

若者のダイエット・やせ志向に関する意識

Consciousness on the Dieting or the Thinness of the Youth

倉 元 綾 子

KURAMOTO Ayako

(Received October 2nd, 2000)

We investigated the consciousness on the dieting or the thinness of the youth by using questionnaires in December 1999 and January 2000. The results were as follows:

(1) Three fourth of the respondents had the normal body type from BMI (Body Mass Index). In teens of men, teens of women, and 20-29 years old women, the thinness was the second. A half of men thought their body type normal, but about 60% of women thought fatness. Almost of men thought their body type correctly. But over a half of women misunderstood their own type, because 50% of thinness young women thought normal and 29% thought fatness, and 52% of normal young women thought fatness.

(2) Thirty four percent of the normal body type women which men considered were thinness. Nineteen percent of the fatness women which men considered were thinness and 81% of the fatness was normal. Thus, men didn't recognize the women's body type correctly.

Keywords ; ダイエット dieting, やせ thinness, 意識 consciousness, 若者 youth

はじめに

第2次世界大戦後すでに55年をすぎ、内外からの豊富な食糧供給により、一見すると飽食とい

鹿児島県立短期大学(〒890-0005 鹿児島市下伊敷1-52-1, Kagoshima Prefectural College, 1-52-1, Shimo-Ishiki, Kagoshima, 890-0005, Japan)

注) 本研究は本学生活科学科食物栄養専攻2000年3月卒業生の厚地紅音, 上田真実, 節政陽子, 橋口知代子, 菱刈香織, 兵働優子の協力によっておこなった。

われる食生活を営む日本人が多くなった。また、食糧難は縁遠いこととなり、人々の体位は大幅に向上した。しかし、その一方で肥満、生活習慣病の増加、孤食、アトピー・アレルギーの増加、環境ホルモン問題、食糧自給率の低下など多くの憂慮すべき課題も生じている。

なかでも肥満は生活習慣病の引き金となる問題としてよく知られるようになってきている。

しかし一方、その影で肥満することを避けようとする強迫的な観念＝やせ願望が若い女性を中心に社会全体に過剰に広がりつつある。女性誌やテレビなどにはスリムなモデルや女優たちが微笑みながら流行の服を着こなしている姿が登場する。また、女性誌に「やせる」、「ダイエット」ということばのないときはなく、雑誌の後ろには今すぐにでもやせることができるような広告が数多く何ページにもわたって載せられている。こうして、女性たちはやせていることが一つの美の必須条件であると思わされるようになりつつある。その結果、生理がなくなるなど健康なからだを維持することができなくなるような過激なやせや、拒食症・過食症の女性たちも現われるようになってきた。

そこで、筆者らはこのように広がりつつある強い「ダイエット」や「やせ」への願望とその背景について検討した。本報告では、身体状況・自己評価・理想体重、男性による女性の理想体型に関する意識を明らかにした。

1. 調査方法

1999年12月から2000年1月に県内在住の10代の高校生、20代の短大生・大学生・社会人、30才以上は主として県庁職員を中心とする社会人の男女を対象に実施した（対象者450人、有効回収票360、回収率80.0%）。調査は留置法による質問紙法により行なった。結果は単純集計およびクロス集計により解析した。なお、30才以上の女性については集団の数が少ないため、以下の分析では参考として数値を示すにとどめる。

2. 結果および考察

1) 対象者の属性

対象者の内訳は表1に示すとおりである。

平均年齢は、男性が32.5才、女性が22.1才であった(表2)。

職業をみると、10代男女では全てが学生、男性20代では学生、社会人が半数ずつ、女性20代ではほとんどが学生、男性30才以上ではほとんどが社会人であった(表3)。

さらに、未婚、既婚を問うたところ、10代、20代の男女ではほとんどが未婚で、男性30才以上ではほとんどで配偶者があった。

倉元：若者のダイエット・やせ志向に関する意識

表1 対象者の属性

性別	10代	20代	30才以上	総計
男性	51	42	104	197
女性	113	32	18	163
総計	164	74	122	360

表2 平均年齢（才）

性別	10代	20代	30才以上	総計
男性 (n=197)	17.6	23.3	43.5	32.5
女性 (n=163)	17.6	20.3	52.9	22.1
総計 (n=360)	17.6	22.0	44.9	27.8

