

## 演 題

いま、幸福を考える～「しあわせの国」ブータンを通して見る日本～

## 講 師

内田由紀子氏 京都大学こころの未来研究センター准教授

日時 平成 29 年 2 月 2 日 (木) 11:00～12:00

場所 岩手県民会館 第 2 会議室

○木村主査 それでは、定刻になりましたので、ただ今から講演会「いま、幸福を考える～「しあわせの国」ブータンを通して見る日本～」を開催いたします。

私は、岩手県政策地域部政策推進室の木村と申します。どうぞよろしく願いいたします。

本日は、講演会をご聴講いただきありがとうございます。近年、価値観が多様化していく中で、改めて幸福という考え方に目が向けられています。しあわせの国として知られるブータンをはじめ、OECD や内閣府など、国内外でも研究が進められています。本日は、心理学などの視点から幸福について研究をしている、京都大学の内田准教授をお招きして、ブータンの人々の幸福、日本と外国の幸福観の違い、人のつながりと幸福など、幸福について幅広くお話しいただきます。内田先生は、資料表紙の講師紹介にございますとおり、京都大学教育学部教育心理学科を卒業後、ミシガン大学、スタンフォード大学の客員研究員をつとめられ、2008 年京都大学こころの未来研究センター助教、2011 年 4 月から現在まで京都大学こころの未来研究センター准教授をなさっています。

それでは、内田先生、よろしく願いいたします。

○内田由紀子氏 ただいま御紹介をいただきました内田と申します。今回は幸福について、ブータンを通して私たちの身近な幸福を考えてみるという話を短い時間ではございますが、お話しさせていただきたいと思います。

私の専攻は社会心理学や文化心理学といったもので、私たちの身近な文化とか社会というものが私たちの心の働きとどのように関係しているのかというようなことを研究する分野です。主には、調査や実験を行ったりというようなことをふだんはやっております。

私たちのこころの未来研究センターは非常に小さい研究センターではあるものの、ブータンとのかかわりが非常に深いです。ブータンに何度も行ったことのある教員が複数名おりますし、ブータン研究室もあり、これまでになかったようなブータン仏教であるとか、ブータンの歴史や文化が研究されています。

そうした中で、このダショー・カルマ・ウラさん、「ダショー」というのはブータンの立派な功績を残された方に授けられる称号ですが、この方には京都大学にも来ていただいたことがあります。このカルマ・ウラさんに私たちはブータンでインタビューをさせていただき、講演録をこころの未来研究センターで発行している冊子に掲載しています。カルマ・ウラさんは幸せというのがいかに自分の生活を見直して、ないものねだりにならず、充足感に感謝すること、これこそが幸せの秘訣であるというようなことを述べられています。

本日のテーマというのは、こうしたブータンの考え方や、あるいは政策をお話をしまして、そこから日本の幸福について考えることができると思います。

ふだんどれだけ自分が幸せかなというのをなかなか考える機会ないと思うのです。もちろんおふろに入って気持ちいいときに、「ああ、極楽、極楽」とか言ったり、おいしい御

飯を食べたときに「わあ、おいしい、幸せだな」というふうにする時々の幸せというのは口にされること多いと思うのですけれども、自分の人生とか日常生活を振り返って、果たして幸せだろうかとなかなか考える機会はないかなと思います。ぜひここで考えてみていただきたいのですけれども、皆さんはご自身がどのくらい幸せだなというふうに言えるでしょうか。

よく使われる測定方法というのが「とても幸せ」が10点、「とても不幸」を零点とすると皆さんは何点ぐらいになりますか。そして、日本人の平均点は何点ぐらいになると思いますか。ちょっと手を挙げてみてください。10点満点と答えた人が多いのではないかと思います。・・・おられない。では、4点とか5点とか6点とか、真ん中辺に答える方が多いのではないと思われる方・・・多いですね、ありがとうございます。実際日本人の平均は6点ぐらいです。

6点というのは、高いと思いますか、それとも低いと思いますか、6点というのは結構幸せな社会なのではないと思われる方。いやいや、これはまだまだでしょうと思われる方。意見が割れますね。

