

幸福度研究会 参考資料

2024年11月15日

SOMPO インスティテュート・プラス株式会社

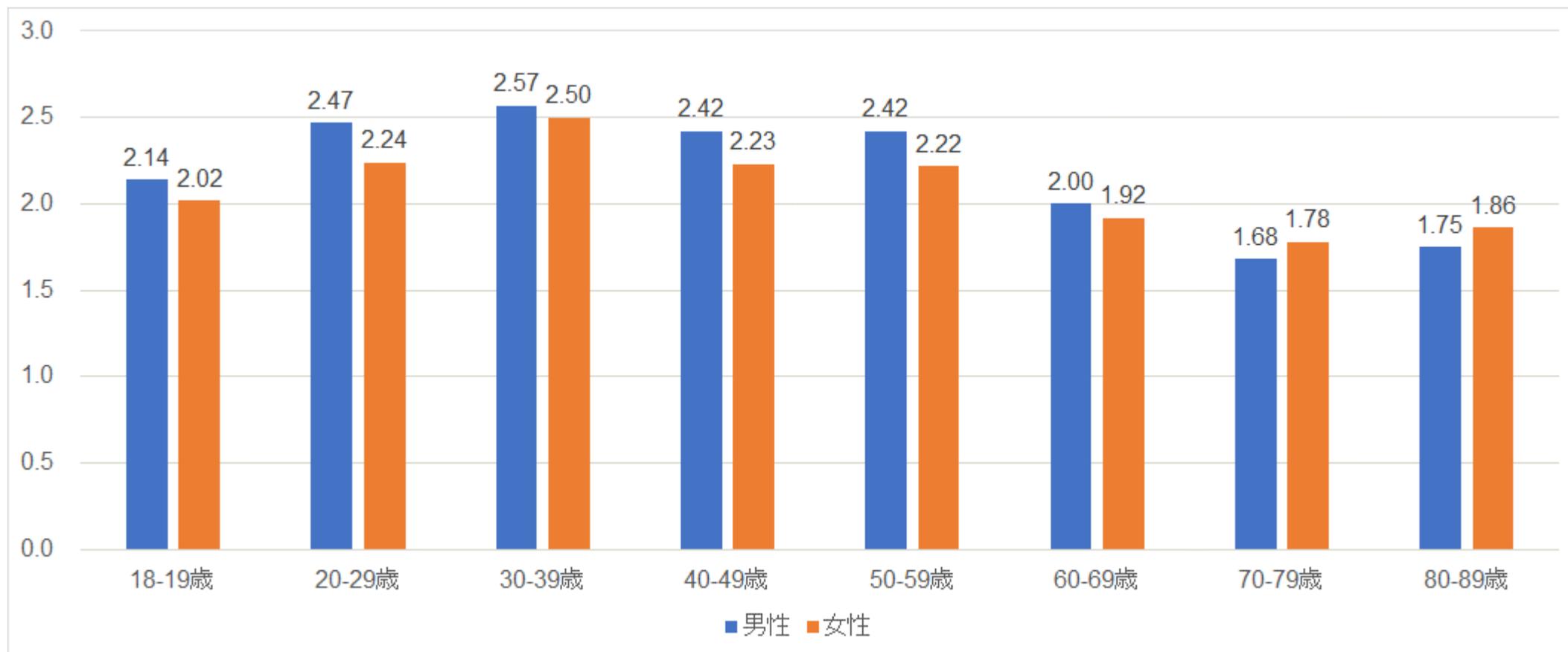
幸福度研究会事務局

(1) 日本^の幸福度の全体像

日本全体、性・年代別の幸福度

年代別の幸福度のバラつきは、10代から30代にかけて大きくなり、40代から徐々に小さくなっていく。
男女別では、60代までは男性の方が大きいですが、70代以降は女性の方が大きくなる。

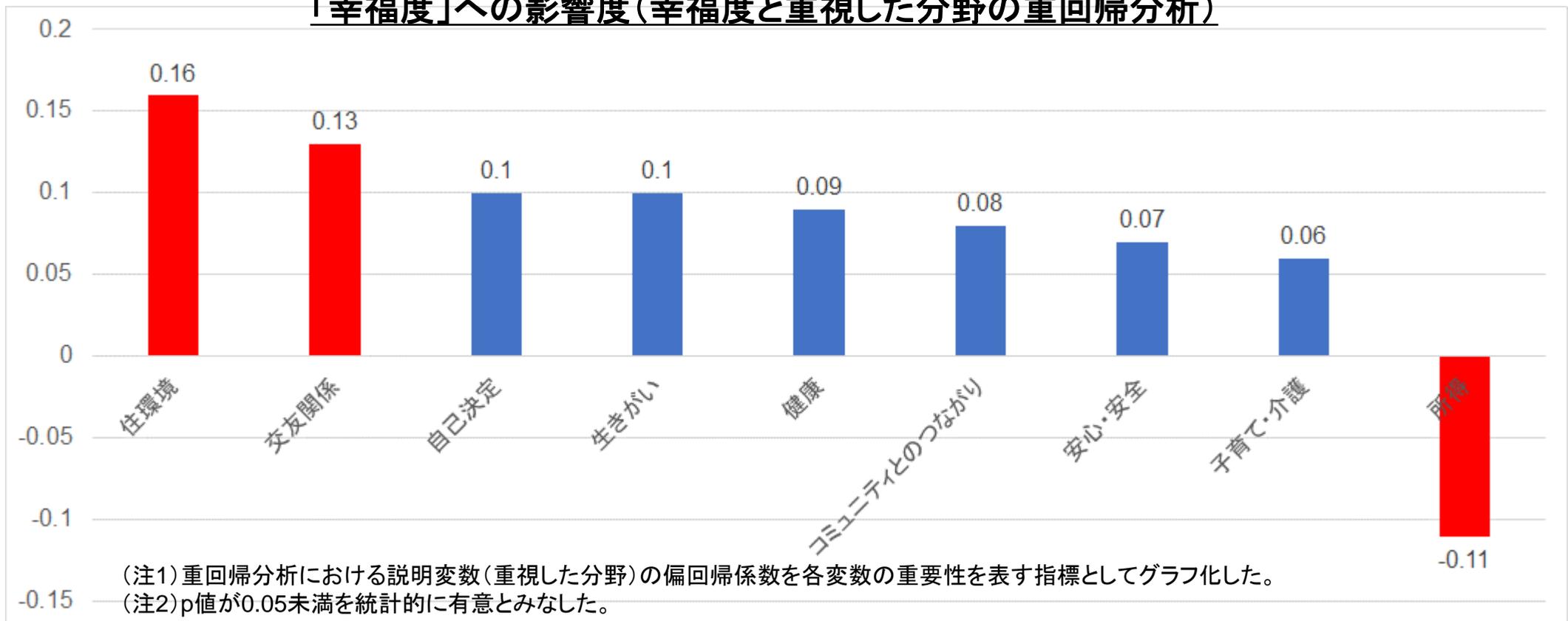
幸福度のバラつき(性・年代別の標準偏差)



幸福度に関して重視する分野

「幸福度を回答する際にどの程度、重視したか」と幸福度の重回帰分析によって、「何を重視すると幸福度が左右されるか」を解析したところ、「**住環境・自然環境**」「**交友関係**」の影響が大きく、「所得・富」はマイナスとなった（重視すると、幸福度にマイナスに作用する）。「仕事（ワークライフバランスを含む）」「自己肯定・他者との比較」「政治参画」は統計的に有意ではなかった。

「幸福度」への影響度（幸福度と重視した分野の重回帰分析）

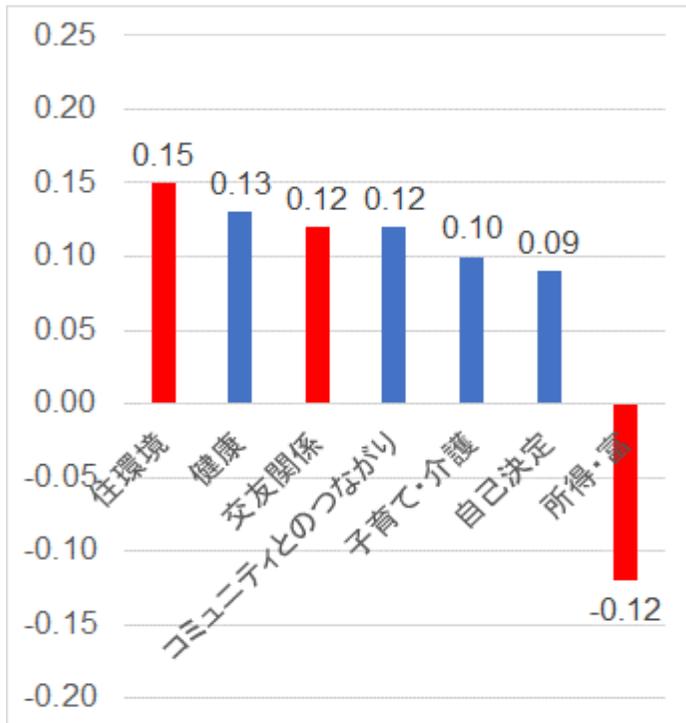


幸福度に関して重視する分野

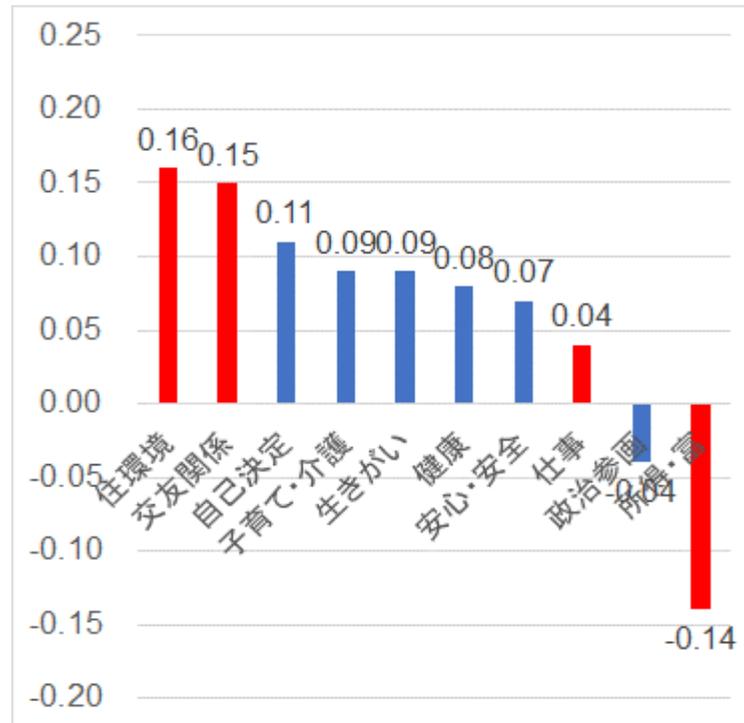
「幸福度に関して重視した分野」と幸福度を、年代ごとに重回帰分析すると、「**仕事(ワークライフバランス)**」は**40～50代のみ有意に転じた**。「所得・富」はいずれの年代でもマイナスとなった。また、いずれの年代も「住環境」「交友関係」を重視しているが、**60～80代の高齢者は特に、「生きがい・未来への希望」の影響が大きかった**。

「幸福度」への影響度(幸福度と重視した分野の重回帰分析)

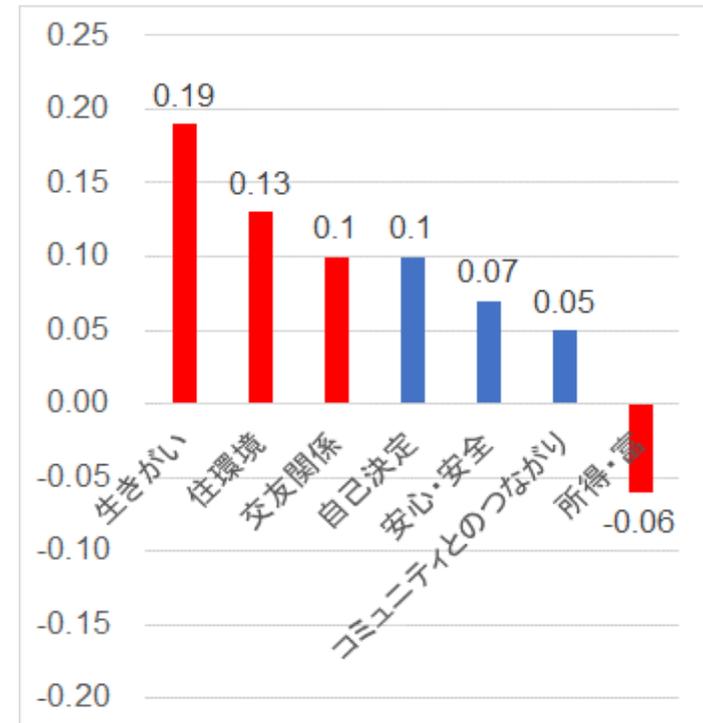
10～30代



40～50代



60～80代



(注1) 重回帰分析における説明変数(重視した分野)の偏回帰係数を各変数の重要性を表す指標としてグラフ化した。

(注2) p値が0.05未満を統計的に有意とみなした。

幸福度に関して重視する分野

「所得・富」は年代別でもマイナス符号で有意だった。「仕事」は40～50代のみがプラス符号で有意、「政治参画」は40～50代のみマイナス符号で有意、「自己肯定・他者との比較」は年代別でも有意にならなかった。なお、単変量での回帰分析は全てプラス符号で有意だった。

幸福度を被説明変数、重視する分野を説明変数とした重回帰分析結果

	重回帰分析				(参考) 単変量分析			
	全体	10～30代	40～50代	60～80代	全体	10～30代	40～50	60～80代
	β	β	β		β	β	β	β
所得・富	-0.11 ***	-0.12 ***	-0.14 ***	-0.059 ***	0.23 ***	0.27 ***	0.22 ***	0.21 ***
仕事	-0.01	0.01	0.04 *	0.002	0.17 ***	0.31 ***	0.3 ***	0.12 ***
健康	0.09 ***	0.13 ***	0.08 **	0.034	0.4 ***	0.44 ***	0.39 ***	0.33 ***
住環境	0.16 ***	0.15 ***	0.16 ***	0.13 ***	0.45 ***	0.46 ***	0.45 ***	0.4 ***
子育て・介護	0.06 ***	0.10 ***	0.09 ***	0.002	0.22 ***	0.29 ***	0.26 ***	0.13 ***
生きがい	0.10 ***	0.02	0.09 ***	0.192 ***	0.41 ***	0.39 ***	0.41 ***	0.41 ***
自己決定	0.10 ***	0.09 **	0.11 ***	0.095 ***	0.4 ***	0.41 ***	0.4 ***	0.34 ***
交友関係	0.13 ***	0.12 ***	0.15 ***	0.103 ***	0.4 ***	0.41 ***	0.4 ***	0.34 ***
自己肯定・他者との比較	-0.01	-0.04	0.01	-0.004	0.28 ***	0.32 ***	0.31 ***	0.22 ***
コミュニティとのつながり	0.08 ***	0.12 ***	0.05	0.053 **	0.37 ***	0.4 ***	0.36 ***	0.31 ***
安心・安全	0.07 ***	0.05	0.07 **	0.072 **	0.43 ***	0.42 ***	0.43 ***	0.39 ***
政治参画	0.00	0.02	-0.04 *	-0.009	0.21 ***	0.25 ***	0.19 ***	0.16 ***
調整済決定係数	0.302	0.309	0.301	0.268				

*** p < 0.001; ** p < 0.01; * p < 0.05

幸福度に関して重視する分野

説明変数間の相関係数は比較的高くなっているが、説明変数間の多重共線性を検出するVIFは最大で2.6程度に抑えられている(次項参照)。

説明変数の相関係数(全体)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	0.4	0.48	0.47	0.32	0.51	0.45	0.4	0.42	0.34	0.49	0.25
仕事		1	0.28	0.34	0.33	0.41	0.35	0.37	0.37	0.36	0.31	0.27
健康			1	0.57	0.31	0.57	0.54	0.47	0.36	0.4	0.67	0.25
住環境				1	0.38	0.58	0.55	0.51	0.44	0.49	0.62	0.35
子育て・介護					1	0.38	0.28	0.39	0.35	0.45	0.36	0.39
生きがい						1	0.59	0.54	0.52	0.52	0.58	0.34
自己決定							1	0.46	0.46	0.42	0.57	0.31
交友関係								1	0.47	0.63	0.5	0.35
自己肯定									1	0.48	0.4	0.36
コミュニティ										1	0.44	0.49
安心・安全											1	0.29
政治参画												1

説明変数の相関係数(10~30代)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	0.53	0.55	0.52	0.36	0.55	0.55	0.45	0.46	0.38	0.58	0.25
仕事		1	0.51	0.52	0.36	0.55	0.54	0.51	0.48	0.45	0.51	0.32
健康			1	0.62	0.41	0.63	0.6	0.54	0.46	0.45	0.72	0.27
住環境				1	0.47	0.6	0.6	0.58	0.49	0.52	0.63	0.36
子育て・介護					1	0.4	0.36	0.41	0.36	0.49	0.41	0.45
生きがい						1	0.63	0.56	0.58	0.52	0.6	0.33
自己決定							1	0.54	0.56	0.48	0.62	0.33
交友関係								1	0.54	0.62	0.55	0.33
自己肯定									1	0.53	0.48	0.38
コミュニティ										1	0.46	0.5
安心・安全											1	0.28
政治参画												1

幸福度に関して重視する分野

説明変数間の相関係数は比較的高くなっているが、説明変数間の多重共線性を検出するVIFは最大で2.6程度に抑えられている。

説明変数の相関係数(40~50代)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	0.44	0.51	0.48	0.3	0.52	0.44	0.37	0.39	0.33	0.5	0.23
仕事		1	0.42	0.45	0.29	0.5	0.45	0.44	0.41	0.43	0.45	0.31
健康			1	0.56	0.31	0.56	0.53	0.43	0.39	0.36	0.66	0.22
住環境				1	0.38	0.59	0.54	0.45	0.45	0.45	0.62	0.32
子育て・介護					1	0.4	0.28	0.4	0.34	0.46	0.38	0.38
生きがい						1	0.59	0.53	0.52	0.52	0.57	0.32
自己決定							1	0.42	0.44	0.38	0.55	0.27
交友関係								1	0.46	0.61	0.45	0.34
自己肯定									1	0.49	0.41	0.36
コミュニティ										1	0.4	0.48
安心・安全											1	0.26
政治参画												1

(60~80代)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	0.3	0.44	0.42	0.3	0.46	0.38	0.37	0.41	0.32	0.41	0.28
仕事		1	0.16	0.25	0.36	0.32	0.25	0.31	0.3	0.36	0.19	0.31
健康			1	0.5	0.23	0.5	0.45	0.42	0.26	0.36	0.61	0.2
住環境				1	0.3	0.52	0.49	0.48	0.39	0.49	0.59	0.33
子育て・介護					1	0.34	0.23	0.36	0.34	0.4	0.31	0.35
生きがい						1	0.52	0.51	0.45	0.51	0.55	0.33
自己決定							1	0.39	0.39	0.38	0.5	0.3
交友関係								1	0.39	0.63	0.48	0.35
自己肯定									1	0.41	0.31	0.34
コミュニティ										1	0.43	0.47
安心・安全											1	0.28
政治参画												1

多重共線性の指標(VIF)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
全体	1.64	1.37	2.17	2.11	1.42	2.27	1.92	2.00	1.65	2.14	2.38	1.43
10~30代	1.86	1.82	2.61	2.3	1.58	2.42	2.3	2.18	1.9	2.18	2.64	1.5
40~50代	1.65	1.6	2.12	2.08	1.44	2.37	1.87	1.89	1.63	2.09	2.32	1.4
60~80代	1.53	1.31	1.86	1.95	1.38	2.04	1.66	1.94	1.51	2.09	2.18	1.41

幸福度に関して重視する分野

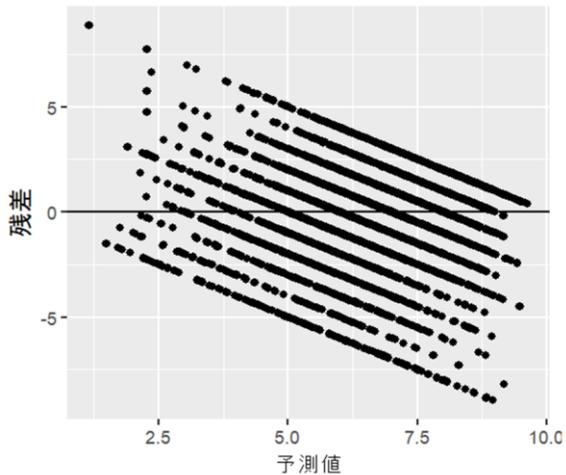
また、説明変数(重視する分野)の等分散性、正規性を確認した。

残差プロット: 残差が上下に散らばり(分散均一性)、残差同士のパターンは確認できない(独立性)と考えられる。

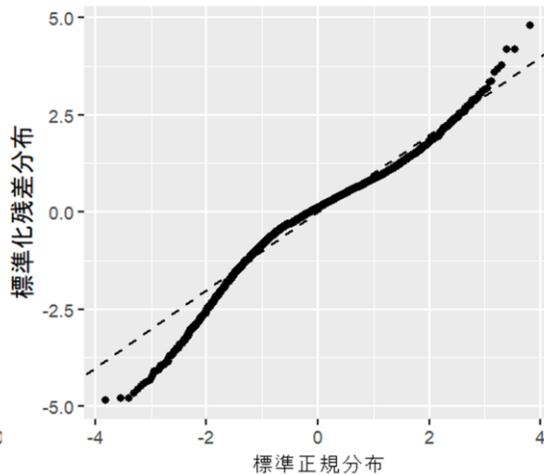
QQプロット: 残差が直線状に並んでいるので正規性は妥当と考えられる。

全体

全体 Q1~Q2 残差プロット

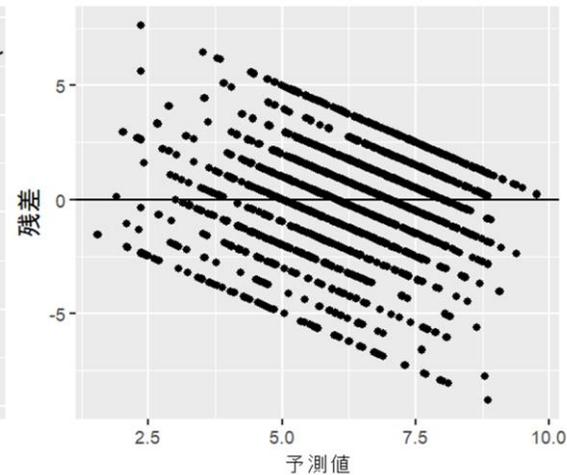


全体 Q1~Q2 QQプロット

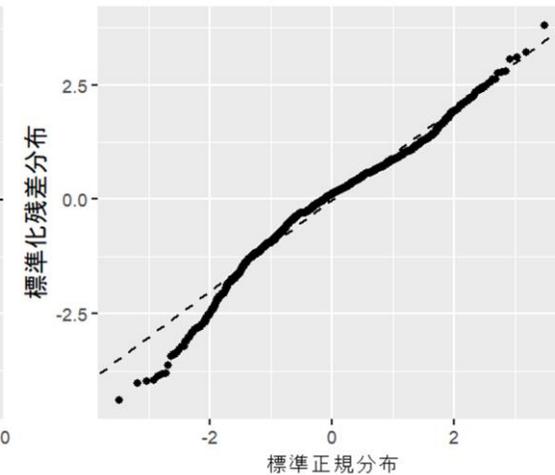


10~30代

全体・10~30代 Q1~Q2 残差プロット



全体・10~30代 Q1~Q2 QQプロット



幸福度に関して重視する分野

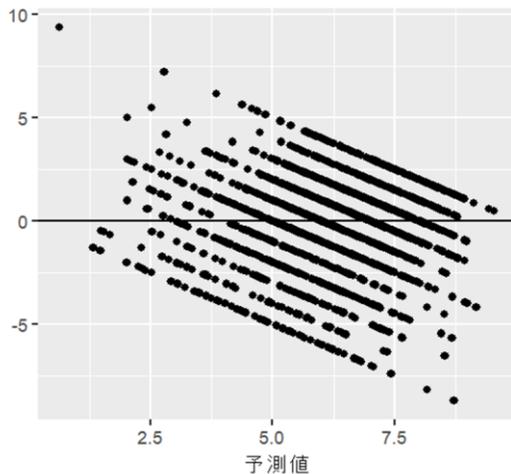
また、説明変数(重視する分野)の等分散性、正規性を確認した。

残差プロット: 残差が上下に散らばり(分散均一性)、残差同士のパターンは確認できない(独立性)と考えられる。

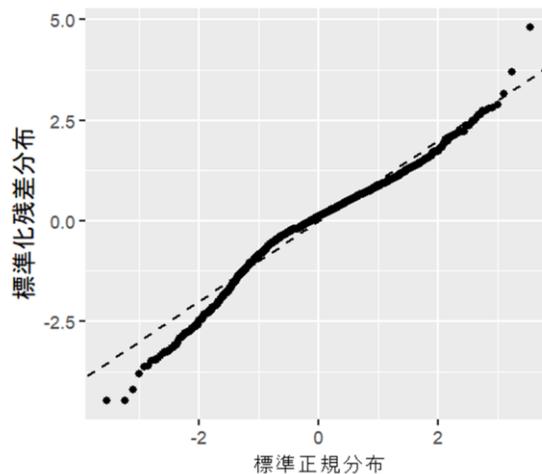
QQプロット: 残差が直線状に並んでいるので正規性は妥当と考えられる。

40~50代

全体・40~50代 Q1~Q2残差プロット

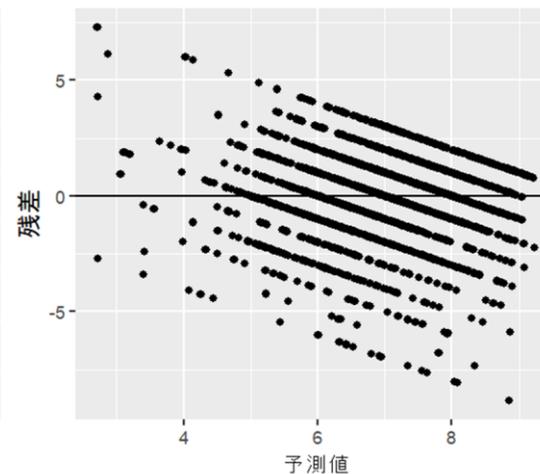


全体・40~50代 Q1~Q2 QQプロット

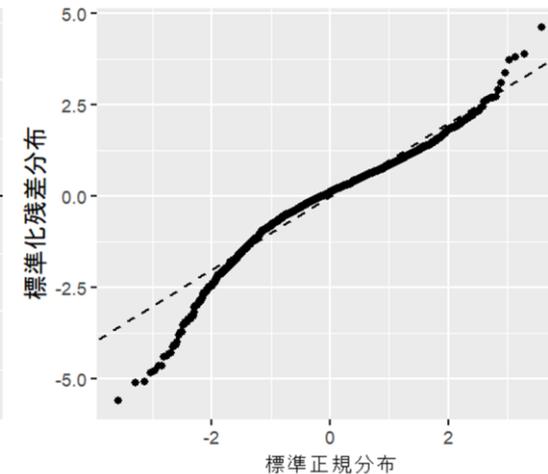


60~80代

全体・60~80代 Q1~Q2残差プロット



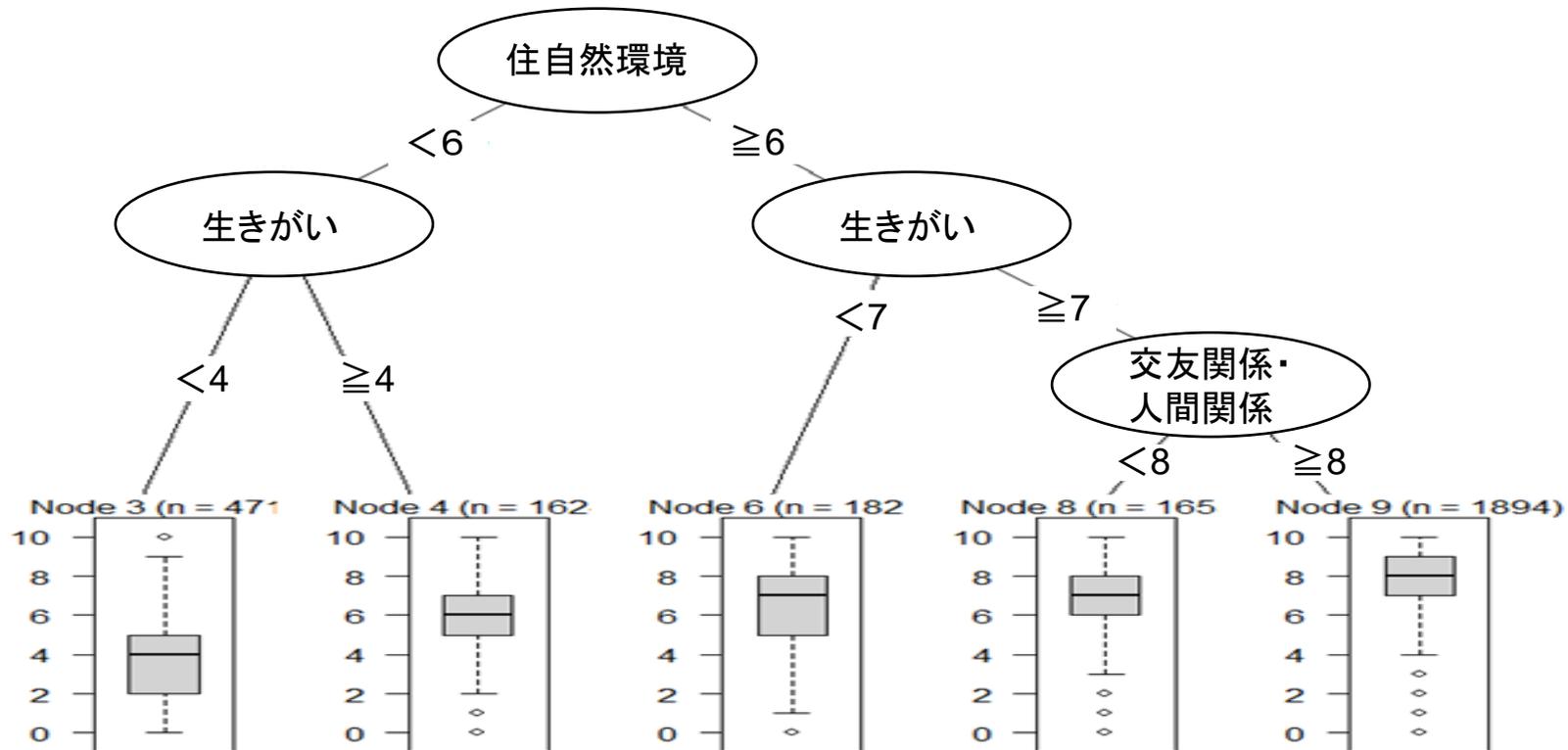
全体・60~80代 Q1~Q2 QQプロット



幸福度に関して重視する分野

決定木分析により、幸福度に影響する属性や重視する分野を分析したところ、幸福度に影響する分野は、「住環境・自然環境」「生きがい・未来への希望」「交友関係・人間関係」であった。

