



～ありがとうの海から食卓へ～

仙崎市場について

長門市には、14の漁港があり、各漁港では一本釣、底曳網、巻網、棒受網、引網、刺し網、採貝採藻など多種多様な漁業が営まれています。また、水揚げされる魚介類は、鮮度の良さと種類の豊富さが特長としてあげられ、生鮮魚介類は仙崎市場に一元集荷され、加工用原料魚は湊市場を中心とした水揚げ港の市場でセリにかけられています。

長門市水産物需要拡大総合推進協議会

〒759-4192

山口県長門市東深川 1339-2(長門市商工水産課内)

電話 0837-23-1145 FAX 0837-23-1146

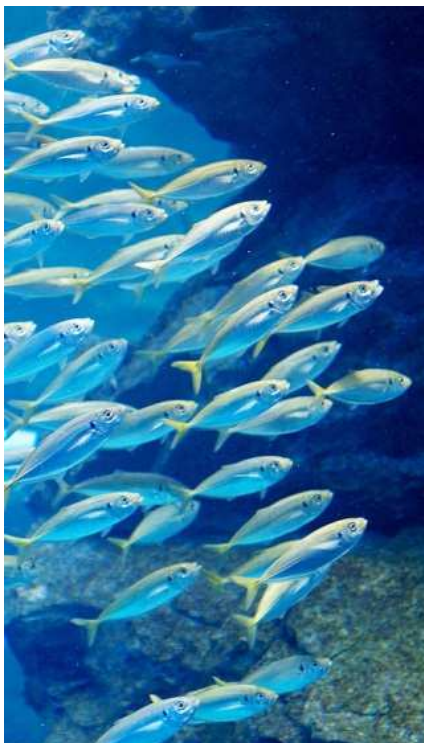
suisan@city.nagato.lg.jp

マアジについて

学名	<i>Trachurus japonicus</i>
英名	Japanese horse mackerel
分類	スズキ目アジ科マアジ属
和名	マアジ(真鰯)
仙崎市場名	アジ、タテアジ



マアジの生態



マアジは北西太平洋の固有種と言われ、日本周辺の沿岸から水深200mの沖合にかけて広く分布していますが、特に日本海から東シナ海に多く生息しています。

長門市沖で漁獲されるマアジは、東シナ海から日本海西部沿岸域で産まれたもので、対馬暖流系群と呼ばれます。

産卵時期は南から順に早く、1～3月に東シナ海南部、2～6月に五島列島や対馬周辺、5～6月に能登半島へと進みます。東シナ海で産卵された卵(直径 0.8～0.9mm)は、40 時間ほどで仔魚(全長 2.5mm)となってふ化します。

稚魚や幼魚は対馬暖流に乗って日本海の長門市沖に回遊してきます。その後、一部は海流に乗って、さらに能登半島より北の海に分布域を広げます。そして、秋から冬にかけては越冬のため、南下回遊します。

1歳魚になると春に九州北部沿岸域から日本海西部で漁場が形成され、夏～秋には地付き群として沿岸域に留まるものの他、日本海中北部へ移動し漁場を形成するものや、南下して東シナ海で漁獲されるものもいると考えられています。

食性は動物性食で、動物プランクトン、甲殻類、多毛類、イカ類、他の小魚等を捕食します。

2年でほぼ成熟し、寿命は最長12年という記録がありますが、主に5歳魚までと言われています。

成長は海域や年代等によって異なりますが、概ね1歳で 16



マアジ

～18cm、2歳で 22～24cm、3歳で 26～28cm に成長します。

体の両側には、稜鱗(りょうりん)と呼ばれる棘のあるうろこが変化したものが一列にならんでいます。これは一般に「ゼンゴ」や「ゼイゴ」と呼ばれ、アジの仲間の特徴です。

マアジの仲間



マルアジ



ムロアジ

上下に小離鰭がついている

マルアジ

通称「アオアジ」と呼ばれ、マアジに比べ体がほっそりしています。マアジの稜鱗は鰓蓋(えらぶた)の直後から尾鰭(おびれ)にかけて湾曲してあるのに対し、ムロアジ属のマルアジやムロアジでは体の後半に直線状に並んでいるだけです。また、尾鰭の付け根に小離鰭(しょうりき)と呼ばれる小さな三角形の鰭が付いています。値段はマアジより安く、主に干物などに加工されます。

