

ファーストフードと大学生活との関連：日米比較研究

ジョヴォン・ハッチンス

ジェシカ・ネギン

1. **JO:** 私達のキャップストーンタイトルはファーストフードと大学生活との関連：日米比較研究です。

2. **JE:** これは概要です。

3. **JO:** 私たちがこの研究をしたいと思った理由は私たちが日本に留学して日本にもアメリカと同じようなファーストフードがあることに気づきました。日本でもアメリカでもファーストフードと大学生の食生活は深く関係があります。しかし、アメリカのファーストフードの方が、健康的なイメージはあまりありません。この研究をとおして、日米の大学生がファーストフードをどのようにみているのか。また、日常生活とどのように関係があるかを知りたいと思ったからです。

4. **JE:** これが私たちの研究質問です。

JE: 1 - 「日米の大学生はどのようにファーストフードを観ているのか」

JO: 2 - 「ファーストフードは日米の大学生の食生活とダイエットにどのように影響しているのか」、の以上です。

5. **JE:** これが研究背景の概要です。

6. **JO:** ではまず、ファーストフードの定義ですが、ファーストフードは迅速に準備して提供できる食べ物で、ここにあるレストランが日本やアメリカで「ファーストフードレストラン」としてあげられるレストランです。

7. **JE:** ここでファーストフードレストランの歴史についてお話します。アメリカのファーストフードはアメリカの最初のファーストフードレストランはオートマツで1902年に始まりました。日本では吉野家が一番最初にできたファーストフードレストランでアメリカの50年後です。A&Wもマクドナルドもアメリカから始まり日本でも発達しました。

8. **JO:** ファーストフードはアメリカの文化に深く根付いており、アメリカの食生活はファーストフード抜きには考えられません。今日ではアメリカの最大の産業の一つです。日本の場合は、年齢層によりファーストフードに対する認識が違います。年齢層が高い人はファーストフードは外国の物だと思っている人が多いですが、その反面若い世代は日本のものだと思っています。それだけファーストフードは日本人の食生活に深く根付いているということです。これは便利で満足感を味わえるファーストフードが従来の食生活におおきな変化を与えたといえるでしょう。

9. **JE:** これはアメリカと日本の食に関しての消費者の価値観のトップファイブをあげたものです。アメリカは味、価格、栄養、便利さ、体重管理が大事で、日本は気分、安全、体重管理、便利さ、価格の順で全く価値観が違ってくるのがわかります。一般的にファーストフードの場合は便利な上に安価のため、学生にはとても魅力的です。

10. **JO:** この図は1週間に1回ファーストフードを食べる人の割合をしめしたもので、アメリカ人は日本人に比べてより頻繁にファーストフードを食べることがわかります。

11. **JE:** これはアメリカと日本で人気のあるファーストフードレストランのトップファイブです。アメリカではChick-fil-Aが一番で日本はマクドナルドです。

12. **JO:** ファーストフードは栄養が高いという印象はありません。しかし、日本とアメリカでのファーストフードを比べると、アメリカのファーストフードの方がカロリーや炭水化物が高いですが、日本のファーストフードは脂質やナトリウムが多いです。

13. **JE:** では、どんな時にファーストフードを食べるのでしょうか。文献によると、ストレスが溜まっている時、人はカロリーが高く、甘くて、油の多い食品を食べる傾向にあり、それがファーストフードの過食に繋がるといわれています。

14. **JO:** もう一つ心理的な要因としてあげられるのが意思決定疲労です。その一つに夜にファーストフードを食べたくなるという現象があります。

15. **JE:** ここでアメリカと日本のファーストフードの広告についてみると、アメリカと日本のメディアと広告は若い世代をターゲットにしています。

16. **JO:** ここで日本のマクドナルドの例をみてみましょう。マクドナルドは、特に十代、そして大学の女性向けに「マックラップ黒酢チキン」を販売しました。黒酢は健康によく、美容にいいと女性に人気があります。また、蛭原友里は、男性客にアピールするだけでなく、多くの若い女性にも完璧という印象が強いため、宣伝に器用されました。

17. **JE:** これはアメリカのタコベルの例です。タコベルは、ある女性が1週間に5回フレッシュメニューを食べ、54ポンドの減量に成功した例をあげ、ダイエットに焦点を合わせたキャンペーンを行いました。

