

わかめの養殖について

5206_M

* テーマ設定の理由 *

私の父の実家では、水産業をやっています。私が実家に行ったとき、みんなが「わかめって美味しいよなあー!」「うちのわかめは世界一!」などと、言っていました。私は大げさだなあと思いました。それに、前からわかめには興味がありませんでした。その日の夜に、家族でわかめを食べました。私は、ちょっとぐらい食べてみようかなと思い、ポン酢をかけて食べました。その味は、わかめのシャキシャキ感と、ポン酢のうま味が合わさって最高の味でした。その日、わかめのすばらしさに気づきました。そこで、わかめの事を知りたいと思い、わかめの養殖を調べることにしました。

* 研究内容 *

(1) わかめについて

わかめは天然と養殖があります。その多くが養殖です。わかめは、チガイソ科です。古くは、「和海藻 (にぎめ)」、「布 (め)」といわれていました。わかめは秋に成長し、冬になると収穫時期となります。冬に採れる、若い時期に美味しいといわれているので、「若い布」→「若布 (わかめ)」となりました。わかめは日本海におり、主に寒い海に生息しています。

(2) わかめの養殖の手順

わかめの養殖は、1年を通していくつかの作業があります。地域によっては作業の時期が変わります。まず、種付けをします。この作業の時期は、6月～8月頃にします。小さな枠にロープを張った物を、わかめの胞子 (めかぶを漬けた汁) の液体に入れます。漬けてわかめが手をつかめるぐらいの大きさにします。次に、



できた小さなわかめの種を、大きな縄の編み目に挟んでいきます。この作業は種ばさみといい、9月～11月にやります。慣れていない人でないと、難しいそうです。編み目に挟むとき、ナイフのような物で押さえて挟みます。右上の写真がその様子です。この後、毎日掃除をしたり、手入れをします。わかめは、ぐんぐん成長します。そして、1月～3月に刈り取りをします。刈り取りも、至難の業でより良くいい商品をお客さんに届けられるに日々努力しているそうです。最後に加工工場加工され、家庭や、お店に届き、美味しく食べることができます。

(3) わかめの加工

わかめの加工はいくつかの方法があり、あります。生わかめ、干しわかめ、塩蔵わかめ、カットわかめなどがあります。その中で、多く作られている塩蔵わかめを紹介いたします。まず、海からわかめをとります。その時、とったらなるべく早く処理します。次に、90度以上の海水で30秒～60秒わかめを茹でます。茹で終わ



ったら軽く圧をかけて水切りします。そしてなるべく早く冷凍します。解凍したわかめを塩もみします。全体の40%の塩を使い、むらのないように塩もみします。次に、塩揉みしたわかめを容器に移し、約15時間寝かせます。その後、塩揉みの時についた塩をある程度落とし、重圧をかけます。最後に箱づめて、お店を通して家庭に届きます。右上の写真が完成して、袋づめた塩蔵わかめです。そして、美味しく食べる事ができます。

(4) わかめの栄養

わかめには多くの栄養が含まれています。なので、体にも良いといわれ、お便秘なども解消できるといわれています。わかめには、アルギンサンという食物繊維が含まれています。ところでわかめは、なぜぬるぬるしているのでしょうか？その正体は、このアルギンサンなのです。

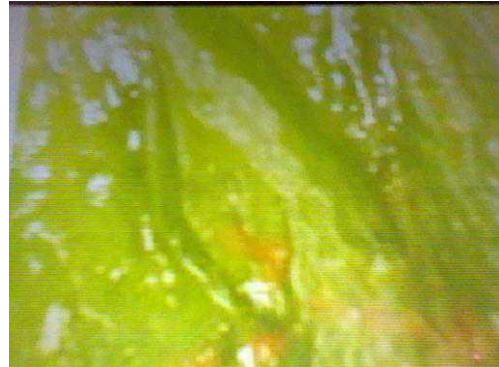


この栄養の働きは、コレステロールなどの腸内細菌を整えます。それから、体

内でアルギンサンと塩分が結びつき、塩分を外に出して血圧の上昇などを、押さえることができます。一番わかめと相性が良いといわれる料理は味噌汁です。右上の写真は味噌汁です。この料理は昔から続いており、日本人の知恵で生まれた体に良い料理だといわれて、永く愛され続けています。

