

女性の技と知恵を活かしたワカメ普及

師崎漁業協同組合婦人部

山下峰代

1 地域の概況

私たちの住む愛知県南知多町師崎は知多半島の南端に位置し、新鮮な魚と潮風に誘われた観光客や釣り人で一年中賑わっている。また国の天然記念物「うばめがし」が生息する自然に恵まれた地域である。

2 漁業の概要

現在、総戸数 670戸のうち漁家は310戸である。魚種は一本釣りを中心にシラス網、バッチ網、冬は海苔、ワカメの養殖を中心に漁業を営んでいる。

3 研究グループの組織と運営

私たちの漁協婦人部は昭和36年12月に発足した。発足当時は、食生活改善や家計簿記帳の推進、虚礼廃止運動等行ってきた。また、海を守るために焼却炉の設置をしてきた。

昭和62年より地域に根ざした「魚食普及活動をしましょう」と魚料理講習会を行って来た。なかでも、地域の中の暮らしの知恵から生まれたギマのほねせんべい（ボンチップス）は前婦人部長さんのアイデアで作られ、好評を得てきた。

4 研究・実践活動課題選定の動機

師崎地域は、県下で一番多くのワカメ生産量がある。乾燥ワカメがほとんどであるが、師崎では12年位前から塩蔵ワカメもつくられるようになった。干しワカメよりも風味は落ちるが、便利さと保存が長いと重宝がられているようである。

ワカメの生産は平成4年度には64戸、172tを誇っていたが、平成7年度には戸数54戸、生産量も68tと100t以上も減ってしまった。

そこで、私たち婦人部では、国民栄養調査で言われている、カルシウム不足の昨今、栄養価が高く、特にカルシウムの多いワカメを、子供から老人まで食べてもらおうと話し合い、私たちの手でワカメの消費拡大に取り組むことにしたのである。

5 研究・実践活動状況及び効果

まずワカメがどのくらい食生活のなかに取り入れられているかを知るために、アンケートを実施した。（回答者100名、内訳：男性2名・女性98名）

半数は南知多町内の人、年齢は10代から70代までである。

アンケートの結果からワカメの利用はみそ汁と酢の物が95%であり、ほかにはあまり利用されていないことがわかった。そこで婦人部で新しいわかめ料理はないかと話し合い、

ワカメの料理研究会を開催した。婦人部が今まで研究してきたものや、利用方法、新しく開発したもの等をまとめてみた。

今まで研究してきたものとしては、ワカメご飯、ワカメの酢の物、みそ汁、みそあえ、ふりかけ等である。

さらに、新しい料理方法として、マヨネーズ・ハーブの香り・ピリカラ味などに味付けを変えてみた。また、細かく切って、クッキーに混ぜたり、粉にして、お茶や、めん類に混ぜる等形を変える工夫をしてみた。また、漬物・炒めもの・揚げ物などへ調理方法の工夫をした。これらは、ワカメの葉を使った料理ばかりである。

そこで、新しく茎やメカブを使った料理を考えようと話し合った。

茎やメカブは従来捨てられたりして、あまり使われていなかったので、茎やメカブ料理を広めようと考えた。新しく開発したものは、ワカメ茶、ワカメの茎の佃煮、メカブのとろろ汁・干物、ワカメの茎の粕漬け、ワカメ入りドーナツである。

6 波及効果

(1) 女子高校生へ

半田農業高校の先生から、「地元で採れる海産物を利用した料理講習会を」との話があり、迷わずわかめの料理講習をすることにした。海から取りたての根っこのついたワカメを持っていき、ワカメの生産状況、取り立てのわかめの取り扱い方や「ワカメの茎のサラダ」「ワカメ入りドーナツ」等を実習した。茶色の生わかめを、熱湯に通したとき、色の変化を見て、女生徒から歓声が上がったりした。サラダのワカメの舌触りやドーナツの中に入ったワカメの色等、生徒にとって初めてのことであり、ワカメを印象づけることができた。

(2) 農家の主婦へ

また、知多生活改善実行グループの大会でわかめのご飯の実習をした。インスタントでなく生わかめを使った「わかめご飯」は潮の香りが大変喜ばれた。

(3) 地元へ

師崎地域には毎年、旧正月に魚の供養をする「浦祭り」という行事がある。

「地元でこそ、ワカメ料理を」と、「浦祭り」に、ワカメを主体に料理をつくった。わかめのみそ汁、酢和えのほかに「メカブのとろろ和え」「茎の粕漬け」「ドーナツ」等である。100人の出席があり大半は男性で、ワカメ料理のおいしい食べ方を知ってもらうことができた。

(4) 観光客へ

平成9年3月3日にCBCラジオ放送の「地域の味めぐり」という番組があった。私たちの町、師崎の紹介と季節の味、ワカメの水揚げの様子や干場、食べ方、保存の仕方等、婦人部が中心になって放送した。その結果、電話での問い合わせがあり少しでも役立ったかと喜んでいる。

また、3月9日、観光船の船着き場で、知多を訪れる観光客の皆さんに、旬のワカメ料理を食べていただき、アンケートを行った。200人位の人が試食し、80人がアンケートに協力してくださった。

