

浜のかあちゃんたちの魚食普及奮闘記  
—銚子のさかなのおいしさと伝統の味を伝えるために—

銚子市漁業協同組合女性部  
鞍橋 きみ子

### 1. 地域の概要

銚子市は、千葉県北東部に位置している(図1)。沖合では、親潮と黒潮が交差し、利根川からも栄養豊富な水が流れ込むことから好漁場が形成され、漁業の盛んな地域として知られている。さらに、豊富な水揚げに支えられ、漁業だけでなく水産加工業や流通業も発展している。

そのほか、歴史のある古い街並みや犬吠埼などの景勝地が人気の観光スポットになっている。また、近年ではアニメの舞台にもなるなど、新たな方向性で人気を呼んでいる。



図1 銚子市の位置

### 2. 漁業の概要

大中型まき網や沖合底びき網、小型底びき網、はえ縄など、様々な漁業が営まれている。水揚げされる魚の種類は、マイワシ、サバ、ブリ、マグロ類、キンメダイなど約200種類にものぼり、全国有数の水揚げ量を誇っている。その中でもマイワシは、水揚げされる魚のうち約8割を占め、「市の魚」に定められている。

また、銚子漁港では高度衛生管理に対応した閉鎖型市場の整備が進められ、生マグロを取り扱う第1卸売市場が平成27年3月に、キンメダイや底びきの魚などを取り扱う第3卸売市場が令和6年10月に竣工し、第3卸売市場で取り扱う一部の魚については、電子入札が導入されている。

### 3. 組織と運営

銚子市漁業協同組合は、平成8年に市内の6つの漁業協同組合が合併して設立された。また、現在の銚子市漁業協同組合として合併する以前は、旧組合ごとに婦人部があり、それぞれ活動していた。その後、6組合の合併から1年後の平成9年に、現在の銚子市漁業協同組合女性部(以下「女性部」という。)が発足した。現在

の部員数は 69 人で、11 人の役員を中心に活動している。

主な活動は、地元学生や一般の方に向けた料理教室などによる魚食普及および銚子産水産物の P R、海藻を煮溶かして作る海藻こんにやくなどの加工品の製造、地区祭礼などの行事への参加である。これらの活動は、自分たちの家族が漁獲した魚介類の選別や経理業務、炊事、洗濯、掃除など、漁家としての仕事や家事の合間で行っており、日頃の生活と両立できるように家庭内や女性部員同士で協力しながら日々培ってきた技術を活かして活動している。

#### 4. 実践活動の取組課題選定の動機

女性部は、魚食文化の普及により銚子の魚のおいしさを多くの人に知ってもらい、食べてもらうためにさばき方教室や料理教室などの活動を行っている。その中で、活動に参加した人からは、「魚の調理に興味はあるけどさばき方を知らない」といった声もあった。そのため、女性部の活動は普段魚をさばくことがない参加者に魚食普及ができるよい機会になっている。

また、銚子産水産物の P R を目的とした「銚子港水産まつり」において、来場者に海藻こんにやくやつみれ汁、キンメダイを使用したメニューを提供し、そのおいしさを知ってもらうため活動してきた。

しかし、これらの活動は対面で行うものがほとんどであるため、令和 2 年から流行した新型コロナウイルス感染症の影響により活動ができない時期もあった。このような困難がありながらも、私たちにできる活動を考え、多くの人に銚子の魚のおいしさや魚食を普及するため、取組を行ってきた。

#### 5. 研究・実践活動の状況

##### (1) 体験して学ぶさばき方教室と料理教室

さばき方教室や料理教室は以前から行っていたが、市内の小中学校から依頼があった場合のみ行っていた。そこで、平成 26 年には銚子市漁業協同組合主催の「銚子水産まつり」（銚子市産業まつり、銚子港近海まぐろフェア、きんめだいまつり同時開催）の会場で一般に向けて開催した。この時は、オープンキッチンのように誰にでも見やすいよう開放した状態で参加者にさばき方を教え、参加者以外の多くの来場者が周囲で見物するなど、大盛況だった。

その後、平成 27 年には銚子漁港第 1 卸売市場に併設された女性部活動



図 2 女性部活動拠点

拠点が完成した（図2）。この施設は女性部の意見を取り入れ、複数の大型コンロや流し台などの設備が完備されたほか、衛生管理に配慮した設計になっており、以降はこの場所を活動の拠点として地元大学生や一般の方を対象としたさばき方教室や料理教室を開催してきた（表1）。

