

バストの成長は初経前後 4 年間で大きな変化

## 子どものバスト成長の事実と正しいブラジャー着用の必要性

2012 年 2 月 7 日

株式会社ワコール

広報・宣伝部

株式会社ワコールは、1949 年の設立以来、「美しさ」「快適」「健康」をテーマに、女性のからだを科学的に研究することで、あらゆる年齢、サイズの女性たちに美しくなってもらったための商品開発を推進してきました。そのものづくりを支えるために、1964 年より 47 年間延べ 4 万人を超える日本人女性のデータを測定してきた「ワコール人間科学研究所」は、2010 年 4 月にバストの加齢変化（エイジング）の法則を明らかにしました。今回は、成人女性とは異なる成長期ならではのバスト変化の特徴と正しいブラジャー着用の重要性について、1976 年から 35 年にわたって、4 歳～18 歳までの子ども（女子）約 280 人の同一人物による追跡調査の計測データを含む、延べ約 4,500 人のデータを分析した結果、以下のような事実が明らかになりました。

### ■子どものバストの成長変化の法則：バストは約 4 年間で 3 つのステップで成長する

<子どものバスト変化の成長ステップ>

ジュニアステップ 1 “めばえる” →ジュニアステップ 2 “ふくらむ” →ジュニアステップ 3 “まるくなる”

◇変化は「形」と「かたさ」の 2 つの点において起こる。

◇約 4 年間で大きく変化し、変化の順序は同じである。

◇バストの成長変化が始まる時期は個人差が大きく、実年齢では判断できない。

### ■バストの成長変化のはじまりは“初経”の時期と関係する

成長変化の始まる時期は個人差が大きく、年齢では判断できないが、初経の時期とは関係が深いことが明らかになった。

◇バストの形やかたさが大きく変化するのは初経前後約 4 年間

◇初経の 1 年以上前からバストはふくらみ始め、初経の時期のバスト成長は、ジュニアステップ 2 に該当する子どもが多い

### ■変化の大きい成長期での専用ブラジャーの必要性：こまめな試着・採寸がポイント

<ジュニアステップ 1 >

本人が乳頭周辺に痛みを感じている場合、成長期専用のブラジャーを着用させるのをおすすめする。

<ジュニアステップ 2 >

子どものブラジャー着用率は半数程度だが、既に乳房のふくらみは大きいので、ブラジャーを着用していないとバストが「揺れ」て「痛み」を感じる。初経を迎えたら、必ず成長期専用のブラジャーを着用してほしい。

<ジュニアステップ 3 >

大人用のブラジャーを着用している子どもが目立つが、バストはまだ成長途上のため、大人用のブラジャーではバストにフィットせず、「バストにぴったり合わない」、「ブラジャーがずれる」等の違和感を感じやすくなるので、成長期専用のブラジャーを着用することが大切である。

変化の大きい成長期のバストを健やかに育てるためには、日ごろから親子で密接にコミュニケーションをとり成長変化を見逃さず、購入時には試着・採寸をすることで常に正しいブラジャーを着用することが大切である。

## ◇子どものバストの成長変化の法則 —変化は大きく分けて3段階—



【出典：ワコール人間科学研究所】

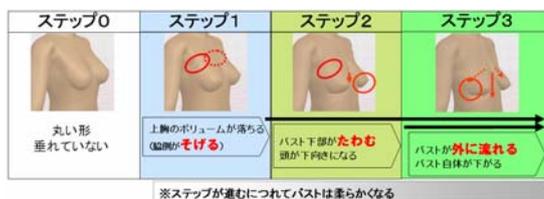
### 【特徴】

- ① 成長により変化していく順序は同じであり、ステップが3つある
- ② ステップが進むにつれて「形」と「かたさ」が変化する
- ③ ジュニアステップ2からだんだんかたくなり、ジュニアステップ3の時期が最もかたい