決定木分析: 特定の特徴(今回の場合は、幸福度が高い)がよく現れるようなデータのかたまりを見つけ、その分類ルール(今回の場合は、何の満足度が高まると、幸福度が高くなっているか)を見つける分析手法



※使用した説明変数は全員が回答している属性項目(除く結婚の有無、都道府県)+商圈コード、都市規模コード+Q2重要度の各項目

幸福度に関して重視する分野(結婚・性年代別)

決定木分析により、幸福度に影響する属性や重視する分野を、性年代、既婚・未婚別に分析したところ、「生きがい・未来への希望」が満遍なく上位となる。その他、「住環境・自然環境」の影響も大きい。

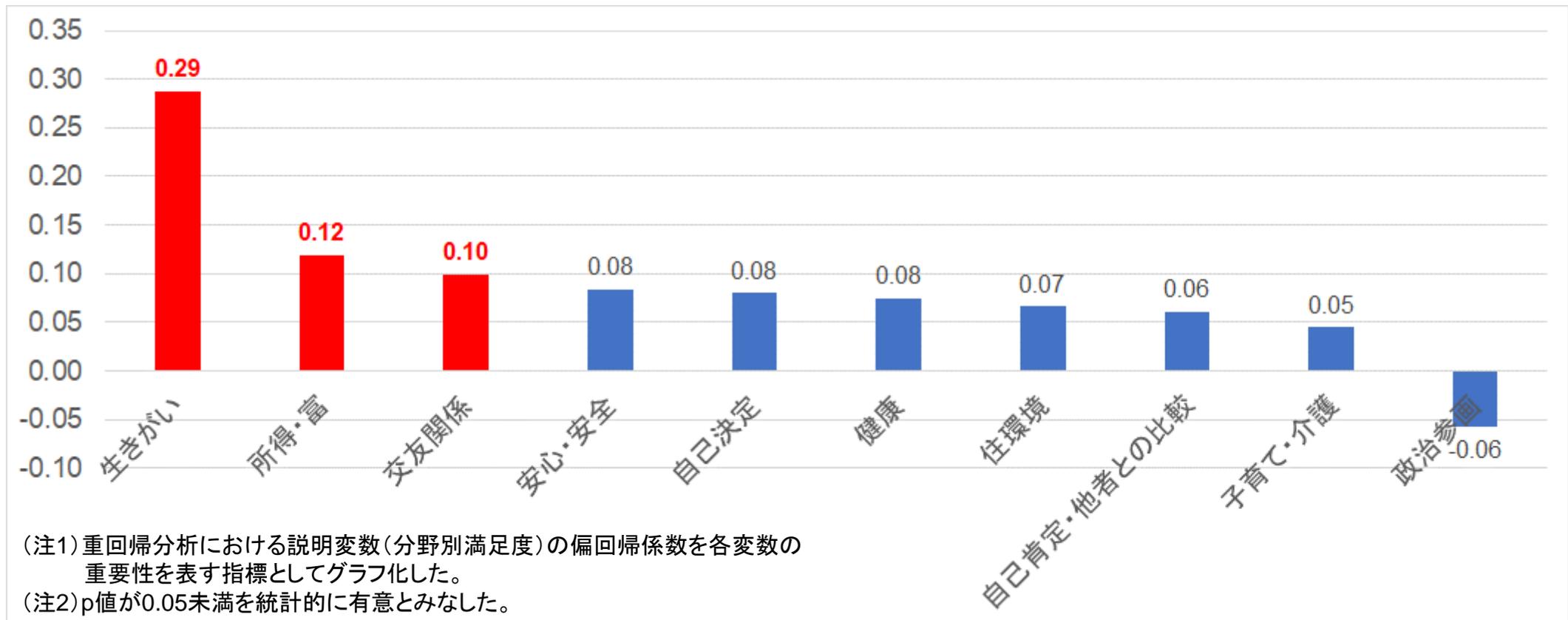
		重要変数		
		1位	2位	3位
男性	10代20代 既婚	子育て・介護の環境 安心・安全	所得・富 生きがい・未来への希望	安心・安全
	未婚			自己決定
	30代40代 既婚	住環境・自然環境 自己決定	交友関係・人間関係 健康	生きがい・未来への希望
	未婚			住環境・自然環境
50代60代 既婚	生きがい・未来への希望 生きがい・未来への希望	住環境・自然環境 交友関係・人間関係	自己決定	
未婚			健康	
70代80代 既婚	生きがい・未来への希望 健康	交友関係・人間関係 自己決定	住環境・自然環境	
未婚			職業 (SQ4)	
女性	10代20代 既婚	生きがい・未来への希望 交友関係・人間関係	健康 安心・安全	住環境・自然環境
	未婚			職業 (SQ4)
	30代40代 既婚	自己決定 生きがい・未来への希望	住環境・自然環境 コミュニティとのつながり・社会貢献	生きがい・未来への希望
	未婚			所得・富
50代60代 既婚	生きがい・未来への希望 自己決定	自己決定 住環境・自然環境	健康	
未婚			生きがい・未来への希望	
70代80代 既婚	生きがい・未来への希望 交友関係・人間関係	交友関係・人間関係 健康	安心・安全	
未婚			住環境・自然環境	

※使用した説明変数は全員が回答している属性項目(除く結婚の有無、都道府県)+商圈コード、都市規模コード+Q2重要度の各項目

日本の幸福の構成要素(分野別満足度)

幸福度を分野別満足度で重回帰分析し、「どの分野が幸福度を左右しているか」を解析したところ、「**生きがい・未来への希望**」「**所得・富**」「**交友関係・人間関係**」の順で幸福度への影響が大きかった。「仕事(ワークライフバランスを含む)」「**コミュニティとのつながり・社会貢献**」は統計的に有意ではなかった。

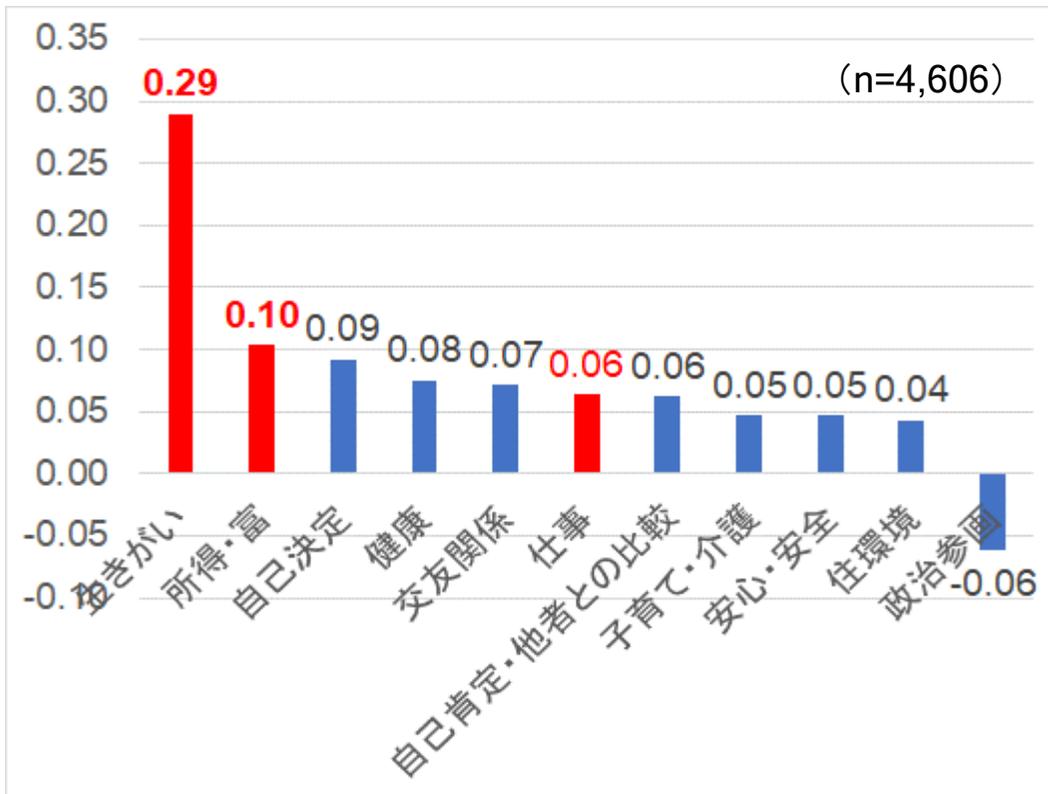
「幸福度」への影響度(幸福度と分野別満足度の重回帰分析)



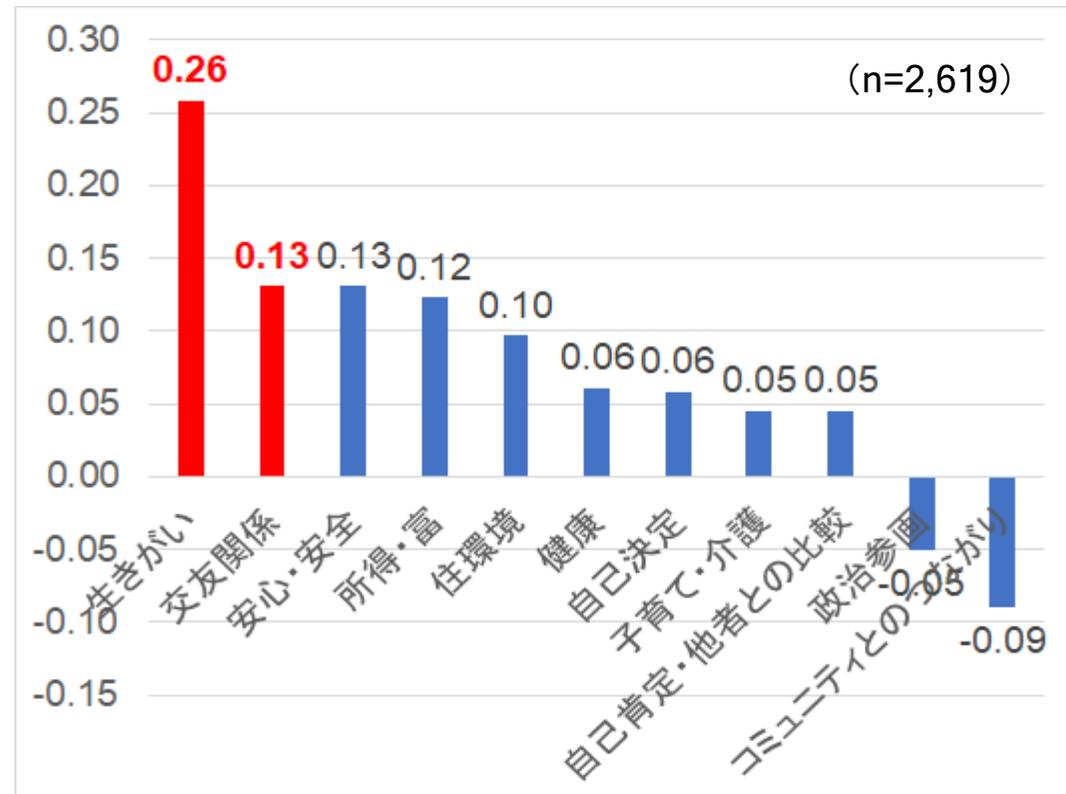
日本の幸福の構成要素(分野別満足度)

なお、職に就いている人に限ると、「仕事(ワークライフバランス)」は有意に転じるものの、影響度は相対的に小さくなく、「生きがい・未来への希望」「所得・富」の影響が大きかった。職に就いていない人は、「生きがい・未来への希望」「交友関係・人間関係」の影響が大きかった。

「幸福度」への影響度(職に就いている人)



「幸福度」への影響度(職に就いていない人)



(注1)重回帰分析における説明変数(分野別満足度)の偏回帰係数を各変数の重要性を表す指標としてグラフ化した。

(注2)p値が0.05未満を統計的に有意とみなした。

日本の幸福の構成要素(分野別満足度)

アンケート回答者全体での重回帰分析においては「仕事」「コミュニティのつながり」が有意ではなかったが、「仕事」は職に就いている人で有意だった。また、「コミュニティとのつながり」は職に就いていない人で有意だった。なお、「コミュニティとのつながり」、「政治参画」は符号がマイナスだった。また、単変量での回帰分析は全てプラス符号で有意だった。

幸福度を被説明変数、分野別満足度を説明変数とした重回帰分析結果

	重回帰分析			(参考) 単変量分析		
	全体 β	職あり β	職なし β	全体 β	職あり β	職無し β
所得・富	0.12 ***	0.10 ***	0.12 ***	0.52 ***	0.53 ***	0.49 ***
仕事	-0.01	0.06 ***		0.13 ***	0.56 ***	
健康	0.08 ***	0.08 ***	0.06 ***	0.55 ***	0.58 ***	0.5 ***
住環境	0.07 ***	0.04 **	0.10 ***	0.56 ***	0.56 ***	0.56 ***
子育て・介護	0.05 ***	0.05 ***	0.05 ***	0.12 ***	0.15 ***	0.08 ***
生きがい	0.29 ***	0.29 ***	0.26 ***	0.64 ***	0.65 ***	0.6 ***
自己決定	0.08 ***	0.09 ***	0.06 **	0.57 ***	0.6 ***	0.54 ***
交友関係	0.10 ***	0.07 ***	0.13 ***	0.55 ***	0.55 ***	0.54 ***
自己肯定・他者との比較	0.06 ***	0.06 ***	0.05 *	0.58 ***	0.6 ***	0.54 ***
コミュニティとのつながり	-0.03	0.00	-0.09 ***	0.52 ***	0.55 ***	0.47 ***
安心・安全	0.08 ***	0.05 *	0.13 ***	0.62 ***	0.62 ***	0.62 ***
政治参画	-0.06 ***	-0.06 ***	-0.05 **	0.32 ***	0.33 ***	0.3 ***
調整済決定係数	0.53	0.535	0.521			

*** p < 0.001; ** p < 0.01; * p < 0.05

日本の幸福の構成要素(分野別満足度)

説明変数間の相関係数は比較的高くなっているが、説明変数間の多重共線性を検出するVIFは最大で3.6程度に抑えられている(次項参照)。

説明変数の相関係数(全体)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	0.24	0.59	0.59	0.11	0.69	0.61	0.54	0.64	0.56	0.60	0.45
仕事		1	0.23	0.20	0.21	0.26	0.22	0.22	0.25	0.23	0.23	0.17
健康			1	0.61	0.10	0.68	0.62	0.60	0.60	0.57	0.67	0.40
住環境				1	0.10	0.65	0.64	0.61	0.63	0.60	0.72	0.44
子育て・介護					1	0.14	0.07	0.10	0.13	0.13	0.11	0.08
生きがい						1	0.73	0.66	0.73	0.66	0.69	0.48
自己決定							1	0.63	0.70	0.60	0.68	0.45
交友関係								1	0.66	0.71	0.65	0.45
自己肯定									1	0.66	0.65	0.52
コミュニティ										1	0.61	0.57
安心・安全											1	0.45
政治参画												1

説明変数の相関係数(職あり)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	0.64	0.61	0.59	0.16	0.70	0.61	0.53	0.66	0.56	0.60	0.46
仕事		1	0.62	0.60	0.15	0.70	0.66	0.61	0.66	0.60	0.65	0.45
健康			1	0.61	0.15	0.69	0.64	0.61	0.62	0.58	0.69	0.41
住環境				1	0.16	0.65	0.64	0.59	0.64	0.61	0.72	0.44
子育て・介護					1	0.19	0.12	0.15	0.18	0.17	0.16	0.12
生きがい						1	0.73	0.65	0.74	0.66	0.69	0.48
自己決定							1	0.63	0.70	0.61	0.68	0.44
交友関係								1	0.66	0.70	0.64	0.44
自己肯定									1	0.67	0.65	0.53
コミュニティ										1	0.61	0.57
安心・安全											1	0.44
政治参画												1

日本の幸福の構成要素(分野別満足度)

説明変数間の相関係数は比較的高くなっているが、説明変数間の多重共線性を検出するVIFは最大で3.6程度に抑えられている。

説明変数の相関係数(職なし)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	—	0.57	0.59	0.03	0.65	0.60	0.55	0.61	0.55	0.59	0.43
仕事		1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
健康			1	0.61	0.02	0.65	0.60	0.58	0.56	0.55	0.65	0.39
住環境				1	0.02	0.66	0.65	0.62	0.61	0.60	0.71	0.43
子育て・介護					1	0.05	0.00	0.03	0.04	0.04	0.05	0.01
生きがい						1	0.72	0.68	0.70	0.66	0.68	0.48
自己決定							1	0.64	0.69	0.59	0.68	0.46
交友関係								1	0.67	0.72	0.66	0.46
自己肯定									1	0.65	0.64	0.50
コミュニティ										1	0.62	0.56
安心・安全											1	0.45
政治参画												1

多重共線性の指標(VIF)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
全体	2.22	1.13	2.33	2.54	1.06	3.42	2.78	2.61	2.94	2.70	2.95	1.58
職あり	2.38	2.51	2.46	2.53	1.05	3.62	2.82	2.55	3.13	2.73	3.01	1.6
職なし	2.07	—	2.16	2.53	1.01	3.25	2.8	2.77	2.72	2.74	2.87	1.56

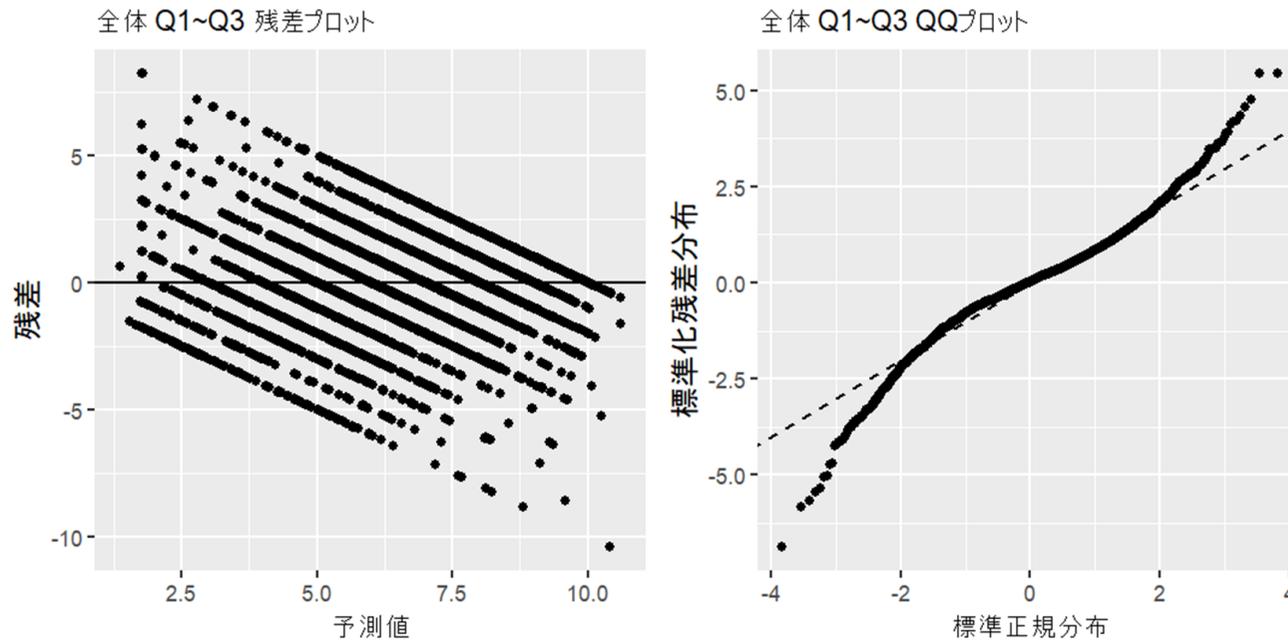
日本の幸福の構成要素(分野別満足度)

また、説明変数(分野別満足度)の等分散性、正規性を確認した。

残差プロット: 残差が上下に散らばり(分散均一性)、残差同士のパターンは確認できない(独立性)と考えられる。

QQプロット: 残差が直線状に並んでいるので正規性は妥当と考えられる。

全体



日本の幸福の構成要素(分野別満足度)

また、説明変数(分野別満足度)の等分散性、正規性を確認した。

残差プロット:残差が上下に散らばり(分散均一性)、残差同士のパターンは確認できない(独立性)と考えられる。

QQプロット:残差が直線状に並んでいるので正規性は妥当と考えられる。

職あり

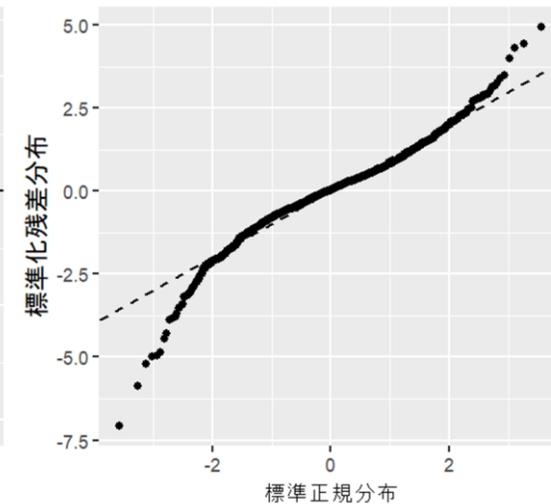
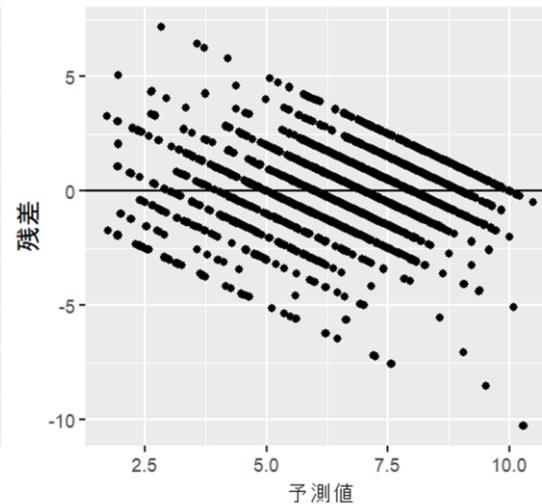
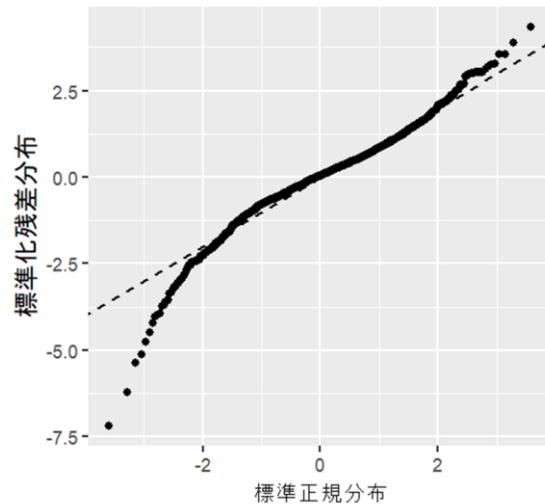
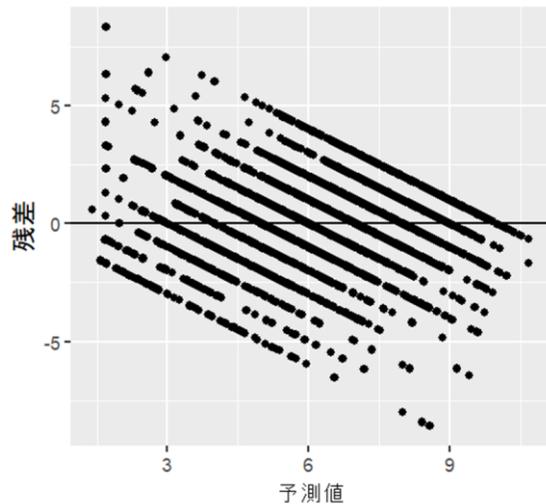
職なし

