

北海道ぎょれん広報

# なみまるくん



10

2016  
No.336

[うみ・なかま コミュニケーション]

北 海 道  
**ぎょれん**



特集

だしの魅力を知るまち 大阪 昆布を巡る旅  
食卓に、海のチカラを。  
「今日はお魚!」キャンペーンを実施します





今月の栄養は…

## 「コラーゲン」

美容のほか、体の修復にも活躍する  
タンパク質

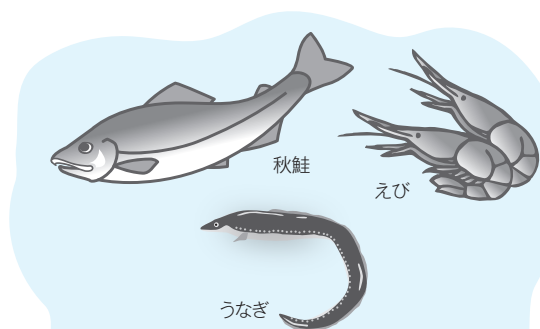
### コラーゲン

- ・シミ、シワ、たるみの改善
- ・アンチエイジング
- ・骨密度増加、骨粗鬆症の改善
- ・関節の痛み、足腰の痛み、しびれや麻痺の改善
- ・美容、美肌効果

コラーゲンの主な効能

美肌効果」や「ぷるぷる肌」を実現してくれるイメージのあるコラーゲン。実際にはどういう仕組みになっているか意外と知られていません。そもそもコラーゲンとは皮膚だけでなく、骨、軟骨などを構成するタンパク質のことなのです。近年の研究では少しずつではありますが、口からの摂取によって、体内のコラーゲンが合成されたり、血液の循環がよくなったりなどの結果も発表されています。その働きから、皮膚のしわやたるみ防止、体の怪我や骨折をした時の修復にコラーゲンは欠かせません。これらが不足しないようにしっかりと食べ物から栄養素を摂る必要がある

のですね。この時期、北海道で水揚げされる鮭の皮にはこのコラーゲンが含まれていることはよく知られていますよね。鮭の皮を食べるか、食べないか、よく論議の争点となることも。私は絶対食べ派です！コラーゲンはそのままで吸収されることはなく、胃腸で消化酵素によって分解されて数個のアミノ酸ペプチドというものになって初めて腸管吸収が可能になります。魚の皮は柔らかいので、加熱と酵素によってコラーゲンを抽出できるので、ぱりりと焼いた鮭やサンマの皮はぜひ残さずいただきたいものです。また、さんまのワタに含まれるビタミンAの一種のレチノールは真皮のコラーゲンを増やしたりする大変有能なパートナーでもあります。新鮮なさんまはワタまでまるごといただくのがオススメです。体内に取り込まれたコラーゲンはアミノ酸に分解されますが、その後再びコラーゲンを合成するために必要なのがビタミンCです。鮭のムニエルにはレモン、サンマの塩焼きにはスタチという組み合わせはなんて理に適っているのでしょうか！いつもの鮭フライにはパセリをたっぷり混ぜて、じん切りにしてパン粉に混ぜて、揚げたてにレモンを絞っていただきましよう。もちろん皮付きでね。



コラーゲンを多く含む魚介類  
鮭の皮、えび、うなぎ、

### 今月の管理栄養士



坂下 美樹  
管理栄養士/調理師/製菓衛生師/  
フードコーディネーター  
実母で料理研究家の坂田蓉子に師事  
(さかた料理研究室主宰)。  
現在、北海道新聞 生活面「今日の1品」  
執筆中。「道新文化教室」開催。道新ボ  
ケットブック等の料理制作など。平成20年  
11月「カフェ&料理教室/うららか」オープン。  
ぎょれんと共にレシピの制作多数。

【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  
October 2016 No.336

10

01 なみまるくん おさかな栄養辞典  
コラーゲン

02 特集1  
だしの魅力を知るまち 大阪 昆布を巡る旅

06 特集2  
食卓に、海のチカラを。「今日はお魚!」キャンペーンを実施します

08 特集3  
水産技術普及指導所を訪ねて ～第3回 オホーツク海域～

10 浜の家族物語  
ひやま漁協江差支所/能登 航汰さん ご家族

11 頭すっきり!! ブレイクタイム

12 なみまるインフォメーション

14 ぎょれん消費地支店だより 第3回 東京支店(後編)

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

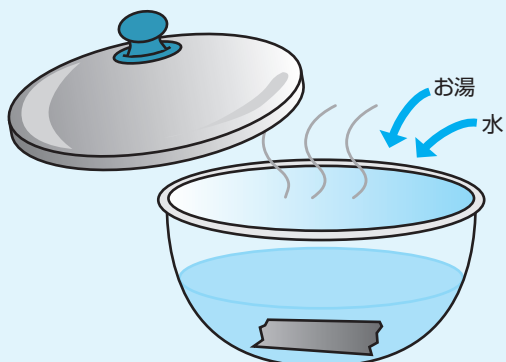
表紙の写真  
ひやま漁協江差支所/能登 航汰さんご家族です。



涼しい風の吹く初秋の江差港



## 小山さんおすすめ! 簡単だしの取り方と ブイヨン(洋風だし)の作り方



ポウルにお湯と水を入れ、80℃くらいにしたら、昆布を入れ、ふたをして20分おいておく。

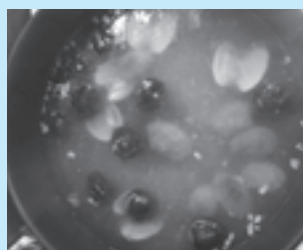
小山さんが自宅でだしを取る際に使うのはポウルと電気ケトル。コンロを使わずにだしをとれるのが良いそうです

### 《材 料》

- ・オリーブオイル：大さじ1
- ・あさり：10個
- ・にんにく：1かけ
- ・昆布だし：1リットル
- ・プチトマト：10個

### 簡単ブイヨンの作りかた

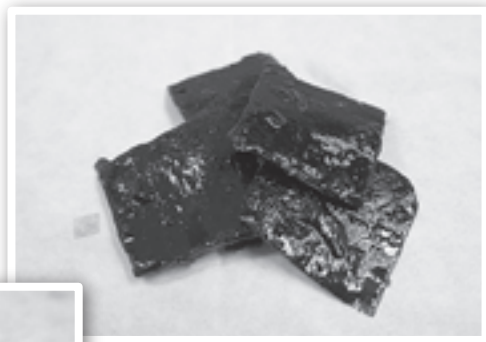
- ①鍋にオリーブオイルと刻んだにんにくを炒め、香りを出す。
- ②プチトマト、あさり、昆布だしを入れ一煮立ちさせたら出来上がり。



**料理をだしでもっとおいしく**  
北海道や関東に見られる、かつお節と昆布の「合わせだし」に対し、大阪の料理は、合わせだしも用いますが、昆布だしだけを使用するものも多くあるのが特徴です。  
その数多くある昆布だしを使った料理の中で、小山さんのおすすめは湯豆腐。「シンプルで一番おいしいと思います。昆布だしに豆腐と鯛の切り身を入れる。締めに雑炊にしても美味しいですよ」と話してくれました。  
小山さんおすすめのだしの取り方はポウルにお湯と昆布を入れる方法。コンロを占有しないので、他の調理も同時に行えるのが利点です(左上)。

