



令和8年 10月 二宮町学校給食センター

暑さも落ち着き、朝、晩とさわやかな季節になりましたね。秋は、栗や芋、果物などがおいしい季節です。新米の季節でもあります。自然の恵みに感謝して食事をおいしくいただきましょう♪

地場産デー(二宮産バージョン)「カマス」を給食に提供します！

今年度は、カマスを使った「カマスの蒲焼き」を提供します。今回お世話になった(有)魚三商店の内海さんから魚たちの状況を聞くことができました。一部ですが、紹介します。

近年、全国的に気候変動や乱獲の影響で魚の漁獲量が減少している状況があります。相模湾でも酷暑の影響で海水温度が上昇し、魚が食べるエサが減り、魚が大きくなれずに「小型化」が進んでいるとのことでした。また、とれる魚の種類に変化があったり、漁獲量の減少といった状況から、魚が毎年同じ時期に同じ場所にやってくるとは限りません。

去年は、カマス、イサキ、イワシを使用した「地魚ハンバーグ」を給食に提供しました。今年は9月から徐々に相模湾から「カマス」が水揚げされ始めたとのことで、魚屋さんが一生懸命さばいてくださり、「カマス」を確保することができました。

私たち給食センターだけではなく、魚屋さんも「地魚のカマスをぜひ二宮町の子ども達に食べてもらいたい！」という一心で、実現することができました。貴重なカマスです。味わっていただきましょう。

【おさかな漢字クイズ】「カマス」の漢字はどれでしょうか？

①鰯 ②鰺 ③鰯

(ㄱㄷㄹ) ㄱ ㄷ ㄹ ㄱㄷㄹ ㄱㄷㄹ



地魚 de 魅力

今回使用したカマスについて紹介します。

カマスには2種類あります。「ヤマトカマス」と「アカカマス」です。大きさは、ほぼ同じ大きさです。一般にカマスという場合はアカカマスを指すことが多く、体の背面に赤みがかっているためにアカカマスと呼ばれ、体側に1本の黒っぽい帯をもっています。今回使用したカマスは、ヤマトカマスです。体側背面が青っぽい灰褐色で、体側に帯はなく、腹面は白色で身が軟らかく、通称ミスカマスと呼ばれています。両種類とも生鮮もののほか、一夜干し、干物、かまぼこなど練り製品に加工されることが多いです。栄養価は白身魚に並んで蛋白質、脂肪、ビタミン、ミネラルが含まれており、ビタミンDの含有量が豊富です。

ヤマトカマス



上：ヤマトカマス
(今回使用)

下：アカカマス

尾がついたカマス



(有)魚三商店の内海さん

☆栄養士からひと言☆

明るく元気な笑顔が素敵な内海さん。



「カマスは、魚が苦手な子どもでも骨まで食べやすい魚だよ！
「フライ」や「カルパッチョ」にしてもおいしいヨ！」と話していました。地元の魚を食べることができることに感謝していただきましょう。