

## 「おしかけ料理教室」の開催をとおした魚食普及への取り組み

### ～天草地区漁業士会の活動状況について～

天草地区漁業士会会員 関山哲也

#### 1. 地域の概況

私達の住む天草は、美しい海に囲まれ、温暖な気候を生かし、漁業、農業を主産業として発展してきた。また、新鮮で多様な農水産物、南蛮文化、キリシタンの歴史など多くの観光資源に恵まれた地域でもあり、特に水産業については、生産量・生産額ともに県全体の7割を超える生産を誇っている。(図1)

しかし、近年の流通の国際化等による魚価の低迷や漁獲量の減少などから厳しい環境におかれている。

こうした中、各市町・各漁協とも、市町合併や漁協合併に取り組み、生活基盤の安定を目指す一方で、水産業を核とした体験交流型観光を実施するなど、地域や漁村の活性化を図っている。

#### 2. 漁業の概要

現在、天草には19の漁協があり、約8,500人の組合員により構成されているが、漁協合併により来年の4月には、13の漁協となる予定である。

漁場としては、有明海・不知火海・天草西海という3つの特徴ある豊かな漁場を有しており、それぞれの海域の特徴を活かした漁業が営まれている。

海面漁業では、底曳き網、まき網、刺し網、釣り、延縄などの漁業が、養殖業では、主に不知火海の内湾を利用したマダイ・ブリ・トラフグ・クルマエビ・真珠養殖が行われている。

#### 3. 天草地区漁業士会の組織と運営

天草地区漁業士会は、地域の漁業後継者のリーダーを育成し、地域を牽引する目的で、知事から認定をうけた指導漁業士9名、青年漁業士38名の合計47名により構成されており、会の運営は、会費のほか、県の補助事業や県漁連、地元漁協からの補助、県魚食普及協議会などの支援で行われている。(図2)

主な活動としては、総会、役員会、漁業種別の分科会の開催のほか、研修などの自己研鑽や他地区漁業士や異業種との交流、そして、子供や地域住民の漁業体験や魚食普及活動など多岐にわたっており、徐々にその活動を評価していただいているところである。

#### 4. 課題選定の理由(図3)

古くから水産物は、日本人の食生活の中心に位置づけられ、重要なタンパク源としての役割を担ってきたが、近年、若い世代を中心に「魚ばなれ」が進んでいる。

一方で、「魚を食べると頭が良くなる」という言葉に代表されるように、魚介類は、高タンパク低脂肪の食品で、体内で合成されない必須アミノ酸を比較的バランス良く含み、各種ビタミンやカルシウム等のミネラルも多く含んでいる。

また、最近流行の「グルメ番組」では、全国各地の様々な魚介類が紹介され、「関サバ・関アジ」などの一部の鮮魚には、普通では考えられない高値がついている。

反面、若い世代に「魚ばなれ」が進んでいる現象をどう受け止めればよいのだろうか？

私なりに考えた結果、その原因の一部が家庭での食生活にあるのではないかと思いついた。

つまり、多くの母親は、様々な情報により、魚介類のもつ効能は知っており、「子供や家族の健康のため(頭のためには)もっと魚を食べさせる必要がある」との認識はかなり広く行き渡っているはずですが、それにもかかわらず、なぜ、子供のために魚を買ってやるという購入に結びつかないのか？

その阻害要因として、

- 1 さかなは価格が高い。(今の世の中、若い人ほど価格に敏感である。)
- 2 さかなは調理が面倒。(人が若い人はさかなの料理が苦手。食べ方を知らない。)
- 3 食べ盛りの子供はボリュームを求め、食べる時に手間がいらぬ肉類などを好む。

などの理由が考えられた。

1の問題は別として、2、3の問題を解決するために、小学生とその若い世代の親たちにさかな料理の楽しさやコツ、魚のおいしさを伝えることにより、魚食普及の拡大ができないかと考えた。

## 5. 実践状況及び成果

かねてから、漁業士会では、魚価や流通などの問題について話し合いを行ってきたが、「もっと魚を好きになってもらうため」の取り組みはできないものかと考えてきた。そんな時、事務局の一人から「漁業士が、子供やその親を対象にした料理教室をやったらどうだろうか？」という提案があり、早速、漁業士会の関係者と事務局で話し合いをもつことになった。