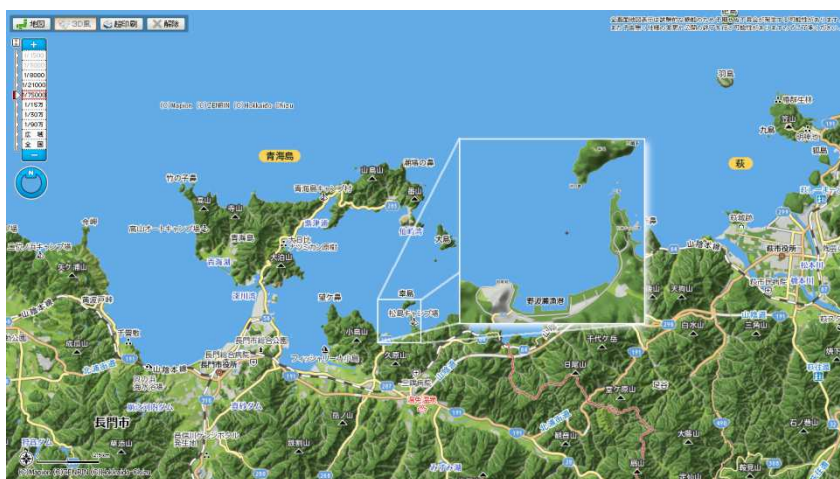
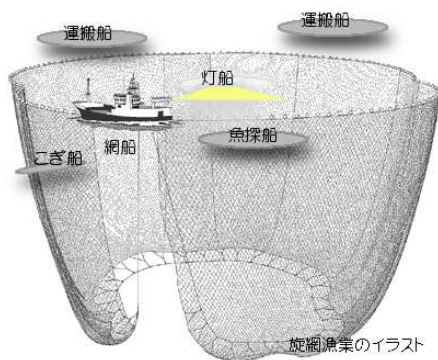
ムロアジ

紡錘形で細長い体をしています。背は青く、体側に黄色の帯があります。主に加工原料として利用されるため鮮魚で流通することは稀です。

マアジの漁法

で漁獲されますが、仙崎市場では主に旋網と定置網により漁獲されたマアジが水揚げされます。

旋網漁業について



旋網とは、魚群を逃げられないように網で取り囲んだ後、網を徐々に狭めて魚を獲る漁法です。船団は網船、運搬船、魚群探索船から成り、網船1隻、こぎ船1隻、灯船(ひぶね)兼魚群探索船2隻、運搬船2隻の6隻体制(1力統)で出漁します。長門市は野波瀬支店で2力統の旋網船団が操業しています。

旋網船団が狙うのは青海島沖合から見島近辺にかけての水域に生息するマアジです。この

旋網船団の網船



航行中に漁具の手入れをする網船船員



旋網船団の灯船



運搬船から荷揚げの風景



サイズ別に選別されたマアジ



あたりは海底 80-100m付近にいくつもの瀬(魚礁)が点在し、その辺りで複雑な潮の流れがあると思われます。瀬つきのマアジは身が引き締まり、匂いが良いことで知られています。

そこで狙いを定めるのは餌を食べる前のマアジ、つまり餌となる小魚が集まりすぎると漁の最中に餌を食べてしまいますから、マアジを満腹状態にさせないよう、集魚灯の点灯時間を巧みに調節して漁を行うのです。

