

2024年度 3月修了 修士論文

「鍛えすぎた」女性たちへのまなざし  
中国における女性ボディビルダーの参与観察

早稲田大学 大学院スポーツ科学研究科

スポーツ科学専攻 スポーツ文化研究領域

5023A074-4

楊俐楠(ヨウ リナン)

研究指導教員：川島 浩平 教授

## 目次

序章.....	1
第1節 問題意識.....	1
第2節 各章の概要.....	2
第一章 女性ボディビルの定義と歴史.....	5
第1節 女性ボディビルの起源.....	5
第2節 女性ボディビルの筋肉論争.....	6
第3節 中国女性ボディビルの歴史.....	8
第1項 項目の変更.....	8
第2項 ルールの変更.....	10
第3項 歴史文化の影響.....	10
第4節 中国女性ボディビルダーの現状.....	12
第5節 まとめ.....	13
第二章 先行研究の検討.....	14
第1節 競技における女らしさに関する研究.....	14
第1項 スポーツにおける女性らしさとは何か.....	14
第2項 女性ボディビルにおける女性らしさ.....	16
第3項 まとめ.....	18
第2節 身体的美に対する意識に関する研究.....	18
第1項 身体的美意識の定義.....	19
第2項 女性身体美的意識の影響要因.....	20
第3項 中国女性の抱く身体美に対する意識.....	22
第4項 まとめ.....	24
第3節 女性ボディビルの動機に関する研究.....	25
第1項 内部動機.....	25
第2項 外的動機.....	27
第3項 まとめ.....	29
第4節 女性ボディビルの態度に関する研究.....	30
第1項 「筋肉」を通じた規範への抵抗.....	30
第2項 女性ボディビルは女性をコントロールする一つの形態.....	31
第3項 まとめ.....	33
第三章 研究の課題・方法・意義.....	34

第1節 研究の課題.....	34
第2節 データの獲得.....	34
第1項 インタビュー調査.....	35
第2項 アンケート調査.....	36
第3項 参与観察.....	37
第3節 データの分析.....	38
第4節 研究の意義.....	38
第四章 女性ボディビルダーの意識と行動.....	39
第1節 女性ボディビルダーの身体美意識.....	39
第1項 中国の「主流的な身体美意識」.....	40
第2項 女性ボディビルダーの身体美意識.....	41
第3項 「主流的な美意識」がもたらす影響.....	44
第2節 ボディビルの身体美意識と「主流身体美意識」の矛盾と共存.....	47
第3節 学生ボディビルダーと社会人ボディビルダーの相違.....	48
第1項 女性ボディビルダーの続ける動機.....	49
第2項 女性ボディビルダーの態度.....	52
第五章 結章.....	57
第1節 本研究の考察.....	57
第1項 「運動する身体」.....	57
第2項 異なる領域における運動行為.....	58
第3項 身体政治による女性運動の身体への規範.....	59
第2節 本研究の結論.....	60
第3節 今後の課題と展望.....	61
参考文献.....	63

# 序章

## 第1節 問題意識

女子ボディビル競技は、その誕生から現在に至るまで、常に矛盾を伴ってきた。このスポーツにはひとつの核心的な矛盾が伴い続けている。それは「女らしさを許容できる筋肉の発達はどこまでか」ということだ (Tanya Bunsell, 2013)<sup>1</sup>。近年、筋肉量を減らし、より少ない筋肉量でファッションナブルなスポーツコンテンツを増やし、規則上で選手により多くの女らしさを要求することに至るまで、このスポーツは一貫して矛盾と断絶を感じさせ続けてきている (葉, 2015)<sup>2</sup>。

中国で、1986年、第4回力士杯ボディビル競技大会は女子ボディビルを正式競技に取り入れた。30年来、大衆は競技ボディビルに対する認識が浅いままで、女性ボディビルダーに対して多くの排斥的な態度を持っている (方&史, 2018)<sup>3</sup>。さらに、近年中国社会では若者の間で「痩せていることが美しい」という美意識がSNS上で流行している。多くの若い女性は、痩せた身体を理想とし、その美的基準を追求する傾向にある (周&孫, 2020)<sup>4</sup>。さまざまな要因の影響により、中国の女性ボディビルダーの状況は困難であり、彼女たちはさらに大きな世論の圧力に直面している。

女性ボディビルダーに対する一般大衆の侮辱と攻撃についての代表的

---

<sup>1</sup> Bunsell, Tanya (2013). *Strong and Hard Women: An ethnography of female bodybuilding*.

<sup>2</sup> 葉子煊. (2015). 「中国におけるボディビル競技女子種目の変遷および規則変更に関する研究」.D: 北京体育大学.

<sup>3</sup> 方萍, 史曙生 (2018). 「 伝統文化の視点から見た中国女子ボディビル運動の発展に関する研究」 *Sports Culture Guide*, (11), 11月号.

<sup>4</sup> 周 琦宇, 孫 海燕 (2020). 「『構築された』身体: 大衆メディアの視点から見る女性身体の美意識への影響」 *当代传播*, (6), 45-47.

人物としては、中国で初めて IFBB プロカードを獲得した牟叢（ムー・ツォン）がいる。彼女は 2017 年のアーノルド・クラシックで女子フィジーク部門及び大会全体のチャンピオンに輝き、中国女子ボディビルの歴史的快挙となった際に、社会大衆からの批判と悪口に直面した（莫 2017）<sup>1</sup>。

2020 IFBB (International Federation of Bodybuilding&Fitness) シカゴ・プロフェッショナルチャンピオンシップでは、中国人女性の卞瑞英が女性のフィジーク部門で優勝した。しかし、彼女の TikTok ページには「男のようだ」、「醜い」、「カエルのようだ」と言った中傷的なコメントが 3 割弱ほど見られる。[ <https://v.douyin.com/YmtBEvt/> 2022 年 6 月 28 日に閲覧。]。

では、「鍛えすぎ」と見なされる女性は、なぜボディビルを続けるのか。ボディビルの経験を持つ女性たちは、この偏見や差別をどのように理解し、対処するのか？主流の美意識とどのように折り合いをつけ、あるいは抗っているのか？

本研究は質的研究の方法を用い、女性ボディビルダーを主体として、現代中国社会における美意識がいかにして女性の身体を規律しているかを明らかにする。また、これらの女性ボディビルダーが、これらの規範の中でどのように抵抗し、従順しているのかについても探討する。

## 第 2 節 各章の概要

第一章は、女性ボディビルの歴史を探究し、女性ボディビルが誕生以来「筋肉」と「女らしさ」を巡る論争に常に直面してきたことを述べる。女性ボディビルの誕生当初は、必ずしも社会的規範に対する「反抗」として始ま

---

<sup>1</sup> 莫蘭（2017）「健美女チャンピオンが罵倒される背後」『中国婦女報 2017.3.17』。

ったわけではなかったが、発展するにつれて、その競技は異なる意味を帯びるようになった。特に中国における女性ボディビルは、特殊な歴史的・政治的背景の中で、女性ボディビルダーがより大きな世論や経済的なプレッシャーを受けている。

第二章は、女性ボディビルが置かれた歴史的・社会的文脈を踏まえ、これまでの研究動向を整理する。具体的には、(1) 社会規範としての「女性らしさ」が女性のスポーツ参加および女性ボディビル選手の発展をどのように制約しているのか、(2) 中国における伝統的文化・思想が女性の身体美意識の形成にいかなる影響を及ぼしているのか、(3) 偏見や差別が残存する社会環境下で、女性がなぜ女性ボディビルへ参加するに至るのか、(4) そのような状況に対して女性ボディビル選手が示す社会規範への態度がどのような特徴を持つのか、以上4点を軸として先行研究を概観・分析する。本章の考察を通じて、女性ボディビルに関する既存研究の射程と課題を明確にし、後続する分析に向けた理論的な基礎を築くことを目指す。

第三章は、先行研究が示す課題を整理し、それを基に本研究の目的、方法、そして意義を示した。本研究では、中国の女性ボディビルダーを対象に、インタビュー、アンケート、参与観察など多面的なアプローチでデータを収集し、主題分析や記述統計によって分析を行う。これにより、女性ボディビルダーが身体美意識をどのように理解し、社会的規範や偏見に対していかなる態度や行動をとるのかを明らかにし、女性アスリートが自らの身体を肯定的にとらえるための新たな視点を提示することを目指している。

第四章は、中国社会における女性ボディビルダーが主流的な「白く、細く、若い」身体美意識から受ける圧力に直面しつつ、筋肉や力強さ、曲線美を重視した独自の美意識を形成している点を示した。また、学生・社会人の違いや競技規則・ジェンダー規範が、彼女たちの態度を「反抗」と「順応」の間

で揺らがせていることが明らかになった。これらを通じて、本章は女性ボディビルが中国社会の美的規範やジェンダー構造、消費主義の影響下で多面的な意味を持つことを示している。

第五章は、本研究で明らかとなった女性ボディビル選手の意識と行動に関する結論と考察をまとめる。彼女たちは「運動する身体」を通じて自らの身体美意識を獲得し、伝統的な美意識との関係性を行動で示すものの、必ずしも自覚的な「反抗」ではないことが示された。また、異なる領域や環境に応じて態度や行動が変化し、必ずしも「反抗」「従順」の二項対立では捉えきれない多面的な姿が浮き彫りとなった。これらの結果は、女性ボディビルの存在が伝統的価値観や美的規範との複雑な交錯の中で形成されていることを示唆している。

# 第一章 女性ボディビルの定義と歴史

国際ボディビル・フィットネス連盟（IFBB）における「ウイメンズ・ボディフィットネス（Women's Body Fitness）」の定義では、特定のフィットネストレーニングと食事管理を通じて、適度な筋肉のライン、対称性、バランスを発達させることを重視している。同時に、競技に参加する際には、女性特有の美しさや優雅さを保つことが求められる。この競技では、筋肉量の多い順にカテゴリーが分類されており、その順序は以下の通りである：ボディビルディング、ウイメンズ・フィジーク、フィギュア、フィットネス、ウェルネス、ビキニ、モデル。

本論文では、中国における女性ボディビルディング競技である「女性ボディビル」について研究する。ここで「女性ボディビル」とは、中国で一般的に使用される用語であり、女性が参加するボディビルディング競技を指すものとする。

## 第1節 女性ボディビルの起源

女性ボディビルは、人類の歴史上初めて登場した、女性が美しさを目的としておこなうスポーツである。筋肉を発達させた女性がトレーニングを通して、自信を持って「筋肉＝男性らしさ」を誇示するもので、このスポーツは全く新しい時代を象徴するものだ（Tanya Bunsell, 2013）<sup>1</sup>。

女性がボディビル競技会に参加し始めたのは 1972 年だ。1950 年代から 1970 年代半ばまで、男性向けイベントにコンテスト形式の女性の美人コンテストやビキニ・ショーが付属的に追加されることがよくあった（Lowe,

---

<sup>1</sup> Bunsell, Tanya (2013). 「Strong and Hard Women: An ethnography of female bodybuilding」.

1998)<sup>1</sup>。1977年以前は、ボディビルは完全に男性のスポーツとみなされていた。最初の公式女子ボディビル競技会は1977年11月にオハイオ州カントンで開催され、オハイオ地域女子フィジーク選手権と呼ばれた。ボディビルコンテストとして厳正に審査されるもので、女性にとっては初の大会となった。

女性ボディビルは最初から男性ボディビルとは異なり、力強さや筋肉量を目標としていなかった。初期の女性ボディビル大会はむしろ美人コンテストのようであり、女性の外見や優雅さを重視し、筋肉の大きさや力を重視していなかった。最初の女性ボディビルチャンピオンを「ふくよかな体型で、明確な筋肉の線がない」と描写している。(Jan Todd & Desiree Harguess, 2012)<sup>2</sup>

女性ボディビルは、その発祥からして競技というよりはむしろ美人コンテストのようなものであり、男性の競技の付属として位置づけられていた。このため、性別の色彩が濃厚であり、これが後に50年間続く女性ボディビルに関する論争の種となった。

## 第2節 女性ボディビルの筋肉論争

1980年、国際ボディビル連盟(IFBB)が「ミス・オリンピア」を開催したが、この大会には特定の筋肉規定がなく、選手たちはさまざまな体型だった。この大会で初めて、「本物の女性筋肉」とされる静脈が浮き出た筋肉

---

<sup>1</sup> Lowe, Maria R. (1998). 「Women of Steel: Female Bodybuilders and the Struggle for Self-definition」.

<sup>2</sup> Todd, Jan & Harguess, Desiree (2012) 「Doris Barrilleaux and the Beginnings of Modern Women's Bodybuilding」. Iron Game History, January.

を持つ選手が登場した (Lowe, 1998) <sup>1</sup>。

ボディビルが発展し、トレーニングのレベルが向上するにつれて、この競技は徐々に筋肉質な体型を目指すようになった。しかし、大衆やボディビル界は発達した筋肉を女性が持つことを受け入れる準備が整っていなかった。これは伝統的な性別二元論を突破するものだ。国際ボディビル連盟の会長であるベン・ウェイダーは、「我々が求めているのは、ある程度の女性美とともに、アスリートであることを示す筋肉のラインを持つ女性だ」と述べている。この矛盾は、1985年に公開されたドキュメンタリー映画『パンピングアイアン II: ザ・ウィメン』にも表れており、「女性らしさ」「筋肉」「何が女性か」という問題を強調した。これは「美意識」と「筋肉量」の争いであり、現在に至るまで続いている。

しかし当時、このような議論は女性ボディビル競技の「筋肉量化」の進行を妨げるものではなかった。1992年、IFBBは一連の「女性化」ルールを強制執行し、「選手は男性のように大柄であってはならない」「筋肉の発達を制限する」などの規定が設けられた (Lowe, 1998)。しかし、こうしたルールは選手たちからの疑問を招いた。そこで、競技ルールは再び改訂され、選手の評価には美的基準だけでなく、筋肉のサイズも主要な評価基準とされた。この時期は女性ボディビルの歴史上「黄金時代」とも呼ばれる。しかし、筋肉量を追求する過程で、ボディビル選手たちのドーピングスキャンダルが頻発し、伝統的な美意識と相反する体型問題が女性ボディビル競技に否定的な評価をもたらした。

2000年には、IFBBが三つの改革を提案した。第一に、審査基準の更新で、

---

<sup>1</sup> Lowe, Maria R. (1998). 「Women of Steel: Female Bodybuilders and the Struggle for Self-definition」.

