

文部科学記者会、科学記者会、千葉県政記者クラブ、PR TIMES 御中

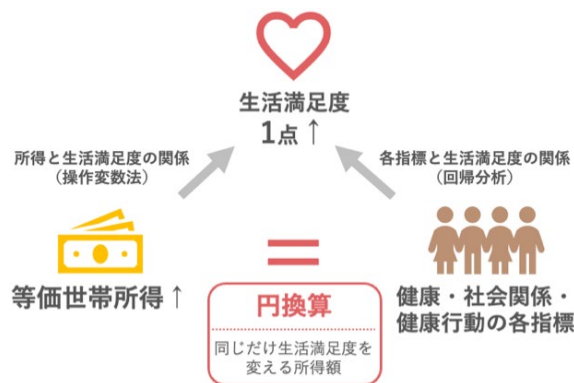
2026年7月30日
国立大学法人千葉大学

健康・社会関係・健康行動の価値を「円」で見える化 ～全国調査で、生活満足度1点・1年間の価値は約151万円と推定～

千葉大学予防医学センターの河口謙二郎特任助教（研究当時、現・東京女子医科大学助教）、竹内寛貴特任研究員、中込敦士准教授、井手一茂特任准教授、近藤克則特任教授の研究チームは、全国20～79歳の成人を対象としたインターネット調査データを用い、WVA^{注1)}により、所得と生活満足度の関係を基準として、健康・社会関係・健康行動に関する19指標と生活満足度との関連が、どの程度の所得額に相当するかを調査しました。その結果、生活満足度が1点高い状態を1年間維持する価値を表す「1 WELLBY^{注2)}」は約151万円と推定されました。また、孤独感、地域への信頼や愛着、食事多様性など、従来は「お金」に換算しにくかった「ウェルビーイング（幸福や心身の良好な状態）」の価値を「見える化」することが可能になります。本研究成果は、2026年6月13日に、学術誌 Value in Health でオンライン公開されました。（論文はこちら：[10.1016/j.jval.2026.05.008](https://doi.org/10.1016/j.jval.2026.05.008)）

■研究の背景

限られた予算を公的施策や事業へ適切に配分するには、その成果を共通の「お金」で捉えることが重要です。従来は、医療費の削減や生産性損失など金銭換算しやすい項目が中心で、孤独感や社会的つながりなど、「ウェルビーイング」の金銭換算値を推定する方法は限られていました。本研究では WVA を用い、全国20～79歳の成人データから、健康・社会関係・健康行動に関する19指標と生活満足度との関連に基づく金銭換算値を推定しました。



図：WVAによる金銭換算値を推定する方法の概要

■研究成果のポイント（詳細は別添参照）

- ・健康・社会関係・健康行動の19指標について金銭換算値を推定：約15,000人を対象に、2025年2～3月に調査を実施しました。メンタルヘルス、社会関係、健康行動、ヘルスリテラシー、女性の健康の5領域19指標について、各指標と生活満足度との関連がどの程度の所得額に相当するかを推定しました。
- ・1 WELLBYの価値は約151万円：生活満足度が1点高い状態を1年間維持する価値は、約151万円でした。この分析では、世帯人数を考慮した等価世帯所得^{注3)}を基準とし、所得と生活満足度の関係における測定しにくい要因の影響を抑えるため、両親の学歴を操作変数^{注4)}として用いました。分析条件を変えた複数の分析では、推定値は約151万～204万円の範囲でした。
- ・政策評価やSROI^{注5)}分析への応用：今回推定した金銭換算値は、事業の効果を適切な方法で測定したうえで、その変化量と組み合わせることにより、社会的価値の金額を推定できます。異なる事業の結果を共通の単位で整理することにも活用できます。ただし、事業効果を因果的に評価するには、適切な研究デザインが別途必要です。

■今後の展望（研究者コメント）

本研究は、健康・社会関係・健康行動の各指標と生活満足度との関連を「お金」で見える化し、医療・介護・社会福祉・地域行政などの政策や事業を共通単位で検討する基盤を提供します。今後、自治体や民間企業による費用便益分析やSROI分析の参照値としての活用が期待されます。

■用語解説

注 1) WVA (Well-being Valuation Approach) : 所得と生活満足度の関係を基準として、健康状態や社会とのつながりなどと生活満足度との関連を所得額に換算する方法。

注 2) WELLBY (Well-being-Adjusted Life-Year) : 0～10 点で評価する 1 人の生活満足度が、1 点高い状態で 1 年間過ごす価値を表す単位。政策や事業の成果を生活満足度という共通の基準で捉える際に用いられる。

注 3) 等価世帯所得 : 世帯全体の所得を世帯人数の平方根で割り、世帯人数の違いを考慮した所得。たとえば、同じ世帯所得でも、1 人暮らしと 4 人暮らしでは生活のゆとりが異なるため、この違いを調整する。

注 4) 操作変数法 : 所得と生活満足度の関係を、測定できない要因による偏りをできる限り抑えて推定するための分析方法。本研究では、父親・母親の学歴を操作変数として用いた。

