

# 女子学生の身体意識と他者からの評価について

原田 妙子

## A Study on Women Students' Body Image and Others' Estimation

Taeko HARADA

### 緒 言

以前から若い女性は自分の体つきに非常に関心を持ち、瘦身志向がかなり強い事は、周知の事実である。1992年頃から「痩せ志向」が現われ、近年のダイエットの流行は目をみはるものがある。しかし、瘦身志向が強くなりすぎ、細ければ細い方がよりよい、さらに太いことは悪いとする傾向に傾き、体型を表すいろいろな指数では標準を示すとなっても、もっとやせたいとする女性が多く見られる。<sup>1)</sup>「細くなりたい」気持ちが強くなり、健康的な体作りを軽視することは、重要な問題として毎日新聞の朝刊で『子供が危うい、第1部からだ』でも取り上げられ、<sup>2)3)</sup>さらに、保健体育や栄養学の面からも、いくつかの報告がなされている。<sup>4)5)6)</sup>衣生活においても、着衣基体である身体についての意識は、衣服の着用に大きく影響を与えると考えられ、報告されている。<sup>7)8)9)</sup>しかし、第三者の眼からみると、それ程太っているわけではない人も、自分は太っていると思っていることが多いと思われ、必ずしも自分で似合うと選んだ服が他者からよい評価を得ているとは限らないにもかかわらず、体型の評価に関する研究において他者からの評価を扱った報告はほとんど見られない。

そこで、本研究では、まず女子学生が自分の体つきに対して、どのような意識を持っているかを把握した上で、他者はどのような評価をしているかを調査し検討することを目的とする。

さらにこの結果を、自己の身体意識と他者の評価との関連性を検討し、その意識や評価がどのような要因によって引き起こされているかを明らかにするための基礎資料としたいと考える。

### 方 法

#### 1. 自己の身体意識について

自己の身体意識について、アンケート調査を行った。調査は集合調査法により、1998年3月に実施した。被験者は、20歳前後の女子学生69名である。質問項目は、自分の身体の「全体的なスタイルについて」「顔について」「上半身について」「下半身について」のそれぞれでどの部位に悩みを持っているかを具体的に上げさせた。次に上記4部位についての満足度を「1気に入らない」から「5満足している」の5段階評価で得た。さらに自分の体をどのように評価しているか、理想とする体はどのようにかについて、総合的な評価11項目、部分的な評価20項目に対して1から5の5段階評価を用いて回答させた。

## 2. 他者の評価について

他者の評価は、被験者と面識のない20歳前後の女子学生50名を検査者として、被験者29名の体型写真(正面および側面)のスライドを資料とし、等身大に映写したものを評価させた。実施は1998年1月である。評価は、総合的な評価11項目に対して1から5の5段階評価によって行い、平均値を求め、さらに正面および側面の評価値の相関係数を求めた。

3. 自己の身体評価と他者評価との関係を把握するために、平均値の比較を行い、相関係数を求めた。さらに自己の身体評価と他者の評価との差を算出し、検討した。

## 結果および考察

### 1. 自己の身体意識について

#### 1) 被験者の身体計測値プロフィール

自己の身体意識について、アンケート調査を行った69名の被験者の身体計測値の平均値および標準偏差を表1に示す。全国平均値と比較すると、身長はやや低く体重も軽い。さらに、その他の項目の平均値も小さく、全体的にやや小柄な体型である。肥瘦の指数として一般によく用いられているローレル指数では、狭長型が39名であるのに対して、肥満型は6名、BMIでは、やせが32名に対して過体重(太りすぎ)、肥満(太りすぎ)を併せても3名であり、ほぼ半数が「やせている」と分類される。

表1 身体計測値 プロフィール

|      | 身長(cm) | 体重(kg) | 胸囲(cm) | 胴囲(cm) | 腰囲(cm) | 大腿囲(cm) | 腕囲(cm) |
|------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|
| 平均値  | 157.15 | 49.63  | 82.42  | 62.82  | 88.92  | 52.78   | 26.44  |
| 標準偏差 | 5.87   | 6.01   | 4.85   | 4.52   | 4.45   | 3.79    | 2.06   |

N=69

#### ローレル指数

| 区 分 | 人数 |
|-----|----|
| 狭長型 | 39 |
| 中 型 | 24 |
| 肥満型 | 6  |
| 総 計 | 69 |

#### BMI

| 区 分   | 人数 |
|-------|----|
| や せ   | 32 |
| 普 通   | 34 |
| 過 体 重 | 2  |
| 肥 満   | 1  |
| 総 計   | 69 |

#### 2) 悩みのある部分

自分の身体の「全体的なスタイルについて」「上半身について」「下半身について」「顔について」のそれぞれのどの部位かに悩みを持っていると答えなかった人は非常に少なく、被験者69名の内、顔について悩みのない人は10.1%で、上半身では7.2%、下半身では1.4%であり、特に下半身にはほとんどの人が悩みを持っている。

