

多彩なホッキガイ料理で魚食普及を促進 ～ 地元でもりもり食べるために ～

三沢市漁業協同組合小型船部会女性部
部長 富田 玲子

1. 地域の概要

三沢市は人口約4万3千人で青森県の東側、太平洋沿岸の南北ほぼ中央に位置し、北は六ヶ所村、西は小川原湖に臨む。

気候は、北国でありながら、冬は、降雪量が少ないことと、北西から吹く季節風のため晴天の日が多いことが特徴である。また、春から夏にかけて吹く偏東風（ヤマセ）の影響で、海岸地帯は冷気と濃霧におおわれることもある。

三沢市の土地は、藩政時代には盛岡南部藩最大の牧場があったところで、ここは馬産地として知られている。今でも郊外ではゆっくりと草をはむ馬や牛の情景を見ることが出来る。一方で、太平洋戦争後に米軍三沢基地が建設され、飛行場も開設されると、異国情緒あふれる国際都市として発展している。

毎年、恒例になった夏の「みさわ港まつり」、冬の「ほっきまつり」には、市内外からの多くの来場者がある。

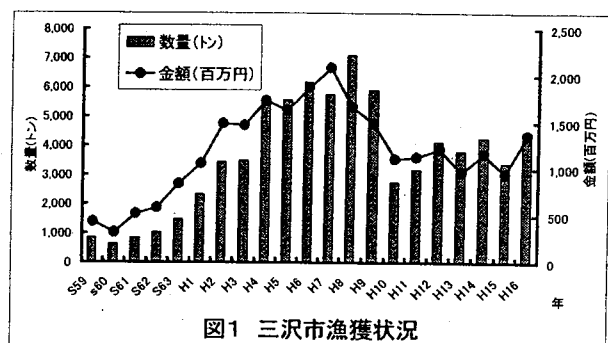
2. 漁業の概要

三沢市漁協は、組合員数658名（正568名、准90名）で構成されている。

三沢市の漁業は、昭和55年に三沢漁港が供用開始になる前は、単調な砂浜で無動力船を利用した刺網漁業やイワシ地曳網漁業がほぼそと行われている状況であった。漁港施設が供用され、順次整備される中、春から秋の前沖での昼イカ釣漁業が主力となり、平成7年の21億円をピークに、近年は年間10～15億円の水揚げとなっている。

特に、昼イカはその漁獲物の仕立て管理（鮮度管理と厳重なサイズ規格）により、三沢市のシンボルをステッカーとした通称「赤とんぼ」ブランドとなっている。また、前沖は砂浜地帯となっており、一年を通じて、ヒラメ、カレイ類が多く、12月から翌年3月にかけては、ホッキガイの好漁場になっている。

ホッキガイ漁業は、昼イカ釣漁業終了後の冬場の重要な漁業となり、水揚げもスルメイカ、サケに次ぐものである。



3. グループの組織と運営

三沢市漁協小型船部会女性部は、昭和50年に漁家経営の向上と明るく豊かな漁村を築くことを目的に発足し、30年が経過している。昭和48年に漁船漁業及び増養殖に関する

る試験、漁場の管理、漁業経営の合理化等を目的として結成された父ちゃん達の小型船舶会を支える浜の母ちゃん達の組織である。

女性部は、部長1名、副部長2名、監事2名であり、現在は23名の部員となっている。その運営は会員の会費及びイベント等の事業収入を当てている。また、もともと大規模畑作地帯でもあり、農業の兼業も多く、農協女性部とも協力した活動もしている。

4. 実践活動取組課題選定の動機

ホッキガイ漁業は、昭和50年代は漁獲の低迷が続いていたものの、その後隣接する漁協と共に資源管理、操業の協業化などに取り組んだ結果、飛躍的に漁獲量、金額が増大した。しかし、県外産地との競合、輸入の増大により、価格安になったことから、生産調整も図りながら漁業経営の安定に取り組まれている。

