

# 青年期学生の体型認識に関する研究

浦田 秀子<sup>1</sup>・福山由美子<sup>2</sup>・勝野久美子<sup>3</sup>・野田 淳<sup>4</sup>  
北島 浩美<sup>5</sup>・田代 隆良<sup>1</sup>・田川 泰<sup>1</sup>・田原 靖昭<sup>6</sup>

**要 旨** 青年期学生の減量行動に影響を及ぼすと考えられる体型および体型認識について、学生803名(男子230名, 女子573名)を対象に検討した。太っていると認識している者は男子は40.4%, 女子は71.4%であるが, BMIによる分類では肥満群はそれぞれ18.3%, 3.9%であり, 実際は肥満でもないのに太っているという意識が強かった。本人の理想体重によるBMIは, 男子は $21.1 \pm 1.3$ で標準体重に近かったが, 女子は $19.0 \pm 1.2$ でかなり低い体重を理想値としていた。やせたい理由は, 男女とも太っているが一番多かったが, 2番目は男子では健康のため, 女子では美容のためであった。また, 肥満群と非肥満群でみると前者は健康上の理由が, 後者は美容のためが多かった。体型認識の歪みから誤った減量行動を起こさないためにも, 適正な体型認識にもとづく健康教育が重要と考える。

長崎大医療技短大紀 14(1): 23-29, 2001

**Key Words** : 青年期学生, BMI, 体型認識

## I. はじめに

自分のからだかどのように見えるかということは, アイデンティティの確立期にある青年期学生にとって重要な問題である。現代は「やせている」ことが美しさの基準となっており, 肥満でもないのに「太っている」と認識している者が多い。この体型認識の歪みが身体的・精神的不健康<sup>(1-5)</sup>を引き起こしていると考えられる。体型は健康状態の指標のひとつであり, 体型を適正に認識することは健康づくりの視点から大切なことである。青年期にある者の健康問題は単に自己の健康管理の問題にとどまらず, 女子では母性保健の立場からも重要である。そこで, 健康教育の資料とするため, 青年期学生の体型認識について調査を行った。

## II. 研究方法

### 1. 調査対象

対象者は長崎大学の学生で, 研究者らが担当する科目の受講生である。事前に身体計測および体型に関する調査を行う目的を説明し, 協力を求めた。測定および調査は講義時間に実施し, 調査用紙は終了時に回収した。

調査および測定は812名に実施したが, 対象者を青年期後期の18~22歳とし, また, 調査用紙に欠損のあるものを除外し, 803名(男子学生230名, 女子学生573名)について解析した。所属学部の内訳は, 男子は教育学部56名, 経済学部105名, 医学部24名, 歯学部8名, 薬学

部8名, 工学部23名, 医療技術短期大学部6名で, 女子は教育学部178名, 経済学部76名, 医学部11名, 歯学部12名, 薬学部10名, 医療技術短期大学部286名であった。

### 2. 調査内容

#### 1) 身長・体重の測定

身長および体重を測定し, Body Mass Index (BMI=体重(kg)/身長(m)<sup>2</sup>)を算出した(実測BMI)。BMIによる判定は日本肥満学会の肥満判定基準<sup>(6)</sup>により18.5未満を低体重群, 18.5~25未満を普通群, 25以上を肥満群とした。

#### 2) 体型認識に関する調査

自記式質問紙により, 現在の自分の体型に対する認識を, 「太っている」, 「ちょうどよい」, 「やせている」の3段階で, 現在の体型に対して今後の希望を「やせたい」, 「このままでよい」, 「太りたい」の3段階で質問した。さらに, 「やせたい」と思っている者については, その理由を選択肢の中から複数回答で求めた。また, 現在の身長で理想とする体重についても質問し, 理想体重からBMIを算出した(理想BMI)。また, その理由を選択肢の中から回答してもらった。

3) データの分析は, 統計パッケージSPSS (Statistical Package for the Social Science) for Windowsを用いた。平均値の差の検定はt検定, 比率の差の検定は $\chi^2$ 検定で解析した。

