

論 文

女子青年における ダイエット行動におよぼす瘦身モデルの影響

諸井 克英 小切間 美保
生活科学部・人間生活学科 生活科学部・食物栄養科学科

Abstract

The present study examined the relationships among exposure to thinness models depicted in magazines, drive for thinness, and dieting behavior. MAGINFO Scale (Ozawa *et al.*, 2005; revised by the authors), MODEL Scale (Ozawa *et al.*, 2005; revised by the authors), Drive for Thinness Scale (Baba and Sugawara, 2000), and Dieting Behavior Scale (Matsumoto *et al.*, 1997; revised by the authors) were administered to female adolescents ($N=216$). Also, subjects estimated their height and weight. To examine the relationship pattern among exposure to thinness models in magazines, drive for thinness, and dieting behavior, the structural equation model analyses (*Amos5.0*) were executed. A good solution was found. Health-oriented dieting behavior was directly influenced by exposure to thin "ideal" bodies in magazines. The relationship between calorie-oriented dieting behavior and exposure to such models was mediated by drive for thinness. The importance of thin-ideal internalization was discussed.

Key words: thinness, eating disorders, thin-ideal internalization, adolescent.

1. 問 題

2005年に実施された国民健康・栄養調査によると（厚生統計協会，2007），成人男性のBody Mass Index（以下BMIと略す）が25以上である者すなわち肥満者が年齢階級を問わず増加傾向にある。対照的に，女性の場合には肥満者の割合が減少傾向に向かうとともに，20～30歳代のうちおよそ2割の者が「低体重」（BMI < 18.5）であった。つまり，わが国の女性側の摂食行動上の問題は，瘦身化にあるといえよう。切池・永田・白田（1996）も，厚生指標（1960年～1990年）に基づきBMIの変化を

検討し，若年女性（15～25歳）のBMIの減少傾向を指摘した。

このようなBMIの減少は，当然のことながらわが国の食料事情の悪化にその原因があるのではなく，瘦身化に向けた何らかの意図的行動すなわちダイエット行動によって引き起こされていると推測される。丸山・伊藤・木地本・今村・土井・田中・阿部・江澤（1993）は，小学5年生段階で瘦身願望が半数に存在し，3割の者にダイエット経験があることを認めた。

松本・熊野・坂野（1997）は，高校や大学に通う女子学生が経験しているダイエット行動を調べ，因子分析によって2因子を抽出した（「構造的ダイエット」<徐々に体重を減らす比較的健康的な方法>，「非構造的ダイエット」<急激な体重変化を目指す不健康な方法>）。

過食傾向との関連を見ると、「非構造ダイエット」の強い影響が認められた。また、女子高校生を対象とした小林・栗田（2005）は、松本ら（1997）の尺度を改変し、「ポピュラーなダイエット」、「カロリーにこだわったダイエット」、および「過激なダイエット」の3因子を得た。このうち「カロリーにこだわったダイエット」と「過激なダイエット」は過食傾向と有意な関連があった。瘦身願望尺度の作成を試みた馬場・菅原（2000）も、短期大学や大学に通う女子学生を対象として、瘦身願望が高い者はダイエット経験が豊富であり、過激なダイエットを試みる傾向があることを見出した。

諸橋（1993）は、瘦身化を喚起する女性雑誌の広告に注目した。わが国の女性雑誌に掲載されている瘦身広告を分析し（諸橋，1994），広告によって瘦身という「身体基準の存在」が伝達される様を示した。諸橋の知見は、いわゆる瘦身女性モデルが多様なメディアによって流布され、女性の瘦身化志向を喚起することを示唆する。

実際、Thompson & Stice（2001）が概観しているように、以下のような研究枠組みに基づく多くの実証的研究が行われている。身体像や身体不満足感に影響し、摂食障害につながる「魅力に関する社会的基準」の「内在化」は、家族、同輩や、メディアによる瘦身方向への強化によって形成される。

Heinberg, Thompson, & Stormer（1995）は、瘦身に関する社会的影響の「自覚」と社会的に推奨される基準の「内在化」を測定する尺度を作成した。女子大学生を対象とした2つの研究を経て、「自覚」と「内在化」のそれぞれの側面を測る尺度が得られた（6項目<「私たちの社会では、肥満の人は魅力的でないとして評価されない」など>、8項目<「テレビ番組や映画に登場する女性は、自分の目標とする外観タイプを反映している」など>）。研究3では、「自覚」よりも「内在化」が身体不安を喚起する傾向が得られた。

