

## “アオノリ” ってこんなにバラエティー ～「アオノリ」の消費拡大に取り組んで～

国府漁協婦人部  
両郷ちづ代

### 1. 地域と漁業の概況

私たちの住む阿児町国府は志摩半島の東南部に位置し、温暖な気候、そして風光明媚な伊勢志摩国立公園の中にある半農半漁の集落である。

国府はその名が示すように、今から約1,300年前、養老年間に志摩の国府がおかれたところであり、聖武天皇勅願の国分寺跡のある古い歴史的風土に培われた地区でもある。

また、国府は一家の直系三世代の夫婦が三世帯それぞれ同一屋敷内で別居し、自活している「三世代隠居制」により生活をしている地域としても知られている。

地区世帯数約600軒、人口約1,900人で、その内組合員は正組合員276人、准組合員29人の合わせて305人である。

主な漁業種類は、標準和名の“ヒトエグサ”をこの地方で“アオサ”と呼んでいるアオノリ養殖で、その他に採介・採藻等がある。

アオノリは三重県で全国生産量の60%程度が生産されており、さらに国府のある的矢湾は三重県生産量の約40%を生産しているアオノリ養殖の特に盛んな地区である。

平成6年度の国府地区のアオノリ生産量は87t、生産額は1億6千2百万円であり、漁業生産額全体の75%を占めている。

### 2. グループの組織と運営

国府漁協婦人部は、昭和34年に結成し、現在部員数60名、部長、副部長を中心に役員7名で構成されている。

主な活動内容は魚食普及、貯蓄・共済推進、石けん使用推進等である。

貯蓄・共済推進については、漁協、三重県信漁連の推進月間に地区内の渉外活動を行い積極的に協力している。

石けん使用推進については、水そうを使った石けんと合成洗剤との比較実験を住民を対象に実施する等して幅広く普及に努めている。

### 3. 活動課題選定の動機

国府漁協婦人部では、婦人部員全員がアオノリ生産者である。

私たちは夫といっしょに種付け網を張ったり、潮の加減により網を移動させたり、ゴミを振るったりと作業の中心になり働いている。

アオノリは香りが良く色が美しいばかりでなく、たんぱく質、炭水化物、ビタミンA・B2・C、カルシウムなどを多く含み、栄養的にもすぐれた食品である。

しかし、価格が不安定なうえ、利用方法も少なく、その用途はほとんどが佃煮の原料となる。一時、観光地を中心にこの佃煮が販売され、需要が伸びた時期もあったが、最近食生活の変化から消費が停滞しているのが現状である。このため、佃煮以外の用途を開発して広く普及することが急務になっている。

そこで、アオノリ生産者である私たち婦人部は、自分たちの力で青のりの消費拡大を図ろうと考え、新しい用途の開発と地域での利用方法の掘起こしを行ってみることにしたのである。

なお、この取組みは「漁村婦人はつらつライフ事業」の一環として行うことになった。

#### 4. 実践活動の状況とその成果

私たちは活動目標を掲げ実践をしていくことにした。

その目標とは次の5項目である。

- (1) アオノリ料理のレパートリーを増やす。
- (2) アオノリをお菓子類に利用する。
- (3) 上記(1)、(2)、の試食、販売をする。
- (4) 上記(1)、(2)、を総括したパンフレットを作成する。
- (5) アオノリ店頭販売のための保存方法を研究する。

##### (1) アオノリ料理のレパートリー研究講習会

私たちは、先ずアオノリ料理のレパートリーを増やすために、それを習得するための料理講習会を実施することにした。

料理講師の瀧澤先生に相談し、アオノリを使った料理を幾種類か考えていただき、アオノリの粉末を使った祭り寿司のあげ羽蝶と四海巻き、黄金缶、海老しんじょを実習することになった。

料理講習では、この他にも婦人部で工夫してアオノリのご飯を炊いてみた。

祭り寿司は、寿司めしの中にアオノリの粉末を混ぜたものと梅酢を混ぜたものを使って緑、桃、白の3色の寿司めしを作り、その色の組み合わせで蝶や波の模様を巻き、寿司の切り口にできるようにした。

