



四半期ごとの日本全体&都道府県別GDW

主観的ウェルビーイング（生活の豊かさ）実感について

ウェルビーイング学会 副代表理事 鈴木 寛（東京大学）

ウェルビーイング学会 村上 隆晃（第一ライフ資産運用経済研究所）

同 高宮 咲妃

同 小林 菜（第一ライフ資産運用経済研究所）

GDPが「客観的な豊かさ」を示す指標だとすると
主観的ウェルビーイングを「主観的な豊かさ」を示す指標と定義づけ、
継続して測定しています。



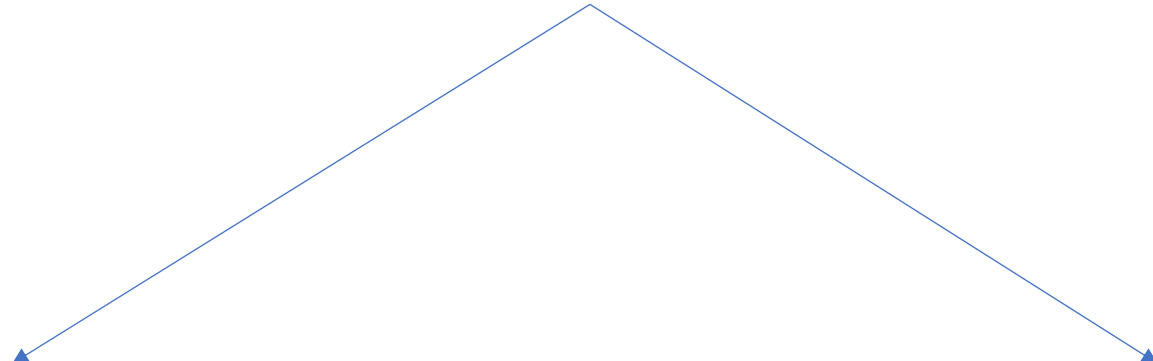
2022年12月より四半期GDPのタイミングにあわせて、
四半期毎の主観的ウェルビーイングを公表してきました。

Q. ウェルビーイングとは何か？

A. 「よい状態」のことです

それは、2種類あります

ウェルビーイングとは？



客観的ウェルビーイング
(健康、教育、所得など)

主観的ウェルビーイング

主観的ウェルビーイングの測定は

「シンプルな2問」を組み合わせで行うのが

いまの国際標準である

ウェルビーイング実感は、「World Happiness Report（国連の関連団体である持続可能な開発ソリューション・ネットワーク）」や「Better Life Index（OECD）」で採用されている主観的ウェルビーイング調査にならない、下記方法によって測定・定義される。←

←

質問文：←

それでは、梯子（ハシゴ）を想像してみてください。
その梯子には、一番下は0、一番上には10と数字が付いています。
一番上の10があなたにとって最も理想的な生活で、
はしごの一番下の段が最悪の生活を表すと考えてください。



10 段目：最も理想的な生活

0 段目：最悪の生活

←

質問項目：←

Q1. あなたは、今現在、はしごのどの段に立っていると感じていますか？←

Q2. あなたの想像では、5年後にはどの段に立っていると思いますか？←

←

この2問を用いて、下記の通りウェルビーイング実感を算出する。←

←

ウェルビーイング実感の算出方法:←

ウェルビーイング実感が「高い」：今(Q1)が7点以上かつ5年後(Q2)が8点以上の人たち←

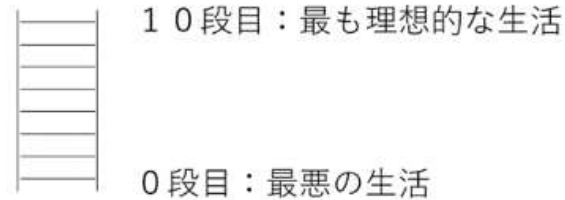
ウェルビーイング実感が「低い」：今(Q1)が4点以下かつ5年後(Q2)が4点以下の人たち←

ウェルビーイング実感は、「World Happiness Report（国連の関連団体である持続可能な開発ソリューション・ネットワーク）」や「Better Life Index（OECD）」で採用されている主観的ウェルビーイング調査にならない、下記方法によって測定・定義される。←

←

質問文：←

それでは、梯子（ハシゴ）を想像してみてください。
その梯子には、一番下は0、一番上には10と数字が付いています。
一番上の10があなたにとって最も理想的な生活で、
はしごの一番下の段が最悪の生活を表すと考えてください。



←

質問項目：←

Q1. あなたは、今現在、はしごのどの段に立っていると感じていますか？←

Q2. あなたの想像では、5年後にはどの段に立っていると思いますか？←

←

この2問を用いて、下記の通りウェルビーイング実感を算出する。←

←

ウェルビーイング実感の算出方法：←

ウェルビーイング実感が「高い」：今(Q1)が7点以上かつ5年後(Q2)が8点以上の人たち←

ウェルビーイング実感が「低い」：今(Q1)が4点以下かつ5年後(Q2)が4点以下の人たち←



ウェルビーイング実感が高い人たち

(今の生活評価が7点以上 & 5年後の生活評価が8点以上)



つまり

“今の生活にある程度満足し、かつ

将来の生活に対して明るい見通しを持っている”

人たちの割合

日本で2021年より行っている、ウェルビーイング実感の調査概要

【調査概要】

調査目的：日本に生きるひとり一人が、どの程度ウェルビーイング（生活の豊かさ）を実感できているか、実態を明らかにする

調査対象：日本在住で、施設に入居していない15歳以上の人

調査方法：RDD方式による電話調査

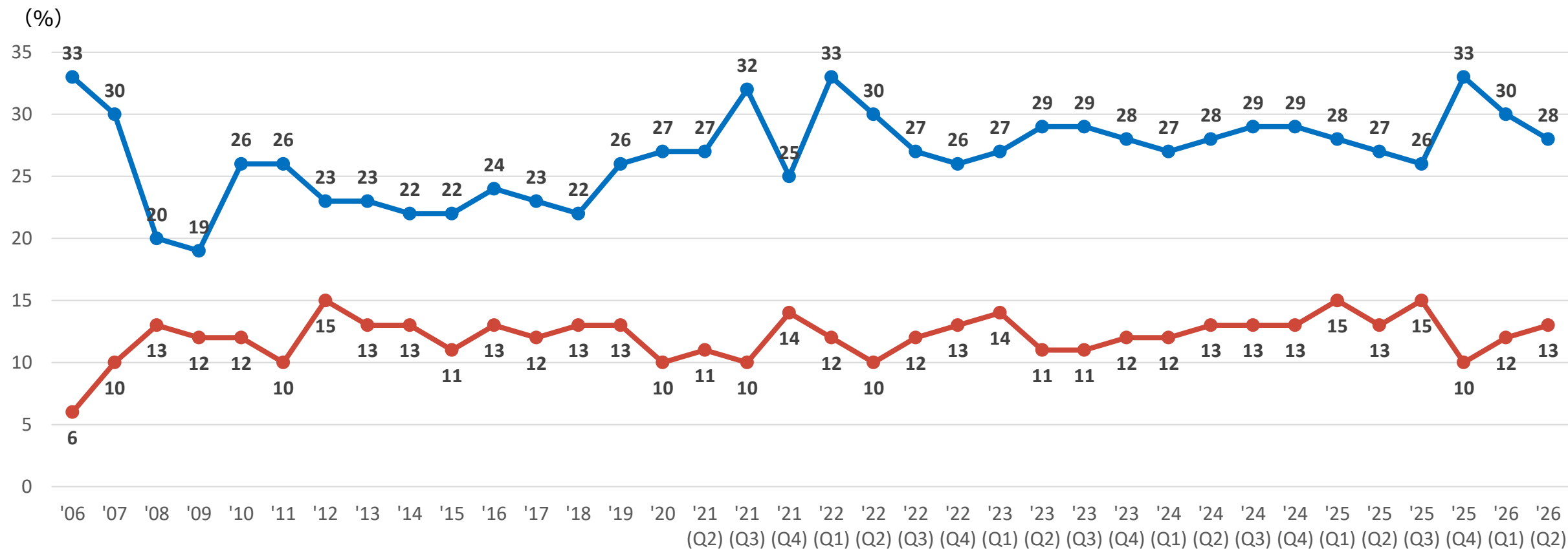
調査機関：Gallup社 (<https://www.gallup.com>)

