

北海道ぎょれん広報

なみまるくん



11

2018
No.361

[うみ・なかま コミュニケーション]

北海道
ぎょれん



特集

地域の魚を地元と世界へ届ける
鹿児島県の漁業と鹿児島県ぎょれん
写真で見るぎょれんの「食育」事業

なみまるくん おさかな 栄養辞典



今月の栄養素は…

「葉酸」

老若男女に欠かせない葉酸パワー

葉酸

- ・赤血球が作られるのを助ける
- ・DNAの合成を助ける

葉酸の主な働き

ひんやりと冷たい空気とともに、冬がすぐそこまでやってきました。みなさんは、車のタイヤ交換はもう済みましたか？冬タイヤのチェックと早めの交換で、北海道の雪道を安全に走りたいものですね。

車と言えば、私は講演会などで人の体を車に例えて話します。車はガソリンがないと走れませんが、ガソリンに不純物が混ざっていたり、不適切なガソリンだと車は即故障してしまいます。私たち人間も同じです。ガソリンになる食べ物を適当に取っていたら、病気になるったり、老化が進行したりとさまざまな故障が現れます。故障を防ぐためにも栄養素をバランスよく取るのが大切。

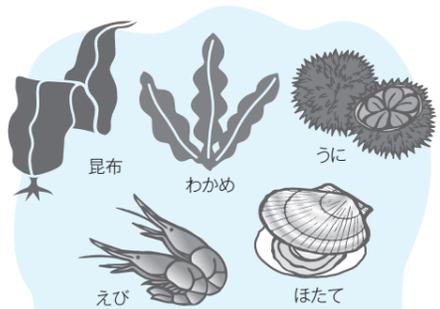
栄養素は、血液によって各組織に運ばれていきます。そして、栄養素と同じく生きる上で必要

な酸素は、血液中の赤血球によって全身に輸送されます。この赤血球を作るために活躍するのが、ビタミンB群の一種「葉酸」。赤血球の寿命は約120日で、新しい赤血球が常に作られています。葉酸は正常な赤血球作りに必要なもので、別名「造血のビタミン」とも呼ばれています。

遺伝情報を持つDNAの合成もサポート。細胞増殖の盛んな胎児が、元気に発育するために欠かせません。妊娠期には特に必須な栄養素ですね。

葉酸が不足すると正常な赤血球が作られなくなるので、悪性貧血の原因になります。動脈硬化の原因物質を作るのを防ぐ作用もあるので、不足すると動脈硬化を招きやすくなります。妊娠中に不足すると胎児の発育にも影響するので気をつけましょう。

葉酸とビタミンB12はコンビで働くことが多いです。葉酸の多いほたてと、ビタミンB12の豊富な牛乳を使って、クリームシチューなどにするといいですね。どちらの栄養素も水に溶けやすい性質があるので、シチューや汁物で摂取することで溶け出た分もしっかり補給できます。



葉酸を多く含むおすすめ食品

昆布、わかめ、うに、ほたて、えび、しじみなど

ます。葉酸は妊娠期ばかりにクローズアップされがちですが、老若男女問わず必要な栄養素ということになります。ぜひ注目してみましよう。

今月の管理栄養士



うえ さか
上坂マチコ

管理栄養士/アンチエイジング栄養士/料理研究家/コラムニスト
テレビ・ラジオ出演、新聞・雑誌などでコラム連載や栄養監修、レシピ・スタイリングの提供などを行う。講演会やメタボ指導、料理講師、短大・専門学校の非常勤講師など活動は多岐。ぎょれんと共に、「美容・健康に役立つ昆布」の情報を全国誌等で発信。

[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
November 2018 No.361

なみまるくん おさかな栄養辞典

01 葉酸

特集1

02 地域の魚を地元と世界へ届ける
鹿児島県の漁業と鹿児島県ぎょれん

特集2

06 写真で見るぎょれんの「食育」事業

特集3

08 トナムで秋鮭を満喫! 星野リゾートトナムの鮭旅をご紹介します

浜の家族物語

10 古宇郡漁協神恵内地区/山森 昂さん 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

特集4

14 浜の力になるために
—浜とぎょれんが連携して課題に取り組む— 第3回

大漁祈願!

16 浜のほっとニュース

みなさんのお便りでつくるページ

17 なみまる おたより箱



表紙の写真
古宇郡漁協神恵内地区/山森 昂さんご家族です。

水面が空を映す、小春日和の神恵内港

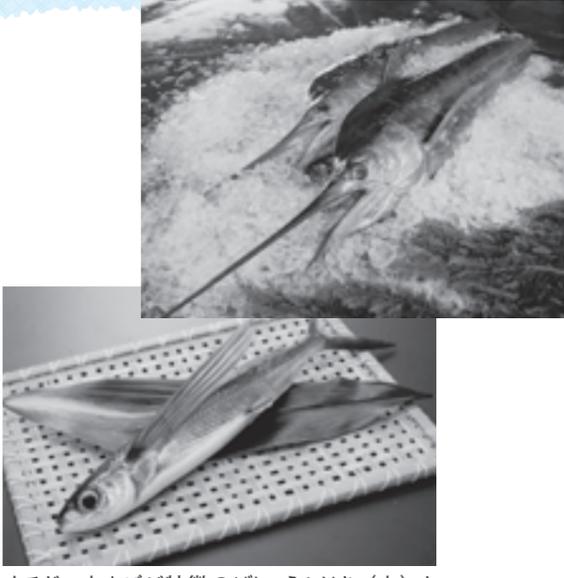


地域の魚を地元と世界へ届ける 鹿児島県の漁業と鹿児島県ぎよれん

島・屋久島で盛んに漁が行われており、その記録は関ヶ原の戦いの頃まで遡ることができるほど。刺身や練り物で食べられることが多く、種子島・屋久島と鹿児島県本土を結ぶ高速船は「トッピー（とびうおの方言）」という名がつくなど、身近な魚です。

春から初夏に旬を迎えるきびなごはにしんの仲間。光に集まる習性を利用して漁獲され、南蛮漬けや手開きで刺身にし、花のように皿に盛る「菊花造り」で食されます。

秋に旬を迎えるばししょうかじきは、「秋太郎」とも呼ばれ、まさに秋の訪れを知らせる魚。流刺し網や定置網で漁獲され、刺身はもちろん照り焼きやステーキ、煮物と様々な方法で食べられます。



