

平成9年度厚生省心身障害研究

「生涯を通じた女性の健康づくりに関する研究」

「メディア情報が若年者のリプロダクティブヘルスに及ぼす影響の調査」

(分担研究：女性のリプロダクティブヘルスに関する研究)

分担研究報告書

分担研究者 北村 邦夫<sup>1)</sup>

研究協力者 清水 敬子<sup>1)</sup>

杉村由香理<sup>1)</sup>

要約

近年、若い女性たちを読者層としている女性誌の数が急増している。その中では、タレントやモデルを通して、「痩せているのは美しいこと」「可愛いこと」とダイエット方法や体験談を交えて過剰なまでのメツセージを流し続けている。しかし、その結果、引き起こされる健康障害についてまで言及しているものは皆無に等しいのが現状である。また、このメツセージは若い女性たちの身体に対する認識やボディーイメージを変容させるメカニズムとなり、やせた体型を維持したり、きれいになるための行動へと駆り立てる要素にもなっている。これは、初経を迎え成熟し、安定していくべき若年女子の性機能に重大な影響を及ぼし無月経を招いており、無月経の状態が長期間放置されれば将来の妊孕力の低下も懸念される。また、体重減少の程度によっては健康を害し生命を脅かすことも危惧される。思春期外来においても続発性無月経による受診者は多く、その治療には長期間を要することが常であり、瘦身願望が招く代償はあまりにも大きいといえる。体重への拘りを少しずつ解き繰り返される関わりの中で回復へ向かう場合がある一方では、治療を受けながらもなお体重の微妙な変動に一喜一憂する姿もあり複雑な様相を呈している。そんな彼女たちをよそに、メディアは「痩せている女性は美しい」という価値観を植え続けている。今回、メディア情報が心身の健康に及ぼす影響を体重減少性無月経によりクリニックで治療を受けている若年女子を対象に、どんな雑誌に関心を持ち、どこを容姿のポイントと考えているか、またダイエットのきっかけや無月経から受診までの期間などの調査を行なった。また、対象群として埼玉県的女子高校生にも同様な調査を行なってみたので合わせて考察をしてみたい。

---

1) 社団法人日本家族計画協会クリニック

## 見出し語：女性誌、ダイエット特集、若年女性、瘦身願望、メディア、リプロダクティブ・ヘルス

### 研究方法

1. メディアが流し続ける瘦身情報を確認する。思春期外来の受診者がどのような雑誌に興味、関心を持っているか、どんな特集に目を向けているかを知り、その雑誌の中でのダイエットに関する記事を確認する。
2. ダイエットへの行動がメディア情報の影響を受けたものであるかアンケート調査を行なう。自分の容姿で気になるところや、ダイエットへの関心。実際にどのようなダイエット行動を取っているか、その効果が表れた時の気持ちなどを一般の高校生の意識や行動も合わせて比較する。また、月経が止まってから受診までの期間。月経が止まった時の思いと現在治療を受けながら思っていることなどを明らかにする。
3. 比較的長期の無月経を経て受診し、治療を受けながらもなお瘦身への意識を強く持ち続けている場合もあり、そのこだわりをアンケートと受診者の言動などから考えてみる。

### 研究対象

|                   |      |
|-------------------|------|
| 続発性無月経によるクリニック受診者 | 56例  |
| 埼玉県の女子高校の2年生      | 169例 |

### 研究結果

#### I 女性誌のダイエット特集

若い女性向けの雑誌は、痩せている女性を評価する価値観を推進している。思春期外来の受診者がどのような雑誌に関心を持ち、多く購読しているかから見ると、「NON・NO」が21と一番多く、「Can・Can」が7、「Cutie」が6、「セブンティーン」が4、「Junie」「ViVi」「an・an」「MORA」「トーキョウウォーカー」「オリーブ」「HANAKO」「JJ」「きれいになりたい」等、33種に及んでいる。これらには、タレントのダイエット体験やダイエットメニュー、りんごたまご、ダンベルという特集が次々と掲載されてきた。その影響は大きく、タレント指向の高い彼女たちの“めざせ安室!!”的な感情や意識が触発される状況がつくられてもおかしくはない。また、エステサロンやダイエット装具、ダイエット錠やダイエット飲料、部分痩せなど商業ベースのものも同様にどの雑誌にも掲載されている。しかし彼女たちが飛び付くには経済的に無理であると思われる。従って彼女たちは、食事の量や食事の回数を減らす方法を取りやすく、食べることがまるで罪悪のように感じてしまったり、一旦減量した体重が維持できないと挫折感や自責の念さえ抱いてしまうことになりかねない。