黄金缶は、寒天の中にアオノリを沈ませ、その上にゆでた卵黄を裏ごしして振って冷やし固めたら、黄金塊の感じがでた。

海老しんじょは、すり身にした海老の中にアオノリの粉末を混ぜて蒸しあげ、お吸い物の中に入れてみた。

参加した婦人部員は、自分たちが生産したアオノリが工夫次第ではこんなに料理に活かすことができるのだということを実感した。

##### (2) アオノリをお菓子類に利用する

部員の中に普段からパンとクッキー作りに精通している者が何人かいたため、アオノリの粉末をパンとクッキーに入れてみることを考えてみた。

やはり瀧澤先生に相談して試作品を何点か考えていただきそれを習得するための料理講習を実施することにした。

そして、パンとクッキーそれぞれ2種類ずつを作ることにした。

パンは生地にあオノリの粉末を入れたものと入れないものを組み合わせてひねったり花の形にして焼きあげた。

その他にクッキーはアオノリの粉末と炭酸を入れたもののまわりにコーンフレークをまぶしたものを焼きあげてみた。

パンもクッキーも色の組み合わせにより見た目がきれいな上、食べてみてもアオノリの香りが漂って非常においしく、出来ばえは上々、納得のいくものができた。

### (3) 試食、販売

そしていよいよ私たちが習得してきた料理の試食と販売をする機会を得ることができた。

その機会とは、阿児町の“ええじゃんか祭り”である。

この祭りは阿児町が平成7年度初めて実施することになったもので、商工会や旅館組合、鳥羽志摩農協、そして漁協等町内の各団体の参加の他、姉妹町の滋賀県信楽町の信楽焼の出展等様々な催しがなされ、来客は約8,000人にのぼった。

私たちはこの祭りに出展するためにアオノリ入りごはんのおにぎり10kg分、パン100個、クッキー50袋を作り、試食と販売をした。

おにぎりとはそれぞれ1コ50円、クッキーは1袋100円で販売してみた。

アオノリ入りのパンやクッキーは目新しいらしく、試食をされる方は「今までに食べたことのない味だ」「大変おいしい」と評判もよく、あっという間に全部売り切れてしまった。

### (4) アオノリ料理パンフレット作成

アオノリが身近な私たちがさえほんの少し工夫を加えるだけでアオノリ料理のレパートリーを増やすことができた。

それらの習得してきた料理の数々をパンフレットにまとめてみることにした。内容は料理集で、料理の作り方と試作品の写真の掲載である。

このパンフレットは今は手作りであるが、今後は製本化し、多くの人の手元に行き渡るようにしていくつもりである。

### (5) アオノリの保存方法実験

アオノリは、光に触れると変色するのが早く、それと同時に風味も損なわれてしまう。このためアオノリ生産者や加工業者は冷蔵庫や冷凍庫に入れて保存していき、透明なセロハン袋に入れて店頭で蛍光灯の下に置いて姿売りをするのは以前より課題になっていた。

そこで、最近お菓子の販売などによく使用されているアルミパックに注目してみた。つまり、セロハン袋とアルミパックでの保存状態の比較実験を試みることにしたのである。

三重県漁連に依頼して、セロハン袋とアルミパックにそれぞれアオノリを入れて包装したものを何点か作ってもらった。

そして、日数を区切って袋の中のアオノリの変色状態を写真により記録することにした。

10日後……あまり変化は現われていない。

30日後……セロハン袋の方がやや色あせてきた。

アルミパックの方はほとんど変色していない。

60日後……セロハン袋の方はかなり色が変わってしまった。

それに比べ、アルミパックの方はやはりあまり色の変化は現れていない。

以上の実験の結果より、アオノリの姿売りをしていくためには、アルミパックを使用するとよいのではないかと思われる。

#### 5. 今後の問題点と方向

アオノリ養殖は、その労働の厳しさの割に価格が安定せず、年々生産者は減りつつある。もちろん若い後継者はほとんどいない。

アオノリ生産者である私たち婦人部はアオノリの需要を伸ばすことを最大の目的にこの活動に取り組んできた。

今後は、さらにアオノリの活用方法の研究をすすめるとともに、開発したアオノリ入りのパンやクッキーを県内のパン屋さんや菓子店でも作ってもらえるよう依頼したり、アルミパックでの姿売りを三重県漁連に働きかけたいと思う。そして各地のイベントなどを通してより一層のアオノリの普及に努めていきたいと考えている。

