

'92.3-4

魚

No. 71





は中国の秦代に作られた篆書(てんじゆ)で魚。学研漢和大字典・藤堂明保編より転用。



オオヤマトカマス

(小笠原諸島 水深7メートル)

琉球列島、小笠原諸島、南アフリカに分布。

写真は鳥島と小笠原の中間に位置するソウ婦岩で撮影した。海洋の真ん中にポツンと杭が立っているような絶海の孤島(巨塔?)で生活しているカマス達にとって、岩陰に寄り添うようにして群れることは当然と思う方も多いただろう。しかし実際にはカマス達が群れているのは巨塔より50~100メートル程離れた所の表層なのである。

一匹でもスマートな魚体だけが群れを作ると一層素晴らしい。群れの形は変化し、巨魚になり戦闘機になりブーメランのようになって見ると見る者を飽きさせない。

表紙写真撮影と文 田口 哲(たぐち てつ)

1942年、茨城県水戸市に生まれる。上智大学卒。水中記録家。海、淡水を問わず魚類の自然生態写真を撮り続けている。著書に「溪流の魚たち」山と溪谷社刊。「日本の魚」(海水編)(淡水編)小学館刊他多数。

Contents

No.71

'92.3-4

1

フレッシュアップ/さかな最前線

特集:最新マグロ事情

取材・文/陸井真一(フリーライター)

6

体験取材記『さかな探検隊』⑫

マグロ船の船内探検

~出港の日のドラマ~

9

水・族・館

マリンピア日本海(新潟県)

10

うちの味じまん魚料理

鮪づくし『三崎館本店』(三浦市)

12

江上佳奈美のワンポイント魚料理

小鯛のチーズ焼き

13

魚の雑学ファイル

EPAとIPAは同じもの

14

シリーズ/魚の栄養学⑥(最終回)

フードドクター 東畑朝子

16

市場探訪/港・市場・魚

那珂湊市場(茨城県)

18

インフォメーション

20

おさかなQ&A

21

ほろ酔いコラム『酒のさかな』 森下賢一

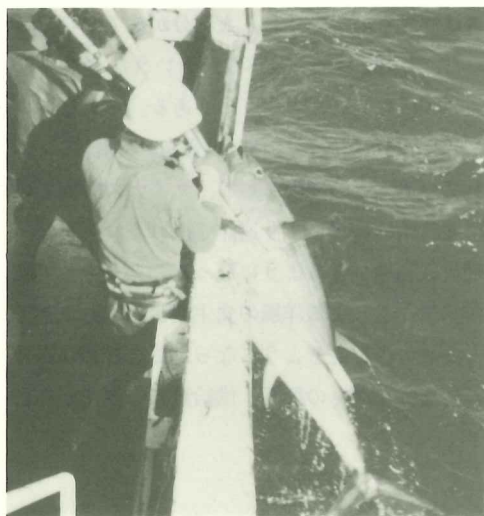
特集

最新マグロ事情

取材・文/陸井眞一（フリーライター）



東京築地中央卸売市場には、毎早朝、数百尾の冷凍マグロがセリに出される。



今や、すしダネとして欠かすことのできないマグロ。最近では、その最高級の大トロがとれるクロマグロを、ワシントン条約で国際的に規制を行なうかどうかで議論を呼んで、改めて注目された。特に日本では、食文化の危機という意味合いを含め、規制の動向に一喜一憂したものである。しかし一方、クロマグロの大トロなどは、この種自体の捕獲量が少ないこともあって、大部分は高級鮨屋や料亭に流れ、ほとんど庶民の口に入るものではなくなっていた。そんな高級化したマグロのあれこれを、探ってみた。

30年前、トロは「猫またぎ」と呼ばれ、捨てる部分だった

われわれ日本人は、何と5000年も前から、マグロを食べていたのだそうだ。それは、縄文時代の中期の太陽台貝塚（岩手県陸前高田市）などから大型のマグロの骨が出てくることでわかる。当時、どんな漁法でマグロを捕っていたのかは不明だが、とにかく食べていたのは事実である。

とはいえ、以後ずっと煮るなり焼くなりして食べた時代が続き、今のように刺身として食べるようになったのは、ごく最近の江戸時代、それも幕末の頃だそうだ。ただ、マグロは鮮度落ちが早いこともあり、また当時の刺身はタイやヒラメのような白身魚が主流で、マグロのような赤身魚は下魚とされていたから、それほど一般化していたとは思えない。すしダネとしてマグロが登場するのも江戸時代のことではあるが、鮮度落ちを防ぐため醤油漬けにされ、そのため「ツケ」と通称されていた。東京・日本橋にある吉野鮨本店の大將、吉野正二郎氏は、この時代のマグロについて、こう語る。



水揚げ時にクレーンで吊り上げられる様は圧巻。

「マグロといっても、メジやキハダのような小さい型の種類はともかく、クロマグロのように200キロにもなる魚は、あんまり食べる習慣はなかったんじゃないかねえ。当時は四つ足は食べないという宗教的な習慣もあったし、ここまで大型の魚になると、そういう動物と同じように思っても不思議じゃない。それに、本当に鮮度を維持するのが大変で、かろうじて体の上の赤身の部分はあまり変わらないというので、ツケにした。苦労が目に見えるようだね。ましてトロのようなアブラ身はすぐに悪くなって、とても刺身じゃ食べられない。当時はアブラものやこってりしたものは、下賤な食べ物とされていたでしょ。どぜう鍋や馬肉のサクラ鍋だって、そうだよ。だから、トロの部分は一膳飯屋のようなところが、ネギマ鍋の材料にして使った。この材料費なんて、ほとんどただみたいなものだ。でも、これはトロじゃないと駄目。アブラがよくしみて旨いんだ、これが」

今では、このネギマ鍋、高級料亭などでコース料理の一品として、ほんの少量が上品に出されることがある。まったく時代は変わってしまったのである。刺身やすしの材料として、赤身が使われた時代は、かなり長いこと続く。明治、大正、昭和に入ってから、この傾向はあまり変化がない。ほとんど30年ほど前まで、トロは邪魔もの扱われ、大部分が捨てられる運命にあった。市場では猫も食べないということで、「猫またぎ」と呼ばれていたというのである。そんなトロが、本格的な人気になったのは、昭和40年前後のことといわれている。その理由として、マイナス60度という急速冷凍技術の進歩により遠洋で捕れるマグロが、十分に刺身に利用できるようになったこと、そして戦後の学校給食などによる洋風の食生活が定着してきて、アブラっこいものを好むようになったことなどが挙げられる。また、マグロの種類、供給量にも変化が生じ



右が、吉野鮨本店（東京・日本橋）の大將、吉野正二郎氏。もう日本橋で鮨屋の4代目になる。

吉野鮨本店、夫婦と若い衆2、3人の規模で愛情を込めて握るのが鮨屋の本道という。

た。それまで、トロはクロマグロのカマ下（エラの近くの腹部）から取っていたのだが、冷凍で入ってくるミナミマグロは、アブラがよくのり、背の近くまでトロとして通用するようになった。供給量が一気に増えたのである。そして、現在では、クロマグロのカマ下から取れるトロは、大トロの最高級品となっている。

マグロは年間70万トンも消費

さて、現在よく食べられるマグロの種類に触れておこう。まずクロマグロは、別名シビマグロ、ホンマグロともいい、最高級種で、今、話題の魚である。その子供で、二歳魚（60センチくらい）になったものが、メジマグロ、ちなみにクロマグロが成魚となるには、10年近い歳月を必要とするから、その中間で4、5歳になったものを、「中ぼう」とも呼ぶそう。次が、メバチマグロ。体重40キロ、体長1.3メートル位の中型マグロで通称「バチ」、関東以北で売られるマグロはこれが一番多い。冷凍マグロを除いて、近海から入荷されるもので鮪屋さんが使っているのも、ほとんどがこれである。もし、バチが入荷しなくなったら、鮪屋の店頭からマグロが姿を消してしまうだろうとさえ言われている。世界での漁獲量も、もっとも多く、冷凍されたものが、世界各地から送られてきている。

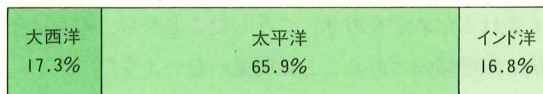
次が、キハダマグロ。これもサイズはバチと同じ程度で、東北・宮古市の網のキハダが夏場のすしネタとして最高品とされる。しかし、近海での漁獲は圧倒的に少なくなり、捕れても多くは缶詰用、すしネタになるキハダはほとんどなくなって、台湾、フィリピン、グアムなどのものを生で空輸、それが店頭に並んでいるようだ。次が、ミナミマグロ。オーストラリア、ニュージーランド、南アフリカ沖に棲み、冷凍マグロの代表である。別名インドマグロで、漁獲が始まったのは、昭和37年、開始から40年代にかけては釣れ過ぎて、はえ縄が上がらないこともあり、捕れすぎて沈没した船までであるという。しかし、現在は漁獲は大幅に減り、遠洋漁業では全長150キロのはえ縄に、3000本の釣り針をつけても、一回に5～7尾くらいしか捕れなくなっているという。昭和40年代の状態が続いていけば、トロが今のように高級化することはなかったというわけだ。

