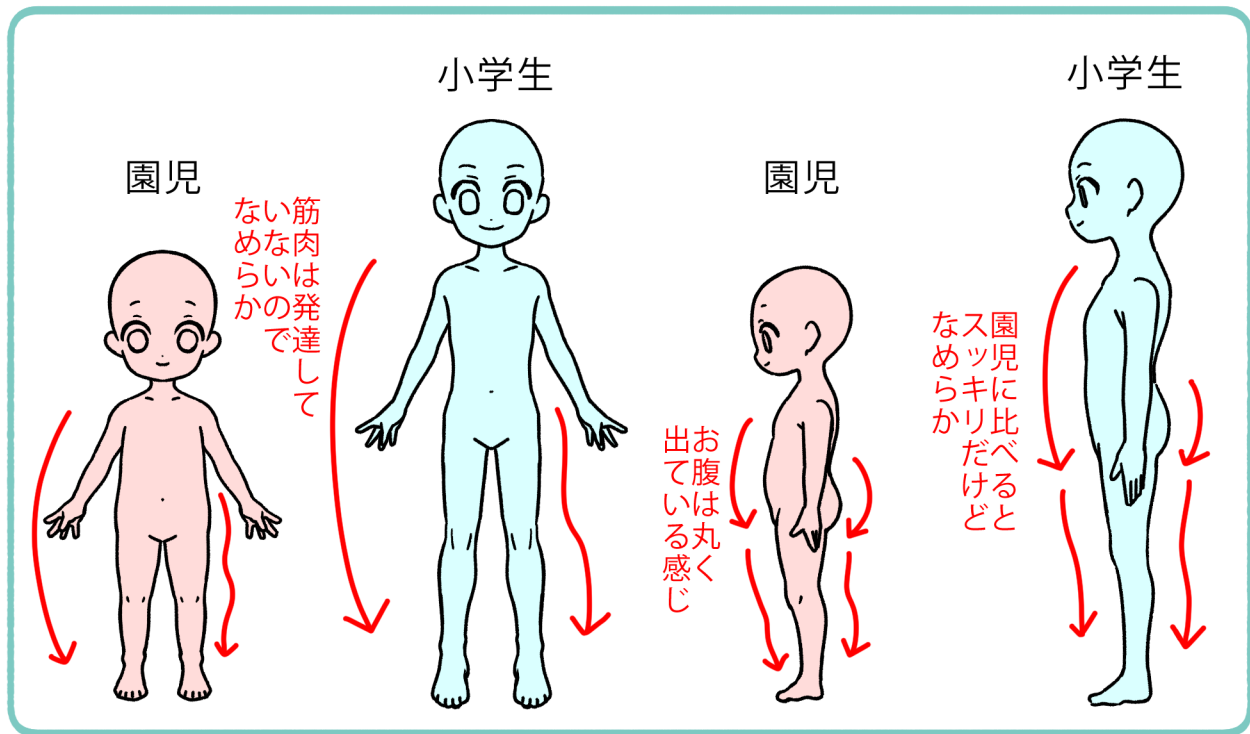


ATAMACADEMY  
基礎課題

ねんれい  
年齢・体型のかき分け

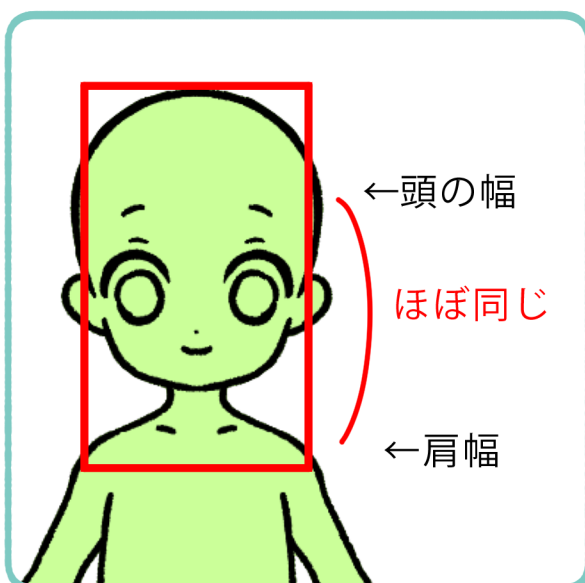


