

## 60～70歳代の体格意識に関する統計的考察

青山 昌二\*・後藤 洋子\*・八木 規夫\*  
井上千枝子\*\*・石山 恭枝\*\*\*

### A Statistical Analysis of Consciousness on Physique of Sixties - Seventies

Shoji Aoyama, Yoko Goto, Norio Yagi,  
Chieko Inoue and Yasue Ishiyama

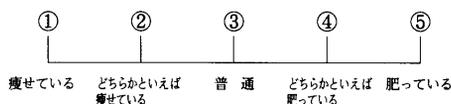
#### 1 研究目的・方法

この研究は、いわゆる身体意識研究の一環として行うものであり、60歳代及び70歳代の人たちを対象として、この人たちが自分の体の肥瘦についてどのように評価しているのか、その肥瘦自己評価の段階に従って身長及び体重の平均値を求めてみると、そこにはどのような傾斜がみられるのか、この傾斜とこの人たちの理想とする体重の値との関係はどうか、さらには、この60～70歳代の人たちの若者に対して理想として持つ体格イメージを身長及び体重の平均値でみるとどのあたりにあるのか、ということについて質問紙法調査を通じて回答を求め、統計的に分析するものである。

この種の調査は多く数えられ<sup>1)～7)</sup>、筆者らもこれまでに中学生、高校生、大学生及び30～50歳代の人たちについて調査し報告してきた。しかし、本研究の対象とする年齢層についての報告は少ない。特に、この年齢層の人たちが今の若者に対してどのような体格を頭に描いているかといった報告は見当たらない。

この研究は、「身体意識・健康生活に関する調査」のうちの一部項目を用いるものであり、その質問形式は次のとおりである。

あなたは、ご自分の体の肥瘦についてどのように評価しますか。



あなたの現在の身長及び体重はどのくらいですか。

身長 ( ) cm 体重 ( ) kg

あなたは、ご自分の身長からすれば、どのくらいの体重を理想としますか。

自分の理想とする体重 ( ) kg

いまの若者(20歳前後)の身長及び体重について、あなたからごらんになってどのくらいを理想と考えますか。

男性について

身長 ( ) cm 体重 ( ) kg

女性について

身長 ( ) cm 体重 ( ) kg

調査地域は、東京都立川市、東村山市、国分寺市、狛江市及び日野市である。調査時期は1993年3月である。

分析の対象は、男性303名、女性492名である。

#### 2 結果及び考察

##### (1) 肥瘦の自己評価

図1は、肥瘦自己評価5段階の人数分布である。いま、これを、「痩せている」と「どちらかといえば痩せている」を括って「瘦の側」、「肥っている」と「どちらかといえば肥っている」を括って

\* 三重大学教育学部 \*\* 実践女子短期大学 \*\*\* 東京大学教養学部

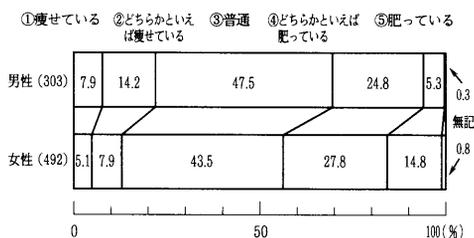


図1 肥瘦の5段階自己評価 (%)

「肥の側」として、瘦の側・普通・肥の側の3段階にまとめてみると、この順で、男性は22・48・30%であり、女性は13・44・43%である。すなわち、男女とも瘦の側に自己評価する者よりも肥の側に自己評価する者の方が多く、殊に女性においては著しく、30%もの開きがみられる。

この瘦の側及び肥の側の回答傾向と、筆者らがこれまでに行った調査結果と比較してみたものが図2である<sup>8) -11)</sup>。これをみると、男性は、瘦の側への回答が中学～大学群で36～32%であるのに、30～50歳代群及び60～70歳代群でこれより20～10%下回っている。しかし、肥の側への60～70歳代群の回答は中学～大学群並みである。ところが女性では、各群を通じて瘦の側への回答が7～13%と著しく低く、その反対に肥の側への回答が中学～大学群では50%を超え、60～70歳代群ではこれより下回ってはいるもののそれでも40%を超えている。

