「高知県民総幸福度（GKH）に関するアンケート調査」
総括レビュー報告書

2023 年 3 月

土佐経済同友会 GKH 委員会
一般社団法人しあわせ推進会議
高知大学次世代地域創造センター

「高知県民総幸福度（GKH）に関するアンケート調査」

総括レビュー報告書

2023 年 3 月

土佐経済同友会 GKH 委員会

一般社団法人しあわせ推進会議

高知大学次世代地域創造センター

目　次

はじめに 3
第１章　本レビューの背景 4
1.　政策分野における幸福度を取り巻く現況 4
2.　高知県民総幸福度指標の策定背景 4
第２章　高知県民総幸福度指標（GKH）とアンケート調査 6
1.　高知県民総幸福度指標（GKH） 6
2.　GKH アンケート調査 7
3.　GKH アンケート調査項目の変遷とレビューの方向性 7
4.　GKH アンケートにおける調査質問項目について 8
第３章　レビュー結果 9
第１節　全年度共通項目の推移（2013～2022 年度） 9
第２節　主観的幸福度（SWB）（2019～2022 年度） 9
1.　主観的幸福度の推移 9
2.　性別で見た主観的幸福度 11
3.　世帯別で見た主観的幸福度 13
4.　年齢層別で見た主観的幸福度の推移 14
第３節　人生満足度 16
第４節　地域別に見た主観的幸福度 17
1.　地域ブロック別に見た主観的幸福度の推移 17
2.　市町村別に見た主観的幸福度の推移 20
第５節　領域別に見た主観的幸福度 24
1.　相関分析 24
2.　各領域の幸福実感 26
第４章　全体まとめ 38
おわりに 40
付　表 41
参考文献 43

はじめに

近年、人々の幸福度・ウェルビーイング向上に着目した取り組みが注目を集めています。気候変動による環境の持続不可能性、人口減少と社会の高齢化、益々広がる所得格差や不平等、新型コロナウィルス感染症の拡大など、これまでの右肩上がりを前提とする様々な社会システムに歪みが生じており、将来にわたる地域づくりのあり方そのものが問われてきています。ここ最近では、人々の幸福度の向上は、単に国内総生産（GDP）の水準やマクロ経済成長など、経済的・物質的豊かさの追求という価値基準だけでは、必ずしも人々の幸福度の向上にはつながらず、真の幸福実感を捉えきることができない、という考え方が浸透し始めています。このことは、2015 年に国連総会にて全会一致で採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」にある持続可能な開発目標（SDGs）にも示されているように、経済面、社会面、環境面の調和のある成長が不可欠であるとする持続可能な開発（成長）概念にも通じるものがあります。

そのような中、土佐経済同友会及び一般社団法人しあわせ推進会議は、このような地域に暮らす人々の豊かさを捉える新しいアプローチをいち早く察知し、GDP や経済成長率など物質的豊かさという従来の価値基準だけでは測ることが難しい幸福実感を捉え、高知県独自の豊かさの指標として「高知県民総幸福度（Gross Kochi Happiness：GKH）（以下、「GKH」という。）の指標案づくりを進め、また高知県民の幸福実感について、2013 年度からほぼ毎年アンケート調査を実施してきました。

本報告書は、土佐経済同友会及び一般社団法人しあわせ推進会議が、高知大学次世代地域創造センターと連携し、これまで計 7 回（2013 年度、2014 年度、2016 年度、2019 年度、2020 年度、2021 年度、2022 年度）実施してきた GKH にかかるアンケート調査結果を総括し、高知県民が感じる主観的な幸福実感に関して、その特徴や傾向を取りまとめたものです。

私たちの幸福実感は人それぞれ千差万別であり、幸福実感の向上は個人主義的な自己責任論として捉えられがちです。しかし、幸福度に関する最近の多くの研究では、個人が幸福を感じられる要因には、経済的側面がもちろんですが、自然・生活環境、人とのつながりなどの暮らしを支える基礎的条件が影響すると言われています。

人々の幸福実感の向上は、個人的問題としてのみ捉えるのではなく政策課題として捉える必要があります。つまり、幸福度向上を政策目標とし、住民幸福度の可視化や関連政策の実現として据えるべきであると言えます。

本報告書は様々な視点から幸福度と高知県ならでは生活環境との関係についても検証しています。本報告書が、現在及び将来にわたる高知県民の幸福・ウェルビーング向上の一助になることを切に願います。

第１章　本レビューの背景

1. 政策分野における幸福度を取り巻く現況

近年、人々の幸福度向上に着目した取り組みが注目を集めています。その背景として、かつて、経済活動が活発化することで低所得層にも富が浸透し、利益が再分配されることで多数の人々が幸福に暮らせる社会が築けるという経済開発中心のアプローチ（トリクルダウン）が主張されてきました。

しかし、ここ最近では、人々の幸福度の向上は、単に国内総生産（GDP）の水準やマクロ経済成長など、経済的・物質的豊かさの追求という価値基準だけでは、必ずしも人々の幸福度の向上にはつながらず、真の幸福実感を捉えきることができない、という考え方が浸透し始めています。

このことは、2015 年に国連総会にて全会一致で採択された「持続可能な開発のための 2030 アジェンダ」にある持続可能な開発目標（SDGs）にも示されているように、経済面、社会面、環境面の調和のある成長が不可欠であるとする持続可能な開発（成長）概念にも通じるものがあります。

政策分野における幸福度に関する調査や指標の策定に関して、国民の幸福度指標である GNH（国民総幸福度）を策定したブータン国をはじめ、2012 年以降、国連の持続可能な開発ソリューションネットワーク（SDSN）が毎年「世界幸福度報告（World Happiness Report）」を発行しています。

また、日本国内では、内閣府が幸福度指標の試案を提示し、加えて、東京都荒川区 や熊本県 など多くの地方自治体が、住民の幸福度を測る指標を設定して定量化を図るなど、各種の政策判断に反映させる取り組みが行われています。

2. 高知県民総幸福度指標の策定背景

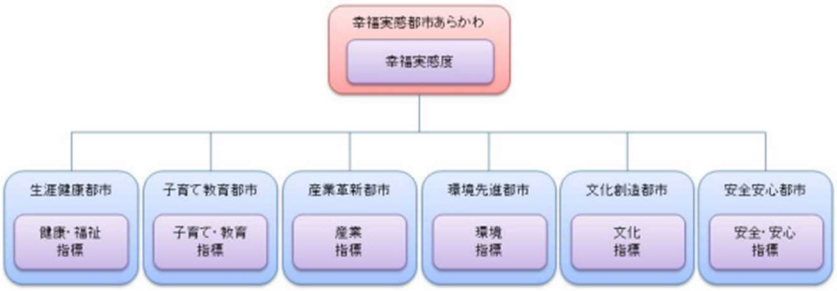
幸福度に関してインターネットや書籍などのメディアにおいて、各都道府県の幸福度ランキングが発表され、高知県は常に最下位にランクされていました。しかし、高知県民の多くはこのようなランキングに示されたような不幸せを感じておらず、高知県で暮らすことに幸福感を感じているのではないかという問題意識のもと、土佐経済同友会 GKH 委員会では、2013 年度より、「高知県民総幸福度（Gross Kochi Happiness：GKH）アンケート調査」をほぼ毎年、2022 年度現在計７回実施してきました。

そのプロセスにおいて土佐経済同友会 GKH 委員会は、東京都荒川区が先行して策定してきた「荒川区民総幸福度（GAH：Gross Arakawa Happiness）指標」をモデルに、高知県独自の地域性を加味しながら、高知県民の幸福度を「見える化」するために、高知県幸福度指標を策定しました。

図 1 地方自治体による幸福度指標及び調査の先行例

(1) 荒川区民総幸福度（GAH）

・ 東京都荒川区では、2010 年度に「荒川区民総幸福度（GAH：Gross Arakawa Happiness）指標」を作成し、「幸福実感度」と、その基礎となる「健康・福祉」「子育て・教育」「産業」「環境」「文化」「安全・安心」の 6 つの分野体系の指標によって構成されています。平成 25 年から「荒川区民総幸福度（GAH）に関する区民アンケート調査」を実施し、調査結果は「荒川区民総幸福度（GAH）レポート」として公表されています。



(2) 熊本県民総幸福量（AKH）

・ 熊本県では、「県民幸福量の最大化」の考え方のもと、県民幸福量を測る総合指標として“県民総幸福量（ＡＫＨ：Aggregate Kumamoto Happiness）”を作成しています。

・ 幸福の要因を「夢を持っている」「誇りがある」「経済的な安定」「将来に不安がない」の４つに分類し、その要因ごとの「満足度」や「ウエイト」という主観を県民アンケートにより測定し数値化する全国の先駆けとなる取り組みを行っています。

・ 2012 年度に調査を開始し、2022 年度で計 9 回実施。県民アンケート「県民の生活や県の取組みに関する意識調査」の結果に基づいて、“県民総幸福量（AKH）”を算出するとともに、地域別や年齢階層別での違い等を整理しています。

第２章　高知県民総幸福度（GKH）指標とアンケート調査

1. 高知県民総幸福度（GKH）指標

高知県民総幸福度指標（GKH：Gross Kochi Happiness）において、高知県民の幸福実感に影響を与える要素を７つの領域、すなわち、①健康や人とのつながり、②子育て・教育、③働くこと、④生活環境、⑤文化や地域、⑥安心や安全、⑦お住まいの都道府県について、に区分し、それぞれの領域をさらに細分化し重要項目を立てています。

図 2　高知県民総幸福度指標（GKH）

分野	重要項目	指標
健康や人とのつながり	いざという時に頼れる人が身近にいること	つながり
	家族と過ごす時間があること	家族のだんらん
	心身ともに健康的な生活であること	心身の健康
	社会の中で自分の役割や居場所があること	自分の役割
	身近に信頼できる医療機関があること	医療の充実
子育て・教育	子どもが安心して通学、遊びができる地域の見守りがあること	地域の見守り
	子育ての環境が充実していること	子育て環境の充実
	子どもが社会生活上、必要な知識や技能、社会性、体力などを総合的に身につけること	生きる力の習得
働くこと	経済的に困らない生活を送ることができること	経済的なゆとり
	一定の生活水準が確保されていること	生活水準の確保
	精神的に余裕のある生活を送れること	精神的なゆとり
	仕事と生活とのバランス（ワークライフバランス）が取れていること	ワーク・ライフ・バランス
	仕事にやりがいや充実感があること	仕事のやりがい
	通勤、通学が苦にならないこと	通勤・通学時間の短さ
	勤め先でのコミュニケーション、チームワークがとれていること	職場コミュニケーション
	所属している組織に愛着があること	職場への愛着心
	所属している組織に憧れる先輩、上司がいること	ロールモデルの存在
	所属している組織に多様性を受け入れる風土があること	多様性の受容
生活環境	自由になる時間が充分とれていること	時間の自由度
	暮らしやすい生活環境があること	生活環境の充実
	住んでいる地域では生活する上での不快さが無く快適であること	周辺環境の快適さ
	困っている人に声がけや協力する雰囲気が地域にあること	心のバリアフリー
文化や地域	興味・関心がある活動や行事が地域にあること	興味・関心事への取り組み
	地域に頼れる人がいること	地域に頼れる人がいる実感
	地域の文化や特色に愛着や誇りを感じること	地域への愛着
	満足できる余暇があること	満足できる余暇
	地域に居心地の良さと感じること	居心地の良さの実感
安心や安全	犯罪への不安がないこと	防犯性
	災害に対する備えは充分であること	災害への備え
	ウイルス感染症に対する備えが充分であること	公衆衛生活動への取り組み
	日頃から近隣の人と交流があること	絆・助け合い
	女性が安心して外出できること	女性の安心実感
お住まいの都道府県	身近に自然に接する場所があること	自然環境の充実
	仕事や学校以外で多くの交流があること	人的交流の充実
	住んでいる地域が域外からみて魅力があること	地域の魅力
	住んでいる地域の暮らしで幸せだと感じられること	幸福の実感

2. GKH アンケート調査

GKH アンケート調査は、2013 年度から断続的に、2019 年度以降は毎年アンケート調査が実施されてきました。2013 年度から 2022 年度まで計 7 回にわたって実施された GKH アンケート調査には、延べ 3 万人を超える方がアンケートに参加いただきました。

この調査データに基づき、本レビューは、高知県民が感じる主観的な幸福実感や幸福実感をもたらす様々な社会活動分野についての幸福実感の特徴や傾向を掴むことで、高知県らしい真の豊かさの見える化を図かる試みを行いました。

GKH アンケート調査は、調査実施当初の 2013 年度から随時改定が加えられており、アンケート実施当初から現在に至るまでの全ての項目の推移の把握や経年比較が難しい内容となっていますが、2019 年度以降は若干のマイナーチェンジを重ねながら、ほぼ毎年同様の調査項目でアンケートが実施されていました。

図 3　これまでの GKH アンケート調査の概要

	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	第7回
	2013年	2014年	2016年	2019年	2020年	2021年	2022年
アンケート実施時期	12月5日～12月31日	12月10日～1月7日	6月1日～6月30日	7月17日～7月30日	7月1日～7月21日	7月1日～7月21日	7月1日～7月21日
調査対象	高知県在住中学生以上	高知県在住満20歳以上	高知県在住満15歳以上	高知県在住満15歳以上	高知県在住満15歳以上	高知県在住満15歳以上	高知県在住満15歳以上
回答者数	4,009	2,844	8,911	4,078	4,016	4,352	3,315
(うちWeb)	–	–	–	(1,776)	(1,540)	(2,423)	(2,174)
(*)	第1回～第3回は**5**段階回答で、5. 大いに感じる、4. 感じる　に分類された割合 第4回～は**10**段階回答で、10. ～ 7. に分類された割合						

※延べアンケート参加人数：31,525 人

3. GKH アンケート調査項目の変遷とレビューの方向性

GKH アンケート調査の調査項目は、前章 2 で示したとおり、実施回を重ねるごとに調査項目は改定・変遷しています（アンケート開始当初の調査項目は付表参照）。2019 年度より調査項目が統一化され、ほぼ毎年同じ項目で調査することが可能になりました。

このため、本レビューでは、過去の調査結果すべての項目を比較分析することが難しい状況のため、GKH アンケート調査を開始した当初から共通して捉えている一部項目での比較に加えて、比較可能な範囲で、特に全体的な主観的幸福度や領域ごとの幸福実感等との関係については、2019 年度から 2022 年度の 4 年間を中心に比較分析しています。

4. GKH アンケートにおける調査質問項目について

2019 年度～2021 年度に関する幸福度の質問項目は、主観幸福度（SWB）は 10 段階の尺度を用いて調査。10 段階のうち 10 を「非常に幸福である。」から 1 を「非常に不幸である。」という主観的な幸福実感を尋ねています。なお、「10 段階尺度での幸福度」の質問に回答していない回答は集計から除外している。

第 2 に、人生満足度は、回答された番号（1 から 7 まで）を点数化し、総和の最大を 35 点、最小を 5 点とし、「不明・無回答」を有効回答数から除外しています。

第 3 に、各政策領域について、「健康・人とのつながり」、「子育て・教育」、「働くこと」、「生活環境」、「文化や地域」、「安心や安全」、「お住いの都道府県」の 7 分野について、各質問項目の実感度を質問しています。

各領域の質問に対する幸福実感の 1 から 5 までの回答について、低い方から実感度 1 を 1 点、2 を 3 点、3 を 3 点、4 を 4 点、5 を 5 点とし、「わからない」・「無回答」を有効回答数から除外しています。

第３章　レビュー結果

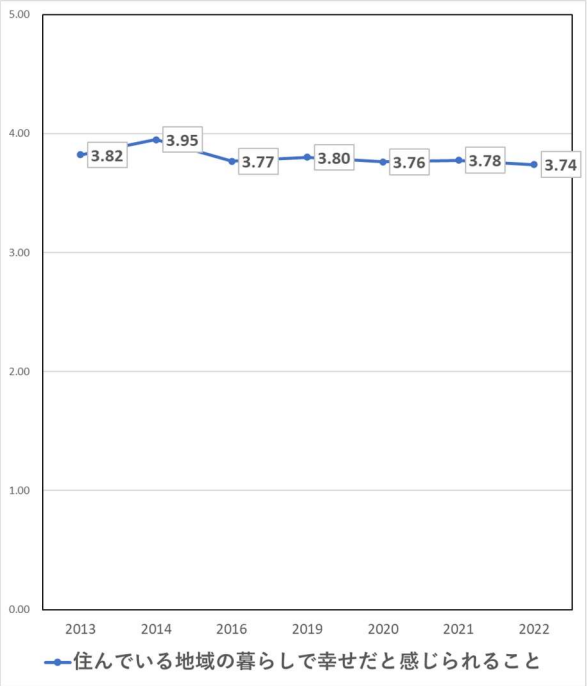
第１節　全年度共通項目の推移（2013～2022 年度）

2013 年度から計７回実施してきた調査項目で共通してアンケートを実施してきた項目は、**「あなたは高知県で暮らして幸せ だと感じますか？」**です。この点に関して、2014 年度に最も高い実感を示しましたが、経年変化の様子を見ると、全体推移としては余り大きな変化がないと考えられます。

