

北海道ぎょれん広報

なみまるくん



11

2017
No.349

[うみ・なかま コミュニケーション]

北海道
ぎょれん



特集

ぎょれんの輸出事業
写真で見るぎょれんの「食育」事業



今月の栄養素は…

「ビタミンB₂」

冬に嬉しい、肌や粘膜を守るビタミン

ビタミン B₂

・肌や粘膜の保護
・脂肪の代謝を助ける

ビタミンB₂の
主な働き

本格的な冬がいよいよやってきましたね。秋漁が終わり、疲れが出て、体のあちこちになんとなく違和感を覚える方も多いのではないのでしょうか。空気が乾燥するこの時期、肌がかさかさしたり、唇が乾燥して割れたり、口内炎、疲れ目、目のかゆみ、こんな症状を訴える方も少なくありません。成長ビタミンともいわれている**ビタミンB₂**がこんな症状を和らげてくれるのです。「成長？大人にも必要なの？」と思われるかもしれませんが、子供の成長促進はもとより、大人の肌や粘膜の保護、脂肪の代謝を助ける働きをしてくれる大切な栄養素です。髪や爪が伸びるのも、**ビタミンB₂**の働きです。乳製品や納豆、さばやかれいなどの魚介類に多く含まれています。この**ビタミンB₂**、摂り方に

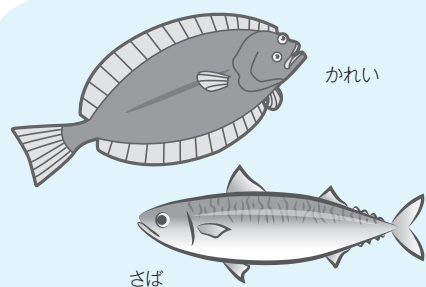
ちょっとコツが必要です。天ぷらやフライなど揚げ物が好きな人や油っぽい料理が好き人はあまり食べない人よりも多くの**ビタミンB₂**を体が必要とするため、不足しがちになることを覚えておきましょう。また、アルコールと一緒に摂ると効果が下がります。これはアルコールに脂肪の分解を妨げる働きがあり、たくさん**ビタミンB₂**を消費してしまうからなんです。お酒を飲むときはおつまみに**ビタミンB₂**を多く含む食品を選ぶこともおすすめ。水溶性で、熱に比較的強いので、鯖の味噌煮はいいかもしれません。煮汁には鯖と味噌の**ビタミンB₂**が溶け出しているので、効果的に摂ることができます。また、**ビタミンB₂**は食事から摂りすぎると尿として排出されてしまうので、摂りすぎても体外に尿として排出されるので心配ないのもうれしいですね。

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善子に師事(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。道新ポ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。



ビタミンB₂が多い食品

かれい、さばなど

寒い冬場には**ビタミンB₂**の多い魚介類をしっかり摂って、抵抗力を高めて、健康に過ごしましょう。

01 なみまるくん おさかな栄養辞典
ビタミンB₂

02 特集1
ぎょれんの輸出事業

06 特集2
北海道の水産物にこだわる
～ぎょれん取引先訪問 (株)アールディーシー編～

08 特集3
写真で見るぎょれんの「食育」事業

10 浜の家族物語
長万部漁協/小形 将太さん 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 特集4
「浜のおかあさん料理本」最新版が誕生しました!

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
長万部漁協/小形 将太さんご家族です。



秋空のもと、つかの間の休息を取るほたて漁船(長万部町大中漁港)



特集 ぎよれんの輸出事業

販路の多様化で安定消流を図る

干貝柱や昆布、玉冷など様々な水産物を扱う(株)ぎよれん北光

(株)ぎよれん北光 台湾輸出担当 大川職員に伺いました



大川職員

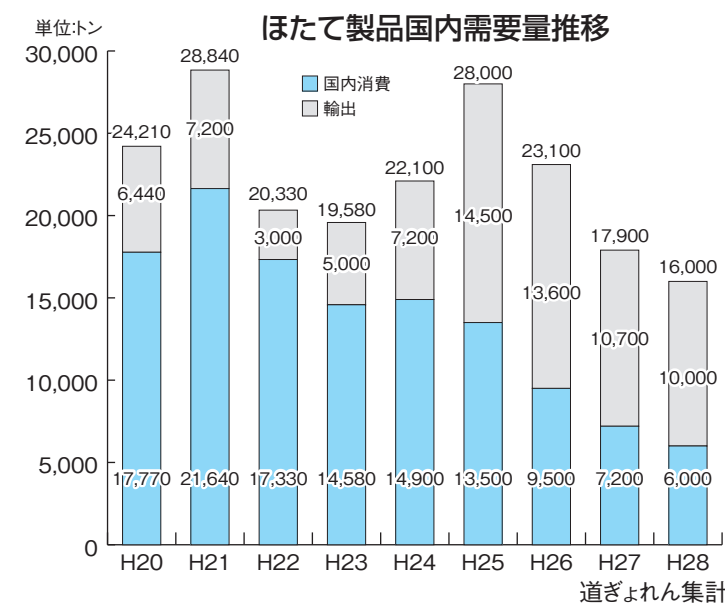
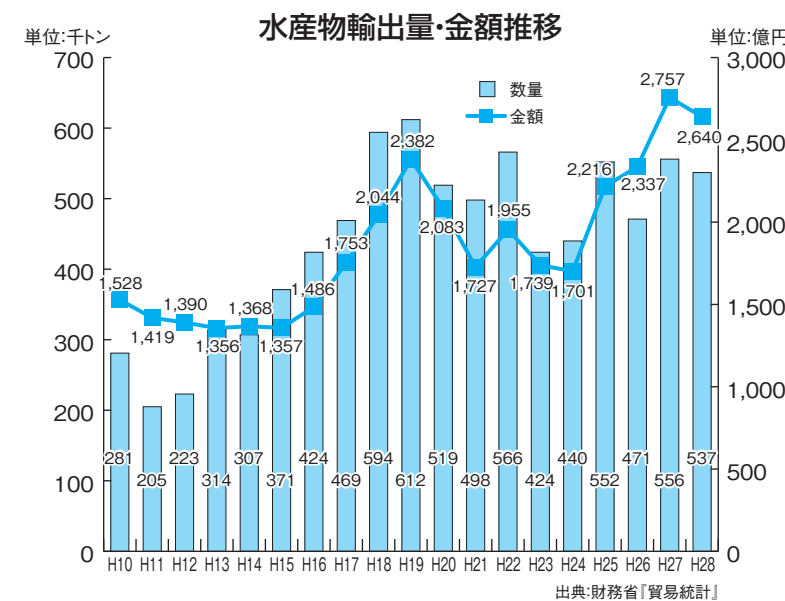
干貝柱や昆布など乾物の販売を中心に、玉冷や秋鮭など様々な水産物の販売・輸出を手掛ける(株)ぎよれん北光（以下北光）。大阪に本社を、東京には支社を構え、国内向けの販売はもとより、香港や台湾を中心に、シンガポール、マレーシアなどへ輸出を行っています。干貝柱や玉冷、ボイルほたてなどのほたて製品を本・支社それぞれが輸出しており、近年は冷凍のほたて製品の扱いに力を入れています。

