

# こども しょくいく しんぶん



新・第16号

令和2年7月 食と花の推進課 発行

気温が高くなってきて、海やプールに行きたい季節がやってきたね。これまでは、7月の第3月曜日が「海の日」とされてきたよ。でも、今年は東京オリンピックが開催される予定だったことから、7月23日が海の日になっているよ！そこで、今回のテーマは、海の日にちなんで、「お魚」についてだよ。

## おすしになる前はどんな姿？



好きなおすしを思い浮かべてみよう！おすしは、一口サイズのご飯の上に、いろいろなお魚の切り身がのっているね。おすしのご飯は、酢飯といって、ご飯に甘いお酢を混ぜたものを使っているんだ。ちなみに、おすしのご飯のことは「しゃり」とよぶよ。

しゃりには、いろいろなお魚の切り身（「ネタ」というよ）をのせて食べるよ。おすし屋さんに行くと、たくさんのネタがあるね。みんなはどんなネタのおすしが好きかな？

さて、ここでクイズにちょうせんだ！みんなは、下の4つのおすしは何のお魚を使っているかわかるかな？

①



②



③



④



＼ おすしおいしいね♪ ／



こたあ 答え合わせをしてみよう。あたっていたかな？



まぐろ



サーモン



さば



いくら

ところで、おすしになった <sup>すがた</sup>姿は見たことがあっても、おすしになる前のお魚の <sup>すがた</sup>姿を見たことがない人も多いんじゃないかな。

お魚がおすし用の切り身になる前は、下のよう <sup>すがた</sup>な姿をしているよ。切り身の色と、切り身になる前のお魚の <sup>いろ</sup>体の色はちがうことがわかるね。



まぐろ(大人になると3メートルくらい)



さけ・サーモン(大人になると80センチメートルくらい)



さば(大人になると50センチメートルくらい)



いくら



# しゅん おさかな にいがたの旬のお魚

にいがたし 新潟市では、にほんかい 日本海に面していることから、1年を通して、さまざまなお魚が <sup>みすあ</sup>水揚げされているよ。みんなは、『釣りあじ』って知っているかな？1匹ずつ釣り上げる釣りあじは、<sup>あぶら</sup>脂がのり、

なめらかで、<sup>あま</sup>甘みがあってとてもおいしいよ。普段食べる「あじ」とは、<sup>ふだんた</sup>またひと味ちがうんだ！特に、6月から8月頃の釣りあじがおいしいといわれているよ。このほかにも、にいがたし 新潟市ではたくさんのお魚がとれるよ。



釣りあじ

みんなも <sup>しゅん</sup>旬のお魚について調べてみよう！



釣りあじのおすし

※この記事は、平成29年8月に発行したものを再編集したものだよ。

もっとくわしくお魚について知りたい人は、第14号の記事を見てみてね！