

# ゆたかな日本の水産業と、魚たちを守る取組を調べてみよう!

## 日本にはどんな魚料理があるのだろう?

日本人は昔から魚料理に親しんできました。和食に魚は欠かせない食材となっており、魚を使ったいろいろな料理があります。

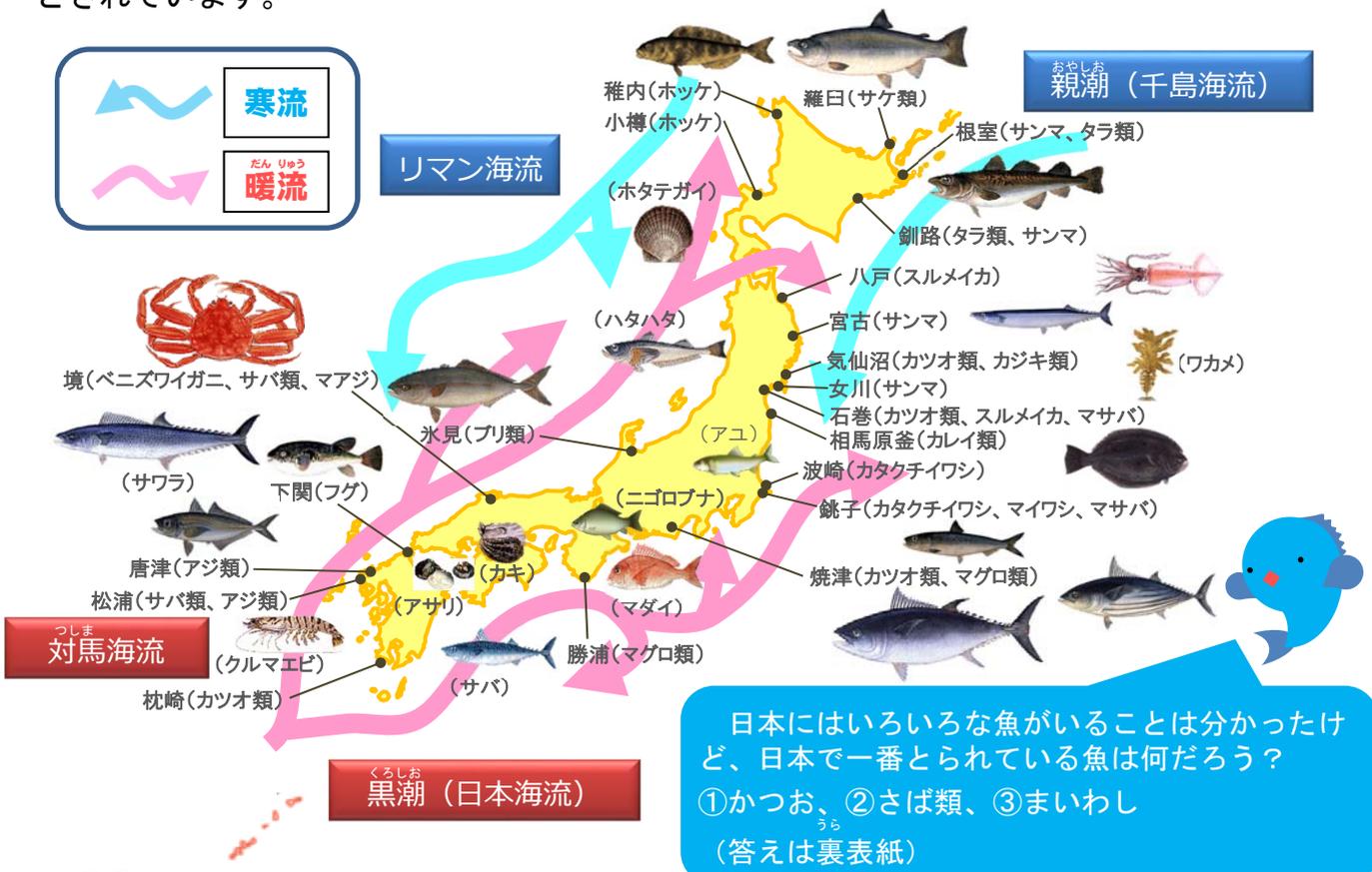


最近では、誰でも簡単においしく料理ができるように工夫された魚の商品も売られているよ。



## 日本の海では、どんな魚がとれるのだろう?

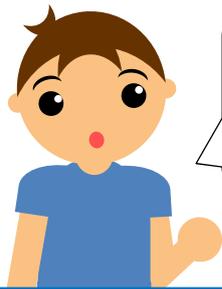
南北に長い島国である日本のまわりの水域は、寒流と暖流がぶつかり合っていることから、冷たい水を好む魚と温かい水を好む魚の両方が回遊・生息する恵まれた海となっています。日本のまわりの海には約3,700種の魚がいて、これは、世界の海水魚の25%にあたりとされています。



日本にはいろいろな魚がいることは分かったけど、日本で一番とられている魚は何だろう?  
①かつお、②さば類、③まいわし  
(答えは裏表紙)

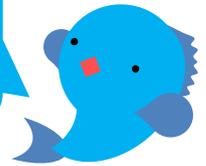
# 魚はどうやってとっているのだろう？

日本で行われているさまざまな漁法を見てみましょう。



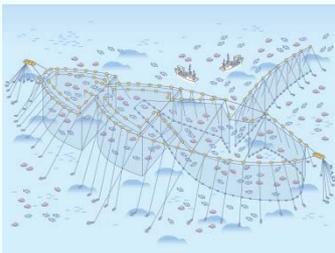
よく釣りをするけど、  
漁師さんもあんなふう  
に1匹ずつ釣っているの  
かなあ？

日本はいろんな場所  
でいろんな魚がとれるから、  
魚や漁場の特性に合わせ  
てとる方法もいろいろあ  
るんだ。

