Q 北海道の水産物（魚や貝、海そうなど）は好きですか？

A 北海道は、日本でいちばん水産物がとれるところです。

北海道は、日本海、太平洋、オホーツク海の3つの海に囲まれ、
たくさんの漁師さんが毎日漁に出ています。
ホタテやサケ、コンブなどは、食べやすいように加工して、
日本だけでなく世界中にも送られています。
漁業はたくさんの人のくらしを支えている、
北海道の大切なお仕事になっています。

とれた魚や貝、海そうの量

全国1位

119万トン（日本全国でとれる量の約31.5%）

※2023年/北海道水産現勢、2023年/漁業・養殖業生産統計より

Q 水産物のよいところは何ですか？

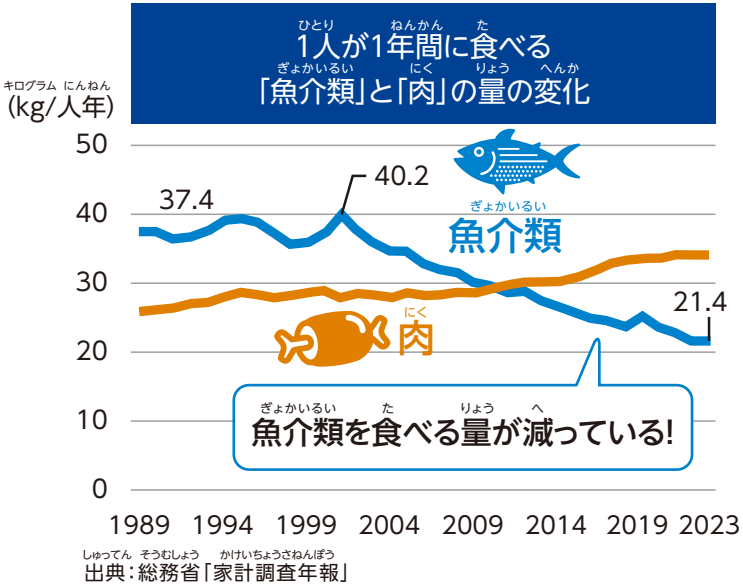
A 水産物はおいしいだけではなく、体にいいはたらきもあります。

寿司、焼き魚、煮物などいろいろな料理に使えるだけでなく、
頭の働きを良くする栄養（DHA、EPA）や
体をつくる栄養（たんぱく質やカルシウム）が
たくさんふくまれています。
水産物は、おいしいだけでなく、
健康にもとてもよい食べものです。

