

サザエの角から住場が分かる！

# サザエ

(地方名 サザエ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



県西部の御来屋漁港では、サザエでまちおこし。毎年5月に「さざえ祭り」を盛大に開催。後醍醐レースやさざえ釣等様々なイベントを実施。

### 名前の由来

特別な地方名はない。

### 棲息場

沿岸の水深20m以浅の岩礁域

### 大きさ(流通サイズ)

殻の高さが5~6cmで、重さが150g位のものが多いが、大きいものはソフトボール級にもなる。

### 水揚量(H21年)

117トン

### 産地

赤碓港、御崎漁港、御来屋漁港、淀江漁港。

### 栽培・資源管理取組

1995年から稚貝の放流事業が行われており、2010年は殻高9mmの稚貝約30万個が放流されている。



つぼ焼き

### 肉質・味

身は良く締まりコリコリとした食感で、磯の香りが強い。

### 調理方法

壺焼き、刺身が一般的。磯の香りが苦手な人は生のまま刻んで二杯酢で、また磯の香りを楽しみたい方はサザエ飯でどうぞ。単に茹でただけでもおいしい。エスカルゴ風も美味しい。蓋を押ししたら引っ込む活力のあるものを選ぶ。

### 郷土料理

「サザエのヘカ」は大山町御来屋の代表的な郷土料理。すき焼き風の煮物で、昔からの漁師料理。その他「サザエ飯」、「サザエの尻尾の醤油漬け」など。

- 波の荒い場所に棲息するものの角は発達し、波が穏やかな場所に生息するものの角は発達してない傾向があり、角の有無や大小により住場が推測される。
- 産卵期は、夏から初秋で、旬はその前の初夏から盛夏まで。
- 雄と雌の見分け方は、外観からは分らないが、抜き出した身の後端、とぐろをまいた部分(生殖腺)の色が白いものが雄、緑のものが雌。
- 北海道では一部の海域にしか棲息しない。多くの北海道民には「柿」と同様馴染みがなく、送ると喜ばれる。

知っ得

沿岸漁業 潜水、磯見、刺網(サザエ網)

サヨリ船びき網の操業は春の訪れを告げる

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

# サヨリ

(地方名:スクビ、ヨロズ)

漁期  
盛漁期  
推奨期



### 名前の由来

県西部でスクビ、  
県東部でヨロズと呼ばれる。  
スクビ：出雲弁で縮んだもの。  
縮んだように細い魚体から。  
ヨロズ：群れを形成すること  
から寄り集まる魚の意味。

### 棲息場

沿岸や内湾の表層域。

### 大きさ(流通サイズ)

大きなものは、  
全長40cmにもなる。  
漁期の始まりは、  
小型のものが多く。

### 水揚量(H21年)

2.7トン

### 産地

水揚の大半は境漁港。

大型のものは都会では超高級魚で、店頭にはほとんど並ばないが産地では直売所等に普通に並び、価格もほどほど。



### 肉質・味

肉質はかたく締まった白身。透明感があり、  
皮を剥ぐと銀色に輝き美しい。  
癖のない上品な味と独特の香りが特徴。



### 調理方法

大型で鮮度の良いものは刺身が最高。  
見た目も美しい。寿司種としても高級品。  
塩焼き、吸い物、天ぷら等も美味しい。  
開き干しも逸品。目利きのポイントは、  
突き出した下アゴの先端近くが朱色をしており、  
身のかたいものを選ぶこと。  
調理のコツは、黒い内臓の部分を手早く  
取除いておくと、痛みが遅くなる。



- 下の顎が極端に長く、受け口。  
近縁のトビウオと同様背びれと臀びれが体の後方に対置するのが特徴。
- 体はスマートで見た目も上品で古来美人の例えとされるが、  
腹を空け内臓を取り出すとお腹の中は外見とは大違いで真っ黒。
- 「サヨリは腹黒」容姿は素敵だが、性格が悪い例えに使われる。
- 産卵期は春～初夏。卵はホンダワラ類の海藻や流れ藻等に産み付けられる。
- 寿命は短く満2年。

沿岸漁業 船びき網(サヨリ網)、刺網

# サルボウ

(地方名 アカガイ、ハマグウ)

漁期  
盛漁期  
推奨期




県西部の中海圏域の人々にとっては正月に欠かすことができない水産物。

### 名前の由来

アカガイ：ヘモグロビン系の赤い血液を持っているため身が赤いことから。  
ハマグウ：県西部の弓ヶ浜半島域では普段ハマグリと呼び、それがなまったもの。

### 棲息場

内湾の水深20m位までの砂泥域。多少淡水が混じる所を好む。

### 大きさ(流通サイズ)

大きいものでも殻長5cm程度。

### 栽培・資源管理取組

中海の水産振興策の一環として、県では2009年からサルボウ養殖試験や天然採苗試験に取り組んでいる。



### 肉質・味

身は赤く適度な弾力があり、噛むと赤貝特有の旨みがある。



### 調理方法

殻つきのまま蒸し煮するのが一般的。吸い物も美味い。佃煮、缶詰等加工原料としても利用される。



### 郷土料理

中海圏では、アカガイ飯、殻蒸し(煮つけ)、のっぺい汁が食べられている。正月には欠かせない料理の一品。



アカガイの殻蒸し(煮つけ)



