

トピック

Well-beingの多面的把握

～「満足度・生活の質に関する調査2025」の結果より～

内閣府政策統括官(経済社会システム担当)付
参事官(総括担当)付
参事官補佐

上野 由加里

内閣府政策統括官(経済社会システム担当)付
参事官(総括担当)付

檀上 賢

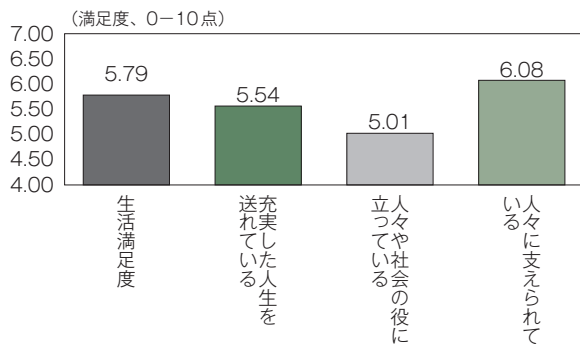
1 はじめに¹

国民生活の実相を明らかにし、Well-beingの状況を多面的に把握するためには、「生活満足度」や「仕事のやりがい」など個人の感じ方をアンケートなどで集計した主観指標と、「労働時間」や「年次有給休暇取得率」など客観的に把握できる指標の双方を活用することが重要である。内閣府は2019年より「満足度・生活の質に関する調査」²を行い、主観指標の一つである生活満足度を調査するとともに、関連する客観指標で構成された「満足度・生活の質を表す指標群(Well-being ダッシュボード)」を公表してきた。本稿では、2025年9月に公表した調査報告書から、第2章で取り上げた人生の充実感(エウダイモニア)に関する指標等の新たに追加した主観指標の調査結果を紹介するとともに、最新のWell-beingダッシュボードの結果について考察する。

2 新たに追加した主観指標の調査結果

OECDの主観的Well-being測定ガイドラインでは、重要な尺度の一つとして、「人生における意義と目的意識、または良好な精神的機能(エウダイモニア)」が挙げられている。また、他者や社会との関わり方は

図1 各指標の平均スコア



Well-beingに影響を及ぼす要素として近年注目されてきている。そこで、今回の調査では、生活満足度に加え、「エウダイモニア」や「主観的な社会との信頼関係」といった主観指標についても試行的に調査を行った。具体的には、「エウダイモニア」に関する設問として「自分は充実した人生を送れていると思う」、「主観的な社会との信頼関係」に関する設問として「自分は周囲の人々や社会の役に立っていると思う」「自分の人生が様々な人々に支えられていると感じる」等を設定し、「全く当てはまらない」を0点、「非常に当てはまる」を10点とした回答を得た。15-89歳の男女約1万人の回答を集計した。

(各指標の特徴、指標間の関係性)

各指標の全サンプル平均スコアを「生活満足度」と比較すると、「充実した人生を送れている」「人々や社会の役に立っている」は、「生活満足度」よりも低い数値、「人々に支えられている」は、「生活満足度」よりも高い数値となった(図1)。「生活満足度」と3つの指標には正の相関がみられ、特に、「充実した人生を送れている」との間に最も高い相関があった($r=0.79$)。OECD(2013)では、「生活満足度」と「エウダイモニアの幸福(人生の目的)」の相関は0.13程度と低く、それぞれの指標は異なる主観の状況を捉えるものとされるが、河野・西原(2025)、Sethら(2021)などの近年の報告によると、「生活満足度」と「エウダイモニア」の間には高い相関があるとされている。本調査の結果は後者と整合的だった。

(就業形態の違いによる影響)

就業形態と主観的Well-beingの関連については、性別や配偶者の有無によって、水準や関連のあり方に違いがあるとされる(JILPT(2023))。この傾向が本調査でも見られるかを確認するため、生活満足度及び今回追加した主観的Well-being指標の平均スコアを性別・配偶者の有無別・就業形態別に確認した。なお、就業形態の影響を見るため、64歳以下の現役世代を対象とした。

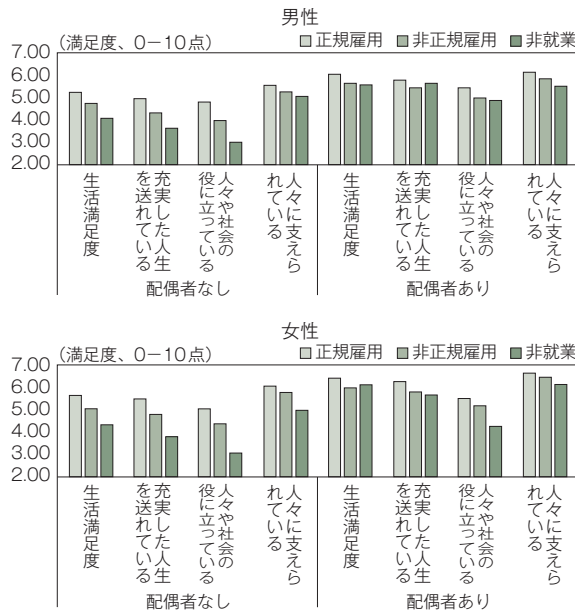
男性については、「配偶者なし」の場合には、「正規雇用」のスコアが最も高く、次いで「非正規雇用」「非就業」の順となった。「配偶者あり」の場合には、正規雇用のスコアが最も高いが、就業形態の違いによるスコア差は、配偶者なしの場合と比べて小さかった。「女性・配偶者なし」の場合には、男性と同様、スコアの低い順に「正規雇用」「非正規雇用」「非就業」となった。「女性・配偶者あり」の場合、「生活満足度」「充実した人生を送れている」「人々に支えられている」の3指標は、就業形態別のスコア差は小さかったが、「人々や社会の役に立っている」の項目で、就業者

