

とれたて千葉の魚で女子高生に魚食普及

千葉県漁業士会館山支部
石井 智 晃

1. 地域の概要

千葉県漁業士会館山支部がある南房総地域は、千葉県の南部で海に面しており、冬暖かく夏涼しく、青い海を背景にキンセンカや菜の花、ストックの花畑が広がり、のどかな美しいところである。

2. 漁業の概要

この地域では、マダイ、ハマチの海面養殖、アワビ、サザエ、イセエビ等の磯根漁業、カツオ、イカ、キンメダイの一本釣り、定置網、まき網等の漁業が行われている。

また、和田町には国内でも数少ない沿岸捕鯨の基地があり、ツチクジラの捕獲が行われている。

3. 研究グループの組織と運営

千葉県漁業士会は、内湾・館山・勝浦・銚子の4つの支部で構成されており、館山支部のメンバーは、鋸南町勝山・館山船形・西岬・白浜町・房州ちくら・和田町・鴨川市・天津小湊の漁協に所属する青年漁業士7名、指導漁業士8名、女性漁業士3名の計18名である。

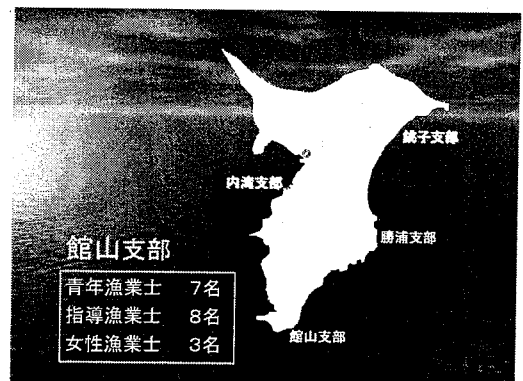
漁業士会館山支部は平成8年7月30日に設立され、支部長、支部長代理、会計、監事の4名を役員とし、任期は2年である。支部長と支部長代理は、千葉県漁業士会の幹事も兼ねている。

支部では、活動計画を通常総会と支部会で検討し、活動している。もっと漁業士を知ってもらいたくて、平成17年8月21日の水産総合研究センター一般公開では、館山支部でブースをもらい「漁業士って？」等のパネルを展示してアピールを行った。

4. 研究・実践活動課題選定の動機



館山市にある安房南高校は、県内でも数少ない県立の女子高である。館山船形漁協青年部が館山市民に魚料理教室を開いて好評だったことから「今度は安房南高校で教えてみたい」という話があり、平成13年度から漁業士会館山支部が共催することになった。数年後には若いお母さんになる生徒たちに、魚のさばき方や料理の作り方、そして何よりも魚のおいしさをぜひ



覚えてほしいというのが動機である。

食糧供給という重要な役割を担い、海と資源を必死で守っている我々にとって、最近よく言われている「若い人たちの魚離れ」は見過ごせない現象である。「魚離れ」などしたら健康は守られるのか？みんなが魚を食べなくなったら漁業はどうになってしまうのか？

館山支部の全員が「今、自分たちにできること。今、しなければいけないこと。」として魚食普及の大切さを確認した。

5. 研究・実践活動状況及び成果（効果）

安房南高校での魚調理実習指導は、毎年2月に実施している。2月は時化も多く、定置網に入る魚が少なかったりと、毎回食材入手に苦勞するが、高校の家庭科の授業の日程を調整すると、この時期になってしまう。しかし、食中毒の危険が少なく、大勢でわいわいと調理するには冬が最適かもしれない。