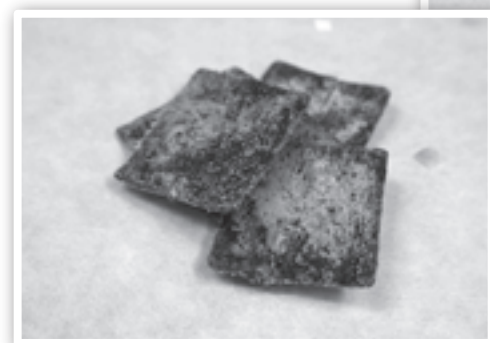
**おいしく「食べる」技術も  
もちろん発達!**  
和食以外にもおいしい料理ができます、と小山さんが教えてくれたのはブイヨン(左)。小山さん自身、これを基本に白身魚を煮たり、パスタやパエリアを作るそうです。  
大阪の昆布の加工品と言えば、佃煮、ところろ昆布、酢昆布、大阪寿司(押し寿司)など様々なものがあります。その中でも、大阪の人がこだわるのが「塩昆布」。刻んだ昆布に白い結晶が付いているものを想像するかもしれませんが、大阪の塩昆布は下の写真のように一味違います。

**塩昆布**  
北海道や関東では、一見佃煮のように見える大阪の「塩昆布」。醤油や砂糖、酒などで炊いています

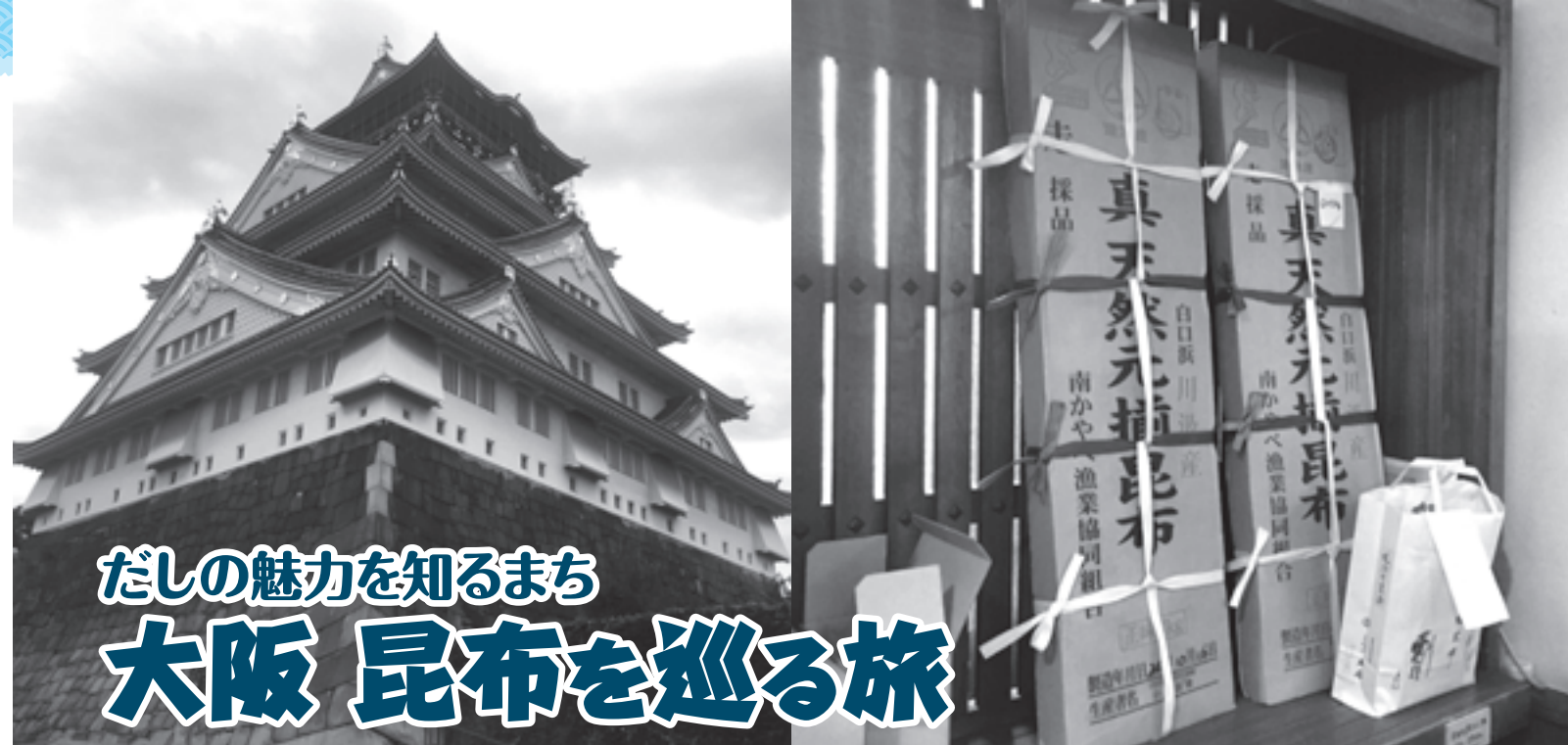


### 塩ふき昆布

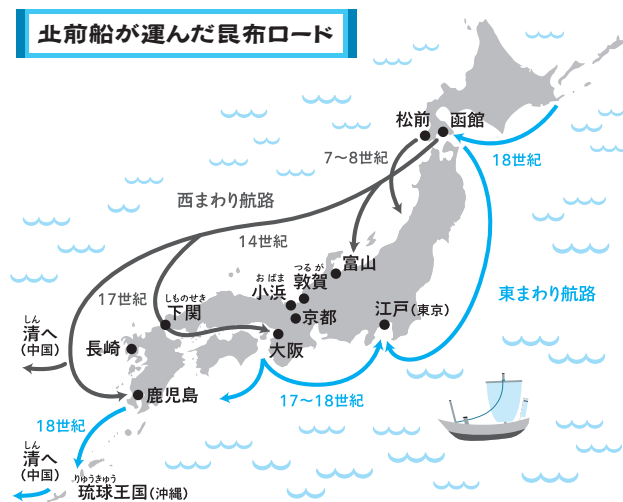
塩昆布を乾燥させ、マンニットなどの旨味成分や塩分が昆布の表面に自然とふいてきたものが「塩ふき昆布」。じっくり乾燥させる昔ながらの製法のもものは少なくなりました



また、昆布の佃煮は、昔はそれぞれの家庭で作っていました。江戸時代中期に創業した当時には海産物問屋だった神宗も、明治時代に当時の「おばあちゃんの味」の佃煮が好評で販売を行ったのが始まりだそうです。



### 北前船が運んだ昆布ロード



**昆布を支える大阪の食文化**  
「京都の着倒れ、大阪の食い倒れ」と称されるように、大阪は山の幸はもちろん、大阪湾や瀬戸内海の海の幸など、美味しい食材が集まる土地です。北海道からは室町時代以降、北前船によって昆布が運ばれていきました。  
豊富な食材が集まり、豊かな食文化が育った大阪で、味の基礎となっているのが昆布だし。昨年の家計調査年報(総務省調べ)でも、大阪市の昆布の購入金額は全国4位となっています。大阪市で佃煮の製造販売を行っている(株)神宗社長の小山さんは、「北前船で運ばれてきた昆布

