



ウェルビーイングについて

～総論～

公益財団法人 Well-being for Planet Earth

代表理事 石川善樹

Q. いかにして人類は、ウェルビーイングへと向かうのか？

人類がウェルビーイングへと向かう道

人類のウェルビーイング

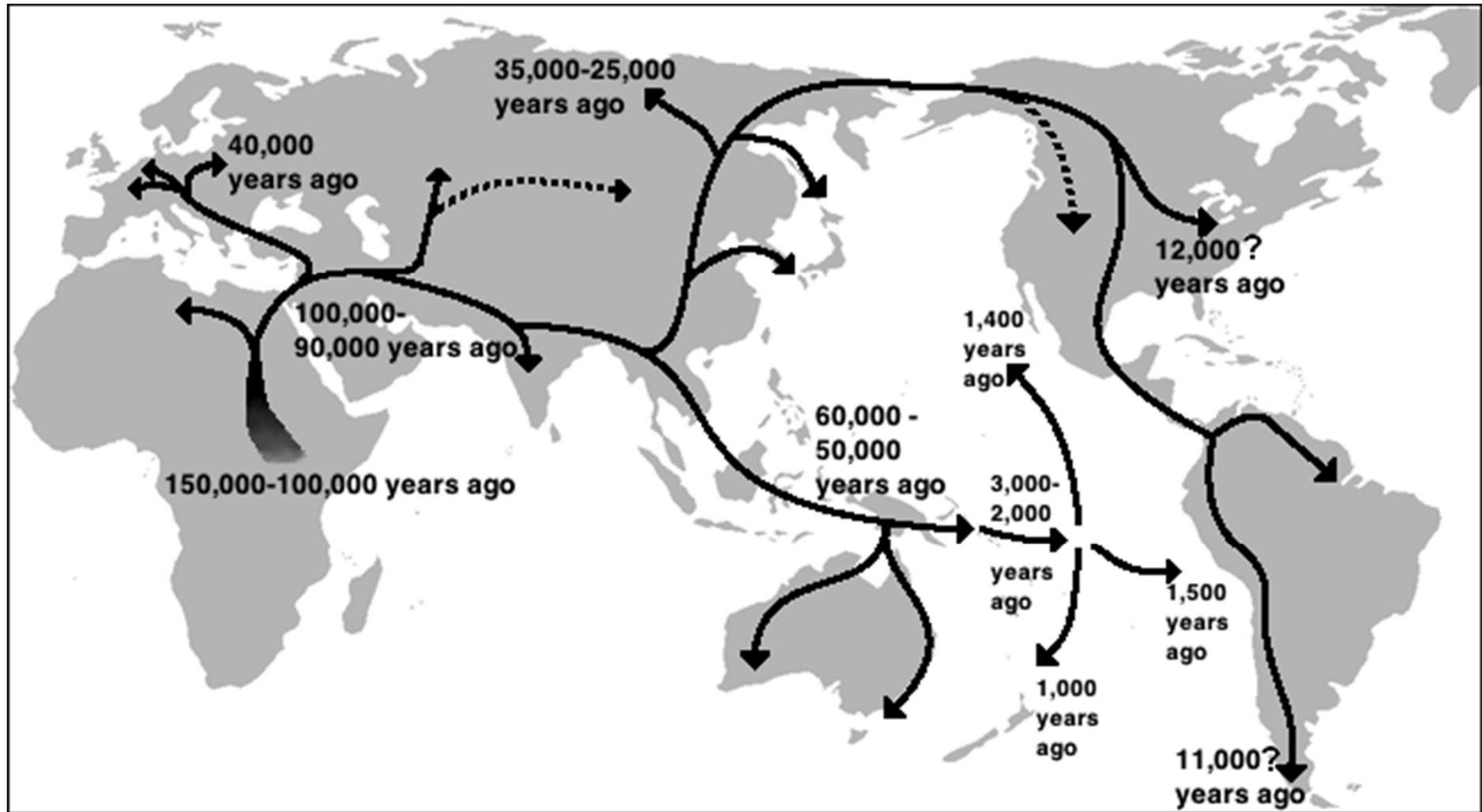
約7万－6万年前



出アフリカ

時間 (T)

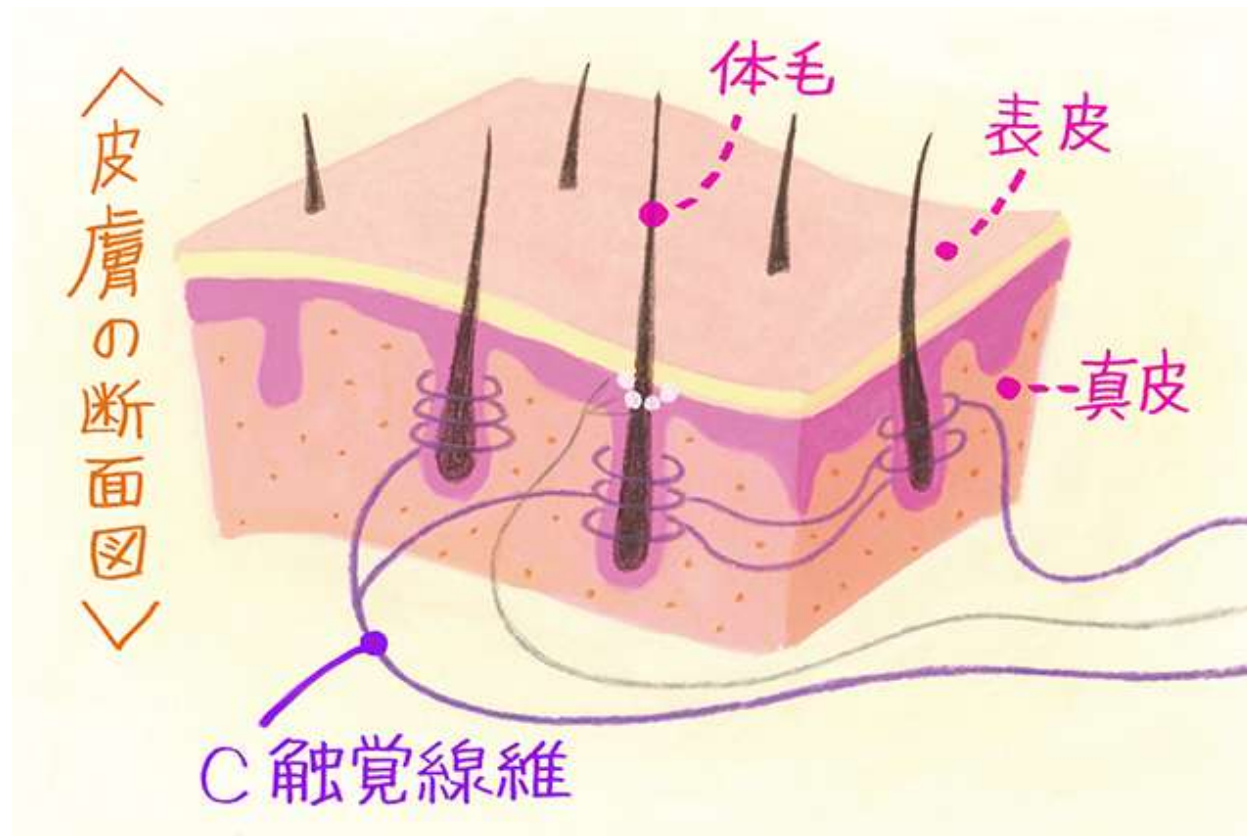
道なき未知をもとめる、人類のグレートジャーニー



Q. いかにして人類は結束し、長く困難なる旅を乗り越えたか？

皮膚に軽く、ゆっくりと触れることで
脳に直結しているC触覚線維が反応し
“エンドルフィン”を分泌する





ふつう五感は年を重ねるほど鈍くなるが

C触覚線維による心地よさは、年齢を重ねるほど鋭くなる

毛づくろいの弱点は、時間がかかる
(また現代のマナーでは、相手の体に触れられない)



Q. 直接ふれることなく、エンドルフィンを遠隔で出すには？！

ウェルビーイングへと向かう

プリミティブ（原始的）なルート

0. 毛づくろい
1. とともに笑う（3人まで）
2. とともに歌う（一緒に読み上げるでもよい）
3. とともに踊る（速足で歩くでもよい）
4. 感情に訴える物語を共有すること
5. 宴を開く（みなで食事をし酒を飲む）
6. 祭る

- ・ ・ ・ 実際に鎌倉時代、あの有名な法律が誕生

最初の武家法
(1232年)



