

同志社大学
2023 年度卒業論文

フィットネスクラブにおける
筋肉量による客我の発達

社会学部社会学科
学籍番号：1109201019
氏名：本田 涉
指導教員：立木 茂雄
(本文の総文字数:20304 文字)

フィットネスクラブにおける筋肉量による客我の発達

学籍番号：1109201019

氏名：本田 渉

要旨

本稿はフィットネスジムであるフィットネスジム A 店のマナーを犯す層の社会学的要因をテーマに、当該ジム内における人々の筋肉量と相互作用から社会学的要因をまとめたものである。現状、フィットネスジムの市場は拡大しており、特に専門型ジムの店舗数が多くなっている。専門型のジムではターゲット選定等のマーケティングを工夫しており、当該ジムでも学生をターゲットに運営している。しかし、当該ジムでは学生の会員が増加した代わりに、学生のマナー違反が目立つという問題が発生していると当該ジムのスタッフは述べていた。私は学生のみがマナー違反を犯しているという点に疑問をもち、参与観察やインタビューによって、マナー違反を犯す層の考察とその社会学的要因を分析した。社会学的要因の理論としては、G・H・ミードの『精神・自我・社会』の『me』、集団の中での個人の役割の共通意識やイメージ、一般的な他者を取り込んだ末の具現化した客我を理論としている。その結果、ジム内では筋肉量が初球者・中級者・上級者に分けられ、3階層の間で相互作用が生じている事が明らかになった。特に中級者の印象は悪いものが多く、その相互作用の中で、そのイメージ、一般的な他者を取り込んだ、中級者という客我を持った人々がマナー違反を犯す事が明らかになった。

キーワード：ジム、客我、相互作用、筋肉量

目次

1. はじめに.....	1
1.1 問題の所在.....	1
1.2 先行研究と理論枠組み.....	2
(1) フィットネスジム A 店の先行研究.....	2
(2) 『ストリートコーナーソサエティ』の先行研究 エラー! ブックマークが定義されていません。	
(3) 『精神自我社会』の先行研究.....	4
1.3 研究の目的.....	5
2 調査方法.....	5
2.1 インタビュー.....	5
2.2 参与観察.....	6
3 結果.....	7
3.1 インタビュー.....	7
(1) 初級者の調査結果について.....	7
(2) 中級者の調査結果について.....	9
(3) 上級者の調査結果について.....	10
3.2 参与観察.....	13
(1) 初級者の調査結果について.....	13
(2) 中級者の調査結果について.....	13
(3) 上級者の調査結果について.....	17
4. 考察.....	19
5. 結論.....	19
参考文献.....	21

1 はじめに

1.1 問題の所在

田中晃子 (2021) によれば、現在、フィットネスクラブの拡大が進んでいる。フィットネスクラブとは、室内プール、トレーニングジム、スタジオ等の運動施設を有し、インストラクター、トレーナーなどの指導員を配置し、会員にスポーツ、体力向上などのトレーニングの機会を提供する場の事を指す。フィットネスクラブのブームは高齢化社会における、国民の健康を促進させる国の健康政策と合致していたという。フィットネスクラブの市場としても、1.7 倍ほど伸長しており、フィットネスクラブの会員数の増加は 2000 年から 2019 年の間で約 100 万人も増加している。また、フィットネスクラブは、プールやトレーニングジム、スタジオなど複数の運動施設が併設されている総合型フィットネスクラブと、マシントレーニングや特定の運動に特化している専門型フィットネスクラブがあり、総合型フィットネスクラブの売り上げは落ち込んでいるが、専門型フィットネスクラブの店舗拡大を進行している。実際に、総合型フィットネスクラブのコナミスポーツクラブの売り上げが 2010 年から 2019 年で 250 億円減少している事に対し、専門型フィットネスクラブのエニタイムフィットネスは 2019 年までに 736 店舗の拡大を成している。つまり、現在のフィットネスブームで重要な役割を果たしている事柄として、専門型フィットネスクラブの貢献が非常に大きい。

福山徳明 (2003) によれば、さらには健康志向などの根強いニーズによりフィットネスクラブの会員数は増加している事が分かっている。これは、営業時間の工夫やマーケティング施策による新たな層、サラリーマンや中高年層の獲得に努めた事や、温浴施設、サウナ等の多くの施設の充実を行ったからである。特に今後は各店舗における狙うべきターゲットを、利用者ニーズを満たすために、フルタイムの利用が可能な正社員の他に、平日、土日祭日別、デイトタイム、ナイトなどの利用時間別、利用可能な施設別、利用形態別などさまざまな区分とそれぞれの組み合わせによる様々な会員種別の設定が他のフィットネスクラブ、スポーツクラブとの差別化に利用される事が一般化されると言及している。また、プログラム面では健康志向を主とした、ストレッチ、エアロビクス等のグループエクササイズや高齢者を対象にしたプログラムである水中ウォーキング、腰痛者を対象にした水泳教室を開く店舗も存在する。またそれだけでなく、フィットネスクラブにはコミュニティの場としての機能も備わっており、傾向としては、若年層では、スポーツトレーニングやウエイトトレーニング志向が強く、女性であれば美容トレーニング、また、中高年層においては健康・体力づくり、ソフトトレーニング、ストレッチなど、それぞれ年齢、性別、目的によって選択が異なってくると言及されている。また、トレーニングをする仲間とコミュニケーションを取りたいというニーズも全くないとは言えないとしている。

東山紘子 (2020) によると、健康志向やマーケティングに焦点を置くとによるとジムに通わずにフィットネスを行うサービスも増えてきており、PC やスマホ等のデバイスを活用し

たテレビ電話を通じて、自宅で受講できるタイプのフィットネスである。これは数年前に日本でサービスが開始されており、現在ではオンラインフィットネスはユーザーのライフスタイルや志向するフィットネス内容によって市場の棲み分けが為されているが、今まではジムに通えない主婦層がターゲットであった。しかし、COVID-19の拡大により、現状も働きながら子育てをしている30代女性が利用者数としては多いが、このスタイルを新たに取り入れたジムの利用者層や利用者数が数カ月で一気に拡大するとともに、提供サービスも充実したと言及されている。また、COVID-19による拡大は一時的なものではなく、人々の生活にオンラインフィットネスというサービスが入り込んだことにより今後、市場の拡大の可能性を多いに秘めていると言及している。こうした、従来の総合型のフィットネスクラブとは違い、時代や店舗ごとにターゲット層を決めて、マーケティングをしているフィットネスクラブが存在する。

本稿で調査対象となっているフィットネスジム A 店は前述した、マーケティングに工夫を凝らした店舗であり、主に同志社大学生をターゲットに、入会金が無料になるキャンペーンや、その他学生にとって得のある施策を行っている。また、前述したオンラインフィットネスも実施しており、安価で充実したサービス内容になっている。

実際にジム内でトレーニングをしている人々の半分以上が学生であり、友人と一緒にトレーニングをしにくる人々も少なくない。私自身も友人と一緒にジムに行き、トレーニングの仕方を教えてもらっていた。また、既知の人、友人や知り合いだけではなく、スタッフも学生が多いため、彼らとのコミュニケーションの場ともなっており、前述した、学生のコミュニティの場の役割を果たしている。しかし、学生が多く入会をしている故にジム内で問題が生じている。次にフィットネスジム A 店のスタッフへのインタビューを踏まえて、フィットネスジム A 店の詳細と実際に生じている問題点について述べる。