全体・職あり Q1~Q3 残差プロット

全体・職あり Q1~Q3 QQプロット

全体・職なし Q1~Q3 残差プロット

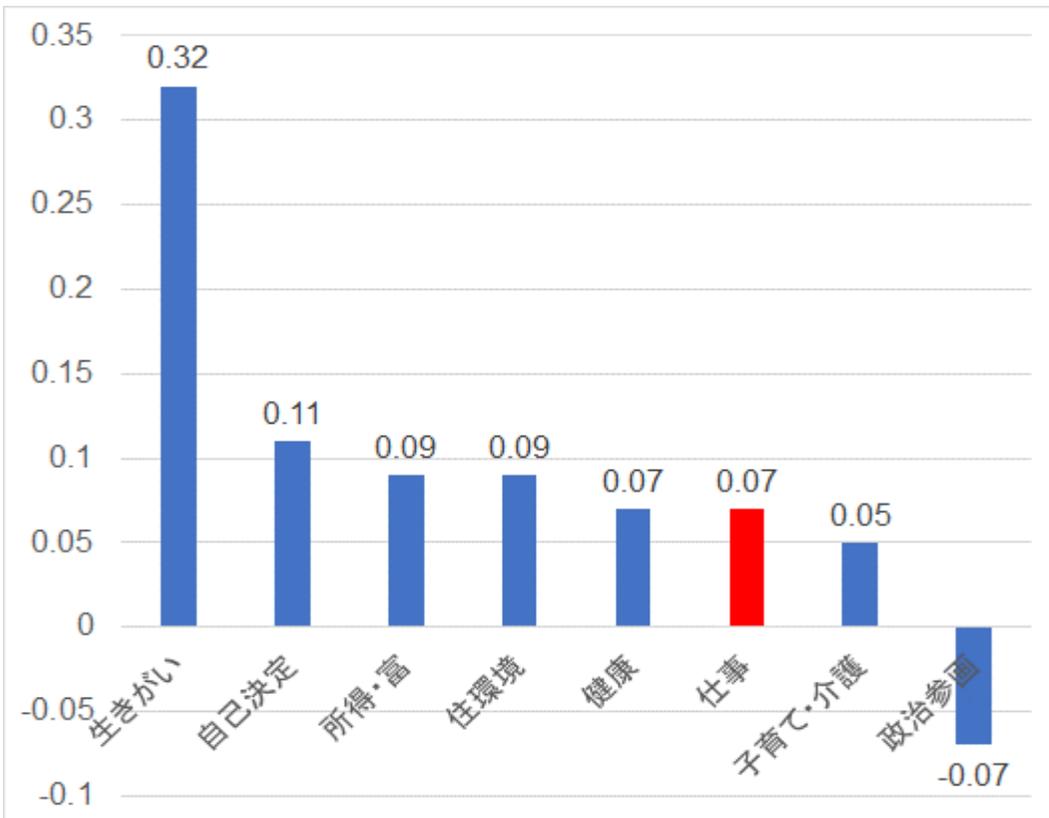
全体・職なし Q1~Q3 QQプロット



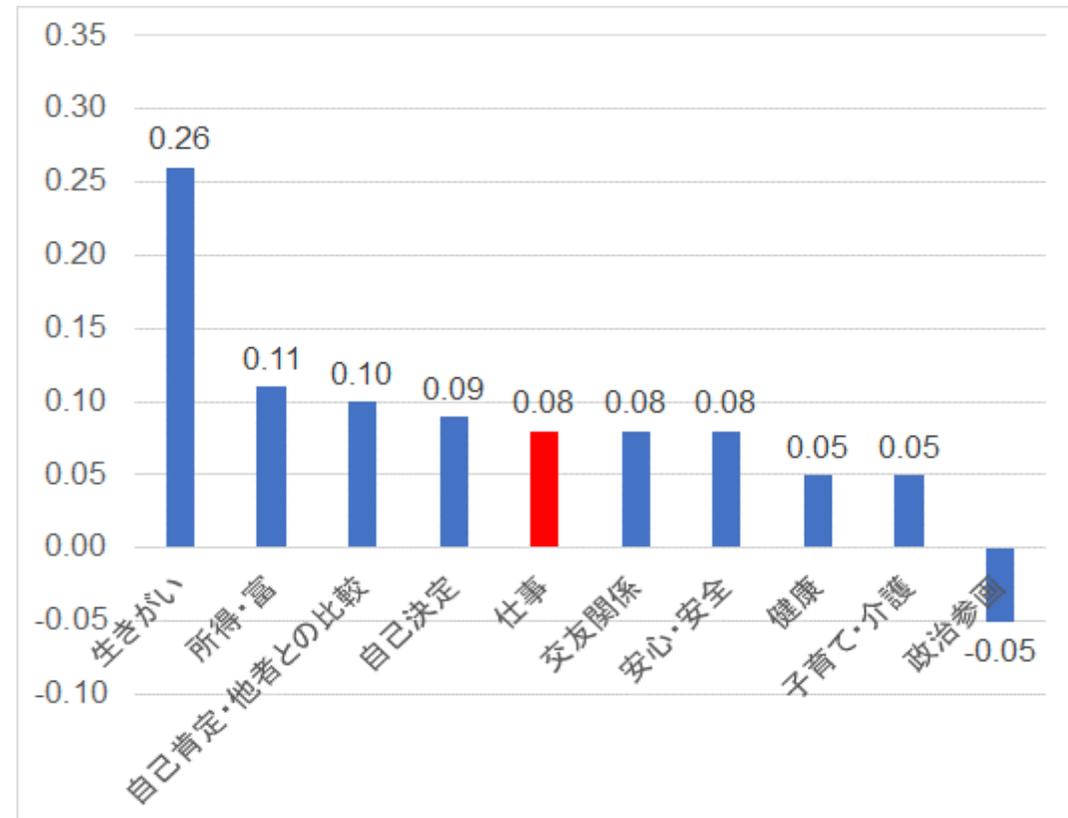
日本の幸福の構成要素(分野別満足度・性／雇用形態別)

職に就いている人の「仕事」に関する満足度は、幸福度との間に有意な正の相関がある。男女で分けてみると、**男性は「職に就いている」だけでは有意でなく、「正規雇用」で有意**となる。一方、**女性は「職に就いている」だけで有意**であった（「正規雇用」の女性も有意）。

「幸福度」への影響度(男性・正規雇用)



「幸福度」への影響度(女性・職に就いている)



(注1)重回帰分析における説明変数(分野別満足度)の偏回帰係数を各変数の重要性を表す指標としてグラフ化した。

(注2)p値が0.05未満を統計的に有意とみなした。

日本の幸福の構成要素(分野別満足度・性／雇用形態別)

職に就いている人の「仕事」に関する満足度は、幸福度との間に有意な正の相関がある。男女で分けてみると、**男性は「職に就いている」だけでは有意でなく、「正規雇用」で有意となる。**一方、**女性は「職に就いている」だけで有意であった**（「正規雇用」の女性も有意）。

幸福度を被説明変数、分野別満足度を説明変数とした重回帰分析結果

	男性	女性	(参考) 単変量分析	
	正規雇用 β	職あり β	男性正規雇用 β	女性職あり β
所得・富	0.09 ***	0.11 ***	0.55 ***	0.5 ***
仕事	0.07 **	0.08 ***	0.56 ***	0.53 ***
健康	0.07 **	0.05 *	0.59 ***	0.55 ***
住環境	0.09 ***	0.03	0.58 ***	0.52 ***
子育て・介護	0.05 ***	0.05 ***	0.17 ***	0.14 ***
生きがい	0.32 ***	0.26 ***	0.68 ***	0.61 ***
自己決定	0.11 ***	0.09 ***	0.62 ***	0.58 ***
交友関係	0.05	0.08 ***	0.55 ***	0.53 ***
自己肯定・他者との比較	0.02	0.10 ***	0.59 ***	0.59 ***
コミュニティとのつながり	0.01	-0.05	0.54 ***	0.53 ***
安心・安全	0.03	0.08 **	0.62 ***	0.6 ***
政治参画	-0.07 ***	-0.05 **	0.33 ***	0.3 ***
調整済決定係数	0.54	0.517		

*** p < 0.001; ** p < 0.01; * p < 0.05

職あり：正社員・正職員（役職なし）、正社員・正職員（管理職）、派遣・契約社員、パート・アルバイト、
会社経営・役員、自営業、業務委託、フリーランス

正規雇用：正社員・正職員（役職なし）、正社員・正職員（管理職）

日本の幸福の構成要素(分野別満足度・性／雇用形態別)

説明変数間の相関係数は比較的高くなっているが、説明変数間の多重共線性を検出するVIFは最大で3.9程度に抑えられている。

説明変数の相関係数(男性・正規雇用)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	0.60	0.59	0.58	0.13	0.68	0.59	0.50	0.63	0.55	0.57	0.43
仕事		1	0.61	0.54	0.12	0.65	0.62	0.59	0.63	0.57	0.61	0.40
健康			1	0.61	0.13	0.67	0.62	0.59	0.63	0.58	0.68	0.37
住環境				1	0.14	0.62	0.63	0.56	0.62	0.59	0.70	0.42
子育て・介護					1	0.17	0.10	0.13	0.16	0.15	0.14	0.08
生きがい						1	0.73	0.64	0.75	0.66	0.66	0.45
自己決定							1	0.63	0.70	0.63	0.66	0.42
交友関係								1	0.65	0.68	0.61	0.40
自己肯定									1	0.66	0.64	0.49
コミュニティ										1	0.60	0.53
安心・安全											1	0.40
政治参画												1

説明変数の相関係数(女性・職あり)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
所得・富	1	0.60	0.59	0.58	0.13	0.68	0.59	0.50	0.63	0.55	0.57	0.43
仕事		1	0.61	0.54	0.12	0.65	0.62	0.59	0.63	0.57	0.61	0.40
健康			1	0.61	0.13	0.67	0.62	0.59	0.63	0.58	0.68	0.37
住環境				1	0.14	0.62	0.63	0.56	0.62	0.59	0.70	0.42
子育て・介護					1	0.17	0.10	0.13	0.16	0.15	0.14	0.08
生きがい						1	0.73	0.64	0.75	0.66	0.66	0.45
自己決定							1	0.63	0.70	0.63	0.66	0.42
交友関係								1	0.65	0.68	0.61	0.40
自己肯定									1	0.66	0.64	0.49
コミュニティ										1	0.60	0.53
安心・安全											1	0.40
政治参画												1

多重共線性の指標(VIF)

	所得・富	仕事	健康	住環境	子育て・介護	生きがい	自己決定	交友関係	自己肯定	コミュニティ	安心・安全	政治参画
男性・正規雇用	2.50	2.76	2.61	2.58	1.08	3.87	2.86	2.64	3.19	2.92	3.26	1.68
女性・職あり	2.24	2.22	2.44	2.4	1.04	3.5	2.81	2.4	3.07	2.63	2.82	1.5

日本の幸福の構成要素(分野別満足度・性／雇用形態別)

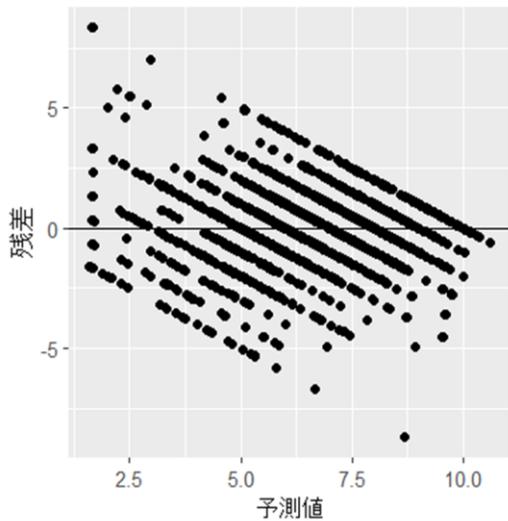
また、説明変数(分野別満足度)の等分散性、正規性を確認した。

残差プロット: 残差が上下に散らばり(分散均一性)、残差同士のパターンは確認できない(独立性)と考えられる。

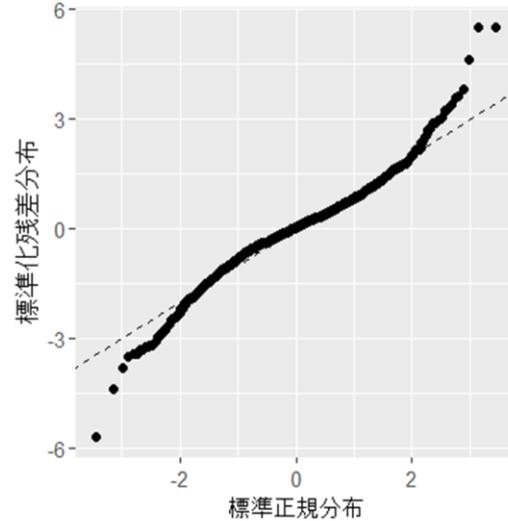
QQプロット: 残差が直線状に並んでいるので正規性は妥当と考えられる。

男性・正規雇用

男性・正規雇用 Q1~Q3 残差プロット

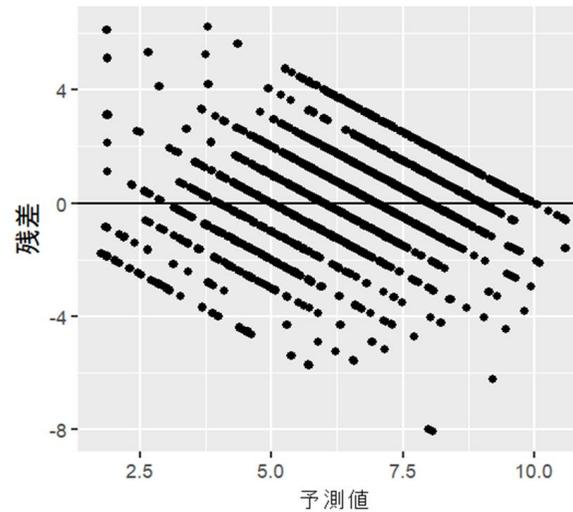


男性・正規雇用 Q1~Q3 QQプロット

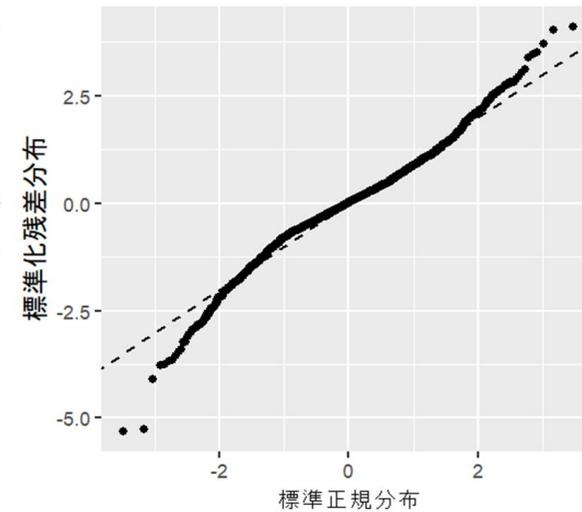


女性・職あり

女性・職あり Q1~Q3 残差プロット

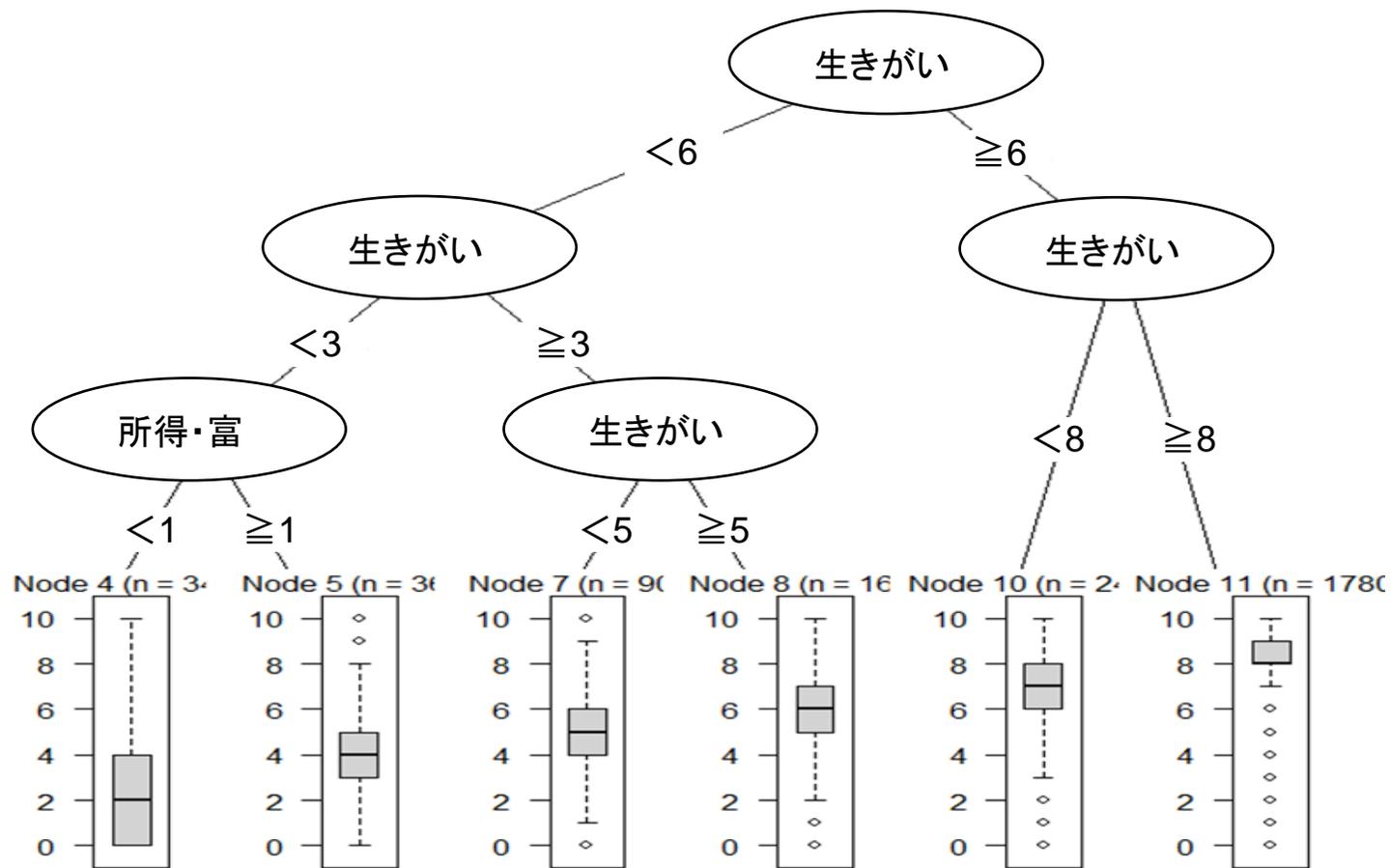


女性・職あり Q1~Q3 QQプロット



幸福度と分野別満足度の関係

決定木分析により、幸福度に影響する属性・分野別満足度を分析すると、「生きがい・未来への希望」の満足度による影響が大きかった。



※使用した説明変数は全員が回答している属性項目(除く結婚の有無、都道府県)+商圈コード、都市規模コード+Q3分野別満足度の各項目

幸福度と分野別満足度の関係

性年代・婚姻の別に分けて決定木分析をしたところ、ほとんどの性年代において、「生きがい・未来への希望」の満足度が幸福度に影響している。

		重要変数		
		1位	2位	3位
男性	10代20代 既婚	コミュニティとのつながり・社会貢献	自己決定	健康
	未婚	自己決定	生きがい・未来への希望	住環境・自然環境
	30代40代 既婚	生きがい・未来への希望	自己肯定・他者との比較	自己決定
	未婚	生きがい・未来への希望	自己決定	自己肯定・他者との比較
女性	10代20代 既婚	安心・安全	生きがい・未来への希望	住環境・自然環境
	未婚	自己肯定・他者との比較	生きがい・未来への希望	自己決定
	30代40代 既婚	自己決定	生きがい・未来への希望	健康
	未婚	生きがい・未来への希望	自己肯定・他者との比較	コミュニティとのつながり・社会貢献
男性	50代60代 既婚	生きがい・未来への希望	自己決定	住環境・自然環境
	未婚	生きがい・未来への希望	所得・富	自己決定
	70代80代 既婚	安心・安全	生きがい・未来への希望	交友関係・人間関係
	未婚	所得・富	住環境・自然環境	自己肯定・他者との比較
女性	50代60代 既婚	生きがい・未来への希望	自己決定	自己肯定・他者との比較
	未婚	生きがい・未来への希望	自己肯定・他者との比較	交友関係・人間関係
	70代80代 既婚	生きがい・未来への希望	安心・安全	自己決定
	未婚	生きがい・未来への希望	自己決定	健康

※使用した説明変数は全員が回答している属性項目(除く結婚の有無、都道府県)+商圈コード、都市規模コード+Q3分野別満足度の各項目

幸福度を分ける属性(性・年代・婚姻状態別)

性・年代・婚姻状態別に、幸福度に影響する要素を分析すると、総じて**本人・世帯の可処分所得**、**睡眠時間**の影響が大きい。**女性は家事時間の影響**が大きいほか、**若年女性は居住する都市規模の影響も大きい**などの特徴がみられた。

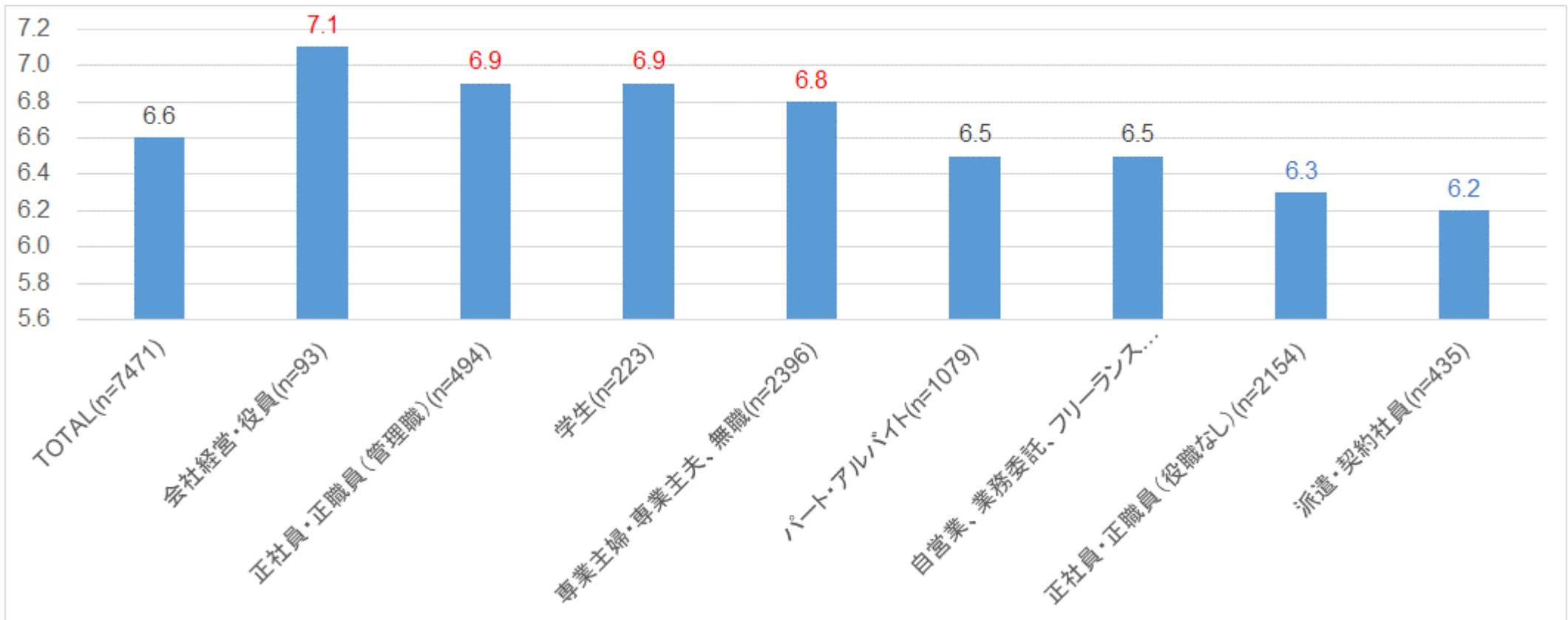
		重要変数		
		1位	2位	3位
男性	10代20代 既婚	家事時間	同居の子(乳幼、未就学)	職業
	未婚	職業	本人可処分所得	睡眠時間
	30代40代 既婚	世帯可処分所得	職業	本人可処分所得
	未婚	本人可処分所得	職業	世帯可処分所得
女性	10代20代 既婚	睡眠時間	都市規模コード	世帯可処分所得
	未婚	職業	家事時間	世帯可処分所得
	30代40代 既婚	世帯可処分所得	家事時間	睡眠時間
	未婚	都市規模コード	同居子供の人数	家事時間
男性	50代60代 既婚	本人可処分所得	世帯可処分所得	睡眠時間
	未婚	世帯可処分所得	本人可処分所得	年代
	70代80代 既婚	本人可処分所得	睡眠時間	世帯可処分所得
	未婚	睡眠時間	家事時間	都市規模コード
女性	50代60代 既婚	世帯可処分所得	睡眠時間	家事時間
	未婚	家事時間	世帯可処分所得	睡眠時間
	70代80代 既婚	世帯可処分所得	本人可処分所得	睡眠時間
	未婚	家事時間	職業	同居の子(成人)

※使用した説明変数は全員が回答している属性項目(除く結婚の有無、都道府県)+商圈コード、都市規模コード

勤務形態別の幸福度

幸福度が高い勤務形態は、会社経営・役員、正社員・正職員（管理職）、専業主婦・主夫・無職、学生だった。
幸福度が低い勤務形態は、正社員・正職員（役職なし）、派遣・契約社員。

