



# 幸せとは

公共の学びを深めるところ Think🗨️…考えるコーナー(5分～10分) / Work📝…作業するコーナー(10分～20分)

## (i) 幸せとは何か

### Think🗨️ あなたにとっての幸せとは？

幸せとは人それぞれ異なるもの。あなたにとって幸せに必要な要素は何だろうか。

お金 ・ 地位 ・ 健康 ・ 自由 ・ 家族恋人 ・ 友人 ・ 環境 ・ 自己実現 ・ その他

上から幸せ要素ベスト3を選んでみよう ①[                    ] ②[                    ] ③[                    ]

### Work📝 幸福度調査報告書から幸せのヒントを探そう

#### STEP1 国連の世界幸福度報告書(2022)について調べ、以下の空欄を埋めよう

(1) 世界幸福度報告書とは何を基に計算している？

(2) 2022年版の世界幸福度ランキングを調べよう ★日本は54位

1位[                    ] 2位[                    ] 3位[                    ] 4位[                    ]

5位[                    ] 6位[                    ] 7位[                    ] 8位[                    ]

#### STEP2 世界幸福度ランキングの上位国について調べ、なぜ上位なのか理由を調べてみよう

.  
  
.  
  
.

#### STEP3 日本は54位という結果だが、経済力の割に決していいとは言えない数字なのはなぜだろう？

.  
  
.  
  
.

#### STEP4 どうしたら日本の幸福度は上がるだろうか

.  
  
.  
  
.

幸福とは主観的なものであり、正解があるものではない。しかし、幸福に生きるためにはどうしたらいいのかということを考えることは、自己の幸福実現に繋がるでしょう。

先人たちが幸福についてどのような思想を説いているかを知り、幸福についての考えを深めていこう。

## (ii) 先人たちの思想

### <sup>[1]</sup> ]: 「**快樂こそ幸福である**」

過度の欲望は飢餓感や喪失感という苦痛をもたらすために避けるべきとする。苦しみの無いことが  
眞の快樂であると説き、欲望を刺激する社会から身を引き 親しい人々と心穏やかに過ごす生活を幸福とした。  
=[<sup>2</sup> ]

### <sup>[3]</sup> ]: 「**自然に従って生きる**」

激しい感情の動きである情念(=パトス)から解放され、心を自然(=人間の本性)の状態に保つことで、魂が  
理性的になると説いた。その状態で、社会の中で自分に与えられた役割を果たすことが幸福な生き方とした。

### <sup>[4]</sup> ]: 「**ただ生きるのではなく、<sup>[5]</sup> ]**」

善悪を判断する眞の知を持ち、実行することで徳(=<sup>6</sup> ])を持つことに繋がる。  
それが人としての幸福に繋がると説いた。(福德一致)

### <sup>[7]</sup> ]: 「**できるだけ多くの人々の快樂の量を増大すること**」

快樂の質は問題にせず、できるだけ多くの人々の快樂の量を増大させることが、道徳的に善であると説いた。  
=[<sup>8</sup> ]

### <sup>[9]</sup> ]: 「**己の欲せざる所、人に施すこと勿れ**」

人生で一番大切なことは「恕=思いやり」の心であり、「自分の幸せのために、人のために尽くす」ことが  
幸せの一番の近道だと考えた。また、儒教の教えによれば、幸福とは自己実現の「夢」を持つことにあるという。

#### Work 先人の教えから改めて幸せについて考えよう

##### STEP1 先人の教えから共感したものをまとめよう

共感した人：[ ]の考え

理由：[ ]

##### STEP2 幸福に生きるために、どんなことに気を付ける必要があるか？

自分の考え

他者の考え



# 幸せとは

公共の学びを深めるところ Think🗨️…考えるコーナー(5分～10分) / Work📝…作業するコーナー(10分～20分)

## (i) 幸せとは何か

### Think🗨️ あなたにとっての幸せとは？

幸せとは人それぞれ異なるもの。あなたにとって幸せに必要な要素は何だろうか。

お金 ・ 地位 ・ 健康 ・ 自由 ・ 家族恋人 ・ 友人 ・ 環境 ・ 自己実現 ・ その他

上から幸せ要素ベスト3を選んでみよう ①[                    ] ②[                    ] ③[                    ]

