

**日本食文化ナビ**  
**—食文化で地域が元気になるために—**

**農林水産省**



# はじめに

昨年 3 月、日本食文化がユネスコの無形文化遺産に登録申請されました。四季折々の食材を活かす知恵や工夫、年中行事との結びつきなど、日本人が「食」に対して抱く自然に対する畏敬の念を、未来に伝えるべき文化であるとして申請されたものです。この取組は、日本人一人ひとりが「日本の食文化」、「地域の食文化」について改めて考える機運の盛り上がりを期待して動き出しました。

日本食文化に注目する動きは、国内よりもむしろ海外で盛んであるとも言えるかもしれません。日本食は、見た目に美しく、健康的であるとして世界から注目を浴びており、日本を訪れる外国人の多くは日本で日本食を食べることを楽しみにしています。また、日本の食文化は「丁寧さ」「繊細さ」「真面目さ」といった点で本来の日本人らしさが表れており、それが外国人からも高く評価されています。

一方で、日本国内での日本食文化の現状はどうでしょうか。気候・風土の多様性の上に築かれ、長年受け継がれてきた地域固有の伝統的な食文化は、高度成長期から続いた食の大量生産・大量消費による物質的な豊かさと引き換えに、農村部の高齢化や食の洋風化・簡便化等の影響により、ひとつ、またひとつと失われつつあります。特に、若い世代を中心とした食のリテラシーの崩壊は深刻で、栄養バランスを無視した食事構成や朝食の欠食等、食文化の継承以前に基本的な食生活の乱れは、改善すべき喫緊の課題です。

このような状況の中、残された地域の食文化を次世代に守り伝え、それらを活用して地域を元気にしていくための「ナビゲーション」を作るため、農林水産省の委託事業により「地域食文化活用マニュアル検討会」が立ち上げられました。

本検討会で議論を重ねる中で、地域の食文化を未来に伝えるため、地域住民や食の関係者、行政等が一体となって取り組んでいる国内外の事例から、食を活用した地域活性化に取り組むに当たってのヒントが浮き彫りになってきました。

これまで、地域の食文化は必ずしも十分に顧みられてこなかったかもしれませんが、今後は、観光や地域ブランディングの観点から、「食文化」が強力なコンテンツになると言えるでしょう。

日本食文化のユネスコ無形文化遺産登録を目指す今が、「日本食文化」に大きな注目が集まり、地域自身が地域の食文化の価値を見直す機運が高まる千載一遇のチャンスです。

本書は、生活者にも事業者にも活用いただけるものを目指して作成しました。本書を片手に、地域の伝統的な食文化を未来に伝えようという地域の方々の思いから生まれたアイデアや幾度となく繰り返された地域レベルでの議論から得られた成功に向けてのエッセンスを「羅針盤」として、地域の食文化を活用し、地域活性化に取り組んでいただければ幸いです。

なお、本書は「平成 24 年度食文化の保護・継承及び活用にかかる調査事業」での検討結果に基づき作成したものです。本書の作成にあたりご協力いただいた全国各地の皆様をはじめ、関係者の方々に心から感謝申し上げます。