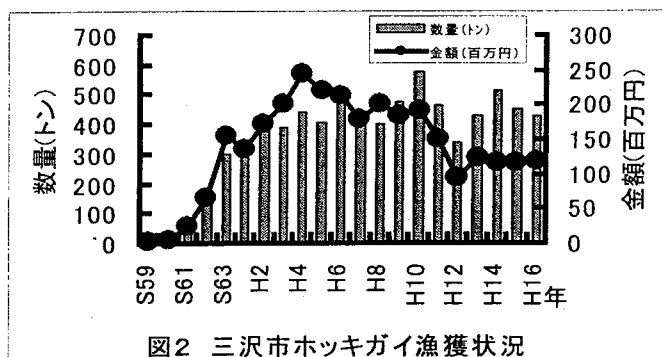


図2 三沢市ホッキガイ漁獲状況

このような状況で、15年程前から、「浜の環境と暮らしを守る女性部」としては、「私たちに何かできることがないか」と考えていたところ、交流で知り合った消費者の方等の「貝をむくのが大変」、「刺身以外にどうやって食べるの」という声があった。

女性部では、ホッキガイの料理方法をもっと研究し、消費者等へ伝える魚食普及活動で消費拡大を進めることが、漁業経営の安定につながり、女性部活動も活性化すると考えた。

5. 研究・実践活動状況及び成果

魚食普及に当たっては、漁協の全面的なバックアップを受けて、女性部は主に「浜の顔」実働部隊として積極的に取り組んでいる。以下には、ホッキガイの魚食普及の取組みについて経緯等を含めて、活動状況を報告する。

[ホッキガイ魚食普及は部員全員で]

「ホッキガイを地元の人に安定的に食べてもらいたい」との思いから、漁協と連携して、女性部みんなの活動目標を「ホッキガイの加工品開発」と「消費者に向けたホッキ料理の普及」とした。

普及に当り、部員の意識を高め、消費者へのPRにも、一層力が発揮できるようホッキ味噌、ホッキカレー、ホッキシチュー等の試作をした他、先進地研修を通じて、炊き込みご飯等を普及料理として、技術のレベルアップを図った。

「ホッキガイの料理普及」

初めは、ふだん扱っていない人には難しいことから、むき方のコツを消費者の方に覚えてもらい、三沢のホッキガイの購入機会を増やしてもらいたいと考えて実施している。

当然、むいた後、「どうやって食べるの?」というのが消費者の方の意見であり、ホッキご飯のほか、それまで、浜では肉の変わりに入っていたシーフード、ホ



図3 ホッキガイ料理教室

ッキカレーなど浜の料理をアレンジして紹介している。最近では、三沢市食生活改善推進員を対象に講習会を開催し、消費者の漁業理解や地産地消活動でも連携している。

[ホッキガイがゆうパックで全国に普及]

三沢市には航空自衛隊があることから、全国から集まるその家族の方に地元の旬のホッキガイを知って、味わってもらい、消費拡大を図ることと、ゆうパックの利用促進を狙いとして、15年ほど前から、郵便局とタイアップして旬の美味しさを直接消費者に届ける「チルドゆうパック利用の直販事業」が取り組まれている。

女性部では、この機会に漁協と連携し、ホッキガイのむき方、料理教室を実施し、ゆうパック利用による消費拡大にも協力している。

この料理教室は、非常に好評で、平成16年12月5日に実施したときは、募集80名に対して倍以上の応募者があり、消費者の関心の高さを知った。料理教室は、女性部員が指導者となり、ムキと呼ぶ専用のヘラを差し込んで貝柱を切るコツや、どの部分を取り除けばいいかを知ってもらった。

料理は、ホッキご飯、ホッキカレー、ホッキフライ、ホッキお吸い物、ホッキ焼き、ホッキおろし合え、ホッキ味噌など7品目を作った。特に、ホッキガイ料理のポイントとしては、「熱を加えすぎないこと」、「ゆでた汁を使うこと」を強調したところ、ホッキガイの美味しさを改めて知ったという声があった。



