

幸福とは何だろう

～「幸福社会」への見取り図～



社会研究部門 主任研究員 土堤内 昭雄

doteuchi@nli-research.co.jp

はじめに～今、なぜ、幸福について考えるのか

幸福とは何だろう。古代ギリシャの時代からアリストテレスを始め多くの哲学者が追究してきた「幸福」は、現代社会にあっても大きな関心事だ。「幸福」に関してはこれまでも国内外を問わず多くの研究が行われており、哲学や政治学の他に心理学、社会学の分野でもその研究が盛んである。90年代以降は経済学における幸福度の計量化研究が活発になり様々な幸福度指標が検討されるようになった。

時代とともに幸福の概念も多様になり、今、幸福を考える意味はどこにあるのだろうか。日本では政権交代で大きく政策の方向転換が図られたが現実的にはその方向性が定まらない中、今後、政策や国のあり方を考える上で「幸福」が重要な鍵となるのではないだろうか。近年では世界中で幸福度指標づくりが試みられているのも、指標づくりを通じて新たな社会像が浮かび上がってくるからだ。

では、日本社会における幸福を巡る論点は何だろう。ひとつは「経済が成長しても国民の幸福度は向上しない」といういわゆる「幸福のパラドクス」についてだ。社会が成熟するにしたがって「モノ」から「こころ」の時代になったといわれ、幸福の決定要因が一人当たりGDPのような経済要因から変化し、幸福と経済成長の関係が問われている。2つ目は「個人の幸福」と「社会の幸福」の関係だ。幸福は個人の主観的評価に基づくものであり、一人ひとりの幸福感は千差万別だ。誰もが自分の幸福の最大化を求めることは当然だが、個人の幸福の追求が社会全体の幸福をもたらすのかどうかはわからない。格差が拡大しているといわれる現在、「個人の幸福」と「社会の幸福」の調和をどのように図るのが重要な課題だ。3つ目は「現代の幸福」と「将来の幸福」の関係だ。今日の幸福は豊かな自然の恵みに大きく依存しているが、地球温暖化など地球環境問題が深刻になる中で、どうすれば次世代へ幸福の源泉を継承できるのか、すなわち幸福社会の持続可能性についてである。

幸福度研究には、幸福に関する個人の主観的な評価を客観的に計測することが可能かなど多くの課題もあるが、幸福が個人の主観に基づくものでありながらもその実現には共通した客観的要因があることも確かだ。このような個人が幸福を実現するために必要な要件を備えた社会を「幸福社会」と呼ぶならば、その共通基盤を築くためにどのような政策が必要だろう。本稿ではこれら3つの幸福度研究の論点を踏まえて、「幸福社会」への見取り図を考えてみたい。

1—日本の幸福度

1 | 日本の幸福度指標づくり

わが国の幸福度指標としては、国民生活審議会が作成した社会指標（Social Indicator：74年）、「国民生活指標」（New Social Indicator：86年）、「新国民生活指標」（People Life Indicator：92年）などがある。政府は10年6月に閣議決定した「新成長戦略」の「第4章 新しい成長と政策実現の確保」の中で『日本政府としては、幸福度に直結する、経済・環境・社会が相互に高め合う、世界の範となる次世代の社会システムを構築し、（中略）、新しい成長および幸福度（well-being）について調査研究を推進し、関連指標の統計の整備と充実を図る』と述べている。これに基づき政府は有識者による研究会を設置し新たな幸福度指標の検討を始めたが、「新しい公共」といった市民社会における新たなガバナンスの仕組み等を指標にどう取り入れるかが大きな課題ではないだろうか。

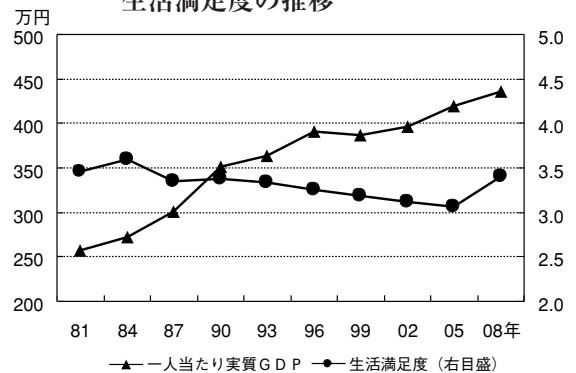
2 | 国民生活選好度調査にみる日本の幸福度

国民の生活満足度や幸福度の状況について内閣府「国民生活選好度調査」からその概要をみてみよう。まず、3年ごとに行われる時系列調査（平成20年度）^(注1)では、生活全般の満足度は一人当たりGDPが上昇しているもののほとんど横ばいで推移している。経済的な豊かさの上昇が必ずしも国民の生活満足度の向上に寄与していないことがわかる（図表-1）。

