



のがみ公民館たより

発行：2026（令和8）年6月、野上公民館

日常でもよく聞く言葉ですが、「価値観」、ちゃんと説明しようとするとなんて難しいですね。

「価値観」の意味

価値観は、何を大事にするかという「優先順位」や「物事の判断基準」のことだと言われます。お金の使い方、仕事への考え方、結婚や子ども、時間の使い方など、生き方のほとんどに関わります。同じ環境で育った家族でも価値観は、ずれるので、夫婦や恋人、職場の人と価値観が違うのは「ごく普通に起こること」と考えられます。

価値観は、生まれつき固定のものではなく、経験、人との出会い、環境の変化などで少しずつ変わっていきとされています。

- 仕事で挫折して「健康が一番大事」と思うようになった
- 海外に行って「多様性を尊重したい」と感じるようになった

このように、人生の出来事を通して価値観は更新されていきます。

人間関係と価値観

恋人や友人、職場で感じる「合う」「合わない」の多くは、性格よりも価値観の違いから来ることが多いとも言われます。

「仕事優先か、プライベート優先か」「個人主義か、協調性重視か」といった違いがぶつかると、「この人とは合わない」と感じやすくなります。

人と関わる中で「価値観の違い」を感じる場面は、なかなか避けられないものです。

価値観の違いとは

価値観は「何を大事にするか」という、ものの見方や判断の基準です。育った環境や経験、家族関係などで自然に形づくられます。ですので、仲の良い恋人や夫婦でも、次のような違いは普通に起こります。

- ◇お金の使い方
- ◇仕事とプライベートの優先度
- ◇結婚・子ども・家族付き合いの考え方
- ◇時間の使い方、休みの過ごし方

「違う＝相性が悪い」とは限らず、「どれくらい違うか」「どう扱うか」が大事だと言われています。話してもすり合わせができないと「一緒にやっていくのは難しいサイン」と考える人もいます。

価値観のすり合わせ

価値観のすり合わせは、お互いの「何を大事にしているか」や「どうあるのが普通だと思うか」をお互いが言葉にして、ズレを小さくしていく過程のことです。

裏面に続く

ただの妥協ではなく、相手の考えを理解し、二人にとって現実的な落としどころを一緒に探す作業だと説明されることもあります。

よく話題になるのは次のような場面です

- ♣ 夫婦・カップルの結婚観やお金・家事・子育て
- ♣ 仕事での働き方、責任の持ち方、優先順位
- ♣ 友人同士の距離感、連絡頻度、時間の使い方

どれも、価値観のズレを放置すると「相手がおかしい」「自分ばかり損している」と感じやすいところですよ。

価値観のすり合わせは、次の流れで考えると整理しやすいですよ。

まず、「自分は何を大事にしているか」をはっきりさせる。

次に、「相手はなぜそう考えるのか」を聴く。

完全一致を目指さず「ここは譲れる」「ここは譲れない」を、お互い確認する。

続けられそうな中間案やルールを一緒に決めて試す

一度で完璧に決めようとせず、「とりあえずこのルールで当分やってみよう」と期間を区切ってみるのも一つの手段ですよ。

価値観はそう簡単に変わらないので、「変えようとする」より「付き合い方を変える」方が現実的だとされています。「どちらが正しいか」ではなく、「当たり前基準が違うだけ」という指摘もあります。

また、価値観の違いは、どんな関係でも必ず出てくるので「どう解決するか」を知っておくと気持ちも楽になるのではないのでしょうか。

価値観は育ってきた環境や経験で形作られるので、そもそも「同じにならない」のが普通だと言われています。

大事なのは、「どちらが正しいか」ではなく「どこまでなら自分も相手も無理なくいけるか」というところを意識して、どちらか一方が我慢する状態が避けられ、良好な関係でいられることが大事ですね。

※野上公民館の清掃(週4時間程)をしていただける方を募集しています。
詳細は、野上公民館(77-6810)井上までご連絡ください。

☆大雨による災害発生の時期です。
避難情報は必ず確認を！！