- 水産業界では「モガイ」と呼ばれている。
- 近縁種に高級寿司だねとして有名な標準和名が「アカガイ」と呼ばれる大型種があるが、サルボウとは殻にある放射状の筋で区別される(サルボウは37前後、アカガイは42前後)。
- 中海は、かつてはサルボウの全国有数の産地であったが、周辺の都市化等により棲息環境が悪化し漁獲量は急激に減少し、現在は残念ながら中海産サルボウは市場流通していない。

沿岸漁業 ジョレン曳き、貝桁(現在操業は行われていない)

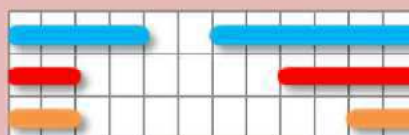
本場の瀬戸内海産に負けません

# サワラ

(地方名 サゴシ → サワラ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



近年ではヒラメに替わって沿岸漁業の最重要種となっている。小型のサゴシの水揚げが多い。

## 名前の由来

サゴシ：尾柄部（尾びれの付け根）が極端に細いため「狭腰（さごし）」。

## 棲息場

沿岸性が強く内湾や沿岸の表層域に分布する。近年海表面水温の昇温にともない分布範囲が北上している。

## 大きさ(流通サイズ)

大きなものは全長1mを超える。全長40～80cm位のものが多い。

## 水揚げ量(H21年)

約206トン

## 産地

赤碕港、御来屋漁港、淀江漁港、境漁港。



## 肉質・味

クセがなく、脂の乗ったものはとても美味しい。肉質はやや柔らかく、身割れしやすい。



## 調理方法

刺身、たたき、酢締め、みそ漬（西京漬）、吸い物、鍋（しゃぶしゃぶ）、竜田揚げ、照り焼き、ムニエル、フライなど。水分を多く含むため、軽く塩をふり冷蔵庫でしばらく寝かせ身を締めてから調理する。



## 郷土料理

サワラ飯、サワラすすぎ鍋（しゃぶしゃぶ）。



サワラ飯



サワラすすぎ鍋



- 近年、日本海での漁獲量が急増。本県でも2000年以前は数十トン規模であったが、2000年以降は200～300トンに急増。
- 脂ののりは、本場瀬戸内海産のものに引けをとらないが、個体差も大。
- 全長60cmを超える親魚をサワラ、それ以下の未成魚をサゴシと呼ぶ。
- 産卵期は初夏。漢字では「鮭」と書くが、旬は冬から早春。
- 漁業者は2月になるとサワラの歯が抜けるため、しばらくの間はひき縄釣で釣れなくなると言っている。

沿岸漁業 ひき縄釣、刺網、定置網など

強烈な夏の日差しがよく似合う

# シイラ

(地方名 マンサク)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



外観からオス、メスが区別できる。成魚のオスの頭は大きくなり角張るが、メスの頭は丸っこいまま。



## 肉質・味

鮮度が良いものはモチモチとした食感でクセがなく、美味しい。夏のシイラは脂が少なくあっさりしているが、秋のシイラは脂ののりが良くこってりしている。真子（卵巣）も美味しい。



## 調理方法

刺身、塩焼き、照り焼き、煮つけ、フライ、ムニエル、あらの吸物（潮汁）等美味しく食べられる万能総菜魚。鮮度落ちが早いので、青、緑、黄色の体色がはっきりとした鮮度のよいものを選ぶこと。



## 郷土料理

シイラのしゃぶ。獲れたてを皮ごと刺身にし、骨等を煮付けにした後、その汁に刺身をくぐらせて食べる漁師料理。

## 名前の由来

マンサク：体は大きい但し身が薄く食べるところが少ないことから付けられた糝（しいな）をを忌み嫌い真逆な縁起の良い万作（マンサク）と呼ぶ。  
しいな：実入りの少ない粳。

## 棲息場

外洋性の強い魚だが夏になると沿岸域に近づき表層を泳ぐ。

## 大きさ（流通サイズ）

大きなものは全長2mを超える。50～150cm位のものが多い。

## 水揚量（H21年）

20トン

## 産地

船磯漁港、赤碕港。



- 伝統漁法の「シイラ漬漁」で漁獲。シイラが漂流物の下に集まる習性を利用した漁。竹を束ねた「漬木（つけぎ）」を30個程沖合に向かって一直線に設置し、漬木に集まったシイラの群れを疑似餌でおびき出し、網でまき獲る。
- 漁場は本県沿岸漁業としては沖合で、距岸5～50km付近。
- 近年諸事情により経営体数が減少し、現在は2経営体と寂しくなった。
- 初夏から盛夏の上りシイラは小型が多く、初秋からの下りシイラは大型が多い。
- シイラは鮮度をご馳走。本県では高鮮度のものが水揚げされ、刺身も楽しめる。