1.2 先行研究と理論枠組み

(1) フィットネスジム A 店の先行研究

私が調査した当該フィットネスジムは京都市の堀川今出川にあるジムであり、24 時間稼働している特徴を有している。本田 (2021) の調査では、フィットネスジム A 店の利用目的としては従来のジムと同じように本格的なトレーニング、体力向上、ストレス発散等、健康上の目的が主であるとしている。2021 年 12 月 5 日当時、観察して得た情報は人との距離感や少なさであり、コロナ対策のため、マスクをつけたままトレーニングを行うことや、ある程度人との距離感を保っているため、仲間と一緒にトレーニングをするという光景が見る事がなくなっており、コロナに対しての不安もあるかもしれないと述べている。また、利用者の中では一人で強度なトレーニングを行う人が多く、健康維持の目的で軽く運動しにくる人が少ないと感じていると述べている。コロナ以前のジムでは、やはり健康維持や軽いトレーニングをするためにジムに行く姿が多かったが、屋内で人と接触するということが不安を覚え、ジムへ行きたくないという事を予想している。また、このコロナ感染症に

よるフィットネスジム A 店の影響では、費用の増加と学生会員の増加という点が顕著である事が分かっており、フィットネスジム A 店では、トレーニングをした後に必ず使用したマシンに消毒をするというような厳重なコロナ対策を行っている。そこで発生する費用は純利に影響しており、また堀川今出川店の特色として、コロナによる影響で売り上げが大幅に減ってはいない事が挙げられている。理由は学生の新規会員の契約数が辞めていく社会人よりも上回っている事であり、背景として、学生のインターネット授業による時間確保と巣ごもりによる健康状態の心配、特に重要であるのが学生のコロナに対する意識の低さから新規会員が伸びていると予測されていた。フィットネスジム A 店全体としての影響は、やはり会員数の低下が全体として課題になっており、また、地域によってジムへの影響の大小は異なるので、全体としては詳しくは分からないとのことだった。フィットネスジム A 店が行っている対策では、フィットネスジム A 店の顧客数への影響は無いとのことだったので、あまり顧客数を増やす対策はしていない。しかし、学生の会員が増えてきた事によるコロナ感染症でフィットネスジム A 店が一番懸念している事が学生のコロナ感染症への意識の低さにあるとの事であったと述べている。マスクを外してのトレーニングやマシンへの消毒をしない学生、友達と話しながらトレーニングをしてしまう学生が一定多数いる事で社会人の会員への不安をあおってしまっているのではないかという予測をしている。そのために、厳格な管理（店舗に入る前に体温調査・アンケート・カメラでの確認・消毒の徹底管理）を行っている。店舗の業績を上げるより、これ以上退会者を出さない、マイナスを抑えるための対策をしていると考察している。

これらの調査から考察できる事は、フィットネスジム A 店に限り、学生らが生み出すマイナスをゼロにする対策に注視していると考察できる。しかし、実際にマナー違反を生じさせる要因として「学生」以外にあるのではないかと考える。

具体的にここでのマナー違反とはフィットネスジム A 店が掲げている『初めてのジムで押さえない「基本のマナー」』に載せられている以下の文準ずるものとする。

「ジムを利用するとき気を付けたい基本のマナーは、使ったものを元に戻すことです。ダンベルなどの器具は、取ってきた棚の同じ位置に戻します。マシンはウェイトのピン、シートなどを最初の位置に戻し、設置されているタオルがあればシートについた汗を拭きます。また、私物を置いて場所取りをしない、マシンを長時間占有しないことも大切です。集中してトレーニングをしたい人もいるため、器具を扱うときの音や話し声が大きくならないよう配慮しましょう。」

(2) 『ストリートコーナーソサエティ』の先行研究

私は普段、フィットネスジム A 店でトレーニングをしているが、学生以外にもマナー違反を犯している人々を目にする事は多々ある。一例として、空気中に消毒を散布する筋肉質な中年男性や、器具に居座り続ける人がいる。私は、個人的に日々トレーニングの中で見る、

マナー違反を犯す人々の多くはボディビルダーのような筋肉はないものの、筋肉質な人々が多いと感じており、筋肉の量とマナー違反を犯す事に何かの因果関係が存在するのではないかと考えた。そこで、ジムでトレーニングをしている人々の社会的相互作用やマナー違反を犯す人々にどのような社会学的要因が存在するかを捉える理論枠組みとして『精神自我社会』のミードを用いて、調査方法として『ストリートコーナーソサエティ』の参与観察をモデルとして調査を行う。

本稿の参与観察は『ストリートコーナーソサエティ』で実施されていたような参与観察の方法を取っている。W・F・ホワイト (William Foote Whyte 1943=1993) は、著者はコーナーヴィルと名付けたボストン市内のノースエンドにあるハノーヴァー街477番地を拠点としてその地域の社会的ネットワークや行動の研究を行った。『ストリートコーナーソサエティ』の参与観察によるデータのとり方は、対象となるコミュニティや地域に実際に滞在し、その生活や文化に参加し、観察の対象である地域の人々と交流している。また、交流後に観察した人々の行動や出来事、コミュニケーションの内容を記録しており、信頼の高い情報を獲得している。この方法は、自らコミュニティに赴く事で、インタビュー等では獲得できないその環境の経験や実際の行動、現象の情報を獲得する事ができるだけでなく、研究環境に対しての深い理解を得られる事がメリットとして挙げられる。よって本稿では『ストリートコーナーソサエティ』の参与観察に習い、実際にジムに通い、トレーニングをする中で筋肉量の増加による客我の変遷していく自分自身の経験による観察と、トレーニングをしている人々の行動を観察して記録する。

(3) 『精神・自我・社会』の先行研究

G・H・ミード (George Herbert Mead 1934=2021) によると、「me」は、共同体や社会集団の一員の期待や役割を具現化している一般的な他者との相互作用により、「me」という自我が生じるとしている。例えば、集団のゲームの場合では、参加者は参加者全員の行動や態度を引き受けなければならない。集団のゲームでは参加者が想定する他のプレイヤーの態度はある種の集合体を形成しており、その集合体に個人の行動がコントロールされている。具体例では野球を挙げており、野球のメンバーが何をすべきかを決める時、選手は他のプレイヤーの行動や態度で、選手の行動が決められていると述べている。ここでは野球を行う集団の態度を見て、野球の集団の中での「me」を形成していると考えられる。さらには、繰り返しコミュニケーションや模倣、役割を演じる事で、一般的な他者の態度を取り入れ、自分の行動を状況にふさわしい方向に向ける事ができる。総じて、一般的な他者、組織等の集団の態度、環境の態度との相互作用は「me」という客我を生じさせる、又は発達させる重要な要素である。しかし、私達の自我は一般的な他者を取り入れた社会的相互作用からなる「me」だけではなく、その他者の態度に対する主体的な個人の反応である「I」も存在する。これはある意味、わたしたちがこれぞ自分だと思っているものであり、周りの反応や態度で変える事ができないものである。これら2つの自我は明確に区別できるものでは

