主観的ウェルビーイングの規定因と政策形成に向けた考察

菊澤　育代　*KIKUSAWA Ikuyo*
（一社）A luten　代表理事

山田　美里　*YAMADA Misato*
（公財）福岡アジア都市研究所　研究主査

■**要旨：**ウェルビーイングは、善き生、快適、健康、幸福、福祉など多様な定義がなされ、文脈によって使い分けられてきた。何をもってウェルビーイングと捉えるかは人それぞれであることから、その定義も含め、個々人が主観的に評価するという特性を持つ。しかし、有効な指標設定や政策の評価が確立されておらず、主観的評価を軸にしたウェルビーイングの概念を政策的に応用していくには課題が多く残る。そこで、本研究では、福岡市においてウェルビーイングに関するアンケート調査を実施し、ウェルビーイング実感の評価および規定因の特定を行い、分析結果を政策的展開へと結びつけていくプロセスについて考察を行った。その結果、ウェルビーイングの政策的な展開において、施策の「指標」「対象」「優先順位」の設定に主観的評価の分析結果を活かすことが有効であることがわかった。

■**キーワード：**主観的ウェルビーイング、EBPM、ウェルビーイングの政策適用、ウェルビーイングの規定因、重回帰分析

1．研究の背景と目的

ウェルビーイングは、善き生、快適、健康、幸福、福祉など多様な定義がなされ、文脈によって使い分けられてきた[1,2]。著者は過去の報告において、これらを対象別に整理し、個人の健康、精神（善き生、短期的・長期的幸福）、生活（快適、福祉）に加え、近年の研究で指摘されるようになった社会・場（他者とのつながりの中にある互恵的な幸福[3]）における良好な状態と定義した[4]。なお、本稿において、参照する文献や事業等によっては、幸福度という言葉を用いることがあるが、ここで言うウェルビーイングとほぼ同義として議論を進める。

このように、ウェルビーイングは多様な側面から理解されることから、何をもってウェルビーイングと捉えるかは人それぞれである。よって、健康寿命や収入など客観的に測定できるものとは異なり、その定義も含め、個々人が主観的に評価するという特性を持つ。

こうした主観的要素の測定は、ポジティブ心理学、健康、経済学等多様な分野で議論されるようになり、科学的な知見が蓄積してきたことで、指標化が進み、政策的展開の可能性も見出されるようになってきた[5]。しかし一方で、目的変数（例えば健康寿命）との因果関係を示す説明変数（目的変数に影響を与える要因）を把握しようとする回帰分析的なアプローチは一般的でありつつも、データの制約もあり、実際にこのような分析を行っている自治体は多くない[6]。さらに、「最終的に形成される状態が定量的に把握することの困難な定性的状態」であったり、「主観的要素が多い場合」は、このようなアプローチは馴染まないともされ、「最上位の価値を実現するために、体系的な評価指標をどのように組み上げて政策に反映させていくか」[6]は喫緊の課題となっている。アンケートなどを通して得られるウェルビーイング実感の評価を踏まえ、いかに政策と関連付けて議論していくか、模索する必要がある。

そこで、本研究は、福岡市の特定の地区・団体を対象としたアンケート調査をもとにウェルビーイング実感の評価および規定因の特定と、分析結果を政策的展開へと結びつけていくプロセスについて考察を行う。

2．既往研究

主観的ウェルビーイングに関する研究は、定義や理論に関するもの[7-9]、評価尺度に関するもの[3,10-13]、ウェルビーイング実感の評価に関するもの[14-17]、ウェルビーイングの規定因分析に関するもの[17,18]など多岐に渡る。一方、政策に関しては、実践的な取り組みと同時並行で進められているものの、政策の実施と成果との因果関係の不明確さなどから、有効な指標設定や政策の評価が確立されておらず、ウェルビーイング政策に関する先行研究はまだ限定的と言える[5]。

実践的な取り組みとしては、ブータンを始め、フランス、イギリスなど国家単位でウェルビーイングの実現を政策的に推進するものや、OECDのように、そうした政策的展開を支援する枠組みがある[4]。国内においても、熊本県や東京都荒川区など先進的に幸福度を政策の中軸に位置付ける自治体が存在する。さらに、自治体間の幸福度の比較やランキングを行う取り組みとして、一般財団法人日本総合研究所「全47都道府県幸福度ランキング」[19]、ウェルビーイング学会「都道府県別国内総充実（GDW）」[20]、「地方創生のファクターX寛容と幸福の地方論」[21]、「デジタル田園都市における地域幸福度（Well-Being）指標全国調査」[22]などがある。

学術的な取り組みとしては、地方自治体におけるウェルビーイング政策のあり方や意義を模索する研究が存在する。白石ら（2017）は、幸福度指標を政策に取り入れている自治体を事例に、①主観的幸福感の位置づけ、②幸福施策の決定主体、③幸福施策の評価方法の３点に着目し、主観的幸福感、幸福政策（施策）、幸福度指標との関係を明らかにした[23]。また、広井は、個人の自由や効用の極大化などを背景としたリベラリズム的な幸福観と、コミュニティを重視した、利他性や協調性、関係性の中に存在するコミュニタリアニズム的な幸福観という、幸福政策の２つの側面について論じている[24]。

