

冬瓜と私

とうが

さあ引き潮に乗って 有明海までのゆったりした旅の始まり。

冬瓜には、産毛のような白い毛があり、それが時として腕などに刺さり、カユミの元になります。

冬瓜は、長さ80cm 径30cm の大きさにまで成長する夏野菜で、7月から8月にかけて収穫されます。元々は「とうが」と呼んでいましたが、実のまま冬まで保存できることから「冬瓜=トウガン」の字が当てられたといえます。キュウリと同じウリ科の植物で、実は90数%が水分で、味はほとんどないのが特徴です。

私の幼いころは、有明海に注ぐ河川の土手には「とうが」が自然に生えていたものです。そんな「とうが」の中から手ごろな大きさを見つけ、表面の毛をワラで取り除いてツルツルに。浮き輪の代役にするためです。

それを腹の下に置き、さあ引き潮に乗っての有明海までのゆったりした旅の始まり。夏休みの時期になると、川の兩岸は背丈ほどに伸びたヨシと笹やぶが風に揺れ、渡り鳥が忙しく鳴いています。

河口近くなると干潟が段々と広がっていきます。そこで、少し休んで、潟滑り台づくりで楽しめます。作り方は簡単。干潟を川の水で湿らせ、その上を一回滑って型をつくる。再度、水をかければ完成です。スピードもかなり出て、スリルもあり、泥まみれの身体のまま、川にジャポン！満ち潮が来るまで楽しく遊べます。

困ったこともあります。夏の暑い日差しの中での遊びなので、すぐにノドが乾く。もう時効だと思うのですが、そんな時は、干拓のあぜ道につくってあるカシウリやスイカを少し拝借し、水分補給をしたものです。夏の日差しを受けているから、果実は熱く、割って

水分を飲むのも大変で、冷たい飲料水とはいきません。

潮が満ちてきました。岸辺を見ると引き潮のときとは、逆の波が打ち寄せている。そこには、小さな魚やコマンチョエビ（テナガエビ）などが泳いでいて、渡り鳥たちの結構な餌になっています。有明海の自然豊かな一面を見ることができました。

一日を共に遊んだ「とうが」は、家に持ち帰り夕食のおかずへと変身します。薄く皮をむき、中心にある種などを取り除き、一口大に切る。赤貝や鶏肉、季節の野菜などと一緒に煮ます。でき上がると透きとおる、ヒスイのような色で清涼感を漂わせ、冷やすとトロツとした食感になります。夏バテ気味で食欲のないときなどは、冷やし「とうが」に限ります。

時は過ぎ、懐かしい思い出も自然な恵みと共に、今日も酒の肴になっています。



■とうが



■カシウリ



Ingredient of Ariake Kai

有明海の 食材

有明海は高級なものから個性豊かなものまで、私たちに変化に富んだ食材を提供してくれます。

有明海産のノリ(海苔)、タイラギ、ワタリガニ、クチゾコ(シタビラメ)は和食、洋食料理の鉄人たちが好んで使っています。万人がそのおいしさを認めている高級食材なのです。化粧缶に入った焼きノリと味付けノリの詰め合わせは高級贈答品の地位を保っていますし、秋芽網、冷凍網一番ノリの平均入札価格が15円から18円程度の価格を付ける中、佐賀県が売り出し中の「佐賀海苔有明海一番」一枚の入札価格が300円の値を付け、佐賀有明海産のノリの声価を一段と高めました。

佐賀県太良町の国道207号沿いにはワタリガニ(竹崎ガニ)を食べさせるカニ料理屋さんが数多く並び、シーズンになると佐賀県内はもとより長崎、福岡、熊本などからの遠来の客を迎えて、連日にぎわいます。機会があれば、思い切ってカニのフルコースを試されることをお勧めします。丸ごと一匹の塩ゆで、胸身のフライ、カニの身の香り豊かなグラタン風、そして酒飲みにはこたえられないカニ味噌酒、ワタリガニのおいしさを心ゆくまで堪能できるでしょう。

有明海産のクチゾコ(シタビラメ)のおいしさは多くの人の折り紙付きです。確証はありませんが有明海の泥底質が育てるプランクトンが豊かな味を育てているに違いありません。前海もの(有明海産)を食べさせてくれる料理屋を見つけたら迷うことなく「クツコ(クチゾコ)」と頼んでみてください。絶対に外れはありません。

207号は「カキ焼き街道」としても売り出し中です。「焼きカキ」のノボリの下で、たき火の煙に目をこすりながら、少し口の開いた殻付カキをほおばるとき、海の香りが口中一杯に広がって体が少しだけ震えるはずです。

有明海産の食材の面白さは、ムツゴロウ、ワラスボ、ウミタケ、エツなど、他の海域では見られない豊かな個性にあります。あのかわいいムツゴロウを食べるには少しの勇気と、長い間地域で継承されてきた調理法をマスターすることが必要です。ウミタケやワラスボは先達の導きなしではとても口に入れる勇気は湧かないでしょう。

この冊子で紹介した食材を試してみる勇気を持つことができれば、有明海沿岸域の直売所を巡ってみてください。新しい発見がきっとあるはずです。もし「なんだこれは」というものに出会ったら、食べ方を直売所の店員さんに尋ねてみてください。話したくて、うずうずしている土地の人がいるはずです。出会えなかったら、粕漬けや干物のように調理ずみの製品から挑戦するのが無難かもしれません。有明海の家産物の品揃えが一番豊富なのは、207号を鹿島市から太良町に入って直ぐの「たらふく館」だと思いますが、何気なく入った有明海沿岸の小さな物産所で思わぬ海産物に出会えるかもしれません。まずは立ち寄ってみることです。

TRAVELS FOR LOCAL

【特集】有明海食紀行



【竹崎カニ】

竹崎カニはワタリガニの一種でガザミの愛称。
太良町竹崎港で水揚げされる名物です。

[旬の時期: 冬]

日本最大の干潟、独自の生物、神秘的な有明海。

この有明海の恵みと共に、

沿岸の地域では独自の食文化を育んできた。

積み重ねた年月と共に

今に残るこの豊かな食文化を想うとき、

この有明海の豊かで固有の文化も見えて来る。

エッセイと食の図鑑で巡る有明海の食紀行。

SPECIALTIES AROUND ARIAKE

FOOD



KAI

有明海食紀行エッセイ | 1

「登紀」で有明海を食べる



■イカゴ



■登紀

久し振りに登紀に行きました。カウンターに座ると、目の前には大鉢、小鉢に美味しそうなものがたくさん並んでいる。既に到着していた友人の前には、イカゴとミドリジャミセンそしてイソギンチャクの酢の物、これは佐賀では知人ぞ知る「ワケノシンノス」と呼ばれている。(名前の由来は、今号のイソギンチャクのページをご覧ください。)