### Work📝 幸福度調査報告書から幸せのヒントを探そう

#### STEP1 国連の世界幸福度報告書(2022)について調べ、以下の空欄を埋めよう

(1) 世界幸福度報告書とは何を基に計算している？

人口当たり GDP や健康寿命、社会的支援、寛容さ、社会・政府の腐敗などの項目に対して、個人の主観で0～10の数字で回答をすることにより算出

(2) 2022年版の世界幸福度ランキングを調べよう ★日本は54位

1位[ フィンランド ] 2位[ デンマーク ] 3位[ アイスランド ] 4位[ スイス ]  
5位[ オランダ ] 6位[ ルクセンブルク ] 7位[ スウェーデン ] 8位[ ノルウェー ]

#### STEP2 世界幸福度ランキングの上位国について調べ、なぜ上位なのか理由を調べてみよう

- ・ 北欧を中心に社会的支援が高水準な国が多い。社会保障が充実しており、コロナ禍にも負けない社会
- ・ 犯罪率が低く、生活水準が高い
- ・

#### STEP3 日本は54位という結果だが、経済力の割に決していいとは言えない数字なのはなぜだろう？

- ・ 他者への寛容さと国への信頼度が低い。
- ・ 主観的幸福度が著しく低い。幸福感を抱きにくい社会のしくみ。
- ・ 控えめな国民性で、主観の点数を中間にしやすい傾向。

#### STEP4 どうしたら日本の幸福度は上がるだろうか

- ・ 政治に対する期待感を持つようにする
- ・ 休暇の確保や国民へのサービスを充実させ、わかりやすい形で幸福感を抱きやすい施策を講じる
- ・

幸福とは主観的なものであり、正解があるものではない。しかし、幸福に生きるためにはどうしたらいいのかということを考えることは、自己の幸福実現に繋がるでしょう。

先人たちが幸福についてどのような思想を説いているかを知り、幸福についての考えを深めていこう。

## (ii) 先人たちの思想

### [1] **エピクロス** ]: 「**快樂こそ幸福である**」

過度の欲望は飢餓感や喪失感という苦痛をもたらすために避けるべきとする。苦しみの無いことが  
真の快樂であると説き、欲望を刺激する社会から身を引き 親しい人々と心穏やかに過ごす生活を幸福とした。  
=[<sup>2</sup> **アタラクシア** ]

### [3] **ゼノン** ]: 「**自然に従って生きる**」

激しい感情の動きである情念(=パトス)から解放され、心を自然(=人間の本性)の状態に保つことで、魂が  
理性的になると説いた。その状態で、社会の中で自分に与えられた役割を果たすことが幸福な生き方とした。

### [4] **ソクラテス** ]: 「**ただ生きるのではなく、[<sup>5</sup> 善く生きる ]**」

善悪を判断する真の知を持ち、実行することで徳(=[<sup>6</sup> **アレテー** ])を持つことに繋がる。  
それが人としての幸福に繋がると説いた。(福德一致)

### [7] **ベンサム** ]: 「**できるだけ多くの人々の快樂の量を増大すること**」

快樂の質は問題にせず、できるだけ多くの人々の快樂の量を増大させることが、道徳的に善であると説いた。  
=[<sup>8</sup> **最大多数の最大幸福** ]

### [9] **孔子** ]: 「**己の欲せざる所、人に施すこと勿れ**」

人生で一番大切なことは「恕=思いやり」の心であり、「自分の幸せのために、人のために尽くす」ことが  
幸せの一番の近道だと考えた。また、儒教の教えによれば、幸福とは自己実現の「夢」を持つことにあるという。

#### Work 先人の教えから改めて幸せについて考えよう

##### STEP1 先人の教えから共感したものをまとめよう

共感した人: [ ]の考え

理由: [ ]

##### STEP2 幸福に生きるために、どんなことに気を付ける必要があるか？

自分の考え

他者の考え