



Title	多次元的身体像の構造および機能 : 若年女性が望んでいる痩身とは何か
Author(s)	鈴木, 公啓; 菅原, 健介
Citation	対人社会心理学研究. 2017, 17, p. 15-23
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/67191
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

The University of Osaka

多次元的身体像の構造および機能¹⁾

—若年女性が望んでいる痩身とは何か—

鈴木 公啓 (東京未来大学)

菅原 健介 (聖心女子大学)

本研究では、現在の身体像と理想の身体像の対応関係を明確にし、そして、両者の位置づけと体型満足度および体型効用意識がどのように関連しているのかを検討することを目的とした。20 歳から 39 歳の女性の計 405 人(平均年齢 29.70 歳、 $SD=5.75$)を対象に、現実と理想の体型、体型満足度、そして、体型効用意識についての調査を行った。体型については 5 つの軸、体型効用意識については 7 つの内容について扱った。分析の結果、現実体型には様々なパターンが存在するものの、理想体型はほぼ同一であることが確認された。つまり、若年女性は比較的共通した理想像を抱いていることが示唆された。また、現実体型そして現実体型と理想体型の差が体型満足度と関連しており、あくまでも現実体型の状態が、理想像との差を比較的一律に規定し、それが体型満足度を規定していることが示唆された。さらに、現実と理想の体型効用意識の差には主に「引き締まり」が関連していることが確認された。「細さ」と「引き締まり」と他の要因との関連性から、現在の日本人女性は、単純に華奢な体型ではなく、メリハリの効いた、しかも、バストが大きいグラマラスな体型を理想の身体像として共有していることが示唆された。

キーワード: 身体像 (ボディイメージ)、体型満足度、痩身願望、効用意識、現実自己/理想自己

問題

理想の身体像とその変遷

自己の一側面である身体は、特に女性においてこだわりの対象となっている。理想とする身体像²⁾は多くの女性において無視できないものとなっている。理想とする身体像へと自身を変容させるために、日々コントロールに励む人も多い。

日本の社会において、理想体型は時代に伴い変遷してきている。戦後、日本の社会で注目されたのは、メリハリのある体型であったとされている。当時はアメリカがお手本であり、女性たちは、ハリウッド女優に憧れのまなざしを向け、背が高く、バスト・ウエスト・ヒップのメリハリが利いたグラマラスな身体にあこがれた。こうした流れに対して、1967年に英国のファッションモデルであるツイッギーが来日したことがひとつのきっかけになり、スリムさ(華奢、細身)という身体の新たな価値観が台頭してきた(菅原・cocoros 研究会, 2010)。なお、天野・桜井(1992)は、この現象に対し、曲線美信仰がくずれたと表現している。細身のブームの後には 70 年代のスポーツブーム、さらに 80 年代初めのシェイプアップブームが続く(菅原・cocoros 研究会, 2010)。現在は、美容や健康増進のために運動や食事の制限を行って体型を整えることが、ひとつの生活文化として定着しているといわれている。

女性の BMI に目を向けると、戦後低下してきたことが確認できる。特に、若年層ではその傾向が顕著である。厚生労働省の「国民栄養調査」および文部科学省の「学校保健統計」の 1947 年から最新の 2014 年までのデータをまとめた「日本人の体格の変化(BMI の推移)」(本川,

2016)からは、20 代女性の BMI は、戦後から低下し続け、近年は 21 もしくはそれ以下を推移していることが確認できる。30 代女性と 40 代女性の BMI は、1970 年頃を境に減少し、現在はほぼ横ばいである。50 代と 60 代の女性も 2000 年頃を境に BMI が低下している。なお、17 歳の BMI は微妙な増減を繰り返している。そして、世界的に見ても、日本人女性が極めて痩せていることも示されている(本川, 2011)。

しかし、それでも自分の体重に不満を感じ、また、痩せたいと思い、そして痩せるためのダイエットを行う者は多い。実際、摂取カロリーの低下も示されている。厚生労働省によると、20 代の日本人女性の一日平均のカロリー摂取量は、2014 年で 1662kcal であり(厚生労働省, 2014)、食糧事情が極度に悪化していた敗戦の年(1945 年)の日本国民(男女込み)の一日平均摂取量である 1793kcal(法政大学大原社会問題研究所, 1964)よりも少ない値であることが明らかにされている。

こうした体型変化の心理的背景として、痩身願望や痩身志向の存在が指摘されてきた。実際に、若年女性の多くが痩身体型を志向していることが、数多くの研究で示されている(e.g., 藤本・池田・森田・宮城, 1999; 桑原・栗原, 2003; 山口・森田・武田, 2000)。なお、日本人女性の身体像そして痩身志向の強さが他の国に比べて特徴的であることも言及されている(藤瀬, 2001, 2003; Kusano-Schwar & von Wietersheim, 2005; 中井, 1997; Shin & Kubo, 2005)。

身体像の軸

痩身とは言うまでもなく痩せた体型のことであり、「肥満」を対極としている。従来の身体像の研究が摂食障害研究において活性化したテーマであるためか、ボディイメージに関しては、基本的に、この痩身－肥満の軸で学術的・実践的な興味・関心をもたれてきたといえる。すなわち、多くの若年女性が痩身－肥満の次元を重要視し、ツイギーのような華奢な体型を志向しているという前提で研究が進められてきた。

