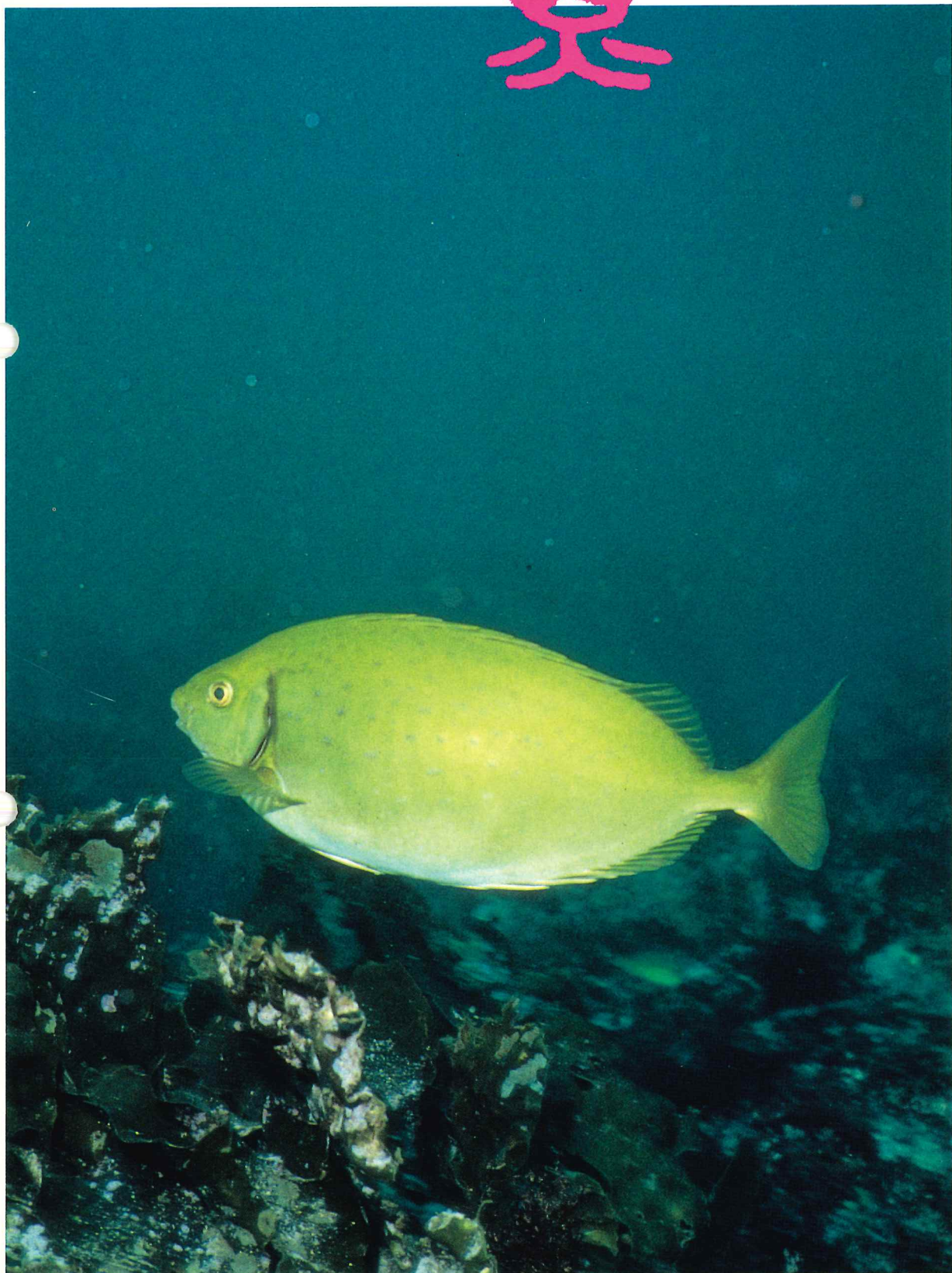


'91.3-4



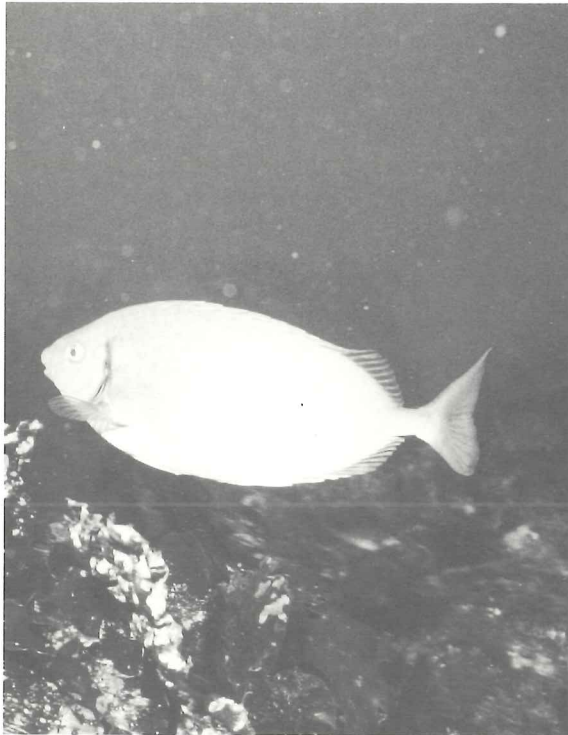
No.

65





は中国の秦代に作られた篆書(じゆん)で魚。学研漢和大字典・藤堂明保編より転用。



## アイゴ (伊豆半島・水深10m)

アイゴ科、日本中部に分布する。沿岸の岩礁地帯を住家としている。海中では体の斑紋を変えることがある。成魚は単独で行動しているが、幼魚は群れを作っていることが多い。アイゴの仲間は棘に毒があり、刺されると非常に痛いので、扱いは注意が必要である。雑食性で藻類や小型の底生動物を食べている。

釣りや刺網などで捕獲され、市場や鮮魚店にも並べられているが、肉は藻類を食べるためか少し臭みがあり、食用としてはあまり喜ばれないようである。

沖縄など南方のサンゴ礁域によく似たシモフリアイゴが住んでいる。沖縄ではエイグワと呼ばれ、食用魚として人気がある。もちろん肉の臭みはない。

表紙写真撮影と文 益田 一(ますだはじめ)

1921年、東京生まれ。水中写真家・伊豆海洋公園ダイビングセンター所長。1960年頃、益田海洋生物研究グループを結成。カラー写真、映画等による生態観察の成果を次々と報告、発表。著書も多数。

# C O N T E N T S

## 目次

■フレッシュアップ/さかな最前線……………1

特集

## 漁業最前線、漁師さん

■体験取材記『さかな探検隊』⑥……………7

## 缶詰の魅力再発見

■うちの味じまん魚料理……………10

北陸のお魚フルコース

## 「雪椿」(石川県金沢市)

■水・族・館……………12

## 宮津エネルギー研究所水族館

■魚の雑学ファイル……………13

魚のギネス——世界・日本のNo.1記録保持魚

■シリーズ/子どもと魚の生態学⑥(最終回) ……14

## 子どもがお魚を、 「食ってくれりゃコッチのもんよ」

学校食事研究会事務局長 阿部裕吉

■市場探訪/港・市場・魚……………16

## 秋田市民市場(秋田県秋田市)

■インフォメーション……………18

■おさかなQ & A……………20

■水紋……………21

## ■特集

## 漁業最前線、漁師さん



▲「この船で、大波をくらったこともありました。」\*自分の城\*に乗る森田さん (34歳)。



私たちの普段食べる魚は、漁師さんが獲る。市場から魚屋さんやデパート、スーパーの店頭で流れてくる魚は、みんな漁師さんが獲っている。そのことは誰でも知っているが、その割に漁師さんの生活や漁業組合については知っている人が少ないのではないだろうか。今回は生産の現場を訪ね、漁師さんの日常生活やその集まりである漁業組合についてレポートする。浮かび上がってくるのは、荒波を乗り越え、雄々しく働く一般のイメージの一方で、意外と堅実な横顔であった。

◀手前が森田さんの乗る「大喜丸」4.5トン。底引漁船。横浜市の柴魚港の漁船は、5トン程度で二人乗りが平均的。

## 天候と漁獲、 セリの値段に左右される生活

夏なら5時、冬なら5時半に船を出す。そして、午後3時頃までには漁を終えて帰る。これが東京湾の漁師さんの普通の生活だ。もちろん、人気劇画『土佐の一本釣り』のカツオ船の漁師のように、一度、漁に出たら、数カ月は帰らないというケースもある。また、200海里問題で圧倒的に減ったとはいえ、北や南の海へ遠洋漁業に乗り出す漁師さんもいる。数年前、アフリカのある空港に向かった飛行機が事故を起こし、そこに日本の漁師さんが多数乗り合わせていたというニュースが伝えられた。不幸な事故だが、このとき一般の人は初めて、遠洋の漁業に携わる漁師さんの生活を垣間見たのではなかったろうか。彼らは飛行機で現地に到着し、用意された日本の船に乗り組み、漁を終えて再び飛行機で帰国するという生活を送っていたのである。

こんな具合に、一口に漁師といってもさまざまな実



▲漁船のコクピット。無線、電話、魚群探知機、自分の位置を示す機器などが並ぶ。

態がある。ただ、今回は沿岸漁業が注目されていることもあり、再び前回の特集で訪ねた横浜市の柴漁港をまず訪れてみた。横浜市漁業協同組合柴支所の事務長、榎本豊久雄さんが語る。