どうしてマアジのお腹に餌が入っているといけないのでしょうか？ひと言で説明すると、市場価値を落としてしまうからなのです。魚の内臓にシラスやイワシなどの小魚が入っていると、お腹まわりは他の部分と比べて軟らかくなります。この状態で冷凍するとどうなるでしょうか。お腹が膨れて魚が割れてしまい商品価値を失います。

これだけではありません。冷蔵状態で輸送した場合でも、内臓に消化されかけた小魚が溜まっていると、その部分から異臭を放ちます。そしてその臭いは、マアジのお腹周りの身に移り、やはり鮮度保持が困難になるのです。加工用に調理した場合でも同じくお腹周りに臭いや黒ずみが残るため、特にアジの開きでは見た目の悪さを露呈してしまいます。このように、輸送と製品の最終過程まで気を配り長門の旋網漁業者はマアジを探し求めているのです。

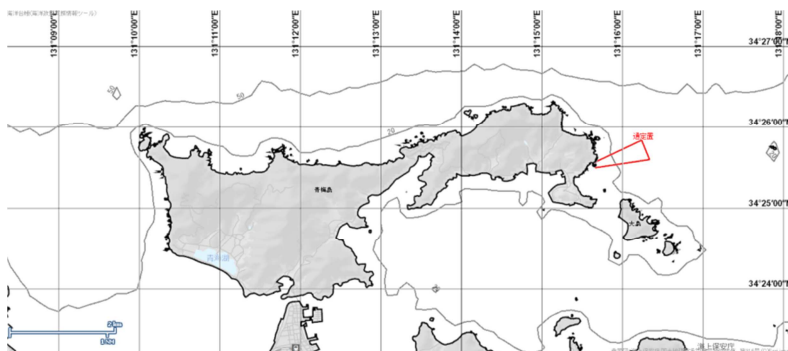
旋網は一回の出漁で2、3回投網を行います。全長800m、最大幅90mの旋網を海中に投じてから機械と人力で巻き上げ、運搬船に漁獲した魚を積み終えるまでが90分ほどの工程です(その都度の漁獲量に左右されます)。魚群が探索されて22時頃から投網を始めた場合、遠方の海域にでていなければ、2時に始まる1回目のセリに間に合うよう、運搬船は獲った魚を市場へ運びます。その後、数回投網を行い獲た魚は、もう1隻の運搬船が5時半に始まる2回目のセリに合わせて運びます。

長門の旋網漁業者が運搬船に荷揚げした魚に打つ氷の量は競合他社と比較して多く、仙崎市場ではとても高く評価されています。運搬船で氷血締めされたマアジは、漁場から30-60分後に仙崎市場に到着するのですから、鮮度の良さは言うまでもないでしょう。

定置網漁業について



定置網とは海中に垣網(かきあみ)を張り、回遊する魚を囲い網まで誘導して捕獲する漁法です。囲い網の中はいけす網の状態となるため、鮮度の良い魚を水揚げすることができます。長門市では通(かよい)、黄波戸(きわど)、仙崎の3か所で定置網漁業が営まれているほか、野波瀬(のばせ)に3か所の小型定置網(壺網つばあみ)が設置されています。



マアジの流通



仙崎市場に水揚げされたマアジは、早朝(午前2時と午前5時30分)に開催される「セリ」で仲買人によって短時間に次々とセリ落とされていきます。

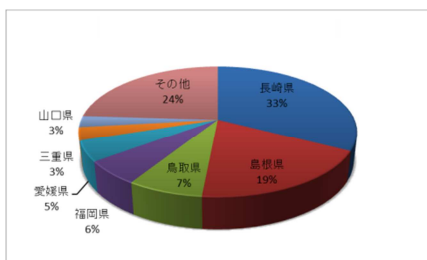
マアジは主に大手の仲買人によってセリ落とされ、トラックで関東、関西、九州へ出荷されます。また、一部は地元仲買人によっても購入され、長門市内を始め、九州方面や山口県内の鮮魚売り場に並びます。



