

# 留学生の食生活と健康

## —留学生支援としての食育という課題—

一橋大学大学院法学研究科講師 高濱 愛

TAKAHAMA Ai

岡山大学大学院社会文化科学研究科副研究科長・教授 田中 共子

TANAKA Tomoko

キーワード：食育、健康管理、留学生活

### 1. はじめに

実り多く安定した留学生活を送るために重要な要素は多岐にわたるが、健康が留学生活の基盤を成すものである以上、健康管理が不可欠であることは確かであろう。健康を損なえば、安定した成果を上げることも、場合によっては留学を完遂することも危うくなる可能性がある。海外生活を不健康な状態で過ごすことは、留学生自身も、また留学生を支援する教育関係者等も、できるだけ回避したいに違いない。留学生の健康行動、すなわち健康に関連した行動のうち、食は留学生全員の暮らしに密接に関わっており、知らないうちに健康への影響が蓄積する。食生活は「あまり気づかれていないが、適応にとって非常に重要な要素（稲村, 1980, p177）」であり、文化・習慣・気候風土の異なる外国における留学生活を支える健康行動に、より積極的に注目していく必要がある。留学生支援に従事する担当者等が、留学生の健康及び食生活について把握し、必要に応じて彼らに適切な教育の機会を提供していくことの意義は大きい。

中島・今田(1996)は、食行動はあまりにも日常的であるため、その社会・文化的側面に着目した調査が少なく、研究自体の蓄積が望まれる実情にあるという。海外に目を向けると、例えばアイルランドとアメリカにおける留学生の食生活の問題が指摘されている。日本人を含む在アイルランド留学生の調査（後藤・徳留, 2003）では、飲酒量は「増えた」が42.0%、食事量は「増えた」が41.3%となっており、摂取が増えたものは「多脂性食品」や「甘い食品」が多く、「野菜」「果物」は減っている。3分の1は身体の不調を感じており、しかも野菜の摂取量が「減った」群は、有意に体調が悪くなっていた。在米留学生の調査では、アメリカでの文化受容が進むと、脂肪分の多い食事と体重の増加がみられたという(Brittin and Obeidat, 2011)。同じくアメリカに、3か月以上滞在した18歳以上のタイ人の調査からは、母国の食生活を維持することが少なく、アメリカン・フードの摂取が増加していたという(Sukalakamala and Brittin, 2006)。

日本では、一般的な日本人大学生を対象とした食の調査は数多い。例えば内閣府(2009)の調査では、日本の大学生は、健康状態の自己評価において、身体面で「健康である」としたもののほど、精神面でも「健康である」と回答した。逆に、身体面・精神面が健康でないとしたもののほど、日ごろの食生活に対して、悩みや不安を抱えてい

た。栄養バランスへの意識が高いものほど、身体面で「健康である」との回答割合が高かった。また村上・苺安・岸本（2005）では、日本の女子大学生は間食の摂取が多いことが報告されている。そして男子大学生には朝食欠食と夜食の摂取が多く、心身愁訴に影響を及ぼしているという。

在日留学生の食生活の報告は多くはないが、安友・西尾（2008）では、主食系や油脂料理の摂取が多い等、栄養に偏りがあることが報告されている。在日韓国人留学生を対象とした丸井（1995, p84）では、日本の生活に慣れるまでは、留学生にとって「食事は比較的障害となる」とある。だが総じて在日留学生の食生活と健康については、探索的な研究が散見される程度で、内容も実情把握にとどまり、彼らの食の特性を異文化間教育的な観点から読み解いたうえで、食育につなげた提案が行われている状態とはいえない。

我々は、日本の大学における留学生の支援体制の充実と留学交流の質的向上を目指して共同研究シリーズを展開しており、その中で留学生の食生活と健康に関する調査を進めている。国際的流動性の高い時代にあっては、異文化圏における健康管理はグローバル人材の必須の能力ではないだろうか。生まれた国の中でしか健康に生きられないとなると、活動の場が限定される。健康に国境を越えて活躍できる力があれば、活動の場は広がる。クロスボーダーの健康教育によって異文化圏での健康管理能力を養うことは、在日留学生支援に留まらず、国際人の普遍的能力の獲得に通じると考えられ、そこに異文化圏での食を教育の観点から取り上げることの今日的意義が見いだせる。