なく、同一のものではないが、両者は一緒になって人格を構成するものであり、互いに相互作用をしながら、自我を変容させていくものであると述べている。本稿では「me」に焦点を当てて調査をしていく。前述して通り、「me」とは、周りの環境、集団等の態度である一般的な他者を取り込む事で状況にふさわしい行動をするように判断する客我である。私が調査するジム内で、ある一定の特徴を持った層がマナー違反を犯す行動をしていれば、ある一定の特徴を持った層がマナー違反をある程度犯して良いという態度を取り入れ、マナー違反を犯す客我が生じたのではないかと考える。ある一定の特徴とは、本稿では筋肉量を指すこととする。よって、参与観察やインタビューによる調査をした人々の行動や言動から、筋肉量による明らかな行動の違い、特にマナー違反を犯す行動が分かれば、ジム内での筋肉量による「ある程度はマナー違反を犯しても良い」という態度を取り込んだ客我が生じた事が考察できる。

1.3 研究の目的

以上を踏まえて、本研究のトレーニングジムで生じている相互作用、マナー違反を犯す人々にどのような社会的要因が存在するかを明らかにすることを目的とする。具体的には、フィットネスジム A 店における参与観察およびジムに通う人々を対象としたインタビュー調査を通してデータを収集し、ミードの一般的な他者を取り込む事による「me」という客我の形成のプロセスやストリートコーナーソサエティの参与観察をモデルとして、収集したデータに基づきつつ、ジムという空間内で働く客我が生じているか否かを明らかにする。

2章 研究の対象と方法

2.1 インタビュー

表1 インフォーマントの情報

	年齢	職業	実施日	時間	筋肉量
Aさん	22歳	大学生	11/3	16分	上級者
Bさん	22歳	大学生	11/4	22分	初級→中級者
Cさん	20歳	大学生	11/16	18分	上級者
Dさん	22歳	大学生	11/29	24分	初級→中級者

以上、表1はインタビューを行った4人についての情報である。フィットネスジム A 店の参与観察とジムに通っている初心者1名・中級者1名・上級者2名の4人に10分程度のインタビューを行った。

A・B・Dさんはいずれも友人関係であり、参与観察をしている期間と一緒にジムに行ってトレーニングをした人々である。Cさんに関して、Cさんの友人に隣にいて頂き、少しでも自然な会話調でのインタビューになるよう心掛けた。また、ジム内での周り人々の行動や態度の印象や、自らの行動等について、自由な語りを中心とした質問形式での聞き取りを行う。従ってあらかじめ用意した質問ではない質問も行い、聞き取りを行う半構造化インタビューを取り組んだ。またA・B・Dさんは、初心者の頃を思い出してインタビューに回答して頂いた事から、初級者、中級者、上級者の3者で採用する事とする。また、初級者、中級者、上級者の区別は、「筋肉量が少ない」・「ジムでの器具の扱いや動きがぎこちない」が該当すれば初級者とみなし、「筋肉量が他と比べて非常に多くあり、ベンチプレスで100キロ以上扱っている、又はそれに類する重量を扱っている者」を上級者とみなす。また、それ以外を中級者とする。回答者それぞれのジム内での行動や周りへの印象を聞き取る事で、ジム内での自他の行動、印象が良い・悪い人々の特徴等を理解し、参与観察で得た結果を踏まえ、前述したG.Hミードの「me」の客我の理論に当てはめ、マナー違反を犯す人々にどのような社会学的要因が存在しているかを分析する。

半構造化インタビューの質問項目については以下の通りである。

- (1) ジム内での周りの雰囲気・振舞方について思う事はないか。
- (2) 自分よりも筋肉量が多い(少ない)人を見てどう思うか。

2.2 参与観察

研究対象はフィットネスジムA店でトレーニングを行っている会員(自己を含める)であり、ジム内での彼らの行動を観察、記録、分析する。

ジムの詳細については、営業時間は24時間、場所は京都市上京区堀川今出川、客層としては男性が多く、女性は少ない。階層については2階と3階があり、2階はベンチプレス台や懸垂機等の筋肉肥大のため、3階はランニングマシン等の健康維持のための器具が多い。私が主にトレーニングをしている階は2階であり、筋肉量が多く、本格的に筋肉のトレーニングを行っている人々が多い。

また、開始時期としては2022年12月16日より参与観察によるデータ収集を開始し、2023年6月1日から自らの体重・体脂肪率・筋肉量を測定し、筋肉量増加による自らの行動の変遷を記録している。自分がどのような人々にどのような印象を抱いたか、トレーニングをしている人々の印象に残った行動等を記録したデータから、どのような人々がどのような行動をしているか、どのような印象を私自身に与えているかを理解し、自らのデータを記録したものからは、自分が筋肉量増加によってジム内でどのような行動をしているのかを理解する。また、筋肉量によって、初級者・中級者・上級者という3階級を目視によって決めている、トレーニングをしている人々をこの3階級に当てはめて、参与観察を行っている。

それでは、インタビューと参与観察による調査結果とその分析をしたいと思う。

3章 結果

3.1 インタビュー

(1) 初級者の調査結果について

初心者のインタビューで初心者について明らかになった事が2点ある。第1は周りに筋肉量の多い人々がいると委縮して行動が制限されてしまったり、ネガティブな印象を持っているという事である。第2点は上級者の筋肉量を持つものに対しては尊敬のような感情が生じている事である。

以下は筋肉量の多い人々が周りにいる事による委縮を示す問答である。

【Dさん】

**『漠然とした質問なんだけど、他の人の雰囲気とか振る舞いとか動作とか見て気になることある?』

筋肉マッチョの人がよく鍛えているスペースには行きづらい。

**『なるほどなるほど。ちょっと威圧感があったりとかするよね。』

集団とかで居るとこの細い女の子がよりづらくなって、胸筋鍛えとるスペースとかはほんとは行きづらくなって感じる。

**『中途半端な筋肉をつけとる人は曲を雑に扱う傾向があるていうのはありそうなんだけど、そんなにわからないか。』

あああれかも、男女で分けちゃうんだけど、めっちゃ筋肉ついてる男の人が使った器具はいいんだけど、ちょっと普通の男の人が使った器具の後は1回拭いてから使う。なんか拭き甘いかなあと思って。

**『そういうのは見たことがあるからってこと?』

うん。

【Bさん】

**『確かにガチムチみたいな雰囲気あるもんな。』

ガチムチも多いし何せ男の人しかいないから。

**『うん確かにガチムチの雰囲気でき、女性とかさ、初心者の人とかめっちゃ来づらくない。最初由紀入った時どうだったどういう雰囲気だった。』

あの時一緒に行ったから、1人で行ったら俺自身は何も感じないけど

**『じゃあちょっとそういう入りづらい雰囲気はある?』

うん。

以上より、初心者は筋肉量が多い人々に対して、少しの恐怖や不安感といったネガティブな印象を持っており、それはマナー違反を見た事があることや、周りの中級者・上級者に対してのトレーニングの様子から由来すると考えられる。

以下は初心者が上級者への尊敬の感情を抱いている事を示す問答である。

【Dさん】

**『じゃあ筋肉多くてジムにめっちゃ通ってる人を見てもうちよつとがんばらなあかんって感じることもあるの？怖い以外にもリスペクトの感情があったりとか。』

リスペクトの感情はもちろんあるけど、男の人に対してはあんまりないけど、女性の究極をいっとる人とか、なんかヒッパーリフトで60キロあげとる人を見てもつとがんばらなあかんああというかそれが理想形ってなる。あーこの人これしとるなあと思っておんなじトレーニング取り入れてみたりとか。

