

「徳島の家庭料理・郷土料理の調査および食文化の伝承」 による地域の伝統的な食文化の伝承

— 徳島県調理科学研究会 —

【取組主体の概要】

◆主な取組対象地域◆ 徳島県全域

徳島県調理科学研究会

- ・所在地：徳島県徳島市応神町古川
- ・設立時期：平成24年
- ・会員数：9名



地元の方との交流活動

【取組の経緯・問題意識】

- 家庭で調理して家族がそろって食べることが日常的であった食事形態から、料理を購入する時代と変化してきた現代では、家庭料理やその技術が廃れつつある。
- 日本古来からの行事食が家庭で行われなくなり、その料理や意味が伝承されにくくなっている。
- このような背景から、昭和30年～40年代の家庭料理や郷土料理を中心に聞き書き調査を実施した。この調査を元に、地元の婦人会や生活改善グループと学生が交流を持ち、料理の再現や冊子としてまとめることにより、郷土料理等の伝承と普及活動を行っている。

【取組の内容・特徴】

- 各地域での家庭料理や郷土料理のフィールド調査
(調査地域：美波町、那賀町、小松島市、徳島市、阿波市、三好市)
- 地元の家庭料理・郷土料理の再現・冊子作成
(これまでの実施場所：阿波市、那賀町)
- 学生と地元の人との交流による普及活動
(婦人会や地域で食生活改善に関わっている方々から地元で作られている郷土料理や家庭料理を教えてください。学生はこれらをレシピに書き下ろし、再現できる資料を作成する。この資料は、食育活動に活用している。)
- 地元JAや高校において、市民や高校生へ郷土料理に関する講演を実施



ならえ



魚の姿寿司



金時豆入りかき混ぜ寿司

昭和40年頃、家庭でよく作られていた料理

- ならえ
精進料理の一種。材料を煮てから甘酢で和える。
- 魚の姿寿司
秋祭りには”ぼうぜ(うぼぜ)”で作られるが、1年を通して様々な魚で作る。
- 金時豆入りかき混ぜ寿司
地元の食材や季節の野菜を使った五目ずし。金時豆の甘煮を入れるのが特徴。



地元の方への聞き取り調査

【取組の効果】

- 徳島県の各地の家庭料理や郷土料理を系統的に分類することができた。
- 郷土料理を知らない若い世代へ郷土の食文化の普及が進んだ。

【今後の展望】

- 食に関するイベント等において、徳島の食文化を伝え、徳島の家庭料理や郷土料理の普及を行いたい。
- 調査対象地域を増やし、各地域の料理を再現し、その特徴をまとめ、伝承していく。

食と農を結ぶ活動による地域の伝統的な食文化の伝承

— 香川県生活研究グループ連絡協議会 —

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 香川県全域

香川県生活研究グループ連絡協議会

- ・ 所在地：香川県高松市番町四丁目1番10号
- ・ 設立時期：昭和31年7月
- ・ 会員数：1,022名



讃岐ならではの「うどん打ち体験」

【取組の経緯・問題意識】

- 平成6～8年に「食と農をむすぶ活動推進事業」（香川県）を活用し、農山漁村の伝統的な食文化の良さを見直し、次世代へ伝承していくこと、生産者と消費者の交流を活性化することをねらいとして、郷土料理の掘り起こしと伝承、「ヤーコン」など、地域の食材を使った新しいメニューの提案を行う活動を実施している。
- その後、郷土料理を通じて地産地消の取り組みや地域の食材に根ざした食の知恵や技術を次世代につなげていく取り組みを開始した。

※ 郷土料理には、煮干しの出汁に白味噌を加え、餡入りの丸餅を入れた「あんもち雑煮」、寒の時期にため池で捕れたフナを大根と白味噌で和えた「てっぱい」、出汁で季節の野菜を煮込みたっぷりと汁ごとうどんにかけた「しっぽくうどん」、半夏に食べる新小麦で作った団子の「はげだんご」や地域の食材を活かした「まんばのけんちゃん」、「いりご飯」、「たくあんのきんぴら」等がある。

【取組の内容・特徴】

- 「あんもち雑煮」、「てっぱい」など季節に食べる郷土料理、「まんばのけんちゃん」、「いりご飯」などの地域の食材を活かした郷土料理のレシピ集を作成。
- 郷土料理に使われる地域の食材を学校給食へ提供し、給食だよりで生産者やレシピの紹介を行ってもらっている。
- 県民を対象としたイベントを活用し、郷土料理の試食会を実施。（年間2回）
- テレビやラジオ番組を活用し、郷土料理のいわれや作り方を紹介。広く消費者へ食文化の伝承活動を実施。（年間7回）
- 子供たちや若い世代の母親を対象に地域に伝わる郷土料理を紹介、地元食材を利用した調理方法等の体験型講習を実施するなど、地域の伝統的な食文化を次世代へ伝承する活動を各地区で実施。（年間13地区で21回）



あんもち雑煮



まんば(高菜の一種)と「まんばのけんちゃん」



米粉で団子作り

【取組の効果】

- 取組を実施した子供を中心に、家庭でも郷土料理を食べるなど関心を持つ者の増加。
- 郷土料理とそれを伝承する活動について関心が高まり、マスコミ等からの出演依頼が増加。
- 平成24年に実施した調査では、10年前に比べ、現在も郷土料理を家で作って食べる頻度が増加。（あんもち雑煮、まんばのけんちゃん、なすそうめんなど）

【今後の展望】

- イベントや若い世代への体験活動等を通じて、広く、郷土料理やそれにまつわる食文化をアピール。
- 郷土料理をアレンジすることで、地場産野菜等生産物の消費拡大や利活用のPRを行い、香川県の生産振興や地域の活性化へ寄与。
- 食と農、消費者と生産者をつなぐツールとして郷土料理等食文化の継承活動を継続。

さぬきうどんの伝統を継承し発展をはかるために文化的、技術的 活動を行う

—さぬきうどん研究会—

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 香川県全域

さぬきうどん研究会

- ・所在地：香川県木田郡三木町池戸2393
香川大学農学部（籍）
（連絡先住所：高松市鬼無町佐料200）
- ・設立時期：昭和59年1月29日
- ・会員数：119名（個人：95名、個人以外24名）



讃岐うどんの講演会

【取組の経緯・問題意識】

○昭和30年代までは各家庭でうどんの手打ちが見られた。讃岐うどんはこの伝統に支えられてきたが、今日この手打ち風景が家庭から遠のいてきた。郷土の伝統食品である讃岐うどんを、単なる技術的、品質的なことだけでなく、あらゆる視点から見据え、考え、発展させてゆきたいという思いで活動を開始した。

【取組の内容・特徴】

- 讃岐うどんの食文化の研究活動
うどんに関係する専門家などを招聘し、講演やシンポジウムを開催（年2～3回）、県民にうどんに対するアンケート調査を実施
- 手打ちうどんやうどん文化の普及活動
小学校などで手打ちうどん教室（年500名）、讃岐うどんの歴史や文化について講演（年3～5回）
- 国際交流活動
中国との「麺食文化交流」を実施、大学の留学生等にうどん教室の開催（年50名）
- 香川県などの主催行事に協力、会報「讃岐うどん」の発行、讃岐うどんに関する図書の発刊



