

地域に根ざした魚食普及活動

釜石湾漁業協同組合釜石女性部
平野 京子

1. 地域の概要

私達の住む岩手県釜石市は、世界三大漁場を望む三陸海岸のほぼ中央に位置する人口約4万人の街である(図1)。釜石市は、三陸の豊かな海を利用した「漁業の街」としてはもちろん、「近代製鉄発祥の地」として、また「新日鐵釜石ラグビー部の活躍」による「鉄とラグビーの街」としても有名な三陸有数の都市である。釜石湾は、平成20年度に完成した世界一深い湾口防波堤によって穏やかな海となり、湾内には甲子川が運んでくる北上山地の山々の栄養分が流れ込み、豊かな漁場となっている。

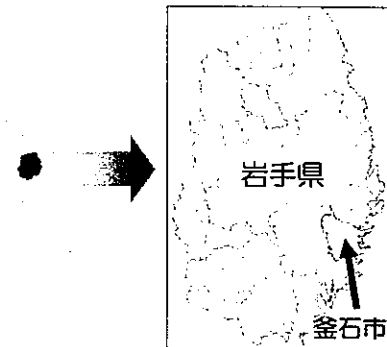


図1 岩手県釜石市位置図

2. 漁業の概要

私達が所属する釜石湾漁協は、平成15年に、旧釜石、平田、白浜浦の3漁協が合併して出来た組合である。旧釜石漁協は釜石支所となり、正組合員は170名、準組合員23名で、正組合員のうち女性は37名を占めている。

釜石地区の主な漁業は、イカ釣り・イサダ・刺し網・かごなどの漁船漁業、アワビ・ウニの採介藻漁業、ワカメ・ホヤ・コンブ・マツモなどの養殖業である。

3. 研究グループの組織と運営

私達は、昭和39年に釜石漁協婦人部として発足し、平成15年の漁協の合併後も、釜石湾漁協「釜石女性部」として独立した活動を行っている。女性部の運営は、1人あたり会費年2,000円と組合からの助成金である。

発足当時は、250名の部員がいたが、発足から45年以上にもなると、部員数が次第に減少し、昨年1月には36名となってしまった。それでも新加入を募るため、外に仕事を持っている女性の方々に呼びかける活動を行い、入会をお願いして歩いたところ、快く入会してくれた方が6名あり、現在、部員数は41名となっている。

4. 研究・実践活動取組課題選定の動機

料理講習会を中心とした魚食普及活動は、私達が最も力を入れており、長く続けている活動の1つである。特に念願だった、大勢でも料理講習会が開催でき、広くて明るい調理室のある「研修センター」が完成した10年前からは、活動がさらに活性化しており、「栄

養士を招いた料理講習会」や「部員同士でアイデアを出し合っけて季節の食材を調理する勉強会」等を重ねてきた。この活動に取り組むうちに、イサダやサワラなどの地域の食材が地元ではあまり消費されていない現実を再認識し、私達の活動が地産地消による魚食普及活動に役立てられないかと考え、最近の活動では、地元で低利用な水産物を敢えて取り上げ、商品開発やイベントでの試験販売に取り組んでいる。

5. 研究・実践活動状況及び成果

最近、私達が料理講習会などの魚食普及活動で扱った食材には、釜石湾が県内最大の生産量を誇るマツモ、食材としての栄養価が高いことが明らかとなり食用化が検討されているイサダ、近年漁獲量が急激に増加しているサワラなどがあるが、今回はこれら3種について、活動事例を詳しく紹介したい。

(1) マツモ

マツモは、東北から北海道沿岸に生育する海藻で、浜値でも2,000円/kg前後する非常に高価な水産物であるが、種苗生産が非常に難しいため、養殖は岩手県にほぼ限定されている(図2)。市場では生食用のほか焼マツモなどの乾燥品としても流通しており、風味が豊かで非常に美味しい海藻であることから、味噌汁や鍋物、酢の物などとして、幅広く利用されている。

