

# 週刊水産新聞

発行所/株式会社 水産新聞社  
〒060-0061 札幌市中央区南1条西8丁目9番地1 エコネットビル5階  
ご購読・広告お申込は▶ 電話(011)210-5073 FAX(011)210-0947  
(平成10年2月25日第三種郵便物認可)

URL: <http://www.suisan.jp/> E-mail: [sapporo@suisan-np.co.jp](mailto:sapporo@suisan-np.co.jp)

## 魚料理で女子力↑

### 「さばけると上級者」魚食普及の一手に

水産物の消費減少に歯止めをかけるには、家庭内での魚食復権が課題だ。「料理知識が乏しい」「調理や調理後の後片づけが面倒」「生ゴミが出る」などが魚料理離れの要因に挙げられるが、最近20、30代を中心に自分磨きや花嫁修業などで料理教室に通う女性が多く、魚料理への関心も高まっている。魚をさばけるのは料理上級者という現況を逆手に取って、「女子力アップ」の心理をとらえた食育活動も魚食普及の一手になりそうだ。

農水省が昨年2月に実施した消費者の意識・意向調査では、家庭で魚介類と肉類を食べる頻度について「魚介類の方が多い」と回答したのは34%で、平成19年調査時(46%)から12ポイント減少。過去1年間で丸魚を購入して調理した頻度では、「調理していない」「月1回程度」が約半数を占め、魚をさばくことが日常的な調理方法ではなくなっている現状を示した。

一方、魚料理の選択が多かったのは「健康に良い」(95・3%)、「子どもにもつと食べさせた」(94%)、「自分自身もつと食べるようになった」(95・3%)、「栄養価が高い」(68・9%)など。農水省の意識・意向調査で魚介類を食べるのが「好き」と回答した人は平成19年と同等の86%で、家庭内での魚介調理の頻度は低下しているものの、「日本人の魚好き」は健在だ。

水産業界では、こうした消費者の動向を踏まえ、魚介類のおいしい食べ方、調理方法、栄養特性やその摂取による健康上のメリットなどの訴求で魚食普及活動を展開。簡便化などのニーズに対応した「フラストフィッシュ」などの商品の開発、水産総産売場の充実など魚食復権に取り組んでいる。

さらに魚食普及に対し、中小企業診断士(秋田診断士事務所)の秋田舞美さんは3月中旬に札幌で開かれたシンポジウムで、「花嫁修業で料理を習う人が多い。魚をさばける、目利きができるというところは、『良い奥さん』のポイントになる。そういう需要を付いて消費者を教育する方法もある」と提案した。

実際、「料理全般の中で魚料理も焼魚、煮魚だけでなく、レパートリーを広げたいという女性が多い」と、料理教室を開催するベターホーム協会(東京都)札幌事務局の今由紀事務局長は話す。同協会では月2回のお魚基本技術の会で、丸魚のさばき方も教えている。30、40代以上の主婦を中心に男性も受講。切り身を使った料理で基礎を学んだ後にさばき方を習う場合が多く、「魚をさばけることに、憧れている方は少なくないのでは」と話す。

基礎クラス(講習全12回)の3月のメニューは、アジフライ、骨せんべい、イワシのつみれ汁、ひじきの煮物、ご飯。受講生4人は全員20代。アジの3枚おろし、マイワシの開きを実践した。最初にアジのせいごを切り取る。魚体の曲線に合わせるのがポイントだが、魚を押さえる左手を切らないよう包丁に意識がいき、魚の方に集中できず、身を無駄に削ぎ落とす受講生も。腹を切るのに刃をノコギリのように何度も前後させ、

講習会で母親は「うちの子どもはあまり魚を食べませんよ」と言っていたが、子どもはおいしいというに魚を食べた」という例を挙げ、「母親の思い込みや、母親自身が魚料理が苦手な食卓に魚料理が上らない状況もあるのでは」と話す。

また今年度、ある企業が30歳前後の結婚間近・新婚世代と、その母親の2世代を対象にした料理教室を開く計画で「母親が魚を調理できず、教わることができなかった娘が結婚や子育て時期を迎え、魚料理を覚えたいという需要があることに企業も気付いた」とみる。

一方、料理講習は水産業界でも魚食普及活動の一環で実施しているが、各料理教室では「受講生はほとんどが知らないのでは」と指摘。「料理教室では肉料理から入って覚えて後に魚料理に興味を持つ受講者が多い。料理は趣味や自分磨きで習う切り口が荒れていく人も多い。