「横浜市の漁協には、本牧、金沢と柴の3つの支所があります。所属している漁師は、本牧が57名、金沢が86名、そして柴が188名、全部で331名です」

漁業組合の組織については後述するとして、柴漁港の漁師さんたちの一日を追って見よう。冒頭に述べたように、夏は5時、冬は5時半に出漁する。漁場は日



▲底引用の網。これらはすべて手づくり。予備の網も1〜2つは必ず積んでいる。

によって違うが、近いところで15分、遠いところでも1時間半くらいで漁場に到着する。

「底引網の漁船なら、それから5つクラや6クラやってから帰るから、大体、港に戻ってくるのは3時頃になりますね」

「クラ」というのは、1回網を入れて一定時間、船で引き、巻き上げるまでをいう。1クラに長くて1時間半、それを5〜6回繰り返すわけだから、作業時間は最大9時間にもなる。

「それでも、不漁のときには、12時頃に帰ってきてしまう場合もあるし、いろいろです」

帰港すると、獲ってきた魚を陸揚げする。この魚の値段は翌朝、市場でセリにかけられるまで決まらない。他で獲れなければ高くなるし、同じ魚がたくさん出回れば安くなってしまふ。しかし、とりえず魚を陸揚げすれば一日の作業が終わり、かというところはない。

「帰ってから、シャコの加工をやります。だから、一日の作業がすべて終わるのは7時頃ですかね」

作業後の船の整理、後片付けなどは帰港の途中でやっつてしまい、それでもまだ帰ってからの仕事がある。こうして、2日続けて漁に出て、1日休むという生活を繰り返しているのである。

「しかし、天候に左右されますから、3日も4日も漁に出られないこともあります。そうすると、天候が回復した日から、また2日続けて漁に出て、1日休むということになります」

もちろん、漁の休みの日も遊んでいるわけではない。



網の手入れや、自分で網をつくる作業がある。柴の漁師さんたちは、自分で使う網はほとんど自分でつくってしまうのだそうだ。メーカーの網の値段が高いこと、それに自分で作った方が安心ということもあるのだろう。また、おろし立ての網でも、1回の漁で破れてしまうこともある。その補修の工程もつくる工程も同じである。つまり、網をつくる作業は漁師さんの欠かせない技術なのだ。大きな網でも、2人で1~2日をつくるといふ。

こうして、完全な公休日というのは土曜だけ。日曜日でも、2出1休のローテーションが回ってくれば出漁することになる。

## 漸減を続ける漁師さん、沿岸漁業の行く末は？

次に、漁に欠かすことのできない船。これは、新しく買い替えるとなると、5トン未満のものでも3,000万円強になるという。魚群探知機などハイテクの最新機器を備えると、すぐに100~150万円はかかってしまう。それに、昔はエンジンも網を引くのも、発電もひとつの主機関だけでやっていたのだが、最近は主機関は走行と網引き用とし、その他の発電、油圧関係用に補機関を別に積み込んでいくのが普通になった。何やかやで、基本のコストが増えているのである。

「大体、一隻の船の耐用期間が10年くらい、大事に使っても14~15年でしょう。船はみんな個人持ちですから、大変ですよ」



▲網の修理は、漁の休みの日の欠かせない作業。網の山に埋もれて、点検しては直していく。

また、こうなると船の修理は自分ではできにくくなる。何か故障があれば、一般の人が自動車を修理に出すのと同じように、メーカーの人を呼び付けるようになっているそうだ。だが、船一隻の値段は車でいえば超高級車が買える。だから、仮にひとつの船を10年で買い替えるとなると、年間300万円ほどはそのために残していく必要がある。個人でこれだけ設備投資を必要とする職業もあまりないだろう。まして、天候に左右され、最悪の場合、月のうち6~7日しか漁に出られないこともあるというのだから、リスクも大きい。



▲4月1日は柴漁港の水神まつり。大漁旗をかかげた漁船がパレードし、魚の供養も行なう。

「そういう点では、みんな堅実ですね。漁師の一方でアパート経営をしたりとか、着実に資金づくりを心がけています。資金の運用面では組合がアドバイスすることもありますよ」

一隻の船に乗り組むのは、平均で2~3人。それも親子、兄弟、親類というケースが圧倒的だ。柴漁港では、所属する船の92.5%までがこのケースに入る。1人で乗る場合もあり、よそから人を雇い入れるというのは、実に少数なのである。企業で言えば、まさに家族経営の零細企業ということになる。強いて言えば、個人商店に近いといえるが、設備投資が個人商店をはるかにしのいでいる。

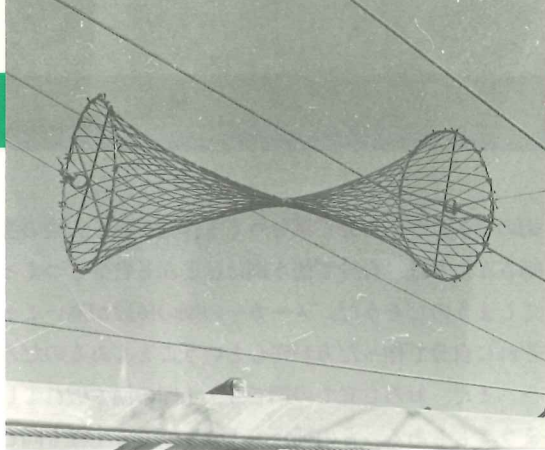
そこで、漁師さんたちの全体像を知るために、水産庁の漁政部協同組合課を訪ねてみた。同課の課長補佐（農林水産事務官）、加藤静雄氏はこう語る。

「まず地区漁協があり、それを県単位で組織する県漁協連合会（漁連）があって、全国組織の全国漁協連合

会（全漁連）が統括する仕組みになっています。そして、地区漁協に所属する組合員は正組合員と准組合員に分かれています」

正組合員と准組合員の区別は、地区漁協の定款によって多少の違いはあるが、年間90日～120日以上、漁に従事している人を正組合員、それ以下の人を准組合員としているようだ。准組合員は農業の分野でいう、2種兼業農家（収入の主力が農業ではない農家）と考えれば、分かりが早いかもしれない。そして、地区漁協が成立する最低の人数は20名となっている。地区漁協の規模はかなり小さいとみて間違いのないようだ。先の柴支所を例にとれば、横浜市漁協が地区漁協に当たり、そこに3つの支所が所属していることになるわけである。

水産業協同組合統計表（昭和62年10月・水産庁）によると、50人未満の地区組合が17.3%、50～99人が26.1%、100～199人が28.3%、200～299人が12.7%、300～499人が9.5%、500～999人が5.4%となっており、1,000人以上となるとコンマ以下の割合になってしまう。299人以下の組合が84.4%を占めるわけで、そうすると3つの支所で総勢331名を数える横浜市の漁協は、比較的大きな組合ということになる。この統計の数字はやや古いものだが、実態としては今もそれほど変わっていないと加藤氏は言う。もともと、漁協は、



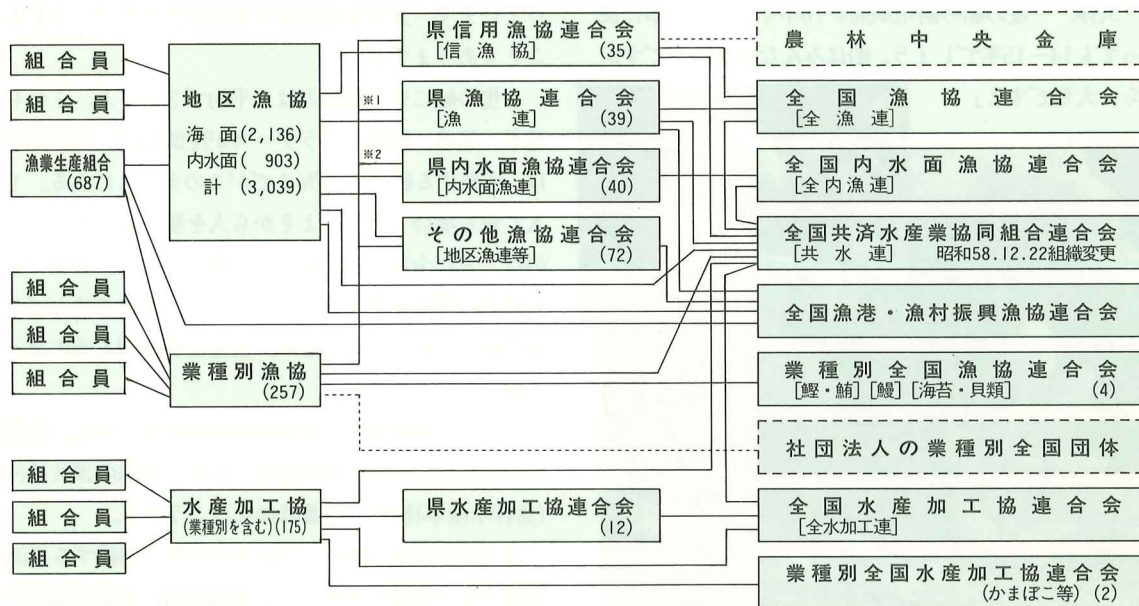
▲底引漁船の作業中であることを示すし。

中小の漁業者（漁師）を対象に組織されたもので、所有する船のトン数が1,500～3,000以下という制限があり、大手の水産業者は全漁連の組織の中には入っていないから、むしろ当然の数字ということができるかもしれない。しかし、沿岸の漁業は、こうした中小の漁師さんたちに支えられていることも、また事実なのである。

漁協の組織の概要は、表1のようにになっている。かなり複雑で、門外漢にはその全容を理解するには難があるが、簡単な説明をしておく、地区漁協のうち、海面というのは、沿岸漁業者のことで、その組合数が2,136組合、内水面というのは、川や沼、湖などで操業する漁業者のことで、その組合数が903ということである。