出典：Well-being Initiative

日本国内の主観的ウェルビーイング（生活の豊かさ）実感の推移

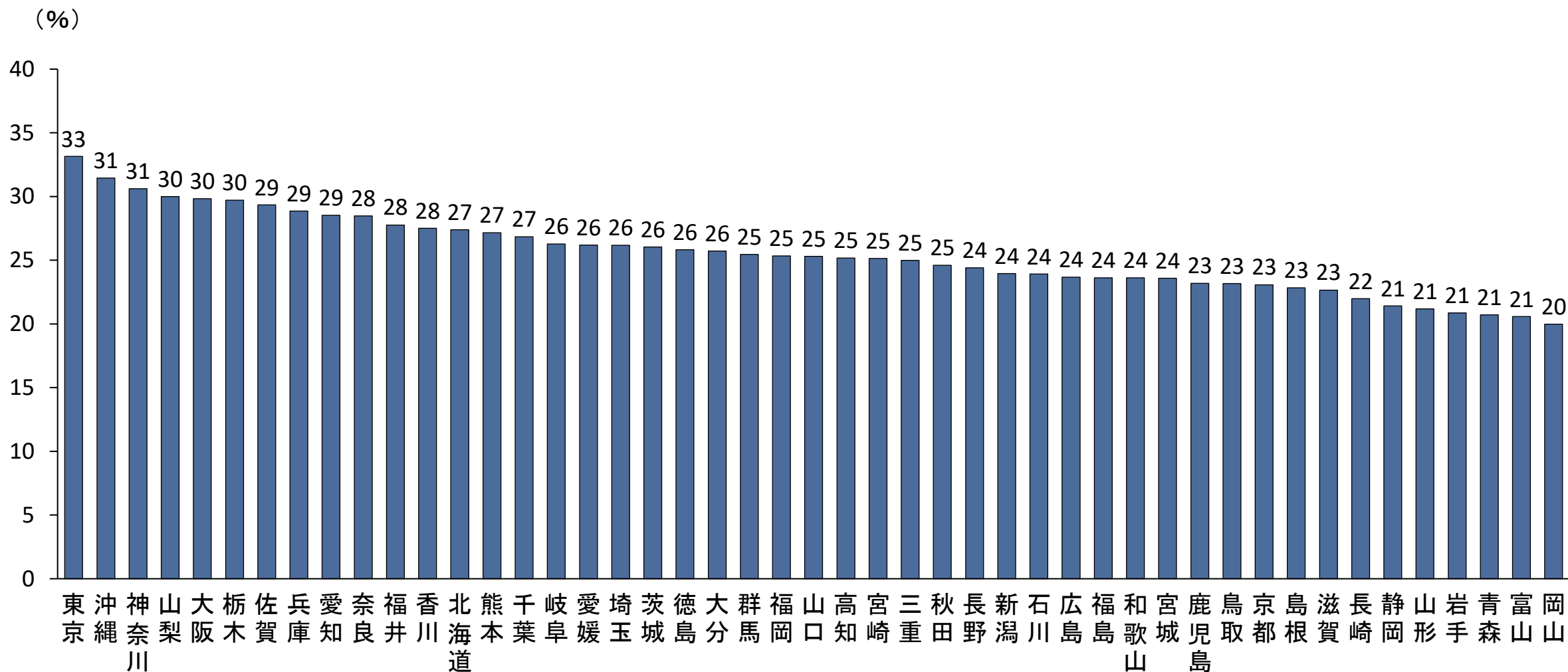
2006年～現在（2026年4月～6月期）

- % ウェルビーイング実感が高いひとたちの割合
- % ウェルビーイング実感が低いひとたちの割合

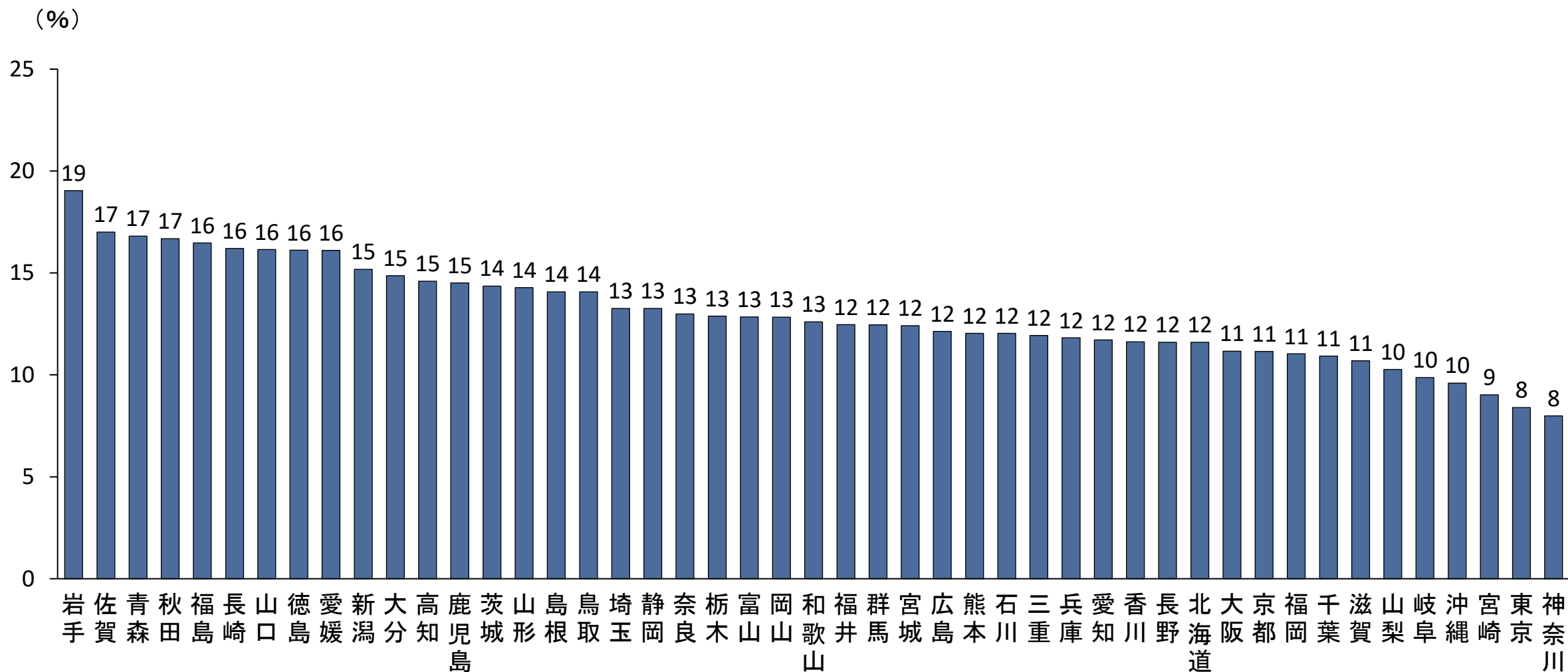


都道府県別GDW推計

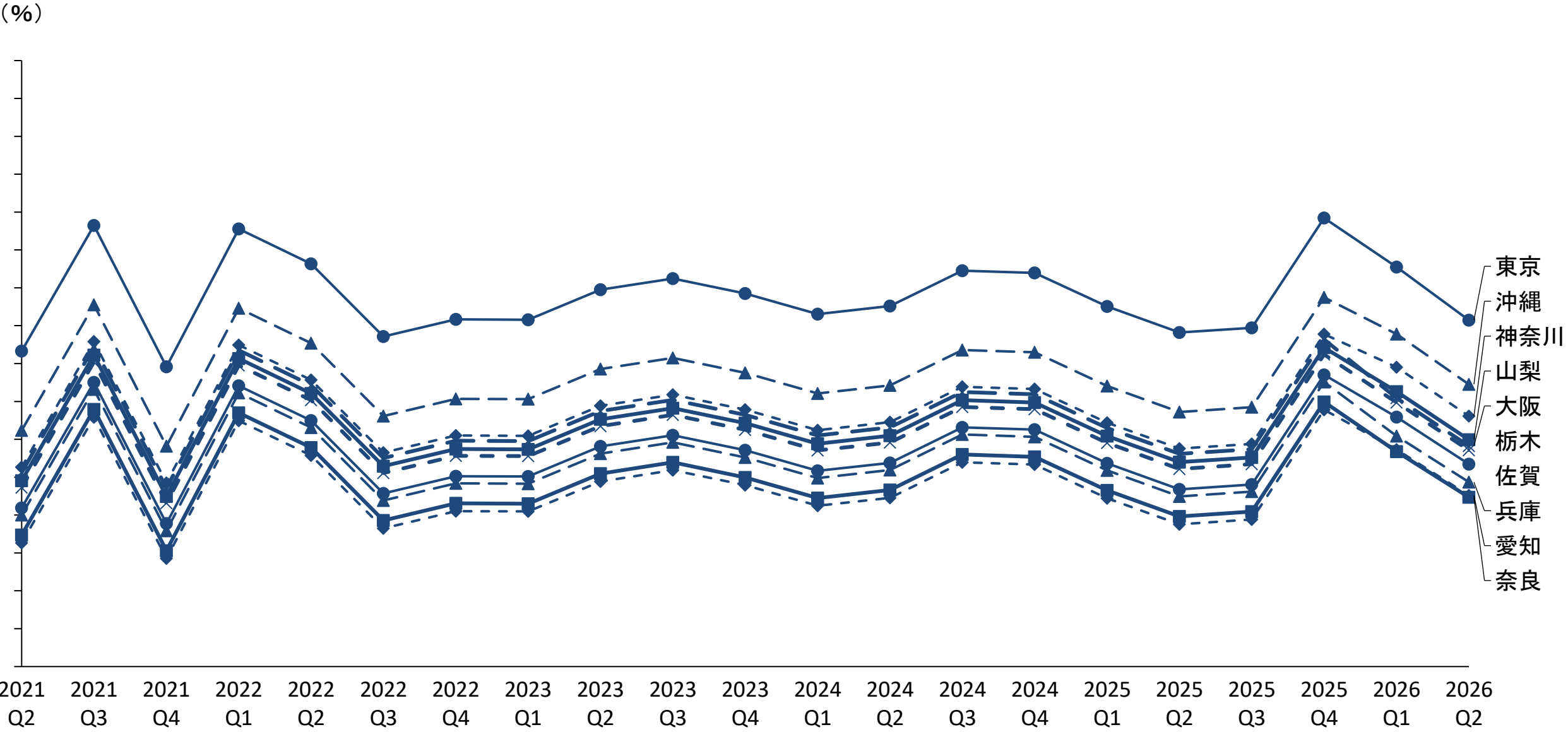
都道府県別：ウェルビーイング実感に対して「高い」と回答した人の割合



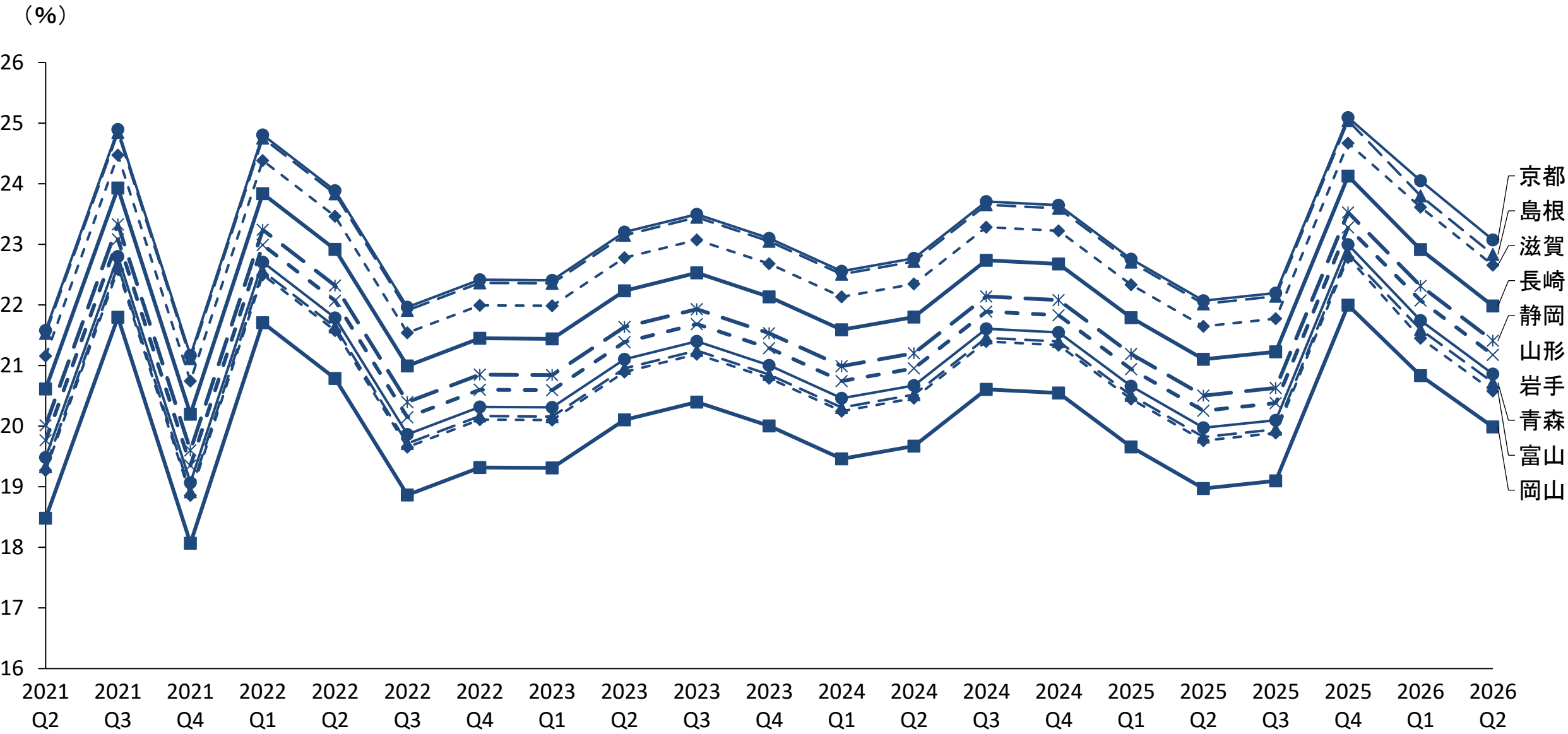
都道府県別：ウェルビーイング実感に対して「低い」と回答した人の割合



四半期推移：ウェルビーイング実感に対して「高い」と回答した人の割合の推移（上位10県）

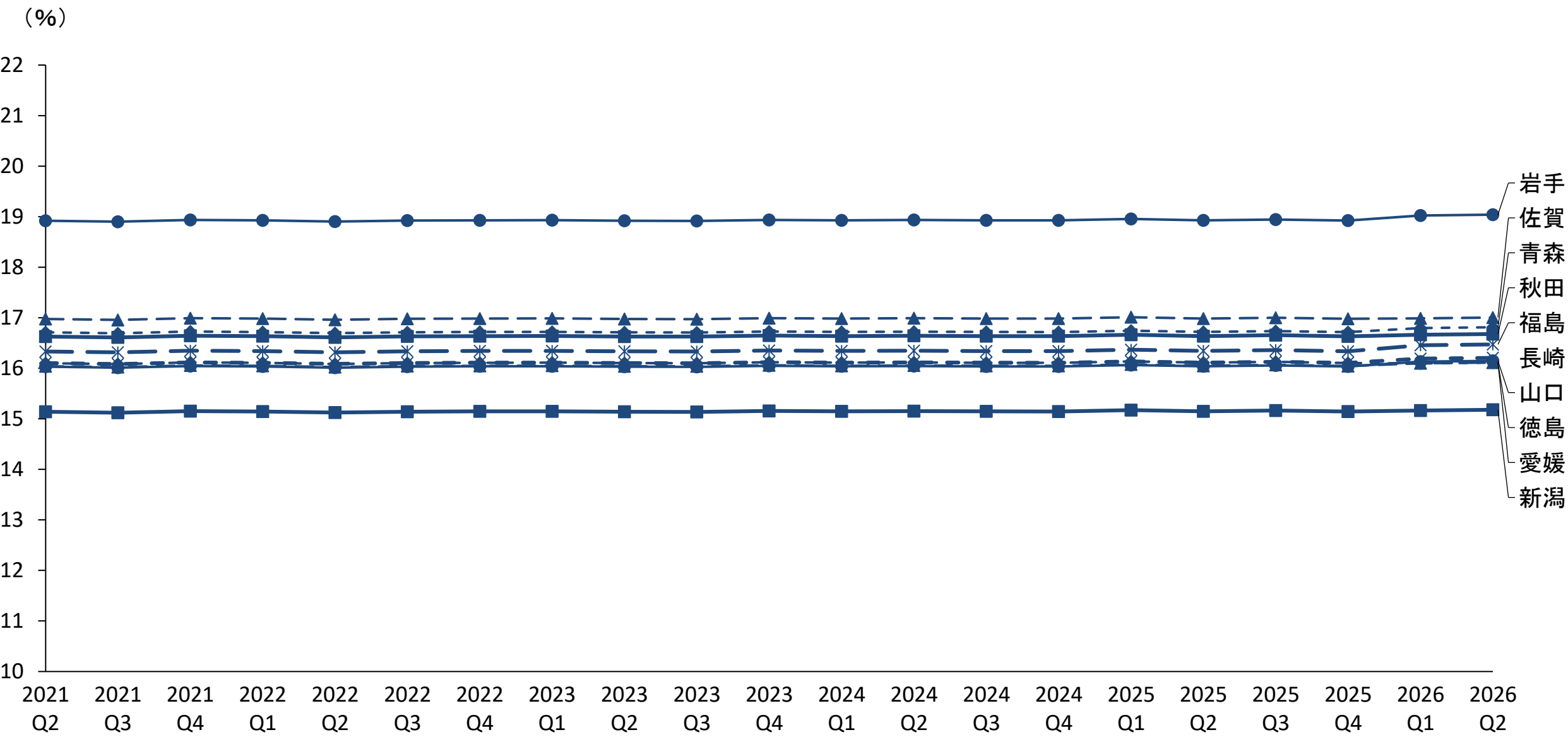


四半期推移：ウェルビーイング実感に対して「高い」と回答した人の割合の推移（下位10県）



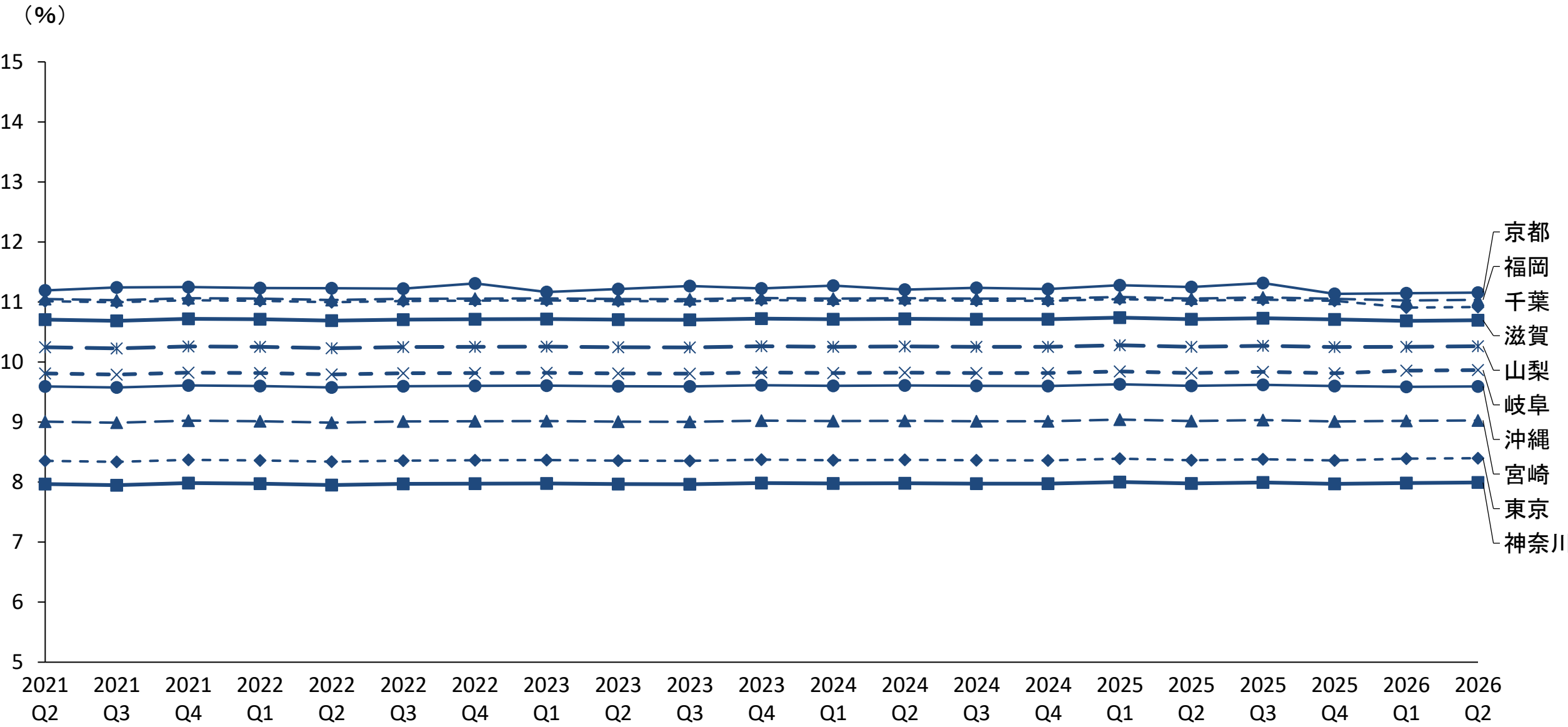
(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～ 2026年第2四半期）」（調査機関：Gallup社）より作成

四半期推移：ウェルビーイング実感に対して「低い」と回答した人の割合の推移（上位10県）



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～ 2026年第2四半期）」（調査機関：Gallup社）より作成

四半期推移：ウェルビーイング実感に対して「低い」と回答した人の割合の推移（下位10県）



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～ 2026年第2四半期）」（調査機関：Gallup社）より作成

経済的な視点からの分析事項

今四半期のウェルビーイング実感に関する変動要因分析

1

- ウェルビーイング実感に影響を及ぼす可能性がある経済指標、消費者の意識、属性について時系列データを用いて相関関係を分析
- ウェルビーイング実感が高い人の割合と、それに対して影響力が大きい複数の変動要因の関係を分析
- 特にワールドハピネスレポートが指摘するウェルビーイングに影響する6大要因にまずは着目

ファイナンシャル・ウェルビーイングに関する分析

2

- ウェルビーイング実感が高い人の割合と相関のあるファイナンシャル・ウェルビーイングについて分析
- ファイナンシャル・ウェルビーイングを向上させる要因についても分析
- 特に社会的課題が大きいと考えられる低所得世帯のFWBの実態にも着目

人生選択の自由度についての要因分析

3

- ウェルビーイング実感が高い人の割合と、それに対して影響力が大きい人生選択の自由度の要因について分析

経済的な視点からの分析事項

今四半期のウェルビーイング実感に関する変動要因分析

1

- ウェルビーイング実感に影響を及ぼす可能性がある経済指標、消費者の意識、属性について時系列データを用いて相関関係を分析
- ウェルビーイング実感が高い人の割合と、それに対して影響力が大きい複数の変動要因の関係を分析
- 特にワールドハピネスレポートが指摘するウェルビーイングに影響する6大要因にまずは着目

ファイナンシャル・ウェルビーイングに関する分析

2

- ウェルビーイング実感が高い人の割合と相関のあるファイナンシャル・ウェルビーイングについて分析
- ファイナンシャル・ウェルビーイングを向上させる要因についても分析
- 特に社会的課題が大きいと考えられる低所得世帯のFWBの実態にも着目

人生選択の自由度についての要因分析

3

- ウェルビーイング実感が高い人の割合と、それに対して影響力が大きい人生選択の自由度の要因について分析

Q. 主観的ウェルビーイングを変動させる要因は何か？

A. 経済指標の変動？人々の属性の
変化？

実は、人々が感じる自身の経済状況
や人生を選択する自由度、健康状態
など主観的指標の影響が大きい

ウェルビーイング実感が高い人の割合と各種指標の相関関係

【主観的指標】

人生選択の自由度
●健康問題の有無
家計満足度
最低生活費の有無
困ったときに頼れる人の有無

【人々の属性】

最終学歴
客観的な所得
●就業状況(失業)
婚姻状態
●年齢
地域性(大都市+)
●性別
世帯員数

【経済指標】

●物価上昇率
完全失業率
株価
長期金利
現金給与総額・伸び率
●一人当たり実質GDP
(参考)内閣支持率
(参考)オリンピック検索度数

対象期間:
2021年2Q～2026年2Q

ほとんど相関がない 弱い相関がある 相関がある

(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」、内閣府「月例経済報告」より作成

(注) ●を付けた項目は「負の相関」、相関係数0.2未満の「ほとんど相関がない」項目は白抜きの棒グラフ

ワールドハピネスレポートが提唱 するウェルビーイングの6大要因

1. 人生の自由度

自分の人生を自分で選択できているか(自己決定)

