

私たちの「浜の知恵」を伝えるために
— 新たな魚食普及の取組について —

夷隅地区漁協女性部連絡協議会
渡辺 美恵子

1. 地域の概要

夷隅地域は、房総半島南東部に位置し、温暖な気候に恵まれ、農林水産業、観光業が盛んである（図1）。

2. 漁業の概要

小型船を使った引き縄、立縄、はえ縄漁業などにより、キンメダイ、カツオ、サワラなど、磯根ではアワビ、イセエビなどを漁獲している。

品質の高さが評価され、多くの魚種が千葉ブランド水産物に認定されている。



図1 位置図

3. 研究グループの組織と運営

夷隅地区漁協女性部連絡協議会（以下、「女性連」という）は、夷隅東部、勝浦及び新勝浦市漁業協同組合の女性部で構成されている

女性連は、昭和32年に結成され、現部員数は572人である（図2）。

活動は魚食普及、地域水産物のPR、市のクリーンキャンペーン、先進地視察などである。また、支部単位では加工品などの製造、販売も行っている（表1）。

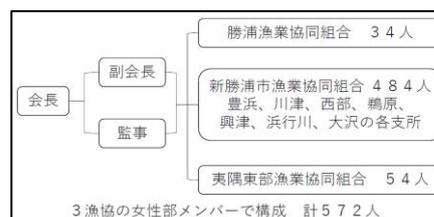


図2 組織の構成

4. 研究・実践活動取組課題選定の動機

女性連は、魚食普及として、農村女性部交流会や料理教室などを行ってきた。

また、平成11～28年度に浜や家庭に伝わる料理を互いに教え合う料理講習会を

表1 主な活動内容

活動内容	勝浦漁協	新勝浦市漁協	夷隅東部漁協
環境保全	漁港周辺・公衆トイレ清掃、海岸クリーンキャンペーン		
地域活動	<ul style="list-style-type: none"> 福祉施設への訪問 無公害洗剤の利用促進 ライフガードレディーズ活動 		
視察研修	全国漁業者交流大会、先進地視察（銚子・安房地域、安城地域等）		
魚食普及	<ul style="list-style-type: none"> 市内外イベントにおける地域水産物のPR （かつらびビッグひな祭り、酒造魅力市、海中公園フェスティバル、Fish-1グランプリ（グランプリ獲得）等 料理教室、おさかな普及員活動 未利用資源の有効活用（サメ、サバ等） 	<ul style="list-style-type: none"> 大原漁港「港の朝市」における水産物のPR（月2回） たこ飯、じゃじゃ等 （平成26年度農林水産大臣賞受賞） 	
加工・販売	<ul style="list-style-type: none"> 市内イベントで、かつお漬け井、かつお角煮の販売など 	<ul style="list-style-type: none"> 加工販売グループによる寒天、塩辛等の製造販売 	

開催し、139品ものメニューを掲載する「漁家の料理献立集」を作成した。この献立集こそ、「浜の知恵」の結集である（図3）。

一方で、女性部員は活動に意欲的であるが、高齢化が進み、部員数も10年前から2割減少している。また、家庭でも子供世代と同居しない世帯が多くなっている。これでは、各浜の調理方法や加工品レシピなどの「浜の知恵」が伝承されず、途絶えるという危機感を募らせるようになり、これまでの取組に加え、「浜の知恵」を効果的に引き継ぐ新たな取組の必要性を感じていた。

そのような状況にあって、料理コンテスト出場、地元大学と連携した料理教室開催など幅広い地域、年齢層を対象に新たな取組を行った。



図3 漁家の料理献立集の一部

5. 研究・実践活動状況及び成果

以下、新たに取り組んだ4つの活動状況を示す。

①Fish-1 グランプリ2015「プライドフィッシュ料理コンテスト」

平成27年、魚食普及、地域の魚PRのため、「プライドフィッシュ料理コンテスト」への出場を決めた。

「漁家の料理献立集」から初カツオの3品を応募したところ、「勝浦風カツオ漬け丼」が関東・北陸エリア代表に選ばれ、平成28年3月6日の本選に出場することになった。

本選出場に当たり万全の体制を整えるため、予行演習や打ち合わせを入念に行った。

コンテストでは、女性連、関係者が一致団結し、前日準備に始まり、会場では8時～14時半まで、飲まず食わず立ち続けで調理、販売、PRを行った（図4）。その結果、グランプリを獲得した（図5）。

コンテスト出場は、多くの方に私たちの魚はおいしいとPRし、魚食普及を行う絶好の機会となった。また、グランプリ獲得により、自らの技術、対応力に自信を持つことができた。