次に、沿岸地区の組合員数のここ10数年ほどの変遷を見てみよう（表2）。昭和50年に、43万7,033人だつ

■表1 水産業協同組合組織概要図（平成2年3月末現在）



(注)1.上記は一般的な形を图示したものである。  
2.※1は原則として海面組合、※2は内水面組合である。  
資料：水産庁「水産業協同組合年次報告」

た正組合員が次第に減り、62年には37万1,418人になっている。一方、准組合員は50年に15万5,325人だったのが漸増し、62年には17万1,773人となっている。これは、農業と同じように、専業から兼業へと次第に移っていることを示している。また、正組合員が6万6,000人も減っているのに対して、准組合員が2万人弱しか増えていないのは、後継者難などの理由による転・廃業が多いことも物語っている。日本の漁業は、徐々にではあるが、危機的状況に近づきつつあるといえる。

また、これまでの組合加入は漁業者のみだったのが、昨年6月に法改正（施行12月）があり、遊漁船（釣り船など）の業者、加工業者、および家族なども加入できるようになった。これで、漁協の性格も多少変わってくるかもしれない。

協同組合課の加藤氏はこう語る。

「この課の仕事は、基本的には全漁連と県レベルの漁協の法令的なことも含めた指導、および金融保証業務や信用事業、共済事業などの金融関係の業務も行っていきます。組合の定款のモデルづくりやトラブルの処理、組合の合併や組織替えについての指導をすることもあります。要は、健全な漁協の育成に寄与するということです」

健全な育成の方向は、漁業者、行政のみならず、一般の人々も十分に見定めていきたいものである。それは、おいしい魚が今後も食べられるかどうかにかかわってくるのだから。

## 「漁が好きだから」海に出るといふ漁師さんたち

さて、これまで何度か比較の対象に農業を例に出したが、いわゆる農協と漁協では、根本的に違うところがある。農協が巨大な営利団体として、食管法などの保護を受け、一種の圧力団体化しているのに対して、漁協は集団としての力を何かで行使したということとは、あまり聞かない。もちろん、漁業権や漁業補償の問題で、新聞等に報じられることがないわけではないが、集団性、圧力団体としての行動は、きわめて少ないといえる。

思うに、昔から「板子一枚下は地獄」といわれるように、ひとりひとりがいつも死と向かい合わせになるような大自然の脅威と戦っていること、また、小さくても船という自分の城を持ち、それだけ独立自尊の気持が強いことなどが、あまり列をつくって行動することを好まない性格を育てたのではないだろうか。これは、逆にいえば、組織として、また集団としての行動は苦手ということである。今日のように、沿岸漁業が衰退しつつある時期に、この性格は決して有利とはいえない。もちろん、個々の漁師さんたちは、海の汚染や開発による漁場の減少、生態系の破壊による魚そのものの減少など、今の沿岸漁業のかかえる問題は熟知している。それでも、漁師を続けているのは「とにかく海が好きだから」という答えが、多くの漁師さん

■表2 沿岸地区出資漁協の組合員数及び職員数

	昭和50年度末	昭和55年度末	昭和60年度末	昭和62年度末
調査組合数(A)	2,159	2,155	2,122	2,198
(1) 組合員数				
総計(人)	592,358	578,722	555,673	543,191
1組合平均(人)	274	268	262	259
正組合員数(人)	437,033	411,841	383,777	371,418
1組合平均(人)	202	191	181	177
准組合員数(人)	155,325	166,881	171,896	171,773
1組合平均(人)	72	77	81	82
(2) 職員数				
組合職員数(人)	20,172	21,123	20,464	19,656
1組合平均職員数(人)	10.0	10.4	10.2	9.9
職員がいる組合数(B)	2,027	2,029	2,012	1,980
(B)/(A)×100(%)	93.9	94.2	94.6	94.4

資料：水産庁「水産業協同組合統計表」

たちから返ってきた。

柴漁港に所属する漁師、森田績（いさお）氏はこう語る。

「うちは、この漁港ができた当時から、もう数百年の漁師の家系です。親父は、先行きを心配して、漁師は自分の代まででいいと言っていたのですが、親父が亡くなって、船もまだ新しくしたばかりだったし、その時から漁師になりました。もう、10年になりますね」

漁師さんたち、ひとりひとは多少、気性が荒くてとっつきは悪くても、話してみると気のいい人が多い。それは、自分の仕事に対する自信の表われでもある。一人前の漁師になるには、最低でも3年の修業は必要という難しい仕事で、もちろん向き不向きもある。

「結局、機関士と船長と漁師という3つの仕事をひとりでこなすわけですから、けっこう大変なんです。操船から、網さばきまでできてやって一人前ということですね」

操船には、単に船を動かすだけでなく漁場の状態をよく知っていることや、網を引いているときの動かし方まで、さまざまな技術がある。また、網もどういう状態で引くのが一番いいから、いろいろな条件に合わせた修理法、作り方まで知っていなければならない。「やっぱり、海が好きだからこそ、やっていける仕事だと思います」

しかし、漁場としての東京湾が、将来的に不安であることは、さまざまな人が指摘している。その好きな仕事を続けていけるかどうかは、ここで働く漁師さんたちにとっては、まさに死活問題だ。幸い、柴支所に

は若手の漁師さんが多く、研究会を組織し、どうやって現在の漁獲を確保しつつ、漁場を保護していくかの漁法や魚種の研究に余念がない。

「21歳から45歳までの若手が、現在37名います。その連中で研究会を組織しているんです。45歳になったら定年で、研究会は引退ということになっています。これまでも、管理型漁業をしていこうというので、稚魚の放流や、網の研究をやってきました。一定程度まで育った魚は捕まえるけど、小さい魚は網目から逃げていこうな網の研究です。これは、けっこう注目されましたよ」

漁船がエンジンで動く船に切り替わったのは、昭和30年代、それも後半のことだそうだ。それまではすべて手漕ぎ、網ももちろん手で操作していたのだ。それが、すべて機械化され、仕事も楽になり、漁獲も飛躍的に増えた。また一方、埋め立てなど沿岸部の開発も進み、その昔には無尽蔵にあったかに見えた魚が、そうではなく有限の資源であることも分かった。今、初めて、獲り過ぎずに育てていくための方法や、漁業の研究が行われている。

ひょっとしたら、東京湾ではもう遅すぎるのかもしれない。千葉と神奈川をつなぐ横断道路の建設は進んでいるし、人工島の計画もあれば、各沿岸の自治体がそれぞれ好き勝手に開発を進めている。魚にとってはよくないことばかりだ。むろん、これは東京湾だけのことではなく、全国で多かれ少なかれ行われていることである。こんな中で、東京湾で生活する漁師さんたちは、自分たちの漁場を守る方法を必死に考えている。これが一日も早く、東京湾全体の漁師さんたちや、その魚を食べている人たちの輪となり、それが、全国に広がって欲しいと思う。

すなわち、漁師さんたちの生活や漁協を守っていくことが、ひいては生態系を守り、四方を海に囲まれた美しい島国・日本を守っていくことにつながるということが間違いのないからである。



◀ここに大きな魚が入り、こちらに小さな魚が入ると、網の説明をする森田さん。





# 缶詰の魅力再発見

遅まきながら、昨夏ようやく始まった私の主婦業。  
春もよい日の夕暮れ、友人と電話で「今夜のおかずは」なんて話をしていたら——。「うちはスペイン風オムレットとシーフードサラダ。あとはガーリックトーストでも添えとけばいんだからラクよー」とのたもう彼女、1歳7ヵ月の女の子と8ヵ月の胎児をかかえた立派な妊婦さんだ。  
「フフ、決め手は缶詰よ。本日活躍してくれるのは、アサリ、ツナ、ズワイガニ、マッシュルーム、グリーンピース、ホールトマト、ホタテ貝、以上7種類の缶詰諸君。缶詰って手間が省けるだけじゃなく、省エネや省ゴミなんかの面でもすごく優秀なんだから」んー、さすがは主婦業3年の（私から見れば）大ベテラン。感心のうちに受話器を置いた。

缶詰がエネルギーやゴミの量を抑えるのに効果があるとは、一体どういうことだろう。ということで、今回の探検隊は缶詰に深く深くこだわってみたいと思う。案外知らない面がたくさん浮かび上がってきた。まずお訪ねしたのは、東京駅の真ん前、丸ビル内にある日本缶詰協会。業務部長兼普及部長の三浦利昭さんにお話をうかがった。

## ムム、欠点が見つからない！

缶詰とひとくちに言っても、魚介類のほか野菜、果物、肉類や調理食、飲料など種類は実に豊富だ。世界

中では、現在、年間約1,200種、800億缶が作られているという。日本での生産量はびん詰めも含めて年間約423万トン（平成元年）で、国民ひとりあたり132缶も消費している計算だ。昭和54年から平成元年までの10年間に生産量が約1.6倍にも伸びている点をも、缶詰、およびびん詰めが一般家庭で強く求められていることがわかる。三浦さんいわく「それは、省エネやゴミ問題、添加物等への危機感という社会的なムードにも非常に影響されているでしょうね」とのこと。フム、やはりそうであったか。——

### 特長その1 ●旬の味をそのままパック

缶詰は、魚介類に限らず旬の味を新鮮なうちにパックしてしまうもの。原料の産地で、旬の季節に大量に買いつけて加工するので、「安くておいしいものを」という消費者のニーズにドーンと応えてくれるのだ。

