

（一社）沖縄well-being推進協議会主催の「第1回沖縄ウェルビーイングカンファレンス」が3月13日、`ポストSDGs 10年後の沖縄の未来を考える`をテーマに那覇市の琉球新報ホールで開かれました。今回は代表理事の安里享英氏と理事の矢澤祐史氏に、ウェルビーイングの意義について語っていただきました。

事を判断するのではなく、組織に属する人がどのような思いでそれぞれの業務に取り組んでいるのか。そのような意見も受けとめながら話を進めていくことよって、すべてがうまく進んでいくような気がします。

矢澤 それまで個別に活動してきた組織や企業など、ちよつと意見が違つてもウェルビーイングの言語で語ると一つになる可能性があるとありますよ。ウェルビーイングというのは決して表面的なものではなく、本質的なところまで踏み込んでいけるからこそ、世の中を変えるインパクトを持つのだと思っています。

安里 これまで国が沖縄に対して行つてきたさまざまな政策についても、まさに同様のことがいえると思います。誰かが得をするとか損をするというだけの議論ではなく、ウェルビーイングの考え方を基にして県民全員が恩恵を受けられるような話ができるのであれば、いろいろな問題が解決できるだろうと思つています。

矢澤 その通りですね。そもそも国民の健康や財産を守るのが政治の役割です。それらをウェルビーイングで解釈して議論していくというのは新しい切り口になります。



※撮影のためにマスクを外しています

「私は金輪際誰に対しても怒らないんじゃないかと思つています」
（安里）

「ウェルビーイングの言語で語ると一つになる可能性があります」
（矢澤）

沖縄well-being推進協議会
代表理事
安里 享英 (あさときよひで)・右
沖縄well-being推進協議会
理事
矢澤 祐史 (やざわゆうじ)・左

追い求めていくほど遠ざかる幸せ

安里 沖縄 Well-being 推進協議会（以下PCW沖縄）の立ち上げに關しては、昨年3回の勉強会を開いてその機運を高め、今年3月1日に一般社団法人としての登記が完了しました。矢澤さんはそれぞれ立場からウェルビーイングに關わつていて、私もそこに關わつていく中で「沖縄というコンパクトな島だからやつていけることってあるんじゃないか」と思つたのが設立のきっかけです。

矢澤 私は2005年にワネルス財団という福祉関係の施設を創設しました。現在、全国に約40の拠点があり、マイナス領域にいる人たちを勇気づけて支援しているのですが、生き甲斐を持つて生きるということが、どれだけその人の人生をより良くしていくのかということに気がかされます。「どうせ自分なんて」という状態では本当に幸せな人生を送ることはできません。どんな劣悪な環境に育つたとしても、生きる責任は自分にあります。ウェルビーイングには誰かに幸せにしてもらうのではなく、幸せは自分でチョイスするものだからです。

まずは自分からウェルビーイング

安里 私は企業を経営していく中で日々さまざまな数字に追われていますが、これからは社会貢献や環境問題にも積極的に取り組むことで企業価値が上がり、それがバランスの取れた数字につながる時代になっていきます。また従業員が幸せになれば生産性が上がり、生産性が上がれば顧客へのパフォーマンスも上がります。

矢澤 そういう意味では企業研修も大切な視点です。どんな優秀な人材であってもメンタルヘルスの問題を引き起こす可能性はありますし、そのまま離職につながることもあります。そこで組織開発もウェルビーイングというのは非常に注目を集めています。

安里 今年は沖縄が本土復帰して50年の節目です。この間ずっと「自立経済」「自立社会」などという言葉が使われてきましたが、私は沖縄に本当に必要なのは主体性だと思つています。自立というのは結果に過ぎない。主体性はウェルビーイングそのもので、それを実行し続けていくことで本当の意味での自立した沖縄になっていく

という前提があります。国や政治、会社のせいではない。幸せの自給自足です。「ポジティブ心理学の挑戦」を執筆した国際的に著名な心理学者のマーティン・セリグマン博士は「幸せは追い求めれば追いつくほど遠ざかつていく」と話しています。成功したら幸せになるのではなく、幸せだから成功できるのだということです。非常に興味深く、まさにコペルニクスの転回です。ポジティブ心理学にはPERMAという概念があります。Pはポジティブ・エモーションで、面白いとか楽しいなどの前向きな気持ち。Eはエンゲージメントで、没頭や夢中など物事への積極的な関わり。Rはリレーションシップで、他者との良好な人間関係。Mはミニニングで、人生の意味・意義。Aはアカンプリッシュメントで、達成・熟練していく感覚。PERMAを通して人は自分の成長を感じられて幸福度が上がり、パフォーマンスも上がるとされています。より良い人間関係が広がり、より意義深い人生が生きられるということです。

ウェルビーイングの導入で課題を解決

安里 持続可能な社会を構築するウェルビーイングの導入で課題を解決

矢澤 主体性との関連でいうなら「自立」は自分を律する「自律」のほうが適切かもしれません。生き方なのか働き方なのかは人それぞれですが、他律ではなく自律で意味・意義のある人生を送り、自身自身で楽しむことに喜びを感じる。非常に難しい課題ですが、PCW沖縄の取り組みも、これから県民一人ひとりがそこにコミットしてウェルビーイングな自分を生きられるような島づくりができたらいいますね。

