

「和食」を未来へ。



農林水産省





はじめに

2013年、「和食：日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。これは、「和食」が料理それだけではなく、「自然を尊ぶ」という日本人の精神に基づいた文化として、世界に広く認められたということ。

と同時に日本にとっては、人類共通の財産となった「和食」を、その母国として、長く将来にわたり保護・継承していくことが求められています。（以下、保護・継承の対象を「和食文化」として記載）

一方で、保護・継承の対象となる和食文化をどのようなものと考えerべきでしょうか。生活文化である和食文化には明確な定義はなく、有識者から広く一般の方まで、それぞれの方々が自らの経験の中で和食文化について個々に解釈しているというのが実情です。

今後、和食文化の保護・継承に本格的に取り組むに当たり、国民各層の協力を得るには、和食文化についての国民の共通理解を深める必要があります。

そこで、農林水産省は、有識者による検討会を開催。さまざまな文献調査、アンケート調査、地域住民との意見交換、海外調査を実施して、検討を重ねてきました。

今回、こうした検討から得られた内容を当パンフレットにまとめました。

和食文化を国民全体で継承するため、新たな活動が始まっています。

一般社団法人和食文化国民会議のご紹介

和食文化を大切に思う全国の方々の力を集結し、和食文化を次世代へ伝える国民運動を展開するため、日本の食を支える食品メーカーなどの企業、料理人、研究者、地域の食文化に関する団体、調理学校、個人、地方自治体など、誰もが参加できる「一般社団法人和食文化国民会議」（略称：和食会議）が、平成27年2月に設立され4月から本格的に活動します。

〈本格稼働後の和食会議の活動〉

- 和食文化に関する全国的な調査・研究や次世代への和食文化継承を促進する教材の作成
- 和食文化に関する全国の情報の集約・発信、和食・郷土食の体験や、地域で和食を食べる活動の推進
- 和食の技・知恵の実演による和食給食等の推進、和食文化の保護・継承に貢献した方の顕彰
- 和食文化の保護・継承に向けた全国の会員等の交流・連携の推進など

全国の和食文化に関心を持つ方、和食文化を次世代につなぐ活動をされている方、これから活動したいと思っている方などを、広く会員として募集しています。

和食会議

で 検索

<http://washokujapan.jp/>

「和食」の保護・継承に向けた検討会

開催期間 平成26年11月～平成27年3月

委員	熊倉 功夫（静岡文化芸術大学学長）（座長）	村田 吉弘（株式会社菊の井 代表取締役）
	東四柳 祥子（梅花女子大学食文化学部専任講師）	山口 範雄（味の素株式会社 代表取締役会長）
	溝上 宏（株式会社NKB 取締役）	民輪 めぐみ（「料理王国」編集長）
	笠原 将弘（賛否両論オーナー兼料理人）	

「各種調査概要」

■文献調査

228の書籍、レポート、記事などを分析

■和食会議アンケート調査

調査対象：全国の「和食会議」メールマガジン登録者

調査方法：インターネットによるアンケート

調査期間：平成26年12月15日（月）から平成27年1月16日（金）まで

■海外調査

調査対象：フランス（ユネスコ無形文化遺産に登録されている「フランスの美食術」の政府機関・民間団体等）

スペイン（ユネスコ無形文化遺産に登録されている「地中海の食事」の政府機関・民間団体等）

調査方法：訪問ヒアリング

調査期間：平成27年1月12日（月）から1月16日（金）まで

■三世代における意見交換会

実施地域/実施日：神奈川県横浜市/平成27年1月17日（土）、栃木県下野市/平成27年1月18日（日）、

長崎県長崎市/平成27年1月23日（金）、山形県鶴岡市/平成27年1月23日（金）

意見交換対象者：孫のいる主婦、子育て中の主婦、学生の三世代（各地域計6名）と料理人（各地域1～2名）

後援：山形新聞社、下野新聞社、神奈川新聞社、長崎新聞社、全国地方新聞社連合会

ユネスコ無形文化遺産に登録された和食文化。みんなて守り、未来へつなごう。	3P
注目を集める和食文化。	4P
存在感が薄れつつある和食文化。	5P
時代や環境に応じ変化・発展・進化してきた私たちの和食文化。	6P
守り、つないでいくべき和食文化には何をどこまで含めるべきか？	7P
提言	11.10P
三世代＋料理人、意見交換会での意見。	12P
海外ではどのように食文化を継承しているのか。	13P
和食文化を国民全体で継承するため、新たな活動が始まっています。	15P