2. 社会的な支え

困った時に助けてくれる人がいるか

3. 一人あたりGDP

経済的な豊かさ

4. 寛容さ

他者への思いやりや寄付の精神があるか

5. 腐敗の少なさ

ビジネスや政治において不正が少ないと感じるか

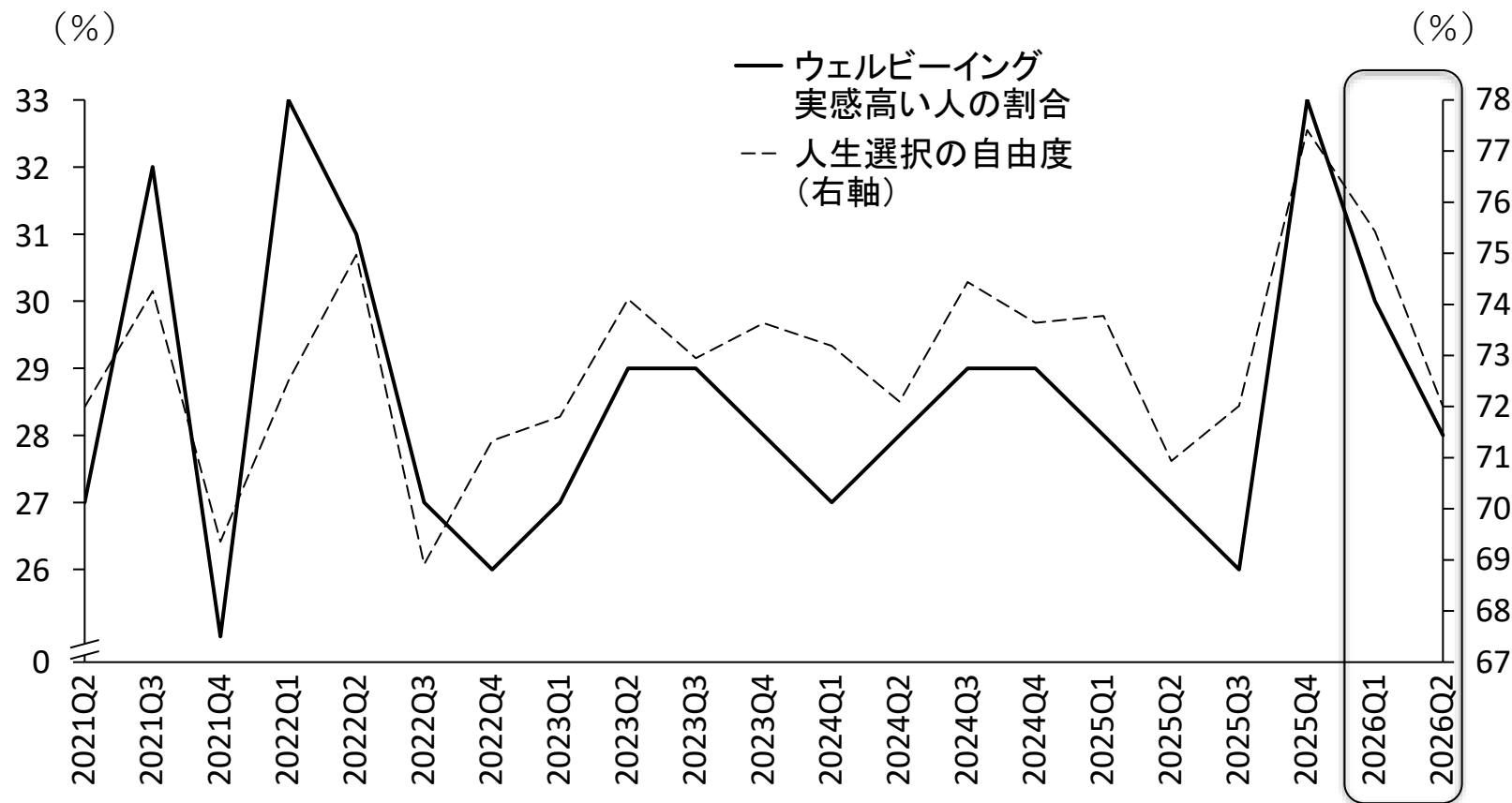
6. 健康寿命

心身ともに健康でいられる期間

GDW調査
もしくは
統計で関係
性確認可能

人生選択の自由度はウェルビーイング実感との相関が一番高く、今期も同方向に推移

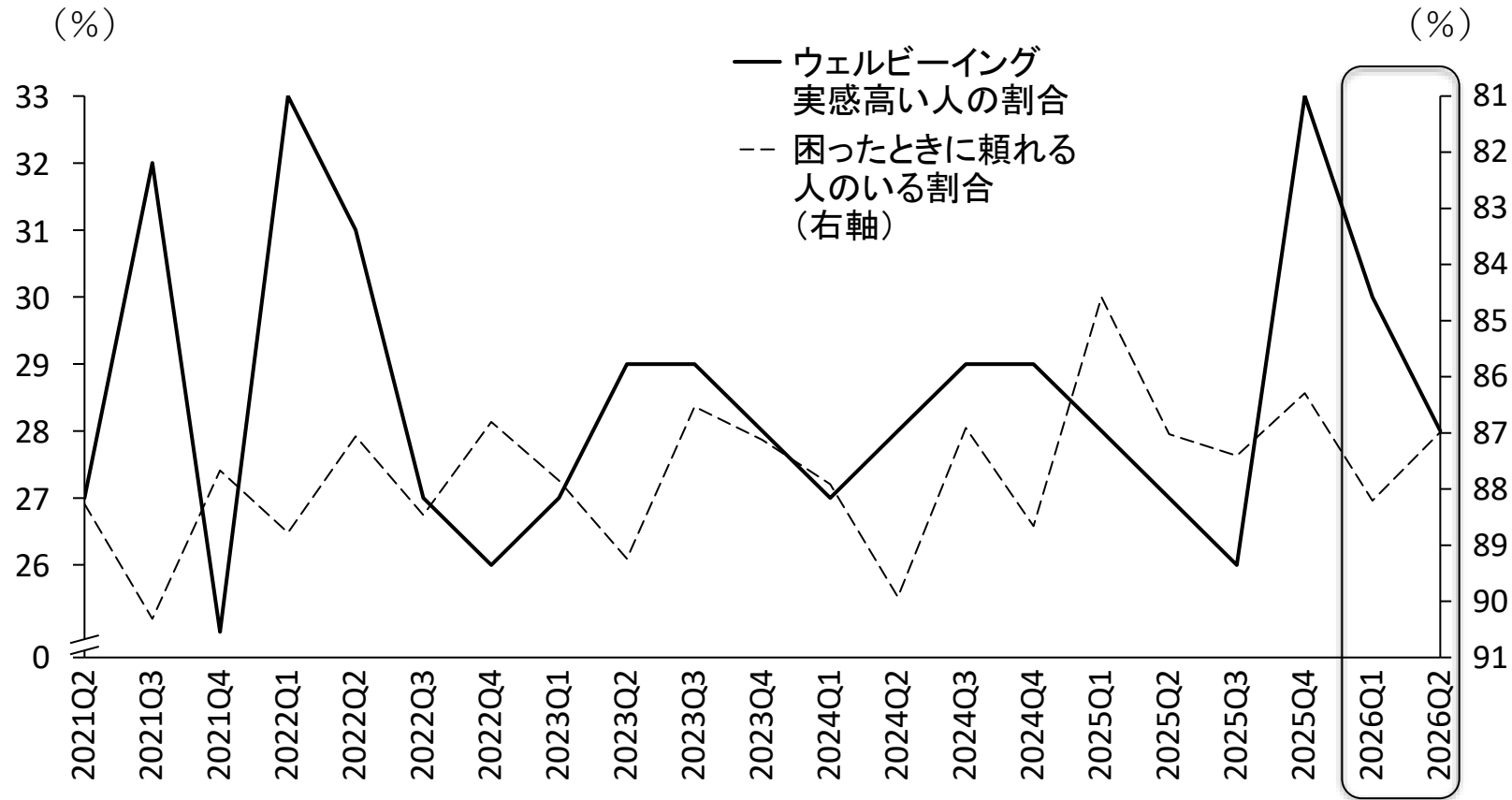
1.人生選択の自由度 相関係数:0.730



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

社会的な支えはウェルビーイング実感との相関があまり高くない傾向

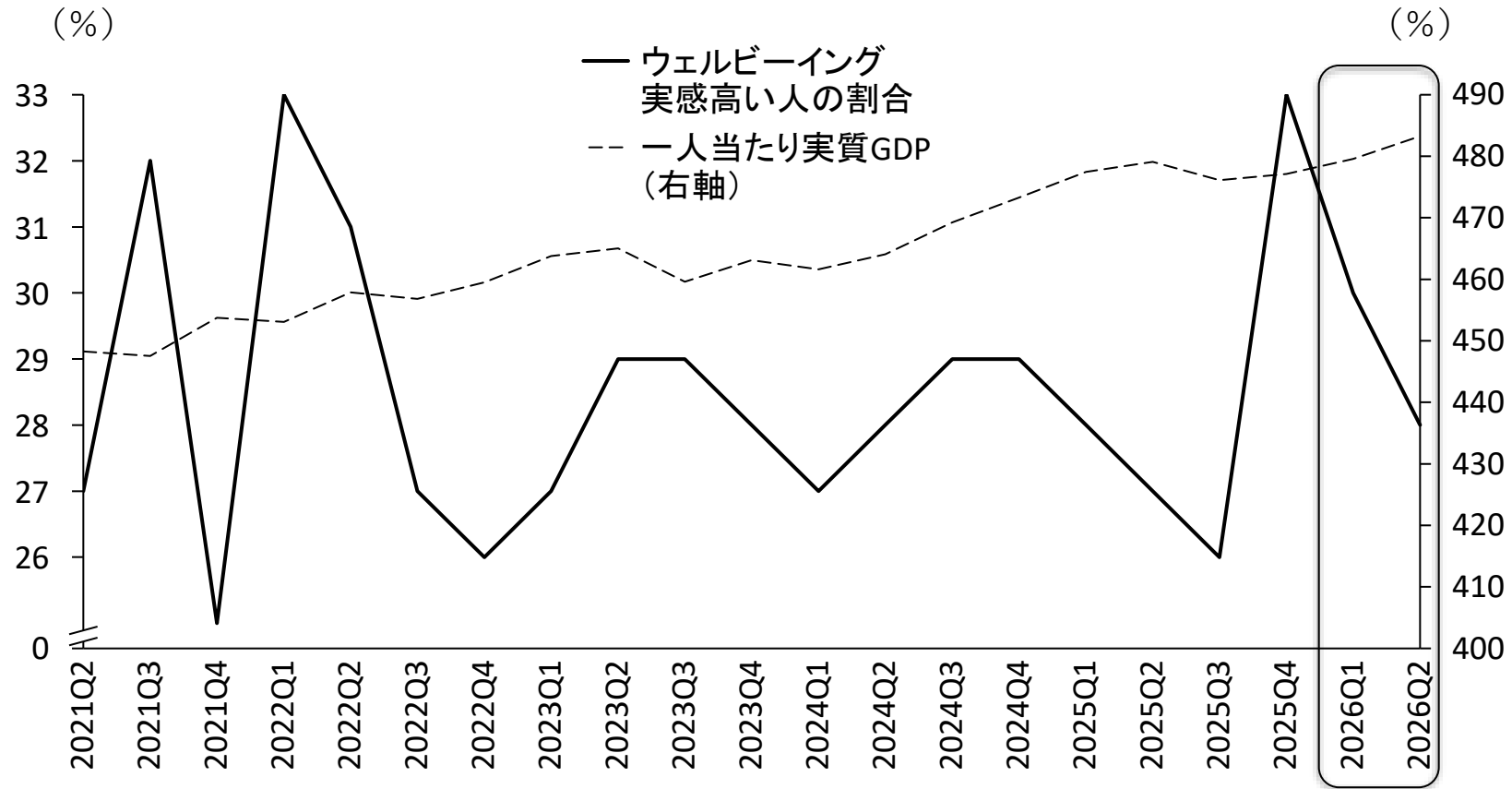
2.社会的な支え(困った時に頼れる人のいる割合) 相関係数:0.168



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

一人当たり実質GDPはウェルビーイング実感とほぼ相関が認められず

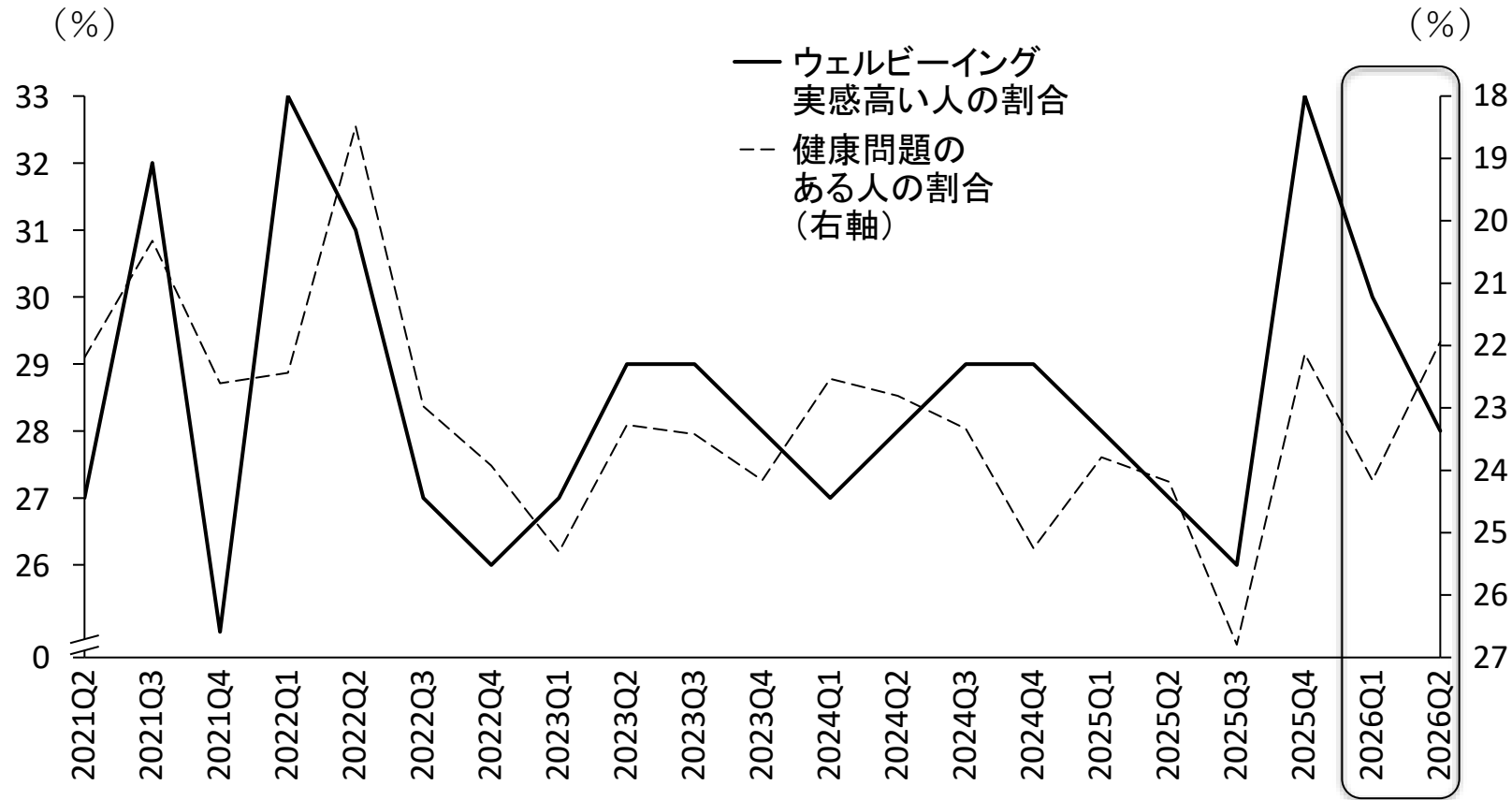
3.一人当たり実質GDP 相関係数: ▲0.036



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

健康問題のある人の割合はウェルビーイング実感と負の相関があり、今期は逆方向に推移

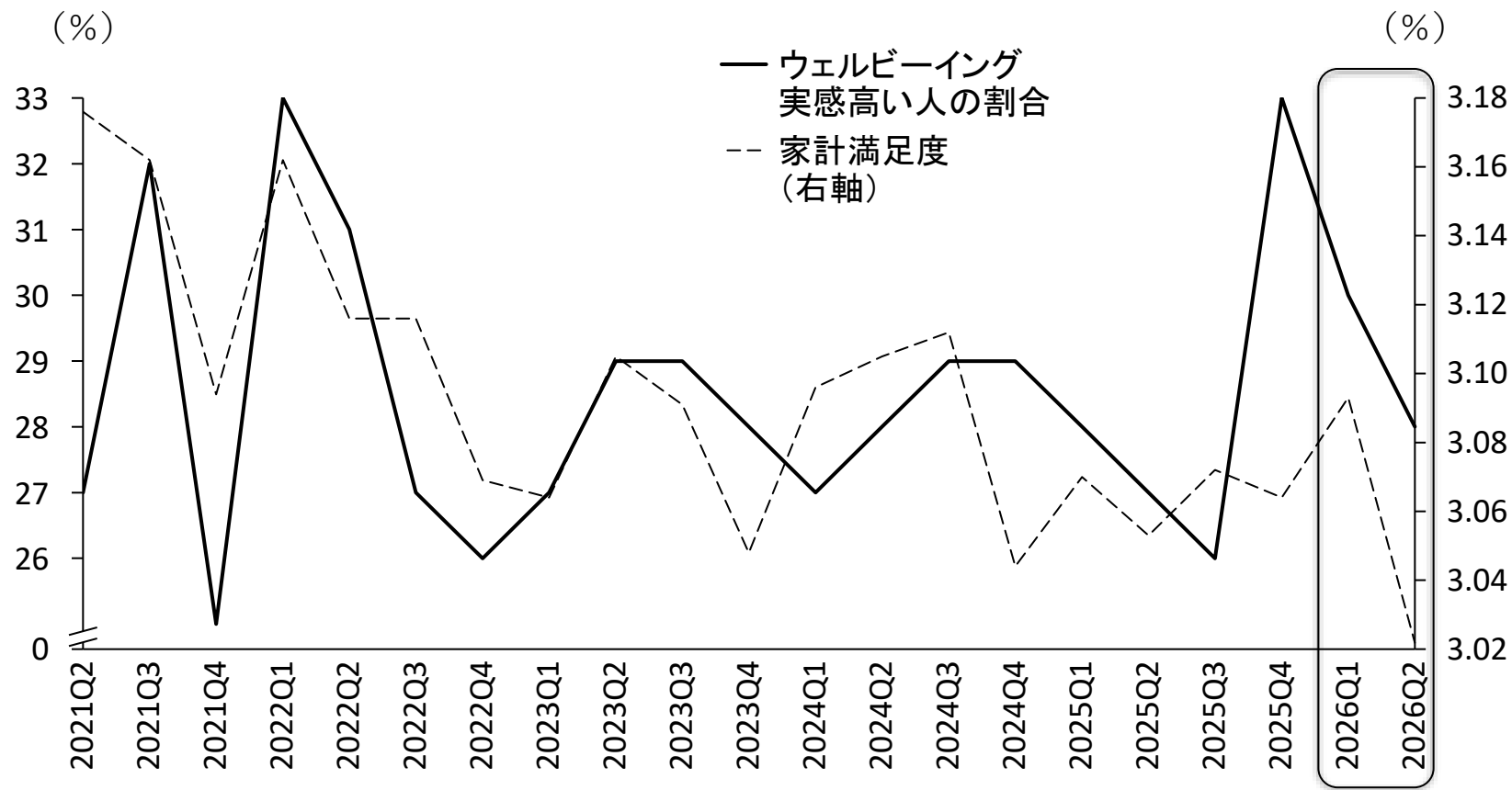
6.健康寿命≡健康問題の
ある人の割合
相関係数: ▲0.486



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

家計満足度はウェルビーイング実感と一定の相関あり、今期は同方向に推移

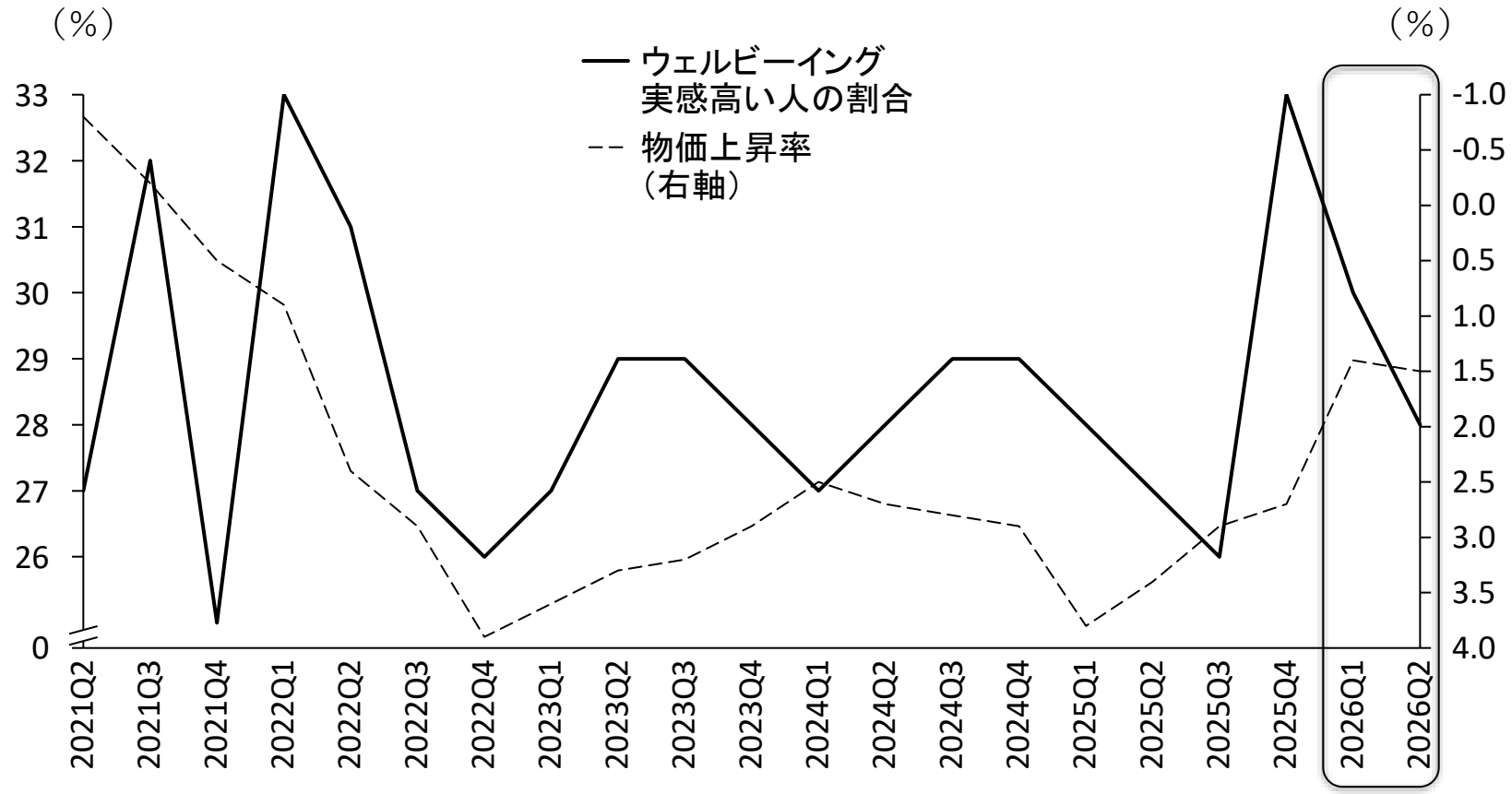
家計満足度
相関係数:0.326



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

物価上昇率はウェルビーイング実感と一定の相関があるが、今期は同方向に推移

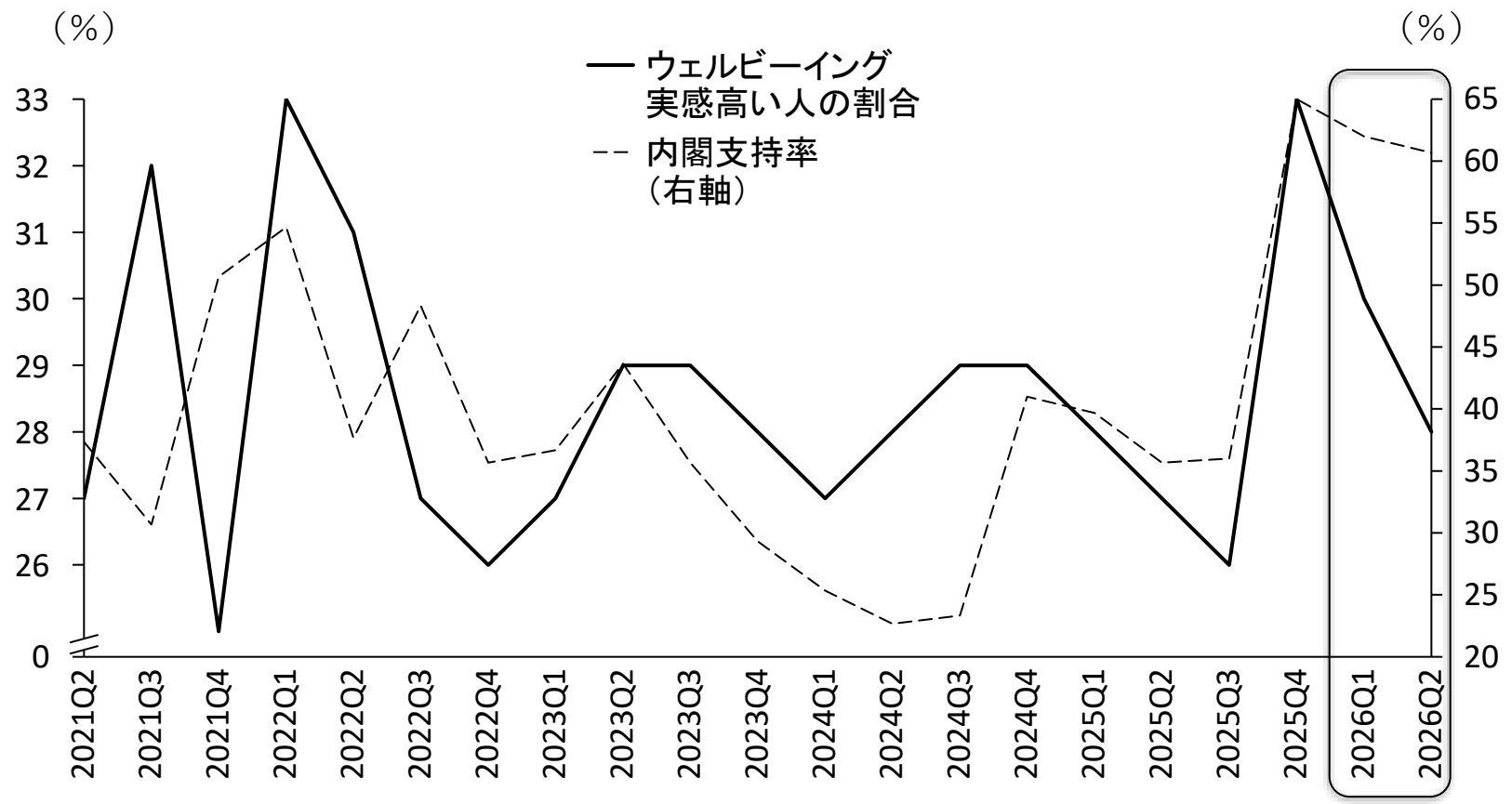
物価上昇率
相関係数: ▲0.225



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

内閣支持率はウェルビーイング実感と一定の相関があり、今期も同方向に推移したが、実感の低下幅はそれ以上に大きい

内閣支持率
相関係数:0.322



(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

今四半期のウェルビーイング実感変動要因のまとめ

- 今期（2026年2Q）のGDW（ウェルビーイング実感）の変動要因は、以下の5点に整理できる。
- 「人生選択の自由度」の低下が、最も大きな下押し要因であり、ウェルビーイング実感との相関係数は0.730と、分析対象の項目の中で最も高い水準である。今期は人生選択の自由度とGDWが同方向に低下しており、今回のGDW低下を説明する中心的な要因と考えられる。
- 「健康問題のある人の割合」とウェルビーイング実感には▲0.486の比較的強い負の相関があるが、今期も健康問題のある人の割合とGDWが逆方向に動いており、健康状態の改善はウェルビーイング実感の下支えにつながった可能性がある。
- 家計満足度はウェルビーイング実感と0.326の正の相関があり、一定の関係が確認されている。今期、家計満足度とウェルビーイング実感とともに低下しており、物価や所得そのものよりも、家計に対する「満足感」の悪化がウェルビーイング実感低下に影響した可能性がある。客観的な指標である物価上昇率とウェルビーイング実感の相関係数は▲0.225と弱い負の相関があり、今期はわずかに逆方向に動いたことから家計に対する満足感の下押しなどを經由してウェルビーイング実感の引き下げに働いた可能性がある。
- 内閣支持率とウェルビーイング実感の相関係数は0.322と一定の関係性があり、今期も同方向に低下している。ただ、ウェルビーイング実感の低下幅の方が内閣支持率より大きく、内閣支持率だけでは今回の変動を十分に説明できない。
- GDPや金利、株価などの客観的な経済指標だけでは今回の低下を説明しにくい。例えば、一人当たり実質GDPとの相関は▲0.036とほぼ無相関である。
- 一言でまとめると、「今期のウェルビーイング実感の低下は、景気指標の悪化というよりも、人生選択の自由度を中心に、家計満足度など生活者の主観的な実感の悪化が重なったことが主因」と整理できる。

経済的な視点からの分析事項

今四半期のウェルビーイング実感に関する変動要因分析

1

- ウェルビーイング実感に影響を及ぼす可能性がある経済指標、消費者の意識、属性について時系列データを用いて相関関係を分析
- ウェルビーイング実感が高い人の割合と、それに対して影響力が大きい複数の変動要因の関係を分析
- 特にワールドハピネスレポートが指摘するウェルビーイングに影響する6大要因にまずは着目

ファイナンシャル・ウェルビーイングに関する分析

2

- ウェルビーイング実感が高い人の割合と相関のあるファイナンシャル・ウェルビーイングについて分析
- ファイナンシャル・ウェルビーイングを向上させる要因についても分析
- 特に社会的課題が大きいと考えられる低所得世帯のFWBの実態にも着目

人生選択の自由度についての要因分析

3

- ウェルビーイング実感が高い人の割合と、それに対して影響力が大きい人生選択の自由度の要因について分析

FWBの定義

ファイナンシャル・ウェルビーイング（FWB）とは

□ 世帯収入に対する主観的満足度であり、経済的な安心感を持ち、現在から将来にかけて人生を楽しむための選択ができる状態

ファイナンシャル・ウェルビーイングの定義

□ 日本・金融経済教育推進機構（J-FLEC）

- ✓ 自らの経済状況を管理し、必要な選択をすることによって、現在および将来にわたって、経済的な観点から一人ひとりが多様な幸せを実現し、安心感を得られている状態

□ アメリカ・金融消費者保護局（CFPB）

- ✓ 現在および将来の金銭的な債務を十分に支払うことができ、将来の自身の経済面に安心感を持ち、人生を楽しむための選択ができる状態

□ イギリス・金融年金サービス局（MaPS）

- ✓ 経済的に安心でき、コントロールできていると感じる状態。つまり、現在の支払いができ、予期しない支出に対応し、経済的に健全な将来への軌道に乗っていると感じることである
- ✓ 一言でいうと、経済的な自信と能力がある状態

□ 経済協力開発機構（OECD）

- ✓ 経済的な健全性が確保され、将来の安心が図られていること

今回の分析では「ファイナンシャル・ウェルビーイング度」（FWB度）を以下のように定義

「ファイナンシャル・ウェルビーイング度」の定義

ファイナンシャル・ウェルビーイングの評価

0から10までの数字で、0は「まったく満足していない」、10は「非常に満足している」と考えて、次の質問にお答えください。

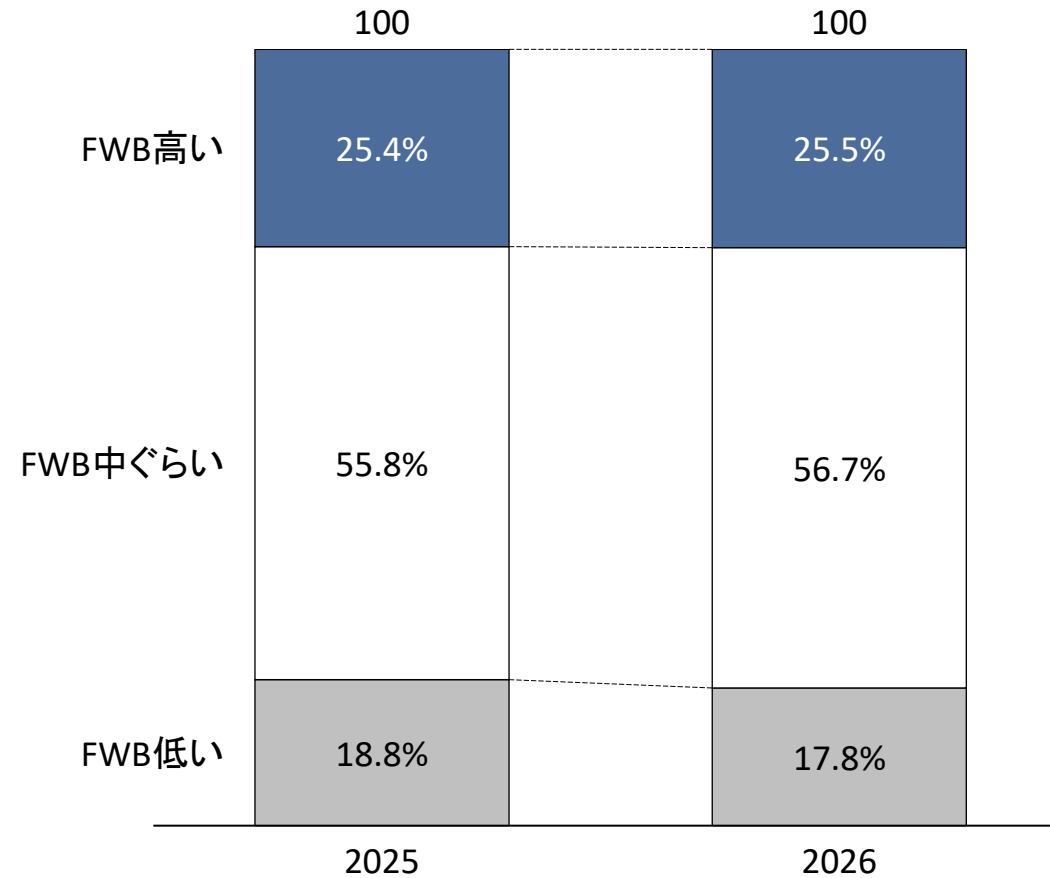
(A) 現在のあなたの経済状況に、どのくらい満足していますか。

(B) 5年後のご自身の経済状況には、どのくらい満足していると思いますか。

ファイナンシャル・ウェルビーイング度	条件
高い	(A)が7以上かつ (B)が8以上
中ぐらい	「高い」「低い」以外の該当者
低い	(A)が4以下かつ (B)が4以下

足元：FWB度は「高い」人が4人に1人、昨年とほぼ同水準
～課題はFWB度の「底上げ」（「高い」人を増やし、「低い」人を減らすこと）

【FWB度 経年比較】



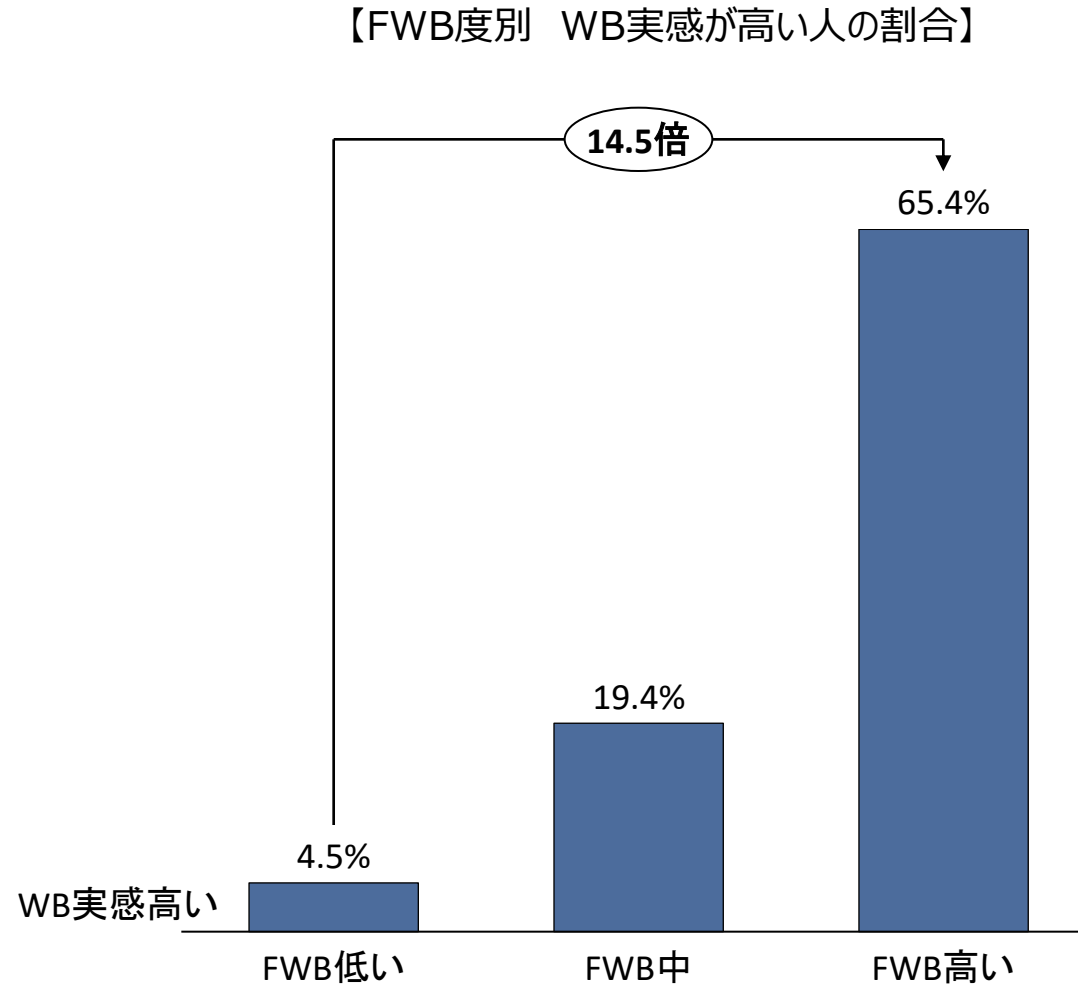
FWBと個人属性の関係

FWB度の個人属性別特徴

【性別】	FWB高い 男性 女性	女性の方が男性よりも若干FWB度高い人が多い
【婚姻状況別】	FWB高い 独身 有配偶	有配偶者の方が独身よりFWB度高い人が多い
【年齢階級別】	FWB高い 15-29 30-39 40-49 50-59 60-69 70-	FWB度高い人は若年層で少なく、働き盛りの40・50歳代で多い 70歳代でも若干多い
【最終学歴別】	FWB高い 小中学 高校 高専 大学 大学院	最終学歴が高い方がFWB度高い人が多い