18. **JO:** これは日本のマクドナルドの広告です。マクドナルド・日本は、特別割引、食べ物、ゲームなどが当たる、子供と十代の若者をターゲットにしたニンテンドーDSを使ったキャンペーンを開始しました。

19. **JE:** それではここで、私達がおこなったアンケート調査の結果についてお話します。アンケートに参加した大学生は日本人28名、アメリカ人35名、合計63名です。オンラインでアンケート調査を行いました。

20. **JO:** まず研究質問1「日米の大学生はどのようにファーストフードを観ているのか」に関する結果について発表します。

21. **JO:** 「月々ファーストフードのために、どのくらいお金を使いますか」、という質問に対して日本の大学生はファーストフードに費やしている金額は一ヶ月5000円以下で、アメリカの大学生は一ヶ月にゼロから一万円までも費やしています。

22. **JE:** 「ファーストフードはカロリーが高くて、栄養価はあまりない」という文章についてどのように思いますか、と質問したところアメリカと日本の大学生はファーストフードはカロリーが高く、栄養価はあまりないと信じていることがわかりました。

23. **JO:** 「ファーストフードを食べる時に、最も重要なものを三つ選んでください」、という質問に対してほとんどのアメリカ人と日本人は、安くておいしいファーストフードが重要だと考えています。しかし、多くのアメリカ人はどこでもいつでもアクセスできる点、また日本人は料理をしなくてもよい点も重要だと思っています。

24. **JE:** マクドナルドやサブウェイ、クリスピー・クリームなどのファーストフードのレストランの中で一番健康的だと思うレストランを選んでください、という質問に対して日本人とアメリカ人のほとんど全員がサブウェイを最も健康的なファーストフードレストランだと感じています。

25. **JO:** さらに、アメリカの大学生の54.3%はクリスピー・クリームが最も不健康であると考えています。しかし、日本人の大学生の64.3%はマクドナルドが最も不健康であると考えています。

26. **JE:** 「食べ物のカロリーの情報を見つけることはどれくらい簡単ですか」、という質問に対してアメリカの大学生の77.1%はカロリー情報を見つけるのは簡単だと考えていますが、日本人の大学生の答えは半数以下だということがわかりました。

27. **JO:** 「ファーストフードのレストランの広告は大学生を対象としたものだと思う」という文章についてどのようにおもいますか、という質問に対してアメリカの大学生の大多数は、広告が大学生を対象としていると思っていますが、日本の大学生は、そう思っていません。

28.

1. **JE:** 研究質問1のまとめとして一つめにわかったことはアメリカ人と日本人の学生共に、ファーストフードは健康的ではないと思っているということです。カロリー情報はアメリカの方が、より簡単に見つかることもわかりました。
2. **JO:** 二つめはアメリカの大学生は、日本の大学生よりファーストフードに多くの支出をしているということです。日本の大学生は広告が大学生をターゲットにしていなと思っていますが、アメリカの大学生は強くそうと思っています。
3. **JE:** 三つめはそれぞれのグループにはファーストフードが不健康な食べ物と言う考え方がありますが、サブウェイはどちらのグループにも最も健康だと思われています。これはサンドイッチを作るのに使われる野菜の量が多いためだとかんがえられます。

29. **JO:** 次に、研究質問2「ファーストフードは日米の大学生の食生活とダイエットにどのように影響しているのか」に関する結果について発表します。

30. **JO:** 「一週間にどのくらい家で御飯を作って食べますか」、という質問に対して日米の大学生は家で頻繁に料理し、アメリカの大学生は日本の大学生よりも家で朝食を食べることがわかりました。

31. **JE:** 「どのくらいの頻度でファーストフードを食べますか」、という質問に対してアメリカの大学生は日本の大学生に比べてより頻繁にファーストフードを食べることがわかりました。

32. **JO:** 「ファーストフードは私の身体の形や外見に影響を与える」この文章をどのように思いますかという質問に対して日米の大学生は身体のイメージはダイエットに影響を受けると考え、アメリカの大学生はこのことに対し、より強く感じています。

33. **JE:** 前の質問で、「同意しない」「全く同意しない」を選択した人は、なぜそう思いましたか、という質問に対して何人かのアメリカの大学生はファーストフードのレストランは低カロリーでヘルシーな食べ物も提供し、日本の大学生は新鮮でヘルシーな食べ物もあると答えました。