「私も同じもの!!」と頼みながら、目は大鉢のこんにゃくや魚、その他の郷土料理を眺め回す。

「まあ、もう少し待たね」と登紀子ママ。イカゴの上に「たで」を乗せ、きゅうりを添えて、酢味噌をかけてくれた。残念ながら今日は飲めない。私はノンアルコールのビール、友人はもう何杯目かの焼酎で乾杯。

グラスを置く間もなく、イカゴに箸をつける。柔らかい。それから、どこを食べたら良いのか分からないミドリジャミセンも、貝好きの私は、きれいな翡翠色をした殻を開き、小さな身を食べる。殻についたちょっと固い水管もむしって食べた。さあ、イソギンチャクに取り掛かろう。コリコリして美味しい。佐賀では

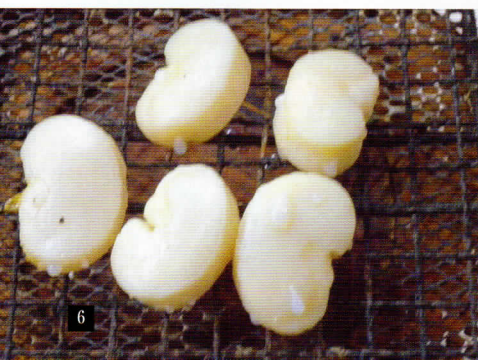
このイソギンチャクを食べない地域もあると聞く。

瞬間にお皿は空になった。次はなにを頼もうか。大きなイダコの煮物がある。昨年、有明海に船を出し友人達とイダコ釣りを楽しんだ。静かな有明海に蛸のような形をした釣り針をつけた紐を海底に落とし、それを蛸が動いているかのようにひょいひょいと動かす。テリトリーに敵が入ってきたと攻撃を仕掛けてきた蛸が釣り針に乗った瞬間、糸を手繰り寄せると、蛸は墨を吐きながら釣り針にしがみついたまま吊り上げられる。なんともものんびりした、それでいて、物悲しさを感じさせる蛸釣だったが、食べるのは別。さっそく帰宅後釣ってきた蛸を煮たがどうも固い。それでも美味しいので、必死に咬んで食べたが、残りは小さく切って蛸飯にした。しかし、登紀の蛸は柔らかい。「どうしたら柔らかく炊けるの」と聞くと「うちの、ほうじ茶で煮るとよ。まず、蛸の頭を握って、煮たたたほうじ茶につけると」「あのほうじ茶で」「そう、頭を持って足から煮立ったほうじ茶に入れると、蛸の足はぐるとかっさく良く曲がる。そしたら今度はその足の方を持って頭を下にして煮るとよ」「どのくらい?」「頭をぐにゅぐにゅとして、勘よ」「勘ねえ。その勘が難しかとよねえ」と私。「今日の味をつけてない、そのまんま」。さっそく切ってもらった。「美味しい。柔らかい」「二人で1匹でいいよ」と頼んだが、大方は私が食べた。

向こうの方にある器には、竜田揚げのように見えるが。「それは?」「塩鯨」「ワー、懐かしい」。悪阻のときに無性に塩鯨が食べたかったことを思い出した。おまけに塩鯨は、団塊の世代の私たちのお弁当に必ず入っていたおかずだった。

これもお手製だとか。手順は鯨を薄く切って塩をして、炙る。塩が少ないと腐れるし、塩辛いと美味しくない。「この加減が大事」とママは言う。「加減か」またまた私には難しい。昔は、保存食で、とても塩辛かったので一度お湯にくぐらせて、塩抜きをして食べていた。久し振りに食べる塩鯨の味は、子どもの頃を思い出させた。

■焼き網に乗った貝柱



■塩鯨





■ミドリシャシメンガイ



■イソギンチャク (別名: ワケノシンノス)



■ヒラ

そろそろおなか、いっぱいになってきた時、隣のお客さんの前に出てきたのは焼き網に乗った貝柱。上下二段になった網の目は大きく取手が付いている。「その網はどこで売ってると、特注?」「百円均一で買ってきたとよ。このままオープンに入れて、貝柱をひっくり返さんで焼くと」。隣のお客さんは、20代の頃から登記に通っていて、もうかれこれ30年近くするという。「そんな若い頃からですか」と聞くと、友人がこの店で働いていた女性に好意を寄せていたので、いつもお供に連れてこられていたとか。男性には料理だけでなく若い頃の思い出もこの店にあるらしい。そういえば、この店には常連さんたちで作る「登記の会」があり一年に一度旅行に出かけるとか。ちなみに、この店のお休みは、大晦日とこの旅行の日だけだと。「借金を返すために一生懸命働いてきた」とママはこともなげに言う。

「ところで、有明物で近頃無くなった食材は」と聞くと、そぐざに「海茸、3年前まであったけど、最近はずっと無い。次にアゲマキね」二つとも佐賀に引っ越して来た30数年前には魚屋さんでいつも見ていたものだ。海茸なんてつい最近まであった。象の鼻のような水管をした海茸も獲れなくなったのか。「今年はタ

イラギを見かけましたよね」「小さかったけれど、美味しかったね。今日はなかよ」。私も今年食べておかないと、またいつ食べられるかわからないと、せっせと買って来た。日頃見る貝柱よりコリコリして旨みが全く違う。ヒラ(タイラギの貝柱以外の部分)も酢の物にして食べた。食欲の無いおばあちゃんが、ヒラだけを毎日食べていると介護をしている女性が話していたが、おばあちゃんもきっと昔を思い出していただろう。嬉しかったに違いない」

「じゃ、ママ推薦の有明物で一番美味しいものは」「クチゾコよ。それも黒いもの」。私も賛成。これも肉厚の大きいものは高級魚になってしまった。「でも安い筐クチゾコの一晩干も美味しいかよ」とママ。早速、作り方を聞くと、「海水程度の塩水に4時間(この時間がミソらしい)漬けておいたのを、洗濯ばさみで縄にびっぴびと干していく。洗濯ばさみが一番簡単。表面が少し乾いたら食べごろ。最初に魚のぐりをはさみで切っておくと食べやすいよ」とのこと。いい事を聞いた。筐クチゾコは安い。後日談だが、教えられた通り作ってみた。上手くいった。我ながら美味しく出来上がった。やはり料理にはコツがある。そこで