勤務形態別の幸福度

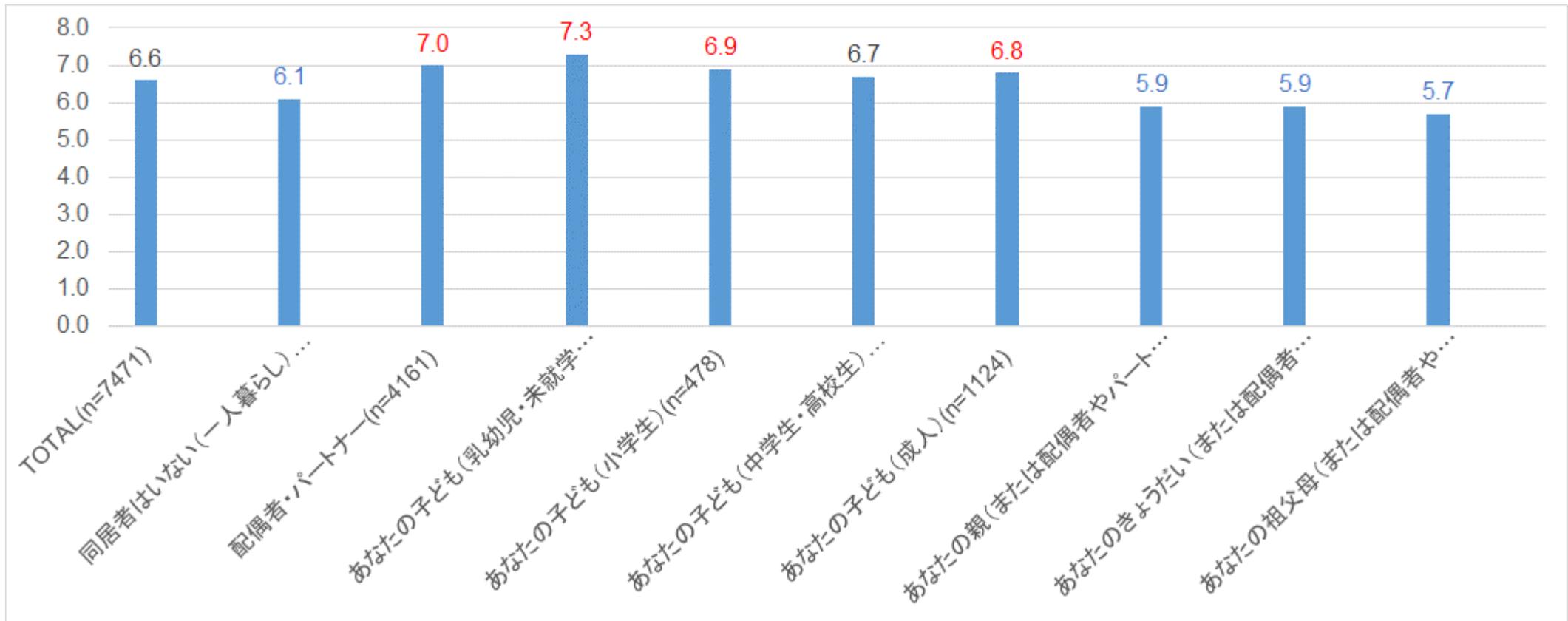


(注) 赤字は、全回答者平均との間にプラスの有意差あり。青字は、全回答者平均との間にマイナスの有意差あり(5%水準)。

家族構成別の幸福度

幸福度が高い家族構成は、「配偶者・パートナー」「小学生以下の子ども」「成人の子ども」がいるケースだった。
幸福度が低い家族構成は、「一人暮らし」や、「親・きょうだい」「祖父母」と同居するケースだった。

家族構成別の幸福度



(注) 赤字は、全回答者平均との間にプラスの有意差あり。青字は、全回答者平均との間にマイナスの有意差あり(5%水準)。

1日の時間の使い方別の幸福度

通勤時間・通学時間は1時間半以上になると、幸福度が低下する。労働時間は8時間以上になると幸福度が低下する。家事や子育ては短時間の方がむしろ幸福度が低下する。睡眠時間は7時間～8時間未満の人の幸福度がもっとも高く、8時間を超えるとむしろ低下する。

1日の時間の使い方別の幸福度

	通勤時間・通学時間	仕事がある日の 平均的な労働時間	家事を行う時間	子育てを行う時間	平均的な睡眠時間
0時間	6.4	—	6.4	6.6	—
30分未満	6.5	—	6.3	6.7	—
30分～1時間未満	6.5	—	6.4	6.8	—
1時間～1時間30分未満	6.5	—	6.5	7.3	—
1時間30分～2時間未満	6.2	—	6.7	6.8	—
2時間～3時間未満	6.4	—	6.9	7.0	—
3時間～4時間未満	—	6.9	7.0	—	5.6
4時間～5時間未満	—	6.5	7.0	—	6.1
5時間～6時間未満	—	6.7	6.5	—	6.4
6時間～7時間未満	—	6.6	—	—	6.7
7時間～8時間未満	—	6.5	—	—	6.9
8時間～	—	6.2	—	7.7	6.4

(注)n数が100未満の場合、数字のブレが大きくなるので、集計から除外した(「-」と表示)。

重視する分野と分野別満足度のマトリクス

「幸福度を考えるときに重視するか」(重視するスコアの高低)と、満足度をマトリクスにすると、下表のとおり。

幸福度を考える際に重視していないが、満足度は高い。

満足度:高

幸福度を考える際に重視する分野であり、満足度も高い。

子育て・介護の環境

安心・安全

自己決定

交友関係・人間関係

住環境・自然環境

健康

重視する:低

重視する:高

仕事(ワークライフバランスを含む)

生きがい・未来への希望

自己肯定・他者との比較

コミュニティとのつながり・社会貢献

所得・富

政治参画

幸福度を考える際に重視しておらず、満足度も低い。

満足度:低

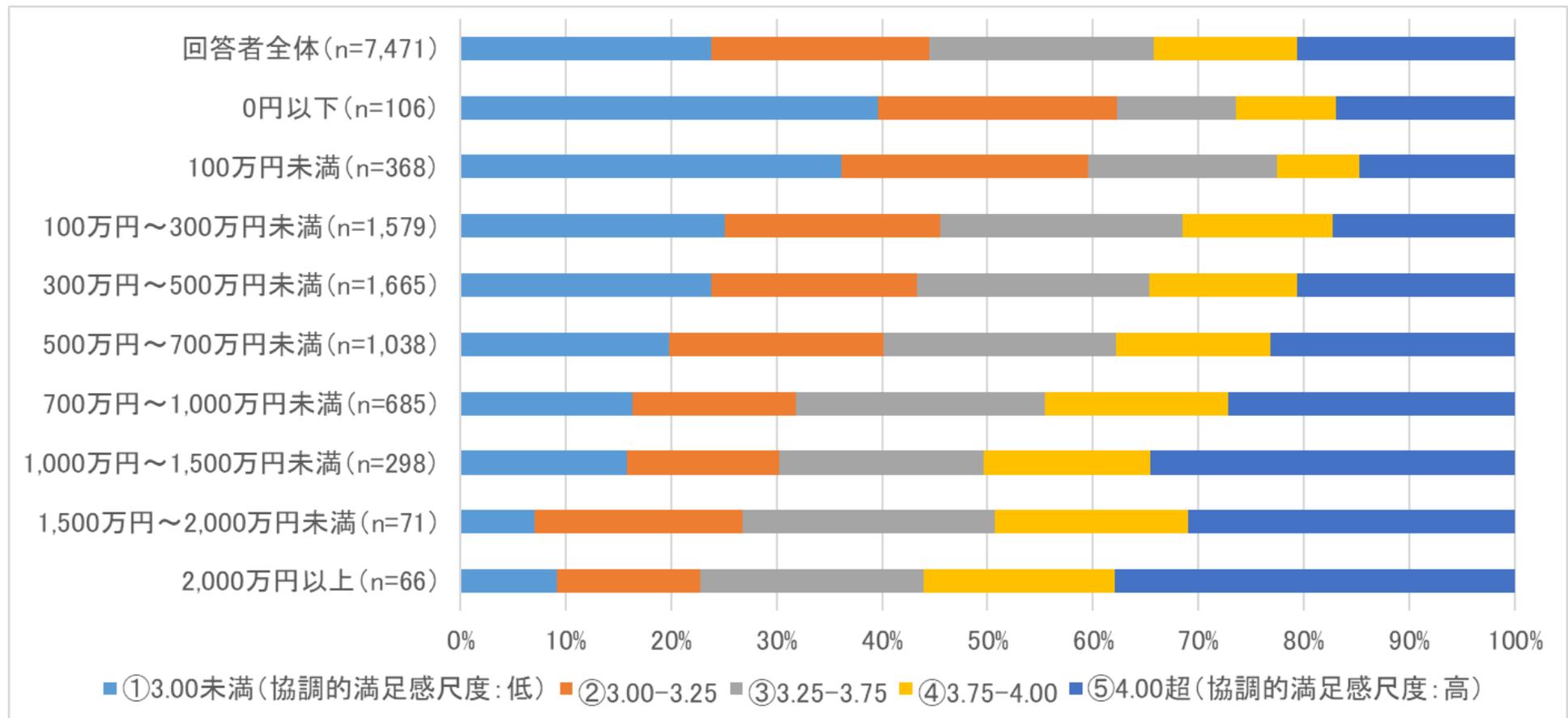
幸福度を考える際に重視する分野だが、満足度は高い。

(2) やはり“お金”は大事なのか

所得水準と協調的幸福感

所得と協調的幸福感尺度(自らの幸福において他者との関係性を意識する度合い)の関係をみると、所得が高いほど同尺度が高い、つまり他者との関係性を重視する傾向にある。

現在の所得と協調的幸福感尺度

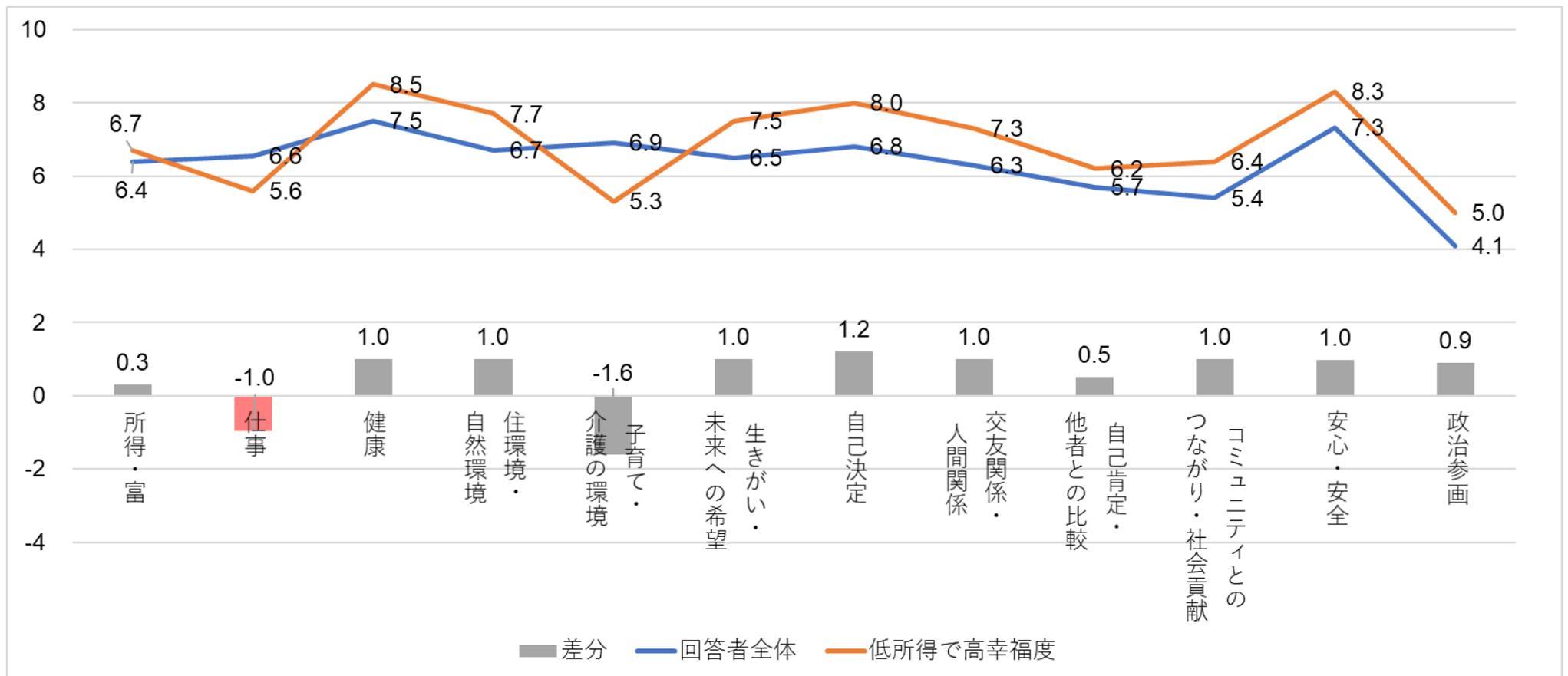


世帯所得300万円未満で幸福度が高い人の特徴(何を重視するか)

世帯所得300万円未満で幸福度が高い(8~10)人は、仕事に対する重視度合いが相対的に低く、生きがいや自己決定、人間関係、コミュニティとのつながりといった、仕事以外の価値のほうに重きを置いている。

※世帯所得ごとに幸福度の平均を取ると、300万円が日本全体の平均(6.6)を分ける閾値になっている(本編参照)

世帯所得300万円未満で幸福度の高い人が重視する要素



(3) 未来志向の若者・頑張れ40～50代・元気な高齢者

協調的幸福感尺度についての説明

【協調的幸福感尺度の開発背景と測定概念】

- ◆ 協調的幸福感尺度 (Hitokoto & Uchida (2014)) は、「他者との協調性と他者の幸福」、「人並み感」、「平穏な感情状態」に焦点を置いている。これまで欧米で開発されてきた尺度は、「個人的な成功(例:よい成績を取る)」を主とした意味合いが強かった。こうした尺度で測定される日本の幸福感は他国に比べて低いことが指摘されていた。日本においては、幸福の概念は「対人関係の調和(例:まわりの人達と協調できている)」を主とした意味合いが強いことが先行研究 (Uchida & Kitayama , 2009) で示されてきた。今までよく用いられていた、個人的達成や獲得に基づく幸福のみならず、他者との調和的な幸せや、他者を幸せにしているかどうかを測定するために開発された尺度である。

【スコアリング】

- ◆ 協調的幸福感 = 第1項から第9項目までの総合計(設問の詳細は次頁)

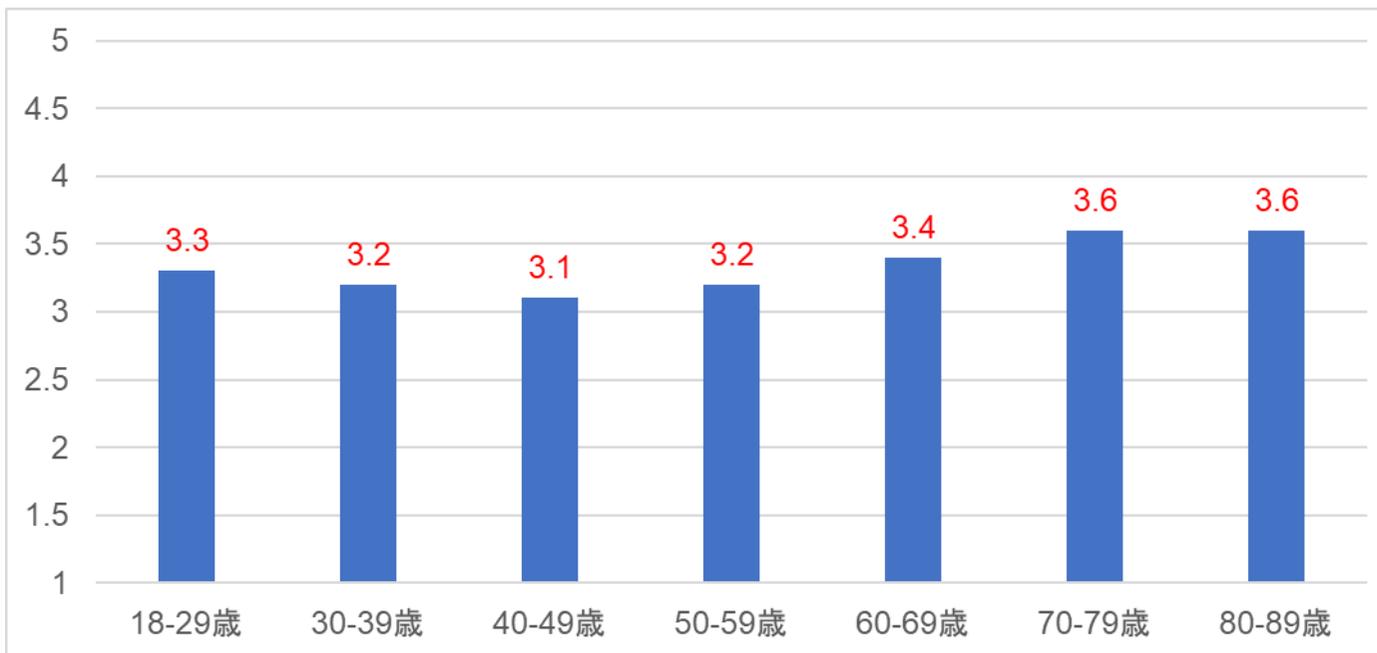
出典:京都大学こころの未来研究センター 「協調的幸福感尺度」より当社抜粋

年代別の協調的幸福感尺度の比較

協調的幸福感尺度も幸福度と同様、年代別では若年層と高齢層（60歳以上）は高いが、30～50代に落ち込むU字型になっている。

〈問〉あなたは、次に挙げる項目についてどの程度あてはまりますか。最も近いと思うものをお選びください。「1. 全くあてはまらない」「2. あまりあてはまらない」「3. どちらともいえない」「4. ややあてはまる」「5. 非常にあてはまる」

協調的幸福感尺度の9設問の平均（年代別）



協調的幸福感各設問

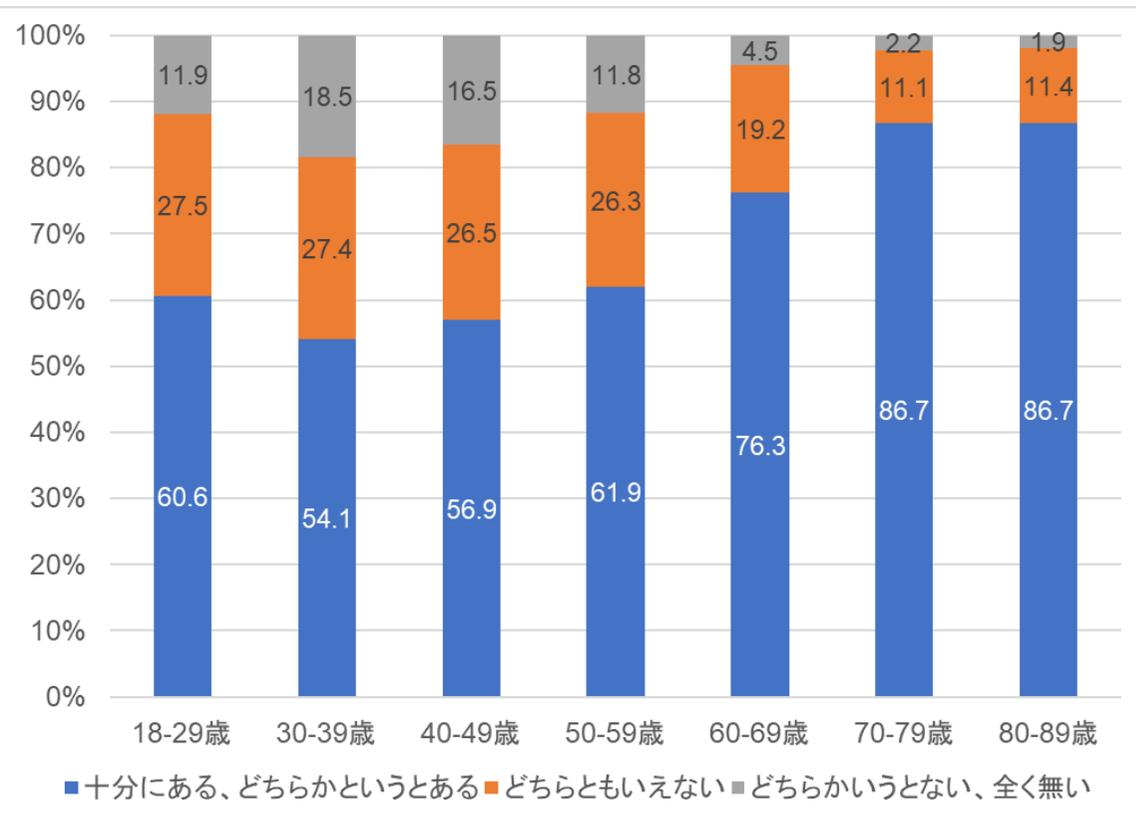
- ①自分だけでなく、身近なまわりの人も楽しい気持ちでいると思う。
- ②周りの人に認められていると感じる。
- ③大切な人を幸せにしていると思う。
- ④平凡だが安定した日々を過ごしている。
- ⑤大きな悩み事はない。
- ⑥人に迷惑をかけずに自分のやりたいことができている。
- ⑦まわりの人たちと同じくらい幸せだと思う。
- ⑧まわりの人並みの生活は手に入れている自信がある。
- ⑨まわりの人たちと同じくらい、それなりにうまくいっている。

自由な時間と幸福度の関係

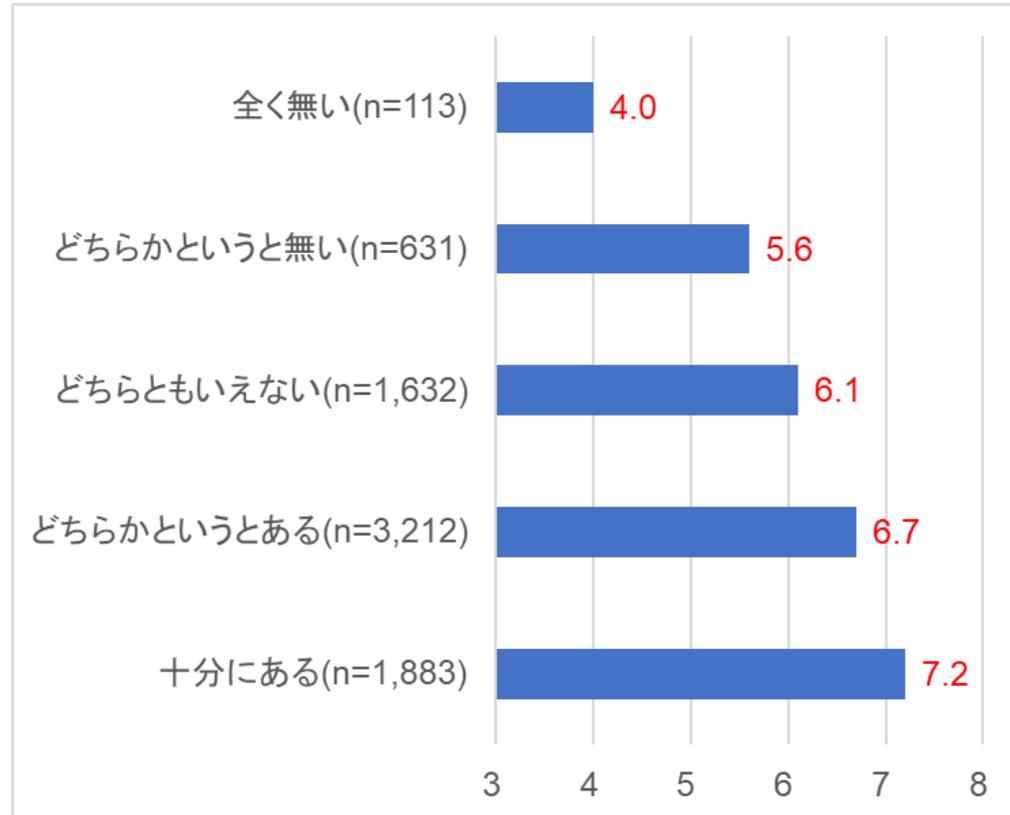
自身のために使える自由な時間が「十分にある」「どちらかというところ」と回答する割合は、若年層(18-29歳)から30代にかけて減り、40代から増えていくU字型になった。「自由な時間」と幸福度には相関が見られる。

〈問〉あなたは現在、1日の中でご自身のために使うことのできる自由な時間がありますか。あなたのお考えに最も近いと思うものをお選びください。

年齢別の回答分布



自由な時間と幸福度

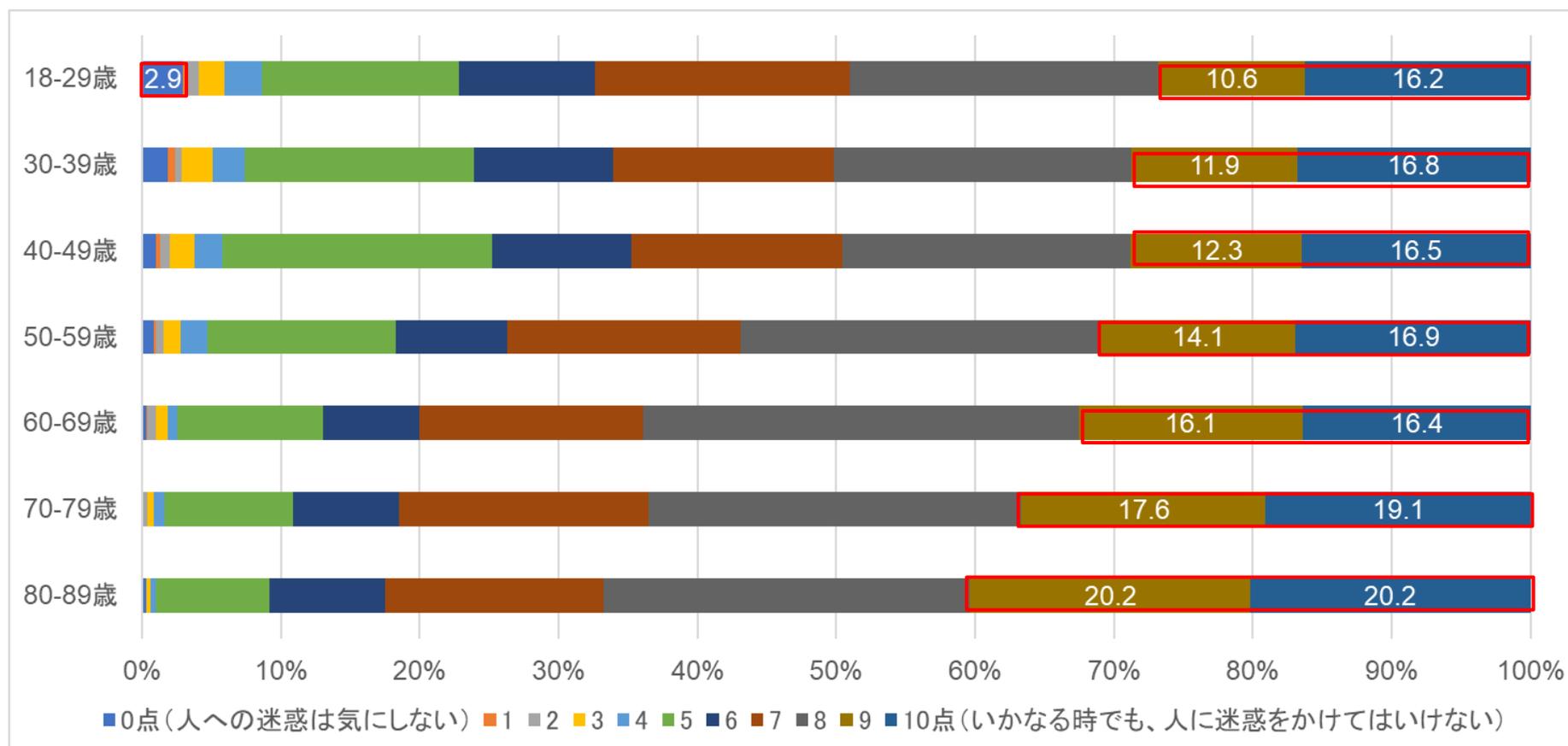


利他性・協調性

「人に迷惑をかけてはいけない」と考える割合は、年代とともに高くなる。一方、「人への迷惑は気にしない」という回答は、若い方が多い傾向にある。

＜問＞あなたは、「他の人に迷惑をかけてはいけない」と、どの程度思いますか。

年代別の回答



ハイティーン層(18~19歳)の特徴

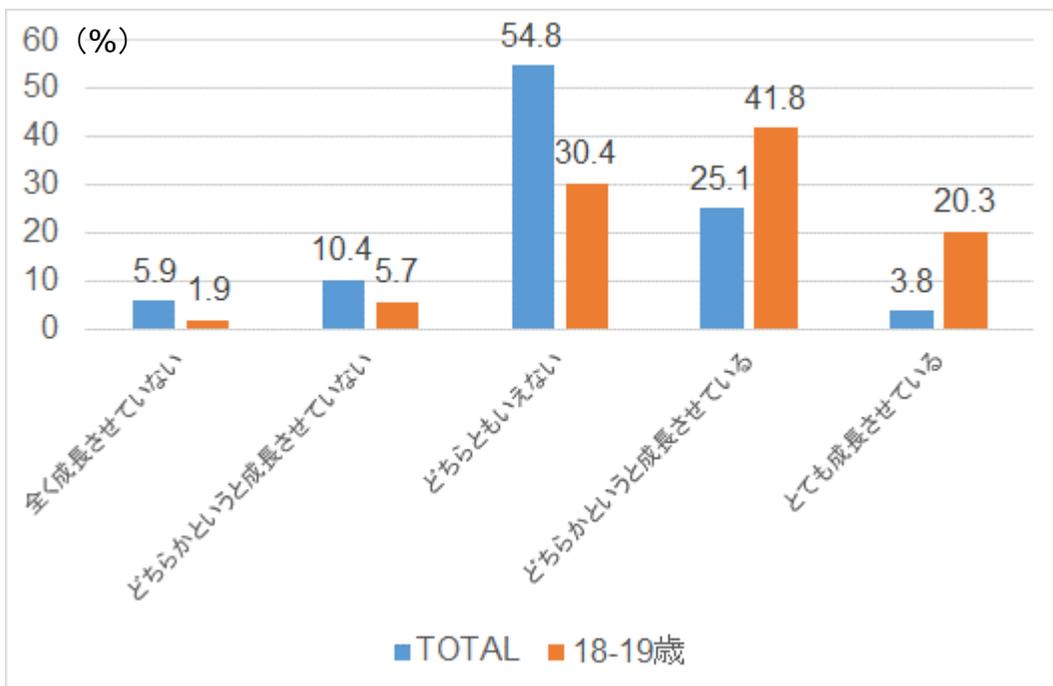
ハイティーン層は、自らの仕事・学業や社会活動が「自己の成長につながっている」「組織や社会に貢献している」と意識する割合が高い。

