



「海釣り」事前教材～お魚のごはんは何だ！？

【海の生きもの/お魚のごはん カード】の解説

◎はじめに…

この資料では、「お魚のごはんは何だ？」の『海の生きもの』『お魚のごはん』カードでとりあげた、身近な釣り場「漁港」周辺で見られる生きものの生態を紹介していきます。同じ漁港周辺に暮らす生物でも、体の形や食性、生息環境はそれぞれに異なり、棲み分けを行って暮らしています。

海の生きものたちがどのような場所にいて、どのようなものを食べているのか…。それは「釣り」をするうえで、知っておきたい重要なポイントです。

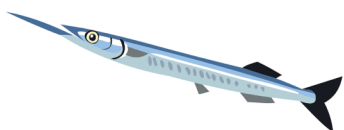
フィッシングメッセンジャー：野澤健夫（鯛損）

◎『海の生きもの』カードの解説

イワシ



サヨリ



アオリイカ



◆グループ1：海面近くを泳いでいる生きもの

海面のすぐ下を大きな群れで泳ぎ回っている代表的な生きものは、イワシやサヨリなどの魚。そして、仔イカの時期に穏やかな漁港のなかにも入ってきて、数匹の群れで泳ぐアオリイカなどがいます。

イワシはがばっと開く大きな口で、サヨリは下あごが突き出た「受け口」で、動物プランクトンを一気に捕食します。このようにプランクトンを食べる魚を、「プランクトンフィーダー」と呼ぶこともあります。

アオリイカは、とくに仔イカ時代によく上層の小魚などを捕まえてたくさん食べます。

●イワシ ※『お魚のごはん』カードにも利用します。

陸にあげられるとすぐに弱ってしまうことから、魚編に「弱」と書かれるイワシですが、昔から日本沿岸でたくさん捕れ「庶民の魚」として親しまれてきました。メザシや、煮干しなどに加工される他、『シラス干し』や『チリメンジャコ』もほとんどがイワシの稚魚です。英名がそのまま料理名になっている『アンチョビ』はカタクチイワシの稚魚、『オイルサーディン』に利用されているのは多くがマイワシの稚魚で、ともに南欧発祥の料理ですが、すでに日本でも広く親しまれています。

イワシの仲間は、カタクチイワシ、マイワシ、ウルメイワシが有名で、ともに大きな群れで泳ぎ、大きく口を開けて動物プランクトンを食べま



す。そして多くの魚の他、ザトウクジラやシャチなどの鯨類の餌ともなり、海食物連鎖の基盤を支えているのです。

●サヨリ

秋になると、日本各地の沿岸でよく見られる魚で、堤防などでもよく釣れます。体が細長く針のようにキラッとしていることから「秋針魚」と書かれます。口はとがっていますが、よく見ると上あごよりも下のあごの方が長いのがわかります。プランクトンがたくさんいる海面のすぐ下を「受け口」で泳ぎ回れば、口のなかに「ごはん」がいっぱい入ってくるというワケです。

同じように口がとがっている魚に「ダツ」がありますが、プランクトンではなく魚を食べるので、あごは上の方が長くなっています。

●イカ

意外にも、堤防や海岸でよく釣れるのがイカかもしれません。長い「触腕」を伸ばして小魚などを捕まえ、抱きかかえるようにして食べます。

波の静かな湾内の海藻などに卵を産みつけるのがアオリイカ。ふ化した仔イカが大きくなるまで小魚が多い湾内で盛んに餌を食べるため、よく釣れます。

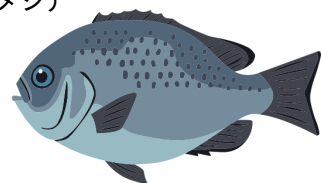
ちなみに、同じイカでもコウイカの仲間は、海底近くにいるエビやカニ、シャコなどの甲殻類を好んで食べています。

