



# 女子高校生の摂食障害リスク及び痩身願望を高める 媒体としてのインスタグラム : 量的調査と質的調査 を用いて

松浦, 茅南

---

**(Citation)**

課題研究優秀論文集, 2024:310-405

**(Issue Date)**

2025-01

**(Resource Type)**

departmental bulletin paper

**(Version)**

Version of Record

**(JaLCD0I)**

<https://doi.org/10.24546/0100492587>

**(URL)**

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/0100492587>



2024 年度 卒業研究最終論文

女子高校生の摂食障害リスク及び  
瘦身願望を高める媒体としての  
インスタグラム

—量的調査と質的調査を用いて—

神戸大学附属中等教育学校 11 回生

6 年 1 組 34 番

松浦 茅南

(指導教員 勝部 尚樹、泉 美穂)

2024年度 卒業研究最終論文  
女子高校生の摂食障害リスク及び  
瘦身願望を高める媒体としての  
Instagram  
—量的調査と質的調査を用いて—  
神戸大学附属中等教育学校 11 回生 6 年 1 組 34 番 松浦茅南  
(指導教員 勝部 尚樹、泉 美穂)

## 要旨

Instagramでは近年使用者が低年齢化し、コンテンツの多様化が見られる。本研究の目的は仮説「Instagramの一部のコンテンツは、精神疾患の中で最も死亡率が高いと言われる摂食障害を助長している」の真偽を知り、女子高校生のInstagram使用と摂食行動、先行研究により概念化されていない事象を明らかにし、解決策を議論することである。そこで本研究は、摂食障害を女子高校生が発症する要因を捉えるため、アンケート調査と聴き取り調査を行った。第一にアンケート調査では、写真の種類が瘦身願望・Instagram使用行動に与える影響が観察された。また、その他日常行動と食行動異常スコア等の関連も確認できた。第二に聴き取り調査では、摂食障害を高校生の時に経験した女子学生3名のライフストーリーを、先行研究の枠組みで説明可能な部分とそうでない部分に分けて質的な分析を行った。その結果、発症中のInstagram使用減少・使用中の不快感、Instagramでのダイエットの情報閲覧と投稿などといった先行研究で比較的言及されていないことが3名の聴き取りを通じて観察された。2つの調査を通じて、グレマスの行為項モデルを用いて、摂食障害における瘦身願望とInstagramの構造図構造を作成し、主に5つの解決策を提案した。

女子高校生の摂食障害リスク及び瘦身願望を高める媒体としての

インスタグラム

—量的調査と質的調査を用いて—

Instagram as an Influential Factor of Causing Eating Disorder and a Tool to Increase the Risk of Eating Disorders and the Drive for Thinness among High School Girls -Based on Quantitative and Qualitative Research-

松浦 茅南

Chinami Matsuura

Abstract

Instagram, one of the most famous social media platforms in the world, is seeing a rapid decrease in the average age of its users, and the content is becoming more diverse. The purpose of this research is to examine the hypothesis that Instagram deteriorates the eating habits of female high school students and causes eating disorders, to reveal new concepts not discussed in previous research, and to suggest ways to avoid being negatively affected by Instagram. To identify the influential factors causing eating disorders among these students, this study conducted questionnaires and individual interviews. In the first section, participants viewed six types of pictures and answered questions. It was found that the types of pictures impacted scores related to the drive for thinness, Instagram usage, and other factors. In the second section, the interviews revealed the formation of the participants' ideas through their life stories, which were analyzed based on whether they could be logically explained by past research. The results indicated that the time spent using Instagram decreases and that Instagram makes users uncomfortable during their eating disorder. Both quantitative and qualitative research clarified the model of how eating disorders are formed via Instagram and led to the proposal of five countermeasures.

Keywords: Eating Disorder, Instagram, Drive for Thinness, Narrative, Influential Factor of Causing Eating Disorder

## 凡例

1. 引用文：引用した資料に関しては、引用文中の「」は原文中にあった部分であり、本論執筆者の補った部分ではない。また、(中略)では、被験者の回答が連続していなかったが同じ質問に対する回答であると解釈できた場合に用いる。
2. 参考文献：参考文献は、本研究の最後の部分にまとめた。本文中の[数字]と最後の文献の順番が対応している。

## 目次

第 1 章	序論	1
第 1 節	若者の摂食障害の動向	1
第 2 節	インスタグラムの状況	2
第 3 節	摂食障害発症の要因特定研究に関する先行研究	4
第 4 節	問題提起	4
第 5 節	研究の目的	5
第 6 節	本論文のリサーチクエスション	6
第 7 節	本論文の構成	6
第 2 章	女子高校生を対象としたアンケート調査	7
第 1 節	調査概要	7
第 2 節	調査目的	7
第 3 節	調査方法	7
第 4 節	調査結果	8
第 5 節	考察	10
第 3 章	摂食障害を経験した女子学生を対象とした聴き取り調査	11
第 1 節	本調査の立場	11
第 2 節	調査方法	11
第 3 節	調査概要	12
第 4 節	調査結果	13
第 5 節	考察	32
第 4 章	分析	35
第 1 節	本研究の立場	35
第 2 節	3つの調査の総考察	35
第 4 章	結論	40
第 3 節	今後の展望	41
	謝辞	42
	付録	46

## 第1章 序論

### 第1節 若者の摂食障害の動向

#### 第1項 摂食障害の概要

摂食障害とは「食事の量や食べ方など、食事に関連した行動の異常が続き、体重や体型のとらえ方などを中心に、心と体の両方に影響が及ぶ病気」であり、代表的な病気に神経性やせ症、神経性過食症、過食性障害などがある[1]。神経性やせ症は10～19才に多く、90%が女性であり、食事の量や回数を制限するだけでなく、低体重の深刻さを否定し活発な活動・自己誘発性嘔吐・下剤の使用等の代償行動を行う。神経性過食症は20～29才に多く、90%が女性であり、多量を摂食し代償行動を行う。また、摂食障害は5%の死亡率を持つ。この死亡率は精神疾患の中でも群を抜いて高いものである[2]。

また、当疾患はアメリカ精神医学会のDSM-5と呼ばれる「精神疾患の診断・統計マニュアル (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)」や、世界保健機関の作成した「疾病及び関連保健問題の国際統計分類 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems)」等に基づいて診断が行われている。

#### 第2項 新型コロナウイルス感染拡大下での状況

緊急事態宣言下の2020年4月中旬～5月中旬と、自粛が緩和された同年8月25日～9月11日の2回に渡って実施された調査によると、拒食型と過食型でどちらでも食行動と精神症状が悪化した。また、2019年と2020年の獨協医科大学埼玉医療センター子どものこころ診療センターにおいて初診の摂食障害患者数（小中学生）は2倍に増加した[3]。

#### 第3項 摂食障害とメディア

一般社団法人日本摂食障害協会（以降JAED）は2021年に、オーストラリアの摂食障害関連団体を参考に、JAEDがSNSで情報発信をするための指針を表した「ソーシャルメディアポリシー」と、摂食障害に関連する諸問題を未然に防ぐルールや手順・禁止事項等を表した「ソーシャルメディアガイドライン」を発表した。ガイドラインにおいて当団体は予防や治療に「効果的な情報」の発信を支持し、症状を悪化させたり偏見を生み出す「危険な情報」の発信を否定し、2種類の情報の例を述べた[4]。

## 第4項 摂食障害に対する偏見

先行研究で、専門家と一般人口の摂食障害に関する認識の乖離が報告されている。一般女性が持つ疾患に対する偏見を、他の子宮頸がんや統合失調症などの疾患と比較しながら、摂食障害に関して持つ偏見に焦点を当てた先行研究において、「摂食障害は、ダイエットが1番の原因だと思う」を67.7%、「拒食症の人は、自分の意志で拒食をしていると思う」を36.0%、「過食症の人の多くは肥満だと思う」を31.6%、「過食症の過食は、強い意志があればやめられると思う」を26.8%の人が誤って正しい知識だと認識していた。同研究によると、特に「母親の育て方」に発症の原因を求める考え方は、母親の罪悪感を強め患者のケア機能を損なう可能性がある[5]。

## 第5項 精神と身体の対立

摂食障害の患者は身体症状が深刻でも拒食をする治療拒否をすることがあり、後述のような対立が存在する。

14歳で摂食障害を発症したアシュリー・トーマスさんは「私がどうしても食べることを拒んだので、座った私の口を父がこじあけ、母が注射器で食べ物を私の口に入れた」と語った[6]。摂食障害の治療の過程について、栄養療法による病態別食品の開発・製造・販売を行なう日本の医療機器会社によると「経口摂取を促すが、受け入れられない場合は、経鼻経管経腸栄養を行う」[7]とする。

2016年に米ニュージャージー州において摂食障害で経管栄養治療を拒否する権利を裁判所が認めた。この判決により、女性は摂食障害の治療でなく苦痛緩和ケアを受けることができるようになった[8]。すなわち、この女性は望みの通りに死を迎えることが認められた。一方日本では2022年に、14歳の時に摂食障害で入院治療中に身体拘束を受けた女性が終盤の17日間は身体拘束の必要が無かったとして、公立学校共済組合を訴えたが敗訴した[9]。

国内の医療者を対象に摂食障害の治療拒否のアンケートの報告によると、日本は欧米諸国と比べて治療拒否の患者に対しても「判断能力の欠如」と「最善の益」を理由に積極的に治療を行う割合が高い[10]としている。治療者が生命の危機が及ぶと見なされ患者個人の自由を奪う行動の制限や拘束が必要になる。このように、摂食障害は他の精神疾患・身体疾患と異なった特有の身体と精神の倫理的な対立を有する。

## 第2節 インスタグラムの状況

### 第1項 インスタグラムとその利用の特徴

InstagramはMeta社の提供するSNSの1つであり、Instagramはフェイスブック、ユーチューブ、ワッツアップに並ぶアクティブユーザー数を保持する。コンテンツ

の成長は著しく、投稿、ストーリーズ、リール、ライブなど様々な形態で情報発信がされる。投稿が閲覧可能な時間、投稿の収録時間等が異なり、ユーザーがより様々な選択肢で投稿・閲覧が楽しめる。

2021年の日本における中学生の SNS 利用率は9割且つ増加傾向と報告された[11]。また他の文献によると、Z世代・ミレニアルズ世代の若年層を対象に行われた調査では女性のインスタグラム利用率は73.5%[12]で同年代の男性よりも高いものであった。女子高校生がインスタグラムで閲覧するコンテンツの内容としては、74%、71%、59%、57%がそれぞれコスメ・スキンケア、ファッション、お菓子、飲食店の投稿を検索している[13]。

## 第2項 インスタグラムの仕組み; エコーチェンバー

インスタグラムでは投稿を数秒見る、コメントする、「いいね!」する、シェアする投稿者のプロフィール写真をタップする5つの行動を起こす可能性と重みを基にフィードにおいて上位に表示する[14]。

このようなアルゴリズムによって、エコーチェンバー現象が発生している。「エコーチェンバー」とは「自分と似た興味関心をもつユーザーをフォローする結果、意見を SNS で発信すると自分と似た意見が返ってくるという状況」[15]である。インスタグラムにおいてもこの現象は発生しており、一度特定の種類のコンテンツを見ると類似のコンテンツがフィードに流れてくる等が確認できる。

## 第3項 インスタグラムの仕組み; コンテンツの制限

インスタグラムを運営する Meta は「インスタグラムを安全でポジティブな場所にする」を掲げ、様々な機能を提供している。例えば、親が子供のインスタグラム使用を監視する”Family Center”、嘘の情報や誹謗中傷を含む投稿を検挙する”Community Guideline”のみでなく、長年インターネットで問題視されてきた摂食障害と自傷に関する情報への対処がなされている。インスタグラムには摂食障害と自傷のコンテンツに対して次のような機能がある[16]。利用者が「摂食障害」「リストカット」「自己誘発性嘔吐」等の特定の言葉を検索した場合に2つの工夫が行われている。第一に検索結果を表示する前に”サポートを受ける”と”See result anyway”という二つの選択肢を与えること。第二に検索結果の画像にモザイクをかけること。前者における「サポート」とは、インスタグラムが提供する専門家(英 Beat、加 National Eating Disorder Information Center、豪 Butterfly Foundation、米 National Eating Disorders Association)の支援によるものである。これらは検索結果を表示する時のみでなく、摂食障害についての発信をしようとしたとき・友人の情報発信が心配な時にも表示され、早期介入に繋がる[17]。

実際にインスタグラムには4500万個ほどの摂食障害に関する投稿が存在し、それらの52.9%が摂食障害を助長する。同研究では、過激な減量を推奨するもの(1日

200キロカロリー以下の食事)や、女性が自分の写真にたくさんの否定的なコメントをつけているコンテンツを挙げた[18]。インスタグラムに実在するダイエットに纏わる投稿を模倣して図1、2のような画像を作成した。



図1 インスタグラムのダイエットについての投稿の模倣

### 第3節 摂食障害発症の要因特定研究に関する先行研究

摂食障害は死亡率の最も高い精神疾患であるという認識のもと、異なったアプローチで、様々な被験者を対象に研究が行われてきた。摂食障害を発症する要因として、痩身を美化する文化やマスメディアの影響といった社会的要因・自尊心や成熟拒否などの個人的要因・母子関係などの環境要因などが主流となって議論されてきた。

花澤は古典的な成熟拒否による摂食障害の特徴を、二次性徴による身体変化・性的関係・妊娠や分娩や育児の3点に対する嫌悪感とまとめた一方、同論文で2例を描写した上で「ここで語られている恐怖は、成熟した女性に自分になっていくというような明確な未来への展望にもとづく恐怖ではない。今その時点での自分が、少しでも変化してしまうことへの恐怖と理解することができる。」[19]と考察した。

磯野は摂食障害と家族関係を関連付けることに「当事者を病気にかかったことの罪悪感から救済するが、疫病利得を生み出し、救済の範囲を親子関係の中にとどめて、社会性の回復を促さないという弊害」[20]があると質的解析を用いて考察した。

また、溝口らは、看護を専攻する女子大学生を対象とした、生物学的要因・過去の関連行動・社会的要因・心理的要因で構成された17項目と痩せ願望の重回帰分析を行い、統計を用い様々な要因の関連の有無を研究した[21]。

このように、「摂食障害と要因の統計的な関連の有無」「その因果を利害関係者が認識する是非」などの議論が進められてきた。

### 第4節 問題提起

筆者が摂食障害に纏わる先行研究及び定説において指摘したい問題は以下の3つである。

第一に、研究の被験者の属性についてである。アンケートの結果を統計的に処理する研究では人数を確保・研究に協力可能な摂食障害の経験者を探す難しさなどから摂食障害の患者ではなく、研究者の所属する大学等の女子大学生等を対象とした調査が多い。よって、摂食障害を発症することも多くインスタグラムを使う人も多く重要な対象と言える「女子高校生」を対象とした調査は少ない。

第二に、筆者の属性についてである。女子高校生を対象とした先行研究のほとんどが、年齢・性別・職業・インスタグラム使用状況・摂食障害経験の有無等の観点から被験者と類似した属性の研究者によって行われておらず、被験者からより深い語りを聞き出せる関係性の構築・的を射たアンケートの設問等ができておらず、先行研究が見落としている概念が存在する可能性がある。

第三に、インスタグラム自体の変化についてである。インスタグラムと摂食障害及び他のSNSと摂食障害に纏わる研究は多数実施されているが、インスタグラム自体の変化は激しく、新たな機能が次々にでき、使用方法・使用機能・使用頻度・位置づけなどは流動的である。したがって、先行研究はその調査実施時以降の変化に対応できておらず、見落としている事項があると考えられる。

## 第5節 研究の目的

本研究は前節のような社会学・医学・看護学・心理学・栄養学等の様々な分野の先行研究を分野横断的に考察し、それら先行研究の問題を認識し解決を試み、新規の概念を作成することで、女子高校生の摂食障害とインスタグラム使用の様子を知ることを目的とする。

また、本研究の特長は、前節で述べた3つの先行研究の問題を解決できる点にある。

第一に被験者の属性に関しては、本研究では第2章で筆者の在籍する学校の女子高校生、第3章では高校時代に摂食障害を経験した女子学生を対象に調査を行った。これらによって「女子高校生」という属性に注目できる。

第二に研究者の属性に関して、筆者はインスタグラムを頻繁に使用する女子高校生であり摂食障害を経験した属性を持つ。したがって、筆者は調査対象である「女子高校生」「摂食障害患者」「インスタグラムの継続した使用経験がある」という属性を持ち被験者と似た性質を保持すると考えた。また、属性の類似は的確な着眼や、聴き取り調査で辛い経験を開示してもらうに当たり、関係構築等に役立つと考えた。

第三にインスタグラムの変化に関して、本論文が含む調査は2022年から2023年に渡って実施されたものであり、年々影響力と存在感を増しているインスタグラムの変遷や比較的新しい機能などについても考察することができ、より現在のインスタグラムに即したものと言える。

また本研究は摂食障害を経験した筆者が主体となることで、一般に研究の客体と見なされることが多い摂食障害患者が研究の主体となるのである。

## 第6節 本論文のリサーチクエスチョン

本研究では4つの章を通して以下の2つのリサーチクエスチョンに取り組む。

RQ1 どのようなInstagramでの行動が女子高校生の摂食障害を増加させるか。

RQ2 どのようなInstagramの使用が女子高校生の摂食障害の発症・深刻化が防止されるか。

## 第7節 本論文の構成

本研究では、第2章にて筆者の在籍校でのアンケート調査、第3章では村井大介による調査[21]を基に摂食障害を高校時代に発症した3人の学生を対象に聴き取りによる質的調査を行った。第4章では第2・3章での調査の考察を行った。

## 第2章 女子高校生を対象としたアンケート調査

### 第1節 調査概要

筆者の在籍する神戸大学附属中等教育学校の女子生徒の高校1年生と高校2年生42名を対象に Google Form にてアンケートを行った。調査は、2023年3月17日から同月19日に渡り実施した。以下の2つの仮説を設定してアンケートを行った。

仮説1：ダイエット>モデル>筋トレ>食べ物>景色の順に被験者の食行動異常スコアを高める。

仮説2：閲覧するコンテンツの投稿者によって、閲覧者の瘦身願望とインスタグラムの使用頻度が増える。

また、調査は本校研究部の倫理審査を通過し承認を得て実施した。(倫理審査承認番号22-141)

### 第2節 調査目的

本調査の目的は、筆者の4年次の研究[23]にて棄却された「瘦身モデルの写真閲覧は女子高校生の摂食量を減らす」という仮説を、より洗練した調査と分析で再度取り組むことである。また、再び一般的な先行研究に反する結果が得られた場合には理由を分析して考察する。

### 第3節 調査方法

統計の手法を用いて仮説の真偽を確かめる。本調査では、Google Form にて写真を実際に被験者に閲覧してもらうことで日常のインスタグラム使用を再現し、閲覧後の食行動について回答してもらうことで、より第2章での調査よりも日常でのインスタグラム使用に即した調査としている。加えて、その他の質的データと照合することで、先行研究によって提唱されている概念の真偽も調べ、新たな可能性を指摘する。

本調査の質問構成は以下の表1である。

表1 Google Form での質問内容

質問テーマ	番号	質問内容
被験者の食行動異常スコア (Q1~Q26)		
Instagram使用行動	①	アカウント所持の有無
	②	1日の平均利用時間
	③	投稿頻度
	④	閲覧頻度
その他質的データ	①	ダイエットコンテンツを見たことがある (Instagramに限らず)
	②	運動部/文化部/なし
	③	家族や友達と体重・体型について話す頻度
	④	今より痩せたらいいことがあると思う
5種類の投稿を見た時の心情の変化 (瘦身願望とInstagram使用行動)		
	①	コンテンツを見た時の痩せたい気持ちの変化 (投稿者の限定無し)
	②	投稿者が芸能人の時の痩せたい気持ちの変化
	③	知り合いが投稿者の時の痩せたい気持ちの変化
	④	コンテンツを見た時のInstagramの投稿・閲覧頻度の変化 (投稿者の限定無し)

対象者は摂食障害を経験した人に限らず、全ての該当学年の在籍女子高校生を対象とするため、厚生労働省研究班が監修する「摂食障害（神経性食欲不振症・神経性過食症）チェック」[23]の診断の目安の26質問項目を6件法で回答してもらい、質問ごとの平均値を被験者の「食行動異常尺度」の点数 ( $S_2=0.220$ ) とした。

被験者が見る写真は以下である。仮説として設定した、「ダイエット、景色、モデル、食べ物、筋トレ」の5種類とした。痩せたい意思とInstagram使用頻度を向上させる効果が高い順に、「ダイエット>モデル>筋トレ>食べ物>景色」と仮説を設定したため、仮説に基づいて効果の大きいものと小さいものを交互に並べて質問の順序を「ダイエット、景色、モデル、食べ物、筋トレ」とした。「ダイエット、景色、モデル、食べ物、筋トレ」の投稿に関する詳細は以下である。いずれの種類の写真もキーワードを検索バーに入力して上位に現れた写真を用いることで、実際に女子高校生が閲覧する写真に近いものを用いることができると考えた。

#### 第4節 調査結果

##### (1) 閲覧した写真の種類と閲覧時の瘦身願望

表2 コンテンツ種類別閲覧時の瘦身願望の選択肢回答者割合

写真の種類	ダイエット	景色	モデル	食べ物	運動
そう思う(1~3)	52%	2%	64%	5%	67%
どちらでもない(4)	5%	10%	5%	14%	5%
そう思わない(5~7)	43%	88%	31%	81%	29%

##### (2) 閲覧した写真の種類と閲覧時の投稿希望の度合

表3 コンテンツ種類別投稿希望の選択肢回答者数割合

写真の種類	ダイエット	景色	モデル	食べ物	運動
そう思う (1~3)	19%	24%	29%	31%	14%
どちらでもない (4)	19%	24%	14%	38%	24%
そう思わない (5~7)	62%	52%	57%	31%	62%

(3) 1被験者（質的データ2種）間2被験者（投稿の種類、投稿者）内の3要因分析  
被験者内Aは写真の種類5種、被験者内Bは投稿した人の種類3種である。

表4 1被験者間2被験者内の3要因分析（ダイエットの投稿を見たことがあるか）

要因の効果(タイプIII & 平方和) ※球面性逸脱に対する自由度補正 = C-M										
変数名	SS	MS	MSe	一般化η <sup>2</sup>	95%CI	F値	df1	df2	p値	
見たことがある	119.753	119.753	19.408	0.069	---	6.17	1	40	0.017	*
被験者内A	407.948	101.987	3.889	0.202	---	26.227	4	160	0	**
被験者内B	0.379	0.19	0.893	0	---	0.213	2	80	0.732	
見たことがある*被験者内A	15.707	3.927	3.889	0.01	---	1.01	4	160	0.398	
見たことがある*被験者内B	0.278	0.139	0.893	0	---	0.156	2	80	0.781	
被験者内A*被験者内B	1.824	0.228	0.43	0.001	---	0.53	8	320	0.761	
見たことがある*被験者内A*被験者内B	0.846	0.106	0.43	0.001	---	0.246	8	320	0.946	

表5 1被験者間2被験者内の3要因分析（運動部に所属しているか）

要因の効果(タイプIII & 平方和) ※球面性逸脱に対する自由度補正 = C-M										
変数名	SS	MS	MSe	一般化η <sup>2</sup>	95%CI	F値	df1	df2	p値	
運動部	0.114	0.114	22.399	0	---	0.005	1	40	0.943	
被験者内A	662.016	165.504	3.96	0.276	---	41.796	4	160	0	**
被験者内B	0.602	0.301	0.887	0	---	0.339	2	80	0.639	
運動部*被験者内A	4.314	1.079	3.96	0.002	---	0.272	4	160	0.874	
運動部*被験者内B	0.748	0.374	0.887	0	---	0.422	2	80	0.588	
被験者内A*被験者内B	3.494	0.437	0.428	0.002	---	1.02	8	320	0.408	
運動部*被験者内A*被験者内B	1.633	0.204	0.428	0.001	---	0.477	8	320	0.8	

