

文教大学情報学部 社会調査ゼミナール研究報告

ダイエットと外見

2007年2月

情報学部 広報学科 4年

大井 真実

ダイエットと外見

大井 真実

目次

第 1 章 研究の概要	・・・ 1
1.1 研究の背景と目的	・・・ 1
1.2 研究の方法	・・・ 1
(1) 進捗経緯	
(2) 調査の概要	
1.3 成果の概要	・・・ 2
第 2 章 研究の成果	・・・ 4
2.1 回答者の概要	・・・ 4
2.2 学生のダイエット状況	・・・ 5
(1) 自分の体型の評価	
(2) 性別における理想体型	
2.3 学生の外見への意識	・・・ 8
(1) 他人の外見への関心	
(2) 自分自身の外見への関心	
2.4 学生のダイエット状況	・・・ 13
(1) ダイエットへの関心	
(2) ダイエットの必要性	
(3) ダイエット経験	
(4) ダイエット効果	
(5) ダイエットのきっかけ	
(6) ダイエットの情報源	
第 3 章 まとめと今後の課題	・・・ 18
参考文献	・・・ 19
単純集計結果	・・・ 20

ダイエットと外見

第1章 研究の概要

1.1 研究の背景と目的

ダイエットの定義は、「健康や長寿、美容などを目的として、食事の量・カロリー・食材の種類・バランスなどをコントロールすること」とされていて、「食餌療法」の意味がある。しかし、現在では痩身のために行うあらゆること（運動や生活習慣の改善）を指し、「痩せる」「減量」を意味するようになっている。

「痩せる」ための情報が、マスコミを通じて、連日延々と流されている。健康という意識よりは、外見のためのダイエットである風潮が強いように感じる。また、学生にとってのダイエットは更にその傾向が強いのではないか。男性と女性とで比較した場合、女性の方が外見を重視される傾向が強いため、より細さを追求してしまうのではないか。これを検証するため、調査を実施した。

1.2 研究の方法

(1) 進捗経緯

- ・～7月：研究テーマ検討、決定
- ・8・9月：調査票作成
- ・10月：調査票完成
- ・11月：調査票配布、回収、集計
- ・12月：研究結果提出

(2) 調査の概要

a. 調査の意図・仮説

- ・自分の体型は、多くの人が実際より過剰評価する
- ・外見を重視する傾向があり、男性より女性の方が、外見を評価される

- ・理想の体型には、男女間で差がある
- ・男性は健康のため、女性は外見のためのダイエットである

b. 主な質問項目

体型や体重への意識
 他人の外見への関心
 自分の外見への関心
 ダイエットについて

c. 調査対象者と方法

- ・調査対象者 文教大学生
- ・調査方法 紙面によるアンケート「ダイエットについての調査」を手渡しで配布
- ・配布数 社会学原論 139 枚
- ・回収数 139 枚
- ・有効回収数 136 枚

1.3 成果の概要

多くの学生が、自分の体型を過剰評価しており、ダイエットが必要だと感じていた。BMI 値肥満グループは、自分の体型を正確に評価できていた。

男性と女性では、性別によって理想体型に違いが見られ、女性は男性よりも「細さ」を求められていることが分かった。また、初対面で気になる部分では、「顔」が圧倒的に多く、女性の方が外見を重視されている。

ダイエットに関心があるグループ、好きな人・恋人がいるグループは、髪型や服装を気にかけて、全身鏡をよく見る傾向が強く、自分自身への関心が強いことがわかった。

学生のダイエットへの関心は、約7割と多いが、実際にダイエットをした経験がある学生は、約半数だった。体型の自己評価によって、ダイエット経験やダイエット回数に違いが見られる。

主なダイエットの情報源は、実践経験の有無を問わず、「テレビ」からの影響が大きいことが顕著である。

[謝辞]

本研究においては、調査の実施に際して多くの学生諸氏から回答を頂いた。この調査協力に対しては心から御礼を申し上げる次第である。調査票を作成するまでの過程では、ゼミのメンバーをはじめとして、多くの方から示唆を頂いた。また研究の実施全般に対しては、指導教授のハッ橋先生から様々な示唆を頂いた。これらの皆さんに対して、改めて謝意を表します。

第2章 研究の成果

2.1 回答者の概要

回答標本は無作為抽出で作成してはいないために、母集団から見て標本に偏りを生じる可能性がある。そこで回答者の分布を、表 2-1-1 と表 2-1-2 で確認しておく。表 2-1-1 の学年別の分布では、1年生が圧倒的に多い。また表 2-1-2 の性別の分布では、男性よりも女性が多い。これらの偏りは、回答者全体の分布にはそれなりの影響を与える可能性があり、解釈時には注意が必要である。しかしクロス集計やグループの平均などの層化を行った集計では、影響は限定されると考えられる。

表 2-1-1 回答者と母集団の比較：学年別分布

	1年	2年	3年	4年	計
回答者	96.3 (131)	1.5 (2)	0.7 (1)	1.5 (2)	100.0 (136)
湘南キャンパス 学生	27.7 (942)	26.4 (899)	23.0 (784)	22.9 (780)	100.0 (3405)

(注) 母集団は湘南キャンパス学生(2006.10末時点)である。

表 2-1-2 回答者と母集団の比較：性別分布

	男子	女子	計
回答者	39.0 (53)	61.0 (83)	100.0 (136)
湘南キャンパス 学生	52.0 (1770)	48.0 (1635)	100.0 (3405)

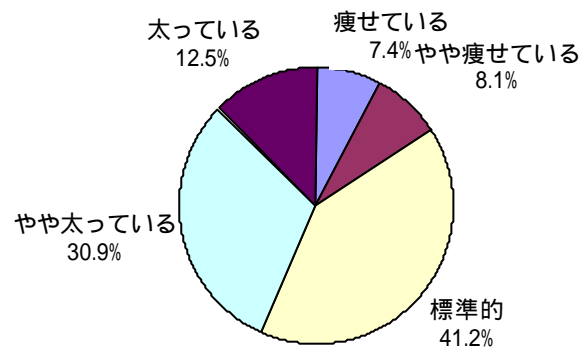
(注) 母集団は湘南キャンパス学生(2006.10末時点)である。

2.2 学生のダイエット状況

(1) 自分の体型の評価

自分の体型の評価を調査した結果が、図 2-2-1 である。「痩せている」「やや痩せている」が 15%、「太っている」「やや太っている」が 43%、「標準的」が 41%であった。「太っている」「やや太っている」が「痩せている」「やや痩せている」より大幅に多いために、自分の体型について、過剰評価がなされている傾向がある。

図2-2-1 体型の自己評価 (n=136)