そのため、アオリイカは「餌木（エギ）」と呼ばれる小魚を真似たルアーを使って、コウイカは「テンヤ」という針にシャコなどを巻き付けて釣ります。

ブダイ



メジナ



◆グループ2：岩礁域(岩場)～藻場を泳いでいる生きもの

このグループには、夏と冬で「ごはん」が異なる生きものがいます。これらの生物は、季節により生息場所も少し変わります。

●ブダイ

漢字で書くと「舞鯛」。沖の魚を釣る手段がなく、なかなか食べられなかった時代、この魚が捕れると踊って喜んだ…ことから、この字が当てられたといわれるほど、貴重な魚だったといわれます。

夏は栄養をとるために、おもに磯にいるカニや貝などを食べますが、冬は一転、海藻を主食とします。とくに好んで食べるのは『ハバノリ』です。ブダイの口を見ると、大きな歯が1枚ずつ上下にあり、海藻を根元からスパッと切れるような構造をしています。歯の形が鳥のオウムに似ているため、「パロットフィッシュ」の英語名がついています。



じつは、冬に釣りをするときには、なかなか手に入らない『ハバノリ』の代わりにハウレンソウを使いますが、それでも釣れます。

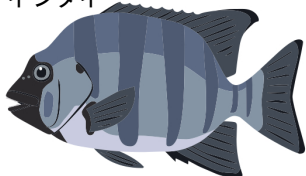
●メジナ

とても人気の高い釣りの対象魚のひとつです。関西では「グレ」、九州では「クロ」と呼ばれ、この魚を専門に釣る人も多いほど。

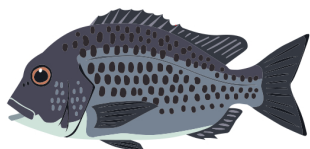
磯や堤防の周りにいることが多く、小型の甲殻類の他、海藻も好んで食べます。とくに冬場は、岩の表面に付着した岩ノリなどの藻類を、岩に噛みつくようにして食べています。そのため、小さな口には尖った歯がびっしり並んでいます。

同じメジナの仲間で、エラぶたの横に黒いふちどりがある種類は、「クロメジナ」で、釣り人には「オナガグレ」と呼ばれています。

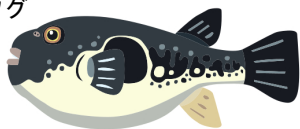
イシダイ



クロダイ



フグ



◆グループ3：岩礁域(岩場)を泳いでいる生きもの

磯とは、沖にせり出した“岩場”のことです。ここで行う釣りを「磯釣り」といいます。そして、釣りの対象魚として人気の高い魚が多いのがこのグループです。雑食性のものが多いのも特徴のひとつで、小型の甲殻類や海藻、ウニ、貝類などいろんなものを食べています。

●イシダイ

堂々たる姿で「磯の王者」と呼ばれています。ウニや、サザエ、アワビなどの貝の仲間や、エビやカニ、ヤドカリなどを、その硬くて鋭い歯でバリバリとかみ砕いて食べます。また、イシダイをはじめ、タイの仲間は喉の奥に「咽頭歯」があり、硬い殻やトゲなどを持つ生物もすり潰して食べることができます。

イシダイは大きくなると口の周りが白くなり『クチジロ』と呼ばれて、釣り人には憧れの魚です。これに対し、堤防などで釣れる幼魚はシマがくっきり見えるため、「サンバソウ」と呼ばれることがあります。

＊参考資料：ファクトシート「海の生きものIV 魚の体」

●クロダイ

日本でいちばん人気の高い釣りの対象魚です。沖や深い場所にすることが多いタイの仲間のなかではめずらしく、堤防や海岸など、釣りがしやすい場所に大きなクロダイがいることがあります。雑食性で何でも食べてしまうので、海には絶対にないスイカやミカンが餌になることも。

ちなみに、江戸時代、現在の山形県にあった「庄内藩（しょうないはん）」では、クロダイ釣りが“武士のたしなみ”として盛んに行



われていたそうです。そこで使われた釣り竿は『庄内竿』と呼ばれ、伝統工芸品として今もつくられています。

●フグ

「フグは食べたし命は惜しし」。そのおいしさ故に、命の危険さえある「毒」を持っているにも関わらず、古くから愛され、今や高級魚として名を馳せる魚です。トラフグ、サバフグ、ショウサイフグを対象とした専門の釣り船が出るほどの人気ですが、「ふぐ調理師」の資格がないとさばけません。

