

津山恵子の NY発 グローバル随想



第5回

ストイックなミレニアル

イラスト・題字：長峯亜里

究極のダイエットで減量と節約

ヨガ、^{めいそう}瞑想、デトックス(体内浄化)、ダイエット、グルテンフリー、ドライ・マンズ(アルコールを飲まない月)——。米国で最大の消費者層となったミレニアル世代(1980年～2000年代に生まれた世代)と付き合っていると、こうした話題に必ず直面する。

私は、ニューヨーク市クイーンズ区の移民が多い地区に住んでいる。家賃が中心部のマンハッタンより多少安いので、ブルーカラーの移民が多いほか、収入が少ないミレニアルがたくさん住んでいる。

彼らと夕食を共にしたり、ジムに一緒に行ったりしていると、ダイエットなど前述の話は避けられない。

例えば、近所のバー経営者ソーニャ(34)にヨガの後、コーヒーとスモークサーモンのベーグルを食べに行かないかともちかけた。

「今、究極のダイエットをしているから、コーヒーもスモークサーモンもNG」と断られた。いつまでダイエットをしているのか尋ねると、「分からない」と言う。彼女も減量が目的だが、同居しているボーイフレンドは30キロ以上の減量を目指しており、達成するまで続けるという。さらに、外食をやめて全てを自炊するようにした結果、1カ月に500ドル以上節約できた。これは、収

入が安定しない多くのミレニアルにとって、魅力的な結果だ。

隣のアパートに住むアレン(24)は最近、1週間にわたり、近所のバーでジンジャーエールを飲み続けた。アイルランド系米国人で、大酒飲みの血は親族から来ている。

毎日同じバーに通い、ビール数杯は簡単だった。しかし、テネシー州の実家に休暇に戻った際、50代の両親があまりにワインを飲みすぎるのにびっくりした。飲酒をコントロールすることはできないというのを両親に見せるために、バーでジンジャーエールを飲み始めた。残念なことに、両親からは何の反応もないという。

大量生産、大量消費に否定的

11月下旬の感謝祭から12月のクリスマスまでパーティが多く、つい飲み過ぎてしまうことを反省し、体調を整えるために、新年になって1～2月を「ドライ・マンズ」として、アルコールを断つミレニアルも多い。厳格なものではなく、家族の集いなどでは禁を破るが、友人とは一切飲まない。

かといって、飲みに出かけないわけではない。友人との打ち上げや誕生会には参加するが、水かジンジャーエールを飲んで過ごす。つまり、ミレニアルは健康維持に気を使うと同時に、パーティなどで人と交わることも重要視している。