

北海道ぎょれん広報

# なみまるくん

3

2022

No.401



「うみ・なかまコミュニケーション」

令和3年度 全道漁協漁場環境保全研修会、  
全道漁協指導部門担当者会議が開催  
学研漫画完成報告「まんがでよくわかるシリーズ」

特集

北海道

ぎょれん

# 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。

## 「はまぐりで新しい春の 運氣アップ!」

この冬、北海道は大雪に見舞われる日が多かったですね。雪解けは遅そうですが、春を感じる3月に入りました。

大雪と言えば私はあの全道的に大豪雪の1月中旬、道東出張が入っていました。無理して行こうと試みたのですが周りの方々に猛反対され、泣く泣く断念。もし出張に行っていたら大変なことになっていたでしょう。

実はこの1〜2週間前から、何故か急に出張に行く自信がなくなっていました。これは正に予感的中。時々こういう現象が起こります。日々、直感を頼りに生きているとその感が研ぎ澄まされてくるのかもしれませんが、そのせいか日頃からあまり悪い言葉を発しないように気をつけています。私が敬愛する音楽家が「マイナスなことを考えたり、言葉にすると本当になるから考えないようにしよう」と言っていました。マイナスなことを考えそうになるとこの言葉を思い出し、すぐに払拭するように

しています。

私の周りにいる仲の良い友人たちは皆プラス思考の人ばかりです。そういう人たちといると運氣も上がるように思います。

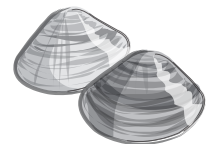
運氣アップと言えば縁起の良い魚介類の一つが「はまぐり」。3月のひな祭りには欠かせない食材ですよ。はまぐりの殻は同じ貝のものではないと両方がピタリと揃わないことから、良縁をもたらすとか夫婦円満の象徴としてひな祭りや結婚式に用いられています。その発案者は江戸幕府八代将軍の徳川吉宗だとか。

はまぐりには上品なうま味があり、味噌や酒蒸し、煮たり焼いたりしてもおいしいですよ。このうま味成分の正体は「コハク酸」。コハク酸はエネルギーを作るときに活躍する成分でもあります。

また、アミノ酸の一種「タウリン」も豊富。タウリンは血圧上昇やストレスに関与する交感神経を抑制する作用があります。

さらに骨や歯を丈夫にしたり、神経の興奮を抑える「カルシウム」も含まれています。はまぐりは穏やかな心をもたらす二枚貝と言えますね。

はまぐりは、縁起が良い上に健全な心身を助けるため、運氣も上がりそう。ひな祭り以外にも新しいことがスタートする春におひとついかがですか。



うえ さか  
上坂マチコ  
お食事のカウンセリングサロン  
colan代表/管理栄養士/料理家/  
コラムニスト  
テレビ出演、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。講演会や食事指導、料理講師、短大・専門学校の非常勤講師など活動は多岐。ぎょれんと共に昆布や鮭の情報を広く発信。

[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  
March 2022 No.401

3  
2022

- 01 マチコさんのおさかなコラム  
「はまぐりで新しい春の運氣アップ!」
- 02 特集1  
令和3年度 全道漁協漁場環境保全研修会
- 04 特集2  
令和3年度 全道漁協指導部門担当者会議が開催されました
- 06 不器用おやじの「宅飲みの肴」どうでしょう
- 08 なみまるインフォメーション
- 10 学研漫画完成報告「まんがでよくわかるシリーズ」が発行されます
- 11 頭すっきり!! ブレイクタイム
- 12 大漁祈願!  
浜のほっとニュース
- 13 みなさんのお便りでつくるページ  
なみまる おたより箱



新型コロナの影響で多くの取引が相対などに変更されるなか、この日は石狩産のにしんの一部がせりにかけられ、せり人の威勢の良い掛け声が水産棟の場内に響き渡りました

表紙の写真  
札幌市中央卸売市場です

## 北海道沿岸域における温暖化と酸性化の影響

- 温暖化**：すでに本道沿岸域でも水温上昇が始まっており、漁獲される魚種や漁獲量、そして水産資源の工サとなる生物の分布や量も変わってきている。将来も引き続き水温の上昇が見込まれるため、対応が必要である。
- 貧酸素化**：海が温暖化する際に表層だけ温度が上がると、下の海水と混ざりにくくなり、表層以下の海水中に酸素が運ばれにくくなる「貧酸素化」が進行する。大陸斜面域では貧酸素化が始まっており、生息可能深度の浅化など一部の魚類には影響が出ている可能性がある。将来も大陸斜面ではさらに貧酸素化が強まるが、浅海域では温暖化による貧酸素化の影響は軽微。
- 酸性化**：酸性化とは大気中にある二酸化炭素（CO<sub>2</sub>）が海中に溶け、酸性の物質に変化する（pH 下がる）ことで、沿岸域ではすでに pH の低下が始まっているが、今のところ海産生物へ影響は出ていない。ただし、将来あまりにも pH が下がると生物に影響を及ぼすことが予測されている。対して世界中が CO<sub>2</sub> 排出削減の努力をすることで回避できる可能性があるとともに、河口域に藻場を造成するなどすることで河川からの影響を軽減し、数年から数十年程度遅らせることができる可能性がある。



