

北海道ぎょれん広報

なみまるくん



8

2013
No.298

[うみ・なかま コミュニケーション]

北海道
ぎょれん



特集

海・ひと・夢 スペシャル 川崎会長インタビュー
燃油高騰対策が拡充されました!



ひだか漁協三石地区青年部 「昆布の出前授業」



生徒が普段はなかなか見ることのできない沖での作業を丁寧に解説する山口部長

6月19日(水)、ひだか漁協三石地区青年部が新ひだか町にある静内高校で、昆布の出前授業を行いました。同校の選択授業には「日高地域研究」があり、外部から講師を招くなどして1年間かけて地元名産の昆布、競争馬、桜を勉強します。今回の出前授業はその選択授業の1コマ。「新ひだか町の昆布について」と題して、2年生と3年生合わせて12名が地元特産の昆布についての知識を学び深めます。

授業では、ひだか漁協三石地区青年部の山口重信部長が「皆さんの住んでいる新ひだか町は日高昆布の生産の中心です。今日は日高昆布をよく知ってもらいたいと思います。」と挨拶し、スライドを使いながら「昆布の種類」、「昆布漁から出荷までの一連の作業」を映像で見せながら解説。続いて、ぎょれん日高支店の武田次長が「昆布の歴史、流通の変遷について」説明しました。

今回の出前授業は、50分という限られた時間でしたが、昆布漁の流れから昆布の流通まで幅広く取り上げられました。生徒たちからは「地元で採れる昆布については知らないことばかりで勉強になった。」や「昆布に愛着がわいた。もっと昆布を食べていきたい。」などの感想が聞かれ、地元の主な産業である昆布漁業や特産の昆布をより身近に感じてもらうことができました。



「今日勉強したことを思い出しながら食べてみて」と声をかけ生徒一人一人に日高昆布をプレゼントしました

[うみ・なかま コミュニケーション]

なみまるくん

北海道ぎょれん広報誌
Hokkaido Gyoren Magazine
August 2013 No.298

8

- 01 **海の元気印!**
ひだか漁協三石地区青年部
「昆布の出前授業」
- 02 **海・ひと・夢 スペシャルインタビュー**
ぎょれん 川崎 一好 会長
- 05 **浜の家族物語**
落石漁協/小谷 裕介 さん ご家族
- 06 **ぎょれんの現場から・第5回**
系統ブランド資材をご利用ください
- 10 **特集**
燃油高騰対策が拡充されました!
- 11 頭すっきり!! ブレイクタイム
- 12 漁師さんの出前授業
- 13 第15回胆振地区購販・マリンバンク・JF共済
推進委員合同研修大会
- 14 なみまるインフォメーション
- 16 **大漁祈願!**
浜のほっとニュース
- 17 **みなさんのお便りでつくるページ**
なみまる おたより箱

表紙の写真
落石漁協/小谷 裕介さんご家族です。



晴天の落石漁港で行われた刺し網の修理

海ひと夢

スペシャルインタビュー

川崎 一好 会長

6月に行われた第64回ぎょれん通常総会・理事会にて、川崎一好会長が就任しました。

今月の「海ひと夢インタビュー」は、川崎会長に、本道漁業を取り巻く状況への考え、今後の抱負などを伺いました。



自然と共生し、資源を次の世代へ

―先日、北海道漁業協同組合長会議の決議事項に基づき、道・国への要請をされました。要請活動を終えての感想はいかがでしたか？

これまでも、系統代表者の一人として、道・国への要請活動を行ってきましたが、ぎょれんの会長という立場で、今まで以上に責任の重さを痛感しながら決議事項をお渡ししました。知事や道議会、国会議員、水産庁長官をはじめ政務官の皆さん等に、熱っぽく伝わるようにお願いをしてきました。

―川崎会長の「熱っぽく伝える」ご様子は、先日の会長就任挨拶でも強く印象に残りました。

第一次産業、特に漁業については、いかに自然と共生しながら生計を立てていくのかが一番大事なことです。私達は自然から魚や貝を取らせていただき、漁村・町づくりをおこなっています。町の大小に関わらず生産活動があります。経済的な効率ばかりが優先される大手メーカーのような産業とは違うわけで、それを理解いただくために、第一次産業を語る時には、熱っぽさが必要だと思います。

北海道も、昔は人間が住めるかどうかもわからないところに住みついて漁を行い、町を作ってきました。その原点を忘れないことが大切だと思います。その点、今の漁業者の皆さんは、資源管理の意識をしっかりと持っています。

ます。「資源を次の世代へ渡していく」皆、その大きな使命のなかで漁業を営んでいる、私はそう思っています。

―資源を次世代へ伝えていくためには、今回の組合長会議の決議にもある「漁場環境の維持」なども重要になってきますね。

北海道は、給餌をせずに、自然の中で育てる漁業が非常に奏功しています。

以前は、日本海や太平洋に比べると、オホーツクはなかなか資源に恵まれない地域でした。それが今では、無給餌型の増養殖に関しては、日本のなかでオホーツクが一番の漁場と言っても過言ではありません。それは並々ならぬ漁業者の皆さんの努力、加えて、行政や関連する皆さんのたゆまない努力があったからだと思います。こういう良いお手本が北海道にはあるわけですから、日本海や太平洋においても、無給餌型の増養殖ふくめた回遊魚の資源回復はこれから可能であろうと私は考えています。

21世紀に適った漁業を目指し、ぎょれんの役割を発揮したい

―そういった意味では、行政や増養殖に関連した機関との連携もますます重要ですね。

漁業者、行政、民間の水産業で生きる皆さん、それぞれの立場に応じた考え方があります。その皆さんが知恵を出し合うと、21世紀に適った漁業の形態が生まれてくると思います。

「量より質の漁業への移行」ということが言われて久しいですが、「こうすればいい」という全道一律の答えはないと思っています。例えば、沖で獲れた魚を活締めにし、鮮度よく消費者のもとへ届けることも必要でしょうし、あるいは、ブランド化に向けて、ネーミングをして消費者に親近感をもってもらいながら、魚や貝と接してもらうことも必要です。また、この時期にはこの地域のおいしいものがあつたなど消費者に浸透するような、宣伝コマースシャルも必要だろうと思います。

魚の名前は同じであっても、各浜によって味が違い、獲れる時期が違うなど、特長があります。そこが、先ほど申し上げた全国一律の大手メーカーとは違う点なんです。その違いや特長を、各浜が努力して消費者の皆さんに知ってもらいながら、一番いい時期に、一番いい状態で食べもらう工夫が必要です。たゆまない努力をすれば、消費者の皆さんは必ずリピーターとして、その地域のおいしい魚についてきてくれる、旬の魚をととても楽しみにしてくれる、そう思っています。私はそのお手伝いを、ぎょれんでしていけたらと思っていますのです。