全51か条ある中

特に大事な

「第1条」には

何が書いてあったか？！

御成敗式目

第1条：「神社を修理して祭りを大切にすること」

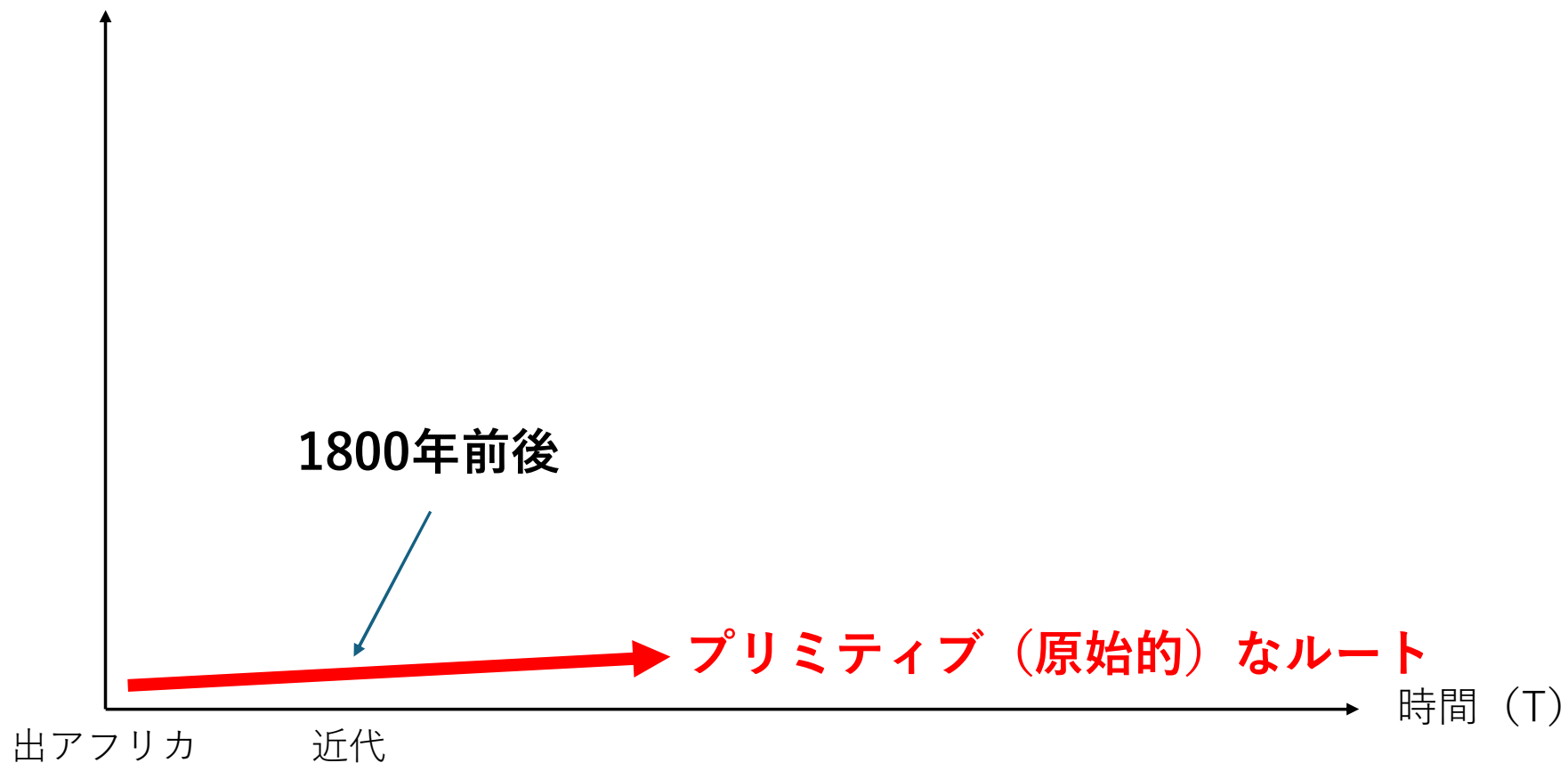
神社を修理してお祭りを盛んにすることはとても大切なことである。

そうすることによって人々が幸せになるからである。

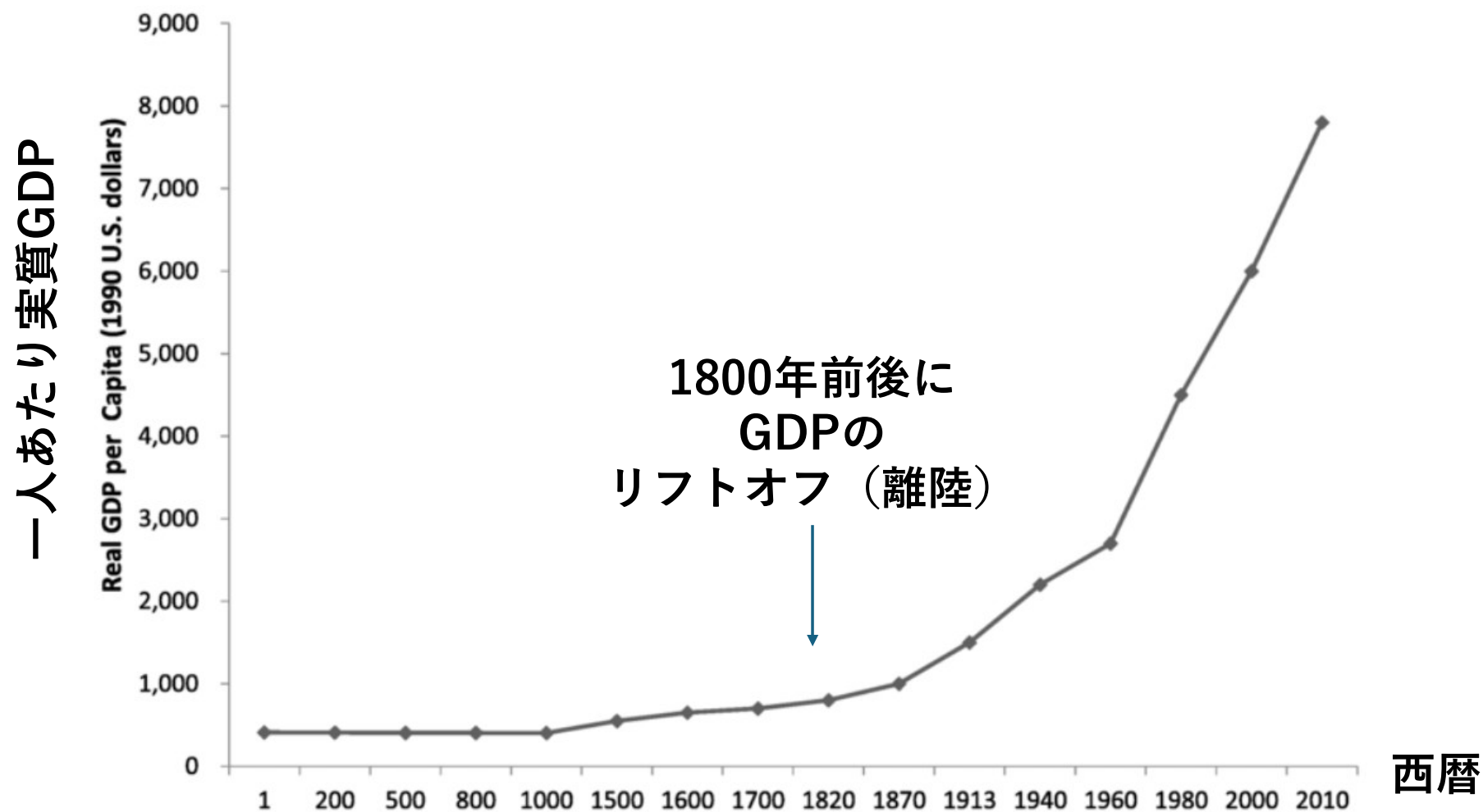
また、供物（くもつ）は絶やさず、昔からの祭りや慣習を
おろそかにしてはならない。