### 特長その2 ●安全で栄養価が高い

近ごろ何かというと、食品添加物、特に保存料や殺菌剤の不法使用等が話題に上る。まったく、世の中に安全な食品などないのか！ と怒りたくなってしまうが、そんな不安にも「マアマア気を鎮めて」と救いの手を差しのべてくれるのが缶詰。缶詰は空気、バクテリアなどが絶対に入らないように密封しており、中身は完全に加熱処理してあるので、保存料や殺菌剤などの添加物を加えなくても長期保存が可能なのだ。食中毒にかかる心配などゼロ。そのうえ、空気のない真空状態





## 缶詰の魅力再発見

で加熱殺菌するので、ビタミンその他の栄養素の破損が少ないのだ。家庭で調理したものよりも栄養豊か、ということは数多くの研究からも明らかにされている。

### 特長その3 ●保存性が高い

その2で説明したように、中身は完全に無菌状態なので、常温で長期間保存できる。極端な例では、かつてイギリスで130年を経た缶詰を開けたところ十分食べられ、味や香りも悪くなかったという話がある。実際、お訪ねした日本缶詰協会のショーケースの中にも20年前に作られたカニ缶が並んでいたが「これだって、まだまだおいしく食べられますよ、ほら、ちゃんと打検（底を棒でたたいて中身の状態の良し悪しを探ること）してあるしね」と三浦さん。

ただ、日本の市場の回転の早さから言って、5年も10年も売れずに残る缶詰などほとんどないのが実情。だいたい遅くとも一年半ぐらいの後には人間サマの胃袋におさまってしまうらしい。

### 特長その4 ●利用価値が高い！

種類が豊富なおえ、旬の食品ではないものを手軽に食卓にのせられるので、料理のレパートリーもおおずと広がってくる。たとえば春夏にカキ（貝）が食べたいなどというワガママにも、ちゃんと応えられるのだ。時間がないときは缶を開けてお皿に盛りつけるだけでも十分食べられるし、手間をかけようと思えばいかようにも料理できる。便利なことこの上なし。

### 特長その5 ●経済的だ——家庭編

その1でも述べたように、旬に大量仕入れをして加工するから缶詰は安い。ばく然と“安い”といっても

わかっていただけないかもしれないので、ひとつの例をあげよう。平2号缶、内容総量220グラムのサバの缶詰を思い出してほしい。そう、直径8センチ、高さ5センチほどの手のひらサイズのアレだ。その中に一体どのくらいの量の魚が入っているかというと、なんと長さ30センチ、重さ350グラムもの堂々としたサバ1匹分がギュッと詰まっている。130グラムの差は、1匹のサバには頭、尾、背ビレ、胸ビレ、内臓や胃といった食べられない部分が総重量の約3分の1もあるという



### さけラベル

明治10年10月10日、石狩缶詰所において日本で初めて造られたサケ缶のラベル。サケは石狩川で獲れたものだけを使用していたという。

こと。缶詰は家庭の省ゴミにも役立っているのだ。

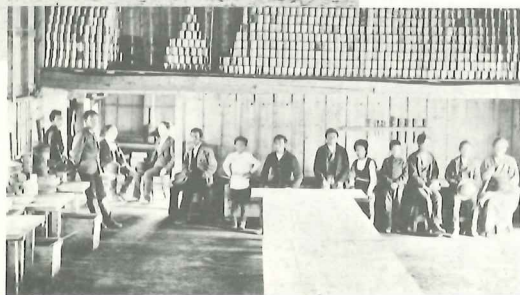
また、缶詰はすでに加熱処理してあるので調理のための燃料費も少なく済み、ガス代や電気代の節約にもつながるといえる。

### 特長その6 ●経済的だ——生産者編あるいは地球編

上記の“食べられない部分”は、家庭では生ゴミとされ三角コーナーへポイ、となるわけだが、缶詰工場ではこれを巧みに有効利用している。家畜のエサや農作物の肥料として生まれ変わったり、またモノによっては酒の肴となる珍味へと姿を変えることも。ホタテ貝では缶詰になるのは貝柱の部分だけ（小粒のものは全粒のまま味付け処理することもあるが）。省かれたヒモの部分は、皆さんよくご存知の味付干物とされるのだ。他にも、利用のしかたによって魚介類はほとんど捨てるところがないくらい、有効に生かされている。

また、缶詰は工場、あるいは倉庫に貯蔵されている間の管理費が、生鮮食品に比べ格段に低く抑えられる。まず冷蔵の必要がない（省エネルギー）。きちんと箱に納められるので単位面積あたりの収容量が大きく、場所をとらない。また輸送コストも低い。以上の理由から、省エネ・省コストに結びつくのだ。

◀工場外観  
明治政府の運営で、明治10年3月に開所された北海道開拓使石狩缶詰所。我が国の缶詰製造の原点である。



### ◀工場内部

石狩缶詰所の内部。後ろの棚にはできた缶詰が並び、サケが水揚げされると、手前の作業台の上で缶に詰める作業が行われた。

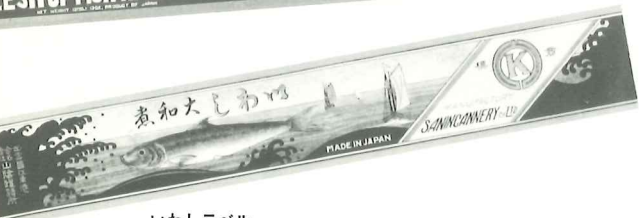
## 魚介類の弱点を克服

さて、長々と述べてきた缶詰の長所、しかしまだ厳密に言うなら少し足りないくらいだ。省エネにも省ゴミにも役立つ缶詰は、大げさに表現すればまさに“21世紀が求める時代の申し子”といったところか。

ただ、そんな長所だらけの実態も人々によく理解してもらわなければ始まらない。三浦さんのお話による



**たいラベル**  
大正末期から戦後にかけて、輸出用に造られていたタイのかまぼこの缶詰。このラベルは、昭和初期まで使われていた。製造は愛媛県の缶詰メーカー。



**いわしらべ**  
大正時代、造られたイワシの缶詰。少々、太り気味の絵が描かれているが、こうするとよく売れたそうだ。

と、一般家庭での缶詰利用はとても画一的で変化に乏しいようだとのこと。その点、プロの料理人たちは素材として実に巧みに生かしているらしい。缶詰をパックンと開けてお皿に盛るだけ、というのは、よほどの理由がない限り避けたいワビシイことだから、私たちは各自がもっと豊かな、実りある利用法を考えていく必要があるのだろう。

東京都消費者センターが昨年10月、都内に住む1000人のモニターを対象に行った食生活に関するアンケートの結果によると、“魚派が盛り返した”と言える画期的な傾向を読みとることができる。3年前に比べ魚料理をする回数が増えた、という人が35パーセント、増やしていきたい、という人も全体の44パーセントを占めた。その理由は“健康にいい”が最も多く80パーセント、“栄養価が高い”が27パーセントだったという。前号の「シリーズ子どもと魚の生態学」で紹介したDHA（魚に含まれる脂肪酸で、脳の働きを促すとされている）が、多くの人に好印象を与えた結果、とも読

みとれる。

しかし、同アンケートには魚のマイナスイメージはとの間もあり、次のような回答が出ている。価格が高い、生臭い、調理が面倒、安全性に問題がありそう——。さて、皆さんお気づきになっただろうか。それらのイメージを、缶詰はことごとくくつ返すことができるのである。安い、臭くない、調理ラク、安全、なのである。

と、まあここまでこだわって調べ考えてみると、ついさっきまであまり缶詰について知らな過ぎた自分が恥ずかしく、いや滑けいに見えてくる。賢い主婦への道は、まず缶詰とのおつきあいから——、それを肝に銘じ、今夜の食事作りからさっそく励むことにしよう。無知な私に光明を授けてくれた三浦さんと、先輩主婦の友人に感謝しつつ……。

最後に、缶詰とのおつきあいで最低知っておくべきポイントについて、三浦さんの口から皆さんにメッセージを送っていただこう。

## 賞味期間はあくまでも目安

「缶詰っていうのはね、極端な話、10年でも50年でも、すごいのは100年以上でももつんですよ。フタを開けなきゃ腐らないんだからね、およその場合。だけど、まあ、いろんな消費者の方からの要望とか社会的なムードがあって、先ごろから賞味期間を表示する缶詰も出てきた。魚介類の缶詰なら、製造日から3年間となってくる。しかし、それを過ぎたら食べられないってことはないということ、覚えておいてください。それから、生の魚介類は新鮮なほどおいしいのだろうけど、缶詰の場合はそうじゃない。できたての缶詰なんて身がパサパサしてて味もなじんでなくて、全然おいしくないんですよ。約1年ほど経った頃から2年間、それまでの間がいちばんおいしい、3年を過ぎると、ほんのわずがずつで素人にはわからないほどですが、味は劣化していきます。マグロは、劣化の速度がまたすこぶる遅いですけどね。栄養面では、特にDHAを多く含むイワシやサバなんか注目して下さい。イワシはカルシウムも非常に豊富なので、育ち盛りのお子さんのいる家庭ではフルに利用して頂きたいですね」

参考：日本缶詰協会発行「かんづめハンドブック」

# うちの味まん 魚料理

## 金沢

身の引き締まった北陸の魚を生でいただくのも美味だけど、色鮮やかなフランス料理に変身させるのもオツなもの。今回は、金沢市役所の水産担当を勇退して、近海魚のフランス料理に情熱を燃やしている沢野茂明さんの店「雪椿」で金沢の魚を賞味しました。