最後に、ビンナガマグロ。これは体重15キロ、体長90センチ位の一番小型のマグロで、脂気も少なく薄味のため、すしダネには不向きといわれ、もっぱら油漬け缶詰用に使われている。ちなみに、ペット・ショップやスーパーなどで盛んに売られているマグロの猫缶の材料は、一部、型の小さい安いキハダを専門に使っているところもあるが、ほとんどは人間の食べる部分を除いたあとの残滓を原料にしているようだ。

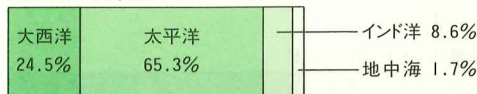
次に世界のマグロ漁獲量の変遷である。昭和50年に、世界の漁獲量は30カ国で約90万トンだったものが、昭和64年には約140万トン（表1）に増え、そのうち半分以上の約70万トンが日本で消費されている。この状態は、今でもあまり変化がない。日本鯨鮪漁業協同組合連合会（略称・日かつ連）・販売部の西恒義部長は、こう語る。

■表1・世界の主要マグロの年間漁獲量(約140万トン)の内訳

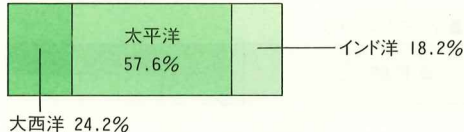
キハダマグロ 905,493トン



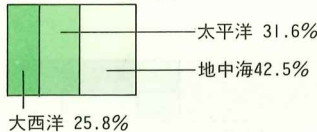
ビンナガ 242,884トン



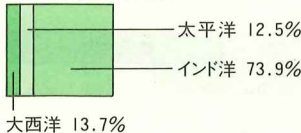
メバチマグロ 228,993トン



クロマグロ 29,848トン



ミナミマグロ 19,270トン



国連食糧農業機関(FAO)1989年統計より

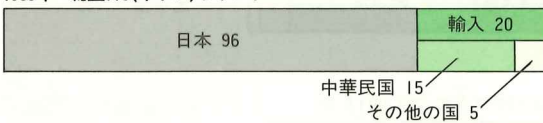
「その70万トンのうち、60万トンが刺身用で日本がほとんど唯一最大のマグロ刺身市場ということが出来ます。この60万トンというのは、魚の丸のままの状態の量ですから、これを製品として使える部分をみれば、約51万トンになります。これは、やや供給過剰の状態ですね。受給バランスからみれば、47~48万トンが適正な数字だと考えています。平成3年度で見ると、国内の消費量はあまり変化がありませんが、遠洋を含めて国内の漁獲がやや頭打ち、その分、若干輸入が上向きとなっています」

しかし、ここ数年の動きで見ると、輸入量が国内生産に対して、ほぼ倍増していることが分かる。表2は冷凍と生の刺身用マグロの日本市場への供給量だが、冷凍が10.6万トンから20.7万トンへ、生が2万トンから5.1万トンにそれぞれ6~7年の間に輸入が増えていく。これは、マグロ漁業に参入する国が増えている影響もあるようだ。昭和50年に30カ国だった国が、63年には56カ国まで増えている。マグロが日本市場で高く売れるためでもあり、こうしたことから、輸入は今後も漸増傾向にあることは間違いないようだ。

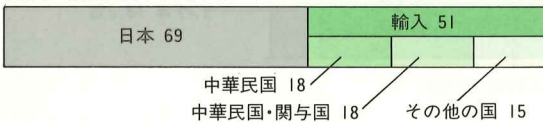
■表2・日本刺身市場への供給量

生鮮サシマぐろ

1985年 総量116(千トン)ラウンド

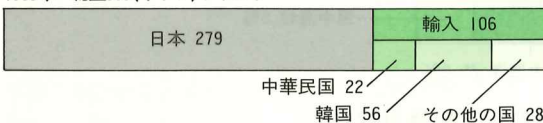


1990年 総量120(千トン)ラウンド

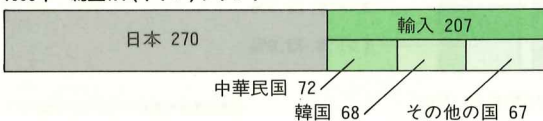


冷凍サシマぐろ

1985年 総量385(千トン)ラウンド



1990年 総量477(千トン)ラウンド



日かつ連のバイロット・ショップ、まぐろや(東京・銀座)



渡辺文雄氏、C・W・ニコル氏と、まぐろや店長の鈴木勝二氏。有名人もよく訪れる。

それでは、気になるマグロの今後のお値段はどうなのだろう。西氏はこう語る。

「魚価は、若干、景気に左右されることもありますが、最終的には需給バランスに尽きると思います。供給が安定していれば、魚価も安定しているということですね」

これは、すなわちマグロの漁獲が減れば、今以上に値段が上がるということである。もし、クロマグロが規制されることになれば、総体的にマグロの漁獲も減ることになり、別の種類の魚価に影響が出てくる可能性があるわけだ。これは、マグロ好きの日本人にとっては、やはり重大問題なのである。

一般の鮨屋さんでは、現在、ランチ・メニューの鉄火丼、ネギトロ丼を含めて、一日のマグロの消費量が50キロというお店もある。東京・銀座の鮨専門店、「まぐろや」では、やはり一日に20キロのマグロが使われるという。このお店は、日かつ連の販売部門の子会社、日本鯉鮪商事(株)の直営店で、いわば日かつ連のアンテナ・ショップとしてつくられたものである。店長の鈴木勝二氏は、こう語る。

「マグロは、ほとんどの種類を扱っています。冷凍ものが8割、生が2割という割り合いですね。店で一日に出るのは20キロ程度ですが、常時、300キロはストッ



まぐろやの冷凍マグロのケース。ストックは常時3000キロを用意している。

クしておくようにしています。気を使うのは、産地によって、また時期によって、味が違うことです。冬場は生はだめだし、産卵後のマグロはアブラがのっていないということもありますから」

価格については、週3回は築地市場に出向き、せり場を見て、相場をチェックしているそうだ。ちなみに、「まぐろや」でのクロマグロの大トロすしのお値段は、1個1200円。また、このお店には、クロマグロのカマの部分を使ったマグロステーキ(3~4人前、7000円)や、角ステーキ、マグロの塩辛など、ほかの店にあまり見られないメニューがあり、人気を呼んでいる。これも、マグロ普及の一環なのだそうだ。



トロを使った「マグロ角ステーキ」。値段は種類によって変わる。(まぐろや)



クロマグロのカマを使った「マグロステーキ」。オーブンで2時間、じっくり焼く。(まぐろや)

ワシントン条約・京都会議の結果で

さて、問題のクロマグロのワシントン条約規制問題である。すでに、3月2日から、各国の代表が集まって京都で開催された締結国会議の結論を御存じの方も多いことだろう。そもそも、この問題はアメリカの環境保護団体、オーデュボン協会が昨年、クロマグロが絶滅するとして、ワシントン条約の対象生物にするよう、アメリカ政府に働きかけたことから始まった。これに対して、アメリカの漁業関係者や日本、スペイン、ポルトガルなどが、猛烈に反対、結局アメリカ政府はこの提案に乗らなかったが、代わってスウェーデン政府が提案することになったという経緯がある。マグロ漁業をやらないスウェーデンが何故、提案をという疑問もあるし、マグロ漁業についてはすでに、資源を管理する大西洋マグロ類保存条約 (ICCAT=アイキャット) の加盟国が、1982年以来、漁業規制を行なっている。そのため、ICCATに加盟し、ワシントン条約にも参加している15カ国は、すべて反対にまわっているという状態だったのである。

会議の結果は、クロマグロ・ファンにとって、ひとまずホット胸をなでおろすものだった。スウェーデン政府代表が「ICCATによる調査や漁獲割当量の監視を続けること、ICCAT未加盟国も漁獲削減に協力すること」などを条件に提案を取り下げたからだ。ただ、規制提案が撤回されたからといって、相変わらず高価なクロマグロが庶民の口に入るかどうかは別の問題である。

これらの規制をめぐる動きについて、吉野鮭の大将はこう語っていた。

「マグロがなくなれば、そりやあ鮭屋はいつきは困るだろうよ。でも、マグロがすしネタじゃない時代だってあったんだから、商売はほかのネタもあるし、何とかかなと思うね。別にクロマグロがだめになったって、ほかのマグロはいいんだから、もうちょっと太っ腹になって、対応してもいいんじゃないの。ただ、便乗値上げて、ほかのマグロが高騰するのは心配だけだね」

吉野鮭のクロマグロの大トロは、1個1000円。赤字覚悟の値段だそうである。



マグロ船の船内探検 ～出港の日のドラマ～



▲いよいよ出港まで30分。船長さん（左）が見守る中、船乗りさんは全員救命胴衣の着用契約書にサインする。ヒリヒリ緊張感が漂う。

◀巨大なマグロを求めて、また1年間の長旅へ出発する433トンのマグロ船。その船体はなんとも雄々しい。

船内の生活は、なんと1年!