試食してもらったのは、新しく開発したワカメ茶・茎の佃煮・メカブのとろろ和え・

茎の粕づけ・メカブの干物・ワカメ入りドーナッツの6種類である。

男性には茎の佃煮・粕づけが好評であった。女性には、ワカメ入りドーナッツ・ワカメ茶に人気が集まった。子供の成長に良いワカメの利用に関心もたれたようである。

年代では若者はドーナッツ、高齢者は茎の佃煮、茎の粕漬けと年齢による嗜好の差ができ、商品開発に向けての方向性がでた。知多を訪れてくださる皆さんとワカメ料理、ワカメの栄養、ワカメの保存等語らい、ワカメを知ってもらうことができ有意義で楽しい1日であった。

7 今後の課題

婦人部では、ワカメの消費拡大を行うために料理の方法や味、おいしさを皆さんと考え広めるためのイベントを開催して来た。どれも好評でワカメを知ってもらえたと思う。今後も多くの地元の皆さんや若い主婦、男性に、この味このつくり方を広めて行きたいと思う。

地域で生産しているワカメ、県下のワカメ、私たちの暮らしの糧を与えてくれるワカメといろいろな顔を持っているワカメである。私たちの師崎漁協と婦人部はワカメの良さをもっと盛りあげて地域の活性化に努めて行きたいと思う。



ワカメについて

1. 経営体数

単位：経営体

区分	平成4年	平成5年	平成6年	平成7年
師崎	64	61	58	54
豊浜	13	13	13	13
篠島	9	9	9	8
日間賀島	3	3	3	3
片名	1	1	1	1
計	90	87	84	79

2. 収穫量

単位：t

区分	平成4年	平成5年	平成6年	平成7年
師崎	172	181	170	68
豊浜	44	61	64	46
篠島	13	11	10	7
日間賀島	6	7	7	7
片名	11	2	1	1
計	246	262	252	129

8.4.26、
まだ足りぬ
カルシウム

国民栄養調査

牛乳・乳製品の摂取量は増えているもののカルシウム不足状態は改善されず、エネルギーのうち脂質の占める割合も漸増傾向が続いていることが、厚生省が三日まとめた「六年国民栄養調査」の結果で分かった。

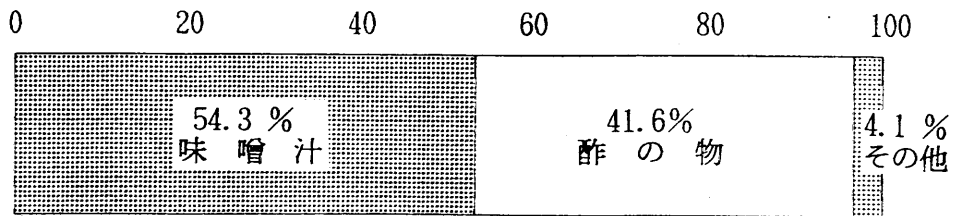
それによると、ほとんどの栄養素が健康維持に必要な所要量を上回ったが、カルシウムは五百四十五ミリグラムで所要量（六百三十三グラム）を大きく下回っている。カルシウム不足は高齢化とともに骨が弱くなる骨粗しょう症につながるため、同省は

「緑黄色野菜や海藻もカルシウム供給食品としての認識を深め、多様な食品の摂取を」と呼び掛けている。

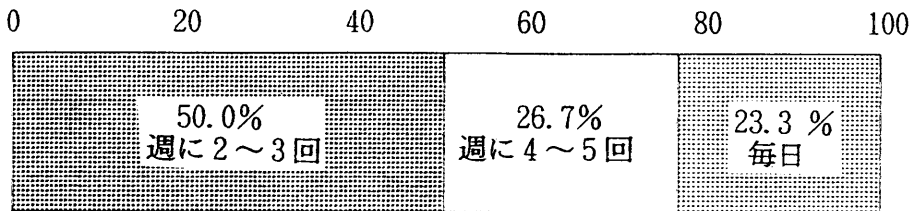
ワカメについて アンケート結果

調査時期 平成9年1月
調査人数 100名

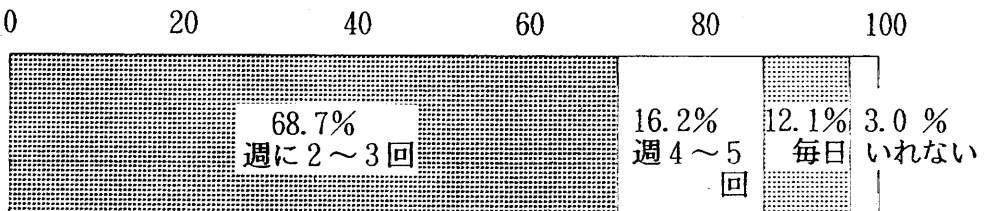
・ワカメ料理はどんな料理が多いか（複数回答）



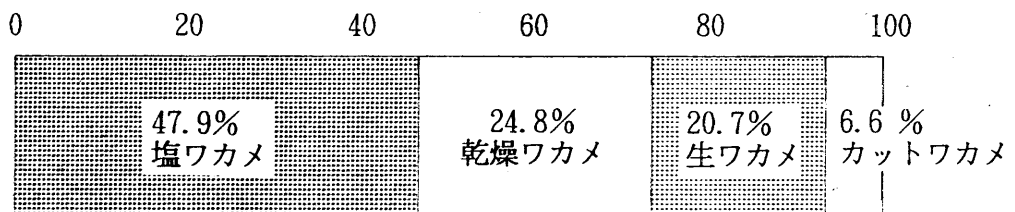
・1週間のうち味噌汁を何回作りますか



・ワカメを1週間に何回、味噌汁に入れますか



・ワカメはどんな状態のものを多く使いますか



<参 考>

調理するとき、油の処理や洗剤使用など環境汚染に考慮していますか

