

国産魚をもっと食べよう！



● みどりパパママ ●

日本人は海から多くの恩恵を受けてきました。縄文時代の貝塚からは多くの魚介類の骨や殻が出土していて、はるか昔から食料を海からも得ていたことがわかります。

ほとんど外国から輸入

皆さんは、いつも食べている魚の種類がわかります

か？ 例えば、スーパーで売っているお寿司や回転寿司にのっている“ネタ”には、マグロ、タコ、ヒラメ（エンガワ）、エビ、ウニやイクラなど多くの種類の魚が使われています。これらのなかで国産魚は、ヒラメ（養殖）くらいで、そのほかはすべて外国から輸入されています。日本人は、1970年代までは



日本の近海で獲れるアジやサバ、イカなどをたくさん食べていましたが、現在では大半を輸入に頼っているマグロを一番多く食べています。

ところが、近年、輸入水産物に頼り続けることが難しくなってきました。魚を食べることが健康に良いことが世界中で知られるようになり、中国などのように、近年、経済的に豊かになった国々で食文化が変化したことなどにより、水産物の需要が世界的に急増している



るからです。

日本は海に囲まれ、しかも世界でも有数の豊かな魚場に恵まれています。そして、四季折々に獲れるたくさんの種類の魚を多彩に調理・加工しておいしく食べる食文化を持つ国です。

各地の水産加工品紹介

独立行政法人水産総合研究センター

ネットで、日本各地の地場の水産加工品を紹介しています (<http://nris.fra.affrc.go.jp/kakou/souran>) ので、ぜひご覧ください。見慣れない魚の加工品が多いかもしれませんが、大きな魚売り場をもつスーパーなどでは、加工品が意外と多く売られていることを発見できるかもしれません。