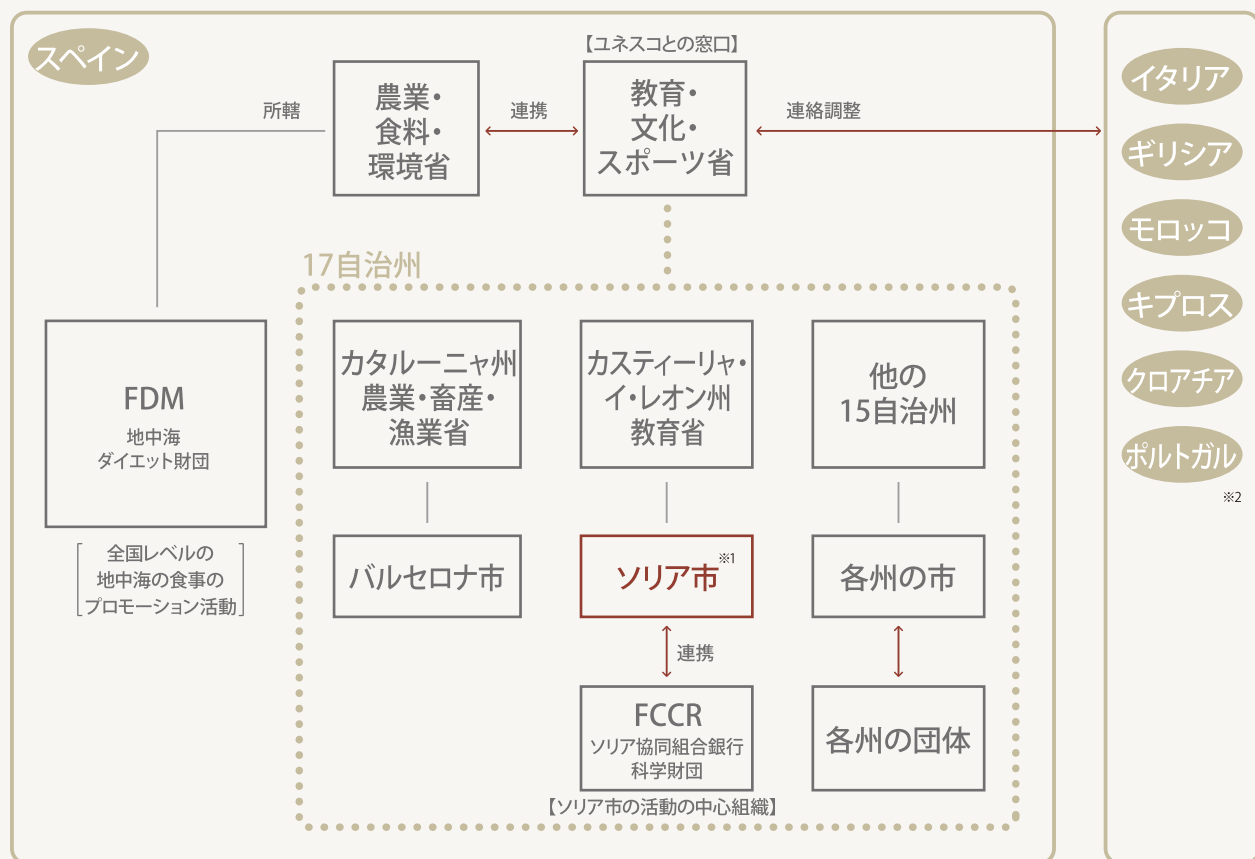
スペイン「地中海の食事」の事例

「地中海の食事」は、国や土地に関係なく、地中海沿岸の気候と土地から生まれた、食材・料理・文化などを広く共有する食文化です。無形文化遺産の登録にあたっては、スペイン、イタリア、ギリシア、モロッコ^{※2}が共同で実施。保護・継承活動は、各国ごとの解釈で行っています。

スペインでは、全国的な活動は農業・食料・環境省傘下の地中海ダイエツト財団が中心となって展開。自治州ごとの活動はそれぞれが独自に取り組んでいます。

たとえば、カステイリャ・イ・レオン州のソリア市。ユネスコの登録に対応した継承活動として、住宅区画や通りに「地中海の食事」にちなんだ名前をつけるなど、町ぐるみの活動を行ってきました。

さらに、その傘下のFCCR（ソリア協同組合銀行科学財団）は、小学校で「地中海の食事」を題材にした歌や踊り、スピーチなどの授業を推進。子どもたちが「地中海の食事」を身近に感じる機会をつくっています。



※1 ユネスコ無形文化遺産登録上の保護・継承措置の責任団体

※2 スペイン・イタリア・ギリシア・モロッコ4ヶ国の共同提案により、2010年ユネスコ登録。2013年、キプロス・クロアチア・ポルトガルが追加登録。

ユネスコ無形文化遺産に登録された和食文化。みんなで守り、未来へつなごう。

日本人の精神や日本の気候風土に根差した和食文化が世界の文化に。

和食文化とはどのようなものでしょう。

たとえば、豊かな自然から生まれる食材・調理方法・しつらえ。食を通じた家族や親族、地域との結びつき。ハレの日の行事食に込めた健康長寿への願い。そして、南北に長く、四季のある島国・日本の風土ならではの、多様な地域の食。

和食文化とは、単なる料理の一ジャンルで語れるものではなく、日本人が古来より受け継いできた「自然の尊重」の精神に立脚した、日本人の生活の諸側面を形作る大切な文化であるといえます。

しかし、食の多様化が進むにつれ、パン食が進み、米の消費量が減少。正月におせち料理を食べない人が増えるなど、日本から和食文化の存在感が薄れつつあります。もう一度、和食文化を見直し、次世代につないでいきたい。

政府は、ユネスコ無形文化遺産登録に向

けての取り組みを実施。2013年「和食」は無形文化遺産に登録されました。

【ユネスコ無形文化遺産登録までの流れ】当初は、その登録内容を「会席料理を中心とした伝統を持つ特色ある独特の日本料理」としていました。他国の申請状況も見つつ検討を重ねるにつれて、登録対象を広く日本人全体が担い手と言える内容に改めることとし、「和食：日本人の伝統的な食文化」と題して、申請・登録されました。

無形文化遺産として認められた和食文化。遺産登録は、国内外で大きく注目を集めブームにもなっています。

しかし一方で、これが失われた文化遺産になってしまわないよう、次世代につなげる努力を続けていくことが重要です。

無形文化遺産に登録された、和食文化の特徴

正月などの
年中行事との
密接な関わり

日本の食文化は、年中行事と密接に関わって育まれてきました。自然の恵みである「食」を分け合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきました。

