

おさかな食べよう ネットワーク読本



社団法人 大日本水産会
魚食普及推進センター
平成 25 年 2 月

はじめに

世界では BSE や鳥インフルエンザの影響、また健康志向の高まりなどから魚食がブームとなっています。世界中の国々で、世界中の人々が魚を食べはじめました。

一方、日本はかつては漁業大国といわれ、世界一の漁業生産量を誇り、国民も魚をたくさん食べてきましたが、現在では魚介類と肉類の国民 1 人 1 日当たりの摂取量を比較すると、肉類の摂取量が魚介類を上回る状況となっています。

日本人はたくさんの魚を食べてきており、日本人の平均寿命が長いのも、魚食が大きな影響を与えているといっても過言ではありません。

魚介類の摂取量が減ることにより健康面に与える影響が、今後どのような状況になるのか懸念されるのですが、こうした現状を皆さんに理解してもらうとともに、魚食の良さを改めて認識してもらい、今後より一層の水産物の消費拡大を図る必要性から本冊子を作成しました。

まず、第 I 部では世界と日本における魚食の現状、魚に対する消費者の意識、魚食のメリット等、水産物消費に関連する内容となっています。

そして第 II 部では、日本における水産業の位置づけ、世界と日本の資源状況、環境に配慮した持続的な漁業等、漁業生産と資源に関連する内容となっています。

まず身近な魚の消費を理解することからはじめ、漁業全体の理解を深めていってください。

もっともっとみんなで魚を食べ、水産物の消費を拡大していけば、これからの日本の水産業は大きく発展していきます。

また、魚をたくさん食べることで、みなさんの健康増進にも繋がります。

更に、被災地の水産業の復興にも貢献します。

みんなで魚食普及のネットワークを大きく広げていきましょう。

社団法人 大日本水産会
魚食普及推進センター

目次

第 I 部 日本における魚介類消費の現状概説

1. 水産物消費の動向・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
 - 国別年間供給量の推移
 - 国民一人当たりの供給量

2. 国内では魚離れ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
 - 魚介類と肉類の摂取量の推移
 - 年齢階層別摂取量の推移
 - 家庭で消費される魚の変化
 - 購入先の変化

3. 消費拡大の必要性と取組み・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
 - 魚食普及の必要性
 - 水産物に含まれる栄養素と機能
 - 学校給食と食育の重要性
 - 未利用魚の活用、水産物の付加価値向上
 - 「魚の国のしあわせ」プロジェクト
 - ファストフィッシュ
 - おさかな食べようネットワーク
 - 子どもと社会の架け橋となるポータルサイト
 - JF 全漁連の取組み
 - おさかなマイスター

第Ⅱ部 漁業生産と資源の動向

1. 日本の水産業・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 19
 - 広大な海洋面積
 - 水産物の種類が豊富
 - 世界三大漁場
 - 漁業部門別生産量
 - 自給率
 - 魚種別自給率
 - 国別生産量

2. 漁業就業者と多種多様な漁法・・・・・・・・・・・・・・・・ 23
 - 漁業就業者
 - 日本の主な漁業

3. 世界の資源状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 25
 - 世界の漁業生産量
 - 水産資源の利用
 - 日本周辺の資源状況

4. 環境・資源に配慮した漁業生産の重要性・・・・・・・・ 27
 - 持続的な再生産
 - 資源回復の例（イワシ・サワラ・ハタハタ）
 - 森は海の恋人
 - 養殖業
 - クロマグロ養殖
 - ウナギ養殖
 - エコラベル

5. 水産物の輸出・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 34
 - 水産物輸出
 - 農林水産物輸出に占める水産物の割合
 - HACCP