

北海道ぎょれん広報

なみまるくん



12
2019
No.374

[うみ・なかま コミュニケーション]

北海道
ぎょれん



特集

地域で愛される逸品

笑顔がいっぱい「浜のおかあさん料理教室」

マチコさんの あさかな コラム

札幌で活躍する2人の管理栄養士の方に、旬の魚をテーマとしたコラムを交互にご寄稿頂きます。

「昆布」

昆布のうま味と栄養素で 生活習慣病を予防！

厚生労働省が策定するエネルギー摂取量や栄養素摂取量の基準となる「日本人の食事摂取基準」が、2020年に改定されます。その中でも大きく変更されるものの1つが食塩相当量です。現在の目標量は男性で1日8・0g未満、女性で7・0g未満。来年からはさらに下がって男性7・5g未満、女性は6・5g未満になります。

私は、病気に栄養がどのように関わっているかを学ぶ臨床栄養学について学校で講義をしています。食塩の摂り過ぎがさまざまな病気の原因になることが実に多いです。

仕事柄、減塩についてのレシピ作成やセミナーの依頼を受けることがあります。その際「うま味」を利用することを常に伝えています。

うま味成分の代表格が「グルタミン酸」。グルタミン酸は神経の興奮を抑えるGABA（ギャバ）の材料にもなるアミノ酸の一種です。グルタミン酸と言え

ば昆布でしょう。今、昆布の健康への働きが再評価されています。それは昆布の茶褐色の色素成分「フコキサンチン」が、脂肪の燃焼作用があることが明らかになってきているからです。さらに糖尿病の予防にも作用するのではと期待されています。抗酸化作用も高い成分でもあるので、昆布は生活習慣病の予防にはもってこいの食材と言えますね。

さらに特有のぬめり成分、「アルギン酸」にも注目が集まっています。アルギン酸は水溶性の食物繊維で、塩分の排出を促進して血圧の上昇を抑えたり、血中コレステロール値の低下、腸内環境を整える作用などがあると言われています。この他にもビタミンやミネラルなど栄養素がたっぷり含まれているのが昆布の大きなチカラ。

私も昆布で出汁をとっています。最近は食べやすく切れている昆布もあるので、煮物や和え物など手軽に利用できる製品も増えて嬉しいですね。

昆布の働きをいろいろな世代やたくさんの地域に伝えていけ

るよう、専門職として普及に携わっていったらと考えています。「昆布で道民は健康！」と言えるように。



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・なまか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
December 2019 No.374

12

01 マチコさんのおさかなコラム
「昆布」

02 特集1
地域で愛される逸品

06 特集2
笑顔がいっぱい「浜のおかあさん料理教室」

08 特集3
種苗生産に取り組む ー第1回 秋鮭ー

10 浜の家族物語
香深漁協/三上 知宏さん ご家族

11 頭すつきり!! 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
関連会社紹介 株式会社ぎょれん鹿島食品センター

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
香深漁協/三上 知宏さんご家族です。



穏やかな日差しの中の香深井漁港(礼文町)



地域で愛される逸品

北海道に美味しい水産物は数あれど、まだまだ知られていない逸品があるのでは。
 今月は、生産量が少ないなどの理由で、生産地域でのみ消費されることが多い水産物をご紹介します。

全道各地で様々な水産物が水揚げされていますが、まとまった量が獲れ、消費地へ出荷されていくものばかりではありません。地元の業者がまとめて買っていくもの、主に道外へ販売されて地元では出回らないもの、そもそも水揚げが不定期で買手がつきにくいものなど様々な水産物があります。

そんな中でも、漁獲量が少ないなどの理由で産地を中心に消費される水産物は、その地域の人しか知らない美味しさがあります。

小さいけれど旨みは抜群 上磯郡漁協のあかさら貝

あかさら貝は、ほたてやかきの養殖施設にたくさんあることが多く、仲間の道南や東北地方に生息しており、養殖施設にたくさんあるため、厄介者扱いされることも多かったようです。



が、そのおいしさから、東北では養殖を行っているところもあります。

北海道では、上磯郡漁協がかきの養殖施設につくあかさら貝の普及・流通に取り組んでいます。上磯郡漁協で水揚げされるあかさら貝の大きさは5〜6cmと小振りですが、味が濃く、ほたてより好きと言つ人もいます。地元の道の駅や、漁協の直営飲食店でも提供されています。あかさら貝のおいしさが広まるうえで課題となっているのは、蓄養ができないこと。水槽に入れても長持ちしないため、大消費地へ生きたまま届けることができません。

味もよく、黄色、茶色、紫色と殻の色も鮮やかなことから、一層の販路拡大を目指し、商品開発が行われており、今後、様々な形であかさら貝が楽しめるようになることが期待されます。

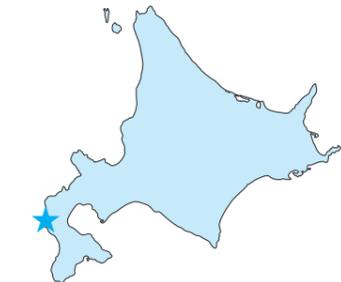


道の駅は日替りメニュー(上)として、漁協直営飲食店では蒸し焼き(左)で提供されています

えるほか、ふるさと納税の返礼品としても入手することができます。

強い磯の香りが特徴 ひやまののり

ひやままで採れるのりは、磯の香りの強さが特徴。



冬に旬を迎えるのりは、日差しと潮風がある口でないといふことができず、火山岩の岩場につくのは、し字型の道具を使っての手作業となるため、生産量はごくわずか。採取してからも、のりについた小石を取り、細かく刻んだ後、厚みを均一に、和紙のように成形するという作業があるなど、手がかかるそう。成形時にも、氷点下の外気で縮まないうように乾燥させることで隙間のない海苔が作られています。