しかし、実社会においては、痩身以外の軸も興味・関心を集めており、バストアップや腹筋の鍛錬などを目的とした様々な方法が生み出され、それらを享受するための商品やサービスも同様に日常にあふれている。多様な市場が形成されており、その規模は大きくなりつづけている。例えば、サプリメント、下着をはじめとする衣類、そしてフィットネスクラブなどのバストサイズや体型のメリハリをキーワードにした商品やサービスの存在が挙げられる。このように、華奢な体型だけではなく、ハリウッド女優のようなグラマラスな体型への志向性も健在である可能性がある。身体像は必ずしも痩身－肥満の1次元の軸でのみ記述されるものではなく、多次元で記述された多様な身体像のタイプというものを考慮し検討する必要がある。しかし、実際にどのようなタイプが理想とされているのかについての十分な検討はなされていない。

目的

本研究では、現実の身体像と理想の身体像との関連という視点から、理想の身体像の持つ意味を明らかにすることを目的とする。先述のように、理想とする身体像は多くの女性において無視できないものとなっている。そのような状況において、現実の身体像および理想の身体像とどのようにつきあっていくかということは、重要な問題といえる。

それでは、どのような体型が理想として認識されており、そこにはどのようなパターンが見受けられるのであろうか。本研究では理想の身体像の軸について改めて検討し、その構造を確認することを第1の目的とする。理想の身体像を多次元的に扱うことを試みた鈴木・菅原(2011)においては、「引き締まり」、「スリム」、「背の高さ」、「肉付きのよさ」、「胸の大きさ」の5つの軸が確認されており、痩身の軸以外にも身体像の軸が存在することが示されている。つまり、多次元構造になっていることが明らかとなっている。そこで、まずその理想の身体像の軸を改めて確認したうえで、その軸による構造を確認する。なお、同時に、現実体型の軸についても扱い、理想の身体像の軸と同様の構造であることを確認しておく。

本研究では、さらに、理想の自己像が持つ心理的な意味をいくつかの側面から明らかにしていく。それは、現実

体型と理想体型の対応、それらと体型満足度や体型効用意識との関連からの検討である。それぞれについて、以下に述べる。

第2の目的として、理想体型と現実体型との関連について明らかにする。つまり、どのような体型の個人が、どのような理想の体型を目指すのかを明らかにする。体型のコントロールを目的とつう商品やサービスは、社会において一大市場を形成している。消費者が様々な商品やサービスを求めている現状において、理想の身体像は、単なる美学的、審美的基準ではなく、個々人の実際の身体状態への対処目標として機能している可能性である。そのため、現在の体型の状態をふまえたうえで理想の体型が設定されていると想定されるが、その関連性については検討されていない。そこで、多次元的な身体像を扱い、その関連性について検討する。

第3の目的は、どの軸での理想の身体像を獲得することが体型満足度に関連しているのかを検討することである。身体は言うまでもなく自己の一側面であることをふまえると、Higgins(1987)の self-discrepancy 理論に基づき、身体像における理想と現実の差異が体型満足度を規定していると想定される。実際、身体像を痩身の軸で検討した鈴木(2014)は、理想の体型に対して現在どのような体型であるかという身体像の差異が、身体不満や痩身願望に関連していることを明らかにしている。ここで、理想像が多次元構造であるとすれば、痩身以外の理想像の軸は体型満足感にどの程度寄与するのであろうか。この問題を検討することによって、どの理想の次元を満たすことで現代の女性たちが体型の満足感を得ているのかを示すことができると考えられる。

ところで、理想の身体像が多次元であるとする、それぞれに対して特定の効用感が想定されている可能性がある。そこで、第4の目的として、体型によって得られる効用についての意識（体型効用意識）を測定し、現実と理想の身体像との差異と体型効用意識との関連についても検討する。これまで、痩身願望を持つ女性においては、痩身という理想体型の獲得により、他者から良い評価を得られたり自信を持てたりするといった効用感が得られると考えていることが示されている(e.g., 馬場・菅原, 2000; 鈴木, 2012)。痩身－肥満以外の理想の身体像については、どのような効用が期待されているのか、その点についても明らかにしていく。

以上まとめると、本研究では、理想の身体像の構造を確認した上で、現実の身体像と理想の身体像の対応関係を明確にし、そして両者の位置づけが体型満足度および体型効用意識にどのように関連しているのかを検討する。これらを通し、女性の自己像における身体がどのような意味を有し、そして、志向されているかを明らかにする

ことができると期待される。なお、本研究では、女性のみを対象とする。また、20代および30代の成人前期の年齢層を対象とする。

方法

対象者

首都圏(東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県)に居住する20歳から39歳の女性の計405人(平均年齢29.70歳、 $SD=5.75$)。なお、20代と30代はそれぞれ約200人ずつ割り当てて実施した。

調査内容

現実体型および理想体型 現実体型(自分の体型として認識している身体像)^③ および理想体型(理想としている身体像)を測定するために、体型の特徴をあらわす項目を準備し実施した。これは、鈴木・菅原(2011)で使用された項目に修正を加えたものである。項目内容は、「からだ全体に女性的なまらみがある」、「くびれがある」、「細身である」、「バスト・ウエスト・ヒップにメリハリがある」、「胸が大きい」、「ふくよかである」、「脚が長い」などである。現実体型と理想体型についてそれぞれ19項目を準備し、その19項目に対してそれぞれ「1. あてはまらない」から「4. あてはまる」の4件法で回答を求めた。

