

つむがれる 和食の未来

和食文化継承リーダーの思いと行動



農林水産省



和食文化継承リーダー研修のお申し込みは下記URLまたはQRコードから
URL : <https://ouchidewashoku.maff.go.jp/training/application/>



発行 農林水産省 大臣官房 新事業・食品産業部 外食・食文化課 食文化室
監修 露久保 美夏 東洋大学食環境科学部食環境科学科 准教授
畑中 三応子 食文化研究家
編集 株式会社ぐるなび

和食文化を

未来に受け継いでいくために

日本人の心と体を育み、暮らしと健康を支えてきた和食。和食を通じて、私たちは四季折々の自然の恵みやそれをおいしくいただく先人の工夫、地域の伝統文化、SDGsにもつながる暮らしの知恵に触れてきました。しかし、時代の流れとともに人々のライフスタイルや自然環境、そして食への意識は大きく変化し、日本人の生活の中で和食の存在感が薄れつつあるのが現状です。

国は、2005年に制定された「食育基本法」に基づき、基本方針や目標を定めた「食育推進基本計画」を策定しています。「第4次食育推進基本計画」において、「食育活動を通じて、郷土料理、伝統料理、食事の作法等、伝統的な地域の和食文化を次世代へ継承するための食育を推進する」としており、和食文化の次世代への継承は国の責務である食育において重要な役割を担うと位置づけています。子どもたちの健全な心身を培い、豊かな人間性を育む食育の推進に取り組むためには、和食文化を伝える人材が和食文化の基礎的な知識を得ることが重要です。

このことから、子どもたちや子育て世代に対し和食文化を伝える人材の育成を目的とする「和食文化継承リーダー研修」が2019年にスタートしました。和食文化の基礎知識や魅力、その伝え方を学び、実地研修を修了した和食文化継承リーダーが、全国の食育の現場で活躍しています。今後、文化継承の輪がさらに広がり、未来の和食につながる活動が増えていくことに期待が寄せられています。あなたも和食文化継承リーダーの一員として、和食文化を次世代へ継承しませんか。

目次

- 2 和食文化を未来に受け継いでいくために
- 4 和食文化を取り巻く環境の変化と岐路に立つ次世代への継承
- 6 東洋大学 露久保 美夏准教授インタビュー「和食文化を守り受け継いでいくリーダーの力が求められています」
- 8 和食文化継承リーダーへの道のり「小学校栄養教諭のAさん、和食文化継承リーダーになる」
- 10 先輩リーダーのアクティビティレポート
- 13 和食文化継承リーダーへの応援メッセージ
菊乃井三代目主人 村田 吉弘氏
食文化研究家 畑中 三応子氏
- 14 和食文化継承リーダー研修の受講の流れ



今、私たちが考えるべきこと

和食文化を取り巻く環境の変化と 岐路に立つ次世代への継承

遠い昔から受け継がれ、私たちの心と体を支えてきた和食文化。

世界からも注目されるこの大切な文化は、どのような状況に置かれているのでしょうか。

健康や持続可能性の面で 世界から注目される和食

「和食」とは、自然を尊重することを土台とした、日本人の伝統的な食文化です。料理そのものだけではなく、多彩で豊かな食材とそれらを育む気候や風土、自然の美しさや四季の変化を愛でる心、健康長寿への願い、伝統的な行事を

和食の特徴

- ◎ 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- ◎ 健康的な食生活を支える栄養バランス
- ◎ 自然の美しさや季節の移ろいの表現
- ◎ 正月などの年中行事との密接な関わり



通じて培う家族や地域との絆、食を時代や環境にあわせて発展させる柔軟性なども含まれます。

2013年には「和食」、日本人の伝統的な食文化」としてユネスコ無形文化遺産に登録され、和食文化は世界中から注目を集めるようになりました。海外における日本食レストランの数は2013年の約5・5万店から2021年には約15・9万店と約3倍に増加し(※1)、外国人が好きな海外の料理でも、イタリア料理や中国料理を抑えて「日本料理」が1位に選ばれています(※2)。

さらに訪日外国人の意向を見ると、日本を訪れる前に最も期待していることは「日本食を食べること」であり、地方の観光地を訪れた際に行きたいことでも「郷土料理を食べる」が上位に入っています(※3)。これらのことから、訪日外国人観光客にとって和食や地域の食文化は、魅力的なものであり、訪日観光の重要なコンテンツとなっていることもうかがえます。