## 北陸のお魚フルコース『雪椿』

沢野さんが金沢市役所の農林部農政科の水産担当という職を離れたのは、平成元年3月。

「サケの放流事業などの仕事に携わっているうちに魚が大好きになりました。今までお世話になった方々に直接おいしい素材を提供できればいいなと思い、人生の針路を変えたんです」

こう話し終えたあと、沢野さんは金沢の魚について熱心に語り始めた。サケ・マス漁業の父と呼ばれる加賀藩士出身の関沢明清さんのこと、エビのさし網漁のこと、4月の旬の魚はゲンゲンポー（ミズウオの地方名）、ツマジロガニ、サヨリ、タイなどであることなど、その詳しさは脱帽ものだ。

▲雪景色の中で鮮やかに桧子が浮かびあがる「雪椿」の門構え。金沢の景勝として名高い兼六園まで歩いて3分、また情緒豊かな城下町に囲まれた抜群の立地条件を誇っている。



◀古風な外観とは違って変わってモダンなインテリア。緑と白が交錯する庭園を眺めながらの食事は格別だ。



▶金沢の町並みとお魚をこよなく愛する沢野茂明さんと「雪椿」の味を一手に担う陽子夫人。2人3脚のお客本位のサービスが嬉しい。



▲金沢近海産の甘エビとツマジロガニをふんだんに盛り込んだ、鮮やかなビスク&ポタージュ。



▶4月前後が旬のサクラマス、店名にちなんで椿の花に仕立てたオリジナルのクレソン風味料理。

「今日も、サケの放流をやってるようです」

と楽しそうに語る沢野さんが「カントリーイン雪椿」をオープンしたのは、やはり平成元年の12月だった。2階に6つの部屋を構えた、おしゃれなペンションで料理だけを楽しみに来るお客さんも多い。料理は陽子夫人が日替りでオリジナルのコースを作っている。

「じつは、家内は結婚した当初、みそ汁の作り方も知らなかったんです。それが、あるホテルのシェフと仲良くなってからめざめまして、そのシェフの方や市場のおばちゃんから、毎日、調理法を伝授してもらったんです」

調理場からは、陽子夫人が次々と色鮮やかなお魚料理を差し出している。テーブルクロスの上に、一流ホテルのコースに比べても、なんら遜色のない料理が並んだ。「甘エビのポタージュ」と「ツマジロガニのビスク」の2種類のオリジナルスープ。春の魚を使った冷たいオードブルには「甘エビのタルタル&サヨリ、サワラのわさびドレッシング」、また温かいオードブルと



▲金沢ならではの北陸のお魚フルコース。普段は肉料理も混じえるが、予約時に素材の希望を告げれば様々な魚がいただける。お酒はワイン各種の他に石川の地酒も揃っていて、どれも美味の一語

して「甘エビのソテー・シュリー風味」。さらに「サクラマスの雪椿風・クレソン風味ソース」(マスを椿の花に仕立ててワイン蒸しにしたもの)「ヒラメのワイン蒸しレタス包み・オランダズソース」(ヒラメに野菜と香草を盛り合わせ、レタスで包みこんだ料理)と、その豪華さには目を見張るばかり。そしてメインディッシュとして登場したのが、金沢ならではの「タイの唐蒸し」。2匹のタイがお腹を合わせるようにして連なり、そのタイのお腹にはタップリとおからが盛り込まれている。

イのお腹の中から子どもならぬ、おからを取り出してみる。口にほおぼると、タイの風味がおからに浸透していて、じつにうまい。婚礼の話聞いたせいもあって、おからの味がほのぼのと温かく、とても幸福な気分になった。



▲雪椿から歩きふの兼六園は、加賀百万石の豪華の名残りを今も残す所なく伝える大庭園だ。

「昭和60年でしたか、<sup>さい</sup>犀川に突然サケが増えた時があったんです。毎年、冬の寒い中、サケをみつけに行くような仕事でしたから、あの急増した年は嬉しかったですね」

その夜は沢野さんのお魚への愛情を“さかな”にして、金沢の地酒を夜中まで飲み続けた。



「これは金沢の婚礼料理に使われる伝統的なもので、婚礼の日には花嫁が、酒の柳樽と共に2匹のタイを持参します。花婿の方は、そのタイを唐蒸しにして客人に披露するんです。腹合わせの盛り方は“にらみタイ”とも“鶴亀タイ”とも呼ばれるそう

です。タイのお腹の中には、たつぷりと卵の花が詰められていて、これは子どもを授かるように縁起をかついたもの。新婚さんが宿泊された時には、今の時期なら必ずお出ししているんです」

この説明だけでも、沢野さんの“金沢の魚へのこだわり”がひしひしと伝わってくる。感心しながら、タ

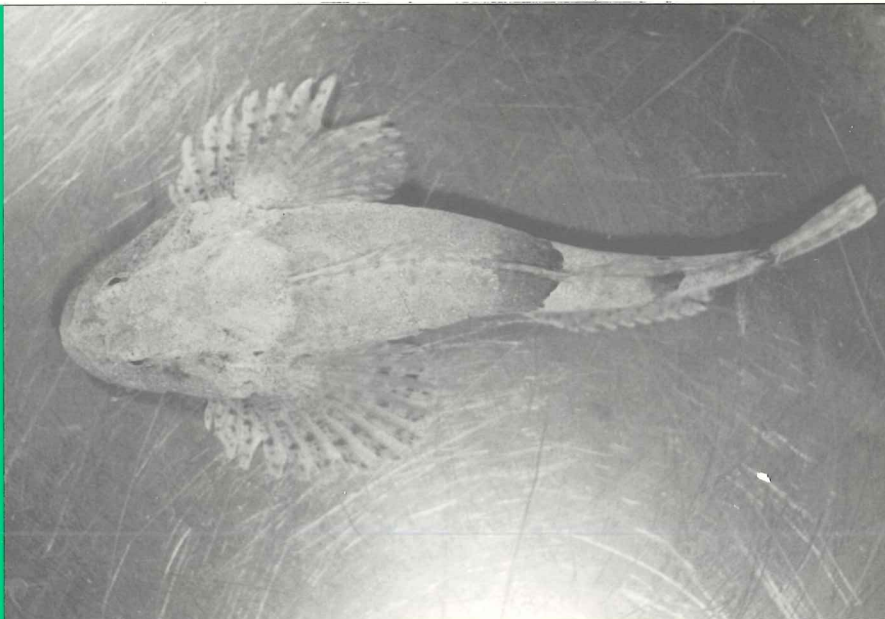
▲金沢の婚礼料理「タイの唐蒸し」。美しい丸谷焼に乗った腹合わせのタイが何とも微笑ましい。

**カントリーイン『雪椿』インフォメーション**  
 〒920 石川県金沢市小将町4-17 ☎0762-23-5725  
 宿泊と料理のセットで一人12,000円～。ディナーのみは4,000円くらいからで、あらかじめ電話で連絡すれば、お好みの素材で料理を作ってくれる。料理はもちろん、沢野さんのお話もとても“美味しい”。

宮津エネルギー研究所水族館

副館長  
西村博之

# 育て、珍魚カマキリ。



当水族館は、京都府の北端の日本海に面した宮津市にあり、この街には、日本三景の一つである天の橋立や最近の河川には珍しい清澄な流れを持つ由良川があります。このため当水族館では、日本海の魚や、由良川の魚を含め130種2700点の魚達を「生きる」というテーマで展示しています。

先日、宮津市在住の森田精二さん(54)が「由良川のモンドリ(トラップ)で珍しい魚が捕れた」と、水族館へ魚を持ってこられました。草々、図鑑で調べたところ、カマキリという魚で別名をアユカケ、地方名をアラレガコとも言い、現在では非常に少ない魚ということがわかりました。この魚は、本州中部、九州、四国の河川に分布していますが、特に、福井県九頭竜川中流域に生息しているものに限っては、天然記念物にも指定されています。今回は、このカマキリについて少し述べてみたいと思います。

俗説で、アラレが降る頃、川面に真白い腹を空に向け、アラレに腹を打たせながら川を下ると言われています。もう一つのアユカケという名前は、よくアユを捕まえて食べることからついた名前と言われています。

最近、福井県の越前松島水族館や同水産試験場で、繁殖に成功しているとうかがっていますが、その生態も徐々に明らかにされつつあります。たとえば、「成魚になるのは、2年はかかる」という通説を覆し、人工ふ化後1年で産卵が確認できたこと。ふ化直後の仔魚は他の仔魚に比べて大きく、培養に大きな設備がいる初期飼料としてのプランクトン(シオミズツボウムシ)

が不要であり、カマキリの水槽だけがあれば飼育が可能なことなどがわかりました。

由良川でも20年位前までは、15cm前後のカマキリが多少捕れていて、焼いたり、揚げ物にして食用になっていたそうです。最近では、漁師さんでもほとんど見かけることがないほどの貴重な魚ということがわかり当水族館では、何とか飼育したいと一生懸命で、現在は水温を17℃に保って大事に育てています。観察しているとほとんど動きませんが、餌の金魚を与えた時は、素早い動きで、金魚を丸飲みにしてしまいます。

もう少し様子を見てから、春を告げる魚としてシロウオ(イサザ)と同時に展示をする予定です。

宮津エネルギー研究所水族館は、このように地元で捕れた貴重な魚や珍しい魚を、これからも展示するとともに研究し、その生態を少しでも解明する努力を続けたいと思っています。

## 宮津エネルギー研究所水族館

〒626 京都府宮津市小田宿野1001番地 ☎0772-25-0003



## 魚のギネス—世界・日本のNo.1記録保持魚

母なる大海にすむ魚たちは、人間とは比べものにならないほど数多くの“大記録”を樹立しています。今回は、そのレコードホルダーの中から、特にユニークな記録を持つ魚たちを紹介することにしました。