国立研究開発法人 水産研究・教育機構  
水産研究所海洋環境部

小笠 恒夫（おの つねお）氏

北海道大学水産部卒。博士（水産学）。地球環境フロンティア研究システムを経て、2002年より独立行政法人水産総合研究センター北海道水産研究所に勤務。現：水産研究・教育機構 水産資源研究所海洋環境部 寒流第一グループ 主幹研究員。

◆**影響予測について**：現在観察されている海洋環境（水温、酸素量、pH など）と生物の関係が将来も保持されていると仮定したうえで予測されているため、そこがずれると全てずれる可能性がある。より正確な予測を得るためには、個々の海域における生物生産や資源量変動の仕組みをよく調査し、その知見に基づいて海域ごとに予測を行う必要がある。

## 赤潮発生に関する環境科学的アプローチ

- 赤潮の定義**：顕微鏡的微生物の一時に多量に一局部の海に出現して海水の変色を呈する現象を言うものにして、ときに魚介類のへい死を起こすことあり（岡村金太郎氏 / 1916 年）
- これまでに顕在化した赤潮の被害**：魚介類のへい死（特に養殖魚類）、終息時の貧酸素化（底生生物の被害）、魚介類の毒化（人間・陸上動物の被害）
- 赤潮発生の必須3条件**：①海洋環境～至適な水温・塩分、②栄養塩類～窒素・リンなど構成材料、③プランクトンの種～栄養細胞
- 赤潮発生に至るプロセス**：第一段階～発生源となる初期個体群の加入、第二段階～適度な環境下での栄養細胞の増殖、第三段階～増殖細胞の集積と持続



北海道栽培漁業振興公社・技術顧問  
北海道大学名誉教授・東京農業大学客員教授

門谷 茂（もんたに しげる）氏

北海道大学水産学部卒。博士（水産学）。香川大学農学部教授を経て、2002年より北海道大学大学院水産科学研究科教授。2016年に北大名誉教授。現在は北海道栽培漁業振興公社の技術顧問を務める。

- ◆**道東太平洋沖で発生した赤潮に関して今後重要視すること**：①発生海域における赤潮発生メカニズムの解明と発生予察（前もって推察すること）手法の開発、②赤潮原因プランクトンの水産生物に対する毒性の影響等の調査
- ◆**赤潮研究における重要なアプローチ**：①赤潮発生状況の正確な把握、②発生時の海洋構造の解明、③赤潮生物の分離・培養・生理生態の解明、④海水中の赤潮生物増殖促進因子（栄養塩など）の特定、⑤魚介類（特にうに）被害の作用機作（仕組み）の解明、⑥赤潮産生毒（現在のところあるのかどうか不明）の生化学的理解、⑦適切なモニタリング手法の開発

## 「北海道を取り巻く海洋環境の変化」をテーマに研鑽を深めました

2年前の令和元年度研修会の様子



新型コロナの感染拡大防止対策として  
オンラインで開催されました



研修会冒頭であいさつをする今本部長



昨年本道太平洋沿岸で発生した赤潮による漁業被害は国内最大規模になっています

研修会を主催する北海道漁業環境保全対策本部（事務局：ぎょれん環境部）は、漁業者自ら漁業環境を維持していくために、昭和38年に漁業者や関係団体の総意により設立されました。以来、本道漁業の振興発展と漁業経営の安定化のため、かけがえのない恵み豊かな自然環境の存続に取り組んでいます。

近年、漁業に直結する環境問題は、従来の河川を中心とした魚類の再生産環境や家畜の排泄物などから、バイオマス発電や洋上風力発電などの新規エネルギー開発、トンネル工事に伴い発生する有害物質含有土砂の受け入れ地問題などの新たな問題に加え、気候変動に伴う災害リスクや海洋プラスチック問題など、対応分野は多岐にわたってきています。

今年は昨年道東太平洋沖で発生した赤潮被害、また、赤潮発生要因の一つであると考えられる北海道沿岸域の温暖化などに注目し、「北海道を取り巻く海洋環境の変化」をテーマに、小笠氏は地球温暖化や海洋酸性化、貧酸素化といった本道沿岸域の環境変化が水産資源に実際にどのような影響を与えるのか、門谷氏は赤潮が発生するために必要な条件や過程などお話しいただきましたので、要約してご紹介させていただきます。

2月14日（月）、北海道漁業環境保全対策本部主催、公益社団法人全国豊かな海づくり推進協会共催による令和3年度全道漁協漁場環境保全研修会がオンラインで開催され、道内の漁協や系統団体、行政機関、自治体関係者など約180名が参加しました。

今年は「北海道を取り巻く海洋環境の変化」をテーマに、国立研究開発法人水産研究・教育機構の小笠恒夫氏と北海道栽培漁業振興公社技術顧問であり、北海道大学の名誉教授でもある門谷茂氏の2人の専門家を講師に招き、北海道沿岸域の温暖化の進行状況や日本の赤潮研究などについて講演が行われました。