FWBが高い人の特徴

FWB度が高い層のWB実感が高い人の割合は低い層の約15倍
～FWBはWB実感のブースターとなりうる

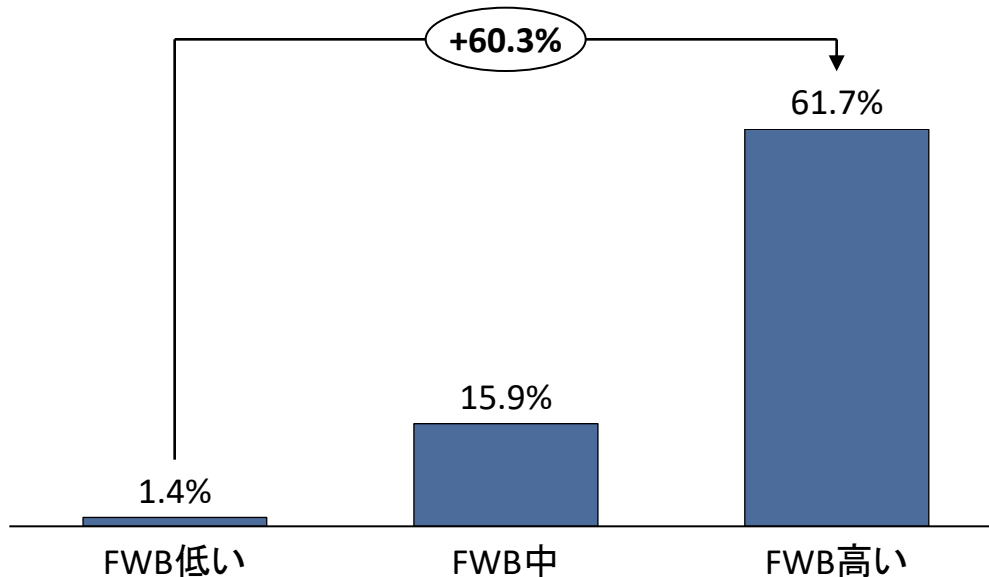


FWB度が高い層ほど家計満足度も人生選択の自由度も高い傾向

FWBの真の価値は、単なる口座残高の多寡ではなく、
人生における「選択肢の制限」を取り払い、
自分らしい生き方を可能にする点にある。

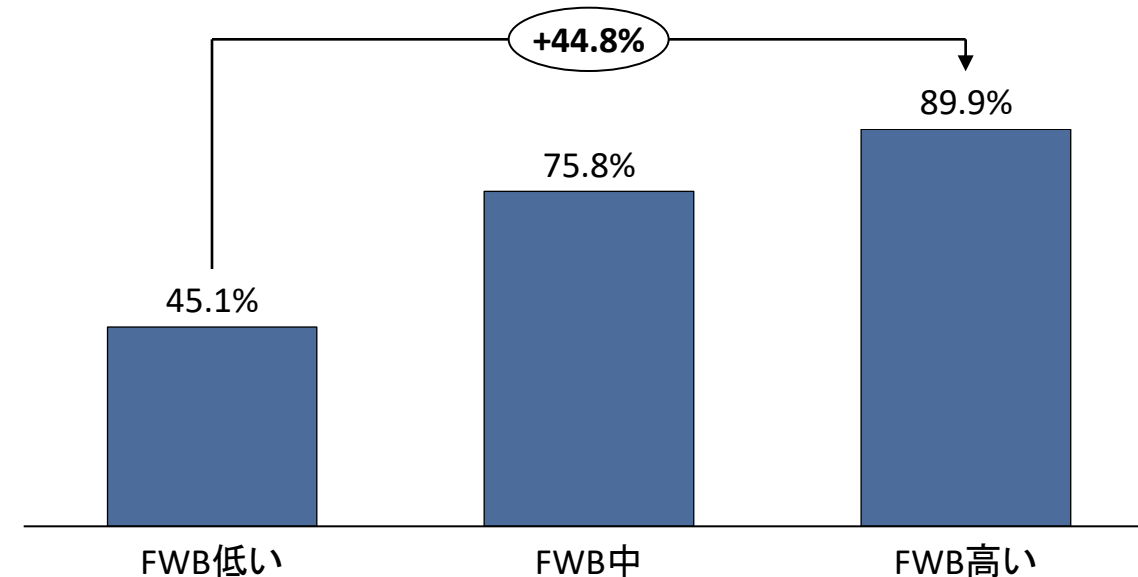
【FWB度別 家計満足度の状況】

Q.現在のあなたの世帯所得に関して、実感に近い表現は次のうちのどれですか？
トップティア:「快適に暮らせる」の割合



【FWB度別 人生選択の自由度がある人の割合】

Q.自分の人生は、多くの選択肢の中から、あなたが選べる状態ですか？
「はい」と答えた人の割合



FWB変動要因～4つのプロセスとの関係

WB学会FWB分科会では、FWBを向上させるために必要な4つのプロセスを提示

FWBを向上させるための4つのプロセス

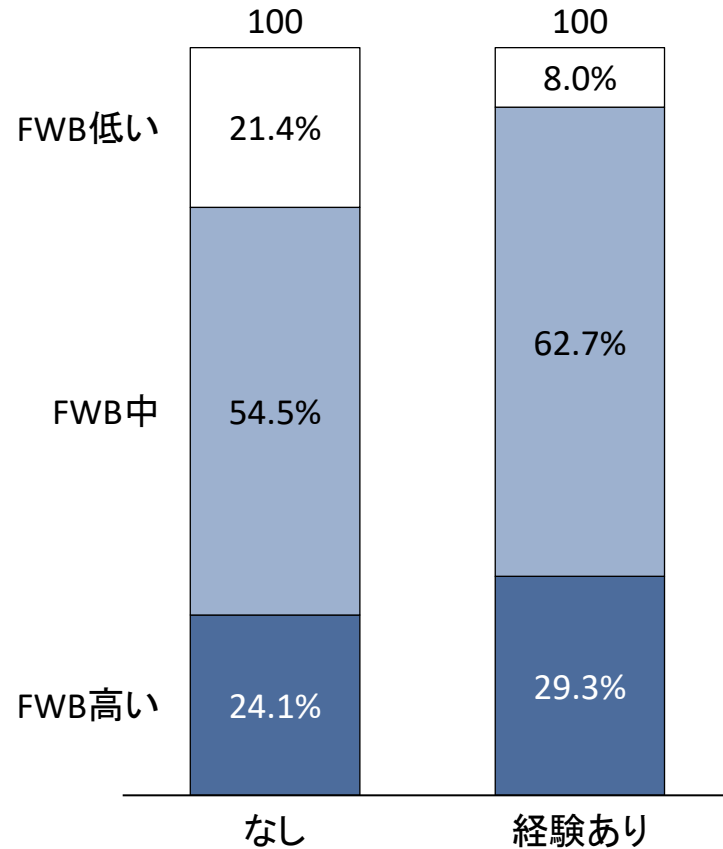


知識（教育）を得るだけではなく、それを自身の「人生設計」として具体化するプロセスがFWB向上において有力なドライバーとなりうる

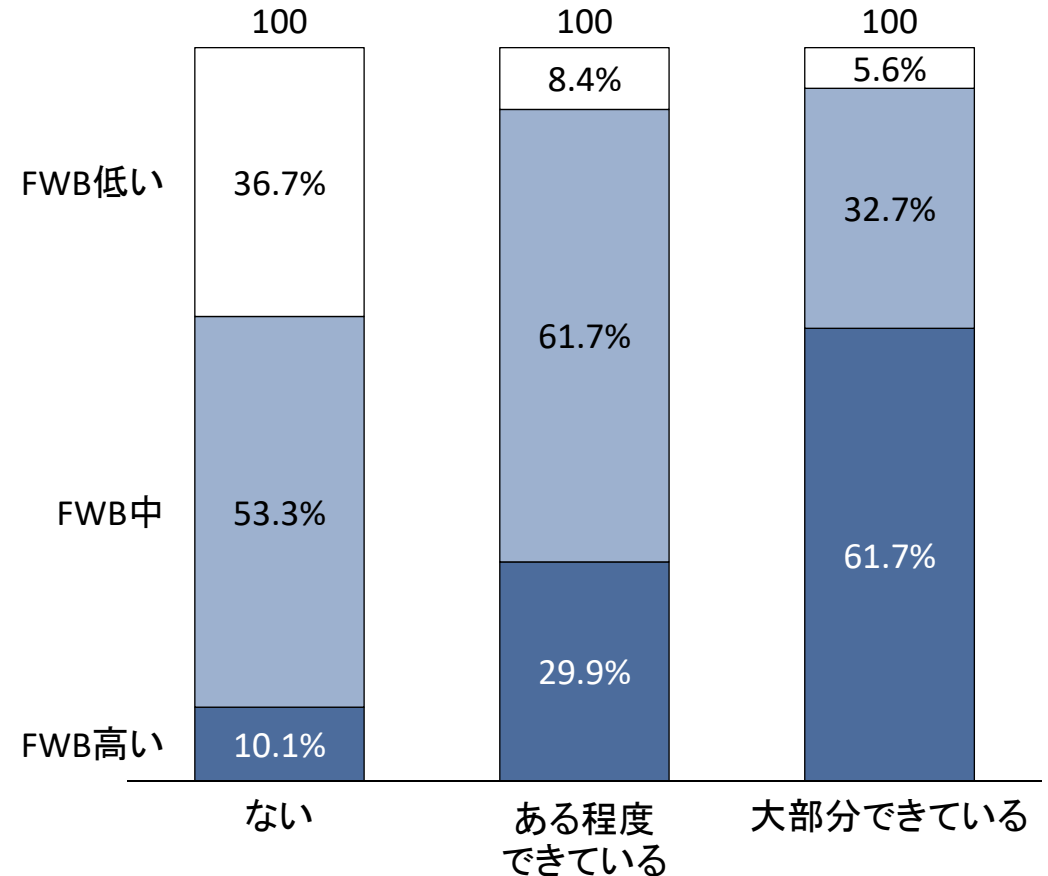
金融経済教育「経験あり」の層では、FWB度が高い層が少し増加。それ以上に低い層が減少し、ベースラインの底上げに寄与

人生設計が「大部分できている」層では、FWB度高い層が飛躍的に増加

【金融経済教育の経験の有無別 FWB度の構成比】



【ライフデザイン的设计の有無別 FWB度の構成比】

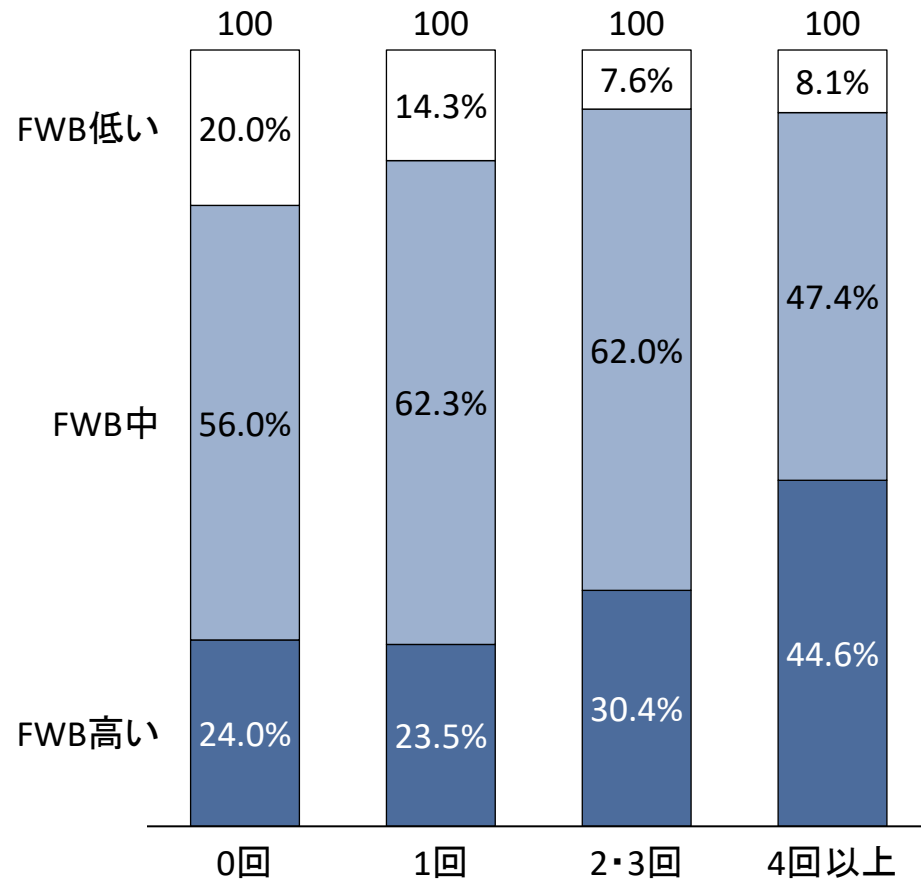


FWBを高めるには、単なる人間関係の中での相談ではなく、専門的知見に基づく介入がより有効か

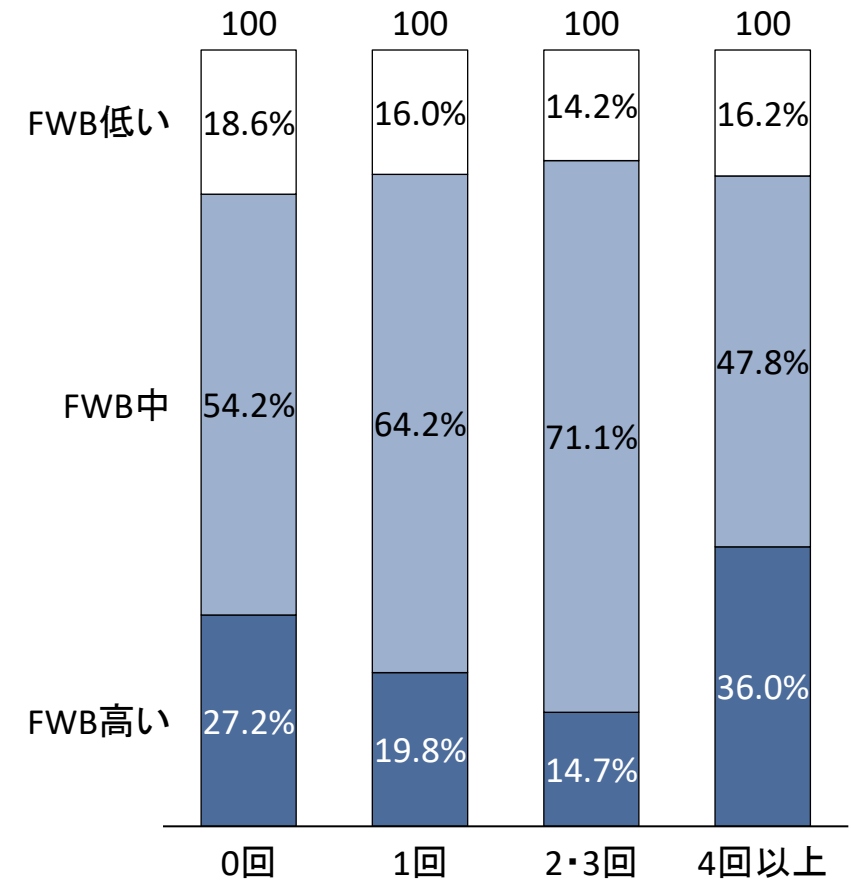
専門家への相談回数が「2・3回」「4回以上」と増えるにつれ、FWB度が高い人の割合が増加し、低い人の割合が減少

FWB度と家族等への相談回数間に線形な関係性は認められず

【FPや金融機関への相談経験回数別 FWB度の構成比】



【家族や友人・知人への相談経験回数別 FWB度の構成比】

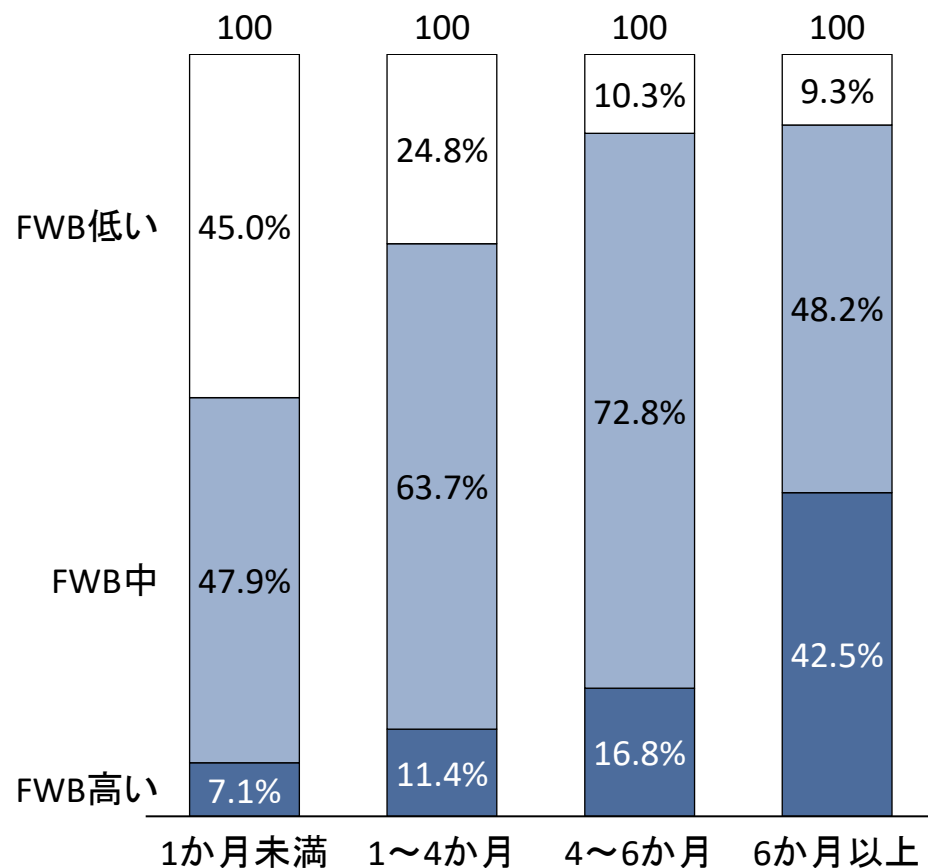


金融行動（現在の生活防衛資金と老後資金の準備）が伴うとFWBが高い層が大きく増加

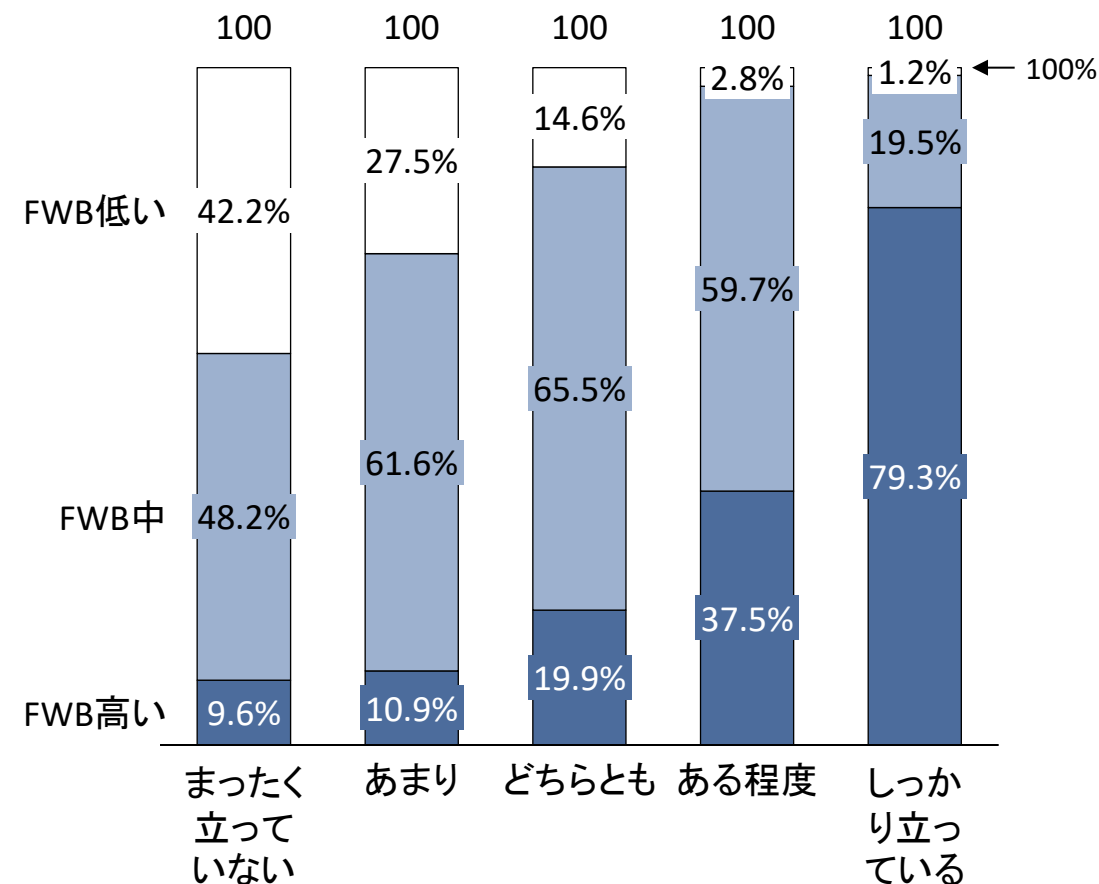
収入途絶時の生活可能期間が長くなるほど、FWB度が高い層が大きく増加

老後資金の見通しが「ある程度」「しっかり立っている」層において、FWB度の高い層が大きく増加

【収入途絶時の生活可能期間別 FWB度の構成比】



【老後の生活資金の見通し別 FWB度の構成比】



より高いウェルビーイング実感を実現するための全体構造

～FWBは個人の自己責任に留まらず、金融経済教育機会の提供、ライフデザイン支援、専門家アクセスの民主化、金融行動の促進というシステムティックなアプローチによって、社会全体で向上させることが可能



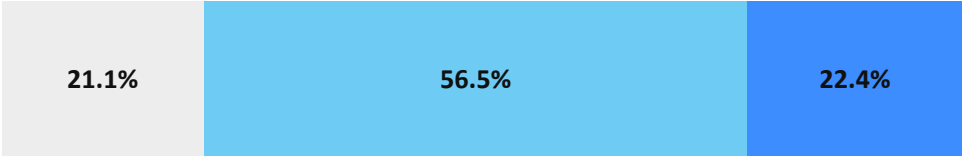
低所得世帯におけるFWBの実態と向上要因

客観的に同じ低所得状況にあっても、FWBは一樣ではない

目的：低所得世帯への支援というと、所得を増やすことが中心に議論されがち。しかし今回の分析では、客観的な所得が同じように低い世帯であっても、「お金に対する安心感＝FWB」には大きな差があることに着目。そこで、低所得世帯の中で、何がFWBの違いと関連しているのかを明らかにすることを目的とした分析を実施。

本稿の分析対象：等価世帯年収の低位群※詳細は次スライド

経済的に厳しいという共通の状況



■ FWB低い ■ FWB中 ■ FWB高い

それにもかかわらず、
同じ等価世帯年収低位群の中でも、FWBは一樣ではない

分析の問い

同じ低所得世帯の中で、
どのような要素がFWBを分けるのか

分析上の意義

所得水準の違いを小さくし、
生活の状況との関連を
確認する

支援上の意義

客観的な経済状況を変化させる
には、転職活動や資格取得など、
費用や時間がかかる。低所得世
帯に対し、所得向上支援以外の
多角的なFWB向上支援の在り方
について示唆を得る。

注：関連の傾向を示唆する分析であり、因果を示すものではない。

本分析で使用する等価世帯年収（低位群・中位群・高位群）

2026 Q2

等価世帯年収 = 世帯年収 ÷ $\sqrt{\text{世帯人数}}$ | 世帯規模の違いを調整した年収指標

計算

世帯年収を世帯人数の平方根で調整

例：世帯年収480万円・4人世帯
 $480\text{万円} \div \sqrt{4} = 240\text{万円}$



等価世帯年収



3分位化

等価世帯年収が低い方から順に並べ、人数がほぼ同じになるように3つのグループ（低位群・中位群・高位群）に分類。

01

低位群

0円～2,121,320円
N=355 (35.5%)

02

中位群

2,160,000円～3,600,000円
N=283 (28.3%)

03

高位群

3,720,000円以上
N=362 (36.2%)