「やる」ということについては、参加者全員の合意ができたが、その他に、漁業士側からの意見として、「地元に住んでいながら、地元の漁業のことを知らない子供が多いので、漁業についての話をして、知ってもらいたい。」、「目の前の魚がどのように獲られたか知った上で、自分たちが料理して食べる。という生産から消費までの流れを理解してもらいたい。」などが強く出された。

実施に当たっては、学校やPTA等からの要請で実施するのではなく、あくまでも漁業者である私たちが主体になって、学校に出かけ(押しかけ)ていき、子供とその親に漁業の話をしたり、魚の料理をいっしょにして、それを食べることによって、親や子供に漁業に興味をもってもらい、将来の魚食普及に繋げたいと考えた。

趣旨が決まったところで、3年前から漁業体験教室で親交がある本渡南小学校の教師やPTAに話をもちかけたところ、「ぜひやってほしい」ということで、開催に向けて協議を重ねた結果、平成13年11月18日日曜日に同小学校の家庭科室で実施することになり、学校で参加者を募っていた。

その際のこちらからの注文として、料理教室の後も、引き続き魚料理に取り組んでもらう意味でも、日頃使っている包丁を持参してもらい、それを当日使うことを提案した。

メニューについては、漁業士の中から、色んな意見が出たが、

「魚料理の基本である3枚おろしが必要な料理」・「その時々旬の魚を使って簡単にできるもの」・「子供が好きそうな料理」ということで、アジを使った料理とし、「つみれ汁」と「ムニエル」を作ってもらい、当日参加した漁業士が実演も兼ねて、「刺身」と「たたき」を作成することになった。

市役所や漁協、地元の食生活改善委員、マスコミ等の関係機関へも協力の依頼を行ったが、そんな中でよく聞かれたのは、「漁業士って何？」という内容で、存在のPR不足を痛感したわけだが、今回のような活動で少しでも、世間の認知が得られればいなども考えた。

料理教室の当日は、6年生の参加者27組、約60名が集った。主催者側として、漁業士会から会員5名のほか、本渡市役所、生活改善委員、学校の先生、天草ケーブルテレビのほか、マスコミ数社の取材もあり、事務局も参加して、にぎにぎしく始まった。(図4)

まず、地元で定置網を行っている指導漁業士が本渡地区の漁業の概要や定置網で魚がとれる仕組みなどを分かりやすく説明し、子供達の質問などを受けた後、待望の料理にうつった。(図5)

会場には、「つみれ汁」と「ムニエル」のレシピを応用紙に書いたものを掲示し、それを参考に、8班に分かれて調理を行ったが、各班には、漁業士と生活改善委員さんが付き添い、3枚おろしの指導から始めた。

予想はしていましたが、天草という漁業の盛んな土地にもかかわらず、若いお母さん達の多くが、3枚おろしの方法がわからずおろおろとしている姿には、「魚ばなれ」の文字が現実のものとして頭をかすんだが、私たちの手際の良い動きを見るうちに、「私にもさせて」という声があがりはじめ、あちこちで「できた〜。」などと歓声があがるようになった。

初めて包丁を持つという子供も少なくなかったが、楽しそうに生き生きと料理を進める子供を見て、こちらの指導にも力が入った。(図6-1、図6-2)

見ていると、特に、子供の上達は早く、2匹、3匹と魚をおろす数を重ねる度に、分厚かった中

骨が、みるみる薄くなっていき、お母さん方からも、「やってみると簡単ね。」や「おもしろいねえ。」という声が聞かれるようになった。(図6-3、図6-4)

「魚をさばけない。」「家には包丁もまな板もない」などという嘆かわしい言葉をよく聞くが、いざやってみると「簡単なんだ。」、さばけるようになると「楽しいんだ。」ということを理解してもらえば、魚食普及の将来は明るく、我々のこうした活動も意義のあることを感じた。

うまくおろせたアジはムニエルに、形がくずれたアジはつみれ汁用にミンチにし、各班レシピに少しづつ、アレンジを加えながら料理を進め、約1時間半後には、すべての班の調理が終了した。

料理指導の傍ら、漁業士がさばいた刺身も料理に彩り添え、おにぎりも加わり、昼の時間ということもあり子供達の「早く食べよう〜」という大合唱に押され、早速試食となった。(図7)

試食は大にぎわいの中行われ、どの子供も美味しそうに料理をほおばり、お母さんの中には「日頃は、魚が嫌いなのにねえ。」と言いながら、うれしそうに子供の顔を眺められる方もいた。