マイワシの開きでは、腹に切り込みを入れて内臓をかき出すが、腹がつぶれやすく、包丁の切る位置と引き加減で、切り口の出来栄が変わる。講師の松倉知美さんは、受講生の手元に目を凝らし、切り方で迷っている受講生には、手を取って位置を教える。

受講生は講師の手本を食い入るように見て、黙々と魚に包丁を入れていく。会社員の高橋広奈さんは「肉料理はレシピを見て何とか作れるけど、魚料理はレシピだけでなく、一匹丸ごと買う方

札幌駅地下1階にある株式会社ABC Cooking Studio(東京都、櫻井稚子社長の料理教室「札幌パセオスタジオ」)写真、通行人からも講習の様子が見えるガラス張りの室内では、若い女性4人が包丁の向きを確かめながら懸命に魚をさばく。「魚料理は難しい。だからできる人は格好いい」と受講生。3月下旬、同スタジオを訪ねて、魚料理に挑戦する受講生を取材した。

### 料理教室ルポ

## 腕前上達目指す

### アジフライ・イワシつみれ汁・ひじきの煮物



3枚おろし、開きに挑戦する20代の受講生ら



松倉知美講師

同スタジオの受講生は10、30代の若い女性が多い。料理・ブレッド・ケーキ・キッズの4つのコースに分かれ、レベル別チーム別のメニューを同じ教室で開講。1テーブル4、5人を講師1人が手取り足取り指導する。講師の中垣志寿華さんは「ケーキやパンを受講する生徒が、魚料理の様子をよくのぞいています。魚をうまくさばいたり、魚料理ができるようになる

るには料理上級者。それだけに魚がさばけると、周囲から尊敬される」と説明する。

(株)ABC Cooking Studio(東京都)の札幌パセオスタジオでは、魚料理の講習時は10代後半、20代中心に30代も受講。「アンケートを取っていないので具体的な数字は分からないが、若い女性が魚をおろせるようになりたいと思う傾向は強くなっている」と感じている。

クッキングスタジオi seki(札幌市)の福原香春代表は、若い女性が料理教室で魚料理を習う傾向について「現在50、70代の主婦は、若いころに魚料理をする機会が少なく、子どもに魚を食べさせていかなかった。子どもは母親から魚料理が教わらず、料理教室で基礎を学ぶ傾向があるのでは」と指摘する。

札幌消費者協会の三上真知子組織課長も「料理は趣味や自分磨きで習う

基本中の基本。女子力アップなどの視点も魚食を訴求していく戦略になるのでは」と話す。

受講生の母親は40、50代。全員が家庭で料理を教わった経験がない。会社の藤原実可子さんは「今まで料理は自己流。基本を覚えたくて、料理教室に通っています」と説明。大学生の柴崎彩さんは「魚、肉など料理全般を学びたかった」と話し、慎重に包丁を動かした。

会社員の魚住優さんは、魚料理に対する同世代の意識について「周りを見ても魚料理に限らず料理自体をあまりしません」という。「切り身で買うより、一匹丸ごと買う方

が新鮮でおいしそう。さばけるようになったら、量販店など未端では、丸魚の販売で購入客の要望に応え、3枚おろしなど下処理サービス、調理方法の周知などに力を入れているが、受講生からは「忙しく作業をしている中、店員さんをお呼び止めるのは気がひける」という声もあった。

今後、料理法を覚えた魚種は、スルメイカ、サバ、カレイなどを挙げた。受講生の一人は「スルメイカは価格も手ごろだが、これまでさばき方が分からず、手を出せなかった。さばき方を習得し、刺身をつくりたい」と笑顔を見せた。

### 8面に道漁連機構図

### セル・アライブ装置(CAS)を急速装置に取り付けることで新鮮さ・美味しさを消費者に届けることができます。

海水温上昇などで年々減少傾向にある漁獲量への提案。セル・アライブ技術で凍結及び加工された魚介類の鮮度の良さは、通年で販売できるシステムを構築し、お客様が必要な時にいつでも仕入れられる食材として重宝され、鮮度が命の魚介類が惣菜として全国の消費者に提供できます。



株式会社アビー  
〒270-0133 千葉県流山市十太夫238-1  
TEL: 04-7137-9131 FAX: 04-7156-8662  
E-mail: [abi@abi-net.co.jp](mailto:abi@abi-net.co.jp) URL: <http://www.abi-net.co.jp>