

## ●日本さばけるアカデミー4時間目海と食のトークセッション（海と食のフォーラムvol.2）実施報告

日本さばけるプロジェクト実行委員会が主催した「日本さばけるアカデミー」と連携し「海と食のトークセッション」を実施しました（※海と食の調査研究事業の2回目のフォーラムという位置づけで開催。）「おいしい、以上に知ってほしい海がある」というテーマを「日本さばける塾」のプログラムに取り入れ子どもたちにうまく伝えている全国7エリアを選出し、食を通じて海に関心をもってもらう工夫をほどこした事例発表をさばける講師の方々にしていただきました。後半では、昨年実施した「海と食の意識調査」の結果をご紹介します。スタジオゲストのお二人と一緒に「未来へ引き継いでいきたい海の食文化」について語り合いました。

項目	内容
実施日	2022年3月19日（土） 11:35～12:30 ※本事業に係るプログラムの開催時間。
形式	オンライン配信
司会	日本さばけるプロジェクト実行委員会 事務局長 國分晋吾
登壇者	<p><b>スタジオゲスト</b>                      株式会社ウオー代表取締役・水産庁水産政策審議会委員 中川めぐみ さん                      株式会社フーディソン sakana bacca豪徳寺 店長 岡部拓也 さん</p> <p><b>発表者：全国7か所の「日本さばける塾」講師の皆様</b>                      福岡県…サカナグミ（魚食推進チーム）代表 本田淑子 氏                      島根県…フードコーディネーター 西本敦子 氏                      鳥取県…有限会社ティー・ティーエモーションズ 代表取締役 藤木巧 氏                      兵庫県…水産庁任命「お魚かたりべ」山寄清張 氏                      滋賀県…大阪ガス（株）京滋導管部地域コミュニティ室 北村衣江 氏                      福井県…越廼漁協 上田十三恵 氏、中野峰子 氏                      宮城県…塩竈市 産業環境部 水産振興課 櫻井隆光 氏</p>



【3/19(土)10時～12時半】ウェビナー『日本さばけるアカデミー2022』 | 日本財団 海と日本プロジェクト 日本さばけるプロジェクト

### 【事例発表の内容】

#### ●福岡県

##### 発表者：サカナグミ 代表 本田淑子 氏

福岡にはなんと3つも海があります。筑前海・豊前海・有明海。しかも外海・内海・干潟とタイプが違うため魚種も豊富です。今回魚種を考えた時にとっても迷いました。候補としては水揚げ全国1位の天然鯛や、漁師の郷土料理として親しまれるサワラなどもありましたが、色々検討した結果、カワハギが決まりました。理由はカワハギの福岡でも漁獲量が全国の中でも多かったこと、そしてなによりアジと全然違うさばく体験ができるということでした。私も生まれて初めてカワハギの皮を剥いだ時の衝撃はいまでも残っています。そして今回の講師は全国で活躍の寿司職人さんをお願いしました。メニューは握り寿司です。理由は味覚に関心を持ってもらうためでした。そのままでも十分に美味しい魚が寿司にするとさらに美味しく感じます。魚に足りない酸味や塩気や甘味と酢飯に足りない旨味や香りや食感これらを掛け合わせることでより美味しく感じるのが料理。支え合う大切さも感じてほしいと思いました。またカワハギを使うことで大人味の「肝醤油」にもトライしてもらうことができました。12月の開催は海がしけることも多く連日のシケでカワハギはウスバハギに当日変わりましたが、子どもたちはほぼ初めての体験をとっても楽しんで、真剣に取り組んでくれました。鰯とウスバハギをいちから捌いてにぎり寿司にするまでの道のりは遠く、時間が押して食事するのが遅くなりましたが、子どもたちの集中力が最後まで続いたのは感心しました。印象的だったこととして、魚を触りたくないという女の子が参加していましたが、最後は思い切り触って捌いてました。キッカケによって人は変わりますから、機会があることが大事なんだと思います。



