

研究課題

ニュージーランドと日本の食事の違い 船越 碧

朝食の違い

ニュージーランドでは、早くすませられる料理を食べます。

ホストファミリーの家ではシリアルを毎日食べていて、僕には食パンにはちみつやチョコソース、ラズベリージャムなどを塗って、食べれるものを毎日用意してくれました。

日本では、主にバランスの良い食事でお米、お味噌汁、さかななどが

代表的な朝食で、これにヨーグルトなどをつけて食べたりします。



昼食の違い（学校がある時）

ニュージーランドではフルーツ、サンドイッチ、おかし類などがタッパーに詰められており、みんな授業のすきまや昼休憩などに食べていました。

日本では、バランスの考えられた給食を食べます。お弁当の日は弁当箱はぎゅうぎゅうに敷き詰められており、アニメなどのキャラクターをイメージして、キャラ弁なども作られたりします。



夕食の違い

ニュージーランドでは、パンやサラダ、ソーセージなどをひとつのプレートにまとめたのせて食べている。

日本では、お米やお汁、おかずなどを別々のお皿に盛り付けて食べる。



まとめ

ニュージーランドの食事は、BBQやパーティーのようにみんなでシェアすることが多いことからか、ワンプレートで提供するなど効率が重視されているように感じた。それに比べて日本の食事は、食べ物ごとに食器を選んだり、色彩やデザインなどの見栄えの良さも食事の大事な要素となっていると感じた。また、給食などのように必要な栄養がとれるよう工夫されているというものの特徴の一つであることが分かった。