## 1 最近どんな雑誌を買ったり、読んだりしていますか。

non・no/can・can/cutie/セブティーン/ViVi/オリーブ  
トキョーウォーカー/プチセブン/MORA/anan/Junie/egg/  
かわいい/Elle/lemon/Zipp/SEDA/Spur/JJ/ar/  
an・an/きれいになりたい/Rye/HANHKO/FRAU/Pause/等

## 2 雑誌の掲載傾向を見ると

◆「だれよりも美しくやせる」を特集している雑誌『ar』1月号では、「美しい服のための新しいカラダ」「ナチュラルボディになりたい」という見出しのもとに、タレント3人のダイエットに関する記事を掲載している。その内容は、「痩せたほうがいい」と言われショックは大きくバカなダイエットに走ってしまった。食事は1日カロリーメイト1箱腹筋は50回、塩もみにもチャレンジ、お風呂でたっぷり汗をかいて、それでも体重はあるところから減らなかった。そればかりか、逆にストレスがたまってドカ食いを。だが成人し性格が変わった時期から自然に何もしないで7キロも減った。ダイエットの秘訣はストレスをためず本当の自分を保つこと、細ければ、きれいなカラダというわけではない、心身ともに充実してこそ真の美しさが生まると結んでいる。その一方では、朝食はしっかり食べて、昼食はほとんど、夜はまったく食べないし、飲み物さえ口にしないと、我慢するのが楽しいと、体験談でも相反するものが掲載されている。ダイエットメニューでは「食事の悪習慣が肥満の犯人だった」として好きな物を好きなだけ食べれば、確かに満足するがその嗜好が食事の偏りと呼ばれ太る原因になるとして、太る要因チェックとその判断のしかたから食事内容の点検ができるようになっており、偏ったダイエットにならないよう食生活の見直しを説いている。次に食べたいという欲求のコントロールなしではウエイトコントロールはうまくいかない、「食欲」にブレーキがかかると体重は右肩上がり間違いなく、ボディーラインも崩れ不健康度も上昇する。乱れた食べ方が痩せない原因だと指摘し、なるほど「痩せた」ではなく「痩せている」でなければ、真の目的は達成したことにならないと手厳しく論ず。よく噛むことが習慣になれば食べても満足感がある、太らないからだになると咀嚼方法や回数などを指示している。さらに運動もすれば筋肉量が増えて基礎代謝も上昇、心肺機能の強化し、食事コントロールとの相乗効果が得られるとスーパーモデルが登場している。その次にダイエット食が食べられるお店、ヘルシー特選コース 5000 円、21日間コース 42000 円などが25ページに渡って掲載されている。全体の印象では、ナチュラルボディになるためには、新たなストレスため込むのではないかと思えてくる。

◆「今のダイエットでだいじょうぶ」と問い掛けている『Pause』3月号では、巷には、あふれんばかりのダイエット情報が氾濫ぎみ。いったいどの方法がてっとり早く、痩せられるんだろうなんて思っていないませんかと色々なダイエットを試みてもなかなか続かない女心に食込んでくる書出しで始まり、肥満度の基準だった標準体重だけでは本当の意味の肥満を無視していると、体脂肪率の解説がなされている。ここには、同じような体型の3人のケースがあり、CTスキャンで撮影したお腹の断面図が並び、それぞれの体脂肪の付き方のちがいを示している。だがここでちょっと気になることはスキャンの断面が同一ではない。これは、脊椎の型がそれぞれ異なっていることで分かる。一人の人でも

からだの部分によってはウエストと下腹部では体脂肪の量は違うはずである。加えて、かくれ肥満チェックの項目から推定脂肪率を出すようになってきているが、その1項目でもあれば、かくれ脂肪予備軍と判定するものらしい。読者の食生活では、3人の1週間の食事に対して専門家のアドバイスが述べられている。次に、太らない秘訣教えますとタレントの体験談が書かれている。ここでは、過去のダイエット体験の挫折を教訓にひたすら我慢のダイエットではなく、バランスよく食べて適度に運動することで、ダイエット=痩せることではなく、現状の健康を維持することの大切さを述べ、健康補助食品などの効用も加えられている。ダイエットの歴史には、1970年台から1990年台まで出ては消えていったものが並び懐かしい。それを食事もの、運動もの、メンタルもの、マッサージ・エステものと4タイプに分類し、ダイエット自体は悪くはないが、心身の健康を損なっては元も子もないと拒食症や事故にも僅かに言及がある。しかし、ダイエットは永久に不滅だ、ダイエットも淘汰を繰り返しながら進化していくと特集記事は結んでいる。