## 会議の概要をご紹介します

### (1) 国費水産予算について

依田漁政課長からは水産関係の国費予算について、現在審議中の令和4年度当初予算と昨年末に成立した令和3年度補正予算から、予算平成の経緯と主な予算の内容について説明されました。本予算は「海洋環境の変化等に対応した持続的な水産業の推進」をキーワードに、これまで重点が置かれていた「水産業の成長産業化」から「持続性」を当初予算から重視した先進的な予算編成となっています。



水産庁 漁政部 依田漁政課長

### (2) 水産業のスマート化推進支援事業について

長谷川室長・三橋課長補佐からは次世代を担う農林漁業者生産性向上支援事業から「スマート農林水産業の全国展開に向けた導入支援事業」について、水産業に係る部分の説明がされました。助成対象となる具体的な機械等の要件や、事業全体の流れ、採択基準、そしてスケジュールについて示されました（事業の詳細については今後 Q&A が作成される予定です）。



水産庁 増殖推進部 長谷川研究指導課 海洋技術室長(左)、三橋研究指導課課長補佐(右)

### (3) 競争力強化型機器等導入緊急対策事業について

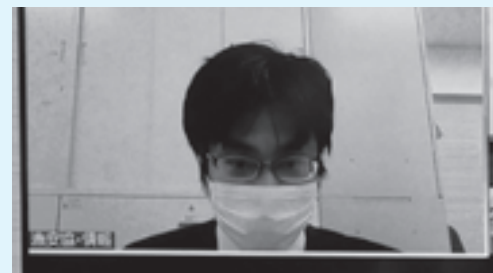
丹羽統括主任からは令和3年度補正予算のうちから「競争力強化型機器等導入緊急対策事業」について、事業の概要や支援対象者、対象となる漁業用機器など説明がされるとともに、実際の申請に係る書類の作成方法、増えている問い合わせ内容などが紹介されました。また、本事業の「助成を受けられない場合について」ということで、逆の立場から事業の助成を受けるための必要条件が細かく示されました。



(一社) 漁業経営安定化推進協会 丹羽統括主任

### (4) 漁業経営セーフティーネット構築事業について

緑川主任からは燃油や養殖用飼料が高騰したときに備えて資金を積み立て、有事には補填金を拠出する漁業経営セーフティーネット構築事業について今般の制度の改正を踏まえ、①令和4年度から大きく加入要件が変更されること、②補填における国の負担割合を上乗せする特別対策が燃油の削減率を基準として基本対策に組み込まれたこと、③これまでの取組要件に「資源管理協定(計画)」・「漁場改善計画」・またはそれらに準ずる取組による資源管理の取組が追加されたことなどが説明されました。



(一社) 漁業経営安定化推進協会 緑川主任

### (5) 水産業成長産業化沿岸地域創出事業について

佐藤次長からは現在各漁協が取り進めている「令和4年度水産業成長産業化沿岸地域創出事業(新リース事業)」の申し込みについて順を追って説明がされました。本事業では「『収益性の向上と適切な資源管理を両立させる』取組を計画し、それに対する必要な物件をリースする」ということが特に重要なポイントであるとしたうえで、従来より予算規模が縮小となったことにより「選考」となる可能性があることなども話がありました。



北海道水産業成長産業化審査会 佐藤事務局次長



## 特集 令和3年度 全道漁協指導部門 担当者会議が開催されました

令和3年度全道漁協指導部門担当者会議が2月14日(月)、ZOOMによるリモートで開催され(配信拠点:ぎょれん本所第一会議室)、全道の漁協や系統団体の担当者など約180名が出席しました。

本会議は北海道漁業の振興に資する国の施策・各種事業などに対する理解を深め、漁業指導事業のさらなる推進を図ることを目的として開催されています。会議では水産庁担当者より国費水産予算についての説明や水産業のスマート化推進支援事業についてなど説明が行われ、指導部門の重要性を認識するとともに、円滑な手続きに向けて最新の情報を共有する1日となりました。



ぎょれん 本間常務

【主催者あいさつ】

昨年の本道の水揚げ状況は、数量で117万トン、金額で2589億円と対前年比で数量では3%増、金額で28%増でしたが、秋鮭をはじめ、さんま、いか、昆布など依然として不漁が続いており、低水準のまま推移している状況にあります。自然環境の変化による資源の減少が大きな問題となっており、これらの課題となっています。

一方で、いわし、ほたて、にしんなど資源が回復傾向にあるものもあります。今後は陸上養殖、栽培漁業などの増養殖関係などを含めて持続可能な漁業を目指していかなければならないと考えています。

国の漁業法改正では、新たな水産基本計画に基づくTACの導入による新たな資源管理、積立ぶらすの活用等、漁船・漁具のリース事業、あるいは現在原油が高騰していますが、セーフティーネットのさらなる活用、スマート水産業によるICTの活用等、取り組むべき課題が山積しています。また、漁業者の高齢化・後継者不足、外国人実習生の入国規制

などの労働問題についても漁業経営において大変重要な課題です。

国は水産関係予算について、昨年の12月に令和3年度補正で1272億円、令和4年度当初予算で1928億円の合計3200億円と、3年連続3000億円を超える大型予算を組んでいたことを踏まえ、今後これらの予算をしっかりと活用させていただきながら、より効果的に漁業経営を支えられるような活動をしていきたいと考えています。

