

## 2. ウェルビーイングと持続可能社会

広井良典（京都大学人と社会の未来研究院 教授）

### （はじめに——「ウェルビーイング」への関心の高まり）

これからの時代においては「持続可能性（サステナビリティ）」と「幸福（ウェルビーイング）」の二者が、いわば“車の両輪”のような形で中心的な重要性を担っていくと私は考えている。それは、これまでのような「GDPの限らない拡大・成長」を追求するような経済社会のありようが、地球環境や資源の有限性にぶつかって「持続可能性」ということに軸足を置いた姿への転換を余儀なくされると同時に、ではGDPの増加という従来の目標に代わる「価値」ないし「指標」は何かという問いが浮上し、そこにおいて「幸福」あるいは「ウェルビーイング」というテーマが立ち上がるのである。

私自身は、ささやかながらここ10年以上にわたり自治体レベルの幸福度指標をめぐる政策展開に一定の関わりをもつ機会を得ているが、ここではこうした関心を踏まえながら、「幸福」「ウェルビーイング」をめぐる近年の動向の意味を幅広い視点からとらえ返してみたい。

### 1. 「ウェルビーイング／幸福」をめぐる政策の流れ

基本的な確認となるが、もともとこうした「ウェルビーイング」ないし「幸福」への注目は、すでにある程度知られているように、ヒマラヤの麓に広がる小国ブータンが1970年代から唱えている「GNH（グロス・ナショナル・ハピネス、国民総幸福量）」に一つのルーツを持つものだった。こうした話題への関心はリーマン・ショックが起こった2008年頃から新たな局面に入り、たとえば2010年には、フランスのサルコジ大統領（当時）の委託を受け、ノーベル経済学賞を受賞したスティグリッツやセンといった著名な経済学者が「GDPに代わる指標」に関する報告書を刊行している（Stiglitz他（2010））。

日本での動きはどうか。日本の場合、内閣府

に設置された「幸福度に関する研究会」の報告書が2011年にまとめられているが（私も委員の一人として参加）、実は日本において特徴的なのは、意外にも地方自治体がこうした動きに先駆的に取り組んできていることである。

もっとも先駆的な展開を進めたのは東京都荒川区で、同区は2005年という早い時期に「GAH（グロス・アラカワ・ハピネス。荒川区民総幸福度）」を提唱するとともに、2009年には区独自のシンクタンク（荒川区自治総合研究所）を設立し、住民の幸福度に関する調査研究や指標づくりに着手し、2012年には6領域、46項目にわたる独自の幸福度指標を策定し公表している。加えて指標づくりだけにとどまらず、並行して「子どもの貧困」、「地域力」といったテーマを順次取り上げ、幸福度に関する研究を具体的な政策にフィードバックさせる試みを行ってきているのである。

さらに、以上のような展開に共鳴した全国各地の市町村が、「幸せリーグ（住民の幸福実感向上を目指す基礎自治体連合）」というネットワークを発足させ（2013年）、幸福度に関する指標づくりや政策展開について様々な連携を進めている（現在約70の市町村が参加しており、私は顧問の一人）。

ちなみに、都道府県のレベルでも幸福度指標に関する様々な動きが進んでいるが、特に近年、幸福度指標に関する展開を丹念な調査とともに進め、かつそれを政策に具体的につなげる形で展開してきている県として岩手県が挙げられる。同県は2016年から17年にかけて有識者からなる「岩手の幸福に関する指標」研究会を設置して検討を行い、独自の幸福度指標を策定すると同時に、さらにその内容を2019年3月に策定された「いわて県民計画」に盛り込んだ。また、沖縄県では沖縄経済同友会が、同SDGs委員会の中に2022年5月「沖縄県民総幸福度（GOH）構築推進のためのチーム」を設置し、県の新21世紀ビジョンの客観的指標を支え、その横串となる主観的幸福度指標の構築につい

ての検討を進め提言をまとめている。

最近では、いわゆる「デジタル田園都市」に関する政策の一環として、国レベルでも自治体での幸福度指標策定への支援が強まるなど、幸福度ないしウェルビーイングに関する政策はさらに新たな段階に入っているとと言えるだろう（こうした展開をまとめた（図1）参照）。

