

## 事前アンケート分析結果のご報告

平素はお世話になっております。  
下記の通りアンケート結果をご報告いたします。

### 記

#### 1 調査の目的

日本有数の豪雪地帯である南魚沼市において、その食文化は独特かつ今も食文化が地域や生活に根付いている貴重な地域であり、これらは南魚沼市の観光コンテンツとなり得る。時代の流れとともに消えゆくこの食文化について、市民や南魚沼市に関係する人たちの意識をアンケート調査を実施し、これにより、市民の食文化への意識を高めると共に今後の食文化の保存、繁栄のために行っていくべき対応を検討するためにアンケートを行った。

#### 2 調査方法

##### (1) 対象者

南魚沼市民、郷土料理に関心がある方（市外を含む）

##### (2) 調査期間

令和6年6月1日(土)～令和6年7月31日(木)

##### (3) 調査方法

チラシ、Facebook、instagramなどを使い、アンケート項目を記載したwebページURLの告知を行った。

##### (4) 回答数

344件（内、南魚沼市民 203件）

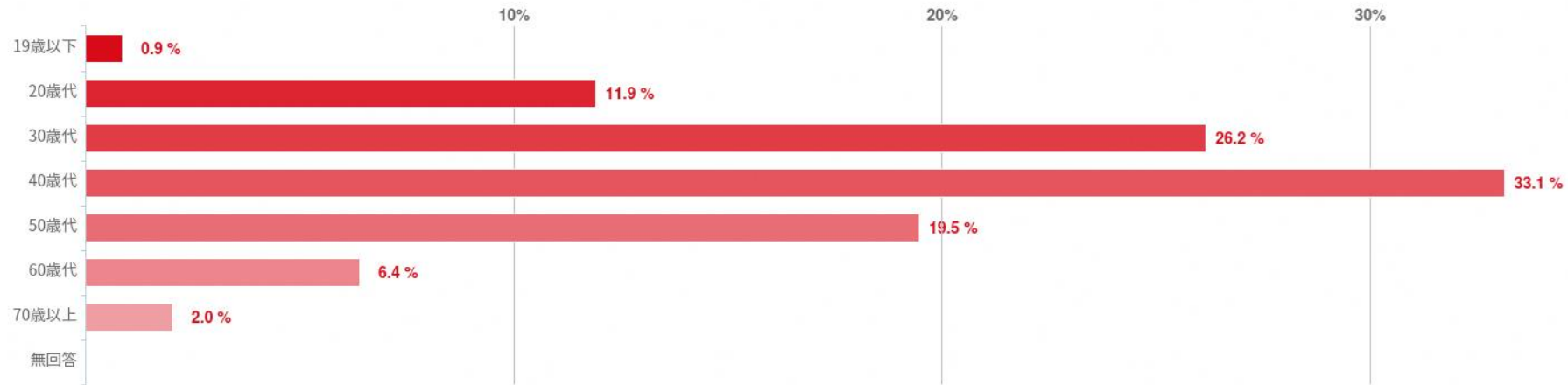
### 3 調査結果

#### Q1.

あなたの年齢を教えてください。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。



#### Q2.

あなたの性別を教えてください。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。

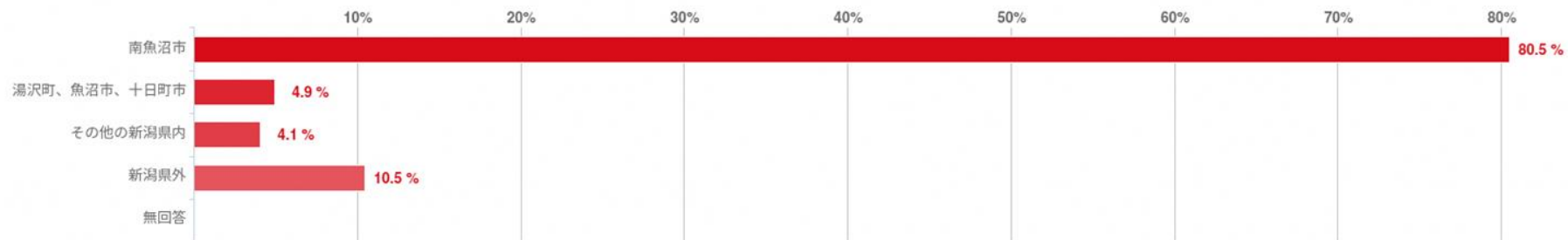


### Q3.

現在お住まいの地域を教えてください。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。

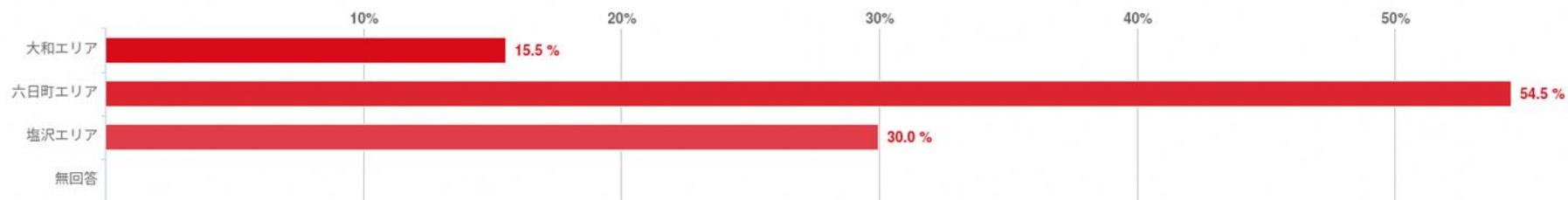


### Q4.

現在お住まいの地域を教えてください。

(回答数: 277)

