

Title	ミニマリストライフスタイルが個人の総合的なウェルビーイングに与える影響の探究:中国深圳市でのケーススタディ
Author(s)	傅, 麟
Citation	
Issue Date	2023-12
Type	Thesis or Dissertation
Text version	ETD
URL	http://hdl.handle.net/10119/18819
Rights	
Description	Supervisor: 永井 由佳里, 先端科学技術研究科, 博士

氏名	Fu Lin
学位の種類	博士 (知識科学)
学位記番号	博知第 343 号
学位授与年月日	令和 5 年 12 月 22 日
論文題目	Exploring the Impact of Minimalist Lifestyle on Individual Overall Well-being: A Case Study from Shenzhen, China
論文審査委員	北陸先端科学技術大学院大学 永井由佳里理事 同 西村拓一 教授 同 藤波 努 教授 同 KOOHSARI MJ 准教授 岩手大学 田中隆充教授

論文の内容の要旨

This doctoral dissertation investigates the intricate relationship between lifestyle, consumer habits, and their ultimate contribution to human well-being. The study addresses the gap in understanding how various lifestyles impact consumption behaviors and subsequently influence the well-being of individuals and society at large. The research is anchored in the contemporary discourse surrounding minimalist lifestyles, which have garnered substantial attention in recent years. By establishing a robust research model, this study verifies the positive impact of minimalist lifestyles on fostering sustainable consumption habits and, in turn, enhancing human well-being.

Owing to its positive impact on individual well-being, the concept of minimalism has garnered increasing attention from scholars worldwide. However, current research is primarily inferential and lacks empirical evidence. Additionally, studies conducted thus far have focused only on the general population in developed countries, presenting issues of incompleteness and generalizability. This study aimed to examine and validate scientific evidence of the positive impact of minimalism on individual well-being by developing a research model that explores the relationship between minimalist lifestyles and personal well-being. To this end, highly validated data from Chinese residents were analyzed using factor analysis and structural equation modeling (SEM) analysis.

The findings indicate that Chinese residents' minimalist lifestyle is influenced by three key factors: clutter

removal, cautious shopping, and a high-cycle life. Furthermore, minimalism was found to impact personal well-being positively, with clutter removal being the most significant contributing factor. These results suggest that minimalism can be an effective lifestyle choice that positively affects personal well-being and quality of life across different cultural and social contexts, albeit with variations in expression and concern. This research contributes to the Minimalist

Well-being Model, which comprehensively explains how minimalism is defined in relation to well-being. By promoting intentional consumption and sustainable habits, this dissertation underscores the potential for intentional lifestyles to shape both individual lives and the collective well-being of humanity. The findings not only provide design inspiration for businesses but also underscore the imperative of guiding society towards more sustainable and holistic lifestyles for the betterment of current and future generations.

In conclusion, this dissertation offers a comprehensive exploration of the impact of lifestyle on consumption habits and well-being, anchored in the context of minimalist lifestyles. The research model and findings contribute to the broader understanding of how lifestyle choices influence human behavior and societal progress. The study encourages a paradigm shift towards more sustainable and intentional lifestyles for the betterment of individuals and the environment.

Keywords: minimalist lifestyle; emotional; personal well-being; survey questionnaire; sustainable development;

論文審査の結果の要旨

過剰な豊かさや贅沢よりも質素な生活とそれを重んじる価値観が、環境志向の向上にともない世界各地で高まっている傾向がある。本博士論文はこのような新しい世代の生活様式の隆盛を指摘することを起点に、文化とライフスタイル、価値観についての議論を行っている。具体的には、中国の深圳（シンセン）地域を事例として選択し、ミニマリズムを調査する研究である。500名以上の規模でアンケートを実施し、人々の意識や嗜好を追求する目的で調査を実施し、分析を行っている。その結果は、従来にないミニマリズムの生活様式に関する新規性の高い方法論を示すに至っており、新規性が認められる。知識科学において、社会変化に伴う人々の意識や文化の変化と生活様式との関係を深掘りすることが従来から取り組まれてきたが、本

研究は中国で急速に発展を遂げた都市を対象にすることで、これまでにない新しい知見を導く学術面での貢献を果たしている。当該分野で重要視されている Q1 ランクのジャーナルに掲載されたことから、この研究の意義が示されている。ライフスタイルが個人にもたらす心理的影響を明らかにするだけでなく、簡素な生活スタイルを選択する人が心理的満足を得ている傾向があることをアンケートの分析により明らかにしたが、この調査結果は人々の購買行動をよりよく理解することを可能とするものであり、独創性に富むとともに有用性が高く、マーケティングなどに役立つものと考えられる。ミニマリストとウェルビーイングとの関係を明確にした点で、社会的にも価値があり、有意義である。今後、具体的にウェルビーイングに資する生き方の人のメンタルモデルや環境負荷について明確にして、世界的に研究内容を発信しミニマリストを増加させる活動を進めていくことが期待される。

以上、本論文は、中国都市部の生活様式の傾向としてミニマリズムについて調査・分析・考察したものであり、学術的に貢献するところが大きい。よって博士（知識科学）の学位論文として十分価値あるものと認めた。