すどい上あごが特徴のばししょうかじき（上）と大きな胸びれで海面を滑空するとびうお（下）

北海道同様、複数の海に囲まれ、消費地から遠い立地の鹿児島県。明治維新150周年や、大河ドラマなど注目されている県ですが、水産業も盛んで、海面漁業・養殖業の生産額は全国4位、養殖業のみに限れば2位の規模を誇ります（平成28年度農林水産省調べ）。今月は、そんな鹿児島県の漁業と鹿児島県ぎよれんについて紹介します。

南の海の豊かな漁場

古くから水産基地として知られた鹿児島県。鹿児島県の海岸線は約2,666kmと、北海道（約4,461km）、長崎県（約4,183km）に次いで3位の長さ。南北で600kmにも及び、太平洋、東シナ海に挟まれ、大きな錦江湾を抱えたその環境から、豊かな漁場が形成されるとともに外来船の基地となり、年間通して500種類もの魚が水揚げされています。県内には47の単協と21の支所があり、うち22か所は離島で業務にあたっています。

鹿児島県は、北から大きく本土（九州島）、大



隅諸島、トカラ列島、奄美諸島に大別されますが、漁獲されるものもそれぞれ特色があります。本土では、まだいやぶり、くるまえび、あおりいかなど、大隅諸島ではさばやとこぶし、トカラ列島ではかつお、奄美諸島ではくるまえびやとびうお、そでいかなど、それぞれの地域で様々な魚種が漁獲されます。

中でも、全漁連のプライドフィッシュにも選定されているとびうおやきびなご、ばししょうかじきは地元の食とも関わりが深い魚種。年明けから春にかけて旬を迎えるとびうおは国内漁獲量の7割が鹿児島県。種子

鹿児島県漁連 専務 宮内 和一郎さんにお話を聞きました



1959年、鹿児島県生まれ。祖先は薩摩藩で建造された洋式軍艦の船長を務めたそう

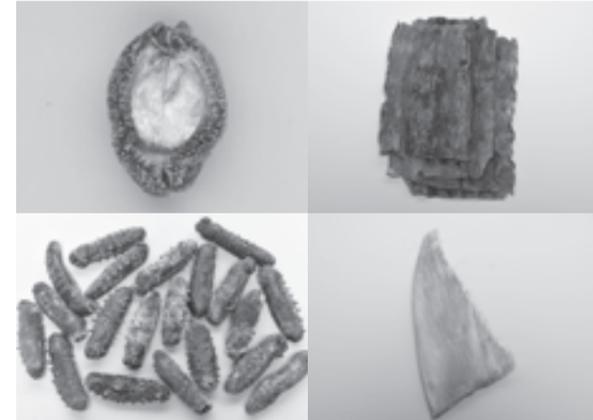
卸売業者として水産物の円滑な流通を担う

鹿児島県漁連の大きな特徴の一つは、「鹿児島県中央卸売市場」の卸売業者でもあること。そのため、豊富な品目をそろえるべく扱い品目も多く、北海道からのほたてや秋鮭など、北海道ぎよれんとの間わりも多くあります。

多様な魚種を扱うため、担当部は主要魚種ごとに7部門に分かれ、集荷・販売業務に当たっています。

鹿児島県の市場ではかつおやさば、あじ、とびうお、きびなごなどの青物が人気。秋には道産のさんまが好評ですが、以前の塩さんま人気から、冷蔵施設や輸送の発展に伴って生さんまの人气が伸びています。

鹿児島県ぎよれんの市場販売部						
特販	特種物	近海物	養魚	青物	瀬物	太物
冷凍魚きびなごとびうお他、冷凍加工品等の集荷販売業務	うに、たかえび、あさり、かへの集荷販売業務	たい、いさぎ、たちうお、いか他の集荷販売業務	かんぱち、ぶり、たいひらまさ他の集荷販売業務	さば、あじ、とびうお、きびなご他の集荷販売業務	ちびぎ、あら、かつおそでいか他の集荷販売業務	まぐろ、かじき、めばち、きはだ他の集荷販売業務



薩摩藩の時代から北海道と水産物の売買をしていた鹿児島。当時、干しあわびや昆布、ふかひれ、干しなまこ（左上から時計回り）など、日本海産の海産物は俵に詰めることから「俵物」と呼ばれ、中国や琉球との貿易の際に主要輸出品でした（尚古集成館蔵）

「鹿児島の人は青物の魚が好きですね。九州では鮮度の良い魚が好まれますが、屋久島などで漁獲されるごまさばで、鮮度を保つために首を折った「首折れさば」などが有名です。夕方、食卓に届くころに「コリコリした食感とうまみが出てくるんですよ」と宮内専務。

今夏からは新築された鹿児島市中央卸売市場魚類市場に移転し、業務に当たっている鹿児島県漁連。市場の正式運用開始は来年に持ち越しとなりそうですが、新たな市場で高度な衛生管理や産地市場の合併に伴う荷の新規受け入れなど、鹿児島県の食の一端を担う場として、一層の発展が期待されています。

魚価を支えるため始まった養殖漁業

豊かな漁業資源を持つ鹿児島県の海ですが、その一方で、海面や内水面での養殖事業も盛んです。海面養殖では養殖の南限であるあさくさのりを始めにぶりやかんぱち、内水面での養殖ではうなぎの生産量が多く、その生産量は全国でも上位に入ります。

鹿児島県で養殖事業が始まったきっかけは、いわしが大量に漁獲されたことによる価格の暴落。いわしを餌とするぶりを養殖することで、

いわしを餌とするぶりを養殖することで、いわしをぶりに変えて収入を確保するためでした。出荷する魚は国内向けで2年、輸出向けで3年育てたもの。養殖魚の価格は出荷量に左右されるため、魚価が上がった所で生産量を増やしたことで魚価が下落したこともありまし。現在は、価格が極端に上がりそうな際には適正な価格で安定的に供給できるように調整しています。

養殖事業は稚魚の手配・確保から餌料、使用する医薬品、加工・販売まで鹿児島県漁連の養殖事業課と関連会社で行っています。県内の単協でもHACC（Hazard Analysis and Critical Control Point）を取得した工場を持ち、加工販売・輸出を行っているところもあなう。1951年以降の台風の上陸数が日本一の鹿児島県では、その対策も欠かせません。「養殖施設は沈下式のため、台風接近の際にはふたをし、沈めて対応します。定置網は、元々夏場は