何をもとにして幸せというのを考えるか、あなたにとって幸せとは何でしょうかということ振り返るのはとても難しい、日々日常に追われているとなかなか自分にとって幸せって何だろうか、では県の幸せとは何だろうかとか、そういうことを考える機会というのは実は少ないわけです。研究者は、実は古くからこの幸せの研究というのをやっています。ギリシャ哲学の時代からやっています。現在では、私の分野である心理学とか、あるいは経済学、それから工学に至るまで多くの分野で幸せがテーマとして取り上げられています。工学といいますと、例えば電機メーカーさんとか、そういったところも今人を幸せにするものをつくりたい。今までだとすごい技術のものをつくりたいとか、あるいは便利になるものをつくりたいということで開発をされてきたのですけれども、やっぱり人が幸せになるというのは本当にどういうことなのかというのをもう一度たちどまって考えてみようという、そういう風潮がとても高まってきているなというふうに思います。

心理学では、1980年代以降ずっと幸せな「個人」とはどのような人なのか、を研究してきたという経緯があります。アメリカでの大規模な調査の中から言われている結論では、幸せな人というのは「若くて、健康でよい教育を受けていて、収入がよくて、外交的で、楽観的で、自尊心が高い人」とされています。これはとても難しい幸福の条件ですね。先ほどブータン展を拝見したのですけれども、最後に幸せって何ですかというような質問で、いろいろポストイットで意見が張ってありました。拝見していると家族の幸せとか、孫や子供が元気なことなどがたくさん張ってありました。少し先ほど紹介したものと雰囲気の違いが違ふなというのをお感じになれますかね。アメリカで定義されてきた幸福、たとえばお金があって、そのお金を得るだけの能力があって、というのは幸福の必須条件なのか。

例えばブータンに話を移しますと、多分これなかなかブータンの人は「うん」と言わないと思います。もちろんブータンでもよい教育を受けることあるいは自尊心を高くすること、労働意欲は大切にされていることです。だけれども、もっと大事にされていることがあります。それは感謝の気持ちです。生きとし生けるものあるいは両親、先祖、それから万物、自然、動物たち、土地に感謝をしながら、日々日常の中で充足感を感じていること、

こういうことをブータンの人たちはとっても大切にしています。なので、ある意味競争モデルの中で、自分がどんどん人を蹴落として立派になろうということよりも、非常に日常的に周りのために自分が何ができるのかということ大切にしようとする価値観があるのがブータンの社会です。

これまでの研究から、確かに健康であると幸せだ、家族が幸せであるほど幸せだ、人間関係に恵まれていることが幸せだ、学校や職場が好きな人ほど幸せだというのは、大体どこの国でも大切だということがわかってきています。一方で、何を重視したいかは、結構文化によって違うところもあります。

さらには、本当に「個人の幸福」だけで果たし良いのか、という問いもブータンは投げかけています。つまり、幸せというのはもちろん自分が感じる、自分のものなのだけれども、他者とのかかわりの中で実現されるものかもしれない。例えばインフラ、それこそ電気がある、水道がある、ガスがある、温かい御飯が出てくる、これらは全部自分一人で実現できているわけではなくて、やはりどこかで誰かが頑張っていることの恩恵を自分は受けている。誰かの幸せというのは自分の幸せと無関係ではない。

先ほど張り紙にお孫さんやお子さんが幸せであることというのが自分の幸せだということが多く書かれていたと申し上げましたが、逆に言うと自分が幸せになることは自分の親や家族など、他者を幸せにすることにつながっているわけです。つまり、個人主義的な社会のモデルでは、「個人の幸せ」について今まで研究がなされてきたし、実際にそれはとても大切なことではあるのだけれども、一方でもしかすると今ブータンがなぜここまで盛り上がっているかという、少しそれとは違う方向性からの視点を与えてくれているからかもしれないですね。つまり、人の幸せというのは人とつながっているのだということに気づかせてくれる。