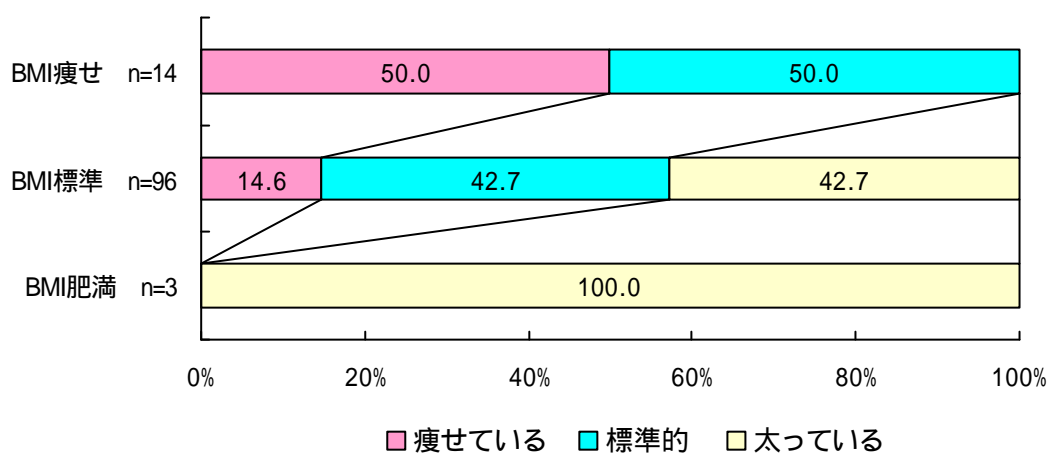
自分の体型についての過剰評価の度合を検証するため、BMI (Body Mass Index) を用いて、自分の体型評価と比較した。

BMI とは、肥満度を測るための指標で、国際的にも広く採用されている。統計的に最も疾患が発生しにくく、長生きできる数値を標準値として採用したものである。(体重 kg ÷ 身長 m ÷ 身長 m) から算出する。日本では、日本肥満学会によって、標準値を 22 と設定されている。従来は、(身長 cm - 100) × 0.9 から求めるブローカー変法が用いられてきた。しかし、身長が低いほど厳しく、高いほど甘いなど、実情と合わないことから、現在では BMI が主流となっている。

日本肥満学会によって設定されている、BMIによる肥満の判定基準に基づき、BMI 18.5未満を痩せグループ、18.5～25未満を標準グループ、25～30以上を肥満グループと3区分した。これを元に、自分の体型評価を3区分にし、比較したものが図2-2-2である。

BMI肥満グループでは、正確に自己評価がなされている。しかし、BMI痩せグループでは、約5割、BMI標準グループは、約4割の人が過剰評価をしていることがわかる。

図2-2-2 体型の自己評価とBMI値 (2乗:0.000)

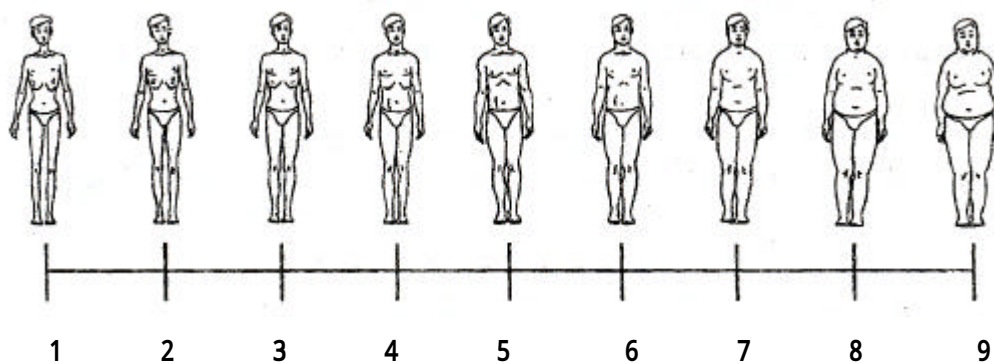


(2) 性別における理想体型

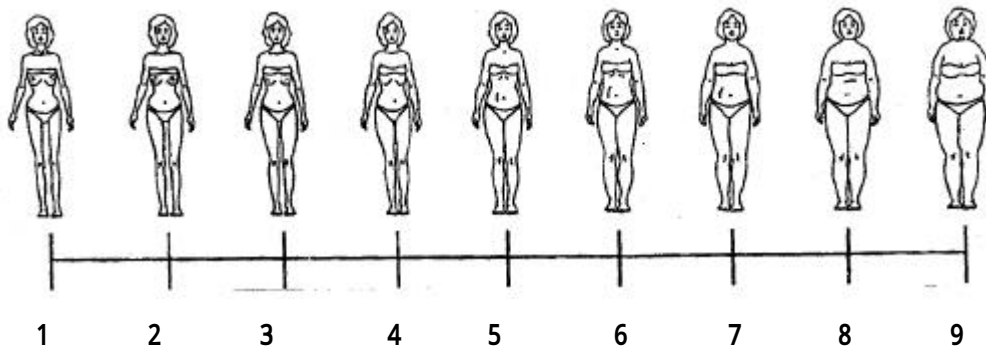
理想体型を示したスケールが、図2-2-3である。

図2-2-3 体型のスケール

[男性]



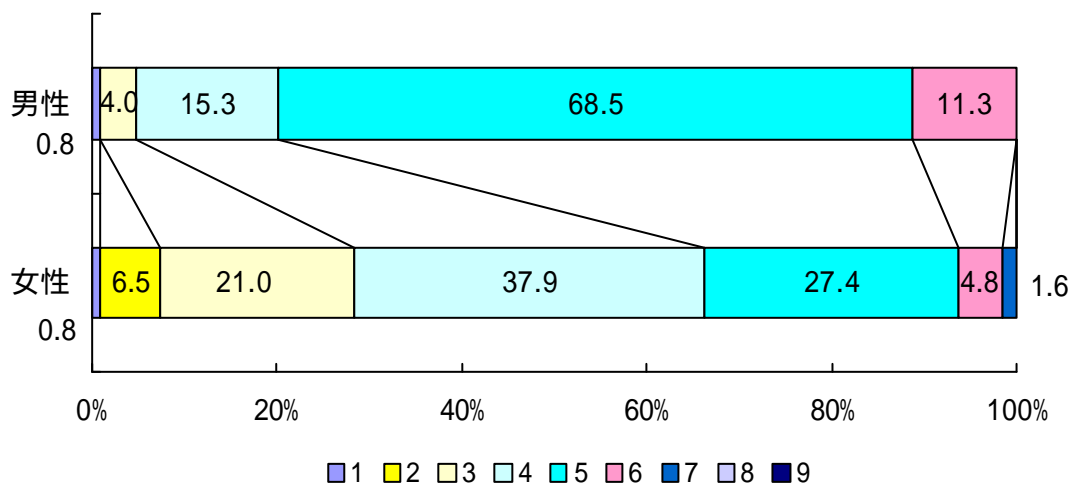
[女性]



男性の理想体型と女子の理想体型について回答者全員の見方を示したものが、図2-2-4である。男性の理想体型は、標準である5番が約70%と、圧倒的に多かった。なお、男性の理想体型については、性別での見方の差はなかった。