本稿ではまず、調査1として、日本の主な大学で作成されている留学生向けハンドブック類における、食育や健康関連の記載を整理する。続いて調査2として、在日留学生の渡日後の食生活と健康の推移の具体例を示す。最後に、我々の他の調査からの示唆もあわせて、留学生支援の一環としての食の健康教育の在り方について検討する。

## 2. 調査1：留学生ハンドブック類にみられる食と健康の記載

### 2.1 目的

日本の大学が、留学生教育の中で食生活と健康に関する資料をどのように提供しているのか情報を得るため、来日直後の留学生オリエンテーションなどで提供されている留学生用の生活案内冊子を分析した。多くの大学では、留学生生活を健やかに過ごせるようにと「留学生ハンドブック」、あるいは「留学生ガイドブック」「留学生の手引き」などの名称で、生活ガイド機能を持った冊子を独自に作成し、配布している。この方法は大学の規模や地理的条件等によらず普及しており、留学生の生活上の指針として、一定の影響を持つものとなっている。その記載は、現在の日本の大学における留学生向けの食の健康教育の実情を映し出しているものと考えられる。今回は、現在の日本における留学生教育の代表的な実践校群を対象に、食がどのように教育的支援の中に位置づけられているかを、冊子の中に探る。

### 2.2 方法

**調査対象** グローバル30（文部科学省事業「国際化拠点整備事業（大学の国際化のた

めのネットワーク形成推進事業)」に採択された日本の13大学(東北大学、筑波大学、東京大学、名古屋大学、京都大学、大阪大学、九州大学、慶應義塾大学、上智大学、明治大学、早稲田大学、同志社大学、立命館大学)の留学生ハンドブック類を収集した。これらの大学は、グローバル30(G30)のウェブサイトにおいて「日本の大学の国際化を推進する13大学」とされており、国際化の実績をあげ先進的な取り組みを積極的に進めている拠点校である。比較的優れた留学生教育が実践されていると考えられ、日本の留学生教育のモデル的な大学と考えられる。

**方法** 2013年5月の時点において、各大学のウェブサイトに掲載されている留学生ハンドブック類から、健康と、食育・食生活に関する記載内容とを抽出した。

### 2. 3 結果と考察

13大学の留学生ハンドブック類から、健康および食育・食生活関連の記載を抽出してまとめた(表1)。同時期にウェブサイトに掲載されていた各大学の留学生受け入れ人数と、国内の大学におけるその順位も、併せて記した。

上智大学以外の12大学は全て、1000人以上の留学生が在籍し、受け入れランキングの20位以内に位置する。上智大学も757人で28位とあり、受け入れ規模は比較的大きい。これら留学生受け入れ数の上位大学群では全て、留学生ハンドブック類に健康に関する記載がみられた。総じて共通する記載は、①国民健康保険等の各種保険、②学内外の医療機関、③学内の保健管理センターと健康診断、の3点である。一方、食育や食生活に関連する内容がみられるのは、学内の食堂や生協の情報を除いては、13大学中3大学に過ぎない。このうち東京大学は主に経済的観点から食品の物価を紹介し、慶應義塾大学は日本の食文化を紹介している。これらは食育としての指導というより、生活情報や文化の紹介の趣がある。食育に近い内容を掲載していたのは、名古屋大学のみである。夏季の食中毒予防のための指導的な情報を提供し、栄養の偏りから体調不良を招くことを説明している。しかし、ではどうすれば栄養のバランスがとれるのかという指針は、提供されていない。日本の主要な留学生受け入れ大学における留学生ハンドブック類には、具体的な食育に類する記載はほとんど見られないといえる。留学生を対象とした食育は総じて普及しておらず、食育は留学生教育においてほぼ手つかずの領域になっていることを示唆している。

表1 G30大学の「留学生ハンドブック」等における健康・食育関連記載内容の一覧

大学名	受入数とその大学の順位 (人/位)	ハンドブック名称	健康関連記載内容	食育・食生活関連記載内容
東北大学	1428/10	留学生ハンドブック(2012-2013)	健康(保健管理センター、学生相談所、留学生相談室、国民健康保険、その他保険)	生協(食堂の情報)
筑波	1681/7	留学生の	健康(保健管理センタ	なし

