

## 若年女性の瘦身志向と被服行動に関する研究

扇澤美千子\*・川野 裕子\*\*・川端 博子\*\*

### はじめに

被服と切り離して考えることができないものに人間の身体がある。女性においては痩せることを美しいとする社会的価値観が一般化している中で、「ダイエット」という言葉をテレビや雑誌で目にしない日はない。「ダイエット」の言葉の原義（英語）は「一日の食事」であったが、「規定食」や「減食」という意味にも使われ、日本では「痩せるために行うすべての行為」とさらに広い意味で使用されている<sup>1)</sup>。このように、「ダイエットして痩せる」ことは日常化し、生活のさまざまな部分に浸透している。

布施谷ら<sup>2)</sup>は、多くの女性が「痩せたい」と思うのはメディアが発信する情報に照らし合わせて自己の体型を認識するためと指摘している。現在の「痩せ型がはやり」は1960年代以降に広まったものであり<sup>3)</sup>、テレビやファッション雑誌の普及と時期が一致するが、その理由や背景に関して十分解明されているとは言えない。

本研究では、現代女性の瘦身志向の背景と被服行動について3つの観点から分析を試みた。まず、痩せたいという意識は、実際の体型にかかわるだけでなく、各自が思い描く理想と現実の差が大きい場合にも強く働くと考え、「瘦身志向」と「体型に描く美意識」の関わりについて考察を試みた。

また、浅野<sup>4)</sup>は、痩せることは女性たちにとって自分をとりまく人間関係とセルフイメージを好循環的にしていくものとして経験され、やせることで自分を変え自信が持てるようになることを報告している。即ち、痩せることは身体への満足感から自身に抱く自信、ひいては対人関係にまで及ぶことを示唆している。そこで、次に、痩せたいという想いは現状の自己を受容できないことが根底にあるのではないかと考え、自分に対する受け入れや満足の程度を「自己受容度」<sup>5)</sup>により測定することを試み、瘦身志向との関係について分析した。C.ダウリング<sup>6)</sup>が著書で提唱した「シンデレラ・コンプレックス」は、いつか王子さまが現れてその人に自分の人生を任せて守られたい、という心理的依存状態を指す。社会的立場において男女は平等に扱われるべきであるとするジェンダー観が一般化しているが、ここでは自信がなく、誰かに守られたいという想いは自立心の強い女性に無意識のうちに存在することを指摘している。そこで本研究では瘦身志向は男性にはみられない女性特有の傾向であり、守られたい、受けとめてほしい、寄りかかりたいという想いと関連するのではないかと考えた。そのような女性に潜む心のうちを落合<sup>7)</sup>を参考に自信のなさ、依存心、責任回避に分類して測定し、瘦身志向との関わりで分析した。

---

\*茨城キリスト教大学生生活科学部)

\*\*埼玉大学教育学部)

さらに、現代における痩身志向の傾向は衣服の既製服化や流行と関連があるといわれている。Mサイズを中心とする既製服の製造、ミニスカートやホットパンツにはじまり、シースルー、タンクトップ、ローライズのパンツなど肌を露出する衣服が流行していく中で、肌を隠すという被服の役割が変化してきている。このような状況の中で「被服の関心度」と「被服行動」について調査し、痩身志向の程度による衣服への意識と着装の工夫から、衣服の果たす役割とその影響について考察を試みた。

## 方 法

### 1. 調査方法

本研究は、2003年9月~2004年7月に質問紙調査法により、留置法、集合調査法および郵送法で回答を回収した。統計ソフト（SPSS）を用いてデータ入力し解析した。

### 2. 調査者の特性

本報では痩身化を望み、衣服関心度も高いとされる若年女子を調査対象とした。調査者は444名で、年齢は18歳~32歳（平均年齢19.7歳、標準偏差1.58歳）、95.2%が短大・4年制の大学生、4.8%はフリーターと所属のない者である。また、居住地域は、全体の74.9%が関東地区、残りは関西地区である。68.6%は親と同居であり、その他は親元をはなれ1人暮らしや兄弟姉妹などと暮らしている。

### 3. 調査項目

調査は以下の項目について行った。カッコ内の数値は、質問項目数を表す。

#### ①属性と生活環境に関する質問

調査対象者の基本的な属性を知るために「年齢」、「所属」、「居住地区」、「同居形態」に関する4項目の質問を設定した。

#### ②痩身志向の程度と体つきに関する質問

痩身志向の程度(1)、体型の計測頻度(2)、自己の体つきへの満足度(2)、調査対象者の実際の体型と理想の体型を知るための項目として、現在の体型（自己申告）と現在の自分を踏まえた理想値の体型（身長、体重、胴囲、腰囲、胸囲、下部胸囲の各サイズ）(12)、合計17項目を質問した。

#### ③自己の受け入れ・自信に関する質問

沢崎による自己受容測定尺度を参考<sup>5)</sup>に、本調査にあわせて「身体的自己」(7)、「社会的自己」(1)、「精神的自己」(7)、「全体的自己」(2)の4領域から17項目を選択した。（表2参照）回答のスケールは、嫌だ(1点)、少し嫌だ(2点)、まあまあよい(3点)、現状でよい(4点)とした。

