

第2章 幸福度の定義

1 幸福とは

ところで、そもそも「幸福」とは何かについては、古代ギリシャ以来、多くの哲学者や思想家の個人的経験と思索に基づく、さまざまな見解の蓄積がある⁸（吉森 1992: 19）。しかしながら、ボック(2011)は、幸福が意味するものすべてを完全に表すような唯一の定義はないとし、心理学における幸福研究の第一人者であるエド・ディナーが提示した定義を紹介している⁹。

生活に満足し、喜びを感じる事が多く、悲しみや怒りといった嫌な感情をあまり感じないならば、その人の幸福度は高い。反対に、生活に不満があり、喜びや愛情をほとんど感じず、怒りや不安のような嫌な感情を抱くことが多いならば、その人の幸福度は低い。（ボック 2011: 12）

この定義は、幸福度が高いときや低いときの人間の感情について述べたものである。

吉森(1992)は、心理学の立場から、日常語の幸福、幸運、幸せ、満足、充実、喜び(悦び)、楽、快などの意味を含んでいる言葉として「ハッピーネス」を使用すると断った上で、ハッピーネスを以下のように定義している。

自己の存在様式(生き方)を含む重要な人生領域におけるさまざまな事象についての肯定的認知と満足をとまなう肯定的感情さらには行動への積極的意欲からなる自己の状態についての主観的な総合判断である。（吉森 1992: 29）

この定義は、事項で述べる主観的幸福につながる考え方であり、ハッピーネスは「トータルな意味での比較的長期間持続している個人の『主観的なよい状態(subjective well-being)』のこと」であるとしている(吉森 1995: 37)。

⁸ ここで、吉森は、三谷(1992)を引用しており、三谷は幸福論の歴史を詳しく論じている。また、大石(2009)は、幸せとは何かについて、西洋哲学と東洋哲学に分けて整理している(大石 2009: 11-23)。

⁹ 引用元は、Diener, E. and E.M. Suh and Oishi S. (1997), "Recent Findings on Subjective well-being," *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, p. 25. である。

2 幸福の概念

近年、経済学や心理学の分野を中心に幸福について科学的にアプローチした研究成果が多数発表されている。これらの研究アプローチについて、フライとスタッツァーは、図2-1のように整理している(フライ・スタッツァー 2005: 5)。

幸福は、「客観的幸福」と「主観的幸福」に分けられる。図2-1の右側にある主観的幸福は、アンケートなどにより把握するもので、包括的に自己評価し、個人が人生の満足度や幸福度をどのように評価しているかを判断する。この判断にはその人が他の人との関係や過去の経験、将来に対する期待と比較して自己評価を行う認知プロセスがある。

図2-1の左側の客観的幸福は、脳波などの生理学的指標を用いて幸福度をとらえるものである。これを客観的とするのは、幸福か否かの判断が外部的に定められた基準に基づくからである。

次に、図2-1の中央左寄りの「経験標本による評価」¹⁰は、1日数回そのときの気分を報告するもので、それを一定期間連続的に実施することにより、個人の日常生活における情動や感情の起伏を確認するものである¹¹。

