

「おしゃれ白書 2000」にみる

「女性の体型の悩み」

～足が気になるのは若い証拠

首が気になり始めたら年配の仲間入り!?!～

2000/12/11

ポーラ文化研究所
阿保・村澤

1. はじめに

女性にとって体型の悩みはつきないものである。悩みの内容は持って生まれたスタイルそのものであることもあれば、年齢や環境による体型変化だったりする。また、同じような体型、例えば同じ70cmのウエストサイズの人がいいたとしても、それを気にするかどうかは、個人の価値観や関心の方向、現在ライフステージのどんな位置にあるかによって異なってくる。

本レポートでは、女性が身体の部分でふだんから気にしているところを年代別に分析し、体型変化の実際やライフステージによる価値観の変化との関連を考えてみたい。

2. 調査の基本設計

調査名: 「おしゃれ白書 2000」

調査対象: 首都圏 30km 圏内

調査対象者: 前記エリア内に居住する 15 歳から 64 歳までの女性 910 人

年齢構成(人)

15 - 18 歳 (高校生)	70
19 - 23 歳 (学生)	70
19 - 23 歳 (社会人)	70
24 - 29 歳 (未婚)	70
24 - 29 歳 (既婚)	70
30 - 34 歳 (未婚)	70
30 - 34 歳 (既婚)	70
35 - 39 歳	70
40 - 44 歳	70
45 - 49 歳	70
50 - 54 歳	70
55 - 59 歳	70
60 - 64 歳	70

調査対象者抽出法: エリアサンプリング法

調査方法: 個別訪問面接聴取法および留置き法の併用

調査時期: 2000 年 6 月

調査目的: 女性の化粧意識・行動調査 (全約 130 項目)

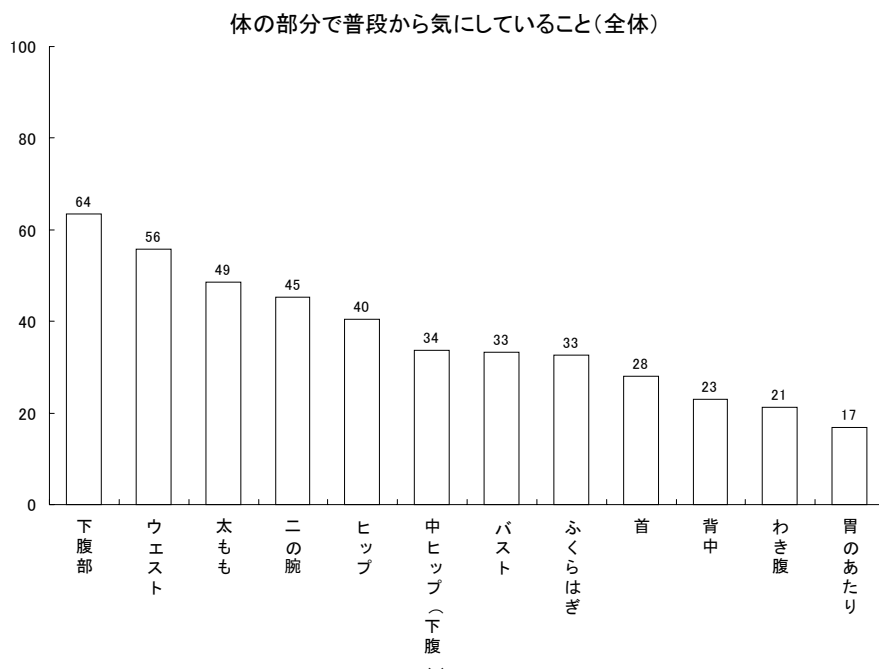
3. 調査結果の紹介

1) 全体傾向

★★ 一番気になるのは「下腹」と「ウエスト」★★

「身体の部分で普段から気にしているところはありますか」という問いに対して、下記のように12個の選択肢を設け、あてはまるものすべてを回答してもらった。

まずは全世代の合計を見てみよう。下のグラフは、回答数が多い項目から順に左から並べてある。この結果を見ると、女性が一番気にする部位は「下腹部」「ウエスト」とお腹まわりということになる。次に気にするのは、「太もも」「二の腕」「ヒップ」など身体を中心に近い部分。これらの部位は贅肉がつきやすく、薄着をした時にシルエットが出るところだ。反対に「気にする」と回答した人が少ないのは、「胃」「わき腹」といった、お腹周りのなかでも上半分にあたる贅肉がつきにくい部分と、自分では見えない「背中」だった。