諸橋（1993，1994）が問題にした雑誌を通して流布される瘦身理想モデルの影響に関する次

のような研究がある。Halliwell & Dittmar（2004）は、広告研究の名目で一般女性に瘦身モデルが身体に対する不安にもたらす影響を検討した。彼らは、瘦身性と魅力の高さとの混交に配慮しながら、コンピュータ・ソフトを用いて調整された雑誌モデルを利用した。その結果、瘦身理想モデルを「内在化」している回答者は、瘦身モデルの呈示によって身体不安が喚起されることが見出された。

女性雑誌に対する接触時間と身体部位不満足感との関連も検討されている。Cusumano & Thompson（1997）は、女子大学生を対象として、当該女性雑誌に掲載されている人物の身体的特徴を計量化し、身体部位不満足感、摂食障害傾向や自尊心との関連を調べたが、有意な傾向は得られなかった。むしろ、瘦身理想モデルの「自覚」や「内在化」が身体部位不満足感、摂食障害傾向や自尊心の有意な規定因であり、そのうち「内在化」の強い影響が認められた。

また、Cusumano & Thompson（2001）は、瘦身モデルに関するメディアによる影響を測定する多次元メディア影響尺度を作成し、8-11歳の子どもに実施した。因子分析によって、「自覚」、「内在化」や、「メディア圧力」の3側面が抽出された。これらの側面が身体部位に対する不満足感におよぼす影響を調べると、女子では「内在化」の顕著な影響が認められ、「メディア圧力」がそれに次いだ。男子では、「内在化」と「メディア圧力」の同等な影響が見られた。

わが国では、小澤・富家・宮野・小山・川上・坂野（2005）が、女子大学生を対象として雑誌接触の影響を検討した。女性雑誌の定期購読者には、女性雑誌による影響を受けやすい傾向が見られ、瘦身理想モデルの内面化傾向が顕著であり、摂食障害傾向が高かった。

以上の先行研究を踏まえ、本研究では、「メディア情報の影響→瘦身願望→ダイエット行動」という枠組みを設定し、女子大学生を対象に検討した。なお、ここでのメディア情報の影響とは、瘦身体型やダイエットに関する雑誌記事の日常的影響と、社会的に魅力があるとされる瘦身を理想

化する傾向の2側面を指している。これらが瘦身願望を喚起し、それがダイエット行動に結びつくと仮定し、女子大学生に質問紙を実施した。

II. 方 法

調査対象および調査の実施

同志社女子大学での社会心理学関係の講義を利用して、『食生活行動』調査の名目で質問紙調査を実施した(2006年5月30日)。なお、回答にあたっては匿名性を保証し、成績評価とは無関係であることを強調した。質問紙実施後に、質問紙の調査の目的と研究上の意義を説明した。青年期の範囲を逸脱している者(25歳以上)を除き、後述する尺度に完全回答した女子大学生216名を分析対象とした。被験者の平均年齢は18.60歳($SD = .81$, 18~22歳)であった。

質問紙の構成

質問紙は、回答者の基本的属性の設問に加え、①瘦身願望尺度、②ダイエット行動尺度、③雑誌被影響性尺度、④瘦身モデル内面化尺度、⑤身体属性に関する設問から構成されている。

1. 瘦身願望尺度

回答者が抱いている瘦身願望の程度を測定するために、馬場・菅原(2000)が作成した瘦身願望尺度を利用した。馬場・菅原は、瘦身願望を「自己の体重を減少させたり、体型をスリム化しようとする欲求」と定義し、11項目から成る尺度を作成した。彼らは、女子大学生・短大生を対象として、この尺度の1次元性を確認した。

6ヵ月間の回答者の状態を思い浮かべさせ、自分の体や「痩せる」ことについてどのように考えがちであったかを思い出させた。11項目(Table 1-a 参照)それぞれに対して回答者自身の考えや態度にあてはまる程度を4点尺度で回答させた(「4. かなりあてはまる」、「3. どちらかといえばあてはまる」、「2. どちらかといえばあてはまらない」、「1. ほとんどあてはまらない」)。

2. ダイエット行動尺度

日ごろ回答者がどの程度ダイエット行動に取り組んでいるかを測った。本研究では、松本ら

(1997)によるダイエット行動尺度によった。彼らは、「やせるため、あるいは太らないための行動」をダイエット行動とし、ダイエット行動尺度を作成した。女子高校生・大学生に尺度を実施し、因子分析によって「構造的ダイエット」と「非構造的ダイエット」の2因子を得た。本研究では、この2因子を構成する22項目の表現を若干修正した(Table 1-b 参照)。

