

国内観光旅行の実施が 主観的幸福感に与える影響

公益財団法人日本交通公社 観光研究情報室 研究員

外山 昌樹

近年、「幸福度を測る」という試みが注目を集めている。

これまで、国家や社会の成功を測定する指標としては、主にGDP(国内総生産)が用いられてきたものの、先進国においてはGDPの上昇が心の豊かさに結びつかない「幸福のパラドックス」が示されてきた。こうした状況を踏まえ、幸福度を直接目に見える形で測定しようとする動きが盛んになっている。日本では、二〇二二年(平成二十三年)より内閣府が「幸福度に関する研究会」を開催し、幸福度指標の開発等を行っている。また、フランスやイギリスにおいても同様の取り組みが行われている。開発途上国の動きとし

ては、ブータン王国による「GNH (Gross National Happiness)」の導入が知られているところである。これらの事例は、心の豊かさをより重視する価値観が、世界的にも広まってきていることを反映しているのかもしれない。

政策立案の世界と並行して、学術研究の世界においても、経済学や心理学を中心に膨大な数の「幸福度」に関する研究が進められている。

本研究は、国内観光旅行の実施が、旅行者の主観的な幸福感に与える影響について検証することを目的に実施した。

仮に、国内観光旅行の実施が幸福度の向上につながる事が明らか

になれば、観光振興を行う意義をいっそう鮮明にさせることができるだろう。

「幸福度」の測り方

幸福度に関する検討を進めるには、この概念をどのように捉えるかが非常に重要となる。幸福度の研究や政策立案にあたっては、「客観的」なものとして捉えるものと、「主観的」なものとして捉えるものの二つのアプローチが存在する。

幸福度を「客観的」なものとして考えるアプローチでは、幸福度に関連すると想定される、その人の生活に関するさまざまな要素(雇用の状

態、健康状態、地域コミュニティのつながりの程度、居住環境の安全度、インフラの整備度など)の充足度を調べる。

一方で、幸福度を「主観的」なものとして考えるアプローチでは、客観的アプローチで取り上げられるさまざまな要素に関わらず、その人が現在幸福であると感じているかどうかについて調べる。

本研究では、上記のうち、幸福度を「主観的」なものとして捉えるアプローチを採用する。幸せを感じる基準となる要素は、個人によって異なると考えられるからである。

主観的幸福感の具体的な測定内容としては、「幸せに感じているかどうか」という直接的な質問のほか、「人生に満足しているかどうか」「喜びなどのポジティブな感情がどれくらいあるか」「悲しみなどのネガティブな感情がどれくらいあるか」といった質問について、五段階や七段階評定によるアンケート調査を行い、その合計点数や平均点数をもって主観的幸福感と見なすのが主流である。

海外における 先行研究の紹介

主観的幸福感とは、人間の日常生活を取り巻くあらゆる要因から影響を受ける。であるならば、旅行・観光も、頻度が少ない活動であるとはいえず、一定の影響を受けるであろう。主観的な幸福感に与えるさまざまな要因について整理を行った研究からは、「余暇活動の質」は、主観的幸福感

表1 調査概要

調査方法	「公益財団法人日本交通公社旅行者動向調査」内で実施 (インターネット調査)
調査時期	2012年7月
回答者	16歳以上の男女 計3,596人
質問項目	<ul style="list-style-type: none"> 主観的幸福感(「日本版主観的幸福感尺度」[島井ほか, 2004]によって測定(最小1点~最大7点)) 国内観光旅行の実施回数(調査時点から過去1年以内) 世帯収入 性別 年齢 など

に中程度の相関があることが分かっている (Peterson, 2006)。

余暇活動には、旅行・観光も含まれる。実際に、旅行・観光が主観的幸福感に与える影響について調べた研究は、海外を中心に、数が少ないながらも存在する。

イギリス在住者を対象とした研究では、海外旅行を実施した人は、実施しなかった人よりも主観的幸福感が高いことが明らかになってい (Gilbert & Abdullah, 2004)。

また、オランダ人を対象とした研究からは、過去二年以内に休暇旅行を実施した人は、実施しなかった人よりも主観的幸福感が高いことが分かっている (Nawijn, 2011)。さらに、この研究では、同一人物を対象に時間において複数回の調査を実施するパネル調査の手法が用いられており、主観的幸福感の評価値が高いからといって、将来の旅行行動が増えるわけではないことが判明している。

具体的には、一回目の調査時点における主観的幸福感の評価値と、一年後に実施した二回目の調査時の旅行回数とは相関関係が見られなかつ

たのである。すなわち、「幸せ」であるからといって、旅行を実施するわけではないことが示唆された。裏を返すと、「旅行」に行くことによって「幸せ」になる可能性があるということだ。

旅行・観光と、他の消費活動との比較から主観的幸福感への影響を検討した研究もある。それによると、コンサートや旅行といった経験的な要素が強い消費の方が、衣服やテレビの購入といった物質的な要素が強い消費よりも幸福感への影響度が高いことが示されている (Van Boven & Gilovich, 2003)。

国内観光旅行を 対象とした実証調査

このように、海外での研究事例からは、旅行の実施が主観的幸福感の評価に影響することを支持するデータが出ています。しかし、実施頻度や期間といった旅行行動が異なる日本において同様の結果が得られるかどうかについては、検証を加える必要がある。