自然の美しさや
季節の移ろいの
表現

食事の場で、自然の美しさや四季の移ろいを表現することも特徴のひとつです。季節の花や葉などで料理を飾りつけたり、季節に合った調度品や器を利用したりして、季節感を楽しみます。

健康的な
食生活を支える
栄養バランス

ご飯・汁・漬物にいくつかのおかずを組み合わせる日本の食事スタイルは、栄養バランスがとりやすいとされています。また、だしの「旨み」や発酵食品をうまく使った動物性油脂の少ない食生活を実現しており、日本人の長寿や肥満防止に役立っています。

多様で新鮮な
食材と
その持ち味の尊重

日本の国土は南北に長く、海、山、里と表情豊かな自然が広がっているため、各地で地域に根差した多様な食材が用いられています。また、素材の味わいを活かす調理技術・調理道具が発達しています。

注目を集める和食文化。

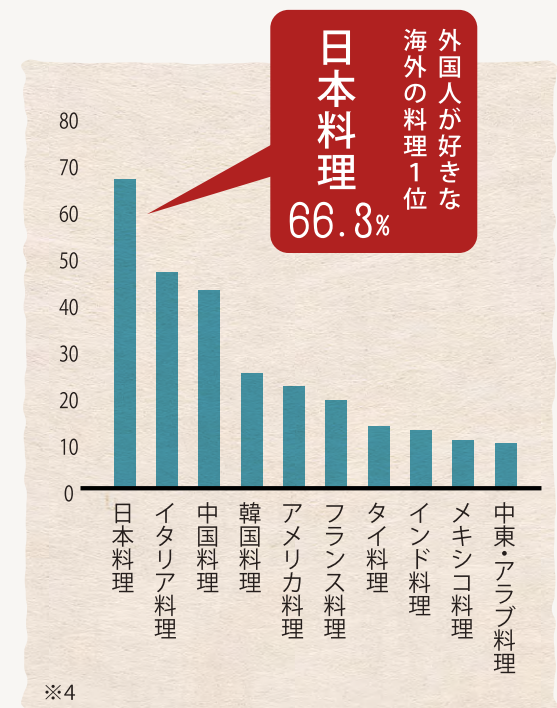
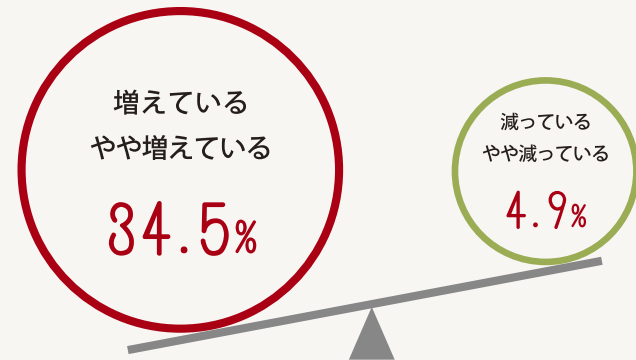
国内外の和食文化についての調査から、和食文化への高い関心が読み取れます。

和食文化のユネスコ無形文化遺産登録から、約1年後に行われた調査によると、この1年で「和食を食べる機会が増えた」という人は、「和食を食べる機会が減った」という人の数を大きく上回っています。その理由として、「食の安全が不安だが、和食なら安心できる」という声に次いであげられたのが、「無形文化遺産に登録されたから」という声でした。

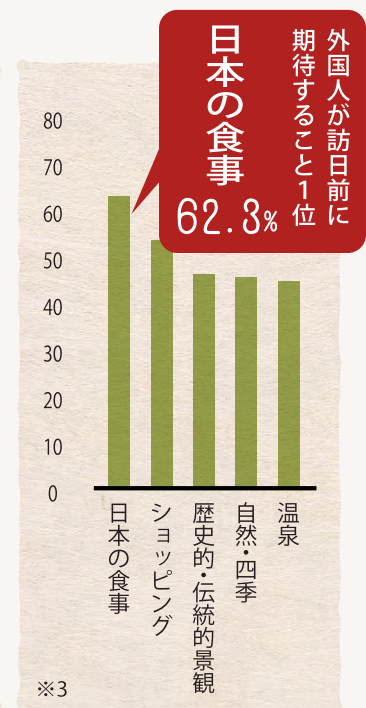
また、海外では、和食ブームが続いています。2010年の調査では、「外国人観光客が最も期待しているのは日本の食事」という結果が。海外の日本食レストランは、2006年の約2万4千店から、2013年には約5万5千店に。さらに、和食文化がユネスコ無形文化遺産に登録された後の2014年3月に行われた、外国人が好きな海外の料理に関する調査では、「日本料理」が1位に選ばれました。こうしたさまざまな調査結果から、ユ

ネスコ無形文化遺産の登録をきっかけに、日本や海外で和食文化への関心が高まっていることがわかります。

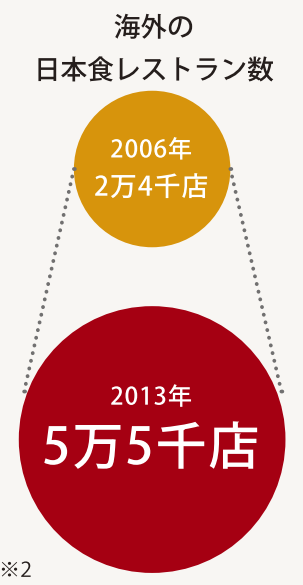
この1年間における和食を食べる頻度の変化 ※1



※4



※3



※2

※1 リクルートライフスタイル調査(2015年)【n=10,002】
 ※2 外務省調べ、農林水産省推計
 ※3 訪日外客訪問時調査(2010年)【n=3,000】
 ※4 日本貿易振興機構調査(2014年)【n=12,338】