現在の輸出促進の環境は、本道漁業にとっても良いチャンス

―国内市場と並んで重要性を増している海外市場については、いかがでしょうか？

ぎょれんでは、これまで、ほたて、秋鮭等、海外への輸出を積極的に行い、海外の皆

さんにもおいしいものを食べてもらう努力を最大限行ってきました。

最近では、T P P問題等、課題も多くありますが、逆に、それぞれの産地では官民一体となつて、名産品を海外に向けて売り出す施策も積極的に行っています。国や地域の行政が輸出に積極的になっている現在の状況は、本道水産業にとつても、良いチャンスです。現代はグローバル社会ですから、色々な制度を上手に使いこなせられるように勉強しながら、絶えず海外市場も含めて物事を考えていくことが大事だと思っています。

燃油高騰対策や原発災害対策などの課題に的確に対処

―組合長会議の決議事項にもあります「燃油高騰対策」や「原発事故の災害対策」など漁業経営を脅かす問題もあります。この2つの問題についてはいかがでしょうか？

私が漁業に従事した当時のA重油の値段は30円前後。魚は今と同じ位の値段がしました。魚の値段は上がらないのに、A重油は今や100円に届きそうな勢いです。特に最近の急激な燃油高騰は漁業経営を脅かすもので、国に緊急補償対策を強く求めているかなくはならないと思っています。

一方で、我々の生産する物は、インフレ（物の値段が上がる）状況下にあつても値段が落ちてきました。これはどうしてだろうと考えますと、輸入水産物との競合も要因のひとつと考えられます。関税をかけて輸入水産物を

入れないでほしいという対策もありますが、先ほど申し上げた通り、これからは世界との距離は縮まる一方ですので、輸出に関する競争も怠らず、世界の消費者が好むような商品作りなど対策を講じることも必要だろうと考えています。

大震災については、現在2年以上が経過しても、人が住めない地域があり、魚が食べられない等の状況が続いているのは大変な問題です。

エネルギー政策が難しいのは充分承知していますが、自然とともに今後も生きていかなくはならない我々漁業者にとつては、この原発事故は将来に対する警鐘であり、もう一度見つめなおさなくてはならない問題だと思っています。

北海道にも原発があるわけですが、ぜひもっと安全な物にしてください、そうなるまでは、稼働をしないように働きかける必要があると思っています。

仲間、地域を大切にしている心が協同組合運動そのもの

―先日の就任挨拶では、お父様と親子二代で協同組合運動に携わっている思いをお話いただきました。その思いをもう少し詳しくお聞かせ願えますか？

私が16歳の時、父が亡くなりました。お袋と二人、人を使いながら漁業をしていく立場になりましたので、沖へもそれほど行けず、陸で親方をやるようになりました。その時に



【小谷さんご一家】 小谷 裕介さん(34歳)、美里さん(36歳)、夏穂ちゃん(6歳)、美樹ちゃん(3歳)

「浜の家族物語」では、「なみまるくん」の表紙に登場いただいたご家族を紹介します。今回は、落石漁協の小谷さんご一家です。

落石ネイチャークルーズで漁船の運行を担当

今年から根室地区漁協青年部連絡協議会（漁青連）会長を務める落石漁協青年部長の裕介さんは、「気がついたら漁師の道に進んでいた。」と笑顔で話します。地元の根室高校を卒業後、漁師になって16年、年間を通じて父典昭さんとたこ籠漁、さんま流網漁、昆布漁に従事し、通年でうに養殖にも取り組みます。うに養殖では、餌として与える大量の昆布の確保に苦労しますが、「資源を管理できるのが養殖の魅力。何とか確立したい。」と意欲的です。「まずは殻付きでキロ3千円程度で売れるようになればいいね。」と当面の目標を具体的な数字で教えてくれました。

平成22年から始まった落石ネイチャークルーズで漁船の運行を担当している裕介さん。7軒の漁家が持ち回りで、観光客を漁船に乗せてエトピリカをはじめとした海鳥観察に連れて行きます。2時間半の航海で「お客さんが様々な海鳥を見られて、良い写真も撮れるように。」と、適切な撮影ポイントへの案内をし、鳥が驚いて逃げてしまわないように細心の注意を払いながら航行しているそうです。

北海道の百名山を制覇したい

「まず家族みんなが健康で、さらに漁もあれば良いですね。」と家族の夢を話してくれた美里さんは、小谷家に嫁いで7年目。浜での作業は体力的に大変ですが、昆布干しやたこの出荷など全ての陸作業を手伝って裕介さんを支えています。保育園年長組の長女夏穂ちゃんは、お母さんのお手伝いを良くしてくれる優しいお姉ちゃん。シャボン玉と花火が好きで、将来はパン屋さんになりたいそうです。ぬり絵が好きだという次女的美樹ちゃんは、小谷家の愛犬「アオ」を可愛がっています。

正月休み以外は休まず漁や陸仕事をする裕介さんは、その忙しい合間を縫って、青年部活動や漁青連の会議にも精力的に参加しています。また、2年前から始めた趣味の登山では、時間を作っては各地の山に登りに行くそうです。「一生かけて※北海道の百名山全118座を制覇したい。」と熱く夢を語ってくれた裕介さん。本業のみならず青年部活動や趣味に打ち込むその姿にとても惹かれました。



※北海道の百名山…山と溪谷社と北海道新聞社発行の書籍で選定された北海道の名山百選。

海ひと夢 スペシャルインタビュー

感じたのは、沖に出る漁業者は、船団を組みながら常に助け合い、お互いに情報を取りながら非常に協力的だということ。沖の仕事は命がけですから、友達づくりに一生懸命なんです。その時、私は陸にいて、「漁獲されたものをどうするか」ばかりを考えていたが、それは間違いだと気付きました。沖の人たちがやりやすいように、船団の考え方に沿ったことを漁業協同組合はやるべきではないかと考えるようになりました。それが私の協同組合運動の原点です。よって、部会や班を大事にしながら、自分だけが魚を獲るという意識ではなく、その地域の一員として一緒に漁を追いかけ、魚を育てながら、生活の糧にしていけることが大事だと感じました。まさに、「自主、自立、互助、民主主義」協同組合運動そのものです。

現代の状況で言いますと、若い人のなかに、「生き物をつくり育てる、それを消費者の方に楽しくおいしく食べてもらおう」ことに生きがいを感じる人が増えてきているように感じますが、漁業者の減少ということが言われています。日本の国そのものが少子高齢化で人口が減少している時代ですから、漁業者においてもある程度減少傾向にあるものと思っています。しかし、決して、漁師の仕事が嫌だから減っているのではなく、逆に、漁師の楽しさを理解できる若い人たちが増えてきて、彼らなりに人と人とのつながりを大事にしています。私はそれがとても大切なことだと思っています。

真心を持って、まっすぐに進む

「日頃大切にしている言葉や考えなどがあれば、教えてください。」

私が一番大事にしているのは「誠心誠意」そして「真心」です。将棋のように何手先を読んで行動するようなことはしません。このことをやりたいと思えば、どんな険しい道でも進んでいきますし、このことが嫌だと思えば止めます。結論を出さないでまあまあでいくのが、私は一番ダメだと思っています。「真心を持ってまっすぐ進んでいく」のが、自分の生き方です。

