

ウェルビーイング

2023. 4. 25

昨年の12月から、本格的に令和5年度学校経営・運営ビジョンの作成に取りかかった。それまでも、形にはしないまでも、来年はこうしたほうがよい、来年はこんなことをしたいと、ずっと考えてきていた。大袈裟に言えば、令和4年度の教育活動を展開しながら、同時に令和5年度のことを考えてきた。

本校の学校経営・運営ビジョンの左上には、「第7次福島県総合教育計画」のコーナーがある。県教委の施策を入れるようにしてある。そこには、目指すべき姿として「個人と社会の Well-being（一人一人の多様な幸せと社会全体の幸せ）の実現」とある。

県教委が、ウェルビーイング（Well-being）の用語を採用したのか。そう思った。私がこの言葉と出合ったのは、4年前と記憶している。大学の先生のお話に出てきた。そのときの説明では、なるほどと思った。それ以来、何度かこの言葉に遭遇している。その頻度は上がっている。

問題は、その意味や定義である。一度も同じものに会ったことがない。先日は、「身も心も満たされた状態」とあった。だんだんとわからなくなってくる。人にうまく説明できない。こういうときは、なぜこの言葉が出てきたのか、その背景や経緯を確認する必要がある。

Well-being（ウェルビーイング）とは、Well（よい）と Being（状態）が組み合わさった言葉で、よく在る、よく居る状態、心身ともに満たされた状態を表す概念である。言葉自体は、1946年のWHO（世界保健機関）設立に際して、設立者の一人であるスーミン・スー博士が定義づけた「健康」に初めて登場している。そこには、次のようにある。

健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態（Well-being）にあることをいいます。

従来の健康は、身体的に良好な状態を表す狭義の概念である。それに対して、ウェルビーイングは、身体的・精神的・社会的にも良好な状態と、より広い概念を表している。こころとからだに加えて、社会的なつながりも含まれる。状態ということは、一時的・瞬間的に良好かどうかではなく、持続的に良好であるとしていることが特徴である。

ウェルビーイングとは、心身が健康で、社会的にも満たされた状態である。ウェルビーイングは、「幸福」とも訳せるが、Happiness（ハピネス）とはニュアンスが異なる。ハピネスは瞬間的に幸せな心理状態、ウェルビーイングには持続的というニュアンスが含まれる。

SDGs が掲げる目標3「すべての人に健康と福祉を」には、ウェルビーイングが組み込まれている。今後、ますますこの言葉は使われるようになるだろう。そして、世の中に浸透していくだろう。

この言葉に出合ったときの大学の先生の説明がわかりやすかった。だが、今では再現できない。人に説明できるレベルではない。まだまだ理解が足りない。したがって、自分からこの言葉を使うことはしない。できる限り、この言葉を自分のものにして、普通に使えるようにしたい。