2) 年代別傾向

★★ 足の美しさが気になるのは若い証拠！ 中年はお腹、年配は首の衰えが気になる ★★

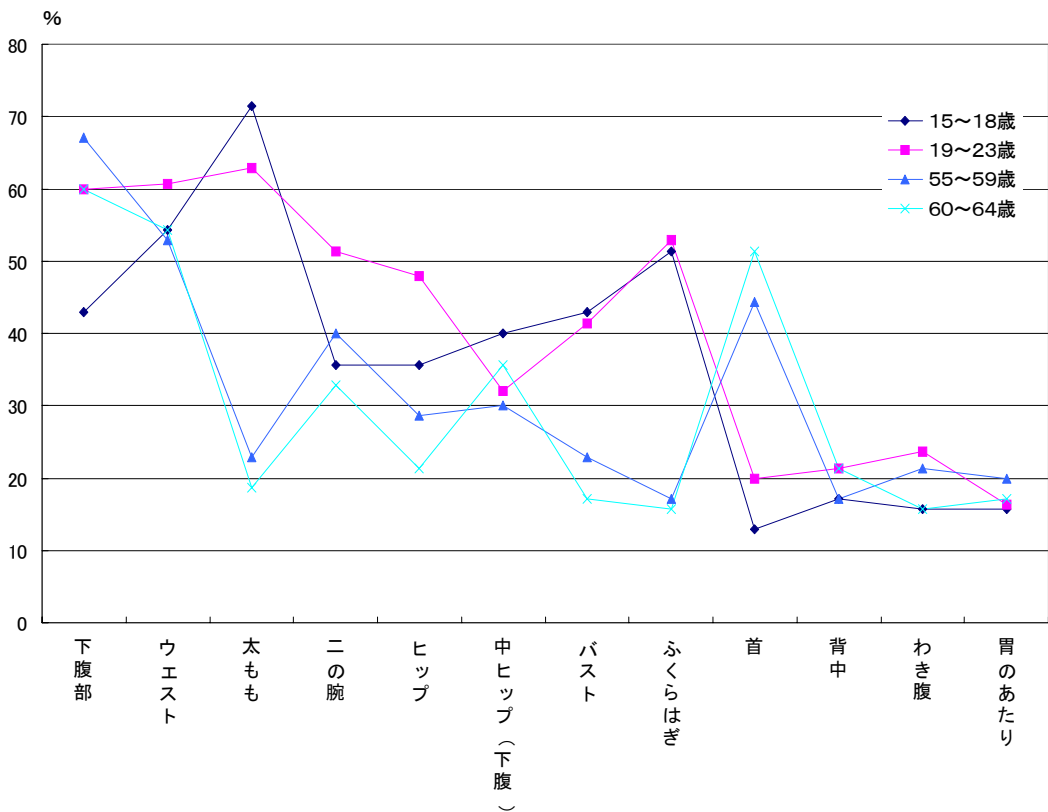
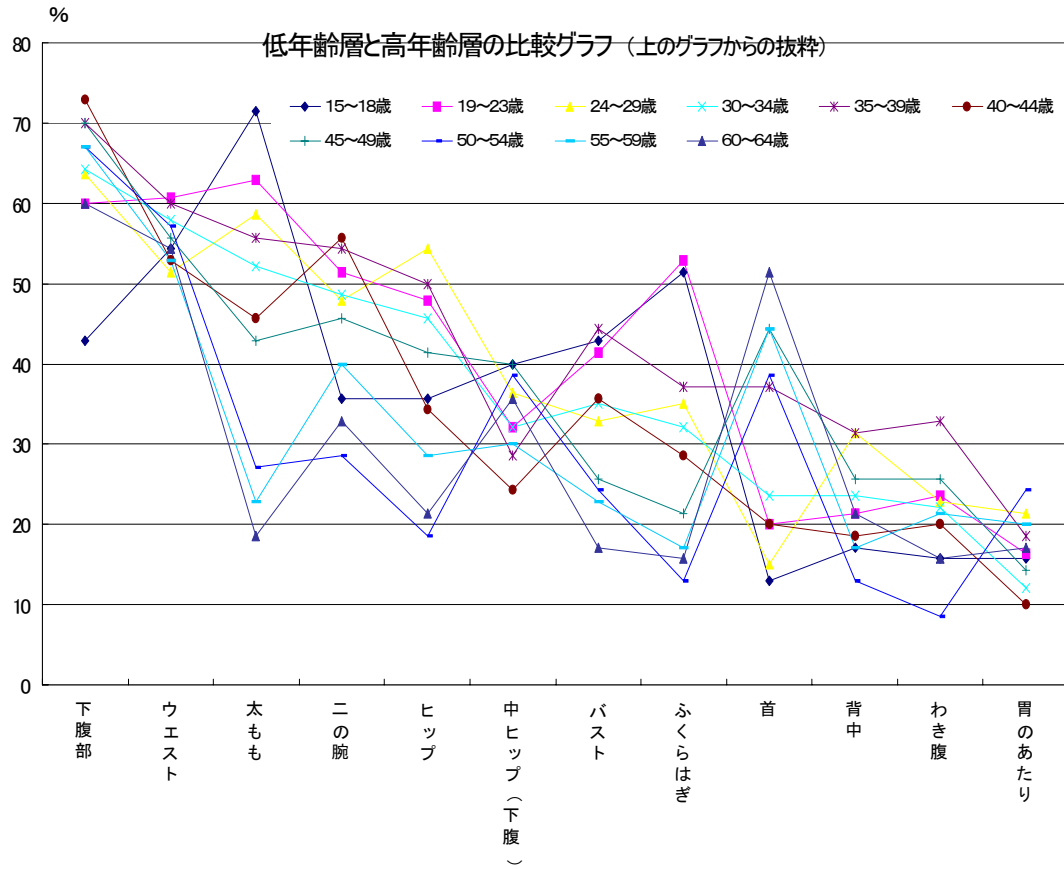
次に年代別に見てみよう(次ページグラフ参照)。年代によって悩みの順位がかなり異なるのがわかる。年代によって「気にする」割合に比較的差がないのは全体で2位にランクされている「ウエスト」で、その開きは10%程度。逆に3位の「太もも」は50%以上の開きがある。他に「ヒップ」「ふくらはぎ」「首」も年代差が30%以上ある。

若い10代から20代前半「太もも」と「ふくらはぎ」など「足」を気にする人が多い。逆に45歳以降は「太もも」「ふくらはぎ」を気にする人の割合は平均より少なくなる。(5~6ページグラフ参照)

また、より多くの部分を気にするのは20~40代で、50歳以降は気にする部分が少なくなる傾向にある。ただし年代が上がるにつれて気にする人が増加する部位がひとつだけある。それは「首」であるが、45歳以上になると急に「気にする」人が増え40~50%にもなる。逆に10代前半から20代前半には「首」を気にする人の割合は少なく10%程度である。