釜石湾は古くからマツモ養殖が盛んな地域であり、養殖マツモの出荷量は県内最大で、生産量も近年増加しているものの、地元での消費はそれほど伸びていない。そこで、平成21年1月の料理講習会では、このマツモを食材として取り上げ、手軽に出来る保存方法として、マツモを湯通しせず生のまま塩蔵したあと、冷凍保存する方法を検討した。冷凍保存してから8ヵ月後にこのマツモを解凍し、うどん等の麺類に入れて試食してみたところ、色・香りが良く、1月の収穫直後の時よりも「とろみ」が増して風味も良かったので、マツモの地産地消の推進と、新しい加工方法の提案も兼ねて、市内のイベントで販売してみることにした。

試作品の磯うどんは、平成22年7月に釜石魚市場で開催された「かまいし夏の味覚まつり」で販売した(図3)。お客様からは、マツモの風味が豊かであると好評で、30℃を超える真夏日の中でも60食以上を販売することができた。

さらに、平成22年2月には東京都にあるいわて銀河プラザの釜石物産展に合わせ、生マツモの試食・販売を行った(図4)。生マツモをお湯に潜らせると緑色に変わる事にお客様は驚いており、その湯通したマツモに醤油・ポン酢等のかけたものを試食品として提供したところ大変喜ばれた。事前にマツモという海藻をご存知の方はほとんどいなかったものの、試食後のお客様の反応は上々で、準備していた生マツモ150パックは予定よりも早く完売してしまい、品不足を心配するほどであった。

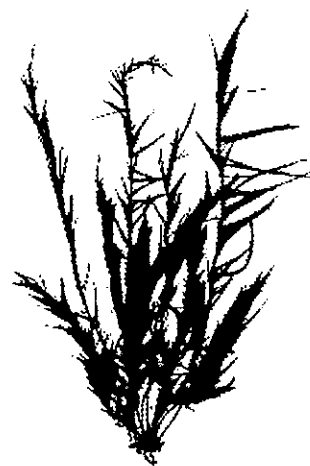


図2 マツモ藻体



図3 マツモ入り磯うどん

今後もこのようなイベントを通して、マツモを始め地元の水産物の素晴らしさを消費者の方々に紹介していきたいと考えている。



図4 いわて銀河プラザでのマツモの試食の様子（左）と販売したマツモ（右）

(2) イサダ

三陸に春の訪れを告げるイサダは、一般的にはツノナシオキアミと呼ばれる小型の甲殻類である。岩手県では、毎年1万5,000トンから2万トンが漁獲されており、主に養殖魚の餌や釣りの撒餌などとして利用されてきた(図5)。

イサダは、釜石湾にも毎年たくさん水揚げされているが、これまでの私達のイサダのイメージは、「魚の餌」というものが強くあり、地元で食用とされることはほとんどなかった。しかし、漁獲量が安定して多く、カルシウムは牛乳の4倍、ビタミンAはかぼちゃより豊富にあり、抗酸化作用のあるアスタキサンチンも多く含まれているなど、栄養価にも非常に優れていることが分かってきたことから、イサダ漁を営む



図5 イサダ漁の様子

部員の提案もあり、イサダの食用化を検討してみることにした。

イサダの加工法については、県の水産技術センターにも指導をいただいた後、部員がアイデアを出し合いながら、製品の開発を進めた。その結果、開発したのが「イサダの甘煮」と「イサダ入り天ぷらうどん」、「イサダ入り鮭ハンバーグ」の3品である(図6)。