北光の輸出した商品は、現地の商社や問屋を通じて量販店やレストランなど幅広い業態で流通しているんです。

国内販売と輸出は消費の両輪と言われます。国内での消費量の増加は重要な課題ですが、今後、資源回復の暁には輸出による様々な販売先も必要となります。今月は、ぎよれんの輸出事業についてご紹介します。

世界的な水産物の需要増に伴って 輸出量は増加傾向

世界的な水産物の需要増を受けて、北海道の水産物輸出額も全体として増加傾向にあります。全国では、平成28年度の漁業生産量431万トンのうち12%にあたる53・7万トンが原料ベースで輸出されています。北海道でも秋鮭は7%、ほたて製品は62%が輸出向けとなっております。



り、特にほたてに関して、輸出はその商品力や多様な販売先の維持のためにも重要な要素です。水産物の販売は、国内向け（内販）と輸出向けがあり、双方のバランスが重要です。内販はもちろん、資源回復の折には多様な販路を確保するために輸出も重要となります。

ぎよれんでは、(株)ぎよれん北光、(株)ノースコープぎよれんなどぎよれん関連会社の他、取引先商社を通して輸出を行っています。

輸出事業では、やはり言語や商習慣の違いが大きな壁となります。それらのために解釈の違いが生じてしまう事もあるので、些細と考えることでも確認作業を徹底しています。

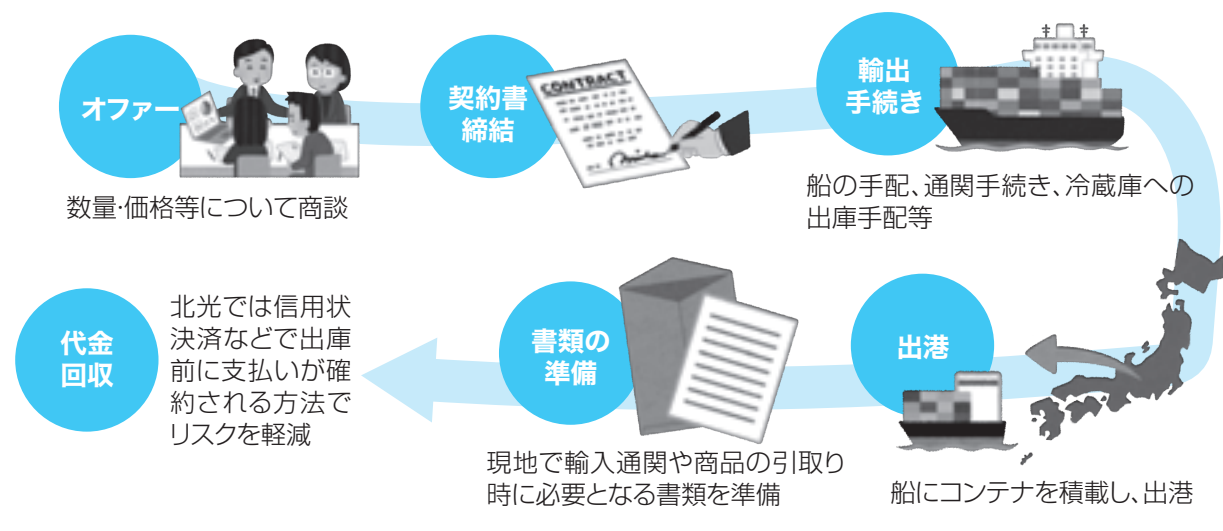
また、海外での営業活動では、販売先の経営状況などを確認する信用調査が困難なため、新規開拓にはリスクが伴います。そのため、事前入金や信用状決済という、銀行の発行する支払確約書による決済方法などを用いてリスクの軽減を図っています。

長年干貝柱を中心に輸出を行っていた香港・台湾等は、現在では大小様々な日本の商社が輸出を行っており、近年では、玉冷等の冷凍製品についてもマーケットが拡大してきました。今後は成長著しい東南アジア諸国や北米、オセアニア地域などにも販売を広げて行くことを考えています。