体型満足度 現実体型の満足度について尋ねる項目を実施し、「1. 非常に不満」から「6. 非常に満足」の6件法で回答を求めた。

体型効用意識 現実体型によってどのような効用を感じているか、また、理想体型によってどのような効用を得られると思うかを尋ねるための項目を実施した。痩身にお

ける体型の効用についての意識は、鈴木(2012)により内容の検討が行われている。しかし、今回は痩身・肥満の軸のみを扱うわけではない。株式会社ワコール・菅原・鈴木(2010)は、痩身に限らない他の側面に対応した内容を捉えることを目的とした項目を作成し、年代差などを検討している。そこで、それを元に修正などを行ったものを使用した。最終的に21項目を準備し用いた。項目内容は、「自信がもてる」、「女性からうらやましがられる」、「好きな服を着られる」などである。「1. あてはまらない」から「4. あてはまる」の4件法で回答を求めた。

現実の身体指標 現実体型および理想体型の項目の妥当性を確認するために、身長、体重、そしてバストサイズ^④を尋ねた。身長と体重からはBMIを算出した。

調査時期および手続き

2011年9月に調査会社を介してインターネット調査を実施した。なお、回答者には換金可能なポイントが付与された。

結果

現実体型と理想体型の構造

尺度の構造について検討を行った。はじめに、項目内容を改めて検討し、問題があると考えられた1項目を除外した。その後、現実体型の項目および理想体型のそれぞれの項目について、鈴木・菅原(2011)の5因子からなる構造をもとにモデルを設定し、確認的因子分析を行った。1項目のみ現実と理想の両方でパス係数の様相に齟齬が生じたため、その項目を除外し、再度確認的因子分析を行った。適合度は、現実体型が $GFI = .879$ 、 CFI

Table 1 項目内容および各項目に対するパス係数

下位尺度	項目	現実体型		理想体型	
		パス係数	共通性	パス係数	共通性
細さ	細身である	.961	.923	.880	.775
	きゃしゃである	.926	.857	.791	.626
	腕が細い	.901	.811	.887	.787
	脚が細い	.738	.544	.806	.649
引き締まり	ウエストが細い	.895	.802	.902	.814
	お腹が出ていない	.836	.698	.887	.786
	からだ全体が引き締まっている	.789	.622	.864	.746
	くびれがある	.766	.587	.882	.778
ふくよかさ	ヒップが引き締まっている	.601	.361	.808	.653
	肉づきが良い	.948	.898	.828	.686
	ぽっちゃりしている	.937	.878	.858	.736
	ふくよかである	.926	.857	.937	.877
バスト	胸が大きい	.980	.959	.843	.710
	バストが豊か	.923	.852	.916	.840
長さ	腕が長い	.869	.754	.665	.443
	脚が長い	.853	.727	.913	.834
	背が高い	.768	.590	.625	.391

= .947、RMSEA = .088、理想体型が GFI = .894、CFI = .956、RMSEA = .079 であり、問題がないと判断した。両者における項目内容および各項目に対する因子からのパス係数を Table 1 に示す。

各因子に対応する項目で下位尺度を作成し、項目得点の平均値を下位尺度得点とした。なお、下位尺度名は「細さ」、「引き締まり」、「ふくよかさ」、「バスト」、「長さ」とした。「細さ」は、全身または身体のパーツ全体が細いといった内容の項目で構成されていた。「引き締まり」は、部分部分が適宜細く、メリハリのある状態を示す内容の項目で構成されていた。「ふくよかさ」は、細さの反対であり、身体に適度に脂肪がついている状態を意味する項目で構成されていた。「バスト」は、バストサイズの大きさを意味する項目で構成されていた。「長さ」は、全身または身体のパーツが長いということの意味する項目で構成されていた。現実体型と理想体型の下位尺度得点の平均値と標準偏差、クロンバックの α 係数を Table 2 に示す。

ここで、現実体型の妥当性を検証するために、現実体型の各下位尺度得点と身長、BMI、バストサイズの相関分析を行った⁹⁾。ピアソンの積率相関係数を Table 3 に示す。併せて、現実体型の各下位尺度間の相関分析の結果も示す。身長は「長さ」と強い正の相関を示し、また、BMI は、「細さ」および「引き締まり」と強い負の相関を、「ふくよかさ」と強い正の相関を示し、バストサイズは「バスト」と強い正の相関を示した。その値は、他の組み合わせに比し相対的に大きいものであった。このことから、妥当性は確認されたとみなした。なお、「細さ」と「引き締まり」に強い相関が認められることから、それぞれをパーソナルアウトした BMI との偏相関分析を行った。その結果、

「細さ」と BMI の偏相関係数は $-.462(p < .001)$ 、「引き締まり」と BMI の偏相関係数は $-.229(p < .001)$ であり、後者の値は前者のそれよりも 0 次相関からの値の減少が大きいことが示された。

現実体型と理想体型の対応

現実体型と理想体型の対応関係について確認することとした。そのために、現実体型がその特徴によってどのように分類可能か、そして、その現実体型をふまえたうえで、理想体型がどのように位置づけられているのかを検討した。

