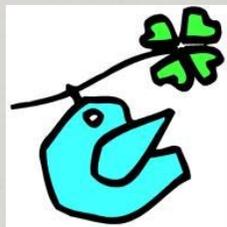


「にいがた女と男フェスティバル2011」ワークショップ

## 幸福連鎖社会

ひとりの幸せが、地域の幸せになる。社会の幸せになる。



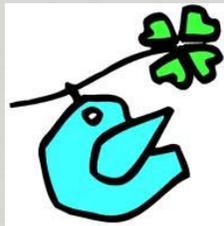
幸せの**青い鳥**はどこにいる？

**草郷孝好**

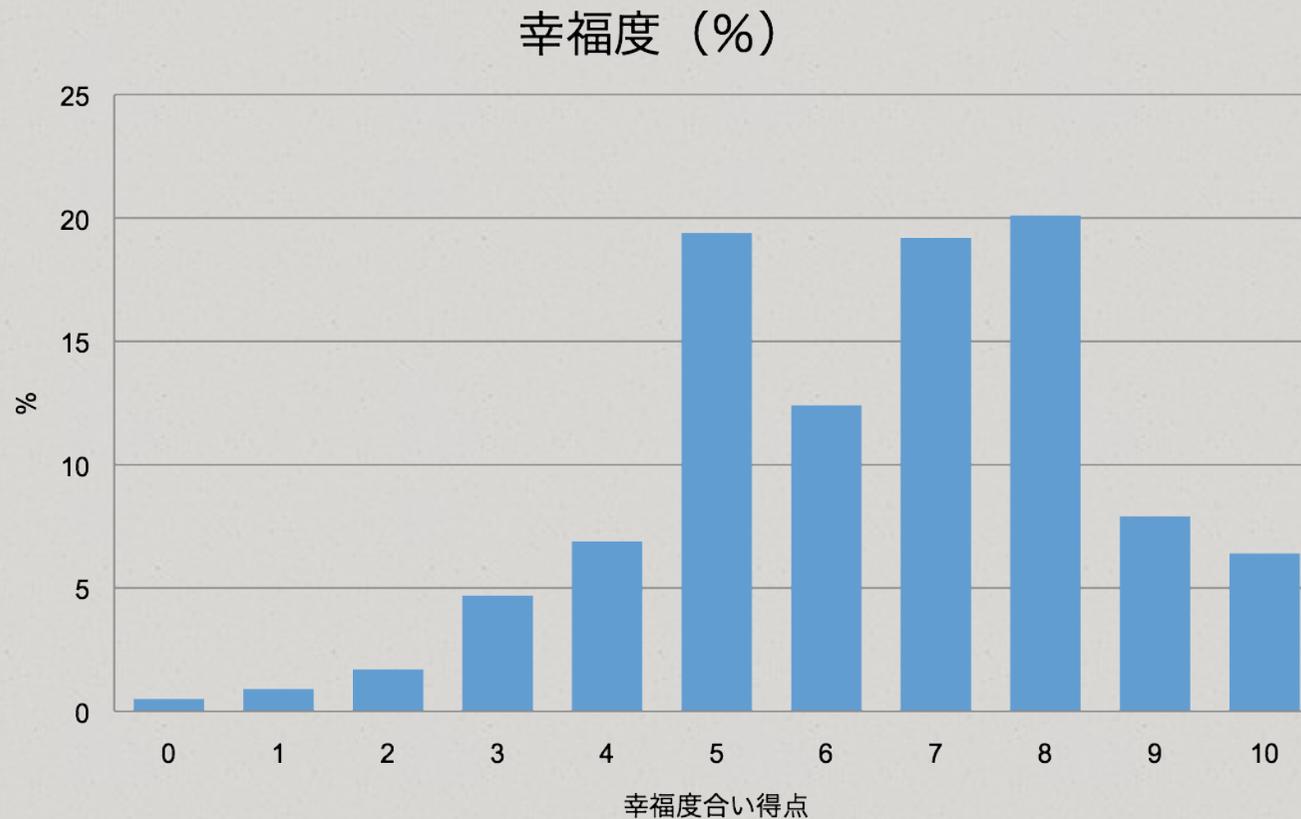
2011年6月25日  
新潟ユニゾンプラザ

今日のテーマは、「幸福」です。

- アンケートにお答えいただけましたか？
- このアンケートは、政府が実施した「幸福度調査」（H21国民生活選好度調査）を参考にしています。



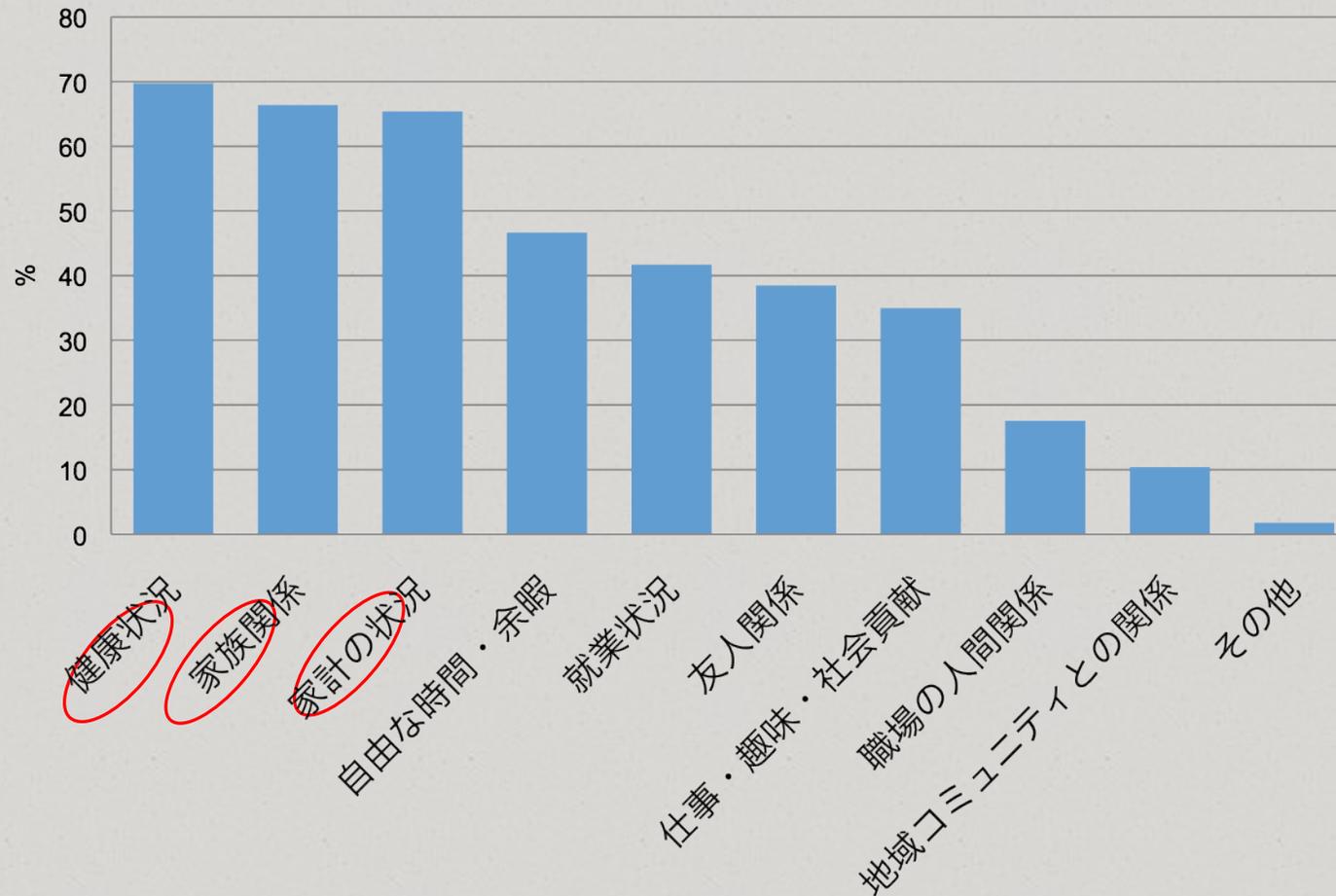