<問>

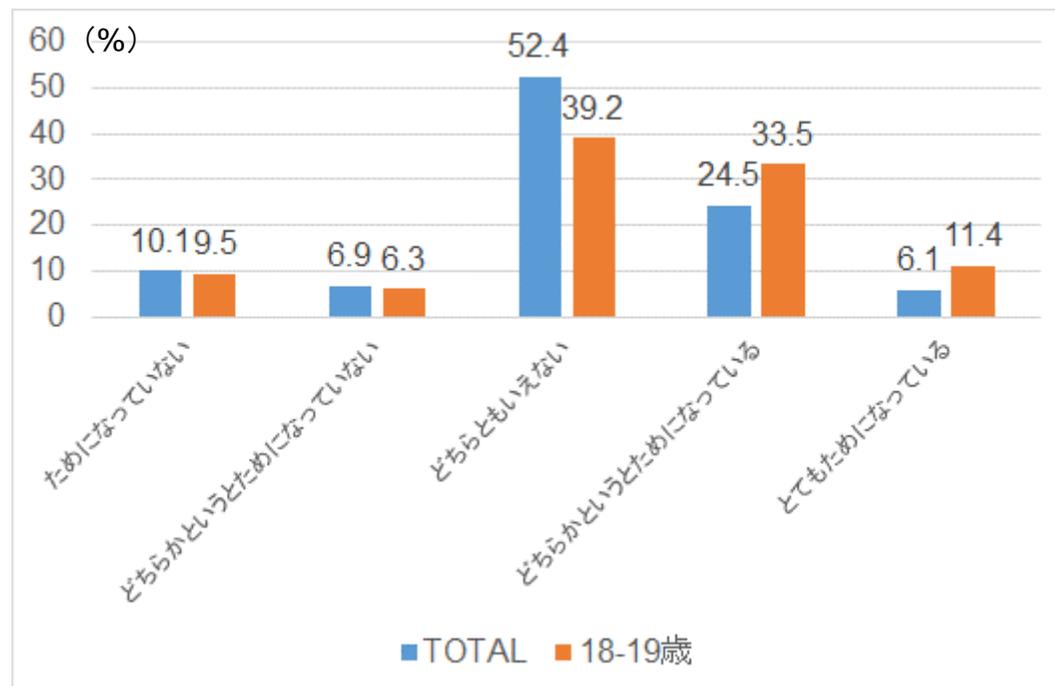
(左図)・あなたの仕事や学業、または社会やコミュニティのために取り組んでいることは、自身を成長させていると感じますか。

(右図)・あなたの仕事や学業、または社会やコミュニティのために取り組んでいることは、会社などの所属組織や社会のためになっていると思いますか。

自らの行動が自己を成長させているか



自らの行動が所属組織や社会のためになっているか

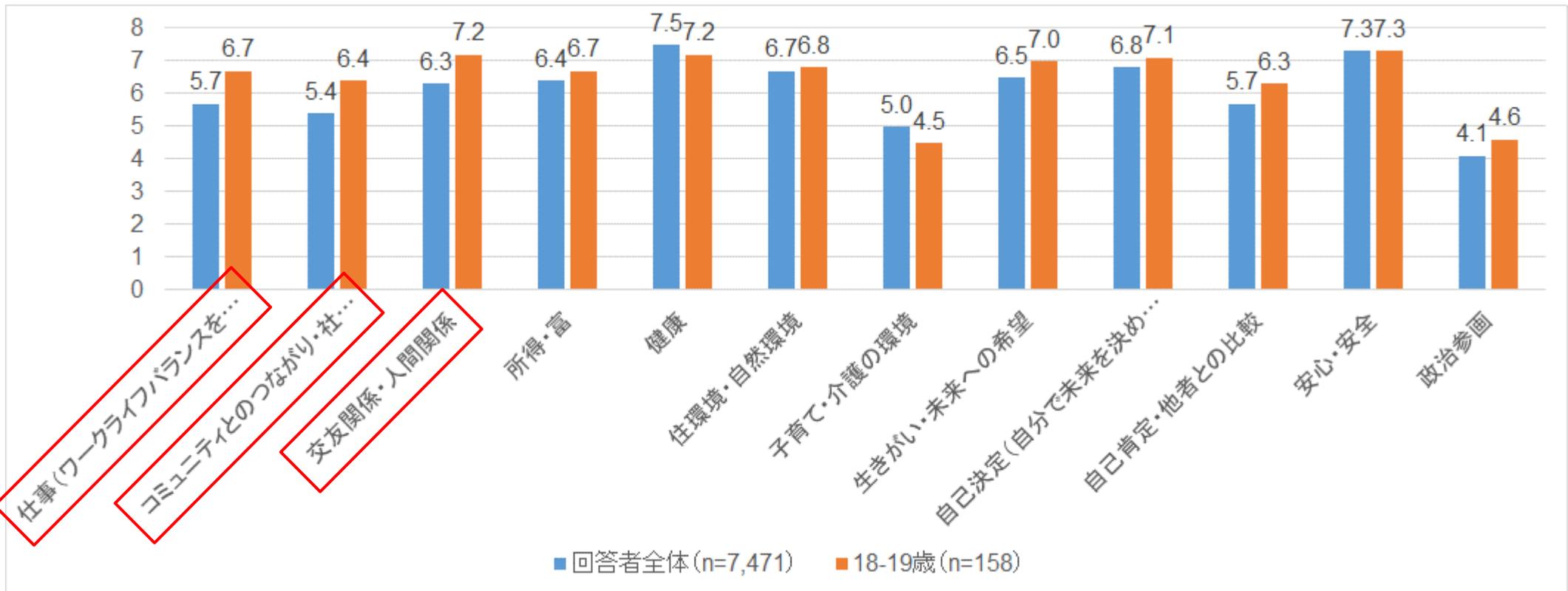


ハイティーン層(18~19歳)の特徴

幸福度を答える際にどの程度、重視したか、各分野の平均を取ると、「仕事」、「交友関係・人間関係」「コミュニティとのつながり・社会貢献」は、回答者平均と比べ、ハイティーンの方が高い値となった。

<問>幸福度をお答えの際、様々な項目についてどの程度、重視しましたか。

重視した程度(平均:回答者全体とハイティーン層の比較)

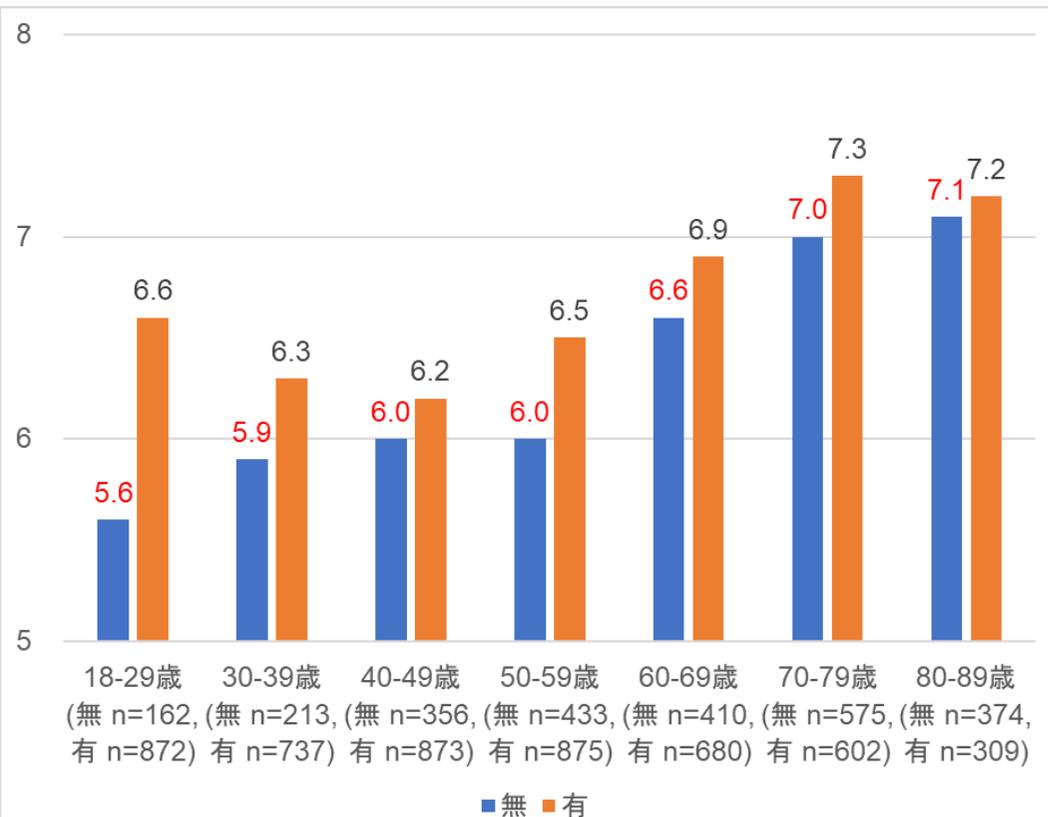


SNSの利用有無と幸福度

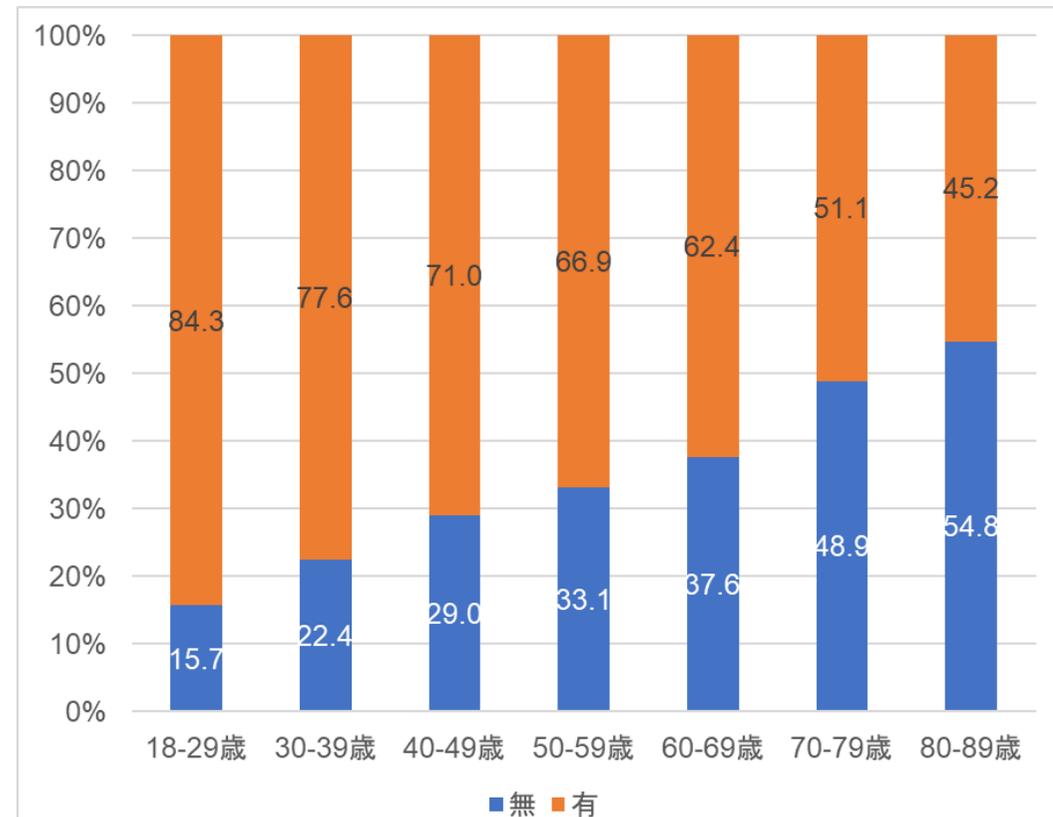
全年代でSNSの利用有と回答した人の幸福度が利用無よりも上回った。特に差が大きいのは若年層(18-29歳)であった。若年層ではSNSが幸福度に影響するツールとなっていることが見て取れる。

<問>あなたは普段、SNS(Instagram・Facebook・X(旧Twitter)等)をどのような目的で使っていますか。あてはまるものをお選びください。(複数選択肢)

SNS利用の有無別・年代別の幸福度平均値



各年代のSNS利用有無の割合

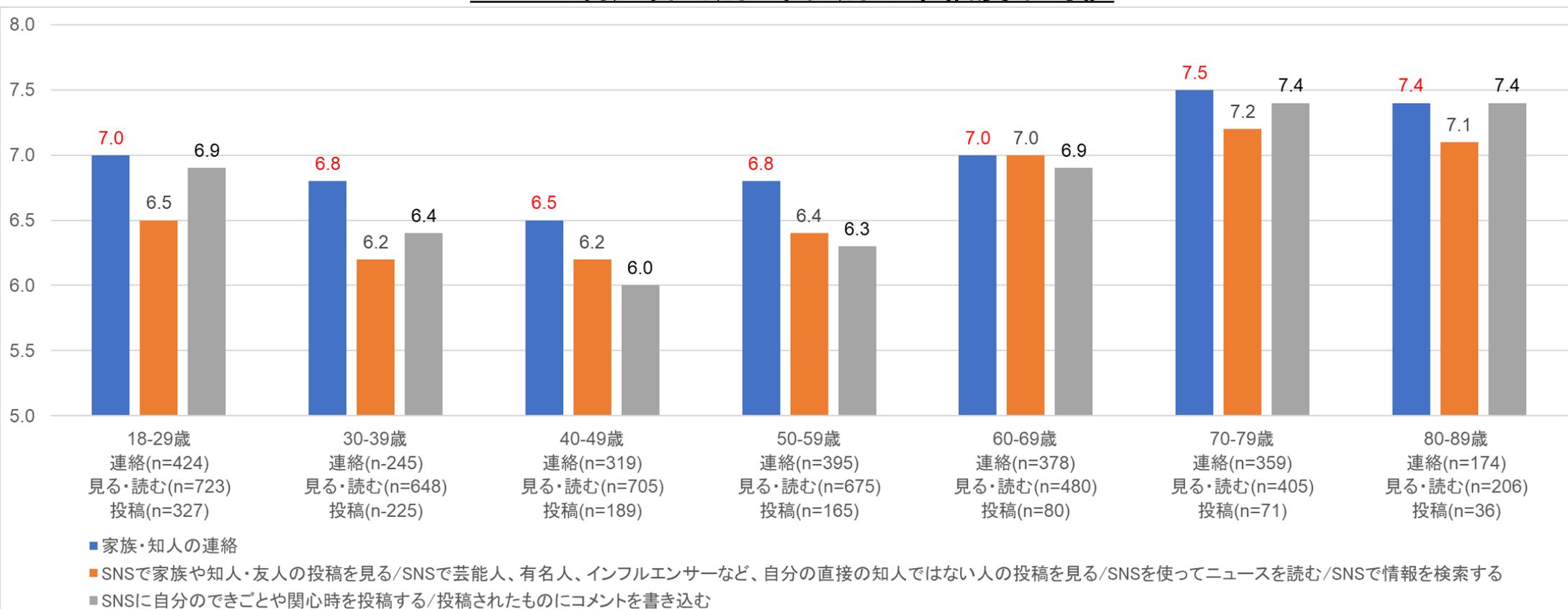


SNSの使用方法与幸福度

SNSの使用方法では、「家族・知人の連絡」と回答した人の幸福度の平均値が全年代で高い傾向にあった。SNSを使って投稿している人だけ取り出すと、U字がより深くなる(40代の落ち込みと若年層・高齢層の上がりがシャープになる)。

〈問〉あなたは普段、SNS(Instagram・Facebook・X(旧Twitter)等)をどのような目的で使っていますか。あてはまるものをお選びください。(複数選択肢)

SNSの利用目的別・年代別の幸福度平均値

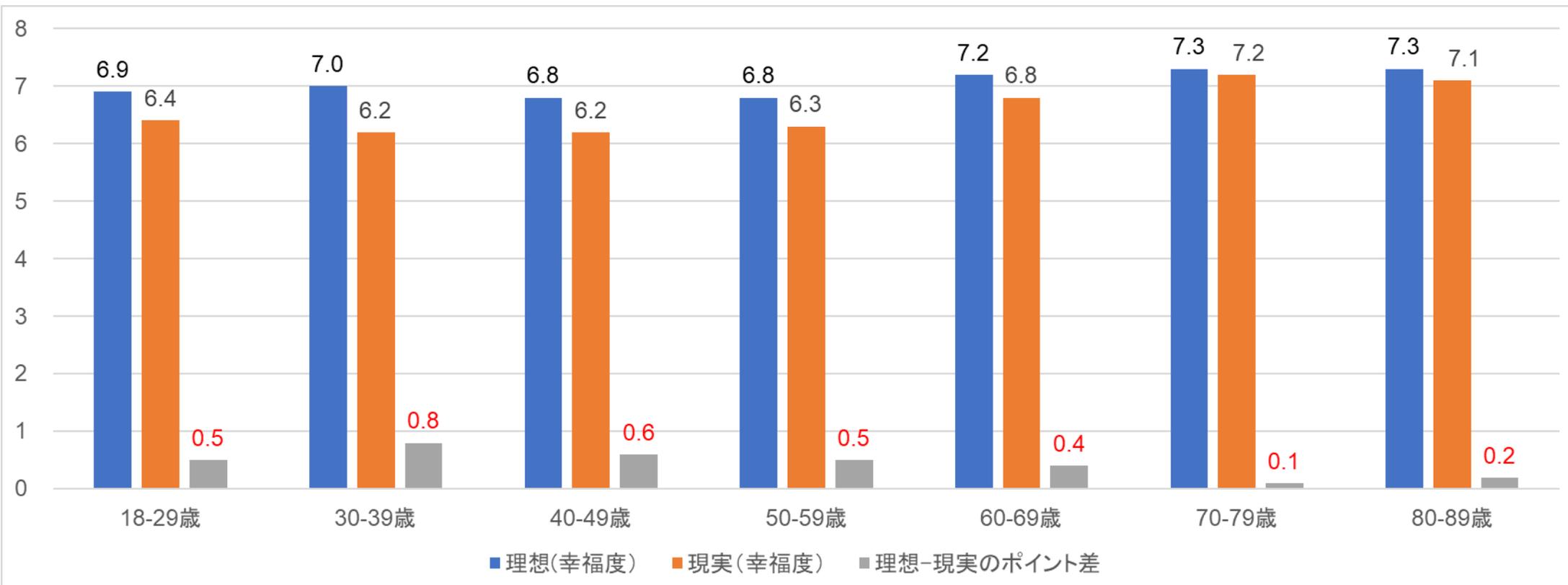


理想の幸福度と現実の幸福度のギャップ

理想の幸福度も、現実の幸福度と同様、中年層(40代・50代)を底とするU字型を描く。理想と現実の“ギャップ”は30代で一番大きく、年代が上がるにつれて小さくなっていく。

〈問〉あなたにとってはどれくらいの幸せをかんじていることが理想的だと思いますか。「幸せだけを感じている」を10点、「幸せと不幸せが半々くらい」を5点、「不幸せだけを感じている」を0点とすると、何点が理想の状態と思いますか。

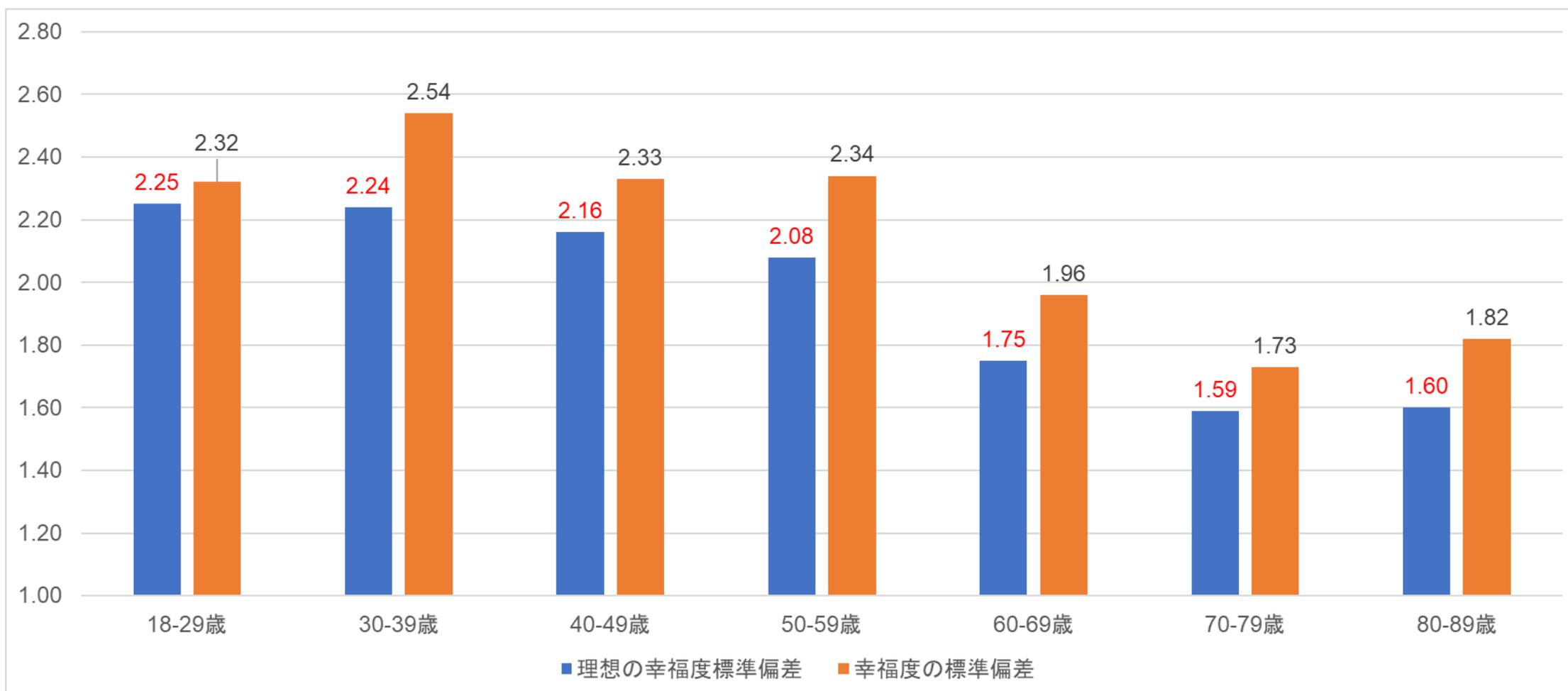
理想の幸福度と現実の幸福度幸福度の平均値(年代別)



理想の幸福度と現実の幸福度のばらつき

「理想」も「現実」も幸福度のばらつきは30代が大きく(幸せな人と不幸せな人が広く分布している)、年代が上がるにつれて小さくなっていく。

理想の幸福度と現実の幸福度の標準偏差の比較(年代別)