ここにコメントが入力できます。

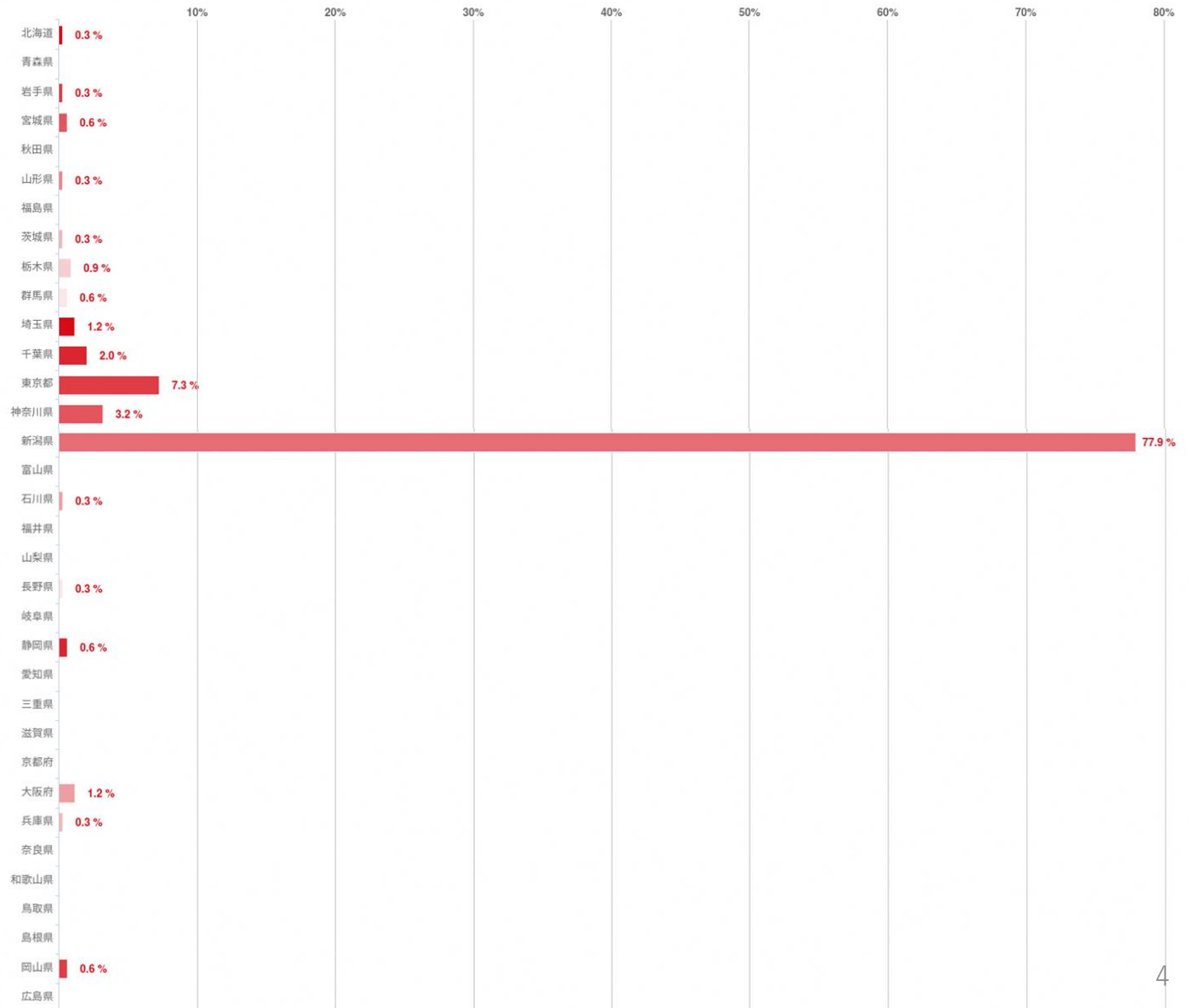


### Q5.

あなたの出身地を教えてください。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。



上位

- 1.新潟県 77.9%
- 2.東京都 7.3%
- 3.神奈川県 5.2%
- 4.千葉県 2.0%
- 5.埼玉県、大阪府

## Q7.

【出身地をその他と答えた方のみ】  
あなたの出身地を記入してください。

ここにコメントが入力できます。

### 出身地

(回答数: 1 無回答: 0)

グループ	回答	性別	年齢	個人回答
<a href="#">+グループ化</a>	イギリス	無回答	無回答	<a href="#">この回答者の全回答</a>

1

▼ グループ集計グラフを表示

## Q8.

あなたの出身地域を教えてください。  
(回答数: 203)

ここにコメントが入力できます。

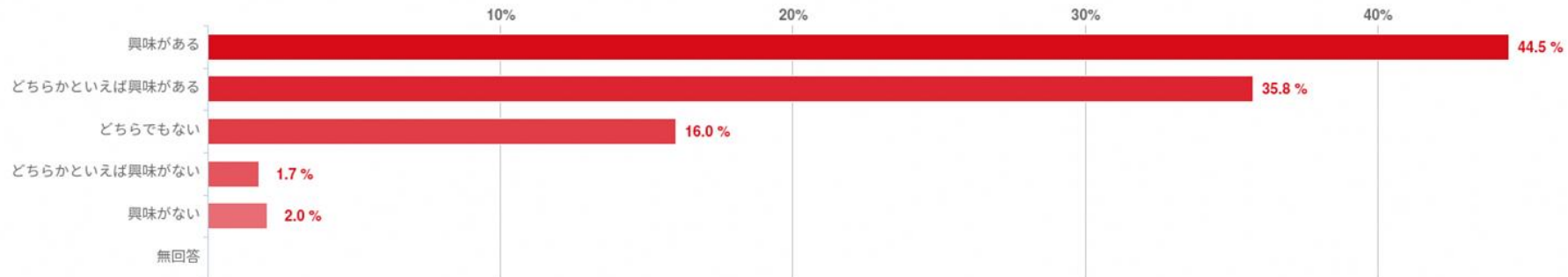


### Q9.

南魚沼地域の食文化や郷土料理に興味がありますか。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。

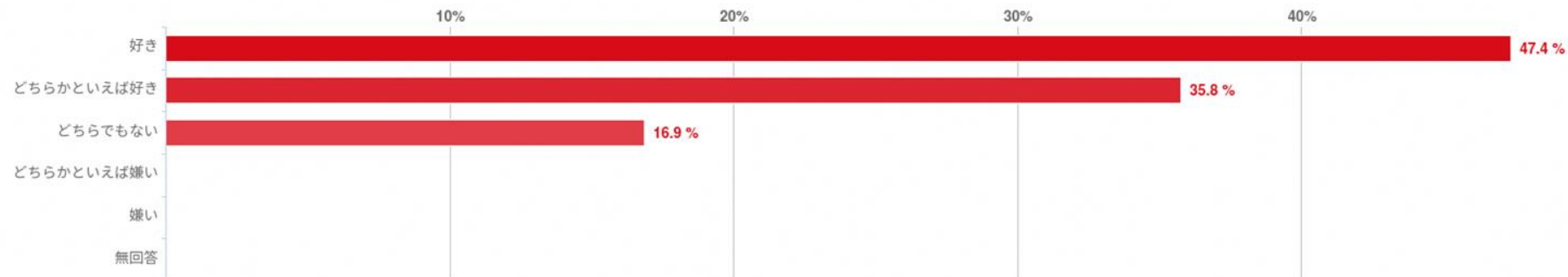


### Q10.

南魚沼地域の食文化や郷土料理が好きですか。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。



Q11. (任意回答) 上記の理由を教えてください。理由  
**【好き】**、**【どちらかといえば好き】** ダイジェスト

好きな理由	回答者数 (重複あり)
美味しいから	44
食べ慣れているから	17
季節を感じるができる	14
文化を感じるができる	12
祖母・母の味	10

**【回答に頻回見受けられた名詞】** 『南魚沼』、『郷土料理』は除く

キーワード	回答者数 (重複あり)
米	21
地域	13
山、山菜	12
雪	7
酒	5

Q11. (任意回答) 上記の理由を教えてください。

【好き】、【どちらかといえば好き】全回答

- ・いつ訪問しても季節ごとに違う食材、美味しい食材があり、素材を生かした料理を食べられるから。
- ・おいしい！
- ・おいしいものが豊富だから。
- ・おばあちゃんの味が大好きだから。
- ・お酒、お米、魚、山菜、野菜何でも美味しいです。
- ・お米がおいしい。
- ・お米がおいしいのはもちろんですが、お米を炊く水も美味しく野菜も美味しいです。他所からご飯を食べに来る友人もいますし全体的に食のレベルが高いと思っています。
- ・お米が身近で美味しいので、そういった意味では好きですが、郷土料理には詳しくないためはっきり「好き」と回答できませんでした。
- ・お米が美味しい。八色椎茸、八色スイカの存在を初めて知った。
- ・お米と神楽南蛮が美味しいから。
- ・お米はもちろんのこと、海の幸も山の幸も美味しい。
- ・お米もお酒も大好き。
- ・お米も水も、そしていろいろな農作物もお肉、魚も含め全てにおいておいしいと思う。
- ・からしなますが好きなので、興味があり、郷土料理が好きです。
- ・きりざいは美味しいし、給食などでも出てきて馴染みがあるので。
- ・この米が一番おいしい。普段はあまり感じないけど、他所で食べるといまいちって感じて、南魚沼の米のおいしさを思い出します。
- ・ご飯に合う美味しいものが多いから。
- ・そこでしか味わえないから。
- ・その地域の食材を使って昔からある郷土料理は興味がある。
- ・その土地にあった考えられて食べ物。その地でしか食べられない物。何と言っても美味しい。
- ・そば お米 なんでもうまい。
- ・チマキが好物だから。
- ・どこか懐かしく、落ち着く感じ。
- ・どの料理が、郷土料理になるのか詳しくはわからない。
- ・どれも美味しい。
- ・なんとなく。
- ・ばあちゃんの味。
- ・ふるさとでしか味わえないものであるため。
- ・ほっとする。
- ・ほっとする 安心 安全。
- ・まだ好きか嫌いかと答えられるほど知らないのですが、ご飯は好きなのでたぶん、好きなほうです。