6ヵ月間の回答者の状態を想起させ、回答者自身がどのような行動をとりがちであったかを評定させた。22項目それぞれの行動がどのくらいあてはまるかを4点尺度で回答させた(「4. かなりあてはまる」~「1. ほとんどあてはまらない」)。

3. 雑誌被影響性尺度

瘦身体型やダイエットに関する雑誌記事の日常的影響を回答者がどの程度被っているかを測定するために、小澤・富家・宮野・小山・川上・坂野(2005)が作成した尺度項目を利用した。小澤らは、雑誌記事の影響に関する7項目を女子大学生に評定させ、尺度の1次元性を確認した。

本研究では、小澤ら(2005)による項目を改変し、6項目にした(Table 1-c)。各項目について、6ヵ月の間にどのくらい影響を受けたかを5点尺度で評定させた(「4. かなり影響した」、「3. どちらかといえば影響した」、「2. どちらかといえば影響しなかった」、「1. ほとんど影響しなかった」、「0. このような記事・広告を目にしなかった」)。

4. 瘦身モデル内面化尺度

社会的に魅力があるとされる瘦身を回答者が理想化する傾向を測定した。小澤ら(2005)は、7項目から成る尺度を構成し、女子大学生を対象として1次元性を認めた。ここでは、この7項目の表現を若干修正した(Table 1-d 参照)。

6ヵ月間の回答者の状態を思い出させ、瘦身モデルが掲載されている雑誌記事・広告を目にしたときに抱く気持ちに7項目それぞれがあてはまるかを回答させた。5点尺度で評定させた(「4. かなりあてはまる」~「1. ほとんどあてはまらない」、「0. このような記事・広告を

目にしなかった)。

5. 身体属性に関する設問

回答者の身長と体重に関する以下の点について、該当する数字を記入させた。①現在の身長と体重、②現在の身長で被験者が望む体重。身長は「cm」、体重は「kg」の単位で回答させた。

III. 結 果

Body Mass Index

本研究の216名の平均身長と平均体重は、それぞれ158.01 cm ($SD = 5.43$; 146 ~ 185 cm)、50.55 kg ($SD = 6.40$; 37 ~ 80 kg)であった。また、理想体重の平均値は46.23 kg ($SD = 4.19$; 37 ~ 60 kg)であった。BMIとしてカウブ指数(体重_(kg) / 身長_(cm)²)を用いた。BMIの平均値は20.25 ($SD = 2.45$, 15.22 ~ 31.25)であり、25以上の「肥満」カテゴリーの者が11名(5.1%)、18.5未満の「低体重」カテゴリーの者が43名(19.9%)いた。

現実の身長と理想体重を組み合わせカウブ指数を算出し理想BMIとした。理想BMIの平均値は18.51 ($SD = 1.27$, 13.73 ~ 22.86)となり、「肥満」カテゴリーの者は皆無で、「低体重」カテゴリーの者が121名(56.0%)となった。理想BMIはBMIをかなり下回っており($t_{(215)} = 14.95$, $p = .001$)、瘦身願望の強さを反映している。本研究では、BMIと理想BMIの差を「BMIのずれ」と定義した。

尺度の検討

本研究で用いた尺度の項目水準での検討を行った。まず、項目平均値の偏り($1.5 < m < 3.5$)と標準偏差値($SD > .60$)のチェックをし、不適切な項目を除去した。次に、残りの項目を対象に分析を行った。

瘦身願望尺度、雑誌被影響性尺度、瘦身モデル内面化尺度については、主成分分析での未回転主成分負荷量を検討したうえで($> |.400|$ 基準)、信頼性分析を実施した。当該項目得点と当該項目を除く合計得点とのピアソン相関が高いことを確認し、 α 係数を算出した。

ダイエット行動尺度では、まず、因子分析(主因子法、プロマックス回転 $<k = 3 >$)を実施し、初期因子固有値 ≥ 1.00 を満たす解をすべて求め、適切な因子解を探索した。その際、①特定因子の負荷量が十分に大きく($\geq |.400|$)、②他因子への負荷が小さい($< |.400|$)という基準を設定した。各因子への負荷量大きい($\geq |.400|$)項目から下位尺度を構成し、各下位尺度について主成分分析と信頼性分析を行った。