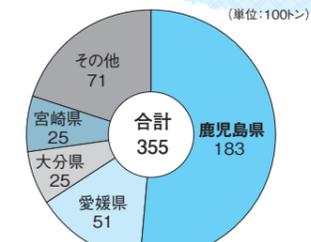
水揚げが少ないため、網を上げてしまっている所も多いです」と宮内専務。台風の際に影響を受けるのは輸送関係。国内外への出荷には飛行機を利用することも多いほか、離島も多い鹿児島県。「沖縄県のスパーに鮮魚を出荷していますが、台風の際は船が欠航するのが困りものです」と苦笑します。

魚食普及や輸出の拡大で県産水産物の消費拡大に取り組む

鹿児島県漁連では、魚への興味を持つてもらおう取り組みの一環として、8年前から「かごしま魚市場ツアー」を開催しています。宮内専務が自らガイドとして国内外からの参加者を引き連れ、英語も駆使して、市場にどんな魚が揚がっているか、セリはどのように行っているのか、どんな機械が動いているのか見学して回ります。ボランティアによる通訳も多くあり、海外からの参加者と市場で魚を買い、それを材料に料理教室をしたり、市場ツアーを英語で行うことで日本人向けの英語教育の場とするなど、新たな展開が生まれています。

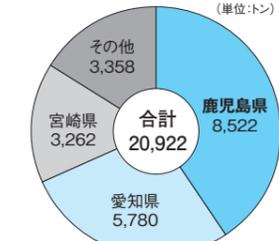
また、鹿児島市内の小学校での出前授業やスパーでの消費動向調査なども実施し、食育・魚食普及活動にも取り組んでいます。「小学校などでアンケートを取ると、離島や海沿い出身の親の家庭では魚を食べる機会が多いんです。魚食はつながっていくということを改めて感じました」と話します。

海面養殖業収穫量(かんぱち)



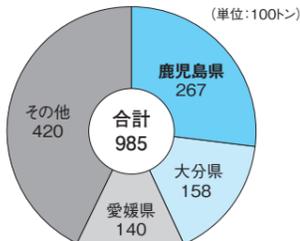
出展: 農林水産省 平成29年漁業・養殖業生産統計

内水面養殖業収穫量(うなぎ)



出展: 農林水産省 平成29年漁業・養殖業生産統計

海面養殖業収穫量(ぶり)



出展: 農林水産省 平成29年漁業・養殖業生産統計



養殖の国内生産量の5割以上を占めるかんぱち

鹿児島県漁連では海外への輸出も積極的に行っています。台湾などのアジア圏へ鹿児島空港を利用して多く輸出しており、北海道からの水産物を出荷するにも使われています。

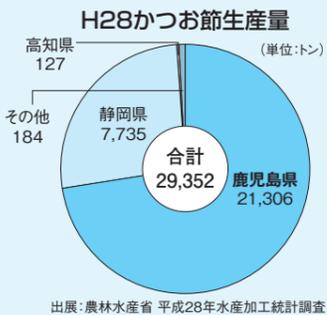
宮内専務は、「特にぶりのPRとして、これまでに国内では『ぶりしゃぶ』を、海外では寿司を食べ方として提案するなどして消費の促進を図ってきました。とはいえ、まずは地場での消費を保つことが一番でしょうね。今後は、家庭で食べる大衆魚としてのあり方と、品質に基準を設けたブランド、嗜好品としてのあり方を模索していく必要があると考えています」と今後について話してくれました。



「魚市場ツアー」での人気スポットは意外にも砕氷機(上) 食育教室ではきびなごを使って手開き教室をするのが定番だそう。きびなごは学校給食にも登場します(下)

北海道と似ているものも? 鹿児島の水産加工品

水産基地鹿児島には、漁獲された水産物を利用した加工品もいろいろ。多く水揚げされるかつおを利用したかつお節は、長年生産量全国1位の座を守り続けています。



出展: 農林水産省 平成28年水産加工統計調査

われです。原料となる魚が多く漁獲される土地ならではの味覚です。

● かつおのハラス かつお腹皮
かつお節をつくる際に除去されるかつおの腹の部分。ただ、かつお腹皮。脂がのったハラス部分で、シンプルに焼くのがおいしい一品です。



● 鹿児島を自然を生かした加工法 灰干し

保存食をつくる方法として古来より用いられてきた方法で、火山灰を利用して魚から水分を抜く灰干し。火山活動が活発な桜島の火山灰を活かす加工法です。

● 魚を芯にするのが一般的 昆布巻

鹿児島ではさばやがつつおの切り身を芯にすることが多いという昆布巻。運動会の時期や年末には需要が増えるそう。なお、この際に使用する昆布は厚葉昆布を使うのが鹿児島県人のこだわり。

● 鹿児島といえばこれ さつま揚げ

魚のすり身を油で揚げたさつま揚げは、その名が示すように鹿児島(薩摩)から広まったそう。鹿児島では「つけ揚げ」と呼ばれています。様々な魚を原料としたすり身の状態でも販売されており、家庭で揚げることも多いという身近な食品です。

● 魚の内臓の塩辛 酒盗

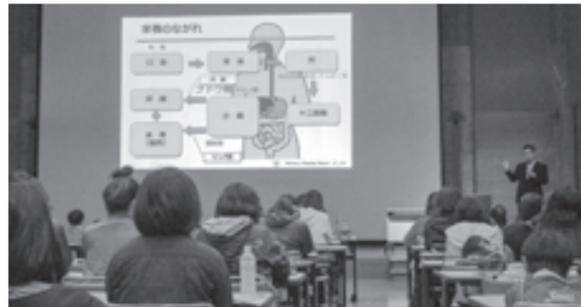
かつおやまぐろなどの魚の内臓を塩辛にした酒盗。つまみにして酒を飲むと、「盗まれるよう酒がなくなる」ことが名前の由来とも言

ホームメイドクッキングでの料理教室



「おいしく楽しく料理を学ぼう」を掲げ料理教室を展開する「ホームメイドクッキング」と連携し、大人向けの教室と、親子向けの教室を開設し、北海道を代表する海の幸、秋鮭・ほたて・昆布の魅力を発信しています。

スポーツ団体等の他団体と連携した食育推進



サッカーJ1で活躍する北海道コンサドーレ札幌と共に開催している「食育&スポーツ教室」は、毎回多くの親子が参加する人気の食育教室。今年も斜里町と札幌で開催され、スポーツをする子どもに必要な栄養について学びました。

今年は新たに学校給食栄養士の皆さんへ



学校給食のメニュー選定は各学校の栄養教諭・学校栄養職員の皆さんが担っています。ぎょれんは北海道の水産物の魅力を知っていただき、給食メニューに取り入れてもらうため、有名店のシェフを講師に招き栄養教諭・学校栄養職員の皆さんへの料理提案を行いました。

