

伊豆食へる通信

2019年

1月号

食

活きよし、味よし、育ちよし。

沼津内浦からお届け

活あじ

活あじのことを聞いてみました

取材先：有限会社 大浦水産

三代目 大沼健一さん

特集

活あじ

伊豆半島の西の付け根にある沼津市・内浦漁港。日本一高い富士山と日本一深い駿河湾の恵みを存分に受けた豊かな海。観光地として有名な沼津港から車で30分ほどの場所に、その港はある。小さな港だが、実は養殖真鰯「活あじ」の生産出荷量は日本一というから驚きだ。

本来、鰯は回遊魚であり水温16～17度の海域を追いかけながら大きな群れで生活する。過酷な環境で育った鰯は引き締まった身質のアスリート体形。一方、養殖の鰯は生け簀の中で生育されるため、脂の乗ったふっくら体形と輝くような黄金色が特徴である。

「鰯」の名前はその響きの通り、「味」が良いというところから名づけられたという。地形が織りなす豊かな漁場で餌にも工夫を

凝らし、毎日丁寧に育てられている内浦の鰯。存分に脂の乗りながらも温度差のある海水で適度に引き締まったその身は、まさに「あじ」の名を体現していると言っても過言ではない。

早朝6時。この季節、まだ薄暗い港は海風も冷たい。内浦漁協の金指さんが港まで迎えに来てくれた船に乗り込み生け簀に向かう。生け簀で出迎えてくれたのは大浦水産の3代目、大沼健一さん。いかにも海の男といった風貌とその逞しい腕に引き込まれそうなオーラを持っている。生け簀で働くのは、大沼さんをはじめ年齢も様々な総勢5名。先代の大沼富久さんもまだまだ現役である。

取材をさせて頂いた生け簀は水深約40m。

これは、全国の中でも非常に深いものである。深いことには理由がある。鰯は一定の水温の中で生きるため、浅いものでは夏場に水温が上がると生け簀の中が低酸素状態となり、鰯たちは死んでしまう。水深深く生け簀を設置すると、水面温度が上昇しても深い場所では水温が保たれるため低酸素状態を免れるとのこと。さらに、多くの生け簀は水面部のみ枠を設置して網を水中に下ろすのだが、大沼さんの生け簀にはそれらとは異なる特徴がある。上部と同じ大きさの枠を、水中にもうひとつ設置しているという。クラゲが大量発生する初秋、網を下ろしただけのものはクラゲの大群によって周囲から圧迫されて網がすばまってしまう。すると、鰯のためのスペースが狭められ、酸欠で死んでしまう。それを防ぐために、水中にも



沼津市
内浦(うちうら)

もう一つ枠を設置しているのだそう。

「昔に比べて餌も改良されたから、海もすごく良くなったんだよ。」

生け簀を眺めながら、大沼さんが嬉しそうに語ってくれた。

昔は生の餌をあげていた為、鰯が食べ残したカスや魚油で海底がヘドロ化していたそう。現在は餌も改良され、ドライペレット（配合飼料）が主流である。餌が変わってからは海の様子も様変わりしたのだそう。燃料費や稚魚の値段が上がり続ける中、餌の価格もペレットの方が高い。コストだけを考えて生餌の方が安かったというが、それでも生餌には戻れないと大沼さんは言う。コストをかけても鰯の身質を上げるということへのこだわりはもちろんのこと、海が

きれいになっていくことが嬉しいのだと、その眩しいほどの笑顔には生まれ育った海への確かな愛情がにじみ出ている。

養殖の良いところは様々あるが、そのひとつに安定供給できるということがある。注文を受けた分だけ生け簀から揚げため、漁獲量によって大きく左右される漁とは異なり、価格も比較的安定している。しかしやはり自然が相手であるため、時にはどうしようもない被害を受けることもあるという。台風で土砂崩れがあることもあるし、近隣の川の放水路が開けられると濁った真水が大量に湾内に流れ込んでしまい、大きな被害となることもある。今年の夏の猛暑では水温が大幅に上昇してしまい、水深深い生け簀をもってしても多くの鰯を失った。