地元の飲食店で「のり弁当」などとして味わ



全て手作業で収穫されるのり

脂ののった身が絶品

えりもの さめがれい

さめがれいは150m以深の海底に生息しており、太平洋沿岸でも漁獲されます。うろこがざらざらしており、

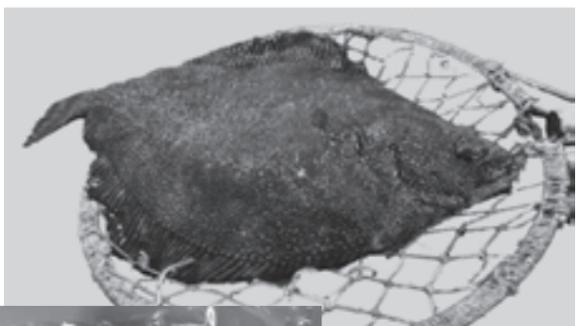


厚みもしっかりあるのりは、あぶると強い香りが漂います



鮫肌である事が名前の由来で、さばく際には手袋をしないと怪我をすることも。体表のぬめりやごつごつした見た目と、漁場が遠く、以前は鮮度を保ったままの水揚げが難しかったことから価格がつきにくくなっていました。輸送技術の向上に伴い、刺身で食べてもおいしいことが知られるようになりました。

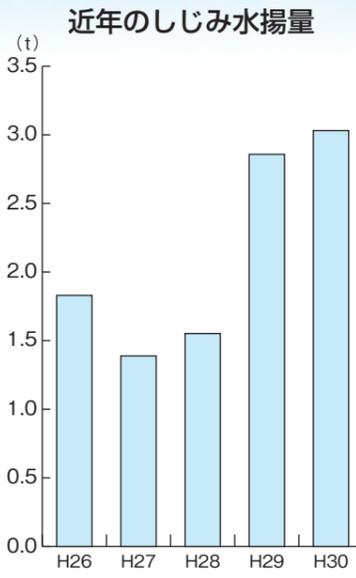
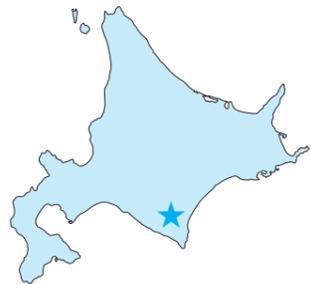
えりもでは水深500m以深で漁獲されることが多く、地元では煮付けはもちろん刺身でも食べられている他、刻んだ魚を塩と米麴で漬けて込み熟成させた「切り込み」などが加工品として販売されています。



ごつごつした外見に反して美しい白身のさめがれい。脂乗りのよいおいしい魚です

大樹町生花苗沼(オイカマナイト)のしじみ

漁獲されるしじみ(やまとしじみ)は、肉厚で大きいことが特徴です。殻長3cm以上が漁獲サイズとされ、5cmを超えるものも多く水揚げされています。生花苗沼でしじみの本格的な操業が始まったのは1986年(昭和61年)のこと。1995年(平成7年)には10トンを超える水揚げがありました。その後、その2年後には1.9トンとなるなど増減の後、減少傾向が見られたため、操業期間の制限や移植放流を行い、資源の維持・増大に取り組んできました。漁協青年部を中心とした「しじみ保存会」の産卵用母貝等の移植や漁獲サイズ制限といった



努力の甲斐もあり、近年は安定した生産量が維持されており、今後も一定量が漁獲できるよう取り組みを続ける予定です。生花苗沼のしじみは、漁獲数量が少ないことから、地元の道の駅で「幻のしじみ」として販売されており、立ち寄った観光客をその大きさと驚かせています。



大きなしじみは資源管理のためもの

殻は、殻長10cmほどにまで成長します。

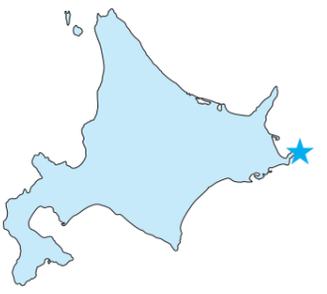
そんなおおのがいですが、根室湾中部漁協では、6月の大潮の1〜2日のみ漁獲される「幻の貝」として扱われています。1つ1つ手掘りで漁獲されたおおのがいは、水管を開いて乾燥させ、組合へ出荷されます。限られた時期にしか食べられない家庭の味ではありませんが、生のおおのがいのおいしい食べ方はフライだそう。また、根室湾中部漁協のネット通販サイトでは、おおのがいの珍味を販売していますが、今年の販売分はすでに終了しており、まさに「幻の貝」となっています。