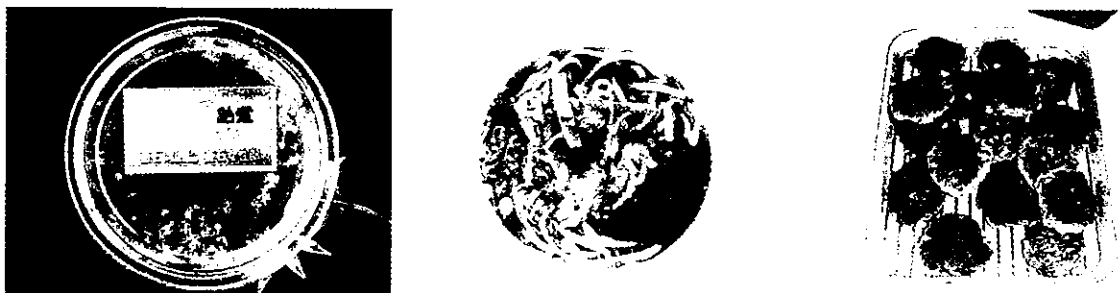


図6 開発したイサダ製品（左：イサダの甘煮、中央：天ぷらうどん、右：鮭ハンバーグ）

イサダの甘煮は、「あみっこ飴煮」という製品名とし、前述の夏の味覚まつりで販売し、好評のうちに完売することができた。また、イサダ入り天ぷらうどんには、生・塩蔵マツモも併せてトッピングしたことから非常に人気で、昼食時間を過ぎる頃には用意した 150 食分が完売し、部員からもっと用意しておけば良かったとの意見がでるほどであった。

「イサダ入り鮭ハンバーグ」はイサダの赤みを利用した鮭のすり身のハンバーグで、同じ市内のイベントの中で試食アンケート調査を行い、消費者に評価をいただいた（図 7）。アンケートの結果では、イサダの認知度は 61% で、一般の方には意外と知られておらず、家庭での利用経験も 25% と低い値であった。また、イサダ入り鮭ハンバーグの味については概ね好評で、自宅でも食べてみたいと答えた方も 80% 近くに及んだことから、私達の提案したイサダ料理の普及については一定の成果を得たと考えている。

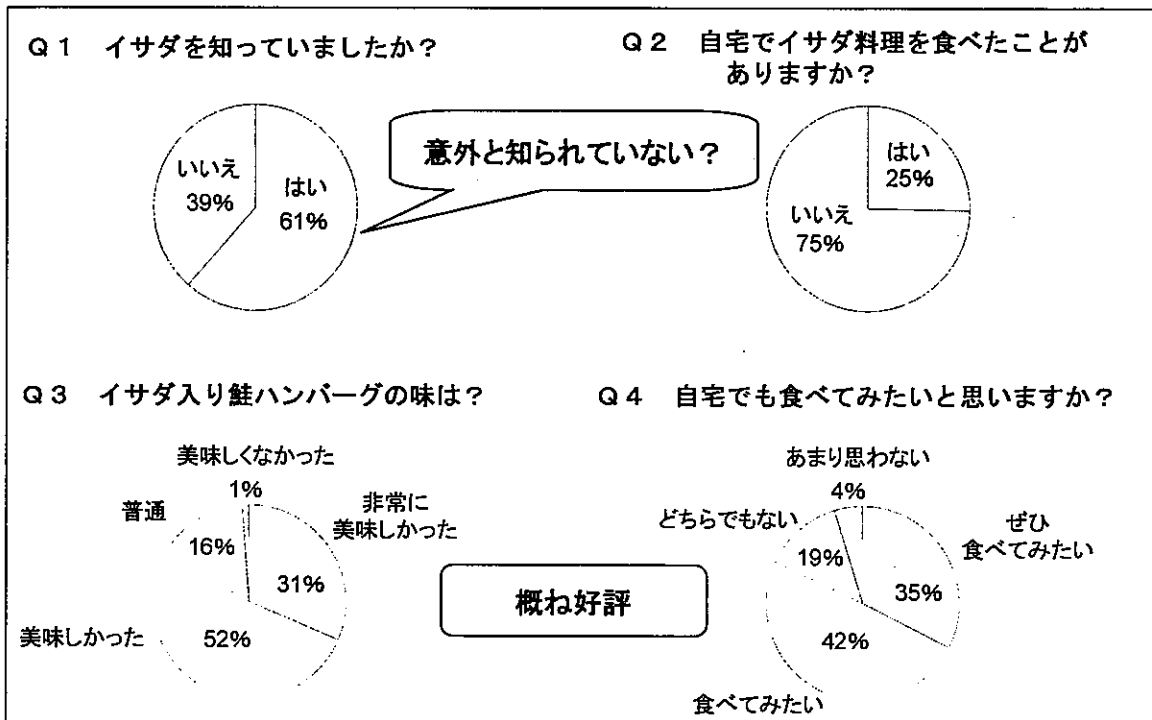


図 7 イサダ料理の試食アンケート結果（有効回答数 83）

(3) サワラ

サワラは、西日本を中心に全国的にも大変美味しい魚として有名である。岩手県では以前はほとんど漁獲されない魚であったが、10 年ほど前から漁獲量が急激に増加している（図 8）。しかし、地元では食材として馴染みがないためか、ほとんどが県外向けに出荷され、市内の魚屋さんやスーパーでもほとんど見かけることはなく、消費は進んでいない。

