



## 九州農政局「消費者の部屋」パネル展示紹介



いいにほんしよく  
11月24日は  
「和食の日」

# 11月24日は 「和食の日」

秋は実りの季節。自然に感謝し、五穀豊穡を祈る行事が、全国各地で盛んに行われています。

和食文化国民会議では、ユネスコ無形文化遺産に登録された

「和食・日本人の伝統的な食文化」を次世代へと

保護・継承していくことの大切さを改めて考える日として、

11月24日を「和食の日」と制定しました。

和食給食の普及を促進する「だして味わう和食の日」をはじめ、

さまざまな普及活動を皆さまとすすめてまいります。



伝えよう、和食文化を。

<http://washokujapan.jp/>

一般社団法人和食文化国民会議（略称：和食会議）

印刷協力：株式会社フォレストネット（株主：日本製紙株式会社、丸紅株式会社、北越製紙株式会社）



# 九州農政局「消費者の部屋」パネル展示紹介

**発**

調味料は、料理の味を決定づける重要な役割を果たしています。調味料の種類や配合によって、料理の味は大きく変わります。調味料の歴史や文化、そして調味料の製造方法について、詳しく紹介します。

**調味料の種類**

- 塩
- 醤油
- 味噌
- 酢
- 酒
- 砂糖
- 油
- 香辛料

## 調味料



**醤油**

大豆と小麦を原料とし、麹菌によって発酵させた調味料。塩辛い味と独特の香りが特徴。主に肉類や魚類の煮付け、炒め物などに使われる。



**味噌**

大豆を原料とし、麹菌によって発酵させた調味料。塩辛い味と独特の香りが特徴。主に汁物や煮物などに使われる。



**酢**

米や麦を原料とし、麹菌によって発酵させた調味料。酸っぱい味が特徴。主に漬物や煮物などに使われる。



**酒**

米を原料とし、麹菌によって発酵させた調味料。甘い味が特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**塩**

天然の塩や岩塩などから作られる調味料。塩辛い味が特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**砂糖**

甘蔗や甜菜を原料とし、糖化処理された調味料。甘い味が特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**油**

大豆や菜種などを原料とし、圧搾処理された調味料。油っぽい味が特徴。主に炒め物や揚げ物などに使われる。



**香辛料**

唐辛子や胡椒などを原料とした調味料。辛味や香り付けが特徴。主に炒め物や煮物などに使われる。

農林水産省  
九州農政局

**うま味**

うま味は、料理の味を決定づける重要な役割を果たしています。うま味の種類や配合によって、料理の味は大きく変わります。うま味の歴史や文化、そしてうま味の製造方法について、詳しく紹介します。

**うま味の種類**

- 干し椎茸
- 干し椎茸
- 干し椎茸
- 干し椎茸
- 干し椎茸
- 干し椎茸
- 干し椎茸
- 干し椎茸



**干し椎茸**

椎茸を乾燥させた調味料。うま味と香り付けが特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**干し椎茸**

椎茸を乾燥させた調味料。うま味と香り付けが特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**干し椎茸**

椎茸を乾燥させた調味料。うま味と香り付けが特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**干し椎茸**

椎茸を乾燥させた調味料。うま味と香り付けが特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**干し椎茸**

椎茸を乾燥させた調味料。うま味と香り付けが特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**干し椎茸**

椎茸を乾燥させた調味料。うま味と香り付けが特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**干し椎茸**

椎茸を乾燥させた調味料。うま味と香り付けが特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。



**干し椎茸**

椎茸を乾燥させた調味料。うま味と香り付けが特徴。主に煮物や炒め物などに使われる。

農林水産省  
九州農政局



# 九州農政局「消費者の部屋」パネル展示紹介



7月

## 七夕 (7月7日)

五節句のひとつ。中国から伝わった織姫と彦星の伝説と、日本の「棚機つ女（たなばたつめ）」という伝説。さらに旧暦のお盆の期間であることが合わり、現代のようなお祭りの形になりました



