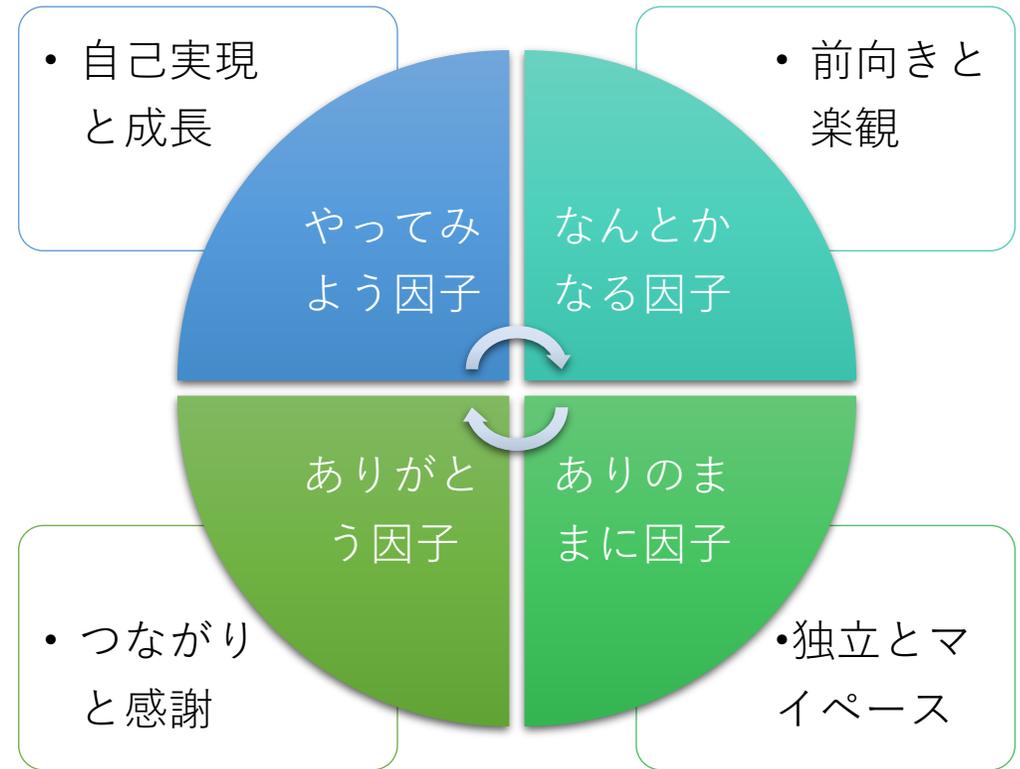
ありがとう因子・・・多様な人とつながり、人を喜ばせる、親切にする、感謝するなど利他性や思いやりを持っていること。