【Bさん】

**『まあ俺の持論なんやけど、筋肉少ない人が、器具を雑に扱うとかない気がして、例えばその店筋肉ちょっと多い人が雑にダンベルを置く、器具をガシャンてやったりするみたいなのはあっているけど、あんまり筋肉ない人が話すとかさあ、器具を雑に扱うとか見たことない店なくない？』

ないかもね。

**『それは結構さあさあなんて言うんやろうなあなんでそうなったんでそうなったと思う？』

えー難しいなあ。

**『ちょっと難しいけどね。』

えーその、自分こなれてるんじゃねみたいな自覚を持った人がだんだん雑になっていくんじゃない？で多分、さっきも言ってたけど中途半端なレベルの人、秋から上級位までの間にいる人が多いのはそうかも、マジで上級者になると全てに感謝するから、筋肉に関するすべてに感謝している人が多い気がするしそんな感じじゃん。

以上より、初級者は上級者に対して、尊敬の感情を抱いている事が分かる。それは上級者のトレーニングの丁寧さを目視で確認した事や、筋量の憧れによることであると推察できる。また、彼らのトレーニングを取り入れるような発言も確認できる事から、上級者の振舞は初級者にとって目指すべき姿、規範となるようなものではないかと考えられる。

(2) 中級者の調査結果について

次に中級者について分かった事が3点ある。第1は、中級者は自信がつき、初心者頃よりも筋肉量が多くなったことにより、行動の制限がなくなっているという事である。第2はマナー違反を犯す行動等の悪い行動を多くしている印象を持たれているという事である。以下は自信がつき、初心者頃よりも筋量の増加により、行動の制限がなくなっているという事についての問答である。

【Dさん】

**『Dは3ヶ月筋トレしてきて体も変わってるけどそれでだんだん自信がついてきたとかはある？』

多分。

**『なれと体の変化における地震で肩身の狭さが緩和されているというかジム内の動きの制限がちょっとなくなってきたて言う感じはある？』

うん。最近背筋とかも違うマシンを使うようになってきた。後はベンチプレスとベンチプレスみたいな器具の間にあるワイヤーの筋トレ器具の方にも行けるようになった。ワイヤーで背筋の上のほうの筋肉鍛えるやつ。前はそこに行くのもしんどかった。鏡張りやしさ、余計。あとは話戻るけど、なんかウエスト閉まってっとなるってわかるやん。肋からでる、クロップド丈っていうやつ着てった。あとはインスタグラムに筋トレの動画を保存するようになった。

【Bさん】

**『一回タンクトップできとる時あったやんか、それはやっぱ筋肉ついてきてちょっと見せれるようになったなと思ったから？その時はもうジムの雰囲気とか気にならんかったの？』

うん、気になるっていうのはおかしいな、行きづらいつて事は感じたことないかな。』

以上の事より、筋量の増加により今まで躊躇していた筋トレ器具を使用するようになり、鏡で自身の体を見る事への抵抗が減る事や、肌の露出が多いタンクトップを着てくるようになる事から、行動の制限が徐々になくなっている事が分かる。

次はマナー違反を犯す行動等の悪い行動を多くしている印象を持たれている事についての問答である。

【Aさん】

**『逆にさあ筋肉少ない人は危惧扱ったりするところを見た事ある？』

俺は筋肉ある人の方が雑に扱ってないと思う。

**『あそうなの』

うん。これ俺の体験なんやけど、俺結構筋トレ始めた時（運動経験がある中級者）は消毒とかやってなかったし割と結構雑やって、筋トレ始めて割とジム通いようになってからなんでかわからんけど消毒とかちゃんとするようになったし結構気になる

【Bさん】

**『まあ俺の持論なんやけど、筋肉少ない人が、器具を雑に扱うとかない気がして、例えばその店筋肉ちょっと多い人が雑にダンベルを置く、器具をガシャンてやったりするみたいなのはあると思っているけど、あんまり筋肉ない人が話すとかさあ、器具を雑に扱うとか見たことくない？』

ないかもね。

**『それは結構さあ、なんて言うんやろうなあなんでそうなったんでそうなったと思う？』

えー難しいなあ。

**『ちょっと難しいけどね。』

えーその、自分こなれてるんじゃないかみたいな自覚を持った人がだんだん雑になっていくんじゃない？で多分、さっきも言ってたけど中途半端なレベルの人、上級者ほどじゃないところにいる人が多いのはそうかも、マジで上級者になると全てに感謝するから、筋肉に関するすべてに感謝している人が多い気がするしそんな感じじゃん。

以上の事から、中級者は器具を雑に扱っている、消毒をあまりしない等、あまり良い印象を持たれていない事が分かる。また、Aさんでは自身の経験上、中級者の頃はあまり消毒を意識せずにいたが、上級者になり始めてから意識が変わったと述べている事から、マナー違反は上級者ではなく、初級者・中級者に限られるものであると推察できる

(3) 上級者の調査結果について

最後に上級者について分かった事が2点ある。第1は、上級者はマナーを守り、丁寧にトレーニングしている印象を受けているという事である。第2は上級者も中級者と同じく、初心者がトレーニングしているところを見るとモチベーションが上がる事である。

以下は級者はマナーを守り、丁寧にトレーニングしている印象を受けているという事を示している問答である。

【A さん】

**『逆にさあ筋肉少ないしとか聞くと首に扱ったりするところを見た事ある?』

俺は筋肉ある人の方が雑に扱ってないと思う。

**『あそうなの』

うん。これ俺の体験なんやけど、俺結構筋トレ始めた時は消毒とかやってなかったし割と結構雑やって、筋トレ始めて割とジム通いようになってからなんでかわからんけど消毒とかちゃんとするようになったし結構気になる。

**『感謝?』

かなあ。多分そうやと思う。なんかやっぱさあそういうところじゃない? 筋肉って。やっぱそうやんうまいチームってさあバスケットとかでもさあ強いやつってさあ割とそういうところしっかりしとるやん初心者でもあんまり雑に扱う人いないんじゃないかな。

【B さん】

えーその、自分こなれてるんじゃないかみたいな自覚を持った人がだんだん雑になっていくんじゃない? で多分、さっきも言ってたけど中途半端なレベルの人、上級者ほどじゃないところにいる人が多いのはそうかも、マジで上級者になると全てに感謝するから、筋肉に関するすべてに感謝している人が多い気がするしそんな感じじゃん。

【D さん】

女性の究極をいっとる人とか、なんかヒップリフトで 60 キロあげとる人を見るのもっとがんばらなあかなあとかそれが理想形ってなる。あーこの人これしとるなあと思っておんなじトレーニング取り入れてみたりとか。

以上の事から、上級者は初級者・中級者から規範となる存在であり、器具を丁寧に扱い、トレーニングをする環境に感謝をしながらジムを活用しているような印象を持たれている事が分かる。また、A さんのような上級者は筋量を増加させるトレーニングと、バスケのようなスポーツを同一視しており、器具を大事にする事が筋肉を増大させる事への一つの要素として捉えている事から、上級者のジム内の環境への配慮の高さを伺える。