は、元々あった食文化と合ったのでしょ」と話します。瀬戸内海で漁獲される魚は鯛やぶり、はも、ふぐなど白身魚が多く、淡泊な味があつさりとした昆布だしと相性が良かったのでは、とのこと。関西の「だしの文化」に対し、関東は「醤油の文化」と言われます。関東で多く使われるかつお節のだしは酸味があるので、強いうまみの濃口醤油が合うとのこと。一方で、関西の昆布だしには、塩気が多く旨味の少ない薄口醤油が合います。  
また、同じ関西でも、大阪では真昆布、京都では利尻昆布が多く使われています。これは「庶民の町」大阪では、様々な地域から集まった人の口に向う真昆布が好まれ、一方で京都では、公家文化や宗教文化の影響を受けた野菜などが中心の料理に、あつさりとした風味の利尻昆布が好まれたから、という説があるそうです。

神宗 代表取締役社長  
小山 鐘平さんにお話を聞きました



北前船の終着地の1つ、大阪。今なお昆布の一大消費地であるこの土地には、料理の基本に昆布だしがあり、だしの文化が栄えています。  
今月は、大阪の美味しい昆布の味わい方についてご紹介します。



## 昆布の魅力を多くの人へ伝える

神宗本社の1階にある店舗「淀屋橋本店」では、自社商品の販売の他、おにぎりやお吸い物、だし巻き卵などを味わうことが出来ます。オフィス街の中で気軽に昆布の美味しさを楽しめるこの場所では、取材時にもお客様がゆつたりと昆布の煮汁を加えたソフトクリームを楽しんでいました。



神宗「淀屋橋本店」



昆布の煮汁を加えたソフトクリーム

また、同社では学校や一般企業でのだしセミナー、料理教室も実施し、昆布だしのおいしさを体験してもらう取り組みを行っています。昨年からはずいぶんでも主に若手職員を対象として開催しており、各産地の昆布のだしを実際に飲み比べる貴重な経験の場となっています。



昨年ぎょれんで行われた「だしセミナー」

産者の方にはとても感謝しています。これからは良い昆布を生産して頂いて、一緒においしいものを作っていきたいです」と笑顔を見せます。また、橋本さんは大阪でも一般家庭ではだしを取る人が少なくなっていると感じているそう。「だしの取り方や、使い方の見本を見せていきたい」と話してくれました。

## 料理人に聞く、昆布のこだわり

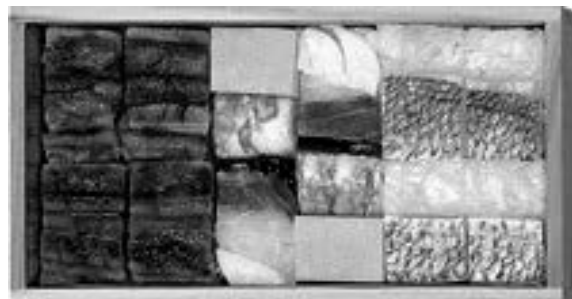
吉野寿司(株) 代表取締役  
橋本 卓児さんにお話を聞きました



江戸前の寿司が握りである一方、大阪の寿司は押し寿司です。握り寿司の原型とも言われ、握ったものをその場ですぐ食べる握り寿司に対し、持ち帰って食べることを想定し、保存食として作られています。料理人が丁寧に下準備をした食材を多めのご飯と共に型に入れ、両手で押して作られる押し寿司。そんな押し寿司の中でも、四角い箱型に押して作られる箱寿司の元祖が、大阪市内にある江戸末期創業の「吉野寿司」です。

ファストフードである江戸前寿司に対して、時間をかけて仕込んだ食材を、時間が経ってもおいしいように作り、ゆっくり噛みしめて時間をかけて味わってもらうスローフードが箱寿司と説明してくれた、代表取締役の橋本さん。箱寿司や寿司飯、本店で提供している寿司懐石の料理に白口浜の天然真昆布を使用しており、「真昆布は、だしのうまみはもちろん、粘りが少ないのも魅力です」と話します。時間をかけてか

ら食べられる箱寿司には、冷めても米の粘りの少ない真昆布がとても合っているとのこと。また、懐石で使用する野菜は昆布だしで炊いており、それだけでおいしさの底上げになると教えてくれました。



鯛や焼き穴子、えびなどの寿司が詰められた箱寿司。「すし詰め」の語源となったのは、この様子からだろう

## 関西圏を中心に道産水産物を販売している(株)ぎょれん北光



(株)ぎょれん北光  
岡本社長

(株)ぎょれん北光は、ぎょれんグループの一員として、昆布や干貝柱、乾燥なまこ等の乾物を中心に国内外への販売を行っています。その中でも昆布は、北光の前身となった会社の時代から取り扱っており、ゆかりの深い商品です。

にぼしやかつおなど、だしは全国で利用しますが、本社があり、販売活動の中心である大阪では、昆布のだしが主流です。大阪では昆布やだしのことを「おこぼ」「おだし」と呼びます。昔ながらの、ありがたいものという意識が根付いているんでしょう。ちょっとした定食屋でも、付け合せにだしを取った後の昆布の佃煮が出てくることもあります。

一方で、大阪でも昆布の消費は減少傾向で、市中のうどん屋も減っていると感じています。以前は駅前商店街には乾物屋が必ず軒は

あり、昔ながらの魚屋のように、用途に合わせて昆布を販売していました。今も数は少なくはなりましたが、乾物屋はくらしの中でも身近な存在となっています。

今は生活習慣の変化も大きく、家庭で昆布だしをひくことも、鰹節を削ることも少なくなりました。味噌汁や煮物、おせちなどを作る機会が減ったこともだしの消費には影響が大きいです。

ぎょれんでは食育などを通して普及啓発活動を行っています。当社でもプロの料理人を対象にしただしセミナーや食育教室などを行い、昆布消費を回復させる取り組みを行っています。

厳しい環境にはありますが、今後も昆布の安定的な消費の一助となるよう、大阪で販売活動に取り組んでいきます。



## 吉野寿司(本店)

大阪市中央区淡路町3-4-14  
TEL 06-6231-7181  
(土日祝は定休日)



箱寿司の文化を育てたのは店がある淀屋橋や船場近辺の商家の主人たち。船場は朝の連続テレビドラマ小説「あさが来た」の舞台でもあります





ポスターは、魚料理版(左)、鮮魚版(中央)の2種類があります。のぼりは、大きなのぼりと、卓上ミニののぼりをご用意。

見本は、各漁協に送付済みです。お問い合わせや追加のご要望は、ぎょれん営業企画部(電話:011-281-8590)までお問い合わせください。

ぎょれんは、**販促物を作成しました！**  
 ～ポスター、のぼり、ミニのぼりを作成～  
 ぎょれんでは、キャンペーンの実施に合わせて、売場やイベント等で「今日はお魚！」の気分を盛り上げる販促物を作成しました。ぜひ、ご活用ください。

