

ひとつひとつ、ひとと地域、そしてひとと自然とのつながりは、ひとの感じるウェルビーイング（心身社会の良い状態）を高めます。

ウェルビーイングとは超訳すると、ひとと社会の幸せのことです。瀬戸内海の島々の緑とかなきつ黄色と青い海、ゆったりと流れる時間と助け合いのこの近所付き合い。中国山地の里山での対話に満ちた生活。水辺空

# 想



としゆき 保井 俊之

## 幸せを自ら創るスキル

間とひとの行き交いがほどよく混ざったまちのにぎわい。ひとひとの温かいつながり。カーブ愛をはじめとする熱烈な地域愛着。広島は間違いなく幸福度の高い地です。先祖が瀬戸内の海の出で、身体半分がいりこ

だしできていくウェルビーイング研究者はそう思います。では、この幸せに満ちた広島を離れる若者が多いのは、なぜでしょうか。ライブが来ないか

ら、伝統の殻が硬過ぎるから、ワクワクすることがないから。分かったような分からないような説明です。

若者を中心とする人口流出ワースト県の発生は、実は別の二つの要因、広島の若者が感じる自己実現と自己決定の低さからではないでしょうか。自分と周囲の未来を自らデザインし進む道を決められることは、幸せへの近道です。広島には自己実現

と自己決定のチャンスが少しだけ少ないようです。自分で自分の幸せがデザインできるスキルと実感がなければ、その地を離れたくなるでしょう。

しかし童話「青い鳥」のように、広島を離れてから気付くのです、広島がウェルビーイングあふれる地であることに。最近の広島への移住や関係人口拡大のブームはそれを物語っています。

自分と地域の未来を自分ごととしてデザインし、幸福度を高める科学的なスキルがあり、学ぶことができる。地域通貨やW e b 3 ・ 0 などのテクノロジ

は幸せのつながりを加速します。わたくしが伝えたいこのメッセージと手渡したいスキルセットを持って、今日もわたくしは広島を中心に全国を回っています。（観啓大学学部長・教授／ウェルビーイング研究者）