女性ボディビル選手の評価には外見、メイク、肌色などが含まれ、「過度の筋肉」を避けることが求められた。第二に、重量別の階級を導入し（軽量級と重量級）、第三に、ミス・オリンピア単独のカテゴリーを廃止した。これにより、IFBB は女性ボディビル競技をより健康的で女性的であることへの期待値に近づけようと試みた。2005 年には「20%プラン」が導入され、女性ボディビルダーは筋肉量を 20%減少させることが求められた。2007 年には、IFBB が再び女性らしさと筋肉のバランスの問題について討議し、2014 年にはミス・オリンピアが正式に廃止され、新たにフィギュア部門が設けられたが、2019 年に再びミス・オリンピアが復活した。

以上のように、女性ボディビル競技の発展と論争は常に「女性らしさ」と「筋肉」をめぐる争いとして繰り返されてきた。既存のルールや基準では、力強さと女性らしさを兼ね備えた理想的な身体像を決定することは困難であり、この競技は 50 年にわたる歴史の中で常に矛盾と分裂を抱え続けている。

### **第 3 節 中国女性ボディビルの歴史**

既存の文献では、中国の女性ボディビルの歴史に関する研究は非常に少ない。競技の更新やルールの変更に関するものを除けば、その 40 年の歴史についての研究文献はほとんどない。

#### **第 1 項 項目の変更**

1930 年代、ボディビル競技が中国に伝わった。ただし、このスポーツは欧米各国と同じように男性だけのスポーツとして発展した。しかしながら政治的な原因で 1953 年には禁止され、30 年後の 1983 年にその禁止が解除されている。1985 年には中国は IFBB の 128 番目のメンバー国となってい

る（阮，2021）<sup>1</sup>。また、1986年11月28日に行われた第四回力士杯ボディビル競技会では男女混合種目と女子種目が競技種目になり、これが中国で初めて「正式」に行われた女子ボディビル競技となった。ところが、会場に現れたビキニ姿の女子選手を当時の観客は受け入れることができなかつた（方&史，2018）<sup>2</sup>。

IFBBが1993年に新しい「フィットネス・ミスオリンピア大会」を開催した。これは大衆の美意識に近づけたもので、筋肉量の少ないものが一時的に流行した。中国は1996年にこの競技を導入し、より多くの女性がボディビル競技に参加するようになった（李，2016）<sup>3</sup>。2007年には中国ボディビル協会が女性フィギュア、女性スポーツモデルを追加し、2014年には従来の女性ボディビルを廃止してビキニを導入した。これにより、中国の女性ボディビル競技はより大衆化し、大衆の美意識に近づいた（葉，2015）<sup>4</sup>。以上の文献から、中国は1986年から2014年にかけて女性ボディビルの競技において、筋肉量の多い競技を廃止し、筋肉量の少ないフィットネス、フィギュア、ビキニ、スポーツモデルを導入したことが分かる。また、スポーツモデルとは中国独自の競技であり、アスリートの健康とファッションに重点を置いている。2014年は中国女性ボディビルの転換点とされ、競技スポーツから大衆スポーツへの移行が進んだ（葉，2015）。

---

<sup>1</sup> 阮 乔 (2021). 「『健与美』雑誌の報道における女性身体の美意識に関する研究」 D. 上海体育学院.

<sup>2</sup> 方 萍, 史 曙生 (2018). 「伝統文化の視点から見た中国女子ボディビル運動の発展に関する研究」. 『体育文化導刊』, (11), P41-45..

<sup>3</sup> 李 夏琳 (2016). 「中国におけるボディビル競技規則の変遷における特徴と影響要因に関する研究」 D. 成都体育学院.

<sup>4</sup> 葉子煊. (2015). 「中国におけるボディビル競技女子種目の変遷および規則変更に関する研究」 D. 北京体育大学.

## 第2項 ルールの変更

競技の変更だけでなく、競技規則にも多くの変更が加えられた。李は中国女性ボディビル競技のルール変遷を3つの段階に分けている：発生段階（1986-1997）、充実段階（1998-2009）、完成段階（2010-現在）。1987年に国際ボディビル規則を参考にて作成された「ボディビル競技規則（試行1987）」を用いて中国のボディビル競技の基本的な枠組みを築いた。1996年には身長を基準にして競技種目を分けるように更新した。充実段階では、単に筋肉のサイズだけでなく、「気品、均整の取れた体型、芸術性」などの要素が加わり、「力」と「美」の調和を目指した。完成段階では、女性アスリートの服装要求が更新された。ビキニ、スポーツウェア、イブニングドレスの着用を通じて、女性アスリートの「女性的な魅力」を表現した。

2024年の四川省ボディビル選手権では、ヨガウェアの着用が追加された。ヨガは「女性のスポーツ」とされており、ヨガウェアは女性の体のしなやかなラインと曲線を示している。近年、ヨガウェアが中国のソーシャルメディアで流行しており、この現象は中国女性ボディビルがより女性らしく、大衆的な美意識を取り入れようとするシグナルだと考えられる（李, 2016）<sup>1</sup>。

## 第3項 歴史文化の影響

歴史文化の観点から、中国の女性ボディビルはかつて「アジア」とされ、張萍、許勤華などの優れた女性ボディビルダーが登場した。しかし、競技界以外の大衆には女性ボディビルについてほとんど知られていなかった（張&

---

<sup>1</sup> 李 夏琳 (2016). 「中国におけるボディビル競技規則の変遷における特徴と影響要因に関する研究」D. 成都体育学院

王&刘, 2014)<sup>1</sup>。したがって、中国の女性ボディビルは長い間、競技と大衆が分離された状態にあった。これは、中国社会が女性ボディビルに対して複雑な態度を示し、大衆の受け入れ度が低いことを意味している。方萍と史曙生は、中国の伝統文化が中国における女性ボディビルの発展に大きな影響を与えていると考えている。儒学と中庸思想は、中国の女性を長期間「抑圧され、弱体化された」対象としてきた。女性の身体は「規範化」されてきた(方&史, 2018)<sup>2</sup>。楊斌は、中国の経済が爆発的に発展する中で、思想が経済の発展の速度に追いつけなかったと考えている。消費主義が女性の身体美意識を歪め、女性を「見守られる客体」に縛りつけている。また、研究によれば、「男性のまなざし」が女性の身体美意識と態度に影響を与えている(劉, 2017)<sup>3</sup>。

以上の文献を総合すると、中国の政治的および歴史的な理由により、中国の伝統思想が女性への束縛を強めている。改革開放後の40年間の急速な経済発展に伴い、急成長を目指す姿勢とソーシャルメディアの介入により、女性は消費主義の「客体」となった。これらの特殊な要因により、中国の女性ボディビルは西洋の女性ボディビルと比較して、より困難な発展を遂げてきたことが分かる。中国の女性ボディビルは困難な状況の中で発展を模索している。男性のまなざしは西洋と中国の女性ボディビルが直面する共通の問題だが、男性のまなざしだけでなく、女性自身の自己肯定感の低さと自己認識の欠如が原因であると考えられる。現在の中国の女性ボディビルは、

---

<sup>1</sup>張宝花, 王永生, 劉瑛 (2014). 「中国における女子競技ボディビル運動の発展現状及び対策研究」『体育科技文献通報』, 22(01), P39-60.

<sup>2</sup>方萍, 史曙生 (2018). 「伝統文化の視点から見た中国女子ボディビル運動の発展に関する研究」. 『体育文化導刊』, (11), P41-45.

<sup>3</sup>劉致穎 (2017). 「凝視される身体：文化伝播の視点から見る『女性のダイエット』現象に関する研究」D. 南京師範大学.

競技と規則の変更を通じて「筋肉」と「女性らしさ」の間で後者に偏り続けており、大衆に受け入れられようとしている。しかし、この方法が競技ボディビルの本質に合致するかどうかは疑問である。

#### 第4節 中国女性ボディビルダーの現状

30年来、大衆は競技ボディビルに対する認識が浅く、女性ボディビルダーに対して多くの排斥的な態度を持っている（方&史 2018）<sup>1</sup>。

一方で、中国の女性ボディビルダーは実力がありながらも、世論の圧力に苦しんでいる（方&史，2018）。他方で、中国女子ボディビルの現状に関する研究では、現在の女性ボディビルダーは正式なトレーニングや認定を受けておらず、大部分の選手は自分でトレーニングを行い、全ての費用を自己負担していることが判明した。高品質な栄養補助食品や食事の必要性から、選手たちはボディビルを副業としてしか取り組むことができない。研究によれば、現在中国のボディビルダーの資金源は主に個人の資金調達、企業のスポンサーシップ、政府の助成金である。しかし、成績の問題から、現在大部分の選手は個人の資金調達段階にある。このことが女性ボディビルの発展を妨げている（張&王&劉，2014）<sup>2</sup>。

このように、文献から得られた情報は、中国の女性ボディビルダーが実力を持ちながらも、社会的な偏見と経済的な制約という二重のハードルに直面していることを示している。彼女たちの努力と成果が正当に評価されるためには、これらのハードルを克服する必要がある。しかし、現状ではま

---

<sup>1</sup> 方 萍，史 曙生 (2018). 「伝統文化の視点から見た中国女子ボディビル運動の発展に関する研究」. 『体育文化導刊』, (11), P41-45.

<sup>2</sup> 張 宝花，王 永生，劉 瑛 (2014). 「中国における女子競技ボディビル運動の発展現状及び対策研究」 『体育科技文献通報』, 22(01), P39-60.

だ多くの課題が残されている。

## 第5節 まとめ

本章では、女性ボディビルの歴史を探究し、女性ボディビルが誕生以来「筋肉」と「女らしさ」を巡る論争に常に直面してきたことを述べる。女性ボディビルの誕生当初は、必ずしも社会的規範に対する「反抗」として始まったわけではなかったが、発展するにつれて、その競技は異なる意味を帯びるようになった。特に中国における女性ボディビルは、特殊な歴史的・政治的背景の中で、女性ボディビルダーがより大きな世論や経済的なプレッシャーを受けている。これまでの文献では、主に客観的な競技の発展や変化に焦点が当てられ、中国における女性ボディビルの適応について論じられてきたが、ボディビルダー自身の心理や意識の変化という視点からの研究は少ない。本研究では、この側面を補完し、より充実した理解を提供することを目指す。

## 第二章 先行研究の検討

### 第1節 競技における女らしさに関する研究

社会学では、男らしさと女らしさは社会的相互作用や文化的実践を通じて構築されたものであり、社会や文化の産物であると考えられている。社会は伝統的な性別役割、すなわち男性と女性を規定しており、その性別役割に基づいて、それぞれの性別に受け入れられる特性や行動の期待が決定される。女性の特性は、感情的、受動的、依存的、母性的、共感的、そして温和であるとされる。一方、男性の特性は、力強さ、競争心、決断力、自信、独立性である。社会はこれらの性別特性に反する人々を監視し、排除する。こうした価値観や性別役割に適した行動への期待は、文化の中に深く根付いている。

### 第1項 スポーツにおける女性らしさとは何か

スポーツは常に男性の領域と見なされてきており、女性は排除されるか、「女性らしさ」が強いとされるスポーツに参加することを求められてきた。さらには、スポーツ環境においても、女性は引き続き制約を受け、男性的なスポーツ精神と女性の魅力との間でバランスを取ることが強調されている。つまり、スポーツに従事する女性は、女らしさと非女らしさをバランスよく保ち、強健な体格と異性への魅力の両方を備える必要がある（Vikki Krane 2001）<sup>1</sup>。女性は、自身の運動能力を余すところなく発揮しつつ、女性的な特徴を強調することで、社会に受け入れられ、偏見や差別を避けな

---

<sup>1</sup> Vikki Krane (2001) We Can Be Athletic and Feminine, But Do We Want To? Challenging Hegemonic Femininity in Women's Sport.