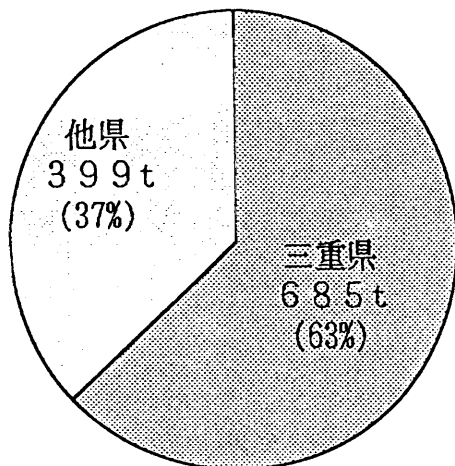
アオノリの需要が伸びれば価格の安定が図れるばかりでなく、後継者の育成にも役立ち、ひいては町の活性化にもつながると私たちは確信している。

海藻類・野菜類の成分含有量（食品100g中）

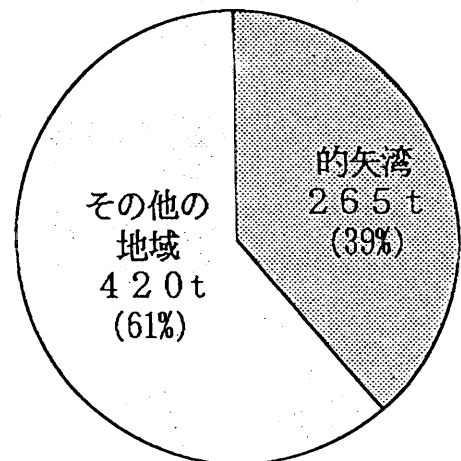
| 食品名   | たんぱく質(g) | 炭水化物  |       | ビタミンA(IU) | ビタミンB <sub>1</sub> (mg) | ビタミンB <sub>2</sub> (mg) | ビタミンC(mg) | カルシウム(mg) |
|-------|----------|-------|-------|-----------|-------------------------|-------------------------|-----------|-----------|
|       |          | 糖質(g) | 繊維(g) |           |                         |                         |           |           |
| 青のり   | 18.1     | 47.5  | 5.6   | 2,200     | 0.36                    | 1.10                    | 45        | 570       |
| 荒布    | 8.0      | 54.1  | 10.4  | 190       | 0.06                    | 0.37                    | φ         | 830       |
| わかめ   | 15.0     | 35.3  | 2.7   | 1,800     | 0.30                    | 1.15                    | 15        | 960       |
| ほうれん草 | 3.3      | 3.6   | 0.8   | 1,700     | 0.13                    | 0.23                    | 65        | 55        |
| キャベツ  | 1.4      | 4.9   | 0.6   | 10        | 0.05                    | 0.05                    | 44        | 43        |
| 大豆    | 35.3     | 23.7  | 4.5   | φ         | 0.83                    | 0.30                    | φ         | 240       |

