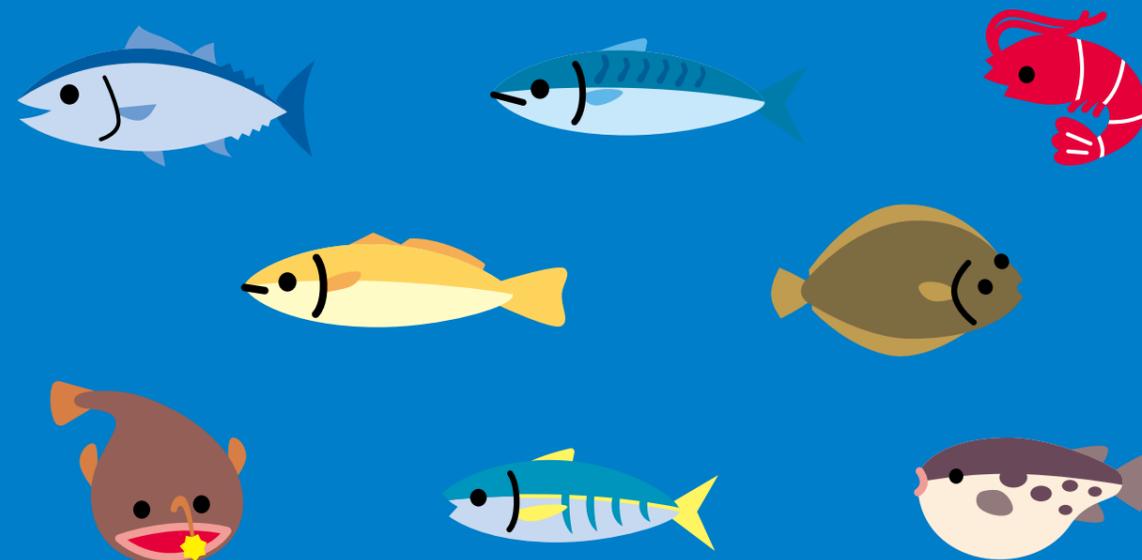


一般社団法人大日本水産会  
魚食普及推進センター

# 東京湾大感謝祭 2020 オンライン料理教室実施報告書

江戸前ブランド育成PT [(一財)東京水産振興会・(一社)大日本水産会]



一般社団法人大日本水産会  
魚食普及推進センター

# 東京湾大感謝祭 2020

## オンライン料理教室実施報告書

江戸前ブランド育成PT [(一財)東京水産振興会・(一社)大日本水産会]

### 江戸前の変遷



江戸時代



1953年～



現在

一般社団法人大日本水産会  
魚食普及推進センター

## はじめに

魚のさばき方は複雑に思えますが、基本は一緒です。全魚種に共通している魚のさばき方のコツをまとめた動画を作り、500家庭に鮮魚ボックスを送付して、自由に料理してもらいました。

たった一日で、「魚をさばける！」人の割合は、実施前24%が実施後92%に（アジ程度なら99%）！

従来の料理教室では、自信がないと手をとめて助けを待ったり、時間制限のために講師がお手伝いをして作業をスキップしてしまう場合もありますが、自宅で助っ人がいない場合は自分がさばくしかありません。

逃げ場のない自宅でのオンライン料理教室を経験した参加者は、「魚さばきは簡単！」、「やればできる！」ことが実感できたようです。

初の試みなので、実施者、参加者の参考となるよう、申し込みから実施後の感想までをまとめました。水産業界が元気になり、オイシイ魚を消費者が末永く食べられるための一つの例として参考にさせていただきますと幸いです。

全国どこでも動画を見て、市場、鮮魚店、スーパーで魚を購入してさばけば、ほとんどの人が魚をさばけるようになります。

みんなで群れになって、楽しい水産の世界へ泳ぎ出しましょう！



開催日 2020年10月24日（土）

募集 インターネット上にて参加希望者を500名募集

内容 参加希望者の自宅に江戸前の鮮魚をお届けして、動画でさばき方と江戸前について勉強  
鮮魚を使った料理は自由

## 送った鮮魚ボックス（計約5kg）

（入っている魚はマダイ、イナダ、スズキ、サバ、ホンビノスガイ）



はじめに ..... 2

概要 ..... 3

**東京湾大感謝祭2020 オンライン料理教室実施報告** ..... 5

1. 教室開催にあたって ..... 6

    教室開催にあたって ..... 6

    1 申し込み～鮮魚送付までの流れ ..... 7

    2 気持ちを一つに！ 実施日前日のメール (10月23日送信) ..... 7

    3 参加希望者について (応募：735名) ..... 7

    事前アンケート回答結果 ..... 8

2. 実施後の手応え ..... 12

    参加者事後アンケート結果 ..... 12

3. 調理について ..... 16

    1 スズキで何を作りましたか？ ..... 16

    2 タイで何を作りましたか？ ..... 17

    3 イナダで何を作りましたか？ ..... 18

    4 サバで何を作りましたか？ ..... 19

    5 ホンビノスで何を作りましたか？ ..... 20

    6 みんなの料理まとめ ..... 20

4. 終了後、参加希望者に欲しい魚をアンケート ..... 22

5. オンライン料理教室で使用した動画について ..... 23

6. 参加者から寄せられた「あなたが知っている、もっと便利なコツ！」 ..... 24

7. オンライン料理教室の感想 ..... 25

    1 改善点について ..... 25

    2 今後の開催について ..... 27

    3 そのほか言いたいこと、伝えたいこと ..... 29

        ◆ SNSでも盛り上がった #東京湾大感謝祭 ..... 31

        ◆ ありが鯛！ 感謝の言葉を直接メール ..... 33

**「東京湾」「江戸前」について** ..... 35

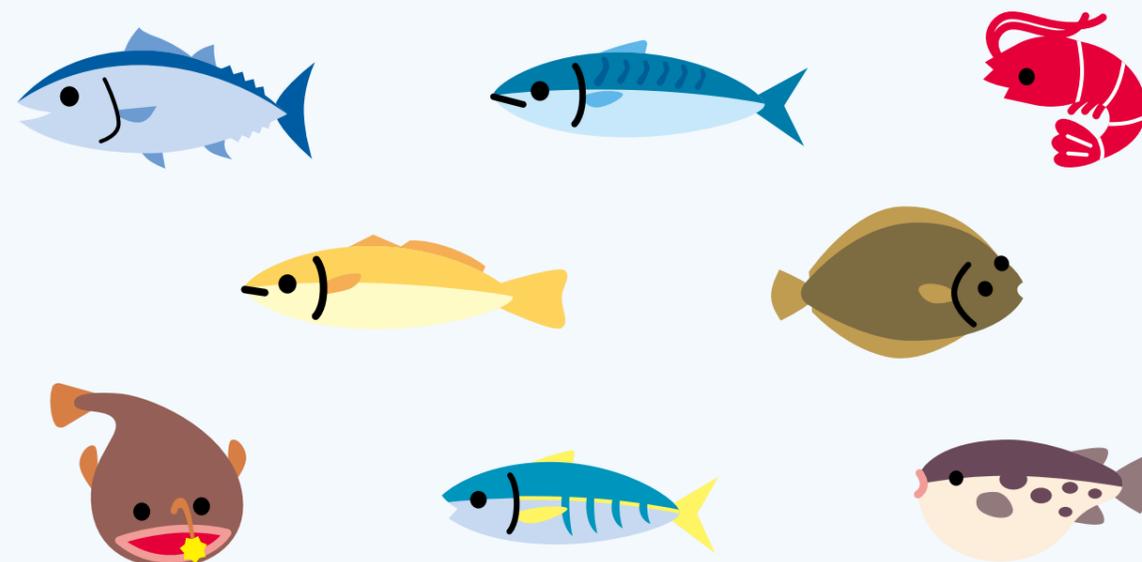
1. 「東京湾」「江戸前」とは？ ..... 36

2. 「東京湾」「江戸前」に関するアンケート結果について (事前アンケートより) ..... 37

3. 最近魚を買いましたか？ その中に「江戸前」の魚はいましたか？ ..... 46

おわりに ..... 47

# 東京湾大感謝祭2020 オンライン料理教室実施報告



# 1. 教室開催にあたって



## 教室開催にあたって

東京湾の海の恵みに感謝する「東京湾大感謝祭」は毎年10月に横浜赤レンガ倉庫・広場及び周辺海上にて開催されていましたが、2020年は、新型コロナウイルスの感染拡大防止と参加者の安全・健康を守るため、オンラインでの開催となり、大会名称も「オンライン東京湾大感謝祭2020」となりました。

江戸前ブランドを向上させ、魚食普及を行う東京湾再生官民連携フォーラム「江戸前ブランド育成PT(プロジェクトチーム)」は、オンラインでの活動を模索・検討する中で、コロナ禍で自宅滞在時間が長くなっていることと、市場などで魚類の消費が鈍っていることを踏まえて、江戸前の海の幸を知らしめ、魚をさばく知識を一般消費者に身につけてもらいたいと考えました。

予 算：水産庁水産物販売促進緊急対策事業

事 務 局：江戸前ブランド育成PT、(一財)東京水産振興会、(一社)大日本水産会魚食普及推進センター

動 画 作 成：魚食普及団体のアクアカルチャーと関係者

鮮魚の発送：株式会社フーディソン(集荷機能のある大田市場内にあり、一般消費者への個別配送も可能)



オンライン東京湾大感謝祭2020ホームページ

### ポイント① 助けが来ない

一般的な料理教室では2～3時間で数種の料理を作ります。講師は進捗を優先し、手間どっている参加者を手伝いますが、逆にそれが「甘え」や「やってくれるだろう」という気持ちにつながり、講師の助けを待つ参加者も発生します。

助けが来ない分、結果としては魚をさばける人が多くなりました。

### ポイント② 魚種未定、メニュー未定

鮮魚は海の状況によってとれる量や値段も変わるため、鮮魚の種類は届くまでの楽しみにしてもらい、事務局は動画で「どんな魚が届いてもさばけるコツ」を伝えることで、小さな魚、大きな魚、長物などがさばける土台を作り出しました。魚種が決まらないため、料理教室の根本であるレシピも決められず、参加する方の自宅にある、もしくは前日に連絡した魚種に合わせて買い足す形で参加者それぞれにお任せすることにしました。

結果として、気分によって好みの料理にアレンジできたという好意的な意見が多かったことは意外でした。

### ポイント③ 録画済みの動画の利用

オンタイムでの配信を検討しましたが、つなぎの時間や相手が見えないことから時間配分などが難しいと断念。魚介類の到着遅延や、事前にレベルに応じた入念な準備が可能な録画済みの動画を選択しました。

### ポイント④ フォームによる申し込み、メールによる機械的な連絡方法

500名対象のため、FAXなどでの対応は難しく、フォーム入力データを活用し、メールで一斉送信して連絡しました。

参加者～事務局間のメールが排除されていないかの確認を行わないと、①鮮魚が不在時に突然届く、②終了後のアンケートが得られない等のトラブルが予想できたため、双方のメール連絡が可能か確認も行ったうえで、500名を選びました。

## 1 申し込み～鮮魚送付までの流れ

**募集開始 9月19日** 参加希望者はアンケートと住所をフォームに入力。2週間以内に事務局から各々にメール連絡、参加者はメールが確認でき次第返信。事務局は返信があった人を参加可能と判断して順次連絡。

### 募集内容

- ・魚食普及推進センターメルマガ、団体関係者、水産系新聞、豊洲付近の情報サイト「とよすと」等で公募
- ・動画を確認でき、10月24日(土)午前中指定便の鮮魚ボックス受け取りとその後の調理が可能な人
- ・参加希望者735組(1666名)→500組(1159名)を抽選

### 目的

- ・鮮魚をさばける人を増加させる
- ・江戸前ブランドの向上

**最終確認連絡 (10月19日)** 事務局から当選者に魚が届く前に見る動画のアドレスの連絡と最終確認メールを送付。キャンセル申し込み連絡は10月18日まで受け付け。キャンセルは5件(1%)と非常に少ない印象。

10月23日に発送。発送魚種(スズキ、マダイ、イナダ、サバ、ホンビノスガイ)はメールで連絡をして10月24日午前中指定で鮮魚ボックスを当選者に発送。

## 2 気持ちを一つに！実施日前日のメール(10月23日送信)

お待たせしました！「江戸前ブランド育成PT」による東京湾大感謝祭オンライン料理教室の鮮魚が決まりました。大田市場の(株)フーディソンさんが仕立てた素敵な魚を、24日午前中に佐川さんお届け！500世帯1159名が仲間ですよ！

「江戸前・東京湾のめぐみ」として、スズキ、イナダ(ブリの子供)、サバ、ホンビノスガイ。そして要望が多かったマダイ(愛媛県養殖)をお届けします。届くまでにサバいた後のレシピを考えながら、動画で予習しておいてくださいね。

タチウオなども検討しましたが、時化で魚がまとまって獲れず、さらに給料日の金曜日なので相場が高めで……。タチウオなどに興味がある方は、近くのお魚屋さんやスーパーでチャレンジしてくださいね。

鮮魚が届いたら、各自のペースで進めてください。心の準備と段取りをイメージするために、事前に動画をチェックしておくことをおすすめしますよ！

なお、十分冷やしながらさばけば、生食も可能な魚もあります。同封の納品書に書かれていますが、腕に自信のない方は、今回は加熱調理をお勧めします。

特にサバにはご注意ください。シメサバは冷凍してから食べるのが安全です。その理由が「ワカラナイ！」という方は、サバのお刺身はまだ早いです。別の機会に情報発信していきますので少しずつ腕を上げましょう。

それでは、健闘ウオ祈る！

※ クレームにつながりなくするため、「お客様としてではなく、友人への語りかけ」をイメージした言葉遣いでメール連絡しました。  
「社内メールでもないのに不快だ」というお叱りの意見もありました……。



出荷風景

## 3 参加希望者について(応募：735名)

「とよすと」で情報を得た人が多く、豊洲エリアの住民が多く参加したことが伺えます。また、参加規模は、家族での参加希望者が8割を占めました。

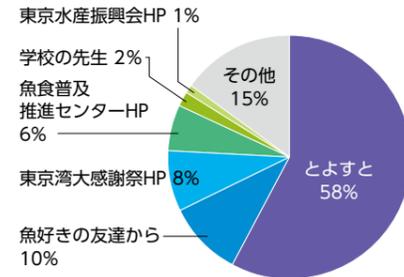
※ 申込時のトラブル：参加申し込み後に「当日不在になる」と連絡があり、キャンセル扱いにしたところ、憤慨されて消費者センターに連絡した事例がありました。時間に追われていたために、ソフト面での対応ができませんでしたが、「●月●日までに連絡いただければ住所変更も可能」という対応もできたかもしれません。しかしながら、「転売」などの可能性や、公平性を考えると、申し込み時点の住所での申し込み以外は認めないという判断でも仕方なかったとも感じます。

申し込み段階でのトラブルはその1件ですが、対応には気をつけなければならないと感じました。

## 事前アンケート回答結果

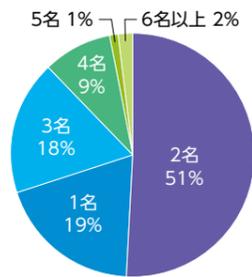
### ①どこからこのページを知りましたか

東京都江東区豊洲エリアを中心とした情報を発信している地域メディア「とよすと」に、9月24日付けでアップされた記事を見て応募した人が約6割を占めました。「とよすと」さんは、豊洲市場に近いこともあり、ご厚意で魚の食育プログラムの情報発信にご協力いただきました。



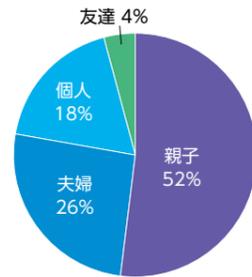
### ②参加する人数

「2名」の回答が半数を占め、2名以上での参加予定者が8割となりました。



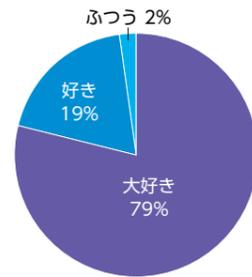
### ③どんなグループですか？

「親子」の回答が半数を占め、「夫婦」の回答も含めると家族での参加が約8割となりました。



### ④魚介類は好きですか？

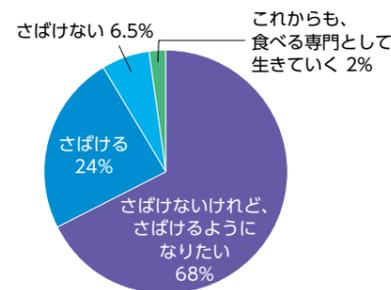
約8割が「大好き」と回答、「好き」も含めると、参加希望者の9割以上が魚好きであることがわかります。



### ⑤魚をさばけますか？

約7割が「さばけないけれど、さばけるようになりたい」と回答。「さばけない」などと回答した人を含めると、参加希望者のおよそ76%が、応募時に魚をさばけないことがわかります。

※75%がさばけない。そのうち9割は、「さばけるようになりたい」という前向きな参加者であり、チャンスがあれば魚をさばきたい人が多いようでした。



### ⑥希望やアンケートに関する感想などご自由にどうぞ

「どんな魚が届くか楽しみ」、「どんな味がするか楽しみ」、「家族みんなで楽しみたい」などの「ワクワク」系、「さばけるようになりたい」、「挑戦してみたい」、「江戸前についてよく知りたい」などの「向上心」系などがほとんどを占め、子どもや家族といっしょに挑戦して楽しみたいという声も多数ありました。

※参加者は動画からの情報が頼りなので、事前アンケートの声を極力反映するように心がけました。「江戸前」、「東京湾」について聞いたアンケート回答の中で、「東京湾≒汚染」というイメージがあり心配」という声も多数見られたため、それについては、「にごりと汚染は違う」という説明を、動画（『東京ワンダー 江戸前の恵み』）に盛り込むこととして、日本全体で重金属などが減少しているから、東京湾の魚が安全であることも伝わる内容を動画に盛り込みました。