ブータンは輪廻転生についてよく信じられているところがあります。ですので、例えば動物とかも基本的に殺生しません。また、現世の中で必ずしも成功しなくても、来世でうまくいくかもしれないという、長い時間の中でゆったりと幸せを考えている。しかも、自分の幸せというのは誰かとつながっているというときに、その誰かというのも目の前にいる誰かだけではなくて、亡くなった自分の両親や、あるいはこれから自分が会うことのないかもしれない何世代か後の子孫、こういう人たちともつながっているという感覚があります。これはおそらくブータン仏教ということと密接につながっていると思います。

今日本では、都市化していき、世帯サイズもどんどん小さくなって核家族化していて、成果主義が大事だと言われるようになり、労働市場も流動性が高くなって、個性は大事だ、自分で選択して、自分で責任をとりましょうということが大きくなっているのだけれども、これが本当に個人を幸福にする効果を持っているのか。もしかすると一方で忘れてしまったものをもう一回拾い上げられないか、そういうことが今求められている時代なのかもしれない。

幸福のパラドックスという話があります。経済成長というのは必ずしも人の幸せに結びつかないかもしれないという話です。例えばこんなグラフがあります。内閣府の調査によると、1978年からずっと幸福度や生活満足度というのは変化していません。ところが、一方で1人当たりGDP、経済成長は70年代から2000年の途中ぐらいまでずっと一応成長しています。本当だったら経済成長すればするほど幸福度や生活満足度がぐっと上がって

おかしくないのに、そうはならない。端的に言うとなれてしまうということが一つの要因とされています。あんな立派な大きな家に住んだら自分はどんなに幸せになれるだろうと思って、一生懸命努力するわけですがけれども、そのうちなれてしまう。

また、もう一つの理由は格差です。経済成長していくと、どうしても格差というものが生じてしまう。その格差が生まれたときに、満足度が上がった人もいれば、やっぱり逆にならなくなってしまっている人も出てきます。そうすると、平均点をとっていくと特に幸福度が上がるわけではないというのが幸福のパラドックスです。

ブータンは、このあたりのことをよく分析をしている。私の目から見たブータンは、とても素朴な印象もあるのですがけれども、一方でよくいろいろなことを検討し、したたかに振る舞っていると感じます。日本みたいに経済成長しなければという気持ちとともに、でも日本人って本当に幸せなのだろうか、と冷静に見ていたりもしています。

経済成長をどんどん目指したところで、人が幸せにならないのであれば、経済成長というのはもしかすると緩やかでもいいのかもかもしれない。逆に経済成長することで失ってしまうものというものを大事にしたほうがいいのかというようなことをブータンは考えるようになったというわけです。

ブータンを訪問すると、何か懐かしい感じがするのです。それほどインフラも整っていない面もあるけれども、人のつながりが豊富にあります。人々は温かくて、温かいのだけれども、おもねるところがないというか、誇りをすごく持たれています。子供の表情がとても印象的で、小学校、中学校、高校を訪問しているのですがけれども、どの子供たちも学ぶ喜びを味わっている感じがしました。ちなみに、公教育は英語で行われて、今この写真に写っているぐらい、小学校低学年ぐらいの子供たちが分厚い算数の英語の教科書で勉強をしていました。

あと動物が自由にしています。ティンプーという首都にちょっとした車通りが多いところがあるのですがけれども、そこに犬が寝そべっております。お昼間は犬は大体寝ていて、夜にワンワン活動しています。それを車がそれをちょっとよけながら進んでいくという、そういう動物とも優しい関係を築いている。

あと日本の農業なんかでよく問題になるのが鳥獣害でして、例えばお猿さんが来たり、鹿が来たり、鳥が来て農作物を荒らすのもとても大きな問題になっていると思うのですがけれども、ブータンにももちろん鳥獣害があり、しょっちゅう畑が荒らされるようです。だけれども、ブータンの人に聞くと自分たちは絶対に「鳥獣害」という言葉を使わないようにしているそうです。「害だ」と言ってしまった時点で、もう動物と人間に線を引いて、こちらはよいもの、こちらは悪いものというふうにしてしまう。でも、そうではない。私たちは、自然をともに共有しながら暮らしている。もしかすると、逆に動物が暮らしているところに人間がお邪魔してしまっているのかもしれない。そうすると、向こうにとったら人間が害なのだ、だから自分たちは動物に対して「鳥獣害」という言葉を公的な文書なんかでは絶対に使わないようにしていますと、そういうことを国の機関の方がおっしゃっていました。こういうのもすごくブータンらしいなというふうに思うわけです。

