

身体を彫刻する社会に関する研究

ーギリシャ彫刻と現代のトレーニング文化の類似性ー

嶋田凱斗

近年、日本の平均寿命は世界から見ても増加傾向にある。日本人の健康意識が以前に比べても高まっている。コロナウィルスが流行ってから外出をする事が難しくなった。2020年に私たちは、ストレス解消や運動不足解消のためにジムに入会したり、YouTubeでのフィットネス系の動画が人気になったとみられる。現在の日本のフィットネスクラブの市場規模は、2023年が4,503億円だったのに対し、2024年は4,886億円となり、その伸び率は8.5%となった。2024年の市場規模は、前年比9.5%だったため、伸び率は徐々に落ち着きつつある。トレーニングと言ってもさまざまなトレーニング方法が存在する。性別、年齢によって、トレーニング方法・考え方・目的は違うだろう。本論文はそのような問題意識に基づき、トレーニングという概念はいつの時代から始まり今にいたるのか、また、理想の体とは、どのような体なのかを検討する。そこで本論文では、前者の問いを踏まえながら、考察していく。また、そのことと同時に近年特にフィットネスで問題視されているのが、ステロイド使用による問題である。人はなぜ、承認欲求のために、危険な物とされている薬物を手にしてしまうのだろうか。本論文では美がもたらす弊害も同時に考察した。

その結果、本論文では、ギリシャ彫刻の歴史や文化を理解したことによって、美は単なる外見の大きさや魅力だけでなく、バランスや左右対称、健康的で動ける身体、さらには内面的な調和をも含む概念であったことがわかった。現代では、SNSやメディアによって理想の体が身近になったことから、外見至上主義が強まり、短期間での劇的な変化を求める傾向が見られる。その結果、ステロイドや身体強化薬、さらにはマンジェロ（糖尿病治療薬）の美容目的使用といった健康リスクを伴う手段に頼る人が増えていることが明らかとなった。美の基準は時代や文化によって変化し続けてきた一方で、健康と調和した身体的重要性という根本的な価値は変わっていないということである。美を追求すること自体は否定されるべきではないが、安易な薬物使用や過度な外見への執着は、身体的・精神的リスクを伴うことがこの本論文で理解することができた。健康というものは、「病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態」としている。つまり、見た目ばかり気にしている外見至上主義になるのではなく、外見だけではなく内面も成長し満たされなければならない。見た目ばかり気にし過ぎると見た目と中身に精神的なギャップができてしまうのではないかと考える。また、現代においては、健康を第一に考え、知識に基づいた自己管理のもとで美を追求することが、真に持続可能で意味のある「美」につながると言える。