



夏

NO. **16** '82.12  
~'83.1



「魚」は中国の秦代に作られた篆書(てん)で「魚」。  
学研漢和大典・藤堂明保編より転用。

かがやく海 新川 和江(詩人)

鉛筆の芯をとがらせて  
貧しげな文字を書くな ちっぽけな解答を  
手ぬるいよナ うすつぺらいよナ  
ペーパーテストなんて

とび込め 魚になって  
海はとほうもなく大きなひとつの問いだ  
泳げ 泳げ  
脳天から 潮を噴くまで

○をつけてください 先生  
こんなにもあざやかに ぼくらが  
答え自身であったことが  
一度でもありましたか あのかが臭い教室で



も >> >> >> 特集 / 車と魚

● 車と魚 運搬手段の高速化と魚 神島二郎……………2	● 健康と魚⑤ アミノ酸が多く含まれている 魚のエキス分 松浦宏之……………19
● 対談 江原 恵 車と魚を考える VS 桐島洋子……………4	● お魚Q & A 出世魚の種類ほか……………20
● ルポ かしわかっ いま私のお店では / 柏可津……………12	● フィッシュ・ニュース 「魚料理」に関する意識と実態調査……………22
● テーブル拝見 ギリシャ / マガダリニ・デリティリス……………14	● ダイニングカルチャーの創造 食べる選択 樋口恵子……………24
● シリーズ⑤10年後の魚食事情 流通業界の今後 原 剛……………16	● わが家とおさかな 八田有加 豪快なホームランは (西武ライオンズ・ 愛情たっぷりの魚料理から (田淵幸一氏夫人))……………25

提案——《ダイニングカルチャーの創造》

ダイニングカルチャーとは、食卓での文化を意味し、主婦は食卓を囲む家族の中心として、生活を豊かにするための主導権をもって食生活を創造し、家族団らんの核として活躍すべきだ、ということです。

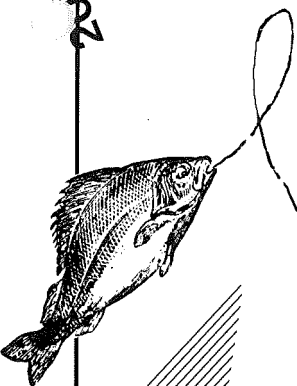
特 集

# 車と魚

昭和56年の全国の車の保有台数は約4,000万台、そして運転免許保有者は4,500万人。18歳以上の成人の2人に1人が車を保有し、運転していることになる。とくに最近では女性ドライバーが増大し、買物や日曜日のドライブと、気軽にハンドルをにぎる姿をよく見かける。

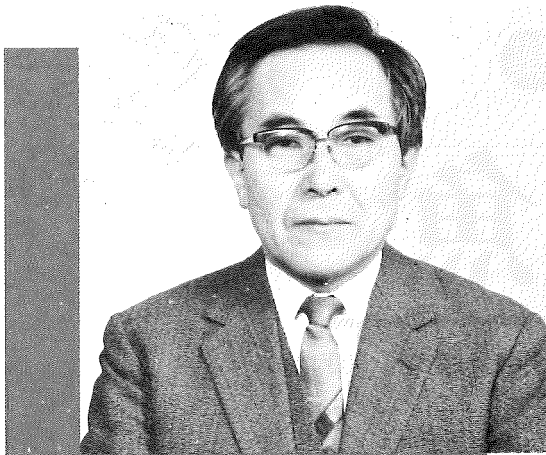
モータリゼーションの発達で、各家庭の行動範囲が広がり、食卓風景もかわってきた。とくに日曜日などには、郊外のレストランに食事に出かけたり、おいしいたべ物屋があると車で遠出をしたりする。それだけ生活に余裕があるということなのだろう。

「車と魚」——新幹線が西へ北へと伸び、若い人達が気軽に旅を楽しむ時代。新鮮な魚の味覚を求めて、旅をする人々も多くなった。車が確実に食卓風景を変えている。



PRINTED IN JAPAN

27.5 lines per inch  
10.75 lignes par cm



神島 二郎  
(立教大学教授)

ずいぶん前のことである。

私の伯母の嫁入り先き、だから義理の伯父で、考えてみると、身近かな人であるはずだが、私の記憶では、といっても、ごく小さいときに会ったことがあるかもしれないが、直接会った記憶はなく、写真は見たことがある。伯母といっしょで、どうも年がだいぶ違っていたらしく、もうじいさんであったが、背が高く、なかなかかっぶくのいい男だった。この写真はよく記憶しているが、その他は伝聞ばかりで、縁遠い感じの人である。

越中富山の出身で、力自慢の人で面白い話がいくつがある。

郷里にいたころ、神通川の中洲で、川普請があつて堰止めのため水中で大きな石を動かす必要があり、息も長く力もあつてそれを得意にしていた。あるとき、若い者が力競べをしていたとき、米俵を何俵か一ぺんに天秤棒で担ぐのだが、だれも担げないというのに、大きく出て、なんでもないとつたので、とうとう担ぐことになった。伯父はヤツと掛け声をかけて担ぎ、いきなり五、六歩走って「なんでもないやい」と叫んでほうりだしたという。それで、力持ちの大評判をとつたが、じつは肩がぐだけんばかりの苦しさと、走って苦しまぎれにほうりだしたというのが、真相のようである。

その伯父がどういうことか知らないが、東京に

# 運搬手段の

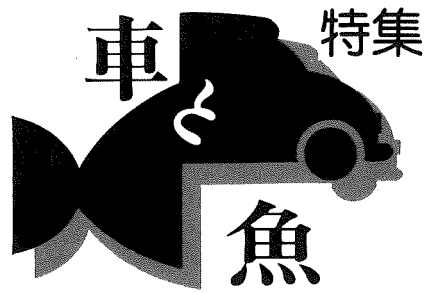
出てきて、明治の前半期、ひょっとしたら初めのころの話かもしれない。そのころ、同郷の安田善次郎は両替えをやってしこしこ金をためていたというので、伯父はバカにしていたらしいからである。それでは、彼はなにをしていたかというところである。

築地の魚河岸で安い魚をしこたま買いこんで、それを大八車に乗せて若い者にひかせ、わっしょい、

わっしょいと威勢よく甲州街道をさかのぼり、みちみちそれを売りながら笹子峠をこえて甲府まで行った。運んだ魚は面白いほどよく売れたが、途中、蠅がたかって、県境をこえるころには蛆がわいていた。ところが、彼らは「こりゃあ、おどりこさんといつて縁起がいいんだ」とはやし立てて、もっぱらあきなう側の威勢で〈生き〉をよく見せて売ってしまったらしいのである。いまから考えると、あきれた商法だが、これでずいぶん儲けたらしく、それで、地道に金をためる者がバカに見えたらしいのである。

これは別の話だが、栃木県あたりで、昭和の初めごろまで、魚はピリッとくるようであれば「魚らしくない」と言う者があつたときから、以前、山国では、いかれた魚を食べるのがむしろ普通で、海辺の人や今日の人が言うような魚の〈生き〉そのものが通用しない世界だったらしいから、あな

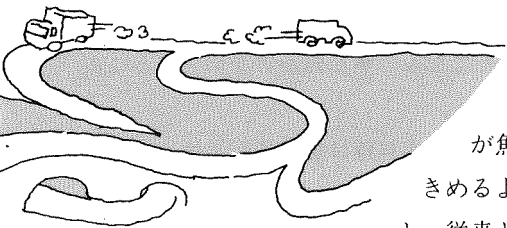




# 高速化と魚

がち非道な商法ときめつけるわけにもいかないであろうが、ずいぶん乱暴な話であることは、たしかである。

交通手段が発達してくると、海辺の人が考える魚の〈生き〉というものがだんだん山国の人にもわかってくる。魚の〈生き〉が決定的にものをいうのはさし身だが、この味わいがわかってくと、それだけでなく、一般に鮮度が魚の価値を左右するようになる。



鮮度が魚の価値をきめるようになる。従来とまったく違う様相を呈することになる。というのは、それまでは、魚の保存は食料として保存されればよかったのであるが、そうではなく、鮮度の保存が問題になってきたからである。もちろん、保存のために、干したり塩づけにしたり、味噌粕に漬けたり、煮干したり、さらに缶詰めにしたり、いろいろと加工することによって新しい味を開発したこともあるが、それらとはまったく違う生魚の鮮度を保存する方法が工夫されることになったからである。そのために開発されたのは冷凍法で、最初は自然の水を使い、つぎには氷を人工的に作り、これを用いて鮮度を保とうとしたわけである。



ところで、魚と同じように鮮度が問題になったのは野菜である。野菜の場合にも、干したり漬けたり煮干したりされたが、これは冬場、季節ははずれて食用に供するためであった。そしてこのシ

ステムは田舎も都会も同じことであったが、都市化がすすみ、野菜の産地が消費者から遠ざかるにつれて、生鮮野菜の鮮度がその価値を左右するようになり、魚と同じ問題が発生することになる。

ところが、さらに面白いことは、経済的には、価値決定の上で鮮魚や生野菜とまったく同じ問題があったのは、新聞である。ニュースはまさに新しいことであって、古くなつてはもうニュースではない。つまり、価値がないのである。もちろん、知識としては新旧にかかわらずそれなりの価値はある。しかし、それとこれとは話が違うのである。

鮮度を維持するために、運搬手段の高速化が要求されたことは、いずれの場合にも同じであるが、これがまず最初に要求されたのは情報である。魚や野菜については、やや事情が違い、魚は山国では干魚とか漬け物とか、せいぜいピリッと辛い魚といったぐあい、野菜は季節によってなまでは食べられぬもので、いうなれば、違う形で食用に供せられるシステムがなりたっていたのに対して、鮮魚や生野菜を求める要求が出てきて運搬手段の高速化が要求されたが、鮮魚はさきいった冷凍法の発達と関連しており、野菜は季節をこえた栽培法の発達と関連しているように思われる。