《参考：成人女性のバスト加齢変化の法則》

上記ジュニアステップ3のあとは下記ステップ0となり、成人女性の加齢変化が始まる。

ステップ0以降はステップが進むにつれて、どんどん柔らかくなるという変化を遂げる。



【出典：ワコール人間科学研究所】

## ◇バストの成長変化のはじまりは“初経”の時期と関係する

成長ステップは個人差が大きく、年齢では判断できないが、初経年齢と関係が深く初経の1年以上前からバストはふくらみはじめ、初経時期のバストはほとんどジュニアステップ2の状態であった。同様に、初経年齢も個人によって大きな差がみられる。

### 【特徴】

- ① 初経前後の短期間(約4年間)で形やかたさが変化する
- ② 初経より1年以上前からバストはふくらみはじめている
- ③ 初経を迎える年齢は10歳から15歳までばらつきがあり、個人差が大きい

◇成長期のバストをやさしく包む、成長期専用のブラジャー着用の必要性



〈ジュニアステップ1〉

【バストの特徴】

- 乳頭周辺がふくらみはじめている

【ブラジャーの着用実態】

- ブラジャー着用率が低い（ブラジャー着用率\*31%）

【ブラジャーの必要性】

- ブラジャーを着用すると、乳頭が目立たなくなり更に、アウターウェアに乳頭がすれにくくなり「乳頭が服にこすれないので痛くない」との声  
 ⇒乳頭周辺のふくらみが目立ち、お子様が痛みを感じているようであれば、成長期専用のブラジャー着用をおすすめします

【ジュニアステップ1の子がブラジャー着用すると乳頭が目立たない】



乳頭が目立たない

〈ジュニアステップ2〉

【バストの特徴】

- バストのふくらみが横に広がり、からだとバストの境目ができ、バストが目立ち始める

【ブラジャーの着用実態】

- ブラジャー着用率は半分程度で低い（ブラジャー着用率\*56%）

【ブラジャーの必要性】

- ブラジャーを着用するとバストの揺れが少なくなると共に、「思いっきり動ける」、「バストが揺れなくなった」との声。  
 ⇒初経をむかえる頃には、必ず成長期専用のブラジャー着用を着用させてあげることが大切である

### 〈ジュニアステップ3〉

#### 【バストの特徴】

- バストは立体的にふくらんでいて外見上は大人のバストに似ているが、非常にかたく、まだ成長途中である

#### 【ブラジャーの着用実態】

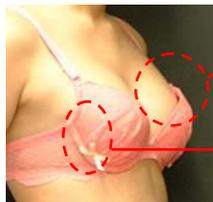
- ブラジャー着用率は高い（ブラジャー着用率\*90%）
- 大人用のブラジャーを着用している子どもが多い（大人用ブラジャー着用率\*57%）

#### 【ブラジャーの必要性】

- 大人用ブラジャーを着用すると、「バストにぴったり合わない」、「ブラジャーがずれる」等の問題が発生する確率が高い

⇒バストはまだ成長途中でもあり非常にかたい為、大人用でなく成長期専用のブラジャーを着用させてあげるのが大切である

#### 【大人用ブラジャーを着用した場合】



ブラジャーが浮く

ブラジャーが食い込む

#### 【成長期専用のブラジャーを着用した場合】



\*ワコール調べ：調査期間 2000年～2010年（身体計測と同時に実施しているアンケート結果を集計）

調査対象 8歳～18歳の女子 n=325人（ステップ1：77人、ステップ2：72人、ステップ3：176人）

### 【研究結果より、ワコールからの提案】

今回、「ワコール人間科学研究所」ではエイジング研究の一環で子ども（女子）のバストの成長変化について、再度研究しました。その研究結果から、バストは4年間という短期間で成長変化していくこと、更に初経が始まる年齢は10歳から15歳までばらつきがあり、成長には個人差があるという事実を確認できた事により、成長期のバストには、それぞれの成長ステップに合わせたブラジャーを着用して頂く重要性を再認識できました。

