

# 世界一幸福度の高い国とは

＜日本が劣っているのではなく、社会システムの違いである＞

レポート：山城吉勝

## ★初めてのデンマーク

出発前から言葉、食事、コンセントなどの心配をしながら慌てて準備して、飛行機に乗り込みました。約 12 時間近くの長いフライトで本当に遠い国だと感じましたが、空港に到着すると木を基調としたつくりで、デンマークへ来たなと感じました。空港から移動したバスからの景色は広大な土地と海や風車がみえ、空が高く見えました。滞在する場所はバイキング、大聖堂で有名なロスキレ市で絵本にでてくるようなかわいらしい住宅が並んでいました。港近くにあるダンホステルに到着後は初めて経験する時差ボケとの戦いでした。

## ★高齢者ケアセンター・アスターズハイ

到着後、初めての訪問した施設で、日本でいう特別養護老人ホームに相当し、スライドでホームの紹介と実際に生活している居住スペースを見学しました。まず、驚いたのは日本の介護施設では入浴の時は浴室前に車椅子が並んでおり、流れ作業のように入浴を行っているところが多いですが、ここではホテルの一室のような部屋にある浴室で一人一人入浴を行っているそうです。また、ベッドの上にはリフトが必ずあり、介護者が腰痛で悩む日本では考えられませんでした。外の庭に出ると大きなリンゴの木があり、建物の



＜アスターズエムにて＞

周囲を入居者が 2 人乗りの自転車を元気よく運転していました。日本では食事、入浴などは慌ただしく時間との闘いですが、ここでは一人一人の希望に沿って、時間を大切にしている印象を受けました。

## ★森の幼稚園・ステインルース

見学を楽しみにしていたところで、園舎がバスで森が幼稚園になっています。バスで数十ヶ所ある森の中から 1 ヶ所をバスで移動し、その日の活動場所へ向かいます。バスを降りると、リュクサックを背負った子どもたちとスタッフが森の中を歩いて行き、今日の森の幼稚園が始まります。到着後、子どもたちが持って来た軽食のパンや人参などを丸かじりしてい

るのに驚きました。デンマークでは子どもころから生野菜を丸かじりしているそうです。森の中では特に誰かに教えられるのではなく、スタッフの見守りの中、虫やトカゲを捕まえてかごに入れたり、木に登ったり、ブランコに乗ったりしています。ここでは遊び方、誰と遊ぶかなど、子どもたち自身で考えて、自由な時間を過ごしており、子どもたちが最低限の大人の見守りしている中で、幼少期から自己決定する力を身につけていくのだと感じました。

### ★ロスキレ市長<ジョイさん>

ロスキレ市役所を訪問し、素敵女性市長と会うことができました。彼女のロスキレ市や市民に対する想いや自信を持って笑顔で話す姿がとても印象的でした。

議員になるきっかけを質問すると、15歳の時に周りの貧困をみて議員を志し、25歳で議員になり、30代で市長を勧められて、1度きりの人生だからと思い切って市長になったそうです。

また、デンマークでは多くの人々が中学生の頃に将来、自分の就きたい仕事を決めていることに驚きました。是非、日本で市長をして欲しいと思うほどのとても素敵な市長さんでした。

### ★買い物

ロスキレは美しい街並みで地面がレンガづくりになっており、歩いているだけでも楽しめます。

近所のスーパーに買い物へ行くと、見慣れない、珍しい商品がたくさん並んでおり、ビールの種類もたくさんあり、まし



な物を選んでカードや現金で買いました。店員は愛想がよく、英語が話せないわたしにも優しく接してくれました。

ほとんどのお店が夕方には閉まったり、ペットボトルの水よりもビールが安いことにとっても驚きました。

### ★サイクリング

1回目のフリータイムは首都であるコペンハーゲンの美しい街並みを観光しましたが、2回目は身近にデンマークを感じたいという思いで、参加者と2人で自転車をレンタルし、近所の海岸沿いをサイクリングしました。言葉の壁があり、お店を探すまで悪戦苦闘、だいぶ時間はかかりましたが、レンタルした自転車に乗り、少し練習した後、出発。海が見える景色や自転車専用の道路を風を切って走るのは快感でした。

しかし、帰り道が分からなくなり、戻するのに時間がかかりましたが、クタクタでたどり着いたカフェテラスで約束していたビールはとても美味しく感じ、疲れを癒してくれました。

## ★世界一幸福度の高い国

夏代さんの話の中で、デンマークでは生まれた子どもに民主主義がプレゼントされ、国が子どもを愛し、幼少期から自己決定、自己責任で考える力を学んでおり、国民は高い自己肯定感を持っていることや就業時間が短く、余暇の時間を大切にしていることを教えてくれました。

近所の公園や海辺では休日や夕方に家族や恋人、友人との余暇を大切にしている姿をみると、とても贅沢な過ごし方をしていると思いました。

散歩ですれ違う人、スーパーやカフェの店員など、その笑顔には生活のゆとりを感じ、高い税金を払うかわりに教育費、医療費、老後の心配はなく、安心して過ごすことができ、「みんなちがってみんないい」という考え方が世界一高い幸福度につながっていると思いました。

## ★光と影

美しい景色、余暇活動を大切にしているデンマークはとても幸せそうな国だと感じましたが、きれいな空気や景色以外にタバコの吸い殻、壁や電車への落書きの多さにおどろきました。また、自己決定、自己責任や女性の社会進出の高さ、社会保障の充実などがあり、離婚率が高い要因にもなっているそうです。

近年では薬物や自殺が問題になっており、18歳で家から独立する孤独感も関係しているようです。とても素晴らしい国ですが、光の部分だけではなく、見過ごしやすい影の部分を見るこ

とも必要だと思いました。

## ★日本と比べてみて

日本では「おもてなし」という言葉があるように他人に対する気遣いや心くばりがあるように思います。また、山、川、海がある自然豊かな国ですが、他人の目を気にしすぎのようになります。デンマークと比べて、違うのは当たり前ですが、日本が劣っているのではなく、国民性、考え方や政治を含めた社会システムの違いであると感じました。

## ★最後に

この研修では色々な年代の方々が参加されたので、とても勉強になりました。

特に夜、飲みながらの話や同室の方との話はとても刺激になる話ことができました。

また、行く先々の訪問先でスタッフや利用者から大歓迎を受けたのは、長い時間をかけて、信頼関係を築いてきた夏代さん、中能さんのおかげだと思います。

お二人には感謝の気持ちでいっぱいです。また、いつかデンマークに研修に行きたいと思います。ありがとうございました。



<帰りの空港で>