表6 1被験者間2被験者内の3要因分析（今より痩せるといいことがあると思う）

要因の効果(タイプIII & 平方和) ※球面性逸脱に対する自由度補正 = C-M										
変数名	SS	MS	MSe	一般化η <sup>2</sup>	95%CI	F値	df1	df2	p値	
いいことがある	293.188	58.638	16.747	0.177	---	3.501	5	36	0.011	*
被験者内A	430.658	107.665	4.042	0.24	---	26.635	4	144	0	**
被験者内B	1.305	0.652	0.916	0.001	---	0.712	2	72	0.445	
いいことがある*被験者内A	55.792	2.79	4.042	0.039	---	0.69	20	144	0.812	
いいことがある*被験者内B	5.728	0.573	0.916	0.004	---	0.625	10	72	0.73	
被験者内A*被験者内B	4.582	0.573	0.402	0.003	---	1.424	8	288	0.221	
いいことがある*被験者内A*被験者内B	22.769	0.569	0.402	0.016	---	1.415	40	288	0.108	

表7 1 被験者間 2 被験者内の 3 要因分 (家族や友達とダイエットや体型について話題にすることがある)

要因の効果(タイプIII & 平方和) ※球面性逸脱に対する自由度補正 = C-M										
変数名	SS	MS	MSe	一般化 $\eta^2$	95%CI	F値	df1	df2	p値	
話題	405.305	81.061	13.633	0.252	---	5.946	5	36	0 **	
被験者内A	173.035	43.259	3.657	0.126	---	11.83	4	144	0 **	
被験者内B	3.578	1.789	0.804	0.003	---	2.224	2	72	0.133	
話題*被験者内A	111.313	5.566	3.657	0.085	---	1.522	20	144	0.09 +	
話題*被験者内B	13.78	1.378	0.804	0.011	---	1.713	10	72	0.125	
被験者内A*被験者内B	2.709	0.339	0.439	0.002	---	0.771	8	288	0.574	
話題*被験者内A*被験者内B	12.112	0.303	0.439	0.01	---	0.689	40	288	0.866	

その他の3つの「ダイエットに関するコンテンツを見たことがある、今より痩せればよいことがあると思う、ダイエットに関することを家族や友人と話題にすることがある」が食行動異常スコアに作用していたのに対して、運動部に所属していることでは交互作用が見られなかった。

## 第5節 考察

前節表2より、ダイエット・モデル・運動に関する写真は、景色・食べ物の写真に比べて女子高校生の瘦身願望を増加させていると考えられる。表3からは写真の種類と投稿頻度は関係が見られなかった。表4～7からは「ダイエットに関するコンテンツを見たことがある、今より痩せればよいことがあると思う、ダイエットに関することを家族や友人と話題にすることがある」が食行動異常スコアに有意に作用していたが、本校の女子高校生が運動部に所属することは、食行動異常スコアと関連していなかった。

## 第3章 摂食障害を経験した女子学生を対象とした聴き取り調査

### 第1節 本調査の立場

次に、高校時代に摂食障害を実際に経験した女子学生を対象とした聴き取り調査を行う。本調査は村井大介の「地理歴史科教師の歴史教育観の特徴とその形成要因―教師のライフストーリーの聴き取りを通して―」[22]の聴き取り調査を参考に行ったものである。村井の研究では「歴史教育観」に注目しているが、本研究では「ボディイメージ」「インスタグラム使用行動」等に注目して聴き取り調査を行った。

本調査の主眼は「摂食障害当事者が各治療段階においてインスタグラムとどのように向き合ってきたのか」を明らかにすることにある。したがって、本研究では質的な「被験者個人が主観的にどのような行動にどのような感情を見出してきたのか」を重視し、以下の2点を明言する。

第一に、本調査は普遍的な一般化された規範や公式を示すものではなく、被験者個人に起こった事象等の事実を研究するものである。本調査は被験者個人のボディイメージ観等からどのような変化を遂げてきたのかを明確化する。

第二に、本調査は事例を研究するものである。被験者3名が摂食障害患者・女子高校生等の属性の全ての人を代弁する一般的なものではない。また、反例が存在することも認められる。しかしながら、他の摂食障害リスクの高い女子高校生等でも共通性を持つ可能性があり、本調査で示唆する可能性に当てはまることがある。また、本調査に反証する形で新たな議論が進む可能性がある価値を有する。

また、本調査の位置づけとして、先章のアンケート調査は既に存在している先行研究や通説に基づき設問や選択肢の作成を行ったが、本聴き取り調査では「先行研究が概念化していない」ことに注目し、新規の概念を発見するために自由度の高いものとなっている。

### 第2節 調査方法

被験者ごとの聴き取り調査全体の書き起こしは、巻末の付録の資料10、11、12に添付した。

前節の2点の立場より、本調査では被験者の「ライフストーリー」に注目したインタビュー調査を通して仮説の立証と新たな議論を発見する。個人の内在する、摂食障害患者の内面に保持する概念やインスタグラム使用経験を時系列で整理しながら取って患者自身が記述することは少ない。また、摂食障害を経験した人のインスタグラムの使用状況などは他人が説明できることではなく、本人しか語ることができない。したがって、筆者が被験者のライフストーリーとともに、その概念や経験を聞き取ることが、各被験者のインスタグラムの使用行動の変化、瘦身願望等の理解や新たな問題発見に有効である。

以上より、本調査では、被験者が述べた内容を逐語録にしたのち、繰り返している部分や言い淀みや言い間違いの修正等を行い、筆者が3名に共通して見られた6項目((1)～(6))と、2名に共通して見られたものと1名で特筆すべきと判断した6項目(①～⑥)に分けて分析を行い、他の患者・高リスク群・一般女子高校生も選ぶうる選択可能性を導

く。(倫理審査承認番号: 23-051)

### 第3節 調査概要

本調査では以下の2つの仮説の真偽を確認し、先行研究で明らかになっていない概念を見つけ出し、女子高校生及び摂食障害患者が現状直面している問題等を把握する。

仮説1: 摂食障害の経験によって、インスタグラムで閲覧するコンテンツ・投稿するコンテンツ・使用する頻度などの使用行動全般に変化が見られる。

仮説2: 摂食障害を経験した日本の女子学生である被験者には先行研究で説明不可能な事象が見られる。

本研究では、JAEDの学生部に所属する摂食障害を経験した3名からライフストーリーの聴き取り調査を実施した。2023年11月21日に調査協力依頼を行い、研究趣旨を理解し承諾してくれた3名を対象に聴き取り調査をGoogle Meetにて実施した。調査は同年12月8、9、10日に渡り実施した。事前に簡易的な質問リスト(巻末の付録資料6)と事前調査(巻末の付録資料7)を送り、1人あたり45分程度の聴き取りを実施した。また、事前調査では比較的短答の6個の質問(「職業」「在住地域」「年齢」「ダイエット開始年齢」「摂食障害発症年齢」「録画・録音許可」)にGoogle Formで回答を依頼した。聴き取り調査では、被験者の自由なダイエットや摂食障害やインスタグラムに対する認識や経験を、自由な発話と和やかな雰囲気の中で質問しながら聴き取った。また、質問項目は巻末の付録の資料9である。

調査協力者の3名は、摂食障害を学齢期で経験した女性であり、筆者も同様に所属するJAEDの学生部に所属する人物である。学生部は全国の有志の摂食障害を経験した学生が、企画・居場所づくり・SNSでの情報発信等を行う組織である。啓発活動等で摂食障害で苦しむ人に貢献したいと自ら組織に所属する当部の学生は、特に自分の経験を俯瞰的に捉え、事例を振り返ることができる調査対象であると予想した。また、一部の学生部の人はイベント等で自身の経験を語ることも稀にあるため、特に整理されたライフストーリーを精神を安定させて語ることができると予想し、筆者が聴き取りたい内容を聴き取ることで調査被験者として妥当であると判断した。調査時の各被験者の6種類のアイデンティティや属性(「職業」「在住地域」「年齢」「ダイエット開始年齢」「摂食障害発症年齢」)は以下の表8の通りである。

表8 被験者基本情報

	現職業	現年齢	開始年齢	発症年齢	居住地域
被験者A	大学生	22歳	16歳	16歳	関東
被験者B	高校生	18歳	13歳	15歳	関東
被験者C	大学生	24歳	17歳	17歳	近畿

#### 第4節 調査結果

次に、各被験者のインスタグラム使用行動とその他の複数の要素を調査データから分析する。本項では、各被験者の使用行動等を理解する上で重要な部分となると判断した箇所の一部を提示する。各箇所中の細い傍線部はインスタグラム（及び他の SNS）の閲覧・投稿するコンテンツの種類を、破線部はインスタグラム（及び他の SNS）の頻度・使用時間等を含んだ全般的な使用行動を、太い傍線部は痩身願望を、波線部は被験者の心情の変化や結果を、二重線部は各小タイトルで異なる（予防教育、二次的な社会的な問題、……。）その他の要素を述べていると判断される箇所を表す。

下の表9は被験者ごとに見られたものを○、見られなかったものを×として表にまとめ、共通項を見やすくしたものである。3人の被験者のうち、2人以上で観察された単語や概念には表に着色することで目印を付けた。

また、被験者Cは現在も摂食障害の治療中であると回答したことを考慮し、時系列の3つの枠組みを作成したが名前は以下のように設定した。第一にダイエット前・発症前、第二にダイエット中・発症中、第三に治療中・治療後・現在である。

表9 閲覧したことのあるコンテンツ（全段階）

	被験者 A	被験者 B	被験者 C
ダイエット	○	○	○
身近な人	○	○	○
アイドル	○	×	○
スポーツ	×	○	×
ファッション	×	×	○
旅行	○	×	×

表10 投稿したことのあるコンテンツ（全段階）

	被験者 A	被験者 B	被験者 C
ストーリー	○	○	○
食べ物	○	○	○
友達	○	○	×
スポット	○	×	○
スポーツ	○	○	×
ダイエット	×	○	×

##### (1) 閲覧種類

A: (発症前・ダイエット前) ちょうどインスタグラムが出てき始めた頃で「映えスポット」みたいなのが、ちょうど流行り始めたぐらいの時期だったので、そういうハッシュタグとかを検索して、インスタグラマーのきれいなお姉さんたちが出てきたりして

「あ 自分もここ行ってこういう写真取りたいな」みたいなのはすごいしてましたね。

A: (発症中・ダイエット中) 入院していた時は、スマホはダメだったのもあって見てなかったですね。ダイエット中では、「何キロ痩せた」「何キロから何キロに」みたいなやつは、目に入ると見ちゃってましたね。

A: (治療中・治療後・現在) 今では旅行がすごい好きなので、色々な場所の名前を入れて検索して、「こんな綺麗なところあるんだ」とか。あとは、アイドルは好きなので見ることもあります。色々見るけど、1つ1つに 思い入れというか意味はなく、割と目に入って来たものをとりあえず見てみることが多いかもしれないです。

<被験者 A の語りについて>

被験者 A において、摂食障害の前・中・後での閲覧するコンテンツの変化が見られた。写真で映えるカフェ等のスポットの写真を閲覧していた頃から、発症中では被験者 3 名で共通してみられたダイエットに関するコンテンツを閲覧していた。しかしながら、現在ではアイドル・旅行等の趣味に関する投稿だけでなく、広い範囲の投稿を見ている。摂食障害の経験とその克服で閲覧する投稿の種類が変化したことが分かる。

B: (ダイエット前・発症前) 身近な人たちの日常生活しかほんとは見てなくて。あとは、好きなバレエダンサーの投稿とかをすごいチェックしたりしてました。でも、時間もそこまで見てなかったかな。身近な人と好きなバレエダンサーしか見てませんでした。

B: (ダイエット中・発症中) 身近な人のとかもちろん見てたんですけど、ダイエットしてる人の食事、運動、日常のこととかを見てました。インスタでダイエット系の投稿あるじゃないですか。それでちょっと情報収集をしていたこともありました

たまに摂食障害だと思われる人、摂食障害と自称する人の投稿が出てきたりして、「今日は何のぐらい吐いたよ」とか「今日の体型はこうでした」みたいな写真が上がったりして。流れてくるので、見てはいたんですけど、あんまり良くないことだなど自分でも発症中ながらも分かっていたので、なるべく見ないようにしつつ。でも、ちょっと見ちゃったりしました。

B: (治療中・治療後・現在) 治療後はダイエット系のアカウントは見えてないですね。食事系は見なくなったと思います。例えばダイエット食とか、1日に食べたものとか、「何センチ何キロの1日の食事」とかを治療後は見なくなって、食への囚われが無くなったからこそなのかなと思います。(中略) なので、発症前の身近な人たちの日常を見る感じに戻ってます。

<被験者 B の語りについて>

被験者 B は志していたクラシックバレエを軸としてライフストーリーを語っていたこと

が印象的であり、被験者 B にバレエが重要であったかが分かる。

全ての段階で身近な人の投稿を見ているが、発症前にはバレエダンサーの投稿、発症中にはダイエットに関するコンテンツや、摂食障害に関するコンテンツを見ていたことが明らかになった。しかしながら、現在ではダイエットに関するアカウントを見なくなったそうであり、被験者 B も摂食障害の経験・改善によって閲覧するコンテンツの種類が変化したと言える。

本研究では「ダイエットに関するコンテンツ」として扱ってきたダイエットの方法やダイエットの成功談のような閲覧者にダイエットを動機づけ知識を与えるような投稿に注目してきたが、被験者 B からはダイエットに関するものより一步踏み込んだ「摂食障害」に関する投稿も閲覧していた。そのようなコンテンツはダイエットアカウントが閲覧者にダイエット方法を与えるのと同様に、閲覧者に自己誘発嘔吐の方法などを提供する明らかに精神衛生に良くないものだと言える。この投稿の存在について、仮説段階で想定しておらず、先行研究でも検討がされていないものだと考えた。

C: (ダイエット前・発症前) インスタグラムを発症前はほとんど使っていなかったんです。インスタグラムを含め、インターネットで主に見てた画像でダイエットに関するものは K-POP アイドルのかわいい子のスタイルの写真とか、あとは「目標体重・シンデレラ体重・標準体重」とかの表の画像とか。あとは、ダイエットの仕方とか 筋トレの方法とか。

インスタグラムは、ほとんど K-POP アイドルの子の投稿された画像を見てました。

C: (ダイエット中・発症中) 発症中・ダイエット中も、インスタグラムは一緒ですね。

C: (治療中・治療後・現在) インスタグラムでは K-POP アイドルの子の写真も引き続き見るんですけど、目的に「こんな感じになりたい」とかいうのもあるし、「その子自体の活動が見れて楽しい」という普通にファンとして見る部分が大きくなっています。あとは、趣味の服とか靴とかファッションの写真とか。趣味の文房具やインテリアや化粧品とか。あと、体にいい料理とかを見てます。

<被験者 C の語りについて>

被験者 C においても、3段階における閲覧するコンテンツの種類の変化が指摘できる。摂食障害発症前と発症中においては、好みの K-POP アイドルやダイエットの方法等の情報を見ている。しかしながら、現在では趣味の K-POP やファッション等の広い種類のコンテンツを見ていることが分かる。また、本人は「閲覧の目的の変化」という点にも言及しており、発症前は K-POP アイドルのスタイルを見ていたが、現在ではスタイルだけでなく、ファンとしてアイドルを応援する気持ちで閲覧するという変化が見られた。

同じ種類のコンテンツでも、「K-POP アイドルのどの点を魅力的に思い閲覧しているのか」「K-POP アイドルを閲覧する目的は何か」「その K-POP アイドルの投稿主の目的は何か」等の点を掘り下げる価値があると思われた。

<被験者 3 名の語りについて>

第一に、被験者3名に共通して摂食障害の症状と治療の経過によって閲覧するコンテンツの種類が変化していることである。この点に関して注意したいのが、3つの時系列の定義が曖昧で被験者A、Bは「ダイエット前・発症前にはダイエットのコンテンツは見えない」としているが、被験者Cは「ダイエット前・発症前にはダイエットのコンテンツを見ていた」としている。摂食障害の症状はスペクトラムである点、筆者が時系列に関する語の意味を明確にできなかった点等が被験者A、Bと被験者Cの回答の差に繋がっていると考えられる。また、被験者A、Bは「摂食障害になったからダイエットに関するコンテンツを見ていた」と認識しているが、被験者Cは「ダイエットに関するコンテンツを見ていたから摂食障害になった」と認識している可能性がある。

第二に、被験者3名でダイエットに関するコンテンツの閲覧が確認されたことである。摂食障害を実際に経験した人々のうち、調査対象の3名全員が閲覧しているということは、高い可能性で同じ属性の他の人もダイエットに関するコンテンツを閲覧する選択をしている可能性が示唆される。

## (2) 投稿種類

A: (ダイエット前・発症前) 今思えば、自分の写真が多かったなとすごい思って。結構どこに行っても、友達・お母さんに写真を撮ってもらって。結構「自分がどう映るか」っていうのも意識してたし、大量に撮っていいやつを載せる感じでしたね。やっぱ、いいねの数とかに自分の意識が行っていました。

A: (ダイエット中・発症中) 発症中は載せるものが無かったです。退院した直後では、そんなに遊びに行ったりとかも無かったから、載せるものはないけど「退院したから載せなきゃ」とか「またインスタがんばなきゃ」みたいな気持ちもあって、食べ物とかかわいいカフェとか行って、無理やり載せてたとかはあったかもしれない感じですね。

A: (治療中・治療後・現在)

今は「日常」っていう感じで、投稿する頻度は高くなくて「ディズニー行った」「旅行行った」とか。あと「部活の公演があった」とか。「でっかいことがあったら載せとくか」みたいな感じですね。(中略)

A: 自分がどうみられるかを気にしなくなったかなっていうのはありますね。

<被験者Aの語りについて>

被験者Aは高校生で摂食障害を発症し入院での治療を経て、現在大学生活を送っている人物である。高校生の当時は「いいね数」「他者からどうみられるか」に注力があり投稿をする圧力さえも感じていたのに対し、現在では自身が経験したことの報告を行うような使い方をするといった投稿の仕方の変化が見られた。

また被験者Aは「どのように見られているか」を気にしなくなったと語った。他者からの外見の評価を気にする行動と痩身願望については、先行研究で説明可能である。前述の先行研究による痩身願望のモデル化において、「痩身願望」にパスを持つ「体型に対するメリット感」は「賞賛獲得欲求」及び「拒否回避欲求」と正の相関が認められた[25]。

よって、被験者 A からの聴き取りからは、インスタグラムの「いいね」という人気・賞賛の可視化が、本先行研究の「賞賛」に値する可能性があることが考察される。

B: (ダイエット前・発症前) 自分の日常というか「友達とどこどこに行った」とか「バレエでこんな舞台がありました」みたいなことをあげてました。でも、「最近太っちゃったな」とかやってたかもしれないです。ただ、ダイエットアカウントもやってないですし、普通のプライベートなアカウントで自分の日常のあれこれを言っているだけでした。

B: (ダイエット中・発症中) ダイエットアカウントをやっていたので、自分で1日の食事量を写真に撮って、目に見えて「私これ食べたな」と分かる方がいいと思っていたので、記録目的も含めて載せていました。でも体の写真は載せてなかったですが、体重の変遷は載せてましたね。1日の食事報告と体重と「今日はこんな運動できた」とか「ちよっと食べすぎちゃった」とか投稿してました。

B: (治療中・治療後・現在) 食事も撮らないし、体重も載せないし測らないし。そもそもダイエットアカウント自体も全く動かしていない状態です。なので、今の身近なこととか 友達とどこどこに行ったみたいな。発症前の投稿に戻った感じです。

<被験者 B の語りについて>

被験者 B はダイエットの様子を発信するために作成したアカウント（以後，“ダイエットアカウント”と呼ぶ）を運営することによって自身のダイエットを可視化しようとしていたため、ダイエット中・発症中ではダイエットに関する発信をしていた。被験者 B の聴き取りを通して、「ダイエットアカウントの運用は摂食障害を引き起こす又は深刻化させる」という仮説ができた。

また先行研究によって、ダイエットの記録をアプリにてつけることの統計的に優位な減量への効果[26]が示されている。しかしながら、記録をInstagram及び他のSNSに載せることの減量への効果は学術的に提唱されていない。「可視化する」という点でレコーディングアプリへの記録とInstagram等 SNS の投稿で記録を行うことは類似している点から、同様の減量への効果があるのではないかと考えた。また、同時にレコーディングアプリはInstagramのような相互の情報交換や人間関係を必ずしも伴うとは限らないため、Instagramでのダイエットアカウントの運用と異なった効果が得られる可能性がある。また、ダイエットに関するアカウントの閲覧・ダイエットアカウントによる情報発信については本項で後程再度議論する。

C: (ダイエット前・発症前・ダイエット中・発症中) 発症前と発症中は何も投稿してなかったです。アカウントを作ったきっかけは、海外に行ったときに「LINE以外でSNSを登録したい」って言われて作りました。ほんとにDMのみです。

C: (治療中・治療後・現在) 投稿はストーリーばかりです。自分の行った喫茶店と

か、飲食店の画像・メニューとか買ったものの画像。お店の雰囲気の画像、あとは自分の行ったライブ映像の雰囲気画像とか。

<被験者 C の語りについて>

被験者 C はダイエット前・発症前・ダイエット中・発症中は他の被験者と異なり何も投稿をしていなかったのに対し、現在ではストーリーにて自分の趣味の投稿を頻繁に行っているようである。

被験者 C の投稿するコンテンツの変化に関しては摂食障害に関する先行研究での説明が不可能であり、変化の理由付けを行うためにはより深い聴き取り又は他の要素を介在した説明が必要である。

<被験者 3 名の語りについて>

投稿の時系列の変化に関して、類似する点が少なく、被験者間でばらつきが見られた理由として、以下の 2 点が考えられた。第一に、摂食障害の経験の有無、女子高校生であるかどうか等の属性に関係せず、インスタグラムの投稿行動には大きな差があるのと考えられる。第二に、インスタグラム自体の変化が考えられる。特に被験者 B と被験者 C の摂食障害の発症年は 4 年間も異なる。したがって、被験者 A、B と被験者 C の発症前の投稿行動についてはインスタグラムという媒体自体の大きな違いがあるのではないかと予想される。また、このインスタグラムのサービス自体の変化は本項で再度より詳しく論じる。

### (3) 使用頻度/ 行動全般/ その他

A: (ダイエット前・発症前) やっぱスマホ開いてるときはインスタ見て、ストーリーとかも「更新されたらすぐ見なきゃ」。結構休み時間とかも、いじっているとかはありました。結構緩かったんで、授業中も割と見てた。

A: (ダイエット中・発症中) 見るのが嫌になったところがあったかもしれない。あんまり自分から進んでみようという感じでなかったかな。あんま見てない気はします。

A: (治療中・治療後・現在) 今は「みんななんか載せてないかな」みたいな。チェック程度に 1 日 5、6 回開いて見る感じ。あとは時間があったら調べものしたり色々見る感じですね。見ちゃいます、息するように。インスタ、Twitter、TikTok、LINE あたりを順番に開いていきます。

<被験者 A の語りについて>

被験者 A は高頻度でインスタグラムを使用していたが、摂食障害の経験により使用時間・頻度が減った。現在では、定期的に使用している様子が分かる。しかしながら、ダイエット中・発症中で使用が減少した理由は明確でなく、(1) で被験者 A が述べていたように入院中はスマートフォンの使用禁止以外の理由があるかどうかについて追質問が必要であった。

また、「息をするように」という被験者 A の表現でもわかるように、SNS のアカウントにログインすることが呼吸と同程度に生活の大きな部分を占める、または交友関係になく

てはならないもの等の可能性が考えられる。このように、被験者 A では摂食障害の経過によるインスタグラムの使用頻度の変化が見られた。

B: (ダイエット前・発症前) 身の回りの人と好きなダンサーの投稿ぐらいしか見てなかったの、自分が投稿することもあまり無かったので、そこまで使用頻度は多くなかったかなと思います。寝る前、学校から帰ってきてとか隙間時間に見てましたね。

