

うお
ちぼ
魚〜**きんぐ**

No.36 **ハゼ**
鯨





マハゼ(ハゼ科)
別称/ハゼ、カジカ、イブー
体長/約20~25cm

吸盤になった腹ビレ

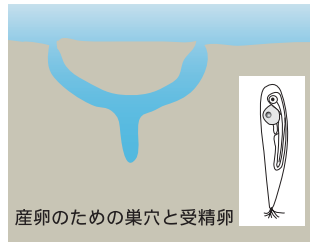
秋風が吹いてくるとにぎわいを増すハゼ釣りは東京湾の風物詩です。ハゼ類は大変種類が多く、日本でも500種以上ものハゼ類が多様な環境に適応して生息しているとみられます。有明海の人気者のムツゴロウも、溪流をさかのぼるヨシノボリもハゼの仲間ですが、ハゼというと一般には「マハゼ」を指します。

マハゼは北海道南部から種子島にかけてや、朝鮮半島沿岸に広く分布し、波の穏やかな内湾や河口近くの汽水域(淡水と海水の混じるところ)の、砂と泥の混ざった浅い海底に生息しています。県内でも河口付近でごく普通に見られ、釣りではおなじみの魚

です。体つきはやや細長く、前の方は筒型で海底で暮らすのに適した安定感のある格好をしています。そ

の上、左右の腹ビレがひとつに合わさって吸盤状となりしっかりと体を支えています。胸ビレは大きく付け根は太く、丈夫にできています。二つに分かれた背ビレと丸みのある尾ビレには、たくさんの黒い斑点が並んでいます。体は背から側面にかけては薄い褐色で、泥や砂に潜れば保護色となります。腹側は白です。体の割には大きな頭で、眼はやや飛び出したようについています。

マハゼの産卵期は地方によって差がありますが、関東地方では早春です。オスは海底に産卵のための巣



産卵のための巣穴と受精卵

穴を掘ります(下図参照)。穴の奥に産みつけられた卵は球の形ですが、受精すると細長い形になります。長さは約5mm。卵には細い糸のようなものがついていて、これで穴にくっついています。オスはヒレで新鮮な海水を卵におくったりしながら巣穴から

離れず卵を保護します。

卵は約1か月でふ化し、^{しぎよ}仔魚はしばらく内湾の中層で動物プランクトンをエサに暮らしますが、やがて海底で生活するようになります。成長するとゴカイ類や小さな甲殻類を食べます。約1年で成魚となり、多くは繁殖期を終えると死んでしまいます。

ハゼの名前の由来ははっきりとしていませんが、「爆ぜる」が転じたとする説などがあります。漢字では「鯨」や「沙魚」と書きますが、「沙」には砂という意味があります。

ハゼ釣りは東京湾の風物詩

平成17年の千葉県のマハゼ類漁獲量(速報値)は約4tです(全国順位不詳、1位は推定で茨城県)。河川別では江戸川が約3t、利根川が約1tとなっています。そのほとんどがマハゼですが、ほかの魚のように市場に出回るといよりも水揚げ後は直接、料亭や佃煮店などに卸されることが多くなっています。年末には正月料理に出される甘露煮などの需要が高まり、網目の細かい刺網でまとまった量が漁獲される場合もありますが、ほとんどは一般の釣りの対象魚になっています。初心者からベテランまで楽しめる魚です。

東京湾でのハゼ釣りの歴史は江戸時代に始まったとみられます。初めは武士たちが釣りをたしなみ、次第に庶民も釣りに親しむようになったことが、当時の文献や浮世絵からうかがえます。泰平の世となり、人々は遠浅で穏やかな海で遊びとしての釣りを気軽に楽しむようになりました。

現在でも東京湾はハゼ釣りのメッカで、江戸川放水路や旧江戸川、荒川などでハゼ釣りが盛んです。ハゼ釣りシーズンの9月



マハゼの腹ビレ

から12月中旬までは都内や近県からの多くの釣り客でにぎわいます。釣りをした後で船の上で天ぷらを食べる大型の仕立て船も見られます。9月に釣れるのが「彼岸ハゼ」で大きさは10cmほど。秋が深まると越冬のため深場へ移動していくので「落ちハゼ」、または「ケタハゼ(ケタは深場の意)」と呼ばれ、20cm以上に成長しています。



● 都市部でも楽しめるハゼ釣り ●

江戸川放水路 (市川市)

東京湾の最も奥にあり、釣り人の間では有名なハゼ釣り場。行徳可動堰の下流には貴重な干潟が広がっています。釣りだけでなく、海浜植物や水鳥なども観察できます。11月には、都会で暮らす地元の子どもたちに豊かな水辺の自然や釣りの楽しさを味わってもらおうとチャリティーハゼ釣り大会が行われる予定です。交通/地下鉄東西線妙典駅から徒歩約10分



● 釣り大会のお問い合わせ
市川市行徳漁業協同組合遊漁船業部会
☎090-3314-8344(高橋さん)
☎090-3312-3403(松島さん)

ハゼ釣り スポット

境川河口部 (浦安市)