図1 日本におけるウェルビーイング  
/幸福政策の展開

- **第1段階(2005年~10年頃) “形成期”**
  - 荒川区「GAH」提唱(2005年)→荒川区自治総合研究所(2009年)
  - GDPに代わる指標に関するサルコジ委員会報告(2009年)
  - 内閣府「幸福度に関する研究会」(2010年)
- **第2段階(2010年~19年頃) “普及期”**
  - 市町村による「幸せリーグ」発足(2013年)
  - 「岩手の幸福に関する指標研究会」(2016-17年)〔→「いわて県民計画」(2019年)〕
- **第3段階(近年) “発展期”**
  - 民間企業・経済界の関心高まる
  - SDGs、持続可能性、資本主義のあり方をめぐる議論等とのリンク
  - 「デジタル田園都市」やスマートシティ・インスティテュートでの展開

## 2. ウェルビーイングとまちづくり

以上、幸福度ないしウェルビーイングに関する政策の流れを概観したが、次にこれらのテーマとまちづくりとの関連について考えてみたい。ここでは、こうした話題について具体的なイメージを持つために、ヨーロッパに関する事例をいくつか紹介してみよう。

ヨーロッパの都市においては1980年代前後から、都市の中心部において大胆に自動車交通を抑制し、歩行者が“歩いて楽しめる”空間をつくっていくという方向が顕著になり、現在では広く浸透している。

写真①はドイツのエアランゲンという地方都市（人口約10万人）の中心部の様子である。印象的なこととして、ドイツのほとんどの都市がそうであるように、中心部から自動車を完全に排除して歩行者だけの空間にし、上記のように人々が「歩いて楽しめ」、しかもゆるやかなコミュニティ的つながりが感じられるような街になっている。

何より印象的なのは、人口10万人という中規模の都市でありながら、中心部が活気あるにぎわいを見せているという点だ。これはここエアランゲンに限らずドイツの都市に一般的に言えることで、残念ながら日本の同様の規模の地

方都市が、いわゆるシャッター通りを含めて閑散とし空洞化しているのとは大きく異なっている。

同時に、そこは高齢者などもゆっくり過ごせる空間で、市場やカフェで高齢者なども自然にくつろいで過ごしている姿が印象的である（写真②）。重要な点だが、街がそうした空間であることはそれ自身が「福祉的」であり、心身の健康や生活の質にとって非常に重要な意味があると考えられる。写真③はフーズムという、人口約2万人程度の地方都市の中心部の様子だが、こうした「まち・むら」規模の地域であっても、高齢者が出かけ、様々なコミュニケーションが生まれるような市場などの場所が広く存在している。

写真1 中心部からの自動車排除と  
「歩いて楽しめる街」

（エアランゲン〔人口約10万人〕）

→環境・福祉・経済の相乗効果



写真2 高齢者もゆっくり楽しめる  
市場や空間

（シュトゥットガルト）



写真3 小規模の都市・地域でも  
歩行者が楽しめる賑わい空間が広がる  
(フーズム〔人口約2万人〕)



残念ながら、上記のように日本の現状では、20万人程度以下の地方都市はほぼ確実に“シャッター通り”となっており、場合によっては30～50万規模の都市でも空洞化が進んでいるのが現実である。

### （ウェルビーイングと「環境・福祉・経済」の相乗効果

さてここで、“「コミュニティ感覚」と空間構造”という視点を挙げてみたい。

「コミュニティ感覚」とは、その都市や地域における、人々の（ゆるやかな）「つながり」の意識をいう。そして、そうした人々の「コミュニティ感覚」（ソフト面）と、都市や地域の空間構造（ハード面）は、相互に深い影響を及ぼし合っているのではないだろうか。

単純な例を挙げると、道路で分断され、完全に自動車中心になっているような都市では、人々の「つながり」の感覚は阻害される。「商店街」の空洞化も、コミュニティ感覚の希薄化につながるだろう。なぜなら商店街は、単にモノを売り買いする場所にとどまらず、様々な世代の人々が日常生活の中で自然にコミュニケーションをとる「コミュニティ空間」あるいは「コモンズ」として重要な意味を持つからだ。

これまでの日本の都市・地域政策では、そうした「コミュニティ空間」「コミュニティ感覚」といった視点は十分に考慮されることがなかった。しかし今後は、いわば“コミュニティ醸成型の空間構造”という、「ソフト」と「ハー

ド」を融合した視点がまちづくりや都市政策・環境政策・地域経済政策等において非常に重要になっていくだろう。

そして、こうしたまちづくり・地域づくりを進めていくことが、他でもなく人々の「ウェルビーイング」を高めると同時に、「①環境」（脱炭素など）、「②福祉」（買い物難民減少など）、「③経済」（中心市街地の賑わい再生と地域経済活性化）のいずれにとってもプラスに働くだろう。こうした発想での政策展開が今こそ求められている。

