

## 佐渡における魚食普及活動 ～お魚料理教室を通して～

新潟魚食普及の会（佐渡地区）

会員 森川 あゆ子， 佐藤 和代

### 1. 地域の概要

私たちが活動しているのは、新潟県佐渡市の全域である。佐渡島の海岸線は約282km、面積では東京23区の約1.5倍の広さを有し、市の人口は令和6年8月末で48,463人となっている。令和6年7月には、「佐渡島の金山」がユネスコの世界文化遺産への登録が決定し、世界的な注目を集め、観光客など交流人口の増加が期待されている。



### 2. 漁業の概要

最新の統計によると、佐渡市の漁業就業者数は1,009人（漁業センサス：平成30年）で、令和5年の年間水揚量は4,542トン、水揚金額は約27億円となっている。主な漁業種類は、定置網、いか釣り、かご、刺し網、採貝・採藻となっており、ぶり類、あじ類、かに類、えび類、いか類、さざえなどが多く水揚げされている。

### 3. 新潟魚食普及の会の組織と運営

新潟魚食普及の会は、県内全域を活動範囲とする組織で、平成26年に発足し、令和6年度現在、会員数は25人である。このうち、佐渡島内の会員数は9人となっている。

当会は、魚食普及活動により新潟県産水産物の認知度を高め、一般家庭や学校給食、地元量販店等での地場産水産物の取扱量の増加や利用促進を図ることで、漁家収入の向上を目指すこと、加えて、減少する漁業協同組合の女性部員の後継者育成を図ることを目的としている。

### 4. 実践活動の取組課題選定の動機

私たちは、以前、組織として活動する前に、個別に、自宅の近くの小学校からお魚の料理教室の講師役を依頼されることがあり、講師役を担っていた。その際、子どもたちは料理教室での料理の体験や試食をととても喜んでくれた。佐渡は、美味しい魚がたくさん水揚げされており、佐渡全域の島民に、もっと魚の調理方法を知ってもらい、美味しい魚をたくさん食べてもらいたいと思っていた。

しかし、個人での活動には限界があり、また、どのように活動の輪を広げていけば良いかわからずにいた。

そのような状況の中、会の佐渡島内メンバーで協力して魚食普及のための活動ができないかと考えていたところ、時を同じくして、県からも佐渡産の魚を使った料理教室や佐渡の魚や漁業の魅力を伝える水産教室と一緒に開催しないかとの話があり、私たちと県が協力して小・中学校、高等学校や社会人を対象とした教室を開催することとした。

## 5. 実践活動の状況及び成果

### ①活動の輪を広げるために

私たちは、県佐渡地域振興局、市教育委員会、市社会教育課、食生活改善委員等を通じて、料理教室が開催可能な場面を紹介してもらうことにした。これにより、地元の小学校だけでなく、新たな学校や公民館等においても活動ができるようになった。

### ②活動の経過

【平成27年度】～

平成27年度から取組を開始した。最初は、知り合いからの紹介などを個々に対応していた。

【令和2年度】

県佐渡地域振興局と相談を重ね、令和2年度からは、開催回数を大幅に増やすことにした。市や県のネットワークを活用し、教育委員会や社会教育を担当する部署を通して、佐渡市内の小・中学校や高等学校、そして地区の公民館等で様々な教室を開催する団体に対し、佐渡産のお魚のさばき方体験、料理教室及び水産教室が開催可能なことを周知し、開催の希望を募った。

結果、小・中学校、高等学校から応募があり、計6回の料理教室や水産教室を開催することができた。メニューは、学校からの要望により、加熱調理するものとし、佐渡では安価で入手しやすいイナダを用い、さばき方の実演を行うとともに、子どもたちがイナダのハンバーグや団子汁を調理した。時には、スルメイカを使ったイカ飯や、ぶりカツのライスバーガーなどを作ることもあった。時間は授業の2時間分をつかい、魚の獲れた海域や魚の特徴、栄養等を説明した後、三枚おろしの実習、各種調理、試食、片付けまでを基本としている。