注 5) SROI (Social Return on Investment : 社会的投資収益率) : 事業や政策によって生じた社会的価値を金銭換算し、事業や政策にかけた費用に対して、どれだけの社会的な価値が生まれたかを示す指標。

■論文情報

タイトル : The Monetary Value of Health and Health Behaviors in Japan: A Well-being Valuation Approach

著 者 : Kenjiro Kawaguchi, Hiroki Takeuchi, Atsushi Nakagomi, Kazushige Ide, Katsunori Kondo

雑誌名 : Value in Health

D O I : [10.1016/j.jval.2026.05.008](https://doi.org/10.1016/j.jval.2026.05.008)

■研究プロジェクトについて

本研究は戦略的イノベーション創造プログラム (SIP)「包摂的コミュニティプラットフォームの構築」JPJ012248 の支援を受けて実施されました。

< 研究に関するお問い合わせ >

千葉大学予防医学センター 准教授 中込敦士

Tel: 043-290-3177 Mail: anakagomi0211[at]chiba-u.jp

< 広報・報道に関するお問い合わせ >

千葉大学 広報室

Tel: 043-290-2018 Mail: koho-press[at]chiba-u.jp

※[at]を@に置き換えてください。

（添付資料）指標別の金銭換算値

以下は、各指標の得点が 1 点高いことと生活満足度との関連を、所得額に換算した値です。条件や分析方法を変えた複数の分析における推定値の範囲を示しています。

領域	指標（測定尺度）	得点幅	高得点の意味	1 点あたりの金銭換算値（万円）
メンタルヘルス	精神的健康度（World Health Organization-Five Well-Being Index：WHO-5）	25	精神的健康度が高い	+21～+40
	うつ症状（Patient Health Questionnaire-9：PHQ-9）	27	うつ症状が重い	－22～+42
社会関係	認知的ソーシャル・キャピタル（Cognitive Social Capital）	12	地域への信頼・助け合い・愛着が高い	+34～+64
	社会的ネットワーク（Lubben Social Network Scale-6：LSNS-6）	30	家族・友人とのつながりが多い	+12～+24
	知覚されたソーシャル・サポート（Multidimensional Scale of Perceived Social Support：MSPSS）	42	支援を得られる感覚が高い	+13～+27
	孤独感（UCLA 3-Item Loneliness Scale：UCLA-3）	9	孤独感が強い	－50～+97
健康行動：睡眠	不眠症状（Athens Insomnia Scale：AIS）	24	不眠症状が重い	－24～+42
健康行動：運動	運動への態度（Exercise Attitude Scale：EAS）	24	運動への態度が良好	+9～+19
	運動セルフエフィカシー（Exercise Self-Efficacy Scale：ESES）	20	運動を続ける自信が高い	+13～+20
健康行動：食事	食事多様性（Dietary Variety Score：DVS）	10	摂取食品群が多い	+17～+31
	体重コントロール自己効力感（Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire-Short Form：WEL-SF）	80	食欲を調整する自信が高い	+4～+8
	食事セルフエフィカシー（Eating Self-Efficacy Brief Scale：ESEBS）	40	食行動を調整する自信が高い	+4～+7
	制御不能な食行動（Three-Factor Eating Questionnaire-R21 Uncontrolled Eating subscale：TFEQ-UE）	100	食行動の制御困難が強い	－2～+4
	感情的な食行動（Three-Factor Eating Questionnaire-R21 Emotional Eating subscale：TFEQ-EE）	100	感情による過食傾向が強い	－2～+4
	認知的制限（Three-Factor Eating Questionnaire-R21 Cognitive Restraint subscale：TFEQ-CR）	100	体重管理のため食事を制限する傾向が強い	有意な関連なし
ヘルスリテラシー	一般ヘルスリテラシー（European Health Literacy Survey short form：HLS-Q12）	50	健康情報を理解・活用する力が高い	+6～+16
	デジタル・ヘルスリテラシー（Digital Health Literacy Instrument：DHLI）	63	デジタル健康情報を活用する力が高い	+6～+11
女性の健康	月経前症候群（Premenstrual Syndrome Short Scale：PMS-8）	40	症状が重い	－4～+12
	更年期症状（Simplified Menopausal Index：SMI）	100	症状が重い	－2～+7

注：金銭換算値は、各指標と生活満足度との関連を所得額に換算した値であり、各指標が 1 点変化した場合の因果効果を示すものではありません。表には、計算の前提を変えた複数の分析における推定値の範囲を、万円単位で丸めて示しています。各指標に用いた測定尺度は、得点幅と 1 点の意味が異なるため、1 点あたりの金銭換算値は、同じ尺度内での得点差の目安として解釈してください。異なる尺度間で重要度や政策上の優先順位を単純に比較するものではありません。「+」は得点が高いことが金銭換算値の増加に相当すること、「－」は得点が高いことが金銭換算値の減少に相当することを示します。