現実体型について階層的クラスター分析(ウォード法・ユークリッド距離)を実施した。その結果、6 クラスターに分類することが適切と判断された。そこで、クラスター数を 6 とした非階層的クラスター分析(k-means 法)を実施した。分類された各クラスターの現実と理想の体型の対応関係を Figure 1 に示す。それらのクラスターを概観すると、以下のことが確認できる。現実体型はそれぞれのクラスターで独特の特徴を有しており、いずれのクラスターもほぼすべての軸において、現実と理想の差が認められた。そして各群によって現実体型と理想体型のズレが生じている軸は異なっていた。しかし、理想の体型はすべての群でほぼ同様の内容であった。「細さ」と「引き締まり」が理論的中点よりも高値であり、「ややあてはまる」に相当する 3 前後であった。「ふくよかさ」は理論的中点よりも低値であり、「あてはまらない」と「ややあてはまらない」の中間であった。また、「バスト」と「長さ」は、理論的中点よりもやや高値であった。なお、どのクラスターにおいても、現実体型において「細さ」と「引き締まり」が同程度で連動していることが示された。また、「ふくよかさ」はそれらと逆のベクトル¹⁰⁾で連動していることが示された。

現実体型および理想体型と体型満足度

体型満足度は現実と理想の体型の差によって規定されると考えられるが、どの軸の差違がそれを規定するのであろうか。その点を明らかにするために、5 つの軸における理想体型と現実体型の差(理想体型－現実体型;以降「体型差」と体型満足度との関連について検討を行

Table 2 現実体型と理想体型の下位尺度得点の平均値と標準偏差およびクロンバックの α 係数

	現実体型			理想体型		
	平均値	標準偏差	α 係数	平均値	標準偏差	α 係数
細さ	2.13	0.94	.933	3.15	0.78	.903
引き締まり	2.20	0.73	.887	3.53	0.62	.938
ふくよかさ	2.29	0.97	.955	1.68	0.64	.904
バスト	1.97	0.99	.949	2.73	0.84	.871
長さ	2.07	0.90	.866	2.99	0.77	.809

Table 3 現実体型の各下位尺度得点と身長、BMI およびバストサイズの相関分析結果

	現実の身体指標			現実体型			
	身長	BMI	バストサイズ	細さ	引き締まり	ふくよかさ	バスト
細さ	.134 **	-.692 ***	-.237 ***	-			
引き締まり	.127 *	-.610 ***	-.177 ***	.714 ***	-		
ふくよかさ	-.144 **	.745 ***	.342 ***	-.749 ***	-.597 ***	-	
バスト	-.049	.468 ***	.773 ***	-.305 ***	-.237 ***	.475 ***	-
長さ	.722 ***	-.312 ***	-.122 ***	.396 ***	.354 ***	-.338 ***	-.161 **

注) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

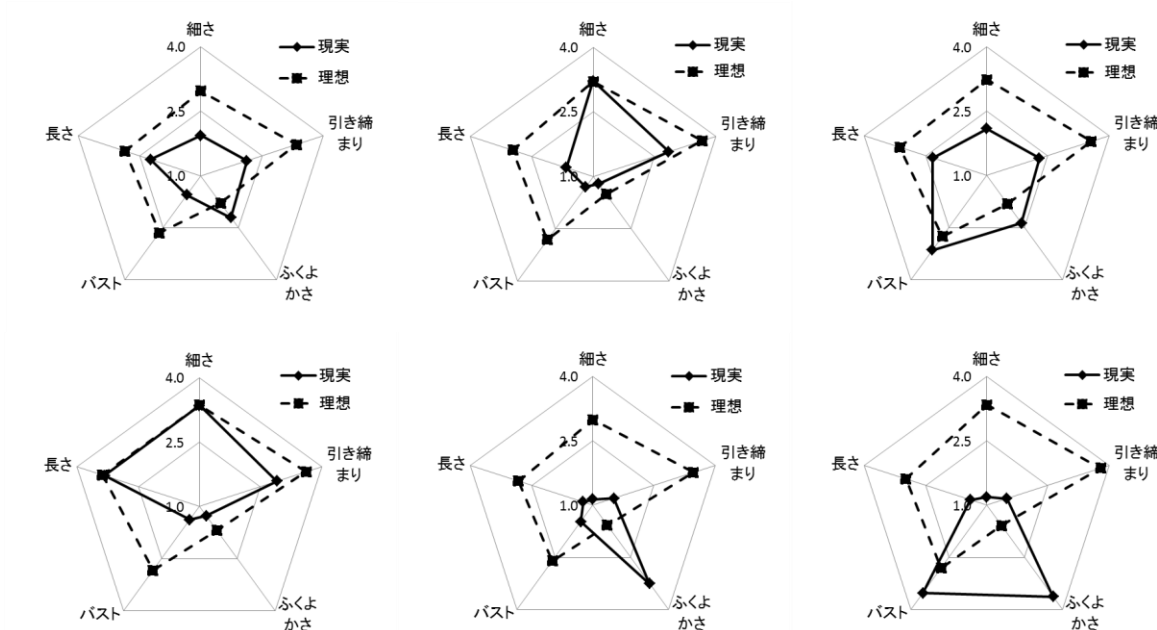


Figure 1 各クラスターの現実と理想の体型の対応関係

った。体型差の5つの下位尺度得点を説明変数、体型満足度の得点を目的変数とした重回帰分析を行った(Table 4)。また、あわせて、現実体型および理想体型と体型満足度との関連も検討した。それについても、Table 4に示す。体型差については、「引き締め」における差がマイナスに、「ふくよかさ」における差が正に関連していた。また、現実体型については、「引き締め」が正に、「ふくよかさ」が負に関連し、理想体型については、すべて関連していなかった。すなわち、体型満足度については、理想に比べ現実の体型が引き締まっているほど、また、ふくよかでないほど、高いという結果であった。