境川は旧江戸川の支流です。旧江戸川と分かれるあたりは小さな川ですが、河口部は埋め立てで造成されたベッドタウンを流れます。川幅は約50mに広がり、入船橋から下流には、両岸にフェンスが整備されているので気軽に釣りが楽しめます。交通/JR京葉線新浦安駅から徒歩約25分



江戸前天ぷらの代名詞

マハゼの淡白な白身は油料理との相性が良く、シロギスやアナゴなどとともに江戸前の天ぷらの中でも代表的な食材です。丸ごと揚げてマリネや南蛮漬けにすれば、骨まで食べられてカルシウムがたっぷりです。新鮮で大きめのものが手に入れば、糸造りにした刺身でも食べられます。加工品では滋味豊かな甘露煮や佃煮が出回っています。また軽く焼いてから乾燥させた焼き干し製品は美味しいだしが出るので、汁物や鍋物に利用されます。



ハゼの甘露煮

暮らしの中の 魚のはなし

● トビハゼは陸上でも平気

トビハゼ(ハゼ科)は干潟の上を尾ビレを振って飛び回り、半陸上生活をおくっています。長時間水から出ても大丈夫なのは、エラ呼吸だけでなく、皮膚呼吸ができるからです。また袋状のえらぶたに水をためることができたり、粘液を出して体の表面の乾燥を防いでいます。トビハゼはかつては東京湾で広く見られましたが、埋め立てによって江戸川放水路とそ

の周辺で見られるだけになり、生息地の北限となっています。



トビハゼ(全長7cm)。江戸川放水路の護岸の一部にトビハゼ保護のための柵が造られています

● “文人釣師”たち

戦後、ハゼ釣りをしに浦安にしばしば通ったというのは詩人のサトウハチロー。『文士と釣り』(丸山信編)によれば、弟子たちを伴って仕立て船を出し、ハゼ釣りを楽しんでいました。最晩年を市川市で

過ごした幸田露伴は釣りに関する多くの作品を残し、『幻談』はその代表作です。釣り好きの詩人や作家はほかに佐藤惣之助(『釣』)、井伏鱒二(『釣人』)、開高健(『フィッシュ・オン』)など。

● 10月は魚食普及月間

魚の消費拡大を推進するため、1985(昭和60)年から10月は魚食普及月間となっています。魚が敬遠される原因の一つ、食べにくさを解消するために登場した“骨なし魚”はアジ、カレイ、タチウオなど種類を増やしています。魚特有の栄養素のEPAやDHAも広く知られ、魚を多く食べる人ほど心筋梗

塞になりにくいという調査結果も出ています。

千葉県では1988(昭和63)年から県内のモデル校へ学校給食の食材に旬の魚を提供したり、2001(平成13)年度には地域活動を通じて食べ方や伝統料理を伝える「あさかな普及員」を認定しています。

豆辞典<鯿>

「鯿は飛んでも一代、鯿はのめっても一代」

境遇は違っていてもその一生に変わりはない。他人との違いを気にかけていても一代で終わる人生に変わりはないのだから、達観すべきという教え。



“ハゼみそ”

ハゼをおろさず骨ごとたくので、小ぶりなものでも調理が簡単です。
ほかの魚でも作って、食べ比べてみましょう。

材 料 (4人分)

ハゼ	250g (正味)
しょうが	20g
青じそ	6枚
味噌	30g

作 り 方

- ①ハゼは頭と尾、内臓を取りよく洗い、水気をふき取って骨ごと包丁で細かくたたきます。
- ②しょうがと青じそをみじん切りにして①と混ぜ合わせ、最後に味噌を入れてさらにたたいて混ぜます。
- ③アルミホイルにサラダ油を薄く塗り、②

を平らにのばしてぴったりと包み込みます。蓋をしたフライパンでとろ火でじっくりと両面を返しながら焼きます。

- ④食べやすい大きさに切って盛り付け、レモンを添えていただきます。

料理のヒント

- ◎たたきに用いられる魚の定番はマアジやイワシ類といった背の青い魚です。濃厚な味がお好みならカツオを、軽い味に仕上げるならトビウオをご用意ください。タイ類やシイラなど白身の魚もお試しくささい。
- ◎たたきにしたものに、卵と片栗粉を加えてすり鉢ですってつみれを作り、つみれ汁に。

ハゼの目利き

- 眼が澄んでいるもの。
- 体の表面に光沢があって、全体に張りがあるもの。

栄養素と旬

- カルシウムが多く含まれます。カルシウムは骨や歯をつくる大切な栄養素で、神経の興奮を抑える作用もあります。
- 旬は大きく成長する秋から冬にかけてです。特に10～2月頃の「落ちハゼ」のメスは卵巣が大きくなり珍重されます。



円の外側の一が旬

海の幸めぐり 浦安魚市場



駅から近くて便利な魚市場は、一般の買物客も多く

訪れます。約60店の店が並び活魚、鮮魚はもちろん海苔や佃煮などふるさとの味が選り取り見取り。

巨大なクジラの絵の看板が目印です。

営業時間/4:30～

12:00

休業日/月曜日

交通/地下鉄東西線浦安駅から徒歩約2分

☎ 047-351-4171(浦安魚市場協同組合)