# 政府の幸福度調査結果より



- 幸福度得点：平均**6.47**点
- 女性平均 > 男性平均
- 30代平均 > 70代平均

# 政府の幸福度調査結果より

## 幸福感に影響する要素



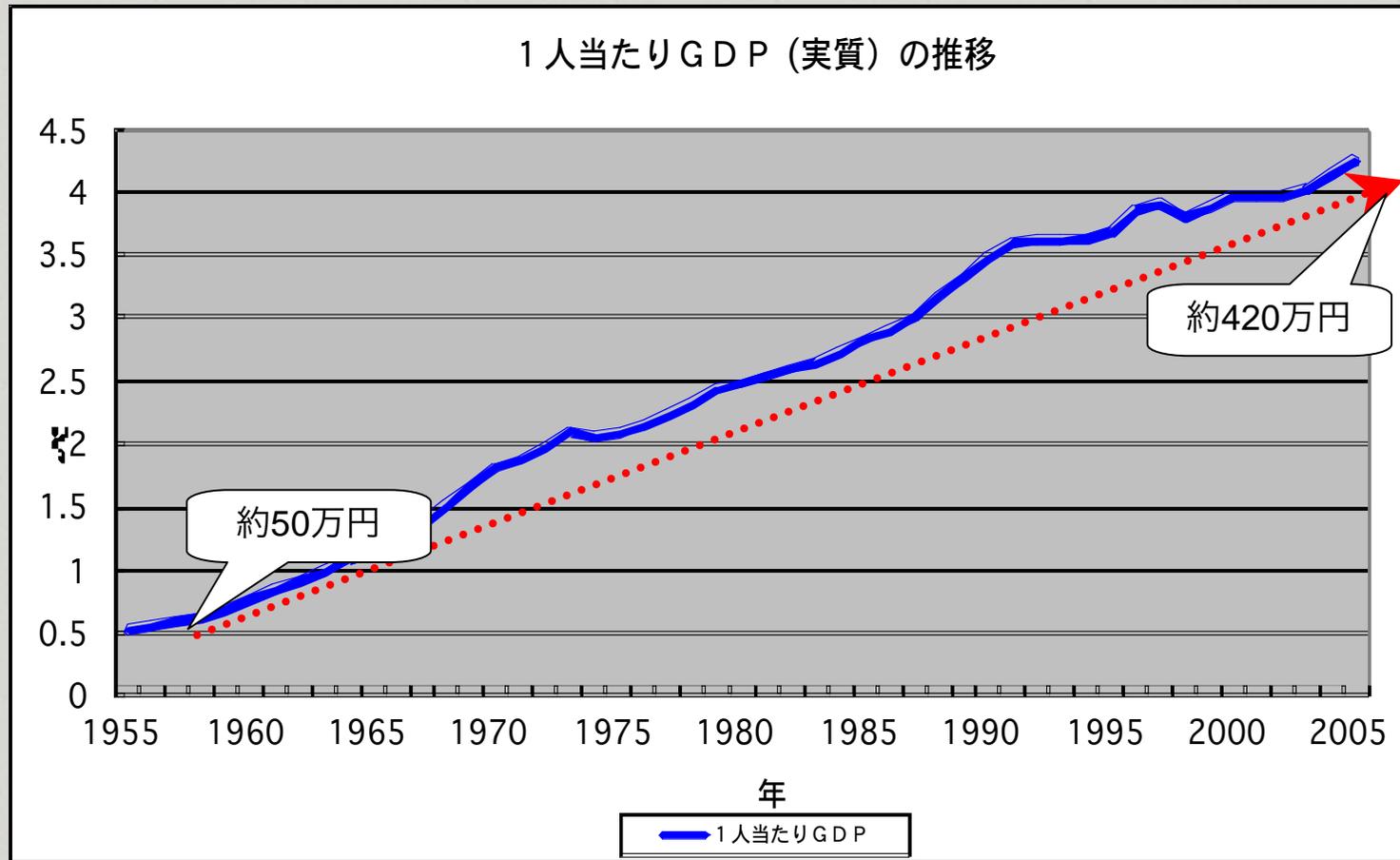
健康、家族、家計がトップ3でした！

## 幸福への関心が高いのはなぜ？

- 日本政府は、**幸福度指標を開発中**だそうです。
- それにしても、なぜ「幸福」への関心が高いのでしょうか。
- もしかして、みんな幸福じゃないの？

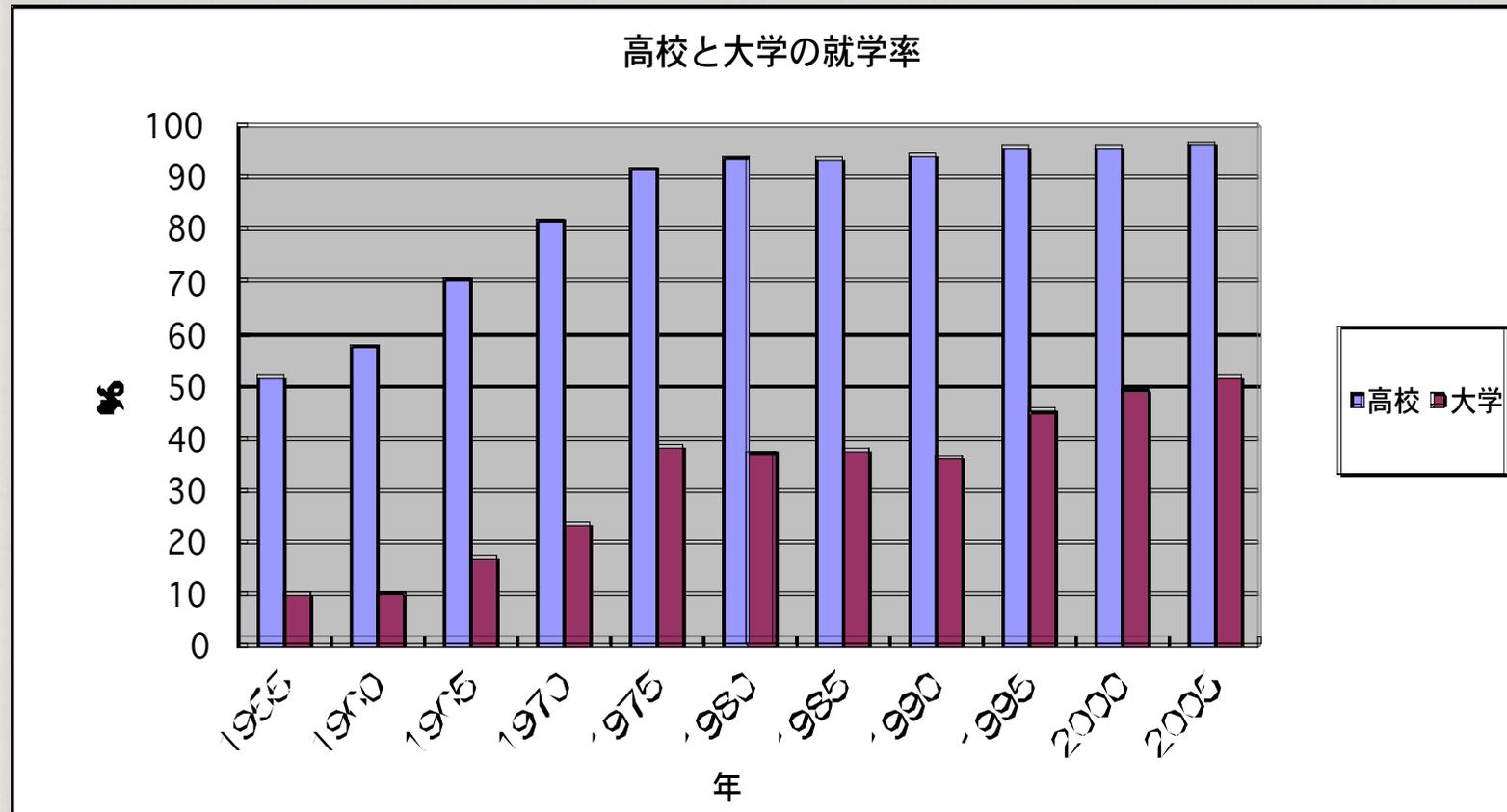


振り返ると、お金持ちの国になったのですよね。



データ出所： 1955年から2000年までは国民経済計算報告（1990年基準）  
2000年から2005年までは平成18年度国民経済計算（2000年基準・93SNA）