4尺度それぞれについて以上の分析を行い、適切な尺度構成項目を決定した。構成項目の得点平均値を尺度得点とした。

1. 瘦身願望尺度

項目平均値が不適切であった1項目を除いた分析では、主成分分析の高い説明率と十分な信頼性が得られ、尺度の単次元性が確認された(Table 1-a)。10項目の得点平均値を瘦身願望

Table 1-a 瘦身願望尺度に関する検討

		[主成分分析]	[信頼性分析]
		未回転主成分負荷量	相関値 (a)
th_a_1	体重が増えるのが怖い。	.660	.581
th_a_2	もっと痩せたいという思いで頭がいっぱいだ。	.845	.790
th_a_3	体重にとらわれている。	.794	.727
th_a_4	何が何でも体重を減らしたい。	.851	.797
th_a_5	もっと痩せていたらと悔やむことが多い。	.793	.737
th_a_6	体力が落ちてもとにかく痩せたい。	.632	.558
th_b_1	少しでも早く痩せたい。	.779	.717
th_b_2	痩せられると聞けば何でもする。	.703	.636
th_b_3	自分が痩せることを考えるとわくわくする。	.700	.631
th_b_5	今、痩せることに一番興味がある。	.782	.720
		説明率: 57.36%	$\alpha = .916$

[残余項目]

th_b_4 体重を量ったときに減っていると嬉しい。(X)

N = 216

(a) 当該項目得点と当該項目を除く合計得点とのピアソン相関値

(X): 平均値 > 3.5

得点とした ($m = 2.60, SD = .77$)。

2. ダイエット行動尺度

項目水準の検討で不適切であった5項目を除き、残りの項目を対象に因子分析を試みた。因子固有値 ≥ 1.00 を基準にすると2因子解のみが可能であり、明確な因子パターンが現れた (Table 1-b)。第II因子で負荷量が高い項目はすべて松本ら (1997) の「構造的ダイエット」項目であった。したがって、本研究の第II因子は、「健康的ダイエット」とした。ところが、第I因子には、松本らの「構造的ダイエット」と「非構造的ダイエット」に該当する項目がそれぞれ含まれていた。項目の内容を見ると、摂

食時のカロリー志向に関連しているので、第I因子は「低カロリー志向ダイエット」と命名した。

「低カロリー志向ダイエット」、「健康的ダイエット」それぞれについて下位尺度としての検討を行ったところ、Table 1-bの右側部分に示すように、十分な結果が見られた。そこで、それぞれの構成項目の得点平均値を「低カロリー志向ダイエット」得点 ($m = 1.85, SD = .60$)、「健康的ダイエット」得点 ($m = 1.97, SD = .65$)とした。

3. 雑誌被影響性尺度

不適切な項目平均値を示した1項目を除き、

Table 1-b ダイエット行動尺度に関する検討

	[因子分析(a)]		[主成分分析]	[信頼性分析]
	I	II	未回転主成分負荷量	相関値 (b)
〔低カロリー志向ダイエット〕				
beh_b_4 食事のカロリーを制限する。	.757	.054	.792	.704
beh_b_7 カロリー計算をした食事をする。	.755	-.190	.759	.659
beh_b_9 太るので、勧められた食べ物や飲み物を断る。	.738	-.243	.741	.633
beh_a_3 短期間で体重を大幅に減らすために、特別なダイエット法に従う。	.689	-.209	.709	.602
beh_a_6 太りそうなものは食べない。	.610	.285	.695	.594
beh_a_8 1週間で3キロ以上痩せようとして、低カロリーな食事をする。	.604	-.052	.668	.563
beh_b_1 油ものや砂糖の入ったものをさける。	.572	.369	.644	.548
beh_a_10 低カロリー食品ばかりを食べる。	.491	.040	.563	.459
beh_b_6 何を食べるか考えるとき、体重を考慮に入れる。	.477	.335	.570	.464
			説明率: 47.12%	$\alpha = .855$
〔健康的ダイエット〕				
beh_a_7 食事や間食を少なめにする。	.034	.782	.818	.723
beh_a_9 「食べ過ぎてはいけない」と思って、ブレーキをかける。	-.107	.762	.778	.669
beh_a_5 腹八分で食べるのを我慢する。	-.103	.718	.761	.653
beh_a_4 カロリーの高いものを食べる量や頻度を少なくする。	.226	.715	.768	.655
beh_b_3 食べているものに、または何を食べるかに大変気を使う。	-.091	.604	.654	.548
beh_b_10 ゆっくりと食べるようにする。	.042	.540	.623	.507
beh_b_8 夕食後は何も食べない。	-.279	.538	.588	.467
beh_a_1 甘いものやカロリーの高いものを食べるのをさける。	.327	.481	.546	.424
			説明率: 48.82%	$\alpha = .843$
〔因子間相関〕				
	I	.084		
〔残余項目〕				
beh_a_2 痩せるために下剤などを使用する。(Y)				
beh_a_11 りんごダイエットやゆで卵ダイエットのように一定期間以上の間1つの食品を食べ続ける。(Z)				
beh_b_2 夕食を減らす。(Y)				
beh_b_5 1日の摂取カロリーを800キロカロリー以下に抑える。(Y)				
beh_b_11 朝、昼、あるいは晩の食事を抜かす。(Y)				
N = 216				
初期因子固有値 ≥ 3.983 ; 初期説明率 52.22%				
(a): 主因子法, プロマックス回転 $k = 3$				
(b): 当該項目得点と当該項目を除く合計得点とのピアソン相関値				
(Y): 平均値 ≈ 1.5 ; (Z): 平均値 < 1.5				

