

**魚が苦手な子どもや若者にすすめたい魚介料理は
「^{あじ}鯿のなめろう」「鯛めし」「鯖みそ煮」「^{かつお}鰹たたき」。
料理に選ばれた魚介は、トップ3を青魚が独占。**

日本人の魚食普及に向けて広く魚への関心や知識を深めてもらおうという狙いのもと、「日本さかな検定(愛称:ととけん)」を2010年から開催している一般社団法人日本さかな検定協会(東京都千代田区三番町3番地8 代表理事:尾山雅一)が、今年第7回を迎えた同検定の受検者たちに「魚が苦手な子どもたちや若者にすすめたい魚介料理」を自由回答形式で聞きました。

その結果、彼らがすすめたい魚介料理と魚介種の上位ランキングは、“魚好き・魚通”を自認する検定受検者ならではのひと味異なる様相を示しており、以下、それらの主なポイントをご報告します。

■魚食経験の豊富さの現れ? 魚好きのおすすめトップ、“アジなめろう”。

全回答者1422名から名前の上がってきた魚介料理の総数は637料理。その中で、2位の“タイ飯(めし)”を倍以上引き離し、ダントツのトップとなったのは“アジなめろう”。アジのなめろうというと、千葉や伊豆をはじめ関東近県の魚通に好まれる酒肴という印象が強いが、北海道(函館会場)から九州(福岡会場)にいたる全国11会場の検定参加者からまんべんなく支持を集める結果となった。また、支持した年代も60~70代から小学生まで偏りがなく、いまや、“アジなめろう”人気は居酒屋、家庭料理を問わず全国区になっているといえよう。アジ料理はこのほか、アジフライ(7位)、南蛮漬(10位)、刺身(18位)、たたき(24位)、さんが焼き(26位)などが上位にランクインした。

表1 詳細データP4参照

魚介料理上位一覧		
1	アジなめろう	2位にランクインしたタイ飯(鯛めし)は、炊き込みごはんタイプの他、タイの切り身を卵入りの醤油だれに漬け、ごはんにかける愛媛県南予地方のもの双方が含まれていると想像されるが、鯛めしのおいしさを知っている魚通ならではのおすすめ料理とみられる。
2	タイ飯(鯛めし)	
3	サバみそ煮	サバみそ煮やサンマ塩焼き、アジフライなど家庭料理の定番とならんで、アジなめろう、タイ飯、キス天ぷら、サワラ西京焼き、アユ塩焼きなどが上位にランクインしている背景に、「一度試しに食べてごらん、おいしいから」という彼らの声が聞こえてきそうだ。
4	カツオたたき	
5	サンマ塩焼き	
6	キス天ぷら	
7	アジフライ	
7	サワラ西京焼き	
7	マグロ刺身	
10	アジ南蛮漬	
10	アユ塩焼き	
10	イワシハンバーグ	
10	キンメダイ煮付	

表2 10種以上の料理があげられた魚介

料理数の上位魚介	
	魚種
1	イカ
2	サバ
3	アジ
4	タイ
5	イワシ
6	ブリ
6	エビ
8	サケ
8	マグロ
10	カツオ
11	サワラ
12	ヒラメ
12	タコ

魚介別に料理数の多い順をみると、表2の結果となった。最多の料理があげられたイカでは、スルメイカはもちろん、ケンサキ、ヤリイカ、コウイカ(すみいか)、アオリイカと、それぞれ独特の食感をもつおすすめイカ料理として、34種と多岐にわたっている。なかでも、刺身、活け造り、天ぷら、フライに支持が集まった。2位のサバではみそ煮、塩焼きの2大定番にくわえ、ごまさば(福岡)、ぼってら(大阪)、柿の葉寿司(奈良・和歌山)、へしこ(北陸)などの郷土の味、さらにはサバップル、サバドッグ、サバサンドといったファストフードにいたるまで、31種と豊富なバリエーションがみられた。

■おすすめ料理に選ばれた魚介種、トップ3はアジ、サバ、イワシ。

表3 詳細データP5参照

魚種上位一覧	
1	アジ
2	サバ
3	イワシ
4	タイ
5	イカ
6	ブリ
7	マグロ
8	サケ
9	カツオ
9	サンマ
11	エビ
12	サワラ

「魚が苦手な子どもや若者にすすめたい魚介料理」に登場する上位魚種をみると、なめろう、フライ、南蛮漬などが支持を集めたアジを筆頭にサバ、イワシと上位3種までを青魚が占めた。ほかには、白身魚のタイがマグロの2倍近くの支持を得たのが目立つ。以下、料理種類の豊富な魚介が上位を占めている。

【調査概要】

- 「日本さかな検定」受検者(47都道府県から最年少6歳から最高齢81歳の方々が参加)
- * 対象者: 全国11会場での検定受検者2,840名から1,422名の回答を回収
 - * 方法: 会場にてアンケート用紙を配布、自記入式で回答
 - * 時期: 2016年6月26日/第7回「日本さかな検定」実施日