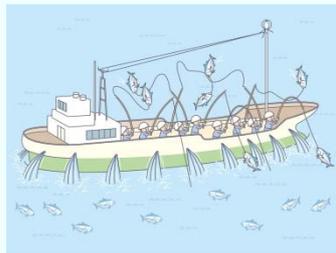


## 日本で行われている主な漁法

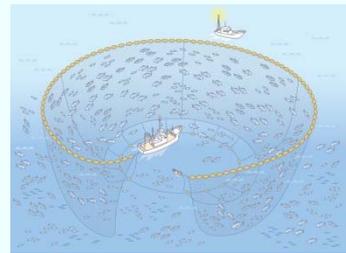
このほかにもたくさんの種類の漁法が使われています。



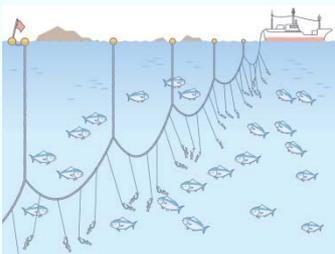
ていち あみ  
定置網漁



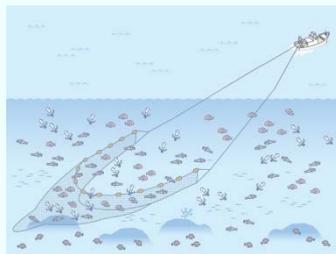
いっほんづ  
カツオー一本釣り漁



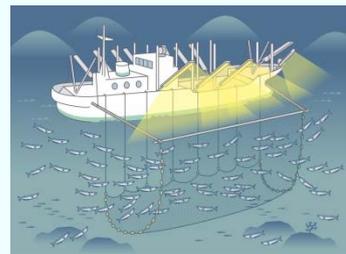
あみ  
まき網漁



なわ  
はえ縄漁



そこ  
底びき網漁



ぼううけ あみ  
サンマ棒受網漁

## 人が魚を育てる方法もあるよ！

人が魚を育ててとる方法を養殖ようしよくといいます。日本では、いろいろな魚や貝、海そううみそうの養殖ようしよくをしています。

とらないで育て  
る方法もあるのね。



## 養殖ようしよくをしている主な魚介類ぎょかい

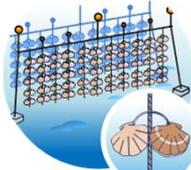
ハマチ



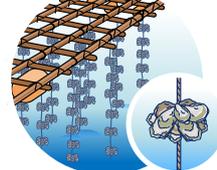
タイ



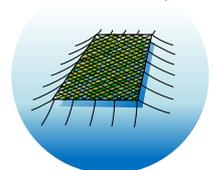
ホタテガイ



カキ



ノリ



## 魚にはどんな栄養が含まれるの？

魚に含まれているさまざまな栄養が注目を集めており、世界の人々が魚を多く食べるようになってきています。



**たんぱく質**  
(アミノ酸)

からだのもとになる  
(筋肉、内臓など)