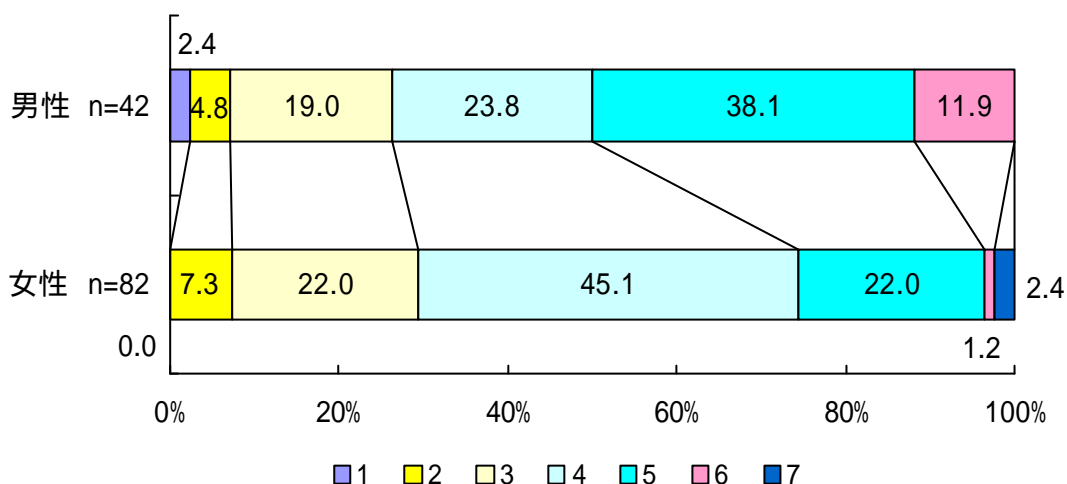
一方、女性の理想体型は、やや痩せ型である4番が約40%と最も多いが、5番が約30%、3番が約20%と、男性と比べて分散している。また、女性の理想体型は、痩せすぎの1番・2番の割合も約1割となっており、やはり女性は「細さ」を求められていることがわかる結果となった。

図2-2-4 男性・女性の理想体型 (n=136)



女性の理想体型を、回答者の性別で2区分したものが、図 2-2-5 である。男性の理想体型に反して、全般的にかなりばらつきが見られた。男性は1～6番、女性は2～7番までと、幅広く回答している。また、男性は女性と比較して、5・6番の割合が多く、意外とややぽっちゃりした体型が理想という人が多いこともわかる。

図2-2-5 性別による女性の理想体型 (2乗 :0.014)



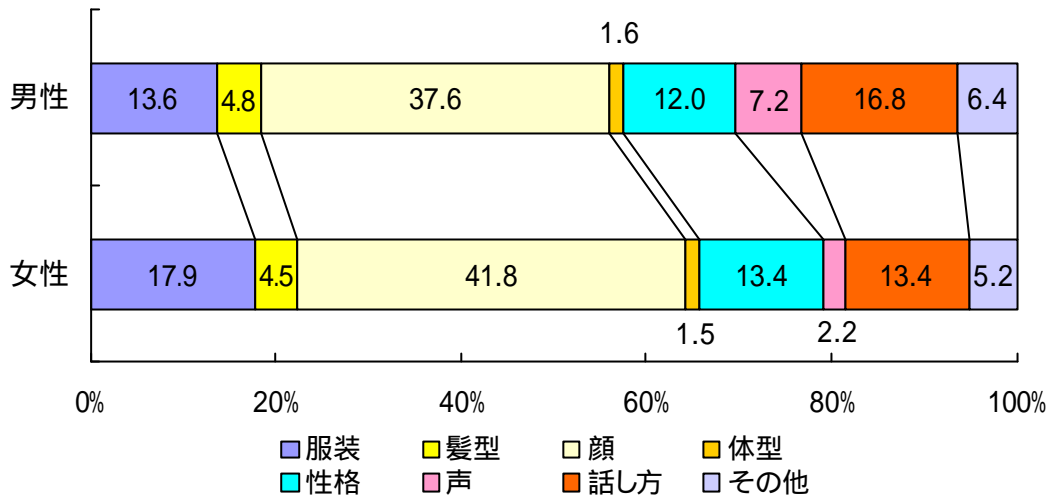
2.3 学生の外見への意識

学生にとって、ダイエット=健康というより、外見のための痩身という風潮が強いように思う。外見重視の傾向が強いため、ダイエットが流行るのではないかと。学生は、外見について、どのような意識を持っているのかを調査した。

(1) 他人の外見への関心

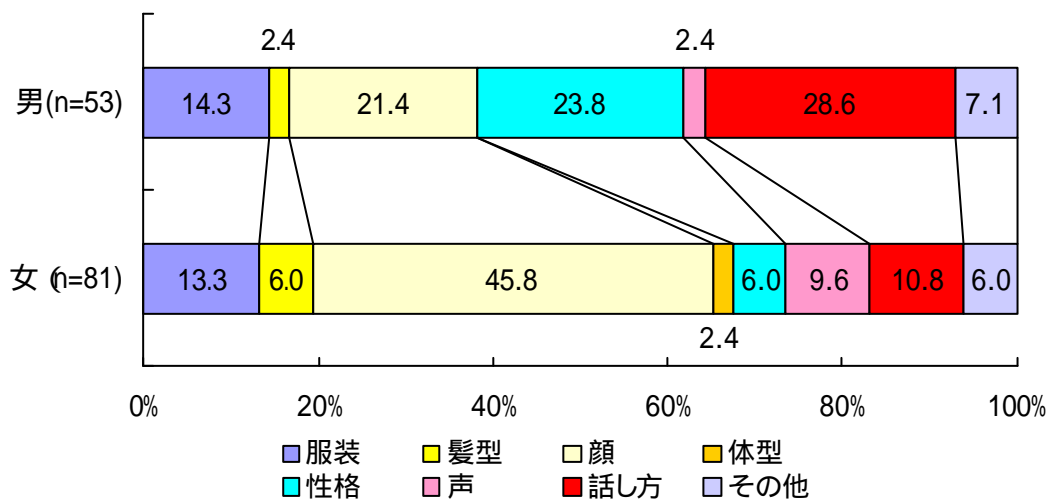
初対面の人と会う時に、まず初めに気になる部分を示したものが、図 2-3-1 である。男女ともに、「顔」が約4割と最も多い。全般的に、男女でそれほど差は見られない。しかし、男性は女性と比べ、「声」「話し方」といった外見ではない部分が少し多い。一方、女性は男性と比べ、「声」「話し方」の外見以外の部分が少なく、「服装」の割合が少し多い。このことから、女性の方が外見を見られていることがわかる。

図2-3-1 初対面で気になる部分 (n=136)



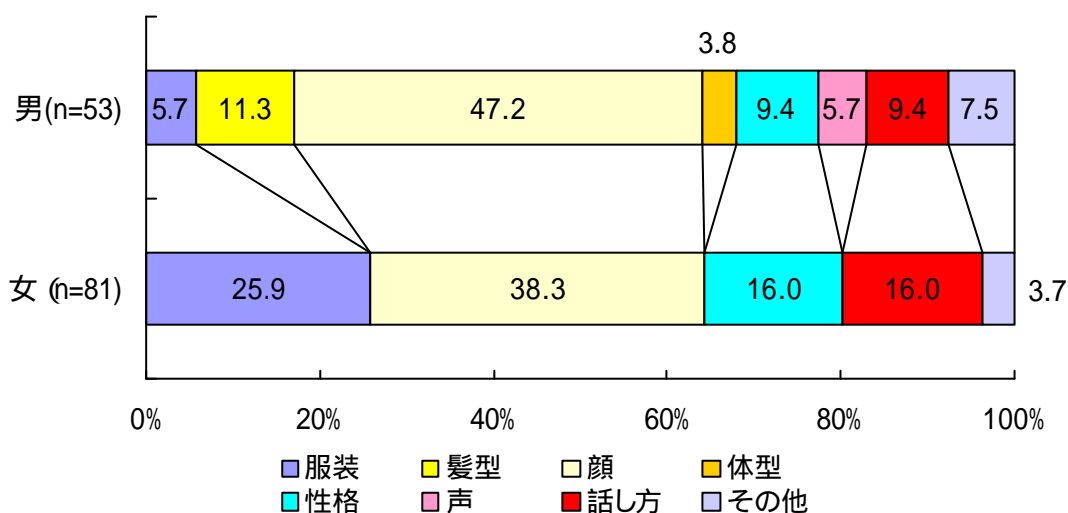
初対面の男性と会う時に、まず気になる部分を性別ごとに分析したものが、図 2-3-2 である。女性は、初対面の男性の「顔」が気になる人が約 5 割と圧倒的に多く、「服装」「話し方」と続く。一方で、男性は「話し方」が約 3 割と最も多く、「性格」「顔」と続く。女性は圧倒的に「顔」だが、男性は「性格」「話し方」といった外見以外の部分を占める割合が高いことがわかった。