■登記店内のカウンターに並ぶ有明の食とママ。

【特集】有明海食紀行

「ところで、ママの生まれは」「佐賀市材木町三丁目」。有明海沿いではない。「どうやって、有明物の料理の仕方を覚えたの。自分で考えてですか」「有明物を釣ってきた漁師さんに習ったとよ。じっと見てね」「お客さんが美味しいと持ってきた焼酎やお酒も、自分で試飲をして納得してからしかお店に置かん」と。自分の舌を信じて、工夫をしながら今のメニューとすらっと並んだお酒があるらしい。隣のお客さんが「そぎゃん話ばかりしようが、おいの貝柱はこげよらんね」と心配するが、ママは話しながらも、焼き具合はちゃんと見計らっているようで、「大丈夫」と一言。それに帰るお客さんが「幾ら」と聞くと「1400円」とすかさず答えが返ってくる。「注文を受けたり料理を出したりしながらも、ちゃんと勘定してると。頭の中にちゃんとはいとつとさ」。プロだなあ。

最後はやっぱりご飯。おにぎりを頼む。海苔を巻いた三角む

すびが二つでてきた。パリパリの黒い佐賀海苔と佐賀の米。そして自家製のお漬物。色がついてない「タクアン」は、昔、父が漬けていた沢庵の味がした。干したのをそのまま塩漬けにしたとのこと。父の作り方と同じだ。

次の用がある友人が店を出た後、ママと少し話をする。「経済が上向きにならんと、どうにもならんね。遅くまでいるお客さんが減った。豪快な男もおらんようになったねえ」。この店が開くのは午後3時から。「3時から開いてるなら、また来るね。時間つなぎのお店が佐賀にはなかけんねえ」。このお店なら、女性一人でも来ることができる。帰宅後、女性の友人に登紀に行った事をメールしたら「ああ、あそこは、私が最初にムツゴロウのお刺身を食べたお店。今度一緒に行こうね」と返信が来た。

登紀子ママ、これからも元気で有明ものを食べさせてね。

有明海食紀行エッセイ | 2

三川屋のナマズ料理

関西以东では、ナマズを食べる習慣がありますが、筑後川周辺では、その慣習はありません。筑後の一部や佐賀方面で、ナマズは神様だということにも起因しているようです。ところが、ニューヨークでは、ナマズは自身の高級食材だそうです。ならばと、ナマズを食べてみることにしました。筑後川でナマズを捕まえ、頭を残して、皮をすばやくはぎ、その身を三枚におろしました。塩とコショウだけの素焼き。ウナギ料理のような蒲焼。しょう油と味りん・酒を使った煮付けをつくりました。それぞれ本当においしいものでした。

さらに工夫したのが「酢のもの」「洗い」「煮付け西京焼き」「天ぷら」「みそ汁」「湯引き梅酢あんかけ」「茶漬け」「姿揚げ」などです。美容に良いとのことでしたので、女性だけのナマズの試食会をしたところ大好評でした。私のお店は、エツ料理・伝統的な日本料理を専門としています。ナマズが捕れたときは「幻の川アンコウ料理」として、筑後川の珍味をお客様に味わっていただきたいと思います。



■ナマズ料理

有明海食紀行エッセイ | 3

葦の葉でコンニャク作り



■葦の新芽

ぐるりんネットのみなさんとの交流は、実に楽しいものです。とりわけ珍しい食材に出合う喜びは格別です。その食材の一つに「干潟のタケノコ」がありました。一般には「ヨシ(葦)」と呼ばれ、潮が引いた後、筑後川の河川敷の干潟の中から顔を出します。

3月下旬ごろには、30cmほどに育ち、それを採ります。葉を落として茎だけにして、塩とコショウだけで味をつけ油で炒めます。ほかにも天ぷら、酢のもの、ご飯いろいろできます。

その料理に刺激を受けてヨシの葉を使って、何かつくれないかと思っていました。そんなとき、ある会社が緑色をこわさないように乾燥してくれました。それを抹茶のように細かい粉末にして、コンニャクをつくる会社に頼んで、ヨシの葉入りコンニャクに仕上げました。試食をしましたが、味もいい。おみやげとして販売できないかと考えています。



有明

PICTURE
BOOK OF
ARIAKE

【特集】有明海食紀行

食図鑑

他にはない個性的な生物とその味や調理法など、
有明海をもっと知る、もっと好きになれる、
有明海が詳しく分かる食の図鑑です。

有明海食図鑑

【イイダコ】



イイダコ（飯蛸）はお盆のころは「一口ダコ」と呼ばれ、夏の間は小さいが、秋から大きくなり、豊漁のときは3月末まで捕ることができま

す。イイダコ釣りは、白い玉の周りに針が6本ぐらいついている「タコ針」と呼ばれる針を使います。タコは穴の中で周囲を見張り、縄張りに進入するものを攻撃する習性があり、その習性を利用して釣り針を海底に下ろし、ひょいひょいと移動させます。針がうまくタコの縄張りに入り込むと、タコは敵が侵入してきたと思い、針の白い玉に覆いかぶさり、攻撃をしかけます。釣り人は、タコが乗って重くなった糸の感触があると、釣り糸を上げます。「うまくいった」。タコは墨をはきながら海面に上がってきます。

昔は、11月から2月にかけて大潮の朝方3時ごろに潮干狩りに行き、水深が30cmぐらいになるとあたりを泳いでいるタコを手つかみで獲っていました。潮が完全に引くと二枚貝のタイラギと一緒に、眠っているタコやハゼクチを捕りました。

タコの調理法ですが、酒呑みにとっては刺身が一番です。さしみとはどうするか？塩で活きたタコのぬめりを落とし、大きめの鍋を沸騰させ、一匹ずつ入れます。

タコは熱いので足をくねらせて抵抗しますが、ついに果てます。約30秒で沸騰した鍋から上げて冷水で冷やします。

後はしょうがをすって醤油につけて食べます。消化がよく、お腹が張らないので、いつまでもお酒が進みます。頭というか腹の部分は切り離して、みりん和酒としょう油で煮付けます。口の周りを黒くして中の墨まで食べるのがまたまたうまいのです。



■釣ったぞ!!