**脂質**  
(DHA、EPAなど)

病気を防ぐ  
(心臓病の予防など)




**カルシウム**

丈夫な骨を作る  
(歯を強くする)



ほかにも、魚にはビタミンなどが、わかめやのりなどの海そう類にはビタミンやミネラル、食物繊維などたくさんの栄養が含まれているよ。

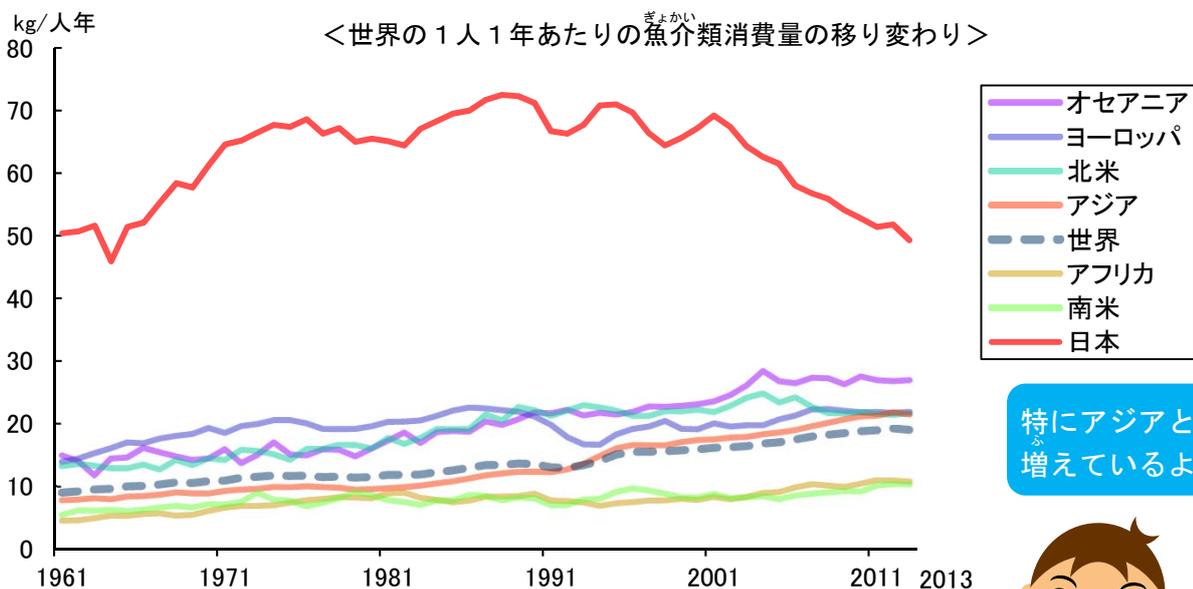


魚をたくさん食べると体が元気になるんだね。

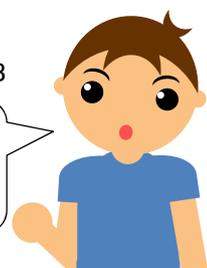


## 世界ではどのくらいの魚が食べられているのだろうか？

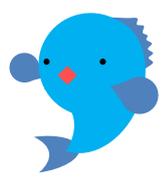
魚は体によく、おいしいことから世界中で人気が出てきており、世界の1人あたりの魚の消費量は急激に増えています。



