

日本の伝統的な食文化体験が Z世代の和食に関する考え方に及ぼす影響について —農林水産省東海農政局との連携による取組み—

木村 孝子¹・望月 武¹・後藤 将¹・太田 朋華¹
松本 真起¹・堀江 有加里¹・棚橋 亜矢子¹
西嶋 英樹²・デュアー 貴子¹
(1:東海学院大学, 2:農林水産省東海農政局)

要 約

日本の和食文化は食材を大切に利用し、旬を感じ、人との結びつきの中で育まれてきた。しかし、社会環境等の変化によって地域、家庭で郷土料理を代表とする食文化の存続が危ぶまれている。そのような状況でユネスコの無形文化遺産に「和食」が登録され、日本の和食文化は保護・継承を進めるための動きが始められている。

本学健康福祉学部管理栄養学科は農林水産省東海農政局との連携により、Z世代の大学生を対象に和食文化継承のため、2つの食文化体験活動を実施した。1つ目は一般の方への岐阜県の郷土料理認知度向上活動、2つ目は学生の故郷に伝わる郷土料理紹介活動である。この活動は今年度初めて行うもので、いずれも学生主体で企画、活動を行い、和食への興味関心を持つきっかけとなった。来年度以降も、Z世代に対して、郷土料理認知のための活動と、故郷の郷土料理紹介活動を継続し、次世代への伝承活動としていきたいと考えている。

キーワード：和食、食文化、郷土料理、伝承、次世代、Z世代

1. はじめに

昭和50～60年代頃まで日本の和食文化は家庭、地域で伝承されていた。一方で洋風料理を提供するファミリーレストラン、ファストフード店が開店し、1人でも子供連れ家族でも気楽に利用できることもあり、洋風料理が日常化した¹⁾。また、女性の社会進出、外食産業の発展、社会環境などの変化によって、家庭での食事が簡便化傾向になった。さらに、世帯構成の変化として、一人暮らし、高齢者世帯の増加などに加え、昨今の新型コロナウイルスの影響により地域における行事での結びつきが減り、行事食や郷土料理の継承にも影響を与え、行事を通じた家庭における食文化の伝承が難しくなっている。

平成17年には食育基本法が制定され、学校教育の場における食育の推進のため栄養教諭が配置されることとなった。

平成25年12月にはユネスコの無形文化遺産として「和食：日本人の伝統的な食文化」が登録されたが、日本人一人一人が、日本の和食文化を实践し、絶やすことなく伝承していくことが必要と考えられる。提案書には「過去および現行の保護の取組」について最初に家庭での実

践があげられている²⁾。しかし前述したように和食文化の存続能力が失われつつあり、家庭だけでなく、学校や地域での食育が必要となっている。食育基本法は制定されてから今日まで、国が18年にわたり家庭を中心とし、教育機関、市町村、都道府県等多様な関係機関、団体と食育を推進してきた。令和3年3月に5年間を計画期間として作成された第4次食育推進基本計画では「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」を制定時の令和2年度50.4%から5年後の令和7年度の目標値を55%以上と設定している。また「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」を令和2年度時点44.6%から目標値50%以上としている³⁾。

郷土料理や伝統料理を受け継ぐことは、郷土料理が地域でとれた旬の食材を利用することでもあり、地産地消やフードマイレージの削減にもつながっている。

日本のZ世代(1990年代半ばから2000年代前半に生まれた世代)は食育基本法が策定されて以降の学校教育で郷土料理などの和食文化を学んでいる。しかし、平成29年3月の食育に関する意識調査報告書⁴⁾では、食文化の

伝承について「伝えている」割合は総数で 69.2%であったが、20～29 歳の男性では 30.0%、女性で 30.2%と低く、さらに令和 4 年の同調査⁵⁾には総数が 68.2%であり、20～29 歳の男性では 28.0%、女性 23.8%とさらに減少し、次世代への継承が危ぶまれる現状となっている。