／食卓に、海のチカラを。／

# 「今日はお魚！」 キャンペーンを 実施します



「今日はお魚！」キャンペーン  
ロゴマーク

## 北海道もつと食べよう

### お魚協議会が発足

～この秋から集中キャンペーンを実施～

今年度、道庁を中心に、生産者、小売、調味料メーカー、マスメディア等が集結し、「北海道もつと食べようお魚協議会」が発足しました。

「道内消費者の皆様にもつと水産物を食べてもらうにはどうしたらよいのか?」、この協議会では意見を出し合い、協議を重ねてきました。その協議結果をもとに、盛漁期を迎えたこの秋、参加する各企業・団体がそれぞれの立場で魚食推進を目的とした行動を開始。それらの行動をまとめて「今日はお魚！」キャンペーンとして展開することになりました。

### 「今日はお魚！」の

#### ロゴマークも完成

～女性や子どもにも親しみやすく～

協議会に参加する雑誌・フリーペーパーの女性編集者を中心となり、「女性や子どもに親しみやすく」を目的とした「今日はお魚！」キャンペーンのかわいいロゴマーク(上記)も出来ました。

このロゴマークは、道内で魚食推進を目的に活動をする皆様なら誰でも利用することが

## 9月1日(木)には、キャンペーンの環境づくり「道産子トマトパッツァ講習会」が開催されました

道庁本庁舎の赤レンガカフェで開催された「道産子トマトパッツァ講習会」。トマトの旨み成分グルタミン酸は魚介類との相性が抜群であることなどが紹介されたのち、胆振、留萌、檜山の水産物を使って調理と試食が行われました。各魚介類の持ち味を存分に生かしたトマトパッツァは、どれも甲乙つけがたい美味しさ。道産水産物の新・定番料理になりそうです。



北るもい漁協の指導漁業士 加藤さん(写真中央)が作る「留萌パッツァ」は、たこ、えび、ほたてがたっぷり。苫小牧漁協の女性部長 山口さんと、同副部長の山下さん(写真右)は、市の貝でもあるホッキ貝をふんだんに使った「胆振パッツァ」を紹介しました。

### 浜の女性応援隊「ハマドンナ」と 参加者の皆さん



道庁水産部局の女性職員を中心に「浜の女性応援隊」として組織された「ハマドンナ」。今回のイベントは、そのハマドンナが中心となって開催されました。鮮やかなピンク色のTシャツを着て、ハイ、チーズ!

### 北海道もつとたべようお魚協議会の構成メンバー

～参加企業・団体がそれぞれの立場で魚食推進を行います～

- 働く女性関連団体：NPO法人Fit北海道会議
- メディア：(株)あるた出版、北海道バリューズコープ(株)、(株)インサイト、LCCのこたべ、北海道新聞
- テレビ局：北海道放送(株)(HBC)、札幌テレビ放送(株)(STV)、北海道テレビ放送(株)(HTB)、北海道文化放送(株)(uhb)、(株)テレビ北海道(TVH)
- 販売、流通関係者：(株)アークス、コープさっぽろ
- 食品加工関係者：道産素材盛り上げ隊のメンバー  
(ハウス、味の素、ミツカン、キリンビール、キッコーマン、カゴメ、雪印)
- 市場関係者：カネシメ高橋水産、札幌中央水産
- 漁業者団体：北海道ぎょれん、日本水産資源保護協会
- 北海道：経済部、水産林務部
- 国：水産庁、北海道総合通信局

キャンペーン、ロゴマーク利用の詳細は、道庁ホームページ  
「道庁 今日はお魚」で検索してください

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/sr/ske/osakana/kyouhaosakana-top.html>

できます。詳しくは、左記の道庁ホームページの利用規約をお読みになり、申請のうえ、ご利用ください。



# 水産技術普及指導所を訪ねて

## ～第3回 オホーツク海域～



斜里で行われているなまこの種苗生産

能取湖で行っているほたて採苗器の改良試験

漁業者の皆さんに養殖業や資源管理に関する技術や知識の普及等を通じ沿岸漁業の改善のため日々努力している水産技術普及指導所。ここでは全道で95名の職員が24ヶ所の本所・支所で業務に当たっています。そんな各地の水産技術普及指導所を訪ね、それぞれの地区での取り組みを紹介するこの企画。今回は、斜里町から北見市常呂までの、オホーツク海域を所管する網走東部地区水産技術普及指導所（以下指導所）をご紹介します。

オホーツク海域の大きな特徴は、桁網でのほたてと魚と定置網での秋鮭・鱒魚が大きな柱となっていること。一方で、汽水湖が多くあり、かきやしじみなども多く漁獲されています。冬は流水の接岸や湖の結氷で漁業が出来なくなるのもこの海域ならではの環境です。

また、網走には東京農業大学オホーツクキャンパスがあり、漁業の現場がそのまま大学の研究の場となることも。えび資源などの会議がある際は、大学の先生が参加することも多く、学術的な視点が加わることで、会議がより有意義なものとなっているそうです。



結氷したサロマ湖でのかき漁

### 網走東部地区普及指導所ではこんなことに取り組んでいます！

#### 1. 安定したほたて漁のために

管内の漁業者の生活を支えるほたて漁。指導所では、安定した操業ができるように情報発信に努めています。自家採苗を効率よく行うために、春に定期的な調査を行い、浮遊幼生の出現状況や、採苗器への付着数などのデータを取りまとめ、漁業者へのデータ提供を行っています。

また、海域に合わせた採苗器の改良や、EUへの輸出に必要な検査用の採水も、漁期中は隔週で行っています。

#### 2. ほたていしえびの資源回復を目指して

オホーツク海域ではサロマ湖や能取湖などで漁獲されるほたていしえび。近年は漁獲量が極めて減少しており、資源回復に向けた取り組みは、オホーツク海域共通の喫緊の課題です。現在は、出漁日を減らして漁獲制限を行い、資源回復に取り組んでいます。

初夏から秋にかけ、サロマ湖では、常呂・佐呂間・湧別漁協で構成される協議会と、能取湖では東京農大の先生・学生の皆さんと共に、資源調査を行っています。



東京農大の学生も加わって調査を行います

#### 3. しじみの資源を見守る

網走湖や周辺の藻琴湖で1年を通して漁獲されているしじみ。湖が結氷する冬季は、先に掘り起こしておいたものを袋に入れて川に置いておくことで通年での出荷を可能にしています。そうして漁獲されたしじみは実入りも良く、その理由について研究をしている東京農大の先生もいます。

しじみは、漁獲可能な大きさに成長するまで6年かかりますが、指導所が定期的に行っている資源量調査で、若いしじみが少ないことが分かっています。今後の安定的なしじみ漁のためにも、調査を継続して、状況を把握、改善していく必要があります。



5月に藻琴湖で行われた放流試験

#### 様々な漁業を育て、安定した漁業経営を

指導所では、網走市や網走漁協、栽培水産試験場と共に2年前からほたての人工種苗生産にも取り組んでいます。網走漁協では、人工種苗を生産・放流し、再生産させる試みを行っており、養殖などへの技術の転用も視野に入れています。