本日の会議はこれらの課題の解決に向けたさまざまな制度活用について説明があります。これらの制度をいかに活用していくか、漁協の担当者の皆さまのご理解と浜への的確な説明が重要であります。

近年は漁協の不祥事等が取り沙汰されています。漁協に対するいろいろな批判もありますが、今こそ漁協の機能や役割を十二分に発揮する必要があります。漁協職員の皆さまが浜に対してしっかりと役割を果たして、機能を活用していくことがこれから益々重要になり、期待されているところだと思います。

本会としても引き続き指導担当者の皆さまとご相談しながら、こうした制度の活用を浜の漁業経営を支えるために推進していく考えです。どうか漁協の皆さまと一緒にこの厳しい時代を乗り越えていきたいと思っておりますので、お力添えのほど、よろしくお願い致します。

## 二品目 真だらと白菜の酒蒸し



### 材料(2人分)

- ・真だら切身 …… 2切
- ・白菜 …… 1/8個
- ・酒 …… 大さじ2
- ・塩 …… 適宜

### 作り方

- ① 真だらを大きめの一口大に切り、両面にまんべんなく塩を振って15分ほどおく。白菜はざく切りにする
- ② 耐熱容器に白菜を敷き、真だらの水分を拭き取って乗せ、酒を振りかけてラップをし、電子レンジ500Wで2分30秒加熱後、器に盛れば出来上がり
- ③ お好みでぼん酢や食べるラー油を掛ける

「しめじ」や「えのき」などのきのこ類も真だらとの相性抜群です。また、いろいろ考えて、にんじんを加えるのも良いですね。

さらにもうひと手間

## 三品目 生わかめとチャーシューのドレッシング和え



### 材料(2人分)

- ・生わかめ …… 70g
- ・味つきチャーシュー …… 50g
- ・和風ドレッシング (お好きなドレッシングでも可) …… 大さじ1.5

### 作り方

- ① 生わかめを水でよく洗い、軽く湯通ししてから1〜2センチ幅程度に切る。チャーシューは細切りに切る
- ② ボウルに全ての材料を入れ、混ぜ合わせたら完成

せっかくの生わかめなので新鮮なうちに食べきたいですが、そのままだと日持ちがしません。すぐに食べられない場合は下茹でして、冷凍保存しましょう。

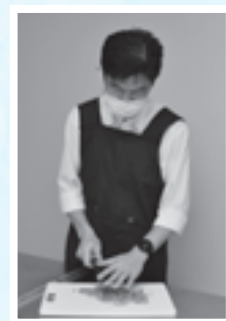
これはダメ

完成!!

### (本日の感想)

美味しいのに簡単!今回はそんなレシピです。料理初心者でも三品を一度に作れる手軽さが、ポイント。不器用おやじさんはにしんの三枚おろしに少々手こずりましたが、その分、料理の醍醐味も味わえたのではないのでしょうか。形が崩れても、細かく切って仕上げる事で最後は綺麗に盛り付けができていました。

また、素材の良さを引き出し、海の豊かな旨さを感じていただけるレシピにもなっています。その旨さが、辛口の日本酒にぴったりです。ゆっくりと宅飲みを味わって楽しんでみて下さい【金子】



今回は金子さんのアドバイスをもとに、料理初心者でも家にある食材や調味料で簡単に作れるヘルシーなおつまみ3品を作りました。にしんは初めてさばきましたが、YouTubeを参考にやってみると、思ったよりも簡単にできました(ちょっとボロボロになりましたが、叩けば分かりません(笑))【古村】

不器用おやじの



# 宅飲みみのもろ



昨今のコロナ禍でなかなか外に飲みに行けない(行きにくい)と、増えてくるのが「宅飲み」です。みなさんのおうち時間を少しでも楽しい時間にできるよう、体力だけが取り柄のアラフィフ不器用おやじ・古村職員がフードコーディネーターの金子由美さんを先生に旬の魚介類を使った「宅飲みみのもろ」づくりに挑戦します。

### 食材のポイント

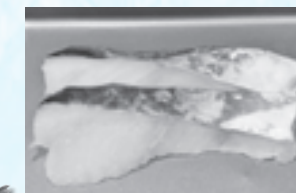
今回のメイン食材の1つ、にしんは春告魚と呼ばれ、春の季語にもなっています。かつて明治から昭和初期には100万トン近くの漁獲量があり、特に日本海沿岸では通称「にしん御殿」が建ち並ぶほど賑わいがありました。昭和30年以降、水揚げ量は激減してしまいましたが、近年漁業者による稚魚の放流などの取り組みがなされ、徐々に水揚げ量が増え始めています。

現在、本道周辺で水揚げされるにしんの多くは石狩湾系群のにしんで、産卵前の冬から春先にかけて、一番脂がのっておいしい旬となります。ただ、鮮度落ちが早く傷みやすい魚ですので、今回の「なめろう」のように生で食すときには、新鮮さの見極めが大切です。

### 今回のメイン食材



鮮にしん(石狩産)



真だら切身(稚内産)



生わかめ(厚岸産)