大学		ためのガイドブック（平成24年度）	一、国民健康保険、大学付近の病院）	
東京大学	2873/3	留学生ハンドブック（2012）	健康・安全（国民健康保険、保健・健康推進本部での診療・健康診断等）	生活費・物価（スーパー・食品の物価）「日常の買い物は、主にスーパーや小売店ですとよいでしょう。セール品も多く、閉店前には食料品が安くなる場所もあります。100円ショップやディスカウントストアでは、いろいろなものが大変安く買えるので、上手に利用してください。また、コンビニエンスストアはほとんどが年中無休、24時間営業で、夜遅くに買い物をしなければならない場合は便利です。＜東京の物価＞主な生活必需品などの値段の紹介（食品の例：米、食パン、牛乳、バター、鶏卵、オレンジ、ジャガイモ、幕の内弁当、サンドイッチ、コーラ）」 生協
名古屋大学	1611/9	留学生ハンドブック（2011.4 - 2013.3）	医療・健康（国民健康保険、定期健康診断、病気の場合等）	食中毒「日本は特に夏は暑く湿気が多いため、食べ物が腐りやすく、食中毒には注意が必要です。生ものには十分火を通す、食器や調理器具はいつも清潔にする、冷蔵庫の中でも食物は長期間保存しない、必ず賞味期限を確かめてから購入する、などの日常のこころがけが大切です。（後略）」 栄養「一人暮らしをしていると特に、食生活がおろそかになりがちです。インスタント食品や外食の多い生活をしていると、野菜が不足しやすく栄養がかたよるため、身体の調子をくずす原因となります。日本の食品について分からないことがあれば保健管理室に相談してください。」 生協（食堂）
京都	1664/8	留学生ハ	健康科学センター・保	なし

大学		ンドブック (2012/2013)	健診療所・生協 健康・安全 (病気・保険等)	
大阪大学	1925/6	Living in Osaka (留学生・外国人研究者のためのリビングガイド)	医療・病院・保険	なし
九州大学	1931/5	外国人留学生の手引き 2012	国民健康保険 健康 (健康診断、健康科学センター、外国語で診療できる病院等)	なし
慶應義塾大学	1203/15	Guide for International Students	なし	日本の食文化の説明「日本の食文化には、「旬」の恵みがあります。和食は四季と深い関係があります。その季節だけに執れる食材を「旬」のものとして調理し、季節ごとにその恵みを美味しく味わうことができます。器や盛り付けの美しさなど、見た目も大切にしています。近年では、健康的な食事として、世界中の人々に注目されるようになりました。」
		国際センターウェブサイト「外国人留学生へ」	医療・健康 (国民健康保険、健康診断、健康相談、大学周辺の医療機関、大学の医療費補助等)	なし
上智大学	757/28	外国人留学生ハンドブック (2013)	健康と保険 (保健センター、保険制度、学生教育研究災害傷害保険)	食堂・コンビニ案内
明治大学	1089/19	外国人留学生のためのガイドブック (2013)	健康管理 (健康保険、明治大学学生健康保険、学研災、健康診断、学内診療所)	食堂
早稲田大	3771/1	留学生ハンドブック	医療 (国民健康保険、互助会、大学の医療機	コープ・食堂

学		ク 2013	関、大学周辺の医療機関)	
同志社大学	1131/17	2013 外国人留学生ハンドブック	健康管理（診療、健康診断、医療費、保健）	なし
立命館大学	1324/13	2013 年度立命館大学外国人留学生ハンドブック～生活編～	生活情報（国民健康保険、緊急時の対応、医療機関について）	なし

注1) 受入れ人数とその大学順位は、留学生受入れ数の多い大学（平成24年5月1日現在の在籍者数）（[http://www.jasso.go.jp/statistics/intl\\_student/ref12\\_02.html](http://www.jasso.go.jp/statistics/intl_student/ref12_02.html)）による。

注2) 上記の記載項目のほかに、各大学とそのキャンパス周辺の地図の中にも、学内外の飲食店の情報が見られる。

注3) 慶應義塾大学のGuide for International Studentsはガイドという名称で呼ばれているが、入学希望者向けの入学案内に近い内容であることから、他大学のハンドブック・ガイドブックとは趣を異にすると考えられる。同大学のウェブ上には、「在留資格および日常生活についての情報は、国際センターのホームページの「Life」もしくは留学生ハンドブック（黄色の冊子）をご覧ください」という指示が見られた。（[http://www.ic.keio.ac.jp/nncenter/jp/life\\_vis\\_a\\_and\\_dailylife.html](http://www.ic.keio.ac.jp/nncenter/jp/life_vis_a_and_dailylife.html)）しかし、黄色の冊子が入手できなかったため、同大学については上記のウェブサイト「Life」の当該サイト（[http://www.ic.keio.ac.jp/intl\\_student/health/insurance.html](http://www.ic.keio.ac.jp/intl_student/health/insurance.html)）も合わせて参照した。