◆「私は太っていると思うから」「太っているとみっともない」と思春期外来の受診者は言う。この価値基準を作っているものは、繰り返されている女性誌のダイエット特集によるところが大きいと言ってもよいのではないか。タレントやモデルを使いダイエットをすることによって自分に対する自信や満足が高まり、またそれに幸福が付いてくるかのように若年女性にメッセージを送っている。ダイエットの結果無月経を招き、治療を受けている彼女等に思い描いていたように「痩せていること=美しい」となったかと聞いてみてもなかなか首を縦に振ることがないことから、むしろ逆に自己の身体イメージに対する不安は高まっているように思える。二つの雑誌では何々ダイエットという記事ではなく、食生活、生活習慣や生活スタイル、リラックス法などに加えそれを医学的見地からの解説も付記され健康的なダイエットというイメージをタレントの微笑みとともに捉えさせようとしてるが、なるほど「痩せた」ではなく「痩せている」でなければ目的を達成したことにならないとか、「太るも痩せるもあなたしだい」「我慢するのが楽しい」とか、不安をそそり、結果として過激なダイエット行動を促すのではないかと思われる。

## II 若年女性の瘦身願望と諸問題

1997年9月に思春期外来において、続発性無月経にて治療を継続している人と同世代の高校2年生に対して1998年2月に類似の調査を行い、ダイエット願望や行動について比較検討を行なった。本調査研究の対象者の年齢分布は、思春期外来の児受診者では、13歳2例、14歳2例、15歳4例、16歳9例、17歳12例、18歳10例、19歳6例、20歳3例、21歳4例、22歳4例の合計56例であった。高校2年生では、16歳25例、17歳144例の合計169例であった。

思春期外来受診者の年齢

| 年齢 | 13  | 14  | 15  | 16   | 17   | 18   | 19   | 20  | 21  | 22  |
|----|-----|-----|-----|------|------|------|------|-----|-----|-----|
| 人  | 2   | 2   | 4   | 9    | 12   | 10   | 6    | 3   | 4   | 4   |
| %  | 3.6 | 3.6 | 7.1 | 16.1 | 21.4 | 17.9 | 10.7 | 5.4 | 7.1 | 7.1 |

高校2年生

|    |      |      |
|----|------|------|
| 年齢 | 16   | 17   |
| 人  | 25   | 144  |
| %  | 24.8 | 85.2 |

1 初経年齢

初経年齢では外来の受診者と高校生の優位差はなく、初経を迎えるまでの身体の成熟度に差はないといえる。

|     |   |     |     |      |      |      |      |     |     |     |
|-----|---|-----|-----|------|------|------|------|-----|-----|-----|
| 年齢  |   | 9   | 10  | 11   | 12   | 13   | 14   | 15  | NA  | 合計  |
| 受診者 | 人 | 1   | 2   | 12   | 17   | 9    | 10   | 5   | 0   | 56  |
|     | % | 1.8 | 3.6 | 21.4 | 30.4 | 16.1 | 17.9 | 8.9 |     |     |
| 高校生 | 人 | 4   | 4   | 33   | 64   | 32   | 27   | 4   | 1   | 169 |
|     | % | 2.4 | 2.4 | 19.5 | 37.9 | 18.9 | 16.0 | 2.4 | 0.6 |     |

2 雑誌の特集記事への関心状況（外来受診者）・・・「ファッション」71.4%、「グルメ」53.6%、「ダイエット」35.7%の順に関心があり、ファッションを含めた着こなしも、グルメ記事もダイエットも女性誌では関連付けて掲載していることが多いことから、着目視点の差による順位と考えてよいのではないだろうか。

| 特集や記事  | 人数 (N=56) | %    |
|--------|-----------|------|
| グルメ    | 30        | 53.6 |
| ファッション | 40        | 71.4 |
| 旅行     | 18        | 32.1 |
| ダイエット  | 20        | 35.7 |
| 芸能関係   | 9         | 16.0 |
| その他    | 6         | 10.7 |

(複数回答)

3 雑誌の中のダイエット記事の購読状況（高校生）・・・「よく読む」21.3%、「ときどき読む」46.2%を合わせると購読している割合は7割と高い。質問項目が同一ではないために単純に比較はできないが、外来受診者も高校生も同様に女性誌への関心は高く、かなりの高率で目に触れ自己の身体イメージに対する指針となっていることは歪めない。

| ダイエット記事 | 人数 (N=169) | %    |
|---------|------------|------|
| よく読む    | 36         | 21.3 |
| ときどき読む  | 78         | 46.2 |
| あまり読まない | 32         | 18.9 |
| 読まない    | 23         | 13.6 |