沿岸漁業 シイラ漬漁業

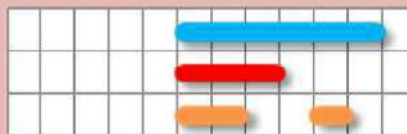
夏の砂浜の女王

# シロギス

(地方名 キス、キスゴ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



細長くスマートな体型、金色を帯びる体色、淡泊な味わい、上品さが三拍子揃った砂浜の女王様。

### 名前の由来

性質が素直で、飾り気のないことから「生素（きす）」、岸辺に普通に見られることから岸子（きしこ）が、なまって「きすご」となった等諸説ある。

### 棲息場

沿岸の波打ち際から水深約50mまでの砂浜域。沖縄には分布しない。

### 大きさ(流通サイズ)

大きなものは全長30cmを超える。流通サイズは20cm前後のものが多く。

### 水揚量(H21年)

15トン

### 産地

淀江漁港、皆生漁港、境漁港等、美保湾圏域で多い。



### 肉質・味

肉は白身で、くせのない淡泊な味であるが、旨みに富み、老若男女問わず万人向きの味。キス特有の臭いがあり、アユ等とともに香魚のひとつ。



### 調理方法

天ぷらが代表的であるが、塩焼も香りよく美味しい。新鮮なものは少々面倒ではあるが刺身は、爽やかな味わい。目が澄んでいて黒目がくっきりと姿もしっかりして、わずかに赤みを帯びた光沢のあるものを選ぶこと。鮮度が落ちると白っぽくなる。



- 成魚は春から夏にかけては浅瀬の海底から数十cm離れた層を群れで遊泳。秋になると海底直上を泳ぎ、深場へと移動して行く。
- 岩礁と岩礁の間の砂地を特に好み、釣り師あこがれの肘たたきと呼ばれる大型のものも多い。
- 音に敏感で、危険を感じると砂の中に潜る。
- 産卵期は初夏～初秋。脂の含有量が少ないため1年中味の変化は少ない。
- 日本には本種以外にアオギス、モトギス、ホシギスの3種が分布。

沿岸漁業 こぎ刺網(きす網)、小型底びき網

出世魚の代表選手

# スズキ

(地方名 セイゴ→ハネ→スズキ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



「スズキは釣りたてに限る」と言われるほど鮮度が命。活け締めのものが最上とされている。

## 名前の由来

スズキ：すすぎ洗いされたような美しい白身であるため付けられた等諸説あり。

## 棲息場

水深50m以浅の沿岸、内湾、汽水域。

## 大きさ(流通サイズ)

大きなものは全長1mを超える。流通サイズは40~80cm位のものが多く。

## 水揚量(H21年)

32トン

## 産地

皆生漁港、境漁港等県西部での水揚が多い。

## 肉質・味

肉質は弾力のある透き通るような白身で、脂肪が少なくクセがなくあっさりした味。

## 調理方法

洗い、塩焼き、刺身、ムニエル、バター焼き、奉書焼き、フライ、蒸し物、鍋(しゃぶしゃぶ)など和洋中なんでもOK。特に夏の洗いは見た目も清々しく、美味しい。ただし、洗いは氷水に長く浸けすぎないこと。店頭では切り身やサクで売られていることが多いが肉に透明感と弾力があり、皮がしっかりと黒っぽいものを選ぶ。



しゃぶしゃぶ



ムニエル



- 産卵期は冬から早春。旬は夏。大型のスズキが美味いとされる。
- ビタミンAとDが豊富で、カリウム、亜鉛等のミネラルも多く、しかもサッパリと食べることが出来るので夏のスタミナ回復にうってつけの食材。
- 洗いは身を締め、菌ごたえを良くするため。美味しく食べるためにはミネラル分の高い良質の水を使用すること。
- セイゴ(全長25cm位までの1歳魚)→ハネ(全長60cmまでの2歳魚)→スズキ(全長60cm以上の3歳魚以上の親魚)

沿岸漁業 刺網、釣(落とし釣、流し釣)、定置網等

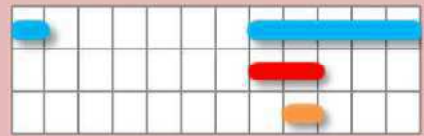
食用イカの中では最大のイカ

# ソテイカ

(地方名 アカイカ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



体もデカイが、ヒレも特大で、ヒレを広げると体全体が巨大な菱形に見えることから、英名はダイヤモンドの名がつく。

## 名前の由来

アカイカ  
生きているときから鮮やかな赤銅色をしていることから。

## 棲息場

太平洋や大西洋の暖海域に広く分布し、沖縄周辺で黒潮から分岐した対馬暖流に乗り山陰沖から北陸沖へ流れ着く。

## 大きさ(流通サイズ)

大きいものは胴の長が1m、体重20kgに達する。流通サイズは長さ30~80cm、重さ1~15kgのものが多い。

## 水揚量(H 21 年)

187トン

## 産地

鳥取港、船磯漁港、酒津漁港、夏泊漁港。

## アカイカだけの独特の漁法

「樽流し釣」は、疑似針と道糸(約100m)をつけた大きな樽をいくつも海に投げ込み、樽を監視しながらアカイカがかかったら、一本ずつ釣り上げていく漁法である。



## 肉質・味

非常に肉厚で歯ごたえがあり、モチリした食感。冷凍すると生鮮よりも柔らかくなり、食べやすくなる。さらに甘味、旨味ともに強くなる。脂肪が少なく冷凍保存が利くため、外食産業界で重宝されている。



## 調理方法

刺身、しゃぶしゃぶ、天ぷら、炒め物、田楽焼き、塩焼き等。回転寿司の寿司種にもよく使用される。生を購入した際には、調理しやすい大きさの短冊に切り分け、ラップで包んで冷凍するとよい。身とミミをフードプロセッサーでミンチにし、イカ団子にして鍋等にも利用。