ポイント

- ✓ 高知県で暮らして幸せ だと感じるかについて、2014 年度が最も高いが、全体の推移としては余り大きな変化がない傾向にある。

図 4　「あなたは（お住まいの都道府県※高知県）で暮らして幸せ だと感じますか？」



第２節　主観的幸福度（SWB）（2019～2022 年度）

1. 主観的幸福度の推移

人々の主観的幸福度を測定する方法として、2019 年度以降、10 段階の尺度を用いていま

す[1]。これは、1を「非常に不幸である」から10を「非常に幸福である」として人々の主観的な幸福実感を数値化して捉える尺度です。この尺度は、幸福度に関する政策を実施する一部の自治体で用いられており、当初土佐経済同友会 GKH 委員会は、本 GKH 調査構築の際に参考とした荒川区や熊本県等の取り組みをベンチマークとして用いました。この測定法は2019年度以降、毎年調査を実施しています。

2019～2022年度の4年間において、「あなたは普段どの程度幸福だと感じていますか？」の質問について、こちらも全体の推移としてはあまり変化はなく、概ね6.6ポイント台で推移しています。

各年度における主観的幸福度の平均値の差に意味があるかについて、一元配置分散分析を行ったところ、有意差はないことが分かりました。

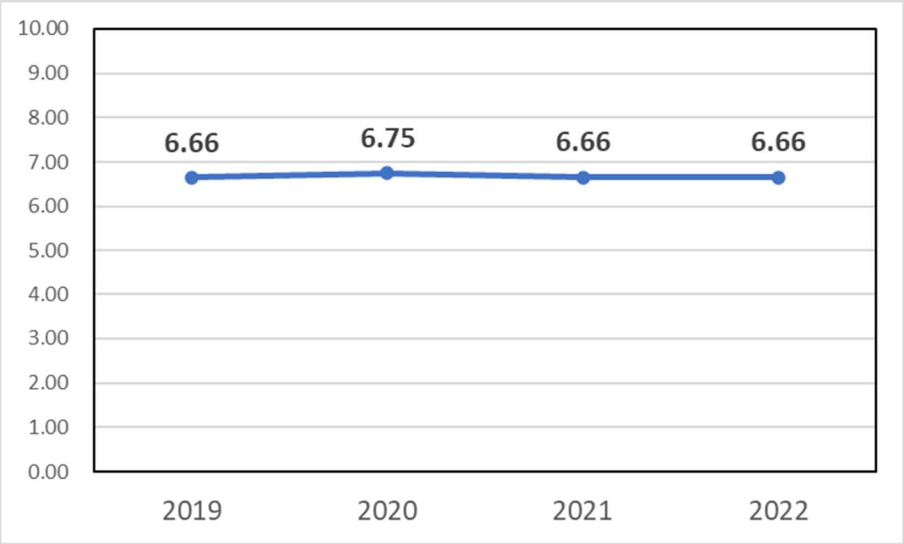
2020 年以降、新型コロナウィルス感染症拡大の影響が、経済・社会に大きな影響を及ぼしているが、長期的トレンドを見ると高知県で暮らして幸せと感じる実感や、普段どの程度幸福だと感じているかについての実感には大きな変化が見られない様子が伺えます。

ポイント

✓ **過去4年間の主観的幸福度には有意な差が見られない。**

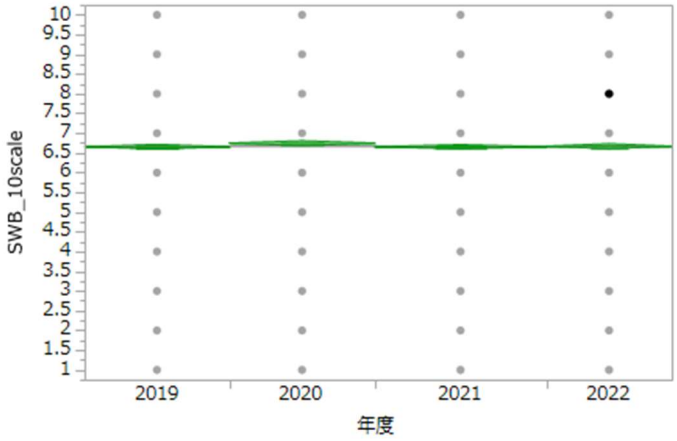
図 5　主観的幸福度（SWB）の年次推移

「あなたは普段どの程度幸福だと感じていますか？」



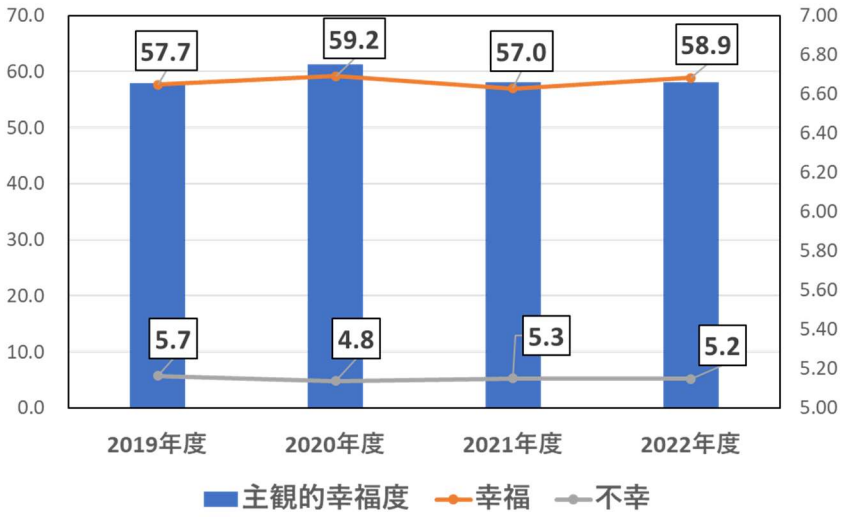
[1] 1から10までの10件法による主観的幸福度（SWB：Subjective Well Being）を測った。「普段どの程度幸福だと感じていますか？」の質問について、最も幸福度が低いと感じるものを1、最も幸福度が高いと感じるものを10とする測定方法を用いた。

図 6　主観的幸福度（SWB）：一元配置分散分析



また、10 段階の主観的幸福度のうち、7～10 を「幸福」、1～3 を「不幸」に区分しその推移を見たところ、幸福の回答比率の割合が 2020 年度から 2021 年度に 2.2%減少し、不幸の回答比率の割合が 0.5%増加しています。その後 2022 年度には幸福の割合が増加しますが、これはコロナ禍における生活変化の影響が考えられます。

図 7　主観的幸福度の回答比率の比較



2. 性別で見た主観的幸福度[2]

過去 4 年間(2019-2022)における性別でみた全体の主観的幸福度の平均値は、男性が 6.64、女性が 6.75、申告なしが 5.10（ただし、2020-2022 年度の 3 年間）で、女性の主観的幸福度が最も高い傾向にあります。４年間全体を通じて性別の違いによって主観的幸福度に差

[2] 2013 年度,2014 年度,及び 2016 年度は、SWB の該当質問項目なし。

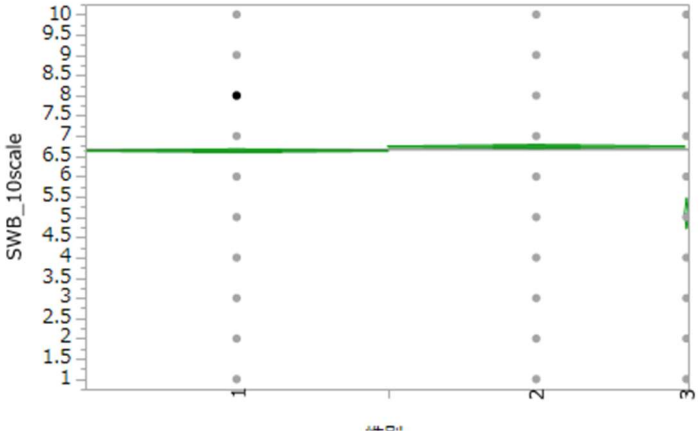
があると言えるかについて、一元配置分散分析を行ったところ有意差が見られました。

また、性別と各年度でクロス集計し、主観的幸福度の平均値の推移を見たところ、全般的に女性の方が男性や申告なしの方々より高いものの各年度の変動は少ない傾向にあります。

ポイント

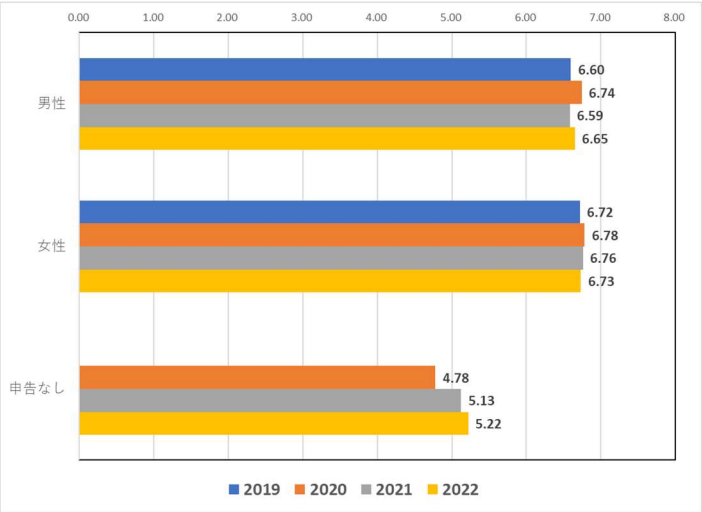
- ✓ 高知県民の主観的幸福度は、性別によって差が見られる。
- ✓ 男性や申告なしの方に比べて女性の主観的幸福度は高い。
- ✓ 性別ごとに過去 4 年間の主観的幸福度の推移を見たところ、男性及び女性の間おいては大きな差は生じていないものの、申告なしの方々の主観的幸福度は上昇傾向にある。

図 8　観的幸福度（性別）：一元配置分散分析[3]



男性　　女性　　申告なし

図 9　主観的幸福度（年度×性別）



[3] 1%有意。

3. 世帯別で見た主観的幸福度[4]

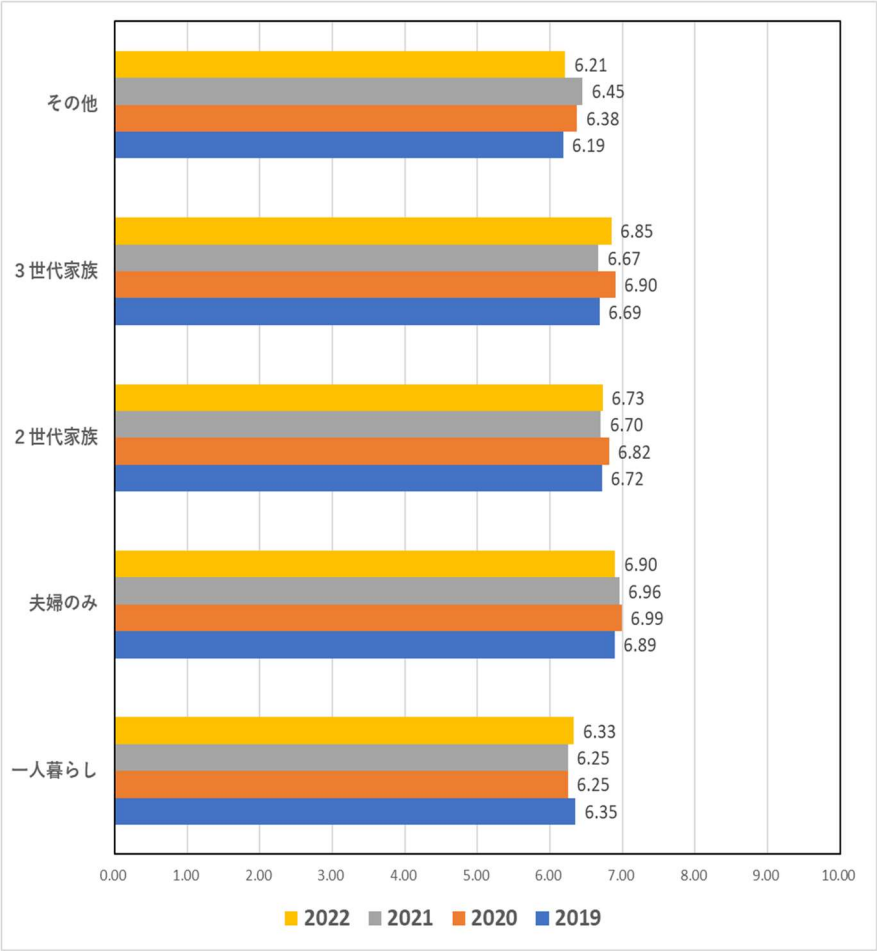
2019 年度から 2022 年度における世帯別にみた主観的幸福度の推移を見ると、1 人暮らし世帯における全体の幸福実感は低い傾向が見受けられます。一方、夫婦のみ世帯における全体の幸福実感は高い傾向にありました。子どもを持つ世帯と 3 世代家族は、夫婦のみ世帯よりも全体を通じて主観的幸福度は低い様子が伺えます。

4 年間全体を通じて、家族構成の違いによって主観的幸福度に差があると言えるかについて、一元配置分散分析を行った結果、家族構成の違いによる主観的幸福度に有意な差が見られました。

ポイント

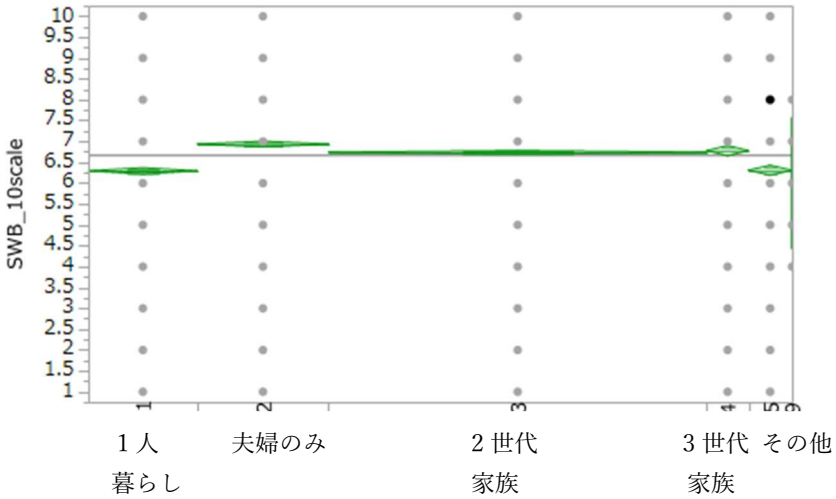
- ✓ 高知県民の主観的幸福度には家族構成の違いによって差が見られる。
- ✓ 1 人暮らしの高知県民の主観的幸福度は他の世帯構成と比べて低い。

図 10　世帯別に見た主観的幸福度の推移（2019-2022）



[4] 2013 年度,2014 年度,及び 2016 年度は、SWB の該当質問項目なし。

図 11　主観的幸福度（世帯構成）：一元配置分散分析[5]



4. 年齢層別で見た主観的幸福度の推移[6]

年齢層別でみた主観的幸福度の推移（2019ー2021）を見ると、総じて 20～29 歳の若年層の主観的幸福度が他の年齢層に比べて低く、世帯別の主観的幸福度の傾向を踏まえると、高知県民の主観的幸福度について、単身暮らしの若年層の幸福度の低さが特徴的といえるかもしれません。

一方、60 代以上の主観的幸福度は他の年齢層に比べて最も高いことが分かります。このことは、高齢化が進む高知県において、年老いても幸せに暮らせる実感を有する地域として希望を見出せる可能性があると思います。

加えて、4 年間全体を通じて、年齢層の違いによって主観的幸福度に差があると言えるかについて、一元配置分散分析を行った結果、年齢層の違いによる主観的幸福度に有意な差が見られました。