ぎょれんでは上記の活動に加え、漁協女性部との「浜のおかあさん料理教室」や漁協青年部との「漁師さんの出前授業」、コープさっぽろが開催する「食べる・たいせつフェスティバル」への参加など、多くの皆さんと魚食普及に取り組んでいます。

広げようお魚応援団! 伝えようお魚のおいしさ! 写真で見るぎょれんの「食育」事業



ぎょれんでは食の洋風化による魚の消費減少が続く中、北海道水産物の消費拡大に向けて積極的な活動を展開しています。中でも次世代の消費者である若年層を対象にした食育講座や調理講習会の継続開催で、道産水産物の魅力発信に努めています。このコーナーでは今年度の食育事業について紹介します。



調理師や栄養士を目指す学生さんへの食育



卒業後は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、北海道の水産物に関する講座を開催しています。栄養面はもちろん漁法や水揚げ状況なども紹介し、将来は道産水産物の魅力を発信してほしいとの狙いがあります。

園児・小学生・その保護者への食育



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・保育園での昆布教室を開催しています。今年度も関東や北海道各地で多数開催しています。保育園や小学校で昆布漁の道具（カギ棒の模型）を見せると、驚きの声が上がっていました。

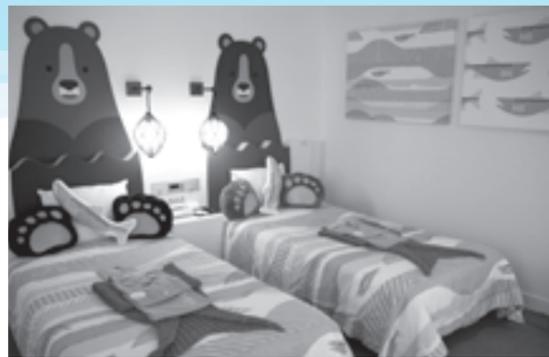
なっており、そのこだわりは細部に及びます。

部屋に用意された化粧品やシャンプーなども鮭に含まれる成分、アスタキサンチンを使用したものとなっており、この部屋への滞在中、目からも肌からも鮭をたっぷり摂ることができます。

秋鮭を丸ごといただく 鮭ディナー

夕食は秋鮭のすべてをコース料理で味わえる「鮭ディナー」。鮭の身だけでなく、香りづけの腎臓（めふん）やフォアグラに見立てた肝臓、食感を活かした氷頭、デザートのアクセントに皮を使用するなど、まさに残さず頂けるメニュー。コースの料理7品すべてで秋鮭を感じることができます。

秋鮭とともに、いくらやほたて、昆布だしなども使用されており、北海道らしさが溢れるコースです。



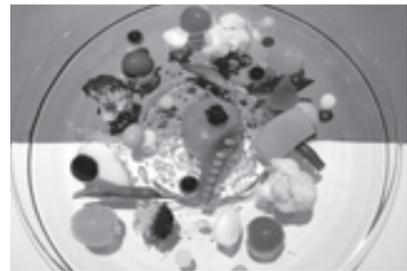
寝室では熊が遡上してくる鮭を待ち構えている



鮭のフィレといくらを使ったロッシェニ風



メニューでは、料理に使用される鮭の部位をわかりやすく解説



鮭とほたてのカクテル仕立て季節野菜のサラダ添え



鮭の皮とリンゴのデザート

身も心も鮭になる。プールで鮭の遡上をイメージ

鮭ルームで眠った翌日には、鮭の遡上をより体感すべく、星野リゾート トマム内の室内プールを貸切にし、専用ボードの上でパドルをこいで水面を進むアクティビティ「鮭SUP（サップ）」を体験。使用されるボードは、このためだけに作られた鮭ボードで、パドルはヒレのデザインになっています。

実は、この「鮭SUP」が行われる室内プールは波の出るプール。水の流れに翻弄されながらSUPを行うことで、川を遡上する鮭の気持ちを体感できるかもしれません。



鮭SUPでは川を遡上する鮭の苦労も体験

いつもと少し違った食べ方で鮭を楽しむ!鮭の燻製作りも体験

「鮭旅」ではオプションで「鮭の燻製作り」の体験を行うこともできます。

桜とりんごの2種類のチップを使用し、異なる方法で燻した鮭は、それぞれに異なる風味を楽しむことができます。苦労して川をのぼり子孫を残す鮭に思いを馳せながら、最後においしく鮭を頂くことができますよ。



トマムの広大な自然の中で燻製を体験



トマムで秋鮭を満喫! 星野リゾート トマムの鮭旅をご紹介します

なみまるくん10月号インフォメーションでもご紹介した、星野リゾート トマムの鮭旅。9月から10月にかけて販売されたこの宿泊プランでは、今年で2年目を迎えた、秋鮭の魅力を堪能できます。

北海道最大級の滞在型リゾート「星野リゾート トマム」の「鮭旅」では、鮭を料理で楽しむことに加え、客室やアクティビティなど、同リゾートへの滞在全体を通して、鮭を感じることができます。近郊には、太平洋にそそぎ、秋鮭も遡上する鶴川の源流もあり、1泊2日の滞在の間、海から川まで、鮭に囲まれ、鮭になったような気分を体験できます。

星野リゾート トマム
〒079-2204 北海道勇払郡 占冠村中トマム



ザ・タワー

鮭ルームは鮭要素でたっぷり

このプランで宿泊するのは、ザ・タワーの最上階の1室を改装した鮭ルーム。1歩足を踏み入れれば、鮭がかわいらしくデザインされたカーテンやソファ、大きな鮭クッションが迎えてくれます。

部屋はテレビやポット、スイッチ・コンセントカバーに至るまで鮭をイメージしたオレンジ色やサーモンピンク色。いくらをイメージしたクッションも置かれています。

目玉の一つがいくら丼をイメージしたお風呂。ジェットバスに泡の立つ入浴料を入れ、いくらに見立てたボールを入れることでいくら丼を再現しています。

もちろん寝室も鮭になれる部屋。パジャマやナイトキャップはもちろん、腰に巻くタイプの防寒着として魚のひれのようなデザインのものを用意。寝室の壁や床は川をイメージした青いものとなっており、ベッドに横たわれば、熊に見下ろされる、まさに遡上した鮭の気分。寝室の照明も浮き球をモチーフにしたものに

