

2 食文化の振興、和食文化の保護・継承について

ユネスコ無形文化遺産に登録された和食文化



- 平成25（2013）年12月4日に、ユネスコ無形文化遺産として「和食；日本人の伝統的な食文化」が登録。
- 和食文化を未来に向けて守り伝えていくため、継続的なPRによる関心の維持や地域における保護・継承が重要。

「和食」とは？ ➡ 「自然を尊重する」というところに基づいた、日本人の食慣習

「和食」の特徴①：

多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重

南北に長く、海、山、里と表情豊かな自然が広がる日本の国土。各地で地域に根ざした多様な食材が用いられ、素材の味わいを活かす調理技術・調理道具が発達しています。



「和食」の特徴②：

健康的な食生活を支える栄養バランス

一汁三菜を基本とする食生活は栄養バランスがとりやすく、だしの「うま味」や発酵食品をうまく使い、動物性油脂の摂取量もセーブ。日本人の長寿や肥満防止に役立っています。



「和食」の特徴③：

自然の美しさや季節のうつろいの表現

季節の花や葉などで料理を飾りつけたり、季節にあった調度品や器を利用するなど、自然の美しさや四季の移ろいを表現することも和食文化の特徴のひとつです。



(c) Masashi Kuma, 2006

「和食」の特徴④：

正月などの年中行事との密接な関わり

日本の食文化は、年中行事と密接に関わって育まれてきました。自然の恵みである「食」を分け合い、食の時間を共にすることで、家族や地域の絆を深めてきました。

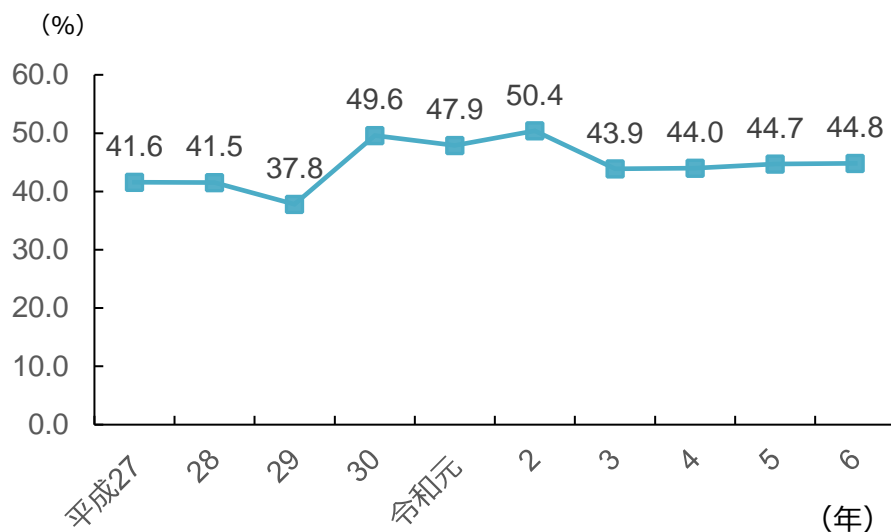


和食文化の継承の状況



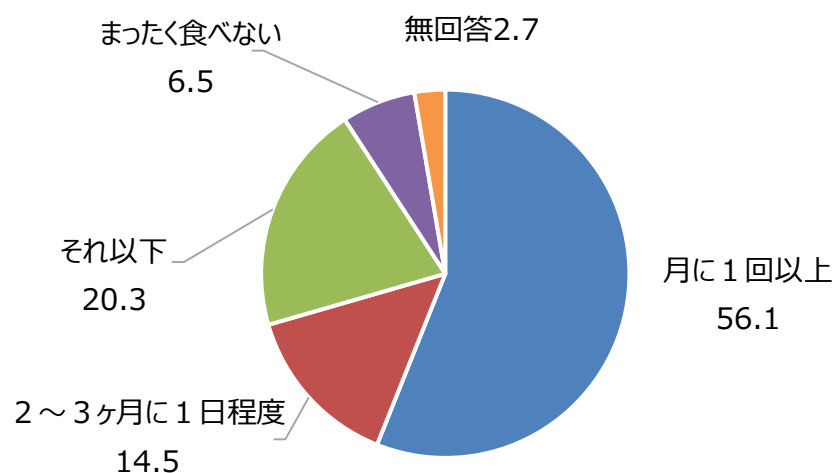
- 地域や家庭で受け継がれてきた料理や食べ方・作法等の和食文化を受け継ぎ、次世代へ伝えている国民の割合は、令和6（2024）年度は44.8%となっている。
- 郷土料理や伝統料理を「月1回以上」食べている国民の割合は、令和6（2024）年度が56.1%と約半数となっている。