また、指導所では、うにやなまこ、にし



網走東部地区指導所のみなさん

#### 網走東部地区水産技術普及指導所



網走東部地区指導所があるのは網走市のオホーツク合同庁舎内。管内の東部地区普及指導所には5名、網走西部地区指導所には4名の普及指導員が勤務しています。



#### 網走東部指導所 所長 能登さんの横顔をご紹介します



総括普及指導員兼所長 能登 正樹さん  
長万部出身。日本大学卒業後入庁。これまで、浦河、奥尻、森、羽幌、松前、稚内等の普及指導所、鹿部の漁業研修所に勤務。

今年の4月に当指導所に着任して半年になります。マラソンが趣味で、サロマ湖100kmマラソンには、14年間出場しています。  
現在、家族を札幌に残して単身赴任の身なので、健康管理の一環にもなっています。休日には網走から常呂まで、往復50kmを走ることも多いです。

んの種苗生産・養殖事業にも取り組んでいます。「最近の漁業は、爆弾低気圧など、前にも増して気象条件に左右されやすくなっていますので、秋鮭やほたて漁に加え、他の漁業の底上げを行う事で、漁業経営の安定化につなげたいです。浜は漁業者の方々が主役。我々はサポート役として、より良い浜を作っていければ」と能登総括普及指導員兼所長は話してくれました。

#### 現場の声 主査 野間田 元さんに伺いました



野間田 元さん  
室蘭市出身。北海道東海大学(現・東海大学)卒業後入庁。これまで森、胆振、厚岸等の普及指導所にて勤務。

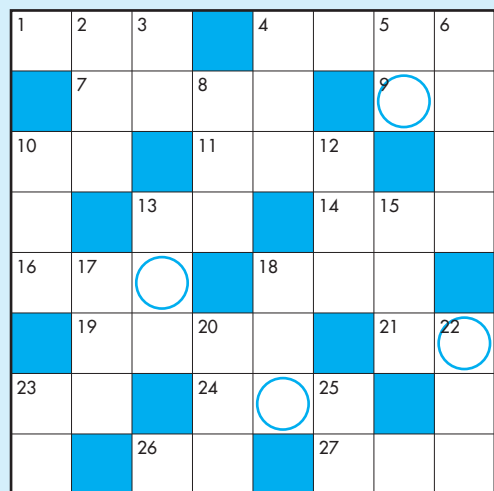
私は能取湖のほたてとほたていしえび、しじみ、かき、なまこなどを担当しています。平成23年から斜里の漁業者の方となまこの種苗生産を行っています。先日、人工種苗の稚なまこを沖の施設に移しました。これから1年の中間育成を経て放流予定です。今後は漁業者の方の負担を減らせるよう、方法を改良していきたいですね。

また、西網走漁協では、ほたての資源量調査の精度向上に取り組んでいます。資源量調査の結果は漁獲量に反映されるので、その精度が向上することで、安定的なほたて漁の一助になれば嬉しいです。



## 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。木々の葉が色づき始めるこの季節。黄色いイチヨウの木の下にはたくさんの食べられる木の実が落ちていますね。



○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。

マ	ツ	シ	カ	イ	ワ	9月号の解答と当選者 イワシグモ
ッ	シ	ツ	バ	イ	イ	
タイ	ロ	ン	ダ	ド		
ケン	ハ	チ	マ	キ		
タン	ク	キ	ツ	ネ		
アイ	サ	キ	キ	ン		
マ	カ	イ	モ	ソ	リ	(登別市) 田村 梓さん
グ	ラ	ス	フ	ウ	タ	(利尻町) 田原 滝雄さん
						(礼文町) 菅原 末子さん
						(礼文町) 牧野千佳子さん
						(札幌市) 鈴木美代子さん

## 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。)

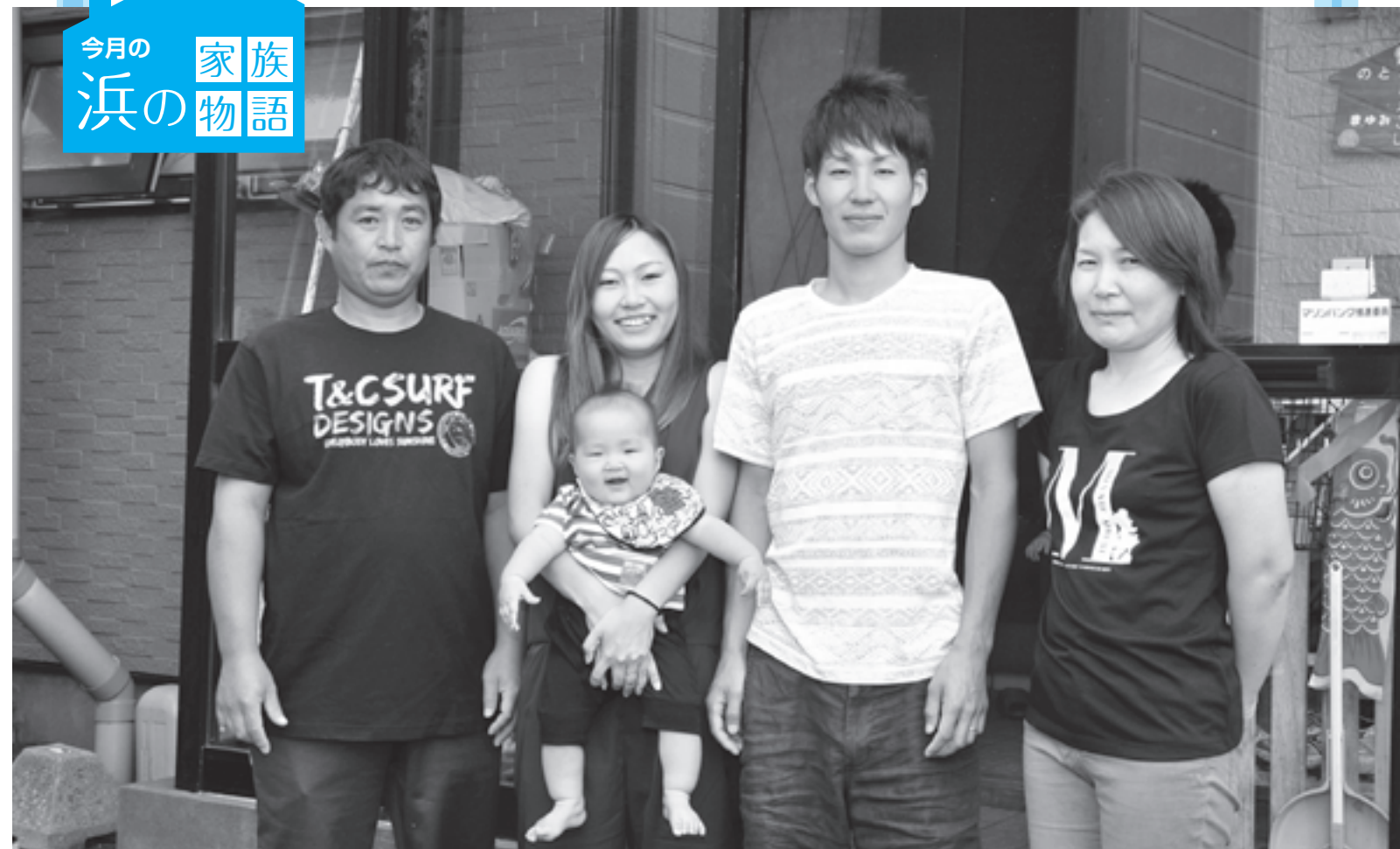


※答えは17ページにあります。

表紙に登場いただいたご家族を紹介いたします。

ひやま漁協江差支所 **能登さんご家族**

今月の  
浜の家族物語



【能登さんご一家】 能登航汰さん(21歳)、董子さん(22歳)、海希くん(7か月)