### 【ワクワク系】

- 魚は以前からさばけるようになりたく、ちょうど先週、教わりながらアジをさばき、アジフライを作って食べました。魚料理をもっとやってみたくて思っていた中でのこのような機会、企画にとってもわくわくして応募させて頂きました。是非、魚料理を江戸前の魚を料理して食べたいです！！
- 家族全員お魚は大好きです。豊洲界隈に住んでいるので地の利を生かし魚料理をもっと楽しみたいと思っていたのでごく嬉しい企画です。包丁を用意し、お魚を捌く教室にも通おうと思っています。ホームパーティやアウトドアでお魚料理にもっとたくさん挑戦したいと思っています。
- グループの選択肢を夫婦で選択致しましたが、2人とも女性（パートナーです）の世帯です。家事は得意なことをそれぞれ分担していて、私は料理担当です。彼女がお魚大好きなのですが、私が調理する自信がなく生魚を買う勇気がなかなか出ず、魚を食べるとしても、いつもレトルトや刺身ばかりで、いつか調理できるようになりたい！と思っていました。選外だったとしても調理法は勉強したいです…！
- 夫が魚のさばき方教室があれば、魚をさばく！というので、対面の教室を探していたところ、こちらに行き着きました。オンラインではありますが、夫にぜひさせてほしいのと、面白そうな企画でしたので応募してみました。正直、江戸前＝高級くらしいかイメージがなく江戸前の魚は無縁でしたので、食べられるチャンスがあれば幸いです。

### 【向上心】

- 魚は育ち盛りの3歳と5歳の子どもたちに一番食べて欲しい食材です。出来るだけ生き物をいただくということの大切さを知ったり、素材に興味を持って欲しいので、まるごとのイカを買って内臓を取り出すところを手伝ってもらったりしています。魚を捌くのは習ったことがないので見よう見まねでアジを手開きで南蛮漬けなどは作りますが、普段は切り身を探してしまいます。今回、オンラインで習えるチャンスと知り、これを機に魚に対して苦手意識をなくして1匹をドーンと買ってみたいです。
- 今住んでいるところでは新鮮な魚以前に、丸ごとを購入することもなかなか難しいです。ぜひこの機会に東京湾の魚を深く知りながら、魚を捌くスキルを上達させたいです。
- どうしても切り身や刺盛りになっているものを買ってしまいがちなので、さばけるようになって子供達に魚の形が分かるものを見せてあげたいと思います。
- 僕は小学校の4年生です。今年の自由研究は魚のえらと食べ物と活動性についてまとめました。現在、来年の自由研究にむけて耳石集めをしています。そのため魚を自分でさばきたいので、ぜひ参加したいです。

### 【これを機会に】

- 自分で捌く際に動画を撮影し、これから捌けるようになったときの比較として残そうと思います。問題がなければYouTubeなどのプラットフォームにも投稿し、記録したいと思います。
- 緊急事態宣言中に子供と一緒に鰻を捌いて食べてから、魚を捌いて食べる美味しさにハマりました。なぜ今までやらなかったのだと反省。子供は体の仕組みにも興味を持ち、内臓を取り出して観察し、捌いた魚の水晶体を集めています。昨日は鯛を捌き、骨の硬さに悪戦苦闘しましたが、とても美味しいアクアパッツアができました。インターネットで魚の体の仕組みや魚に関するイベントを探して、このイベントを知りました。まだ鰻と鯛、イカしか捌いた事はなく、下手なのですが、もっとやりたいので道具も揃えるつもりです。

- 妊娠をきっかけに魚を食べることの重要さに気づき、食事に取り入れるようになりました。(産科で栄養指導を受けた)以前は月1~2回お寿司屋さんに行くくらいでしたが、現在は週の半分は何かしらの海鮮を食べるようにしています。母乳で赤ちゃんを育てているので、DHAなどが豊富な青魚を中心に、干物やお刺身、サバ缶で取り入れています。最近マンネリ化してたまに家族から不満が出るので、今までトライしていなかった新たな魚にも挑戦したいと思い、「魚を捌けるようになりたいっ!」と日々思っていたところです! ちなみに冷蔵庫、冷凍庫には充分空きがあります(笑)。
- 東雲に越してきて、東京湾がぐっと身近に感じています。でも豊洲市場に足を運ぶも、まだまだ隔たりがあるように感じています。魚焼きグリルも使ったことがありません。魚は大好きなのに、もったいない! この環境をもっと活かして、江戸前のお魚をたくさん食べられるようになりたいと思いました。また、生後6ヶ月の我が子が最近離乳食がはじまり、タンパク質としてお魚のすり潰しをあげています。初めての味に見たことのない顔をしながらも、お魚を美味しそうにゴックンする姿を見て、成長したら市場のたくさんの水産物を食べさせてあげたいなーと思っています。

### 【子どもと】

- 生き物の命を無駄なく美味しく頂くための魚の捌き方を子供達にも体験してもらいたい。実際に魚を捌くことで、「頂きます」とは何かを感じ取ってもらえればと思います。また、お店では切り身を買ってくるため出刃包丁や刺身包丁の出番が最近ないので、活躍させたいです。
- 子供達にこの取り組みを話したら、魚を捌けるのはカッコいいので、お父さんと一緒にチャレンジしたいと頼もしい返事がありました。どうかよろしく願いいたします!
- 小2の子供がお魚を食べるのが苦手で、ほぼ食べませんが、見るのは大好きです。魚についても図鑑で調べたり、魚売り場でまるまるのお魚を見るのがとても好きです。私は魚を捌いたりしたことがないので、今回、一緒に調理してぜひ食べてもらいたいと思っています。よろしく願いします。
- 楽しみ! 小さい魚は下ろしたことがありますが、大きい魚は機会がなかったので当選したら娘たちと頑張ります。
- 子どもが小学生になったらおさかなミュージアムの食育講座に申し込みたいと思っている中、リニューアルで閉館で訪問できず寂しい思いをしており、今回のオンラインセミナーはとても嬉しかったです。自粛を機に魚を捌けるようになった夫と、築地の美味しいお魚のお陰でお魚大好きになった息子たちと参加を楽しみにしています!
- 親がさばくので、私は魚をさばけませんが人生一度くらいはさばいてみたい気持ちもあります。そんな私にも出来るなら、小学生の娘とやってみたいです。今回の話を子供にしたところやる気満々。準備をしておけば子供と共に良い体験ができそうです。コロナで外出が難しいのでお家で家族で美味しく魚を頂けるのを楽しみにしています。
- 小4の息子が大の魚好きで、色々な魚をたくさん食べたがりですが、母であるわたしが魚を捌くのがうまく出来ず困っていました。これを機に色々捌けるようになりたいです! また、息子は魚の内臓の知識も得たいと意気込んでおります。

### 【江戸前愛】

- 豊洲に住んでいるので、豊洲の評判をあげる取り組み、魚を身近に感じる取り組み有難いです。海外にも自慢できる清潔で新鮮な魚。日本人の私はなかなかさばく機会もなく…是非挑戦させて下さい!

- 東京に住んでいた頃に江戸前寿司の会社に勤めており、その頃は江戸前という響きが好きでしたし、歴史も感じていました。上手にブランディングして、江戸前・東京湾のお魚を広めていただきたいです。ご活動応援しています!

### 【質問】

- 魚の量はどのくらい?
- オンライン料理教室ですが、オンデマンドではなく、リアルタイムとの理解で相違無いでしょうか?
- お刺身でも食べられるのでしょうか?お刺身でも良い鮮度であれば、明記をして頂ければ幸いです!
- 道具を見ると、包丁は使わないんでしょうか?

※お刺身は、「鮮度」と「アニサキス」の2つの要素をしっかり理解して、1尾1尾判断が必要なので、今回はあえて説明していません。

### 【希望】

- スズキ以外でお願い。
- 捌きやすい魚がいいです。穴子は苦心しました。
- 貝類があると嬉しいです。
- 必要な調味料を事前に確認したい。
- 東京湾でどんな魚が採れるのか、種類と時期の年間カレンダーの様な物があれば親しみが増すように思います。
- 改めて東京湾へのイメージ、実在の光景、現在を知りたくなりました。

### 【感想】

- 江戸前水産物に対する愛が伝わってきてアンケートに回答するのが楽しかったです。
- 質問の仕方など、アンケートのつくり自体が良くできていたと思いました。
- こういう催しは地元住民として、とても嬉しいです。
- コロナの大変な時期の新しい普及活動にも興味があります。頑張ってください!
- 企画自体が面白いので、今後も参加したい。

### 【意見】

- まず、東京湾がどこまでかわからない。釣りや潮干狩り、アウトドア全般が好きだし、船橋市場も行くし、自分では詳しいと思っています。でも、東京湾の魚を選んで食べようとはしてません。だから、逆に興味があります。もっともっと、東京湾の魅力を発信して欲しいです。
- 東京湾の魚は高級だと思う。漁業関係業界がさらに盛り上がり、身近な魚を身近に食べられるようにしてほしい。
- 東京湾の魚は汚染されているイメージがあるが、身近な東京湾の魚も安心して食せる様、環境改善して欲しい。
- オンラインで買った時にお魚のおろし方などのサイトにすぐにアクセスできると、もっと気軽に購入できると思う。
- 豊洲界隈で鮮魚小売店が増えてほしい。市場見学した帰りに地魚買えば、東京湾の魚も徐々に浸透していきそう。
- 正直東京湾の魚って大丈夫だろうか?と思う。近所で釣ってもリリースして帰ります。偏見だとは思いますが。
- 日本は海に囲まれ豊かな資源が身近にあるのに、輸入に頼ることに不安を感じる。江戸前の魚なら近くて旨い、環境負荷も少ないのでは?首都圏の食卓を支える未来に期待してます。

(以上アンケート回答より抜粋)

## 2. 実施後の手応え

参加希望者735組(1666名)の中から、500世帯(1159名)が参加しました。さばける人の割合は実施前が24%でしたが、実施後にはアジ程度なら99%が、1kg以上の魚でも94%の人がさばけると答えました。満足度、そして目標達成度(「魚をさばけるようになりたい」)が非常に高い教室となりました。

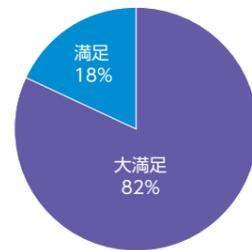
※アンケート回答件数は370件で、返答率は74%。通常3割から5割が回答してくれば御の字ですが、この数字から参加したみなさんのモチベーションが高かったことがわかります。

ただ順風満帆とはいかず、参加申し込みや配送に関するコミュニケーション不足、納品物の不備などもあり、今後の反省点、課題となりましたが、SNSにアップされた写真やコメント、メールで送られてきた感想や写真、報告まとめなどを見ていると、タイトなスケジュールの中では苦勞もありましたが、事務局一同、開催して良かったと感じました。

### 参加者事後アンケート結果(回答:370件)

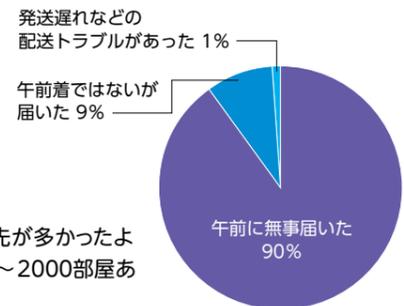
#### ① 今回の料理?教室?はいかがでしたか?

※回答者全員が「大満足」「満足」と回答。特に「大満足」が8割以上という、初の試みとしては最高の結果となったのではないのでしょうか?



#### ② おさかなは無事に届きましたか?

※回答者の約8割のお宅には無事、10月24日の午前中に届きましたが、1割には、荷物の到着が少し遅れたり、何らかの配送トラブルが発生した模様です。500か所に伝票番号を連絡できないため、当日メール連絡がある方のみ返事をしていましたが、13時以降になっても届かない場合の受付電話が必要だったことは反省点です。



#### 〈配送トラブルの内容〉

##### ●到着時間の遅れ

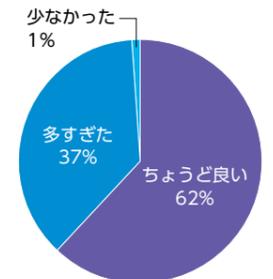
- ・12時に届かず、問い合わせたら13時に届いた。
- ・マンションのためオートロックは12時少し前に解除しましたが、マンション内で配達先が多かったようで実際に到着したのは45分後でした。配達員の方ありがとうございました。(500~2000部屋あるタワーマンションもあるため)
- ・家で待っていたのですが不在表が入っていました。14時には家に届きました。
- ・16時過ぎに届いた。
- ・到着が17時になってしまい、予定が大幅に狂ってしまった。
- ・午後6時着でしたが無事届きました。
- ・日曜日のお昼に届いた(1日遅れ)。

##### ●発送業者によるミス

- ・届かなかったので近くの佐川に電話して確認したところドライバーのミスで配達を忘れており、すぐメールで対応いただきました。
- ・13時30分に届きました。私は気にしてなかったんですが、佐川急便さんが、謝られてました。サンタクロースさんのようでしたよ。
- ・午前中には届かず、その後、冷蔵の商品なのに発泡スチロールをそのまま台車に乗せて配達に来たが、中身の品質には問題なかった。
- ・住所の部屋番号が違って送り主に返送され電話問合せして当日夜に届いた(応募時の入力ミス)。

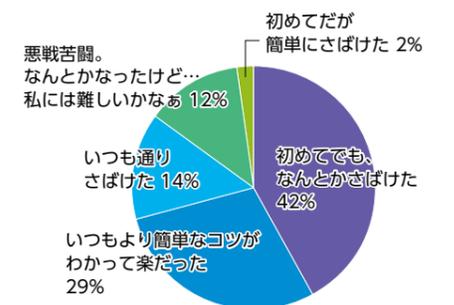
#### ③ さかなの量はいかがでしたか?

6割が「ちょうど良い」と回答してくれましたが、予想よりも大き目の魚がそろってしまったため、「多すぎた」という回答が約4割を占めるという結果になりました。1尾がタチウオに置きかわったぐらいがよかったかもしれません。(天候によっては、すべてアジ30尾! などとなる可能性もありました。)



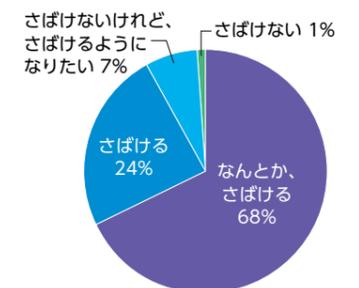
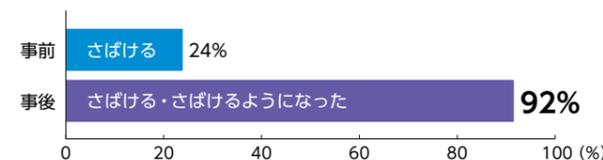
#### ④ さばいてみて、どうでしたか?

事前アンケートの結果からも「さばけない」人が76%と多かったこともあり、いきなり5kgの魚(大型3尾、中型1尾)はレベルが高かったかもしれませんが、「楽しかった」「簡単にさばけた」という人が半分、「なんとかさばけた」と答えた人が大半でした。大きい魚は実はカンタンです。1尾でも「もう余裕です!」と言ってもらえるとうれしいです。



#### ⑤ 魚をさばけるようになりましたか?

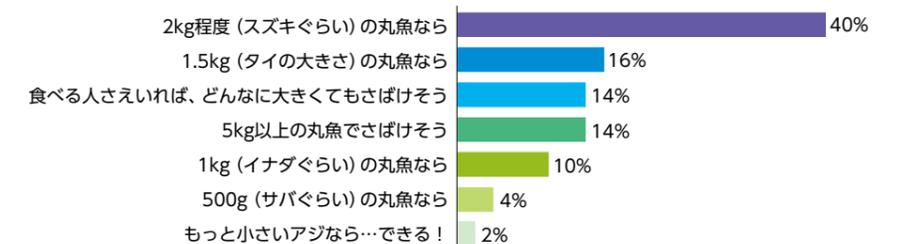
事前アンケートでは約8割の人がさばくことができないと回答していましたが、料理教室を体験して、9割以上の方がさばけるようになったと回答。さばける割合は、実施前後で、24%→**92%**に!



より細かく、どの程度のサイズの丸魚をさばけるか、聞いてみました。

#### ⑥ 今後丸魚をさばくときに、限界だと感じる魚の大きさを教えてください

94%の人が1kg以上の魚をさばける、アジ程度であれば99%以上の方がさばけるとい結果に。丸魚がさばけると、魚にかかる食費は1/3~1/5ぐらいになります。みなさんにどんどんチャレンジしてもらいたいです。



※⑤と⑥の計算はアンケート内容が異なるため合いませんが、9割以上がさばけるようになりました。

⑦ 怪我はしましたか?→39%が怪我!

包丁での怪我は、11%と少なく、65%が「トゲ」による怪我でも、指に刺さったり、気づかぬうちに出血していたなど大した怪我ではない回答がありました。タイやスズキを調理している時に怪我をする人が多かったようです。怪我を防ぐコツ(スズキのカマやサバに1本だけあるトゲ、ニッパーでトゲの先だけでも切っておく等)も重要だと感じました。

【怪我の内容】

トゲ・ヒレ: 101 (65%)、骨やエラ: 18 (12%)、包丁: 17 (11%)、ウロコ: 13 (8%)、  
歯: 2、不明(気がついたら): 5 (回答: 156件)

【トゲ】

- ・ 鱗をとっている最中にスズキのトゲが指に刺りました。
- ・ マダイの鱗とりを勢いよく手を動かしてトゲにチクリ!
- ・ 大きな魚には気をつけてたのに、まさかの鯖のトゲ!
- ・ ほぼすべての魚の棘が刺りました。動画で確認したので最初は意識したが、捌き始めるとつい棘に手を当ててしまいました。

【ヒレ】

- ・ タイやスズキのヒレ。最初にハサミで切り落とすときにかたく大変だった。

※ニッパーがオススメです!

- ・ 鯛の背びれで少し、油断大敵彼等も生きるための武器。やられました。鳥が頭から丸のみする賢さが分かりました。

【骨】

- ・ 最後に捨てる時に真鯛の骨が刺さった。
- ・ イナダの血合いを指で洗っていて骨が刺さった。

【包丁】

- ・ 鯛のうろこがかなりしっかりしていたのでスプーンから包丁に持ち替え、うろこをはがし始めた時、左小指先端をちょっと切った。
- ・ 鯛を三枚おろしにする時に包丁が皮の上で滑り指を切ってしまった。

【ウロコ】

- ・ 中2の娘がペットボトルの蓋で鯛の鱗を取っている時に指を切りました。

※スプーンだと指とトゲが遠いので怪我をしにくいです!