みんなあつという間に、すべての料理をたらいげ、中には多めに作った班から分けてもらい、おかわりをする子供もいた。

簡単な質問タイムを行い、簡単なアンケートの後、みんなで後かたづけをして記念すべき第1回目の「押しかけ料理教室」が、けが人もなく終了することができた。

子供やお母さん方のよろこんでいる声を聞き、いきいきとした表情を見て、こうした地道な魚食普及の活動も必要だと痛切に感じ、充実感を味わった一日であったと思った。

この喜びは、アンケートの結果をまとめてますます大きなものとなった。

まず子供の意見では、「参加してよかったこと。」として「魚を三枚におろすことができるようになったこと。」が最も多く、ついで「魚のおいしさがわかった。」という意見が続いた。今回の料理教室で「魚料理が好きになった。」と応えた子供が37%にも登ったことは、大きな成果のひとつといえるだろう。(図8)

また父兄のご意見でも、「調理の仕方がわかった。」「今後も魚料理をしたいと思う。」そして、「今後は魚を一匹まるごと買って料理したい。」などうれしい意見が続いた。

## 6. 波及効果

当日の様子は、天草ケーブルテレビをはじめ、各機関に取り上げられ、近所の人たちや知人から「みたよ。」とか「良い活動してるね」という声も多く聞くことができた。(図9)

こうした報道は、思わぬ波紋を呼び、他校の父兄や教師などから、「うちでもやってくれ」という要望がいくつか舞い込み、今年度もこれまで2校で「押しかけ料理教室」を実施した。

両校とも、学校が募集した定員をオーバーする人気ぶりで、「つみれ汁」、「ムニエル」の定番メニューを中心に、魚のさばき方、地魚のおいしさ、地元の漁業について少しでも認識いただき、少しでも魚食普及ができたのではないかと自負している。(図10)

しかし、今回のこうした企画が、非常に好評であったことは、裏を返せば、「地魚のほんとうのおいしさを知らない人が多い」、「魚の料理方法を学ぶ機会がない。」ということを示しているのではないかと考えられ、さらなる普及には、もっと工夫の余地があるような気がした。

## 7. 今後の計画や問題など

これまでに3回の「押しかけ料理教室」を開催し、地道ながら魚食普及に貢献していると感じている次第で、自信も付いてきたので、今後ともできるかぎり継続していきたいと考えているが、実際的な問題として、①関係者との連絡、調整等が煩雑・②材料費等の経費がかさみすぎる。(1回当たり7~8万円程度)・③参加する漁業士が固定化しつつある。などがある。

したがって、今後は、①の問題はしようがないにしても、その他の問題は総会などで提案を行い、各地域(漁協)ごとに、地元漁協を巻き込んで開催できないものか検討していくつもりである。

いずれにしても、こうした活動を通じて「漁業士」の認知を高めるとともに、漁業士本来の「地域の中核的漁業者」としての活動ができるのではないかと感じている。

最後になるが、子供やその父兄が「魚や魚料理」を好きになるには、実際に触って、食べてみるのが一番の近道であることがわかったし、私たちも、子供が漁業とふれあう機会を増やす一方で、最近流行の「地産地消」の取り組みに乗って、学校給食などに取り入れてもらうような努力をしていきたいと考えている。(図11)