さらに踏み込んで、どのようにウェルビーイングの概念や指標を政策に取り込むかを論じるものとして、高野（2021）がある。アプローチは異なるが、本研究と同じくウェルビーイングの自治体政策への適用可能性と課題の考察を進めている点が興味深い。高野は、地方自治法の文言および都道府県市町村議会の議会議事録を手掛かりに、「ビジョン提示と測定把握」、「政策の優先度決定」、「政策への視点付与」を、自治体のウェルビーイングの実践的枠組みの３層構造として提示している[25]。他にも、実践を踏まえた研究として、荒川区の荒川区自治総合研究所の一連の報告がある。一例を述べると、区民へのアンケート結果を用いた、分野別重要度の把握、評価の低い項目のボトムアップ、政策の効果向上、幸福実感の構造の解明による政策へのフィードバックを行っている[26]。

本研究もまた、ウェルビーイングを政策に適応する際の実践的研究の一つに位置づけられるが、ここでは、アンケート調査の結果を用いて、政策展開に有効となる分析プロセスや手法についての提案を行う。冒頭で述べた通り、個々の自治体が生活満足度調査などのアンケート調査を実施しつつも、政策との因果関係の解明まで行うところは少ない。自治体において限られたリソースで調査結果を活用するには、どのような視点が有効か明らかにする必要がある。重視する点や分析のプロセスを明らかにすることで、今後の調査・分析の参考となることを期待している。

3．アンケート設計

著者らは、過去の報告において、ロジックモデルに基づいた、ウェルビーイングの政策的フレームワークの開発を試みた[27]。このフレームワークに基づき、「ウェルビーイングの定義」、「ウェルビーイングの現状評価」、「ウェルビーイングの規定因」の３点を明らかにすることを目的に質問設計を行った（表１、表２）。アンケート調査は、公益財団法人福岡アジア都市研究所（URC）が2023年２月に

実施した。

当該調査では、全体として上記３つの目的を設定したが、本稿では、このうち「ウェルビーイングの現状評価」および「ウェルビーイングの規定因」について考察を行い、「ウェルビーイングの定義」に関する調査（自由記述をもとにしたテキスト分析）については、別に報告を行っている[28]。

表１　アンケートの概要

調査の目的	福岡市に住む・関わる人々の ・価値観やウェルビーイングの定義の把握 ・上記に対する現状の把握（現状評価） ・ウェルビーイングを規定する要因の把握
対象	福岡市に住む・関わる人々として、 ・定住人口（福岡市西区内浜校区を中心に全市） ・関係人口（通勤・通学者）
調査手法	定住人口 ・紙の調査票あるいはウェブによる回答 関係人口 ・まちづくり等団体所属会員企業および市内大学への案内を通してウェブによる回答
調査期間	2023 年２月
配布数・回答数	紙の調査票の配布数　約 8,000 有効回答数　918

表２　アンケート構造

アンケートの構造	回答方法	想定する成果
1. ウェルビーイングについて		
日々の幸せを感じるとき・こと	自由記述（100 字以内）	ウェルビーイングの定義
上記の問いにおいて最も理想の状態を 10 とした現状の平均（現状と５年後）	0-10 の 11 段階評価	ウェルビーイングの現状評価
今後、人生をより充実させるもの・こと	自由記述（100 字以内）	ウェルビーイングの定義
2. 生活における実感		
余暇時間、相談相手、楽観性、健康等	はい、どちらかと言えば「はい」、どちらかと言えば「いいえ」、いいえ、わからないの５つから選択	価値観、行動、ウェルビーイングの規定因
3. 属性		
性別、年代、世帯構成、子どもの年齢、居住形態、職業、住まいの地域・環境等	それぞれの選択肢から選択	価値観、行動、ウェルビーイングの規定因

「ウェルビーイングの現状評価」（以降、ウェルビーイング評価）は、国連の世界幸福度レポート（World Happiness Report：WHR）など多くの調査で採用されている、キャントリルのはしご（Cantril Ladder）と呼ばれる 0 から 10 までの 11 段階で評価する手法を用いた。

表３　生活に関する実感質問項目

質問		略称
2-1	平日１日あたりの余暇時間※ （※睡眠、労働、食事、家事等の生活を営む上で必要となる時間を除いた時間）	１日あたり余暇時間
2-2	１つ前の問いにおいて回答した余暇時間は、十分だと感じる	余暇時間は十分
2-3	困ったときに相談する相手がいる	相談相手がいる
2-4	自分は楽観的※な性格である （※物事を良い方向に考えて心配しない）	楽観的な性格
2-5	健康である	健康である
2-6	住まいは快適で、安全・安心であると感じる	住まいは快適
2-7	必要な収入を得られている	必要な収入がある
2-8	日常の主な活動※に満足している （※仕事・学業・家事・地域活動ほか）	日常の主活動に満足
2-9	日常の主な活動※の他に関心事やチャレンジしていることがある （※仕事・学業・家事・地域活動ほか）	チャレンジしている
2-10	日々の社会生活および人生の転機において、自分にはさまざまな機会・自由な選択肢がある	機会・選択肢がある
2-11	日々の生活において居場所（心を休められる・いてもいいと思える環境）があると感じる	居場所がある
2-12	お住まいの地域とつながりがあると感じる	地域とつながりがある
2-13	他の人のさまざまな価値観や意見を尊重する	価値観や意見を尊重する
2-14	困っている人がいたら助けようとする	困っている人を助ける

「ウェルビーイングの規定因」については、属性に加え、既往研究や過去の調査結果によって明らかとなっている因子を抽出し、「生活に関する実感」として質問項目に加えた（表３）。生活満足度調査で一般に聞かれる、健康状態や収入、住環境に関する質問に加え、ウェルビーイング特有の因子も含めた。例えば、従来、欧米を中心に研究が進んできた自己実現や自尊心の高さなどがある。また、こうした競争の中で獲得する幸福（獲得系）への偏重傾向が指摘されてきたことから、日本を含むアジア的な考えとして、他者との関係性や他者のための行為など、他者との協調のなかにウェルビーイングが存在