今回の60～70歳代の人たちを含めて、やはり、女性の肥意識は強い。

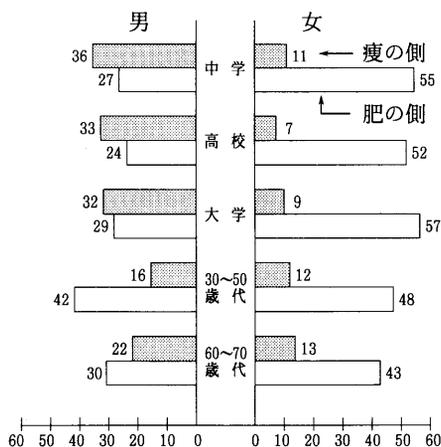


図2 自己評価による瘦の側及び肥の側 (%)

(2) 肥瘦自己評価別身長及び体重平均値

それでは、回答にみる肥瘦自己評価5段階の段階ごとに、この60～70歳代の人たちの自己申告による身長及び体重の平均値を算出してみると、そこにはどのような傾斜が存在するであろうか。表1の左半分がそれである。

表1 肥瘦の自己評価別身長及び体重の平均値

	人数	身長	体重	身長に応じた回帰値	差	自分の理想とする体重	差	
	人	cm	kg	kg	kg	kg	kg	
男 全	297	162.3 (5.9)	59.0 (8.2)			58.0 (6.0)		
肥 ↑	⑤	16	164.2	73.0	60.3	+12.7	63.4	+3.1
	④	74	160.9	63.5	58.0	+5.5	58.5	+0.5
	③	142	162.4	58.8	59.1	-0.3	58.0	-1.0
瘦 ↓	②	41	163.4	52.4	59.7	-7.3	56.0	-3.7
	①	23	162.1	48.6	58.9	-10.3	56.1	-2.8
女 全	474	150.8 (5.0)	51.1 (7.2)			48.6 (4.8)		
肥 ↑	⑤	69	150.7	59.8	51.0	+8.8	52.0	+1.0
	④	133	150.9	54.2	51.1	+3.1	49.7	-1.4
	③	207	150.6	48.5	50.9	-2.4	47.5	-3.4
瘦 ↓	②	37	150.9	43.5	51.1	-7.6	45.9	-5.2
	①	24	151.5	42.4	51.5	-9.1	44.4	-7.1

注) ( )内は標準偏差を示す。  
回帰値の算出には、 $\hat{Y}=0.69X-53.0$  (男性)  
及び $\hat{Y}=0.58X-36.4$  (女性)を用いた。

これをみると、男性の各評価段階の体重平均値は、⑤の「肥っている」段階から①の「痩せている」段階まで、73.0kgから48.6kgへと、24.4kgもの大きな傾斜を示している。しかし、身長平均値にも段階間に3.3cmの高低があるため、身長に対する体重のつきという点から、この身長であればこの60～70歳代の人たちの体重平均値はこのくらいであるという数値をあげて、これとの比較をもって考察してみたい。このため、男女それぞれ60～70歳代の、身長に対する体重の回帰直線

男性  $\hat{Y}=0.69X-53.0$

女性  $\hat{Y}=0.58X-36.4$

を用いて、各肥瘦評価段階の身長平均値に応じた体重平均値を算出した。これが表1の「身長に応じた回帰値」の列に示してある数値である。これと比較して、各段階の現実の体重平均値がどれだけ上回っているか、あるいは下回っているかをみると、男性では、段階⑤の73.0kgは12.7kg上回った値であり、段階①の48.6kgは逆に10.3kg下回った値であることがわかる。同じように女性をみると、段階⑤では8.8kg上回り、段階①では9.1kg下回っていることがわかる。男女の比較では、男性の方が女性よりも⑤→①の傾斜が大きいこと、段階③の男性は体重のつきが全体の平均値並みであ

