

---

# 18歳、19歳女性における自身の身体に対する評価、主観的健康度、ダイエット経験の関連

羽成隆司 宮崎沙来

## 要約

本研究は18歳と19歳女性の身体意識に着目し、自身の身体に対する評価、心身の主観的健康度、ダイエット経験の関連について分析することが主たる目的であった。調査対象は女子大学の学生381名であった。質問紙調査では、裸体時とよそいき時それぞれの身体各部位に対する自己評価（同年代女性100人中の順位）、GHQ28による主観的健康度、ダイエット経験を測定した。すべての部位で裸体よりもよそいきの方が自己評価が高く、装った時の方が他者との比較において自身がより魅力的に捉えられていること、裸体とよそいきいずれも痩身志向やスタイルにとくに関わる部位（尻、上半身・下半身のプロポーション）において主観的健康度が高い群の自己評価が高いこと、現在ダイエット中の者はそうでない者より被服・化粧品購入額が大きく装いへの志向が強いこと、ダイエット経験と健康度には関連がないことが明らかになった。

キーワード：身体意識、裸体とよそいき、主観的健康度

---

## はじめに

本研究は、18歳と19歳女性の身体意識の特徴を明らかにするため、おもに自身の身体に対する魅力の自己評価、心身の主観的健康度、ダイエット経験の関連について分析することを目的とする。

自身の身体に対する意識や不満の現れ方の特徴は、年齢や性別によって異なり、例えば大学生とその両親を対象に行った羽成（2001, 2002）の調査では、身体への不満の程度は男性よりも女性の方が、親の年代よりも大学生の方が大きく、したがってこれらの中では女子大学生が身体への不満の程度が最も大きいことが示されている。

思春期以降の若年女性、とくに女子大学生の身体意識やそれに関連する行動についてはこれまで多くの調査が行われてきた。それらでは、BMIの

基準上では「やせ」と「普通」に分類される女子大学生が多く、肥満は非常に少ないこと、「やせ」、「普通」でも自身の体重を多め、体型を太めだと認識している割合が高いこと、痩身願望のある者が多いこと、関連してダイエット経験者が多いこと、自身の身体の外見に不満を持っている者が多いこと等が報告されている（例えば、内山・小林, 2003；荻布・蓮井・細田・山本, 2006；半藤・川嶋, 2009；原田, 2009；水津, 2015；羽成, 2012, 2014）。そして、食欲不振、低栄養、摂食障害等、痩身願望の強さや不必要または過度なダイエットによる心身の健康への悪影響や、やせる必要がない者までが痩身願望を持っていたりダイエットを行ったりしていることから推測される「身体像の歪み」の可能性、また、痩身願望の背景にはマスメディアから提供される情報が関連していることが、しばしば指摘されてきた。

過度な痩身願望や不必要なダイエット行為は心

身の健康にとって悪影響をもたらすため、上記の傾向が改善されることが望ましいのは言うまでもない。しかし、このような指摘がされるようになってかなり時間が経過しているにもかかわらず、状況に大きな変化は見られないように思われる。これにはいくつかの要因が考えられるが、ここでは身体意識の捉え方の問題点を提示したい。

第一に、これまでの研究では、BMI基準による分類を根拠にして「調査対象の若年女性の多くはやせる必要がない」としている点である。ある被調査者がBMI基準で「普通」に分類されるとしても、同年代の他の女性の多くも同様に「普通」や「やせ」に相当するのであるから、痩身を美しいとする現代の価値基準では他者との比較において自身の身体に自尊心を持ちにくくなるため、いっそうの痩身を目指すこと自体は理解できる行動と言える。考慮すべきことは、身体意識、とくに自身の身体に対する満足度を測定する場合に、他者との比較において自身をどう評価しているかという点であろう。

第二に、身体満足度を測定した研究は非常に多いが、それらのほとんどは裸体としての身体と着装・化粧した状態の身体とをとくに区別しないで検討を行っていると思われる点である。身長、体重、バスト、ウエスト、ヒップの値を問題とする時には暗黙のうちに裸体を想定していると思われるが、日常で他者に示される身体の大半は着装・化粧した身体である。化粧時の自分の顔への自信の程度、化粧をしていない時の自分の顔への自信の程度を調べた水津（2015）では、化粧をしていない時の自信が「少しある」が8.5%であったのに対して、化粧時では22.9%であった（いずれも「非常にある」という回答はほとんどなかった）。また、自信が「まったくない」は、化粧をしていない時は40.5%であったが、化粧時では18.3%であった。化粧を通して顔への意識が変化しやすいことがこの結果からも伺われる。したがって、身体意識の測定において、裸体時と着装・化粧時の

