

福島からの発信！！

福島県の誇る「常磐もの」で、震災復興



常磐ものをキーワードに震災や風評被害に立ち向かう「いわき市漁業協同組合」と、福島県出身の総料理長が常磐もののおいしさを最大限に引き出した料理を提供する「五色はなれ石炉端」取材しました。

常磐ものとは？

寒流と暖流の潮目で豊富なエサを食べて育った常磐ものの魚は、豊洲市場水産関係者の間でも高く評価されています！

福島県の海は、常磐沖とよばれ、黒潮（暖流）とともに北上してきた様々な魚が親潮（寒流）で発生したプランクトンを食べて丸々と太る、豊かな海です。そのおかげで、春はシラウオ、夏はスズキやカツオ、秋はヒラメやサンマ、冬はアンコウやメヒカリ、ヤナギムシガレイ、また、首都圏ではお目にかかる機会が少ないナメタガレイやドンコ、コモンカスベなど、1年を通して色々な種類のおいしい魚が福島の港に水揚げされ、これらを「**常磐もの**」と呼んでいます。

01 カツオ ●旬／初夏～秋

初夏の代名詞。ニンニク醤油で食べる常磐もの(者)多数。
戻りカツオも脂がのっておいしい！
●タンパク質が豊富 ●血合いはビタミンA、B1、B2、B12や鉄分などを多く含む

ニンニク醤油がいわき流



02 サンマ ●旬／秋

塩焼きはもちろん、常磐もの(者)は刺身でも。
郷土料理サンマのポーポー焼きは、
お魚版ハンバーグとして子どもにも大人気！
●ビタミンA、D、E、B2、B6、B12や亜鉛、鉄分が多い
●脂には悪玉コレステロールを減らすDHAがたくさん

鮮度がいいなら刺身が最高



03 ヤナギムシガレイ ●旬／秋～冬

体が柳の葉を連想させることからこの名がついた。
特に「一夜干し」が有名で、大変美味な高級品！
●高タンパクかつ低脂肪でヘルシー ●ビタミンやタウリンが豊富

一夜干しが特に旨い高級魚



04 メヒカリ ●旬／冬

いわき市の“市の魚”メヒカリ。
1年中獲れるが、脂がのっている冬が1番おいしい！
●タンパク質やカルシウムが多い
●中性脂肪を抑制するといわれるDHAをたっぷり含んでいる

上品な味で人気の“市の魚”



05 アンコウ ●旬／冬

常磐もの(者)はおいしく料理して昔から食べている。
「アンコウ鍋」や「ともあえ」は冬の定番！
●脂肪は少ないが、素晴らしいコラーゲンがたっぷり
●ビタミンA、B1、B2、E、ナトリウム、鉄分などが豊富

皮や肝まで
おいしい
冬の味覚



「常磐もの」の魚たち

常磐ものを代表する「メヒカリ」と「ヒラメ」。
脂がのり、旨味が強いのが特徴です。

福島のスウルフード「メヒカリ」

目が大きく青緑色に光ることから通称「メヒカリ」と呼ばれているアオメエソは、福島県では古くから親しまれている深海魚で、平成13年には、いわき市の「市の魚」に制定されました。

0歳魚は水深150～450mの広い範囲に分布しますが、成長に伴い、水温が高い水深150～200mに移動し、底曳網漁の休漁期間を除いて年中漁獲されています。淡白な白身とふんわりした食感で、脂ののりもよく、唐揚げや干物の他、刺身や寿司で提供されることもあります。



メヒカリ

福島が誇る逸品「ヒラメ」

ヒラメは福島県の水産物を代表する魚です。福島県沖で育つヒラメは、「常磐もの」として大変美味しいと評判で、東日本大震災前の築地市場では、市場全体のヒラメ活魚取引価格の1.2～1.5倍で取引され、高い評価を受けてきました。東日本大震災後、沿岸漁業を休んだこともあり、ヒラメの資源量は増え、現在はサイズの大きいヒラメに限定して水揚げされています。

