

# 令和8年6月15日(月)

## 100年フード 高知県

11 和食文化を  
伝えよう



★野菜の彩り和え  
☺八王子産小松菜使用

★牛乳

★鶏のゆずがらめ

★ごはん

★★にらたま汁  
☺八王子産玉ねぎ、じゃがいも使用

# 100年フードを食べて 食文化を学ぼう！



## 100年フードとは …

地域の食文化を、未来に向けて100年続けていくことを目指した、文化庁の取組です。現在、全国で329件の食文化が認定されています。

／どうやったらなれるの？／

## 認定基準をかんたん紹介！



### ● その地域ならではの料理であること

その土地の自然や歴史、くらしの中から生まれた特別な料理である

### ● 代々、受け継がれてきたこと

親から子、子から孫へ、何世代も続いて食べられてきた料理で、  
地域の人みんなが作ってきた料理である

### ● 「これからもずっと守ります！」と宣言している団体があること

地域の団体(市役所、観光協会、保存会など)が活動している



# 100年フードの3部門



## 1. 伝統の100年フード部門

- 江戸時代から続く郷土料理

## 2. 近代の100年フード部門

- 明治・大正時代に生み出され地域で世代を超えて受け継がれてきた食文化

## 3. 未来の100年フード部門

- 昭和以降に生まれ、100年続くことを目指す食文化

今回の地域と食文化は…



# ゆず料理

## 高知県



高知県は、日本最後の清流と言われる「四万十川」が有名で、坂本龍馬の出身地としても知られています。また、かつおのたたきや文旦がおいしい県です。

今回の地域と食文化は…



# 高知県

# ゆず料理

高知県の東部に広がる中芸地域には、かつて西日本最大の森林鉄道が走っていました。現在、その線路の跡は、ゆず畑の風景広がる「ゆずロード」となり、ゆずの香りに満ちた景観とゆずの香り豊かな食文化を堪能することができます。

「ゆず果汁」は柚酢(ゆのす)と呼ばれ、昔からお酢のかわりとして使われてきました。

給食では、「ゆず果汁」を使って作った、  
“鶏のゆずがらめ”を食べます。