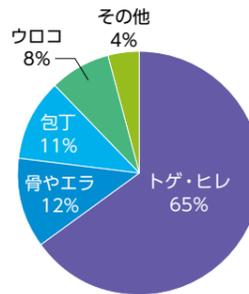
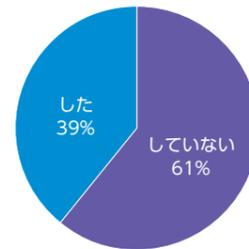
- ・ 調理終了後、手に無数の傷があったが、おそらく鱗で傷をつけてしまったんだと思います。

【歯】

- ・ 魚の頭を割る時、口の中に手を入れてアゴを割った時、魚の歯で指に擦り傷を作りました。

【その他】

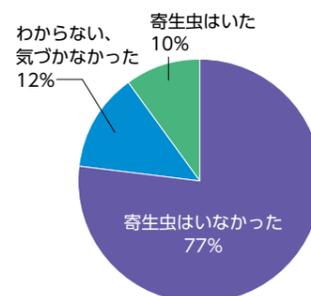
- ・ スズキの胃袋をせっかくだからと解体して見る際に、胃袋の中身が実はゴンズイで刺さって指を負傷。



⑧ 寄生虫はいましたか?いた場合、あなたがした行動を正直に教えてください(任意)。

この質問には46%の人が回答、約9割が「寄生虫はいなかった」、「わからない」、「気づかなかった」とのことでした。

残り1割の人が「寄生虫はいた」と回答。「見つけた虫は捨てた」「火を通して食べた」など冷静な行動がうかがえます。



【「寄生虫がいた」と回答した人のコメント】

【スズキ】

- ・ スズキにクドアがいっぱい。びっくりして食べることをとまどったが、ネットで調べて『見える粒は除去、加熱して食べる』という方法を選びました。海に感謝ですものね。スズキは、酢とマスタード、マヨネーズを塗ってパン粉焼きに。みんな喜んで完食です。
- ・ スズキにクドアが沢山ついてた。刺身にしたかったが目に見える部分はピンセットで取り除き、加熱して食べました。
- ・ スズキに粘液胞子虫?白い丸いのがいっぱいありましたが旦那が大丈夫だということでそのまま食べちゃいました…しかも刺身で…
- ・ スズキの身に白い粒状のものがいました。見た事がない形状で少しおどろきましたが、衣をつけて揚げて食べました。

※クドアは、目では確認できません。粘液胞子虫と思われませんが、インターネットで「スズキ+寄生虫」で検索すると、誤った情報でクドアという情報がありました。鮮魚をさばく上で正しい寄生虫の情報が大事です。

【サバ】

- ・ サバにいました。多分死んでから時間が経っているので骨周りまで入っていました。紫外線ライトを当てて確認しました。味噌煮にしたので全く問題ないです。
- ・ サバに寄生虫を発見、いったん冷凍しています。
- ・ サバの腹身の外側にアニサキスが1匹いました。注意していたのと、丸まっているので直ぐに分かりました。お刺身でも食べましたが、口に入れる時は良く見て注意しました。刺身以外では火を通して(味噌煮)頂きました。
- ・ サバをしめ鯖で食べましたが、腹痛になったため、アニサキスがいたと思われます。
- ・ アニサキスっぽいのは発見したが火を通すつもりだったので気にしなかった。

※サバについては、あらかじめメールや送付物に同封した手紙で注意喚起を行い、回答者の中にも、その通りに対応してくれた人がいたことがわかりました。

※「サバは冷凍して食べないとダメということがわからない人は刺身を作るにはまだ早いです」と直前に魚種決定メールで伝えましたが、サバが心配で酢で締めて食べたという回答や、「お腹を壊した」という回答が計3件ありました。レベルによって冷凍して欲しかったのですが、このあたりの伝え方は申し込み時点でレベルをチェックするなど考える必要があると感じました。……説明をしっかりと読んでほしい!

【魚種は不明】

- ・ いた。内臓に付いていたので内臓と共に虫を捨てた。身は火を通して食べました。
- ・ いたいたいたー! 寄生虫博物館で見たばかりで、引っ張り出して子供にしっかり見せてお湯をジャーとかけてサヨナラしました。
- ・ ちょっと育ててみようと思っていたが豆腐の容器に入れたがいなくなっていた…誰かの体内で育てているのかしら…怖。
- ・ 寄生虫いました。胃の中に、溶けかけのキスもいました。

【「寄生虫はいなかった」「気づかなかった」と回答した人のコメント】

- ・ いませんでした。それより、スズキの内臓を取り出した時に、スズキが食べていた小さい魚がそのまま内臓に入っていました。その時、スズキも頑張ってるのに、私達に捕まり、食べられてしまうのがかわいそうに思えてしまいました。
- ・ 幸い見つけませんでした。タイの口の中にもいるかも、という書き込みをみたのですが、一番最後にさばいた時にはかたくなっていて口の中がみれませんでした…。でももし見つけたらショックが大きいと思うので、それでよかったですと思っています。
- ・ いなかった、と信じたい。サバにしめさばを作ったんですが昔、母が良く作ってくれていたのでレシピを聞こうと連絡したら、冷凍は味が落ちるからしないでいいと主張するのです。虫がいればよく見れば見える、と。こちとらもう老眼の身の上。調べると西日本のサバにはアニサキスは少なく(実家は北九州市)、東日本物は多いとある。手元にある鯖は東京湾もの。うーむ。悩んだけど、塩も多くしちゃったし、酢にも長くつけちゃったからまあ、いいかとそのまま食べました。今のところ腹痛は起こっていません。
- ・ いなかったと思います。鯖は多いと聞いていたので味噌漬けにして冷凍しました。
- ・ 寄生虫はいませんが、とても新鮮だったので、どうしても、しめ鯖を作りたい、ユーチューブを見たら酢で締めたあと48時間冷凍するとアニサキスも食中毒の心配も無いということだったので、冷凍しました。
- ・ 残念ながら、いませんでした! サバにもいなかった。以前、スーパーの買った刺身カツオについていて、冷凍→加熱していただきました。今回、当日の刺身以外は一旦冷凍しました。
- ・ 確認しませんでした。マサバはせっかくだからしめさばにして冷凍。現在解凍中で今日明日食べる予定。仮にいたとしても自己責任。
- ・ ごめんなさい、寄生虫が原因が見てないので真偽は不明ですけど3人中1人だけ日曜日に正露丸にお世話になりました…(; ;)

**CHECK!** 寄生虫アニサキス 食中毒を考える

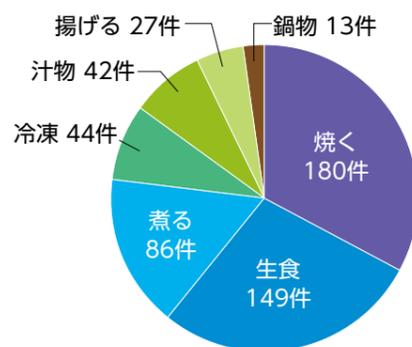
### 3. 調理について

送付した魚介類は、東京湾の代表魚種のスズキ、さっぱりしたお味のイナダ、教室開催時にまさに旬のマサバ、ここ数年で一気に認知度が上がったホンビノスガイ、要望が多かったマダイは日本一の生産量を誇る愛媛県愛南町で養殖された愛南鯛をご用意。皆さんどんなふうに調理して楽しんだのでしょうか？

十分冷やしながらさばけば生食も可能ですが、腕に自信のない方には加熱調理を勧めました。1件だけですが、魚屋さんに持って行ってさばいてもらって調理した旨の回答(反則!)もありました。

#### 1 スズキで何を作りましたか? (回答: 345件、無回答: 25件)

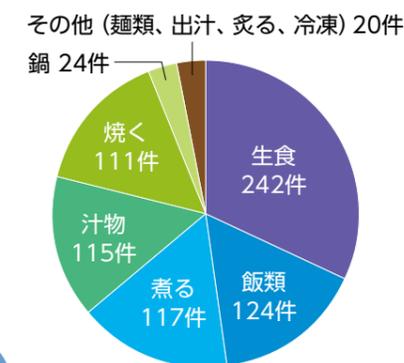
ムニエルや塩焼き、アクアパッツァ、フライ、あら汁など火を使った調理が多く、生食の場合は、7割以上が刺身と回答。またとりあえず冷凍したことがうかがえる回答も多数見られました。



#### 2 タイで何を作りましたか? (回答: 348件、無回答: 22件)

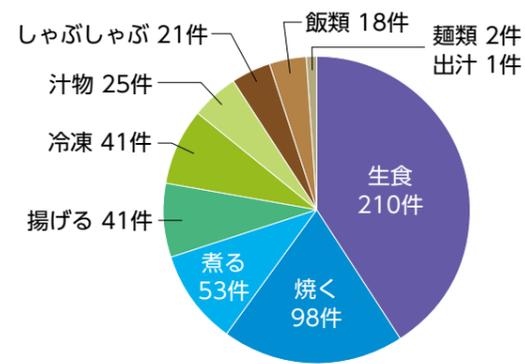
約半数が刺身として調理。その他、鯛めしをはじめ、あら汁、アクアパッツァなど、気軽に楽しめる料理が回答に並びました。1件ですが、「カレー」の回答もありました。食べた後には、「歯の骨とタイのタイは標本」という回答もありました。また「ご近所さんにプレゼント」、「茹でて娘の離乳食にした」などもありました。「冷凍した」との回答も2件しかないことから、届いたらすぐに調理して楽しんでいただいたようです。

※タイノタイ(鯛中鯛)は、胸ビレにある骨で、知る人ぞ知るコレクションの対象です。いろいろな魚で集めている人がいます。



### 3 イナダで何を作りましたか? (回答: 339件、無回答: 31件)

ブリの幼魚・イナダも約9割から回答があり、食べやすかったことがわかります。約56%が刺身などの生食、その他、調理についてもタイと同様、いろいろと楽しんでいただいたようです。タイと唯一違う点は、「冷凍した」という回答が約1割を占めたことでした。



さしみ



塩焼き



漬け丼



イナダ大根



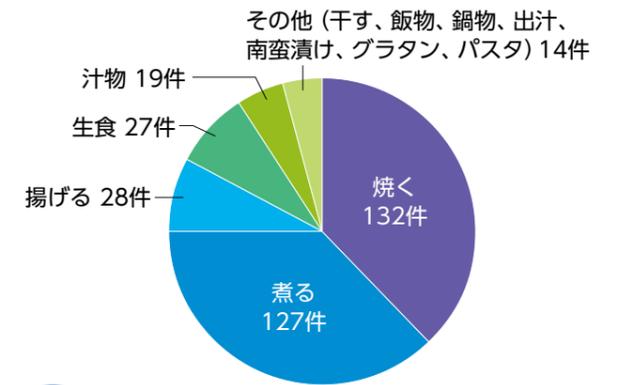
アラ汁



しゃぶしゃぶ

### 4 サバで何を作りましたか? (回答: 341件、無回答: 29件)

タイ、イナダと並んで、日本人になじみ深いサバは、教室開催時、まさに旬でした。参加者の皆さんにもぜひ食べていただきたくお送りしましたが、気になるのは寄生虫の問題。生食の場合、自信がなければ冷凍して欲しいということをメールや同封の手紙で伝え、火を通して調理をした人が約8割でした。P15にあるように、自信がなくても生食で食べてしまった方もいたようです……。



塩焼き



味噌煮



甘辛生姜煮



竜田揚げ



唐揚げ

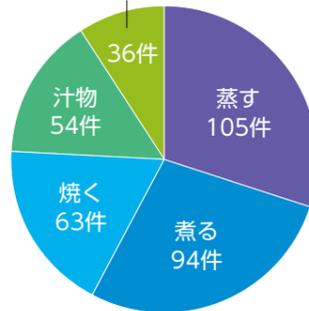


しめ鯖

## 5 ホンビノスガイで何を作りましたか? (回答: 348件、無回答: 22件)

ここ数年で認知度が一気に上がった、江戸前の新星・ホンビノスガイ。砂抜き、塩抜きも不要で手軽に調理ができるのですが、「それに気がつかなかった」というコメントが7件ありました。濃厚な出汁が特徴なので、酒蒸しやアクアパッツアなど、回答者の半数以上が煮たり、蒸したりして調理しました。

その他  
(冷凍、麺類、鍋物、生食、揚げる)



すまし汁

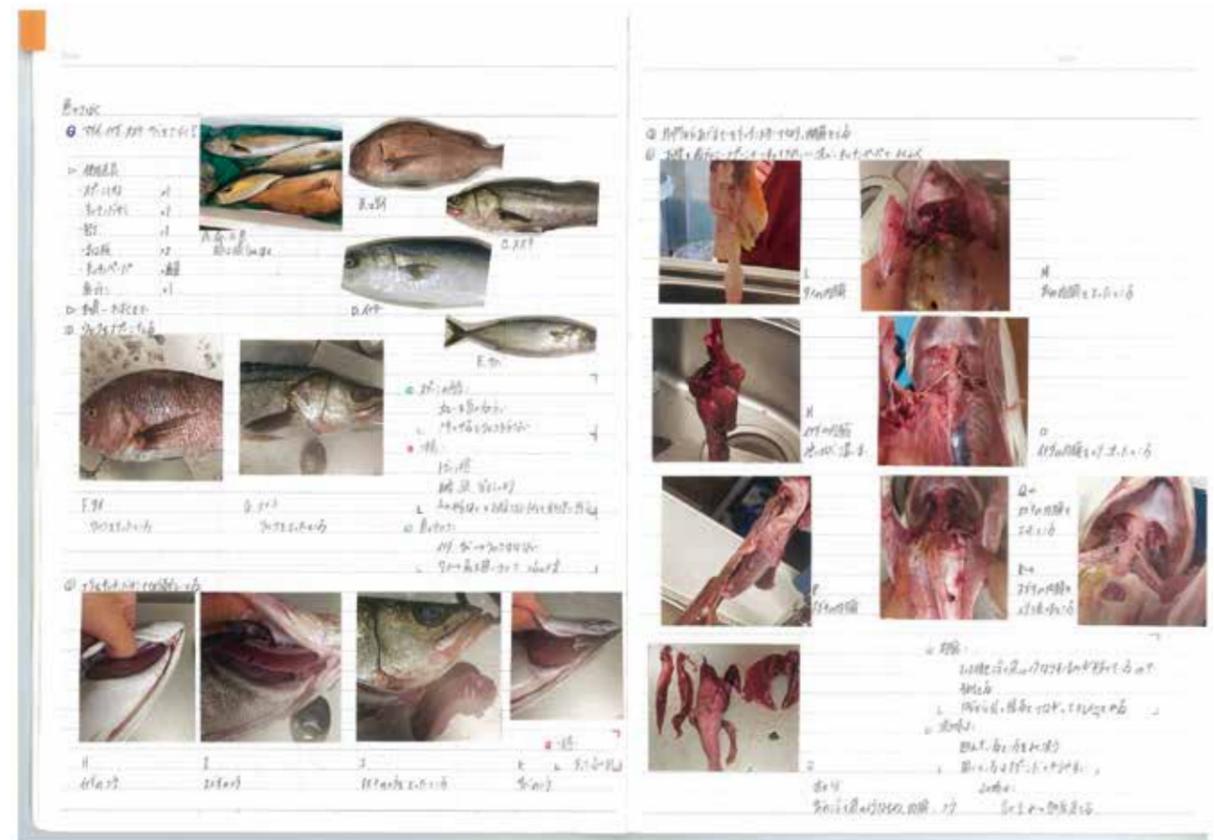


蒸し煮



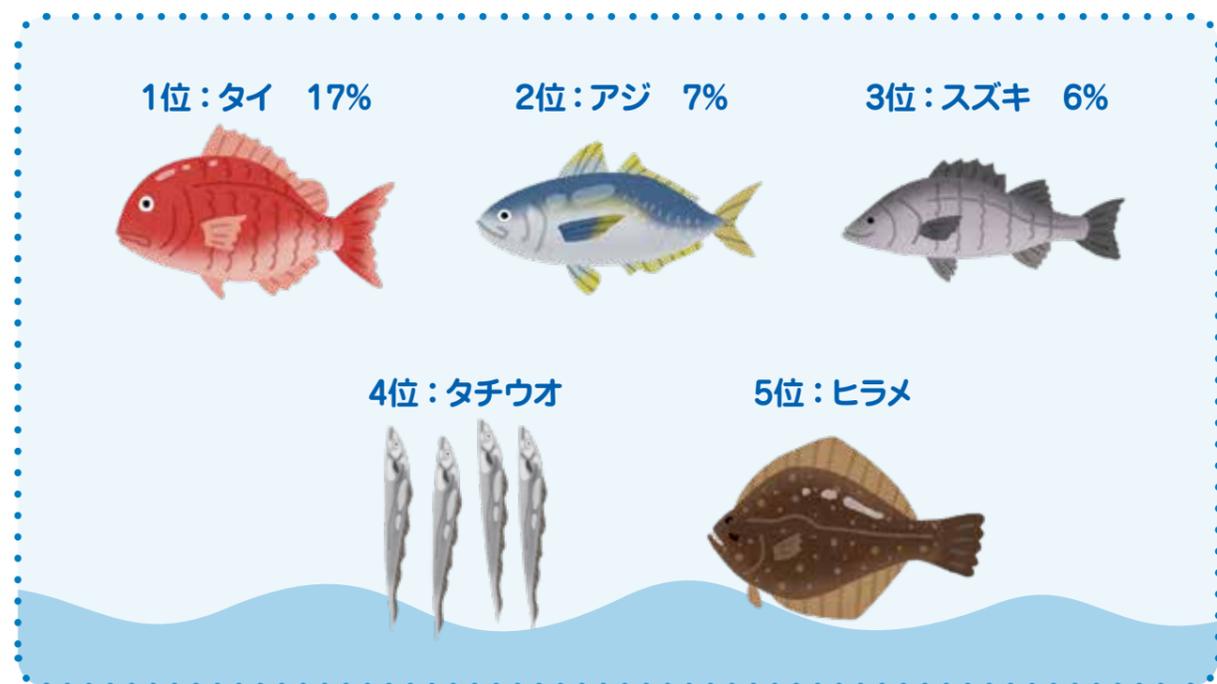
アクアパッツア

## 6 みんなの料理まとめ



## 4. 終了後、参加希望者に欲しい魚をアンケート

今回の教室で体験した魚を中心に、気軽に料理できる魚介類が上位を占めました。1位は約2割の人が回答したタイ、教室では大きな魚をさばいた経験からか、それよりはサイズダウンしたアジが2位となりました。3位はスズキ、4位は海や価格の状況次第では入れたかもしれないタチウオ、5位には江戸前寿司を代表するヒラメがランクイン！