また、朝に獲ったヒラメをその日のうちに水揚げしていることから、より新鮮で活きの良いものが出荷されています。



ヒラメ

いわき市漁業協同組合のご紹介

いわき市漁業協同組合は、平成12年、7つの漁協（勿来、小浜、江名町、豊間、沼之内、四倉、久之浜）が合併して誕生した福島県内で最大規模を誇る漁業協同組合です。

底魚類を対象とする底曳網漁業や、コウナゴ等を対象とした船曳網漁業が盛んで、震災前の平成20～22年平均の漁獲量は約4,157t、漁獲金額は約17億円でした。



底曳網船



いわき市漁業協同組合事務所

津波の被害に遭い移設、現在も仮事務所のまま



震災を経て

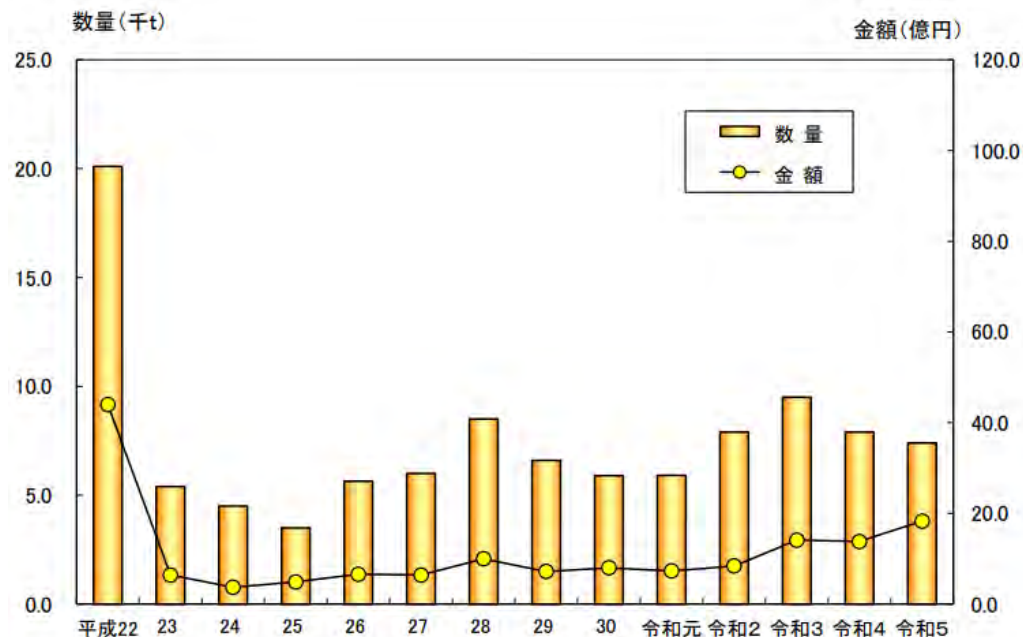
東日本大震災、福島第一原発の事故により、漁港や魚市場、関連施設、船舶は多大な被害を受けました。沿岸漁業は、震災前と同じように漁業が出来ない状況が続き、原発事故の影響が少なかった沖合漁業は、震災後すぐに通常の操業を再開しましたが、風評被害により競りにすらかからないことがありました。

令和5年のいわき市の水揚げ量は、いまだ震災前の37%にとどまっており、厳しい状況が続いています。

6 海面漁業の水揚げ状況

(1) 水揚げ数量及び金額の推移

年	数量(t)	対H22年比(%)	金額(千円)	対H22年比(%)
H22	20,123	-	4,402,950	-
H23	5,401	26.8	645,069	14.7
H24	4,535	22.5	373,469	8.5
H25	3,461	17.2	493,661	11.2
H26	5,644	28.0	658,335	15.0
H27	6,010	29.9	635,595	14.4
H28	8,514	42.3	1,003,001	22.8
H29	6,593	32.8	720,623	16.4
H30	5,889	29.3	795,578	18.1
R1	5,912	29.4	730,397	16.6
R2	7,908	39.3	838,366	19.0
R3	9,491	47.2	1,407,536	32.0
R4	7,873	39.1	1,381,477	31.4
R5	7,447	37.0	1,832,735	41.6



いわき市の水揚げ量の推移

引用：令和6年度いわき市の水産 <https://www.city.iwaki.lg.jp/www/contents/1001000000620/simple/R6.pdf>

復興の歩み

福島県では、平成23年4月以降、魚介類の放射性物質濃度についてモニタリング検査や各種調査を実施し、放射性物質の濃度が低い種類、事故直後は高かったものでも時間の経過とともに明らかに低下している種類、放射性物質が検出されやすい魚の部位など、多くのことが分かってきました。