### 3. AIを活用した未来シミュレーションとウェルビーイング

#### （「地方分散型社会」というビジョン）

ここで、以上のような「ウェルビーイング」と、近年関心の高いAIの活用との関連について考えてみよう。

私はここ数年、AIを活用した日本社会の未来に関するシミュレーション研究を行ってきた。すなわち2016年に京都大学に設置された「日立京大ラボ」との共同研究。として、「2050年、日本は持続可能か」という問いを出発点とする研究を進め、その最初の成果を2017年に公表した（概要はウェブサイト「AIの活用により、持続可能な日本の未来に向けた政策を提言」を参照）。

具体的には、日本社会の現在そして未来にとって重要と考えられる約150の要因（人口、経済、高齢化、エネルギー等）に関するモデルを構築し、AIを用いたシミュレーションにより、2018年から2052年までの35年間の期間にわたる約2万通りの未来シナリオ予測を行い、分析を行った。分析にあたっては、①人口、②財政・社会保障、③都市・地域、④環境・資源という4つの領域の持続可能性と、雇用、格差、健康、幸福という4つの領域に注目した。シミュレーション結果の要点をごく簡潔にまとめると、それは次のような内容だった。

(1) 2050年に向けた未来シナリオとして主に「都市集中型」と「地方分散型」のグループがあり、その概要は以下のようになる。

#### a) 都市集中型シナリオ

主に都市の企業が主導する技術革新によ

って、人口の都市への一極集中が進行し、地方は衰退する。出生率の低下と格差の拡大がさらに進行し、個人の健康寿命や幸福感は低下する一方で、政府支出の都市への集中によって政府の財政は持ち直す。

#### b) 地方分散型シナリオ

地方へ人口分散が起こり、出生率が持ち直して格差が縮小し、個人の健康寿命や幸福感も増大する。ただし地方分散シナリオは、政府の財政あるいは環境（CO2排出量など）を悪化させる可能性を含むため、このシナリオを真に持続可能なものとするには、細心の注意が必要となる。

(2) 持続可能性の観点からより望ましいと考えられる地方分散型シナリオへの分岐を実現するには、労働生産性から資源生産性への転換を促す環境課税、地域経済を促す再生可能エネルギーの活性化、まちづくりのための地域公共交通機関の充実、地域コミュニティを支える文化や倫理の伝承、住民・地域社会の資産形成を促す社会保障などの政策が有効である。

研究を進めた私自身にとってもある意味で予想外だったのだが、AIによる日本の未来についてのシミュレーションが示したのは、日本社会の持続可能性を実現していく上で、「都市集中」——とりわけその象徴としての東京への一極集中——か「地方分散」かという分岐ないし対立軸が、もともと本質的な分岐点ないし選択肢であるという内容だった。しかも幸福ないしウェルビーイングの観点からも、都市集中型よりも地方分散型のほうがパフォーマンスがよいことが示されたのである。

ちなみにこうしたAIを活用したシミュレーションについては、公表以降、政府関係機関や地方自治体、企業等から多くの問い合わせがあり、その後長野県、真庭市、福山市、兵庫県、岩手県、高浜市、山口市等と同様のシミュレーションや共同研究等を行っている（以上の内容の多くは各自自治体等のホームページ上で閲覧可能）。

#### （「包括的な分散型社会」へ）

さらに私たちの研究グループは、新型コロナ

禍が生じたことを受け、「ポストコロナ」の日本社会に関するシミュレーションを行い2021年に公表した。そこで示されたのは、次のような意味での「包括的な分散型社会」への移行が、東京と地方がウィン・ウィンの関係になるような「都市・地方共存型」と呼びうる望ましい社会像を導くという内容だった（ウェブサイト「AIの活用により、ポストコロナの望ましい未来に向けた政策を提言」参照）。

「包括的な分散型社会」とは次のような趣旨である。すなわち、上述のコロナ前のAIシミュレーションが示していたような、「都市集中型」か「地方分散型」という対比での（空間的な）「分散型」にとどまらず、女性活躍やテレワークないしリモートワークの推進、企業のサテライトオフィスの展開、仕事と家庭の両立や男性の育児参加といった点など、働き方や住まい方、生き方の全体を含む「包括的な分散型社会」への移行が、持続可能な日本社会の実現にとって何より重要であるという点がAIシミュレーションにおいて示されたのである。

