

「和食 日本人の伝統的な食文化」

～食はコミュニケーションのはじまり～

講師 大坪 晏子 先生

平成25年12月4日、「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されました。

無形文化遺産の登録は、和食の料理のみではなく「和」の精神（お互いを思いやる「和」の心）だと思います。

正月、節分、節句、お盆など、私たちの生活の中には季節の折々に五穀豊穰、家内安全を祈っての行事があります。そして、それらは、今では年中行事として四季に富む日本の折々を味わう暮らしの知恵にもなり、家族で食する一家団欒の場は穏やかとなって私たちの心に安らぎを与えてくれます。

和食の基本や魅力・感動を知り、日常の食事で和食をより楽しみ、ご飯に汁・おかずを組み合わせた伝統的な和食の素晴らしさを語り合い、発信しましょう。

— いただきます・・・ごちそうさま —