ニュース
図書館から世界が見える　No. 066　　千葉県立図書館　2025 年 6 月

世の中で話題になっているニュース等について知り、考えるためのヒントを得られるような資料情報をご紹介します。

ウェルビーイング

最近の新聞記事から

「ＮＥＷＮＯＲＭＡＬ　「もっと自分ファーストに」　男女雇用機会均等法成立４０年　経営者・芳子ビューエルさん　幸せに働く「ウェルビーイング」の重要性」　（産経新聞　2025 年 3 月 7 日　朝刊 21 面）

「持続可能な未来へ：東京建物　茶の精神でウェルビーイング」

（毎日新聞　2025 年 1 月 13 日　朝刊 7 面）

ウェルビーイング（Well-being）は、世界保健機関（WHO）によって広まった、暮らしの充実度、あるいは幸福度の高い状態のことを指す言葉です。身体的な健康だけでなく、感情的な充足感、生活の目的や意味、個人の成長や達成感など、より広い範囲で包括され、個人の主観的な経験や満足度に基づいて評価されます。

2025 年日本国際博覧会（大阪・関西万博）でもテーマウィーク「健康とウェルビーイング」（開催期間：6/20～7/1）として取り上げられ、世界的にも関心が高まっています。

本紙では、SDGs（持続可能な開発目標）の「3.全ての人に健康と福祉を（英：Goal3 Good Health and Well-Being)」としても掲げられているウェルビーイングについての基礎知識、社会での取り組みなど、ウェルビーイングについて知るために役立つ資料を紹介します。

【ウェルビーイングについて知る】

サイト名・記事名・書名	URL・出版情報等	
国際精神保健・ウェルビーイングガイドブック	井筒節，堤敦朗編著 金剛出版　2022　西部：49379/18　図書	
日本における国際精神保健・ウェルビーイングについてまとめられた本。SDGs の一つに掲げられるようになった歴史や背景から今後の行動計画まで、この分野に興味をもった人達に向け詳細に解説している。		
ウェルビーイングの社会学	櫻井義秀編著　北海道大学出版会　2022 中央：361/105　図書	
人々がウェルビーイングを得るために、社会や個人にはどのような工夫が必要なのか。人生のライフステージと、それに付随する様々な課題、問題に関する試みや改善策等について、図表とコラムを交えて解説し、社会学的アプローチを考案している。		
脳科学はウェルビーイングをどう語るか？	乾敏郎・門脇加江子著　ミネルヴァ書房 2023　西部：49137/291　図書	
「対話」や「共感」、「触れ合い」を通して充足感や幸福感を感じるメカニズムやウェルビーイングの維持向上に繋がる脳の作用を、脳科学的な視点から考案している。		

【国・地域の取り組み】

Well-being に関する取組	内閣府 Web 情報 https://www5.cao.go.jp/keizai2/wellbeing/index.html
「満足度・生活の質に関する調査」、「Well-being に関する関係省庁の連携」の取り組みをまとめたページ。「満足度・生活の質を表す指標群（Well-being ダッシュボード）」では、国民生活を様々な角度から、統計データを用いて一覧表示している。また、デジタル庁の運営する「地域幸福度（Well-being）」（https://www.digital.go.jp/policies/digital_garden_city_nation/well-being）では、全国 Well-Being 調査を基にした、全国の自治体ごとのウェルビーイング指標データを閲覧できる。	
千葉市のウェルビーイング向上のための取組み	千葉市 Web 情報 https://www.city.chiba.jp/sogoseisaku/miraitoshi/smartcity/wellbeing.html
千葉市が行うウェルビーイング向上のための取り組みを紹介したページ。ウェルビーイングとウェルビーイング指標について解説し、千葉市の現状と、年度ごとのウェルビーイング指標活用状況についてまとめている。	
特集　誰もが幸せを実感できる地域へ ～ウェルビーイングなまちづくり	『ガバナンス』 雑誌 （2023 年 5 月号　2023）p13-28　西部
近年では「健康・幸せ・福祉」などを包括する概念としても用いられる「ウェルビーイング」。自治体や地域における幸福度を指標に取り入れたまちづくりについて、「デジタル田園都市国家構想」や「こども基本法」など、様々な視点から特集している。	

【ウェルビーイングにどう取り組むか】

幸せな大人になれますか	前野隆司著 小学館　2022　中央：J151/ﾏﾀ 図書	
そもそも「幸福」とはなにか？ 幸せな大人に共通する４つの因子とは？ 幸せになるためにできることはあるか？　等、子どもにとっても大人にとっても曖昧な「幸福」という概念を、実践方法と共に解説する「幸福学」の本。		
健康とウェルビーイングのための セルフケア導入に関する WHO ガイドライン［日本語版］	日本WHO協会 Web 情報 https://www.japan-who.or.jp/wp-content/themes/rewho/img/PDF/library/reports/2402wgschwb.pdf	
すべての人々が健康とウェルビーイングの向上を実現するための、セルフケアとセルフケア導入に関するガイドライン。2021 年改訂版から「ウェルビーイング」の文言が加えられ、「2.2 健康とウェルビーイングに対する生活者中心型のアプローチ」が追加された。		
弱いロボットが教えてくれる、 ウェルビーイングな社会	『月刊福祉』 雑誌 （2024 年 1 月号　2024）p50-55　中央　西部（点字版）	
「ヒューマン・ロボット・インタラクション」（人とロボットの相互作用、コミュニケーション）を研究している岡田美智男氏のインタビュー。弱さ、不完全さを持つ“弱いロボット”と人との関係を軸に、「生きづらさ」をなくすヒントについて語っている。（インタビュアー：宮本太郎）		

インターネットの最終確認日：2025 年 6 月 13 日　　作成：千葉県立西部図書館