双方を考慮に入れる必要がある。

第三に、多くの研究がおよそ10代後半から20代前半までを若年女性と一括りにしている点である。女性の身体は思春期以降大きく変化していくことや、身体意識に影響を与える可能性がある性的経験の程度等を考えると、例えば同じ「女子高校生」、「女子大学生」であっても1年生と3、4年生では身体意識の特徴に差異があるかもしれない。また、身体意識に関連した障害である身体醜形障害の発症年齢は15～19歳が他の年齢より突出しており、ピークは16～17歳であるとされている（鍋田，2011）。このようなことから、身体意識と発達段階との関連をきめ細かく検討する必要があると思われる。

若年女性の身体をめぐる諸問題に介入するためにも、上記の問題点を踏まえた分析を行って身体意識の特徴をより詳細に明らかにすることが求められよう。本研究では自身の身体評価を行うにあたって、よく使用されている「満足度」の段階評定ではなく、同年代女性の中での相対的位置（100人中の順位）について評価を求めることとし、いくつかの身体部位に対して、裸体時とよそいき時それぞれの場合で回答を求めた。そして、その順位の値、主観的健康度、ダイエット経験、身長、体重、BMI等の相互の関連について分析した。また、本研究では18歳と19歳に限定して分析を行い、20歳以降の分析および両年齢群の比較は今後の課題とする。

---

## 方 法

---

### 調査対象

東海地方の女子大学に在籍する18歳、19歳の大学生に質問紙への回答を求めた。回答の拒否や回答に多くの欠損値があったものを除外し、最終的に381名を分析の対象にした。平均年齢は、18.5歳（標準偏差0.5）であった。

## 調査時期

調査期間は、2018年12月～2019年10月であった。

## 質問紙

質問項目は以下の内容で構成されていた。自身の身体に対する評価については、「まったく何も身につけず、化粧もしていない裸体の状態の自分自身」と「よそいきの服と靴を身につけ、髪の毛もセットし、ネイルや化粧もしっかりしている状態の自分自身」のそれぞれを想定し、自身の身体の各部位について、その魅力や美しさは、同年代の女性100人中で何位くらいだと思いか、おおよその順位を記入を求めた。設定した身体部位は、毛髪、顔、肌、手、腕、肩幅、胸、ウエスト、足、脚、尻、全身のプロポーション、上半身のプロポーション、下半身のプロポーションの14項目であった。主観的健康度の測定には、日本版GHQ28 (Goldberg, 中川・大坊, 1978) を使用した。以上の他、やせるためのダイエット経験の有無(「現在している」「過去にしたことがある」「ない」のいずれかで回答)、年齢、身長、体重、被服と化粧品購入それぞれに費やす1ヶ月あたりの金額についても回答を求めた。

## 手続き

大学で第一著者が担当するおもに1～2年生が受講生である授業を利用して質問紙調査を集団実施した。回答に先立つ説明の中では、質問紙の概要と参加者にはすべてについて率直に回答してほしいという依頼を行った。さらに倫理的配慮として、回答が任意である旨を説明した。具体的には、自身の身体に関連する項目があること、回答すること自体が不快感を喚起する可能性があること、回答はあくまで任意であり、途中で中止も可能であること、回答の承諾・拒否・中断と当該授業の成績に関連はないことを強調した。これらは質問紙の第1ページにも記述されていた。参加者の

匿名性を確保するために事前の署名は求めなかった。調査実施の翌週の授業時にデブリーフィングを行った。本研究計画は、椋山女学園大学文化情報学部の研究倫理委員会にて審査を受け、許可を得た。