- 1 長崎大学医療技術短期大学部
- 2 千葉大学大学院看護学研究科
- 3 長崎呼吸器リハビリクリニック
- 4 県立長崎シーボルト大学看護栄養学部
- 5 北里大学東病院
- 6 長崎大学教育学部

### Ⅲ. 結 果

#### 1. 対象者の背景

年齢, 身長, 体重, 理想体重, 実測および理想 BMI の男女別平均値を表 1 に示した. 実測および理想 BMI は, 男子は $21.7 \pm 2.6$ ,  $21.1 \pm 1.3$ , 女子ではそれぞれ $20.7 \pm 2.2$ ,  $19.0 \pm 1.2$ で, 男女とも実測 BMI より理想 BMI が低かった ( $P < 0.01$ ).

表 1 調査対象

	男子 n=230	女子 n=573
年齢(歳)	$19.2 \pm 1.0$ (18~22)	$19.0 \pm 0.8$ (18~22)
身長(cm)	$171.0 \pm 5.6$ (158.0~185.0)	$158.3 \pm 5.3$ (144.3~178.0)
体重(kg)	$63.4 \pm 9.2$ (46.1~114)	$51.8 \pm 6.3$ (35.5~78.5)
理想体重(kg)	$61.9 \pm 6.2$ (48.0~85.0)	$47.5 \pm 4.3$ (40.0~60.0)
実測BMI(kg/m <sup>2</sup> )	$21.7 \pm 2.6$ (15.3~34.8)	$20.7 \pm 2.2$ (14.2~31.1)
理想BMI(kg/m <sup>2</sup> )	$21.1 \pm 1.3$ (18.2~25.8)	$19.0 \pm 1.2$ (16.4~23.6)

\*\* $P < 0.01$

#### 2. 実測 BMI の分布

男子は, 低体重群が14名(6.1%), 普通群199名(86.5%), 肥満群17名(7.4%)で, 女子は, 低体重群が88名(15.4%), 普通群469名(81.8%), 肥満群16名(2.8%)で, 男女とも普通群が多かった ( $P < 0.01$ ).

#### 3. 体型に対する認識

男子は現在の体型に対して「太っている」と思っている者(「太っている」群)は93名(40.4%), 「ちょうどよい」と思っている者(「ちょうどよい」群)は78名(33.9%), 「やせている」と思っている者(「やせている」群)は59名(25.7%)であった(表 2). 今後の体型への希望は「やせたい」と思っている者は88名(38.3%), 「このままでよい」と思っている者は103名(44.7%), 「太りたい」と思っている者は39名(17.0%)であった(表 3).

表 2 現在の体型認識

	太っている	ちょうどよい	やせている	合計
男子	93(40.4)	78(33.9)	59(25.7)	230(100.0)
女子	409(71.3)	135(23.6)	29(5.1)	573(100.0)

表 3 今後の希望体型

	やせたい	このままでよい	太りたい	合計
男子	88(38.3)	103(44.7)	39(17.0)	230(100.0)
女子	458(79.9)	100(17.5)	15(2.6)	573(100.0)

( )内は%

女子は「太っている」群は409名(71.3%)で, 「ちょうどよい」群は135名(23.6%), 「やせている」群は29名(5.1%)であった. 今後の体型への希望は「やせたい」

と思っている者は458名(79.9%), 「このままでよい」が100名(17.5%), 「太りたい」が15名(2.6%)であった.

体型認識と今後の希望との関係は, 男子では「太っている」群では「やせたい」が88.2%, 「このままでよい」が11.8%であり, 「ちょうどよい」群では「このままでよい」が91.0%, また「やせている」群では「太りたい」が62.7%, 「このままでよい」が35.6%であった. 女子では「太っている」群では「やせたい」が98.8%, 「このままでよい」が1.2%であり, 「ちょうどよい」群では「このままでよい」が60.0%, 「やせたい」が40%, また「やせている」群では「太りたい」が51.7%, 「このままでよい」が48.3%であった(表 4).