気になる部分の年代別グラフ

※低年齢層と高年齢層では「太もも」「ふくらはぎ」と「首」を気にする度合いが逆転



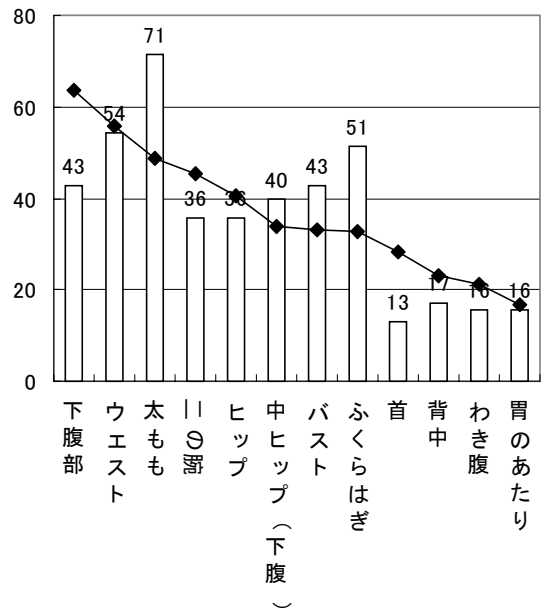
身体の中で普段から気にしていること
(年代別)

折れ線は全体の平均。

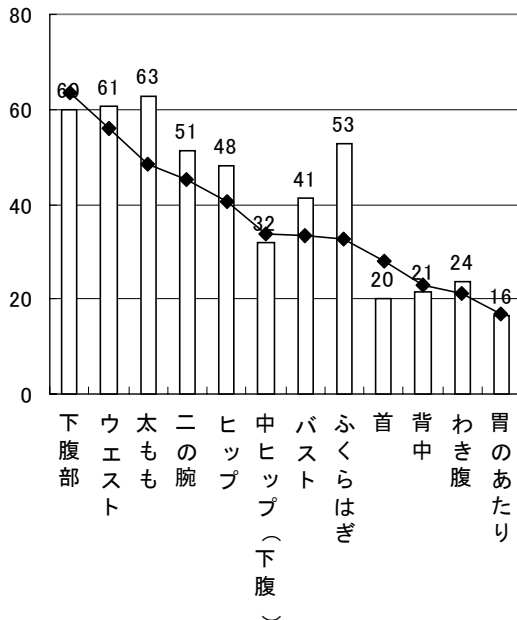
全体と比較して、10代後半から20代前半は「太もも」「ふくらはぎ」など「足」の部分突出、「首」は少ないが、45歳以上はその関係が逆転し、「首」が突出して「足」が少なくなっている。