それは象徴的に言えば、「人生の分散型」社会と呼べるような社会のありようとも言える。つまり先述の「昭和」に象徴されるような、人口や経済が拡大を続け、それと並行して“すべてが東京に向かって流れる”とともに、人々が単一のゴールを目指し、“男性はカイシャ人間となり、女性は専業主婦として家事に専念する”という「単線的・集中型社会」からの根本的な転換をそれは意味するだろう。

AIシミュレーションが示した「包括的な分散型社会」とは、成熟社会あるいは定常型社会への移行という、日本社会の中長期的な構造変化に関わる内容でもある。しかもそうした方向は個人の「ウェルビーイング」にとってもプラスの意味をもつことがシミュレーションの中でも示されたのである。

#### 4. ウェルビーイングをめぐる構造

最後に、そもそも人間にとって「ウェルビーイング」とは何かという話題について考えてみよう。

本稿の1で、ウェルビーイングや「幸福度指標」に関する世界と日本の大きな流れを確認したのだが、こうした話をすると、ある意味で当

然のことながら、次のような根本的な疑問が浮かんでくるだろう。それは、

「幸福」は個人によってきわめて多様かつ「主観的」なものであり、それを数字で指標化することなどできないし、ましてやそれを行政が「政策」に活用するといったことはありえないのではないか、

という疑問である。これはごくもつともな問いであり、このテーマだけで一冊の本になるような広がりを持つような話題だが、基本的な論点はある意味でシンプルであり、以下この点について私見を述べてみたい。

### （ウェルビーイングないし幸福の重層構造— — 個人・つながり・自己実現）

ポイントは、幸福をいくつかの重層的な構造からなるものとしてとらえるという点だ。

この点について、(図2)を見ていただきたい。これはいま述べた「ウェルビーイング／幸福の重層構造」を示したもので、まずピラミッドの図の土台のほうは「生命／身体」に関わるような次元である。具体的には日々の十分な食糧を得ているとか、身体の健康や安全が保たれているといった基本的なレベルであり、これは人間が生きていくにあたり不可欠のニーズに対応するもので、“幸福の物質的基盤”とも言える。それは「幸福の基礎条件」あるいは「幸福の土台」をなすものであり、しかもこうした次元は個人差を超えて大方共通しており、「人間」にとって普遍的なものと言える。

以上が主として「個人」レベルに関わるものとすれば、真ん中にあるのは「コミュニティ」あるいは他者とのつながりに関わる次元である。言うまでもなく、人間はコミュニティあるいは社会的関係性の中で生きる存在であり、た

とえば狩猟採集の時代を想像すれば見当がつくように、食べ物を得るにしても外敵から身を守るにしても、人間は“一人では生きてはいけない”生き物なので、「コミュニティ」を作ることを通じて個体としての「生存」を確実にしようとしたわけである。

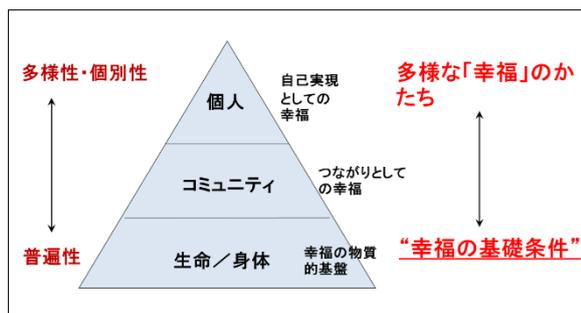
もちろんそれは“快適”な面ばかりではなく、そこには「愛憎」や「葛藤」、様々な「しがらみ」「拘束」等々といったネガティブな要素も生まれる。しかしそれらを含めて、コミュニティあるいは他者との関係性から生まれる情緒的安定や帰属意識、「承認」や誇り、自尊心といったものが、人間の「幸福」にとってきわめて重要な位置を占めているのは確かなことだろう。

ちなみに、国連の関係組織である「持続可能な発展ソリューション・ネットワーク」が数年前から『世界幸福報告(World Happiness Report)』を毎年公表しているが、その2024年版では日本は51位で、かなり低いポジションにある。この報告書はそれをいくつかの要素に分解して説明しているのだが、日本において特に低い項目の一つに「社会的サポート (social support)」というのがあり、これは“困った時に助けてくれる人がいるか”という点に関するものである。まさにここで論じている「コミュニティ」や「つながり、関係性」に関わる点であり、現在の日本社会の根本にある課題と言えるだろう(広井(2009)参照)。

