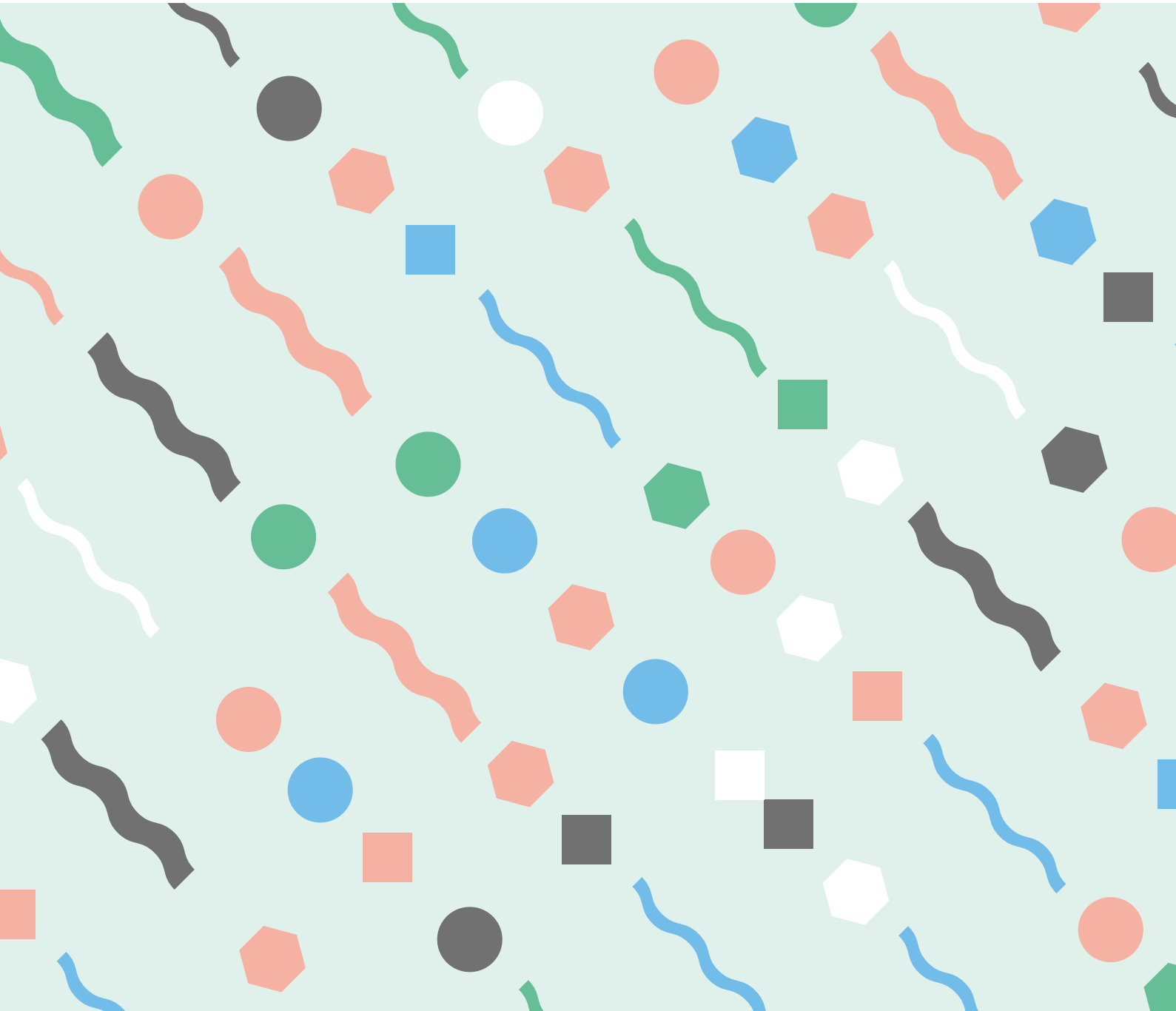


Social Well-being

“わたしたち”で考える、
Well-being

2021-2022



What is Social Well-being?