### ①世界で一番たくさんいる魚

イワシがもっとも多く、日本近海だけでも20~25兆尾と言われている。もし、イワシが絶滅すれば、大半の魚がエサを失って減びてしまうくらいに、彼らは海にすむ魚の基本食にもなっている。

### ②もっとも大きな魚

ジンベエザメの大きなものは体長約20メートル、体重40~50トンに達し、このサメがNo.1。以下、ウバザメをはじめとしてサメが上位を独占している。また、最小の成魚は、フィリピンに生息するパンダカ・ピグメアの体長約7.5ミリか。

### ③もっとも多産の魚

これは有名でマンボウがNo.1。卵の数は約1億から3億個といわれるが、成魚まで生き残るのは10~100尾程度。タイヤスズキも多産魚で10万~100万個の卵を生む。こちらも成魚になる確率は1万分の1くらいの狭き門。

### ④もっとも長生きする魚

平均で50~60年生きるナマズ類がトップ。続いてウナギの50年、サメ類30~40年、エイ25年など、ちょっとアクの強い魚たちが長寿番付を独占する。ただコイは、上手に飼育されれば100年以上生きると言われている。アジ、サバ、イワシなどの大衆魚は、他の魚のエサになるため天寿を全うできない方が多いが、寿命そのものも2~3年と短い。

### ⑤もっとも速く泳ぐ魚

カジキ類が文句なしに速く、特にメカジキは時速110キロのスピードで泳ぐ。カジキ類の平均時速は約70キロ、他の魚では紡錘形の魚が速くマグロやカツ

オは約40キロ、ブリやヒラマサが30~40キロ。流線形のサンマ、サバ、アジなどは20キロ前後、海底にすむカレイ、アイナメなどは2~5キロ程度だが、ヒラメは約10キロと意外に速い。ちなみに一番遅い魚はタツノオトシゴで時速300メートル程度。

### ⑥ノミの夫婦を地でいく魚

魚類は一般的に、オスよりメスの方が大きい場合が多いが、極端な夫婦の典型としてアンコウが有名。オスはメスの約5分の1しかない。もっとスゴイのは深海にすむケラチアスという種で、メスの体長1メートルに対してオスの体長はなんと1センチ。体重は約1万分の1というから、海中最強の“カカア天下”だ。このオスは、メスを発見すると、所構わずかじりついて体中に侵入し、メスの血管から栄養をとるといって情けない一生を送る。

### ⑦もっとも冷酷な魚

非情の魚といえばサメ。仲間同士の殺し合いはもちろん、メスが出産した直後にオスの子を襲うという残酷さ。逆に心やさしい魚の筆頭はネブツダイ。産んだ魚が襲われないように口の中で育て、仔魚が十分に泳げるようになるまで、いっさい口に食べ物を入れないという。

(出典:参考『雑学魚あれこれ事典』出口宗和著、西東社)

# 子どもがお魚を「食ってくれりゃ

学校食事研究会 事務局長 阿部裕吉

## 給食でお魚は増えてきた

最近、農林中金総合研究所から、注目すべき調査結果が発表された。

「気になる子ども達の食生活——よりよい学校給食づくりに奮闘する栄養士たち」と題する調査がそれで、全国各地の学校栄養職員303名の意識を探っている。

その中で、4～5年前と比べて、学校給食用食材の購入状況がどう変化しているか、代表的食材について、その増減を聞いている。結果は、表1の通りである。

ここで注目されるのは、魚が顕著に増えていることである。4人に3人が魚の増加を認めている。あとは、地元産の農畜産物で、減った割合の高いのは54.1%の「加工食品」、次いで「冷凍食品」、「冷凍野菜」で、「デザート類」と「輸入食材」は増減が相半ばしている。

いわば、この4～5年に学校給食で増えているの

■表1 学校給食用食材の増減

	増えた	変わらない	減った	不明	計	増減度
	地 域 別		調 理 方 式 別		安全性優先度	
	大都市	純農村	単独校	センター	1 位	3 位
地元産の農畜産物	20.5	71.3	2.3	5.9	100.0	18.2
魚	73.3	22.4	1.0	3.3	100.0	72.3
冷凍野菜	11.6	58.1	27.4	3.0	100.0	△15.8
冷凍食品	7.6	48.5	41.3	2.6	100.0	△33.7
加工食品	4.3	38.3	54.1	3.3	100.0	△49.8
デザート類	23.8	49.2	24.4	2.6	100.0	△0.6
輸入食材	20.5	52.8	21.8	5.0	100.0	△1.3
地元産の農畜産物	7.4	23.8	19.8	15.9	15.9	29.0
魚	68.5	68.7	71.3	73.5	69.6	77.4
冷凍野菜	△22.2	△11.2	△23.4	△6.1	△15.9	△3.3
冷凍食品	△31.4	△37.5	△38.6	△27.3	△32.8	△29.0
加工食品	△46.3	△50.0	△56.8	△40.9	△51.7	△32.2
デザート類	16.6	△2.5	△4.1	3.8	△1.9	6.4
輸入食材	△7.4	3.7	△7.1	6.0	△1.9	16.1

はダントツで魚で、地元農畜産物がやや増え、あとの食材は減るか、横ばいといえるのである。

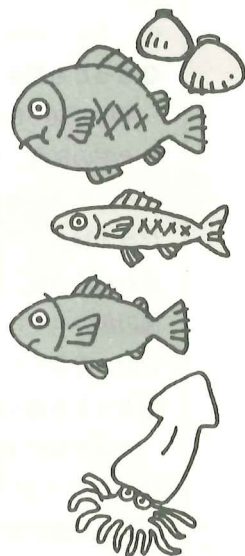
特に興味があるのは、大都市、農村の地域差や単独校、センター等、調理方式差があまりなく、魚の増加を認めていることなのである。いわば、学校給食献立は、どこへいっても、お魚をとり入れるようになってきているというわけなのである。

## 出されりゃ食べるお魚

こういう状況を、子ども達はどう見ているのだろうか。最近回った2、3校の子ども達に聞いてみると、確かに、お魚は増えているようなのである。

「1年生のときより、お魚けっこう出てきてんでないの」（3年・男子）とか、「お肉のお料理好きなんだけど、この頃嫌いなお魚出てくるの」（4年・女子）というようなコメントが数多く出てきた。

でも、彼らは、あまり嫌がっていないのである。「給食は、好きなもんも嫌いなもんも出てくるから



出典：1991年 農林中金総合研究所調査



# コッチのもんよ」



ね」(3年・男子)「栄養があるものが出てくるから、これでいいの」(3年・女子)

でも、聞いてみると、お魚も野菜も、お豆もあまり好きでないのである。給食は、嫌いなものも出てくるにキマッていると思っているのかもしれない。だから出てくれば、食べるわけなのかも。

そういう心の動きを表わすコメントに出くわした。  
—魚、好き？

「嫌いにキマッテル」

—給食に出てきたら食べる？

「ハラ、へってるもん、食うにキマッテル」

—でも本当に嫌いなら食えないんじゃないの？

「給食費ハラってるから食わなきゃソソするよ」

—もったいないんだ？

「そうそう」

—給食って、好きなもんも嫌いなもんも出てくるからしかたないんだ？

「うん、嫌いなもん出てきても食ってやるのは、好きなもんも出てくるからシカタないんじゃないの」

なるほど、理屈である。つまり「出されりゃ食べる」のである。しかし、嫌いでも出されりゃ食べるで、お魚に慣れていけばコッチのものである。

## 食ってくれりゃコッチのもんよ

そこで、ビートたけしさんのことを思い出した。約8年前、私の研究会の豊岡が、牛乳で麦ご飯を炊くメニューを開発した。子どもに食べさせると、ピラフのようだと喜んで食べた。当時の子ども達につけてくれた名前の「タケちゃんマンライス」がマスコミに報じられ、全国に広がった。

これを当時、「女性自身」の記者がビートたけし

んに食べさせて、コメントをとりたいたと考えた。うちの豊岡栄養士が夜遅く炊いて「ひょうきん族」の収録をやっていたスタジオへ持ち込んだ。ちょうど、休憩をとっていたたけしさん、このご飯を食べて「ウメエ」と言ってくれた。

牛乳と麦ご飯だとわかって驚いて、「ガキは牛乳嫌いだからナ。黙って食わせて、食ってくれりゃコッチのもんよ」と言った。当時、たけしさんのお子さんも多分、偏食で困っておられたのかもしれない。「食ってくれりゃコッチのもんよ」この言葉は、私の心に焼きついて離れない。

子どもが、「出されりゃ食べる」ようになったら偏食指導は完結する。嫌いなものは嫌いでいい。嫌いを好きにしようとするから、偏食指導は挫折するのではないだろうか。

私のこういう偏食指導の理論のモトになったのは実に、あのたけしさんの「食ってくれりゃコッチのもんよ」の一言からスタートしていると言って過言ではない。



▼ハタハタとキリタンポに次ぐ秋田自慢3種。腰の強い稲庭うどん、珠玉の地酒、朱色も鮮やかなまげわっぱ。

# 市 港 場 市

## みなと・いちば・さかな——市場探訪 秋田市民市場 秋田県秋田市

かわばた  
川反という秋田一の繁華街から、人に教えられるまま歩くこと10分。異様な形をしたこの市場はすぐ見つけられた。オリンピックなどでも使用される1位から3位までの、あの表彰台をそのまま巨大にしたような市場なのだ。中に入ってわかったことだが、表彰台の中央は雑貨を売るマーケット、向かって左の箱が水産棟、右が青果棟と、それぞれ明確に区分されている。水産棟の中を散策してみると、さらに鮮魚中心の通路(2本)とスジコやタラコ中心のブロック、干物中心のブロックにきれいにわかれている。買う側にとっては、鮮度や値段を比べやすい構造になっているわけだ。

▼青果、雑貨、水産の3ブロックにきっちり区分された秋田市民市場の外観。



物品ブロックが13店舗・250㎡を占める。昨年の総売上げは約165億円で、そのうち水産関係が約50億円。客はその名称の通り一般市民が圧倒的に多く、業者は10%以下とのことだ。秋田市民市場は、文字通り市民の大切な台所なのだ。

「昭和50年に中央卸売市場がスタートしてから、秋田市内にあった問屋10店が2社の卸売会社に統括されてきて。結局、市民市場の方の仲卸が、たいぶ中央卸売市場の方に行っちゃって、こっちは弱体化したんですよ」と、市場の事務所の人が教えてくれた。ただ、それで店子さんの生活が苦しくなったのかといえば、そうでもないらしく、

「小売に徹底できる分、卸業より利幅はいいからね。経営はちゃんと成立してるんですよ」

いまの良さや値段を比べていい何回復もしてしまうことにな...



