

## 「親子で和食の基本を学ぼう～伝統の食文化を大切に～」

平成 25 年 12 月 4 日に「和食」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。これは「天ぷら」や「寿司」等の個別の料理ではなく、「一汁三菜」といわれる基本的な食事の献立（新鮮な食材と調理、優れた栄養バランス、年中行事との関わり、美しさ・季節の表現）などにみられる「食文化」に対して評価がされました。この「食文化」を守る為の継続的な取り組みが必要になります。重要なのは、次の世代を担う子どもたちに、伝統の食文化を大切にすることを覚えてもらうことだと思います。

そこで今回、親子で和食の基本を学ぶ事をねらいとし、日本料理 八寸の木幡好斗氏を講師にお招きして「親子で和食の基本を学ぼう～伝統の食文化を大切に～」を開催しました。

献立は、音更大袖茹で大豆のかき揚げ、土鍋で炊く帆立ご飯、すり鉢でごまをあたって作る菜の花のごま和え、特産品である長いもを使ったつみれ汁の一汁二菜を子どもが中心に作り上げました。

