

くらしと協同をたずねて

おにぎりから考える日本の米食文化の明日

霜永 智弘（同志社大学大学院 社会学研究科 博士後期課程）

1. はじめに

日本人にとって欠かせない国民食の一つにおにぎりがある。そもそもおにぎりとは、お米・塩・具材・海苔を自由に組み合わせた伝統料理のことをさす。おにぎりの起源は平安時代の「屯食」（とんじき）にさかのぼり、日本昔ばなし「おむすびころりん」や「さるかに合戦」にも登場している。

近年はおにぎりの食べ方にも変化が見られ、家庭で手作りすることもあれば、スーパー・マーケットやコンビニエンスストアでも販売される。また、おにぎり専門店も増えており、新しい米食の形が広がっている。

日本人の食生活を支え続けてきたおにぎりだが、そもそも「おにぎりとは何か」「なぜおにぎりが生まれたのか」「おにぎりは人々にとってどのような存在か」などについて考える機会は意外と少ない。

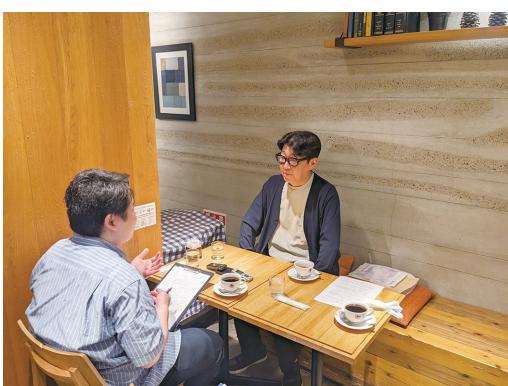


写真1 当日の取材風景の様子
出典：事務局撮影（2024年10月12日）

そこで今回は、一般社団法人おにぎり協会の代表理事である中村祐介氏のご協力のもと、おにぎりの魅力を国内外に発信しながら、日本の米食文化について理解を深めてもらうことを目的とした同協会のユニークな取り組みを紹介する。読者が自分のお気に入りのおにぎりを思い浮かべながら、日本の米食文化の明日を考えるきっかけになれば幸いである。

2. 一般社団法人おにぎり協会の概要

（1）おにぎり協会の設立

はじめに、一般社団法人おにぎり協会は2014年に設立された。その設立の背景には、前年の2013年12月4日に「和食」が日本人の伝統的な食文化としてユネスコ無形文化遺産に登録されたことがある。この登録を契機に、これまであまり議論されてこなかった和食に対する社会的認識が広がり、日本料理の食卓作法や懐石料理の文化などに対する海外からの関心も急激に高まったという。

実際に中村氏自身も、海外関係者と仕事を進める中で「おにぎりの誕生」や「おにぎりと寿司の違い」など、和食に関するさまざまな質問を数多く受けたという。こうした実体験を通じて、私たち日本人にとっては既に当たり前のような存在である和食

の価値を改めて見つめ直し、これまでに気付かれていなかった新しい情報を発信することが重要ではないかという気付きが生まれたのだという。

そこで「和食をはじめとした日本の国民食の原点であるおにぎりをキーワードに、日本各地で得られた情報を発信し、誰もが日本の実質的な米食文化に対して興味・関心を持つ社会の実現を目指して、おにぎり協会の活動が始まった」のだと、中村氏は語る。



一般社団法人おにぎり協会

図1 おにぎり協会のロゴ
出典：一般社団法人おにぎり協会より提供

おにぎり
Style Media

知る 食べる にぎる 体験する

[「おにぎり協会」公式サイト](#)およびライスタイルを提案するメディア「おにぎりJapan」サイトをリニューアル公開しました。

2024.11.24
おにぎり協会クイズ【お米を知ろう！】Vol.512「発芽玄米」

「発芽玄米」というお米があります。恐らく大勢の人は一度は耳にしたことがあると思うのですが…。この玄米。

[続きを読む](#)

2024.10.30
ここでしか食べられないおにぎりに大行列！ 丸の内で開催されたのが「NIIPPON FOOD SHIFT FES.東京」

料理が苦手な人にも、簡単でおいしいと人気なのがキャンプ飯。おにぎりキャンプ飯では第一回としてアヒージョ

[続きを読む](#)

