

最近のESRI研究成果より

主観的 well-being の多面的
評価

—主観的 well-being の政策活用に向けて—

内閣府経済社会総合研究所 研究協力者

河野 陽介

内閣府経済社会総合研究所 政策調査員

安藤 令

はじめに

近年、GDP等の経済指標だけではなく、個人の主観的な幸福感や生活の質等を含む well-being の計測に関する取組みが国内外で広がっている。OECDは、2013年にOECD Guidelines on Measuring Subjective Well-being（以下、「OECDガイドライン」という。）を策定し、主観的 well-being の主要素として「生活評価」、「感情」、「エウダイモニア」を提示した。こうした動きを受けて、内閣府は2019年に「満足度・生活の質に関する調査」（以下、「生活満足度調査」という。）を開始し、生活評価（以下、「生活満足度」という。）を計測している。一方で、OECD加盟国では、計測項目が生活評価に偏り、感情やエウダイモニアを計測している国は少ないことが指摘されている。

そこで、経済社会総合研究所では、OECDガイドラインに準拠したアンケート調査により、生活満足度に加え、感情（幸福感、不安感）とエウダイモニア（やりがい）も計測するとともに、それらの規定要因を明らかにするための分析を行った。本稿では、その研究成果として2025年5月に公表したESRI Research Note No.90「主観的 well-being の多面的評価と規定要因の解明—主観的 well-being の政策活用に向けて—」の概要を紹介する。

アンケート調査の概要

経済社会総合研究所では、令和5年11～12月に、全国の15～89歳の男女3,120名を対象にアンケートを行った。アンケートはOECDガイドラインに準拠し、主観的 well-being の4項目（生活満足度、幸福感、不安感、やりがい）及び生活満足度調査と同様の13の分野別主観満足度について、11段階（0～10点）の尺度で尋ねた。なお、不安感のみ、0点に近づくほど良好な状態を示すが、他の項目と比較しやすくするた

め、10点から不安感の点数を引いた値（以下、「不安感（反転）」という。）も分析に用いる。

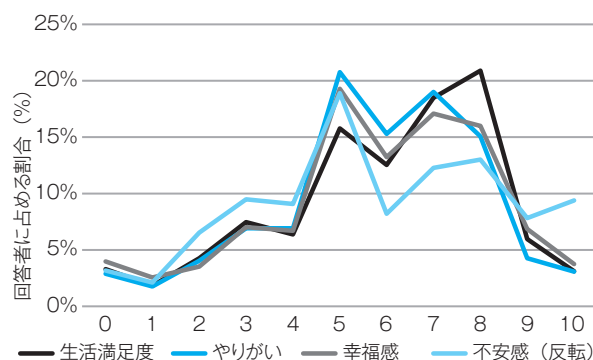
単純集計の結果

はじめに、回答者の分布（図表1）をみると、生活満足度、やりがい、幸福感は、5点及び7～8点に回答が集中するふた山型の分布を示した。これは、生活満足度調査における生活満足度の傾向に一致する。一方で、不安感（反転）は、他の3項目と異なる傾向を示し、5点に回答が集中するとともに、4点以下の割合が他の3項目より若干大きく、6～8点の割合が他の3項目より小さかった。

次に、基本統計量（図表2）では、生活満足度、やりがい、幸福感、不安感（反転）の平均値に大きな差は見られなかった。一方で、標準偏差をみると、不安感が他の3項目と比較して若干ばらつきが大きかった。

最後に、4項目間の相関係数を図表3に示す。不安感を除き、0.75～0.81であった。0.7未満の相関であれば、well-beingの異なる側面を捉えているとする報告があるが、これらの指標が well-being の異なる側面を捉えているかどうかは、さらなるデータの蓄積と検証が必要と考える。

図表1 主観的 well-being 4項目の回答分布



図表2 主観的 well-being 4項目の基本統計量

	サンプル サイズ	平均値	中央値	最頻値	標準 偏差
生活満足度	3,120	5.94	6	8	2.34
やりがい		5.77	6	5	2.20
幸福感		5.80	6	5	2.39
不安感 (反転)		5.78	6	5	2.63

図表3 主観的 well-being 4項目間の相関係数

	生活満足度	やりがい	幸福感	不安感
生活満足度	1.00	—	—	—
やりがい	0.81	1.00	—	—
幸福感	0.78	0.75	1.00	—
不安感	-0.41	-0.39	-0.44	1.00