なんとかなる因子・・・物事を前向きに、楽観的にとらえていること。気持ちの切り替え、自己受容ができていること。

ありのままに因子・・・自分を他者と比べ過ぎず、しっかりとした自分らしさを持つこと。

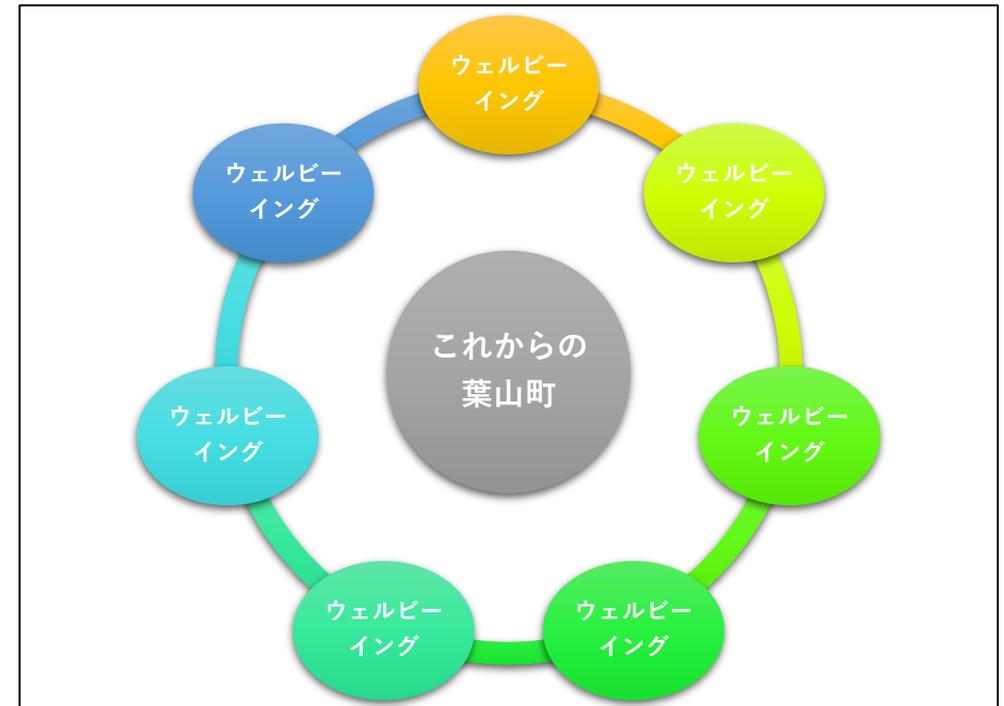
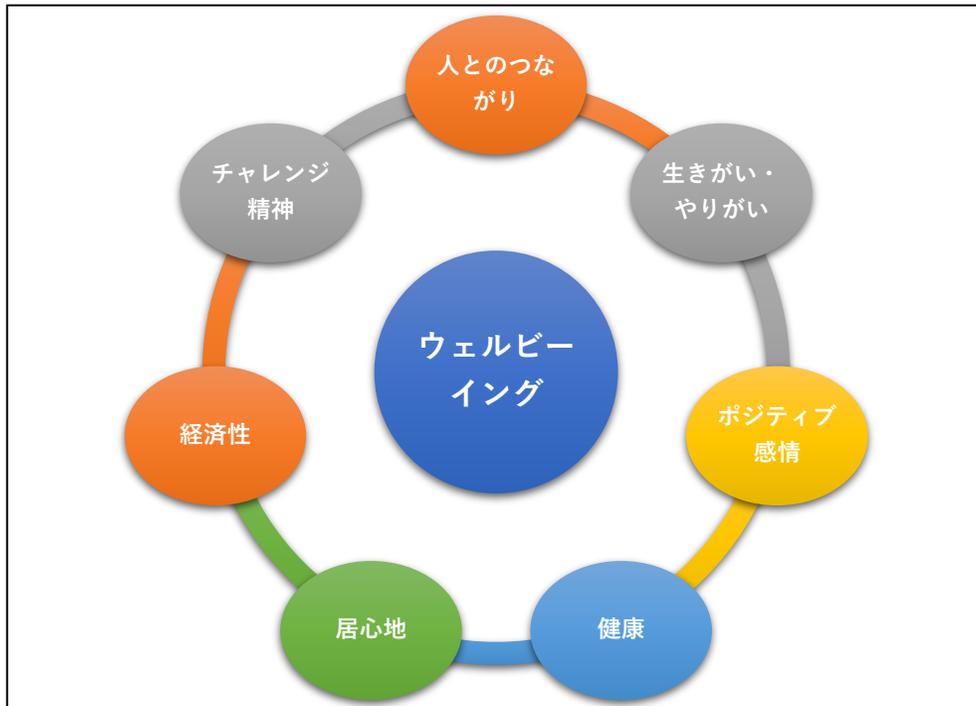


この4つの因子は循環しており、バランス良く高めることで、ウェルビーイングを実感できる。



### (3) 人それぞれの多様な幸せとこれからのまちづくり

- ・ウェルビーイングは、自分にとっての良い状態や満たされた状態が実感でき、かつ、それが持続していることに特徴があります。そして、ウェルビーイングを構成する要素や傾向はいくつかあり、その要素がすべて関わりあって、その人それぞれのウェルビーイングを作っています。
- ・人それぞれの多様なウェルビーイングがあるということは、今までのGDPのような一律の尺度・要素を基にしたまちづくりではなく、多様な現代社会におけるこれからのまちづくりにウェルビーイングが重要な要素になってくると考えます。