近年は稚魚の入手も年々難しくなっているため、苦労は絶えないと言う。

それなのに、鰯を語る大沼さんの表情はとてもあたたかい。

「親がやっていることをそのまま継ぐだけじゃつまらないからさ、やっぱり自分でやりたいんだよな。」

元々、先代の後を継いで3代目として漁業の道に入った大沼さん。様々な工夫を繰り返し、挑戦の日々はまだまだ続いていく様だ。

昭和30年代に真珠の養殖から始まり、全盛期には70軒ほどもいたという内浦の養殖業者は、現在は12軒にまで減少している。そのうち、鰯を生産しているのは僅かに6件。個人で営む家がほとんどで、後継ぎがおらず廃業していったのだそう。

大沼さんのところには娘さんが3人。後継ぎについて聞いて良いものかと不安になりながらもおそるおそる質問してみると、実は、海洋大学に通う娘さんが地元に戻り跡を継いでくれることが決まっているとのこと。内浦初の女性漁師の誕生を地元の漁師さんや漁協の皆さんが、首を長くして待ち望んでいる様子が伝わってきた。

誇らしげに娘さんについて語る大沼さんの横顔は、厳しい世界で生き抜いてきた海の男の厳しさと、我が子と故郷のこの先を想う父親のやさしさが入りまじり、穏やかに揺れる水面に映しだされていた。



豊かな漁場で丁寧に育てられた まさに“日本一の活あじ”

1	2	3
4	5	
6	7	8
9	10	11
	12	13

1. 漁師の朝は早い。夜明けから働く。 2. 船を生け簀のそばにつける。 3. 網を手繰り寄せて、集められた鯺。 4. 集めた鯺をていねいにすくい上げる 5. 鯺を傷めないように、素早く選別 6. 鯛の養殖もおこなっている。他にカンパチなどもやっている。 7. 活きのいい鯺。まさに「活あじ」だ。 8. しぶきをあげて港へ戻る。 9. 鯺のお顔。あどけないつぶらな瞳が可愛い。 10. 餌を積み込む作業。魚によって餌をわけている。 11. これが鯺の餌。 12. いけすの自動餌やり器に餌を補充。 13. 内浦のもう一つの名産はみかん。

取材先：内浦漁港

日本一！沼津・内浦の活あじ

伊豆半島の玄関口、沼津。多くの観光客で賑わう沼津港から車で約30分、長閑な町並みと穏やかな海の景色が広がる内浦漁港。

近隣には三津シーパラダイスやあわしまマリンパークなどの観光施設もあり、海の魅力をたっぷりと楽しめるエリア。近年は人気アニメの舞台となり「聖地」として全国、そして世界から当地を訪れる方も多くいらっしゃるそうです。

内浦漁港では昔から鰯の養殖が盛んに行われており、その生産出荷量はなんと日本一！内浦漁協直営の食事処「いけすや」さんには日本一の活あじを目指して多くのお客様が押し寄せます。休日、特に大型連休にもなれば行列が出来ることもしばしばだとか…。

今回伊豆食べる通信が特集するのは、そんな内浦の「活あじ」です。

漁港の灯を消してはいけない

さて、内浦の活あじがこれほど知られるようになったのはなぜでしょう。

その起源は今から10年ほど前に遡ります。日本全体の景気悪化や燃料・飼料の高騰により縮小傾向にあった内浦の真鰯養殖。漁業を中心に栄えてきたこの内浦地域にとって、漁業の灯を消すことはあってはならない。そんな想いから内浦漁協では養殖真鰯のPR活動を開始。「活あじ祭」と銘打ったイベントや市場のスペースを利用したその名も「市場食堂いけすや」を開催するようになりました。

「市場食堂いけすや」は平成25年の春から毎週日曜日に開かれ、始めは漁協職員がスタッフとして調理から接客まで全てを担当していたそう。しかしながらこの市場食堂、評判が評判を呼び多い日には50人以上のお客さまを迎えるように。とても漁協職員だけでは人手が足りなくなっていたところを見かねた漁師さんの奥さんや地元の主婦のみなさんが、食堂の営業に協力してくださるようになりました。そう、これが現在のいけすや、そしてチームIKSのスタート地点です。

会に行けるお母さん！活あじを支える「IKS」

内浦漁港で水揚げされる魚の需要拡大、そして当地を訪れその文化や魅力を味わってほしい。2つの想いを施設のコンセプトとし、沼津内浦漁協直営食堂「いけすや」をオープンさせたのが平成27年5月のこと。

