

## 魚食普及のバトンをつなぐ ～持続可能な女性部活動の取組～

神戸市漁業協同組合女性部  
井上二三枝

### 1. 地域の概要

私たちの住む神戸市は兵庫県南東部の150万人の人口を有する気候温暖な都市である。神戸市漁業協同組合は、淡路島と明石海峡大橋を望む大阪湾に面した神戸市の西の端に位置している。(図1)



### 2. 漁業の概要

平成30年度現在の組合員数は220人で船びき網漁業や小型底びき網漁業、建網、たこつぼのほか、ノリ養殖が盛んである。主に漁獲される魚種はイワシシラス (以下シラス)、イカナゴ、マダイで、そのほかにもさまざまな魚種が漁獲される。しかし、神戸市漁協にとって、重要な魚種の1つであるイカナゴは平成28年以降は3年続けて不漁である。(図2)

図1 神戸市漁協の位置

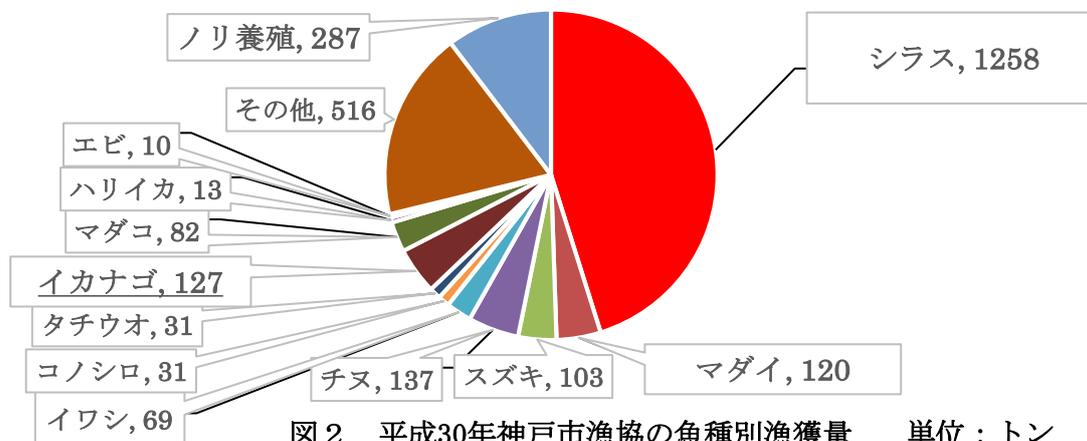


図2 平成30年神戸市漁協の魚種別漁獲量 単位：トン

### 3. 研究グループの組織と運営

神戸市漁協女性部は、平成30年度現在の部員数は130人で、漁協支部がある駒ヶ林、東須磨、須磨浦、塩屋、東垂水、西垂水、舞子の各地区から選任された7人の支部長を中心に活動を行っている。活動は①海浜清掃などの「環境美化推進活動」、②健康管理や生き甲斐づくりなどの「生活改善の推進」、③広報誌「しおかぜ」の発行などの「教育情報関係活動」、④「魚食普及活動」の4本柱で展開している。

### 4. 研究・実践活動課題選定の動機

魚食普及活動は、昭和60年に県内の生活改善グループとの交流から始まり、魚離れの進行などの時代背景に対応しながら、現在に至るまで活動してきたもので、今後も多くの人に前浜で獲れる魚をもっと食べて欲しいという思いと、魚食普及活動は継続的に行うことが重要であることを伝えたいという思いから、課題として選定した。

### 5. 研究・実践活動の活動及び成果

#### (1) 魚食普及活動の発展 [現在の形になるまでの3ステップ]

兵庫県の山間部にある旧神崎町（現在は合併により神河町）の農家女性との交流を通じて、魚離れの原因が魚への知識・情報不足にあることを感じた私たちは、昭和62年に女性部の中に魚食普及委員会を設置し、魚食普及に本格的に取り組むこととした。ここから現在の形になるまで3つのステップがあった。

#### 1) ステップ1 「場づくり」 ～くぎ煮講習会～

まず、魚食普及を進めるためには、魚の料理法を広く情報発信する「場づくり」が必要と考え、地元特産で身近にあったイカナゴのくぎ煮を多くの消費者に広める料理講習会を開催することとし、平成元年からイカナゴのくぎ煮講習会を開始した。（図3）



図3 くぎ煮講習会

平成7年1月に阪神淡路大震災が発生し、私たちの地域も大きな被害を受けた。しかし力を合わせてくぎ煮講習会を継続し、これまでに延べ150回、4500人への講習を開催してきた。その成果として、加工原料としての用途に限られていたイカナゴの新仔であったが、一般家庭でも生からくぎ煮を作るようになり、「兵庫の春の風物詩」と言われるまでに普及し、消費の拡大につながった。また、副次効果としてイカナゴの単価は平成2年ではkg当たり159円であったものが平成16年にはkg当たり438円へ向上した。