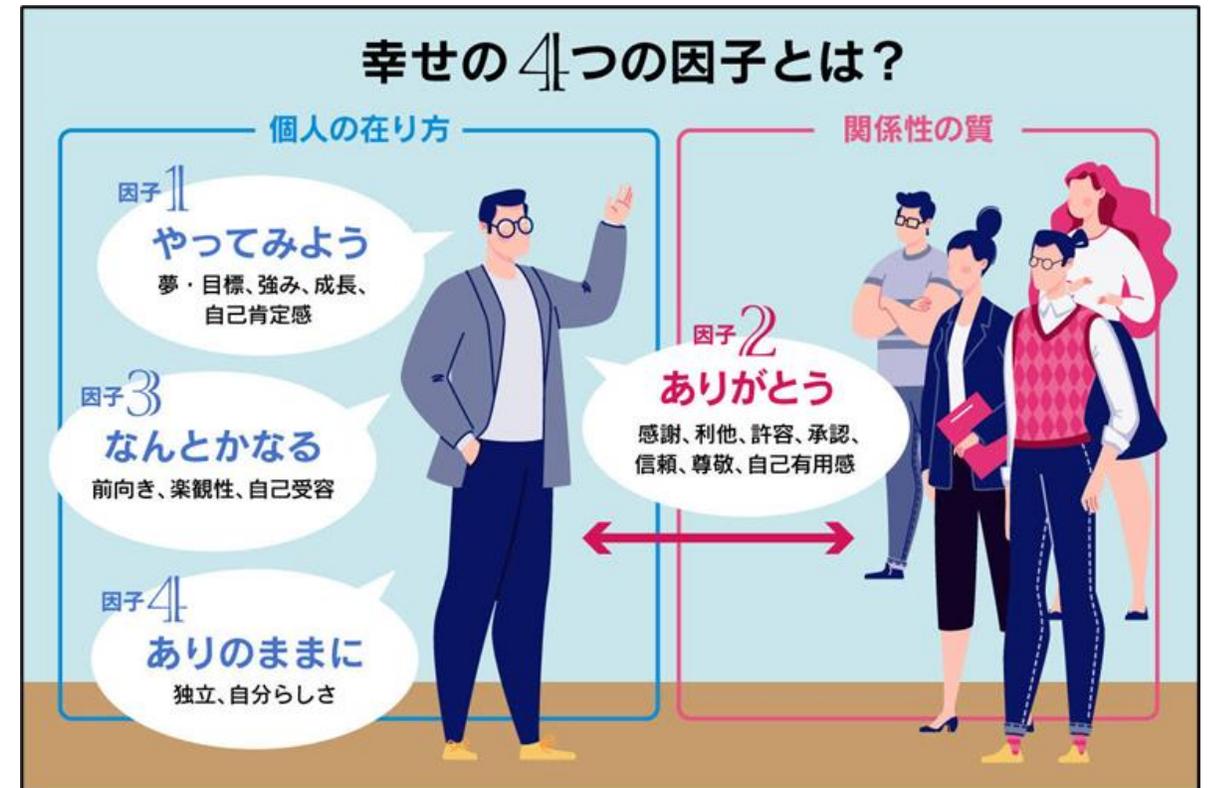


人それぞれの多様なウェルビーイングが連なるこれからの葉山町へ

### 3. ウェルビーイングとまちづくり

# (1) 日本型のウェルビーイングと行政施策

- ・ドミニク・チェン氏（早稲田大学文学学術院教授）によると、日本をはじめとする東アジア圏におけるウェルビーイングには、身体的な共感のプロセスや共創的な場を重視する「わたしたちのウェルビーイング」という要素が大きいとしています。
- ・本町に置き換えると、活発な町内会活動や地域ごとのお祭りの賑わいなど、確かに「わたしたちのウェルビーイング」を実感できる場があると考えられます。
- ・人や社会との関わりがウェルビーイングの向上に繋がっていく日本では、まちづくりを自分事として捉え自律性をもって行動できる機会を作り出すこと、多様な人々が共存できる公共の場を作り出すこと。行政施策においてはこのような点に着目すべきだと考えます。