手打ちうどん教室



会報など



日中麺食文化交流



留学生へのうどん教室

【取組の効果】

- 香川県民の意識の中に、うどんは、単に美味しい食べ物と言うだけでなく、郷土の伝統の食文化であり、伝承し発展させてゆかねばならないという認識が深まってきた。

【今後の展望】

- 今後も、これまで30数年続けてきた活動を継承し、深めてゆくつもりであるが、最近県内のうどん店が県外や、海外に進出する時代を迎え、讃岐うどんの文化を県外へ伝播させるという視点からも研究を進めてみたいと考えている。

愛媛県農山漁村生活研究協議会による地域の伝統的な食文化の伝承

— 愛媛県農山漁村生活研究協議会 —

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 愛媛県全域

愛媛県農山漁村生活研究協議会

- ・所在地：愛媛県松山市一番町四丁目4番地2
- ・設立時期：昭和45年9月
- ・会員数：809名



協議会役員・理事

【取組の経緯・問題意識】

- 愛媛県は大きく東予、中予、南予の3つの地域に分かれ、多様な食文化が存在している。また、海岸部から山間部まで変化に富む地形を有することから、それぞれの地域に固有の食文化が育まれてきた。
- 輸入食品や加工食品の増加、外食産業の発達等により食生活が変化し、各地域の豊かな食文化が失われつつある。
- 平成12年から始めた「食」と「農」に関する意識啓発において、地域の食文化への認知度の低さが判明し、体験や講座等を通じ、地域それぞれの多様な食文化の伝承に取り組むことの必要性を感じた。

【取組の内容・特徴】

- 愛媛県農山漁村ふるさとづくり推進大会の実施
県内各地の郷土料理を一堂に集めた展示会や試食、食に関する講演や活動報告、優良生活研究組織の表彰等を行い、愛媛の食文化を広くPRし、農業・農村の持つ役割や食の大切さについて理解を深め、地域に伝承された食材の知名度の向上を図っている。
- えひめ食文化普及講座の実施
栄養教諭等と協力し、児童等を対象として郷土料理づくり講座や農作業体験を実施し、地域農業・農産物への理解の促進や地域食材の消費拡大の推進を図っている。



愛媛県農山漁村ふるさとづくり推進大会



えひめ食文化普及講座

【取組の効果】

- 郷土料理・行事食の伝承の必要性を再認識してもらった。
- 郷土料理の普及啓発機会の増加等により、地元農産物の利用拡大につながった。
- 食文化普及講座に参加した児童等と保護者が郷土料理に関心を持ち、食の大切さを再認識した。
〔平成27年：実施回数48回
延べ参加者数1,985人〕
- 生産者や地域の方々との交流を通して、食文化の伝承の大切さを再確認した。

【今後の展望】

- 郷土料理や地域に伝えられた農産物の大切さをPRするとともに、愛媛県農山漁村ふるさとづくり推進大会等により、さらに、食文化の継承を推進していく。
- えひめ食文化普及講座を引き続き開催し、若い世代や別のネットワークとの交流を図り、いろいろな世代に対して、郷土料理への理解を促していく。

大洲伝統食の継承プロジェクト

—大洲市生活研究会—

【取組主体の概要】

大洲市生活研究会

- ・所在地：愛媛県大洲市大洲690番地の1
- ・設立時期：昭和53年
- ・会員数：30名

◆取組対象地域◆
愛媛県大洲市



郷土料理の実習

【取組の経緯・問題意識】

- 若い世代では、地域の食材や郷土料理などに親しむ機会が少なく、認知度が低い。
- 地域の食材やそれを活用した郷土料理など、地域に育まれた食文化が継承されるような取組が喫緊の課題である。
- 平成26年、大洲市と地域食材を使った加工食品開発を行っている大洲農業高等学校で、連携した取組ができないか検討した。そこから、大洲市生活研究会が中心となり、市内の同高校と連携して、郷土料理の継承をすると共に、地域の食材の新たな活用方法の開発に取組むこととした。

【取組の内容・特徴】

- 平成27年度は、大洲市生活研究会員が地元にある大洲農業高等学校に出向き、郷土料理や地域の食材を使ったさまざまな料理を指導した。
- 平成28年度は、大洲農業高等学校生と連携し、同高校生に大洲の郷土料理を伝承しつつ、同高校生の視点から、地域の食材や郷土料理を活用し、新メニューの開発を行うこととしている。
- 地域の食材や郷土料理を深く知り、そこから、6次産業化に向けた知識と技術の習得も目指している。



郷土料理試食会



大洲市の郷土料理

【取組の効果】

- 高校生が、地域の食材や郷土料理に興味を持ち、継承して行くことの大切さを実感してくれた。
- 地域で、昔から伝えられている調理方法を学ぶ機会となった。
- 高校生が、教わったメニューを食のふるさと運動ワンプレートランチメニューにアレンジして、若い人の新たな感性で食の提案ができた。

【今後の展望】

- 現在、郷土料理を継承している大洲農業高等学校生が、地元の食材や郷土料理の知識などを次の世代へつなげる役割を果たすとともに、当プロジェクトにおいて取組んだ内容を生かし、新商品の開発など、新たな展開が行えるよう推進していく。

高知の地産食材料理本の編著、おきゃく(宴席)の再現

— 土佐伝統食研究会 —

【取組主体の概要】

- 土佐伝統食研究会
- ・ 所在地 : 高知県高知市池2751-1 (高知県立大学内)
 - ・ 設立時期 : 平成15年3月
 - ・ 会員数 : 16名

◆取組対象地域◆ 高知県全域



土佐のおきゃくを見直すつどい

【取組の経緯・問題意識】

- 家庭での調理離れを危惧し、高知県内の農水産、それらを素材として伝承されてきた食べ方(調理、加工)を発掘、整理し、次世代にも伝えていくことを目的に活動を開始した。新しい地産地消、これから作り上げて伝えて行きたいものの開発にも取り組んでいる。
- 一般の方にも上記のことに関心を持ってもらうよう、土佐伝統食研究会が中心となり「よい食生活をすすめるネットワーク」を平成18年に設立、団体4・個人36の会員が食に関する活動に取り組んでいる。

※「おきゃく」: 高知では宴席のことを「おきゃく」とよぶ。その料理は県下一円で「血鉢(さわち)料理」が定番。
「血鉢料理」: 基本は、なま(さしみ)を盛った血鉢と組み物を盛った血鉢からなり、血鉢の枚数でお客の規模がわかる。組み物は、大きな浅皿にすしや和え物、揚げ物、果物などいろいろな種類の料理を豪華に盛り込んだもの。

【取組の内容・特徴】

- 郷土料理や特産物の食べ方を紹介した「土佐の食卓」を編著。下処理など初心者でも調理ができる内容としている。
- よい食生活をすすめるネットワークは、年4回~5回の食に関する学習会を行っている。
- 高知特有の共食文化である「おきゃく(宴席)文化」を再現した「土佐のおきゃくを見直すつどい」を開催している。
- 農林統計協会のファミリー日誌や社会福祉協議会季刊誌へのレシピ紹介など、各方面から伝統食に関する問い合わせに対応、協力。
- 一度はなくなったと思われた潮江菜※などの復活した野菜や在来野菜の調理方法を含めた普及を各講習会や大学での授業で行っている。

※「潮江菜」は昭和21年南海大地震により絶滅したと思われていたが、近年その種が発見され栽培に成功した。



血鉢料理(組み物)