自信の程度の計測は、落合のシンデレラ・コンプレックス尺度<sup>7)</sup>による「自信のなさ・根なし草」から(5)、「依存、女らしい存在でありたい」(4)、責任回避(2)の合計11項目を選定した。回答のスケールは、そうでない(1点)、あまりそうでない(2点)、ややそうである(3点)、そうである(4点)とした。（表3参照、括弧付きの2項目は原著を修正して用いている）

#### ④衣生活、衣服関心度、被服行動に関する質問

「小遣い及びその使い道」、「被服費」、「衣服を買いに行く頻度」の3項目から衣生活

全般への傾向を把握した。

次に、衣服の関心度と価値観を知るために神山による被服関心度質問表<sup>8)</sup>を参考とし10項目の質問を行った。すなわち「個性を高めるものとしての被服関心度」(2),「同調を図るものとしての被服関心度」(2),「心理的安定感を高めるものとしての被服関心度」(2),「機能性を求めるものとしての被服関心度」(2),「流行性を求めるものとしての被服関心度」(2)を質問した。(表4参照) 回答のスケールはシンデレラ・コンプレックスと同様である。さらに柘田の先行研究<sup>9)</sup>を参考に、体型と関連があると思われる痩身志向にかかわる被服行動の尺度16項目を選択した。回答のスケールは、そうでない(1点), あまりそうでない(2点), どちらでもない(3点), ややそうである(4点), そうである(5点)の5段階とした。(表5参照)

## 結果及び考察

### 1. 痩身志向と体型への関心・満足度

「あなたは現在痩せたいと思っていますか」の回答結果を図1にまとめた。「とてもそう思う」,「そう思う」,「ややそう思う」と肯定したものが調査者の87.2%を占めたのに対し, 否定的な者は12.8%しかおらず, 痩身志向が極めて強いことが明らかとなった。以下, 全体的に高い痩身志向がみられる中で「とてもそう思う」を選択した者202名を「痩身志向高群」とした。痩身志向の低い者は全体の総数が少なく, サンプル数の関係から「あまりそう思わない」,「そう思わない」,「まったくそう思わない」と消極的な回答を選択した57名を一括して「痩身志向低群」とした。以降,「高群」,「低群」の比較をもとに, 意識や行動との関連を考察していく。

図2に, 体型を量る頻度に関する回答の集計結果をまとめた。「あなたはどの位の頻度で体重を量っていますか」では, 全体の3割ずつが「ほぼ毎日」,「1週間に1回以上」と答え体重の変動に日常的に注意を払っている。「高群」では「ほぼ毎日」の回答割合が最も高く,「低群」では「年に数回」が最も高い割合を占めた。また,「1週間に1回」以上の頻度で体重を量る者は,「高群」では6割を超え,「低群」では4割であり, 痩身志向の高い方が体重を測る頻度が高いことがわかった。 $(\chi^2$ 検定, 危険率  $p < 0.01$ で有意差あり)しかし,「こまめに各部のサイズを測りますか」の質問については,「そうでない」の回答割合は全体の77.6%であり,「高群」,「低群」間に, 有意な差は認められなかった。

「上半身, 下半身の体つきに満足していますか」を集計した結果を図3に示す。どちらも8割近くが否定的で満足度が低く, 下半身のほうが上半身より満足度が低い。この結果は植竹の報告<sup>10)</sup>と一致している。また,「高群」の方が「低群」よりも否定的な回答を示す割合が高い。 $(\chi^2$ 検定,  $p < 0.01$ で有意差あり) 下半身は脚の長短や形状が表出しやすい部位のため, 気になる者の割合が高いのであろう。

### 2. 痩身志向に関与する要因の分析

#### ①実際の体型と理想の体型

痩身志向は, 実際の体型とどのように結びついているのだろうか。自己申告による身長・体重の平均を全体, 痩身志向群別に表1の上段に示した。(両者の質問には記述のない

者が多く有効回答率は67.8% (301人) であった。身長の平均値において両群に有意差はないが、体重は「高群」方が重く全体として肉付きがよいことがわかる。また肥瘦の程度をBMI値(=体重kg÷(身長m)<sup>2</sup>)に換算し、瘦身志向の程度とクロス集計した割合を図1に示した。「高群」では「標準(20以上24未満)」が最も多く72人を占め、次いで「るい瘦

