

G1 Reading & Speaking Practice Lesson #4

Story

The Importance of Happiness

Although everyone has experienced happiness, it is one of the most **notoriously** difficult concepts to research.

Because happiness is so vague and **subjective**, often scientists simply **resort to** asking people how happy they are.

Because happiness has been shown to effect health, longevity and work performance, it is important to study.

How health and happiness are linked is not understood.

It is possible that happiness **induces** good health or **vice versa**.

Researchers confidently state that having good relationships with family and friends as well as having concrete life goals is important to happiness.

It has also been shown that once the basics of food, shelter and clothing **are provided for**, additional money is relatively **insignificant**.

One's level of happiness does not **correspond to** their level of wealth.

For these reasons, the residents of the Himalayan nation of Bhutan have come up with a novel

27 approach to quality of life. Most nations measure
28 their national success using Gross Domestic Product,
29 or the amount of money they make to measure their
30 success. However, the people of Bhutan feel that
31 spiritual and cultural issues are overlooked.

32 As a result, the people of Bhutan measure their
33 success using a **Gross** National Happiness index
34 instead.

35 Infrastructure is built and the people engage in
36 industry and trade based on how it will improve the
37 contentment and quality of life of the people rather
38 than for economic considerations.

39 The result of these policies means the Bhutanese
40 people are some of the happiest on earth, reporting
41 the highest levels of personal **fulfillment**.

43 Vocabulary Practice

44 ※ Try making sentences using these vocabulary words.

45 **notoriously**: 悪名が知れわたるほどに

46 **resort to**: 訴える **correspond to**: 対応する

48 Reading Comprehension Questions

49 ※ Find the answer in the text. Try answering the questions yourself
50 before skipping to the sample answers.

- 51 1. Why is happiness a notoriously difficult concept
52 to research?
- 53
- 54 2. How do scientists usually measure happiness?
- 55
- 56 3. Why is it important to study happiness?
- 57
- 58 4. Why do researchers say one's level of happiness
59 does not correspond to their level of wealth?
- 60
- 61 5. How do the people of Bhutan measure the
62 success of their nation?
- 63

64 **Your Thoughts**

65 ✖ Give your own opinion about these questions. Try answering the
66 questions yourself before skipping to the sample answers.

- 67
- 68 6. Do you think that wealth can bring happiness?
- 69
- 70 7. What do you think of measuring a nation's
71 success based on Gross National Happiness?
- 72
- 73 8. Do you think the people in your nation are mostly
74 happy?
- 75

76 9. Do you think good health causes happiness or
77 that happiness is caused by good health?

78
79 10. What lesson can we learn from this story?

80 81 Sample Answers

- 82 1. Because of its vague and subjective nature.
- 83
84 2. They simply resort to asking people how happy
85 they are.
- 86
87 3. Because it is linked to health, longevity and work
88 performance.
- 89
90 4. Because once the basics of food, shelter and
91 clothing are provided for, additional money is
92 relatively insignificant.
- 93
94 5. The use a Gross National Happiness index
95 instead.
- 96
97 6. I think that wealth can give you more
98 opportunities to do things that make you happy,
99 but if you spend most of your time doing stressful
100 things to get the wealth then you won't be happy.

- 102 7. I think it is a good measure to have so that it is
103 something to aim for, but I think it is difficult to
104 really measure and rate happiness.
105
- 106 8. I am not sure. I think people here don't tend to
107 express their discontentment loudly.
108 However, I think the nation is going through
109 rough economic times.
110
- 111 9. I think good health causes happiness because
112 when my health is better, I feel happier even if it
113 was difficult to do extra exercise to become
114 healthier and nothing else in my life changed.
115
- 116 10. Even though it would be better to focus on making
117 society a happier place rather than a richer place,
118 especially since the latter often benefits only a
119 small number of people, scientists haven't found a
120 good way to make people happier.