ポイント

- ✓ 高知県民の主観的幸福度は、年齢層による差が見られる。
- ✓ 20 代の主観的幸福度は他の年齢層に比べて最も低い。

[5] 1%有意。

[6] 2013 年度,2014 年度,及び 2016 年度は、SWB の該当質問項目なし。

図 12　年齢別に見た主観的幸福度の推移

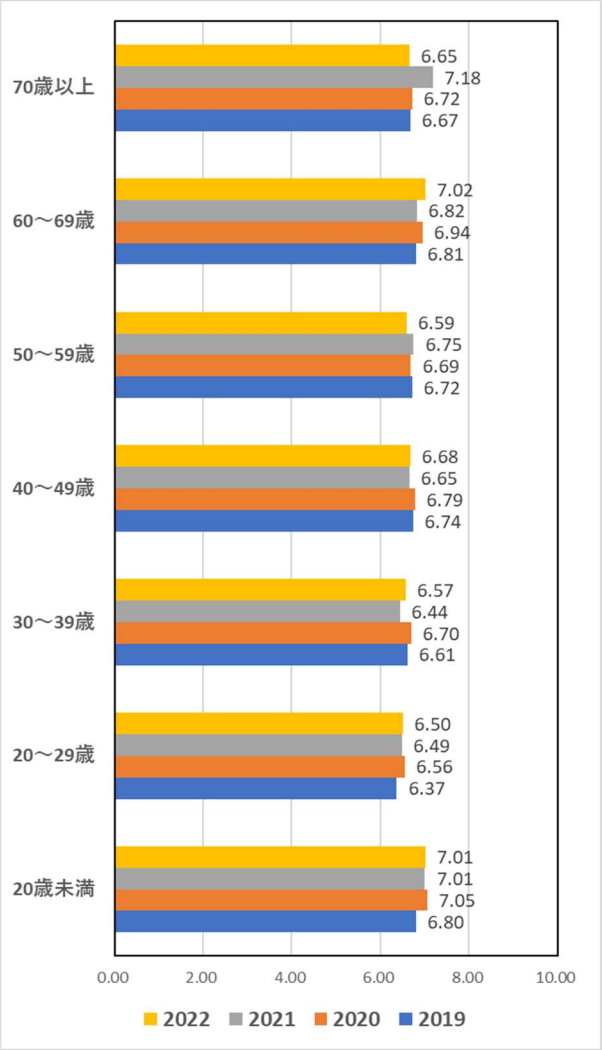
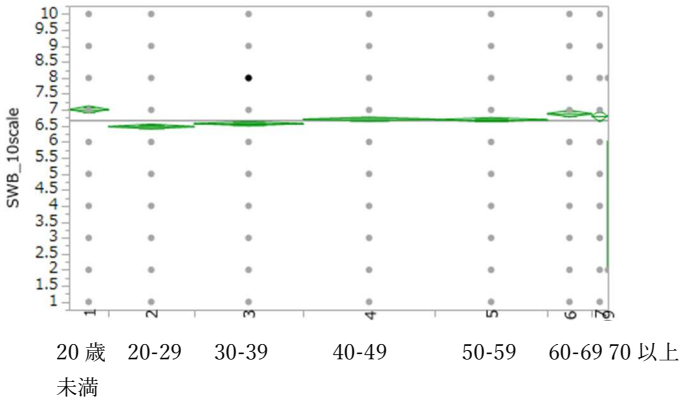


図 13 観的幸福度（世帯構成）：一元配置分散分析[7]



[7] 1%有意。

第 3 節　人生満足度

人生満足度の尺度は、より長期的な主観的幸福度を図る尺度として用いられることがあり、GKH アンケート調査においては、2019 年度より導入されました。

人生満足度の測定には次の 5 つの尺度が用いられています。すなわち、①ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い、②私の人生は、とても素晴らしい状態だ、③私は自分の人生に満足している、④私はこれまで、自分の人生に求める大切なものを得てきた、⑤もう一度人生をやり直せるとしてもほとんど何も変えないだろう、です。

図 14　人生満足度の尺度

人生満足度の尺度

1. ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い。
2. 私の人生は、とても素晴らしい状態だ
3. 私は自分の人生に満足している。
4. 私はこれまで、自分の人生に求める大切なものを得てきた。
5. もう一度人生をやり直せるとしても、ほとんど何も変えないだろう。

※１～７点の総和の最大を３５点、最小を５点として計算。

（出典：前野（2013））

これら各項目について 1 点（満足度が低い）から 7 点（満足度が高い）の総和の最大を 35 点、最小を 5 点として計算します[8]。

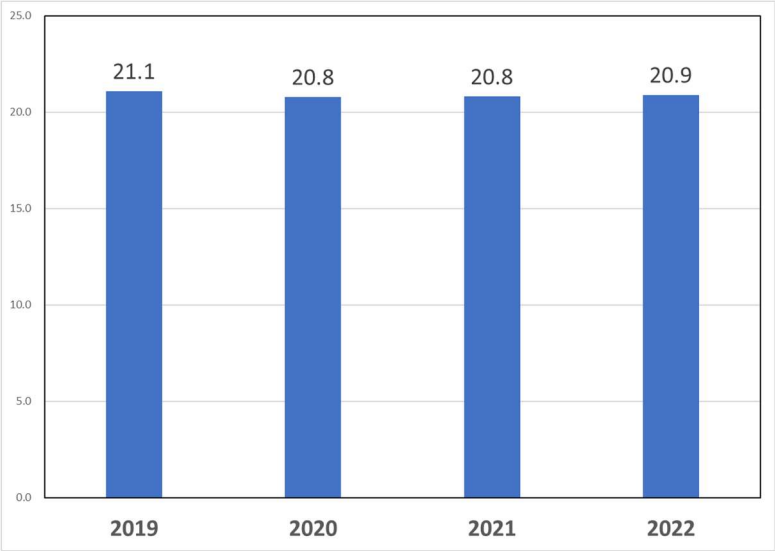
2019-2022 年度までのトータルの人生満足度は、20.1 点でした。2019 年度より調査を開始した人生満足度の平均値に関する過去 4 年間の推移についてみたところ、2019 年度と 2021 年度の差は、0.2 ポイント減少しているが、顕著な変化は見受けられません。2020 年の新型コロナウィルス感染症拡大による経済社会への影響は大きい状況ですが、より長期的な高知県民の主観的幸福実感にはあまり大きく影響していない状況が伺えます。

ポイント

- ✓ **2019-2022 年度までのトータルの人生満足度は、20.1 点。**
- ✓ **より長期的な時間軸で捉える人生満足度にはほとんど変化が見られない。**

[8] （参考）日本人 1,500 人のインターネット調査(2011 年)において、点数分布は、平均 18.9 点。（出典：前野（2013）「幸せのメカニズム：実践・幸福学入門」）

図 15　人生満足度の推移（2019-2022）



第 4 節　地域別に見た主観的幸福度

1. 地域ブロック別に見た主観的幸福度の推移

高知県を７つの地域ブロック（安芸、物部川、高知市、嶺北、仁淀川、高幡、幡多）別に区分し、過去 4 年間（2019-2022 年度）における各地域ブロックの全体の主観的幸福度については、幡多地域の幸福実感に上昇トレンドが見受けられます。他の地域ブロックについては顕著な上昇及び下降トレンドは見受けらません。

加えて、各地域ブロックを構成する市町村別に主観的な幸福実感について見たところ、以下の傾向が見られました。

なお、各市町村別の主観的幸福度は、各市町村で回答サンプル数に大きな差があり、あくまで参考値として示しています。また、以下に示したレーダーチャートの基準値は統一して掲載していません。あくまで図表にて傾向を見やすくするために表示を変えています。

ポイント

(1) 安芸地域

芸西村は、2019 年度から直近の 2022 年度にかけて全体的な主観的幸福実感が上昇傾向にあります。

一方、**奈半利町**は、2019 年度から 2022 年にかけて主観的な幸福実感が下降傾向にあります。

(2) 物部川地域

香南市は、2019 年度から 2022 年度にかけて主観的な幸福実感に毎年上昇傾向が見られます。

一方、幸福実感が下降傾向にある市は見受けられませんでした。

(3) 高知市地域

高知市地域（高知市のみ）の全体の幸福実感について、2019 年度から 2022 年度にかけての幸福実感は、上昇及び下降傾向いずれも見受けられませんでした。

(4) 嶺北地域

2021 年度はいずれの市町村も下降傾向にありましたが、その後 2022 年度の上昇傾向に転じた市町村は、**大豊町**と**土佐町**でした。

(5) 仁淀川地域

佐川町は、2021 年度に若干減少したものの、2019 年度以来主観的幸福実感は上昇傾向の特徴が見られます。

(6) 高幡地域

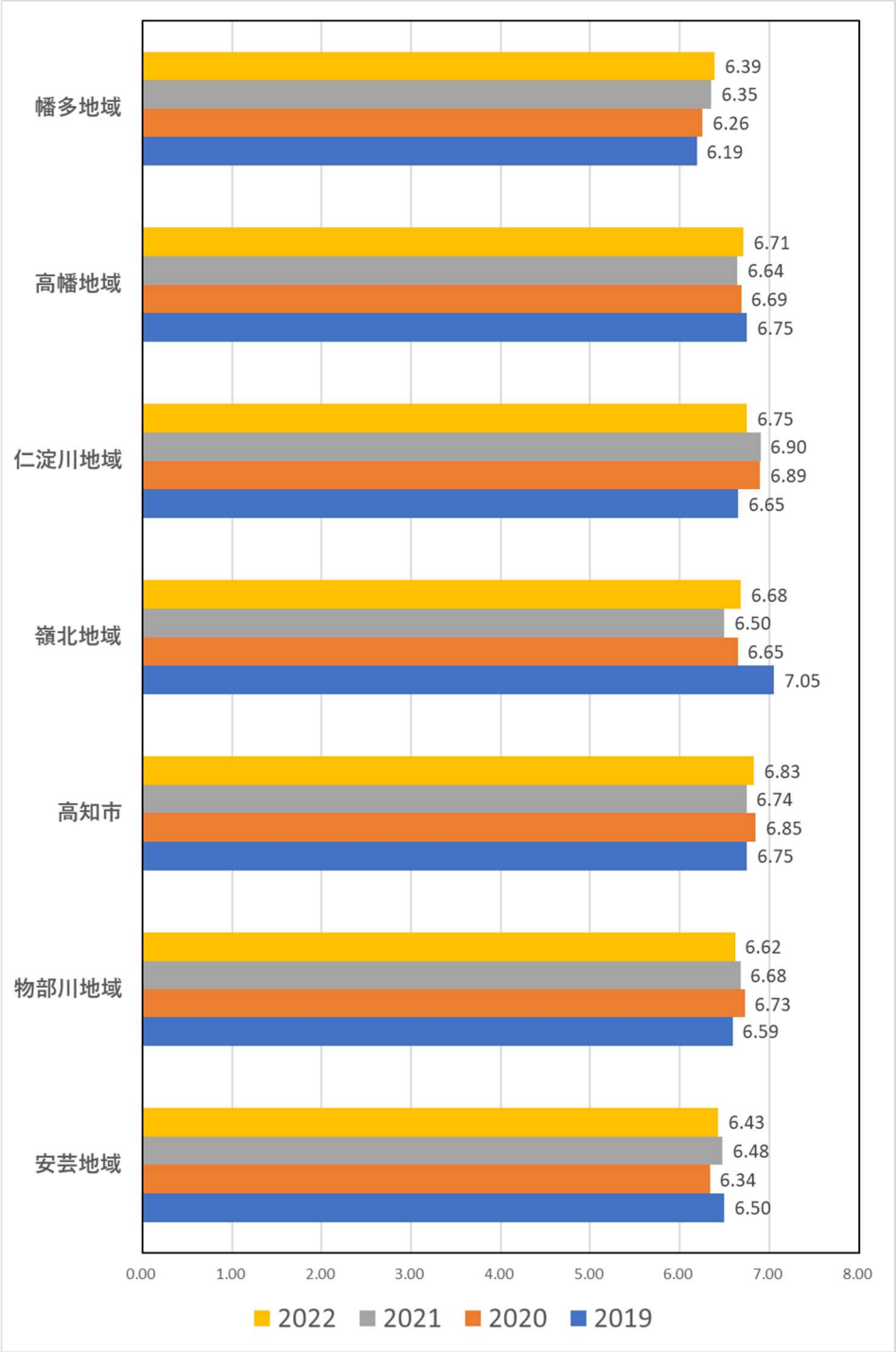
四万十町は、2021 年度に減少したものの、2019 年度以来、主観的幸福実感に上昇傾向の特徴が見られます。

一方、**須崎市**、**津野町**は、主観的な幸福実感が全体を通じて下降傾向にあります。

(7) 幡多地域

宿毛市は、2019 年度から直近の 2022 年度にかけて全体的な主観的幸福実感が上昇傾向にあります。その他の市町村においては大きな特徴は見られませんでした。

図 16　地域ブロック別に見た主観的幸福度の推移



2. 市町村別に見た主観的幸福度の推移[9]

図 17　市町村別にみた主観的幸福度の推移（2019-2022 年度）

安芸地域

年度	室戸市	安芸市	東洋町	奈半利町	田野町	安田町	北川村	馬路村	芸西村
2019	6.17	6.76	7.00	6.88	7.00	6.50	7.50	5.00	5.38
2020	6.20	6.21	7.00	6.40	6.79	8.50	6.33	4.00	5.67
2021	6.22	6.44	6.62	6.54	6.48	6.80	6.87	6.74	6.83
2022	6.48	6.39	7.00	5.67	6.94	6.31	6.69	6.74	7.80

物部川地域

年度	南国市	香南市	香美市
2019	6.65	6.58	6.46
2020	6.81	6.62	6.68
2021	6.65	6.62	6.82
2022	6.54	6.67	6.68

高知市地域

年度	高知市
2019	6.75
2020	6.85
2021	6.74
2022	6.83

嶺北地域

年度	本山町	大豊町	土佐町	大川村
2019	5.80	7.22	7.26	―
2020	6.14	6.79	6.72	6.82
2021	6.58	6.57	6.48	6.34
2022	6.44	6.90	6.93	6.52

仁淀川地域

年度	土佐市	いの町	仁淀川町	佐川町	越知町	日高村
2019	6.59	6.52	6.58	6.86	6.41	7.31
2020	6.91	6.85	6.29	7.04	7.00	6.83
2021	6.81	6.74	6.55	6.98	7.08	7.44
2022	6.27	7.06	6.70	7.15	6.13	6.77

高幡地域

年度	須崎市	中土佐町	梼原町	津野町	四万十町
2019	6.95	6.40	7.00	7.67	6.39
2020	6.87	7.13	6.40	7.08	6.60
2021	6.66	6.37	6.88	6.98	6.32
2022	6.51	6.67	6.94	6.86	7.05

幡多地域

年度	宿毛市	土佐清水市	四万十市	大月町	三原村	黒潮町
2019	6.19	6.45	5.94	6.27	7.63	6.60
2020	6.29	6.18	6.31	6.22	6.25	6.29
2021	6.40	6.40	6.23	6.44	6.15	6.57
2022	6.77	6.17	6.15	6.43	5.88	6.84