潮江菜(うしおえな)を使って
香長平野(かちょうへいや)で作られる雑煮

【取組の効果】

- 多方面から、伝統食について問合せや協力依頼が増えている。例えば、牧野植物園での伝統食材の講習や土佐山内資料館学芸員の講習会など。
- 社会福祉協議会季刊誌掲載のレシピは大変好評で、今年で5年目となる。
- 高知県立大学が、地域課題を発見し地域活性に取り組む授業「地域学」をH27年度新設した。その概論の「食」に、当研究会代表が出講している。

【今後の展望】

- 伝統食材や料理を活用して、家庭での調理や家族で食卓を囲む事につなげたい。
- おきゃく(宴席)を再現することで、素材や料理だけでなく、設(しつら)えや運営など継承すべきことが見直された。このような取り組みをとおして食文化の継承につなげたい。
- 伝統野菜の復活に伴い、その料理方法を含めた普及に努めたい。

「皿鉢料理」の調理体験等を通じた食文化や郷土料理の継承

— 南国地区農漁村女性グループ研究会 —

【取組主体の概要】

南国地区農漁村女性グループ研究会

- ・ 所在地：高知県香美市土佐山田町加茂777
(高知県中央東農業振興センター内)
- ・ 設立時期：昭和63年1月
- ・ 会員数：20名

◆取組対象地域◆ 高知県南国市



南国地区農漁村女性グループ研究会員

【取組の経緯・問題意識】

- 南国市内各地区で活動していた当時の生活改善グループが集まり、昭和63年1月に地区研究会を設立した。
- 本研究会のいろいろな活動のひとつとして、子供たちの笑顔が楽しみで、小学校や高校を訪れ、食育授業や皿鉢料理の調理実習をはじめとする郷土料理の継承活動を行っている。

※「皿鉢料理」の基本は、なま(さしみ)を盛った皿鉢と組み物の皿鉢からなる。組み物は、大きな浅皿に「さばの姿寿司」を中央に盛り、その他のすしや和え物、揚げ物、果物などいろいろな種類の料理を豪華に盛り合わせたもの。「りゅうきゅう寿司」はりゅうきゅう(ハスイモの葉の柄)を甘酢漬けにし、酢飯の上のせてつくる押し寿司。

【取組の内容・特徴】

- 会員の多くが農業生産者であり、農家レストランの運営に携わっていることを活かし、南国市立後免野田小学校や高知県立高知農業高等学校において郷土料理である「皿鉢料理」や、地域の農家に伝承されてきた豆腐作りなど、調理体験等の活動を実施。(平成27年度、高知県立高知農業高等学校での実施は27回。)
- 研究会の会員自らが栽培した農産物を食材として持ち寄ることも多く、生産者の顔の見える調理体験に継続して取組んでいる。
- 調理の合間には、食文化の基本である包丁の使い方、調理のコツなどもあわせて指導している。



皿鉢料理(組み物)の盛り付け

高校生の調理実習では、各班が工夫して盛りつける。



りゅうきゅう寿司の作り方の実習

【取組の効果】

- 活動を継続していることで、さまざまな方と連携できる体制ができた。
- 平成23年度からは、高知県立高知農業高等学校の学生を農家レストラン「まほろば畑」にインターンシップとして受け入れるようになり、孫世代の学生たちと一緒に仕事をしながら、交流を深めることができています。

【今後の展望】

- 研究会の会員は60歳代・70歳代の方が多いが、今後も、地域の食文化や郷土料理を引き継いでいけるよう活動を継続していく。

地域農産物を使った伝承料理の研修会

— 八女市食生活改善推進会 —

【取組主体の概要】

八女市食生活改善推進会

- ・ 所在地：福岡県八女市本町647
- ・ 設立時期：昭和55年8月
- ・ 会員数：169名

◆取組対象地域◆ 福岡県八女市



郷土料理「じゃが芋まんじゅう」の生地をこねている風景

【取組の経緯・問題意識】

- 八女市食生活改善推進会では、健康づくりや食生活の改善を中心に活動してきているが、近年は、郷土料理の次世代への伝承に危機感を抱くようになったため、地域の食文化を支えてきた世代を中心に、「郷土料理の伝承」にも活動の幅を広げている。
- 郷土料理としては、じゃが芋まんじゅう※、さんきら饅頭※、鬼の手こぼし、ふな焼き、ごろし、だんご汁、絵巻寿司、鯖寿司、ちまき、おせち料理などがあげられる。

※「じゃが芋まんじゅう」は、地元で採れた小麦粉を使い生地にし、濃口醤油と砂糖で甘辛く煮たじゃが芋や塩で煮たじゃが芋を包んで茹でたもの。
「さんきら饅頭」は、筑後地方の郷土料理。上新粉で作った小倉あんの饅頭を山帰来（さんきら）の葉で包んで蒸したもの。

【取組の内容・特徴】

- 地域住民に対し、地域に伝わる郷土料理の研修会を年に6～12回程度行い、地域に伝わる郷土料理の紹介、地元食材を利用した調理方法等の体験型講習の実施を行うなど、地域の伝統的な食文化の次世代への伝承活動を行っている。
- 不定期で、保育所や小学校へ親子クッキングの出前講座を実施。
- 地域の伝承祭りや山村留学の児童や生徒に対し、体験型講習を実施。



八女の郷土料理
さんきら饅頭(左)とじゃが芋まんじゅう(右)



保育所の出前講座：親子と一緒に試食をしている風景

【取組の効果】

- 地元で採れる野菜を使うことで、地域の食を見直すきっかけとなる。また、昔ながらの地域の食文化を感じられるようになり、郷土料理の伝承にも期待できる。
- 地域の食材を使って親子でクッキングを行うことで、健康づくりへの意識の向上だけでなく、親子の食のつながりにも、意識の変化が見られるようになってきており、次世代への伝承活動にもつながっている。

【今後の展望】

- 地元の祭り等のイベントを活用して、様々な世代への健康づくりも含めた上で、特に次世代へ向けて、郷土料理をアピールしていく。
- 子どもの食習慣や味覚の形成に関しても、地元の食材で育む取組へとつなげていきたい。

郷土料理に関する事例収集と伝承

—(特非)栄養ケア・ちっこー—

【取組主体の概要】

- (特非) 栄養ケア・ちっこー
- ・ 所在地 : 福岡県筑後市馬間田157-4
 - ・ 設立時期 : 平成18年3月
 - ・ 会員数 : 28名
 - ・ URL : <http://www.eiyou-care-chiggo.info>

◆取組対象地域◆ 福岡県筑後地区



高齢者に「郷土料理」を教わりました

【取組の経緯・問題意識】

- 食生活の多様化に伴い、糖尿病をはじめとする生活習慣病が増加している。「長寿食」として日本型食生活は世界から注目されているため、郷土の伝統的な食べ物を次世代に伝え、健康づくりの基礎となる食育を推進する。
- 福岡県の代表的な郷土料理「がめ煮」※やおやつの「ふな焼き」※を実習献立に取り入れている。

※「がめ煮」は、九州北部地方（旧筑前の国）を中心に福岡県全域で正月などお祝い事には欠かせない郷土料理です。鶏肉、ゴボウ、ニンジン、サトイモ、レンコン、コンニャクなど油で炒めてから煮た煮物で、福岡県以外では「筑前煮」とも呼ばれている。