その結果として、自然が物すごく豊かです。その分、不便です。山をばんと切り開いて、普通のバイパス道路をつくってしまえば隣町に行くのは楽なのですがけれども、それをブータンではやらないのです。やらない理由というのは、自然を守ることというのがブータン

人の幸せにとってとても大切であるということを彼らは調査から得ていて、そうするとインフラの整備のために山を削ってしまうというのはブータン人の幸福をそいでしまうことに長期的に見るとなるかもしれないということです。そういう意思決定をしてしまうのもとてもブータンらしいところです。

学校に通う子どもたちも、公務に当たる方たちも、ゴとかキラという民族衣装を着られていて、白い肩の布というのが日本で言うネクタイに当たるそうなのです。割とふだんはラフに、ゴの上のほうを脱いで、中に来ているTシャツを見せているのですけれども、ちゃんとしたところに入るときにはさっと上着を着直して、布を巻きつけます。

右下は料理ですね、ブータンにもし行ってみようと思われる方が一番心配されるのはお料理だと思うのですが、外国人が行くお店の料理はほとんど辛くないです。ヘルシーですごくおいしいです。赤いお米と、それからお肉と野菜が炒められたものというのが定番です。

あと子供たちが結構よく働いているのですが、今はきちんと義務教育で学校に行かせることに取り組んでいます。

あとは皆さんブータン展のほうでマニ車を回された方もいらっしゃると思うのですが、実際にこういう感じのマニ車があって、その周りでお年寄りとかがずっと座って、手に持っている小さなマニ車を回しながらお祈りをしています。実際に瞑想の時間とかお祈り時間が長くて、学校でも瞑想の時間を設けていたりします。

私がブータンに行ったときに学会で王様がいきなり登場されるということがありました。これは学会のプログラムがぼっと削られて、当日王様が来られることが知らされたりします。でも、もちろん誰からも不満の声はあがりません。うわっ、王様に会えるのだったらうれしいなみたいな感じで、実際にこうやって王様が来られて、とっても気さくに参加者たちと話をしてくださったり、握手してくださったりします。学会で記念撮影するときにも、王様や首相と一緒に入って、みんなとわいわいされ、とても尊敬されているけれど、身近な存在として王様がおられます。

そもそもなぜブータンが幸福の国として注目されるようになったのか。これ第4代国王、今の国王のお父様に当たる方です。この第4代国王が外国の記者に、あなたの国は本当に世界の中でも最貧国で、インフラもなく、しかも小さな国で、一体どうするのですかと聞かれたときに、うちの国はGDPではなくてGNHでやっていくのだということを宣言された。このGNHというのはグロス・ナショナル・パピネス、国民総幸福というので、これがその幸福の国ブータンとして知られることになったきっかけの大きなきっかけなわけです。

一方で実際GDPと幸福感というのは、それなりに関係していることがわかっています。いろいろな国を分布したもので、横軸がGDP、縦軸が幸福感です。GDPがいほうがある程度の地点までは幸福度があがります。一方である程度になると頭打ちになってしまって、GDPが高ければ高いほど、さらに幸福度が上がっていくわけではないということがわかっています。

また、GDPは低いだけでも、幸福度が高い国も結構あります。ラテンアメリカの国が多いのですが、メキシコとか、ブラジルなど、GDPは低いだけでも、文化の気質的な影響があると言われてしています。

ブータンは、インドと中国に挟まれた非常に小さな国です。面積は九州ぐらいで人口が70万人、これイメージとしては島根県の方が九州全体に散らばって暮らしているみたいな、そういうイメージだそうです。仏教国で、農業人口が9割。後発開発途上国で、最近は観光業と、それから水力発電を頑張っています。水力発電というのは、ブータンの地形を生かして、ヒマラヤ山脈の地形を生かして水力発電、ダムをつくっています。インドが最大貿易相手国で、電力をインドに売ったり、逆に工業製品はインドから輸入しています。それから、医療費と教育は無料にしています。