するという「協調系」の因子[3]も加えている。これを受け、WHR2022では、バランス・調和に関する調査として、バランスの取れた人生、安らぎ、平穏さ、他者への思いやりなどの因子が新たに採用された[27,29]。

また、イングルハートらが実施する、過去40年にわたり人々の価値観の変化を捉えてきた世界価値観調査によると、経済発展がウェルビーイングに影響を与える第一のステージと、民主化や社会的寛容のウェルビーイングへの影響が強まる第２のステージがあるという[30]。近代化による経済発展が一定のポイントに到達すると、ウェルビーイングへの影響は限定的となり、非経済的な側面（社会的寛容や個人の選択の自由など）の影響が強まる。言い換えれば、物質的な価値観から脱物質的な価値観への転換が見られると言える。

こうした流れを受け、当該調査においても、「チャレンジしている」などの獲得系の項目に加え、協調系の因子として、「相談相手がいる」、「地域とつながりがある」「困っている人を助ける」などの項目を組み込んでいる。

４．結果

4.1. 回答者属性

表１の通り、福岡市に住む・関わる人を対象に、市内在住者および市外から通勤・通学している人々にアンケートを周知し、回答への協力を呼びかけた。

表４　回答者の属性（年代・性別）

年齢区分	合計	構成比	女性	男性	回答しない	無回答
10代	29	3.2%	19	7	3	0
20代	198	21.6%	123	70	5	0
30代	162	17.6%	93	67	2	0
40代	189	20.6%	103	83	3	0
50代	152	16.6%	74	76	2	0
60代	104	11.3%	37	67	0	0
70代	53	5.8%	24	29	0	0
80代以上	29	3.2%	11	16	1	1
無回答	2	0.2%	0	1	0	1
合計	918		484	416	16	2

有効回答数は918であり、福岡市民が85.6％、市外在住者が14.3％であった。回答者の属性は、20-40代が全体の６割を占め、男女比はほぼ同等であった（表４）。福岡市の昼夜間人口比率（108.8％）から見ると[31]、市外在住者の比率は若干高いが必要数に達しており、男女比・年代比も大きなばらつきは見られない。

4.2. 全体および男女別評価

ウェルビーイング評価の平均値を見ると、現在値の6.87と比較し、５年後は7.09と上昇し、スコア別分布からも８-10の評価者の割合の増加が確認される（図１）。

一方で、男女別の現在と５年後の平均値を見ると、両者共に上昇傾向にあるものの、女性の上昇割合が小さい（図２）。また、男女別・スコア別の増減率を見ると、高評価層（ウェルビーイングスコア7-10）が増加し、低評価層（ウェルビーイングスコア0-3）が減少する一方で、女性の低評価層の割合が6.22％から8.32％へと増加している（図３）。

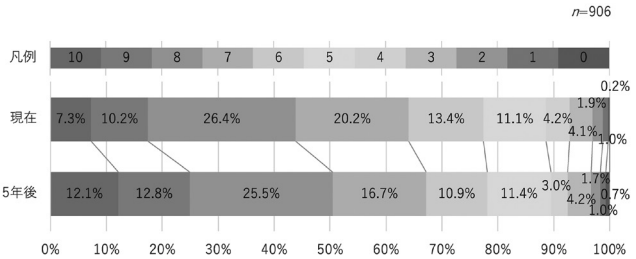

図１　ウェルビーイング評価のスコア別分布

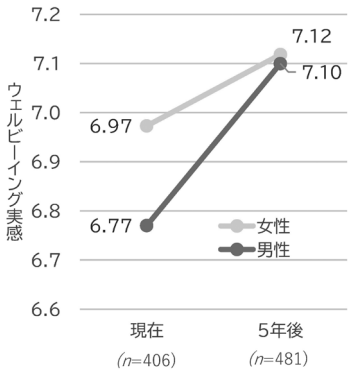

図２　男女別ウェルビーイング評価（平均値）
現在と５年後

なお、ウェルビーイングスコアについては、国によって性差が見られることがわかっており、日本は、女性の値が男性の値より高く、その差が世界的に見ても最も大きいという特徴がある[32]。本調査においても、女性の方が、現在・５年後ともに男性より平均値が高い（図２）。しかし、先述の通り、女性