8月

## お盆 (8月前半～中頃)

ご先祖さまの霊魂が帰る時期とされ、お供えを用意し、家族が集まってその魂を迎えます。魂の乗り物として、きゅうりの馬や茄子の牛を用意することも



9月

## 重陽 (9月9日)

読み方は「ちょうよう」で、「菊の節句」ともいわれます。強い香りで邪気を払い、不老長寿の力を持つ高貴な花とされた菊を、酒やお茶に入れて楽しめます

## 秋のお彼岸 (9月後半)

秋分の日前後の7日間。春のお彼岸同様、極楽浄土のある真西に太陽が沈む時期に、ご先祖さまをしのびます。仏教と日本の祖先崇拝が合わさった行事です

## 中秋のお月見 (9月後半)

旧暦の秋は7月から9月。中秋とはその真ん中の8月で、新暦では9月に該当。十五夜の満月に、いもや豆などの秋の収穫に感謝を込めてお供えをします

10月

## 亥の子 (10月前半)

旧暦 10月の最初の亥の日に西日本を中心に行われる収穫のお祭り。東日本でも同様の年中行事。十日夜（とおかんや）があり、新暦 11月に行われることも

11月

## 秋祭り

11月23日の「勤労感謝の日」は、元々収穫に感謝する宮中行事「新嘗祭（にいなめさい）」の日。この頃は日本各地で、作物の恵みを祝う秋祭りが行われます

12月



## 冬至 (12月後半)

1年で一番昼が短く、夜が長い日。冬至を過ぎれば太陽が蘇り、人々にも精気が戻ると考えられ、旬のものを食べて栄養を取り、力を付ける習慣があります

## 年越し (12月前半～31日)

現在は大晦日の夜のことですが、元々はお正月の準備のこと。カミを迎えるために家を掃除して清め、飾りの用意、餅つきなどを行って、新年に備えます

## お盆 お盆の食べもの



ご先祖さまの好物を仏壇にお供えして魂をしのぶほか、仏教では殺生を避けることから、野菜の天ぷらやいなりずし、うどんやそうめんなどの精進料理が用意されます。団子や饅頭には、作物の収穫に感謝する意味もあるといわれています。

## 中秋 お月見団子と月餅



平安時代に中国から伝わったお月見の風習。日本では十五夜にちなんで15個の丸い団子が、中国ではアヒルの卵の塩漬けが入った月餅というお菓子や丸い果物がお供えされますが、どちらも満月に見立てたものだといわれます。

## 冬至 なぜ冬至にはかぼちゃなの？



冬至には栄養のあるものに加え、別名なんさんと呼ばれるかぼちゃ、大根、にんじん、れんこんなど「ん」の付くものを食べると恵がつくといわれたため。またかぼちゃは保存が効くので、長寿の願いも込められたとされます。

いろいろな年中行事

夏～年末



# 九州農政局「消費者の部屋」パネル展示紹介

いろいろな年中行事

正月／初夏

1月



## 七草がゆ (1月7日)

「人日(じんじつ)」の節句。セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロの7種の若菜の生命力をもらい、病気を防ぐ願いが込められています

## 鏡開き (1月11日)

鏡餅をおろし、1年間の無病息災を願って、雑煮やぜんざいにして食べる日。カミが刃物を鎌うとされるために包丁は使わず、手や木づちで餅を割ります

## 小正月 (1月15日)

古い暦では満月から満月を1ヵ月と考え、満月の15日を月の満ちとしたことが由来。どんど焼や秋田のかまくらなど、今でもさまざまな行事が行われます

2月

## 節分 (2月3日)

立春の節目。昔は立春から1年が始まるとされたため、「季節の分かれ目」を意味しています。今も節分を大晦日のように「年越し」「年取り」と呼び地域も



3月

## ひな祭り (3月3日)

「上巳(じょうし)」の節句。旧暦ではこの時期に咲き、邪気を払うとされた桃の花やひな人形を飾るほか、ごちそうを用意し、女の子の成長と幸せを願います

## 春のお彼岸 (3月後半)

春分の前後7日間。仏教で極楽浄土があるとされる真西に太陽が沈むため、ご先祖さまをしのび、感謝の意を捧げるのにいい時期とされたのが始まりです

4月

## お花見

昔、桜は「桜の力ミが雷の来」とされてきました。里の桜の花が咲くと力ミが降りてきたとしてもなし、その年の農作を助けて家を豊かにすることが由来です



5月

## 端午の節句 (5月5日)

強い香りを持つ菖蒲を魔除けにした中国の風習が元。江戸時代に「菖蒲」が「蒲葦」と誤り、男子の節句とされ、男や武者人形を飾るようになりました

6月

## 入梅 (6月前半)

暦上の梅雨入り。「梅」の字を使うのは、この時期梅の実が熟すためといわれています。天気予報がない時代は、田植えの日を決める重要な目安となりました

## 小正月 小正月の小豆がゆ

小正月の朝には、邪気を払うといわれる小豆と米を炊き込んだおかゆを作って家族全員で食べ、1年間の健康を祈願します。鏡開きの餅を入れることも。



## 節分 なぜ豆をまくの?

主食原料のひとつである豆には米同様に力が宿り、悪霊を退けるといいう考え方が、中国の古い鬼追いの行事「追儺(ついな)」と合わさり、広まったとされています。



## 上巳の節句 ひな祭りの食べもの



## はまぐりの潮汁

この時期に採れるはまぐりは、対になっている貝がら同士でしか形がぴったりと合わないことから、女の子が将来いい相手と出会えますようにという願いを込めて食べられます



## 菱餅

緑の餅は、厄を払うよもぎ入り。赤い餅は桃の花を表します。昔は白い餅に子孫繁栄の意味を持つ菱の実が使われました。地域により、色や形状に様々なバリエーションがみられます