121 追加の語彙

122 **notoriously:** 悪名が知れわたるほどに **subjective:** 主観の

123 **resort to:** 訴える **longevity:** 長生き **induce:** 引き起こす

124 **vice versa:** 逆に **insignificant:** 取るに足らない

125 **be provided for:** 提供される **correspond to:** 対応する

126 **Himalayan:** ヒマラヤの **novel:** 新しい **gross:** 総体の

127 **infrastructure:** 基盤 **fulfillment:** 履行

129 **※翻訳ツールを使用しています。 参考にまでにご利用下さい。**

130 幸福の大切さ

131 誰もが幸福を経験したことがあります。それは研究するのが最も難し
132 い概念の 1 つです。幸福というのは非常に曖昧で主観的なものであ
133 るため、多くの場合、科学者は単に人々に自分がどれだけ幸せかを尋
134 ねることに頼っています。

135 幸福は健康、長寿、仕事のパフォーマンスに影響を与えることがわかっ
136 ているので、勉強することは重要です。健康と幸福がどのように関
137 連しているのかは理解されていません。幸福が健康をもたらすこと
138 も、その逆のこともあり得ます。研究者らは、家族や友人と良好な
139 関係を持つこと、そして具体的な人生の目標を持つことが幸福にとっ
140 て重要であると自信を持って述べています。また、基本的な食料、
141 住居、衣類が提供されれば、それ以上のお金は比較的重要ではないこ
142 とも示されています。人の幸福のレベルは富のレベルに対応しませ
143 ン。

144 こうした理由から、ヒマラヤの国ブータンの住民は、生活の質に対する
145 斬新なアプローチを考案しました。ほとんどの国は、国内総生産、
146 つまり成功を測るために稼いだお金の量を使用して国家の成功を測定
147 します。しかし、ブータンの人々は精神的、文化的な問題が無視さ
148 れていると感じています。その結果、ブータンの人々は代わりに国
149 民総幸福度指数を使用して自分たちの成功を測定します。インフラ
150 は建設され、人々は経済的な理由からではなく、それがいかに人々の
151 満足感や生活の質を向上させるかに基づいて産業や貿易に従事しま
152 す。これらの政策の結果、ブータン国民は地球上で最も幸福な人々
153 の一人となり、最高レベルの個人的充足感を報告していることを意味
154 します。

155 読解問題

156 ※答えは本文中にあります。 回答例に進む前に、自分で質問に答え
157 てみてください。

- 158 1. 幸福は研究が難しいことで知られる概念であるのはなぜですか?
- 159 2. 科学者は通常、幸福度をどのように測定しますか?
- 160 3. 幸福について研究することがなぜ重要ですか?
- 161 4. なぜ研究者たちは、人の幸福のレベルが富のレベルと一致しないと
162 言っているのですか?
- 163 5. ブータンの人々は国の成功をどのように測りますか?

164 どう思いますか?

165 ※これらの質問について、あなた自身の意見を述べてください。

166 回答例に進む前に、自分で質問に答えてみてください。

- 167 6. 富は幸福をもたらすと思いますか?
- 168 7. 国民総幸福量に基づいて国の成功を測ることについてどう思います
169 か?
- 170 8. あなたの国の人々はほとんど幸せだと思いますか?
- 171 9. 健康が幸福をもたらすと思いますか、それとも健康が幸福をもたら
172 すと思いますか?
- 173 10. この話からどんな教訓が得られますか?

174 回答例

- 175 1. 曖昧で主観的な性質のため。
- 176 2. 彼らは単に人々に自分がどれほど幸せかを尋ねることに頼っていま
177 す。
- 178 3. 健康、長寿、仕事のパフォーマンスにつながるから。
- 179 4. 食料、住居、衣類の基本が提供されれば、それ以上のお金は比較的
180 重要ではないからです。

- 181 5. 代わりに国民総幸福量指数を使用します。
- 182 6. 富があると、幸せなことをする機会が増えると思いますが、富を得
183 るためにストレスの多いことにほとんどの時間を費やしていたら、
184 幸せにはなれません。
- 185 7. 幸福度は目標としては良い尺度だと思いますが、実際に幸福度を測
186 って評価するのは難しいと思います。
- 187 8. よくわかりません。 この人々は不満を大声で表現する傾向がな
188 いと思います。 しかし、この国は厳しい経済状況を経験している
189 と思います。
- 190 9. 健康が幸福をもたらすと私は考えています。 健康になるために余分
191 な運動をするのが難しくても、生活に他に何も変化がなかったとし
192 ても、健康が良くなるとより幸せを感じるからです。
- 193 10. 社会をより豊かな場所にするよりも、より幸せな場所にすることに
194 焦点を当てたほうがよいにもかかわらず、特に後者は少数の人にし
195 か利益をもたらさないことが多いため、科学者たちは人々をより幸
196 せにするための良い方法をまだ見つけていません。