

日本のくじら事情

縄文時代に鯨類の利用が始まってから、31年ぶりに商業捕鯨が再開された現在まで、
 いろいろな変化をとげてきた日本のくじら事情。その移り変わり
 くじらの生態を理解して、くじらとのより良い関係を築いていきましょう。



鯨類の利用の歴史をおさらい!

くじらと共に生きてきたんだ



Q 日本の鯨類の利用はいつから始まった?

縄文時代から、寄りくじらを海からの恵みとして利用していたとみられています。

寄りくじら: 何らかの理由で浅瀬や岩場に乗上げて、身動きが取れなくなったくじらのこと。

Q 縄文時代では、くじらをどのように利用していたの?

寄りくじらは食用として利用されたほか、食べられない部分も土器の製作などとして有効利用していたことがわかっています。

Q くじらは献上品だったの?

飛鳥時代になって日本に仏教が伝来すると、肉食が禁止されました。当時はくじらも魚とみなされていたので、貴重な食材として食されていたようです。数々の文献から、江戸時代初期までは、特別な日の料理や献上品としてくじらが用いられていたことがわかっています。

Q 日本でくじら食が始まったのはなぜ?

日本は四方を海に開かれているうえに、日本の近海がくじらの回遊路にあたり、多種の鯨類が生息していた環境が、くじら食文化を育んだと考えられています。くじらは古来より重要な食料資源として、日本人を支えてきました。



くじら料理

Q くじらはいつから庶民の食べ物になったの?

江戸時代になって各地で網取り式捕鯨が始まると、くじらの捕獲量が一気に増えて、たくさん流通するようになり、庶民にとっても身近な食べ物となりました。その様子が当時の川柳にいくつか詠まれています。例えば「江戸中で五六匹喰う十三日」(安七礼2)と詠まれた川柳は、「五六匹」はくじらのこと、「十三日」は12月13日のすす払いのことを指し、すす払いが終わるとくじら汁を食べていた様子がかがえます。

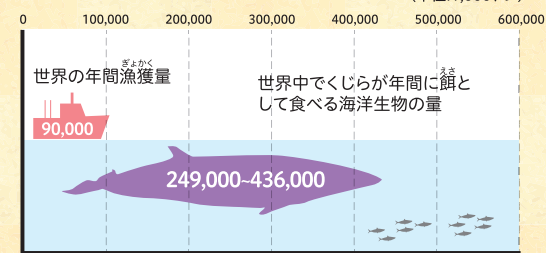
日本の漁業が抱えるくじら問題

調査捕鯨の結果、くじらによる捕食が日本の漁業に大きく影響する可能性があることがわかりました。
 くじらを適切に利用しながら、漁業も守っていくことが、これからの日本の課題です。

くじらは大量の魚を食べている

日本が実施する調査の中で、くじらは、サンマやサケ、スケトウダラなど人間が漁業資源として利用しているものも多く食べていることがわかりました。くじらが年間に消費する量は世界の漁獲量の約3~5倍と試算されました。

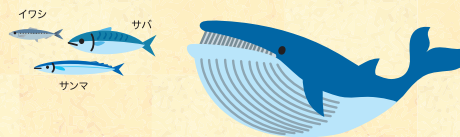
くじらの年間捕食量と世界の漁獲量 (単位:1,000トン)



出典: 一般財団法人 日本鯨類研究所「クジラの調査はなぜやるの?」(2008年)

年々増えるくじらと減少する魚

1986年の商業捕鯨モラトリアム実施以降、種によっては増えているくじらもいます。1980年代に1200万トンだった日本の漁業生産量は、現在(2018年)、442万トン以下までに減少し、さらに、日本周辺水域の主要魚種に絞ると200万トン以下までに落ち込んでいます。くじらによる捕食は、漁業にも深刻な影響を与えている可能性があります。



くじらだけでなくエサとなる生き物の調査も重要だね。



くじらは旬の魚を好んで食べる

北西太平洋鯨類捕獲調査により、2000年頃のミンククジラは5~6月にカタクチイワシ、7~8月にサンマ、道東の沿岸域ではスケトウダラを大量に捕食していましたが、最近ではカタクチイワシやサンマの代わりにマイワシやサバ類を捕食していることがわかりました。くじらは年や季節ごとに旬の魚を好んで食べていることが明らかになってきました。



ミンククジラ胃内容物(マサバ)

日本におけるくじらの活用

食べ物として、暮らしの中の道具の一部として、くじらはわたしたちの生活をずっと支えてきました。

日本におけるくじら文化は、大切な命だからこそ、全てを無駄なく利用する日本特有の文化です。

あぶらやひげ、骨もいろいろな製品になるよ!