ければならない。

スポーツの研究において、Vikki Krane は「ジェンダー、性別二元論、そして異性愛規範」がスポーツの組織原理であると述べている。社会は男性に適したスポーツと女性に適したスポーツに基づいてスポーツを理解している。例えば、サッカー、バスケットボール、野球などの激しい対抗スポーツは男性のスポーツとされ、ヨガ、ピラティス、シンクロナイズドスイミングなどのストレッチ系のスポーツは女性のスポーツとされる。女性が「男性のスポーツと見なされる種目」への参加を希望すると、彼女たちは拒否されたり、男らしさを弱めるスポーツへの参加を勧められたりする。例えば、ある女性が野球への参加を希望すると、彼女はソフトボールへの参加を勧められる。

スポーツが男性の基準で定義されているため、スポーツにおける「競技性、力強さ、スピードなど」の攻撃的な属性は、女性らしさと対立している。我々はスポーツにおいて多くの新しい女性像を目にする一方で、これらの女性が伝統的な女性像に縛られていることも目にする。例えば、ボクシングは男性専用のスポーツとされ、女性ボクサーは過度に男性的、あるいはレズビアンであるというステレオタイプが存在する。

女性アスリートは自分がアスリートであることを証明しつつ、同時に女らしさをも演出しなければならない。研究者が雑誌や報道を分析したところ、女性アスリートの女らしさは非常に重要であることがわかった。外見が女性的であり、異性愛者としての信用（夫、彼氏、子供がいること）を持つアスリートは、社会からの受容を得やすい。一方、外見が「男性的」で独身の女性アスリートは、社会からの悪意や攻撃を受けたり、周縁化されたりしやすい。

スポーツにおける女らしさの影響は、社会が女性に対して行動、性格、さ

らには身体に至るまで規範を押し付けていることを側面から証明している。女性の身体に対する束縛は最も直接的に現れる問題であり、女性は社会に受け入れられる身体を持つことで、より良く生きることができる。Shari L. Dworkin<sup>1</sup>の研究によれば、競技スポーツにおける女らしさは、体型の曲線美を維持し、脂肪や筋肉によって体格が大きくなることを望まないとして定義されている。

先行研究を総合すると、競技スポーツにおける女性らしさは、思想面で女性のスポーツ参加を禁じるだけでなく、女性がスポーツに参加する方法や深度も束縛し、スポーツにおいて自分の能力や身体を表現することを規範化している。しかし、近代スポーツは19世紀の西洋諸国に起源を持つため、以上の研究はすべて西洋の文化や思想形態に基づいている。中国近代スポーツの発展や思想文化に着目して、競技スポーツにおける女性らしさの影響を分析することはできない。

## 第2項 女性ボディビルにおける女性らしさ

女性がスポーツに従事することへの社会的受容度は高まっているものの、運動能力や筋肉の発達度合いに対する社会の受容にはまだ一定の制限がある。特に女性アスリートの身体に対する規範は、筋肉の大きさに顕著に表れている。女性の「過度な」筋肉は不恰好と見なされ、社会的に受け入れられないとされている。女性ボディビルは、筋肉を鍛えることで身体美意識を表現する競技であり、その誕生から50年以上経った現在でも、女性らし

---

<sup>1</sup> Lindsey J. Mean & Jeffrey W. Kassing (2008) 「I Would Just Like to be Known as an Athlete’: Managing Hegemony, Femininity, and Heterosexuality in Female Sport」, *Western Journal of Communication* Vol. 72, No. 2, April–June 2008, pp. 126–144

さへの対抗と見なされている。女性ボディビルダーの筋肉や体型が、女性らしさを強調する規範に挑戦するため、女性ボディビルは性別と身体の研究における重要な領域となっている (Shari L. Dworkin, 2001)。

ボディビルに従事する女性、特に筋肉の力強さを追求する女性は、自身の身体の能動性や能力を制限しているのが生物学的な身体ではなく、女性らしさを強調するイデオロギーであることに気づく。Shari L. Dworkinはこのイデオロギーを「ガラスの天井」と呼んでいる。彼女の研究では、女性を非ボディビルダー、中程度のボディビルダー、競技ボディビルダーの三つのカテゴリーに分けている。文中では、「ガラスの天井」が女性自身に過度な筋肉を持って「たくましく」見られたくないと思わせていることを主に描写している。非ボディビルダーと中程度のボディビルダーは、自身を「ガラスの天井」の下に位置づけ、社会が期待する女性の身体像に合致している。一方、競技ボディビルダーは社会と「天井の高さを交渉」し続けている。著者は社会の女らしさをアスリート自身の思想的な葛藤として内面化している。筆者は、このような考察が本論文の重要な参考点であり、アスリートが社会の規範を自身の内的な葛藤として内在化し、その葛藤が行動にも影響を与えると考える。

ボディビル競技において、最も重要で他のスポーツと異なる点は、女性ボディビルのルールに「女性的特質」の概念が含まれていることである。競技では、選手に女らしさが強調された動作やポーズを求め、体の曲線美を強調する。例えば、胸部は女性の特徴として構築されており、女性ボディビルのルールでは豊胸手術が許可されている。1983年のミス・オリンピアのチャンピオン、Carla Dunlapはインタビューで、胸部が女性ボディビル競技で重要な役割を果たしていると強調している。しかし、ボディビル競技では体脂肪を減少させる必要があり、女性の胸部は主に脂肪で構成されて

いるため、低脂肪の身体と大きな胸部を同時に持つことはほぼ不可能である。そのため、多くのボディビルダーが豊胸手術を行っている、このような動機や方法は他のスポーツでは見られず (Camilla Obel, 2016)。女性ボディビルは、他のスポーツと比較して、伝統的な女らしさに最も直接的に挑戦している。しかし同時に、女らしさを維持するために多くの妥協を余儀なくされている、「女らしさの戦場」と見なされている。

### 第3項 まとめ

先行研究によれば、女性のスポーツ参加に対する社会の伝統的な観念や性別役割の期待が、特に筋肉の発達度や身体イメージの面で、女性の競技スポーツにおけるパフォーマンスを制限している。このような制限は、女性ボディビル競技においてさらに顕著であり、女らしさは競技規則などの外部的な影響要因や、思想意識として内面化された内部的な影響要因を通じて、女性のトレーニング上限を制限している。現在までの研究において、女性ボディビルは女らしさへの対抗であると同時に、一種の従順でもある。しかし、これらの研究では女性ボディビルダーの立場を曖昧にし、女性ボディビルに内在する態度を単純に反抗と従順に分けている。筆者は、女性ボディビルダーは女性ボディビル競技の主体であり、彼女たちは記事中のデータや「代表された態度」ではないと考える。彼女たちはボディビル競技の中の矛盾をどのように捉えているのか。筋肉と女らしさをどのようにバランスさせているのか。これこそが、筆者がこれまでの研究と異なり、明らかにしたいと考える問いである。

### 第2節 身体の美に対する意識に関する研究

女性ボディビルの審査方式は、客観的な競技成績に基づくものではなく、

選手が身体を披露し、審査員が規則に従って主観的に評価して勝敗を決定する。そのため、身体的美意識は女性ボディビル競技において極めて重要である。

## 第1項 身体的美意識の定義

女性身体美的意識とは、女性の身体がどのように美しく見えるか、またその美的基準がどのように形成されるかを指す概念だ。身体美学は1990年代にアメリカの美学者 Richard Shusterman によって提唱された概念である。彼は「身体美学は一種の身体イメージである」と考えており、これは個人が自身の身体をどのように認識し、他者が自身の身体をどのように評価するかを指している（呉, 2023）。

人類社会の発展に伴い、女性身体的美意識は生殖的美意識、男権的美意識、そして商業的美意識の三つの主要な段階を経てきた（李, 2012）<sup>1</sup>。

第一階段は原始時代において、女性の身体は生命を育む能力を持つため、性別役割において独自の地位を確立していた。この段階では、旺盛な生殖能力が美と見なされ、女性の身体は純粋な美意識の対象とはされていなかった（楊&虞&李&唐, 2009）<sup>2</sup>。

第二段階では、母系氏族の終焉とともに、女性の身体は男性的美意識の対象としての地位に移行した。この段階では、男性が社会の主導力となり、女性は次第に男性の従属物となった。男性は女性身体的美意識判断とその発言力を掌握し、この時期には、ヨーロッパのコルセットや中国の纏足の

---

<sup>1</sup> 李 景剛 (2012). 「誰が女性の身体美を操っているのか——女性身体的美意識現象及び美意識の歴史の変遷に関する考察」. 『淮北師範大学学报(哲学社会科学版)』, 33(02), P67-70.

<sup>2</sup> 楊 斌, 虞 重干, 李 延超, 唐 吉平 (2009). 「女性身体美の歴史的検証」. 『体育文化導刊』, (07), P 140-143.

ような多くの異常な美意識が現れた。李景剛先生は、女性の地位と権利の欠如が、男性の美意識に従って女性自身が自己の美意識を形成することを促したと述べている。現在でも女性の地位が向上してきたとはいえ、男性審美の覇権は多くの痕跡を残している。筆者は李が提起した見解に賛同する。女性は長期にわたって男性の支配を受ける過程で、男性の審美観を自らの審美観として受け入れ、男性に迎合することが女性の社会における生存手段となっている。「男性に好まれる女性」になることが、女性の目標となっている。

第三段階では、フェミニズムと個人意識の覚醒により、男性美意識の覇権は挑戦を受けた。しかし、メディアと商業文化の急速な発展により、「美的意識」が女性に押し付けられ、女性の身体は商業の美意識の文化的象徴となっている（李，2012）。

女性の美的意識は、女性の身長や太さを規定するとともに、女性の身体の姿勢や行動をも規定している。女性には溫柔さ、優雅さ、内向さが求められている。したがって、女性の身体美意識は常に存在するものではなく、社会によって定義された規範である（熊，2021）<sup>1</sup>。筆者は、現在の女性の身体意識に関する論文において、研究者たちが歴史や権利などの観点から、女性の身体美に対して具体的かつ客観的な定義と解釈を行っていると考えられる。これにより、歴史を通じて女性はその身体に対する完全な権利を掌握することができなかった。女性の身体は常に他者の美的意識や社会的圧力に支配され、自己決定権が制限されてきた。

## 第2項 女性身体美的意識の影響要因

女性の身体美意識は「男性のまなざし」の結果であると主張する研究も

---

<sup>1</sup> 熊 歆 (2021). 「凡身之造：中国女性のフィットネスに関する叙事」

多く見られる。この「男性のまなざし」は元々映画分析などの表象分析に使われる概念であり、女性を男性の欲望の対象として描いている。男権社会が推し進めた男性の地位の崇高さは、女性の自己人格と審美感を徐々に喪失させた。女性は自らの美意識価値体系が著しく欠如した状態で、男性社会が強いる美的意識を自然に受け入れ、それを徐々に自己の美的意識として内面化していった（李，2012）。男性にとって「理想的な女性」は「痩せている身体」を有するとされている（熊 2021、井谷 2021、中土井 2019）<sup>1</sup>。その表象がインターネットや SNS の普及によって、女性の生活、あるいは身体的経験にも影響している（周&孫 2020、張 2022）<sup>2</sup>。すなわち、女性が「痩せている身体」を望むこと、あるいは努力をしてそれを実現させることは男性との関係性、つまり異性愛規範的な二元論的構造によって構築されていると考えられる（陳&張 2018、越智 2021）<sup>3</sup>。

先行研究の文献から見ると、女性の身体審美に影響を与える要因は、すでに比較的包括的にまとめられている。女性の身体の美的意識に影響する多くの要因の中で、男性の影響が最も強力である。たとえ消費主義やネットの影響があっても、それらの背後には男性の価値観が主導的である。したがって、歴史的な調査と影響要因の分析を通じて、女性の社会的地位と

---

<sup>1</sup> 熊 歆 (2021). 「凡身之造：中国女性のフィットネスに関する叙事」

井谷聡子 (2021) 『<体育会系女子>のポリティクス』。関西大学出版社

中土井智 (2019) 『ダロウェイ夫人』にみる「女性」の身体性と論理

<sup>2</sup> 周 琦宇, 孫 海燕 (2020). 「『構築された』身体——大衆メディア視点から見た女性身体美意識への影響」. 『大衆文芸』, (19), P227-228

張 学婷 (2022). 「CNKI データベースに基づくメディアとダイエット領域の文献レビュー」. 『科技伝播』, 14(09), P50-54

<sup>3</sup> 陳 樹峰, 張 桔 (2018). 「国内における女性身体的美意識に関する研究レビュー」. 『新西部』, (36)

越智啓太 (2021) 『美人の正体：外見的魅力をめぐる心理学』。実務教育出版社

自己意識の欠如が、女性が自分の身体美的意識を自己コントロールできない原因であることが明らかになった。しかし、多くの文献において、筆者は研究者たちが主に量的研究の結果から女性の身体審美に影響を与える要因を推論していることを発見した。女性の個人的な経験の視点からこれらの影響要因を探求する研究者はほとんどいない。したがって、本研究では、女性個人の語りを通じてこの部分の資料を充実させたいと考える。

### 第3項 中国女性の抱く身体美に対する意識

#### 3-1 歴史的背景

李慧と李国泰は、身体観を生物身体観、社会身体観、そして審美身体観の三つに分類している。審美身体観は、生物学的および社会的要因の両方に基づいている。身体審美は歴史や環境に応じて変化するため、西洋の女性身体観と中国の女性身体観には差異がある。

中国では伝統文化の影響により、女性の身体審美観は内面的な素養、精神の豊かさ、そして気質の育成に重きを置いている。そのため、か弱さの美、気質の美、控え目で物静かの美が中国文化における女性身体の美の基準となり、女性の身体の表現を制約している（李&李，2014）<sup>1</sup>。中国の長い歴史の中で、さまざまな時代背景に応じた異なる審美基準が存在した。楊斌は、中国の女性身体審美を以下の8つの段階に分類している。原始時代の生殖美、文明初期の自然美、春秋戦国の朴素美、漢唐の豊満美、宋清のか弱さの美、民国の健康美、文革の壮健美、そして改革開放後の多様美。本研究のこの部分において、前半は歴史上の各時代における身体美の総括が比較的客観的である。しかし、改革開放後の多様な美に関しては、論文から判

---

<sup>1</sup>李 慧，李 国泰（2014）。「体育文化の背景における中西女性身体美意識の差異」．『吉林体育学院学報』，30(06)，P25-27.

断すると、著者はこの見解を支持する十分な論拠を持っていないように思われる。

中国の封建王朝は 2133 年間にわたり続いたため、封建時代の文化が長く中国人に影響を与えてきた。封建王朝では、女性の地位は低く、特に宋朝以降、女性は簡単に外出できず、顔を見せることも制限されていた。女性は男性に依存して生きるしかなく、「夫を天とする」という伝統的な思想がこの不平等な地位を明確に表している。女性のか弱さと細さは、男性の保護欲や哀れみを引き起こすことができた（楊，2014）<sup>1</sup>。古代の女子は、「大門不出二門不迈」と言われ、肌の白さが富貴の象徴となっていた。肌が黒いことは、外で労働しなければならない貧しい家の象徴と見なされていた。漢代に儒学が隆盛すると、中国では知識を重んじ身体を軽視する風潮が強まり、「筋肉」は労働者の象徴であり、「壮健な人」は繰り返し貶められた。（方&史，2018）<sup>2</sup>このような認識は女性にも影響を与えた。そのため、現代において追求される「白くて痩せている」美の意識は、歴史的な背景に由来している。さらに、現代社会の消費主義とメディアの誘導により、中国の女性身体審美は真の多様化に至っていない。

### 3-2 現在における浸透と影響

現代の中国社会では、女性たちは様々な方法で「減量」しようとしている（劉，2017）<sup>3</sup>。王愛民と張柳霞は、中国の 3000 名の女性を対象にランダム

---

<sup>1</sup> 楊 斌 (2011). 「フィットネス・ボディビル体育：女性身体美の理性的回帰—湖南長沙・株洲・湘潭における職業女性の調査」D. 上海体育学院.