表3 職業

性別	年齢	学生	社会人	主婦	その他	総計
男性	10代 (n=51)	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	20代 (n=42)	50.0%	47.6%	0.0%	2.4%	100.0%
	30才以上 (n=104)	0.0%	97.1%	0.0%	2.9%	100.0%
女性	10代 (n=113)	100.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	20代 (n=32)	87.5%	12.5%	0.0%	0.0%	100.0%
	30才以上 (n=18)	0.0%	61.1%	33.3%	5.6%	100.0%
男性計 (n=197)		36.7%	61.2%	0.0%	2.0%	100.0%
女性計 (n=163)		86.5%	9.2%	3.7%	0.6%	100.0%
総計 (n=360)		59.3%	37.6%	1.7%	1.4%	100.0%

表4 身長、体重、BMI

本調査					：1998年国民栄養調査	
性別	年齢	身長	体重	BMI	年齢	BMI
男性	10代 (n=51)	169.1	60.1	21.02	15-19才	21.2
	20代 (n=42)	174.2	65.8	21.72	20-29才	22.4
	30才以上 (n=104)	169.0	67.2	23.55	40-49才	23.7
男性計 (n=197)		170.1	65.1	22.51		
女性	10代 (n=113)	158.4	50.0	19.95	15-19才	20.6
	20代 (n=32)	157.0	49.1	19.98	20-29才	20.6
	30才以上 (n=51)	155.8	52.0	21.36	50-59才	23.3
女性計 (n=163)		157.8	50.1	20.13		

2) 身長, 体重, BMI

まず, 対象者の身長, 体重からBMI(Body Mass Index)を算出した.

ところで, BMIは, 体重kg/(身長m)²で求められる数値で, WHO(世界保健機関)および日本肥満学会によって, 肥満ややせを判定する値として用いられている. BMIでは, 18.5未満を「やせ」, 18.5以上25.0未満を「ふつう」, 25.0以上を「肥満」と判定している.

表4には, 本調査による身長, 体重, BMIの平均と, 1998年国民栄養調査の結果を示した¹⁾.

男性では, 10代, 20代では30才以上に比べ, 身長が高く体重は少ないため, BMIが低い(男性10代21.02, 男性20代21.72). しかし, 30才以上の男性ではBMIが高くなっており, 肥満の傾向がある(男性30才以上23.55).

また, 女性の方が男性よりもBMIが低かった(女性10代19.95, 女性20代19.98). これは, 女性のやせ志向を反映しているものと考えられる.

これを, 国民栄養調査の結果と比較すると, 大きな違いは見られない. しかし, 男女ともいずれの年代でも数値がやや低い. この差異が, 調査年の違いによるものかどうか, 今後の追跡が必要である.

3) 肥満度

次に, BMIからそれぞれの肥満度を判定した結果が, 表5である. ここでも1998年国民栄養調査の結果を示しておいた²⁾.

男女とも, 年代に関係なく「ふつう」の者が最も多く, いずれも4人に3人はこの中に入る. しかし, 男性10代, 女性10代, 女性20代では, 2番めに「やせ」が多い(男性10代13.7%, 女性10代17.7%, 女性20代18.8%). 一方, 男性20代, 男性30才以上では, 「肥満」が2番めに多くなっている(男性20代16.7%, 男性30才以上26.9%).

これらを国民栄養調査結果と比較すると, いずれもほぼ同様の傾向にあるが, 女性10代, 20代で「やせ」がっそう多く, 逆に「肥満」がっそう少ない. また, 男性30代以上の「肥満」の割合は, 男性のほぼ3人に一人が過体重・肥満であるという1998年の国民栄養調査結果と同様の傾向である.

4) 自分の体型に対する認識と現実のBMIとのずれ

自分の体型についての認識を問うたところ, 男性では全ての年代で「ふつう」と答える割合が最も多かった(男性計48.2%). 一方, 女性の10代, 20代では「肥満」と考える割合が最も多かった(女性10代56.0%, 女性20代58.1%)(表6).

