

ウェルビーイングに対する調査結果について

近年、「ウェルビーイング」という概念が注目されています。本学でも、皆さんのウェルビーイングを高めることを大切に、「自ら幸せな人生を切り開くことができる人材」を育てることを目標に掲げています。そこで今般、学生の皆さんがウェルビーイングをどのように認識しているのか把握するため、アンケート調査を実施しました。

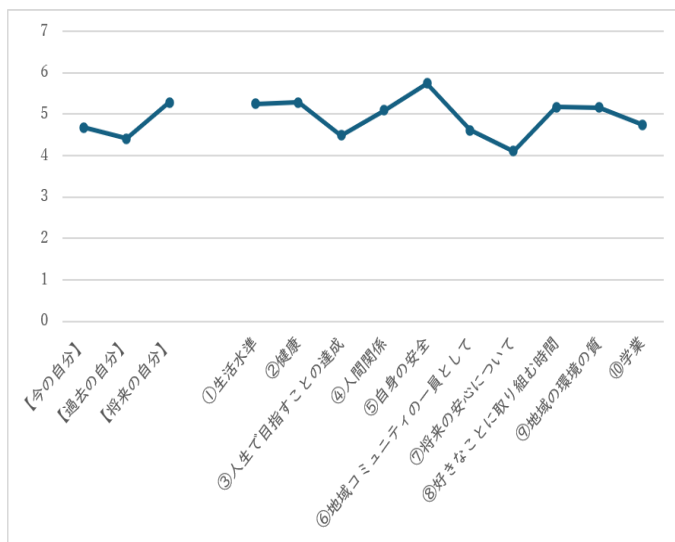
アンケートの概要

本学全学科・全学年の計 3,164 名を対象として、2026 年 4 月に Web 調査として実施しました。回答者・回答率は、残念ながら 230 名・7.3%にとどまりました。

結果の概要

(1)「ウェルビーイングとはどのようなものか」と思っていたか」に対する自由回答を見ると、「わからない・知らない」、あるいは「良い状態・より良く生きる」という直感的な趣旨を記述された方が、回答者の 3 割強を占めました。ウェルビーイングという考え方については、まだ充分には認識されていないことがうかがえます。

(2) ライフという言葉が生活と生涯の二つの意味を持つとしたときの、「今の自分のライフに対する満足度」を、一般的水準と個別的水準 10 項目について、7 段階で評価してもらいました。その結果、**一般的水準としては過去よりも今、今よりも将来（予想）の満足度が高いことが分かりました。**



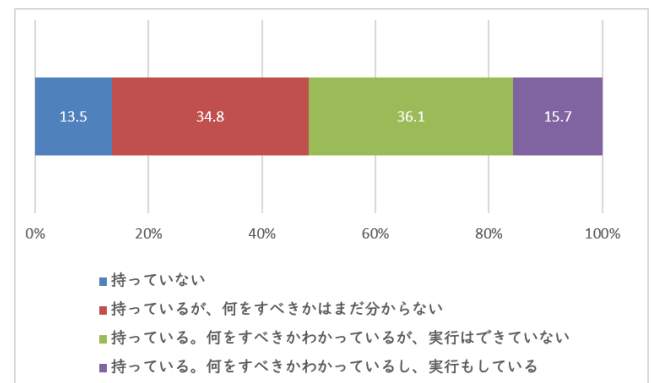
さらに個別 10 項目各々の満足度を分析したところ、今の満足度は、特に「好きなことに取り組む時間」「人生で目指すことの達成」「将来の安心」「人間関係」「学業」と結びつきが強いようです。

まとめ

「ウェルビーイング」についてはいろいろな考え方がありますが、総じて、満足や幸福については、将来も視野に入れる必要があること、自分だけではなく他の人や社会全体も含めて考えることが重要であること、が指摘されています。

この調査結果をきっかけに、皆さんも、自分にとってウェルビーイングとは何かについて、少し考えてみませんか？

(3)「今後の見通しを持っているか、その実現について理解・行動しているか」という質問では、見通しを持ち理解・実行しているとする割合は約 16%であり、見通しを持ち、何をすべきかも分かっている学生は、実行できている学生を含めて約半数でした。



また 14 項目について見通しを持っているかどうかの回答を分析したところ、全体的にみれば、「海外での生活・勉強・仕事」、「定年後・老後」、「地域コミュニティとのかかわり」、「ボランティア・社会貢献」といった項目で、まだ見通しを持っていない人が多くなっています。しかしながら、**今後の見通しを持ちその実現について理解している人ほど、「仕事・勉強」、「海外での生活・勉強・仕事」の 2 項目で見通しを持っている、という傾向が認められました。**

さらに、前問の今の満足度との関係を見たところ、**今後の見通しを持ち行動している人ほど、今の満足度が高いこともわかりました。**