## 結果と考察

### 身長・体重・BMI

本調査回答者の身長、体重、BMIの平均値は、それぞれ157.4cm (標準偏差5.4)、49.2kg (5.5)、19.9 (2.1) であった。本調査とほぼ同年齢、同地域の女子大学生を対象に行われた鈴木 (2016) の調査では、157.6cm (4.5)、49.6kg (7.8)、19.9 (2.9)、また、厚生労働省 (2017) による平成28年国民健康・栄養調査による年齢別の平均身長と平均体重は、18歳で157.5cm (n=59、標準偏差6.9)、50.7kg (n=56、同8.6)、19歳で155.9cm (n=58、同4.9)、50.8kg (n=55、同6.5) であった。本調査でもこれらと同程度の数値である。

本調査回答者のBMIの分布を表1に示した。「やせ」が23.1%、「普通」が74.8%であり、ほとんどの回答者が「やせ」または「普通」の範囲に含まれ、「肥満」の割合は非常に低い。女子大学の学生約300人を対象に行われた森・山本・倉賀野 (2012) の調査でも、「やせ」が22.6%、「普通」が67.9%であり、本調査もこれと同様の結果が確認された。

表1 回答者のBMIの分布

BMI	分類	人数	比率 (%)
18.5未満	やせ	86	23.1
18.5～25	普通	279	74.8
25～30	肥満度1	8	2.1
30～35	肥満度2	0	0
35～40	肥満度3	0	0
40以上	肥満度4	0	0
体重無回答		(8)	

身長、体重、BMIと各身体部位に対する自己評価の値(同年代女性100人中順位の自己評定値)、GHQ得点、被服・化粧品購入額についてPearsonの相関分析を行った。各身体部位については、いずれも相関係数は小さいもの( $.119 \leq |r| \leq .337$ )、いくつかの部位間で有意な相関が認められた。裸体では、身長は、手、腕、ウエスト、足、脚、尻、全身のプロポーション、上半身のプロポーション、下半身のプロポーション、およびGHQ得点と負の相関が有意であった。体重は、肩幅、ウエスト、脚と正の相関が、胸と負の相関が有意であった。BMIは、腕、肩幅、ウエスト、足、脚、尻、全身のプロポーション、上半身のプロポーション、下半身のプロポーションと正の相関が、胸と負の相関が有意であった。よそいきも裸体とほぼ同様で、身長は、腕、ウエスト、足、脚、尻、全身のプロポーション、上半身のプロポーション、下半身のプロポーション、GHQ得点と負の相関が有意、体重は、腕、肩幅、ウエスト、脚と正の相関が、胸と負の相関が有意であった。BMIは、腕、肩幅、ウエスト、足、脚、尻、全身のプロポーション、上半身のプロポーション、下半身のプロポーションと正の相関が、胸と負の相

関が有意であった。

以上のように、身長が高いほど多くの部位で自己評価や主観的健康度が高く、BMIが大きいほど多くの部位で自己評価が低くなる傾向がある。ただし、胸のみは体重やBMIが大きい方が自己評価が高い。女性にとっては一般に胸が大きいこと、一方、ウエスト、足、脚、尻等は、「小さい・細い」ことが好ましく思われている。体重やBMIが大きいことは各部位の大きさと関連するため、上記の傾向が見られたのかもしれない。若年女性は体重を非常に気にしているとされているが、その一方で身体の評価に直結するのは、むしろ身長やBMIであると推測できる。とくに身長はGHQ得点とも有意な相関が見られたことから、主観的健康度への影響もあるのではないと思われる。

## 各身体部位に対する自己評価

### (1) 裸体とよそいきの比較

裸体、よそいきの着衣・化粧をした場合、それぞれにおける各身体部位に対する自己評価の値についてt検定を行った。すべての部位で有意差が見られ、裸体よりもよそいきの方が自己評価の値が高かった(表2)。どの部位の平均値も50位以

表2 自身の各身体部位に対する自己評価：同年代女性100人中の自己評定順位平均値  
( )内は標準偏差

	裸体	よそいき	t
毛髪	62.2 (25.4)	57.1 (23.6)	4.97**
顔	69.5 (22.2)	61.6 (21.8)	10.59**
肌	63.0 (25.1)	57.6 (23.9)	7.64**
手	62.1 (24.2)	59.3 (24.0)	4.06**
腕	64.0 (21.2)	62.3 (20.8)	2.44*
肩幅	64.1 (22.6)	62.3 (22.9)	3.30**
胸	70.0 (23.1)	68.5 (22.7)	2.80**
ウエスト	66.4 (22.7)	63.6 (23.8)	3.95**
足	68.1 (23.6)	66.0 (23.1)	3.27**
脚	70.0 (24.0)	67.7 (23.7)	4.23**
尻	71.8 (20.9)	70.0 (20.4)	3.47**
全身	72.1 (20.9)	66.9 (21.2)	7.96**
上半身	70.5 (21.0)	66.5 (20.8)	6.46**
下半身	72.8 (21.8)	69.4 (22.0)	6.47**