Table 1-c 雑誌被影響性尺度に関する検討

	[主成分分析]		[信頼性分析]
	未回転主成分負荷量	相関値 (a)	
con_a_1 理想的体型に関する記事・広告	.872	.778	
con_a_2 体のスタイルをどのように良くすればよいかという記事・広告	.882	.796	
con_a_3 体重を減らすためのダイエットについての記事・広告	.822	.712	
con_b_1 摂取すべき食べ物に関する記事・広告	.811	.706	
con_b_2 体の調子を良くするための運動に関する記事・広告	.764	.646	
			説明率: 69.11%
			$\alpha = .888$
〔残余項目〕			
con_a_4 ダイエット商品 (器具やサプリメントなど) に関する記事・広告 (Y)			
N = 216			
(a) 当該項目得点と当該項目を除く合計得点とのピアソン相関値			
(Y): 平均値 ≈ 1.5			

主成分分析と信頼性分析を実施した。すべての指標が尺度の単一次元性仮定の妥当性を示したので (Table 1-c), 5項目の得点平均値を雑誌被影響性得点とした ($m = 2.14, SD = 1.03$)

4. 瘦身モデル内面化尺度

7項目を対象に尺度の検討が行われ、尺度の1次元性が確認された (Table 1-d)。7項目の得点平均値を瘦身モデル内面化得点とした ($m = 3.11, SD = 1.08$)。

ダイエット行動の規定因

3通りの方法(ピアソン相関分析, 重回帰分析, 共分散構造分析)によって、ダイエット行動の規定因を探索した。

1. ピアソン相関分析

本研究で算出した諸得点間の関係を見るために、ピアソン相関分析を行った (Table 2-a)。

「低カロリー志向ダイエット」は、「瘦身願望」, 「雑誌被影響性」, 「瘦身モデル内面化」の

いずれとも有意な正の相関を示した。「健康的ダイエット」ではいずれも正の相関が見られたが、「雑誌被影響性」のみが有意水準に達していた。「瘦身願望」, 「雑誌被影響性」, および「瘦身モデル内面化」の間ではすべて有意な正の相関が現れた。

BMI, 理想 BMI, 「BMIのずれ」との関連を見ると、BMIでは「瘦身願望」, 「BMIとのずれ」は「瘦身願望」と「雑誌被影響性」でそれぞれ有意な正の相関が得られた。理想 BMIは「瘦身モデル内面化」と有意な負の相関を示した。

2. 重回帰分析

「メディア情報の影響→瘦身願望→ダイエット行動」という因果枠組みに沿って一連の重回帰分析(変数増減法)を実施した。目的変数と説明変数を系統的に変化させ、3種類の分析を行った。なお、いずれの場合も「BMIのずれ」

Table 1-d 瘦身モデル内面化尺度に関する検討

		[主成分分析]	[信頼性分析]
		未回転主成分負荷量	相関値 (a)
fee_a_1	自分自身とモデルを比較しなくなった。	.695	.564
fee_a_2	モデルのように見られたいと思った。	.777	.667
fee_a_3	モデルが使用している広告の商品(器具やサプリメントなど)を買いたくなった。	.646	.517
fee_a_4	ダイエットによってモデルのようになりたいと思った。	.752	.636
fee_b_1	モデルは自信があり幸せだと思った。	.711	.580
fee_b_2	モデルを見ると楽しくなった。	.733	.607
fee_b_3	モデルは私が今まで見た中で最も美しい女性だと思った。	.633	.505
		説明率: 50.19%	$\alpha = .833$