「何ヵ月ほどの航海になるんですか？」

船乗りさんに尋ねてみる。マグロを捕獲するために遠路、南へと向かう船出が近づいている。

「そうだな、ま、1年くらいだろ」

「え？ 1年？」

思わず聞き返してしまった。せいぜい3ヵ月程度だと思っていたのだ。

「3ヵ月なんてのは、もう30年も昔の話だよ。今じゃだいたい1年だな。こないだは11ヵ月で帰って来たけどね。で、それから1ヵ月休んでまた1年……」

こいつはすごい。2年の間にたった1ヵ月しか陸にいないなんて。周辺を見回すと、船出を見送る人たちが約50人ほど波止場に立っている。もちろん、船乗りさんの奥さんや子供たちや友人だろう。出港1時間前。17名の船員は、それぞれ家族の面々と別れを惜しんでいる。その中には、まだ20歳くらいの若い船員と18歳くらいの彼女がピッタリと体を寄せあっている。すっ



▲船乗り仲間や友人の「祈・大漁」の願いが込められた差し入れの数々。この1年分のおやつが船員の楽しみでもある。



▶ピカピカに磨かれた船内のキッチン。大所帯をまかなうだけあって、その規模は予想以上に立派なものだった。

▲船員のダイニング兼娛樂ルームとして活躍するマルチ・スペース。この船室で海の男達は毎日、食事をとり、またレクリエーションを楽しむ。慣れてしまえばパラダイスだ!!



かりお腹が大きくなった妊婦が寂しそうに微笑んでいる。我々探検隊は、マグロ船の船内を探検に来たのだが、あまりにドラマチックな光景にしばし時を忘れてたたずんでいた。そして、よし、今回の企画は「マグロ船の船内探検&マグロ船出港ドキュメント」の2本立てにしよう、と心に決めたのである。

出港の30分前ともなると、もう船乗りさんは別れを惜んでいる暇はない。荷物を搬入するのにてんやわんやである。「祈大漁」という勇ましい文字が記されたのし紙付きの荷物が次々と車で運ばれてくる。中身はジュース、お酒、お菓子などで、1台の車に約30箱。船乗りさんは手際よく手渡しして船内に運び込む。海を境にしてキャッチボールをしているようだ。このほかにも自分の荷物がある。ビデオソフトを30本ほど運び入れる人、本を大量に抱えている人。これから長旅が始まるのだ、という雰囲気かひしと伝わってくる。

「漁場はどこですか？」
ときばき動き回る船乗りさんの後にくっついて、少し質問させていただいた。

「モロッコだな。ま、ちょっとシンガポールに寄って地中海を経由して、モロッコだ」

まるで「ちょっと東名入って、名古屋に寄って、大阪だ」みたいな言い方に感動してしまう。そこらの学生よりも、よほどインターナショナルな感覚が身についているのではないか。さらに聞くと、シンガポールではおそらく1日だけの滞在になりそうだという。停泊して遊ぶ暇もそれほどないのだ。

「1年以上かかるかもしれないんですか？」
「うーん、とにかくこの船は300トンくらいマグロ積めるから、いっぱいになったら帰って来るよ」

若者よ、2 畳の船室で奮起せよ。

このマグロ船は433トン。まず、船の前方にかけられた橋を渡って甲板に降り立つ。この甲板の下がマグロ用の巨大な冷凍貯蔵庫になっている。向かって左が船室など主要な施設、右側には小屋のようなものがある。その「小屋」に足を踏み入れると、そこには見たこともないような厚い長靴や手袋、さらにヤッケが並んでいる。一瞬、南極観測隊の船に迷い込んだような気分になったが、これは冷凍庫にマグロを運ぶために絶対必要な道具なのだ。なにしろ、マグロは新鮮なまま長期保存するためにマイナス60～70℃の保存庫で瞬間冷凍させる。普通の冷蔵庫のフリーザーはマイナス15℃くらいだから、これはハンパではない。

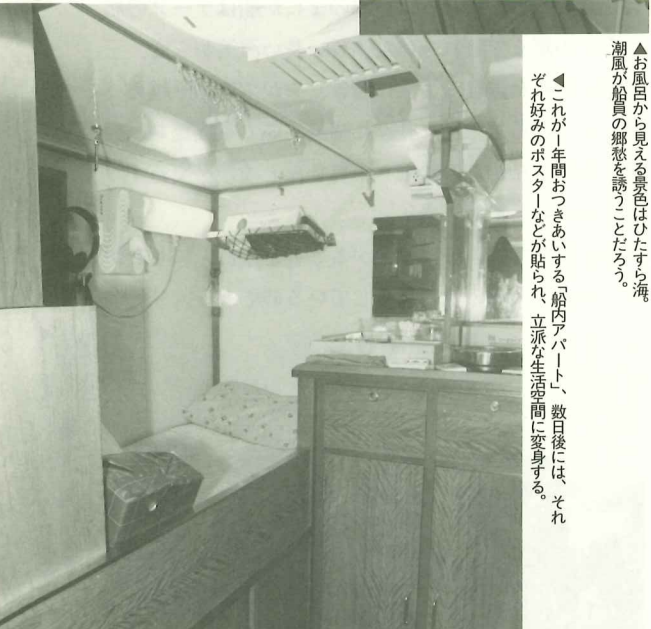
「小屋」を出て今度は船室へと向かう。甲板の上では船員が救命胴衣着用に関する契約書にサインをしていた。階段を上った2階の左手にはダイニング。まだ荷物の搬入で乱雑ではあるが、テーブルに椅子、テレ



▲船員はしばらく独身生活。洗濯機ももちろんセルフサービス。



▲お風呂から見える景色はひたすら海。潮風が船員の髪を誘うことだろう。



▲これが1年間おつきあいする「船内アパート」、数日後には、それぞれ好みのポスターなどが貼られ、立派な生活空間に变身する。



マグロ船の船内探検

～出港の日のドラマ～



▲レーダーをはじめ最新式の機器が装備されたブリッジ。マグロが探知されると船員達は徹夜の作業に入る。

◀マグロ船と陸を結ぶ唯一の「命綱」である無線設備。外界の情報や気候を知るための偉大な武器だ。

ビデオなどはすでに配置されている。テーブルの大きさはちょうど全員が座れる程度だ。船乗りさんにとっては、この部屋が憩いの場であり、また唯一の娯楽施設でもある。限られた空間の中で、1年間もこの場所でそれぞれが独自の楽しみを見出さなければならぬのだ。ダイニングの隣には洗濯機が2台と風呂が設置されている。風呂は潮風にさらされて赤銅色がかっているが、そんな色のことなど気にしては船乗りは勤まらないだろう。

ダイニングの向かい側のドアを開けるとまっすぐに通路が続き、その両サイドに船室がある。ちょっとしたホテル感覚だ。だが、船室のドアを開いた瞬間にこれからの長旅への哀愁が漂う。だいたい2畳くらいの室内にベッドと机と小型冷蔵庫と備え付けのタンスが置いてあって、残ったスペースはほんのわずか。この船室で、1年間あの若者は何を考えるのだろうか。などとセンチメンタルな気持ちになる。3階に上がると操縦室（というのだろうか？）と船長室や機関長室などがあるが、リーダーが格段に優遇されるわけではない。廊下には各船員の役割分担や船内規律などが書き込まれた紙があちこちに貼られている。

じゃ、また、来年。

主だった生活空間はこんな感じで、あとはマグロを

とるために必要な最新鋭の機器が搭載されている。船室を出て再び甲板に戻った。例の若者が少し緊張した面もちで立っている。「何回目ですか？」と尋ねると、はにかんだ表情で「初めてなんです」と答えた。

いよいよ出港まで残り5分。ベテランの船乗りさんたちは、いつもと変わらないような表情で淡々と仕事をしている。甲板にシンビーノ（ノンアルコール・ビール）が運ばれた。紙コップが配られて、それぞれ無言で注いでいる。簡単な挨拶の後、乾杯。波止場から静かに見守る家族の人たち。ふと気付くと100人ほどに増えている。乾杯が終わると、船乗りさんは出港の準備のため、それぞれ自分の持ち場についた。船と家族の人たちをつなぐテープが結ばれる。どの顔からも「1年」の長さを受け止めようとする決意みたいなのが感じ取れる。船乗りさんたちは波止場の方を振り向きもせずに、やはり淡々と業務に専念している。なんだかとてもカッコがいいので参った。