釣れても食わず、ぷくっと膨らむカワイイ姿を楽しみましょう。堤防や磯で見られるフグの仲間は多く、代表的なものにはクサフグ、キタマクラ、ハコフグなどがいます。

◆グループ4：岩場に隠れている生きもの

岩礁域には、岩陰に隠れて餌を待ちかまえている生きものもたくさんいます。そして、近寄ってきたエビやカニ、小魚などを捉えて食べます。

●タコ

赤い体で足が8本。タコを描けない人はいないでしょう。ただし赤い色は調理をしたあとの色。海のなかでは茶色っぽい色をして、周りの環境に合わせて体色を変えるもの（保護色）もあります。

「タコつぼ」で知られるように狭いところが好きで、大好物をエビやカニを狙って岩陰に潜んでいます。なかでもイセエビを好むため、磯の穴の前で赤い布切れをひらひら揺らすと、いきなりタコが飛び出してくることもあります。釣るときには、「タコテンヤ」という特殊な針にザリガニやイソガニなどをくくりつけ、海底に当ててトントン揺らして誘います。ズシッと重くなったら、タコが掛かった証拠。すぐに引き揚げましょう。

●ウツボ

磯のギャングといわれるウツボは、大きな口でがばっと小魚などを捕食します。体長1メートルになるものもいる長い体を、上手に岩陰に隠し、餌となる生物が近づいてくるのを待ち構えています。

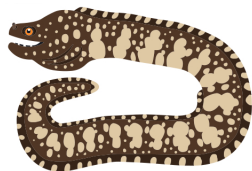
大きな口のなかには上下に鋭い歯が並ぶ丈夫な“あご”に加え、もうひとつ、のどの奥に“食べたものを食道に送るため”の「咽頭顎」があり、捉えた獲物をしっかりと捉え放しません。

ところがでも、ホンソメワケベラという魚だけはなぜか食べられず、ウツボも周りを泳いでいます。これはウツボの古くなった皮ふや寄生虫などを食べて掃除をしているから。海のギャングも、決し

タコ

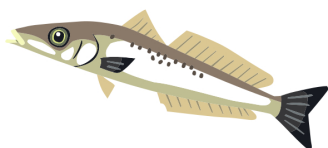


ウツボ





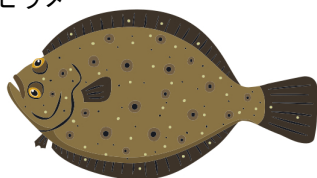
シロギス



ハウボウ



ヒラメ



て一人では生きていけません。(参考資料:ファクトシート「海の生きものⅢ 海の生きものたちの多様なつながり」参照)

そして人間は、このギャングも食用にしています。ふわふわとした白身がとてもおいしく、房総半島や伊豆諸島の一部、高知県などでは、よく食べられています。

◆グループ5：海底の砂泥地にいる魚

海底に砂や泥がある場所に暮らし、砂や泥のなかにいるゴカイ類や二枚貝などを探して食べています。

●シロギス

パールピンクの美しい魚体から、とても人気が高い釣りの対象魚です。波が穏やかで、海底に砂や砂利のある場所にいることが多いので、海岸から「エイヤツ」と、遠くまで仕掛けを投げて釣る「投げ釣り」で釣れます。投げ釣りは、重いオモリを遠くまで投げるため練習が必要ですが、遠い沖の生きものと糸電話をしているみたいで、とっても楽しい釣りです。

シロギスの餌は、おもに海底にひそむゴカイ類。まるでキスをしているように、とがったおちょぼ口でじょじょに吸い込みながら食べます。

●ハウボウ

頭でっかち、スリムなボディー、おじいさんみたいなおひげがチャリ…。見た目がユニークなハウボウは、胸ビレが特化した3対の足（ヒゲの正体）をもち、海底を歩くように泳いで餌を探します。そして、足の先にはなんと「味蕾（みらい）」と呼ばれる“味のわかる器官”があります。ひげをひらひらさせて歩いているように見えるのは、このため。じつは餌をとるためのセンサーなのです。これで海底にひそむゴカイの仲間や貝類を探し、ときには大きな口で小魚なども食べています。