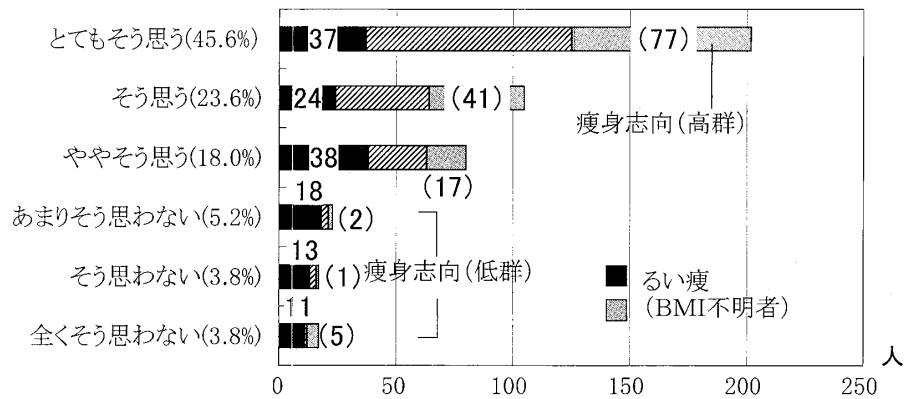


図1 瘦身志向の程度とその割合

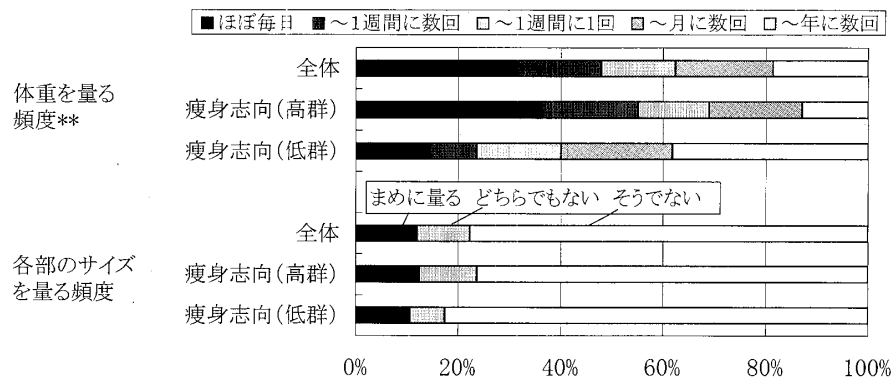


図2 体型を量る頻度

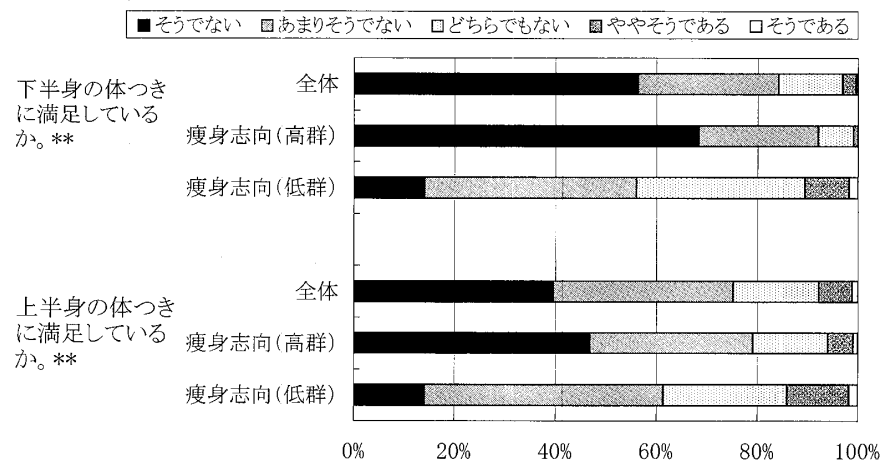


図3 体型への満足度

(20未満)」が37人、「肥満予備軍 (24以上26.5未満)、肥満 (26.5以上)」はそれぞれ8人ずつであった。「低群」では「るい瘦」が最も多く42人であり、その他7人全員が「標準」に属し、肥満予備軍、肥満の者はいなかった。 $\chi^2$ 検定で有意差 ( $p<0.01$ ) が見られ、低群の方が細身であった。

このように、「高群」であっても「るい瘦」と「標準」が全体の9割近くを占めることは、理想体型がとても細身であることを示している。「高群」でるい瘦の者 (37人) を「るい瘦高群」、「低群」でるい瘦の者 (42人) を「るい瘦低群」とし、以降必要に応じ比較をしていく。

表1の下段には、理想と現実の差の平均値を示した。全体として、理想と現実の差が大きい項目に「体重」があり、平均4.3kgである。周径では、「腰囲」の差が最も大きく、次に「胴囲」、「下部胸囲」の順に減らしたいと回答しており、「下半身」の満足度が低いことと一致している。「胸囲」は少し増やすだけでよく、むしろ下部胸囲を減らすことでバストを強調し、胴囲を減らしてウエストのくびれによってメリハリをつけ、女性らしさを求める傾向がみられた。また、腰囲を減らして下半身を細く見せたい傾向も示された。

「高群」の回答は上述の傾向をよりはっきりと表している。「低群」では「胸囲」において理想と現実の差が大きく、バストを増やして豊かにすることを望んでいたが、現状に概ね満足しているため、全体として理想との差は小さかった。「るい瘦高群」と「るい瘦低群」では減らしたい程度は低かった。

先行研究と同様に、若い女性における痩身志向は一般化し、医学的に標準とされる体型では満足できず、さらに細身になりたいと願い、体重を最も気にしていることがわかった。下半身への満足度がより低く、余分と考える部分を減らしてメリハリのある女性的な体つきを求めることが明らかとなった。