B: (ダイエット中・発症中) 発症中も意外と長い時間は見てなくて。ダイエットのアカウントも始めたて、仲間ができたりしたけど、それを目的にやっていたのではなく、自分が記録を付けるためにやってた感じなので、それ以外の時間は自分で投稿して、自分が参考にしている人を一通り見て、プラス知り合いのアカウントを一通り見てたと思いますね。

B: (治療中・治療後・現在) 治療中はダイエットアカウントで自分の食事量を載せていることが、自分の首を自分で絞めてるのに、だんだん気づき始めていて。しかも、治療中って言うか、過食を始めてから治療段階にやっと移ったので。私は吐いてなかったの、過食が始まると体重が増えてしまうじゃないですか。やっぱり 自分の体重を載せることが 自分の首を占めているなど感じましたし、過食したいきさつとかも全部教えなきゃいけないことになっちゃうじゃないですか。それはちょっと嫌だなって思い始めて、投稿もちゃんと毎日やってなかったですし、だんだん頻度がなくなってたって感じます。治療後は食事も撮らないし、体重も載せないし測らないし。そもそも、その ダイエットアカウント自体も全く動かしていない状態です。(中略)

だんだん義務みたいに感じるじゃないですか。アカウントやってると友達できるじゃないですか、ダイエット仲間みたいな人が増えてくると「あ、あ、やばい。自分これ載せなきゃ」みたいな、撮って載せるのが義務みたいに感じてきちゃって。でもだんだんやらないと気が済まない強迫観念が起こってくるし。ほんとに自分の首を自分で絞めてた感じでした。(中略)

そうですね。ダイエットアカウントに嫌気が指し始めていたので。なんでそもそも私なんで ダイエットしてるんだっけみたいな。「ダイエットしたからこんな摂食障害に足踏み入れちゃったじゃん」みたいな感じになってしまっ。もう ダイエット自体が嫌になってきたけど、でもやっぱり自分は痩せていたい葛藤があっ。 ダイエットを頑張っている人を見ると、見てられないないというか、見ているのが辛いなと思ったりしましたね。

<被験者 B の語りについて>

被験者 B においてもインスタグラムの使用全般における変化が見受けられた。発症前・ダイエット前においては使用が知り合いの投稿の閲覧のみで使用時間や頻度が絶対的に少なかったのに対して、発症中ではダイエットアカウントの運営が増えた。しかしながら、摂食障害の治療中にはインスタグラムでのダイエットの情報発信に関する葛藤を経て、治

療後には食事の撮影等のダイエットアカウントに関することをやめた様子が見受けられた。

C: (ダイエット前・発症前) 2、3日に3.0分ぐらい。夏休み中とかに見ることが多くて、家で1人の時とかによく見えました。学校の間は授業とか部活の間は見なくて、家にいる3.0分とかに見ていました。

C: (ダイエット中・発症中) むしろ使用はちょっと減ったかな。発症中が1週間に3.0分ぐらいでした。痩せてきて、自分の身体にばかり注目するというか、比べて逆に「自分まだ太ってるじゃん」ってなるのが怖くなった時期があって、減りましたね。

C: (治療中・治療後・現在) 今はかなり増えて、1日に1時間位。寝る前にみんなのストーリーを確認するために見たり、新商品のチェックのために寝る前に確認したり、家にいるときに1時間使ってます。

C: 確かに、使用の目的は変わりました。昔は、ただアカウントを持ってるだけっていう状態だったので、今はストーリーズにあげるために写真を撮ったり、実際に写真を投稿する目的で使うようになったし。

<被験者 C の語りについて>

被験者 C においても摂食障害の経過によるインスタグラムの使用行動の変化が見られた。ダイエット前・発症前には「1人の時に家で見る」といった被験者 B と比較的近似した使用方法であった。また、被験者 C の現在において「投稿するために写真を撮る」という実生活の変化があった。

<被験者 3 名の語りについて>

3人の被験者のインスタグラムの使用行動に関する聴き取りから以下のおよそ3点を分析した。

第一に、被験者 3 名においてダイエット中・発症中でインスタグラムの使用の時間と頻度が最も減少した点である。この変化は筆者の仮説・類似の先行研究と相反するものである。女子大学生を対象に行われた研究では、BMI を制御変数とした偏相関分析の結果、食行動異常とインスタグラムの使用時間に有意な正の相関が認められた[26]。しかしながら、今回の聴き取りの対象者らは、食行動異常を有していた発症中にインスタグラムの使用が減少していた。被験者との3つの時系列の単語の定義・節目が共有しきれなかったことを考慮しても、この現象は先行研究から説明不可能である。

第二に、3名の被験者が共通して発症中にインスタグラム使用に不快感を感じていることだ。しかしながら、この不快感の一般化において2点の懸念がある。1点目に被験者 A の感じていた不快感の原因が不明であること。2点目に、被験者 B と被験者 C は不快感に対して異なった理由付けを行っていることである。被験者 B に対する聴き取り内容からは、ダイエットアカウントが治療を妨げている自覚に相反して痩せたい希望があること、体重が増加する様子を記録する惨めさ、他人がダイエットの様子を公開しているのに対して自分は治療のためにダイエットができない不自由さなど様々な理由が考えられた。対して被

験者 C に対する聴き取りでは、対象者がインスタグラムにおいて自分より痩せた人を見ることの恐怖感が述べられていた。

第三に、インスタグラムの使用行動が被験者の生活様式を変化させ、習慣として生活に組み込まれる様子が観察された。被験者 A においては、SNS を確認することが現在の生活の習慣となっている。被験者 B においては、ダイエットアカウントに食事の内容を投稿することがダイエット中・発症中の生活の習慣となっていた。被験者 C においては、就寝前に新商品等の確認をインスタグラムで行うことが現在の習慣となっている。

#### (4) 瘦身願望

A: 女優さんとかアイドルとか綺麗な子たちは「どういう食生活をしてこうなってるんだろう」「どんだけ自分を犠牲にしてこうなってるんだろう」で考えていて。昔は「それが当たり前」みたいな「自分もそうならなきゃ」という思いがあって。でも今は、「あっちのほうが異常でしょ」見たいな思いがあって「大変だな」って試しているところですね。  
(中略)

A: 雑誌とかに、ブランドのモデルさんが秋服・冬服とか着て写真とか撮ったりしてるので服を決めないようにはしてるかもしれない。どうせ自分とは違うし、別に「そうならなくてもいいかな」って思うから。そうやって決めずに、実際に見て普通に着たいなって思った服を買うとかはあるかな。

<被験者 A の語りについて>

被験者 A に対する聴き取りからは、対象者が摂食障害を経験する前は女優・アイドル・モデル等の体型や容姿と自身を比べ近づこうとしていたのに対して、摂食障害を経験してからは、自分とモデル等の線引きをし、近づこうという意識が減少したことが分かった。

被験者 A の語りからは、「自分が他者からどのように見えるか」を気にする様子が見られた。この他人を気にする様子は前述の通り先行研究[24]で説明可能であり、「瘦身のメリット感」を媒介して「瘦身願望」を高めていると言えるのではないかと考えられる。

B: ダイエットを始めた年齢は 13 歳ぐらいかと思います。私 3 歳からずっとクラシックバレエを習っていて、バレエは周りに細い人も多いですし、男性と踊るときとか体重を気にしたこととか。目標としてる美しいバレエダンサーがみんなもう細い人ばかりなのでそれを見て育ったというのもあるのかな。

<被験者 B の語りについて>

被験者 B に対する聴き取りからは、対象者が憧れのバレエダンサーに近づき、周囲のバレエダンサーと同様な体型を手に入れるために瘦身願望を持ったことが読み取られた。

この被験者 B の行動はおよそ 2 つの先行研究から説明可能である。

第一に、「バレエダンサーは痩せている」という認識に言及し、インタビュー調査をバレエダンサーを対象に行った本先行研究では、“When I’ m with someone who’ s not a dancer and they see me eating an ice cream for example (… ) they often say: ‘Wow, can a ballerina eat ice cream?’ ” とバレエダンサーによって語られた[28]。被験者 B の語りとは本先行研究から、「バレエダンサーは細い」といった理想があるように思われ

る。ここで指摘したいのは摂食障害の研究にてよく議論される「瘦身理想の内在化」という概念である。瘦身理想の内在化とは、「社会的に魅力や価値があるとされる瘦身を自らの価値として取り込むこと」とされている[29]。以上の二つの先行研より、被験者Bは「バレリーナは細くあるべき」「バレリーナは細い」といった理想を持ち、それらが内在化してしまったと言える可能性がある。

第二に、「共食」に注目し、女子大学生に介入を用いた実験室実験を行った本先行研究では、やせ型でない者が個食時よりも友人との共食時に摂食量を抑制し、自分よりもやせ型の人の前で食事量を控えて見せる行動が観察された[30]。したがって、被験者Bにおいても、本人よりも瘦身である他のバレエダンサーの前で食事量を控える選択をした可能性がある。

しかしながら、本調査の性質上、当時被験者Bが周囲のバレリーナと比べて太っていたのかは不明であり、ボディイメージと実際の体型の認識の歪みは少なからずあったのではないかと考える。

C: 昔からずっと、「みんなより太め」というか「自分がデブやな」ってずっと感じてて。高校は受験して私立に行ったんです。高校1年生2年生の時に環境が変わって、より楽しい環境にはなったんですけど、一方で周りの女の子たちがすごく魅力的に見えた新天地で馴染めない自分。「もっと見た目から変わらなきゃ」って2年間ずっと思ってたんですね。3年生の時に「高校最後の年やしもったいない」とか「3年目もこのままじゃいけない」とかそのような焦りはありました。あとは気になる男の子がいたりとか。

<被験者Cの語りについて>

被験者Cに対する聴き取りからは、被験者Cの進学による困難と恋愛感情を抱いた異性の存在が確認できた。また、被験者Cの特徴として、進学後に新たなクラスや社会に馴染めない疎外感を容姿に帰結させた点である。この2点は以下のように先行研究によって説明が可能である。

第一に、周囲の社会に馴染めない困難のために容姿を変えようとする行動は瘦身願望の構成要素を分析した先行研究によって説明可能である。先行研究では、自尊感情の回復（「流行に合った体型になることで望ましくない自己像を補償し、自尊感情を高めようとする」）が言及されており、『自分に自信がない』といった自尊感情の低さと、『むなしい、空っぽな』などの空虚感の高さは『デメリット感』の高さに関係している[25]と示された。したがって、被験者Cの進学による社会的孤立による空虚感の高さや自信の無さが現体型のデメリット感を高めたと考えられる。

第二に、被験者Cが2つ目のダイエットをするきっかけとして述べた、恋愛対象としての異性の存在について、こちらは後程⑦にて議論する同様に本先行研究で定義・提唱された「瘦身のメリット感」に関連する「女性らしさの確立」[25]の現れと言える。

<被験者3名の語りについて>

全ての被験者において、瘦身願望を高める要因が先行研究と関連付けることができる。しかしながら、瘦身願望のモデル等は簡略化・一般化されたものなので、本調査の形のよ

うに、より多くのケーススタディを学び、ライフヒストリーを聞き取ることで、この一般化モデルに当てはまらない痩身願望のパスが見つかる可能性がある。

(5) ダイエットアカウントについて (閲覧・運営双方)

A: (ダイエット中) 「何キロ痩せた」「何キロから何キロに」みたいなやつは、目に入ると見ちゃってたな。(中略)

A: すごいほっそい写真とか、「何キロ痩せました」とか体験成功談とかは、嘘つけて思いながら見るようにしてる。鵜呑みにしない感じかな。

<被験者 A の語りについて>

被験者 A に対する聴き取りでは、被験者 A がダイエット中にダイエットに関する情報を投稿するようなアカウントのコンテンツを閲覧していたことが分かった。

また、「現在インスタグラムを使用するうえで気を付けていること」に関する質問には、ダイエットに関する情報を見るときに心がけを語った。摂食障害を経験し、より懐疑的にインスタグラムのダイエットに関する情報を閲覧するという選択の可能性が分かった。

B: (発症中) 私ダイエットアカウントみたいなのを「ダイエットするぞ」っていう 15 歳ぐらいのタイミングぐらいで始めたんですね。身近な人のとかもちろん見てたんですけど  
ダイエットしてる人の食事・運動・日常のこととかを見てました。(中略)

B: たまに自分で摂食障害と自称している人の投稿が出てきたりして、「今日はどのぐらい吐いたよ」とか「今日の体型はこうでした」みたいな写真が流れてくるので、見ていたんですけど、あんまり良くないことだなとは発症中ながらも分かっていたので、なるべく見ないようにしつつ、でも、ちょっと見ちゃったりしました。(中略)

B: ダイエットアカウントで私は自分の 1 日の食事量を写真に撮って、ちゃんと目に見えて 「私これ食べたな」と分かる方がいいと思っていたので、記録を載せてたりしました。でも、体の写真は載せてなかったです。体重の変遷は載せてましたね。1 日の食事報告、体重、あと「今日はこんな運動できた」とか「ちょっと食べすぎちゃった」とか投稿してました。(中略)

B: アカウントやってると、友達できるじゃないですか。ダイエット仲間みたいな人が増えてくると、「あ、あ、やばい 自分 これ載せなきゃ」。撮って載せるのが義務みたいに感じてきちゃって、だんだんやらないと気が済まない強迫観念が起こってくるし。ほんとに自分の首を自分で絞めてたなって感じでした。

<被験者 B の語りについて>

被験者 B はダイエット中にインスタグラムにおいてダイエットに関するコンテンツの閲覧・投稿の双方を行っていた。また、摂食障害に関する情報もインスタグラムから得ていたことが分かる。しかしながら、治療の過程でインスタグラムでダイエットに関する情報

を受け取り発信することの義務感に苛まれていたことが語られた。

3名の被験者のうち、ダイエットに関する情報を発信していたのは被験者 B のみであった。

C: (発症前・ダイエット前) インスタグラムを発症前はほとんど使っていなかったんです。インスタグラムを含め、インターネットで主に見てた画像でダイエットに関するものは K-POP アイドルのかわいい子のスタイルの写真とか、あとは「目標体重・シンデレラ体重・標準体重」とかの表の画像とか。あとは、ダイエットの仕方とか 筋トレの方法とか。

インスタグラムは、ほとんど K-POP アイドルの子の投稿された画像を見てました。

<被験者 C の語りについて>

被験者 C はダイエットに関する投稿を発症前に見ていたことが分かった。また、ダイエットに関する情報の中でも、ダイエットの方法等だけでなく、K-POP アイドルの体型に関するものを閲覧していたことが特徴的であった。

<被験者 3 名の語りについて>

3名の被験者全員でインスタグラムにてダイエットに関する投稿を閲覧する様子が確認され、また、3名中1名では自らダイエットに関する投稿を発信する様子も見られた。

ダイエットに関する情報の閲覧に関しては、先行研究にて痩身願望との関連性を説明することが可能である。女子大学生を対象とした本先行研究において、ダイエットに関する情報を探すことを独立変数としたときに痩せ願望が重回帰分析において有意であった。

したがって、本先行研究を用いて、本聴き取り調査の対象である被験者 3 名でもダイエットに関する情報の閲覧は痩身願望に関係していると説明可能だと考える。

しかしながら、ダイエットに関する投稿の発信についての文献は非常に限られており、検討されていないため、ダイエットに関する情報発信と痩身願望(及び摂食障害や食行動)についてを先行研究で説明することは不可能である。

## (6) 他者との比較

A: 女優さんとかアイドルとか綺麗な子たちは「どういう食生活をしてこうなってるんだろう」「どんだけ自分を犠牲にしてこうなってるんだろう」と考えていて。昔は「それが当たり前」みたいな「自分もそうならなきゃ」という思いがあって。でも今は、「あっちのほうが異常でしょ」見たいな思いがあって「大変だな」って試しているところですね。

<被験者 A の語りについて>

被験者 A に対する聴き取りからは、被験者 A が女優やアイドルやモデルが実践するのと同様に自身の食べたいものなどの欲求を押し殺して減量をする義務を感じていたことが分かった。被験者 A は自分の生活と、アイドル等の生活を想像して比較していたことが分かる。

B: 「自分は痩せていたい」葛藤があって、ダイエットを頑張っている人を見ると、ちょ

っと見てられないないというか、見ているのが辛いと思ったりしましたね。(中略)

B: ダイエットをやる前に、バレエダンサーの摂食障害の講座を受けてたんですよね。その時は、自分のことってどうしても思えなくて。開場に来てる子がみんな細い子で「こういう細い子たちのためにこの講習会があるのであって、私は摂食障害にならない程度にダイエットしよ」みたいなマインドでいたんですよ。

<被験者 B の語りについて>

被験者 B に対する聴き取りからは、被験者 B 自身と以下の 2 つのキャラクターとの比較が見られた。1 つ目がInstagram にダイエットの状況を載せる他人であり、2 つ目が他のバレエをする人たちである。被験者 B が他のInstagram にダイエットを載せる人々のどこと自身の不自由さを比較していたのかは厳密には不明であるが、それぞれの時系列において何らかの比較を自身のおかれた状況と比較を行っていたことが分かる。

C: (発症中) 痩せてきて、自分の身体に注目するというか比べて、逆に自分まだ太ってるじゃんってなるのが怖くなってた時期がありまして、だから (使用時間が) 減りましたね。(中略)

C: (現在) 閲覧の目的も、細い子をただ羨まし気に見るっていうだけじゃなくて、趣味の範囲で見erようになったので目的はとも変わりました。

<被験者 C の語りについて>

被験者 C に対する聴き取りから、被験者 C がInstagram で見る体型と自身の体型の比較を行っていたことが分かる。また、その対象が K-POP アイドル等であることが分かる。また、比較を通して恐怖感を感じたことを語っている点が特徴的であった。

<被験者 3 名の語りについて>

3 人の被験者全員における全ての聴き取りにおいて、被験者が各々の時系列において自身と他者の比較を行っていたことが分かった。また、比較の対象、そして比較される物は被験者ごとに異なる。

概して”他者との比較”は先行研究で説明することが可能である。女子大学生を対象とした痩せ願望に関する本先行研究において、重回帰分析の結果痩せ願望は他者との比較を独立変数として有意な説明力を持っていた[31]。

よって、3 人の被験者が行ったように他者と自身を比較することは痩身願望を増幅したまたは自身を比較することで痩身願望が増幅した可能性が選択しうる。

#### ① 摂食障害でいることの罪悪感

B: ダイエットアカウントに嫌気が指し始めていたので、「そもそも私なんでダイエットしてるんだっけ」みたいな「ダイエットしたから摂食障害に足踏み入れちゃったんじゃない」みたいな感じになって。もうダイエット自体が嫌になってきたけど、でもやっぱり自分は痩せていたいという葛藤があつて。だから、ダイエットを頑張っている人を見

ると、見てられないないというか、見ているのが辛いなと思ったりしましたね。

<被験者 B の語りについて> 被験者 B に対する聴き取りでは、摂食障害の治療の過程で経験した葛藤や、痩せたい希望と摂食障害になったことの罪悪感のような負の感情の対立を経験したことが鮮明に語られた。

C: 外ではほぼ一切ご飯を食べないようにして、家に帰って1人の時だけ好きなように食事をするっていう風になっています。インスタグラムに投稿する食事の写真は喫茶店とか、ガッツリ食べるようなものでなくて、食事するというより飲み物や嗜好品を楽しんだりする程度にしています。本当に1人で外食とかはしないし。例えば、アルバイト先で社員割引でご飯を食べたり買えるんですけど、それも本当に全然利用したことがないですね。1回食べてしまうとどんどんどん食べたくなっちゃうし、外でも吐いちゃうのでトイレがあったら 所かまわず安心して吐いちゃうみたいな部分があって。それでも家だけで食べるようにしています。

<被験者 C の語りについて>

被験者 C に対する聴き取りでは、対象者が外出中に過食や自己誘発性嘔吐をしないために、様々な選択（外食等）をしない選択を取ってしていることが分かった。

<被験者 B と C の語りについて>

被験者 B と被験者 C に対する聴き取りより、摂食障害を経験することによって摂食障害であることを悔いる負の気持ちに苛まれる、症状を隠すために何らかの行動・選択を諦めている様子が見られた。これは、摂食障害の偏見に関する分野の先行研究を肯定する結果である。一般女性に対して実施された摂食障害に関する偏見の調査では、「拒食症の人は自分の意志で拒食をしている」「過食症の過食は強い意志があればやめられる」「過食症の人の多くは肥満だ」など[5]の偏見が存在することが提唱されていた。

被験者 B 及び被験者 C による語りからは、単純な痩身願望のみで拒食をしているわけではなく、罪悪感に苛まれながら抗おうとする姿勢が見られ、一般的な偏見と相反する摂食障害の実態が分かった。

## ② ダイエット観

B: 13歳ぐらいの時は、「緩く食事制限」とかの選択しが頭になくて、走ったり運動すれば痩せるんだと思って。ある意味ちょっと健康的だったのかもしれないです。

<被験者 B の語りについて>

被験者 B に対する聴き取りからは、被験者 B が食事制限を健康的でないと思う一方、比較的運動による減量が健康的であるという認識を持っていたことが読み取られた。また、13歳の時の認識と現在の認識が変化したというニュアンスを含む語りが印象的であった。

C: あと体にいい料理とかを見ます。カロリーを低めに作れる料理だったり、豆腐や野菜とかを大目に使ってできる、「お腹いっぱいになるけどそんなに太らないよ」みたいな料理とか。糖質・脂質とかを詳しく記載している料理とか。

<被験者 C の語りについて>

被験者 C に対する聴き取りからは、満腹感があるが太りにくい料理を食べるのが良いという認識が見受けられた。また、そのような料理を食べることが「体にいい」と認識していることが見られた。

<被験者 B と C の語りについて>

被験者 B と被験者 C の双方に何らかのダイエットに関する認識を持っていたことが分かった。被験者 B の「運動の方が良くて、食事制限は良くない」といった旨の認識、被験者 C の「糖質や脂質が少なく野菜や豆腐が多く満腹になるがカロリーは低いものが良い」という旨のダイエット方法に関する優劣の認識を持っていた。

しかしながら、「健康的にやせるためのダイエット法」について分析を行った先行研究によると、「規則正しい生活リズムの中で、3食を欠かさず食べる。」「消費エネルギーが摂取エネルギーを上回るようにする。」「好き嫌いをせずバランスよく食べる。」「特定の食品だけをとりは良くない。」「ゆっくりとよくかんで食べる。」「運動と組み合わせることが必要である。」「無理な目標設定をしないで、余裕を持って実行する。」の7点を満たせば、健康的なダイエットである[32]。

以上より、被験者2名は各々のダイエット観を持ちそれに基づき善悪などを判断している可能性があり、それらのダイエット観は必ずしも一般的な「健康的なダイエット法」ではない可能性がある。

### ③ 社会面 ライフステージ/二次的な障害

A: 私は高校2年生の夏頃かな、春から夏にかけてダイエットを初めて、夏に「海に行こうみ」みたいに「一緒にダイエット頑張ろう」とほんと軽い気持ちで始めたのがきっかけなんですけど。でもちょうど進路とか高校2年生で迷っている時期に勉強があんまり上手くない時期だったなと思います。

<被験者 A の語りについて>

被験者 A に対する聴き取りからは、被験者 A が高校生の時に友人と意気込んで、あまり熟考せずにダイエットを始めたことが分かった。また、被験者 A が進路選択の難しい時期に差し掛かっていたことも自覚していた。

C: 高校1年生2年生の時に環境が変わって、より楽しい環境にはなったんですけど、一方で周りの女の子たちがすごく魅力的に見えた新天地で馴染めない自分。「もっと見た目から変わらなきゃ」って2年間ずっと思ってたんですね。3年生の時に「高校最後の年やしもったいない」とか「3年目もこのままじゃいけない」とかそのような焦りはありました。あとは気になる男の子がいたりとか。