全道の皆さんとコミュニケーションを取り、ぎよれんとして出来る対策を実施

「浜の皆さんへのメッセージを改めてお願い

いたします。

時代の流れや自然環境の変化も早く、そのなかで、毎年同じ漁をしていても大きな違いが生まれてきて、大変な時代に入ってきていると思います。今まで以上に、環境問題や資源問題に積極的に取り組んでいかなければならないと思います。皆さんと一緒に、次の世代へ伝えていきたい。その為には、出来るだけ全道の浜を回り、皆さんの漁業をしっかり見させていただき、ぎよれんとして出来る様々な対策を考えたいと思っています。

私は離れた場所の人とも、電話でコミュニケーションを取ることを心掛けていますが、今回会長職に就いたことでその頻度が減ることを心配しています。浜の皆さんが気づき、考えていることがあれば、遠慮なく、電話でも結構ですので教えていただければと思います。全道の皆さんとどんどんコミュニケーションを取っていききたいと思っています。

Profile

昭和26年、厚岸町生まれ。代々木第一経理専門学校卒業後、川崎漁業部に従事。平成8年より厚岸漁協代表理事組合長を務める。平成13年から平成19年にかけてぎよれん理事、平成19年からは北海道漁業信用基金協会理事長を務めるなど、要職を歴任。妻、長男夫妻、二人の孫の六人家族。一番楽しい時は、仕事をしている時。

協同の力で、漁業コスト削減！ 系統ブランド資材をご利用ください



「系統ブランド資材」を持つ、ぎよれん購買部・マリノサポート本社地区担当の皆さん。

漁業資材は、品質の良さはもちろんのこと、低価格であることも重要な要素です。ぎよれんでは、漁業資材の「層のコスト削減を目指し、平成14年から「系統ブランド資材」事業に取り組んできました。今回の「ぎよれんの現場から」では、購買部の伊藤部長代理に話を伺い、事業開始から11年目を迎え、商品ラインナップも増えた現在の「系統ブランド資材」の取り組みについて特集します。

**協同組合の基本である「系統利用」の力を発揮し、
「良質廉価な系統ブランド資材」を実現。
漁家経営の安定に寄与します！**

ぎよれん購買部では、以前から多種多様な漁業資材の販売を行っていますが、資材メーカーや販売店が企画・販売する製品の内容は、製造・販売側の事情に左右されやすく、大幅なコスト削減が難しい傾向にありました。

そこで、ぎよれんでは、自らが「企画・開発」した資材を海外から直接輸入し、全道規模で大量ロットの注文を取りまとめることで、良質で安い資材を浜へ提供できるのではないかと考えました。それが、平成14年の「系統ブランド資材」事業の始まりです。

当初は、従来より取扱いしていたタイナイロン網に加え、中国産のポリス俵袋・ABSフロート・ほたて養殖籠から始め、現在では、韓国産ワイヤーロープやベトナム産ほたて養殖籠も取り扱っています。

また、国産の方が良いと判断した、繊維ロープ・防汚剤・定置網・バッテリー・船底塗料・長靴等に関しては、国内メーカーと提携し、従来同等品に比べ20%程度、コストを削減することができました。

購買部の
伊藤部長代理に
お話を伺い
ました。



系統ブランド資材の主要品目(発売年順)

平成14年	系統ブランド資材事業開始 中国産ポリス俵、中国産ABSフロート (タイナイロン漁網(刺網)は昭和40年代より販売開始 *系統ブランド資材の先駆け)
平成15年	国産GKロープ、中国産丸籠、韓国産PPロープ
平成16年	中国産ザブトン籠
平成17年	韓国産ワイヤーロープ、国産防汚剤「網太郎」
平成18年	国産ぎよれん(日立)バッテリー、国産定置網「BM網」
平成19年	国産船底塗料「船美人」、国産イカ電球「マリノビーム」、 国産漁船搭載型洗浄機「ジェットパワー」
平成22年	国産鮭鱒流網強力糸(G-1)網
平成23年	国産ぎよれん長靴、 国産防汚剤「網太郎」新製品(#15・#45) ベトナム産丸籠・ザブトン籠
平成24年	国産高性能ロープ「GKスーパーロープ」
平成25年	「腰楽スーツ「タスカル」」(漁業用アシストスーツ)

**資材の普及活動に一層力を入れ、
品質改善や新製品開発にも取り組
んでいます。**

私達は、浜の皆さんに、「系統ブランド資材」をもっと知っていただくことが、今最も必要なことだと考えています。

そのために、各浜を訪問する「営業・PR活動の充実」(次頁にて詳しく紹介)に継続して取り組んでおりますが、全道的に認知されるには、これまで以上に力を入れる必要があると思っています。

また、それ以外にも浜のニーズに応える商品を提供するため、「品質改良や新製品の開発」にも積極的に取り組み、「系統ブランド資材」を利用していただくことで、少しでも漁業コスト削減にご協力できればと考えています。

平成23年には、「系統ブランド資材評価推進委員会」を全道各地区

に設立しました。

現在は、全道各漁協から82名の漁業者の皆さんに委員になっていただき、各地区において年数回委員会を開催しています。系統ブランド資材の普及拡大や、個々の製品の評価について、活発な意見を交わしています。



「系統ブランド資材評価推進委員会」を各地区で開催 浜の皆さんの声 を聞き、品質改善や普及拡大に取り組んでいます。

●さんま棒受用ワイヤーロープ

釧路・根室管内の委員会では、昨年、廉価な韓国産ワイヤーロープの試験使用を実施しました。結果は、概ね良好であったことから、今年、正式販売に至りました。



●国産GKスーパーロープ

高性能国産PPロープとして、今年新たに発売した同製品は、委員会を中心とした全道各地区の定置・養殖漁業で試験使用を行っています。



●タイナイロン漁網

各地区にて、様々な魚種での試験使用及び国産網からの切り替え提案を行っています。



●国産防汚剤「網太郎」

全道各地で「網太郎シリーズ」の効果試験を実施し、良好な結果をもとに、「コスト削減に繋がる切り替え提案を行っています」。



資料評価推進委員さんにお話を伺いました。



えりも漁協
上野 勝廣さん

定置漁業を営んでおり、系統ブランド資材は、防汚剤や土俵袋を利用しています。今年には委員会決定したGKスーパーロープの試験使用を行っています。擦れにも強く、用途によって素晴らしい効果があると思っています。資材は、漁業者が実際に見て、使い、良さを実感することが大切です。委員会では、試験使用時の感想も伝えますが、「もっと直接漁業者の目に留まるように工夫すべき」と普及拡大に関する意見なども伝えていきます。ぎよれんには、漁協担当者や青年部、女性部など、組合の組織力をもっと生かし、資材の良さをアピールしてほしいですね。「系統利用は、協同組合の基本」ですから、良さを伝えれば、浜の私達は利用度合いをもっと高めていきますよ。