ブータンの「幸福」は国づくりの目標なのです。今たまたまブータンというのは幸福度も実際高くなっていますが、北欧の国々と比べて高いかと言われると、特にそうではありません。むしろ国づくりの中で幸せを重視しているというのがブータンの特徴になります。

そして、王立ブータン研究所、いわゆる政府のシンクタンクに当たるところが幸福について調査をし、政策を立案しています。かなり本腰を入れてやっていると云えます。そして、9つの柱を基本として、ビジョンの提示と、法律への反映というのをやっています。調査のやり方として、GNHを質問紙調査としてやるのですけれども、これがかなり大規模です。分厚い調査を、文字が読めない方もいらっしゃるといけないということで、山を調査員が歩いて、一軒一軒お訪ねし、調査票を口頭で説明しながら一日かけて回答してもらうという、それぐらいのことをやっているのです。

その後で、この実際の指標を数値化をして、例えば人々が本当に森林環境に満足しているかとか、労働環境に満足しているか、政治に満足をしているか、経済に満足をしているか、ちゃんと瞑想の時間はとれているだろうか、自分たちの本当の充足感を感じられているだろうかということを評価しています。

GNH委員会というのが5カ年計画を策定したりとか、各省庁の査定と予算配分なんかに口を出すということで、片手間とかではない感じの調査をやっています。

ブータンのGNHには4つの柱があって、これがとてもブータンで重視されている。1つが自然環境の保全、もう一つが公平で持続可能な社会経済開発、要するに経済発展、それから良い政治、最後が伝統文化の保護と振興というものです。これのどこかだけがとがっているわけではだめだと。4つのバランスが大事なのだとされています。例えば持続可能な社会経済開発、ここだけに注力をしてしまうと自然環境が壊れることがあります。それはまずい。

そして、9つの要素というのは、例えば時間の使い方ですね、健康はどうか、コミュニティーの力があるか、文化はちゃんと守られているか、良い政治ができているか、生活水準はどうか、心理的な健康はどうか、環境は良いか、教育は大丈夫か、こういう指標を使って9つの要素のうち6つ以上が満たされている状態というのを幸福という定義をしています。2010年調査では41%の国民が幸せと定義されたというふうにして、これがだんだん上がっているということがブータンのポイントになっています。

よくブータンでは、幸せの国と言うけれども、自分たちの言葉、ゾンカ語にはハピネスにあたる言葉はありませんというふうによくおっしゃられます。なぜかという、ハピネスというのは、例えばギャンブルをして勝ったときの幸せ、人に競争で勝って、自分がいい思いをしたときにもハピネスになってしまう、と。ブータンの言う本当の意味の幸せというのは、どちらかという、と充足に近いのだということをおっしゃられます。ほかの国

にあわせてハピネスと言っているのだけれども、本当は足るを知るという精神というのがとても大切で、あとは利他性、自分の幸せではなくて、周りの幸せ、全体の幸せを考えようというのがブータンの中でとても大切にされている心です。

ブータン仏教の精神が日常習慣の中でもかなり根づいていて、本当にお寺さんでは長い時間座ってお祈りされている方がいらっしゃいます。それから、文化の保全というのをとても大切にされていて、建物であるとか、あと民族衣装の保全につとめています。

また、町のコミュニティーがすごくしっかりしていて、こうして辻々でお話をされている方もたくさんいますし、子供たちも本当にかわいい子供たちが多く、結構話しかけてきます、英語を使いたくてしようがないという感じで、外国人を見るとすごく喜んで話しかけてきたりします。

英語が堪能なので、それなりに裕福なところのおうちの方だと英語圏に留学されるというケースがあるようです。あとはブータンも幾つかのコミュニティーにある大学が機能していて、大学進学率も徐々にふえているということです。