表 4 体型認識と希望体型との関係

	-男子-			合計
	やせたい	このままでよい	太りたい	
太っている	82(88.2)	11(11.8)	0(0.0)	93(100.0)
ちょうどよい	5(6.4)	71(91.0)	2(2.6)	78(100.0)
やせている	1(1.7)	21(35.6)	37(62.7)	59(100.0)
合計	88	103	39	230

	-女子-			合計
	やせたい	このままでよい	太りたい	
太っている	404(98.8)	5(1.2)	0(0.0)	409(100.0)
ちょうどよい	54(40.0)	81(60.0)	0(0.0)	135(100.0)
やせている	0(0.0)	14(48.3)	15(51.7)	59(100.0)
合計	458	100	15	573

( )内は%

#### 4. 体型認識と BMI との関係

体型に対する認識と BMI との関係では, 男子は「太っている」群のうち肥満群は17名(18.3%)であり, 普通群が76名(81.7%)であった. 「ちょうどよい」群のうち普通群は77名(98.7%), 低体重群は1名(1.3%), 「やせている」群のうち低体重群は13名(22.0%)で, 普通群が46名(78.0%)であった. 一方, 女子は「太っている」群のうち肥満群はわずか16名(3.9%)であり, 普通群が384名(93.9%)を占め, 低体重群も9名(2.2%)含まれていた. 「ちょうどよい」群のうち普通群は85名(63.0%), 低体重群が50名(37.0%), 「やせている」群は全員が低体重群であった(表 5).

逆に BMI の分類により体型に対する認識をみると, 男子は低体重群14名のなかで「やせている」群は13名(92.9%)で, 「ちょうどよい」群は1名(7.1%)であった. 普通群199名のうち「ちょうどよい」群は77名(38.7%), 「太っている」群76名(38.2%), 「やせている」群46名(23.1%)であり, 肥満群17名は全員が「太っている」群であった. これを BMI の1ポイント毎にみると, 17未満では全員が, 17台では87.5%, 18台では86.7%が「やせている」と認識していた. 19台では「やせている」群が61.1%, 「ちょうどよい」群が36.1%で, 「太っている」群が2.8%含まれていた. 20台では「ちょうど

よい」群が56.8%であり「やせている」群と「太っている」群が21.6%と同率であり、21台では「ちょうどよい」群は20台と変わらないが、「太っている」群が32.6%に増え、「やせている」群が10.9%に減少していた。22台では「太っている」群が56.3%に増え、24以上になると全員が「太っている」と認識していた(図1-1)。

表5 体型認識とBMIとの関係

-男子-				
	低体重群 (18.5未満)	普通群 (18.5~25未満)	肥満群 (25以上)	合計
太っている	0(0.0)	76(81.7)	17(18.3)	93(100.0)
ちょうどよい	1(1.3)	77(98.7)	0(0.0)	78(100.0)
やせている	13(22.0)	46(78.0)	0(0.0)	59(100.0)
	14	199	17	230

-女子-				
	低体重群 (18.5未満)	普通群 (18.5~25未満)	肥満群 (25以上)	合計
太っている	9(2.2)	384(93.9)	16(3.9)	409(100.0)
ちょうどよい	50(37.0)	85(63.0)	0(0.0)	135(100.0)
やせている	29(100.0)	0(0.0)	0(0.0)	29(100.0)
	88	469	16	573