### 3. 調査2：在日留学生の食に関するケーススタディ

#### 3.1 目的

在日外国人留学生の食生活と健康について、事例から縦断的な経緯を整理し、渡日後の食の変容と構築の概略を把握する。

#### 3.2 方法

日本とは地理的に離れ、また文化間距離も遠い、欧州・中東・中南米出身の3名の留学生（表2）を対象に、来日以降の食の変容に関して詳細な経緯を尋ねた。調査には、自記式の調査票と面接を併用した統合法を用いた。調査言語には、日本語及び英語が用いられた。調査協力者は第一著者の知人をたどる縁故法によって募り、面接者には第一筆者、またはアルバイトとして雇用した留学経験のある日本人学部生があたった。手順としてはまず調査票を渡して記入を依頼し、数日後に面接に応じてもらい、記入内容をみながら詳細を尋ねた。調査票では、来日前と来日後の適当な区切り毎に、

学内外の主な出来事、朝食、昼食、夕食、間食、運動については自由記述を求めた。自炊割合（全食事を100%として）、健康状態（5段階評定、大きいほど健康良好）、体重増減（渡日前を100としてマグニチュード評定）、日本への適応度（5段階評定、大きいほど適応良好）は数値での評価を求めた。一人あたりの面接時間は約1時間である。面接場所は、彼らの所属大学内の静かな場所であった。

表2 調査協力者の属性

ID	出身地域	年齢	性別	所属	来日後経過年 月（調査時）	日本の住居	日本の同居者
A	欧州	21	男	学部生（交換留学生）	1年	寮	ルームメイト
B	中東	26	女	大学院生	2年6か月	寮→アパート	なし
C	中南米	29	女	大学院生	2年7か月	アパート→寮	夫

### 3.3 結果と考察

調査協力者による記載と語りの要約を、以下に示す。「」内は調査協力者の語り、（）内は筆者が補った部分である。

**Aさん** 母国では、朝食をあまりとらず、昼食は大学の食堂をよく使い、夜は肉やパスタを中心に自炊をしており、間食もあったが運動はしなかった。日本でも朝食をやはり抜きがちで、昼食は大学の食堂やコンビニが多く、渡日直後は「キッチンの道具が無かったから（中略）外食とか弁当とか食べていた」。1年を経過した今は、留学生に加えて日本人の友達が増え、付近のレストランへ行ったり、各国料理を食べたり、日本人学生と会食したりする。夕食は、4から8か月目頃にはルームメイトと作るようになり、最近では留学生や日本人の友人とお好み焼きを食べるなど、和食も増えた。炭水化物を多く含むカレー、ラーメン、牛丼などをよくとるが、菓子などの間食は渡日後いったんなくなり、今またしている。体重は渡日後わずかに減ったまま。運動は、渡日直後は週1回、最近では2から3回。健康状態は渡日前と渡日後しばらくは2、今は3。適応度は最初が4、今は5。

**Bさん** 母国では、朝食をとらず、昼はファストフード、夕食は友人やきょうだいと外食が多く、自炊はせず間食はしていたが、運動はしなかった。渡日後、朝食は、来たばかりの頃は簡単なものを食べていたが、その後とらなくなり、1年半たった今は自炊でとっている。昼食は、渡日後1年くらいまでは大学の食堂で肉の定食が多く、最近では食の安全が気にかかり弁当を持参する。夕食は外食が多いが、ダイエットのために抜くこともある。菓子などの間食は、渡日直後はしなかったが、1年ほどたって新しい友人の影響で間食が増え、最近では1人でもする。自炊は長くゼロだったが、今は朝は完全に自炊で昼も3分の1は自炊。体重は渡日直後に減ったが少しずつ戻り、今は逆に5kg程度増えた。運動はずっとゼロだが、病気にかかっていないことから、健康状態は渡日前から一貫して5と認識している。適応は渡日直後から4だったが、最近では多忙と友人の帰国で3に下がったと思う。