# 目 次

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| 本書の使い方 .....                          | 1  |
| <b>第 1 部 事 例 編</b> .....              | 3  |
| <b>市町村での取組</b> .....                  | 6  |
| ①福井県小浜市 .....                         | 6  |
| ②岩手県一関市 .....                         | 8  |
| ③岩手県久慈市山形町 .....                      | 10 |
| ④宮崎県西米良村 .....                        | 12 |
| <b>県での取組</b> .....                    | 14 |
| ⑤石川県 .....                            | 14 |
| <b>海外での取組</b> .....                   | 16 |
| ⑥フランス (味覚の一週間) .....                  | 16 |
| ⑦イタリア (スローフード) .....                  | 18 |
| <b>第 2 部 ヒント！実践編</b> .....            | 21 |
| 0 地域の食文化の重要性への気づき .....               | 27 |
| 1 「食」のプロセス全体へのまなざし .....              | 33 |
| 2 地域食文化をクリエイティブデザイン .....             | 43 |
| 3 食文化全体のイーティングデザイン .....              | 50 |
| 4 国内外のマーケットの中での価値 .....               | 55 |
| 5 食文化の共有と継承のための仕組みづくり .....           | 66 |
| <b>第 3 部 コ ラ ム 編</b> .....            | 77 |
| ①食文化は、ふるさとの“風景への愛”とともに .....          | 78 |
| ②ただの「食」はもういらない！～観光客が「食」に求めているもの ..... | 81 |
| ③日本人らしさを育む日本食文化 .....                 | 82 |
| ④食品は語る～ストーリー性が生み出す商品の価値 .....         | 85 |
| ⑤食リテラシーの崩壊～「若いお母さん世代」の食が危ない .....     | 88 |
| ⑥食文化チェックシートを使ってみる .....               | 92 |
| ⑦日本の「食」のサステナビリティを問いなおす .....          | 94 |

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| <b>第4部 参考資料</b> .....           | 99  |
| <b>1 検討体制</b> .....             | 100 |
| ①地域食文化活用マニュアル検討会 .....          | 100 |
| ②検討経過.....                      | 100 |
| <b>2 現地調査報告書</b> .....          | 101 |
| ①福井県小浜市.....                    | 101 |
| ②岩手県一関市.....                    | 114 |
| ③岩手県久慈市山形町.....                 | 122 |
| ④宮崎県西米良村.....                   | 129 |
| ⑤石川県 .....                      | 139 |
| <b>3 海外取組事例の文献調査結果報告書</b> ..... | 148 |
| ①フランス (味覚の一週間).....             | 148 |
| ②イタリア (スローフード).....             | 154 |

## 本書の使い方

### ■ 本書は「食」で地域を元気にする！がテーマです。

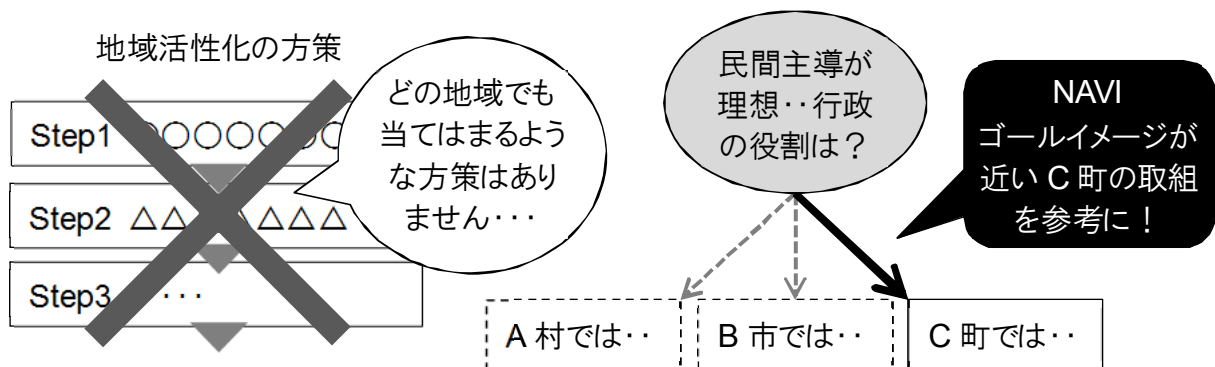
本書は、「食」を活用して地域を元気にしようと思っている方を対象に作成しました。

地域の行政の方、集落のリーダー、6次産業化に取り組む農業者の方、商工会の方など、これから取組を始める方、地元で何か誇れるものを得たいと考えている方、壁に突き当たって何かヒントがほしいと思っている方などにご利用いただきたいと思います。