6位：マグロ、サバ、ブリ

7位：カワハギ、サンマ

8位：サケ、キンメダイ

9位：カレイ

10位：エビ、カンパチ、クエ

11位：アナゴ、ゴッコ、サワラ

12位：カキ、カツオ、タコ、フグ

13位：イカ、アマダイ

14位：イシダイ

15位：アサリ、ハマチ

16位以降：アイナメ、アカムツ、アコウダイ、アユ、アラ、アンコウ、イトウ、イクラ、イサキ、イシモチ、イワシ、ウニ、ウマズラハギ、エボダイ、エンガワ、オオカミウオ、オニオオゼ、貝ならなんでも、カイワリ、カサゴ、カジキマグロ、カニ、カマス、キス、キハダマグロ、キンキ、クロダイ、クロムツ、ケガニ、ケムシカジカ、コチ、コノシロ、サザエ、シイラ、旬の魚、シラス、シロアマダイ、シロギス、白身ならなんでも、白身か青魚、ジンベエザメ、スマ、ソイ、タイラガイ、タラ、チコダイ、チダイ、ツブガイ、トビウオ、ノドグロ、ハタ、ハツカク、ハナサキガニ、ハマグリ、ヒラマサ、フジノスケ、ホウボウ、ホタテ、ホッケ、ホヤ、ホンビノスガイ、マス、メイチダイ、メジマグロ、メヌケ、メバル、ヤガラ、ワラサ

## 5. オンライン料理教室で使った動画について

500世帯に魚が届き、1159名の魚好きと一緒に格闘。あなたは一人ではない！頑張ろう！ウオー！  
動画4本を見て、怪我に注意して楽しみながら魚を好きになって欲しい！

### ①「東京ワンダー 江戸前の恵み」

江戸前と東京湾について解説。質問が多かった江戸前と東京湾、実は同じです。にごりと汚染は違います。今はキレイなんですね。シャチにダイオウイカまでいるなんて……まさに東京ワンダーですね。

### ②「目からウロコのお魚のさばき方教室」

どんな魚も安全にさばける。どんな魚が届いても大丈夫！安全に簡単に楽しく準備ができます。

### ③「アラもったいない！アラで美味しいスープ作り」

3枚おろしで骨に身がついてしまった場合の救済企画。さばいた後の骨。身がついていたらチャンス！捨てないでくださいね。おすすめは簡単に作れるスープです。食べ物を無駄にせず、お財布にもやさしい。これぞ一石二鳥～。

### ④「鯛の塩焼きの作り方」

一番人気のタイが主役！さて、タイが届いた方は、ぜひ尾付きの塩焼きにチャレンジしてください！ヒレを立てる方法も簡単！自宅でもカッコよく簡単に立派な塩焼きが完成します！

こちらも  
チェックしてね！



(動画イメージ)



(動画イメージ)



(動画イメージ)

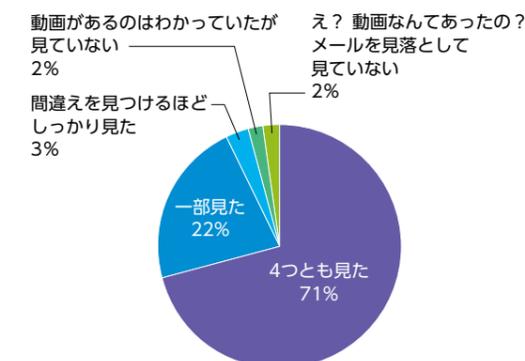


(動画イメージ)

## アンケート結果

### ○動画は見てくれましたか？

96%の人が動画を「見た」と回答。ほとんどの人が何らかの形で見てくれたようです。申し込み後に撮影したので、一部の人は動画を見ずに参加したようです。動画を見ないで大量の魚に苦戦し、夫婦げんかになった人も。「動画さえ見ていれば……」と、大後悔したようですが、次はぎょうまくさばけますね。



## 6. 参加者から寄せられた「あなたが知っている、もっと便利なコツ！」

魚介類を調理するにあたって、動画を見て学んでもらった以外にも「参加者の皆さんが知っている便利なコツ」を募り、3割から回答を得ました。特に多かったのがペットボトルの蓋を使ったウロコ取り。子どもにとっては、トゲと指が近いので注意が必要ですが、飛び散りが少なく、すばやく簡単にウロコを取ることができて、後片付けも簡単です。そのほかにもゴミ処理の仕方や、臭いの処理などの「便利なコツ」に関する情報が寄せられました。

### ①ウロコ取り・飛び散り防止

ペットボトルの蓋やスプーンでとると良いという情報が大半でしたが使いやすさなどは個人差があるようです。

### ②骨や皮の処理

- ・ヒレなど危ないところは先にハサミでチョッキン。
- ・ペットボトルの蓋、スプーン、かための歯ブラシを使って円を描くようにするとウロコが飛び散らない。
- ・ビニール袋やサランラップ、新聞に包むと飛びにくい。そのまま廃棄できて便利。
- ・ステーキナイフや100円ショップの包丁は切れすぎないので皮や身がとりやすい。
- ・中骨から身を剥がすほうが皮はとりやすい。
- ・骨は断ち切るよりも、ねじったほうが切りやすい、スズキは包丁が腹骨にあたったら身を頭側に引っ張るときれいにはがれる。
- ・キッチンバサミや小骨とり(骨抜き)が楽。



### ③汚れ・臭い防止

- ・シンクに開いた牛乳パックを敷いてまな板代わりにして内臓出して、汚れたらそのまま捨てています。
- ・冷凍庫のスペースがない場合は、内臓はお湯をかけて新聞紙にくるんで捨てると、においにくい。
- ・サバは塩をふって水気を取った方が生臭くなくて美味しい。

### ④調理にあたって

- ・魚を洗ってキッチンペーパーでふき取るだけでは十分水分をとれないので、要らなくなったタオルや洋服を切った生地をペーパー代わりに使う。刺身にして保存するときだけキッチンペーパーを使用します。
- ・血合いを洗う時に、酒と塩を合わせた水で、ボウルなどでささっとあらうと旨みが逃げなくて美味しいと思います！
- ・食品用の脱水シートを使うと、一夜干しみたいな感じになります。臭みがぬけて、塩焼きもレベルアップ。
- ・水洗いは鱗と内臓を取った時、一度だけにします。水分が入ると味が落ちるし傷みやよくなる。洗った後、キッチンペーパーで拭いた後、魚をくるみ濡れたら、まめに取りかえると、傷みにくく、臭みもないです。ごく薄く塩を振っておくのも水分が抜けて良いです。
- ・動画にはなかった気がしますが、骨まわりの身をスプーンですくったところ、こどもにもちょうどいい大きさに。骨も発見しやすい。
- ・スズキは皮を食べず引くなら、鱗がついてる方がやりやすい。お刺身は鱗付きで、アクアパッツァは鱗なしで半身ずつさばいた。

※大型魚のウロコは、ディスポーザー(排水口で生ゴミを粉碎する機械)は×。「故障してしまった!」との声も数件ありました。

## 7. オンライン料理教室の感想

### 1 改善点について

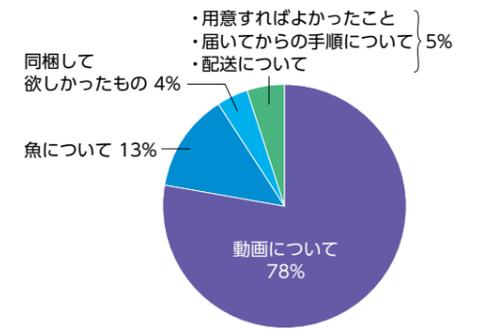
○オンライン料理教室。もう少し○○だとよかった! こうすれば良くなるという点があれば教えてください!

(回答: 222件 / 無回答: 148件(複数回答あり))

#### ■動画について

##### A) 内容について

- ・オンライン料理教室とあったので、ライブでやるのだと思っていました。捌き方の動画は、三枚おろしは、2枚目のほうが意外と難しく、もうちょっとちゃんと見たかったです。あと、頭を外す部分も。あと、皮の剥ぎ方もやってくると嬉しかったです。鱗を取るときのスプーンの角度の説明(カレーをすくう角度)が、わかりづらかったです。すごい範囲で飛んだ。また、貝類は本当に初めてだったので、何も情報がなく、不安でした。たくさん、ただ嬉しかったのですが、初心者には一気にあの量はきつかったです。何回かに分けて、徐々にスキルアップしましょうという流れだともっと良かった。
- ・エラから内臓がごっそり取れるとの事でしたが、エラ付近のどこにハサミを入れればいいのか動画を何度見返しても見つけられず…。サバやイナダぐらいの大きさの魚だと適当にハサミを入れたのですが、スズキやタイぐらいの大物だと固くて中々切れず、エラもギザギザしていたので怪我しそうになりました。
- ・お腹を切るところ、どこからどこまでかわかりづらく、切ってワタを出す時に、ワタが潰れて、切りなおしました。
- ・魚ごとのさばき方があればより丁寧でした。
- ・内臓つきの状態での保存期間(冷蔵庫でどのくらいもつか)がわからなかったため、一日で全て捌きました。正直かなりヘトヘトでした。保存方法、期間などももう少し詳しく教えてください。
- ・素人には種類の魚の見本でどの魚も同じと言われても不安。
- ・届く魚で動画が欲しかったのが正直なところ。想像はしていましたが、あまりにも立派な魚が来て、本当に初体験だったので焦りました。
- ・皮を剥ぐべきかどうか、魚ごとに説明があるとうれしかったです!
- ・刺身にする場合、十分に冷やし続けることができれば、というのがどういうことなのかよく分からなかった。氷を載せておくとか?
- ・動画を見たのですが2種類しか見れていないことに気がきました。4種類あるよ、など強調していただけたら良かったな、と。または全てのURLを毎回貼っていただくなど…。上記理由なので他の動画を見てサバいたりしていました。
- ・おろしかたの動画ですが、個人的にはテキスト+画像、わかりにくいところを動画、の方が止めたり、少し戻ったりがしやすいかと思いました。動画にする事で一連の流れが掴めるのでそれぞれ良し悪しは有るとは思いますが。。
- ・なかなか難しいと思うけど魚をさばく動画は需要があるので定期的に魚をさばく動画をアップロードしてほしい。メールにもYouTubeのURLとサムネイルを貼っておいた方が良かったと思った。動画を見るのにHPに一度行かなくてはならないのと人はたくさん文字を全部読むのはそれなりに意欲が必要。あとで読もうとなって読まなくなってしまう。



##### B) 調理法などについて

- ・いなだ、スズキ、ホンビノス、さばのおすすめ料理(詳しい料理法ではなく、調理例だけあっても)を知りたかったです。
- ・ホンビノス貝くんの情報がなさ過ぎて焦った。私が見落としていたんでしょか。動画でも特に発見できなかった気が…。え!? これって、何すればいいの! 的な。砂抜きいる?? どれくらい火通せば食べれる!? と、魚をさばききったあとに箱に残ったホンビノス君を見て「????」ってなりました。
- ・もう少し具体的なオススメレシピや、一気に食べ切れない分のおすすめの保存方法など? (漬けて冷凍など) 教えていただけるともっと良かったです! 調べれば情報は山ほどあるのですが、プロから見てこの時期は、、、! などあるのかなあと。
- ・1尾から何種類も料理が作れると思ってなくて、まだこんなに余ってるー! どーしよーとなった。とにかく魚が多くて困惑して、急遽義両親宅へ魚を持って助けを求めにいきました。大人四人でも消費しきれない魚の量では魚好きでも毎日魚料理を食べているのでだんだん飽きてくる。

##### C) 速度、構成など

- ・内臓の綺麗な取り出し方が難しかったので、2回くらいリピートで動画が繰り返されると良かった。調理中は手が濡れていて携帯が触れないので。
- ・YouTubeはどんどん次の動画に移ってってしまうので、普通の動画ファイル単体でアップしてほしい。

- ・動画が常に魚を映してくれてると見ながらできていいかなと思いました。。あと、ちょっと時間が長いかなと。
- ・短い尺度の動画があると嬉しい。タイムコードを入れて欲しい。
- ・動画が一つにまとまっていると助かります。楽しく見れましたが、どれを見たらさばけるのか、分からず何度もいろんな動画を見直したので。
- ・動画の手際が良すぎるので下手な人がやって出来ないを共有したかった。
- ・動画が早すぎて、何度か見ながらやりたいけど、手は汚いし、でもわからないし、、、というプチパニックでした。
- ・動画に字幕があると良かったです。また、チャプター毎に再生できると良かったです。

#### D) ライブ中継の希望

- ・1匹はライブでやっていただき良かったです。シンクがディスプレイで、ウロコ処理に本当に苦労した泣。対処法があれば教えて欲しかったです。
- ・正直、わかりにくいことが多かったです。。①オンラインとあるので、zoomのようにオンタイムで参加してやらないといけないのかな?と疑問に思ったり。②配送についてが分かりにくかった。事前の説明文に配送料の事がなかったので、着払なのかどうか気になった。また、地方住まいだったため、午前に届かなかつたのは仕方ないのですが、配送状況を問い合わせたかったので、使用する運送会社も記載して頂けたらなと思います。
- ・YouTubeライブで、みんなで一緒に参加できる感じもいいなと思いました! 捌き方などにバラつきはあるかと思うので難しいとは思いますが、、、
- ・オンラインで質問ができる教室だと良かった。
- ・できれば、五百世帯でズームなどで同時配信。実はそうなると思ってました。
- ・自分のペースでもとてもいいが、時間を決めてLIVEで流しながらもいいかもしれない。一緒にやってる感が強まる。

#### E) SNSの活用

- ・インスタグラムやツイッターのハッシュタグ投稿は見えて楽しかったです!
- ・何を作ったかを語れる掲示板とかあったらたのしかったです。Twitterみまくりました。
- ・皆の料理の画像を貼れるサイトとかがあれば、交流や料理レシピの点からも良かったかなと思います。
- ・SNSでハッシュタグをつけて投稿しました。他の方の投稿もたくさん見て楽しみました。もっともっとたくさんの人に投稿してもらおうと魚ムーブメントが起こせそうだなと思いました!

#### ■送付した魚介類について(種類や量など)

- ・アジなどの小さい魚のほうが扱いやすかった。大きい魚が多かったので一気に調理するのが大変でした。そのまま冷凍できるものが混ざっていると心に余裕が持てます。
- ・エビとかタコとか貝類とかすぐ食べられるお楽しみがもっとあると良かったかも。
- ・キスやハゼなど東京湾のもう少し小型の魚を使うのも良いのではないかなと思いました。
- ・一度に多くの魚が届くと捌くのが大変なので量は半分ぐらいでもいいかもしれません。
- ・魚の量が先にわかると良かったかな(思ったよりいっぱい嬉しい悲鳴でした)。
- ・普段スーパーになかなか無いような魚が何か1匹あると面白いと思います。
- ・量が選べるとさらにとつきやすいかも!
- ・もう少しそれぞれの魚の特徴を知りたかった。多分怪我が少なくなる。もう少し魚少なくてよかった。多分疲労具合が軽くなる。

#### ■同梱して欲しかったもの

- ・どんな料理にするか迷ったのでレシピ付きだと有難いです。その魚の捌き方のコツや、料理に適した切り方まで紙で入っていると見やすいなと思いました。捌きながらスマホを触るのは大変なので紙で写真付きレシピだと有難いです。
- ・寄生虫がいたときの対処法リストがほしかったです。自分で調べなければ、せっかく届けていただいたものをポイしたのかも、と思うと恐怖です。でも写真ではなくイラストをお願いします。。
- ・魚の姿から名前が解らなくて…名前と写真があって、オススメの調理法が添えてあったらよいかと。
- ・今回は4尾届いて一度に捌けなかったので、「丸魚は鮮度を保つためにいつまでに最低限の下処理を終わらせればよいのか」の説明書きが欲しかったです(逆にこれ以上だと危ないよ!とかも)。刺身で食べるものを先に捌きましたが、焼き物にするものも最低限内臓だけはとっておけばよかったなって後から思ったので。
- ・魚の大きさや種類毎のさばき方の解説パンフレットがあるとありがたいです。

- ・指示書があるとさらに取り組みやすかったと思います。目の前に貼りつけておけるようなイメージです。作業中、他のものはあまり触れないので。

#### ■用意すればよかったもの

- ・初めて捌くのに、手袋が必須でした! 次回は内臓を触るのに抵抗ある方もいるかもしれないので、お知らせしてあげて欲しいです。
- ・用意したほうがいいものを1週間位前にまた教えていただくと助かります。前日位に牛乳パックとっておくの忘れてたーとかあったので。

#### ■手順について

- ・なれない人にとって、楽に出来るものから順番にやった方が、馴れてきてやりいと思うので、手順と順番を指示されると良いと思いました。サバ→イナダ→スズキ→真鯛でしょうか。水は出来るだけ使わない方が良いので、お腹を出した際一度だけ洗うとか、水分を良くふき取るとか、そういうコツのような事を伝えると良いかなーと、思います。
- ・魚により、鱗の量や形状が違っていました。鱗がない魚もあり、魚の処理の順番等教えて頂けると助かりました。

#### ■配送について

- ・豊洲にすんでいるので、佐川急便をまつより、市場にとりにいった方がはやかったのかなとおもったりしました。
- ・もう少し早く届けば、お昼ごはんから楽しめたかなと思います。

## 2 今後の開催について

○今回のような形で実施したい、「ご自宅での○○教室」の案があればご自由にどうぞ。

#### ■希望の教室

- ・人気料理店が教える! 捌いた魚の美味しい秘密レシピ同封など、東京でミシュラン取得などをしている名店の店主が掲載する、東京湾大感謝祭限定公開の家でできるレシピを掲載などすると、意地でも申し込みたくなります!
- ・メニュー教室。レポートが少ないのでお魚のレポートを増やしたいです。
- ・1匹まるまる使い切る料理教室。
- ・いろんな切り方や、刺身の味付け、あぶりや湯引きなど体験してみたいです。
- ・まずはさばかなくても食べれる魚教室。
- ・家にいつでもありそうな食材とあわせて作る魚料理教室。
- ・色々な料理が選択出来て、完成するまでの教室。
- ・漁業関係者さんならではの料理が知りたいです。
- ・漁師料理みたいなレシピがついているとワクワクするかもしれません。
- ・東京湾の魚介類を使っておうちでお寿司の握り方教室。
- ・ひと手間加えてさらに美味しく教室! 魚って新鮮なだけで良さがまるまると、寝かしたり、昆布や酢でしめたり、タレつけたり、切り方や飾り包丁とかでもっと美味しくなるじゃないですか。その辺りを伝えられる素で食べるのとひと手間こんなに違うんだよ。を伝える教室。あとは、人気ない魚もこうすると美味しく食べられる教室とか。コノシロとかサツパとか、ヒイラギとかギマとか…ニッチすぎるかな。
- ・出汁のとり方。初めてあらを煮てラーメンを作りましたが、なんか味がたらず出汁のとり方が学びたい。
- ・開き方教室、みりん干し教室など、保存レシピのための講座があれば受講したいです。あとフライの開き方・・・いつも上手く行きません。
- ・保存方法について知りたかったです。
- ・美味しい冷凍の仕方と冷凍魚の活用の仕方。簡単な骨の取り方(魚の構造?)。
- ・内臓と一緒にシリーズ。
- ・干物づくりしたい!
- ・オンライン教室やマンションのキッチンスタジオでの出張教室。肉だけじゃない! BBQでお魚料理教室。季節の魚をお酒と一緒にいただくレシピ。
- ・案1、市場に出回らないお魚を食べてみよう。魚の種類はいくつか提示しておいて、その中からいくつか届きます! みたいな。

