



## 令和3年度 夏越ごはんの普及・定着活動のご報告

公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構

公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構(以下、米穀機構)では、一年の前半の罪や穢れを祓い、残り半年間の無病息災を願う神事として、古来より全国の神社で行われている「夏越の祓(なごしのはらえ)」に合わせ、新たな行事食として「夏越ごはん(なごしごはん)」を提唱しております。

令和3年度は、例年よりもおうち時間が長くなっていることから、ご家庭で作る「夏越ごはん」として、米穀機構の公式サイトで3種のレシピを紹介したほか、管理栄養士にもオリジナルレシピを考案いただきました。また、本年もスーパーや百貨店、社員食堂に加え、新たにデリバリー等でも「夏越ごはん」が提供されました。神社においては118社に協力をいただき、夏越ごはんのリーフレットを配布いたしました。また、「夏越の祓」のポスターを制作し希望する神社に配布しました。動画「夏越ごはんの唄」においては、東京メトロ車内「Tokyo Metro Vision」、YouTube・イオンの売場でも放映し、多くの方々に「夏越ごはん」を知っていただき、食べていただくきっかけとなりました。

### ■ バリエーション豊富な「夏越ごはん」動画を展開、その他管理栄養士が夏越ごはんを考案

ご家庭で作る「夏越ごはん」として、米穀機構の公式サイトに計3種の「夏越ごはん」の作り方を動画で紹介する他、管理栄養士が考案した、雑穀ごはんと旬の野菜を効率よく一緒に摂れるオリジナル「夏越ごはん」がWebに掲載されました。



夏野菜かき揚げ夏越ごはん



だしかけ夏越ごはん



セビーチェ風夏越ごはん



管理栄養士オリジナル  
「ガパオ風夏越ごはん」

### ■ スーパーや百貨店、社員食堂、デリバリー、給食でも「夏越ごはん」を提供

昨年に引き続き、飲食店や百貨店、スーパーマーケット、社員食堂での展開のほか、コロナ禍で外出を控える傾向が高まり、デリバリーの需要が増えたことから、今年は新たに都内の飲食店5店で「夏越ごはん」のデリバリーが展開されました。その他、小中学校や市役所の給食で「夏越ごはん」のメニュー展開が確認できております。



グリーンハウス



湯花楽



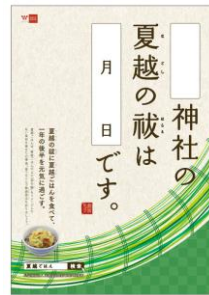
目黒区立宮前小学校  
6月30日の給食

## ■ 神社 118 社が協力！「夏越の祓」のポスターも掲出

都内の神社において「夏越ごはん」のポスターの掲出のほか、「夏越の祓」のご参拝時に「夏越ごはん」を紹介したリーフレット、雑穀米を配布していただきました。協力いただく神社は年々増えており、今年は、これまでに最も多い 118 社になりました。



雑穀米・リーフレット



ポスター

## ■ 首都圏エリアの車両内・YouTube で「夏越ごはんの唄」の動画を放映

動画「夏越ごはんの唄」を令和3年 6 月 21(月)～27 日(日)の間、東京メトロ車内「Tokyo Metro Vision」のほか、丸ノ内線 6 駅(東京、銀座、赤坂見附、新宿三丁目、新宿、中野坂上)の構内 Metro Station Vision (MSV)、東京都内19駅(表参道、溜池山王、新宿、赤坂見附、本郷三丁目、後樂園、恵比寿、六本木、飯田橋、明治神宮前(原宿)、日比谷、新御茶ノ水、綾瀬、有楽町、水天宮前、押上、永田町、新宿三丁目、池袋)の Metro Wall Vision (MWV) でも放映しました。

その他、YouTube 動画・イオンの惣菜売り場においても、『夏越ごはんの唄』の動画を放映しました。



Metro Station Vision (MSV)



Tokyo Metro Vision