<sup>2</sup> 方 萍，史 曙生 (2018). 「伝統文化の視点から見た中国女子ボディビル運動の発展に関する研究」. 『体育文化導刊』, (11), P41-45.

<sup>3</sup> 劉 致穎 (2017). 「凝視される身体：文化伝播の視点から見る『女性のダイエット』現象に関する研究」D. 南京師範大学

調査を行い、76.8%の女性が自分を太っていると考えていることが分かった。実際には、正常体重を超えているのは14.8%に過ぎない。近年、BMやBFなどのブランドの女性服が中国市場を席卷しており、これらの服はすべて均一サイズで提供されている。ソーシャルメディア上ではこれらの服が「子供服」と揶揄されることもある。このように徐々に「小さくなる」服装は、女性の体型に対する不安を引き起こしている。「痩せていることが美しい」という美意識が中国の若い女性に影響を与えている。

実は、中国の若い女性が追求する「痩せていることが美しい」という概念には根源がある。中国の歴史的発展を振り返ると、中国女性の身体美的意識は自然美から健康美へ、そして病態美へと変遷してきた。現代に至っても、中国女性の身体美のイメージは「か弱さの美」が主流であり、「壮健美」ではない。（方&史，2018）

#### 第4項 まとめ

女性の身体美に対する意識は、自然に形成されたものではなく、社会的に構築された産物であり、歴史、社会、文化、メディアなど多くの要因の影響を受けた結果である。男性の美的基準、メディアの誘導、消費主義などが共同して女性の身体美に対する認識を形成し、女性が自身の身体に対する自主権と表現を制限している。現行の研究は主に量的研究方法を用いてマクロな視点から影響要因を分析しており、女性の個人的な経験の視点から深く探求するものは少ない。

中国の独特な歴史的背景と文化的影響の下、西洋とは異なる女性の気質の解釈と女性身体的美意識が生まれた。しかし、西洋的な特徴を持つボディビル競技が中国に入ってきた後、女性が持つ筋肉と力強さの感覚は、中国社会の固有の社会規範に衝撃を与えた。このような特殊な背景において、

女性ボディビルダー個人の感受と思想についての深い研究はほとんどない。私は自分の研究を通じて、中国の女性ボディビルダーの態度と考えを理解したいと考えている。

### 第3節 女性ボディビルの動機に関する研究

ボディビルは非常に魅力的なスポーツだ。多くのアスリートはボディビルを始めた後もこのスポーツを続けている。しかし、女性ボディビルダーとしての代償と犠牲は非常に大きい。彼女たちのアイデンティティは多方面から攻撃を受ける (Tanya Bunsell)<sup>1</sup>。では、女性アスリートはなぜこのスポーツを始めるのだろうか？そして、なぜ続けるのだろうか？既存の文献を総合すると、動機は二つの側面に分けられる。一つは内的動機、もう一つは外的動機。大部分の文献では、内的動機に重点を置いて描写されている。

#### 第1項 内部動機

ボディビルダーのシャロンはインタビューで、「ボディビルは一種の動力、情熱、そして欲望である。自己との競争であり、社会との競争でもある」と述べた。したがって、女性がボディビル競技において内面的な満足を得ることが重要な内的動機となる。

熊歆は著書『凡身之造：中国女性健身叙事』において、12名の女性のフィットネス行動を物語形式で解説している。その中で示された動機を6つの心理的動機に分類した。1. ダイエットのため、2. 筋肉のある体が魅力的だと考えるため、3. 健康のため、4. 生活における楽しみのため 5. 感

---

<sup>1</sup> Bunsell, Tanya (2013) 「Strong and Hard Women: An ethnography of female bodybuilding」.

情（習慣）をコントロールするため、6. 女性の特別な時期（妊娠）に対処するため。しかしながら、熊歛の研究対象は一般女性であり、この動機とは女性がフィットネス運動をする動機であり、ボディビルの動機ではない。そのため、ここでは参考としてのみ使用する。

女性がボディビルを始める契機だけでなく、なぜボディビルを続けるのか、その動機も研究したいと考えている。文献を読む中で、以下の観点が非常に興味深いと感じた。

まず、女性はボディビルを通じて自己効力感と自信を得るとともに、健康レベルも向上させることができる。自分の身体とより親密な関係を築き、身体の解放感とエンパワーメントを体験する。このような身体の力の増加とエネルギーの解放は、彼女たちに自身をより強く、健康的に感じさせ、自信と自己効力感を高める（楊&樊，2020）<sup>1</sup>。

次は、ボディビルは「身体改造者」と見なされており（Victoria Pitts, 2003）、多くの文献でボディビルが女性に自己の身体に対するコントロール感をもたらすと述べられている。例えば、ボディビルを8年間続けているある女性アスリートは、「出産後に自分の身体を見たとき、非常に恐怖を感じました。一生“母親”というだけの存在に定義されるのが怖かったので、自分の身体を再び掌握したいと思いました」と語っている。堀田と松尾<sup>2</sup>も生理学的観点から、アスリートが「筋肉は裏切らない」と考えることを分析している。彼らの研究は、アスリートが筋肉に対するコントロール感を持ち、現実生活においてリアリティを追求していることを示している。

---

<sup>1</sup> 楊雪、樊蓮香（2020）運動によるエンパワーメントと身体不安：重競技女性アスリートの社会的アイデンティティ。Journal of Physical Education, Vol.27 No.4。

<sup>2</sup> 堀田文郎、松尾哲矢（2023）「ボディビルへと専心する人々の論理とその過程に関する研究—ボディビルダーの身体的次元に着目して」Japan Journal of Sport Sociology, 31-1。

特にボディビルダーは、現実生活の不確実性を克服する手段として、「確実性」と「自分を裏切らない」身体の変化を追求していると述べている。

また、ある学者は、ボディビルを通して女性の「弱者」というステレオタイプに挑戦し、男性支配の分野で自分を証明したいと考えている。

(Meredith G.F. Worthen & S. Abby Bake, 2016)<sup>1</sup>。

上記の研究では、心理的観点から、女性がなぜフィットネスを始め、なぜその行動を続けるのかを分析している。しかし、ここでのフィットネスとボディビルは定義に基づいて区別されている。中国におけるボディビルの契機と動機に関する文献は非常に少ないため、現在は主に重競技の女性アスリートの動機や外国の文献を参考にしている。研究を通じて、中国の女性がボディビルに取り組む動機をより深く理解したいと考えている。

## 第2項 外的動機

李夢瑤と母毅剛は『我国女性健身健美参赛者参赛动机分析』において、女性ボディビルへの参加において外的動機が内的動機に比べて弱い、一定の役割を果たしていると述べている。文中では、交友の欲求、他者の承認、そして競争を外的動機としてまとめている。これらの見解には賛成であり、他の文献を読む中で補足できると考えている。

まず、内的動機について述べると、多くのボディビルダーが減量をきっかけにボディビルに取り組んでいる。これは社会的および文化的な圧力と考えられ、女性がボディビルに参加する重要な外的動機の一つでもある。多くの女性は伝統的なメディアやソーシャルメディアで宣伝される理想的

---

<sup>1</sup> Meredith G. F. Worthen & S. Abby Bake (2016). Pushing Up on the Glass Ceiling of Female Muscularity: Women's Bodybuilding as Edgework. *Deviant Behavior*, 37(5), 471-495.

な体形をボディビルによって追及させられている (McGrath, S. & Chananie-Hill, R. 2009) <sup>1</sup>。

次に、交友の欲求は、他者の承認と共に論じることができると考える。社会的認識と支持は、女性がボディビルをする重要な外的動機である。ボディビルをする女性は、ジムやボディビルコミュニティで認識と帰属感を感じるようになることが多く、この社会的支持は彼女たちが継続し努力するための重要な役割を果たしている。

そして、経済的利益とキャリアアップである。一部の女性にとって、ボディビルは単なる趣味ではなく、キャリアアップの一部でもある。彼女たちは、競技への参加、スポンサーの獲得、フィットネス関連への就業（例えば、フィットネスインストラクターやボディビルモデル）を通じて、経済的な利益と職業的な実益を実現している（張 & 王 & 劉, 2014）<sup>2</sup>。

最後に、競争である。ボディビルダーは競技を通じてトレーニングの成果を披露することができ、競技の中で自己効力感を得ることができる。また、競技後には成績を得て社会的な評価を受けることができる。競技は実際にボディビルにおいて重要な外的動機の一つである。中国ボディビル協会は2016年10月から2024年8月までの間に合計105回のボディビル大会を主催し、年間平均13回の大会が開催されてきた（中国ボディビル協会公式サイト）。研究によれば、平均的なボディビルダーは年間4回の競技ボディビル大会に参加している（張 & 王 & 劉, 2014）。このように、競技はボディビルの発展を促し、推進する役割を果たしている。

---

<sup>1</sup> McGrath, S., & Chananie-Hill, R. (2009). "‘Big Freaky-Looking Women’: Normalizing Gender Transgression Through Bodybuilding." *Sociology of Sport Journal*, 26(2), 235-254.

<sup>2</sup> 張 宝花, 王 永生, 劉 瑛 (2014). 「中国における女子競技ボディビル運動の発展現状及び対策研究」『*体育科技文献通報*』, 22(01), P39-60.

### 第3項 まとめ

先行研究を通じて、女性ボディビルダーの動機が内的動機と外的動機の二つの側面に分けられることが明らかになった。これまでの文献は、主に内的動機に焦点を当てており、女性ボディビルダーが自己効力感、身体改造、健康増進、エンパワーメントを追求するためにボディビルに参加することを示している。内面的な満足感ややる気が、彼女たちの継続的な取り組みを支えているという見解が多くの研究で支持されている。

一方、外的動機も女性ボディビルダーにとって重要な要素である。社会のおよび文化的なプレッシャー、社会的認識と支持、経済的利益、キャリアアップ、競技大会などが外的動機として挙げられ、これらが女性のボディビルへの参加を促進している。特に競技の需要が女性ボディビルの発展に大きく寄与していることが確認されている。中国ボディビル協会が主催する数多くの大会に参加することにより、多くの女性ボディビルダーがトレーニングの成果を披露し、良い成績を収めて社会的承認を受けている。

しかし、上述の研究において、多くの研究対象はフィットネスを行う女性や重競技スポーツの女性アスリートである。したがって、得られた結果は女性ボディビルダーに具体的に適用することはできない。重競技スポーツとボディビルディングには大きな違いがあり、ボディビルディングは身体形態を変えることでスポーツの魅力を表現し、伝統的な競技スポーツとは異なる。競技の影響は身体を通じてアスリートの生活のあらゆる側面に及ぶ。一般的なフィットネスを行う女性と競技ボディビルディングの女性アスリートの動機も区別されるべきである。したがって、本研究を通じてこの分野の不足を補いたいと考える。

## 第4節 女性ボディビルの態度に関する研究

筋肉が発達した女性は、男性と女性の両方から強烈な反応を引き起こすことが多く、通常は嫌悪、不快、怒り、そして脅威感を伴う。女性ボディビル、は非常に議論の多いスポーツである。支持者は、女性ボディビルが女性に権利を与え、解放する手段であると主張するが、一方では、これが身体を拘束する一種の束縛であると考える人もいる (Bunsell Tanya, 2013)<sup>1</sup>。では、女性ボディビルは女性の身体に強制される制限に抵抗するものなのか？それとも、別の形で社会の規範に従うものなのか？この研究を通じて探求したいテーマは「女性ボディビルは伝統的な社会規範に対する「従順」か「反抗」か？」である。

### 第1項「筋肉」を通じた規範への抵抗

「筋肉が発達した女性は単なる外見の逸脱ではなく、社会的な反逆である」。(Tanya Bunsell, 2013) 歴史的に見ると、スポーツは「男らしさ」の象徴であり、「男性の力、勇気、特に女性に対する優越感」を宣伝してきた。そのため、スポーツは常に「男性の領域」と見なされてきた。(熊, 2021)<sup>2</sup>

女性が強健な筋肉を持つことは、力を持つことを意味し、これは脅威となる。Tate (1999) は、「これらの筋肉が発達した女性が自分の理想、視点、自己イメージ、欲望に従って自分の身体をデザインするとき、彼女たちの身体はエンパワーメントの場となる」と述べている。女性ボディビルダーが作り上げる「身体」は、性別的覇権の規範を破壊し、伝統的な美の圧迫に

---

<sup>1</sup> Bunsell, Tanya (2013). 「Strong and Hard Women: An ethnography of female bodybuilding」.