海外ではどのように食文化を継承しているのか。

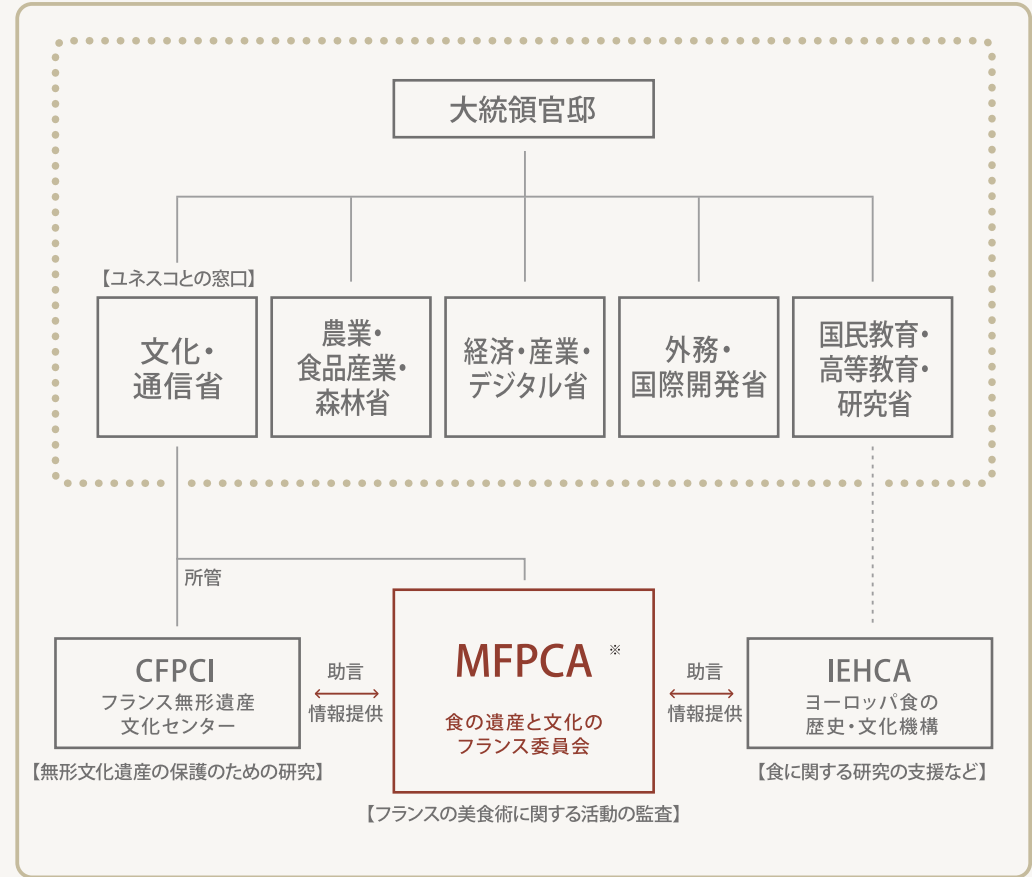
ユネスコ無形文化遺産に登録された、各国の活動・取り組みをご紹介します。

「フランスの美食術」の事例

「フランスの美食術」は、結婚や出産・誕生日などの節目の日に、家族や友人とテーブルを囲んで祝う伝統的な食文化。豪華さよりも、みんなで食事を楽しむことを大切にしています。この食文化の保護・継承活動に取り組んでいるのが、文化・通信省の傘下にあるMFPCA（食の遺産と文化のフランス委員会）という組織です。

MFPCAは、子どもや高齢者を対象とした食育や、国内への情報発信、美食術に関する施設の設定など、広く継続的に活動しています。またフランスでは、各省・各団体が、独自の目的で継承活動を行います。