※「ふな焼き」は、福岡南部（筑後地方）の郷土料理。小麦粉を水で溶いて塩味をつけたものを丸く焼き、黒砂糖の小片をくるんだもの。

【取組の内容・特徴】

- 市町村の栄養士や老人会を通じて、郷土料理を教えていただく人材（高齢者等）の情報収集を行い、昔から地域や家庭でつくられていた郷土料理をその地域の「料理名人」といわれる高齢者に教わった。高齢者には誰とどんな気持ちで食べていたかなどを聞きとりデジタル保存する。
- 教えていただいた郷土料理のレシピを作り、子育て交流の集まりや地域イベント、料理教室で栄養士が若い人たち（子どもを含む）に伝えている。
- 料理を教わりながら一緒に作り、インタビューを行い、最終的には食べることを楽しむところまでを大切にしている。



北野小でゲストティーチャーとして「がめ煮」を伝達



「がめ煮」



「ふな焼き」



地域イベントでの「ふな焼き」作り体験と試食

【取組の効果】

- 子育て交流の集まりや児童養護施設の地域交流会、地域でのイベントで「ふな焼き」作り体験、「がめ煮」は料理教室を行うことで、小学生から大学生、若い母親など多くの人に郷土料理を伝えることができた。

【今後の展望】

- 郷土料理を食事バランスガイドに盛り込んだハンドブックを作成して、健康的な食べ方を広く広報していきたい。
- 作成したレシピを生活習慣病予防や食育、介護予防などの事業の中で活用し、日本型食生活を推進していきたい。

地域の食や食文化の魅力を再発見

ーオリザジャポニカクラブー

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 佐賀県

オリザジャポニカクラブ

- ・所在地：佐賀市白山2-1-12 佐賀商工ビル7F
佐賀市市民活動プラザ内
- ・設立時期：平成17年8月
- ・会員数：14名
- ・URL：<http://www.facebook.com/Oryzajaponicaclub>



竹の箸づくり

【取組の経緯・問題意識】

- 核家族化が進む中で、伝統的な家庭料理・田舎料理を作る機会が少なくなってきた、佐賀の「郷土料理」って何？と尋ねられて、即答できる人が少なくなっている。
- 交流人口を増やす上で、地域ならではの食の存在は必要条件であり、地元の食材を生かした先人の知恵の詰まった佐賀の食を再発見するとともに、佐賀の食文化、さらには地域の生活文化を再発見・再認識し、その魅力を伝えることを通じて佐賀を元気にしたい。
- 子どもも遊ぶ身近な存在だった里海が、教育環境や保護者の安全意識の変化とともに、近いけど遠い場所になっている。

【取組の内容・特徴】

- 「さがのおいしい食暦」制作
1年を通した食材、食の生産現場、伝統行事など、暦に掲載する素材を県民からはがき絵で募集し、佐賀の優れた食と文化を題材に365の絵を掲載したカレンダーを制作。
- 親子で楽しむ竹の箸づくり
食育関連や学園祭などの各種催事に参加し、コーナーを設営して、年長～小学生とその保護者を対象に、生竹から各人の手の大きさにあった箸を手作りする作業を体験。箸づくりを通して、箸の使い方や箸の形状による意味の違い、マナーを伝え、併せてナイフや包丁など刃物の正しい使い方を知る機会としている。
- 有明海の伝統漁法や里海体験
干潟で筆を使ったアナジャコ獲り体験講座などを行っている。



大豆からのきなこ作り



アナジャコ獲り（伝統漁法）

【取組の効果】

- 「さがのおいしい食暦」により、地域や県内の食材や祭りなどについての知識の習得と、それを題材にした家族の会話が広がり、ふるさとを考える機会になっている。
- 親子での箸づくり体験を通して、例えば「おとうさんすごい！」という気持ちを涵養できた。
- アナジャコ獲りは生態系に配慮した伝統漁法であり、先人の知恵の素晴らしさを知るとともに、有明海其自然や里海の大切さを世代を超えて伝えられている。

【今後の展望】

- 今後もこれまでの取組を継続していく。
- 里海体験では、関係団体との連携によるエコツーリズムなどをメニュー化するなどして、季節々々の有明海の豊かな幸や自然を身近に感じ、ひいては有明海的环境保全への意識を高めたい。

佐賀の郷土料理・食文化の体験学習

—(学) 旭学園・佐賀女子短期大学 健康福祉学科 食物栄養専攻—

【取組主体の概要】

- (学) 旭学園・佐賀女子短期大学
健康福祉学科 食物栄養専攻
- ・所在地：佐賀市本庄町本庄1313
 - ・設立時期：平成24年10月
 - ・会員数：70名
 - ・URL：www.asahigakuen.ac.jp/sajotan/

◆取組対象地域◆ 佐賀県



「干し柿作り」での集合写真

【取組の経緯・問題意識】

- 平成24年、佐賀市内の市民活動団体である「湛然の里と葉隠の会」より、佐賀女子短期大学食物栄養専攻に「柿文化の継承（干し柿・巻き柿※）・発展」、および「地域おこし」に関する協力依頼があった。本専攻においても、「地域の食文化理解」や「地域交流」、ひいては「地域創生」につながる取組を検討していたことから、両者間の会議を重ねて、双方の発展を目的とした食文化体験学習を展開していくこととなった。
- 食育を学ぶ一環として、郷土料理の次世代への伝承を目指し、日本の郷土料理百選の一つでもある白石町の郷土料理「須古寿司」※を、平成27年度より調理実習にとり入れた。

※「巻き柿」は、干し柿の種を取って広げて重ね、柚の蜂蜜漬けなどをくみ、巻き寿司のように巻いて作成する長期保存食です。

※「須古寿司」は、白石町須古地区で500年以上受け継がれている郷土料理で、現在でも祭事・祝事には欠かせない。もち米を加えた酢飯に、有明海で獲れるムツゴロウや錦糸卵、椎茸、ゴボウ、かまぼこ、紅ショウガなどの具をのせて作る箱寿司(押し寿司)です。

【取組の内容・特徴】

- 地域の食文化に触れ、食文化の継承・発展に貢献できる栄養士を育成するために、佐賀市大和町で御活躍の「湛然の里と葉隠の会」の御協力のもと、毎年11月に「柿収穫」および「干し柿作り」、並びに1～2月には、大和町に古くより伝わる「巻き柿作り」の体験学習を、本学食物栄養専攻1年生を対象に展開している。
- 伝統的な食文化の継承を目的に、白石町の郷土料理である「須古寿司」を学ぶ機会を、白石町より先生をお招きし、本学食物栄養専攻の調理実習で提供している。



「巻き柿作り」体験学習



「巻き柿」



「須古寿司」



「須古寿司」を学ぶ学生

【取組の効果】

- 「柿文化継承・発展」の取組により、学生たちは、「柿」や「干し柿」に改めて関心を寄せるようになった。また、古くより地域の貴重な特産品として位置づけられてきた「巻き柿」にも興味を持つようになり、食文化を継承していくことの大切さを理解する良い機会になった。
- 「須古寿司」作りでは、郷土料理や地域の食文化に関心を持つ学生が増えた。将来、栄養士として多方面で活躍していくための、良いきっかけになったと考えられた。

【今後の展望】

- 佐賀女子短期大学は、白石町と包括連携協定を結んでおり、大和町での取組と同様に、白石町の「食や食文化」、「農業」等の理解を目的とした体験学習を更に展開し、「食文化の継承・発展に貢献していく栄養士の育成」に力を入れていく予定である。また、これまでに収集した学生たちのアンケート等を分析し、より良い取組を構築していきたい。
- 郷土料理に触れる機会を提供し、伝統的食文化に対する学生の意識向上を図り、学生が将来、栄養士として活躍する際に役立つ取組へとつなげていきたい。