以上、幸福の重層構造ということで、「個人(生命／身体)」のレベル、「コミュニティ」のレベルと見てきたわけだが、最後にピラミッドの一番上の層は「個人」に関わる次元である。これは「自由」や「自己実現」「創造性」といった価値に対応するものだが、ここで重要な点は、想像できるようにこの層に至ると個人の「多様性」ということが前面に出ることである。したがってこの次元に注目すれば、先ほどの幸福指標への「疑問」にも示されていたように、まさに“幸福のかたちは人によって多様”となり、一律の尺度をあてはめることは困難になる。

人生の姿は無限に多様であり、それぞれの人の人生の「幸福」を、一つの物差しで評価できるはずなどないというのは、他でもなくこの次元に対応していると言える。

図2 ウェルビーイング/幸福の重層構造



### (ウェルビーイングと公私の役割分担)

以上、「幸福の重層構造」ということを指摘し、人間の幸福にはある程度共通的な“土台”の部分から、個人差の大きいレベルまでの階層的な構造があることを述べた。ではこれは先ほど指摘した、幸福に関する「政策」は可能かという問いや、あるいは幸福をめぐる「公共政策（政府）」と「民間企業」の役割分担はどうあるべきかといった点とどう関係してくるだろうか。

ある意味で、その答えは以上に述べた「幸福の重層構造」についての説明の中にすでに含まれている。つまり、政府ないし行政が「幸福の公共政策」として重点的に取り組むべきは、他でもなく先ほど「幸福の基礎条件」あるいは「幸福の土台」と呼んだ、ピラミッドの下部の「生命／身体」に関わる領域に関する保障であるだろう。

このように、政府あるいは公共政策がまずもって取り組むべきは「幸福の重層構造」のうちの土台部分であるが、若干の補足をするならば、近年、ピラミッドの真ん中の「コミュニティ」の重要性が様々な面で注目されており——たとえば、高齢者がコミュニティでの様々な関わりを持っていることが心身の健康につながり、ひいては“介護予防”の効果ももっているといった例——、したがってそうした「コミュニティ支援政策」も公共政策として重要な意味をもっていることを付言しておきたい。

政府ないし行政が「幸福」に関わる主領域について述べたが、では民間企業の場合はどうか。

まず大きく言えば、政府や行政とは逆に、「幸福の重層構造」におけるピラミッドの“中層”以上の部分、つまり「コミュニティ」や「つながり」、そして上層の「個人」の自己実現や創造性（クリエイティビティ）に関わる領域が、民間企業のビジネスと親和性が高いと言えるだろう。同時に先ほども指摘したように、こうしたピラミッドの上層部分になればなるほど、それはきわめて「多様性」に富むものになっていくので、それらは従来よりも“細分化ないしセグメント化されたマーケット”になっていき、画一的な製品や一律のサービスでは対応できなくなっていく面がある。

一方で、経済ないしビジネスの領域において

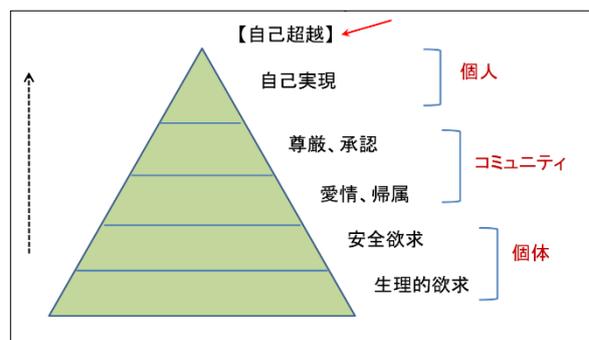
近年「ウェルビーイング」あるいは「幸福」というテーマへの関心が高まっているのは、こうした「ウェルビーイング/幸福の重層構造」のピラミッドにおける中層そして上層部分（特に上層部分）が、いわば人々の需要の“最後のフロンティア”として立ち現れ、かつ認知されるに至っているからと言えるだろう。

しかしながら、この“「ウェルビーイング/幸福の重層構造」のピラミッドにおける中層・上層部分”は、先ほど指摘した「多様」であることに加えて、ある意味で非常につかみどころのない、定量化や把握が難しい領域である。果たしてそれはどのような中身になるのだろうか。

### (マズローの議論と「自己超越」)

実は、意外にもここで手がかりとなるのが、よく知られたアメリカの心理学者マズローの議論である。あらためて言うまでもないと思うが、マズローは（図3）に要約されるような人間の欲求の階層構造を示した（図のうち「個人」「コミュニティ」「個人」という記載は先ほど図2にそくして行った議論と関連をもたせたものである）。

