

一人ひとりが、どのようになごことをすれば 和食文化の継承につながるのか？

ふだんの食生活と、それぞれの家庭に息づく和食文化。大きく二つの側面から見た今回の調査で見えてきたものは、男女間・年代間の実践や意向の違いでした。

女性の68.4%が「ほぼ毎日」食事を作ると答えた一方、男性の29.3%が「まったく料理をしない」と回答。平日の夕食は「内食が多い」60代が94.8%の一方、20代では80.5%であり「中食が多い」が13.0%に。また「1ヵ月以内に米を食べた」全体が93.2%に対して、男性20代では81.6%。「お正月・大みそか」の行事食において「手作りもしくは手作りと購入してきたもの」と60代の89.3%が答える。一方で20代では73.7%でした。

71.9%、30代が53.3%実践している一方、今後増やしたい意向は60代で51.3%、30代は55.4%と、いずれも実践度は60代が上回りますが、意向では30代女性の方がやや上回り、旬や栄養バランスなど伝統的な和食文化をもっと取り入れたいという30代の姿が見られました。

どうしたら和食文化を未来に伝えていくのか。そのためには、実践度や意向に違いのあるそれぞれの年代や性別に合わせたアイデアを考え、きめ細かく実施していくことの重要性がうかがわれます。これまで、家族がひとつの食卓を囲むだらんの場や、料理の手伝い、地域の行事などで自然と受け継がれてきた和食文化は、時代の変化に合わせて、新しい継承の道が必要としているのではないのでしょうか。本検討会ではどのようなにしたら次の世代に和食文化をつなげていけるのか、新しい継承のための試みを検討し、そのポイントを整理しました。



- 女性60代**
- 専業主婦(59.2%)、パート・アルバイト(13.7%)
 - 食への関心度 「食べること」(83.6%)「作ること」(67.5%)
 - 和食文化の継承実態(教わった:46.5%、伝えた:32.4%)
 - 外国人に紹介したい和食文化がある(33.3%)
 - 食の情報源(親、テレビの料理番組、レシピサイト、料理本)
 - 食品の購入場所(スーパー、直売所、デパート)
 - 自宅での調理頻度 ほぼ毎日:85.3%、平日の夕食 家族と:77.4%



- 女性30代**
- 専業主婦(35.1%)、会社員(30.1%)
 - 食への関心度 「食べること」(84.3%)「作ること」(67.6%)
 - 和食文化の継承実態(教わった:31.6%、伝えた:13.5%)
 - 外国人に紹介したい和食文化がある(22.9%)
 - 食の情報源(親、レシピサイト、テレビの料理番組、料理本)
 - 食品の購入場所(スーパー、コンビニ、ドラッグストア)
 - 旬の食材、栄養バランスなどの意向が女性60代を上回る



- 男性20代**
- 会社員(44.3%)、学生(20.3%)
 - 食への関心度 「食べること」(64.8%)「作ること」(44.4%)
 - 和食文化の継承実態(教わった:17.8%、伝えた:7.8%)
 - 外国人に紹介したい和食文化がある(12.5%)
 - 食の情報源(親、テレビの料理番組、テレビのグルメ番組、自分の外食での経験)
 - 食品の購入場所(スーパー、コンビニ、ドラッグストア)
 - 自宅での調理頻度 1ヵ月間まったくしない:36.2%
平日の夕食 ひとりで:38.6%

〈調査概要〉

■調査方法:インターネットによるアンケート ■調査地域:全国 ■調査対象者:20~69歳男女(2014年10月1日人口推計に準じ都道府県、性年代を割り付け) ■サンプル数:10,235サンプル ■調査期間:2015年10月15日(木)~19日(月)

継承していききたい和食文化とは

次世代に伝えたい

和食文化に息づく心とかたち。

昨年度の検討会では、和食文化の保護・継承に本格的に取り組むに当たり、保護・継承の対象となる和食文化について検討を重ねました。本検討会では、昨年度の「和食文化を成り立たせているものは何か」についての提言を受け、「未来へと継承すべき和食文化とは何か」についての議論を重ねてきました。

料理としての和食は時代とともに変化します。その時代を生きる人々の価値観や環境の変化、新しい食材や技術の進化などによって、これからも変わり続けていくでしょう。こうした中、和食文化の普遍的な価値である「和食文化に息づく心とかたち」を、多くの人にわかりやすく示すことが大切だとあらためて確認しました。

生まれるのではないかと考えられます。自分のできる範囲で、少しずつでも和食文化を取り入れたいと思う、こうした気持ちから自然にわき起こるような環境を作ることができれば、和食文化の確かな継承につながるのではないかと考えられます。

では、「和食文化の心とかたち」とは何でしょうか。

和食文化の心とは、自然を敬い、食材を大切にすること、食へることへの感謝の気持ち、さらには季節を感じるしつらいやおもてなしの心、家族や地域の絆を大切にすることなど、日本人が古くから持っている食に対する考え方は、食へ方、米を中心とした献立、あるいは箸づかいや配膳などの作法にあらわれているものです。そしてこの考えは今を生きる私たちにとって、日本の自然を守り、日本人らしさをつない



でいくことにもつながっていくのではないのでしょうか。

本検討会で議論を重ねた、次世代に伝えたい和食文化に息づく心とかたちを誰にでもわかりやすく書きしるし、継承の柱としました。

和食文化に息づく心とかたち

- 日本の地理や気候が育んだ多様な食材を大切にす。
- 四季折々の「旬」を楽しむ。
- 素材の持ち味を活かしながら工夫をする。
- 米中心の栄養バランスが良い健康的な食事を整える。
- 自然に感謝し、ものを大切にす。
- 食を通じて家族や地域の絆を深める。
- 地域独特の食や伝統的な年中行事の意味を知る。