錨がすっかり上がり、船と波止場をつなぐロープが外された。ゆっくり滑るように船が前進する。若い船乗りの彼女の目に、ほんのりと涙が滲んでいる。家族のひとりひとりの手に握られた紙テープがするすると伸びていく。これはどうにも、たまらない光景なのだ。妊婦さんの持つテープの巻き幅もだんだん細くなっていく。このテープがずっとモロッコまで続いてほしい。そう思っているのだろうか。いずれにしても、今度旦那さんが帰って来る時には、新しい家族の一員とともに出迎えることになる。いつのまにか船はテープの届かない距離まで離れていた。長い長い汽笛が二度、三崎港に別れを告げるように響き、やがて埠頭を越えて見えなくなった。三々五々に帰っていく家族たち。船乗りの奥さんが別の船乗りの奥さんと挨拶を交わす。「それじゃ、また、来年」

海の男たちは再び陸に上がることを心待ちにしながら、今日も大海の上で暮らしているのである。



◀いってらっしゃい！1年の長旅を終えるまで、妻や恋人は陸上で無事の帰還を祈る。



豪快な水しぶきと共にジャンプを見せるイルカたち。普段なかなか本来の動きを見せてくれない飼育動物のなかには、そこそこにユニークな仕草を見せてくれるラッコやペンギンたち。いつの頃からか彼らの存在は水族館の必須アイテムとして定番化しているようです。

当マリンピア日本海は、新潟市制施行100周年記念事業の一環として、老朽化した旧水族館（昭和42年開設）に替わり、平成2年7月よりスタートしました。旧館と比較すると施設の規模、飼育生物の種類・数量共に数倍にグレードアップされたわけですが、来館者を対象としたアンケート調査の結果を見ると、来館目的や印象度の強さという点で、前述の動物たちはやはり上位を占めています。設備投資や維持管理にかかる経費にしても別格で、たしかに主役的な存在かも知れません。しかし、水族館の存在価値が彼らの存在することのみに依存していたのでは、ていの良い見世物小屋となら変わりありません。展示のテーマを明確にし、それにそったレイアウト・設備等のハード面と飼育管理技術・適切な解説方法等のソフト面がうまくマッチして初めて完成度の高い展示施設と言えると思います。

例えばラッコを飼育展示するにあたり当館では、ビーバー・カワウソ・アザラシ等の飼育プールと同一の建物内に配置し、水界あるいは水辺に生活圏を求めた哺乳動物たちの一員といった紹介をしています。とは

言うものの、体のつくりや生態についてパネルや口頭での解説どおりの様子が必ずしも実際に観察できるとは限らず、また各々の共通性や相違点についての説明不足など今後もいろいろな工夫の必要性を感じていることも事実です。

ところで、こうしたキャラクター性のある生き物たちの飼育展示を行う一方で、同等もしくはそれ以上にローカル色を強く打ち出したいとも考えています。日本海は随所に固有の冷水塊が存在し、たかだか水深300~500メートル程でも1~2℃と非常に低水温の部分もっています。こうした水域で操業されるエビかご漁によりホッコクアカエビ（通称アマエビ・ナンバンエビ）をはじめとしてザラビクニン（写真）、タナカゲンゲなどの特有の魚類やいろいろな底棲生物が良好な状態で収集でき、今後の楽しみな分野と考えています。

新生の水族館として、課題はたくさんありますが、新潟の水棲生物の情報発信基地を目指しています。

マリンピア日本海

〒951 新潟県西船見町5932-445

☎025-222-7500



うちの **味よし** 魚料理

三浦半島

巨大なマグロのかぶと焼きを日本で初めて「発明」したのが、この三崎館本店です。三崎港で水揚げされたマグロを、お刺身はもちろん、スペアリブに、酒盗に、ステーキに……と、マグロ料理だけで10数点を誇る「鮪づくし」。舌鼓が鳴りつばなしの贅を堪能してみました。

鮪づくし『三崎館本店』

「さかな探検隊」でマグロ船の旅立ちを見送った後は、もちろん知る人ぞ知る「マグロのかぶと焼き」の出番である。明治41年創業の割烹旅館「三崎館本店」は、今やマグロ料理一筋。創業当時は普通の旅館だったのが、三崎港のマグロ水揚げ高が増えるにしたがって、どんどんマグロのオリジナル・メニューが誕生していった。

「マグロは捕獲したらすぐにマイナス70℃で瞬間冷凍されて、そのままこの三崎港まで来ますからね、旬はないんですよ。いつでも新鮮なままだけなんです。ただ、解凍の仕方にコツがあるんですよ」

旅館の女将さんである渡辺淑子さんが、和服にタスキ掛けのいでたちで教えてくれた。窓から港が見えるお部屋に、次々とマグロのフルコースが並んでいく。角煮やにこごりなどの前菜に、「刺身の王様」であるトロに中トロ、マグロの胃袋の辛子味噌和え、皮の酢の物、カマのステーキ、山芋とマグロの磯辺揚げ、やまかけ、酒盗（塩辛）、カマと卵の煮物などなど、実に豪華な顔ぶれだ。今まで刺身ややまかけは何度も食べているが、胃袋や皮はまだ口にしたことがない。ニヤつきながら、早速こうした「珍味」に箸を向けてみる。



◀1年に渡る漁を終えて、三崎港に帰ってきたマグロ船。束の間の休息なのだ。

胃袋はとても弾力がある歯ごたえだが、それでいて柔らかい。味はあっさり。皮は黒くて一見堅そうだが、どうしてどうして柔らかい。次は酒盗。カツオによく似ているが、少しさっぱりとした味わいなのは、内臓の違いか味付けの違いか。もちろん、日本酒なくしては語れない珍味である。それからマグロ1本で2人前しかとれないという貴重なカマのステーキ。さすが、牛肉でいえば霜降りに当たるだけに絶品。口の中にゆっくりと脂が広がるようなとろみがある。とろみといえば、トロがあった。まさしく霜降り特有のまだらが見える切り身を一枚すくいあげる。

「あ、まずこちらを食べなさい。これはね、背ビレのあたりのトロで、1本のマグロからほんの少ししかとれないんですよ。なかなか食べられませんよ」

女将さんの言葉に誘われるように、その普通の刺身とは形の違う切り身（いかにも沢山とれないよ、という切り方）を口に放り込む。感動。トロの語源は「とろける」なのだろうが、おそらく最初に命名した人はこの刺身を食べたに違いない。ひたすら感動。

と、涙にむせび続けているところに、やって来まし



▶明治43年頃に創業した由緒ある旅館。マグロのかぶと焼きの歴史はまだ新しいが、この旅館が元祖

▶これが三崎名物「鮪づくし」。マグロの中でも人気の高いメバチの刺身はもちろん、皮に胃袋に腹ワタまで美味しく調理されている。世界で一番マグロを消費する日本だが、これだけのフルコースはちょっと他にはない。

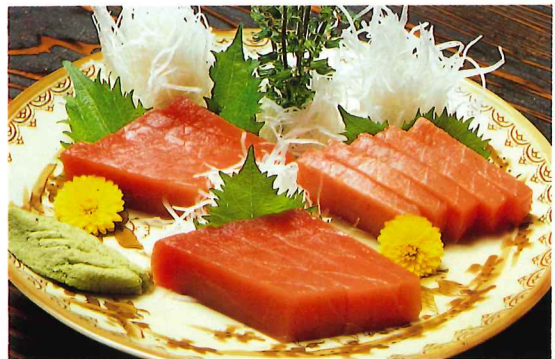


▶マグロのスペアリフ。レモン汁を大胆にかけて食べる。身が柔らかい「かぶと焼き」に比べて、引き締まった歯ごたえが魅力。



▲グルメの間で伝統的な存在になった「マグロのかぶと焼き」。実物は写真で感じる大きさより数倍大きく、ただただ圧倒される。この「かぶと焼き」からは約5〜6人前の身がとれるが、それぞれの部分によって味はまったく違う。「魚肉の七変化」という感じだ。

◀鮮やかな手さばきで身をほぐしていく女将さん。「一番好まれるのが目の周囲で、ガン予防にもなるそうです」。まさに目玉商品である。



▲酒盗や胃袋などの珍味もうまいが、やはり刺身は格別。トロから赤身まで「日本に生まれてよかった」としみじみ思う。

た！ 本日のメインイベント、マグロのかぶと焼き。大きいとは聞いていたが、女将さんの顔の10倍はありそうなスケールにただただ呆然としてしまった。女将さんは、さてっ、と言いながら包丁を持つ。「この頭の解凍には2日かかるんですよ。そして焼くにはオーブンで4時間くらい。なかなか普通のお店ではできないでしょうね」と言いながら鮮やかな手さばきで身を取り出していく。なるほど、タスキ掛けはこのためだったのか。魚は頭部の肉が美味しいと相場が決まっているが、特に狙いは目玉の周辺についたゼラチン状の部分だ。