<被験者 C の語りについて>

被験者 C に対する聴き取りからは、進学先での孤立感は外見を改善する動機付けとなったと分かった。

2人の被験者に対する聴き取りから、摂食障害は学齢期のライフステージの変化や学校

等の社会生活の影響を受けるのではないかと予想した。また、特に被験者 C で見られたような二次的な困難が存在する場合、悪循環が連続する可能性があり、これは断ち切るべきより検討されるべき問題と言えるだろう。

④ インスタグラム自体の変化、他の SNS への言及

A) プライバシーについて

インスタグラムでは、投稿を公開する範囲を利用者が任意に設定することが可能であり、「アカウントに鍵をかける」とは一般公開をせず、「フォロワーリクエスト」を介してアカウント保持者がリクエストを承認したアカウントのみが閲覧することができる状態をさす。また、「アカウントに鍵をかけていない」状態とは、一般公開をして、世界中の誰もがアカウント保持者の意思に関わらず閲覧することができる状態を指す。

B) ストーリーズについて

インスタグラムのストーリーズという機能では、24時間限定で写真・短い動画等のコンテンツを共有することができる。また、ストーリーズを表示すると閲覧者が簡単に投稿者にメッセージを送ることができるようになっている。インスタグラムはストーリーズに関して「日常の瞬間を簡単に残せる」「つながりを築く」「友達と一緒に参加する」「お気に入りの瞬間をプロフィールにシェアする」という点を強調している[32]。

A: 鍵をかけていなかったのを鍵かけるようになったのはありますね。あとはハッシュタグを全然つけなくなったかもしれない。昔は系統を揃えたいみたいな感じで加工して、同じような雰囲気の写真をする感じで載せてたんですけど、今は特にインスタ用に加工することはなく、とにかくいいなって思った写真を載せますね。「白っぽくなる」みたいなくすんだ感じで統一してましたね。はやってたんだよね、私が高校生のときには。

(中略)

A: あとは、ストーリーの頻度が上がったかも。投稿よりも「今起こってるおもしろいことをあげたい」みたいな。シェアする意味合いが強くなったのかもしれないです。確かに、ストーリーって後からあげることもできるけど、自分視点で周りを撮ることが多いと思うので。そういう意味で昔より上げちゃってるかなと思いますね。(中略)

A: 息するようにインスタ、ツイッター、ライン、TikTokあたりを順番に開いていきます TikTok は全然見るだけで、若い子たちが踊ったりもあると思うんだけど、ドラマの切り抜きとかを載せる人とか、多分違法だと思うんだけど、そういうのとかおもしろ動画を暇つぶしに見たり。

<被験者 A の語りから>

被験者 A のインスタグラム利用における変化として、投稿の公開範囲、ハッシュタグの有無、投稿の系統を揃えるための画像編集の有無、ストーリーの頻度等が具体的に述べられた。また、他の SNS との使い分けという観点においては、インスタグラムと TikTok などを使い分けている様子が見られた。

C: 発症前と発症中は何も投稿してなかったです。アカウントを作ったきっかけは、海外に行ったときに「LINE 以外で SNS を登録したい」と言われて作りました。ほんとに DM のみです。(中略)

C: 昔は、ただアカウントを持ってるだけっていう状態だったので。今はストーリーズにあげるために写真を撮ったり、実際に写真を投稿する目的で使うようになった。(中略)

C: ツイッターは完全に匿名で、別の SNS のアプリで繋がった人たちと交換してるアカウントなんですけど、日々起こったこと、「こんなところ行ったよ」とか、「こんなものたべたよ」とか、あとは「今アルバイトがしんどいよ」とかを単純に報告するみたいに使ってますね。(中略)

C: インスタグラムは特にリアルな友達も多いし、アカウント持ってる人が多いし探せば出てくるんですけど、完璧なリアルの自分の姿を公開するっていうのは今抵抗がすごいあって。もし、ちゃんと社会人として生活できてたら、全然交換するし、また連絡とりたいて思う子はいっぱいいるんですけど、SNS っていうすごいプライベートな写真を上げたりする場所で、リアルの高校生のときにすごい仲が良かった友達とか大学を休学するまでに今は連絡とれてなくて申し訳ないっていう気持ちもあるし、今の私の状況を説明しづらいので、友達だと分かると逆にフォローしないようにしたりしてます。(中略)

C: ツイッターは鍵を開けてるんだけど、完全に匿名としてやっているので、ただの一大学生みたいな顔をしてできるのが心地よくて使ってますね

<被験者 C の語りから>

以上の被験者 C の語りを、インスタグラム自体の変化の様子と他の SNS との使い分けを 2 点から分析を行う。

第一にインスタグラムの変化として、被験者 C の語りからは、インスタグラムを友人との連絡のためという使用方法から実際に自分の生活を知人に共有するためにストーリーズに投稿するようになった変化が読み取られた。これらはインスタグラム自体の変化が指摘できる可能性がある。

第二に他の SNS との使い分けとして、インスタグラムを一般公開にしないのに対してツイッターを一般公開にして匿名で行うことで、「摂食障害で休学をした自分」「摂食障害を経験した自分」ではなく、隠したいアイデンティティを知られずに「一大学生」としてコンテンツを発信することに楽しみを感じている様子が見られた。被験者 C のインスタグラムとツイッターの使い方は大きく異なることは着目すべき点であり、被験者 C の居場所の確保になっているのではないかと推測することができる。

<被験者 A と C の語りから>

比較的摂食障害の発症が早い被験者 A と被験者 C に対する聴き取りからは 2 つの内容が示唆された。第一に、インスタグラム使用行動に関する質問で、時系列で摂食障害の過

程にしたがって3つに分けたとしても、インスタグラムのサービスの变化や流行の变化を統制する必要がある可能性がある。第二に、被験者 A はインスタグラムで閲覧・投稿の両者を行い、Tik Tok では閲覧のみとして使い分けていた。被験者 C のインスタグラムは非公開アカウントにし、ツイッターは公開アカウントとして使い分けていた。どのような理由から使い分けが発生しているのかについて、より様々な要因を介在した分析が必要である。しかしながら、被験者 C が語ったように、異なるアイデンティティでふるまえるサーブプレイスのような役割をなしている側面があることが観察された。

### ③ 成熟拒否

B: バレエは周りに細い人も多いですし、男性と踊るときか体重を気にしたこととか目標としてる美しいバレエダンサーがみんな細い人ばかりで、それを見て育ったというものもあるのかな。(中略)

B: 小学生ぐらいから自分が太いなど感じていたんですけど、中学になって太りやすくなってしまうって、ダイエットしなきゃって思い始めました。

<被験者 B の語りから>

被験者 B のダイエットを始めたきっかけにの質問に対する回答として、「中学生になって太りやすくなった」という言及が見られた。

この被験者 B の言及は先行研究で説明が可能であり、本先行研究で検討された「肥満への恐怖は女性らしい丸みを帯びた体型、つまり自分が女性として成熟することへの拒否反応の表われである」という定説に基づいた、女性らしい体つきになっていくことへの拒否反応や嫌悪感である成熟拒否の概念が観察できたとと言える。前述の先行研究においては、成熟拒否と痩身願望の相関係数は有意で\*\*\* $P < .001$ と報告されている[25]。また、被験者 B がダイエットを開始した年齢も加味することで、被験者 B のダイエットの動機付けには成熟拒否が現れていると説明できる。

### ④ 容姿のコンプレックス

C: ダイエットを始めた高校生が1番痩せてて、その時の自分よりはまた体重が戻ってきちゃったのが、すごく顔に出るんですよ。痩せてるときの顔って、すっきりしてかわいらしいなって感じ。でも今は、自分の顔が単純に好きじゃなくて、あんまり見てほしくないなってことが思うことがあるので、撮らないし、撮らせないですね。

<被験者 C の語りから> 被験者 C からの聴き取りからは、現在の自身の容姿(顔、輪郭)に関する嫌悪感や自身の容姿に自身が無い様子が観察された。

この事象は主に2点の先行研究で説明が可能である。

第一に、痩身の実現を「幸福獲得の手段」とする先行研究において、先述の通り自尊感情の回復が注目されており、「『自分に自信がない』といった自尊感情の低さと、『むなし、空っぽな』などの空虚感の高さは『デメリット感』の高さに関係している」とステップワイズ法により示された[25]。したがって同様に、被験者 C が容姿に自信が無いことが痩身願望に関連していると考えられた。

第二に、容姿の嫌悪についての言及は醜形恐怖症状が持続した女性の摂食障害のケース

の報告で説明可能だろう。本文献では中学1年生のときからダイエットを開始した32歳の女性の神経やせ症と特定の自身の体のパーツに対する醜形恐怖症状が併存した事例[34]が記されている。完全に一緒ではないが、通じる部分があると考えた。

#### ⑤ 予防教育の意義

B: 入院はしてないですね。ダイエットをやる前に、バレエダンサーの摂食障害の講座を受けてたんですよね。その時は、自分のことってどうしても思えなくて。開場に来てる子がみんな細い子で「こういう細い子たちのためにこの講習会があるのであって、私は摂食障害にならない程度にダイエットしよ」みたいなマインドでいたんですよ。でも、そこで得た知識はあったので。だから治りが速かったのかなっていうのも思いますし、知っていた知識と「痩せてたい」っていう葛藤が起きやすかったのかなっていうのも思います。(中略)

B: 講習で教わったことに「ダイエット系の投稿を見ないようにすることで自分に心地いいおすすめ欄ができるよ」っていうのがあって。私も気をつけるようにしていて、なるべく食事やダイエット関連のことはもう見ないようにする。(中略)「見ないようにする」を気を付けています。

<被験者 B の語りから>

被験者 B はバレエ教室の生徒を対象とした摂食障害予防の講座を受けていたことを語った。被験者 B の受講した講座の科学的根拠は不明であるものの、本人は摂食障害の症状に対して正の影響があったとしながら、葛藤を作り出したと認識していた。

先行研究では既に「高リスク群に対する予防教育」の検討が行われている。

逆説的に摂食障害高リスク群と言われる栄養士養成課程の女子学生を対象とした研究では「介入群において不全感や成熟恐怖の増悪がほとんど生じなかったことは、有意な介入効果と考えてよい」[35]としており、参加型且つ自我の確立に焦点を当てた教育による介入の効果が報告された。

予防教育に関しても、講義内容・対象者・演者等の条件による探求が可能である。また、上記の先行研究では考慮されていない項目である、参加者の長年の追跡（被験者 B のように講演を聞いたのちに摂食障害になったケースの調査等）や被験者 B の経験した負の感情等も今後の予防教育の展望として考慮されるべきだと考えられる。

#### ⑥ 異性の存在

B: ダイエットを始めた年齢は13歳ぐらいかと思います。私3歳からずっとクラシックバレエを習っていて、バレエは周りに細い人も多いですし、男性と踊るときとか体重を気にしたこととか。目標としてる美しいバレエダンサーがみんなもう細い人ばかりなのでそれを見て育ったというのもあるのかな。

<被験者 B の語りから>

被験者 B に対する聴き取りからはクラシックバレエの中で男性と踊るときに体重を減らす必要性を感じていたことが分かる。クラシックバレエはパ・ド・ドゥと呼ばれる男女が2名で展開する踊りが見せ場となっている。それほどに、被験者 B にとってパ・ド・ドゥ

及びバレエが大切であったかが分かる。また、同性と踊るときには感じていない体重に関する不安を異性との踊りで感じていたことが分かる。

C: 高校1年生2年生の時に環境が変わって、より楽しい環境にはなったんですけど、一方で周りの女の子たちがすごく魅力的に見えた新天地で馴染めない自分。「もっと見た目から変わらなきゃ」って2年間ずっと思ってたんですね。3年生の時に「高校最後の年やしもったいない」とか「3年目もこのままじゃいけない」とかそのような焦りはありました。あとは気になる男の子がいたりとか。

<被験者Cの語りから>

被験者Cに対するダイエットのきっかけに関する聴き取りでは、恋愛感情を抱いていた異性に関する言及が見られた。被験者Cは敢えて長く詳細を説明することはなかったが、進学による孤立感と独立して恋愛感情を抱いていた異性の存在を述べていた。

<被験者BとCの語りから>

被験者Bと被験者Cに対する聴き取りから、異性の存在がダイエットの動機付けとなることが選択されうると考えた。また、この点は先行研究から説明可能である。痩身の実現を「幸福獲得の手段」と捉えた本先行研究において、「女性らしさの確立（伝統的な性役割や規範の重要な要素に従い、社会的期待に自己を合致させ、女性としてのアイデンティティを保持するための一手段とする）」に関して、ステップワイズ法による重回帰分析の結果「女性役割受容の高さはメリット感の高さと関係していた。」[25]としている。

したがって、女性らしさを大切にすることは痩身のメリット感の向上と関係している。本調査で被験者Bと被験者Cが述べた、女性バレリーナとして、気になる異性に認められる女性であるため等の、女性の中でも多用な各々の役割の必要性を感じたために痩身願望が向上したと説明することが可能である。しかしながら、女性らしさの定義が多岐にわたるため、より多様な側面からの検討が必要である。

## 第5節 考察

はじめに、本調査前に設定した双方の仮説について、仮説が正しかったことが聴き取り調査を経て分かった。前章の各質問別に事例から摂食障害を経験した女学生の特徴を明らかにしたい。ここでは摂食障害を形成する痩身願望と痩身願望を構成するその他の要素も含めてライフヒストリーを考察する。

分析において、「被験者の語りが先行研究にて説明可能であるかどうか」を軸に分別した。また、当節第1項にて位置づけた通り、以下は3つの事例を統合した結果であり、他の可能性を否定するものではない。また、先行研究で説明不可能な概念A~Hについて再度考察した。

表11 聴き取り調査で見受けられた概念の分類

先行研究で説明可能	先行研究で説明不可能
他者との容姿及び体型比較 賞賛獲得欲求 ダイエットの記録を付ける効果 審美系スポーツと体型 痩身理想の内在化 他者との比較による摂食量の統制 自尊感情の回復と痩身願望 異性の存在 予防教育の効果 等	摂食障害患者によるダイエットの記録 記録の公開 ダイエット方法の優劣、ダイエット観 同じ投稿を閲覧する目的の変化 発症中の使用減少と不快感 ストーリーズ特有の効果 摂食障害である罪悪感や葛藤 インスタグラムの変化 ライフイベントの変化 等

#### A) ダイエットを記録する行為

先行研究で検討されていたのは、「女子高校生の摂食障害」と全く質の異なる「減量の必要がある人」のレコーディングアプリによるものである。被験者 B はダイエット中の食事や運動や感想を記録につけた。減量の必要が基本的には無い摂食障害患者において、被験者 B のようにダイエットを記録することによる摂食障害リスク・痩身願望・サンプルの属性別の効果・記録の方式などがより検討されるべきである。

#### B) 記録したダイエットの様子を公開する行為

被験者 B のような行動。様々な状況下（匿名であるかどうか、他のアプリとの比較、体重が上昇時下降時の比較等）での効果などがより検討されるべきである。

#### C) 同じ投稿を閲覧する目的の変化

被験者 C は、発症前はダイエットの目標としてアイドルの投稿を閲覧したが、現在ではファンとして閲覧し、同じ K-POP アイドルを見るとき視点の変化が生じたと言った。同じ対象を見るとき閲覧する側の視点の差異が及ぶ影響などがより検討されるべきである。

#### D) 摂食障害発症中のインスタグラム使用減少及び不快感

3名の被験者が摂食障害を発症している間は共通してインスタグラムの使用が減少したと自覚し、異なる理由で閲覧や投稿に不快感を感じていた。他の摂食障害患者ではどのようなか、他の精神疾患ではどのようなか、どのようなコンテンツに不快感を感じるのかなどが検討されるべきである。

#### E) インスタグラムのストーリーズの投稿・閲覧

被験者の多くが現在はストーリーズを使用している、また投稿とストーリーは投稿するものが異なると言った。したがって、より現状の女子高校生の好みや流行に合わせた、より対象者に寄り添った「ストーリーズ」に関する検討がなされるべきである。

#### F) 摂食障害である罪悪感や葛藤

被験者 B と被験者 C に対する聴き取りにて確認された。しかしながら二者が異なる理由

付けを持っており、一般化することが不可能である。他の摂食障害患者ではどのようなようであるか、他の精神疾患ではどのようなようであるか、他にはどのような理由付けがあるのかなどの検討が必要である。

#### G) プラットフォームとしてのインスタグラムの変遷

全ての被験者からの聴き取りで確認された摂食障害経験前中後の3つの時系列による使用行動の変化（ハッシュタグ、加工の有無やストーリーズ機能の追加など）が、インスタグラム自体のサービスや流行の変化の影響があると考えられた。したがって、このプラットフォーム自体の変化を統制した、摂食障害経験のみに注目した調査が行われるべきである。

#### H) ライフイベントの変化

全ての被験者からの聴き取りで摂食障害経験前中後の3つの時系列による使用行動の変化（使用時間帯、使用頻度など）が、被験者の進学等のライフイベントの変化に左右されていると考えられた。したがってライフイベントの変化を統制した、摂食障害のみに注目した調査が行われるべきである。

### まとめ

以上のことから、女子高校生の摂食障害において、摂食障害の要因特定で行われてきた、瘦身願望のモデルを検討した(馬場ほか, 2000)[25]をはじめとする複数の先行研究で説明が可能であることが分かった。同時に、これらから逸脱し先行研究で説明することが不可能な語りが観察された。例えば、ダイエットアカウントでの記録と公開及びダイエットアカウントを通して知り合った人との関係性や、ダイエット方法優劣の意識、摂食障害発症に夜インスタグラム使用時間の減少と使用の不快感、摂食障害であることの罪悪感や、インスタグラムと当事者の時系列での変化が及ぼすインスタグラム使用行動の変化などである。

## 第4章 分析

### 第1節 本研究の立場

本研究の趣旨は、筆者の摂食障害経験者としての着眼点を基に、インスタグラムの双方向のコンテンツのやり取りの摂食障害に纏わる有害性を明確にし、安全な使用方法を検討することであった。上記を達成するために、第2・3章で2つの異なる手法（アンケート、インタビュー）によって、女子高校生及び摂食障害経験者が選ぶ可能性を検討した。

### 第2節 2つの調査の総考察

#### 第1項 行為項での分析

聴き取り調査を通して被験者の瘦身願望を被験者の願望として、聴き取りから抽出された被験者の摂食障害経験を含んだ人生のライフヒストリーを物語として捉える場合、これらの構造はフランスの言語学者・記号学者のアルジルダス・ジュリアン・グレマスによる3組の対となる行為項に当てはめて分析することが可能である。村井は地理歴史科教師のライフストーリーから歴史教育観の抽出を行うためにグレマスの行為項の構造を用いた[22]。これを参考に、本研究では女子高校生のダイエット観などを抽出し、アンケート・聴き取り調査で用いた枠組みが女子高校生に対してどのような役割で作用しているかを整理するために行為項での分析を用いる。また、構造作成はアンケート調査及び聞き取り調査を参考にした。

村井の整理を参照すると、グレマスによる行為項は以下である。

- ・主体—客体（願望・探索の主体/ 対象）
- ・送り手—受け手（価値の決定者ないし審判者/ 受益者ないし裁かれる者）
- ・補助者—反対者（主体の願望・探索の援助者/ 敵対者）

これらを基礎に、6つの行為項のモデル図式化し、インスタグラム利用と摂食障害経験の構造を読み解くことを通して考察を行いたい。図2において、白太矢印は始点が瘦身願望を介して終点に作用することを表し、黒細矢印は始点が終点に作用することを表す。また、当節第1項にて位置づけた通り、以下は3つの事例を統合した結果であり、他の可能性を否定する図ではない。



#### D) 受け手のインスタグラム

被験者Bはダイエットの様子をインスタグラムで投稿するなどしてコミュニティの一員としてインスタグラムを利用していた。また、全ての被験者においてダイエットに関するインスタグラムのアカウントの閲覧が聴き取りで確認されたが、これらの投稿を閲覧し、「いいね」を押してそれらのコンテンツを消費する等で投稿者を支持し社会全体の「痩身神話」を増強している可能性がある。

#### E) 補助者のインスタグラム・ダイエットアカウントでのコミュニティ

3名の被験者で共通してダイエット中にダイエットに関するアカウントの投稿を閲覧してダイエットの方法や目指す身体スタイルを取り入れていた。また、被験者Bにおいては自分でダイエットの記録をつけ、それらをダイエットしている者同士で閲覧することを習慣化しダイエットに勤しんだ。これらは客体としてのダイエットの効果を増幅し、主体の意思を実現する補助者としての役割を果たしたと考えられる。

#### F) 反対者の摂食障害を治す圧力・罪悪感

被験者Bと被験者Cに対する聴き取りから、痩せたい意思を持ちながらも逆説的に、ダイエットを始めたことに罪悪感を持つ様子や、どうにか自己誘発性嘔吐の症状をやめようとする姿勢が見られた。

### 第2項 特定のコンテンツの閲覧が摂食障害に及ぼす可能性

筆者の先行研究ではモデルの画像閲覧が実験室での摂食量に影響しなかった[22]一方で、第2章でのアンケートからは、多重比較の結果、女子高校生に筋トレ、モデルと並び、相対的に痩身願望上昇を発生させると分かった。また、インタビューからは特にダイエットに関するコンテンツについて言及があった。したがって、摂食障害を患っていない女子高校生と摂食障害患者の双方において、特定のコンテンツが摂食障害を引き起こす可能性が示唆された。

### 第3項 摂食障害の経験がインスタグラム使用行動に変化を及ぼす可能性

第3におけるインタビュー調査において、全ての3名の被験者の語りにおいて、「ダイエット前・発症前」「ダイエット中・発症中」「治療中・治療後・現在」のフレームワークで見ると、閲覧行動・投稿行動・その他において、一般化はできないものの、何等かの変化が見られた。また、今回の調査では3名に共通して発症中はインスタグラムの使用が大幅に減少したことも顕著であった。

### 第4項 摂食障害経験者と女子高校生全般の乖離

摂食障害と診断されるためには、一定の診断基準を満たす必要がある。やはり、この2つの属性の差はとても大きく、考慮すべき要素であることが分かった。例えば、筆者の先行研究で女子高校生の摂食量は同性痩身モデルの写真閲覧によって変化しないことが証明されたが、第3章のインタビューを通し、被験者Aに対する聴き取りではモデル、被験者Bではバレリーナ、被験者CではK-POPアイドルなどの影響を一定程度受けている可能性があった。前者のアンケート結果と後者の聴き取り結果との差はこの二者の属性の違いに由来していると予想できる。

したがって、摂食障害患者に対して女子大学生全般を対象とした研究結果を元に患者に対する治療プログラムを組んだり、一般人口を対象に予防教育を行う際に、摂食障害患者や高リスク群を対象に行った調査結果を基にすることも適切でないと言える。

#### 第5項 現状の先行研究で示唆されていない可能性・検討されていない概念

##### A) ダイエットアカウントによる発信・ダイエットの記録

第3章でのアンケートではダイエットアカウントの投稿の閲覧にのみ注目したが、聴き取り調査からは、ダイエットアカウントを自ら作成し、そのアカウントを通して他者と継続的にダイエットの状況をシェアする現象が示唆された。

##### B) 摂食障害発症中及びダイエット中のインスタグラム使用による不快感

先行研究において概念化されていないため、第2章でのアンケートでは考慮していないが、摂食障害発症中の人々がインスタグラムの使用で不快感を感じている可能性があることが3名に対する第3章でのインタビュー調査から示唆された。また、聴き取り調査の結果これらの理由として、「惨めな自分と比較して成功している人を見るのが辛い」といった他者の投稿の閲覧に辛さを感じていた被験者が2名、理由不明1名。

##### C) 送り手・補助者（インスタグラム）と主体（女子高校生）の時間による変化

先行研究では、「インスタグラム投稿」といった大きなフレームワークで分析されることが多く、第2章のアンケートも同様に行った。しかしながら、同章のインタビュー調査より、インスタグラム自体の流行の変化等による、より現実に即した調査のニーズが分かった。