自分の身体のそれぞれで具体的にどの部位に悩みを持っているかを上げさせた結果を図1に示す。悩みとしての内容をみると、顔については、「丸顔」、「顔が大きい」を半数以上が上げており、他者から見られた時、最初に太い事を認識すると考えられる項目が上がっている。

上半身では、「腕が太い」を悩みがあると答えた中の87.5%が上げており、衣服を着用した時、外に出て見える腕の太さを気にしている。しかし、バストについては、小さいことを悩みとする人が約半数みられた。

下半身では、悩みとする部分が多く上げられ、「太股が太い」、「お腹が出ている」、「ヒップが大きい」、「ふくらはぎが太い」、「ウエストが太い」の太さに関するを悩みは半数以上の人が上げており、ウエストから脚までのほとんどの部分で、かなり太さを気にしている人がいる。また、「脚が短い」、「O脚」、「ヒップが垂れている」といった形態に関係する部分も、悩みとして上げられているが、太さ関係の方が、圧倒的に多いことが興味深い。

全体的なスタイルでは、ローレル指数やBMIで狭長型あるいはやせにある人が半数見られたにもかかわらず、「太い」と答えた人が、悩みを持つ人の内87.8%を占め、次いで背が低いと

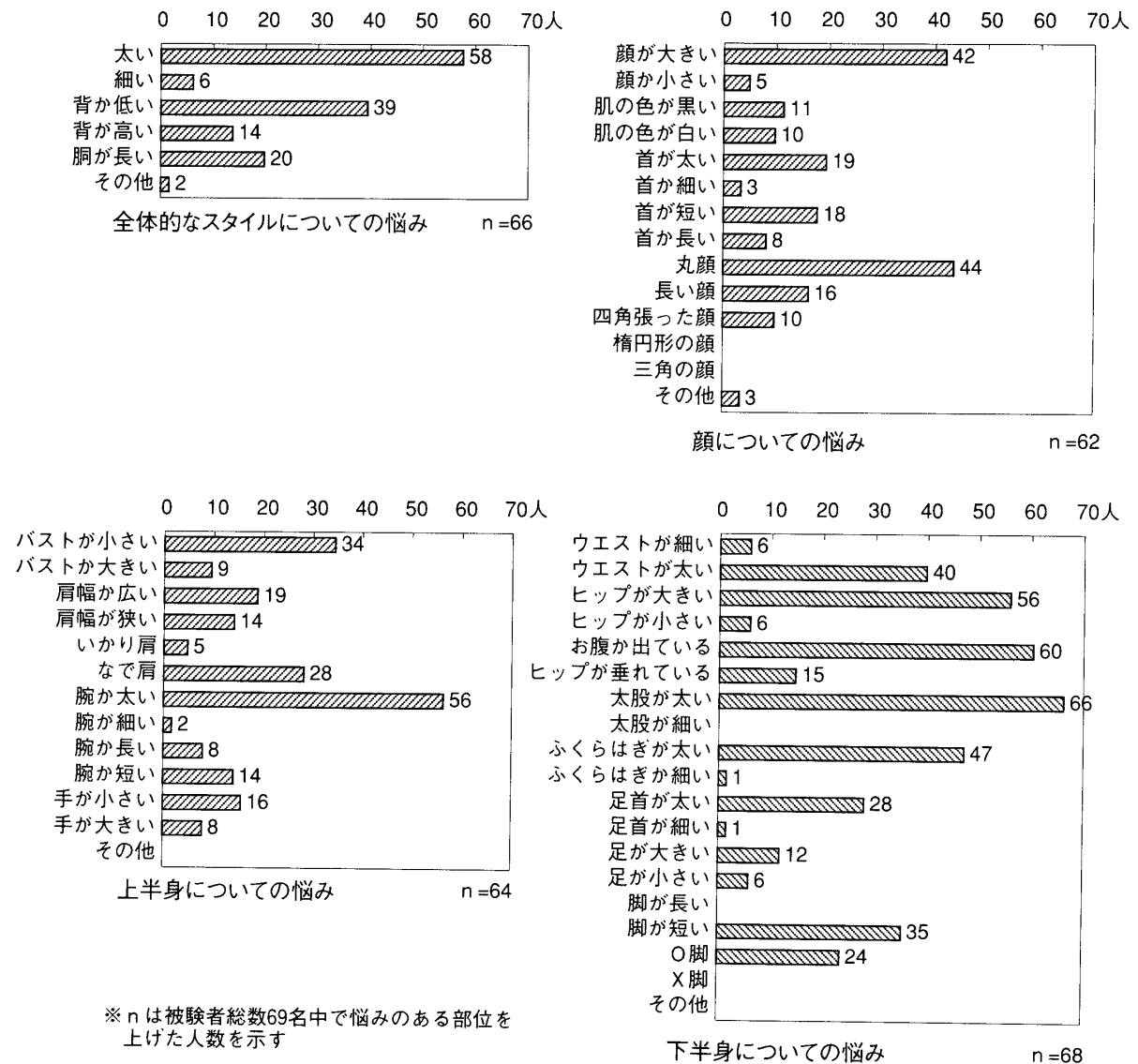


図1 身体各部位における悩みを持っている部位

59%が答えており、背が高く細いスタイルを望んではいないものの、自分で変えられない身長より、ダイエットなどで変えられる可能性のある「太い」という悩みの方が多くなっている。