「マグロとカツオのかぶとには、最近話題になっているDHAが多量に含まれているんですよ。頭は良くなりますし、それからアトピーとかのアレルギーにも効果があるそうです。ささ、温かいうちに召し上がれ」そのDHAがたっぷり含まれたゼラチンは、口の中で

プリンのように溶けて食道を流れ落ちていく。うむ、うまい。こんなに美味しくて頭がよくなって、アレルギーやガンにまで効くというのだから、たまらない。魚食王国に生まれてよかった、とつづく感動した「マグロづくし」だった。

『三崎館本店』インフォメーション

神奈川県三浦市三崎5-2-9 ☎0468-81-2117

1泊2食付きで16,300円から。マグロのかぶと焼きは1個で楽に5人前は取れ、だいたい2万円前後。予約注文のみで、なるべく3日ほど前までに予約のこと。120人収容の宴会場もある。旅館のため営業時間等に特にきまりはない。釣り客も多く、特に金・土曜日は満室になりやすいので予約が必要だ。

江上佳奈美の ワンポイント **魚料理**

監修／江上佳奈美(料理研究家)

⑥

小鯛のチーズ焼き

春先は、おいしい小鯛が出回る時です。

鯛というどうしても和風に調理しがちですが、時には目先を変えて洋風に。二枚におろしてチーズをふり、オーブンでこんがり焼き上げました。

鯛は頭もおいしいので、つけたままおろして焼き、頭ごといただきます。

また、小鯛だけでなく、小鰹をはじめ、どんな魚にも合う料理です。旬の魚でお試ください。

■材料 (4人分)

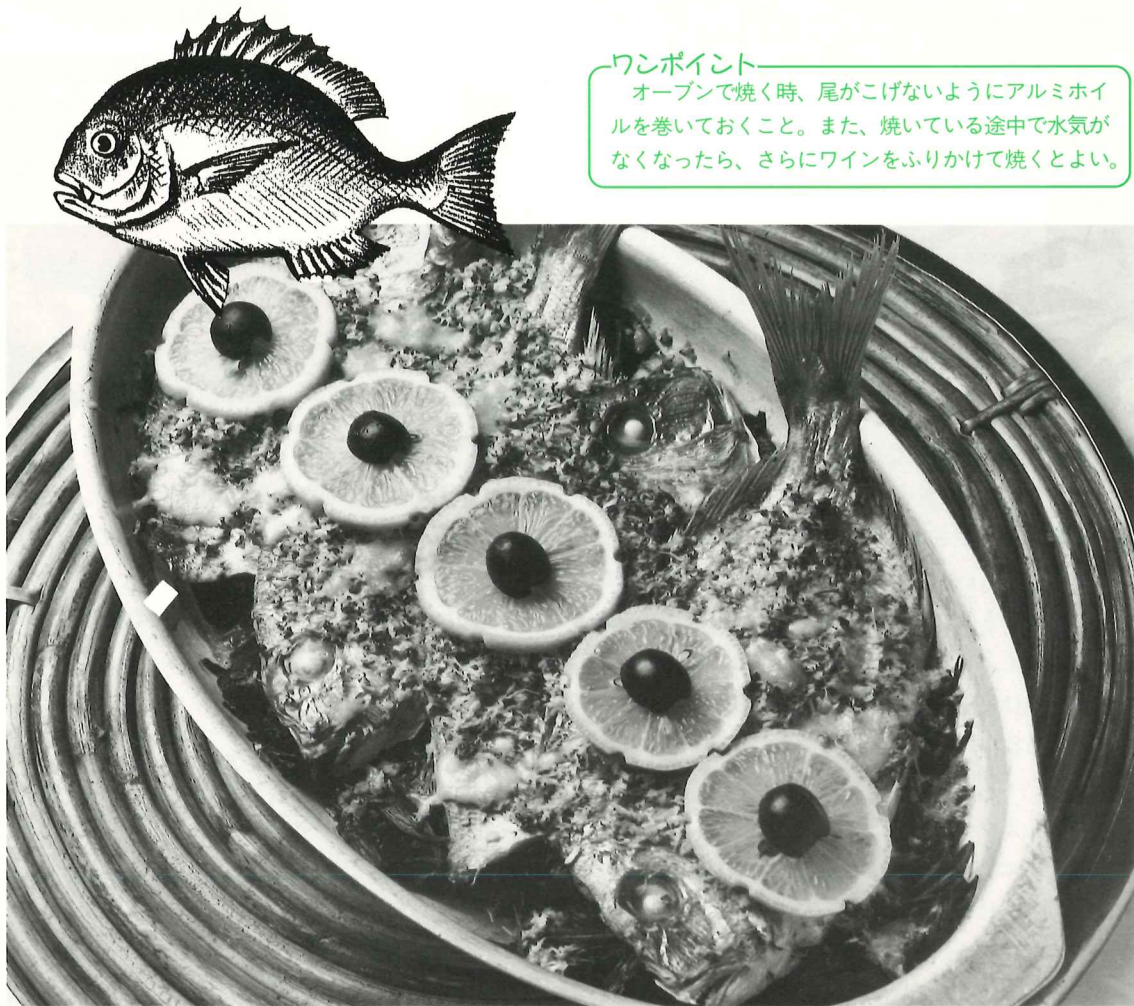
小鯛 (1尾250~300のもの) 2尾、玉ねぎ中1/4個、パセリ1枝、生パン粉大さじ5、ほうれん草400、白ワイン大さじ4、レモンの絞り汁少々、おろしチーズ大さじ3、塩、こしょう、バター

■作り方

- ①小鯛はうろことえら、わたを取り、よく洗って水気を取ってから、頭をつけたまま二枚におろし、塩、こしょうをして2時間くらいおいておく。
- ②玉ねぎとパセリはみじん切りにし、生パン粉と混ぜ合わせる。
- ③ほうれん草は塩を入れた熱湯でゆで、水に放ってアクを取り、絞って3~4cmの長さに切り、バターをとかしたフライパンで炒め、塩、こしょうをする。
- ④オープン皿に③のほうれん草を敷き、①の小鯛を皮の方を上にして並べ、②をふりかけ、白ワイン、レモンの絞り汁をふり、さらにおろしチーズもふる。
- ⑤④を200℃に熱したオープンの中段に入れ20~30分、鯛の目が白くなり、こんがり焼き色がつくまで焼く。

ワンポイント

オープンで焼く時、尾がこげないようにアルミホイルを巻いておくこと。また、焼いている途中で水気がなくなったら、さらにワインをふりかけて焼くとよい。



EPAとIPA、どっちが正しいの？

肉料理に目がない年頃の子供に
 「魚は体にいいんだから。
 EPAっていう脂肪酸が成人病を予防してくれるんだよ。
 イワシだったら毎日食べても、
 懐はそんなにいたまないし、
 健康にもいいときたら、もうこれっきゃないよ。
 ホレ、たとと食べなさいよ」などと、
 覚えてのEPAなる略語を使っていたお母さんが、
 ある日、栄養学の本をめくってビックリ。
 EPAが、いつのまにか
 「IPA」に変身しているではありませんか。
 他の本を読んでも、同じ物質を指しているのに
 「EPA」と出ています。
 これはいったい、どういうコトなのでしょう。



IPAは新しい物質？

エイコサペンタエン酸 (略称EPA) は、動脈硬化などの予防や改善をする働きをもつ脂肪酸として広く知られていますが、最新の『日本食品脂溶性成分表』(科学技術庁資源調査会発表)によれば、この脂肪酸の学術的な名称はもともとイコサペンタエン酸、略すとIPAなのだそう。学術用語を世界的に統一している国際的組織IUPAC (International Union of Pure and Applied Chemistry) や文部省、日本化学会、日本油化学協会などは、すでにイコサペンタエン酸で統一しています。

ナマリで綴りが変わった？

イコサとエコサ、IPAとEPA。いつ、どの時点から混同されるようになったのでしょうか。言葉の意味そのものをたどってみると、イコサ (icosa) はギリシア語で数字の20という意味。ペンタ (penta) は5、エン (enoic) は二重結合を意味します。意識す

ると、イコサペンタエン酸とは「炭素の数が20個で、二重結合が5カ所ある酸」となり、語源はイ (i) が正しいのです。それがエイ (ei) となってしまったのは、英語圏の人が (i) を「アイ」と発音し、英語式に (ei) と表記したものを、日本人がローマ字式に「エイ」と発音したのではないかという推測もあります。

EPAとIPAは同義語です！

そんなこんなでEPAは和製英語のような境遇になってしまったわけですが、現在、日本で使う限りは別に「間違い」ではありません。すっかりお馴染みになってしまったEPAを「今すぐやめちやおう」なんてことになったら、かえって一般の人々は混乱するばかりでしょう。当分の間は、どちらの言葉も使われるという状況が続くと思われませんが、EPAとIPAは同じ物質なんだな、としっかり認識しておきましょう。

いまどきの子どもは、アジもイワシもわからないという調査報告があります。(子どもの生活科学研究会) タコ、イカ、カニ、エビなどは比較的(70~75%)よく知っているものの、赤貝、ブリ、サバ、アワビ、イワシ、サケ、カツオ、アジ、ハマグリなどは、90~99%の子ども達が知らないと答えています。(幼稚園から中学生まで953人)。

ハンバーガー世代だからと言ってしまえばそれまでですが、親のほうも、それほどでなくても、かなりあやしげな家庭が見られます。まして、魚の栄養とか取扱いなども誤解したまま、かえってまずくして食べて、嫌いになっている例も少なくないようです。私のところに寄せられた質問から、魚の栄養をおさらいしてみましょう。

赤身の魚と白身の魚の栄養は?