Q11. 【好き】、【どちらかといえば好き】全回答 つづき1

- ・やさしい食べ物が魅力的。
- ・塩漬け・冷凍・天日干しなど、色々な方法で保存した季節の野菜や山菜の常備菜、ブラス地元のお米に畑で採れた野菜で日々の食卓を作っているところに感動しました。
- ・何せ美味しいから。
- ・何を食べても美味しいから。ばあちゃんが作るちまき、笹団子が大好きです。
- ・懐かしさを感じる。
- ・慣れ親しんだ味。
- ・慣れ親しんだ味なので。
- ・慣れ親しんでいるから。
- ・季節や歴史を感じるから。
- ・季節を感じられ、体にもいいものが多いから。何よりも慣れ親しんだ味は最高に美味しい！
- ・季節感が感じられる。滋味深い。
- ・季節感や伝統を感じる。
- ・季節季節で旬の物を美味しく食べる工夫がしてある。
- ・郷土料理がどんな物をさすのかは分からないが、自宅の飯が1番美味しいからです。
- ・郷土料理で育ったから。
- ・郷土料理なのでその時期に家庭で出て来て食べているから。
- ・苦手な食材が入っているものもあるため。
- ・健康的だから。
- ・県外出身者が核家族で南魚沼市に住んでいるので、本当の南魚沼の郷土料理がよくわかりません。故に知りたいです。既に魚沼在住30年近くなりますが…。
- ・好きだから。
- ・好きな物も多いが、苦手な物もある。
- ・今まで知らなかった食材が多く、その上美味しかったから。
- ・歳を重ねる毎に美味しいと思えるようになってきました。子供の頃は食べなかったのに…DNAが欲してるそんな気がします。
- ・山の幸の豊富さ。
- ・山や土地の恵みをいかし、旬や季節の行事に合わせたすてきな料理だと思うから。
- ・山菜、ちまきなど子供の頃から好きで、良いものだしこの地域の魅力のひとつだと思うので。
- ・山菜などは頂いたりして食べますが、両親共に地元民ではないので魚沼の郷土料理と聞いてピンとくるものが少ないため。
- ・山菜やジビエ料理が食べられるから。
- ・四季によって色々な食材を使った料理があり季節を感じれ、尚且つ美味しい。
- ・四季を感じ、この地域に住んでることを実感するものであるから。
- ・子どもの頃から食べたいからか、口に馴染んでいます。

Q11. 【好き】、【どちらかといえば好き】全回答 つづき2

- ・子どもの頃から食べているので口に合うことと懐かしさを感じられること。
- ・子供の頃から、美味しいと、思っています。
- ・子供の頃から慣れ親しんでいるため。
- ・子供の頃から慣れ親しんできた味だから。
- ・子供の頃から食べているから。
- ・子供の頃から食べ慣れている。美味しいが、野菜・山菜が中心で肉料理が少ないのが残念。
- ・子供の頃から親しんでいるから、自分の子、孫にも食べて欲しいと思うから。
- ・子供の頃食べた懐かしさと、季節感でその頃の情景迄浮かぶ郷土料理は伝え残して欲しいものです。
- ・自然の素材を活かした料理が多いから。
- ・自分の故郷と似てるから。
- ・自分の生まれ育った土地の文化だから。
- ・煮物が好きなので。
- ・出身地の食べ物だから。
- ・初めて食べても美味しいものばかりだから。
- ・初めて食べる料理が多いが、発酵物が多くて身体に良さそうだから。単純に美味しいから。
- ・小さい頃から慣れ親しんで来た味、文化をは無くしたくないと思いますし地域活性化の素晴らしい商材だと思う。
- ・小さい頃から食べ親しんできたから。
- ・小さい頃に慣れ親しんだ味だからからか無性に食べたくなる事があります。大人になってからは先人の知恵に驚いています。
- ・上越から十日町にきて地域ごとの作り方や風習に興味があります。
- ・食べなれていますので。
- ・食べなれているから。
- ・食べるのが大好きで、大人になって初めて南魚沼地域の食文化に触れて食べたことのない食材や料理に出会い感動したため
- ・食べるとおいしいが、郷土料理を食べる機会は少ない。南魚沼は郷土料理に限らず食事がすごくおいしいと感じる。
- ・食べ慣れた料理で、口に合うから。旬の野菜や山菜などの食材を使うため、季節を感じる事ができて、その季節が楽しみ。
- ・食べ慣れている。おいしい。
- ・食べ慣れているので。祖母や母の味。
- ・食べ慣れてるものが1番！
- ・食文化など積極的に知ろうとしてはいいのですが、郷土料理とかは美味しいものが多いので好きです！
- ・親しみがある。
- ・身近な食材だから自分でもできそう。
- ・人、文化、季節、歴史といった、食以外の様々な事象に紐づいてるため興味深い
- ・生まれ育った地域の料理は好きだし、おいしい。
- ・昔から慣れ親しんだ味だからか、好みに合っている。

Q11. 【好き】、【どちらかといえば好き】全回答 つづき3

- ・昔から給食で親しんできた料理であるため。
- ・昔から食べていて美味しいから。
- ・昔から食べているし、自分の嗜好に合うから。
- ・昔から食べ慣れた味なので。
- ・昔から精進料理が好きだから。
- ・昔ながらの郷土料理の味が世代交代で失われつつあるため。
- ・昔ながらの郷土料理を母が作ってくれたので楽しみでもあり好きでした。  
私も料理を習って孫たちにも食べてもらいたいと思います。作ってやりたいと思います。
- ・昔懐かしい味なので。
- ・雪の恵みで美味しくなるなど、ここにしか無いものが豊富で、希少価値がある。
- ・雪国ならではの食糧保存の方法から、災害対策についても学べるのが沢山あり、また、自然を食すという表現をしても良いほど、山菜や野草など大自然の恵みの食材に対する料理法も充実しているからです。お味もどれも美味しく、健康なお料理が多いように感じます。
- ・雪国ならではの知恵と工夫 地元の素材をいかしたアイデア。
- ・雪深い土地だからこそ、太平洋側との間に山があったからこそ、そして江戸時代まで北前船の交易で豊かだったからこそ、この土地には素晴らしい食文化が残っている。
- ・全国や世界に誇れる米が地元にあることは誇らしい。
- ・祖父母との思い出があるから。
- ・祖母や母親が子どもの頃から作ってくれていたから。
- ・素材の良い。
- ・素朴だが飽きが来ない味で毎日でも食べられるため。
- ・他では食べられない味だから。
- ・体にやさしい。
- ・大人になるにつれ、美味しいなあとしみじみ感じる。
- ・単純においしい、物語がある事でより健康的で美味しく感じるから
- ・単純に美味しい。懐かしさを感じる。子供の頃は関心が無かったが、大人になって改めて知ると、風土と食の関係は面白い。食文化が途絶えることは地元の特色を失うことになり、地域の魅力の減少を招くという危機感がある。
- ・地域によって食文化の違いがあること。それを知ってから、母が作ってくれていたのが自分の地域特有とわかり最近とても興味を持ちはじめたから。
- ・地域の風土を感じることができるから。
- ・地元が大好き。
- ・地元新潟市にもある料理も多く見られ、それでいて若干形が違っていたり、微妙な地域性も感じ、食の多様性を感じる事ができるから。