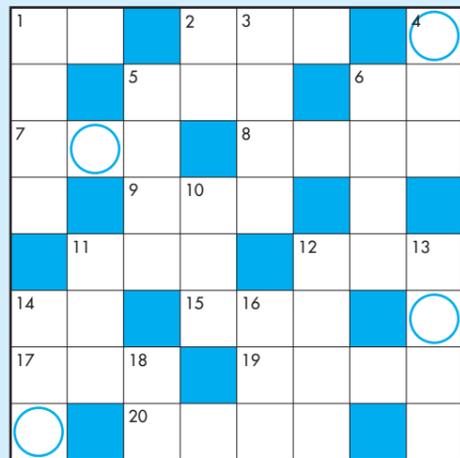


旅の始まり、ルームキーもかわいらしい鮭のデザイン



最上階の眺めを楽しめる、いくら丼をイメージしたお風呂

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。気温もすっかり下がり、長距離走の季節がやってきました。北海道では夏が盛りのマラソンも、本州ではこれからが競技の時期を迎え、新聞やテレビ等で見かける機会も増えるでしょう。また、江戸時代に情報や物資を運ぶシステムがヒントになったとも言われる、数人で長距離を走る競技も日本人は大好きですよ。

タテのカギ

- ① 衣かつぎや煮ころがしがおいしい根菜
- ② 繋がっていたり、ハの字やゲジゲジなんて人も
- ③ ○○○○下暗し
- ④ 首が一番長い動物
- ⑤ 奥さんが旦那さんを人にはこう言う
- ⑥ 掛け軸をかけるところ
- ⑩ シソのふりかけ
- ⑪ 勝利の○○○はV
- ⑫ 飛行機が離発着する場所
- ⑬ 算盤の役目を果たす器械
- ⑭ お茶する所。最近は猫やフクロウがいることも
- ⑯ オープンなどをあらかじめ温めておくこと
- ⑳ 嫁の相方

ヨコのカギ

- ① カッパの頭にあるもの
- ② 火消しが屋根の上で振る
- ⑤ アメリカには50ある
- ⑥ 干支の10番目
- ⑦ 温泉のこと
- ⑧ 下手な役者に例える野菜
- ⑨ 樹木のお医者さん
- ⑪ 五輪の意義
- ⑫ 酉の市の縁起物
- ⑭ 和船を漕ぐ道具は櫓かコレ
- ⑮ 優と可の間
- ⑰ 霧状に噴射させる○○○器
- ⑲ 熱いものが苦手な人は?
- ⑳ ○○○○安全、○○○○事故

○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

ハロウィン
 (登別市)熊谷 泰子さん
 (釧路町)M A S Aさん
 (厚岸町)平原 登さん
 (別海町)早瀬 靖子さん
 (札幌市)高橋 咲季さん

間違いさがし

間違いは5つです。

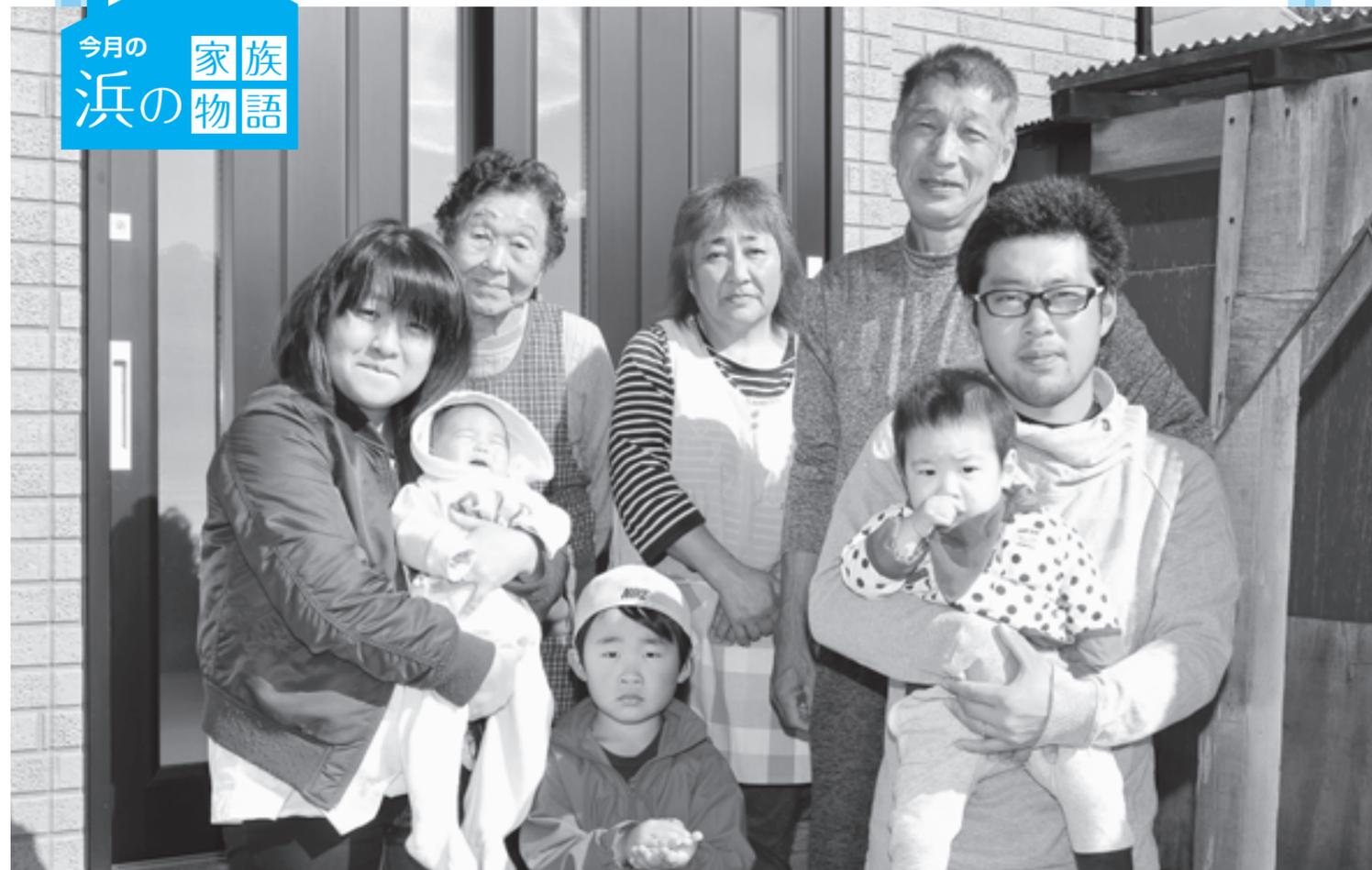
※右と左の絵には、5カ所の異なるところがあります。さあ、見つけてください。(印刷のズレや汚れは関係ありません。)