台湾では有名シェフを招いて、ほたてといくらを使用した料理教室を行うことも

輸出の流れ



中国・東南アジアを中心に マーケット作りに取り組む (株)ノースコープぎよれん

中国や東南アジアを中心に、オーストラリア、北米など各国で道産水産物の輸出や販路開拓を行っている(株)ノースコープぎよれん(以下ノースコープ)。各国に赴き、北海道の水産物の安全・安心を伝えるとともに、そのおいしさを広めるため、行政とも協力し、様々なフェアに出展するなどしています。

(株)ノースコープぎよれん 石坂部長に伺いました



石坂部長

ノースコープでは、40〜50種類の商品を、中国や東南アジア、オーストラリアなどへ輸出しています。秋鮭やいくらその他、冷凍ほたてや片貝、フライ等の加工品など、様々なものを扱っているんです。

輸出して販売する先の多くは、各国の流通業者です。販売するにあたり、北海道ブランドを

水揚・流通とともに

変遷してきた輸出

ぎよれんの輸出事業は道産水産物の水揚げ状況、流通の変化に伴いその目的・内容が大きく変遷してきました。ぎよれん 崎出専務は、輸出には3つの時期があったと話します。



崎出専務

当初は、ほたて製品の輸出事業を中心に行っていました。乾貝柱は、昭和初期から共販体制のもと中国大陸に輸出されていたことは知られていますが、昭和40年代に今の香港への輸出体制が整い、50年代初めにはフランス向け冷凍卵付きほたてと米国向け冷凍貝柱の輸出が海外の需要に応じて大きく伸び、道産水産物輸出の第一期と言えます。

第二期は、平成に入り、北海道の基幹魚種である秋鮭、ほたての水揚げが伸び続けた時期です。平成4〜5年頃から水揚げは順調に増加して行きましたが、逆に国内市場では魚介類消費

理解して販売してもらえることに加えて、自分たちで流通網を持っている、さらに販売する先を把握できる、決済条件を整えられるなど、いくつかの条件があります。現在、ノースコープではそれらの条件をクリアした9か国11社と取引を行っています。

また、各国で規制等も大きく異なり、例えば、オーストラリアではサケ科魚卵の輸入が規制されているため、いくら輸出することができません。イスラム文化の国ではイスラム教の戒律にのっとりて調理・製造されたものであることを証するハラル認証などの書類が必要になることもあります。

国によって言葉や商習慣が異なるため、苦労も多いですが、まず相手を見て、現地に足を運

タイでの商談・フェアの様子を見てみると…



商品を見て、味わってもらいながらの商談



旗やのぼり、大漁旗で北海道を大きくアピール!!



試食でおいしさを体感してもらいます

海外の人は北海道に興味津々。たくさんの人にみて、味わってもらい、道産水産物の良さを知ってもらうことが大切です

び、相手先と付き合っていく心構えを作って取扱い(販売)につなげていくことが大切です。流通業者の多くは日本の水産物だけを扱っているわけではなく、調味料など食品全般を扱っています。その様な取引先には、北海道の水産物の販売の一助として同行商談や、販売方法などの提案を行います。相手先からは日本や世界の状況を踏まえて、北海道ならではの提案を求められることも多くあります。

最近では、毛ガニの要望が増えるなど、求められる水産物も変化してきています。今後も北海道のみならず、世界の水産物の状況を把握したうえで、守るべき販路を維持し、必要であれば新たな販路開拓を行うなど、柔軟な対応をしていきたいと考えています。

の減少傾向が止まらず、需給バランスが崩れるようになりました。特に、平成15〜16年頃は秋鮭、ほたて共に水揚げが急増し、浜値の下落が著しく、価格の安定化を目的に本会と浜が一体となつて対策的輸出事業に取り組みました。



平成17年には経済規模の拡大著しい中国で、北島道漁連会長(当時・右から2人目)と高橋道知事(左から2人目)も参加しての販促活動が行われました

を訴求可能な水産加工品を直接海外の量販店、外食産業を通して消費者に届ける輸出拡大に努めています。今後、道産水産物の輸出は、国内消費の拡大を基本に置き、流通調整としての原材料輸出を残しつつも鮮度感、高品質性を海外の消費者に伝えることの出来る付加価値製品輸出に力を入れて行きたいと考えています。



今年4月にシンガポールで行われた、北海道水産物の魅力を広めるイベントには崎出専務も参加

第三期は、平成24〜25年代以降の世界的な水産物需要の増大と日本食ブームによる多様な道産水産物、水産加工品の需要増に向けた積極的な輸出拡大策の展開期です。国、道なども輸出目標額を設定し、官民挙げて輸出の増大への支援体制を整えられ、本会も従来のほたてや秋鮭、助宗だらなど相手国での加工原料としての輸出に併せ、さらに道産水産物の鮮度感、高品質性

北海道の水産物にこだわる

～ぎょれん取引先訪問 (株)アールディーシー編～



回転寿司店に行った際に
よく食べているネタは？

1位	サーモン
2位	まぐろ(赤身)
3位	はまち・ぶり
4位	まぐろ(中トロ)
5位	いか

インターネットを利用し、関東・関西に住む月に1回以上回転ずし店を利用する15～59歳1,000名を対象に実施。(2017.3/マルハニチロ調べ)

どこの産地の魚を
寿司で食べたいと思うか

1位	北海道
2位	富山県
3位	青森県



鮮魚は季節によって扱う品目が変わるので、仕入れ担当者が毎朝築地で仕入れを行います。が、その中でも北海道という場所は、圧倒的なブランド力があります。当社の運営する別ブランドの回転ずし「ダイマル水産」は、北海道にはおいしいものがたくさんあるが、自宅の近くのダイマル水産に行けば、そこに北海道がある、そんな店にしたいという思いから、設立時に「あなたのまちの北海道」をテーマにしていたんです。もちろん店舗では北海道の水産物を多く提供しており、今では池袋の店舗は国内のみならず、海外からのお客様もたくさん来店いただいています。