**Cさん** 母国では、一定形式の朝食をとり、昼は現地の様々なもの、夕食はサンド

イチなどを家族ととり、常に母親が作ってくれていたため、家庭料理が95%くらいを占め、運動といえば歩くこと。渡日後も、朝食は同じ。昼食は、渡日直後は単身で外食が多かったが、半年経った今は家族が同居し自炊になった。夕食は、来た当初は母国と同様パンが多かったが、最近では米を使い、和食も食べる。来日後は自炊可能なレパートリーの少なさと奨学金がなかったことから、「すごく我慢してて、一番安い(食べ)ものを買っていた」。来日当初は自国の料理を作ろうとしたが、「材料がなくて、あってもすごく高いのでやめ(た)」。自炊は、渡日直後は10%、今は90%くらい。運動は主に自転車で、健康状態は母国で5、渡日後に4、今は3。体重はほぼ変化ないが、最近微かに減った。適応度は渡日後ずっと4。最近では研究と家事との両立で忙しく、冷凍食品を多用してしまうことに、自分でも満足していない。

来日後の彼らの食生活は、健康的で望ましい面ばかりではなく、食文化のギャップの中で、手軽で安価な食、間食や運動不足、欠食など、日本人学生と似た不健康な面を持っている。滞在先文化への順応は留学生には重要なことだが、健康維持にとって望ましい文化的行動パターンの取り入ればかりではなく、健康的に異文化適応を果たすことは容易ではない。一方で彼らの食は、留学中の各種ライフイベントの影響を受けており、交友関係の発展とも密接に関わり、社交に食を使い、交友相手の食文化を取り入れる面がある。彼らの食の可変性と社会性が伺える。渡日前の健康習慣を維持する部分と、新たな健康・不健康行動を獲得する面を併せ持っており、個人の習慣や技量、母文化の影響が示唆される。

#### 4. 総合考察

留学生の食生活の指導は空白になりがちなこと、留学生の食生活は望ましいとばかりはいえない面を持つこと、そして留學生活の進展につれて次第に構築されていくことがわかってきた。留学生ハンドブック類では、健康といえば「保険」「病院」「健康診断」の3つが主で、食育に関する記載はほとんど見られなかった。来日直後の留学生向けオリエンテーション等で特に説明がない限りは、特段の教育も指導もなく、食は個人の裁量に委ねられていると推察される。これは「留学生が留學中に何をどのくらいどう食べたらいいか」に関する教育的指導や教材開発が、留学生教育や留学生支援にとって未開拓の課題になっていることを示している。

事例を見ると、環境の熟知性、多忙さ、社交的機会、食を共にする相手の嗜好などが食生活の成り立ちに影響を及ぼしており、自炊割合や運動量や体重には少なからず変動が生じている。環境移行と共に、彼らは生活形態や対人関係の再編成を行い、あわせて食の再構成も進めて行くことがわかる。

我々がこれまで行ってきた調査の中に、在日留学生の最大集団である中国人留学生の食生活に関する面接調査(田中・高濱, 2012a, 2012b)がある。そこでは健康をあまり意識せずに食をとる例や、食生活の乱れを抱える例が報告されている。女子の甘いもの摂取と体重増加が目立ち、「女子は太って男子は痩せる」という噂が紹介されている。また中国人に次いで数の多い留学生集団である、韓国人留学生を対象とした同様の調査(田中・高濱, 2013)では、留学生は日本人学生と同じく体型や健康への意識は持つものの、現代的で便利な食をとりがちで、似たような食のゆがみを抱えること、



そして女子に甘いものの摂取が目立つのは中国人留学生と共通していることが報告されている。多様な外国人留学生 171 名を対象とした調査（田中・高濱, 印刷中 a, 印刷中 b）では、食に問題を感じる者が 3 割にのぼっている。食生活上の乱れや問題を、留学生自身が認識していたり、無自覚なまま抱えていたりしているといえる。

留学生がもし病気になれば、治療という事後対応を求めて現地の医療を頼る。だが現代の病気が、感染症等の「うつる病気」から、生活習慣病や心身症など「つくる病気」に比重を移してきていることを考えると（日本メディカルハーブ協会, 2007, p16）、治療のみならず予防への関心は、留学生の健康管理にも求められよう。

