

幸せとお金の関係は？

ファイナンシャルプランナー 加藤梨里

先月のブータン国王夫妻の来日は、私たち日本人にとってこれまであまりなじみのなかった南アジアの王国へ関心と、「幸せとは何か？」を改めて考え直すきっかけを与えました。それは、ブータン王国で国の豊かさを測る指標として掲げている「GHP」（国民総幸福度指標）が話題になったためです。

ブータンは国民の所得も低く、決して経済的に発展した国とはいえません。GDPは約15億ドルで、約5兆ドルの日本に比べると3,000分の1に過ぎません。しかしブータンは、世界で最も国民が幸福な国といわれています。幸せであることと、経済的に豊かであることは必ずしも関係ない、ということです。

そこで今回は、幸せとお金の関係について考えます。

■お金は幸せの絶対条件か？

私たちは、「あなたは幸せですか？」と聞かれたとき、何を基準にして自分が幸せかどうかを判断するのでしょうか？

お金を十分に持っているかどうか、健康かどうか、やりがいのある仕事をしているかどうか、プライベートが充実しているか・・・など、「幸せ」と感じる要素は沢山あります。

「幸せ」と感じる国民が多いほど、国は豊かになる、という考えに基づいて、社会の成熟度を経済成長ではなくGNH(Gross National Happiness=国民総幸福度)で計っているのが、ブータン王国です。農業を主な産業とするブータン王国は、1970年代からGNP(国民総生産)に代わり、国の豊かさを計る指標としてGNHを掲げています。そして、この国の国民の約9割が「幸せ」と感じているという国勢調査の結果もあるそうです。つまり、経済的な豊かさは、必ずしも幸せの絶対条件ではないことがわかります。

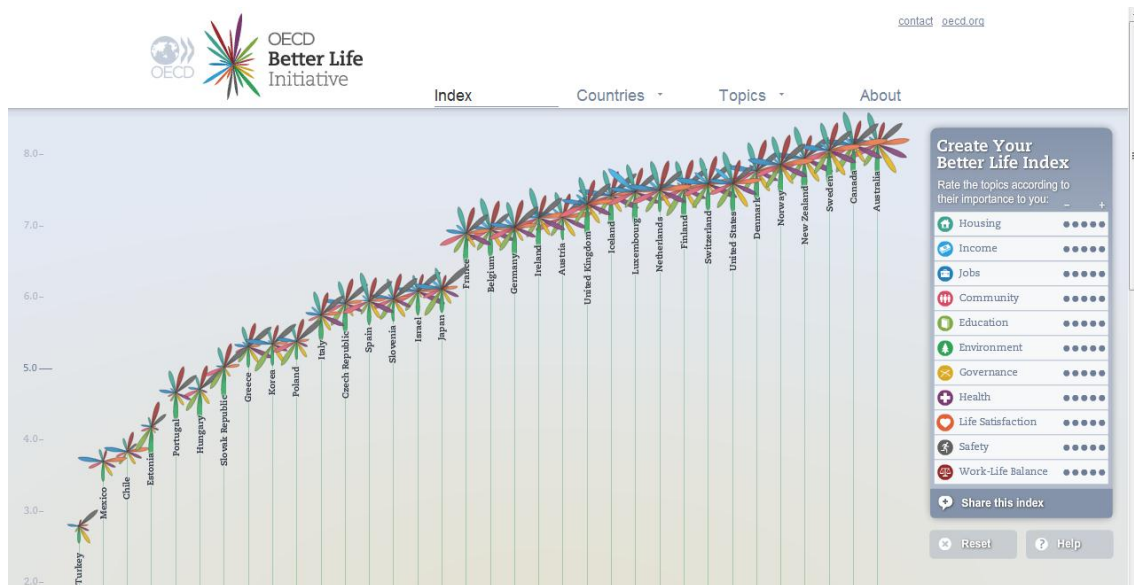


図 : OECD Better Life Index (<http://www.oecdbetterlifeindex.org>)

■「幸せ」はどう計る？

ブータンで採用されているGNHは、健康、教育、エコロジーなど、9つの領域について国民の満足度を計り、国の豊かさを指標としています。ただし、「幸せ」の形は人によって違います。そこで「幸せ」を計る指標は、

—コラムの無断転写・転載などを禁じます。—

さまざまな機関から複数の種類が発表されています。

たとえば経済協力開発機構(OECD)では、加盟各国の国民の幸福度を測定するための指標として、「より良い暮らし指標」を紹介しています。

「より良い暮らし指標」は、住居、収入、雇用、社会のつながり、教育、環境、政治への信頼、健康、生活の満足度、安全、ワークライフバランスの 11 項目から成り立っています。

図は加盟国別に 11 項目の平均得点をランキングで表したものです。

OECD 加盟 34 か国中のトップはオーストラリアで、2位はカナダ、3位にスウェーデンが続いています。 トップのオーストラリアは、「収入」の項目だけで見ると加盟国中 5 位なのですが、「政府への信頼」がトップ、「健康」が 2 位であることが主因で、「最もより良い暮らし」を実現する国と評価されています。

ここからも、幸せな暮らしには、単純に収入だけが大きく影響しているわけではない、ということがわかります。

一方で我が国日本はというと、総合 19 位と加盟国の中では下位にとどまっています。

また 11 項目のうち、「収入」の項目だけみると 9 位なのですが、「ワークライフバランス」や「健康」など多くの項目で評価が低いことが影響して、「最もより良い暮らし」は実現しにくい国と評価されています。

このように、私たちの豊かな暮らしには、お金の豊かさだけでなく、健康や仕事とプライベートのバランスなどが良い状態であることがとても大切です。

充実したライフプランを実現して夢をかなえるためには、ライフイベントに必要なお金を知り、余裕を持って計画的に準備することが重要です。しかし夢をかなえるために必要なお金を稼ぐこと、つまり仕事ばかりが生活の中心になってしまうと、「幸せ」を感じられなくなってしまいます。

お金を稼ぐことや、仕事をするのは、私たちの暮らしを営む上で欠かせないものです。ですから理想は、仕事にやりがいを感じて、仕事そのものを、夢や目標に向かうプロセスとして捉えられること、もしくは、夢や目標について考える時間を十分にとれるよう、仕事以外の生活にも余裕がある状態といえるでしょう。自分の夢や目標について考えることは、**今の生活を改めて見つめ直し、「どれくらいの収入があれば豊かな気持ちで暮らせるか？」を問い直す**きっかけにもなります。

私たちは日頃、何かと収入金額を気にして、収入を上げることやお金を増やすことを意識しがちです。しかし実は、「いくらあれば大丈夫か？」を考えていないことも多いのです。幸せに満足して暮らせる金額を知らずに、ただ上を目指すだけではつらいものです。

このボーナスシーズン、支給明細を見て笑った方も、がっかりした方も、この機会に改めて、「どれくらいのお金があれば幸せか？」を考えてみても良いかもしれませんね。

出典：

1. CD Better Life Index (<http://www.oecdbetterlifeindex.org>)

2. 幸福度の測定をめぐる国際的な動向について～新たな指標策定の試み～ 立法と調査 No,380.2010.1,

3. Bruno S. Frey and Alois Stutzer, Happiness and Economics, (ブルーノ・S・フライ、アロイス・スタッツァー『幸福の政治経済学—一人々の幸せを促進するものは何か』佐和隆光監訳・沢崎冬日訳、ダイヤモンド社 2005)