たとえば、農業・食品産業・森林省では、年に1回「味覚の1週間」と呼ばれる強化週間で、子どもたちの味覚を育てるための様々な取り組みを行っています。



※ユネスコ無形文化遺産登録上の保護・継承措置の責任団体

三世代＋料理人、意見交換会での意見。

おばあちゃん世代・母親世代・若者世代が和食についてディスカッション。

山形

和食＝郷土食だと思っています。季節になると食べなくなる、口の記憶として残り、採れる景色が目浮かぶ。これこそが和食ではないか。

普段の朝食はパン中心。和食は作るのに手間が掛かるイメージ。でも、大黒様のお歳夜に作るハタハタの田楽など、行事食は伝わってほしい。

何が大切かといえば、まず作ることに。気負わず料理を楽しんでほしい。

神奈川

幼稚園では野菜の種まきから収穫までをし、それを自宅で子どもと一緒に料理する。家族一緒にの食卓を作る時間も必要。

私たちが和食を作る側になることが必要。

和食を身近なものに感じることが大切。

ご飯食を中心とすることで和食への愛着が湧いてくる。

栃木

私がいなくなった後、お母さんはこういう料理を作っていたねと思い出してくれて、それが我が家の料理として残っていけば幸せ。

子どもたちと一緒に作って食べて、「楽しむ」ということを伝えることが重要かなと思う。

実際に和食を作っている方に学校に来て頂いて、話を聞いたり一緒に作ってみたりすることで、和食への興味が湧いて、料理をしたいと思う人も増えると思う。

好きになってもらうには、興味を持ってもらうことが一番。

長崎

子どもができることは手伝ってもらい、家族で食卓を囲む。そこで子どもはいろんなことを学び成長していくのではないかな。

伝えていくことになれば、それは自分の役割。家の味を子どもに伝えていくのは自分だと思う。

本格的な和食を通して日本文化にふれる機会も必要。

みんなが向き合って食べることが大事。それが生きていくことの証ではないか。

存在感が薄れつつある和食文化。

和食文化のすばらしさを伝えていくために、何をしていけばよいのでしょうか。

現在、日本は長寿大国となり、和食文化は世界的にも注目されています。

しかし、社会環境が変化する中で、当の日本人の中から和食の存在感が薄れつつあります。

アンケートによると、現在、和食文化を守り伝えていく上で心配されている、さまざまな要素の中で、最も回答が多かったのは、「地域の食材を活かした郷土料理が消失していく」、「安全性が不安な輸入野菜が増えた」など、食材に関する項目でした。次いで、「正しく箸を持たない子どもが増えた」、「食事の挨拶をしない若者が増えた」、「『和食』のマナーの大切さが若い世代に伝わっていない」などの、作法・食べ方に関する項目も、回答数が多くなりました。

ユネスコ無形文化遺産に登録された、誇るべき和食文化。

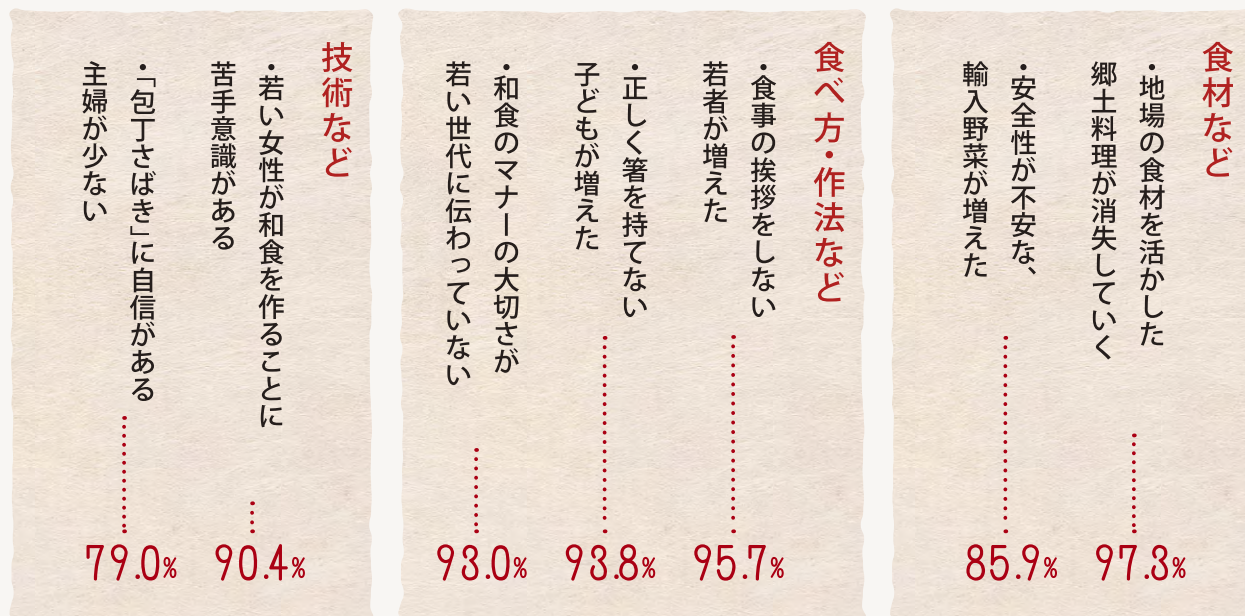
しかし、無形文化とは目に見えない形で残ります。気付かないうちになくなって

しまっていることのないように、私たちが日々の食生活の中で丁寧な和食文化をつなぎ、未来へと受け渡していくことが大切ではないでしょうか。

味覚の危機

美食の国フランス。美食の基本は作ることに。しかし、社会の変化の中で、多くの家庭で調理に時間をかけなくなり、子どもたちはファストフード中心の食生活になっていました。これでは味覚が鍛えられないわけがない。2010年に「フランスの美食術」が無形文化遺産に登録されましたが、その背景には美食というフランスの宝が失われてしまうという危機感もあったようです。

現在の和食文化について心配されていること
「かなり心配している」・「心配している」を合わせた数値



※ 和食会議アンケート調査より【n=114】

時代や環境に応じ変化・発展・進化してきた 私たちの和食文化。

和食で人気の高い寿司やてんぷらも
ルーツをたどれば海外に。

島国・日本の風土が持つ、地理的・気候的な環境を活かしながら、独自の食習慣を育んできた和食文化。

一方で、和食文化は長い歴史の中で人やモノが海外と往来することにより、歴史的に海外の影響を受け、変化・発展・進化を遂げてきました。

現代の多くの人が和食文化としてとらえている料理の中にも、もともとは海外がルーツの調理法や食材をアレンジしたものが少なくありません。

たとえば、和食の代表格である寿司やてんぷら。寿司は稲作の伝来と共に大陸から伝わった、なれずしが始まりとされています。また、てんぷらは、17世紀に西洋から伝わったフリッターを日本風にアレンジ

し、定着したものと言われています。

つまり、和食文化は、日本の気候風土に根差した伝統を土台とし、その上で時代や環境に応じ変化する消費者の嗜好や技術などを踏まえ、絶えず進化し続けている生きた文化と言えます。

和食文化を未来につないでいくために大切なこと。それは、こうした和食文化の生い立ちを国民各層が認識し、時代や環境の要請に応じた一定の変化は、文化継承のための必要な柔軟性と心得た上で、和食文化全般に通ずる「自然の尊重」という日本人の基本的な精神をしっかりと守り、育んでいくことにほかなりません。