深い砂地に生息するための長い水管が特徴のおおのがい

漁は年に1〜2回 根室のおおのがい

全国に生息しているものの、深さ30cmの砂泥の中にいることから漁獲されることは少ないおおのがい。白い貝

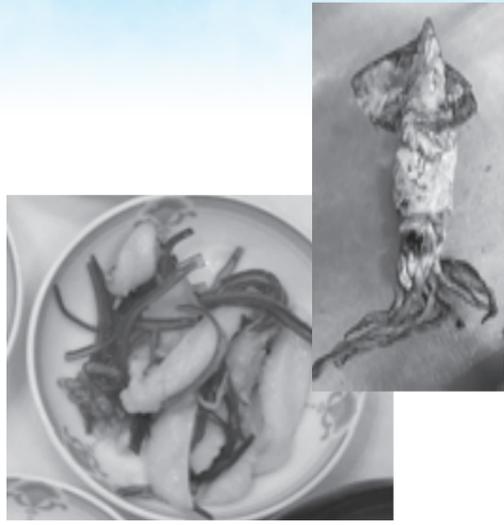


火を通して柔らかい 羅臼のどすいか

どすいかは、三陸より北の太平洋とオホーツク海の水深300m以上に広く分布しています。年間を通して漁獲されており、皮がはがれやすく、身に水分が多いからです。鮮度が落ちやすく、まとまった量が獲れないこともあり多くが地元で消費されます。



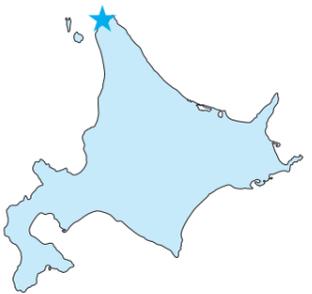
するめいかの代替品とされることもあるようですが、生で食べることはなく、おすすめの食べ方はフライやポイル。身が厚めで、加熱しても身が柔らかいことが特徴です。地元の食堂などで食べることができるほか、入荷状況次第では道の駅に隣接する漁協直売店で購入することもできます。



皮がはがれやすく、見た目はあまり良くないが味は絶品(右)。羅臼昆布の試食イベントではどすいかと昆布の中華炒めが提供されたことも(左)

歯ごたえ抜群! 稚内のもずく

稚内で採取されるもずく(糸もずく)は、独特の歯ごたえと強い粘りが特徴。多く販売されている沖縄のもずくとは別の種類で、スギモクという海藻に張り付いて成長するのが特徴です。もずく漁が解禁になるのは9月上旬。一つ一つ手摘みのため、1か月半の漁期の間も海の様次第で、数日しか出漁できないこともあるそう。採取後にはピンセットで細かな雑物を取り除く、根気のある作業も必要です。丁寧な作業の後、塩漬けや冷凍で出荷されたもずくは、地元の販売店や飲食店で入手することができます。



採取されたもずくは全て人の目でチェックされ雑物が取り除かれます

また、稚内のもずくは稚内の豊かな資源の中で生まれたり、生産された産品が認定される「稚内ブランド」にも認定されており、稚内の魅力を感じられるものとしてPRされています。



輸送や情報伝達といった技術の向上や、未利用資源の活用に向けた取り組みなどにより、様々な水産物に日が当たり始めてはいますが、その地域に行かなければ食べられないものはまだまだ存在します。それぞれの地域で愛される「ご当地水産物」のうち、今回ご紹介したのはごく一部。今後、より多くの方に「ご当地水産物のおいしさ」が知られていくことが期待されます。 ※なお、今回ご紹介した水産物のなかには、それぞれの地域を含む広い範囲で漁獲されるものもあります。

第140回 10月5日(土)

受講者：平岸高台小学校の児童・保護者
講師：胆振地区女性連



銀鱗輝く大きな鮭に歓声が上がります



応募者多数で満員御礼の料理教室です

- 紹介料理
- ◎ほたての、シソ・チーズ入り春巻き
 - ◎秋鮭のピーマン入り春巻き
 - ◎昆布のきんぴら ◎いくら丼 ◎鮭のあら汁

～新鮮!美味!浜のお母さん直伝料理は一味違います～

- 魚のさばき方や、なかなか子供が食べてくれない部位などの料理の仕方がわかったので勉強になりました。(50代)
- 産地のことや、加工の工程など普段気が付かないことに触れられ勉強になりました。講師の皆様も親切で大変ありがとうございました。何よりとてもおいしかったです。(40代)
- 家では面倒で焼き魚やお刺身くらいしか出さないで、習ったのを家でも作りたいと思いました。(30代)
- 自分では思いつかない調理法を教わるのでありがたいです。(40代)
- 旬の食材でたくさんの料理を作り、おいしく頂きました。普段子供には料理をさせないので、貴重な経験をさせてもらいありがとうございました。(30代)

第141回 10月12日(土)

受講者：市立札幌開成中等教育学校の生徒
講師：日高地区女性連



浜で働くゴムカッパ姿で登場しました



昆布や秋鮭を話題に楽しくなる会食時間

- 紹介料理
- ◎日高のお宝炊き込みごはん
 - ◎つぶと昆布のからめ煮
 - ◎海と山の幸☆かき揚げ ◎鮭鍋

～見る・つくる・食べる、全て楽しい時間でした!～

- 去年参加した友達に「とてもオススメ!」と聞いて、初めて参加しました。明るい浜のお母さん方と楽しく料理をし、豪華でとてもおいしい料理を食べられて大満足でした!(高1女子)
- 浜のお母さんが気さくに、優しく教えて下さり、とても楽しかったです。素敵な経験となりました。(高1女子)
- 今日はお忙しい中ありがとうございました。私は教師として参加させていただきましたが、生徒と同じように楽しく料理をすることができました。準備が用意周到で時間配分もよく味も食材もすごく良かったです。子ども達も食に興味を湧いた様子で、海の命について考えている会話があり、今回の教室がとても有意義なことを改めて感じることができました。(教師、女性)