本リリースに関するお問合せ先 詳細データのご提供など承ります。お気軽にお問合せください。

一般社団法人日本さかな検定協会 担当/尾山、桜井、横尾
 TEL/**03-5212-6918** FAX/03-5212-6912 E-mail/info@totoken.com

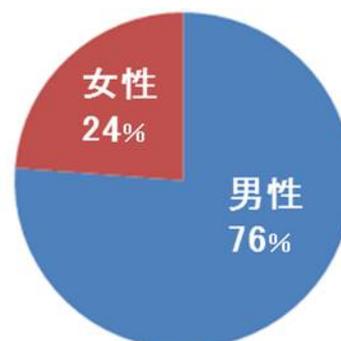
〒102-8522 東京都千代田区三番町3番地8 <http://www.totoken.com/>

受検者構成(第7回日本さかな検定)

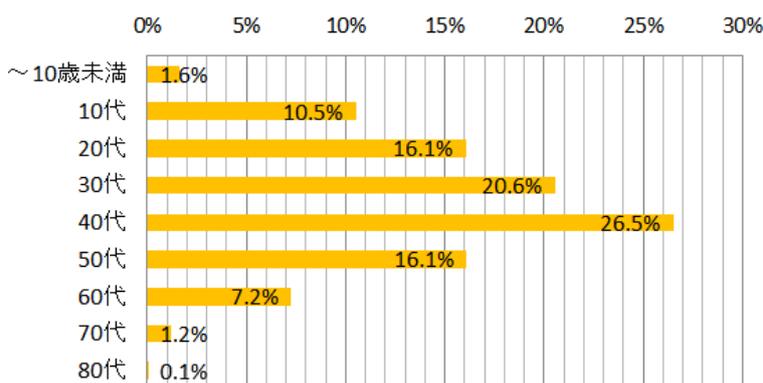
◆申込み延べ人数

	1級	2級	3級	計
函館	4	31	22	57
八戸	11	19	23	53
石巻	19	43	37	99
東京	289	598	510	1,397
静岡	16	40	55	111
名古屋	62	136	97	295
富山射水	16	37	18	71
若狭小浜	10	47	68	125
大阪	48	143	136	327
宇和島	10	46	49	105
福岡	33	101	66	200
計	518	1,241	1,081	2,840

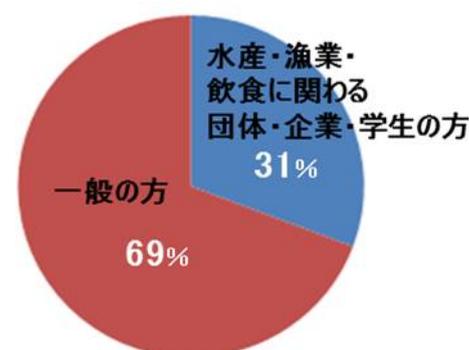
◆男女別構成



◆年代別構成



◆受検者属性構成



(「男女構成」「年齢構成」「受検者属性」データ: 第7回日本さかな検定 会場アンケートより)

「日本さかな検定」とは

近年低迷が続く日本の魚食の魅力再発見と、地域に根ざす豊かな魚食文化の継承を目的として2010年から検定開催を通し、“思わず誰かに伝えたい魚介情報”を発信する取り組みです。

この四半世紀の間に街の魚屋さんが7割近くも姿を消し、またいまや地方にも及ぶ核家族化により、魚の種類・産地・季節・調理方法といった基本の情報の他、祖父母に教えられた季節の節目に登場する魚の由来や郷土の味が伝わらなくなっています。

魚ほどそれをとりまく情報や蘊蓄が価値を生む食材は他にないのに、語るべき、伝えるべき魅力が消費者に届かなくなっているところに、「魚離れ」や特定魚種への好みの偏りの一因があると捉え、こうした現状の打開に向けた一策として、愉しくおいしい情報を発信する手段として日本さかな検定が誕生しました。

2010年の第1回を東京・大阪で開催、今年の第7回では函館・八戸・石巻・東京・静岡・名古屋・富山射水・若狭小浜・大阪・宇和島・福岡の11会場に広がり、これまでに累計2万名を超える受検者を47都道府県から輩出しています。

2013年のフード・アクション・ニッポン・アワードで「審査員特別賞」を受賞したのに続き、昨年には、同アワード「食文化・普及啓発部門」の優秀賞を受賞しました。

【回答数&構成比】

詳細データ-1 魚が苦手な子どもや若者にすすめたい魚介料理(全637料理ベース)