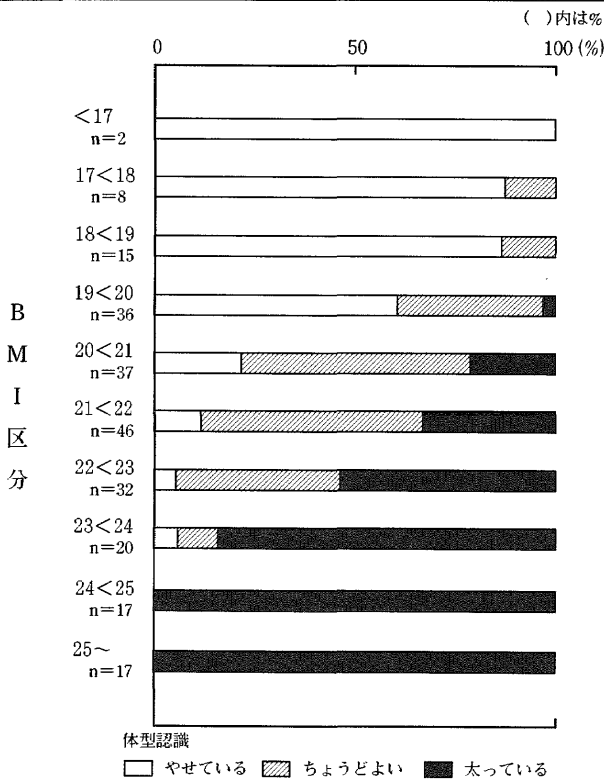


図1-1 BMIと体型認識との関係 -男子-

一方、女子では低体重群88名のなかで「ちょうどよい」群は50名(56.8%),「やせている」群は29名(33.0%),「太っている」群9名(10.2%)であった。普通群469名のうち「太っている」群384名(81.9%),「ちょうどよい」群は85名(18.1%)であり、肥満群16名は全員が「太っている」群であった。これをBMIの1ポイント毎にみると、16台では50%は「やせている」群であるが、

「ちょうどよい」群が33.3%,「太っている」群が16.7%であった。17台では「やせている」群が減少し、「ちょうどよい」群が65.1%に増え、18台ではさらに「やせている」群が減り、「太っている」群が28.1%に増加していた。19台では「太っている」群が57.4%と半数を超え、20台以上になると「ちょうどよい」群が10%程度であるが、ほとんどが「太っている」群であり、22以上では全員が「太っている」と認識していた(図1-2)。