[9] 注）サンプル数に大きな差があるためあくまで参考値として示す。
※2013 年度,2014 年度,及び 2016 年度は、SWB の該当質問項目なし。

図 18　安芸地域（主観的幸福度）

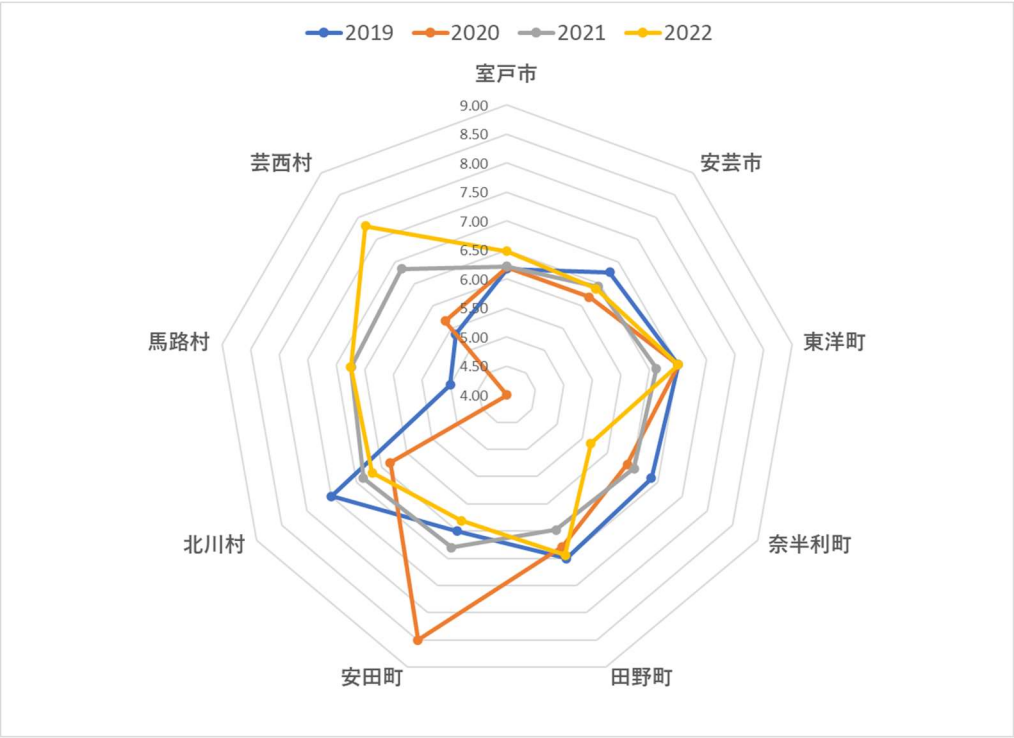


図 19　物部川地域（主観的幸福度）

図 20　高知市地域（主観的幸福度）

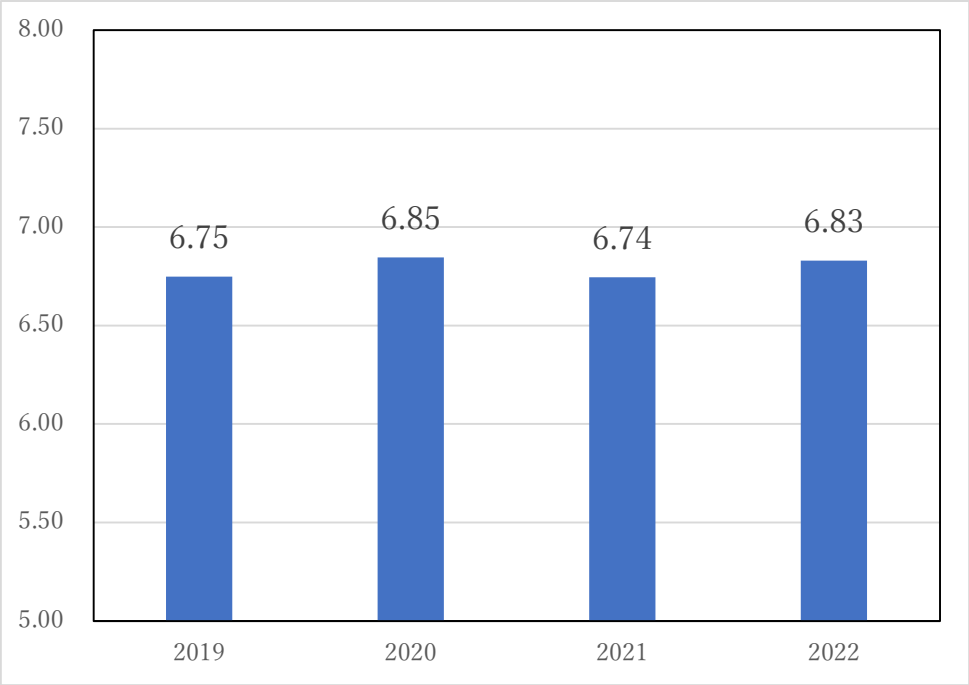


図 21　嶺北地域（主観的幸福度）

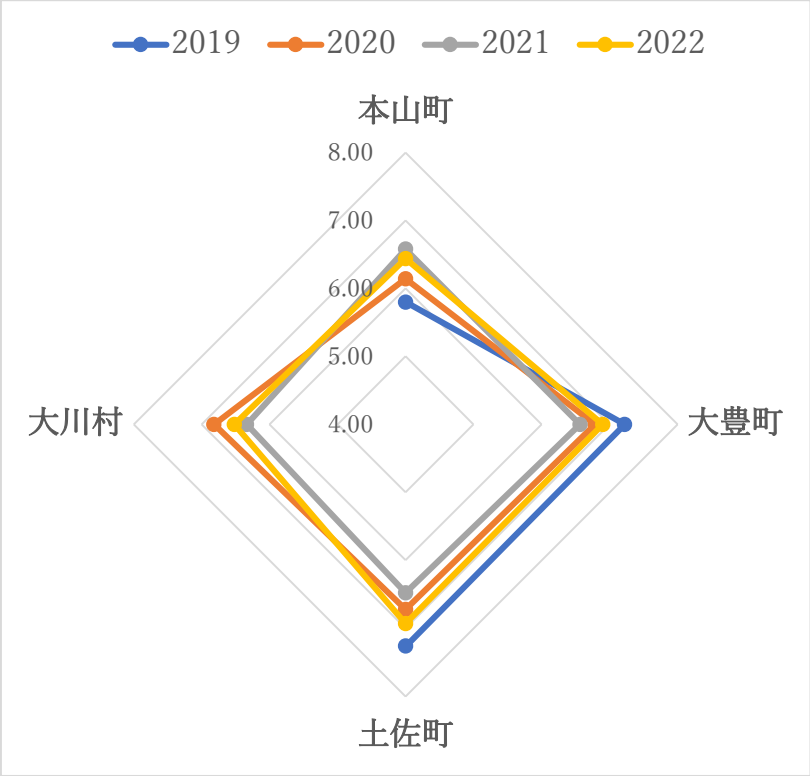


図 22　仁淀川地域（主観的幸福度）

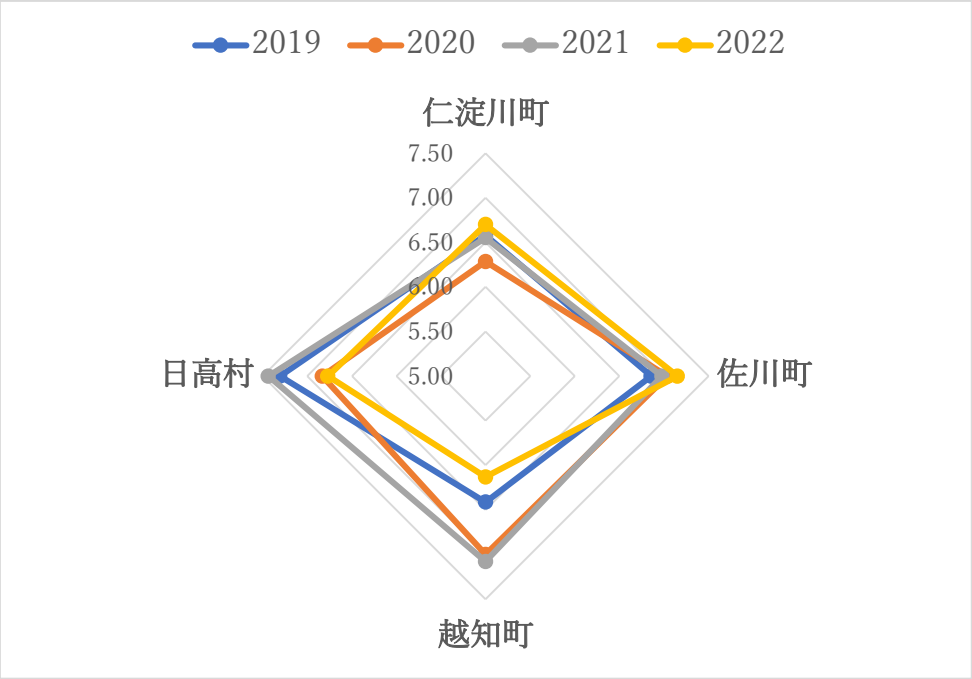


図 23　高幡地域（主観的幸福度）

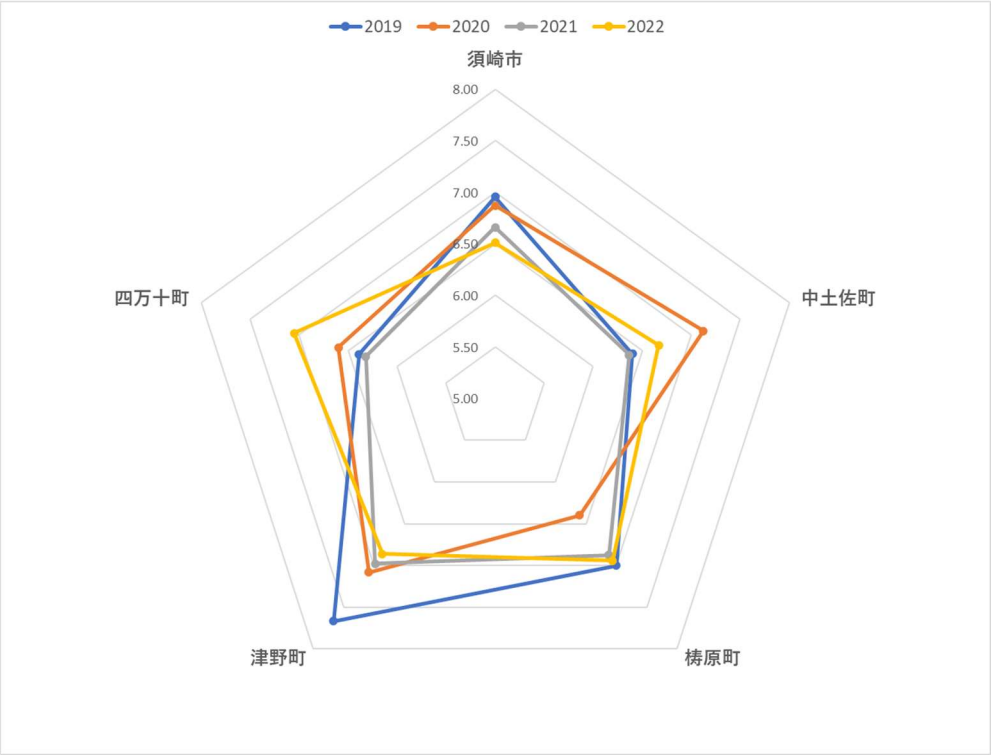
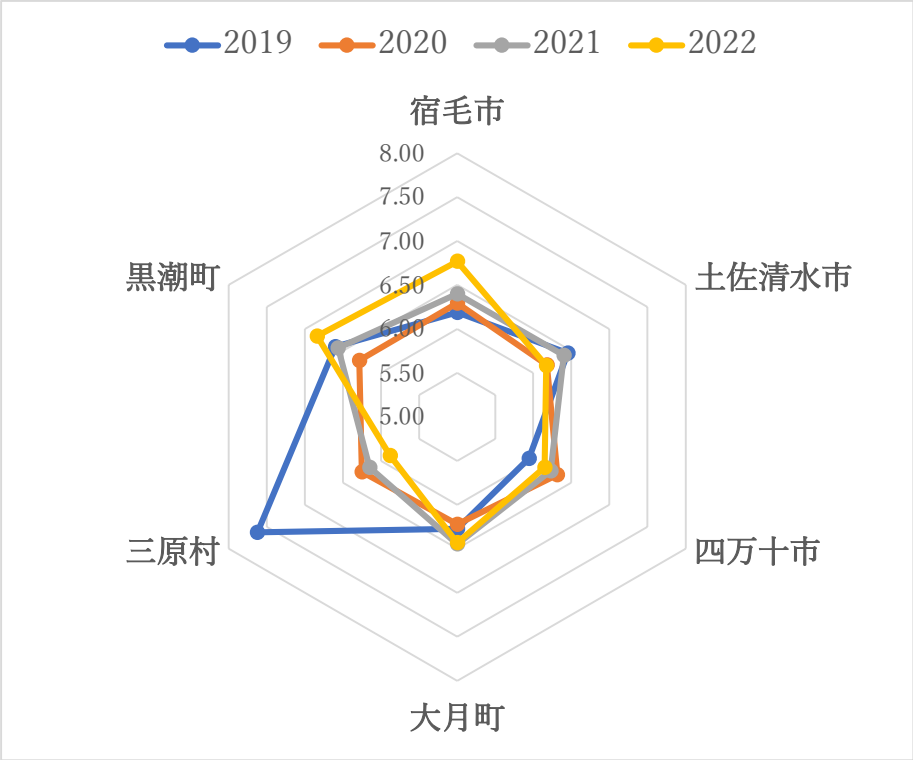


図 24　幡多地域（主観的幸福度）



第 5 節　領域別に見た主観的幸福度

1. 相関分析

高知県民の主観的幸福実感に影響を与えると考えられる７つの政策領域（①健康・人とのつながり、②子育て・教育、③働くこと、④生活環境、⑤文化や地域、⑥安心や安全、⑦お住いの都道府県（高知県に対する選好））について、高知県民の主観的幸福度（SWB）との間でどのような関わりがあるか相関分析を行いました。

その結果、最も「かなり相関がある」領域は、①健康と人のつながりでした（相関係数 0.58）。

高知県民が主観的な幸福実感を感じる関連の強いものは、①健康と人のつながりの領域項目は、1．いざという時に頼れる人が身近にいると感じる、2.家族とのだんらんがあると感じる、 3.心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じる、4.家庭や職場、学校、地域などで、自分の役割があったり、自分の居場所があったりすると感じる、5.身近に信頼できる病院があり、気軽に相談できると感じる、ということが言えそうです。

ポイント

- ✓ 高知県民の主観的幸福度に最も関連のある政策領域は、健康と人のつながり。
- ✓ 以下の実感を高めることが、高知県民の普段の幸福実感を高めることに寄与する可能性がある。

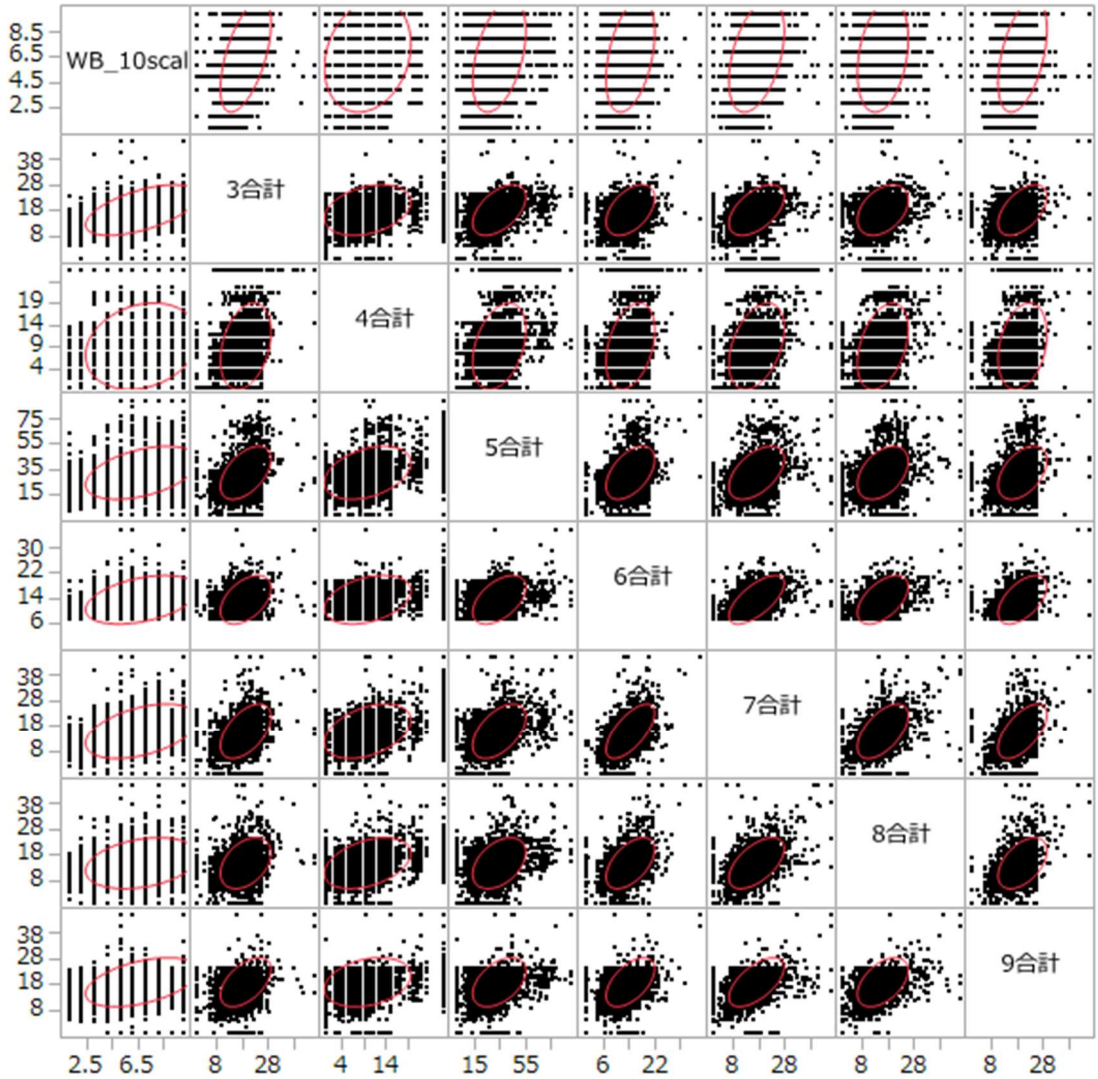
１．いざという時に頼れる人が身近にいると感じることができること。
２．家族とのだんらんがあると感じることができること。
３．心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じることができること。
４．家庭や職場、学校、地域などで、自分の役割があったり、自分の居場所があったりすると感じることができること。
５．身近に信頼できる病院があり、気軽に相談できると感じることができること。