そこで、これから社会において食文化伝承の中心となる Z 世代の大学生を対象に、和食文化を学びとともに、故郷の郷土料理の調理、紹介を通して、次世代に継承していく重要性を学ぶ活動を行ったので報告する。

2. 和食文化伝承活動

1) 実施概要

令和 4 年 11 月 12 日 (土) イオンモール各務原において“岐阜イイトコ再発見!”で、幅広い世代に和食文化に興味関心をもってもらうための「Z 世代から伝えたい郷土料理」のイベントを行った。この時期に実施したのは、11 月 24 日が和食の日であり、和食文化の認知を広めるためでもある。



図1 イベント会場の様子



図2 にんじんだら焼きの販売

イベントの趣旨は、「岐阜の郷土料理」について学生が一般の方に伝えて、郷土料理への認知を高めるねらいがある (図 1)。

2) 和食文化伝承活動の内容

活動内容は、“にんじんだら焼き”の販売と学生考案の“岐阜県の郷土料理クイズ”を行った。にんじんだら焼きは、和食文化に関連する和菓子として、食材には日本の主食である米の粉を使い、イベント会場の地元各務原市の特産品であるにんじんも加えた。どら焼きの生地にも米粉を 100%使い、各務原にんじんのペーストを加えたことで、ほんのりとにんじん色でもっちりした生地が特徴のどら焼きに仕上がった (図 2)。



図3 郷土料理のクイズをしているところ

岐阜県の郷土料理クイズの様子を図 3 に示す。クイズの内容は岐阜県の代表的な郷土料理を 5 圏域 (岐阜・西濃・中濃・東濃・飛騨) から選び、料理写真を示しながら食べられている地域や食材などをヒントに、会話形式で、郷土料理名を当てるクイズを行った。参加された一般の方は楽しそうに答えられており、郷土料理の和食文化について興味関心をもたれた様子であった。参加者は会場が大型ショッピングセンターであったこともあり、大人だけでなく、親子連れも多く、若い方から高齢の方まで幅広く立ち寄っていただけた。

配布物として、和食文化や郷土料理に継続的に関心をもっていただくため、東海農政局に協力いただき、岐阜県の郷土料理のレシピ集を配布した。レシピの料理は全部で 30 品である。なお、この料理については、農林水産省の「うちの郷土料理」のサイトで検索することもできる。

郷土料理クイズを出していた学生については、地域の方とともに考えることができ、最初は郷土料理の知識に不安があったが、会話を重ねることで、主体的にクイズを進められるようになり、自身の郷土料理の知識の定着と理解を深めることができたようであった。

今回の活動は、郷土料理の写真を通して、地域の方に和食文化を伝え、知っていただくことであった。多くの一般の方に参加いただき、学生にとっては郷土料理を伝えるという貴重な体験ができたと思われる。

3. 故郷の郷土料理紹介について

1) 郷土料理の紹介体験学習

日本の各地から本学へ来ている学生に、出身地の郷土料理をお互いに紹介する「日本人の伝統的な食文化を学ぶ～故郷の料理～」を実施した。参加学生は4年生16名である。

目的はユネスコ無形文化遺産に登録された和食文化を次世代に継承していく重要性を学ぶため、互いの故郷の郷土料理を紹介し、学ぶ機会とすることである。

第一部はZ世代とともに郷土料理を料理して食べよう！～故郷の料理～、第二部は特別講演会として、“日本の「食文化」をめぐる情勢について”と題して東海農政局経営・事業支援部長が講演した。

実施に当たって、学生にはそれぞれの出身地の郷土料理を1品選んでもらうことになった。選んだ料理については、さらに各県の郷土料理の特徴や学生自身の思い出などを話し合った上で候補として、その他の条件としては、90分以内に料理が完成するもので9品決定した。料理名は学生の出身地ごとに、山形県は芋煮、福井県は厚揚げの煮たの、岐阜県はさより飯、きんぎょ飯、鶏ちゃん、愛知県は味噌田楽、鬼まんじゅう、広島県は広島風お好み焼き、鹿児島県は鶏飯である。