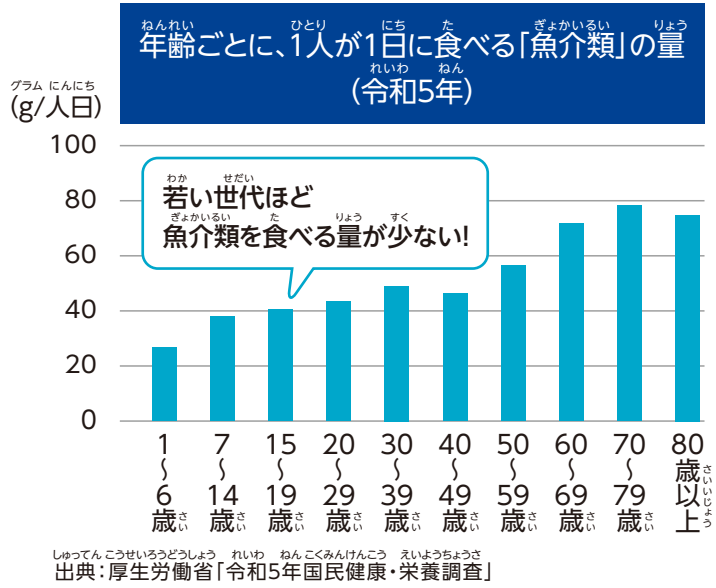
Q 魚介類（魚や貝など）を食べる量は減っている？増えている？

A 2000年代に入り、魚介類を食べる量は減っています。

最近は、魚よりも肉を食べる家庭が多く、特に若い人は魚介類をあまり食べなくなっています。
もし水産物を食べる量が減りつづけると、漁師さんや魚を切ったりする人たちの仕事が少なくなったり、
魚を中心にした日本の食べ方（和食）がなくなったりするかもしれません。
こうならないように、北海道の水産物を食べてもらい、魚を食べる文化を大切にしていくことが大事です。



出典：総務省「家計調査年報」

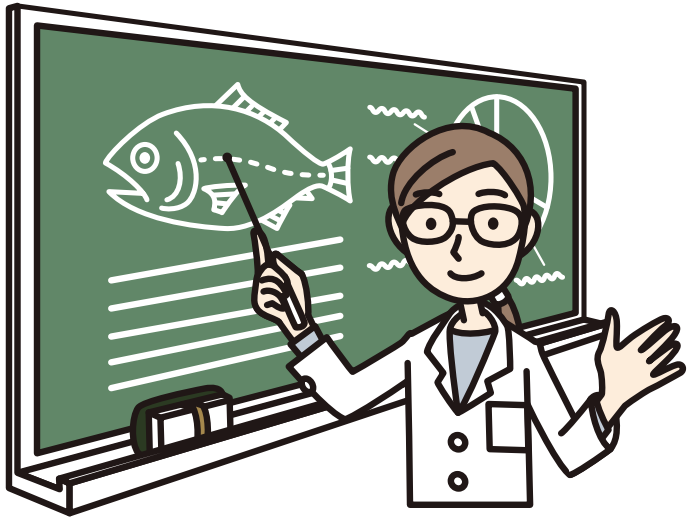


出典：厚生労働省「令和5年国民健康・栄養調査」

Q みなさんに北海道の水産物を食べてもらうために北海道が行っていることは?

A 魚介類を食べる量が少ない若い人に向けて、もっと水産物を好きに、もっと食べてもらえるように活動しています。

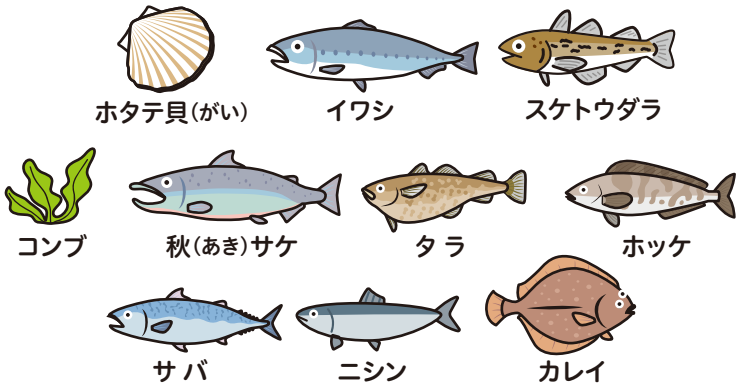
1. 北海道の職員が魚の先生として学校に行き、授業をしています
2. 北海道の水産物を使ったレシピの紹介をしています
3. 学校給食で地元の魚を使ってもらい、食べてもらえるようにしています
4. SNSを活用して、北海道の漁師さんのお仕事について情報発信しています
5. クリアファイルなどのグッズをつくり、北海道の水産物をPRしています



みなさんに聞きたいこと

Q1

北海道では、「ホタテ貝」、「イワシ」、「スケトウダラ」、
「コンブ」、「秋サケ（天然）」、「タラ」、「ホッケ」、
「サバ」、「ニシン」、「カレイ」が多くとれています。
この10種類を好きな順に並べてください。



Q2

北海道の水産物を、小中高生に食べてもらう
にはどんなPRをすればよいでしょうか？