

### ③沿岸漁業

岸に近い海で漁をするもので、小型船による漁船漁業、定置網漁業、底びき網漁業などのほか海面養殖業があります。

沿岸漁業のなかでは海面養殖業の割合が最も高く、そのほとんどは陸奥湾のホタテガイ養殖業です。令和4年のホタテガイ養殖業の生産量は7万8,313トンで、全国では第2位の生産量となっています。



定置網起し（沿岸漁業）

漁船漁業では八戸港を中心に、スルメイカを対象とする沿岸いか釣り漁業の生産量が4,576トンと多く、サケ、スルメイカ、ヤリイカ、ブリ、ヒラメなどを漁獲する定置網漁業が1万4,629トンとなっています。

### 3) つくり育てる漁業

つくり育てる漁業とは、「海の畑づくり」である増養殖場の造成、魚礁の設置等による沿岸地域の整備開発や「海の種づくり」である魚介類の種苗生産・放流、サケ・マスのふ化放流等に一定の区画の中で魚介類を養成する養殖業を組み込んだ漁業のことをいいます。

#### ①海の畑づくり

海の畑づくりのために海の中にコンクリートや鋼鉄などで作った魚のすみかとなる魚礁ぎょしょうや、ヤリイカなどが卵を産む産卵礁さんらんしょうを沈めています。砂場など海藻が生えにくい場所では、石やコンクリートブロックを沈めて、海藻を生やしています。また、陸奥湾ではホタテガイ貝殻を海の底に敷きつめて、ナマコの増殖場がつけられています。貝殻同士のすき間が、ナマコのよい住み場になるからです。

#### ②海の種づくり

魚や貝などの子ども（稚魚や稚貝）を育てて海に放流し、大きく育ててから獲ることを栽培漁業といいます。

青森県では現在、ホタテガイ、アワビ、ヒラメ、ウニ、ナマコなどで栽培漁業を行っているほか、キツネメバルなどについても栽培漁業が行われるよう試験研究しています。

また、サケ・サクラマスでは、川にそ上した親魚から卵を採って、ふ化させた稚魚に餌を与えて育て、川に放流する「ふ化放流事業」が行われています。

## ■ ヒラメの資源管理



### ③養殖業



ニジマス（サーモン）

漁業者が自分の施設で稚貝や稚魚などを管理し、販売できる大きさまで育てることを養殖業といいます。

青森県の養殖業による生産量のほとんどは陸奥湾のホタテガイで占められていますが、この他にコンブ、ワカメ、マボヤ、ニジマス(サーモン)などの養殖も行われています。

## 4) 青森県で獲れる主な海産物

### ①ホタテガイ

陸奥湾の養殖ホタテガイは、養殖といっても人が餌を与えるのではなく、陸奥湾の中で自然に発生した植物プランクトンなどを食べて成長します。陸奥湾には八甲田山系から清らかで栄養豊富な水が注がれ、餌となる植物プランクトンが豊富です。

この恵まれた自然環境の中にある陸奥湾で、漁業者に一枚一枚大切に育てられたホタテガイは高タンパク、低脂肪で、グリコーゲン等の栄養成分を含み、全国どこにもないまろやかな甘味があり、その味は絶品で、特に夏場になると貝柱の厚みが増し、旨さも増します。



ホタテガイは貝柱の繊維が縦に並んでいるので、活貝を食べるときには輪切りではなく、縦方向に切ると食感を楽しむことができます。また冬場は、発達した生殖巣（卵、白子）の濃厚な味わいを楽しむことができます。フランスでは卵付きのホタテガイが好まれています。

## ②イカ類

青森県では、「スルメイカ」「ヤリイカ」「アカイカ」が主に漁獲されています。「スルメイカ」は別名「マイカ」と呼ばれ、6月から12月に県内全域の沿岸で漁獲されています。特に、八戸沖合は「スルメイカ」の好漁場であるため、夏から秋にかけて全国からイカ釣り漁船が集まります。一方、「ヤリイカ」は、12月から5月に主に日本海側、津軽海峡で漁獲されています。

また、「アカイカ」は、北太平洋の沖合で漁獲され、国内では大半が八戸港に水揚げされます。

イカは高タンパク・低脂肪な食品で、コレステロールを減らし血圧を正常に保つ働きがあるとされているタウリンが豊富です。



## ③ヒラメ

昭和62年に青森県の魚に指定され、平成2年から毎年、県内全域で80万～400万尾の稚魚が放流されています。また、漁業者は35cm未満の小型魚を再放流するなど資源管理に取り組み、漁獲量は平成5年以降の27年間で17回の全国第1位でしたが、令和4年は全国第3位でした。