多くの消費者に選ばれる店を目指して

がってん寿司やダイマル水産、北海道の有名な回転ずし店の多くが、職人が素材にこだわって握る寿司が食べられる「グルメ系回転ずし」と言われるジャンルに含まれます。

がってん寿司で売り上げが好調な店舗は観光客が多い街中だけでなく、住宅密集地にも複数あるそうです。「そういった店舗は家族連れでの来店が多く、地元の方にリピーターとなっていただけではないでしょうか。おいしいものは多少値が張っても選んでいただけますね」と青木部長は話します。

メニューにも、家族連れに喜ばれるよう、揚げ物やデザートなども扱っていますが、ダイマル水産ではザンギやタタキメロンのゼリー



首都圏に8店舗を展開するダイマル水産。「北海道漁業課」というキャッチコピーのもと道産水産物を提供しています



ぎょれんの取引先には様々な会社・団体があります。事業内容や業態もいろいろとありますが、各社がどのように道産水産物と関わっているのかを紹介しています。

第三回となる今回は、回転ずしを中心に行う「株式会社アールディーシー」です。

株式会社アールディーシー（以下(株)RDC）グループは、1986年（昭和61年）創業。今年で30周年を迎えます。創業の地である埼玉など関東を中心に80店舗を展開する回転ずしチェーン「がってん寿司」や、北海道でもおなじみの「函太郎」の他、日本のみならず中国・韓国などで40ブランド約300店舗の外食事業の企画・運営を行っています。

ぎょれんからは東京支店を通して、がってん寿司の食材を中心に販売しており、全国の店舗を通して、道産水産物をたくさんのお客様に届けています。



中国・韓国でも展開しているがってん寿司。埼玉県熊谷市の本社前にあるこちらの店舗は売り上げもブランドトップクラスだそう

(株)RDC執行役員 経営企画本部営業推進
広報部長 青木さんにお話を伺いました



(株)RDC執行役員
経営企画本部
営業推進広報部
青木部長

埼玉出身。過去にはTV番組の「全国回転ずし寿司職人・早握り日本一決定戦」で2連覇したことも

当社は元々回転ずしチェーン「元禄寿司」のフランチャイズ運営から始まりました。その後創業したがってん寿司は、「海のない埼玉の人においしいお寿司を食べてもらいたい」という思いから生まれています。

回転ずしには様々なメニューがありますが、当社では北海道産の食材としてほたてやほっき、活だこ、つぶなどを使用しています。ほたてはもちろん、ほっきや活だこも人気があります。



ぎょれんが納入し、がってん寿司で提供されているほたて

など北海道らしい品も扱うなど、より一層多くの消費者に選ばれるような努力を続けていきます。

青木部長は、「今後はよりお客様に喜ばれるよう、じゃがいもやアスパラガス、デザートまで北海道産で揃えた「北海道フェア」もやってみたいですね」と話してくれました。

ほたての消費拡大に向けた キャンペーンを実施します

来年年明けには、昨年好評をいただいた、「がってん寿司」とそのグループ店舗で道産ほたての消費を促すキャンペーンを実施します。

ほたての握りを注文したお客様にスクラッチカードを配布し、当たれば後日玉冷1kgをプレゼントする予定です。ほたてのおいしさを再確認していただくとともに、消費拡大を図っていきます。

昨年実施時のポスターでもほたてが北海道産であることを大きくアピール



これ、
ほたて？



ホームメイドクッキングでの料理教室

「北海道の海の幸料理教室」を秋鮭の旬のこの時期に全国で開催しています。今年は9月20日から10月26日に24教室で30回開催し、北海道の海の幸のおいしさや魚のさばき方、栄養に関する知識を伝えました。大人向けの教室と、親子向けの教室が開設されており、参加者は皆秋鮭、ほたて、昆布を興味津々な様子で見つめ、講師の説明に聞き入っていました。

思わず身を
乗り出し
ちゃう…



大講堂で
昆布
レクチャー！



大学、専門学校生への食育

子どもたちよりも、より近い将来に食の担い手となる調理・栄養関係の大学生、専門学校生を対象に、北海道水産物に関する講座を行っています。今年も札幌、東京の大学、専門学校で12月から来年1月に講座を実施します。栄養的な面はもちろん、水産物生産の様子を伝え、学生達がゆくゆくは水産物の魅力を発信して欲しいというねらいがあります。

昆布原藻、
初めて
見ました



昆布
フル活用
メニュー



家庭
教育学級に
初参加



保護者が学ぶ家庭教育学級

家庭教育学級とは、札幌市が行っている事業で、子どもの心や体の理解・親の役割などの家庭教育に関することについて、親同士自主的に学び合う場です。ぎょれんは今年度から参加しており、7月から来年2月まで札幌市内の小中学校5校で昆布講座を開催しています。家庭教育学級で昆布講座を受けたいという声は多くあがっており、保護者の関心の高さがうかがえます。

写真で見る ぎょれんの「食育」事業



すっかり私たちの生活にも身近になった「食育」という活動。子供たちへ食の教育をすること、とイメージしがちですが、平成17年に制定された食育基本法では、食育を社会全体で担うことをうたっています。そして子供たちを育てる大人たちに対しても食育が必要とされています。

ぎょれんの食育に対する考えも子供たちを中心にとらえてきましたが、近年は保護者や、食について学ぶ学生への講座を開催することで対象年齢を広げています。今回は、食育の取組の様子を写真を交えてお伝えします。

いくらの
醤油漬けに
挑戦！



食べる・たいせつフェスティバル

コープさっぽろで開催する「食べる・たいせつフェスティバル」。全道各地で開催され、ぎょれん札幌支店は8月26日にいくらの醤油漬け体験ブースを出展しました。自分で漬けると美味しさもひとしおです。