【イカゴ】

イカゴは、正式には「ベイカ」と呼びヤリイカ科の一種である。有明海、八代海、瀬戸内海の港湾部にのみ生息している。ムツゴロウと同じく、日本列島



が大陸と地続きだったところに沿岸に沿って分布を広げ、大陸から取り残された、いわゆる大陸系遺留種である。

有明海沿岸では春の終わりごろから秋の始まりごろ（お盆前後が最盛期）までがシーズンである。体調5～8cmほどのイカゴが、港の岸壁から網ですくい、捕獲できる。一般的なイカの大きさからいえば小振りで子イカのように見えるが子イカではない。オスは最大66mm、メスは最大87mmという記録があり、成魚（成イカ）である。

捕獲方法は、大潮前後の夜に、明かりに寄ってくるイカの習性を利用して、網で捕獲するのが一般的である。

食べ方としては、取れたてのイカゴをその場で、わさび醤油で食べることもできる。噛まれることもあるので要注意である。一般的には、塩辛、煮付けなどであるが、イカのシーフードパスタもお勧めである。

暑さ厳しい折、夕涼みに海辺の岸壁で、イカゴとビールで自然体験はいかがですか。



■岸壁から網でイカゴをすくいます。



■すくったばかりの生のイカゴ。

【イソギンチャク】



磯の岩に付いて住む筒型の腔腸動物の総称であり、菊の花のように出ている多くの触手を広げて餌を捕らえる。

有明海は潮の干満の差が6mにもおよぶ。そこで育ったイソギンチャクは(特に佐賀県、福岡県)、「わけのしんのす」と呼ばれる。語源としては「わけ」=若い者の「しんのす」=尻の穴、ということ。確かに触手を納めた形が肛門に似ていなくもないので、「若けえモンの尻の穴」という意味で、その姿形からの連想を九州弁で言ったものである。

有明海沿岸では食用とし、有明海珍味のひとつに上げられる。関東の築地などにもまれに入荷している。代表的な食べ方としては、茹でて酢味噌和え、味噌汁であろう。

柳川方面では、味噌汁にして週に2~3回は食べられていたようだ。この味の無いコリコリした食感が好むと好まないに関わらず、普段の食材としてあったことになる。



■イソギンチャクの和え物。



■イソギンチャクのみそ汁。

【ウナギ】

謎だったウナギの出生地や進化的起源、回遊行動が、東京大学海洋研究所の塚本勝巳教授らの研究によって解明されたと、最近報道されていました。それによると、出生地は北太平洋マリアナ諸島沖のスルガ海山近傍であること、外洋深層に生育する深海魚から進化したこと、熱帯・亜熱帯では海よりも淡水の方が栄養豊富なため、それを求めて黒潮にのり、数千キロ回遊して日本列島の淡水域にくるということです。

成長して外洋へ産卵に帰るものを「下りウナギ」といって、天然ウナギの中で最も美味で珍重されています。淡水から深海へ移動するには、水圧と塩分調整を行う浸透圧という変化への適応が求められますが、日本列島の中でも、有明海沿岸諸河川からの「下りウナギ」は、潮汐の変動が大きく栄養豊富な汽水域と干潟域の泥中で、まさに「旅の衣をととのえる」さまが良く分かる場所ではないかと思われます。

そんなウナギたちを、罪深き人間は、約1mの柄の先に湾曲した鉄の棒を取り付け、先端に釣り針のようなカギが3つある「ウナギかき」という伝統的な漁法で捕り上げます。全国的に汽水域や干潟域が減少する中、有明海沿岸域は、ウナギにとって残された「楽園」です。セいろ蒸しができるのを待ちながら、ウナギの謎に想いを馳せ、いつまでもここでいただけるよう願っています。



■ウナギセいろ蒸しセット

(前列中央皿 左からメカジャ、ワラスボ、ワケノシンス、右小鉢 スイゼンジノリ、後列左 とうろろ蒸しウナギ)

—有明料理 旅館「阿久根」—

有明食図鑑

【ウミナナ】



■上、群集しているウミナナ。
右、茹でたホウジャ。



佐賀市内の小料理屋で「ウミナナ」が酒の肴として出てきた。懐かしさのあまり、酒を飲むのを止めて手を出した。うまい・・・おいしい！ 口の中で味わいながら、幼い日の思い出が走馬燈のように蘇ってきました。

友人らとたむろしながら、ズボンの前ポケットが膨れあがるようにウミナナ（俗名：ホウジャ）を詰め、一個一個取り出しては五円玉で貝の尻尾を折って中の身を吸い上げる。磯の香りが凝縮され、潮汁が同時に味わえる。いま考えると、ぜいたくなおやつだったような気がします。

ウミナナを捕るのは簡単でした。干潮の時、河口付近のヨシ（葦）が繁っているあたりを見渡せば、すぐに見つかり、集団生活をしているため、一カ所で大量に捕れました。

貝殻は、長さ35mm、径13mm程度で堅く、円すい状で8回ほど巻いています。色は、灰色や灰褐色が多いが、貝殻の個体変異が多く、黒っぽい、白っぽい、貝の膨らみが弱い、などが出てきました。今は、生息する干潟が埋め立てや干拓されて、激減したとも言われ、環境の変化が気になるところです。

最後に、料理法を伝授しましょう。一般には、塩ゆでが一番とされ、ゆでる時間は好みに合わせますが、ここに辛子を入れピリ辛味にすると酒の肴に最高。一度味わって見ては！

【エツ】

佐賀単身生活の会が偶数月の第3月曜日に佐賀市のあけぼの旅館で開かれています。毎年6月の会は、その時期の旬であるエツ料理が出ます。

ハモのように骨切りをした刺身、から揚げなどが食卓に上り、その珍しさからでしょう、九州以外から赴任した会員は、筑後川しかいないエツとの出会いに感動さえ覚えているようです。

これを機に、筑後川下流の沿岸地域に多くあるエツ料理専門店に、エツのフルコースを食べに行く人も多いようです。フルコースは、刺身、酢漬け、塩焼き、煮付け、骨揚げ、吸い物、寿司、ナマスなどが出てきて、5千円前後で食べることができます。最近、久留米市城島町にエツバーガーが出ているようで、一度試食してみたいかがですか。

エツについて簡単に紹介します。カタクチイワシ科に分類され、体長は30cmから40cmぐらい。ナイフの刃のような外見をしていて、体は細長くて平たく、銀白色の円鱗に覆われています。弘法大師が筑後川に流した葦の葉が魚（エツ）になったという伝説も残っています。

生息域は、日本では有明海、筑後川の河口を中心とした有明海奥部にほぼ限られていて、絶滅危惧Ⅱ類（環境レッドリスト）に指定されています。産卵期は初夏で、汽水域を遡上し、これを狙ったエツ漁が5月1日から7月20日まで解禁され、この時期だけエツ料理が味わえます。



■上、エツ。左下、エツ漁の様子。右下、調理（骨切り）の様子。

【くちぞこ】



■クチゾコ

はるか36年前、佐賀に転居したてのころの話。近くの魚屋さんで見る、得体の知れない魚の数々。佐賀に来る前は北九州、福岡に住んでいた私にとって見慣れた魚は、イキのいい玄界灘の魚たちでした。