### 3) 自分の体型についての満足度

かなりの人が多少なりとも身体のだこかに不満を持っていることがわかったので、次にどの程度自分の体に満足しているかについて質問した。その結果を図2に示す。

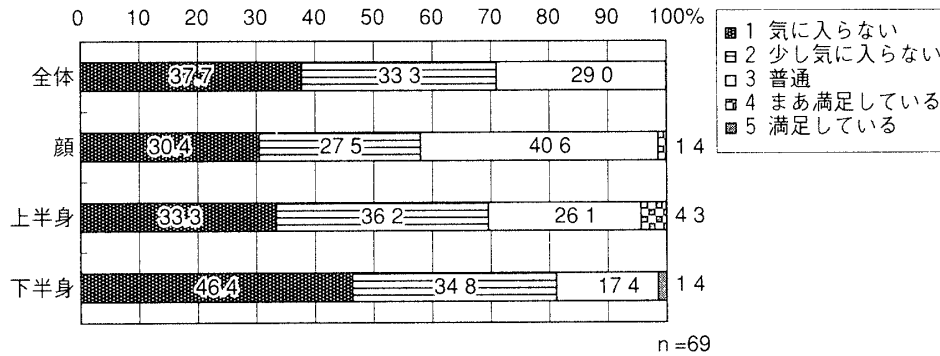


図2 身体各部位に対する満足度

全体では、「1気に入らない」「2少し気に入らない」「3普通」と答えている人が各々約1/3ずつとなり、満足している人はみられない。

それぞれの部位に分けてみると、「4まあ満足している」と回答した人は少なく、逆に「1気に入らない」と回答したのは、顔では30.4%、上半身は33.3%、下半身は46.4%であり、「2少し気に入らない」を合わせると、顔では58%、上半身は69.6%、下半身は81.2%となり、下半身に対して不満を抱いている人がかなり多い。「3普通」と回答した人が多いのは顔であり、満足はしてはいないものの、髪型や化粧の影響からか、普通と思っている人が多く、上半身や下半身は、衣服の着用でも、太さ的な不満が解消しきれていないと考えられる。

### 4) 自己の身体評価

女子学生たちはかなり自分の身体に不満を持っていることが分かったが、自分の身体に対してどのような評価をしているかについて調査し、5段階評価の回答結果を図3に示した。

総合的な身体評価11項目についてみると、「太い」「ずん胴な」「ぶよぶよしている」と答えた人が半数以上みられる。また、「バランスがいい」「格好いい」「かっちりしている」「美しい」と思っている人はほとんどいないにもかかわらず、「アンバランスな」「強い」「格好悪い」「男っぽい」「醜い」では半数以上が普通だと思っている。

部分的にみると、「腕が太い」、「ウエストが太い」、「ヒップが大きい」、「お腹が出ている」、「脚が太い」、「太股が太い」と思っている人が半数以上を占め、「胴が長い—短い」「ヒップが垂れている—アップしている」、「O脚—X脚」、「首が太い—細い」、「首が長い—短い」では、半数以上が普通と答えている。これは、前述の不満のある部分の結果と同様、太さや大きさを表す項目で悪い評価をする人が多く、不満のある部分として上げられていなかったものについては、満足している訳ではなく、普通と考えていることが分かる。さらに、「肩幅が広い—狭い」、「いかり肩—なで肩」、「バストが大きい—小さい」、「足首が太い—細い」、「足が大きい—小さい」ではほぼ正規分布の傾向を示し、評価は普通を挟んで両側に分布しており、「背が高い—低い」、「顔が大きい—小さい」、「長顔—丸顔」では5段階にばらついていることから、比較的客観的に自己評価がなされている項目と考えられる。