発展・進化する和食文化

和食文化には、寿司やてんぷらのように、海外の食文化をアレンジしつつ取り入れてきた歴史があります。現在の私たちの食生活でなじみ深い和風料理も、次の世代へ引き継がれていくなかで、良い部分を残しながら、さらに工夫され、和食文化として定着するものが出て来るかもしれません。

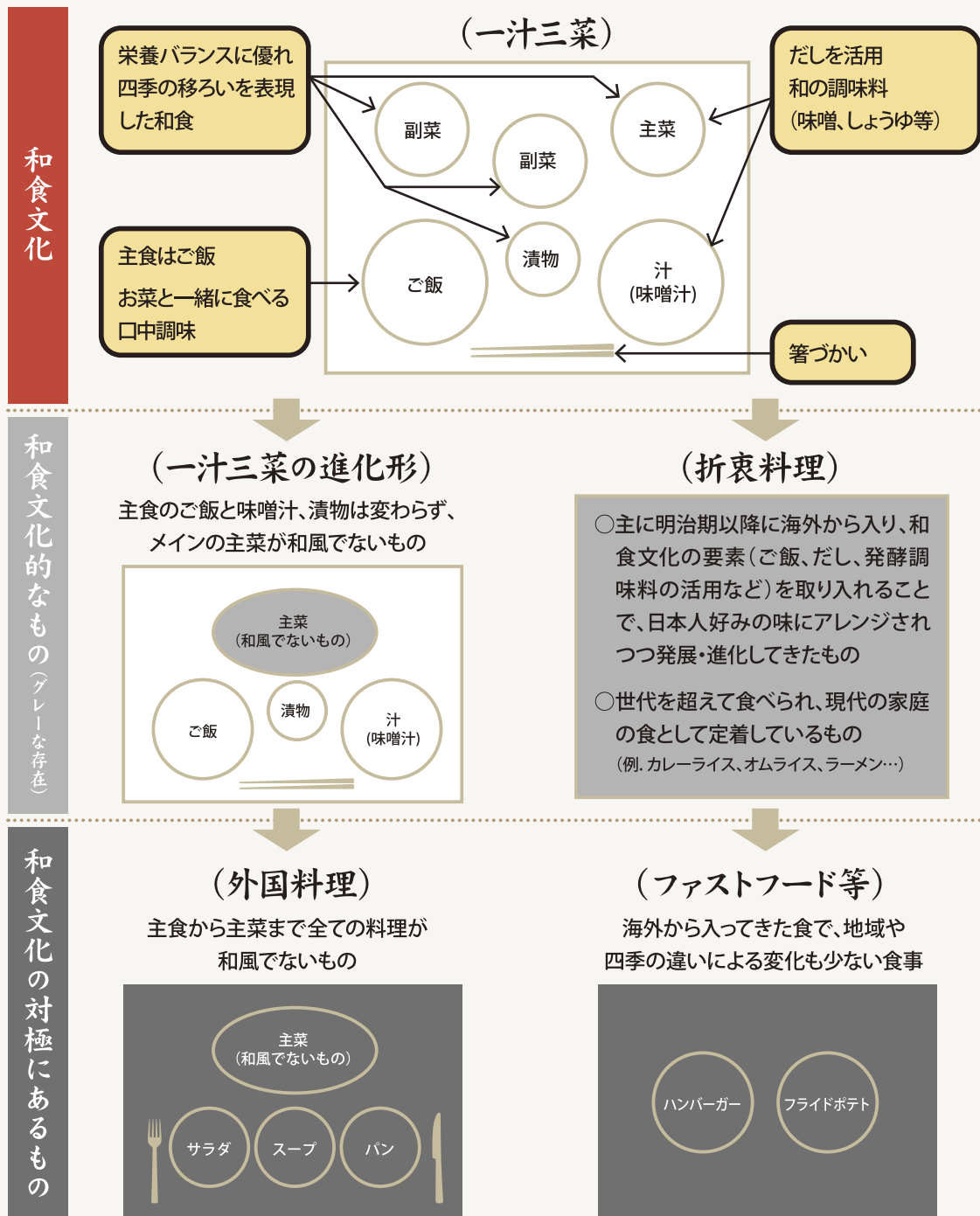
提

当てることが、実態を理解するためにも重要です。このため、検討会では、グレーな存在にも留意した上で「要素」と「各要素の組み合わせによる分類」について、検討・議論されました。

要素の組み合わせによる分類

- 様々な要素を組み合わせることで実際の食事は行われます。
- ここでは、献立を例に、各要素の組み合わせ方次第で「和食文化」、「和食文化的なもの(グレーな存在)」、「和食文化の対極にあるもの」の3分類に分かれうることを簡単なモデルで示してみました。一汁三菜という和食の基本形を守っても、構成要素が変わると、和食文化から離れたものになっていくことが分かります。
- 検討会では、このような考え方について、各要素をスコア化することでより明確に整理できるかもしれないといった議論もありました。

食材×調理×食べ方×日本の伝統の組み合わせを献立の形で表現・整理(試案)



和風:「和の食材」又は「和の調理法」のどちらか、もしくは両方を使用して調理されたもの。

現代の私たちの食生活には、和食文化とその対極的なものとの間にグレーな存在があり、このことにより豊かな食生活を実現できている面もあります。発展・進化する和食文化の対象範囲を考える上では、この存在に光を

○和食文化を構成する要素を、「食材」、「調理」、「食べ方」に加え、和食文化の底流にある自然の尊重という精神とおもてなしの心を表す項目として、「日本の伝統」を加えた4項目に分かりやすく分類した上で、和食文化との関係性の強弱によって中心から周辺に向かって配置しました。