モニタリング検査の結果から、安定的に数値が低く、ほとんどが不検出となっているものを対象種として試験操業を実施してきました。

いわき沖では、平成25年10月18日から16種を対象に試験操業が開始され、震災から10年以上経つ令和3年3月で試験操業を終え、4月から本格操業へ向けた通常操業へ移行するなど、復興に向けた大きな一歩を踏み出しました。

なお、いわきで水揚げされた魚介類は、出荷する際に魚種ごとに県漁業協同組合連合会がスクリーニング検査を行い、安全性を確認しています。

※令和6年11月現在、全ての魚種が操業対象となっています。

※平成27年以降検査した5万件以上の検体のうち99.99%で国の基準値(100Bq/kg)を下回りました。



取組のご紹介

いわき市では、平成27年10月から水産業の地域ブランド「常磐もの」を開始し、市内の水産関係者が一体となって、本市水産物のおいしさ等の魅力や携わる人々のまじめな心意気を伝えるため、この「常磐もの」をキーワードに、各種プロモーション事業を展開し、消費者等の認知度向上、消費拡大を進めています。

安全性の確保

水揚げ毎に県漁業協同組合連合会が全魚種自主検査を実施し、その結果をホームページで公表しています。国の基準値（100Bq/kg）を万が一にも超えることがないように出荷基準（50Bq/kg）を設定し、25Bq/kgを超えた際は、福島県水産海洋研究センター・福島県水産資源研究所で精密検査を実施することになっています。

情報発信

いわき見える化プロジェクト

いわき市では、一方的に安全性を語るのではなく、食の安全・安心を消費者自らに判断してもらおうと、サイトを通じて、水産物や農産物等の放射線量を公表。いわきの生産者のリアルな声も、動画でお伝えしています。

JF いわき市漁業協同組合
JF IWAKI CITY

いわき市漁業協同組合 本所
☎0246-29-3565 WEBからのお問い合わせ

TOP 「常磐もの」今が旬! 簡単なのに美味しいです! ザ漁師 市況情報 組織情報 お問い合わせ

TOP > 10月18日検査結果

試験操業スクリーニング検査結果 月別-試験操業スクリーニング検査結果

月を選択

漁協での自主検査
原発事故後、試験操業（県のモニタリング検査で安全を確認した限定された魚種）で水揚げするリンゴ検査で安全が確認されています。さらに、消費者の方へ安心・安全に食べていただくため、れた全種類の検査を行っています。
自主基準を50Bq/kgに設定し、市場の検査で平均の25Bq/kgを超えた場合には、県水産試験場を行っています。当初、試験操業対象種は3種類から開始し、令和2年3月現在全魚種が試験操業ここでは、最新の検査結果を公開いたします。

10月18日検査結果

<スクリーニング記録簿>

品名	単位	検査日	検査場所	検査項目	検査結果	100Bq/kg以下
ホッケイ	生	10月18日	検査所	10月18日	不検出	<12.465
ブリ	生	10月18日	久之浜	10月18日	不検出	<12.463
カンパチ	生	10月18日	久之浜	10月18日	不検出	<12.418

[いわき市漁業協同組合](#)

いわき見える化プロジェクト
魅力アップ! いわき情報局

いわき見える化プロジェクトとは これまでの取り組み 新着情報 チャンネル 放射性物質測定データ 検査結果 出荷履歴などのお知らせ

こうやって測っています

農産物 **水産物**

いわきに水揚げされた水産物（出荷制限を受けたものを除く）は、事前の環境等のモニタリング検査に加え、四逆性魚種については、小名浜地区漁業協同組合、中之作漁業協同組合において、放射性物質については、いわき市漁業協同組合、小名浜地区漁業協同組合において、自主的に放射性物質の測定が行われています。

① いわき水揚げ水産物 モニタリング検査

② グルマニウム半導体による精密検査

[いわき見える化プロジェクト 見せます! いわき情報局 | いわき見える化プロジェクトとは](#)

