

本学学生における体型意識の性差に関する研究

| | |
|--------|---|
| 著者名(日) | 志渡 晃一, 森田 勲, 竹内 夕紀子, 佐藤 陽香, 山田 耕平 |
| 雑誌名 | 北海道医療大学看護福祉学部紀要 |
| 巻 | 11 |
| ページ | 79-85 |
| 発行年 | 2004 |
| URL | http://id.nii.ac.jp/1145/00006691/ |

<研究報告>

本学学生における体型意識の性差に関する研究

志 渡 晃 一*、森 田 勲**、竹 内 夕紀子*、佐 藤 陽 香***、山 田 耕 平***

要 約：若年者における体型意識の実態をあきらかにすることを目的として、看護福祉学部臨床福祉学科と医療福祉学科医療福祉専攻の男女学生377名を対象にアンケート調査を実施した。BMIをもとに体型を「痩せ群」 $BMI < 20$ 、「標準群」 $20 \leq BMI < 24$ 、「肥満群」 $BMI \geq 24$ の3群に分類し、特に「痩せ群」の体型意識に焦点を当て、性別特性を検討し、以下の結果を得た。

- 1) 現在の体重をもとに算出したBMI「現実BMI」の値（平均値±標準偏差）は、男（ 21.6 ± 2.6 ）に比べて女（ 20.0 ± 2.3 ）で低かった。体型分類別にみると、男では「標準群」(60%)が最も多く、ついで「痩せ群」(25%)、「肥満群」(15%)だったのに対して女では「痩せ群」(60%)が最も多く、次いで「標準群」(36%)、「肥満群」(4%)の順だった。
- 2) 「現実BMI」と美容面からみて理想であるとした体重をもとに算出した「美容BMI」および健康面からみて理想であるとした体重をもとに算出した「健康BMI」の3者を比較対照した結果、男ではそれぞれ（ 21.6 ± 2.6 ）:（ 21.1 ± 2.0 ）:（ 21.6 ± 3.3 ）と3者間に差がないのに対して、女では（ 20.0 ± 2.3 ）:（ 18.2 ± 1.2 ）:（ 18.7 ± 1.8 ）と「現実BMI」に比べて「美容BMI」「健康BMI」で有意（ $p < .05$ ）に低く、痩せ志向が窺われた。
- 3) 「現実BMI」「美容BMI」「健康BMI」の3者について、「痩せ群」を性別にみると、男では（ 18.5 ± 1.1 ）:（ 20.1 ± 1.4 ）:（ 20.5 ± 1.2 ）と理想に向けて体重を増加させようとする傾向があるのに対して女では（ 18.6 ± 1.0 ）:（ 17.7 ± 0.8 ）:（ 18.1 ± 2.0 ）とむしろ減少させようとする傾向を示した。
- 4) 現在の体型について「普通より太っている」と認識している率は、男（37%）に比べて女（54%）で有意（ $p < .05$ ）に高かった。体型分類別にみると、男の「痩せ群」(0%)、「標準群」(42%)に比べて女の「痩せ群」(32%)、「標準群」(85%)で有意（ $p < .05$ ）に高かった。反対に「普通より痩せている」と認識している率は、男の「痩せ群」(70%)に比べて女の「痩せ群」(9%)で有意（ $p < .05$ ）に低かった。
- 5) 体型の変化について「現在より痩せたい」と志向している率は、男（54%）に比べて女（91%）で有意（ $p < .05$ ）に高かった。体型分類別では、男の「痩せ群」(13%)、「標準群」(60%)に比べて女の「痩せ群」(85%)、「標準群」(100%)で有意（ $p < .05$ ）に高かった。反対に「現在より太りたい」と志向している率は、男の「痩せ群」(47%)に比べて女の「痩せ群」(5%)で有意（ $p < .05$ ）に低かった。
- 6) 理想の美容体型として、筋肉質体型を選んだ率は男（84%）、女性（52%）だった。「痩せ群」についてみると男に比べて女で細め目のシルエットを志向している割合が高かった。また、理想の健康体型として、筋肉質体型を選んだ率は男（78%）に比べて、女性（67%）だったが、「痩せ群」において性差はみとめられなかった。
- 7) 体型変化を志向する理由に関して、「痩せ群」についてみると、最も高い項目は男では「強くたくましくなりたい」(50%)、女では「体型が気になる」(59%)であった。痩せたい部分に関して最も高い部位は、男では「胴回り」(75%)、女では「もも」(70%)であった。
- 8) ダイエットに関する情報源については、男では民放テレビ（58%）から得るという回答が最も多く、女性は週刊誌（57%）から得るという回答が最も多かった。また最も回答が少なかったものは新聞や教養書、インターネットからであった。全体に男に比べて女でマスメディアからの影響を多く受けていることが示唆された。