1種類ずつ比べれば違いはありますが、赤身と白身に大別してしまうと、それほどの違いはなく、赤身魚のほうが鉄を少し含むという程度ですから、赤身か白身かにこだわることはありません。むしろ、その魚自体の特徴を見分けたいものです。

イカやタコはコレステロールが多いか?

確かに脂肪の中での比率は多いのですが、イカやタコにはもともと脂肪量が少ないので、それほど気にすることはありません。それよりもむしろ、タウリンという血中のコレステロールを下げる働きがあるアミノ酸(たんぱく質を作っている栄養素)が多いことに着目すべきです。うす味でも食べやすいイカやタコは、歯が丈夫なら大いに食べて下さい。

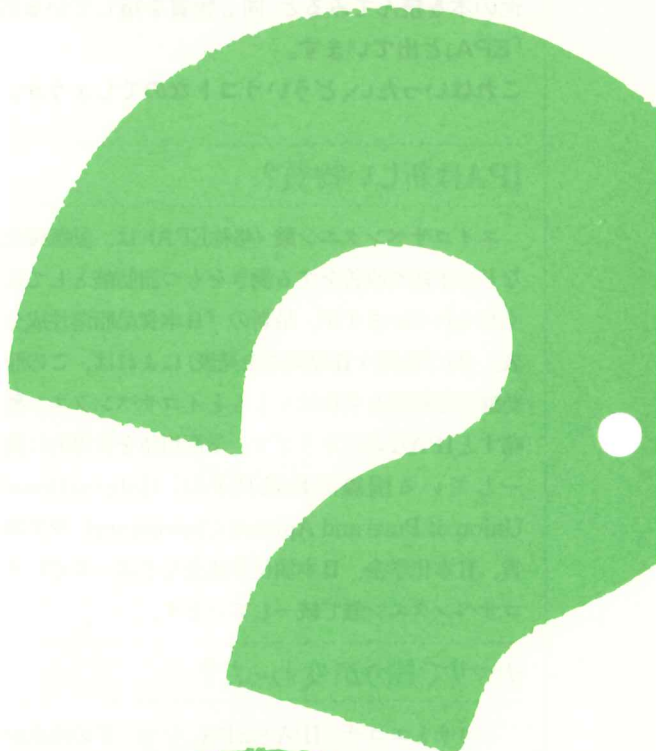
脂肪の多い魚でも大丈夫か?

魚の脂肪は肉の脂肪と違って、血液を固まらせないIPA(イコサペンタエン酸)などを含んでいますので、血栓の予防に何よりです。また、マグロのト

ロやサンマには、脳の働きをよくするDHA(ドコサヘキサエン酸)が多く含まれています。もちろん、脂肪の多い大トロのような魚ばかり食べていたのでは、たんぱく質がたっぷり摂れませんから、いろいろな魚を召し上がってください。

IPAとEPA(エイコサペンタエン酸)は違うものか?

IPAとEPAは同じ脂肪酸です。ずっとEPAと言ってきましたが、1990年11月に発表された「食品中の脂肪酸(資源調査会)」には、IPAと記載されています。以来、EPAはIPAと呼ばれるようになりました。もともとIPAであったのですが、アメリカ人は「I」をイと発音せず、アイと発音することが多く、—



Icosa pentaenoic acid (アイコサペンタエン酸)、Antibiotic (アンタイバイオテック/抗生物質) という具合に——そうしたところから、エイコサペンタエン酸と誤解されていたのでしょう。魚の脂肪は、肉の脂肪と違って植物油のように液体です。それだけ不飽和度が高いということです。イコサは20を意味し、20個のC (炭素) を持つ不飽和脂肪酸をあらわしています。

魚に寄生虫の心配はないか？

魚の寄生虫には、主に次のような種類があります。広節裂頭条虫＝通称はサナダ虫。サケ、マスに寄生し、生食することで感染することがあります。

肝吸虫(肝ジストマ)＝コイ、フナ、ウグイなどの淡水魚の生食で感染します。

横川吸虫＝アユに最も多く、他の淡水魚にも少し寄生します。

アニサキス＝淡水魚に多く、生食することで感染します。最近では海産の魚からも検出されています。

いずれも生食によって感染しますが、火を通せば安全です。また冷凍魚の場合は大体死滅していますから、冷凍魚のほうが安全である場合も少なくありません。酢めめのサバなどは、酢の働きでかなり衛生的ですし、さらに冷凍品なら、いっそう安全度は高まるというものです。

魚の生ぐさみの正体は？

生ぐさみの正体は、揮発成分のアンモニア、トリメチルアミン (TMA)、ジメチルアミン (DMA)、中でもTMAは少量でも嫌な匂いがします。TMAは海産魚に多く含まれるトリメチルアミノオキシド (TMAO) から、細菌酵素の作用によっても生成されます。

DMAは、タラ類の肉や内臓、および各種魚の血合肉の中でTMAOから生成されますが、加熱することによっても、TMAOからTMAと共に生成されます。



TMAOの加熱分解率 (TMAやDMAをつくる率) は、白身魚より赤身魚のほうが、普通肉より血合肉のほうが、それぞれ高いので、加熱した赤身魚や血合肉は白身魚より生ぐさくなりがちです。それは、赤身魚や血合肉に多く含まれるヘモグロビン(血色素) やミオグロビンがTMAOの熱分解を促進するからです。

ですから、鮮度がやや落ちても、白身魚は生ぐさみが少ないことになります。鮮度の落ちた魚の内臓は生ぐさいので捨てて、中をよく洗って食べるほうがよいでしょう。もちろん新鮮なものならビタミンA、Dが多い内臓はぜひ食べるようにしてください。

魚の上手な調理法

魚はとかく生ぐさいと嫌われますが、それは生ぐさいものしか召し上がらなかったせいかもしれません。活魚や新鮮なものならけっして生ぐさいものではないのです。と言っても、いつでも理想的な魚が入手できるとは限りませんから、取扱いを上手にするようにしてください。脱水シート (商品名・ピチット) に包み、2～6時間もおくと、余分の水気が切れ、同時に生ぐさみの抜けて、びっくりするほどおいしくいただけます。また、水分がとれているために、焼き物、揚げ物などが、上手に見場よくできて、一挙両得です。

市 港 場 市

みなと・いちば・さかな——市場探訪

那珂湊市場

茨城県

港と隣り合わせの市場というのは、「本当に市場に来たんだな」という感じがあって心地よいものだ。この那珂湊市場などはまず港があって、その隣に卸売市場があって、さらにその隣にこの小売市場があるのだから、風情がある。市場の目の前では小イワシの水揚げが行われていて、海に落ちた小イワシを海鳥が鮮やかにすくい上げていく。港に糸を垂らす釣り人がのんびり座っていて話しかけると「キビナゴかボラでもいるんでねえけ？」とゆっくり答えてくれる。時間の止まった風景、という感じなのだ。

また、この市場の周辺には少し風変わりな屋台が2つ、3つあって、「ホタテ焼」を目玉商品にしているし、「やまさん丸船頭屋」なんていう小売店もある。本当にのどかな風景なのである。この市場は4つの建物の中に所狭しとテナントというか店子というか、とにかく各売場がひしめいている。ふらふら歩いてみると「魚市場」なのに水戸納豆なんかもさりげなく置いてあるところがいい。もちろん、納豆以外は、鮮魚と乾物、水産加工品ばかりで、建物の最前線はすべて鮮魚が独占している。なかでもこの那珂湊ならではの見せ



▲市場から一步外に出れば、そこはもう港。水揚げされ、卸売市場を経て、この小売市場に魚が到着するまではアツという間だ。



▲大漁港とまではいかないが、とても風情のある那珂湊港。小イワシの水揚げが1日中行われ、カモメがそのおぼれを狙いながら舞っていた。

場はアンコウをぶら下げて1本ごと売ってしまうような大胆さだ。体長1.5メートルはありそうな紅イカが1パイ9,000円なんていうものもある。それから他の市場ではそれほど見かけない「高級魚コーナー」という特設コーナーを設けているのも面白い。切り身もいくらかはあるが、ほとんどがまだ捌いていない鮮魚で、カンパチ6,300円、アイナメ2,500円、活しめズキ5,000円、ヒラメ4,500円などなど。

