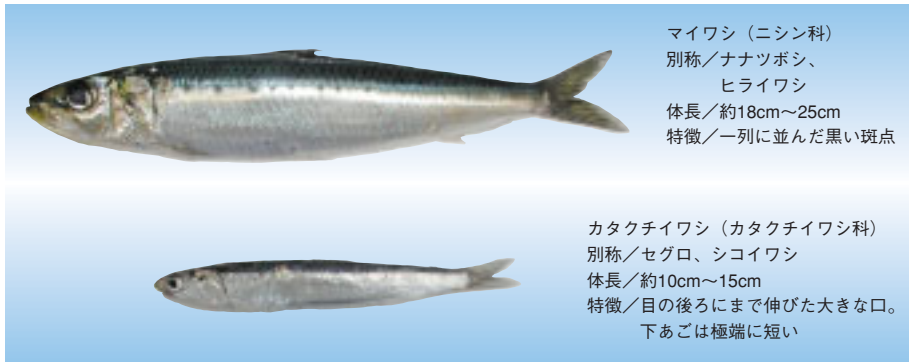


うお
魚 **ちば** **きんぐ**

No.9 イワシ
鰯



マイワシ (ニシン科)
別称/ナナツボシ、
ヒライワシ
体長/約18cm~25cm
特徴/一列に並んだ黒い斑点

カタクチイワシ (カタクチイワシ科)
別称/セグロ、シコイワシ
体長/約10cm~15cm
特徴/目の後ろにまで伸びた大きな口。
下あごは極端に短い

ふくらんだ体にナナツボシ

日本人にとってイワシほど親しまれてきた魚はないでしょう。海産資源としても海の生態系の面からも重要な魚で、カツオやマグロ類など大型の魚のエサになるので「海の牧草」とも言われます。弱く死にやすいことから「よわし」が転じてイワシとなったという説や、下品な魚とみられ「いやし(=いやしい)」に由来するという説があります。日本近海に生息する主なイワシ類はマイワシとカタクチイワシで、一般にイワシと言えばマイワシのことを指します。

マイワシの体は腹部がややふっくらとしていて、少し受け口です。背中中は青銀色、

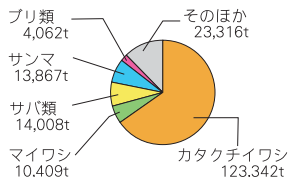
腹側は銀白色。一列に並んだ黒い斑点を星に見たてて「ナナツボシ」とも呼ばれます。2月~5月頃日本各地の沿岸で産卵し、3か月後には体長6cmほどになって群れをつくり海の表層を回遊します。プランクトンを食べて成長し2、3年で18cm以上の成魚になります。

カタクチイワシはマイワシよりもやや小さく、背中が黒っぽいので「セグロ」という別称があります。マイワシ同様に日本各地の沿岸に広く生息しますが、より暖かい海域を好みます。産卵期は3月~8月と長く、成長は速く1年くらいで成魚になります。

大漁節を生んだ大衆魚

平成15年の千葉県の漁獲量(速報値)はカタクチイワシが123,342t、マイワシが10,409tです。マイワシは全国2位、カタク

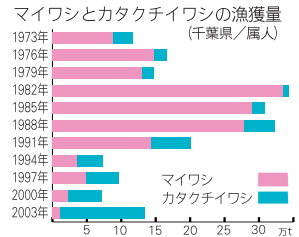
千葉県主要魚類漁獲量
(平成15年速報値/属人)



今年4月にオープンした新江ノ島水族館は、8,000匹ものマイワシが泳ぐ大水槽が話題になっています

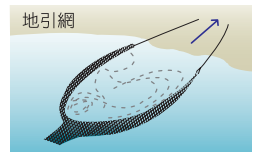


チイワシは2年連続で全国1位になりました。この2種類だけで県内の魚類漁獲量の約7割を占める重要な海産資源です。マイワシとカタクチイワシの漁獲量は10年ほど前から逆転しています(下図)。マイワシの不漁は全国的に続いている原因は地球規模の海洋環境変