30代前半は平均とほとんど変わらない割合を示している。

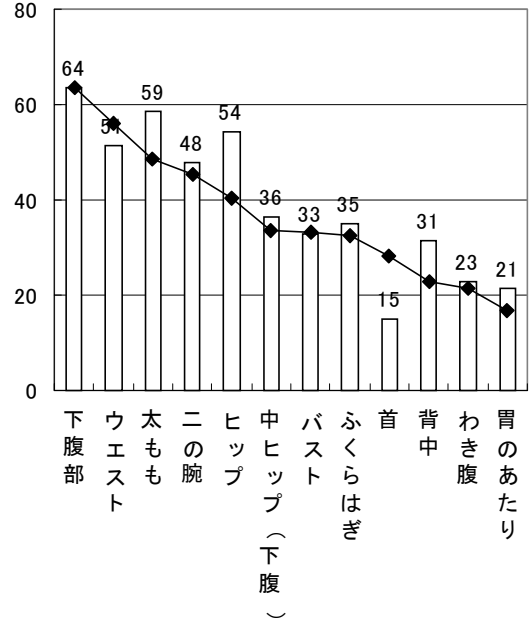
15～18歳



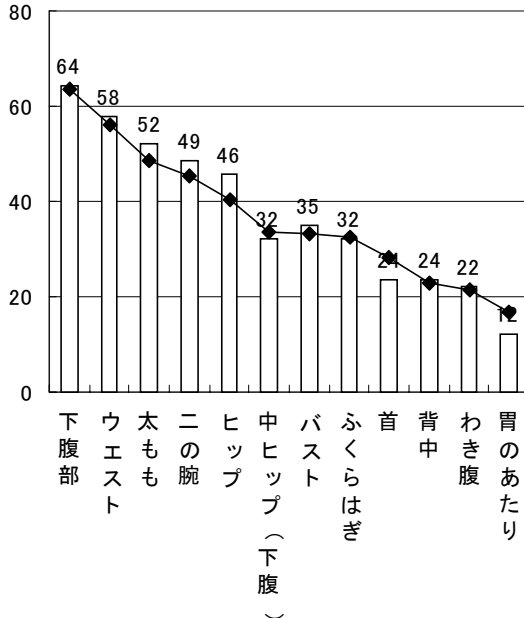
19～23歳



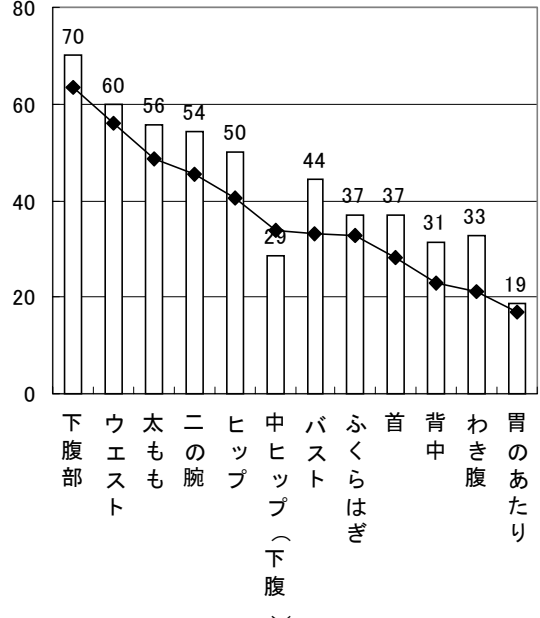
24～29歳

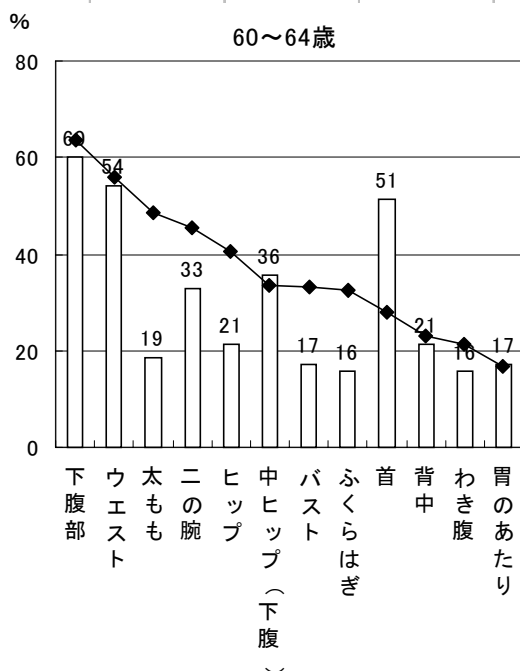
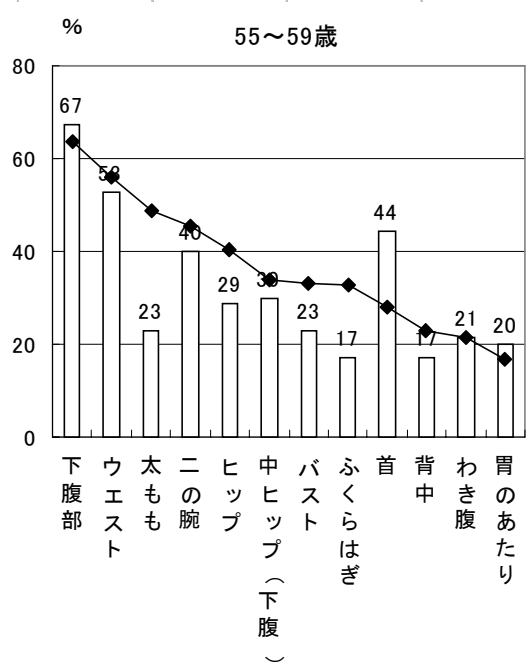
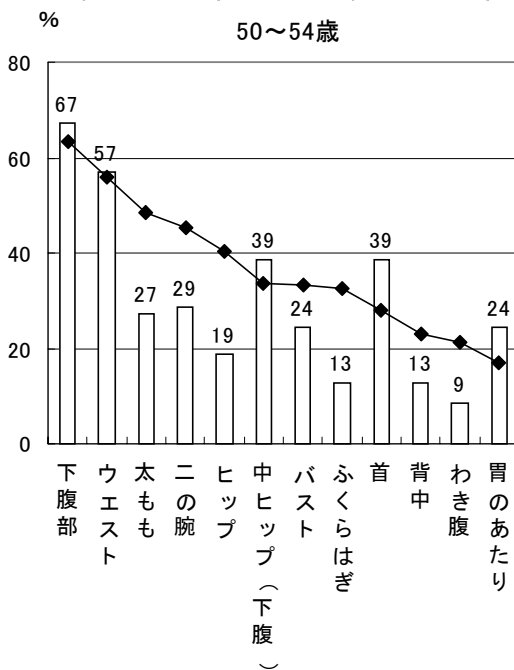
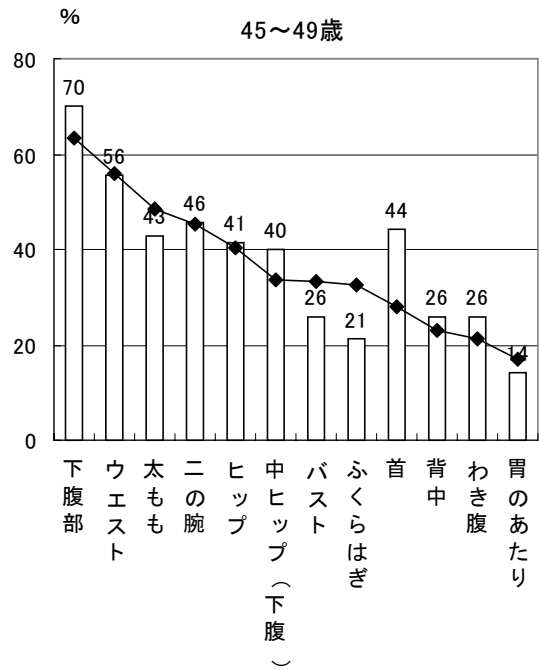
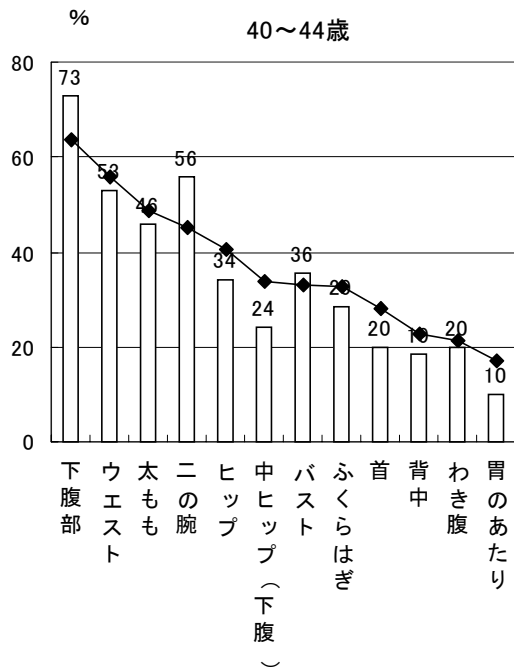


30～34歳



35～39歳





気になる部分に○をつけた数の平均値は…

全体	4.4
15~18歳	4.4
19~23歳	4.9
24~29歳	4.7
30~34歳	4.5
35~39歳	5.2
40~44歳	4.2
45~49歳	4.5
50~54歳	3.6
55~59歳	3.8
60~64歳	3.6