今日のように、冷凍技術が発達してくると、急ぐこともなさそうだが、冷凍車がハイウェイを疾走し、冷凍庫を載せて航空機が運ぶようにさえなっている。冷凍技術が発達し、これをもどす技術もすすんできて、鮮度の維持はものすごくよくなったが、海や川で釣って、それをすぐに料理して食べる味はまた格別であり、せっかくの技術の発達もやはりこれには及ばないのではないだろうか。魚は肉とはどうもその辺が違うようである。

# 車と魚を

## ——車の発達にみる



江原氏

車の発達は、歩く、走るということでの人間の時間移動を根本から変えてしまった。地点から地点への時間の短縮化にしたがって、食卓風景、食糧事情も当然のように変わってきた。今回は「車と魚を考える」というテーマで、時間の短縮化の極限を追求する現代人の中にあって、食卓風景はどう変わっていくのか、同時に魚食はどう変わらざるを得ないか、などを考察しながら両氏に対談願った。

### 〈環境による魚食の影響〉

司会 時間の短縮化というものに、まず車があげられると思うのですが、今回は「車と魚を考える」

というテーマで今後の車の発達が、魚食にどのような影響を与えていくかということをお話願えればと思います。

江原 僕は名古屋の女子大で料理を教えますが、「魚が好きか、嫌いか」と聞くと半分ぐらいは嫌いだと言うんですよ。「まったく食べないのか」って聞くと「食べる」って言うんですね。

桐島 魚の形をしているのが嫌いなんではないですか。大人はおかしら付きほど好きですよ。切り身というと、安くてなんの魚かわからないところがあるでしょう。

江原 伝統的な日本料理は魚料理が主体になっていますが、歴史があるだけに一つの形ができあがっていて、その既成概念のわくを破れないようなところがありますね。例えば、サバならしめサバかみそ煮というような……。僕は桐島さんの『聡明な女は料理がうまい』という本を、たいへんおもしろく読ませていただいたんですけど、そういう固定した概念を持っている人や、僕が教えている女子大生などにはちょっと読みこなせないんじゃないかという気がします。決して文章が難しいという事ではないんですけど、あの本はまさに料理の基本そのものを述べているわけですよ。野菜なら里芋はどうむくか、れんこんはどんな風に切ればいいのかとか、大根をどう刻むかというような事は、基本の次の段階で、その前にこういう基本があるんだという事を、あの本は非常に懇切丁寧に言ってますね。

桐島 そういう基本というのは、私が子供の頃に生活の中で身に付けたものなので、そういう習慣的な料理が心身に自然に組み込まれていない人にわからせるのは難しいですね。

S  
桐島 洋子  
(作家)

# 考える

## 魚食事情——

司会 桐島さんはうちで魚料理をよく作られますか。

桐島 もちろん、好きですからよく作ります。でも母親が一生懸命でも、子供達は魚嫌いではほとんどうけつけないんです。

司会 主婦の方の中には、忙しいから料理ができないとかレパートリーが広がらないという事がありますけど、大変忙しい中でも料理を作っている秘訣というのは何でしょうか？

桐島 忙しい方が、むしろ料理にもはずみがつくんです。その折々のあり合わせの時間で、あり合わせのものをチャチャッと作るという習慣が身についてしまってるんですね。料理の本を見て何と何を買いに行くというのじゃなくて、まず店に行って今日は何かおいしそうだろう、というところから献立を発想するわけです。料理学校や料理の本のような順序に合わせてたら、私はとても間に



桐島氏

合いませんね。

江原 学生を見ると学食で決まったメニューの昼食と、家に帰ると大体が母親の好みでワンパターンのものを食べている傾向がありますから、実習で変わったものを作りますと、ものすごく抵抗があるみたいですよ。

桐島 もうお母さん達自身が投げちゃってるところありますよね。私なんかどうしても面倒な時はつい確実に子供達が好むものを作ってしまおうという安易さがあって、そういう料理はメニューがほとんど決まっているわけですね……。だから日常のノルマとしての料理っていうのは確実に衰退していると思いますよ。



〈魚料理のレパトリーの工夫〉

司会 最近、しゅんの魚というものがなくなってきたように思うんですけど……。

江原 しゅんがなくなったというのではなく、しゅんにかかわらない魚を食べる事が多くなってきた事だと思うんですよ。例えば、秋にサバが大量に獲れた時に一度に出すと値が下がりますから、冷凍庫に貯蔵しておいて、市場の相場を見ながら少しずつ出すわけです。だから秋サバが夏に出たり春に出たりします。

桐島 昔、海の近くに住んでいたものですから、時季によってそろそろアジがおいしくなってきたとか、もうすぐアンコウの季節だという事が、とてもたのしみでしたね。都会ではそういう季節感がまったくないですからね。



しゅんというものを個々の家庭に取り入れていくのは、たいへん難しい問題ですね。

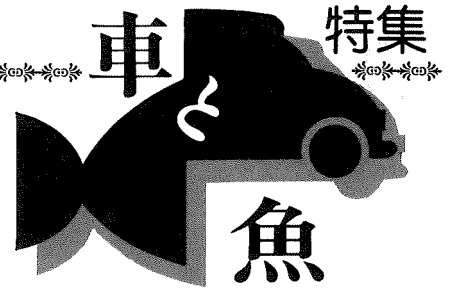


江原 今は中・高級魚の大半が養殖ですから…。しゅんが後退してきたのは、新しい養殖技術の開発とか、魚を生かしたまま車で遠距離に運ぶ事ができるようになったとか、つまり近代化の一つの結果なんですよ。だからしゅんというものを個々の家庭に取り入れていくのは、たいへん難しい問題です。

そして家庭の食卓に人工的なものがいろいろ入ってきてても、どうしても残る伝統的なものはあるはずですから、そういう形で残るものは自然に残っていけばいいと思いますよ。しいて夏だからアジを焼いて食おうとか、秋だからサンマ、という形を観念的に作ると、逆に不自然なんじゃないでしょうか。

桐島 日本の場合、料理屋の魚料理と家庭のそれ





とではまるでかけ離れてるから、しゅんとか伝統とかを一言で割り切る事はできないんですよ。

**江原** 今の流通のあり方として、産地で冷凍した魚を解凍してそれをいかに鮮度よく見せて売るかというような商法がありますが、それは魚食文化の伝統の影響もあります。

**司会** 冷凍ものを解凍して生に見せた方が、消費者は買いやすいんでしょうか？

**桐島** 解凍したものを生と思って買う人が多いわけでしょう。そういうインチきっぽい事はやめて、冷凍は冷凍のままで売りに出してほしいですね。今ではもう、冷凍に対する偏見がなくなってきましたからね。

**江原** 魚食を促進するためのこれからの一つの方法として、カマボコなんかのねり物をすり身の段階で、流通にのせてくれるといいんですがね。

そうすると、イワシでもサメでもけっこう食べられますから。そのすり身に、いくつかの料理法を書いたちらしなんかを付けてくれると、家庭の魚料理のレパートリーも増えるし、魚食促進に効果的だと思うんですよ。

**桐島** すり身の段階というのはいいですね。私もツミレとかすり流しとかを作って食べたいけど、自分で作るとなると、あれはかなりめんどうだから……。

**江原** 例えば、すり身の中にシソの葉を刻みこんで揚げてみるとか、ネギを入れて焼いてみるとかひと工夫できますからね。これからの我が家の味というのは、そういう方向になっていくかもしれませんよ。

**桐島** そのくらいでしたら、子供も楽しみながらできますし……。



今ではもう、冷凍に対する偏見がなくなってきましたからね。

#### 〈近世と近代の雑居文化——価値観の多様化〉

**江原** 本格的な伝統の魚料理となると、家庭の場合は台所の問題がありますね。一般の家庭の台所では魚を一匹買ってきて、おろすところからやるようにはできてないんですよ。それから、魚料理を広めるのに一番いいのは、中華料理の調理技術の基本を利用することですね。例えば、一度さっと揚げてから煮るとか、焼いてから野菜炒めに混ぜるとか、いろいろ応用がききますから。ただし中華料理のポイントは火なんです。強火でさっと炒めたりしますから。普通の家庭のガスコンロは火力が弱いという問題が残っていますが……。

