

GAH NEWS

荒川区民総幸福度
GAH-Gross Arakawa Happiness

RILAC

No.8

平成23年9月

公益財団法人

荒川区自治総合研究所



写真：荒川ころばん体操のリーダーのみなさん

荒川区民総幸福度 (GAH)とは

荒川区民の幸福度指標のこと。荒川区では、区民の皆さんの幸福度を指標化し、区政の指針とするため、現在、調査研究を進めています。

第二版 好評発売中！

GAHに関する本、「あたたかい地域社会を築くための指標」（荒川区自治総合研究所編）第二版、全国の書店にて好評発売中です。



本号では、健康と幸福度の関係についてご紹介します。

健康と幸福度との関係について

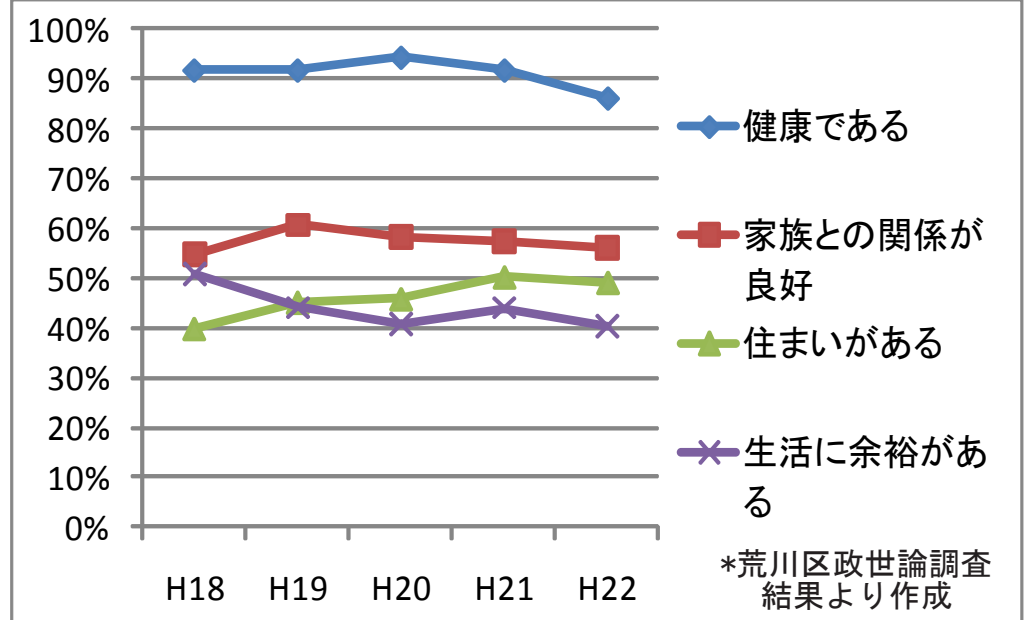
普段は感じなくても、体調をくずすと健康のありがたみを強く感じることがあります。健康は全ての基本であり、誰もが願うことでしょう。このように健康と人々の幸福度には関係性があるように思われます。

これまで、多くの研究で、健康が人々の幸福度に大きな影響を与えることが指摘されてきました。当研究所でも、現在進めている荒川区民総幸福度（グロス・アラカワ・ハッピネス：GAH）の研究の中で、健康と幸福度の関係性について調査をしています。

平成22年度に実施した荒川区政世論調査では、「幸福な生活のために必要なことは何か」という問いに対し、「健康であること」が86.1%と最も多く回答されました。このように、区民の皆さんの幸福度を考えるうえで、健康は重要な鍵になりそうです。

健康には、「心の健康」と「体の健康」があり、両者は密接な関係にあると考えられます。たとえば、アメリカのある研究では、家族・友人・コミュニティとのつながりが人々の健康を向

幸福な生活に必要なこと



上させることを示しています。これは、社会的なつながりが人々の孤独感をおさえ、健康にもよい影響をあたえるためと推測されています。このように、「心の健康」は「体の健康」に大きな影響を与えると考えられます。

当研究所では、8月に、荒川区民総幸福度（GAH）の研究に関する中間報告書を公表しました。その中でも、健康と幸福度の関係についてふれていますので、ぜひご覧いただければ幸いです。

※報告書は、当研究所（区役所北庁舎3階）、区立図書館、区民事務所、情報提供コーナー（区役所本庁舎2階）で閲覧できるほか、当研究所ホームページ（<http://www.rilac.or.jp/>）でもご覧になれます。

GAH Gross Arakawa Happiness

編集発行 公益財団法人荒川区自治総合研究所

〒116-0002 東京都荒川区荒川2-11-1

TEL : 03-3802-4861 FAX : 03-3802-2592

URL : <http://www.rilac.or.jp/>

info@rilac.or.jp

編集部より

本紙では、荒川区民総幸福度に関する最新動向やニュース等を毎月お届けしていきます。左記のメールアドレスまで、ご意見・ご感想等をお寄せいただければ幸いです。

荒川区自治総合研究所は、荒川区が抱える課題等について、多角的かつ中長期的な視点に立って調査研究を行い、区に政策提言等を行うことを目的として平成21年10月に設立された機関です。