の５年後の上昇率が鈍化していることは注視する必要があるだろう。

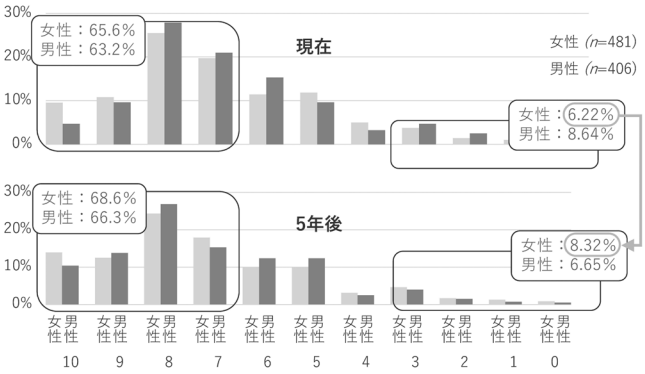

図３　男女別ウェルビーイングスコア別分布

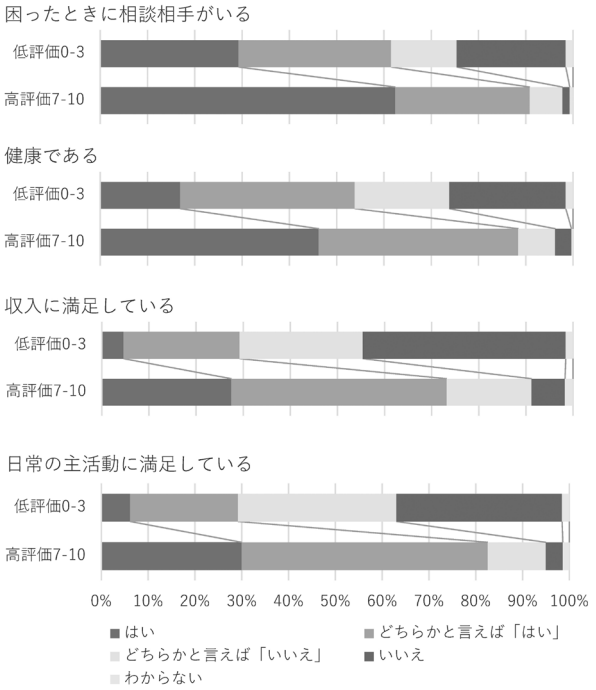

図４　ウェルビーイングの低評価・高評価層の比較

さらに、高評価層と低評価層（現在値）で、「生活における実感」の値を比較すると、相談相手の有無、健康、収入への満足度、日常の主活動への満足度等の項目において、低評価層に特に否定的回答が多いことがわかる（図４）。

全体の傾向としては、現在よりも５年後評価が高いが、一部の低評価層の増加と併せて見ると、二極化の傾向が示唆される。

今回の調査では、低評価層のサンプル数が少ないため、より大規模な調査において、低評価層のウェルビーイングに影響を与える要因分析を行い、効果的な政策形成につなげることが必要であろう。

また、平均値だけでは読み取れない傾向が、スコア別分析を行うことで明らかとなり、今後の分析手法としても一つのヒントとなりうる。

4.3. 年代別評価

男女別に加え､年代別のウェルビーイング評価（図５）でも興味深い傾向が見られた。

年代別に、現在と５年後の平均値を取ると、70-80 代は現在のウェルビーイングスコアが高く、５年後に大きく下降する。一方で、10-40 代は、現在評価が低く、５年後評価で上昇する。特に 30 代の５年後評価の上昇率が大きい。50-60 代は、現在評価が低く、５年後にさらに下降する傾向が見られる。

50-60 代の傾向については、規定因と併せて、後段でさらに考察を加える。

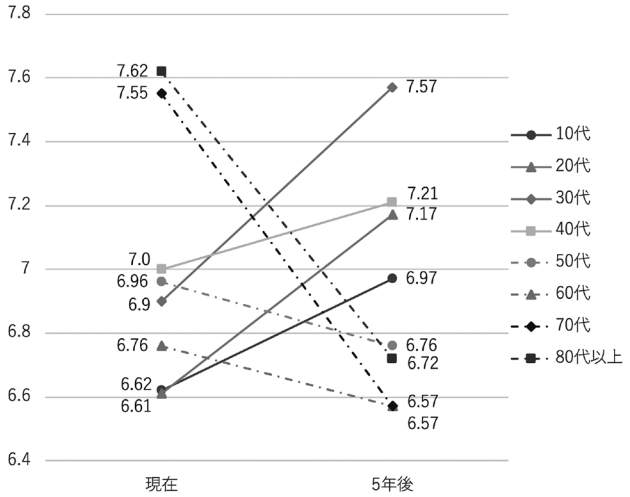

図５　年代別ウェルビーイング評価（平均値）

５．ウェルビーイングの規定因

5.1. 全体

上記の結果をもとに、ここではウェルビーイングに影響を与える因子（以降、ウェルビーイングの規定因）について分析を行った。なお、分析には、IBM SPSS Statistics 29.0.1.0 を用いた。

全体を対象とした結果では、「生活における実感」として提示した全ての項目とウェルビーイングに有意な相関があることがわかった（ただし、「１日あたり余暇時間」と「余暇時間は十分」の２つの説明変数間の相関が強いことから前者を削除）（表５）。

これは、アンケートの設計時に、過去の研究でウェルビーイングへの影響が証明されている項目を網羅的に選出しているため必然とも言えるが、後述する通り、属性別やウェルビーイングのスコア別に見ると、有意に出る項目が限定されたり、影響度が異なったりすることがわかる。

表５　ウェルビーイング評価と生活における実感の相関

項目	現在 WB	５年後 WB
余暇時間は十分	.174**	.107**
相談相手がいる	.343**	.308**
楽観的な性格	.218**	.246**
健康である	.301**	.292**
住まいは快適	.278**	.244**
必要な収入がある	.314**	.245**
日常の主活動に満足	.435**	.317**
チャレンジしている	.191**	.184**
機会・選択肢がある	.240**	.276**
居場所がある	.365**	.305**
地域とつながりがある	.206**	.115**
価値観や意見を尊重する	.126**	.141**
困っている人を助ける	.099**	.115**

現在 *ps* < *.005*, ５年後 *ps* < *.001*

重回帰分析の結果を見ると、「日常の主活動に満足」(.251)、「相談相手がいる」(.143)、「居場所がある」(.131）などが現在のウェルビーイングに影響することがわかる（図６）。５年後のウェルビーイングに対しては、「健康である」(.126)、「日常の主活動に満足」(.125)、「相談相手がいる」(.125）が同程度の影響度を持つ。「日常の主活動の満足」は、現在・５年後いずれにおいても重要な因子となっている。

「必要な収入がある」は、現在の因子として含まれるが、５年後には見られない。「住まいは快適」は、現在・５年後のいずれにも見られない。これまで生活満足度評価で用いられてきたこれらの因子が、ウェルビーイングの規定因として弱まりを見せていると言える。これに加え、５年後評価に対して「機会・選択肢がある」の影響が見られる。こうした結果は、３で述べた、物質的価値観から脱物質的価値観への転換が、今回のサンプルにおいても示唆されているのではないだろうか。