案2、深海魚を食べる。案3、魚を食べて耳石を取ろう。案4、刺身をつくろう。案5、魚のエラの違いを見てみよう、そして食べる。

- ・ ZOOMの質問教室や大変さをみんなで共有できる場があるとがんばれたかも。
- ・ コロナが終息したらパーティールームでお魚教室なんか、良いなーと思います。
- ・ 公民館で料理教室のサークルをやっているの、そういうところに届けてもらったらありがたいかも。
- ・ 私達のタワーマンションは1500戸近くあります。その中のパーティールームでお魚料理教室を開催したいです。ただし今はコロナ感染予防の為にパーティールームで食べる事が禁止されています。来年コロナ感染が収まってから、ぜひ魚料理教室を開催したいと思っています。
- ・ 豊洲は大規模マンションが多いので、マンションごとの提案は、配送料削減にいいかも。
- ・ 魚を捌く前の下準備、例えば包丁の研ぎ方や、俎板の殺菌などを教える事前教室があれば良いと思います。

### ■刺身について

- ・ とっても新鮮なのでお刺身を頑張りましたが、お刺身、そしてお造りのポイント教室があると有り難いです。
- ・ 刺身の綺麗な切り方教室。最後、盛り付けが美しいとテンション上がるので、ステップアップしたいです。
- ・ いろんな切り方や、刺身の味付け、あぶりや湯引きなど体験してみたいです。
- ・ お刺身の上手な盛り付け教室。

### ■希望の魚介類

- ・ 色々なイカを調理したい。イカの種類と各々オスメの調理法、捌き方のコツを知りたい。スマイカが真っ黒になりうまく捌けない…。
- ・ アナゴをさばいてみたいです。
- ・ カワハギの肝醤油で食べるお刺身。イカの塩辛作り。イカスミパスタなど。
- ・ ウニの産地違いの食べ比べ。牡蠣の産地違いの食べ比べ。出世魚の味比べ。イナダとブリとか。
- ・ お魚比べてみました！教室ブリ、カンパチ、ヒラマサの食べ比べ。かながしらとホウボウ。白、黄色、赤の甘鯛。簡単な所で鰯と鰯、あじ、鯖、いわしの青魚。うなぎとあなごなどなど似ている？魚を並べて見たい。マゴチなど普段食べられないような珍しい魚を食べたい。
- ・ シリーズにする。さば教室、イナダ教室、スズキ教室…たとえば、「さば教室」。さばを何匹も捌いて、調理する。レシピはいくつもあって、冷凍保存レシピもあるから一度に食べきれなくても安心。こうすればさばをマスターできる気がします。
- ・ 5枚下ろしに挑戦したい。ヒラメとか。5枚下ろしの方法の動画も、あげてください。あとお造りの仕方や盛り付けもお願いします。
- ・ できれば、1つはチャレンジレベルで、『ホウボウ』や『カレイ』みたいな、これはどうさばくの??と挑戦したいです。下手なりに…。
- ・ タコやヒラメ、タチウオなど形が変わった物編など。
- ・ 旬の魚の食べ方、海老、蟹の食べ方。鮮魚市場で買い方と食べ方。
- ・ 自宅で深海魚を捌いてみよう教室。
- ・ あまり市場に出回らなかつたり一般では手に入りにくいような魚を美味しく料理する教室はどうでしょう？売れないからと捨てられたり漁師さんしか食べないような規格外のものを美味しく料理することで、フードロスも減らせる？
- ・ 東京湾にどのような食べられる未利用魚がいるのか知りたいです。

### ■子どもと一緒に

- ・ マンションで親子お魚教室を開催して欲しいです。
- ・ 小・中学生向け、自宅で魚を観察・解体しよう！教室。さばくと言うより、まず観察。その後、美味しく食べちゃおう～という企画。
- ・ 子供達でもできるような簡単なメニューをzoomなどでオンラインでお料理するイベントがあったら楽しいと思います。集合住宅なのでマンションのイベントとして季節の旬のお魚でお料理教室が定期的に出来たら良いと思います。子供も大人も家族で参加出来るお料理教室。

### ■発送物について

- ・ 魚を釣り上げたときの写真やブランド品種のラベルをつけて送ってほしい。

## 3 そのほか言いたいこと、伝えたいこと

○その他、言いたいこと、伝えたいこと、ご自由に希望や感想をどうぞ。

### 感謝の声



大変だったんですけど魚を捌いてみたい…けど一人暮らしなのでそんな量を買う機会も無い…今回はそんな自分にとってとても楽しい時間でした。この大量のアラをどうしよう！アラ汁にしちゃえ〜とか今月末友達がいるから鯛とか冷凍にしたいって食べよう〜とかそんなことを考えつつ…捌きたてのぷりっとした刺身をまな板の上に醤油落として食べてみたり、ペーパーでくるんで1日寝かせた身を食べてみたり…捌くのに2時間弱かかって大変でしたがすごく楽しかったです。あんなに魚をたくさん食べたのは久しぶりで今度は自分で市場に行って魚を買って捌きたいなーと思ったり、やっぱでっかいブリをさばいてみたいなーと思いました。あとアラ汁の残りを雑炊にしてみました。脂がすごくて美味しいは美味しいけどわりとこってりスープになって笑ってしまった…楽しかった！しか出てこないんですが本当楽しかったのでまた機会があったら参加してみたいです。動画も定期的にアップロードされていくのを期待してます！今回は本当ありがとうございました。

想像以上の魚の量で驚きました！梱包も丁寧、動画もアットホームで親しみやすく、皆様のお人柄が伝わってきました。本当にありがとうございました。



今回送っていただいたマダイは愛媛の養殖でしたが、「東京湾の逆襲」を見て、東京湾にもマダイがいることがわかり驚きました。あと、コロナで出た出世魚だったんですね。魚の鱗を取るの、今まで包丁の背だったのですが、スプーンの方が断然いいということがわかりました！骨の軟骨が包丁を少しづつずらしてもなかなか判別がつかせませんでした。一度だけすつと軟骨に包丁が入ってあまり力を入れずに切れた時は快感でしたよ！

なんとかなる！がんばれば、健闘ウォ祈る！の放任姿勢に励まされて、気負わずになんとかなるさ！と思ってできた。いや、しんどかったけど、本当に良い魚を送っていただき味は素晴らしく、また自分で捌いた魚だと思えば愛情が3倍でした！

この度は、貴重な体験の機会を与えていただき、本当にありがとうございました！！準備はともにご苦労されたことと思います。今回は、大人2名と中学生の女の子で参加させていただきました。調理前にお魚の特徴などを話しながら進め、中学生もとても興味を持って参加してくれました。中学生が内臓に触っていたところ、何やら硬いものが…。鯛のお腹の中から、綺麗な小あじが出て来ました。笑 鯛が小あじを餌とし、飲み込むところも想像出来て楽しかったです！また、骨を抜く時の方向など、みんなで学びながら、楽しく調理出来ました。自分達で頑張って調理した喜びと、新鮮なお魚の美味しさでもっと充実した週末になりました！自分でもまたチャレンジしたいと思えます。次は是非ともお刺身に挑戦したいです！この企画に携わってくださった皆様によりしくお伝えください！

### 成長、心境の変化



店で売られている時に東京湾産と分からないものが多いので、この機会を得て東京湾産の魚類が身近になりました。ありがとうございました。

初めて魚の三枚おろしができた時の感動は忘れません。これを機会に魚をさばくことがクセになりそうです。ありがとうございました。

サバだけでしたが、今回自分で捌くことが出来たことがとても嬉しく、自信ができました。今後はアジ、サバ、イワシ、イカなど、手に入りやすい魚介で練習を重ねたいと思います。貴重な体験の機会をいただき、大変ありがとうございました。

魚を捌きたい！と思いながら、なかなかチャレンジ出来ずにいました。おかげさまで強くなった気がします。これからはスーパーで魚丸々を購入して、まわりの奥様方に一目置かれたいです。「新鮮な魚を食べることができる。魚天国、日本」に改めて気づかされました。ありがとうございました！



親しみのあるメールにワクワクしました。動画も分かりやすくとてもよかったです！初心者でも大丈夫と励まされている感じがしました。以前は東京は食の恵みが少ないという印象がありましたが、その考えがガラリと変わりました。東京にも地産があるんですね！東京を見直しました。これから魚の捌き方、調理を楽しみながら練習していきたいです。



## 意見



- 強いて言うなら、ネットやSNSでもっとアピールしたり、盛り上がったりしたら良かったと思います。
  - 送料自己負担でもいいので、半量でもっと多くの人が当選したら良いと思いました。贅沢な悩みですが、かなり量が多かったです。
  - 無料とまでしなくても、参加料原価位で！同様のイベントもすごく嬉しいです。
  - 1番最初としては、頭と内臓などを取ったものを捌くとか、もう少し小さめとかだと、より親しみやすいかと思えます。
  - 有効な効果検証につながるか、ばらまきで終わってしまわないか、恐縮ながら心配しています。コロナ禍の終息がみえず、集合形式、対面の料理教室開催が難しいかと思いますが、今回の予算で、もう少し検討期間をとってZoom等でオンライン料理教室を開催したほうがより効果的だったのでは？この場合、デジタル環境が整っていない、そのため参加人数が限られるという課題がありますがニューノーマルへ対応のできる団体という高評価が得られると思います。この点、今後の活動計画にいれていってほしいと思いますが前向きな検討をよろしくお願ひいたします。
  - スタッフの方には手間が増えて大変だと思いますが、ボリューム(予算)を抑えて、開催回数を増やすなどして頂ければ嬉しいです。
  - 一律じゃなくて、何が入ってるかわからなくても良いと思います。今はユーチューブ見れば、捌き方はわかりますからね。
  - 予習して頑張ってすべて当日さばきました。豪華な刺身もでき、よかったです。しかしながら、家族が夜中にお腹を壊し高熱を出しました。回復して、お魚は頂いています。
  - 要望が多かったとはいえ、養殖マダイは東京湾の魚ではないし、無くて良かったと思います。
  - 動画の存在に気がつかなかった。すべてのメールにURLを貼るべき。
  - 鯛の鱗を初めて触ったのであんなに固いと思わず、怪我をしてしまいました。注意書が欲しかった。
  - レシピが同封されていたら、なお良いと思う。捌くのに夢中で、レシピまでなかなか気が回らないし、せっかくだから普段作らないようなおすすめレシピとかがあれば挑戦してみたい。
  - 寄生虫だけ怖いのですが、レーザーで焼き殺すとか、いるいないを判断するとか、そういう事前対応策は今後できないものなのでしょうか？
  - 動画のQRコードが読み込めなかったので、見るまでに苦戦しました。
  - あんなにデカイの捌くのに、どれだけ時間がかかるか、それから料理をするのかと思うと、ちょっと多いかな。
  - 手で捌く事ができる小さなお魚や貝類等があればもっと子供達も楽しめたのかなと思いました。
  - 3人家族では限界があり、新鮮なその日に食べられず、冷凍したのが悔しかったので、次があれば量を減らしても良いのではないかと思います。
  - オンライン料理教室といわれると、ZOOMなどでのリアルタイムでの配信だと勘違いしてしまう方が多いと思います^^「録画動画をお送りします」とするといいかなと思います。また、当日の説明として流れを箇条書きにすると、こちらも何をやるかわかりやすいです。例えば①録画動画をお送りします②台所の準備をしておいてください。(スプーン・料理ばさみ・牛乳パックを用意!)お魚は当日午前中に届きます③動画をみて、ご自身でさばってください。④後日アンケートに答えてください、など箇条書きに書かれるとわかりやすいと思います。頑張ってください。
  - 鯛が大き過ぎて出刃包丁必要でした
  - 少してこずったので包丁がもっと切れる物を用意しようと思いました。
  - 配達が遅れていて電話とメールを送ってしまい失礼しました。昼に出かける予定で生ものだったのでどうしようと思い、佐川に伝票番号ないですと言って聞いて、そしたら午前着になっているけど遅れてますという回答でした。きっとこの辺りの方がみんな応募していたので配達員がさばけなかったんだな、とあとで気が付きました!
  - 最初のメールで、何種類かの魚の中から2匹送ると書いてあったのに、お魚決定のメールには、4種類書いてあって、全部届くのか、そのうちの2匹届くのかかわらなかった。動画は、楽しく編集されていて面白かったのですが、魚を捌くところを何度も見ながらやりたいので、単純に捌く手順だけの動画を別に作って欲しかった。
  - 今回、無料で新鮮な魚をさばいたり食べれたのは非常に嬉しかったです。しかし、メールの文面ふざけてますね。社内メールじゃないんだから。魚の入れミスなどあったのであれば真摯に謝罪すべきでしょ。苛立ちすら感じました。気を付けましょう。
- ※ 思い違いや、意思疎通で誤解を生んだ方もいらしたようですが、ご意見をそのまま記載しています。今回は無料の料理教室でしたが、有料にする場合のヒントになるかもしれません。

## 質問



- さばいた後の片付け〜魚臭さの消臭方法を教えて欲しいです。
- 鯛の鱗って複雑になっていてなかなか取りづらかったです。手早くできる技が知りたいなあ。
- ウロコをスプーンでとるのはいいが、スズキやタイは色々な場所に飛び散って大変だった…。飛ばないコツがあれば知りたい!
- もっともっと魚捌きを上手になりたいので、三徳包丁ではなく、出刃包丁、鱗とり、骨抜きを購入したいです。おすすめはありますか。
- 普通のキッチンばさみでは魚の頭や骨を切るのは大変だったので、おすすめのキッチンばさみがあったら教えて欲しいと思います。
- ホンピノスは塩味が強いので、塩抜きの方法を知りたいです。
- 釣りにもチャレンジしたいので、オススメの釣り場も教えてほしい!
- 今後も継続して丸魚を購入したいと思う反面、東京湾の魚を具体的にどこでどのように買えるのかが分らないです。
- どんな魚に寄生虫がいて、どういうことに気をつけたいのかを知りたい。

順次、魚食普及推進センターのホームページで紹介していきます!



## ◆SNSでも盛り上がった #東京湾大感謝祭



❖ SNSでも盛り上がった #東京湾大感謝祭



❖ ありがとう鯛！ 感謝の言葉を直接メール

お魚の手配、大変な労力だったと思います。ありがとうございました。とても立派なお魚たちが、本日届きました。3時間ほどかけて、息子となんとか捌く作業が完了。その後調理に入りました。6時頃から、ドイツ赴任中の主人と初のオンライン飲み会開催。家族で楽しい時間を持てました。感謝・感謝です!!



魚を捌いたことがないのですが、素人ながら届いた瞬間的に、どう考えても生食、刺身だろうと思ひ、色々調べながら捌いてみました。結果、日本海出身の魚にうるさい妻「全然生臭くない！すごく美味しい！」捌くのを手伝った長男「イナダめっちゃうめー」マグロしか食べない長女「全部おいし〜」応募した私、涙が出るほど感動しました！

ただ、色々動画を見て、魚を捌くのが簡単そうだな〜と思っていましたが、いざやってみたら思っていた以上に苦戦しました。次はもっと上手く捌いてやる！倍返しだ！と思いつつ、めちゃくちゃ美味しくいただきました！また、お魚スープも気絶するぐらい美味しかったdeath!

魚達が無事届き、その量の多さに驚きながらも夫がメインで娘と息子も骨取りなど協力しながら動画予習後4尾捌きました。スズキの口の中は歯がこんな風に並んでるんだーや、髪の毛が鯛の鱗だらけになり笑い合ったり、とても有意義な時間を家族で過ごしました。鯛の刺身、スズキの刺身、イナダの刺身、スズキのアクアパッツァ、鯛飯でいただきました。イナダは身に弾力がありとても美味しかったです。アクアパッツァもスズキの身がふっくらしていて皮までペロリでした。鯛飯も箸が止まらなくなります。子供達にも私達大人にもとてもいい経験になりました。今後スーパーでも鱗がない魚(笑)はお頭付きで買おうかなと前向きになりました！



新鮮なお魚ありがとうございました！届いた魚に息子(小3)大興奮！今日は僕がさばく！長時間頑張りました。

13:00 まずは、箱をあけて魚の観察兼レシピ検索。塩焼きだけじゃつまらないから～と各自食べたいものをあ～だ、こ～だと話し合い。スズキからスタート。半身は塩焼き、半身はホンビノス貝とアクアパツツアに鱈とり～内臓とり～3枚おろし～初めてにしては上手にできました。

14:30 おろした所で母の力が働き、アクアパツツアを調理、できあがるとすぐに食べ始める。塩焼きはグリルであつという間に完成。同時進行で息子と父が鯖とイナダにとりかかる。鯖は大名おろしで冷凍保存→後日、味噌煮予定。イナダは取り急ぎ内臓と頭をとって、冷蔵庫。この後 刺身？焼き物？焼き魚をしわりしわりと食べ続ける妹ちゃん。おやつ代わりのスズキ。スズキ完食。

15:30 鯛は半身がお刺身、半身は塩焼き頭は煮付けにしようと思鯛は鱈取りに苦戦。シंकが…大変なことに(汗)頭が切り落とせない～。力が足りない。父の力で、3枚おろし。焼き魚、煮付、刺身、あら汁に変身～鯛三昧！