また、今後の暮らし向きについて『よい方向に向っていると思う』人の割合は、「全くそうである」と「どちらかといえばそうである」の合計が05年20.6%から08年10.3%に半減し、「全くそうではない」は24.4%から40.5%に大幅に増加している。老後の見通しについても『老後に明るい見通しを持っている』人の割合は、「全くそうである」と「どちらかといえばそうである」の合計が05年14.4%から08年11.7%に減少し、「全くそうではない」は38.6%から42.7%に増加している。このように老後を含めた国民生活の将来について明るい展望が持てない人が増えていることがわかる。

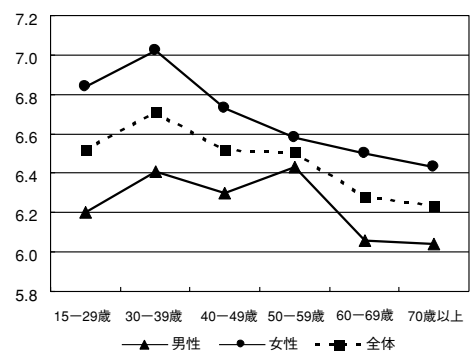
次に平成21年度国民生活選好度調査^(注2)から、国民の幸福感についてみてみよう。今回初めて設問に加わった『あなたはどの程度幸せですか。「とても幸せ」を10点、「とても不幸」を0点とすると、何点くらいになると思いますか』に対して、最も多いのが8点で20.1%、次いで5点が19.4%、7点が19.2%、平均点は6.47点となっている。中央値の5点が2番目に多くなっているが、おおよそ「中」から「中の上」にかけて多く分布している。

〔図表-1〕 一人当たり実質GDPと生活満足度の推移



(資料) 内閣府「平成20年度国民生活選好度調査」より

〔図表-2〕 性・年代別の幸福度



(資料) 内閣府「平成21年度国民生活選好度調査」より作成

これを男女別にみると女性6.69点、男性6.24点と女性の幸福度が高くなっている。特に女性は7点以上の「中の上」クラスが男性の48%に対して59%と多くなっている。年齢別では30歳代が6.73点、40歳代が6.53点、50歳代が6.51点、60歳代が6.29点、70歳以上が6.23点と30歳代以上は年齢とともに幸福度が低下している。既存の海外の幸福度研究では年齢と幸福度の関係は中年に最も低くなり高齢期には再び上昇することがわかっている。しかし、この調査結果からは高齢期の幸福度が低下し続けており、超高齢化が進む日本社会にとってその要因の追究は大きな課題である（図表－2）。

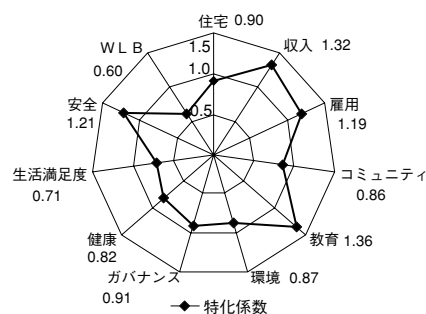
次に『幸福感を判断する際に、重視した事項は何ですか』に対して、最も多いのが「健康状況」（69.7%）、次いで「家族関係」（66.4%）、「家計の状況（所得・消費）」（65.4%）となっている。人との関係では「友人関係」が38.5%とやや高くなっているが、「職場の人間関係」（17.6%）や「地域コミュニティとの関係」（10.4%）などは低い。また、『幸福感を高めるために有効な手立ては何ですか』に対して、最も多いのが「家族との助け合い」（66.4%）、次いで「あなた自身の努力」（65.3%）となっている。このように幸福の実現にとって「家族」がひとつの重要な鍵になっていることがわかるが、今後、単独世帯や夫婦のみ世帯が増加する中で、改めて家族のあり方が問われることになるだろう。