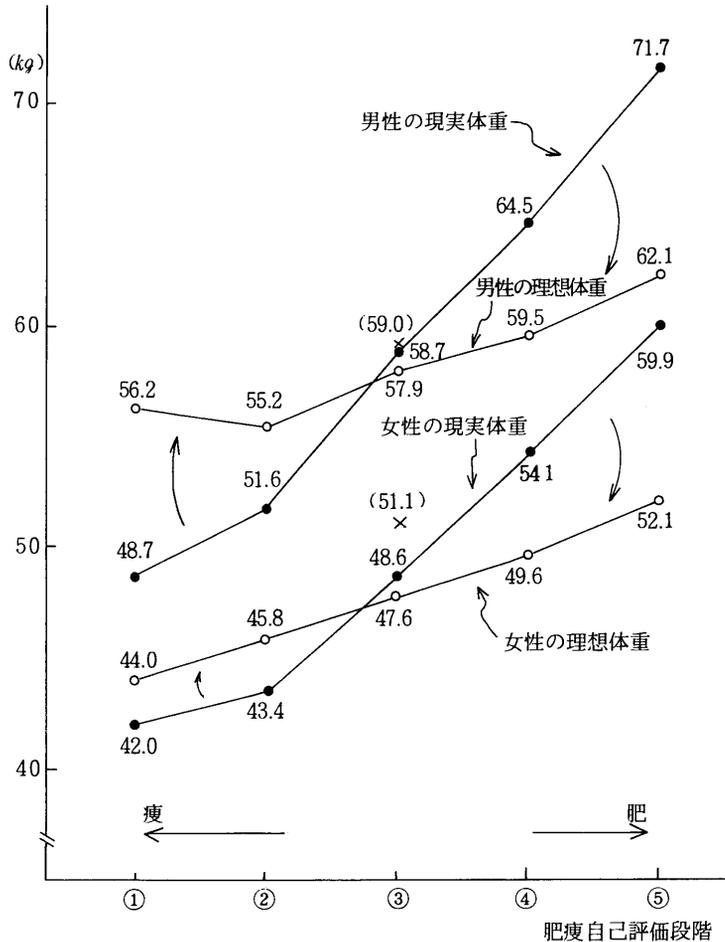


図3 同一身長（男性162.3cm・女性150.8cm）に修正した場合の肥瘦自己評価段階別体重平均値

るのに比べて、女性は2.4kg下回っていること、すなわち女性の自己評価「普通」の体重のつきの平均値は全体のそれよりも2kg半低めに置かれていること、がわかる。

いま上述したことと同じことではあるが、ここでは、5つの段階の身長平均値がそれぞれ異なっているため、この身長の高低を統計的に消去して、すなわち回帰を用いて各段階群の身長を全体平均値（男性162.3cm、女性150.8cm）にそろえることにする。こうして各群の体重平均値を算出し、プロットしたものが、図3の「男性の現実体重」線及び「女性の現実体重」線である。例えば、男性の右上の71.7kgは、⑤の73.0kg（表1）を身長プラス分（164.2-162.3=1.9cm）だけ回帰によってスライドさせて得たわけである。

これをみると、男女とも段階①から段階⑤に向

かって、段階②に多少の弛みがみられるものの、ほぼ直線的に上昇している。こうして同一身長のもとで比較してみると、⑤から①まで23kgの傾斜（これは表1の+12.7から-10.3までの開きと一致する。）を示し、さきの24.4kgよりは幾分小さいとはいえ、依然としてこの傾斜は大きい。女性では⑤の59.9kgから①の42.0kgまで18kgの傾斜（これも表1の+8.8から-9.1までの開きと一致する。）を示し、やはり大きい。また、段階③において、男性では全体平均値（×印）のすぐ下、女性では2kg半下方にある様子も看取できる。

### （3）自分の理想とする体重

先述したように、「あなたは、ご自分の身長からすれば、どのくらいの体重を理想としますか」という質問形式によって、自分の理想とする体重

について回答を求めた。この平均値が、表1の「自分の理想とする体重」列の数値である。

全体の平均値は、男性は58.0kg、女性は48.6kgである。これをそれぞれ現実の平均値と比較すると、現実値に比して理想値が男性では1.0kg下回り、女性では大きく2.5kg下回っている。

肥瘦自己評価5段階別の平均値は、これも回帰を用いて各群の身長を男女各全体平均値に修正した図3によってみると、このように、男性では62.1kgから56.2kgへと、②で逆転があるものの6kgの傾斜を示し、女性では⑤の52.1kgから①の44.0kgへ直線的に8kgの傾斜を示している。