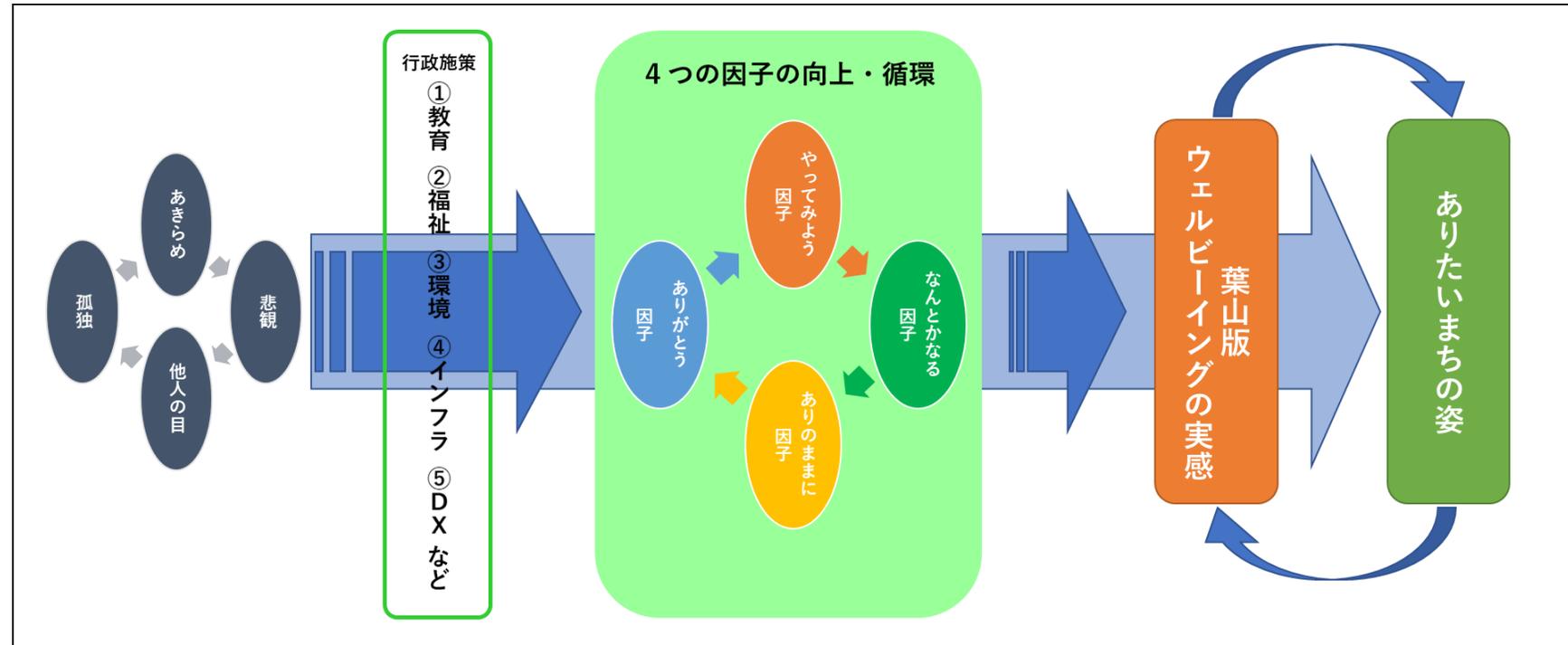


<https://news.mynavi.jp/photo/article/20200918-1313798/images/002l.jpg>より

## (2) ウェルビーイングとまちづくり①

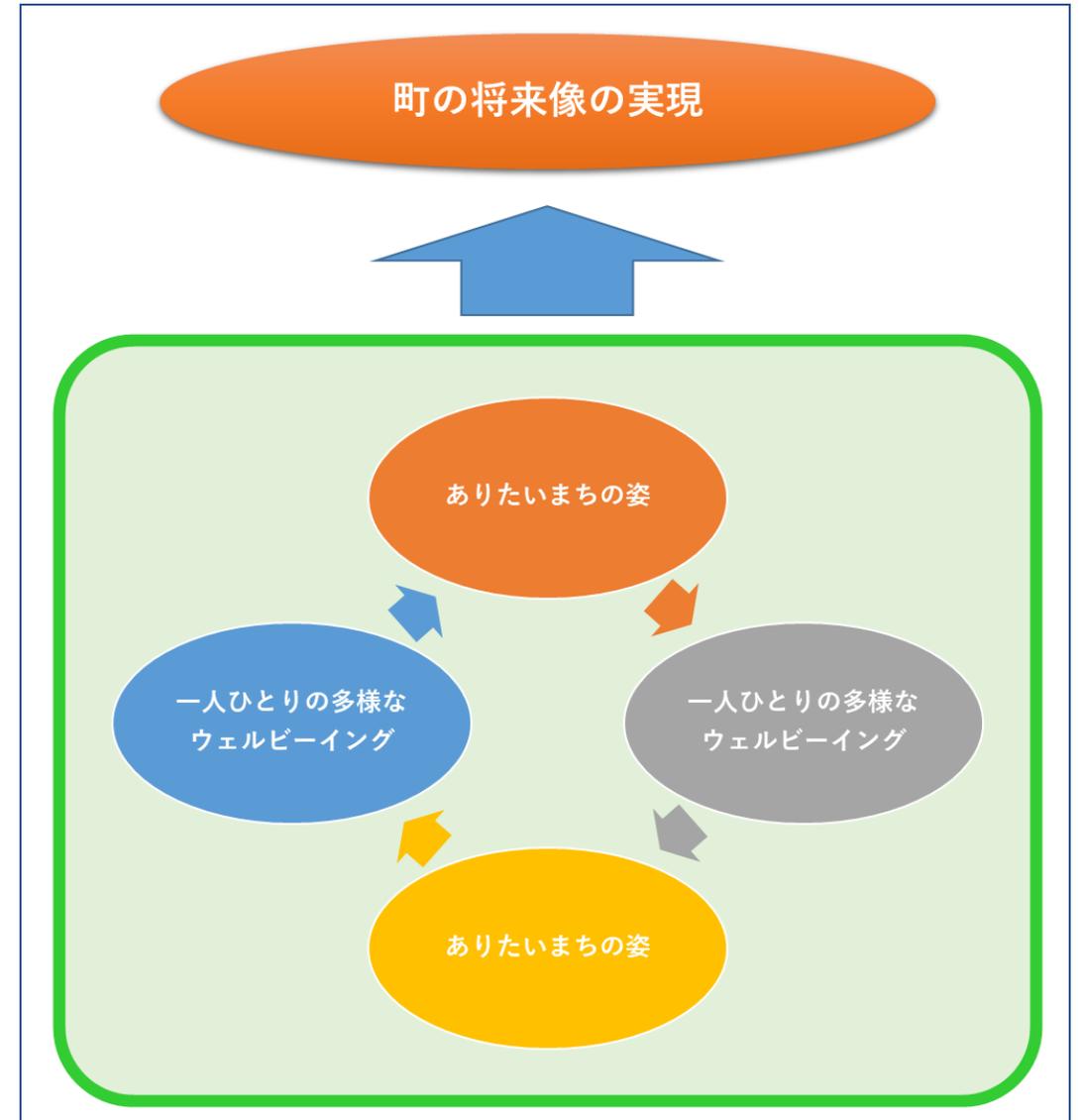
- 行政施策は、教育、福祉、環境、防災などさまざまな分野がありますが、町に関わる全ての人々がウェルビーイングを実感できるように、行政施策を推進していく必要があります。
- 外（まち）に出ると夢を見つけられる、チャレンジしたいと思える場がある、地域社会と繋がりを感じられる、自分らしくいられる場がある、信頼できる人がいる、そういったまちづくりをし、4つの因子の向上をさせ、因子の好循環に繋げていきたいと考えます。

- 因子の好循環は、ウェルビーイングの実感に繋がり、行政施策とともに、ありたいまちの姿の実現に繋がります。そして、ありたいまちの姿の実現は、町に関わる全ての人々が更にウェルビーイングの実感に繋がり、それがまたありたいまちの姿の実現へ繋がる。そういったウェルビーイングとまちづくりの循環に繋がっていくと考えます。



## (2) ウェルビーイングとまちづくり②

- このウェルビーイングとまちづくりの好循環が新たな幸せを創出し、循環し続けることによって「まちの将来像（存在意義・パーパス）」の実現につながっていくと考えます。
- 町に関わる全ての人々がウェルビーイングを実感し、循環していくまちづくりの実現は、「住みたいまち」「住み続けたいまち」に繋がるとも言えます。
- 第五次葉山町総合計画においては、このような考えのもと、ウェルビーイングと行政施策の関係性を紐づけることとします。



## 参考資料 各自治体の総合計画URL

岩手県 いわて県民計画

<https://www.pref.iwate.jp/kensei/seisaku/suishin/1018014/1019685.html>

群馬県 新・群馬県総合計画

<https://gunma-v.jp/>

富山県 ウェルビーイングの推進

<https://www.pref.toyama.jp/100224/wellbeing-toyama.html>

兵庫県朝来市 第3次朝来市総合計画

<https://www.city.asago.hyogo.jp/soshiki/3/2286.html>

福井県越前市 越前市総合計画2023

<https://www.city.echizen.lg.jp/office/030/060/sougoukeikakukaitei2022.html>

富山県射水市 第3次射水市総合計画

<https://www.city.imizu.toyama.jp/guide/svGuideDtl.aspx?servno=45946>