人類がウェルビーイングへと向かう道

人類のウェルビーイング

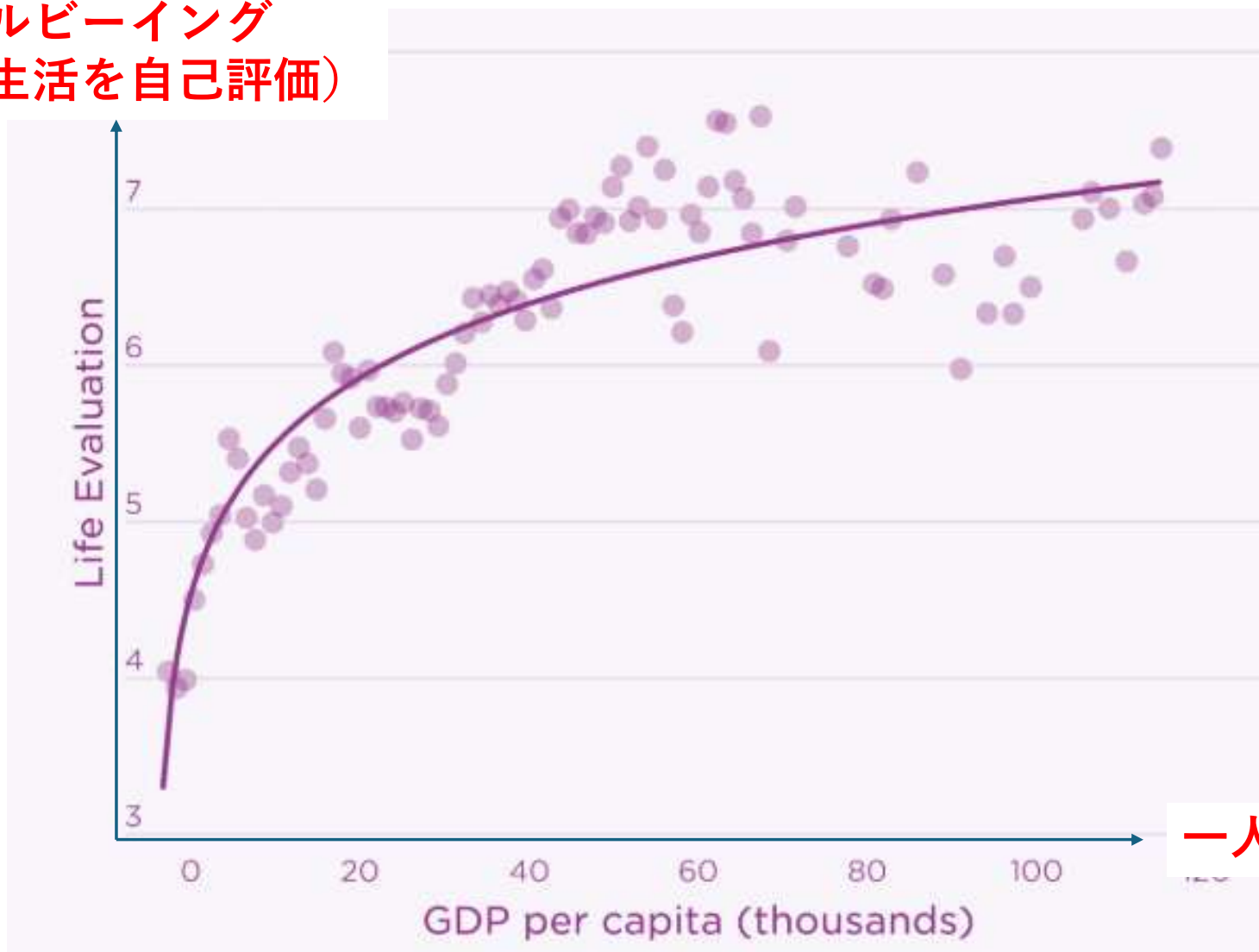


近代はGDPの「リフトオフ」が始まる



Source: Angus Maddison (2013); Tytell, Emsbo-Mattingly, and Hofschire (2016)

ウェルビーイング
(現在の生活を自己評価)