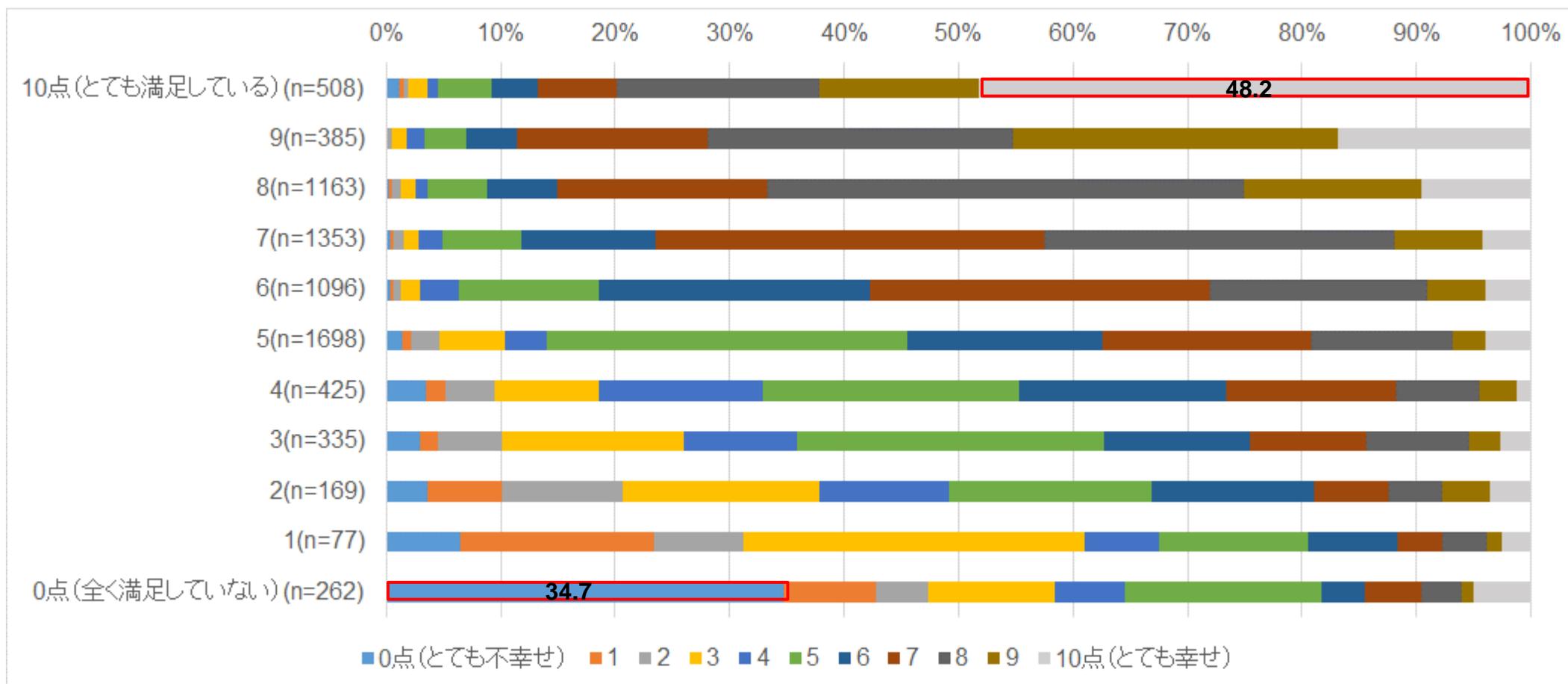
(4) 絆が生む幸せ

交友関係・人間関係と幸福度

交友関係・人間関係に満足度を感じていると、幸福度は高い。一方、満足していない場合は、幸福度は低い。

<問> 現在、あなたは交友関係・人間関係についてどの程度、満足していますか。

交友関係・人間関係と幸福度

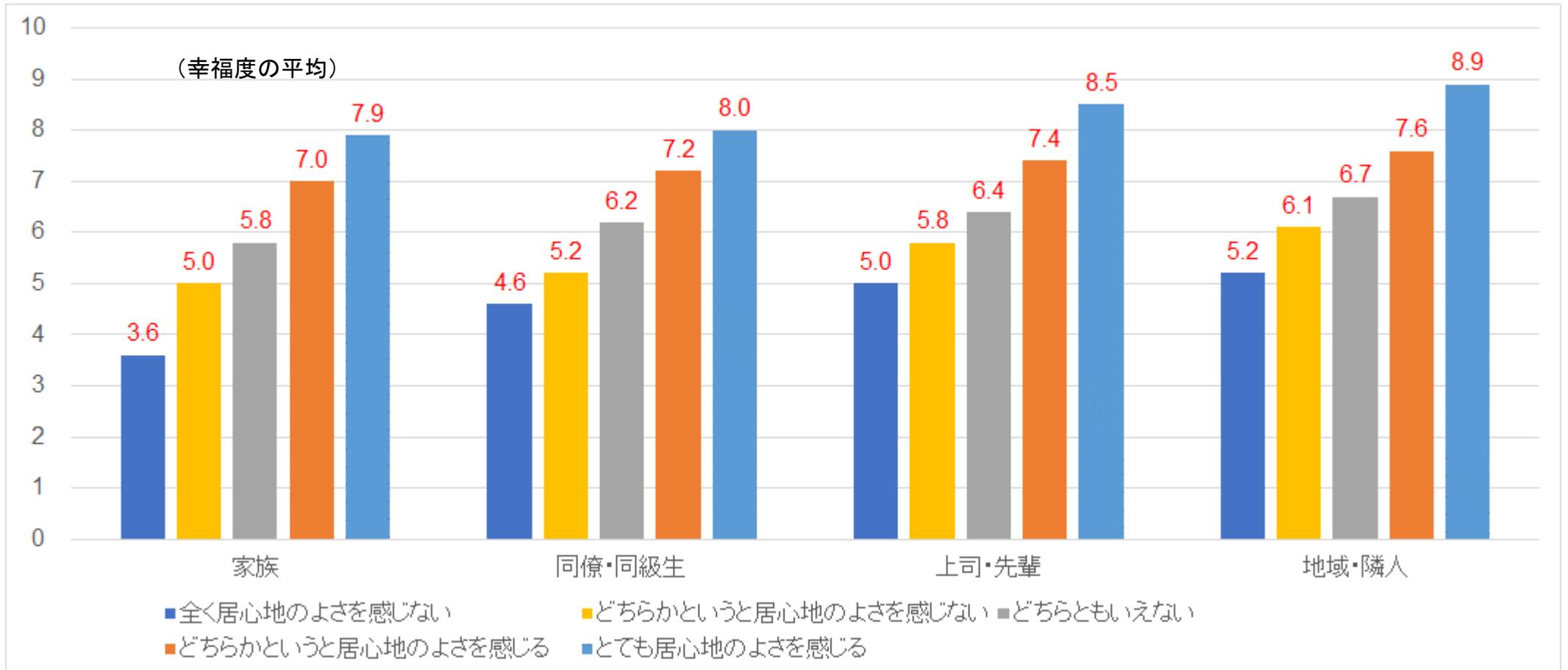


人間関係と幸福度

周辺の人々(家族、同僚・同級生、上司・先輩、隣人)との人間関係(居心地)が良好な人は、幸福度も高い。

<問>あなたは、次に挙げるまわりの人たちと話をした後に、居心地のよさを感じますか。

人間関係と幸福度の平均値

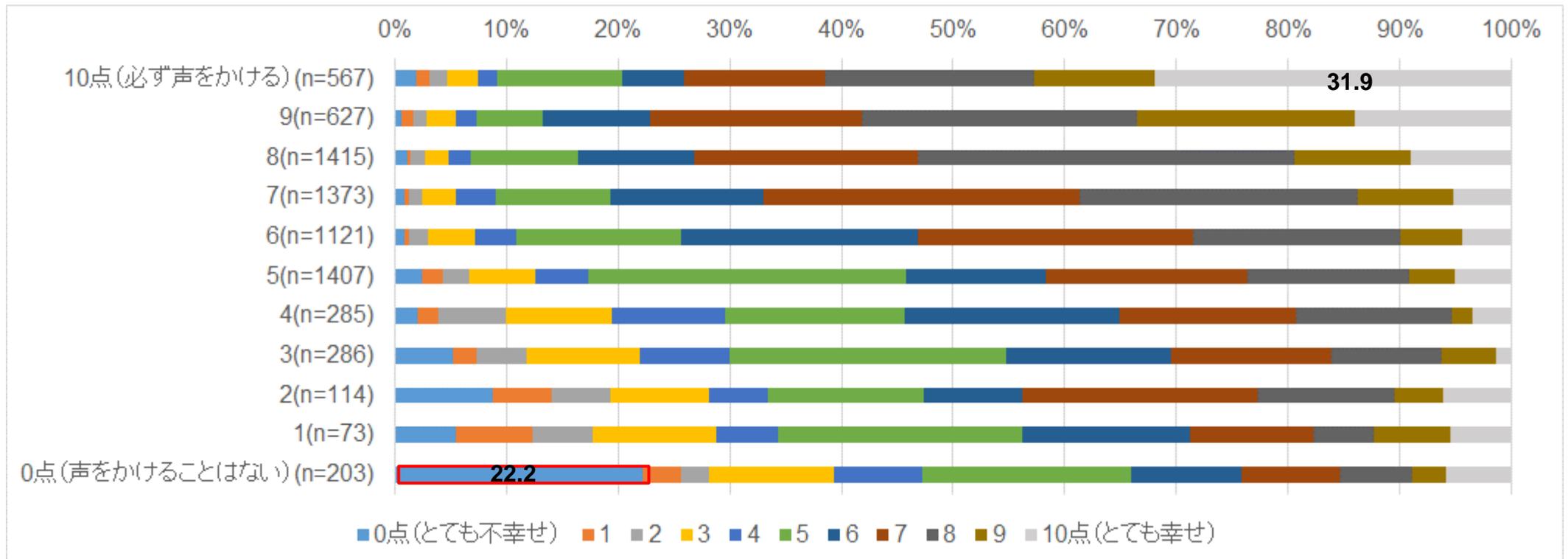


利他性・協調性と幸福度

困っている人に声をかける人ほど、幸福度は高い。「必ず声をかける(10点)」人のうち、幸福度を10点(とても幸せ)とする人は突出して多い(31.9%)。逆に「声をかけることはない(0点)」人は、幸福度0点(とても不幸せ)とする人が突出して多い(22.2%)。

<問>あなたは、困っている人がいたら声をかけますか。「必ず声をかける」を10点、「声をかけることはない」を0点として、最も近いと思う点数をお選びください。

「困っている人に声をかける」と幸福度

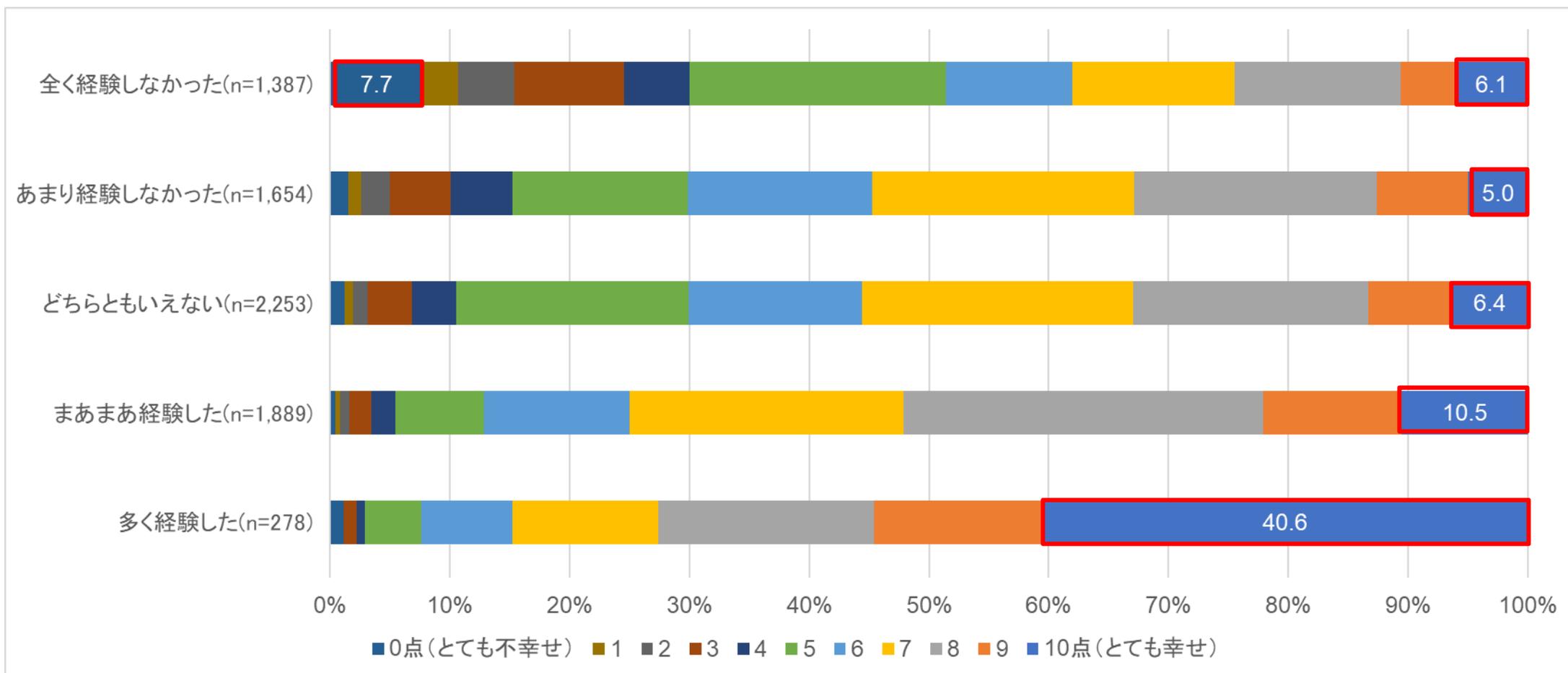


組織行動と幸福度

他者とともに何かを成し遂げた経験をした人は、幸福度が高い。

<問>あなたは、直近1年間に、あなた以外の他者とともに何かを成し遂げられたと感じる経験をしましたか。

組織行動と幸福度



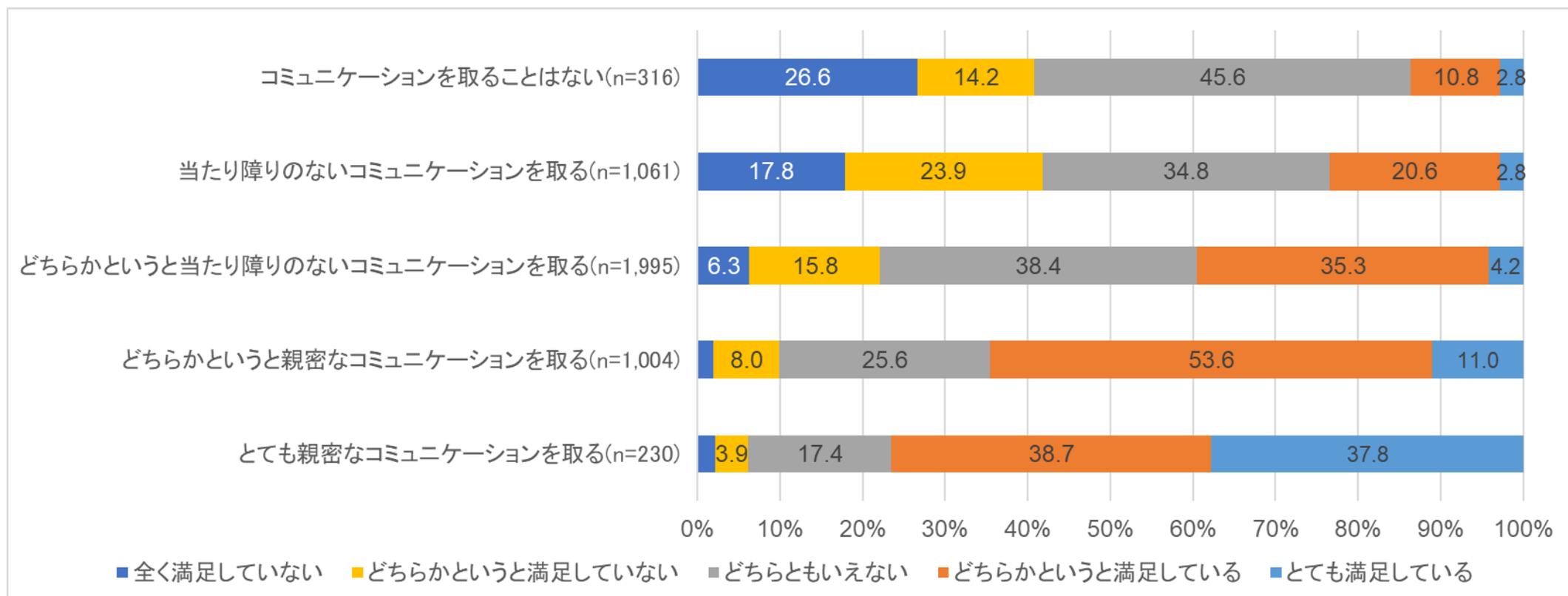
職場環境の満足度

職場におけるコミュニケーションを親密にとる方が、職場環境に関する満足度は高い傾向にある。

<問>

- ・あなたは、現在の仕事・職場に満足していますか。(職場環境)
- ・あなたは、職場・学校の人たちとの対話(オンラインや電話も含む)において、親密なコミュニケーションを取りますか。

職場環境の満足度



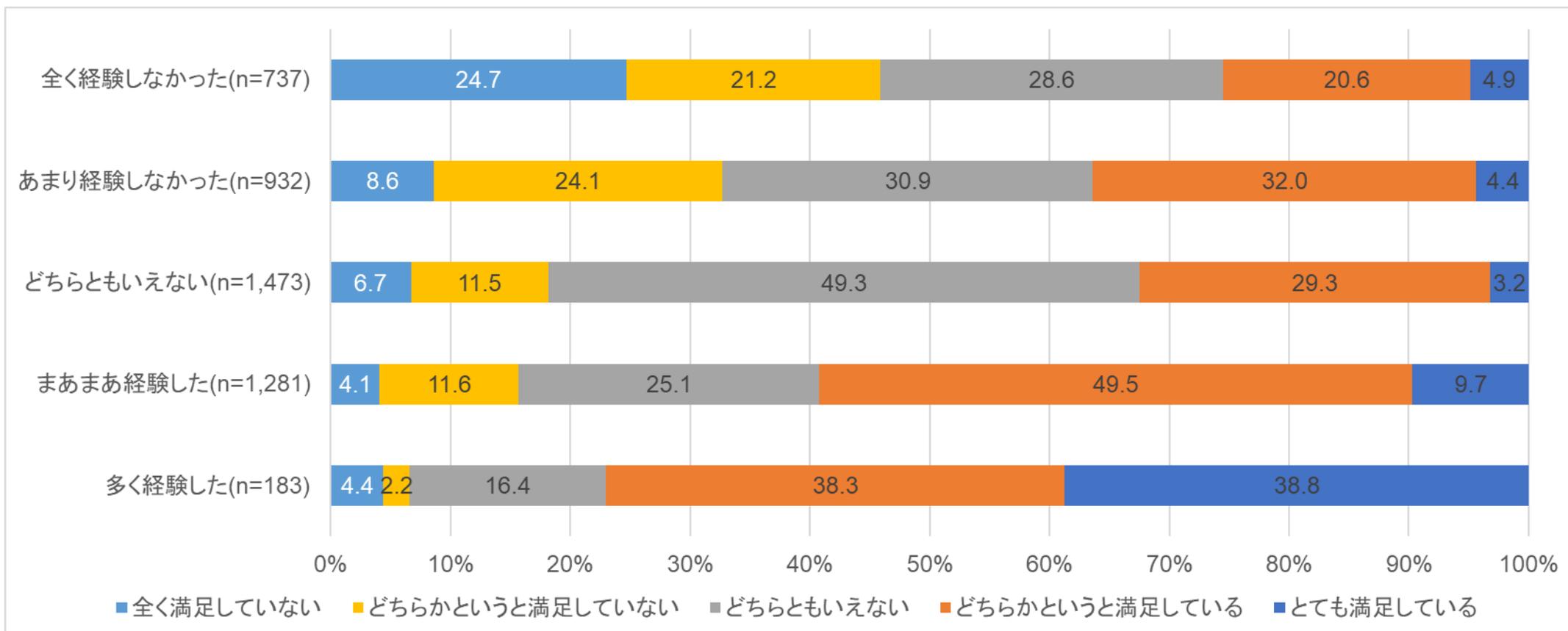
職場環境の満足度

他者とともに何かを成し遂げる経験など、一人ではなく協力・協働がある方が、職場環境に関する満足度は高い。

<問>

- ・あなたは、現在の仕事・職場に満足していますか。(職場環境)
- ・あなたは、直近1年間に、あなた以外の他者とともに何かを成し遂げられたと感じる経験をしましたか。

職場環境の満足度



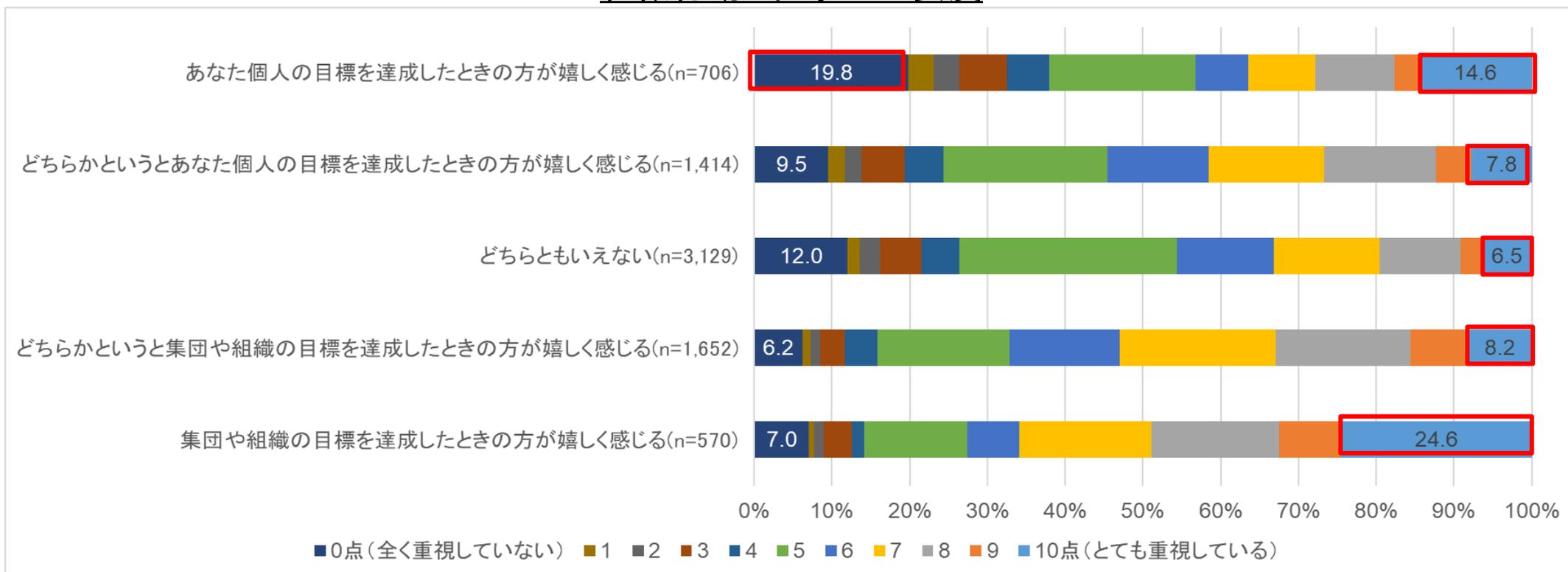
組織行動と仕事の重視度

集団や組織の目標達成に喜びを感じる人ほど、幸福度において仕事を重視している。個人の目標達成に喜びを感じる人は、仕事をより重視している人も多いが、一方で重視していない人の割合も高い。

<問> 幸福度を答える際、仕事についてどの程度、重視しましたか。

あなたは、あなたが所属する集団や組織(家族・職場・学校)やチーム全体としての目標を達成したときと、あなた個人としての目標を達成したときでは、どちらが嬉しく感じますか。

組織行動と仕事の重要度



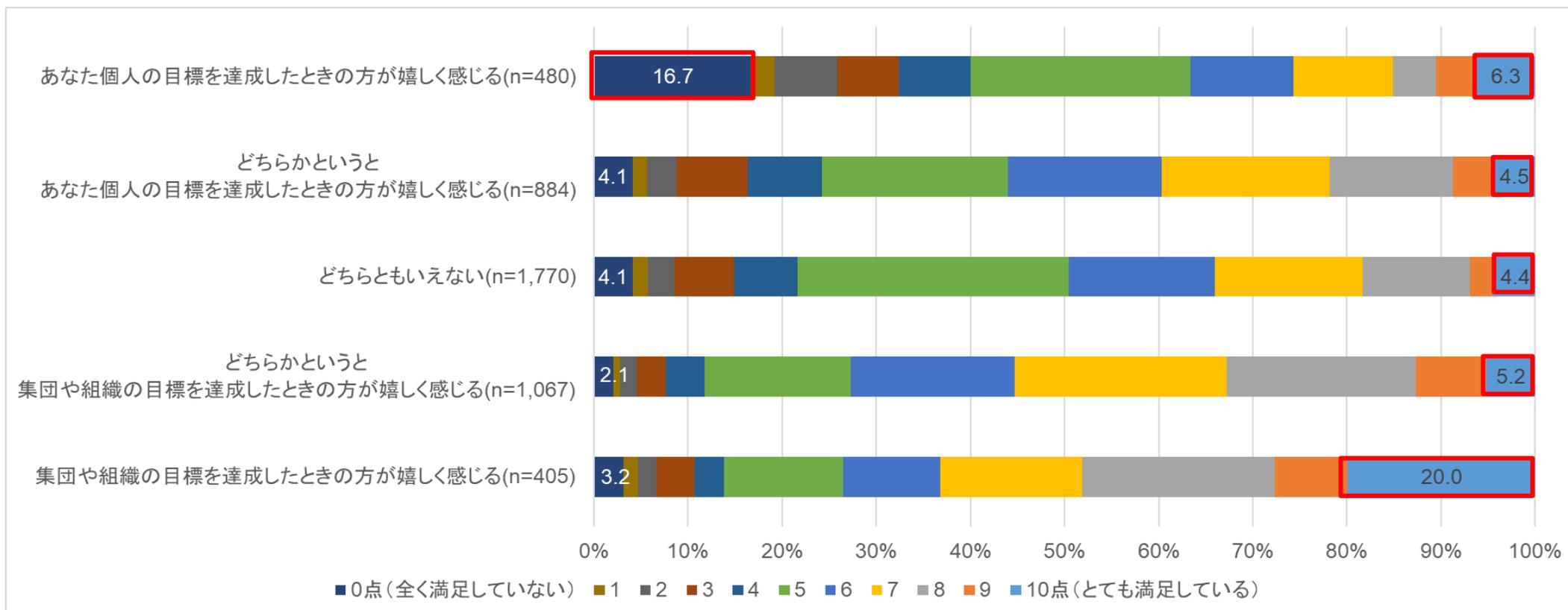
組織行動と仕事の重視度

集団や組織の目標達成に喜びを感じる人ほど、仕事に対する満足度が高い。「個人の目標を達成したときの方が嬉しい」と振り切った場合、とても満足している割合がやや回復するが、「全く満足していない」という回答も顕著に高くなる。

<問> 現在、あなたは仕事についてどの程度、満足していますか。

あなたは、あなたが所属する集団や組織(家族・職場・学校)やチーム全体としての目標を達成したときと、あなた個人としての目標を達成したときでは、どちらが嬉しく感じますか。

組織行動と仕事の満足度



伝統の継承・社会のルールと幸福度

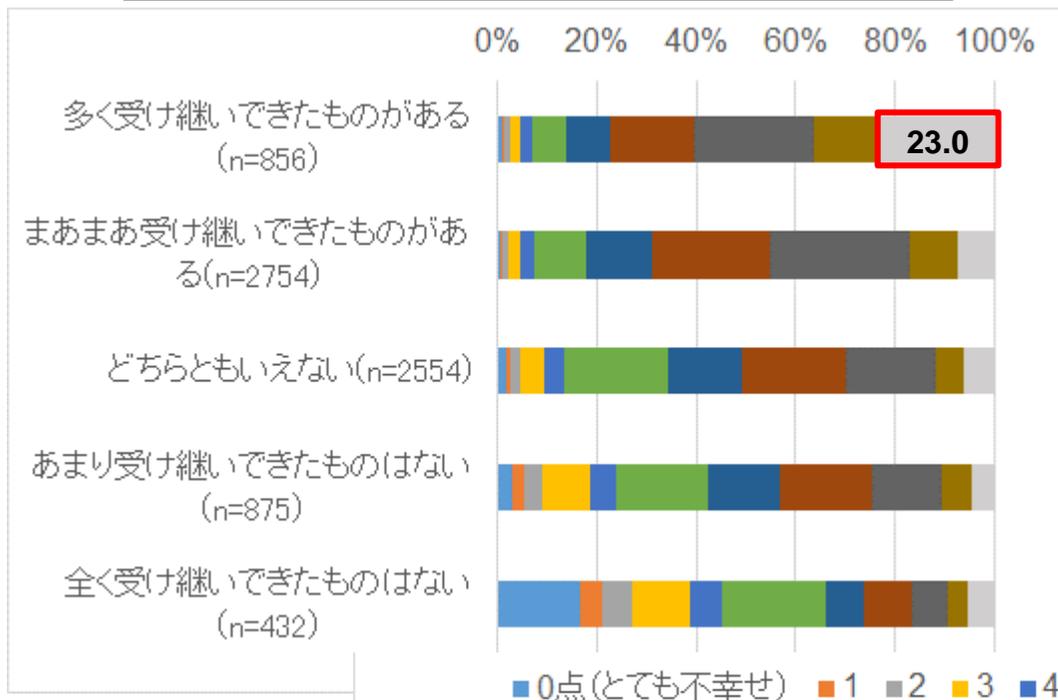
「親や先輩など目上の人から受け継いだものがある」「伝統や社会のルールを大切にする」といった、普遍的な価値やルールの継承と幸福感には相関がある。特に「伝統や社会のルールを全く大切にしていない」と回答する人の幸福度は、0点(とても不幸せ)とする割合が高い。