オープンしたいけすやを支え、盛り立てたのは、やっぱり地域のお母さんたちでした。チームIKSのお母さんたちは慣れない接客、初めての料理提供に戸惑いながらも、持ち前の明るさと前向きな気持ちでお店に立ち続けました。そうした中で現場にいるからこそ見える問題点、お客さまからダイレクトに届く声に耳を傾け、それらひとつひとつに真摯に向き合いチーム全体で改善への取り組みを進めていきます。

例えば混雑緩和のための整理券の配布、屋外の待合所の設置、直売所の商品ポップ…それらひとつひとつをチームで考え実行することで、メンバーの一人ひとりが達成感や喜びを感じるようになったそう。また、いけすやを訪れるお客さまとのコミュニケーションを通じて、自らの暮らす地域や文化を再発見することも。

例えば「漁師の本気のまご茶定食」は地元の漁師たちが昔から食べていた、たたきを乗せたお茶漬け風の食べ方を再現したもの。「このへんじゃ、こういう風に食べたりするんですよ。」そんな何気ない声掛けがきっかけで、大人気メニューが誕生しました。地域に暮らす人たちには当たり前前のことでも、こんなに喜んでもらえるんだ、素晴らしい食と文化がここにはあるんだ。その気づきと誇りが、IKSのお母さんたちの笑顔をいっそう輝かせているのかもしれない。

そうそう、IKS＝いけす。その名前の由来は…みなさんのご想像の通り(笑)。店内には顔写真入りのプロフィールも掲示されていますので、お出かけの際は要チェックです。

食べて納得「アジ」の違い

内浦の活あじは、鮮度抜群だから美味しい。当たり前のようにも思えますが、実はそれ「半分だけ正解」なのです。

メタての活あじは、とにかく身がぷりぷり！押し返すような弾力が魅力です。超新鮮な魚をご提供できるのは漁協直営だからこそ。でも、メてから時間の経った活あじも優しく柔らかな食感となり、また違った風味が生まれます。

素材は同じでも寝かせることで旨みや食感に変化が出る。伊豆食べる通信読者のみなさまにはもうお馴染みかもしれませんが、この活あじも例外ではありません。

「それで結局、どっちが美味しいの？」と聞かれたら、それはもうお好みで。と言いたいところですが、そんなあなたにぴったりのメニューがいけすやにはあるんです。

「二食感活あじ丼」さっきまで泳いでいたメタてのぷりぷり活あじと、前日にメた熟成活あじをいっぺんに味わえる贅沢さ。2種類の違いを食べ比べできる、いけすやならではの新感覚丼です！

今日からできる、鰯の目利きと美味しい豆知識

内浦のみなさんに聞いたおすすめ鰯料理は何ととっても「たたき」！生の鰯を細かく切って薬味と一緒にいただく調理方法ですが、その味わいは家庭によって様々。青ネギ、タマネギなどのネギ類、生姜も相性ばっちり。そしてぜひお試しいただきたいのが「イカ」。ぷりぷりの鰯とねっとりとしたイカの味わいが好相性なんだそう。内浦のお母さんたちの味わいを目指して、様々な食材との「たたき」を楽しんでみてくださいね。

たたきでご飯をいただくなら、2杯目のおかわりに「まご茶」はいかがですか。熱々のごはんに刺身やたたきの鰯を乗せて、お好みで薬味やお醤油を少々、熱々のお湯を注

いだらまご茶の完成です。なんとも豪快なレシピですが、孫にも食べさせたい美味しさとも言われるまご茶は、実に素朴で滋味深い味わい。一度食べるとファンになる方が多いんですよ。

スーパーなどの魚売り場で鰯を購入するときのポイントとは「目」。水揚げされたばかりの鰯や生きている鰯の目は真っ黒。死んで時間が経つにつれ、それが段々と濁ってきます。というわけで、なるべく目の黒いものを選ぶのが、目利きのポイントなんだそうです。

毎日いけすやに通って、内浦の美しい景色を眺めつつ漁港直送の美味しい活あじを食べることができれば最高ですが、そういうわけにもまいりません。ご自宅で美味しい鰯料理をいただきながら、本誌伊豆食べる通信で内浦漁港の物語も味わって。そして次のお休みは、どうぞ内浦漁港へお出かけください。