写真1 児童の調理の様子



写真2 イナダハンバーグ、団子汁

中学校、高等学校では、計3回の教室を実施し、イナダなど旬の魚の調理に加え、佐渡における水産業の概要の説明や水産物の魅力を伝える講演も行った。

この時期は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、対面での開催が困難であったが、佐渡市の地域おこし協力隊の隊員からオンラインで料理教室を開催しないかとの提案があり、島外の社会人を対象に、オンラインでのお魚さばき教室も2回実施した。オンライン教室では、事前に佐渡の水産物やお米などを宅配便で参加者宅に届け、講師と画面越しに同時に調理をしてもらうことで、調理方法の習得と、佐渡の水産物を含む特産品の魅力を同時に伝えることができた。オンラインで苦戦した点は、参加者の作業に手を添えることができず、魚の身おろしを手の感覚で理解してもらうことが難しいことであった。

大規模な開催は初めての年度ではあったが、内容は充実しており、参加した児童、生徒及び

社会人のみなさんからはとても好評をいただいた。また、初めてのオンライン開催は、とても緊張したが、遠隔地への普及に関して新たな可能性を感じた取組となった。より良くするために、次年度からは開催後に参加者に対するアンケートを実施しようという反省点もあった。



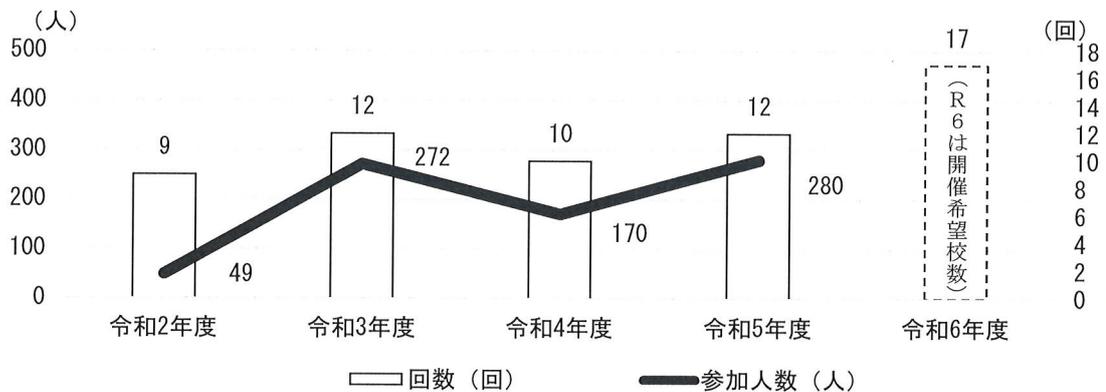
写真3 オンライン受講者への事前送付物



写真4 オンライン教室の様子

【令和3年度】～【令和5年度】

令和3年度から令和5年度の料理教室の内容は概ね初年度と同様だが、調理メニューや体験の内容もできるだけ各校からの要望に応えるように工夫をした。開催状況をまとめると、以下のとおりである。



グラフ1 実施回数と参加人数の推移

令和3年度は、小・中学校、高等学校で12回の教室を開催し、272人の児童、生徒が参加した。開催後に集計したアンケート結果では、47%の回答者から「家で魚をさばいてみようと思った」、37%から「お魚料理を好きになった」との回答が得られた。

令和4年度は、小・中学校、高等学校で10回の教室を開催し、170人の児童、生徒が参加した。開催後に集計したアンケート結果では、77%の回答者から「もっと魚を食べたいと思った」との回答が得られた。この他にも、佐渡市教育研究会に所属する教員の方々や地区の健康推進員19人に対する教室を実施した。

令和5年度は、小・中学校、高等学校で12回の教室を開催し、280人の児童、生徒が参加した。開催後に集計したアンケート結果では、80%の回答者から「もっと魚を食べたいと思った」との回答が得られた。この他にも、地区の健康推進員26人に対する教室を実施した。