試合に
必要な栄養が
わかったよ！



食育&サッカー教室

北海道コンサドーレ札幌と共に開催している「食育&サッカー教室」。練習や試合で疲れた身体を回復させるためにはどんな栄養を摂ればよいのか、北海道コンサドーレ札幌の管理栄養士を講師に学びます。

保護者も
昆布を使った
給食に舌鼓



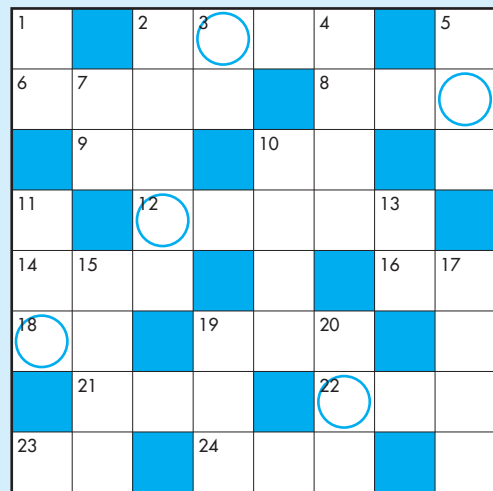
小学校、保育園での食育

ぎょれんは北海道こんぶ消費拡大協議会と協力して、小学校、保育園で昆布教室を開催してきました。今年度は関西、関東、北海道の保育園9園、小学校7校で9月から来年2月にかけて昆布教室を開催しています。小学校で昆布の原藻を伸ばしてみせると、その長さに驚きの声が上がっていました。

昆布、
こんなに
長いんだ！



クロスワードパズル



○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。



10月号の解答と当選者
ウンドウカイ

(島 牧 村) 小倉 陽子さん
(豊 浦 町) 竹島 暁子さん
(浦 河 町) フリマ大好きさん
(湧 別 町) 工藤みわ子さん
(浜 頓 別 町) 高松美津枝さん

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。秋もそろそろ終盤、冬の気配がどんどん近づいてきましたが、「芸術の秋」はまだまだ終わりません。学校や地域でのイベントもたくさん開催されます。肌寒いシーズンですが、ちょっぴり賑やかなお祭りへ出かけてみませんか。心がほっとあたたまりますよ。

タテのカギ

- ① 横⇄
- ② 子供の成長を祝って神社に詣でる11月の行事
- ③ この名前になる前は「ハマチ」
- ④ 胸周り
- ⑤ 書店ではコミックスの棚に並んでいる
- ⑦ 刺身の添えもの
- ⑩ 神社の本殿前に左右一対で置かれている
- ⑪ ワイキキビーチやフラダンスで有名な常夏の島
- ⑬ 杵と臼でベッタン、ベッタンつく
- ⑮ 宇宙からの飛来物の残骸
- ⑰ 11月23日は勤労○○○○の日
- ⑲ ○○○の見物としゃれこむ野次馬
- ⑳ 英語で言うとマシーン

ヨコのカギ

- ② 干したら甘くなって食べられる果物
- ⑥ ふぐ鍋を関西ではこう呼ぶ
- ⑧ ○○○な肉がつくと体のラインが崩れる
- ⑨ 子どもの子ども
- ⑩ 手のひらを返すと見える
- ⑫ 甘藷とも言う焼き芋の材料
- ⑭ 11月に解禁のボージョレ・ヌーボってなに?
- ⑯ 地面の下
- ⑰ 陽⇄
- ⑲ キツネと化かし合い
- ㉑ 電光○○○の早業
- ㉒ 神○○○、○○○芸、照れ○○○
- ㉓ 海のミルクとも呼ばれる貝
- ㉔ 過去・現在・○○○

表紙に登場いただいたご家族を紹介いたします。

おがた 長万部漁協 小形さんご家族

今月の 家族物語 浜の物語



【小形さんご一家】 小形 将太さん(30歳)、杏里さん(31歳)、七果ちゃん(4歳)、渚ちゃん(2歳)

※将太さんの弟・浩平さん(後列中央)、洋介さん(後列右)と、浩平さんの妻 愛沙さん、長女 愛心ちゃん、次女 架心ちゃんと共に

「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、長万部漁協の小形さんご一家です。

兄弟3人で地元の漁業に携わる

噴火湾でほたて養殖漁業に従事している将太さん。春には採苗、夏から秋には貝の成長に合わせた分散作業、冬の耳吊り作業を行っており、取材に伺った秋口は分散作業の真ただ中でした。

高校卒業後、漁師になった将太さんは父や三つ子の弟である浩平さんと親族とともに船に乗っています。「父の背中を見てきたので大変なのは知っていましたが、漁師になりましたね。同級生にも漁師はいるので、そういう友達がいたことで漁師を続けられてるかな」と教えてくれました。なお、三つ子の末弟 洋介さんは長万部漁協職員。購買部で地元の漁業を支えています。

サッカーや野球、ソフトボールの他、冬にはフットサルと様々なスポーツが趣味の将太さん。地元長万部のチームで、弟や大学生とともに汗を流しているそう。「忙しい日でも、仕事を終えた後はスポーツを楽しんでいます」と笑って教えてくれました。

これからも兄弟仲良く

結婚6年目、地元 長万部出身の杏里さん。浩平さんの妻 愛沙さんは実の妹ということもあり、「出産などの際には子供たちの面倒を見合ったり、助け合っています」と微笑みます。

杏里さん似の長女 七果ちゃんは歌うのが大好きで、少し人見知りの年少さん。将太さん似の次女 渚ちゃんは、食べることが好きで、魚介類、特にかきが好きという二歳児です。