※19歳から39歳までは悩みの数は平均より多い
 ※悩みが集中する部位は年齢とともに足からお腹へと変化している
 ※50歳以降は悩む部位自体が少なくなる

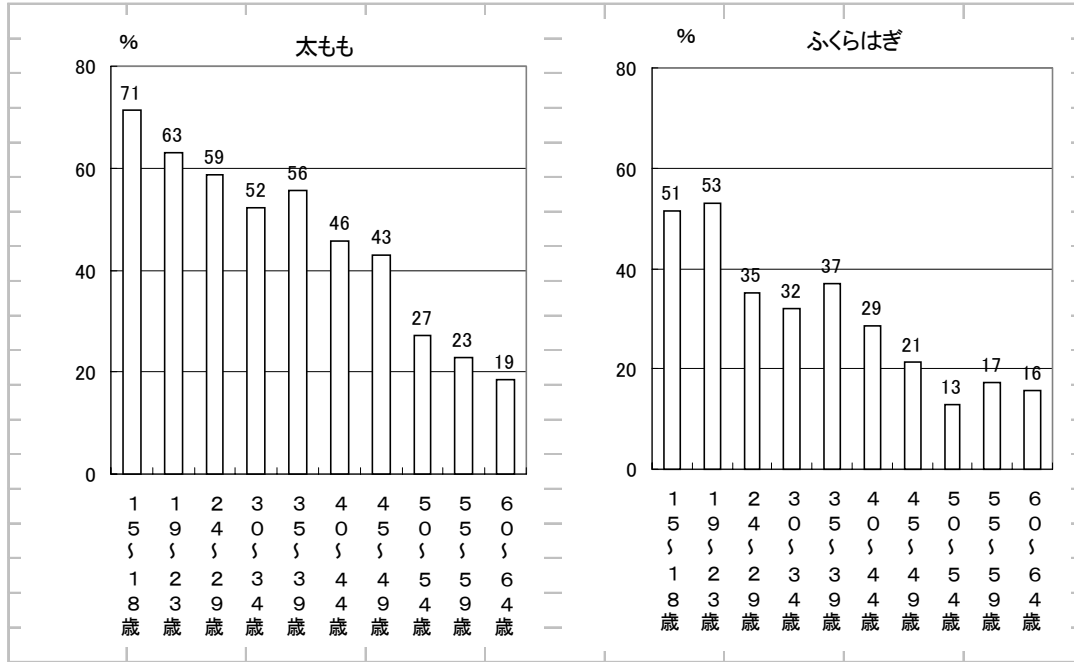
3) 部位別の傾向

★★ ウエストは一生の悩み 太ももはミニスカート時代の悩み お腹は中年の悩み ★★

気になる部分の年齢による増減傾向をグルーピングし、部位別にみってみた。

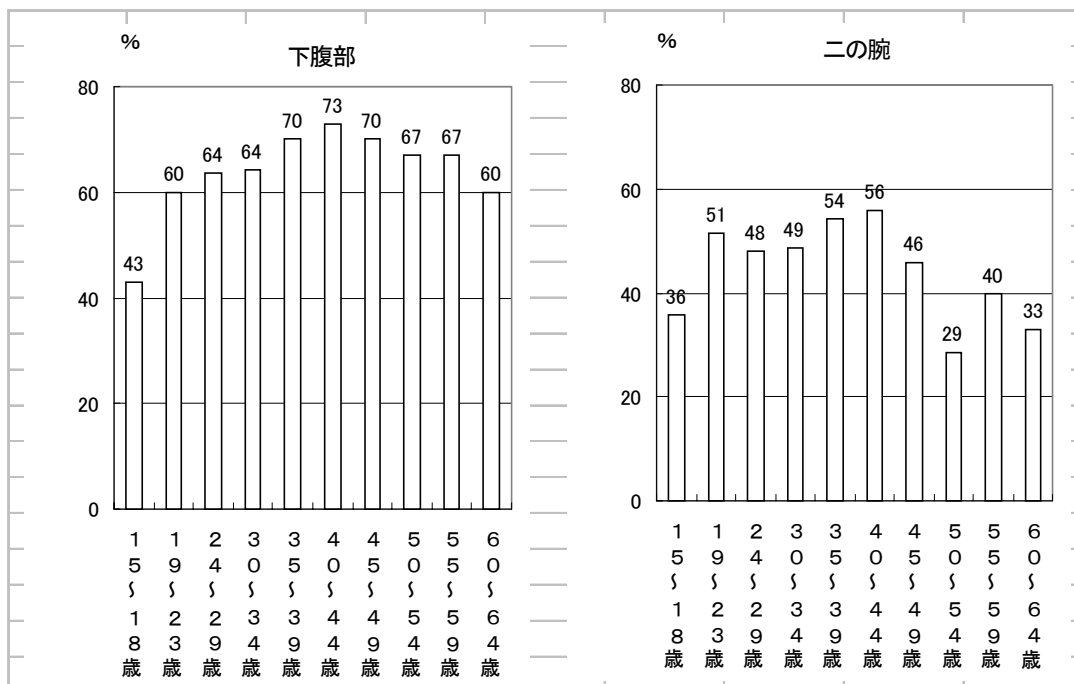
若年ほど気にする度合いが高い部分

「太もも」「ふくらはぎ」は若い人ほど気にする人が多い。



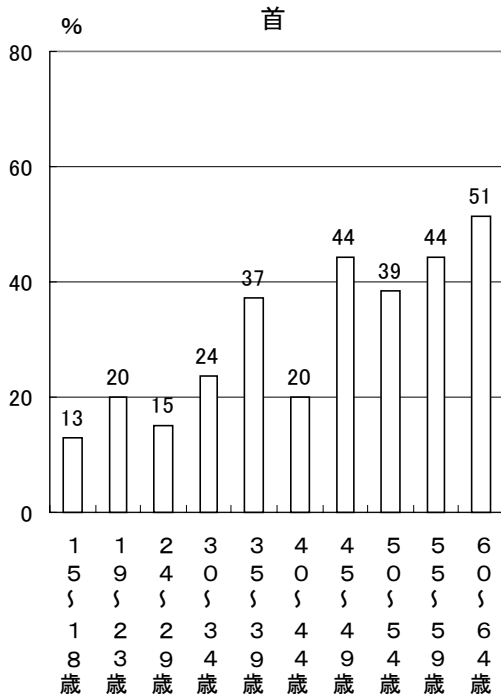
②中間層が気にする度合いが高い部分