**桐島** そうですね。なかなか思うようにできませんね。

**司会** 実際、今の家庭の冷凍庫も小さいですね。

魚をもう少し手軽に食べる方法があると思うんですが……。

**桐島** ファーストフードで魚がもっと進出してきたら、食べるようになるでしょうね。もう少しファーストフードで魚を使えないものですかね。魚でハンバーグを作ったっておいしいはずですからね。

**江原** ハンバーグを作るとき、挽肉にイワシのすり身とかを混ぜてみたんですよ。そしたら学生たちに意外と好評で、魚は嫌いだという子もよるこんで食べていました。

**司会** 桐島さんの料理は和風ですか？

**桐島** いえ、和洋折衷です。なんでも作りますよ。

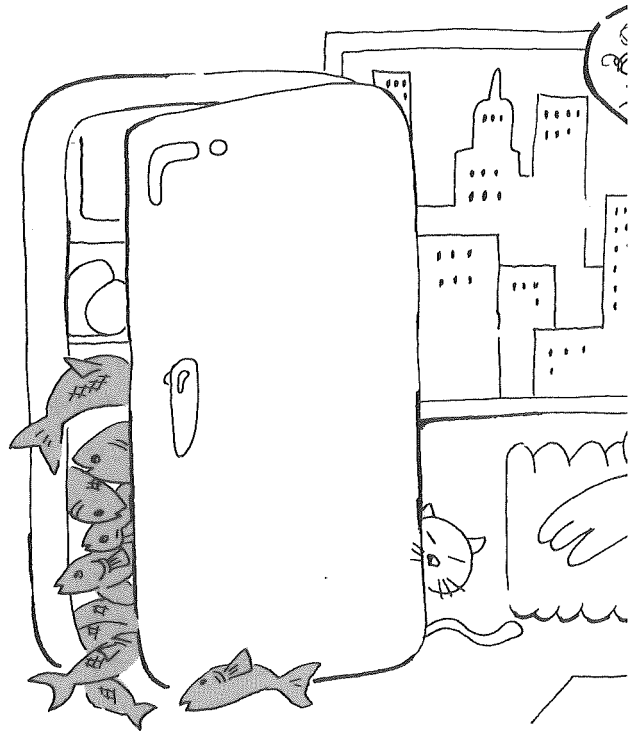
**司会** ある程度基礎がないと冷蔵庫にあるものでどんなものを作ろうというイメージが広がらないですよ。

**桐島** 子供の頃から母親の見よう見真似でやりますから、もう習慣づいてるんですけど、それじゃあ、私の子供にそういう事を教えるとなると、もう自信がありませんね。

**江原** それには子供向けの料理を考えることもある程度必要ですね。例えばサバの切り身に牛乳をふりかけて五～六分置きます。それに塩とコショウをふって、バターとチーズをのせてアルミ箔に包んでオーブンで焼くんです。これ、私の試作ですけど、子供もよるこんで食べます。こういう実験的なことは、家庭でもできると思いますけどね。

**桐島** そうですね。もっと子供向きなものってできるはずですよ。ファーストフード協会にのり出したらどうかしら……。 (笑い)

**江原** そうしたいですね。マグロなんかは、さし身で食べるとおいしいですけど、必ずしもさし身で、とは限らない場合もあります……。ふだん生



で食べる魚の中には煮た方がよっぽどおいしい物もあるんですよ。でも料理屋とちがって、一般家庭の魚料理はレパートリーが狭いんですね。だからみんなソーセージとか、肉料理にいつちゃうわけです。

日本の文化というのは、いろんなものに近世と近代の要素がまざりあっている面がありますが、その点、魚食文化にはまだ近世がいっぱい残っているという感じですね。カマボコとかソーセージなどは近代で、さし身や酢の物なんかは近世で……。別の言葉で言うと価値観の多様化って事になりますけど……。

#### 〈日本とアメリカの流通マージンの違い〉

**江原** 日本では魚の消費人口が多い代りに、生産

# 特集

## 車と魚



人口、つまり漁業人口もたいへん多いといわれています。その上、中間の流通にたずさわる産業人口も多い。スーパーなどで魚を切り身にして、一切れずつとか、手をかけて包装していますから必然的に魚の値段も高くなるわけです。

**桐島** でもそういう手間暇の中で生活してる人がいるんだから、流通機構が整理されると、その人たちはどうなるのかしら……。

私は魚でも野菜でも、一切れでも買えるという点は、日本のよいところだと思うんですよ。

今おっしゃったように、アメリカに行きますと何でもドバッと買いますよね。一週間に一回、魚一匹買いに行くとか……。

私がアメリカにいた時は、そんな売り方でしたか

ら、お客さんが大勢みえた時とかでなければ、お魚は買えませんでしたね。うちの子供が魚を食べないものですから……。

**江原** 確かに日本ならではの便利さなのでしょうね。魚屋で魚をおろして切り身にして、ラップに包んで凍らせて売ってくれば、一本で買うより多少高くても、それを煮たり焼いたりする時に手軽で便利です。それはそれで一つの合理化ですね。  
**桐島** ええ。冷凍で買えるチョイスを、もっと多くしてほしいですね。

モータリゼーションの一つの特徴としては、大量に輸送できるという事がありますね、アメリカのように一週間分をスーパーで買って保存しておくとか……。でも私はそういう買い方では魚をあまりおいしく食べられないんですよ。魚っていうのは毎日魚屋さんに行って魚の顔を見て、今日はこの魚がおいしそうだとか、今日はこんなのがおいてあるのかとか、その日食べる分だけ買ってくるというやり方が身に付いているんですね。

**江原** 日本の流通構造がそれを可能にしているわけです。

**桐島** 一週間分まとめ買いをすると、一週間でこの魚をどうしたらいいのか、料理のイメージがなかなか湧かないんです。アメリカへ行って思うのは、今まで魚を食べなれた人を、そういう点で挫折させたんじゃないかなって感じがしますね。

**司会** 海外の味にはどのくらいで慣れるんでしょうかね？

**江原** 慣れる慣れないというよりも、人間その時にそれしかないとなれば食べざるを得ませんからね。それに嗜好は時代と共に変わっていきますよ。子供が偏食するからといって無理に食べさせる必



冷凍で買えるチョイスを、もっと多くしてほしいですね。

要はないと思いますね。

**桐島** うちの子供達もフランス料理風にしたものならペロッと食べますね。子供っていうのは、手のこんだ、見た目がきれいなものを好むみたいですね。

**江原** 毎日魚の顔を見てから献立を決めるというような暮らしのあり方は、近世以来の伝統的な生活感覚ですね。

**桐島** そうですね。そういう買い方の楽しさから子供に魚と親しんでもらいたいものですね。買物とか料理を子供の仕事にしてしまうとか……。

**江原** 僕は子供の頃から割と魚は食べていたんですけど、東北の山の中でしたから、魚といってもニシンとか塩サバぐらいで、たまに生のサケが入ってくると大変なごちそうだったんです。

だから東京に出て来て、料理屋で魚をふんだんに料理しているのを見て、ひどく感動したものです。

### 〈車を利用したの魚普及対策〉

**桐島** 魚を運ぶ冷凍車っていうのは、いつ頃からあるんでしょうか。昔から車が多かったのかしら。

**江原** 車の前に汽車の時代がありました。そのころ貨車で運ばれてくる魚をレール物と言ったんです。冷凍車っていうのは1960年代からじゃないでしょうか。なま物は戸口から戸口へ運べる車の方が便利ですだからね。

**桐島** 車の発達もさることながら、早く走れる道路ができましたからね。そういう意味では、モータリゼーションというのは社会に貢献しているんですが、それにもかかわらず魚食はむしろ衰えますよね。

**江原** そう言われていますね。

**桐島** 私は海に囲まれて育ちましたから、新鮮な魚には恵まれてたんです。毎日魚屋から雑魚をただ同然でもらってきて、それを煮て毎日食べてたんですけど、雑魚を食べて育ってきたという事は、私の体の基礎の形成に非常に役立つってと思いますね。

**江原** 今は雑魚を煮て食べる人っているんでしょうか？

**桐島** いないでしょうね。車が発達したにもかかわらず、そういうものが食べられなくなった事はくやししいし、そういう事ができないっていうのはくやししいですね。

**司会** モータリゼーションを逆に利用して魚食を伸ばすことってできませんかね？

**桐島** 車を利用して、例えば毎晩のように巨大な魚料理のトラックがやってきて、新鮮な魚料理を配ってくれば、今の親たちは何もやらないから、一も二もなく買って食べるでしょうね。

この間テレビのある番組を見ていたら、現代の子供には一人ぼっちで食事する子が多いって言うんですね。ほんとに多くの子供達が晩ごはんまで一人でテレビを見ながらしょんぼり食べるケースが多いみたいで驚いたんですよ。

**江原** ああ、そうですか。

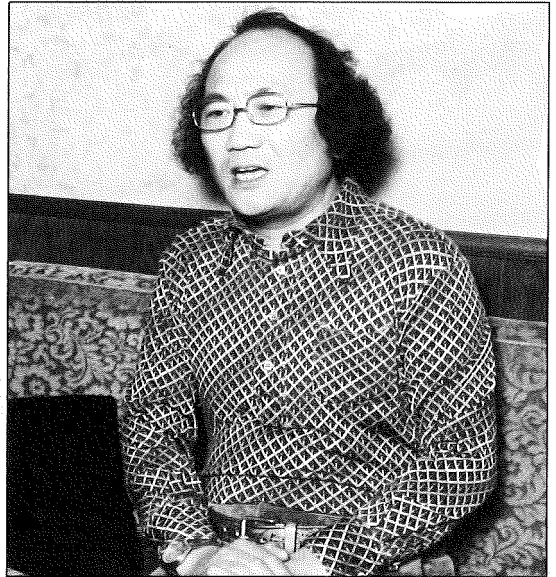
**桐島** 家族で食事をする家が、アメリカと比べるとかなりパーセンテージが低いんですよ。しかも大きなテーブルに小さな食器が三つぐらい並んでいるという食卓が多いわけだから、そこに魚トラックでもやってきて、焼きたての魚や煮たての魚を売って回ったら、がぜん子供達の関心を引くんじゃないですか。

**江原** それはいい考えですね。でもやるとなると手数がかかって大変だと思いますが、方法はあるはずですね。

**桐島** でも今はデパートの食品売場なんかに行くと、焼いたり煮たりしてでき上ってるのがあるでしょう。ああいうのが売り出されているのを見た時は、嘆かわしい事だと思ったりしましたけど、世の中どんどん変わってくるんだから、そういうのが好きな人がいるなら、それなりにでき上がったものも必要なんでしょうね。

