

今回のテーマ

食生活や日本食についての座談会

人種や年齢、職業など多種多様なバックグラウンドを持つニュー Yorker 5人にお集まりいただき、普段の食生活や日本食について率直な意見をお伺いするべく「座談会」を開催しました。
 ニュー Yorker の嗜好性や消費動向、トレンドなど、臨場感のある食生活が垣間見えてくると思います。



あなたや家族が好きな料理の分野はなんですか？

モデレーター



スーザン・ミヤギ・マコーマック氏
 オンラインマガジン『Japan Culture NYC』の創設者兼編集長。母親は日本人

ジル: ひとつに絞るのは難しいですが、タイ料理が大好きで、私にとって定番みたいなものです。私はボーイフレンドと同居していますが、**日本食、タイ料理、イタリアン**をよく食べます。子供の頃はもっと多様なジャンルを食べていましたね。

イン: 家族が保守的な味覚の持ち主だったので、**幼少期は中華料理や広東料理**を好んで食べていました。でも私自身はかなりオープンでフレキシブルなので、何でも食べます。**日本食も大好き**です。**イタリアン**も好きですね。嫌いな料理は特になのですが…ベトナム料理はちょっと苦手かもしれないけど、それ以外は何でも大丈夫です。

ヘイリー: 日本食はもちろん大好きです。数年前に中国に行って火鍋を食べたら、スパイスに対する味覚が広がった感じがします。だから**辛いインド料理や四川料理**が大好きです。ピザも好きだし…本当に何でも好きです。キノコは苦手ですが、食べられないのはそれくらいです。**子供の頃は一般的なアメリカの食事が多かった**ですが、**ニューヨークに住んで食事の選択肢が広がりました**ね。どんな分野に対してもオープンです。

ナヴィン: **子供の頃はピザばかり**食べていましたね。母は新しいことに挑戦するのが好きで、マレーシア料理とか幅広い分野の食事を作ってくれます。父もあれこれ作ってくれます。**ニューヨークに住んでいるので多様な食生活を楽しんでいます**。

ティン: **両親の影響で中華料理ばかり**食べて育ちました。料理しやすく健康的だったからです。**大人になるにつれ味覚が広がり、食通になりました**。美味しく調理されたものなら何でも食べます。食物アレルギーもないので助かっています。コロナ禍では普段より料理する必要があったので、**新しい分野に挑戦してレパートリーを広げることができました**。その時に学んだ食材やレシピは今でも活用しています。

食材の買い物や外食をする際、重要視していることは？

参加者



ナヴィン・クマーさん
(Navin Kumar)

マンハッタン区イーストヴィレッジ在住
年齢: 30代
人種: アジア系
収入: 10~15万ドル
職業: リサーチャー
家族構成: カップル、子供なし

ティン: 最近はヘルシー志向なので健康的な原材料かどうか重視しています。有機、地元産、油脂や添加物が多すぎないこと…など。もちろん、値段も気にします。私はせっかちなので、席に着くまでに2時間待たされるような流行の店にはあまり行きません。

ナヴィン: 毎週日曜日にパートナーとその週の料理について話し合います。料理本は何冊も持っています。私が全部決めて、日曜日に彼女が食材を買いに行きます。主に**ファーマーズマーケット**で買うようにしていて、そこで入手できない場合は肉屋やスーパーマーケットに足を運びます。彼女は事前に計画を立ててから買い物します。今は母が家に遊びに来ているのですが、母は買い物に行って、その場でその週に何を作るかを考えるという違うスタイルです。格段に品質が良いので、できるだけファーマーズマーケットで買い物をするようにしています。

ヘイリー: 自炊のために食料品を買う時は、**間違いなく値段重視**です。私はちょっと不便な地域に住んでいて、大きな食料品店まで徒歩15分かかるので『Instacart』(宅配代行サービス)をよく使います。でも、ほしいものが入手できないことがよくありますね。**健康にも気を遣いますが**、日本食料品店が近くに2軒あるので、ついラーメンを買ってしまいます。日本食料品店の魚介類は新鮮でいいですね。味噌もよく買います。外食する時には、『Instagram』のおすすめを参考にします。