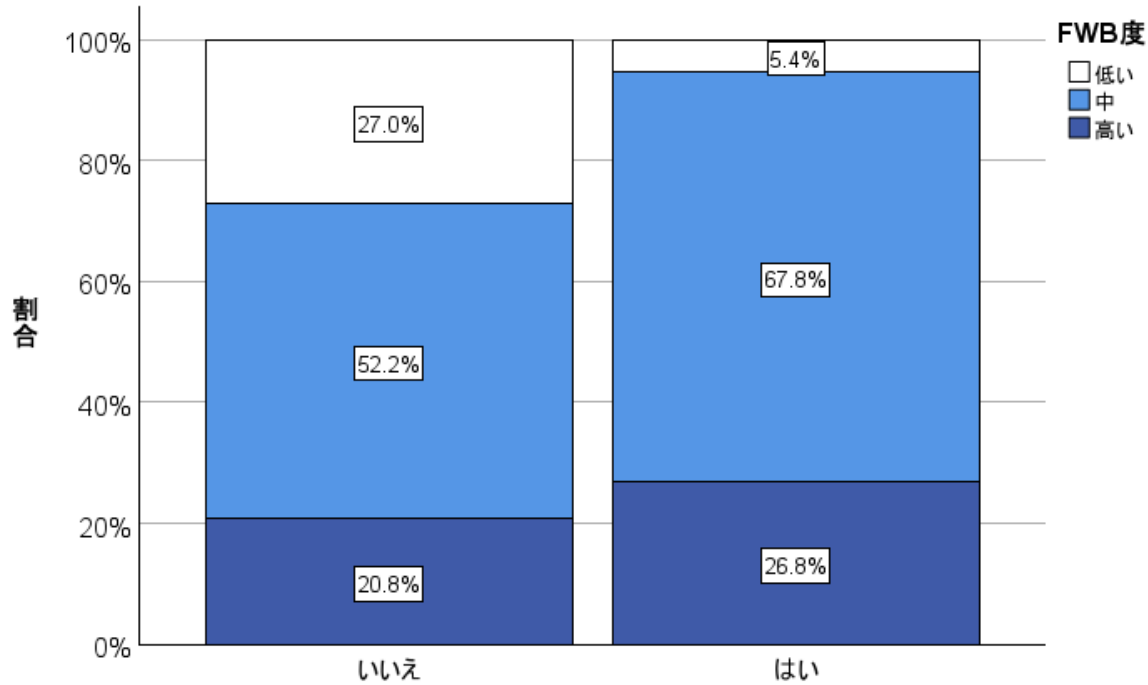
※金額はクロス表で確認できる各群の実測範囲（N=1,000）。境界間の空白は該当者がいないため。

等価世帯年収低位群のなかでFWBを分ける要因は何か？

- 土台としての「金融経済教育経験」と「健康上の問題のなさ」
- 肯定的な将来見通し
- 過去からの改善
- 社会的繋がり
- 仕事に対する肯定的評価

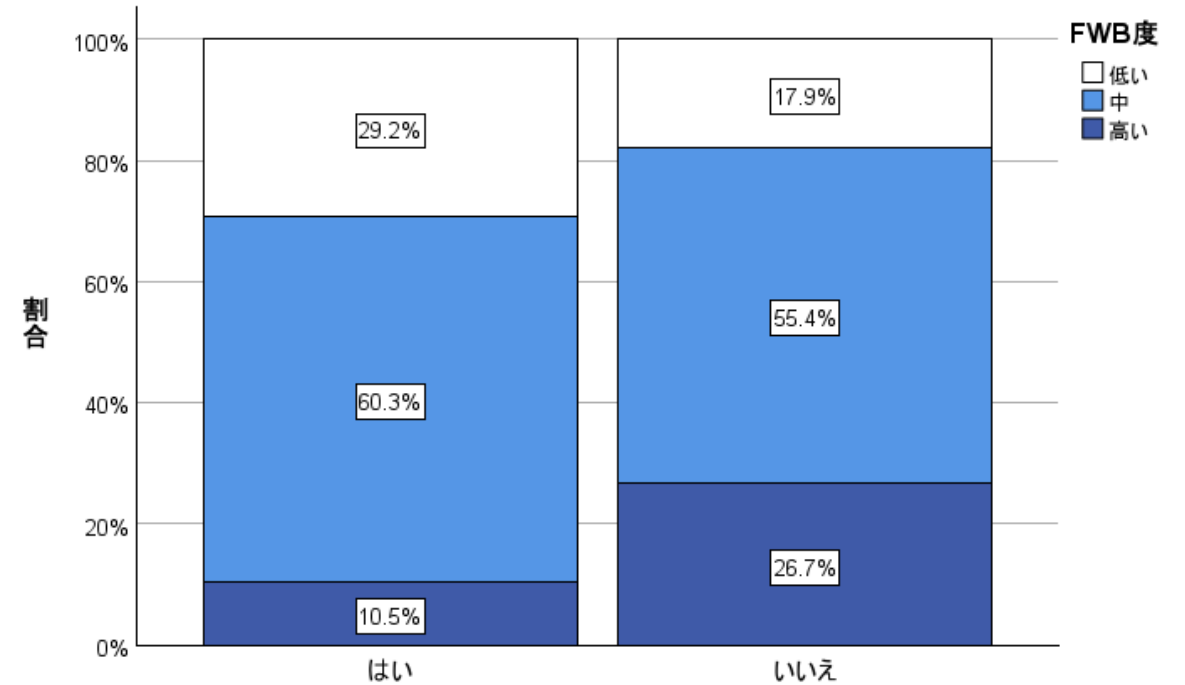
同じ等価世帯年収低位群でも、
【金融経済教育経験】と【健康上の問題のなさ（行動上の制約のなさ）】がFWB度に差を生じさせる

【金融経済教育の経験の有無別 FWB度の構成比】



金融経済教育を受けた経験の有無
（「これまでに学校や職場で、金融リテラシーについて学んだことはありますか。」）

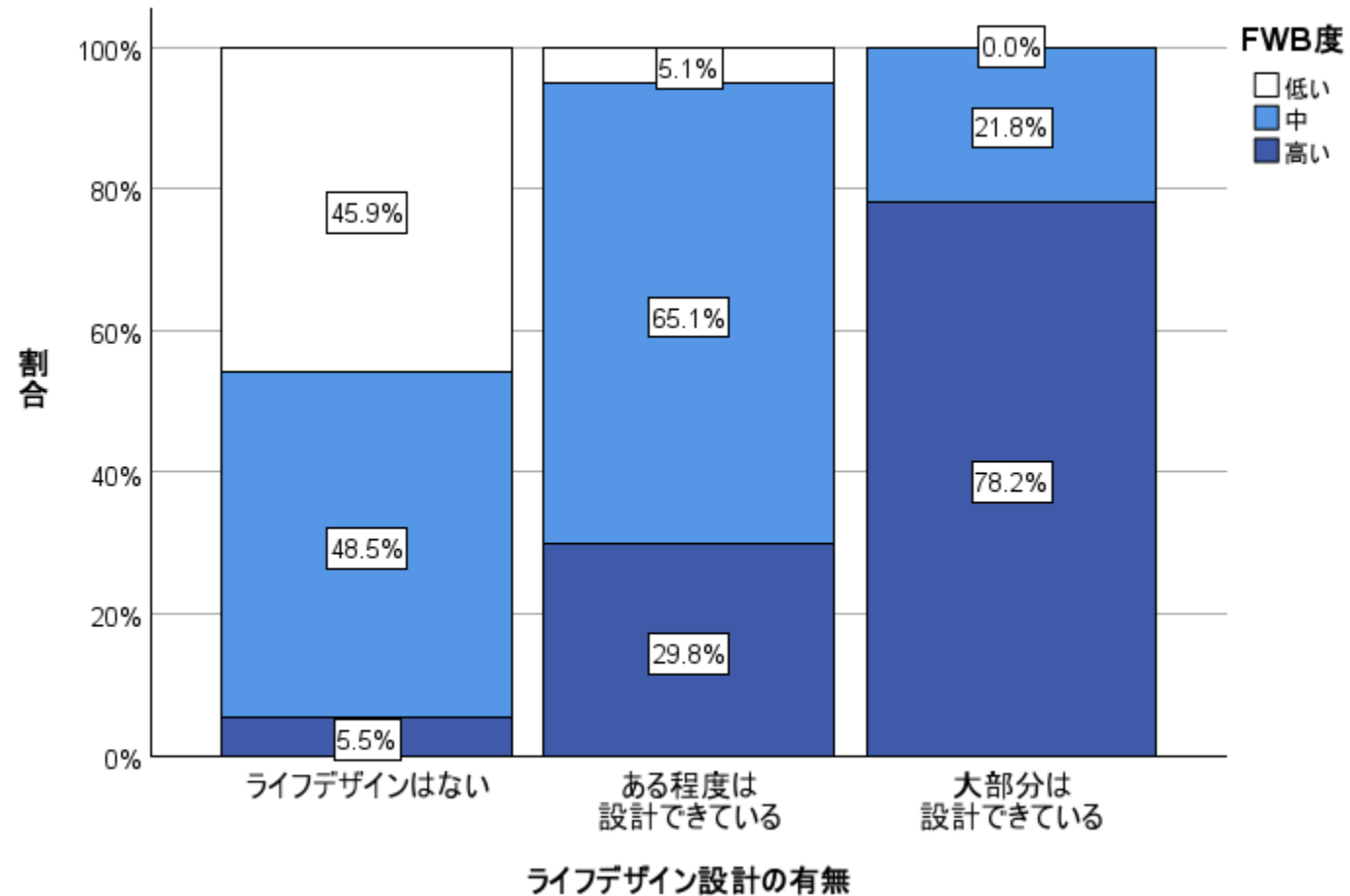
【健康上の問題の有無別 FWB度の構成比】



同年代の人が普通にできることで、
健康上の問題のためにあなたにできないことがありますか？

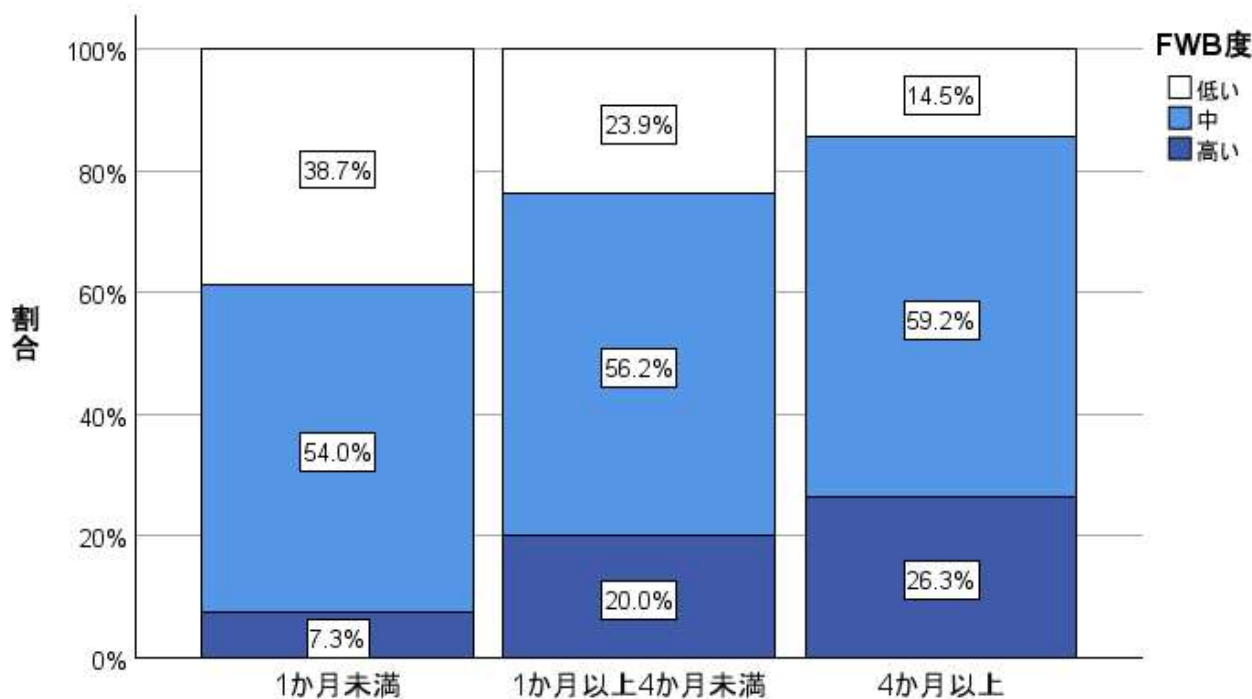
【将来見通し】同じ等価世帯年収低位群でも、
ライフデザイン（人生設計）ができていると、FWB度が高い人が多い

【ライフデザインの設計有無別 FWB度の構成比】



【将来見通し】同じ等価世帯年収低位群でも、収入途絶時の生活可能期間が長いほど、FWB度が高い人が多くなる傾向

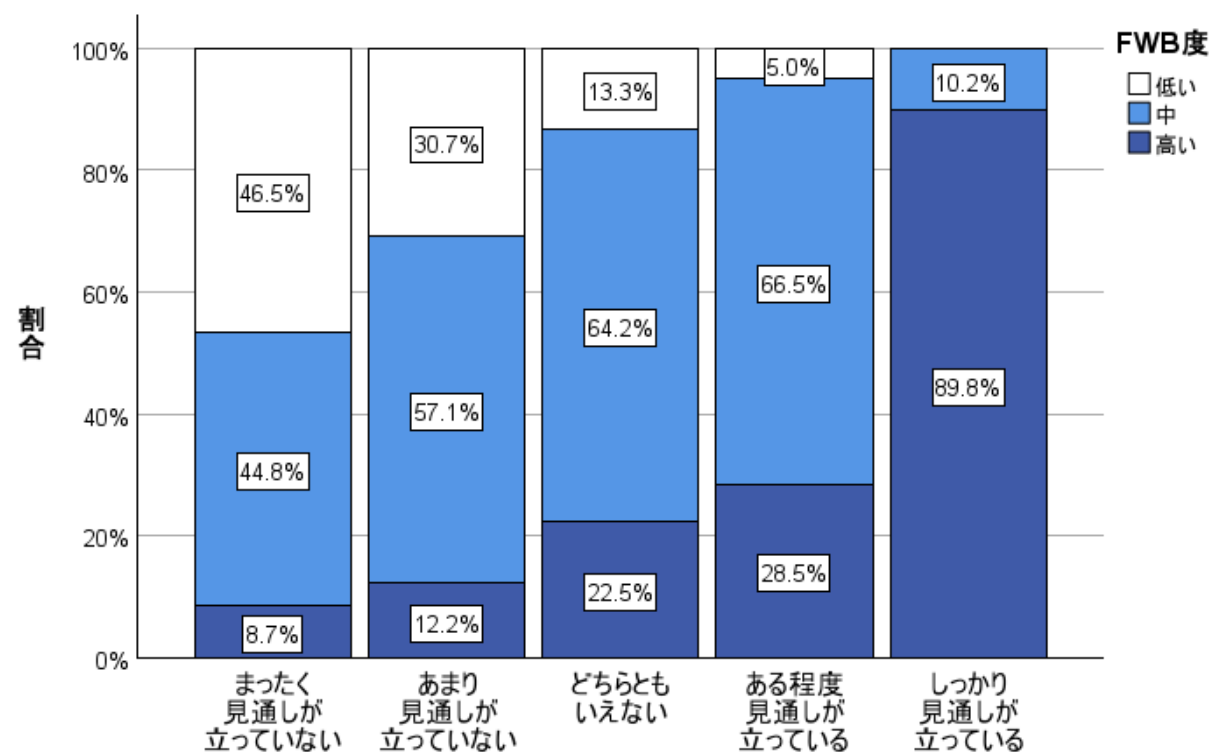
【収入途絶時の生活可能期間別 FWB度の構成比】



もしあなたのご家庭の収入が突然すべて途絶え、貯金や売却できるものだけで生活しなければならなくなった場合、食費・住居費・交通費などの基本的な生活費をどのくらいの期間まかなえると思いますか。

【将来見通し】同じ等価世帯年収低位群でも、老後の生活資金の見通しが立っているほど、FWB度が高い人が多い

【老後の生活資金の見通し別 FWB度の構成比】

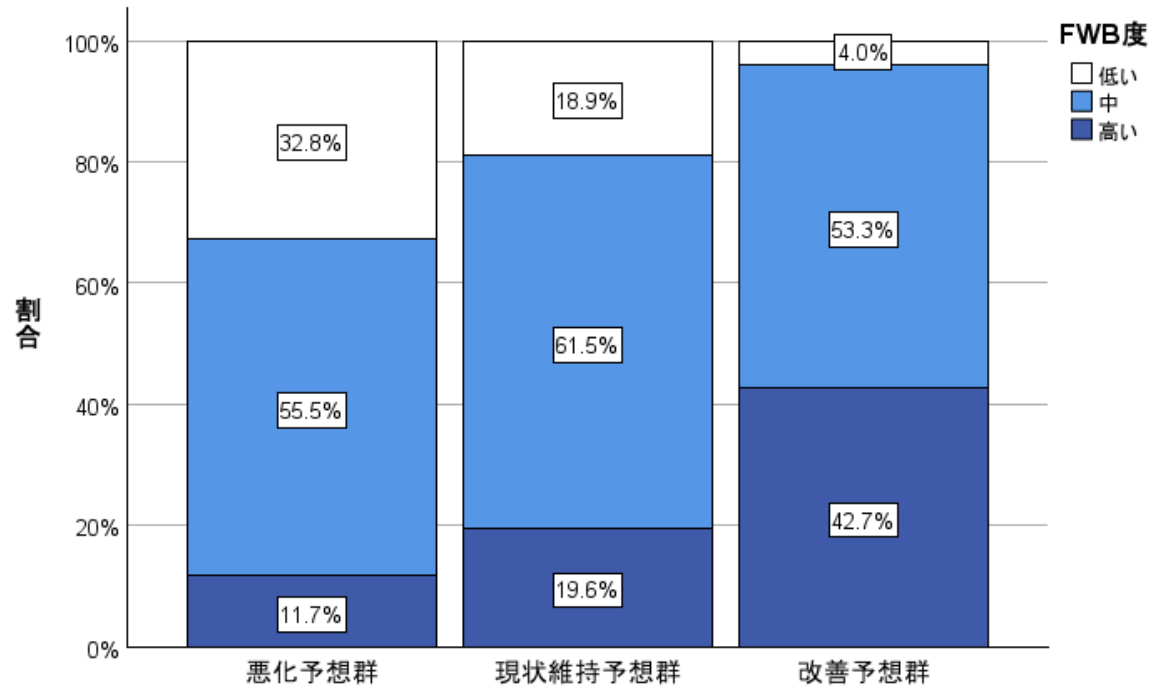


老後の生活資金について、どの程度見通しが立っていると感じますか。

【将来見通し】同じ等価世帯年収低位群でも、将来の日本の生活は良くなると思っているほど、FWB度が高い人が多い

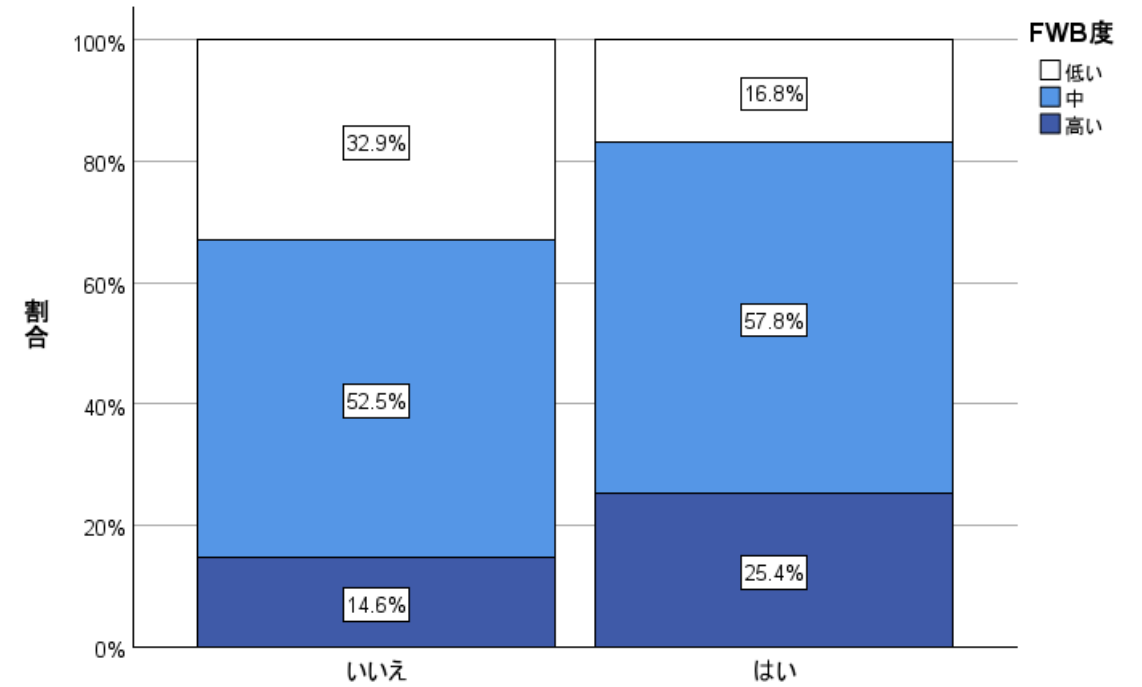
【将来見通し】同じ等価世帯年収低位群でも、日本は頑張れば報われる国だと思うほど、FWB度が高い人が多い

【将来の日本の生活に対する見通し別 FWB度の構成比】



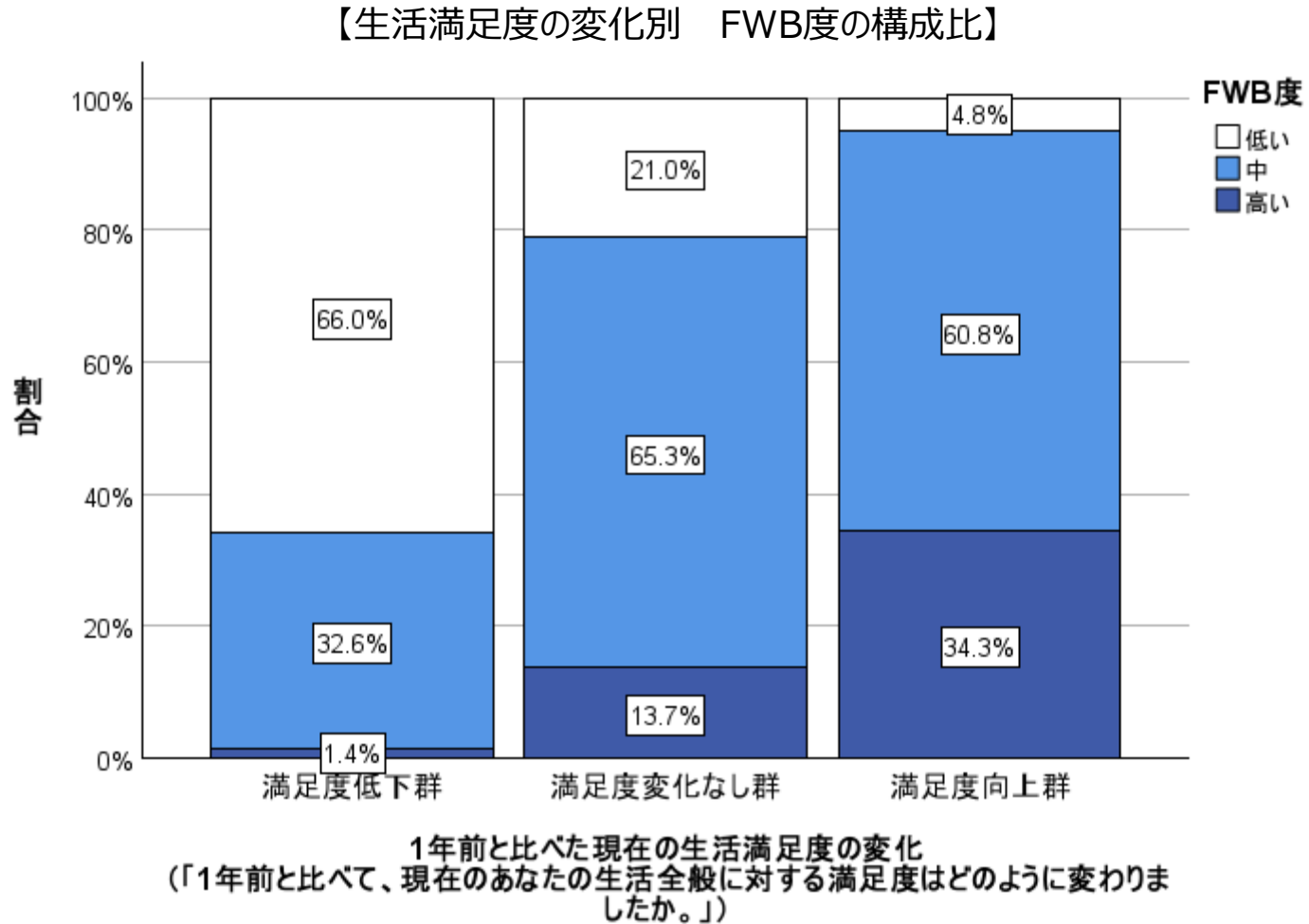
将来の日本の生活に対する見通し
(「次世代の人々にとって、日本の生活は今後どうなと思いますか。」)