「下腹部」「二の腕」は低・高年齢層は低めで、それ以外の中間層は比較的高い傾向にある。「ヒップ」にも同様の傾向が見られる(グラフ省略)。



年配になるほど気にする度合いが高い部分

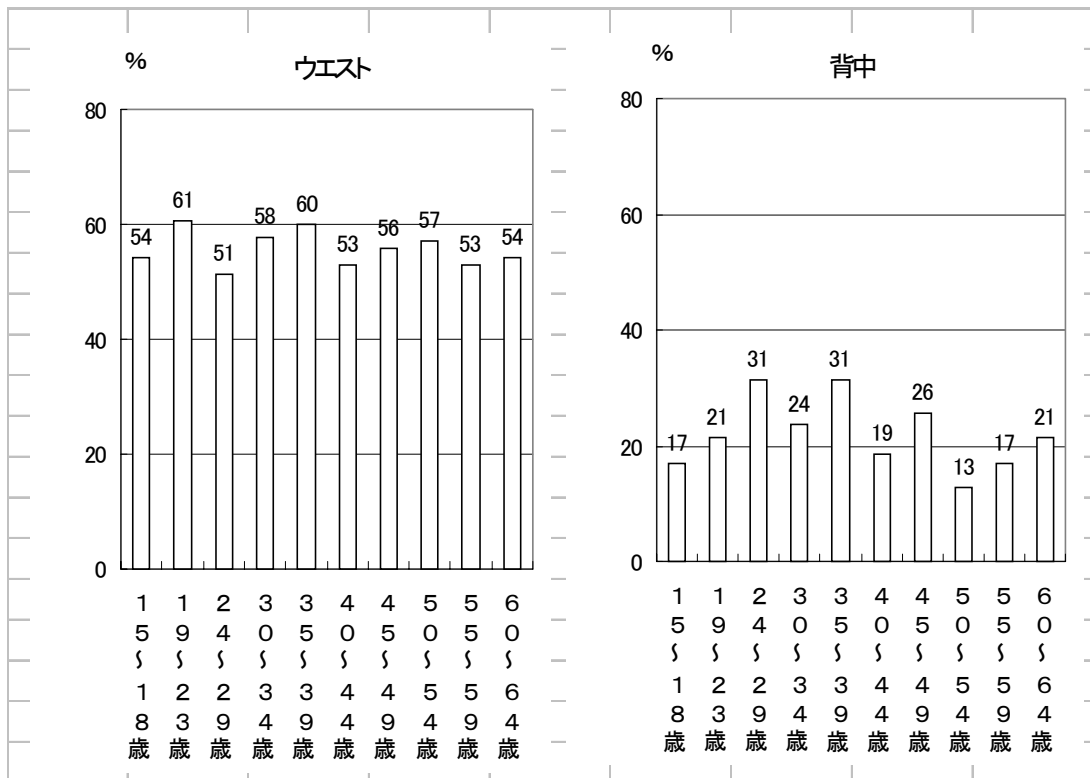
年配になるほど「気にする」割合が多くなるのは、今回あげた 12 個の選択肢の中では「首」だけだった。10 代・20 代では 15～20%しか気にしないが、年代が上がるとともに上昇し、60 代になると 51%と過半数の人が気にする部分に変化する。



年代による変化が少ない部分

ウエストは年代を問わず悩む人の割合が一定で、50～60%の人が気にしている。背中では年齢変化による傾向がみられず、バラつきがあり、20%から上下 10%前後の範囲で「気になる」部分にあげられている。