## ■ 幼児から小学生



幼少期(小さい子)は体の作りがまだ未発達で、全体的に細いイメージで描きます。

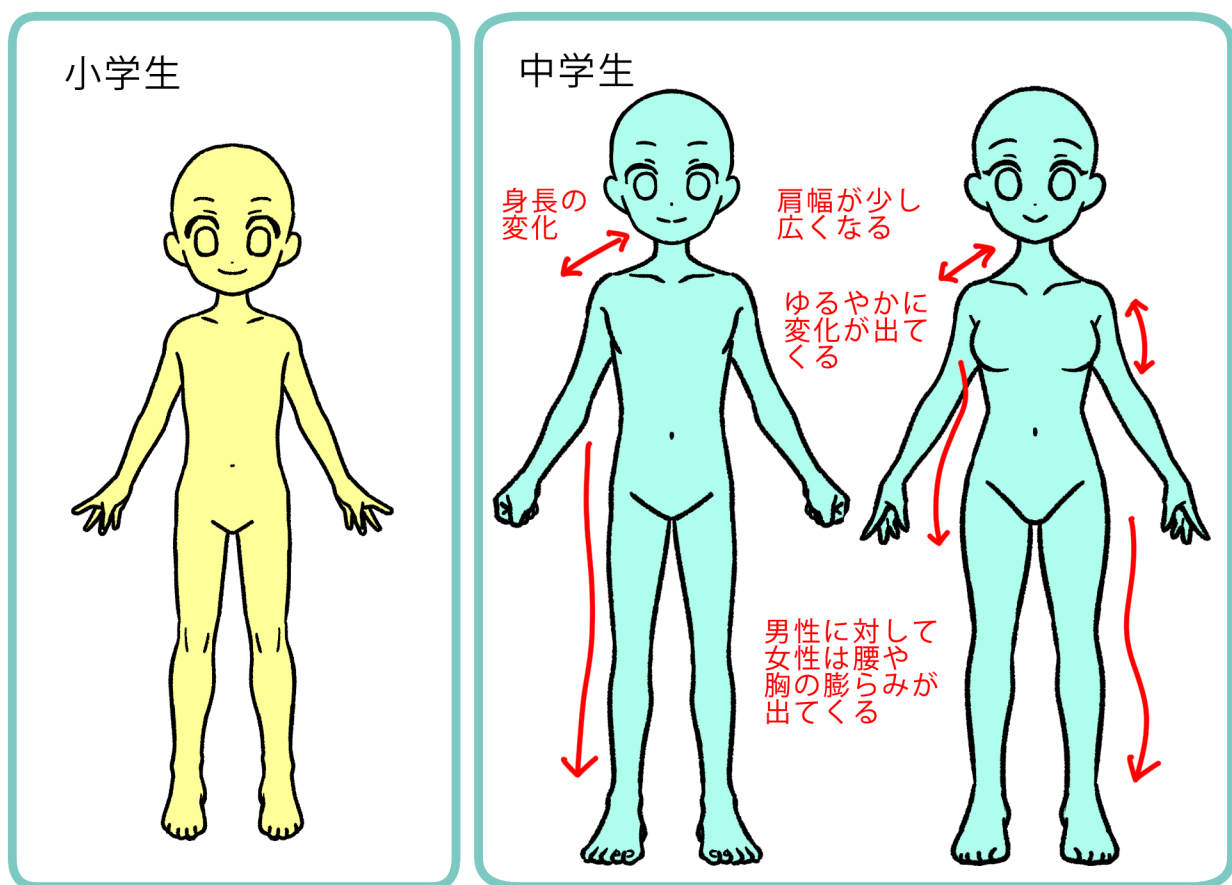
肩幅が狭く頭の幅とあまり差がないのが特徴で、少ななで肩(下がり気味)に意識して描くと幼さを表現することができます。



