C 140　女子短大生の減量意識

長野県短大　○牛越　静子
山梨学院短大　鈴木　道子

目的；今日、摂食状況は一般に過食傾向にあると言われる。その結果生ずる肥満は成人病の一因となり肥満者の増加は憂慮される。また、過食症といわれる摂食障害の報告も多々ある。一方、太ることを嫌い極端な摂食による痩せと無月経を伴った拒食症が問題となっている。これらの摂食障害は思春期に多いが、年令層は広がる傾向にあるとされる。摂食障害者は、体型・減量等について誤った意識をもっているとされる。そこで、摂食障害予備軍の姿を追うことを目的とし対象者の減量に関する意識を色々の面から追求してみた。

方法；昭和63年6月－7月において本学女子短大生を対象としてアンケート方法により調査した。有効回答者数422名、回収率98,4%であった。

結果；はじめに対象者を体格指数ＢＭＩ別に選び減量意識を調べた。ＢＭＩは体重÷身長^{2}で求められ、体脂肪組織量とよく相関するとされる。ＢＭＩでは正常域を19～24(女性)としている。対象者は正常域にあるものが多い。痩せといえる65人注目するなら、69.2%が普通または太っていると回答している。また、正常体重である330名に注目するなら、そのうち66.1%が『やや太っている』・『太っている』と回答している。対象者が自分の体型を太めにとらえている姿が鮮明である。『現在の体重を減らす事を希望するか』の問にはＢＭＩ 22以上の者は全員が『希望する』と回答していた。ＢＭＩが低くなるに従って順に小人数となるが、痩せといえるＢＭＩ 18の者の内54.2%の者が『希望する』と答えていた。今までにダイエット（食事制限）経験の有るものと現在実行中の者と合わせるとＢＭＩ 22～24の者は過半数を越え、ＢＭＩ 18の者にあっても27.2%存在した。