

## THE ROTARY CLUB OF KARIYA



Weekly



創立 1954年 3月 8日  
承認 1954年 3月 30日

例会日時 毎週月曜日  
12:30 ~ 13:30  
例会場 刈谷市新栄町 3 の 26  
刈谷商工会議所内  
事務所 TEL (0566) 22-2111  
FAX (0566) 25-2111  
メール kariyarc@katch.ne.jp  
ホームページ http://www.kariya-rotary.com  
会長 内藤 昇  
幹事 磯部 一智  
会報委員長 花井 淳

2024 ~ 2025年度 国際ロータリー ステファニー A. アーチェック 会長テーマ

THE MAGIC OF ROTARY ロータリーのマジック

この会報は、地球環境保全に考慮し再生紙を使用しています。

## 第3256回例会プログラム

[当年度=15回目；当月=3週目]

2024年（令和6年）11月18日(月)

職場例会 於：株式会社ジェイテクト

## 1. 例会……………〈司会：プログラム委員会〉

12:00 〈食事〉

12:30 1. 点鐘……〈会長〉

2. 開会宣言

3. ロータリーソング斉唱……

それこそロータリー

4. 講師・ゲスト並びにビジター紹介

5. 会長挨拶並びに会長報告

6. 幹事報告

7. 出席報告

8. 委員会報告

9. ニコニコボックス報告

10. 次週並びに次々週のプログラムの予告  
(11/25) ……

卓話「安心、安全な刈谷を目指して」

講師 愛知県刈谷警察署

署長 藤嶋 謙司 様

(紹介者 杉浦世志朗 会員)

(12/2) ……

卓話

講師 庄野 俊哉 様

(紹介者 池田 直樹 会員)

## 2. クラブフォーラム……………〈司会：職業奉仕委員会〉

12:45 ~ 「ご挨拶」

株式会社ジェイテクト

取締役社長 近藤 禎人 様

(紹介者 伊藤 節夫 会員)

12:50 ~ 「会社紹介・概要説明」

11. 謝辞

12. 諸事ご案内…… 〈職業奉仕委員長〉

13:30 13. 点鐘…… 〈会長〉

13:30 ~ 15:00 見 学

## 出 席

会員総数 95名 出席免除 24名

出席義務者+免除者の内例会出席者 81名

欠席 13名 出席率 83.95%

前々回 (10/28) の修正出席率 100%

## 幹 事 報 告

1) 11月23日 子ども食堂主催の「ほっとライスまつり」に地区補助金事業として参加させていただきます。桜市民館及び神明公園にて10時から14時迄開催されます。多くの会員の皆様のご奉仕を改めてお願い致します。

## 会 長 あ い さ つ

## 食欲の秋、旬の魚介類について

内藤 昇



・「味の良い魚」という意味の、マナガツオ

マナガツオは温かい海を好む回遊魚で、本州中部以南から東シナ海、朝鮮半島近海に分布。水深100mまでの海域に群れで生息しています。

6～8月頃になると産卵のために水深の浅い海域や湾内に入ってくるため漁獲量が上がりますが、身が肥えてくるのは晩秋から春にかけて。高値で取引されます。近年は北海道近辺でも水揚げされるようですが、かつては「西国に鮭なく、東国にマナガツオなし」と言われたほど、関西で好まれてきた魚です。

関西で好まれる、味噌漬けカツオとは似ても似つかない、菱形の平べったい魚体。にもかかわらずその名がついたのは、カツオのいない瀬戸内海などで名付けられた「真似鰹(まねがつか)」が訛ったとの説も。マナは真似ではなく、味の良い魚を意味する「真魚(まな)」だと

いう説などもあります。マナガツオ科の魚のことを英語ではバターフィッシュなどと呼びます。言い得て妙ですね。サンマやイワシの脂とはまた違う。繊維が柔らかく、ホロホロッと崩れる身が美味しい魚です。

関西での代表的な食べ方は味噌漬け。漬け込んでも身が硬くなりやすく、冷めても美味しいので、おせちにも向きます。

「低温でじっくり、皮目をパリッと焼き上げたマナガツオは最高です。味噌漬けの場合、特に焦げやすいので、気を付けるあまり中が生っぽい仕上がりにがち。そうならないためには、切り分ける時に厚みが均等になるように注意が必要です」。