図 25　主観的幸福度と領域別幸福実感の相関係数[10]

領域項目名	全体	2019	2020	2021	2022
1 健康や人のつながり	**0.58**	0.59	0.63	0.58	0.56
2 お住いの都道府県	0.47	0.50	0.49	0.45	0.46
3 働くこと	0.45	0.52	0.47	0.46	0.40
4 文化や地域	0.44	0.48	0.46	0.45	0.41
5 生活環境	0.41	0.43	0.43	0.41	0.40
6 安心や安全	0.30	0.35	0.35	0.31	0.29
7 子育て・教育	0.21	0.24	0.28	0.28	0.13

[10] 1%有意。相関とは、２つの事象の間の関連をいい、相関係数が１に近いほど両者の相関が高いことを示します。本報告書では、0.71 以上を「高い相関」、041～0.70 を「かなり相関がある」、0.21～0.40 を「相関はあるが低い」、0～0.2 を「ほとんど相関がない」と解釈しています。

図 26　散布図行列



2. 各領域の幸福実感

高知県民の幸福実感に関わると考えられる健康や人とのつながり、子育て・教育、働くこと、生活環境、文化や地域、安心や安全、お住いの都道府県（高知県に対する選好）それぞれについて各領域の主観的幸福実感のトレンドを見たところ、2013 年の調査以来、全体的に幸福実感が大きく変動するものではないことが伺えました。

他方、個別の項目に着目すると、一部の項目分野には変化が見られます。

(1) 健康や人のつながり

健康や人のつながりに関する平均幸福実感について、上昇傾向にある分野は、「家族と過ごす時間があること」。これは、新型コロナウィルス感染症拡大によって家族が自宅で過ご

す時間が増加したことの影響が考えられます。

一方、下降気味な領域は、「いざという時に頼れる人が身近にいること」、「身近に信頼できる医療機関があること」。近年の地域コミュニティの希薄さが年々顕著になっている課題が見受けられます。

(2) 子育て・教育

子育て・教育に関する平均幸福実感については、全体的には 2019 年以降下降傾向にあると伺えます。特に「子どもたちが社会生活上、必要な知識や技能、社会性、体力などを総合的に身につけていること」に若干下降傾向が見られます。

子どもたちへの教育の充実は、子どもたちのみならず、地域全体の暮らしやすさや豊かさの実感に大きく影響を及ぼすと考えられるため、当分野の改善が課題と言えます。

(3) 働くこと

働くことに関する各項目の平均幸福実感ついては、全体的に上昇傾向にあったにも関わらず、コロナ禍の影響によって変化が鈍化しているように考えられます。

一方、「組織への愛着」については、毎年下降傾向にあります。このことはコロナが影響しているかどうかは一概には言えず、更なる調査が必要であると考えます。

(4) 生活環境

生活環境に関する各項目の平均幸福実感について、全体的にはやや下降トレンドが見られるものの、顕著な変化は見られません。

(5) 文化や地域

文化や地域に関する各項目の平均幸福実感について、全体的には下降傾向が見られます。特に、「興味関心のある活動や行事」は、新型コロナウィルス感染症拡大による地域でのイベント活動の減少が影響として考えられます。一方、文化地域のその他項目について上昇傾向にある事項は見受けられません。

(6) 安心や安全

安心や安全に関する各項目の平均幸福実感の推移について、顕著な傾向が見られないものの、新型コロナウィルス対策への備えが充分であることについて、2020 年度に比べて 2022 年度の実感が高まっています。

(7) 高知県について

高知県に関する各項目の平均幸福実感について、身近に自然に接する場所があることが他の項目に比べて最も幸福実感が高く顕著な傾向があります。自然環境の保全、気候変動対

策など持続可能な社会への関心と行動は、幸福実感の向上に関連があるという研究があります。県民の環境問題の解決に向けた行動を促進することは、人々の幸福実感を高めることにもつながると言えるかもしれません。

また、「住んでいる地域が域外から見て魅力があると感じるか」について、2013 年度と2019 年度までは毎年上昇しているものの、その後は停滞気味の様子が伺えます。

加えて、先に述べたとおり、「高知県で暮らして幸福を感じますか？」の質問については、GKH アンケート調査の開始以来、毎回調査してきた項目です。2014 年に最も実感が高かったものの、全体の傾向としては大きく変化していないように見受けられます。

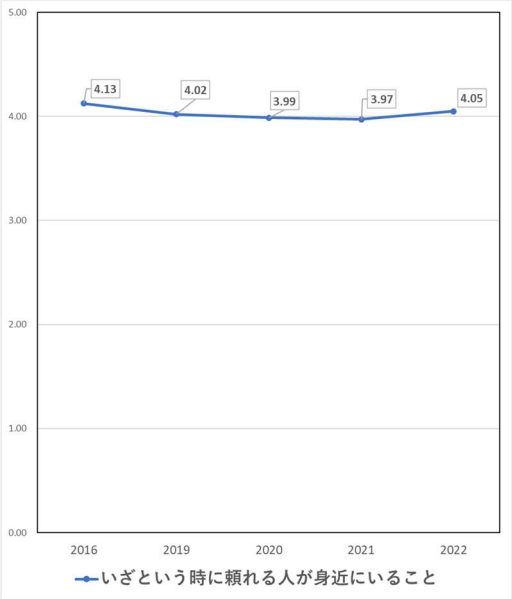
ポイント

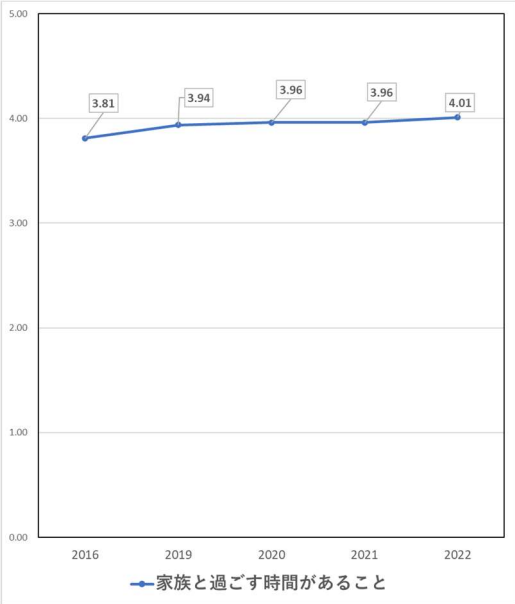
- ✓ 2013 年度の調査以来、領域における全体的な幸福実感は、長期的には大きく変動しているものではない。
- ✓ 新型コロナウィルス感染症拡大による仕事・生活スタイルの変化によって幸福実感に負の影響を与えている可能性がある。
- ✓ 「家族と過ごす時間があること」の幸福実感は年々高まっている。
- ✓ 地域コミュニティの希薄さに対する幸福実感は低下傾向にある。
- ✓ 自然豊かな環境は高知県の魅力であり、自然環境保全、気候変動対策などの持続可能な社会形成に向けた関心や行動促進は、人々の幸福実感を高めることに貢献し得る。

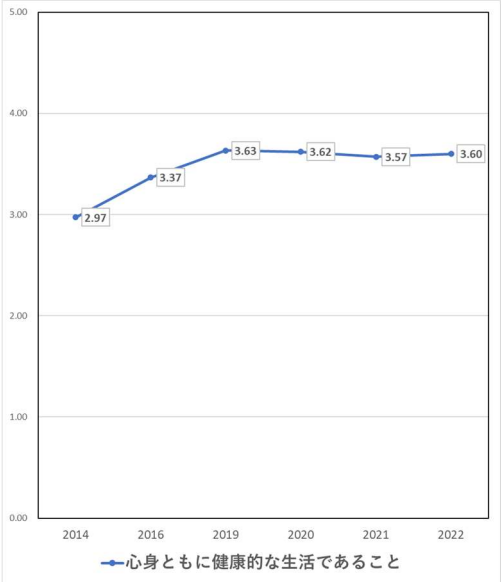
分野	質問項目	項目別平均値推移								
		2016年	2019年	2020年	2021年	**2022年**	2021年との差	2020年との差	2019年との差	2016年との差
健康や人とのつながり	いざという時に頼れる人が身近にいると感じますか	4.13	4.02	3.99	3.97	**4.05**	0.08	0.06	0.02	-0.08
	家族とのだんらんがあると感じますか	3.81	3.94	3.96	3.96	**4.01**	0.05	0.05	0.07	0.20
	心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じますか	3.37	3.63	3.62	3.57	**3.60**	0.03	-0.02	-0.03	0.23
	あなたは、家庭や職場、学校、地域などで、自分の役割があったり、自分の居場所があったりすると感じますか	3.77	3.96	3.89	3.91	**3.95**	0.04	0.06	-0.01	0.18
	身近に信頼できる病院があり、気軽に相談できると感じますか	3.30	3.34	3.22	3.20	**3.22**	0.02	-0.01	-0.13	-0.08
子育て・教育	子どもたちが安心して生活できていると感じますか（通学、遊びの場、学校を含む）	3.07	3.53	3.49	3.50	**3.46**	-0.04	-0.03	-0.07	0.39
	お住まいの地域では子育ての環境が充実していると感じますか	2.92	3.37	3.37	3.35	**3.35**	-0.00	-0.03	-0.02	0.43
	子どもたちが、社会で生活してゆく上で、必要な知識や技能、社会性、体力などを総合的に身に着けていると感じますか	3.28	3.26	3.22	3.19	**3.21**	0.02	-0.01	-0.05	-0.07
働くこと	あなたは、経済的に困らない生活を送ることができていると感じますか	2.88	3.49	3.62	3.60	**3.58**	-0.02	-0.04	0.08	0.70
	あなたの生活水準はどの程度だと感じていますか（とても貧しい1→最も豊か5）		3.25	3.38	3.36	**3.35**	-0.01	-0.02	0.10	-
	あなたは、精神的に余裕のある生活を送ることが出来ていると感じますか	3.07	3.31	3.32	3.27	**3.29**	0.02	-0.03	-0.02	0.22
	仕事（専業主婦にとっての家事を含む）と生活とのバランスが取れていると感じますか	3.04	3.29	3.30	3.28	**3.26**	-0.02	-0.04	-0.04	0.22
	仕事（専業主婦にとっての家事を含む）にやりがいや充実感を感じますか	3.31	3.46	3.40	3.39	**3.37**	-0.02	-0.03	-0.09	0.06
	通勤、通学は苦にならない程度の時間だと感じますか		3.87	3.83	3.91	**3.87**	-0.04	0.05	0.00	-
	会社でのコミュニケーション、チームワークが良いと感じますか		3.56	3.52	3.53	**3.59**	0.06	0.08	0.04	-
	所属している組織に愛着がありますか		3.50	3.48	3.45	**3.42**	-0.03	-0.06	-0.08	-
	所属している組織に憧れる先輩、上司がどのくらいいますか（全くいない1→全員そうだ5）		3.09	3.19	3.13	**3.11**	-0.02	-0.08	0.01	-
	所属している組織には多様性（性別、年齢、障がい者、外国人などで障壁等が無いこと）を受け入れる風土あると感じますか		3.13	3.19	3.10	**3.20**	0.10	0.01	0.07	-

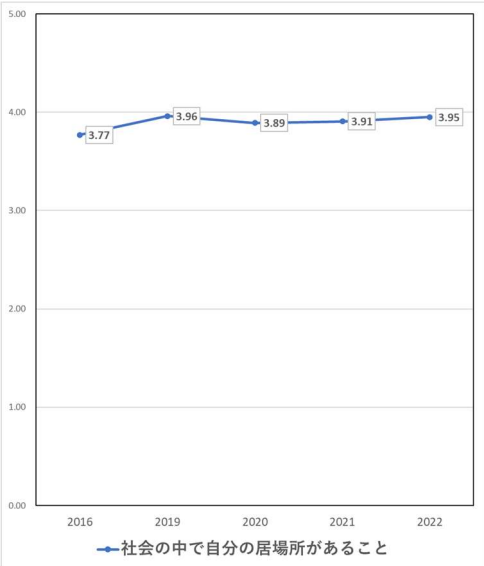
分野	質問項目	項目別平均値推移								
		2016年	2019年	2020年	2021年	**2022年**	2021年との差	2020年との差	2019年との差	2016年との差
生活環境	自由になる時間が充分とれていると感じますか	3.08	3.41	3.37	3.38	**3.37**	-0.01	-0.00	-0.04	0.29
	お住まいの地域は暮らしやすい生活環境であると感じますか	3.60	3.73	3.69	3.66	**3.65**	-0.01	-0.04	-0.07	0.05
	お住いの地域では、生活する上での不快さ（悪臭、騒音、ポイ捨て、ゴミ屋敷などを含む）が無いと感じますか	3.20	3.67	3.61	3.59	**3.58**	-0.01	-0.03	-0.09	0.38
	お住いの地域では、困っている人を見かけたときに、声をかけたり協力したりする雰囲気があると感じますか	3.17	3.50	3.41	3.39	**3.43**	0.04	0.02	-0.07	0.26
文化や地域	地域に興味・関心がある活動や行事があると感じますか		3.22	3.08	3.02	**3.03**	0.01	-0.05	-0.19	-
	お住いの地域に親身になって相談にのってくれる人がいると感じますか	2.92	2.97	2.93	2.94	**2.91**	-0.03	-0.02	-0.06	-0.01
	お住まいの地域に愛着や誇りを感じますか	3.49	3.42	3.35	3.39	**3.36**	-0.03	0.01	-0.06	-0.13
	あなたは、自分の余暇の過ごし方に満足していると感じますか	3.10	3.43	3.39	3.36	**3.40**	0.04	0.02	-0.03	0.30
	お住まいの地域は居心地が良いですか		3.78	3.73	3.75	**3.74**	-0.01	0.01	-0.04	-
安心や安全	日常生活において、治安が守られていると感じますか	3.49	3.82	3.79	3.84	**3.83**	-0.01	0.04	0.02	0.34
	災害（地震、火災、風水害）に対する備えは充分だと感じますか	2.46	3.02	2.94	2.96	**2.97**	0.01	0.03	-0.05	0.51
	ウイルス感染症に対する備えは充分だと感じますか			2.89	3.06	**3.24**	0.18	0.35	-	-
	日頃から近隣の方と交流ができていると感じますか		2.99	2.92	2.93	**2.90**	-0.03	-0.03	-0.09	-
	昼夜を問わず女性が安心して外出できると感じますか		3.45	3.39	3.43	**3.44**	0.01	0.05	-0.01	-
お住まいの都道府県	身近に（気軽に）自然に接する場所（海、川、山）があると感じますか		4.35	4.34	4.40	**4.47**	0.07	0.14	0.13	-
	仕事や学校以外での知人や仲間がいると感じますか	3.61	3.74	3.69	3.65	**3.67**	0.02	-0.02	-0.08	0.06
	他の都道府県から人が訪れたくなる魅力ある場所だと感じますか	3.60	3.77	3.66	3.67	**3.62**	-0.05	-0.03	-0.15	0.02
	あなたは（お住まいの都道府県）で暮らして幸せだと感じますか		3.80	3.76	3.78	**3.74**	-0.04	-0.02	-0.06	-
	あなたは（お住いの都道府県）を好きだと感じますか		3.95	3.89	3.91	**3.88**	-0.03	-0.01	-0.07	-