Q11. 【好き】、【どちらかといえば好き】全回答 つづき4

- ・地産地消の理想的なものだと思うから。
- ・地方の文化に触れたい。
- ・土地で採れたものを美味しく食べる工夫がされているから。
- ・土地ならではの食が感じられる 雪国ならではの保存食の知恵はすごい 今も季節を感じられる料理がふつーに食卓にあがる。
- ・土地にあったものだから。
- ・東京から日帰りで訪ねることができるため身近に感じている。
- ・同じ新潟県でも、生まれた場所によって食文化が違うから楽しい。
- ・南魚沼ならではの食材や気候を活かした料理、保存食などとても興味深く、美味しいものが多いから。
- ・南魚沼の季節を感じるものが多いから。
- ・南魚沼の郷土料理が好きですし、大変興味があります。この地域の自然環境に由来して、長い間受け継がれているというこの土地ならではの文化の象徴を、次世代に繋いでゆきたいから。
- ・南魚沼市に限らず、地域の食文化や料理、素材、美味しいものが好きなためです
- ・日本酒とお米。
- ・農業者の食卓の醸成を昔から、理に合った方法で栄養補給されていたと思います。自給自足で保存食等のアイディンティは、今の食品の基となっている気がします。
- ・柏崎ではあまり食べたことのない美味しいものがたくさんあるので。
- ・発酵食品が多いので。
- ・発酵食品を取り入れた郷土料理が多い 雪国ならではの保存食は発明的 シンプルに美味しい食材宝庫の新潟県ならではのかと。
- ・美味しいから（同じ文章は削除、集計参照）。
- ・美味しいのはもちろんですが温かさが伝わってくるから。
- ・美味しいものが多い。
- ・美味しくて味付けなど好み。
- ・美味しさとふるさとを感じるから。
- ・部活動で関東に行くことが多かったが、そこで食べたご飯に比べると断然南魚沼の米の方がおいしいから。また酒も飲みやすい。
- ・米がおいしい。
- ・米と酒が美味い！
- ・米の他、味噌、漬物、根菜類、何を食べても体に合う。
- ・米は当然の事ながら、野菜、肉など食材の"個"のポテンシャルが高い。
- ・米所！米に始まり米に終わる！
- ・母の出身地の近くだから。
- ・母の味。
- ・味が好き。手間がかかっている、とてごちそうだと感じる。
- ・味に関連した思い出があるため。

Q11. 【好き】、【どちらかといえば好き】全回答 つづき5

- ・味付けに馴染みがあるから。
- ・野菜が関東のモノに比べて、甘いし瑞々しい、素材を活かした郷土料理も美味しいので。
- ・野菜が美味しい 同じ料理名でも家庭によって全然違う。
- ・優しい美味しさが魅力。
- ・幼い頃から食べているから。
- ・幼い頃から食べてきたから。
- ・幼い頃食べていたので懐かしく感じるし、たまに食べると美味しいと思うので。
- ・旅行先で食べる白飯よりも、自宅で食べる白飯のほうがおいしい。ちまきややくもちなど、馴染んだ味がある。
- ・和食、ちまきや笹団子が好きだから。
- ・和風いん越地さんで、南魚沼産のこしひかりを食べて、美味しすぎて、お米が大好きになったからです。

Q11. (任意回答) 上記の理由を教えてください。

【どちらでもない】全回答

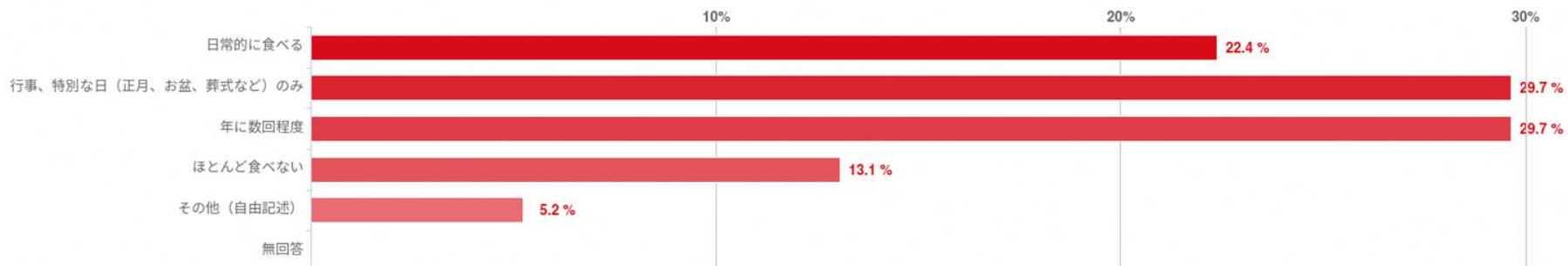
- ・これが郷土料理だ、というのが分かっていない。普通に食べているので郷土料理と思ってなかったとか、南魚沼地域だけの食べ物なのか？わからない。
- ・南魚沼の郷土料理はあまり食べたことがない。
- ・具体的な郷土料理を知らないから。
- ・郷土料理を知らない。
- ・郷土料理というほどのものをあまり知らない。
- ・南魚沼市の郷土料理がわからないから。
- ・華がない。
- ・よく知らない。
- ・南魚沼地域の郷土料理がわからない。
- ・恐れながら南魚沼市に伺ったのは一度(2023年 浦佐毘沙門堂裸押合大祭)しかなく、食文化にしっかり触れる機会は少なかったので明確な回答は難しいです。
- ・あまり触れる機会がなく何が郷土料理なのかを知らない。
- ・知らないため。
- ・郷土料理がわからない。
- ・自分の年代的にそこまで郷土料理に触れ合うことがないので詳しくありません。
- ・南魚沼地域の食文化や郷土料理がなにかを知らないため。
- ・どれが地元食文化として取り上げて良いのかわからない。
- ・南魚沼地域の食文化という問いに対するイメージが湧かない。
- ・酒は好きだが、米がそんなに好きではない。
- ・地域特有の郷土料理にどんなものが該当し、どんな地域特色があるのかわからないが家庭料理は割と好きなため。
- ・興味はあるが、どれだかわからない。マジ井はなんか違う。
- ・郷土料理と言われても、具体的に何の料理のことかわからない。
- ・普段自分が郷土料理と思って食べている物がはたして郷土料理なのか？もしくは祖母や母親がアレンジしたものなのか？曖昧なことだったり日常的に食べているために可もなく不可もなくという感じだから。なので本格的な南魚沼の郷土料理を知りたいとこの年になって思います。
- ・南魚沼地域の郷土料理を知らないため。
- ・あれば食べるけど、なくても良い。
- ・郷土料理が何かわからない。