**江原** 昔は魚屋の店頭で焼いて売ることもありましたよ。今は団地生活の人だとなかなか魚が焼けませんからね。そういう所にも、焼きいも屋みたいに焼き魚屋なんていうのが、おいしく焼きながら回ってくるとうれいすよね。

**桐島** 魚を焼く臭いが街に漂うって言う事は、今や公害なのかしら？ 私なんかはおいしそうな臭いだと思うんですけどね。やっぱりいやな人もいるんじゃないかな。



今は団地生活の人だとなかなか魚が焼けませんからね。

**江原** 2DKや3DKが何百戸何千戸も密集した住まいに魚を持ち込んで、煮るのはいいですけど、焼いて煙を出すのはどうでしょうかね。たまたま全世帯が焼いてればいいですけど、全然違う事をやってる時に魚の臭いが流れてくると邪魔になるんじゃないでしょうかね。

**司会** モータリゼーションは魚の普及に役に立つと思うんですけど、消費者がそれをうまく利用するというのはあまりないですね。

**桐島** かえってグラグラしちゃうんですよ。だから、車の発達と魚食事情というのは、比例してるようで、本当は比例してないんですね。

**江原** だからこそ、その辺は魚を売る側で工夫をこらしてほしいですね。

**司会** 車の発達と魚の普及が比例するような対策を、もっと工夫して取り組んでいくという事ですね。今日はお忙しいところありがとうございます。

ル  
ポ

# いま私のお店では

「品



下北沢というひとつの街に、戦前からあるマーケット、昭和40年代後半にできたビーコック、そして昭和57年11月に誕生したマルシェの中、と3店舗をもつ「柏可津」。新田の店の特長をうまく生み出す、その経営方針や創業約60年という長い歴史の中で、の苦労話や鮮魚に対する考え方などをうかがった。

魚を大事にすること。そしてその適正価格を大事にすること。

下北沢の通称“マーケット”で営業をはじめたのが、昭和3年。それ以前に渋谷で魚屋を営んでいたというから、約60年の長い歴史をもつ。今のご主人は2代目。店の経営、仕入れ、お客さんの応対と、忙しい。

「店の方針は、まず品質第一。魚を大事にするこ

と、そしてその適正価格を大事にすることです。たとえば、同じアジでも、上から下まで品質に差があります。ですから、いい品をできるだけ安くお売りしたいと思っているんですよ。

先代の頃、商売がうまくいかなかった時代があったという。それは、「値段」で競争したから。値段を安くということで他店と競争していたため、結局は魚の品質まで落とし、お客さんとの信頼関係まで崩してしまうことになった。

# 質第一が店の方針」

かしわかつ  
柏可津

東京・世田谷区下北沢

「値段の魅力がなければ、お客さんは値段でしかついて来てくれない」ということを体験、それ以来、どんなに競争が激しくなってもいい品物を適正価格で売るということに徹している。

## 大盛りから小盛りの時代へ。

「うちは、曜日によってお客さんの層が違うんですよ。日曜日は若い方、ニューファミリーっていうのかしら、ご主人と一緒に買いに来られますね」と話す奥さん。

店の方針としては、マーケットの中にある本店が年輩の方向けに、ピーコックの店は若い人向けの品ぞろえに、ということである。「それぞれの店の仕入れ担当者は違っていても、取引の仲買さんは同じですから、同じ品物なんですけどね。本店の方が、ちょっと値段の高いものを置いています。商品構成や値段で、区別しているんですよ。

また、ピーコックの店はスーパー形式、本店は対面売りになっている。そして、「柏可津」の正社員37人のほとんどが、包丁ができるという強味がある。お客さんの中には、「さし身の盛りつけは、あの人に」と指名する人もいたりとか。

「普段の日は、ピーコックで買い物をする人が多いですね。でも普通のマーケットと違うところは、作り方や目新しい魚が入った時とか、親切に教えてくれるので新米主婦としてはありがたいんです」とは、27歳の主婦。

この数年、「小盛りにして」というお客さんの要望が強いという。核家族と食生活に対する考え方の変化が、大盛りを喜ばなくなった原因と考えられる。どちらかというと、厚い切り身、大盛りのさし身を売ってきた「柏可津」。お客さんのライフスタイルに合わせた商品構成、店の方針を考えつつあるようだ。

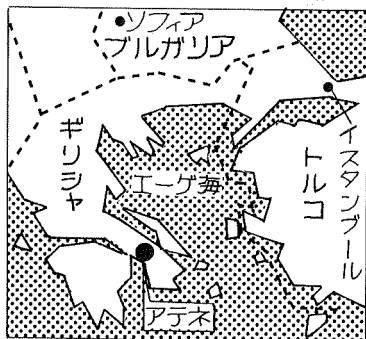


ピーコックの店は、若い人向けの商品構成になっている。



社員のほとんどが包丁を使える。

さし身、焼きものなど  
魚料理はギリシャ風に大皿に盛つて。



「ギリシャでは昼食、夕食に2～3時間もかけて、ゆっくりたのしんで食事をします。祖父祖母をはじめ家族揃ってテーブルを囲み、丸ごとの魚料理の大皿などが並び、豪快な食事風景ですよ。」

アテネでの生活をなつかしむマニー（愛称）さん。造船関係の父親（ギリシャ人）の仕事の都合で、母親（日本人）と妹、4人家族で横浜で暮らしていらっしやいます。

「ギリシャではエビ、タイ、イワシ、タコなど新鮮な魚がいっぱいです。でも日本に比べると、とても高くて。金魚みたいなバンブーニャという魚は日本にはなくて、フライにしてレモンをかけて食べると、とてもおいしいんです。」

魚屋さんはあるけれど、切り身で売っているわけではなく、丸ごと一匹買うそうです。レストランなどでは新鮮な魚料理を味わえるのですが、一般家庭では魚屋さんで買う魚の種類も少なく、ち



よっとお金のある家庭では、魚料理はレストランで、という人が多いとか。

「ギリシャはご主人がサイフを握っているので、パーティなどのときの買物は、ご主人自身がしています。魚屋さんなどで、そういうご主人をよく見かけますよ。」

**オープン焼きが主流の調理法。  
魚のうまみを味わう。**

「若い人が魚を買ってきて、年寄りが調理をすることが多いですね。ギリシャ人は魚好きですが、子供はやはり肉党。30歳過ぎてから魚料理が多くなるという感じです。それでも1カ月のうち、2～3回でしょうか。」

調理法は一匹の魚を姿のまま、内臓を取ってきれいに洗い、切れめを入れ、ニンニク、オレガノなどの香辛料をかけ、その上にオリーブオイルを





### メバルのアフゴ・レモノ

—材料(4人前)—

メバル……………中位のもの8匹	卵……………2個
ニンジン……………4本	米……………大さじ2~3
ジャガイモ……………4個	レモン汁……………大さじ6
セロリ……………4本	オリーブオイル……………カップ半
パセリ……………適宜	塩、コショウ……………少々

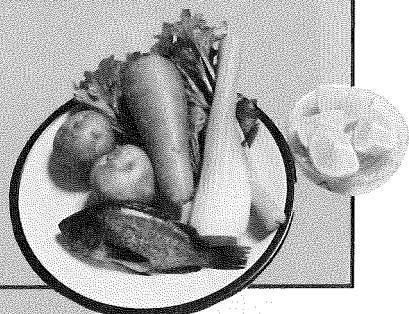
#### 作り方—

##### A

- ①メバルはウロコと内臓をとり、塩、コショウをし、大さじ2のレモン汁を全体にかけて30分~1時間おく。
- ②にんじん、じゃがいもを大きめに切り、セロリは葉のまま二つ切りにする。
- ③①をサッと水洗いし、大きめの鍋に6カップの水を入れ、初め強火で、沸騰したら弱火にし、15分ほど煮る。この時アクはていねいに取る。煮あがったら大皿にとり出す。
- ④③の煮汁をこし、②の野菜を入れ、同時に半カップのオリーブオイルを入れ、煮る。野菜が煮えたら、魚をとり出した大皿に形よく盛る。
- ⑤ボウルに塩、コショウ、レモン汁、オリーブオイルを入れてよく混ぜ、ソースを作る。
- ⑥魚、野菜を取り皿に取り、⑤のソースをかけていただく。

##### B(スープ)

- ①④の煮汁を半カップ取り出し冷ましておく。残りの煮汁に、洗った米、小さじ1~2の塩、コショウを入れ中火にかける。
- ②卵2個をボウルに割り、レモン汁大さじ1~2を少しずつ加えながら、かくはんする。①の冷ました煮汁を少しずつ、これに加える。
- ③①の米がやわらかくなったら、火を一度強くし、すぐに火を切る。
- ④②のソースを静かに鍋のふちから流し入れフタをし、1~2分おく。



塗ってオーブン焼きにするのが主流とか。

「日本のように砂糖を入れて煮たりすることはありません。調味料でごまかさず、魚のにおいを消して、魚のうまみだけを味わうという食べ方ですね」。

日本では魚料理が中心メニュー。

食べ方はギリシャ風に。

「日本ではギリシャ料理はじめ、万国の料理が並ぶ我が家の食卓です。もちろんさし身をはじめ魚料理が多いです。日本だとギリシャと違い、タイがグラム300円位で買えますから、1キログラム10,000円もする肉より手軽ですから」。