#### ●島根県

##### 発表者：フードコーディネーター 西本敦子 氏

昨年夏、8月7日に日本さばける塾inしまねを開催しました。場所は島根半島の東端、神と海と人をむすぶ聖なる岬「美保関」です。まだ、夜の明けきらない午前5時に美保関漁港に集合した親子、8組23名は、大敷網漁から帰った漁船の水揚げを見学。この朝獲れたのは島根の夏を代表する脂ののった鰯、白い宝石シロイカ、肝も絶品カワハギなどバラエティー豊かでした。見学を終えいよいよ「さばける塾」スタート。さばき方のレクチャーを受ける子供達の眼差しは真剣そのもの。そして実践にうつります。参加者のスキルは色々でした。初めての子供や釣りをする親の影響でたくさんさばいてきた親子など。大きなマルゴやカワハギに挑戦する子供も。その後思い思いに丼に盛り付け美味しくいただきました。手を切ったりしないように注意しますが、今年もけがをする子もなく楽しく魚をさばきました。参加者からは「色々な魚が獲れることに驚いたり魚によってさばき方が違うことを知ってよかった。」との感想をいただきました。そして最後に子供たちにライセンスカード授与。これをもらうとやった感満載、誇らしそうにしていました。食を入口に海に親しんでもらうきっかけとなりました。



### ●鳥取県

#### 発表者：有限会社ティー・ティーエモーションズ 代表取締役 藤木巧氏

鳥取市の標高600mにある「鳥取市安蔵森林公園」にて、「アウトドアでシーフード」と題して、20名の親子が参加しました。当日は「アジ」をさばくことからスタートしました。1人2尾のアジを、1尾はアジフライに仕立て、そしてもう1尾は干物作りに挑戦し、高原の涼しい風で自家製のアジ干物を作りました。続いて「親子でのお魚さばき」も行いました。鳥取県産の天然ハマチ、そして旬のケンサキイカ「シロイカ」をさばいて、ハマチはアクアパッツァ、イカは海鮮串焼きとアヒージョを作りました。イカスミに驚く子どもたちも、スミ袋がとれると「やったー」と大喜びでした。そしてお楽しみのお魚食事は、アジフライを使ったアジサンド、海鮮串焼き、アヒージョ、アクアパッツァ、そして事前に仕込んで1時間半かけて焼いた「マダイの塩釜焼き」を全員で取り分けていただきました。お魚料理といえば、刺身や焼き魚、煮付けが多いと思いますが、夏らしく屋外での豪快なメニューは子どもたちにも大好評で、自分たちでさばいて作った大ぶりの魚料理をどんどん食べていました。鳥取県は目の前に日本海があり、春はサワラやホタルイカ、モサエビ、また夏はトビウオ、岩ガキ、白イカ、アジといった沿岸漁業、秋からは底引き漁もはじまりハタハタ、カニ、カレイ、そして年中を通してハマチと、四季折々の天然魚が豊富です。日本一の砂場「鳥取砂丘」と白砂青松旬の美しい砂浜も気持ちいい場所。その源である美しく豊かな鳥取の海をPRするイベントをこれからも行っていきたいです。



### ●兵庫県

#### 発表者：水産庁任命「お魚かたりべ」 山崎清張氏

日本さばける塾inひょうごでは、「アジのソテー トマトソースがけとイカ（刺身、酢味噌和え）」を作りました。

「魚をさばく」ことは、ほとんどの子供たちが初めての体験でした。最初は不安そうな顔で、わけのわからない物体として、目の前にある魚を怖々と触っていたのが、ほんの数分で目が輝きだして、魚から目を離す事が出来なくなって行くその変化を見てとれました。その事が我々講師・大人たちにとってのおおきな成果であり御褒美です。