「もちろん養殖ものとは違うよ。昔からこの那珂湊の近海でとれたホントに活きのいいもんばかりだからね。茨城には名物なし、なんて言うけどね、冗談じゃないよ。これだけ海の幸に恵まれてるところも珍しいんじゃないかな」

と、元気のいいお兄さん。さすがに港の隣（しかも卸売市場の隣）だけあって、どの魚も鮮度が高そう。魚種自体はかなりオーソドックスなのだが、大きな魚でも切り身が少ないのは、新鮮だからなのだ。それから店の人たちはおじいちゃん、おばあちゃんが多く、ほとんど大声をあげることも、無理にお客を引っ張ることもない。かなりのんびりとした雰囲気ですべて魚を売っている。時には隣の店のおばあちゃんと談笑しながら思い出したように「今日はこれが安いよ」などとポツリと言う感じなのだ。どこか、人間のノスタルジーをくすぐるようなところがある。こうした市場にふさわしい環境で、実際に市場を開設している人たちの心の

場探魚訪



▲市場の全景。左側の建物の中に、ギンシロと売り場が詰まっている。右側の流線形は卸売市場の天井で、さらにその右側が海だ。

余裕なのかもしれない。

この市場は、水戸から車で30分ほどかかるのだが、お客は地元よりも水戸や県内の内陸に住む人たちの方が多いという。水戸から来た客に聞いてみると

「いや、この市場、素晴らしいでしょ。魚買ってるんだ、という気がすごくするからね。水戸はスーパーしかないし、ここの隣の大洗にも市場があるけどちょっと小さいね。ここで魚買うのって、なんとはなしに、いい気分転換になるんだわ」

魚が取ればその浜辺に魚を並べて売る。そんな古来からの「市場の基本」をしっかりと守り、とても懐かしい親近感を与えてくれる市場なのである。



▲お客は老若男女問わないが、特に魚の味を知りつくした大ベテランが多い。



▼これが高級魚コーナーに並ぶ魚たち。スズキなどは一匹ごとに細かく値段が設定されている。



▲この市場の主役は、何といっても大衆魚たち。切り身はほとんどない。



▼これだと大きさはわからないが、実は全長2mにも及ぶかという巨大な紅イカ。どんな料理に使うにも、捌くのひと苦労しそう。



▶カニはスワイから毛ガニまでラインアップされているが、特に毛ガニがお買い得



▲ザル入りのホタテなど並然と路上に置いて売りさばく、アジア的なタイナミスムがある。



▶マグロだつて一本丸で売るあたりが、那珂湊のストリート。



本



海の美しくも 不思議な世界

お魚まるごと写真館—①

『海 の忍者たち』

(中村庸夫 著)



最初のページから、今まで見たこともない、けれども“本物の海の中で起こっている事実”が活写され、最終ページまで、とびきりの不思議な世界が繰り広げられます。ふだん図鑑や写真集に収められた、お行儀のいい魚たちの姿を見慣れた目には、とても新鮮で刺激的な写真です。

それにしても、確実・見事に“その瞬間”をとらえる写真家・中村庸夫氏の粘りには頭が下がります。たった1回シャッターを切るために、どれだけ長い間潜り、そして待っているのでしょうか。

サンゴや魚たちの鮮やかな色彩・美しさが、中村氏の“思い”に込められているかのようです。

定価 1,800円

発行 日本書籍

海のサイエンスから
エコロジーまで。
楽しみながら
モノ知りになれる本。

「雑学 海 の神秘と不思議」

(中江克己 著)

好奇心というのは、子供だけの特権ではありません。「魚はどうして凍ってしまわないのだろう」とか「どうして海水の塩分は一定なのかしら」なんて、ずいぶん昔に置き忘れてしまった“はてな”がズラリと並んだ見出しを見ると、あの頃のまっすぐな気持ちがまたたく間によみがえってきます。

日頃使わずに、硬直しかけてきた頭の中のその種の筋肉を動かしてみようかという人には、ウォームアップトレーニングにも最適の本です。

読むうちに、サイエンスからアドベンチャー、ミステリーと広範囲の“はてな”に、興味はますますつのるはず。もし、ひとつひとつの解説に、ちょっとでも物足りなさを感じたらしめたもの。ウォーミングアップは完了です。

定価 1,000円

発行 日東書院



絵本の中で
魚が泳ぐ。

『川・湖 の水族館』

(イングリッド・セルバーグ 文)
(ドーリン・ムギネス 絵)



川の中にはネ、ゲンゴロウやヤゴがいてネ……と子供の本を開いても、日頃、川さえ見たことのない子供たちには、まるで別世界の出来事。興味も持ちにくいものです。そんな、自然からまるで遠ざかってしまった子供と大人のためにできたのが、この本です。本物の水の入った“水槽”が四つ。絵本を揺すれば、オタマジャクシが踊り、マスの泳ぎ出します。

小さな子供でも、絵本を読んでもらうという受け身—面倒ではなく、絵本の世界に積極的に参加すること、はたらかせることのできる、魅力的な絵本です。『海の水族館』に続き、シリーズ2冊目の本です。

定価 2,800円

発行 集文社



アラカルト

頭を良くするDHAに 花粉症を抑える 効果も判明

頭を良くする化合物として注目される脂肪酸の一種・ドコサヘキサエン酸(DHA)に、抗アレルギー作用の働きがあることを、相模中央化学研究所が突きとめました。魚を毎日のように食べるエスキモーにはぜんそくになる人がほとんどいない。また日本でも魚をよく食べる地方に、花粉症などが少ないことを手がかりに同研究所が実験を重ねた結果、DHAはアレルギーの原因となる血小板活性化因子の過剰生産をほぼ半分減らすことがわかったものです。同研究所ではカツオやマグロの目の後ろの脂肪組織に高濃度のDHAが含まれていることも昨年発見しています。カツオやマグロが年々増え続ける花粉症やぜんそくの教世主になる時が、もうすぐ訪れるのでしょうか。



この春、食べてみたい 全国のユニークな 新商品

北海道

タコのしゃぶしゃぶ

刺身でも食べられる新鮮なタコを急速冷凍して薄くスライスしたのが、この「たこしゃぶ」です。コンブだしをとったお湯に極薄のタコを2、3秒泳がせ、特製のタレをつけていただきます。1パック500グラム(4人前)のタコにコンブとタレが付いて3,500円。姉妹品に「いかしゃぶ」もあります。
 〇朝日食品 ☎0138-49-3211



千葉

サンマ丸ごとの缶詰

銚子沖でとれた脂ののったサンマの頭と尾だけを切り落とし、そのまま缶詰にしました。ネーミングが「上方とろさんま」というだけあって、どちらも関西風の味付け。天然醤油と天然自然味噌をベースにした「上方味付」と、天然カツオと天然コンブでさっぱりと味付けした「上方水煮」の2種類があります。1缶に5匹(約400グラム)入って580円。

〇千葉産直サービス ☎0472-64-7791

松江

ヤマトシジミ入みそ汁

宍道湖名産のヤマトシジミをたっぷり使ったカップ入りのインスタントみそ汁「嫁が島伝説おかよ」が誕生。4月からは全国に販路を広げる予定です。カップの中には真空パックされたシジミが12粒と乾燥ネギ、ダシ、みそ、フォークが入って150円。みそ汁の他にすまし汁もあります。

〇サンコー ☎0852-62-1263

広島

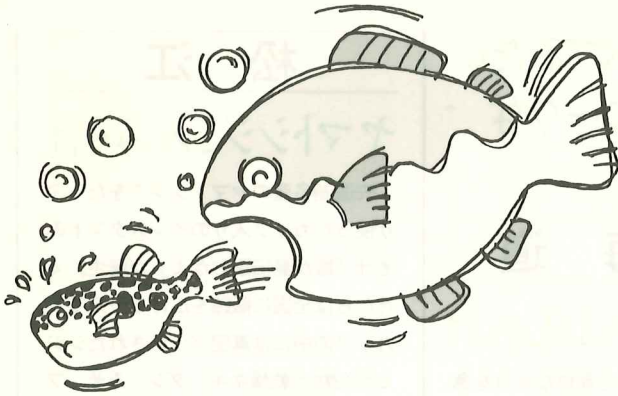
瀬戸内の小魚クッキー

瀬戸内海でとれる新鮮な小魚を粉末にして、こんがり焼き上げたのが「海の幸クッキー」(4種類)です。カルシウムの豊富なイリコ粉末に良質の小麦粉と植物油を使った「いりこクッキー」、生クリームでソフトに仕上げた「いりこちゃんの夢」、お頭付きのタイを丸ごと粉末にして使った「幸福鯛」、フルーツ入りの「もみじクッキー」。各16枚入りで2,000円。

〇ハート&アクション・リーテイルアブニール ☎082-264-3493



おさかなQ&A



Q 人間が毒魚を食べると、死ぬことがあります。魚同士の場合は食べても死なないのですか？

(東京都杉並区・富沢達郎)