キーワード：体型意識、体型認識、体型志向、ボディイメージ（Body Image）、BMI、美容BMI、健康BMI

* 臨床福祉学科

** 人間基礎科学講座

*** 医療福祉学科

I. はじめに

近年、身体の外見についての関心は高く、多くの人々が「理想的な体型」を追求している。特に女性では「痩せた体型は美しく、様々な領域でよい評価を得ることができる」という認識が蔓延しており、このことが女性の「痩せ志向」に拍車をかけている¹⁾²⁾³⁾。

一方男性では、女性に比べて「美容」を目的として体型を捉えることは少ないと考えられてきたが、最近では雑誌やテレビで男性向けエステティックサロンが盛んに宣伝されるようになるなど男性においても女性と同様に「美容」に対する意識が高まっている傾向がうかがえる。

これまで、体型意識については、女性ではいくつかの研究報告がなされてきたものの男性では研究は少なく²⁾⁴⁾⁵⁾、さらに体型認識を踏まえどのような体型を志向しているのかについてまで言及した報告はほとんどみられない。

そこで、本研究では、若年者の体型意識（自己の体型に対してどんな認識を持ちどんな体型を理想として志向しているのか）について性別特性に焦点を当てて検討し、その実態を明らかにすることを目的とした。

II. 研究方法

本研究は、自記式質問紙票を用いたアンケート調査法を採用し、以下の要領で実施した。

1. 調査対象と期間

調査対象者は、本学の看護福祉学部臨床福祉学科と医療福祉学科医療福祉専攻に在籍する男女学生377名とした。2004年9月13日、16日、17日、27日の講義時において質問紙票を配布し、講義に出席した学生に対して回答を求めた。回答は無記名とし講義内あるいは講義終了後に回収した。なお、本研究の趣旨に同意が得られなかった学生からは無記入のままの質問紙票を回収した。

2. 質問項目

質問項目は、1) 性別や年齢などの基本的属性に関する13項目と体型認識に関する11項目⁶⁾⁷⁾⁸⁾、2) 体質と食行動に関する21項目²⁾⁹⁾¹⁰⁾、3) 運動習慣に関する11項目⁹⁾、4) マスメディアに関する8項目の計64項目であった。

質問項目中の身体像図形はStunkardら（1983年）が作成し、Collinsが修正したものを採用した¹⁾。

3. 体型分類

体型については身長と体重から得られる指数のうち最も体脂肪率と相関が高いとされるBMIをもちいて評価した。日本肥満学会の基準をもとに、痩せ群：BMI<20、標準群：20≤BMI<24、肥満群：BMI≥24に分類した。

現在の体重をもとに算出したBMIを「現実BMI」、美容面からみて理想であるとした体重をもとに算出したBMIを「美容BMI」、健康面からみて理想であるとした体重をもとに算出したBMIを「健康BMI」と仮称した。

4. 分析対象と統計解析

在籍377名のうち、調査当日出席者310名に質問紙票を配布し、回収数は306名分（98.7%）であった。白紙で記入されていないなどの回答に不備のあった1名を除外し、305名（98.4%）を分析対象とした。

回収した質問調査票をもとに表型計算ソフト（Microsoft Excel）を用いてデータセットを作成し、北海道大学大型計算機センターでサポートされている統計プログラムパッケージStatistics Analysis System（SAS）を用いて集計解析を行った。

単変量解析においては、質的変数の検定には χ^2 検定、量的変数の検定にはt検定を用いた。

III. 結 果

1. 体格指数（BMI）

表1に「現実BMI」「美容BMI」および「健康BMI」を性別に示した。

「現実BMI」の値（平均値±標準偏差）は、男（21.6±2.6）に比べて女（20.0±2.3）で低かった。体型分類別にみると、男では「標準群」（60%）が最も多く、ついで「痩せ群」（25%）、「肥満群」（15%）だったのに対して女では「痩せ群」（60%）が最も多く、次いで「標準群」（36%）、「肥満群」（4%）の順だった。

「現実BMI」「美容BMI」「健康BMI」の3者を性別に比較対照した結果、男ではそれぞれ（21.6±2.6）：（21.1±2.0）：（21.6±3.3）と3者間に差がないのに対して、女では（20.0±2.3）：（18.2±1.2）：（18.7±1.8）と「現実BMI」に比べて「美容BMI」「健康BMI」で有意（ $p < .05$ ）に低く、痩せ志向が窺われた。