イン: 私は「その時何が食べたいか?」という気分で食料品を買い出します。数日に分けて食べられるように多めに作ります。外食も同じで、イタリアンの気分だったり日本食の気分だったり…。**レストランを選ぶ際、交通の利便性やその分野の専門的な地域など…『Google』で検索して確認します。**まず一度試して、よかったら再度行くことも多いです。

ジル: 私も**健康と栄養を優先**しています。でも、**予算も重要**なので、安さを優先してあまり健康的でない選択をしてしまうこともあります。私は最近大学を卒業し、教師になったばかりで、収入はそれほど多くはありません。私の冷蔵庫は小さめなので、週3回買い物に行かねばなりません。『トレーダージョーズ (Trader Joe's)』は比較的安価で家から徒歩4分の立地なので、週に1~2回は足を運び、主な食料品を調達します。『テンイチマート (Ten Ichi Mart)』という日本食料品店が徒歩7分のところがあるので、買い足すこともあります。夏期、授業がない時にはあまり計画を立てませんが、学期が始まると、食事計画を立てて下ごしらえをし、大量に作るようにしています。そして残り物をお弁当として持って行きます。ほかに果物や野菜はフルーツスタンドを活用しています。

ナヴィン: 外食するのは主に2つの目的で、友人と食事をする時と、ショーやコンサートに行く時です。普段から、SNSや『イーター (Eater)』『インフラチュエーション (The Infatuation)』といった**メディアのおすすめをリスト**にしています。ショーやコンサートに行く場合は、『Googleマップ』を使って、リストの中からなるべく会場近くのレストランを選びます。でも、私は**SNSやメディアのおすすめを鵜呑みにせず、写真を見て吟味**します。友人のおすすめはあまり信用しないようにしています。伝統的な店やニュー・アメリカンには行かないようにしています。フュージョンも避けています。

ヘイリー: 私も同じように**リストを作っています**。私はマンハッタン区のミッドタウン、ボーイフレンドはブルックリン区のグリーンポイントに住んでいるから、あらゆるレストランがあります。**歩いていて見つけたレストランを『Googleマップ』に保存**することもあります。でも単に「あ、美味しそう、食べに行こう! お腹空いた」のように**直観で決める**こともあります。

ティン: テイクアウトの場合は、一緒に食べる人みんなが楽しめるように選びます。いろんな場所に出かけて「あの人にはこれ、この人にはあれ」と選ぶのが好きです。**ネット注文したり電話したりするのも厭わず、複数の店を回る**こともあります。もちろん、面倒な時もありますが、いつもみんなが楽しめるものを選ぶように心がけています。私の近所には、あらゆる分野でお気に入りの店があります。それらが私の定番で、あまり新規開拓はしないです。でも若い頃は「話題の店に夢中になって、予約して、行列に並んで…」といったこともやりました。でも、話題の店で高いお金を払って食べてもあまり良くなって、「過大広告だなあ」と思った経験も多々ありました。

参加者



イン・チェン・ラムさん
(Yin Cheung LAM)

マンハッタン区イーストヴィレッジ在住
年齢・性別: 30代 男性
人種: アジア系
収入: 10~15万ドル
職業: パブリックリレーション
家族構成: 既婚、共働き、子供なし

参加者



ヘイリー・モスさん (Hayley Moss)
マンハッタン区ミッドタウンイースト在住
年齢・性別: 30代 女性
人種: 白人
収入: 5~10万ドル
職業: イラストレーター
家族構成: 独身

ジル: 流行のレストランに行くのは賛成です。でも、ニューヨークにはおいしい食べ物や店が数多くあります。私は自分の時間を大切にしているので、話題の店で食べるために並んだり、面倒な手続きを踏んだり…というのは、私には向かないですね。私はよく歩き回って、気になる店を『グーグルマップ』に保存しています。最近引っ越したばかりなので、**新しい場所を探検して、気になる店を見つけたら保存しています。**また『イェルプ (Yelp)』をよく使っていて、時間をかけてレビューを読んでいます。**特定の料理が食べなくなったら、その料理を出す店が集まる地域に出かけるのが好きです。**時間があるときは、タイ料理を食べにエルムハーストに行ったり、フラッシングの飲茶に行ったり、アーサー・アベニューのイタリアンに行ったり。その人種が住むコミュニティに行くのが楽しいです。