また、学齢期の被験者を調査の対象とするにあたり、進学等のライフステージの変化がインスタグラムの使用行動に大きく作用している、ダイエットの強い動機付けになっている可能性が示唆された。よって、学齢期の児童を対象にSNS等他の要因と摂食障害の関係に注目して研究を行う場合、ライフステージの変化を考慮し、必要に応じて進学等の影響を抽出して分析をする必要があるのではないかと。

##### D) 社会的な困難

先行研究での統計を用いた調査や本研究のアンケート調査からも読み取られない摂食障害の経験者がかかえる二次的な孤立等が第3章の聴き取り調査から分かった。摂食障

害では特に人間関係の困難を持つことがある。他の身体症状で学業の遅延が生じた学生とは異なる、摂食障害患者独自の困難があると予想した。したがって、摂食障害に注目した学業の遅延についての研究がなされるべきである。

## 第4章 結論

第4章での分析より、以下のように RQ に対する答えが導かれた。

RQ1: どのようなInstagramでの行動が女子高校生の摂食障害を増加させるか。

特定のコンテンツの閲覧は瘦身願望を増加させるため、摂食障害に繋がる可能性がある。しかしながら、投稿主の種類にはよらない。

RQ2: どのようにInstagramを使用すれば女子高校生の摂食障害の発症・深刻化が防止されるか。

本研究を通して、主に以下の5つの方法が考えられる。

1) データ・信頼できる方法に基づいた使用  
Instagramを提供する Meta 社や JAED のような組織の、科学的エビデンスに基づいた規範に習った使用行動をすることでリスクを最小化できるだろう。

2) 高リスクの種類の写真の閲覧・投稿しない  
ダイエット、筋トレ、モデル等の写真を閲覧せず、Instagramでは景色や食べ物の写真を閲覧するとよい。また、意図的に見ないようにすることも有効である。  
また、記録を多くの人前でつけることに良い効果があるというエビデンスが無い限り、ダイエットをするときもInstagramでダイエットの投稿を閲覧せず投稿しない方がよいと聴き取り調査から示唆される。

3) 被験者 A に対する聴き取りから  
投稿・閲覧しなければならない圧力から開放され、自分のペースで使用する。並びに、「他者の目に自分がどう映るか」を過度に気にしないこと。

4) 被験者 B に対する聴き取りから  
習った摂食障害に関する知識を思い出し予防すること。ダイエットアカウントでの閲覧・投稿をやめ、根本からストレスをなくすこと。並びに、意識的にダイエットに関する投稿などを見ないようにすることで、快適なフィードを作成すること。

5) 被験者 C に対する聴き取りから  
同じアイドル等のコンテンツを見るときも、ダイエットのために見るのではなく、単純に好きなものを追いかける気持ちでInstagramを閲覧する。また、何等かInstagram使用にストレスがあるならば、その他の SNS でInstagramと異なったアイデンティティでふるまえる居場所を見つける。

### 第3節 今後の展望

第一に行ったアンケート調査において、被験者間での食行動異常スコアのばらつき等が少なかった。また、適切な統計の処理ができなかったため、より高度で適した手法を助言に基づき行えばよいと考える。

第二に行った聴き取り調査において、追質問を行わなかった点があり、被験者 A がどのような理由で摂食障害発症中にインスタグラム使用で不快感を感じていたのかを考察することができなかった。また、調査中の被験者が語る様子(声のトーン・言い淀み・ジェスチャー等)の分析によって、より深い考察を行うことができなかった。最後に、グレマスの行為項の分析についての理解を深めることで、より適切な使い方や考察をするべきだった。

総じて、本編中で何度か言及した通り、本研究の位置づけは現状の把握や概念化であるため、本章で取り上げた構造は量的調査で示されたものではない。よって、本研究が明らかにした摂食障害患者・女子高校生の選びうる可能性についての質的研究がなされ、検討されていくことを望む。

## 謝辞

2023年から2024年の2年間イノベーションユース2040を通じて研究に協力くださった、九州大学基幹教育院・准教授 山田祐樹先生、同大学大学院法学研究院准教授 大賀哲先生、株式会社サイエンスデザイン代表取締役 林愛子様、ありがとうございました。3年間所属したゼミの担当で平時より研究に助言をくださった泉美穂先生、5年次の研究に親身にアドバイスをくださった森田育志先生、今年度のゼミの担当 勝部尚樹先生、4年次の研究でアドバイスをくださった林兵馬先生、メンタルフレンドの津田真由様に感謝を申し上げます。

4年次・5年次の調査にて被験者となってくださった本校の生徒の皆様、2年間の研究に関わってくださった全ての方々に感謝いたします。また、聴き取り調査実施に許可をくださった一般社団法人日本摂食障害協会の皆様、調査協力を引き受けてくださった3名に感謝いたします。経験をお話ししてくださったインタビュー3名のご協力により、2年間の集大成として本論文を完成させることができました。諦めそうになった時は、3名の方々の思いに報いる研究にできるよう取り組んで参りました。改めてこの場で感謝申し上げます。

## 参考文献

- [1] 国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所, “摂食障害”, 知ることから始めよう心の情報サイト, 2023, 摂食障害 | こころの情報サイト (ncnp.go.jp), (2023年9月30日閲覧).
- [2] 厚生労働省 eヘルスネット 摂食障害: 神経性食欲不振症と神経性過食症 <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/heart/yk-080.html> (2023年9月30日閲覧).
- [3] 日本財団 2019 年度支援事業 Japan Association for Eating Disorders 新型コロナウイルス感染症が摂食障害に及ぼす影響 調査報告書, [https://www.jafed.jp/pdf/covid-19/covid19\\_single.pdf](https://www.jafed.jp/pdf/covid-19/covid19_single.pdf) (2023年9月30日閲覧).
- [4] 一般社団法人日本摂食障害協会, “一般社団法人日本摂食障害協会 (JAED) ソーシャルメディアガイドライン”, JAED, 2021.
- [5] 小原千郷, 鈴木(堀田)眞理, 西園マーハ文, 末松弘行, 鈴木裕也, 山岡昌之, 石川俊男, & 生野照子. 一般女性における摂食障害の認識調査-病名認知度と誤解・偏見-. 心身医学, 60(2), 162-172, 2020.
- [6] CNN 「インスタグラム「中毒」になった10代女性、摂食障害の体験語る」 <https://www.cnn.co.jp/tech/35177868.html> (2023年9月30日閲覧).
- [7] NUTRI 株式会社 医療従事者お役立ち情報 キーワードでわかる臨床栄養 <https://www.nutri.co.jp/nutrition/keywords/ch1-2/keyword3/> (2023年9月30日閲覧).
- [8] CNN.co.jp, “摂食障害の米女性、経管栄養治療を拒否 裁判所が権利認める”, 2016, CNN, 摂食障害の米女性、経管栄養治療を拒否 裁判所が権利認める (1/2) - CNN.co.jp, (2023年9月30日閲覧).
- [9] 桑原博道, & 福田梨沙. 訴訟の場に顕れる摂食障害の倫理的課題. 心身医学, 64(3), 253-263, 2024.
- [10] 化学助成研究事業, 瀧本 禎之, 摂食障害の治療拒否に対するエビデンスに基づく倫理的対応指針の作成, <https://kaken.nii.ac.jp/ja/grant/KAKENHI-PROJECT-25500002/>, (2024年7月21日閲覧).
- [11] モバイル研究所, “SNS の利用上昇傾向 中学生では9割を超える”, 2022, 【子ども】 SNS の利用上昇傾向 中学生では9割を超える (2022年4月4日) | レポート | NTT ドコモ モバイル社会研究所 (moba-ken.jp), (2023年9月30日閲覧).
- [12] 株式会社 Quarktoko, “マーケティングリサーチ第1弾 | 若年層 (Z世代とミレニアル世代) の SNS 利用率”, SORENA, 2020, マーケティングリサーチ第1弾 | 若年層 (Z世代とミレニアル世代) の SNS 利用率 | SORENA | 若年層マーケティング専門メディア, (2023年9月30日閲覧).
- [13] TesTee 調べ 高校生・大学生対象 2022年版 SNS の検索機能に関する調査 <https://www.testee.co> (2023年9月30日閲覧).
- [14] Instagram のランキングアルゴリズム <https://about.instagram.com/ja-jp/blog/announcements/instagram-ranking-explained> (2023年9月30日閲覧).

- [15] Instagram のランキングアルゴリズム <https://about.instagram.com/ja-jp/blog/announcements/instagram-ranking-explained> (2023年9月30日閲覧).
- [16] Meta, “Safety”, Instagram, 2023, Instagram Safety and Privacy | About Instagram, (2023年9月30日閲覧).
- [17] Meta, “摂食障害やネガティブなボディイメージに悩む人々をサポート”, Instagram, 2021, 摂食障害やネガティブなボディイメージに悩む人々をサポート (instagram.com), (2023年9月30日閲覧).
- [18] SumOfUS レポート Eating Disorders, Plastic Surgery, and skin whitening on Instagram: How young people are exposed to Toxic content. (2023年9月30日閲覧).
- [19] 花澤寿. Anorexia nervosa における「成熟拒否」の時代変遷. 千葉大学教育学部研究紀要, 55, 223-225, 2007.
- [20] 磯野真穂. 摂食障害において親を発症原因とすることの意義と弊害: 拒食症の1事例に対する「物語」の視点をを用いた質的解析. 心身医学, 53(9), 849-856, 2013.
- [21] 溝口全子, 松岡緑, & 西田真寿美. 女子大学生のダイエット行動に及ぼす影響要因. 日本看護科学会誌, 20(3), 92-102, 2000.
- [22] 村井大介, “地理歴史科教師の歴史教育観の特徴とその形成要因—教師のライフストーリーの聴き取りを通して—”, 2014, [jstage.jst.go.jp/article/jerasskenkyu/81/0/81\\_KJ00009650044/\\_pdf](http://jstage.jst.go.jp/article/jerasskenkyu/81/0/81_KJ00009650044/_pdf), (2024年1月31日閲覧).
- [23] 松浦茅南, インスタグラム閲覧が女子高校生健康な食生活に及ぼす影響—瘦身願望尺度を用いて—, 4KP 課題研究Ⅱ論文, 2022.
- [24] 女性の健康推進室 ヘルスケアラボ 厚生労働省研究班監修 摂食障害(神経性食欲不振症・神経性過食症)チェック [https://w-health.jp/self\\_check/self\\_check\\_15/](https://w-health.jp/self_check/self_check_15/) (2024年1月28日閲覧).
- [25] 馬場安希, & 菅原健介. 女子青年における瘦身願望についての研究. 教育心理学研究, 48(3), 267-274, 2000.
- [26] 筑波大学 「ダイエットサポートアプリによる体重減量効果を科学的に実証」に関する報道発表資料 <https://www.tsukuba.ac.jp/journal/pdf/p20221110141500.pdf> (2024年1月31日閲覧).
- [27] 山崎洋子, 大森美香, 菅原ますみ, 松本聡子, 岩壁茂, 赤松利恵, 藤原葉子, & 小林哲幸. Instagram の写真の閲覧・投稿行動とボディイメージとの関連. In 日本健康心理学会大会発表論文集, 33, P86. 一般社団法人 日本健康心理学会, 2020.
- [28] Santo André, H. C., Pinto, A. J., Mazzolani, B. C., Smaira, F. I., Ulian, M. D., Gualano, B., & Benatti, F. B. “Can a ballerina eat ice cream?”: A mixed-method study on eating attitudes and body image in female ballet dancers. *Frontiers in nutrition*, 8, 665654, 2022.
- [29] 松岡優菜, & 岩井圭司. 摂食障害の心理的・社会文化的要因に関する研究動向と課題—危険因子と保護因子に着目して—. 発達心理臨床研究, 28, 39-48, 2022.

- [30] 木村昌紀, & 山崎真理子. 友人との共食と瘦身願望, 体型が青年期の女性の摂食量に及ぼす影響. In 日本心理学会大会発表論文集 日本心理学会第 79 回大会, 1EV-027. 公益社団法人 日本心理学会, 2015.
- [31] 溝口全子, 松岡緑, & 西田真寿美. 女子大学生のダイエット行動に及ぼす影響要因. 日本看護科学会誌, 20(3), 92-102, 2020.
- [32] 浦木梨江, 山内敏子, 内田史絵, 大川咲子, 岡村浩子, 奥田真美, ... & 安房田司郎. 健康的にやせるためのダイエット法についての一考察. 高知学園短期大学紀要, 32, 67-73, 2001.
- [33] Instagram のストーリーズ, Instagram, 2023, <https://about.instagram.com/ja-jp/features/stories>, (2024 年 1 月 31 日閲覧).
- [34] 岡村佳代子, 橋詰宏, 佐藤博俊, 池田久男, & 岡野寿恵. 14. 醜形恐怖症状が持続している摂食障害の 1 例 (第 14 回心身医学会中国・四国地方会演題抄録). 心身医学, 32(1), 70, 1992.
- [35] 杉山英子, & 横山伸. 摂食障害ハイリスク群に対する予防教育. 日本未病システム学会雑誌, 13(2), 277-281, 2008.

## 付録

### 資料 1 筆者の4年次の研究[21]一部抜粋

人が食べ物を食べる量（以降摂食量とする）はどのような条件で変化するか。神経性やせ症と神経性過食症の根底には共通して痩身願望が存在し、摂食量が痩身願望に依存するならば、摂食障害及び痩身願望を持つ生徒は食べる量に特徴があると考えられる。

本調査は、摂食障害に関する先行研究で重要視される「痩身願望」について、痩身を「幸福獲得の手段」として捉え、痩身願望のモデルを明確にした馬場らによる先行研究[1]に基づき仮説を作成し実施した。木村らによる先行研究[2]の実験を参考に、本校普通教室を実験室とし、被験者毎に条件を変化させる実験室実験を実施した。また、実験は有志の本校女子高校生を対象に行った。

#### 第1節 調査目的

本調査の目的は以下の2つの仮説の真偽を確認することである。

仮説1: 痩身願望の高い女子高校生は摂食量が少ない。

仮説2: インスタグラムの「痩せすぎモデル」の写真の閲覧は摂食量を減らす。

前者の仮説の背景として、理論上では二つの概念の関連が存在するように思われるが、本当に本校女子高校生にも適応可能かが不明であること。また、後者の仮説の背景としては、「痩せすぎモデル規制学会声明」[3]がある。同性の痩身モデルは影響力が大きいのではないかと予想し、本研究では「仮説2」として同性の痩身モデル扱う。

#### 第2節 調査方法

本調査は神戸大学附属中等教育学校研究部に申請し、倫理審査を受け承認を得たものである。（倫理審査承認番号: 22-069）また、本調査のいずれの資料も同付録の資料2、3にて添付済み。

##### 第1項 事前調査

統制群に称する8枚の摂食量に影響を与えない写真を入手するために、「被写体が人・食べ物でない」「明るく癒される雰囲気」の条件を満たす画像を12枚入手し、SD法を用い、「明るく癒される雰囲気」をもとに6個の形容詞対（内訳: 評価因子、効力性因子、活動性

因子を2項目ずつ)を作成した。事前実験にて、写真12枚をそれぞれ作成した形容詞対に従い7件法で評価する Google Form を作成し、所属ゼミの3年生(中学3年生)から5年生(高校2年生)の計8名に回答を依頼した。のちに、七件法の点数順に本実験で用いる写真に採用した。

## 第2項 本実験

前項で選んだ統制群に加え、実験群には瘦身モデルが大きく映った4枚の写真を採用した。また、本実験の被験者は本校女子高校生18名(内訳:統制群が3名、実験群が15名)だ。6校時終業後に普通教室にて実験を行った。実験群には、事前調査で選んだ内の4枚の共通の写真に加え、モデルの写真4枚を投稿したインスタグラムのアカウントを見るように指示した。統制群には、事前調査で選んだ8枚全てを実際にインスタグラムに投稿して見せた。いずれの教室も、入口からすぐの一目の一番廊下側の席を1つ使用し、被験者は1人の教室にて被験者に手順書に従って実験を遂行した。指示した実験の手順は「4分間机上の Chrome book で指定のインスタグラムの写真を閲覧→机の中のもの(ポテトチップス)を取り出す→3分間好きなだけ食べる」である。前述の手順終了後、ポテトチップス容器の空になった部分の長さを定規で計測したとした。食材には、市販の小さいポテトチップスを用いた(製造者:株式会社ブルボン、商品名:プチシリーズ プチポテトうすしお味)。この製品を用いた理由は、先行研究で使用されていたことと、被験者が食べた量を測ることが比較的容易であると判断したためである。

## 第3項 事後調査

当調査の目的は瘦身願望と閲覧した写真の種類以外の剰余変数の統制である。摂食量を変える写真と瘦身願望以外の要因として「ポテトチップスの好き嫌い」「その時の空腹の程度」を考えた。また、いずれの質問も7件法での回答を求めた。

また、瘦身願望スコアを求めるためにQ3~13の回答の和を被験者の瘦身願望スコアとした。質問内容は以下。

表1 実験後に実施した Google Form の内容

- Q1: 実験当時満腹であった
- Q2: もともとポテトチップスが好きではない
- Q3~Q13: 瘦身願望尺度

表2 事後調査の点数対応表

質問番号: 質問内容	得点
Q1: 実験当の空腹感の度合	(1~7)
Q2: ポテトチップスの好き嫌い	(1~7)
Q3~13: 瘦身願望尺度の11項目	(1~7)

Q14: 痩身願望尺度の全項目 (Q3~13) の合計	(計 11~77)
-----------------------------	-----------

### 第3節 調査結果

事前調査にて選んだ写真を使用した本実験と事後調査の結果が以下の通りである。

表3 剰余変数に関するアンケートの結果

	群	Q1	Q2	Q3~13	摂食量 (cm)
被験者 1	実験	3	7	50	4。00
被験者 2	実験	5	7	45	8。00
被験者 3	実験	5	7	70	6。00
被験者 4	実験	5	6	50	8。00
被験者 5	実験	2	7	20	3。00
被験者 6	実験	6	7	53	5。00
被験者 7	実験	6	7	40	13。0
被験者 8	実験	7	7	55	7。50
被験者 9	実験	4	7	57	2。50
被験者 10	実験	5	7	47	4。00
被験者 11	実験	7	7	77	11。5
被験者 12	実験	5	1	57	6。00
被験者 13	実験	7	7	54	14。5
被験者 14	実験	5	7	45	5。00
被験者 15	実験	4	6	44	8。00
被験者 16	統制	7	6	35	8。00
被験者 17	統制	5	7	64	5。00
被験者 18	統制	6	6	47	4。00

#### 摂食量の群分け

摂食量 ( $x$  とする) で高群 ( $x > 6$ ) と低群 ( $x \leq 6$ ) の二つの群に分けた。

#### 有意水準

4つの分析で有意水準  $\alpha = 0.05$  とする。

#### 閲覧した写真の種類が摂食量に及ぼす影響 (表9)

閲覧した写真を（ $t$  とする）で実験群（ $t=1$ ）と統制群（ $t=0$ ）に分け、以下の仮説を設定した。

帰無仮説  $t_0$ : 写真の種類と摂食量の実測値は、それらの期待値と差がない。

対立仮説  $t_1$ : 写真の種類と摂食量の実測値は、それらの期待値と異なる。

閲覧した写真を独立変数、摂食量を従属変数とした 2 要因のカイ二乗検定を行った。

表 4 閲覧した写真の種類と摂食量の原測値（人）

	低群 ( $x \leq 6$ )	高群 ( $x > 6$ )	合計
実験 ( $t=1$ )	8.0	7.0	15
統制 ( $t=0$ )	2.0	1.0	3.0
合計	10	8.0	18

表 9 に関して、検定を行ったところ有意差が認められなかった ( $P_t = 0.671373241 \geq 0.05$ )。よって写真の種類と摂食量の実測値は、それらの期待値と差がない。

#### 痩身願望が摂食量に及ぼす影響（表 10）

痩身願望（ $s$  とする）で高群（ $s \leq 50$ ）と低群（ $s > 50$ ）に分け、以下の仮説を設定した。

帰無仮説  $s_0$ : 痩身願望と摂食量の実測値は、それらの期待値と差がない。

対立仮説  $s_1$ : 痩身願望と摂食量の実測値は、それらの期待値と異なる。

痩身願望の高低を独立変数、摂食量を従属変数とする 2 要因のカイ二乗検定を行った。

表 5 痩身願望と摂食量の原測値（人）

	低群 ( $x \leq 6$ )	高群 ( $x > 6$ )	合計
高群 ( $s \leq 50$ )	5.0	5.0	10
低群 ( $s > 50$ )	5.0	3.0	8.0
合計	10	8.0	18

表 5 に関して、検定を行ったところ有意差が認められなかった ( $P_s = 0.080 \geq 0.05$ )。よって痩身願望と摂食量の実測値は、それらの期待値と差がない。

#### 実験当時の満腹感が摂食量に及ぼす影響（表 11）

実験当時の満腹感（ $k$  とする）で低群（ $k > 5$ ）と高群（ $k \leq 5$ ）に分け、以下の仮説を設定した。

帰無仮説  $k_0$ : 満腹感と摂食量の実測値は、それらの期待値と差がない。

対立仮説  $k_1$ : 満腹感と摂食量の実測値は、それらの期待値と異なる。

満腹感の高低を独立変数、摂食量を従属変数とする 2 要因のカイ二乗検定を行った。

表 6 満腹感と摂食量の原測値 (人)

	低群 ( $x \leq 6$ )	高群 ( $x > 6$ )	合計
高群 ( $k > 5$ )	1.0	5.0	7.0
低群 ( $k \leq 5$ )	9.0	3.0	11
合計	10	8.0	18

表 6 に関して、検定を行ったところ有意差が認められた ( $P_k = 0.02 < 0.05$ )。よって満腹感と摂食量の実測値は、それらの期待値と異なる。

#### その食べ物の好き嫌いが摂食量に及ぼす影響 (表 12)

ポテトチップスを好きな度合 ( $z$  とする) で高群 ( $z > 6$ ) と低群 ( $z \leq 6$ ) に分けた。

帰無仮説  $z_0$ : 好き嫌い と 摂食量 の実測値は、それらの期待値と差がない。

対立仮説  $z_1$ : 好き嫌い と 摂食量 の実測値は、それらの期待値と異なる。

好き嫌いの高低を独立変数、摂食量を従属変数とする 2 要因のカイ二乗検定を行った。

表 7 ポテトチップスの好き嫌い と 摂食量 の原測値 (人)

	低群 ( $x \leq 6$ )	高群 ( $x > 6$ )	合計
高群 ( $z > 6$ )	8	5	13
低群 ( $z \leq 6$ )	2	3	5
合計	10	8	18

表 7 に関して、検定を行ったところ有意差が認められなかった ( $P_z = 0.41 \geq 0.05$ )。よって好き嫌い と 摂食量 の実測値は、それらの期待値と異なる。

#### 第 4 節 考察

本調査では、カイ二乗検定の結果、摂食量と被験者の空腹感にのみ有意差がみられた。そして、痩身願望とポテトチップスの好き嫌いには有意差が見られなかった。したがって仮説 1、仮説 2 ともに筆者の仮説は棄却された。痩身願望と摂食量に関係が無いことは、多くの摂食障害に関する記述と矛盾する。

#### 第 5 節 調査の限界と展望

本調査は以下の点に改善の余地がある。第一に、実験室の条件が非常に不自然であり、被験者が日常的にインスタグラムを使用するときと異なる心情で写真を閲覧した又は摂食量を調整した可能性がある。第二に、分析の不確かさだ。痩身願望スコア・摂食量共に被験者

間での差が少なく、統計による手法が不適だった可能性がある。第三に、被験者の人数が少なかった点だ。第四に、被験者の「空腹感」の基準の不透明性である。なぜなら、実験前の空腹感について実験後に質問しているため、多少の誤差が発生すると考えられる。最後に、属性の違いである。本調査の被験者の大半は摂食障害と診断を受けたり症状がある人ではないため、一般人口で本調査の仮説が否定されたという認識が可能である。