4 自分のスタイルについての比較では・・・外来受診者では「すごく気になる」「気になる」「少し気になる」の割合が、それぞれ3割前後で推移しているのに対して、高校生では、その割合に差が見られる。これは受診者の方に年齢差があるためと思われるが、「気にならない」の割合は受診者、高校生ともに低く、やはり認識の差はあっても容姿を

9割以上が意識していることは確かである。

| 自分のスタイル | 外来受診者 |       | 高校生 |       |
|---------|-------|-------|-----|-------|
|         | 人数    | 割合    | 人数  | 割合    |
| すごく気になる | 13    | 23.2% | 77  | 45.6% |
| 気になる    | 22    | 39.3  | 65  | 38.5  |
| 少し気になる  | 20    | 35.7  | 23  | 13.6  |
| 気にならない  | 1     | 1.8   | 4   | 2.4   |

5 「気になる」ところでは・・・受診者も高校生も顔や足といった見える部分に対して気になると答えている割合が高く、受診者では、「顔全体」が87.3%、「足」45.5%。高校生では「足」が60.0%、「顔全体」が46.1%の順である。ウエスト、バスト、ヒップといった容姿のポイントとなる部分に対しても同様に意識が高いと言える。

| 気になるところ | 受診者 |       | 高校生(N=165) |       |
|---------|-----|-------|------------|-------|
|         | 人数  | 割合    | 人数         | 割合    |
| 顔全体     | 48  | 87.3% | 76         | 46.1% |
| 胸       | 15  | 27.3  | 43         | 26.1  |
| ウエスト    | 21  | 38.1  | 74         | 44.8  |
| ヒップ     | 17  | 30.9  | 55         | 33.3  |
| 足       | 25  | 45.5  | 99         | 60.0  |
| 手(腕)    | 4   | 7.3   |            |       |
| 髪       | 8   | 14.5  | 23         | 13.9  |
| 全部      |     |       | 15         | 9.1   |

(複数回答)

6 自分の体型に対する意識では(高校生)・・・今回は実際の肥満度と体型に対する意識の比較は行っていないが、太っていると思っている人は約7割と多く、容姿を気にしている割合と同様の傾向が見られる。

| 自分の体型に対する意識      | 高校生 |       |
|------------------|-----|-------|
|                  | 人数  | 割合    |
| すごく太っていると思う      | 55  | 32.5% |
| どちらかといえば太っていると思う | 60  | 35.5  |
| 普通だと思う           | 35  | 20.7  |
| どちらかといえば痩せていると思う | 10  | 5.9   |
| 痩せていると思う         | 7   | 4.1   |
| その他              | 2   | 1.2   |

7 ダイエットしたいと思ったかどうかでは・・・「すごくある」の割合は高校生の方が38.5%と高い割合を示すが、「ある」「少しある」までを合わせると双方とも9割がダイエットしたいと思っており、太っているのではないかという意識の裏にダイエット願望が潜んでいることが分かる。

| ダイエットしたいと思ったこと | 受診者 |       | 高校生 |       |
|----------------|-----|-------|-----|-------|
|                | 人数  | 割合    | 人数  | 割合    |
| すごくある          | 8   | 14.3% | 65  | 38.5% |
| ある             | 25  | 44.6  | 59  | 34.9  |
| 少しある           | 21  | 37.5  | 22  | 13.0  |

|       |   |     |    |     |
|-------|---|-----|----|-----|
| あまりない | — | —   | 12 | 7.1 |
| ない    | 2 | 3.6 | 11 | 6.5 |

8 実際のダイエット経験では・・・受診者、高校生とも8割が経験しており、痩せ願望も7割あることから、痩せ願望＝ダイエット行動という図式がある如く行動に移しているようである。そのダイエット行動をみると間食や食事の回数、量を減らしたり、カロリーを調節しながらなお運動もしているといった過酷なまでの様子が見える。この状況から推測すると身体にかなりの負担を強いている場合もあると思われ危険性も高くなる。

| ダイエットの経験 | 受診者 (N=54) |       | 高校生 (N=169) |       |
|----------|------------|-------|-------------|-------|
| ある       | 45人        | 83.3% | 133人        | 78.7% |
| ない       | 9          | 16.7  | 36          | 21.3  |