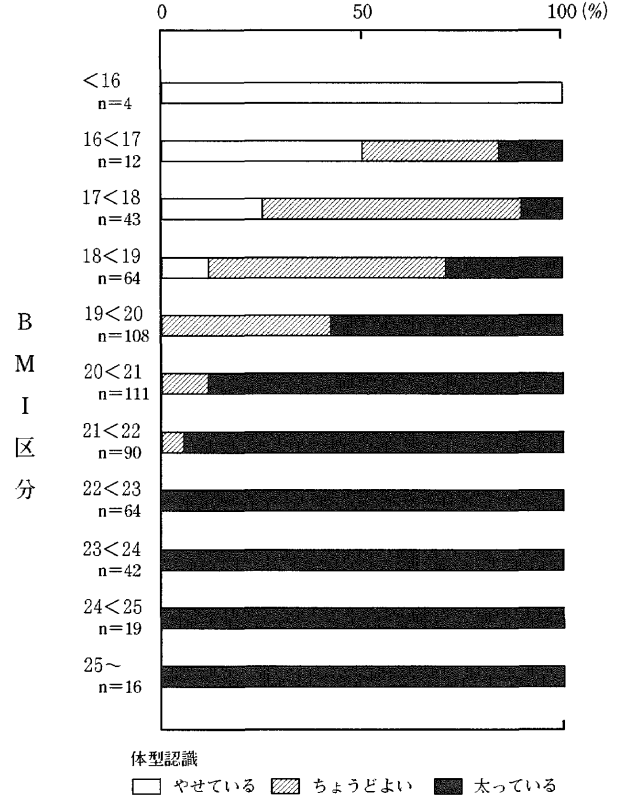


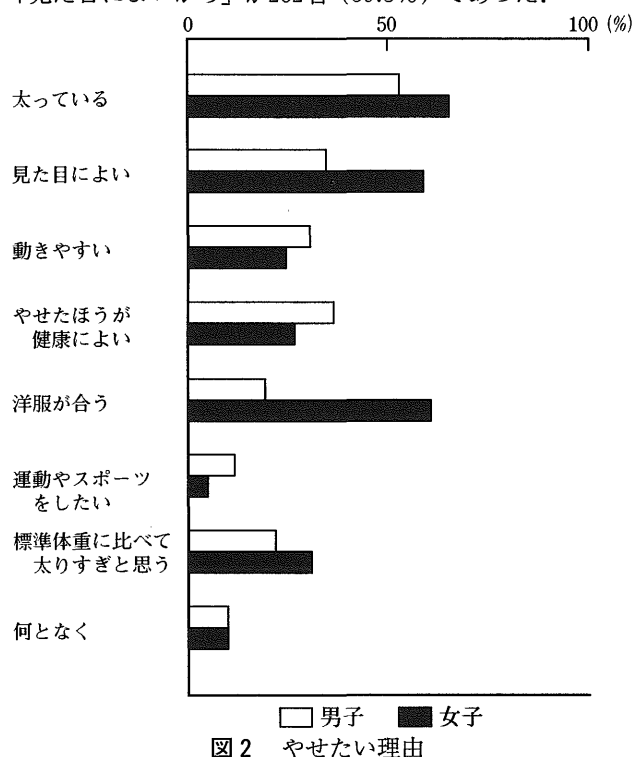
図1-2 BMIと体型認識との関係 -女子-

5. やせたい理由とBMIとの関係

やせたい理由として、男子で最も多かったのは「太っていると思うから」が47名(53.4%)で、次いで「やせたほうが健康によいと思うから」33名(37.5%),「見た目によいから」31名(35.2%),「動きやすいから」28名(31.8%),「標準体重に比べて太りすぎと思うから」20名(22.7%),「洋服が合うから」17名(19.3%),「運動やスポーツをしたいから」11名(12.5%),「何となく」9名(10.2%)であった。一方、女子で最も多かったのは「太っていると思うから」310名(67.7%),次いで「洋服が合うから」278名(60.7%),「見た目によいから」269名(59.0%),「標準体重に比べて太りすぎと思うから」142名(31.0%),「やせたほうが健康によいと思うから」128名(27.9%),「動きやすいから」113名(24.7%),「何となく」47名(10.3%)であった(図2)。

やせたい理由を肥満群(BMI ≥ 25)と非肥満群(BMI < 25)と比較すると、男子では、肥満群で最も多かったのは「太っていると思うから」で13名(81.3%),次いで「やせたほうが健康によいと思うから」が12名

(75.0%), 「標準体重に比べて太りすぎと思うから」が7名(43.8%)であり, 非肥満群では「太っていると思うから」が34名(47.2%)で最も多く, 次いで「見た目によいから」が27名(37.5%), 「動きやすいから」が25名(34.7%)であった。女子では, 肥満群で最も多かったのは, 「標準体重に比べて太りすぎと思うから」で14名(87.5%), 「太っていると思うから」と「やせたほうが健康によいと思うから」が13名(81.3%)であり, 非肥満群では「太っていると思うから」が最も多く297名(67.2%), 次いで「洋服が合うから」が267名(60.4%), 「見た目によいから」が262名(59.3%)であった。



## 6. 理想体重の理由

理想体重の理由として, 男子で最も多かったのが「何となく」で113名(49.1%), 次いで「体が動きやすい体重」67名(29.1%), 「身長・体重から計算した体重」41名(17.8%), 「洋服のサイズが合う体重」20名(8.7%), 「最もやせていた時の体重」13名(5.6%)であった。女子では, 最も多かったのが「何となく」で289名(63.3%), 次いで「体が動きやすい体重」138名(30.1%), 「洋服のサイズが合う体重」134名(29.3%), 「身長・体重から計算した体重」78名(17.0%), 「最もやせていた時の体重」69名(15.1%)であった(図3)。

また, 肥満群では, 男子は, 「体が動きやすい体重」, 「身長・体重から計算した体重」および「何となく」が5名(29.4%), 女子では, 「身長・体重から計算した体重」が9名(56.3%), 「体が動きやすい体重」および「何となく」が4名(25.0%)であった。一方, 非肥満群では男女とも「何となく」が最も多く, 次いで「体が動きやすい体重」, 男子では「身長・体重から計算した体重」であったが, 女子では「洋服のサイズが合う体重」であった。