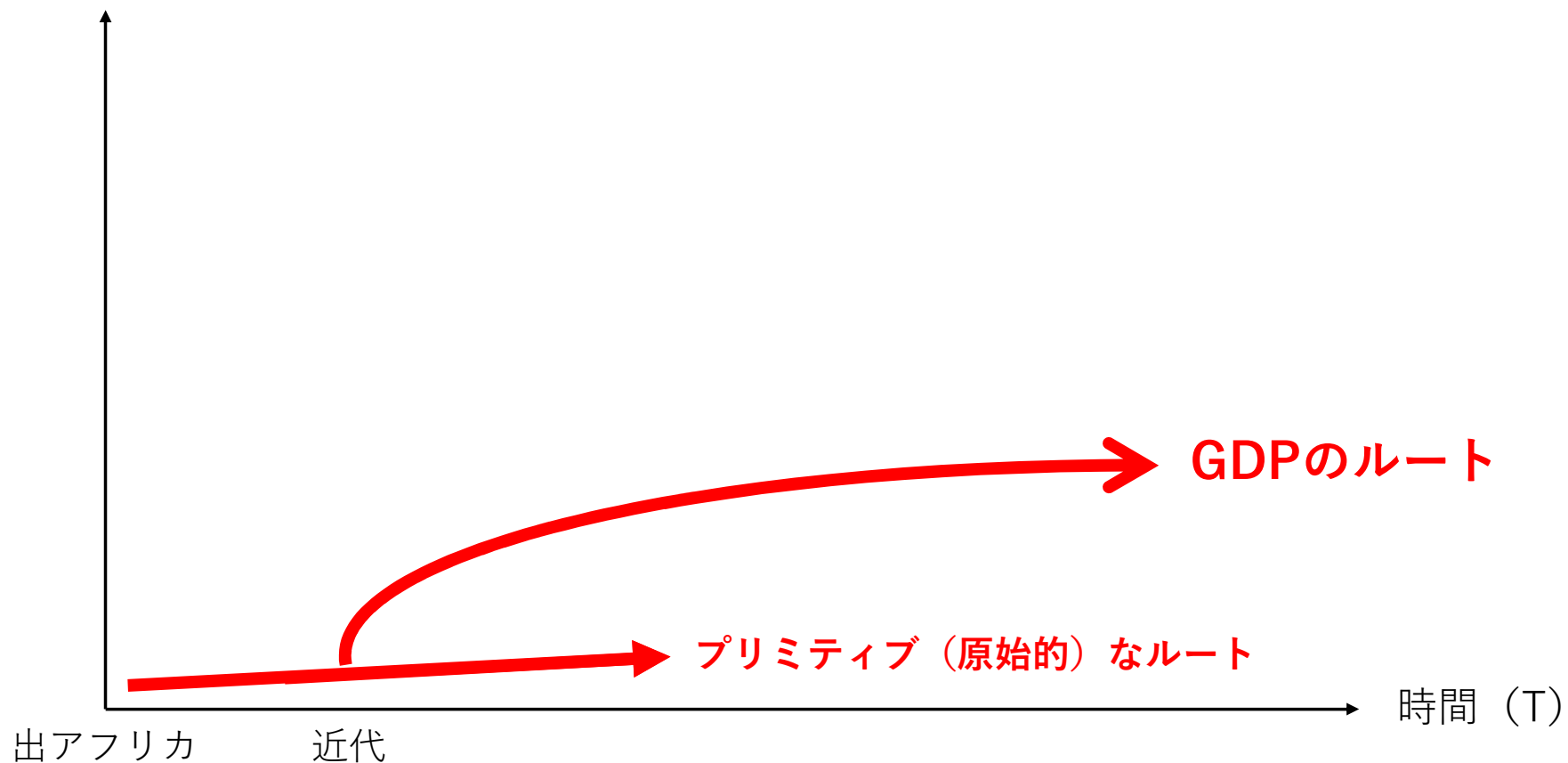


一人あたりGDP

Gallup World Poll (2009-2019) による157ヶ国のデータ

人類がウェルビーイングへと向かう道

人類のウェルビーイング

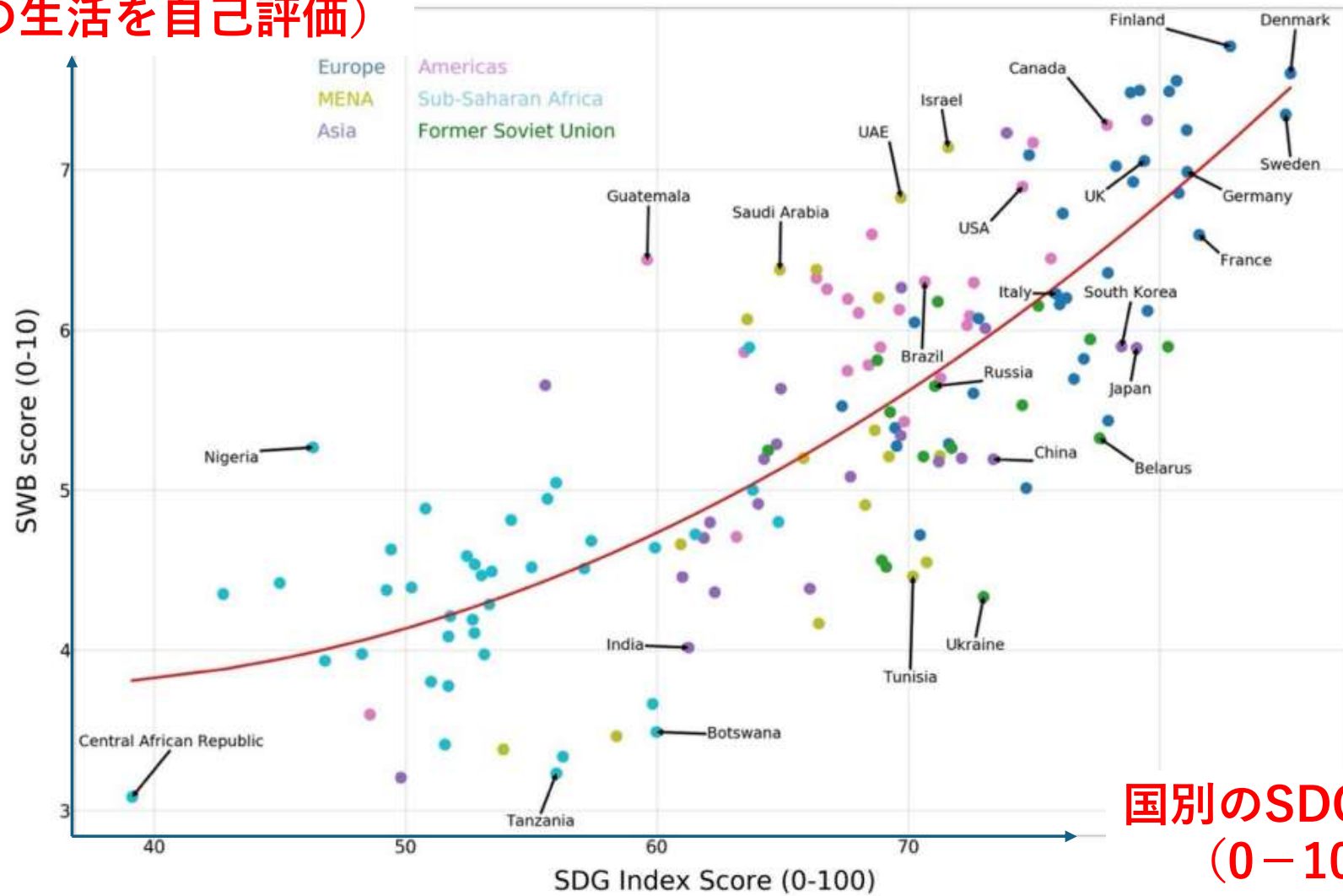


・ ・ ・ 1970年代頃より、GDPの限界が指摘される



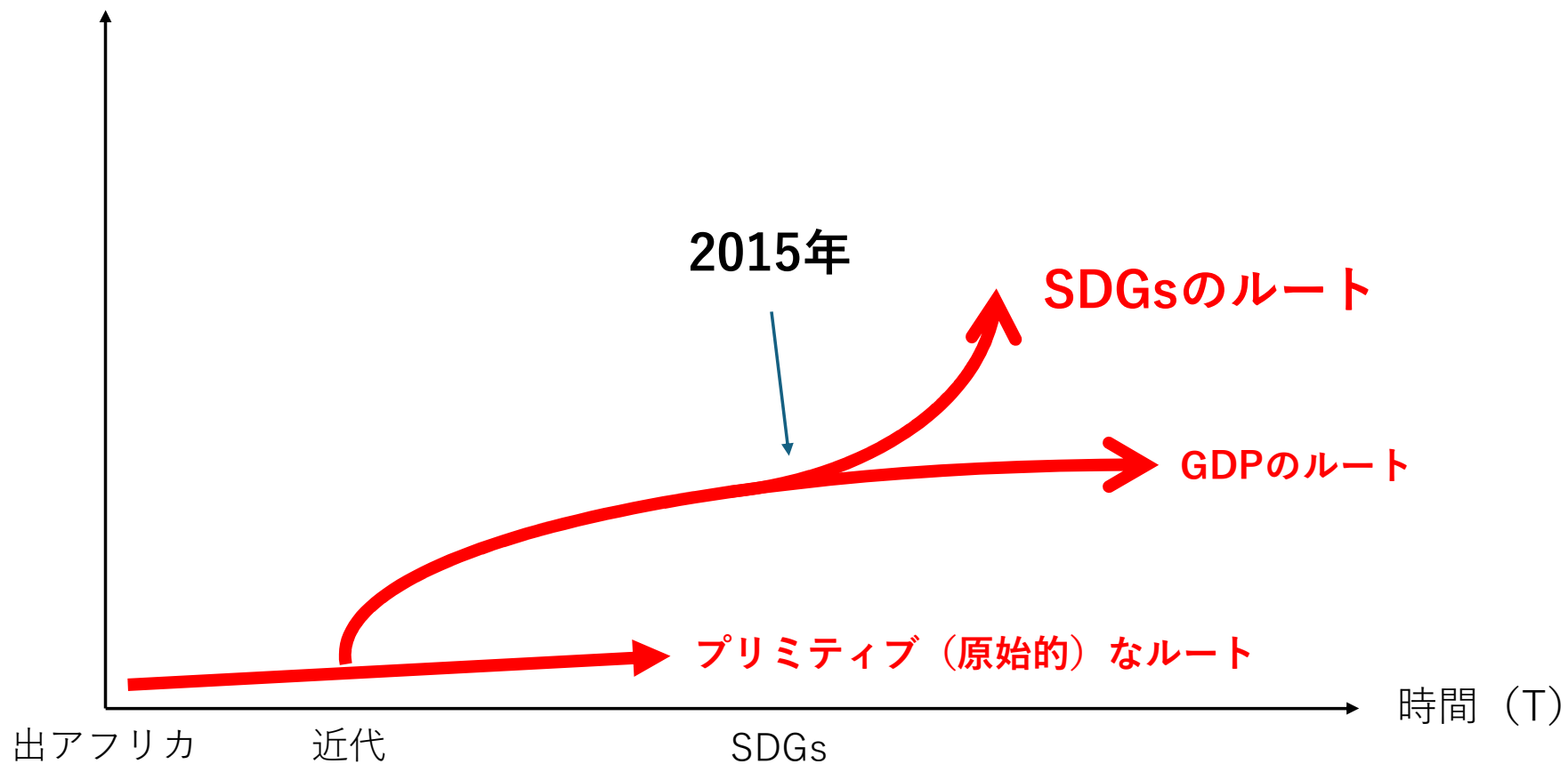
さまざまな議論を経て、**SDGs** が2015年に国連で決議

ウェルビーイング (現在の生活を自己評価)



人類がウェルビーイングへと向かう道

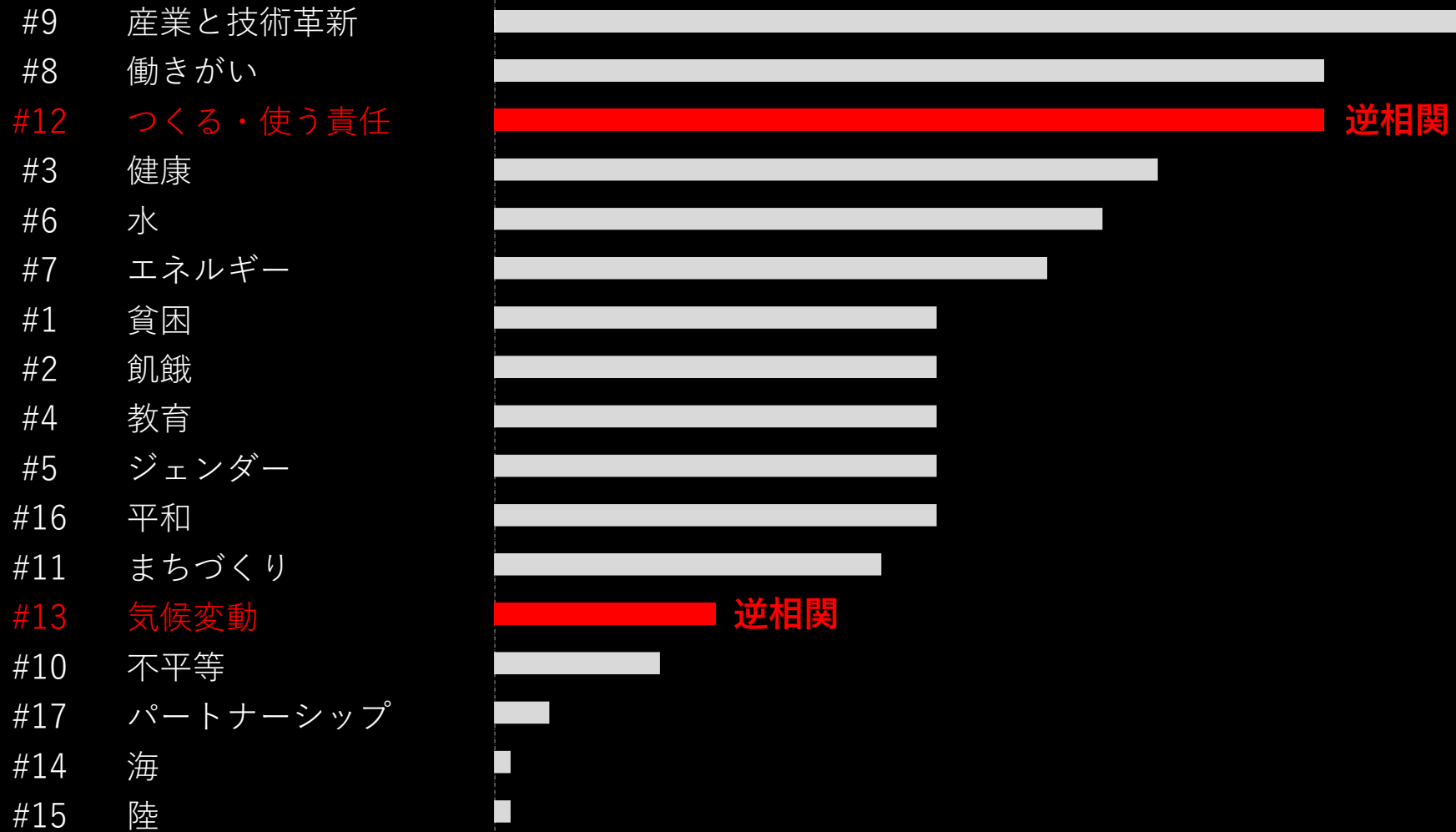
人類のウェルビーイング



．．．一方で、SDGsとウェルビーイングは、こんな問題も

SDGs

SDGsの各分野が、主観的ウェルビーイングに与える影響度



ESGでいうと、EとSが“短期的”には対立構造になっている可能性



ゆえに、資本市場に対して
次のような仕組みが生まれつつある

TCFD（気候変動）、TNFD（自然資本）に次ぐ第三の開示枠組みである
TISFD（不平等・社会関連財務情報開示タスクフォース）が今年から本格稼働

開示対象は、**「人々のウェルビーイング」**

2027年に基準完成（予定）、早ければ2029年から開示対応が求められる



Simon Rawson氏
(TISFD事務局長)

PeopleとPlanetの
相互依存関係を
共通言語を通して
可視化していくで
健全な対話を促進する



David Atkin氏
(国連責任投資原則のトップ)