幼稚園ほどの小さな子から小学生になると、少しずつ骨が成長して大人に近づいていくので、まず背が伸びます。ただし体型は小学3年生あたりまでは肩幅など含め変化は少ないです。4年生～6年生になる頃からはいよいよ変化が表れてきます。

## 小学生から中学生

【体のバランス・頭身】の回で学んだように、人間は年を重ねるほど頭身が高くなります。幼少期から小学3年生あたりまでは全体的に樽のような丸みを帯びた体型をし、身長のみ変化が出ていましたが、中学2年生ほどから一気に体つきが変わっていきます。



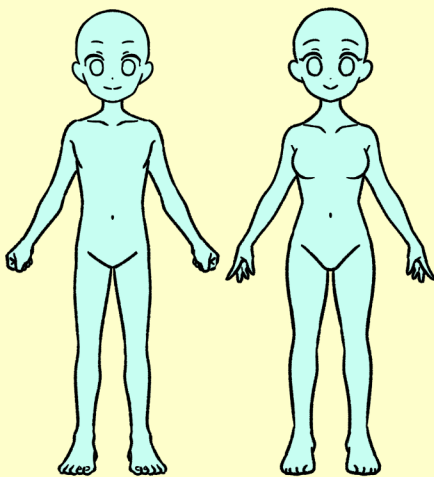
中学生になると、まず手足が長くなります。さらに上半身よりも下半身の発達が進むことで女性は腰回りがふっくらとし、骨ばった男性と比較してわかりやすい変化が出てきます。