※航汰さんの父・晃さん、母・真紀子さんと共に

「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、ひやま漁協江差支所の能登さんご一家です。

### 父や祖父の良い所を真似て成長したい

延縄でのかすべ・かれい漁や共同定置での秋鮭漁、潜水でのなまこ漁など年間を通して様々な漁を行っている航汰さん。取材に伺った日もいか漁の直後でした。「奥尻まで行くときのいか漁は大変。昼頃に出て、翌朝5時に戻るんです」と教えてくれました。

小さなころから目標としていた漁師になるため函館水産高校へ進学し、卒業後、漁師になって4年になります。現在、いか漁は父 晃さんと、延縄漁は祖父も加えた3人で船に乗っています。「楽しいのはなまこやうにの潜水漁。うには祖父と父の3人、それぞれの磯舟で規定の量を獲るんだけど、たまに自分が一番早く漁を終えることがあって。そういう時はすごくうれしいです。父や祖父の良い所を真似て、2人よりも早く獲れるようになりたいですね」と話します。

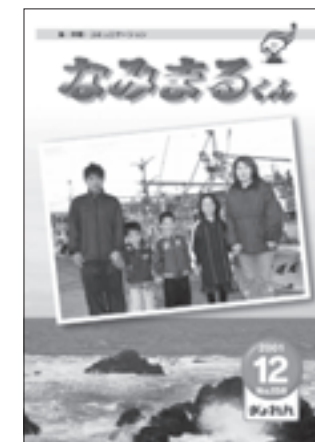
### 自分と同じようにやりたいことをやってほしい

董さんは隣町上ノ国の出身。「実家は山の方なので、針に餌を付けたり、陸作業は結婚して初めて

しました」とニコニコ。

7か月になる海希くんは離乳食が始まったばかりで、先日初めて、魚を口にしましたそうです。人見知りせず、誰にでも笑顔を向ける海希くんは、目元は航汰さん似、鼻から下は董子さん似、と2人は口をそろえます。航汰さんは「俺が漁師になったのは、誰に言われたからじゃなくて、なりたかったから。海希にも好きなことをやってほしいな」と微笑みます。

いか漁に加え秋鮭漁も始まり、忙しい毎日を送る能登家。航汰さんは「新婚旅行に行けてないから、落ち着いたら大阪か沖縄に行きたいな」と話してくれました。



15年前には晃さんたちが取材を受けていました(中央が航汰さん)



## 02 多くの人が道庁前で秋の味覚に舌鼓を打ちました 「根室さんま直送市」が札幌で開催

9月8日(木)、9日(金)の2日間、道庁旧庁舎前庭で毎年恒例となっている「根室さんま直送市」が開催されました。主催したのは、根室市内4単協や系統、卸売市場、農業団体、金融機関、市役所など、根室市内の様々な団体が構成された「ねむろ水産物普及推進協議会」。オール根室の体制で、根室産水産物の普及宣伝・販路拡大に取り組んでいます。会場では根室から直送された旬のさんま2,000本が炭火焼で提供されたほか、発泡詰めされた鮮さんま2kgが1,000箱用意され、旬のさんまを求めて販売開始直後から長蛇の列ができていました。

2日目はあいにくの雨となりましたが、両日とも多くの人が脂ののった焼きさんまの他、さんまを丸ごとすり身にしたつみれの入った刀汁など旬の味覚に舌鼓を打ちました。昆布醤油や水産加工品など根室の特産品も併せて販売され、札幌の人のみならず、観光客も買い求める姿が見られました。



秋の涼しい風が吹く日といえども、焼き場は熱と煙でいっぱい。おいしく食べていただくため、協議会メンバーはタオルとゴーグル着用で次々さんまを焼いていました

## 03 全国漁業協同組合学校からのお知らせ 平成29年度の学生募集で願書の受付を開始します

全国漁業協同組合学校（千葉県柏市）は、創立70年を超える歴史を誇り、「協同組合精神を持った漁協職員の養成」を目的に、全国の漁協系統グループや中央団体の支援の下に運営されています。これまでに漁協・漁村の指導者を多数送り出してきました。学校では協同組合論や漁協の事業・運営に必要な理論と実務知識の習得に加え、簿記、パソコン等の資格取得を目指します。また全寮制の為、学生は1年間の寮生活を通じ、自治と協同の精神を養います。

現在、平成29年度の学生（現職者・一般）を募集していますので、入学希望者は学生募集要項をお読みにになり、必要な応募書類等をぎょれん指導教育部へ送付願います。

※募集要項は全国漁業協同組合学校のホームページでご覧になれます。

### ○願書受付期間・選考日・合格発表

#### 第1回選考

- ・願書受付期間：平成28年10月1日(土)～28年11月7日(月)
- ・選考日：平成28年11月18日(金)
- ※合格発表は平成28年12月1日(木)

#### 第2回選考：

- ・願書受付期間：平成28年12月1日(木)～29年1月16日(月)
- ・選考日：平成29年1月27日(金)
- ※合格発表は平成29年2月9日(木)



道内の漁協でも、多くの卒業生が活躍しています



耐震補強工事や寮室等の改修工事が終了した校舎全景

豊漁・海の幸、収穫・山の幸が一堂に!

## 01 千客万来!ホクレン大収穫祭のぎょれんコーナーで、 今年も海の幸を大いに売り込みます

10月18日(火)～24日(月)の1週間、札幌三越本館10階催事場で、第45回ホクレン大収穫祭が開催されます。

今年も出店するぎょれんコーナーで好評なのが、熱々「海の幸揚げたてフライ」。素材は道産であることはもちろん、ホクレンの米油を使って売り場で揚げているこだわり商品で、去年は揚げるのが間に合わなかったほど。その他には旬の秋鮭やいくら、干し貝柱、量り売りの昆布、ほっけ・かれいの一夜干しなど、北海道産で吟味された商品が数多く並びます。前年同様、日替わりの目玉商品として、いくらや鮭フレーク、一夜漬け瓶うにも特別価格でご用意しています。開催期間中に札幌へお越しの際は、ぜひ会場に足をお運びください。道産水産物の人気の高さを実感できます。



揚げたてフライコーナーは押すな押すなの大盛況  
(写真は昨年の売り場の様子)

## 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

漁船海難遺児を励ます運動北海道特別委員会（昭和45年10月29日発足）は、道内の漁船海難遺児を励まし、(公益財団法人)漁船海難遺児育英会の健全な発展を図ることを目的に設置されました。これまで様々な募金活動の道内窓口になり、海難遺児への支援に取り組んでいます。