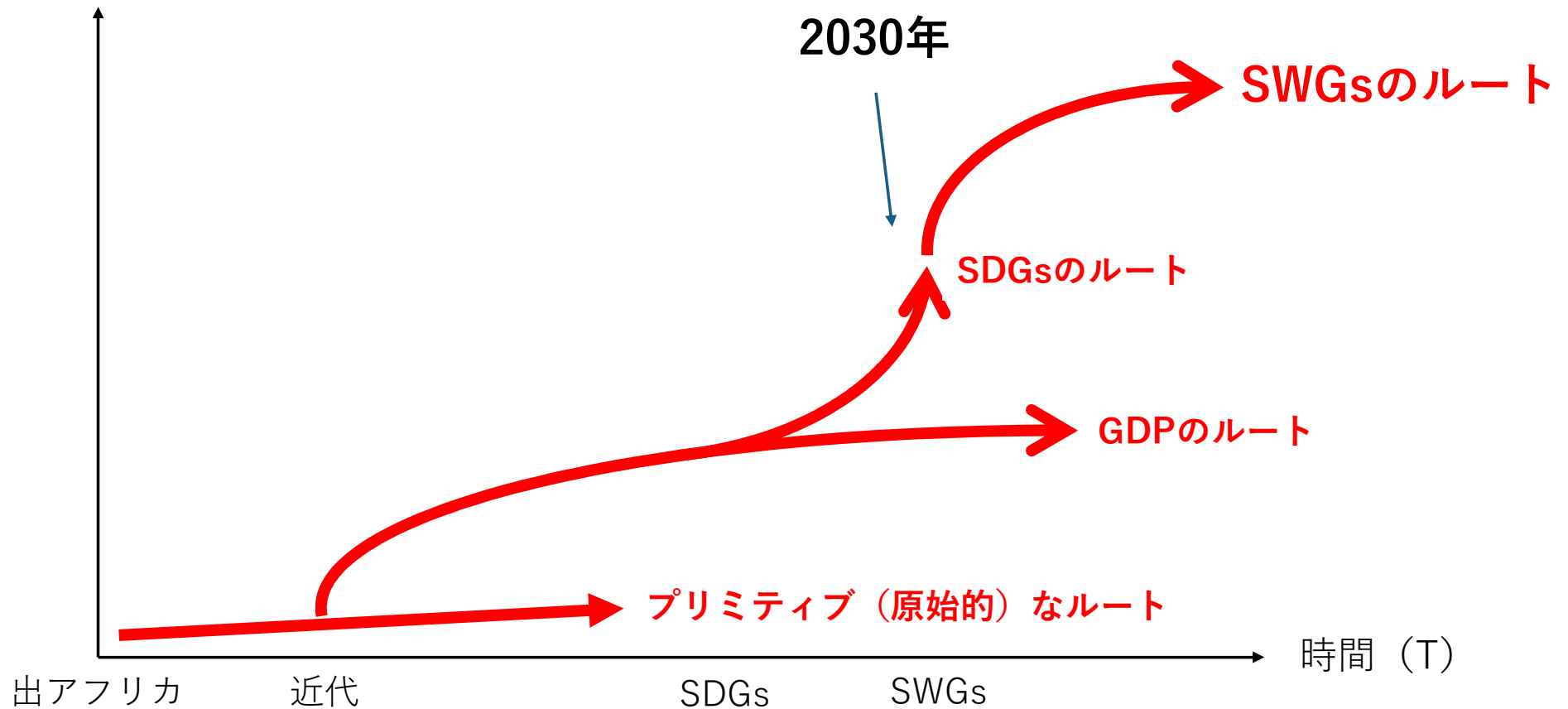
投資家はいかにして
E(planet) × S(people)を
一体として捉え
責任ある投資を
行っていくか？