図4 料理コンテスト出場



図5 グランプリ受賞

さらに、一致団結がグランプリ獲得につながったと感じられ、連携の重要性を感じた。

②勝浦港カツオ祭り「魚のさばき方教室」

カツオ祭りは、都市部からも大勢が来場するイベントである。平成29年度開催にあたり、カツオを丸ごと1本さばく体験を通して、地域の魚をPRするとともに、魚に慣れ親しんでもらうため、「魚のさばき方教室」が企画された。私たち流のさばき方を教えるのも、「浜の知恵」を伝える機会と考え、講師として参加することにした。多くの参加者が都市住民であったが、子供たちは手つきこそおぼつかなかったが、熱心にさばいていた。また、話題となっていたアニサキスについても、正しい知識を伝えることができた。



図6 魚のさばき方教室

私たちのさばき方が豪快で無駄がないと感心され、家庭でも試してみたいとの声が聞かれ、都市住民への魚食普及を果たすことができた（図6）。

③県内の栄養系学科の女子大生を対象とした食育講座

平成27年度、普及指導員から県が主催する「ちばの恵み体験ツアーちばの海の幸魅力発見コース」の調理実習及びワークショップへの協力依頼があった。この企画は、「食育推進のため、栄養士を目指す学生を対象に、食育体験の機会を提供する」という考えのもと、「千葉のさかなを多く食べてもらおう」という内容であった。大学生対象の講師もワークショップも経験がなく不安だったが、魚食普及になり、将来の栄養士として、次世代につながる波及効果も期待できると考え、講師を務めることにした。



図7 調理実習

平成28年3月15日、勝浦市に女子学生7人を迎え、「漁家の料理献立集」から旬、簡便さから選んだ「ヒジキごはん」「サバの味噌煮」「サバのハンバーグ」「サバのおぼろ」「キンメカルパッチョ・刺し身」「キンメあら汁」を教えた。調理には十分な時間をとっていたが、学生が思った以上に魚をさばけず、普段より時間が大幅にかかってしまった（図7）。

ワークショップは、「ちばの魚 多くの人に食べてもらうには？」と題して、漁業士会、青年部の漁業者も参加した。学生からは、若者の魚の消費を増やすため、「若者向け魚食教育の実施」「レシピの配布」「食育イベントでPR」などが必要と、活動の参考になる意見が発表された（図8）。



図8 ワークショップ

学生からは、「家でもやってみたい」「漁業者と話せて良い経験だった」などの声が多く聞かれ、有益な魚食普及活動となった。

一方、女性部メンバーからは、普段よりも時間がかかったことから、次は「調理に比重をおいて指導したい」「若者に教える良い経験になった」など今後の参考となる意見が聞かれた。

また、教育機関との連携によって、本人にとどまらず次へとつながる魚食普及の可能性を感じた。

さらに、漁業士や青年部との連携により、漁業に関する講義や体験など幅広い活動ができることが分かった。

④地域の大学と連携した魚調理教室

夷隅地域は、人口減少、高齢化が進み、地域の活力も低下している。一方、勝浦市には国際武道大学（以下、「武大」という）があり、2,000人ほどが在籍し、主に県外から集まった学生の多くは市内に居住し、自炊している。



図9 武道大魚調理教室

③の料理教室をきっかけに、武大の学生に「浜の知恵」を伝えるため、魚をさばかせ料理を教えられないか検討を始めた。また、多くの武大生は、卒業後、教員やスポーツのトレーナー、コーチに就業することから、魚は優れた栄養特性を持つ食品であるとして、本人はもちろん次の世代への魚食普及も期待でき、継続して実施すれば大きな効果があると考えた。

②の魚のさばき方教室で知己を得た武大教授に魚調理教室開催を相談したところ、賛同が得られ、学内調整、参加者選定をしてもらえた。数回の協議を経て、女子ハンドボール部の



図10 栄養の講義

部員を対象とし、平成 30 年 1 月 20 日に実施することになった。

内容は、魚のさばき方に時間を多くとること、地域の漁業を理解してもらうための講義を行うこと、運動にかかる魚の栄養面の講義を行うことも決めた。

そこで、調理は女性連、地域漁業の講義は普及指導員、栄養の講義は勝浦市職員が講師を担当し、勝浦市には会場設定にも協力してもらうことにした。

材料には旬で手に入れやすいサバを使い、メニューは「漁家の料理献立集」から自炊でも簡単に作れる「ハンバーグ」「おぼろ」「野菜あんかけ」とした。

参加した 14 人は、最初こそ慣れない手つきだったが、講師の手本を見習い、教わると、めきめきと上達し、調理をこなした（図 9～11）。

部員からは「教えるのは難しい」との感想もあったが、学生に対しては「手際がよい」「飲み込みが早い」などよい感想で、メニューの選定・品数も妥当とのことであった（図 12）。