それでは、留学生に対する食育のタイミングと内容はどのようなものが適切であろうか。丸井(1995)は留学生への指導は来日当初に行うことが重要としており、安友・西尾(2008)も留学生向けの食育は入学時のオリエンテーションが適すると述べている。ゆえに、渡日直後に食育の機会を提供して、留学生教育・支援を体系的に行っていくことは、初期の戸惑いを軽減し、速やかに食生活を軌道に乗せていくために有用だろう。食育の内容としては、栄養素の摂取を主とする日本的な食事モデルを示すだけでは、おそらく適切ではない（田中・高濱, 2012b）。栄養の規範がユニバーサルとは限らない点も、留意すべきである。つまり、日本的な食を強制するのではなく、留学生個人の食の規範と習慣と要望とを尊重していくことが望まれる（田中, 2013）。オリエンテーション等で、留学生一人一人の戸惑いや疑問に応えながら、背景を踏まえた食育が提供されることが理想であろう。渡日前の食育、あわせて調理技能の習得や健康行動の習慣化も望まれるが、これは日本人学生にも、海外留学前準備教育に健康教育を組み込むことの望ましさを示唆していよう。グローバル化の進む時代には、いかなる異文化環境へ移動しても、健康のセルフマネジメントを行えるような、意識と技術を持つことが望ましく、そのための指導や支援の機会が大学等教育機関に期待される。留学生指導の最前線から、このような食育という課題に鋭意取り組んでいきたい。

## 参考文献

Brittin, H. C., & Obeidat, B. A. (2011). Food practices, changes, preferences and acculturation of Arab students in US universities. *International Journal of Consumer Studies*, 35, pp. 552-559.

Global30 ウェブサイト

<<http://www.uni.international.mext.go.jp/ja-JP/global30/>> (2013年6月4日閲覧)

後藤千穂・徳留裕 (2003) 「アイルランド ゴールウェイ市における留学生を対象とした健康調査」『名古屋文理短期大学紀要』27、pp. 35-40.

稲村博(1980)『日本人の海外不適応』日本放送出版協会

丸井英二(1995)「留学生の健康と日本的食生活への適応に関する研究」平成6年度科学研究費補助金成果報告書

村上亜由美・苺安利枝・岸本三香子(2005)「大学生における食生活の特徴と心身愁訴」『福井大学教育地域科学部紀要V(応用科学 家政学編)』44、pp. 1-18.

内閣府食育推進室 (2009) 「大学生の食に関する実態・意識調査報告書」

<<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/research/pdf/syoku-report.pdf>> (2013年6月6日閲覧)

中島義明・今田純雄編(1996)『食べる—食行動の心理学』朝倉書店

日本メディカルハーブ協会(2007)『メディカルハーブ—ハーバルセラピストコース・テキスト—』日本メディカルハーブ協会

Sukalakamala, S., & Brittin, H. C. (2006). Food Practices, Changes, Preferences, and Acculturation of Thais in the United States. *Journal of the American Dietetic Association*, 106, pp.103-108.

田中共子(2013)「在日留学生の食の健康行動にみられる文化受容過程の検討—異文化適応支援のための食育オリエンテーションに向けて」平成23年度山陽放送学術文化財団研究報告書

田中共子・高濱愛(2012a)「在日留学生における食の文化受容—異文化滞在者の食育という課題への示唆—」『2012年度異文化間教育学会第33回大会発表抄録』 pp. 146-147

田中共子・高濱愛(2012b)「在日中国人留学生と食の文化受容—日本での食生活に対する満足度—」『多文化関係学会2012年度第11回年次大会プログラム』 pp. 100-103.

田中共子・高濱愛(2013)「在日韓国人留学生における食の健康行動—異文化滞在者の食の多機能性に着目して—」『2013年度異文化間教育学会第34回大会発表抄録』 pp. 152-153.

田中共子・高濱愛「異文化滞在者における食の動態と問題の認識—在日留学生の食生活調査による異文化間食育への示唆—」『日本健康心理学会第26回大会プログラム』印刷中 a

田中共子・高濱愛「異文化滞在者の食と社会文化的適応—在日留学生にみられる食の社会性—」『日本応用心理学会第80回大会発表論文集』印刷中 b

安友裕子・西尾素子(2008)「留学生の食生活と食環境との関連に関する萌芽的研究—N大学の事例—」『生活学論叢』14、pp. 83-95.

## 謝辞

本研究の一部は、平成23年度山陽放送学術文化財団の助成を受けた(代表 田中共子)。また、科学研究費補助金(課題番号 25590187 研究代表者 田中共子)の助成を受けた。

## 付記

調査2の内容は、2012年9月1日に、日本健康心理学会第25回大会・国際委員会企画シンポジウム「近隣国と日本における健康の連続性—Cross-cultural health psychologyの示唆—」において発表された。