おなか満腹! 心も満福!
笑顔がいっぱい「浜のおかあさん料理教室」



浜で働くお母さん達が「北の海で獲れる新鮮な魚介類の美味しさを多くの人に紹介したい」と始めたお魚料理教室。調理方法が分からず、少し苦手なお魚料理も、浜のおかあさんと一緒に作れば「目からウロコ」の美味しさに出会えます。味の決め手は「浜のお母さん直伝のアドバイス」。おなか満腹、心も満福となった参加者皆さんのお礼の言葉を紹介します。

第139回 9月14日(土)

受講者：コープさっぽろ東地区会員
講師：釧勝地区女性連



初心者からベテランまで、世代を超えて人気があります



強力な応援団。コープさっぽろ組合員活動委員会の皆さんと

- 紹介料理
- ◎さけ餃子 ◎変わり松前漬
 - ◎いくら丼 ◎鮭のあら汁

～技あり! 浜のお母さんの包丁さばき～

- 料理は苦手ですが、とても楽しく参加できました。秋鮭を包丁でたたいてほぐすのが初体験だったので新鮮でした!(20代)
- 生産者さんから教わる機会はとても貴重でした。手際よく進行していただき、楽しかったです。(50代)
- 今まで参加したかったのですが、今回やっと参加できてうれしいです。新鮮な鮭! イクラ! とってもとてもおいしかったです!! ありがとうございました!(70代)
- 浜のお母様たちの活気あふれる笑顔に出会えて、うれしいです。(60代)
- とっても楽しく参加できました! お家でも作れそうで良かったです! おなかいっぱいです。☺ (20代)

殖やし育てる漁業の源として 種苗生産に取り組む — 第1回 秋鮭 —



秋鮭の種苗が生産されるまで

① 捕獲

秋、産卵のために母川に戻ってきた親鮭を生け捕りにし、卵と精子が採れるようになるまで蓄養池で成熟させる。

② 採卵・受精

成熟したメスから卵を取り出し、すぐにオスの精子をかけた後、水に浸けて受精させる。

③ ふ化器に収容

受精した卵はふ化器へ収容し、水温約8℃の流水で管理する。

④ 発眼・ふ化

受精卵は1ヶ月ほどで目が出る(発眼)。発眼したらふ化場の養魚池に移し、その後さらに1ヶ月ほどでふ化し、仔魚となる。

⑤ 浮上・飼育

養魚池で泳ぎ出した(浮上した)稚魚を飼育池に移し、餌を与えて体重1gほどまで育てる。

⑥ 放流・降海

春、海の水温が高くなり、5℃を越えたら稚魚を川へ放流する。

より多くの秋鮭が来遊し、次世代の資源が確保できるよう、各管内さけ・ます増協、北海道さけ・ます増協ともに植樹や河川環境パトロールを行うなど、より良い河川環境づくりに積極的に取り組んでいます。

合わせて、国・道の研究機関から技術的な助言を受けるなど、連携して種苗生産を進めるとともに、研究機関の調査研究にも協力し、来遊数が大きく変動する原因の解明や、生残率の高い稚魚を生産するため、ふ化放流技術の改善に向けた取り組みを進めています。

来遊数増加のための取り組みと啓発



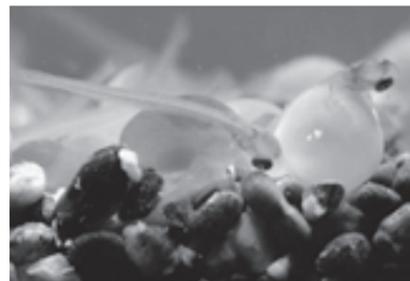
(公社)北海道さけ・ます増協

北海道の漁業生産の主要魚種であり、道内の多くの浜で水揚げされる秋鮭。その種苗のほとんどは、道内9管内のさけ・ます増協によって生産され、4〜5年後の多くの来遊を期待し、道内の144河川に約10億尾の種苗(稚魚)を放流しています。

日本海・渡島・胆振・日高・十勝釧路・根室・北見・宗谷・留萌の9つの管内さけ・ます増協が、各地域の種苗生産(親魚捕獲・採卵・ふ化放流)を担い、9つの組織の調整役である(公社)北海道さけ・ます増協が、各

殖やし育てる漁業、と言われて久しくなりませんが、そのためには、種苗となる稚仔魚が欠かせません。

今月は殖やし育てる漁業には必要不可欠な稚仔魚の生産のうち、秋鮭の種苗生産とさけ・ます増協(以下さけ・ます増協)についてご紹介します。



栄養となる卵黄囊がある鮭の仔魚(上)。毎年、たくさんの稚魚を育てるさけ・ますふ化場(下)

また、管内さけ・ます増協では、道内の文化伝承行事や社会・学校教育・試験研究等で、特に自然環境の保全や命の大切さを教えるための教材としてさけ・ますの種卵・親魚・稚魚を提供しています。平成30年度は、約90件の申請があり、多くの方にさけ・ますを身近に感じてもらったことが嬉しかったです。

また、北海道さけ・ます増協では、道民の皆さんに「秋鮭」と「さけ・ます増殖事業」への理解を深めてもらい、「食育」の教材としても活用してもらったため、毎年、全道の小学生とサケ科学館などを対象に、「秋サケブック」を作成・配布しています。

さけ・ます増殖事業のこれから

近年、秋鮭は漁獲量の減少が続ぎ、大変厳しい状況になっていますが、そんな中でもさけ・ます増協では、秋鮭資源の根幹となる種苗生産を今後も粘り強く続け、秋鮭来遊数の回復を目指し取り組んでいます。