黒島の自然の恵みを生かした食文化を体験しよう

-佐世保市立黒島小学校-

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 長崎県佐世保市黒島町地域

佐世保市立黒島小学校

- ・ 所在地：長崎県佐世保市黒島町3184番地
- ・ 創立時期：明治8年
- ・ 全校児童数：10名（平成28年5月1日現在）
- ・ URL：<http://www.city.sasebo.ed.jp/es-kuroshima/>



ゆでたさつまいもを干して
「かんころ」を作っている様子

【取組の経緯・問題意識】

- 黒島は漁業が盛んな島で、魚介類が豊富に採れ、肥沃な赤土を利用したじゃがいもやたまねぎなどの根菜類の生産も盛んである。
- 自然の恵みを生かした郷土料理も多数伝承され、赤土で育ったさつまいもを使用して作る「かんころもち」※、にがりの代わりに海水を使用して作る「黒島豆腐」などがある。そこで、児童に自然の恵みや黒島に昔から伝わる食文化に触れる機会を作りたいという願いから、平成14年度から全校児童を対象に黒島豆腐作りとかんころもち作りを隔年で行っている。

※「かんころ」は、さつまいもの切り干しのこと。

【取組の内容・特徴】

- かんころもち作りについては、ゲストティーチャーの協力のもと、学校農園でさつまいもの苗植え、栽培、収穫の原材料の生産から、かんころもち作りまでの一連の流れを体験している。
- 1月には地域の方や保護者にも参加してもらい、もちつきとかんころもち作りも実施している。
- 黒島豆腐作りについては、ゲストティーチャーによる指導のもと、大豆の栽培・収穫を行い、黒島の海水、専用の器具を使って体験している。



もちつき



「黒島豆腐」を切り分けている様子

【取組の効果】

- 毎年、かんころもち作りや黒島豆腐作りの体験は、児童が郷土料理に関心をもつ良い機会となっている。
- 地域の方との交流を深める場となっている。
- 給食時間等での食に関する指導の中でも、他地域の郷土料理の紹介と合わせて、地元黒島の郷土料理について改めて考えさせる良い機会となっている。

【今後の展望】

- 学校から、家庭や地域にも便り等で発信し、黒島で受け継がれてきた食文化に対する地域全体の意識をさらに向上させていきたい。
- 平成26年度から併設となった黒島中学校でも、毎年、漁協婦人部の方による「お魚捌き方教室」、隔年で、郷土料理である「ふくれまんじゅう」作りと「黒島豆腐」作りの体験を行っている。今後は、児童生徒の発達段階をふまえながら、小中学校合同で食に関する体験活動を進めていきたい。

「イギリス(海藻料理)」による伝統ある海藻の食文化の継承

— 有家の浜を守る会 —

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 長崎県南島原市地域

有家の浜を守る会

- ・ 所在地：長崎県南島原市有家町石田8番地12
- ・ 設立時期：平成20年4月
- ・ 会員数：個人31名、婦人会1グループ（15名）、
保育園保護者会2グループ（40名）
(平成28年4月 現在)



地元小学生と交流後の集合写真

【取組の経緯・問題意識】

- 「イギリス」※は、冠婚葬祭の料理として、なくてはならない島原地方に伝わる郷土料理である。この料理は、江戸時代に島原の乱（1637-1638）によって壊滅した島原半島に、その後幕府によって強制的に移住させられた小豆島からの移民によって伝承された歴史的価値の高い料理である。
- 最近「イギリス」に使う海藻が少なく、冠婚葬祭でもあまり作られなくなった。この料理は経験や勘に頼るところが多く、作る機会が減ると伝承が難しくなる。そのため、地域の食文化を支えてきた世代を中心に、郷土料理の次世代への伝承に危機感を抱き、「郷土料理の復権」を目指し、平成20年頃から郷土料理文化を保全しようと、地元の子供たちや民泊の学生らに紹介する活動を行ってきた。

※ 「イギリス」は、海藻のイグス（イバラノリ属）を煮溶かして冷やして固めた料理。イグス、イグス、イグスなどと名前を変えて瀬戸内海沿岸で食べられている。

【取組の内容・特徴】

- 漁協の調理施設を活用して、年12回程度の「イギリス調理教室」を開催し、会のメンバーが下ごしらえから調理の仕方までを教える。子供たちのアレンジで、ピーナッツ、チーズなどお好みの具材を加えさせ、今風の味付けの「イギリス」にさせているのが特徴である。
- 調理後には、みんなで食卓を囲み、親交を深めながら、地元で水揚げされた魚の料理の普及も行っている。
- 普及啓発活動に利用するための冊子を作成するとともに、調理教室の中でも「イギリス」の歴史を説明している。平成25年から27年の3年間の参加者数は、延べ894名（うち子供たちは663名）である。



魚・郷土料理教室の様子
(修学旅行の高校生30名)



「イギリス」の冊子と活動をPRするクリアファイル

【取組の効果】

- 調理教室参加者へのアンケートでは、イギリス料理の原料が海藻であることやその食感に驚きの意見が寄せられるとともに、多くの人から美味しいと評判を得ている。
- 調理を教える側も、調理法だけでなく、歴史やルーツを学ぶため、小豆島の漁協の女性部と情報交換を行っている。
- ボランティアで取組に参加する人数も増加し、郷土料理に関心を持つ者が増えてきている。
(H27年度：164人→302人)

【今後の展望】

- イギリスの栄養成分について知るとともに、時代に合うようにレシピを改良して、食文化を知る機会を若い世代に提供していきたい。
- 海外では日本食がブームであり、海外とゆかりのある南島原市なので、「イギリス」の食文化と歴史を世界にも発信していきたい。
- 若い世代に対しては、日常の食事に適するようレシピを改良し、日本の風土にあった魚食文化を知るきっかけを作りたい。

熊本伝統野菜作りの継承

— 熊本県立熊本農業高等学校 園芸・果樹科 —

【取組主体の概要】

熊本県立熊本農業高等学校

- ・ 所在地：熊本県熊本市南区元三町5丁目1番1号
- ・ 設立時期：平成20年
- ・ 園芸・果樹科生徒数：126名
- ・ URL：<http://sakura1.higo.ed.jp/sh/kumanou/top.html>

◆取組対象地域◆ 熊本県熊本市南区地域



年末ひご野菜セット販売

【取組の経緯・問題意識】

○熊本の農業高校として、熊本の伝統野菜を継承していきたいという思いから、平成20年度から、学校農場及び地域の農家と連携してひご野菜※の栽培取組を行っている。

※ ひご野菜とは、熊本京菜、水前寺もやし、熊本長にんじん、ひともじ、すいき、れんこん、水前寺菜、春日ぼうぶら、芋の芽、熊本赤なす、熊本ねぎ、水前寺せり、熊本いんげん、熊本黒皮かぼちゃ、水前寺のりの15品。

【取組の内容・特徴】

- 近年は正月料理の時期にできる「ひご野菜」を「グリーンライフ」の授業と課外活動を利用して園芸・果樹科の生徒全員が栽培に携わるようにして栽培し、地域の皆様に正月料理の食材用に販売を行っている。
- 近隣の小中学校に給食の食材として提供する等、熊本の食文化を支える「ひご野菜」を地域や子どもたちの心へつなげていくことが熊本農業高校生の役割と考えている。



水前寺もやしの収穫



ひご野菜のPR

【取組の効果】

- 取組を実施した高校生を中心に伝統野菜や郷土料理に関心を持つ者が増えてきている。
- これまでは、本校園芸・果樹科の有志のメンバー（約15名）で取り組んでいたが、学科の生徒全員（126名）に活動が拡大（H25より）。
- 各種イベントへ積極的に参加するようになった。