34. **JO:** さらに、アメリカの大学生は「食べる節度を守れば影響しないと思う」「いくら食べても太らない体質だから」という意見に対し、日本の大学生は「他の食事で気をつけている」「食べる節度を守れば影響しないと思う」という意見がありました。その結果日米の大学生はファーストフードを食べる節度を守れば外見に影響しないと思っています。

35. **JE:** 「健康的な食生活とはどのような事だと思えますか」、という質問に対して両国の学生は、「たくさん野菜を食べる」、「夜遅くに食べない」、「ファーストフードのレストランを避ける」ことを、健康を意識した方法だと考えています。

36. **JO:** 「ファーストフードを食べた後の、気分はどうか」、という質問に対してアメリカの大学生の方が、日本の大学生よりも気分が悪くなると感じるわかりました。

37. **JE:** ストレスがたまった時、嬉しい時、自分自身に対するごほうび、落ち込んでいる時、寂しい時、その他の中で最もファーストフードを食べたいと感じる時はどれですか、という質問

に対して日米の大学生共にストレスが溜まった時、ファーストフードを食べたいと感ずることがわかりました。

38. **JO:** さらに、アメリカの大学生は「料理したくない時」「何もしたくない時」「疲れた時」などの意見があり日本の大学生は「時間がないとき」「外出中にすぐに食事を済ませたい時」「お腹がとても減っているとき」という意見でした。このことから日本の大学生には時間と便利さが大切で、アメリカの大学生は自分で料理をしたくないという理由が多いことに気づきました。

39. **JE:** 「一日の中で最もファーストフードを食べたいと感ずる時間はいつですか」、という質問に対してアメリカの大学生は夜間にファーストフードを食べる傾向があり、日本の大学生は午後に食べる可能性が高いこともわかりました。

40. **JO:** 「上記のファーストフードのレストランよりも値段は50%高いが、美味しくて健康に良いレストランに行きたいと思いませんか」、という質問に対しての結果から日本の大学生はアメリカの大学生よりも「値段は高いが健康的なファーストフード」を選ぶ傾向にあることがわかりました。

41.

1. **JE:** 質問研究2のまとめとして一つめは日米の大学生ともに、ファーストフードが体のイメージに影響を与えていることがわかりました。また、アメリカの大学生はファーストフードが自分の体に、より影響を与えると信じていますが、食べた後に気分が悪いと感ずるにも関わらずファーストフードを食べ続ける現状があります。
2. **JO:** 二つめは日米の大学生の健康に対するアイデアは似ていますが、ファーストフードが体に及ぼす影響を軽減するために、節制が最も重要だと考えています。
3. **JE:** 三つめは両国の大学生共にストレスはファーストフードを食べる主な動機であるということが明らかになりました。

42. **JO:** 結論として一つめはアメリカの大学生はファーストフードをより頻繁に食べ、日米の大学生はファーストフードから不健康な影響を感ずているということがわかりました。その悪

影響にもかかわらず、大学生はファーストフードを食べ続け、その理由はおそらくストレスが原因であると思われます。

JE: 二つめは日本の大学生はアメリカの大学生より、健康的なファーストフードに高い金額を払う傾向にあり、日本の大学生にもアメリカの大学生にもファーストフードを選ぶ時に価格が重要な要素になります。三つめはアメリカも日本も健康の概念は似ていますが、不健康の概念は異なるようです。アメリカでは「砂糖の量の多さ」、日本では「野菜が使われる量の少なさ」と言えるかもしれません。

43. **JO:** 最後に、この研究の限界点と将来の研究についてお話しします。この研究における限界点は、この研究の回答者の数が少ないという点と、参加者が主に女性だという点にあると思います。また、この研究に日本人の回答者よりアメリカ人の回答者の方が多かったので、結果を一般化する事は難しいと思います。

JE: 将来の研究課題については、体に影響するファーストフードのより詳細な研究をしたいと思っています。また、不健康な食品に対する見解の違い、何が健康か不健康かに対する質問、そして男女の回答者数を均等にしようと考えています。

44. **JO:** これは参考文献です。

47. **JE:** 最後に、ご指導くださった先生方と支えてくれた家族や友達に感謝をいたします。

JO and JE: ありがとうございました。