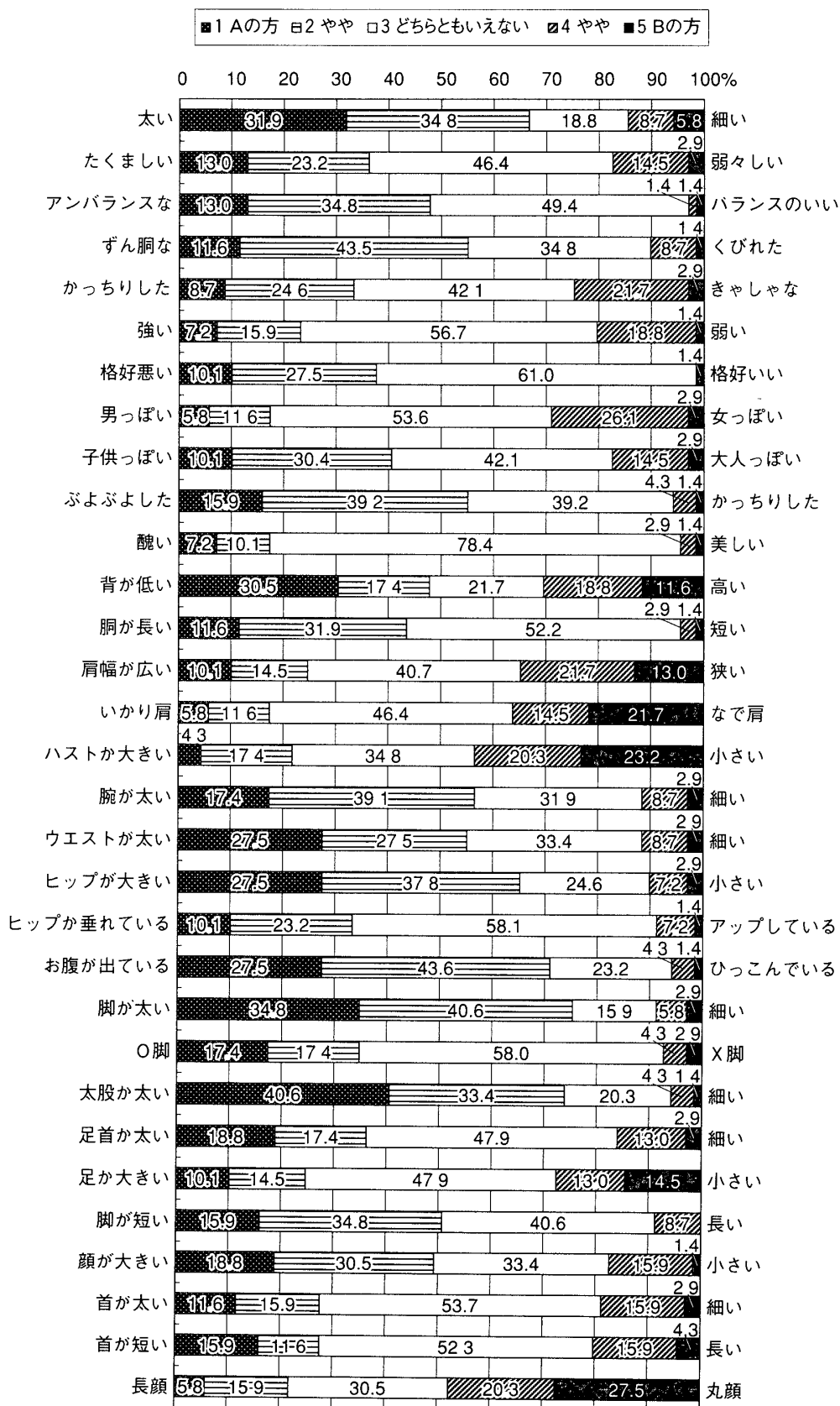


図3 自己の身体評価

n=69

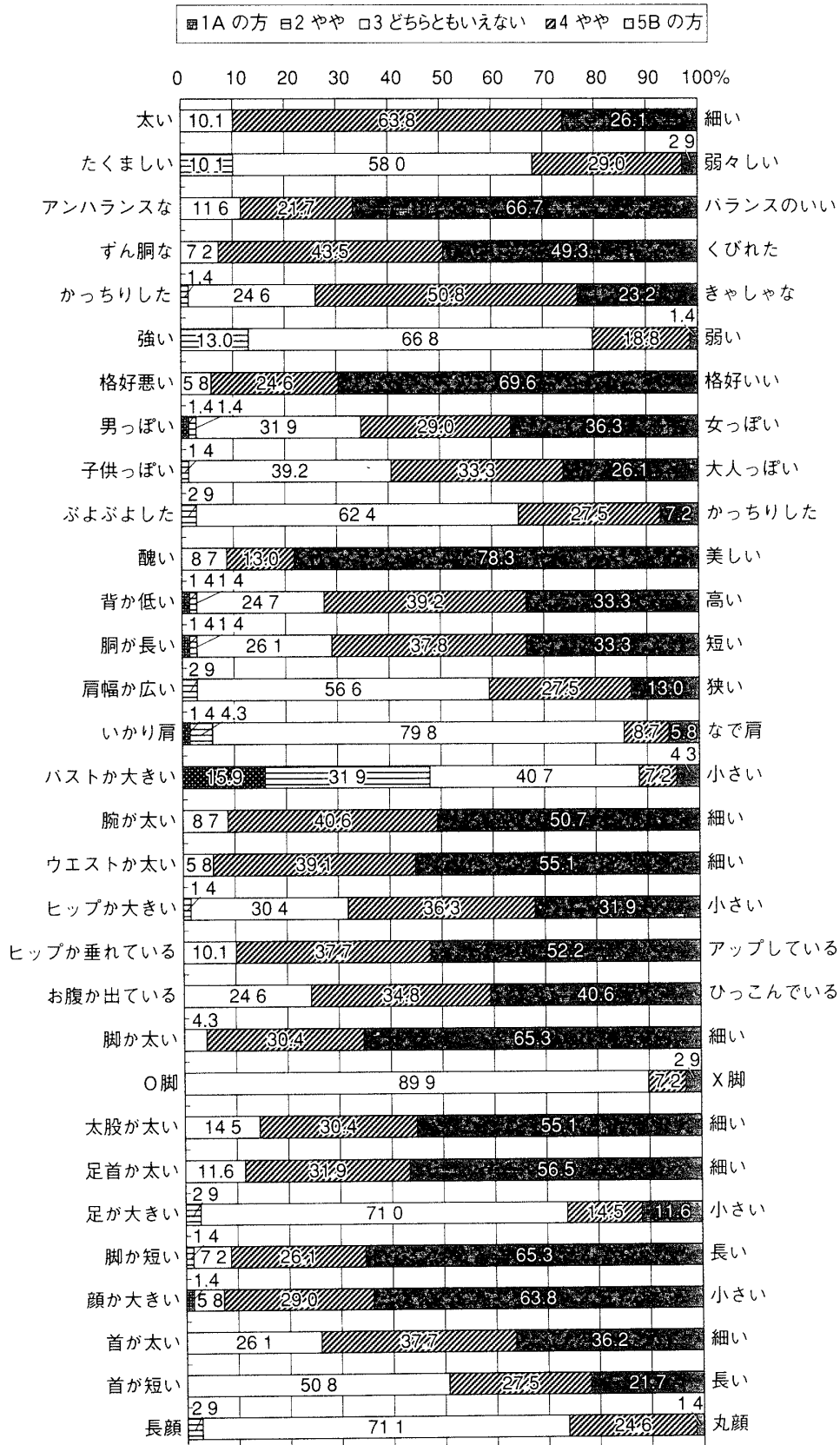


図4 理想の身体像

5) 理想の身体像

かなりの項目で自己評価は厳しい値を示すものが多いという結果であった。そこで、女子学生の理想の身体像とはどのようなものかを探るため、自己の身体評価と同様の項目について5段階評価を得た。その結果を図4に示す。

総合的な項目では、「5かなり」、「4やや」を併せ半数を超えたものはかなり多く、「細い」、「バランスのいい」、「くびれた」、「きゃしゃな」、「格好いい」、「女っぽい」、「大人っぽい」、「美しい」の8項目である。「3どちらでもない」が多い項目は、「たくましいー弱々しい」、「強いー弱い」、「ぶよぶよしたーかっちりした」の3項目である。女子学生は、細くきゃしゃで、美しいスタイルに憧れているが、弱々しくはなく、さらにウエストがくびれた女っぽく大人っぽい体でありたいと思っている。

