

## 政策指標の幸福度の考え方の整理

## 幸福度について

- 1 幸福度とウェルビーイング (Well-Being) について  
近年、幸福度が調査されるなかで、幸福を構成する要素（ウェルビーイングの要因）を導き出す研究がなされている。
- 2 ウェルビーイング (Well-Being) について  
ウェルビーイングには、
  - ①医学的ウェルビーイング（心身の健康）
  - ②快楽的ウェルビーイング（気分の良し悪し、主観的感情）
  - ③持続的ウェルビーイング（人間が心身の潜在能力を発揮し、意義を感じ、周囲の人との関係の中で生き生きとしている状態）
- 3 幸福度（持続的ウェルビーイング）に深く関係する要素
  - (1) 自分自身のこと（自己実現と成長）  
「目標がある」「やりたいことができる」「好きなことができる」
    - ・有能感・環境に対する適応能力（私は有能である）
    - ・社会の要請（社会の要請に込えている）
    - ・個人の成長（これまでの人生は変化、学習、成長がある）
    - ・自己実現（今の自分は本当になりたかった自分である）
  - (2) 人や社会とのつながりのこと（つながりと感謝）  
「他者と認め合える」「頼れる友人がいる」「人に認めてもらえる」
    - ・人を喜ばせる（人の喜ぶ顔が見たい）
    - ・愛情（私を大切に思ってくれる人がある）
    - ・感謝（人生において感謝することがたくさんある）
    - ・親切（他者に親切にし、手助けしたいと思っている）
  - (3) その他
    - ・世界平和、自然、景観 など
- 4 国内 1300 人のあなたのウェルビーイング（3つ）のレポート結果
  - (1) 3つともが自分自身のことのみ 37%
  - (2) 1つ以上人や社会とのつながりのことが含まれる 59%



## 朝来市における市民の幸福度（指標）の考え方

- 1 朝来市民の幸福度の考え方  
政策指標としての朝来市民の幸福度は、持続的ウェルビーイングを用いる。
- 2 朝来市民の幸福度（指標）の設定  
朝来市民の幸福度（指標）の設定するにあたり、第3次総合計画の「ありたいまちの姿」の実現が朝来市民の幸福度にどのように寄与するかを把握するための指標（それぞれの状態を朝来市民の幸福度に影響を与える要素）として、「市民一人一人の姿」「まちの姿」を設定する。
  - ①市民一人一人の姿  
「ありたいまちの姿」の要素と「幸福度（持続的ウェルビーイング）」の要素が重なる部分を指標として設定
 

(1) 自己実現と成長（個人）のこと

    - ・やりたいこと（趣味・活動・仕事等）がある
    - ・やりたいことに向けてチャレンジ（準備・実行等）している
    - ・暮らしの中で多様な学びや成長がある

(2) 人や社会とのつながりのこと

    - ・自分のことを大切に思ってくれる人たちがいる
    - ・頼れる人（家族・友人・地域の人等）がいる
    - ・自分の居場所や役割がある（家庭・地域・職場等）
  - ②まちの姿  
「ありたいまちの姿」の市民満足度  
※各施策の満足度から計算（市民意識調査）

※参考書籍 「わたしたちのウェルビーイングをつくりあうために」（株式会社ボー・エヌ・エヌ新社）、「幸せのメカニズム 実践・幸福学入門」（講談社現代新書） など