泳ぎが下手なため、敵に出くわすと胸ビレをぐわっと広げて威嚇をし、逃げていきます。船を出して行う「沖釣り」で人気の魚です。

●ヒラメ

「忍者」という形容詞がピッタリなのがこのヒラメです。他の魚を食べるフィッシュイーター。砂地にいるときは砂に潜って身をひそめていますが、岩場では体色を変えて（保護色）岩に化け、眼光鋭く獲物を狙っています。そして餌となる魚が近付いて来ると、一気にジャンプで仕留めるハンターです。ときどき、漁港の岸壁の隙間



にひそんで他の魚を狙っている姿も見かけます。

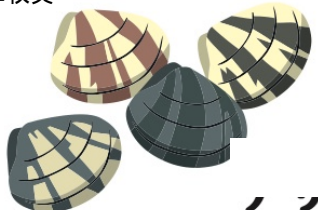
ちなみに、形がよく似ているカレイは砂のなかに潜むゴカイなどを曲がった「おちょぼ口」で、先からゆっくりゆっくり飲み込みます。口の形を見れば、他の魚を食べる「ヒラメ」とは明らかに異なり、区別ができます。

◎『お魚のごはん』カードの解説

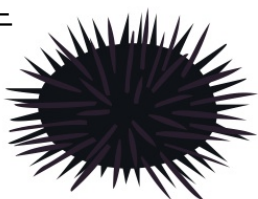
動物プランクトン



二枚貝



ウニ



エビ



カニ



◆海の生きものの「餌」となる生物

『お魚のごはん』カードは、『海の生きもの』カードの餌となる生物が描かれています。海の生物の多くは数種類の生きものを餌としますが、生息する環境に応じて主食とするものはだいたい決まっています。「餌」を知ること、それが「釣り」への第一歩です。

＊参考資料：ファクトシート「海の生きものⅠ 生物多様性豊かな日本の海」

●動物プランクトン

プランクトンとは、水流にさからって泳ぐ力が弱く、水中に漂ってくらす生物の総称です。動物プランクトンと植物プランクトンがあります。そして、海の動物プランクトンには、多くのカイアシ類のように一生水中を漂ってくらす「終生プランクトン」と、子どものときただけ漂流生活を送る「幼生プランクトン」とがいます。エビやカニ、ヤドカリ、二枚貝なども、幼生期はプランクトンとしてくらしています。

魚をはじめ、たくさんの海の生きものが、この動物プランクトンを餌としています。

●二枚貝

潮干狩りでおなじみのアサリやバカガイなどの二枚貝。じつは、魚にも潮干狩りをするものがいます！ ヒレを使って砂を掘ったり、砂ごと飲み込んで貝だけを食べたり…。貝類は魚の他にも、カニや海鳥など、多くの生物の餌になっています。

ちなみに、カワハギを釣るときに一番いい餌はアサリです。また、バカガイはフグ釣りによく使われます。堤防にくっついていることが多いイガイは、クロダイ釣りに最適です。

●ウニ

イガイガ、チクチク…ウニはとてもそのまま食べられそうに思えますが、これを餌とする魚は意外とたくさんいます。代表的な魚はイシダイで、鋭い歯でバリバリかみ砕いて食べます。また、バフ