部分的には、「背が高い」、「胸が短い」、「腕が細い」、「ウエストが細い」、「ヒップが小さい」、「ヒップがアップしている」、「お腹がひっこんでいる」、「脚が細い」、「太股が細い」、「足首が細い」、「脚が長い」、「顔が小さい」、「首が細い」で、70%を超える人が「5かなり」、「4やや」と回答し、理想の身体像の条件項目がかなり多い。「3どちらでもない」が多い項目は、「肩幅が広いー狭い」、「いかり肩ーなで肩」、「O脚ーX脚」、「足が大きいー小さい」、「首が短いー長い」、「長顔ー丸顔」であり、自己の身体評価において、甘い評価をしていた項目とほぼ一致している。

自己の身体評価と理想の身体像との相関係数を算出した結果、負の相関を示す項目がかなり多く、自己評価とは逆の理想をもっていると言える。あまり高い相関は見られなかったが、中では、「太いー細い」が-0.44と高く、次いで「バストが大きいー小さい」が-0.37、「顔が大きいー小さい」が-0.36となり、全て負の相関があり、自己評価の値とは逆の理想を持っていることが分かる。それに対して、全く自己評価と関係がない項目は、「いかり肩ーなで肩」であり、肩傾斜が流行などによって変化することが何らかの影響を与えていると推察する。自己評価と理想像との平均値の差の検定結果では、全てで1%以下の危険率で差が認められた。