【頑張れば報われる実感別 FWB度の構成比】



日本は頑張れば報われる国だと思いますか。

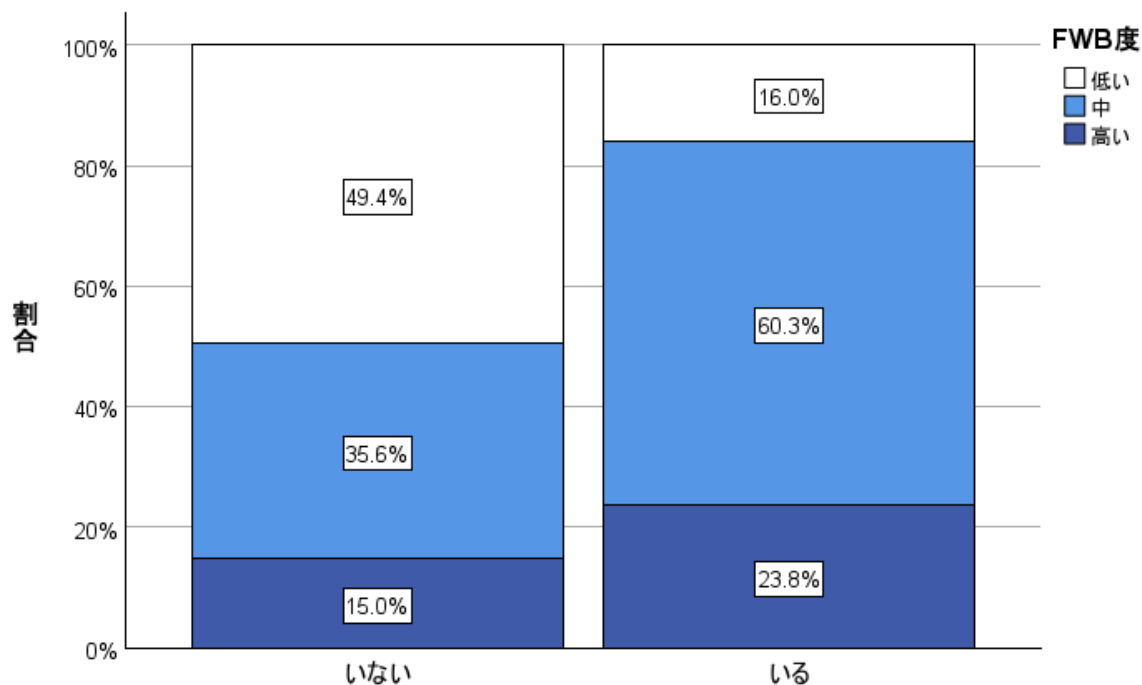
【過去からの改善】同じ等価世帯年収低位群でも、
1年前と比べて生活満足度の向上を実感している層は、FWB度が高い人が多い



【社会的つながりや信頼】

同じ等価世帯年収低位群でも、
困ったときに頼れる親戚や友人がいる層
は、FWB度が高い人が多い

【頼れる人の有無別 FWB度の構成比】

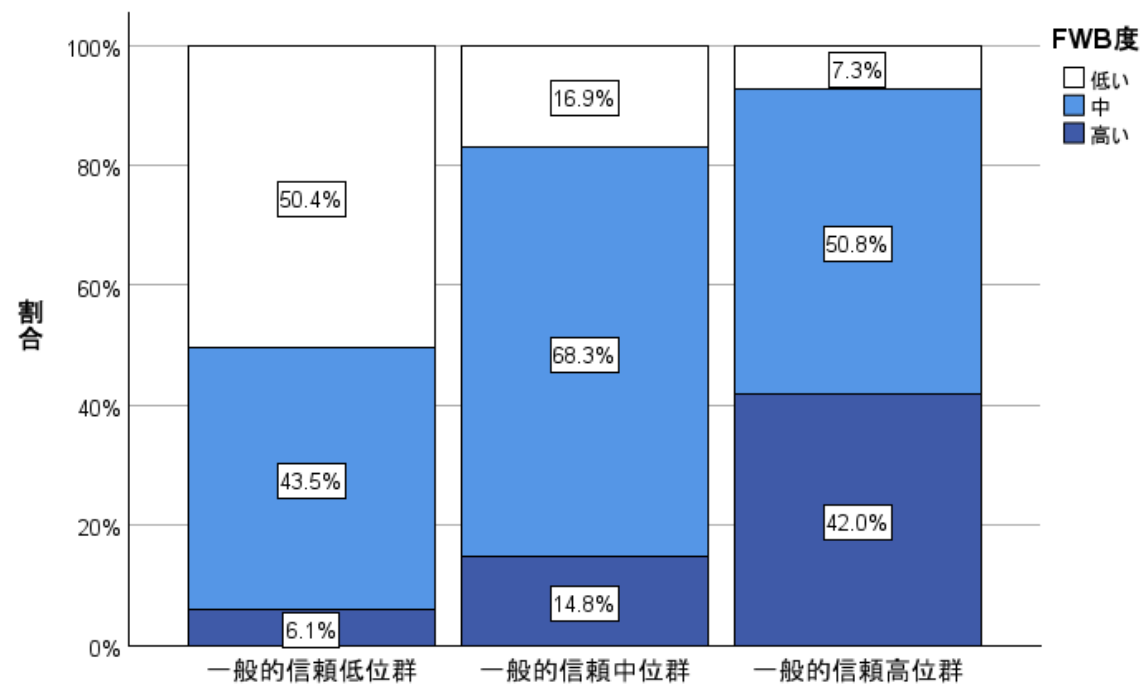


困ったときに、
助けが必要であればいつでも頼れる親戚または友人がいますか、いませんか？

【社会的つながりや信頼】

同じ等価世帯年収低位群でも、
「人を信頼できる」層では、信頼低位群と
比べてFWB度が高い人の割合は約7倍

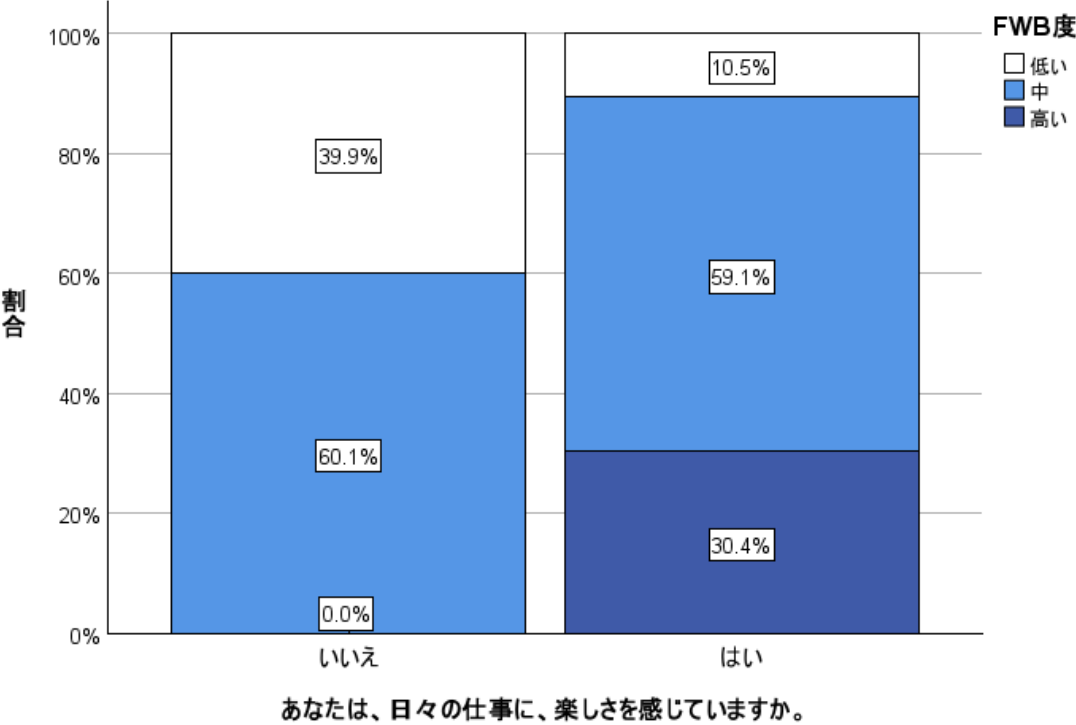
【他者への一般的信頼度別 FWB度の構成比】



他者への一般的信頼度3区分
(「一般的に、あなたは「たいていの人」をどの程度信頼していますか。)

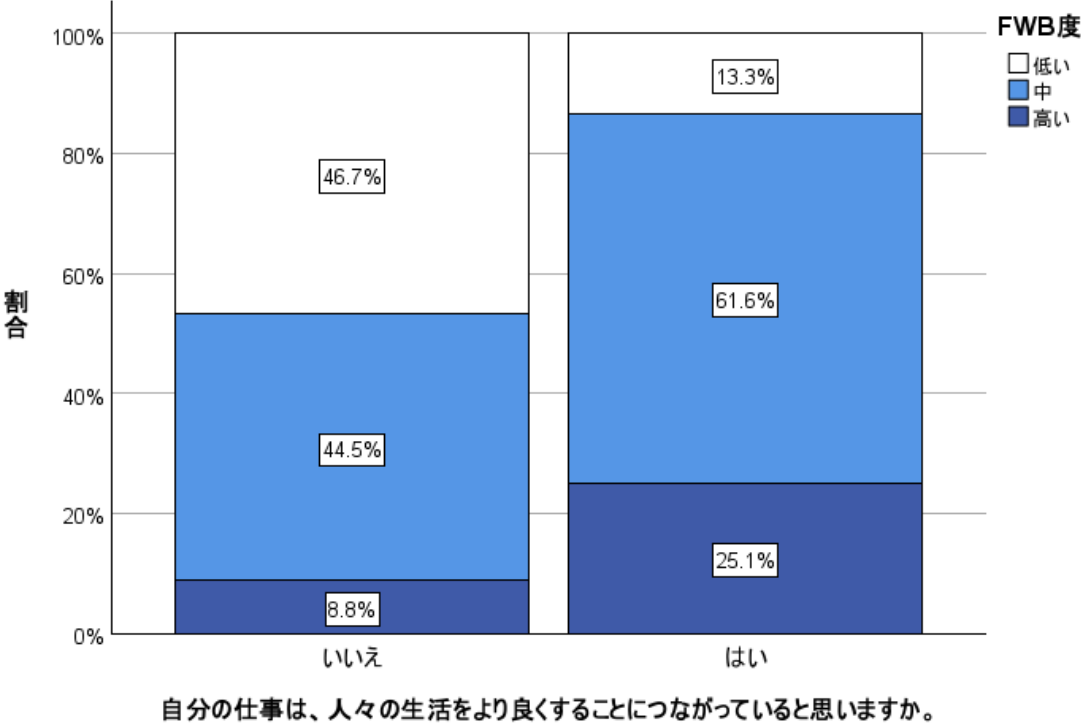
【仕事への肯定的評価】同じ等価世帯年収
低位群でも、日々の仕事に楽しさを感じてい
るほど、FWB度が高い人が多い

【仕事の楽しさ実感別 FWB度の構成比】



【仕事への肯定的評価】同じ等価世帯年収
低位群でも、自分の仕事が人々の生活をより
良くすると思うほど、FWB度が高い人が多い

【自身の仕事の人々の生活への貢献度実感別 FWB度の構成比】

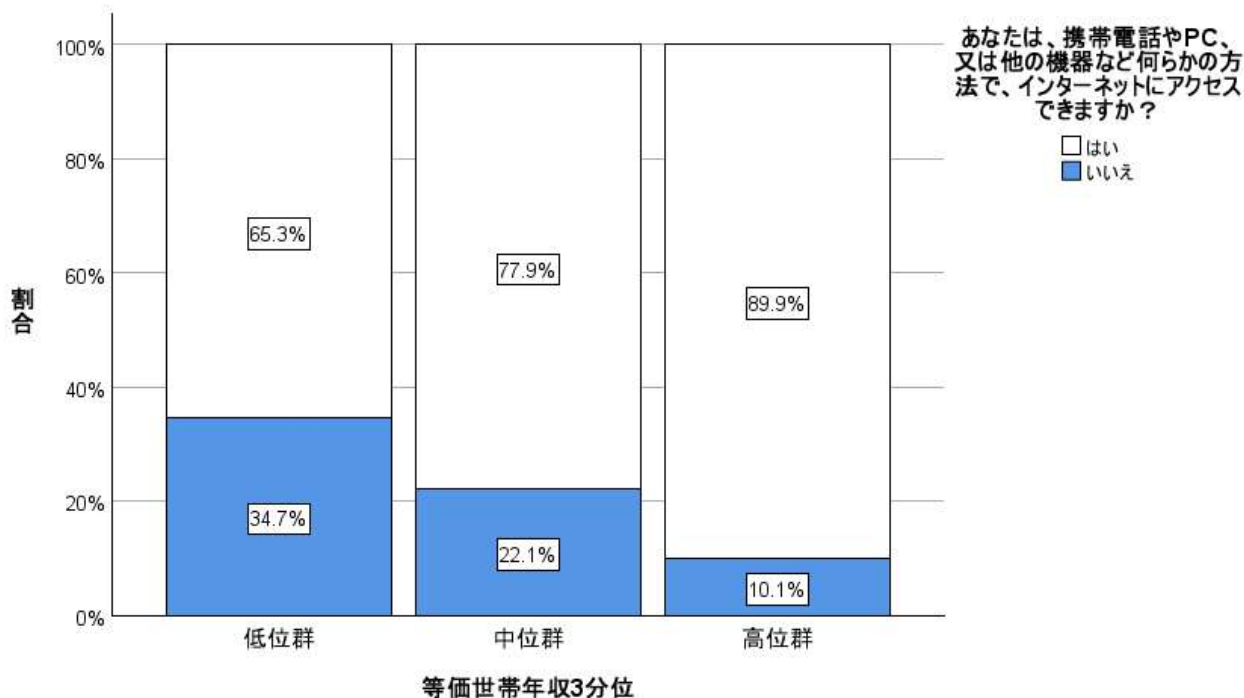


等価世帯年収低位群における
FWB向上支援の障壁
【情報へのアクセス制約】

【情報へのアクセス制約】

インターネットへアクセスできない人の割合は、等価世帯年収低位群で高位群の3.4倍

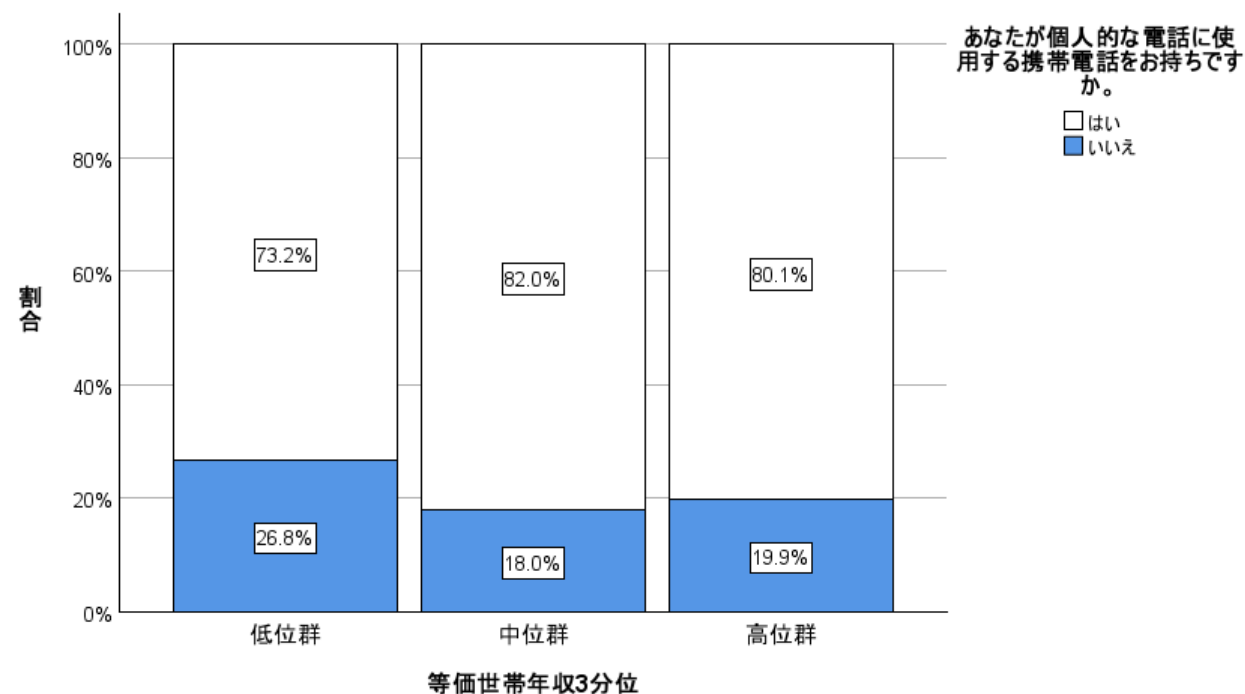
【インターネットへアクセスできない人の割合】



【情報へのアクセス制約】

等価世帯年収低位群の4人に1人は、個人用携帯電話を持たない

【個人用携帯電話を所有していない人の割合】



等価世帯年収低位群で「情報へのアクセス制約」を確認する理由

FWB向上支援では、「支援策が有効か」だけでなく、「必要な人に支援情報が届く仕組みになっているか」を確認する必要がある

先行研究の示唆

● 支援情報が届かないこと自体が課題

制度・支援策があっても、
内容が複雑／新たな支援策を知らないため、
当事者に届きにくい。

● 支援情報のオンライン化の問題点

情報提供がオンライン中心になるほど、
ネットや携帯電話を持たない層は
支援につながりにくい。

今回データでも、低位群に「支援を届ける経路」があるかを測るため、
インターネットアクセスの可否・個人用携帯電話の所有率を確認した

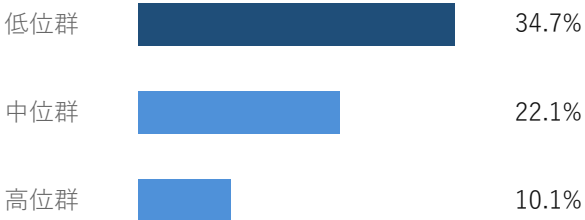
今回データで見える障壁

34.7%
低位群で「ネットにア
クセスできない」割合
高位群の3.4倍

26.8%
低位群で「個人用携帯
電話を持たない」割合
約4人に1人

【2026 Q2 データ】等価世帯年収別にみた情報アクセスの差

インターネットへアクセスできない人の割合



個人用携帯電話を持たない人の割合



要点

低所得層のFWB支援は、
「知識・相談・制度」を増やすだけでは不十分。
まず、情報に接続できない層を把握し、
紙・対面・地域拠点など
複数経路で届ける設計が必要。

出発点：同じ経済的厳しさの中で、どのような要素がFWBを分けるのか → 低所得世帯のFWB支援の在り方について示唆を得る

土台

金融経済教育の経験
健康上の行動制約が少ない



FWB度が高い傾向

関連



支援を届ける際の障壁

インターネットにアクセスできない
個人用携帯電話を持たない

01 将来を見通せる

現実：ライフデザイン／生活防衛資金／老後資金
認識：努力が報われる／将来の日本への期待

02 過去からの改善

1年前と比べ、生活満足度が上がったと感じる

03 人とつながり、信頼できる

困ったときに頼れる人がいる／他者を信頼できる

04 仕事を肯定的に捉える

仕事に楽しさを感じる／仕事の人々の生活に役立つと思う

まとめ

- 本分析では、ウェルビーイング実感と相関のある「FWB」に着目し、FWB向上がなにをもたらすのか、またFWBの向上に何が必要かについて分析した。また、FWBの観点から政策上の課題が大きいと考えられる低所得世帯についても、その実態を分析した。
- 「お金の安心」を実感できる人は、まだ4人に1人。
 - ✓ 2026年第2四半期の調査では、FWB度が「高い」人は25.5%。2025年の25.4%からほぼ横ばいで、依然として国民の約4人に1人にとどまる。一方、「低い」人も17.8%存在しており、今後の焦点は一部の人をさらに豊かにすることより、FWBの「底上げ」をどう実現するかにあると考える。
- FWBが高い人は「幸せを実感する割合」が約15倍。
 - ✓ FWBが低い層で「ウェルビーイング実感が高い」層は4.5%なのに対し、FWBが高い層では65.4%。その差は14.5倍。単なる所得や資産額ではなく、経済面での安心感や将来への見通しが、生活全般のウェルビーイングと強く結びついていることを示している。
- FWBの本当の価値は「お金の多さ」ではなく「人生を選べること」。
 - ✓ FWBが高い層では、89.9%が「自分の人生を多くの選択肢から選べる」と回答しているのに対し、低い層では45.1%。また、世帯所得について「快適に暮らせる」とする割合も、FWBが低い層の1.4%に対し、高い層では61.7%に達する。FWBの価値は口座残高そのものではなく、「お金が原因で諦めなくてよい選択肢」を増やすことにある。
- 金融経済教育だけでは足りない。「人生設計」まで落とし込めるかがカギ。
 - ✓ 金融経済教育を受けた層ではFWBが低い層が減少し、底上げ効果がある。FWB向上効果が、それ以上に顕著なのがライフデザインの具体化。人生設計が「大部分できている」層では、FWBが高い層が61.7%まで増加。金融知識を「学ぶ」ことに加え、家計を把握し、人生設計を行い、専門家に相談し、実際の行動につなげることの重要性を示している。
- 客観的な経済状況が同じ低位でも、FWBは一樣ではない。「将来の見通し」「人とのつながり・信頼感」などがFWBの違いと関連。
 - ✓ 金融経済教育の経験や健康上の行動制約の少なさ、ライフデザインや生活防衛資金・老後資金の見通し、生活満足度の改善感、頼れる人の存在や他者への信頼感、仕事に対する評価の違いによって、同じ等価世帯年収低位群のなかでFWBに差が見られる。所得向上以外の支援の在り方が示唆される。
- FWB向上支援を届けるうえで、支援対象の「情報アクセス制約」が障壁となる可能性。
 - ✓ 等価世帯年収低位群のインターネットにアクセスできない人の割合は高位群の3.4倍で、約4人に1人は個人用携帯電話を持っていない。オンラインを前提とした情報提供だけでは、支援対象となり得る人の一部に情報が届きにくい可能性がある。デジタル以外も含めた複数の支援経路を考える必要がある。

経済的な視点からの分析事項

今四半期のウェルビーイング実感に関する変動要因分析

1

- ウェルビーイング実感に影響を及ぼす可能性がある経済指標、消費者の意識、属性について時系列データを用いて相関関係を分析
- ウェルビーイング実感が高い人の割合と、それに対して影響力が大きい複数の変動要因の関係を分析
- 特にワールドハピネスレポートが指摘するウェルビーイングに影響する6大要因にまずは着目

ファイナンシャル・ウェルビーイングに関する分析

2

- ウェルビーイング実感が高い人の割合と相関のあるファイナンシャル・ウェルビーイングについて分析
- ファイナンシャル・ウェルビーイングを向上させる要因についても分析
- 特に社会的課題が大きいと考えられる低所得世帯のFWBの実態にも着目

