

(目的) 現在の若い女性はやせ志向にあるといわれている。体型に対する意識と、体型と食生活の関連について調査した。

(方法) 女子大学生を対象として、1988年11月アンケート調査を実施した。回収率は77.0%で、計164名の有効回答をもとにNECのPC-9801VMパーソナルコンピューターを用いて分析した。

(結果)

1. 調査対象の身長、体重の平均と標準偏差は、それぞれ  $158.0 \pm 4.6$  cm,  $50.2 \pm 4.8$  kgであった。
2. 体型に対する意識とブローカー指数からみた体型を比較してみると、ブローカー指数からみた場合、標準 70%、軽度やせ 22%と分布しているのに、意識では、軽度肥満 42%、標準 41%、軽度やせ 8%と両者の間に相違がみられた。
3. 理想の体重については、80%がやせたいと思っていた。やせたいと希望する体重の平均は 5.08 kg であった。
4. やせるために、ダイエットあるいは運動をしている人が62%、両方している人が33%いたが、どちらもしない人も38%いた。
5. 食生活が良いと答えた人は、全体の 25%であった。また食生活を7つの項目で採点(7点満点)したところ4点以上が30%であった。また体型、ブローカー指数からみた体型、減量したい体重と食生活には、関連性は認められなかった。