現実体型と体型効用意識

現実体型と理想体型における体型効用意識の構造について確認した。現実体型と理想体型における体型効用意識の項目について、それぞれ、探索的因子分析(最尤法・プロマックス回転)を行った。その結果、「自信」、「異性評価」、「同性評価」、「装い促進」、「身体露出」、「庇

護」の6つの因子が抽出された(Table 5)。そこで、それらの因子に対応する項目で下位尺度を作成し、項目得点の平均値を下位尺度得点とした。

ここで、現実体型と理想体型の差と、現実と理想の体型による体型効用意識の差の関連について検討を行った。5つの体型差の得点を説明変数、体型効用意識の差のそれぞれを目的変数とした重回帰分析を行った(Table 6)。「引き締め」が「自信」、「同性賞賛」、「装い促進」、「身体露出」と正に関連していた。加えて、「ふくよかさ」が「装い促進」と負に関連していた。

考察

本研究は、現実の身体像と理想の身体像の対応関係を明確にし、そして両者の位置づけが体型満足度および体型効用意識にどのように関連しているのかを検討することにより、理想の身体像の意味を明らかにすることを目的とした。

まず、身体像の軸として、現実と理想ともに、「細さ」、「ふくよかさ」、「引き締め」、「バスト」、「長さ」が抽出された。これは、理想体型を扱った鈴木・菅原(2011)で確認された軸とほぼ同様の内容である。今回の結果からは、現実体型においても、ほぼ同様の構造が示されたといえる。この軸は、あくまでも今回扱った質問内容において抽出された軸であり、身体像の認識におけるすべての軸ではないと考えられるが、少なくとも、今回の結果からも、様々なパターンが存在し、多様性があることが確認できたとい

Table 4 体型差の5つの下位尺度得点を説明変数、体型満足度の得点を目的変数とした重回帰分析結果

	体型差	現実体型	理想体型
細さ	.005	-.017	-.041
引き締め	-.329 ***	.519 ***	.023 *
ふくよかさ	.343 ***	-.242 ***	.130
バスト	.077	-.002	.035
長さ	-.017	.027	.052
R^2	.380 ***	.476 ***	.024

注) *** $p < .001$, * $p < .05$

える。現実と理想の身体像の対応関係について検討したところ、現実の身体像は様々なパターンが存在するものの、理想の身体像は現実の体型にかかわらずほぼ同一のものであることが示された。理想像は、基本的には、細くて引き締まっており、ふくよかさは無く、バストは大きく手足が長い、といった内容であった。つまり、実際には個々人が様々な体型でありつつも、理想像が共有されているということが示唆された。実際、標準偏差を見てみると、そもそも理想の身体像の軸のすべてにおいて標準偏

差の値が現実の身体像のそれらよりも小さい。つまり、女性において理想とすべき身体像は、現実の状態にかかわらず、比較的狭い範囲に固定されているということである。鈴木(2014)は、痩身－肥満の軸において、痩身という理想像が設定され、それが共有されていることを明らかにしているが、今回の結果からも、引き締まりやバストの軸などにおいても、同様の理想の共有がなされていることが確認されたといえる。メディア等の影響により、共通した理想像が形成されていることが推察されるが、どのよう

Table 5 現実体型と理想体型における体型効用意識の項目の因子分析結果

		現実体型の体型効用意識						共通性
下位尺度	項目	F1	F2	F3	F4	F5	F6	
自信	明るい気分でいられる	.984	.009	-.090	.029	-.034	.005	.884
	前向きになれる	.958	-.018	-.001	-.011	-.022	-.017	.849
	街に出て行きたいくなる	.789	-.022	.058	.084	-.026	.079	.798
	人に対して積極的になれる	.762	.015	.025	.066	.040	.047	.769
	人前に出るのが楽しくなる	.752	.060	.104	-.005	.032	.026	.783
異性評価	自信が持てる	.686	.028	.115	-.018	.154	-.021	.724
	男性にもてる	.022	.832	.093	.020	-.037	.046	.860
	男性に誘われる	.056	.830	.019	.010	.002	.053	.837
	男性の目を引く	-.017	.758	.079	.018	.070	.065	.798
同性評価	女性から憧れられる	.037	.016	.924	.016	-.053	.025	.898
	女性に一目おかれる	.130	.114	.731	-.061	-.002	.011	.751
	女性からうらやましがられる	-.010	.034	.683	.099	.145	-.027	.699
装い促進	服が似合う	.036	.015	.020	.901	.006	.056	.938
	服を着こなせる	.009	-.024	.079	.881	.060	-.035	.892
身体露出	好きな服を着られる	.113	.049	-.077	.729	.080	-.012	.698
	肌が露出した服を着られる	-.014	-.003	.026	-.006	.895	.055	.852
	体型がはっきり出る服を着られる	.042	.016	.021	.131	.728	-.065	.699
庇護	水着を着られる	.080	.010	-.012	.101	.656	.065	.651
	周囲に守ってもらえる	-.020	.005	.023	-.004	-.008	.967	.929
	周囲にやさしくされる	.028	.007	.039	.029	-.021	.903	.887
	周囲にかわいがられる	.093	.065	-.058	-.024	.068	.790	.781