3 | OECD調査にみる日本の幸福度

今年5月に経済協力開発機構（OECD）が設立50周年を記念して、これまでの国内総生産（GDP）などの経済指標に代わる新たな国民の幸福の尺度「BLI：Better Life Index」（より良い暮らし指標）を発表した。日本は加盟34ヶ国中19位だった。この指標は全部で11の分野からなり、物質的生活条件として「住宅」「収入」「雇用」、生活の質として「コミュニティ」「教育」「環境」「ガバナンス」「健康」「生活満足度」「安心・安全」「ワーク・ライフ・バランス（WLB）」を挙げている。各分野では加盟国の状況に合わせて重み付けができるようになっている。

日本は「収入」や「雇用」「教育」「安全・安心」などで高い評価を受けている一方、「コミュニティ」「ガバナンス」「生活満足度」「ワーク・ライフ・バランス」に関する評価が低くなっている。「コミュニティ」では、「友人や同僚などと一緒に過ごす時間がある」人の割合が低く、「ガバナンス」では選挙の投票率の低さや情報公開などの透明性が低いことが指摘されている。また、「生活満足度」では「自分の生活に満足している」人が40%とOECD平均の59%を大きく下回っており、5年後の生活満足度予測値もOECD諸国の中で最下位となっている。「ワーク・ライフ・バランス」では余暇時間の少なさが指摘されている（図表－3）。

〔図表－3〕日本の評価分野別の特化係数



（注）特化係数はOECD平均値に対する日本の比率
（資料）OECD「Better Life Index」より作成

2——幸福度に関する指標づくり

1 | 幸福のパラドクス

これまで国民の幸福度を向上させるためには経済成長が大きな役割を果たすと考えられてきた。実

際、わが国では70年代の高度経済成長期に一人当たりGDPが増加するとともに国民の生活満足度は上昇してきた。しかし、内閣府の「国民生活に関する世論調査」を見ても、90年代以降、経済成長は続いているものの国民生活の充実感は低下し、不安感が増大し、国民の「幸せ」は経済成長と乖離している。また、前節で見たとおり80年代以降は一人当たりGDPの拡大が必ずしも生活満足度の向上につながっていないのである。

このような現象はわが国に限らず、多くの先進諸国で観察される。1974年にアメリカの経済学者イースターリンは所得と幸福度の関係を詳細に分析し、「幸福のパラドクス」を提示した。個人の所得が増加すると幸福度は高まるが、所得が一定水準を超えるとその相関関係は弱くなるのだ。それは国家間においても、また同一国家内においても同様である。つまり、豊かな国の国民が貧しい国の国民より幸福であるとは限らず、同じ国の中でも裕福な人が貧しい人より幸せとは限らないのである。

では、このような「幸福のパラドクス」はどのようにして起こるのだろうか。幸福の決定要因のひとつである所得は、「絶対所得」ではなく「相対所得」と考えられるからだ。経済成長により所得が上昇しても全体の所得水準が高まり相対的に自分の位置づけが低下すると幸福感が薄らぐのである。また、社会の成熟化により所得以外の幸福の決定要因（生きがいや健康など所得による消費行動から得られないような価値）の重みが増すためではないだろうか。多くの所得を得るための長時間労働や仕事によるストレスの増加など幸福を減じる要因が増すことも一因と考えられる。

2 | 国連開発計画・人間開発指数 (HDI : Human Development Index)

このように国民の幸福度を一人当たりGDPだけで把握することは適当ではない。そこで国連開発計画 (UNDP) では、90年に経済指標である一人あたりGDPに加えて平均余命と教育水準の3つの指標から幸福度を計測する国連人間開発指数 (HDI) を策定した。これは個人が社会の厚生財を享受できる期間と能力を指標に盛り込むことにより社会全体の厚生総量を把握して国民の幸福度を評価するものである。HDI上位20ヶ国の幸福度を世界価値観調査のデータからみると、多くの国で90%以上の高い数値を示している (図表-4)。

[図表-4] HDI上位20ヶ国の幸福度

	国名	幸福度		国名	幸福度
1	ノルウェー	96.3%	11	日本	87.3%
2	アイスランド	95.2%	12	オランダ	93.9%
3	オーストラリア	91.4%	13	フィンランド	92.0%
4	ルクセンブルグ	95.2%	14	デンマーク	93.4%
5	カナダ	96.1%	15	イギリス	90.2%
6	スウェーデン	93.5%	16	フランス	89.4%
7	スイス	96.1%	17	オーストリア	96.5%
8	アイルランド	93.1%	18	イタリア	81.2%
9	ベルギー	93.1%	19	ニュージーランド	
10	アメリカ	93.1%	20	ドイツ	