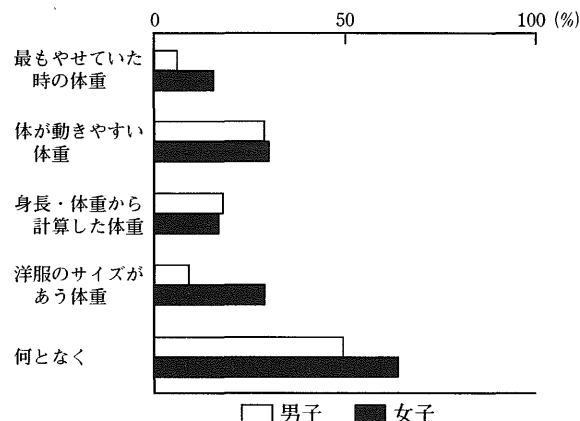


図3 理想体重の理由

## 考 察

若年女性にとってはやせていることが普通<sup>7)</sup>であり, そのために無理な減量行動を起こすことが母性保健の立場から問題となっている<sup>8-10)</sup>。また, 男子においても適正に体型を認識することは健康維持のために重要である。そこで, 青年期学生の体型認識について検討を行った。

調査対象者の身長, 体重およびBMIは同年齢者の全国的な平均値<sup>11)</sup>と同じであり, 平均的な集団と判断された。

自分の体型を「太っている」と思っている者は, 男子で40.4%, 女子は71.3%と女子に多く, 「やせている」と評価している者は, 男子25.7%, 女子5.1%と男子に多かった。男子学生を対象とした平成2年の青山の報告<sup>12)</sup>では, 自分を「太っている」と評価する者は28%, 「やせている」は38%であったが, 10年後の本調査では「太っている」と評価する者の割合が増え, 「やせている」と評価する者が減少している。一方, 女子学生の体型認識についても, 本調査と同様「太っている」と思っている者は60~70%<sup>13-15)</sup>とする報告が多く, 若年女性の肥満意識が強いことが分かる。平成10年度国民栄養調査結果<sup>16)</sup>においても, 昭和54年に比べ男女ともは「太っている」と評価する者が増加し, 「やせている」と評価している者が減少している。

美しさの基準は時代や文化の影響を受けるものであり, 馬場<sup>17)</sup>は「大正の女性が, 女らしさを求めて痩身に憧れたのとは逆に, 現代の女性は女らしさを拒んで痩身を求めるのである。」と述べている。女性の社会進出が増加し, 太っていることは自己管理能力の欠如のあらわれであるともいわれており, 現代は自己コントロールした身体としての痩身を求める時代とも考えられる。

男女とも「太っている」と認識している者が増えていくが, 今後の希望との関係では, 男子では「太っている」と思いながらも「このままでよい」とする者, 「ちょうどよい」と思いながらもさらに「やせたい」と希望する者, 反対に「太りたい」とする者, また「やせている」と思いながらも「このままでよい」とする者など, 体型

認識と希望との間にはズレがみられた。わが国では20歳代後半から肥満者の増加<sup>10)</sup>が指摘されており、生活習慣病の予防と健康維持のためにも適正な体型認識ができるような指導が必要と思われた。一方、女子では「ちょうどよい」と思いながらもさらに「やせたい」と希望する者が40%もあり、また「やせている」と思いながらも約半数は「このままでよい」としているなどやせ願望が強かった。

「太っている」と認識している者のうち実際の肥満は、男子では18.3%、女子ではわずか3.9%であり、体型認識とBMIによる評価との間には大きな乖離がみられ、特に女子が強いことがわかった。日本肥満学会はBMIが22になる体重を標準体重として提唱しており<sup>11)</sup>、男子はBMI 22台は「太っている」と思っている者と「ちょうどよい」と思っている者がほぼ半数の割合であった。一方、女子はBMI 20台からほぼ90%の者が「太っている」と思い、22以上ではすべての者が「太っている」と思っており、標準体重をもはや肥満体型と認識していることが示されている。

実測BMIからみると体型認識との乖離があるが、どのような体型を理想としているのかを理想BMIでみると、男子の平均値は21.1で、女子は19.0であった。今井ら<sup>12)</sup>、小島ら<sup>13)</sup>も青年期女子の理想BMIはそれぞれ18.1~18.5、18.7と報告している。女優体型はBMI 19、モデル体型はBMI 17といわれているように、女優体型が若年女子の理想とする体型と思われる。