国際社会・産業界が目指す指標/価値



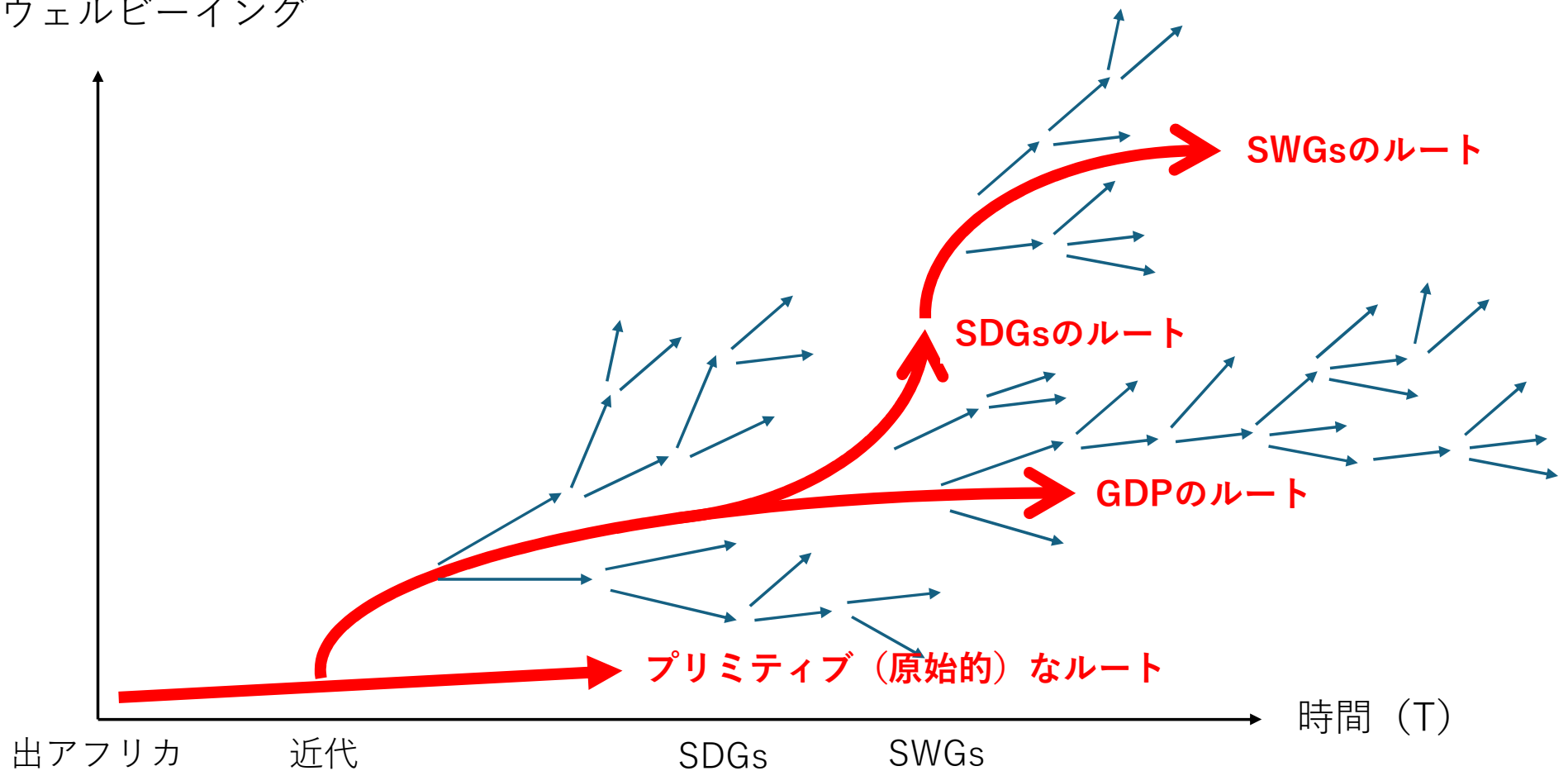
人類がウェルビーイングへと向かう道

人類のウェルビーイング



人類がウェルビーイングへと向かう道は「多様」だからこそ さまざまな変化に対応し、効率的に進化を続けていける

人類のウェルビーイング





主観的ウェルビーイングについて ～ 6大要因 と 計測方法 ～

公益財団法人 Well-being for Planet Earth

代表理事 石川善樹

内容

- 1) 日本の主観的ウェルビーイング（2006-2025）
- 2) 主観的ウェルビーイングの6大要因
- 3) 主観的ウェルビーイングの測定について

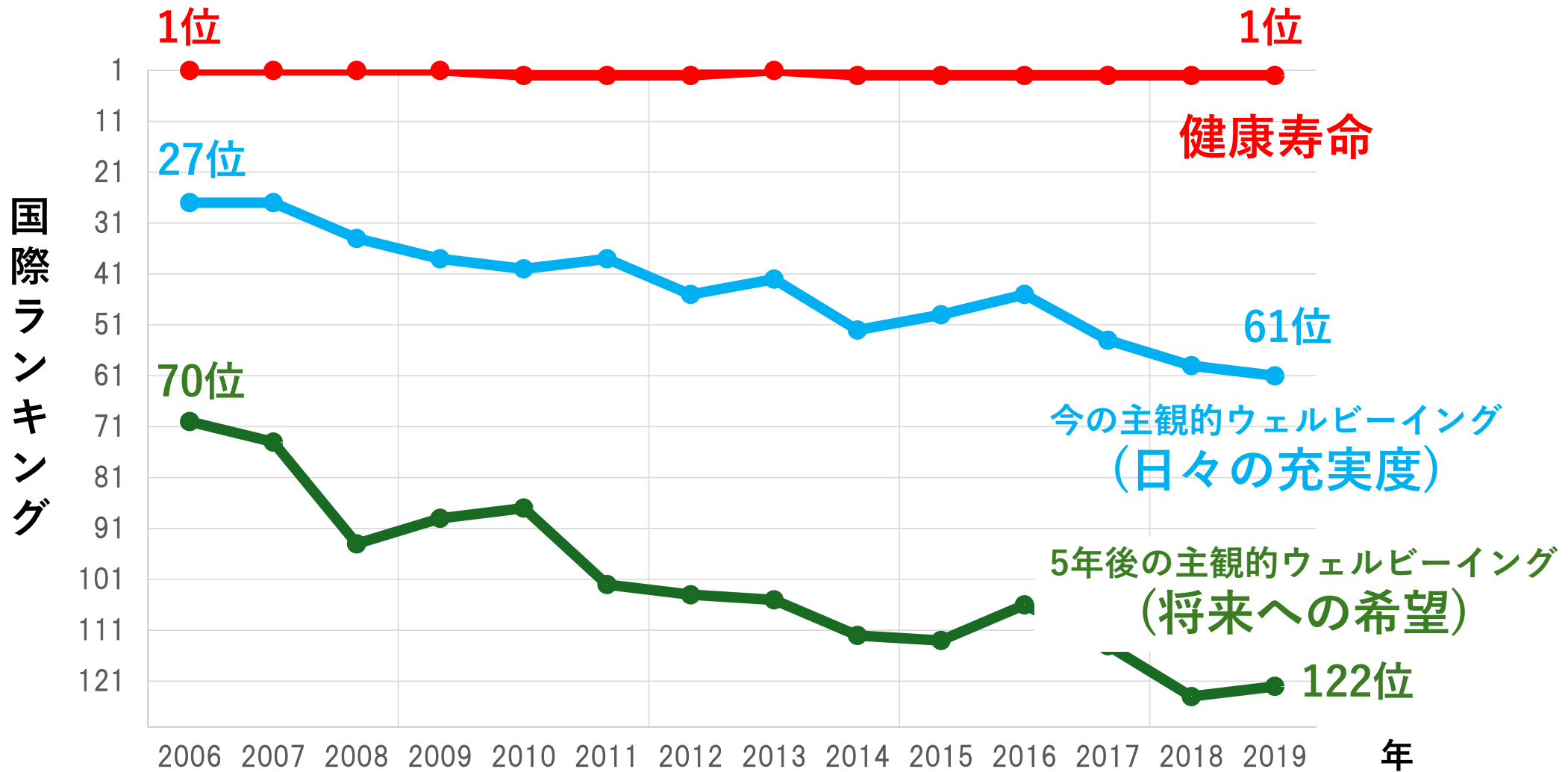
内容

1) 日本の主観的ウェルビーイング (2006-2025)

2) 主観的ウェルビーイングの6大要因

3) 主観的ウェルビーイングの測定について

日本の国際ランキング



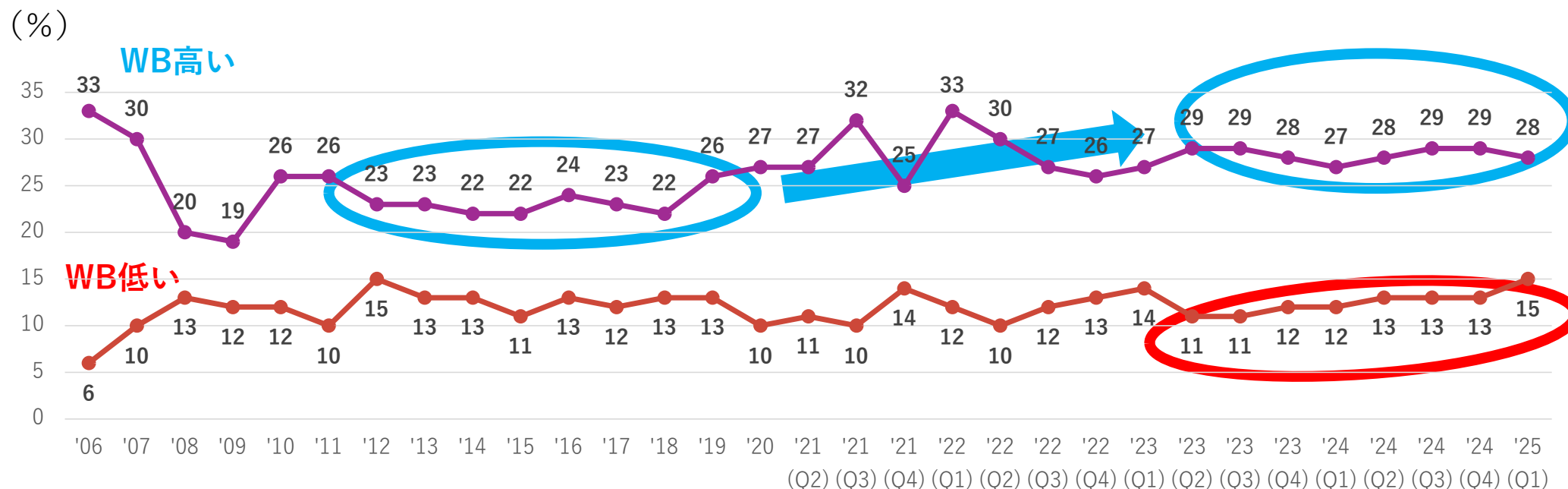
日本国内の主観的ウェルビーイングのトレンド

GDWの測定法

自分の生活を0～10点で自己評価した時に・・・

WB “高い” 割合： 今の生活が「7点以上」かつ、5年後の生活が「8点以上」と回答した方の割合

WB “低い” 割合： 今の生活が「4点以下」かつ、5年後の生活が「4点以下」と回答した方の割合



Q. 日本の低迷する主観的ウェルビーイングを
改善していくためには

どのような要因に働きかけるとよいか？！

内容

1) 日本の主観的ウェルビーイング (2006-2025)

2) 主観的ウェルビーイングの6大要因

3) 主観的ウェルビーイングの測定について

国連のWorld Happiness Reportが規定する 主観的ウェルビーイングの6大要因

1. つながり
2. 健康寿命
3. 一人あたりGDP
4. （人生を歩むうえで）選択肢と自己決定
5. ビジネスや政治の腐敗
6. 共助



ウェルビーイングの6大要因のひとつが
「共助」



- ①寄付
- ②ボランティア
- ③見知らぬ人を助ける

この3つをまとめた
指数があります

PERSONAL GIVING

CORPORATE GIVING

SERVICES FOR CHARITIES

INSIGHTS

ABOUT US

DONATE

LOG IN

REGISTER



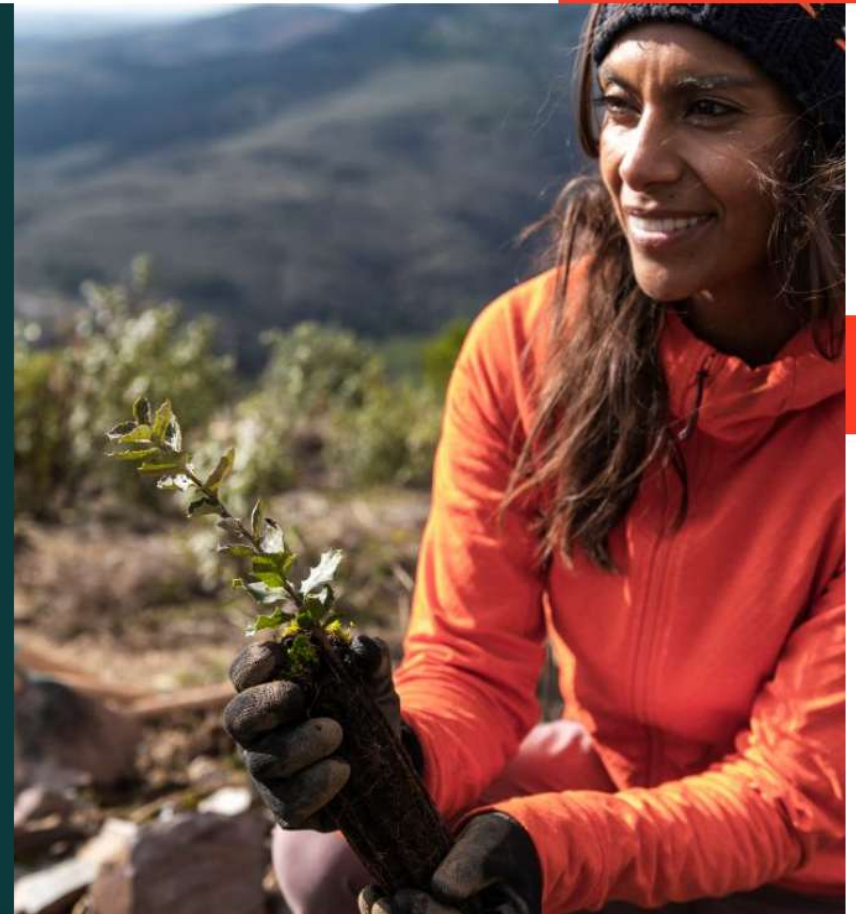
100
YEARS OF CAF

HOME ► INSIGHTS ► RESEARCH ► WORLD GIVING INDEX

WORLD GIVING INDEX

Tracking global trends in generosity

DOWNLOAD THE REPORT >





Charities Aid Foundation (CAF)はイギリスのチャリティー団体で、世界寄付指数（World Giving Index）を毎年発表しています。日本は、このランキングで頻繁に最下位付近に位置しており、2024年の最新版では142か国中141位と、下から二番目の低い順位でした。 [🔗](#)

共助（Giving）のデータをみると・・・

興味深い国：**シンガポール**

Q. 見知らぬ人を助けたか？（はい/いいえ）

「はい」の割合（％）



20年あれば
シンガポールのように劇的に状況は変わる

低迷する日本の主観的ウェルビーイング

突破口の一つが「共助」になりますので
ぜひ皆様に何かアイデア考えてもらえると嬉しいです！

内容

1) 日本の主観的ウェルビーイング (2006-2025)