魚屋さんに立ち寄っても、それまで買っていた魚たちはいない。いるのは、とがった歯を持った魚。映画「ET」に出てくる宇宙人の頭のように血管が浮き出ている魚、象の鼻のような身が殻からはみ出している、おまけにその身は泥が染み付いたような色の二枚貝。どうして食べるのやら、どこを食べるのか分からない緑色の貝らしきもの。

魚屋さんに行くたびに、それらの魚には目もくれず、「佐賀は魚のないところやなあ」と嘆きながら、結局、大人用には食べなれたサバやアジ、1歳になったばかりの長男には連子ダイなどを買っていました。

ある日、「赤ちゃんがいるんだったら、この魚を煮て、離乳食にせんね」。おじさんの指差す先にあるのは、これも濃い茶色と黒を混ぜたような色の平べったい姿の魚。小さなうろこがきらきら光っています。「えっ!! これを。子どもにこれを」「薄味で煮らんね。中は自身で柔らかくて美味しいから」

生来、好奇心旺盛ときているので、よし、だまされたとおもうと、その黒い魚を買って帰りました。言われたとおり、しょう油で薄味に煮ました。大人にはお酒も入れて。恐る恐る箸を入れて、食べてみると「美味しい!!」。料理番組のタレントがやる反応。好き嫌いのない1才の息子にも、ひと箸あげると彼も食べました。

この日以来、クチゾコはわが家の食卓に登る定番の魚に昇格しました。シタビラメ科とのことですが、白いシタ

ビラメより、格段に味が濃く、うまみがあり、おいしい。

その後、クチゾコを煮るための大鍋、クチゾコを盛るための長方形の皿を買いました。有田にはそのような皿が幾種類もありました。地域にはその地域の食材に合わせた皿小鉢が生産されると聞きました。もったもなことです。

そのころは大きなものも安く、買うときに思案するような魚ではありませんでしたが、近年、身がたくさんついている、大きいものとなると千円近い値段がついています。おまけに、大きなものにはめったにお目にかかりません。先日、鹿島の直売所に行って久しぶりに二匹買い求めました。一匹700円。そのクチゾコをとってきたおばちゃんが、「調理済み」と「そのまま」の二種類のトレイを並べていました。直売所で調理済み?と、思っ聞いてみると「いま時は、うろこを取っとかんと、飛び散るからと言って買って行かん」とよ

「そんな人は、直売所に来て魚を買うな」と心で毒づきながら「そうね」とただ答えるのみでした。

地方名(方言):クチゾコ、クッゾコ、クロシタ

・主な漁場:有明海沿岸一円

・漁期と主な漁法:5~10月

【固定式刺網、雑魚三重流し刺網、あんこう網等】

有明海でクチゾコ、クッゾコと呼ばれているものは、主にコウライアカシラビラメ(クロクッゾコ、クロシタ)とデンベエシタビラメ(デンベエ)の2種類である。良く似ているが、コウライアカシラビラメはデンベエシタビラメよりも肉厚で、鱗が小さく、多いこと等で外見には区別できる。

クチゾコの名の由来は靴の底であるが、英名のsole(ソール)も同じ意味。tongue(タン)も舌の意味で日本も西洋も形から発想することとは変わりが無いことが面白い。(佐賀県 ホームページより)



■クチゾコの唐揚げ。

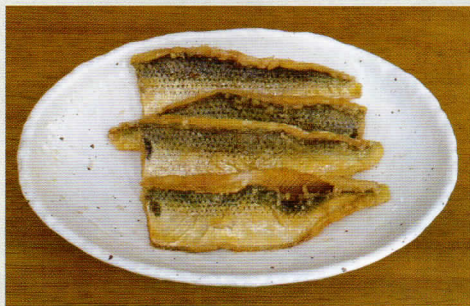
有明海食図鑑

【コノシロ】

コノシロはニシン科に属し、大きくなるにつれて呼び名が変わる出世魚。10cm 前後のものを「コハダ」、15、16cm のものを「ツナシ」、それ以上のものを「コノシロ」と呼んでいます。地方によって呼び名も変わってきます。

背中が青黒くて腹は白い。かっ色の班点があり、背ビレの先が糸のように伸びています。7、8月が旬。暑い盛りに捕れ、腐りやすいので、長続きしないことを表すことわざにも使われました。有明海沿岸の民謡「新地節」には「新地お役人なコノシロ無塩、なごうはもたぬ夏の魚」の一節があります。苦労が多く長くは続かない干拓役人を歌ったものです。

「焼くと死臭がする」といって嫌う人もいいます。太良町沖が主な漁場で、この地域では「コハダ」は東京方面にすしネタとして出荷され、高値で取引されているといえます。塩焼きにして酢じょう油で食べるとおいしく、小骨が多いので敬遠されがちですが、骨切りをして刺身、キュウリと一緒に酢メタにしても最高です。鮮度が落ちやすいので、できるだけ早く食べた方がいいようです。



■上、獲れたてのコノシロ。下、コノシロの唐揚げ。

【シオマネキ】



■シオマネキ

シオマネキは有明海では「マガニ」「ガンツケガニ」と呼び、佐賀県有明海名産品として全国に売り出されている「ガンツケ」の原料です。二つのハサミを上下にさせる格好が、ちょうど潮を招くようにみえるところからシオマネキの名前がつけました。潟に70釐から1匁のタテ穴を掘って住んでいます。こんな穴が無数あって、海と川の境界近くの河口のヨシ、シチメンソウなどの多いところに群をつくっています。冬は穴の中で過ごし、春先から夏、初秋にかけてが旬です。

潟泥の珪藻を常食し二つのハサミのうち、大きなハサミは身を守る役目。小さいのを使って泥と珪藻を器用に口の中に入れ、口の中で泥は粒にしてはき出し、珪藻だけを食べます。昔はザルでかき集めるほど捕れたと言われていましたが、昭和30年以降ごろから少なくなり、最近は、ほとんどが荒つぶしをしたものを韓国などから輸入し、これらを材料にしてガンツケをつくり販売しているところが多いようです。

昔は有明沿岸の家庭では、捕ってきたシオマネキを生きたままよく洗い、「フンドシ」「コシマキ」と呼ばれる腹の部分を取り除き「すり鉢」などですりつぶし、トウガラシや塩、調味料を混ぜて3～4ヵ月待ち、発酵してから食べていました。塩辛さと炊き立てのご飯がよく合い、酒の肴にもぴったり。佐賀を離れて暮らす人には忘れられない味で、今も関東、関西などの県出身者からの注文は多い。最近は捕獲数が少なく、ヤマトオサガニやアリアケガニも代用品として使われているといえます。