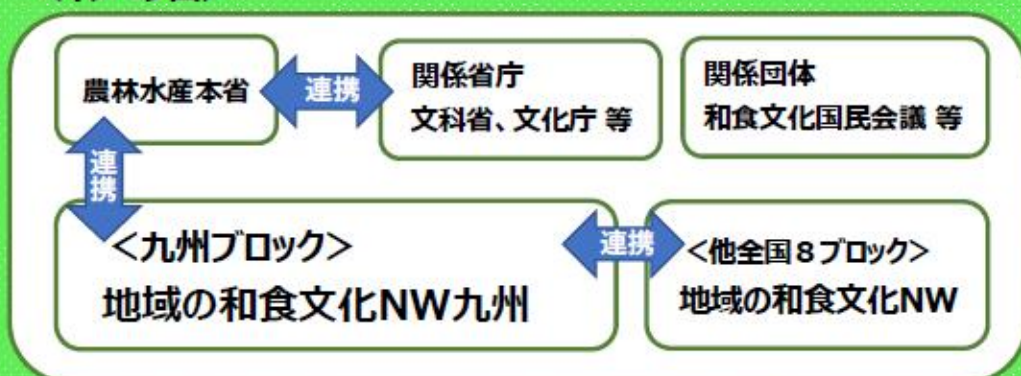
## 九州農政局「消費者の部屋」パネル展示紹介

### 地域の和食文化ネットワーク九州 参加者募集

～食文化を継承するためには地域の力が必要です～

九州における食文化活動を支える多様な関係者の連携を目的に、  
「地域の和食文化ネットワーク（NW）九州」を設置しました。

<イメージ図>



【NWに参加すると、以下の情報等をメールでお届けします！】

- セミナーや勉強会などのイベント開催情報の共有
- 食文化の保護・継承に関係する支援策（関連予算等）に関する情報提供
- その他、食文化に関係する様々な情報の提供

※これまで発信したメール（バックナンバー）はここからご覧になれます。

[https://www.maff.go.jp/kyusyu/syokuryou/syokubunka/mm\\_b.number.html](https://www.maff.go.jp/kyusyu/syokuryou/syokubunka/mm_b.number.html)



本NWでは、以下のような団体、個人の皆様の参加をお待ちしています。

※参加費用は無料です

- 地域の伝統的な食文化の保護・継承活動を実践している方
- これから実践しようとしている方
- 地域の伝統的な食文化の保護・継承活動に関心のある方など

具体的には、

都道府県、市町村（地方自治体）、学校関係者、食生活改善推進員、和食文化継承リーダー、その他食文化関係団体・関係者（料理人、研究家等）、食品関連事業者 など

参加申込用紙、申込先は裏面にあります。





## 九州農政局「消費者の部屋」パネル展示紹介

地域の和食文化ネットワーク九州事務局 宛

申込受付FAX番号 **096-211-9825**

### 地域の和食文化ネットワーク九州 参加申込用紙

ふりがな*			
企業団体名*			
ふりがな*			
ご氏名*			
属性* (該当するものに○)	行政 ・ 民間企業 ・ 民間団体 (NPO等) ・ 学校関係者 (元職含む) 料理家 ・ マスコミ ・ 生産者 ・ 個人 ・ その他 ( )		
所在地* (市町村まで)	都 道 府 県	市 区 町 村	
電話番号* (連絡のとれる番号)			
メールアドレス*	@		
ご意見等 (入手したい情報等)			

- ・\*印は記載必須です。メールアドレスは、連絡が取れる方のものを必ず記載願います。
- ・ご記入いただいた情報は「地域の和食文化ネットワーク」の活動以外に使用いたしません。

#### 《 申込方法 》

インターネット又はFAXにてお申し込みください。

(インターネットから申込)

専用URL: <https://www.contactus.maff.go.jp/j/kyusyu/form/210215.html>

スマートフォンからは2次元バーコードよりアクセス可能です。

(FAXでお申し込み)

本申込用紙に必要事項をご記入の上、上記宛先まで申込み下さい。

#### 《 問合せ先 》

地域の和食文化ネットワーク九州事務局 (九州農政局 経営・事業支援部 地域食品・連携課)

熊本県熊本市西区春日2丁目10-1 電話: 096-300-6356 又は 096-300-6332