- 寿命は1年と短い、成長は極めて早く、9ヶ月で胴長70cmにも達する。
- 産卵場所は沖縄近海。成長しながら日本海に來遊するが、日本海の冬の水温は本種にとっては冷たく、産卵場へ戻ることなくそのまま死滅する。
- 他のイカのように大群はつくらず、2匹で遊泳していることが多い。このためペアと良く言われるが、必ずしも雄雌ではない。ただし、雌を釣った後に追っかけるように釣針に食いつくのは雄。

沿岸漁業 樽流し釣



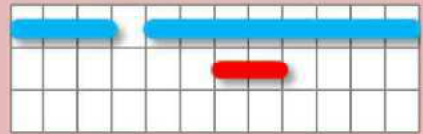
金色に光る大きな目、大きな腹びれ、鮮やかな赤い体色が特徴

# チカメキントキ

(地方名 ハイケダイ、アサヒ、キントキ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



背びれの棘が鋭いので取り扱いには十分注意のこと。



## 肉質・味

肉質は硬く締まった白身で、くせがなくあっさりとした上品な味。小型のものには旨みが乏しい。



## 調理方法

刺身は絶品。白と赤のコントラストが美しく、姿造りにすると見栄えがする。アラで吸い物を作ると上品なよい出汁が出る。その他煮つけなど。細かな硬い鱗(うろこ)に被われているので、刺身にするときは鱗を落とさず、そのまま皮を引くと良い。引いた皮もまた美味しい。

## 名前の由来

ハイケダイ  
鮮やかな赤い体色が平家の赤旗を連想。  
キントキ  
赤いものを意味する坂田の金時(金太郎)から。

## 棲息場

水深80～120mの海底付近に、群れで生活。

## 大きさ(流通サイズ)

大きなものは全長40cmを超える。流通サイズは20～30cmのものが。

## 水揚量(H21年)

0.6トン

## 産地

田後港、鳥取港、赤碕港、境漁港等小型底びき網漁が盛んな所に多い。



- 眼が金色に輝くのは、網膜にあるタペータムと呼ばれる反射板が光を反射するため。かすかな光を効率良く集め、暗い深海でもよく見えるための仕組み。
- 体色が赤く、金色に光る大きな目を持つことから、太平洋を代表する高級深海魚のキンメダイと混同されるが、まったくの別物(チカメキントキはスズキ目、キンメダイはマツカサウオ等が含まれるキンメダイ目)。
- 背びれの基底が長く、腹びれが大きく、体高も高い等キンメダイとの識別は簡単。

沿岸漁業 小型底びき網

青葉薫る5月の下旬に顔を出す初夏の使者

# ツクシトビウオ ホソトビウオ

(地方名 カクアゴ・大目・丸アゴ・小目)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



ツクシトビウオ (カクアゴ)



ホソトビウオ (マルアゴ)



## 肉質・味

両種とも透明感のある白身だが、肉質はツクシトビウオはやや硬く、ホソトビウオは柔らかい。高タンパク、低脂肪で極めてヘルシー。



## 調理方法

ツクシトビウオは、刺身で食べられることが多い。ホソトビウオは、すり身にして練り製品の原料に用いられる。脂肪分が少ないので揚げ物、バター焼きに向く。塩焼きもあっさり美味しく。真子(卵巣)の煮つけは珍味。

## 名前の由来

カクアゴ：大型で頭の形が角張っていることから。  
マルアゴ：小型で頭の形が丸みを帯びることから。

## 大きさ(流通サイズ)

カクアゴ：全長35cm位になる。  
マルアゴ：全長25cm位になる。

## 水揚量(H21年)

170トン

## 地元加工品

「あごちくわ」は、本県を代表する水産加工品。近年すり身を加工した「あごカツ」、「あごの串天」が開発され、さらにあごカツを用いた「あごカツバーガー」や「あごカツカレー」などの新商品も人気を呼んでいる。



## 産地

田後港、  
酒津漁港  
船磯漁港、  
赤碓港



- 脂肪含有量が非常に少ないことが食材としての最大の特徴。筋肉の脂肪含有量は1%以下であり、逆にタンパク質含有量は20%を超える。
- 大きなひれを利用して空中を滑空するが、空中に飛び出す原動力は、長く伸びた尾びれの下葉(下半分)を海面に激しく打ち付ける動き。
- 卵は、サンマやサヨリと同様卵膜上にある細い糸により流れ藻に絡みつく。
- 小型船のへ先に明かりを灯し、集まってくるトビウオをたも網ですくい取るのが伝統漁法「あご抄」。雌雄ペアで集まると言われている。

沿岸漁業 まき網、流網、抄網(たも抄)