気になる部分の年代別グラフ



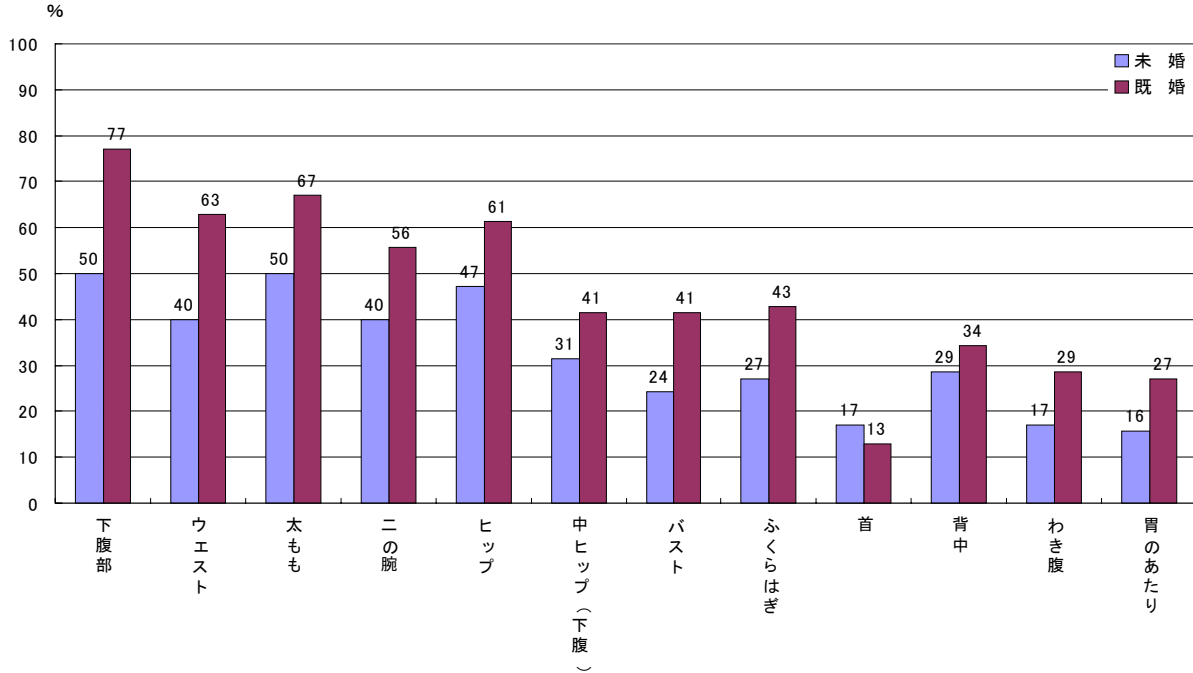
4) 20代後半～30代前半の未・既婚比較

★★ 体型変化が気になる既婚 まだまだイケてる(?)未婚 ★★

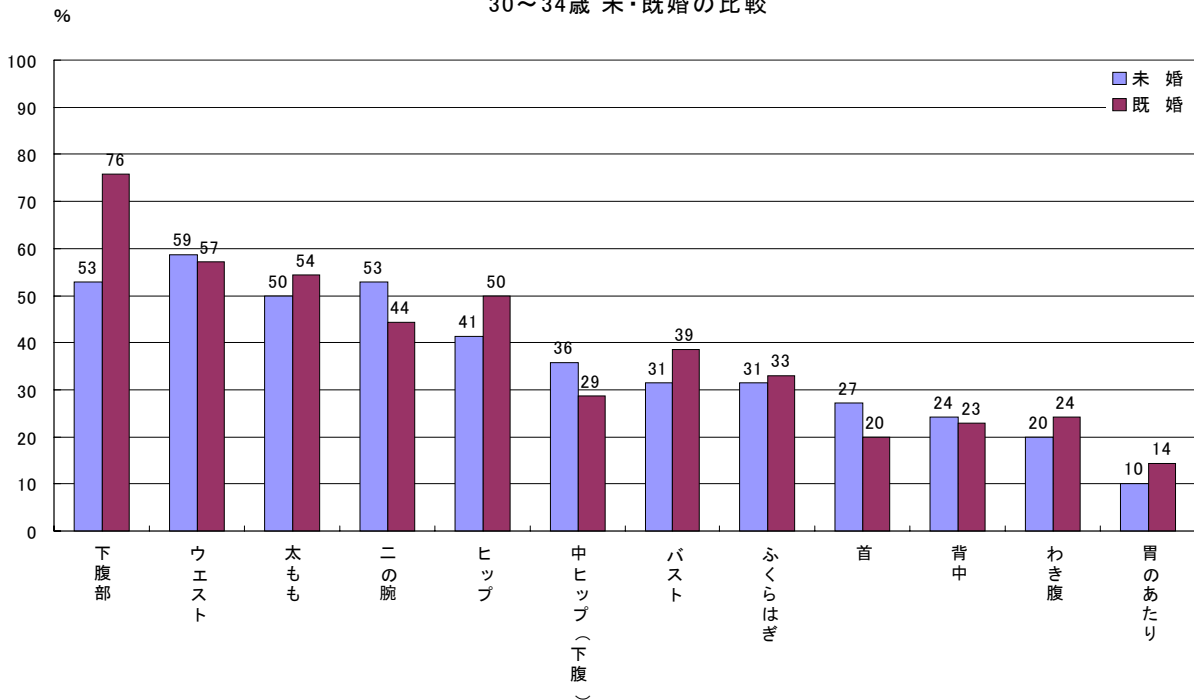
20代後半から30代前半にかけては、未既婚による差が顕著なのが興味深い。

特に目立つのは、既婚者の方が未婚者より「下腹部」を気にする人が多く、両者の開きは20%以上もある(下図参照)。また、20代後半ではどの部分に関しても気にする割合の開きが大きく、10～20%くらいの開きがあるが、30代前半になると差が縮まる。

24～29歳 未・既婚の比較



30～34歳 未・既婚の比較



6) 考察

①実際の体型と気になる部分との関わりについて

一般的に女性の体型変化は次のように進むと考えられている

○10代…少々ぽっちゃり気味の体型

○20代…ほっそりしてメリハリのある成人女性の体型に変化。体型が一番美しい年代。

○30代～40代…基礎代謝が衰え、贅肉が付きやすくなる。特にお腹回りや二の腕。

○50代～60代…引力の関係でバスト、ヒップなどが下垂し、太ももなど足回りは筋肉の減少で細く
いく。 なる

以上を踏まえながら、実際に気にするところはどこかに着目してデータを見直してみたい。

「太もも」と「ふくらはぎ」など「足」を気にする人が多いのは、10代から20代前半であった。足は、「下腹部」「ウエスト」などに比べて体重が増減しても変化が少ない部位である。また、10代20代の若い女性たちは、街を歩いている姿を見てもわかる通り、親の世代に比べて細くきれいな足の人が多い。にもかかわらず、その足を若い人ほど気にしている。実際の体型が美しいはずなのに気になるというのは、体型の良し悪しのレベルそのものよりも、その人が理想とする体型、もしくは体型への思い入れと実際の格差が大きいのだろう。理想を実現させたくても変化させにくい部分だからこそ余計に願望が高まるという「ないものねだり」的な思考も働くのかもしれない。

年代が上がるにつれて気にする人が増加する唯一の部位が「首」であることを見てきたが、45歳以上になると急に「気にする」人が増える。変化の性質からして、体型というより「年齢による衰え」が気になる部分といえる。他の体型変化に比べて洋服などでのカバーしにくく目立つので、首を美しく保つことは年配女性の大きな関心となっているようだ。