図 27　健康や人のつながりの幸福実感推移









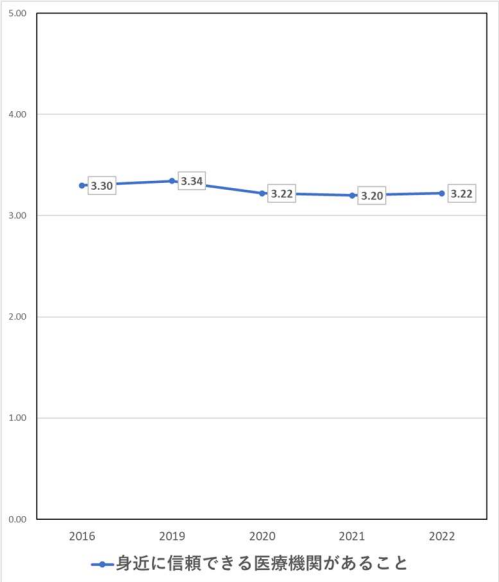
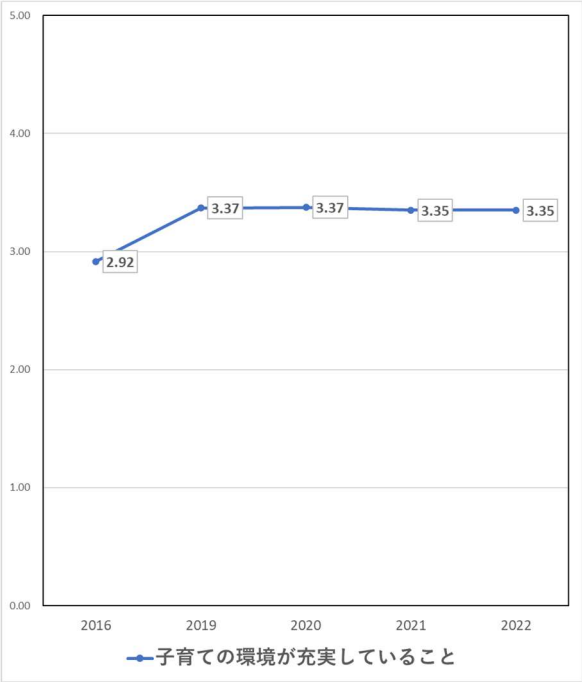
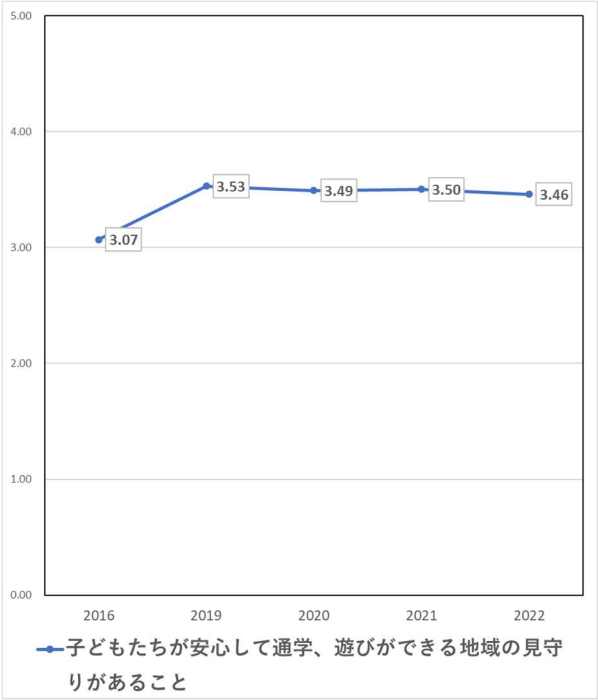


図 28　子育て・教育の幸福実感推移





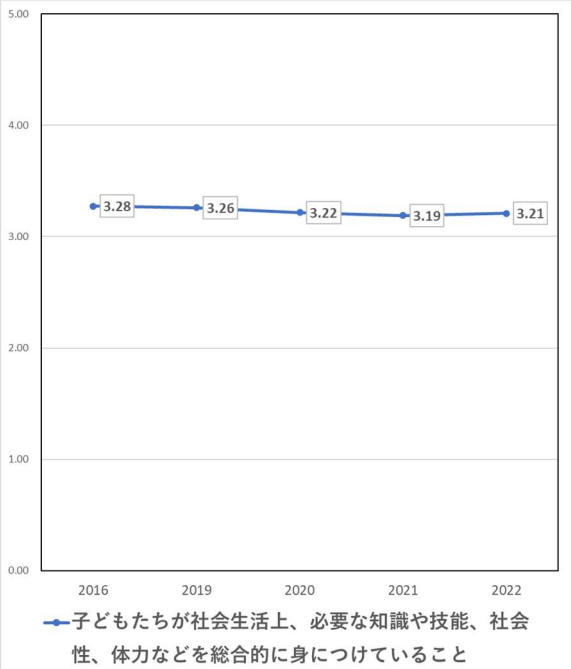
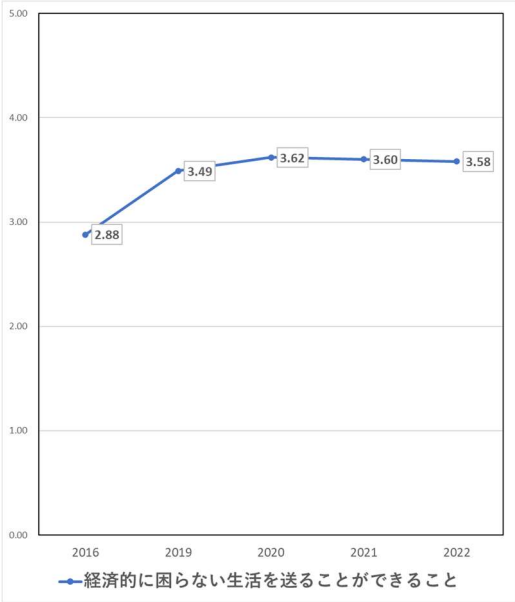
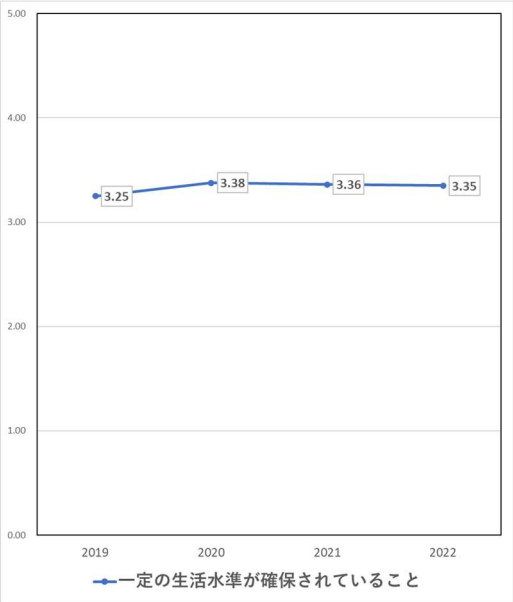
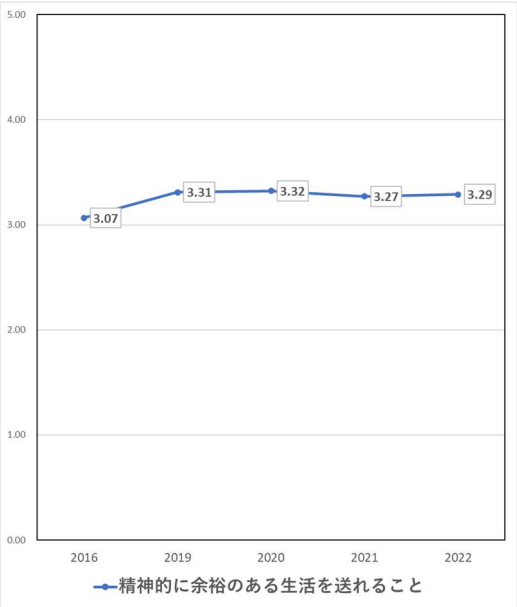
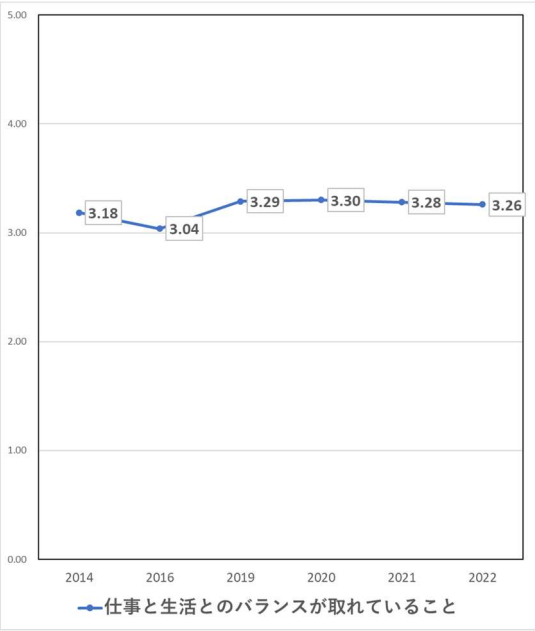


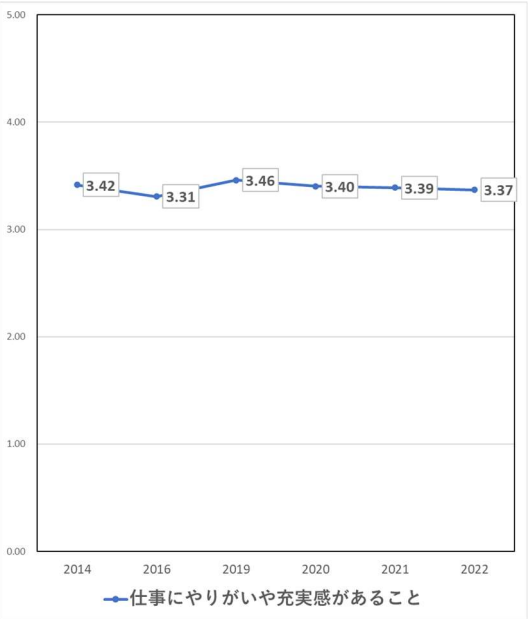
図 29　働くことの幸福実感推移

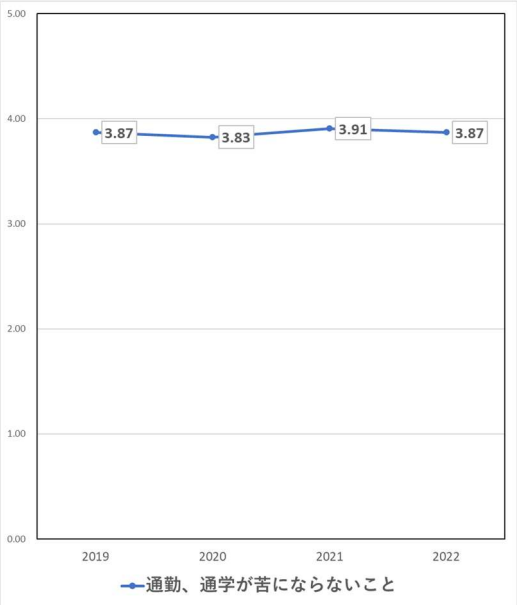


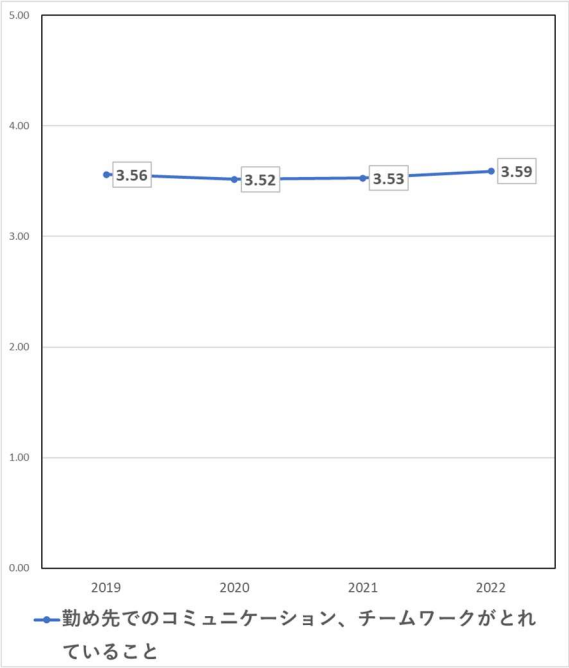


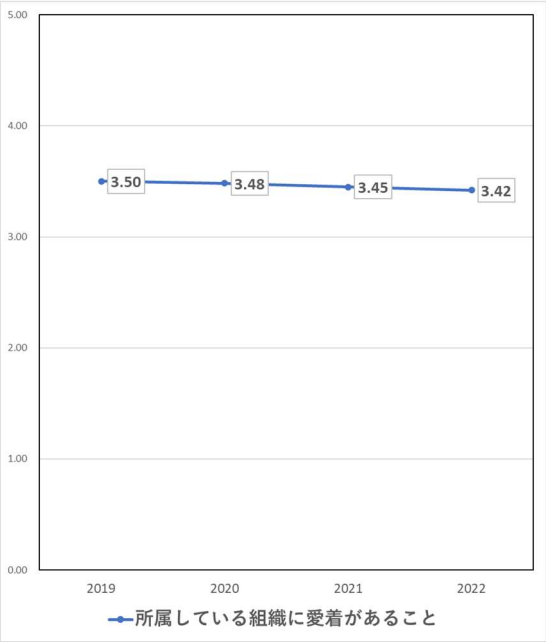


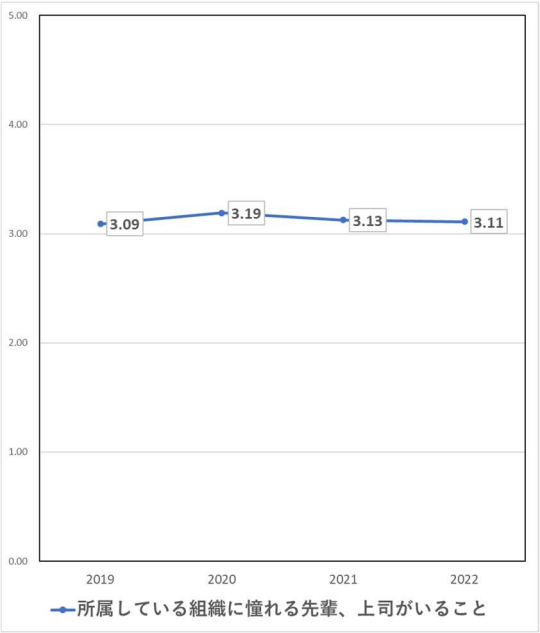







5.00
4.00
3.00
2.00
1.00
0.00
3.56
3.52
3.53
3.59
2019
2020
2021
2022
勤め先でのコミュニケーション、チームワークがとれていること


5.00
4.00
3.00
2.00
1.00
0.00
3.50
3.48
3.45
3.42
2019
2020
2021
2022
所属している組織に愛着があること


5.00
4.00
3.00
2.00
1.00
0.00
3.09
3.19
3.13
3.11
2019
2020
2021
2022
所属している組織に憧れる先輩、上司がいること