「仕事中は兄弟喧嘩しますけど、船を降りたら仲がいいですね。兄弟とその家族・友人で飲んだりBBQをしたりしますよ」と笑って話してくれた将太さん。これからも仕事に趣味に忙しい日々が続きます。



間違いさがし

間違いは5つです。

※右と左の絵には、5か所の異なるところがあります。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。

北海道定置漁業協会が「秋さけ祭」を開催

旬の秋鮭・いくらを求めて札幌駅前に多くの人が集まりました

10月14日(土)、JR札幌駅前の南口広場において、北海道定置漁業協会の主催、北海道秋鮭普及協議会の共催による「秋さけ祭」が行われました。多くの地元市民や観光客が行き交う駅前広場で、今が旬の道産秋鮭をアピールすることがねらいです。

好天に恵まれた会場では漁協や団体のテントが張られ、生秋鮭1尾や切り身、塩秋鮭、いくらなどが販売されました。また、「ミニいくら丼」や「秋鮭鍋」が各500食無料で配布され、旬の味覚を味わおうと多くの方が列に並びました。

午後には、出展者ごとに問題を出題する「秋鮭クイズ大会」が行われ、豪華賞品をねらい多くの来場者が参加。クイズに関連した秋鮭の解説にも真剣に耳を傾けていました。



いくら丼と秋鮭鍋にも長蛇の列ができました

04

根室地区漁青連が内陸・中標津で出前授業を実施

漁師の技術をたっぷりアピールしました

根室地区漁協青年部連絡協議会は、10月18日(水)、中標津東小学校の5年生を対象に「漁師さんの出前授業」を行いました。

「内陸部の子どもたちにも漁業と魚食を身近に感じてほしい」という想いから、昨年に引き続き同小学校では2年目の開催となり、今年は別海漁協と野付漁協の青年部員26名が先生となって2時間の授業を行いました。当日朝に漁獲された新鮮な秋鮭を使って漁師の包丁さばきを披露したほか、三枚おろしやいくらのほぐし方を実演しました。また、秋鮭漁の様子を撮影した動画やロープワークを見せながら和気あいあいと授業を行い、子どもたちは楽しみながら漁師の仕事を学んでいました。

今回授業を担当した別海漁協青年部の鈴木部長は今回の授業について、「魚を直接見たり触ったりすることの少ない地域の子供たちにとって、良い機会になったと思います。大変やりがいのある授業でした」と話します。根室地区での出前授業は来年以降も継続して実施していく予定です。



ほとんどの子どもたちが鮭をさばくのは初めての体験



大きな漁師さんの繊細な網の補修技術は、子どもたちもびっくり

05

定番食材とほたてで作る簡単でおしゃれなメニューを提案

年末に向けて、全国でほたてをPRします

年末年始の需要期に向けて、ほたての宣伝活動が活発化します。

先月のなみまる君でもご紹介した通り、11月4日(土)から首都圏と関西地方のJRや私鉄の車両で、ほたての育った海や、ほたて豆知識などの広告で、北海道のほたてをPRします。

チラシでは家庭の冷蔵庫にある牛乳や卵、ベーコンなど定番食材を使用した簡単おしゃれなメニューをご紹介します。全国各地で11月以降順次新聞に折り込んでいきます。**チラシは本誌に折り込んでいますので、ぜひ活用下さい。**

今年のチラシは若い消費者の目に留まりやすい、楽しいデザイン。掲載レシピはどれも手軽にできるメニューばかりです



01

道産の魚をおいしく食べて、うれしいチャンス!

北海道海の恵みプレゼントキャンペーンを実施

11月10日(金)~24日(金)の15日間、ぎょれん・札幌市中央卸売市場(水産協議会)の主催で、第7回「北海道 海の恵みプレゼントキャンペーン」を実施します。札幌市と近郊の参加鮮魚店71店舗で、道産魚を1,000円以上(税込)お買い上げのお客様を対象にスピードくじを実施。「当たり」が出たら、その場で玉冷(200g)をプレゼント。期間中合計で568名様にお刺身以外に焼いても炒めてもおいしい肉厚の玉冷が当たります。

このキャンペーンをきっかけに、大勢のお客様がお店を訪れてくれることを期待しています。

今年もたくさんの鮮魚店に協力頂いています



02

水産物の安全を支える仕事の一端を体験

中学生がぎょれん品質管理部で職場体験を行いました

10月19日(木)、ぎょれん品質管理部で、札幌市立平岡緑中学校の3年生4名が職場体験を行いました。4名は、ぎょれんや品質管理部の仕事について説明を受けた後、食品製造の現場で行われている手洗いや細菌検査、成分検査を体験しました。

手の汚れを数値化できる機械を使い、手洗いの前後でどれだけ手がきれいになっているのかを体感したほか、玉冷の細菌検査、いわしを使用しての成分検査の一部を体験した中学生。日頃食べている食品の安全を支える仕事を垣間見ることができたようです。



食品製造業では当たり前の、白衣を着て、手順にのっとった手洗いも初めての体験でした

03

「浜のおかあさん料理本」最新版が誕生しました！



二代目は全道の書店やコンビニで販売されました

料理教室で紹介したアイデア料理を、参加者だけでなく、大勢の皆さんにお届けしたい。作るからには、「お金を払ってでも欲しい」と要望される料理本にしたい。限定配布から全道販売への挑戦です。作成にあたり調理や本の監修、



同じお魚でも、料理の仕方で楽しめる味は無限です

「継続は力なり」。全道の漁協女性部ときよれんが連携して取り組んできた「浜のおかあさん料理教室」が、開始から27年目を迎えました。このたび最新の料理本が発行されましたが、初代から数えると三代目。今回は料理本誕生の特集です。