# 高校も大学も身近になりました

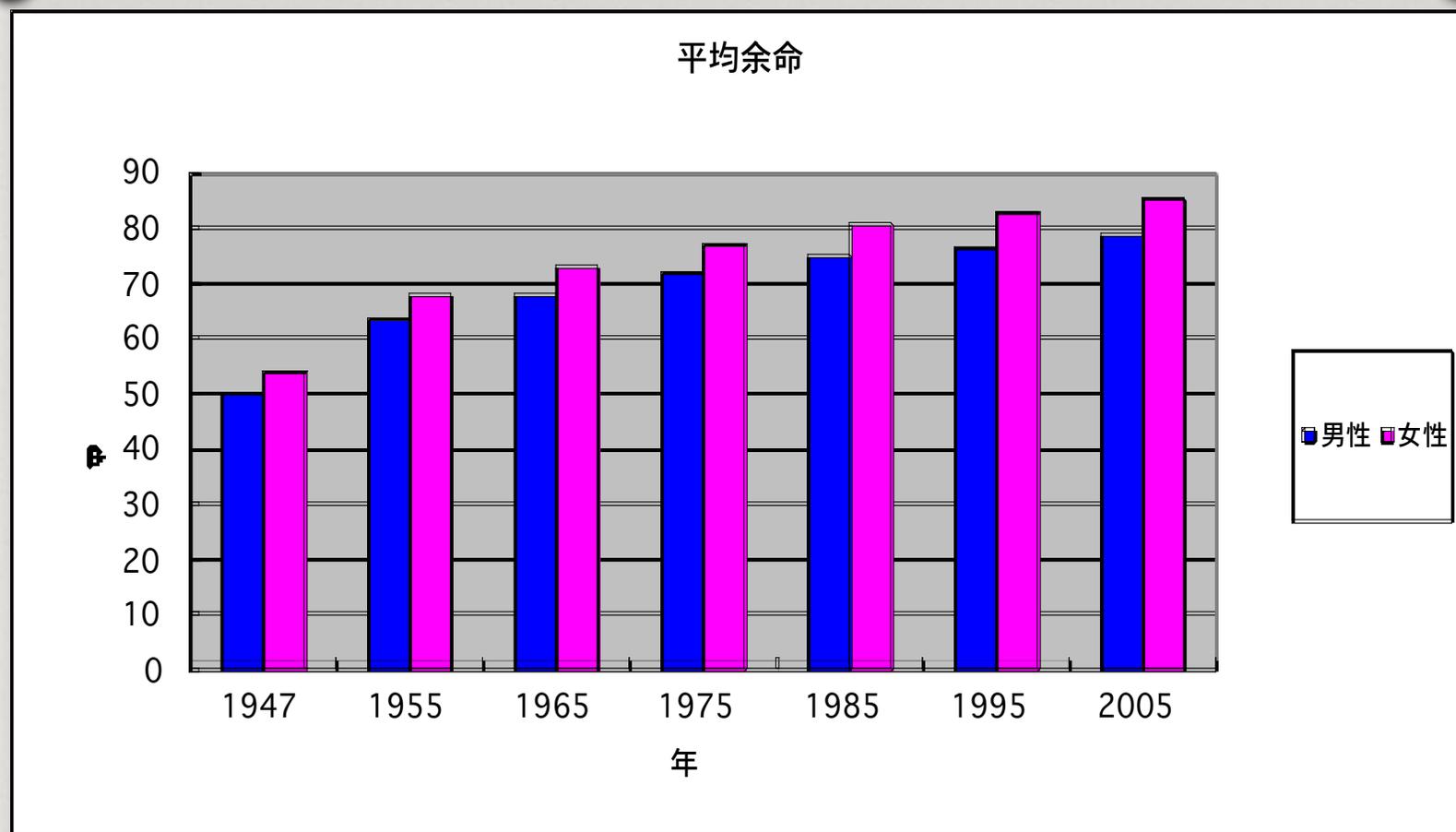


データ出所：「学校基本調査（文部科学省）」

- **高校、大学への就学率が上昇**

- － 高校就学率は、50%強（1955）から95%強（2005）へ
- － 大学就学率は、10%程度（1955）から50%強（2005）へ

# 長寿国の仲間入りもできました！

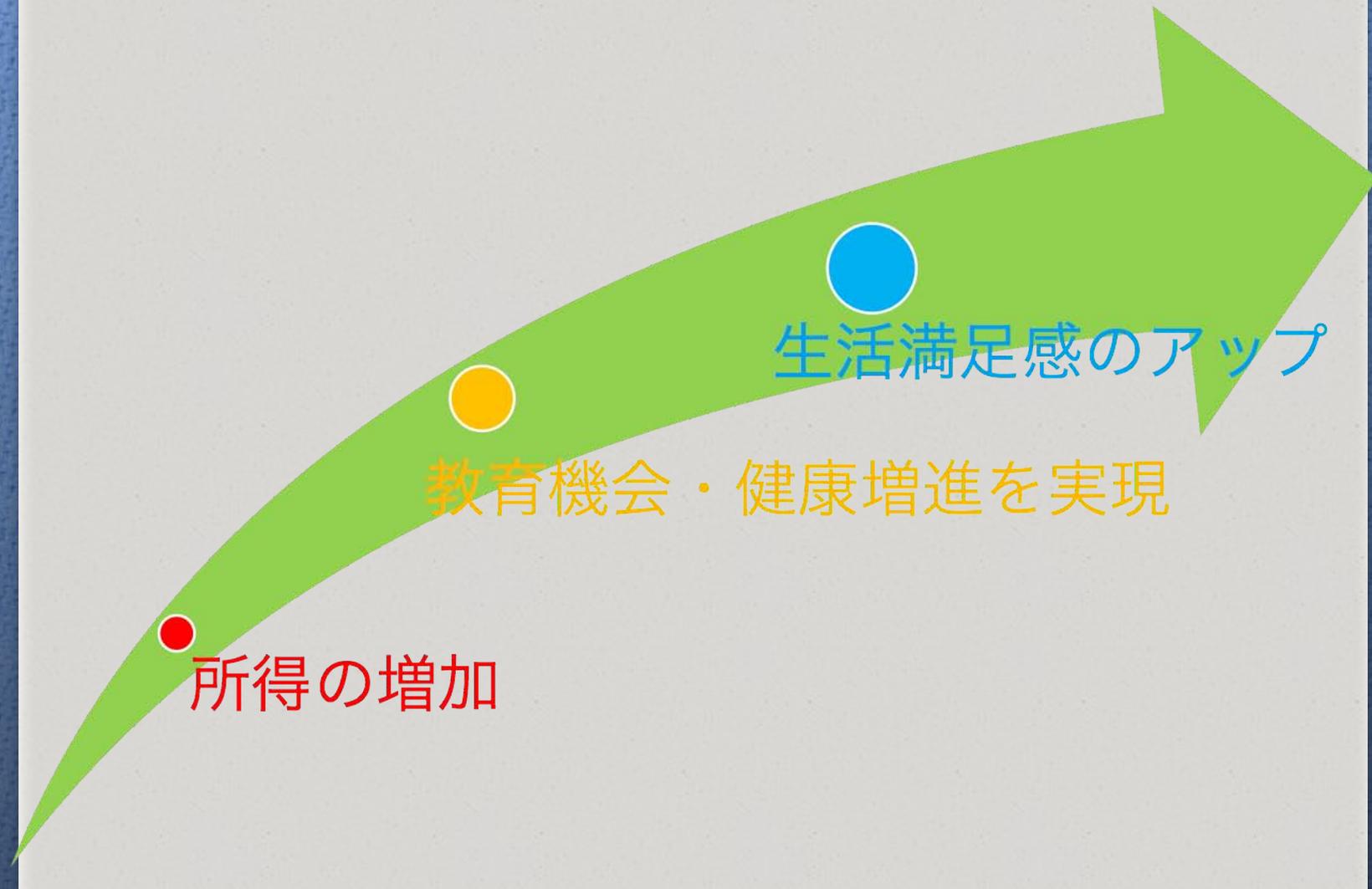


データ出所：「完全生命表（厚生労働省）」

- **平均余命の伸長**

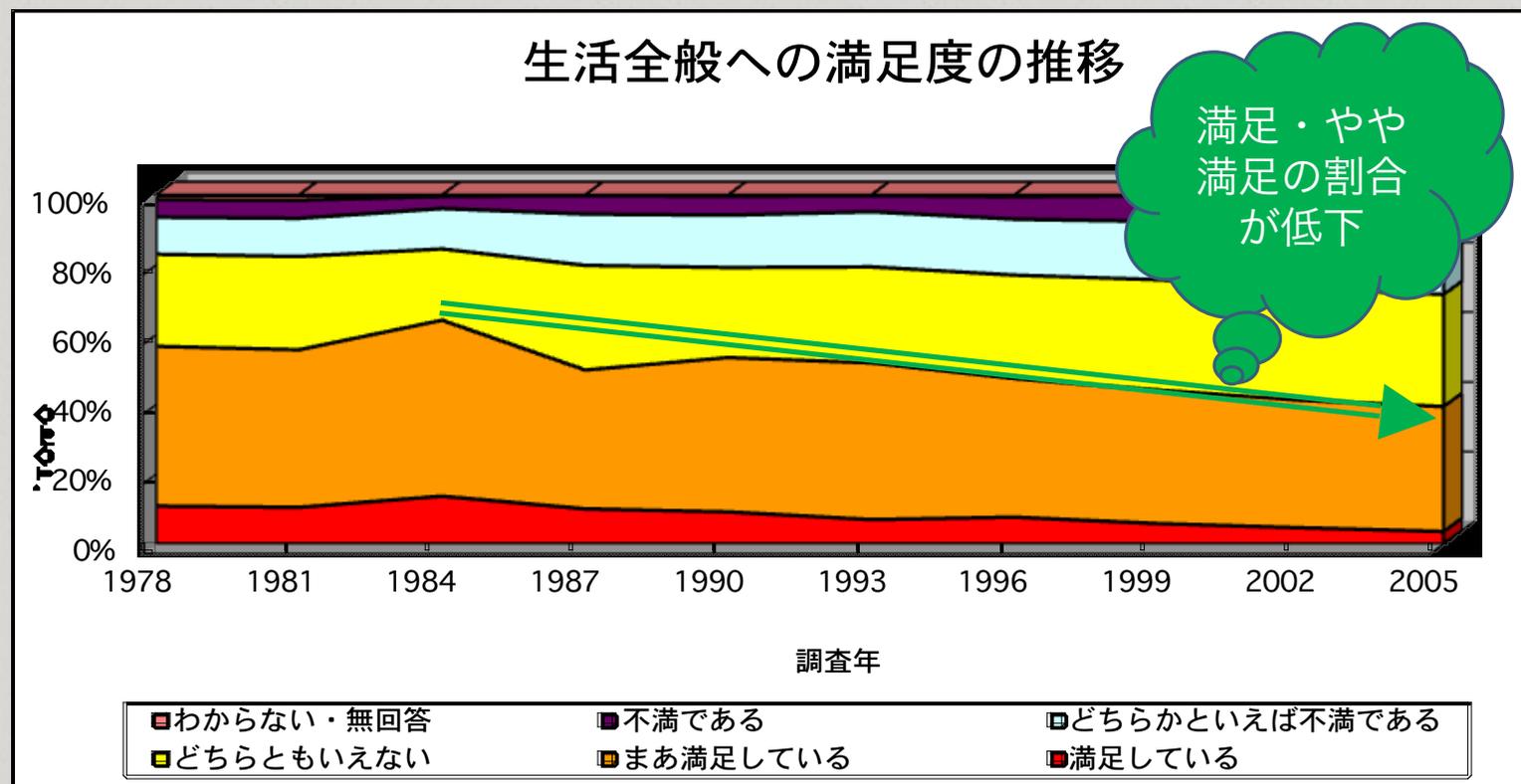
- 男性: 50.1 歳 (1947) → 78.6 年 (2005)
- 女性: 53.9 歳 (1947) → 85.5 年 (2005)

