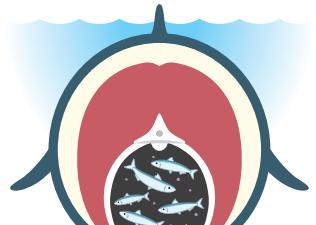
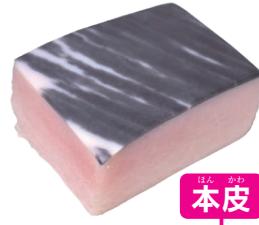


# ふぶりよう 増えた分だけクジラを利用しよう

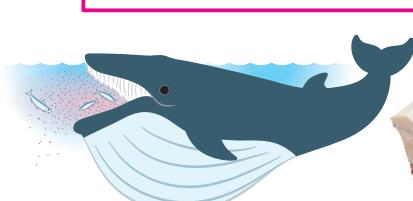
## くじらを含む海の生態系を守るために、減らすことなく利用することが大切です

うわ  
上あごからはえるひげ  
は1頭で400枚前後！  
ラスチックの下じきよりも  
じょうぶです。



どの“部位”を  
食べているか想像しよう！

ヒゲクジラだけにある「うねす」。水ごとえものを吸いこむときに広がる部分です。ベーコンになります。



クジラは全身を利用することができます。日本では昔から、クジラのいろいろな部位をいろいろな料理で食べる食文化があります。竜田揚げは給食のメニューとしても有名です。

## 日本でとて食べられているクジラ

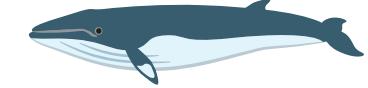
**ナガスクジラ** ヒゲクジラ類で2番目に大きい



**イワシクジラ** イワシと一緒に泳いでいることがある



**ミンクジラ** 胸びれに白色の帯模様がある



資源量が豊富なことから、  
2024年に50年ぶりにナガ  
スクジラの商業捕鯨が解禁  
されました。

**ニタリクジラ** ナガスクジラに似ている



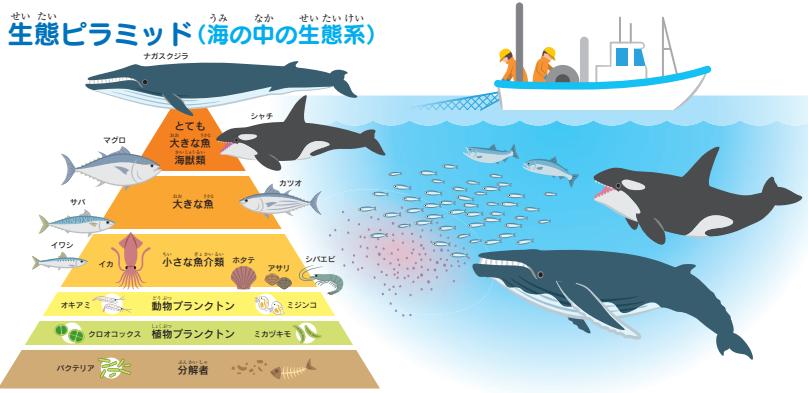
**ツチクジラ** 頭の形が木づちに似ている



## クジラを含む海の生態系について考えてみよう

海のプランクトンや魚の栄養で大きくなるクジラ。クジラだけでなく、クジラのえさとなる生き物や、生息している海の環境を幅広く調査し、生態系のバランスを研究することも、クジラの保全につながります。

### 生態ピラミッド(海中の生態系)



## ヒゲクジラ類とハクジラ類について

### ヒゲクジラ類



ヒゲがあり、鼻の穴はふたつ。えさと海水を飲み込み、ひげ板でこしとて食べます。  
オキアミや小魚を食べる

### ハクジラ類



歯があり、鼻の穴がひとつ。口のサイズに合った魚介類や哺乳類を食べます。  
イカや魚を食べる

増えている分から決まった  
海の豊かさを守ります。

おり、クジラが一年で食べる  
天然魚介類の量は人間の三五倍  
の量を、計算します。

クジラは食物連鎖の頂点に  
おり、クジラが一年で食べる  
天然魚介類の量は人間の三五倍  
の量を、計算します。

### クジラの栄養

#### 赤肉にはバレニン

高タンパク、低カロリーの赤肉には、クジラ特有の成分「バレニン（疲れにくい体をつくるのに効果的）」が含まれています。



#### 脂肪にはオメガ3

人間の体ではつくることができないDHAやEPA、DPAなどの「必須脂肪酸」(オメガ3)がたくさん含まれています。