17:30 すべての調理が完了して早めの夕食。魚の目玉好きの妹ちゃん煮魚最高！とパクパクスズキの時からずつつまみ食いを続けていた。

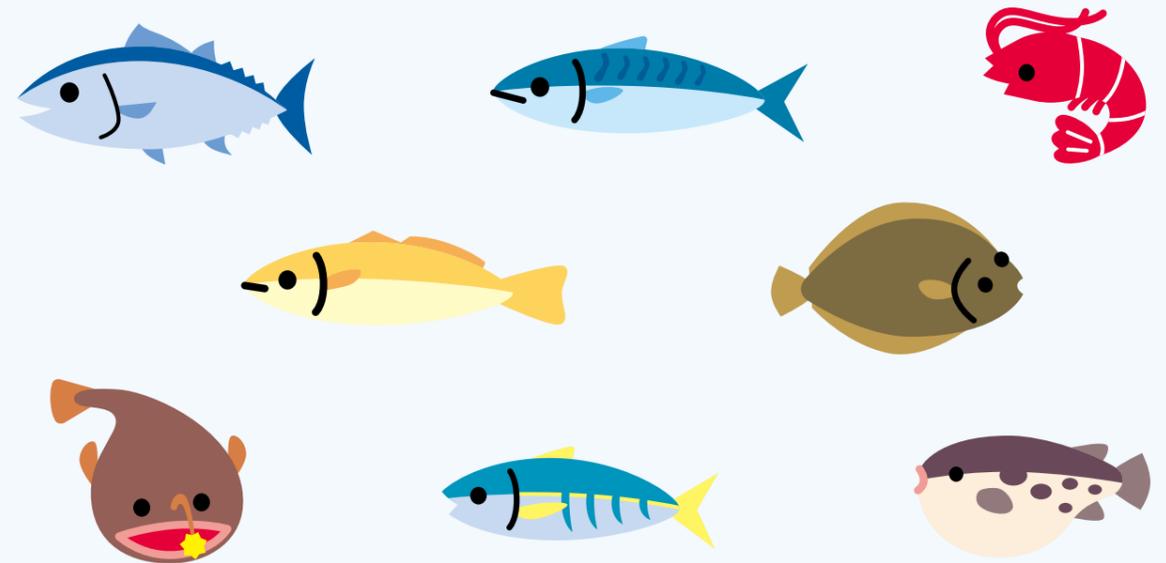
食後 イナダを忘れていた！母はお刺身が食べたかったのに…すでにお腹いっぱい。…冷凍保存となりました。捌くの大変でしたがとても楽しかったです。これから台所の掃除が始まります…。母の力はまだ続く(笑)

このたびは楽しい企画をありがとうございました。お魚全部家族で美味しくいただきました。たくさん届いてびっくり！小学4年のこどもが大喜びでさかなをさばきました^^

その様子をYouTubeにあげましたので、見ていただけたらうれしいです。  
<https://youtu.be/zDvQfnn5gtY>



## 「東京湾」「江戸前」について



# 1. 「東京湾」、「江戸前」とは？

「東京湾」と「江戸前」。どちらの言葉のイメージが良いですか？ この教室を開催する事前のアンケートでは、「江戸前」という言葉のほうが、「東京湾」よりもかなりイメージがいいようです。特に魚については、「東京湾」だと明らかにマイナスイメージだとわかりました。

2005年に水産庁が定めた「江戸前」とは、三浦半島の先端の剣崎と房総半島の洲崎を結んだ境界までを「東京湾」と呼び、東京湾で漁獲された魚を江戸前の魚と呼ぶという定義で、「東京湾=江戸前」なのです！

江戸前の魚といえば、魚だと、タイをはじめ、アジ、マサバ、マイワシ。そして漁獲量は東京湾が一番多いスズキ。スズキがよくとれるということは、エサになる小魚が多いことがわかります。魚が暮らしやすい豊かな海ということですね。貝は、アサリや「江戸前ブランド」として知名度が上がっているホンビノスガイ。

東京湾は「汚れている」、「にごっている」という印象になりがちですが、実は、そのにごり、よ〜く見るとプランクトンやミネラルなどで、魚のエサ(栄養)になるのです。干潟もドロドロしているけれど、汚れているわけではありません。にごりと汚染は違うんです。干潟・浅瀬はたくさんの小魚の産卵場で、底に暮らす貝や海苔は海の浄化槽の役割を担い、まさに東京湾は多くの命を育むゆりかご。豊かな海なのです。

確かに1960年代～1970年代、高度経済成長期に工場地帯が増加し、工場排水により東京湾は汚染されました。しかし、科学技術の進歩と排出規制の強化により、東京湾は現在、本来の姿を戻しつつあります。

逆に排出規制が厳しすぎることで、海苔やプランクトンの栄養になる栄養塩も取り除かれて、海に流れなくなり、海が痩せたと漁師さんたちがグチを言うほどです。

にごりのない澄んだ海を目指すのではなく、栄養も生物もたくさんいる豊かな海、それが東京湾の目指す姿です！

自然が守られることで、東京湾がおいしい魚の供給源として機能し、おいしい江戸前の魚を食べることができます。

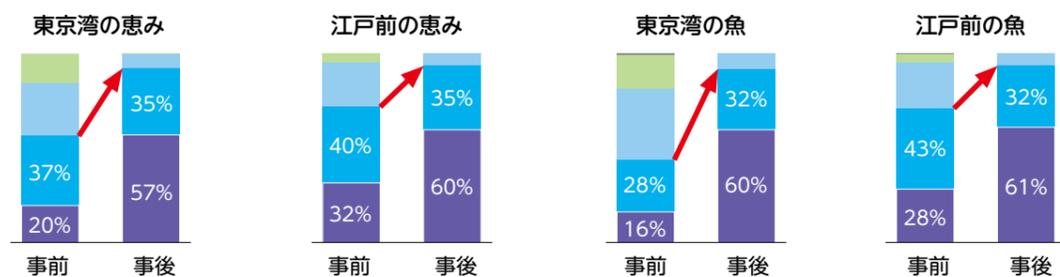
東京湾は千葉県、東京都、神奈川県に広がります。近くに住んでいる方は、ぜひ自然の遊び場を満喫してください。

## 事前と事後アンケート回答

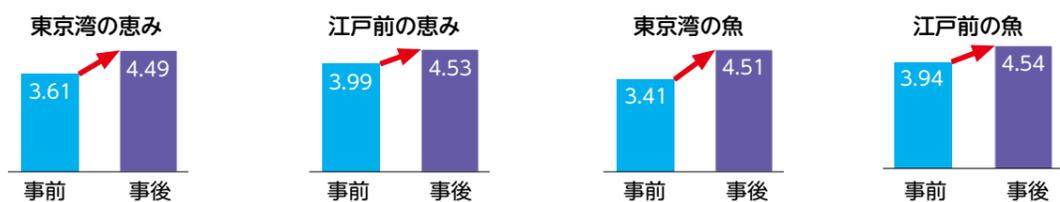
動画を見る前後で「東京湾」と「江戸前」のイメージを聞きました。(回答/前:735件、後:370件)

### イメージを教えてください

■ とてもよい ■ よい ■ ふつう ■ わるい ■ とてもわるい



### 5段階評価の平均点の推移(とてもよい:5、よい:4、ふつう:3、わるい:2、とてもわるい:1)

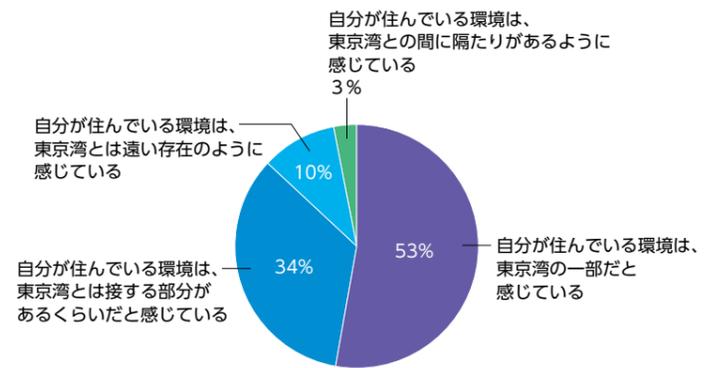


料理教室実施後、実施前に比べて江戸前=東京湾であることが理解され、さらにイメージもよくなりました。江戸前ブランド育成PTとして、正確な情報を伝えることができました。

# 2. 「東京湾」「江戸前」に関するアンケート結果について(事前アンケートより)



① ご自身が住んでいる環境と東京湾がどのような関係にあると感じていますか？距離などの物理的な位置関係ではなく、ご自身が感じている位置関係のイメージに近いものを教えてください。(選択)(回答:735件)



② 「東京湾の恵み・価値」から連想される言葉は何ですか？単語、単語のまとめ、文章、なんでもよいので、なるべくたくさん教えてください。

回答は主に「新鮮(フレッシュ)」、「おいしい」、「ブランド」、「環境」、「土地からのイメージ」、「魚や料理」、「テレビなどからの印象」の 카테고リーに大きく分類されます。以下、主な回答を抜粋しました。※「イメージ」です。

### 【新鮮(フレッシュ)】

- ・冷凍せずにとれたてを食べられそう。実は美味しいお魚が泳いでいそう。
- ・実は様々な種類の魚があり、近くで食べられている。そのため新鮮！
- ・正真正銘都会の台所！！ ・豊富な魚介類、都心に近いから新鮮！
- ・いろんな地方から新鮮な食料が届く。
- ・生きの良い魚介類！ぐるり公園で、釣り人が楽しんでいる風景を見て、東京湾への親しみがより湧いてきました。

### 【おいしい】

- ・東京湾には価値あるおいしい魚介類が豊富にある。東京ならではの産地直送。
- ・海が汚そう、だが、豊洲市場の魚は非常に美味しい。
- ・魚種の豊富さ。魚の美味しさ。都心から近く、海を感じられる。
- ・他の内湾に比べて魚が太っていること。豊穡。
- ・大都市東京の台所。長い事東京の胃袋を満たしてきた大切な東京湾だと思います。目の前の魚を新鮮うちに食す、それはとても価値あることですね。

②「東京湾の恵み・価値」から連想される言葉(続き) ※「イメージ」です。

【漁場】

- ・日本一！高い！高級！豊富！たくさんの種類が集まっているので、とても魅力的です。
- ・東京湾は江戸時代から埋立をしながら、漁をして江戸前寿司や海苔の養殖をしてきました。地域住民と密接に関わってきた歴史を感じます。
- ・魚種は他の地域より豊富。昔と違って水質も良くなって魚の味も上がってきている印象。流通も良いので高級魚。
- ・漁港としては、地産地消、歴史ある漁港、江戸前など。価値という面では、漁港というより、不動産価値の高い場所、工業、観光が栄えている場所というイメージ。
- ・栄養豊富な環境で育った魚が多い。魚類、貝類の種類が多いイメージ。東京湾産というブランドイメージがある。
- ・都心に近いが、昔から恵まれた漁場が近くにある。湾の特有さで、海苔や貝類、魚、鳥類などにとって重要な場所。

【ブランド】

単語としては、「江戸前」、「江戸前寿司」の回答が多く挙がりました。

- ・東京湾はあまり魚がないので希少で高価、寿司屋などで買い占められて、一般の家庭では食せないイメージです。
- ・江戸前穴子など、江戸前というブランドに価値がある印象。
- ・東京湾と聞くとアーバンなイメージであり魚のイメージがないが、江戸前と聞くと寿司、魚のイメージ。江戸前にしかない魚がいそうな特別なイメージ。
- ・江戸時代から江戸前の幸の源というイメージ。江戸前のアサリと深川飯。コハダ、アナゴ、スズキ、ハゼ、キスなど、江戸前寿司ならではの海の幸が豊富。東京湾は東京大湊谷があり、ミツクリザメやラブカなどの希少価値の高い深海ザメに代表される深海魚の宝庫。最近はタチウオが釣り客を喜ばせている。今年はやたらとタコが豊漁。
- ・昔から受け継がれてきた伝統の味。職人の技。和食。新鮮。佃煮。海苔。
- ・都心のすぐ近くで獲れる様々な美味しい魚、貝などの海産物は、東京の誇れる名産品だと思う。

【環境系(ポジティブ)】

- ・環境改善、水質向上、コンクリートの護岸が多すぎ、都民の宝、未来の人々への大切な遺産。
- ・東京湾は、湾奥から沖の瀬までかなり広く、最近は海も綺麗になり色々な魚が住んでいるので大変興味深いです。
- ・東京でもっとも自然の魅力を感じられる、もっと良くなるポテンシャルのある魅力、実はエイもいる恵みの海。
- ・海、東京の海、東京の魚、キレイになってきている、みんなの海、これからの海、ずっとある海。
- ・東京駅などターミナルから近いのにリゾート感があります。昔は海苔などの養殖もさかんだったようで、ぜひ海苔や牡蠣など、養殖復活も応援したいです。また、子育て世代としては子供たちが泳げる東京湾も憧れます。水質の確保が食品としての魚介類にもよい影響を与えると信じています。都民として、できるだけことを応援したいです。
- ・魚介類、江戸前寿司！昔は汚い海のイメージがありましたが、テレビなどで見ているときれいな海にしかない魚が沢山いるとのこと。ぜひ食べてみたいと思いました。

【環境系(ネガティブ)】

- ・水質があまり良くないため、居着きの魚はあまり美味しくないイメージ。
- ・海産物などを想像しますが、鮮度はあまり良くないイメージ。水質があまり良くないというイメージなので、泳いでいる魚も汚れているというイメージが強い。
- ・豊洲に在住ですが、ヘドロ、悪臭のイメージ。普通は青系のはず。色は、茶色。運河を毎日見ると、そう思う。
- ・どうしても海洋汚染のイメージが払拭できない。生活用水が今でも東京湾に垂れ流されているとか、沢山の船が往来しそこからの排水や油で汚染されているのではないかと不安になる。
- ・汚い、価値は低い、きれいな海に戻ってほしい、だからゴミを捨てない、汚水を流さない、と環境について考えるきっかけになるような汚さ。
- ・東京湾イコールオリンピックで問題になったお台場周辺の汚水が混ざった印象で、食べられるの？

【魚の名前】

- 1位：アナゴ(20%)、2位：アジ(10%)、3位：アサリ、ノリ(7%)、4位：ハゼ(6%)、5位：スズキ(5%)  
6位：タコ、7位：イワシ、コハダ、8位：カイ、サバ、シャコ、タチウオ、ホンビノスガイ、9位：キス、ハマグリ  
10位：キンメダイ、コノシロ、タイ  
以下、アオヤギ、イシモチ、ウナギ、エイ、エビ、オコゼ、カニ、クロダイ、シジミ、シーバス、ショウサイフグ、シラス、シロギス、シンコ、スマイカ、トラフグ、ヒラメ、フグ、ボラ、メバル、ワカメ (回答数：202)

【地名】

有明、お台場、銀座、東京湾、築地、築地市場、豊洲、豊洲市場、深川、船橋

【メディア、タレント】

「鉄腕DASH」を見てイメージが変わったという意見が多数見られました。

キーワード：鉄腕DASH、TOKIO

- ・水質改善によって、魚の種類や漁獲量などが回復していると感じています。鉄腕ダッシュで見ました。もって水が汚くて魚もあまりいないイメージだったので、イメージが変わりました。
- ・隠れた魚の宝庫、実は海産物に恵まれている、TV番組「鉄腕ダッシュ」で東京湾の魚について意識しました。
- ・最近は東京湾が綺麗になっていて、沢山の魚がいるとききます。せっかく東京都に住んでいるので、東京湾のお魚をもっと食べてみたいです！鉄腕ダッシュというテレビ番組で観るとすごく豊かなイメージ。
- ・水質が改善している。鉄腕DASHでよくロケしている。

※安心・安全へのマイナスイメージが散見されたため、動画のシナリオで、「にごりと汚染は違う」こと、過去の重金属汚染の話盛り込みきつかけとなりました。



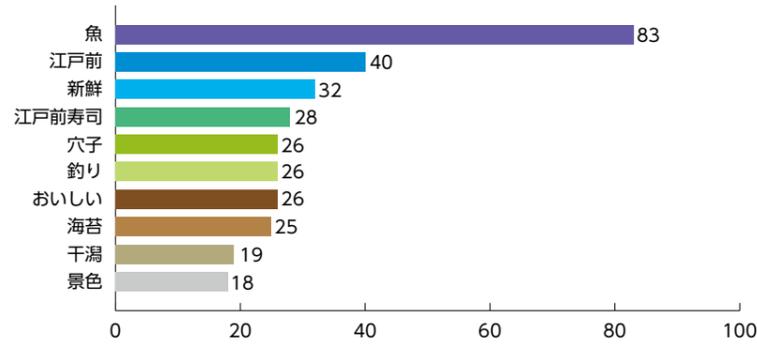
日本国内ダイオキシン排出量：1997年に8000g-TEQ/年→令和2年100 g-TEQ/年(環境省「ダイオキシン類の排出類の目録について」)  
日本国内の水銀利用量：昭和39年2500トン→令和2年8トン程度(経済産業省「水銀に関する国内外の状況」)  
と、国内のダイオキシン排出量や水銀の利用量は、人類の技術と知恵で大幅減少！  
イメージではなく、きちんと事実を知り、魚が安全であることも知っていただきたい！  
水銀については、妊婦さんはちょっとだけ注意が必要なので「ココ↓」を見てください。

[https://osakana.suisankai.or.jp/health\\_safe/2385](https://osakana.suisankai.or.jp/health_safe/2385)



③ あなたはどのような時に「東京湾」を見たり、聞いたり、意識したり、身近に感じたりしますか？単語、単語のまとめり、文章、なんでもよいので、なるべくたくさん教えてください。(複数回答・自由回答)

〈キーワード〉



自然：17、築地：17、豊洲市場：17、船：17、身近：16、地産地消：16、東京：16、都会：15、潮干狩り：15、屋形船：14、花火：14、伝統：14、綺麗：13、貝：12、貴重：12、豊洲：11、高級：10、アサリ：10、レインボーブリッジ：10、湾岸：10、高い：10、歴史：9、希少：9、水質：9、お台場：8、佃煮：8、天ぷら：7、海の幸：7、ブランド：7、築地市場：6、観光：5、汚染：5、恵み：5、公園：5、観光：5、キラキラ：4、タワーマンション：4、癒し：4、千葉：4、銀座：4、深川飯：4、汚れた：4、マンション：4、高価：3、クルーズ：3、文化：3、深海：3、埋め立て：3、栄養：3、豊富：3、グルメ：3、アクアライン：3、養殖：3、水上バス：3、羽田：3、心配：3、生態系：2、高品質：2、うなぎ：2、粋：2、人工：2、くると公園：2、ららぽーと豊洲：2、海ほたる：2、匂：2、活気：2

〈ポジティブな印象〉

- ・一般人がアクセスできる船が多く、子どもを連れた乗船体験のハードルが低い、都心住まいでも得られる解放感。
- ・これからずっと東京湾の見える場所に住みたいと思っています！
- ・東京湾はたくさんのお魚がいるので、いつか大きい魚を釣ってみ鯛です。
- ・東京湾の恵み→魚などが豊富→水産業に活気がある→店頭・ネットで種類豊富に販売→消費者が買いやすい。魚を食べれて健康維持できる。東京湾の恵み→水がきれい。魚なども健康で味も美味しい。魚が豊富。東京湾の魚が美味しいと世界にアピールできる。
- ・[東京湾]の恵の言葉では、すんなり魚を連想できます。東京湾には豊富な種類の魚がいて自然豊かなことを連想できるのですが、そこに、[価値]という言葉が入ると、商業的なイメージを連想しました。この場合の[価値]とは魚が豊富にとれる価値なのか、ちょっとわかりづらかったです。
- ・昔は東京湾の魚はなんとなく臭いと聞いた気がしましたが、今はテレビ番組の影響を受け、高級魚がたくさんのおいしい魚もたくさんいるというイメージです。ですが、東京湾産の魚が売ってるのをあまり見たことがありません。もしかしたら見逃しているだけかもしれませんが食べてみたいのに売ってない、そんなイメージです。
- ・地図で見ると広大な海に驚いた。スーパーで東京湾産見かけると種類も豊富な魚達にも驚いています。