くじらは、食べ物としてだけでなく、いろいろな製品の原料としても役立っています。工場で加工されているのであまり気付きませんが、くじらのひげを使った釣竿やくじらのあぶらで作った石けんなど、いろいろな製品があります。



ほぼ全身が食べられるよ

海に開かれた日本にとって、くじらはとても身近な生き物です。日本人はずっと昔からくじらを食べしており、縄文時代の遺跡からも、くじらの骨がたくさん見つかっています。日本では、肉だけでなく、内臓や皮、尾、骨まで、くじらの全てを捨てることなく利用する、世界の中でも珍しい文化があります。日本人にとってくじらは、残すところなく全部食べられる・使える“海からの幸”なのです。

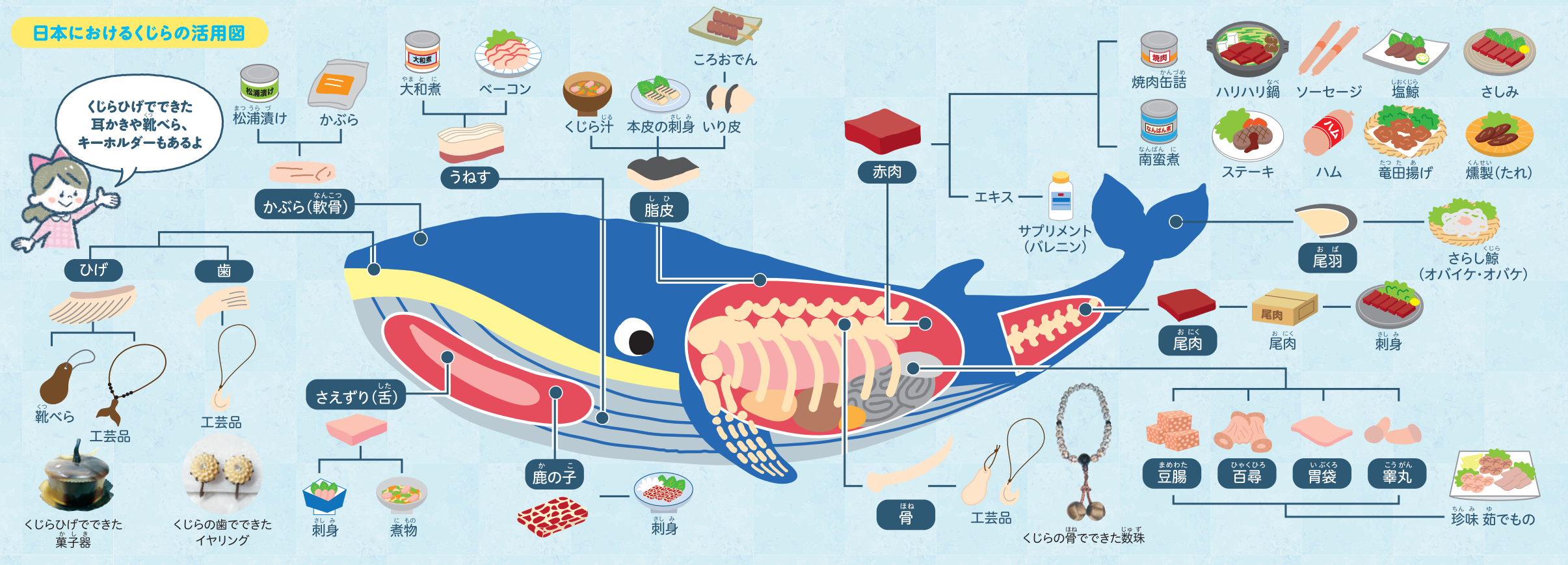


これも知ってた?

くじらは『けもの』ではないとされたよ。

日本に仏教が伝わってきた時、けもの肉を食べることが禁止されましたが、その時もくじらは魚とみなされたので食べることができました。日本人の食生活を支えてきたんだね!