A 人間にとって食べると食中毒を起こすような毒魚は多数存在します。主な中毒とその原因となる魚の名前を紹介すると。

- フグ中毒 フグ類の一部、一部の巻貝とオウギガニ科のカニ。
- 毒ガニ中毒 麻痺性貝毒またはフグ毒をもったオウギガニ科のカニ。
- 不痢性貝毒中毒 不痢性貝毒で毒化した二枚貝。
- シガテラ シガトキシンで毒化した珊瑚礁棲魚類と巻貝。

などがあり、この他にもアサリ中毒やアワビ中毒などが知られています。ただ、人命を奪うほどの毒を有する魚貝類は大変少なく、フグの仲間や奄美大島近海のツムギハゼ（場所によって毒を有するものと無毒のものがある）が特別な例といえるでしょう。

フグ毒（テトロドトキシン、以下TTX）は人間にとって非常にやっかいな代物で、煮沸にも高压加熱にも耐え、焼いても灰にしない限りは破壊されません。人間に対する致死量は、体重1キロ当たり1000分の8～10ミリグラムといわれ、クサフグの肝臓や卵巣、腸なら、約10グラム程度を食べれば致死量に達します。また、サバフグの場合は、どの部分でも1000グラム以下では致死量にはならないようです。

さて、このTTXをフグが生まれつき持っているわけではありません。どのようにTTXがフグの体内に蓄積されるのか、2つの原因を紹介しましょう。ひとつは

食物連鎖による蓄積。例えば、トゲモミジガイは有毒なアラレガイを補食することで、より強力な毒を持ち、そのトゲモミジガイを食べるボウシュウボラは、さらに濃縮された強力な毒を蓄積します。同様に、フグも、ハナムシロガイなど様々なTTX保有動物を食べることによって毒化することも証明されています。

もうひとつの原因は、共生細菌による蓄積で、実はTTXを生産するのは微小な細菌であり、その細菌をフグや他の毒魚が保菌して、多量の毒を生産・蓄積しているようです。では、魚が毒魚を食べるとどうなるのか。その答えは非常に難しいのですが、「人間と魚は同列には考えられない」というのが正解に近いようです。猛毒のフグにも致死量があって、約2グラムのTTXを注射すれば死んでしまいます。でも、この量は人間の致死量の1000倍に相当するのです。実際には一般的な無毒の魚が、有毒の魚を食べることはほとんどありえず、もし口に入れても吐き出してしまうことが多いようです。また、鳥羽水族館によれば、皮膚に毒を持つハコフグの水槽に他の魚を入れると死んでしまったというケースもあったそうです。魚の個体差、つまり抵抗力の強さによって「十魚十色」の変化があると考えていいのではないのでしょうか。

(取材協力：東京慈恵会医科大学 青葉繁雄教授)

— ご質問歓迎 —

暮らしの中で感じた魚に関するご質問をお寄せください。誌上採用分には粗品(図書券5,000円分)を贈呈します



鯉 (カツオ)

初鯉といえば以前は初夏のものと決まっていたが、漁船の活動の範囲が広がると共に、3月には初鯉が出回ることが最近も多く、初鯉の季節感はすっかり薄らいでしまった。

カツオは赤道近くの海で7、8月ごろに生まれ、フィリピン近海で群れをなして黒潮に乗り、2月には九州の南、3月には四国、紀州沖と北上し、初夏に伊豆や南関東沖を通り、初秋には三陸沖に達してUターンし、南の海に戻って行く。

「目は青葉山ほととぎす初鯉」で、関東では初鯉は5月初めがふつうだったが、今は九州の南はおろか、沖縄あたりまで漁船が遠征して釣ってくるので、初鯉はやたらに早くなった。

カツオは勝つ魚に通じることから、縁起のいい魚とされ、ことに関東では、源氏の魚とされた。平家の魚はスズキダという。石橋山の合戦で負けて舟で房州へ逃げる途中の頼朝は、舟に飛び込んだカツオの腹に五本の指に塗った墨で線を書き、縁起がいいと、魚に「勝つ魚」と名付けたという話もある。カツオの腹の縞は、生きている時はなく、死ぬと出てくる。カツオは死後硬直が長い魚で、釣つてすぐはあまりうまくない。縞のはっきり出た1〜2日たったものがうまい。そのカツオも、昔は腐りやすかったため、鯉

節や干物専門で、うまい魚とは思われなかったが、江戸時代に生で食べるようになって、江戸っ子は女房を質に置いてもと、初鯉に熱狂するようになった。しかし脂ののった秋の戻りカツオのほうが現代人好みかもしれない。

食べては、やはり刺身と「たたき」がうまい。カツオ漁船では刺身に飽きると、茶漬けにするという。炊きたての飯に、カツオのぶつ切りを入れて混ぜ、醤油をかけて食べる漁師料理の「手こねずし」もいい。銀色の皮つきの腹の身をさっと焼き、冷水で冷やしてショウガ醤油で食べるのもいい。煮つけ、佃煮もいいが、サバのような味噌煮もいい。塩辛、ことに内臓の塩辛も酒の肴に絶好。カツオの薬味にワサビは合わず、ショウガ、シソ、ネギ、ニンニクがいい。

カツオに合う酒としては、やはり、カツオの捕れる海に近い土佐、紀州、房州などの、腰の強い吟醸酒が合うような気がする。泡盛の古酒、薩摩焼酎もいい。

カツオは大西洋にもいないわけではないが欧米ではあまり評価されない。カツオが好きなのは、日本以外ではポリネシア、マイクロネシアなどの島々の人たちで、ほとんど刺身といえるぶつ切りをライムジュースで締めて、ココナツミルクをかけて食べたり、豪快な丸焼きにしたりする。

編集室から

◆3月初旬に京都で開催されたワシントン条約会議で話題になったクロマグロの捕獲制限。各方面の事情が複雑にからんでいるだけに奥の深い問題です。魚屋や館屋さんからマグロが急に消えるということにはならないと思いますが、日本人としては大いに気になるところです。そこで今回の特集では、マグロは今、どうなっているのかを探ってみました。京都での会議中に原稿締切となった都合上、カバーしきれなかった内容もあるかと思いますが、今後も資源を大切にしながら、美味しいマグロを食べていきたいと感じています。

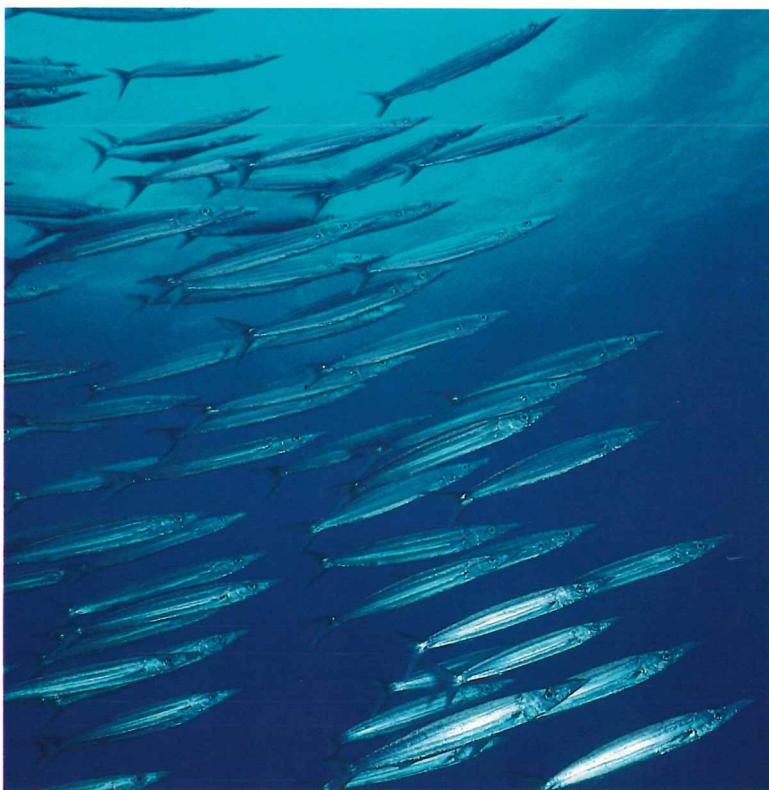
◆シリーズで掲載した「魚の栄養学」は今回が最終回です。東畑朝子先生、一年間にわたり、

大変ありがとうございました。

◆次号の72号から本誌の企画内容とデザインが少し変わります。さらに充実した内容で読者の方々のお役に立てればと、編集スタッフ一同、はりきっています。ご期待下さい。

※本誌に関するご意見、ご希望がありましたら「おさかな普及協議会『魚』編集部」までお寄せください。





社団法人 大日本水産会
おさかな普及協議会

〒107 東京都港区赤坂1-9-13三会堂ビル TEL.03(3585)6684