

一般社団法人 和食文化国民会議

[東京都：活動期間 8 年]

11月24日は和食の日 ～だしで味わう和食の日～

「触れる・味わう・実感する」 を和食給食で体験

当団体は、食育に関わる「民間団体」「行政」「教育・保育現場」が三位一体となり活動を行っています。全国の小中学生、未就学児を対象に11月24日「和食の日」を中心に和食給食献立にさせていただき、その汁物などで、和食の味わいの要である本物のだしのうま味を実感し「和食」とは何かを考えるきっかけを提供するとともに、郷土料理や風土を学ぶきっかけにも繋がっています。



だしのうま味とは？
知ってから食べると
さらにおいしい！



幼少期から「うま味」を実感

幼少期は、食の大切さを学ぶ上でも、また味覚形成の上でも大変重要な時期です。家庭で伝統的な和食文化を伝えることが非常に難しくなっている状況の中で、学校給食という「場」において、こどもたちが本物のだしを味わい、「うま味」を実感し、「和食」とは何かを考える機会を提供しています。また、連動した活動として出前授業も展開し、こどもたちの味覚形成に貢献しています。

出前授業
プロの料理人の話に
興味津々のこどもたち



楽しみながら学べる
動画コンテンツも
提供しています

減塩やSDGs視点での事例紹介

日本の伝統的な食生活のポイントとして塩分摂取が挙げられています。「だし」のうま味を活用することで、満足感が得られることから、減塩につながる事例等を収集し、パンフレットに記載することで横展開を図っています。また、SDGs視点でのテーマとして、小中学生用のチラシには「地産地消」を取り上げ、「和食」の価値をSDGsの視点からも学ぶ機会を提供しています。

わかりやすく
情報発信！

「地産地消」のSDGsへの貢献！



令和3年度「だしで味わう和食の日」アンケート結果

実施後のアンケートでは、ほとんどの参加校が、「参加してよかった」と回答しています。また、来年度の参加については、「参加したい」、「参加を検討したい」との回答を数多くいただいています。



令和3年度「だしで味わう和食の日」ご意見(減塩について・抜粋)

- ・「だし」をしっかりすることで、減塩で美味しく食べることができました。
- ・「だし」の味で食塩が控えられます。この活動を続けて欲しいです。
- ・薄味や「だし」を活かした味付け等、食塩について考えるきっかけになりました。

ポスターやチラシを使用して「和食」の価値を伝えています



「だしで味わう和食の日」は、学校給食に関わる全ての皆様のご理解とご協力のもとに成り立っている活動です。今回の栄えある受賞は、その皆様の献身的な取組にご評価いただいたものと改めて感謝申し上げます。

今後とも多くのこどもたちに「和食」に触れる機会を提供してまいります。

引き続き、ご支援・ご協力をお願いいたします。

一般社団法人 和食文化国民会議