

事例

「#がめ煮つくろう」～郷土料理を未来につなぐ～

福岡100
人生100年時代への
チャレンジ

福岡市（福岡県）

福岡市では、人生100年時代を見据えて、誰もが心身ともに健康で自分らしく暮らせる持続可能な社会をつくるプロジェクト「福岡100」を進めています。その事業の一つとして、「食」をテーマにした新たなチャレンジ「#がめ煮つくろう」が令和元（2019）年度から本格的に始まりました。

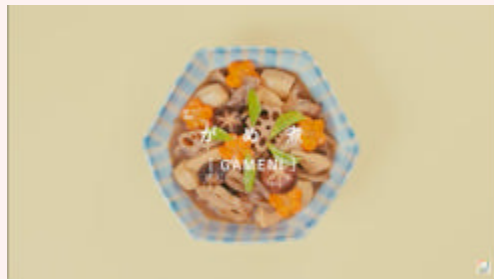
「がめ煮」は、鶏肉、ごぼう、れんこん等の食材を炒め煮したもので、正月やお祭り、結婚式などのお祝いの際によく食べられる福岡の郷土料理です。「#がめ煮つくろう」は、自分たちで「がめ煮」を作ることによって、「食」を通じた健康づくりについて考え、実践すること、地元食材を日々の食事に生かすこと、「食」を楽しむこと、そして、福岡の食文化を知り、伝えていくことの

きっかけとすることを目的としています。様々な世代の人々に興味を持ってもらえるよう動画やパンフレットを作成したほか、専用サイト¹で情報発信するなど、積極的な取組を行っています。

令和元（2019）年度は、中学校の家庭科の授業での「がめ煮」作り、各地域での夏休み親子料理教室、自由な発想・豊かな想像力でいろいろな食材をがめくりこんだ²「創作がめ煮」のレシピコンテスト等を実施しました。令和元（2019）年8月23、24日に市内の公民館2か所で開催した親子料理教室では、食生活改善推進員（ヘルスマイト）の指導の下、野菜の下ごしらえから調理、盛り付けまで、親子で「がめ煮」作りに挑戦し、皆で楽しく会食しました。参加した子供たちからは「お父さんと料理できて、楽しかった」、「野菜を切るのが難しかったが、上手にできてうれしかった」、保護者からは「家でも、また子供と一緒にがめ煮を作りたい」、「子供と料理したり、地域の皆さんと食事したり、貴重な体験ができた」といった感想がありました。



親子料理教室の様子



「#がめ煮つくろう」の動画

小学生、そしてその親である若い世代を含め、一人でも多くの方が「がめ煮」を囲んで大切な人との「食」を楽しみ、郷土料理を未来へつないでいくこと、そして、それが「いつまでも元気に暮らせるまち」につながる第一歩となるよう、市民とともに取組を進めています。

1 インスタグラムページ「#がめ煮つくろう」：<https://www.instagram.com/gamenitsukurou/>

2 「がめくりこむ」とは「寄せ集める」という意味の方言。「がめ煮」という名の由来には諸説あるが、「がめくりこむ」から名前がついたという説もその一つ