ただし私が通っているジムとは違う C さんからは以下のようなインタビューの結果があった。

【Cさん】

**『超上級者の人も全然器具を雑に扱うとかなくないですか？ボディービル出場して
るみたいなの。』

どっちかって言うと初心者よりかは上級者の方が態度がでかくなりがちというか。

**『ですよ。』

それこそ昨日ジム行った時に、友達とジム行ったんですけどでっかいでっかい人がいて、その人が鼻息荒くがっしょんがっしょんやってたので。どっちかって言うと大きい人の方が雑なのかなあって。

**『なるほどなるほど。ありがとうございます。でかい人と小さい人の真ん中に中級者の人がいると思っていて。後なんかベンチプレス 100 とか 110 をあげれないけど 70 から 90 あげれる人、ちょっとジムにこなれてきた人って、そういう人たちが器具雑に使ったりとか、この前やったのが隣に人がいるのに空気中に消毒を散布した人がいたりとか、ジョイフィットの中にはいるんですよ。悪く言うと中途半端な筋肉をつけている人がめっちゃ器具雑に扱うみたいな感じはあるんですけど、どう思いますか？』

僕はエニタイムに行くんですけど、そもそも僕が行く時間帯が夜遅くなって、でかい人が 1 人か 2 人生息している時間帯で、大体その人たちがいるからみんなうるさくしていない、ちょっとボスみたいなのがいるって静かにしようみたいな。

**『ボスゴリラみたいなの(笑)。』

ですねえ。

**『これはジョイフィットと違いますね。じゃあ超上級者の人が周りを威圧して、みんなの行動制限してるみたいな感じはあるんですね。』

制限て言ったらアレですけどまあ確かに、ちょっとそれでみんな丁寧に扱ったりするのかなあって言う。

この結果から、全ての上級者が、フィットネスジム A 店に通じているマナーを守っているわけではない事が分かる。しかし、マナーにおいてはジム内の雰囲気等によって変わる事があると推察できるため、Cさんの通っているジム内で器具を、音を立てて行うことが、一概にマナーが悪いとは言及する事ができないと考える。このことから、私が言及しているマナーとは、フィットネスジム A 店の環境に存在する一般的な他者を取り込んだ末に具現化されたマナーに過ぎないと推察できる。また、Cさんの通っているジムでは、まったく別の相互作用が働いており、上級者が音を立てて威圧するで、初級者・中級者の行動が制限されている可能性があると考えられる。

3.2 参与観察

(1) 初級者の調査結果について

次に参与観察における結果と分析を述べていく。

初心者については1点明らかになった事がある。インタビューの結果と同様に、やはり初級者の行動は周りの環境に対するネガティブな印象から、制限されていた事が分かった。

表2 初級者が行動を制限されている事を示すログ

年月日・時間	場所	ログ	キーワード
【5/26】 22:00～	2階	友達の声 <small>が小さい</small> 、緊張してる？動きもごちない。自分に話しかける時は <small>ひそひそ声</small> で話しかけてくる。器具の音を立ててしまった時、トレーニングが終わった後は <small>ばつが悪そう</small> な感じ。新しく買った道具を使ったらめっちゃ効く。最近トレーニングのバリエーションが増え、自分の中で組み立てる事ができている。自信がついて、気楽に声を出すようになった。 友達のトレーニングサポートもする様になってさらに自信になった。 新しく入ってきた人からすれば迷惑かも周りがムキムキで？	声 <small>が小さい</small> 、ひそひそ声、 ばつ <small>が悪そう</small>
【6/14】 20:45	3階	筋肉少ない人が <small>ちらちら</small> 周り見る。よく目が合う。周り <small>気にしてる？</small> 筋肉がなくて自信がないから、周りにどう見られてるのか気になる？ 自分のトレーニングにあまり集中できてなさそう。	ちらちら周り見る、周り <small>気にしてる？</small> トレーニングにあまり集中できてなさそう。
【10/31】	2階	筋肉多い人 階段の上で腕を組んで電話している。少し邪魔。 ベンチプレス60キロ 一回の人(初回)下を向いている時間が長い筋肉少ない人、下を見ているか、テレビを見ている人が大半。(鏡を一瞬見るが、長くは見ない。恥 <small>ずかしい？</small>) 筋量多い人は色々な場所見ている。何も考えずに見てたり、鏡見てたり、人の動作、又は筋肉をみてたり。 以上から初級者は、周りを気にして、鏡で体を見ておらず、気まずそうにしている事が多い。周りの中級者や上級者をちらちらとみている事から、筋量の多い彼らを意識しており、行動が制限されている事が推測できる。逆に中級者や上級者は特に意識して周りを見ている事はあまりない事が分かる。	恥 <small>ずかしい？</small>

以上の表2は行動を制限されている事を示す参与観察の記録である。初級者は、周りを気にして、鏡で体を見ておらず、気まずそうにしている事が多い。周りの中級者や上級者をちらちらとみている事から、筋量の多い彼らを意識しており、行動が制限されている事が推測できる。逆に中級者や上級者は特に意識して周りを見ている事はあまりない事が分かる。

(2) 中級者の調査結果について

中級者については、1点明らかになった事がある。第1はマナー違反やあまり印象が良くない行動を起こす人が目立つという事である。それは彼らに自信がついており、周りに気配りをする必要があまりないと考えているからであると推察できる