<問>

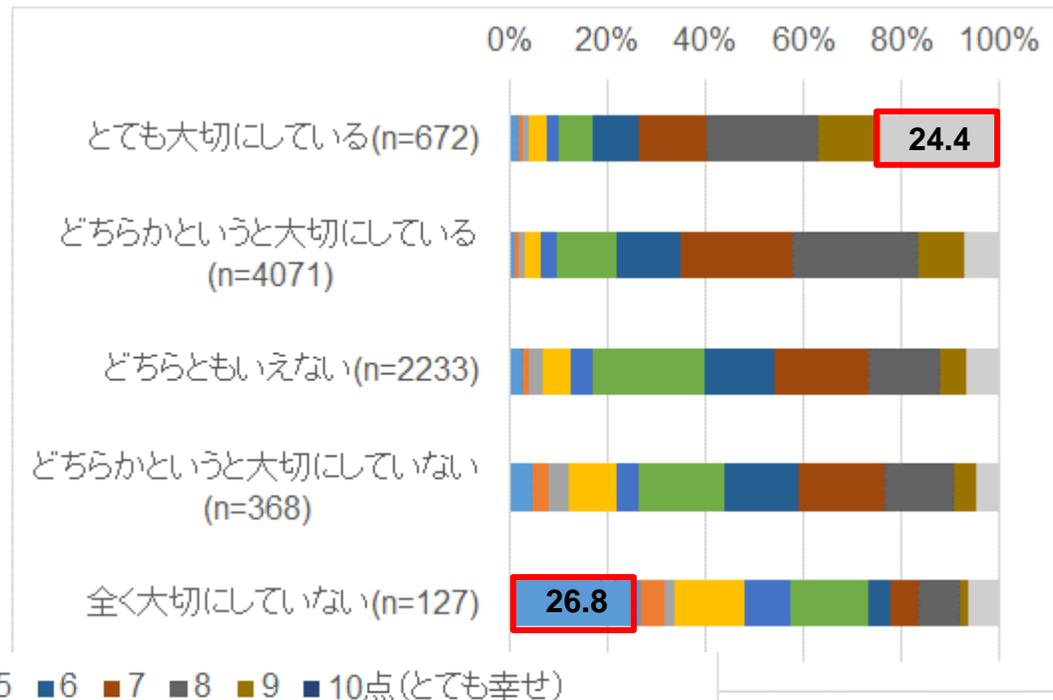
(左図)あなたは、これまでに、あなたの親や先輩など目上の人から受け継いできたものがありますか。

(右図)あなたは、伝統や社会のルールを大切にしていますか。

「目上の人から受け継いだもの」と幸福度



「伝統・社会のルール」と幸福度

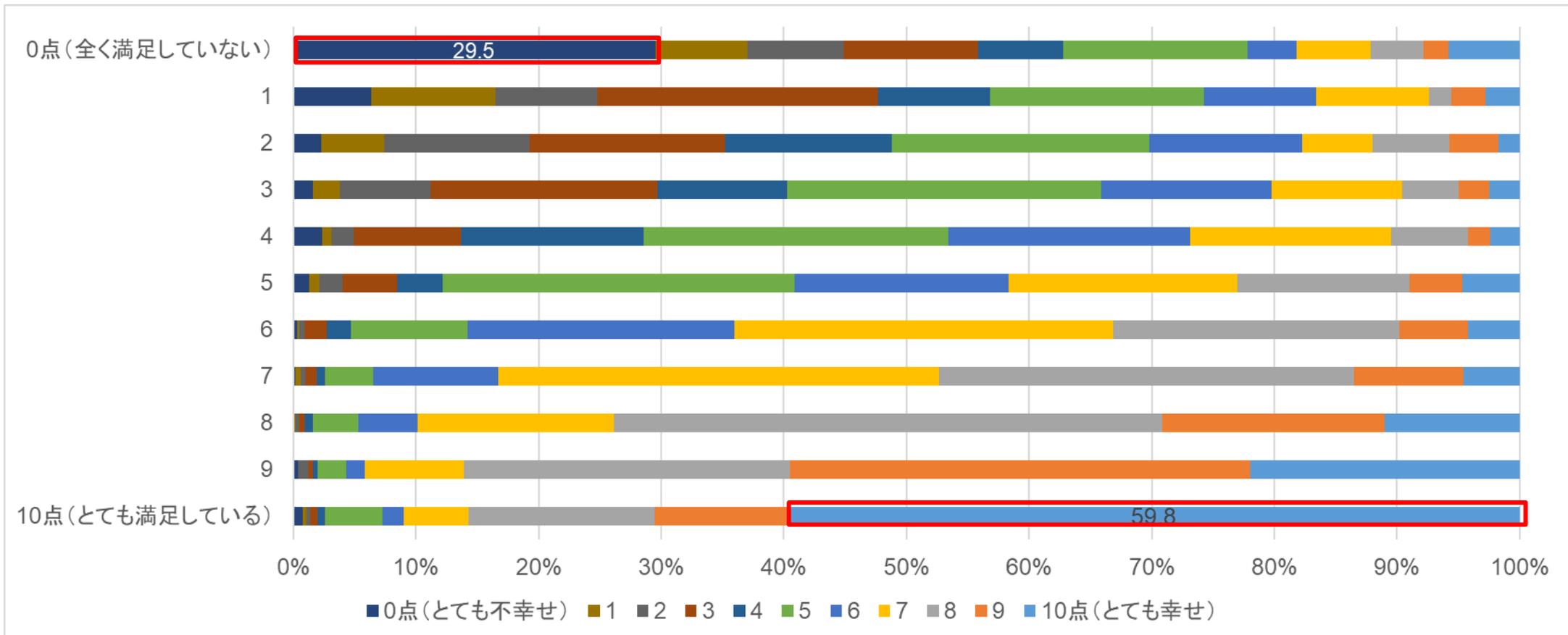


自己肯定・他者との比較と幸福度

自己肯定・他者との比較において満足度を感じていると、幸福度は高い。一方、満足していない場合は、幸福度が低い。

<問> 現在、あなたは自己肯定・他者との比較についてどの程度、満足していますか。

自己肯定・他者との比較と幸福度

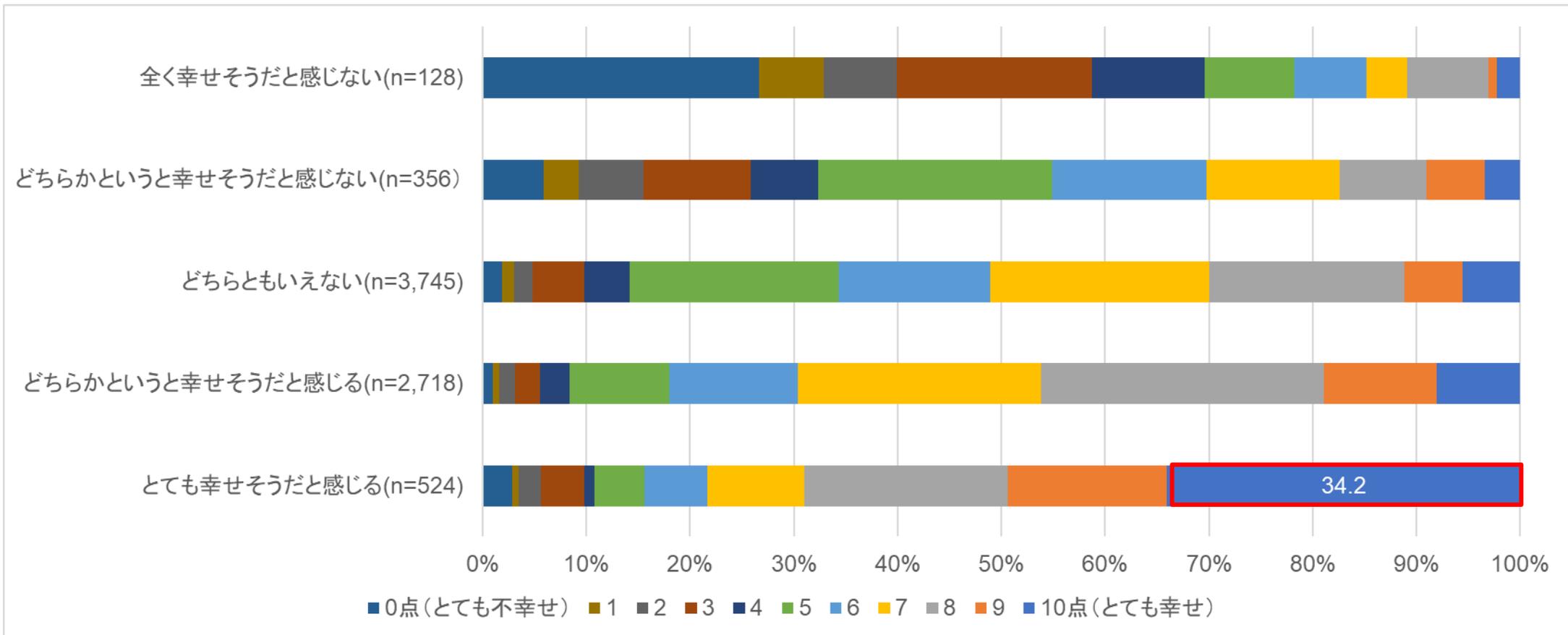


他者の幸せと幸福度

家族の幸せは自分の幸せにもつながる。身近な人の幸福感は伝播すると思われる。

<問>
家族は、あなたと比べて、あなたよりも幸せそうだと感じますか。

他者(家族)の幸せと幸福度



他者の幸せと幸福度

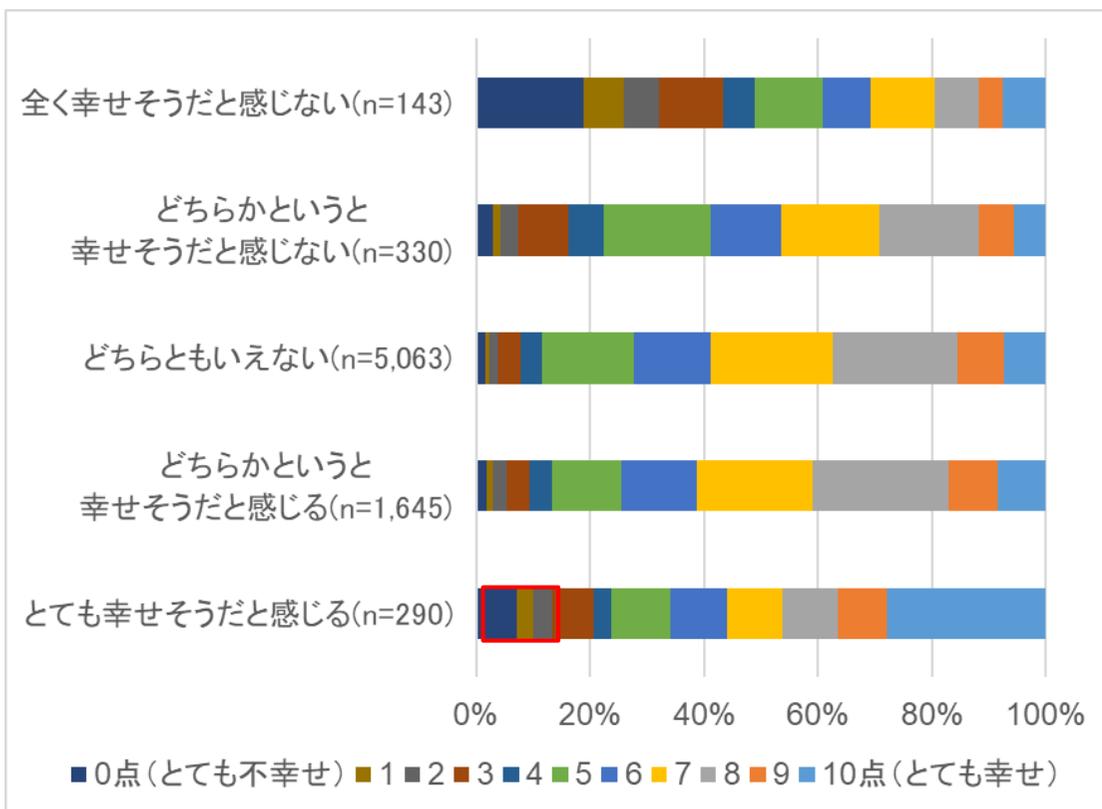
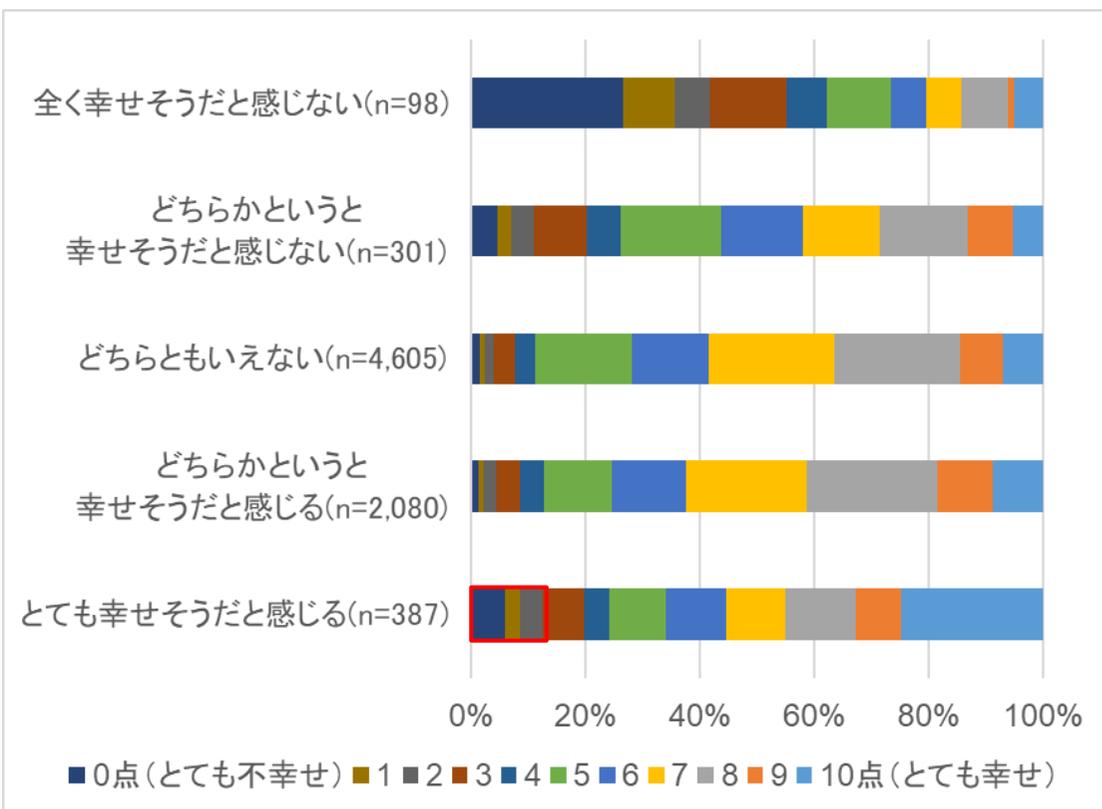
「他人が幸せそうであれば自分も幸せ・他人が幸せそうでなければ、自分も幸せでない」という傾向にはあるが、関係性が家族よりも離れている人が幸せそうだと感じた場合、自分は不幸せだと感じる割合が増える。

<問>

次に挙げるまわりの人は、あなたと比べて、あなたよりも幸せそうだと感じますか。

他者(同僚・同級生)の幸せと幸福度

他者(上司・先輩)の幸せと幸福度



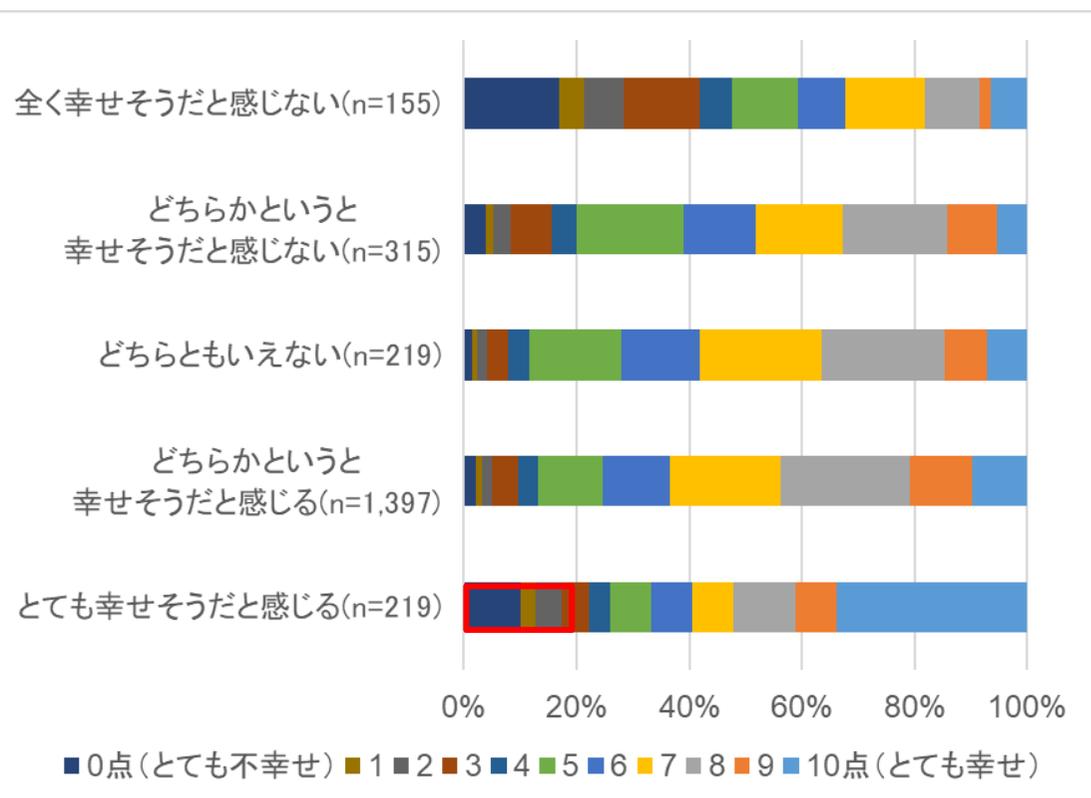
他者の幸せと幸福度

「他人が幸せそうであれば自分も幸せ・他人が幸せそうでなければ、自分も幸せでない」という傾向にはあるが、関係性が家族よりも離れている人が幸せそうだと感じた場合、自分は不幸せだと感じる割合が増える。

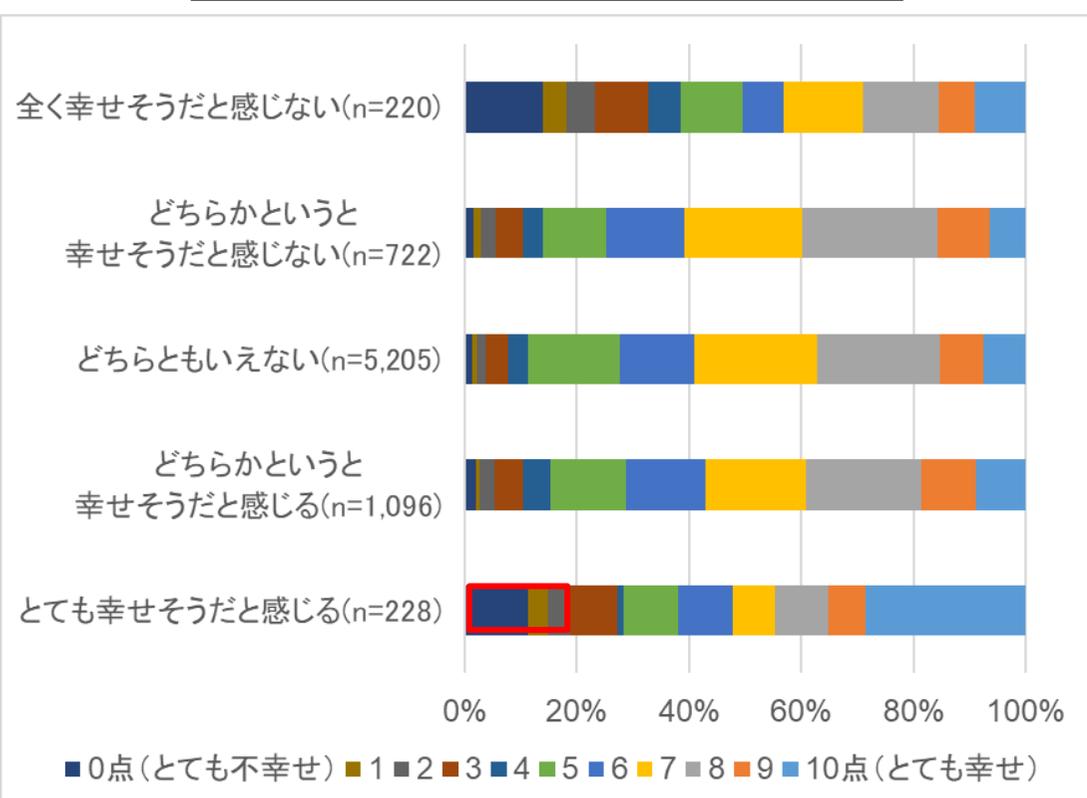
<問>

次に挙げるまわりの人は、あなたと比べて、あなたよりも幸せそうだと感じますか。

他者(地域・隣人)の幸せと幸福度



他者(社会の人々)の幸せと幸福度



他者の評価と幸福度

他者から認められ、他者に影響を与えることを重要だと思う人の方が幸福度が高い傾向があるが、「全く重要だと思わない」人は「どちらかというとも重要だと思わない」人と比べて、「10(とても幸せ)」「9」と回答する割合が高い。

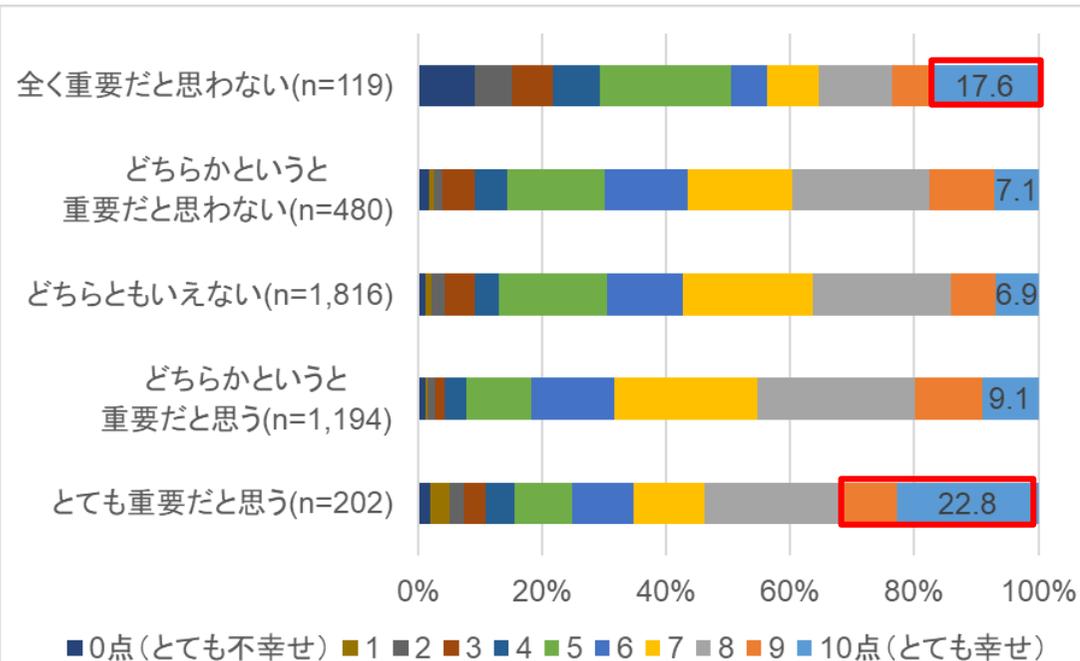
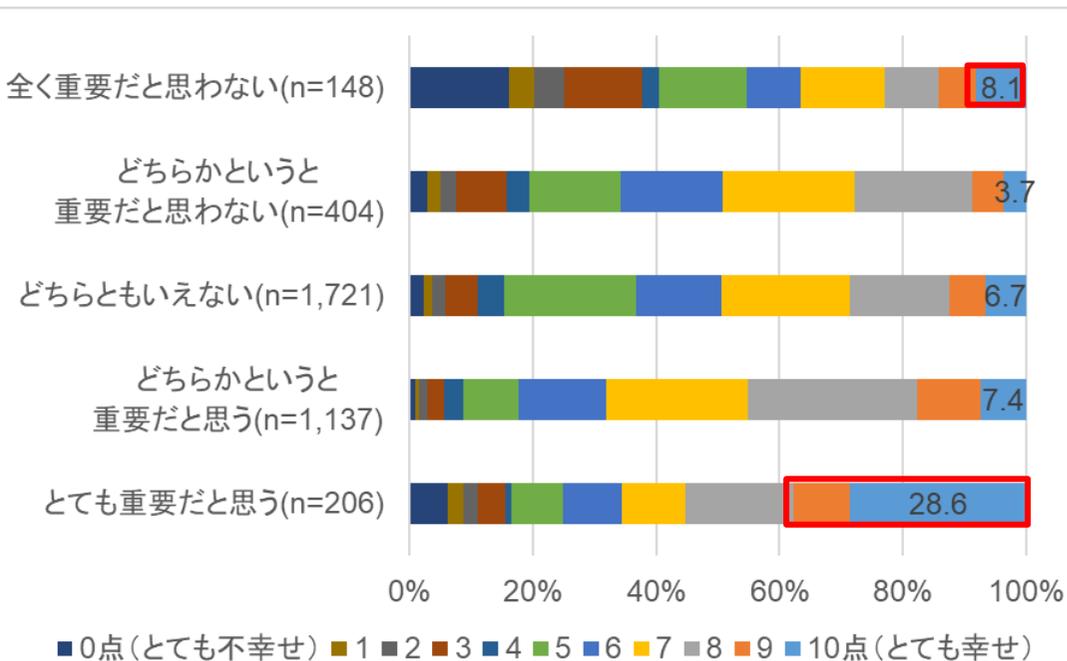
他者の目を気にしないことで高い幸福度を感じている人が一定存在することが示唆され、女性の方がその傾向が強い。