図2-3-2 初対面の男性の気になる部分と性差 (2乗 :0.004)



初対面の女性と会う時に、まず初めに気になる部分を性別ごとに分析したものが、図2-3-3である。性別によって、気になる部分に違いが見られた。しかし、初対面の女性の「顔」が気になると答えた人が、男性は約5割、女性は約4割と最も多かった。また、初対面の男性と会う時に比べ、男性も「服装」「髪型」「顔」「体型」といった、外見に関する部分と答えている割合が大幅に増えている。一方、女性は、「性格」「話し方」といった、外見以外の部分を答える割合が増えたものの、「服装」「顔」といった外見に関する部分が、約6割を占めている。このことから、女性は、同性からも異性からも外見を重視されていることがわかる。

図2-3-3 初対面の女性の気になる部分と性差 (2乗 :0.000)



(2) 自分自身の外見への関心

自分の外見に関心があるということは、外見が変わるダイエットにも関心があるのではないかと推測できる。そこで、ダイエットに関心のあるグループ・関心がないグループに2区分し、自分自身への外見への関心に違いがあるのかを調査した。

図2-3-4は、「1. 当てはまる」～「4. 当てはまらない」の4段階評価の選択肢番号をグループ毎に集計して、平均値を求めたものである。「1. よくあてはまる」に近いほど、

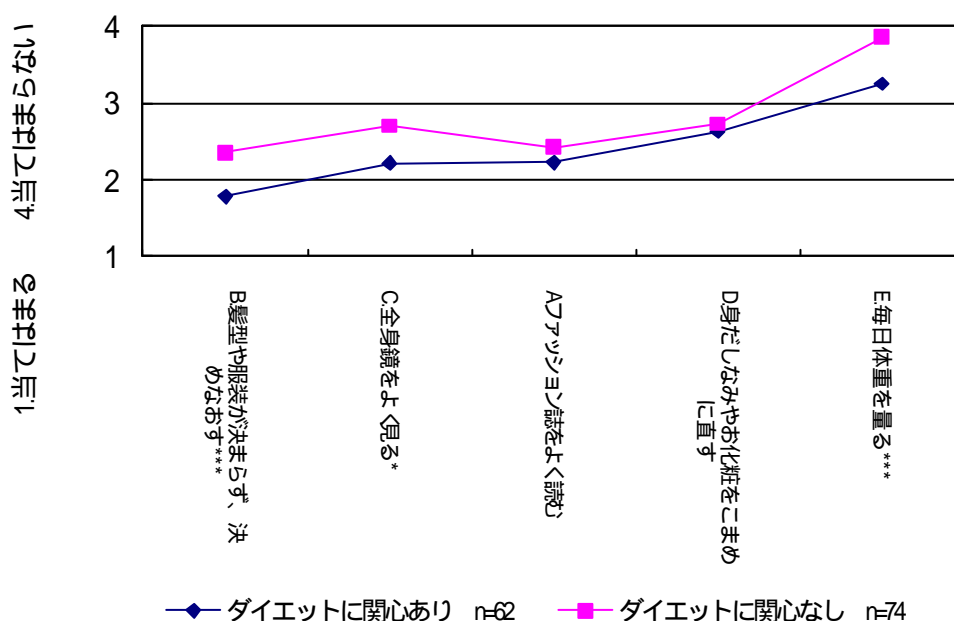
自分自身の外見への関心の高さを示している。

「E.毎日体重を量る」は、関心の有無を問わず、当てはまらないと答えた人が多かった。しかし、ダイエットに関心のあるグループの方が、関心のないグループに比べて、全般的に当てはまる傾向が強かった。

また、個々に見ると、「B.髪型や服装が決まらず、決めなおす」は関心のあるグループと関心のないグループで、最も差が見られた。「A.ファッション誌をよく読む」は、両者で大きな差は見られず、やや当てはまる傾向が見られ、学生はファッションに関心があることを示している。「D.身だしなみやお化粧をこまめに直す」でも、大きな差は見られず、あまり当てはまらないことがわかった。「C.全身鏡をよく見る」は、ダイエットに関心のあるグループは、やや当てはまる傾向が見られたが、関心のないグループは、あまり当てはまらないことがわかった。

やはり、外見が変わるダイエットに関心のある人は、自分の外見にも関心があることがわかった。

図2-3-4 ダイエット関心別の外見への関心 (n=136)

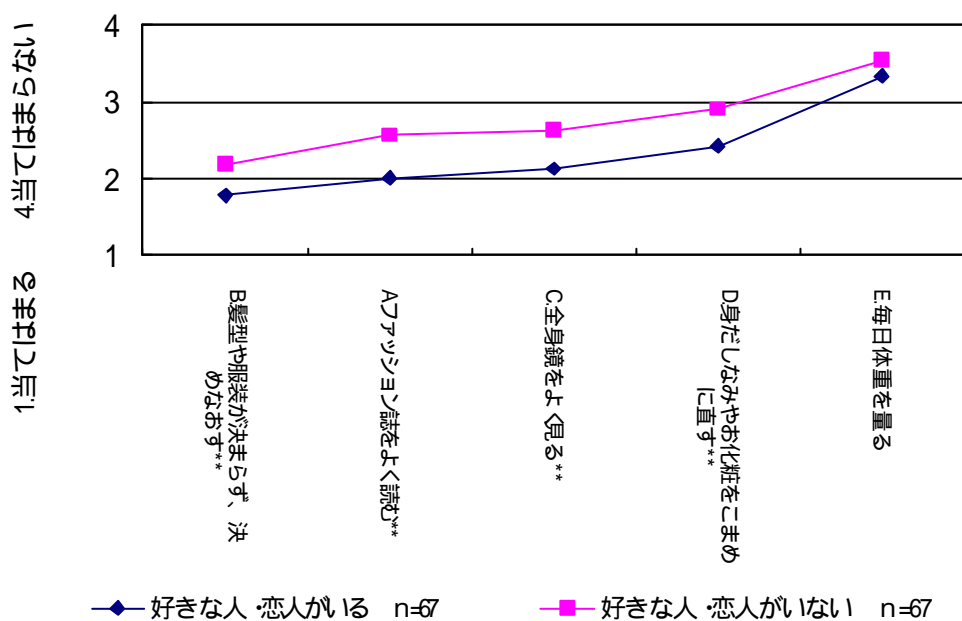


好きな人・恋人の有無は、自分の外見への関心を高めると推測することができる。そこで、好きな人・恋人がいるグループ・いないグループに2区分し、自分自身の外見への関心に違いがあるのかを示したのが、図 2-3-5 である。