※答えは17ページにあります。

表紙に登場いただいたご家族を紹介いたします。

今月の家族の物語



【山森さんご一家】 山森 昂さん(27歳)、美紀さん(27歳)、一生くん(4歳)、大嘉くん(1歳)、のんちゃん(0歳)

※写真は昂さんの父 淳さん、母 みゆきさん、祖母 ハナ子さんと共に

「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、古宇郡漁協神恵内地区の山森さんご一家です。

青年部で資格を活かした事業を

たこ漁を主に、こうなごやなまこ、うに、ひらめ、あんこうなど、様々な漁を父 淳さんと2人で行う昂さんは祖父の代から漁師という3代目。「子どもの頃から陸仕事を手伝っていましたが、いざ漁師になると朝が早くて。未だに朝はあまり得意ではないですね」と笑います。

昂さんは神恵内地区青年部の部長と小樽地区漁青連の監事も務めています。「地区では磯焼け対策の昆布種子の散布や地元の小学校で出前授業をしています。皆で潜水士の資格を取ったので、今後は資格を活かせるような事業を始めたいですね」と話してくれました。

春のこうなご漁が楽しい

美紀さんは近隣の共和町出身。漁師の仕事につい

て「こうなご漁の際は夜に不在になりますが、心配で起きていることも多いですね。なまこなど、家から見える所で漁をすることもあるので、子どもと見に行くこともあります」と教えてくれました。

長男の一生くんはしっかり者でなまこが好きという年少さん、次男の大嘉くんは車が大好きな1歳児です。2人そろってやんちゃで、毎日賑やかに家じゅう走り回っているそう。8月に生まれたばかり長女 のんちゃんは、パパよりママのだっこが好きだそうです。昂さんは「一生と大嘉はあんこうの唐揚げが好きなんです」と笑います。

「漁場の駆け引きや漁獲の手ごたえがある、春のこうなご漁が楽しいですね」と話す昂さん。「今後は、もう少し大きな船に変えて、人も雇って、もっと漁に出れるようにしたいですね」とこれからの目標を教えてくださいました。



03

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13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毎年恒例の「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、各地のブランド鮭や加工品などが販売されました。また、「ミニいくら丼」と「秋鮭鍋」各500食が無料で配布され、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は長蛇の列ができました

01

昨年好評の「北海道ほたて号」が今年も首都圏を走ります 年末に向けて、消費地でほたてを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。

昨年好評だった、首都圏を走る京急電鉄の車両1編成をジャックする、「北海道ほたて号」を今年も11月5日(月)～来年1月4日(金)までの2か月間運行します。車両の外側はほたてのラッピング、車内はほたてを使用した様々な料理の提案や、ほたてを料理する際のコツを紹介など、まさにほたて一色。食欲を刺激し、消費の喚起につなげていきます。

また、プロの料理のレシピを掲載しているNadia (ナディア) (<https://oceans-nadia.com/>) では、SNSでの発信力がある料理家4名が「北海道ぎょれんアンバサダー」に就任。週に1回ほたてのレシピを紹介しています。こちらもぜひご覧ください。



ほたて号は車両の内外ともほたてでいっぱい。食欲を掻き立てます

04

多くの人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26日(水)、27日(木)の2日間、道庁旧庁舎前庭で毎年恒例となっている「まるごと根室直送市」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で構成された「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3,100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1,400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。

両日とも多くの人脂ののった焼きさんまの他、新たなブランドとして売り出し中のいわしを使用した女性部手作りのつみれ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。



穏やかな秋の陽気となった初日も、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さんまを焼いていました

02

世界の消費者に道産水産物を届けます 輸出EXPOに参加し、海外バイヤーと 商談を行いました

10月10日(水)～12日(金)の3日間、東京の幕張メッセで「第2回“日本の食品”輸出EXPO」が開催され、ぎょれんと関連会社の(株)ぎょれん北光、(株)ノースコープぎょれんで参加しました。

このイベントには、国内600社以上が出展し、国内外の輸出入商社や海外の飲食店、食品メーカー等と実際に商談を行うもので3日間で約1万5千人が来場しました。ぎょれんは昨年に引き続き、ホクレン、北海道と組織する「北海道農畜産物・水産物海外市場開拓推進協議会」として2回目の出展となりました。

(株)ぎょれん北光、(株)ノースコープぎょれんは、3日間で海外の約50社と商談を行っており、今後の海外への販路拡大の一助となりそうです。



水産物や農畜産品のみならず、菓子や飲料など、様々な業種が出展したこのイベントには、世界80か国から参加者が集まりました

浜の力になるために

—浜とぎょれんが連携して課題に取り組む—第3回



左：道内各地で採水し、水質などを確認（北海道漁業環境保全対策本部）
右：北海道漁協青年部連絡協議会では、年に数回の役員会を実施しています

○北海道漁協専務参事会

本道漁業の振興と漁協の発展に寄与すること、会員相互の研さんにより漁協経営に関する知識と経営管理者としての資質の向上に努めることを目的に、昭和33年に設立された「北海道漁協専務参事会」。今年で設立から60年を迎えます。毎年開催されている北海道漁協専務参事研修会では、講師に各業界の著名人やトップランナーを招き、その考え方や組織経営についてお話を伺い、より良い漁協経営に活かすなどしています。

今後も、主要な専務参事会の活動として、セーフティネット事業や漁獲共済事業など漁業経営安定対策事業の制度改革、海獣等有害生物被害など漁業環境対策、税制改正要望といった様々な課題について、実務責任者としての立場で活動を継続して展開していきます。



毎年11月に開催される漁協専務参事研修会

○北海道漁協職員協議会

昭和29年に設立された「北海道漁協職員協議会」は、当初、身分保障や労働状況改善を目的に、労働組合的なものであつてはならない、偏った思想を帯びてはならない、政治的色彩

ぎょれんでは、浜の様々な事業や課題に取り組む団体の事務局を務めています。目的や課題ごとに団体があり、その取り組みや成り立ちも多岐にわたりますが、いずれの団体もより良い浜にしていこうという目的は共通です。今月も所管団体についてご紹介いたします。