(5) わかめの害虫

わかめに被害を与える害虫はたくさんあります。まず、コンブノネクイムシです。大きさは、5mm位で色は主にオレンジ色です。被害は、わかめの茎の部分に空洞を作って穴を開けてしまいます。進行は早く、すぐに処理をします。それから、タレトリスです。大きさは非常に小さく、3mm以下です。被害は、わかめの葉の部分に1mm～3mm位の黄色や茶色の傷がついたり、穴が開きます。右上の写真は、被害があったわかめです。被害は小さく、進行は遅いです。被害が小さければ売ったり、食べたりできます。しかし、品質価格を失う場合があります。



(6) わかめの料理

わかめを使った料理はたくさんあります。比較的、食べられている物はわかめの味噌汁などです。わかめの味噌汁は、たくさんの栄養が含まれており、昔から親しまれている料理です。それから若竹煮です。これはタケノコとわかめを米糠や、唐辛子で煮た物です。鰹節で出汁を取っているので、香り豊かな味になります。これも、昔から作られています。地元では、「わかめクッキー（わかめサブレ）」などもあります。右上の写真がその写真です。わかめクッキーは地元の道の駅などで売っていて、人気の商品です。わかめは、甘い物とは合わないかと思えます。しかし、このクッキーは磯臭くも無く、わかめの味も引き立っているとっても美味しいクッキーです。もちろん、お馴染みのクッキーの味も残っていて普通のクッキーよりは低カロリーで健康にも良いクッキーです。先日、



階上小学校でドミニク・コルビシェフが中心となって、味覚の授業というものをやりました。味覚には、「甘い」「酸っぱい」「苦い」「しょっぱい」それから、「旨味」という5つの要素があります。わかめは、出汁をとるのにも活用できるので、「旨み」として美味しい料理を作ることができます。よく噛むと、わかめをよりいっそう美味しく味わう事ができます。

(7) わかめの養殖をしている人

わかめの養殖をしている人は階上では、約100人います。女性より男性の方が多く、年代だと約35才～85才の人がやっています。その中でも60才ぐらいが多いです。わかめの養殖とカキかホタテの養殖をやっている人が9割です。

* 課題 *

今、わかめの養殖について困っている事などがあるそうです。まず、わかめの養殖をやっている人の高齢化と減少です。昔は若い人達がわかめの養殖をやっていました。しかし、今は若い人達がだんだん減ってきています。わかめの養殖の仕事で苦勞をしたくないと思って違う仕事に就いて大変だそうです。それに全体的にもわかめの養殖をやる人、水産業をやる人が減ってきています。それから、今わかめなどの魚介類を食べる人が少なくなっているそうです。だんだん肉志向になってきています。しかし、水産業をやっている人は、この状況じゃ困ります。なので、わかめなどの魚介類を使った新商品などを作ったくさんの人達に食べてもらおうという取り組みなどを行っています。研究内容でも紹介したように今までに無いわかめクッキーなどが新商品としてお土産コーナーや道の駅のなどで売られています。それから、小学生などの将来の人達にも活動を行っています。わかめの養殖体験や、水産業についての特別授業などの活動を行っています。わかめの養殖体験では、1年を通して種付け→種ばさみ→刈り取り・・・等と作業をします。そのような事を経験し、未来の人達にもわかめの養殖や水産業を続けてもらおうと思っているそうです。



*** まとめ・感想 ***

私は、前わかめに興味が無く、わかめの事を全然知らなかったです。しかし、わかめの加工や、わかめの料理などの事を詳しく知れました。わかめの養殖をやっている人の課題も知れました。この事を調べ、疑問に思った事があります。それは、世界のわかめです。階上のわかめと世界のわかめを比べたいです。わかめの養殖をしている人は約100人いるというのはとてもびっくりしました。階上だけでも約100人いるのだから、気仙沼、宮城、全国、世界、何万人いるのかと思いました。それから、わかめの養殖の手順は食べられるまでに、たくさんの作業があることが分かりました。毎日、毎日お手入れをしてわかめの養殖をやっている人はとっても大変だなあと思いました。わかめは、色々な物に活用でき、栄養素が高くとってもおいしい食品です。わかめの養殖の課題をふまえ、わかめの養殖をやっている人は大変だけど、たくさんの努力している事が分かりました。私達も海の資源などに、気をつけて気仙沼の海を大切にしていきたいです。

**階上や気仙沼のわかめを
是非食べてみてください！！**