協同の力でコスト削減

新コーナー

系統ブランド資材紹介コーナー

なみまるくんでは、これから毎月1商品、「系統ブランド資材」を詳しくご紹介していきます。
商品個々の特長を知っていただき、ぜひ、資材購入の検討に、お役立てください。

今月は

今年の新作・夏物長靴をご紹介します！

色は明るいイエロー（新色）、
国産です。国産同等品に比べ、
系統ブランド資材の長靴は、
約20%低価格化を実現しました！



ぜひ購入を
ご検討ください

担当者よりおすすめポイント その1

- 浜のご要望にお応えし、ゴム張を厚くし、
ほたてなどの貝による切創を防止します。
- 従来品より約100g軽量化しています。
- 汗をのこさず空気でつつむ、「ムレない」構造
です。

担当者よりおすすめポイント その2

～靴底には、安全設計が施されています～

- 靴底の角を削った特殊設計で、網が引っかかりにくく
なっています。
- 滑りにくい靴底。砂入りセラミック加工です。



●サイズは、女性用から男性用まで幅広くご用意しています。

サイズ (cm)	22.5	23	23.5	24	24.5	25	25.5	26	27	28	29
-------------	------	----	------	----	------	----	------	----	----	----	----

※29cmのみ、特注となります。

長靴のラインナップはこの他にも豊富にあります。ぜひご利用ください！

品名	サイズ(cm)	底セラミック	防寒材	丈(cm)
オレンジ	冬 男女兼用 22.5～28	○	内部ウレタン	37
ブラウン	冬 男女兼用 22.5～28	○	内部ウレタン	37
ピンク	冬 女性用 24～25	○	甲部分のみ	35.5
ブラック	冬 男性用 24～28	○	甲部分のみ	35.5
パープル	夏 男女兼用 22.5～28	○	×	38
ネイビー	夏 男性用 24～28	×	×	33

※29cmは特注。26cm以下0.5cm刻み、以上1cm刻み。

ご注文・お問い合わせは、漁協購買部へおねがいたします。

ぎよれんの

現場から 第5回

協同の力で、漁業コスト削減！

系統ブランド資材をご利用ください

ぎよれん購買部は、マリノサポート（株）とともに、浜での営業活動の充実に取り組んでいます。

ぎよれん購買部では、協同会社であるマリノサポート（株）とともに、全道の浜を廻り、系統ブランド資材の普及拡大に取り組んでいます。

浜の皆さんから、ぎよれん購買部とマリノサポート（株）の役割の違いを聞かれることがあります。販売しているのは同じ「系統ブランド資材」ですが、ぎよれんの職員は、担当する地域の漁協を中心に訪問・提案し、マリノサポート（株）の職員は、漁業者の皆さんのご自宅に直接訪問・提案することで、推進効果を高め、より浜のニーズを伺える体制としています。浜や漁協でお会いした時には、ぜひ、さまざまな意見をお聞かせ願えればと思います。

漁業資材のコスト削減には、良質で安い資材を使用する他に、高品質で長持ちする資材を使用する方法もあると思います。引き続き、ぎよれん購買部・マリノサポート（株）では浜の皆様のご要望を良く聞き、使用者にとって最も適した資材のご提案に努めていきたいと思います。

マリノサポート（株）の 営業活動に密着しました！

日高管内を担当するマリノサポート（株）川上職員に
同行し、この日は、えりも漁協の皆さんを訪問しました。



「経営状況を考えながら、計画的に資材を購入している」と教えてくれた築山さん（右）と、マリノサポート（株）川上職員（左）。



えりも町の築山優さんを訪問しました。

資材を見ながら、使用しての感想や、今後の購入予定を聞き取ります。

様似町の杉本賢一さんを訪問しました。



「網の仕立てには人それぞれ好みがある」と教えてくれた杉本さん（左）。今回は、ロープのよりを甘くしてほしいとの要望をいただきました。

「こんにちは！貴方の（ぎよれん）マリノサポートです。」

マリノサポート（株）は、ぎよれんの資材屋ですが、浜での認知度は、まだまだのようです。ぎよれんのグループ会社の中で、当社だけ社名にぎよれんが付いていないためでしょうか。当社はぎよれんの100%子会社として、浜の漁業コストを軽減するお手伝いを第一の使命と捉え、浜から求められる品質と価格のバランスを踏まえて、現場への営業に努めています。

10名ほどの営業マンで全道をカバーしているため、十分なサービスとはいかない面もありますが、浜の声にできる限り応えようと頑張っています。皆で使うことによって、より良いものをより安く…。協同運動の原点でもあります。

組合員の皆様・漁協・ぎよれんと一体になって、系統ブランド資材の更なる普及に努めますので、今後ともご支援・ご愛顧のほど、宜しくお願いします。

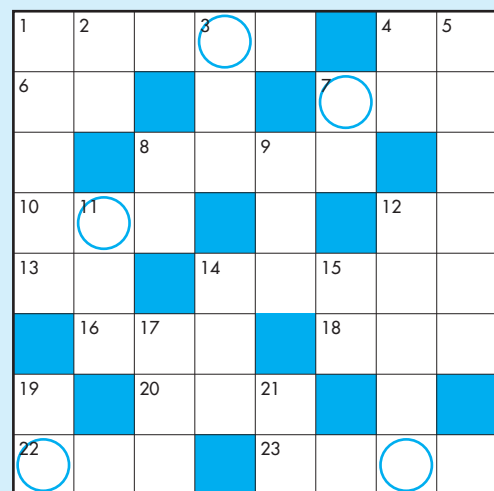


代表取締役社長
笹川 和也

マリノサポート（株）より浜の皆様へ

クロスワードパズル

次のクロスワードを完成させ、○印に当たる言葉をうまく並べてください。北海道の夏には欠かせないこのアイテム。家電量販店には、省エネタイプやパソコンから電気をとる卓上型、さらには羽根のない斬新なものまで様々な製品がラインアップされています。



○印に当たる言葉を
うまく並べてください。

解答 □□□□□ となります。

くわしい応募方法は、17ページをご覧ください。
抽選で5名様に図書カードをプレゼントします。

7月号の解答と当選者 ウミピラキ									
コ	ヒ	ト	マ	キ	ユ	ウ			
キ			シ	イ	タ	ケ			
イ	ニ	シ	ヤ	ル	ム	ネ			
ク	キ	ミ	タ	リ	ソ				
ラ	ク	セ	イ	ザ	ト				
ウ	ド	ン	イ	オ	ウ				
カ	シ	ツ	シ	フ	ト				
シャ	グ	ジ	ー	コ	メ				