「味噌漬けに使う味噌は良い物をたっぷり使うことが重要。私は、少量の酒で伸ばし、マナガツオをガーゼに包んで漬けます。漬け終わった後の味噌床は、鶏肉などを漬け込んで再利用することもできますよ。また、鮮度の良いマナガツオは刺身にしても旨いのですが、産地でないと難しいかもしれません。小ぶりのマナガツオは唐揚げにしてポン酢で食べるのも良いですよ。天ぷらも向きます」。

#### ・ズワイガニ

毎年の解禁日を待ちわびるファンも多いのがズワイガニです。

身体の大きなオスは、山陰地方では松葉ガニ、福井県では越前ガニ、石川県では加能ガニなどと、同じ日本海側で水揚げされたものでも呼び名が変わります。

他にも津居山ガニ、柴山ガニ、間人（たいざ）ガニなどの呼び方もありますが、これらは水揚げされた漁港が付いている呼称。皇室への献上ガニとして知られる福井県の越前ガニが黄色のタグを付けたことをきっかけに、津居山は青、柴山はピンク、間人は緑というように、それぞれに基準を設けて色付きのタグを付け、ブランド化を図っています。

産地では、きれいな海水に真水を入れて塩分濃度を調べ、大釜で茹でます。「塩分の加減でカニの味わいが変わるので、業者の腕の見せ所でもありますね」。

解禁日は毎年11月6日。漁期は翌年3月20日まで続きます。

体が小さなメスも呼び方はさまざまで、親ガニ、セコガニ、コッペガニ、セイコガニ、香箱ガニなど、地域によって変わります。

メスは成熟すると脱皮をしなくなるため、甲羅は7～8 cm以上の大きさにはなりません。オスと同じく脚肉も

美味ですが、むしろ外子と呼ばれる卵と内子と呼ばれる卵巣を楽しむ傾向があります。

乱獲を防ぎ、資源を保護するため、オスに先がけて1月10日に禁漁になります。

「ズワイガニのズワイ（楚）とは、細く長い小枝という意味の“スウェ”が訛ったもの。そんな脚を持つカニであることを表しています」（畑先生）。

「比較的安価なのはロシアからの輸入物ですが、やはり漁場と漁港に近いズワイガニの方が上物です。近年は福井の三国港揚がりが高値で取引されています。栄養豊富な九頭竜（くずりゅう）川の水が流れ込んだ海域で育つため、甘みが強いとされています」。

#### ・サクラエビ

桜えびは丸ごと食べられるので、他の甲殻類と違ってまったく下処理が必要ありません。なので、かんたんに料理に活用できます！

桜えびというと「かき揚げ」を思い浮かべる人も多いのですが、パスタに入れても美味しいんです。しかも丸ごと入れるので風味も香りも豊かになります。

もちろん生や釜揚げをわさび油で食べても美味しいですし、干し桜えびをおやつ代わりに…なんてことも。美と健康のための栄養の宝庫!! まずカルシウム。殻も内蔵もすべて丸ごと食べられるので、手軽に非常にたくさんのカルシウムを摂ることができます。

カルシウムには体の pH や体調を整える重要な役割があるので、積極的に食べていきたいですね！ また食物繊維も豊富なので、美容と健康のためにもうってつけ！

納豆とあえてみたり、普段のお料理に混ぜてみたり、うどんにトッピングしたりとカンタンに食べられるので、常時ストックしておくことをオススメします。

国内の桜えびの水揚げは【100%】駿河湾！桜えびの漁期は年2回のみ！春漁は3月中旬～6月初旬、秋漁は10月下旬～12月下旬で、それ以外の時期は桜えび保護のために休漁となります。桜えびは駿河湾のほかに、東京湾・相模灘にも生息していますが、漁業の営業許可を静岡県だけが認めているので、国内の水揚げは【100%】駿河湾となります。

ちなみに桜えび漁の許可証をもつ船は、由比・蒲原・大井川地区の合計で120隻しかありません。実はとっても貴重なのです！

その他にも、魚介ではマグロ、ブリ、キンメダイやワカサギなども11月が旬です。

職 場 例 会

〈職場奉仕委員会〉



株式会社ジェイテクト  
取締役社長 近藤 禎人 様