図3 マズローの再評価と  
ウェルビーイング/幸福



これについては様々な批判もあり、また私自身、マズローの議論には距離を置いていたのだが、最近になって彼の議論には、地球環境問題との関わりなどを含め、きわめて現代的な状況に通じるような深い論点が含まれていることに気づかされるようになった。

ちなみに、本稿のテーマである「ウェルビーイング」や「幸福」をめぐるテーマに光をあて、それを学問的な研究対象そして社会的な関心事にしていくにあたり貢献したのは、1990年代

頃から浮上してきた「ポジティブ心理学」と呼ばれる領域である(ポジティブ心理学については例えばセリグマン(2014)参照)。そして、実はマズローの議論や彼の「人間性心理学(humanistic psychology)」と呼ばれるアプローチは、ポジティブ心理学の主要な源流の一つとされているのであり、つまりこうした流れにおいてもマズローと「ウェルビーイング/幸福」のテーマは自ずと結びつくのだ。

そしてここで特に注目したいのは、晩年のマズローが、上記のような欲求の階層構造の最後に位置づけていた「自己実現」のさらにその先に、「自己超越」(または単に「超越」)という次元を付け加えたという点だ。「自己超越」とは、マズローによれば「自分自身、そして大切な他者、人類全体、他の生物、自然、そして宇宙とつながること」を意味している(Maslow(1993),)。

ちなみに私自身は、これまでの拙著などで「地球倫理」ということを論じ、それを「地球環境の有限性や多様性を認識しながら、個人が独立しつつ、個人を超えてコミュニティや自然、生命とつながる」ような志向として述べてきた(広井(2019)、同(2023)参照)。

「自己超越」という言葉を含め、このように記すといささか随分と抽象的でいささか“浮世離れ”した議論をしているように響くかもしれないが、必ずしもそうではない。

こうした点に関する、私にとって身近な例を挙げてみよう。“Z世代”という表現があるが、近年、いわゆるソーシャル・ビジネスや社会的企業を立ち上げるような学生の志向や、若い世代の一部に見られる社会貢献意識は、ここで述べている「自己超越」と通底するところが大きいように思える。

たとえば、農業と再生可能エネルギーを組み合わせた「ソーラーシェアリング」という事業——田んぼや畑の上部に特殊な形の太陽光パネルを設置して食料生産と自然エネルギーの一石二鳥を図る試み——を進める環境系のベンチャー企業を立ち上げた卒業生の言動には、そうした志向が感じられる。また、社会的課題の解決に向けた会社をスタートアップした別の卒業生は、自分がやりたいのは「自己実現」ではなく「世界実現」であると語っていた。つ

まり「自己実現」というと、どこか自分の中で完結したようなニュアンスが残るのに対し、彼の場合は、むしろ世界(ないし社会)そのものを望ましい方向に近づけていくこと——世界実現——が基本にある関心であるというのがその趣旨だった。

こうした若い世代の関心や活動は、いみじくもマズローの言う「自己実現/自己超越」と重なっているように見える。つまりそれは、個人が限りなく利潤を極大化する、あるいは経済の無限の拡大を追求するといった近代資本主義のベクトルとはやや異なり、コミュニティや自然とのつながり、社会貢献、ゆるやかに流れる時間といったものへの志向を含んでいる。

そうした方向が、ここで論じた「幸福の重層構造」のピラミッドの最上層部とつながり、言い換えれば「人間の需要の“最後の未開拓の領域”」としての「ウェルビーイング」という発想と重なるのではないか。

それは人間にとっての究極的な「イノベーション」の段階であるとも言え、人類史的な展望の中で取り組んでいくべきテーマと言っても過言ではないのである。

## 【文献】

- マーティン・セリグマン(宇野訳、2014)『ポジティブ心理学の挑戦』、ディスカヴァー・トゥエンティワン。
- 広井良典(2009)『コミュニティを問いなおす』ちくま新書。
- 同(2019)『人口減少社会のデザイン』、東洋経済新報社。
- 同(2023)『科学と資本主義の未来』、同。
- Maslow, Abraham H. (1993), *The Farther Reaches of Human Nature*, Penguin.
- Stiglitz, Joseph E., Sen, Amartya and Fitoussi, Jean-Paul (2010), *Mismeasuring Our Lives: Why GDP doesn't Add Up?* The New Press.