<問>
あなたにとって、他者から認められ、他者に影響を与えることがどの程度、重要だと思いますか。

他者の評価と幸福度

<男性>

<女性>



(5) 生きがい・未来への希望

仕事と生きがい満足度

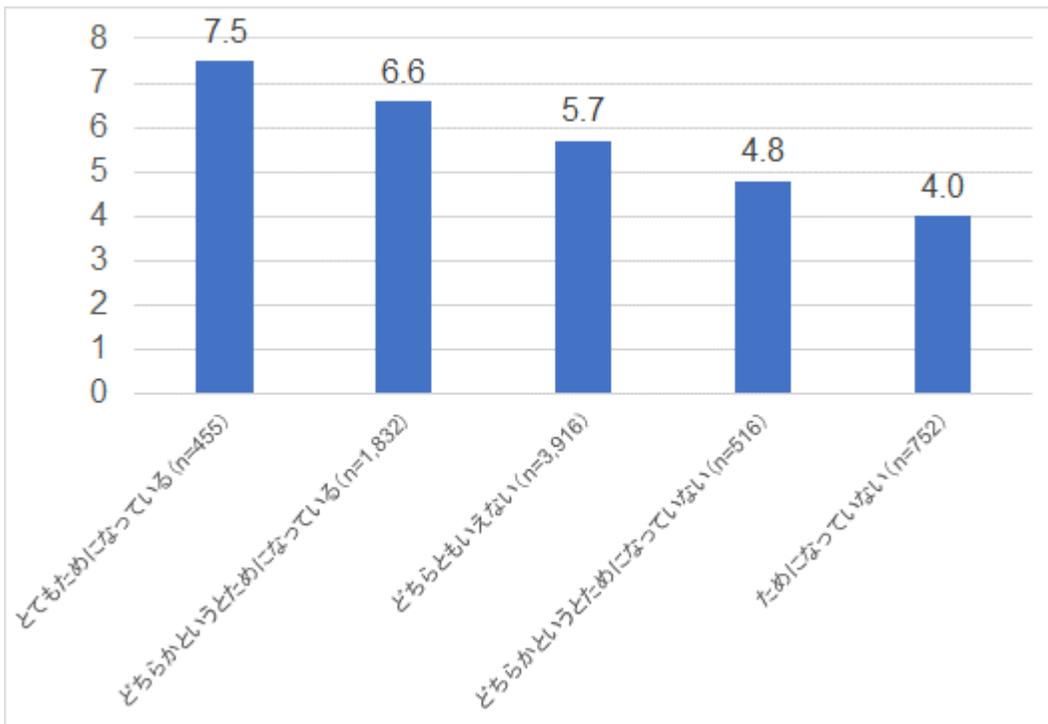
自らの仕事について、所属組織や社会のためになっていると感じている人ほど、また価値あるものと感じている人ほど、生きがい面での満足度が高い。

<問>

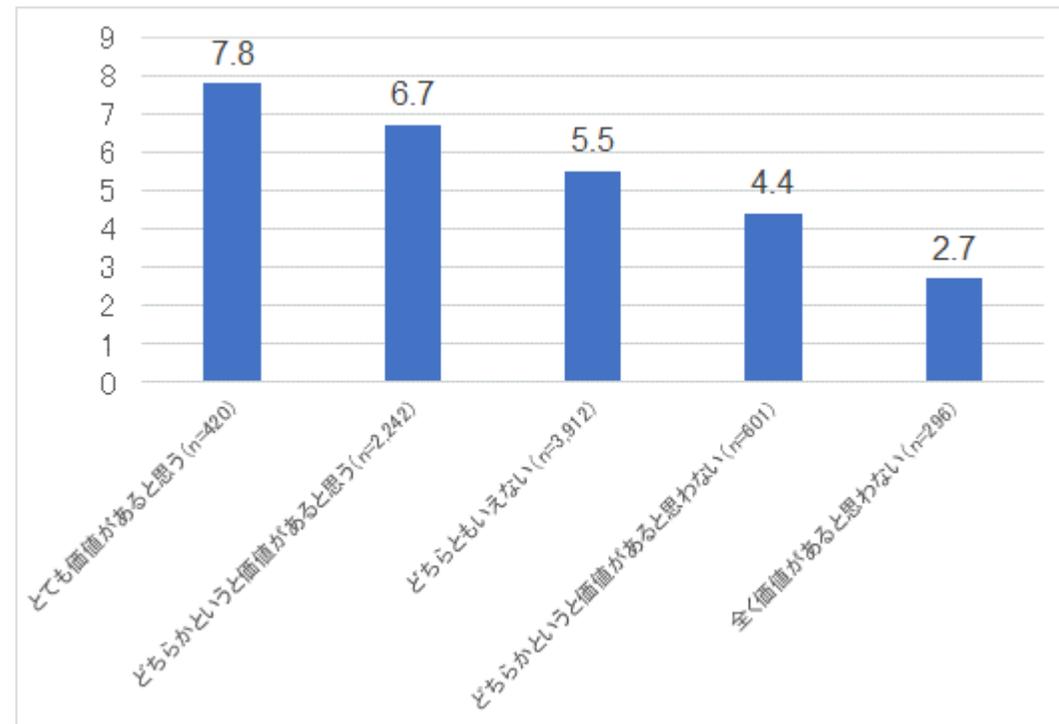
(左図)あなたの仕事や学業、または社会やコミュニティのために取り組んでいることは、会社などの所属組織や社会のためになっていると思いますか。

(右図)あなたの仕事や学業、または社会やコミュニティのために取り組んでいることは、価値のあるものだと思いますか。

仕事の社会貢献認識と生きがいに係る満足度の平均



仕事の価値実感と生きがいに係る満足度の平均





(6) 安心・安全・健康と幸せ、子育て・介護に優しい社会

安心・安全(治安・自然災害)に関する意識

治安や自然災害に関する不安感は、年齢が高くなると増す傾向にあるが、80代になると不安感が軽くなっている。

<問>

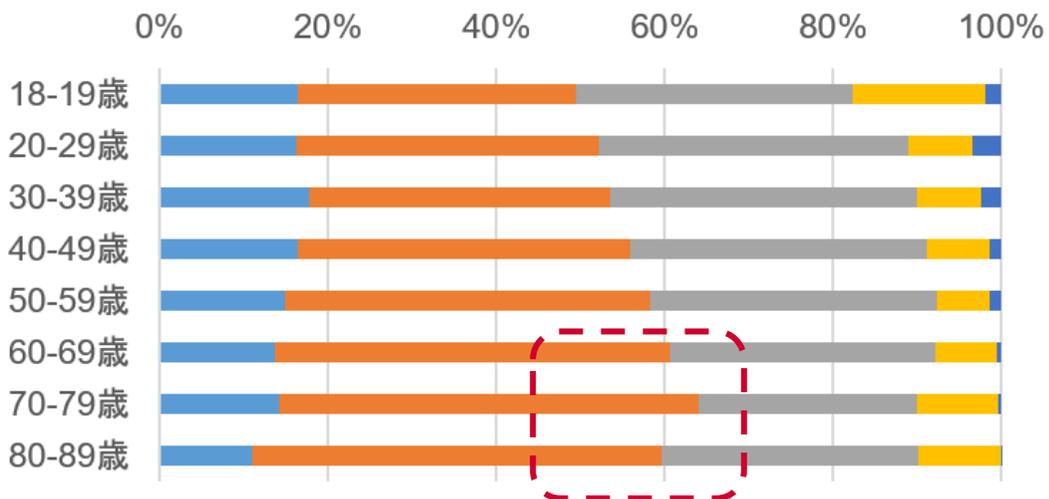
(左図)

あなたは、日本の治安が、最近、悪くなっていると思いますか。

(右図)

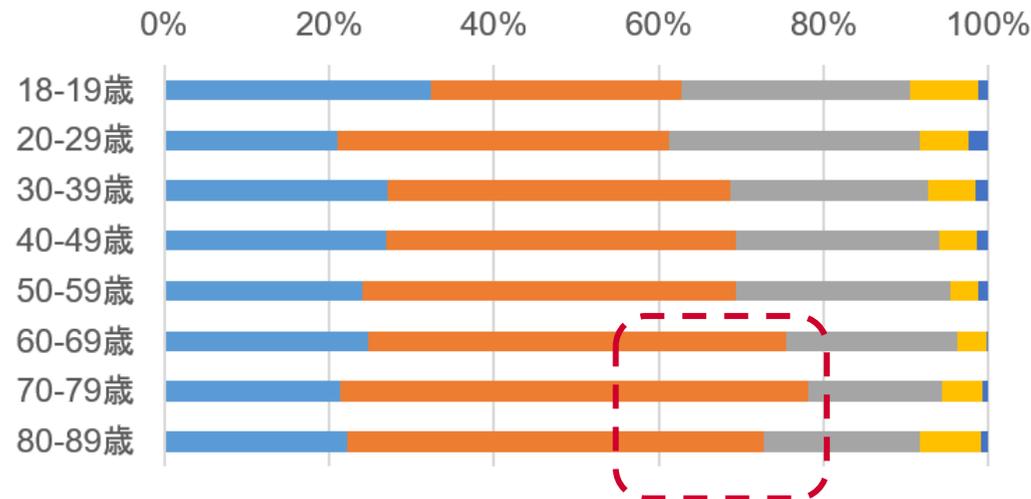
あなたは、日々の生活において、自然災害(地震・風水害など)を脅威に感じていますか。

治安に関する意識



- とても悪くなっている
- どちらかという悪くなっている
- どちらともいえない
- どちらかという悪くない
- 全く悪くない

自然災害に関する意識



- とても脅威に感じる
- どちらかという脅威に感じる
- どちらともいえない
- どちらかという脅威に感じない
- 全く脅威に感じない

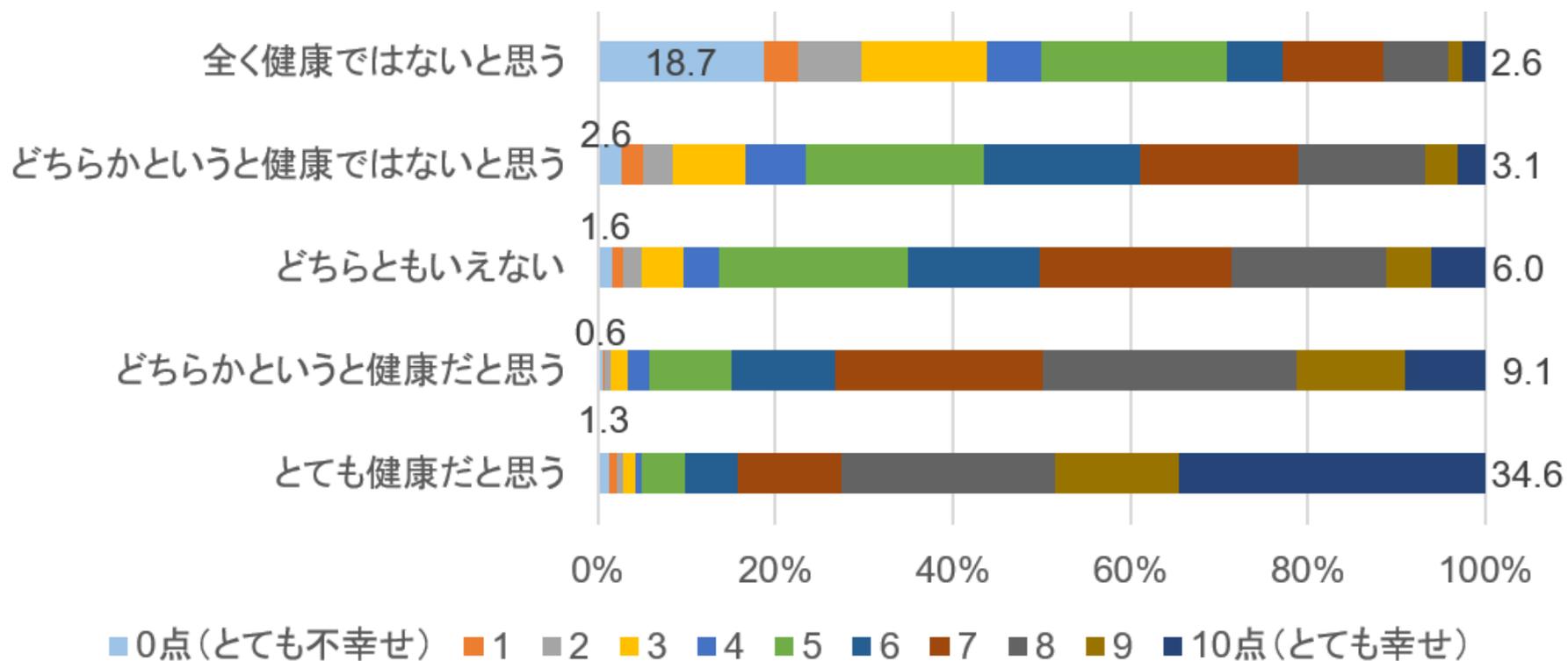
健康状態と幸福度

現在の健康状態を良いと感じている人の方が幸福度が高い。

<問>

あなたは、現在のご自身の健康状態をどのように感じていますか。

健康状態と幸福度



健康行動の実施状況

男女とも高齢層は多くの健康行動をとっている。女性は年齢が低いほど健康行動が少なく、男性は40～50代が少ない。

健康行動の実施状況(性・年代別)

		栄養バランスに配慮した食事(%)	週2回30分以上の運動(散歩も含む)(%)	1日平均6時間以上の睡眠(%)	たばこを吸わない(%)	自分に合った飲酒量、健康に配慮した飲酒(%)	年1回以上の健康診断・人間ドック(%)	その他(%)	健康行動の回答数の平均
男性	20-29歳	27.6	30.0	36.3	46.6	27.1	24.9	0.4	1.9
	30-39歳	29.4	30.9	36.3	51.7	27.3	33.6	0.8	2.1
	40-49歳	28.0	29.0	28.2	47.0	18.2	40.3	0.6	1.9
	50-59歳	26.8	30.2	30.0	47.6	21.0	44.2	1.2	2.0
	60-69歳	34.0	35.0	37.0	51.8	25.6	47.9	0.9	2.3
	70-79歳	44.4	48.3	54.1	67.5	36.2	57.2	0.5	3.1
	80-89歳	57.0	54.3	62.3	79.6	43.0	59.2	1.5	3.6
女性	20-29歳	30.9	20.9	40.7	59.5	27.4	27.2	0.0	2.1
	30-39歳	31.9	19.6	36.7	66.7	26.4	34.6	0.8	2.2
	40-49歳	32.6	20.9	37.4	61.1	26.5	44.2	0.7	2.2
	50-59歳	38.2	23.3	33.6	64.1	25.3	47.5	2.3	2.3
	60-69歳	52.6	35.3	41.3	66.5	27.9	56.4	2.3	2.8
	70-79歳	63.3	51.6	51.6	69.5	26.8	60.5	1.4	3.2
	80-89歳	68.4	48.6	55.0	67.5	22.0	59.6	2.9	3.2

住環境・自然環境の重視度と満足度

住環境を重視する人は高齢層にやや多く、満足度も同様の傾向。女性の場合は30～50代(子育て世代)において、重視度と満足度の乖離がやや大きい。

<問>

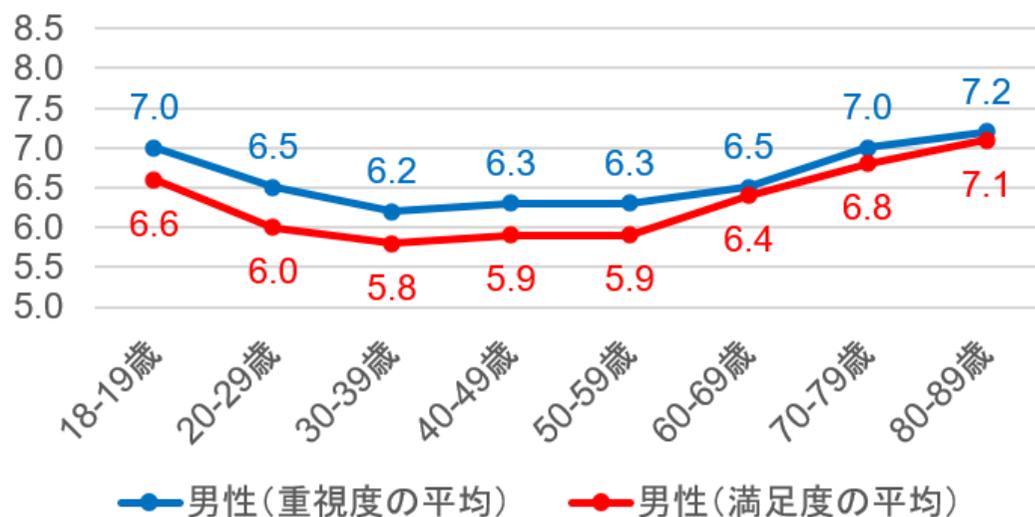
(青線)

次に挙げる項目についてそれぞれどの程度、重視しましたか。「とても重視している」を10点、「全く重視していない」を0点として、最も近いと思う点数をお選びください。：住環境・自然環境

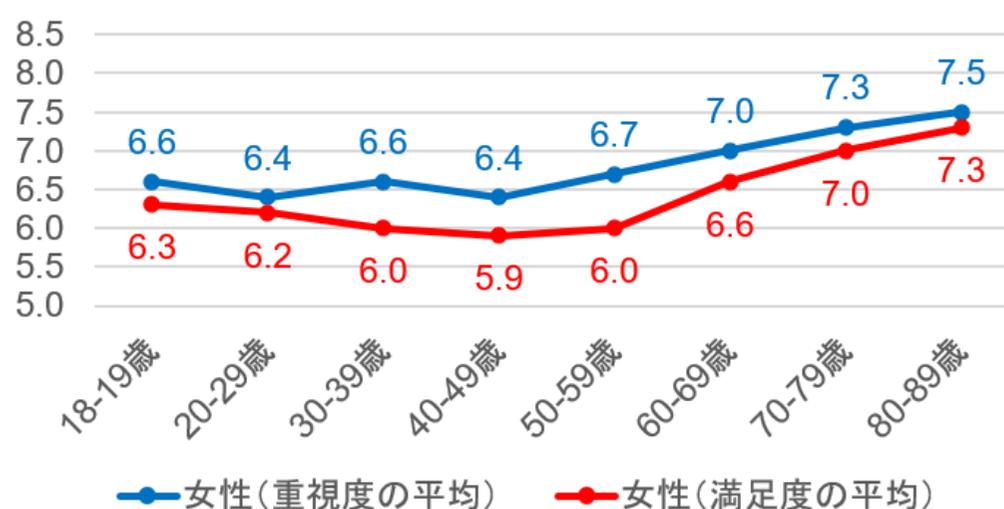
(赤線)

あなたは次に挙げる項目についてどの程度、満足していますか。「とても満足している」を10点、「全く満足していない」を0点として、最も近いと思う点数をお選びください：住環境・自然環境

住環境・自然環境の重視度と満足度(男性・年齢別)



住環境・自然環境の重視度と満足度(女性・年齢別)



住環境・自然環境と幸福度

住んでいる場所の利便性が高いほど幸福度は高い。また、自然環境に恵まれているほど幸福度は高い

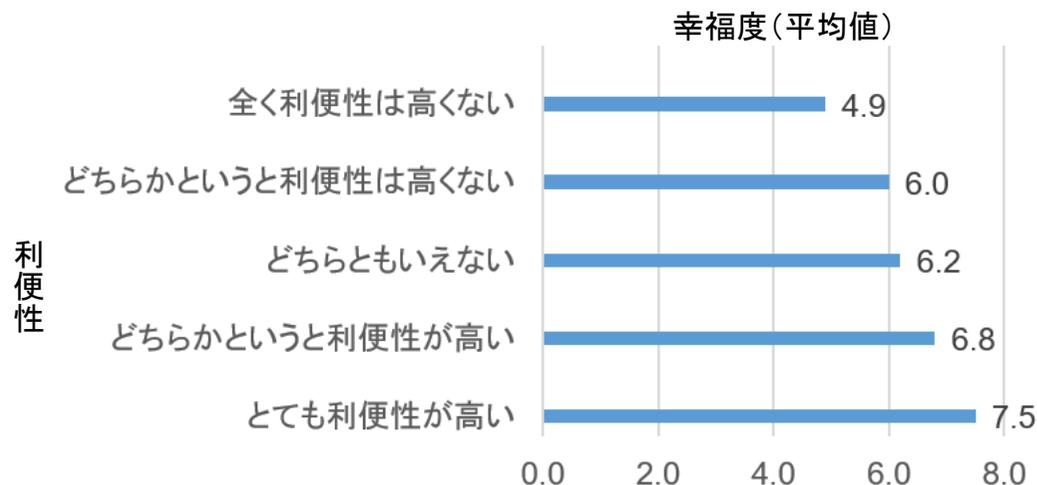
【左図】

＜問＞あなたが現在お住まいの地域は、利便性が高いと思いますか（買い物に困らない、公共交通機関が充実している等）。

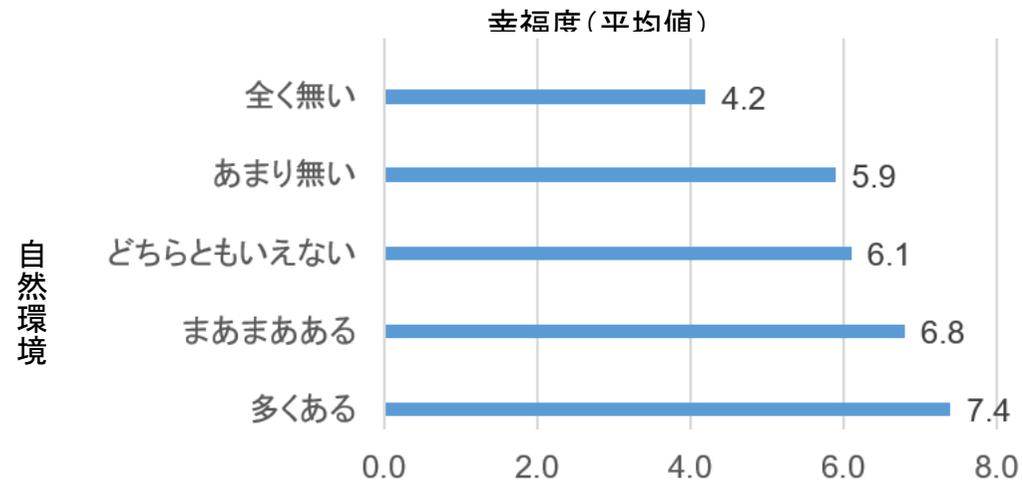
【右図】

＜問＞あなたのご自宅の周辺には、自然を感じられる場所（木々の多い公園、河川、森林、田園風景など）がどのくらいありますか。

利便性と幸福度



自然環境と幸福度



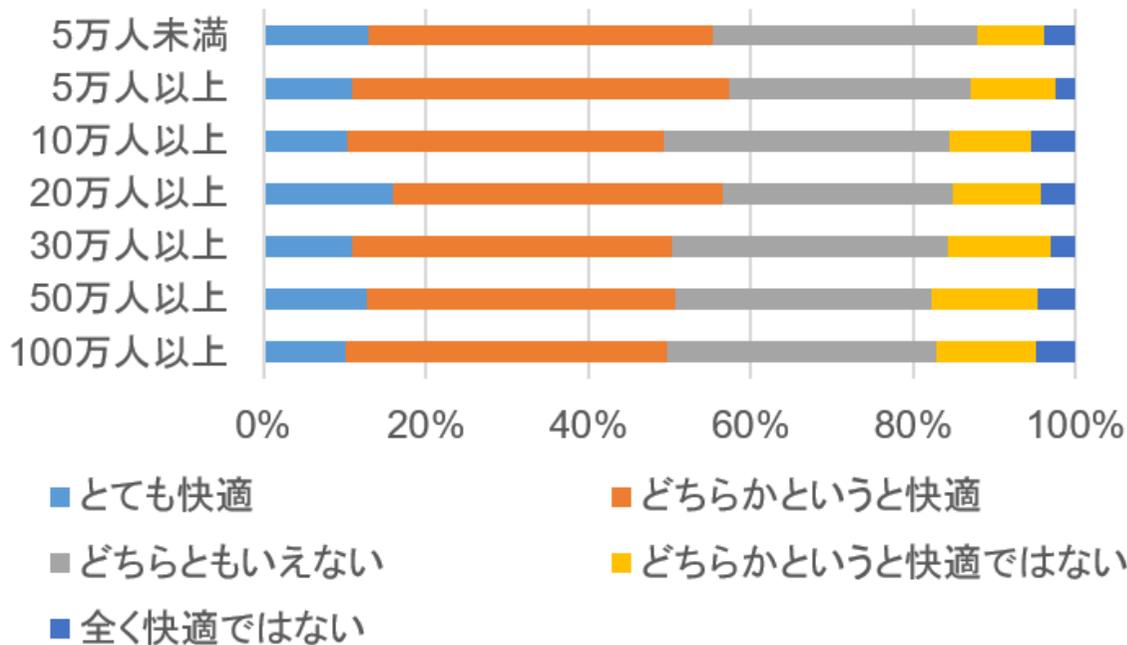
住環境と幸福度(都市規模別)

通勤の快適さについては、都市規模別で大きな差異はなく、都市規模別の幸福度には影響していないと推測される。
 なお、都市規模ごとの年齢の偏り(サンプルの偏り)はない。

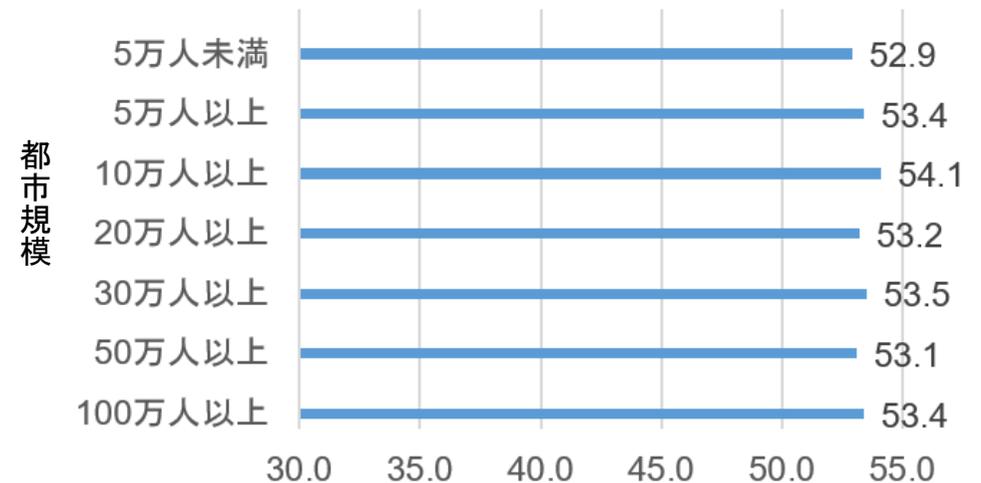
【左図】

〈問〉あなたにとって、通勤・通学の時間は快適ですか。

通勤の快適さ(都市規模別)



年代(平均値)





SOMPO インスティテュート・プラス

本資料は、情報提供を目的に作成しています。正確な情報を掲載するよう努めていますが、情報の正確性について保証するものではありません。本資料の情報に起因したご利用によって生じたいかなるトラブル、損失、損害についても、当社および情報提供者は一切の責任を負いません。