「現実BMI」「美容BMI」「健康BMI」の3者を「痩せ群」について性別に比較すると、男では（18.5±1.1）：（20.1±1.4）：（20.5±1.2）と理想に向けて体重を増加させようとする傾向があるのに対して女では（18.6±1.0）：（17.7±0.8）：（18.1±2.0）とむしろ減少させようとする傾向を示した。

2. 体型認識と体型志向

表1 現在のBMIと美容BMI、健康BMI

| | 評価 | n | Age | Height | Weight | 現在のBMI | 美容BMI | 健康BMI |
|----|-----------|-----|-----------|------------|-----------|-----------|----------|----------|
| 男性 | BMI<20 | 31 | 21.1±1.32 | 173.1±5.06 | 55.4±4.22 | 18.5±1.08 | 20.1±1.4 | 20.5±1.2 |
| | 20≤BMI<24 | 74 | 20.7±1.50 | 172.6±5.00 | 64.9±5.26 | 21.7±1.06 | 21.2±2.2 | 21.6±3.9 |
| | BMI≥24 | 19 | 21.4±2.24 | 169.5±4.94 | 74.3±8.41 | 25.8±2.25 | 22.7±1.3 | 23.0±2.5 |
| | Total | 124 | 20.9±1.61 | 172.3±5.11 | 63.9±8.15 | 21.6±2.62 | 21.1±2.0 | 21.6±3.3 |
| 女性 | BMI<20 | 97 | 20.7±1.37 | 158.3±4.58 | 46.6±3.70 | 18.6±0.94 | 17.7±0.8 | 18.1±2.0 |
| | 20≤BMI<24 | 59 | 20.5±1.37 | 157.6±5.38 | 53.6±4.00 | 21.6±0.98 | 19.0±1.1 | 19.6±1.1 |
| | BMI≥24 | 7 | 20.1±1.36 | 155.6±3.82 | 65.4±6.27 | 27.1±2.86 | 19.5±1.6 | 20.0±1.0 |
| | Total | 163 | 20.6±1.39 | 158.2±4.90 | 50.0±6.09 | 20.0±2.33 | 18.2±1.2 | 18.7±1.8 |

Mean±SD

表2にBMI3群ごとにみた体型認識と体型志向を性別に示した。

現在の体型について「普通より太っている」と認識している率は、男(37%)に比べて女(54%)で有意(p

<.05)に高かった。体型分類別にみると、男の「痩せ群」(0%)、「標準群」(42%)に比べて女の「痩せ群」(32%)、「標準群」(85%)で有意(p<.05)に高かった。反対に「普通より痩せている」と認識している率は、男の「痩せ群」(70%)に比べて女の「痩せ群」(9%)で有意(p<.05)に低かった。

表2 体型認識と体型志向

| 質問項目 | | 男性 | | |
|----------------|---------|----------------|-------------------|----------------|
| | | BMI<20 N=31 | 20≤BMI<24 N=74 | BMI≥24 N=19 |
| 現在の自分の体型をどう思うか | 太っている | 0 (0.0) | 1 (1.4) | 4 (21.1) |
| | やや太っている | 0 (0.0) | 31 (41.9) | 10 (52.6) |
| | ふつう | 9 (29.0) | 38 (51.4) | 5 (26.3) |
| | やや痩せている | 14 (45.2) | 4 (5.4) | 0 (0.0) |
| | 痩せている | 8 (25.8) | 0 (0.0) | 0 (0.0) |
| 今後どうなりたいか | 痩せたい | 0 (0.0) | 7 (9.6) | 10 (52.6) |
| | 少し痩せたい | 4 (13.3) | 37 (50.7) | 7 (36.8) |
| | このまま | 12 (40.0) | 25 (34.3) | 1 (5.3) |
| | 少し太りたい | 11 (36.7) | 4 (5.5) | 1 (5.3) |
| | 太りたい | 3 (10.0) | 0 (0.0) | 0 (0.0) |
| ストレスがかかるとどうなるか | 痩せる | 15 (50.0) | 12 (16.7) | 2 (10.5) |
| | 太る | 2 (6.7) | 15 (20.8) | 6 (31.6) |
| | どちらでもない | 13 (43.3) | 45 (62.5) | 11 (57.9) |

N (%)

は、男の「痩せ群」(70%)に比べて女の「痩せ群」(9%)で有意(p<.05)に低かった。

体型の変化について「現在より痩せたい」と志向している率は、男(54%)に比べて女(91%)で有意(p<.05)に高かった。体型分類別では、男の「痩せ群」(13%)に比べて女の「痩せ群」(85%)で高く、同様に男の「標準群」(60%)に比べて女の「標準群」(100%)で有意(p<.05)に高かった。反対に「現在より太りたい」と志向している率は、男の「痩せ群」(47%)に比べて女の「痩せ群」(5%)で有意(p<.05)に低かった。