動、潮流の変化、生息域の拡大などが考えられ、検証が進んでいます。

主な産地は銚子・九十九里地方です。現在の漁法はマアジと同様にまき網や大型定置網ですが、江戸時代には九十九里地方一帯に大規模な地引網が普及していました。山武郡九十九里町の九十九里いわし博物館では、イワシ漁の歴史や漁村の文化を紹介しています。



九十九里地引網発祥の地碑
(長生郡白子町)

日本の代表的な大漁節の一つ、「銚子大漁節」は1864(元治元)年のイワシの大豊漁のようすを歌ったものです。銚子市は昨年、

銚子大漁節に歌われている万祝は、大漁を祝って船主が漁師たちに贈った晴れ着。(県指定伝統的工芸品)



市制施行70周年を記念して、市の魚をイワシに決定しました。



九十九里浜などで体験できる観光客向けの地引網(富山町・岩井海岸)

うま味豊かな入梅イワシ

梅雨入りする頃に捕れるマイワシは一年で最も脂がのり「入梅イワシ」と呼ばれています。鮮度がよければ刺身が一番。おろししょうががよく合います。塩焼き、しょうが煮、つみれ汁のほかにも、すり身をハンバーグ風に焼いたり、トマトソースとも

相性がよい魚です。身が柔らかいので手開きができ(次頁参照)、小さいものは包丁よりも手間がかかりません。酢に漬け込んだイワシのごま漬は、よく知られた九十九里地方の郷土料理です。正月料理の「田作り(=ごまめ)」はカタクチイワシの稚魚を干したものです。秋田県特産の「しょつつる」



イワシのごま漬

はイワシ類やハタハタ、マアジなどを原料にした魚のしょう油です。

イワシ類には食用以外にも重要な用途があり、養殖魚の飼料やカツオ漁のエサとして使われています。イワシの油を使った健康補助食品や医療品の開発も盛んです。

→シラス干し、たたみいわし、煮干しなど加工品もさまざまです



←イワシベブド入りのいわし醤油(千葉産直サービス)、イワシの身が入ったイワシカレー(信田缶詰)、イワシの粉を麺に混ぜた魚めん(海洋食品)



★イワシ、アジ、スズキ、ヒラメ：どんな魚が捕れるかお楽しみ！

夏休みの思い出に
地引網&定置網体験

※天候や海の状況により中止になる場合もあります。持ち帰りできる魚の量は各所で異なりますので、事前にご確認ください。

海岸(市町村)	期間/日時	体験料金	申込人数	問い合わせ先電話番号
①富津海岸(富津市)	3月~11月	1網6万3千円	30人~100人	富津市観光協会富津支部 0439-87-2565
②岩井海岸(富山町)	7月27日~8月15日の5:30~	無料	申込不要	富山町観光協会 0470-57-2088
③東浪見海岸(一宮町)	7月~8月	無料	申込不要	一宮町観光協会 0475-42-1425
④一宮海岸(一宮町)	7月~8月	無料	申込不要	一宮町観光協会 0475-42-1425
⑤一松海岸(長生村)	7月23・27・30日、8月3・7・10日の10:00~	無料	申込不要	長生村観光協会 0475-32-2114
⑥中里海岸(白子町)	7月24日、8月1・7日の9:00~	無料	申込不要	ともや丸 0475-33-3312
⑦五井海岸(白子町)	7月25・31日、8月8日の9:00~	無料	申込不要	白子町商工観光課 0475-33-2111
⑧白里海岸(大網白里町)	4月~10月頃	1網5万円	30人~	米倉 0475-77-2905
⑨豊海海岸(成東町)	4月~10月頃	1網5万5千円	50人前後	かねせん 0475-76-3108
⑩片貝海岸(九十九里町)	4月~11月中頃	1網6万5千円	20人~	きはち丸 0475-76-2452
⑪本須賀海岸(成東町)	6月~9月中頃	1網5万5千円	50人~(7月は30人~)	つま丸 080-5022-0972
⑫小松浜海岸(成東町)	7月~8月	1網5万5千円	50人~	五木田丸 0475-84-0254
⑬坂田港出港(館山市)	3月~11月の5:30~ (ただし5月~9月は5:00~)	大人1,500円、小学生1,000円、幼児500円	要申込	やまと丸漁業 0470-29-0025