○個々の要素単位でみると、グレーな存在はそれほど多くありません。では、個々の要素の組み合わせで行われる実際の食事はどのようなのでしょうか。(左ページへ)

和食文化

食 材 (Ingredients)

- 南北に長く、温暖湿潤で四季のある島国・日本の気候風土に根差した多様で新鮮な食材
- インディカ米
- キャベツ じゃがいも
- 大根・ネギ・ごぼう (伝統野菜)
- ジャポニカ米
- さんしょう わさび
- 日本茶
- ココナッツ バニラ
- 胡椒
- コーヒー豆
- カリフラワーズッキーニ

調理 (Cooking)

- 素材の味わいを活かす調理・調味技術や調理道具
- コンソメ
- うま味調味料
- だし・うまみ
- 発酵食品 (しょうゆ)
- とんかつソース
- デミグラスソース ホワイトソース
- 中華包丁
- 文化包丁
- 刺身包丁 出刃包丁

日本の伝統 (Japanese Tradition)

- 健康長寿を願う昔ながらの行事、家族・地域のあり様と密接にかかわる伝統
- クリスマス(チキン)
- ハロウィン (パンプキンパイ)
- 地域の収穫祭 (芋煮会)
- 年中行事 (正月おせち)
- 洋風おせち
- 大量の食料廃棄
- いただきます
- PFC 日本 2010年
- PFC 日本 1980年
- PFC アメリカ
- 四季の表現
- ナイフ・フォーク・洋皿
- カップラーメン

食 べ 方 (Eating Style)

- 栄養バランスに優れた献立、箸づかいやふるまい、四季の移ろいを表現する盛り付けやしつらえ
- タンパク質
- 炭水化物
- 脂質

守り、つないでいくべき和食文化には何をどこまで含めるべきか？

和食文化は生きた文化であり、その保護・継承は、私たちが担い手となっていく必要があります。

検討会の議論では、和食文化の核となる要素と、その周辺にあつて時代や環境に應じて核となる要素を支える形で存在する要素を解き明かすとともに、これら両者の関係を分かりやすい形で示せるよう整理すべきとの指摘がありました。

そのためには、和食文化の保護・継承に取り組む理由や、誰が中心的な担い手となるかの整理が欠かせません。その上で、保護・継承すべき和食文化には何をどこまで含めるべきか探ってきました。

●国民運動として和食文化を守り、つなぐ理由とは为什么呢？

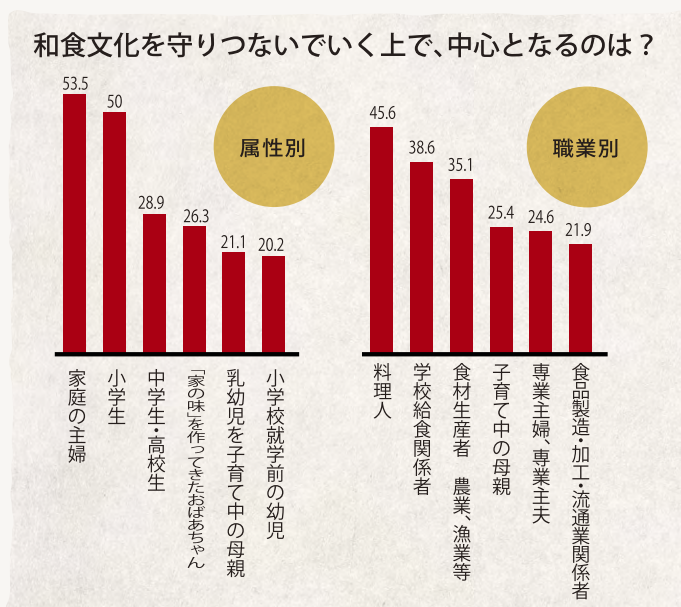
和食文化を保護・継承する理由の背景には、和食文化が大きな曲がり角にきているという現状があります。和食文化の母国である日本の

国民として、食材・技と知恵・作法などを次の世代へつなげ、世界に誇れる豊かな食文化を持つ国づくりに参画することは、ひとつの大きな目的になるのではないでしょうか。また、この取り組みは、家族や地域の絆を強めることにもつながります。

実際にアンケートでも、「ふるさとや日本の良さを再認識し、日本人であることに誇りを持つことにつながると思う」、「受け継いできた味を、さらに次につなぐことで、家族や地域との結びつきを深めていくことにつながるのでは」など、日本人の精神的な部分に重きをおいた項目に票が集まりました。

●誰が中心となって、和食文化を担っていくのでしょうか？

広く言えば日本人全体が和食文化の担い手ですが、家庭での担い手と、料理人などのプロの人は、分けて考えるべきとの意見がありました。



※ 和食会議アンケート調査より【n=114】

は「食文化を子どもたちに伝える第一歩が家庭の食卓。母親の立場は重要だと思う」など「小学校の児童と家庭の主婦」をあげる声、「年配者である自分が、郷土料理や和食を作って食べさせて伝えたい」など、「子ども・親・祖父母の3世代」をあげる声が多く見られました。プロにおいては「料理人」が最も高く、子どもたちへの食育という視点からは、「学校給食関係者」をあげる声もありました。

どちらの場合も、小学生などの次世代を担う立場が、より重要視されているようです。

子どもが中心

フランスやスペインでの調査では、子どもを対象とした食の教育が熱心に行われている様子がうかがえました。

日本国内でのアンケート調査では、和食文化を伝えていく上で、子どもとともに家庭の主婦が大事との結果になっていますが、これらの国では、学校で学んだ内容を子どもたちが家庭に持ち帰って親に伝え、それが家庭に浸透していき、食文化が継承されていくという考えが強くあるようです。