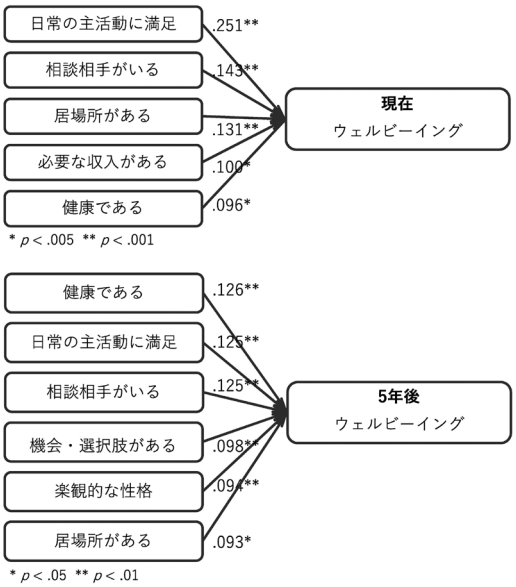

図６　ウェルビーイングの規定因（現在と５年後）

5.2. 性別・年代別規定因

年代別に見ると、20-60 代までの幅広い世代で、「日常の主活動に満足」が最も影響度の高い変数となっていることがわかる（表６）。ここで言う日常の主活動は、属性等から「仕事」が主な活動であることが推測される。

しかし、これら 20-60 代の現役世代の主活動への満足度を見ると他の年代に比べてやや低い（図７）。

表６　年代別ウェルビーイングの規定因

	10 代	20 代	30 代	40 代	50 代	60 代	70 代	80 代以上
余暇時間は十分						0.257		
相談相手がいる	0.355	0.233		0.147		0.267		
健康である			0.176		0.251			
住まいは快適				-0.24			0.443	
必要な収入がある		0.177						
日常の主活動に満足		0.254	0.263	0.382	0.287	0.326		
チャレンジしている							0.383	
居場所がある	0.458		0.219	0.283				0.513
地域とつながりがある						0.250		
価値観や意見を尊重する								0.560

p < *0.05*

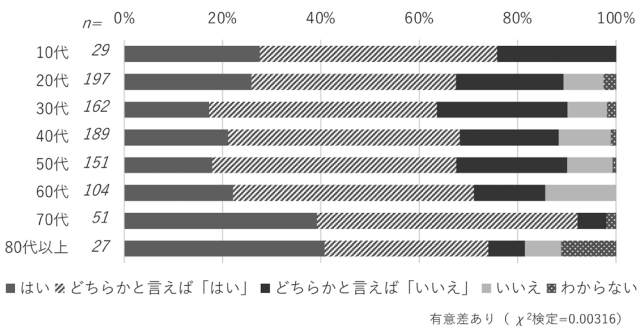

図７　年代別日常の主活動への満足度

5.3. ウェルビーイング評価別規定因

4.1 で述べた通り、全般的に現在より５年後のウェルビーイング評価は高まる傾向が確認できるが、一方で低評価層の一部が５年後に増加していることがわかった。このことから、ウェルビーイングスコアを０-３、４-６、７-10 の３段階に分け、それぞれのウェルビーイングの規定因を確認した（表７）。スコア 7-10 の高評価層は、全体の傾向と同じく、日常の主活動への満足がウェルビーイングに影響を与えている。ウェルビーイングスコアの高い層が全体の傾向を牽引している可能性が推測される。

一方で、ウェルビーイングスコア４-６、０-３の層では異なる傾向が見られた。スコアの最も低い０-３の層は、楽観的な性格であるかどうかが現在のウェルビーイングに影響し、５年後の状況には、相談相手の有無、多様な機会・選択肢の有無が影響を与える。

表７　スコア別ウェルビーイングの規定因

ウェルビーイングスコア	0-3		4-6		7-10	
WB（幸福度）	現在	５年後	現在	５年後	現在	５年後
相談相手がいる		0.328				0.092
楽観的な性格	0.294					0.124
健康である				0.165		
住まいは快適				0.144		
主活動に満足					0.205	0.095
チャレンジしている			0.191	0.156		
機会・選択肢がある		0.291				
居場所がある					0.159	0.113
困っている人を助ける			-0.16			

*p=0.05**

４-６の層は、現在評価では、主活動以外にチャレンジしていることがあるかどうかが影響し、困っている人がいたら助けるが負の影響を与えることがわかった。負の影響を正しく解釈することは難しいが、自己犠牲的な一面が表面化していることが一つとして考えられるのではないか。同じく４-６の層の５年後評価に対しては、健康、主活動以外にチャレンジしていることがある、住まいの快適性などが影響を与えることが示された。現在・５年後の両評価において、主活動以外のチャレンジしていることが挙がったことは、家と職場以外のサードプレイスとなる活動や居場所の有無が、この層には影響を与えると言えるのではないか。

いずれの層にも、余暇時間、収入、地域とのつながり、価値観の尊重は影響していない。

６．政策形成に向けて

6.1. 政策の優先順位付けのための方策

政策の優先順位を見極めるために、満足度と重要度の２軸で測る方法がある。例えば、熊本県の県民総幸福量（AKH）では、縦軸に施策の重視する順位、横軸に施策への満足度を置き、満足度、順位ともに平均より高い〔領域Ⅰ〕、満足度は平均より低いが、順位は平均より高い〔領域Ⅱ〕、満足度、順位ともに平均より低い〔領域Ⅲ〕、満足度は平均より高いが、順位は平均より低い〔領域Ⅳ〕の４領域を設定し、施策のウェイト付けを行っている。満足度が県の平均値より低くなる領域Ⅱと領域Ⅲにあたる地域や年齢階層に着目し、これらの満足度を高めるための施策を実施していくことが意識される。