(八雲町)大村 洋子さん
(釧路市)小野 友美さん
(函館市)小坂くみ子さん
(根室市)小林 仙茂さん
(広尾町)塚田 洋太さん

タテのカギ

- ① ウィークエンド
- ② 光がまったくない状態
- ③ 人が泳ぐための大きな水槽
- ④ ○○輪・○○真・○○会
- ⑤ 名勝「鍋釣岩」がシンボルの島
- ⑦ 赤ちゃんの肌はコレが細かい
- ⑧ 空気中の酸素を体に取り込む臓器
- ⑨ テニスやバレーボールで最初に打つ球
- ⑪ 植物を栽培または展示するために用いる器「○○○鉢」
- ⑫ 東南アジアの焼きそば
- ⑭ 楽譜に音を書き表すために使うもの
- ⑮ ゴルフコースの茂み
- ⑰ ハワイの玄関口「○○○島」
- ⑲ 暑くても、冷やっとしてもかく
- ⑳ 徹夜でサンバを踊る「○○のカーニバル」

ヨコのカギ

- ① 髪と頭皮の専用洗剤
- ④ 海水を乾燥させて出来る調味料
- ⑥ 矢とセットで使う武器
- ⑦ 観○○○・○○○本・返○○○
- ⑧ ジャガイモなどのでんぷんから作られる透明な乾麺
- ⑩ ハワイで2番目に大きい「○○○島」
- ⑫ 定規の一番小さいメモリの単位
- ⑬ ステッキ
- ⑭ 葉や菓子などを包む水に溶けやすい半透明の薄い膜
- ⑯ 日本最高は40.9℃
- ⑰ 大金持ち
- ⑲ ゲームやメール・音楽プレイヤーOS上で動くソフトウェア
- ㉑ 野球でアウトの反対は?
- ㉒ 水車とチューリップの国といえば?

燃油高騰対策が拡充されました!

～7月から漁業用燃油緊急特別対策がスタート～



特別対策発動ラインを超えた場合の負担が「国:漁業者=3:1」に

昨今の円安等による漁業用燃油の高騰を受け、5月28日(火)に北海道漁業代表者集会と街頭宣伝活動、翌29日には本道選出国議員への中央要請と漁協系統の総力をあげて取り組んできました。その結果、7月から平成26年度末までの緊急対策として、「漁業経営セーフティーネット構築事業」(以下、セーフティーネット事業)に加入している漁業者に対し、現行の制度の発動に加え、新たに特別発動ライン(原油価格62円/L)を超える部分について特別対策が実施されることになりました。

なお、本対策の他に燃油高騰に遭遇し危機に瀕している漁業経営の今を救うための緊急対策として、政府与党として今後見込まれる補正予算で予算措置に全力を尽くすとの表明があり、この実現に向け引き続き漁協系統として働きかけを続ける考えです。

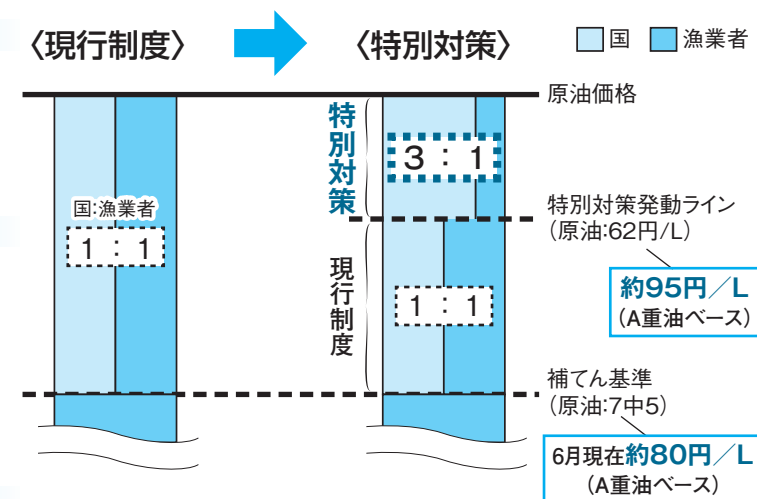
現行セーフティーネット事業での補てん

原油価格の高騰により本年第1四半期14.24円/L、第2四半期13.09円/Lがセーフティーネット事業から補てんされます。

今回拡充された特別対策の概要

さらに原油価格が高騰し、特別対策発動ラインを超えた場合は、超過部分の負担割合が「国:漁業者=3:1」となります。

※特別対策発動ラインを超えない場合は通常の負担割合「国:漁業者=1:1」となります。



特別対策のポイント

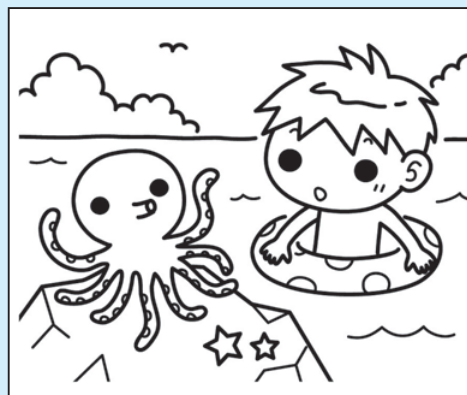
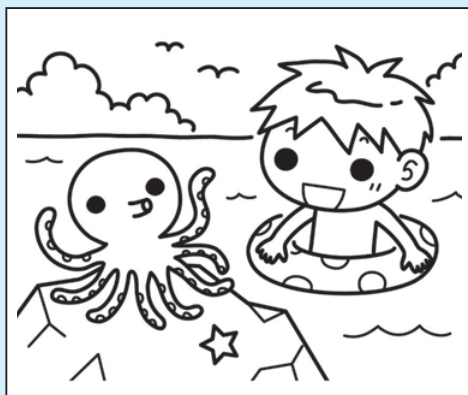
1. 特別対策は、26年度末までの措置です。
2. 既に参加している漁業者及び25年12月末までに新規加入した全ての漁業者が対象です。(既に参加している方は再加入の手続きは必要ありません。)
 - ※特別対策補てん分の支払いを受けるためには、「省エネに取り組む」などの要件があります。
 - ※早期に参加することで早い時期から補てんの対象となります。
3. 「未加入者の加入促進対策」として25年度中の新規加入者には次の措置が取られます。
 - ① 四半期単位での随時加入が可能です。(現行の加入受付は年度末1回のみ)
 - ② 既加入者も25年12月末まで特例で期中の積み増しができます。
 - ③ 新規積立分及び既加入者の積み増し分(1回のみ)については、その借入金の金利負担が無利子化されます。

「漁業経営セーフティーネット構築事業」に加入し、今後の燃油高騰に備えましょう。
詳しくは漁協もしくはぎょれん漁政部までお問い合わせください。

間違いさがし

間違いは5つです。

※右と左の絵には、5か所の異なる点があります。
さあ、見つけてください。
(印刷のズレや汚れは関係ありません。)