## 2) ステップ2 「魚食普及の幅を広げる」 ～さかな料理コンクール開催～

2つ目のステップとして、教える側の魚料理の幅を広げ幅広い食べ方を提案するため、平成5年から、部員による「さかな料理コンクール」を行った。漁家に伝わる伝統的な料理とともに新しい料理の創作を発表した。女性部員がお互いの魚料理を教え合う機会をもつことで、部員個々の幅が広がった。(図4)

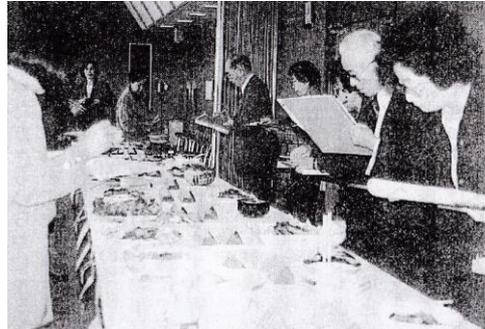


図4 さかな料理コンクール審査状況

その後、「さかな料理コンクール」の料理をまとめて、「こうべのお魚料理」として発行した。

この冊子は、お魚料理教室のテキストとして今も活用している。ちなみに、この冊子に掲載された料理の一部は神戸市海釣り公園ホームページでも公開されている。

## 3) ステップ3 「幅広い消費者との交流」

～お魚料理教室と神戸のおさかなを食べよう市民とのふれあいデーの開催～

3つ目のステップとして、魚料理をより多くの人々に知ってもらうため、幅広い消費者との交流を進めることとし、平成5年から「お魚料理教室」をレインボースクールとしてコープこうべと共催で開始している。この他に地元の婦人会や、婦人大学、子供対象にお魚料理教室を行うようになった。平成23年からは食生活改善や食育活動を行う団体であるいずみ会対象として、平成29年からは垂水区で活動しているおやじ塾対象に行っている。

また、魚料理をする人だけでなく食べる人にも神戸の魚を知ってもらうため、平成10年から「神戸のおさかなを食べよう市民とのふれあいデー」を開催した。ふれあいデーは女性部員が作った魚料理を参加者と食べながら、漁家の日常の仕事や魚の話をして、神戸の魚だけでなく漁業のことを知ってもらうものである。神戸市の広報誌で参加を募り抽選で50人に参加いただいた。現在では保育園児と育児世代を対象に活動を続けている。

このように、私たちの魚食普及活動は時代の変化に対応しながら現在の形へと発展してきた。

### (2) 魚食普及活動を続けるための秘訣

ここまで魚食普及活動が継続し発展できたのは、時代の変化や食文化の変化に対応したメニューの提案と食生活の変化に対応してお魚料理教室の内容を変えていったことにあると考えている。

### 1) 魚食普及活動の移り変わり

農協女性部などとの交流として行っていた昭和62年は、イワシ、タコ、小エビ、カサゴなど身近で購入しやすい魚を中心に魚の扱い方を講習していた。平成7年からは、梅ちりめんご飯、太刀魚のロールフライ、鯛の造り、あら煮、骨せんべいなど、ご飯の主菜、副菜を意識した食べ方を提案した。平成18年からは、鯛サラダ、ちりめん団子スープ、タコ飯など栄養バランスに配慮したもの、平成28年からは、たこの軟らか煮、ちりめん山椒とそれを使った巻き寿司など調理しやすさを重視した内容とした。(図5、図6)

こうした時代に応じた食生活の変化に合わせたメニュー提案を行うことで、消費者の方に魅力を感じてもらえたことが大きいと思われる。

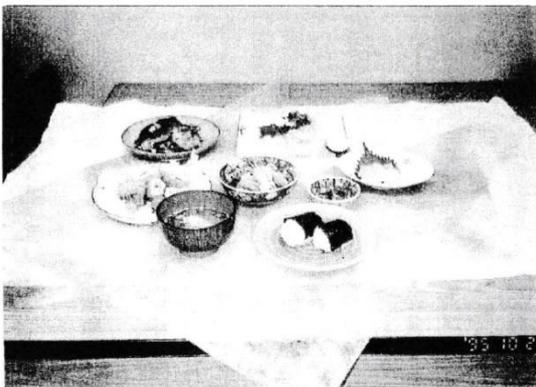


図5 平成7年のメニュー



図6 平成28年のメニュー

### 2) 市民アンケートによる食生活変化の把握と対応

私たちは魚食普及活動を続けていくなかで、時代に対応した変化を把握することが重要と考え、「神戸のおさかなを食べよう市民とのふれあいデー」で継続してアンケート調査を実施した。その結果、魚料理を家庭で行う頻度が年々低下していることが分かった。(図7)