倉元：若者のダイエット・やせ志向に関する意識

この結果を1998年国民栄養調査の結果と比較すると³⁾、ほぼ同様の傾向にある。その詳細をみると、男子10代、女性10代、20代では「肥満」と答える割合がより多く、「やせ」と考える割合はより低くなっている。特に女性10代、20代ではその傾向が顕著である。1998年国民栄養調査は、若年女性においては、体型的には「やせ」が増加しているのに対し、意識では「太っている」と評価する割合が多くなっていることをしている。本調査の結果においても同様のことがうかがわれる。

表5 肥満度（無回答を除く）

本調査					：1998年国民栄養調査			
性別	年齢	やせ	ふつう	肥満	総計	年齢	やせ	肥満
男性	10代 (n=51)	13.7%	76.5%	9.8%	100.0%	15-19才	16.3%	11.4%
	20代 (n=42)	11.9%	71.4%	16.7%	100.0%	20-29才	8.3%	19.0%
	30才以上 (n=104)	1.0%	72.1%	26.9%	100.0%	40-49才	3.6%	29.0%
女性	10代 (n=88)	22.7%	75.0%	2.3%	100.0%	15-19才	20.4%	6.1%
	20代 (n=29)	20.7%	75.9%	3.4%	100.0%	20-29才	20.3%	7.0%
	30才以上 (n=17)	11.8%	88.2%	0.0%	100.0%	50-59才	4.3%	26.3%
男性計 (n=197)		6.6%	73.1%	20.3%	100.0%			
女性計 (n=134)		20.9%	76.9%	2.2%	100.0%			
総計 (n=331)		12.4%	74.6%	13.0%	100.0%			

表6 自分の体型に対する認識

本調査						：1998年国民栄養調査			
性別	年齢	やせ	ふつう	肥満	無回答	総計	年齢	やせ	肥満
男性	10代 (n=51)	17.0%	49.0%	29.4%	3.9%	100.0%	15-19才	33.0%	43.1%
	20代 (n=42)	28.6%	50.0%	21.4%	0.0%	100.0%	20-29才	24.8%	37.5%
	30才以上 (n=104)	14.4%	44.2%	37.5%	3.9%	100.0%	40-49才	17.4%	33.4%
女性	10代 (n=113)	3.5%	38.9%	54.0%	3.5%	100.0%	15-19才	10.0%	39.2%
	20代 (n=32)	6.3%	34.4%	56.3%	3.1%	100.0%	20-29才	12.0%	43.0%
	30才以上 (n=18)	11.1%	61.1%	22.2%	5.6%	100.0%	50-59才	9.9%	28.6%
男性計 (n=197)		18.3%	46.7%	32.0%	3.1%	100.0%			
女性計 (n=163)		4.9%	40.5%	50.9%	3.7%	100.0%			
総計 (n=360)		12.2%	43.9%	40.6%	3.3%	100.0%			

5) 現実の肥満度と体型認識とのずれ

そこで、身長と体重から割りだしたBMIをもとにした肥満度と、自分自身による体型認識との関係を検討した結果が表7である。

男性ではBMIで「やせ」に分類される人の84.6%は自らも「やせ」と自己認識している。同様に「ふつう」では60.4%、「肥満」では80.0%がそれぞれBMIでの判定と自己認識が一致していた。ところが、女性10代、20代では、BMI判定では「やせ」と判定される場合の50.0%が「ふつう」と自己評価し、さらに28.6%は「肥満」と考えていた。BMI判定「ふつう」では52.4%が「ふつつている」と認識していた。

さらに、体型認識とBMIによる肥満度判定とのずれを検討した結果を表8に示した。

その結果、男性では正当に評価している割合がもっとも多かった。一方、女性では過大に評価しているものが多く、約半数であった。特に、女性10代、20代では「やせ」、「ふつう」でい