<sup>2</sup> 熊 歆 (2021). 「凡身之造：中国女性のフィットネスに関する叙事」

挑戦するものと見なされている。これは単なる社会への反抗ではなく、自分の身体とアイデンティティのコントロールを取り戻す行為でもある。

さらに、女性が自分の身体を徹底的にコントロールし、自然とは異なる「筋肉を持ち、脂肪がない」身体を作り上げることは、「性別習慣」が決定する性別二元論に挑戦するものと考えられている。(Klein, 1995)<sup>1</sup>

また、ある学者は、女性ボディビルが社会の年齢差別に挑戦していると指摘している。多くのボディビルダーは30代、40代でピークを迎え、50代でも競技に参加し続けている。一般的な競技スポーツでは、20代が競技人生のピークであり、30代になるとすでに引退してセカンドキャリアを選択する。しかし、ボディビルディングはこのような従来の認識を打ち破っている。

文献と研究者の論点から、女性ボディビルが抵抗の行為と見なされる理由は、女性ボディビルが伝統的な性別的覇権と規範を打破し、性別二元論を打破し、また年齢差別を打破することにある。したがって、女性ボディビルには「反抗の一面」が存在すると言える。この点に賛同する。上記でも述べたように、女性ボディビルは「女性が初めて審美を目的として筋肉を鍛えるスポーツ競技」であり、歴史的な突破口となっている。

## 第2項 女性ボディビルは女性をコントロールする一つの形態

一部の学者は、女性ボディビルダーが自信と誇りを持って自分の身体を受け入れることは幻想であると主張している。彼女たちは自己に強い文化的奴隷状態にあり、厳しい自己管理と身体の変形に駆り立てられ、強大な心理的・生理的ストレスを抱えていると指摘している。(Tanya Bunsell,

---

<sup>1</sup> Klein, A. M. (1995). Life's too short to die small. In. D. Sabo & F. D. Gordon (Eds.), *Men's health and illness* (pp. 105-120)

2013)<sup>1</sup>彼はボディビルがもう一つの形態のコントロールと奴隷状態を強いるものであり、アマチュアとプロのボディビルダーの両方が自己卑下と不安に苛まれていると考えている。

女性ボディビルの競技では、強い女性特有の特徴が「父権制社会」によって女性の身体を過度に強調し、彼女たちの力を弱める方法として機能している。(熊, 2021)<sup>2</sup>そのため、女性ボディビルは常にポルノグラフィーと切り離せない存在となっている。競技において、女性ボディビルの評価基準は常に筋肉ではなく、さまざまな「女性らしさ」であった。これにより、女性ボディビルは性別二元論から女性を解放することができていないことが示されている。

女性ボディビルの競技において、種目やルールの変化は常に大衆の美的意識に向かっている。Lowe<sup>3</sup>は、女性ボディビルは依然として男性が主導しており、彼らがこの競技および女性の身体のトレーニングの上限を最終的に決定していると考えている。女性がボディビルを通じて潜在的な解放を得る問題については、依然として疑問が残る。女性ボディビルは、女性が別の「完璧な身体」を追求することを強いる抑圧に過ぎないという見方もある。

自身の経験から言えば、女性ボディビルには多くの矛盾と葛藤が存在する。したがって、反抗の側面がある一方で、女性ボディビルのさまざまなルールや要求は、上述の研究者たちが指摘するように、男性中心の社会への

---

<sup>1</sup> Bunsell, Tanya (2013). 「Strong and Hard Women: An ethnography of female bodybuilding」.

<sup>2</sup> 熊 歆 (2021). 「凡身之造：中国女性のフィットネスに関する叙事」

<sup>3</sup> Lowe, Maria R. (1998). 「Women of Steel: Female Bodybuilders and the Struggle for Self-definition」.

媚びと従順さも含まれている。この競技は誕生から発展に至るまで、強権によって支配され、女性の力が何度も削がれてきた。美的意識は多様であるべきだと考えるが、スポーツ競技の精神は追求と抵抗にあると思っている。したがって、女性ボディビルの可能性をさらに深く掘り下げたいと考えている。

### 第3項 まとめ

この部分の先行研究において、研究者たちの意見を総括すると、「女性ボディビル」というスポーツが規範に対する従順なのか反抗なのか議論されている。しかし、「女性ボディビルダー」自身が規範に順応しているのか、反抗しているのかについては触れられていない。筆者は、これは受動的な態度であると考え。なぜなら、これはこのスポーツが人々に与える印象であり、選手自身の態度ではないからである。さらに、態度は流動的で変化するものである。では、彼女たち自身の態度はどうか。ボディビルを行う前後で態度に変化はあるのか。本研究は、選手個人へのインタビューと記録を通じて、選手自身の態度およびその変化を探求したいと考える。

## 第三章 研究の課題・方法・意義

### 第1節 研究の課題

女性ボディビルの歴史および中国への伝来後の発展を研究の背景とし、先行研究の内容を基礎とする。先行研究では、女らしさが社会規範としてどのように女性のスポーツ参加を制約し、女性ボディビルにおいて選手の発展をどのように束縛しているか、女性の身体美意識がどのように発展し、伝統文化と思想が中国女性の身体美意識にどのように影響を与えたか、偏見と差別のある社会環境で女性がなぜ女性ボディビルに参加するのか、彼女たちの社会規範に対する態度はどうか、が議論されている。以上の議論を基礎に、本稿では以下の課題について議論と分析を行う。

- 1) 女性ボディビルダーは「身体の美意識」をどのように理解しているのか？
- 2) 彼女たちはなぜ女性ボディビルを選択するのか？
- 3) 彼女たちの態度は従順なのか、抵抗なのか、それとも他の答えがあるのか？

### 第2節 データの獲得

本研究では、インタビュー、アンケート調査、参与観察を通じて、女性ボディビルダーの身体美に対する意識の理解と、彼女たちが置かれている状況に対する思考と行動を探求する。本論文の研究目的と意義を達成するためである。研究結果を通じて、中国社会の身体規範が女性をどのように束縛しているかを明らかにしたい。女性ボディビルダーはこのような束縛に対して抵抗しているのか、それとも従順に従っているのか。

研究の実施に先立ち、自身の研究を整理・考察した。アンケート調査とインタビューは、次の二つの核心的な問題を中心に展開した。第一に、中国に「主流の美的意識」が存在するかどうか、そのような美意識が選手の生活に影響を与えているか。第二に、主流の身体美意識をどのように理解し、それにどのように対処・処理するか。

## 第1項 インタビュー調査

2023年9月5日から25日にかけて、四川師範大学の健身房（ジム）で、「四川師範大学ボディビルチーム」の7名の女性ボディビルダーに対して成龍キャンパスで対面インタビューを行った。内容は以下の4つの部分から構成された：1. 個人情報、2. 個人の身体美意識、3. 社会の身体美意識、4. 思想意識。2024年2月25日には、さらに4名の女性ボディビルダーに電話インタビューを実施した。これまでに合計11名のボディビルダーにインタビューを行った。

このチームを選んでインタビューを行った理由は、まずに、同チームが1986年に設立され、36年の長い歴史を持っていることである。2010年から2023年までの13年間で、全国優秀チーム賞を4回受賞した。特に、チーム内の女性ボディビルダーはアジア選手権で3回の優勝、全国選手権で44回の優勝という優れた成績を収めている。

次に、筆者自身が大学在学中にボディビルダーとしてこのチームの一員であったため、コーチや女性ボディビルダーへのインタビュー許可を得ることができたからである。

データの大部分は、この11名の選手へのインタビューから得られたものである。対象の選択において、まずはコーチから推薦された、現在試合に参加している在校生のボディビルダーたち、合計8名である。彼女たちのポ

ディビルの経験年数は 2～12 年である。他の 4 名の選手は、前述の 7 名の選手の紹介によって、「スノーボールサンプリング法」で探した選手である。その中の 1 名の選手は私の先輩で、かつて IFBB アジアビキニ部門のチャンピオンであった。

「表 1」インタビュー対象：

匿名	学年	トレーニング履歴	身分	種目
A さん	学部 4 年	2 年	学生	ビキニ
B さん	学部 4 年	2 年	学生	フィギュア
C さん	大学院 2 年	2 年	学生	モデル
D さん	学部 2 年	2 年	学生	ビキニ
E さん	学部 3 年	2 年	学生	ビキニ
F さん	学部 4 年	3 年	学生	モデル
G さん	大学院 1 年	3 年	学生	モデル
H さん	卒業 2 年	7 年	教師	ビキニ
I さん	卒業 2 年	5 年	コーチャー	ビキニ
J さん	卒業 1 年	4 年	アスリート	モデル
K さん	卒業 10 年	12 年	教師	フィギュア

## 第 2 項 アンケート調査

2023 年 8 月 19 日から 20 日に開催された「2023 年全国フィットネス選手権/CBBA PRO 中国フィットネスエリートプロリーグ」において、33 名の女性ボディビルダーにアンケート調査を実施した。2024 年 4 月 24 日には、さらに 11 名のインタビューしたボディビルダーに追加のアンケート調査を

実施した。これまでに 2 回のアンケート調査を行い、合計 44 名の回答を得た。

この大会は中国を代表するボディビル競技の一つであり、参加者はすべて中国ボディビル界のトップ選手である。中国ボディビル協会の事務局長もこの大会に選手として参加している。

### 第 3 項 参与観察

参与観察とインタビューは同時に行われた。1 ヶ月間、女性ボディビルダーと共に生活し、彼女の日々の食事やトレーニング内容を観察した。また、5 名のボディビルダーとともにボディビル大会に参加し、彼女たちの競技中の様子を観察し、大会後のインタビューも行った。

女性ボディビルの競技大会を観察する過程で、現在の女性ボディビル競技の方式やパフォーマンスの規程について理解を深めた。選手たちが求められる動作や表情についても把握した。また、コーチやメディア関係者など、多くの大会関連の人物と出会い、彼らと自由な会話を交わした（インタビューではない）。

大会以外にも、ボディビルダーの日常のトレーニングを観察することで、彼女たちが特に注目している身体の部位をより明確に理解することができた。彼女たちはその部位のトレーニングに多くの時間を費やしている。トレーニング環境も観察の重点であり、2 種類の場所があった：1) 学校のジム、2) 居住地近くの商業ジム。これらから、ジムの役割や雰囲気、そして人と人との交流などについて知ることができた。

参与観察を通じて、女性ボディビルダーの実際の生活、すなわちトレーニング、休息、競技という 3 つの異なる場面での彼女たちの様子を観察することで、私の研究結果はより信頼性を高めることができた。

### 第3節 データの分析

インタビューはすべて中国の標準語で行い、有効なインタビュー時間は最短 23 分、最長 54 分であった。資料を補完するため、一部の被調査者に対して面談や WeChat などを通じて再訪問を行った。収集したインタビュー録音の総時間は 419 分であり、携帯型スマートレコーダーや会議用ソフトウェアを使用して録音した。これらのソフトウェアにより、約 108,830 字の中国語の逐語録が生成された。

本研究では、インタビュー内容に主題分析の手法を採用し、録音を繰り返して聴取し、トランスクリプトに注釈を加えた。これにより、受訪者の発言における重要な見解や深層的な思考を識別し、理解した。アンケート調査の結果については、記述統計分析を用い、ソフトウェアを通じて各選択肢の選択回数と割合を分析し、回答者の考え方や傾向を把握した。参与観察のメモに対しては、記述的分析を行い、観察した行動、対話、環境を解釈し、その背後にある意味を分析した。

### 第4節 研究の意義

本研究の目的は、新たな視点から身体美の概念を解釈し、より多くの女性アスリートが自己の身体に対する自信を高められるよう支援することである。女性ボディビルの研究において、ボディビルダーを主体とした質的研究の関連資料を提供することを目指す。

さらに、本研究の意義は、当事者研究としての特徴にある。本研究を通じて、身体美に関する自身の疑問を解明することが期待される。

## 第四章 女性ボディビルダーの意識と行動

### 第1節 女性ボディビルダーの身体美意識

アンケート調査によれば、42.42%の選手が細身の体や少量の筋肉、筋肉のラインを持つ体を望んでおり、自分の身体が理想的ではないと考えている。彼女たちは自分の身体がより細くなることを望んでいる。その中で、56.25%の選手が自分は脂肪過多であると認識し、62.5%が自分の筋肉が不足していると感じている。

さらに、中国に「主流の美的意識」が存在するかどうかを深く理解するために調査したところ、78.79%が存在すると答え、明確に「白くて若くて細い」ことが中国の主流の身体美意識であると述べた。15%の選手は、自分を変えて主流の美的意識に合わせたいと望んでいる。これは筆者にとって意外な回答であり、選手たちは身体美意識に対してどのような理解と態度を持っているのか疑問が生じた。この疑問を持った際、回答者の身分を調査したところ、自分の身体を変えて主流の美意識に合わせたいと答えた者はすべて社会人であった。そこで、女性ボディビルダーの中で人々を区分する必要があると考えた。

これまでの研究では、女性ボディビルダーを一つの全体として研究・分析しており、被調査者の大部分は社会人であった。本研究課題に基づき、学生選手と社会人選手の間で身体美意識に違いがあるのか、身体美意識が彼女たちの生活にどのような影響を与えているのか、彼女たちの態度にはどのような違いがあるのかを検討する。以下では、収集したデータの分析と議論を行う。

## 第1項 中国の「主流的な身体美意識」

身体の形態は、女性が自分自身に対する要求や一部のイデオロギーを表現することができる。女性の身体は常に「視線を受ける客体」と見なされてきた。女性は社会的な美的基準を内面化することで、自分の身体を定義し、評価している（熊・王、2020）<sup>1</sup>。社会の美的基準は、女性の言説権の喪失、ステレオタイプの内面化、そして男性の覇権的影響によって、男性が形作った女性の身体を社会の「主流的な身体美意識」とし、女性の身体を束縛する規範となっている（曾、2015）。

「白くて細くて若い（白瘦幼）」は、男性が女性像に対して抱く美的期待と幻想として、心理的に男性の愛情や保護欲を刺激し、長い間中国社会における主流の女性身体美意識となってきた（周・孫、2020）<sup>2</sup>。2022年、張学婷は2006年から2022年までの中国知網に掲載された関連学術論文を図譜分析し、現在の中国社会における女性の美意識は「白くて細くて若い」であり、この瘦身美意識の根源を分析した。その中で、男性の欲望の投影、男性の視線、メディアのプロモーション、商業資本の介入が最も重要な原因であるとした。

アンケート調査では、78.79%の選手が中国には「主流的な身体美意識」が存在すると明確に答え、その「主流美意識」は「細い身体」であると述べた。インタビューを受けた11人のうち8人が、「肌が白くて、スリム」であることが現在の中国社会の「主流的な身体美意識」であると明言した。Hは、中国の女性は自分の身体に非常に厳しいと考えている。

---

<sup>1</sup> 熊 歆, 王 阿影 (2020). 「ジェンダーの身体への挑戦と再構築——フィットネス空間における女性身体の実践と省察」. 『上海体育学院学報』, 44(1), P49-58.