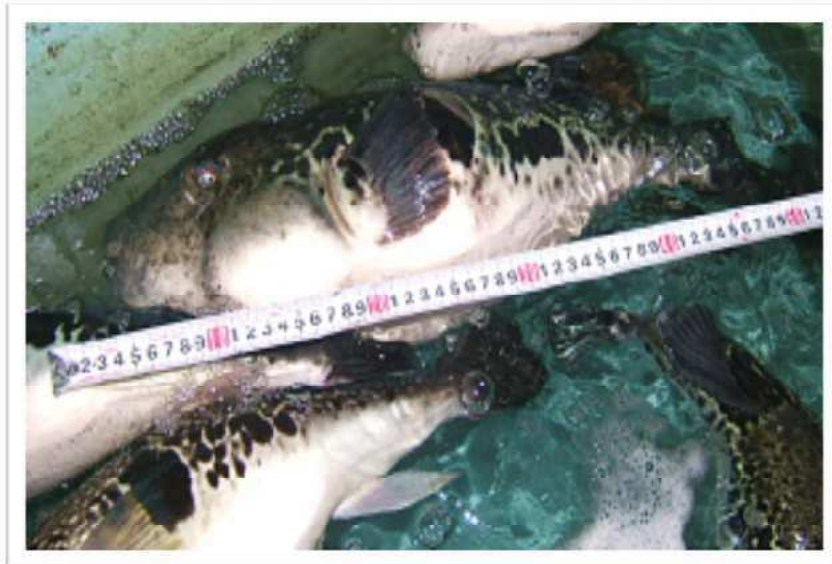
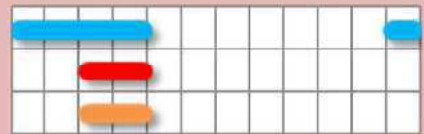
春先に生まれ故郷の美保湾に里帰り

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

# トラフグ

(地方名 フグ、ホンフグ)

漁期  
盛漁期  
推奨期



美保湾を代表する高級水産物。  
美保湾内では養殖も行われている。

## 名前の由来

地方名は特にない。フグ類を代表し単にフグ、ホンフグと呼ばれる。

## 棲息場

日本海沿岸の水深100mより浅い所の中低層に生活。  
美保湾口が産卵場となっており、産卵に集まる大型親魚を漁獲する。

## 大きさ(流通サイズ)

全長70cm程度になる。  
流通サイズは40~60cmのものが多い。

## 水揚量(H21年)

9.5トン  
(一部他のフグ類も含む)

## 産地

境漁港が最も多い。淀江漁港でも水揚げされる。



## 肉質・味

天然魚は筋肉の張りがあり弾力性に富んだ歯ごたえのある食感。魚特有の臭みがなく、脂肪含有量は少ないが、しっかりとした旨みと甘みを感じられフグ類中最も美味しいとされる。白子(精巣)は口の中で溶けてクリーミーな味わい。



## 調理方法

刺身(薄造り)、鍋物(ちり)、焼き物、唐揚げ、一夜干し、ひれ酒など。身をサラシで包み一日寝かせると旨みも甘みも増すとされている。唐揚げは揚げすぎると身がかたくなる。卵巣、肝臓、腸には毒があるので、フグ調理師が調理したものを食すること。

## フグの刺身はなぜ薄い?

値段が高いためけちっているのではなく、あまりにも身が締まっているので噛み切れなため。



- 全国的に知られていないが、本県西部に位置する美保湾は、トラフグの昔からの産卵場。春になると大型の産卵親魚が多数来遊し、周辺の人々にとっては身近な魚で、食文化もある。
- 日本人は古くからフグを食し、境港市の対岸にある縄文時代後期のサルガ鼻遺跡や鳥取市青谷町の弥生時代の上寺地遺跡からフグの骨が出土している。
- 小さいうちは産卵場周辺海域で成長し、その後東シナ海等外海へ移動、回遊し、サケの様に再び生まれた海域に産卵のため戻ってくると考えられている。

沿岸漁業 はえ縄、定置網、海面養殖

漢字で書くと「貝(ばい)」。まさしく貝の中の貝。

# バイ

(地方名 キンコバイ、クロバイ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



「第31回全国豊かな海づくり大会鳥取大会」のお手渡し魚種

### 名前の由来

キンコバイ：黒い斑紋の周りに金粉(きんこ)をまぶした様に見えることから。

### 棲息場

沿岸の水深30m以浅の砂泥底。

### 大きさ(流通サイズ)

殻の高さは、最大10cm程度。  
流通サイズは、3~7cmが多い。

### 水揚量(H21年)

42トン

### 産地

美保湾に多い。淀江漁港、皆生漁港、境漁港。

### 栽培・資源管理取組

- 1982年から1994年まで人工種苗(稚貝)を放流してきたが、資源水準が低下したため放流を一旦休止。
- 2010年より漁業者による稚貝放流が再開され、全県下で1cmの稚貝10万個が放流されている。
- 資源回復計画に基づき、30万個の稚貝放流や産卵基質の設置による資源回復を目指す。



### 肉質・味

身は弾力にとみ、独特の風味と甘味がある。  
内臓は苦味が少なく、味は濃厚。



### 調理方法

そのまま塩ゆでが一般的。煮つけも美味しい。  
水からゆでて、決して沸騰させず、火が通ったら、鍋ごとさまし取り上げると身がかたくならない。  
もちろん生きたものを選ぶこと。



### 郷土料理

春に大祭が行われる地域が多く、この時期に多く漁獲されるバイは祭りに欠くことのできない御馳走である。  
大根と一緒に煮付ける家庭料理もある。



- 船底塗料に含まれる有機スズ(環境ホルモン物質)により雌の生殖機能が低下し資源が激減。幻の貝となり魚価は急騰し家庭の食卓から消えたが、近年資源が回復し、再び庶民の食卓に帰って来た。
- 産卵期は6~8月。海底に沈んだ流木や人工物等に卵を多数産み付ける。器質がなければ卵を生まないまま産卵期を終える。
- 栽培漁業センターでは産卵場を特定し、効果的な産卵器の設置による大量産卵試験に成功。産卵数の増加により再生産力の向上が期待される。