【シバエビ】

シバエビのシバという名前は、かつて東京・芝浦で多く漁獲されたことに由来しています。佐賀では、マエビとも呼ばれ、魚屋さんの店頭には年中、並んでいます。

有明海の漁獲量は年間100トン以上で、9月～11月は竹羽瀬、7月～9月はあんこう網などの独特の伝統漁法で獲られています。寿命は1年から1年半。夏に繁殖し秋にかけて干潟で幼生から稚エビに成長し、秋の深まりとともに群れをなして深場に移ります。

活動域は、水深10m～30mの泥底に生息し、夜は海底付近を泳ぎ回り、肉食性でアキアミなどの小型の甲殻類を主に食べています。体長は11cm～12cmで、全身に藍色の小斑点があり、半透明の淡黄色をしています。

太良町では、正月のおせち用に串刺しにし、焼いて乾燥させたものを利用したり、ゆでて干したものをすり潰し「スリエビ」としてきゅうりの酢の物に使ったりしたそうです。一般的な調理法は、小ぶりで味がいいので、刺身、塩ゆで、から揚げ、てんぷら、かき揚げや塩コショウでの炒め物、チリソース炒めなど、いろいろな料理に使われます。タイ、スズキの釣り餌としても利用されています。（資料 佐賀のさかな写真鑑）



■シバエビ

【スミノエガキ】



■網の上のカキ焼き

鹿島から太良、県境を越えて小長井、諫早までの国道207号は、冬場「カキ焼き街道」という呼び名がすっかり定着しました。正確にその数を数えたことはありませんが、長崎県も含めれば20店は超えるでしょう。天然ものも養殖ものも一盛り千円程度が相場。養殖ものは身入りそろっていて、当たり外れはないが、天然ものも捨てがたい。形は不ぞろいで、どこに身が入っているか探さなければならない異型も多く、苦労して殻を外してみると、身はほんのわずかというものも。それはそれでカキ焼きの楽しみでもあります。炭火で焼いて、待つこと2、3分。殻に隙間ができれば、食べごろ。ときには「暴発」して、中のエキスを飛ばすこともあるから、要注意。やけど防止用の軍手をつけて、殻をこじ開ける金具を持てば、至福のときが始まります。微妙な塩加減と濃厚なうまみは他では味わえない有明海の「恵み」。一人で二盛り、三盛りとたいらげる「つわもの」も見かけます。

スミノエガキはマガキの近縁種で、地元ではその形状から「セッカ」という異名もあります。養殖と言っても、カキをいかに吊るして、大きくなるのを待つだけ。有明海の豊かな栄養をたっぷり溜め込んでいるのです。

カキは栄養価の高さから「海のミルク」とも呼ばれています。江崎グリコの創業者江崎利一氏は佐賀県出身ですが、有明海の堤防で漁師たちがカキの煮汁を捨てているのを見て「煮汁にもエネルギー代謝で重要な役割をするグリコーゲンが含まれているのでは」とひらめき、そのエキスを子どもたちに食べさせようと商品化したのがロングセラー菓子「グリコ」です。

有明食図鑑

【ハクラ】

ハクラは出世魚スズキの幼名です。有明海沿岸では、川副や東与賀のように隣接した地域でも、ハクラの大きさの基準が若干異なります。一般に約20cmまでを「セイゴ」、約40cmまでを「ハクラ」、約60cmまでを「ハネ」、60cm以上を「スズキ」と呼んでいます。有明海のスズキは、ほとんど一生を有明海の中で過ごすと言われています。

産卵は、12月から1月にかけて、島原沖から口之津沖の深場で行われ、稚魚は筑後川など河川を含む沿岸で成長した後、8月から10月には16cm～19cmになり、水深15m程度の沖合へ、11月には20mより深い海域へ移動し、越冬します。翌春には、餌をとるため再び沿岸に移動し、冬になると再び深みで越冬します。(引用:佐賀県水産業の概要 有明海)

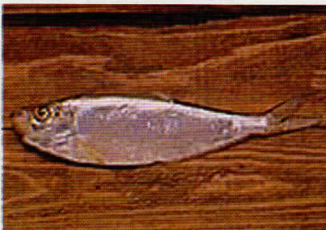
川副・東与賀で「ハクラ」の食べ方を聞くと、声をそろえて「煮てよし、焼いてよし、蒸してよし、少し大きければ刺身よし。おいしい魚です」との答えが返ってきます。とくに「夏のスズキはタイにも勝る」といわれる高級魚ですが、幼魚のハクラはスズキに比べて「味に深みがない」とされ、食する側の好みがあるようです。しょう油と砂糖を少し加えて煮つけにするのが一般的な調理法。昔から大きな魚を煮るときには、大鍋の底に竹で編んだ網やハランを敷いて、煮崩れを防ぎます。煮汁を有効に使って、大根やごぼう、白菜などを炊き合わせます。

ほかにも、塩焼き、から揚げ、長ネギとショウガの線切りをのせて蒸し煮、洋風にバター焼き、グラタン、パン粉をつけてフライなど、いろいろ楽しめます。



■ハクラ

【ヒラ】



■ヒラ
(写真提供 佐賀県水産課)

細長く、平べったい形で厚みがないので、この名がついたと言われています。小骨が多く、佐賀では一般には出回りにくい魚で、有明海沿岸で漁業をするご近所から分けてもらうことが多く、「私のお父さんは、ヒラの塩焼きはうまかー」と言っていたけれど、魚屋さんには出回らんもんね」と東与賀の古老は話してくれました。

ヒラは、富山湾・大阪湾以南の沿岸から中国、東南アジア、さらにはインド洋にまで広く分布しています。イワシの仲間では大型の魚で、全長50cmに達するものもみられます。有明海ではそれほど多くはないのですが、6、7月の産卵期に成魚が有明海の外から来遊し、湾奥西側の水域で産卵。稚魚は産卵場周辺の河口域で秋ごろまで成長した後、外海へ去っていきます。(引用:佐賀県水産業の概要 有明海)

旬は6、7月ごろの産卵期で、とにかく小骨が多いので、料理をするときは小骨切りすることが基本だと教えられました。特に腹側は切り落として料理することが多い魚です。

代表的な調理法は、小骨切りの包丁を入れ薄切りし、刺身やゴマじょう油和えにします。小骨切して煮付け、塩焼きなどもありますが、若い世代は小骨が気にならないから揚げが好評です。すり身だんごにして、汁物などにも使えます。