協議会や委員会などの団体は、現在、本所の9部署で36、産地と東京の9支店で113の計149あります。これまで、本所にて事務局を所管する36団体（左図）を3つに分け、「漁業振興」「宣伝販促」をご紹介してきました。今月は環境部、指導教育部の所管する5団体についてご紹介いたします。

本所各部で所管する団体

漁政部	北海道沖合底曳網漁業対策協議会、北海道密漁防止対策協議会、北海道資源管理推進委員会、北海道水産物貿易対策協議会、北海道資源管理協議会ほか
環境部	北海道漁業環境保全対策本部
指導教育部	北海道漁協専務参事会、北海道漁協職員協議会、北海道漁業士会、漁船海難遺児を励ます運動北海道特別委員会、北海道漁協青年部連絡協議会ほか
販売第一部	北海道ほたて漁業振興協会、北海道ほたて流通食品協会、北海道乾ほたて貝柱自主格付協議会、北海道かき生産漁協連絡協議会ほか
販売第二部	秋鮭流通対策協議会、オホーツク海毛がに漁業協議会ほか
共販部	北海道昆布漁業振興協会
購買部	渡島管内資材委員会、室蘭地区資材委員会、北見管内漁協資材委員会
販売企画部	北海道秋鮭普及協議会、北海道こんぶ消費拡大協議会ほか
総務企画部	ぎょれんグループ共同宣伝協議会、北海道地域監理委員会ほか

※複数の部や北海道庁と共管する団体もあり

や動きを持つてはならないといった原則のもと組織化されました。現在も毎年全道大会やスポーツ大会の開催のほか、医療共済事業に参画する等、漁協発展のための確かな礎となつていきます。



スポーツ大会では、地区の団結も試されます

○漁船海難遺児を励ます運動 北海道特別委員会

公益財団法人「漁船海難遺児育英会」が行っている、「漁船海難遺児を励ます運動」は、全国の漁業に従事中に海難等により死亡・行方不明になった人々の子弟が安心して学校に通えるよう、学資の給与や奨学金の貸与、進学・卒業の際の記念品の贈呈などを行い、漁業や未来を支える人材の育成に寄与するものです。この取り組みに呼応して、昭和45年に



募金は通年で受け付けています。ご協力よろしくお願ひします

○北海道漁業環境保全対策本部

昭和40年代からの急速な経済発展に伴う公害に対応すべく組織された「北海道漁業団体公害対策本部（公対本部）」。その公対本部を前身に、平成16年、「北海道漁業環境保全対策本部（環境本部）」が誕生しました。

当初は公害問題を中心に対応していましたが、現在は、ぎょれん環境部と連動し、事故の発生を未然に防ぐための調査や河川パトロール、豊かな海を育てる河川や森のための植樹運動、海獣類による漁業被害対策など、環境保全全般にわたって取り組んでいます。今後も引き続き、豊かな水産資源を守り育て、漁業者の生産拠点となる漁業環境を維持するための取り組みを行っていきます。



道路の工事現場へパトロールに赴くことも



植樹運動も大切な活動の一環です

○北海道漁協青年部連絡協議会

発足したのが「漁船海難遺児を励ます運動北海道特別委員会」。育英会の活動と連動し、募金活動などを展開するほか、子どもたちが安心して学業に打ち込めるよう、円滑な支給のための事務作業等にあたっています。

昭和30年代後半に各地で漁協青年部が結成され、昭和38年には「北海道漁協青年部連絡協議会（漁青連）」が設立されました。設立時は167青年部、6、164名で始まった漁青連も、現在は121青年部、2、467名（平成30年4月現在）となっております。

当初は経営や技術を学ぶ活動が多く見られましたが、現在は食育を目的にした出前授業などを実施しています。当初の全道大会から名前を変えた「大交流会」は、年に一度全道の青年部員が集まり懇親を深める貴重な場として今も盛況。時代に合わせた、青年部ならではの活気ある取り組みを今後も続けていきます。



出前授業は青年部長の腕の見せどころ

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。

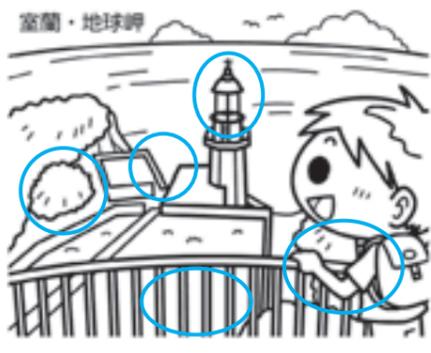
- ①なみまるおたより箱への投稿(お便り、写真、イラスト等)や、広報なみまるくん11月号への感想・ご意見など(※150字程度まで)
- ②11ページのクロスワードの答え
- ③住所・氏名・年齢・電話番号

〈宛先〉11月22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 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、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ページの間違いさがしの答え



雪虫が飛んでいるのを見つけた。ついでに、暑い暑いと言っていました。もう冬が近づいているんですね。

(函館市 ふくふくさん 36歳)

地震、災害の中、皆で協力して漁に行っている皆さんに感謝です。食卓に海のものがある事の大切さを改めて感じました。

(稚内市 うんげんさん 50歳)



今年には鮭いませんね。早く帰ってきてほしいですね。10月号の「浜のおかあさんレシピ」で紹介されていた、サククリ秋鮭めし作ってみたいと思います。

(別海町 早瀬靖子さん 37歳)

今年には鮭もさんまも豊漁で嬉しい! 去年の分まで味わうぞ〜

(浦河町 フリマ大好きさん 54歳)

お魚大好きなので、2、3日に1回市場等に出掛け、新鮮な魚を買い、すぐ家に戻りお刺身を作ります。くるぞい、ふくらぎ、特にさんまは冷凍し、夜には食卓に出します。漁師の皆様感謝しながら...

(登別市 熊谷泰子さん 71歳)



タイトル: 昆布加工の小屋にて (釧路町 MASAさん)

今期の昆布取りも終わりを迎えます。今期は昆布が多く、たくさん収穫ができました。そして、初孫が初昆布にもかかわらず、大人しく、昆布加工も、家族みんなで頑張りました! 来年度も家族みんなで昆布頑張るぞ!