おそらく、こんなシナリオを描いていたはず



# 生活への満足感を見てみると。。。

質問：あなたは生活全般に満足していますか。それとも不満ですか。



注：「国民生活選好度調査：国民の意識とニーズ」のデータをもとに作成。

このシナリオは狂ってしまったのでしょうか。



確かに、社会問題が山積しています。

経済：  
格差や貧困

教育：  
不登校やいじめ

健康：  
気分障害や自殺

# お金持ちになれば、みんなハッピーになれるんだ！

- 懐も暖かくなりました。
- 子どもは学校に通えるようになりました。
- けがをしたり、病気になっても長生きできるようになりました。

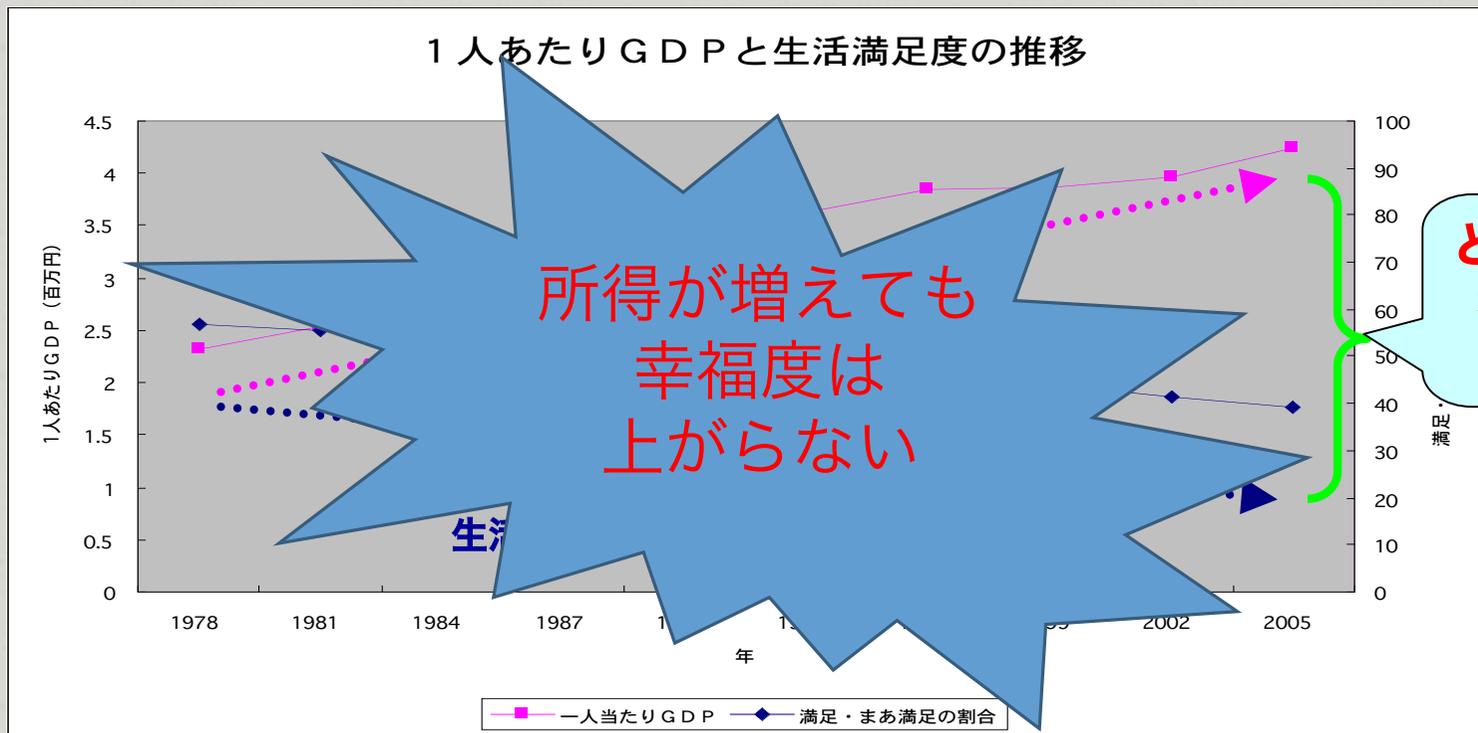


- いやあ、いいことばかりだなあ。
- みんなきっとハッピーになるに違いない！



- あれっ、そういうわけでもなかったみたい。  
なんでやねん。

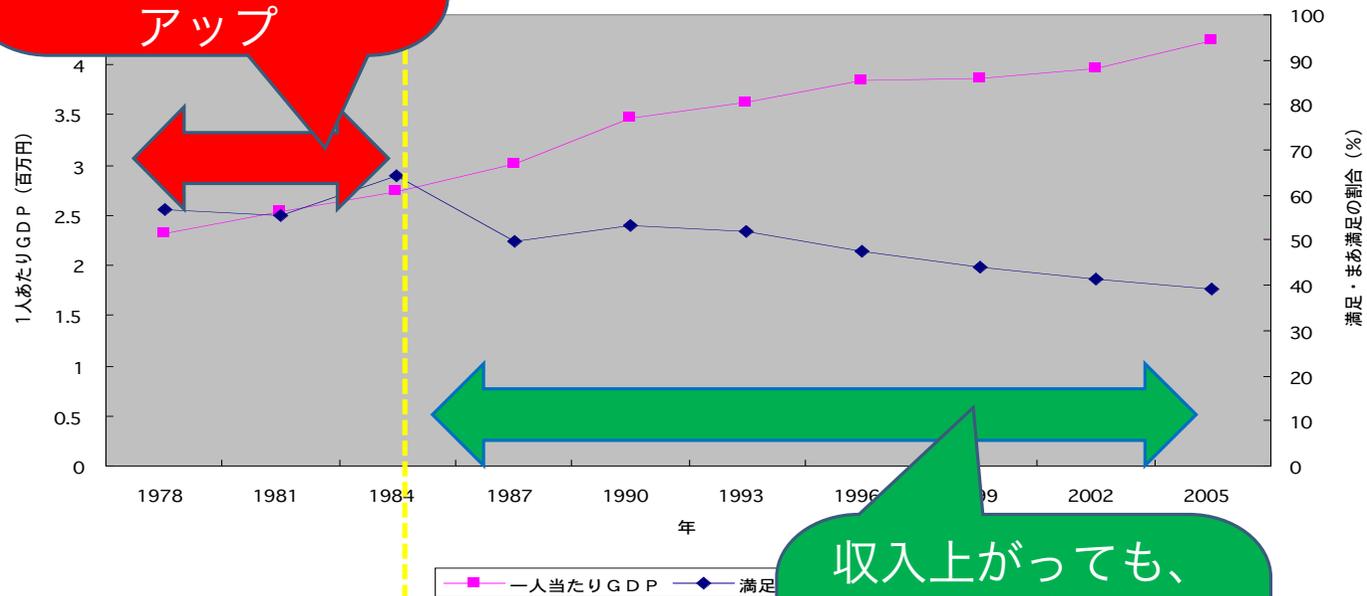
# 幸福のパラドクス



# 一説によれば、こういうことらしい

収入が増えると、  
車、冷蔵庫、テレビ、掃除機などを  
手に入れ生活向上  
を実感し、満足度  
アップ

あたりGDPと生活満足度の推移



収入上がっても、  
隣人、同僚、友人  
よりも高い収入、  
高い地位を得ないと、  
どうにも満足  
できない

この世には、国民の幸福を大切にする国があるという

○それは、南アジアの国ブータン



○2005年の国勢調査で幸福度を尋ねていますが、なんと国民の約97パーセントが「とても幸福」、「幸福」と回答したのですね。

○GNH：グロス・ナショナル・ハッピーネス（国民総幸福）という考え方を大切にして、国づくりしているのだそうです。



○みなさんは、**ブータン**という国について、どの程度ご存知ですか？

## ブータンについて

- ブータンってどこにある？
- ブータンって大きい、小さい？
- ブータン人の顔つきは？
- 言葉は？ 服装は？ 食べ物は？

ブータンはここにある



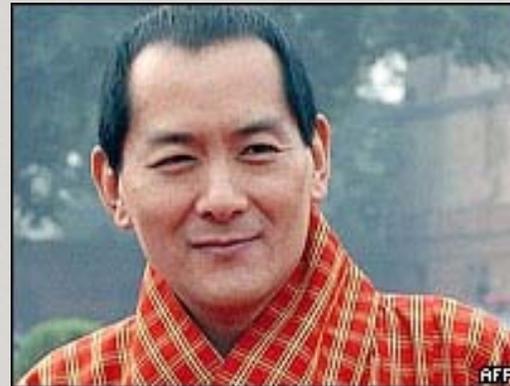
# ブータンについて

- 南アジア：中国とインドに挟まれています。
- 九州ぐらいの大きさです。
