

(『たのしみひとしな ふるさと発見ランチ』^{ほっけん}放送資料^{ほうそうしりょう})

『しじみ』^{はなし}についてのお話

今日のふるさと発見ランチは、桑名産のしじみを使った『しじみのみそ汁』です。

桑名市には、いび川・ながら川・きそ川の3つの川が海につながる場所があり、川の水と海の水が混ざり合うところで、しじみは育ちます。

桑名市にある赤須賀地区は、450年続く漁業を中心に栄えてきました。しかし、都市開発によって、しじみの住める場所の減少や、川や海の汚れなどで環境が悪くなり、獲れる量は少なくなっていました。

赤須賀地区では、しじみを守るために、獲ってもよいしじみの大きさを8mm以上とし、漁をしてもいい日や、一人が獲ってもよい量を決めて、しじみの保護につとめています。

しじみの小さな身には、記憶力や集中力を高める効果のあるビタミンB₁₂やみなさんの成長に欠かせないカルシウムは、あさりの約4倍多く含まれています。

うまみと栄養たっぷりの「しじみのみそ汁」を味わって食べてくださいね。