| ダイエット行動          | 受診者 (N=45) |       | 高校生 (N=133) |       |
|------------------|------------|-------|-------------|-------|
| 間食をやめた           | 33人        | 61.1% | 98人         | 73.7% |
| 食事の回数を減らした       | 5          | 9.3   | 20          | 15.0  |
| 食事の量を減らした        | 24         | 44.4  | 64          | 48.1  |
| カロリー計算をした        | 12         | 22.2  | 14          | 10.5  |
| 糖分、脂肪を減らした       | 5          | 9.3   | 27          | 20.3  |
| 野菜中心にした          | 9          | 16.7  | 20          | 15.0  |
| 運動をした            | 20         | 37.0  | 13          | 9.8   |
| 食べて吐いたことがある      | 1          | 1.9   | 7           | 5.2   |
| ダイエット液、錠剤を飲んだ    |            |       | 11          | 8.2   |
| 下剤を使ったことがある      |            |       | 2           | 1.5   |
| 断食したことがある        |            |       | 10          | 7.5   |
| ダイエット用具を使ったことがある |            |       | 17          | 12.8  |

また、過大広告でも問題にされているダイエット液や錠剤についても高校生で約1割が使ったことがあると答えており予想以上である。また「断食したことがある」や「下剤を使ったことがある」という人も若干あり、さらに危険性は高くなっていく。

9 ダイエット行動を起こすきっかけでは・・・「痩せている方が可愛いと思ったから」が受診者、高校生ともに3割を越え、そう思われる要素となる「流行の洋服を着たいから」が2割以上と続いている。これは女性誌のファッション情報に多分に感化されている現れだと思われる。また、「自分は太っていると思って、痩せたいから」と2割以上が答えていることも情報誌と自己の比較を常にしているためと推測できる。雑誌を媒介に友達同志の情報交換や友達の行動に感化されている様子も「友達もやっていたので」や「友達に太ったと言われたので」を合わせると約2割となることから容易に分かる。また、「母親に体型のことを言われたから」も2割以上あり、何気ない母親の言動が彼女たちの心を揺さ振っていることも気になるところである。

| ダイエット行動を起こすきっかけ  | 受診者 (N=54) |      | 高校生 (N=133) |      |
|------------------|------------|------|-------------|------|
| 友達もやっていたので       | 5人         | 9.3% | 8人          | 6.0% |
| 友達に太ったと言われたので    | 5          | 9.3  | 15          | 11.3 |
| ダイエット記事を見て       | 4          | 7.4  | 19          | 14.3 |
| タレントやモデルに憧れて     | 7          | 13.0 | 25          | 18.8 |
| 痩せている方が可愛いと思ったから | 18         | 33.3 | 49          | 36.8 |
| 痩せてる方がもてると思ったから  | 0          | 0    | 9           | 6.8  |
| 流行の洋服を着たいから      | 12         | 22.2 | 34          | 25.6 |
| 母親に体型をのことを言われたから | 1          | 1.9  | 22          | 16.5 |
| 太っていると思って、痩せたいから | 13         | 24.1 | 29          | 21.8 |

(複数回答あり)

10 ダイエットの効果が現れたときの気持ちや身体の変化では・・・「うれしかった」と受診者、高校生ともに6割前後と高い割合を示しており、効果に対する満足度がうかがえる。受診者では「このまま続けようと思った」も24.1%と強い意志も覗かせている。その反面「階段の昇降が苦しくなった」「朝起きられなくなった」と身体的な不調も受診者の方に若干高い割合を示している。高校生も「このまま続けようと思った」と約1割が答えており無月経を招く要素になり得ることと、「月経が止まった」5.3%も予想以上であった。しかし、「途中でやめた」とダイエットを断念している場合も28.6%と高校生の方が優位に高く、健全な動きも見られる。

| ダイエットの効果が表れた時  | 受診者 (N=54) |       | 高校生 (N=133) |       |
|----------------|------------|-------|-------------|-------|
| うれしかった         | 33人        | 61.1% | 74人         | 55.6% |
| 可愛くなった、美しくなった  | 3          | 5.6   | 3           | 0.8   |
| 流行の洋服が着られると思った | 3          | 5.6   | 5           | 2.3   |
| 何でも似合うと思った     | 0          | 0     | 2           | 1.5   |
| 自分の努力を誉めたいと思った | 3          | 5.6   | 8           | 6.0   |
| このまま続けようと思った   | 13         | 24.1  | 13          | 9.8   |
| 身体が軽くなった       | 11         | 20.4  | 13          | 9.8   |
| 階段の昇降が苦しくなった   | 5          | 9.3   | 3           | 2.3   |
| 朝起きられなくなった     | 3          | 5.6   | 2           | 1.5   |
| めまいがするようになった   | 3          | 5.6   | 11          | 8.3   |
| 月経が止まった、不順になった | —          | —     | 7           | 5.3   |
| 途中で止めた         | 5          | 9.3   | 38          | 28.6  |