沿岸漁業 かご網(バイかご)、小型底びき網

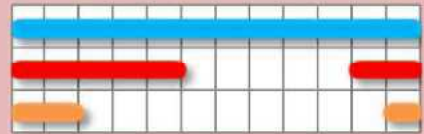
鳥取県の県魚、栽培漁業のリーダー

# ヒラメ

(地方名 ヒラメ、オオクチ、ハタタガレイ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



「第31回全国豊かな海づくり大会鳥取大会」の放流魚。



## 肉質・味

身は良くしまった白身で弾力に富み、上品で繊細な甘味と旨味がある。鰭(ひれ)の付け根の筋肉は脂がのり、歯ごたえがあり「縁側」と称し珍重される。



## 調理方法

刺身が定番。ヒラメの繊細な旨みを味わうためにはポン酢醤油が最適。昆布締めもカルパッチョも美味しい。ムニエル、グラタン、ホワイトソース煮、フライ等洋食にも良く合う。アラは上品な良い出汁が出る。残った頭に塩をふり、揚げたものも旨い。調理のコツは、血抜きして1日おくこと。

## 名前の由来

オオクチ：大きい口を持つことから。  
ハタタガレイ：ハタタは扁平なもの(古語)の強調語。

## 棲息場

水深200m以浅の砂底域

## 大きさ(流通サイズ)

大きなものは、全長1m、体重10kgにもなる。30~50cm位のものが多い。

## 水揚量(H21年)

約52トン

## 産地

境漁港が圧倒的に多い。その他鳥取港、酒津漁港、泊漁港、赤碓港、淀江漁港。

## 栽培・資源管理取組

2002年までは漁業者により人工種苗が放流されていたが、天然海域での寄生虫の発生により休止している。

現在、放流再開に向けて県により美保湾での試験放流が実施され、高い回収率が得られている。



- 1990年に当時の鳥取県漁業協同組合連合会が公募で県魚に決定。
- 早春深場から浅場へ移動し、水深20~70mの岩礁域近くの砂泥域で産卵。
- 産卵前の大型親魚は脂ののりが良く、寒ヒラメと称し珍重されるが、春から秋にかけては小型の未成魚が美味いとされている。
- 本県沿岸に整備されたヒラメの増殖場には、砂底に窪地を作り幼魚の重要な餌であるアミ類の発生を促進する機能を持つ「十字礁」と呼ばれる本県独特の人工構造物が設置されている。

沿岸漁業 小型底びき網、釣(ひき縄釣)、刺網(ヒラメ網)

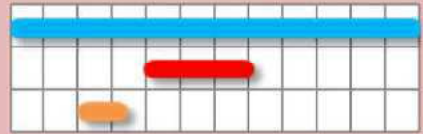
祝い事にかかせない魚の王者

# マダイ

(地方名 タイ、オオダイ、ホンダイ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



高貴な姿と味の良さにより、大昔からめでたい魚。日本を代表する海産魚。



## 肉質・味

身はきれいな白身でよく締まっており、淡泊だが甘味がある。ただし、骨はかたいので食べる際、注意が必要。



## 調理方法

刺身(中型のものは皮を付けた松皮造りに)、塩焼き、潮汁、煮つけ、ムニエル、フライ、鯛飯、鯛茶漬、甘露煮など、どんな料理にしても美味しい。塩焼きは塩をし2~3時間おいてから焼くと良い。鯛飯は焼いたものを入れて炊くと香ばしい。体色が鮮やかなピンク色をしており、眼がすんでいて、尾びれの先が縮んでいないものを選ぶこと。活け締めがのものが、より良いとされる。活け締め後、ある程度時間をおき、熟成させたものはさらに旨味が増す。

## 名前の由来

特別な地方名はない。タイの中のタイであることからオオダイ、ホンダイ。

## 棲息場

水深200m以浅に分布。未成魚は砂礫、砂底域を、また成魚は岩礁域を好む。

## 大きさ(流通サイズ)

大きいものは全長1m、体重10kgを超える。流通サイズは、20~60cmのものが多い。

## 水揚量(H21年)

116トン

## 産地

鳥取港、酒津漁港、夏泊漁港、泊漁港、赤碕港。

## 栽培・資源管理取組

資源管理対象種として尾叉長13cm未満の個体は再放流されている。

漁業者は5月に刺網(三重網)を禁止し、産卵親魚を保護する取組を行っている。



- 伝統漁法「かつら網」は、沖合の岩礁域に群れるマダイを、ブリ板とよばれる白色の板を多数取り付け付けたロープで脅しながら浅い砂浜に誘導し、まき獲る本県中東部の漁法。一度に大小様々なサイズのマダイが1~2トン漁獲される。しかし、本漁には多くの船や労力が必要で、現在は操業地域が限定されイベントとして行われる程度になってしまった。
- 本県での産卵期は4~5月頃。早春から桜が咲く頃が旬となる。
- 天然物は、全流通量の1割程度。本県産は、すべて天然・生。