幸福度に関する多くの研究は、図2-1の右側にある「主観的幸福(Subjective well-being)」を対象として議論されている。

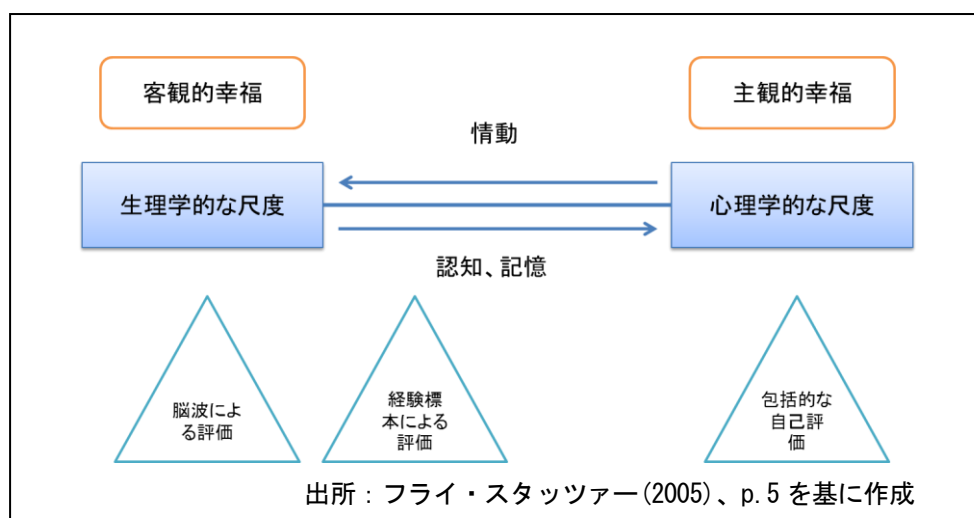


図 2-1 客観的幸福と主観的幸福

¹⁰ ハーバード大学のダニエル・ギルバートと同僚のマシュー・キリングスワースは、スマートフォンを利用してデータを収集し、人がどのような時に幸せかを追求する研究に取り組んでいる(ギルバート 2012: 42-43)。

¹¹ この項は、フライ・スタッツァー(2005: 5-8)、松本(2010: 29)を参考に記述した。

3 幸福度に影響する要因

人が幸福感を覚える要因を特定するため多くの研究がなされてきた。この動きは、特に1970年以降盛んになってきている(ボック 2011: 11)。内閣府経済社会総合研究所は、幸福度を利用した実証分析結果を以下のように整理している¹²。

- ① 所得の上昇が人々の幸福度を改善するには限界がある。
- ② 失業が個人にもたらす負の影響は、所得の減少以上に、非常に大きい。
- ③ 正規雇用、非正規雇用の違いがもたらす影響は、国ごとに異なる。賃金を考慮しない場合には、非正規雇用がわが国でも男性、女性別では幸福度を有意に引き下げるわけではない。
- ④ 年齢別にみると欧米では40代が一番低い。日本では年齢とともに幸福度が低下するとする研究もある。結婚や配偶者の存在は幸福度を引き上げる。
- ⑤ 労働者にとって、雇用主による経営への信頼は、生活全般の幸福度に大きく影響する。
- ⑥ 政治体制への信頼感やソーシャル・キャピタル¹³の質が幸福度に大きく影響する。
- ⑦ 東アジアでは社会的な調和から幸福感を得る一方、欧米では個人的な達成感から幸福感を得る傾向にある。

このように、個人の幸福感には、様々な要因が影響することがわかって来ている¹⁴。

例えば、フライ・スタッツァー(2005)は、幸福の決定要因として以下の5つをあげている。

- ① 性格：自尊心、自制心、楽観主義、外向性、神経症など
- ② 社会・人口統計上の特性：年齢、性別、既婚・未婚の別、学歴など
- ③ 経済：個人所得・家計所得、失業、インフレなど

¹² 内閣府経済社会総合研究所ホームページ「幸福度研究とは何か？」

(<http://www.esri.go.jp/jp/archive/koufukudo/about/qanda.html#q1>, 2012年8月21日閲覧)

¹³ ソーシャル・キャピタルは、日本では「社会関係資本」と訳されている。パットナムは、「人々の協調行動を活発にすることによって社会の効率性を改善できる、信頼、規範、ネットワークといった社会組織の特徴」と定義している。詳しくは、パットナム(2001)、パットナム(2006)、稲葉(2011)、稲葉・大守・近藤・宮田・大守(2011)、宮川・大守(2004)等を参照のこと。

¹⁴ 幸福度がどのような要因で決まっているかについては、大石(2009)、袖川・田邊(2007)、筒井・大竹・池田(2005)等を参照。

- ④ 文脈・状況：特定の雇用・労働条件、職場に関連するストレス、同僚や親戚・友人、そして(最も重要な)配偶者との対人関係、生活条件、健康など
- ⑤ 制度：政治的な分権化や市民の直接的な政治参加権の程度など

次章の各事例もこのような幸福の決定要因を抽出し、その要因にふさわしい指標を作成し幸福度指標を構成している。