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

下であり、自分の身体を他者より高く評価している者は多くない。しかし、裸体の自分の身体よりもよそいきの着装をした自分の身体を相対的に高く評価していることから、裸体よりも被服や化粧によって装った時の方が、他者との比較において自身をより魅力的であると捉えていることがわかる。

裸体とよそいきを含めた計28の身体部位の自己評価の値についてPearsonの相関分析を行った

ところ、すべての組み合わせで正の相関が有意であった。また、28の身体部位の自己評価の値について因子分析を行った。固有値から判断し4因子を採用した（固有値は、15.97、2.159、1.381、1.201）。これらの因子について、最小二乗法、プロマックス回転で因子分析を行ったところ、14の身体部位すべての因子負荷量は0.35以上を示し、複数の因子にまたがって0.35以上の値のものはなかった。クロンバックの  $\alpha$  係数は第1因子

表3 各身体部位に対する自己評価の因子分析結果

身体部位	I	II	III	IV
【裸体】 下半身	1.009	.012	-.073	-.086
【よそいき】 下半身	1.008	.039	-.073	-.120
【裸体】 脚	.993	-.007	.016	-.193
【よそいき】 脚	.962	-.006	.064	-.211
【よそいき】 全身	.891	.079	-.080	.023
【裸体】 全身	.878	.007	-.060	.102
【裸体】 尻	.861	-.054	-.016	.045
【よそいき】 尻	.828	-.014	-.007	.033
【裸体】 足	.775	-.045	.178	-.079
【よそいき】 足	.732	.011	.125	.002
【裸体】 上半身	.676	.048	-.047	.312
【よそいき】 上半身	.639	.140	-.034	.233
【よそいき】 ウエスト	.564	-.120	.186	.168
【裸体】 ウエスト	.550	-.142	.266	.125
【よそいき】 肌	-.143	1.033	.023	-.105
【裸体】 肌	-.033	.842	-.030	-.025
【よそいき】 顔	.267	.542	-.008	.117
【よそいき】 毛髪	.022	.514	.122	.106
【裸体】 顔	.278	.480	-.064	.170
【裸体】 毛髪	.100	.379	.083	.135
【裸体】 肩幅	.000	-.117	.843	.108
【よそいき】 肩幅	.032	-.079	.811	.073
【裸体】 手	-.053	.239	.680	-.054
【裸体】 腕	.287	.012	.642	-.043
【よそいき】 手	-.039	.332	.608	-.097
【よそいき】 腕	.378	.079	.499	-.042
【よそいき】 胸	-.100	.025	.023	.943
【裸体】 胸	-.081	-.003	.034	.923
	$\alpha = .972$	$\alpha = .880$	$\alpha = .913$	$\alpha = .941$
因子相関行列	I	II	III	IV
I		0.618	0.706	0.599
II			0.608	0.594
III				0.546

0.972、第2因子0.880、第3因子0.913、第4因子0.941であった。因子間で部位が裸体とよそいきで分離されることはなく、第1因子は（裸体とよそいき両方の）全身・上半身・下半身のプロポーション、足、脚、尻、ウエスト、第2因子は（同じく）顔・髪・肌、第3因子は（同じく）肩幅・手・腕、第4因子は（同じく）胸に高い負荷量が示された（表3）。第1因子は下半身とスタイルに直結する部位で、女性が瘦身志向との関係でとくに意識する部位、第2因子はそれぞれの表面に意識が向けられがちで、化粧・手入れが施される部位と言えよう。第3因子は「上肢」である。第4因子は胸のみであり、女性の身体部位では胸が特異な

位置づけとなっていることが示唆される。

### 各身体部位に対する自己評価

#### (2) 主観的健康度との関連

日本版GHQ28では合計得点5点以下が健常者、6点以上が何らかの問題があるとみなされる。また、GHQ28の4つの要素スケールそれぞれが3または4点以上は中等度以上の症状と分類されている。本研究では、合計得点5点以下の回答者を健康度高群、14点以上を健康度低群とし、その間の6～13点を健康度中群とした。各群の人数は、高群120人（31.5%）、中群172人（45.1%）、低群89人（23.4%）であった。