そこで今回の研究では、「日本人の国内観光旅行」を対象に、アンケートを用いた実証調査を行った(表1)。以下に、結果のポイントをまとめていきたい。

(1) 国内観光旅行の実施者は、

非実施者に比べて幸福感が強い

一年間で一回以上、国内観光旅行を実施した人は、幸福感の平均得点が七点満点で四・四五点となった。一方で、一年間で二度も国内観光旅行を実施してない人は、四・〇二点である。統計的な分析を行った結果、国内観光旅行の実施者は、非実施者よりも幸福感が有意に高いことが分かった(図1)。

図1 国内観光旅行の実施有無による幸福感の違い

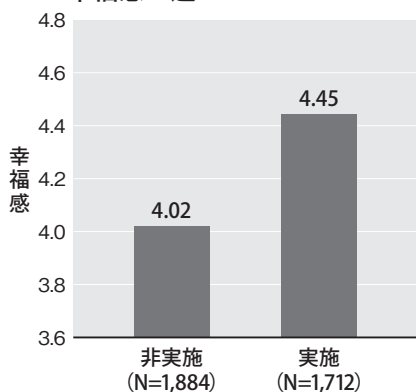
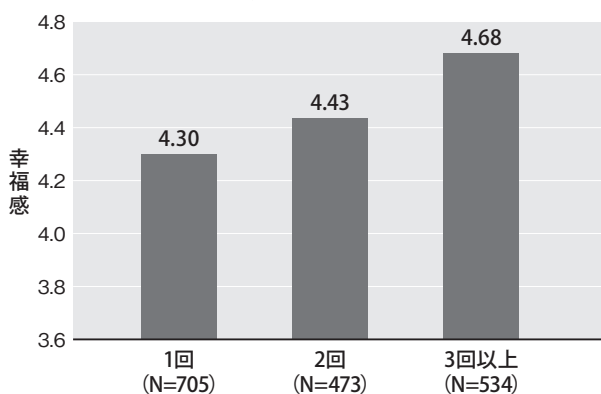


図2 国内観光旅行の実施回数による幸福感の違い



(2) 国内観光旅行の実施回数が
多い人は、少ない人に比べて
幸福感が強い

先に紹介したオランダの研究では、旅行の実施回数と幸福感には関係がないことが報告されている。しかし今回の調査結果からは、年間の旅行実施回数が多い人は、少ない人に比べて幸福感が有意に強いことが明らかになった(図2)。筆者の推測だが、一回当たりの平均旅行日数が日本より長めのヨーロッパの国々は、一度の

旅行で幸福感に一定の影響を及ぼすのに対し、一泊二泊の旅行が多い日本においては、回数を重ねないと幸福感に影響しないのかもしれない。

(3) 世帯収入の多寡に関係なく、国内観光旅行の実施と幸福感には相関がある

言うまでもなく、旅行の実施にはお金がかかる。したがって、旅行の実施回数と幸福感が関係するといっても、本当に影響しているのは旅行の実施なのではなく、主たる要因がその人の世帯収入の多さであると考ええることもできてしまう。加えて、性別や年齢といった要因が陰で影響している可能性も否定できない。そこで、「世帯収入」「性別」「年齢」の三つの要素が入り込まないようにした上で、旅行の実施回数と幸福感の関係について統計的な分析を行った。その結果、両者は有意に相関があることが確認された(表2)。すなわち、世帯収入の多寡や性別、年齢に関係なく、国内観光旅行の実施と幸福感は相関していることが明らかになった。

表2 偏相関行列

	性別	年齢	世帯収入	旅行回数	幸福感
性別	-				
年齢	0.02	-			
世帯収入	-0.07*	-0.03	-		
旅行回数	0.00	0.08*	0.18*	-	
幸福感	0.11*	0.14*	0.16*	0.18*	-

* 幸福感と旅行回数の間に、有意な相関関係があることを示している *p<0.05

旅行実施と主観的幸福感の因果関係探求へ

アンケート調査の結果から、国内観光旅行の実施が、主観的幸福感の高揚に関係していることが示された。しかし、ここで明らかになったのは「相互に関係する」ということにとどまっている。「鶏が先か、卵が先か」ではないが、「旅行をしたから幸せなのか」、あるいは「幸せだから旅行に行くのか」という因果関係までを識別できていない。因果関係を把握するためには、海外の先行研究でも実施されていた「パネル調査」を

採用する等、より緻密な調査を行っていくことが求められる。

また、仮に「旅行をしたから幸せ」なのだとすれば、どのような経験と幸福感が関連するのかについても考える必要があるだろう。同行者や旅行先の人々と親密な関係を築くことなのか？ ストレスを解消することなのか？ 歴史・文化に触れることで見識を深めることなのか？ 幸福感につながる旅行のプラス要素については、さまざまな仮説が構築可能である。

なお、今回は筆者の実務上の関心から国内観光旅行を対象としたが、日本人の海外旅行や訪日外国人旅行など、さまざまな旅行タイプについても検証していくことが有用であると考えられる。(とやま まさひさ)

【参考文献】

Gilbert, D., & Abdullah, J. (2004). Holidaytaking and the sense of well-being. *Annals of Tourism Research*, 31(1), 103-121.

Nawijn, J. (2011). Happiness Through Vacationing: Just a Temporary Boost or Long-Term Benefits? *Journal of Happiness Studies*, 12, 651-655.

Peterson, C. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. Oxford University Press.

島井哲志・大竹恵子・宇津木成介・池見陽・Lybomirsky, S. (2004). 日本版主観的幸福感尺度 (Subjective Happiness Scale: SHS) の信頼性と妥当性の検討 日本公衆衛生雑誌, 51(10), 845-853.

Van Boven, L., & Gilovich, T. (2003). To do or to have? That is the question. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 1193-1202