## Q12.

郷土料理を食べる頻度を教えてください。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。

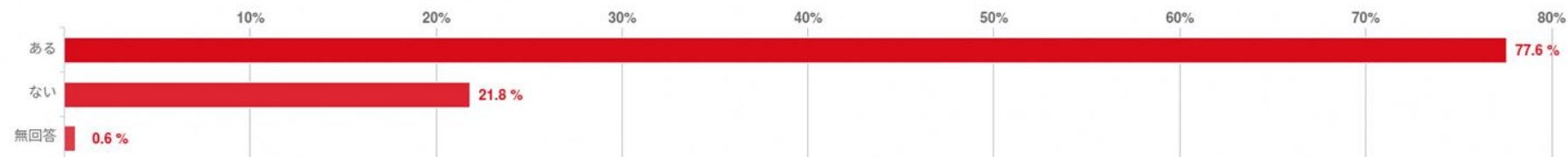


## Q13.

南魚沼地域の「郷土料理」と聞いて思い浮かぶ料理はありますか。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。



Q14. 南魚沼地域の「郷土料理」と聞いて思い浮かぶ料理をひとつ教えてください。自由記述

※単数回答は次ページに記載

番号	複数回答 料理名	回答者数 (重複あり)
1	きりざい	101
2	ちまき	27
3	山菜	24
4	からしなます	21
5	けんちん	19
6	ぜんまい	18
7	あんぼ	12
8	棒鱈の煮物	12
9	煮菜	11
10	笹だんご	8
11	そば	8
12	しょうゆおこわ	5
13	くじら汁	5

番号	複数回答 料理名	回答者数 (重複あり)
14	かぐらなんばんみそ	5
15	くるみ巻きずし	4
16	木の芽	4
17	車麩の煮物	3
18	なめし	2
19	のっぺ汁	2
20	茄子味噌	2
21	ニシンの煮物	2



Q14. 南魚沼地域の「郷土料理」と聞いて思い浮かぶ料理をひとつ教えてください。自由記述

<単数回答>

ふき煮物

ふきのきゃらぶき

茄子味噌

うど

アザミのきんぴら

きっこし漬け

麴漬け

にしん漬け

茄子味噌

漬物

麴

雑煮

みそおにぎり

きのこの料理

川魚の焼物

しいたけ

思い浮かんでも名前をしなrai

お米

おにぎり

シャケ

こごみ

ラーメン

パーク

ねまがりたけの煮物

混ぜご飯

アケビの木の芽のおひたし

白和え

正月の雑

漬物

いもがらなます

ナス漬け

とろろごはん

ふきのとう味噌

ぼぼっこ煮

にしんの煮物

おもいのほか（菊の花）、餅

にしんみそ（郷土料理なのかは

分からないが母親が昔から作っている）

みがきにしんの煮付け

味噌

しょうゆのみ

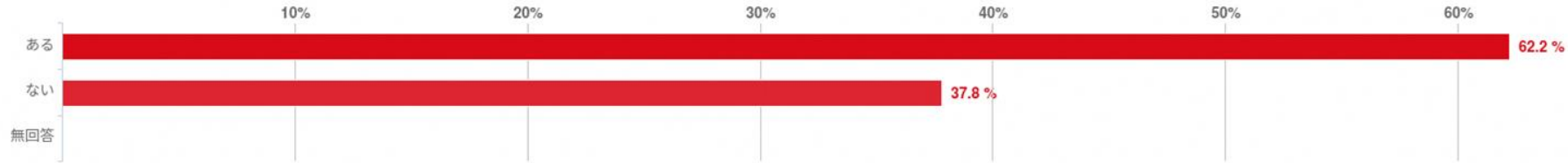
お正月に食べる煮物

油味噌

### Q15.

南魚沼地域の郷土料理の中で、他の地域に誇れる料理はありますか。  
(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。

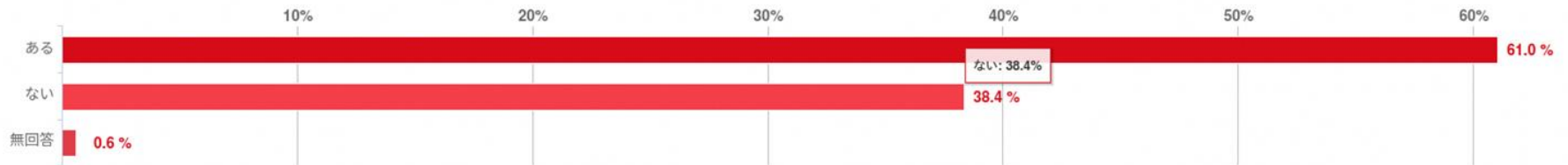


Q16.あなたが思う誇れる郷土料理とその理由を教えてください。自由記述  
次ページ参照

### Q17.

家庭で誰かしらが郷土料理を作ることにはありますか。  
(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。



Q16.あなたが思う誇れる郷土料理とその理由を教えてください。自由記述

【料理名】

番号	複数回答 料理名	回答者数 (重複あり)
1	きりざい	32
2	山菜	22
3	ちまき	19
4	けんちん	15
5	からしなます	12
6	ぜんまい	12
7	あんぼ	4
8	そば	4
9	笹だんご	4
10	くるみ巻きずし	4

番号	複数回答 料理名	回答者数 (重複あり)
11	煮菜	4
12	棒鱈の煮物	3
13	かぐらなんばんみそ	2
14	しょうゆおこわ	2
15	なめし	2
16	くじら汁	2

<単数回答>

ふき煮物  
 ふきのきやらぶき  
 茄子味噌  
 のっぺ汁  
 木の芽  
 山菜のきんぴら  
 きっこし漬  
 やたら漬  
 ふき味噌  
 山筍とニシンの煮物  
 南魚沼産おにぎり  
 雪の下人参  
 本気井  
 お米  
 お酒

ソウダガツオの塩漬け  
 鮎  
 保存発酵食品  
 ニシン漬  
 車麩の揚げ煮  
 いもがらなます  
 ぬかがまごはん  
 あまんだれ  
 けんちん(城内、五十沢地区)  
 かぐらなんばん  
 コシヒカリ  
 そこまでかんがえたことがない  
 とろろごはん  
 雑煮  
 身欠きにしんの煮付け

Q16.あなたが思う誇れる郷土料理とその理由を教えてください。自由記述

【理由】※料理名だけの記載は前ページにまとめたため割愛

- ・あまんだれのけんちん汁 山筍とニシンの煮物 美味しいから。
- ・あんぼ くず米や大根菜などを有効利用し灰に入れることで保存期間を長くしている。貴重な食材を大切に利用していることがわかる。
- ・いもがらなます 理由：煮物としても酢の物としても美味しいから。
- ・お米を使った料理であれば何でも。
- ・からさなます おいしいから。
- ・からしなます おいしい。
- ・からしなます ならしなますに使う食材をからしで引き立てるから。
- ・からしなます 食文化や食材は好きですがこれと言った南魚沼特有の郷土料理はあまり思いつかないので。
- ・からしなます 飽きない。
- ・からしなます まず美味しい！そして夏場には、からしと酢の効果でさっぱりと食べれるから。お料理教室で、お葬式で出される時は「姑が亡くなった時に、ま〜で、からしをありっきり効かせて泣くガーを助ける効果もあるガーって！」って講師の方が言っていました。そんなユーモアある言い伝えも好きです。
- ・からしなます 夏限定ではなく、葬儀の際にも食べる文化を感じるから。
- ・からしなますとけんちん汁 どちらも葬式でよく食べた料理。けんちんは南魚沼のなかでも地域によって具材が全然違ったりするから。
- ・木の芽 他の地域では苦くて食べられない。雪国ならではの。
- ・きりざい 余った野菜の材料でできる。
- ・きりざい 学校給食にも出ていて、野沢菜とか普段食べない子供たちもきりざいにすれば喜んで食べてくれるから。
- ・きりざい 郷土の歴史や文化のもとに創りだされたものなので。
- ・きりざい 雪国の知恵と文化を感じられるから。
- ・きりざい 雪国らしいバランスのとれた料理。
- ・きりざい 南魚沼市の特産であるお米とベストマッチ。
- ・きりざい 納豆意外にいろいろな具材が入っていて それだけでおかずになる。
- ・きりざい 発酵食品が沢山で健康的だから。
- ・きりざい 発想が他ではないと思う。
- ・きりざい 幅広い年齢層に人気で、手軽に作れるから。
- ・きりざい ちまき、とろろかけご飯。
- ・きりざい とコシヒカリで最強です。
- ・きりざい 「南魚沼の郷土料理」と言えるようなものが、きりざいくらいしかないと感じるため。その他山菜料理なども郷土料理として誇れるが新潟県各地で食べられているイメージ。
- ・きりざい ご飯がすすむ。