表7 体型自己評価とBMI肥満度との関係

性別	BMI 肥満度	自己評価			無回答	総計
		やせ	ふつう	肥満		
男性	やせ (n=13)	<u>84.6%</u>	15.4%	0.0%	0.0%	100.0%
	ふつう (n=144)	16.7%	<u>60.4%</u>	21.5%	1.4%	100.0%
	肥満 (n=40)	2.5%	7.5%	<u>80.0%</u>	10.0%	100.0%
女性	やせ (n=28)	<u>14.3%</u>	50.0%	28.6%	7.1%	100.0%
	ふつう (n=103)	1.9%	<u>42.7%</u>	52.4%	2.9%	100.0%
	肥満 (n=3)	0.0%	0.0%	<u>100.0%</u>	0.0%	100.0%
	無回答 (n=29)	6.9%	27.6%	62.1%	3.4%	100.0%
男性計 (n=197)		18.3%	46.7%	32.0%	3.0%	100.0%
女性計 (n=163)		4.9%	40.5%	50.9%	3.7%	100.0%
総計 (n=360)		12.2%	43.9%	40.6%	3.3%	100.0%
女性	やせ (n=20)	<u>10.0%</u>	55.0%	30.0%	5.0%	100.0%
	10代 ふつう (n=66)	1.5%	<u>39.4%</u>	56.1%	3.0%	100.0%
	肥満 (n=2)	0.0%	0.0%	<u>100.0%</u>	0.0%	100.0%
	無回答 (n=25)	4.0%	28.0%	64.0%	4.0%	100.0%
10代計 (n=113)		3.5%	38.9%	54.0%	3.5%	100.0%
女性	やせ (n=6)	<u>33.3%</u>	16.7%	33.3%	16.7%	100.0%
	20代 ふつう (n=22)	0.0%	<u>40.9%</u>	59.1%	0.0%	100.0%
	肥満 (n=1)	0.0%	0.0%	<u>100.0%</u>	0.0%	100.0%
	無回答 (n=3)	0.0%	33.0%	66.7%	0.0%	100.0%
20代計 (n=32)		6.3%	34.4%	56.3%	3.1%	100.0%

注)下線：適正な自己評価、斜体太字：適正ではないが最も多い回答

れも過大に評価する割合がきわめて高いということが明らかになった。

以上のことから、男性はほぼ適正に自己の体型を認識していることがわかった。しかし、女性、特に10代、20代女性の場合、現実の体型よりも太めであると考えており、「やせ」、「ふつう」であつてさえ、「肥満」と考える割合がきわめて高い。これらは、若い女性を中心とする強いやせ志向をうらづけるものである。なお、男性では肥満であるにもかかわらず、過小に評価するものもあつた。これらは、健康や身体についての科学的な知識と理解が不足していることを示している。

また、この結果は1998年国民栄養調査が指摘した体型に関する自己評価と現実とのずれと同様であつた⁴⁾。

表8 体型認識とBMIとのずれ

性別	BMI	過大	正当	過少	無回答	総計	有意差
男性	や せ (n=13)	15.4%	84.6%	0.0%	0.0%	100.0%	(男性計) ***
	ふつう (n=144)	21.5%	60.4%	16.7%	1.4%	100.0%	*
	肥 満 (n=40)	0.0%	72.5%	17.5%	10.0%	100.0%	***
女性	や せ (n=28)	78.6%	14.3%	0.0%	7.1%	100.0%	*** (女性計) ***
	ふつう (n=103)	52.4%	42.7%	1.9%	2.9%	100.0%	***
	肥 満 (n=3)	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%	
	無回答 (n=29)	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%	
男性計 (n=197)		16.8%	64.5%	15.7%	3.0%	100.0%	
女性計 (n=163)		46.6%	31.3%	1.2%	20.9%	100.0%	
総 計 (n=360)		30.3%	49.4%	9.2%	11.1%	100.0%	
女性	や せ (n=20)	85.0%	10.0%	0.0%	5.0%	100.0%	*** (10代計) ***
10代	ふつう (n=66)	56.1%	39.4%	1.5%	3.0%	100.0%	***
	肥 満 (n=2)	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%	
	無回答 (n=25)	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%	
10代計 (n=113)		47.8%	26.5%	0.9%	24.8%	100.0%	
女性	や せ (n=6)	50.0%	33.0%	0.0%	16.7%	100.0%	(20代計) *
20代	ふつう (n=22)	59.1%	40.9%	0.0%	0.0%	100.0%	*
	肥 満 (n=1)	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	100.0%	
	無回答 (n=3)	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	100.0%	
20代計 (n=32)		50.0%	37.5%	0.0%	12.5%	100.0%	

注)太字：最も多いもの

***:p<0.005, **:p<0.01, *:p<0.05

6) 理想身長, 体重, BMIと現実の体型

そこで, 次に理想の身長, 体重について質問し, そこからBMIを算出するとともに, 現実の体型との差異を検討した.