2. 自己の身体評価と他者評価

1) 自己の身体意識と他者評価の平均値

総合的な評価10項目について、正面・側面のスライドを見て得た評価の平均値と同じ項目の自己の身体評価を図5に示した。

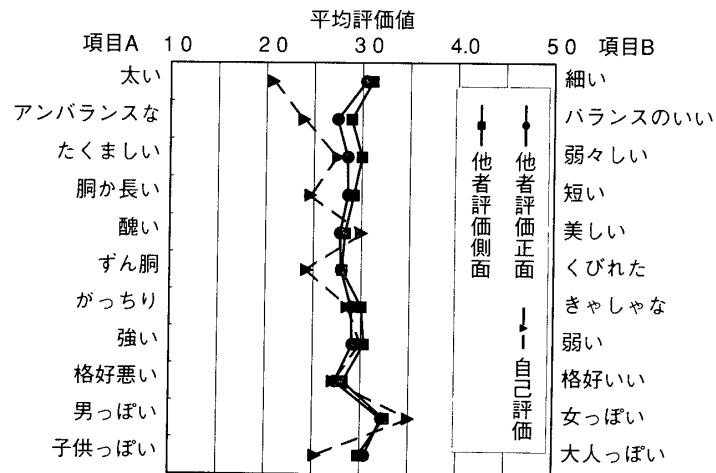


図5 自己評価と他者評価(正面・側面)の平均値

表2-1 他者の正面評価値と側面評価値との差

| 項目              | 正面評価値-側面評価値 | ~-1.0 | -0.9~-0.5 | -0.4~0.5 | 0.6~1.0 | 1.1~1.5 |
|-----------------|-------------|-------|-----------|----------|---------|---------|
| 太い-細い           |             |       | 3         | 24       | 1       |         |
| たくましい-弱々しい      |             | 1     | 3         | 24       |         |         |
| がっちり-きゃしゃな      |             | 1     | 2         | 24       |         | 1       |
| 強い-弱い           |             | 1     | 2         | 25       |         |         |
| 胸が長い-短い         |             |       | 1         | 27       |         |         |
| ずん胸-くびれた        |             |       | 5         | 16       | 7       |         |
| アンバランスな-バランスがいい |             |       | 4         | 23       | 1       |         |
| 醜い-美しい          |             |       | 1         | 26       | 1       |         |
| 格好悪い-格好いい       |             |       | 2         | 25       | 1       |         |
| 男っぽい-女っぽい       |             |       | 3         | 24       | 1       |         |
| 子供っぽい-大人っぽい     |             |       | 2         | 24       | 2       |         |

(単位：人数)

表2-2 他者の正面評価値と側面評価値との相関係数

| 項目   | 太い   | アンバランスな | たくましい | 胸が長い | 醜い   | ずん胸  | がっちり  | 強い   | 格好悪い | 男っぽい | 子供っぽい |
|------|------|---------|-------|------|------|------|-------|------|------|------|-------|
|      | 細い   | バランスがいい | 弱々しい  | 胸が短い | 美しい  | くびれた | きゃしゃな | 弱い   | 格好いい | 女っぽい | 大人っぽい |
| 相関係数 | 0.94 | 0.81    | 0.87  | 0.66 | 0.85 | 0.69 | 0.85  | 0.68 | 0.86 | 0.50 | 0.54  |

他者の評価の平均値は、2.73から3.75の間にあり、どちらかの評価に偏ってはいない。それに対して、自己の身体評価をみると、出現の範囲がかなり広がっており、「太い」「アンバランス」「胸長」「ずん胸」「子供っぽい」で2.5以下を示し、「醜い」「強い」「男っぽい」では3以上を示している。これは、自分が普段よく口にする不満を持つ項目ではきびしく評価しているのに対して、口に出しにくいあるいは避けたいと考えている項目では評価が甘くなっていると思われる。さらに、「醜い」「男っぽい」においては、他者より自分の方がよい評価を得ている。また「たくましい」「がっちりした」「強い」「格好悪い」ではほとんど差がなく、逆に「太い」では他者と自分の評価に非常に差が見られる。

## 2) 他者の側面評価と正面評価

他者が評価を行う時、側面から見た評価と、正面から見た評価とでは違いがあるかを確認するために、各自の正面の評価平均値から側面評価平均値を引いたものを差とし、0.5の級間で度数分布をとり、表2に示した。

他者評価の正面と側面の差は、ほとんど差が無いといえる±0.5内に収まり、出現の範囲も狭くなっている。その中で「ずん胸」では±1の差がある人が約1/4ずつ見られる。これは、被験者によって正面から見るとずん胸であっても、側面ではくびれて見えたり、またその逆であったりと、胸部の幅と厚みのくびれの位置が人によって違うため、正面では幅のみ、側面では厚みのみが評価に影響を与えたと考えられる。また、「細い」、「きゃしゃな」、「バランスのよい」、「女っぽい」では、側面評価の方がややいい値を得ている人が少しではあるが見られ、側面の方が凹凸があり視覚的に判断しやすいためと考えられる。しかし、±1の差の中に