## 一品目 にしんのなめろう



### 材料(2人分)

- ・鮮にしん(生食用) …… 1尾
- ・刻んだ小ねぎ 大さじ2
- ・しょうが(すりおろし) …… 小さじ2
- ・みそ …… 大さじ1
- ・みりん …… 小さじ1
- ・醤油 …… 小さじ1

### 作り方

- ① ボウルにAを混ぜ合わせておく
- ② 包丁でにしんの鱗を落とし、頭と尻尾を切り内臓をきれいに取出し、3枚におろす
- ③ 腹骨を切り取り、皮を剥いたら身の方を細く切って包丁で叩いていく
- ④ ミンチ状になってきたら小ねぎとAを加えて混ぜ合わせて完成

にしんの簡単なさばき方をぎょれんのYouTubeチャンネルで公開中です。時間を掛けたり、手でべたべたと触ると鮮度や味が落ちてしまいますので、参考にしてみてください。

ここはマル



にしんのさばき方動画

今年のテーマは「だしのうま味」+「食べる昆布」

## 札幌のホテルで4月30日まで「北海道喜こんぶフェア」開催中です

03

札幌市のセンチュリーロイヤルホテルでは、4月30日(土)までの期間、ホテル内「スカイレストラン ロンド」「日本料理 北乃路」「ユーヨーテラス サッポロ」の3飲食施設で道産昆布を用いた特別メニューを提供する「北海道喜こんぶフェア」を開催中です。

4回目の開催となる今年は「だしのうま味」+「食べる昆布」をテーマに、飲む茶わん蒸しやお魚のナージュといった昆布だしのうま味を生かしたひと皿や、和食・洋食の料理長による創作昆布ロールなど、春のお祝いにふさわしいメニューを期間限定で提供しています。

また、フェア開催期間中は同ホテル2階のロビーで「喜こんぶロビー展」と題し、道産昆布を紹介するパネルや代表的な昆布の原藻が誰でも無料で観覧することができるよう展示。さらにフェア開催の記念企画として、昆布スイーツ試食会付きの「昆布食育セミナー」を4月5日(火)、同ホテルの宴会場で開催します。先着50名様限定(参加無料)で、同ホテル公式HPの専用フォームから申し込み可能です。



3月中、ホテル23階の「スカイレストラン ロンド」で提供される「北海道喜こんぶランチ」。4月からはまた別のメニューが提供されます

漁業をめぐる情勢について研鑽を積みました

## 令和3年度全道漁協理事・監事研修会が開催されました

01

2月16日(水)、WEBにて漁協の理事・監事を対象に「全道漁協理事・監事研修会」(主催：ぎょれん指導教育部)が開催されました。

これまで漁協理事・監事を対象者として道南、道央・道北、道東の3ブロックに分けた、全道漁協ブロック別役員研修会を実施してきました。コロナ禍で2年間実施できず、今回これに代わる全道でのWEB研修会としてはじめて実施し、23漁協・115名の参加者となりました。ぎょれんから「漁業・漁協をめぐる情勢」と「本道漁業の現状と課題」について説明しました。



講師はぎょれんの安田専務(写真)、本間常務が務めました

令和3年度なみまるクリーンアップ作戦

## 全道5地区の実施概要をまとめた動画を製作しました

04

生産者自らが行う海浜清掃活動として、昨年からはまった「全道なみまるクリーンアップ作戦」。ぎょれん環境部では令和3年度の活動を1本の動画としてとりまとめ、ぎょれんのホームページとYouTubeチャンネルで公開中です。

「全道なみまるクリーンアップ作戦」は、道内を10地区に分け、1年間で5地区の海浜清掃を実施しており、初年度は各地区の漁協役職員・青年部・女性部・生産者・自治体、系統団体関係者のご協力により小樽管内古宇郡漁協地区、胆振管内室蘭漁協地区、釧路管内散布漁協地区、北見管内網走漁協地区、留萌管内北もい漁協地区で活動を実施。その結果、延べ参加人数は335名、約12トン(処理困難物をのぞく)のごみが回収されました。

令和4年度は桧山管内、渡島管内、日高管内、根室管内、宗谷管内にて実施を予定しています。



ぎょれんホームページの「CSRの取り組み」から、もしくは右のQRコードから動画を見ることができます



新任役員として漁協を取り巻く環境や漁協経営に関する知識を深めました

## 令和3年度全道漁協新任役員(理事・監事)研修会を開催

02

2月17日(木)、今年度新たに就任した漁協の理事・監事を対象に「全道漁協新任役員(理事・監事)研修会」(主催：ぎょれん指導教育部)が開催され、10漁協・22名が参加しました。

例年は、札幌に集って開催されているものですが、昨年の8月に続き新型コロナウイルスの感染拡大を受け、WEB研修会の形となりました。

研修では協同組合論、水産業協同組合法、業務報告書から見る漁協財務のほか、不祥事防止のためのコンプライアンスやハラスメント(セクハラ・パワハラ)対応についてなど、講義とWEB動画を通じて、時世に合わせた盛りだくさんの内容をしっかり学びました。