北国の冷たい海で育ったヒラメは身が締まり、身は高タンパク、低脂肪でヘルシーで、東京築地市場では品質が良いと評価されています。

本県のヒラメは全て天然物で、身は獲れたてよりも、締めてから時間がたったものの方が、旨味が増します。



## ④クロマグロ

クロマグロは太平洋を回遊して丸々と太り、最も脂がのりきった秋～冬にかけ潮の流れが速い津軽海峡に回遊してきます。

大間や三厩など津軽海峡に面した漁港は、マグロ漁場との距離が日本で最も近いという地理的優位性からその品質が高く評価され、脂と赤身が渾然一体となった旨さは感動ものです。また、春から夏場に獲れる日本海のクロマグロも、ほどよい脂ののりときめ細やかでしっとりとした赤身の旨さが特徴で、価格も手軽でお勧めです。

マグロの赤身にはビタミンA、D等のビタミン類、脂にはDHAやEPA等の栄養成分が含まれています。地元では内臓も漁師料理として、刺身（心臓）や炭火焼きなどで食べられています。



## ⑤サバ類（マサバ・ゴマサバ）

八戸漁港は最も北に位置するサバ類の主要水揚げ港です。八戸前沖さばは、八戸漁港から極く近い沖合の漁場で漁獲されるため、新鮮なうちに水揚げされます。

サバ類はDHA、EPAの他、ビタミンA等を含み、特に八戸前沖は、例年9月に入ると海水温が低下しはじめ、そこで獲れるサバは粗脂肪分も30%に達するなど日本一脂ののった旨味のあるサバと評価されています。

八戸市は「しめ鯖」の加工・製造が盛んであり、全国の約8割を製造しています。その品質・食味ともに市場から高い評価を得ています。



## ⑥ヤマトシジミ

主要産地である十三湖、小川原湖とも、資源管理のため、禁漁期（休漁日や禁漁期間）や禁漁区の設定、1日当たりの操業時間・漁獲数量制限があり、さらに小川原湖では種苗生産・放流を行っています。その結果、安定生産が図られています。

シジミは、旨味成分であるコハク酸が豊富で、

ビタミンA、B<sub>12</sub>等のビタミン類などの栄養成分を含んでおり、体に染み入る独特の美味しさが特徴です。濃度1%程度の食塩水（1リットルの水に約10グラムの食塩を溶かしたもの）を使用するとシジミの旨味を失うことなく砂抜きをすることができます。また、通常は砂抜きしたシジミを生きたまま料理に使いますが、砂抜き後に小分けして冷凍し、料理に使う時は凍ったまま鍋に入れて調理することで、より旨味が出て美味しく食べることができます。

また、平成28年12月7日には十三漁協、平成29年9月15日には車力漁協の「十三湖産大和しじみ」、同年12月15日には、小川原湖漁協の「小川原湖産大和しじみ」が、地域の農林水産物や食品をブランドとして保護する農林水産省の「地理的表示（GI）保護制度」に登録されました。



## 青森県の旬の魚介類

	春	夏	秋	冬
太平洋	コウナゴ アイナメ	ウニ 	スルメイカ サバ サケ	マダラ ホッキガイ
津軽海峡	サクラマス 	海峡サーモン (ドナルドツ系ニジマス)	サケ コンブ	サメ クロマグロ キアンコウ
陸奥湾	トゲクリガニ	ホタテガイ ホヤ	クロソイ	ナマコ アカガイ
日本海	ワカメ ウスメバル	モズク サザエ クロマグロ	ヒラメ 	ヤリイカ ブリ
内水面	モクズガニ	ヤマトシジミ ヒメマス	シラウオ	ワカサギ

### ■ 「青い森<sup>くれない</sup> 紅<sup>くれない</sup> サーモン」

「青い森<sup>くれない</sup> 紅<sup>くれない</sup> サーモン」は、県産ニンニクと県産リンゴを含み、脂肪分を低く抑えた専用の餌を与えて、県内の清浄な河川水や湧水で養殖された大型のニジマスであり、旨味が強く、程よい脂乗りとなっています。

また、身の色は、食欲をそそる赤い色となっており、通年での出荷が可能という特徴もあります。

令和2年11月にデビューし、今後、生産体制を強化することとしており、新たな県産ブランド品の一つとして期待されています。



青い森 紅サーモン

青い森 紅サーモンの刺身

## 4 林業

### 1) 森林の役割

森林は、私たちの暮らしのなかで重要な役割を担っています。



#### ●緑のダム

森林は、雨水や雪どけ水を蓄える性質から洪水・水不足を防ぎ、絶えず一定の水が流れる環境をつくりだしており、川の水量が急激に増えたりするのを防ぐことから、緑のダムとも呼ばれています。