ただし、食べ方はギリシャ風で、テーブルに並んだ大皿から、各々の好みのものを、小鉢や平皿にとっていただく形式とのことです。

タイのさし身をはじめ、魚のグリル焼きが豪華に並ぶマニーさん宅の食卓です。

### タコのマリネ

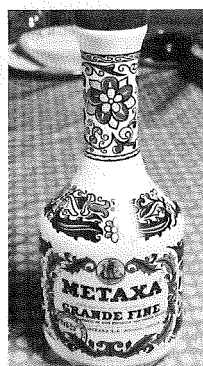
—材料(4人前)—

マダコ……………中位のもの一匹
オリーブオイル……………カップ半
レモン汁……………大さじ3
塩……………小さじ半
オレガノ、コショウ……………少々

#### 作り方—

- ①タコを塩でもんで、ヌメリを落とす。
- ②深鍋にタコを入れ、タコが十分ひたる位の水を入れる。初め強火で、沸騰したら弱火で1時間~2時間ほど煮て、煮汁がなくなる寸前に火を切る。
- ③ボウルにオリーブオイル、レモン汁、オレガノ、コショウ、塩を入れよくかきまぜる。
- ④鍋からタコを取り出し、一口大に切る。③のソースに一日位漬けて味をなじませる。

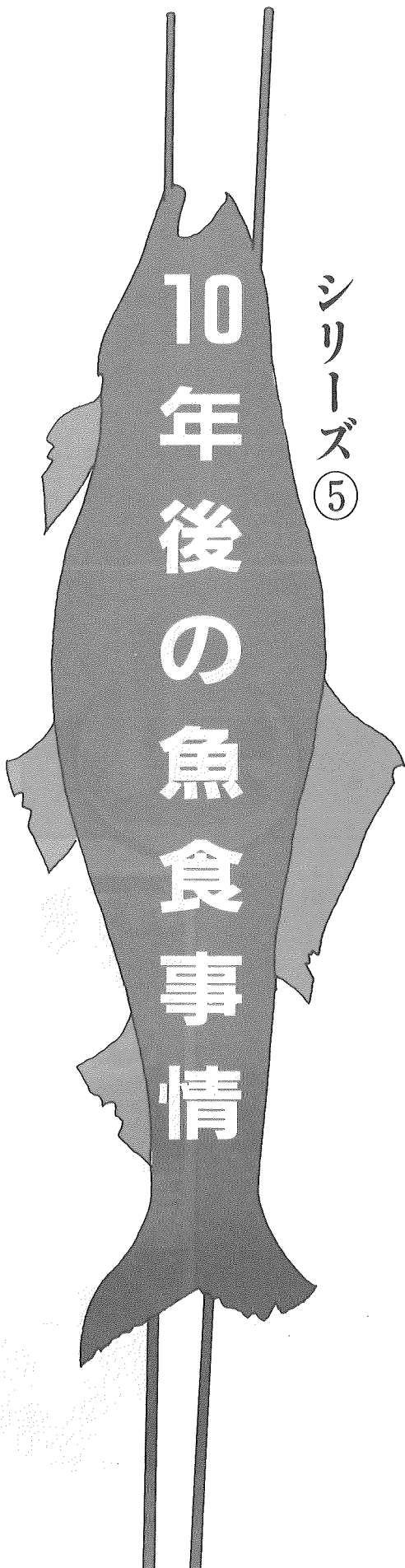
ギリシャではこの料理を本格的に作る場合、生きたままのタコを岩場にたたきつけてから煮ます。



美しいウイスキーボトルはテーブルのアクセント。



ギリシャらしい絵柄の飾り皿。



シリーズ⑤

# 流通業界の今後

原剛

(毎日新聞編集局社会部 副部長)

北商倒産にみる商社と水産会社、魚協の魚争奪戦。

「築地（魚市場）が、また私たちが必要とする日が、遠からず、必ずやってきますよ」。カズノコ投機に失敗して倒産した(54年1月30日)水産会社・北商の中村驥専務は、そう予言して市場を去った。

その意味するところは、水産会社とその系列下にある卸売市場内の荷受会社グループと商社・提携下の場外業社グループが、事件当時まで魚の品ぞろえ、価格の面で激しい流通ルートの争奪戦を演じてきた。その結果は、国内外の情報収集力と豊富な資金量をもつ商社が、整備された冷凍庫網と場外業者のノウハウを利用して、老舗の水産会社陣営を急速に追い上げることに成功した。

そして、米ソが200カイリ漁業専管水域を宣言した52年に、両グループの勢力は東京市場で肩を並べるところまできたが、価格の高騰は消費者の魚離れとなってハネ返り、漁労生産と加工製造の現場をもたない、経営基盤の浅い商社系のフィッシュビジネスは、在庫のヤマをかかえて立往生してしまった——というのが北商・中村専務の情報分析と“敗戦の弁”であった。

買いしめ、価格操作商法への世間の厳しい批判は問題とせず、中村専務は「いい勉強になりました。商社が水産会社に、一敗地にまみれたというところでしょう。しかし、捲土重来。これからは情勢がちがってきますよ。商社グループが水産会社に勝つときが必ず来る」と言い放ったのである。この場合、北商とベアを組んだのが三菱商事であったことはよく知られている。

ここで注目すべきことは、北商のカズノコ倒産と裏腹の関係にある1,700億円の魚カラ売りが発覚した北海道漁連事件の背景である。いわば水産会社と商社の中間の性格をもつ漁業協同組合の雄・道漁連が、激しくなる一方の流通戦争に対抗するため、商社化への思い切った転換をはかりつつあったことである。

北海道漁連の経営計画書によると、「漁協陣営に対する他産業からの攻勢が強まる一方で、漁業コストが増え、外国漁船との競合、資源の衰退など

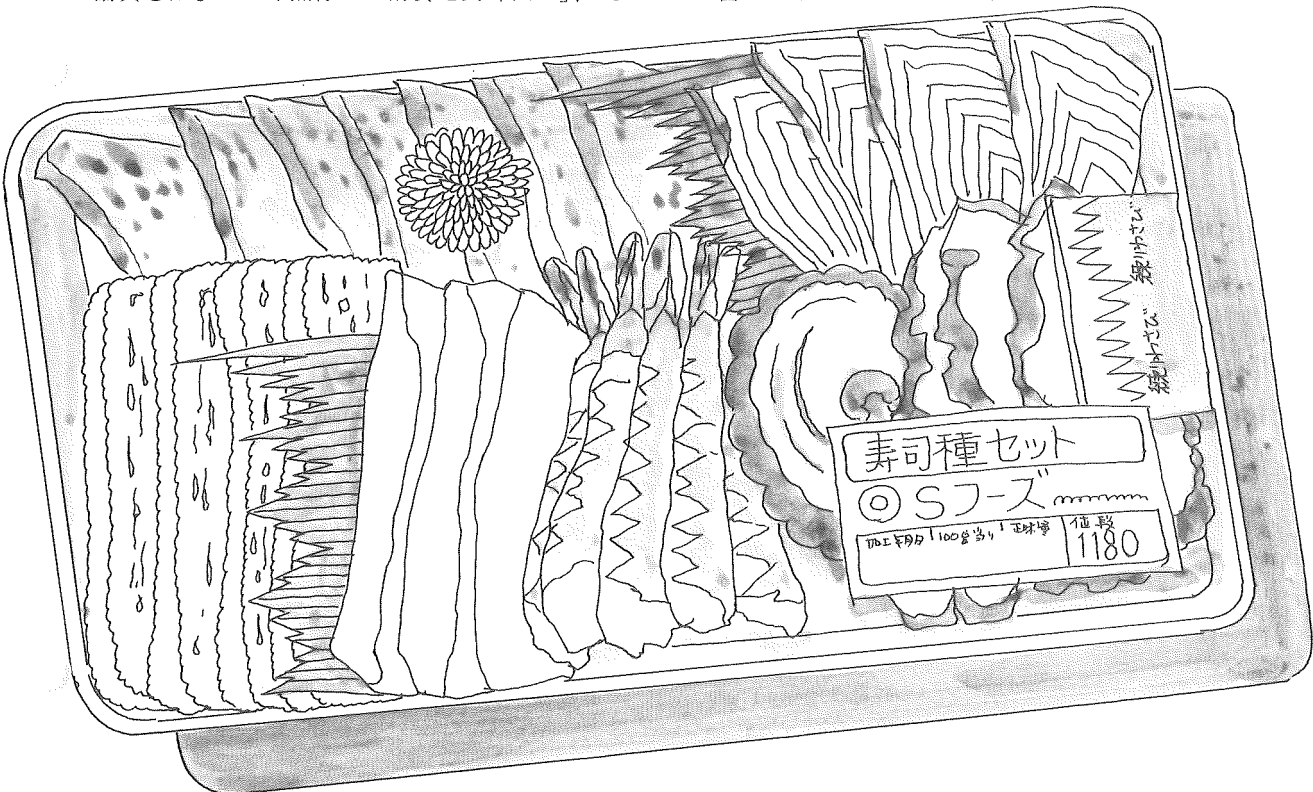
によって、漁業経営が悪化している」と分析。「輸入自由化を防ぐ一方で、貿易業の体制を整えて、自由化された魚は積極的に取扱う。このためには商社機能を導入して、消費地員外扱い（非漁協組合員との取引）量を拡大する。その手段として、消費地市場の近くに冷凍庫を設けなければならない」と苦しい立場のなかで、商社化指向の経営戦略を明らかにしていた。

この経営戦略に従い、北海道漁連の営業活動の本舞台は、北海道を離れて東京・築地の「東京営業本部」(事件後、東京支所に改組)へ移され、漁協員とはまったく無縁の「消費地員外扱い」、つま

### 魚は三次産業のサービス品か。

水産会社が漁労部門を合理化して縮少し、商社化を強める一方で、商社は金融をつうじて生産の現場に介入し連携を強めるなど、互いの自己改革が著しいので、水産会社と商社の活動分野を隔ててきた境界は、急速に崩れつつある。それに消費の停滞が加わり、流通界の覇権争いは、いまかりそめの小康状態を保っているかにみえる。