表1 実際の体型および理想との差

	全平均	SD	痩身志向(高群)	SD	痩身志向(低群)	SD	t 値	有意水準
実際値								
身長(cm)	158.4	5.44	158.3	5.30	159.0	5.88	-0.78	
体重(kg)	51.0	7.40	53.5	7.29	45.9	4.14	8.68	**
BMI	20.4	2.80	21.4	2.69	18.2	1.45	10.02	**
理想との差								
身長(cm)	2.2	5.04	2.6	5.11	0.5	4.48	2.57	*
体重(kg)	-4.3	6.48	-6.9	6.48	-0.3	3.14	-8.81	**
胸囲(cm)	1.5	4.63	0.4	4.72	3.7	3.34	-2.43	*
下部胸囲(cm)	-2.1	4.74	-3.7	4.62	0.5	3.62	-3.41	**
胴囲(cm)	-4.1	4.15	-5.6	4.01	-1.9	3.18	-4.67	**
腰囲(cm)	-5.0	5.80	-6.6	5.65	-0.5	3.34	-3.59	**

\*\*  $p<0.01$ \*  $p<0.05$

## ②瘦身志向と自己受容度

自己受容度に関する17項目の回答を、全体および瘦身志向群別に平均値で比較した結果を表2に示す。「性別」と「年齢」は受容度が最も高く、20歳付近の年代では女性であること、年齢を肯定的に受けとめている。精神的自己においては、「協調性」で肯定度が最も高く、「責任感」、「生き方」、「積極性」の3項目でやや肯定的である。否定的な回答の項目には、「体つき」、「知性(学力)」、「性的魅力」、「運動能力」、「顔立ち」、「決断力」、「指導力」、「過去の自分」が挙げられた。体つきに直結する身体的自己受容度は明らかに低く、満足されていない。

瘦身志向群間で比較を試みると、t検定において危険率5%以下で平均値に有意差がみられたのは「顔立ち」、「性的魅力」、「知性(学力)」、「体つき」、「社会的地位(立場)」、「生き方」、「現在の自分」、「過去の自分」の8項目で、すべてで「高群」の方で自己受容度が低かった。

さらに、「るい瘦高群」とそれ以外の「高群」で集計すると、「性別」と「体つき」を除くすべての回答で「るい瘦高群」の方で平均値が低く、「社会的自己」、「精神的自己」、「全体的自己」の多くの回答で有意差がみられた。これらのことは、瘦身志向は精神的、社会的、全体的な受け入れの傾向と強く関わることを示唆している。沢崎は身体的自己と精神的自己の領域で性差があり、女性の方で受容度が低いことを報告していることから<sup>5)</sup>、この傾向は女性に特徴的なものと考えられる。

表2 自己受容度

項 目	全体	SD	瘦身志向 (高群)	SD	瘦身志向 (低群)	SD	t 値	有意 水準
身体的自己								
性別	3.48	0.75	3.50	0.75	3.54	0.76	-0.434	
年齢	3.18	0.93	3.13	0.93	3.19	0.93	-0.462	
顔立ち	2.34	0.86	2.14	0.87	2.47	0.78	-2.594	*
運動能力	2.33	1.55	2.22	1.68	2.23	0.98	-0.044	
性的魅力	2.19	0.84	2.00	0.83	2.39	0.81	-3.110	**
知性(学力)	2.06	0.82	1.92	0.82	2.30	0.78	-3.107	*
体つき	1.85	0.82	1.42	0.62	2.53	0.85	-9.181	**
平 均	2.52	0.50	2.38	0.48	2.65	0.54	-3.567	**
社会的自己								
社会的地位(立場)	2.61	0.84	2.48	0.85	2.79	0.77	-2.519	*
精神的自己								
協調性	2.79	0.88	2.75	0.92	2.89	0.75	-1.222	
責任感	2.65	0.93	2.59	0.97	2.65	0.77	-0.490	
生き方	2.53	0.87	2.36	0.89	2.63	0.77	-2.106	*
積極性	2.51	0.93	2.43	0.96	2.68	0.81	-1.963	
情緒安定性	2.49	0.90	2.43	0.92	2.60	0.82	-1.231	
指導力	2.32	0.92	2.27	0.95	2.30	0.80	-0.224	
決断力	2.25	0.99	2.11	1.01	2.39	0.88	-1.884	
平 均	2.51	0.62	2.42	0.64	2.58	0.49	-2.069	*
全体的自己								
現在の自分	2.63	0.86	2.49	0.88	2.79	0.75	-2.575	*
過去の自分	2.31	1.00	2.47	1.01	2.17	0.93	-2.018	*

\*\* p&lt;0.01

\* p&lt;0.05

## ③痩身志向とシンデレラ・コンプレックス

自立の達成の上で足かせとなる心理状態を、自信のなさ、依存心、責任回避の観点からなるシンデレラ・コンプレックス尺度を参考に痩身志向との関係について考察した。以下、痩身志向別に質問項目と回答の平均値を表3に示す。