- 70万人弱の人口です。
- この部屋にいるみなさんとよく似ています。
- ゾンカ語。多民族国家なので、使われる言葉はさまざまなのですよ。
- 国王がいます。
- 料理は辛いです。たぶん、世界一辛い。
- 観光客はアメリカ人について、日本人が多い。
- ヤックやゴールデンラングーン、ターキンなど動物の宝庫なんです。



# GNHのはじまり

- 1976年に第4代国王ジグミ・シンゲ・ワンチュク (Jigme Singye Wangchuck) が提唱しました。



# ブータンのGNHって？

- GNHは、国づくりの羅針盤
  - チベット仏教観（業、輪廻、相互依存関係など）
  - 自分だけの利益を追求するよりも、他者の利益になるかどうかをよく考えて行動する。 **（利他の精神）**
  - 人間と環境の相互依存関係（生態系）を大切にする

# ブータンのGNH：4本柱

すべての国民・地域に恩恵の行き渡る社会・経済開発の発展を実現すること

公正な  
社会経  
済発展

ブータンの豊かな生態系環境を守り続けること。

環境の  
保全

GNH

文化の  
保存

ブータン社会の培ってきた伝統文化の継承を図ること。

よい  
政治

住民参加型の責任あるよい政治運営を行うこと。

# GNHのためにブータンを民主化しました

- 民主化を国王が断行（たぶん世界初）
  - 立憲君主制度へ移行
  - 憲法制定、議会制度整備
  - GNH指標開発
  - GNHで国家開発計画づくり

# ブータン憲法とGNH

**政府の役割は、GNHを追求できるような  
諸条件の整備に努めることにある。（第9条第2項）**

*Article 9 Principles of State Policy*

*2. The State shall strive to promote those conditions  
that will enable the pursuit of Gross National  
Happiness.*

所得格差や  
富の集中を  
最小限に努  
める

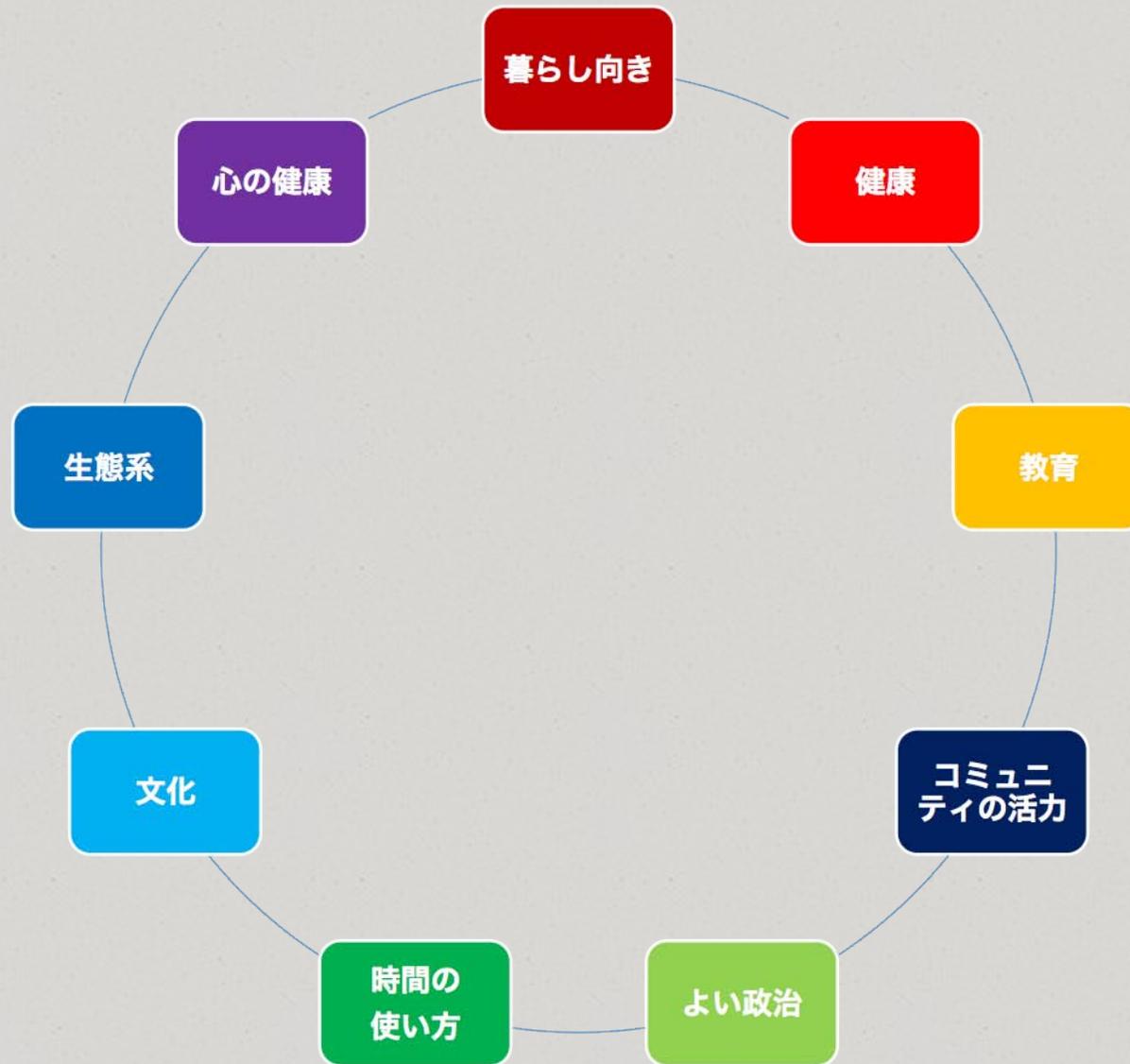
近代と伝統  
医療で、国  
民に無償で  
基礎的公衆  
衛生サービ  
スを提供す  
る