漁協の理事・監事を務めるうえで必要な知識を身に付けました

# シークワードクイズ

## 3月のテーマ 「博物館」

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| コ | キ | マ | コ | ネ | タ | ヤ |
| ン | ウ | ノ | モ | キ | チ | コ |
| チ | キ | ユ | ウ | モ | ス | リ |
| ユ | ト | シ | オ | ト | ト | ヨ |
| ウ | フ | ウ | ワ | ウ | ツ | ト |
| ル | イ | タ | ケ | イ | バ | ナ |
| リ | ナ | ユ | サ | ン | ウ | ミ |

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、13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。

| ツ | キ | ヒ | リ | ギ | イ | イ | 2月号の解答と当選者                                                                                                   |
|---|---|---|---|---|---|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| パ | ノ | ン | ケ | ジ | リ | サ | <b>ケヤキ</b><br>(小樽市) 料理にめざめた夫さん<br>(北斗市) 小 薮 尚 代さん<br>(釧路市) 池 田 沙 弓さん<br>(釧路町) こ こ ち ゃ んさん<br>(厚岸町) 匿 名 希 望さん |
| キ | コ | ヨ | ウ | マ | ツ | ジ |                                                                                                              |
| ノ | エ | コ | デ | シ | カ | ア |                                                                                                              |
| ラ | ブ | オ | ザ | エ | ユ | コ |                                                                                                              |
| ヤ | オ | ン | デ | ヤ | ク | ロ |                                                                                                              |
| シ | ザ | ル | ス | ベ | リ | キ |                                                                                                              |

3月は「博物館」がテーマです。現在、コロナ禍で休館しているところが多いようです。再開後、是非お好きな博物館を訪ねてみてはいかがでしょうか？

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ようになっています。

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

- |                                     |                                   |
|-------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> イワシ(いわし)   | <input type="checkbox"/> タイル      |
| <input type="checkbox"/> ウマ(馬)      | <input type="checkbox"/> タコ(鰐)    |
| <input type="checkbox"/> オモチャ(おもちゃ) | <input type="checkbox"/> チキユウ(地球) |
| <input type="checkbox"/> キノコ(きのこ)   | <input type="checkbox"/> トウケン(刀剣) |
| <input type="checkbox"/> キモノ(着物)    | <input type="checkbox"/> トリ(鳥)    |
| <input type="checkbox"/> ケイバ(競馬)    | <input type="checkbox"/> ナイフ      |
| <input type="checkbox"/> コマ(独楽)     | <input type="checkbox"/> ナットウ(納豆) |
| <input type="checkbox"/> コンチュウ(昆虫)  | <input type="checkbox"/> ネコ(ねこ)   |
| <input type="checkbox"/> サケ(酒)      | <input type="checkbox"/> バット(バット) |
| <input type="checkbox"/> スモウ(相撲)    | <input type="checkbox"/> ミナト(港)   |

〈ヒント〉 絶滅してしまいました。

### 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ると答え(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

→

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| ア | コ | ン | ブ |
| キ | ア | サ | リ |
| ア | バ | ン | サ |
| ジ | コ | マ | イ |

〈解答〉サバ

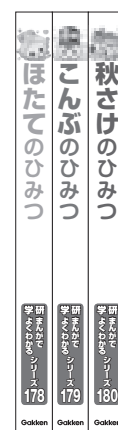


## 「まんがでよくわかるシリーズ」が 発行されます。

「まんがでよくわかるシリーズ」と聞いてどこかで見たことがあるなと思っ  
た方は多いと思います。それもその  
はず、1972年の発行から40年以上に  
わたるロングセラーとして世代を超え  
て愛読されています。ご自身もそうで  
しょうが、お子様やお孫様が読んで  
いたのを見たことがあるかもしれませ  
ん。  
今回、北海道ぎよれんが取材、写真、  
資料提供などを協力して「秋さけの  
ひみつ」「ほたてのひみつ」「こんぶ  
のひみつ」を発刊することになりました。  
これまで若者の魚離れに対して直接、  
学校現場などを訪れて食育活動を行  
い、効果を上げてまいりました。新た  
に子どもたちが抵抗なく読めてわか  
りやすい楽しいまんがの教材を使用  
することによって「魚離れ」に対し、  
教育の側面から、子ども(小学生)及  
びその保護者、教育者に向けて発信  
いたします。  
学研「まんがでよくわかるシリーズ」  
は疑問に思っていること、知りたい  
と思っていることを、まんがでわか  
りやすく説明した本です。図や解説  
記事などがたくさん入っており、小  
学校低学

教育出版社「株学研プラス」が発行する「まんがでよくわかるシリーズ」は  
テーマごとにまんがで楽しく学ぶことができる教材です。今回「秋さけ」「ほた  
て」「こんぶ」をテーマに生産現場から流通消費までストーリーを構成し、それ  
ぞれ「秋さけのひみつ」「ほたてのひみつ」「こんぶのひみつ」として完成しまし  
た。内容についてご紹介します。