私たちは日常、誰もが通信でつながった状態で、多くの人と関わり合いながら暮らしています。
リアルに会うことや通信を介したコミュニケーションによって、心の豊かさがもたらされています。
もちろんその関わりが、時にWell-beingに負の影響を与えることもあります。
一方で、私たちは核家族化・高齢化を背景に、誰ともつながらない孤独・孤立の問題にも直面しています。
では、どのような社会をめざせばよいのでしょうか？

サッカーを例に考えてみます。怖い監督がにらみを利かせる中、一切の自由がなくストイックに練習させられるサッカーチーム。反対に、個々のチームメンバが好き勝手に個人練習ばかりをしているチーム。あるいは、選手が自律的に目標を定め、練習メニューをコーチに提案し、アドバイスを求めるチーム。あなたはどのチームに入りたいでしょうか？ 本研究グループでは、最後のチームが、最終的にチーム全体としてもよい結果につながるのではないかと考えています。

つまり、個人の自律性を尊重しながら、集団としてもよい結果へつながる状態をつくり出すことが、めざしたい姿です。

サッカーでは、選手個々の高い技術だけでなく、選手同士の連携が必要となります。長い練習期間中、さまざまな個性を持つ選手達は常に関わり合い、時にぶつかりながらも、徐々に信頼関係を築いていくことが考えられます。価値観や行動パターンをお互いに理解しあい、尊重・信頼できているチームでこそ、よい連携プレーが生まれるのではないのでしょうか。

本研究グループでは、これからの時代、人々のよい関わり合いをつくり出しそれぞれの人にとって心地良いスタイルで、集団に関われる状態をつくり出すことが重要だと考えます。
そこで、個人を他者から独立した存在とみなしたWell-beingではなく、複数の個人の自律を担保しつつもそのつながりから集団のよい状態が実現されるWell-beingのことを、「Social Well-being」と呼び、どのような仕組み／サービスがあればそれを実現できるかを考えていきたいと思います。



Personal Well-being		Social Well-being	
個人	対象	個人と集団（コミュニティ、組織等）	
個人が身体的・精神的・社会的に良好な状態	理想の状態	個人の自律と集団の調和が両立している状態	
個人	ステークホルダ	集団の外側まで多様な人々を巻き込む	
個人が健康になるサービス ※個人データを大量に集め、統計データとして活用することもある	サービス例 (健康サービスの場合)	人々が互いに健康を高め合うことができ、組織全体の状態も向上するサービス ※人同士に相互作用があることを前提とする	

Concept.

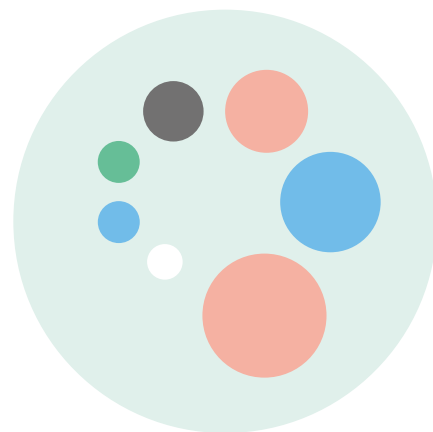
めざす状態

自律的な個人の集まりが、 全体としても調和している状態

本書で考えるSocial Well-beingは、一人ひとりが自分らしくいきいきといられることと、集団全体としてもよい状態であることの両立ができている状態です。

「集団」とは、サッカーチームや趣味サークルのように自分が選んで参加する集団ばかりではありません。家族や親戚、職場などの構成するメンバの顔が見える小さな集団もありますし、地域コミュニティや自治体、国レベルの大きな単位の集団もあります。私たちはこのような様々な集団に属しており、その集団は多様な人々の関わり合いによって成り立っています。