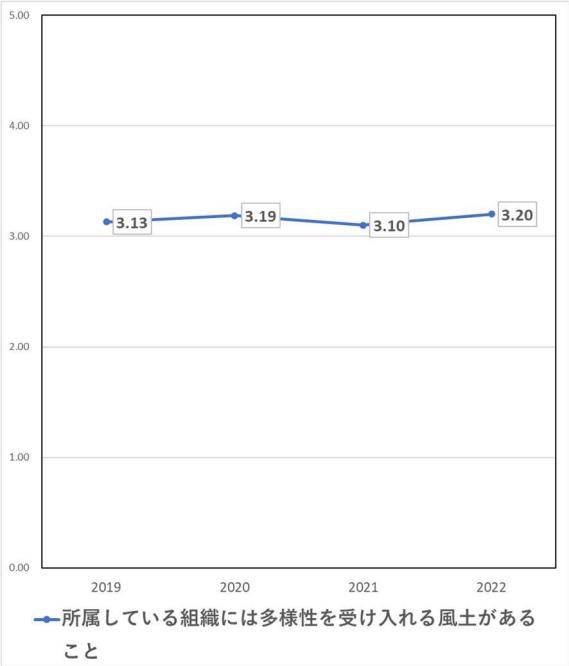
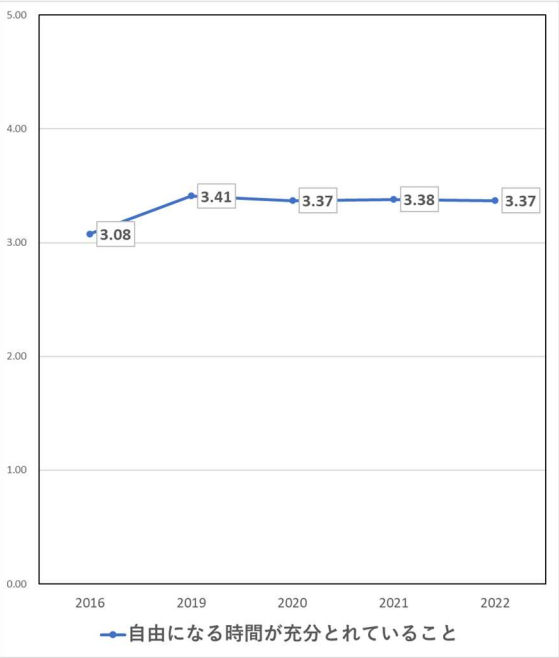
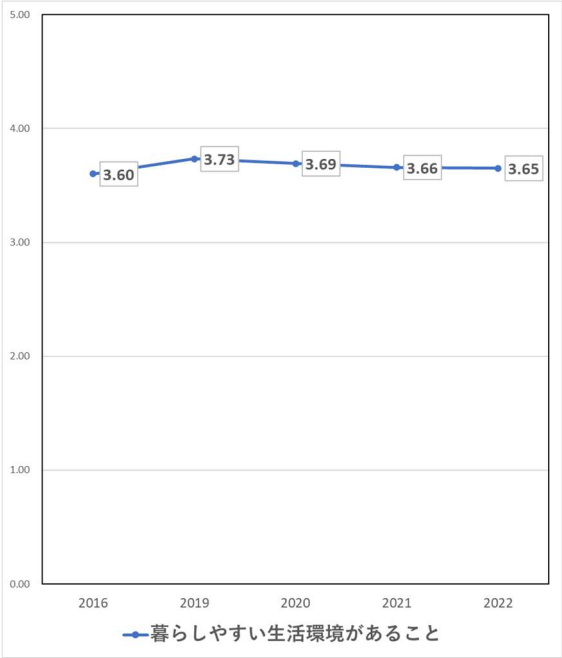
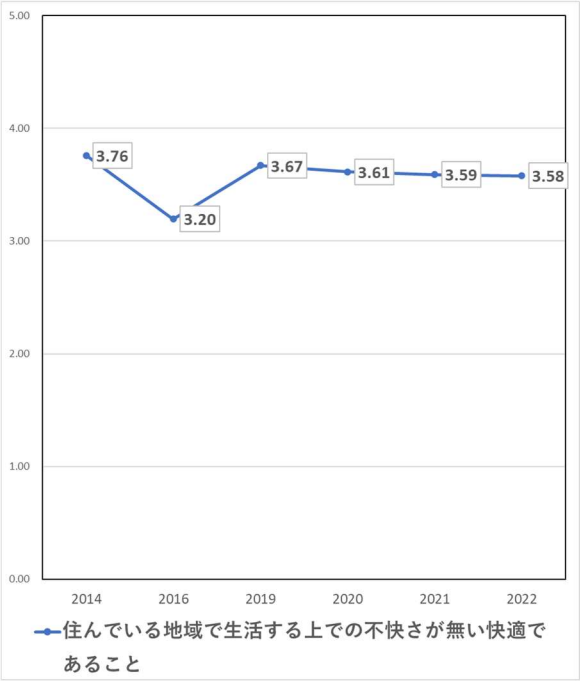

5.00
4.00
3.00
2.00
1.00
0.00
3.13
3.19
3.10
3.20
2019
2020
2021
2022
所属している組織には多様性を受け入れる風土があること

図 30　生活環境の幸福実感推移







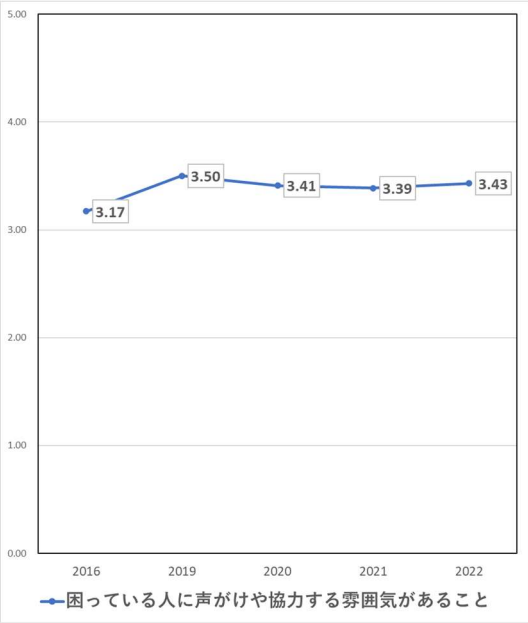
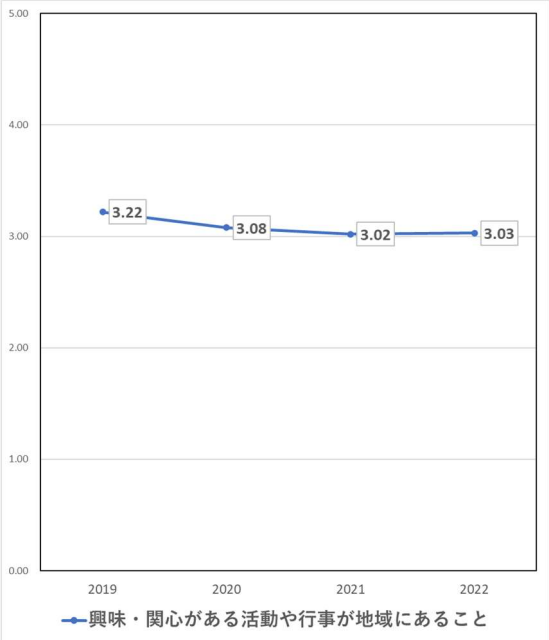
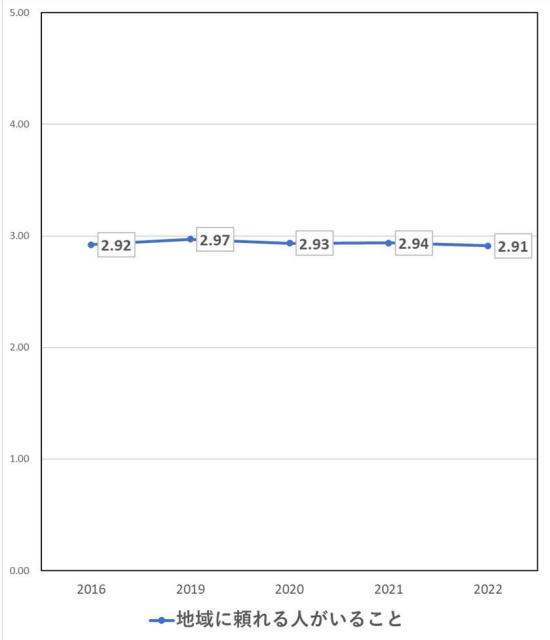
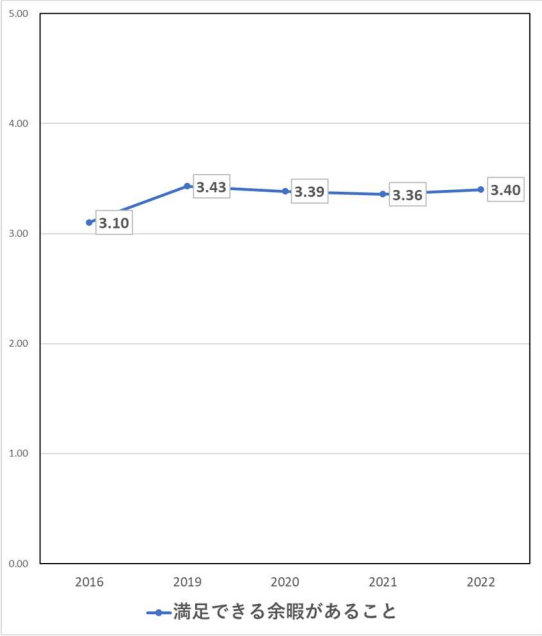


図 31　文化や地域の幸福実感推移







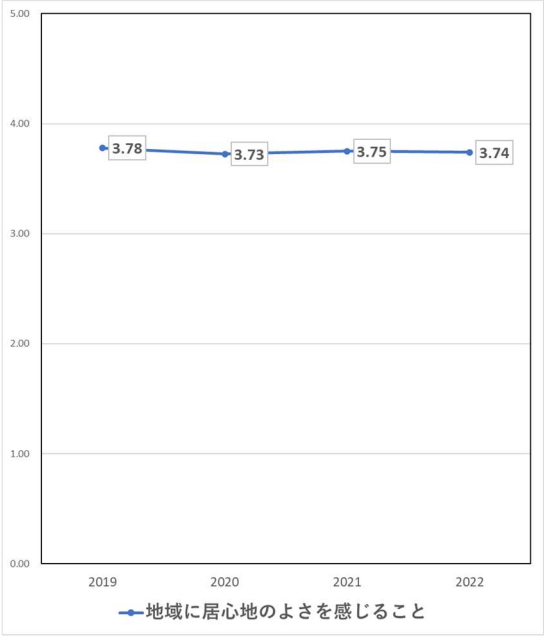
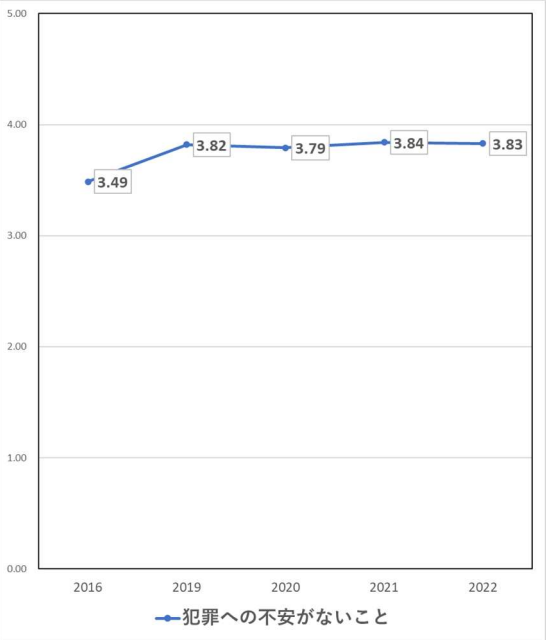
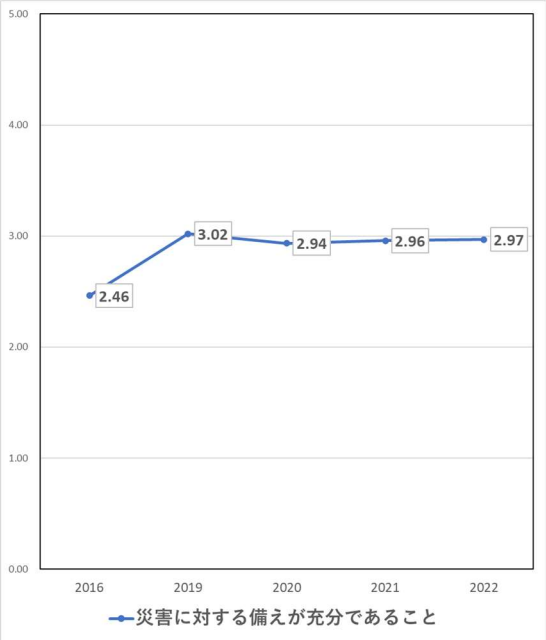
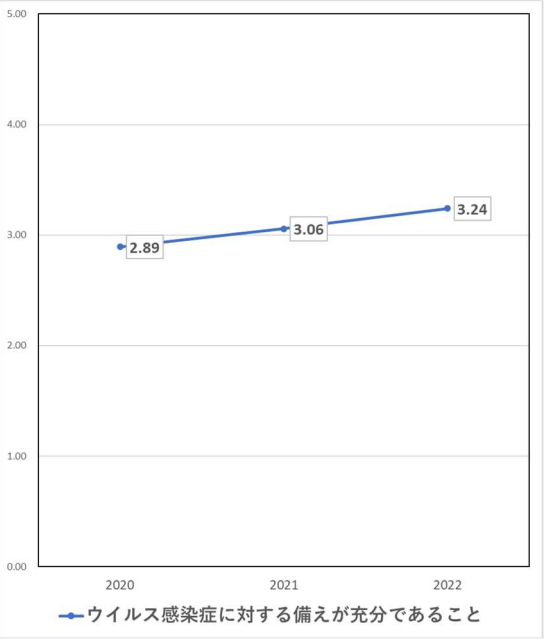
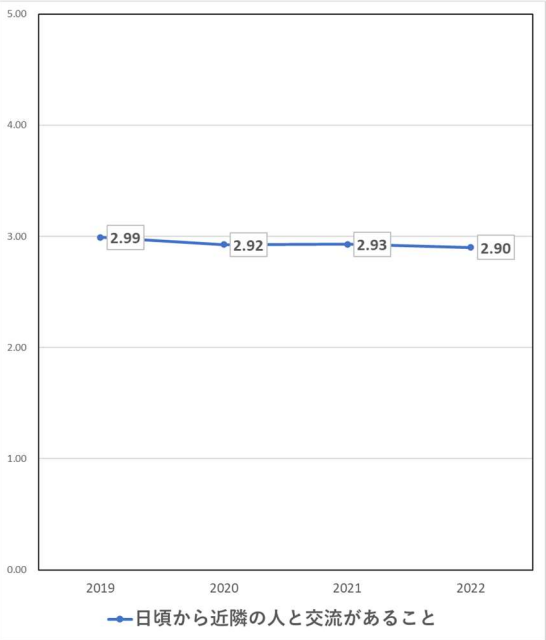