以下の表3は中級者についてマナーを犯したり、印象が悪い事を記録したものである。

表3 中級者がマナーの悪い行動をとっている事を示すログ

年月日・時間	場所	ログ	キーワード
【12/21】 22:08~22:28	2階	フラットベンチ2台に1人ずついる入った時、彼らがこちらをちらっと見るレッグプレスの人(首タオル)が声を出しながら筋トレフラットベンチの青シャツが器具を戻さずに3階へいく。はらたつ	器具を戻さずに3階へいく。 はらたつ
【2/20】 22:57~	2階	めっちゃくちゃ筋肉多い人、使っちゃいけない所使ってた。使って良いだろという慢心? 筋肉多いからだろうか。周りを気にしてない。筋肉多い人。デッドリフトをベンチプレス台の前で行う	使っちゃいけない所使ってた。 周りを気にしてない。
【3/1】 19:21~	2階	はながらシャツ 器具の使い方荒い。ムキ。ゴールドジムの教科書。自己主張激しい マスク外してる。ワイヤレスイヤホン。ベンチプレス台におじい青シャツ フラットベンチに黒シャツ2人	器具の使い方荒い。
【4/6】 20:48~	2階	4.外国人、ヨーロッパ系カップルめっちゃしゃべる 正直ムカつく。なんか3人でたむろし始めた。 アラームも鳴ってる。周りの雰囲気ガチ勢で、自分も追い込んでいるため、不真面目な雰囲気があると不快。 3友達 終わった後『シャッ!』と言う。ムキ 自信がついて、ジム内で結構話さようになった 筋肉か、まだ慣れか分からない。 灰色パーカー。1ヘッドフォンパーカー黒 ガチムキフラットベンチ台。ネックレスとタンクトップ、カラフルパンツにアディダス靴、外国人がマスクしてない、ゼロ。めっちゃ話してる(僕も友達も話してる)	ヨーロッパ系カップルめっちゃしゃべる 正直ムカつく。なんか3人でたむろし始めた。 アラームも鳴ってる。
【5/26】 22:00~	2階	背中トレの道具を買う。 韓国人3人が大きい音を立てながら足トレをしていた。スタッフがその場にいたら即注意済み。中級者くらいの筋トレマン 外国人割と日本人より音出す。 (声・器具) 友達の声小さい、緊張してる? 動きもぎこちない。周りがムキで? 周りがムキムキで? 自分に話しかける時はひそひそ声で話しかけてくる。器具の音を立ててしまった時、トレーニングが終わった後はぼつが恶そうな感じ。 新しく買った道具を使ったらめっちゃ効く。最近トレーニングのバリエーションが増え、自分の中で組み立てる事ができている。自信がついて、気楽に声を出すようになった。友達のトレーニングサポートもする様になってさらに自信に。新しく入ってきた人からすれば迷惑かもしれない。	韓国人3人が大きい音を立てながら足トレをしていた。
【6/2】 20:00~	2階	韓国人3人 友達と来ると喋る。だいたい中級者の人、上級者は1人が多い めっちゃくちゃ占拠する人 30分以上 器具の使い方も荒い	めっちゃくちゃ占拠する人 30分以上、器具の使い方も荒い
【6/29】 22:46~	2階	外国人3人談笑 男組3人組も談笑 懸垂機の下を占領している。邪魔。 部活? やってる2人組がいる。 外国人女性3人組は筋トレよりもトレーニングの動画を取る事に興味がある様子。ファッションフィットネス? 服装はフィットネスガチ勢のモノ。見栄え重視。正直筋量はそこまでない。周りを気にせず動画取っているのも邪魔でしかない。	男組3人組も談笑 懸垂機の下を占領している。邪魔。
【9/1】	2階	2.3.4 上腕二頭筋に男。 消毒せずに他の器具に移る。 消毒をそもそも持ってない。ムキ 青のパンツに白のタンクトップ、ムキ 国籍不明 白のイヤホン	消毒せずに他の器具に移る。 消毒をそもそも持ってない。
【10/18】	2階	2人の外国人ムキと女性がちょっと大きな声で喋ってる。(日本語) 知り合いだろうが、雰囲気はナンパに近い。	外国人ムキと女性がちょっと大きな声で喋ってる。 雰囲気はナンパに近い。

<p>【12/17】 17:10~17:30</p>	<p>2階</p>	<p>部屋全体の色が黒&多い鏡 入ると器具に座っているタンクトップモヒカンからじろっとみられた。懸垂機でトレーニングしていたスタッフからも少し見られた。フラットベンチに座っている人は声をだしてトレーニングしている。ベンチプレスに座っている人は灰色シャツはヘッドフォンをしながら筋トレ、何かしらメモをしながら筋トレしている。</p> <p>自分含め6人中タンクトップモヒカン以外の5人が音楽(ヘッドフォン、イヤフォン)を聴きながら筋トレ。タンクトップモヒカンがテレビの角度を動かした。器具から器具に移動する時(動かす人初めてみた。)休憩中携帯を見ている人はベンチプレスにいる人(ヘッドフォンメモ)。タンクトップモヒカンずっとテレビみて筋トレしている。モヒカン移動3回した。その他の人は1.2回(自分がみている時間内で)</p>	<p>フラットベンチに座っている人は声をだしてトレーニングしている。</p>
<p>【12/17】 17:32~18:07</p>	<p>3階</p>	<p>3階部屋の色が赤と白、床が紺色</p> <p>フラットベンチの面にボーダー着ている人いる。ランニングしている人が2人。山登りが1人。2階の方が人が多いという時間帯。やはり肉体が細い。器具を大きい音で置いたらスタッフにじろっとみられた。ランニングマシンにテレビがついていて、山登り1人がみている。途中で2人きたが、一つの筋トレ器具の滞在時間が少ない。BGMはどちらとも洋楽</p>	<p>器具を大きい音で置いたらスタッフにじろっとみられた。</p>
<p>【日付不明】 20:26~21:20</p>	<p>2階</p>	<p>女の人おおい日</p> <p>学生ばい人いる。がたいのいいおじさんは6にいる。フラットベンチにおれと友達。もう一つのフラットベンチにスタッフさんがいる。携帯いじりながら</p> <p>レッグプレスには女性、携帯いじっている。おれとともだち話してる。</p> <p>おじさんが懸垂機からレッグプレスに。学生ばい人はベンチプレスからフラットベンチに移動ダンベルの置き方くせがある。パウンドした 座り方にも自信がある。筋トレ器具直角に曲げてもたれかかって携帯触ってる。</p> <p>ロシア人(細身)が4に移動みんな声出さない</p>	<p>ダンベルの置き方くせがある。パウンドした</p>
<p>【日付不明】 20:26~21:20</p>	<p>3階</p>	<p>3階に移動 山登りに1人女性。サイクリングに1女性(携帯)。ランニングに男2人。背筋に女性2階にいた人(帽子)</p> <p>1人女性入ってきた、足トレに男1人、みんな声出さない、皆んな滞在時間長い(弱い強度で長くor普通の強度で短く)、皆んなマスクしてる。</p> <p>サイクリング携帯はずっと滞いでる、水色男が入場 足トレに向かう、帽子女 背中トレ中に携帯触ってる。白いベンチの女も携帯さわる。友達も触ってる。ロシア人が入場 背中トレを行う</p>	<p>背中トレ中に携帯触ってる</p>

表 4 中級者が行動に制限がなく自由にジム内を行動する事を示すログ

年月日・時間	場所	ログ	キーワード
【12/18】 17:35~51	2階	パーソナルトレーニング スミスマシンでトレーニングしてる。フラットベンチに真っ白イヤホンがトレーニング→休憩携帯いじり。ベンチプレスにまっちょモヒカン マッちょモヒカン。ペラッペラな茶色タンクトップきてる ちょっと目があった、顔怖い。トレーニング終わったらすぐかがみの前について体確認。パーソナルトレーニングがんみ。座り方も足めっちゃ開いてる。最後(おつかれさま!)とスタッフに言った。	トレーニング終わったらすぐかがみの前について体確認。パーソナルトレーニングがんみ。座り方も足めっちゃ開いてる。
【3/1】 19:21~	2階	はながらシャツ 器具の使い方荒い。ムキ。ゴールドジムの教科書。自己主張激しい マスク外してる。ワイヤレスイヤホン。ベンチプレス台におじい青シャツ フラットベンチに黒シャツ2人	器具の使い方荒い。マスク外してる。
【4/20】 18:46~	2階	入会説明 男女2名 初心者ばい フラットベンチにグレーびちびちタンクトップ ベンチプレスに外国人外国人やっぱり服ちよっと派手。自分はタンクトップ スクワット器具にハイネックおじさん、スクワットめっちゃくちゃ休憩する。動き回る。 筋肉がつくにつれて少しジム内の立ち位置変わってくるのはある。自分も少し変わった。器具の使い方や振舞のぎこちなさがなくなった。 自分のトレーニングや体に自信がつき始める。	スクワットめっちゃくちゃ休憩する。動き回る。自分も少し変わった。器具の使い方や振舞のぎこちなさがなくなった。
【8/18】 20:00~	2階	友達(初心者)が筋肉ついてきてタンクトップきてきた。話声も普通で、鏡で筋肉チェックも少し 筋肉がついてくるとジム内で行動に余裕出てきた 自分も友達に教えていて、自信をついたと思った。はじめたときより良い。	友達(初心者)が筋肉ついてきてタンクトップきてきた。話声も普通で、鏡で筋肉チェックも少し 筋肉がついてくるとジム内で行動に余裕出てきた
【8/25】	2階	みんなちょいムキ 睨んでくる人がいる。普通に怖い。 みんな携帯触っている 缶コーヒー持ってきている。ちょっと珍しいかも。 ベンチプレスにタオルと何かトレーニング用具 女性が入ってきた、灰色と白、黒の服 比べて男性は色々な色の服を着ている。 ピンク、青、緑、等々 トレーニング後はやはり鏡を見る。筋肉の肥大チェックと、鍛えた姿を見ると楽しい。 やはり筋肉が少ない人とある程度付いている人では行動に乖離がある。 女性は分からない。そもそもくる母数が少ないし、筋肉があるかどうか分からない。 それっぽい服装してくる人がいるが、女性の中でどれくらいの地位(筋肉)にいるの 分からない	睨んでくる人がいる。普通に怖い。 缶コーヒー持ってきている。ちょっと珍しいかも。 トレーニング後はやはり鏡を見る。
【11/14】	2階	最近自分の振舞がかなり中級者になっている感じがする。 器具の音を気にしない。歩き回る。声をだす。	器具の音を気にしない。歩き回る。声をだす。