【今後の展望】

- 栽培・販売活動、PR活動を通して、生徒自ら栽培法や品種の特性、伝統野菜について学び、「ひご野菜を守る」意識の涵養を図る。
- 伝統野菜は遺伝子（遺伝資源）の保存や文化・栽培環境にも関わることを理解し、多くの人に伝えることで「ひご野菜」を熊本の食文化の継承にもつなげていく。

地域の食文化や行事食の継承 / 若手女性による伝統味噌の継承

—(特非)きらり水源村—

【取組主体の概要】

(特非) きらり水源村

- ・ 所在地 : 菊池市原1600番地
- ・ 設立時期 : 平成16年1月
- ・ 会員数 : 90名
- ・ URL : <http://www.suigen.org/>

◆取組対象地域◆ 熊本県菊池市



家庭料理大集合！水源食の文化祭

【取組の経緯・問題意識】

- 近年「行事食」と言っても思い出されるのはお正月におせちを食べる程度となり、里山である水源地区（菊池市）でも季節に応じた行事食が食べられなくなっている状況である。そのため、地域の食文化や行事食を守り継承することを目的に、その地域の食を地域でつくり、地域外の皆さんと一緒に食べて語らうイベントを実施。
- 約30年前、菊池市原の堂原地区の女性6名が立ち上げた生活改善グループ「堂原加工組合」。熊本県内で農業婦人が生産加工グループの先駆者的存在。しかしながら、高齢化によりメンバーは2名に減少し、加工組合を解散することになったのが平成25年。生産していた加工品の中で「堂原味噌」は、元々地域で消費されるだけでなく、物産館の販売や給食で使われるなど菊池の中で根強い人気商品。この味を継承しながらも、新しい味噌づくりに地域の若手4名の女性が立ち上がり「水源Miso味噌団」を結成。

【取組の内容・特徴】

- 水源地域の9地区を中心に郷土料理や行事食、旬の食材を活かした料理を展示し、参加者で試食をする食のイベント「水源食の文化祭」を実施。（平成27年度で11回目）
文化祭に出品された料理の数々は「おいしいレシピ集」として編纂され、地域で共有することはもちろん、地域や法人のPR素材として活用されている。
- 若手4名による「水源Miso味噌団」で、平成26年度からの2年間で味噌作りを受け継ぎ、つくった味噌は、水源交流館の料理に使用したり、イベントで味噌を使った料理を提供するなど地域内で消費。味噌を地域内に配布し味のアンケートを取るなど、味の伝承と味噌づくりの技術を高めている。



文化祭会場の出品料理展示スペース



工房での味噌づくり



【今後の展望】

【取組の効果】

- 「水源食の文化祭」は、地域内外から多くの参加者が訪れるようになり、地域の食文化を守る方々との連携を高め、水源地区の秋の恒例行事として定着してきた。平成27年度は32種類の料理、340名の来場があった。
- 地域の味である「堂原味噌」の継承は地域住民の注目が集まり、地域の元気に繋がっている。
若手が味噌の継承をはじめたことで、地域内で大豆づくりの気運が高まっている。

- 現在は、お弁当づくりなどでレシピを活用しているが、水源地区各区からの協力体制を、商品開発など地域特産物を活用するような取組に繋げたい。また、水源地区に留まらず、菊池市の食文化の継承に繋がる取組に広げたい。文化祭の取組が10年を超えたことを機に、今までのレシピを総集編として編纂したい。
- 平成28年度には、加工所を改造して味噌づくりの許可を取得。本格生産に移る予定。
現在、味噌の大豆は地域産の大豆を使用しているが、今後不足が見込まれるため、本格的に生産を始めるとなると不足。地域全体に大豆づくりの声掛けをして、材料も地域産にこだわった商品づくりを行いたい。

食生活改善推進協議会による地域の伝統的な食文化の伝承

～生涯健康「元気な食卓」推進事業～

—大分県食生活改善推進協議会—

【取組主体の概要】

大分県食生活改善推進協議会

- ・ 所在地：大分市大手町3丁目1番1号
- ・ 設立時期：昭和55年4月
- ・ 会員数：2,467名（H28.5時点）

◆取組対象地域◆ 大分県地域



だんご汁づくり

【取組の経緯・問題意識】

- 県の健康づくり計画（生涯健康県おおいた21）の食生活分野の課題である、塩分摂取過剰、野菜・果物摂取不足を解決するため、及び薄れつつある地域の食文化を次世代に継承するための活動。
- 郷土料理として、やせうま※、だんご汁、ほうちょう（鮑腸）、とり天などがある。

※「やせうま」は、平安朝の頃から大分地方に伝わるおやつで、小麦粉をこねてのぼし砂糖ときな粉をまぶしたもの。

【取組の内容・特徴】

- 平成14年から県民の健康づくりを目的に、県から委託を受け、大分県内全市町村において、「第2次生涯健康県おおいた21」の食生活分野の目標達成を目指し活動を行っている。
- 伝承料理の調査・研究、調理実習等により、各地に伝わる伝統料理の継承を担っている。
- 平成18年から伝承料理の調査・研究を開始し、全市町村協議会で調査・研究を実施した。平成26年には集大成として「おおいた郷土料理レシピ」を作成。



「おおいた郷土料理レシピ（平成26年作成）」
※全市町村の特色ある郷土料理を掲載



大分の郷土料理 やせうま

【取組の効果】

- 第2次生涯健康県おおいた21の目標である減塩のための普及啓発及び和食文化、大分の食文化継承のための調理実習は大分県内全市町村において110回（延べ参加人数：2,360名）実施（平成27年度実績）。

【今後の展望】

- 今後も継続して、地域に根ざした活動を行い若い世代に伝承料理を継承していきたい。

料理教室の開催による日本、地域の伝統的な食文化の伝承

—大分農業文化公園—

【取組主体の概要】

大分農業文化公園
(管理主体：(公社)大分県農業農村振興公社)
・所在地：杵築市山香町大字日指1-1
・設立時期：平成13年4月
・URL：<http://oita-agri-park.or.jp/>

◆取組対象地域◆ 大分県地域



地域に根ざす伝承料理

【取組の経緯・問題意識】

- 大分農業文化公園は、豊かな自然と親しみながら、農業・農村の文化を学習する機会を提供している。
 - ①農業・農村と自然環境に対する県民の理解を深め、新しい農業・農村づくりに繋げること。
 - ②都市と農村との交流の促進を図り、農村女性の能力の開発を進めること。
- 食生活の洋風化などを背景に、郷土料理を継承していく重要性が高くなってきており、興味がある者が、「おおいたの故郷料理」や「日本の食文化」を自ら学ぶことができる場を提供。

【取組の内容・特徴】

- 県民を対象とした伝統の食に関する講座を開催
 - 「おおいたの食材講座」(年8回)
 - 「おおいたの故郷料理講座」(年4回)
 - 「世界農業遺産の里の料理講座」(年4回)
 - 「ふるさとの一汁三菜講座」(年4回)
- 講座の講師は、県内で活躍している女性(農業者や、料理研究家等)が主に務めている。
- おおいたの豊かな食材、各地の郷土料理、県内の食文化を伝える場となっている。