※4票以上の上位65料理

順位	魚介料理	回答数	構成比
1	アジなめろう	48	7.5%
2	タイ飯(鯛めし)	20	3.1%
3	サバみそ煮	18	2.8%
4	カツオたたき	17	2.7%
5	サンマ塩焼き	16	2.5%
6	キス天ぷら	15	2.4%
7	アジフライ	14	2.2%
7	サワラ西京焼き	14	2.2%
7	マグロ刺身	14	2.2%
10	アジ南蛮漬	12	1.9%
10	アユ塩焼き	12	1.9%
10	イワシハンバーグ	12	1.9%
10	キンメダイ煮付	12	1.9%
14	イワシのつみれ汁	11	1.7%
14	サバ塩焼き	11	1.7%
14	タイ刺身	11	1.7%
17	イワシしらす	10	1.6%
18	アジ刺身	9	1.4%
18	イカ活け造り	9	1.4%
18	カワハギ肝あえ刺身	9	1.4%
18	サケムニエル	9	1.4%
18	サバごまさば	9	1.4%
18	ホッケ干物焼き	9	1.4%
24	アオメエソから揚げ	8	1.3%
24	アジたたき	8	1.3%
26	アジさんが焼	7	1.1%
26	アジから揚げ	7	1.1%
26	アジ干物焼	7	1.1%
26	カレイから揚げ	7	1.1%
26	カレイ煮付	7	1.1%
26	サケちゃんちゃん焼	7	1.1%
26	サバ竜田揚げ	7	1.1%
26	ヒラメ刺身	7	1.1%

順位	魚介料理	回答数	構成比
34	イワシ塩焼き	6	0.9%
34	イワシ刺身	6	0.9%
34	シマアジ刺身	6	0.9%
34	マグロ握寿司	6	0.9%
34	メバル煮付	6	0.9%
39	サバメさば	5	0.8%
39	タイ茶漬	5	0.8%
39	フグちり	5	0.8%
39	ブリ照焼	5	0.8%
39	アサリみそ汁	5	0.8%
39	サクラエビかき揚げ	5	0.8%
45	アジ塩焼	4	0.6%
45	アジハンバーグ	4	0.6%
45	アンコウ鍋どぶ汁	4	0.6%
45	イカリングフライ	4	0.6%
45	イサキ刺身(皮霜)	4	0.6%
45	イワシ梅煮	4	0.6%
45	カマス干物焼	4	0.6%
45	キスフライ	4	0.6%
45	サバ刺身	4	0.6%
45	サバ干物焼	4	0.6%
45	サンマかば焼	4	0.6%
45	タイカルパッチョ	4	0.6%
45	タコ飯	4	0.6%
45	ハタ刺身	4	0.6%
45	ヒラメムニエル	4	0.6%
45	ブリカツ(丼)	4	0.6%
45	ブリ刺身	4	0.6%
45	ブリしゃぶ	4	0.6%
45	ブリ大根	4	0.6%
45	マダラチリ鍋	4	0.6%
45	メカジキフライ	4	0.6%

【回答率】(全回答者1,422名ベース)

詳細データ -2

魚が苦手な子どもや若者にすすめたい魚介料理に登場する魚種(全137種)

※5票以上の上位54魚種

順位	魚種	(料理数)	回答数	回答率
1	アジ	(28)	143	10.1%
2	サバ	(31)	93	6.5%
3	イワシ	(24)	67	4.7%
4	タイ	(26)	66	4.6%
5	イカ	(34)	44	3.1%
6	ブリ	(21)	38	2.7%
7	マグロ	(17)	37	2.6%
8	サケ	(17)	35	2.5%
9	カツオ	(13)	30	2.1%
9	サンマ	(8)	30	2.1%
11	エビ	(21)	27	1.9%
12	サワラ	(12)	25	1.8%
13	キス	(5)	22	1.5%
14	タコ	(11)	20	1.4%
15	アユ	(7)	19	1.3%
15	ヒラメ	(11)	19	1.3%
17	カレイ	(8)	18	1.3%
17	キンメダイ	(5)	18	1.3%
19	イサキ	(8)	14	1.0%
20	カワハギ	(5)	13	0.9%
21	メカジキ	(7)	12	0.8%
22	アナゴ	(7)	11	0.8%
22	ウナギ	(7)	11	0.8%
22	カマス	(6)	11	0.8%
22	タチウオ	(8)	11	0.8%
22	マダラ	(7)	11	0.8%
27	ハタハタ	(6)	10	0.7%
27	メバル	(5)	10	0.7%

順位	魚種	(料理数)	回答数	回答率
29	アサリ	(5)	9	0.6%
29	カキ	(6)	9	0.6%
29	カサゴ	(7)	9	0.6%
29	フグ	(5)	9	0.6%
29	ホッケ	(1)	9	0.6%
29	ホヤ	(7)	9	0.6%
35	アオメエソ(メヒカリ)	(1)	8	0.6%
35	ハタ	(6)	8	0.6%
37	アカムツ	(4)	7	0.5%
37	シマアジ	(2)	7	0.5%
37	スズキ	(6)	7	0.5%
37	マゴチ	(7)	7	0.5%
37	マス	(4)	7	0.5%
37	メジナ	(5)	7	0.5%
43	アイナメ	(5)	6	0.4%
43	アワビ	(5)	6	0.4%
43	ウニ	(3)	6	0.4%
46	アンコウ	(3)	5	0.4%
46	イシモチ	(4)	5	0.4%
46	エイ	(3)	5	0.4%
46	カンパチ	(4)	5	0.4%
46	クジラ	(4)	5	0.4%
46	ハモ	(3)	5	0.4%
46	ホタテガイ	(4)	5	0.4%
46	ワカサギ	(4)	5	0.4%
46	ワカメ	(5)	5	0.4%