表4 各健康度における身長・体重・BMIの平均値

( )内は標準偏差

	高	健康度 中	低	F	多重比較
身長	157.9 (5.3)	157.7 (5.5)	156.0 (5.0)	3.74*	高>低* 中>低*
体重	49.0 (5.2)	49.9 (5.7)	48.3 (5.6)	2.73 <sup>†</sup>	
BMI	19.7 (1.7)	20.1 (2.2)	19.8 (2.1)	1.60	

<sup>†</sup>p<.10, \*p<.05

表5 各健康度における自身の各身体部位に対する自己評価：同年代女性100人中の自己評定順位平均値

【裸体】

( )内は標準偏差

	高	健康度 中	低	F	多重比較
毛髪	57.6 (23.4)	64.2 (26.2)	64.4 (26.1)	2.87 <sup>†</sup>	
顔	65.9 (19.8)	71.2 (23.2)	71.1 (22.8)	2.26	
肌	58.6 (23.7)	64.7 (25.4)	65.7 (25.6)	2.77 <sup>†</sup>	
手	58.8 (21.7)	62.8 (25.3)	65.5 (24.9)	2.08	
腕	60.6 (19.5)	64.8 (23.1)	67.0 (21.7)	2.40 <sup>†</sup>	
肩幅	62.9 (19.8)	64.7 (23.8)	64.6 (23.8)	0.27	
胸	68.9 (21.8)	70.2 (24.5)	71.2 (21.9)	0.24	
ウエスト	62.6 (22.7)	67.8 (23.8)	68.7 (24.7)	2.24	
足	64.9 (21.5)	69.4 (24.1)	70.0 (25.2)	1.61	
脚	66.5 (21.7)	72.1 (24.1)	70.7 (26.2)	1.95	
尻	68.3 (19.1)	74.8 (20.1)	70.7 (23.9)	3.63*	高<中*
全身	67.8 (19.6)	75.3 (19.8)	71.8 (23.7)	4.65*	高<中*
上半身	66.4 (18.9)	72.6 (21.7)	72.0 (21.8)	3.49*	高<中*
下半身	68.5 (20.3)	75.8 (20.9)	72.8 (24.6)	4.03*	高<中*

<sup>†</sup>p<.10, \*p<.05

表6 各健康度における自身の各身体部位に対する魅力度：同年代女性100人中の自己評定順位平均値【よそいき】

( )内は標準偏差

	健康度			F	多重比較
	高	中	低		
毛髪	54.7 (21.1)	58.4 (24.0)	58.0 (26.0)	0.93	
顔	58.3 (18.6)	63.3 (22.3)	62.7 (24.5)	1.99	
肌	53.7 (22.2)	59.4 (23.5)	59.2 (26.3)	2.31	
手	56.1 (21.9)	60.3 (24.4)	61.6 (25.7)	1.65	
腕	59.3 (18.3)	63.5 (21.6)	64.2 (22.1)	1.90	
肩幅	61.2 (19.8)	63.3 (23.7)	61.7 (25.2)	0.31	
胸	68.0 (21.4)	68.4 (23.8)	69.2 (22.5)	0.07	
ウエスト	61.7 (21.6)	64.0 (24.6)	65.7 (24.8)	0.75	
足	62.6 (20.7)	67.5 (23.8)	67.8 (24.5)	1.94	
脚	64.4 (21.1)	69.5 (23.9)	68.5 (26.5)	1.71	
尻	67.0 (19.1)	72.6 (19.8)	69.1 (22.6)	2.84 <sup>†</sup>	
全身	63.4 (19.6)	69.1 (21.3)	67.5 (22.9)	2.65 <sup>†</sup>	
上半身	62.1 (19.1)	68.4 (21.4)	68.8 (21.2)	4.05*	高<中*
下半身	64.3 (20.2)	72.6 (22.0)	69.9 (23.4)	5.23**	高<中*

<sup>†</sup>p<.10, \*p<.05, \*\*p<.01

身長・体重・BMIそれぞれについて健康度の効果が見られるか分散分析を行ったところ、身長で有意、体重で有意傾向が認められた(表4)。群間でBMIの違いはないが、低群は相対的に低身長でやや低体重である。