Q16.あなたが思う誇れる郷土料理とその理由を教えてください。つづき 1

- ・きりざい ただの納豆より子供受けが良く、野菜も簡単にとれてる。
- ・きりざい 素朴ながら味や栄養バランスなどが優れているため。
- ・きりざい おいしいご飯にあうこと。
- ・きりざい 美味しく、納豆が食べられる人は食べてみる価値があると思うため
- ・くるみの海苔巻き 他では食べられないから
- ・くるみの太巻き とても美味しいから
- ・くるみ入りの太巻き あれが普通だと思っていたが、あまり他にはなく、その上くるみのが入ることで食感がとてもいいのに知らないなんて！とみんなに食べてもらいたい気持ちになる。
- ・けんちん とにかくおいしい。動物性のもの使わずにおいしいのが凄い。豆腐の使い方が独特でおいしい。
- ・けんちん 食材の細切りにとても手間がかかるけど、ホントに美味しいと思います！
- ・けんちん汁 そのままでも、充分美味しいですが、家についたおもちとの相性は抜群！何日食べても飽きません！
- ・けんちん汁 秋の旬の地元食材がたっぷり入っている。特にきのこ類。
- ・けんちん汁 地元の食材を豊富に取り入れてる。
- ・けんちん汁 けんちん煮物、ちまき、からしなます、他色々 美味しいから。
- ・けんちん汁 ぜんまいの煮物。
- ・けんちん汁 具たくさんでとても美味しく飽きない。
- ・けんちん汁 栄養満点。
- ・ご飯、漬物、竹の子の味噌和え、山菜の天ぷら、鮎や岩魚の塩焼き、なます瓜、よもぎのあんぼ、等。 県外の方にすすめた時の反応が良いと感じる。
- ・ぜんまい 味が唯一無二。
- ・ゼンマイ煮物 あんなに繊維で硬いものをあんなに柔らかくする。
- ・ぜんまい煮物 食感。
- ・ぜんまい料理 取るのも大変加工も大変食べるまでにかなりな時間を要するがそれでも取り続け、料理し続けている事。
- ・そこまで考えたことがない。
- ・チマキ スゲや笹など自然の物を利用して、米どころ新潟のもち米を食するという昔からの知恵と伝統を感じることができるから。
- ・ちまき だいすき。
- ・ちまき 笹団子 亡母から作り方を教えてもらった。
- ・ちまき 手間が掛かっていて笹の葉で保存もきく。笹の包み方は芸術的。
- ・ちまき 米がうまい！笹の香りもほんのりしていてすごく美味しい！日持ちもするし。
- ・ちまき 米どころならではの、具なしで味付けなしの米のみを堪能できるところ。からしなます それぞれの具材の手間と種類の豊富さ、歯ごたえと味付けが秀逸！手の止まらぬウマさです。

Q16.あなたが思う誇れる郷土料理とその理由を教えてください。つづき2

- ・ツボ煮物(のっぺに近い)食材が乏しかった時代にせめてものおもてなしとして作られたものが多いと感じる。
- ・なんといっても「山菜料理」いろいろ。木の芽、うどの胡麻和え、わらびなどなど。冬のぜんまいの煮物も新潟らしくていいですね。
- ・ニシン漬。秋野菜（大根、人参）と干した魚（ニシン）と麴、作るのは冬、屋外で保存。昔の雪国らしい食文化だと思います。味が変化していくのも楽しい。苦手な人がいるのも独自性を感じていい。
- ・ヌカがまごはん、他にやってるところが少ない。
- ・のっぺ 県外の人に喜ばれる。
- ・のっぺい汁 野菜をバランス良く使ってあり、見た目も美しい。入る物が地域によって少しずつ異なるのも面白い
- ・ふきみそ、なすみそ 地元でとれる季節のものを お米豊かな土地の麴をいかした味噌でつくるから、とっても美味しい 素材が美味しいから余計に美味しい
- ・へぎそば。他所の蕎麦とはコシが一味違うと思います。
- ・へぎそばは他県の人にもびっくりするし美味しいと言ってくれる
- ・へぎ蕎麦！ツルツルした独特の喉越しは、初めて食べる人が目を丸くします！もっともっと全国的（世界的）に愛される伸び代があると感じます。
- ・やくもち。家庭の味がある。比較的、冷凍で長期保存できる。
- ・やたら漬 この地域ならではの麴を使ったお漬物であることと、身欠ニシンと野菜の旨みが素晴らしく、他地域に誇れる料理だと思います。
- ・ゆうごうと鯨肉のお味噌汁 美味しすぎるからです。
- ・何が郷土料理なのかハッキリ分かりませんが、切りざいや木の芽など山菜が誇れると言うか好きです。細かい理由はありません。美味くて身体にいいと思うからです。
- ・巻き寿司 単純に美味しい。
- ・季節毎の山の恵み。昔から食べてた。季節を感じる。
- ・京漬物 塩分が控えめな気がする。
- ・郷土料理かはわかりませんが蕎麦は様々な味覚のお店があり美味しいしお勧めしたいです。
- ・郷土料理は誇るべきものだと思うが、自分の年代的にそこまで触れ合うことがないので詳しくありません。
- ・具体的に知らないのですが、それぞれの地域の郷土料理は意味があると思うから。
- ・菜飯やきりざい、カラシなますはヘルシーでクセもなく美味しい。
- ・山菜 美味すぎる。
- ・山菜 料理といえるかどうかわかりませんが採れたてを茹でるだけでめっちゃおいしい。
- ・山菜、きのこ、鮎、みゆきますなど、自然のものがこれだけ身近で採れてすぐ食卓に並ぶ地域は少ないと思います。また、ちまきや精進料理など、行事食が良く残っている地域だと思います。
- ・山菜のきんぴら→雪深く、山深いところで採れた山菜や野菜は柔らかく、育ちが良いです。天然の山菜は大ぶりののと香りや歯ざわりが、最高です。