その結果を表9に示した. 男性10代では身長が8.4cm高く, 体重が2.5kg多く, その結果BMIが1.22低いのを理想としている. 男性20代では同様に4cm高, 1.5kg増で, BMIは0.53低い. こうして, 男性10代, 20代では身長が増えた分, 体重も増えるのを理想と考え, その結果としてBMIが減少するのを求める傾向が見られた. 男性30才以上では, 5cm高, 0.9kg減で, BMIは1.68低下である. この結果は, 30才以上の男性では「肥満」に分類される割合が多くなっていることによるものと思われる. 女性10代では身長は3.4cm高を理想とする一方, 体重では3.4kg減を理想とし, その結果BMIは2.14低くなる. 女性20代では3.7cm増, 1.6kg減, BMIで1.59低下を理想と考えている. このように, 女性では身長の増加を求める反面, 体重の減少を求め, その結果著しいBMIの低下を求めていることがわかる.

これらの結果を, 1998年国民栄養調査結果と比較すると⁵⁾, 国民栄養調査の結果ではより高い身長を理想とはせず, むしろ体重をより多く減らしたいと考えている. 一方, 本調査の結果では, 男性10代, 20代では, より強く身長の増加を求め, 合わせて体重の増加を求めており, その結果としてBMIを低下させたいと考えていることがわかる. しかし, 男性30才以上と女性10代, 20代では, より強く身長の増加を求め一方, やや体重を減らしたいと考えており, その結果BMIを低くしたいと考えている.

表9 理想の身長, 体重, BMI

本調査			: 1998年国民栄養調査						
性別	年齢		身長	体重	BMI	年齢	身長	体重	BMI
男性	10代 (n=51)	現実	169.1	60.1	21.05	15-19才	170.4	61.8	21.2
		理想	177.5	62.6	19.80				
	20代 (n=42)	現実	174.2	65.8	21.72	20-29才	170.8	65.6	22.4
		理想	178.2	67.3	21.19				
	30才以上 (n=104)	現実	169.0	67.2	23.55	40-49才	168.3	67.2	23.7
		理想	174.0	66.3	21.87				
女性	10代 (n=113)	現実	158.4	50.0	19.95	15-19才	157.7	51.2	20.6
		理想	161.8	46.6	17.81				
	20代 (n=32)	現実	157.0	49.1	19.98	20-29才	157.9	51.4	20.6
		理想	160.7	47.5	18.39				
	30才以上 (n=18)	現実	155.8	52.0	21.36	50-59才	152.8	54.3	23.3
		理想	159.8	51.2	20.28				

先の、現実の肥満度と体型認識とのずれとも合わせて考えると、本調査においても、国民栄養調査結果においても、ともに理想と現実とのギャップが大きく、非現実的な夢を見ているように思われる。また、女性を中心として、社会全体に強いやせ志向があることがわかる。

7) 男性が好む女性の理想体型および男性の女性の体型に関する認識

そこで、女性のこのような強いやせ志向の原因のひとつとして、男性の女性の体型等についての見方を検討した。

表10に示したのは、男性が好む女性の理想体型である。若者・中年ともに理想では「ふつう」を一番にあげている(10代78.4%, 20代69.0%, 30才以上72.8%)。また、2番めには、10代が「やせ」(15.7%)をあげているのに対し、20代、30才以上の男性では「ぽっちゃり」(20代21.4%, 30才以上16.5%)をあげている。これらの結果は、男性が必ずしも女性の「やせ」を肯定していないということを示している。

しかし、男性の考える「やせ」、「ふつう」、「ぽっちゃり」が真にBMIの肥満度の判定と合致しているかどうかには疑問がある。そこで、男性が理想と考える女性の身長・体重から、BMIを算出した。表11はその結果である。BMIでは18.5未満が「やせ」、18.5以上25.0未満が「ふつう」である。本調査での結果と比較すると、男性が理想と考える女性の身長、体重から算出されたBMIは10代18.58、20代18.63、30才以上19.82であって、この値は「やせ」に近い「ふつう」と言うことができる。この結果から、男性が「ふつう」と考える女性の体型は決して「ふつう」ではなく、むしろ「やせ」に近いことがわかる。特に男性10代、20代では女性の体型についての認識に大きなずれが存在することを示唆した。

