

ホンバン国際大学での健康調査

ベトナムの学生と日本人の学生との食生活についてその内容や食事の摂取頻度等を比較する目的で調査を行いました。日本と同じくコメを主食とする食文化ですが、食べ方は日本と異なり、多種多様な料理(おかず)を米飯の上に乗せる丼タイプが多くみられました。ベトナムでは料理を出す屋台が早朝から夜まで営業しており、店で食べるだけでなくテイクアウトもできるため学生達も頻繁に利用している様子がうかがえました。ファストフードチェーンも多数進出し、今後ベトナムの食生活も大きく変化することを肌で感じる事ができました。今後も日越の食事調査を継続したいと考えます。

食部門 喜多野宣子



ベトナムの学生の昼食



ホンバン国際大学の学生食堂



ベトナムの学生は腹筋が苦手？



活気あるホーチミンの街

ベトナムの学生と日本の学生との体力および活動量を比較する目的で測定を行いました。ベトナムの学生は、通学にバイクを使用している人が非常に多いため、日本の学生より1日の活動量(歩数)が少ないようでした。同時に体組成の測定も行いましたがこちらも全体的に筋量が少なく、活動状況が体力測定の結果に反映されているように思いました。今回の測定では日々の生活での活動量が大切であることを改めて認識しました。

運動部門 小森康加



ベトナムの学生と日本の学生との心の健康(自己効力感や集団性等)について調べました。ベトナムの日本語学科の学生6~12名のグループを作り、グループでの集団活動(パラバルーン)の前後で心理的な変化が起こるのかを調べました。どの学生も楽しそうにグループ活動に参加し、調査ではほとんどの学生から自己効力感の上昇が認められ、今後より詳細な分析を実施する予定です。

心理部門 山口直範 竹端佑介