

## 大学生の理想とする体格は？ (情報工学専攻 白河祐貴 11622020)

自身の身体的特徴に興味を持たない人は、おそらく居ないだろう。例えば、顔のつくり、頭髪、身長、体重、その他諸々といったようなものである。このような興味は一般的に若い時期に強くなるように思われる。では身体的特徴を体格に限定した場合、現代の大学生はどのような体格を理想と考えているのだろうか。ここで言う体格とは、身長と体重のことである。

理想の体格を考える前に、昔から今にかけての日本人の体格の変化について確認してみよう。結論としては、1900年から2000年の100年間で男女共に10cm程平均身長が高くなり、それに伴い体重も増えている(1)。成長期の始まりと終わりとして比較すると身長は、男子6歳で107.0cm→117.6cm、女子6歳で104.8cm→115.0cm、男子20歳で160.9cm→170.4cm、女子20歳で147.9→158.2cmという推移となっている。体重は、男子6歳で17.0kg→22.4kg、女子6歳で17.0→20.8kg、男子20歳で53.0kg→65.1kg、女子20歳で48.0kg→52.5kgという推移となっている。全体的に発育が良くなっていることは一目瞭然である。これは、日本人の栄養摂取の改善が大きな原因であると言われている。

以上が今現在の日本人の平均体格である。では、成長期が概ね終わった大学生の理想とする体格はどのようなのだろうか。調査は2004年に18歳～20歳の大学生を対象に行われたものであるが、男子と女子で異なる結果が得られた。男子の身長の現実値(実際の値)は171.70cm、理想値は177.44cmであり、体重の現実値は63.27kg、理想値は65.77kgであった。女子の身長の現実値は157.73cm、理想値は159.13cmであり、体重の現実値は50.23kg、理想値は48.51kgであった。

この調査結果から考えられることは、男子は身長・体重共に高い数値を望んだことから、理想としては大きくありたいということである。女子は身長に高い数値を望んでいるが男子程ではない。しかし、体重に注目すると低い数値を望んでいることが分かる。これは、男子が大きくなりたいという理想に対し、女子は細くなりたいという理想を持っていると考えられる。

このような結果が出た要因として、一番に考えつくのは異性の目である。男子は基本的に背が低いより高い方が良いとされており、女子は太っているより痩せている方が良いとされているからである。しかし、単に背が高い・体重が少ないということだけを望んでいるわけではない。意識してかは分からないが、BMI(Body Mass Index)という「 $BMI = \text{体重(kg)} / \text{身長(m)}^2$ 」の式で割り出す数値の標準に収まるような体格を望んでいるということである。BMIが18.5～25に収まるようであれば標準であり、理想値の平均からBMIを算出すると、男子は約20.9で、女子は約19.2となる。女子はやや痩せ型であるが、概ね標準であると言える。

また、2004年の調査結果以外に、同様の条件で行った1976年の調査結果もある。1976年の調査結果によると、男子の身長の現実値は169.4cm、理想値は175.3cmであり、体重の現実値は59.8kg、理想値は63.8kgであった。女子の身長の現実値は156.7cm、理想値は159.8cmであり、体重の現実値は50.9kg、理想値は48.5kgであった。この調査結果から考えられることは、女子は1976年～2004年の間で理想があまり変わっていないということである。逆に男子は、体格の現実値が大きくなっていったということもあり、それに応じてより大きい体格を望んでいるということである。

全体的に見て、女子は概ね現実値と理想値に近いが、男子は現実値と理想値にギャップがあるので、体格に関しては男子の方が、特に身長に関してコンプレックスを抱いている人が多いように思われる。



## 引用文献

(1) 金子茂, 大学生の理想とする身長・体重に関する研究, 国際政経論集(二松學舎大学)第11号, 2005年3月, 31-40

## 参考文献

<http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/2182.html>