

妻・恋人にも試してみたら? サクコスト効果が生じやすい 「太る性格」は

メタボ健診が始まったと思ったら、もう生ビールがうまい夏だ。体脂肪は、寂しがり屋。だから、腹囲もすぐに戻りそう……なんてお嘆きのアナタ。もともと「太る性格」なのかもしれない。

次の3つの質問に「イエス」「ノー」で答えてほしい。メタボ健診に引っかかるなかつたという優秀なアナタは、妻か恋人に試してみてもいい。今はモデル体型の彼女も、いずれ「森三中」みたいに情幅よくなつたとして……

●食べ放題 飲み放題の店に行くと、つい「元を取る」と頑張ってしまう。



①この先、使うお金はどのくらいか。と分かっていないタイプは、グズでも、「もったいない」から捨てるべきではない。パチンコとか競馬などで当てる。あぶく銭は気前よく使ってしまう。

●「イエス」という読者は多いだろう。おだん寿司は10貫しか食べない人でも、3000円の食べ放題なら15貫食べてしまったら、

1貫300円が200円になる計算だから、得した気分になる。が、差し引き5貫分は太ることを、すっかり忘れてる。食べ過ぎて気分が悪くなって胃薬を買う羽目になったら、余計な出費も強いられる。メタボで将来的な医療費もかさむ。得したつもりが、大損だ。

②「目先の損得勘定に惑わされて、合理的な判断ができてなくなる。それが、太る性格」というわけだ。

この話するのは、「わかつちやいるけど、痩せられない」を解き明かしている。

メタボの行動経済学 (NHK出版 生活人新書の著者、京大経済研究所の古川雅一氏だ。本書では、合理的な行動を採るための行動経済学から、無意識のうちにまわっている痩せられない行動パターンを解き明かしている。

3つの質問で分かる

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説

よの、食べ過ぎてたまった脂肪は、将来の「負債」とらえる。元を取らないと損ではなくて、目先の元を取るとすると損するのです。それでなくても、太つたら新しい服を買わなくてはならない。メタボで病気になるたら医療費もかかる。入院する羽目になったら、生涯賃金がついて減る。

実際、古川氏によると、

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

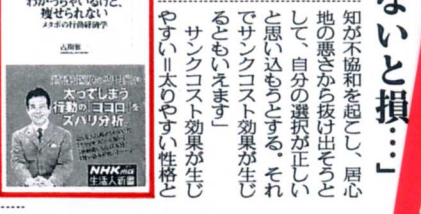
「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説

逆で、額に汗して稼いだんだとか。

1万円も、パチンコで儲けた1万円も同じ1万円なのだが、サクコスト効果が生じやすいタイプは、●のように、あぶく銭。●のバツと使つてしまいがちなんだとか。

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説



「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説



あす18日は、女優・広末涼子の28歳の誕生日。MKJだ。彼女も、もう13年の中間「生ビール」から4年で自己推薦入試で早大へ4年で進学した翌年の04年にてき

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説

「元を取らないと損……」知が不協和を起し、居心地の悪さから抜け出そうと返つてないお金のことを「サクコスト」という。どおがあいてもサクコストは回収できない。3000円は3000円だ。

「元が、多くの人はずんざんを、損失、とみなし、それも損を大きくとらえる傾向があります。だから元を取らないと損と非合理的な意思決定をして食べ過ぎる。それを、サクコスト効果、といいます。本当は「食べ過ぎはよくない」と思っているのに、自制をきかず「もうと食べたい」と思つ、2つの説