国民に働く  
権利や職業  
訓練の機会  
を与え、労  
働条件の整  
備に努める

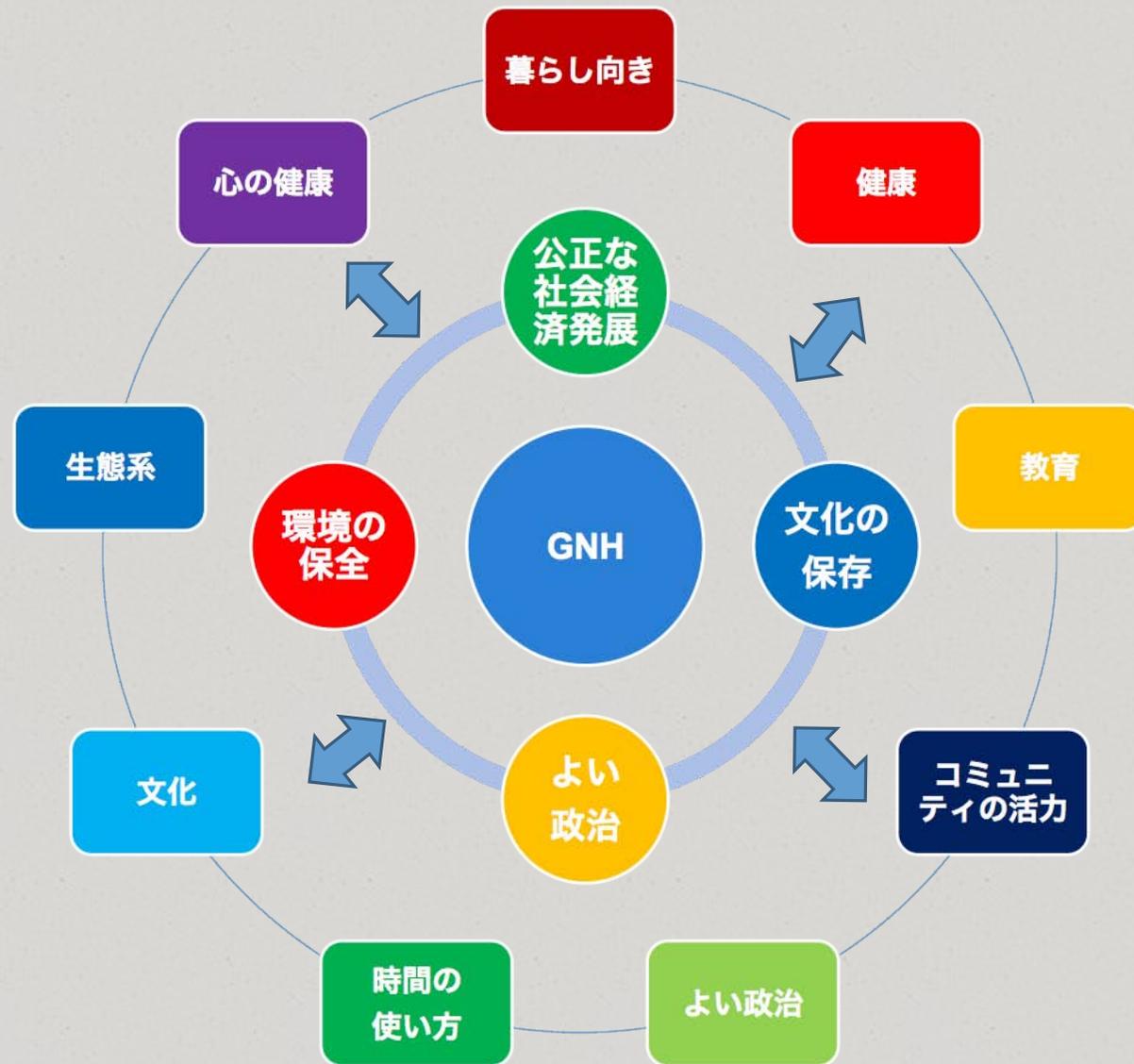
国土の最低  
60%以上  
を森林とし  
て保全する

地域生活の  
協働や拡大  
家族の保全  
に努める

# 9つの重点領域で国民のGNHを把握



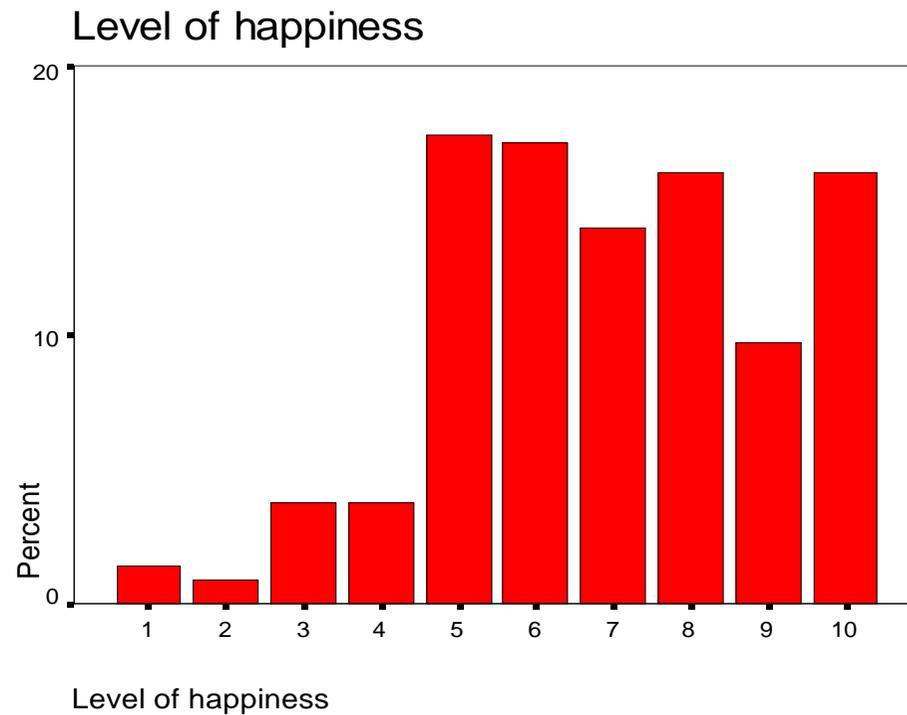
# 4本柱とGNH指標で国づくりを進める



# GNH指数の計測結果です

	GNH指数
心の健康	0.772
生態系	0.713
健康	0.855
教育	0.548
文化	0.852
暮らし向き	0.814
時間の使い方	0.970
コミュニティの活力	0.838
よい政治	0.880
総合	0.805

# さて、本当にブータン人は幸せなの？



\*2006-07年実施のブータン研究所と草郷の共同研究（サンプル350人）から。

- 幸福度得点：平均**6.93**点
- 「とても幸福（10点）」と回答した人は16%（56人）

# ブータン人にとっての幸福の要素は何？

	あなたを幸せに導く要素を6-7あげてください。	N=350	%
1.	安定した財政基盤	231	66.0
2.	よい家族関係と家族の健康	155	44.3
3.	健康	151	43.1
4.	農業生産	117	33.4
5.	生活インフラのアクセス	88	25.1
6.	教育、自己啓発	69	19.7
7.	精神性の追求	60	17.1
8.	雇用	57	16.3

# ブータン人にとっての幸福の要素は何？

	<b>あなたを幸せに導く要素を6-7あげてください。</b>	N=350	%
9.	よい統治と社会サービス	40	11.3
10.	よい人間関係	35	10.0
11.	原則と責任	30	8.6
12.	コミュニティの活力	28	8.0
13.	国の平和と安全保障	28	8.0
14.	国王のよいリーダーシップ	18	5.1
15.	余暇	17	4.9
16.	心の平和	12	3.4

# ブータン人の驚異の生活満足度！

	満足	まあ満足	あまり満足 ではない	満足ではない
健康面	56%	34%	5.4%	3.4%
経済面	39.4%	40.9%	13.4%	5.4%
仕事面	62.9%	26.9%	6%	1.7%
家族関係 面	86.6%	10.3%	2.3%	0.3%

# それに比べて、日本人の生活満足度は？

	満足	まあ満足	どちらとも いえない	あまり満足 ではない	満足ではない
健康面	14.1%	45.8%	24.5%	10.9%	4.7%
経済面	5.1%	32.5%	27.5%	23.1%	11.8%
仕事面	9.1%	32.6%	44.8%	9.2%	4.4%
家族関係面	30.8%	47.0%	15.6%	4.7%	2.0%

(データ：H21国民生活選好度調査より)

# ブータン人にもストレス！？

1. こどものこと - 64.5%
2. 経済的悩み - 63.8%
3. 家族の病気 - 62.6%
4. 仕事 - 61.5%
5. 野生動物による農作物被害 - 49.3%
6. 家族の死 - 40.2%
7. *Woola* (ウーラ：地域共同作業) - 38.9%
8. 雑務 - 35.7%
9. 天災 - 30.9%
10. 家族関係 - 28.3%
11. 学校 - 26.4%
12. コミュニティ内の人間関係 - 20.4%
13. 家族のアル中 - 17.1%
14. 麻薬問題 - 4.5%

