

# 文脈によって変化する理想体型

SATテクノロジー・ショーケース2026

## ■ はじめに

近年の調査によると痩身願望による不健康な減量行動は20-30歳の女性のやせ問題として指摘され、摂食障害や長期的にはフレイルの発症と関連し、妊娠中のやせは次世代まで影響を及ぼす社会的課題となっている。この問題の背景には2つの認知的な歪みが根底にあり1つは、実際の体型よりも想像する自身の体型を過大に認識する知覚的な歪みである。加えてメディアをはじめとした社会圧力から痩身を美とする価値観が浸透し若い女性は実際よりも極端に痩身な体型を理想化し、理想と現実の乖離から自身の体型に不満を抱く感情的な歪みが生じている1)。こうしてネガティブな情動反応に促進されて不健康な減量行動をとっていると考えられており、対策が必要である。

神経科学的な手法を用いた研究では、太った画像提示では扁桃体が活性して恐怖反応示すのに対し、痩せた画像提示では前帯状回や島皮質などが活性して情動制御と注意ネットワークが優位になることが明らかとなっている2)。こうした体型認知に関連する研究では理想体型は被験者ごとに一つの体型が選択され、その変動性に関しては考慮されていない。夏が近づくとダイエットへの関心が高まるが冬ではそうでないように、個人内でも理想体型は一定ではなく文脈によって変化するのではないかと考えた。

## ■ 仮説とアプローチ

本研究では以下の仮説を設定する。

1. 理想体型は文脈により変化する
2. 理想体型の変動と身体不満の程度が相関する

1は身体不満を統制する文脈を設定し、文脈ごとの理想体型の変化を主観評価で測定する。2は身体不満の程度を情動処理関連領域の活動の変化を指標に定量的に測定し、理想体型の変動との関連を明らかにする。

## ■ 実験方法

20～30歳の女性を対象に以下の課題を実施する。露出度や向けられる視線量など異なる文脈を設定し文字と写真で示す。課題1ではJapanese Body Silhouette Scale type-1 (J-BSS-1)から提示される文脈ごとに理想体型を質問紙に回答する。課題2ではfMRI撮像下で文脈提示後に被験者と同じBMIのJ-BSS-1を提示する。関心領域を情動処理関連領域に設定し解析する。

## ■ 期待される結果

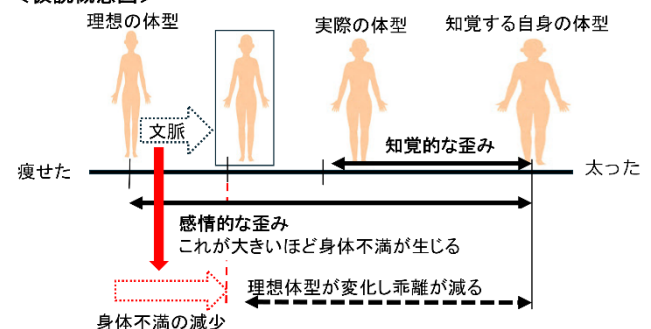
文脈により理想体型の変動が起こり、その変動の程度と身体不満の程度として測定する情動処理関連領域の活動に相関関係がみられることが期待される。このような結果を示すことができれば、文脈が身体不満に影響を及ぼすことが示唆される。さらに、文脈が身体不満から生じる不健康な減量行動に対する抑止力になるような介入につながる社会的意義が期待される。

当日は結果報告を予定している。

## ■ 参考文献

- 1) M. Probst et al., Int J Eat Disord. 24, 167-174 (1998)
- 2) M. Kurosaki et al., Biol Psychiatry. 59, 4, 380-386 (2006)

### <仮説概念図>



代表発表者 手塚 友喜乃(てづか ゆきの)  
所 属 国立研究開発法人産業技術総合研究所  
セルフケア実装研究センター  
筑波大学大学院人間総合科学研究群  
ニューロサイエンス学位プログラム  
問合せ先 〒305-3561 茨城県つくば市東1-1-1  
TEL: 029-861-2000  
y.tezuka@aist.go.jp

■キーワード: (1) 文脈  
(2) 理想体型  
(3) 身体不満  
■共同研究者: 岩木直  
産業技術総合研究所