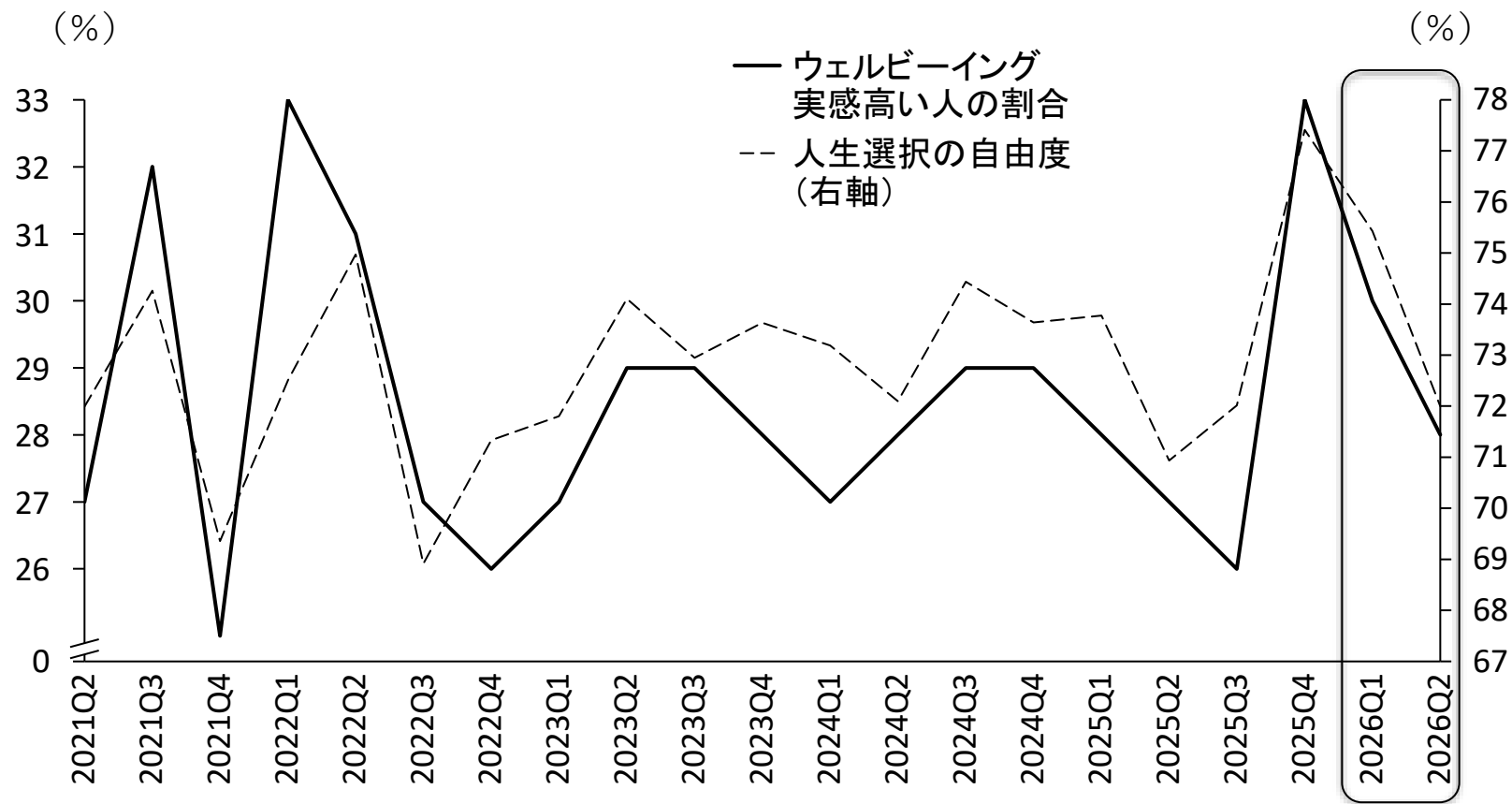
人生選択の自由度の要因分析

3

- ウェルビーイング実感が高い人の割合と、それに対して影響力が大きい人生選択の自由度の要因について分析

【再掲】人生選択の自由度はウェルビーイング実感との相関が一番高く、今期も同方向に推移

1.人生選択の自由度
相関係数:0.730



(出所)Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

「人生を選べる」を支えるものは何か

人生選択の自由を支える「3つの基盤」に着目

経済的安心

- 月々の生活費をまかなうことができるか、あなたはどの程度心配されていますか。（JW10）
「0：常に心配している」～「10：心配したことはない」の11段階評価

健康

- 同年代の人が普通にできることで、健康上の問題のためにあなたにできないことがありますか。（WP23）
選択肢：「はい」「いいえ」

社会的支援

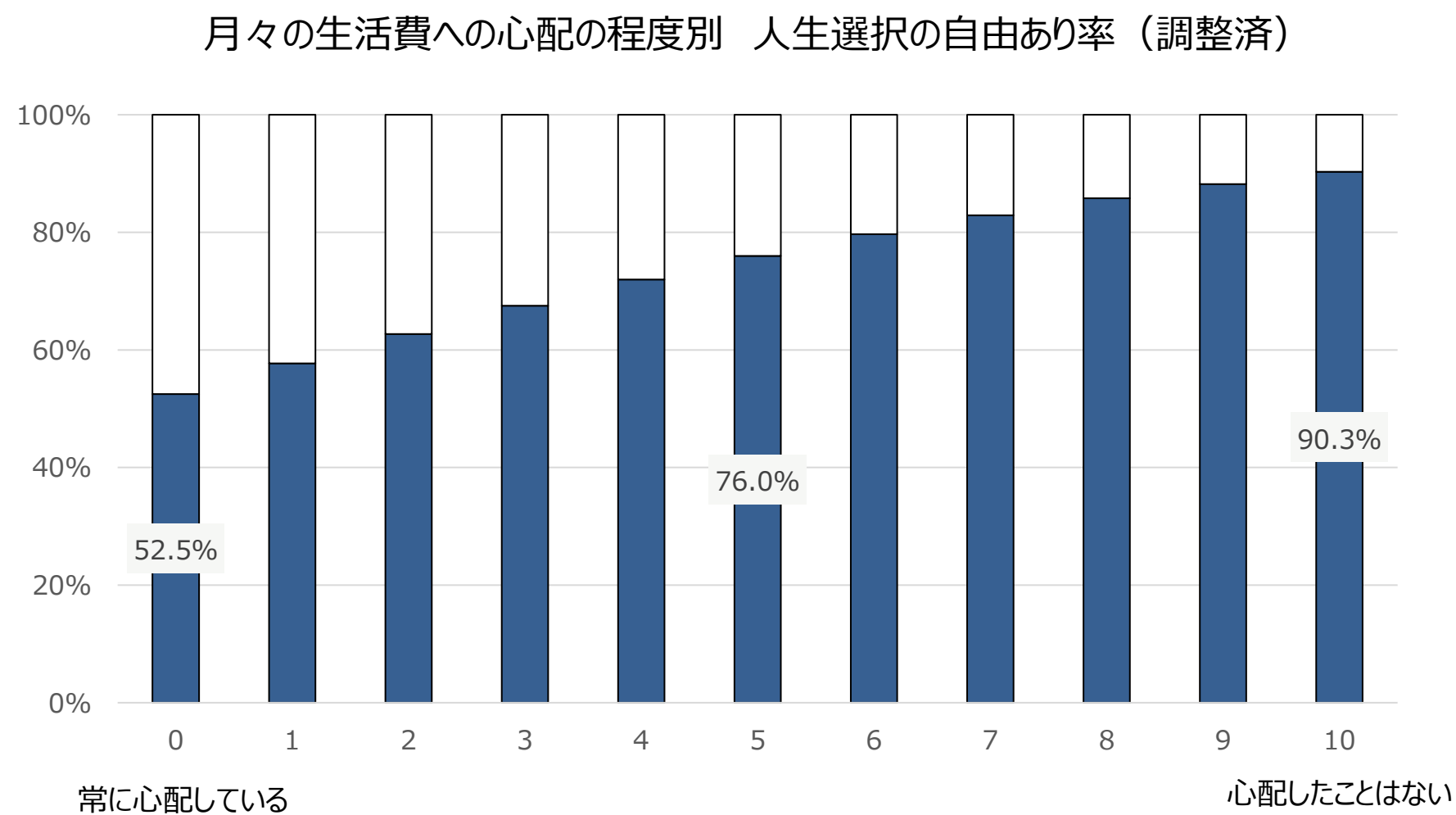
- 困ったときに、助けが必要であればいつでも頼れる親戚または友人がいますか、いませんか。（WP27）
選択肢：「いる」「いない」

（注）人生選択の自由度の設問は「自分の人生は、多くの選択肢の中から、あなたが選べる状態ですか」 選択肢：「はい」「いいえ」

（出所）Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～2026年第2四半期）」より作成

生活費への不安が弱い人ほど、人生を「選べる」割合は高い

客観的な所得水準を考慮しても、経済的な不安と人生選択の自由度には強い関連



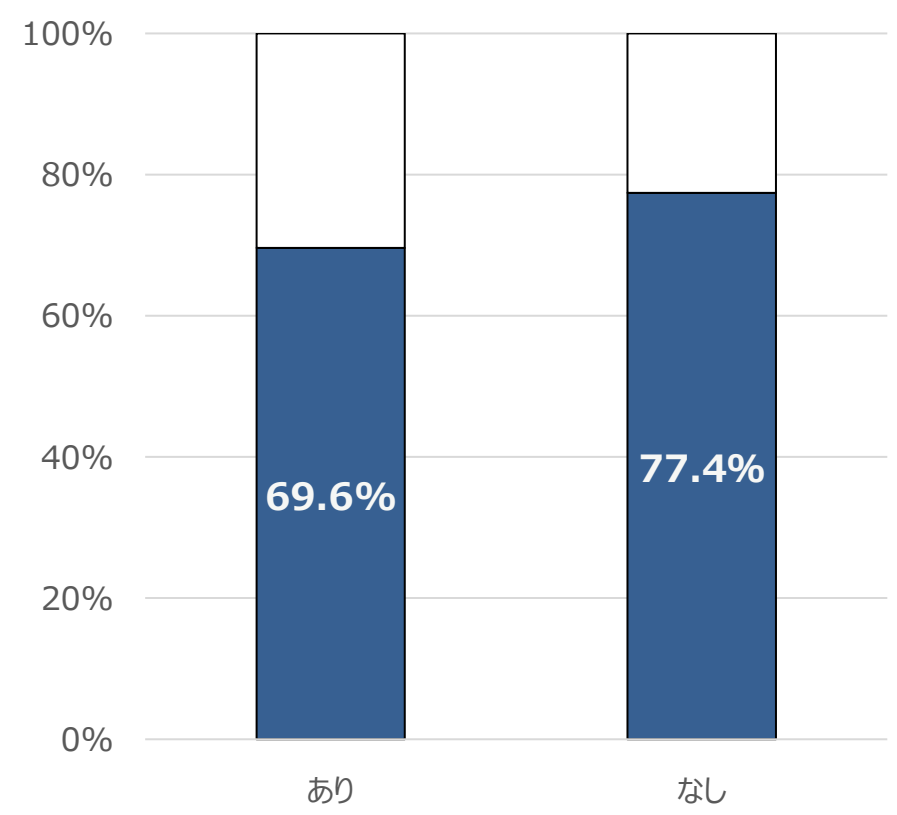
（注）年齢、所得五分位、健康問題の有無、困ったときに頼れる人の有無を調整したロジスティック回帰による予測確率。N=20,028。

（出所）Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～2026年第2四半期）」より作成

健康上の問題がない人ほど、人生を「選べる」割合は高い

経済的安心や社会的支援を考慮しても、健康上の制約は人生選択の自由度と関連

健康問題の有無別 人生選択の自由あり率（調整済み）



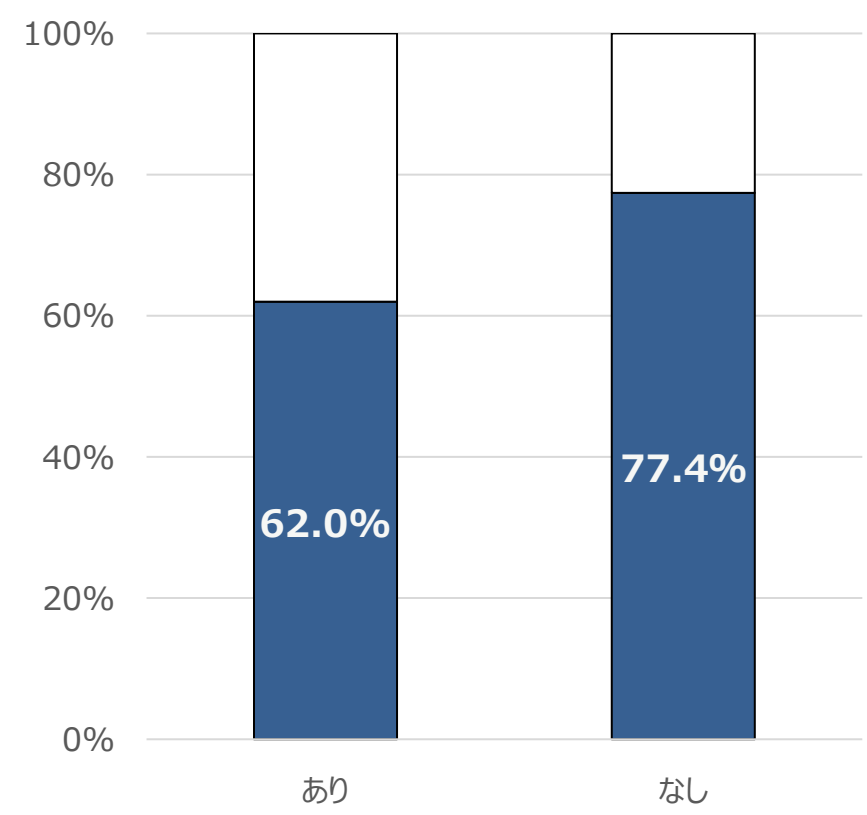
（注）年齢、所得五分位、月々の生活費への心配、困ったときに頼れる人の有無を調整したロジスティック回帰による予測確率。N=20,028。

（出所）Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～2026年第2四半期）」より作成

困ったときに頼れる人がいる人ほど、人生を「選べる」割合は高い

経済的安心や健康状態を考慮しても、「頼れる人」の存在と人生選択の自由度には関連

困ったときに頼れる人の有無別人生選択の自由あり率（調整済み）



（注）年齢、所得五分位、月々の生活費への心配、健康問題の有無を調整したロジスティック回帰による予測確率。N=20,028。

（出所）Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～2026年第2四半期）」より作成

人生選択の自由を左右する「3つの制約」の定義

経済的制約

- 月々の生活費をまかなうことができるか、あなたはどの程度心配されていますか？（JW10）に対して「0：常に心配している」～「10：心配したことはない」の11段階評価のうち、0～3を選択した回答者

健康上の制約

- 同年代の人が普通にできることで、健康上の問題のためにあなたにできないことがありますか？（WP23）に対して「はい」を選択した回答者

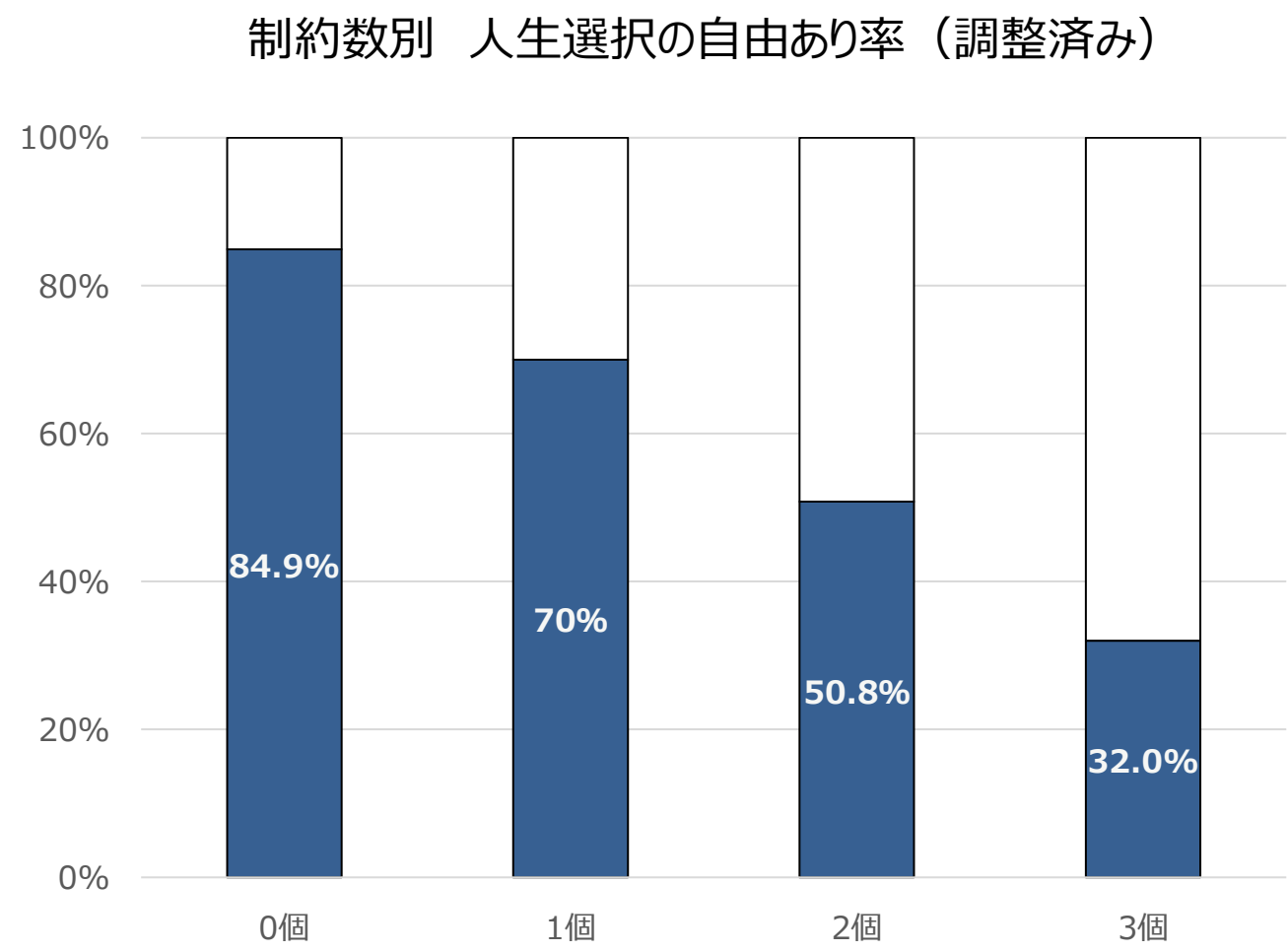
社会的制約

- 困ったときに、助けが必要であればいつでも頼れる親戚または友人がいますか、いませんか？（WP27）に対して、「いいえ」を選択した回答者

（注）人生選択の自由度の設問は「自分の人生は、多くの選択肢の中から、あなたが選べる状態ですか」 選択肢：「はい」「いいえ」

（出所）Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～2026年第2四半期）」より作成

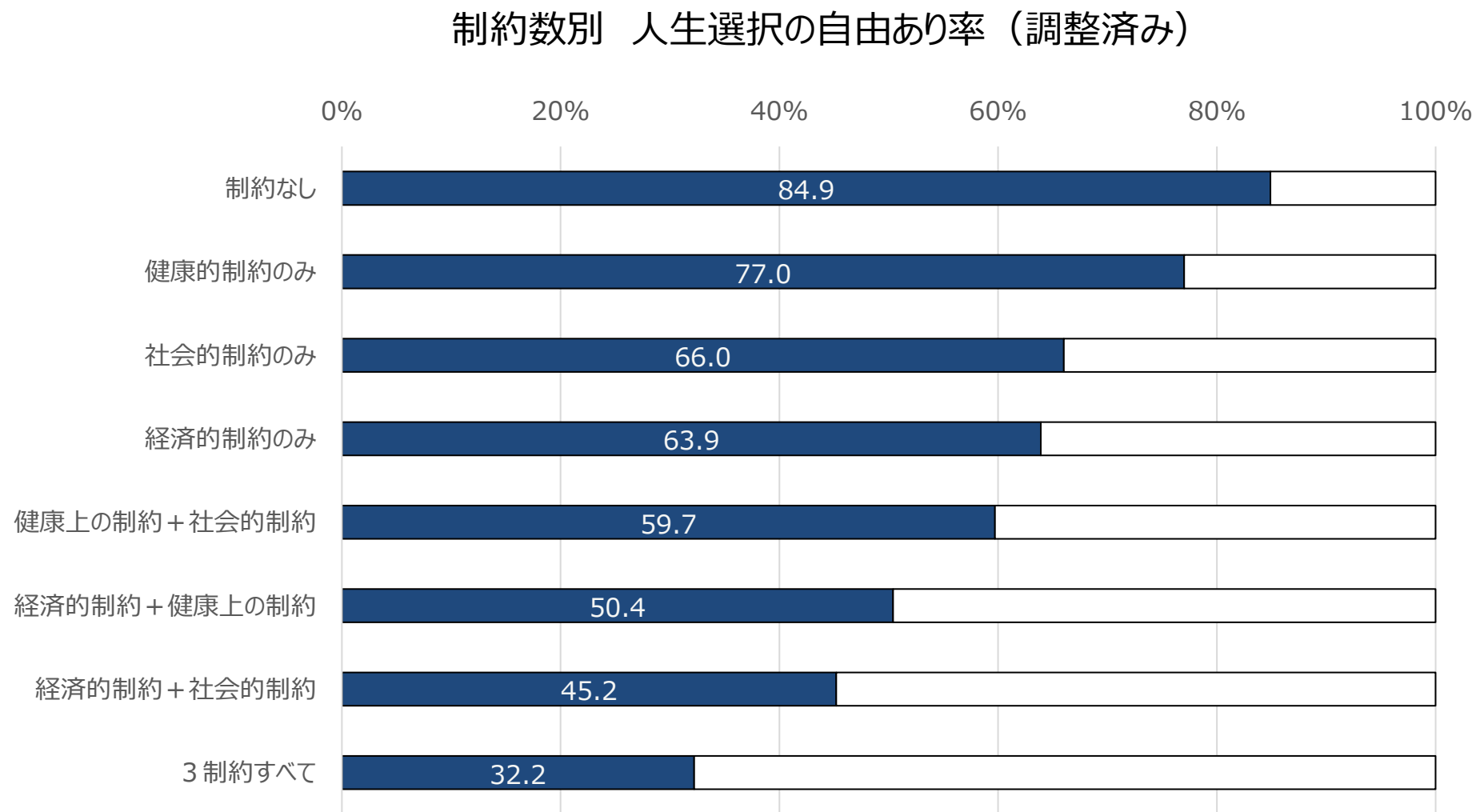
経済的・健康・社会的制約が重なるほど、人生を「選べる」割合は段階的に低下
年齢や所得の違いを考慮しても、抱える制約が多い人ほど人生を「選べる」とする割合が低い



(注) 年齢、所得五分位を調整したロジスティック回帰による予測確率。N=20,028。
(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

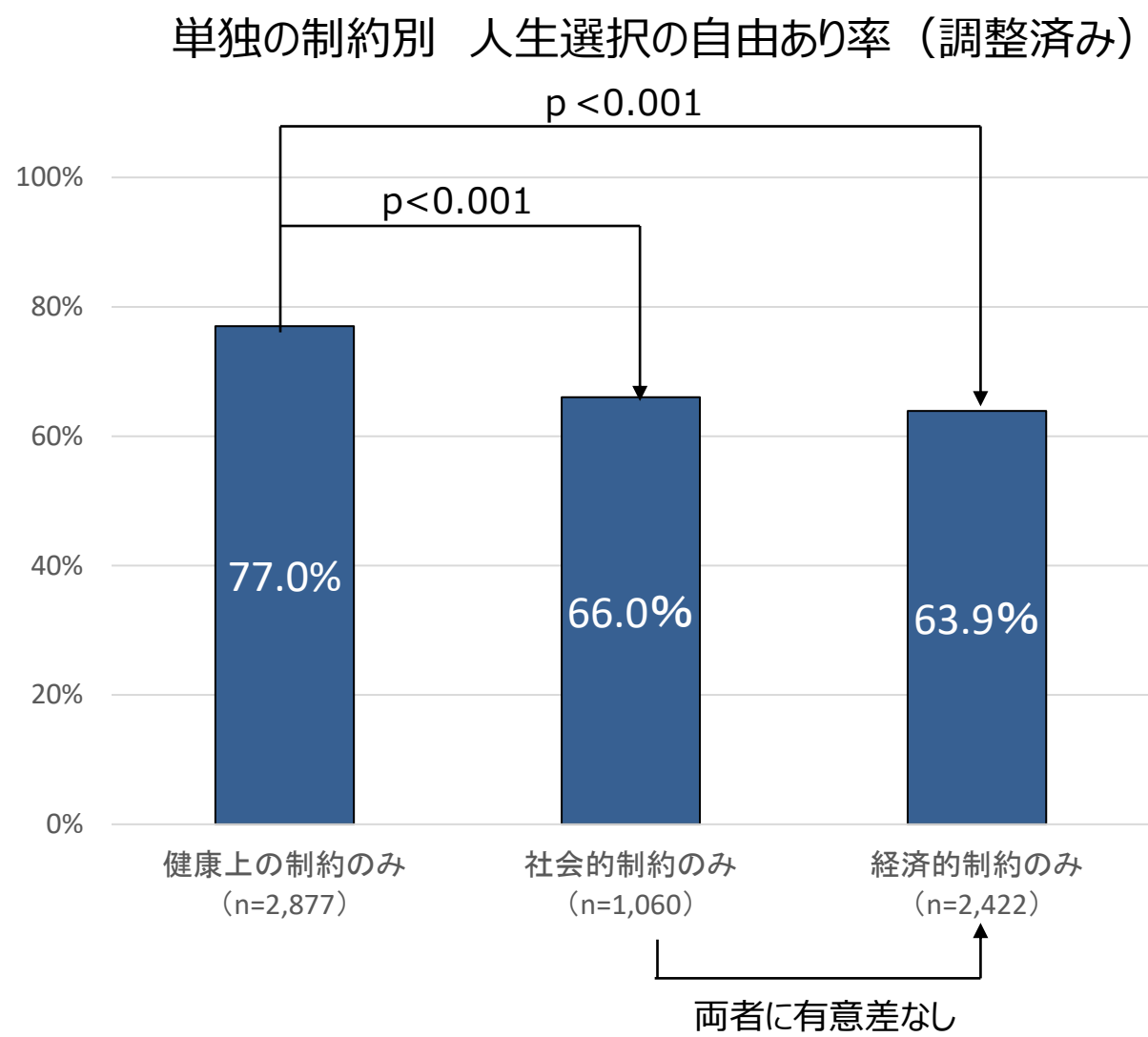
同じ数の制約でも、「何が制約か」によって人生を「選べる」割合は異なる

制約数だけでなく、その組み合わせによっても自由度に差



（注）年齢、所得五分位を調整したロジスティック回帰による予測確率。N=20,028（各類型n=412～11,343）
（出所）Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査（2021年第2四半期～2026年第2四半期）」より作成