2023.09.09
おにぎりキャンプ飯03 | ブロッコリーとベーコンの焼おにぎり

料理が苦手な人にも、簡単でおいしいと人気なのがキャンプ飯。おにぎりキャンプ飯では第一回としてアヒージョ

[続きを読む](#)

2024.10.28
コラボおにぎり完売！「おにぎり & ミュージックフェス」

10月26日（土）に新潟県南魚沼市、八色の森公園で開催されたのが、南魚沼市市制施行20周年記念「おにぎり & ミュージックフェス」

[続きを読む](#)

図2 おにぎり Japan を通じた日本各地の情報発信
出典：一般社団法人おにぎり協会より提供

(2) おにぎり協会の取り組み

2024年11月現在、おにぎり協会では「おにぎり文化の研究・執筆・出版物の発行」をはじめ「おにぎりイベントの開催」や「おにぎりに関する映像・音楽コンテンツの配信」など、さまざまな活動を実施している。ここでは特に「おにぎり Japan」と「おにぎり検定」の2つに注目して、具体的に紹介したい。

まずおにぎり Japan は「知る」「食べる」「にぎる」「体験する」という4つの観点から、日本各地のおにぎりに関する情報を発信するSNSメディアである。具体的に「知る」ではおにぎりに関するクイズ・雑学・歴史が掲載され、「食べる」では日本各地のおにぎり屋さんの情報が集められている。また「にぎる」では家庭でも参考にしやすいおにぎりレシピが紹介され、さらに「体験する」では実際に参加できるおにぎりイベントの告知が行われている。最も人気のあるコンテンツ「おにぎり協会クイズ：お米を知ろう！」は2014年から開始され、延べ約10年間で計500回以上にわたる長期連載へと繋がっている。

次におにぎり検定について紹介するが、せっかくなので、ここで読者にもいくつかの代表的な検定問題にチャレンジしていただきたい（正解は本文末尾に記載）。

問1 おにぎりの語源「握り飯」に関する記述がある最古の文献は次のうちどれか。

- ア. 古事記 イ. 風土記 ウ. 日本書紀
- エ. 源氏物語

問2 一般的なサイズのおにぎりをにぎるのに必要な米粒の数は次のうちどれか。

- ア. 500～1,000 粒 イ. 1,800～2,800 粒
- ウ. 3,200～4,200 粒 エ. 4,500～5,500 粒

問3 日本初の駅弁も「おにぎり」だったとされるが、その駅弁が発売された駅はどこか。

- ア. 横川駅 イ. 宇都宮駅 ウ. 上野駅
- エ. 大阪駅

（出典）一般社団法人おにぎり協会ホームページより引用

さて、読者はすべての問題に正解することができただろうか。

上記の問題を見れば分かるように、おにぎり検定とは誰もが「おにぎりを知り、好きになること」、そして「おにぎりを語れること」を目指した取り組みである。実際におにぎり検定に合格したオニギリストは情報伝達者（インフルエンサー）となり、おにぎりの魅力を国内外に発信し、日本の米食文化への理解を深めてもらうための活動を行っている。

ここまで紹介したおにぎり Japan とおにぎり検定の活動を進めるうえで、中村氏が最も重要視していることは「既知の未知化」つまり、おにぎりという既知の存在に対して新たな価値を見出すことだとい

う。それによって、これまでのおにぎりの存在価値を改めて見直しつつ、常に新しい発見を得ることができるようになるとという。



図3 おにぎり検定のロゴ
出典：一般社団法人おにぎり協会より提供

3. おにぎりサミットの誕生とそのきっかけ

こうした中で、近年、おにぎり協会が特に力を入れている活動が「おにぎりサミット」である。おにぎりサミットが始まった背景には「コロナ禍を経て日本社会における人と人とのつながりが希薄になり、それに伴ってさまざまな社会的格差や分断が生じていることへの危機感が生まれたことがある」と、中村氏は語る。

このような問題に対応するためには、まず人々が互いを知り、それぞれが抱える悩みを打ち明け、お互いの社会的課題を解決するために共に助け合える場所を作ることが必要だと考えたという。いわば、おにぎりサミットは「社会的連帯」を築くための場として誕生したのである。