		理想体型の体型効用意識						共通性
下位尺度	項目	F1	F2	F3	F4	F5	F6	
自信	明るい気分でいられる	.943	-.050	-.001	.050	.056	-.054	.896
	前向きになれる	.943	.035	-.053	.077	.003	-.060	.927
	人に対して積極的になれる	.864	-.006	.063	-.035	.027	.035	.815
	人前に出るのが楽しくなる	.842	.019	.036	-.038	.031	.067	.808
	街に出て行きたいくなる	.835	.005	.055	-.008	-.024	.079	.798
同性評価	自信が持てる	.781	.103	-.007	.147	-.066	-.009	.829
	女性から憧れられる	.037	.884	.081	.012	-.011	.018	.949
	女性からうらやましがられる	.066	.792	.114	.019	.015	.010	.883
	女性に一目おかれる	.075	.711	.123	-.019	.099	.012	.818
異性評価	男性にもてる	.027	.079	.906	.016	.030	-.037	.962
	男性の目を引く	.058	.037	.827	-.003	.035	.055	.877
	男性に誘われる	-.019	.049	.818	.010	.104	.034	.869
装い促進	服を着こなせる	.078	-.002	.026	.867	.000	.048	.912
	服が似合う	.125	-.008	.088	.860	-.010	-.015	.930
	好きな服を着られる	.225	.014	-.105	.682	.035	.073	.751
庇護	周囲に守ってもらえる	-.020	.018	.033	.006	.951	.000	.947
	周囲にかわいがられる	.030	-.001	.017	-.010	.933	.022	.930
	周囲にやさしくされる	.017	.018	.035	.018	.893	-.004	.876
身体露出	肌が露出した服を着られる	-.014	-.009	.045	-.091	.004	.996	.934
	体型がはっきり出る服を着られる	-.006	.030	-.028	.184	-.026	.769	.752
	水着を着られる	.134	.013	.025	.096	.085	.626	.690

Table 6 体型差の得点を説明変数、体型効用意識の差のそれぞれを目的変数とした重回帰分析結果

	自信	異性賞賛	同性賞賛	装い促進	身体露出	庇護
細さ	.095	.090	.113	-.023	.034	.100
引き締まり	.301 ***	.149 *	.223 ***	.296 ***	.393 ***	.130 *
ふくよかさ	-.163 *	-.140 *	-.176 **	-.268 ***	-.189 **	-.179 **
バスト	.100 *	.152 **	.145 **	-.077	.038	.089
長さ	.084	.125 *	.106 *	.174 ***	.110 *	.053
R^2	.267 ***	.153 ***	.236 ***	.340 ***	.348 ***	.135 ***

注) *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

なプロセスにより、その理想像が内在化しているのか、その点についての検討も、身体像、そしてひいては自己像の形成とその理解という点で重要といえよう。

それに対して、現実の身体像には、様々なパターンが確認された。理想像が比較的共通であることにより、現実体型の位置づけがすなわち体型差を規定することとなっていた。すべてのクラスターにおいて、一部の軸では理想を満たしつつも、基本的には多くの軸で理想と離れた体型であり、理想を満たしてはいないことが確認された。クラスターによって、そして軸によって、その差違の大きさには違いが認められるが、この差違が、次に述べるように、軸によっては重要な意味を有してくる。

今回の目的の一つは、体型差が体型満足度にどのように影響するかを明らかにすることであったが、いくつかの軸の差違が体型満足度と関連していることが示された。現実体型、そして体型差の両者において、「引き締まり」と「ふくよかさ」が体型満足度と関連していた。今回扱った体型の軸のうち、従来注目されてきた「肥満—痩身」の軸に対応するのは「細さ」と「ふくよかさ」と考えられる。そして、今回、「ふくよかさ」が体型満足度と関連しており、細いことではなく肥満で無いたが体型満足度を高めていることが示されたといえる。さらに、体型満足度を規定するもう一つの軸として「引き締まり」が見出された点は重要と考えられる。女性は肥満していないことだけではなく、メリハリのある体型をも求め、これも体型満足度を得る条件になっていることが示唆されたといえる。

一方、理想体型については、すべて満足感と関連していなかった。このことと、理想像が人々の中で共有されていることを考慮すると、以下のことが考えられる。若年女性は比較的共通した理想の身体像を抱いており、それ自体は体型満足度とは関連しない。理想像が固定されているため、あくまでも、現実像の状態が、それらの差を比較的一律に規定することになる。そして、その差を生み出す現実体型が、結局は体型満足度を規定することになる。鈴木(2014)は、痩身—肥満の軸ではあるが、比較的固定化された理想像に対する現実像の位置づけとしての差が意味を有していることを示している。今回の結果にお

いても同様の現象が確認できたといえる。ともあれ、あくまでも現実の体型がどのようなものであるかといった認識が、体型の受容という意味では重要な意味をもっていることが示唆されたといえる。これは、今回扱わなかった身体像の他の軸でも同様の結果が得られる可能性はある。

このように、現実の身体像が重要な意味を有しているが、現実体型と体型効用意識との関連の検討からも、それが示唆される。比較的多くの体型効用意識の差において「引き締まり」の差が正に関連していた。つまり、理想に対して現実の身体が引き締まっていなと思う人ほど、理想体型になることによって自信がついたり、同性から賞賛されたり、装いを促進できたり、肌を露出できるようになるといった効用が得られることをより強く期待しているということである。「引き締まり」は体型満足度とも関連していた軸である。つまり、この「引き締まり」という身体軸が、若年女性の身体像のうえで、重要な位置づけを有していることが効用意識との関連性からも裏付けられたと考えられる。