そのやり方も、ラップのリズムに食に関する歌詞を乗せて歌う子どもたちの姿をSNSで公開するなど、子どもが楽しみながら食に対する理解を深められるようなものとなっています。

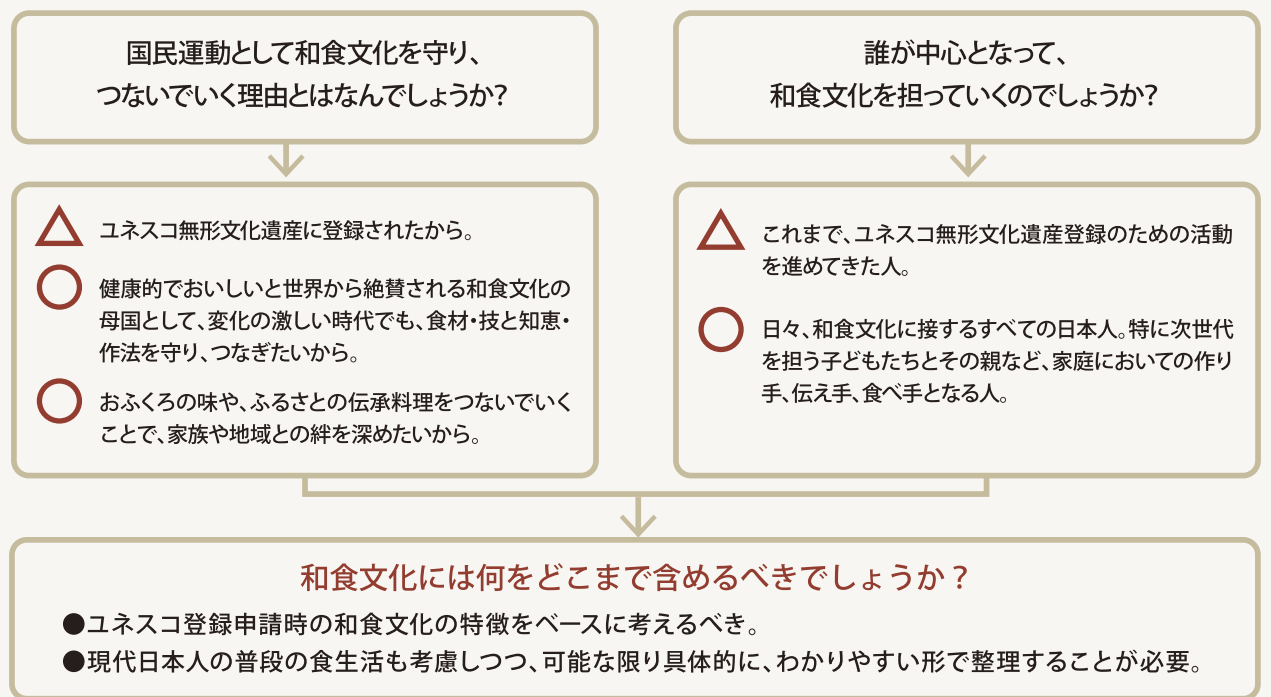
●和食文化には何をどこまで含めるべきでしょうか。

検討会では、保護・継承の対象となる和食文化に何をどこまで含めるべきかについては、どんな理由で、誰を中心的な担い手とし

て考えるかによって変わってくるとの議論がありました。そこで、検討会では、ユネスコ無形文化遺産登録はあくまで保護・継承に取り組む「きっかけ」と位置付けた上で、広く国民全体が、主体的に楽しんで取り組めるものとする観点から、保護・継承の対象範囲を整理すべきとされました。

一方、アンケート調査では、保護・継承すべき要素として、「だしや発酵調味料などの旨みを求める技術」に最も多くの票が集まりました。また、意見交換会では、「いただきます」など素材に感謝する気持ち、「ご飯を中心に味噌汁・おかずが並ぶ一般的な献立」などを和食文化に不可欠な要素とする意見が各地で出されました。これらの要素は、ユネスコ無形文化遺産に登録申請をした際の和食文化の特徴に深く関係するとともに、私たちの普段の食卓を構成する要素でもあります。

こうしたことを踏まえ、検討会では保護・継承の対象となる和食文化の範囲については、和食文化の基本的な特徴をベースに私たちの普段の食生活も考慮し、可能な限り具体的に分かりやすい形で共有していくことが大切だとされました。



●和食文化の輪郭を明らかにする

これまでの考察を踏まえ、和食文化の担い手である私たちは、和食文化として保護・継承に取り組むこととする対象範囲をどのように考えたいでしょうか。

ここでは、検討会の議論を踏まえ、ユネスコ無形文化遺産登録申請の柱とされた和食文化の特徴を、誰もが共有できるような具体的な写真で表しました。その一方で、多様化した私たちの現代の食生活にしばしば登場する対極にあるような要素を言葉で表すことで、あえて和食文化と位置付けられないものを明示し、和食文化の輪郭を際立たせようと考えてみました。

こうした検討を通じてわかるのは、我々の和食文化は一年間を通じた四季の移ろいや、人の一生を通じた時代の移ろいを様々な形で反映したものであること。例えば、おせち料理には、家族の健康を願う「黒豆」や子孫繁栄を願う「数の子」を使うなど、自然への感謝や生活への祈りが込められています。

和食文化の底流には、自然の尊重という精神とおもてなしの心があると言えるのではないのでしょうか。