ほとんどが収まり、側面評価と正面評価とはほぼ近似しているものといえる。また、相関係数を見ると、側面評価と正面評価間では、「太い」「アンバランス」「たくましい」「醜い」「がっちりした」「格好悪い」で0.8以上と高い相関がみられ、他の項目でも0.5以上の相関を得ており、この事からも先にも述べたように側面評価と正面評価とはほぼ同じと考えられる。

### 3) 自己の身体評価と他者評価の差

他者の側面評価と正面評価との差と同様に、自己の身体評価と他者評価との差を、級間を0.5とし度数分布表に示したものが表3-1、3-2である。

表3-1 自己評価値と他者評価値(正面)との差

| 項目              | 自己評価値-正面評価値 |               |               |               |               |               |             |             |             |             |             |             |
|-----------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|                 | ~-2.5       | -2.4<br>~-2.0 | -1.9<br>~-1.5 | -1.4<br>~-1.0 | -0.9<br>~-0.5 | -0.4<br>~-0.5 | 0.6~<br>1.0 | 1.1~<br>1.5 | 1.6~<br>2.0 | 2.1~<br>2.5 | 2.6~<br>3.0 | 3.1~<br>3.5 |
| 太い-細い           |             | 1             |               |               | 1             | 6             | 5           | 7           | 6           |             | 1           | 1           |
| たくましい-弱々しい      |             |               |               | 4             | 7             | 10            | 2           | 3           |             | 1           |             | 1           |
| がっちり-きゃしゃな      |             |               |               | 3             | 6             | 13            | 2           | 2           | 1           |             |             | 1           |
| 強い-弱い           |             | 1             |               | 3             | 5             | 14            | 3           | 1           |             |             | 1           |             |
| 胸が長い-短い         |             |               | 1             |               |               | 16            | 7           | 3           | 1           |             |             |             |
| ずん胸-くびれた        |             | 1             | 1             |               | 3             | 10            | 6           | 3           | 3           | 1           |             |             |
| アンバランスな-バランスがいい | 1           |               |               | 2             | 3             | 14            | 3           | 2           | 2           | 1           |             |             |
| 醜い-美しい          |             | 2             | 2             |               | 6             | 12            | 4           | 1           |             | 1           |             |             |
| 格好悪い-格好いい       | 1           | 1             |               | 2             | 3             | 14            | 4           |             | 2           | 1           |             |             |
| 男っぽい-女っぽい       |             | 1             | 4             | 1             | 5             | 11            | 3           | 2           |             | 1           |             |             |
| 子供っぽい-大人っぽい     |             |               | 1             | 3             | 1             | 8             | 7           | 5           | 1           | 1           | 1           |             |

(単位：人数)

表3-2 自己評価値と他者評価値(側面)との差

| 項目              | 自己評価値-正面評価値 |               |               |               |               |               |             |             |             |             |             |             |
|-----------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|                 | ~-2.5       | -2.4<br>~-2.0 | -1.9<br>~-1.5 | -1.4<br>~-1.0 | -0.9<br>~-0.5 | -0.4<br>~-0.5 | 0.6~<br>1.0 | 1.1~<br>1.5 | 1.6~<br>2.0 | 2.1~<br>2.5 | 2.6~<br>3.0 | 3.1~<br>3.5 |
| 太い-細い           |             |               | 1             |               | 1             | 4             | 7           | 7           | 4           | 3           |             | 1           |
| たくましい-弱々しい      |             |               | 1             | 1             | 7             | 10            | 4           | 2           | 2           |             | 1           |             |
| がっちり-きゃしゃな      |             |               |               | 1             | 6             | 14            | 2           | 3           | 1           |             | 1           |             |
| 強い-弱い           |             |               | 1             | 1             | 4             | 18            | 2           | 1           |             | 1           |             |             |
| 胸が長い-短い         |             |               |               |               |               | 13            | 8           | 3           | 3           | 1           |             |             |
| ずん胸-くびれた        |             | 1             | 1             |               | 4             | 7             | 5           | 7           | 2           | 1           |             |             |
| アンバランスな-バランスがいい |             | 1             |               |               | 3             | 7             | 9           | 5           | 2           | 1           |             |             |
| 醜い-美しい          |             | 2             | 1             | 1             | 4             | 15            | 2           | 2           | 1           |             |             |             |
| 格好悪い-格好いい       |             | 2             | 1             |               | 2             | 13            | 6           | 3           | 1           |             |             |             |
| 男っぽい-女っぽい       |             |               | 3             | 2             | 9             | 8             | 3           | 2           |             | 1           |             |             |
| 子供っぽい-大人っぽい     |             | 1             |               | 3             | 1             | 6             | 8           | 5           | 2           | 2           |             |             |