親子手前味噌教室



世界農業遺産の里の料理講座

【取組の効果】

- 農山漁村女性を講師とする「故郷料理講座」は、平成18年度から平成27年度までの10年間に、開催数は96回を数え、指導にあたった農山漁村女性は延べ263名、作った料理の数は延べ472品、参加した受講生は延べ2,467名。
- 受講生の食や郷土料理への関心は、ますます高くなっている。農村女性を講師とした「故郷料理講座」は平成18年から開催しており、参加者の満足度は非常に高い。
この取組により教える側、教わる側ともに郷土料理に対する意識は向上している。

【今後の展望】

- 今後は、郷土料理を教える側を育てるため、若手農山漁村女性の資質向上とネットワーク化を促進する。また、料理教室を継続して開催し、地域の食文化が伝承されるよう努める。

食育・地産地消県民運動の展開による地域の伝統的な食文化の伝承

—みやざきの食と農を考える県民会議—

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 宮崎県域

みやざきの食と農を考える県民会議

- ・所在地：宮崎市橘通東2丁目10番1号
- ・設立時期：平成13年7月
- ・会員数：個人（17）、行政（34）、企業（28）、団体（54）
- ・URL：<http://www.yappamiyazaki.jp/>



食育イベントの様子

【取組の経緯・問題意識】

- 宮崎県食育・地産地消推進計画の推進主体として位置づけられている団体であり、設立以来、宮崎県内全域で豊かな食生活を実現するため、自然の恵みや生産者への感謝の心を育む「食育」と、宮崎県の豊かな食材を活かした「地産地消」の取組を県民運動として推進。
- 食に関する諸問題（栄養面、生活習慣病の増加、欠食・孤食、食の安全性）が顕在化する中、農林水産業に関する幅広い関係者が共に集い、活動することにより、「食の宝庫みやざき」の特徴を生かし、豊かで健康的な食生活の普及・定着を図ることを目的としている。

【取組の内容・特徴】

- 地域リーダー（食育ティーチャー）による食の大切さ・食生活の改善等の普及啓発を目的とした食育講座、地場産物を活用した地産地消料理講座、がね※、こんにゃく、味噌づくり等を通じた食文化の継承活動等を定期的に行っている。
- 県民への食農教育の機会の提供を目的に、県有施設等を活用した農業・加工体験を実施。農業体験後は、地産地消料理教室も開催。
- 地域の食材を使用した郷土料理等のレシピ集の作成を行い、県民に対する地産地消啓発に活用。

※「がね」は、細切りにしたさつまいも、ごぼう、にんじんなどの季節の野菜に小麦粉、醤油、砂糖、水を加え混ぜ合わせ、平らにし、油で揚げたもの。



食育ティーチャーによる地産地消料理講座



県有施設を活用した食農教育

【取組の効果】

- 県民への「食育」、「地産地消」の理解の醸成が進んでいる。
- 市町村や民間団体等においても、「食育」、「地産地消」の取組も進んでいる。

【今後の展望】

- 伝統野菜・伝統料理など食文化の継承をテーマとした地産地消料理講座の充実
- 各市町村・団体等の取組を含めた活動の情報発信の強化

郷土料理の普及・子育て世代へ行事食により地域の伝統的な食文化の伝承

—西都市食生活改善推進協議会—

【取組主体の概要】

西都市食生活改善推進協議会

- ・ 所在地：西都市聖陵町2丁目1番地
- ・ 設立時期：平成5年9月
- ・ 会員数：66名

◆取組対象地域◆
宮崎県西都市地域



協議会調理風景

【取組の経緯・問題意識】

- 郷土料理である「わけしこ飯」を食べる機会が減ってきているとの思いから、多くの市民が参加する一ツ瀬川クリーン作戦の際に「わけしこ飯※」を提供し、郷土料理の普及・定着に努めてきた。
- 子育て世代を対象として食育教室を開催し、行事食への関心を高めることを目標とした。

※「わけしこ飯」は、古くから寺原・山路地区に伝わる料理で、お祝い事があると飼っていた鶏を庭先で潰し、骨ごと一緒に炊いて食べられてきたものです。

【取組の内容・特徴】

- 男性が多く集まる一ツ瀬川クリーン作戦後の昼食ふるまい時に、郷土料理であるわけしこ飯を提供。
- 毎年、子どもたちが喜ぶクリスマスパーティなどの行事で使える地域の食材を使ったメニューで子育て世代を対象として、食育、料理教室を実施。その際には、常に「わけしこ飯」のレシピを配付している。



わけしこ飯調理



郷土料理の提供

【取組の効果】

- 郷土料理に関心を持つ者が増えてきている。
- 家庭でもできる行事食に関心を持つ者が増えてきている。

【今後の展望】

- 地域のイベント等を通じて、いろいろな世代に「わけしこ飯」等、郷土料理をアピールしていく。
- 出前教室等で行事食を取り入れ、家庭での普及を図る。

「霧島」で「食を大切にする文化を創る」ことを目的とした食育活動

—(特非)霧島食育研究会—

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 鹿児島県

- (特非) 霧島食育研究会
- ・ 所在地： 鹿児島市霧島市霧島田口1653-2
- ・ 設立時期： 平成16年1月
- ・ 会員数： 15名
- ・ URL： <http://kirisyoku.com/>



里山自然学校

【取組の経緯・問題意識】

- 平成16年に旧霧島町が行ったアンケートで、子供を持つ保護者のうち85%が「食事を作るのが面倒だ」と答えた。また、町内の耕作放棄地は増加傾向にあった。この事により、地域における食に関する課題は、
 - (1) 食の大切さを親が子供に伝えきれない。
 - (2) 米や野菜などの食べ物を作る人が少なくなる。の2点であると考えた。
- 霧島食育研究会の活動目的を「食を大切にする文化をこの霧島で創る」とし、地域の食文化を伝える活動を開始。

【取組の内容・特徴】

- 霧島・食の文化祭
家庭料理大集合(約150皿の家庭料理の展示・試食)
ばあちゃんと孫のちゃぶ台カフェ、きなこ作りや竹箸作り体験、鶏の解体等々のコーナーがあり、1年間の研究会の食育取組の発表会として毎年11月開催(平成27年度：第12回)
- 霧島食べもの伝承塾
霧島の食材を使った郷土料理教室
- かがしま畑んがっこ(里山自然学校 わんぱく自然学校)
幼児・小学生とその保護者を対象に米・大豆を中心に「植え方から食べ方まで」の講座
- 棚田食育土養成講座
山里で農業の実践を学びながら、地域に根ざした食育のプロを育てる講座 年3回開催
- かがしま郷土料理マイスター講座
鹿児島県内各地の郷土料理を学び、さらに家庭や地域で継承できる人材を育成する教室
(毎月1回、3年間連続 計36回開催)
- 講演および研修の受け入れ
学校・PTA・企業・行政・食育活動団体・まちづくり団体等 依頼を受けて講演・研修を開催



きりしま里山レシピ集



霧島・食の文化祭

【取組の効果】

- イベント参加者数
(平成16年1月～平成28年4月末)
《体験教室・参加者》→ 773回・37,913人
《講演会・参加者》→ 535回・74,179人

【今後の展望】

- 霧島にある食の知恵や技を磨き、それを土台にした「食農体験プログラム」や「郷土料理の記録・レシピ化」の充実に努める。
- 霧島及び鹿児島県の食文化の発信や食に関わる人の交流を促す食育に関する情報発信拠点「霧島食育ステーション」の実現に向けて取り組みたい。