図 32　安全や安心の幸福実感推移









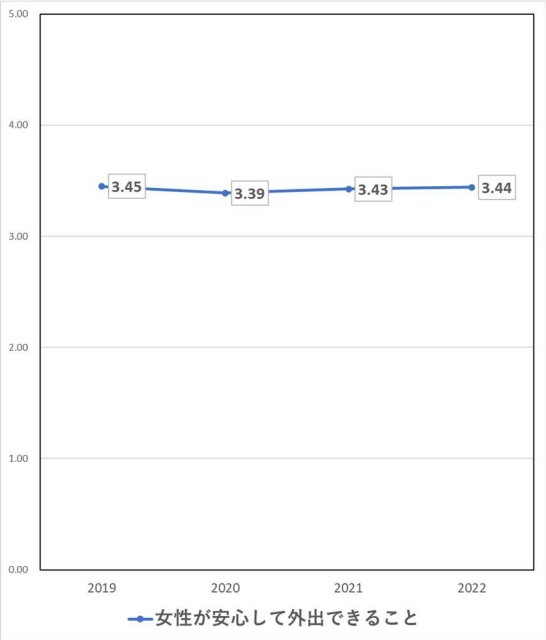
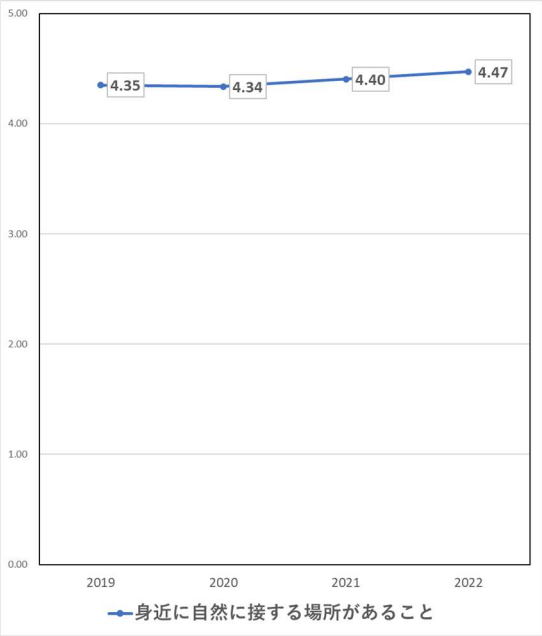
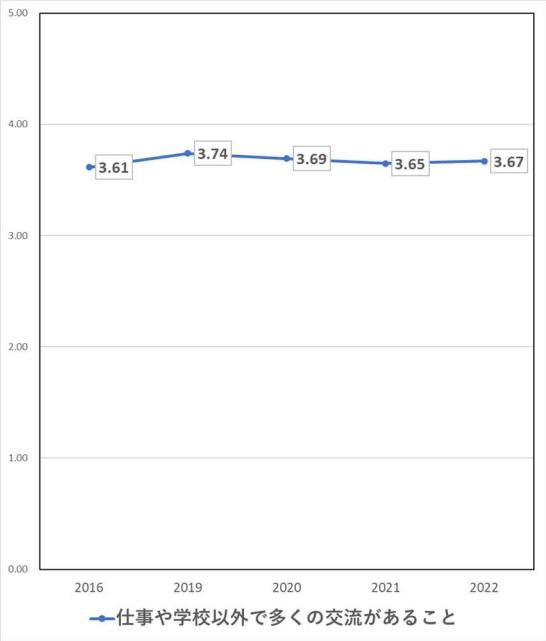
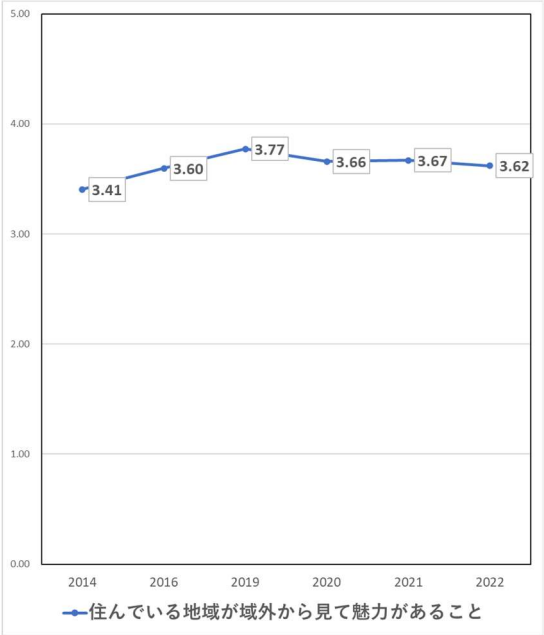
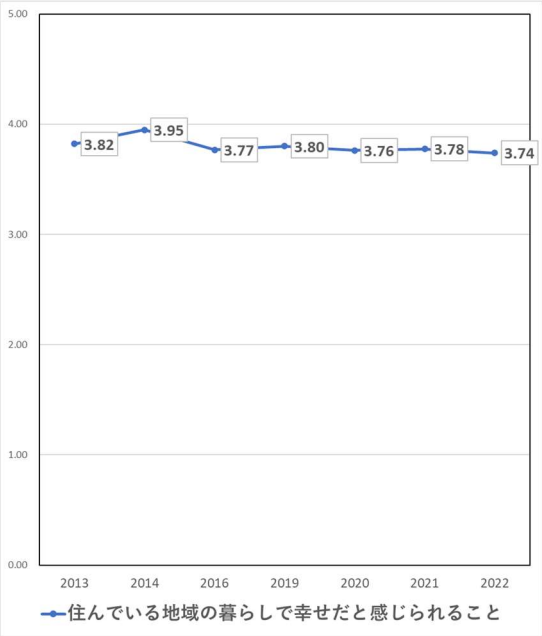


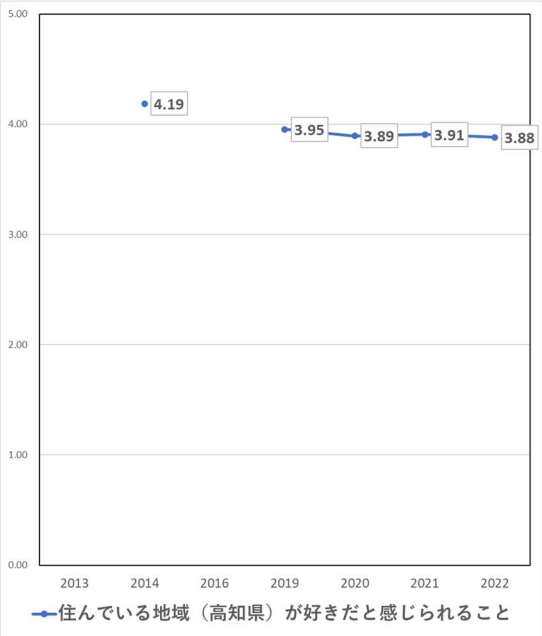
図 33　お住いの都道府県（高知県）の幸福実感推移











第４章　全体まとめ

本レビュー結果を踏まえて、全体まとめとしてポイントを提示しました。

GKH アンケート調査結果レビューの全体まとめ

○　高知県民の主観的幸福度・人生満足度の長期的トレンドについて

- 高知県民の普段感じている幸福実感や人生満足度は、短期的には変化するものの、長期的には大きく変動しているものではない。
- ただし、個別領域的に見ると一部の幸福実感の上昇、あるいは下降傾向が見られる。
- 新型コロナウィルス感染症拡大による仕事・生活スタイルの変化によって幸福実感に負の影響を与えている可能性がある。
- 「家族と過ごす時間があること」の幸福実感は年々高まっている。
- 地域コミュニティの希薄さに対する幸福実感は低下傾向にある。

○　高知県民の幸福実感は性別の違いによって差がある。

- 男性や申告なしの方に比べて女性の主観的幸福度は高い。
- 性別ごとに過去 4 年間の主観的幸福度の推移を見たところ、男性及び女性においては大きな差は生じていないものの、申告なしの方々の主観的幸福度は上昇傾向にある。

○　高知県民の幸福実感は、世帯構成によって差がある。

- １人暮らしの高知県民の主観的幸福度は他の世帯構成と比べて低い。

○　高知県民の幸福実感は、年齢層によって差がある。

- 高知県で働く 20 代若者の主観的幸福度は他の年齢層に比べて最も低い。

○　地域によって主観的な幸福実感に上昇あるいは下降傾向が見られる。

○　主観的な幸福実感に高い関連を見せる政策領域

- 高知県民の主観的幸福度に最も関連のある政策領域は、健康や人とのつながり。
- 以下の実感を高めることが、高知県民の普段の幸福実感を高めることに寄与する可能性がある。

- いざという時に頼れる人が身近にいると感じることができること。
- 家族とのだんらんがあると感じることができること。
- 心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じることができること。
- 家庭や職場、学校、地域などで、自分の役割があったり、自分の居場所があったりすると感じることができること。
- 身近に信頼できる病院があり、気軽に相談できると感じることができること。

○　環境保全・気候変動への関心と行動が、高知県民の幸福実感を高める可能性がある。

- 自然豊かな環境は高知県の魅力であり、自然環境保全、気候変動対策などの持続可能な社会形成に向けた関心や行動促進は、人々の幸福実感を高めることに貢献し得る。

全体を通じて、高知県民の幸福実感について顕著な変化が生じている分野はさほど多くないことが伺えます。

一方、これまで上昇傾向にあった一部幸福実感に、新型コロナウィルス感染症拡大によってマイナスの影響があることが考えられます。コロナ禍の状況と各分野への影響をどこまで関連づけられるかについては、本調査では詳細な調査が行われていないため、現時点では更なる調査が必要であると言わざるを得ません。

加えて、特に高知県に暮らす若年層の主観的幸福度の低さや、地域コミュニティとの関係の希薄さの増加が課題であると思われます。

性別、世帯構成や世代によって幸福実感の差があることは、持続可能な開発目標（SDGｓ）の理念である「誰一人取り残さない」を中心に据え、脆弱な立場に置かれている人々への配慮が求められます。

他方、高知県民の幸福実感についてよい傾向も見られます。特に高齢者層の幸福実感の高さが見られるとともに、より人生満足度が安定して高い傾向が見られます。

また、身近に自然を感じられる環境への実感が上昇トレンドにあるのではと考えられます。これは、高知県の大きな魅力をさらに高められる要素であり、自然環境の豊かさと人々の幸福向上との関係性をさらに検証すべきと考えます。

おわりに

本報告書は、土佐経済同友会及び一般社団法人しあわせ推進会議が、これまで計７回（2013 年度、2014 年度、2016 年度、2019 年度、2020 年度、2021 年度、2022 年度）実施してきた GKH にかかるアンケート調査結果を総括し、高知県民が感じる主観的な幸福実感に関して、その特徴や傾向を取りまとめたものです。

私たちの幸福実感は人それぞれ千差万別であり、幸福実感の向上は個人主義的な自己責任論として捉えられがちです。しかし、幸福度に関する最近の多くの研究では、個人が幸福を感じられる要因には、経済的側面がもちろんですが、自然・生活環境、人のつながりなどの暮らしを支える基礎的条件が影響すると言われています。

このことは、人々の幸福実感の向上を個人的問題としてのみ捉えるのではなく、地域政策の目標として据えるべき課題であると言えます。人口減少・少子高齢化が益々進行する高知県において、そこに暮らす全ての人々が高い幸福を感じられ、将来にわたって住み続けられる地域づくりを通じて人々の幸福度を向上させることを政策目標として明確に示し、各種政策が人々の幸福度向上にどの程度寄与しているのかを把握し改善することが必要と考えます。

県内自治体に皆様におかれましては、住民の幸福度向上を具体的な政策目標として掲げ、住民が暮らしの中で高い幸福感を感じることができるよう、地域独自の特性や強みを活かしつつ政策課題の解決を図り、地域ならではの幸福、真の豊かさを享受できる地域社会の形成に向けてご尽力いただけることを切に願います。

本報告書が、現在及び将来にわたる高知県民の幸福・ウェルビーイング向上の一助になれば幸いです。

最後に、本調査に協力をいただいた土佐経済同友会 GKH 委員会メンバーの皆様、一般社団法人しあわせ推進会議の皆様、高知大学次世代地域創造センター、土佐経済同友会会員企業及びアンケート調査にご協力いただいた皆様に感謝申し上げます。

以上

付　表

2019-2022 年度 GKH アンケート調査項目

最初にあなたは普段どの程度幸福だと感じていますか？

人生満足度

1. ほとんどの面で、私の人生は私の理想に近い。
2. 私の人生は、とても素晴らしい状態だ。
3. 私は自分の人生に満足している。
4. 私はこれまで、自分の人生に求める大切なものを得てきた。
5. もう一度人生をやり直せるとしても、ほとんど何も変えないだろう。

Ⅰ健康や人とのつながり

1. いざという時に頼れる人が身近にいると感じますか。
2. 家族とのだんらんがあると感じますか。
3. 心身ともに健康的な生活を送ることができていると感じますか。
4. あなたは、家庭や職場、学校、地域などで、自分の役割があったり、自分の居場所があったりすると感じますか。
5. 身近に信頼できる病院があり、気軽に相談できると感じますか。

Ⅱ 子育て・教育

1. 子どもたちが安心して生活できていると感じますか(通学､遊びの場､学校を含む)。
2. お住まいの地域では子育ての環境が充実していると感じますか。
3. 子どもたちが、社会で生活してゆく上で、必要な知識や技能、社会性、体力などを総合的に身に着けていると感じますか。

Ⅲ 働くこと

1. あなたは、経済的に困らない生活を送ることができていると感じますか。
2. あなたの生活水準はどの程度だと感じていますか（とても貧しい１→最も豊か５）。
3. あなたは、精神的に余裕のある生活を送ることが出来ていると感じますか。
4. 仕事（専業主婦にとっての家事を含む）と生活とのバランスが取れていると感じますか。
5. 仕事（専業主婦にとっての家事を含む）にやりがいや充実感を感じますか。
6. 通勤、通学は苦にならない程度の時間だと感じますか。
7. 会社でのコミュニケーション、チームワークが良いと感じますか。
8. 所属している組織に愛着がありますか。
9. 所属している組織に憧れる先輩、上司がどのくらいいますか（全くいない１→全員そうだ５）。

10. 所属している組織には多様性（性別、年齢、障がい者、外国人などで障壁等が無いこと）を受け入れる風土あると感じますか。

Ⅳ 生活環境

1. 自由になる時間が充分とれていると感じますか。
2. お住まいの地域は暮らしやすい生活環境であると感じますか。
3. お住いの地域では、生活する上での不快さ（悪臭、騒音、ポイ捨て、ゴミ屋敷などを含む）が無いと感じますか。
4. お住いの地域では、困っている人を見かけたときに、声をかけたり協力したりする雰囲気があると感じますか。

Ⅴ 文化や地域

1. 地域に興味・関心がある活動や行事があると感じますか。
2. お住いの地域に親身になって相談にのってくれる人がいると感じますか。
3. お住まいの地域に愛着や誇りを感じますか。
4. あなたは、自分の余暇の過ごし方に満足していると感じますか。
5. お住まいの地域は居心地が良いですか。

Ⅵ 安心や安全

1. 日常生活において、治安が守られていると感じますか。
2. 災害（地震、火災、風水害）に対する備えは充分だと感じますか。
3. ウイルス感染症に対する備えは充分だと感じますか。
4. 日頃から近隣の方と交流ができていると感じますか。
5. 昼夜を問わず女性が安心して外出できると感じますか。

Ⅶ お住まいの都道府県

1. 身近に（気軽に）自然に接する場所（海、川、山）があると感じますか。
2. 仕事や学校以外での知人や仲間がいると感じますか。
3. 他の都道府県から人が訪れたくなる魅力ある場所だと感じますか。
4. あなたは（お住まいの都道府県）で暮らして幸せだと感じますか。

あなたは（お住まいの都道府県）を好きだと感じますか。

参考文献

- Dagenais-Desmarais, V., & Savoie, A. (2012). “What is psychological well-being, really? A grassroots approach from the organizational sciences.” Journal of Happiness Studies, 13(4), pp.659-684.
- Diener, E. (1984). “Subjective well-being”, Psychological Bulletin, 95(3), pp.542–575.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003) “Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life”, Annual Review of Psychology, 54(1), pp.403–425.
- UN（1987）”Our Common Future” https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/5987our-common-future.pdf
- 市川顕(2015)「幸福度」研究と「持続可能な発展」研究の統合への期待（Reference Review 59-1 号の研究動向・全分野から，リファレンス・レビュー研究動向編（2013 年 7 月～2014 年 5 月））、産研論集、42、pp.118-119
- 轡田竜蔵（2017）『地方暮らしの幸福と若者』、勁草書房
- 熊本県（2022）「令和 4 年度県民総幸福量（AKH）に関する調査結果について」https://www.pref.kumamoto.jp/uploaded/attachment/199019.pdf
- 公益財団法人荒川区自治総合研究所（2022）「荒川区民総幸福度（GAH）に関する研究プロジェクト第二次中間報告書」http://rilac.or.jp/wordpress/wp-content/uploads/2015/08/Rilac_GAH_report_02.pdf
- 坂本 正（2022）「熊本の幸福量最大化への挑戦 ： 日本の自治体による幸福度政策と熊本の AKH」産業経営研究、Vol.41、pp.1-26
- 鶴見哲也・藤井秀道・馬奈木俊介（2021）「幸福の測定―ウェルビーングを理解する」、中央経済社
- 土佐経済同友会（2022）『高知県民総幸福度 GKH を中核とした社会づくり「世界一の幸福探求地・高知」土佐的循環型・共生社会の実現～しあわせの国創りは土佐の山間よりいずる』http://tosadoyukai.com/wp-content/uploads/2022/02/c6288bb547cad5f433a1596304cfc906-1.pdf
- 前野隆司・前野マドカ（2022）『ウェルビーング』日経文庫
- 前野隆司（2013）『幸せのメカニズム：実践・幸福学入門』、講談社現代新書

GKH（グロス・コウチ・ハピネス）
高知県民総幸福度

あなたが普段日常で感じている
しあわせ　それは何ですか？

スマホでも、参加ができるようになりました！

START！→

あなたは、普段どの程度幸福だと感じていますか？

問１　あなたの実感に最も近いもの1つに○を付けてください。

非常に不幸	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	非常に幸福

アンケートの続きは、右上のＱＲコードを読み取って、続けてください！

たった５分で終わる

皆さんが普段感じている「しあわせ」をチェックするだけ！簡単なアンケートです。
ご家族やお友だち、職場の方と一緒にワイワイ楽しみながらやってみてください♪

毎年、高知県人の「ここがえい！」しあわせのポイント を調査しています。

アンケート結果は10月3日以降、上記調査団体のWebサイトにて公表致します。

みんなのしあわせを盛り上げよう！ #しあわせ推進会議

Facebook・Twitter・InstagramなどのSNSで、みんなで"しあわせ"を共有しましょう！

「高知県民総幸福度（GKH）に関するアンケート調査」

総括レビュー報告書

令和 5 年（2023 年）3 月　発行

＜共同研究実施機関＞
土佐経済同友会 GKH 委員会
一般社団法人しあわせ推進会議
高知大学次世代地域創造センター

〒780-0822　高知県高知市はりまや町 1 7 7 川村ビル 6 階
TEL：　088 856 9222