表1 実施したさばき方教室及び料理教室

年	日時	参加者	人数	さばいた魚種または調理したメニュー
令和元年度	5月	一般	11人	アジ、ホウボウ
	6月	銚子商業高校	25人	マイワシのつみれ汁
	8月	市内高校教師	5人	キンメダイ
	9月	一般	8人	アジ
	11月	一般	5人	キンメダイ、アジ
	12月	多古町職員、住民	29人	マアジのつみれ汁 さんが焼き
令和2年度	3月	漁協新人職員	5人	ホウボウ
令和4年度	6月	千葉科学大学の学生	35人	キンメダイ
令和5年度	5月	銚子商業高校	19人	チダイの酢 ムニエル あら汁
	6月	千葉科学大学の学生	22人	キンメダイ
	10月	一般	10人	シタビラメ、ガンゾウ、 アジ
	3月	漁協新人職員	8人	シタビラメ、メイタ、 ヤリイカ
令和6年度	2月	銚子商業高校	12人	ヤリイカの刺身 ホウボウのなめろう
	6月	千葉科学大学の学生	21人	キンメダイ

#### ①一般の方を対象としたさばき方教室

一般の方を対象としたさばき方教室は年に数回、参加者を募集し開催している。参加者の年齢層は30代から70代と幅広く、様々な人がさばき方を学んでいる。材料には、キンメダイやホウボウ、アジなど、銚子ならではの材料を使用している。

さばき方教室では、女性部員が参加者の前で魚のさばき方の手順やコツを実践しながら説明している。魚の持ち方やうろこの落とし方などの基本的なことから部員が付き添って教えており、隣でアドバイスをしながら丁寧に指導を行っている。

参加者は「魚のさばき方を覚えたい」、「自分でさばけるようになりたい」などといった目的で参加する方が多く、参加者は活動に積極的に取り組んでいた。また、参加者へのアンケート結果では、「親切に教えてもらったおかげで楽しかった」や「さばき方は知っていたが、改めて教えてもらうと気づくことがある」などといった

意見があり、非常に好評だった。この活動を通じて参加者に魚食や銚子の魚への興味を持ってもらうことができ、とても嬉しく思う。

## ②地元大学生を対象としたさばき方教室

当初、一般の方を対象に行っていたさばき方教室だが、若い年代にも銚子の魚に興味を持ってもらいたいと考えていた。こうした中、銚子市内に開校された千葉科学大学から、地元の文化に親しむ「銚子学」という授業の一環でさばき方教室の実施が打診された。その結果、平成 28 年に危機管理学部の学生 11 人を対象に、1 回目のさばき方教室を実施する運びとなった。

それ以来、コロナ下を除き、毎年多くの学生にさばき方を教えてきた。魚をさばいたことがない参加者が圧倒的に多く、中には、魚を調理する場面を今まで見たことがないという学生もいた。そのため、目の前でさばき方を実演している様子を熱心に見て学んでいた（図 3）。また、参加者がさばく際には、1 人の学生に 1 人の女性部員がつき、怪我がないよう丁寧に教えながら行った。さばいた魚はその場で地元ならではの醤油と砂糖ベースの濃い煮汁で調理し（図 4）、出来上がった料理の贅沢さに驚くとともにお土産として持ち帰ることを大変喜んでいた。

また、銚子市漁業協同組合職員の案内による銚子漁港第 1 卸売市場の見学（図 5）や女性部が作る寒天と海藻こんにゃくの試食などを行い、銚子地域の漁業や地元の味について知ってもらう機会を設けている。しかしながら、海藻こんにゃくは地元でも好き嫌いが



図 3 さばき方教室の様子



図 4 完成したキンメダイの煮つけ



図 5 第 1 卸売市場を見学する様子

分かれる味と言われており、試食してもらった際にも残す人もいたため、少し残念だった。

終了後のアンケートでは、「今後は家でも自分でさばいてみようと思う」、「授業の一環と思って参加したが、非常に面白い体験ができた」などといった魚の調理に対して前向きな感想が寄せられた。

コロナ下では、さばき方教室を実施できない時期があったが、せっかく銚子に来たのに銚子の魚のおいしさを知らないのは非常にもったいないため、どうにか実施したいという思いがあった。そのため、コロナの影響が少し落ちついた令和4年度には大学からの要望もあり、少人数のグループをローテーションして行うなどの感染予防に配慮しながら実施した。

千葉科学大学には様々な地域出身の学生や留学生が在学しており、銚子についてあまり知らない学生が多い。さばき方教室を通じて、銚子の魚のおいしさを知らしてもらおう絶好の機会だと考えている。さらには、将来、参加した学生を通じて彼らの地元にも広がることを期待しているため、今後もさばき方教室を張り切って実施していきたいと思う。

