

健康な未来を育む食の力

むかわ町 食育の日

毎月むかわ町食育事業の取組として、皆様から応募頂いた「むかわ飯」の作品をご紹介します。
むかわ飯とは：むかわ町産の食材をメインとした、家庭で簡単に調理が出来る料理のこと。むかわ町公式FaceBookにおいても、食育の情報を毎日発信していきます。



今日のむかわ飯 月がこもったトマト

【料理の概要】月のように卵がまるまる1個入っています。【使用したむかわ町の食材】トマト、ほうれん草

【一言PR】むかわ町の特産物は全て美味しく、トマト嫌いの人でも食べられるほどの美味しさです。とても甘くて美味しいです。

材料・4人分

- ・トマト...4個
- ・卵...4個
- ・ピザ用チーズ...大さじ4
- ・角切りベーコン...40g
- ・ほうれん草...4株
- A
 - ・オリーブオイル...小さじ2
 - ・黒こしょう...ひとつまみ
 - ・おろしにんにく...小さじ1/4
 - ・塩...小さじ1/4

【応募者】

令和6年度 鵜川高校家庭科部
(佐久間まみ、谷山叶実、堀川愛華、国安くるみ)

作り方・手順

- ① トマトの上部1/4程度をカットする。
- ② スプーンでトマトの中をくりぬく。
- ③ トマトカップの底に角切りベーコンとほうれん草を入れる。
- ④ トマトカップの中に卵を割り入れる。
- ⑤ ピザ用チーズを上にはらして、160度のトースターで10分加熱する。
- ⑥ ⑤に塩こしょうをする。
- ⑦ Aを混ぜてドレッシングをつくり、⑤に添えて完成。



提供頂いた写真

未来につなぐ 鵜川ししゃもプロジェクト

漁期前調査

提供：北海道立総合研究機構 栽培水産試験場



「明日の降水確率は60%です。」「来週前半は広範囲で晴れるでしょう。」など、皆さんも毎日の天気予報を見られていることと思います。天気予報はときどき外れることもあります。天候に合わせた服装の準備などの実生活で十分に役立っています。

むかわ町では毎年10月からシシャモ漁業が行われてきました。天気予報と同じように、シシャモ漁業が始まる前に今年の漁獲量を大まかに予報できれば、効率のよい操業やシシャモの獲り過ぎの防止に役立つと考えられます。例えば、「今年はあまりシシャモが獲れないでしょう。」という漁業予報があったとします。このような予報の場合、鵜川河口にシシャモが集まる時期に短期間だけ漁業を行えば燃料代を節約できます。さらに、漁業者の皆さんが事前に集まって、「たくさん獲れる年」よりもシシャモ漁業を終える日を早めに設定することで、鵜川に遡上する親魚数を十分に確保できます。

これらのメリットが期待されたことから、栽培水産試験場ではシシャモ漁業者の皆さんの協力を得て、シシャモ漁業が始まる前の5～6月と9月に漁期前調査を行い、その調査で漁獲されたシシャモの数量をもとに漁業予報を行ってきました。

近年、シシャモは不漁が続いており、2023年からはシシャモ個体数を回復させるために、漁業者の皆さんの苦渋の決断によって、シシャモ漁業は休止中です。漁業予報を行ったとしても、予報を活かすためのシシャモ漁業が休止中であること、漁期前調査を行うことで鵜川に遡上するシシャモを少量ながら減らしてしまうことから、漁期前調査も2023年から休止中です。



シシャモの漁期前調査の様子。10月から開始するシシャモ漁業と同じ漁具でシシャモを漁獲しその数量から漁業予報を行う