2) 主観的ウェルビーイングの6大要因

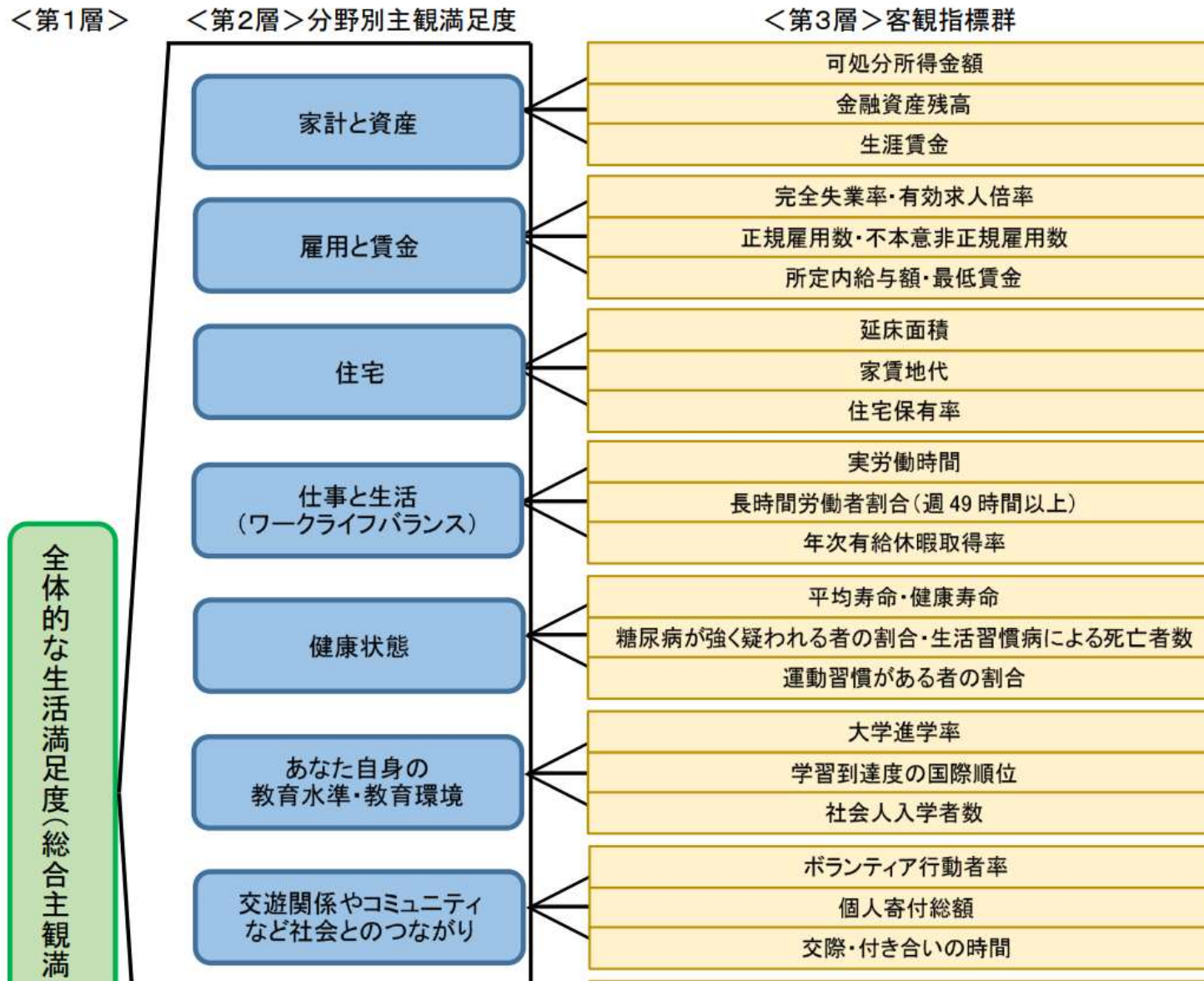
3) 主観的ウェルビーイングの測定について



満足度・生活の質に関する調査

「満足度・生活の質に関する調査」は、我が国の経済社会の構造を人々の満足度（Well-being）の観点から多面的に把握し、政策運営に活かしていくことを目的とするものです。満足度・生活の質を表す指標群（Well-beingダッシュボード）では、国民生活を様々な角度から、統計データを用いて一覧表示しています。

図表 2-2-1 ダッシュボードの体系図



内閣府のWell-beingダッシュボードの特徴

特徴① 三層構造になっている

- 第一層：主観的ウェルビーイング（全般的な生活満足度）
- 第二層：主観的ウェルビーイング（分野別の満足度）
- 第三層：客観的ウェルビーイング指標

（総合的な満足度）
生活満足度

13分野別満足度

家計と資産の満足度

雇用環境と賃金の満足度

住宅の満足度

仕事と生活（WLB）の満足度

健康状態の満足度

自身の教育水準・教育環境
の満足度

社会とのつながりの満足度

政治・行政・裁判所への信頼性
の満足度

自然環境の満足度

身の回りの安全の満足度

子育てのしやすさの満足度

介護のしやすさ・されやすさ
の満足度

生活の楽しさ・面白さ
の満足度

各自治体ごとに
戦略的に分野選定すべき

事例：富山県が戦略的に選定した分野

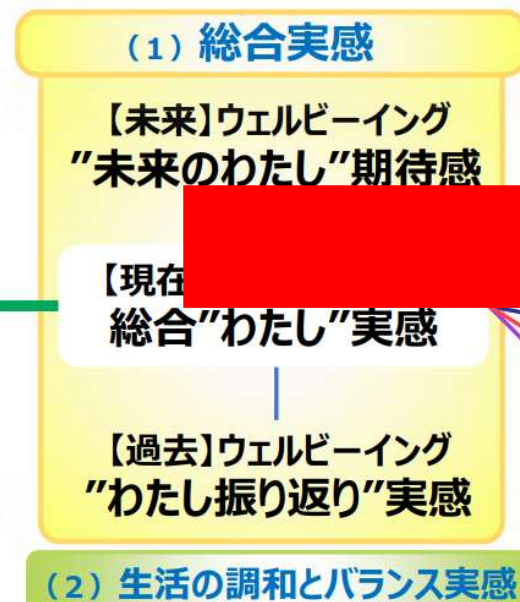
ウェルビーイング指標の全体像

ウェルビーイング指標の体系

10 指標・・・総合 2 指標、分野別 7 指標、つながり指標



つながり指標



総合指標



分野別指標

内閣府のWell-beingダッシュボードの特徴

特徴① 三層構造になっている

- 第一層：主観的ウェルビーイング（全般的な生活満足度）
- 第二層：主観的ウェルビーイング（分野別の満足度）
- 第三層：客観的ウェルビーイング指標

特徴② 全般的な生活満足度が、最上位の概念

- 相対的に、どの分野が重要なのか、検証可能
- 客観指標は、あくまで主観指標の下位階層

全般的な生活満足度を測る際の注意点



「今」の生活満足度だけでは不十分

2021年

2026年

1 0

1 0

9

9

8

8

7

7

6

6

5

5

4

4

3

3

2

2

1

1

0

0

2021年

2026年

1 0

1 0

9

9

8

8

7

5年前を
振り返ると

7

6

6

5

5

4

4

3

3

2

2

1

1

0

0

Is It Possible to Raise National Happiness?

Alberto Prati¹ and Claudia Senik²

¹UCL, LSE and University of Oxford; United Kingdom.