#### 参考文献

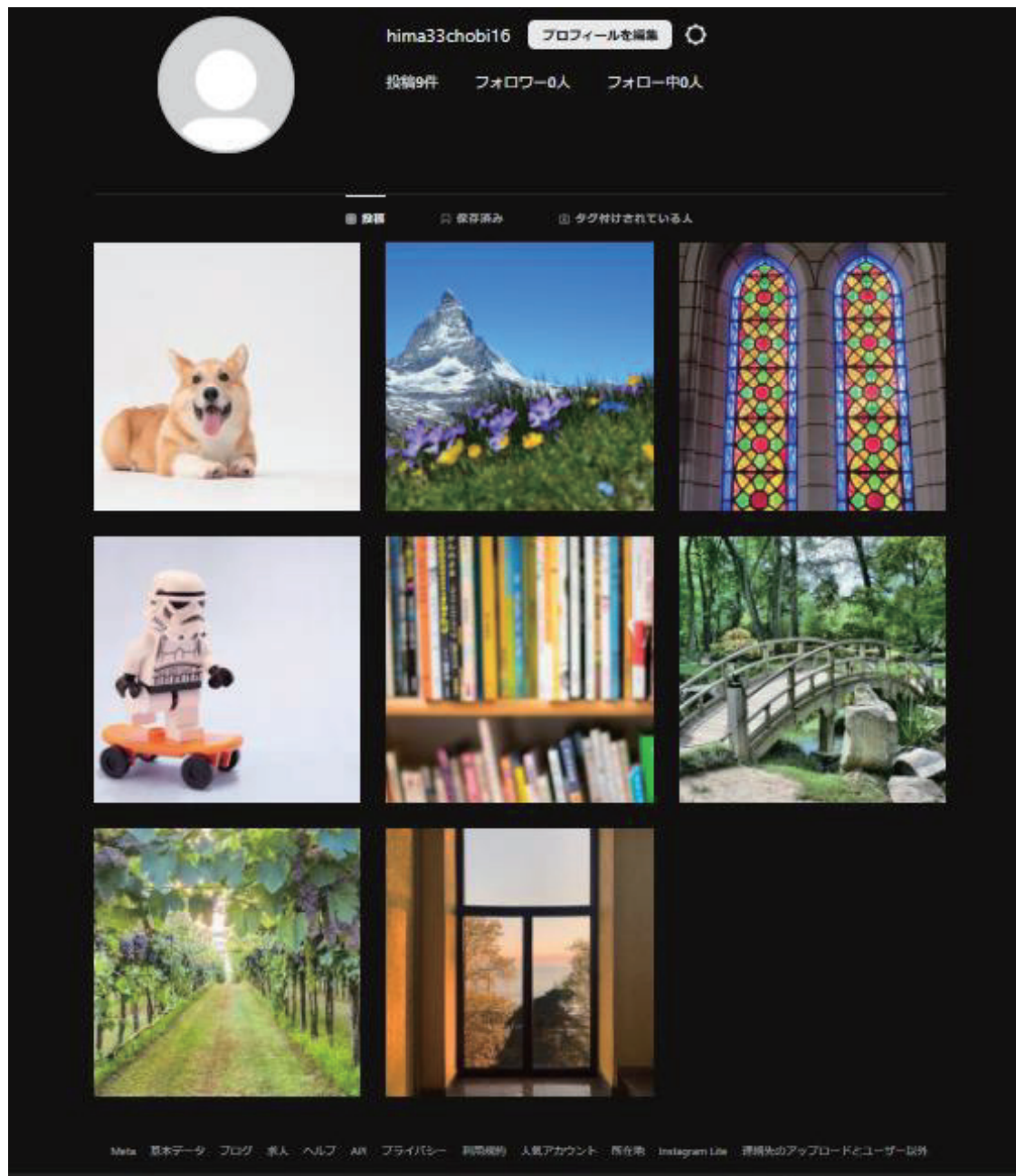
- [1] 馬場安希, 菅原健介, 女子青年における痩身願望についての研究, 2000, ja (jst.go.jp), (2024年1月31日閲覧)
- [2] 山崎真理子ほか, “友人との共食と痩身願望, 体型が青年期の女性の摂食量に及ぼす影響”, 2015, ja (jst.go.jp), (2024年6月10日閲覧)
- [3] [22] 日本摂食障害学会, 痩せすぎモデル規制学会声明, 2019, 痩せすぎモデル規制学会声明 - 日本摂食障害学会 (jsed.org), (2023年2月1日閲覧)

資料 2 事前調査で用いた Google Form (4 年次研究)

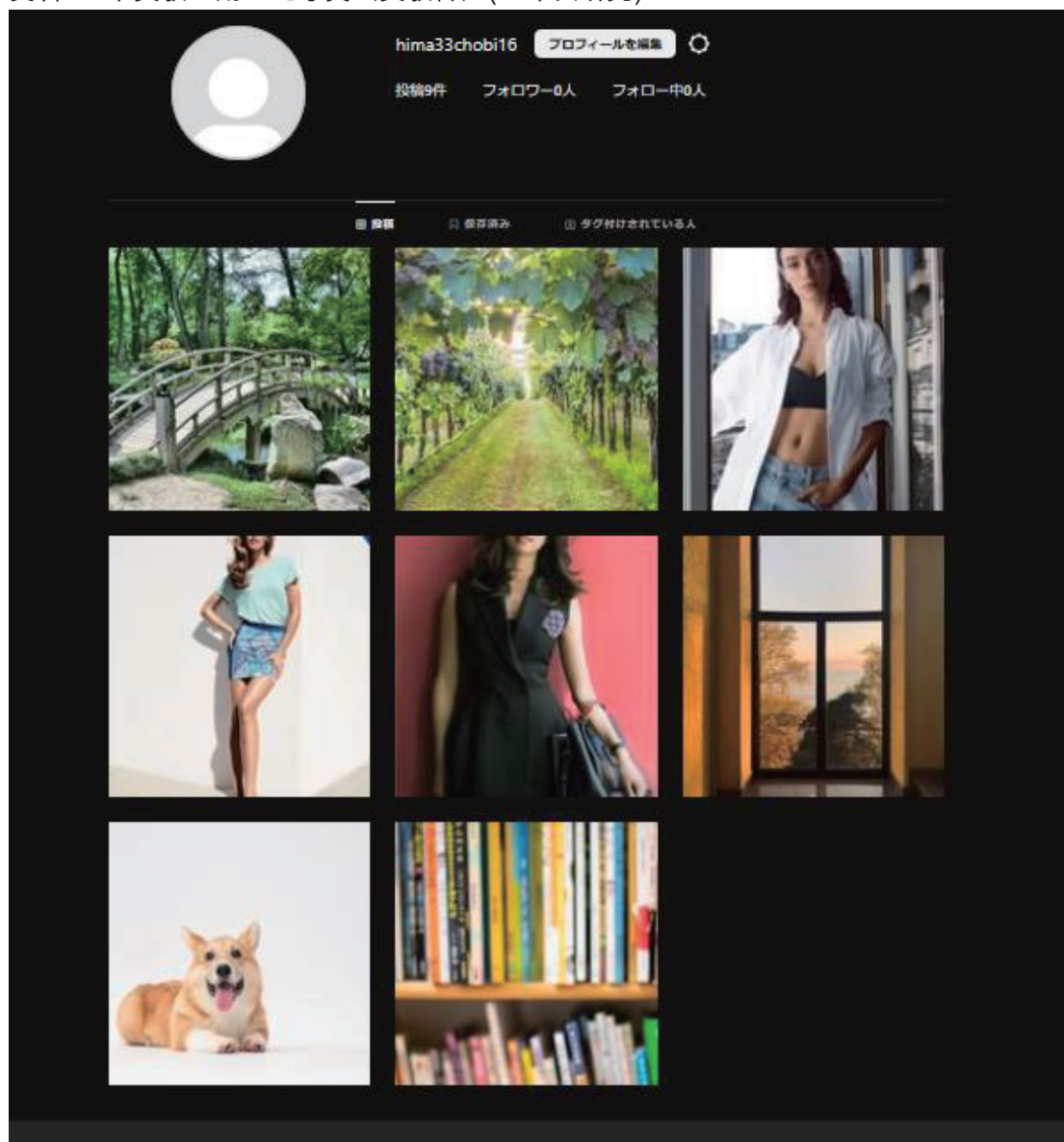




資料3 本実験で用いた写真（統制群）（4年次研究）



資料 4 本実験で用いた写真（実験群）（4 年次研究）





## 資料6 アンケート調査の Google Form

25. 参加者の皆様からのご意見を伺いたく存じます。

1. どのくらい満足していますか？


1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

26. 以下のInstagramの投稿の感想を教えてください。心機を込めてください。

A1. 高谷さんはダイエットの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

A1. 高谷さんはダイエットの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

ダイエットの投稿の画像 (減量後の写真、減量法、食事メニュー等)



18日目  
0316  
51.90kg  
22.0%


2ヶ月で8kg  
ダイエット企画

1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

27. A2. 高谷さんは高橋さんのダイエットの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？ (高橋さんはモデル、アイドル、俳優などを含みます)

A2. 高谷さんは高橋さんのダイエットの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？



18日目  
0316  
51.90kg  
22.0%


2ヶ月で8kg  
ダイエット企画

1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

28. A2. 高谷さんは高橋さんのダイエットの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

A2. 高谷さんは高橋さんのダイエットの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？



18日目  
0316  
51.90kg  
22.0%


2ヶ月で8kg  
ダイエット企画

1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

29. A4. 高谷さんは高橋さんのダイエットの投稿を見ました。Instagramの投稿の満足度はどのくらいありましたか？

A4. 高谷さんは高橋さんのダイエットの投稿を見ました。Instagramの投稿の満足度はどのくらいありましたか？



18日目  
0316  
51.90kg  
22.0%


2ヶ月で8kg  
ダイエット企画

1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

30. A1. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

A1. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？




1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

31. A2. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

A2. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？




1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

32. A3. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

A3. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？




1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

33. A4. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。Instagramの投稿の満足度はどのくらいありましたか？

A4. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。Instagramの投稿の満足度はどのくらいありましたか？




1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

34. A1. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

A1. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

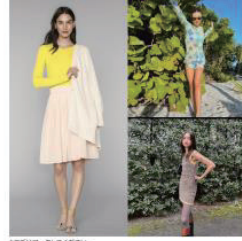


1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

35. A2. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？

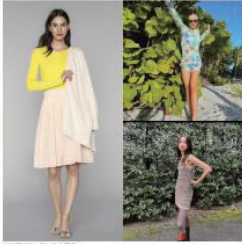
A2. 高谷さんは高橋さんの投稿を見ました。満足度はどのくらいありましたか？



1. どのくらい満足していますか？

1 (非常に満足)  2 (とても満足)  3 (やや満足)  4 (やや不満)  5 (不満)  6 (とても不満)  7 (非常に不満)

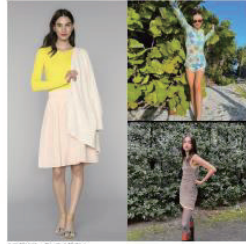
43. 0-3 あなたは「**ファッション**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

44. 0-4 あなたは「**ファッション**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 インスタグラムの **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

45. 0-1 あなたは「**食べ物**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

46. 0-2 あなたは「**食べ物**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

47. 0-2 あなたは「**食べ物**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

48. 0-4 あなたは「**食べ物**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 インスタグラムの **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

49. 0-1 あなたは「**トレーニング**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

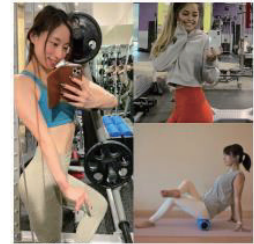
50. 0-2 あなたは「**トレーニング**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

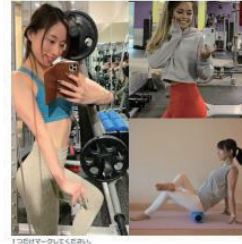
51. 0-4 あなたは「**トレーニング**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 インスタグラムの **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

52. 0-4 あなたは「**トレーニング**」カテゴリの投稿したものの有賞/有賞候補を見ました。 インスタグラムの **「賞状なし」**はありますか？



1つだけマークしてください。

- 1 (頻りにその数)
- 2 (10以上その数)
- 3 (100以上その数)
- 4 (1000以上その数)
- 5 (10000以上その数)
- 6 (100000以上その数)
- 7 (頻りにその数)

©2021 Google LLC. All rights reserved. 利用規約 | 個人情報保護方針 | 広告について | 会社情報

Google フォーム

## 資料7 聴き取り調査の事前アンケート

### 事前調査

研究責任者: 松浦茅南 (神戸大学附属中等教育学校 5年, 泉講堂所属) (以後 研究代表者)

研究のため、志を持ち経験を生かして学生部にて活動されている皆様にご協力をお願いします。インタビューにあたり事前の調査の協力をお願いいたします。この調査のテーマは「Instagramの使用行動と摂食障害」です。

#### 【注意点】

- ・回答は任意であり、回答をしない場合、または回答の内容により回答者が不利益をうけることはありません。
  - ・回答はいつでも修正または取り下げることができます。
  - ・回答に要する時間は約5分です。
  - ・フォームの送達をもって、研究協力に同意したと見なします。
  - ・回答いただいた情報は研究のために使用し、メールアドレスを収集せず、研究以外の目的に使用することはありません。
  - ・頂いた情報は、研究代表者が厳重に管理します。研究、論文等に使用する際には、データを適切に処理し、個人が特定されない形にいたします。
  - ・また、所属ゼミの泉美穂先生、本校社会科の森田育志先生、九州大学基幹教育院・准教授の山田祐樹先生、株式会社サイエンスデザインの林愛子代表取締役の監督のもと、実施による被害を出さない方法を常に検討します。
- 本研究は神戸大学附属中等教育学校研究部の承認を得ています。承認番号: 23-051**

\* 必須の欄です

1. ① 被験者番号を入力してください。\*

\_\_\_\_\_

2. ② 現在の職業を教えてください。

e.g.) 高校生, 大学生, 会社員など

\_\_\_\_\_

7. ⑦ インタビュー時にレコードすることを許可していただけますか。

注1) レコードは教員の指導のもと、分析にのみ使用し、厳重に保管いたします。研究代表者以外の人物が媒体そのもの閲覧することはなく、個人が特定できない状態で扱います。

注2) いつでもこの意思表示の取り下げまたは変更ができます。

1つだけマークしてください。

- 動画を録画しても構わない
- 音声も録音しても構わない
- 動画音声共に不可
- その他: \_\_\_\_\_

3. ③ 在住地域を教えてください。

1つだけマークしてください。

- 北海道
- 東北
- 関東
- 中部
- 近畿
- 中国・四国
- 九州
- その他: \_\_\_\_\_

4. ④ 現在の年齢を教えてください。

\_\_\_\_\_

5. ⑤ ダイエットを始めた年齢を教えてください。

\_\_\_\_\_

6. ⑥ 摂食障害を発症された年齢を教えてください。

\_\_\_\_\_

このコンテンツは Google が作成または承認したものではありません。

Google フォーム

## 資料 8 聴き取り調査の事前内容告知

### インタビュー質問項目

#### インタビュー調査協力者の皆様

当日完全にこの通りに進行するものではありませんが、インタビュー円滑化のため、一度目を通していただくと幸いです。

#### 想定している質問

1. ウォームアップ  
例: 学生部参加の動機, 今回のインタビュー協力の動機 等
2. ダイエットを始めたのはいつか/ ダイエットを始めたいきさつ  
例: 年齢, そのときの生活の様子 等
3. 閲覧するInstagramの投稿の種類  
ダイエット・発症前/ 発症中/ 治療中・治療後
4. 投稿するInstagramの投稿の種類  
ダイエット・発症前/ 発症中/ 治療中・治療後
5. Instagramの使用頻度・使用時間  
ダイエット・発症前/ 発症中/ 治療中・治療後
6. その他のInstagram使用の変化
7. 治療後にInstagram使用において意図的に気をつけていること

#### 【注意点】

- ・回答は任意であり、回答をしない場合、または回答の内容により回答者が不利益をうけることはありません。
- ・回答はいつでも修正または取り下げることができます。
- ・回答いただいた情報は研究のために使用し、研究以外の目的に使用しません。
- ・頂いた情報は、研究代表者が厳重に管理します。研究、論文等に使用する際には、データを適切に処理し、個人が特定されない形にいたします。
- ・また、所属ゼミの泉美穂先生、本校社会科の森田育志先生、九州大学基幹教育院・准教授の山田祐樹先生、株式会社サイエンスデザインの林愛子代表取締役の監督のもと、実施による被害を出さない方法を常に検討します。

本研究は神戸大学附属中等教育学校研究部の承認を得ています。承認番号: 23-051

神戸大学附属中等教育学校 5年 松浦茅南

資料 9 聴き取り調査の台本

インタビュー案, 情報, 質問項目.docx				
所要時間 (分)	大項目	テーマ	具体的な聴取内容, 回答予想例	ねらい, 意図, 仮説
4	① 現在	ウォームアップ 動機	1) 学生部での活動の動機 ⇒ 一般社団法人日本摂食障害協会 学生部での活動はどんなか ⇒ どんな魅力・目的・やりがい・どのような形で貢献しているのか	(ねらい) ウォームアップ 回答者と打ち解ける
4			2) 今回のインタビュー回答の動機	
5		回答者のプロフィール	- 年齢 - 就学状況	(意図) 分析に使用
2	② いきさつ	発症前	1) ダイエットを始めたのはいつか ⇒ その時の年齢 ⇒ その時の状況 ex) 高校, 1人暮らし, 留学中	(仮説) スポーツ, 第二次成長期 ライフイベントの渦中 などが多いのではないか <a href="#">アスリートは一人ひとりの個性が強い</a> <a href="#">ASD</a>
3		発症	2) ダイエットを始めたきっかけは何か ⇒ トラブル, 心ない言葉, SNS, スポーツ 等具体的な回答 ⇒ 分からない等の定まらない回答も可能 ⇒ 瘦身のメリット感が見られるか	(意図) 分析に使用 先行研究との関連付け 1) <a href="#">アスリートにおける瘦身の動機について</a> <a href="#">の調査</a>
2	③ 閲覧 種類	発症前・ダイエット前	1) 発症前・ダイエット前にどのような投稿を閲覧していたか ⇒ モデル, 食事, スポーツ, アイドル, ファッション, 旅行等 ⇒ 複数個あっても大丈夫 ⇒ 具体的なアカウント名とかを述べてもらって, こちらで分類するのもあり	(仮説) 時系列で変化がある  (懸念, 注意) 年齢やブームなどの無関係 なものを上回る変化はある のか
2		発症中	2) 発症中にどのような投稿を閲覧していたか	回答者の様子を見る
2	④ 投稿 種類	治療中・治療後・現在	3) 治療中・治療後・現在にどのような投稿を閲覧しているか	中止の判断もありうる
2		発症前・ダイエット前	1) 発症前・ダイエット前にどのような写真を投稿していたか ⇒ セルフィー(自撮り写真), 他撮り写真, グループ写真等 ⇒ ペット, ファッション, 食事, 旅行など	(仮説) 時系列で変化がある 発症中は食事の写真が 増える or 減る
2		発症中	2) 発症中にどのような写真を投稿していたか	(懸念, 注意) 中止の判断もありうる
2	⑤ 使用頻度, 使用時間 (閲覧+投稿)	治療中・治療後・現在	3) 治療中・治療後・現在にどのような写真を投稿しているか	(ねらい) 先行研究と関連付け <a href="#">本学インスタ</a> , <a href="#">東大</a>
2		発症前・ダイエット前	1) 発症前・ダイエット前にどのくらい使用していたか ⇒ (頻度) 授業の合間の休みの度, 2日に1回 ⇒ (時間) 20分/日	(仮説) 治療後や現在は 減っているのではないか
2		発症中	2) 発症中にどのくらい使用していたか	(懸念, 注意) 中止の判断もありうる
4	⑥ その他 変化	総じて	1) 【種類, 頻度, 時間以外で】 変化したことはあるか ⇒ シェアの状態, 使う場面など	(仮説)
4		治療後	2) 治療後に気を付けていることはあるか ⇒ 使用時間の減少 ⇒ エコーチェンバーにならないようグストモード ⇒ ダイエットコンテンツを避けるなど	

## 資料 10 聴き取り調査の逐語録 (被験者 A)

### 凡例

>: インタビュアー(筆者)の言及

(なし): インタビュイー(被験者)の言及

hm: 被験者が声を出して考え込む様子、「うーん」

笑笑: 笑う様子

(その他): その他の動作は適宜()で表現

### ①-1 学生部での活動の動機

> お聞きしたいのは、まず、どのような動機で学生部での活動を始められましたか？

はい、えーと。ひとつは やっぱり自分の自分の病気の体験をこう人に語れるようになりたいな、というか。お医者さんとか心理士さんにとかでなく、自分が主体となって話せるようになりたいなというのと、あとはやっぱ、研究、私も摂食障害に関する研究を私もしていきたいなと考えたときに、なんかこう、もっと自分のことだけじゃなくて、いろんな人の経験を聞いたとか、それをシェアしあえるっていうのがすごい素敵だなあと思って。もう、見つけた時に「あ、入りたいな」て思って。はい。って感じですね。

> そうなんですね

hmmmmm

> どんなことやりたいとかあったりするんですか？

でも 1 つは たぶん今はたぶん インスタとかで その 当事者でこう 今ちょうど辛い中にいる人たちに発信してると思うんですけど、できれば、こう、直接会って関わるとか、なんか、話をするとかっていうことができれば、まあそうですね。昔の私は救われたんじゃないかなという風に思うので、なりたいのはあります。

> 確かに私もインスタの研究をしてると思うんですけど、やっぱ違いますよね。対面とは。

hmmm

そうですね、一方的だし

### ① -2 今回のインタビュー回答の動機

> もう 1 点お聞きしたいのが、今回どうしてインタビューをお受けしてくださったのか。

ええええ、どうして。あ、まあ、なんですかね、なんだろ、どうして、まあ、でも、さっきも言ったように、自分の経験を語るということがあんまり経験としてなかったの、客観的に見直すいいきっかけになるかなって言う風に思ったのと、あとは、私も今3年生なんですけど、来年になったら多分おんなじようにインタビュー調査とかするだろうなあと思って。「ちょっと1回ちょっと受けてみようかな」「どういうものなのかな」というのがちょっと気になってという感じです。

> ありがとうございます。

今までがウォーミングアップみたいなところで計画していたもので、今からちょっとトピックに入っていこうと思います。

> まず1点目にお聞きしたいのが、「ダイエットを始めたのはいつか」みたいな時間的なことが知りたいです。年齢だったり、「その時に1人暮らしを始めた」とかなんでもいいんですけど、そのときの状況について少し教えてください。

## ② -1 ダイエットを始めたのはいつか

私は高校2年生の夏頃かなー、春から夏にかけてダイエットを初めて。まあ1つきっかけとしては、夏に海に行こうみたいな話をして、こう「一緒にダイエットしよう、頑張ろう」みたいなほんとは軽い気持ちで始めたのがきっかけなんですけど、ちょうどこう、進路とか高校2年生どうしようっていうのを迷っている時期で、それで、なんだろうな、迷っている時期だったけど勉強があんまり上手くいかなくて、それで、そんな時期だったなという風に思います。

> そうだったんですね。じゃあ、ダイエットを始めたきっかけもそうだったんですか？

## ②-2 ダイエットを始めたきっかけは何か

そうですね

はい、

> ありがとうございます。あの、一応、あの注意みたいなところにも書いてるんですけど、いつでも質問を拒否できるし、なんでも大丈夫です。なんでも言ってください。あの、逆質問とかもありです。

> あの次にインスタグラムとかの話になるんですけど、発症前・ダイエット前っていう枠組みと、発症中、治療後現在という枠組みで、前・さなか・後というのに分けてお聞きしていきたいんですけど、えっと、インスタグラムを使ってましたよね、ずっと？

(被験者: 頷く)