地域の事業が効率的・安定的に行われるよう、事業の調整や助成・指導などを行い、10の組織が一体となって秋鮭来遊数の維持増大と安全安心な水産物を安定して供給することを目標に事業が進められています。

全道には140以上のふ化場・飼育施設があり、各地域で種苗生産を行う中で、放流された後に河川や海的环境変化に適応出来るよ

シークワードクイズ
12月のテーマ「鍋の材料」

ネ	ビ	ゲ	キ	サ	バ	テ
エ	ミ	ア	キ	タ	ク	ユ
レ	ミ	ツ	シ	リ	ニ	ワ
ン	フ	ア	バ	モ	モ	ク
コ	ン	ニ	ヤ	ク	モ	チ
ン	メ	シ	ギ	ン	リ	エ
グ	ン	ナ	ン	ギ	ト	セ

12月は鍋の材料がテーマです。寒くなるとやっぱり鍋料理が恋しくなりますね。
図の中で、たて、よこ、ななめの一直線に下のリストのキーワードが読める様になっています。
どこにあてはまるか探してください。すべて探し終わったら、どれにも使用しなかった文字をうまく並べかえてください。

リスト

- アシタバ(明日葉)
- アツアゲ(厚揚げ)
- エビ(海老)
- エリンギ
- キリモチ(切り餅)
- ギンナン(銀杏)
- コンニヤク(こんにゃく)
- セリ(芹)
- チクワ (竹輪)
- ツミレ(つみれ)
- テバサキ(手羽先)
- トリモモニク(鶏モモ肉)
- ナメコ(なめこ)
- ネミツバ(根三つ葉)
- モヤシ(もやし)
- ユバ(湯葉)
- レンコン(れんこん)

〈ヒント〉本場、下関では「袋ぜり」で競りが行われます。

解き方

リストの言葉をマス目の中からタテ、ヨコ、ナナメの一直線に探していきます。文字は逆方向から読んでも、他の言葉と重複して読んでもOK。すべて見つけた後、使われなかった文字をうまく並べかえたと答え(魚の名前)になります。

例題

ア	コ	ン	ブ
キ	ア	サ	リ
ア	バ	ン	サ
ジ	コ	マ	イ

リスト

- アキアジ
- コマイ
- プリ
- サンマ
- コンブ
- アサリ

〈解答〉サバ

どれにも使用しなかった文字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。

11月号の解答と当選者

カワハギ

ツ	カ	オ	イ	ダ	ボ	ツ
ム	ツ	ロ	ウ	ワ	ム	ハ
カ	ロ	グ	マ	ロ	ク	コ
ア	チ	ド	ク	シ	シ	ダ
イ	ン	ノ	ブ	キ	サイ	イ
ダ	ハ	コ	ブ	ダイ	イ	キ
メ	ト	オ	ウ	ビ	ト	キ

(島 牧 村) 高島 里子さん
(函 館 市) 若 葉さん
(豊 浦 町) 竹島 美子さん
(苫 小 牧 市) 浅水 麗佳さん
(根 室 市) 鍋島 勇子さん

間違いさがし

間違いは5つです。

※右と左の絵には、5カ所の異なる箇所があります。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。

今月の家族物語
浜の物語



【三上さんご一家】 三上 知宏さん(43歳)、由紀子さん(42歳)、咲空ちゃん(8歳)、航大くん(4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いたします。今回は、香深漁協の三上さんご一家です。

思った通りに獲れることに手ごたえ

春にはなまこ漁、夏にはうに漁、昆布漁を中心に営む知宏さん。高校卒業後には札幌で建築関係の仕事をしていたそうですが、父 光男さんの病気を機に島へ戻り、30歳から漁業を始めました。「子どもの頃の手伝いは昆布を干したりする程度だったので、なまこやうには戻って来てから始めました。戻ってすぐに父が亡くなったので、最初はローブをプロペラに巻きこんだりと大変でしたね」と話します。「今はなまこ漁が面白いです。八尺を曳いて船に揚げたとき、思った通りに入っていると手ごたえを感じますね」と笑って教えてくれました。

安定した漁獲ができるように続けたい

京都出身の由紀子さんが礼文島に来たのは、バイクでの旅の途中。「キャンプ場に昆布のアルバイトを

している人がいて、誘われて飲みに行ったのが出会いですね」と知宏さん。由紀子さんは「まさか礼文で結婚するとは思わなかったですが、今の生活は楽しいです。島で獲れたたこを使ってたこ焼きパーティをすることもありますよ」と笑います。

長女の咲空ちゃんはパパ似で習字が得意な小学2年生。集中力があり、うに剥きを3時間続けたこともあるそう。長男の航大くんはママ似で乗り物が大好き。自転車に補助輪なしで乗れるようになったのが楽しくてしょうがない4歳児です。

来年の目標について知宏さんは、「今年のはなまこのノルマを達成できたので、来年も達成したいな。資源の様子も見ながらけど、この先も安定して確保できるようにしていきたいね」と話してくれました。



北海道漁協専務参事会研修会を開催

「プロフェッショナルに見る仕事の流儀」について、 脳科学者の茂木健一郎氏が講演

11月20日(水)、第2水産ビル8階で「令和元年度北海道漁協専務参事会研修会」が開催され、全道の漁協専務参事をはじめ関係者116名が出席しました。研修会は本道の漁協専務参事が研修を通じて、経営管理者としての知識の習得と資質の向上を図り、本道漁業の振興と漁協経営の安定強化に資することを目的に開催されています。