好きな人・恋人がいるグループは、いないグループと比較して、全般的に当てはまる度合いが高いことがわかった。特に、「A.ファッション誌をよく読む」では、大きな差が見られ、流行や服装の研究をしていると推測できる。やはり、好きな人・恋人のためには、自分を磨く = 自分自身の外見への関心が高いことがわかった。

しかし、好きな人・恋人の有無に関わらず、「E.毎日体重を量る」は当てはまらない傾向が見られた。

図2-3-5 好きな人・恋人の有無別の外見への関心 (n=134)

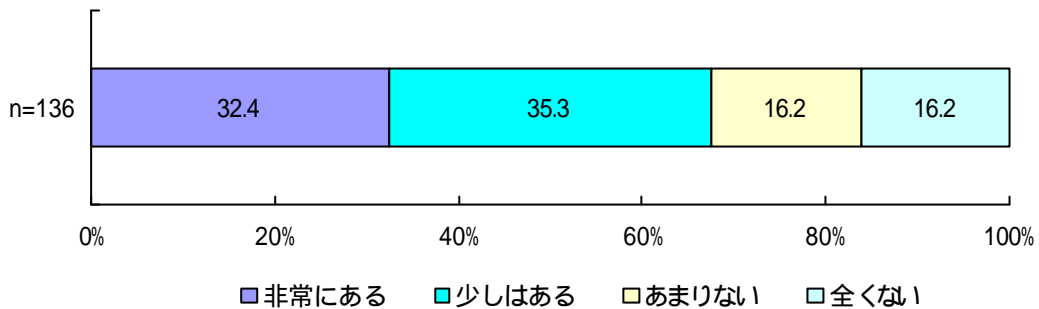


2.4 学生のダイエット状況

(1) ダイエットへの関心

学生のダイエットへの関心を示したものが、図 2-4-1 である。「非常にある」「少しはある」と答えた人が、約7割と多く、やはり学生はダイエットに関心があることがわかった。

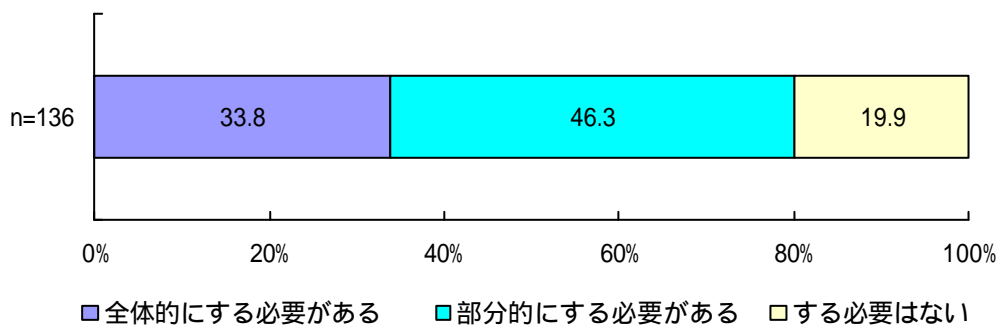
図2-4-1 ダイエットへの関心



(2) ダイエットの必要性

ダイエットの必要性を示したものが、図 2-4-2 である。「全体的にする必要がある」「部分的にする必要がある」というように、ダイエットの必要があると感じている人は、約8割と、圧倒的に多い。

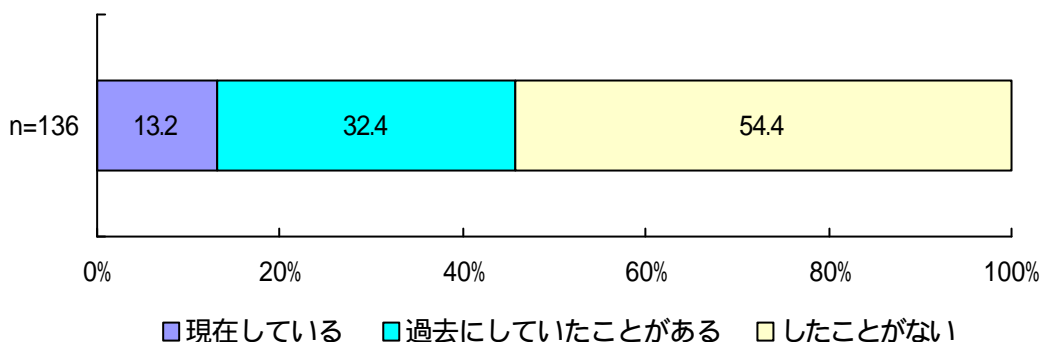
図 2-4-2 ダイエットの必要性



(3) ダイエット経験

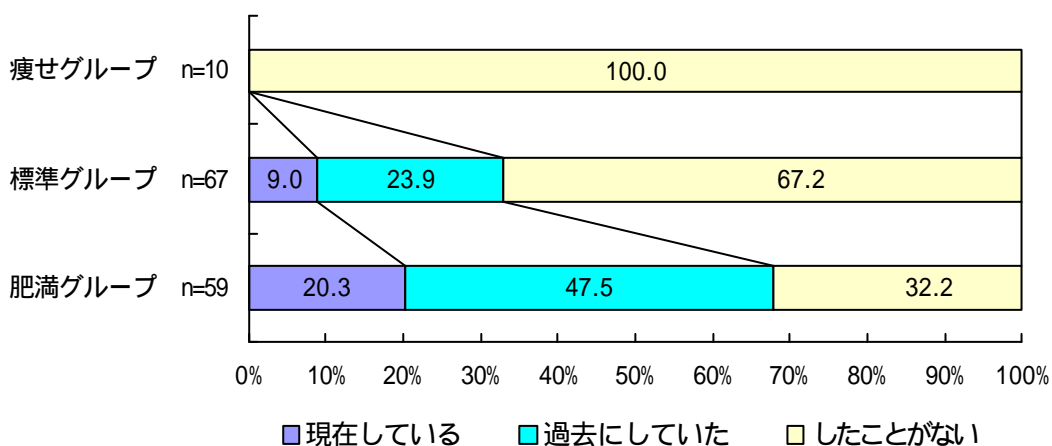
しかし、ダイエットへの関心や必要性に反して、ダイエットの経験を問う設問では、約5割が「したことがない」と答えた。

図 2-4-3 ダイエットの経験



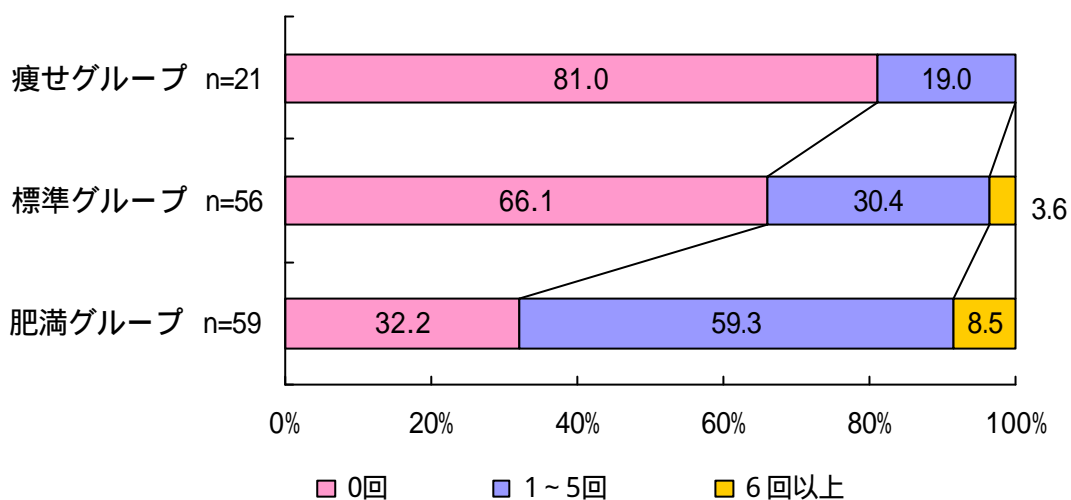
体型の自己評価別のダイエット経験を示したものが、図 2-4-4 である。「痩せている」「やや痩せている」「標準的」と答えた人は、ダイエット未経験者が多いことがわかる。また、「やや太っている」と答えた人は約7割、「太っている」と答えた人は約6割がダイエットを経験している。このことから、体型の自己評価により、実はダイエットの必要がないと感じているのではないかと推測できる。