やせたい理由は男女とも第1位は「太っていると思うから」であった。第2位は、男子では「やせたほうが健康によいと思うから」であったが、女子では「洋服が合うから」であり、男女による差がみられた。平成10年度国民栄養調査結果<sup>14)</sup>でも、15~19歳では、男子は「健康のため」、女子では「きれいでありたい」が第1位となっている。女子のやせたい理由について、山口ら<sup>15)</sup>は健康のためは20.3%で、美容のためが76.9%と多かった報告しており、松宮は<sup>16)</sup>「スタイルを良くしたい」、「好きな服が着られる」、「きれいになる」などが多く、健康のためは少なかったと報告している。また、肥満群は男女とも「やせたほうが健康によいと思う」、「標準体重に比べて太りすぎと思う」が上位を占めており、健康意識による理由と考えられたが、非肥満群は「見た目によい」、「動きやすい」、「洋服が合う」など美容のためが上位で、肥満群および非肥満群で違いが認められた。

理想体重の判断の根拠は、男女とも「何となく」が第1位であった。山口ら<sup>17)</sup>も報告しているように理想体重とした数値に根拠がなく、漠然とした感じから理想体重を求めている姿が浮かび上がってくる。「体が動きやすい体重」、「身長・体重から計算した体重」は男女ともほぼ同じ割合であったが、「洋服のサイズが合う体重」は女子が多かった。「体が動きやすい体重」は男女とも、また肥満群・非肥満群ともにほぼ同じ割合であり、過去

の体験から健康的な体重として設定しているものと思われる。また、「身長・体重から計算した体重」と判断の根拠を標準体重に求める者は男女とも17%台であり、その割合は少なかった。

本研究により、肥満でもないのに「太っている」と認識し、やせたいと希望する現代の青年期学生の特徴が確認できた。このような体型認識の歪みが普通からやせへの減量行動を引き起こす原因と思われる。減量情報が氾濫しているなか、医学的根拠に基づいた健康教育とともに、適正に体型認識ができるような教育が重要である。

## 文 献

- 1) 井上知真子, 丸谷宣子, 太田美穂, 宮川久瀬子: 女子高校生及び女子短大生における細身スタイル志向と食物制限の実態について, 栄養学雑誌, 50: 355-364, 1992.
- 2) 青木邦男, 原田倫代, 木下ひろみ: 女子大学生のダイエット経験に関連する要因, 保健の科学, 38: 779-784, 1996.
- 3) 加藤直子, 山岡昌之: 若い女性と摂食障害(拒食症, 過食症)の治療, 母子保健情報, 40: 55-59, 1999.
- 4) 橋本勲, 小幡夏子: 若い女性の適正体重とダイエットの現状, 母子保健情報, 40: 24-30, 1999.
- 5) 北川侏子, 加藤達雄: ボディ・イメージの障害, 臨床栄養, 76: 499-505, 1990.
- 6) 松澤佑次, 井上修二, 坂田利家, 齋藤康, 佐藤祐造, 白井厚治, 大野誠, 宮崎滋, 徳永勝人, 深川光司, 山之内国男, 中村正: 新しい肥満の判定と肥満症の診断基準, 肥満研究, 6: 18-27, 2000.
- 7) 山下千代, 鹿島春雄: やせ願望の心理学, からだの科学, 207: 74-78, 1999.
- 8) 松宮良子, 森田敏子: 医療短大生の体型とダイエットによる体調の変化, 岐阜県母性衛生学会雑誌, 22: 107-116, 1998.
- 9) 多賀理吉: ダイエットと月経異常, 母子保健情報, 40: 44-46, 1999.
- 10) 平田直美, 松枝桂子, 高平百合子, 梅木秀子, 若松カヲイ, 平佐田和代: 高校生女子の摂食態度-瘦身願望・精神的健康度・自己価値観・月経との関連-, 鹿児島純心女子大学看護学部紀要, 5: 29-42, 2000.
- 11) 健康・栄養情報研究会: 国民栄養の現状 平成10年国民栄養調査結果, 第一出版, 東京, 2000, pp105-106.
- 12) 青山昌二, 平田久雄, 杉山進: 学生の身体意識に関する一考察, 東京大学教養学部体育学紀要, 24: 25-32, 1990.
- 13) 福永茂, 小林慧歩: 女子大学生の体重認識, 学校保健研究, 35: 96-404, 1993.
- 14) 池田千代子, 遠藤伸子: 女子学生のボディ・イメージの意識調査, 保健の科学, 40: 567-572, 1998.
- 15) 木田和幸, 真野由紀子, 斉藤久美子, 中村秀雄, 木村有子, 西沢義子, 三田禮三: 短大女子学生の主観的な理