N (%)

| 質問項目 | | 女性 | | |
|----------------|---------|----------------|-------------------|---------------|
| | | BMI<20 N=97 | 20≤BMI<24 N=59 | BMI≥24 N=7 |
| 現在の自分の体型をどう思うか | 太っている | 2 (2.1) | 12 (20.3) | 5 (71.4) |
| | やや太っている | 29 (30.2) | 38 (64.4) | 2 (28.6) |
| | ふつう | 56 (58.3) | 9 (15.3) | 0 (0.0) |
| | やや痩せている | 8 (8.3) | 0 (0.0) | 0 (0.0) |
| | 痩せている | 1 (1.0) | 0 (0.0) | 0 (0.0) |
| 今後どうなりたいか | 痩せたい | 27 (27.8) | 35 (59.3) | 6 (85.7) |
| | 少し痩せたい | 55 (56.7) | 24 (40.7) | 1 (14.3) |
| | このまま | 10 (10.3) | 0 (0.0) | 0 (0.0) |
| | 少し太りたい | 5 (5.2) | 0 (0.0) | 0 (0.0) |
| | 太りたい | 0 (0.0) | 0 (0.0) | 0 (0.0) |
| ストレスがかかるとどうなるか | 痩せる | 29 (29.9) | 7 (11.9) | 0 (0.0) |
| | 太る | 34 (35.1) | 40 (67.8) | 6 (85.7) |
| | どちらでもない | 34 (35.1) | 12 (20.3) | 1 (14.3) |

3. 現在の体型、理想体型とシルエット

表3にBMI3群ごとにみた現在の体型、美容体型および健康体型のシルエットの分布を示した。図1に示すようにシルエット番号1から7までを普通体型、8から14までを筋肉質体型とした。シルエット番号1と8、2と9、・・・7と14をそれぞれ両型で対応させ、番号が大きくなるにつれて体型が太めになるものとした。