図2-4-4 自分の体型とダイエット経験 (2乗 .0.000)



ダイエット経験者のダイエット回数を、体型の自己評価別に示したものが、図 2-4-5 である。一般的に「1～5回」と、予想より少ない結果となったが、自分の体型を「太っている」と評価した人ほど、ダイエットの回数が多いことがわかった。

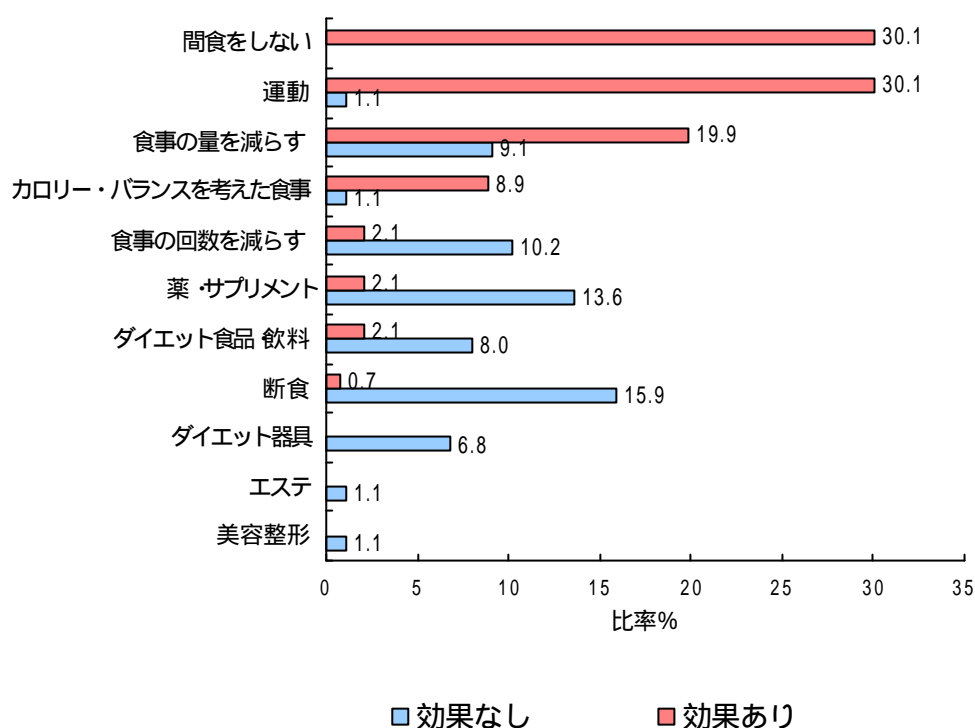
図2-4-5 体型の自己評価とダイエット回数 (2乗 :0.000)



(4) ダイエット効果

ダイエット効果の有無を示したものが、図 2-4-6 である。効果があったダイエットは、「間食をしない」「食事の量を減らす」といった気軽に取り組むことができる食事のダイエットと、成果が感じられる「運動」が多かった。効果がなかったダイエットは、「特にない」が約3割と最も多く、何かしらの効果を実感できていることがわかった。続いて、「断食」「薬・サプリメント」が多く、辞めると効果がなくなるものや、楽なものは効果を感じられないことがわかった。

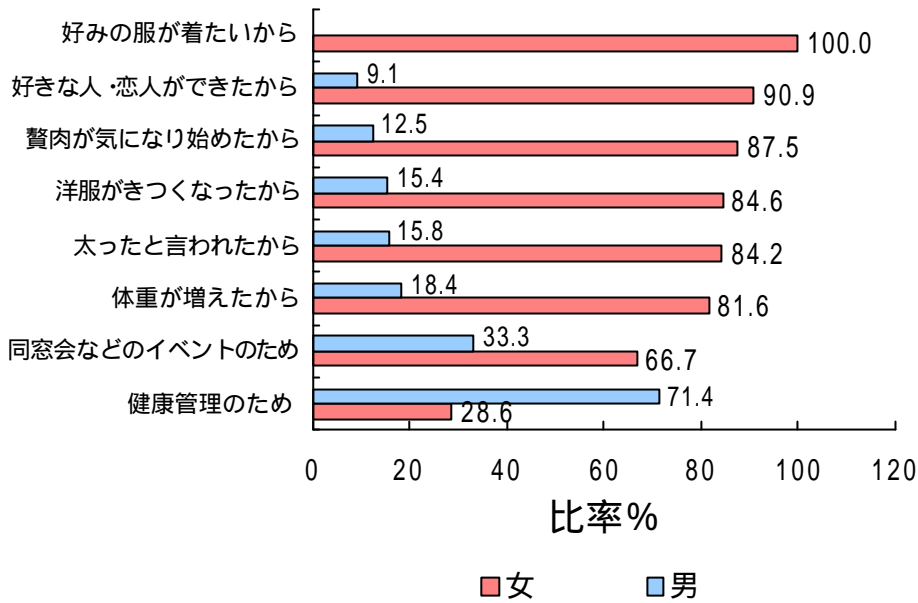
図2-4-6 ダイエット効果の有無 (n=63)



(5) ダイエットのきっかけ

ダイエットのきっかけに性別による違いがないかを示したものが、図 2-4-7 である。男性は「健康管理のため」が、約 7 割と圧倒的に多く、身体のためのダイエットであることがわかる。一方、女性は「好みの服が着たいから」「好きな人・恋人ができたから」「洋服がきつくなったから」といった、身体のためというよりは、見た目や美容のためのダイエットであることがわかった。

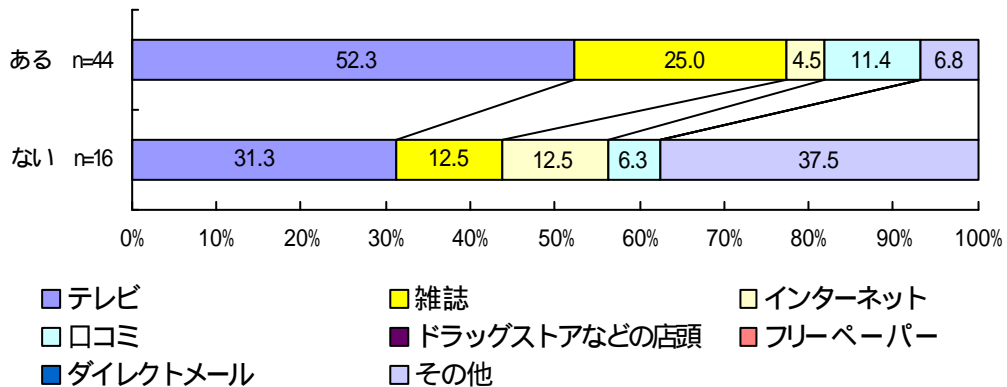
図2-4-7 性別によるダイエットのきっかけ (n=63)