ヤドカリ



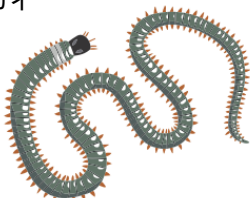
サザエ



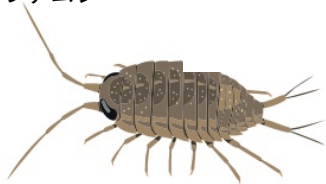
イワシ



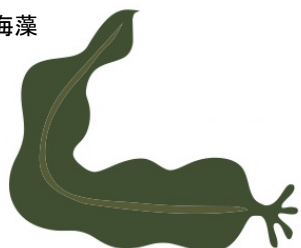
ゴカイ



フナムシ



海藻



ンウニのように針が短く殻が柔らかいウニの仲間は、マダイやクロダイも好んで食べ、喉の手前にある「喉頭歯（いんとうし）」で、すりつぶして食べています。

＊参考資料：ファクトシート「海の生きものⅣ 魚の体」

●エビ

甲殻類の代表ともいえるエビは種類も多く、磯の他、藻場や砂地などさまざまな場所に生息しています。まだその形をしていないプランクトンの時代から、多くの生物の餌となっています。成長にしたがい何度も脱皮をくり返し、大きくなると硬い「よろい」を身にまといますが、それでも餌として狙われています。エビの王様『イセエビ』もイシダイやタコの大好物です。でも、とても高価なため釣りの餌としてはあまり使われず、姿が似ているアメリカザリガニが使われています。

●カニ

エビと並んで甲殻類を代表するカニも、多くの生物が食べています。磯の他、干潟や芦原、砂地など多くの場所にさまざまな種類のカニが棲息し、なかには泳ぐ種類もあります。泳いで移動ができるカニは、オールのようなになった脚を持っています。

イシダイやクロダイ、ブダイの釣りなどには、磯にすむカニがよく餌に使われます。ただし、人間が大好きなケガニやズワイガニなどは、すんでいる場所が深海なので、釣りには使われません。

●ヤドカリ

ヤドカリは、エビやカニと同じ甲殻類です。敵から身を守るために背中、貝殻などの「宿」を背負っています。普段はやわらかな腹部の先にある爪でしっかりと殻をホールドしていますが、成長すると殻をすみ替えなければなりません。このときがいちばん危険で、食べられる可能性が高いときです。イシダイやイシガキダイなどが好んで食べます。

●サザエ

硬い殻を持ったサザエを餌にする魚がいると聞いて、驚く人も多いと思います。ところが、イシダイはこの貝を殻ごとバリバリと食べてしまいます。ただし、高価なため釣りの餌としてあまり使われません。

サザエが餌とするのは、海藻です。サザエをはじめ巻貝の多くが、“歯舌”と呼ばれるヤスリのようなギザギザとした長い舌をもって、この歯舌で海藻をけずりにとって食べています。そして、この歯舌は、なんとすり減るとどんどん奥から伸びてくるそうです。



●イワシ

沿岸に暮らし、数が多いイワシの稚魚は、他の魚の餌になることも多い生物です。もともと気候変動やそれにともなうプランクトン数の増減で生息数に周期がありますが、近年その減少が著しいという専門家の声も聞かれます。

釣りでは生きたまま餌に使われ、とくにヒラメ釣りや、メバル釣りには最適です。

●ゴカイ

干潟や河口近くの砂地に隠れている、底生生物（ベントス）です。見た目は、ミミズの両側にずらっと足が並ぶちょっと気持ちの悪い形ですが、海の生物にはゴカイが大好物のものがたくさんいます。東京湾に大きな干潟がたくさんあり、ハゼ釣りやアオギス釣りが人気だったころには、その餌になるゴカイの需要が多く、「ゴカイ掘り」という職業があったほどです。

●フナムシ

堤防やテトラポッドなどにうじゃうじゃいる「気持ちの悪い生きもの」と思っている人がきっと多いと思います。確かに見た目はあまりよくありませんが、じつはエビやカニと同じ甲殻類。堤防の周りにいる魚たちにとっては大好物です。泳ぐのが下手なので通常は海中にはいませんが、海に落ちてしまうと、必死に泳いでいるところを下からぱくっと食べられてしまいます。

●海藻

コンブをはじめとした海藻の森は、小さな生きものたちの格好の隠れ場所であり、またそれらを食べる生きものの餌場でもあります。魚のなかにも海藻が大好きなものがいます。いちばんよく食べるのはなんといってもブダイですが、その他にもアイゴ、タカノハダイ、メジナ…。多くの魚たちが海藻を食べています。