重回帰分析の結果

主観的well-beingの4項目と13の分野別主観満足度の関係を明らかにするために、4項目それぞれを被説明変数、13の分野別主観満足度を説明変数として重回帰分析を行った。その結果を図表4に示す。

有意である係数に着目すると、いずれの項目においても、「13. 生活の楽しさ・面白さ」の回帰係数が最も大きい。なお、同生活分野は、生活満足度調査において、人間の根源的な欲求であり、生活の満足度に大きな影響を与えるとされている。

「13. 生活の楽しさ・面白さ」の次に回帰係数が大きい生活分野をみると、生活満足度は、主に物質的な要素との関係が強いと考えられる生活分野（13分野のうち、「1. 家計と資産」、「3. 住宅」、「5. 健康状態」）との関係性が見られ、やりがい及び幸福感は、主に脱物質的な要素との関係が強いと考えられる生活分野（13分野のうち、「4. 仕事と生活（ワークライフバランス）」、「7. 交友関係やコミュニティなどの社会とのつながり」）との関係性が見られた。これは、生活満足度の計測だけでは捕捉できないwell-beingの側面があることを示唆しているといえる。

おわりに

本研究では、生活満足度に加え、感情（幸福感、不安感）とエウダイモニア（やりがい）も計測するとともに、それらの規定要因を明らかにするための分析を行った。単純集計の結果から、生活満足度、やりが

い、幸福感に関する回答は同じような分布を示し、不安感とはそれらと異なる傾向を示すことが分かった。また、重回帰分析の結果から、生活満足度とやりがい及び幸福感は、well-beingの異なる側面を捉えている可能性があることが分かった。したがって、生活満足度だけではなく、感情やエウダイモニアといった要素も計測することで、主観的well-beingの多面的な評価が可能になると考えられる。

ただし、本研究では、やりがいと幸福感にどのような差異があるのか明確にできなかった。また、不安感とは、生活満足度、やりがい、幸福感と異なる傾向が見られたものの、その規定要因を明確にすることはできなかった。このことから、主観的well-beingの規定要因を明らかにするために、今後も、データの収集と分析を継続する必要があると考える。

参考文献

河野陽介、西原照雅：主観的well-beingの多面的評価と規定要因の解明―主観的well-beingの政策活用に向けて―、ESRI Research Note No.90, 2025.
https://www.esri.cao.go.jp/jp/esri/archive/e_rnote/e_rnote090/e_rnote090.pdf

河野 陽介（こうの ようすけ）
安藤 令（あんどう れい）

図表4 主観的well-beingと分野別主観満足度との関係

説明変数 分野別主観満足度	被説明変数	生活満足度	やりがい	幸福感	不安感
1. 家計と資産		0.193 ***	0.058 ***	0.107 ***	-0.088 ***
2. 雇用環境と賃金		0.032 **	0.025	-0.002	0.095 ***
3. 住宅		0.155 ***	0.042 ***	0.057 ***	-0.027
4. 仕事と生活（ワークライフバランス）		0.072 ***	0.108 ***	0.109 ***	-0.064 **
5. 健康状態		0.092 ***	0.083 ***	0.112 ***	-0.153 ***
6. 教育水準・教育環境		0.031 *	0.068 ***	0.020	0.005
7. 交友関係やコミュニティなど社会とのつながり		0.070 ***	0.132 ***	0.121 ***	-0.036
8. 政治・行政・裁判所への信頼性		0.000	0.006	-0.025 *	0.101 ***
9. 生活を取り巻く空気や水などの自然環境		-0.017	-0.008	0.045 **	-0.029
10. 身の周りの安全		0.003	-0.063 ***	-0.079 ***	-0.050
11. 子育てのしやすさ		-0.011	0.022	-0.001	0.000
12. 介護のしやすさ・されやすさ		-0.051 ***	-0.048 ***	-0.011	0.037
13. 生活の楽しさ・面白さ		0.428 ***	0.476 ***	0.497 ***	-0.322 ***
定数項		0.394 ***	0.756 ***	0.506 ***	7.481 ***
修正済み決定係数		0.682	0.622	0.588	0.182

（備考）***、**、*はそれぞれ1%、5%、10%水準で有意。