

重点課題5 食文化の伝承に向けた食育の推進

世界も認めた価値ある日本の食文化 私たちの手で守り、未来へ伝えていこう

今、日本食が世界中から注目を集めています。しかしその一方で、日本の特色ある食文化が、私たちの生活の中から失われつつあるという現実もあります。単なる料理のジャンルにとどまらない、知っているようで知らない「日本食」改めて見直してみると、その面白さや魅力を再発見できるかもしれません。

いくつできていますか？

Check!

- 日本の行事食を3つ以上挙げられる
- 地元の郷土料理を知っている
- 地元の旬の食材や特産物を知っている
- これまでにおせち料理を作ったことがある
- 地元のお祭りや食のイベントに参加したことがある
- 一汁三菜がどんなものかわかる
- 食事のときには“いただきます”、“ごちそうさま”を必ずいう



触れて実感、食べて納得 日本の食文化の素晴らしき世界

平成25年に「和食：日本の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録されました。未来に残すべき財産として認められた日本の伝統的な食文化を次世代に伝えていくには、改めてその良さを知ることが第一歩です。料理はもちろん、調理の技術、お箸の持ち方といった作法、行事食を通じた家族や地域との結びつきまで、私たちの生活と共にある日本の食文化のことを、もう一度、考えてみましょう。

Point

郷土料理、伝統食材、食事の作法など、日本の伝統的な食文化に関する国民の関心と理解を深め、その優れた特色を保護・継承していけるよう、食育を推進します。

こんな取組があります

知れば楽しい！ 地域による食文化の違い

日本の食文化は、年中行事との密接な関わりの中で育まれてきました。特に八レの日の行事食や郷土料理には、土地の風土や地域性が色濃く表れています。住んでいる土地と生まれ育った土地の食文化を比べてみると、その違いや多様性に気づくかもしれません。

もっと詳しく知りたい >> 「和食ガイドブック」(農林水産省)

食べてみよう！作ってみよう！ 日本の行事食

正月にはおせち、端午の節句にはかしわもち、月見には月見団子、大晦日には年越しそばなど、四季折々の行事とその食に触れることは、日本人に根ざした精神や暮らしぶりを知るチャンス。家庭でも積極的に行事食を取り入れて、季節を感じる豊かな心を養いませんか。

もっと詳しく知りたい >> 「私たちの食文化ってどんなもの？」(農林水産省)

食を通して伝えよう！ 生まれ育った土地や日本の良さを

郷土料理や名産品などの食を通して、ふるさとや住んでいる土地の良さを、他の地域の人々へ広く伝えてみてはいかがでしょうか。日本を訪れる外国人に日本の食文化を伝えることで、日本の良さや日本食の素晴らしさにも気づいてもらえるかもしれません。

「一汁三菜」とは

一汁三菜とは、「ご飯」「汁」「おかず(主菜1品、副菜2品)」に「漬物」の組み合わせのことをいいます。

- 主食.....ご飯
- 主菜.....魚や肉を中心に、卵、豆腐、野菜などを組み合わせたもの
- 副菜・汁.....野菜、きのこ、いも、海藻などが入ったおかず



日本の食文化の魅力を発信

多くの人の知恵と工夫によって築かれてきた日本の食文化を国内外に発信するウェブサイト「SHUN GATE」食材やその楽しみ方、風土などの魅力を、ビジュアルと背景にあるストーリーとともに紹介しています。3カ国語の多言語対応もされており、外国人からの関心も高い情報サイトです。



ホームページ
<http://shun-gate.com/>