平成3年、第1回「浜のおかあさん料理教室」がコープさっぽろ本部で開催されました。食の洋風化にともない「魚ばなれ」で水産物の消費が減少する中、魚食普及を図るため、浜のおかあさんの力を借りて、消費者の皆さんに直接お魚料理を教えるよう企画されたもの。時には本州や道内各地に遠征する番外編もありましたが、年5回札幌で開催され、これまで紹介されたお魚レシピは400以上にのぼります。最新版の発行を節目に、これまで発行された料理本の特色を紹介します。

初代の料理本は、健康志向の高まりの中誕生しました

平成7年、「浜のおかあさん料理教室20回記念特別企画」として、初代料理本「浜のおかあさん味じまん」が発行されました。「おいしく・かんたん・そしてヘルシー」を掲げ、料理教室で人気の高かった60選を、一冊にまとめました。今となつては珍しい、アンコウのともあえ、カワハギのめた、カスベのとも和え、ツブの古平漬け、シシャモの佃煮なども紹介されています。この本では料理の紹介に加え、秋鮭・昆布・ほたて・ほっけ・いか・たら・助宗だらなどに

料理の写真撮影等にはプロの皆さんのお力を借りました。一押し企画として、登場するお母さんの似顔絵や料理のこだわりを紹介。時代を先取りし、一食当たりのカロリー数や調理時間を表示。浜で働くお母さんの姿も掲載しました。担当者の夢が詰まった「浜のかあさん海の料理本」は平成16年10月に完成。「売れるだろうか？」不安と期待の中、全道の書店、セイコーマート、ローソン、サンクス道内各店で発売されました。新聞やマスコミでも取り上げられ合計1万1千冊の販売を達成しました。本の購入者が料理教室に持参してくれることもあり、現在も現役料理本として活躍中です。

最新版は台所で知りたいことが載っています

都会では台所事情も変わり、出刃包丁のない家庭も増えました。魚を焼く煙や油を使う揚げ物が敬遠されるなか、最新版のレシピは「簡単・手軽・フライパンでOK」がキーワード。料理教室で紹介する「醤油いくら」の作り方、「活きたて」の貝殻の外し方、「昆布だしのとり方」を大きく紹介しています。これなら私にも作れそう！手にした皆さんの感想です。今年で通算135回を数える「浜のおかあさん料理教室」。人気の秘密は、浜のお母さん達のパワフルな話術と笑顔。高校開催では楽しさが参加した先輩から後輩へ引き継がれ、コープさっぽろ教室では、リピーターも含め定員オーバーで抽選にな

含まれる栄養素の解説も載せています。高タンパク、低カロリー、そしてDHAなど栄養素も豊富な魚介類の料理は、当時健康志向の高まりで人気の料理教室になりました。



私たちが忘れていている、懐かしい味がたくさん紹介されています

るほどです。「魚をさばく」ことが、都会では「かっこいいお母さん」。魚食普及にゴールはありません。浜のお母さんとともに歩む料理教室。未来の料理本にはどんなお魚料理が紹介されているのでしょうか？皆さん、ご期待ください！



最新のメニューの中から主食・汁物・おかず・小鉢とバランスを考えて紹介しています

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11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】11月20日までにお願いします。
（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ページの間違えさがしの答え



10月に入っても天気が悪いですね。ひと昔前は10月と言えば「10月小春おらが春 ひざかぶ出はる」（10月の小春日和には俺の奥さんのお春のひざこぞうが出ている）という言葉があった程暖かかったです。けど今年の10月は寒いんです。
（島牧村 小倉陽子さん 68歳）
（浦河町 フリマ大好きさん 53歳）



この秋は大きいさばがかかり、たくさん食べました。味噌煮と塩焼き、しめさばを楽しみました。
（豊浦町 竹島曉子さん）
（函館市 福澤美都さん 36歳）

10月に入り秋鮭漁も中盤になってきました。台風で定置網の損傷は修理できましたか？残された期間少しでも漁が上向いてくれることを祈っています。
（別海町 竹田美知子さん 71歳）
（島牧村 泉谷泰三さん 89歳）

今年秋鮭が不漁ですが、札幌で開催した浜のおかあさん料理教室で、参加した高校生の皆さんがいくら丼を美味しく食べている様子を目にして、幸せな気持ちになりました。メニュー提案など事前の準備に苦労もありますが、これからも魚食普及活動に女性部として力を入れて取り組んでいきたいと思っています。
（浜頓別町 高松美津枝さん 62歳）

一言。Come back Salmon.
（えりも町 M・Mさん）



編集後記

台風21号の影響で札幌でも雪が降りました。少し早い冬に、「寒くて痛い」という感覚を久しぶりに感じました。秋がもう少し続いて、秋鮭やさんまがたくさん獲れてほしいと思う一方、かきやかじか、あんこう、たらなどの冬の味覚が楽しみでもあります。（矢崎）

ぎょれんの食育事業の一環である親子料理教室の取材に行きました。会場には本まんなの秋鮭、昆布原藻、殻付きほたてが用意され、子供たちは興味津々。秋鮭を目の前にして「大きい！」と驚き、昆布原藻を「長〜い！」と見上げ、殻をむいたほたてに「これ、ほたてなの？」と眉を寄せて怪訝そうな表情くるくると目まぐるしく変化する子供たちの表情がとても印象的でした。（工藤◎）

（編集部より）運動会のドキドキ、ワクワク感が伝わってきますね。



（厚岸町 K・Uさん）

今月の1枚

小樽

10月に入っても、いかの水揚げは依然続いています。サイズ形成は20尾入りの大型が中心となっており、価格については前年と比べると落ち着いているものの、木箱8千～9千円と高値のまま推移しています。一方、9月から始まった秋鮭定置網漁は終盤を迎えつつあります。今年の管内の水揚げは天候にも恵まれ、昨年の1.5倍以上と大漁に沸きました。価格も高値で推移しており、活気づいた2か月間となりました。