全体としては、「自信のなさ」「依存心」「責任回避」のいずれにおいても2.5付近で中立的な値を示していた。「高群」では、「依存心」が最も高い平均値を示しており、次いで「自信のなさ」、「責任回避」の順であった。「低群」では、「自信のなさ」が最も強い傾向を示していた。t検定の結果、「依存心」のうち「女性には面倒を見てくれる人が必要だと思う」( $p<0.01$ )、「他の人から守られている存在でありたいと思う」( $p<0.05$ )で有意な差が認められた。また、「高群」のうちで「るい瘦」に属するものとそれ以外とで比較すると、有意差は認められないものの「自分について過小評価することが多いと思う」を除くすべてで、「るい瘦高群」がより肯定的であり、痩身志向は、自信のなさや依存心と関連していることが推測された。

以上2つの分析結果から、女性にとって理想の体型になることは、自己の受け入れができ自信を抱くことにつながり、ひいては女性としての魅力や生き方の向上につながると考えていることがわかる。一方で、「守られたい」、「寄りかかりたい」という想いも痩身志向とかかわりあい、支えを要する存在として受け入れられたいとする意識と関連することが考察された。

表3 シンデレラ・コンプレックス

	質 問 項 目	全体	SD	痩身志向 (高群)	SD	痩身志向 (低群)	SD	t 値	有意 水準
自信の なさ	社会的に認められたいと思うが、いざとなるとこわい	2.84	0.88	2.88	0.89	2.96	0.84	-0.637	
	(他の人に頼ろうとしてしまう)	2.76	0.80	2.83	0.82	2.79	0.73	0.353	
	自分では何もできないと感ずることがある	2.75	0.87	2.83	0.90	2.60	0.73	1.805	
	自分について過小評価することが多いと思う	2.72	0.82	2.80	0.86	2.82	0.68	-0.225	
	自分は自由を望んでいるが、感情的にはふっさけない	2.72	1.03	2.81	1.07	2.77	0.87	0.259	
	平 均	2.76	0.58	2.83	0.59	2.79	0.55	0.418	
依存心	寄りかけられる相手が欲しいと思う	3.24	0.79	3.35	0.79	3.12	0.80	1.872	
	他の人から守られている存在でありたいと思う	2.72	0.92	2.87	0.92	2.58	0.89	2.133	*
	(困難にぶつかるたびに、他人の助けを求めてしまう)	2.52	0.867	2.56	0.87	2.58	0.865	-0.128	
	女性には面倒をみてくれる人がいると思う	2.39	0.94	2.52	0.95	2.18	0.85	2.650	**
	平 均	2.78	0.71	2.91	0.71	2.63	0.65	2.757	**
責任 回避	「任せてください」といいきれないところがある	2.76	0.886	2.78	0.891	2.81	0.875	-0.232	
	責任のあることをひきうけるのが苦手である	2.50	0.899	2.56	0.899	2.56	0.907	-0.031	
	平 均	2.58	0.622	2.62	0.61	2.63	0.665	-0.117	

\*\*  $p<0.01$ \*  $p<0.05$

### 3. 瘦身志向と被服行動

#### ①衣生活の実態

被服への関心の程度を被服費、購入頻度、被服行動などの視点から考察する。「1ヶ月のうちに自由に使える金額」は、「1万~2万円未満」、「2万~3万円未満」、「3万~5万円未満」がそれぞれ21~22%を占め、居住の状態においても、瘦身志向群間においても差は認められなかった。「洋服にかかる1ヶ月あたりの金額」については「高群」では「1万~2万円未満」で最も回答の割合が高く（30.1%）、「低群」では「5千~1万円未満」が40.0%であった。「高群」の方が洋服にかかる金額は多く、 $\chi^2$ 検定で危険率1%以下の有意差がみられた。（図4）

「自由に使える金額の使い道」について、上位3位までを自由に回答してもらった。「1位に洋服を回答したもの」「2位に洋服を回答したもの」「3位に洋服を回答したもの」「洋服を回答しなかったもの」の4つに分けて集計した結果を図5に示した。「高群」では「1位に洋服を回答」の割合が最も高く39.1%であった。次いで「2位に洋服を回答」が33.3%