具体的な体のラインの違いは前回の【男女の描き分け】の回を振り返って参考に見直してみましょう。

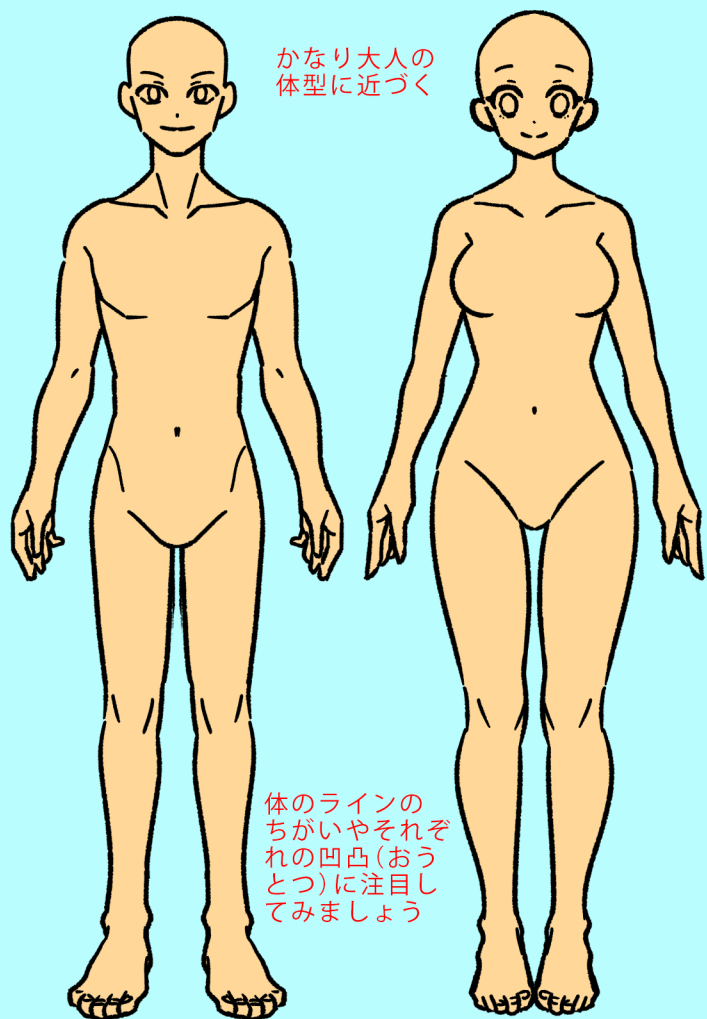
## ■中学生から高校生、成人

中学生ではまだ全体的に骨や筋肉の発達が大人に比べて薄く、大きな体の変化はまだありませんでしたが、肩まわり含めて一気に大人の体型に向かって成長していくのは高校生あたりになります。もちろん身長含め、変化に個人差はありますが小・中学生頃から比べてみるとしっかりとした変化が見られます。