本年度の講師は、脳科学者でソニーコンピュータサイエンス研究所上級研究員の茂木健一郎氏で、演題は「プロフェッショナルに見る仕事の流儀～小さな「こだわり」がもたらす大きな違い～」。茂木氏はプロフェッショナルと呼ばれる人達との交流を紹介し、自己を高めるための「小さなこだわり」の大切さをユーモアたっぷりに力説。本道漁業を支える出席者の皆さんにエールを送ってくれました。



全道から多くの漁協専務参事が参加し、漁協経営管理者としての資質向上に努めました



「小さな「こだわり」がプロフェッショナルへの道!」と語る茂木講師

03

11月15日は「昆布の日」

今年も読売新聞の全面広告で、 昆布の栄養、食べ方をPRしました

読売新聞の「昆布の日・全面広告」が、11月15日(金)(一部地域では14日(木))、全国390万紙に一斉掲載されました。

広告では、昆布消費量日本一である富山県出身の柴田理恵さんが、昆布の魅力や普段の使い方、一押しメニューを紹介しています。また、内臓脂肪の減少やメタボ対策、減塩等に効果が期待できる昆布の栄養素を、大妻女子大学の青江誠一郎先生が優しく解説しています。

広告紙面を本誌に折り込んでいます。ぜひお手に取ってご覧ください。



広告は新聞1ページに大きく掲載されました

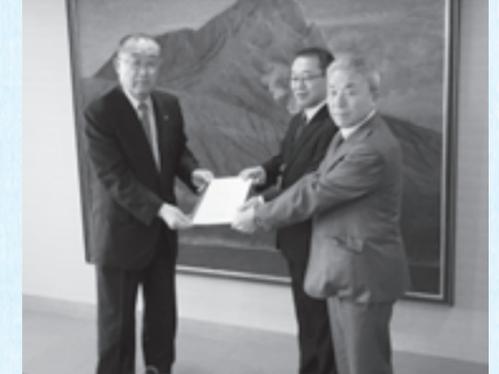
04

トド等海獣類による漁業被害の軽減を目指して

北海道猟友会へハンター派遣等の 協力要請を行いました

11月6日(水)に札幌市の第1水産ビルで、北海道日本海沿岸漁業振興会議とぎょれん、北海道が連名にて北海道猟友会に対し、トド駆除におけるハンター派遣等の要請を行いました。この要請は漁業の合間に駆除を実施する漁業者ハンターのみでは人員が不足し、トド駆除に支障をきたすことから、更なるハンターの確保や技術向上のため、猟友会に所属するハンターの協力を求めるもので、採捕枠が大幅に増えた平成26年から行われています。

今回の要請を受け、北海道猟友会の天崎会長からは引き続き協力していく旨快諾をいただきました。猟銃による駆除や追い払いは最も効果的な対策の一つであることが確認されており、今後、トド対策の一層の強化が期待されます。



天崎猟友会会長(左)へ要請書を手渡しぎょれん本間常務(右)と北海道庁生田水産基盤整備担当局長(中央)

01

新たに47名の漁業者が誕生

漁業研修所で海友祭・修了式が行われました

11月4日(月・祝)、鹿部町にある北海道立漁業研修所で、第12回海友祭が開催されました。毎年大好評の実習生の手作り水産加工品販売や包丁研ぎ実演などが行われ、研修の成果をお世話になった地元の人や研修生の家族に披露することができました。

翌5日(火)には修了式が行われ、47名の研修生が緊張の面持ちで修了証書を受け取りました。喜多漁業研修所長は「周囲から信頼され、次の世代の人が憧れ、目標にするような漁師を目指して、これからも日々研鑽を積んでください」との式辞で研修生を送り出しました。研修生代表の片川黎哉さん(雄武漁協推薦)は「研修所での経験を糧に立派な漁師となれるよう精進を続けます」と述べ、今後の更なる成長を約束しました。



修了生代表として答辞を述べた片川さん(雄武漁協)



道内各地で漁業者人生を歩みだす47名

02



北海道と消費地をつなぐ

株式会社ぎよれん鹿島食品センター

北海道の漁業を様々な形で支えるぎよれんの関連会社をご紹介します。
 今月は、首都圏にある立地を生かして道産水産物のおいしさをそのままに全国の消費者へお届けしている(株)ぎよれん鹿島食品センターです。

秋鮭、いくら、ほたて、昆布を中心に、生協や量販店向けの製品を製造する(株)ぎよれん鹿島食品センター(以下、鹿島食品センター)消費地に近いという地の利と、地域ごと・バイヤーごとの要求に応じてきめ細やかな対応が可能ことから、消費地支店には欠かせない存在となっております。



株ぎよれん鹿島食品センター
 所在地：茨城県神栖市
 役員ほか：常勤役員22名
 従業員・アルバイト114名(令和元年10月末)

鹿島食品センターは元々、ぎよれんグループの(株)ぎよれん食品(現(株)ぎよれん北光)の流通加工センターとして設立され、昆布など乾物を中心としたグロッサリー部門と秋鮭、ほたてなどの水産部門の2部門で運営されています。ぎよれんの直販事業の大部分を占める生協の共同購入事業の拡大とともに成長・発展してきており、2000年(平成12年)に、ぎよれんの完全子会社となりました。

安全・安心を支えるクリーンルーム

冷凍された原料を北海道から搬入し、製品加工して販売する鹿島食品センターでは、「菌を増やさない」ことも重要です。そこで、安心・安全な食品を消費者へ届けるうえで、強力な支えとなっているのが「クリーンルーム」