秋田市民市場の前身は、駅前マーケットという名称で、現在の場所から車で約7分ほどの秋田駅に隣接していた。開業は戦後まもなくの昭和24年頃。任意団体としてスタートし、昭和38年に共同組合に転じて、県の区画整理で空いた今の土地に移転している。敷地面積は11,994㎡。うち水産棟の店舗面積は、鮮魚中心のブロックが70店舗・848㎡。スジコ、タラコなどの加工品ブロックが17店舗・360㎡。スルメ、煮干しなどの干



◀普通の市場では男性のタミ声(タミ)が主流だが、秋田ではオハサンやお姉サンの方が優勢が良い。



▶一見して大トロとわかる立派なマグロを捌きながら、市場事情を教えてくださいましたオハサン。

# 場 探 魚 訪



◀秋田市民の守護神なまはげは夏の風物詩。毎年8月になると飛ぶように売れる。

確かに、水産棟を歩き回ってみると、「弱体化」という言葉とは縁遠いほどに活気があり、市民の出入りも激しい。また、カニやホッケ、ブリ、マグロ、マダコなど、各地の名産が偏ることなく、広く網羅されている点が大きな特徴になっている。普通の市場なら地場のものが大半を占め、遠海ものは申し訳程度に並べられている場合が多いのだが。その理由を大きなマグロのブロックをさばっていたおじさんに尋ねてみると「うちの市場は中央卸売市場からの仕入れが90%くらいを占めるんだけど。ほら、場所柄、北海道から、岩手から、北陸から、まんずおっきな漁産地の真ん中くらいにあるもんだから、何だかって入ってくるからねえ。種類の豊富さなら、ちょっと負けねえんでねえか」と、胸を張って答えてくれた。しかし、その横にいた50歳くらいのおばさん客が、「なんぼ種類が多いったっ

ているという。だから、ハタハタが高くなったというよりも、輸入物と地元産との格差が激しいということなのだ。味の比較については、おばさん客の方が、それはそれは熱っぽく語ってくれた。「身の入り方といい、卵の大きさといい、しょっつるで食べた時の味にしたって、地元の方が全然うまいよそりゃ。そのへん見回して比べてごらん、見ただけでわかるよ」

言われるままに、ハタハタを扱っている店先に立つと、なるほど「地元」と書かれているのと、何も書かれていないハタハタでは、長さ、太さ、卵の厚み、どれをとっても「地元」の方が勝っている。ただし、値段の方は何も記していない方が一山（約6匹）で600~1,200円程度なのに対して、「地元」は一匹で400~600円と確かに高い。秋田名物八森はたはた（八森という地で獲れるハタハタ）が、市民の口から徐々に遠ざかり始めている寂しさは、市民が一番よく知っているのだろう。

「4月ともなれば、ハタハタもいなくなって、近海もののサクラマスやニシンなんかが出てくる。いろんな種類が入って来るから、それぞれの旬がわかんなくなるくれえだよ」

と言って、マグロのおじさんは笑った。



▲市民のための市場でありながら、各種の魚をケース単位で売る大胆さがある。

て、手が出ねえくらい高いもんも多いんだから」と、すかさず切り返す。

聞いてみると、特にマダラが例年の2~3倍もするほど高くて、鍋もできないと言う。マグロのおじさんも、これには頭をかきながら、

「いやあ、ほんとほんと。今年はシケが厳しくて、特にタラに響いたみてえだな。それから、ハタハタが相変わらず高い。上がる一方だな」と笑っている。聞けば、秋田の超有名産ハタハタはやや小振りの韓国からの輸入物が主流で、ひと回り大きな地元産は激減し



◀めっきり高くなったハタハタでもケース売りしてしま。目の肥えた市民は、ハタハタの良し悪しを、ネバリで判断する。

## 秋田市民市場

住 所：秋田市中通り4-7-35  
営業時間：午前6時頃~午後5時頃まで  
定 休 日：日曜日

泳ぐ魚をさかなに……  
水族館風バー

## 『スナック夜行虫』

(東京・代官山)

イソギンチャクやタツノオトシゴなど、変わりダネのお魚(海洋生物)を集めて、水族館風につくられたバーが東京・代官山に出現しました。その名も『スナック夜行虫』。店名だけを聞くと怪しげな感じですが実際はとてもオシャレな内装で、お客の意表をつくのを狙いとしています。

同店で飼っているのは、小判ザメ、ウミヘビ、ウツボ、ナマコ、イソギンチャク、タツノオトシゴなど約20種類。フグなどもいますが、いずれも鑑賞のみ。店全体が通路のように細長く伸びていて、横の黒い壁に大型の水槽が設置されています。まさしく店全体が、ちょっとした水族館気分。水槽の脇にバーカウンターがあって、海の神秘をヒシヒシと感じさせながら、バーボンやスコッチを飲むことができます。

飲み物は各種揃っていて、人気はカクテルのマルガリータ(1,200円)や、ハーバーの12年物のシングル(1,500円)とか。現在は軽いつまみですが、今後は軽食も出す予定があるそうです。

住所：東京都渋谷区恵比寿西1-34-17 ☎03-5489-5403  
午後7時から営業



おさかな作品コンクール出品作が  
美しいグラビアいっぱいのお冊子に!  
アイデアメニューをご家庭でどうぞ

新しいヤング感覚の魚料理大募集、との呼びかけで昨年開催された恒例の『おさかな料理コンクール』は、第9回を数え、一般の主婦や学生さんたち間での認知度も、年々上がってきているようです。全国の3800名ものお料理愛好家の方々から、4487点にのぼる魚料理が寄せられました。どの作品も、作った方の個性がしのばれる力作ぞろい。既製のお料理本ではめったに見られないような奇想天外なアイデアを盛り込んだ逸品も数多く、一億総グルメといわれる日本人の食文化の一端を見る思いがしました。

折しも、昨年10月8日の全国大会の直後、水産物に含まれるドコサヘキサエン酸(DHA)が、人間の脳の働きを助けることについてのシンポジウムも開かれ、注目を集めました。魚料理のレパートリーを広げ、毎日の献立に活用することは、多くの人々の望むところといえるでしょう。

そこで、耳寄りな情報をお伝えします。(社)大日本水産会では、先のコンクールで優秀な成績をおさめた作品34点で構成した小冊子を、ご希望の方にお分けしています。美しいカラー写真と詳しい調理手順が記載されているので、誰でも気軽にアイデアいっぱいのメニューに挑戦できます。希望者は実費150円、送料175円の合計325円分の切手を同封し、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記の上、〒104 東京都中央区銀座2-16-7電通恒産第一ビル内「おさかな室」まで。締切は4月末日。お問合わせは☎03-3543-0591(同室)



すし好き必読の一冊。  
原寸カラー大図鑑。

## 『ベスト・オブすし』

(握り寿司観察学会編)

出た。出ました！という感じ。すでに発刊されているラーメン編、どんぶり編が、いずれも発売と同時に大反響を呼び、増刷を続けている文春文庫ビジュアル版から、魚好きが待ちに待った“すし”版がお目見えしました。文庫サイズとあり、店頭でパッと見たところのインパクトはやや弱いけれど、ひとたび扉を開ければ驚きの連続。オールカラーという豪華さも注目に値しますが、何といても“これでもかっ”というほどの綿密で入念、しつこいまでのこだわり姿勢が全ページにわたって貫かれている点に目を身張らされます。

昔ながらのスタイルを守った頑固な親父さんの店、懐具合を気にせず食べられる店、あるいは郷土色ににじむ珍しいネタを使った店など、北海道から沖縄まで全国各地から集めたネタをおもしろく読ませてくれます。店紹介では所在地や電話番号、営業時間などのデータも併せて記されており、気になる店に実際に行ってみようという方にも大変便利。また、原寸大の写真で、握りや巻き寿司を紹介しているページが120ページもあり、これは見るだけでもおなかが鳴ってしまいそうです。巻末には“握りズシ辞典”としてネタになる魚介類に関する解説もあります。すしダネとして食べるにはどの季節がいいか、という疑問にも応えてくれ、まさに見て楽しく、読んでためになる必携の書といえるでしょう。