現在の体型では、普通体型と認識している割合は男(70%)、女(80%)であった。痩せ群についてみると男ではシルエット2と9が多いのに対して

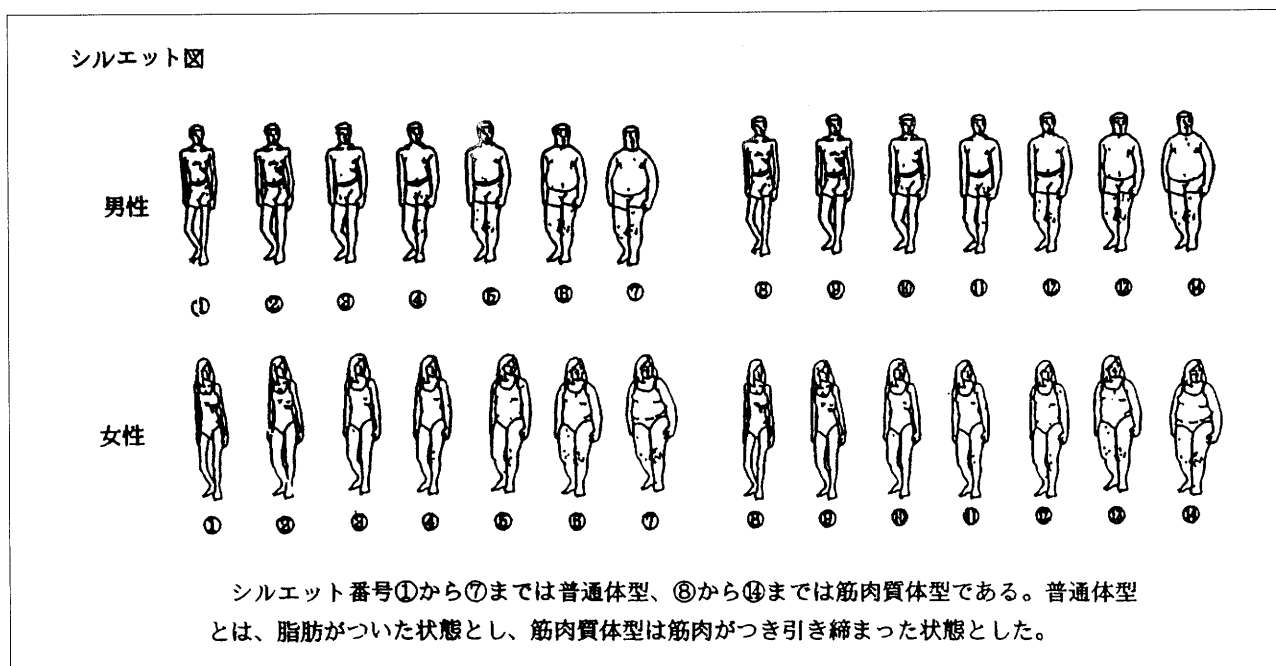
表3 現在の体型と理想体型・シルエット

| 現在の体型 | | 普通体型 | | | | | | | a | 筋肉質体型 | | | | | | | b | 総合計N(%) |
|---------|-----------|------|----|----|----|----|---|---|----------------------|-------|---|----|----|----|----|----|----------------------|-----------|
| シルエット番号 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 合計N ¹ (%) | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 合計N ¹ (%) | |
| 男性 | total | 3 | 19 | 19 | 26 | 12 | 3 | 0 | 82 (66.1) | 1 | 9 | 15 | 9 | 7 | 1 | 0 | 42 (33.9) | 124 (100) |
| | BMI<20 | 3 | 13 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 23 (74.2) | 1 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8 (25.8) | 31 |
| | 20≤BMI<24 | 0 | 6 | 12 | 24 | 9 | 0 | 0 | 51 (68.9) | 0 | 2 | 14 | 4 | 3 | 0 | 0 | 23 (31.1) | 74 |
| | BMI≥24 | 0 | 0 | 0 | 2 | 3 | 3 | 0 | 8 (42.1) | 0 | 0 | 1 | 5 | 4 | 1 | 0 | 11 (57.9) | 19 |
| 女性 | total | 1 | 16 | 29 | 53 | 35 | 1 | 1 | 136 (84.0) | 0 | 1 | 8 | 11 | 6 | 0 | 0 | 26 (16.0) | 162 |
| | BMI<20 | 1 | 16 | 27 | 33 | 7 | 0 | 0 | 84 (86.6) | 0 | 1 | 7 | 5 | 0 | 0 | 0 | 13 (13.4) | 97 |
| | 20≤BMI<24 | 0 | 0 | 2 | 20 | 25 | 0 | 0 | 47 (81.0) | 0 | 0 | 1 | 6 | 4 | 0 | 0 | 11 (19.0) | 58 |
| | BMI≥24 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 1 | 1 | 5 (71.4) | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 2 (28.6) | 7 |

| 理想の美容体型 | | 普通体型 | | | | | | | a | 筋肉質体型 | | | | | | | b | 総合計N(%) |
|---------|-----------|------|----|----|---|---|---|---|----------------------|-------|----|----|----|----|----|----|----------------------|-----------|
| シルエット番号 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 合計N ¹ (%) | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 合計N ¹ (%) | |
| 男性 | total | 0 | 2 | 11 | 6 | 1 | 0 | 0 | 20 (16.3) | 1 | 44 | 49 | 9 | 0 | 0 | 0 | 103 (83.7) | 123 (100) |
| | BMI<20 | 0 | 0 | 2 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 (9.7) | 0 | 17 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 | 28 (90.3) | 31 |
| | 20≤BMI<24 | 0 | 2 | 8 | 2 | 1 | 0 | 0 | 13 (17.8) | 1 | 22 | 31 | 6 | 0 | 0 | 0 | 60 (82.2) | 73 |
| | BMI≥24 | 0 | 0 | 1 | 3 | 0 | 0 | 0 | 4 (21.1) | 0 | 5 | 7 | 3 | 0 | 0 | 0 | 15 (78.9) | 19 |
| 女性 | total | 6 | 36 | 31 | 5 | 0 | 0 | 0 | 78 (47.9) | 6 | 56 | 21 | 2 | 0 | 0 | 0 | 85 (52.1) | 163 |
| | BMI<20 | 6 | 22 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 43 (44.3) | 5 | 37 | 12 | 0 | 0 | 0 | 0 | 54 (55.7) | 97 |
| | 20≤BMI<24 | 0 | 13 | 13 | 5 | 0 | 0 | 0 | 31 (52.5) | 1 | 18 | 8 | 1 | 0 | 0 | 0 | 28 (47.5) | 59 |
| | BMI≥24 | 0 | 1 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 (57.1) | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 (42.9) | 7 |