²Sorbonne University; Paris School of Economics; IUF; France

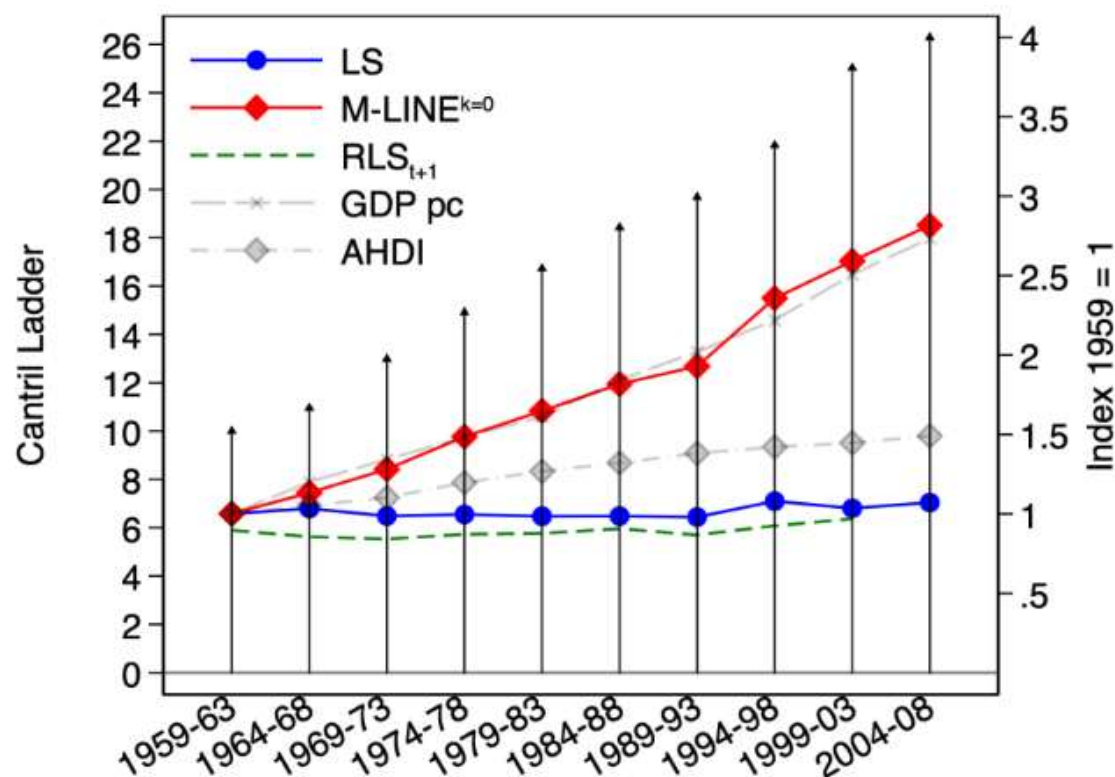
October 30, 2024

今の生活評価（LS：青線）と

5年前の生活評価を
組み合わせて

補正をかける（M-LINE：赤線）と
まったく違うトレンドが見えてくる

米国の生活評価（1959-2008）



事例：富山県の全般的な生活満足度

ウェルビーイング指標の全体像

ウェルビーイング指標の体系

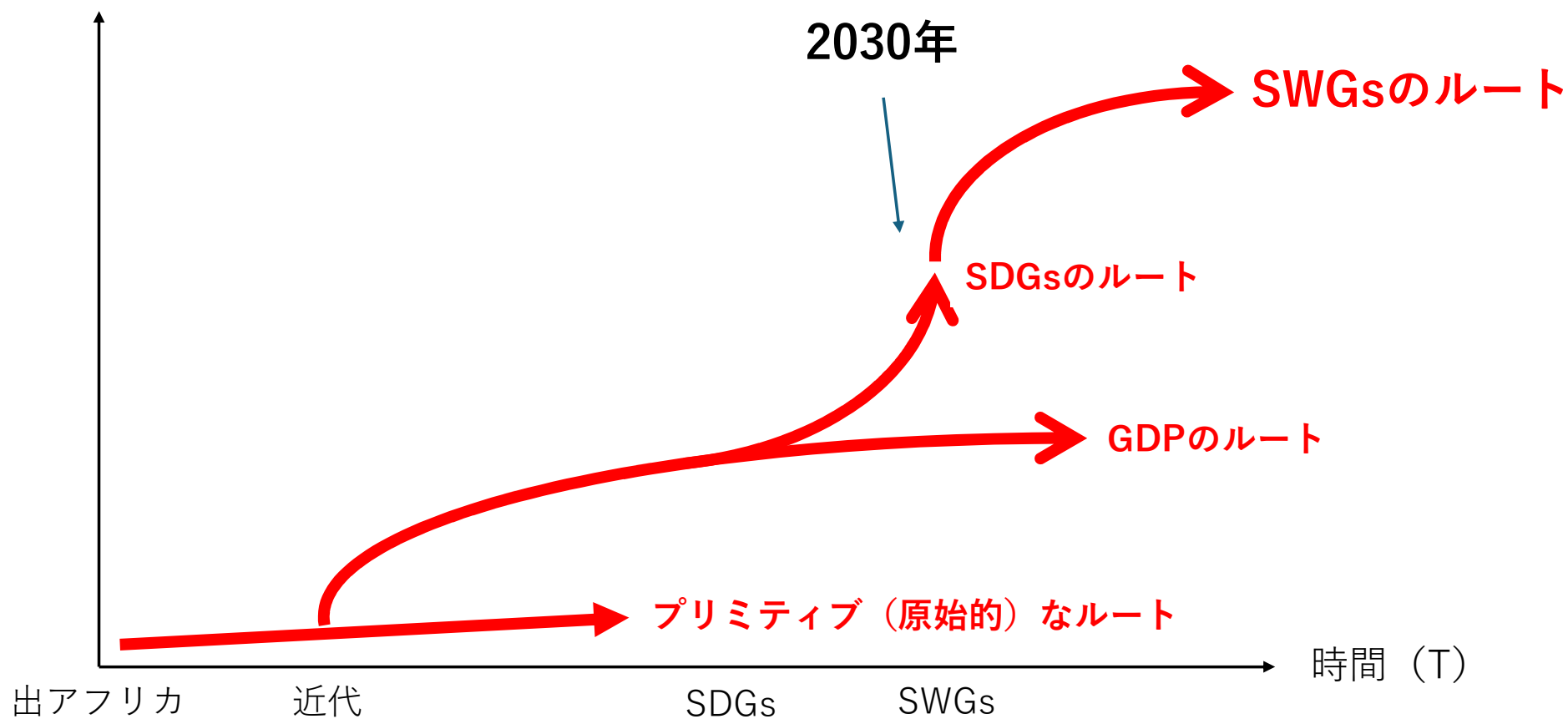
10指標…総合2指標、分野別7指標、つながり指標



・ ・ ・ 全体を整理すると

人類がウェルビーイングへと向かう道

人類のウェルビーイング



ウェルビーイング

客観的

ウェルビーイング

(平均寿命、教育年数、GDPなど)

主観的

ウェルビーイング

(生活満足度、希望/幸せなど)



時代はこちらも重視

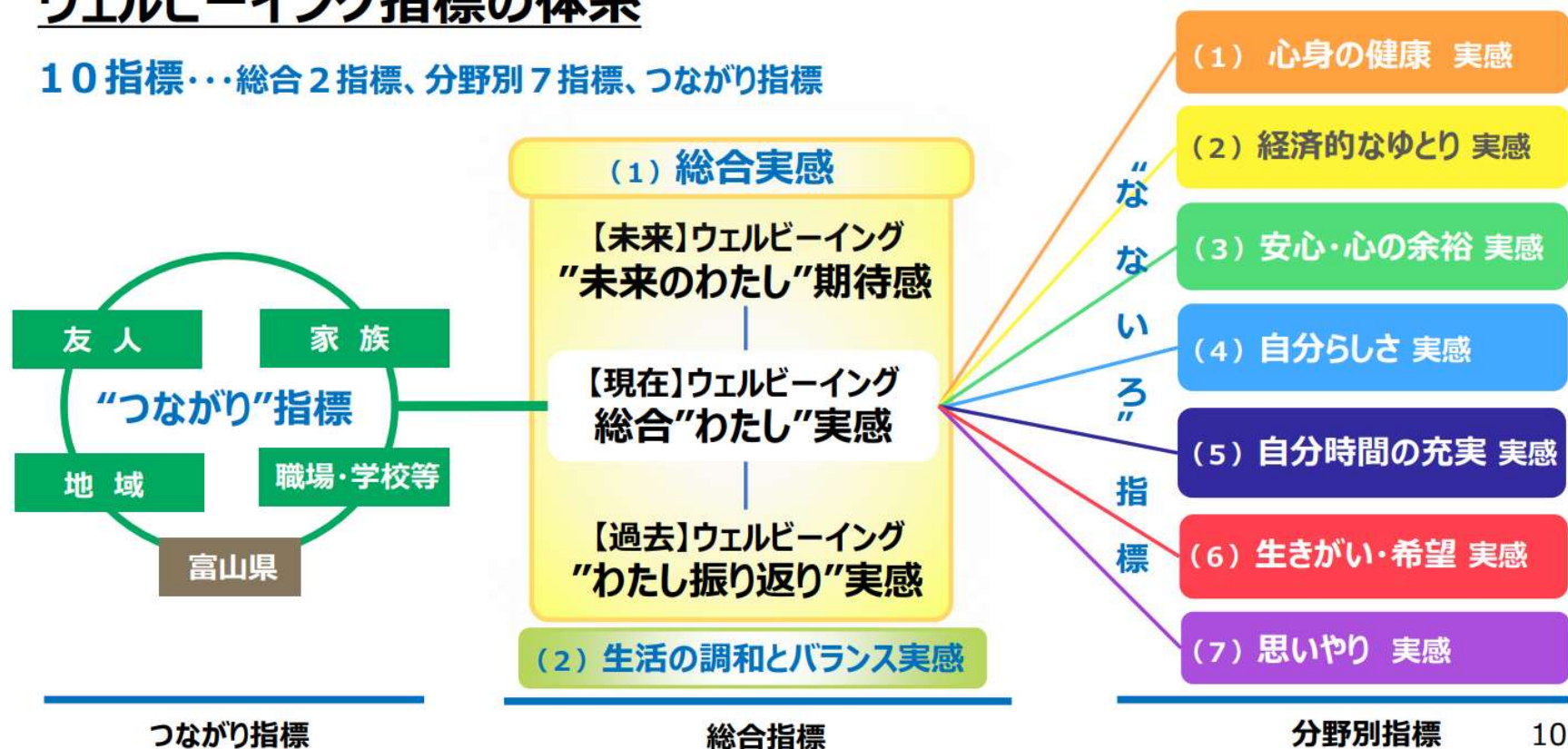
国連のWorld Happiness Reportが規定する 主観的ウェルビーイングの6大要因

1. つながり
2. 健康寿命
3. 一人あたりGDP
4. （人生を歩むうえで）選択肢と自己決定
5. ビジネスや政治の腐敗
6. 共助

ウェルビーイング指標の全体像

ウェルビーイング指標の体系

10指標…総合2指標、分野別7指標、つながり指標



要因

全般的なWB

分野別WB

・ ・ ・ さらに学習を深めたい人へ

Wellbeing

Science and Policy

Richard Layard and Jan-Emmanuel De Neve

リチャード・レイヤード／ヤン・エマニュエル・ドゥ・ヌーヴ
ウェルビーイング学会 監修

ウェルビーイング学

理論・エビデンス・実践

慶應義塾大学出版会

ウェルビーイング学会のHP 「Report」コーナーにある記事

Well-being
Japan
2025

計算論的神経科学 × ウェルビーイング

永山 晋

(一橋大学大学院

ソーシャル・データサイエンス研究科准教授)

Society of
Well-being