<sup>2</sup> 周 琦宇, 孫 海燕 (2020). 「『構築された』身体——大衆メディア視点から見た女性身体美意識への影響」. 『大衆文芸』, (19), P227-228

「私は大学の体育教師なので、多くの女子学生が脂肪を減らす方法について相談に来ます。しかし、彼女たちのすでに非常に細い身体を見ると、悲しくなります。多くの人が食事制限で減量しており、それはまさに弱々しいほどの細さです。彼女たちは、細ければ細いほど美しいと考えています。」

A は人間科学を専攻する学生で、4 人部屋の寮で彼女だけが運動で体を鍛えている。彼女は次のように述べた。

「同じ寮に住んでいますが、交流はほとんどありません。彼女たちは私の運動方法や私の身体が好きではないのでしょうか。彼女たちは食事を減らすことでダイエットしていて、身長 160 センチ以上で、体重が 50 キロ以下でなければ自分が細いとは思わないのです。彼女たちの美に対する認識は理解できますが、私は賛同できません。」

このような例はインタビュー対象者の中で非常に一般的で、彼女たちは社会生活の中で多くのいわゆる「白くて細くて若い-主流美意識」の影響を感じ取っている。したがって、身体美意識は個人化されたイデオロギーであるが、特定の社会環境下では、多数の人々が追い求め、好む「主流美意識」が存在し、現在の中国社会の女性の主流の身体美意識は依然として「白くて細くて若い」であると考えられている。

## 第 2 項 女性ボディビルダーの身体美意識

インタビューにおいて、女性ボディビルダーが語った身体美意識は、前述の「主流の美的意識」とは必ずしも一致しない。彼女たちはウエストヒップ比や身体のバランスなど、身体の比率をより重視している。理想的な身体はトレーニングによって獲得できると考え、身体は鍛錬によって「彫刻」されうるものであると捉えている。A さんはインタビューで次のように述べた。

「トレーニングのとき、最も気にしているのはウエストヒップ比です。肩幅があり、

ウエストが細いことが私のボディビルの究極の目標です。」

Cはクールでありながら女性らしさに溢れるアスリートで、バイクのツーリングを好む。普段はレザージャケットやタイトなパンツをよく着用し、彼女の身体の曲線を際立たせている。彼女は次のように述べた。

「私は自分のヒップラインをととても気にしています。ウエストヒップ比が良いと、服を着たときにより曲線美が出て、女性らしくてセクシーだと思います。」

もちろん、臀部以外にも、力強さを感じさせる筋肉のラインも彼女たちが追求するものである。Fはボディビルダーの腹筋を好み、ボディビルに参加し、トレーニングでは多くの時間をウエストと腹部のエクササイズに費やしている。女性がブロック状の腹筋を鍛えるのは難しいが、トレーニングを通じて「川字腹筋」を鍛えることが可能である。Bはフィギュアの選手で、他の選手よりも多くの筋肉量が必要とされる。彼女は自らがより多くの筋肉を持ち、明確な筋肉のラインを持つことを望んでいる。彼女は次のように述べた。

「筋肉のラインと力強さを持つ身体に、私は喜びを感じます。」

選手たちのトレーニングに参加して観察したところ、ボディビルダーは試合のない期間、週に3~5回のトレーニングを行っている。そのうち、Fの一週間の記録は以下の通りである。

「表2」

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
第1項	肩	モモ		肩	モモ		
第2項	背	尻		背	尻		
第3項	腹筋	腹筋		尻	腹筋		
第4項	有酸素運動			腹筋	有酸素運動		

一週間のトレーニングでは、2日をもつ小サイクルとして上肢と下肢をそれぞれ鍛え、身体を引き締めるために一回の有酸素運動を加えている。しかし、腹筋のトレーニングは毎日行われており、腹筋以外では臀部のトレーニングが週に3回行われる。したがって、トレーニング量の多さから、女性ボディビルダーが臀部と腹筋に最も高い要求を持っていることが分かる。

一方、女性に関心を寄せる体重の問題については、インタビューの過程でほとんど言及されなかった。彼女たちは体重が身体の形態を反映せず、単なる数字に過ぎないと考えている。Jは現在、プロの女性ボディビルダーとして全国大会に参加している。彼女はボディビルを専門としながらも、トレーニングと競技に必要な費用を賄うために、ジムでボディビルのコーチとして会員のトレーニングを担当している。彼女は次のように述べた。

*「自分の体重の変化を全く気にしません。自分の体型や身体のサイズにのみ注目しています。なぜなら、筋肉はもともと脂肪よりも重いからです。毎日鏡の前でトレーニングする際、自分の筋肉の形態とバランスに非常に注意を払っています。」*

彼女たちは身体の筋肉バランスを非常に重視しており、過度な筋肉の囲み（サイズ）は彼女たちを不安にさせることもある。Kは現在、大学のボディビルチームのコーチであり、かつてアジア IFBB 大会で女子フィギュアのチャンピオンを獲得した。彼女は次のように述べた。

*「私が誇りにしているのは、臀部と脚部の比率や筋肉のラインです。ここまで良い成績を収めることができた大きな要因の一つは、私のウエストヒップ比と引き締まった長い脚にあります。したがって、私はボディビルにおいて、最も重要なのは体型バランスとウエストヒップ比であると考えています。」*

ボディビルダーの身体は、しばしば社会的な規範への反抗や女性らしさへの挑戦と見なされる。彼女たちは筋肉と力強さを持っているが、ボディ

ビルが憧れる身体とはどのようなものだろうか。日本の FWJ (Fitness World Japan) の女子ビキニ部門の体型要件を例に挙げると、

「女性のアウトラインを作る基盤となる筋肉がある。グルーツ（臀部）は丸みがあり、張りがある。ハムストリングスとグルーツの間に薄っすらとセパレーションが見える。肩は少し丸みを帯びた程度の筋肉である。」ここから、臀部が最も頻繁に言及されていることが分かる。これはインタビューで得られたデータとも一致している。

以上の見解と分析を総合すると、女性ボディビルダーは身体の曲線（ウエストヒップ比）、筋肉のライン、力強さが最も重要であり、筋肉を増やすと同時に身体のバランスと自然さを維持することを重視している。身体の部位において、選手たちは臀部とウエスト・腹筋のトレーニングに注目している。体重の変化を重視せず、自身の体型や筋肉のサイズの変化により関心を持っている。

### 第3項「主流的な美意識」がもたらす影響

11名のインタビュー対象者全員が、ボディビルをした後、体型の理由でさまざまな形の否定的な評価を受けたことを述べている。その大部分は、理解の欠如や皮肉を伴うものだった。アンケート調査では、24人（有効回答37人）が、主流の美的意識が自分の生活に影響を与えたと明言している。

「世論や視線」「自信」「服を買う」などでの影響である。Bは表演学科（舞台パフォーマンス）の学生であり、ボディビルを行うようになってから、専門分野での発展に多くの制約を受けていると述べている。多くの女性役を演じることが難しく、現段階ではスポーツ系の女子生徒役や同性愛者役、あるいは男性役を担うかないという。また、Cはジムでの経験について語った。彼女曰く、「校外のフィットネスジムでは、不審なおじさんが私の後ろでじっ

と私を見ていて、突然『女性がなぜこんな身体を作るんだ？恋愛できるのか？将来結婚できるのか？』と話しかけてくる」。これは非常に失礼なやりとりであり、偶然ではなく何度も遭遇しているという。

こういった状況は主にキャンパス外で生じるようで、彼女たちは休暇中に帰省した際や親戚との集まり、また商業用フィットネスジムなどのシーンで、そのようなコメントを受けやすいと述べている。Eは何度か、家族から「思いやり」からボディビルをやめるよう求められた経験を語った。中国の「人情社会<sup>1</sup>」において、人々の距離は欧米や日本よりも近く、親戚や友人からの世論的（社会的評価）なプレッシャーがより強くなる。

世論以外の外的影響は主に「服装の購入」に集中している。先行研究によれば、現在の中国社会では女性向けの服がますます小型化し、「子供服」と揶揄されるほどである。また「ギャル」ブランドが多数登場し人気を博しているが、こうした傾向がボディビルを行う選手たちの服選びを困難にしている。Fは「今はフィットネスやヨガ用のウェアが最も多いです。それは私自身が好きだからという理由もありますが、適した服が買えないからでもあります。上着は肩幅が足りず、パンツはヒップ部分が小さすぎるから。」と述べる。

Aは「中国社会は商業的な規範を通じて女性の体型発展を制限していると思います。女性が彼らの望む姿へと向かうことを求めているのです」と指摘している。

観察の中で、筆者は選手たちがトレーニング以外の時間にも身体を強調するトレーニングウェアを着用することが多く、大学構内ではあまり注目されない一方で、校外では視線や注目を多く集めやすいことが確認できた。

このような状況下で、女性ボディビルダーたちは大きな心理的プレッシャーを抱えている。Hは「卒業後、周囲の人々が私の身体をあれこれと評価する

---

<sup>1</sup> 人情社会：何事も人間関係で解決する社会。コネクションが重視される社会。

のを感じています。そのせいで自分の体型への不安が募り、自信がなくなり、とても落ち込んでしまいました」と語る。Eもボディビルを始めた当初は数多くの評価にさらされ、内心で葛藤し、苦痛を感じていた。

さらに、選手たちは口をそろえて、中国の伝統文化が女性ボディビルの発展をより一層制約していると述べている。Fは、中国の伝統的な思想が女性の美に対する理解を狭めていると指摘する。歴史的に、中国には「纏足」や「身軽如燕<sup>1</sup>」「弱柳扶風<sup>2</sup>」といった独特の美意識が存在し、女性の身体を規範する文化的背景があった。さらには身体を細くし、不妊をもたらす「息肌丸」と呼ばれる薬まで存在したという。こうした病的ともいえる美的追求は、中国の女性に筋肉や力強さを恐れさせてきたのである。現代社会においても、このような美意識は若い世代へ影響を与え続けている。

Iは幼少期から中国伝統舞踊を学んできたが、その際、伝統舞踊の趣を引き立てるためには、細身の身体を維持することが明確に求められていたと述べている。「四肢が細く、腰がくびれていること」が伝統的な舞踊家の標準とされているのである。

以上のアンケートやインタビューから明らかなことは、中国社会において女性ボディビルダーが受ける圧力は世論のみならず生活のあらゆる側面に及んでいるということである。このような圧力は、選手たちの自信や自己肯定感に影響を与えている。その中で重要な視点は、大学環境と社会環境の変化であり、選手たちは異なる空間で異なる世論や注目を受け、それに応じた態度を取らざるを得ないという点である。

---

<sup>1</sup> 身軽如燕：燕のように軽い身体。

<sup>2</sup> 弱柳扶風：柳のように頼りなく風にゆれるような身体。

## 第2節 ボディビルの身体美意識と「主流身体美意識」の矛盾と共存

前述の2つの節から明らかなように、中国社会における「主流の女性身体美意識」が提示する「白くて細くて若い」と、女性ボディビルダーが示す「曲線美や筋肉のライン、さらに力強さを有する身体」は異なるものである。アンケート調査によると、70.45%が両者には矛盾が存在すると考えていた。彼女たちは、この矛盾を観念上の差異と捉えており、Dは次のように明確に述べている。

*「このような矛盾が存在すると思います。なぜなら、好みの身体が異なれば、追求するものも異なるからです。それでも私は、他人の身体美意識を尊重しています。美意識というものは非常に個人的なものだと思っていますから。」*

一方、矛盾が存在しないとする選手たちは、中国社会がすでに多元的な美意識の段階に入っていると考えている。Fは以下のように述べる。

*「矛盾は存在しないと考えます。また、それらは共存できるとも思います。なぜなら、現在は多元的な美意識の時代であり、どのような美意識でも好む人がいるからです。すべての美意識を尊重しますが、健康が最も重要です。」*

このように、両者の認識はいずれも多様な美意識を尊重すべきだという点で一致し、選手たちは非常に寛容な態度を示している。女性ボディビルダーは、曲線美があり、力強さをもち、筋肉のラインが明確な身体を望んでいる。彼女たちは、あらゆる美意識にはそれぞれ存在意義があると考え、強い包容性を示しており、各人の美意識は尊重されるべきだと主張している。しかしながら、美意識は自分自身に従うべきであり、流行に流されるべきではない。

しかし、彼女たちはあくまでも自分自身の認識や嗜好に基づく美意識を重視し、メディアや消費主義の影響で自らの身体を変えるべきではないと考えている。また、「両者は共存可能か」という問いに対して、選手によっ

て異なる見解が示された。

資料整理の過程で、選手たちの属性と意見に差異があることが分かったため、以下の表を用いてデータを示すこととする。

「表 3」

意見	I	II	III	IV
学生	80%	10%	0%	10%
社会人	18.75%	31.25%	40.62%	9.37%

I：矛盾は存在しているが共存できる    II：矛盾は存在しており、共存できない  
III：矛盾は存在しない、共存できる    IV：矛盾は存在しない、共存もできない

10名学生のボディビルダーを対象にアンケート調査を行った結果、学生の大多数は、主流の美的意識とボディビルの美的意識には矛盾が存在すると考えているが、両者は共存できるという意見が多かった。しかし、プロのアスリートの回答には4つの異なる意見が存在し、その多くが二つの極端に分かれていた。一つは、二つの美的意識に矛盾は存在しないという意見、もう一つは、矛盾が存在し、共存できないであるという意見である。このような分岐は、女性ボディビルダーたちが「主流的な美意識」および「ボディビルの美的意識」に対して必ずしも一様な見解を持っておらず、社会規範へのフィードバックも多様であることを示している。つまり、彼女たちを「女性ボディビルダー」という一括りでとらえることは困難である。