地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承している国民の割合



令和6年度 農林水産省「食育に関する意識調査」

郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合



令和6年度 農林水産省「食育に関する意識調査」

第4次食育推進基本計画に基づく和食文化の保護継承の取組

- 令和3（2021）年度から概ね5年間を計画期間とする「第4次食育推進基本計画」を食育推進会議にて決定（令和3年3月）。
本計画では、重点事項「持続可能な食を支える食育の推進」の中に、「食育活動を通じて、郷土料理、伝統料理、食事の作法等、伝統的な地域の多様な和食文化を次世代へ継承するための食育を推進する」ことを記載。
- また、「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民を増やす」ことを目標の一つとして、第3次計画から引き続き「地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合」に加え、新たに「郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合」を目標値に追加。

第4次食育推進基本計画（抜粋）

第1 食育の推進に関する施策についての基本的な方針

1. 重点事項

（1）生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進

（2）持続可能な食を支える食育の推進

国民が健全な食生活を送るためには、その基盤として持続可能な環境が不可欠であり、食育関係者を含む国民が一体となって、食を支える環境の持続に資する食育を推進する。

・食と環境の調和：環境の環（わ）

・農林水産業や農山漁村を支える多様な主体とのつながりの深化：人の輪（わ）

・日本の伝統的な和食文化の保護・継承：和食文化の和（わ）

を通じて、持続可能な食に必要な、環境の環（わ）、人の輪（わ）、和食文化の和（わ）の3つの「わ」を支える食育を推進する。

（3）「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進

和食文化の保護・継承に係る目標値

食文化を着実に次世代へ継承していくため、様々な場面で食べる機会を増やすための目標値を追加

➤ 郷土料理や伝統料理を月1回以上食べている国民の割合 目標値50%以上（令和7年度）現状値56.1%（令和6年度）

第3次食育推進基本計画から目標値を引き上げ

➤ 地域や家庭で受け継がれてきた伝統的な料理や作法等を継承し、伝えている国民の割合

目標値55%以上（令和7年度） 現状値44.8%（令和6年度）

国内の食文化の保護・継承①

- 令和元（2019）年度より、次世代のうち特に食生活の改善意識が高まりやすい子育て世代や若者世代をターゲットとした事業（地域固有の多様な食文化の保護・継承、和食文化普及の中核的人材の育成）を実施。

地域の食文化の保護・継承

■ うちの郷土料理

各地域で選定された郷土料理の歴史やレシピ、郷土料理を生んだ地域の背景をデータベース化し、47都道府県1365品目を公表。

■ にっぽん伝統食図鑑

伝統的な加工食品を17のカテゴリーに分類し、各地域で選定された伝統食の特徴、歴史やアレンジレシピ等をデータベース化し、15道府県300品目の伝統食の情報を公表。



「うちの郷土料理～次世代に伝えたい大切な味～」
(https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/k_ryouri/index.html)

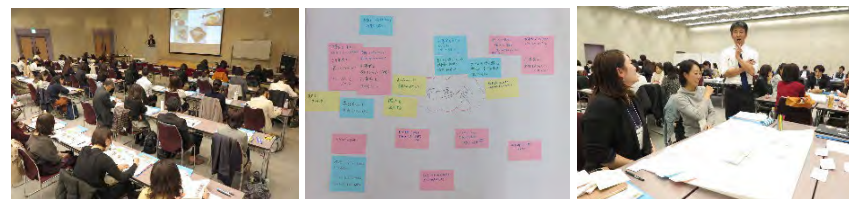


「にっぽん伝統食図鑑」
(<https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/traditional-foods/index.html>)



和食文化継承リーダーの育成（人材育成）

- 幼稚園・保育所・小学校等の栄養教諭等を対象に、次世代の子供達に和食文化を伝える中核的な人材（和食文化継承リーダー）を各都道府県に育成。
- 令和元年度から6年度までの研修により、全都道府県で累計1,536名が認定。



- 小学生向けの教材「わたしたちと“和食”」を制作し、それを活用したモデル授業を実施。



児童用



指導者用



モデル授業の様子

「おいしい和食のはなし。」

(<http://ouchidewashoku.maff.go.jp>) にて、研修会等に関する情報を発信。



国内の食文化の保護・継承② ～楽し味（たのしみ）プロジェクト～

- 共働きや単身世帯の増加など社会構造の変化に加え、食の外部化が進むなどライフスタイルの変化により、家庭での和食の継承が一層難しくなっている。
- このため、「おいしく、健康で、誰もが楽しめる和食スタイルの実現」を目指し、令和7年11月1日から、官民協働による新たな和食普及プロジェクト「**楽しもう！にほんの味。～和のこころをつなぐ食の国民運動～**」を展開
- 「**楽し味プロジェクト**」は、消費者が「知る→食べる→作る」を楽しみながら体験できる流れを、事業者による価値創造と需要開拓の取組とともに推進。

新たなプロジェクトの名称

楽しもう！にほんの味。
～和のこころをつなぐ食の国民運動～


新たなプロジェクトの略称

「楽し味（たのしみ）プロジェクト」

新たなプロジェクトのロゴマーク



楽しもう！
にほんの味。

こちらからwebサイトへ！
内容をチェック 
メンバー登録をお願いします！



（農林水産省ヘリンク）



楽し味プロジェクト普及ポスター
※プロジェクトメンバーはご利用いただけます。