安里 そうですね。とはいえ、ウェルビーイングと言っている人間がウェルビーイングじゃないとおかしいですよ。だから私は金輪際誰に対しても怒らないんじゃないかと思つています。いつもニコニコマンで(笑)。どんな仲間を増やして「何だか楽しそうだな」「自分もあなりたい」「こういうところを認めてもらった」など、まずはそういうところからやつていくしかないんじゃないかな。私自身もそうありたいと思つていますので、夜の市長は継続していきま(笑)。本日はありがとうございました。

矢澤 こちらこそありがとうございます。

というSDGsが注目されていますが、これは2030年までの目標です。その先は何なのかというべきだと思つています。それぞれの人が幸せに生きていくこと。幸せであることで物事もうまくいっていくということです。

矢澤 どのような活動領域でもいいので、その人自身がウェルビーイングを感じられているかどうかポイントです。そこに批判やジャッジは要りません。その人が幸せならそれでいい。誰かのようになるのではなく、自分とは何者で、今世で何を成し遂げたいのか本心に深いところまで考えていくことがその真髓だと考えています。

安里 そうですね。沖縄の人つて「みんな明るいよな」とか「なんか楽しそうだよな」と言われますよね。それが沖縄の良さだと思つています。今後、PCW沖縄として行政や企業と連携協定を結んでいくということなのかどうかはまだ分かりませんが、それぞれの規模に応じて取り組み方は違つてくるでしょう。この会社、この市町村ならこういうことができますよみたいなものを、一緒につくつていきたいと思います。画一的な指標で人や物

医療法人 陽心会グループ

医療法人 陽心会 | 社会福祉法人 陽風会 | 有限会社 ヘルスサポート

理事長 高良 健

大連中央病院 那覇市安里1-1-37 TEL.098-869-0005(代) リハビリテーション科 TEL.098-869-0050 メディカルプラザ大連中央 那覇市宇大連123 TEL.098-886-0007(代) 一般内科部門 TEL.098-886-0115 救急応急部門 TEL.098-886-5141 眼科診療部門 TEL.098-886-0115 人工透析部門 TEL.098-886-5161 検査部門 TEL.098-886-5678 介護老人保健施設 やすらぎの里 那覇市安里3-1-57 TEL.098-869-0030 グループホーム 九か家一みの家 那覇市宇大連94-3 TEL.098-885-0018 小規模多機能型ホーム 大連 那覇市宇大連94-3 TEL.098-885-0036 グループホーム 大連が丘 那覇市宇大連94-3 TEL.098-885-0036	小規模多機能型ホーム 三原 那覇市三原2-8-10 TEL.098-840-0027 訪問看護ステーション 陽心会 那覇市安里64-9-1 F TEL.098-863-1270 那覇市地域包括支援センター 若狭 那覇市安里2-1-10 TEL.098-863-1165 那覇市地域包括支援センター 軒町 那覇市安里1-6-15 TEL.098-841-2252 （訪問介護事業所） 那覇市宇大連126 TEL.098-885-0033 ケアハウス 常盤の島 那覇市牧志3-8-10 TEL.098-951-0036 小規模多機能型ホーム 牧志 那覇市安里3-9-10 TEL.098-951-0025 有料老人ホーム 星の里 那覇市安里1-1-17 TEL.098-917-2662 特別養護老人ホーム 鶴島 那覇市前島2-18-17 TEL.098-894-8039	那覇市末吉老人福祉センター 那覇市末吉末吉2-14 TEL.098-886-3510 那覇市川原入福祉センター 那覇市川原2-3-11 TEL.098-863-1139 那覇市社老人福祉の家 那覇市宇大連1-10 TEL.098-864-0580 那覇市老人ホーム 三原の家 那覇市三原1-26-40 TEL.098-832-5981 有料老人ホーム 牧志 那覇市安里2-9-43 TEL.098-862-1331 有料老人ホーム 西町 那覇市西1-20-19 TEL.098-863-7884 デイサービスセンター リバーサイド 那覇市安里1-1-18-3F TEL.098-862-1501	有料老人ホーム 健寿の社 那覇市安里3-1-47 TEL.098-941-0070 有料老人ホーム 松島 那覇市比2-10-14 TEL.098-869-8557 ヒルズガーデン那覇 那覇市宇大連201 TEL.098-885-0300 デイサービスセンター 松川 那覇市宇大連201 TEL.098-885-0300 デイサービスセンター 若狭海岸 那覇市安里1-21-1 TEL.098-941-0110 デイサービスセンター 大連 那覇市宇大連127 TEL.098-886-0066 有料老人ホーム 大連中央 那覇市宇大連127 TEL.098-886-0061 デイサービスセンター 若狭 那覇市安里3-5-17 TEL.098-869-6122 有料老人ホーム 若狭 那覇市若狭3-5-17 TEL.098-869-0087	有料老人ホーム 若狭別荘 那覇市若狭2-5-12 TEL.098-863-3320 小規模多機能型ホーム 若狭 那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0550 グループホーム 若狭の家 那覇市若狭3-4-10 TEL.098-951-0551 在宅総合ケアセンター 大連 那覇市安里381-1 TEL.098-885-0030 那覇市地域包括支援センター かなぐりく 那覇市安里1-68 TEL.098-852-0777 福祉用具貸与・販売事業所 那覇市宇大連128 TEL.098-885-0100
--	---	--	---	--