| 理想の健康体型 | | 普通体型 | | | | | | | a | 筋肉質体型 | | | | | | | b | 総合計N(%) |
|---------|-----------|------|----|----|----|---|---|---|----------------------|-------|----|----|----|----|----|----|----------------------|-----------|
| シルエット番号 | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 合計N ¹ (%) | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 合計N ¹ (%) | |
| 男性 | total | 0 | 1 | 9 | 16 | 1 | 0 | 0 | 27 (22.0) | 1 | 24 | 50 | 19 | 1 | 0 | 1 | 96 (78.0) | 123 (100) |
| | BMI<20 | 0 | 0 | 2 | 4 | 0 | 0 | 0 | 6 (19.4) | 1 | 10 | 10 | 4 | 0 | 0 | 0 | 25 (80.6) | 31 |
| | 20≤BMI<24 | 0 | 1 | 6 | 8 | 1 | 0 | 0 | 16 (21.9) | 0 | 12 | 34 | 10 | 0 | 0 | 1 | 57 (78.1) | 73 |
| | BMI≥24 | 0 | 0 | 1 | 4 | 0 | 0 | 0 | 5 (26.3) | 0 | 2 | 6 | 5 | 1 | 0 | 0 | 14 (73.7) | 19 |
| 女性 | total | 0 | 11 | 26 | 17 | 0 | 0 | 0 | 54 (33.5) | 0 | 40 | 48 | 18 | 1 | 0 | 0 | 107 (66.5) | 161 |
| | BMI<20 | 0 | 8 | 13 | 9 | 0 | 0 | 0 | 30 (31.6) | 0 | 28 | 26 | 11 | 0 | 0 | 0 | 65 (68.6) | 95 |
| | 20≤BMI<24 | 0 | 3 | 10 | 8 | 0 | 0 | 0 | 21 (35.6) | 0 | 10 | 22 | 6 | 0 | 0 | 0 | 38 (64.4) | 59 |
| | BMI≥24 | 0 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 (42.9) | 0 | 2 | 0 | 1 | 1 | 0 | 0 | 4 (57.1) | 7 |

図1 Stunkard、Collinsらの身体像図形



女ではシルエット4と10が多く、男に比べて女で太目のシルエットであると認識している傾向がうかがえた。

理想の美容体型として、筋肉質体型を選んだ率は男(84%)、女性(52%)で有意($p<.05$)に低かった。痩せ群についてみると男ではシルエット9と10が多いのに対して女ではシルエット2と9が多く、男に比べて女で細め目のシルエットを志向していた。

理想の健康体型として、筋肉質体型を選んだ率は男(78%)に比べて、女性(67%)であった。痩せ群についてみると男女ともシルエット9と10が多かった。

4. 体型変化志向の理由

表4に体型を変えたい理由を性別BMI3群ごとに示した。

全体として男では「健康でありたい」「強く・たくましくなりたい」との回答が多く、女では「美しくなりたい」「体型が気になる」との回答が多かった。痩せ群についてみると男では「強く・たくましくなりたい」(50%)、「健康でありたい」(38%)、女では「体型が気になるため」(59%)、「美しくなりたい」(42%)の順であった。

表4 体型を変えたい理由 N (%)

| 質問項目 | 男性 | | |
|--------------|----------|-----------|----------|
| | BMI<20 | 20≤BMI<24 | BMI≥24 |
| | N=16 | N=44 | N=13 |
| 美しくなりたい | 0 (0.0) | 7 (15.9) | 2 (15.4) |
| 健康でありたい | 6 (37.5) | 10 (22.7) | 1 (7.7) |
| 体型が気になる | 2 (12.5) | 8 (18.2) | 6 (46.1) |
| 強く・たくましくなりたい | 8 (50.0) | 19 (43.2) | 4 (30.8) |

N (%)

| 質問項目 | 女性 | | |
|--------------|-----------|-----------|----------|
| | BMI<20 | 20≤BMI<24 | BMI≥24 |
| | N=79 | N=59 | N=7 |
| 美しくなりたい | 33 (41.8) | 18 (30.5) | 2 (28.6) |
| 健康でありたい | 6 (7.6) | 5 (8.5) | 1 (14.3) |
| 体型が気になる | 36 (59.3) | 35 (59.3) | 4 (57.1) |
| 強く・たくましくなりたい | 4 (1.7) | 1 (1.7) | 0 (0.0) |

5. 変化志向部位

表5に痩せたい体の部位について示した。

男で最も高い部分は「胴回り」(81%)、「もも」(35%)、「顔」(32%)、女では「もも」(70%)、「胴回り」(61%)、「お尻」(56%)であった。

痩せ群についてみると男では「胴回り」(75%)が最も多く、女では「もも」(73%)、「お尻」(60%)、「胴回り」(59%)の順であった。

6. ダイエットの情報源と志向行動

表6に情報源と志向行動について性別に示した。

ダイエットの情報源として、男では「民放テレビ」(58%)が最も多く、次いで「NHKテレビ」(21%)であったのに対して、女では「週刊誌」(57%)、「民放テレビ」(53%)の順であった。男女共に新聞や教養書、インターネットからとする回答が最も少なかった。