【ハゼグチ】

ハゼグチはハゼ科の魚で、学名をAcanthogobius hasta といい、全国で釣ることができるマハゼとは別種です。国外では朝鮮半島西岸と中国沿岸に分布し、国内では有明海や八代海だけに見られ、1年で生涯を終えます。方言では「ハシクイ」と呼ばれ、親しまれてきました。

「待ち網」や「あんこう網」で取る方法もありますが、身近な釣りとして人気があります。今は釣れる数が少なく高価ですが、昭和30年代まではどこで釣れました。子どもたちにとっても身近で、楽しく釣りやすい魚でした。

ハゼ釣りのエサとしては今は青虫やエビを主に使いますが、以前は、そこら辺のミミズでよかったし、捨石の近くから取った「あげまき」でも釣れました。エサがなくなると、ハゼは共食いする習性を利用して、釣ったハゼの身で釣ることもできます。

1月になると、干潟などに巣穴（深さ約1m）をつくり、そこに産卵します。このころになると、大きいものでは50cm以上になります。ハゼグチは、産卵を終えたらその生涯を閉じ、4月ごろになると「流れはしにくい」となって、よく干潟の「わらすば」の穴に入って死んでいるのを見かけます。

食べ方はそれぞれの家庭で違いますが、しょう油などでの煮付けが一般的です。温かいうちに食べる人、一晚煮汁につけて煮汁が冷えて硬くなってから食べる人とまちまちです。天ぷら、から揚げ、刺身、吸い物にしても食べます。



■ハゼグチ（写真提供 佐賀県水産課）

【ミドリシャミセンガイ】

緑色の殻の形が三味線の胴、胴から伸びる管が三味線のサオと似ていることから、ミドリシャミセンガイと名前がつき、方言で、メカジャ（女冠者）と呼ばれています。名前は貝でも二枚貝の仲間ではなく、触手動物腕足類の一種です。

古生代（5億年前）から続く生きた化石といわれ、本州以南の干潟に分布しますが、干潟の減少とともに他ではほとんど見られなくなり、有明海が主な生息地です。

砂まじりの泥の中に、三味線を逆さにしたように10cm位下に入っており、板鍬に似た道具を使って農作業の土おこしのようにして取り出します。殻は磷酸カルシウムとキチン質を多く含み、かつては肥料として大量に取られていましたが、近年では、アゲマキと同じように激減しており、めったに食べることもできなくなりました。

今でも食べられる柳川の旅館阿久根では、緑色の光沢のある殻の色や、有明海の風味を失わせないように、淡口のしょう油で薄口で煮付け、上品に仕立てられています。純米吟醸の地酒とともに、柔らかな身やこりこりとした管の肉茎をかみ締めると、淡々と生きながらえた奥深い味わいに、化石より宝石の翡翠をめぐる感激を覚えます。



■ミドリシャミセンガイ

有明食図鑑

PICTURE BOOK OF ARIAKE

【ムツゴロウ】

多良山系の火山灰で細かい泥質干潟である豊穡の有明海に生息するムツゴロウ（硬骨魚綱スズキ目ハゼ亜目ハゼ科）は広くインド洋にその種を見ることができますが、大陸続きであった遠い昔、日本沿岸にまで生息範囲を広げました。

ここに息づく彼らは独自の生態系を持ち、1種のみ分布。その姿は愛らしく微笑ましい。干満の差が激しい有明海の「汽水域」に暮らし、満潮時は「穴」に入り、干潮時には表に出て活動、珪藻などを食べます。皮膚と口の中に溜めた水で呼吸しますが、皮膚が乾くと生きることができず、時折ローリングをします。その姿もまた愛嬌があり、見るに飽きません。

他県から来た私が最初に出合ったムツゴロウは甘露煮状態のものであり、お酒の肴的印象でした。黒く煮付けられたその肴は、骨ばって小味があり、郷土料理では佐賀の代表として君臨しているといえます。その後、スーパーの鮮魚コーナーに鎮座するワラスボ（エイリアンみたい）やタイラギといった独特の有明珍味を目にすることとなります。

絶滅危惧種に指定されつつあるムツゴロウは年々、COD（化学的酸素要求量）の上昇や、環境破壊が加速化の中で、私たちは「当たり前」の環境から「有難い」環境として見つめなおし愛すべきこの生き物の保護に手を尽くしたいものです



■ムツゴロウ



【ワラスボ】



■ワラスボ

有明海沿岸で暮らす年配の人たちなら「ワラスボ」といったら、堅くて棒状で、不気味な褐色の魚の干し物を頭に浮かべるでしょう。ハゼ科で、ドウキンと呼ぶ地域もあります。有明海・八代海の干潟に生息し、体長は大きいものは30cmになります。

食べ方は、干したものをたたいて柔らかくしてから焼き、砂糖じょう油で煮ます。酒の肴として最高、珍味です。佐賀のある居酒屋で、獲れたての生きているワラスボにお目にかかった時は、ちょっとオドロキでした。口が大きく、ギザギザした歯がむき出し、頭に二つの黒点があり、泥中にいるので、それが退化した両眼らしい。「有明海のエイリアン」と言われるのも納得。

上下の牙状歯で、二枚貝のアゲマキなどを殻ごと食べる肉食性とのこと。各地に「タイに恋して振られ、ご面相がさらに悪くなった」との話が残っているらしいが、見ようによってはユーモラスで可愛く見えないこともない。

早速かみつかれないように、恐る恐る触ってみました。ウナギのようにヌルヌルして、つかみどころがありませんでした。手慣れた調理人の手で三枚下ろしされ、出された刺身は淡白ですが、おいしくいただきました。昔食べたハゼの刺身と似ていたのは、同じハゼ科に属するからでしょう。皆さんも一度ご賞味あれ。

2009年の有明海

佐賀県有明水産振興センター
副所長

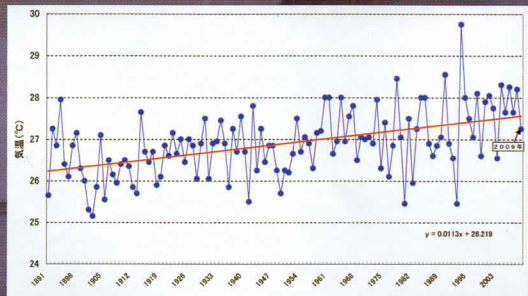
川村 嘉応

今年の有明海では、夏季に鞭毛藻であるシャトネラ赤潮が発生しました。冬季はアステリオネラという珪藻*が赤潮となり、さらに他種の珪藻も増えてノリの色落ち被害がでました。そして今年のトビックスはなんといっても冬季のタイラギの豊漁でしょう。