# 日本人の幸福の要素

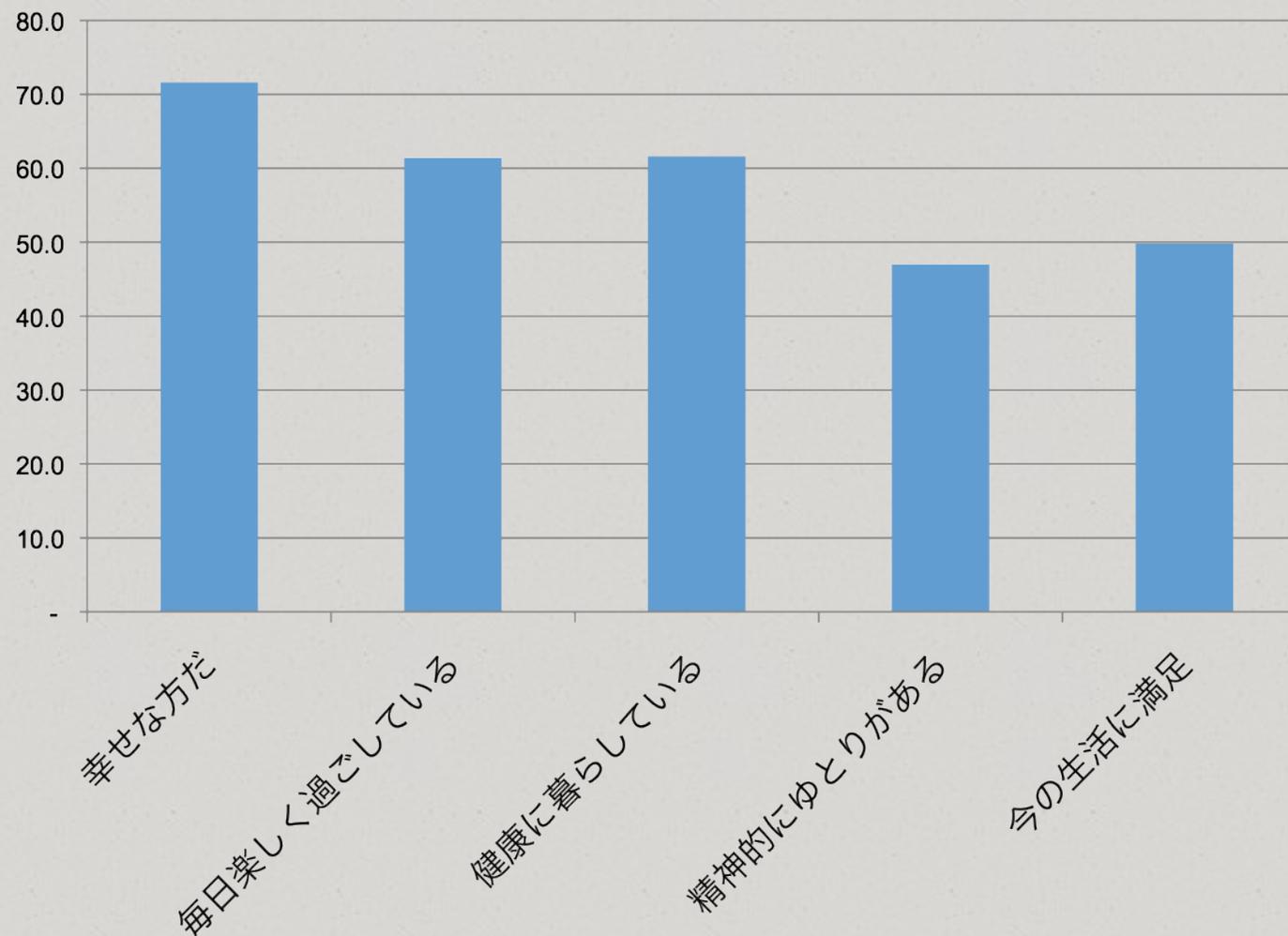
## ○ 兵庫県で実施した生活実感調査

### ○ 田舎と都会で「地元」の優先度が違っている

	H21 国民生活選好度調査	生活実感調査	生活実感調査(都市部)	生活実感調査(農村部)
第1位	健康状況 (健康であること)	健康状況 (健康であること)	健康状況 (健康であること)	健康状況 (健康であること)
第2位	家族関係 (家族との関係が良好なこと)	家族関係 (家族との関係が良好なこと)	家族関係 (家族との関係が良好なこと)	家族関係 (家族との関係が良好なこと)
第3位	家計の状況 (生活に余裕があること)	家計の状況 (生活に余裕があること)	家計の状況 (生活に余裕があること)	地域コミュニティとの関係 (近所つきあいが良好なこと)
第4位	自由な時間 (余暇が充実していること)	友人関係 (頼れる人がいること)	自由な時間 (余暇が充実していること)	友人関係 (頼れる人がいること)
第5位	就業状況 (就業状況 仕事の有無)	地域コミュニティとの関係 (近所つきあいが良好なこと)	友人関係 (頼れる人がいること)	家計の状況 (生活に余裕があること)
第6位	友人関係 (頼れる人がいること)	自由な時間 (余暇が充実していること)	就業状況 (就業状況 仕事の有無)	就業状況 (就業状況 仕事の有無)
第7位	地域コミュニティとの関係 (近所つきあいが良好なこと)	就業状況 (就業状況 仕事の有無)	地域コミュニティとの関係 (近所つきあいが良好なこと)	自由な時間 (余暇が充実していること)