※参考「いけすや繁盛記～漁港の未来はチームIKSの力で！～」(内浦漁業協同組合チームIKS土屋真美)
※める＝締める／しめる。ここでは活きたままの魚に対して行う活け締めを指しています。
※まご茶の名前の由来は諸説あります。また、鰯以外のお魚を使う場合でもまご茶と呼ばれています。静岡県内や千葉県沿海いの地域で広く親しまれている食べ方です。





天然だって、母はいる。 ～養殖育ちが考える、母とアジの「旬」の話～

いつか若い時分に「お前は養殖育ちだからいけない」と言われたことがあった。

当時の記憶が曖昧だが、確か大学生の頃だったと思う。その当時、文学青年（気取り）だった私は、小説家の人生観について誰かと酒を飲みながら議論していたのを覚えている。小説家を目指すなら、孤独を愛し、試練を受けなくてはいけない。そのためには、相当の苦労や辛さを芯の底まで染み込ませなくてはいけない、と。

そこでこの一言が言われた。お前は、養殖育ちだ。

安いウイスキーのせいですっかり酔っ払っていた私は、その言葉に過剰反応をした。自身の経歴からして確かに過保護に育ったのかもしれない。自身の作品の納得のいかないところが、その育ちに出ているのかもしれない。相手の言葉は何度も繰り返し、針で刺されるような痛さを覚えた。私は、悔し紛れに負け惜しみのように声を荒げて言った「養殖産まれの何が悪い！」

そう、養殖産まれば悪くない。
むしろ、良い。

そのことを知ったのは3年前。いけすやがオープンする直前のことだった。

私はオープン前の取材時にスタッフ会議の様子を見ていた。そこでは漁師や漁協のお母さんたちが地域といけすやを盛り上げるため、自身がアイドルとなる「チーム IKS」について話していた。平均年齢57歳（！）が、何なら踊ろうと考えている、というのだ。（結局は踊らなかったけども）

その姿を見て、私はえらく感動した。「会に行けるお母さん」（よくよく考えれば普通だけど）をキャッチフレーズにして新聞に掲載したのを覚えている。それは、どのお母さんたちも内浦に愛着があり、その内浦の宝をアピールしたいという「母心」を感じ取ったからだ。

自身の息子たちであるアジたちを立派に成長させ、彼らの最も良い調理方法で提供する「母心」はむしろ息子たちにとって幸せなのではないか。私は彼女らにその惜しみなく注ぐ愛情について教えてもらった。

そして彼女らは、母を経験し、中には孫までいる人もいる。実に経験豊かな母である。取材に伺い今回写真を撮影した時のこと。彼女らは笑いながら「今日はキレイに撮影してくれるの？」とか「女優だから化粧しっかりしないと！」など、撮影する私を常に笑わせようとする。そのパワーは、経験と積み重なった時間が為せる技。母なる大らかさと暖かさを感じさせる。アジフライのふっくらした味わいは、母の愛情と絶妙なパン粉の配合だからできることだ。

ここではアジを1日寝かせたアジが楽しめる「二食感活あじ井」を楽しんでもらいたい。新鮮なアジと、1日じっくり寝かしたアジを食べられる井は、アジの底力を感じさせる。1日経過したアジは旨味が出てきて、食感と味の深みを増幅させる。それも漁師の母の知恵という。母の愛情は、その対象物の「いちばん」を知っているのだ。

愛情が注がれた養殖育ちのアジは、決して1匹で育ったわけではなく、漁師とその妻、そして母の愛情を受け継いできたエリートなのだ。その一番の調理法を知っている「母」は時間という成長を経て、どんどん旬の深みがましてくる。魚も人間も愛情が注がれ、その愛で大きく育っていく。深みある味わいはきっとアミノ酸だけでなく、その成分も入っているはずだ。

井の味わいを噛み締めながら、自身の「旬」は増しているのか、養殖育ちの40歳は自身の旨味について悩んでいる。もう少し、旨味を出したい。

■ PROFILE
榎昭裕（えのき あきひろ） 1979年生まれ。2014年5月に伊豆の「ハッピーニュース」しか取り扱わないネットニュース「伊豆経済新聞」を配信開始。現在、編集長。道の駅「伊豆ゲートウェイ函南」広報担当。加和太建設所属。趣味はハイボール濃いめ。