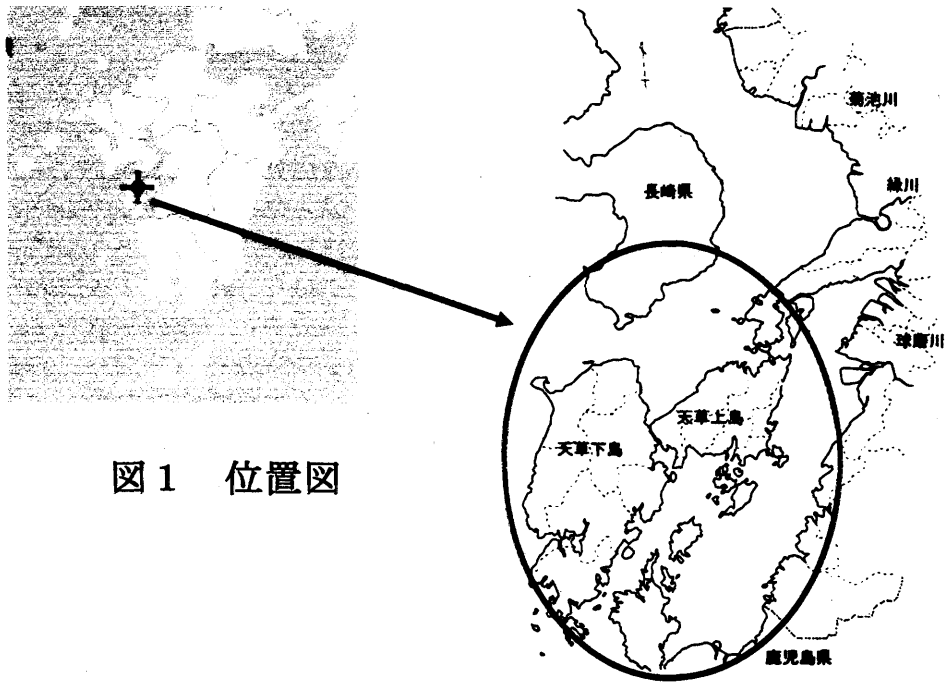


図1 位置図

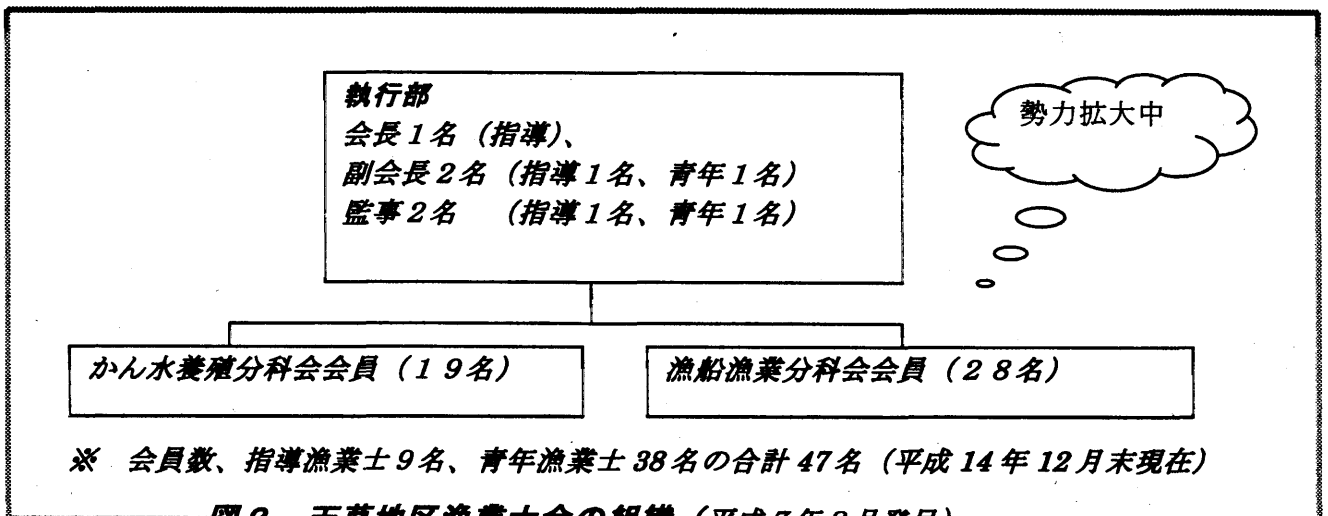


図2 天草地区漁業士会の組織(平成7年8月発足)

図3 課題選定の理由

- ・若い世代を中心に「魚ばなれ」現象進行中。
  - ・「頭が良くなる物質」を含め、魚には栄養がいっぱい。
  - ・「グルメブーム」で一部の魚は、超高級
- ↓
- ・なぜ、そんなに体に良くて、「おいしい」といわれるものをみんな食べないの？  
魚を食べない理由を考えた
- ↓
- ① 価格が高い
  - ② 調理が面倒(食べ方を知らない)
  - ③ 肉に比べてボリュームが足りない？
- ↓
- それじゃ、子供やその親に「食べ方」、「おいしさ」を教えようじゃないか！