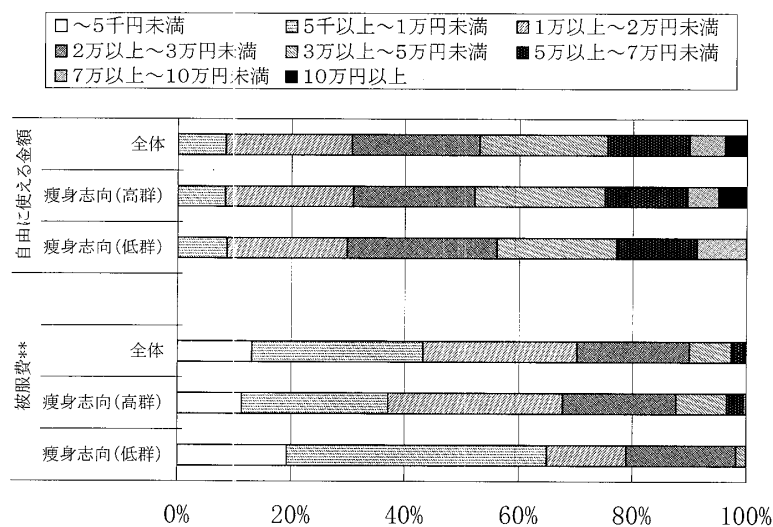


図4 1ヶ月あたりに使う金額

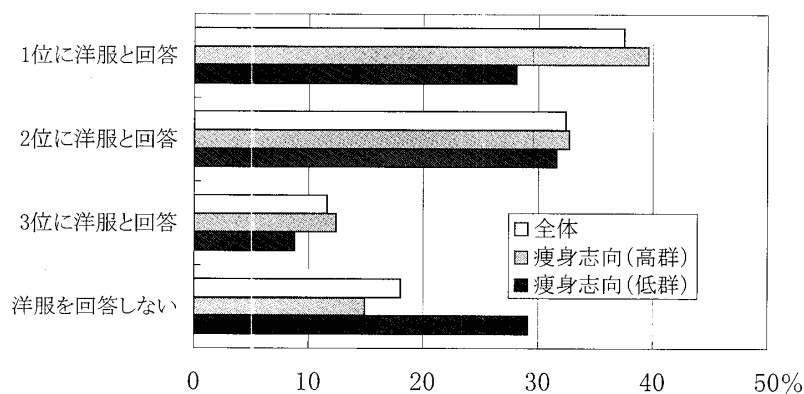


図5 小遣いに被服費が占める割合



を示していた。「低群」でも「2位に洋服を回答」「1位に洋服を回答」が多い一方で「洋服を回答しない」も同程度の割合を占めた。

図6は衣服を買いに行く頻度についての集計である。「1ヶ月に数回」が最も回答の割合が高く「高群」では53.5%、「低群」では52.0%であった。「1週間に1回」以上の頻度を示す割合を合計すると「高群」で30.3%、「低群」で17.5%であった。「高群」の方が「低群」よりも洋服を買いに行く頻度がやや多いことが明らかとなった。

以上のことから、若年女性は、自由に使えるお金の多くを被服に費やす傾向がみられる。「高群」の方が「低群」よりも被服費に費やす金額や買いに行く頻度が高く、衣服への関心が高いことが推定される。「るい瘦高群」との比較からよりはっきりとその傾向が示された。

## ②被服関心度

被服への価値観を知るための被服関心度に関する回答結果を表4にまとめた。最も肯定

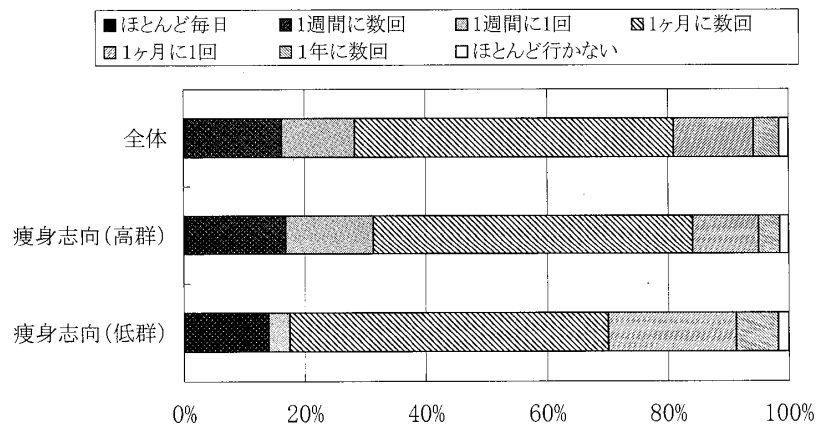


図6 衣服を買いに行く頻度

表4 被服関心度

	項 目	全体	SD	痩身志向 (高群)	SD	痩身志向 (低群)	SD	t 値	有意 水準
個性	他の人と同じような服装はしないようにしている 人と同じ様になってしまうため、着るのをやめよう と思った衣服がある	2.54	0.73	2.56	0.76	2.48	0.63	0.676	*
		2.24	1.01	2.38	0.99	2.07	1.09	2.010	*
同調	会う友人によって、服装のタイプを変えるようにしている 友人と同じようなタイプの服を選びがちである	2.52	0.99	2.44	0.98	2.46	1.01	-0.192	
		2.03	0.74	2.06	0.78	1.88	0.57	2.008	*
心理	気に入っている衣服を着ている時は、愛想よく明 るい気分になる 気に入っている衣服を着ている時とそうでない 時とでは、自分の気分や行動に違いを感じる	3.26	0.75	3.38	0.73	3.09	0.77	2.570	*
		3.04	0.90	3.08	0.87	2.75	0.96	2.408	*
機能性	デザインがよくても動きやすくないれば買わない デザインがよくても丈夫で長持ちしなければ買わない	2.49	0.87	2.33	0.88	2.50	0.85	-1.325	
		2.35	0.80	2.27	0.82	2.32	0.72	-0.456	
流行	流行を気にせず、衣服を選ぶ方である 前の年に流行った衣服は着ないようにしている	2.79	0.83	2.66	0.84	2.91	0.77	-2.019	*
		2.00	0.80	2.07	0.80	2.05	0.82	0.132	