# 新潟の人の生活評価（博報堂の調査から）

## 新潟県

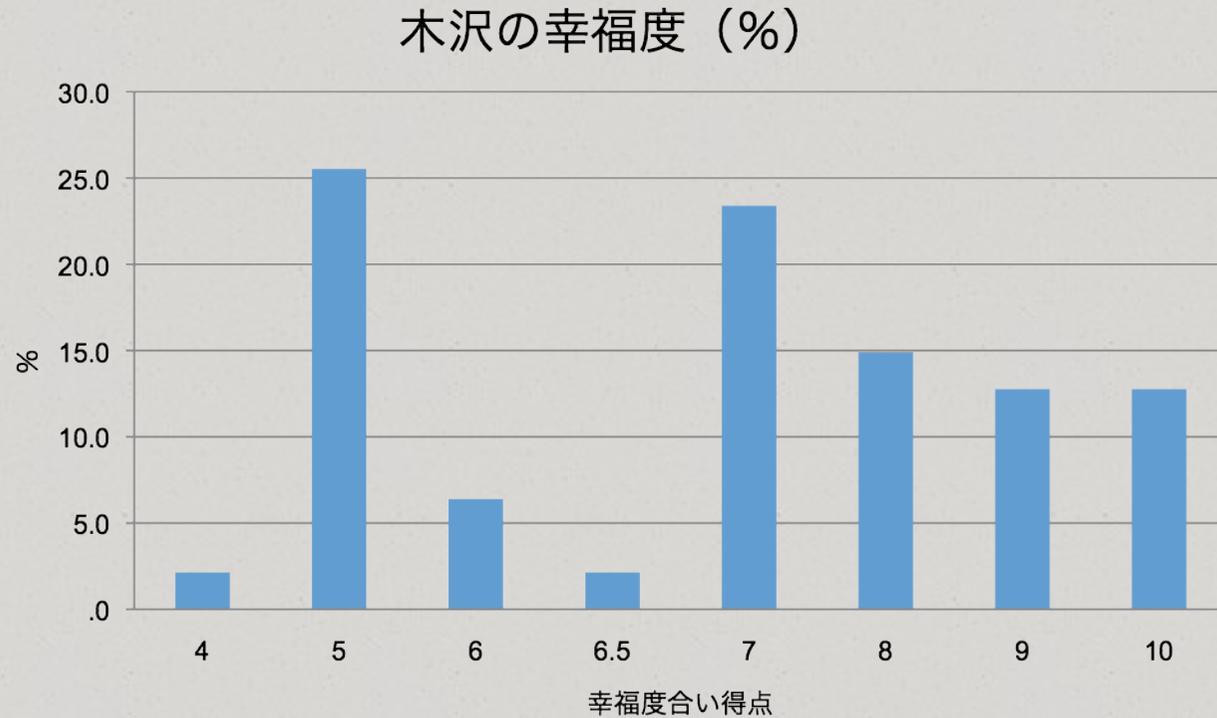


幸せな人はどこにいる？

**な、なんと！新潟にいるようです。**



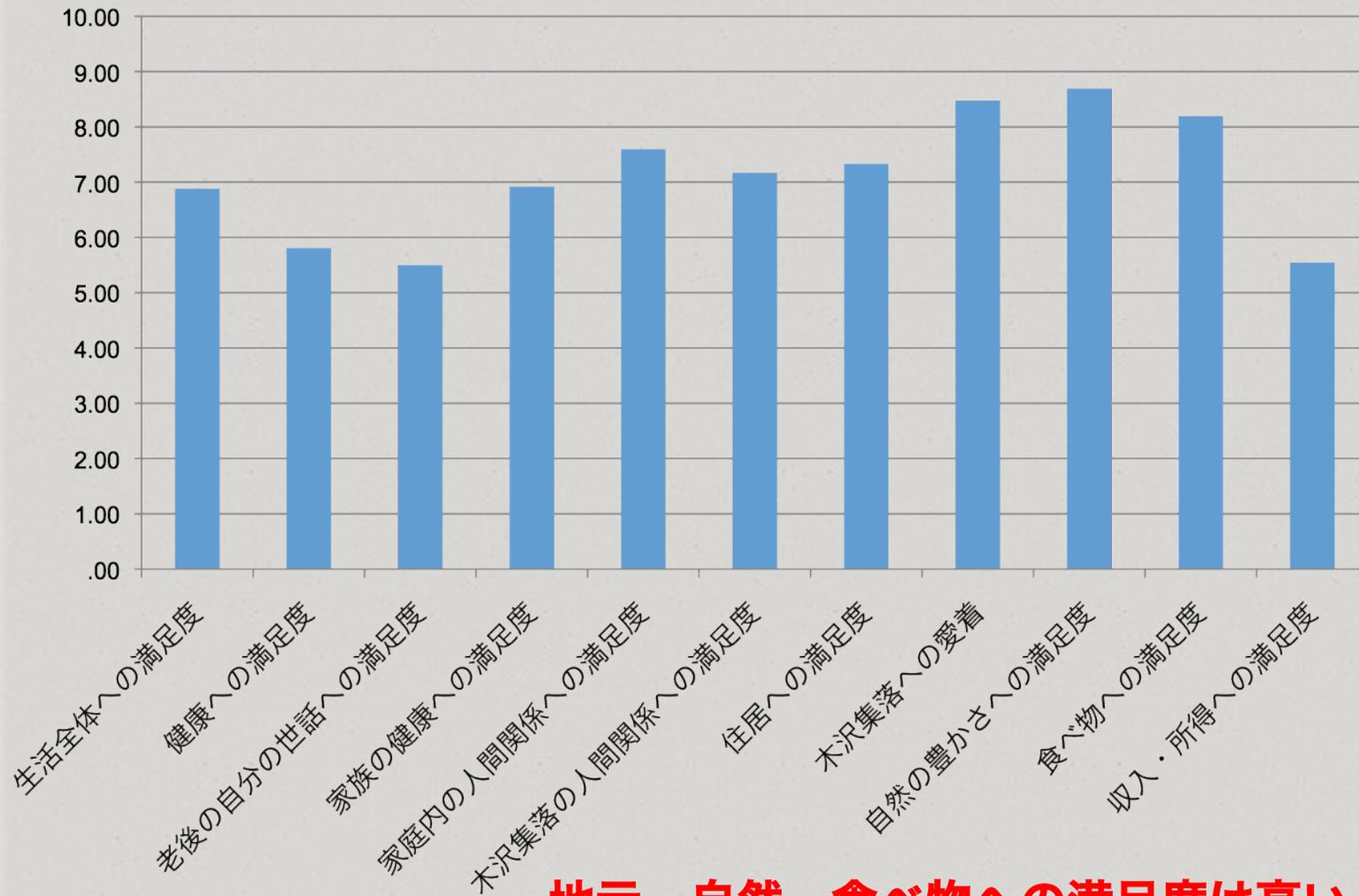
# 木沢の人々の幸福度



- 幸福度得点：平均7.14点（ブータンよりも高い）
- 女性平均 > 男性平均

# 木沢の人々の生活への満足度

生活満足度合い（平均得点）



**地元、自然、食べ物への満足度は高い**

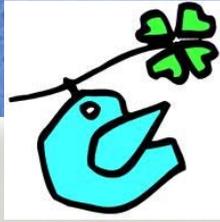
## 木沢の人々の幸福の要素（抜粋）

**あなたにとって、幸福であるために必要なことはどんなことだと思いますか？**

- ・地震のダメージがあるが、ここまできたのは、気持ちの面で平々凡々と。苦しんだりもしたが、人間として大きくなり、人と人の痛みを知った。人生にとって、逆境に負けないということ。
- ・冬の雪がなければいい。←夏より、冬がこまる。玄関先まで、かいてくれないから。冬がドサーと降られると困る。いっぱい降らなきゃいい
- ・木沢で地震が起きたが事故やケガがなく町が復興していること、普通に生活できること。
- ・みんなと仲良くするのが一番、というのが当たりさわりのない話だね。お互いに地区同士で助けながら、やってくしかない。ないものねだりはしない。

## いい町や村の10の条件（吉本哲郎さん）

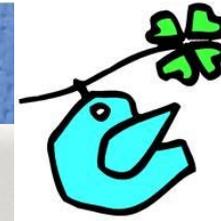
- いい自然がある
- いい仕事がある
- いい習慣がある
- 住んでいて気持ちがいい
- 学びの場がある（生活技術の学びの場）
- 三人の友だちがいる
- おいしい家庭料理がある
- いい自治がある（行政、自治会、自分育ての場）
- 地域の暮らしを楽しんでいる
- 地域大好き



## 私の青い鳥

- 自分だけの「ものさし」を大切にする
  - 円、ドル、ユーロなどのお金では買えない、自分にとって**価値あるものを大切に**できる。
- 価値高いと感じることに好きなだけ**時間**をかける
  - 家族との時間、友人や仲間との時間
  - 助け合いの時間：お手伝いの時間
  - 振り返りの時間：瞑想する
  - 豊かさラボの時間：楽しむ

## 私の青い鳥



- かけがえのない自分だけの宝物を増やす工夫
  - **自分通貨**の勧め（例：たか通貨。すぐにお金持ちになれますよー。）
  - **ビデオ・インタビュー**で家族史や地域史を作る（例：孫が祖父母をインタビューするとか。）
  - **子どもの学校**の参観日にはできる限り顔を出すようにする。妻と交代、あるいは、一緒に参加する。
  - **月一回の家族会議**でなんでも意見を出しあって、コミュニケーション、対話の機会を作る。（おいしいお菓子の日にしておくとも効果的でした。）

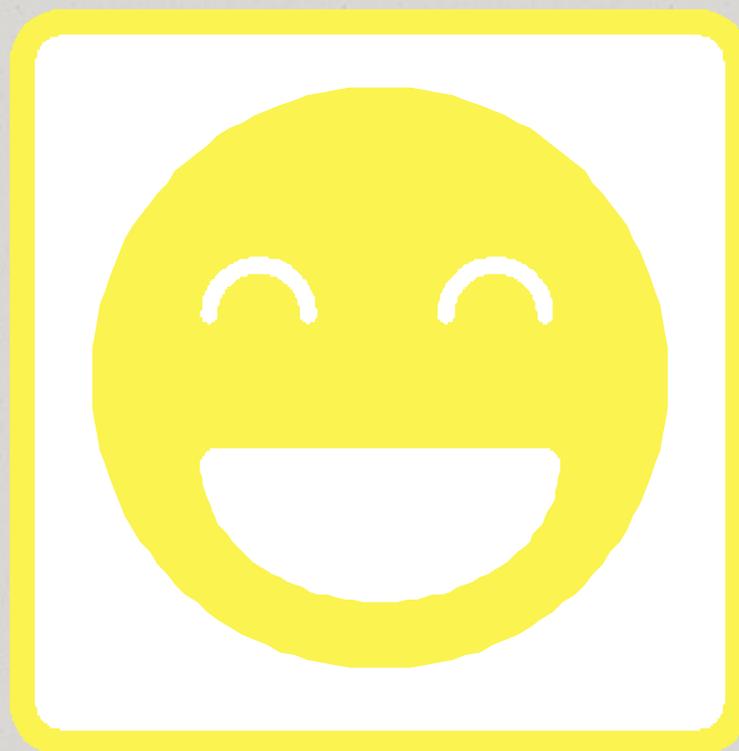
緊張した顔をした人ばかりの中で暮らしていても楽しくはないですね。



みんなが「つらい」「しんどいなあ」と  
思うような社会もよくないですね。



みんなで自然に笑顔になれる豊かな社会を  
一緒に創っていきませんか。





あなたの**青い鳥**の居場所、見当つきそうですか？