記念すべき第1回目のおしかけ料理教室



図4 本渡市立本渡南小学校  
小学生とその保護者27組60人



図5 地元漁協所属の指導漁業士が漁業の方法や魚の種類について紹介。



図6-1 漁業士による指導



図6-2 他の漁業士も負けずに指導

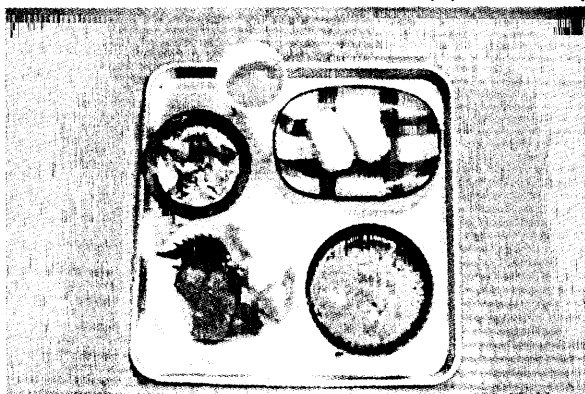


図6-3 完成品 (アジのつみれ汁・ムニエル)



図6-4 漁師の一品 (アジその他刺身)

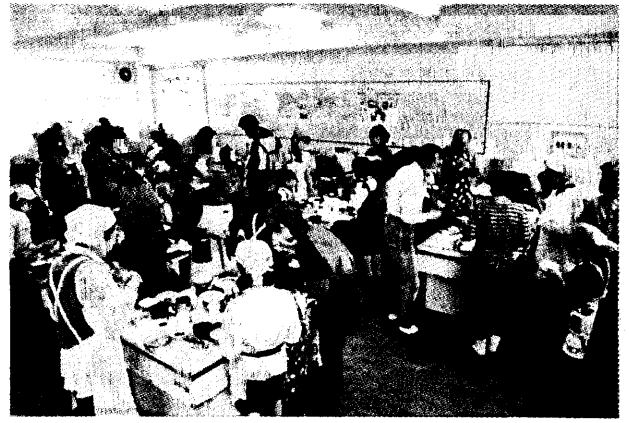


図7 待望の試食タイム (みんな残さず食べています。)

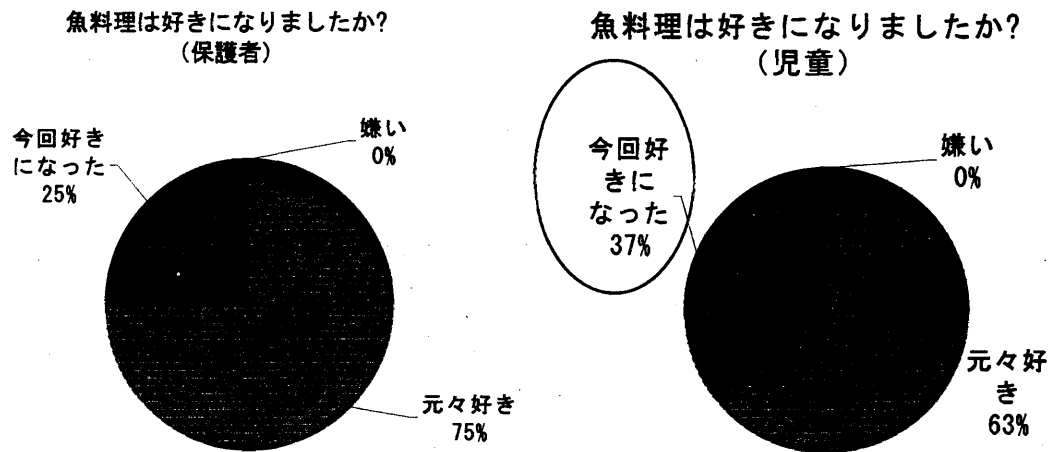


図8 アンケート集計結果 (左: 保護者、右: 児童)



図9 地元ケーブルテレビの取材および

翌日の地元新聞朝刊



図10 好評につき、他の小学校でも料理教室の実施

図11 まとめと今後の目標

どこでも好評な「押しかけ料理教室」



- ・地魚のおいしさを知らない人が多い
- ・魚料理の方法を学ぶ機会がない



・「魚や魚料理」を好きなるには、触れて、食べてみるのが一番。

今後の目標は、

- ・「地産地消」の波に乗り、学校給食などへ取り入れてもらうような取り組みも行うことにより、より一層の「魚食普及」と「漁業士」の認知を高め、「地域の中核的漁業者」として活躍する場を開拓する。