※答えは17ページにあります。

第15回胆振地区購販・マリンバンク・JF共済推進委員合同研修大会



と き…7月9日(火) 13:10～
と ころ…登別市・登別グランドホテル
参加者…80名余り



バンク・JF共済推進委員



開会挨拶をする高田大会長



講演した林家ライス・カレー子氏

【開会式・講演】

開会に当たり、大会長を務める高田胆振地区購販推進委員長は「各推進員の皆さんが一堂に会し研鑽することはこれからの漁業をより良い方向へ導くために非常に重要です。この大会を通じて委員としての自覚を新たにし、夢と情熱を持ち、浜の先頭に立って頑張りたい。」と挨拶しました。講演では、漫才コンビ林家ライス・カレー子氏が「笑いは最高の健康法～プラス思考で人生長生き～」と題して、笑って長生きするための健康四か条などを参加者に指南しました。

● 笑って長生きするための健康四か条 ●

1. 一生懸命歩くこと
2. 積極的に社会参加すること
3. 一生涯、学習する意欲を持つこと
4. 帽子をかぶること→これがホントの「ボケ防止」

【ふれあい常会】

参加者が3つの会場に分かれ、各系統団体が30分ごと順番に部屋を回って討議を行う「ふれあい常会」が行われました。2年前に始まった「ふれあい常会」は委員を務めている分野以外にも見識を深められると好評を得ています。ぎょれんからは石油情勢、系統ブランド資材、鮮魚・加工原料供給ネットワークなどについて話題提供し、各推進委員と意見交換しました。



ふれあい常会では参加者が実際に漁業用アシストスーツを試着して使用感を確かめていました



懇親会のカラオケ大会では参加者の皆さんが自慢の喉を披露し大盛り上がり



懇親会会場ではぎょれんブランド加工品「ぶりフライ」、「ぶりフレーク」、「真がれいから揚げ」などの試食も行われました

第16回 漁師さんの出前授業

6月21日(金)、道漁青連ときょれんの共催で第16回目となる「漁師さんの出前授業」が、札幌市立北九条小学校で行われました。二人の若手漁師さんが漁師の仕事や水産業について、実演を交えて楽しく、わかりやすく教えました。



初めて見るほたての耳づりの模型に興味津々の子ども達



鮮やかなロープワークを近くでじっくり観察



北九条小学校の新校舎

今年4月から新校舎でのスタートを切った北九条小学校。真新しい教室に集まった5年生の子ども達65名は、壁一面に飾られた大漁旗や見たことのない漁具の数々に少し興奮気味です。

今回講師を務めたのは、道漁青連松山地区会長の成田直広さんと道漁青連留萌地区会長の小笠原悠葵さん。二人は札幌市内の小学校での出前授業は二回目ですが、やっぱり子ども達と接するまではちょっと緊張すると教えてくれました。

いか釣り漁をする成田さんは、子ども達に本物の集魚灯や針を見せながら漁の仕方を解説。ほたて漁をする小笠原さんは、模型やザブトン籠を使ってほたての生態や育て方を説明しました。子ども達からは「へえーそうなんだ」、「初めて知った」という声が聞こえます。休み時間には漁具に触ったり、漁師さんに質問したり。

問いたりと思い思いに漁業と触れ合う子ども達。「漁に行くときご飯はどうするの?」や「いかの顔はどこう?」など子どもらしい素直な疑問に、漁師さんが丁寧に答えてくれました。

授業終盤の「漁師さんのスゴ技実演」は出前授業の名物コーナー。二人の漁師さんが子ども達の輪の真ん中で見せてくれたその鮮やかなロープワークに子ども達は釘づけになりました。

楽しい出前授業もあっという間。最後に成田さんが「北海道の魚を食べて大きくなって下さい」と子ども達に呼びかけ、小笠原さんも「これからも安全で新鮮な水産物を食卓に届けられるように頑張ります」と話し、今回の授業を終えました。

今回の「先生＝漁師さん」



道漁青連松山地区会長(ひやま)

成田 直広さん

【プロフィール】

1981年 久遠郡せたな町出身(31歳)
高校卒業後、道立漁業研修所で技術を学ぶ。その後、家業を継いで、いか釣り漁、うに・あわび漁などに従事。

☆好きな魚料理 自分で釣ったいかの刺身
☆特技 ロープワーク、船のペンキ塗り



道漁青連留萌地区会長(北るもい)

小笠原悠葵さん

【プロフィール】

1983年 苫前郡羽幌町出身(29歳)
高校卒業後、道立漁業研修所で技術を学ぶ。その後、家業のほたて漁に従事。

☆好きな魚料理 ほたての刺身
☆特技 ロープワーク

北海道のほたての魅力を全国に

新聞折り込みチラシ100万部を配布します

北海道ほたて漁業振興協会とぎょれんでは、北海道産ほたての魅力年全国の消費者に知っていただき、消費拡大につなげるため、7月から全国主要都市にて新聞折り込みチラシを配布します。

表面ではキューピー製品とタイアップした「野菜と味わう北海道産ほたてメニュー」としてドレッシングや、マヨネーズを使ったレシピ4品を紹介しています。また、今年5月の北海道ほたて漁業のMSC認証取得についても掲載しています。

中面では、「あなたはどっち派?」と題して、さっぱり涼しくおいしい「ほたてと生ハムのさっぱりパスタ」など4品と、ガツンとホットなスタミナレシピ「ほたてのアラビアータ」など4品を提案。厳しい暑さを乗り切る夏向けレシピで、ほたての需要増をねらいます。



チラシは本誌に挟み込みこんでいますので、ぜひご覧ください

04

一般職員研修会、管理者研修会を開催

漁協職員が資質向上を目指して研鑽しました

7月3日(水)～5日(金)に札幌市の第1水産ビルのぎょれん第1会議室において、ぎょれんが主催して平成25年度全道漁協職員(一般職員)研修会が行われ、勤続1年目以降の職員18名が参加しました。ぎょれんの本間常務から、漁業・漁協をめぐる情勢について講演した後、協同組合論や漁業法・水協法のあらましなど、漁協の職務に必要な知識を講義形式で集中的に学びました。2日目からは参加者が3グループに分かれ、中堅職員に求められる役割についてグループワークを行いました。

7月10日(水)～12日(金)には、ぎょれん第1会議室において、平成25年度全道漁協管理者研修会が行われました。各漁協の部長や課長などの管理職20名が参加し、漁業情勢、漁業における諸施策や漁政活動、内部統制(コンプライアンス)を学びました。2日目からは経営戦略や経営計画の立案に関する講義とグループでの実習で管理職に求められる資質の向上を目指し研鑽しました。



業務改善に関する課題にグループで取り組みました(一般職員研修会にて)