理想体重線と現実体重線との関係を見ると、男女とも、段階③より少し段階②寄りの位置でそれぞれクロスしながら、現実体重線の大きな傾斜に比して理想体重線の傾斜が著しく弱まっている様子が看取される。それと同時に、弱まりながらも理想体重に男性6kg・女性8kgの傾斜があるということは、そこにはやはり、現実体重の大小の理想体重への反映がみられるということであり、その反映の度合いは、男性の23kg→6kgと女性の18

kg→8kgとを比較すると、相対的に女性の方が男性よりも大きい。

また、全体の現実体重と理想体重の平均値からすれば、現実体重に対して理想体重が男性では1kg下側に、女性では2.5kg下側にあったが、図3からも明らかなように、段階①及び②では現実値よりも理想値の方が、男性では大きく上回り、女性においても、①及び②の瘦の側への人数分布が合わせて13%と少ないとはいえ、2.5~2kg上回っていることがわかる。

(4) 評価「普通」群の他の年齢層との比較

ここで、60~70歳代の人たちの肥瘦自己評価における、身長に対する体重のつきが他の年齢層の人たちとはどのような関係にあるかということを見るために、③の「普通」評価の人たちの身長に対する体重の回帰直線を取り出し、30~50歳代の人たち及び大学生のそれをそこに並べて比較してみる。

図4の右上が男性の場合である。これによってわかるように、60~70歳代の回帰直線と30~50歳代のそれとは、そのスロープに多少の緩急はある

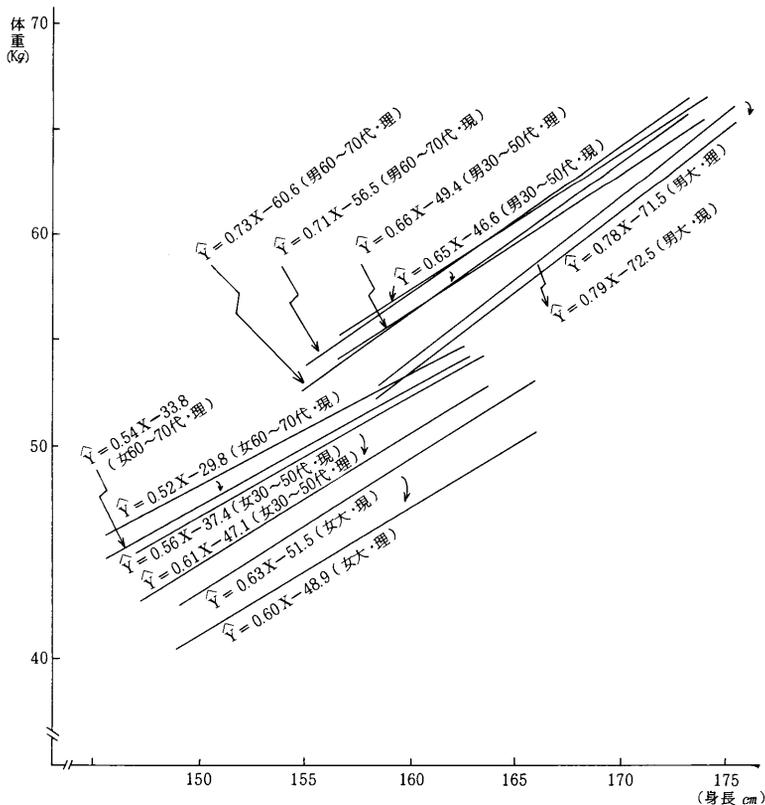


図4 肥瘦自己評価③「普通」群の身長に対する体重の回帰直線

ものの、2本の現実直線と2本の理想直線とがそれぞれほとんど重なっている。大学生の回帰直線は、これより2.5kg～2kg離れて下側に現実直線が、さらに1～0.5kg下に理想直線がある。すなわち、肥瘦自己評価において自分は「普通」であると回答した人たちの身長に対する体重のつきをみると、60～70歳代と30～50歳代の人たちは同じであり、またこの人たちの理想とする体重のつきも同じであるということ、及びこの人たちは大学生の「普通」と自己評価する人たちに比べると身長に対する体重のつきが2.5～2kg上回っているということが看取される。