単独の制約では、健康問題のみより「生活費への強い心配」「頼れる人の不在」で自由度が低い
生活費への強い心配と「頼れる人」の不在は、単独でもほぼ同水準の低さ

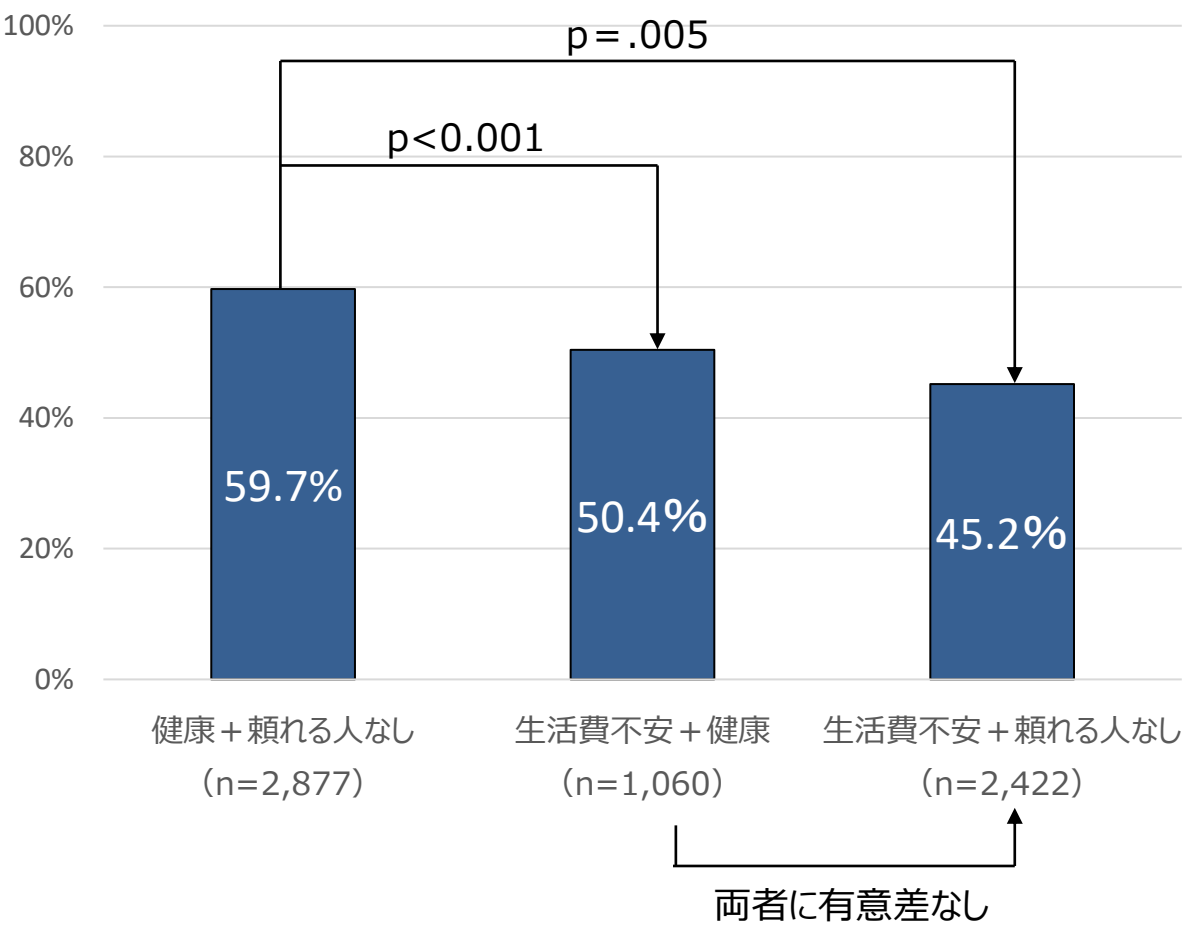


(注) 生活費への強い心配はJW10の0～3と操作的に定義。年齢、所得五分位を調整した予測確率。群間比較はHolm法で多重比較補正。N=20,028。
群間比較は8類型の全28比較についてHolm法による多重比較補正を実施。
(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

2つの制約では、「生活費への強い心配」を含む場合に人生の自由度が低い

健康と人的支援の二重制約より、生活費への強い心配を含む二重制約で自由度が約10～15ポイント低い

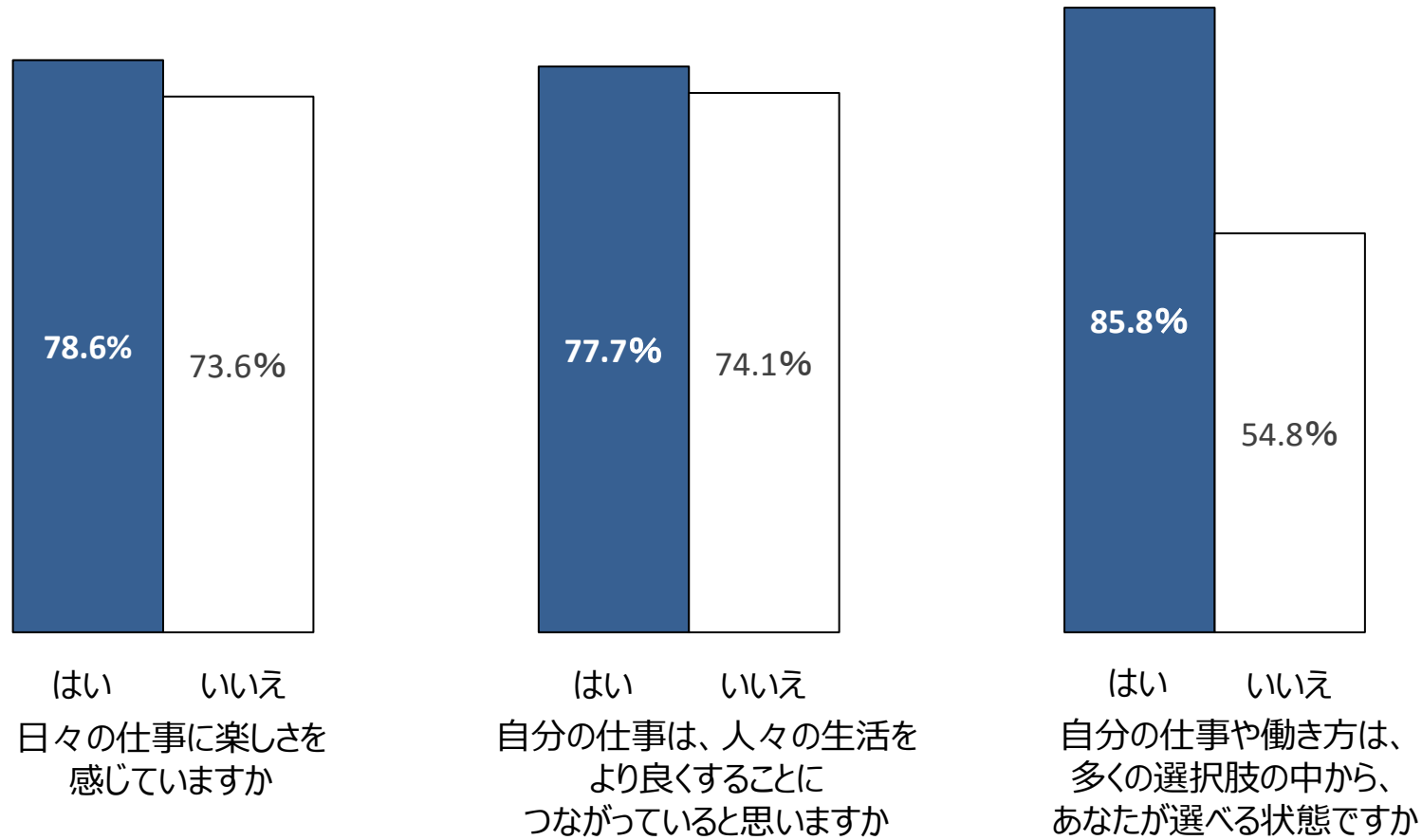
2つの制約の組み合わせ別 人生選択の自由あり率（調整済み）



(注) 年齢、所得五分位を調整したロジスティック回帰による予測確率。群間比較は8類型の全28比較についてHolm法による多重比較補正を実施。
(出所) Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

働く人では、「楽しい」「役立つ」より「仕事や働き方を選べること」が人生の自由と強く結びつく
「仕事の楽しさ」や「社会的に役立っているか」を考慮しても、「仕事を選べる」こととの関連が突出

仕事に関する3要素別 人生選択の自由あり率（調整済み）

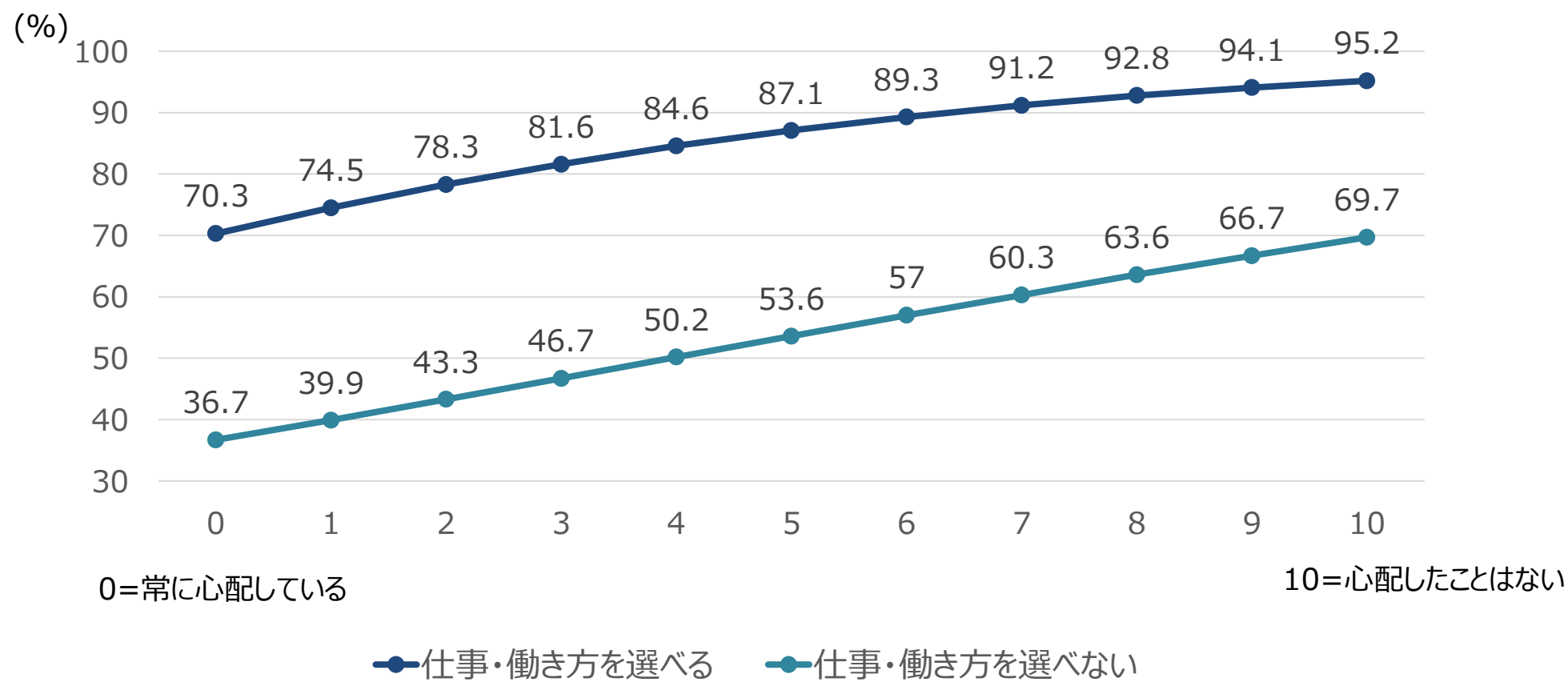


（注）就業者を対象。年齢、所得五分位、月々の生活費への心配、健康問題の有無、困ったときに頼れる人の有無、および3つの仕事項目を相互に調整したロジスティック回帰による予測確率。N=13,798。なお、「仕事・働き方の選択可能性」は人生選択の自由度と類似した設問表現である点に留意が必要。

生活費への心配の程度にかかわらず、「仕事・働き方を選べる」人ほど人生を「選べる」割合が高い

生活費への心配が最も強い水準でも、「仕事・働き方を選べる」人の自由あり率は70.3%

生活費への心配の程度・仕事の選択可能性別人生選択の自由あり率（調整済み）

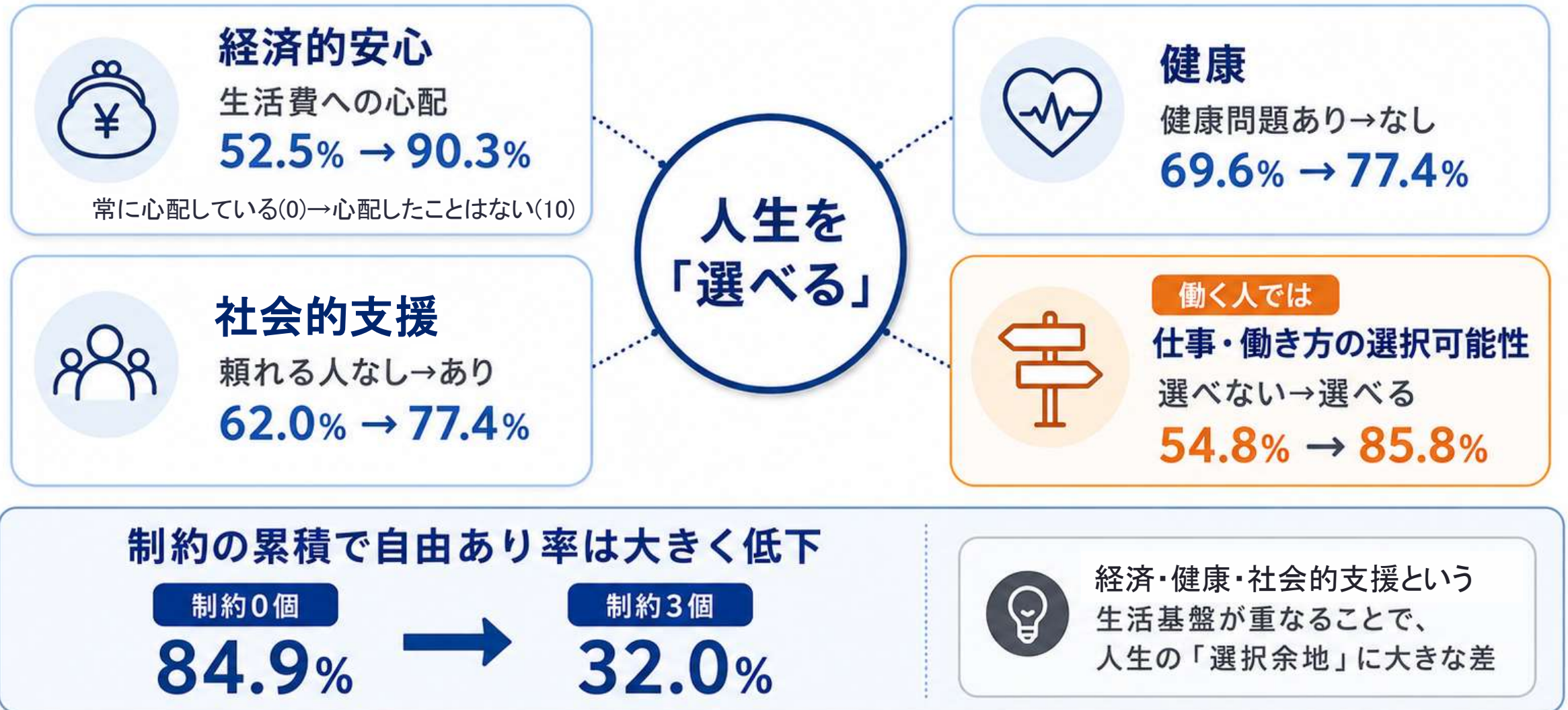


(注)就業者を対象。年齢、所得五分位、健康問題の有無、困ったときに頼れる人の有無、仕事の楽しさ、仕事の社会的有用感を調整したロジスティック回帰による予測確率。モデルには月々の生活費への心配と仕事・働き方の選択可能性の交互作用を投入。N=13,798。なお、「仕事・働き方の選択可能性」は人生選択の自由度と類似した設問表現である点に留意が必要。

(出所)Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査(2021年第2四半期～2026年第2四半期)」より作成

人生を「選べる」感覚を支える4つの基盤

経済・健康・社会的支援に加え、働く人では仕事・働き方の自己決定が強く関連



まとめ

- 本分析では、ウェルビーイング実感との相関が最も高かった「人生選択の自由度」に着目し、その背景にある要素として、経済的安心、健康、社会的支援の3つの生活基盤との関連を分析した。
- 月々の生活費への心配が小さいほど、「自分の人生を選べる」と回答する割合は一貫して高く、年齢、所得、健康状態、頼れる人の有無を考慮しても、経済的安心と人生選択の自由には強い関連がみられた。
- また、健康上の問題がないこと、困ったときに頼れる人がいることも、それぞれ人生選択の自由と関連しており、経済面だけでなく、身体的・社会的な生活基盤も重要であることが示された。
- 3つの生活基盤を「制約」の観点からみると、制約が重なるほど自由あり率は段階的に低下し、制約なしでは84.9%であったのに対し、3つすべての制約を抱える層では32.0%となった。
- さらに、同じ数の制約であっても、その内容によって自由あり率には違いがみられた。単独の制約では、健康問題のみの層に比べ、生活費への強い心配のみ、頼れる人なしのみの層で自由あり率が有意に低かった。
- 2つの制約を抱える層でも、生活費への強い心配を含む組み合わせでは、健康問題と頼れる人の不在の組み合わせより自由あり率が低く、経済的不安が他の制約と重なる場合にも低い水準がみられた。
- 以上から、人生の「選べる」感覚は、単一の属性や所得水準だけで捉えられるものではなく、経済的安心、健康、頼れる人の存在といった複数の生活基盤が重なり合うことと関連していることが示唆された。
- なお、就業者に限定したサブ分析では、仕事の楽しさや社会的有用感に加えて、「自分の仕事や働き方を選べる」と感じることで、人生全体を「選べる」と感じることで強く関連しており、生活領域だけでなく仕事領域における自己決定にも着目する余地が示された。

Appendix 分析の概要

対象データ

Well-being Initiative「四半期毎主観的ウェルビーイング調査」2021年第2四半期～2026年第2四半期の累積データ

主分析: N = 20,028 / 就業者サブ分析: N = 13,798

目的変数 | 人生選択の自由「自分の人生は、多くの選択肢の中から、あなたが選べる状態ですか。」「はい」= 1、「いいえ」= 0

経済的安心

「月々の生活費をまかなうことができるか、あなたはどの程度心配されていますか」0 = 「常に心配している」～10 = 「心配したことはない」

健康

「同年代の人が普通にできることで、健康上の問題のためにあなたにできないことがありますか?」「はい」/「いいえ」

社会的支援

「困ったときに、助けが必要であればいつでも頼れる親戚または友人がいますか、いませんか?」「いる」/「いない」

分析方法

Gallup提供のWEIGHTを用いたquasibinomialロジスティック回帰を実施。主分析では年齢・所得五分位を共通の調整変数とし、経済的安心・健康・社会的支援の各要素を分析する際には、他の2要素も相互に調整。制約数・8類型の分析では年齢・所得五分位を調整し、就業者サブ分析では3つの生活基盤および仕事に関する各項目を相互に調整。各モデルから予測確率を算出し、WEIGHTで加重平均した「調整済み人生選択の自由あり率」を提示。

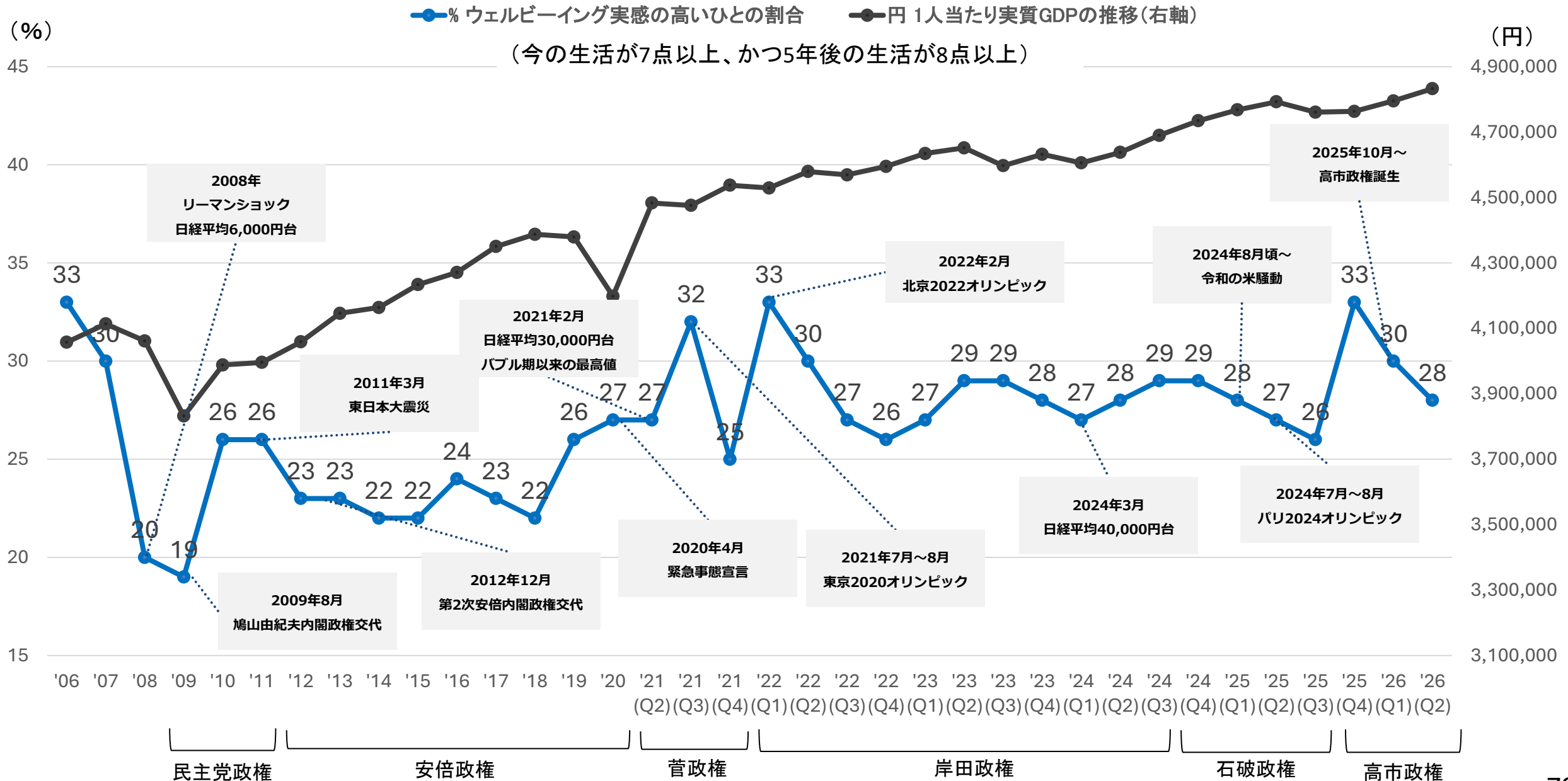
多重比較

3つの制約の8類型について全28通りの群間比較を行い、Holm法で補正。

就業者サブ分析

就業者について、「日々の仕事に楽しさを感じているか」「自分の仕事の人々の生活をより良くすることにつながっているか」「自分の仕事や働き方を、多くの選択肢の中から選べる状態か」と人生選択の自由との関連を補足的に分析。

(ご参考)豊かさ指標(主観・客観)の長期推移と関連イベント



End Of Document

ご清聴ありがとうございました。