各身体部位の自己評価の値について健康度の効果が見られるか分散分析を行った(表5、6)。裸体で健康度の効果が有意であったのは、尻、全身のプロポーシオン、上半身のプロポーシオン、下半身のプロポーシオン、有意傾向であったのは、毛髪、肌、腕であった。よそいきで健康度の効果が有意であったのは、上半身のプロポーシオン、下半身のプロポーシオン、有意傾向であったのは、尻、全身のプロポーシオンであった。以上の部位ではいずれも健康度高群の自己評価が高い。裸体とよそいきに共通しているのが尻やスタイルに関するものであるが、これらは前述の因子分析における第1因子に含まれるものであり、瘦身志向やスタイルにとくに関わるこれらの部位で、健康度との関連が明確に出現する(健康度高群で自己評価が高くなる)ようである。

## 各身体部位に対する自己評価

### (3) ダイエット経験との関連

やせるためのダイエット経験の合計は69.1%であった(現在している:25.5%、過去にしたことがある:43.6%)であった。女子大学の学生を対象に減量経験を調べた森・山本・倉賀野(2012)でも、「現在している」25.3%、「今はしていないが、経験あり」43.3%で、本研究とほぼ同様の値である。いずれの研究でも合計で約7割がやせるためのダイエット経験者ということになる。また、女子大学生や専門学校生を対象に行われた前川(2005)では61.5%、荻布ら(2006)では58.7%と、約6割がダイエット経験者であることが示されている。森らと本研究の方で比率がやや高いのは、前川(2005)や荻布ら(2006)の調査対象が共学大学の女子が含まれていることに対して、森らと本研究はいずれも女子大学の学生であることが関連しているからかもしれない。

ダイエット経験別の身長・体重・BMIについて分散分析を行った結果、体重とBMIが有意であった(表7)。ダイエット経験がない者より経験者

の方が体重やBMIの数値が大きく、体重とダイエット経験が関連していることは明らかであろう。

各身体部位の自己評価の値についてダイエット経験の効果が見られるか分散分析を行った(表8、9)。裸体で有意であったのは、胸、ウエスト、有意傾向であったのは、肌、手、足であった。よそいきで有意であったのは、肌、胸、ウエスト、有意傾向であったのは手であった。肌、手、胸は、ダイエット経験者の方が自己評価が高く、ウエストや足(裸体のみ)は低い。胸の自己評価が高いのは、ダイエット経験者の体重とBMIの値が大

きいことが関連していると思われる。前川(2005)では、ダイエット経験者の方が経験なしの者より体型不満が強いことが示されているが、不満はとくにウエストに向けられていることが示唆される。

ダイエット経験による被服や化粧品の購入額について分散分析を行ったところ、被服、化粧品、およびその合計金額いずれにおいても有意差が認められ、現在ダイエット中である者の金額が最大であった(表10)。本調査では減量の目的を尋ねていないが、森ら(2012)によると、減量の目的は「健康のため」や「異性によく思われるため」

表7 ダイエット経験による身長・体重・BMIの平均値

( ) 内は標準偏差

	現在している	ダイエット経験		F	多重比較
		過去にした	経験なし		
身長 (cm)	158.2 (6.1)	156.8 (5.0)	157.5 (5.1)	2.045	
体重 (kg)	51.1 (6.4)	49.7 (5.0)	47.0 (4.8)	16.59**	現在>経験なし* 過去にした>経験なし*
BMI	20.5 (2.3)	20.2 (1.8)	19.0 (2.0)	16.84**	現在>経験なし* 過去にした>経験なし*