セリの後、仲買人は購入したマアジを鮮度を落とさないよう速やかに仕立て場所に集め、計量を行った上で、一定量ずつ発泡スチロールの箱にタテ替え(魚が箱の中で移動しないように並べ替える作業)、氷を打って詰めます。こうして手際よく箱詰めされたマアジは、輸送用トラックに積み込まれ、次々と出荷先へ運ばれて行きます。

マアジの漁獲量

平成 23 年マアジ漁獲量の都道府県別比率



平成 23 年のマアジの国内漁獲量は、16.8 万トンでした。過去 10 年間の漁獲量の推移をみると、平成 23 年の漁獲量は近年では平年並みの数量でしたが、10 数年前には毎年 20 万トン以上のマアジが獲れていましたので、その当時と比べると漁獲量は減っています。

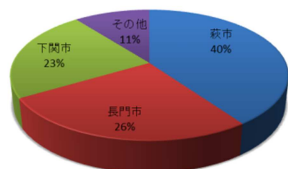
長期的にみた漁獲量の減少にはさまざまな要因が考えられますが、水温や対馬暖流などの環境変化の影響を受けている可能性があります。都道府県別にみると、長崎県と島根県の漁獲量が多く、この2県で平成 23 年の国内総漁獲量の半分以上を超えます。山口県の漁獲量

は全国で7番目に多く、平成 23 年の漁獲量は 4,680トンでした。

(資料は農林水産省の海面漁業生産統計)

長門市の漁獲量

平成 23 年マアジ漁獲量の県内市町村別比率

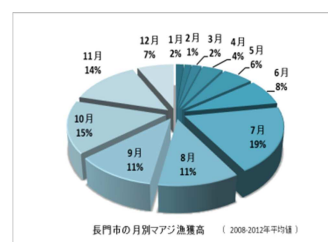


長門市は萩市に次いで2番目のマアジ漁獲量を誇り、県下有数のマアジ産地です。

長門市のマアジ漁獲量は、最近の5年間では平成 21 年をピークとして年々減少しています。これは先に挙げた環境変化による漁場形成の悪化の他に、操業日数の減少なども影響していると考えられます。

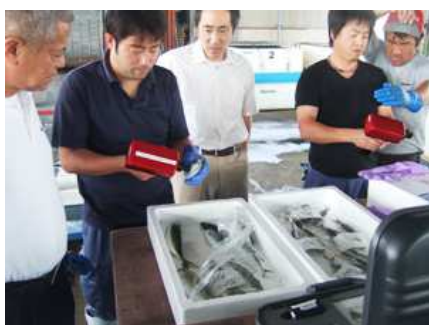
マアジの漁期

長門市の漁獲量を月別にみると、7月から 11 月まで安定した水揚げがあり、この 5 ヶ月間で年間の7割の漁獲量を占めます。中でも7月の漁獲量が最も多く、次いで 10 月に多く漁獲されます。



マアジの旬

旬を食べれば大好きになる。



マアジはほぼ季節を問わず漁獲されますが、脂が乗っておりとされる「旬」は初夏(5～7月)とされています。

仙崎市場では近赤外分光分析器を使用して、5月から定期的にマアジの脂質含有量の測定を行っています。そして測定の結果、平均脂質含有量が 10%以上になった時に、山口県漁協長門統括支店が「仙崎旬宣言」を発令し、この時期のマアジを「仙崎トロあじ」と認定します。

これは、消費者に「美味しい魚を食べて欲しい」、「魚の旬を大切にしたい」という仙崎の水産関係者の願いを広く示すものです。

その後、旬の時期をはずれ、マアジの平均脂質含有量が 10%を下回った時には、「仙崎旬宣言」の終了を市場関係者に通知しています。

山口県では山口県のマアジをもっと「知って」、「味わって」もらうために、平成9年より6月3日を「あじの日」と定め、山口県中型まき網漁業連合会とやまぐちの農水産物需要拡大協議会が連携し、さまざまな PR を行っています。