*注釈:エルムハーストはクイーンズ区にある多国籍な地域で、南米各国や、中国・マレーシア・インドネシア・タイなどアジア系の本格的なレストランが多い。フラッシングには大きな中華街がある。ブロンクス区にあるアーサー・アベニューはイタリア人街が広がる地域。

イン: 一人で外食する時は急いでいないことが多いので、時間をかけて調べるように心がけています。どうしても気になる店の場合は、『イェルプ』と『グーグル』、そして時には『イーター』など複数の口コミサイトを見て、一貫性があるか確認することもあります。でも、だいたい一般的な口コミサイトを見て「フラッシングのトップ10レストラン」など、何かしらのトップ10を選んで、おもしろい店や料理を探します。メニューを見て、詐欺みみたいな店じゃないかもチェックします。フュージョンは避けるようにしていますが、見たことのない興味深い料理を出しているなら、試す価値はあるかもしれないですね。一度試して良し悪しを判断します。

外食の頻度は？ (テイクアウトも込みで)

ヘイリー: だいたい週に3回程度です。

ジル: 週に1~2回です。

ティン: 少なくとも3~4回ですね。家計を圧迫しますが…。帰宅が遅くなると、料理や雑用が面倒になります。一から料理するのは好きですが、週に何日かはそういう気になれないのです。

ナヴィン: 彼女には、週に7日は料理してほしいと説得していますが…。外食は週に3回程度で、友達に会うためとショーに行くためですね。何かのついでに外食するという感じで、食事だけのために外に行くことはないですね。

イン: テイクアウト込みで週に3~4回くらいですね。

参加者



ジル・ロバーツさん (Jill Roberts)
マンハッタン区ロウワーイースト在住
年齢・性別: 20代 女性
人種: 白人
収入: 5~10万ドル
職業: 教師
家族構成: 独身、ボーイフレンドと同居

日本食についてどれくらいご存じですか？ 日本食のイメージや印象を教えてください

ナヴィン: 若い頃は、日本食といえば回転寿司だと思っていました。大人になるにつれ、**日本食には多くの種類があることに気づき、家でも頻繁に日本食を作るようになりました。新しい日本食を試すのが好きです。**

そして、アジア食文化に起こる同化のプロセスにも興味を持つようになりました。日本食が、どんな影響を受けて形成されたかを学ぶのは楽しいです。**日本食は、長い年月をかけて多くの影響を受けた料理のひとつだと思います。そして、料理の種類や産地が明確に区別されていて、とてもクールだと思います。**

ティン: 子供の頃、**日本食に関する最初の記憶は「生魚」**でした。両親はよく料理をしましたが、生魚を出すことはなかったので、生魚を食べるなんて想像もできなかったですね。でも、20代前半に初めて生魚を食べたら大好きになって、もう元には戻れません。それ以前は、ラーメンをよく食べていたので、どちらかというと調理された食べ物が好きだったと思います。その後、**寿司が大好き**になって、2~3週間に1度くらい食べたくります。**家では日本の調味料をすべて揃えています。**ごま油、日本産マヨネーズやサラダドレッシング、ふりかけ、スパイスミックス、みりんなど何でもあります。何か日本食を食べたい気分の際は、自分で作ります。蕎麦ならすぐに簡単に作れますね。ごま油とごまドレッシングをちょっとかけて、サラダに和えるだけなのですが、最近のマイブームですごく美味しいです。夏には最高でよく作ります。ラーメンも大好きで、外食もするし家でも作ります。乾麺も使いますが、最近では日本企業が生産販売している生麺をよく買っています。レストランで使われていると聞きましたし、本格的です。学生の頃は、お腹を空かせた貧乏学生の定番で安価な乾麺をよく食べていましたが、今はより良いものを食べたいですね。