\*\* $p < .01$ 

表8 ダイエット経験による自身の各身体部位に対する自己評価：同年代女性100人中の自己評定順位平均値【裸体】

( ) 内は標準偏差

	現在している	ダイエット経験		F	多重比較
		過去にした	経験なし		
毛髪	59.2 (25.3)	63.5 (26.3)	62.8 (24.3)	0.92	
顔	68.9 (22.6)	68.9 (23.2)	70.8 (20.6)	0.28	
肌	60.3 (26.7)	61.7 (25.3)	67.1 (23.0)	2.43 <sup>†</sup>	
手	57.4 (26.5)	63.8 (24.0)	63.7 (22.0)	2.51 <sup>†</sup>	
腕	65.1 (22.4)	65.3 (22.1)	61.3 (20.8)	1.34	
肩幅	65.6 (25.2)	65.7 (22.2)	60.7 (20.6)	1.98	
胸	65.1 (26.3)	70.5 (23.7)	73.4 (18.4)	3.50*	現在<経験なし*
ウエスト	70.1 (23.3)	69.2 (23.0)	59.3 (23.9)	7.88**	現在>経験なし* 過去にした>経験なし*
足	68.3 (26.9)	70.7 (22.4)	64.4 (22.1)	2.54 <sup>†</sup>	
脚	72.0 (25.8)	71.4 (23.3)	66.3 (23.2)	2.043	
尻	74.1 (21.9)	72.5 (21.1)	68.9 (19.5)	1.827	
全身	73.6 (21.1)	72.4 (21.6)	70.5 (19.8)	0.596	
上半身	69.8 (23.9)	71.2 (20.8)	70.1 (18.8)	0.173	
下半身	75.0 (23.7)	73.4 (21.6)	70.3 (20.4)	1.327	

<sup>†</sup> $p < .10$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$



表9 ダイエット経験による自身の各身体部位に対する自己評価：同年代女性100人中の自己評定順位平均値【よそいき】

( )内は標準偏差

	ダイエット経験			F	多重比較
	現在している	過去にした	経験なし		
毛髪	55.4 (24.7)	55.8 (23.9)	60.4 (22.0)	1.676	
顔	60.1 (22.3)	60.9 (23.0)	63.7 (19.7)	0.848	
肌	54.9 (25.6)	55.7 (23.5)	62.4 (22.3)	3.57*	
手	56.2 (26.9)	58.3 (22.9)	63.1 (22.6)	2.46 <sup>†</sup>	
腕	64.6 (21.5)	62.1 (20.9)	60.8 (20.1)	0.908	
肩幅	64.4 (25.7)	62.7 (22.3)	59.8 (21.1)	1.151	
胸	64.8 (25.3)	67.3 (23.1)	73.1 (18.9)	4.03*	現在<経験なし*
ウエスト	67.0 (22.8)	65.2 (23.4)	58.6 (24.4)	4.05*	現在>経験なし*
足	66.4 (25.4)	67.3 (22.6)	63.9 (21.8)	0.776	
脚	70.2 (24.3)	68.4 (23.8)	64.6 (23.0)	1.593	
尻	71.3 (21.4)	71.1 (20.3)	67.5 (19.5)	1.337	
全身	68.4 (22.3)	67.0 (21.1)	65.7 (20.7)	0.421	
上半身	66.4 (23.0)	66.4 (20.6)	66.8 (19.4)	0.016	
下半身	71.6 (24.1)	69.7 (21.3)	67.1 (21.2)	1.124	

<sup>†</sup>p<.10, \*p<.05

表10 ダイエット経験による1ヶ月あたりの被服・化粧品購入平均額(円) ( )内は標準偏差

	ダイエット経験			F	多重比較
	現在している	過去にした	経験なし		
衣服	13,500 (8,719)	8,916 (6,032)	9,971 (9,010)	4.26*	現在>過去にした*
化粧品	4,744 (4,059)	2,881 (2,813)	2,680 (2,774)	5.34**	現在>過去にした* 現在>経験なし*
衣服、化粧品合計	18,244 (11,577)	11,796 (7,955)	12,651 (10,262)	5.62**	現在>過去にした*

\*p&lt;.05, \*\*p&lt;.01

よりも、「おしゃれのため」「自分に自信が持てる」への回答率の方が高かった。本調査でもダイエット中の者は被服・化粧品の購入額が大きいことから、装いへの志向や肌の手入れに積極的であると思われる。肌や手の自己評価の高さはこのことと関連しているのかもしれない。

健康度によるダイエット経験有無の割合について $\chi^2$ 検定を行ったところ差異は認められなかった。ダイエット経験別のGHQ合計得点について行った分散分析でも有意ではなかった。ダイエット経験と健康度には関連がないと思われる。

## 結 論

本研究は、18歳と19歳女性の身体意識の特徴について、裸体とよそいきそれぞれにおける自身の身体部位に対する魅力・美しさの自己評価(同年代女性100人中の順位)、心身の主観的健康状態、ダイエット経験、身長、体重、BMI、被服・化粧品購入額の関連について分析した。主たる結果は以下の通りであった。