10 痩せ始めた時の親や友達の反応はでは・・・「誉められた」では、高校生が29.3%と高く、受診者の5割が「心配された」と答えており、食事を制限している本人を目の前にして困惑する親の姿が見えてくる。しかし、「痩せている＝美しい」を目指して減量した結果「きれいになった」と期待どおりの評価を受けた人は受診者で13.0%、高校生では6.8%と以外に低く、努力しても「気付かれなかった、反応がなかった」が受診者に優位に高いことも興味深い結果である。



| 親や友達の反応          | 受診者 |      | 高校生 |       |
|------------------|-----|------|-----|-------|
|                  | 人数  | 割合   | 人数  | 割合    |
| 誉められた            | 5人  | 9.3% | 39人 | 29.3% |
| きれいになったと言われた     | 7   | 13.0 | 9   | 6.8   |
| 友達との会話が増えた       | 2   | 3.7  | 2   | 1.5   |
| 私にも教えてと言われ       | 6   | 11.1 | 13  | 9.8   |
| 心配された            | 27  | 50.0 | 21  | 15.8  |
| 気づかれなかった、反応がなかった | 15  | 27.8 | 7   | 5.3   |

1.1 ダイエットのその後では・・・受診者、高校生ともに「理想の体重をキープしている」が約1割であり、維持の難しさが伺える反面、受診者では月経が止まってもなお体重に拘る姿が痛々しく思える。しかし、高校生では「続かなかった」が54.3%あり、ここでも健全な面を覗かせている。「月経が止まった」では、受診者が64.8%と優位に高く、肥満を自己否定する認識をより強く持っているのではないかと推測する。

| ダイエットのその後     | 受診者 (N=54) |      | 高校生 (N=133) |       |
|---------------|------------|------|-------------|-------|
|               | 人数         | 割合   | 人数          | 割合    |
| 理想の体重をキープしている | 5人         | 9.3% | 14人         | 10.5% |
| 一旦減ったが戻ってしまった | 11         | 20.4 | —           | —     |
| 続かなかった        | 2          | 3.7  | 72          | 54.3  |
| 他の方法を試した      | 1          | 1.9  | 7           | 5.3   |
| あきらめた         | 2          | 3.7  | 19          | 14.3  |
| 月経が止まった       | 35         | 64.8 | 2           | 1.5   |
| その他           | 2          | 3.7  | 22          | 16.5  |

1.2 月経停止から受診までの期間では・・・無月経を認識してから受診までの期間は、3カ月から2年に及びかなりの差がある。これは無月経に対する認識の低さと、相談相手が母親が多いことから、母親自身の婦人科に対するマイナスイメージが重複され受診を躊躇わせるためと考えられる。

| 月経停止から受診までの期間 | 受診者 (N=54) |       |
|---------------|------------|-------|
| 3～5カ月         | 7人         | 13.0% |
| 6～8カ月         | 10         | 18.5  |
| 9～11カ月        | 3          | 5.6   |
| 1年            | 7          | 13.0  |
| 1年半           | 2          | 3.9   |
| 2年            | 5          | 9.3   |
| NA            | 20         | 37.0  |

1.3 体重が何キロ減ったかでは・・・体重の減少には、2キロから17キロとかなりの幅がある。減少量が少なければ、単に減食によることが多いと思われるが、減少割合の多いものでは、環境やストレス性の要因も大きく作用していると考えられる。

| 体重が何キロ減ったか | 受診者 |       |
|------------|-----|-------|
| 2～4キロ      | 7   | 13.0% |
| 5～7キロ      | 9   | 16.7  |
| 8～10キロ     | 6   | 11.1  |
| 11～14キロ    | 5   | 9.3   |
| 15～17キロ    | 1   | 1.9   |
| NA         | 32  | 59.3  |

14 月経が止まった時の体重減少量では・・・今回は回答数が少なく、体重減少の割合と無月経の時期を推測することは困難であるが、「2キロ」の減少でも無月経を招いており成長期の体重減少は性機能に対するダメージをより大きくしていると言える。

| 月経が止まったときの体重減少量 | 受診者 |      |
|-----------------|-----|------|
| 2キロ             | 1   | 4.5% |
| 3キロ             | 3   | 13.6 |
| 4キロ             | 3   | 13.6 |
| 5キロ             | 5   | 22.7 |
| 6キロ             | 2   | 9.1  |
| 8キロ             | 2   | 9.1  |
| 10キロ            | 1   | 4.5  |
| 11キロ            | 1   | 4.5  |
| NA              | 4   | 18.1 |