表10 男性が好む女性の理想体型

性別	年齢	やせ	ふつう	ぽっちゃり	無回答	総計
男性	10代 (n=51)	15.7%	78.4%	5.9%	0.0%	100.0%
	20代 (n=42)	9.5%	64.3%	21.4%	4.8%	100.0%
	30才以上 (n=104)	10.6%	72.1%	16.3%	1.0%	100.0%
計	(n=197)	11.7%	72.1%	14.7%	1.5%	100.0%

注)有意差はみられなかった

表11 男性が好む女性の理想身長、体重、BMI (平均)

性別	年齢	身長	体重	BMI
男性	10代 (n=51)	160.3	47.9	18.58
	20代 (n=42)	159.6	47.5	18.63
	30才以上 (n=104)	160.6	51.1	19.82
計	(n=197)	160.3	49.4	19.21

そこで、男性が理想と考える身長、体重から算出したBMIにもとづいて肥満度を判定した。その結果、表12に示すように全体として「やせ」35.3%、「ふつう」64.7%で、男性が考えている「ふつう」や「ぽっちゃり」は必ずしも真の「ふつう」「肥満」とは同じでないことが示唆された。さらに、男性が考える女性の理想体型「やせ」、「ふつう」、「ぽっちゃり」とBMIによる肥満度判定とのずれを検討した(表13)。その結果、男性が考える「ふつう」の33.6%がBMIでは「やせ」に分類された。また、理想と考える「ぽっちゃり」の19.2%がBMIでは「やせ」に、80.8%が「ふつう」に分類され、真の「ぽっちゃり」は全くなかった。多くの男性は女性の現実の体型についての正確な認識を持っていないことがわかる。

以上のように、男性は「ふつう」「ぽっちゃり」の女性を好ましいと思うと答えるものの、それは現実にはむしろ「やせ」た女性であるということが示された。このような実態は、男性から女性への「やせ」に対する社会的な圧力を示唆しており、女性のやせ志向、ダイエット志向の一つの背景をなしていると考えられる。

表12 男性が好む女性の理想体型のBMIによる判定

性別	年齢	やせ	ふつう	総計
男性	10代 (n=51)	47.9%	52.1%	100.0%
	20代 (n=42)	43.6%	56.4%	100.0%
	30才以上 (n=104)	24.4%	75.6%	100.0%
計	(n=197)	35.3%	64.7%	100.0%

表13 男性が好む女性の理想体型とBMIによる判定のずれ

性別	理想体型	やせ(BMI)	ふつう(BMI)	無回答	総計	有意差
男性	やせ (n=23)	<u>60.9%</u>	34.8%	4.3%	100.0%	*** (男性計)
	ふつう (n=142)	28.9%	<u>57.7%</u>	13.4%	100.0%	
	ぽっちゃり (n=29)	17.2%	72.4%	10.3%	100.0%	
	無回答 (n=3)	33.3%	33.3%	33.3%	100.0%	
計	(n=197)	31.0%	56.9%	12.2%	100.0%	

注)下線：適正な評価, 太字：過大に評価

***:p<0.005,**:p<0.01,*:p<0.05

8) 男性の女性を見る目

ここでさらに女性に対する別の圧力と考えられる「男性の女性を見る目」について検討しておきたい。表14に示したのは「初対面の女性のどこを見るか」である。81.7%と圧倒的多数が顔を重視していることがわかる。また、表15には「理想の女性芸能人」を示した。ここでは、大きなばらつきが見られた。男性の理想としては「かわいい」、「笑顔が素敵」、「やすらぎ系」という理由があげられる。また、女性が理想と考える芸能人で上位にあげられたのは概してスタイルがよい人であった。さらに、表16に示すように「恋人にするときの目安」について調べた。その結果、「性格」が最も多く（10代60.8%、20代50.0%、30才以上54.8%）、ついで「雰囲気」が多かった（10代31.4%、20代42.9%、30才以上35.6%）。これらのことから、「恋人にするとき」には女性を全体的にみようとす傾向にあることがわかる。しかしながら、「顔」も無視できない要素で、特に10代（19.6%）、20代（23.8%）ではその傾向が強かった。