ジル: 私もち若い頃は、**日本食と言えば主に寿司**だと思っていましたが、**大人になって、数々の料理を試すよう**になりました。幼少期は両親が鶏肉と魚しか食べなかったから、料理の種類も限られていましたが、両親も年を重ねるにつれ、日本の焼肉やラーメン、うどん、カツなど、**バラエティ豊富な日本食を食べるよう**になりました。今はラーメンとうどんがお気に入りです。子供の頃は寿司が好きでした。

イン: 日本料理がいかに多様であるかということは、みんなが話している通りで、私も十分理解しています。でも、私が日本料理について考える時、いくつかの重要なことが浮かび上がってきます。まず**伝統**です。**食材や調理器具の豊富さ、奥深さ**に感銘を受けます。数百年の歴史を持つ職人が作る包丁は見事です。私は京都に行った時、300年以上の歴史があるお店に行きましたが、出汁が秀逸でした。そこで調味料をどっさり買って持ち帰りました。日本食は伝統的であると同時に、**それ自体がひとつの芸術や工芸品のよう**だと思います。そして**味の純粹さ**。寿司はとてもクリーンな味だと思います。もちろん、クリームやトマトソースを使った濃厚な日本の洋食もありますが、ある種の料理はクリーンな味がします。私は寿司を食べるときは、醤油の味と混ぜず、魚本来の味を楽しみます。

ヘイリー: インは私の言おうとしたことを全部言ってしまいました！ 私が**最初に連想したのは「クリーン」という言葉**です。天ぷらなどもありますが、多くは**純粹で健康的**で、重たい食材をあまり使っていません。そして工芸品でもあり専門的でもありますね。日本には、ただ焼き鳥を焼いているだけのような小さな店が数多くありますが、彼らはとても時間と手間をかけています。寿司屋だって、ネタを触らせてもらう前に、シャリを作るのに何年も修行をしますよね。とても大変なことです。その分、味は最高です。だから、一度日本に行ってこっちに帰ってきたら「アジア・フュージョン？いいえ、私は結構です」みたいになってしまいました。でも、若い頃の日本食の印象は寿司とHIBACHI（鉄板焼き）でした。鉄板焼きは子供の私にはちょっとレベルが高かったけど、**寿司が出発点**だったのは確かですね。

参加者



ティン・ワンさん (Tin Wong)
マンハッタン区スタイトウン在住
年齢・性別: 50代 女性
人種: アジア系
収入: 5~10万ドル
職業: 教育者、チューター
家族構成: 独身、両親のケアをしている

どれくらいの頻度で日本食を食べますか？

ティン: **外食やテイクアウトだと少なくとも2週間に1回程度、自炊だと週に1回程度**ですね。日本食を作りたいときには、『ユーチューブ』動画を見ます。さっきも言ったように、蕎麦は最近のマイブームです。寿司はテイクアウトすることが多いです。コロナ禍では、魚の切り身も食べたくなり注文していました。レストランが閉鎖された時には、卸売りが宅配を始めたので、活用しました。最近は最低注文金額が増えて、注文した魚介類を食べきれなくなったので、レストランの営業再開後は、またレストランを活用しています。

ナヴィン: 日本食を食べる頻度は正確に把握できていませんが、**外食と自炊両方でいたい2週間に1回程度**でしょうか。私たちは、主に2冊、有名な日本料理レシピ本を使っていて、あれこれ日本料理を作ります。名前を思い出せないのですが、イギリスには有名な日本料理本の著者がいます。私のパートナーは、新しい料理に挑戦していて、時には寿司も作ります。イーストヴィレッジには寿司品質の魚を提供する店がいくつかあるし、チャイナタウンにも寿司用の魚を置いている店がいくつかあります。もっと珍しい食材を使おうと試しています。何だったか覚えてないですが、最近、ブルーチーズを使った料理や、何という名前か忘れてましたが柚子と唐辛子を使った料理も作りました。あまり知られていない日本食材を使うようにしています。

ヘイリー: **寿司を注文するのは2~3週間に1回**くらいです。でも、この夏は何回かおまかせ寿司に行きました。家では...お味噌汁を作る程度でもよければ、週に3回くらいですかね。**日本食フルメニューだと週に1回**くらいです。