クリーンルームではいくらなどのカップ製品の製造が行われています

ム」の存在です。クリーンルームとは、空気の清浄度が保たれた部屋のことで、多くは精密機器の製造や医療で使用されています。鹿島食品センターでは水の使用・不使用に区分した2つのクリーンルームがあり、水を使用しないクリーンルームでは、手術室より清浄な室内環境で作業ができるようになっていました。

より良い環境での安心・安全な製品づくりの取り組みが取引先や消費者からの信頼を重ね、鹿島食品センターの成長につながってきました。

機械化で課題に取り組む

鹿島食品センターの特徴の一つは、機械化による省人化の取り組みです。水産業界でも労働力不足が課題となっていますが、鹿島食品センターでは機械設備の導入を進めることでこの課題に取り組んでいます。

現在一番新しい機械は、9月に導入したばかりの「自動計量包装機器」。主に冷凍ほたての製品製造に活躍しているこの機器は、原料を投入するだけで、14個のはかりの組み合わせによる計量、充填及び包装を自動で連続的に行うものです。製品にもよりますが、約10人で行っていた作業が、4人で半分の時間で済むようになりました。

また、投入した冷凍フィレの形を3Dで解析し、規定の重量通りにカットする「イタサン」や人気商品である秋鮭切身の個包装を生

産している「深絞り真空包装機」なども活用し、多種類の製品の製造に当たっています。

機械化を進める一方で、昆布製品の包装や製品の選別作業などは熟練の従業員に支えられている現場です。年末にかけて需要期を迎える昆布製品は、まさに今が繁忙期。機械では対応できない作業の多い昆布製品の製造は、まだまだ人の手が頼りとなっております。

また、11月からは鹿島食品センターでは初めてとなる外国人技能実習生6名がベトナムより来日し、業務に当たっています。実習生は今後も増員する予定で、鹿島食品センターの新たな戦力として期待されています。



品質を保つため「自動計量包装機」の本体である階段の上部分は丸ごと冷蔵庫内に入っています



この機械の導入で、効率的な生産体制がとれるようになりました

社長よりごあいさつ



ぎよれん鹿島食品センター
 大谷内社長

生産者ならびに漁協役職員の皆様には、日頃より弊社事業の運営に多大なるご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

弊社は、消費地型の流通加工機能を担い、産地と連携を図りながら、道産水産物の切身加工や小パック加工を施し、首都圏の消費者を中心に毎年、約一千万パックをタイムリーに届けています。

また、弊社にとって昨今の北海道水産物の減少による原料不足も大きな課題ではありますが、ここ数年の労働力不足は深刻な状況となっており、今年度より外国人技能実習生の受け入れをスタートさせました。更には大型自動計量包装機器も導入するなど、補強と省人化を同時に進め、変化する消費者ニーズにも対応できるよう体制強化を図っています。

来年度には、センター創設三十年となりますが、これからも浜の期待に応えられるよう、より良い商品づくりを目指し、一層の努力をして参りますので、引き続きのご理解とご協力の程よろしくお願いいたします。

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12月号への感想・ご意見など(※150字程度まで)
- ②11ページのシークワードの答え
- ③住所・氏名・年齢・電話番号

【宛先】12月16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ページの間違いさがしの答え



(矢幡)

写真は景勝地日本平から撮影した清水港と駿河湾、そして富士山です。温暖でまぐろやさくらえび、お茶、みかんと同様な名物もありますので、一度訪れてみてはいかがでしょうか。

台風、大雨が続いた秋でしたが、気づけばもう初雪が降る時期に。今年は雪が少ないといわれていますが…。

秋は鮭やイクラが美味しくて新米のご飯には最高のおかずです。

(函館市) ふうふうさん 38歳 (豊浦町) 竹島美子さん 71歳

寒くなって来ましたね。インフルエンザの予防接種に行つて来ました。なみまるファンの皆様も風邪ひきませぬように!! あっそうそう!! サラメシにこの番組大好きで…(ひとり居酒屋出てましたね、ビックリしました!)

寒くなって来ましたね! コタツも出してストーブもつける日が増えてきました! スケソウの時期ですが、中々漁が無いと嘆いている旦那さん! 今年もあと少し頑張つて!

今年も早いもので、今月を残すだけとなりました。2019年を振り返る時期です。今年身回りの回りも世の中の動きも「あたりまえだ」と思っていたことがあたりまえでなくなる。そんなことを実感することが多かった年だと思えます。

毎年、秋に大学時代の友人と旅行に行くのが恒例となつており、今年は学生時代を過ごした静岡へ行きました。静岡と言えばやはり富士山。今は、私も友人も富士山が見えない土地にいます。懐かしさはひとしおでした。圧倒的な大きさはもちろん、なだらかな稜線や冠雪した際のコントラストはとて美しく、特別なものに感じられます。

みなさんのお便りをつくるページです。なみまるおたより箱 From Readers

カワハギは私たちの方ではチュンチュンと言つてさしみにしても干して食べてもとても美味しいお魚ですね。昔はたくさん獲れていましたが、今はあまり漁が無く、とても貴重な魚になってしまいましたね。何か今の海はどうしてしまったのか、何も獲れない海に変わつてしまつてもとても浜もさみしいですね…。

「あたりまえだ」と思っていたことがあたりまえでなくなる。そんなことを実感することが多かった年だと思えます。今年も早いもので、今月を残すだけとなりました。2019年を振り返る時期です。今年身回りの回りも世の中の動きも「あたりまえだ」と思っていたことがあたりまえでなくなる。そんなことを実感することが多かった年だと思えます。

編集後記

私はいつもあたりまえにいてくれる家族に感謝し、来年も健康に留意してがんばりたいです。(藤江)