(単位：人数)

自己の身体評価と他者の正面評価との差では、「太い」「子供っぽい」ではほとんど差がないと考えられる±0.5の人は、全体の1/5程度しか見られないのに対して、「胴長」では半数がほぼ一致しており、この項目は評価が直接的であるため自己と他者との差が少ないものと思われる。「太い」「胴長」は自己の方が低く評価している人がほとんどである。

自己の身体評価と他者の側面評価との差では、「太い」「子供っぽい」では他者の正面評価よりさらに差がある人が多い。「ずん胴」「アンバランス」を合わせた4項目では自己の評価の方が小さく、「女っぽい」では自己の方が大きくなっており、被験者の願望が反映されていると推測できる。

相関係数を表3-3に示したが、それを見ると「胴長」では自己評価と他者の正面評価との相関が0.61と高く、それ以外では高いものでも「太い」「がっちりした」で自己と正面・側面ともに、「アンバランス」では自己と側面で0.3以上の相関を得ているのみで、「醜い」「子供っぽい」では0.1にも達せず、ほとんど相関がないといえる。

表3-3 自己評価値と他者の正面評価値および側面評価値との相関係数

| 項目<br>相関係数 | 太い   | アンバランス  | たくましい | 胴が長い | 醜い   | ずん胴  | がっちり | 強い   | 格好悪い | 男っぽい  | 子供っぽい |
|------------|------|---------|-------|------|------|------|------|------|------|-------|-------|
|            | 細い   | バランスがいい | 弱々しい  | 胴が短い | 美しい  | くびれた | きしゃな | 弱い   | 格好いい | 女っぽい  | 大人っぽい |
| 自己・他者正面    | 0.38 | 0.19    | 0.21  | 0.61 | 0.00 | 0.25 | 0.36 | 0.05 | 0.02 | -0.07 | 0.04  |
| 自己・他者側面    | 0.39 | 0.33    | 0.20  | 0.28 | 0.09 | 0.08 | 0.35 | 0.19 | 0.14 | -0.21 | -0.05 |

以上のことから、自己の身体評価は他者の評価とは異なる評価がなされ、第三者が見るより自分の方が太く胴が長く子供っぽいと思っている。しかし、「太い」については、自己評価と他者評価は各自の差が大きいものの、ある程度相関があることは、多くの人に同じようなずれがあるものと考えられる。

## 要 約

本研究では、女子学生が自分の体つきに対して、どのような意識を持っているかを把握した上で、他者はどのような評価をしているかを調査し検討するために、アンケート調査を行った。その結果、狭長型に分類される人が多いにもかかわらず、自分の身体に悩みを持っている人が殆どで、悩みの部分は下半身に多い。自己の身体評価では、不満を持つ部分として上げられた太さや大きさを表す項目で悪い評価を示し、その他は普通と解答している。理想像の条件は更に増え、細く美しいスタイルに憧れてはいるが、弱々しくはなく、ウエストのくびれた女らしい大人の身体を望んでいる。他者評価では、正面からと側面からみた評価とにほとんど差はなく、自己評価との関連は、自分が普段よく口にする不満を持つ項目の自己評価はきびしいのに対して、口に出しにくいあるいは避けたいと考えている項目では評価が甘くなっており、「醜い」「男っぽい」においては、他者より自分の方がよい評価を得ている。また逆に、「太い」では他者と自分の評価に非常に差が見られるが、やや相関があることから、同様のばらつきで全体にずれがあることが分かった。

## 文 献

- 1) 菅原敏子：身体意識に関する研究(1)女子学生の理想の身体像，東洋大紀要教育課程篇保健体育，7，37～43(1997)
- 2) 斉藤希史子：子供が危うい第1部からだ3，毎日新聞朝刊，1月4日(2000)
- 3) 斉藤希史子：子供が危うい第1部からだ4，毎日新聞朝刊，1月5日(2000)
- 4) 佐野新一，蒲真理子：身体意識に関する研究(1)女性社会人について，北陸大学紀要，12，229～240(1988)
- 5) 佐野新一，蒲真理子：身体意識に関する研究(2)女子大学生について，北陸大学紀要，13，307～316(1989)
- 6) 高折和男，渡辺かおり，岡野由美子，吉田智美：若い女性の体型に関する意識調査，大阪教育大学紀要第Ⅲ部門，43，61～74(1994)
- 7) 植竹桃子：衣服設計の立場からみた肥り痩せの意識，日本家政学会誌，39，711～723(1988)
- 8) 岡田宣子：母と娘の体つきの意識－瘦身志向について，日本家政学会誌，41，867～873(1990)
- 9) 植竹桃子，松山容子：児童・生徒における肥り痩せの意識，日本家政学会誌，45，83～91(1994)