中学生



高校生



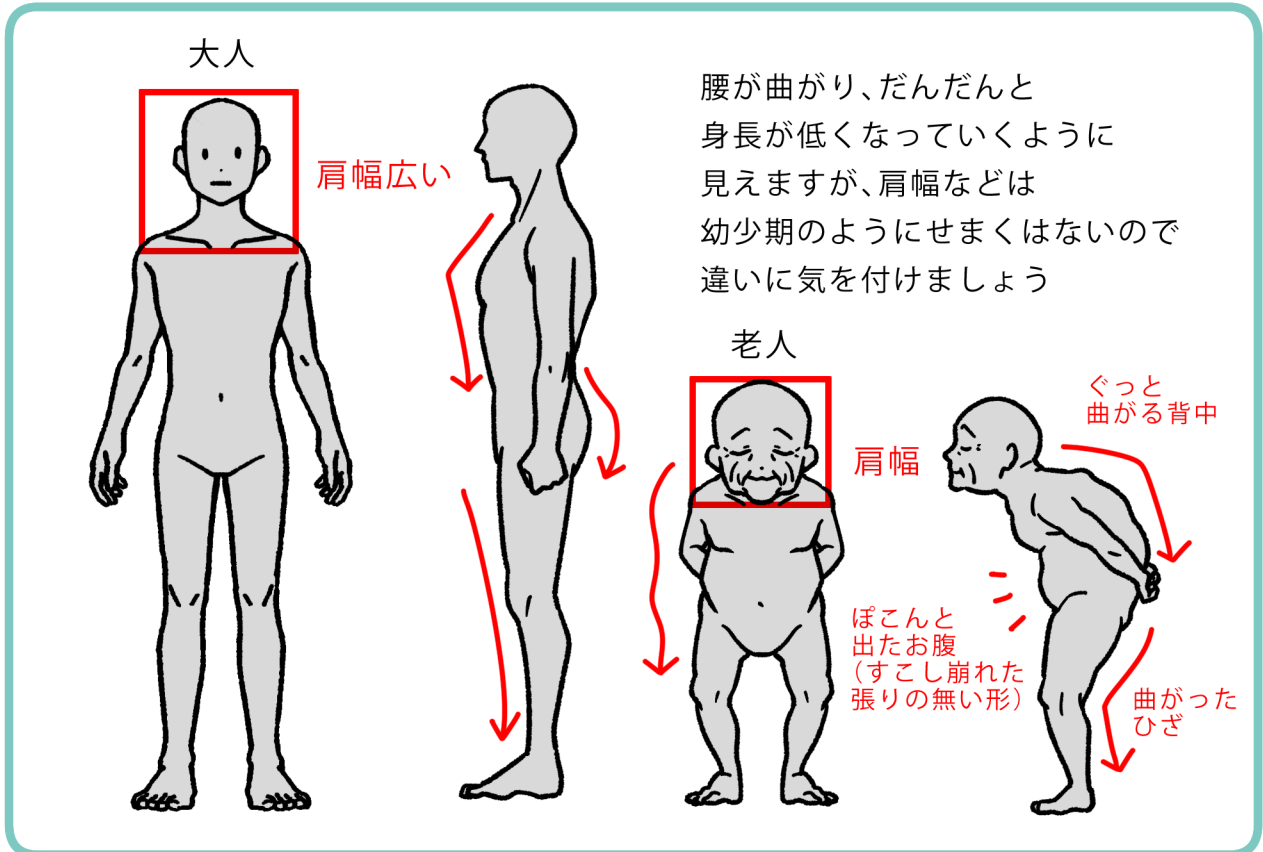
女性は肩・胸・太ももなど、脂肪による丸みを帯びてきてふっくらした印象に。

男性は骨や筋肉の発達から逆三角形のようなしっかりとした四角張った体型になっていきます。

また、部活動などの影響でもっと体格に変化がでる人もいます。

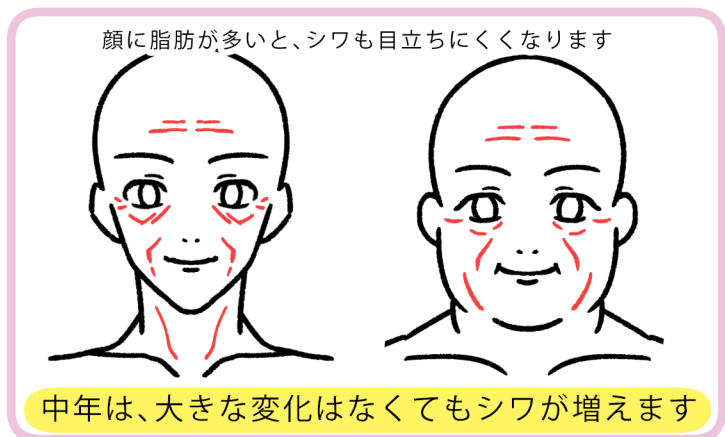
## ■成人から中年～老人

人間は幼少期から大人に向けて成長し体のつくりが発達していきますが、成人(大人)頃をピークに、今度は徐々に衰えていきます。



中年頃から筋肉が衰えてくるため段々と体を支える力などが無くなっていきます。腰が曲がり頭身が下がり身長が低く見えます。また、お腹のくびれや引き締まりが弱くなりイラストのようにぽこんと出てきます。下半身も衰えてくるのでガニ股気味に開かせて全体的に重たい荷物を持っているような感じをイメージすると良いです。