②未既婚の比較について

次にライフステージと気になる部分という観点から、20代後半から30代前半の比較を行ったが、この年代の場合、既婚者は妊娠・出産という、女性としての大きな体型変化を経験しているのに対して（出産経験率は24～29歳で90%、30～34歳で93%）、未婚層はまだ体型変化があまり目立たず、仕事や遊びを楽しみ、ファッションにお金を費やす時期にあたる。

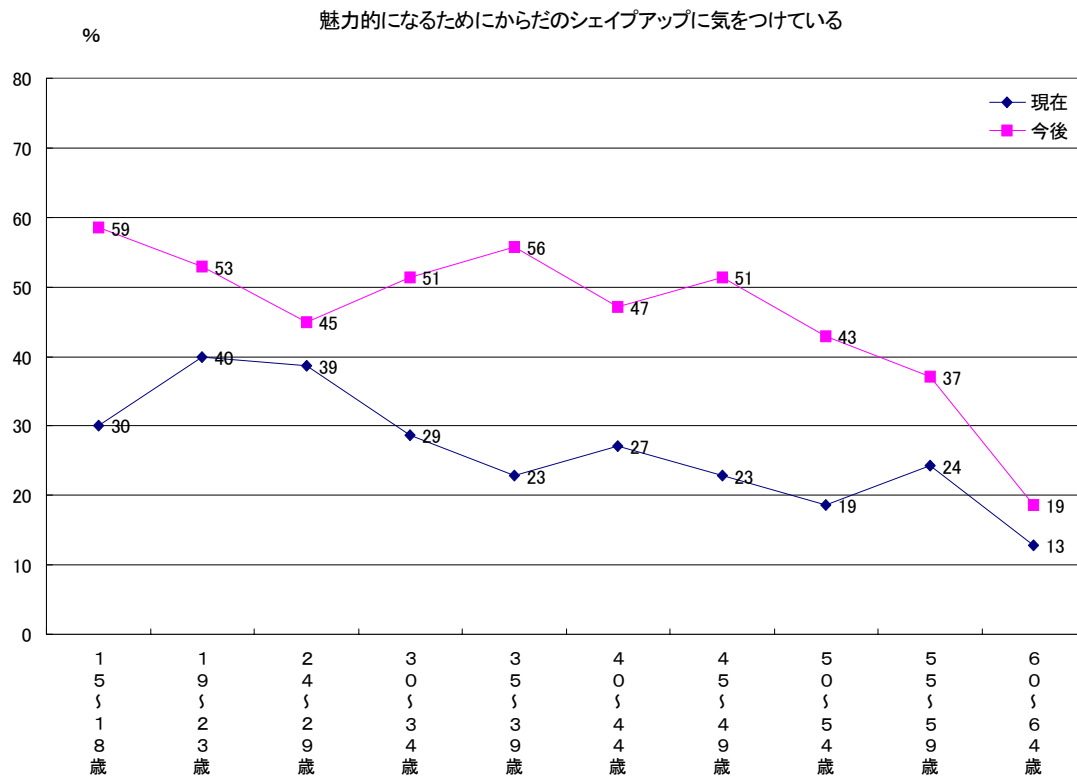
この年代の未既婚比較から考えられるのは、同じ年代でもライフステージのちがいで体型変化の進行が異なり、気にする度合いに影響を与えるということだ。また、20代後半と30代前半を比較した場合、30代前半の方が未既婚差が少なくなっているが、これは出産をしていない人でも中年太りの時期をむかえることにより、両者の差が縮まると思われる。

女性にとって気になる部分の性質は年代によって変化するようだ。若い頃は理想と比較して気になるという贅沢な悩みである。しかし、出産経験をしたり、年齢を重ねたりして実際にサイズアップや衰えが見えてくると、変化した部分に悩みがシフトする。「虚」との距離に悩み「現実」に直面して悩む、という図式であろう。

③「気になる部分」への対応について

同時に行った調査に「魅力的になるために気をつけていることは？」という項目がある。参考までに、その選択肢から「シェイプアップ」を選んだ人の割合を年代別に見てみよう。

実際に「現在」「シェイプアップ」に気をつけている割合が高いのは20代で、「気をつけている」人は40%にもなる（次ページグラフ参照）。気をつける割合は30～40代では30%未満に減り、年代が上がるに従って少なくなる傾向にある。



「今後」気をつけたいと思っている人の割合は10代と30～40代で高く、やはり年代が上がるにつれて減少する傾向を示している。

「現在」と「今後」いけば理想と現実の差が激しいのは、10代と30～40代である。10代では「若いからまだこれから…」という意識があるので、「今後」の割合が高くなっていると思われる。30～40代は子育てに忙しい時期であるからシェイプアップに気をつける人の割合は減少する。できていない分だけ余計に、「今後」への期待が大きいのであろう。

差が少ないのは20代と60代である。20代にとってシェイプアップは切実な問題なので、理想とする体型を手に入れるために実際に努力している人が多いのだろう。60代は「現在」気をつけている人の割合自体が少ない。60歳にもなると、それまでの人生経験のなかである程度の自己許容というものが出てきていると思われる。だからこそ「現在は気にしていないけど今後は…」というような願望の割合が少なくなっているのだろう。

しかし、シェイプアップに気をつけていない人が気になる部分をあきらめたかという一概にそうは言えない。中年女性はお腹をおさえるガードルやゆとりのある洋服、年配女性は首が隠れるハイネックの洋服を愛用したりする。シェイプアップのように時間と労力をかけて、身体自体を変えるまでにはいたらなくても、今すぐ手軽にカバーすることはあきらめていない。理想と現実のギャップを埋めるため、女性たちの努力はいくつになっても絶え間ないようだ。