

ソーシャルメディアから見る私たちの食生活

—SNS が及ぼす食への影響—

柴田 樹

本論文では、SNS が及ぼす私たちの生活の影響として、ソーシャルメディアから見た私たちの食生活について述べている。

近年、IT 技術の急速な発達に随伴するようにして日本社会は成長の一途を辿っている。スマートフォンの普及も記憶に新しく、それによって人々がメディアに増える機会も多くなった。それに付随して SNS の認知度や浸透性も以前よりも増した。

また、それらの普及により私たちが情報を得る手段やメディアからの情報量も増したため、利活用するユーザー一人ひとりにより一層の責任能力や能力（情報リテラシー）を要求されるようになった。

私たちの生活には日々の情報が不可欠であり、衣食住どれをとってもそうである。

「食」に注目してみると、「健康食」や「正しい食生活」など人々の食事に対する意識は社会の変化に適応するように身体健康意識と共に変化してきた。その他にも料理のレシピや外食をする際のネット予約など、メディアを通した「食」へのアプローチ方法は以前よりも多角的なものになった。それにより利活用する各々にとって適切に必要な情報を享受し、反対に不必要な情報の排除する必要性も高まった。しかしながら、それらは困難を要し、メディアを通した情報の利活用に関する様々な問題も多く生じているのが現状である。

第1章では、「ソーシャルメディアの普及の変遷とそれによって変化した社会」について論じる。SNS の歴史や事例をもとにそれぞれの特徴や普及した要因、同時期に社会で起きた SNS が原因と考えられる事象について紹介すると共にそれらについて考察していく。

第2章では「ソーシャルメディアが与えた「影響」～私たちの食生活との関係～」と題し、前章で考察・論じた内容を私たち人間が生活する上で欠かすことのできない「食生活」との関係性について論じる。「食のトレンド」から起きた事象をもとに、社会的要因の中で SNS（メディア）が関係していると考えられる事例を取り上げ、そこから前述したタイトルについて紐解いていく。

第3章では「健康意識の変化が実際に人々の健康に対して与えた作用」について論じる。2つの事例と共に日本以外の国での事例も紹介し、食生活を通した健康意識の違いや諸問題の背景について考察している。

そして、終章として SNS と社会の変遷によるライフスタイルや健康意識の効率化、さら

には食生活までの影響について事例とともに論じた前章までをまとめる。また、それらを踏まえた上で、筆者自ら SNS と私たちの食生活の展望について考察として論じる。