せっかく地元で獲れる新鮮な魚を食べない

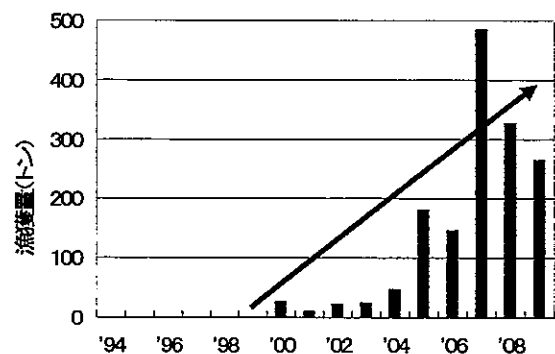


図 8 岩手県におけるサワラ漁獲量

のはもったいないと思い、私達が料理方法を研究し普及することで、サワラの地産地消を推進できないかと考えた。しかしながら、私達もサワラの料理はほとんど経験がないことから、市内の栄養士さんにサワラのレシピを作成していただき、このレシピを参考に部員同士で意見交換を行いながら、試作品を検討した。いくつか試作品を作ってみた中で、コーンフレークとスライスアーモンドをまぶして油で揚げたサワラの「カリカリフライ」は、オリジナリティーもあり部員にも好評であったので、こちらも前述の味覚まつりで試食提供を行い、アンケート調査を実施した。

サワラについては、83%の人がご存知で知名度はあるようであったが、実際に家庭で食べたことがある方はおよそ半数の52%に限られ、やはり地元ではあまり食べられていない魚だと実感した。その一方で、今回提供したカリカリフライの味は好評で、80%以上の方が配付したレシピを参考に、自宅でも調理して食べてみたいと回答されており、この点からも私達の魚食普及活動の手応えを感じているところである。