(6) ダイエットの情報源

主なダイエットに関する情報源から、実践した経験があるグループとないグループに2区分し、実践した情報源に違いが見られるかを示したものが、図 2-4-8 である。実践経験のあるグループでは、約5割と、圧倒的に「テレビ」からの実践が多かった。実践経験のないグループでは、「その他」が約4割と最も多く、バラエティに富んだ情報源から情報を得ていると考えられる。しかし、「テレビ」が約3割と続き、テレビの影響が最も強いことがわかった。

図2-4-8 情報源からの実践経験 (n=60)



第3章 まとめと今後の課題

まとめ

学生にとって、やはりダイエットは関心の高いものであることがわかった。また、ダイエットの必要性を感じている人が大半であるものの、実際にダイエットをしたことがある人は、約半数と、予想を遥かに下回るものであった。

体型の自己評価では、過剰評価が見受けられた。体型の自己評価は、ダイエット経験や、ダイエット回数に影響していることもよくわかった。

テレビや雑誌といったメディアでは、毎日必ずどこかでダイエットの情報を目にする。その中でも、特に女性向けの情報が圧倒的に多い。女性の理想体型は、男女を問わず、細めとなっており、やはり女性は「細さ」を求められている。また、初対面の女性と会う際に気になる部分も、男女を問わず「顔」や「服装」といった、外見に関わるものであった。そのため、女性は同性からも異性からも、外見を重視されていることが明らかである。それは、ダイエットのきっかけからもうかがえる。男性は身体のためであるのに対し、女性は「好みの服が着たいから」「好きな人・恋人ができたから」「洋服がきつくなったから」といった、美容や見た目のためのものであった。

自分の外見への関心は、ダイエットへの関心や好きな人・恋人の有無で違いが見られた。自分に関心があることで、自分磨きに繋がることわかる。

効果のあるダイエットの特徴は、無理をせずに取り組めるもの・成果が目に見えるものであった。一方、効果のないダイエットの特徴は、辞めると効果がなくなるもの・楽なものであった。

ダイエットの情報源として、「テレビ」「雑誌」が大きく占めており、メディアの影響が強いことが顕著となった。

この調査を通じて、やはりダイエットには「外見」が大きく影響していることが明らかとなった。

課題・反省点

- ・体重を記入してもらった設問には、配慮したつもりではあったが、やはり女性の無回答が多かった。質問の仕方と回答のしやすさなど、もう少し検討すべきだった。
- ・その他の回答が多い箇所が多かったため、自由記入欄を作って書いてもらえば、調査の参考になったと思う。
- ・質問の仕方が甘く、回答者にとって誤解の生じやすい設問となってしまった箇所があった。そのため、無回答が多い箇所ができてしまい、正確なデータを取ることができなかった。万人にわかりやすい調査票作りに努めなくてはならないと感じた。
- ・追い込まれないと取り組まない性格が、調査表作成に反映されてしまい、取り組みが遅く、詰めの甘い調査票になってしまった。後になって、こんな質問もすればよかったなどと思いつくことが多かった。

参考文献

- ・石井政之 「肉体不平等 ひととはなぜ美しくなりたいのか？」 平凡社 2003.5
- ・田崎慎治・今田純雄 「大学生男女における自尊感情と瘦身願望の関係」 広島修大論集 人文編 45 2004
- ・総務省統計局 「日本の統計 2006」
<http://www.stat.go.jp/data/nihon/zuhyou/n2100200.xls> 2006
- ・キリンお酒と生活文化研究所 「ダイエット」に関する男性の意識調査
http://www.kirin.co.jp/company/news/13/060615_2.html 2006
- ・キリンお酒と生活文化研究所 「ダイエット」に関する女性の意識調査
http://www.kirin.co.jp/company/news/13/060525_2.html 2006
- ・楽天リサーチ 「ダイエットについての調査」
<http://research.rakuten.co.jp/report/20040120/> 2004
- ・nozomi の卒論作成ページ なんでもみんなダイエットしてるの...?
<http://www.geocities.co.jp/CollegeLife-Club/9494/>

ダイエットに関する調査

卒業研究のための調査です。ご協力をお願いします。

文教大学 広報学科 4年 大井真実

配布数 139 枚 回収数 139 枚 有効数 136 枚 無効数 3 枚

問1. あなたは自分の体型をどう思っていますか？（ は1つだけ） n=136

1. 痩せている 7.4	2. やや痩せている 8.1	3. 標準的 41.2
4. やや太っている 30.9	5. 太っている 12.5	

問2. あなたはダイエットをする必要があると思っていますか？（ は1つだけ） n=136

1. 全体的にする必要がある 33.8	2. 部分的にする必要がある 46.3
3. する必要はない 19.9	

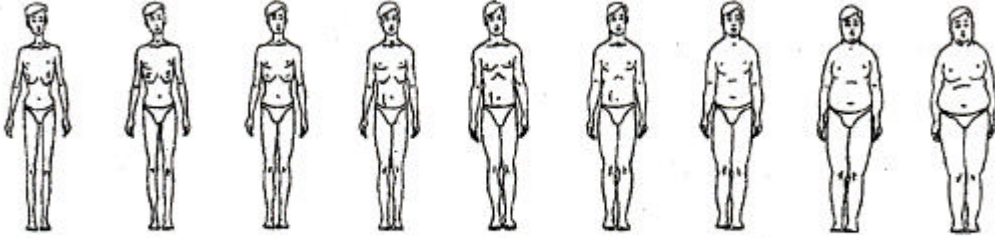
問3. 目標の体型の芸能人・有名人はいますか？（ は1つだけ） n=136

1. いる 43.4	2. いない 55.1	無回答 1.5
-------------------	--------------------	----------------

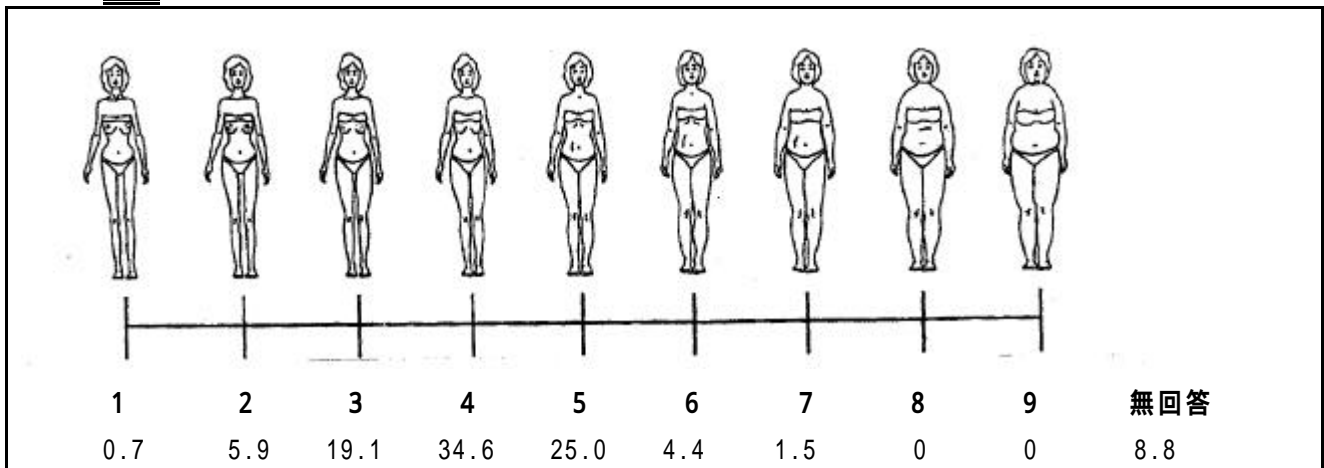
問4. あなたの理想の体重は何 kg ですか？右の（ ）にお書きください。 n=136