マアジの雑学



仙崎市場ではマアジを、サイズによって「ゼンゴ」、「アジ」、「タテアジ」と区別しています。これらはサイズだけでなく、値段や利用のされ方が違いますので、以下に紹介します。



ゼンゴのコンテナ



アジのコンテナ



【ゼンゴ】

一般的には「豆アジ」や「小アジ」と呼ばれており、名称は地方によっていろいろ変化します。仙崎市場では約 80～100g のマアジを「ゼンゴ」として扱っています。サイズが小さいため、「アジ」の半分以下の価格です。主に『あじの開き』として店頭に並びます。

【アジ】

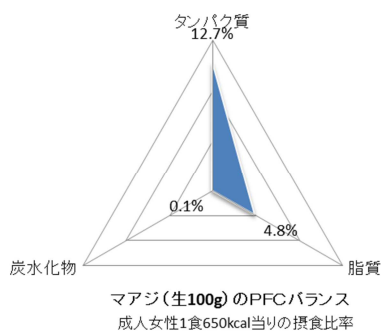
20～30cm (200～300g) のマアジは「アジ」と呼ばれ、コンテナにどっさり盛られ(1箱 20kg 程度)、セリにかけられます。県内をはじめ、大消費地である関東、関西、九州に向けて出荷されます。脂のよく乗った鮮度の良い 200g 前後の「アジ」は、刺身や寿司、カルパッチョなどの料理で楽しめます。

【タテアジ】

一本釣りで獲れたマアジや、旋網、定置網で獲れる 30cm 以上 (300～400g) の大きさと色形の揃ったものは、発泡スチロール箱に並べられて(1箱5kg 程度)、セリにかけられます。このように、魚を箱にきれいに並べてアピールすることを「タテ」と呼び、「タテ」られたマアジは、「タテアジ」として扱われます。価格はその日の水揚げ量や魚体の善し悪しによって変わりますが、押しなべて「アジ」の2割増しほどです。市場を通った「タテアジ」は主に関東、関西、九州へ出荷されます。

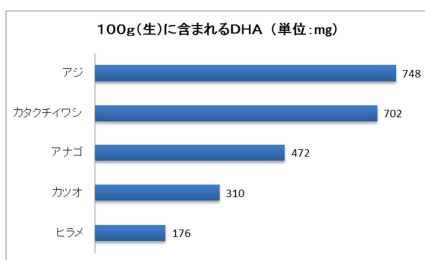
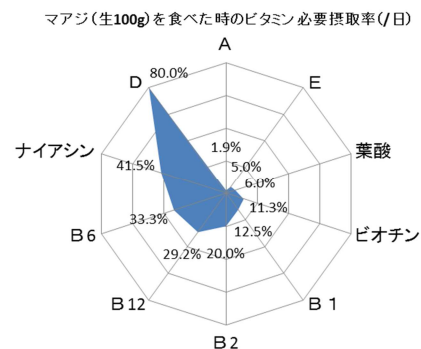
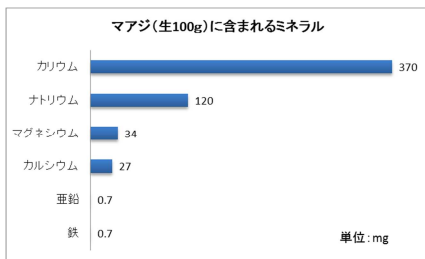
「タテアジ」も主に刺身や寿司などの生食で提供されます。

マアジの栄養



マアジにはビタミン D が多く含まれており、マアジ 100g を食べた場合、成人女性の1日当たり必要量の 80%を補えます。ビタミンDはカルシウムの吸収と骨の石灰化に関係し、骨粗しょう症や骨軟化症の防止につながります。また、このビタミンは筋肉や筋力にも関わっていることがわかってきています。日本人は年齢が上がるにつれて外出することが少なくなり、紫外線によるビタミンDの生成が不足しがちですから、マアジを積極的に食べてビタミンDを補うことをお勧めします。