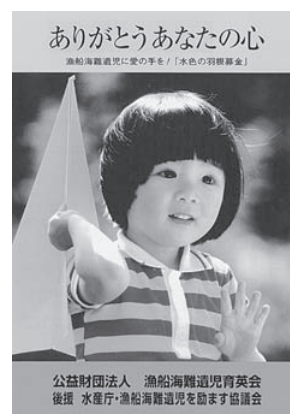
05

海難遺児を励ます「水色の羽根募金」にご協力をお願いします

平成23年3月に発生した東日本大震災による被災遺児71名が、全国組織である(公財)漁船海難遺児育英会の認定を新たに受け、漁船海難事故による同育英会への申請者数が過去5年間で最多となりました。このため、漁船海難遺児を励ます運動北海道特別委員会(事務局:ぎょれん)では、同育英会の運動に呼応し、「水色の羽根募金」第9期募金運動(運動期間:平成25～27年度)に取り組んでいます。

事務所や直売所等へ設置していただく募金箱や各イベントで利用できるのぼり・横断幕等の資材の貸出も行っていますので、募金運動へのご参加とご支援、ご協力の程よろしくお願いします。

【お問合せ先】 漁船海難遺児を励ます運動 北海道特別委員会 もしくは漁協へ
(担当:ぎょれん指導教育部 伊藤 TEL:011-241-1051)



第51回北海道漁業協同組合長会議の決議実行要請を実施

原発、TPP、海獣など諸課題における対策を求めました

6月24日(月)、系統団体長、全道組合長会議正副議長、地区組合長会会長による要請団が、北海道議会の加藤議長、木村副議長、北海道の山谷副知事、沓澤水産林務部長を訪問し、第51回北海道漁業協同組合長会議決議実行要請を行い、原発、TPP、海獣など諸課題における対策を求めました。

その後、要請団は上京し、道内選出国會議員や加治屋農林水産副大臣を訪問。要請事項の早期実現を要望しました。また、一行は東京電力(株)で内藤副社長と面会し、福島第一原発事故による放射性物質汚染水漏出の防止やモニタリング検査体制の充実強化、そして徹底した安全確保がなされるまで全ての原発を再稼働しないことなどを強く申し入れました。



山谷副知事(右)に要請書を手渡す川崎会長(左)

01

昆布関係団体による懇談会を開催

需要回復と生産回復をテーマに意見を交わしました

昨年6月に発行された冊子「昆布漁業に生きる～北海道発浜の男たちの情熱～」に続く第2弾「昆布流通に生きる～消費地流通業者の情熱～」が5月に発行されました。今回は、昆布流通業者の皆さんが「消費地における昆布製品販売の工夫」や「昆布産地への思い」などを語っています。

7月3日(水)第2水産ビル会議室では、ぎょれん主催による、昆布関係団体との懇談会が行われました。会場には、昆布流通業者、昆布加工業者、昆布生産者の団体北海道昆布漁業振興協会の代表者合わせて24名が一堂に会し、「昆布の需要回復に向けた取り組み」と「北海道産昆布の生産回復に向けた取り組み」をテーマに活発に意見を交換しました。ぎょれんでは、懇談会で出された意見を、今後の北海道産昆布の振興・発展に活用していく方針です。



皆さんから多くの意見が出され活発な議論が行われました

02

北海道警察と協力して昆布を使った安全運転啓発活動を実施

「お守りこんぶ」をパーキングエリアで配布しました

北海道昆布消費拡大協議会とぎょれんは、夏の交通安全運動の期間中、北海道警察と協力し高速道路のパーキングエリア等での居眠り運転防止キャンペーン「お守りこんぶ」の配布を行いました。

7月10日(水)には、道央道上り線の輪厚パーキングエリア駐車場で、食べやすく一口大に切った昆布を袋詰めした「お守りこんぶ」200個をドライバーに配布。「眠気」の防止に有効とされる「噛む」行為に昆布が適していることをPRしました。ドライバーが北海道産昆布を噛みしめて安全運転をすることで、「家族も無事をよろこんぶ」という願いと合わせて、昆布の消費拡大につながることを期待しています。



1台ずつ回って「お守りこんぶ」を手渡しました

03

編集部からのお知らせ

皆様からの便り、写真、イラストをお待ちしています！

次の①～③を明記の上、ご応募ください。抽選で5名様に図書カードをプレゼントします。

- ①なみまるおたより箱への投稿（便り、写真、イラスト等）や、広報なみまるくん8月号への感想・ご意見など
- ②11ページのクロスワードの答え
- ③住所・氏名・年齢・電話番号

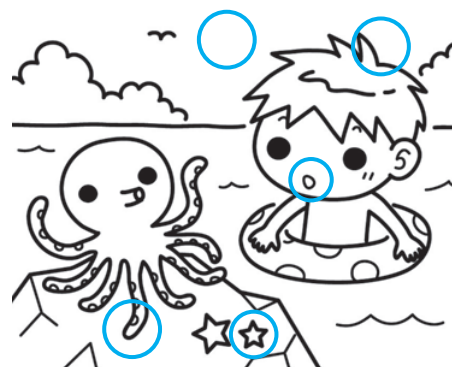
〈宛先〉8月20日までにお送りください。

（郵便）〒060-0003

札幌市中央区北3条西7丁目1番地
北海道ぎょれん 総務企画部 広報担当
（FAX）011（242）3543
（電子メール）info@gyoren.or.jp

※「なみまるおたより箱」には①からご紹介します。ご応募いただいた方の個人情報は、図書カード進呈や、便り、写真、イラスト等の掲載（氏名、年齢、市町村名）にのみ使用いたします。写真やイラストは、返却できませんのでご了承ください。

11ページの間違えがしの答え



編集後記

今年の夏は比較的過ごしやすかったと思っていましたが、気が付くと少々夏バテ気味。カレンダーを見ると、ちょうど「土用の丑」でした。土用の丑にうなぎを食べる習慣は、（諸説ありますが）江戸時代に平賀源内が、友人のうなぎ屋のために「土用の丑」を宣伝文句に用いたことが始まりだとか。平賀源内が道産水産物を宣伝してくれていたら今頃は…と思ってしまうのは私だけでしょうか。ちなみに今年は8月3日も土用の丑（二の丑）。この日こそ、うなぎを食べたいものです。（工藤）

取材の合間に立ち寄った尾岱沼漁港の「尾岱沼えびまつり」。道内各地・全国からも多くのお客さんが訪れ、大変な賑わいでした。通りに飾られた色とりどりの大漁旗、ステージ上に鎮座する大きな「打瀬舟」。所狭しと立ち並ぶテントでは、野付漁協直売の塩ゆで北海しまえびや青年部のほたて焼き、女性部の浜料理など旬の味覚が楽しめました。短い時間でしたが、初夏のお祭りを堪能できました。（櫻田）

これから暑い時期を迎えますね。食品の管理や食中毒に気をつけたいところ。（根室市 小林 仙茂さん 31歳）

暑い日が続いています。熱中症に気をつけて、うに・なまこ採りを頑張ってください。（小樽市 宮古 登美乃々さん）

ほっけが好漁です。今年のうに採りが始まりました。初井の味は変わりません。有り難くいただきました。運

みなさんのお便りでつくるページです。

なみまるおたより箱



なみまるくんを楽しみに待っている一人です。表紙に出てくるご家族の写真はほほえましく、幸せそうで嬉しくなっています。ずっとずっと健康で漁で活気にあふれますようにと祈念しています。（七飯町 清水 悦子さん 77歳）