N = 216

(a) 当該項目得点と当該項目を除く合計得点とのピアソン相関値

Table 2-a 各得点間のピアソン相関値

	雑誌被影響性	瘦身モデル内面化	低カロリー志向ダイエット	健康的ダイエット	BMI	理想_BMI	BMIのずれ
瘦身願望	.457	.400	.367	.123	.359	.069	.463
	$p = .001$	$p = .001$	$p = .001$	$p = .071$	$p = .001$		$p = .001$
雑誌被影響性	****	.533	.264	.207	.086	-.016	.135
		$p = .001$	$p = .001$	$p = .002$			$p = .047$
瘦身モデル内面化		****	.172	.125	-.048	-.165	.054
			$p = .011$	$p = .068$		$p = .015$	
低カロリー志向ダイエット			****	.122	.026	-.082	.097
				$p = .074$			
健康的ダイエット				****	.066	.096	.023
BMI					****	.752	.873
						$p = .001$	$p = .001$
理想_BMI						****	.335
							$p = .001$

N = 216

を説明変数に導入した (Table 2-b)。

「瘦身願望」では、「BMIのずれ」、「雑誌被影響性」、「瘦身モデル内面化」が有意な正の規定因となり、「メディア情報の影響→瘦身願望」の関係を明確に示した。

「低カロリー志向ダイエット」では「瘦身願望」、「健康的ダイエット」では「雑誌被影響性」がそれぞれ有意な正の関連を見せ、2種類のダイエット行動の弁別関係が明確になった。

3. 共分散構造分析

Amos5.0を利用して「メディア情報の影響→瘦身願望→ダイエット行動」に関する分析を行った。先の相関分析や重回帰分析で得られた

関係に基づきモデルを作成し、観測変数の構造方程式 (最尤推定法; 豊田, 1998) の分析を試みた。その上で Amos5.0 を実施した。修正指数を参照しながらパスの設定を変え、モデル適合度を改善し、最終モデルを得た (Fig. 1)。

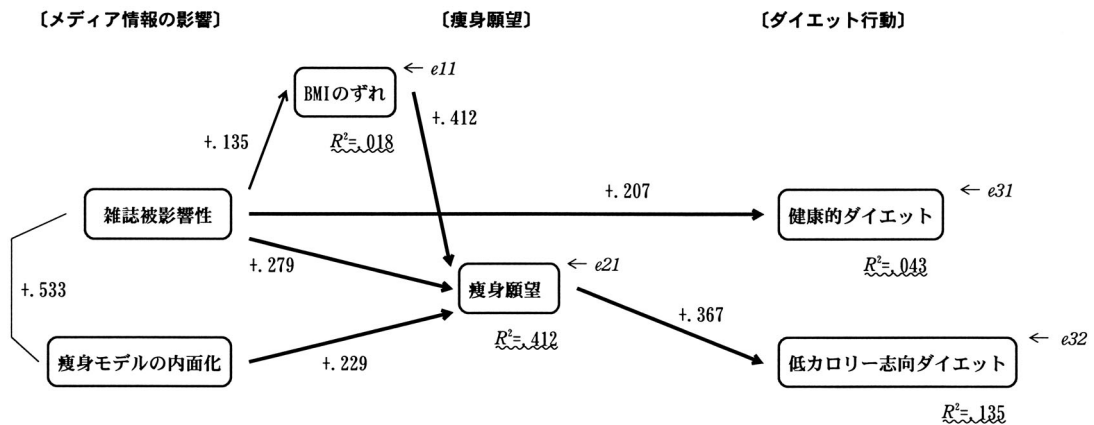
メディア情報の影響 (「雑誌被影響性」、「瘦身モデルの内面化」) は「瘦身願望」を媒介して間接的に「低カロリー志向ダイエット」に影響したが、「健康的ダイエット」は雑誌記事や広告による直接的影響を被っていた (「雑誌被影響性」) 。また、体型の現実と理想とのずれ (「BMIのずれ」) は、「雑誌被影響性」と「瘦身願望」の媒介要因であった。

Table 2-b メディア情報の影響, 瘦身願望, およびダイエット行動の関連: 重回帰分析 (ステップワイズ法)