定価 600円  
発行/文藝春秋  
☎03-3265-1211



豊かな自然のうまい魚、  
そして絵……。

## 『うまい魚と絵があれば』

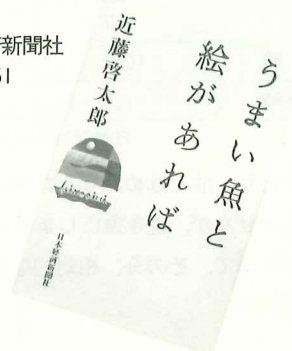
(近藤啓太郎著)

南房総・鴨川の大自然とうまい魚に魅せられること45年。芥川賞作家が贈る珠玉のエッセイ集が誕生した。構成はI部「うまい魚、まずい魚」、II部「絵のあるエッセイ」、III部「田舎の暮らし」、IV部「犬のいる情景」の4部に分れている。中でも計226ページのうち84ページを占めるI部は、お魚グルメにはこたえられない内容で、まさに活字の魚料理フルコース。元来、画家志望だった筆者のイメージが色鮮やかに誌面に投影されています。

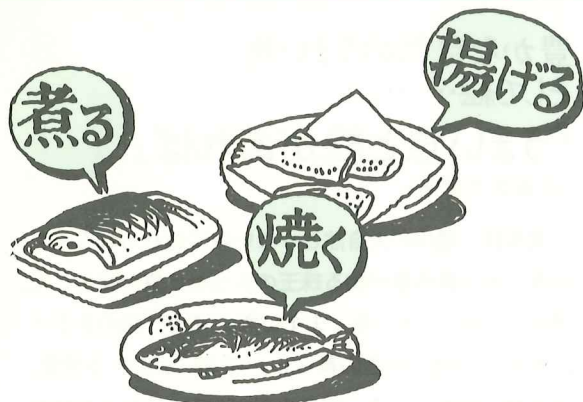
「私の母は料理上手であって、特に材料の良し悪しを重んじていた。したがって、私は材料の良い料理を好む味覚の持主となり、金に苦労がなかったのをいいことにして、さんざん食べ歩きもした。戦後、南房総の鴨川に移住してから、一時期は漁師として船にも乗ったので、私が魚にくわしくなったのは当然であった」と筆者自らがあとがきに銘記している通り、魚料理への愛着とこだわりは一朝一夕のものではありません。

「良い魚ほど、簡単な料理がよい」「鯖は塩で殺せ」などのプロも唸る作品から、黒鉄ヒロシ氏や安岡章太郎氏との心暖まる交友録まで、後味のさわやかな作品集に仕上がっています。

定価 1,300円  
発行/日本経済新聞社  
☎03-3270-0251



# おさかなQ&A



**Q** 青い魚のEPA、DHAのコレステロール低下作用は、魚を、生、煮る、揚げる、焼くことによって、どう変化するのでしょうか。

(鹿児島市・田中達子)

**A** 魚介類に特異的に含まれている多価不飽和脂肪酸のEPAやDHAは、血中コレステロールを低下させ、また血小板凝集を阻害して動脈硬化や血栓症などの成人病に予防効果のあることがわかり、近年、世界的に注目を集めています。背の青い魚であるイワシ、サバ、サンマなどの大衆魚にはEPAやDHAが特に豊富に含まれています。これらの大衆魚は一般に生食する機会は少なく、煮たり、焼いたり、あるいは油で揚げたりなどの調理をしてから食べるのが普通です。

多価不飽和脂肪酸は、酸素や光、また加熱などによって分解され、不安定なものであると考えられています。そこで煮たり、焼いたりした時の加熱調理によるEPAとDHAの減少率を調べてみますと、表1に示すようにほとんど分解されないことがわかります。

■表1 イワシの調理加熱による脂肪酸組成の変化(%)

	EPA	DHA
生	7.7	10.7
煮た時	10.4	12.0
焼いた時	11.0	12.0

日本栄養食料誌38巻(1985)より抜粋

また、煮たり、油で炒めたりした時は、ほとんど生と差はありませんが、焼き魚にしますと油自体が約20%減少しますので、その分、相対的な減少は起こります。(表2参照)

■表2 焼き魚にした時のEPAとDHAの含量(%)

		EPA	DHA
イワシ	生	1.38	1.14
	焼	1.15	0.97
サバ	生	1.21	1.78
	焼	0.91	1.38
サンマ	生	0.84	1.40
	焼	0.70	1.14

食品成分表より試算

加熱調理によるEPAやDHAの減少は魚種や調理条件によって多少異なりますが、おおむねその減少率は10%前後ですから、食品成分表に記載されている数値を、そのまま使用しても大差はないと考えてよいでしょう。

回答者/女子栄養短期大学・國崎直道



## —ご質問歓迎—

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

飽食の時代といわれてから久しいが、高齢化が急速に進むとともに、出生率の低下や核家族化、共働きの一般化などもあって、生活様式も大きく変化している。また、食と健康、食と文化などのテーマでマスコミにも大きく取り上げられ、食生活に対する関心も高まっている。特に、魚を食べると健康に良い、というヘルシー志向が定着しつつあることは、大変喜ばしいことである。

一方、魚の消費に関する調査研究がいろいろと報道されているが、長所として①健康によい②料理の多様性と季節感③手軽に料理できる。短所では①ゴミ処理や煙り、生臭さが気になる②肉料理より高い③骨や皮があって食べにくい、などの点があげられている。また、日常での料理方法については、過去の経験からあまり進歩していないようである。

業界では、お魚普及協議会を中心として幅広く消費拡大の運動を展開して、それぞれ成果をあげていることはご同慶の至りであるが、消費者が魚料理の短所と思っている点

をどのようにして改善していくか、また簡便で利用しやすい素材の提供や若年層にも喜ばれるメニュー提案など、今後さらさらに工夫と努力が必要であると思う。

さて、近年各地でそれぞれ特色あるフィッシャーマンズワーフなどがオープンして消費者の関心を集め、魚の消費に新風を送り込んでいることは大変結構なことである。わが北九州市は重厚長大の工業都市から、国際テクノロジー都市を目指して再生に全力をあげているところであるが、観光面では、昨年オープンしたスペースワールドに続いて関門海峡の雄大な景観に歴史とロマンを活かした、門司港レトロ計画を発足させている。また、産業観光を振興して勉強もできる、新しい観光地づくりにも取り組んでいるので、その一環として魚料理専門店街や手軽に参加できる料理教室、魚の加工実演場など魚食文化を一堂に集めた“お魚センター”を開設したいと考えている。今後、関係業界ともよく協議して、その実現に向けて努力していきたい。

### 編集室から

◆今まで特集では、シーフードレストラン、魚屋さんなど、流通面でのそれぞれの事情を何度かレポートしましたが、今回は、いよいよ実際に魚を獲ってくれる漁師さんにスポットを当ててみました。その一面が少しでも伝わりましたでしょうか。そのシステム、環境など、将来に向けてのさまざまな問題はありますが、海の男の心意気は健在です。

◆『さかな探検隊』は、缶詰を徹底的に研究するはずだったのですが、取材をすればするほどあまりの奥深さにびっくり。今回は前編として歴史よりのお話しになりました。いずれ、近いうちにあらためて最新の缶詰事情もレポートしたいと思います。

◆とても人気のあったシリーズ『子どもと魚の生態学』も今回が最終回です。本当に残念ですが、阿部先生、長い間ありがとうございました。

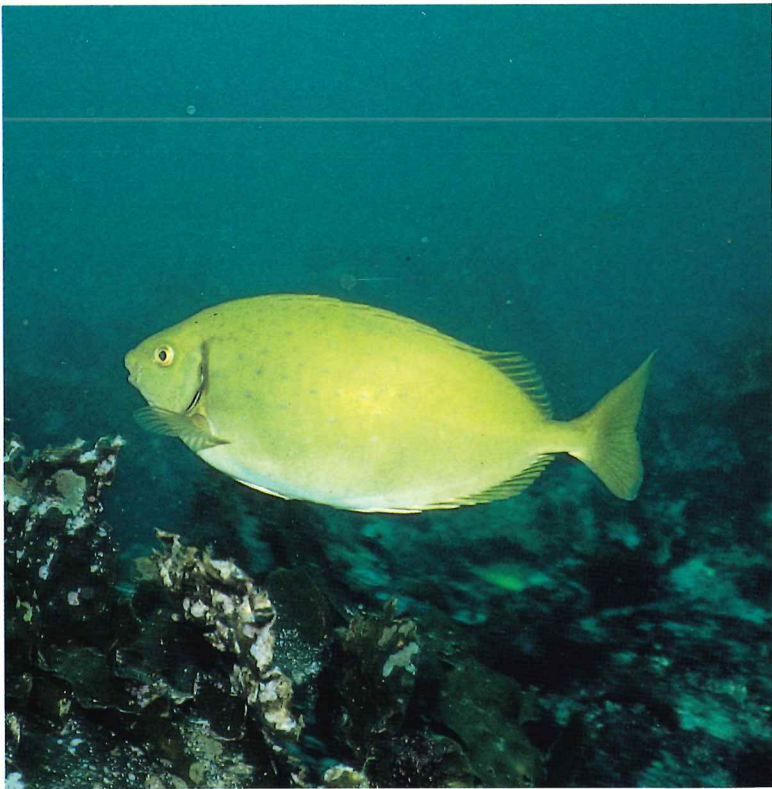
◆『おさかな料理コンクール優秀作品集』ができました。内容と入手方法は本号のインフォメーション欄に掲載してあります。ふるってご応募ください。

※本誌に関するご意見、ご希望がありましたら「おさかな普及協議会『魚』編集部」までお寄せください。



第65号 平成3年3月31日発行（隔月刊）





社団法人 大日本水産会  
**おさかな普及協議会**

〒107 東京都港区赤坂1-9-13三会堂ビル TEL03(3585)6684