



子どもの幸福感① ～ユニセフの子どものウェルビーイング（幸福度）～



子どもの権利擁護委員 関谷 道夫



猛暑・酷暑から一転して、冷たい風が吹くようになった。登校していく小中学生に笑顔がない。自転車通学する高校生もおとなしい。届かない笑い声が聞こえてこない。ふと「今の子どもは幸せなのだろうか?」と考えた。

エッセイスト能町みね子さんが、東奥日報の「ショッピング・イン・アオモリ」で、工藤正市写真集「**青森**」を取り上げていた。視点の確かさを感じた。

この写真集では、青森の人々の日常の姿、路地裏で遊ぶ子どもたちをリアルに撮っています。跨線橋界隈の子ども達は、時代を背景に、粗末な服を着て、日焼けした顔をしていますが、**満面の笑顔**が印象的でした。何よりも、**子どもたちが路上で楽しそうに遊んでいます**。

戦後のまだ貧しい時代でした。昼食を持参できない子がいました。高校進学の夢が叶わず、集団就職列車で首都圏に向かう友を、夜の青森駅ホームで見送ったことを鮮明に覚えています。貧しさと希望が背中合わせでしたが、なんとなく「これから世の中は良くなっていく」「頑張れば報われる」「努力すれば幸せになれる」そんなぼんやりとした気分が、心の奥底にありました。

さて、他の先進国と比較して、**今の日本の子どもの幸福感は高い**とお考えでしょうか?

最近の子どもは、生まれた時から裕福な生活を経験しており、ひもじい体験も、学校に行けないことも、戦禍もない…十分満足できる環境にいると考える人もいるでしょう。逆に、そうはいっても、長きにわたる景気低迷の下で成長し、自身の将来性に対して漠然とした不安を抱き、真綿のような息苦しい閉塞感の中で生きていると受け止めている人もいるでしょう。「感謝が足りない」「甘えている」「わがまま」「努力が足りない」「社会に貢献しろ」と叱咤する人がいるかもしれません。

子どもの「**幸福感**」「**精神的幸福度**」というと、いかにも曖昧で、抽象的な印象をもちます。何をして幸福か?は、人それぞれによって受け止め方が違う**極めて主観的な概念**です。過酷な状況にあっても、それほど不幸だと感じていない子どもがいると思えば、逆に、客観的には、優位な環境にありながら、常に、つらい・苦しいと感じている子どももいます。子どもと言っても、その様相は多様で、「群盲象を撫でる」の例えのように、子どもを十把一絡げに見ることには無理があるのかもしれません。

面倒なことは言わずに、それぞれの立ち位置で、「心が満ち足りている」「自分は愛されている」「安心できる」「毎日が楽しい」「未来がある」と感じている状態をいうことにしましょう。

スタッフコラム【令和7年度第4号】

とはいものの、現在の日本の子どもが満足できるような環境にあるのか？子どもが望む社会の姿は？少しでも改善する余地はないのか？よりよい環境づくりは必要ないのか？と考え始めると、客観的なデータを示さなければ、誰も、納得してくれないでしょう！

子どもの今の状況はどうなっているのでしょうか？そのいくつかの指標を紹介します。

ユニセフ（国連児童基金）は、2025年5月、先進・新興国43か国に住む子どもの「幸福度」を調査した報告書「レポートカード19:予測できない世界における子どものウェルビーイング」を公表しました。

そもそもユニセフとは、1989年に採択された「**子どもの権利条約**」を実現する国際的な機関です。子どもの条約には、子どもの「生きる権利」、「健やかに育つ権利」、「保護される権利」、「意見を表明し、尊重される権利」などの基本的なものが含まれています。この抽象的な「権利」を、具体的で測定可能な形で実現・点検するための手段として幸福度指標が設けられ、経年的に測定していくことになったものが、ユニセフの「**幸福度調査**」です。つまり、ユニセフの理念と青森市子どもの権利擁護委員の活動とは、緊密にコラボしています。

ユニセフは、①**身体的健康** (Physical Health)、②**精神的幸福度** (Mental Well-being)、③**スキル** (Skills for Life) の3つの領域から調査測定し、それをエビデンスとして、子どものウェルビーイングの状態を表しました。

その結果、日本の「子どもの幸福度」の総合順位は36か国中**14位**となっています（前回の38か国中20位から上昇）。分野別では、「身体的な健康度」（子どもの死亡率、過体重・肥満の子どもの割合）は、前回に続き**1位**でした。逆に、「**精神的な健康度**」（生活満足度が高い子どもの割合、自殺率）は、**32位**と**下位（最下位グループ）**に低迷しています。「スキル」（読解力・数学分野の学力、社会的スキル）は**12位**でした。

つまり、「**身体的健康**」は**1位**である一方、「**精神的幸福度**」は**32位**と著しく低く、両極端な結果が混在するパラドックス的な結果となっています。

例えば、「自分には価値がある」と感じている子どもの割合や、「自分の人生に満足している」と答えた割合が、他国と比較して、とくに低い結果でした。また、2025年度の小・中・高生の自殺者数は過去最多となる529人（確定値）にのぼっており、日本の子どもや若者の**精神的なウェルビーイングの脆弱さを示す**深刻な現実が明らかになっています。

その理由としては、①高い自殺率や学力重視教育などの**精神的負担**、②いじめの増加や人間関係の希薄さ、学校への帰属意識の低さ、③家族とのコミュニケーション不足、④「支えられている」という実感の低さ、⑤**経済的格差**の影響、⑥**人間関係を構築する自信の低さ**の「**社会的スキル**」の課題などが指摘されていますが、子どもの権利擁護の活動をしていると、それぞれ肯けるところです。

個人的には、日本の子どもの幸福度がこれほど低いのは、実際に不幸なのではなく、不幸なことに意識が集中するネガティブな「**思考パターン**」が形成されているからだと考えています。小さな時から、同調圧力が強く、欠点や弱点などのネガティブな点を指摘され、この修正を求められてきました。自分のストレングス（強み）やリソースなどのポジティブな面を評価され、充足感や達成感を感じることは少なかつ

スタッフコラム【令和7年度第4号】

た気がします。学校に入ってからも、「(テストの低成績で) 努力が足りない」「一人だけ違うことをするな」「協調性がない」「落ち着きがない」などと、ずっとマイナス面を強く指摘されてきました。いわゆる減点主義で、至らない部分、ダメな部分を何度も指摘され、その改善・改良を求められるのが教育でした。

身近な幸せを幸せと感じることなく、常に、**対人関係などのネガティブ面にだけに視線が向かうような「自虐的な悲観的思考パターン」「不幸せ発見回路」**が出来上がっているのではないかと考えています。

日本は、子育て支援や教育費などに結構な予算を投入（アウトプット）していますが、その効果（アウトカム）となると、必ずしも望ましい結果となっていません。自己効力感・自尊感情を強く抱き、自信をもってリスクのあることにチャレンジする姿勢にはなっていません。先の見えない、正答のない、不確実な、曖昧な「**ブーカの時代**」に、子どもがどのようにのびのびと育っていくのか？大人がどう導いていくのか？大きな岐路です。

（次回のテーマは、深刻な子どもの自殺、いじめ、不登校、児童虐待です。）