> えっと じゃあ 発症前・ダイエット前っていうのはどのような投稿を見ていましたか？

③-1 発症前・ダイエット前にどのような投稿を閲覧していたか

発症前は

hmm

でも、やっぱ、なんだろうな、その、映え、映えスポット。ちょうど多分Instagramが出てき始めた頃で、その、なんか「映えスポット」みたいな、こう「映えるカフェ」そういうのが、ちょうど多分はやり始めたぐらいの時期だったので、こう、そういうハッシュタグとかで検索をして、でそうすると、やっぱこうInstagramみたいなきれいなお姉さんたちが出てきたりして。結構そういうのをこう見て、「あ、自分もここ行ってこういう写真撮りたいな」みたいなのはすごいしてましたね。

> そうなんですね、ありがとうございます。さっきは発症前・ダイエット前とかだったと思うんですけど、発症中はどのようなものを見られていたんですか？

③-2 発症中にどのような投稿を閲覧していたか

発症中は入院していた時は、スマホはダメだったのもあって見てなかったですね。

> では、ダイエット中でいうとどのような感じでしたか？

で、ダイエット中で言うと、

hmmm

あ、やっぱ多分「何キロ痩せた」みたいなのか、なんかそのなんだろうな、1枚目に「何キロから何キロに」みたいなやつとかは、こう、「目に入ると見ちゃってたな」っていう感じですかね。

> そうなんですね。確かに私も入院していた時はスマホ禁止で。途中からOKにはなったんですけど、やっぱそうなんですね。

そうでしたね。

笑笑

はい。

③-3 治療中・治療後・現在にどのような投稿を閲覧しているか

> 治療中・治療後現在とか後っていうのになるとどのようなものを見られているんですか？

今は

hmmmmmm

今では旅行がすごい好きなので、なんか、こういろんな場所の名前をこう入れて、検索して「あ、こんな綺麗なところあるんだ」とか、そーういう感じかな。あとは、アイドルは好きなので、そういうのを見たりすることもあるんですけど。あんまり、なんだろう。

hmmm

見る。色々見るけど、そんな1つ1つに こう、なんか、思い入れというか意味はない。みたいな感じで、割と「目に入って来たものとりあえず見てみる」みたいなことが多いかもしれないです。

> 私もめっちゃ見ちゃいます。でも確かにあまり意味とかはないかもです。

そうですね、多分。

> 友達のとかもありますね。

ありますね。

④-1 発症前・ダイエット前にどのような写真を投稿していたか

> えっと、では次に、さっきは閲覧しているものの種類だったんですけど「投稿しているものの種類」についてお聞きしたくて。投稿ってされてますか？

はい。

> わかりました。

じゃあダイエットをする前・発症前とかではどんな投稿をされていましたか？

hmmm

でも、今思えば、なんか、「自分の写真が多かったな」っていうのがすごいあって。結構どこに行っても「友達に写真撮ってもらおう」「お母さんに写真撮ってもらおう」みたいな感じで、結構「自分がどう映るか」っていうのも意識してたし。もうなんか、「大量に撮っていいやつを載せる」みたいな感じでしたね。はい。



行って、まあ、もうそうね。インスタグラムの変化っていうのもあると思うけど、そうですね、「あまりインスタで自分がどうみられるか」みたいなことを気にしなくなったかなっていうのはありますね。

⑤-1 発症前・ダイエット前にどのくらい使用していたか

> ありがとうございます

> 次に、さっき「頻度」っていう風におっしゃってくださっていたんですけども、次にお聞きしたいのが、さっきの三段階に分けて、「使ってる頻度」と「使っている時間の長さ」についてお聞きしたいです。えっと、摂食障害になる前・ダイエットを始める前などには どのくらい見ていたとかありますか？

hmmmmm

でも、基本、なんだろうな、具体的な時間では分かんないですけど、やっぱ「スマホ開いてるときはインスタ見て」という感じで、もう「ストーリーとかも更新されたらすぐ見なきゃ」結構休み時間とかも結構いじっているとかいうのはありました。

> 休み時間スマホ見れる学校だったんですね  
結構緩かったのも、授業中とかも割と見てた。

⑤-2 発症中にどのくらい使用していたか

> 次に、発症中とかダイエットされているときとかどのくらい見ていたとかあれば教えていただきたいです。

正直やっぱダイエット中は

hmmmmm

どんぐらい見てたんだろう。

hmmmmmmm (長め)

でも、結構見るのが嫌になってたところはあったかもしれないけど、あんまり、こう「自分から進んでみよう」という感じになってなかったかなっていう感じで、あんま見てないかなっていう気はします。

> そうなんですね。ありがとうございます。

⑤-3 治療中・治療後・現在にどのくらい使用していたか

> 治療後とか治ってからとか元気になってからとか今だったら、どういう頻度やったり時間や

ったりしますか？

hmmm

今はそうですね、まあなんかチェック、こうなんか、通知とか「みんななんかのつけてないかな」みたいなチェック程度に、1日5、6回開いて見るっていう感じ。あとはもうなんか、時間があつたらなんか調べものしたりとか、色々見たりとかいう感じですね。

> そうですね、結構見ちゃいますよね。

見ちゃいます、なんか、もう息するように、こう、インスタ、ツイッター、ティックトック、ラインあたりを順番に開いていってて。

> ティックトックもされてるんですね、私はしたことなくて。

ティックトック、あ、でも全然見るだけ。ティックトックは、でもティックトックは、でも結構まあその、なんだろうな。若い子たちが踊ったりとかっていうのもあるんだと思うんだけど、え、なんか、でも全然ドラマの切り抜きとかを、こうめっちゃ

笑笑

載せてる人とか。まあ多分違法だと思うんだけど。なんかそういうのを暇つぶしに見たり、おもしろ動画とか。そんな感じ。

> そうなんですね。あんまりインスタグラムのリールとユーチューブのショートと違いが分からなくて。

hmmm

でも、ないと思います、違いそんなに。私も見てて、どれを見てるか分からなくなっちゃうので。

(二人): 笑

#### ⑥-1 【種類、頻度、時間以外で】 変化したことはあるか

> その次に、もう結構最後の方なんですけど、「種類」「頻度」「見ていた時間」など以外で他に変化したことがあれば教えていただきたいくて。例えば、「全員見れるようにしていたのを鍵垢に変えた」とか。あとは、「電車通学の時に見ていたのをやめた」とか。何かあれば教えてほしいです。

なるほど。でも、なんか確かに、鍵をかけていなかったのを、カギにかけるようになったなっていうのはありますね。あとは、「ハッシュタグとかを全然つけなくなった」というのはな

んかあるかもしれない。あと、なんだろうな、あとは、なんか、昔は結構その「系統を揃えた  
い」みたいな感じで、加工しておんなじような雰囲気の写真をするような感じで載せてたんで  
すけど、今は特にインスタ用に加工するってことはなく、「とにかくいいなって思った写真を  
載せている」っていうような感じですかね。

> なるほど、なんかパステルとかにするような加工とかされてたんですか？

白っぽくなるみたいな。くすんだ感じにして、統一するみたいな感じにしていましたね。

> それ、めっちゃおしゃれですね

なんかはやってたんだよね。私が高校生のときには。

あとなんかあるかな。あとは、なんか、でも、ストーリーの頻度が上がったかも。わかんない  
けど。なんかその、「投稿」っていうよりも、なんか、この「今起こってるおもしろいことをあげ  
たい」みたいな。なんか、そうだね、「シェアする」みたいな意味合いが強くなったのかもしれ  
ないです。

> なるほど。

> なんか今不思議だなと思ったのが、投稿の頻度が下がったっておっしゃってたのに、ストー  
リーは上がったんですね。

確かに、でも、なんか、ストーリーって結構その、まあ、なんか、そのなんだろうな  
後から上げることできるけど、結構、自分視点で撮る、その場だと。「自分視点で周りをと  
る」みたいなことが多いと思うので。まあ、そういう意味で、昔より上げちゃっているかもっ  
ていうのは思いますね。

> ますます摂食障害と関係あるのか分からなくなっていました。

確かに、どうなんだろう、なんだろう。でもあると思うよ。でも、私は治療の過程で、まあゼロ  
になったとは言い切れないけど、あんまり、「人から見られる自分」っていうのを hmm  
気にしないのは難しいけど、なんか、気にしすぎても意味がないんだな、っていうか気にして  
ると自分が苦しくなるだけだなんて言うのに気づいて、あんまり、その見られ方って言うのを、  
こう、意識して考えないように、まあしたというか、なっていたというのが、治療の過程で  
あって。ていう感じなのかもしれないですね。

はい。

> ありがとうございます

⑦ -2 治療後に気を付けていることはあるか

> 最後にお聞きしたいのが、気を付けていることとかあれば、インスタや SNS とかでも他の事でもあれば教えていただきたいです。

なんだろう

hmmmmm

気を付けてること

SNS でいうと

hmmmmm

気を付けてる

hmmm

気を付けてるわけじゃないなあ

> なんでもいいです、大丈夫です

考えてもいいですか。ちょっと考えさせてください。気を付けてることは、

hmmmmmm

うーん。でも、すごいほっそい写真とか、なんかこう、「何キロ痩せました」みたいな体験・成功談とかは「嘘つけ」って思いながら見るようにしてる。

wwwwww

鵜呑みにしない。そういう情報を。感じかな。えー、あと、そうですね。

hmmmmmm

そうだね、ちょっと待ってね、ちょっと考えるね。

wwwwwwww

でも、テレビ、テレビで言うと、もう別に意識してるわけじゃないけど、なんかすごい「この人たちってどういう食生活をしてこうなってるんだろう」みたいな女優さんとかアイドルとかなんか綺麗な子たちって、どんだけ自分を犠牲にしてこうなってるんだろうなっていうのを考えていて。なんか昔は「それが当たり前」みたいな「自分もそうならなきゃ」みたいな思いがあって。今は「あっちのほう異常でしょ」みたいな思いがあって。「意識してる」って訳じゃないけど、「大変だな」って思いながらみている、とかいうところですね。雑誌とか、あと服・洋服のなんかブランドのなんかあるじゃん。モデルさんがこう秋服・冬服とか着てさ。こうなんか、写真とか撮ったりしてるのがあると思うんだけど、ああいうのはなんかあんまりああいうので服を決めないようにはしてるかもしれない。なんか、どうせ違うし自分とは。別にまあ「そうならなくてもいいかな」って思うから。そういうので決めるんじゃないくて実際に見て普通に着たいなって思った服を買うとかっていうのはあるかな。

> そうなんですね、ありがとうございます。なんか女優とかアイドルとかと一線を引いて考え

るっていうのとても参考になりました。

## 資料 11 聴き取り調査の逐語録 (被験者 B)

### 凡例

>: インタビュアー(筆者)の言及

(なし): インタビュイー(被験者)の言及

hm: 被験者が声を出して考え込む様子、「うーん」

笑笑: 笑う様子

(その他): その他の動作は適宜()で表現

### ①-1 学生部での活動の動機

> まず学生部にどのような動機で入ったのか、教えていただいてもいいですか？

あー。そうですね。私も、前もちょっとはなしたとおもうんですけど、あの一、高校の方でちょっとした探究活動みたいななんやってみて。それで、その中で「摂食障害協会」があるってことは、あの、ずっと、ホームページとか見ている。あの、見ていく中で、その学生部のインスタが解説されて、あ、こういう、なんだ、その「こういう団体があるんだ」と思って。あのもしなんか機会があったら私も入って、で色々そのなんだろうな。貢献もしていきたいし、そこで学ぶこともあるだろうし、って思って。で、募集がされたので入りました。

> そうなんですね

高校での探究活動っていうのは、グループでやったり個人でやったり、何か情報を教えていただけますか？

あー、なんか、私は個人でやってたので。そうですね、もう基本的には、もう、なんだろうな、集計とかなんか、「調査書」、報告書だ。書いたりするのも1人なんですけど。でも、あの、もともといたバレエのスクールとか学校の先生とかに、あの調査のアンケートとか協力してもらったりはしていました。

> それはめっちゃ規模が大きくてすごいですね。気になります

あーいえいえ、全然。

### ①-2 今回のインタビュー回答の動機

> 今回インタビューを受けてくださる理由を教えてください

そうですね、なんか、やっぱりその、私と同じ年ぐらいの高校2年生で、すごい頑張られている方が、あの、やっていたらしゃるといのは、と聞いて。もうそりゃ絶対ご協力したいなと思って。あの、すごいどんな感じで、質的調査をやったことがなかったので、「どういう感じでやられているのかな」といのは気になりましたし、そういう感じですね。

> ありがとうございます

## ②-1 ダイエットを始めたのはいつか

> では具体的にトピックの方入っていくのですが、ここからは先日メールで共有させていただいた通り、めっちゃそんなにそのままやっていくわけではないのですが、もしも逆質問とかなんでもしていただいていたんですけど、私が追質問とかもさせていただくかもしれないです。よろしくお願ひいたします。

> まず、発症前、ダイエットを始めたのがいつか、例えばその時の年齢だったり、その時に1人暮らしを始めたとかなんでもいいのですが、何等か情報を教えていただけると嬉しいです。

hmmm

そうですね、その、まず前提なんですけども、私も精神科にも行ったことがあるんですけど、その時は摂食障害というか、拒食・過食を主訴に病院に話したわけでは無かったので摂食障害と診断された訳ではないです。その、なんだろうな、その時は心のアップダウンの方で主訴にしたという感じなので。それはちょっと前提としてお話をさせてください。

で、えっと、発症したと思われる年齢、ダイエットを始める年齢は、えっと、確かその前の、なんだ、そのなんだっけ、Google Form に書いたのは、14とか15だと思うんですけど実際は13歳ぐらいから始めてたと思います。で、えっと、私ずっと3歳からバレエを習っていて、えっと、クラシックバレエですね。踊る方のバレエを習っていて。で、それでそのやっぱり、そのバレエは周りに細い人も多いですし、その男性と踊るときとか体重を気にしたこととか。あとはそうですね、その、目標としてる美しいバレエダンサーがみんなもう細い人ばかりなので、それを見て育ったというのもあるのかな。というのもあって、あの、小さいころから小学生ぐらいから「自分が太いな」と感じていたんですけど。あの、中学になって、やっぱ太りやすくなってしまって。で、そこで、あの、なんだろうな、あの、「ちょっとダイエットしなきゃ」って思い始めました。って感じなんです。

> そうなんです。私もずっと小さいころから新体操やっていて、シンパシー湧く部分がありました。興味深いです。

## ②-2 ダイエットを始めたきっかけは何か

> あの、ダイエットを始めたきっかけというのは先ほどのと同じ感じですか？特定の事象があったのか、複数でも大丈夫なのですが、具体的にあれば教えていただきたいです。

13歳ぐらいの時は 緩く食事制限の選択肢が頭になくて、とにかく運動で走ったりすれば痩せるんだと思って。ある意味ちょっと健康的だったのかもしれないです。

15歳になって、中学3年生ですね。決定的な事象は、中3のときの初めての身体測定の時 自分がここからは太いと思う体重の1こ手前ぐらいの結果が出たんですね。ちょっと結構ショックになってしまって、今まで運動で落として落とそうとしていただけ、体重も測っていなかったし、自分がこんなに太いとは思わなかったって。実際はそんなに太くないんですよ。なんですけど、自分の認識の中で当時のそう思ったときがあつて。で、そこから「まず食べるのをやめてみよう」「間食からやめてみよう」だんだんだんだんそれがヒートアップしていったって感じです。

> そうなんですね。ありがとうございます。

③-1 発症前・ダイエット前にどのような投稿を閲覧していたか

> ここから、私の研究のトピックについて。私はインスタグラムと摂食障害について研究していて、インスタグラムについての質問が多くなります。ここからは、ダイエット前摂食障害発症前っていうのと、摂食障害発症中・ダイエット中っていうのと、摂食障害を一応治療終えてからとか、一応現在を含んだ、この3段階に分けてお聞きしたいです。

> まず、インスタグラムをされているということであっていますか？

はい、そうです。

> わかりました。では、インスタグラムをどのような種類のポストを閲覧するかっていうのについてお聞きしていきます。えっと、発症前・ダイエット前っていうのはどのようなポストを見ていましたか？

普通のというか、身近な人たちの日常生活みたいなものしかほんとは見てなくて。バレエの投稿があつたり、好きなバレエダンサーの投稿とかすごいチェックしたりしてました。時間もそこまで見てなかったかな。身近な人と好きなバレエダンサーしか見てませんでした

> そうなんですね。ありがとうございました。

③-2 発症中にどのような投稿を閲覧していたか

> では次に発症中って言うのはどんな投稿を見られていましたか？

私、「ダイエットアカウント」みたいなのを「ダイエットするぞ」っていう15歳ぐらいのタイ

ミングぐらいで始めたんですね。で、閲覧する種類も、身近な人のとかもちろん見てたんですけど、食事関連とかダイエットしてる人の食事とかダイエットしてる人の運動のこととか、その日常のこととかっていうのを見てました。

> ありがとうございます

### ③-3 治療中・治療後・現在にどのような投稿を閲覧しているか

> では、最後に治療の後・現在とかだったりはどうなんを見られていますか？

治療中は、色々なんだろうな、「ダイエットアカウントをやってることの葛藤」があって、あの、「続けるべきじゃないんじゃないか。」治すために葛藤もありつつ、でも、そこでできたコミュニティじゃないですけど、知り合った人とかもいたので、やめるにやめられず、「見ながらちょっと葛藤する」という感じで。

治療後は見てないですね。そのダイエット系のアカウントは。なので、発症前の身近な人たちの日常を見るっていう感じに戻ってます。

> そうなんですね。私も流れてきたらたまに見ちゃいます。ダイエットのやつ。

そうですね、なんかありますもんね。

> そうなんですよ。一時期、意図的に流れてこないように他の投稿を見ていました。

私もです。あと、なんか言い忘れてたけど、主に発症中か、主に見てたのはダイエットしてる人の日常のことなんですけど、たまに「摂食障害だと思われる人」「自分で摂食障害と自称している人」の投稿が出てきたりして、「今日ほどのぐらい吐いたよ」とか「今日の体型はこうでした」みたいなそういう写真が上がったりして流れてくるので、見てはいたんですけど、ちょっとそれはあんまり良くないことだなとは、自分でも発症中ながらも分かってはいたので、なるべく見ないようにしつつ、でもちょっと見ちゃったりという感じではありました。

> めっちゃ分かります

そういうの見ちゃうことありますけど、怖いですよ

> そうですね。私もそういう感じです。

> あのさっきみたいに、言ってないけどおもいついたこととかあれば、いつでも言ってください。

#### ④-1 発症前・ダイエット前にどのような写真を投稿していたか

> では次に投稿する種類についてお聞きしたくて、発症前・ダイエット前ではどのような種類だったりを投稿されていましたか？

「自分の日常」というか「友達とどこどこに行った」とか「バレエでこうこうこういうことが舞台がありました」みたいなことをあげてました。でも、「最近太っちゃったな」とかやってたかもしれないです。でも、ダイエットアカウントもやってないですし、普通のプライベートなアカウントで、自分の日常のあれこれをただ言っているだけでした。

> そうなんですね ありがとうございます

#### ④-2 発症中にどのような写真を投稿していたか

> では次に、ダイエット中とか発症中っていうのにどのような投稿をされていたか教えてください。

ダイエットアカウントをやっていたので、私は自分の1日の食事量を写真に撮って、目に見えて「私これ食べたな」と分かる方がいいと思っていたので、記録目的も含めて載せてたりしました。でも体の写真は載せてなかったです。それと、体重の変遷も載せてましたね。1日の食事報告と体重と、その今日のダイエットは「今日の1日はこんな運動できた」とか「こうこうこうだった」とか「ちょっと食べすぎちゃった」とかということを投稿してました。

> わかりました、ありがとうございます

> では最後に治療中・治療後・現在とかでいうと、どのようなものを投稿されていますか？

治療中はあの、あんまりこのダイエットアカウントで自分の食事量を載せているってことが「自分の首を自分で絞めてるな」っていうのを、だんだんうっすら気づき始めていて、しかも治療中っていうか、過食を始めてから治療段階にやっと移ったので、しかも私は吐いてなかったんで、過食が始まると体重が増えてしまうじゃないですか、やっぱり。自分の体重を載せるということが、自分の首を占めているなと感じましたし、その過食したいきさつとかも全部教えなきゃいけないことになっちゃうじゃないですか。それは嫌だなって思い始めて投稿もちゃんと毎日やってなかったですし、発症中みたいな感じで。なので、だんだん頻度がなくなってたって感じです。

#### ④-3 治療中・治療後・現在にどのような写真を投稿しているか

で、治療後はもうあの、食事も撮らないし体重も載せない測らないし。えーと、そもそもそのダイエットアカウント自体も全く動かしていない状態です。なので、普通に、なんだろうな、今ももう身近なこととか友達とどこに行ったみたいなの発症前の投稿に戻ったっていう感じです。

> ありがとうございます。なんかめっちゃマメやなって思ったんですけど、私もアプリに体重をつけるとかはしてたんですけど、食事の写真も撮ってないしあげてもないなと思って。

hmmmm

なんか、そうなんですよね。なんかそれがだんだん、義務みたいに感じてきちゃって。なんかやっぱり、アカウントやってると友達できるじゃないですか。

> 確かに。

で、そのダイエット仲間みたいなで、それで、そういう人が増えてくると、「ああ、やばい自分これ載せなきゃ」みたいな義務、「撮って載せるのが義務」みたいに感じてきちゃって。でもだんだんそれもなんだろうな、やらないと気が、気が済まない？やらないといけない強迫観念が起こってくるし。っていう感じで、ほんとに自分の首を自分で絞めてたなって感じでした。

> わかりました。ありがとうございます。

#### ⑤-1 発症前・ダイエット前にどのくらい使用していたか

> 次にインスタグラムを使用する頻度についてお聞きしたくて、摂食障害になる前やダイエットをする前でいうとどのような感じでしたか？

そうですね、発症前・ダイエット前は

hmmmm

うーんと、そうですね。あ、そうだ、でも、自分あの身の回りの人の投稿ぐらいしか見てなかったの、あとかそのなんだろう、好きなダンサーとかのことしか見てなかったの、あんまり自分が投稿するとかいうこともあまり無かったの、そこまで使用頻度は多くなかったかなと思います。

> ありがとうございます。あの、頻度とかやったら、「どういうタイミングで見ていた」とかありますか？

ああああ、そうですね。どういうタイミングで、もうなんか、「隙間時間」というか隙間時間

に見てましたね。なんか、寝る前とか、あとなんか学校から帰ってきてとかそれぐらいですかね。

> そうなんですね。自分とかやったら電車に乗ってる通学時間とかに結構見てたんですけど、そういうことはないんですね。

あんまり電車には乗らなかったのですね。そうですね。移動時間とかもあまりなくて。

> ありがとうございます

#### ⑤-2 発症中にどのぐらい使用していたか

> では発症中は頻度・時間、どんな感じでしたか？

そうですね、発症中も意外とそこまで長い時間は見てなくて。なんか、その、あのダイエットのアカウントも始めたは始めたんですけど、あの、結果的に仲間ができたりしたけど、それを目的にやってはいなかったのですね、その自分見せる目的とか、自分が記録を付けるためにやってたという感じなので、ほんとにそれ以外の時間は、まあなんだろう、その自分投稿して、で、なんか、自分が参考にしている人を一通り見て、プラスえっと普通の身近なあのプライベートなアカウントで、そのあの、知り合いのなんだろうインスタを一通り見て、で、そのぐらいで終了だったかなって思いますね。あ、あ、でもそんなことないか。

hmmmm

発症中、あ、でも、インスタであのちょっと情報収集じゃないけど、なんかダイエットで、なんかダイエット系の投稿とかあるじゃないですか。それでちょっと情報収集みたいなことをしていたこともありました。