\*\* p<0.01

\* p<0.05

的な傾向の項目をあげると、「気に入っている衣服を着ているときは、愛想よく明るい気分になる」、「気に入っている衣服を着ているとそうでない時とでは、自分の気分や行動に違いを感じる」である。衣服や着こなしが気持ちに影響を与えることを認め、機能性効果を大きく超えて肯定していることから、衣服に心理的效果を求める傾向が強いとみられる。

「流行を気にせず衣服を選ぶ方である」は半数が気にしないと回答し「前の年に流行った衣服は着ないようにしている」の値からも流行を追い求めてはいないようであった。また、機能性においても同様の傾向であった。

痩身志向別に比較すると、「高群」は「個性」「心理」の効果にかかわる4項目と、「同調」(1項目)、「流行の取り入れ」(1項目)の計6項目において平均値が高くt検定により有意差( $p<0.05$ )が見られた。このような得点傾向から「高群」の方が、積極的な回答が見受けられ、個性的に自由に服を選んで着たい、流行を取り入れたい、友達の着ている服とタイプを合わせたい気持ちを強く抱いている。

既製服には大衆に受け入れられるデザインが取入れられ、標準に合わせたサイズで製品化されている。個性と流行とは相容れない部分があるように思うが、目新しいものを求めて行動していくことは個性を生かすことにつながると考えられよう。今後、友人など他者からの影響を受けて着装する傾向、即ち同調と個性、流行の関わりについては流行の採用時期などを考慮して詳細に分析していくことが課題である。

### ③着装における工夫

被服の着装においてどのような点を意識しているのかについて質問した結果を表5に示す。平均値の高い項目には、「上下の丈のバランスに気を配る」「スカートの丈に気を配る」

表5 着装の工夫

項 目	全体 平均	SD	痩身志向 (高群)	SD	痩身志向 (低群)	SD	t 値	有意 水準
上下の丈のバランスに気を配る	4.17	0.90	4.19	0.94	4.25	0.769	-0.416	
スカートの丈に気を配る	4.03	0.99	4.05	0.98	3.91	0.996	0.933	
えりやえりぐりの形に気を配る	3.56	1.16	3.50	1.16	3.27	1.152	1.351	
体のラインが出るようなスカートは避ける	3.53	1.29	3.59	1.28	3.04	1.235	2.912	**
全体的に細く見えるような衣服を選ぶ	3.50	1.04	3.72	0.99	2.89	0.956	5.533	**
肌を露出するような服は避ける	3.30	1.16	3.23	1.14	3.14	1.242	0.483	
全体的に体のラインが出るような衣服は避ける	3.25	1.04	3.28	1.05	2.93	0.988	2.231	**
ノースリーブの服はそれ1枚で着ない	3.21	1.62	3.21	1.61	2.82	1.63	1.587	
全体的にゆったりした衣服を着る	3.20	1.00	3.30	0.99	2.93	1.006	2.491	*
縦長の印象を与えるように心がける	3.18	1.00	3.37	1.01	2.87	0.84	3.737	**
がらの大きさに気を配る	3.13	1.23	2.91	1.23	3.41	1.125	-2.734	**
試着をしてから買うようにしている	3.05	0.83	3.05	0.83	2.89	0.846	1.290	
体のラインが出るようなパンツは避ける	2.96	1.26	3.00	1.28	2.43	1.076	3.089	**
袖がびったりしている衣服は避ける	2.87	1.24	2.98	1.25	2.54	1.144	2.373	*
膨張色(暖色系や淡い色合い)は避ける	2.59	1.23	2.74	1.22	2.02	1.12	3.999	**
補正のためにガードルやパッドを使用する	1.89	1.27	1.98	1.34	1.78	0.994	1.180	

\*\*  $p<0.01$

\*  $p<0.05$

「えりやえりぐりの形」があげられたが、これらにおいて両群に差はなかった。

痩身志向別に比較すると、全体的に「高群」には痩身を意図する着装行動の傾向がとらえられた。「体のラインが出るようなスカートは避ける」「全体的に細くみえるような衣服を選ぶ」「全体的に体のラインが出るような衣服は避ける」「全体的にゆったりした衣服を着る」「縦長の印象を与えるように心がける」「がらの大きさに気を配る」「体のラインが出るようなパンツは避ける」「袖がぴっちりしている衣服は避ける」「膨張色は避ける」の9項目で平均値に有意差（t検定， $p < 0.05$ または $p < 0.01$ ）が認められた。このように痩身志向の高い者は、肌を露出する傾向がみられる流行の中でも、「細い」、「縦長」、「体のラインが出ない」、「膨張しない色である」ことを意識し、太さをカバーして、細く見えるように衣服を選択し工夫する傾向が強いことが明らかとなった。特に、下半身への不満を抱いていることからスカートやパンツに気配りする行動がみられた。

これらのことから、痩身志向と被服の購買意欲と関心度には関連があり、痩身志向が高い人は、被服関心度が高く自分に合うと思う衣服を探しお金をかける傾向が高く、やせて見えることを念頭において衣服を選択していた。このような着装行動はとくに心理的安定感を求めることと関わることが推察される。