やせている中年・老人の場合は筋肉・肌の張りが減っているのので細い手足や肩、骨ばったりしわを描くことで表現することが可能です。

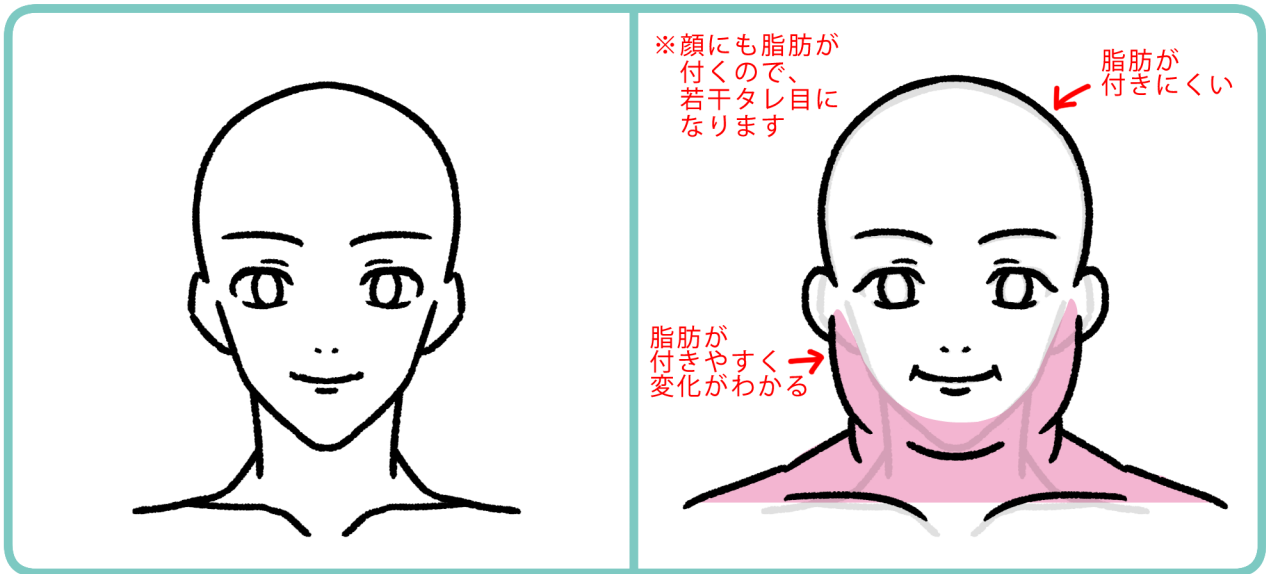


## 年齢・体型の描き分け

### ■ 体型の描き分け

年齢ごとによる体の描き分けができれば、次は異なる体型について見ていきましょう。

大きく、ふくよかな体型は、全体的に各パーツが丸みを帯びます。

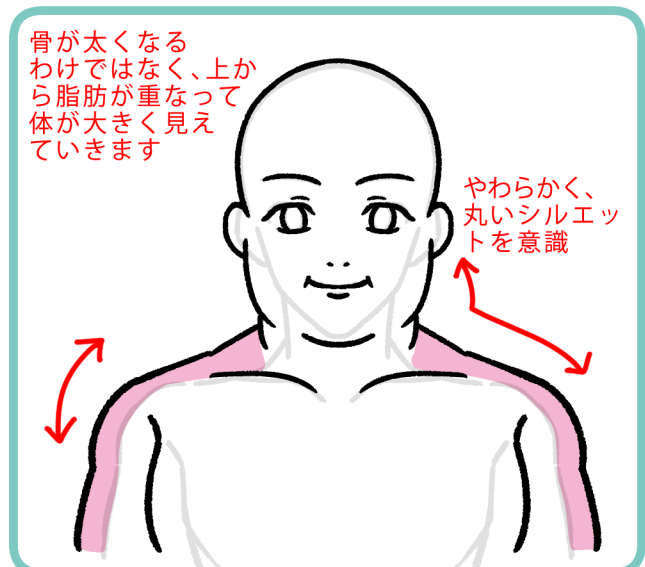