だが、原点に戻って考えてみれば、魚に目ききでもなければ流通と直結した漁労のノウハウが豊富だとも思えない商社が、業者のいう“玉”を数百



り純粹の商社活動に営業の重点が置かれるようになった。魚のカラ売り事件は、この過程で架空の商社活動を無理に維持するために行なわれていたのである。

水産会社、商社、系統漁協と、魚の現物を握り、流通パイプの根っこを押さえている三つ巴の関係のなかで、経営基盤が最も弱い漁協の代表格である北海道漁連がたどった軌跡は、北商・中村専務の“予言”の現実味をうかがわせたものである。つまり、水産業界の総流通産業化への傾斜である。

億円のオーダーでストックし、それをスムーズにさばき切っているのが、筆者などにはいまだ納得しかねるし、だいいちプロの魚屋はどこへ行行ってしまったのだ！と歯がゆくもなるのだが……。

「あなた、ひょっとすると、魚屋さんで売っている魚を、いまだに一次産業の生産品だとカンちがいしてるんじゃないですか」。マグロの三菱商事の某重役からこういわれて、ギクリとなった。

私ごとで恐縮だが、ナマ魚を丸ごと求め、さし身から焼きもの、あら煮、スープまで部位別に100

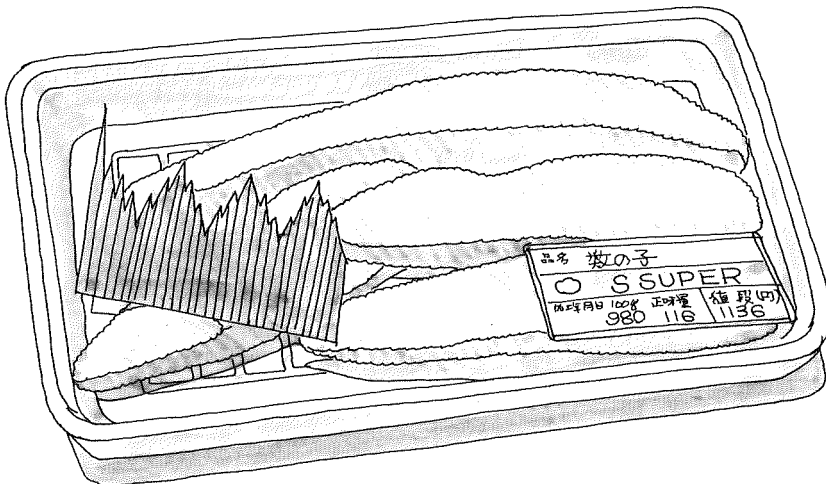
%食用を試みている筆者流が、もはや例外中の例外ぐらいは認識しているのだが、この重役氏から「マグロは選別と品質管理、冷凍保存、原価計算のプロセスを経てマーケットへ出荷される二次産業の製品だし、それから先は消費者の皆さんのお望みにそい、魚屋さんが包丁をふるい、さし身パックにしつらえる。これは、もう三次産業のサービスをお売りしている、ということですよ」とたたみかけられては、二の句がつけない。

だいたい、魚流通のアンカーである「消費者の皆さん」と魚との付き合いがぞんざい、怠慢であると思う。総理府の56年度家計調査によると、一世帯(3.79人)当たりの生鮮魚類の年間購入額は、1位：マグロ8,673円(数量は3.3キロ)、2

ネ返していく、生産=消費の行司役としての役割も失われ、単なる運び屋とされていくことであろう。

### 魚が商社扱いの商材となる可能性。

例えば、東京都卸売市場の56年の販売スタイルに、そのきざしをうかがうことができる。公開のセリによる販売が36%であるのに対して、荷受けが出荷者の差し値を受けて、買い手の仲買いと単独交渉する<sup>おたひ</sup>相対売りが52%となっている。生産者側のコスト計算などもあるので、相対売りと定価販売をいちがいに問題視するのは誤りであるが、その隠されたホンネの部分が消費地市場内業者の出荷者への降伏——商社扱いがふさわしい工業製品化された魚に対して、出荷者が試みる市場支配、



位：イカ7,089円(同7.4キロ)、3位：エビ6,860円(同2.8キロ)である。つまり、いずれも規格化された商材、いうところの「二次産業」の製品であり、袋詰めされるか、舟と称するサラ付きさし身に装いを凝らした「三次産業」のサービス品の常連ぞろいである。

ひと言でいえば、魚の工業製品化、である。しゅんもなければ鮮度にふれる喜びもない。まして、うまい魚を安く食べようと努めるスリルもない。

こういう流通——消費のかたちが変わらない(あるいは変えさせぬ)かぎり、魚はますます商社取扱いの商材にふさわしい存在に身を寄せていこう。中央卸売市場に蟻集している荷受けも仲買人も、もはや魚に目ききのプロである必要はなくなる。消費地市場の意向を的確に流通パイプへハ

価格操作への迎合であることが、少なくないようである。

道漁連の流通戦争生き残り戦略がめざし、あの北商の中村専務が予言したように、10年後の魚はますます商社扱いの商材——硬直した工業製品の管理の——に徹底していくのだろうか。

それとも、本来の「魚屋」を自負する水産会社と市場業者が、近海、沿岸の非工業製品の生鮮魚の取扱い量を増やし(56年度東京都中央卸売市場の生鮮、冷凍の比は、21.2%対35.3%)、消費者への「まっとうな魚の食べ方」誘導キャンペーンにも成功して、魚のとめどない工業製品化をくいとめ得ていくのであろうか。

北商、道漁連事件がもたらした問題提起に、「本来の魚屋」たちが答を見出さねばなるまい。

# アミノ酸が多く含まれている 魚のエキス分。

松浦 宏之

(女子栄養大学教授)

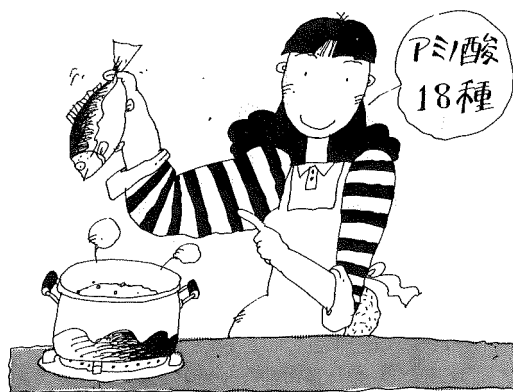
エキス分というのは、やや粗雑な表現をすれば、食品を煮た際煮汁に溶け出てくる成分のことで、実に多種類の物質を一括した呼称です。魚類の含有量は2～5%、貝類・イカ・タコ類は7～10%、エビ・カニ類は10～12%です。食肉類はおよそ2%ですから、魚介類の方がかなり多いことがわかります。

エキス分は呈味成分で、その食品の風味を構成する重要な成分のひとつです。人間に対しては、まず胃壁の神経を刺激し、胃液の分泌を高め胃腸の蠕動運動ぜんどうを促進する、といわれています。換言すれば食欲を刺激し、食物の消化吸収、排泄を促進するということです。

魚のスープ、肉のスープ、野菜スープ、いずれもそれぞれのエキス分が主成分ですから、洋食の最初にスープが出てくるのは、まことに理にかなった作法です。

呈味成分といっても、甘味・しおから味・酸味・苦味・刺激味・旨味を呈するさまざまな成分が混在していますが、魚のエキス分中にはアミノ酸が最も多く、18種類のアミノ酸が検出されており、それぞれ甘味・苦味・甘苦味・旨味を呈しています。グルタミン酸は周知のように強い旨味、アスパラギン酸は弱い旨味を持っています。このほかイノシン酸、カルノシンも旨味成分です。以上の旨味成分は魚類、貝・イカ・タコ類、エビ・カニ類のエキス分中にみな含まれています。

プロリン・グリシン・アラニンは甘味の強いアミノ酸で、貝類・スルメイカ・エビに多く、これらの生肉のほのかな甘味はこれです。なお貝類のエキス分にはコハク酸が含まれ、旨味をひきたてています。



エキス分は以上のように呈味成分を主成分としており、魚介の種類により、それぞれの含量が異なるので魚は魚、貝は貝おのおの特徴的な味を呈することになります。

風味の要素としてはエキス分のほかに脂肪があり、脂肪量の多い方がおいしいのです。

「しゅんの魚」とは脂肪が最高に含まれている時期の魚のことです。

貝類では脂肪よりも甘味を呈するグリコーゲンの含有量が風味に大きい影響を与えます。カキのしゅんは11月から3月頃までですが、この時期のカキにはグリコーゲンが最高に含まれています。

さて、エキス分が吸収されてから生理に関係ある成分として、次のようなものがあります。

カルノシン……腸の分泌作用や運動を促す。

グルタチオン……生体内の酸化還元に関与。

タウリン……アミノ酸の1種ですが、タンパク質の構成に関係のないアミノ酸です。血圧調節作用を有するので、次回で詳細に取扱うこととします。



**Q** ご質問：ブリは出世魚といわれています。子供達に魚への夢と関心を持たせるためにも、その他の出世魚の種類とその呼び名の由来を教えてください。

(広島市・青木みさ子さん)

**A** お答え：一般に“出世魚”と呼ばれる魚には、ブリのほかスズキ、ボラがあります。これらの魚は成長とともにその呼び名が変わるところから、縁起のいい魚として子供の成長に伴う祝事、出世の祝いの賜物の魚に用いられてきました。その呼び名の変わる基準としては、魚の大きさから区別されていますが、出世魚ばかりではなく、魚は地方によって地方名、異名が多数あり、ブリ、スズキ、ボラも出世魚として全国統一された呼び名はありません。