ここでは、同様のウェイト付けを本調査の結果に応用し、よりウェルビーイングの実現に効果のある施策の抽出を試みた。

縦軸にウェルビーイングの規定因それぞれに対する満足度、横軸にウェルビーイングへの影響度として相関係数を置き、相対的な位置付けを見る閾値（の点線部分）として前者は満足度の平均値、後者はウェルビーイングへの相関係数の平均値を置いた（図８）。満足度は、問「生活における実感」の各項目の回答の「はい＝２」「どちらかと言えば「はい」

＝１」「わからない＝０」「どちらかと言えば「いいえ」=-１」「いいえ =-２」に置き換えて、全回答者の平均値を算出した。横軸のウェルビーイングへの影響度は、すべて有意な影響が見られる項目のみを抽出しているため、平均値を取ることが必ずしも正しいわけではないが、より影響度が強い項目（＝政策的な効果が高い項目）を可視化する方法として便宜上平均値をとった。これは、重要度と満足度の両方を主観的に評価してもらうよりも、回帰分析の結果としてウェルビーイングに対する影響度が科学的に導出された数値を置くことで、客観性を強化するはたらきがある。例えば「地域の安全性」が被験者にとって重要度が低いとしても、被験者はすでに現状の地域の安全性に満足していることで重要性を低く評価している可能性もあり、統計的に見れば「地域の安全性」が担保されていない一部の地域の住民にとっては重要な因子であることも考えられ、単に重要度の平均値を軸に評価するよりも、信頼性が担保できると考えられる。

図８の通り、政策のウェイト付けを４つの象限で表すことができる。第１象限は、ウェルビーイングへの影響が強く、かつ満足度の高い項目群、第２象限は、ウェルビーイングへの影響は弱く、満足度が高い項目群、第３象限はウェルビーイングへの影響が弱く、満足度が低い項目群、第４象限は、ウェルビーイングへの影響が強く、満足度が低い項目群を表す。第４象限に位置づけられる項目に関連する施策に、より優先的に取り組むことで、人々のウェルビーイング実現効果が高まると考えられる。

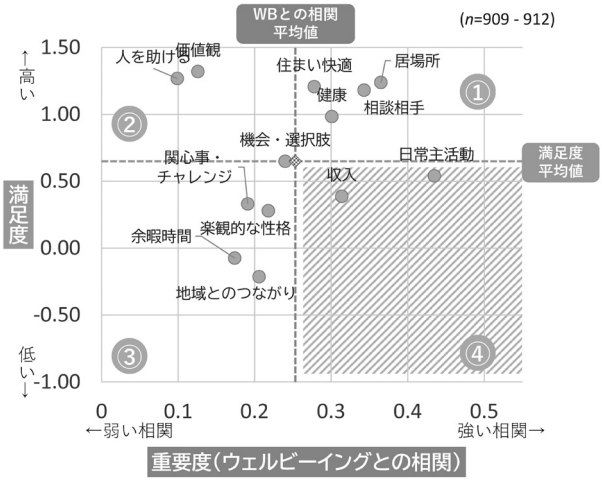

図８　生活実感の満足度と重要度
（ウェルビーイング相関）

全体の結果を見ると、日常の主活動ならびに収入への満足度がキーとなることがわかる。先述の通り、日常の主活動は幅広い年代層にとってウェルビーイングへの影響度が強いことがわかっているが、特に働く世代の満足度が低いことが明らかとなっていた。つまり、仕事の充実度を高めることでウェルビーイングの実現可能性が高まることを意味する。

6.2. 年代別傾向

4.3 にて、50-60 代は現在のウェルビーイングスコアが比較的低く、５年後評価でさらに下降傾向があることを述べた。この層に対するウェルビーイング政策として何が有効であるかを明らかにするため、先の４象限グラフに 50-60 代の特性をプロットした（図９）。この結果、優先度の高い分野として、日常の主活動、収入への満足度、機会・選択肢の有無、主活動以外の関心事・チャレンジの有無が浮かび上がった。

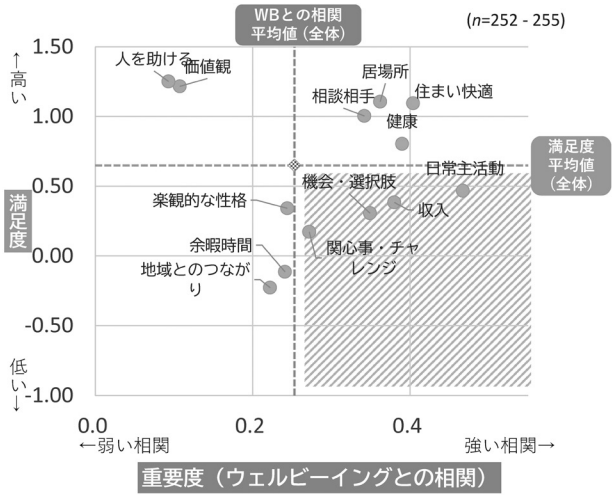

図９　50-60 代の生活実感の満足度と重要度
（ウェルビーイング相関）

７．考察

7.1. 政策的アプローチに向けて

表３で示した生活実感に関する評価のうち、「日常の主活動の充実」がウェルビーイングの規定因となることが幅広い年代層で確認された。なかでも、現役世代の「日常の主活動」への満足度が特に低い