室蘭

当管内の主要魚種である助宗だら漁が10月より始まりました。序盤の漁模様は昨年よりも好調で、管内数量昨年対比250%になっています。また、管内の秋鮭漁は中盤戦を迎え、水揚げは10月23日時点で数量昨年対比75%と序盤よりも漁が見えてきています。これから終盤戦になりますが、今後の漁に期待したいです。今後の生産者の安全と大漁を祈願します。

根室

10月8日に別海漁港で西別川あきあじまつりが開催されました。組合の女性部によるちゃんちゃん焼き等の販売や鮭釣り大会、サーモンダービー、といった催しで会場は賑わいをみせました。また、10月14～15日の2日間で根室湾中部漁協の直売店「かおっと」恒例の「かおっと祭」が開催されました。秋鮭・ほたて・ほっき等の販売はもちろん、ビンゴ大会や玉ねぎ掘り取り等のイベントも大盛況でした。

留萌

当管内では10月に入ると悪天候が続き、稚貝分散作業・秋鮭・桁引漁などが続いています。しかし、秋鮭漁では低調な水揚げであった先月とは一転し、20日時点で管内累計1,420t昨年対比105%と好調な水揚げがあり、浜は活気づきました。今後ますます気温が低くなり、浜での作業も厳しさを一層増す季節となりますので、安全操業と風・豊漁を祈念しています。

大漁祈願！

news 浜のほつとニュース

梶山

9月より始まり、終盤を迎えているひやま管内の秋鮭定置網漁は多い時には40tほど、平均では1日7-8tほどの水揚げがあります。累計の水揚げ高は不漁に終わった昨年の約2倍となっており、価格は全道的な不漁の影響を受け、前年の1.5倍ほどの高値となっています。ひやまの短い秋は秋鮭漁の終了とともに終わりを告げ、次来る冬には11月中旬からの釣り助宗だら漁のシーズンがやってきます。

日高

日高管内の秋鮭定置網漁が後半戦へと突入しましたが、盛漁期と呼べるような水揚げは僅かで、大幅減産となった昨年より低調に推移しています。一方、管内のししゃも桁網漁が門別・新冠・庶野の3地区で10月2日より解禁となり、10月18日現在3地区累計水揚げ数量は前年比128%と好調です。短い漁期ではありますが、1日でも多く出漁し、豊漁となることを期待します。

北見

オホーツクは日増しに秋も深まり肌寒ささえ感じさせます。そんな中、秋鮭定置網漁も終盤へと向かっており、魚価は高値での推移が続いています。また、サロマ湖を中心にかき漁の出荷も始まるなど、まだまだ年末に向けて浜は賑わいを見せてくれそうです。今後、時化が多い時期となりますが、各漁の豊漁と安全操業を願っています。

函館

噴火湾地区では助宗だら漁が10月2日から本格的に始まりました。10月18日現在の累計水揚げ高は約3,200tと前年の倍ほどの豊漁となっており、近年不漁続きだった浜には好調な水揚げへの期待が高まっています。メスの卵はまだ熟していないものが大半を占めていますが、11月にかけて成熟が進み、明太子の原料でもある塩漬けたらこの生産が最盛期を迎えます。噴火湾地区の助宗だら漁は、年が明けた来年2月頃まで続きます。

釧路

当管内の昆布漁は10月15日に終漁しました。今シーズンは流水被害に続き、天候不順で十分な操業が出来ず、厳しい年となってしまいました。また、秋鮭やさんま漁も残念ながら昨年を下回る水揚げとなっています。一方、10月上旬より解禁となったししゃも漁は昨年を上回る順調なスタートを切りました。今後、たこ網やほっき桁曳、つぶ籠漁などが順次始まるので、安全操業と大漁を祈っています。

稚内

朝晩の冷え込みが厳しくなる中、利尻富士も白く雪化粧をし冬の足音がすぐそこまで近づいてきているように感じます。管内の秋鮭漁は終盤に差し掛かっています。秋鮭漁は浜の豊漁の期待を裏切り、昨年を下回る水揚げ数量ではあるものの、水揚げ高は昨年同期を上回る結果となっています。今後時化が多い季節を迎えますが、安全操業で豊漁となることを願っています。

気を付けて 小さな見落とし 大きな海難

公益社団法人 北海道海難防止・水難救済センター

スイートチリソースとマヨネーズの風味が食欲をそそります

鮭のチリマヨ和え

浜のおかあさん

レシピ



今回は「鮭のチリマヨ和え」をご紹介します。マヨネーズでコクとまろやかさをプラスしたスイートチリソースが、ごろっとした鮭とよくからみ、エスニックな風味が口いっぱいに広がりますよ。

材料(4人分)

- ・生秋鮭(切身) …200g
- ・塩、こしょう…各少々
- ・玉ねぎ…1/4個
- ・片栗粉…大さじ1
- ・サニーレタス…2枚
- ・サラダ油…大さじ2
- ④・マヨネーズ…大さじ2
- ・スイートチリソース…大さじ4

作り方

- ① 秋鮭は、皮と骨を取り、3cm角に切る。塩、こしょうをする。
- ② 玉ねぎは、繊維にそって薄切りにし、水にさらし、しぼる。サニーレタスは、食べやすい大きさにちぎる。Aは合わせておく。
- ③ ①の秋鮭の表面の水気をふき、片栗粉をまぶす。フライパンにサラダ油を熱し、弱火で秋鮭の表面に焼き色が付く程度に焼く。
- ④ ③の粗熱を取り、Aで和える。
- ⑤ 皿にサニーレタスと玉ねぎを敷き、④を盛り付けて出来上がり。



いぶり噴火湾漁協
越橋 むつ子さん