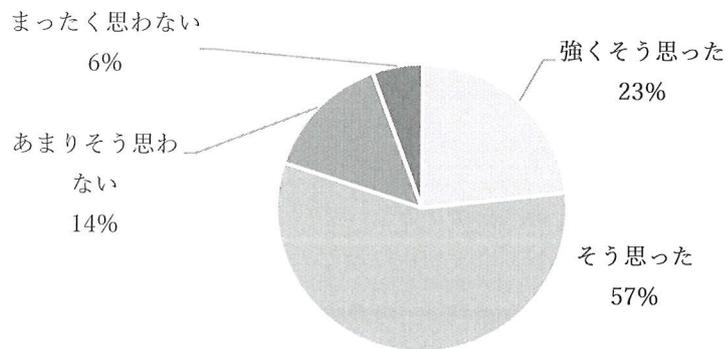
写真5 実演の様子



写真6 調理例 (ぶりカツライスバーガー)

もっと魚を食べたいと思いましたが？

(n=218)



家で魚をさばいてみようと思いましたが？

(n=218)

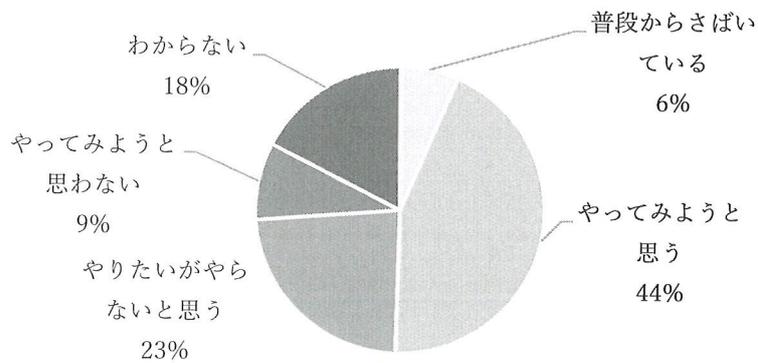


図1 令和5年度のアンケート結果 (抜粋)

## 6. 波及効果

開始当初は、教育委員会等を通じて募集をかけ、応募してきた学校に対し、教室を開催していた。次第に地元のテレビ番組や新聞などに取りあげてくれるようになり、私たちの活動を見てくれる方が増えたのか、学校の行事だけでなく、PTA活動の一環としてや地域の様々な団体から教室開催の依頼を受けることが多くなってきた。継続して教室を実施し、より多くの方々に興味を持っていただくことで、効果的な活動が行えるようになり、進展がみられてきている。

また、波及効果とは言えないかもしれないが、教室に参加した子どもたちから、お礼の作文などを送ってもらうこともあり、これを読むと「大変だったけど、やって良かった」と思うことができ、とても励みになっている。



写真7 参加した児童からの礼状

## 7. 今後の課題や計画と問題点

私たち会員は、漁家の一員であり、陸揚げ、漁獲物の網外し、選別、出荷などの終わった午後の時間や休漁日に魚食普及活動を行っている。このため、例えば、学校からの開催希望が午前中であるなど、時間が合わない場合、希望に添えず、断らなくてはならない。もっと教室を開催し、魚食普及を行いたいのに、歯がゆく思うことも多い。操業パターンが異なる漁業関係者の会員や、漁業関係者以外で講師をつとめられる会員を増やし、開催回数を増やしていくことが課題となっている。

また、漁業系統団体や行政の協力を得て教室を開催しているが、社会人対象の教室においては、例えば食材費を参加費として徴収するなど、自主運営に近づけていけるよう取り組んでいきたいと考えている。

さらには、各地域に伝わる伝統的な郷土料理を次の世代に伝えられたら良いとも思っている。

地道な活動ではあるが、子どもたちが料理教室を体験することは、きっと将来の魚の消費を増やすことにつながると思っている。今後も会員で協力して、取組を進めていきたい。