



## お金は稼げば本当に幸せになれる？

今月のあけぼの通信号では先月号とは打って変わって、**収入と幸福との相関関係**についておもしろい研究をいくつか見つけましたのでそちらを皆さんにシェアしたいと思います。

先進国の調査によると、経済成長によって一人当たりの所得が増えても、あるところを超えると、一人当たり所得の伸びと「幸福度」の伸びが明確な相関を持たなくなることがわかっています。

最初にこのことを提唱した米国の経済学者、リチャード・イースタリンにちなんで「イースタリンの幸福のパラドックス」と言われます。

『「貧しい人は、お金により幸福感が増す。しかし、中流に達すると、それ以上お金が増えても、幸福感はあまり変わらない。ある研究によれば、年収が7万5千ドル(日本円で年収800万円)を超えると、お金が増えても幸福感はほとんど増えない。』

つまり、800万円から超えると幸福度がそれほど上がらないそうなんです。ある程度の収入までは稼げば稼ぐほどお金の不安がなくなったり、生活が安定することによって幸福度が上がるそうなんです。

しかし、それより先に行ってしまうと幸福度があまり上がらなくなってしまうということなんですよね。



それ以上を超えると、稼げば稼ぐほどもっとお金持ちの方と比べたりしてしまうようで、もっともつととなってしまう、逆に不幸になってしまうそうです。

お金がありすぎるのも考えようなんですね、.....

ただ、このお話には続きがありました。

## お金を稼いで幸せになる方法

一つだけ、年収800万円を超えても幸福度があがる方法があるそうです。

エリザベス・ダンさん、マイケル・ノートンさんがアメリカ人6000人をランダムに抽出して月収と幸福度、毎月の個人的な消費、他人への消費、他人へのプレゼント、慈善事業や寄付などの相関関係を調べた研究がありました。

すると、個人的な消費は幸福度と無関係だったそうです。

しかし、一方で他人への消費や誰かにご飯をご馳走してあげたり、

奥さんや子供にプレゼントをあげるような他者への出費は幸福度と相関関係があったそうです。

**つまり利他的な出費をすると、幸福度が上がることがこの研究で明らかになったんです。**

他人のために使うプレゼント、慈善事業、寄付などの他人のための出費が増えていけばいくほど人間は幸せになっていくそうです。

見栄などのためではなく、純粹に他人のためにお金を使うのであれば、幸福度に繋がるそうです。

さらに、エリザベス・ダンさんがボーナスをもらった会社員 16人を追跡調査するという研究も行いました。

すると、他人のためにボーナスを使った会社員は6週間から8週間の間で幸福度が上がったそうです。

この幸福度の上昇はたまに行く楽しい旅行に行くのと同じくらいの期間の幸福度の上昇だそうです。だいたいゴールデンウィークなど長期の休みに旅行に行くのと同じくらい幸福度が上がるそうです。

また、注目すべきはボーナスの額よりもその使い方が重要ということでした。

例えば  
ボーナス100万円で2万円奥さんにプレゼントした人と  
ボーナス10万円で5万円奥さんへのプレゼントをあげた人とを比較すると後者の方が幸福度が上がったそうです。

また小さな調査ですが、参加者に5ドルまたは20ドル使ってもらおうという調査で3択を選んでもらうようにしました。

- ・自分の欲しいものに使ってもらう
- ・他人へのプレゼントを買ってもらう
- ・慈善事業に寄付してもらう

この3択から選んでもらった結果、他人のためにお金を使った人他人へプレゼントを買う方や慈善事業に寄付するの方が幸福度が上がったそうです。少額でも他人のためにお金を使うことが大切ということでした。

まとめると、年収を1000万円以上稼いでも自分のために使うのではなく、他人のために使う事が自分の幸福に繋がるということがわかりました。

またこの実験の結果として金額の大小は幸福度に影響しなかったそうです。もらったお金よりも誰に使うかが大事だし、少額の利他的な出費でも十分幸福度が上がる効果があるということでした。

他人をいっぱい助けて、他人からもいっぱい助けってもらうという生き方が一番幸福になれそうです。

ぜひ、皆さんも今週末身の回りの大切な人に何かプレゼントしてみてもどうでしょうか？あけぼの通信 10月号は以上です。最後までご覧いただきありがとうございました。

## 会社情報

社名 曙建設株式会社  
ホームページ

<http://akebono-con.co.jp/> 曙建設株式会社