人々は、身体が引き締まっていると多くのポジティブな効用が得られると認識しており、そして、その効用を得るために、様々な努力を重ねたり、サービスを受けたりしているといえる。実際に、一般向けの雑誌や TVCM では、引き締まりを表すキーワードである「メリハリ」を扱ったものも多い。身体が引き締まっていることをよしとする信念が浸透しているといえよう。単純に痩せているだけではなく、引き締まったメリハリのある体型が重要視されていることがうかがえる。

ところで、クラスターをみると、現実と理想の身体像ともに、「細さ」と「引き締まり」は関連が強く、「引き締まり」のみが高い群などは見受けられなかった。これらのことから、「細さ」と「引き締まり」は、少なくとも認識の上では密接に関連しており弁別されにくい特徴である可能性も考えられる。しかし、体型満足度において、「細さ」ではなく、「引き締まり」が関連していた。また、体型効用意識との関連の検討からは、「細さ」はどの効用意識とも関連しないが、「引き締まり」は多様な効用意識と結びついていることが確認できる。

この「細さ」と「引き締まり」であるが、さらに、現実のそれと BMI との関連における偏相関分析による結果からも、興味深い知見が得られている。0 次相関では、「細さ」および「引き締まり」は BMI と強い負の相関を示すが、お互いをそれぞれパーシャルアウトした偏相関分析によると、「引き締まり」でパーシャルアウトした場合の「細さ」と BMI の関連の強さの低下よりも、「細さ」でパーシャルアウトした場合の「引き締まり」と BMI の関連の強さの低下の方が大きいものとなっていた。つまり、BMI との結びつきは両者と異なっており、低い BMI は細さという認識と結びついているが、引き締まっているという認識とは結びついていないことが示唆された。そのため、体重を低下させるために所謂ダイエットを行い、その結果 BMI を低くしたとしても、それが引き締まり感には至らないという可能性が考えられる。したがって、体重計で簡単に確認できる体重（もしくは BMI）という指標を重視した痩身志向は、引き締まった身体へと至らずに、その結果として、身体への不満を生じさせ続ける可能性がある。

この「細さ」と「引き締まり」は、ある程度の運動はあるものの、別の軸であるといえよう。細さとは、あくまでも全身または身体のパーツ全体が細く、所謂線が細く華奢である状態を反映しているものといえる。それに対し、引き締まりとは、単に細いということではなく、部分部分が適宜細く、所謂メリハリのある状態を反映しているものといえる。後者については、シェイプアップなどの努力の結果獲得できる健康的・魅力的な状態が想定されている可能性がある。しかし、従来の研究において、「痩身志向」という概念が、細いことと引き締まっていることが弁別されずに扱われていたといえる。今後、痩身志向性について扱う際には、その関連性を考慮した上で、両者を弁別し扱うことが有用であろう。

なお、引き締まりという軸が重要な位置づけを得ていることの理由として、健康面の重視と痩身の行き詰まりが考えられる。細さの追求は、摂食障害などのネガティブなイメージと結びつくこともある。健康と美を結びつけてメッセージを流しているメディアにおいて、単に細い状態をもてはやすのではなく、美容だけでなく健康という観点からの引き締まった身体を推奨するようになってきている。このことが、引き締まった身体の追求に影響している可能性がある。また、日本人若年女性の摂取カロリーは低下し、BMI が小さい現状において、これ以上の痩身は健康面からも限界に来ているとも考えられる。そのような状況において、単なる細さではなく、付加価値的な美の基準を追加する必要が生じている可能性がある。そして、そこに位置づけられたのがメリハリである可能性が考えられる。

以上みてきたように、少なくとも、「細さ」と「引き締まり」と他の要因との関連性から、現在の日本人女性の理想の

身体像をうかがうことができる。それは、ツイギーのような華奢な体型ではなく、ウエストが引き締まりメリハリの効いた、そしてバストが大きいグラマラスな体型を理想像として共有しているということである。そして、その理想体型を達成した場合、メリハリが主要な要因となり、種々の効用が得られることになるかと期待している。

なお、他の身体像の軸の差は、一部を除き体型効用意識の差に関連していなかった。現実社会でキーワードとして取り上げられることの多いバストの大きさも、体型効用意識とは関連を示していない。従来の研究で男性の側の評価としてはバストが魅力に影響を及ぼすことが報告されているが、あくまでも女性の側からは特に効用が認識されていない可能性がある。もしくは、今回扱わなかった体型効用意識と関連している可能性はある。バストがどのような意味を自他に生じさせるのかなど、今後検討を重ねることが有用である。

今回の調査により、身体の規範が固定化しており、身体の評価が多様性を失っていることが示唆されたといえる。多くの女性が、痩せて細く引き締まった体型、かつ、バストが大きい体型といった理想にとらわれていることが読み取れる。その共有された理想像を基準として現実の体型がどれだけ隔たっているかといった身体像の認識が、体型満足度の低下を生じ、様々な身体変化のための行動につながっているといえよう。

なお、今回は体型について抽象的な尋ね方を行っている。そのため、理想の引き締まりなどといっても、具体的にどの程度のものであるかは不明である。理想とするところが、客観的指標としては個々人で異なっている可能性はある。