若い世代への種子島地域の郷土料理の伝承

— 鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会種子島支部 —

【取組主体の概要】

◆取組対象地域◆ 鹿児島県種子島地域

鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会種子島支部

- ・所在地：鹿児島県西之表市西之表7590
- ・設立時期：昭和45年
- ・会員数：80名



健康づくり教室の様子

【取組の経緯・問題意識】

- 戦後の食料不足など栄養摂取状況に危機感を感じ、種子島地域の女性を中心に、よりよい食習慣の定着を目指して活動を開始した組織であり、日常生活からできる身近な栄養改善に取り組んできた。
- 「私達の健康は私達の手で」を合い言葉のもとに、種子島地域住民のすべてが健康で心豊かな生活を築き、島の豊かな食文化を伝承することができるよう、ボランティア精神に徹し、自発的な支部活動を進めている。

【取組の内容・特徴】

- 種子島内の1市2町において、親子料理教室、健康づくり教室等を開催するとともに、小中学校等へ郷土料理の伝承等の出前授業を実施。健康づくり教室では、一般の方に郷土料理や簡単レシピなどの食の伝承に努めている。
- 種子島支部では、協議会発足当時から独自の郷土料理集である「うんまかえ」の発刊を継続しており、平成10年度は「うんまかえパート2」を、平成26年度は「うんまかえパート3」を作成した。
誰もが作りやすいようレシピを改編し、種子島の食材を使用した郷土料理の伝承に力を入れている。



親子料理教室での食の伝承活動



種子島の郷土料理集「うんまかえ」

【取組の効果】

- 行政や漁協等と連携した45年間の永きにわたる活動により、乳幼児から高齢者まであらゆる世代に地場の物を使った郷土料理が普及しつつある。
- 郷土料理集「うんまかえ」は「うんまかえ(種子島の方言：おいしいな)、うんまかな(おいしいね)」が島いっぱい広がればいいなという思いから、子育て中の若い世代から高齢者まで、誰もが作りやすい郷土料理集となっており、この料理集を活用して郷土料理の伝承を推進。

【今後の展望】

- 郷土料理の伝承・普及や食事バランスガイドの理解・活用などを含め、全世代を対象とした食育活動を今後も推進していく。
- 新しい会員の定期的養成と、組織の強化に取り組んでいく。
- 鹿児島県の健康増進計画である「健康かごしま21」をはじめ、種子島各市町の健康増進計画や食育推進計画の目標値を達成できるように、今後も活動していきたい。

食の人材育成と琉球料理の伝承

—西大学院 西大八重子氏—

【取組主体の概要】

西大学院

- ・所在地：沖縄県南城市知念安座真860
- ・設立時期：平成7年
- ・URL：<http://cooking.nishioo.org>



琉球料理について語る西大八重子氏

【取組の経緯・問題意識】

- 地元の大学などで料理や作法について学んだ後、調理師専門学校の講師を経験。沖縄の伝統食を次世代に伝えたいという想いから活動を開始。単に琉球料理を継承するだけでなく、過去の経験から気づいた「食事は『愛をいただくこと』」という想いを大切に、それを伝えながら、指導している。
- 伝統の郷土料理をそのまま提供しても、現代では受け入れられにくいいため、新しい知識や技術を取り入れるなど工夫しながら次世代へ伝えている。

【取組の内容・特徴】

- 日常作法を初め、茶道・琉球料理の調理法等について学べる女性向けの教室を開校。生活改善に関わる人材の育成を行っている。
- 健康と長寿に良いとされる「島野菜」をたっぷり食べられる新しい食べ方のレシピ開発を行い、地元小学校の給食等に提供している。
- 沖縄野菜のレシピ本の出版や、地方紙特集での食事のマナー・琉球料理に関する記事の監修等を通して、食に関する情報を発信。
- 地元団体と連携し、タンザニア大使などの外国要人に、琉球料理を振る舞う食事会を開催するほかヨーロッパでの琉球料理の講演ツアーに参画するなど琉球料理のPR活動を実施。



西大氏が監修するレシピ本



料理教室の様子



タンザニア大使に琉球料理を披露



【取組の効果】

- 学校給食に西大氏の監修レシピを取り入れたことで、子ども達が伝統的な島野菜の料理が食べられるようになり、味覚が変化してきた。
- 食事会や茶道での交流会を通して、外国の方へ琉球料理、日本の食文化を知ってもらいきっかけとなっている。

【今後の展望】

- 食の周辺文化も大事だと考えており、食材や料理法だけでなく、食作法や他人への心遣い、感謝の気持ち等も教えながら、食育を図っていく。
- 琉球王朝時代に振る舞われていた伝統料理「御冠船（うかんしん）料理」の再現企画を開催するほか、伝統料理の技法を普段の食生活にも取り入れながら、発展的に次世代へ食文化を発信していきたい。

「あたいぐわー※プロジェクト」で昔の繁多川豆腐作りを再現

※あたいぐわーとは、沖縄の方言で、「家庭菜園」の意味。

— 那覇市繁多川公民館 —

【取組主体の概要】

那覇市繁多川公民館

- ・ 所在地：沖縄県那覇市繁多川4-1-38
- ・ 設立時期：平成17年
- ・ 会員数：20名（あたいぐわープロジェクト実行員数）
- ・ URL：<http://www.hantagawa-kominkan.com/>



在来大豆で作った「ゆし豆腐」

【取組の経緯・問題意識】

- 当地域では、昭和30年頃まで在来大豆が栽培されるとともに、湧き水が豊富な地域であったことから、昔は3軒に1軒の家庭でも豆腐作りをしていたほど豆腐作りが盛んであった。
- 地域の歴史・文化を聞き取る公民館主催の講座の中で、「昔の繁多川豆腐は美味しかった」「繁多川の伝統文化を、次代を担う子ども達に伝えていきたい」という地域の声を受け、在来大豆（青ヒグー）を使用し、昔の繁多川豆腐作りを再現する「あたいぐわープロジェクト」が立ち上がった。

【取組の内容・特徴】

- 県の農業研究センターから青ヒグーの種を入手し、それを基に地域住民の家庭菜園（あたいぐわー）で栽培。大豆栽培の経験が途絶えた当地域で、手探り状態で種を増やしていった。
- 小・中・高校の総合学習において、地域の方々が先生となり、増やした種を使って植え付けから収穫、豆腐作りまでを子ども達に指導。（実施校数：小学校4校、中学校2校、高校1校）
- 繁多川自治会と共催で毎年12月の第1土曜日を「豆腐の日」と設定し、地域の保育園児からお年寄りまでの幅広い世代が一緒になって豆腐作りを体験。年中行事として地域交流の場にもなっている。



総合学習で在来大豆の植え付けから豆腐づくりまでを体験



地域住民が一緒になって豆腐作りを体験

【取組の効果】

- 「繁多川豆腐を復活させたい」という想いが地域に広がり、当プロジェクトの参加人数が増加。30名（平成19年）→1,800名（平成27年）
- 一連の体験を通して、豆腐を購入する際は子ども達が自ら繁多川豆腐を選ぶなど、食に関心を持つようになった。
- 当プロジェクトを通して、大宜味村塩屋地区と大豆栽培の意見交換を行うなど、地域を越えた取組に拡大しつつある。

【今後の展望】

- 引き続き当プロジェクトを通して誇りを育み繁多川豆腐の継承活動に努めるとともに、子ども達が将来、地域資源を使って仕事に繋がられるよう支援していきたい。
- 当プロジェクトを、子どもの頃の食習慣や味覚の形成を地元材で育む取組へと繋がりたい。