地元で食べる 活アジ

内浦漁協直営 いけすや

沼津内浦で育った新鮮で美味しい活あじを食べたいのなら、内浦漁協直営「いけすや」さんへ。
魚を知り尽くした漁協や漁師の奥様達が「チーム IKS (いけす)」として、一級品の活あじを目の前の海で水揚げし、最高に美味しい状態で料理して提供してくれます。

内浦漁協直営 いけすや

☎ 055-943-2223

📍 静岡県 沼津市内浦小海 30-103 内浦漁協直営 いけすや

あじ食堂(食堂) 11:00 ~ 15:00 / おさかな市場(物販) 09:00 ~ 16:00

📅 水曜日

🌐 <http://ikesuya.com/>



一押し
メニュー



1

2

3

1. 活あじ丼

いけすやの看板メニュー。メタばかりのぷりぷりの食感が楽しめます。

2. 活あじフライ

新鮮だからこそでるこの厚み。ふわふわでサクサクのフライは絶品。

3. 活あじのわさび葉寿司

伊豆の名産わさびの葉っぱが活あじを包んださわやかな逸品。

4. 漁師の本気のまご茶定食

昔から漁村として古くから歴史も残るこの内浦の漁師に引き継がれる食べ方。

まずはそのまま活あじ丼として、2 杯目はお茶漬けとして、活あじを堪能できます。

まご茶定食の食べ方

- 4-1 まご茶定食のセットです
- 4-2 薬味を活あじにふりかけます
- 4-3 醤油をかけてかき混ぜます。
- 4-4 ご飯にのせます。
- 4-5 お湯を注いでまご茶漬けの出来上がり。



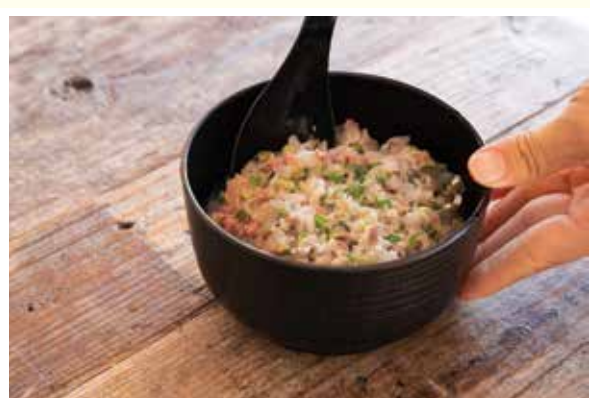
4-1



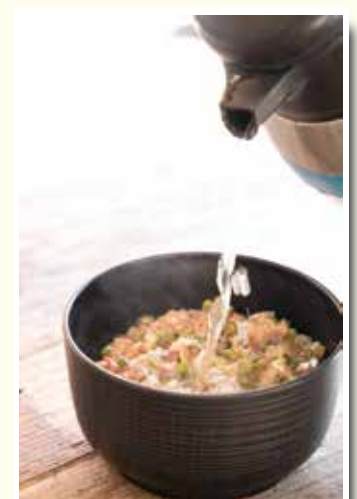
4-2



4-3



4-4



4-5

編集後記

伊豆食べる通信第12号「内浦・活あじ」をお買い上げいただき本当にありがとうございます。今回も採算を考えず、とにかく皆様に喜んでいただこうと思い発送させていただきました。

「いけすや」というお店

伊豆の真ん中「修善寺」から車で15分ほど走れば、今回特集した「内浦漁港」に行くことができます。周辺には伊豆三津シーパラダイスや淡島マリナパークなどといった人気の「水族館」などもあり、伊豆の観光地として賑わっているエリアです。最近では水族館以外にも「ラブライブサンシャイン」というアニメの中に登場した学校が近くにあるということで、多くのファンの方が押し寄せています。

とはいえ水族館にも最近ではあまり行かず、アニメも詳しくない自分にとってこの「内浦地区」はそれほど頻繁に訪れる場所ではなかったんですが、「あるお店」の登場によって大きく変化をします。それが「内浦漁協直営いけすや」さんです。

OPENしたのは2015年5月、実は工事中にたまたま通りかかり「随分大きな建物を作っているな、何ができるのだろうか？」と気にはなっていたんです。それが、完成し知人のフェイスブックに多く登場するようになり