以上の表 4 は、中級者が行動に制限がなく自由にジム内を行動する事を示す参与観察の記録である。ここから中級者がジム内で比較的自由に動き回っている事が分かる。ジム内のテレビの角度を変えていたり、トレーニングの合間、鏡で何度も体を確認する事等から、彼らは周りの様子を一切気にする様子無くジムを活用している事が分かる。また私自身、初級者から中級者に移行するタイミング、ある程度ダンベルやベンチプレスで重量が持つ事ができ、筋肉量に自信がついてきた頃の自信のついてくる感覚は自覚していた。11/14のメモで器具の音を気にせず歩き回ったりすることや、服装を気にせず露出の多い恰好でジムに

いく事の行動の制限の無さは、筋肉量によるトレーニングの強度や肉体の見栄えに自信を持ったからである。ただし、その自由さから彼らは印象が悪い行動を起こす事もある。例えば、ジム内でのコミュニケーションの中でナンパのようなものは一切必要ないし、器具の前でそのような話をされてしまうと迷惑な事である。また、おおげさに声を出したり、イライラしているような素振りを出されてしまうと、周りが気を遣わざるをえない。よって、彼らは初級者より比較的自由にジムを扱っている反面、周りへの配慮を怠る事がしばしばあり、このようなマナー違反を犯す行動が目立つのであると考察できる。

(3) 上級者の調査結果について

上級者については、1点明らかになった事がある。それは器具を丁寧に扱うことや礼儀正しく振舞う、トレーニングの綺麗さ等、皆の模範となる姿で行動している事である。

以下は上級者が丁寧に器具を扱い、周りへ配慮している様子の記録である。

表5 上級者の丁寧な器具の使い方や周りへの配慮を示すログ

年月日・曜日・時間	場所	ログ	キーワード
【8/11】	2階	トレーナーの方が丁寧にスクワットを教えてくださいました。1回生の方。 教える時いきいきする。 僕も筋肉が多い人と話すと、目上を感じる。	トレーナーの方が丁寧にスクワットを教えてくださいました。 僕も筋肉が多い人と話すと、目上を感じる。
【9/10】	2階	超ムキムキの人 バックをそのまま器具近くに置いて筋トレしている。服装もすごくラフ、薄い白シャツに青の短パン。 たまに超ムキムキの人を見るが、私物をそのまま扱い、服装もラフ(デッドリフト140キロ) 逆に少しムキムキの方がファッション?に拘っているように見える。 少しムキムキの人は鍛える場所であり、自己肯定感を得る場所に近い。自分もそう。 超ムキムキの人にとってはジムはもはや家と感じているのではないか。それが服装を気にしなくても良いくらい筋肉で圧倒してる事を自覚しているのか。周りを気にしていない。器具の扱い方も穏やか。	器具の扱い方も穏やか。
【10/10】 19:28	2階	あまり筋肉量はなさそうに見えるが、特殊なトレーニングをやっている人がいる。スポーツはやってなさそう。男金髪でロングウルフカット。ホスト? 筋肉ムキムキの人が懸垂機の下で座ってる。姿勢から感じる自信。カッコいい。 怪我が原因で2週間ぶりのジム、楽しい。 自由に自分に酔える空間。ジムにいる間成長している感じ。それを恥ずかしいと思わず、むしろ良しとする空間が心地いい。 きょうひとがおおい 自分含めて9人。筋肉少ない人いない。外人二人組うるさい。アジア系、上級者ではない。 一人お爺さんいる。おじいさんの中ではムキではないか。	姿勢から感じる自信。 カッコいい。
【11/8】 17:36~	2階	デッドリフトの上級者。(デッドリフト100×10 3セット) 一人でもくもくとやってる。 音立てない。めちゃくちゃ丁寧。 フォームめちゃくちゃきれい。すごい。 筋肉が多い人を見てすごいと感じる。 筋肉が少ない人を見て頑張り、もっと自分もがんばろうと思える。 変わる時に会釈した。気を遣わせてしまった。 めちゃくちゃいい人。 3女性と男性の比率が5:5びっくり 普通に男性と女性喋ってる 座ってる人ほとんど携帯いじってる人いる。 やっぱ初心者多い。	一人でもくもくとやってる。 音立てない。めちゃくちゃ丁寧。 フォームめちゃくちゃきれい。すごい。 筋肉が多い人を見てすごいと感じる。

以上の表5は、上級者が丁寧に器具を扱い、周りへ配慮している様子の参与観察の記録である。

フィットネスジムA店の上級者は器具を丁寧に扱い、振舞も手本となる人々である事が分かる。私自身、3歳年下の同志社学生にトレーニングを教えてくださいましたが、そこには年齢による精神的な壁はなく、純粋に筋肉量とその謙虚な態度に尊敬の念を抱いた。これは、ジム内では年齢による上下関係のようなものが希薄に感じられるほどの、筋肉量による上下関

係のようなものが構築されているのではないだろうか考える。よって彼らは筋量、又はその態度によって、初級・中級者から尊敬の感情を向けられる対象である事も容易に推察できる。

4 考察

以上、参与観察やインタビューから。初級・中級・上級者の中で互いに相互作用が働いていた。特筆すべきであるのは、初級者は行動が制限されており、中級者は自由にジム内を行動できる。また、上級者は器具を丁寧に扱い、手本のような行動を行う。このような集団の規範のようなものがジム内では暗黙の了解として存在すると考えられる。その中で自分の筋肉量に合った振舞をしているのではないだろうか推察する。特にフィットネスジム A 店の中級者に抱く一般的な他者の役割を持つイメージが、声を出したり、器具を少し雑に扱ってみたり、人と話したり等、自由にジム内で行動できるようなものであると分かる。その結果中級者はその自由さ故に、マナー違反を犯すような行動をしてしまい、悪い印象を持たれてしまうのではないかと考察した。実際に私自身の経験としては、筋量が増え始め、ある程度重量を扱えるようになっていく過程で自信が付きはじめ、初級者の視点からすると、とても迷惑であろう器具の扱い方や、声の出し方をしていた。それは、筋量がつくことによって、中級者になった自分が、今までの行動が制限されていた事なく動けるようになる精神的な自由さに嬉しさを覚えたからだと考える。そして、中級者だからジム内での自由が担保されるという考え方が前述した暗黙の了解、一般的な他者だと考察できる。以下の図 1 は初級者・中級者・上級者間の相互作用を示したものである。