引用文献

- 天野 正子・桜井 厚 (1992). 「モノと女」の戦後史—身体性・家庭性・社会性を軸に— 有信堂高文社
- 馬場 安希・菅原 健介 (2000). 女子成年における痩身願望についての研究 教育心理学研究, 48, 267-274.
- 藤本 未央・池田 千代子・森田 光子・宮城 重二 (1999). 女子大学生の肥満度とボディイメージ・ライフスタイル・セルフエスティームとの関連 女子栄養大学紀要, 30, 219-225.
- 藤瀬 武彦 (2001). 日本人青年女性における体型の自己評価と理想像: アジア人及び欧米人青年女性との比較 新潟国際情報大学情報文化学部紀要, 4, 105-122.
- 藤瀬 武彦 (2003). 日本人および欧米人女子学生におけるボディイメージの比較 体力科学, 52, 421-432.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319-340.
- 本川 裕 (2011). 痩せすぎ女性比率の国際比較 社会実情データ図録 Honkawa Data Tribune Retrieved from <http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/2205.html> (2016 年 9 月 6 日)
- 本川 裕 (2016). 日本人の体格(BMI)の変化 社会実情デ

- 一タ図録 Honkawa Data Tribune Retrieved from <http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/2200.html> (2016年9月6日)
- 法政大学大原社会問題研究所 (1964). 日本労働年鑑・特集版・太平洋戦争下の労働者状態 東洋経済新報社
- 株式会社ワコール・菅原 健介・鈴木 公啓 (2010). 女性の身体意識と生活スタイルに関する調査—女性のエイジングと下着の心理学的研究— ココロス共同研究レポート, Vol. 4.
- 厚生労働省 (2014). 国民健康・栄養調査報告
- Kusano-Schwar, M., & von Wietersheim, J. (2005). EDI results of Japanese and German women and possible sociocultural explanations. *European Eating Disorders Review*, 13, 411-416.
- 桑原 礼子・栗原 洋子 (2003). 女子大生におけるやせ志向調査と栄養教育 鎌倉女子大学紀要, 10, 103-109.
- 中井 義勝 (1997). Eating Disorder Inventory(EDI)を用いた摂食障害患者の心理特性の検討 精神医学, 39, 47-50.
- Shih, M-Y., & Kubo, C. (2005). Body shape preference and body satisfaction of Taiwanese and Japanese female college students. *Psychiatry Research*, 133, 263-271.
- 菅原 健介・cocoros 研究会 (2010). 下着の社会心理学—洋服の下でのファッション感覚— 朝日新聞出版
- 鈴木 公啓 (2012). 装いの枠組みによる瘦身の心理的機能と効用についての確認—体型結果予期の分類および瘦身願望との関連 パーソナリティ研究, 21, 164-175.
- 鈴木 公啓 (2014). 新しいシルエット図による若年女性のボディイメージと身体意識の関連についての再検討 社会心理学研究, 30, 45-56.
- 鈴木 公啓・菅原 健介 (2011). 女性の理想の身体像の分類およびその特徴—幅広い年齢層を対象として— 日

本心理学会第 75 回大会発表論文集, 219.

山口 明彦・森田 勲・武田 秀勝 (2000). 痩せ願望青年期女子学生の「美容」か「健康」かの志向の違いによる体型および減量法に関する意識について 学校保健研究, 42, 185-195.

註

- 1) 本研究は(株)ワコールと筆者らが共同で行った「女性の加齢意識と生活スタイルに関する調査」のデータに基づいている。
- 2) 本論文では、身体像のなかでも、体型について扱い検討を行う。
- 3) あくまでも、本人が認知している体型のため、厳密には、現実の体型そのものではない。しかしここでは、一般的に良く使用されている「現実体型」という用語を用いることとする。
- 4) バストサイズは、「1. AAカップ、Aカップ」、「2. Bカップ」、「3. C カップ」、「4. D カップ」、「5. E カップ」、「6. F カップ以上」から選択するよう回答を求め、それぞれ 1 から 6 で得点化して用いた。
- 5) 本研究では、以降、ピアソンの積率相関係数または標準化係数で.20 を実質的な関連の程度の基準とした。
- 6) つまり、「細さ」と「ひきしまり」の値が高いほど「ふくよかさ」の値は低く、また、「細さ」と「ひきしまり」の値が低いほど「ふくよかさ」の値は高いということである。

Investigating the multidimensionality and influence of the perceptual and ideal body shapes:

What body shape do young women really desire?

Tomohiro SUZUKI (School of Child Psychology, Tokyo Future University)

Kensuke SUGAWARA (Faculty of Liberal Arts, University of the Sacred Heart)

Many previous studies have investigated a body shape as a unidimensional construct that ranges from thinness to fatness. The present study investigated the multidimensionality of the perceptual and ideal body shapes as well as their relationships to body satisfaction and outcome expectancy after the attainment of an ideal body shape (OE-IB). A sample of 405 women (mean age = 29.7, *SD* = 5.75, range: 20-39) completed an online questionnaire assessing the current and ideal body shapes, body satisfaction, and OE-IB. Results indicated that both current and ideal body shapes were composed of five dimensions ("Skinniness," "Firmness," "Plumpness," "bust size," and "Tallness"), and the ideal body shape was rather narrowly defined. Furthermore, the difference in the "Firmness" dimension between the perceptual and ideal body shapes was positively correlated with body dissatisfaction and certain OE-IB.

Keywords: body image, body satisfaction, drive for thinness, outcome expectancy, perceived self / ideal self.