術革新、グローバル化、人口減少、地球温暖化など私たちを取り巻く環境は目まぐるしく変化しており、それに伴い私たちの価値観もライフスタイルも多様化が加速しています。食生活や食への意識もその影響を受け、暮らしの中で和食の存在感が薄れつつあり、和食のユネスコ無形文化遺産登録を認知している人の割合は年々減少し、令和4年度の調査では約半数が「知らない」と回答しています(※4)。

ユネスコ無形文化遺産の登録の目的は「絶滅危惧に瀕している文化」の保護であり、「和食」が登録された理由は、「和食文化を見直し、次世代につないでいくこと」に加え、「失われつつある日本の和食文化を保護・継承すること」でもありました。

和食文化を守り、育て、そして明日へとつなげていくには、まずは知ること、実践してみることが大切であり、私たち一人ひとりが興味をもつことがその第一歩になります。これまで和食や和食文化は、主に母親や祖母などから、一緒に料理を作ったり手伝いをしたりすることで子どもたちへと受け継がれてきました(※5)。しかし、核家族化が進み、両親がともに仕事に就いて忙しく過「こす」が増えた現代においては、そのような時間を捻出するのが難しい家庭も多くなっています。地域や家庭で継承されてきた和食文化を、自ら受け継ぎ次世代へと伝えている人の割合が半数以下となっていることも、そのあらわれと考えられます。

和食文化への意識が 変わりつつある日本

一方、日本国内では、ユネスコ無形文化遺産に登録された直後は和食文化への関心も高まり、和食を食べる頻度にも増加傾向がみられました。しかし、情報化や技

学校などの食育の現場で 和食文化の継承を

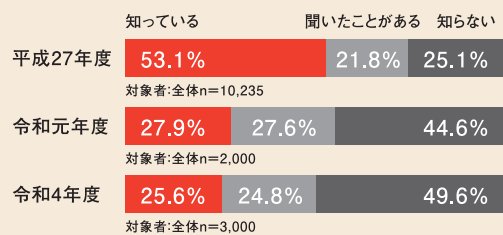
和食文化を守り継承していくことが困難になりつつある中で、国は新たな取り組みに着手しました。それが、教育や保育の現場、地域保健活動などで行われる食育を通じた和食文化の継承です。

和食は、2015年にできた持続可能(サステナブル)な社会の実現を目指す共通の目標であるSDGsとは「すべての人に健康と福祉を」「海の豊かさを守ろう」など関連する事項が多く、具体的な事例からSDGsとの関連性を理解し、自分たちに関係の深い問題としてとらえていく上でも役立ちます。

特に、次世代を担う子どもたちと子育て世代などに対して、効果的な和食文化の普及活動を加速させるためには、SDGsとも関連つけた学校での学びが重要です。子どもたちにとって、だしのうま味を体験することや、魚の骨を箸でとる経験、食事を用意する過程を手伝う楽しさ、美しい食器や調理器具を大切に使うこと、同じ食べ物を家族や仲間と味わい、祭りや花見などで一緒に食べる経験を積み重ねることは、文化としての「和食」を伝えるだけでなく、「生きる力」を育むことにもつながります。日々の食生活の中で丁寧に和食文化を学び、未来へとつないでいくことが大切です。

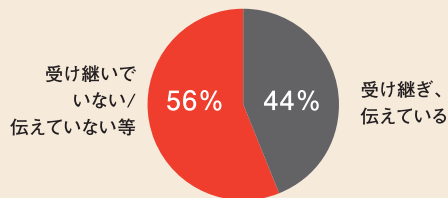
※1 農林水産省「海外における日本食レストラン数調査」
※2 日本貿易振興機構「日本食品に対する海外消費者アンケート調査—6都市比較編—」
※3 DBJ・JTBF「DBJ・JTBFアジア・欧米豪訪日外国人旅行者の意向調査」
※4、5 農林水産省「食生活実態及び和食文化に関するアンケート調査」

【和食文化のユネスコ登録認知】



(出典)農林水産省「食生活実態及び和食文化に関するアンケート調査」

【地域や家庭で受け継がれてきた料理や食べ方・作法等の和食文化を受け継ぎ、次世代へ伝えている国民の割合】



(出典)農林水産省「食育に関する意識調査」(令和5年3月)