〈ネガティブな目線〉

- ・正直、あまり、いい印象がないです。ホントに食べれる魚はいるの？だけど、江戸前寿司は大好き。
- ・地産のものをいただきたいとおもっていますが、お高いとか、環境汚染なども気になる所です。
- ・そもそも東京湾の恵があるのかどうか？を知らない。何処で水揚げされているのか？を知らない。だから価値という概念がない。もしも恵があるということが知れたらそれはとてもラッキーなことだと思う。東京湾で水揚げされる水産物が美味しいと想像できない。
- ・景色としては良いが、魚が美味しいといったイメージはあまりない。
- ・連想するものがない。東京湾の恵み・価値を教えてください！くらいです。
- ・あまり東京湾にめぐみがある様な認識はなく、産地としての認知は弱い気がします。(すみません)港湾、物流船が行き来しているイメージが強いです。

④ あなたは、「江戸前水産物」(東京湾でとれた水産物)という言葉から、どんなことを連想しますか？単語、単語のまとめり、文章、なんでもよいので、なるべくたくさん教えてください。

【フレッシュ】

- (単語) 新鮮、鮮度がいい、とれたて、生きがいい
- (文章) 江戸前、という響きに慣れ親しんでいるので、新鮮で美味しそうだな、とイメージします。
- ・東京湾の恵みと言われるという印象を受けませんが、「江戸前」という言葉を使うと昔のキレイな海を連想して、活きの良い魚を連想します。
  - ・新鮮度が高く値打ちがある高級食材のイメージがある。
  - ・魚介類は高級品で加工をするよりは、新鮮に出荷するイメージ。穴子やしやこなど養殖しているイメージのない魚が捕れる場所。
  - ・いきが良い。江戸っ子の味。とれたてですぐ食べる。
  - ・活きがよく、新鮮、街の活気や行き交う人の元気の良さ、地元でとれる水産物で育つ子供の笑顔。

【おいしい】

- (単語) おいしい、美味
- (文章) 江戸前寿司という言葉が一般的に認知されているので江戸前水産には美味しいイメージがあります。多くの人が求める、質の良い水産物。
- ・江戸前=老舗の寿司屋のイメージです。江戸前という言葉だけで美味しい魚をイメージできるので、「江戸前水産物」と聞くと美味しそうに感じます。
  - ・純粋に美味しそう〜!と思います。あとは高級!東京湾産の魚を見たことがないので手に入りにくいのかな?と勝手に思っています……
  - ・江戸前水産物も、東京湾の恵みと同義語だと思いますが、なぜか江戸前という言葉の方が、グルメな感じがします。食材としてもおいしそうに感じます。
  - ・東京湾でとれた水産物はあまり良いイメージがないが(水が汚い印象が強い)、江戸前水産物ときくとイメージは変わります。江戸前寿司=美味しいというイメージがあるので、「江戸前」という言葉からは美味しい魚のイメージが連想されます。

【地産地消】

- (単語) 地産地消、身近、都心、地元、近く、近場、東京湾
- (文章) 東京の人間が1番身近に食べる事ができる海産物。
- ・地産地消です。地元で捕れた魚を調理して食すというのは最高の贅沢だと感じます。昔からの伝統を感じます。
  - ・近い場所でとれているから鮮度がいい、無凍結。
  - ・スズキが跳ねているのを見たり、ハゼを釣っている人がいるので、その度、江戸前と思う。
  - ・地産地消。世界に向けたブランドになって欲しい。
  - ・東京に住んでいるので、自分たちの地域でとれた魚という感覚です。他の地域の魚と東京湾の魚があったら東京湾をえらびます。
  - ・築地や豊洲市場にいくと東京湾でとれた水産物に会えるけど、普段の買い物では認識があまりされない。

【めぐみ】

- (単語) 海の恵み、豊かさ、たくさん、豊か、資源
- (文章) 実は色々な種類の水産物がとれる。
- ・東京に限らず、千葉、神奈川も含め、海の幸が豊富な豊かな海だと感じている。

【ブランド】

- (単語) 東京ブランド、東京、ブランド力、江戸前ブランド、おし

やれ、東京産、老舗

- (文章) 都会の近くにあるのにブランドになっているのが凄い。昔からあるブランドなのでとても美味しいものなのかな?と想像します。
- ・希少価値、高いブランド力、老舗が使う最高級品、世界で戦えるブランド。
  - ・東京湾で捕れたものだと自慢したいくらいスゴイところ。
- 【伝統】
- (単語) 伝統、歴史、昔ながら、老舗、信頼、文化、江戸時代、江戸前、江戸っ子
- (文章) 昔ながらの…というイメージ。個人的に、江戸前という言葉よりも、東京湾でとれたという言葉の方が鮮度の良さをイメージさせる。
- ・昔ながらの恵み、意外に豊富、ちょっと高級な感じ。
  - ・江戸前水産物は歴史や文化を感じます。
  - ・江戸前という響きから、伝統的な、由緒ただし、という言葉イメージ。
  - ・昔ながらの知恵と技が受け継がれる土壌。
  - ・東京湾という海は都会に汚されてることをありありとイメージするけど、江戸という言葉が昔ながらの雰囲気を感じ、昔の良き時代を受け継いでいるようなイメージを吹き込む。

【職人気質】

- (単語) 漁師、こだわり、丁寧、職人、寿司、粋、技、江戸っ子、活気
- (文章) 品質にこだわって処理を丁寧にしている印象です。
- ・東京湾と聞くよりイメージが良い、江戸前寿司や職人を連想させ、新鮮で技がきいているイメージを受ける。
  - ・お寿司屋さんに江戸前は一手間と技術をかけてお客様にお出ししていると教えてもらいました。

【ハイレベル】

- (単語) 高級(感)、敷居が高い、銀座、寿司屋、寿司、贅沢、粋
- (文章) 寿司屋天ぷらなど高級品として利用する、品質が高いかはよくわからないが、高付加価値なもの、観光価格。
- ・値段の高い寿司、マナーにうるさい寿司屋の店主。
  - ・高級でなかなか手に入らない。大衆魚というよりは高級魚。お鮎やさんや割烹、料亭で出てきそうなイメージ。
  - ・高いだろう、滅多にない、一般には流通してない。

【貴重】

- (単語) 貴重、希少価値、意外性、高品質
- (文章) 意外性。一般人では手に入る機会が少ない。
- ・今となっては貴重なもの。スーパーなどでは手に入らない。高価。
  - ・東京湾での収穫はあまりイメージ出来ず、その水産物は大変貴重な存在と思える。

【レガシー】

- (文章) これからも守っていく必要がある。
- ・伝統もあり現代も残していきたい魚介類がたくさんある。
  - ・文化として継承する。

【好奇心】

- (文章) 食べたことがないので食べたい。近場の魚は気になる。
- ・こんなものも採れるのかという驚き。

- ・思った以上に海の幸が豊富なイメージがある。

#### 【環境】

- (文章) 近年は東京湾の水質が良くなり、江戸前水産物のブランド価値も上がっているという印象を持っています。
- ・ 都会の中の自然の恵み。貴重な水資源。水が少し汚れていそうなイメージはあります。
  - ・ 意外に自然が豊か、いろんな種類の魚介類が獲れる。

#### 【イベント】

- (単語) 屋形船、潮干狩り、BBQ

#### 【メディア】

- (単語) 鉄腕DASH、ダッシュ海岸

- (文章) かなり綺麗ではないと思っていたが、テレビの鉄腕DASHなどで見て、魚も沢山いるので少し見方が変わった。

#### 【魚介類】

- (単語) 穴子：149、アサリ：68、海苔：54、スズキ：28、ハゼ：28、アジ：26、コハダ：20、うなぎ：15、貝：14、鯛：10、キス：10、ホンビノス貝：9、シャコ：9、ハマグリ：8、タコ：7、タチウオ：5、ヒラメ：4、イワシ：4、ドジョウ：4、サバ：4、マゴチ：4、イカ：3、白魚：3、マグロ：3、メゴチ：2、金目鯛：2、フグ：2、ボラ：2

- (文章) 羽田の穴子など、ずっとつづいてほしい名物がたくさんある。なかでも、海苔の養殖の復活を応援したいです。
- ・ 海苔や貝類も思い付く。近場でとれる新鮮な水産物。
  - ・ 秋のハゼは旨い。旬のスズキを美味しく料理したいなあ。
  - ・ 何気にスズキの漁獲多い。
  - ・ 新鮮な小さめの魚(コハダ、アナゴなど)を連想する。高級感がある。
  - ・ 東京湾の恵みでおもてなし、東京湾を代表する味覚といえばアナゴ。
  - ・ 底引き網等で漁獲されるシャコ、イシガレイ、マコガレイ、タチウオ、イシガレイ、シログチ、マアナゴ、マゴチや、釣りで楽しむマハゼ、シログチ、スズキ。潮干狩りでのアサリたち。内湾性の魚介類。

#### 【料理】

- (単語) 寿司：130、江戸前寿司：68、天ぷら：24、佃煮：19、深川飯：14、海苔：6、刺身：2、干物：1

- (文章) 江戸前寿司になりそう。穴子のタレを想像します。
- ・ 江戸前と聞くと寿司や、光物のイメージがわく。
  - ・ 江戸前寿司。穴子やシャコなどの江戸前の食材を使った、老舗の天ぷら屋さんやお寿司屋さんをイメージします。
  - ・ 季節になるとハゼ釣りをしている船も見かけるので、ハゼの天ぷらもイメージしました。
  - ・ 寿司、天ぷら、深川めし、大都市で単身男性が多かった江戸はファストフードとしての寿司や天ぷらの発展があり江戸前の食文化に想いを馳せる。
  - ・ 江戸前鮎。最近では、映え狙いや、手をかけた寿司ネタが多いが、江戸前鮎は本来はシンプルでは？

#### 【地名】

- (単語) 豊洲市場：32、築地：18、築地市場：6、豊洲：6、下町：4、銀座：1、月島：1、じろう：1、すし大：1、東京江戸博物館：1、品川：1、深川：1、東京都：1、すきやばし太郎：1

#### 【マイナスイメージ】

- (文章) 水の色からあまり美味しそうなイメージを連想できない。
- ・ あまり魚がとれなさそう、汚染は大丈夫だろうか。
  - ・ 運河が近いので、あまり新鮮なイメージはありません。

- ・ 水質汚染、ヘドロ、美味しくない。
- ・ あまり美味しくなさそう、貝はいなさそう、不純物をたくさん食べた魚がいそう、種類が少なそう。
- ・ 都会のため、あまり魚にとって良い環境ではないのかな。
- ・ 東京都の部分は埋め立て地のイメージが強く、魚介類は汚染されてないかと心配です。特に浅利などの貝類については、潮干狩りしたいとは思いません。
- ・ ヤツメウナギなどダイオキシン濃度が高い魚が多そう。食べても体に影響は無さそうだが、あまり子どもには食べさせたくないかもしれない。
- ・ あまりよいイメージはない。東京湾の食文化、歴史や水質向上に関してそれなりに知識は得てますし、昔より水質向上した事を肌で感じてみます。ただ日本中の綺麗な海を見せようと、東京湾の水質が良くなったとは言っても、まだ綺麗とは言い切れないし、見た目の差(透明度)も感じます。また、東京湾奥と湾口部の差も感じます。
- ・ 「江戸前」という言葉を使うところはわざとらしいというかあざとい感じがして、私は逆に嫌です。売り手の「江戸前」っていつとけばウケてると思っている安直さが嫌い。
- ・ 何が名物かわからない。
- ・ 江戸前と聞いても昔ほど有り難みが感じられない。

#### 【クエスチョン】

- ・ 昔はもっと獲れたのではないが、水質は本当に十分回復したのか、持続可能な漁業資源は確保できているのか。
- ・ 何処から来たのか?都会で育ったの?都会に迷い込んだ?もしやアナタは正真正銘の都会っ魚?!
- ・ 何処までが江戸前?
- ・ どんな魚が獲れるの?もっと知りたい!
- ・ どんなものを食べているのだろうか?
- ・ 水質は良いのだろうか?
- ・ そもそも江戸前って何だろうという疑問。水産物という言葉が堅い、美味しそうなイメージが湧かない、魚介類ではダメ!?
- ・ 水が汚いけど食べても大丈夫?

#### 【その他】

- (文章) さかなくんを思い出します。
- ・ 東京湾でとれた水産物を言い方を変えて、江戸前、と付いた方がおいしく感じる、限られた種類の魚の事を指してるイメージ。
  - ・ あまり見たことがないのでどんな感じが気になる。
  - ・ 種類が少なく、他の有名漁港に比べてコレ!っていう代表物が無いイメージだけど、実は沢山あって、もっと多くの人にアピールするべきだと思います。
  - ・ 決して悪いものではないだろうが、何となくのイメージで大丈夫かなと一瞬思ってしまう。正しい知識が欲しい。
  - ・ 養殖に近いものかもしれない、あまり良いイメージがない、かといって悪いイメージでもない、情報があまりないと言う気持ち。

#### ⑤「江戸前水産物」(東京湾でとれた水産物)に関するご意見をお聞かせください。

期待、不満、なんでもよいので、自由にお書きください。

#### 【親近感】

- ・ 東京にずっと住んでいますので、身近に感じます。食卓でも新鮮に食べられる感じがです。大好きです。
- ・ 安心して頂ける魚が身近にいと、嬉しいのです。
- ・ 美味しい海産物が都会の近くでとれるのが嬉しいことです。

#### 【安心】

- ・ 都心でも新鮮な魚介類が食べられるイメージがあります。
- ・ 水質も改善され美味しい魚介類が捕れる。
- ・ 鉄腕ダッシュで東京湾がきれいになってきている、いろいろな生き物が戻ってきているということを知ると嬉しくなります。
- ・ 住む前は、水質汚染は大丈夫かなと不安でしたが、散歩コースで海水をみると、魚が泳いでいるのが見えて、安心しました。
- ・ 江戸川河口など食用に心配な地域もまだありますが、千葉や神奈川より海はとて綺麗で安心して食せる。魚介類も美味しい。

#### 【前向き】

- ・ 品質が悪いと思う人が多いかもしれないが、最近では実はそうでもなく、むしろおいしく豊かになってきていると思っています。
- ・ 入り江なので本来は魚介類が豊富だったのが私が子供の頃は高度成長期で最も汚れている時期でした。そのため、イメージはあまりよくなかったのですが最近ではテレビ番組でもやっていますがとてもきれいになっているという事で良いイメージが変わり、地産地消からも江戸前産をこれからもっと食べていきたいと思っています。
- ・ 少し沖に出ると、綺麗な海でした。このままの自然を保っていただけたいと思います。環境保護は一人一人の小さな気持ちからかな。
- ・ 昔は東京湾の水質がとても悪くて、数十年かけて元の環境に戻したと聞いたことがあります。今では東京湾でとれるお魚たちは本当に質の良いもので種類も豊富になって。人の手で汚してしまったけれども、人の手で頑張って戻し、そこで獲れた水産物を食べるのは感慨深いです。
- ・ 地産地消という言葉があるように、自分も身近に感じているこの東京湾で、美味しいお魚がとれて、それを美味しく楽しむことができたらいいなと思います。小1の息子が釣りをしたい!と言っているので、自分でとって食べられたら最高ですね。
- ・ 東京湾には魚がいらないのではないかと、というイメージに反して多くの魚が釣れている。

#### 【期待】

- ・ もっと色々な魚が捕れるようになる漁場ができて、且つ、海苔の復活を期待したいです。
- ・ とれたてのお魚を輸送する必要がなく市場にすぐおろされるので新鮮なお魚に期待!
- ・ 下水の進化で、江戸前の魚も復活傾向ですが、ますます美味しい魚が獲れるようになることを祈ります。
- ・ 環境を整え、これからも大切に守り、未永く引き継がれて欲しい。
- ・ 豊洲市場を要にコロナに負けず乗り越えて、発展し続けて欲しい。
- ・ 観光の代表、これからもっと有名になってほしい!
- ・ ブランド力が上がってくることを期待します。

#### 【好奇心】

- ・ イメージがなく、どういうものがとれるのか純粋に興味がある。
- ・ 産地を気にしたことがなかったのですが、東京湾沿岸に住んでいるので近くでとれた魚はどんな感じが気になります。臭くないかなど不安はありますがぜひ食べてみたいです。
- ・ 東京はなんでもあるけど、特産物ってあまり知らない。自分たち

の町の特産物を知ることで、土地に愛着が持てそう。

- ・ 今現在の海のキレイさがよくわからず、江戸前水産物?おいしいの?と思ってしまうが、知りもしないで怖がりたくないで、きちんと知ってみたいです。
- ・ 江戸前の魚を買うチャンスはあまりない。自分で魚を捌けるようになれば、チャンスも広がるかも知れない。

#### 【気がかり】

- ・ もう綺麗になったよね。たくさん食べたいけど、チョッと気になる。
- ・ 時々貝殻拾いをしますが、お台場や葛西だとあまり種類がない。やっぱり汚染で生物層が限られているのかなと思います。
- ・ 目黒川などの下水がそのまま東京湾に流れて来る時があるのでそれが水産物にどういった影響を与えているのか気になる。
- ・ 輸送が短い分イキが良く新鮮、同時に東京湾ってきれいなのかな、そこの魚どうなのかなって心配な面も。
- ・ 夫が釣りをしているが、最近、全然釣れないと嘆いている。コロナの緊急事態宣言直後は、多少釣れたが、その後は釣れない。経済活動があると海が汚れてしまうのではないかと感じる。

#### 【不安】

- ・ 都会に隣接しているので、汚染とかに不安はあります。
- ・ 水質などのイメージがどうしてもあまりよくないため、おいしさという面では、どうか考えてしまうところがある。ただ、東京に住んでいて、東京湾でとれたものを食すのは、地産地消という意味でもよいと感じる。
- ・ 漁獲量が減少しているイメージ。
- ・ 臭いイメージ。食べるならなるべく沖で釣ったものを食べたい。
- ・ かつてよりは綺麗になったとは思いますが、東京オリンピックの際にも言われていたように、大腸菌が多く繁殖しているとの話も聞きますし、かつての重金属が流れているとの話も聞きますし、正直少々不安です。

#### 【不満】

- (環境について)
- ・ イメージ的に安全面のアピールが足りない。
  - ・ 温暖化や外来種などで、数や種類が減少していること、海苔や佃煮などの消費減少や作り手不足。
  - ・ あまり綺麗なイメージはなく、美味しそうな海産物のイメージもない。知らないことが多いため、改めてその良さを知りたい。

#### (流通について)

- ・ 流通量が少ない。
- ・ スーパーに売っていないので買えない。値段が高い。
- ・ 江戸前の魚を食べる機会がないため、もっと手軽に手に入れることができると嬉しいです。
- ・ どんな魚がいるのか、安全か、おいしいのかなど情報がない。ブランドイメージが市場にないと思う。
- ・ 地方なら地魚は安くで珍しい地元しか流通しない魚がよくあるのですが、そのような魚が無いように感じます。
- ・ ブランディングがそこまで進んでいないかも。

#### (飲食店について)

- ・ 価格に価値をつけるのはよいことだが、鮮度のよくないものでも提供する飲食店は時々不満に思う。
- ・ 江戸前水産物、どんなものか、非常に興味深々!以前、築地で海鮮丼を食べたが、期待外れで、残念だったので、リピートしたくない!