大漁祈願!

news 浜のほつとニュース

小樽

秋鮭定置網漁も終漁し、浜にはたら、助宗、はたはた等が並び始めました。時化の多い時期ですが、安全作業のもと豊漁に期待したいです。一方、各地区の漁協青年部が小中学校で行う「漁師の出前授業」を開催しています。児童たちはロープワーク体験や番屋見学をすることで地場産業や魚について学びます。普段目にするのではない風景に児童たちからも活発な質問が出ています。

室蘭

秋鮭定置網漁も終漁となりました。水揚げは昨年より比べると2割程度減少、浜値はやや安値で推移しています。これからは管内の基幹魚種である養殖ほたてと、助宗が盛漁期を迎えます。助宗はサイズが大きく、水揚げも昨年の5割増し程度であり、今後の水揚げに期待しています。気温も下がり、時化模様が多い季節となりますので、皆様の今後の安全作業を祈願しています。

根室

先月から好調であった釣りのいか漁に加え、羅臼漁協の定置網でもいかが大漁となっています。11月11日には定置網に17,000ケース(1ケース20キロで約340トン)が水揚げされるなど4年ぶりの豊漁に浜は賑わっています。秋鮭の記録的な不漁に悩まされている定置網漁の関係者は、漁の最終盤に遅ればせながらやってきた来訪者に大きな期待を寄せています。積雪のニュースも流れ始め、時化早くなるなど、これからは厳しい条件下での作業が増えてくるとも思います。くれぐれも事故が起きないように、皆様の安全作業を祈願しています。

留萌

11月に入ってから時化が多くなり、気温も急激に下がって季節は秋から冬へと移り変わろうとしています。管内ではえび桁漁に続き、ほたて半成貝出荷も各地区で開始されています。これから順調に出荷が進むことを期待します。今後日本海は寒く、厳しい気候に見舞われますが、各漁が安全に操業し豊漁であることを祈念しています。

梶山

11月上旬をもって秋鮭定置網漁が昨年対比167%の結果で終漁となりました。一方、11月25日からは梶山管内に冬の訪れを告げる釣り(延縄)助宗漁が開始されます。釣り助宗漁は魚体を傷めることなく高鮮度で出荷できることが特徴で、組合各支所では鮮度保持に注力しています。来遊が増えた秋鮭漁に続き、今期の釣り助宗漁が豊漁となることを願っています。

函館

10月下旬から11月上旬にかけ、南かやべ地区の定置網漁でふくらぎが大漁となりました。連日100トン以上水揚げされ、浜は賑わいを見せています。一方、いかなの水揚げも増加傾向にあり、今後の伸びに期待をしています。さらに砂原から楡法華にかけて行われている助宗刺網漁も昨年対比186%と好調な出だしとなっています。降雪が始まり厳しい寒さが続きますが、安全作業の上、今冬の豊漁を切に願っています。

日高

秋鮭定置網漁は11月23日をもって終漁予定です。当初の豊漁予想を覆し、数量は前年を下回り、単価も値下がりしたため、水揚げ金額は大幅に下がりました。資源の回復を期待します。沖合刺網を中心としたかかれい、真だら等の水揚げは増えています。さらに今後、豊漁を期待するはたはた、毛がに等は年末需要に向けた稼ぎ頭です。時化早い時期でもありますので、安全に操業することを願っています。

釧路

寒さが日増しに厳しくなり、本格的に冬の到来を迎えた管内では、たらたこの水揚げがまとまり始めました。今後、毛がにやほつき、ばばがれいなど冬の主役達の水揚げが本格的に始まります。一方でししゃも漁は終盤を迎え、管内全体として、現時点で昨年対比6割程度の水揚げとなつてしまいました。これから厳冬期に入りますので、引き続きの安全作業と豊漁を願っています。

北見

日に日に寒さが厳しくなる中、各浜の秋鮭定置網漁は終漁を迎えました。現在は底建網漁で連日かかれいやせい、ふぐ、いかななどが水揚げされ、まだまだ浜は賑わいを見せています。一方、サロマ湖のかきはこれから旬の季節を迎えます。時化も多い季節となつてまいりますが、安全作業と大漁を心より祈願しています。

稚内

冬を迎え、一面が雪景色となり、海も時化に見舞われる日が続く中、管内の秋鮭漁、ほたて漁は無事に終漁を迎え、ともに昨年を上回る数量の水揚げとなりました。いか漁は終盤に入りましたが、11月より水揚げが増えており、夏場の不漁から巻き返すべく、浜は活気づいています。厳しい寒さが続く時期ですが、新年に向けて安全作業で豊漁となることを願っています。

安全作業の徹底は 新人・ベテラン 皆同じ

公益社団法人 北海道海難防止・水難救済センター

心も体もほっと温まります。

かにの幸せ味噌汁

浜のおかあさん

レシピ



今回は「かにの味噌汁」をご紹介します。

かにを使った豪華な一品。かにの旨みが上品な味に仕上げてください。かにを長く煮すぎないのがポイントです。

材料(4人分)

きざみ昆布…10g 水…適量
長ねぎ…適量 みそ…約100g
かに…足4本

作り方

- 鍋に4人分の水を入れて、きざみ昆布を入れ煮る。
- 長ねぎを小口切りにしておく。
- 煮立てた鍋にみそを入れて、さらにかにの足を入れて、ふきこぼれないよう2分程度煮る。
- 器に盛りつけて、長ねぎを入れて出来上がり。



えりも漁協

川崎 尚子さん