

# これからの幸福について —文化的幸福感のすすめ—

著書：内田由紀子

## 本の概要

刊行 2020年5月

著書 内田由紀子

京都大学こころの未来研究センター長

文化心理学・社会心理学を専門としている

2013年まで内閣府

「幸福度に関する研究会」委員

国際学術誌に掲載された論文が多数ある

# 目次

はじめに

第一章 幸福感のワールド・マップ

第二章 幸福の測定と利用

第三章 幸福度指標と政策

第四章 幸福の個人差と社会的要因

第五章 文化と幸福

第六章 文化比較の理論と方法

第七章 文化と感情

第八章 個人の幸福と集合的幸福

第九章 文化の変化と幸福のゆくえ

第十章 幸福論のこれから

# 目次

はじめに

第一章 幸福感の世界・マップ

第二章 幸福の測定と利用

第三章 幸福度指標と政策

第四章 幸福の個人差と社会的要因

第五章 文化と幸福

第六章 文化比較の理論と方法

第七章 文化と感情

第八章 個人の幸福と集合的幸福

第九章 文化の変化と幸福のゆくえ

第十章 幸福論のこれから

## 第一章 幸福感のワールド・マップ

- ・well-being: 自分の状態や人生に対する評価や心理的安寧  
(安寧: 社会が穏やかで平和なこと)

- ・幸福感を比較することにおいて、、、

平均値の比較ではなく、国や文化における幸福感の構造、なにが幸福感に結び付きやすいのか、というパターンを分析することの方が情報価値が高い

## 第二章 幸福の測定と利用

### ・「人生満足感尺度」

→エド・ディーラー教授(幸福感研究の世界的権威)らが開発

期間をあけて実施した時の再現性が高い、自己評価、他社評価の一致率も一定程度ある

→5つの質問に「非常に当てはまる」7点....「全く当てはまらない」1点と点数をつける

合計が...

31点～35点:非常に満足度が高い

26点～30点:十分に満足している

21点～25点:やや満足している

20点 :中間

15点～19点:やや不満な状態

10点～14点:不満な状態

5点～9点 :かなり不満な状態

## 第二章 幸福の測定と利用

- 2本の刃

国や地域文化の実情あるいは考え方や方向性をふまえる「独自性」  
比較を可能にするような「共通性」

- 単純な比較ではなく、

国や文化における幸福感の構造、なにが幸福と結びつきやすいか  
パターンそのものの違いを分析、検証することが重要

## 第五章 文化と幸福

- ・欧米（プロテスタント）

→ **個々人が神に選ばれし者**と自覚し、禁欲的に働くことが人生の目標であり善  
「幸福な人物とは、若くて健康、質の高い教育、高収入、外向的...」

- ・東洋（儒教・道教）

自分の望みを最大化でなく、**関係内要素の均衡化**が重視  
社会的な要因が幸福感に影響



## 第六章 文化比較の理論と方法

- ・文化差が生じた要因を農耕や狩猟といった生業に焦点

### 【アメリカ南部の男性】

- ・北部の男性より喧嘩っ早く、暴力事件が多い
  - ・生計を家畜業で立てていたため、家畜は貴重な財産であり盗難から防衛する必要
- 自分の力をアピールし名誉を示していた

### ・【日本国内】

- ・農業地域に住んでいる人(非農業者も含め)は、漁業地域や都市部の人よりも、相互協調的傾向(他者からの評価)を気にするが高い
- 集合的活動(お祭りや自治体活動など)の参加率が高いことが要因