イン: 時々無性に寿司を食べたくなるので、**外食はたいてい寿司なのですが、平均すると2週間に1回程度**でしょうか。多い時は1週間に1回行きます。家で料理をする時は、あまり冒険しません。料理はまあまあ上手だと思いますが、日本食はあまり作らないですね。**うどんとか照り焼きなどを入れたら平均して週に1回程度**ですね。さっき言ったように、3日分くらいまとめて作るので、トータルで月に4、5回くらいでしょうか。

ジル: 私は**週に1~2回**くらいです。近所の『テンイチマート』という日本食料品店で明太子を買ってきます。私にとって夏の常備食みたいなもので、パスタを茹でて明太子を和えます。日本のカレーもよく使います。最近は、夜8時以降に50%オフの特売をやっているんで、この数週間は、4ドルのちらし寿司を何度も買っています。そのうち飽きると思いますが…。



どこで日本食材を買いますか？

イン: 普段はそんなに多くの量や種類を買わないので、**一般的なアジア食料品店で揃うもので満足**しています。照り焼きソース、日本のクリームソースや日本スタイルのカレールーなど…米もアジア食料品店で買いますね。

ナヴィン: イーストヴィレッジにあった『サンライズマート (Sunrise Mart)』という日本食料品店が閉店してからは、**ほとんどのものはアジア食料品店の『Hマート (H Mart)』**で代用できています。一般的な商品なら並んでいるし、珍しいものもあります。**最近『アマゾン』**で買いますね、ほしい商品はだいたい揃います。

ヘイリー:私は日本食料品店の『ダイノブ (Dainobu) 』が『片桐 (Katagiri) 』で買っています。『片桐』で売っているおにぎりはとっても美味しいです！作りたてで、ソフトボールみたいな大きさなのです。
あと『ウィー (Weee!) 』というネットショップでも買います。日本食材に限らず中国や韓国などのアジア食材、ヒスパニック食材も揃います。アプリもありますよ。

ティン:私は長年、マンハッタンやエルムハースト、フラッシングなど各地域のチャイナタウンにあるアジア食料品店を使っています。日本産マヨネーズをはじめ、数多くの調味料があって、私には欠かせない存在です。乾麺の蕎麦もいつも在庫があるし、みりんも置いています。エルムハーストの方がマンハッタンより少し安いと思います。母がエルムハーストに住んでいるので、食料品の買い物はそこで済ませることが多いです。
『ホールフーズ・マーケット (Whole Foods Market) 』や『トレーダー・ジョーズ』など米系スーパーマーケットで買える日本食材もありますね。日系企業の生麺は『ホールフーズ・マーケット』で買うことが多いです。日本食材は主にアジア食料品店で買いますが、あちこちに売っていますよね。

スーザン:今は多くの店で日本食材が買えるのでいいですよね。10年前は、例えば柚子胡椒を探していると「それは何ですか？」みたいな感じでしたが、今は定番化して、アジア食料品店じゃなくても、あちこちに並んでいますよね。

ヘイリー: 中国に行った後、胡椒や唐辛子を多く使うようになりました。以前は豆腐の食感が苦手でしたが食べるようになりました。私はあまり料理をしなくて、よほど時間があって何もすることがなければやりますが、「よしカレーを作ろう！」みたいな気分になるのは年に1~2回です。新しいことに挑戦するのは好きだし、簡単なものはやってみたいですが、すごく努力が必要ならあまりやりたくないです。



日本に行ったら何を食べたいですか？

(日本で食べる寿司は最高に美味しいので、寿司以外で考えてみてください)



ティン: 私は甘いものが大好きだから、デザートのお店に行ってみたいです。

ニューヨークのレストランで一度だけかき氷を食べたことがあります。その後、家に帰ってすぐ製氷機を買いました。かき氷に練乳と抹茶ソースと小豆をかけるのですが、まるで魔法のような組み合わせなのです。