現在「海の子どもたちは私たちの未来」との標語を掲げたポスターを活用し、「水色の羽根募金活動」を展開しています。

昨年度は、全道の皆様のご厚意により77件380万円の寄付実績を上げることができました。引き続きポスターや募金箱を事務所や直売所に設置いただき、募金活動への格別なるご協力をお願い致します。これまで、青年部は全道大会時のゲーム優勝賞金の半額を、女性部は地区大会、全道大会での演芸大会出演者へのおひねりなどを募金していただいています。募金活動に活用できる資材のご用意もしていますので、ぎょれん指導教育部担当にご相談ください。今年も皆様のご支援・ご協力を宜しくお願い致します。

### 【問い合わせ先】

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 水谷 TEL：011-241-1051)







今年はパルシステムの会員や東京支店の職員が野付で行われた植樹へ参加しました

さらに、道内で水揚げの増えているぶりやさば、いわしの消費を推進するため、売り方の提案や商品開発も欠かせません。

また、えりもや釧路市、野付、雄武、枝幸といった道内の漁協と提携している生協もあり、各漁協の製品を特集したフェアや、特集チラシの折込なども行っています。年に2、3回の頻度で各生協で行われる「北海道フェア」は、北海道ブランドも相まって、たくさん注文が入る人気企画です。

商品提案に限らず、各提携漁協での植樹に生協の会員が参加するなど、産地と連携した活動は生協との取引を行う第三部ならではの取り組みです。



水産庁長官へ組合長会議の決議内容を要請。分刻みとなる双方のスケジュール調整など、気を使う事が多くあります

消費地支店の中でも、東京にだけ設置されているのが管理漁政部です。各販売先の債権管理を行うほか、国政の中心である東京で漁政活動の窓口として業務に当たっています。

現在、職員1名が全漁連に常駐し、省庁や水産諸団体との関係を構築するとともに、そこから様々な情報を素早くキャッチして速やかに対応できる態勢を整えています。

### 東京で漁政活動の窓口となる 管理漁政部

宅配や店舗での扱いに加え、2年前からは、生協の店舗内で製造・販売されるお総菜などの「中食」にも参入し、徐々に成果を上げています。今後も道産水産物をより多くの消費者へ気軽に食べてもらう機会を作っていきます。

昨年度は、ぎょれん本所漁政部や全漁連と連携し、強い北海道漁業の確立に向けて、TPP関連対策を初めとした漁業経営構造安定化対策などについて、強く要請を行いました。

今後も、浜の声を政治や行政の場に直接伝える窓口として、漁政部と連携して漁政活動に取り組んでいきます。



### 東京支店の周辺ナビ

#### 波除神社

東京支店から徒歩3分の築地市場。そのすぐ隣にあるのが波除神社です。江戸時代に築地の埋立が始まった当初、激しい波に阻まれ工事は困難を極めていました。ところが波間から見つかったご神体をお祀りしたところ波がおさまり、工事も終了したことから、「波除」神社として崇敬を集めるようになったそう。「災難を除き、波を乗り切る」波除稲荷。視察の際などに、訪れてみてはいかがでしょうか。



## 北海道水産物を全国へ届ける ぎょれん消費地支店だより

第3回  
東京支店 後編

北海道ぎょれんには、5カ所の「消費地支店・営業所」があります。消費者へ北海道の水産物を届ける役割を担う「消費地支店・営業所」にスポットを当て、その業務内容や消費地の特徴をご紹介するこの企画。第3回は東京支店(後編)として、営業第三部をご紹介します。

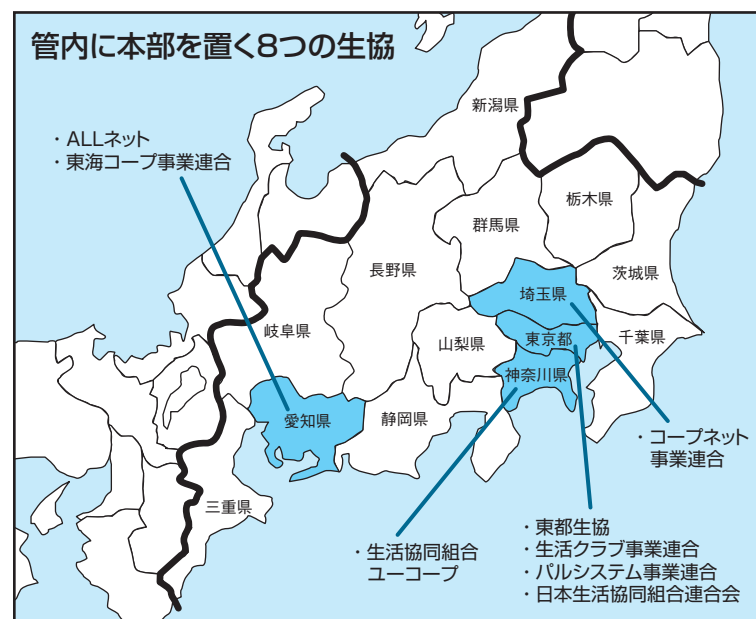
### 『東京支店』 営業と共に漁政活動も支える

日本の人口の半分をカバーするエリアで営業活動を行い、ぎょれん職員の約6分の1が勤務する東京支店。先月号では、東京支店は産地から原料を仕入れて荷受や商社に販売する、各品目のプロフェッショナル営業第一部と、量販店や外食産業を相手に消費者への営業の最前線となっている営業第二部を紹介しました。

今回は、生協への営業を担当する営業第三部と、債権管理と漁政活動の窓口となっている管理漁政部をご紹介します。



出張や外出で席にいないことも多い営業第三部



管内の生協を専門に担当しているのが営業第三部。16名の職員のうち、管理職以下12名が8つの生協と業務にあたっています。

その8つの生協の総取扱額は1兆1千億円を超える大きな市場。数年前に合併が続き、1生協の規模がとて大きく変わったのに伴い、生協ごとの発注数も大きくなり、大手食品会社と競合することが多くなっています。一方で生協ごとに味付けや量目などの規格が異なるとともに、食の安全などに対して要求され

### 管内の生協を一手に引き受ける 営業第三部



## 編集部からのお知らせ

### 皆様からのお便り、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（お便り、写真、イラスト等）や、広報なみまるくん10月号への感想・ご意見など（※150字程度まで）
- 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〉10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  
北海道ぎよれん 営業企画部 広報担当

（FAX）011(281)8622

（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、お便り、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ページの間違えさがしの答え



（編集部より）  
札幌でも涼しく、空が高くなり、秋の訪れを感じています。海も山も実り多い収穫となりますように。



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



北海道新幹線効果で函館の観光客が増加し、品薄となっている「活いか」の価格が高騰しているテレビが伝えています。函館勤務時代に、我が家の食卓にも何度か登場しましたが、今となつては気軽に味わえない高級品になってしまったようです。「ほっけ」「なめたかれい」「たこ」「たらこ」等々、稚内で生まれ育った私にとり、朝晩のおかずとして食べていた魚介類が、「晴れの日」や「記念日」にしか食べられない高嶺の花にならないよう、浜の豊漁を切に願っています。（阿部）