また、学生からも「今後の役に立つ」「指導がよかった」「さばく自信がついた」など肯定的な感想がきかれた（図 13）。さらに、「今後も交流の機会を持ちたい」との感想も聞かれ、この教室は、魚食普及はもちろん、地域連携の場にもなったと手応えを感じられた。

今回の取組を通して、女性連は活動に熱心で調理技術やイベントへの対応力は十分で、情報の発信力や漁業の情報は不足しているが、関係者との連携により、不足は補われ、大きな力となって、より効果のある魚食普及や地域の活性化に役立つ活



図 1 1 地域漁業の講義

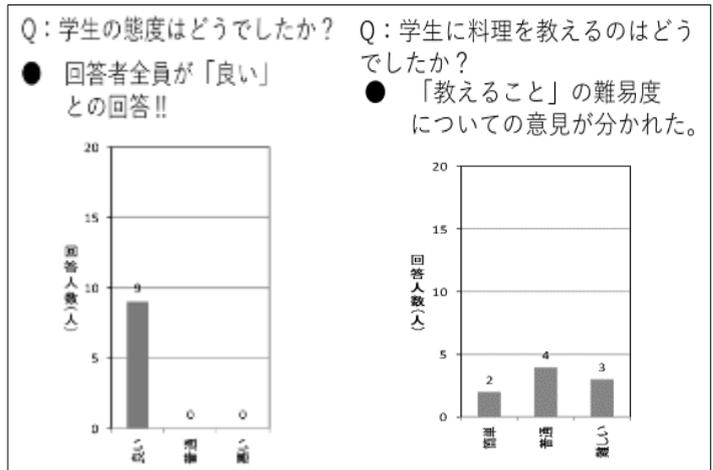


図 1 2 講師アンケート結果

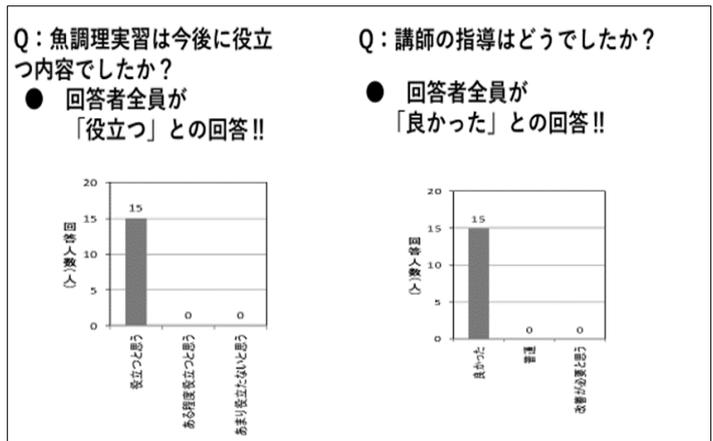


図 1 3 学生アンケート結果

動が実現できることを認識したのは大きな成果である。

6. 波及効果

カツオ漬け丼は、平成 28 年度からカツオ祭りに出展し、即完売となるほど好評である。今後もカツオ漬け丼をイベント等で有効活用し、地域おこしに役立てたい。さらには、継続的に提供することも検討していきたい。

今年度の魚のさばき方教室は、キンメダイを使って、さばき方に加え煮魚を教え、大変好評であった。今後も地域水産物の PR、魚食普及の場として取り組みたい。

今年度の武大魚調理教室は、女子バスケットボール部を対象に実施する。また、今年度から市の産業祭りと大学の文化祭が共同開催され、私たちがキャンパスに出展し、魚食普及するなど、大学との連携は着実に深まっている。

今回発表した取組は、人とのつながりがあって実現できたものであり、これをきっかけにしてつながりを深め、新たな取組へ発展することを期待する。

7. 今後の課題や計画と問題点、展望

「浜の知恵」を伝えるためには、若い世代の女性部加入・活動参加が重要であり、先進事例を参考にして、取り組んで参りたい。

また、来年度、いすみ市に地域水産物を扱う漁協直営の食堂兼直売施設がオープンする予定であることから、メニュー開発、加工品開発など私たちの得意な分野での協力を惜しまない所存である。

さらに、私たちの「浜の知恵」を伝え、魚のさばき方や調理を実践してもらうため、「漁家の料理献立集」をまとめた冊子を作成し、イベントや料理教室で配布したい。

魚食普及は効果が見えにくく、継続が最も重要で、かつ最も困難である。私たちも「浜の知恵」を伝えるために、新しい機会、アイデアを生かし、連携を図りながら、継続して取り組む所存である。その先は、この地域の活性化と魚食普及につながっていると信じている。