出身地の郷土料理の紹介として、5分程度のパワーポイントを作成、出身県の自慢、特産品や名勝、地理的特徴、郷土料理の説明、調理しての感想などの項目であった。学生は、郷土料理についてインターネットで調べたり、家族に話を聞いたりして、自分自身の郷土料理の思い出も加え、案を作成した。その後は、学生と教員でさらに郷土料理について話し合い、紹介内容について互いに納得できるまで修正を行った。また郷土料理を他の学生にわかりやすく伝えられるように発表の練習も行った。

2) 郷土料理の調理体験

11月17日(木)9時から、本学1階の調理実習室にて郷土料理の調理体験を実施した。参加者は管理栄養学科4年生13名である。実施方法は料理ごとに1～2名が担当し、主に調理する者と調理風景の記録係として動画



図4 郷土料理実習の様子



図5 郷土料理の展示

撮影を行う者に分かれた(図4)。郷土料理は1食分を食器に盛りつけ、料理の解説と器の下には美濃和紙を敷き展示した(図5)。参加者には試食用の料理をバイキング形式で提供し、適温で提供できるように準備した。

3) 実施した郷土料理

実施した郷土料理1品目は、愛知県の鬼まんじゅう、戦中・戦後に手に入りやすかったサツマイモと小麦粉を使って作られ、米の代わりに主食として食べられた。また甘いものが少なかったため、子どものおやつとしてもよく用いられたものであった。学生は鬼まんじゅうの由来である、鬼の角などを表現するごつごつした状態を出すためにサツマイモを丁寧に1cm角に切りそろえて小麦粉生地混ぜ込んで蒸しあげていた(図6)。学生は母親が作ってくれた鬼まんじゅうを思い出しながら作ったが、久しぶりに作った鬼まんじゅうを食べ、次の世代に食べ継いでほしいと思ったとのことであった。



図6 鬼まんじゅう蒸しあがり

2品目味噌田楽は愛知県の郷土料理である。特徴は味噌を使った料理であるが、この料理は焼いた豆腐に味噌を塗って再度焼いたものである。豆腐は水分が多いた



図7 焼いた豆腐を串に刺している

め、くずれないように水切りをしっかり行うことがポイントである。今回は学生と相談しクッキングペーパーを巻き手軽にできる電子レンジを使った。フライパンで焼いた豆腐は1本1本串をさし(図7)、味噌は調味料と合わせて、固めの味噌ダレを時間をかけて練り上げ、豆腐にぬって、仕上げていた。最初、学生は食べたことがないので、作ることに自信がないと相談をしてきた。しかし、母親に料理のことを聞いたり、味噌田楽の作り方を調べていくうちに、料理をイメージ出来るようになったとのことであった。



図8 さより飯のさんまが炊きあがったところ

3品目は岐阜県の郷土料理さより飯、海のない県で海の魚(さんま)を使った珍しい料理である。中濃や東濃地域で食べられており、さよとは名づけられているが、魚のさよりではなく、この地域では細長い魚をさよと呼ぶことからこのような名がついた料理である。学生は米にさんまを炊き込むことから、さんまの生臭さを感じないように内臓の下処理について、練習したとのことで、当日は手際よくさんまをさばき、洗米した米の上に処理したさんまを並べて炊き上げていた(図8)。学生はさより飯が遠路はるばる運ばれてきたさんまを調理する料理であるという歴史背景を知り、さより飯の奥深さに今後も伝えていく必要があると話していた。