ダイエットに関する志向行動としては、ダイエット情報に対する強い関心をもつ割合は男(2%)に比べて女(37%)が高く、ダイエット食品の購入経験も男(6%)に比べて女(32%)で有意($p<.05$)に多く、ダイエットの実践率も男(11%)に比べて女(44%)で有意($p<.05$)に高かった。

V. 考 察

本研究では、「男性の体型意識は女性と異なるのではないか」という漠然とした問題意識から始まり、「男性の痩せ群は女性の痩せ群と異なった体型認識および体型志向を持っているのではないか」という着想に至った。

本研究は、広い意味ではBody Image「ボディイメージ」に関する研究に属する。Body Imageは直訳すると体(肉体、身体)に対して持っている印象(感覚、感情)となるが、Body Imageという語が訳出しにくい「ボディイメージ」とカタカナで研究課題名に使用されることも多い。しかし、「ボディイメージに関する研究」では、多義的で研究範囲も広がる。たとえば、「体が大きいか小さいか」「太っているか痩せているか」「骨太であるか華奢か」といったある程度客観的に捉えることができる因子から「美しいか醜いか」「清いか汚れているか」「好きか嫌いか」といった主観的感情的な因子までも包含してしまう。そこで、本研究では、Bodyを体型という語で対応させ、体型について評価するためにBMI分類:「痩せ」「標準」「肥満」の3型とシルエット図による分類:「普通体7型」「筋肉質体7型」の14型を指標として採用した。またImageを意識という語で対応させ、意識について評価するために、体型認識:体型に対してどのような認識をもっているかと、体型志向:どんな体型を理想として志向しているのかの、2指標を採用した。

体型に関する認識について、男子学生では「自分が太っている」「やや太っている」と感じている割合が、痩せ群では0であり、標準群で4割、肥満群で7割であった。肥満傾向にあるほど肥満認識が高くなるという結果は、筆者らのこれまでの調査結果⁴⁾とも合致している。すなわち男子学生は自らの体型を適正に評価していると推察された。これに対して女子学生では「自分が太っている」「やや太っている」と感じている割合が、痩せ群で3割、標準群で8割を超えている。さらに「今後痩せた

表5 痩せたい部位

| | | 全体 | 顔 | 胸囲 | 胴回り | もも | 二の腕 | お尻 | ふくらはぎ | 足首 | N |
|----|-----------|----|----|----|-----|-----|-----|----|-------|----|-----|
| 男性 | total | 10 | 20 | 9 | 51 | 22 | 6 | 15 | 8 | 2 | 63 |
| | BMI<20 | 0 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 0 | 3 |
| | 20≤BMI<24 | 7 | 11 | 5 | 37 | 12 | 4 | 7 | 3 | 1 | 44 |
| | BMI≥24 | 3 | 7 | 3 | 12 | 8 | 1 | 7 | 4 | 1 | 16 |
| 女性 | total | 26 | 60 | 3 | 90 | 103 | 64 | 83 | 57 | 18 | 148 |
| | BMI<20 | 8 | 36 | 1 | 48 | 60 | 38 | 49 | 31 | 8 | 82 |
| | 20≤BMI<24 | 15 | 20 | 1 | 37 | 38 | 21 | 29 | 22 | 7 | 59 |
| | BMI≥24 | 3 | 4 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 7 |

表6 ダイエットの情報源と志向行動

| 質問項目 | | 男性 N=124(%) | 女性 N=163(%) |
|----------------------------|------------|----------------|----------------|
| ダイエットの情報源 | 新聞 | 11(9.4) | 6(3.7) |
| | 週刊誌 | 21(17.6) | 91(56.5) |
| | 学術・教養書 | 5(4.3) | 1(0.6) |
| | テレビ(NHK) | 24(20.5) | 19(11.8) |
| | テレビ(民放) | 68(58.1) | 85(52.8) |
| | インターネット | 6(5.1) | 14(8.7) |
| | 友人から | 17(14.5) | 39(24.2) |
| | その他 | 4(3.4) | 4(2.5) |
| ダイエットや健康についての 情報に興味があるか | とても興味がある | 2(1.6) | 60(36.8) |
| | たまにみる程度 | 60(48.4) | 90(55.2) |
| | 全く興味はない | 62(50.0) | 13(8.0) |
| ダイエット食品を購入したこと | ある | 7(5.7) | 52(31.9) |
| | ない | 117(94.3) | 111(68.1) |
| 運動器具を購入したこと | ある | 34(27.4) | 39(23.9) |
| | ない | 90(72.6) | 124(76.1) |
| 紹介されたダイエットを試したこと | ある | 13(10.5) | 71(43.6) |
| | ない | 111(89.5) | 92(56.4) |
| 運動療法を試したこと | ある | 32(25.8) | 81(49.7) |
| | ない | 92(74.2) | 82(50.3) |
| 美容整形に興味があるか | 整形してみたい | 8(6.5) | 20(12.4) |
| | 興味はあるがやらない | 25(20.2) | 89(54.9) |
| | 全くない | 91(73.3) | 53(32.7) |
| 美容整形をしている人に対して | 偏見はない | 44(35.5) | 75(46.0) |
| | 嫌悪感がある | 25(20.2) | 27(16.6) |
| | 何も感じない | 55(44.3) | 61(37.4) |