15 月経が止まった時どう思いましたかでは・・・「いつ来るか心配だった」と36.1%が不安を抱えている。一方では「いつか来ると思った」32.8%、「無くても気にならなかった」18.0%と以外に楽観的に考えている場合も多く、受診の遅れにも繋がってくると考えられる。

| 月経が止まった時どう思ったか   | 受診者 |      |
|------------------|-----|------|
| このままの方がいいと思った    | 2人  | 3.3% |
| 無くても気にならなかった     | 11  | 18.0 |
| いつ来るか心配だった       | 22  | 36.1 |
| スポーツができてよかったと思った | 1   | 1.6  |
| 月経痛がなくてよかった      | 3   | 4.9  |
| いつか来ると思った        | 20  | 32.8 |
| 体重が戻れば月経が来ると思った  | 2   | 3.3  |

16 月経が止まったとき相談した人では・・・半数が「母親」に相談しており、「養護教諭」37.5%・「友達」23.2%と続いている。身近な同姓の大人を選んでおり日頃の関わりの多い人を相談相手を選んでいる。

| 相談した人は | 受診者 |      |
|--------|-----|------|
|        | 母親  | 36 人 |
| 養護教諭   | 21  | 37.5 |
| 医師     | 4   | 7.1  |
| 友達     | 13  | 23.2 |
| その他    | 3   | 5.4  |

17 治療についてどう思っているかでは・・・受診し治療が開始してからは、「早く戻るといいと思う」と44.6%が答えており、「注射がいやだ」「薬を飲むのが大変」「基礎体温が大変」という部分も確かにあるが、32.1%が「きちんと治したい」と、受診して月経のおこる複雑な仕組みから無月経の意味を説明されてから、その重大なことを認識する場合がほとんどであり、治療の必要性を理解してくる。

| 治療について思っていること | 受診者  |       |
|---------------|------|-------|
| 早く戻るといいと思う    | 25 人 | 44.6% |
| 注射がいやだ        | 7    | 12.5  |
| 通院するのが大変      | 4    | 7.1   |
| 薬を飲むのが大変      | 3    | 5.4   |
| 基礎体温を測るのが大変   | 13   | 23.2  |
| どのくらいかかるのか心配  | 21   | 37.5  |
| きちんと通院して治したい  | 18   | 32.1  |

### Ⅲ 瘦身願望を探る

1997年の「国民生活動向調査」における主婦層の瘦身意識調査では、現在の自分の体型や体重について「どちらかといえば太っている」と思っている人の「痩せたい」という願望は82%にのぼり、現在の体型、体重を「普通」と思っている人ですら22%が「痩せたい」と考えているほどである。実際の「肥満」（厚生省の判断図による）の分布と、「自分は太っていると思う」という意識とはズレがあり、実際は「普通」の体型、体重であっても30%の人が「どちらかといえば太っていると思う」と感じており、実際には「痩せぎみ」の人ですら4%も「どちらかといえば太っている」と感じている人がいる。

『GLAMOUR』も、1989年に33000人の女性読者調査を行った。「スリムな社会で肥満を感じること 33000人の女性がカタルからだ観」では、回答女性の73~75%は、自分を「太りすぎ」と感じ、「ちょうどいい」の15%を圧倒的に上回っている。そして回答者の50%がときどき、またはしばしばダイエット・ピルを使用、27%はダイエット液を、18%が下剤を使用し、15%が自分で吐瀉し、45%が断食をしているという。体重不足の人たちでさえ45%が太りすぎと信じ、そのうち66%がダイエットしようかと悩んでいた外なる身体観が染みついて、つりゆく不安、憂鬱、嫌悪の感情が共有している。

