

東海地域の和食文化ネットワークの会員の皆さまへ

いつも本メールマガジンをご覧いただき誠にありがとうございます。

お米の好みってひとそれぞれ。もちもち・しっかり、甘い・あっさりどれがお好きですか？

◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽◇○▽

東海地域の和食文化メールマガジン

「東海の和食」第 98 号（2026 年 3 月 26 日）

△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○△◇○

【目次】

- 1 文化庁「100 年フード」に認定！てこね寿司を食べよう
- 2 楽し味プロジェクト プロジェクトメンバーの活動報告が更新されました
- 3 食とくらしの「今」が見える Web マガジン aff2026 年 3 月号「家庭備蓄」が発行されました
- 4 セミナー参加報告（第 2 回楽し味プロジェクトオンライン講演会）
- 5 和食文化継承リーダーの研修を修了した方へ
- 6 事務局からのお知らせ

1 文化庁「100 年フード」に認定！てこね寿司を食べよう

令和 8 年 2 月 27 日に文化庁より「100 年フード」及び「食文化ミュージアム」が認定されました。東海地域からは、愛知県の「にかけうどん」及び「尾張なごやの郷土料理 おしもん・おこしもん」、三重県の「てこね寿司」の 3 品が伝統～江戸時代から続く郷土の料理」として認定されました。今回は、有識者特別賞を受賞した「てこね寿司」をご紹介します。

「てこね寿司」は、三重県志摩市を代表する郷土料理です。

漁師が、かつお船の上で、かつおを刺身にして醤油に漬け、ご飯に混ぜて手軽に食べたのが始まりで、手でこねて作ったことから「てこね寿司」と言い伝えられています。

忙しい漁の合間に、手軽に食べられる食事として続いてきた「てこね寿司」ですが、その手軽さから現在でも共働き家庭や子育て世代などでも作られているようです。

我が家では、かつおだけでなく、まぐろやタイなどのお刺身を使って「てこね寿司」にすることも。

千切りにした青じそとしょうが、刻み海苔などの薬味を好きなだけのせていただきます♡

普段は合わせ味噌を使うことの多い我が家ですが、「てこね寿司」の日は赤味噌のお味噌汁。

あおさを入れると、さらに風味も増して、磯の香りが楽しめますよ。

文化庁「100 年フード」及び「食文化ミュージアム」を認定しました（報道発表） ▼

https://www.bunka.go.jp/koho_hodo_oshirase/hodohappyo/94334601.html (外部

リンク)

うちの郷土料理～てこねずし 三重県～▼

https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/search_menu/menu/tekone_zushi_mie.html (農林水産省 Web サイト)

2 楽し味プロジェクト プロジェクトメンバーの活動報告が更新されました

東海エリアのプロジェクトメンバーから活動報告がありましたので、ぜひご覧ください。

はじめての『おいしい』は和食から～離乳食講座～ (東海学院大学) ▼

<https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/culture/enjoy-washoku/attach/pdf/katsudou-29.pdf> (農林水産省 Web サイト)

3 食とくらしの「今」が見える Web マガジン aff2026 年 3 月号「家庭備蓄」が発行されました

今月の特集は「家庭備蓄」です。

大きな災害が発生した後は、食品が手に入らない状況が続くことがあります。

ライフラインが復旧するまでの最低 3 日から 1 週間分の家庭備蓄について、ローリングストックの方法等が記載されていますので、ぜひご一読ください。

第 1 回「知って備える家庭備蓄のいろは」▼

https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/2603/spe1_01.html#main_content (農林水産省 Web サイト)

第 2 回「要配慮者と単身者の食品ストックガイド」▼

https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/2603/spe1_02.html#main_content (農林水産省 Web サイト)

第 3 回「備蓄食品アレンジレシピ」▼

https://www.maff.go.jp/j/pr/aff/2603/spe1_03.html#main_content (農林水産省 Web サイト)