図4 ホッキガイ料理教室（男性の参加も）

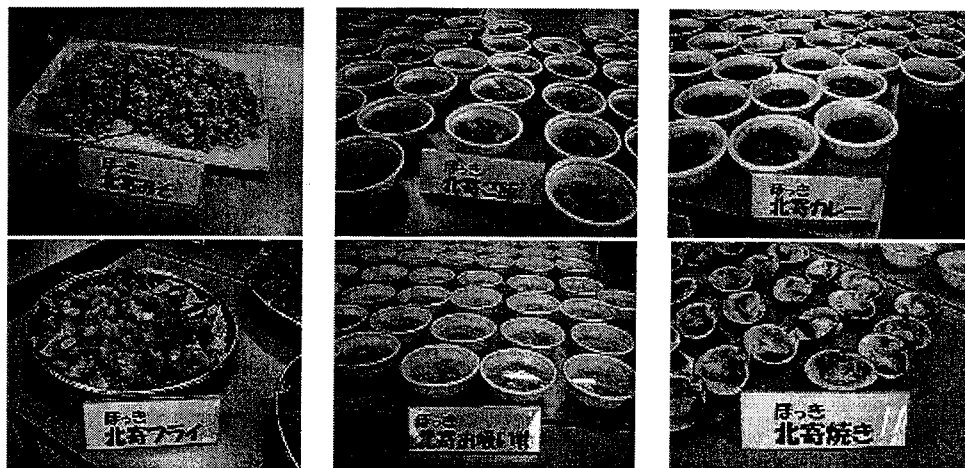


図5 料理教室での多彩なホッキガイ料理

[市内町内会でのホッキガイ料理教室]

地産地消の取り組みが広がっていることから、ホッキガイ教室を実施していることを知った市内の消費者の方から、自分たちの町内会で教えてほしいという要望が近年出てきた。漁協の支援のもと、女性部でも年4～5回、積極的に実施している。

地元の市内の方でもホッキガイのむき方を知らない方が多く、「自分でむくことができ、こんどからはもっと多く買って食べたい」という声を聞くと、料理教室をやって本当によ

かったと感じた。さらに、「これで、町内の寝たきりの方や身障者の方にも旬のホッキガイを食べさせられる」という声を聞き、地元の旬のホッキガイが町内のつながりを強くすることを知った。今後の活動に力が入るものとなっている。

【新たなイベントほっきまつりの定着と連携活動】

三沢市漁協では、平成13年から旬のホッキガイ漁の恵みに感謝し、消費拡大を目的として、「ほっきまつり」を開催している。5年目を迎え、恒例のイベントと定着してきている。

女性部では、市内の女性組織等とタイアップして、ホッキガイの魚食普及や農産加工品等の即売による地産地消活動に取り組み、「浜の顔」として存在感を発揮できるようになってきた。

また、イベント前には一層の魚食普及を目指して、「ほっきまつり」直前に三沢市食生活改善推進員の方々を対象に、ホッキ料理試食会を開催している。



図6 みさわほっきまつり

6. 波及効果

ホッキガイ料理教室を通じて、漁協とのつながりがいっそう固いものとなり、女性部員相互の連携と活動が活発となっている。マスコミにも取り上げられ、地産地消運動の一環として、町内会の活性化にもつながるといっても意義のあることと部員も認識するようになってきている。

このほか、約5万人が集まる「みさわ港まつり」でのイカ焼き、イワシ焼き、在日米軍家族会と漁協が共同で実施するアースデー清掃活動にも積極的に参加して、地元の活性化に貢献している。



図7 日米合同漁港清掃



図8 船上ゴミ袋

女性部としての活動が盛んになるに従い、独自の活動が話し合われている。平成16年は、自らの浜、海を汚さないため、船上で使用するゴミ袋をお父ちゃん達の小型船部会全船に配布し、活用してもらっている。

このような活動が評価され、平成17年1月13日には、(社)青森県水産振興会から第16回青森県水産賞を授与している。

さらに、去年は、地元の三沢商業高校が地域の研究活動として、ホッキガイのPRを取り上げている。料理教室にも参加し、PRキャラクターや「We Love ホッキー」というPRソングも作成し、一層のホッキガイの消費拡大につながっている。



図9 ホッキー (PRキャラクター)
三沢商業高校

7. 今後の課題や計画と問題点

地産地消、スローフードなどに関心が持たれ、地元の旬の素材が注目されてはいるものの、消費者の方の食卓とホッキガイの生産現場は、まだまだ遠い存在となっている。

まだまだホッキガイの魚食普及についても地道な取組みが必要であり、だからこそ私達女性部の腕をふるう場があると考えます。これからも地道に活動を継続すると共に、お父ちゃん達が獲ってくるスルメイカ、ヒラメ、カレイ類などにも魚食普及活動を広げる必要性を感じています。

また、漁協では三沢のホッキガイのブランド化を更に浸透させることを目的に、今年度から加工品の開発等も手がける事としているため、女性部としてできることは積極的に取り組むこととしている。

これからも魚食普及を通して、漁家経営の安定と地域活性化に貢献していくため、「地元でもりもり三沢のホッキガイを食べるために」を私たち共通の合い言葉として、これからも漁協とも一丸となって頑張っていきたいと考えています。

(参考)



図10 料理教室記事



図11 ほっきまつりチラシ



図12 ゆうパック「活ホッキ」



図13 青森県水産賞