(注) 幸福度は世界価値観調査の「非常に幸せ」と「やや幸せ」の回答率 (%) の合計

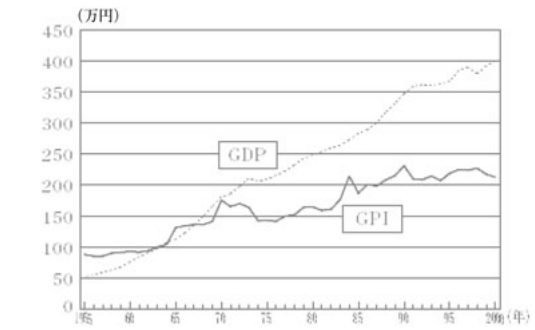
(資料) 「人間開発報告書2005」および「世界価値観調査」より作成

3 | 真の進歩指標 (GPI : Genuine Progress Indicator)

GPIは95年にアメリカで開発された国民生活の真の豊かさを図ろうとする指標だ。経済指標であるGDPは市場における取引の総量だが、われわれの幸福度には家庭や地域など市場外で生み出される価値 (家事労働や育児、介護、ボランティア活動など) が大きく関与している。また、市場取引の中には幸福度にとって直接プラスにならない取引 (環境破壊の修復・防止コストやテロ・犯罪防止の

ためのコストなど)もある。そこで、幸福度に寄与する市場外の取引を加え、寄与しない市場の取引を差し引くことにより幸福度向上につながる活動に限って集計したものがGPIである。日本の一人当たりGPIを算出するとGDPの上昇に比して緩やかな増加傾向を示しており、非市場の価値を考慮することにより単なるGDPとは大きく評価が異なることがわかる(図表-5)。なお、アメリカとイギリスでは、70年代半ば以降GPIが横ばいから低下傾向にあり、経済成長のために多大なコストが生じている。

[図表-5] 日本のGDPとGPIの推移



(資料) 日本のGPIグループ「日本のGPIの計測結果」
2004年より転載

4 | ブータン・国民総幸福 (GNH : Gross National Happiness)

ブータンはヒマラヤ山脈の東部、インドと中国の間に位置する日本の九州ほどの広さの国だ。人口は63万人あまりで、多くの国民が敬虔な仏教徒である。08年に王政から立憲君主制に移行したが、この国の第4代国王が76年に国家の発展を示す指標として国民総幸福 (GNH) という概念を提唱した。これは経済成長・GDPの拡大が国民の幸福ではなく、そのあり方を再考しようとするものだ。公平な社会経済開発、環境保全、伝統文化の保全、民衆参加の統治を国家の基本政策とし、ブータン憲法には、個人の自由と人権、10年間の無償教育、無償のヘルスケア、働く権利の保障を掲げ、国土の60%を森林として保全することが謳われている。

確かにブータン国民の一人当たりGDPは1,422ドル (06年:国連統計) で、日本に比べると25分の1程度に過ぎず、経済的には「豊か」ではないかもしれない。しかし、国民の9割がその生活に満足しているという。家族との時間を大切にする、幸せに暮らすために働くなど、そこにはブータンの人々の「幸せ」の価値観がうかがえる。経済格差が広がる中、ブータンの「国民総幸福論」には、われわれの「幸せ」を見直すヒントがあるように思える。

3— 「幸福社会」 への見取り図

1 | 最小不幸社会の見取り図～「幸福社会」の基盤づくり

民主党のマニフェストに「最小不幸社会の実現」がある。いささか後ろ向きのイメージがする政策目標に感じたが、管総理は第177回通常国会の施政方針演説の中で次のように述べている。『不幸を最小化すること、それが政治の目標だと思います。何故「最大幸福」と言わないで「最小不幸」というかと言えば、(中略)「幸福」のかなりの部分は、(中略)「権力」が関与すべきでない分野の問題と考えるからです。(中略) その行使は人々の「不幸」の原因を最小化することを目標とすべきであり、…』このように政治の役割は個人の幸福の最大化ではなく、不幸の最小化を図るために個人では対応が困難な状況を打開し、そのような状況に陥らないためのセーフティネットを社会基盤として整備することといえる。それは高齢期を安心して暮らすための持続的な年金制度や医療・介護制度であり、若者が社会から排除されない教育や雇用の保障である。また、格差が世代間を連鎖しない公平な人生のスタートラインの設定や個人の多様なライフコースの選択による有利不利が生じない社会制度の構築である(注3)。そして、「新しい公共」を社会に根付かせ、「互助」「共助」「公助」の多層的な支え合いの仕組みが「幸福社会」の基盤を補強するだろう。