4 セミナー参加報告（第2回楽し味プロジェクトオンライン講演会）

楽し味プロジェクトでは、プロジェクトメンバー及び和食文化継承リーダーを対象として、毎回ゲストをお呼びして食文化にかかるオンライン講演会を開催しています。

【第2回楽し味プロジェクトオンライン講演会「江戸の味を今に繋ぐ日本橋餅物語」】
第2回は株式会社榮太樓總本舗 代表取締役社長 細田 将己氏がご登壇。
文政元年創業で、江戸時代から伝承する餡つくりの技術を活用し、香料や着色料等の食品添加物を一切使わない安心安全な美味しさを追求しています。
現在は、有名ブランドやアニメとのコラボレーションで、新たな顧客層にもアプローチ。
特に、缶のデザインにはこだわっていて、食べ終わったあとも小物入れなどとして永く使ってもらえるように意識しているんだとか。

さて、本題の「日本橋餅」は、日本橋に店舗を構える老舗3店舗の素材をひとつのお餅にした「日本橋生まれ、日本橋育ち」の一品。
コシがありながらも歯切れのよい榮太樓のお餅に、
株式会社にんべんの鰹節だしをあわせ、とろりと仕立てたみたらしだれを閉じこめ、
株式会社山本海苔店の香り高い有明産海苔で巻いています。
いわゆる磯部餅のような商品ですが、何て豪華な素材なんでしょう。とても贅沢な組み合わせですね。

時代にあわせてのれんを磨き上げ、時代にあわせて輝かせる。

とてもいいお話で感動しましたので、聴講できなかった皆さまへ感動のおすそ分けでした。

株式会社榮太樓總本舗の概要はこちら▼

<https://www.eitaro.com/ryohan/index.html>（外部リンク）

楽し味プロジェクトのメンバー申請フォームはこちら▼

<https://www.contactus.maff.go.jp/j/form/shokuhin/wasyoku/enjoy-washoku-member.html>（農林水産省 Web サイト）

5 和食文化継承リーダーの研修を修了した方へ

和食文化継承リーダー研修はいかがでしたか。

認定後の活動について、本ネットワークを通じて地域内に共有し、新たな交流に繋げていただきたいと考えています。

〔6 事務局からのお知らせ〕をご覧ください、
「これから〇〇の活動をしていきたい」、「〇月〇日に食育セミナーを開催します（しました）」
など、皆さまの活動についてぜひ共有してください。

6 事務局からのお知らせ

○皆様からの情報をお待ちしています！（掲載記事の募集）

本メールマガジン及び Web サイトに掲載したい「食文化の保護・継承活動に関する情報」がありましたら、「タイトル（30 字以内）」「本文（300 字以内）」「URL」を本メールに返信願います。

地域内で交流を深めたい方も、本ネットワークを積極的にご活用ください♪
和食文化継承リーダーに認定された方の活動内容の報告等もこちらから。

○推しの和食を発信！今日からあなたも楽し味くらぶ員

推しの和食を見つけたとき、食べたとき、作ってみたとき。

#楽し味くらぶ を付けて SNS 投稿し、一緒に和食文化を盛り上げてみませんか。

#〇〇（料理名） #食べてみた #作ってみた #作って食べてみた

○「東海地域の和食文化ネットワーク」の会員募集中！！

東海農政局では、地域における多様な食文化の保護・継承を継続的に進めるため、
岐阜県・愛知県・三重県の関係者をつなぐ「東海地域の和食文化ネットワーク」の
専用 Web サイトを立ち上げ、会員募集をしています。ぜひ、お知り合いの方にご案内ください。

「東海地域の和食文化ネットワーク」バックナンバーはこちら▼

<https://www.maff.go.jp/tokai/keiei/shokuhin/bunka/shokunet.html>（東海農政局 Web サイト）

「地域の和食文化ネットワーク」

<https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/network/main.html>（農林水産省 Web サイト）

◆編集後記◆

先日、栄養満点ごはんセミナーに参加してきました。給食のお米を替えたら、ご飯を最初に食べきる