- 想体型の検討, 学校保健研究, 40 : 439-445, 1998.
- 16) 健康・栄養情報研究会 : 国民栄養の現状 平成10年国民栄養調査結果, 第一出版, 東京, 2000, pp29-64.
  - 17) 馬場謙一 : 文化と女性の容姿—歴史的にみた女性美の変遷—, こころの科学, 52, 41-47, 1993
  - 18) 佐々木温子, 池田義雄, 後藤美帆, 松島慈子, 嗟峨園子 : 20・30歳代におけるBMI増加からみた適正体重, 肥満研究, 3 : 114-118, 1997.
  - 19) 徳永勝人, 松澤佑次, 小谷一晃, 藤岡滋典, 川本俊治, 小島家隆司, 毛野義明, 垂井清一郎 : 種々の合併症を考慮した理想体重, 第9回日本肥満学会記録, 236-238, 1988.
  - 20) 今井克己, 増田隆, 小宮秀一 : 青年期女子の体型誤認と“やせ志向”の実態, 栄養学雑誌, 52 : 75-82, 1994.
  - 21) 小島和暢, 志渡晃一, 藤井淳子, 近藤喜代太郎 : 若年女子の体重と自覚症状, 日本公衛誌, 41 : 126-130, 1994.
  - 22) 山口明彦, 森田勲, 武田秀勝 : 痩せ願望青年期女子学生の「美容」か「健康」かの志向の違いによる体型および減量法に関する意識について, 学校保健研究, 42 : 185-195, 2000.

## Study of awareness of physique in students

Hideko URATA<sup>1</sup>, Yumiko FUKUYAMA<sup>2</sup>, Kumiko KATSUNO<sup>3</sup>  
Jun NODA<sup>4</sup>, Hiromi KITAJIMA<sup>5</sup>, Takayoshi TASHIRO<sup>1</sup>  
Yutaka TAGATA<sup>1</sup>, and Yasuaki TAHARA<sup>6</sup>

- 1 Department of Nursing, School of Allied Medical Sciences, Nagasaki university
- 2 Graduated Course of Nursing, Chiba university
- 3 Nagasaki Pulmonary Rehabilitation Clinic
- 4 Faculty of Nursing and Nutrition, Siebold University of Nagasaki
- 5 Kitasato East University Hospital
- 6 Faculty Education, Nagasaki university

**Abstract** We evaluated the awareness of physique that may affect weight reduction behavior in the youth in 803 students (230 males and 573 females). The results obtained revealed that 40.4% of the males and 71.4% of the females recognized themselves as being overweight, but only 18.3% and 3.9%, respectively, were classified as obese according to the criteria of BMI, showing high awareness of obesity. The BMI for the body weight considered to be optimal by the students was  $21.1 \pm 1.3$  in the males but  $19.0 \pm 1.2$  in the females; the body weight considered to be optimal by the females was considerably low. Concerning the reason that the students wished to lose weight, overweight reasons were most given in both males and females, health reasons were next in frequency given in the males and esthetic reasons in the females. Health reasons were also frequently given in the obese group and esthetic reasons in the non-obese group. Health education based on appropriate recognition of the physique is important.

Bull. Sch. Allied Med. Sci., Nagasaki Univ. 14(1): 23-29, 2001

**Key Words** : students, BMI, awareness of physique