脂肪が増えるほど『ふくよかな』表現ができますが、くびれや関節がもともとある部分にはなごりが残ります。脂肪の付きやすい部分や付きにくい部分もあるので、

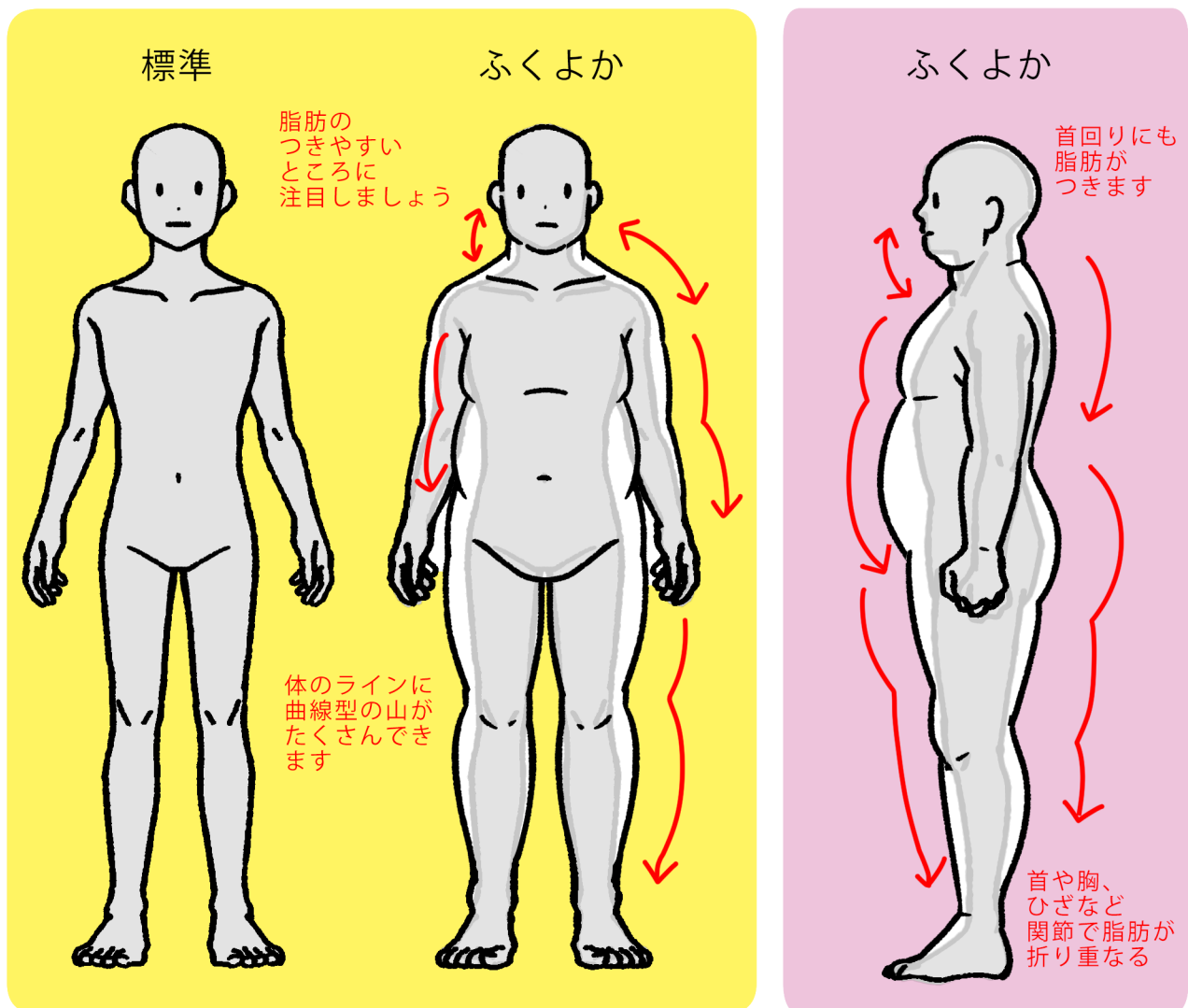
体のシルエットがまんまるな風船のようにならないように気をつけましょう。

#### ヒント

肩回りにも脂肪が付くので、肩幅も大きくなっていきます。  
ただし、骨格(中の骨)が大きくなるわけではないので、カクカクとした筋肉質なラインにならないように注意！