従属変数: 瘦身願望		
説明変数: 雑誌被影響性 瘦身モデル内面化 BMIのずれ		
BMIのずれ	$\beta = .413$	$p = .001$
雑誌被影響性	$\beta = .279$	$p = .001$
瘦身モデル内面化	$\beta = .229$	$p = .001$
	$R^2 = .410$	$p = .001$
従属変数: 低カロリー志向ダイエット		
説明変数: 雑誌被影響性 瘦身モデル内面化 瘦身願望 BMIのずれ		
瘦身願望	$\beta = .367$	$p = .001$
	$R^2 = .134$	$p = .001$
従属変数: 健康的ダイエット		
説明変数: 雑誌被影響性 瘦身モデル内面化 瘦身願望 BMIのずれ		
雑誌被影響性	$\beta = .207$	$p = .002$
	$R^2 = .430$	$p = .002$

N = 216

投入基準 $p < .050$; 除去基準 $p > .100$



矢印: 標準化パス係数 [有意水準: すべて $p < .05$] $e_{11} \sim e_{32}$: 誤差項
 [モデル適合度] $\chi^2(8) = 5.815, p = .668, GFI = .991, AGFI = .977, RMR = .024$

Fig. 1 メディア情報の影響, 瘦身願望, およびダイエット行動の関連
 — 観測変数の構造方程式 (Amos5.0, 最尤推定法) による因果分析 (N = 216) —

IV. 考 察

Hesse-Biber (1997) によれば、西洋風の身体=瘦身を「完璧な身体」として信仰する「スリム教 (cult of thinness)」が若年女性を摂食上の問題や摂食障害へと導いている。信仰上の重要な儀式的根幹はダイエットとエクササイズである。本研究の目的は、このダイエット行動の社会心理的規定因の解明であった。

本研究は、「メディア情報の影響→瘦身願望→ダイエット行動」という枠組みに基づき、女子大学生を対象として行われた。松本ら (1997) によって作成されたダイエット行動尺度に関する因子分析の結果、松本らの「構造的ダイエット」に該当する「健康的ダイエット」と、摂食時のカロリーへの注目に関連する項目から構成される「低カロリー志向ダイエット」が得られた。

共分散構造分析の結果は (Fig. 1)、この2種類のダイエット行動とメディア情報の影響との間に弁別的関係があることを明確に示した。「健康的ダイエット」は、瘦身体型やダイエットに関する雑誌記事を受容することによって直接的に引き起こされる。他方、「低カロリー志向ダイエット」とメディア情報の影響（「雑誌被影響性」、「瘦身モデルの内面化」）との間に「瘦身願望」が媒介する。

松本ら (1997) の研究では、「構造的ダイエット」よりも「非構造的ダイエット」が過食傾向と結びついていた。小澤ら (2005) での共分散構造分析の結果によると、2種類のダイエットは瘦身願望と同水準の関係を見せた。本研究の「低カロリー志向ダイエット」は先行研究での「非構造的ダイエット」とは異なるので単純に比較できない。しかし、身体に負荷がかかるダイエット行動のほうが過食傾向や瘦身願望と顕著な関係があることが小林・栗田 (2005) や馬場・菅原 (2000) によっても認められている。

これらのことから、本研究の結果は次のことを示していると結論できよう。身体にあまり負荷をかけないダイエット行動は雑誌での瘦身記

事や瘦身広告によって単純に生じる。身体に比較的強い負荷をかけるダイエット行動は、雑誌や広告での影響や瘦身モデルを理想水準として規範化することによる瘦身願望の高まりに仲介されて引き起こされる。

最後に、本研究で取り扱われなかったいくつかの問題点を指摘しよう。

本研究では、瘦身に関するメディア情報への接触に注目した。しかし、受動的情報の摂取だけでなく、他者と自己の身体の比較を媒介とした身体管理のメカニズムも存在するだろう。Festinger (1954) の社会的比較理論によると、比較のための客観的基準がない場合には他者との社会的比較が必要となる。本研究で扱っている問題に社会的比較の概念を適用すると、メディアを媒介とした瘦身モデルの接触だけではなく、そのモデルと自分の身体との比較が重要となる。たとえば、Jones (2002) は、男女高校生を対象として身体属性に関する社会的比較が身体不満感におよぼす影響を明らかにした。女子では、モデルや有名人あるいは同性の同輩との比較いずれでも、体重や体型に関する比較が身体不満感を喚起し、男子の場合には体重や顔の比較が重要な要因であった。

この Jones (2002) の研究は、雑誌メディアを通じた瘦身モデルとの接触のみが重要なのではなく、日常の対人的相互作用に埋め込まれた瘦身モデルとの接触も身体管理に影響をおよぼすことを示している。今後は、社会的比較の視点も導入しながら、日常の交友関係での瘦身モデルの認知と心理的影響を含めた検討も行うべきであろう。