### 第3節 学生ボディビルダーと社会人ボディビルダーの相違

インタビューおよびアンケート調査の結果、ボディビルダーが捉える「ボディビルダーの身体美意識と主流の美意識との関係」に対する認識には違いがあることがわかった。また、その後の設問においても、学生ボディビル

ダーと社会人ボディビルダーが示すボディビルへの態度は異なっていた。そこで本小節では、運動を続ける動機とボディビル競技に対する姿勢という二つの側面から、両者を比較検討する。

### 第1項女性ボディビルダーの続ける動機

選手たちの運動動機を検討するに先立ち、まず彼女たちがボディビルを始める契機について質問した。筆者は、運動を始めるきっかけ（契機）と、その運動を継続する動機とは明確に区別する必要があると考えている。インタビューとアンケート調査を通じて、多くの選手は、この競技に始める契機として、(1) コーチの推薦や専門科目 (2) 主流の美的意識に合わせるための減量のためだった、と述べている。しかし、ボディビルを始めた後、この競技が魅力に満ちていると感じるようになり、次第にこの競技を自分の愛する趣味や職業として継続するようになった。

ボディビルを続ける理由は内在的な動機が主であり、自己向上に関連している。これは、ボディビルが女性ボディビルダーの心理的成長に多くの肯定的な影響を与えていることを示している。外在的な動機は相対的に弱く、他者からの肯定の頻度が最も高い。競技大会や経済的要因も複数回言及されている。(アンケート調査においては、本設問を自由記述式とし、回答者に自身の考えを記入してもらった)

「表4」アンケートの中一動機のキーワード頻度

キーワード	頻度
達成感	8
体型を維持する	6

セルフコントロール	5
肯定感	5
競技大会	5
友達	4
健康	4
自我意識	2
モチベーション	2
仕事	2

女性ボディビルダーがボディビルに参加する主な動機は、自己向上、運動における達成感の獲得、自己制御力の向上、理想的な体型の維持などの内的動機である。一方で、競技大会、社交機能、経済的利益といった外的動機の影響は比較的弱い。したがって、ボディビル運動は運動選手の心理的ニーズをより顕著に満たしている。

### 1-1 学生ボディビルの続ける動機

インタビューにおいて学生アスリートと対話した際、彼女たちは内面的な動機が自身に及ぼす影響について、より多く言及していた。

インタビューの中で、Aはボディビルに関する自らの「野心」について言及し、その理由として「より良い自分」を目指すことを挙げている。

**「1つはトレーニングへのモチベーションを得ることができ、1つは自分自身をアピールする機会を得ることができます。」**

一方、Bはボディビル過程において、自分の身体を掌握することによって生活そのものをコントロールできると感じている。

**「自分の筋肉をコントロールできる感覚がとても好きで、それによって自分の生活**

を制御できると感じます。身体を通して、よりはっきりと生活を実感することができ  
ます。」

このような感覚は先行研究における「コントロール感」とも一致しており、ボディビル選手は自己の身体を創り上げることで、自身の身体や生活、さらには運命に対する強い掌握感を得ているといえる。

参与観察からも、選手たちが極めて規則正しい生活リズムを維持していることが確認できた。例えば、毎日午後4時から7時までは大学のジムでトレーニングを行っている。休日であっても、部屋の中でベッドや椅子を用いて筋肉を刺激する簡易なトレーニングを欠かさない。Fは、このような充実した生活は大きな達成感をもたらし、トレーニング中は自分自身に集中することで日常生活の不愉快やストレスを忘れることができると述べている。こうした体験が、彼女たちがボディビルを継続する重要な動機となっている。

したがって、ボディビル選手が継続する動機は主として自分自身の内的な欲求に基づいている。トレーニングを通じて、彼女たちは自己肯定感、コントロール感、そして自己成長を得ることができる。また、運動中に没頭しエネルギーを獲得することができるため、得られるポジティブな感覚は外部からのネガティブな影響を上回り、持続的な取り組みを可能にしている。

## 1-2 社会人ボディビルダーの続ける動機

社会人として活動する選手たちは、主に職業的な視点から外部動機を語ることが多い。例えば、教師であるHやKは、すでに競技会には出場しないものの、学生に「健康的な美」を伝えるため、自らのフィットネス行為を継続している。Iはフィットネストレーナーとして、完璧な体型を維持することが顧客に能力の信頼性を与えるため、その維持が業務の一環となってい

る。

Kは学生たちに女性の美しい筋肉ラインを見せるため、「ヴィクトリアズ・シークレット・ファッションショー」の映像を視聴させることがあるという。そのため、学生からは「川字腹筋や外腹斜筋を持っているのか」と質問されることもある。Kは「**力強い身体こそが美しく、健康的な身体こそが本当の美であると、学生に知ってもらいたい。だからこそ、自分自身が手本になりたい**」と語っている。

一方Iは、ボディビル大会のみでは生活費やトレーニング費用を十分に賄うことが難しいため、現在はフィットネスクラブのトレーナーとして指導にあたっている。より多くの顧客を獲得するには、自身の体型を維持する必要があるという。Iは「**仕事の都合で多忙を極めるが、それでもトレーニングの時間をなんとか確保しなければならない。以前はジム通いを心から楽しんでいたが、いまは仕事上の必要性が中心となっしまい、やや残念に感じる**」と述べている。

学生選手の動機はより主観的で内面志向的であるのに対し、社会人選手は外的要因（職務上の必要性）に動機付けられている。これにより、ボディビルという行為は、選手の属性によって異なる意味合いを持つことが明らかである。

## 第2項 女性ボディビルダーの態度

インタビューを行った11名全員が、否定的な評価を多く受けたとしてもボディビルを諦めるつもりはないと考えている。そのうち2名は、このような挫折がかえって自身をより奮起させ、自己証明の機会になると前向きに捉えている。6名は他者の評価に左右されず、自分の好きなことに集中したいと考えている。1名は、精神状態が不安定な場合には影響を受けるもの

の、自分を強くする努力を続けていると述べた。さらにもう 1 名は、ネガティブな評価は相手側の美的感覚や寛容性の欠如によるものだと指摘している。

## 2-1 学生ボディビルダーの態度

このような議論から、ボディビル選手はボディビルに対して非常に前向きな態度を示しているといえる。彼女たちは、自分の好きなことを貫くべきだと考えており、ボディビルによる否定的評価により自己を否定したり、過度の不安に陥ったりはしていない。また、彼女たちは自らが「主流的な美意識」に対して反抗する立場にあると捉えている。両者の美意識が異なるために対立と見なされるが、彼女たちは自分たちの美意識を堅持することで、伝統的な美意識に挑戦していると考えられる。しかし、この「反抗」は果たして実質的なものなのだろうか。選手自身は、自らの行為を反抗として認識しているのだろうか。インタビューでは、わずか 3 名の選手が明確に「私は反抗している」と述べた。それ以外の選手たちは、自分自身が「他者とは異なる」という感覚を持っているものの、それをはっきりと反抗行為と位置付けてはいない。しかし、対話を通じて、自分たちが直面する困難や世論からの圧力が、その「異なる身体」に起因することを自覚するに至り、彼女たちが堅持する態度は、少なくとも彼女たち自身が肯定するかたちで「反抗」と見なされている。

注目すべき点として、筆者が選手たちと共にトレーニングを行う中で発見した事例がある。大学のジム内のフリーウェイトやマシンがある「ウェイトトレーニングエリア」には、男性も女性もいる状況が見受けられるが、学外の商業ジムでは、このエリアに男性のみが集まり、女性の多くは有酸素運動エリアやヨガエリアに留まっているという現象があった。女性ボデ

ボディビル選手がウエイトエリアでトレーニングを行うと、男性からの視線が多く注がれる。Bは、自分が筋肉と力強さを有する身体を獲得した際、自らが男性よりも強く、あらゆる面で優位であると感じたと述べている。これらの状況から、筆者は、この場面における女性ボディビル選手の存在そのものが、男性的なヘゲモニーに対する一種の「反抗」として位置づけられると考える。

## 2-2 社会人ボディビルダーの態度

アンケート調査の結果、「理想的な身体」の選択肢として25%のボディビルダーが「より細い身体」を選び、さらに態度を問う設問においては15%のボディビルダーが「主流の美的意識に合わせるために自分の身体を変えたい」と回答していた。興味深いことに、これらの回答はいずれも社会人アスリートからのみ得られたものであった。

インタビューに応じた4名の社会人ボディビルダーも、アンケートの中で共通する見解を示していた。Hは、社会に出た後、周囲の身体評価が変化したことを述べた。「*周囲は私の身体がたくましすぎて、女性らしさに欠けると見なしています。私は筋肉が小さくなるようにトレーニングを減らし、代わりにダイエットに集中するようになりました。より美しく見える身体を求めているのです。*」また、Kは結婚後、子育てが必要なため、身体により多くの脂肪が必要となったと語る。美のためだけではなく、生活のニーズに合わせて身体を変容させる必要があると考えている。

彼女たちは、社会人となった後、学生時代とは異なる評価や強い世論的プレッシャーのもとに置かれている。「美しい身体」とは見なされなくなり、その結果として、社会的な状況に「従順」する行動を取るようになっていく。

### 2-3 ボディビル競技に対する態度

筆者はインタビューの中で、ボディビル競技に対する選手たちの態度についても尋ねた。Kは次のように述べている。

*「現在のボディビル競技では女子ボディビルが廃止されました。なぜなら、この種目に必要な筋肉量が過大で、選手の身体が不自然に見えるからです。一方的に身体のサイズの増加を追求し、不均衡で不自然になるべきではありません。現在最も人気のあるスポーツモデル、ビキニ、女子フィジークはすべて筋肉量を減らし、身体の筋肉をバランスよくし、大衆の美的意識に合致させています。」*

ボディビルの競技会において、女性選手は輝くイヤリングやブレスレットなどのアクセサリを身に着け、より女性的な魅力を強調することが求められる。また、筆者が選手たちと共に大会に参加した際、大多数の女性選手が長いストレートヘアもしくは巻き髪を選び、競技中は髪を下ろした状態でポーズをとっていた。ポージングの合間には、色気を帯びた仕草で髪を片側に流すなど、女性らしさを示す動作が見受けられた。四川師範大学のボディビルチームのコーチ、張徳春氏は「競技において女性選手が明確な女性性を表現する動作は必要であり、それは審査基準の一部である」と述べている。

現在、中国の女性ボディビル競技、特にIFBB（国際ボディビル・フィットネス連盟）傘下の大会では、スポーツモデル、ビキニ、フィジークが主なカテゴリーとなっている。一方で、より筋肉量を求められる種目は、参加者や観戦者が少ないこと、そして求められる筋肉量が多いことなどを理由に、すでに廃止されている。

### 2-4 まとめ

学生ボディビルは独特な美意識を示しており、彼女たちはより自信に満ち、思想的にも独立している。彼女たちは規範に反抗し、中国が多様な美的

意識へと進むことを期待していると考えられる。一方で、プロの選手たちは妥協と従順の態度を示しており、これはボディビル選手内部の矛盾を反映している。

また、選手たちが反抗的な態度を示しているにもかかわらず、ボディビル競技自体が規範への妥協と順応を示しているという点も挙げられる。

最後に、選手たちの置かれた環境の変化が態度の変化を引き起こしており、これは自己意識の矛盾である。

以上のインタビューおよび観察結果を総合すると、以下の考察が可能である。

- (1) ボディビル選手は、自らがボディビルの美的美を堅持することを「主流の美的意識」への「対抗的な行為」と捉えている。
- (2) 選手たちは、自分が置かれた環境や状況に応じて異なる態度を取っている。
- (3) ボディビル競技そのものが「主流的な美的意識」に対する従属的な側面も内包している。

## 第五章 結章

### 第1節 本研究の考察

#### 第1項 「運動する身体」

熊歆は「フェミニズム視点からの運動身体理論」において、メルロ=ポンティ（Maurice Merleau-Ponty）の「運動する身体」理論を用いて、運動が女性の生理的・心理的側面に与える影響を説明している。まず、「運動する身体」理論とは、人間の身体が移動可能であることを指し、これこそが身体の最も重要な経験であり、生命発展の手段である。人はある空間へ入るために身体をその空間へと移動させる必要がある。移動とは身体を目標へ近づけ、目標との相互作用を通じて新たな身体実現を導く過程である。その過程の中で、身体は自らのアイデンティティを確立していく。

女性ボディビルは、まさにこのようなプロセスに当てはまる。選手たちはボディビルを通じて理想の身体を獲得すると同時に、心理的な側面で身体のコントロール感や自己肯定感を得る。生理的・心理的欲求が満たされる中で、女性ボディビル選手は自らのアイデンティティを確立していく。そして、筋肉と力強さを通じて男女間の境界を打破し、達成感を得る。この意味で、女性ボディビルは女性にとって新たな生存空間を切り開くものと言える。女性ボディビル選手は身体を通じて生理的・心理的な満足を得るのであり、これは彼女たちがボディビルを継続する重要な理由だと考えられる。

身体理論は、私たちが身体を通して世界を知覚し、経験を得て、世界と相互作用すると強調する。私たちは思考によって世界を認識するのではなく、身体を通じて世界を理解する。そのため、思考と身体による認知には偏差が生じ得る。この点は女性ボディビルダーにも見られる。彼女たちは自分

たちの行為を明確に「反抗」として意識しているわけではない。しかし、その行動は結果的に伝統的な美意識への挑戦となっている。彼女たちは単に好きなスポーツに打ち込み、自らの身体や美意識を表現しているに過ぎないが、それこそが身体を通して世界と相互作用している現れなのである。

## 第2項 異なる領域における運動行為

社会文化は、特定の社会における女性としての構造や状況、すなわちジェンダー規範を構築している。女性は異なる領域において、その身体行動や感情傾向がジェンダー規範によって「規定」される。堀田と松尾の論文「ジム空間で織りなされるボディビルダーらの身体文化—ジム空間における身体性・関係性・集合性に着目して—」は、ボディビルダーがジムという特定の空間に身を置くことで、そこに没入し、特殊な身体文化領域が形成されることを指摘している。筆者は、本研究調査を通じて、女性ボディビル選手が異なる領域で異なる態度や対処行動を示している事実を確認できたと考える。たとえば、大学のジムでは、女性ボディビル選手はより積極的にウェイト系器具を用いたトレーニングに参加できるが、商業ジムでは外部からの視線や世論的プレッシャーを感じ、トレーニング時間を短縮したり、ウェイトトレーニングを減らしたりする傾向がある。

