

Study Abroad Programme 2024 Spring

学生ブログ掲載について

プログラム中に、学生の皆さんに 1 つずつブログを書いていただき、IFU ホームページのブログセクションに掲載いたします。日本の在籍大学の関係者や、保護者の方々がアクセスしてご覧になります。

詳細

ブログ内容は、英文 **200-300 単語**と、日本語の両方で書いてください。

写真を 1 枚添えて提出してください。

（裏参照：英国研修 学生ブログ（英文） 一部抜粋）

滞在中に感じたこと、学んだこと、気づいたこと、ホストやプログラムの思い出など、内容は自由です。

提出期限（時間厳守）

3 月 19 日（水）18：00 （全学生共通）

提出方法

Eメールにて、info@ifu-japan.net に **Word** に記事と写真を一緒に掲載したものを送付してください。（1 枚に収める必要はありません。）

※難しい場合は、別々で送付いただいても構いません。

※Eメールでの送付が難しい場合は、USB に保存し、スタッフに提出してください。

ブログ掲載先

I.F.U 国際大学連合 HP 英国研修報告ブログ（<http://www.ifu-japan.net/wp7/>）

パスワード：spring2024uni

About the difference between Japanese and British food culture

First of all, I was surprised by the differences between various cultures and Japan since I came to Wales. There were countless cultural differences, such as not having a bathroom or talking to strangers on the way.

Among them, the thing that I was the most surprised at is the difference in food culture. In Japan, we eat rice, miso soup, natto, etc., but in the UK, we learned that we can eat corn flakes for breakfast, and meat and moderate vegetables in addition to fried foods such as potatoes for lunch and dinner. I came to Wales and I like British food, so I don't miss Japanese food very much.

British food has a large amount of fish and chips, and it is very easy to get physical strength because there are many kinds of meat dishes. While there are many good features like this, I realised that there are some problems in terms of health.

For example, because there are many greasy things, it is easy to get lifestyle-related diseases or an unbalanced diet.

This time, while studying abroad and actually living, I felt that while there were delicious dishes, I needed to manage my own meals.

I'm also interested in the food culture of other countries, so I want to go to Africa and South America next time.

Thank you for giving me a very valuable experience this time.

日本とイギリスの食文化の違いについて

まず、私はイギリスに来てから日本とのさまざまな文化の違いに驚きました。風呂場がなかったり、道ゆく知らない人に平然と話しかけていくなど数えきれないほど文化の違いが多くありました。

その中でも一番驚いたことは食文化の違いです。日本ではご飯や味噌汁、納豆などを食べていますが、イギリスでは朝食にコーンフレーク、昼食と夕食ではポテトなどの揚げ物類に加えて肉や適度な野菜が食べられていることを知りました。私はイギリスに来てイギリス食が口に合うので、あまり日本食が恋しくありません。

イギリスの料理はフィッシュ&チップスなど量が多いものが多くとてもお腹にたまり、お肉料理の種類も豊富であるため体力もつきやすいです。このように多くのよい特徴がある一方で、健康的な面ではいくらか問題があることに気づきました。

例えば、脂っこいものが多い為、生活習慣病になりやすかったり、偏食になってしまいがちだということです。

今回、留学をして実際に生活していく中で、美味しい料理がある一方、自分で食事を管理していく必要があると感じました。

私は他の国の食文化も興味があるので今度はアフリカや南アメリカに行ってみたいです。

この度はとても貴重な経験をさせていただきありがとうございました。