同様に、図4左下の女性の場合についてみると、男性の場合とは傾向を異にし、60～70歳代の現実直線がいちばん上側にあり、それから1kg程度下回った位置にその理想直線があり、そのすぐ下側に30～50歳代の現実直線があり、それからまた2kg程度下方にその理想直線がある。大学生はさらに離れて下方にある。すなわち、女性の場合は、自分は「普通」であると同じ段階に評価していても、現実の体重をそこに置いてみると、60～70歳代の人たちの身長に対する体重のつきがいちばん多く、30～50歳代の人たちに比べると2kg近く上回っており、大学生に比べると5～4.5kgも上回っている。そして、60～70歳代の「普通」と自己評価する人たちの自分の理想とする体重のつきは、30～50歳代の「普通」と自己評価する人たちの現実体重のつきと相近いということも看取される。

「普通」であるという、肥瘦の自己評価において同じ段階であっても、そのなかみに踏みこんでみると、年齢層によってこのように幅があるということもここで指摘する必要がある。

#### (5) 若者に対する理想の身長及び体重<sup>12)</sup>

##### 1) 全体の身長及び体重平均値

こんどは、いまの若者たちの著しい身長の伸びを前にして、いったい、60～70歳代の人たちは若者に対してどのくらいの身長及び体重を理想として頭に描いているのであろうか。こういう関心から、先述の質問形式を用いて回答を求めた。これの全体の結果が表2である。

これをみると、男性から男性に対する理想値は172.4cm・63.7kg、女性から男性に対するそれは173.7cm・63.6kgである。この値と、表2の下部にある筆者らの得た、当の大学生の描く理想値と比較してみると、およそ3cm下回っている。この

表2 60～70歳代の人たちからみた若者の理想身長及び体重平均値

回答者	若者に対する理想				
	男身長	男体重	女身長	女体重	
60～70 歳代	男 297	172.4 (5.0)	63.7 (5.6)	161.3 (4.8)	52.6 (4.6)
	女 474	173.7 (4.6)	63.6 (5.9)	160.6 (4.0)	51.5 (4.2)
大 学	男 902	175.2	65.5	160.4	47.9
	女 530	176.3	64.7	160.5	48.7

注) ( ) 内は標準偏差を示す。

下回り分は、現実の平均身長差に比すればはるかに狭まっているが、やはり現実の平均身長の反映ということであろうか。60～70歳代の人たちと大学生との共通するところは、男性に対する理想値では男性からよりも女性からの方が細身の体つきがイメージされていることである。

女性から女性に対する理想値は160.6cm・51.5kgであり、男性から女性に対するそれは161.3cm・52.6kgである。ここでは、男性からの方が女性からの理想値よりも0.7cm上回り、0.7kg(同一身長で)体重のつきが上回っている。女性に対する理想値を大学生のそれと比較すると、男性に対する場合とは大きく異なって、逆に60～70歳代の方が大学生を男女とも、特に男性において上回っている。女性に対する理想値においては、現実の平均身長差はみられない。体重の理想値の方は、身長差を考慮しても、60～70歳代の方が大学生に比べて4～3kg上回っている。

とはいえ、ごく大づかみに、60～70歳代の人たちはいまの若者に対してどのくらいの身長及び体重を「よし」としているかといえ、男性173cm・64kg、女性161cm・52kgというところである。

##### 2) 身長高低別の身長平均値

ごく大づかみの全体の傾向はいま上に述べたが、60～70歳代の人たちの若者に持つこうした理想値は、自分の現実の身長の高低と関連があるのであろうか。男性に対する理想値には大学生の持つ理想値と比較して下回っているという点に現実の身長の反映をみてきたが、60～70歳の人たちの中ではどうか。このために、表3に示すように、男性は身長163cm以上・未満、女性では151cm以上・未

表3 60～70歳代の人たちからみた若者の理想身長平均値  
—身長高低別による—

回答者		人	現実身長 cm	若者に対する理想		
				男身長 cm	女身長 cm	
男 全	高	140	167.7	173.2	161.6	
	低	157	157.9	171.5	161.1	
	60代	高	72	167.5	174.0	161.6
		低	58	158.8	172.1	161.7
70代	高	68	168.8	172.4	161.5	
	低	90	157.4	171.2	160.5	
女 全	高	220	154.9	174.4	161.1	
	低	254	147.3	173.1	160.4	
	60代	高	148	155.0	175.0	161.4
		低	105	147.4	173.8	161.2
70代	高	72	154.7	172.8	160.3	
	低	149	147.1	172.6	159.8	