県や組合、企業の 取組のご紹介

福島県と県漁業協同組合連合会、イオンリテール(株)は、県産水産物への風評を払拭し販路を確保するため、イオン店舗内に、県産水産物の販売コーナー「福島鮮魚便」を平成30年から設置しています。福島鮮魚便では、専門販売員により、販売中の魚の美味しい食べ方や安全性確保のための取組について説明する対面販売を行っています。また、ネットスーパー専用商品として「福島鮮魚便おさかなセット」も販売しています。



「福島鮮魚便」常設販売コーナー設置店舗

<東京都> ・イオンスタイル品川シーサイド ・イオンスタイル板橋 ・イオン東久留米店 ・イオンむさし村山店 ・イオンスタイル日の出 ・イオン東雲店	<埼玉県> ・イオン与野店 ・イオンスタイル北戸田 ・イオンスタイルレイクタウン ・イオン浦和美園店 ・イオン川口前川店 ・イオンスタイル川口
<群馬県> ・イオンスタイル高崎	<神奈川県> ・イオンスタイル天王町
<宮城県> ・イオン仙台中山店	<千葉県> ・イオンスタイル新浦安

東京都/埼玉県/千葉県

宮城県 群馬県 神奈川県

販売実施日

イオンスタイル高崎 毎週 日曜と火曜の2日間

その他の店舗 毎週月曜以外の6日間

「福島鮮魚便」期間限定販売コーナー設置店舗

<愛知県> ・イオンスタイルワンダーシティ (4月～10月(予定)) ・イオンスタイル名古屋則武 (5月) ・イオン守山店 (6月) ・イオンスタイル新豊川 (5月, 9月) ・イオン熱田店 (4月, 10月(予定)) ・イオン八事店 (9月)	<京都府> ・イオンスタイル京都桂川 (6月(予定)) <新潟県> ・イオンスタイル新発田中田 (4月, 6月(予定)) ・イオンスタイル新潟南 (10月(予定)) <岐阜県> ・イオン大垣店 (4月) ・イオンスタイル各務原インター (10月(予定))
<大阪府> ・イオン堺北花田店 (4月～10月(予定)) ・イオンスタイル東淀川 (4月～6月, 9月～10月(予定))	<広島県> ・イオンスタイル広島府中 (10月(予定))

首都圏以外にも期間限定店舗を設置しています。福島県産の安全安心な美味い鮮魚をお届けします。

○店舗名の後ろの括弧内は今年度これまでの実績と予定です。
○実施する月の土日2日間に販売コーナーを展開します。2週間前から店頭にて告知されます。

いわき市が誇る
常磐ものの海産物

7～8月の資源保護のための禁漁期間を終え、9月から底曳網漁が解禁となりました。取材に訪れた11月半ばのこの日、メヒカリやドンコなど様々な常磐ものが江名港に水揚げされ、豊洲市場やいわき市内の飲食店などに運ばれて行きました。



江名港へ帰港



水揚げ



豊間漁港の競り場へ



競りにかけられ、豊洲市場や
地元の飲食店へ

豊間漁港の競り場に運ばれた「常磐もの」



カレイ



チダイ



ドンコ



カスバ



カガミダイ



カナガシラ



アンコウ



メヒカリ



グチ

など



いわき市漁業協同組合 理事

矢吹 正美さん



東日本大地震が発生した時は沖におり、振動を感じました。テレビを見て地震が発生したことを知りました。津波に合わなかったのは幸いでしたが、港には陸から流れてきたがれきなどが溢れ、さらには原発事故が発生し、操業できない日々が続きました。しかしながら、福島県の漁業をなくしたくない、消費者の皆様に常磐ものの美味しいものを食べてもらいという思いから、皆の協力の下、海岸の掃除や市場の復興に向けて前向きにやってきました。

平成25年に試験操業開始、その後令和3年3月で試験操業を終了し、令和3年4月から本操業に向けた移行期間と、段階を踏んで万全な検査体制をとり、ようやく全魚種出荷できるようになりました。

いわきでとれる魚は全て美味しいですが、特にメヒカリは身の締まりもよく、皮が柔らかくて美味しいです。から揚げにしても、刺身でも食べられる、脂ののった魚です。さらに、ここ常磐沖は、世界三大漁場のひとつと言われています。ここでとれるヒラメは身が厚く脂がのっていて、ムニエルなど何にしても美味しく、自信を持って紹介できると思っています。ぜひ、安心・安全で美味しい常磐ものの魚をこれからも食べてください。