2 | 最大幸福社会の見取り図～主観的幸福度の向上

個人の幸福を最大化するためにはどうすればよいだろう。幸福の状態は百人百様であり、定型化された幸福はない。幸福度（満足度）には、それぞれ異なる個人の幸福の姿と現実のギャップの大きさが大きな影響を与える。幸福のパラドクスで見たとおり幸福に関与する所得は「相対所得」であり、必ずしも所得水準を高めることが幸福をもたらすわけではない。目標の水準は個人ごとに異なるので個人の幸福度を最大化するためには、自己決定した目標に近いライフスタイルを選択しうるかどうか重要である。近年ではスローライフやダウンシフターという新しいライフスタイルが徐々に広がっている。過剰な賃金労働や消費を抑制し、自己の目標にあわせてシフトダウンし、社会経済における価値創造に時間とエネルギーを費やす生き方である。それはたとえ市場経済におけるGDPの成長が止まる定常社会が訪れても、人々の幸福度の向上に大きく寄与するだろう。

また、個人が幸福を追求した結果、それが社会の幸福を増大するわけではない。新自由主義がもたらした効率至上社会は必然的に競争と格差を拡大する。格差社会は貧困など様々な社会問題の解決のために多くの社会コストを必要とする。右肩上がりの拡大・成長社会では平均値の上昇が格差拡大の問題点を見えにくくしてきたが、低成長・成熟社会ではそれが顕在化する。格差社会は成長時代の見かけ上の（Win-Win）の関係に代わり勝ち組・負け組の二極状態をもたらし、やがては誰も幸福にしない（Lose-Lose）の社会を招くことになりかねない。他者との関係性の中で個人の幸福を追求していくことが格差の中に埋め込まれた不平等や不公正を是正し、それが再び個人の幸福に還元されることによって「幸福社会」が実現するのではないだろうか。

おわりに～持続可能な幸福社会に向けて

3月11日、三陸沖を震源にマグニチュード9.0の東日本大震災が発生し、東北から関東にかけての太平洋沿岸の広い範囲に巨大津波が押し寄せた。この巨大地震は同時に日本人の幸福感や価値観をも大きく揺るがした。われわれは家族や地域の人との絆、地域の雇用や産業の役割、自然の有する価値と脅威などを改めて認識した。そして東京電力福島第一原子力発電所の事故は、放射能の恐怖を知らしめ、被災地のみならず日本人全体のライフスタイルや働き方、産業経済のあり方、日本のエネルギー政策を根本的に問い直すことになった。

現代社会の幸福は豊かな自然の恩恵に深く与っている。化石燃料や原子力発電等のエネルギーはわれわれに多大な「便益」をもたらしてくれる。しかし、化石燃料は大量のCO₂を排出し、原発の使用済み核燃料は半永久的に冷却し続けなければならない。E.F.シューマッハ（1911～77年）は30年以上前に『原子力の平和利用は原子爆弾より人類にとってリスクが大きいかもしれない』^(注4)と指摘しているが、今回の原発事故はそれを示している。われわれは「現代の幸福」を将来世代の犠牲の上に成り立たせてはいけない。「幸福社会」を持続可能にするためには、人間が長い間追求してきた「幸福」を単なる「便益」と置き換えてはならないのである。

(注1) 2009年1月に実施。調査対象は全国に居住する15歳以上75歳未満の男女6,000名で有効回収数は4,480人（回収率74.7%）

(注2) 2010年3月に実施。調査対象は全国に居住する15歳以上80歳未満の男女4,000名で有効回収数は2,900人（回収率72.5%）

調査主体が内閣府国民生活局から内閣府経済社会システムに変更になり、設問内容も大きく変更された。

(注3) ニッセイ基礎研レポート2011年6月号「格差社会を考える」、2010年7月号「若者の社会的孤立について」参照

(注4) 「スモール・イズ・ビューティフル」（講談社学術文庫、1986年）第Ⅱ部第4章「原子力～救いか呪いか」参照