■写真1：シャトネラ

さあ、夏からみてみましょう。7月上旬にシャトネラ(写真1)が、長崎県から熊本県の有明海域で増殖し赤潮状態となりました、さらに有明海から飛び火して橘湾(長崎県)まで広がり、養殖されていたハマチが大量に斃死しました。このシャトネラは、ハマチの鰓に付着し活性酸素を出すと、魚に粘液を過剰分泌させます。魚はそれを鰓に詰まらせて死亡します(他にも説あり)。とくに酷かったのは八代海で、被害額約8.7億円でした。佐賀県では1974年に初めて確認され、それ以降毎年発生するようになって数年毎に魚類斃死を起こしています。しかし今年は佐賀県海域ではシャトネラは増殖しなかったのです。この一因は佐賀県海域では珪藻類が増殖したためにシャトネラの増殖を抑えたためでしょう。生物間の競争によってこのようなことが起きたでしょう。



■図1：佐賀地方気象台における7、8月の日平均気温の変動

今年の夏季は珍しいことに貧酸素水塊の程度が小さくなりました。貧酸素については、これまでもこの欄で書いていますので皆さんも覚えてくださると思います。海水中の酸素がなくなる現象です。規模が小さかった理由の1つは夏場の気温でしょう。図1に過去119年間の7、8月の日平均気温の変動を示しました。佐賀県海域は干潟域も多く水深が浅いことから気温変化と平行に水温が変化します。これをみると水温も全体的に高くなっていることが理解できますし、気温上昇傾向にある中でも7、8月の日平均気温が27.3℃と低かったことから、今夏の平均水温が低かったことがよくわかります。

さて、タイラギです。タイラギ漁は12月13日に解禁され、1月下旬までで約400t(殻付重量)も採れています。今年採れている量は最盛期の10分の1くらいですが昔を思い出させます。タイラギ漁の潜水夫さん達が地元に戻ってきて、かなりの量が揚がっている

のは、1996年以来、13年ぶりのことです。今年漁獲されている海域は、主に佐賀県の西部海域です。今まで獲れなかったのに何故?と思われる方が多いと思います。ここは従来、底質が細粒化してタイラギは立たないだろうといわれていました。その原因を少しあげてみましょう。タイラギは生まれた後、海水中で浮遊(浮遊幼生)したのち、海底に沈んで、成長していきますので、浮遊幼生が多かったことや、2008年に何らかの原因で西部海域に大量に着底したことが好結果につながっているようです。さらに、2009年は夏季の水温が低く、シャトネラ赤潮や貧酸素の程度が小さかったこともタイラギの生存と成育に好結果をもたらしたと言えそうです。

もう一つ冬季の産業として重要なノリ養殖についてです。ノリ養殖は2004～2008年度(養殖年度)まで生産枚数が19～21億枚と安定し順調でした。しかしながら、2009年は冷凍網が始まった



■写真2：アステリオネラ

12月下旬から珪藻赤潮が発生しました。普通の年ですと、珪藻類はスケルトネマとかキートセロスとかが2月頃から発生するのですが、単独では赤潮にならなかった三角帽のようなアステリオネラという種類(写真2)が早くから発生しました。そのため、佐賀県西部漁場では冷凍網を張り込む前にノリ養殖に必要な窒素分がなくて、冷凍網の張り込みが東・中部漁場と比べて2週間も遅れてしまいました。これほど地域差が出たのは初めてでした。珪藻類の増殖については、これまでに多くの研究がなされ発生メカニズム**がある程度解明されていますが、天候に左右されるわけですから、なかなか対策は難しいものがあります。

珪藻類はタイラギなどの貝類の餌になりますので珪藻類が増えるのは良いことなのですが、珪藻類が増えるとノリの栄養となる窒素が減ってしまいノリの色落ちを引き起こしてしまいます。タイラギが獲れたかと思うと、ノリが取れないというのが自然の営みなのでしょう!!。

有明海は他の海域とは異なって白砂青松の沿岸はなく、マリンブルーの海でもありません。一般の方にはなじめない泥の海といった印象があります。これに対して東京湾は大都市があつて一般の方にも身近で親しみのある海でしょう。しかし、有明海の場合、漁業生産力が日本一で、漁業者の皆さんが貝類を養殖したり、漁業をして生活の糧とし海を守ってきたと思います。これから貝類を増やし、養殖を振興し、ノリ養殖を安定させて漁業者の皆さんが安心して生活できる環境作りをしなければなりません。

いっぽうでは、有明海の干満差や有明海にしかない、例えば、ムツゴロウなどの特産種がたくさんいることを一般の方にも知っていたきたい。一般の方が海にやってきて潮干狩りをしたり、ゆっくり海を眺めて過ごしたり。もっと身近な海にしてみんなで大事に、みんなで有明海を見守る、そんな取組みを広めていく必要があると思います。

* 鞭毛藻と珪藻の違い：どちらも光合成をして生育する。前者は鞭毛を持ち動き回り、魚類の鰓に付着して斃死させる。後者は珪殻の殻を持ち海に浮遊し、ノリ繁殖期に発生するとノリの色落ちを間接的に引き起こす。
** 珪藻類の増殖メカニズム：珪藻類の増殖は、最初は太陽の光の量との関係が深く、海底部にある休眠細胞という種(たね)に太陽光があたり発芽することから始まります。発芽すると、そこに栄養塩類や増殖因子といわれる物質(これは種によって異なる)があると増殖を開始します。増殖には色々な環境要因が揃う必要がありますが、メカニズムとしては、図1に示すようになります。

Contents

冬瓜と私.....	2
有明海の食材.....	3
特集 有明海食紀行 1	
有明食紀行エッセイ	4～8
特集 有明海食紀行 2	
有明食図鑑	9～18
2009年の有明海.....	19

●NPO法人有明海ぐるりんネット

有明海を楽しむ。有明海を知る。
有明海を届ける。

活動は

- 定例会 毎月第一木曜日18:00～19:30
佐賀市城内サガテレビ大会議室
有明海に関係する講座とその後は懇親会

組織は

理事長 荒牧 軍治
理 事 川上 義幸 河野眞佐徳 菊池 恵美
北島 悦子 北村 和秀 原田 彰
会 員 30名

入会は

〒849-0203 佐賀市久保田町新田3714-5
TEL 090-4774-6611
E-mail aramakig@cc.saga-u.ac.jp





有明海

Ariake Kai
2010

Vol.5