大塚 (1994) は、『源氏物語』の記述から登場人物の体格を推測した。彼女によれば、紫式部は「痩せても枯れない美しさ」に価値を見出し、「本当の美人」と見なしていた。つまり、瘦身理想モデルがこの時代にも内面化されていたのである。先述した Hesse-Biber (1997) は、ジェンダー的視点に基づき、中国の「纏足」の伝統にまで「スリム教」の歴史を遡る。瘦身理想モデルがいかに内在化されていたのかを歴

史社会的に迫る作業も重要といえる。

<付 記>

(1) 本研究で分析対象としたデータは、菊池沙織さん（同志社女子大学・現代社会学部社会システム学科 2006 年度卒業生）が諸井克英の下で取り組んだ卒業研究のために収集した。ここで得られた成果は、卒業研究で彼女が示した熱意の賜物である。

(2) 本研究での分析作業は、同志社女子大学 2006 年度研究助成<共同研究>（『女子青年における瘦身願望（2）—栄養学と社会心理学のインターフェース—』）に基づいて行われた。

(3) データの統計的解析にあたって、SPSS15.01J for Windows および Amos5.0 を利用した。

V. 引用文献

- 馬場安希・菅原健介 2000 女子青年における瘦身願望についての研究 教育心理学研究, **48** (3), 267 - 274.
- Cusumano, D.L., & Thompson, J.K. 1997 Body image and body shape ideals in magazines: Exposure, awareness, and internalization. *Sex Roles*, **37**, 701 - 721.
- Cusumano, D.L., & Thompson, J.K. 2000 Media influence and body image in 8-11-year-old boys and girls: A preliminary report on the multidimensional media influence scale. *International Journal of Eating Disorders*, **29**, 37 - 44.
- Festinger, L. 1954 A theory of social comparison process. *Human Relations*, **7**, 117 - 140.
- Halliwell, E., & Dittmar, H. 2004 Does size matter? The impact of model's body size on women's body focused anxiety and advertising effectiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, **23**, 104 - 122.
- Heinberg, L.J., Thompson, J.K., & Stormer, S. 1995 Development and validation of the sociocultural attitudes toward appearance questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, **17**, 81 - 89.
- Hesse - Biber S. 1997 *Am I thin enough yet?: The cult of thinness and the commercialization of identity*. Oxford University Press, Inc. 宇田川拓雄（訳）『誰が摂食障害をつくるのか—女性の身体イメージとからだビジネス—』2005 新曜社
- Jones, D.C. 2002 Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls boys. *Sex Roles*, **45**, 645 - 664.
- 切池信夫・永田利彦・白田久美子 1996 近年における若い女性の Body Mass Index 低下について—Eating disorders との関連から— 臨床精神医学, **25** (5), 611 - 617.
- 小林由美子・栗田廣 2005 女子高校生における摂食障害傾向と食行動・ストレスとの関連—過激なダイエット・ストレスおよびストレスコーピングの背景— 精神医学, **47** (10), 1053 - 1062.
- 厚生統計協会 2007 『臨時増刊 国民衛生の動向』厚生 の 指 標, **54** (9), 財団法人厚生統計協会
- 丸山千寿子・伊藤桂子・木地本礼子・今村素子・土井佳子・田中たえ子・阿部恒男・江澤郁子 1993 女子学生における食行動異常に関する研究（第1報）—小学生高学年より大学生までのやせ願望とダイエットについて— 思春期学, **11** (1), 51 - 56.
- 松本聡子・熊野宏昭・坂野雄二 1997 どのようなダイエット行動が摂食障害傾向や binge eating と関係しているか? 心身医学, **37** (6), 425 - 432.
- 諸橋泰樹 1993 『雑誌文化の中の女性学』 明石書店
- 諸橋泰樹 1994 女性雑誌にみる“痩せ”ブームを探る 松井豊編 『ファンとブームの社会心理』サイエンス社 115 - 140頁
- 大塚ひかり 1994 『<源氏物語>の身体測定』 三交社
- 小澤夏紀・富家直明・宮野秀市・小山徹平・川上祐佳里・坂野雄二 2005 女性誌への曝露が食行動異常に及ぼす影響 心身医学, **45** (7),

- 521 - 529.
- Thompson, J.K., & Stice, E. 2001 Thin-model internalization : Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, **10**, 181-183.
- 豊田秀樹 1998 『共分散構造分析入門[入門編]—構造方程式モデリング—』 朝倉書店