### 【希望】

#### 〈環境について〉

- ・持続可能な漁業環境を整備して欲しい。もっと豊かな海にできると思う。時々臭い魚があったが単純に鮮度の問題か？
- ・乱獲を制限して豊かな海が未来永劫に続くようにして欲しい。
- ・干潟がもっと増えて、アサリやハゼのようなものが身近になって欲しい。そうすれば、さらに赤潮や青潮が無くなり、もっと綺麗な海になり、みんなが集う海になると思う。
- ・磯釣りが安全にできる場所があるとよい。海岸に、ごみが多い。
- ・地物なので、魚の鮮度は良いが貝類等はヘドロのイメージもあり、やや気にはなる。そういう部分を払拭し、もっと東京湾でとれた水産物の良さを知り、家庭の食卓へあがることを期待します。
- ・ハゼ釣りが大好きなので、いつまでもハゼが住める環境を守る必要があると思う。魚が少しずつ減っている気がする。
- ・是非とも、環境と調和しながら継承発展させていってほしい。

#### 〈イメージ改善〉

- ・都市に近いこともあり、イメージが悪い人もいいるかもしれないが、イメージ改善を頑張ってもらいたい。
- ・もっと身近に感じられるようなブランドになってほしいです。
- ・より一層のイメージアップを図って欲しい。外国人を中心とした観光価格である印象。割り高感が強い。築地以外で一般人が手に入れられる場所が不明。
- ・東京湾のイメージがあまりキレイな海ではないのでぜひイメージアップをして欲しい。
- ・料理の時は質が良いイメージだが、東京湾自体にはそれほど良いイメージがない(台場の水質などによる)ので、東京湾時代のイメージから変わるとよい。

#### 〈入手方法など〉

- ・近くに魚がおいしいお店が少ないので、車なんかで売りにまわってくれたら嬉しい。江戸前ときくと美味しそうですが、東京湾ときくと、あの海でとれた魚?! とちょっと思ってしまう(すいません。。。お台場はあまりにも汚れているので。。。)
- ・近所のスーパーなどでも豊富な種類が選べるようになると、もっと身近に感じられそう。
- ・もっと市場に出回れば良いと思う。
- ・もっと江戸前水産物が増え、値段も安くなることを期待したい。
- ・自分で釣る以外に、近所の魚屋さんでも多くの魚を買える様になって欲しいです。(今はほとんど売っていませんので)
- ・鮮度がもっと伝わるとよい。
- ・東京でとれた魚のブランド化(関あじみたいに)。
- ・安全性が目に見えてわかると買いやすいと思います。

#### 〈楽しみ方〉

- ・その場で食べられるパーベキュー施設などがほしい。
- ・新鮮な魚で昔ながらの腕の良い職人さんにお寿司を握ってもらったり、子ども達にも魚をもっと身近に感じられるようなイベントとかもっとあったら嬉しいです。
- ・意外に目にする機会がない。スーパーだと流通量の都合難しいのかもしれないが、レシピ付きで色々取り扱ってるとたのしい。あとはふるさと納税で他府県がやっている朝どれ詰め合わせとか。その際はさばく技術レベル別にパッケージ希望。
- ・近いから安く食べられるお店がたくさんできるとよい。
- ・普段の買い物場所ではなかなかお目にかかれないので、タワマンの下にフードトラックのようにお魚屋さんが出てくれたらうれしい。東京湾に面している場所に住んでいるので江戸前水産物で地域活性化したい、江戸前水産物を買おうかなと思うがポケマルなどのECサイトやふるさと納税で鮮魚ボックスを探してみたがあまり見つからなかったのかもしれないと思う。サステナブルな水産物の発信地になればいいと思う。加工食品があると忙しい

身としては使いやすいですが…。

- ・具体的に東京湾で捕れるお魚は？ 豊洲市場のTwitterをフォローして、毎日お魚の紹介がありますが東京湾で捕れたお魚の紹介という記憶がないです。地産地消、近場だから燃料費安く→価格もお安く、もちろん新鮮を期待してます。でも、市場と消費者を直結するマルシェみたいのが少ないので、地元のスーパーとかでもテコ入れて欲しいです。

#### 〈PR、周知について〉

- ・三枚洲の重要性を広く伝えて下さい。
- ・東京なのに美味しいお魚が食べれるなど、意外と〇〇といった発見が欲しいです。
- ・養殖でも良いので何かブランドの魚があっても良いかと思いました。大都市の近くなので海の綺麗さもアピールしたい。
- ・江戸前水産物について知識がある方が残念ながら少ないと思う。
- ・多くの方が江戸前と聞いてよだれを垂らすぐらいのブランド力を身につけるには投資を含めた告知が必要だと思っています。
- ・今はネット社会なので魚販売でもアピールしたら売れると思う。
- ・ポジティブなイメージの江戸前とネガティブなイメージの東京湾なので、東京湾でとれる魚や江戸前の歴史を分かりやすく知りたい。
- ・こんな魚がとれるんだー! こんな歴史があったんだー! という発見が魅力に繋がると思う。
- ・東京湾は汚れているイメージがあるので、水質が良い等、客観的なデータを多く出してほしい。
- ・例えば、ショウサイフグなどは江戸時代にも食べられていたと最近釣り好きの友人から聞いたが、あまり認知されていないと思いました。ブランドとしてのチャンスがありそうだと思います。
- ・子供に身近な場所ととれる新鮮な魚介類を持って知ってもらいたい。イオンなどのスーパーで、とれた場所をアピールした色々な種類の魚介類、料理方法など紹介して欲しい。
- ・なかなかスーパーには出回らないと思うので、どこの飲食店に行けば食べられるのか、購入が出来るのかなどの情報がほしい。
- ・「江戸前」という響きに魅力を感じるが、「東京湾」となると工業のイメージが優ってしまう。江戸前ブランドを保持・向上するために、豊洲市場の盛り上げを期待します(まだ築地のイメージ強い)。

#### 【質問/疑問】

- ・お店にも出回ってない食べたことがないのですが、おいしいのでしょうか。
- ・どんな魚が江戸前なのかよく分からない。
- ・どんなものがどのくらいとれているのか分からない。
- ・食用としての安全性は？
- ・そもそも東京湾でとれた水産物を意識したことがないので、現実を知りたい。なにが旬なのか知りたい。
- ・沖に出て釣った魚が食べられるのはもちろんだが沿岸で釣った魚を食しているのかどうかがよくわからない(例えばこの地域で釣ったものはOKなどの線引きがある程度知りたい)。
- ・これからもっとより良い魚介類を食べたいし、漁師さんの生活も後継者も守れて良い循環が出来る良い方法を知りたい。
- ・どのような環境でとられているのか知りたい。
- ・安全なのか? 食べられるのか? どこまでが東京湾産なのか? 東京産と東京湾産ってちがうのかな?
- ・江戸前水産物は、今後の日本の食卓を支えることになると思うので、個人でも何か応援できることがあったら教えてほしいです。
- ・東京湾を漁場としている漁港がどこにあるか、それぞれどんな魚が名物が教えてほしい。

### ⑥ 東京湾についてもっと知りたいこと、教えてください。

#### 【魚について】

- ・どんな魚がいて、食べられるのは何か
- ・どんな深海魚がいるのか
- ・ホンピノスガイが外来種ということに驚きました。外来種によって生態系が破壊されたりしないのか、他にどういった種がいるのか
- ・東京湾(沖の瀬を含み) どのような魚がいるのか? 昔と今の魚の種類などの違い
- ・東京湾に住む希少魚
- ・東京湾の生態の変化
- ・東京湾でとれる魚の時期
- ・東京湾のどの辺りにどんな魚がいるかの分布図など
- ・本当に温暖化が進んで、昔はとれなかったような魚が出現したりしているのか?

#### 【環境について】

- ・マイクロプラスチックなど魚に影響がありそうな害は、湾だと広大な海よりも影響が大きいのか。東京湾の海水は入れ替わるのにどれくらいの日数がかかるのか
- ・海の汚れ具合とか、環境がどうなってるか
- ・環境保全の取り組み
- ・私は湾岸地域に住んでいるのですが、東京湾が時々匂ったり色が変わったり、エイやクラゲが運河までできています。そのことも知りたい
- ・昭和の時代に東京湾が汚れて、そこに住んでる魚も食べられないというイメージが昔ありました。そこで今はとても海水がきれいになったという理由を教えてください
- ・東京湾の環境をもっと豊かにするために大切なこと
- ・東京湾=汚いという昔からのイメージを払拭する何か
- ・東京湾を綺麗にする為に個人の日常生活で出来る事はありますか?
- ・最近、小魚の沸きが少なくなった原因
- ・沿岸にいろいろな構造物が浮かんでいるのでその名称

#### 【食について】

- ・魚の相場と食べ頃
- ・江戸前の魚の料理
- ・旬のお魚カレンダー
- ・魚介が美味しいおすすめのお店など

#### 【過去と未来】

- ・東京湾で捕れる魚を食べて育ったので東京湾の古事記や歴史から現代までなど
- ・豊洲、豊洲市場の今と昔
- ・東京湾のこれから

#### 【漁業について】

- ・漁港のこと
- ・今でも海苔作ってますか〜と娘から質問です
- ・身近な東京湾でどんな漁業が行われているのか
- ・他県の漁場との比較(水揚げ量や品種)を一覧で見たい
- ・東京湾で獲れた魚がどう流通しているのか
- ・そこで働く人々の紹介、いろんな人がいろんな働き方をしているよ〜と子どもに紹介したい
- ・漁師さんたちの話

#### 【販路について】

- ・どこで、江戸前の魚が買えるか
- ・どこでなにが手に入るか
- ・直売所がある漁港がどこにあるか? ネットで検索しても出てこない漁港があるのかも知れないので東京湾でとれた魚をたくさん取り扱う鮮魚店、スーパーなど

#### 【釣りについて】

- ・どんな魚が釣れるかなど
- ・海の沖でなく運河系でやる釣りで釣れた魚も同じように美味しいのか? 食べられるのか?
- ・自分でも釣りをしてみたくなったのですが・・・どうすれば笑
- ・釣りスポット。堤防釣りや釣れる魚について
- ・釣りをするならどんな魚かしら
- ・豊洲付近で趣味の釣りをしている人を見かけるが、何が釣れるのか? 食べられる魚は釣れるのか?

#### 【イベント】

- ・イベントなど楽しめること
- ・水辺で遊べる場所
- ・東京湾のレジャー

#### 【地理】

- ・どこまでが東京湾なのか?
- ・海底がどのように変わっているのかの様子

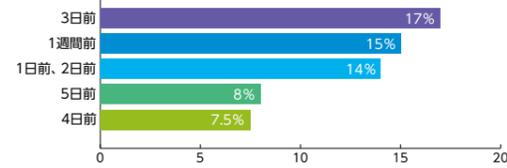
### 3. 最近魚を買いましたか？その中に「江戸前」の魚はいましたか？

① 最近魚を買いましたか？思い浮かぶ魚種と時期を教えてください。例) サバ3日前、アジ7日前、サバ30日前

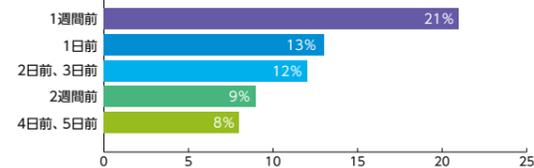
回答が多かった魚ベスト5

(回答：1684件)

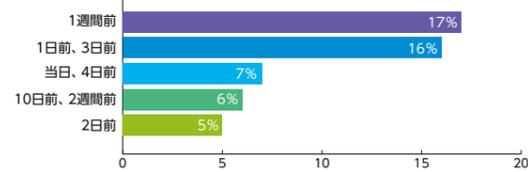
1位【サケ(サーモン)】(回答：333件)



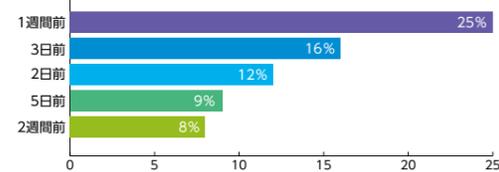
2位【サバ】(回答：200件)



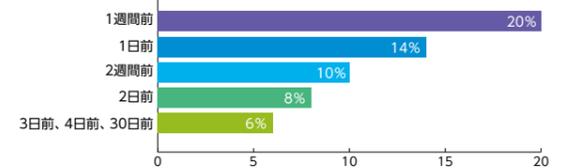
3位【マグロ】(回答：184件)



4位【アジ】(回答：159件)



5位【マダイ】(回答：88件)

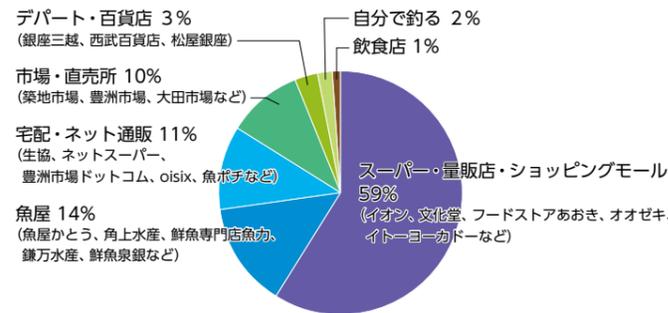


そのほか多い順

ブリ、サンマ、イカ、タラ、ホッケ、カツオ、シラス、イワシ、エビ、タコ、ホタテ、キンメダイ、メカジキ、シシャモ、イナダ、サワラ、カンパチ、赤魚、アサリ、カレイ、貝、ウナギ、カジキ、タチウオ、イウラ、スズキ、アナゴ、アユ、ハマチ、ヒラメ、メヒカリ、シジミ、スジコ、ハゼ、ウニ、カキ、ノドグロ、サザエ、ハマグリ、キンキ

② 魚介類を買ったお店を教えてください。例) 泉銀(お魚屋さん)、通販で買った、等

(回答：381件)



③ 上記のうち、江戸前(東京湾で獲られた魚介類)の魚介類は？種類と時期を教えてください。(回答：734件)

例) スズキ 3日前、アジ 1か月前

産地を気にしない、覚えていない、江戸前かわからない、おそらく違うという回答が約9割(635件)でした。

【アジ】(回答数：27) 1週間前：7、5日前：4、3日前、2週間前：3、2日前、6日前、1ヶ月前：2、1日前、4日前、21日前、30日前：1

【サバ】(回答数：8) 1日前、2日前：2、1週間前、2週間前、2ヶ月前、半年前：1

【スズキ】(回答数：6) 3日前、4日前、1週間前、2週間前、20日前、3週間前：1

【マグロ】(回答数：6) 1週間前：3、当日、3日前、10日前：1

そのほか回答があった魚種(多い順)：

アナゴ、キンメダイ、タコ、ハゼ、ハマグリ、マダイ、アサリ、イワシ、サワラ、ホンビノスガイ、タチウオ、マゴチ、イカ、イナダ、エビ、サーモン、タラ、ブリ、ホタテ、メヒカリ

#### おわりに

魚さばきに興味がある方500世帯から、実際にさばいてみて、いろいろなご意見、要望が集まりました。

事務局はもちろん参加者も、遠隔での料理教室は初めての経験でしたが、魚をさばけるようになる目的に関して、「できないから、やらない」ではなく、「チャレンジして、できるようになる」という、至極当然の方向性が見いだせたプログラムになったかと感じました。

本来魚をさばくことは、食事をするために少し前までは誰もが当たり前に行ってきたはずなのですが、時短・簡便性を追う生活様式がしばらく続いた結果、自分たちで少し頑張ればできることさえ諦めてしまっている状態になってしまったようです。

自分が食卓で口から食べるモノなのに、第三者目線で食品の情報に対して受け身になっている意見も見られました。

今回のプログラムでは食中毒等を防ぐために、安全を重視して情報発信しましたが、中には、「説明を読んでくれない……」と残念に感じた意見もありました。

ただ、それらを含めて『対面では発言すること・聞くことが難しい意見を集めることができた』のも遠隔の特徴ではないかと感じます。本当に様々な意見があり、どれも貴重なご意見です。

また、これは日々忙しい生活の中でも、手間になる魚をさばこうとやる気を起こした方の意見です。

思い切って応募してくれた人の背後には、それこそ大漁(大量)の、魚を敬遠してしまう消費者もいるはずです。

そのような方々も含めて、海に囲まれている日本に住む人が、おいしく楽しく魚を食べるきっかけになるプログラムを引き続き考えていきます。

## 魚食普及推進センターについて

一般社団法人大日本水産会は、水産業の振興をはかり、経済的、文化的発展を期することを目的として、明治15年(1882年)に設立された、我が国唯一の水産業の総合団体です。

魚食普及推進センターでは、水産業の発展を目的に、水産業全体が元気になるために魚食普及活動を行っています。出前授業や料理教室のほか、アニサキスセミナー、マイクロプラスチックセミナー等、水産業界の状況に応じた正確な情報の普及等を行っています。

## 「東京湾大感謝祭2020 オンライン料理教室実施報告書」

江戸前ブランド育成PT〔(一財)東京水産振興会・(一社)大日本水産会〕

編集・発行 一般社団法人大日本水産会 魚食普及推進センター  
〒107-0052  
東京都港区赤坂1-9-13  
三会堂ビル8階  
電話：03-3585-6684  
ホームページ <https://osakana.suisankai.or.jp>  
2021年3月