Q16.あなたが思う誇れる郷土料理とその理由を教えてください。つづき3

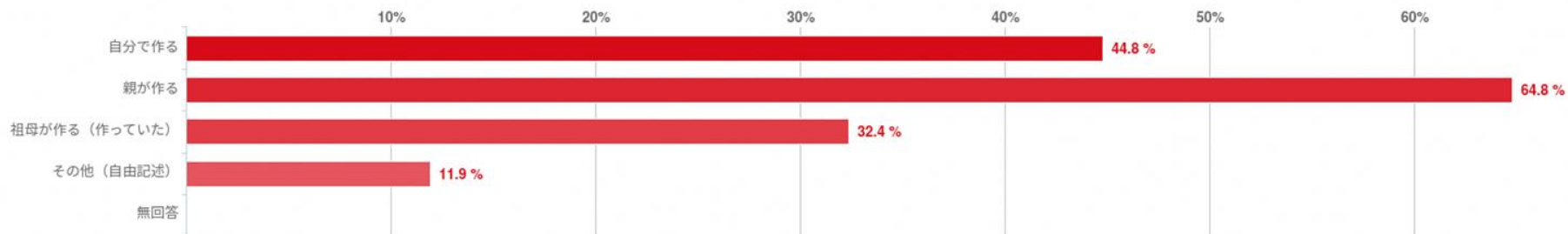
- ・ きっこし漬け 麴と言えやお米と水。南魚沼の誇れる名産です。冬に保存食として麴漬けにされていた文化があり、自然な程よい甘さと塩加減、鯿のコクは昔の人の知恵を感じます。
- ・ 山菜料理 自然が豊かな証拠。
- ・ 山菜料理 地域の味、家庭の味があり、そして春の到来を感じながら地域全体で楽しんでいるところ。
- ・ 山菜料理 長い冬が過ぎ雪が消えると木の芽が出て待ちに待った山菜を取りに行く楽しみは格別です。
- ・ 山菜料理 保存方法が雪国ならではの感じたため。
- ・ 山菜料理 理由:食材として里山で採る、下ごしらえ、調理、保存法などにおいても特色があり、この土地ならではの文化として先人から伝承し続けていることが素晴らしい。
- ・ 山菜料理 料理の種類が豊富。
- ・ 山菜料理、身欠きニシンの山椒漬け。
- ・ 山菜料理や保存発酵食。雪国の風土を反映した、人の知恵が詰まっているから。
- ・ 煮菜 かぐら南蛮みそゼンマイの煮物。
- ・ 煮菜 ごはんにとても合う。
- ・ 煮物は、旨い。
- ・ 車麴の揚げ煮 美味しい！
- ・ 手間暇かけて、美味しく仕上げる最高のおもてなしだと思います。
- ・ 醤油おこわ、ちまき。
- ・ 醤油おこわ 美味しい米がとれる。
- ・ 昔ながらの知恵がつまってる。
- ・ 素材として山菜。
- ・ 同じ味がないから。
- ・ 南魚沼産おにぎり 具は何でも良いが特に、梅干し。
- ・ 貧しい頃の家族の絆。
- ・ 分からないけれどお米がおいしい。
- ・ 保存食 とくに春採れる山菜を塩漬け、乾燥、水煮などにして冬に備える知恵はすばらしい。
- ・ 母の作るゼンマイの炒め煮 これより美味しいゼンマイ食べたことない。山菜保存の技術母の技術は他に出来ない。
- ・ 棒だら 雪閉ざされた地域だからこそその生活の知恵を感じられ、母が作る味が一番と思うから。
- ・ 棒鱈煮、けんちん汁などお祝い事や祭礼、正月など特別な日に提供する料理があるため。
- ・ 木の芽は他の土地では食べられない。雪深いこの土地ならではの。
- ・ 綺麗な場所で作られている。

### Q18.

郷土料理を作る人はどなたですか。(複数回答可)

(回答数: 210)

ここにコメントが入力できます。

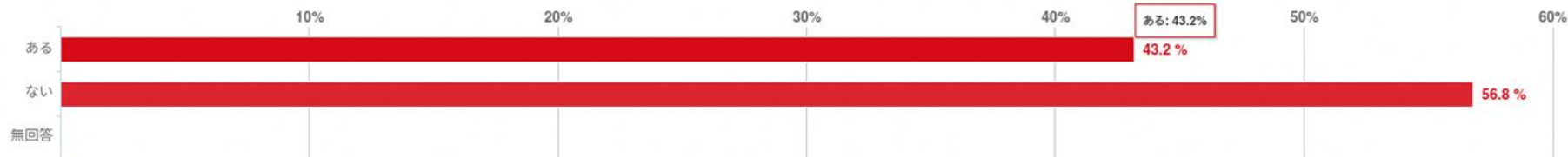


### Q19.

自分で郷土料理を作ってみたいと思うことはありますか。

(回答数: 132)

ここにコメントが入力できます。



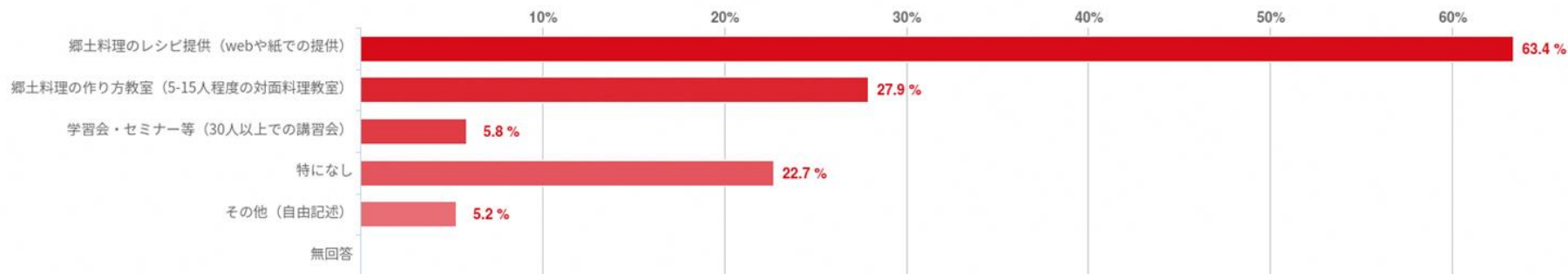


## Q20.

郷土料理を作るにあたり、利用してみたいサービスはありますか。（複数回答可）

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。

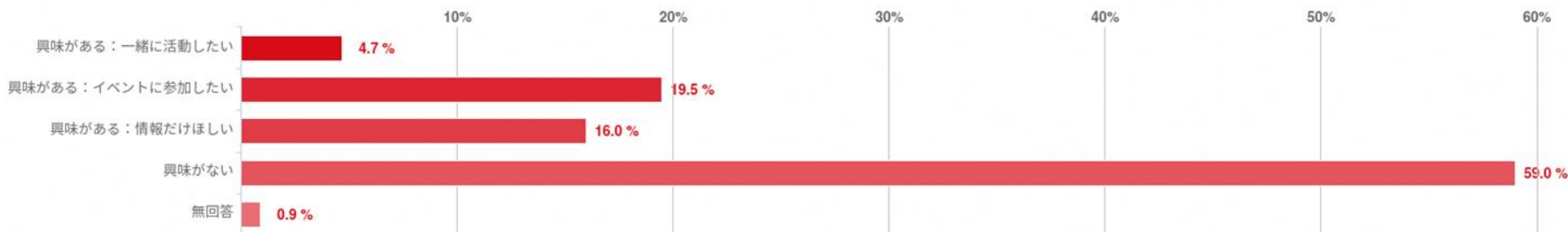


## Q21.

南魚沼食文化研究会に興味がありますか。

(回答数: 344)

