

仙台会場【2023年10月12日(木)】

仙台会場ではグローバルに活躍する料理人・山田チカラ氏による基調講演と、和食や栄養に関する専門知識を持つ登壇者3名によるパネルディスカッション、そして和食文化の振興と継承に携わる参加者とパネルディスカッション登壇者との交流会を開催しました。地域色豊かな和食文化の素晴らしさを次世代に伝えていくにはどうすればいいのか、活発な意見が交わされる会となりました。

開催概要

2023年10月12日(木) 13:00~16:20
於: 仙台国際センター
宮城県仙台市青葉区青葉山無番地



～ 基調講演 ～

世界に誇る和食文化の魅力

「山田チカラ」オーナーシェフ 山田 チカラ氏



和食の現状から将来の展望までを熱く語る山田氏。

身体をつくる「農業」の尊さ 和食の素晴らしさを子どもたちに伝え継ぎたい

自身が静岡のお茶農家で生まれ育った経験から、以前は自分のお店にも茶室を設けて薄茶を点て、ゲストをおもてなしたこともあると話す山田氏。ユネスコ無形文化遺産登録時に全国で講演活動をしていた当時の話も交え、和食が登録されたことは、保護・継承が必要だという意味を持つと話しました。和食文化を次世代に継承していくための教育の大切さについて、子どもたちには本物の日本の食材の素晴らしさを伝えた上で、「子どもの将来の夢ランキングで「農業」がランクインするような環境を作りたい。」と将来の展望を語りました。

最後に、「食材は体を作るものであり、私たちは生産者をもっと大切にしなければなりません。まずは私たち大人が「農業」の大切さを改めて認識し、子どもたちや世界に向けて和食の素晴らしさを発信していきましょう。」と呼びかけました。



基調講演は講演者自身の経験も交えたわかりやすい内容。

～ 交流会 ～

和食文化を次世代に繋いでいくために、 地域レベルで実践できることは？

交流会では、パネルディスカッションの登壇者と、参加者が意見を交わしました。リアル参加者は県内を中心に、農業従事者や食育インストラクター、子ども食堂のスタッフなど、「食」に関する活動に携わる方々。さらにオンライン参加者からの質問も受け付け、活発な議論が交わされました。

オンライン参加者からの「日本食は塩味が強いと言われていますが、(健康に負担がなく)日常にうまく取り入れられる方法はありますか?」との質問には、中澤氏が「だしをうまく使えば、塩など調味料を半量まで減らすことができます。また、生姜などの薬味や柑橘類などの酸味を取り入れるのも一つの手段です。」と回答し、だしの活用による効果を伝えました。リアル参加者からの「忙しい現代の家庭でも家庭料理の良さを伝えるには?」という質問には、青木氏が「自分で作って食べることを楽しむことが」第一歩だとアドバイスしました。



子どもたちが楽しさを感じる食育が大事。



飯綱町の食文化教育事例を紹介。



地中海料理など海外食文化の話題も。



交流会後にも熱心に意見交換。

～ パネルディスカッション ～

健康的な食生活を支える、和食のチカラ ～地域の“食”を見つめ直す～



ディスカッションでは和食のみならず精神面、健康面での影響、和食の持つチカラを紹介。

和食は日本人の精神面に どのような影響を与えてきたか?

パネルディスカッションでは、和食と世界の食文化を比較しながら、「食」が気候や風土と密接に関わっていることや、健康的な食生活を実現するために歴史の中で自然と人々に継承されてきたことについて、実践的知見を紹介し合いました。

「健康的な食生活は和食から」のテーマでは、和食が日本人の精神面にどのような影響を与えてきたか? という問いかけに、山田氏は「米食文化が重要な役割を果たしています。さまざまな食材を美味しく食べられ、食べるとほっとする味で、日本人のDNAに組み込まれているように感じます。」と発言。

東四柳氏は、おせちを例に挙げ、食材に意味を持たせることに注目し、「願いを込めていただくことで、会話が生まれ、絆の醸成

に一役買っています。それが和食ならではの尊さだと思う。」と述べました。

中澤氏は汁、ご飯、おかずを組み合わせることに触れ、「誰かと食べる機会を大切にすること」を指摘しました。

地域が産んだ和食文化が健康を育む だし文化や発酵食品文化の独自性や類似性

次に「地域が産んだ和食文化が健康を育む」のテーマで、各地のだし文化や発酵食品文化の独自性や類似性についての議論を深めました。

発酵食品にとって日本の温暖湿潤な気候は最適な環境であり、各地の気候に沿ったものがあること、発酵食品は食材を無駄にしないという思いからできたことが語られました。登壇者それぞれが「工夫を凝らした保存食のすすめ」を紹介し合う場面では、中澤氏が「長野のおやき」に込められた地域性や保存性について熱く語る一幕もありました。

締めくくりに、「健康的な食生活を支える、和食のチカラ」を伝え続けるために、最も重要だと感じていることについて3人がそれぞれの思いをフリップボードで発表しました。山田氏は皆が健やかに生きるために必要なものとして「平和」、東四柳氏は和食の良さを再発見して伝え続けるために大切にしたいものとして「会話」。大学で調理実習の講義を行う中澤氏は、その経験から誰かと協力して料理をして食べることが人と人を繋ぐと発言し、「いっしょに作っていっしょに味わう。おいしいね!」と発表しました。ファシリテーターの青木氏が「伝統を大事にしつつも新しいものを取り込み、未来に伝えていきたいですね」と総括し、熱い拍手の中、終幕となりました。



ディスカッションを熱心に関心する参加者。



フリップボードを掲げる3氏。それぞれの視点から和食を伝えるために重要なことを発表。

登壇者紹介

山田 チカラ氏

「山田チカラ」オーナーシェフ



静岡県出身。18歳で熱海の「ラ・ルヌ」に入店。その後スペインに渡り、店舗を経営、三ツ星レストラン「エル・ブジ」のフェラン・アドリア氏に師事。2007年、東京・南麻布にレストラン「山田チカラ」をオープン。

東四柳 祥子氏

梅花女子大学 食文化学部
食文化学科 教授



専門分野は比較食文化論。(一社)和食文化国民会議調査・研究部会幹事、(一社)日本家政学会食文化研究部会委員。主な著書に「料理書と近代日本の食文化」(単著/同成社)、「近代料理書の世界」(共著/メダス出版)、「日本の食文化史年表」(共編/吉川弘文館)など。

中澤 弥子氏

長野県立大学 健康発達学部
食健康学科 教授



専門分野は食文化研究、調理科学。(一社)和食文化国民会議調査・研究部会 部長、(一社)日本家政学会食文化研究部会 副部長、農林水産省食育推進会議専門委員。著書に「食の展望—持続可能な食をめざして—」(共著/農山漁村文化協会)、「日本の食文化3:麦・雑穀と芋」(共著/吉川弘文館)。

青木 ゆり子氏

株式会社イーフード 代表
各国・郷土料理研究家



e-food.jp代表、各国・郷土料理研究家。NHKラジオ第一「ちきゅうラジオ」料理ナビゲーター、内閣官房「2020東京オリンピック・ホストタウン事業」食文化アドバイザー、主な著書「世界の郷土料理大事典」(誠文堂新光社)。