- (1) 多くの部位で身長が高いほど、BMIが小さいほど身体の自己評価が高く、また身長が高い

ほど主観的健康度も高い。身体の自己評価には体重が独立して影響を与えるのではなく、身長とBMIに反映される体型の影響が重要であると思われる。

- (2) すべての部位で裸体よりもよそいきの方が自己評価が高く、裸体よりも被服や化粧によって装った時の方が、他者との比較において自身がより魅力的であると捉えられている。
- (3) 胸のみは体重やBMIが大きい方が自己評価が高いことや因子分析の特徴から、胸は他の部位と異なる独特の位置づけがなされていると思われる。
- (4) 裸体とよそいきいずれも、瘦身志向やスタイルとくにに関わる部位（尻や上半身・下半身のプロポーション）において主観的健康度と自己評価の関連が明瞭に現れ、主観的健康度高群で自己評価が高い。
- (5) 身体部位の中ではウエストへの評価がダイエットに関連すると思われる。また、現在ダイエット中の者は過去の経験者や経験がない者より被服・化粧品購入額が大きく、装いの志向が強い。ダイエット経験と健康度には関連がない。

本研究結果でとくに重要なのは、若年女性が同年代他者との比較において裸体時と着装・化粧時では異なる自己評価の身体意識を持つことが明らかになった点である。また、主観的健康度と身体への自己評価との関連が見いだされたことも、若年女性の健康問題を検討する上で有効な知見であろう。今後は20～23歳の若年女性を対象にした分析を行って上記の特徴との相違点を明らかにし、年齢と身体意識の関連を詳細に検討していきたい。

## 謝辞

本研究の調査には、大河内柚希さん（2016年度文化情報学部メディア情報学科卒業生）に協力をいただきました。御礼を申し上げます。

## 引用文献

- Goldberg, D. P. 著, 中川泰彬・大坊郁夫訳 (1978) 日本語版GHQ28日本文化科学社
- 荻布智恵・蓮井理沙・細田明美・山本由喜子 (2006) 若年女性のやせ願望の現状と体型に対する自覚及びダイエット経験 生活科学研究誌, 5, 25-33.
- 羽成隆司 (2001) 着装時と非着装時における身体満足度の比較 東海心理学会50回大会論文集, p. 39.
- 羽成隆司 (2002) 着装時と非着装時における身体満足度の比較 (2) 東海心理学会51回大会論文集, p. 19.
- 羽成隆司 (2012) 自身の身体をめぐる不安 椋山女学園大学学生相談室活動報告第7号, 41-44.
- 羽成隆司 (2014) 自身の身体をめぐる不安 (2) 椋山大生への調査から 椋山女学園大学学生相談室活動報告第9号29-31.
- 半藤保・川嶋友子 (2009) 女子大生の体型とやせ願望 新潟青陵学会誌, 1, 53-59.
- 原田妙子 (2009) 女子学生の身体意識と他者の評価との関連について 繊維製品消費科学, 50, 1072-1079.
- 前川浩子 (2005) 青年期女子の体重・体型へのこだわりに影響を及ぼす要因 ——親の養育行動と社会的要因からの検討 パーソナリティ研究, 13, 129-142.
- 森由紀・山本存・倉賀野妙子 (2012) 女子大生のおしゃれ意識がもたらす瘦身願望と健康状況 ——食行動・運動習慣との関連において—— 日本家政学会誌, 63, 309-318.
- 鍋田恭孝 (2011) 身体醜形障害 講談社
- 水津梨沙 (2015) 女子大生の身体不満とファッションの関係 平成成26年度椋山女学園大学文化情報学部卒業研究
- 鈴木志歩 (2016) 身体と健康に関する調査 平成成27年度椋山女学園大学文化情報学部卒業研究
- 内山聡子・小林幸子 (2003) 若年女性における痩せ願望と食生活状況 和洋女子大学紀要 家政系編43, 135-146.
- 厚生労働省 (2017) 平成28年国民健康・栄養調査報告 <https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/eiyuu/h28-houkoku.html>

はなり・たかし / 文化情報学部教授  
E-mail : hanari@sugiyama-u.ac.jp  
みやざき・さら / 文化情報学部