> わかりました。なんか、それってお料理の投稿とかですか？

はい、そうですね ダイエットメニューとか

> わかりました。

#### ⑤-3 治療中・治療後・現在にどのぐらい使用していたか

> では最後に、治療中・治療後・現在とかだとどのぐらいの頻度や時間で見られていたのか教えてください。

治療中はそうですね、そのさっき行ったように言ったように、その葛藤が出てき始めたので、

なんか、その他の人の投稿を見るのも嫌になっちゃうというか、というのがあって。あの、あんまり見てなかったかな。でも、そうですね、その、ただ自分の現状を、あの、報告するのが義務感、あの、そういう報告することに義務感を感じてしまっていたので、なんか無理やり無理やり、なんか載せるためにインスタは開いて、で載せてたりしました。なので発症中とは時間は変わってないけど、でも身近な人の近況とか、プライベートの方のアカウントはちょっと減ったかもしれないです。

> えっと、さっきおっしゃられていた、他の人を見る時間が減ったっていうのについてお聞きしたいんですけど、それは具体的に言うとうどうしてですか？

そうですね、その、やっぱり、その、ダイエットアカウントに嫌気が指し始めていたもので、なんかその、なんだろうな、ちょっと哲学的かもしれないんですけど、哲学的でもないか、なんか「なんでそもそも私なんでダイエットしてるんだっけ」みたいな。あの、「ダイエットしたからあのこんな摂食障害に足踏み入れちゃったんじゃない」みたいな感じになってしまって、もうダイエット自体がちょっともう「ああもう嫌だ」ってなってきたけど、でも「やっぱり自分は痩せていたいし」みたいな葛藤があって。で、そのダイエットを頑張って頑張ってやってる人を見ると

すみません

hmmmmmm

なんかちょっと、見てられないなっていうか、その自分が見ているのが辛いなと思ったりしてましたね。で、

hmmm

という感じです

> あの、ちょっとお聞きしたいんですけど、〇〇〇さんって入院とかはされてないんですか？

あ、入院はしてないですね。

> では、自分でそうやってコントロールされてきたっていうことですか？

そうなんですよね。実はそのもう摂食障害とかになる前に、ダイエットもちゃんとやる前にそのバレエダンサーの摂食障害の講座を受けてたんですよね。で、「受けてたのになつたの？」って話なんですけど、でその時はなかなか自分のことってどうしても思えなくて。開場に来てる子がみんな細い子で。あの間違っただけです、偏ってるんですけど、「あ、こういう子たちのためにこの講習会があるのであって、私はまあ摂食障害にならない程度にダイエットしよ」みたいなそういうマインドでいたんですよ。で、まあ自分のこととは思えなかったから、あの、ちょっと摂食障害にぼくなってしまったんですけど。でも、ただその、そこで得た知識はあったので、だから治りが治りというかが速かったのかなっていうのも 思いますし、その知識と、そのもともと知っていた知識と、でも痩せてたいっていうので葛藤が起きやすかったのかなっていうのも思ってます。

> ありがとうございます。なんかめっちゃ分かります。バレエとか新体操とかやってたら、周りの人めっちゃ細いですよね。

なんかめっちゃ葛藤してました。

> 講座があったっていうの、すごいなって思いました。

あ、そうなんです。JAEDにいらっしゃる方で、〜〜という方なんですけど、結構珍しいですよね。バレエの摂食障害系では珍しいと思います。

> 私の教室には無かったので、すごいなって思います。

そうですね。それで治りが早くなったと思うと受けててよかったと思います。

> じゃあ、受けてて治りが早かった実感があるんですね。

そうですね、だいぶ回復は早かったと思います。

> なんか、一応そういう予防教育が逆効果だっていう研究もあったりするので、それもそれですごいなって思います。

そうですね、なんかあれですか？具体的なこうやって吐く人がいますみたいな方法を教えちゃうと逆効果とかですか？

> その文献は外国のものだったので詳しくは読んでいないのですが、確かに正直予防教育の効果も内容によりけりだと思いますね。確かに。

難しいですね、啓発も。

> そうですね。

#### ⑥-1 【種類、頻度、時間以外で】 変化したことはあるか

> 次にその他の変化についてなのですが、種類・頻度・時間等以外で何等か変化したものがあれば教えていただきたいです。自分やったら例えば、それまでオープンにしていたのを鍵垢に変えたとか。あとは通学時に見るのをやめるようにしたとかあったら教えていただきたいです。

そうですね。

hmmmmmm

なんか、あんまり、その使用頻度自体は発症前も発症中も治療中も治療後も特にあんまり変化はしてなくて。でも、なんか、治療中だけ、そのなんだろう、色々、いろんな人の近況だったり、上手く行ってる人の近況を見るのが嫌だったの、あんまり使ってなかったかなっていうのはあるんですけど、そうですね、あんまり変化がないかもしれない。

でも、その、まあ、食事系のことは見なくなったかなって思います。そのなんか、例えばダイエット食とか、「私は今日1日こういうものを食べました」とか「何センチ何キロの1日の食事」とか、そういうのは見なくなって、そうですね、治療後は見なくなって、やっぱりその「食への囚われ」が無くなったからこそなのかなって思います。

> わかりました、ありがとうございます。

#### ⑥-2 治療後に気を付けていることはあるか

> では次に最後の質問になるのですが、今 SNS の使用とかについて特に聞いてたんですけど、気を付けてることとか最後にあれば教えてほしいです。

そうですね、その結構その、講習で教わったことが、その、インスタを見るときに、あの、なんだろう「同じような種類の投稿を何個も見てしまうと」その、なんだろう、なんだっけ「おすすめ機能」で同じような投稿が表示されるんですけど、それを意図的に、あの、そういうなんだろうな、ダイエット系の、えっと投稿を見ないようにすることで、えっと、あの自分にとって心地いい、そのえっと、おすすめ欄が、えっとできるよっていうのがあって。それは私も気を付けるようにしていて、なのでその、なるべく食事のこととか、あのダイエット関連のことはもう見ないようにする、でそれ以外で「これを見よう」とか気を付けていることとかはないんですけど、なので、だから「見ないようにする」を気を付けています。

> なるほど、「見るようにする」ではなく「見ないようにする」を気を付けているんですね。なんか他のこととかありますか？

んー何かあったかな？

> SNS とかじゃなくても大丈夫です。

んーそうですね。もうあんまりないかな。だいたい喋ったかなって感じですね。

## 資料 12 聴き取り調査の逐語録 (被験者 C)

凡例

>: インタビュアー(筆者)の言及

(なし): インタビュイー(被験者)の言及

hm: 被験者が声を出して考え込む様子、「うーん」

笑笑: 笑う様子

(その他): その他の動作は適宜()で表現

### ①-1 学生部での活動の動機

> えっと最初にお聞きしたいのが、学生部で活動を始めた動機について教えていただきたいです。

ええっと、就、最初は就職活動で話せる内容が欲しかったのがきっかけです。

> なるほど

えっと、自分の経験を活かせるものを探してて。で、この団体が、えっと、自分の治療もしつつ自分の他の人の治療に関われるかなと思ったので、ここに興味を持って、ここに応募しましたね。

> ありがとうございます。

### ①-2 今回のインタビュー回答の動機

> えっと、今回のインタビューを受けてくださったのは为什么呢？

えっと、もう、なんていうか、最初は、その、就職活動で話せることがまあ欲しくてっていうのがきっかけだったんですけど、実際にちゃんと活動もしてみたかったので、あの本格的に取り組んでいる子たちの、あの、力になればいいなと思って、ぜひとお受けしました。

> ありがとうございます。

なんか、今までのところがウォーミングアップって感じなんですけど、全然なんか今後の質問も結構ディープな内容になるんですけど、いつでも回答を拒否することだってできますし、逆質問だって可能なので、気負わずにお願いします。

了解です。

## ②-1 ダイエットを始めたのはいつか

> えっとでは次に、摂食障害のいきさつみたいなものをお聞きしたくて。えっと、ダイエットを始めたのはいつですかという具体的なものをお聞きしたくて。その時の年齢だったり、ちょうどそのときに1人暮らしを始めたとか。そういう風な、なんでもいいので情報をお願いします。

えっと、高校3年生の、17歳ちゃうわ18歳のえっと夏頃ですね。に5月頃にまずはえっとダイエットをしました。で、そこから約1年間ぐらいつと過食症みたいな感じでダイエットしてました。

> ありがとうございます

## ②-2 ダイエットを始めたきっかけは何か

> えっと、ダイエットを始めたきっかけっていうのは 何でしたか？

きっかけは、えー、結構高校3年生、なんか昔からずっと割とみんなよりちょっと太めというか、なんか、自分がデブやなってなんかずっと感じてて。高校1年生2年生の時に、あの高校はなんていうの、受験して私立に行ったんです。で、環境が変わって、より楽しい環境にはなったんですけど、一方でこう周りの女の子たちがすごく、こう、もっと魅力的に見えて、新天地で一方でこう馴染めない自分。なんか「もっと見た目から変わらなきゃ」って すごく思って。で、それが2年間ずっと思ってたんですね。で3年生の時に、あの、そうだな、特にきっかけみたいなのは「なんで3年生の時に」みたいなのは多分ないんですけど、なんか時期的に「高校3年生目で最後の年やしもったくない」とか なんか「3年目もこのままじゃいけない」とか、そういう焦りはありました。あとは気になる男の子がいたりとか。

wwwwwwwwww

ですね。はい。

> わかりました、ありがとうございます

えっと次に、私の研究のトピックであるインスタグラムについての質問をしていきたいくて、今後の質問では、3つのパートに分かれて、「発症前・ダイエット前」っていう話と「発症中・ダイエット中」っていう話と、「治療中・治療後・現在」みたいな感じで、3つに分けてお聞きしたくて。それに分けて、インスタグラムの話とか交えながらお聞きしていきます。

> えっと、まず最初にインスタグラムで見ているものの種類、写真だったり動画だったりの種類を発症前・ダイエット前っていうのはどのようなものを見られていたかお聞きしたいですか？

### ③-1 発症前・ダイエット前にどのような投稿を閲覧していたか

発症前はえっと、インスタグラムを発症前はほとんど使っていなかったんですよ。実は。なんですけど、インターネット(インスタグラムを含め)インターネットで主に見てた画像というのは、ダイエットに関するものとしては、えー、アイドルの K-POP アイドルの子のかわいい子のスタイルの写真とか、あとはあの「目標体重、シンデレラ体重」とかあるじゃないですか。標準体重とか。そういうものがこう表になった数字が並んであって、なんか指標になるような表の画像とか。あとは、なんかダイエットの仕方とか筋トレの方法とか。そんなような感じです。

> えっと、それって発症前はインターネットでダイエットの情報しか見られていなかったということですか？

あ、いえ、そんなことは全然なくて

えーと

インスタグラム インスタグラムに関しては ほとんど K-POP アイドルの子の投稿された画像を見てました

> そうなんですね ありがとうございます

### ③-2 発症中にどのような投稿を閲覧していたか

> では、発症中・ダイエット中はどのようなものを見られていましたか？

発症中 発症中・ダイエット中も  
インスタグラムに関しては一緒ですね

> わかりました

### ③-3 治療中・治療後・現在にどのような投稿を閲覧しているか

> えっと、では現在とか・治療中治療後ということなら、どのようなものを見られていますか？

現在はインスタグラムでは、えーと、K-POP アイドルの子の写真も引き続き見るんですけど、まあ目的としては「こんな感じになりたい」とかいうのもあるし、その、「その子自体の活動とかが見れて楽しい」という普通にファンとして見ているという部分が大きくなってます。あとは趣味のえっと服とか靴とかファッションの写真とか、文房具も趣味なんですけど、文房具とかインテリアとか。あとは、あ、化粧品とか。あと体にいい料理とかを見してます。

> なんか、身体にいい料理って例えばどんなんですか？

えっと、カロリーを低めに作れる料理だったり。まあ、豆腐、豆腐とかそういうものを使ってできる、野菜とかそういうものを大目に使ってできる「お腹いっぱいになるけど、あの、そんなに太らないよ」みたいな料理とか。糖質・脂質とかを詳しく記載している料理とか。

> なるほど、ありがとうございます。

#### ④-1 発症前・ダイエット前にどのような写真を投稿していたか

> また、発症前・発症中・治療中みたいな感じで教えていただきたいんですけど、インスタグラムに投稿していた写真や動画やコンテンツについてお聞きしたくて。発症前っていうのはどのようなものを投稿していたとかありますか？

いや 発症前は何にも投稿してなかったです

> そうなんですかね。じゃあ、見るだけみたいな感じだったんですか？

アカウントを作ったきっかけは、海外に行ったときにライン以外で SNS を登録したいって言われて作りました。で、ほんとに DM のみって感じです。

> そうなんですかね。

じゃあ、発症中とかも同じなんですかね？

そうですね、はい。

#### ④-2 発症中にどのような写真を投稿していたか

#### ④-3 治療中・治療後・現在にどのような写真を投稿しているか

> じゃあ、今はどのようなものを投稿されているんですか？

hmmm

あ、でもそうだな。発症、なんか今も発症中みたいなところあるんですよ。完治、寛解してないので。まあ、「今も発症中とするなら」ですけど。やっぱり治療中治療後ということ。今は投稿自体はストーリーばかりです。えーと、自分の言った喫茶店とか飲食店の画像・メニューとか買ったものの画像、お店の雰囲気の画像、あとは自分の言ったライブ映像の雰囲気の画像とか。

> 分かりました。ありがとうございます。

#### ⑤-1 発症前・ダイエット前にどのくらい使用していたか

> えっと、では次にインスタグラムの使用頻度だったり使用時間をお聞きしたくてここで指す使用っていうのが、投稿とか閲覧とか全部を含む感じでお聞きしたいです。えっとじゃあ、発症前・ダイエット前とかいうのはどんな感じでしたか？

高校　なんで　ゼロですかね

> えっと使ってる時間とか

あ、そうか、使用だから、発症前は1日に30分とか1時間とか程度だったと思います。そんな見てないか。

> なんかどういうタイミングにみてたとかありましたか？なんか、授業の合間に見てたとか。

いや、多分夏休み中とかに見ることが多くて。なので家で1人の時とかよく見てました。学校の間は、授業とか部活の間は見なくて。家にいる30分とかで。

> 分かりました

#### ⑤-2 発症中にどのくらい使用していたか

> では次に、発症中・ダイエット中っていうのは、使用時間・使用頻度何かありましたか？

発症中も発症中はあまり、あ、でも、そうだな。発症中はあまり変わらなかったと思いま

す。むしろちょっと減ったかな。2、3日に30分とか。

> それって、何で減ったとかあるんですか？

なんか、痩せてきて、なんか自分の身体にばかり注目するというか、比べて。逆に「やっぱり自分まだ太ってるじゃん」ってなるのが怖くなってた時期がありまして。だから減りましたね。

> わかりました

### ⑤-3 治療中・治療後・現在にどのぐらい使用していたか

> ええと、じゃあ最後に、今治療中とかやったら閲覧の投稿とか頻度とか使用の状況はどうなっていますか？

今はかなり増えて、1日に、あ、そっか、えっと、ごめんなさい。ダイエット前が2、3日に30分ぐらい。で、発症中が1週間に30分ぐらいで、今が1日に1時間位。

> なんか、どういう時にとかどういうタイミングで使うとかありますか？

今は結構寝る前にみんなのストーリーを確認するために見たりとか。えっと、新しい新商品のチェックのために寝る前に確認したりとか。そういう感じで、家にいるときに、こう1時間使ってます。

> ありがとうございます

### ⑥-1 【種類、頻度、時間以外で】 変化したことはあるか

> えっと次にお聞きしたいのが、種類とか頻度とか時間以外で、前後とかで変化したことはありますか？自分やったら鍵垢に変えたとか電車で使わないようにしたとか。何かあったら教えていただきたいです。

あー、確かにそうだな。なんか使用の目的は結構変わりました。

その、昔はあのただアカウントを持ってるだけっていう状態だったので。今は結構ストーリーにあげるために写真を撮ったりとか、実際に写真を投稿する目的で使うようになったし、閲覧の目的もなんか「細い子をただただ羨まし気に見る」っていうだけじゃなくて、趣味の範囲で見るといったので、目的はとても変わりました。鍵アカウントとか

は別に変わってないかな。あと、なんか昔は自分の所属してる団体名とか学校名とか年齢とかをプロフィールに色々書いてて、でも今はそれを消して名前だけにしたんですよ。で、まあその理由ってのは、学校を4年で卒業できなかった休学をたくさんしちゃって、あのインスタグラムでアカウント交換して連絡してた人たちとも、今は連絡しなくなっちゃったりとか。その変化があって、できるだけパーソナルな部分を見せたくないなと思うことが増えて。それで、自分の名前以外は消したっていう部分ですかね。

> わかりました。ありがとうございます。次に最後の質問なんですけど、治療後で SNS や SNS 以外で気を付けていることがあったら教えていただきたいです。

そうですね、SNS は今はその「できるだけ所属とかを消してる」って言ったんですけど全 SNS に対してそうしてて、ラインはプロフィール画像をなんか初期のままにしているんですけど、なんかそういうのも全部「私のことを今は深く知ってほしくないな」みたいな意識があって、そういう意味でなんかこう伏せてる部分が多いですね。

#### ⑥-2 治療後に気を付けていることはあるか

えっと、気を付けてること、そうだな。あとは、あ、自分の顔とかは載せないようにします。写真とかも極力取らない。自分の顔とかに対しては撮らない、載せない。一方で、その服とかファッション、自分がしてるファッションに対しては、ラインとかインスタグラムとか、その実際にこの私と分かって利用しているもの友人と繋がってるもの以外、例えばツイッターとかには自分の顔は載せないし、自分の詳しいプロフィールは載せないんですけど

なんか、ファッションの画像とか、私と特定できないものの写真とかは結構投稿しています。

> 「顔は載せない、撮らない」とおっしゃられていたのはなんですか？

なんか、そのダイエットを始めた高校生ぐらいが1番痩せてて、なんかそのときのその時の自分よりはまたちょっと戻ってきちゃったので、体重が。それが、その、すごく顔に出るんですよ。その痩せてるときの顔って、なんか「すっきりしてかわいらしいな」って感じで。でも今は、「自分の顔が単純に好きじゃない」で、あんまり見てほしくないなっていうことがあって。撮らないし、撮らせない。

> 分かりました。さっきおっしゃられたツイッターとかに自分のファッションとか載せておっしゃられていたのは、ツイッターとかはどのような風に使われていらっしゃるのですか？

ツイッターは完全に匿名で、えっと、また別の SNS のアプリで繋がった人たちと交換して

るアカウントなんですけど。そうですね、なんか日々起こったこと、「こんなところ行ったよ」とか「こんなもの食べたよ」とか、なんかあとは、「今アルバイトがしんどいよ」とかなんかそういうことを単純に報告するみたいなことで使ってますね。

> あ、ではそのツイッターは鍵ついてないんですか？

それにはつけてないですね。

> そうなんですね

> 他に SNS について何かありますか？

hmmm

気を付けてること、そうですね。アカウントを交換する人間を結構限定してる、ますね。なんか自分目線で安全と判断した人とか。

> じゃあ、私も安全判断ですね

こんなに喋ったからね、あとは、その、ツイッターは特に、そう主観ですけど、えっと「この人とこの人は、AさんとBさんはもともとつながって、BさんからAさんは大丈夫って教えてもらったら繋がる」とかなんかそんな感じだったり。インスタグラムは特に、あの、リアルな友達も多いし、アカウント持ってる子が多いし、探せば出てくるんですけど、あの、さっきも言ったみたいに、なんか「完璧なリアルの自分の姿をなんか公開する」とっていうのは結構今抵抗がすごいあって、今もしちゃんと社会人として生活できてたら全然交換するし、また連絡とりたいって思う子はいっぱいいるんですけど。あの、SNSっていうすごいプライベートな写真を上げたりする場所で、リアルの友達・高校生のときにすごい仲が良かった友達とか、大学を休学するまでに友達になってくれた子とか、今は連絡とれてなくて申し訳ないっていう気持ちもあるし、今の私のこの状況を、こう、説明しづらいので、なので、こう「これは友達やった子やな」とって分かると、逆にフォローしないようにしたりとかしてます。

> めっちゃ何かわかります。私も摂食障害になって習い事をやめて、その時は休むっていう選択をしたんだけど、戻りづらくなって結局やめました。

そうそうそうそう、携帯のSMSで連絡をくれた子とかいるんですよ。あまりにラインでも返信をしなかったし、既読もつけなかった時期があったので。あまりに心配して送ってきてくれたことかもいるんですけど、逆にそういう子に対して再度連絡しづらいっていう気持ちがあって。だからツイッターの方では鍵を開けてるんだけど、完全に匿名としてやっているの、なんかただの一大学生みたいな顔をしてできるのが心地よくて使ってますね。

> じゃあ、インスタとツイッターをめっちゃ違う風に使われているんですね。

そうですね。はい、ツイッターは、いや、インスタグラムはえっと、アルバイトの、今アルバイトをしているんですけど、そこの子たちとアカウントを交換してるんですよ。ていうのも、あのアルバイトの環境はずっと続けられてて。なんか私にとってはまた、学校とか家とは別という感じで、その若い学生の子たち、10代とか高校生とか、そういう子たちはやっぱり「インスタ交換しよ」って言われて、交換して、そういう子たちの投稿を見てると、自分も投稿したくなるし。ストーリー上げたくなるし。だから、えっと、インスタグラムは自分が許した相手に対して自分の現状とかストーリーで報告する感じで、ツイッターは完全に匿名って言う感じです。

> なるほど

ありがとうございます。えっと、今めっちゃ SNS の話をしてくださったと思うんですけど、SNS 以外に何かあったりしますか？

インターネットとかですか？

> テレビとか人間関係とかなんでも大丈夫です

それでいうと、うーん、そうですね。えっと、人間関係は今はネット生活は今は SNS に、自分が投稿する場所は SNS に限られるので。一旦そっちの話でおいておいて。

で、実生活の上で気を付けてることになってくると、結構友達作りみたいところで迷うというか、さっきも言ったみたいに限定するとか。部分があって。自分が今24歳なんですけど、同じ年齢で大学通っててみたい人ってあんまり、ほぼいない。いると思うんですけど 出会う場所もないし、自分のこういう状況を明かす相手ではなかったりするし。ていうので、ほとんど年下に限られてくる。で、えっと、こう一定の線引きみたいなのできちゃって。なんか、心の底から、こう例えば、同じ学校で1団体に所属してるんですけど、その団体でも私が1番年上で。みんな、19とか20とか21歳。学校通いながら色々自分の活動とかがんばってるって中で、「なんか深くプライベートに踏み込まないようにしよう」とか。なんかこんな年齢やし、もうちょっとこう、「年上らしくみんなのお姉さんみたいな立場でふるまってあげたほうが安心かな」自分の役割をみんなの保護者みたいな勝手に置いちゃう。それにしたがってふるまってるっていうところはあります。アルバイト先でもそうですね。「私と年下の子たちみんな」っていう感じですね。

あとは、プライベートな写真をあげるってさっき言ったんですけど、逆に日常生活は「何時から何時に起きて」とか「普段家で何してるか」とかそういう部分もあまり話さないようにしてますかね。

なんか大丈夫そうですか？

> なんていうか、摂食障害の症状に関してありますか？

hmmm

かなり、そうですね、なんか、1週間の中で症状が出てしまう時が割とあって。ならないように気を付けて功を奏してるみたいな部分はほぼないので、答えづらいんですけど、それでいうと、外ではご飯を食べない。ほぼ一切食べないようにしてて、家に帰ってきて1人の時だけ好きなように食事をするっていう風になっています。インスタグラムに投稿する食事の写真っていうのは、ほぼ喫茶店とか、ガッツリ食べるようなものじゃなくて食事するというより飲み物を楽しんだり、嗜好品を楽しんだりする程度のを外では楽しんで、食事に関しては本当に1人で外食とかはしないし。例えばアルバイト先で、社員割引でご飯を食べれたり買えたりするんですけど、それも本当に全然利用したことがないですね。なんか1回食べてしまうとどンドンどンドン食べなくなっちゃうし。外であっても吐いちゃうので、なんかトイレがあったら所かまわず安心して吐いちゃうみたいな部分があって。それでも家だけで食べるようにしています。

> わかりました。他にあったらいつでも教えてください。