（ 男 59.3kg・女 45.8kg ）

問5. 男性に対する、あなたの理想体型はどれですか？（ は1つだけ） n=136

									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	無回答
0.7	0	3.7	14.0	62.5	10.3	0	0	0	8.8

問 6 . 女性に対する、あなたの理想体型はどれですか？ (は 1 つだけ) n=136



問 7 . 初対面の男性と会う時、まず初めにどこが気になりますか？ (は 1 つだけ) n=136

1 . 服装	12.5	2 . 髪型	4.4	3 . 顔	34.6	4 . 体型	1.5
5 . 性格	11.0	6 . 声	6.6	7 . 話し方	15.4	8 . その他	5.9
無回答	8.1						

問 8 . 初対面の女性と会う時、まず初めにどこが気になりますか？ (は 1 つだけ) n=136

1 . 服装	17.6	2 . 髪型	4.4	3 . 顔	41.2	4 . 体型	1.5
5 . 性格	13.2	6 . 声	2.2	7 . 話し方	13.2	8 . その他	5.1
無回答	1.5						

問 9 . あなたは次の A ~ E について、どれくらい当てはまりますか？ (はそれぞれ 1 つ) n=136

	1 . 当てはまる	2 . やや 当てはまる	3 . あまり 当てはまらない	4 . 当てはまらない
A . ファッション誌をよく読む	24.3	39.0	19.9	16.9
B . 髪型や服装が決まらず、 決め直すことがある	34.6	40.4	18.4	6.6
C . 全身鏡をよく見る	26.5	27.2	28.7	17.6
D . 身だしなみやお化粧をこまめに直す	11.0	31.6	37.5	19.9
E . 毎日体重を量る	5.1	9.6	20.6	64.7

問 10 . あなたはダイエットに関心がありますか？ (は 1 つだけ) n=136

1 . 非常にある	32.4	2 . 少しはある	35.3	3 . あまりない	16.2
4 . 全くない	16.2				

問 11 . あなたはダイエットをしたことがありますか？ (は 1 つだけ) n=136

1 . 現在している	13.2	2 . 過去にしたことがある	32.4
3 . したことがない	問 20 へ 54.4		

問 12. 効果があったと思うダイエットは何ですか？ (は3つ以内) n=63

1. 食事の量を減らす	19.9	2. 食事の回数を減らす	2.1	3. 間食をしない	30.1		
4. カロリー・バランスを考えた食事	8.9	5. 薬・サプリメント	2.1				
6. ダイエット食品・飲料	2.1	7. 断食	0.7	8. 運動	30.1		
9. ダイエット器具	0	10. エステ	0	11. 美容整形	0	12. その他	2.7
13. 特にない	0.7	無回答	0.7				

問 13. 効果がなかったと思うダイエットは何ですか？ (は3つ以内) n=63

1. 食事の量を減らす	9.1	2. 食事の回数を減らす	10.2	3. 間食をしない	0
4. カロリー・バランスを考えた食事	1.1	5. 薬・サプリメント	13.6		
6. ダイエット食品・飲料	8.0	7. 断食	15.9	8. 運動	1.1
9. ダイエット器具	6.8	10. エステ	1.1	11. 美容整形	1.1
12. その他	1.1	13. 特にない	29.5	無回答	1.1

問 14. 主にダイエットにかける期間はどれくらいですか？ (は1つだけ) n=63

1. 1週間未満	6.3	2. 1週間～半月未満	14.3	3. 半月～1ヶ月未満	39.7
4. 1ヶ月～3ヶ月未満	22.2	5. 3ヶ月～半年未満	11.1	6. 半年～1年未満	1.6
7. 1年以上	4.8				

問 15. ダイエットをした回数はどれくらいですか？ (は1つだけ) n=63

1. 1～5回	88.9	2. 6～10回	7.9	3. 11～15回	0	4. それ以上	3.2
---------	------	----------	-----	-----------	---	---------	-----

問 16. あなたがダイエットにかける金額はどれくらいですか？ (は1つだけ) n=63

1. かけない	77.8	2. 1～500円	3.2	3. 501～1000円	3.2
4. 1001～5000円	15.9	5. 5001～10000円	0	6. それ以上	0

問 17. ダイエットのきっかけは何ですか？ (は3つ以内) n=63

1. 体重が増えたから	27.7	2. 贅肉が気になり始めたから	17.5
3. 洋服がきつくなったから	9.5	4. 太ったと言われたから	13.9
5. 好みの服が着たいから	14.6	6. 同窓会などイベントのため	2.2
7. 健康管理のため	5.1	8. 好きな人・恋人ができたから	8.0
9. その他	0.7	無回答	0.7

問 18. あなたの主なダイエットに関する情報源は何ですか？ (は1つだけ) n=63

1. テレビ	44.4	2. 雑誌	20.6	3. インターネット	6.3
4. 口コミ	9.5	5. ドラッグストアなどの店頭	0	6. フリーペーパー	0
7. ダイレクトメール	0	8. その他	14.3	無回答	4.8

問 19 . その情報源からダイエットを実践したことがありますか？ (は 1 つだけ) n=63

1 . ある 74.6	2 . ない 25.4
-------------	-------------

問 20 . あなたの生活スタイルにあてはまるものは、どれですか？ (は 1 つだけ) n=136

1 . 朝型 0.7	2 . 普通 33.1	3 . 夜型 65.4
------------	-------------	-------------

問 21 . あなたは現在、好きな人・恋人はいますか？ (は 1 つだけ) n=136

1 . いる 49.3	2 . いない 49.3	無回答 1.5
-------------	--------------	---------

問 22 . あなたの暮らしにあてはまるものは、どれですか？ (は 1 つだけ) n=136

1 . 一人暮らし 55.1	2 . 実家暮らし 36.8	3 . 寮 4.4	4 . その他 3.7
----------------	----------------	-----------	-------------

次ページへ続きます。

最後にあなた自身についてお聞きします。

F 1 . 性別 n=136

1 . 男 39.0	2 . 女 61.0
------------	------------

F 2 . 学年 n=136

1 . 1 年 96.3	2 . 2 年 1.5	3 . 3 年 0.7	4 . 4 年 1.5
--------------	-------------	-------------	-------------

F 3 . 血液型 n=136

1 . A 型 41.2	2 . B 型 17.6	3 . O 型 31.6	4 . A B 型 5.1
5 . わからない 4.4			

F 4 . 身長 右の () にお書きください。 n=136 (男 170.8cm ・女 157.8cm)

F 5 . 体重 右の () にお書きください。 n=136 (男 59.9kg ・女 50.8kg)

調査は以上で終了です。ご協力ありがとうございました。
回答が終わりましたら、用紙を表にしてお待ちください。