「美しくあれ」「痩せてあれ」「欧米的=進歩」の不偏主義、「太い脚は嫌いだ」「スリムな女性が好き」という基準と男性意識、商品サービスが先あってニーズが作られ

るのだ。1986年の雑誌のジャンル別に痩身、整形広告をみると「女性週刊誌」（『女性自身』『女性セブン』など）の広告掲載率は15%。「ファッション誌」（『an・an』『JJ』など）の掲載率は5%。「若い女性向け」（『SAY』『Olive』）3%という結果であり、日本の女性雑誌はアメリカの雑誌以上に大量の痩身、整形広告を掲載している。と諸橋泰樹は、「雑誌文化の中の女性学」（1996年明石書店）の中で痩身願望を痩身行動に誘う要素として繰り返えられるメディア情報によるすり込み現象を分析している。今回、I-2で診たダイエットを特集している雑誌、『ar』1月号での掲載率は26.9%に。特集をしていない『non・no』では、11.8%。『Ray』では、18.4%であった。これは、1986年の調査として『雑誌文化の中の女性学』の中で報告されている割合よりかなり高く、痩身願望をより刺激し、行動に駆り立て挑戦を促すのに足りるものであるといってもよい。しかし、過激なダイエットの結果、起こるであろう無月経を始めとする健康障害について言及しているものは若い女性向けの雑誌には皆無に等しい。掲載があるものは、健康情報誌の『だいじょうぶ』の読者投稿欄にわずかにみられるだけであった。食事についての掲載でもバランスよりも美肌のためとしての印象的が強い。今回の調査だけでは、ダイエット特集や痩身、整形広告と無月経を関連付けることには無理があるが、日常的に購読されていることから、その影響は無視できないと考えてもよいのではないだろうか。

#### IV、メディア情報が若年者のリログクティブヘルスに及ぼす問題点

##### 1 メディアが流し続ける痩身情報の問題点

- ①メディア側からの一方的な痩身情報はダイエット法による効果だけが強調され、健康面に対する配慮が殆どされておらず、成長期にある女性が読者層であるという配慮に欠けている。
- ②自分の容姿に対して意識が高い時期であり、美しく見せたい、思われないという願望を巧みにゆさぶる内容が多く、また痩身効果が高いという印象だけがひとりあるきしダイエット行動に移る危険性が潜んでいる。
- ③ダイエット効果が誇大表現されている傾向にあり、自己の身体イメージに対する不安を高める要素となり得る。
- ④繰り返されるダイエット情報は、「痩せていること＝美しいこと」という画一された価値基準を若い女性にすり込み、その結果、外なる身体観が優先され、不安、憂鬱、嫌悪の感情を増幅しかねない。
- ⑤痩身、整形広告はほとんどすべての女性向けの雑誌に掲載されており、ダイエット産業の営利色が濃く、それによる弊害などは全く記述されていなく、トラブルや健康障害については訴訟などにより問題が表面化してから知るしかない状況にある。

##### 2 読者である女性側の問題点

- ①メディアが流す一方的な情報に感化され、読者である女性側に提供された情報の是非を分析する知識、認識を持ち合わせていない。
- ②衣服の流行に敏感であるように、ダイエットも一つの流行のように捉えてしまう傾向がある。

- ③ダイエット効果だけを優先する傾向にあり、無月経を招いてもまだ健康を害したという意識はない。健康や自己自認という概念を成長の段階に応じて育てていく必要がある。



## 検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用

論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



### 要約

近年、若い女性たちを読者層としている女性誌の数が急増している。その中では、タレントやモデルを通して、「痩せているのは美しいこと」「可愛いこと」とダイエット方法や体験談を交えて過剰なまでのメッセージを流し続けている。しかし、その結果、引き起こされる健康障害についてまで言及しているものは皆無に等しいのが現状である。また、このメッセージは若い女性たちの身体に対する認識やボディイメージを変容させるメカニズムとなり、やせた体型を維持したり、きれいになるための行動へと駆り立てる要素にもなっている。これは、初経を迎え成熟し、安定していくべき若年女子の性機能に重大な影響を及ぼし無月経を招いており、無月経の状態が長期間放置されれば将来の妊孕力の低下も懸念される。また、体重減少の程度によっては健康を害し生命を脅かすことも危惧される。思春期外来においても続発性無月経による受診者は多く、その治療には長期間を要することが常であり、瘦身願望が招く代償はあまりにも大きいといえる。体重への拘りを少しずつ解き繰り返される関わりの中で回復へ向かう場合がある一方では、治療を受けながらもなお体重の微妙な変動に一喜一憂する姿もあり複雑な様相を呈している。そんな彼女たちをよそに、メディアは「痩せている女性は美しい」という価値観を植え続けている今回、メディア情報が心身の健康に及ぼす影響を体重減少性無月経によりクリニックで治療を受けている若年女子を対象に、どんな雑誌に関心を持ち、どこを容姿のポイントと考えているか、またダイエットのきっかけや無月経から受診までの期間などの調査を行なった。また、対象群として埼玉県的女子高校生にも同様な調査を行なってみたので合わせて考察をしてみたい。