#### 4. 痩身志向・自己受容・衣服行動のかかわり

以上の結果より、痩身志向は、自分自身への身体面への受け入れが低いことにとどまらず、精神的自己の受け入れにも関与していた。痩身志向は自らの弱さ・自信のなさの現れでもあり、か細く見られることで守られたいとする欲求とも捉えられる。痩身志向の高い者の方がおしゃれに関心・興味を抱き、衣服に工夫を重ねて着装し、痩せて見えるよう心がけていた。このような被服行動は心理的安定度を求めるものであり、気分や行動に影響を及ぼすことが示唆された。

身体は、裸で晒されることはなく被服と一体化して表示される。多くの女性において、被服の力を借りて満足できない部分を補い工夫する傾向がみられた。また、被服は内面にも影響し自らに力を与えてくれる役割があることを示してくれた。女性は様々な場面において、被服を用いて外観の効果を積極的に利用し、他者の好意的な反応によって、心理的安定が得られることを実感している。そのため好きな服、流行の服、個性的な服を効果的に着るために理想のボディを求めることが痩身化に連動していると考えられる。

このように、体型・自己の受け入れ・被服は互いに影響を及ぼしており、痩せたいという想いはこの3つの内容と相互に絡み合い、現代の痩身志向をはやらせていると考える。

### 総 括

本研究では10代後半~20代の若年女子444名を対象に「痩身志向の程度」「体型」「自己の受容と自信の度合い」「被服行動」について調査を行った。痩身志向の特に強い「痩身志向高群」と痩身志向の低い「痩身志向低群」の比較をもとに、自己への認識と被服行動にどのような影響をもたらすか考察した。結果は以下のとおりである。

### 1. 瘦身志向と体型

痩せたいと思う者が全体の87%を占めている中で、「瘦身志向高群」においても医学的に「やせ」と「標準」がその9割以上を占めていることから、多くが自己の体型に満足していないこと、理想とする体型がとても細身であることがわかった。理想の体型になるためには、体重を減らし下半身を細くしたい傾向が強くみられた。

### 2. 瘦身志向と自己への意識

瘦身志向の高い方で自己受容度が低く、「身体的自己」「精神的自己」において差が認められた。また、シンデレラ・コンプレックスの結果でも「依存」「自信のなさ」に高い傾向を示したことから、瘦身志向と自身に抱く意識には関わりがあることがわかった。

### 3. 瘦身志向と被服

被服費や購入頻度を検討した結果、「瘦身志向高群」が衣生活に関心の高い実態が明らかとなった。また、関心度において、「心理」に関わる質問に肯定の傾向を示し、心理的安定を求めて被服の選択・着用に留意し行動していることが明らかとなった。

## 引用文献

- 1) 例えば、小西友七編：ジーニアス英和辞典《改訂版》，大修館書店（1996）
- 2) 布施谷節子，高部啓子，有馬澄子：女子短大生のからだつきに対する意識とそれを形成する要因，日本家政学会誌，49，1037-1044（1998）
- 3) 例えば，S・B・カイザー著，被服心理学研究会訳：被服と身体装飾の社会心理学，80-84 北大路書房（1994）
- 4) 浅野千恵：女はなぜやせようとするのか，勁草書房（1996）
- 5) 堀洋道監修，山本真理子編，沢崎達夫：自己受容測定尺度，心理測定尺度集Ⅰ，32-36 サイエンス社（2001）
- 6) コレット・ダウリング，柳瀬尚紀訳：シンデレラ・コンプレックス，三笠書房（1985）
- 7) 落合幸子：人生の転換期の心理Ⅳ－女性の中のシンデレラ・コンプレックス－，常葉学園大学研究紀要教育学部5，117-125（1984）
- 8) 堀洋道監修，山本真理子編，神山進：被服関心度質問表（1983），心理測定尺度集Ⅰ，284-290 サイエンス社（2001）
- 9) 枳田庸：身体意識と着装，織消誌，40，626-632（1999）
- 10) 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，711-723（1988）

## Body Slimming Intention and Clothing Behavior of Young Female

Michiko Ougizawa, Yuko Kawano, Hiroko Kawabata

In this study, the questionnaire survey for slimming intention and body size, self-acceptance, self-confidence, and clothing behavior was conducted on 444 young female. We considered how intention towards body slimming was related to self-consciousness and clothing behavior, based on comparison between groups with higher and lower consciousness towards slimming. The results were as follows:

(1) 87% female hoped to be slender and their ideal figure was extremely thin. Even in the higher slimming intention group, 90 percent or more belonged to thin or standard level in medical body mass index. They hoped to lose more weight and to be thinner especially in the lower part of their bodies.

(2) Higher slimming intention group answered in the negative for self-acceptance, and tendency to lack in independency and confidence could be seen in their Cinderella complex questionnaire results.

(3) Analysis on clothing expenses and purchase frequency showed that higher slimming intention group had stronger interest in clothing, were more ingenious in trying to look thinner and that this intention led them to gain more psychological stability.

As a result, we conclude that slimming intention is now widely accepted in the modern society for the reasons that being thinner and wearing smartly lead to self-acceptance, self-confidence and mental stability.