日本におけるくじらの活用図



ヘルシーで栄養たっぷりの

くじら肉

高タンパクで低脂肪、しかも低カロリーのくじらは、いわば「おいしい健康食」です。近年では、赤肉に多く含まれる成分「バレニン」も、くじらの驚異的なスタミナの源として注目されています。

くじら肉はおいしい健康食だよ

くじら肉は、牛肉や豚肉、鶏肉に比べて、高タンパク、低脂肪、低カロリーという、とてもヘルシーな肉です。さらに、脂身にはDHAなどの血液をさらさらにする不飽和脂肪酸が豊富に含まれているので、生活習慣病の予防に役立つ食べ物としても期待されています。また、ほかの肉よりアレルギー症状を起こすことが少ないため、たくさんの人に安心して食べてもらえるのも良いところです。くじらは、おいしいだけでなく、健康に役立つこと、そして日本人の食卓をより豊かなものにしてくれる貴重な食べ物として注目されています。



どこで捕れたかもわかる安心・安全な食べ物!

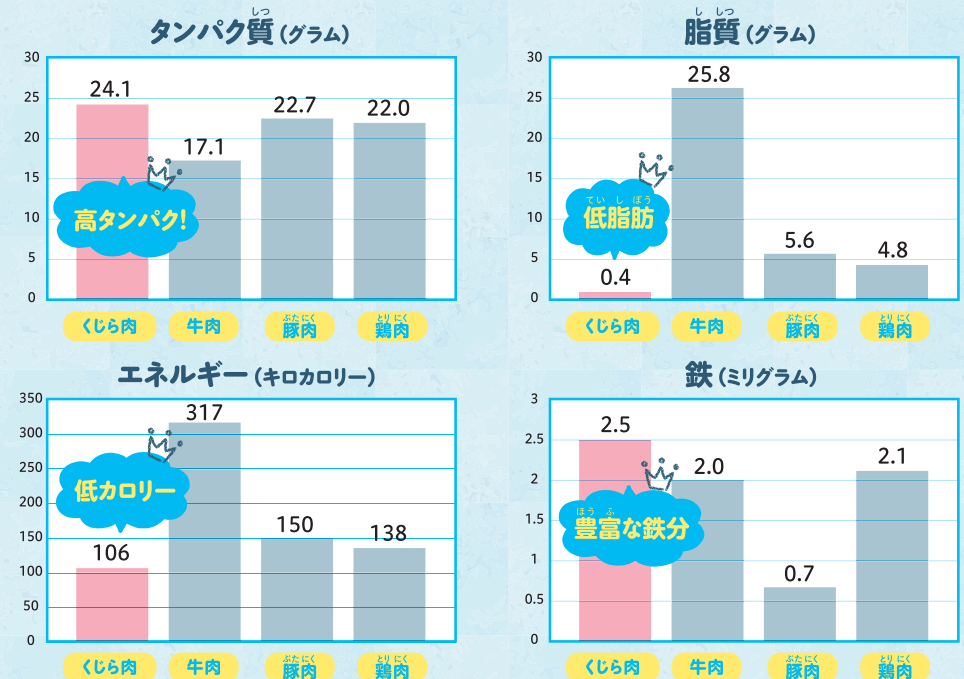
捕鯨業で捕獲されたくじらは、1頭ごとにDNA登録されています。いつどこで捕獲されたくじらなのか、流通段階での追跡ができる「トレーサビリティ」を備えた安心・安全な食べ物なのです。



くじら肉のすごさを比べてみよう

ほかの肉と比べてくじら肉の特徴を、成分を分析した結果から学びましょう。下の棒グラフを見ると、いかに高タンパク、低脂肪、低カロリーかを数字が明らかにしているよ!

選手入場!



(各肉類100gに含まれる栄養成分の比較)

くじら肉は、牛肉・豚肉・鶏肉と比べると、脂質が圧倒的に少ないことがわかります。また、タンパク質と鉄分は最も多く、カロリーは最も低いという結果に。くじらはとっても良質な動物性タンパク源なんだね!

出典:「鯨肉に含まれるバレニンについて」(畑中寛、鯨研通信第429号(2006年))

くじらのデータは釧路水試「平成21年度事業報告書」鯨種別の遊離アミノ酸組成(2009年)より

これも知ってた?



くじら肉はパワーの源!!

くじらの赤肉に多く含まれるバレニンという成分が、数千キロメートルもの距離を休むことなく泳ぎ続けられるくじらパワーの源といわれています。研究の結果、バレニンには疲れにくくしたり、疲労回復の効果があることが判明し、くじら肉はアスリートからも注目されているんだ!