集団内の人々とどのように関わりたいかは、人によって異なるでしょう。またそれぞれの能力や好みも多様です。したがって、それぞれの人がその人らしくいられると同時に、集団を構成する他の人々の価値観や行動スタイルを互いに尊重できる状態をつくり出すことが大事になるでしょう。そして、集団全体も含めた「わたしたち」のよい状態をつくろうとすることから、Social Well-beingは始まります。



仕組み／サービスをつくる上で大事な視点



01

より多く、より多様な人々への
影響を考える

自分たちだけで解決できないことも、自分たちの周辺の人、さらに外側の人など、なるべく多くの多様な人々を「わたしたち」と捉え、解決策の影響範囲を広げること考えましょう。



02

長期的な
視点に立つ

一時的にうまくいかないことがあっても、長期的にみるとよい状態につながる可能性があります。長期的な視点に立ち、総合的にみた個人・集団の状態を捉えましょう。



03

持続可能な
仕組みを用意する

手間やコストを抑え、持続可能な仕組みをいかに用意できるかを考えましょう。多様なステークホルダーと支え合う関係を作り、それを情報通信技術でつなぐことで、コストが低く、効果を最大化するよい仕組み／サービスができそうです。

Method.

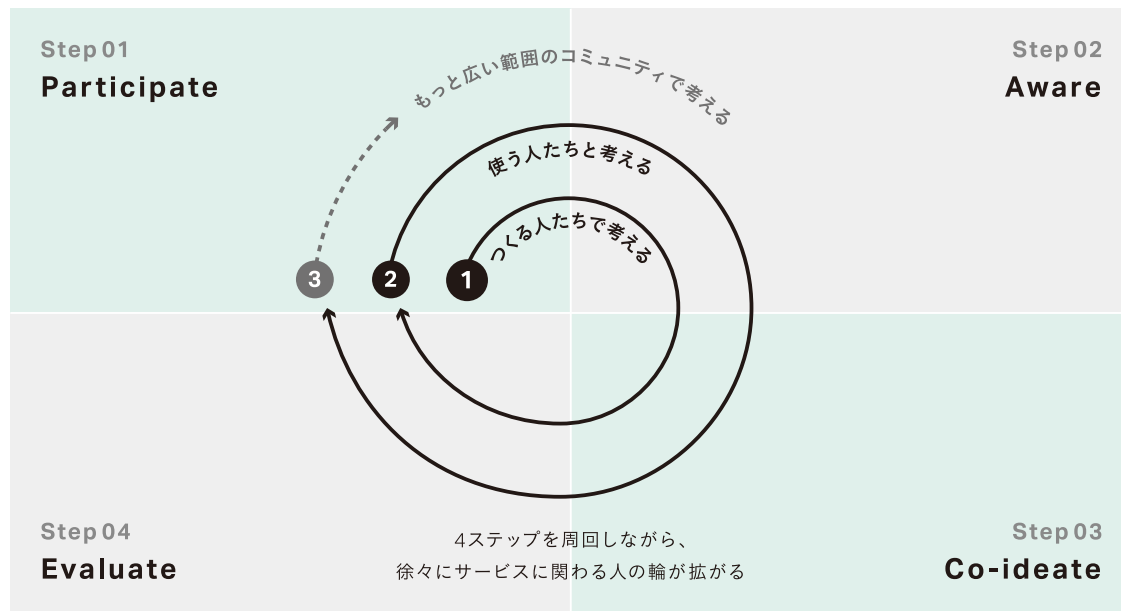
試してみよう

Social Well-beingを実現する サービスをつくる方法

実際にSocial Well-beingなサービスをつくるには、どうしたらよいでしょうか？

先行事例を分析し、4ステップを軸にしたプロセスを考えました。このプロセスでは、4ステップを周回しながら、徐々にサービスに関わる人の輪が広がり、より多くの人々のよい状態をつくり出していきます。