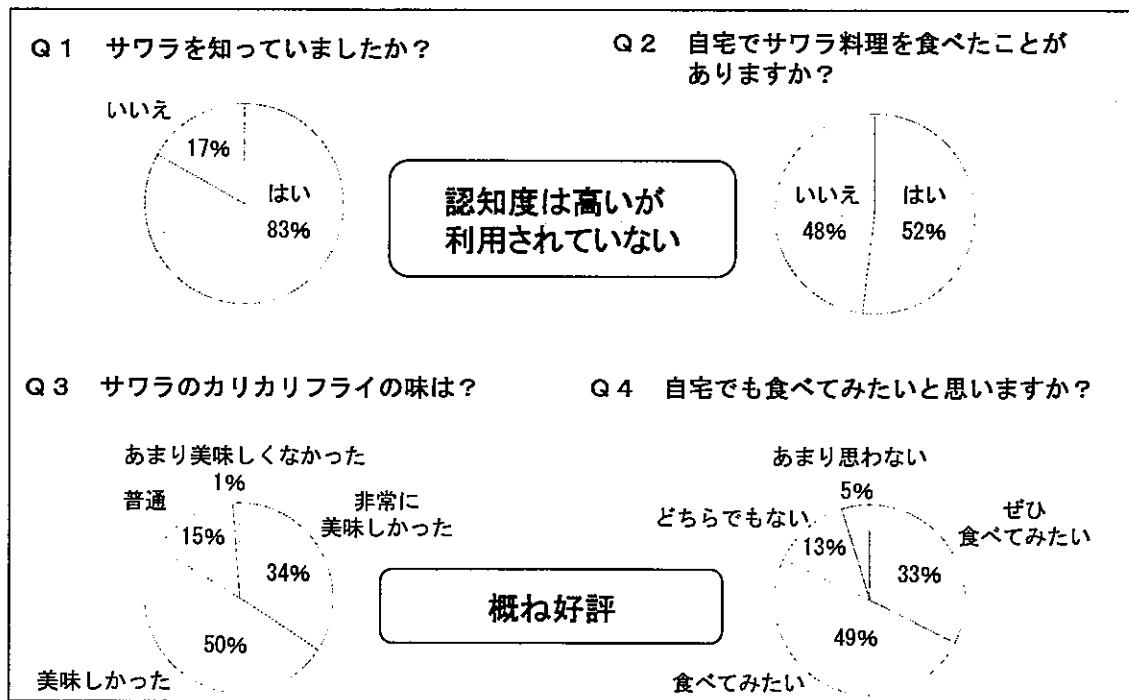


図9 サワラ料理の試食アンケート結果（有効回答数 83）

6. 波及効果

私達の魚食普及活動の波及効果として、平成22年11月には、サワラのカリカリフライを玄米パンにはさんだハンバーガーを市内のお米屋さん、パン屋さんと連携して開発し、釜石発のご当地バーガーとして、試験販売を行った（図10）。

この「カリカリ！サワラ玄米バーガー」は、私達が開発したサワラのカリカリフライと、市内のパン屋さんが製造した玄米パンを、お米屋さんが最終加工して販売したものである。「釜石発のご当

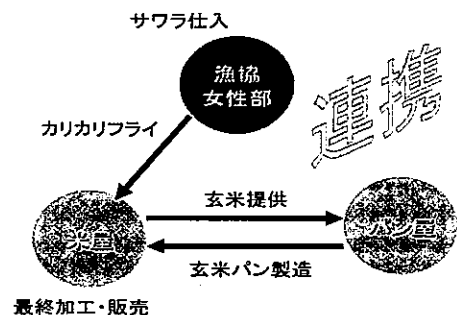


図10 サワラ玄米バーガーに係る連携図

地バーガー」として事前に新聞などにも取り上げられたことから、イベントではあっという間に売り切れてしまい、お客様からは今後の継続的な販売を望む声もたくさん寄せられた(図11)。

このように、地域の異業種の方々と連携することで、日頃の私達の活動がさらに発展し、普段、魚を食べる機会が少ない若い世代にまで、魚食普及活動を展開できたことを何よりも嬉しく感じている。

第4弾はサワラ入り
釜石産米 23、24日限定販売

釜石市内の3異業種「カリ! サワラ玄米バーガー」が連携して、「釜石産サワラ」を開発した。沿ワラのフライを異座玄米パンで挟んだ「カリ」

釜石産サワラのフライを異座玄米パンでサンドした「カリ! サワラ玄米バーガー」

釜石湾漁協釜石女性部の高橋タミ部長は「カリ! カリ! の食感を楽しんでもほしい」とPRする。サワラ玄米バーガーは1個300円。23、24日とも午前9時から同市給予町のシープラザ遊園地佐々木仁平商店アースで1日100個を限定販売する。同市のご当地フィッ

ソースやレタスとともに玄米パンで挟んだ。釜石湾漁協釜石女性部がサワラの仕入れとフライの仕込みを担当。同市片岸町のパン製造販売業、あんどるせんが玄米パンを焼き上げ、異座玄米を用意した同市大渡町の米穀店、佐々木仁平商店が最終加工して販売する。

釜石湾漁協釜石女性部の高橋タミ部長は「カリ! カリ! の食感を楽しんでもほしい」とPRする。サワラ玄米バーガーは1個300円。23、24日とも午前9時から同市給予町のシープラザ遊園地佐々木仁平商店アースで1日100個を限定販売する。同市のご当地フィッ

(2010年10月22日岩手日報)

図11 カリカリ! サワラ玄米バーガーのイベント用ポスター(左)と新聞記事(右)

7. 今後の課題や計画と問題点

今回は、私達女性部が開発したマツモやイサダ、サワラの代表的な製品をご紹介したが、時間の関係で紹介できなかった加工品もまだまだ多く残っている。このような製品は、イベントなどでは好評をいただいているものの、残念ながら普段から販売できる場所がなく、この点が今後の課題となっている。

当組合では、昨年から年2回ではあるが、獲れたての魚を販売する「濱の朝市」を開催し好評を博している。私達女性部もこれまで以上に料理講習会で製品開発を進めるとともに、当面はこのようなイベントに参加して、魚食普及活動を広げていきたいと考えている。