その魚を、まるのままから全てさばきました。ウロコ取りをして、ウロコを触って、目をヒレをとしっかり見る事って、大人でもなかなかなくて、ここに傷があるとか、血が・汚れがついているとか、こんな匂いなんだとリアルに解る、それこそが海の中で魚が生きてきた環境そのものであり、美味しく食べるには、魚さんのいるところを守ってやらないとダメだなあ。そのためにまずは出来る事、ポイ捨てとかアカンなあとか思い描いてもらえたと思いますね。

また、自分でさばいたことで、自分の身体を創る「食」。その食材である魚をいい加減な扱いではなくしっかり興味を持ってもらえた事で、愛着を持ち大好きになってもらえた。これから先何十年もある人生を、ずっと魚好きです！と自慢しつつ、美味しく食べてもらえる、魚好き人間が増えてもらえた、こういう機会を、益々そんな人を増やして行きたいですね。



### ●滋賀県

#### 発表者：大阪ガス（株）京滋導管部地域コミュニティ室 北村衣江氏

滋賀県は海に面していませんが、海のように大きな湖びわ湖があります。びわ湖には固有種の魚が多く、ビワマス、アユ、ホンモロコなど美味しい魚がたくさんいて、滋賀独特の食文化があります。が、近年はびわ湖の魚の減少とともに化、湖魚を食べる機会が減っており、ビワマスを食べたことがない。という方も多いです。今回、湖魚の美味しさをしていただきたいとメニューの中にホンモロコを使った南蛮漬け、ビワマスを使って滋賀県の郷土料理アミノイゴはんを作っていました。さらに弊社の食育活動の一つ、和食出し体験講座を組み合わせ、昆布とかつおのだしでみそ汁を作っていました。講習会は魚をうまくさはけるようになりたいとみなさんの熱意が感じられました。「魚をさばくのは難しかったけど、うまくできて楽しかったので、この先もさばき続けたい」という感想があり、大変うれしく思いました。また、海洋汚染の問題を説明したことから、「今回びわこの魚をいただき、海やびわ湖を大切にしたいと思いました。遊びに行ったときは1つや2つでもゴミ拾いをしてから帰ろうという気持ちになりました」との感想もありました。環境保全の重要性をより身近に感じてもらえたのではと思います。湖魚を食べるといって滋賀の食文化が途絶えることなく続いていくことを願っています。



### ●福井県

#### 発表者：越廼漁協 上田十三恵氏、中野峰子氏

今回の福井でさばいたのは「フクラギ」です。出世魚ブリの幼魚で、サッパリした味わいが特徴。福井では、スーパーでもよくみかけ食卓にのぼる事がとても多い、いわば県民魚です。他のエリアでは違う呼び名で呼ばれたりします。今年は水温の関係でフクラギが福井沿岸に入ってくるのが遅く気をもみましたが、無事朝どれのフクラギを用意する事ができ、刺身そして漁師さんのイチオシ料理であるフライに挑戦しました。アジでさばき方の基本を押さえた後でしたので、フクラギをさばくのもスムーズでした。フクラギは中型魚ですが、参加者のみなさん全員、三枚おろしに成功！さばける塾で特にお母さんに伝えたかったのは「魚丸一匹買うのはすごくお得」であること。フクラギ捨てる所無く、アラ汁、アラ炊き、刺身など余すことなく全部食べられます。財布にやさしく、おまけに美味しい。さばくのは数をこなすとどんどん上手になります。まずは家庭で保護者さんたちが魚をさばく事で、子供たちもより魚に愛着が持てるようになってほしいです。



【本日3/19(土)10時～12時半】ウェビナー『日本さばけるアカデミー2022』 | 日本財団 海と日本プロジェクト 日本さばけるプロジェクト

## ●宮城県

### 発表者：塩竈市産業環境部水産振興課 櫻井隆光 氏

ここ塩竈は生鮮マグロの水揚げが日本一（2位3位の時もあります）です。しかし、丸のマグロを見たことがない人も多いのが現状。おさかなミュージアムを訪れてマグロの生態系などの座学も実施しました。