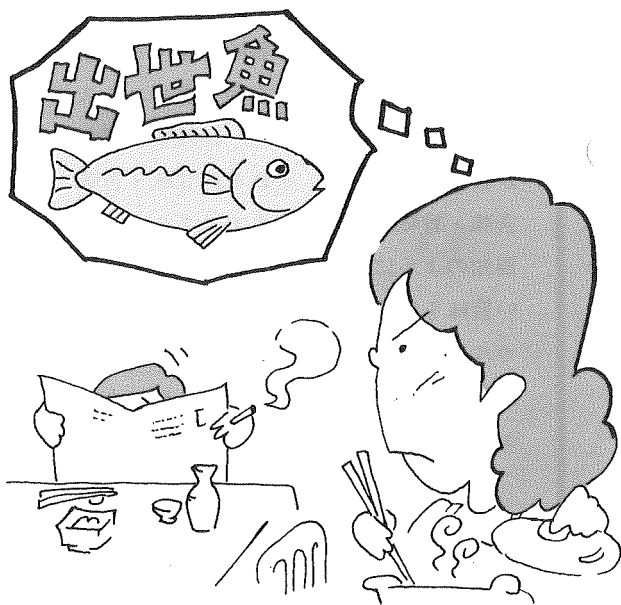
例えばブリの場合、東京では全長15センチ前後をワカシ・ワカナ・ワカナゴ、40センチ前後をイナダ、60センチ前後をワラサ、1メートル前後より大きいものをブリと呼んでいます。関西では全長10センチ前後をツバス・ワカナ、20～40センチをハマチ、50～60センチをメジロ、80センチ以上をブリと呼びます。(大きさを示す数字はだいたいです)

また地方によってはこの分け方ではなく、和歌山地方などでは60センチ以上の大型のものを、モンダイ・オオウオ・ドタブリ・ヤゾウと呼んでいます。

スズキは一般的にいうと、25センチまでをセイゴ、60センチぐらいまでをフッコそれ以上をスズキと呼んでいます。コッパ→ハクラ→セイゴ→フッコ→チュウハン→スズキと分ける場合もあります。

今一つの代表的な出世魚・ボラも地方で異なる呼び名が多く、一般的にはオボコ・スバシリ→イナ→ボラですが、イナの段階で、ポッコ、エブナ、クロメなどと呼ぶ地方もあります。またボラ(だいたい30センチぐらい)以上大きくなったもの(70センチから1メートル)になるとトドとも呼ぶ地方もあります。これは、これ以上大きくならない、“トドのつまり”おしまいという意味からです。

呼び名の変わる魚の一つにコハダ(出世魚と扱



う場合もあります)が大きくなるとコノシロと呼びますが、関西ではコノシロは同じで、コハダをツナシと呼んでいます。おもしろいことにコノシロが“この城”に通じるところから徳川時代の武家では“この城を食べる”にも通じるとして食べなかった、とも、また死ぬと腹が切れる魚、切腹のとき食べる魚ということで“切腹魚”“腹切魚”として知らわれたともいわれています。

魚は昔から日本人にとってたいへん貴重なタンパク源ですから、出世魚、地方名、そしていわれなど数多くあって、食卓に楽しい話題を提供してくれます。

〈クッキングアドバイザー 皆川 洋〉

---

**Q** ご質問：甘塩という表示のついたサケのパックを買ったところ、かなり塩辛かったことがあります。また干物でも、辛いものや甘いものなどいろいろです。魚の塩かげんの基準は、どうなっているのでしょうか。  
(東京都・日野芙美さん)

---

**A** お答え：まず干物からご説明しますが、干物などの塩蔵物と称される塩分の基準は、5%以上と決められています。しかし、この数年、減塩指向や食生活の変化により、塩分が2~3%で昔よりもやわらかい干物が好まれるようになってきています。

そのために、最近の干物は塩分を減らして1~2時間機械乾燥し、水分を切った程度で凍結をかけた状態のものが大部分。しかしかなりの塩をして乾燥させたものも多少出回っていますから、ご質問の甘いものや辛いものがあるとい

うのは、そのあたりに原因があるようです。

次に塩ザケですが、サケには5月~7月にかけて北洋で獲れるサケ、9月~11月に産卵のために帰ってくるサケ、カナダやアメリカからの輸入ザケ、この3種類があります。この中で塩ザケになるのは、根室、厚岸、釧路の3港の基地に基地独航船と呼ばれる10t以上の中型船とそれ以下の小型船によって水揚げされる北洋サケと、9月~11月に産卵のために帰ってくるアキアジと称されるもの。

甘塩ザケは、北洋サケでも小型船によって水揚げされるものによって作られます。これは3~4日の操業の後、生で水揚げされ、陸の工場で塩蔵してすぐに凍結するので、塩があまり浸透せず、甘塩のサケになります。

中型船で水揚げされる北洋サケは、航海日数が20日以上かかるので、船内で塩蔵します。塩漬けのまま港に水揚げされるわけですから、辛いサケになります。

またアキアジは、本来保存を主な目的としたもので、塩を浸透させ水分を出して日持ちするように作られています。ですからこれも、辛いサケになります。

サケには何%以上が辛いもの、何%以下が甘いものという基準はありませんから、店頭で甘塩ザケを求めて辛かったというのは、店の主観や商法によるものと考えられます。

〈大都魚類(株)・丹羽光明〉

---

#### 〈ご質問歓迎〉

読者の皆さまからのご質問に答える場として、“おさかなQ&A”のページを設けました。暮らしの中で感じた魚に関するご質問をお寄せください。誌上採用分には粗品(図書券5,000円分)を贈呈します。

☆宛先は 〒107 東京都港区赤坂1-9-13 三会堂ビル  
(社)大日本水産会・おさかな普及協議会「魚」編集室です。

# 都会の小学生の3人に2人は

(社)大日本水産会・おさかな普及協議会が「魚料理」に関する意識と実態調査(小学生300人とその母親300人)を行なったところ、骨つきの魚を上

手に食べられるのは3人に1人という結果が出た。しかし、子供達の魚離れが叫ばれている昨今、小学生の約70%が「魚好き」と答えたのは注目される。

## 〔子供編〕 「魚好き」は全体の66.6%、好きな料理は「マグロのさし身」がトップ。

まず、「魚料理は好きですか」の質問では、「好き」「どちらかといえば好き」と答えた「好きグループ」が66.6%、「嫌い」「どちらかといえば嫌い」と答えた「嫌いグループ」が33.3%という結果が出た。

好き、嫌い別の理由をみると、「好きグループ」では「おいしいから」、「健康に良いから」、「栄養

があるから」、一方「嫌いグループ」では、「骨をとるのがめんどろ」、「骨がひっかかる」、「おいしくない」などをその理由にあげている。

また、好きな魚料理の第1位は、「マグロのさし身」で47%、ついで「アジの塩焼き」、「サケの塩焼き」と続き、嫌いな魚料理のトップは「サバのみそ煮」となっている。

### 好きな、嫌いな、もっと食べたい「魚料理」

	好きな「魚料理」	嫌いな「魚料理」	もっと食べたい「魚料理」
各料理回答順位	1 マグロのさし身 47.0	1 サバのみそ煮 11.0	1 マグロのさし身 22.3
	2 アジの塩焼き 15.0	2 アジの塩焼き 6.7	2 サケの塩焼き 3.0
	3 サケの塩焼き 11.0	3 イワシの塩焼き 5.3	3 ウナギのかば焼き 2.7
	4 サンマの塩焼き 9.3	3 マグロのさし身 5.3	3 サンマの塩焼き 2.7
	4 イカのさし身 9.3	3 サンマの塩焼き 5.3	5 アジの塩焼き 2.0

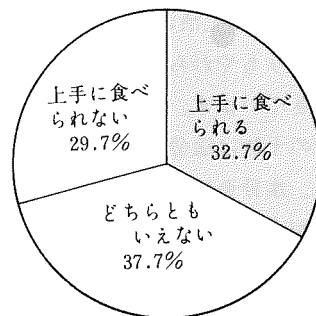
「あなたの家では魚料理が多い方だと思いますか」に対して、ほぼ3人に2人の65.3%が「ふつう」と答え、「多い」が19.0%、「少ない」が15.7%で、「魚料理の回数をもっとふやして欲しいですか」の質問では「もっとふやして欲しい」がわずか5%、「今のままでよい」が81.3%、「もっとへらして欲しい」は17.5%と出た。

## 骨つきの魚を上手に食べられる小学生は32.7%。よく知っている魚はイカ、エビ、ウナギなど。

骨つきの魚を「上手に食べられない」と答えた小学生(29.7%)に対して、「上手に食べられる」が32.7%で、好きこそもの上手なれと言われるように「好きグループ」では44.5%が「上手に食べられる」と答えている反面、「嫌いグループ」では56.0%が「上手に食べられない」と答えている。

一方、代表的な40種の魚をあげ、名前と形がわかる魚、家で食べたことがある魚を答えてもらった結果、認知度の高いのは、イカ、エビ、ウナギなどで、逆に認知度が低かったのはメルルーサ(1.0%)、ホウボウ(5.7%)、タカベ(6.0%)、サワラ(9.6%)となっている。