「短期間にかたく、ふくらんでいくバストをやさしく包む成長期専用のブラジャー」を着用する事で快適に健やかなバスト成長をして頂くことが期待できます。

今回の研究結果を基に、試着・採寸を受けながら体にぴったり合ったものを着用していただくのが大切であると事わかりましたので、バストや初経といった女性特有の体の成長や下着の事について母娘で会話し、下着、特にブラジャーを購入する際は、なるべく専門の販売員がいる店舗で母娘と一緒に来店いただくことを、おすすめします。

ワコールは今後も、長年続けてきた日本の女性の体型計測を継続し、研究成果であるバストの成長変化や、加齢による体型変化（エイジング）の事実を、広く女性の皆さんにお伝え、その変化を上手に乗り越えて、いつまでも若々しく健康的な生活を過ごしていただけるように、一生変化し続ける女性のバストに合う商品を開発し、提供していきます。

〈ご参考〉ワコール人間科学研究所 日本人成人女性の加齢による体型変化 実態調査

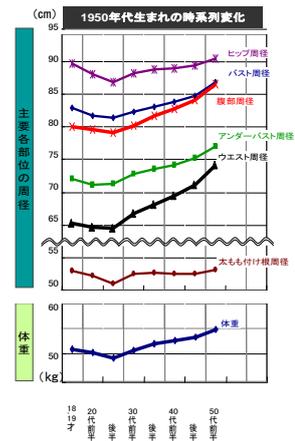
【対象】1964年から2009年に至る47年間で、人体計測に参加した成人女子延べ4万人の中から同年代生まれの女性達を対象に分析した。

【方法】1950年代に生まれた約1800名の体型計測値（マルチン計測）の分析。さらに1950・60年代に生まれた被験者群から抽出した100名の30年間の時系列追跡分析。さらにその100名のうち、加齢による体型変化が小さな群（12名）と、平均的な変化の群（16名）を抽出し、両群の体組成、臨床検査（血液検査、骨密度、PWV等）、体力測定（全身持久力、筋力等）、生活習慣・意識の問診を実施し、相違点を比較。

◇1950年代生まれのからだの時系列変化

（現在50～60歳）

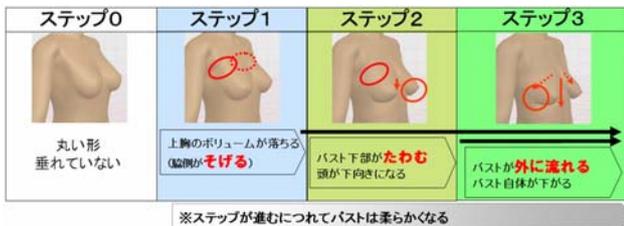
- ① 20代後半で、もっともからだ引き締まる（細くなる）
- ② 30代以降は、どんどん太くなっていく
- ③ ウエストとお腹の変化がもっとも大きい(25年間でウエストは10cm太く、お腹はバストと同じ太さ)
- ④ 体重は25年間で5kg重くなる



◇大きく変わるからだの部位は以下の5つ

- ① バストが下がる
- ② お腹が出る
- ③ ヒップが下がる
- ④ ウエストから骨盤付近に脂肪がつく
- ⑤ ウエストのくびれがなくなる

◇加齢によるバストのかたちの変化の法則 —変化は大きく分けて3段階—



【出典：ワコール人間科学研究所】

【特徴】

- ①加齢で変化していく順序は同じ
- ②20代から下垂は始まっている（20代ですでにステップ2が存在する）

※ 発表内容の概要を2月7日14時より以下のサイトで公開しています。

<http://www.wacoal.jp/bodyageing/>

〔報道関係の方からのお問い合わせ先〕

株式会社ワコール 広報・宣伝部

（東京） TEL：03-3239-1117 FAX：03-3239-1118

（京都） TEL：075-682-1006 FAX：075-682-1103

株式会社インテグレート 担当：四宮、鈴木いづみ、袴田

TEL：03-5771-9958 FAX：03-5771-5524