7月11日厚岸の昆布1日目が出る。明日も天気が悪くないので出るだろう。今日はあいにくの乾燥機だった。（厚岸町 池田 卓哉さん 17歳）

今年には桜の開花が遅くなるほど寒かったけれど、北海道にもようやく夏が来ましたね。何度か海外に行ったことがあるのですが、グアムではみんな肉が好きで魚はほとんど食べないそうです。現地のレストランではどこも1種類の白身魚しかありませんでした。いろいろな魚貝類を食べられる日本に生まれてきて良かったな、と思います。（札幌市 橋本 光江さん 40歳）

時鮭の焼きびたし、鮭のロール巻き作ってみました。久々にイカ飯を作ったら美味しかったです。（標津町 渡部 恵子さん 57歳）

（編集部から）写真からもとても天気が良く夏らしい1日だったことが伺えます。えび籠漁での安全操業と豊漁を祈願いたします。

今月の1枚
タイトル：エビを陸揚げして岸壁で一休み
（島牧村 泉谷 泰三さん）
平成25年7月8日
島牧村軽臼漁港にて



主人が60年余り漁業に励んで、私も手伝いをしておりましたが、昨年2月に亡くなりました。今は一人で毎月なみまるくんを楽しみに、頭の体操だと思ってクロスワードパズルをしています。（泊村 秋山 祐子さん 78歳）

大漁祈願！

浜のほつとニュース

梶山

いか釣漁解禁から2か月ほど経ちますが、6月末時点で数量は昨年対比50%処と漁がふるいません。7月に入ってから日産1万～1万2千ケース処と安定した水揚げになっています。また、魚体は20～25尾中心と大きめです。これからのいか釣漁の水揚げ伸長に期待したいところです。

函館

梶山管内と同様にいか釣漁は6月末時点では数量が昨年の85%とふるいませんでしたが、7月に入って持ち直し、1日1,000ケース処の水揚げとなっています。魚体は30尾～バラ中心ですが、今後のいかの成長と豊漁を期待しています。また、南かやべの定置網にもいかの漁が見え、日産2～10トン処の水揚げです。今後も順調な水揚げを願うばかりです。

室蘭

7月15日より太平洋地区毛がに籠漁が解禁されました。サイズアソートは大1割、中5割、小4割と中型小型主体の水揚げです。ロシア産の搬入が少ないことや大サイズの減少から、大サイズが昨年の3割高のk@3,000処と高値です。小サイズは水揚げ増や消費の伸び悩みの影響で、昨年の4割安のk@1,100-1,000処です。生産者の方々の安全操業と大漁を祈念しています。

日高

昆布漁が7月10日に解禁になりました。成長の遅れを考慮し、昨年より数日遅れでの解禁となりましたが、天候に恵まれず思うように出漁出来ていません。また、漁期が残りの春定置ではいかが水揚げされ、群れが近づいてきていると感じられます。ただ、魚体小さく、漁の本格化にはもう少し時間がかかりそうです。夏漁本番に向け、安全操業と大漁を願います。

釧路

棹前昆布の値決会が開催され、上場数量が減少したこともあり、等級により2～6%程の値上げにて決定しました。成昆布も今月に入り順次出漁しています。さんま流網漁は7月8日から出漁し、例年にはまだ及ばないものの、大幅に減少した昨年より回復した水揚げとなっています。今後さんま棒受網漁も順次出漁しますが、安全な操業と大漁を願うところです。

根室

根室の味覚を代表する花咲かに籠漁が解禁され、7月11日の水揚げ初日の価格は昨年より安値となったものの、水揚げは8トン余りと昨年を上回るスタートとなりました。漁期は9月20日までで、漁獲許容量は雄雌合わせ224.1トンとなっています。資源保護対策の中での操業となりますが、安全操業と豊漁になることを願っています。

北見

7月中旬からは当管内の主要魚種の一つオホーツクサーモンの姿が各浜で見え始めており、8月からの大漁が期待されています。また、ほっき漁も解禁となり、たこ、ほたても最盛期を迎え、オホーツクの浜は賑わいを見せております。今後も益々の豊漁と安全操業を心より祈願しています。

稚内

オホーツク海地区では、天候に恵まれ、ほたてが順調に水揚げされ、今年はグリコーゲン値が高位にあり歩留が良い状態が続いています。日本海地区では昆布漁が解禁しました。また、利尻・礼文地区では、ばふんうに・むらさきうに漁が本格化し、価格は昨年に比べて高値で推移しています。管内もようやく夏を迎え、浜も活気づいておりますが、安全操業と豊漁を願っています。

留萌

夏の到来を告げるいかなの水揚げがまとまってきました。13日に今季の管内1,000ケース以上の水揚げがありました。16日からは管内20隻以上の外来船が入港し、近年では高水位の5,000ケース以上の水揚げが連日続きました。型も段々と良くなってきており、20尾入はおよそ半分を占めています。これからうに漁、なまこ漁も最盛期に入り、浜は活気づきます。

機関の整備 体調の管理 今日も一日安全操業で さあ出港

（社）北海道漁船海難防止・水難救済センター

ゆでだこを使ってご家庭でも簡単に

タコの炊き込みご飯

 浜のおかあさん
レシぴ


今回はたこを使った「タコの炊き込みご飯」をご紹介します。たこが水揚げされる各浜ではお馴染みの漁師料理です。たことご飯と一緒に炊き込むものや、煮だこを炊き上がったご飯にのせたり混ぜたりするものなど、浜ごとに多種多様です。今回は、ゆでだこを使いますので、ご家庭でも簡単においしい炊き込みご飯が作れますよ。

材料(4人分)

- | | |
|-----------------|------------|
| ・米…3合 | ・醤油…大さじ2 |
| ・もち米…50g(米の1割分) | ・酒…大さじ1 |
| ・たこ…200g | ・砂糖…大さじ2 |
| ・にんじん…1/4本 | ・だし汁…350cc |
| ・ごぼう…1/2本 | ・油…少々 |
| ・油揚げ…1/2枚 | ・きざみのり…適量 |
| ・生しょうが…適量 | |

作り方

- ① 米ともち米を研いで30分水につけおき、ざるにあけて水を切る。
- ② にんじん、ごぼう、油揚げ、生しょうがは油でさっと炒める。
- ③ ②がしんなりしてきたら、だし汁を加え、醤油、酒、砂糖で味を整え、すぐ火を止める。
- ④ ①に③の煮汁3合分を加え、その上に具とたこをのせて炊く。
- ⑤ 炊き上がったら、ご飯をかき混ぜて蒸らす。
- ⑥ 茶碗に盛りつけたご飯の上にきざみのりを散らして出来上がり。


 ひだか漁協
星野 重子さん