館山船形漁協の青年部長がその後漁業士に認定されて館山支部のメンバーになったこともあり、現在は漁業士会館山支部主催の活動となっている。

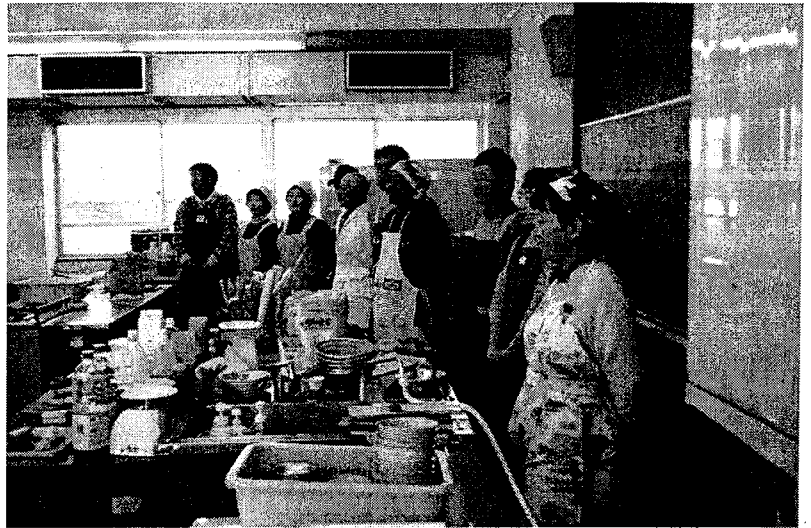
平成13年から平成17年までに行った4回の調理実習の概要は以下のとおりである。

日 程	参加者	漁業士	指 導 し た 料 理 等
H13.11.30 H14.2.12 2.13 2.14	家政科 3年生 35名 普通科 2年生 160名	9名	マグロを使って刺身の作り方指導 アジさんが、つみれ汁、ムニエル サンマ煮付け、
平成15年 2/12, 2/13 2/14, 2/17	普通科 2年生 149名	8名	マダイを使って大きな魚のおろし方実演 アジ刺身、アジつみれ汁、アジ煮付け
平成16年 2/13, 2/17, 2/19	普通科 2年生 116名	6名	アジ刺身、さんが、煮付け、 つみれ汁、イカ刺身
平成17年 2/14,2/16,2/22	普通科 2年生 108名	8名	サバ煮付け、竜田揚げ、ハンバーグ、 イワシつみれ汁、イカ刺身、

2年生全員を対象に、クラスごとに計3～4回調理実習を行う。どの日に誰が行くかは、事前に開催される支部会等で詳しく打ち合わせておく。生徒は4～5人ずつ9班に分かれ、各班に1名指導者が必要である。都合のつく漁業士だけではとても足りないなので、各漁業士は地元の女性部や漁師友だちを誘い、人数を揃える。

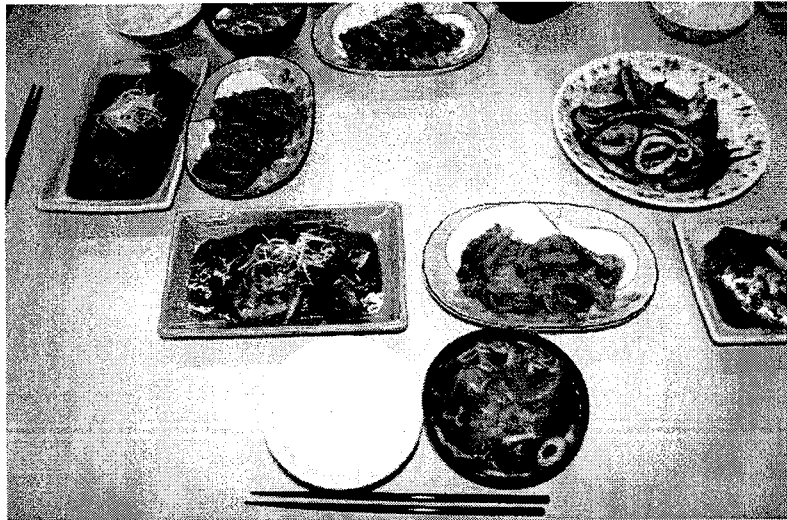
当日は、朝10時に南高校玄関に集合し、調理実習室へ。食材は、早朝、地元定置網から仕入れた朝獲れぴちぴちの魚である。