### ■ これからの気付き、ヒントを与えるナビゲーションとして

「地域活性化」を達成する方策に、どの地域にも当てはまるような唯一のものはありません。地域のおかれている状況によって、とるべき方策は異なります。

本書は、「これをやれば地域活性化が叶う！」というものをお示しするのではなく、どのような道筋が必要かを各地域が気付き、次の一步を踏み出すためのナビゲーションとしてお使いいただくものです。



### ■ 事例の成功体験や課題克服を知る

本書の前半では、「食」を活用して地域活性化に取り組む5つの事例を取り上げ、その取組の経緯や歴史、取組の成功ポイントや課題克服の手法について、詳しく解説します。

### ■ 「5つの視点」によるチェックシートで、自己診断

事例を分析して得られたのが「5つの視点」です。5つの視点を更に詳しく細分化し、チェックシートを作りました。これから取組を始める、またはさらにステップアップするにあたり、まずは自己診断が必要です。

自分たちの地域で、よく取り組んでいる点、まだまだ努力が必要な点、今まで意識していなかった点など、一度俯瞰的に見てみましょう。

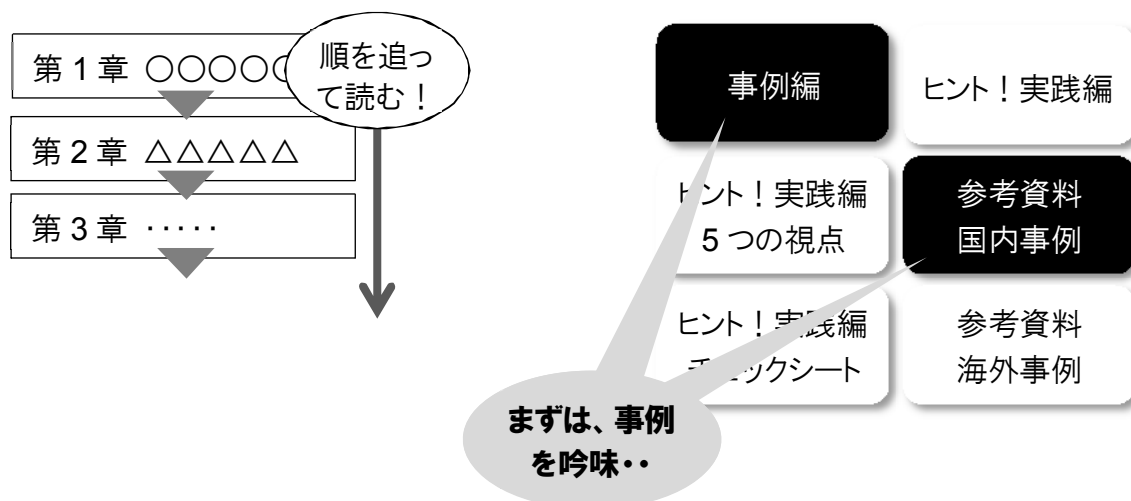
## ■ウィークポイントを補うアイデアを

自己診断ができたなら、次はウィークポイントを解決する段階となります。事例の地域の例から、具体的にどのような取組が功を奏したか、どうやって解決したかのヒントを見つけましょう。机上の空論ではなく、実際の現場で得られている体験からこそ得られる気付きやヒントがあるはずです。

## ■気になるところから読み始めてみてください

このように、①事例、②「5つの視点」、③チェックシート、④ヒント集という構成になっていますが、必ずしも最初からすべてこの順番で読み進めなくてはいけないというわけではありません。

チェック項目だけ使ってみる、ヒント集だけ読んでみるというのでも、いろいろな気づきがあると思います。お使いになる方が、使いやすい方法で本書をご利用いただければと思います。



## ■専門家の視点で食文化の活用のポイントをコラムとして紹介

7人の食の専門家から、それぞれの視点で、「食文化を活用した地域活性化」についてのメッセージをいただきました。

日本全国の様々な地域活性化の事例を知っている専門家のコメントを、今後の参考にして頂ければと思います。