い」との回答は痩せ群でも9割弱、標準群では10割である。このように女子において従来から指摘されている過度な痩せ志向がみとめられたことは看過できない問題である。早急に適正な体型評価や体重維持についての教育指導が必要であると考えられる。

男女の痩せ群についてみると、男子の痩せ群では5割が現在よりも太りたいと考えており、その主な理由が「強くたくましくなりたい」である。また美容と健康の理想体型もともに8割が筋肉質体型を選択している。一方女子の痩せ群では、5%のみが現在よりも太りたいと考え、85%がまだ痩せたいと希望しており、体型を変えたい理由も9割が「美しくなりたい」「体型が気になる」と見た目を重視する回答が多い。このように男性の痩せ

群においては、「現在よりも筋肉をつけ、たくましく太りたい」と考えていることが明らかになった。この結果から、体型に関する研究や教育については、男女の意識や関心の違いを考慮してみていく必要があるのではないかと考える。

本研究では、回収率が高く、回答内容からみて概ね良好な協力が得られたことから、調査の信頼性に問題はなかったと考えている。ただし、調査期間に3年生の一部が社会福祉現場実習と重なっていたため、調査対象者が当初の予定から60名ほど少ない人数となった。次回からは回収率を高めるためにより適切な調査時期を検討していきたい。また、本研究は自記式アンケートであるため、身長や体重などの数値は自己申告値である。今後は実測値の測定や体脂肪率の測定なども視野に入れて考察を深めていきたい。

最後に、本調査を行うにあたり回答をしていただいた本学の全学生に謝意を表する次第である。

文 献

- 1) 石 明英, 日高三喜夫, 久保千春:台湾における女子大学生の身体像に関する研究, 心身医第43巻第7号, 424-434, 2003.
- 2) 西沢義子, 花田久美子, 富澤登志子, 田高悦子, 野田美保子, 對馬栄輝, 木田和幸, 朝日茂樹, 三田禮造:大学生の体型認識と食行動, 日衛誌第57巻第1号, 2002.
- 3) 高橋英子, 山田正二, 大柳俊夫, 山口昭彦, 武田秀勝, 山田恵子:青年期男女学生の体型別痩せ志向と食生活に関する意識調査, 札幌医科大学保健医療学部紀要第5号, 9-15, 2002.
- 4) 浦田秀子, 福山由美子, 田原靖昭:男子学生の体型と体型認識に関する研究, 学校保健研究第43巻, 275-284, 2001.
- 5) 藤田佑子, 鈴木里美, 栗岩瑞生, 渡邊タミ子, 中村和彦, 大山建司:思春期男子のボディイメージに関する研究, 思春期学VOL.20NO.3, 363-370, 2002.

- 6) 志渡晃一, 沼田知穂, 川越利恵, 田中徹雄, 志水幸, 倉橋昌司, 三宅浩次: 本学新入生におけるライフスタイルと健康に関する研究, 北海道医療大学看護福祉学部紀要No. 8, 9-13, 2001.
- 7) 志渡晃一, 後藤ゆり, 佐藤園美, 板垣愛, 志水幸, 松川敏道, 貞方一也, 倉橋昌司, 三宅浩次: 本学新入生におけるライフスタイルと健康に関する研究(第2報), 北海道医療大学看護福祉学部紀要No 9, 77-81, 2002.
- 8) 志渡晃一, 村田朋子, 日下小百合, 杉山柳吉, 板垣愛, 後藤ゆり, 佐藤園美, 志水幸, 倉橋昌司, 貞方一也, 岩本隆茂: 本学新入生におけるライフスタイルと健康に関する研究(第3報), 北海道医療大学看護福祉学部紀要No.10, 105-109, 2002.
- 9) 山口明彦, 森田勲: 本学男女学生の体型と食生活に関する調査, 北海道医療大学基礎教育部論集第23号, 119-123, 1997.
- 10) 坂田利家: 肥満症治療マニュアル, 17-38, 医歯薬出版株式会社, 1996.