年のお子様でも楽しめる内容となっ  
ているほか、1行で書かれる「まめちしき」  
は我々、水産関係者も目から鱗の情  
報が満載です。  
それぞれハードカバーで126ペー  
ジ、全6章で秋さけ、ほたて、こんぶ  
の生態、栄養、魚の様子から歴史まで  
網羅し、最後には料理のレシピまで掲  
載されています。  
また、今回発行の3冊は非売品です  
が、CSR活動(企業の社会的責任)  
の一環として、全国の小学校と公立図  
書館合わせて約2万5000冊を順次  
無料配布いたします。  
各組合本所にも3月上旬より順次配  
布されますので、是非一読お願い  
いたします。



3冊の背表紙を並べると登場キャラクター  
が仲良く手をつないだイメージのイラストに  
なります

## 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13ページにあります。

## 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（お便り、写真、イラスト等）や、広報なみまるくん3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〉3月22日までにお送りください。

（郵便）〒060-0003

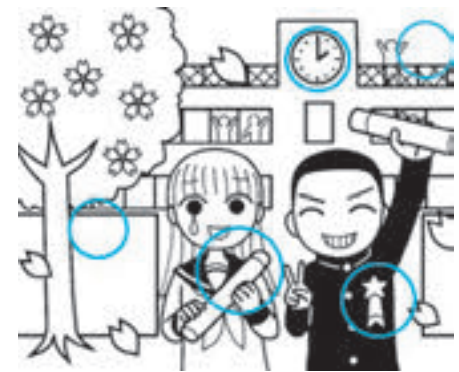
札幌市中央区北3条西7丁目1番地  
北海道ぎよれん 総務企画部 広報担当

（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



ネットです井井漁協のレシピを見て、初めてゴツコ汁を作りました。家にいる時間が長いので久々に男の料理をして家族に喜ばれました。少しずつスキルを上げて普段できない料理に挑戦しようと思っています。

（小樽市 料理にめざめた夫さん 40歳）  
最盛期の鯨漁、群来も見られ今後の漁に期待します。

（釧路市 曾我徹也さん 77歳）

窓を開けたら流氷がありました  
ちょっと素敵  
（根室市 すーさん 61歳）

（初山別村 白府美恵子さん 64歳）

もらった昆布をぜいたくに使ってダシをとりペットボトルに入れ冷蔵庫に保存、色々な料理に使っています。昆布ダシは最強です。

（八雲町 八雲の母さん 42歳）

### 編集後記

今月号から表紙のデザインをリニューアルしました。これを機に「浜の家族物語」を再開したいところでしたが、「コロナ禍が継続するなか、今回は断念せざるを得なくなりました。」

一方で「宅飲み」の肴「どうしよ」という新たな企画がスタートしました。私一人ではとても人前に出せる料理は難しいので、専門家のアドバイスを受けながら、簡単・おいしいお酒の「あて」を今後もご紹介していきたいと思っています。不定期企画となりますが、ぜひ不器用おやじの奮闘ぶりを温かく見守り下さい。

（古村）

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



早くも耳づりの時が近くなって来ました。フクチンも三回目も打ったのであとは本番を待つだけですヨ…。編集部皆さん四〇〇号…有難う

産学連携による漁業の発展を目指す魚介類沈静化システムによる活作業の効率化の記事を読みシステムの有意性について理解できました。サーモンは刺身、スシねたとして大量に食されておりありますが、秋鮭はあまり利用されていないようです。電気ショックや他の方法でアニサキスを殺し、秋鮭に含まれるアスタキサンチン（美容とアンチエイジング効果、抗酸化力はビタミンCの6000倍、コエンザイムQ10の800倍）はとても肌によい機能があります。それにオメガ3脂肪酸を含んでいます。ぜひ、スシねた、刺身として食せるよう加工法を工夫して下さい。

（釧路市 曾我徹也さん 77歳）

「コロナが酷くなりお出かけはいつもお留守番。我慢の生活、理解してくれてる娘。船が大好きで船での少しのお出かけはいつも最高の笑顔でにっこりまた一緒にジジの船乗ろうね♡」

第1回目のふのり採りが終わりました。今年は雪が半端なく多すぎて歩くのも大変です。早く春が来ないか、いつも以上に待ちどろしいです。

（福島町 せつちゃんさん 64歳）

「コロナが酷くなりお出かけはいつもお留守番。我慢の生活、理解してくれてる娘。船が大好きで船での少しのお出かけはいつも最高の笑顔でにっこりまた一緒にジジの船乗ろうね♡」

今年はぜんぜん働けません。時化とか何とか。先月も10日位だったけど今月も10日間働けますか？（笑）

（厚岸町 今年はやせるぞ お母さん 53歳）

## news

# 浜のほつとニュース

## 大漁祈願！

### 小樽

2月に入り石狩湾沿岸ではにしん漁が最盛期を迎えています。今年は降雪量が多いですが、時化の日は少なく風が続き、水揚げ量も前年を上回っています。沿岸では夕方過ぎまでにしんの網外しの様子も見受けられ、今のところ価格も順調に推移し、浜は活気づいています。漁期は残り約1カ月ほどですが、安全操業と大漁を祈念します。

### 梶山

2月12日をもって、釣り助宗漁が終漁となりました。来遊や卵の成熟を見越して漁期を後倒しとしましたが、時化早い沖模様から、昨年対比約70%の水揚げにとどまりました。3月には北上してきたやりいかが姿を見せ始め、紅ずわいがに漁も始まります。今しばらく時化の多い日が続きますので、安全操業にご留意いただき、今後の大漁を願っています。