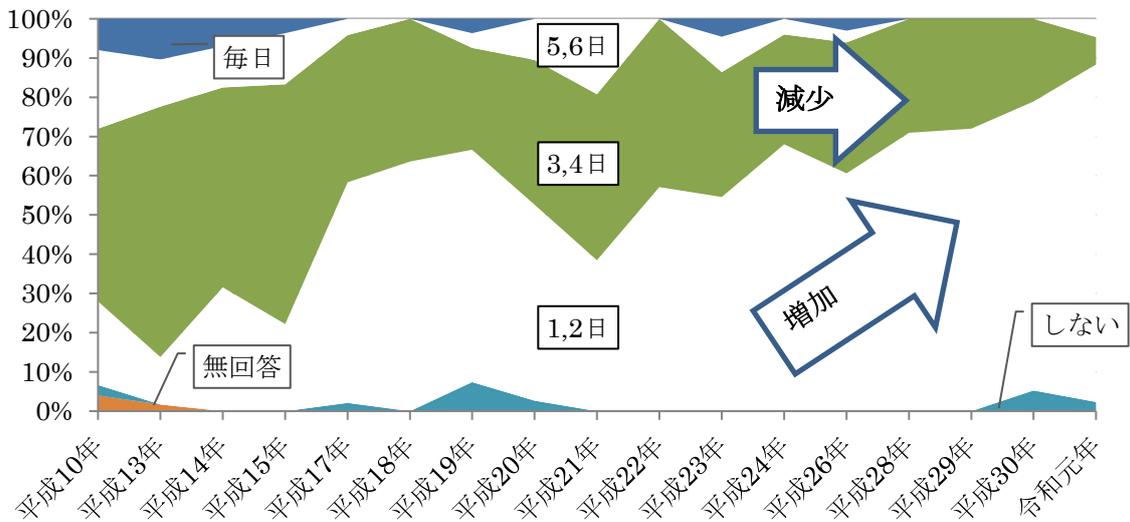


図7 市民アンケート結果抜粋 (1週間のうち何日くらい魚料理をしますか)

そこで、消費者にさらに魚を食べてもらうために女性部で何ができるかを考え、魚をおいしく食べる料理方法や魚の扱い方だけでなく、例えば鱗を散らかさない方法や生ごみの処理など消費者が魚を料理するうえでの悩み事への対処法を示すなど、対象者に応じた教室の内容にすることが必要ではないかというアイデアにつながり、魚食普及活動の充実に結びついた。こういった取組が私たちの活動を支えていると考えている。

### (3) 現在、そして、これから、さらなる発展に向けて ～イベント参加の加速～

私たちは一人でも多くの人に魚を食べてもらい「魚を食べたい」と思ってもらうため、イベントに参加することで、魚食普及活動の場をさらに広げていくことにした。

神戸市内の農漁業の発展を祝う収穫祭である「みのりの祭典」への出店や「神戸のおさかなを食べよう市民とのふれあいデー」などに加え、魚の即売会である漁業デーでの農家グループと連携した出展やいかなご祭りでのくぎ煮実演、神戸の魚まつり、食都神戸 Farmers Market に参加し、タコ飯や釜揚げしらす丼、ちりめん山椒などの魚を使った料理を披露することにした。(図8、図9)



図8 神戸の魚まつり



図9 食都神戸 Farmers Market

#### (4) 魚食普及活動の成果

昭和63年(1988年)ではまだ、交流だけの取組だったが、その後くぎ煮講習会、お魚料理教室、イベントの参加に取り組んだ。平成30年(2018年)では、くぎ煮講習5日、お魚料理教室は8日、イベント参加9日と30年前より拡大している。(図10)