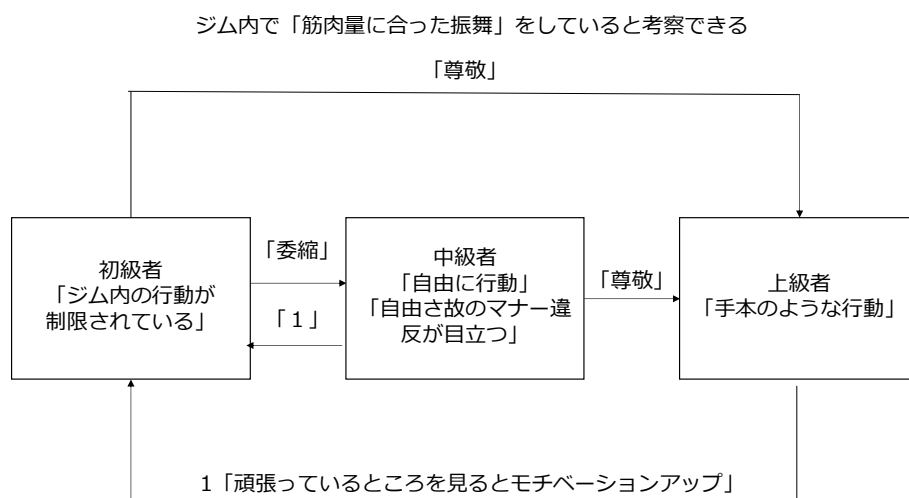


図 1 初級者・中級者・上級者間の相互作用の鳥瞰図

5 結論

本稿では、フィットネスジム A 店のジム内におけるマナー違反を犯す層の社会学的要因をテーマに、ジム内の参与観察と、4人へのインタビューによって、筋量の初級者・中級者・上級者を区別し、それぞれの相互作用から調査した研究である。その結果明らかになった事が3つある。1つ目は、初級者は行動を制限されている事である。これは周りの目を気にしたり、自分の筋量に自信がない、中級者の自由度の高い行動によって生じると考えられる。2つ目は、中級者は行動が制限されていなく、マナー違反を犯す層として認識されている事である。これは、初級者・中級者・上級者の共通認識であり、あまり良い印象は持たれていない。3つ目は、上級者は丁寧に器具を扱い、周りに配慮しており、初級者・中級者の模範となる存在であるという事である。このことから初級者・中級者・上級者の中では相互作用が働いており、これら集団の中では、この相互作用が一般的な他者の役割を成し、自分の筋量に合わせてジム内において適切な客我を形成したのだと考えられる。また、本稿の研究の目的である、マナー違反を犯す層の社会学的要因では、このジム内の中級者のイメージ、一般的な他者を取り込んだ人々が、中級者の役割を為す客我を形成してものと考察できる。よって当初の学生によるマナー違反が急増しているという指摘は、本稿における中級者によるものであると言及する事ができるのではないだろうか。

以上本稿はフィットネスジム A 店のジム内におけるマナー違反を犯す層の社会学的要因について述べてきた。しかし、本調査ではまだ研究の余地がある。それは男女によつての相互作用の違いである。Dさんによれば、中級者に対する嫌悪感や不安感は男性のみのものであり、女性にはなんらそのようなネガティブな印象を持っていなかった。逆にどのような筋量であっても尊敬の感情を抱いていた。本稿で参与観察を行ったジムでは、ジムに訪れる女性が少なく、観察したほとんどは男性であったことから、男性と女性の違いは判明できていない。仮説として、女性には女性の相互作用があり、また別の客我を形成されていると考察できる。また、本稿はフィットネスジム A 店のジム内のみを参与観察の対象としているが、他のジム内ではまた違う相互作用が展開されている可能性がある。他のジムでトレーニングをされているCさんがジム内で、一番の上級者が音を出してトレーニングをしており、その上級者に威圧される形で周りの人々が静かにトレーニングを行っていたと述べている事から、その可能性は大いにあると考えられる。その要因とは、ジムに基本的なマナーによるものや、トレーニング器具の違いや、雰囲気の違いも含まれる可能性がある。そういった点で、この研究は、観察場所を変える事や、調査対象の性別や個体を制限する事でまた別の社会学的な反応を見つける事ができると考える。また、時間帯を変える事も違う相互作用を観測できる良い方法だと考える。一度朝にジムに行きトレーニングをした時、本来本格的なトレーニングをする場所として使われている2階が、いつもと違い、軽いトレーニングをする人が2階を使用する機会を観測した。ただし、どのように状況が違っていても、周りに迷惑をかけるトレーニングをしてはいけない事は確かなことである。

最後に私自身のジム内での振舞の変遷と反省を述べる。本稿では、ジム内での中級者の振舞は印象が悪く、それはフィットネスジム A 店の中級者の一般的なイメージを取り込んだ故に生じた事であると考察している。私はフィットネスジム A 店のジムに通い始めて 1 年になるが、初級者の頃に中級者に対する不安感や不快感は覚えている。器具を占領し、30 分ほど使用した人や消毒をしない人、大きな声を出してしまう人をみてそのような感情を覚えたのだが、半年以上が立ち、筋肉量が 46kg を超えたあたりから、過剰な自信がついてしまい、自ら友達と大きな声で話したり、器具を少し雑に扱ってしまう事が増えてきた。これは本稿に則れば、ジム内の中級者の一般的なイメージを取り込む事で、自らの振舞が最適であると感じた結果生じた事だろうと考えられる。私は実際に筋量がある程度多くなっている人々は友人と大きな声で話していたり、教え合いながら自身のモチベーションを高めている部分もあるだろうと考えていた。しかし、本稿のインタビューや参与観察から分かる通り、そのような中級者はジム内では嫌悪されやすい対象であり、決して適正な姿ではない。私自身は今後もフィットネスジム A 店のジムにてトレーニングを行うが、中級者としての振舞を反省し、改め、今後のジム内での振舞を、気を付けたいと思う。

参考文献

- 福山徳明, 2003, 「フィットネスクラブ業界の現状と展望」『ながさき経済』170: 27-32.
- 東山紘子, 2020, 「オンラインフィットネス市場の動向と将来展望」『TechnoCreate Tec Journal』28.
- 本田渉, 2021, 「コロナによるフィットネスジムへの影響」『同志社大学社会学研究法 B-2 レポート』.
- Mead, George Herbert, 1934, *Mind, Self and Society*, Chicago: The University of Chicago Press. (山本雄二訳, 2021, 『精神・自我・社会』みすず書房.)
- 田中晃子, 2021, 「わが国におけるフィットネスクラブの拡大状況とその類型——フィットネスクラブ研究への消費文化理論応用に向けて」『熊本学園商学論集』25: 177-197.
- Whyte, William Foote, 1993, *Street Corner Society: The Social Structure of an Italian Slum*, Chicago: The University of Chicago Press. (奥田道大・有里典三訳, 2000, 『ストリート・コーナーソサエティ』有斐閣.)