### 函館

毎年2月に知内町で開催され大盛況となる「カキVSニラまつり」。今年はコロナ禍を考慮し完全予約制のドライブスルー方式で販売し、あっという間に完売となりました。一方、松前地区ではやりいかが、函館近郊では本ますが水揚げされ始め、徐々に市場への入荷が多くなってきました。近づく春漁の盛りに向け、今後の豊漁と安全操業を願っています。

### 室蘭

盛漁期に入った噴火湾のほたて漁は、2月上旬の時化で休漁する地区がありつつも、天候が良く全地区出漁すると日産150トン以上の水揚げが続いています。一方、太平洋側の助宗刺網漁は終盤を迎えましたが、3月からはえびかご漁が開始となります。春に向けてさらなる豊漁を願うとともに、天候に恵まれ生産者の皆様方が安全に操業できることを祈念しています。

### 日高

現在 毛がに籠漁が行われています。日高東部は2月22日、西部は3月29日までの操業を予定しています。近年は資源量減少に伴い水揚げ数量も減少傾向となっており、本年度も2月15日時点では昨年を下回る水揚げとなっています。これからのラストスパートに期待しています。4月からは春定置網漁が始まります。豊漁となり、浜が活気づくことを願っています。

### 釧路

比較的穏やかな天気が続き、毛がに、たこ、にしんなど冬の主役たちの水揚げが続いています。しかし、どの魚種も残念ながら水揚げ数量が伸び悩み、昨年を超える水揚げとはなっていません。厳しい寒さが続く時期ではありますが、今後の巻き返しを期待するとともに、引き続き安全操業を祈っています。

### 根室

冬季ほたて漁が最盛期に入っています。野付漁協、標津漁協に続き、根室漁協も水揚げが始まり、浜は活気づいています。一方、別海漁協では2月から、無形民俗文化財にもなっている、氷下待ち網漁が始まりました。暖冬の影響から出漁が心配されていましたが、わかさぎ、ちか、にしん等が厚い氷の下から水揚げされ、順調な操業が続いています。今後の安全操業と好漁を祈願します。

### 北見

流水到来により外海での水揚げは休漁期間が続いています。現在はサロマ湖でのかき漁や網走湖での氷下漁が中心となっており、3月からはほたての漁場造成をはじめ、毛がに漁や底曳網漁も始まります。日も徐々に長くなり、海明けが待ち遠しい今日この頃です。今後も安全操業と豊漁を心より祈願致します。

### 稚内

厳しい寒さが続いていますが、徐々に日も長くなり、少しずつ春の訪れを感じられる季節となりました。オホーツク海地区では3月よりほたて漁の漁場造成や毛がに籠漁がスタートします。一方、稚内前浜ではなまこ漁も解禁となり、本格的な春漁の時期を迎え浜は活気づいています。今後も安全操業で豊漁となることを心より祈願しています。

### 留萌

まだまだ厳しい冬模様が続いており、時化が多いものの、風の日にはえび桁漁や刺網漁にて、なんばんえびや赤かれい、真たらなどが水揚げされています。これから季節は春へと移り変わり、えび籠漁やしん漁、ほたて稚貝出荷などが始まって、浜が活気づく時期となります。皆様方が安全操業で、大漁となることを心より祈念します。

## 船の上では見張りが命 その心がみんなを救う

公益社団法人 北海道海難防止・水難救済センター



レシピアクセス数

第44位

## えびのすり身のしょうゆ汁

今回は「えびのすり身のしょうゆ汁」をご紹介します。  
なんばんえびの甘さが際立つすり身を使ったレシピです。  
この料理に使うえびのすり身は作り方がとても簡単。  
一度覚えれば、鍋料理などいろいろな料理にアレンジできます。



2022年はぎよれんのホームページ「おすすめレシピ365」のアクセス数上位50位からレシピをご紹介します。  
魚種や料理法の重複など考慮して掲載を決めています。

\*2020年1～12月調べ

### 材料

4人分

なんばんえび……………200グラム  
(むき身)  
にんじん……………1/5本  
ピーマン……………1/2個  
しいたけ……………1個  
たまねぎ……………1/4個  
溶き卵……………1/2個分  
長ねぎ……………1/2本  
木綿豆腐……………200グラム  
片栗粉……………大さじ4  
水……………1リットル

### A

しょうゆ……………大さじ2  
酒……………大さじ2  
砂糖……………大さじ1  
塩……………小さじ1  
和風だしの素……………小さじ1  
三つ葉……………少々



### 作り方

- ① えびは殻をむき、にんじん・ピーマン・しいたけ・たまねぎはごく細かいみじん切りにする。
- ② えびと片栗粉をミキサーにかけ、すり身を作る。
- ③ えびのすり身に溶き卵を混ぜ、みじん切りの野菜を混ぜる。
- ④ 水を煮立たせ、Aを加え、③を12等分して丸めながら入れる。
- ⑤ 沸騰したらアクを取って3～4分煮る。小口切りにした長ねぎ、角切りにした豆腐を入れて、再び沸騰する前に火を止めて三つ葉を散らして出来上がり。