注) 身長高低の区分は、男性163cm以上・未満、女性151cm以上・未満とした。

満のそれぞれ高低2群に分けて、若者に対する理想の身長及び体重の平均値を算出した。

これをみると、60歳代と70歳代に分けた身長高群と低群のそれぞれの対比において示されるところであるが、全体では、現実身長の高群から低群へ、男性に対する理想値は1.7～1.3cm、女性に対する理想値は0.7cm～0.5cmの傾斜がそれぞれみられる。すなわち60～70歳代の人たちの若者に対して描く理想の身長には、やはり、この人たちの現実の身長の高低が、その高低差に比べれば極めてわずかではあるが、反映があるとみられよう。

また、表3からわかるように、同じ身長区分であっても60歳代群と70歳代群とでは、70歳代群の方が60歳代群に比べて2～1cm下回っていることも窺われる。

### 3) 肥瘦自己評価別の身長及び体重平均値

こんどは、60～70歳代の人たちの自己評価による肥瘦段階別に若者に対する理想値をみてみると、そこにはどのような関連があるであろうか。これが表4である。

男性から男性に対する理想体重平均値をみると、⑤群は65.6kg、①群は63.2kgで、この間に2.4kgの傾斜がある。しかし、身長平均値にも1.4cmの傾斜がある。そこでまた、身長に応じてスライドする体重平均値を用い、これとの比較を通して考察してみる。表4の「回帰値との差」欄の④は、注)にあるように、60～70歳代全体の、身長に対

表4 60～70歳代の人たちからみた若者の理想身長及び体重平均値  
—肥瘦自己評価段階別による—

回答者		回帰値との差				回帰値との差				
		男身長	男体重	④	⑤	女身長	女体重	④	⑤	
男	肥 ↑	⑤	173.1	65.6	-0.8	+1.2	161.2	52.9	-4.2	+0.4
		④	172.3	63.8	-2.1	-0.1	161.9	52.7	-4.8	-0.2
	③	172.3	63.7	-2.2	-0.2	160.9	52.7	-4.2	+0.4	
	瘦 ↓	②	172.7	63.4	-2.8	-0.7	161.7	52.4	-5.0	-0.4
		①	171.7	63.2	-2.3	-0.2	160.7	52.4	-4.4	+0.2
女	肥 ↑	⑤	174.1	63.4	-3.7	-1.8	161.4	51.6	-5.6	-1.0
		④	173.9	64.0	-3.0	-1.0	161.2	51.6	-5.5	-0.9
	③	173.3	63.6	-3.0	-1.0	160.3	51.5	-5.1	-0.5	
	瘦 ↓	②	174.0	63.1	-4.0	-2.0	160.6	51.0	-5.7	-1.2
		①	174.1	62.2	-4.9	-3.0	158.6	50.3	-5.3	-0.7

注) 「回帰値との差」④は、60～70歳代全体の身長に対する体重(現実)の回帰直線  $\hat{Y} = 0.69X - 53.0$  (男性) 及び  $\hat{Y} = 0.58X - 36.4$  (女性) を用いた。  
⑤は、筆者らの調査から得ている、大学生の身長に対する体重(現実)の回帰直線  $\hat{Y} = 0.72X - 60.2$  (男性) 及び  $\hat{Y} = 0.59X - 42.6$  (女性) を用いた。

する体重(現実体重)の回帰直線との差である。例えば、男性⑤群からみた男性若者の理想体重は65.6kgとあり、そのすぐ右に-0.8kgとあるが、この値は、60～70歳代の人たちの身長に対する体重のつき(回帰直線から66.4kgが得られる。)と比較して0.8kg下回っていることを表している。

このようにしてみると、男性からみた男性理想値は⑤群の-0.8kgを除くと④群から①群まで-2.1～-2.8kgの範囲にあり、現実の肥瘦の体重傾斜が若者に対する理想値にそれほど反映しているわけではない。女性からみた男性理想値は、⑤・④群と①・②群とをみれば幾分違うものの、この程度では現実の体重の大きな傾斜に比べれば反映があるとは言えない。

表4の右半にあって、男性からみた女性理想値をみると、5群が-4.2～-5.0kgの狭い範囲にあって、現実の肥瘦の体重傾斜は反映していない。女性からみた女性理想値においても-5.1～-5.7kgの狭い範囲にあって、やはり反映はない。大づかみに言えば、60～70歳代の人たちの自己評価による現実の肥瘦と、この人たちの若者に対して描く理想値とはほとんど関連がないと言える。そして、60～70歳代の人たちが若い女性に対して描く理想体重は、体重のつきという点からすれば、60～70歳代の女性に比べて男性は4～5kg下回ったところに、女性は5kg以上も下回ったところに置かれ