また、国立がん研究センターは、マアジなど小・中型魚の摂取の効果として「男性の糖尿病発生リスクの低下がみられた。」と発表しています。(平成 23 年 8 月 17 日、5年間約5万人の追跡調査結果による)



DHA は血栓ができるのを防ぐ働きがあり、動脈硬化、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞などの予防が期待できます

マアジの食べ方

マアジの刺身のイメージ



刺身にオリーブオイルのイメージ

(1日当たりの目安は女性 30～49 歳(生活活動レベルII:ふつうグループ)から計算)

可食部100gあたり	マアジ	単位	推定必要量(/日)	許容上限摂取量(/日)	摂取率(/日)
エネルギー	121	kcal	2,000	—	6.1%
タンパク質	20.7	g	50	—	41.4%
脂質	3.5	g	44.4	55.6	7.9%
炭水化物	0.1	g	250	350	0.0%
ミネラル	ナトリウム	120 mg	—	—	—
	カリウム	370 mg	2,000	—	18.5%
	カルシウム	27 mg	600	2,500	4.5%
	マグネシウム	34 mg	260	700	13.1%
	鉄	0.7 mg	12	40	5.8%
	亜鉛	0.7 mg	10	30	7.0%
ビタミン	A	10 µg	540	1,500	1.9%
	D	2 µg	2.5	50	80.0%
	E	0.4 mg	8	600	5.0%
	B1	0.1 mg	0.8	—	12.5%
	B2	0.2 mg	1.0	—	20.0%
	ナイアシン	5.4 mg	13	30	41.5%
	B6	0.4 mg	1.2	100	33.3%
	B12	0.7 µg	2.4	—	29.2%
	葉酸	12 µg	200	1,000	6.0%
	ビオチン	3.4 µg	30	—	11.3%
脂肪酸	飽和	0.86 g	10	15.6	8.6%
	一価不飽和	0.81 g	9	22.2	9.0%
	多価不飽和	0.95 g	1.8	—	52.8%
コレステロール	77	mg	—	600	12.8%
食塩相当量	0.3	g	—	7.5	4.0%

厚生労働省:「日本人の食事摂取基準」(2010 年版)より

マアジの刺身

獲れたて新鮮なマアジはどのように調理しても美味しくいただけますが、長門市では脂の乗ったマアジの刺身にわさびを乗せて刺身醤油で頂くのが極上とされています。地元の漁師さんによると、醤油の代わりにオリーブオイルを垂らし塩をふって食べるとまた違った味わいが楽しめるとか。

他に生で食べる方法としては、「たたき」があります。「たたき」といってもカツオのように炙るのではなく、ネギと生姜のみじん切りを加え、包丁でとんとんと刻み混ぜてゆきます。好みでわさびや柚子こしょう、それにおろしニンニクを加えて頂きます。

マアジの南蛮漬けイメージ



マアジの生寿司のイメージ



塩焼きのイメージ

マアジの南蛮漬け

「ゼンゴ」サイズのマアジを長門市では、よく「南蛮漬け」として調理します。小麦粉をまぶした「ゼンゴ」をカラッと揚げ、玉ねぎ、ピーマン、ニンジン、キュウリ、鷹の爪といっしょに甘酸っぱいたれに漬けこんでできる「南蛮漬け」は、締まったアジの身とシャキシャキとした野菜がマッチして舌の上で絶妙な味が楽しめます。

マアジの生寿司

頭と内臓を取り除いたマアジを甘酢で締め、ショウガ、キュウリの千切りをお腹にはさみこんだ生寿司は、地元仙崎の郷土料理です。

マアジの塩焼き

この他の定番料理は塩焼きです。脂が乗った旬のマアジを丸のまま塩をふって焼き、中骨に沿って箸を入れると湯気の中からホクホクの白身が現れてきます。熱いうちにどうぞ。

大型のマアジは煮付けると味わいが深くなります。サバの味噌煮込風に仕上げててもよいし、アラといっしょに炊きこんでも美味しいですね。