

I 研究目的・方法

最近の「痩せるための体操」とか「足を美しくするためのトレーニング」といった著書やトレーニング教室が大変な流行をみせていることから、いかに女性の体型やプロポーションに対する関心が高いかということがうかがわれる。

女子学生にあっても勿論これに関心の高いことはその最たるものと言えよう。したがって、大学における2年間の正課体育実技の指導においても、特に女子学生に対しては、指導者がこうしたかれらの意識への関心を持つことなしには、かれらを意欲的に運動やスポーツあるいは体力トレーニングへ向けさせることは困難であろう。すなわち、体格やプロポーションへのかれらの意識に寄り添った体育実技指導を即肯定することでは決してないが、それかといって、かれらの意識とは全く無関係なあるいは意識とは逆行するようなトレーニング理論や実践ではかれらの心を把えることはできまい。理想的に言えば指導の方向とかれらの意識とが同一線上にあることであるが、このためにはまず、かれらの意識からどのようなデータが得られるのか、ということから抑えてかからなければならぬ。本研究は、この意味から、質問紙法(集合調査法を用いた)による、肥瘦の自己評価、および身長、体重、バスト、ウエスト、ヒップという体格の極めて大まかな5項目について調査し分析を加えたものである。

調査対象は、東京大学151・日本女子大学181・上智大学65・相模女子大学134の合計4大学1・2年生女子531名(内2名は身長、体重の記録欠)である。調査は昭和56年12月に実施したものである。

質問は次の形式を用いた。

(1) 身長・体重・バスト・ウエスト・ヒップについて「現在あなたはどのぐらいですか」、および後4項目について「あなたの身長からいってどのぐらいがあなたご自身の理想の値とお考えですか」。

(2) 「あなたは肥っている方ですか。それとも痩せている方ですか。○印をつけてください。」

肥っている	肥っている方である	普通	痩せている方である	痩せている
_____	_____	_____	_____	_____

(3) 「あなたはご自分のスタイルに自信がおありですか。」

自信がある	どちらかといえば自信がある	普通	どちらかといえば自信がない	自信がない
_____	_____	_____	_____	_____

(4) 「あなたがご自分の体で今いちばん気に入っているところはどこですか(もしあれば)。」

(例 あし) _____
 「また、それをどうしたいですか。」
 (例 細くしたい) _____

II 結 果

1. 5項目の各平均値

(1) 全体の傾向

表1は、身長の現実値、および体重・バスト・ウエスト・ヒップの現実値および自分の理想値の平均値・標準偏差である。ここで「現実値」というのは実測値ではなく、各人が「自分の意識にある」現在の値のことであり、「理想値」というのは各人の現在の身長から考えた、「自分としてはこのぐらいのところを理想と考える」という値のことである。

表1の身長および体重の平均値158.2cm・50.5kgを同様の昭和51年7月調査の結果と比較すると¹⁾、今回調査の方が身長で0.3cm、体重の現実値で0.2kg上回っており、これはこの5年間の全国資料にみる伸びとほぼ並行しているが、体重の理想値の方は前回に比して逆に0.4kg下回った値(5%水準で有意差あり)を示した。バスト・ウエスト・ヒップの回答結果にみる現実の平均値は大づかみに言えば82・62・88cmというところであった。この値は、いま例えば阿久津の「日本人女性の標準プロポーション値」をみると²⁾この身長158cmの場合の各値が83.5・58.5・86.9cmであるので、これと比較してバストは小さく(1.7cm)、ウエスト(3.2cm大)とヒップ(1.0cm大)、特にウエストの大きいことがわかる。各理想値の方は、バスト83、ウエスト59、ヒップ86と修正され、現実値に比してバストは大きく、ウエストとヒップはそれぞれ小さな値を示し、阿久津の値に近い。また池上も日本人女性の「理想的な身体³⁾」を身長160cmでバスト84~86cm、ウエスト60~62cm、ヒップ86~88cmとみているが、今回調査の身長を修正すれば理想