これらのことから、男性による女性の外見についての関心が大きいことが改めて明らかになった。このような社会的圧力が女性を「やせ」へを向かわせる要因のひとつであると言える。

表14 初対面の女性のどこを見るか

性別	年齢	顔	胸	脚	服装	その他
男性	10代 (n=51)	86.3%	0.0%	0.0%	5.9%	7.8%
	20代 (n=42)	81.0%	11.9%	7.1%	11.9%	16.7%
	30才以上 (n=104)	79.8%	6.7%	12.5%	6.7%	3.8%
計	(n=197)	81.7%	6.1%	8.1%	7.6%	7.6%

表15 理想の女性芸能人

性別	1位	2位	3位			
男性	優香	鈴木あみ	松嶋菜々子	加藤あい	広末涼子	本上まなみ
女性	松嶋菜々子	藤原紀香	浜崎あゆみ	中谷美紀	江角マキコ	

表16 恋人にするときの目安

性別	年齢	性格	雰囲気	顔	その他
男性	10代 (n=51)	60.8%	31.4%	19.6%	13.7%
	20代 (n=42)	52.4%	40.5%	23.8%	7.1%
	30才以上 (n=104)	53.8%	36.5%	13.5%	4.8%
計	(n=197)	55.3%	36.0%	17.3%	7.6%

3. 要約

1999年12月から2000年1月に県内在住の10代の高校生, 20代の短大生・大学生・社会人, 30才以上は主として県庁職員を中心とする社会人の男女を対象に, 若者のダイエット・やせ志向に関する意識について調査した(対象者450人, 有効回収票360, 回収率80.0%). 結果を要約すると以下のようなになる.

(1)BMIによる肥満度の判定によれば, 男女とも年代に関係なく「ふつう」の体型の者が3/4であった. 男性10代, 女性10代, 女性20代では, 2番めに「やせ」が多かった(男性10代13.7%, 女性10代17.7%, 女性20代18.8%). 男性20代, 男性30才以上では, 「肥満」が2番めに多くかった(男性20代16.7%, 男性30才以上26.9%).

(2)自分の体型認識においては, 男性では全ての年代で「ふつう」と答える割合が最も多かった(男性計48.2%). 一方, 女性では「肥満」と考える割合が最も多かった(女性10代56.0%, 女性20代58.1%)

(3)BMIをもとにした肥満度と自分の体型認識とのずれを見たところ, 男性ではBMIによる判定と自己認識がほぼ一致していた. ところが, 女性10代, 20代では, BMIで「やせ」と判定される場合の50.0%が「ふつう」と自己認識し, さらに28.6%は「肥満」と考えていた. また, 「ふつう」では52.4%が「肥満」と認識していた. このように, 女性では自分の体型を過大に評価しているものが約半数を占めた.

(4)男性が考える女性の理想体型「やせ」, 「ふつう」, 「ぽっちゃり」を, 男性が理想と考える身長, 体重から算出したBMIにもとづく体型判定と比較検討した結果, 男性が考える「ふつう」の33.6%が「やせ」, 理想と考える「ぽっちゃり」の19.2%が「やせ」に, 80.8%が「ふつう」に分類され, 真の「ぽっちゃり」は全くなかった. 多くの男性は女性の現実の体型についての正確な認識を持っていないことがわかる. また, 男性には女性の外見への関心が強いことが明らかになった.

謝辞

本調査にあたり, 本県県庁の総務課の職員の皆様と本学学生には多大なご尽力とご協力をいただいた. 記して深く感謝いたします.

参考文献

- 1) 健康・栄養情報研究会: 国民栄養の現状 平成10年国民栄養調査結果, pp.45-46, pp.105-106, 第一出版, 東京(2000)
- 2) 同上, pp.45-46.
- 3) 同上, pp.47-48, p.125

倉元：若者のダイエット・やせ志向に関する意識

4) 同上, p.48

5) 同上, p.49, pp.105-106, p.126