1 本稿の執筆に当たり、野村彰宏企画官、木村拓真政策企画専門職から多くの有益なご意見やご示唆をいただいた。深く感謝申し上げます。

2 本調査の個票データは、一定の条件の下で配布を行っており、内閣府ウェブサイトから申請が可能(2026年2月現在)。また、東京大学社会科学研究所附属社会調査・データアーカイブ研究センター(SSJDA)にも寄託予定。

(正規雇用、非正規雇用)と比べて、非就業者自身が感じるスコアが低い傾向が見られた(図2)。非就業の場合、仕事を通じた社会とのつながりが少ないことから、他者や社会との関係に関する満足度で就業者とのスコア差が大きくなったと考えられる。

図2 男女別・配偶者有無別の主観指標



3 Well-being ダッシュボード

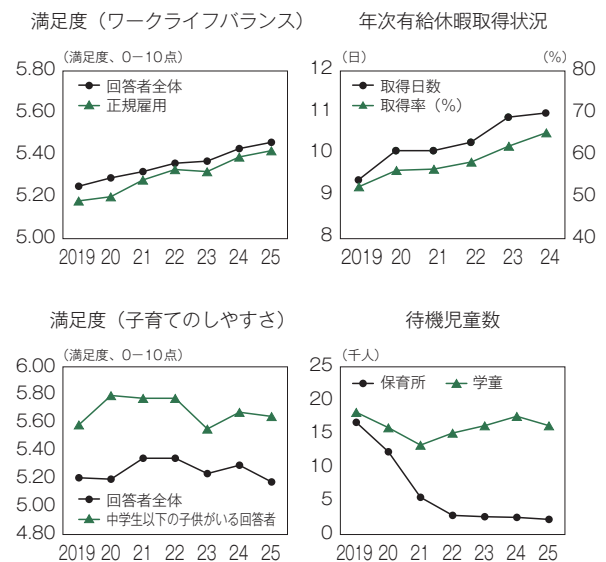
内閣府では、満足度・生活の質に影響を与える個別分野について、生活満足度調査の結果と、各分野と関連の深い客観指標の動きを「Well-being ダッシュボード」として示している。本稿ではその結果のうち「ワークライフバランス」と「子育てのしやすさ」の結果について考察する。

「ワークライフバランス」満足度は、2019年から2025年にかけて、回答者全体でも正規雇用の回答者に限っても上昇傾向にある(図3左上図)。ワークライフバランスに影響を与えられる年次有給休暇の取得状況をみると、2019年以降、取得日数は増加し、取得率も上昇している(図3右上図)。業務の効率化や働き方改革等の推進の結果、生活と仕事の両立を実現する環境が整備され、満足度の上昇につながっている可能性がある。

一方で、「子育てのしやすさ」満足度は、2019年から2025年にかけてほぼ横ばいであり、中学生以下の子供がいる回答者に限っても同様であった(図3左下図)。保育所の待機児童数は、2019年以降大幅に減少しているが、近年では共働き世帯の増加の中で解消さ

れていない保育ニーズもある可能性がある³。例えば、鄭(2025)は「隠れ待機児童」の存在を指摘し、待機児童がゼロになっても、実際には保育のニーズが十分に満たされていないとしている。また、学童保育の待機児童数は、2019年以降おおむね横ばいとなっている(図3右下図)。今後、こうしたニーズに対応した質の高い保育の確保・充実が期待される。

図3 個別分野の満足度と関連客観指標⁴



4. 参考文献

Seth Margolis, Eric Schwitzgebel, Daniel J. Ozer, and Sonja Lyubomirsky, "Empirical Relationships Among Five Types of Well-Being," in *Measuring Well-Being*, ed. Matthew T. Lee, Laura D. Kubzansky, and Tyler J. VanderWeele, Oxford University Press, April 2021, pp. 377-403.

OECD. "OECD Guidelines on Measuring Subjective Well-being. Paris," OECD Publishing, March 2013

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wellbeingの政策活用に向けて－」, ESRI Research Note No.90, 2025年5月

鄭美沙. 「『待機児童ゼロ』でも残る保育の課題～隠れ待機児童が招く就労意欲の低下～」, 第一生命経済研究所, 2025年6月

独立行政法人労働政策研究・研修機構. 「JILPT個人パネル調査『仕事と生活、健康に関する調査』第1回」, 2023年12月

上野 由加里 (うへの ゆかり)

檀上 賢 (だんじょう けん) (福山市より派遣)

3 なお、仮に現状のように保育所整備が進んでいなければ、子育てのしやすさ満足度は大きく低下していた可能性もある点に留意されたい。

4 左上図、左下図は内閣府「満足度・生活の質に関する調査」より作成。右上図は厚生労働省「就労条件総合調査」より作成。右下図はこども家庭庁「保育所等関連状況とりまとめ」「令和7年 放課後児童健全育成事業(放課後児童クラブ)の実施状況」より作成。保育所待機児童数は各年4月1日時点。学童待機児童数は、放課後児童クラブの対象児童(保護者が労働等により昼間家庭にいない小学1~6年生)で、利用申し込みをしたが利用できなかった児童の数。各年5月1日時点(2020年のみ7月1日時点)。