ただ、ブータンにも抱えている問題があります。1つは、首都ティンブーなのですけれども、このティンブーが急速に都市化してしまっていて、離農する若者がティンブーに来るのですけれども、それほど働く場所のキャパシティが無く、失業率が高くなっているという問題が生じています。

また、ブータンは、2020年までに自立経済をやるというふうに宣言をして、本当に水力発電と観光だけで果たして可能かどうかということもブータンの難しいところです。ブータンがこれらをうまく乗り越えていけるのかということのを実は世界中が注視をしている状態です。

では、最後に少しだけ日本の幸福をお話ししたいのですが、日本の幸福はデンマークとか、ノルウェーとか、ほかの先進国に比べると、先進国のグループの中では結構低いほうだということが見て取れるわけです。それが10点満点で例えば6点というような状況にあらわれていて、デンマークとかだと7点とか8点というのが平均点になりますので、1ポイントぐらい低いのです。これなぜ低いのかということが結構問題視されることがあって、一つは日本社会が本当に不幸なのではないかという話で、例えばいろいろしがらみがあるとか、今よく問題になっている働く時間が長過ぎる話とか、格差が広がっているとか、若者に夢や希望がないとか、あるいはもともと余りうきうきしない性質があるのではないかと、まあ、ぼちぼちですと言ってしまうのではないかといわれています。

一方で、日本にももしかすると日本でちゃんと見つけられる幸せというのがあるかもしれない。今までは北米とか欧米の社会のほうに目を向けていて、あるいは競争モデルの中で幸せを考えてきたのだけれども、本当にそれで日本はいいのかなということが考えられています。例えば、日本人の幸福感として結構特徴が挙げられるのは、穏やかな感情として幸福があるということです。うきうき、わくわく、どきどきよりも、寝る前にほっとしたとか、お風呂に入ったときなどの感情が私たちの幸せとして考えられています。

あと両義的と書いたのですがすけれども、幸せ過ぎると怖くなることがありますね。うまくいき過ぎると怖い、例えば宝くじとかで当たってしまうとどうしたらいいのだろうとかだったり、ほどほどぐらいがちょうどいいと思っている節があります。2ついいことはないものだ、いいことがあれば悪いこともある、それが人生なのではないかという人生観があ

るので、いいことばかり続いてしまうと今度は逆に悪いことばかり次に起こるのではないかという、そういう不安にさいなまれるという傾向があります。

それから、関係志向的なので、自分だけが突出して幸せだということよりは、やっぱり周りとの調和とかバランスとかを考えたい。例えばよく成果主義でお給料をどう配分するかという話があるときに、グループの中ですごく成果を上げた人が一人で報酬をもらってしまうと、会社の中で逆にやりにくいことになるということで、それほど傾斜がつきにくいというのが日本の会社のシステム。

それから、人並み感ですね、これは人並みであると何となく安心なのだけれども、人並みじゃないなと思うと急に自分は不幸なのではないかと心配になってしまう、そういう傾向があります。一方で物質的で、物質的な欲というのがすごくあって、無い物ねだりになる側面もあります。

内閣府の調査をやったときに、先ほど申し上げましたように現在あなた自身はどの程度幸せですかというのを聞くと平均点は6.6でした。

ちょっとおもしろいのが、このとき理想の幸福度を聞きました、あなたにとって何点ぐらいが理想的な幸福ですかと。そうするとこの平均7点ぐらいだったのです。3点ぐらい引いておいたほうがちょっと安心なわけですね。その7点ぐらいがいいかなというのと比べるとこの6.6というのはそう悪くはないわけです。つまり、6.6は確かに低いかもしれない。7点ぐらいあってもいいかもしれない。だけれども、別に10と比べる必要はないということなのです。

幸福というのはどんな意味がありますかと聞くと、アメリカ人は98%ぐらい幸福というのはすごくいい意味で答えられますが、日本だとグレーの部分が出てきます。幸せ過ぎるとだめになる、周りが見えなくなるとか、ねたまれてしまう、浮つく、成長がとまる、あるいはどうせ長くは続かないとか、求めても切りがないとか、実体がないみたいな、幸福のネガティブな側面についての回答をします。これは実は今大切なことなのかもしれません。一人一人が自分の物質的な幸福感を求め続けると、つついこちらの「負の側面」は忘れてしまいがちになる。しかしブレーキがあることによって、もしかすると自分がとり過ぎない、あるいは次の世代に何かを残すことができるかもしれない。実際によい感情を感じた後、そこに浸らず抑制する傾向は日本でアメリカより高いです。