### ③浜の味を伝える料理教室

女性部の中には、魚食普及活動に積極的に取り組む者として、「千葉県シーフード普及促進協議会」が認定するおさかな普及員10人が在籍している。おさかな普及員は、県からの依頼により市内の銚子商業高等学校海洋科食品総合コースや市外の団体等が主催する料理教室に派遣され、銚子で水揚げされた魚を使用したメニューの調理を参加者に指導している。

令和元年度に多古町で行った料理教室では、計29人の町民と町職員が参加し、マアジのつみれ汁とさんが焼きを調理した(図6)。参加者は4、5人ずつの班に分かれ班ごとに1人のおさかな普及員がつき、魚のさばき方や調理方法について指導を行った。魚の調理に不慣れな参加者も多くみられたが、おさかな



図6 つみれを調理する様子

普及員の説明を熱心に聞き、和気あいあいとした雰囲気で行った。また、指導についておさかな普及員ごとに調理方法や味付けが少しずつ異なっており、完成した料理に各家庭の味の違いが出て、私たちも勉強になり面白かった。

終了後に実施したアンケートでは、「家庭でも魚料理を食べてみようと思った」という声が多く、さらには、「とても楽しかったので、また開催してほしい」という

声もあった。

令和2年から4年までの間はコロナの影響で料理教室を実施することができなかったが、令和5年には本格的に再開することができ、銚子商業高等学校海洋科食品総合コースの生徒に料理教室を行った。地元産の食材として令和5年ではチダイ、令和6年にはヤリイカとホウボウを食材として使った。普段から授業で魚をさばくこともある生徒たちであったが、ヤリイカやホウボウは普段扱う魚種ではなく、いつもと違う形や硬い骨に苦戦している様子だった。それでも、説明や指導をよく聞き、熱心に調理に取り組んでいた。調理が終わり、自分で作った料理を食べた生徒からは「ホウボウのなめろうがもちもちした食感でおいしい」、「ヤリイカの刺身がコリコリした歯ごたえだった」と非常に好評だった。

銚子に水揚げされる魚は多種多様であるため、いつもと違う魚に触れる機会を作れたことは有意義であったと思う。また、料理教室で学ぶのは参加者だけではなく、女性部内でいろいろな調理方法やさばき方を共有することで、今まで知らなかった調理方法などを知る機会にもなっており、新たな学びを得ることで私たちも成長することができると感じている。

## (2) イベントへの出店

女性部では、「銚子港水産まつり」などのイベントに2つのグループに分かれて出店し、海藻こんにやくとつみれ汁を販売するグループとキンメダイを使用したメニューを販売するグループに分かれて販売を行っている。

つみれ汁は販売開始前から、長蛇の列ができており(図7)、多くの人が購入していき、人気の味となっている。また、海藻こんにやくにも多くの人を訪れ、まとめて購入する人や食べたことがなく試しに購入していく人など、販売開始後、約2時間でそれぞれ約800食が売り切れるほどだった。

また、これらのイベントはコロナ下では中止となってしまったが、この期間中にも海藻こんにやくを電話で予約販売を行うことで活動を続けてきた。海藻こんにやくは、銚子地域で伝わる郷土料理で、その味を多くの人にも知ってもらいたいと思う。

キンメダイを販売するグループでは、これまで「きんめ煮魚定食」や「きんめ天井」など、キンメダイのメニューを提供してきており、11年間で13回開催、7,000食以上を販売してきた。平成30年には、「第6回 Fish-1 グランプリ」の「プライドフィッシュ料理コンテスト」で「銚子つりきんめ煮炙り丼」がグランプリを受賞し、



図7 行列ができたつみれ汁販売

メディアで紹介されるなど全国的に有名になった。そのため、イベント当日には多くの人が訪れ、お昼には完売してしまうほどの人気ぶりとなった。販売が終了したときには、皆へトへトに疲れ果ててしまうが、年に1度開催される私たちの腕の見せ所なので、女性部総出で気合を入れて頑張っている。

コロナ下ではこれらのイベントが中止となってしまい、出店することができなかった。しかし、この期間中にも女性部では海藻こんにゃくや寒天を電話で予約販売を行うことで、活動を続けてきた。

その他にも、令和3年にはHACCPの考え方を取り入れた衛生管理を導入し、一般衛生管理計画の作成や体調や体温の記録など、衛生管理を意識して活動を行い、制限のある中でできる限りの取組を進めた。