図4 おにぎりサミットのホームページ
出典：一般社団法人おにぎり協会より提供

具体的に、おにぎりサミットは年に1回、東京で開催される。2024年2月に1回目を行い、2回目は2025年2月7日を予定している。サミットの実施にあたり、月に1回程度、運営会をオンラインで開催している。参加者は日本各地の自治体や企業の担当者である。各回によって参加する自治体や企業は異なるが、それぞれが抱える課題を出し合うことで、お互いの悩みを知ることができる。議論される内容は、地域の人口減少や農家の担い手不足といった問題に加え、市政のイベントやふるさと納税に関する話題など、非常に多岐にわたる。自治体や企業がこうした話題について立場を超えて忌憚のない意見交換を行うことで、相手をより深く理解することにつながる。そして、それぞれの自治体や企業だけでは実現できない取り組みも、おにぎりサミットを通じて協力しあうことで、新たな取り組みを実現することが可能となる。

実際に筆者らが取材に訪れたあべのハルカス近鉄本店では、2024年10月11日（金）から13日（日）までの3日間にわたり、「おにぎりサミット®ローカル」が開催されていた。具体的に、ここではおにぎり協会の応援メンバー（会員企業・団体）である象印マホービン株式会社による「関西・大阪万博に向けたおにぎり」や、中田食品株式会社による「梅の世界を楽しむおにぎり」の販売が行われていた。このイベントの実施も、実はおにぎりサミットをきっかけに発案されたものである。イベント会場でPR活動を行っていた新潟県南魚沼市の担当者は「おにぎりサミットを通じて他の自治体や企業との新しい交流の輪が広がり、お互いの強みを生かして協力しあうことで、今回のイベントを実現することができた」と明るく笑顔で話されており、その姿がとても印象的だった。

おにぎり協会は「生産者（農家）の思い、

消費者の思い、企業の思い、自治体の思い、それぞれの思いをつなぐパートナーとなり、こうした社会的連帶の輪を拡大していくことが最も大切だ」と、中村氏は語る。



写真2 おにぎりサミット®ローカルにて
実際に販売されたおにぎり
出典：事務局撮影（2024年10月12日）

4. 日本における米食文化の明日

最後に中村氏の語りを手がかりにして、日本における米食文化の明日について、読者と共に考えていきたい。

おにぎりはスポーツ大会や受験勉強の夜食として、長年にわたり親しまれてきた。またお花見やお祭りなど、人々が集まり共に食事を楽しむ場面でも欠かせない存在であった。つまり、おにぎりは「誰かを応援する気持ち」や「人々のつながり」を象徴する食べ物として重要な役割を果してきた。

しかし近年、日本人の生活様式は大きく変化している。かつては大家族が一般的であったが、現在では家族の人数が減少し、それに伴って食生活にも変化が生じている。毎朝大量のお米を炊いて食べ、余ったご飯でお弁当やおにぎりを作る習慣は徐々に減少しつつある。実際おにぎり専門店を

訪れるのは若者が多いという現状がある。「ご両親が共働きで、塾に通う途中にコンビニのおにぎりを食べるが多く、初めて作りたてのおにぎりを食べた若者も少なくない」と、中村氏は語る。

以上の語りから読み取れることは、今後おにぎりをあまり食べたことがない世代が増えれば、日本の伝統的な米食文化とその重要性が次世代に継承されにくくなる可能性があるということである。だからこそ、これから時代では、昔ながらの米食文化とそれに込められた意味を持続可能な形で次世代に伝えていくことが求められるのではないかだろうか。

おにぎり協会は今日も日本各地で様々な活動を展開し、米食文化の大切さを伝え続けている。おにぎりに関わるすべての人々が笑顔になれる社会の実現を目指す同協会のさらなる取り組みに期待を寄せつつ、ここで一旦特集を締めくくりたいと思う。

最後にお忙しい中、貴重な取材にご協力いただいた一般社団法人おにぎり協会代表理事の中村祐介氏に、この場をお借りして心より感謝申し上げます。



写真3 代表理事の中村祐介氏との記念写真
出典：事務局撮影（2024年10月12日）

おにぎり検定の答え

- (1) イ（風土記） (2) イ（1800～2800粒）
- (3) イ（宇都宮駅）