沿岸漁業 刺網(タイ刺網)、小型底びき網、定置網、釣、かつら網等

母タコは命をかけて子(卵)を守り抜く

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

# マダコ

(地方名 タコ)

漁期  
盛漁期  
推奨期



諺「たこ屋に肺病なし」は古来からの知恵。ビタミン、ミネラルがバランス良く含まれ健康食品として認知されていた。

### 名前の由来

特別な地方名は、ない。タコの呼び名は、足が多いことから「多股(たこ)」等諸説あり。

### 棲息場

沿岸の水深40m以浅の岩礁域、砂浜域。

### 大きさ(流通サイズ)

大きいものは全長60cm、体重3~4kgにもなる。全長30~40cm、体重2kg程度のものが多い。

### 水揚量(H21年)

41トン

### 産地

圧倒的に淀江漁港での水揚が多い。その他鳥取港、境漁港。



### 肉質・味

肉質は弾力に富み、美味しい白身。高タンパク低カロリー。ヘルシー食品の代表格。タウリンの含有率が水産物の中でもトップクラス。



### 調理方法

茹だこが一般的。刺身は調理が少々面倒ではあるが見た目にも美しい。天ぷら、揚げ物、やわらか煮、炊き込みご飯等。カルパッチョ、フイヤベース等地中海料理に多用されている。調理のコツは、塩でよく揉んで滑りをとること。



タコとエビ海鮮スパゲティ



知っ得

- 産卵期は、夏。旬は春から梅雨前。
- 交尾したメスは岩陰等に潜み、長さ10cm程度の房状の卵塊をいくつもぶらさがるように産み付ける。これを「海藤花(かいとうげ)」と呼び珍重する。
- メスは卵がふ化するまで約1ヶ月間絶食し、海水を吹きつけたり、魚などを追い払って命がけで卵の世話をする。メスはふ化した稚タコを見届けて衰弱死する。
- 寿命は短く、2年程度。一方大食漢で成長は早い。エビ・カニ・貝類が大好物。

沿岸漁業 タコツボ、小型底びき網

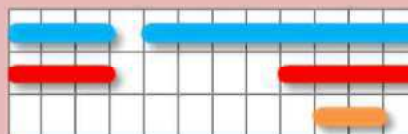
学名にゼウス(ギリシャ神話の最高神)の名を冠するすこいやつ。

# マトウダイ

(地方名 バトウ、ツキノワ、モンダイ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



## 名前の由来

バトウ : 馬面な顔  
ツキノワ : 生時には金色に輝く  
体側中央の円形黒紋  
を囲む輪紋から

## 棲息場

水深30~100mの沿岸域の  
砂泥底。

## 大きさ(流通サイズ)

大きなものは全長50cmを  
超える。  
流通サイズは、25~40cm  
が多い。

## 水揚量(H21年)

約6トン

## 産地

田後港、鳥取港、赤碕港、  
境漁港。



ヨーロッパでは聖なる魚と称される(聖ペテロの名がつく)。



## 肉質・味

外見に似ずきれいな白身。肉質は締まっており、  
脂がのっていて、とても美味しい。肝は絶品。  
真子(卵巣)も美味しい。



## 調理方法

刺身(肝あえ)、煮つけ、鍋、ムニエル、フライ  
など。つやがあり、茶色の強いものを選ぶこと。  
鮮度が悪くなると灰色の部分が多くなる。  
頭が大きく歩留まりが悪い上に、背びれと臀びれ  
の基部に多くの棘が並んでおり、さばきにくい。が、  
白身で和洋問わずどんな料理にしても美味しい魚。  
フランス料理のムニエルなどは定番。



- 産卵期は春~初夏。産卵前の冬季がうまい。
- 店頭では分からないが、長く伸びた立派な背びれを持ち、泳ぐ姿は優雅。
- 見た目は悪いが安価で上質な白身で惣菜に最適。家計に優しい魚。
- 海から出して手に持つとグーグーと鳴き声をあげる。
- 大きく長く伸びる口で、アジやイワシなどを吸い込んで食べる。
- 大型魚はほとんど雌。雄は大きくならない。

沿岸漁業 小型底びき網、一本釣



見た目は悪いが、味よし、美容によし、健康によし。

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

# マナマコ

(地方名 ナマコ、アカ、クロ、アオ)

漁期  
盛漁期  
推奨期



境水道で、ナマコ漁が始まると本格的な冬の始まり。

### 名前の由来

アカ、アオ、クロは体色から。  
ナマコ：「生(なま)」と  
コリコリした食感の「凝(こ)」  
または小さく固まる「固(こ)」  
ことから等諸説あり。

### 棲息場

アオ、クロ：内湾の砂泥域  
アカ：外洋の岩礁域

### 大きさ(流通サイズ)

全長30cmになる。

### 水揚量(H21年)

12.2トン

### 栽培・資源管理取組

県が美保湾で採苗試験を実施中。

### 産地

網代漁港、船磯漁港、淀江漁港、  
境漁港。



### 肉質・味

肉質はシコシコと堅く、ナマコ独特の磯の香りと風味がある。生食には身がより堅いアオやクロより、肉厚で身が柔らかいアカが珍重される。



### 調理方法

薄く切った生のナマコを二杯酢やポン酢で食べる。加熱すると香り・風味は減るが身は縮み柔らかくなり食べやすくなる。炒め物が最適。腸の塩辛(コノワタ)、卵巣の塩辛(このこ)は高級珍味で値も高い。アカナマコは、まな板の上等で塩でよくもみ身を締めると食感がさらに増す。表面がべろっと溶けている様に見えるものは避ける。