生徒たちは、班に配属された「先生」（優しそうな女性漁業士だったり、一見とても恐そうな漁師のおじさんだったりする。）の指示どおりに、こわごわ魚に触り、三枚におろしたり、まな板の上でたたいてなめろうにしたり。「これ



で何作る？味噌煮にするか？このイカは新鮮だから刺身にしよう。」等「先生」とにぎやかに相談しながら作業を進めていく。各班に配られた材料は同じだが、作り方、作るものは微妙に、或いは大幅に隣と違う。そこが普段の家庭科の調理実習と異なるところだ。

昼時には、各班ともに、おいしそうな魚料理がテーブルにずらっと並ぶ。自分たちの努力の成果を前にした生徒たちの顔



はみんな誇らしげだ。「いただきます。」のあとには、あちこちで「おいしい！」の聲が挙がる。料理の話の合間には、魚の話、漁の話もして盛り上がる。漁師さんは歌も上手だが料理の腕も一流だということが生徒たちにわかったことだろう。生徒たちに漁業の大切さをPRし、漁師のイメージアップを図っておく。

6. 波及効果

毎回この実習に関して、教える側と生徒たちそれぞれにアンケートを取っている。教える側の漁業士、応援の漁協女性部や漁師友だちは、回を重ねる毎に教え方に余裕が出てきて、どんどん上手になる。次回はこんなことも教えてやろうかなと考えたりする。教え方に自信が付いて、地元の小学校から要望があった時に出かけて行ったり、少年水産教室に協力したり、漁師の直売店ができた時、食堂部門を任されたり、と活動を広げている。

生徒たちの感想も大好評である。魚嫌いだった生徒も、恐る恐る食べてみて、新鮮な魚で調理すればどんなにおいしいかに気付く。三枚おろしができるようになった生徒は、家で母親に教えたりする。料理を手伝うようになる。魚を切り身でなく「まる」で買おうと思ったりする。

普段はあまり接する機会のない我々漁師や浜のお母さんたちから、こんなに手取り足取



り教えられ、威勢が良くてユーモアあふれる話しっぷり、てきぱきした手さばき、臨機応変の味付けや出来上がった料理のおいしさに感激することで、生徒たちの漁業に対する考え方や感じ方が変わり、将来ともにしっかりと漁業の応援団の一員になってくれたことと思う。

7. 今後の課題や計画と問題点

教える側が、生徒たちが作るのを待てずについ手を出して料理してしまったり、「自分流の味付け」の分量が生徒たちにきちんと伝わらなかったりということがある。

「全員が魚に触るように」気を配っているつもりだが、短時間

で何品も作ろうとすると、どたばたしてしまって、班の4～5人全員がちゃんと実習できているかどうか不安である。

魚だけでなく、貝や海藻を使った料理も教えてほしいという要望もあるので、メニューも再度検討していきたい。

安房南高校は、平成20年4月には安房高校と統合されるので、このような調理実習の形もあと数年である。今後は、男子生徒も含めた館山市内の高校生を対象に広く募集しようかと考えている。

最近「食育」ということが盛んに言われている。きちんと食事して健康な体を作ることは基本である。

タンパク質、カルシウム、ビタミン類はもちろん、血液をさらさらにするタウリンやエイコサペンタエン酸、脳細胞を活性化するドコサヘキサエン酸など、魚に含まれている素晴らしい栄養をバランス良くどんどん体に取り込んでいくために、魚食を普及させていきたい。

我々漁師が威勢が良く元気で明るいのも、みんな日々食べている魚のおかげだと思う。漁がどんなに忙しくても、我々は食事はきちんと摂っている。健康な体でなければ、きびしい水産業の現場には対応できない。資源管理や栽培漁業の推進に取り組む元気も出てこないだろう。

高校生たちに魚料理を教え、彼らの健康を守り、漁業の大切さをアピールし続けてゆくことが、今後も漁業士会館山支部の重要な使命だと考えている。

