

五平餅

わらし型やだんご型など、店によって
形や味が違う東美濃の郷土食

「たべる」から始める SDGs 未来都市へ

たべる

恵那のコレカラ [KORE]

「SDGs未来都市」に選定された恵那市。暮らしの基本となる「たべる」ことを軸に、食を通じて、経済・社会・環境の三側面の課題解決を図ります。

もっと恵那の食材を知ってほしい えないっぱい給食

地元食材をふんだんに使っている恵那市の学校給食では、年3回、より多くの恵那市産の食材を取り入れた「えないっぱい給食」の日があります。また、子どもたちが食に対する感謝の心を養うとともに食材の理解が深められるよう、栄養教諭が学校を訪問し、給食を活用した食育も行っています。大人になった時に、地元を誇りに思ってもらえるような給食づくりを目指しています。



えな笠置山栗園の
栗ご飯



串原のソーセージや
恵那の夏野菜チキンカレー

point
01

食文化／麴・発酵食品

麴から広がる恵那の未来 世界へとどけ、発酵文化

中山道大井宿があり、人の往来が活発だったことから、里山の食文化に他地域のエッセンスが加わり、独自の食文化が発展してきた恵那市。特に米麴を中心とした発酵文化はユニークで、無限の可能性を秘めています。恵那市ではこの豊かな郷土食を次の世代へ伝えたいと、発酵食品に関するイベントを行うなど、さまざまな取り組みを進めています。

発酵の視点で恵那の魅力を掘り下げたい

発酵食品ソムリエとして全国発酵食品サミット in えなの企画運営に携わり、みその味比べなど、この地域ならではのいろいろな発酵を感じてもらえる機会を設けました。一粒の麴が2000年近くもこの国の食文化の中核を担ってきた事実は日本の宝。恵那は家庭の発酵食文化が今なお残り、地域それぞれの特色がバラエティに富んでいます。これからも麴や発酵を中心に恵那の食文化をもっと掘り下げ、魅力を上げていきたいです。



全国発酵食品サミットinえな

みかさき麴屋
和田 友美さん

point
02

伝承／朴葉寿司

朴葉寿司を全国へ！ 伝統食でまちを元気に

「恵那市たべる推進計画」では食と農の連携を通じた地域とのつながり、郷土食の観光への広がりを進めています。恵那の朴葉寿司プロジェクトは、市内の飲食店とコラボした朴葉寿司の販売イベントや、朴葉寿司体験プログラムなどを開催。伝統食を通して地域や世代間のつながりを醸成します。



イベントでの朴葉寿司の販売



朴葉寿司

朴葉に酢飯と具材を
乗せて包んだ郷土食

恵那ならではの朴葉寿司を広めたい

里山に生えているホオノキの葉で寿司を包む恵那の郷土食「朴葉寿司」。県内の他地域にも朴葉寿司はありますが、古くからの宿場町であった影響を受けて発展した恵那の朴葉寿司は、彩り豊かで見た目からおいしさが伝わるのが特徴です。各家庭で違った味わいで、肉を使った進化系朴葉寿司などもあります。子どもから大人までみんなが大好きな朴葉寿司を、市内外に広めていきたいです。



恵那の朴葉寿司
プロジェクトの皆さん

恵那の特産品

山間地域ならではの郷土の味が自慢です。

栗きんとん

栗と砂糖を混ぜて炊いた素朴な菓子



細寒天

寒暖差の大きい環境で作られ、食物繊維が豊富



五平餅

つぶしたご飯を串に刺して焼き、タレを付けた郷土料理



からすみ

富士山の形が特徴の、米粉で作った蒸菓子



日本酒

地の米、水を大切に
して作られている



地産地消、SDGsの取り組みを支援

「恵那ふうど認証」(Food × 風土)

恵那ならではの風土に根ざした食のまちづくりを
統合的にいき、未来へつなげていく取り組み。



恵那ふうど認証マーク

恵那の13町と4つの小さな星の色でSDGsの17色を表しています。

恵那ふうど認証
ホームページ



認証システム構築

恵那市が認定項目を設け、地元産品の活用に取り組む食品事業者や販売店などの支援を行います。

参加規定

農業
生産者

食品加工
事業者

食品店舗
飲食店

企業
(社員食堂)

ツーリズムの推進

豊富な地域資源を生かし、収穫・製造体験など、多様な食の体験型観光を推進します。明知鉄道のグルメ列車では、のどかな風景を楽しみながら四季折々の郷土食を味わうことができます。



明知鉄道の食堂車