ここにコメントが入力できます。



## 【総評】

- ・ 今回のアンケート調査では、回答者の現在の郷土料理への意識調査を行いたかったため、南魚沼地域の郷土料理の定義や料理名について事前に回答者に具体的に示すことは行わなかった。
- ・ 全ての回答者のうち、南魚沼市民の回答者率は80%であった。
- ・ 回答者の男女比に大きな差はなく、回答者の出身地、居住地は共に、六日町地域、塩沢地域、大和地域の順となった。
- ・ **Q9.南魚沼地域の食文化や郷土料理に興味があるものは「興味がある」「どちらかといえば興味がある」を合わせて80%となった。**
- ・ **Q10.南魚沼地域の食文化や郷土料理が好きと答えたものは、「好き」「どちらかといえば好き」を合わせて83.2%となった。**
- ・ 同質問で「嫌い」「どちらかといえば嫌い」と答えた者は0%で、「どちらでもない」と回答した者の理由としては、「郷土料理が何かわからない。」という趣旨の回答が多く見られた。
- ・ 同質問で好きな理由の自由記述には、米、酒、地域、山などが共通名詞として多く見られた。
- ・ **Q12.郷土料理を食べる頻度**については、日常的に食べる他、定期的に食べる者が多く、ほとんど食べないについては13.1%となった。8割ほどの者がなんらかの形で郷土料理を口にする機会がある。
- ・ **Q13.南魚沼地域の「郷土料理」と聞いて思い浮かぶ料理はありますか**については、8割程の者が「ある」と答えたが、2割の者は郷土料理を意識できていない。
- ・ **Q14.南魚沼地域の「郷土料理」と聞いて思い浮かぶ料理**としては、「きりざい」が他の4倍以上の回答結果と圧倒的に多く年代によって具体的に思い浮かぶ郷土料理の認識が異なっていた。
- ・ **Q15.南魚沼地域の郷土料理の中で他の地域に誇れるものがあるか**の質問については、「ある」と答えた者が62.2%、「南魚沼地域の食文化や郷土料理が好き」「どちらかといえば好き」を合わせた回答率（83.2%）と比べ、「郷土料理を誇れる」と回答した者は21%少なかった。
- ・ **Q16.誇れる郷土料理**としては「きりざい」「山菜」「ちまき」の順となった。
- ・ **Q17.家族で誰かしらが郷土料理を作るとはありますか**の問いには、61.0%の者が「ある」と答え、38.4%の者は家庭の中に郷土料理はないと感じてる。
- ・ **Q18.郷土料理を作る人**については、半数以上の者が母と答え、次いで自分、祖母の順となっている。
- ・ **Q19.自分で郷土料理を作りたいですか**の問いには「はい」が43.2%、「ない」が56.8%と半数以上を占めた。
- ・ **Q20.郷土料理を作る**にあたり、利用したいサービスは、郷土料理のレシピ集、料理講習会、特になしの順となった。
- ・ **Q21.南魚沼食文化研究会の活動に興味がある**と答えた者は合わせて40.2%となり、人数としては138名となった。

## 【所感】

- ・南魚沼市民は食文化や郷土料理について関心が高く、肯定的に受け取っている。
- ・南魚沼市の郷土料理を自分自身は良いものと感じているが、他者に誇れるかという問いにはやや消極的。
- ・郷土料理が好きな理由には、「おいしいから」「食べ慣れているから」など、味覚の記憶によるものが多く、一方で「米」「山」などの名詞も多く見られ、自然の中で育まれている食文化に魅力を感じているものが多いように感じた。
- ・家庭で郷土料理を食べる機会は半数以上の者があり、家庭内での郷土料理の味の伝承は比較的行われていると感じる。
- ・郷土料理を作ってみたいかの問いは、作ってみたい者の比率が半数以下のように取れるが、アンケート回答者の男女差の比率を考慮すると、料理を作る頻度が高い者のうち、8割以上は「作ってみたいと感じている」とも取ることができる。
- ・10代、20代の回答では、思い浮かぶ郷土料理として多くの者が「きりざい」と回答していた。これは家庭内での伝承と共に、給食やきりざいDE愛隊の活動により、郷土料理として認識する機会が多いことが影響していると考えられる。
- ・全体的に自由記述の回答では、郷土料理名の他に、米や酒などの地域の特産品を挙げるものも多く、個人によって「郷土料理」の定義にバラツキがあることを感じた。
- ・自由記述の内容を個別に見ると、市外出身者の回答は南魚沼市の郷土料理を深く理解し、郷土料理への熱量が高いように感じる。
- ・郷土料理を好きな理由や誇れる理由の中には、先人の知恵の注目し、それをこれからも伝えていきたいと感じている者も少なくない。

## 【郷土料理への関心度を高めるための道筋】

- ・Q14.への圧倒的な「きりざい」の回答から、教育などの社会介入によって郷土料理の認識が影響されると言え、郷土料理の誇れる理由を具体的に示し、情報提供を行ったり、情報に触れる機会を増やすことで南魚沼の郷土料理を誇れる者が増えることが予想される。
- ・郷土料理への回答が肯定的ではない者の回答の理由には「郷土料理が何かわからない」といった趣旨の回答が多く、情報を提供することで、普段気になって食べている料理が郷土料理だったと認識する、あるいは郷土料理と呼ばれる料理に触れる機会を増やすことでその存在を認識し、「好き」あるいは「どちらかといえば好き」のポイントが増える可能性も感じられる。
- ・郷土料理を食べる頻度や作ってみたいかなどの設問については、郷土料理の定義が曖昧だったため、回答に迷いが見られた。郷土料理が何を示しているのか提示することで肯定的な回答が増えた可能性も感じられる。
- ・市外での居住経験がない者は、この地域の食文化が当たり前となっており、何が郷土料理なのか認識しにくい者もいる。
- ・他地域との食文化の違いを示し、南魚沼市の郷土料理をPRする機会を増やすことで、誇れるものだと認識できる者が増える。
- ・南魚沼市の郷土料理がどのようなものなのか知識を深めることでより愛着が湧き、市民1人1人がPRできるようになり、地域発信の観光コンテンツとできることが想像される。
- ・郷土料理を好きな理由が「おいしい」だけでなく、文化的な側面からの理由を答えられる者が増えると外部へのPRがしやすくなる。

### 【今後の行っていくべき施策】

- ・郷土料理の定義づけ
- ・郷土料理に関心を持つ者の増加
- ・郷土料理名の認識、露出の増加
- ・市民の積極的な関わりの機会の創出
- ・これらを教育する機会の創出
- ・講師の開拓
- ・定期的なアンケート調査による定点観測、振り返り

### 【具体的な方法】

- ・郷土料理教室の開催
- ・実際に郷土料理を食べる機会の創出（例：中里村「食の文化祭」）
- ・料理教室以外の場面でのレシピ提供
- ・郷土料理についての定期的なセミナーの開催
- ・料理を作る、食べる以外の多方面から関わられるような仕組みを作る
- ・市民セミナーや郷土料理検定の実施を行い、知識の面からのサポートを行う
- ・肯定意見を持つものの、キーワードから郷土料理は自然環境との親和性が高いと捉え、アウトドア方面と連携して、料理を作ることに興味がない者へのアプローチを行う
- ・SNSなどを通じた無料コンテンツの作成
- ・学校等への出前授業
- ・南魚沼市各課に渡る横断的な連携
- ・JAみなみ魚沼、食生活改善推進委員等、各機関との連携

以上の施策を計画、実行することで、市民の食文化や郷土料理への意識を高め、今後の南魚沼市の食文化の保存、繁栄が活性化され、さらにそれが観光コンテンツとなり、南魚沼市のさらなる活性化に繋がると考えられます。