水源林造成（中泊町大沢内地区）

#### ●きれいな空気

森林は二酸化炭素を吸収し、きれいな空気を作り出しています。

#### ●土砂崩れを防ぐ

樹木の枝葉や地面を覆う下草や落ち葉が、地表面の浸食を抑えるとともに、森林の樹木が地中深くに根を張り巡らすことで、土砂崩れを防いでいます。

#### ●風よけになる

海岸に植えられた木々が盾となって、家々や畑を風や雪、飛砂から守ります。



海岸防災林（つがる市出来島）

## ●動物のすみか

自然豊かな森は生き物にとって暮らしやすいすみかです。



ニホンザル

## ●水をきれいにする



新緑の奥入瀬溪流

雨水が土壌にしみこんでいく過程で不純物を吸着してきれいな水にします。

また、森の腐葉土には、魚が食べる植物プランクトンの栄養源が含まれており、森から川、海へと運ばれています。

## ●木材を生産する

人々が使う木材を生産してくれます。

## ●食料を生産する

山菜やきのこなどを育てます。



山菜



県産しいたけ

## ●安らぎの場を与える

森林は、熱をさえぎり涼しくしてくれる効果や森林浴、バードウォッチング、レクリエーションなど心身の安らぎの場となります。

## 2) 青森県の森林

日本三大美林の青森ヒバ、白神山地のブナ、県南の南部アカマツ、スギなど多様な森林が県土面積の66%を占めており、その森林面積のうち約62%が国有林です。

### 青森県の森林面積（令和5年4月1日現在）

区分	面積(ha)	比率(%)
国有林	395,963	62.4
民有林	238,467	37.6
合計	634,430	100.0

(出典：R5 青森県森林資源統計書)

スギ人工林は全国第4位の約20万haとなっています。  
また、天然ヒバの資源量は全国の約8割を占めています。



スギ林（大鰐町）



ヒバの長期育成循環林  
（東通村大利）

### 3) 特用林産物（きのこ・山菜）

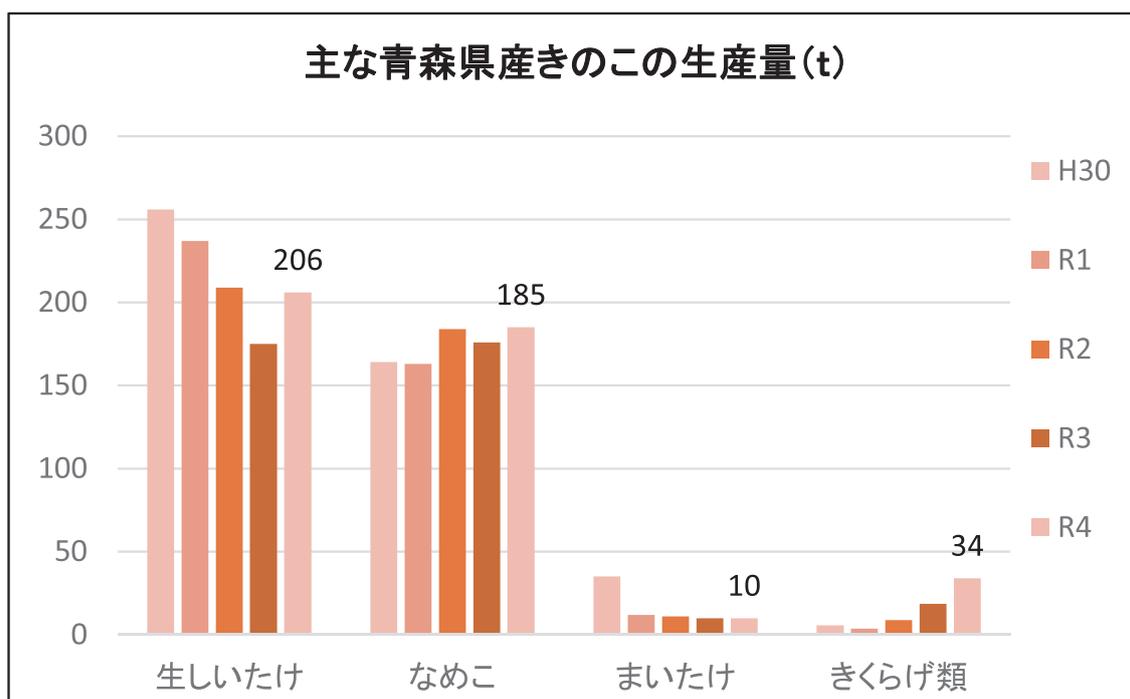
青森県では昔から山の恵みである山菜やきのこを郷土料理や家庭料理に活用してきました。

特用林産物の生産額の約5割がきのこ類となっており、令和4年度におけるきのこ類の生産量は、対前年比約15%増の434トン、主要品目であるしいたけは、対前年比約18%増の206トンとなっています。



青森きくらげ

現在は、うど、たらの芽、みず（ウワバミソウ）などの山菜や、生しいたけ、なめこ、まいたけのほか、令和2年にデビューした青森きくらげ（アラゲキクラゲの新品種）などのきのこが栽培されています。



（出典：令和4年度特用林産物生産統計調査）