

昭和59～62年度

魚介類有効栄養成分利用技術
開発研究資料集

—沿岸重要魚種の栄養成分の分布及び含量変動—

昭和63年8月

水産庁研究部研究課

はじめに

最近水産物について、栄養的観点からの再評価が多方面でなされている。とくに多獲性赤身魚であるイワシ・サバなどに多量に含まれる高度不飽和脂肪酸であるエイコサペンタエン酸 (EPA)、ドコサヘキサエン酸 (DHA) は脳梗塞、心筋梗塞などの成人病に、また魚肉の血合肉やイカ・タコの筋肉中に多量に含まれる遊離アミノ酸であるタウリンは血圧を正常に保つ作用や血中コレステロールの低減に効果があることが証明され話題になっている。そして現代の日本人に不足しているとされるミネラル、ビタミンなどの重要な補給源にもなっている。しかしこれらの成分は、従来の調理法や加工処理ではあまり利用されず、廃棄あるいは洗い流される部位、例えば脂質や血合肉、内臓に多量に含まれる。このことが社会風潮に強い健康指向がありながらも、多獲性魚類の価値に反映されず、価値が低迷している一因ともなっている。このため水産庁においては、多獲性魚類の利用促進を図るため、昭和59年度から「魚介類有効栄養成分利用技術開発事業」に着手したところである。この事業は有効栄養成分利用のための基礎研究と、組織化技術開発から構成されており、毎年度その研究成果報告を行ってきているところであるが、このうち北海道大学、東北大学、京都大学、広島大学及び鹿児島大学の協力により実施した5海域の主要魚種についての各種有効栄養成分の分布及び含量変動に係る調査研究が62年度を以て所定の成果が得られたので今回、これまでの研究成果報告にもとづいて各種有効栄養成分の分布及び含量変動に関連する統計資料をとりまとめたものである。

今後、この資料集及び研究成果概要が広く活用され、一層の利用技術が開発されることを期待するものである。

水産庁 研究課

昭和59～62年度

魚介類有効栄養成分利用技術開発

研究資料

目次

1. 北海道海域、北海道大学水産学部	1
(1) マイワシ	1
(2) シロサケ	9
(3) スケトウグラ	24
2. 東北海域、東北大学農学部	37
(1) マイワシ	37
(2) マサバ	60
(3) シロサケ	83
3. 日本海海域、京都大学農学部	111
(1) マサバ	111
(2) マアジ	134
(3) マイワシ	151
4. 西日本海域、広島大学生物生産学部	173
(1) マサバ	173
(2) マアジ	180
(3) マイワシ	187
(4) カタクチイワシ	194
5. 九州海域、鹿児島大学水産学部	203
(1) マサバ	203
(2) マアジ	226
(3) マイワシ	236
(4) カタクチイワシ	248