ている。

ついでに、筆者らはこれまでの調査から、大学生の身長に対する体重の回帰直線を得ているので、表4の「回帰値との差」⑥列に、理想体重とこれとの比較を掲げた。これをみると、60～70歳代の人たちの若者に描く理想値は、男女とも、現実の大学生の身長に対する体重のつきと同程度かそれを幾分下回ったところに置かれていることがわかる。

### 3 要 約

60～70歳代の男性303名・女性492名を対象とした身体意識に関するこの調査研究から、明らかにし得た統計的事実を以下に要約する。

自分の体の肥瘦評価をみると、男女とも、肥の側への評価の方が瘦の側への評価よりも多い。特に、女性においてはこれが43%対13%と、30%も上回っており、女性の肥意識は強い。

肥瘦自己評価段階ごとの現実の体重平均値は、統計的な回帰を導入して同一身長の下で比較してみると、「肥っている」の回答群から「痩せている」の回答群まで男性では23kg、女性では18kgという、それぞれ大きな傾斜が存在する。

現実の身長の下で自分の理想とする体重平均値は、全体で、男性162.3cm・58.0kg、女性150.8cm・48.6kgであり、この値は現実の体重平均値に比して男性では1kg、女性では2.5kg下回った値である。肥瘦自己評価と自分の理想とする体重との関係をみると、そこには現実の肥瘦の体重傾斜が著しく弱まりながらも(23kg→6kg、18kg→8kg)、やはり反映がみられる。

肥瘦において「普通」であると自己評価する人たちをとり出して、身長に対する体重のつきについて他の年齢層の人たちと比較してみると、男性は30～50歳代の人たちと同じであるが、女性はこの年齢層の人たちを上回っている。さらに、大学生に比べると男女とも大きく上回っている。このことは、逆に言えば、若者の一層の細身志向を窺わせる。

60～70歳代の人たちの若者に対して描く理想の体格は、ごく大づかみに言って、男性は173cm・64kg、女性は161cm・52kgというところである。ここには、60～70歳代の人たちの身長の高低がわずかながら反映されている。しかし、自分の肥瘦の影響はほとんどみられない。そして、この理想

値は、現実の大学生に比べて身長は男女ともおよそ2cm上回り、身長に対する体重のつきは男女ともそれぞれに近い。

### 文 献

- 1) 松浦賢長ほか「女子大生の体格意識に関する研究」小児保健研究47-6、673～676ページ、1988.
- 2) 幸林友男「女子短大生の体格に対する意識調査」金蘭短期大学研究誌20、189～195ページ、1989.
- 3) 金本めぐみほか「大学生の身体意識に関する研究」上智大学体育23、63～77ページ、1989.
- 4) 中島悦子「プロポーションに関する意識調査」戸板女子短期大学研究年報33、11～22ページ、1991.
- 5) 矢島忠明ほか「現代中国人青年の身体美観について」早稲田大学体育研究紀要23、13～20ページ、1991.
- 6) 菅原敏子「大学生の身体意識について—男子身体意識の誤認度—」東洋大学紀要教養課程篇(保健体育)1、23～39ページ、1991.
- 7) 加藤忠清「現代日本人青年の身体観と姿勢習慣」早稲田大学体育学研究紀要25、33～40ページ、1993.
- 8) 青山昌二ほか「中学生の身長・体重意識について」日本学校保健学会第38回大会口頭発表、1991.
- 9) 杉本美津江、青山昌二ほか「高校生の肥瘦自己評価に関する一考察」東京体育学研究1991年度報告、59～64ページ、1991.
- 10) 金子茂、青山昌二ほか「学生の肥瘦の自己評価」日本学校保健学会第36回大会口頭発表、1989.
- 11) 青山昌二ほか「30～50歳代の体格意識の統計的分析」東京体育学研究1991年度報告、29～35ページ、1991.
- 12) 青山昌二ほか「60・70歳代の身体意識について—若者に対する理想体格—」日本体育学会第44回大会口頭発表、1993.