特にアジアとオセアニアで増えているよ。



でも、この頃日本は減っているんだね。



資料：FAO「Food Balance Sheets」  
注：粗食糧とは、廃棄される部分も含んだ食用魚介類の数量。

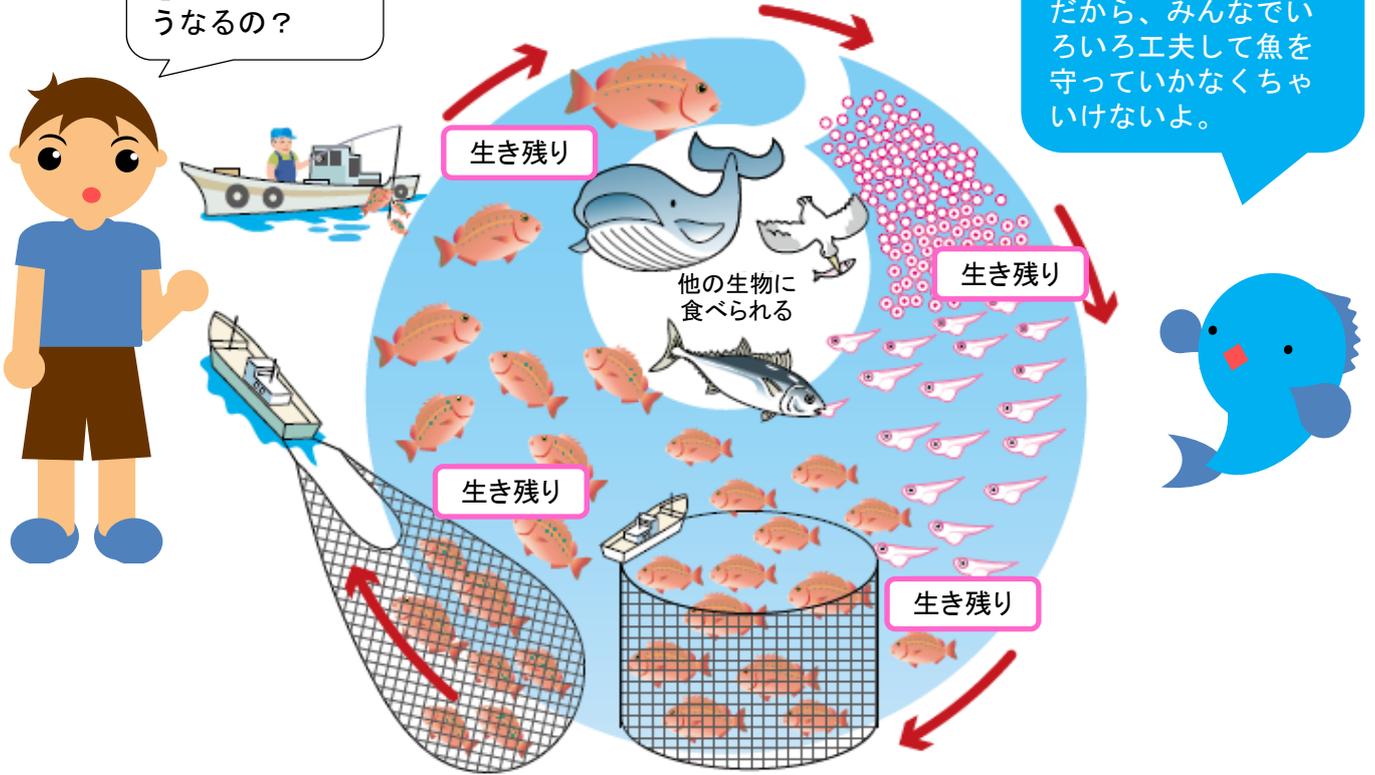
いつまでもおいしい魚介類を食べられるようにするために。

魚は少しずつとる分には、生き残った魚が大きくなって、たくさん卵をうむため、問題は  
ありません。

でも、とりすぎちゃったらどうなるの？

<魚が卵からうまれて、大きくなるまで>

とりすぎちゃったら減ってしまうよ。だから、みんなでいろいろ工夫して魚を守っていかなくちゃいけないよ。



魚や貝類などを守るための取組の例

小さい魚、産卵する時期の魚はとらない



魚をとってよい時期・量・大きさを決める



魚の子どもを放流する



魚が育つ環境を整える



日本で魚を守っても、外国がたくさんとってしまうと魚が少なくなってしまうよね。

だから、世界のみんなで話し合っ  
てとりすぎないようにしなくちゃ  
いけないね。

水産資源（魚や貝類等）の状況を良くするために、いろいろな取組を行っていくことが大事だよ。