ナヴィン: 僕は、都市文化を学ぶのが好きなので、間違いなく東京に行きたいです。実は、もうすぐ初めて日本に行くのです。日本に姉がいて、あれこれ勧めてくれましたが、自分でもインターネットを使って調べました。以前は、日本語を読んだり、日本国内を移動したりするのに、ある程度の知識が必要でしたが、今はITで便利になりましたね。今回、『ブッキングドットコム (booking.com) 』を使って、日本語を話せても辿りつけような、熱海にある小さな温泉を予約しました。レストランもじっくり調べて、よい情報を見つけましたが、「自分がやりたいことに集中して、その近くによい店があればそこに行こう」という感じです。

一番興味があるのは、アイス料理とか、ニューヨークでは食べられないものです。東京にはアイス料理屋が1軒しかないそうです。相撲が好きなので、相撲部屋の近くの鍋料理屋にも行きたいです。

スーザン: 沖縄料理店にぜひ行ってみてください。沖縄は私の母が育った場所です。



ヘイリー: 私は、東京、京都、長野、大阪に行ったことがあります。北海道のニセコでスノーボードをしてみたいです。**北海道のバターコーンラーメン**は食べたことがないですがすごく気に入ります。あと、**ウニやカニ**など**海の幸**も食べたいですね。

イン: 実は来週、京都に行く予定なのです。もう何回も行ってはいますが、飽きない場所です。でも、もし僕が行きたい場所を選ぶとしたら北海道ですね。**北海道は冬も春も魅力**があります。姫路や奈良にも行きましたが…**関西を全部回りたい**とずっと考えています。直島にも行きたいですね。食べ物では、**懐石料理は試してみる価値がある**と思います。京都の有名な懐石料理店には行ってみたいです。きっとかなり美味しいと思います。ランチはそんなに高くはないですが、ディナーは高そうですね。それとは別に、**もつ鍋も食べたい**です。

ジル: 私はまだ日本には行ったことがないのですが、ぜひ行きたいです。今はまだ大学院に通っているのですが、できれば2年後に考えています。私は英語教師なので、英語を教えながら日本に住みたいです。もし2年後に実現したら、東京も京都もいろんな場所を探検したいです。食べ物の面では、もちろん、何でも食べたいです。友人たちが「**日本で食べた焼き鳥は、ニューヨークやアメリカで食べた焼き鳥と比較にならないほど美味しかった**」と言っていました。私はあまり肉を食べずに育ったので、**上質な肉を試してみたい**と思っています。バリエーション豊かな肉の調理法を試してみたいです。

スーザン: **日本各地を旅行すると、その地方の料理も見えてくる**ので楽しいと思います。新幹線で旅をするなら必ず**駅弁**を買ってくださいね。地域ごとの特色が出ていて興味深いです。

ヘイリー: **コンビニ**にも行かないと！本当に便利なんですよ。

ティン: **神戸牛**を忘れてました！いつかぜひ食べないといけません。

スーザン: 私は**岐阜県の飛騨牛**も美味しいと思いますので、ぜひ！

いかがでしたでしょうか？

途中で、バラエティに富んだ日本食のお弁当と日本茶を楽しみつつ、和やかにディスカッションしました。

これから新規輸出や販路拡大を考える企業のみなさまにとって、ニューヨーカーのリアルな食生活を知るきっかけになれば幸いです。

(写真全て:JETROニューヨーク事務所撮影/参加者紹介は名字アルファベット順)

【レポート執筆者】



日本食品海外プロモーションセンター (JFOODO)
海外フィールドマーケター (ニューヨーク)

太田 あや (OTA Aya)

BIO ARTS NYC, INC.代表。

食・健康分野を中心に、事業コンサルティングや市場調査、視察研修のほか、フード&ヘルスライターとして執筆経験も多数。

日本の自治体や政府と共に、バイヤー招聘事業や知事現地トップセールス時の広報・コーディネート業務など、数々の日本産品輸出拡大プロジェクトを支援。ニューヨーク市場への日本産食品・酒類の輸出拡大に取り組んでいる。

【免責事項】本レポートで提供している情報は、ご利用される方のご判断・責任においてご使用下さい。

ジェットロでは、できるだけ正確な情報の提供を心掛けておりますが、本レポートで提供した内容に関連して、ご利用される方が不利益等を被る事態が生じたとしても、ジェットロおよび執筆者は一切の責任を負いかねますので、ご了承下さい。