日本では、幸せは完璧なものではありません。一人だけの幸せというのはどちらかというと完璧ではなくて、他者との関係の中で築かれる幸せというのが求められる幸せである。今まで幸福感についてはこうやって人生に満足しているとか、生活環境はすばらしいということで定義されてきたのですけれども、自分たちだけではなくて、身近な人も楽しい気持ちでいるか、大切な人を自分は幸せにできているかどうか、平凡だけれども、安定した日々を過ごせているかどうか、という幸福感というのがある。それがもしかすると私たちがボタンとも共通するところなのではないかなというふうに思います。

社会の歴史を考えると、個人の幸福がないがしろにされてきた歴史がありました。そういう中で個人の権利というものを獲得するために人々は戦ってきました。なので、個人の幸福というのは大切なものである。でも一方で、今度は社会の幸せとか、自分が周りをどう幸せにするかということに対してちょっと目を向ける視点がおろそかになってきたということがこの数十年起こってきたのではないか。



そうしたときに、個人の幸福というものを大事にしながら、今度はそれを場に還元していくということも大切になるわけです。自分の幸福だけを追い求めて、湯水のように資源を使い果たしてやろうとかではなくて、自分たちの子孫の世代、次の世代、何百年、何千年先の世代にも幸せがつながっていくような行動が必要でかもしれない。悠久の時間の流れの中で考えていく、こうしたことをブータンから学ぶことができるのではないかなということを考えています。

そういうわけで、いろんな国と日本を比較するということはよく行われますが、一方で単純な平均値だけだとわからないこともあります。なぜかというと、幸福の基準が違うからです。先ほどもありましたように、7点ぐらいがいいなと思っている国と、常に10点を目指していきましょうという国では、やっぱり考え方は違います。なので、やっぱり幸福の意味を考えていくということがとても大事なのだろうというふうに思います。

最後に、人とのつながりというものを資本とする考え方があります。社会関係資本といって、私たちはもしかするとつながりというのを見直すことによって、もっと幸せになれるかもしれないというような考えです。様々な信頼関係のネットワークや、持ちつ持たれつの互助関係を資本として生かしていこうという発想です。例えば弱い紐帯といって、自殺率が低い町というのは立ち話程度のおつき合いがすごく多いとか、相手が見知らぬ人であっても信頼してみようということの大切さが示されています。もしかするとこうした社会関係資本を地域の力として生かしていけるのではないかと。つながりみたいを生かしながら、個人の幸せと地域の幸せを結びつけられるかもしれない。

幸せを考える意義というのは、自分の生きる道だけではなくて、自分の家族や自分の住む町、国がどのようにすればよい状態でいられるのかについて考えることだと思います。未来に向かっていろんな意思決定をしなければいけない。そんなときに広い意味での幸せを追いかけられるかどうか。今たまたまおなかすいているから、これが食べたいとか、今ちょっとお金が欲しいという短期的な意思決定ではなくて、広い意味での幸せを追いかけられるかどうか、そんなことがすごく大切であろうと。何が幸せなのかを考えるためには、客観性も大切になります。調査や研究に意義があるとすればそういうところではないかなと考えています。

ブータンを通して日本を見るのが、少しでも皆さんの幸せにつながるようなヒントになればというふうに思っています。ご清聴どうもありがとうございました。(拍手)

○木村主査 内田先生大変ありがとうございました。

では、ここから質疑に入りたいと思います。会場の皆様から内田先生にご質問などがございましたらお受けしたいと思います。ご質問などございましたらお手を挙げてくださるようお願いいたします。