編集後記

朝晩、肌寒く体調を崩しやすい季節になりました。今回は自慢のため、酒レシピを紹介します。材料: 日本酒 180cc、卵1ヶ、砂糖(一人分)。まず、酒に卵の黄身のみ加えて箸で十分に混ぜます。次に超弱火で箸でゆっくり混ぜながら煮立つのを待ちます。煮立ったらライター等で表面に火をつけてアルコール分をとばしてください。火を止めてカップに移し砂糖を入れます。砂糖は最初から入れないでください。焦げてしまいます。コップは焦らずにゆっくり加熱することです。体が温まること間違いなしです。(藤江)

鹿兒島の漁業「ぎよれん」についてご紹介しましたが、お話を伺った宮内専務の祖先の乗った船「昇平丸」は日本で最初に日の丸を掲げた船と言われています。この船はその後幕府に献上されて開拓使の所管となり、1870年に上ノ国の海岸で座礁しましたが、いまだ海に眠るこの船の発見を目指し、10月から海底調査が行われています。

700年以上前に沈没した船が良好な保存状態で発見されたケースもあるそうです。昇平丸も現在は魚たちの住処となっているのかもしれない。(矢嶋)

ライフジャケットを脱ぐまでが 沖の仕事

公益社団法人 北海道海難防止・水難救済センター

大漁祈願!

news 浜のほつとニュース

小樽

晩秋の小樽では、11月10日・11日に「第11回小樽しゃこ祭り」が開催されます。冬を間近に迎え肌寒い季節ですが、毎年数多くの観光客が来場し、「しゃこ汁」で体を温め、「ほたて焼き」に舌鼓を打ちます。秋しゃこ漁は10月下旬から解禁され、序盤は低調な水揚げで推移していますが、冬に向けて時化も多くなる中、大漁により浜が賑わうことを祈念します。

室蘭

当管内の主要魚種である助宗だらが10月から始まりました。出だしはおおむね好調だったものの、漁模様はやや苦戦しています。また、管内の秋鮭漁は中盤戦を迎え、水揚げは10月20日時点で数量昨年対比104%となっており、今後の漁に期待したいです。今後の安全操業と大漁を祈願します。

函館

10月の当管内は、秋鮭漁の本格化、噴火湾地区では助宗だら漁がスタートするなど秋の訪れを感じさせます。10月上旬には2つの台風が通過するなど時化も多く、昨年ほどの水揚げ量とはなっていませんが、これからの水揚げの伸びに期待したいところです。特に助宗だらの刺し網漁は年明け2月頃まで続き、卵の熟度が進むこれからの単価上昇にも期待したいところです。時化早くなってきましたので安全操業の上、豊漁を願っております。

梶山

9月より始まった、ひやま管内の秋鮭定置網漁は終盤を迎えています。昨年のような豊漁とはいきませんでした。最後の追い上げに期待したいところです。また、11月から釣り助宗だら漁のシーズンがやってきます。短い秋が終わり、朝も冷えてくる冬のシーズンとなりますが、体調管理に注意していただき、今期の豊漁と安全操業を切に願っております。

釧路

日に日に寒さが厳しくなっている当管内では、10月15日に今シーズンの釧路成昆布漁が終漁いたしました。時化で休漁続きの時期もありましたが、5単協の合計出漁日数は昨年を上回ることが出来ました。また、秋鮭やさんま漁も大漁とは言えませんが、昨年を大きく上回る水揚げ量となっています。さらに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ので、今後の更なる豊漁を願っています。

日高

日高管内の秋鮭定置網漁は終盤に差し掛かっており、銀毛の割合が日に日に減少しています。日高管内は昨年記録的な不漁だったこともあり、昨年比約2倍の水揚げ数量となっていますが、今年は例年に比べて小型化しており、浜ではため息が聞こえています。これから管内は真だら、ばばがれい等の水揚げが本格化するため、今後の豊漁と魚価の安定を願っています。

根室

花咲港のさんま水揚げは不漁であった昨年と比べ時化もなく順調に進んでおり、昨年同日より156%多い約34,000トンとなっています。また、根室管内の秋鮭も魚体は小さいものの、昨年同日より140%多い約8,600トンの水揚げとなっています。今月22日には野付にて秋のほっかいしまえび漁がスタートします。秋漁も終盤に差し掛かりますが、関係者におかれましては皆様の安全操業と益々の豊漁を祈願しています。

稚内

宗谷管内は木々も色づき、朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。秋鮭漁は終盤に差し掛かりましたが、漁期を通じて水揚げが低調に推移したことから、非常に残念な結果となっております。管内ほたて漁につきましては年度初めの計画を満す順調な水揚げが続いており、漁期終漁に向け一層の力が入っています。今後は海の荒れる季節となりますが、安全操業で豊漁となることを願っています。

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、底建網漁や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。

留萌

当管内の秋鮭定置網漁は終漁が近づいてきましたが、好調な水揚げであった昨年とは一転し、今年は10月20日時点で管内累計約1,000トンで昨年対比約70%と低調な水揚げとなっています。また、各浜では9月に引き続きほたての本分散作業、えび桁網漁の操業などありますが、今後ますます気温が低くなり、浜での作業も厳しさが一層増す季節となりますので、安全操業と皆様の健康を祈念しています。

具だくさんでおなかいっぱい

おに しか

鬼鹿オリジナルヘルシー
シチュー

浜のおかあさん

レシピ



今回は「鬼鹿オリジナルヘルシーシチュー」をご紹介します。具だくさんのシチューに鮭と昆布の出汁が効いています。シチューと秋鮭の組み合わせでカルシウムの吸収率が高まる、嬉しい一品です。

材料(4人分)

- ・秋鮭…300g
- ・早煮昆布…3本
- ・玉ねぎ…中2個
- ・じゃがいも…中2個
- ・にんじん…小1本
- ・まいたけ…100g
- ・さやいんげん…6本
- ・水…4カップ
- ・サラダ油…少々
- ・市販のシチューの素…100g
- ・牛乳…1カップ

作り方

- ① 鮭を軽く水洗いし、沸騰したお湯で茹で、ザルにあげる。茹で汁はこしてボウルにとっておく。
- ② 早煮昆布を水で戻し、3cm角に切る。玉ねぎ、じゃがいも、にんじん、まいたけは一口大に切る。さやいんげんは、お湯でさっと茹でる。
- ③ 鍋にサラダ油を熱し、玉ねぎ、早煮昆布を入れ、じゃがいも、にんじんを加えて炒める。①の茹で汁を加え、アクを取りながら、材料が柔らかくなるまで中火で煮込む。
- ④ ③にシチューの素を入れて溶かし、最後に、鮭、さやいんげん、まいたけ、牛乳を入れて一煮立ちさせたら出来上がり。



新星マリン漁協

伊藤 智恵さん