## 6. 波及効果

### (1) 料理教室の効果

女性部が行ってきた料理教室はテレビや新聞で紹介されることもあった。その影響で、料理教室の講師を依頼されることがあるなど、魚食普及のための活動が広がっていることが実感できた。

また、令和6年2月には、全国展開する民間の料理教室から、銚子の漁業の認知度向上と魚食普及に取り組む女性部に連携の打診があった。この連携が実現し、都市部の人に銚子の魚と伝統の味を知ってもらい、広く普及することができればと考えている。

### (2) さばき方教室の効果

千葉科学大学の学生向けのさばき方教室で、学生が銚子の魚に触れる機会を提供してきたが、その後、学生がさばき方教室で体験したことを家庭で話してもらうことで、多くの人に銚子の魚を知ってもらい興味をもってもらう機会につながっている。

また、さばき方教室を受講した学生のうち、市外から来た学生や外国からの留学生が大半を占めていた(図8)。市外から来た多くの学生は銚子の魚についてあまり知らないことから、学生に銚子の魚の魅力を知ってもらい、それぞれの地元で銚子の魚のおいしさを伝えてもらうことが重要だと考えている。さらには留学生を通じて、海外への銚子の魚のPRにもつながると考えている。

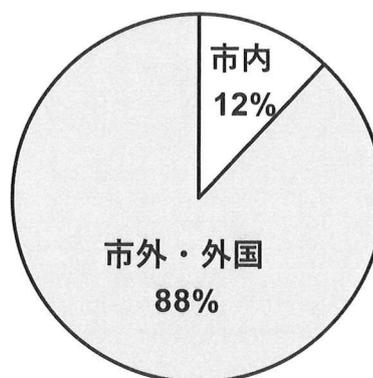


図8 令和4年のさばき方教室参加者の出身地の割合

### (3) イベントへの出店の効果

令和5年に「きんめだいまつり」が対面で再び開催され、女性部も張り切って出店した。3年ぶりの開催であったにも関わらず、多くの人を訪れ、次々と来る来場者に調理のスピードが間に合わないほどであり、コロナ以前と変わらない人気で販売することができた。これにより、今までの活動が多くの人に認知されていること、求められていることを再認識することができた。

また、キンメダイの姿煮の人気をうけ、千葉県漁業協同組合連合会が「銚子つりきんめ姿煮 浜のかあちゃん仕立て」という商品を開発し、製造販売している。この商品は平成18年に「千葉ブランド水産物」に認定された「銚子つりきんめ」を使用しており、女性部が味付けの監修を協力した商品である。銚子地域の煮魚の特長である濃い味付けを再現するため試作を繰り返した商品であり、家庭で湯煎するだけで手軽においしく食べられるようになっている。年間1,600食以上売れるほどの人気があり、令和4年には千葉県知事が認定する「千葉ブランド水産物」に水産加工品として認定された。そのほかにも東京2020及びパリ2024オリンピック・パラリンピックメダリストに贈られた千葉県県民栄誉賞、知事特別賞及び知事賞の副賞として採用されるなど、高い評価を受けている。

銚子地域のハレの日の漁師めしとして昔から家庭で親しまれてきた姿煮が商品となり、多くの人に食べてもらい、その味を知ってもらうことで銚子つりきんめのPRになると考えている。

## 7. 今後の課題や計画と問題点

現在、世間の魚離れが深刻となっている。さばき方教室や料理教室で実施したアンケートでも、魚食との関わりが少なくなっていると感じている。こうした魚離れを食い止める必要があると考えているため、今後もこれらの活動を継続して行うことで、魚食を普及させていきたいと思う。また、コロナが収束してからは、一般の方を対象とした料理教室の開催回数が少ないため、もっと多くの方々に銚子の魚のおいしさを知ってもらうためにも開催を増やしていくとともに、使用する魚種についても、多種多様な魚が水揚げされる銚子らしく、様々な魚種で実施できるようにしていきたい。

また、現在所属している部員の高齢化も進んでおり、実際に女性部活動を行っているのは役員と一部の部員に留まっている。そこで、今後も活動を行い、幅を広げていくためには、銚子の漁業に携わる若手の確保が重要だと考えている。そのためには、普段から若手に対して私たちの日頃の取組を紹介し、活動の成果を理解してもらうなど、若手が積極的に参加しやすい環境づくりに力を入れていくことで、これまで培ってきた銚子の魚食文化を若手に伝えていくとともに女性部活動をさらに発展させたものにしていきたいと考えている。