傾向にあり、仕事を中心とする活動の満足度を上げることが重要となる。ただし、政策的手段に落とし込むには、日常の主活動に満足した状態がどのような状態であるかを明らかにする必要がある。

つまり、仕事の満足が一体何を指すのか、必要な因子を模索することが求められる。例えば、「得意なこと」、「好きなこと」、「社会から必要とされていること」、「報酬・収入を得られること」を行うことが生きがいの定義として示されたり[33]、本調査の自由記述を分析した別の報告では、仕事の有無、経済的安定、自分の仕事が評価されることなどの要素が確認できる[28]。これら因子となりうる項目を体系立てて整理し、今後、関連指標を充実させていくことが有効と考えられる。

また、生活実感に関する評価結果およびウェルビーイングとの相関の結果を4象限のグラフで可視化することで、優先的に取り組むべき課題が見えてきた。ウェルビーイングスコアが相対的に低い50-60代では、「日常の主活動」「収入」「機会・選択肢」「関心事・チャレンジ」が、ウェルビーイングと相関が高いが満足度が低いことが明らかとなり、優先的に取り組む必要のある領域として提示した。

局・部・課等の行政的な組織編成のもとに政策形成が行われることを考慮すると、子育て世代の女性、アラカン世代（60歳前後）、介護従事者など、対象を特定することで、より政策実施の可能性が高まることが考えられる。もちろん、政策形成において、部局を超えた協力体制も必須であるが、特定の対象グループを念頭に、アンケート項目に属性や生活環境条件を組み入れることは、より特定の課題に効果のある政策立案につながると考えられる。

さらに、ウェルビーイングの現状評価では、評価が8-10の回答者が全体の4割を占め、5年後評価で高評価層がさらに増える一方で、女性の低評価層の増加が確認され、二極化の可能性が示唆された。女性のウェルビーイングは、現在・5年後ともに男性よりも高いが、5年後の上昇率が限定的であることにも留意する必要がある。また、全体的に低評価層は、生活実感に関する質問の多くの項目で高評価層と比較し否定的回答が多い。とりわけ、相談相手の有無、健康、収入への満足度、日常の主活動への満足度等の項目において差が大きいことが明らかとなった。

以上の結果を総合的に捉えると、追加すべき「指標」の設定、「対象」の想定と絞り込み、「優先課題」の把握を行うことで、より効果的な政策実施に繋げることが可能と考えられる。

今回の調査では、サンプル数が限定的であることから、特に少数派の傾向が捉えづらい。このため、今後の調査においては、ウェルビーイング低評価層など、少数でありつつも注視すべき層を意識したサンプルの獲得が望まれる。

7.2. 価値観の現在地

価値観の変化について、日本は合理的価値観が高く、自己実現などの価値観は限定的であったが、今回のサンプルでは、収入や利便性、生活環境とウェルビーイングの相関は一部で確認できるものの、仕事のやりがいや他者とのつながりがより強く出た。このことは、我々が価値観の大きな変動の中にある中、今回のサンプルにおいては、経済的合理性を重視する価値観以上に、非経済的価値観（個人の選択の自由など）がウェルビーイングに影響を与えていることを示唆しており、経済的合理性がある程度満たされている、あるいはそうした特性よりも自身の価値観を軸にしたウェルビーイングが重要性を持つということが言えるのではないか。

8．まとめ

ウェルビーイングを政策的に位置付けるにあたり、従来の定量的アプローチによってKPIを設定してきた自治体にとって、主観的指標を重要指標と位置付けることへの躊躇がある。主観的指標であっても、生活満足度の向上であれば、快適性や福祉環境など、一般に社会インフラに直結する要素が多く、何に取り組むことで評価の向上を期待できるのか予測がつきやすい。しかし、精神的な幸福や社会とのつながりによって得られる幸福となると政策的アプローチが途端に難しく感じられる。

本報告では、ウェルビーイング評価ならびにウェルビーイングの規定因を明らかにし、政策形成に向

けた分析過程を提示した。これにより、調査結果をウェルビーイングの規定因に関連する「指標」の設定、具体的な「対象」の特定、政策形成における「優先順位」の設定に活かすことが有効であることを明らかにした。

主観的ウェルビーイングは、これまで、非科学的であり政策への適用が困難であるとされてきた。しかし、今回の検証でわかるとおり、ウェルビーイングの実感を定量化し、属性や生活環境等の主観評価と掛け合わせて見ることで、ウェルビーイングに、より影響を与える要因の特定や政策実施における優先順位付けが科学的に証明できることがわかる。

また、平均値を元にした分析では、多数派の傾向を捉えがちであるが、少数派でも例えばウェルビーイングの低評価層の可視化など、データの表し方によって、見えてくることが異なる。

今回の調査では、ウェルビーイングに影響を与えるであろう因子を抽出しアンケート調査を行った。こうした手法に加え、行政職員等が肌感覚で認識する社会課題を、因子として想定し、対象別・課題別に詳細分析を行うことで、データに基づき、特定のニーズに応える政策設計が可能となると考えられる。

謝辞

本調査に際し、アンケートにご協力いただいた皆様にこの場を借りて御礼申し上げます。また、データ分析補助をいただいた福岡アジア都市研究所張睿研究スタッフに感謝いたします。

参考文献

(1) 金井雅之 . ソーシャル・ウェルビーイング研究の課題 . ソーシャル・ウェルビーイング研究論集 . 2015; 1: 7–22.