ナマコ酢



知っ得

- 体色によりアカ、アオ、クロに区別されるが、いずれも種類は「マナマコ」。沖縄には「クロナマコ」というれっきとした種がいるのでややこしい。
- 産卵期は初夏、旬は身がしまる冬。高温を嫌い夏は石の下や砂中に深く潜って、冬眠ならぬ「夏眠」をする。
- 滋養強壮薬で有名な朝鮮人参の主要薬効成分である「サポニン」を動物では珍しく含んでいる。さらにコラーゲンやコンドロイチン、亜鉛、マグネシウム等ミネラルも多く、健康と美容に効果があるとされ、最近人気急上昇。

沿岸漁業 貝桁網、潜水

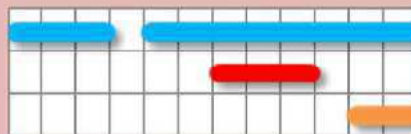
干して食べれば一級品

# ムシガレイ

(地方名 モンガレイ、ミスガレイ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



体型はカレイ類のなかでも美しく、裏側の体色も涼しげで上品であるが、水っぽいのがたまにきず。

## 名前の由来

### モンガレイ

県東部での呼び名。明瞭な3対の虫食い状の斑紋（はんもん）があることから。

### ミスガレイ

県西部での呼び名。無眼側（裏面）の体色は水のようにの透き通り、肉質も水っぽいことから。

## 棲息場

水深200m以浅の砂泥底

## 大きさ(流通サイズ)

大きいものは、全長40cmを超える。流通サイズは、20~25cmのものが多く。

## 水揚量(H21年)

約30トン

## 産地

田後港、鳥取港、境漁港。



## 肉質・味

身は白身で、肉質はやや水っぽい。カレイ特有の臭みは、あまり感じられなくあっさりして癖がない。



## 調理方法

干物に最適。煮つけ、唐揚げ、フライ、ムニエル等に利用されるが、単純に塩焼きが美味い。子持ちガレイを焼くときは、弱火で時間をかけて焼くこと。斑紋が明瞭で、身がしっかりとしたものを選ぶ。



- ソウハチ（エテガレイ）と同様、一夜干しにして真価を発揮するカレイ。
- 産卵前の大きく発達したオレンジ色の卵巣が透けて見える姿は、カレイ類中最も美しい。
- 産卵期は、冬から早春。
- 他のカレイ同様、雌の方が大きく全長40cm前後になるが、雄は30cm前後にしかない。

沿岸漁業 小型底びき網

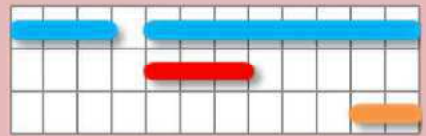
今や小型底びき網を支える重要種

# メイタガレイ ナガレメイタガレイ

(地方名:ホンメタ・バケメタ)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 月

漁期  
盛漁期  
推奨期



メイタガレイ (ホンメタ)



ナガレメイタガレイ (バケメタ)



## 肉質・味

小型のカレイながら身は肉厚で、白身でくせがなく美味しい。バケメタは、ホンメタに比べ水っぽく柔らかい。



## 調理方法

ホンメタの刺身は甘く美味しい。関西では活魚を珍重しその刺身は超高級品。しかし、バケメタは身が柔らかく刺身には向かない、刺身で食べ比べると違いは一目瞭然。唐揚げも定番。二度揚げすると骨まで食べられる。煮つけ、塩焼きも美味しい。調理のコツは、体表に独特の匂いがあるため、皮を取り除き、皮の匂いを身につけないようにすること。また、体表につやがあり、斑紋がはっきりしているものが鮮度が良い。

## 名前の由来

ホンメタ：本家本物のメイタガレイ。

バケメタ：ホンメタに非常に酷似するがちょっとだけ変わって（化けて）いることから。

## 棲息場

水深150m以浅の砂泥底。バケメタの方が深くまで分布する。

## 大きさ(流通サイズ)

大きいものは、全長30cm位になる。流通サイズは、20cm位のものが多い。

## 水揚量(H 21 年)

メイタ : 4トン

バケメタ : 34トン

## 産地

田後港、鳥取港、赤碕港、境漁港。

## 栽培・資源管理取組

全長14cm未満の個体の再放流。

稚魚の発生量が多い場合は、小型底びき網の網目を拡大。



- 両種は体表の模様とウロコの形で見分けられる。ホンメタの黒色の模様は不規則で、ウロコは米粒状。バケメタの黒色の模様は規則的で丸く、ウロコも丸い。
- 産卵期は、ホンメタでは12~1月、バケメタはそれよりやや遅く1~3月。
- 関西では、ハモ、キジハタ等とともに夏にはなくてはならない高級魚。
- メイタガレイの名前は、両目の間が板の様に硬く盛り上がっていることから「目板（めいた）」、またその場所に2本の骨性突起（棘）があり手で持つと痛いから「目痛（めいた）」に由来すると言われている。

沿岸漁業 小型底びき網など