

関東学生フェンシング選手におけるボディイメージの特徴 Characteristics of Body Image among Student Fencers in University of Kanto Region

1K09A152

指導教員 主査 岡 浩一朗 先生

田村須美礼

副査 中村 好男 先生

【緒言】

近年の若い女性の理想とする体型は、ここ 30 年程の間に「痩せ」の方向に極端に進行しており、女性の多くは歪んだボディイメージや瘦身願望を持っているといえる。最近では、女性だけでなく男性にも痩せた身体を良いものとする傾向がある。このことは、スポーツ選手にも当てはまる。スポーツ選手はその競技の特性に見合った体型が求められることなどから、ボディイメージ(体型意識)に歪みが生じる要因は多く存在していると言える。体重の区分や極端なウェイトコントロールを必要としない競技にも、健康問題が生じていることがわかっている。近年注目され始めたフェンシングは左右非対称の動きを要する特徴的な競技である。体重による階級区分はないが、特徴的な動きによる筋力的な左右差が見た目に表れていることなどから、現在体型と理想体型との差が生じやすく、ボディイメージの崩れに影響している可能性があると言える。本研究では、フェンシング選手の持つボディイメージについて調査し、調査結果から、競技面と健康面とを意識したフェンシング選手の理想の体型を明らかにし、学生フェンシング選手の健康について考察することを目的とする。

【方法】

1. 調査対象と期間

対象は、現在、体育会フェンシング部に所属している関東の大学生男女計 181 名に質問紙を用いて、平成 24 年 10 月 11 日～12 日、16～18 日の関東学生選手権大会の大会期間中に調査を行なった。

2. 質問項目

質問紙は、1)大学名、性別、身長など基本属性に関する 5 項目と競技理想身長、体重、健康理想身長、体重の 2 項目、2)体型認識に関して競技を重視した場合 11 項目と健康を重視した場合 10 項目、3)現在の自己体型、競技理想体型、健康理想体型の 3 項目の計 31 項目であった。ボディイメージについては、Stunkard ら(1983)が作成し、Collins が修正したシルエットチャート(身体像図形)を採用した。

3. 分析方法

統計解析ソフト IBM SPSS Statistics19 を用いて集計解析を行ない、男女差、大学間における競技力の差、主力選手と控え選手において差がどのように生じているかを調べるため、各項目においてカイ 2 乗検定を使用した。

【結果】

記入したそれぞれの身長と体重から BMI 値を算出した。

BMI 値 18.5 未満を「痩せ群」、BMI 値 18.5 以上 20 未満を「痩せ気味群」、BMI 値 20 以上 24.5 未満を「普通群」、BMI 値 24.5 以上を「肥満群」の 4 つに分類した。身長については男女とも理想値の方が高かった。体重については、男子選手は現在よりも理想値のほうが多いのに対し、女子選手は現在体重よりも理想値のほうが少ない値を示した。BMI については、男子選手は競技理想値の方が多く、健康理想値の方が低かったのに対し、女子選手は申告値よりも理想値のほうが低い値を示した。また、競技をすることを重要視した場合と、健康面を重視した場合「問 1、自分は減量すべきであると感じる」について、有意確率 $p < 0.001$ となり、男女間の値に有意差が見られた。1 部リーグ、2 部リーグでは、「競技力向上のための減量」については、有意確率 $p > 0.05$ と有意な差がみられず、共通して競技力向上のために減量が必要だと感じる選手が多くみられた。シルエットチャートを用いた質問では、現在の体型では、普通体型と認識している割合は男子選手(42%)、女子選手(38%)であった。普通体型と認識している割合は、男子選手に比べて女子選手はやや太めのシルエットであると認識している傾向がうかがえた。

【考察】

理想体型は、男女共通して実際のよりも高い身長を理想としていることが明らかとなり、体重に関しては、男子選手は実際よりも高い身長を求めると同時に実際より重い体重を志向しているのに比べ、女子選手は実際より高い身長で、体重においては実際より軽いことを志向する傾向にあった。選手は自らの身体を、筋肉は付いているが、自己の体型を実際よりも太いと認識しているといえる。男子も自己の体型を実際よりも太いと認識している傾向が痩せ群にみられることから、自己の体型について適切な認識ができていない可能性があるといえる。また、理想とするシルエットの選択には、理想とする健康体型において、筋肉のついていない普通体型を選択する選手はわずかにみられたものの、男女、大学リーグ、団体戦選抜、非選抜にかかわらず筋肉質であるが細身の体型を志向していることが明らかとなった。フェンシング選手の理想体型は、筋肉質でやや細身の体を志向する割合が最も多かった。しかし、左右差や筋肉量との関係を考慮すると一概に痩せ型が良い、とは言えない。今後、学生だけでなく、一般、中高生、日本代表選手など、年代や競技レベルを広くし、また、左右差や筋力の現在身長との結びつきを調査する必要がある。また、選手は自身の体型を正しく認識し、健康についても考えながら理想体型を目指しトレーニングをするようにアプローチをしていく必要があると言える。