（日本食品標準成分表より）

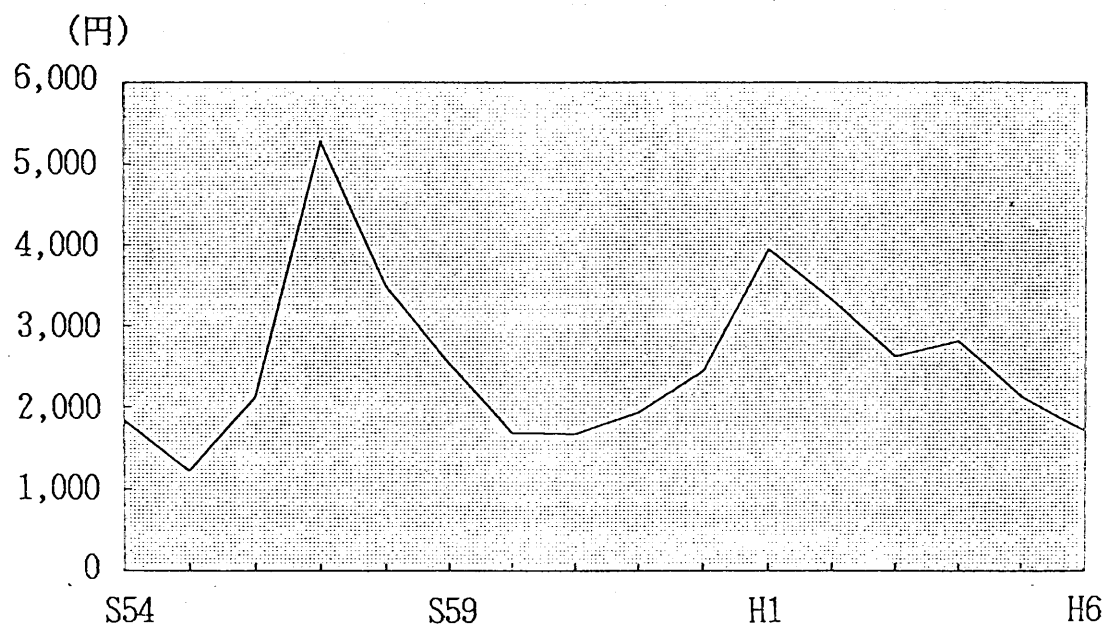
全国青のり生産量に占める三重県生産量  
（H6年度、聞き取り調査によるもの）



三重県青のり生産量に占める的矢湾の生産量  
（H6年度）



## 青のり 1kgあたりの価格推移(三重県)



## 三重県青のり生産の推移

(単位 数量:ト、金額:千円)

| 年<br>度 | 共 販 実 績 |       |           | 年<br>度 | 共 販 実 績 |       |           |
|--------|---------|-------|-----------|--------|---------|-------|-----------|
|        | 数 量     | 単 価   | 金 額       |        | 数 量     | 単 価   | 金 額       |
| 54     | 949     | 1,839 | 1,745,565 | 62     | 740     | 1,930 | 1,429,295 |
| 55     | 1,060   | 1,213 | 1,286,052 | 63     | 809     | 2,444 | 1,976,767 |
| 56     | 722     | 2,116 | 1,528,057 | 1      | 604     | 3,950 | 2,385,031 |
| 57     | 813     | 5,278 | 4,293,521 | 2      | 678     | 3,328 | 2,255,197 |
| 58     | 1,018   | 3,496 | 3,560,269 | 3      | 892     | 2,628 | 2,345,299 |
| 59     | 842     | 2,530 | 2,129,406 | 4      | 688     | 2,821 | 1,941,396 |
| 60     | 1,052   | 1,676 | 1,763,299 | 5      | 814     | 2,133 | 1,736,016 |
| 61     | 928     | 1,660 | 1,540,955 | 6      | 685     | 1,709 | 1,170,687 |

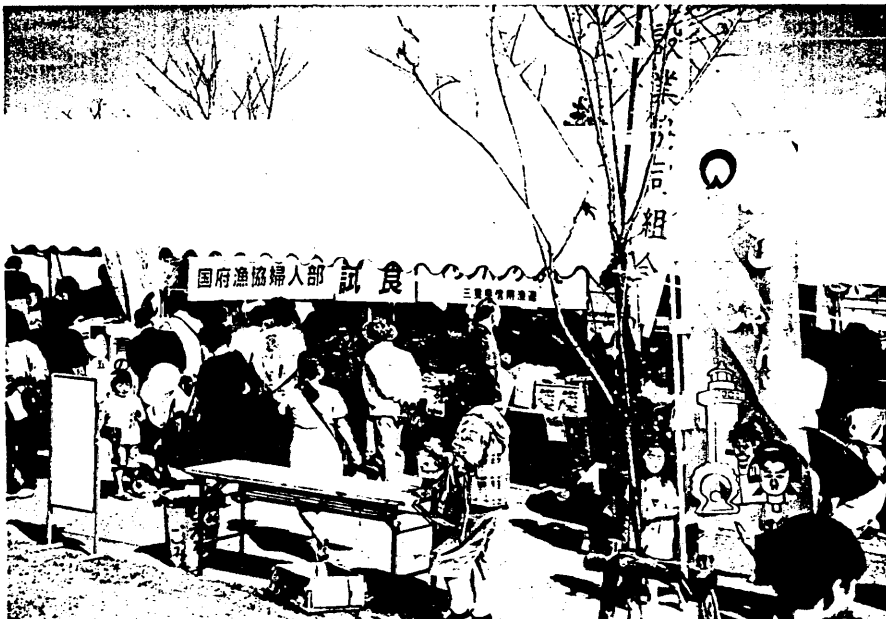


祭り寿司

[青のり料理講習]



コーンフレーク  
クッキー



阿児町  
“ええじゃんか祭り”