## 年齢・体型の描き分け



図のように、ふくよかな体型でも体の凹凸(おうとつ)はあります。平均的な体型に脂肪が足されたように平均して丸くなっているのを意識して見てみましょう。

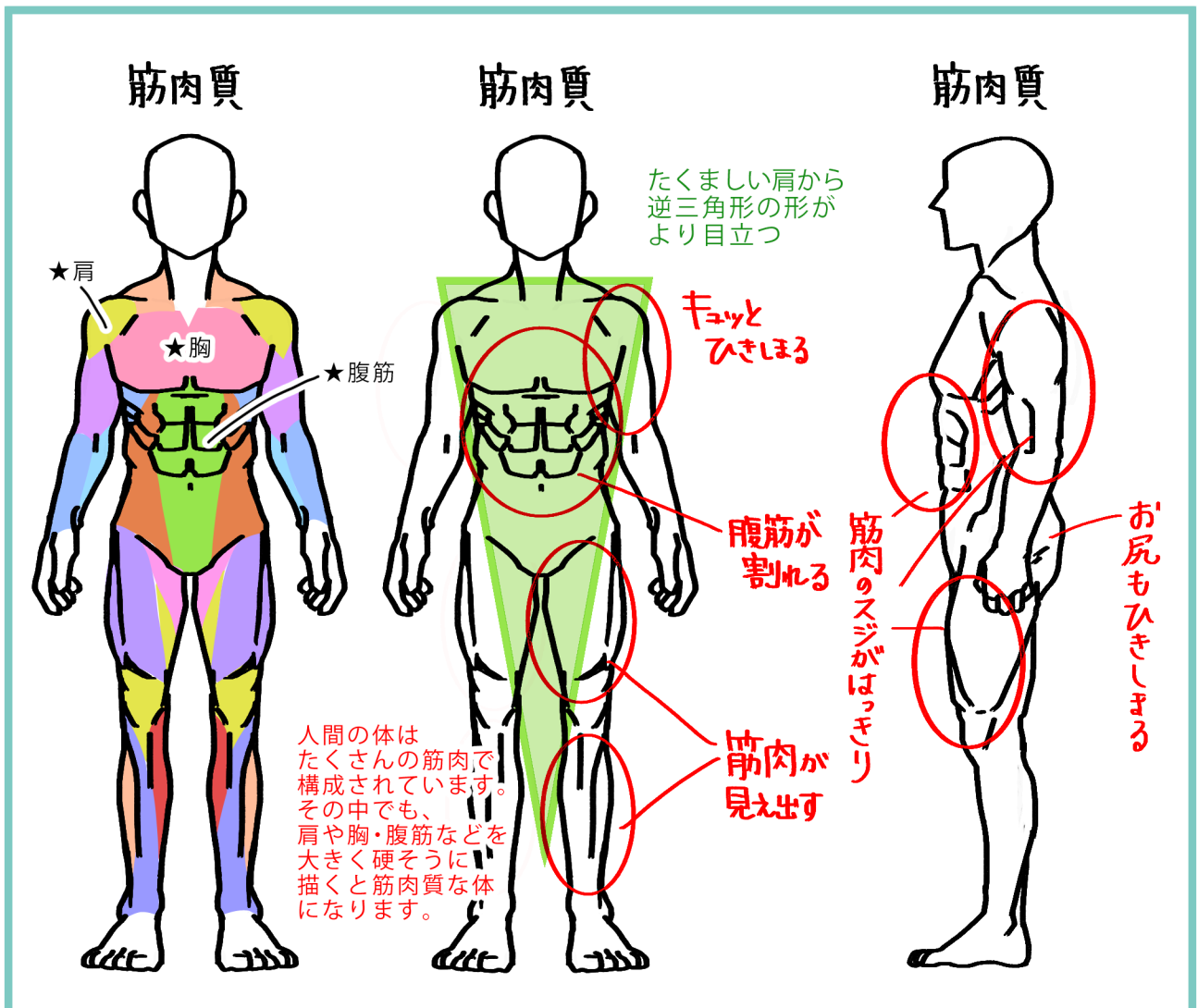
ただし、お腹・おしり・ふとももは他の部分よりも比較的多く脂肪が付きます。特にお腹は、内臓脂肪が付きやすいから一番最初に変化が表れる部分となります。

脂肪がたくさん付いてくると、姿勢にも影響が出てきます。たとえば、太ももにたくさんの脂肪が付くと股の部分が狭くなって足元が開き気味になったり、重くなった体をバランスよく支えるために大股気味に歩いたりもします。

## 年齢・体型の描き分け

最後は筋肉質な体型(男性)です。人間は鍛えれば鍛えるほど筋肉が発達し、カチコチとした硬そうな印象の体つきになります。

女性も筋肉は発達しますが、比かく的見た目には変化が現れにくいです。反対に、男性はより逆三角形の引き締まった体に変化します。



筋肉が発達し体のパーツにメリハリが出るため、全体的に標準体型よりも線を多くして筋肉を描きます。腹筋(お腹)はとくに割れた筋肉が多いですが、脂肪ではないので横から見ても丸く飛び出してはいません。逆三角形な体のシルエットも意識して強そうな肩幅と厚みを加えることで表現することが可能です。