### 骨つきの「魚料理」を上手に食べられますか



また、母親が家で料理に使ったことがあると答えた魚のベスト3はイカ、アジ、サケで、母親の魚料理の腕前は100点満点で81.8点と高く評価されている。



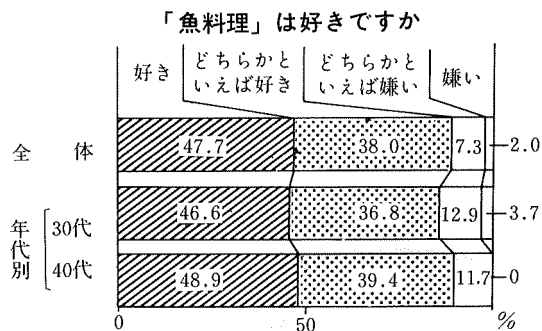
# 魚好き。理由は「おいしいから」。

〔母親編〕 魚好きのお母さんは「尾頭つき」を、魚嫌いのお母さんは「さし身」が好み。

母親に食べる立場で「魚料理は好きですか」と質問したところ、「好き」が最も多く47.7%、「どちらかといえば好き」（38.0%）で全体の85.7%が“好きグループ”に属し、30歳代よりも40歳代

の母親の方が多く「好き」と答え、子供の頃、魚をよく食べた人ほど魚好きという結果が出た。

「お宅では魚料理の回数は多い方ですか」の問いには、「ふつう」が約半数、「多い」「少ない」がそれぞれ約半ずつとなり、「多い」と答えた人は「主人が好きだから」をその理由にあげ、「少ない」では、「値段が高いから」（46.8%）がトップで「子供が嫌いだから」が続いている。また食卓に並ぶ魚料理にも“好きグループ”と“嫌いグループ”で差が出ており、“嫌いグループ”では“好きグループ”に比べて「さし身」が多く「尾頭つき」が少なくなっている点が注目される。



## 三枚におろせないお母さんは36.0%。栄養面での認識はやや低め。

次に、家庭で魚料理を作る時、いやな事、困る事を質問したら、「まな板・包丁が臭くなる」がトップで50.7%、ついで「なま臭い」（38.3%）、「ウロコがとぶ」（37.0%）、「手が臭くなる」（33.7%）を3人に1人があげている。さらに、「三枚におろせますか」の質問では、「できる」と答えた人が64%いたものの、日常どの程度実施しているかについては、「よくする」が14.3%、「たまにする」（41.7%）、「できるけどしない」（8.0%）、残りの36.0%は「できない」という結果が出た。

さらに、4人に3人弱のお母さんは子供に魚を食べさせるのに工夫していると答え、工夫の方法では、「焼きかげん」（26.0%）、「料理の目先をかえる」（23.3%）、「骨をとってあげる」（22.7%）をあげている。

次に魚料理に関する認知度を聞いてみたところ「カルシウムが豊富」は8割以上の主婦に理解されているものの、他の6項目では50%以下の認知度である。また、魚に関する要望では、「価格を

魚の栄養についての知識 (%)

骨を丈夫にし、老化を防ぐカルシウムが豊富	83.3
大衆魚のタンパク質は質量とも牛肉や豚肉をしのぐ	41.0
イワシの丸干しに含まれるミネラル、ビタミンはレバーに匹敵	37.3
カルシウムは魚の骨だけでなく魚肉にも含まれている	37.0
コレステロールを抑制したり、排除させる脂肪酸(不飽和脂肪酸)が豊富	29.7
アミノ酸の一種、タウリンが豊富でコレステロール値や血圧を下げる効果がある	22.3
大豆製品やご飯と組み合わせるとタンパク質の栄養価が高まる	21.3

安く」が34.0%で一番多く、ついで、「鮮度のよい魚を」（10.3%）、「料理法を知りたい」（7.0%）が続いている。

この調査の結果、料理のしかたいかんでは、子供は魚を食べること、反面、母親のお料理のレパートリー、魚の栄養面での認知度がやや低く、価格が高く、扱いがめんどうな事から、主婦は「尾頭つきの魚」料理をやや敬遠しがちという点がクローズアップされたようだ。

景勝地で老人福祉センターを経営する知人を訪れた。たまたま老人のお客さまがみんな帰った日で、知人夫婦も外食するからどこか外でいっしょに食事を、とさそわれた。

「あの、洋食でいいですか。行きつけの、おいしい肉を食わせる店があるんです」。

正直言って私はちょっとびっくりした。近年とみに同年輩の友人たちは、男女を問わず還暦を待たずして本卦<sup>ほんけがえ</sup>帰りののだろうか。やたら大和民族の民族性を発揮し、魚・和食党が増えつつある。かく言う私もまさしくその一人だから、私よりかなり年輩の、60歳近い知人夫婦は、てっきり和食党ときめてかかっていたからだ。もちろん私だって、肉が嫌いというわけではないから、ありがたくご馳走になることにした。

「おいしい肉」の夕食を共にしつつ、知人夫妻の話聞いて、彼らが一目散に洋食レストランへ駆け込む理由がうなずけた。彼らは週のうち5日間、宿泊する老人たちと起居寝食を共にする。料理は一週間の献立が老人向きに定められていて、小魚の塩焼き、コイのさし身、

精進揚げに山菜のおひたし、野菜の煮つけにけんちん汁といった老人好みの食事だ。季節によって献立の材料は多少変わるものの調理方法は変わらず、要するに野菜と魚の典型的な和食である。朝もいわゆる和定食、昼はザルソバが決まりのコースで、老人たちは「久しぶりで好みの食事ができた」と大喜びだそう。オーナー夫妻は年輩とはいえず利用者の老人の平均年齢より20歳近く若い、いくなれば熟年前期。「ずーっと老人食につき合っていると、週の終わりには何だか体中から脂っ気が抜けたような気がする」そう。老人たちの帰る週末を待って、肉のおいしいレストランや中華料理の店へ出かけて栄養補給するという。「久しぶりだからとくにうまいですな」と老人福祉センタ



ーのオーナーは言った。

福祉センターで「久しぶりに」好みの老人食にありついた老人たちは、ふだんは子ども中心の家庭の中で、孫好みのバタクさい食事につき合わされて、いい加減閉口しているのだろう。だからこそ、ありふれた和食がひとしおおいしいのだ。

それにしても、食生活のむずかしい時代を生きるものだと思う。三世同居の主婦が、ほうれんそうひとつでも、おひたし、のり巻き、バターいためと三種類作り分ける苦労話は、前にも紹介したと思う。よほどのヒマと善意と能力がなければできない芸当だろう。

## ダイニングカルチャーの創造

# 食べる選択

樋口恵子  
(評論家)

それでは昔はどうしていたらうか。入れ歯の技術さえロクになかった時代だから、歯のない老人もたくさんいたはずだ。しかし昔は、若者好みだの老人食だのと言えるような選択の余地は全くない食生活だった。麦飯に味噌汁につけもの、それに土光さんではないが、メザシでもあれば結構な食事というべきで、古いも若きも、それしかないから同じものを食べて生きてきたわけだ。それが今は、その気になれば選ぶことができる。だからむずかしいのはあたりまえであり、ありがたいことであり、好みに合わなかったり、新しいやり方をくふうする苦労ぐらい当然の代償である。ゆめ「昔は良かった」などと口に出してはなるまい。

## 豪快なホームランは 愛情たっぷりの魚料理から。

先シーズン、西武のリーグ優勝、「日本一」に大きく貢献した田淵幸一選手。数年前の人気マンガ「がんばれタブチくん」のおなかが出たイメージからはほど遠いスマートさ、軽やかさで、ホームランバッターとして大活躍した。その陰の力になったのが有加夫人だ。

「今年は、西武は自然食だなんてマスコミにさわがれたでしょ。それが原因です

かってよく聞かれるけど、球団から自然食にしろといわれたわけではない、スマートになったのは本人の自覚だと思いますよ。私は野球のこと、全然知らないけど、自然食にして優勝できたら監督さんにしても、選手の奥さんにしても、こんな楽なことはないです」。

球団からの指示はなくても、塩は天然塩、ごはんは胚芽米。これは有加夫人の独身時代からの習慣だった。

結婚して約2年、シーズン中はご主人の食事と、1歳になる子供の食事を何にするかを考える毎日。

「何といっても体が資本の仕事ですから

ね。『きょうは何もなくて、お茶づけサラサラでごめんさい』というわけにはいかないですね。特別な気はつきませんが、魚と肉を両方出すようにしたり。普通の家庭だと、たとえばステーキがメインで野菜がつけ合わせになるけど、うちは肉も魚も野菜も、全部メインなんです」。

夫婦そろって貝類が好きで、アワビやアカ貝のさし身、ハマグリ

の酒蒸し、アサリのニンニクワイン蒸し……と、一品魚料理が食卓を飾る。田淵選手はたくさん食べる方ではないので、ボリュームよりも味つけに気を配るという。

「女房の料理は最高。

のろけるわけじゃな

いけど、信頼と真心が伝わってくる料理ですよ。ボクと女房は食い道楽でしてね、オフシーズンの楽しみは食べ歩きです。フグのさし身が好物で、大阪に行くと二人でウキウキしながらフグを食べに行くんです」と田淵選手。有加夫人の愛情たっぷりの食事で、来シーズンも田淵選手の豪快なホームランが期待できそうだ。



「魚」第16号 昭和58年1月31日(隔月刊)

編集室  
から

正月、知人宅をたずねる。いずれの家でもお酒と魚料理がかならず出てくる。同じ魚なのに、こんなにも料理法によって味が違うものかと目を見張ってしまう。奥さんの育った環境や風土の違いなのだろうが、その愛情のこもった料理に舌鼓を打ちながら飲む酒は、また格別である。やはり、お酒に魚料理は最高である。

皆様のご意見を「おさかな普及協議会『魚』編集室」宛にお寄せ下さい。



# ダイニングカルチャーの創造

社団法人 大日本水産会

**おさかな普及協議会**

東京都港区赤坂1-9-13 三会堂ビル TEL 03(585)6684