

金岡新聞

3月号

日本ロマン飛行 (19)

― 後ヶ島・竜宮城 ―

兵庫県豊岡市、山陰海岸国立公園の東に位置する日和山(ひよりやま)海岸から700メートル沖合に周囲500メートルほどの大きな後ヶ島(のちがしま)と呼ばれる無人島がある。城崎マリンワールドの前身の日和山遊園が地元の風光明媚な風景を生かしたいと浦島太郎伝説にちなんで昭和25年、竜宮城を作った。地元で伝わる伝説では、浦島太郎が琉球に稲作を伝えて帰る途中、お土産の玉手箱を開け、鏡を見たのがこの後ヶ島だったと伝えられている。島名も「後悔したが後のまつり」が由来だそう。波が穏やかな4月上旬から8月下旬までは後ヶ島へ渡る遊覧船を運航、岩場



朝焼け、夕焼けのタイミングは『マジックアワー』と呼ばれる

3月生まれの有名人

- 3/1 中山美穂 45歳
- 3/4 片岡愛之助 43歳
- 3/6 ベッキー 31歳
- 3/10 山田花子 40歳
- 3/15 北乃きい 24歳
- 3/17 藤森慎吾 32歳
- 3/21 佐藤 健 26歳
- 3/22 有働由美子 46歳
- 3/24 綾瀬はるか 30歳
- 3/26 後藤久美子 41歳
- 3/29 里田まい 31歳
- 3/31 館ひろし 65歳

ではウニや魚、天然の潮だまりを見ることができる。リアス式海岸の複雑さが作り出す奇岩の数々、その岩の向こうに臨む竜宮城は絶景。空気の澄んだ朝夕の、特に太陽が水平線にさしかかる時間には、海岸一帯が一枚絵であるような幻想的な光景を見ることができ。



海岸には、亀さんもいます

山佐産業(株)
瀬戸内プレカット
金岡事業所

岡山市東区金岡東町3-5-70

TEL 086-948-2053

FAX 086-948-0108

中トロにも匹敵『サワラ』

サワラ(鱈)は胴体が細長く『狭い腹』から『狭腹』となったそう。出世魚で、関東では約50センチを境に小さいものを『サゴチ』大きいものを『サワラ』と呼ぶ。一方関西では『サゴン』↓『ヤナギ』となり、さらに70センチ以上になったものを『サワラ』と呼ぶ。

春が旬の魚なので『鱈』と書き、俳句でも春の季語となっている。晩春から初夏にかけて産卵のため瀬戸内海に押し寄せてきて漁期にあたるためである。しかし関東などでは『寒鱈』と言われる産卵期の脂ののった真冬が旬とされている。

表面に虹色の艶があり、背の部分に多数の青褐色の斑紋がはつきりと出ているものが新鮮。身に透明感のあるものは新鮮だが、脂ののりは期待できない。寒鱈は脂ののっている塩焼きも美味しいが、春のものは淡白なので、西京味噌焼や幽庵焼きにしたほうがおいしい。煮てもよいが、身割れの面で煮物には向いていない。

血栓の予防やガンの抑制効果などのはたらきがあると言われている。DHAやEPAをはじめ、良質のたんぱく質や鉄分も多く含む。カルシウムの吸収を促進する効果のあるビタミンDの含有量が多く、骨の健康維持に役立つとされる。また、DNAの合成や調整に深く関わるビタミンB12も豊富である。

岡山の春は「サワラ」と「祭り寿司」

サワラはサバ科の青魚で足がはやい為、他県では生食されなかったそうですが、柔らかくねっとりした食感をぜひ一度味わって頂きたいですね。祭り寿司には、地元の野菜と瀬戸内の魚たちが華やかに盛り付けられ、酢でしめたサワラがお味のアクセントになって美味しいですよ。



『サゴン』は『狭い腹』からきている

生後3日で歯が生えており獐猛共食いするため、養殖に失敗した過去がある

捕獲するとすぐ死んでしまう