図9 鶏ちゃんの鶏肉に味噌のもみこみ

4品目の鶏ちゃんは鶏肉に地味噌をもみこんだものを、野菜と一緒に炒める料理である(図9)。この郷土料理は、家庭で大切に飼われていた鶏を、行事などがあるとつぶして料理としてふるまわれ、下呂や飛騨地域で食されていた。学生は、かつて食べた鶏ちゃんの味を思い出しながらそれに近い味を出そうと、野菜の切り方や鶏肉の大きさをそろえ、均一に味がつくように炒めていた。また、昔の人が、限られた材料でこんなに美味しい料理を考えられたことに驚いたと話していた。

5品目きんぎょ飯はにんじん栽培が盛んな各務原市の郷土料理である。ご飯に炊きこんだにんじんの赤色がきんぎょのように見えたことから名づけられた。このことから学生がにんじんをさがきにすると、きんぎょに見えるように少し大きめに切るようにしていた(図10)。

6品目は福井県の郷土料理の油揚げ料理である。仏教への信仰が熱く、報恩講の行事が大切に守られていることから豆腐料理、油揚げが用いられることが多かった。学生は、実家の母親に作り方や厚揚げ料理を色々たずね、改めて郷土料理と油揚げに興味を示していた。調理時は母親よりアドバイスを受け、厚揚げは少し濃いめに味をつけた方がよいということで、シンプルな料理ではあるが、じっくりと時間をかけて丁寧に調理を行っていた(図11)。



図10 きんぎょ飯、にんじんさがき



図 11 厚揚げを切っているところ



図 12 お好み焼きを焼いているところ

7 品目は広島風お好み焼き、広島県の郷土料理である。お好み焼きは小麦粉生地を薄く伸ばし、キャベツや豚肉、焼きそばなどを山盛りにし、薄く焼いた卵などを重ねて蒸し焼きにし、甘口の濃厚なソースをかけるのが特徴である(図 12)。戦後の空腹をしのぐ食べ物として広まった。今回、学生は一人で作ったことで、家族で食べたお好み焼きを思い出し、季節で加える具材の違いがあったことなど、改めて郷土の食材を生かした故郷の料理を見直すことができたようであった。

8 品目は山形県の郷土料理の芋煮で、芋の収穫を祝って行われる行事で食べられる料理である。大鍋に里芋をはじめ、ねぎ、こんにゃく、肉などを一緒に煮こんで調



図 13 鶏飯の鶏だしをとっているところ

味し、大勢で食する料理でもある。学生は作りながら、学校給食、家庭、地域の行事で食べた芋煮を思い出し、地域での人とのふれあいが芋煮の食文化を継承してきたことを感じていた。

9 品目は鹿児島県奄美大島の鶏飯である。鶏は貴重な食材であり、人をもてなすための料理に使われ、鶏飯は薩摩藩時代の代官をもてなす料理として作られていた。学生は今回、改めて母親に奄美の言葉でシマジューリ(郷土料理)の鶏飯について、つくり方のポイントを教えてもらったとのこと。奄美ならではの食材の青パパイヤの漬物を取り寄せたり、調理では鶏骨から抽出する鶏だしが味の決め手になるため慎重に料理していた(図 13)。先祖が地域の食材を余すことなく利用するためにうまれた郷土料理を今後も大切に食していきたいと話していた。

調理終了後、各自の料理を紹介したのち、試食を行った。試食料理は図 14~22 に示す。



図 14 鬼まんじゅう

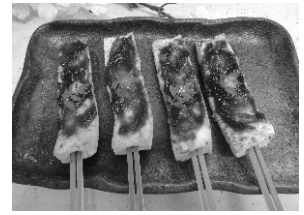


図 15 味噌田楽



図 16 さより飯



図 17 鶏ちゃん



図 18 きんぎょ飯



図 19 厚揚げの煮たの



図 20 芋煮



図 21 広島風お好み焼き



図 22 鶏飯

試食は給食経営管理実習室にて行った。汁物はカセットコンロを使い、お好み焼きはホットプレートで温めながらなど、冷めない工夫をし、温かい状態で召し上がっていただけるように配慮した(図 23)。すべての料理が試食できるよう、料理はビュッフェ形式で行い、盛り付けは調理担当者が行った。

