

目的：近年、若い女性での「やせ」体型志向による肥満に対する誤った自己認識が問題とされている。栄養士養成課程の学生にとっては、栄養指導等をする上でも正しい体型認識が重要である。本研究においては、栄養士養成過程の女子大生を対象に体型認識に関する調査を行った。

方法：栄養士養成課程女子短大生(18～20歳)100名を対象に体型についての意識調査を行った。身体特徴調査においては、身長、体重およびBMIを算出した。さらに食生活に関する項目として意識調査、食生活判定、生活活動強度を判定した。さらに、各学生にBMIで体型を確認させた後、再び、体型についての意識調査を行った。統計解析はSPSSを用い、理想と現実の差には $\chi^2$ 検定、各項目に対する割合の検定にはMann-Whitneyの検定を用いた。

結果：実際の体型では79%が普通であったにも関わらず、体型認識で肥満・普通と認識している学生はそれぞれ60%、40%だった。誤った体型認識を持つ学生は、全体の56.6%という結果であった。また、学生の理想BMIは、実際のBMIより有意に低く、84%が現在の体型に不満を持っていた。誤った認識群と正しい認識群における食生活判定および生活活動強度には、有意な差は認められなかった。しかし、自分の実際の体型を確認させた後に行った意識調査においても、自分の体型に不満な人は70%、今後さらに痩せたい人は79%だった。

このように、「やせ」体型志向からの誤った体型認識は、BMIによる正しい体型教育だけでは意識変革が困難であるという問題点が危惧された。