(2) 前野隆司 . ウェルビーイングとは何か . 情報の科学と技術 [Internet]. 2022; 72 (9) : 328–30. Available from: https://cir.nii.ac.jp/crid/1390856218602617728

(3) Hitokoto H, Uchida Y. Interdependent Happiness: Theoretical Importance and Measurement Validity. J Happiness Stud. 2015 Feb 30; 16 (1) : 211–39.

(4) 菊澤育代 . ウェルビーイングの政策的構造に関する考察 . 都市政策研究 . 2023; (24) : 47–56.

(5) 森田修康 . 自治体における幸福度指標の課題と方向性 . 自治体学 . 2014; 27 (2) : 60–6.

(6) 株式会社国際社会経済研究所 . ウェルビーイングへとつながる まちづくりDXに関する調査研究報告書【最終報告書】. 2022 Mar;

(7) Ryan RM, Deci EL. On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. Annu Rev Psychol. 2001 Feb; 52 (1) : 141–66.

(8) The Trustees of the University of Pennsylvania. PERMATM THEORY OF WELL-BEING AND PERMATM WORKSHOPS [Internet]. [cited 2023 Dec 1]. Available from: https://ppc.sas.upenn.edu/learn-more/perma-theory-well-being-and-perma-workshops

(9) Ryff CD, Keyes CLM. The structure of psychological well-being revisited. J Pers Soc Psychol. 1995; 69 (4) : 719–27.

(10) 中坪太久郎 , 平野真理 , 綾城初穂 , 小嶋祐介 , Takuro N, Mari H, et al. 幸福感尺度使用の現状と今後の展望 . 淑徳大学研究紀要 総合福祉学部・コミュニティ政策学部 . 2021; 55: 141–58.

(11) Lyubomirsky S, Lepper HS. A Measure of Subjective Happiness: Preliminary Reliability and Construct Validation. Soc Indic Res. 1999; 46 (2) : 137–55.

(12) 伊藤裕子 , 相良順子 , 池田政子 , 川浦康至 . 主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討 . 心理学研究 . 2003; 74 (3) : 276–81.

(13) 島井哲志 , 大竹恵子 , 宇津木成介 , 池見陽 . 日本版主観的幸福感尺度 (Subjective Happiness Scale: SHS) の信頼性と妥当性の検討 . 日本公衆衛生雑誌 . 2004; 51 (10) : 845–53.

(14) 鶴見哲也 , 藤井秀道 , 馬奈木俊介 . 幸福の測定 : ウェルビーイングを理解する . 中央経済社 , 中

央経済グループパブリッシング ; 2021.
⒂ 総務省 . 満足度・生活の質に関する調査報告書 2023. 2023 Jul.
⒃ Biswas-Diener R, Diener E, Lyubchik N. Wellbeing in Bhutan. International Journal of Wellbeing. 2015 Jun 20; 5（2）: 1–13.
⒄ Diener E. Subjective Well-Being. Psychol Bull. 1984; 95（3）: 542–75.
⒅ 公益財団法人東北活性化研究センター .「幸福度の定量化に関する調査研究」報告書 . 2013 Mar.
⒆ 一般財団法人日本総合研究所 . 全 47 都道府県幸福度ランキング 2022 年版 . 日総研出版 ; 2022.
⒇ 鈴木寛 . 四半期ごとの日本全体＆都道府県別 GDW ～ Well-being（生活の豊かさ）実感について～ . 2022.
㉑ LIFULL HOME'S 総研 . 地方創生のファクター X ～寛容と幸福の地方論～ . 2021.
㉒ デジタル庁 . デジタル田園都市における地域幸福度（Well-Being）指標令和 5 年度全国調査結果が公開されました [Internet]. 2023 [cited 2023 Dec 2]. Available from: https://www.digital.go.jp/news/7c303d33-6727-4a3e-aef7-1165ce104fda
㉓ 白石賢 , 白石小百合 . 地方自治体の幸福度政策と幸福度指標の望ましいあり方について . 都市政策研究 . 2017; 11: 1–14.
㉔ 広井良典 . 幸せはローカルから：幸福度指標をめぐる課題と展望 . 月刊自治研 . 2018 Apr; 60（703）: 16–24.
㉕ 高野翔 . ウェルビーイングの概念の自治体政策への適用可能性と課題に関する考察：福井県永平寺町におけるウェルビーイング調査をもとに . ふくい地域経済研究 . 2021;（33）: 41–59.
㉖ 公益財団法人荒川区自治総合研究所 . 荒川区民総幸福度（GAH）に関する 調査研究報告 ― GAH アンケート調査 5 年分の解析から見えてきた 政策課題とその取り組みの方向性の試案 ―. 2018.
㉗ 菊澤育代 , 山田美里 . ウェルビーイング ～新たな都市の評価に関する研究～ .（公財）福岡アジア都市研究所 ; 2023 Mar.
㉘ 山田美里 . 自由記述アンケートから読み解く仕事にまつわるウェルビーイング . 都市政策研究 . 2024; 25 : 69-78.
㉙ Helliwell JF, Layard R, Sachs JD, Neve J-E De, Aknin LB, Wang S. World Happiness Report 2022. 2022;
㉚ イングルハートロナルド , 山崎聖子訳 . 文化的進化論 . 勁草書房 ; 2019.
㉛ 統計ダッシュボード . [cited 2023 Feb 8]; Available from: https://dashboard.e-stat.go.jp/
㉜ 本川裕 . 世界 120 位「女性がひどく差別される国・日本」で男より女の幸福感が高いというアイロニー . PRESIDENT Onine [Internet]. 2021 [cited 2022 Nov 24]; Available from: https://president.jp/articles/-/44903?page=4
㉝ García H, Miralles F. Ikigai: The Japanese secret to a long and happy life. Hutchinson; 2017.