試食後、東海農政局から各料理について感想をいただいた。



図 23 試食の様子



図 24 第二部の講座風景

昼からは第二部として、東海農政局経営・事業支援部長 西嶋英樹氏が講演した(図 24)。受講したのは郷土料理を調理した4年生と管理栄養学科の1年生である。内容は和食文化について、保護継承について、多様な食文化継承への取組みなど、幅広い視点での講座であった。学生からの質問もあり、和食文化への理解と知識が深まったようであった。

4. まとめ

ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」を保護継承していく取組みとして、これから食文化を担っていくであろうZ世代における2つの取組みについて報告した。

1つは一般の方に対する郷土料理の認知度向上に関する活動、もう一つはZ世代の学生が故郷の郷土料理を調理し、紹介する活動と和食文化についての講座による知識向上等であった。和食文化は日常の食生活から体得していくものであり、郷土料理は本来は家庭の日常食であったはずである。また、限られた食材から地域の旬を反映した料理でもあったが、昨今は家庭や地域で作られなくなったため、知らない料理になってしまっている。今回の活動は、学生から配信するかたちで、体験を行い、まずは認知させることであった。

Z世代である学生の今回の活動は、知識だけ学ぶ講座ではなく、自ら郷土の料理を調べたり、調理したりし、身近な人に尋ねたりすることにより、学生自身様々な体験をすることができた。そしてこれをきっかけとして、和食文化に対する大小はあるが興味関心を持てるようになった。それは、体験後の学生たちの態度や話などから推測することができる。今回の取組みは初めてのもので、手探りの中、学生たちと相談しながら実施した。郷土料理の情報はインターネットを利用することで簡単に手に入るが、それをいかにまとめていくかについては、学生一人一人によって、対話形式で進めていくことで、より本人らしい紹介文を作成できたと思う。またこうしたじっくり考える積み重ねが、食文化継承には必要であると感じた。今回の郷土料理紹介活動については連携させていただいている東海農政局からも、好評いただいた。

来年度以降も、郷土料理の継承活動としてZ世代の学生が、和食文化をみつめ、継承の大切さを知る機会を計画して行く予定である。

謝辞：本事業実施に対して、ご支援とご協力を賜りました
農林水産省東海農政局に厚くお礼申し上げます。

引用文献：

- 1) 熊倉功夫, 江原絢子 (2018), 和食とは何か, 思文閣出版, p 64
- 2) 熊倉功夫, 江原絢子 (2018), 和食とは何か, 思文閣出版, P62

- 3) 農林水産省, 第4次食育推進基本計画, 令和3年3月,
<https://www.mhlw.go.jp/content/000770380.pdf>
(アクセス 2022/11/28)
- 4) 農林水産省, 食育に関する意識調査報告書, 平成29年
3月, [https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/h29/
zuhyou/z6-3.html](https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/h29/zuhyou/z6-3.html) (アクセス 2022/10/22)
- 5) 農林水産省, 食育に関する意識調査報告書, 令和4年
3月, [https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/r04/
zuhyou/z5-4.html](https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/ishiki/r04/zuhyou/z5-4.html) (アクセス 2022/10/22)

The Effect of Preparing
Traditional Japanese Cuisine
on Generation Z Perceptions
of Japanese Food Culture
— A Collaboration with the
Ministry of Agriculture,
Forestry and Fisheries
Tokai Regional Agricultural
Administration Office —

KIMURA Takako,
MOCHIZUKI Takeru, GOTO Sho,
OTA Tomoka, MATSUMOTO Maki,
HORIE Yukari, TANAHASHI Ayako,
NISHIJIMA Hideki and DEWAR Takako