加えて、大学環境は特異な身体文化領域といえる。そこでは構成員が主に体育系の学生や教員で占められ、人間関係はよりシンプルかつ友好的である。大学環境の人々は、身体美に対する理解がボディビルの身体観に近く、女性ボディビルダーにとって安心かつ快適な空間が構築されている。しかし、社会環境においては、構成員の多様性と主流的な美意識が強く作用し、女性ボディビルダーはより大きな衝撃やプレッシャーにさらされる。彼女たちは外部からの支持を得られない場合、個人的なジェンダー気質の

表出と伝統的女性らしさへの社会的期待との狭間で葛藤を強いられる。そのため、受ける衝撃の度合いに応じて、異なる行動や感情的フィードバックが生じるのである。

このことは、女性ボディビルダーの学生期と社会人期における役割変化に伴う、態度や行動の顕著な相違を説明する。学生選手は自らを「反抗者」とみなし、自分の身体美意識を貫くと同時に、家族や友人とのコミュニケーションを通じて理解を求める。たとえ否定的な評価を受けても、自らの考えと行為を堅持し続ける意志が見られる。しかし、社会に出た後、領域の変化によって異なる世論や圧力に直面した際、ボディビル選手たちの行動や態度には大きな変化が生じる。彼女たちは支持や理解を得るために「従順」する姿勢を示すようになるのである。

### 第3項 身体政治による女性運動の身体への規範

身体政治は「身体への管理・監視・統制」を指し、フェミニズム身体理論の重要な構成要素である。男性中心的なスポーツ制度とスポーツ文化は、女性の身体に対して厳密な管理・監視・統制を行い、その支配的なスポーツ言説によって女性身体の解釈や要請を行っている。

女性ボディビルの規則や審査基準からも明確に見て取れるように、女性ボディビルはその誕生当初から、男性ボディビルの付随的なパフォーマンスとして扱われ、男性のルールを準拠点として確立されてきた。審査員の多くは男性であり、女性選手に対して、試合時に女性的なアクセサリー（イヤリングやブレスレット等）の着用や、女性らしさを強調したポージングを求める。女性ボディビルの起源から発展まで、この競技は強いジェンダー規範に縛られ、常に男性的権力の支配下にあることが指摘できる。

消費時代において、身体は称賛・鑑賞・享受の対象となる一方、知らぬ間

に消費主義の罠に陥る危険性もはらんでいる。消費主義は身体の維持・ケアを重視し、その外観や美観に焦点を当てる。女性のスポーツ活動は、容易に消費記号や差異を生み出す場となる。先行研究では、男性のスポーツ・フィットネスは自己満足・自己鑑賞を志向するのに対し、女性のスポーツ身体は他者（特に男性）を喜ばせる傾向が強いと指摘されている。女性の身体は、男性が支配権力を維持する一手段とみなされ、女性身体の自由な発達を抑制し、従順な形態を強化することである。

ボディビル競技の場において、女性ボディビルは一種の「客寄せパンダ」として扱われる傾向が強い。女性ボディビル競技は観客数が多く、より多くの議論を呼ぶ一方で、観衆は筋肉のラインや量よりも、外見やビキニ姿に注目しがちである。筋肉量が大きいクラスは参加選手や観客が少ないこと、さらにドーピングの問題なども重なり、廃止に至る場合がある。その一方で、話題性や観客増を狙い、大衆的な美意識に合致したスポーツモデル部門や、ヨガウェアの披露といった新たな種目が追加されている。こうした動きから、この競技が徐々に「主流的な美意識」へと近づく傾向がうかがえる。

## 第2節 本研究の結論

考察部では、「女性ボディビル選手は伝統的な美意識に対し、従順的なのか、それとも反抗的なのか」という本研究の主要な問題を論じてきた。

第一に、女性ボディビル選手はボディビルを通じて生理的・心理的充足を得ており、自己肯定感や達成感を高めている。そのため、彼女たちはボディビルを継続するのであって、運動する身体理論の視点から言えば、必ずしも「反抗」という思想的自覚があるわけではなく、身体行動を通じて「反抗」を体現していると考えられる。

第二に、ボディビル選手は異なる領域において異なる行動・態度を示す。領域ごとに異なる感知や評価がもたらされ、まったく異なる反応を引き起こす。ゆえに、彼女たちを一律に「女性ボディビル選手」としてくくることは困難である。

最後に、女性ボディビル選手たちは、反抗的な行為を示しているにもかかわらず、女性ボディビルという競技自体が社会に順応し、結果的に「主流的な美意識」に近づいていく側面がある。

以上を総合すると、女性ボディビル選手の態度は、「反抗」「従順」という二項対立だけで説明することはできない。彼女たちは運動選手であると同時に女性でもある。運動選手としては、健康と力強い身体を追求し、伝統的規範や美意識に対する「反抗」の態度を示す。しかし、女性としては、社会的束縛や規範に縛られ、支持や理解を求めらる中で、世論の圧力に対して「従順」的な姿勢も示す。これは決して規範への屈服ではなく、自己防衛的な戦略であるといえよう。

### 第3節 今後の課題と展望

今後の研究課題として、第一に、研究対象の多元化と比較研究の実施が挙げられる。本研究は、特定の大学や限られた範囲の社会人選手を中心に分析を行ったが、中国全土の異なる地域、職業、年齢層、さらにはさまざまな文化的背景を有する女性ボディビルダーを対象とした調査が、より包括的な理解に資するであろう。こうした多元的サンプルを収集・比較することで、地域性や社会階層、職業特性、教育水準などの要因が、女性ボディビル選手の身体美的意識や対社会戦略にどのような差異をもたらすのかを、より精緻に明らかにできる。これにより、主流的な身体美意識やジェンダー規範が、どのように多様な社会空間で再生産・変容されているのかにつ

いて、学術的な視点から有益な示唆を得ることが可能となる。

第二に、時間的な変化や個人のライフコースに着目した縦断的研究が求められる。本研究で明らかになったように、女性ボディビルダーは、学生期と社会人期といった異なるステージにおいて、身体美意識や行動態度を変容させている可能性が示唆された。しかし、これまでの分析は、ある特定の時点や短期間における状況把握に留まっている。今後は、同一の被調査者について長期的に追跡調査を行い、例えば、学生期において「反抗」と認識された身体美意識や行動様式が、社会人となる過程でいかに変容するのか、また社会的地位の上昇や家族形成の有無、経済状況の変化などが、身体観や対社会行動にどのような影響を及ぼすのかといった問いに答えることが可能となる。このような縦断的研究は、女性ボディビルダーが置かれる社会的・文化的コンテクストと、彼女たちの主体的な選択や価値再構築との動態的な関係性を解明し、女性身体文化研究に新たな展望を示すであろう。

以上のような多元的な視座と長期的なアプローチを組み合わせることで、女性ボディビルという現象が、中国社会特有のジェンダー規範、文化的伝統、経済状況、メディアの影響力などといかに関係し、再編成されていくのかを、より深く理解することが期待される。

## 参考文献

### 英語文献

1. Bunsell, Tanya (2013). *Strong and Hard Women: An ethnography of female bodybuilding*.
2. Lowe, Maria R. (1998). *Women of Steel: Female Bodybuilders and the Struggle for Self-definition*.
3. Todd, Jan & Harguess, Desiree (2012). Doris Barrilleaux and the Beginnings of Modern Women's Bodybuilding. *Iron Game History*, January.
4. McGrath, S., & Chananie-Hill, R. (2009). "'Big Freaky-Looking Women': Normalizing Gender Transgression Through Bodybuilding." *Sociology of Sport Journal*, 26(2), 235-254.
5. Meredith G. F. Worthen & S. Abby Bake (2016). Pushing Up on the Glass Ceiling of Female Muscularity: Women's Bodybuilding as Edgework. *Deviant Behavior*, 37(5), 471-495.
6. Klein, A. M. (1995). Life's too short to die small. In D. Sabo & F. D. Gordon (Eds.), *Men's health and illness* (pp. 105–120)
7. Lindsey J. Mean & Jeffrey W. Kassing (2008) 'I Would Just Like to be Known as an Athlete': Managing Hegemony, Femininity, and Heterosexuality in Female Sport, *Western Journal of Communication* Vol. 72, No. 2, April–June 2008, pp. 126–144
8. Vikki Krane (2001) *We Can Be Athletic and Feminine, But Do We Want To? Challenging Hegemonic Femininity in Women's Sport*.

## 中国語文献

1. 段邵婷 (2022) 中国女子ボディビル・フィットネス・ビキニ競技用水着の変遷研究。
2. 方萍、史曙生 (2018) 传统文化视角下我国女子健美运动发展研究。Sports Culture Guide, No.11 November.
3. 楊雪、樊蓮香 (2020) 運動によるエンパワーメントと身体の不安：重競技女性アスリートの社会的アイデンティティ。Journal of Physical Education, Vol.27 No.4.
4. 陳樹峰、張桔 (2018) 国内女性身体審美研究評述。メディアと芸術, 2018年12月下旬刊。
5. 張宝花, 王永生, 劉瑛 (2014). 「中国における女子競技ボディビル運動の発展現状及び対策研究」『体育科技文献通報』, 22(01), P39-60.
6. 葉子煊 (2015). 「中国におけるボディビル競技女子種目の発展と規則変更に関する研究」D. 西安体育学院.
7. 李夏琳 (2016). 「中国におけるボディビル競技規則の変遷における特徴と影響要因に関する研究」D. 成都体育学院
8. 阮乔 (2021). 「『健与美』雑誌の報道における女性身体の美意識に関する研究」D. 上海体育学院.
9. 楊斌 (2011). 「フィットネス・ボディビル体育：女性身体美の理性的回帰」D. 上海体育学院.
10. 劉致穎 (2017). 「凝視される身体：文化伝播の視点から見る『女性のダイエット』現象に関する研究」D. 南京師範大学.
11. 熊歆 (2021) 「凡身之造：中国女性健身叙事」。
12. 李夢瑶, 母毅剛 (2023). 「中国における女性フィットネス・ボデ

イビル競技参加者の参加動機分析」.中国体育科学学会.『第十三届全国体育科学大会论文摘要集--ポスターセッション(運動心理分会)(二)』 p.3.

13. 李 景剛 (2012). 「誰が女性の身体美を操っているのか——女性身体之美意識現象及び美意識の歴史的変遷に関する考察」.『淮北師範大学学报(哲学社会科学版)』, 33(02), P67-70.

14. 楊 斌, 虞 重干, 李 延超, 唐 吉平 (2009). 「女性身体美の歴史的検証」.『体育文化導刊』, (07), P 140-143.

15. 李 慧, 李 国泰 (2014). 「体育文化の背景における中西女性身体美意識の差異」.『吉林体育学院学报』, 30(06), P25-27.

16. 莫蘭 (2017) 「健美女冠军挨骂的背后」『中国妇女报』2017年3月27日。

17. 王 愛民, 張 柳霞 (2012). 「社会的ジェンダー視点における女性の体型美意識とフィットネス運動への参加動機の分析」.『体育と科学』, 33(02), P63-66.

18. 周 琦宇, 孫 海燕 (2020). 「『構築された』身体——大衆メディア視点から見た女性身体美意識への影響」.『大衆文芸』, (19), P227-228

19. 熊 歆, 王 阿影 (2020). 「ジェンダーの身体への挑戦と再構築——フィットネス空間における女性身体の実践と省察」.『上海体育学院学报』, 44(1), P49-58.

20. 張 学婷 (2022). 「CNKI データベースに基づくメディアとダイエット領域の文献レビュー」.『科技伝播』, 14(09), P50-54

21. 熊 歆 (2014). 「体育の背景におけるジェンダーの理論化——フェミニズム・パラダイムが女性体育研究にもたらす構築について」.『体育科学』, 34(07), P3-11.

## 日本語文献

1. 堀田文郎、松尾哲矢（2023）「ボディビルへと専心する人々の論理とその過程に関する研究—ボディビルダーの身体的次元に着目して」 *Japan Journal of Sport Sociology*, 31-1。
2. 井谷聡子（2021）『＜体育会系女子＞のポリティクス』。関西大学出版社。
3. 越智啓太（2021）『美人の正体：外見的魅力をめぐる心理学』。実務教育出版社。
4. 中土井智（2019）『ダロウェイ夫人』にみる「女性」の身体性と論理。
5. 堀田文郎、松尾哲矢（2024）「ジム空間で織り成されるボディビルダーらの身体文化
6. 「ジム空間における身体性・関係性・集合性に着目して—」 *スポーツ社会学研究* 2024 年 32 卷 2 号 p. 53-68

## 謝辞：

まず、2年間の修士課程を通じて、川島浩平教授に心から感謝申し上げます。入学当初から、教授は学業面での支援やアドバイスに加え、生活面でも多大な配慮をしてくださいました。毎週の相談では、研究テーマの決定から研究の視点、そして最終的な論文作成に至るまで、常に私を支え、尊重してくださいました。教授はいつも温和で寛容な姿勢を保っており、その姿勢に深く感銘を受けました。教授から学んだ人生の教訓は、今後の私の人生にも大きな影響を与えることでしょう。

次に、副査を務めてくださり、専門的なご指導をしていただいた石井昌幸先生、杉山千鶴先生に感謝いたします。また、その他の知識を教えてくださいました先生方に感謝いたします。

そして、四川師範大学フィットネス・ボディビルチームの張徳春コーチおよびインタビューにご協力いただいた女性ボディビルダーの皆様に、心より感謝申し上げます。

最後に、留学生生活をいつも支えてくれた両親に感謝申し上げます。