はい。

○質問者① 外国人が入国する場合は、国によっては必ずガイドをつけなければダメだということがありますけれども、ブータンではそういうことはございませんか。

○内田由紀子氏 ガイドをつけてということが基本になっています。1日あたりの単価に

ガイドさんとホテル代が含まれるのが通常です。ガイドさんは日本語ができる方もおられます。車がないと移動できないので、ガイドさんとドライバーさんがセットになっているケースというのが一番基本かなというふうに思います。

○質問者① ありがとうございます。

○木村主査 ありがとうございます。ほかにございませんか。

はい。

○質問者② ブータンの国民の平均寿命というのはどのぐらいなのですか。それから、20代から40代くらいの働き盛りの比率とか、そういう人口比率を教えてください。

○内田由紀子氏 小さいころの乳児死亡率がすごく高いときいたことがあります。あと医療機関が近くにないとか、救急車を呼んでもなかなか到着しないなどもあるそうです。

平均寿命は日本よりも低く、69歳ぐらいです。

それから人口比率ですけれども、若い人は多いです。その分都市部の若い人の失業率も高くなっているときいています。

○木村主査 ありがとうございます。では、ほかにございませんか。

○質問者③ 県立中央病院に勤務しております者です。内閣府のほうで、たしか内田先生が中心になって調べられていたデータがあるかと思うのですけれども、幸福度でのどの項目が重要かというような、そんなようなのがあったと思うのですけれども、40代以上では軒並み健康という項目が結構高く比率を占めていたと思うのですけれども、先ほどブータンでも医療のお話もありましたけれども、ブータンではそういった傾向はどうなのかというところが1つと、それから日本人はブータンに比べればかなり医療も進んでいるこの状況で、それでも健康というのが項目として高く、しかもそれでも幸福度はそんなに高くないところで日本の医療というところで健康について、どこをどうしていったら幸福度が6から7ぐらいになるのかなというような、もし何かありましたら教えていただけますでしょうか。

○内田由紀子氏 ありがとうございます。ブータンは、基本的にお医者さんの数が不足をしています。最近やっと大学の医学部が新設されまして、ブータンで独自にお医者さんを育てるといふ仕組みが出てきているので、これからは増えていくかもしれません。ブータンでも健康は大事だということになるのですけれども、それがやっぱり医療機関に依存したものよりも、セルフコントロールでのケアが多かったわけです。

集団検診などがなかったため、調べてみると糖尿病予備軍の方が意外と多かったりということがあったりしたそうです。日本は逆に健康に気を使うときにセルフケアよりはお医者さんにお任せしてしまえというように、医療機関への依存度が高くなっている分、逆にお医者さんに対してのフラストレーションがすごく向きやすくなっているように思います。

そういう意味で言うと健診の受診率というのは実はすごく大事な気がします。予防行動ですね。ブータンでもそれが足りていないし、日本でも健診の受診率というのはたしかアメリカなどと比べると低いです。もしかすると伸びしろがある部分ではないのかなというふうに考えています。

○木村主査 ありがとうございます。まだまだ質問の手が挙げていただいておりますが、すみませんが、最後の一人といたします。

○質問者④ 英語教育に非常に力を入れているという話だったのですが、英語教育をやり過ぎると自分たちの文化をぶち壊すパワーを持っているという危険性があるのではないかなと思ったのですが、その一方でゾンカ語教育というのはどのような形で力を入れているのでしょうか。

○内田由紀子氏 ありがとうございます。もともとはインドから教師を招いていたという事情もあるようで、英語でやりとりしているうちに、いろんな国の人たちとの友好関係を築くために英語教育が大事だとされていったということらしいのですが、一方で伝統文化の保全に通じるゾンカ語も大事にされているようです。今まで公教育で英語を受けていなかった世代と、現在英語で教育を受けている世代の人口比率が変わってきたときにどうなっていくのかというのはこれから注視していかないといけないところなのだろうなと思います。

○木村主査 たくさんのご質問ありがとうございます。まだまだ質問をされたい方がいらっしゃると思いますが、時間となりましたので、以上で質疑応答を終了させていただきます。

内田先生への感謝の意を込めまして、改めて皆さんから盛大な拍手をお願いいたします。  
(拍手)

講演会は以上をもって終了とさせていただきます。長時間にわたりありがとうございました。