その後、塩竈市魚市場に移動して水揚げされた新鮮な「まぐろ」と基本の「アジ」で三枚おろしのさばき方を学びました。「まぐろ」の重さは42kg！その迫力にキッチンスタジオに入った子供たちは歓声を上げ、大興奮。

また、参加してくれた保護者からは、「子供が魚をさばくことが楽しくなり、お休みの日はいろいろなところに丸の魚を探しに行くようになった」と感想をいただきました。また、その保護者がある大手の食品メーカーにお勤めで、今後は塩竈の魚とコラボすることにもなっています。さばける塾には魚を好きな人が参加する傾向にありますが、このような出会いもあり今後いろいろな可能性が秘められていると感じました。

海水温上昇により海が変化し、とれる魚や時期も変化している。もう魚市場の存在を知らない子供がここ塩竈にもいる。ここ日本の魚食文化が失われる可能性もある。このような活動を活発化させて魚食の大切さを伝えて行ければと思います。

今年、去年とコロナウイルス感染症拡大に伴い魚食育も制限されてしまいました。しかしながら、リモートなどの新たな取り組みも実施。暗いことは考えないようにして明るい未来のためにみんなで元気になりたいと思います。



## ●北海道

### ※都合により事例発表は行わず。発表者：炭火割烹菊川 菊池隆大氏

近年函館での漁獲量が急増している「ブリ」と「アジ」の2種類の魚をさばきました。最初は、持ちなれない包丁に緊張した様子でしたが、少しずつ慣れてきて、魚の身や骨の触感を楽しみながらさばく姿もみられました。さばいた魚は道南食材の薬味を使用した「アジのたたき丼」、ブリカツをパンに挟んだ「ブリドッグ」に調理。「牛乳や真昆布のペーストに漬け込むことでブリ特有の臭みを消し、ふっくらとした食感に仕上げる」など、家庭でも実践できる下処理の仕方などを学んでいただきました。

子どもたちからは「地球温暖化が原因で函館でブリがたくさんとれるようになったことがわかった。せっかくブリが美味しかったのに、このままだとブリもいつかは函館でとれなくなってしまうかもしれないと心配になった。」という感想がありました。また保護者からは「私たちでも知らない函館の海についての学びが溢れる授業でした。海洋環境が目まぐるしく変化していることがわかったので、改めて地球環境に配慮した行動をしていこうと感じました。」と、海を自分ごととして考えるようになった感想をいただくことができました。



## 【スタジオゲスト（有識者）のコメント】

### ●水産庁水産政策審議会委員 中川めぐみさん

釣りをきっかけに地域の魅力を伝える釣りメディア「ツッテ」を運営している中川さんからは、コロナ禍で釣り人口が急激に増えていて、海に親しむ人が増えていることについてお話しがありました。

#### 【ポイント】

- ・若い女性、子供連れなどが増えている。
- ・釣りを通じて海に親しむきっかけが増えることは素晴らしい。
- ・魚の旬やおいしい食べ方などの交流ができる。地域の人との交流が進むとよい。
- ・一方で、マナーやゴミの問題も起こっている。
- ・魚のとりすぎ、禁漁時期を守る意識などについてもっと発信していきたい。



### ●鮮魚店 Sakana bacca 豪徳寺 店長 岡部さん

東京都内で複数店舗展開する鮮魚店「Sakana bacca」では、普段あまり目にする事のない未利用魚を扱っていることが特徴です。岡部さんには、鮮魚店の役割と伝えていきたいことについてのお話しをしていただきました。

#### 【ポイント】

- ・日本近海には数千種類の多種多様な魚が存在している。しかし、よく食べられる魚は20種類ほど。
- ・さばくことができると、美味しく食べられる範囲が広がる。
- ・鮮魚店で多様な魚に出会ってもらい、食の豊かさや海の豊かさを発信していきたい。
- ・水産資源のサステナビリティにもつながるように、子供たちに喜んでもらえる取り組みを行ってきたい。

