

ウェルビーイング指標⑤ ウェルビーイングを全体で捉える総合指標

自分基準で“満たされた状態”・“調和とバランス”を総合評価

指標のうち、「総合指標」は、ウェルビーイングを全体で捉える指標で、①総合実感と、

②生活の調和とバランス実感の2つの区分があります。

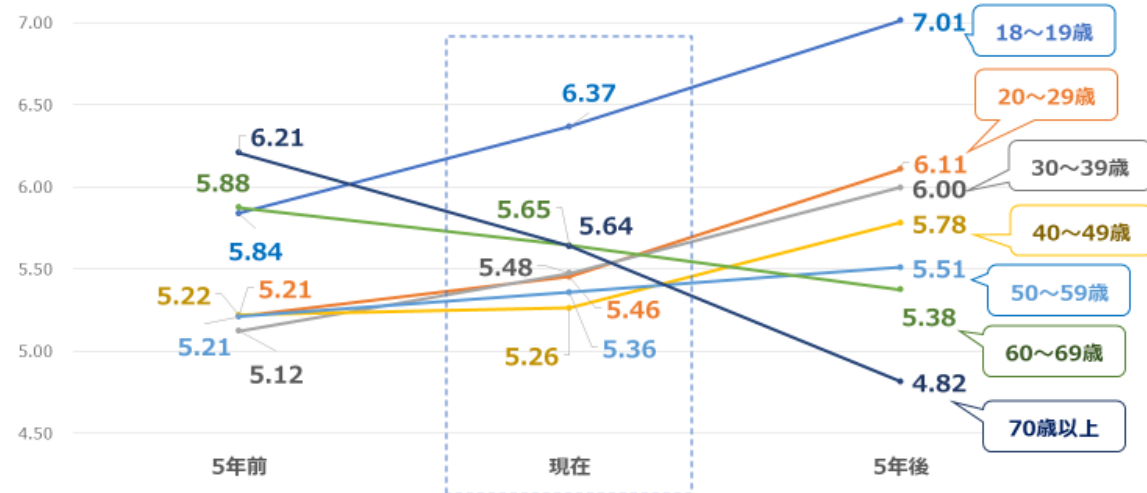
①の総合実感とは、国際的な調査でも使われている10～0の11段階評価で、我々が決めた基準での評価ではなく、自分自身のありたい姿、理想的な状態を考え、それに対してどの程度満たされているのかを評価いただくことで測定します。

自分基準の評価、また、「自分事」として捉えていただきたいの思いから、「総合“わたし”実感」と表現しています。

この総合実感とは、過去・未来の状態も見ていきます。「“わたし振り返り”実感」と「“未来のわたし”期待感」です。時間軸を意識し、持続的な状態を丁寧に見ていく、また未来への期待・希望の動向を捉える狙いもあります。

一方で、日本人の幸福感としてバランスと調和を重視する傾向があるとされています。仕事や余暇、家庭生活など様々な面でバランスや調和がとれ、ちょうどよい状態として「生活が整っている」と感じられているのかを②生活の調和とバランス実感で見ていくこととしています。

①総合実感の状況（参考値：R4県民意識調査の結果、平均値）



②生活の調和とバランス実感の状況（参考値：上記同）

総合的に、生活が整っている（仕事など社会活動や、余暇活動など、様々な面のバランスや調和がとれている）と感じている。



はい：4 どちらかと言えばはい：3
どちらかと言えばいいえ：2 いいえ：1
で評価

(年齢)	平均値
18～19	3.382
20～29	2.898
30～39	2.772
40～49	2.693
50～59	2.664
60～69	2.801
70以上	2.749