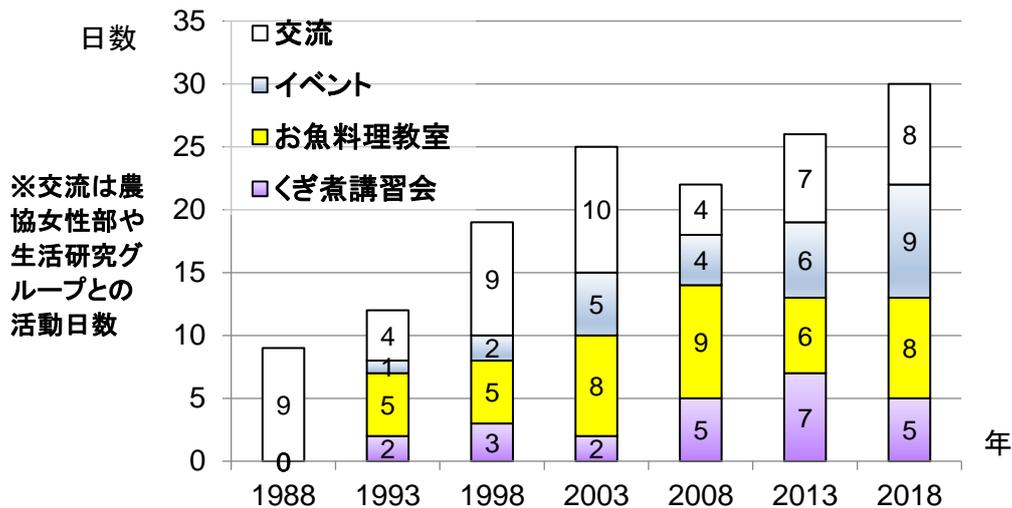


図10 魚食普及関連活動の増加

私たちは、農家女性との交流をきっかけとして、魚食普及の場づくりとしてまずイカナゴくぎ煮教室を開始し、その後お魚料理教室、大人から子供まで魚を身近に感じてもらうためのイベント、と進んできた。今は、魚にあまり触れていない魚料理の初心者や魚料理に興味を持つ人までさまざまな層を対象に魚食普及を行っている。普段全く魚を食べない人には少しでも食べてほしいし、興味のある人にはもっと食べてほしいと考えている。

#### 6. 波及効果

くぎ煮の普及は前述のとおり、前浜の魚の需要を創出し地域の風物詩として根付いた。しかし、平成28年から地元神戸でイカナゴの不漁が続いており、県の水産技術センターなど研究機関により原因の究明が進められている。イカナゴは短い漁期や調理に鮮度が重視されると言った前浜ものをPRできる魚であるが、今私たちにできることとして、他の魚種の普及に力を入れたいと考えている。他の魚種では今までと異なるアプローチをしていく必要があると考え、私たちの魚食普及活動の中で新たな提案を加えることで、次につなげようとしている。

今、神戸市漁協ではシラスが最も漁獲される魚種である。シラスはほとんどが乾燥させ「ちりめんじゃこ」に加工されているが、近年は釜揚げしらすでの出荷も行っている。

現在では漁協の加工場で生産する釜揚げしらすは134トンとなり、漁協で加工するシラス加工品の7割を占めるようになってきた。そこで、私たちはシラスに焦点を当て「神戸の魚まつり」等では「釜揚げしらす丼」を強力にPRしてきた。その甲斐あって、平成28年には漁協が運営する喫茶店のメニューに採用され、店を代表するメニューになった。（図11）



図11 釜揚げしらす丼

## 7. 今後の課題や計画

前浜ものの販売拡大につながる魚食普及活動の展開が課題である。さまざまなお魚料理教室やイベントなどの魚食普及活動を通じて神戸の魚の美味しさを知ってもらえるようになってきたが、さらに、漁協の直売所（図12）やJA兵庫六甲が運営する農産物直売所「六甲のめぐみ」（図13）に足を運んでもらえるよう、新たな魚種の料理方法のPRを進めたいと考えている。



図12 神戸市漁協直売所



図13 「六甲のめぐみ」内にある神戸市漁協の魚コーナー

また、イカナゴのくぎ煮に続く料理教室のメニューとして、生から炊くちりめん山椒が取り上げられるか研究中である。生炊きちりめん山椒は柔らかく仕上がるため、その普及により、生シラスの流通が実現すれば、シラスがこれまでと違う形で消費され、シラスの価値も向上するのではないかと考えている。（図14）



図14 ちりめん山椒

魚食普及活動は、その取組の成果が分かりにくい地道な活動である。しかし私たちはイカナゴのくぎ煮や釜揚げしらす丼の普及を通じて、その活動は間違っていなかったと確信している。

私たちは昭和60年から魚食普及活動を始め、今年で35年目を迎えている。その間、くぎ煮の普及や釜揚げしらす丼のPRなど時代の変化に対応して継続することができた。

このような活動ができたのは、部員が民踊部の活動などで親睦を深め部員相互の協力体制があること、部員が子連れでも活動できるようにして参加しやすくしたこと、「女性部だより」による情報共有と活動の振り返り、漁業協同組合との協力体制、がとても大事であったように思われる。

神戸の海の恵みを女性部の知恵と工夫でさらに生かすべく、私たち女性部の活躍の舞台である魚食普及活動を通じて、これからも神戸の魚、漁業をPRし、活気ある浜づくりに取り組んでいきたいと考えている。