暮らしの中の魚のはなし

●イワシの臭いに鬼も退散

節分にイワシの頭オビと枝を戸口に差す風習は、豆まきと同様に鬼を追い払う意味があります。枝のとげが目にはささり、イワシの臭いに閉口して鬼が逃げ出すといわれています。旧暦の

元日前後にあたる立春の前日に行う新年を迎える準備なのです。

●生臭さを消すには？

イワシ類は鮮度が落ちるのが早く、生臭さが出やすい魚です。煮つけにするときは梅干しや酢を加えると効果的で、必ず煮汁が煮立ってから魚を入れるのがポイント。料理をして魚の臭いがついてしまった手は、お茶の葉をいぶした煙りにかざすと、

消臭効果があります。

●翳雲と天気

イワシの群れのように斑点状に広がった翳雲。「鱗雲」「羊雲」とも呼ばれます。銚子の漁師たちに伝わる言い伝えの一つ、「翳雲が出たり、飛行機雲が出た



ときは雨が近い。ただし夏場はあまり当てにならないとか。

●イワシ予報って何？

重要な海産資源であるイワシ類の漁獲量は国内の水産業に大きな影響を与えます。マイワシがいつ、どこに、どれだけいるのかを予測して“イワシ予報”が出されます。産卵状況や漁獲量、成育の具合を調査した結果が現場の漁に生かされます。



“いわしの和風ドライカレー”

生活習慣病を予防する健康食として注目されているイワシ。
香りの強い野菜や香辛料と混ぜれば、魚の臭いも気にならなくなります。

材 料 (4人分)

いわし	6尾
ピーマン	4個
しいたけ	8枚
しょうが	1片
にんにく	2片
ねぎ	1本
レーズン、松の実	各大さじ2杯
カレー粉	大さじ2杯
★ 砂糖	大さじ3杯
醤油	大さじ4杯
サラダ油	大さじ2杯
ご飯	茶碗4杯分

作 り 方

- ①いわしは頭・内臓を除き、手開きにし中骨

をはずし(写真)粗く刻む。
ピーマン、しいたけは粗みじん切り。松の実を乾いりしておく。しょうがはせん切りにし水につけておく。レーズンは約10分湯につけてもどす。にんにくとねぎをみじん切りにする。



- ②フライパンに油をしき、にんにくとねぎを炒め、いわしを加える。かき混ぜ過ぎないようにして、焼き目がつくようにしっかりと焼く。
- ③ピーマンとしいたけを加えてさらに炒め、★で味付けし、最後にレーズンを加える。
- ④器にご飯と③を盛り、松の実としょうがを飾りつけていただきます。

(平成12年 お魚料理コンテスト優秀作品 高橋良恵さん)

イワシの目利き

- マイワシは黒い斑点が明瞭で、腹側の銀白色に虹のような輝きがあるもの。
- カタクチイワシは頭部が透き通るようで目が澄んでいるもの。マイワシよりも鮮度が速く落ちるので、なるべく早く料理を。

栄養素と旬

- イワシ類の油には魚特有の脂肪酸、DHAとEPAが多く含まれています。DHAは脳細胞を活性化する働きがあり、EPAは動脈硬化性の病気予防に効果があります。
- マイワシの旬は5～7月と11～12月。
カタクチイワシの旬は冬で、12～3月です。



—がマイワシの旬
—がカタクチイワシの旬

漁の締めどり 九十九里町の朝市

九十九里町朝市組合が役場庁舎前に20軒ほど出店して、イワシの加工品、野菜や花木の苗木、お惣菜などをお手頃価格で販売しています。役場に隣接する九十九里いわし博物館に寄



つてみるのもおすすめ。
開催日時/毎週日曜日の午前7:00～8:00

交通/JR東金駅から九十九里鉄道バスで約20分
☎0475-70-3171 (九十九里町役場農政課)