例えば、最初はつくり手が自分達の想いを大事にしながらサービス案を考え、徐々にサービスを使う対象の人々もつくり手側に加わっていくステップが考えられます。サービスを「つくる人」「使う人」が分かれるのではなく、みんなでわたしたちのサービスをつくり出すことが、多様な人々みんなの「よい状態」を長期的に実現することにつながると考えています。それでは、各プロセスの詳細を職場のサービス創出例とともに見ていきましょう。



① 周目：まずはサービスをつくる人たちで集まって、方向性をつくりましょう

01. Participate

サービスをつくる人が集まる

サービスをつくるために、想いを持った人達で集まります。なるべく多様なメンバが集まるとよいでしょう。

02. Aware

つくる人それぞれの価値観を理解する

参加者それぞれのプロジェクトへの期待や大事にしたいことを共有します。組織としてだけでなく、個人としての想いについて理解を深めます。

03. Co-ideate

調和のとれたアイデア・イメージをつくる

前ステップの理解をもとに、みんなでめざしたい姿や具体的なサービスのアイデアやイメージを膨らませ、方向性を定めます。

04. Evaluate

アイデアを評価する

現状の方向性がよさそうかを確認します。サービスを使う人など、これまで検討に関わっていなかった人にもアイデアを提示し、評価します。

② 周目：使う人たちも参加して、みんなでサービスをつくりましょう

01. Participate

サービスを使う人も参加する

サービスの関係者を洗い出し、参加を呼びかけます。サービスが価値を提供する当事者（使う人）にも、つくる人として加わってもらいましょう。

02. Aware

新たに加わった人達の価値観を理解する

新たに参加した人を交え、それぞれの想いを共有します。サービスを使う当事者を含めた「つくる人」みんなの価値観を理解します。

03. Co-ideate

アイデア・イメージを進化させる

前ステップの理解をもとに、サービスを使う人の様々な想いを実現する、「わたしたち」のWell-beingを高めるサービスを検討します。

04. Evaluate

対象者を拡大してアイデアを評価する

検討したアイデアを評価します。サービスを直接使うだけでなく、その周辺の人々にどのような影響があるかも含めて評価します。

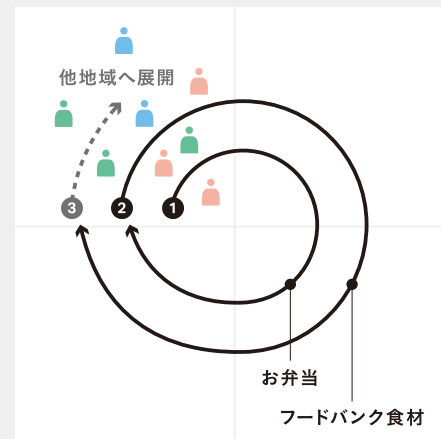
Case Study. 世の中のSocial Well-being事例

シェアご飯リビングラボAOBA

困窮家庭に低価格でお弁当をお届け

新型コロナウイルス感染症(Covid-19)は多くの家庭に打撃を与えました。立ち上がったのは、家庭の困窮問題を自分ごととして捉えた元民生委員と惣菜店オーナーです。生活困窮者の家庭に、低価格のお弁当配布を始めました。定期的に訪問しお弁当をお届けすることで、家族みんなの生活リズムが整い、自律的な生活につながりました。この活動にはさらに市役所職員が加わり、他地域展開や持続可能な仕組み構築に向けた検討が行われています。フードバンク経営者もメンバに加わったことで、お弁当に余剰食材が活用され、困窮家庭が一方向的に施されるのではなくフードロス削減の担い手にもなりました。多様な人を巻き込み、関わり合い対話を続けながら、社会全体がよくなる方法を模索・実行しており、Social Well-beingの好事例です。

神奈川県 横浜市 青葉区 2020年～



日本電信電話株式会社

社会情報研究所Well-being研究プロジェクト

東京工業大学

工学院情報通信系 中谷研究室

2022年3月