「漁協直営のお店ができたんだ」ということを知りました。またテレビや新聞でも大きく取り上げられていたことから目にする頻度が上がっていきました。

最初にお店にお伺いしたのは2015年の6月だったと思います。この時は2食感井というものを注文しました。この井の半分はさっきまで泳いでいたメタテのプリプリ食感の活あじと、もう半分は前日にメタ旨みのある熟成活あじというコラボレーションで今までに食べたことのない井でした。

「これほどにも食感が違うのか、すごいな」と思ったことを記憶しています。

実は前々から「あじ」が大好きだった自分にとって、このお店の登場はかなりのニュースとなりました。

「静岡県産業ひとづくり塾」

2015年9月、実は当時静岡県の信金や商工会などの方々が集まり静岡県内の先進事例を学ぶ「静岡県産業ひとづくり塾」というものが開催されていました。この講師（チューター）として自分が参加することになったのですが、実はこの時も塾生の1人から「いけすやに行きたい」というリクエストがあり協議をした結果、視察にお伺いすることになったんです。OPEN前からの情報戦略やOPEN後の広報が「商工の目線」からも「金融の観点」からも注目をされていたお店だったのだとこの時に気がつきました。

お話を聞けば聞くほど「なるほど」と思う点が多く、本当に勉強をさせていただきました。

その中でも情報発信の「方法論」もさることながら、やはりこの成功の源には「あじを食べてもらいたい」という皆さんの気持ちと目の前に「海」がある利点を最大限に活用したという事が根本としてあると感じました。

その海で育った活あじを今回皆様にお届けしますが、伊豆食べる通信初の試みとして「生魚」を送らせていただきました。三枚おろしの説明資料を一緒に入れてさせていただきましたが、いかがだったでしょうか？魚を自分でさばくという事が少なくなってきた時代ですから、どうやったらいいかわからないというご意見もきっとあるかと思います。しかし、この機会にぜひチャレンジして頂けたらと思います。「刺身」でも「たたき」「フライ」でも、そして「まご茶」としてもぜひぜひ召し上がっていただきつつ多くの会話をさせていただけたらと思います。

自分自身も「いけすや」には月に何度もお伺いするほど通っています、「2食感井」「満腹定食」「まご茶定食」などメニューも豊富！ですから。これを機に現場の「沼津・内浦」に行ってみようと思っていただけたら幸いです。ぜひお越しくださいませ。

編集長 飯倉清太



次号は函南町丹那の「丹那牛乳」を特集します。函南町丹那は、伊豆半島の付け根に位置している標高250mの小さな盆地です。この地で酪農が始まってから、130年の歴史があります。その間、人と牛とが共生する土づくりも行っており、その豊かな土壌が美味しい農作物にも脈々と還元されています。また、丹那牛乳は、牧場と工場の距離が近いのが特徴で、搾取してから短時間で生産しているの、栄養価が高く雑菌の少ない美味しい牛乳を育んでいます。是非、丹那の豊かな自然の中でのびのびと健康に育った乳牛から採れる「丹那牛乳」をお楽しみください。

次号特集

4月8日締め切り

2019年

たんなぎゅうにゅう

4月号 | 丹那牛乳



次号特集の
「丹那牛乳」を撮影する
フォトワークショップを
2月に開催します

予 定：2019年 2月 8日(金)
料 金：2,980円

日時や場所等の詳細、およびお申し込みは
伊豆食べる通信ウェブサイトまで
<http://dot-tree.com/izu-taberu>

伊豆食べる通信は季刊

情報誌 + 食べもの付き **¥2,980** でお届けします
(税・送料込み)

お申し込みは伊豆食べる通信ウェブサイトまで

<http://dot-tree.com/izu-taberu>

伊豆食べる通信 Mail: izu@taberu.me Web: <http://dot-tree.com/izu-taberu> Facebook: <http://www.facebook.com/izutaberu>

発行人：飯倉清太 発行元：NPO サプライズ（静岡県伊豆市修善寺75） ☎ 0558-99-9141 平日のみ9:00～17:00
写真：武智一雄、ワークショップ参加者のみなさん 編集・ライター：小早川泰子、武智一雄、水谷慈、野田康代、高橋いづみ、田足井美帆、園屋恵美子、榎昭裕 Web サイト：加藤龍（株式会社アーティスティックス）
協力：内浦漁業協同組合、沼津 内浦漁協直営いけすや 印刷：いさぶや印刷工業株式会社  ISABUYA CREATIVE