札幌では浜のおかあさん料理教室が始まりました。私は広報と共に料理教室も担当していますが、一匹丸々の秋鮭は都会の人には珍しく、目を輝かせてくださる参加者の方が多いです。今シーズンもその美味しさを伝えるべく、2カ月間頑張ります!!（矢幡）

### 編集後記

## 便利さに慣れて忘れる 海のこわさ

公益社団法人 北海道海難防止・水難救済センター

news

# 浜のほつとニュース

大漁祈願！

### 小樽

石狩・後志管内の秋鮭定置網漁が石狩湾漁協での9月1日の網入・水揚げを皮切りに各地で始まりまし。9月上半期の水揚げはやや苦戦していますが、風も続いており漁期後半での巻き返しに大いに期待したいところです。また、後志管内で行われているいか釣漁は漁が途切れることなく水揚げが続いています。単価も下落することなく推移しており、この調子で秋～初冬の水揚げがまとまることを祈念します。

### 室蘭

当管内では太平洋側の毛がに漁が終漁を迎えました。数量は低調だった昨年をさらに下回ったものの、相場の上昇によって最終水揚げ金額はほぼ昨年並み（昨年比97%）で終えることが出来ました。一方で、いよいよ9月上旬から秋鮭漁が始まりましたが、なかなか数量がまとまらず、昨年比40%前後と苦戦しています。また、8月下旬に来襲した台風10号によって、当管内の秋鮭定置網、ほたて養殖施設等を中心に被害が発生しました。加えて大量の流木も海洋に漂っており、漁業者は片づけや漁具の修繕に追われています。今後の生産者の安全と大漁を祈願します。

### 函館

函館市内で9月10日（土）、11日（日）の2日間にわたり「はこだてグルメサーカス」が開催されました。本年は、北海道新幹線開業記念事業として、東北6県を代表するお祭りが一堂に会し、郷土芸能・山車の披露、パレードなどが行われました。同時に、函館をはじめ、道南・東北・北関東地域や開港都市などゆかりのある都市の「美食」も集結し、楽しさ満載の2日間となりました。また、今年も渡島地区漁青連が函館近海で水揚げされたほたてとつづを串焼きにしたものを販売し、両日ともに大盛況で幕を閉じました。

### 梶山

今年も奥尻で「豪快!あわび祭り体験」が開催されています。このイベントは、長靴とライフジャケットを身に付けて青苗漁港から船に乗り、奥尻産の蝦夷あわびがたくさん入った生け簀から大きいあわびを自分で獲ってその場で食べることができるというもので、観光客に人気のイベントとなっています。身はコリコリとした食感で、あわびの甘さと海塩の風味で口の中がいっぱいになります。10月中旬まで開催していますので体験してみたいかがでしょうか。

### 日高

管内の秋鮭定置網漁は8月31日より解禁となりましたが、9月中旬迄の水揚げ累計値は網入の遅れや高水温の影響からか、昨対10%前後と極めて低調です。また、9月に入り、複数の台風接近に伴う想定外の高波や大雨により、昆布の干場流出等、昆布漁業へ甚大な被害を与えました。今後は好天が続く、少しでも多くの昆布が採れることを祈るばかりです。

### 釧路

道東沖の海水温が例年より高い状況で推移しているためか、秋鮭やいか、さんま等の来遊が遅れています。また、昆布漁においても、度重なる時化により、今年の生産量に影響を与える状況となっています。霧がかかる日々が多かった釧路は、涼風が立つ秋晴れが続く季節になってきました。気候の変化とともに豊漁に転じることを願うばかりです。

### 根室

度重なる台風の影響で、解禁の遅れていた秋鮭定置網漁が9月3日からスタートしました。9月15日から管内全ヶ統での操業が始まり、20日時点での管内累計水揚げは3,386トン（昨年対比77%）と昨年を下回っています。また、花咲港で水揚げされるさんまも、20日時点での累計は14,727トン（昨年対比88%）となっていますが、17日には今期最高の1,879トンの水揚げがありました。浜も活気づいてきており、今後の豊漁に期待したいところです。

### 北見

9月に入り、北見管内は日増しに秋も深まり肌寒ささえ感じさせます。今シーズンの鮭定置網漁は豊漁の中終漁し、9月より秋鮭定置網漁が始まりました。また、今後は秋の底建網漁、サロマ湖かき漁などがスタートする予定で、浜はより一層賑わいを見せることでしょう。事故のない安全操業と各漁の豊漁を心より祈願致します。

### 稚内

オホーツク海地区では8月末をもって建網漁が終漁を迎え、9月からは秋鮭漁の操業が始まっています。天候不順の影響により網入が遅れ水揚げは低調に推移しているものの、価格は高値を推移しており今後の水揚げに期待しています。日本海地区では、うに漁が8月末、のな漁も9月末には終漁となりました。秋晴れも続き、浜も活気づいており、安全操業で豊漁となることを願っています。

### 留萌

当管内では、9月1日より秋鮭定置網漁が始まりました。走りは漁模様も思わしくなく、低調な水揚げが続いているので、1日も早く盛漁となることを願っています。16日からはえび桁漁が再開され、混獲された赤がれい、ほっけなどが各地で水揚げされ始めています。気温もぐっと低くなってきましたので、秋漁も健康と安全を祈念しています。



ふわふわのつみれが絶品のあったかレシピ

## 秋鮭のつみれ汁

浜のおかあさん

レシピ



今回は「秋鮭のつみれ汁」をご紹介します。ふわふわのつみれを入れたつみれ汁はこれからの寒い季節にピッタリです。つみれはフードプロセッサーで混ぜるだけで簡単に作れますよ。

## 材料(4人分)

- |            |           |
|------------|-----------|
| ・秋鮭…200g   | ・大根…1/4本  |
| ④・みそ…大さじ1  | ・長ねぎ…1/2本 |
| ・生姜…15g    | ・みそ…大さじ3  |
| ・玉ねぎ…1/2個  | ★だし汁      |
| ・ごぼう…1/2本  | ・水…1ℓ     |
| ・じゃがいも…2個  | ・昆布…10cm  |
| ・にんじん…1/3本 | ・かつお節…10g |

## 作り方

- ① 水1ℓに昆布を入れ、沸騰直前に昆布を取り出す。沸騰したら、かつお節を入れて30秒煮た後、火を止め、こしてだし汁を作る。
- ② 秋鮭は、皮を取り除き一口大に切りAと一緒にフードプロセッサーに入れ、すり身にする。
- ③ ごぼうはさがきにする。じゃがいもは皮をむいて、6等分に切る。それぞれを水にさらして水を切っておく。
- ④ にんじんは3mmの厚さに半月切り、大根も同様の厚さにいちょう切り、長ねぎは同様の厚さの斜め切りにしておく。
- ⑤ ①のだし汁に③と④のにんじん、大根を入れ、煮立ったら②の秋鮭のすり身を指でにぎり、丸めて入れる。アクをすくいながら煮て、じゃがいもに竹串がスッと入るようになったら味噌を溶かし入れる。④の長ねぎを入れ、火を止め、軽くかき混ぜて出来上がり。



湧別漁協

加茂谷 広子さん