

徳島県ブランド水産物
もの知り図鑑

ぼーぜ

い ぼ だ い

疣鯛

Butterfish



徳島県

徳島県民とボーゼ

ボーゼは毎年夏から秋祭りの頃に決まったように徳島県沿岸に来遊し、小型底びき網で漁獲される。徳島県民は秋祭りの時期好んでボーゼの寿司を食べる。古くはボーゼを強めの酢で締め、押し寿司にすることで、保存食にしていたと思われる。

今日ではデパ地下，スーパー，寿司屋で美しいボーゼの姿寿司，にぎり寿司，押し寿司が売られている。ボーゼはタイやハモのように高級魚でないが，徳島県民が好む魚であり，ボーゼの寿司は徳島県独自の食文化である。徳島名産のスタチやユズの香りとよくマッチする。

ここでは徳島県民にとって最も身近な魚であるボーゼの生態から漁獲方法，調理等を紹介する。



1 背開きのボーゼの姿寿司。ユズの皮の千切りが香りと彩りを添える。

ボーゼの和名はイボダイ

ボーゼの標準和名と学名はイボダイ *Psenopsis anomala* である。イボダイはスズキ目、イボダイ科に属する。灸のただれたものを「疣生」という。イボダイの鰓の後方にある黒い斑紋を「灸痕」としたところにその名の由来がある。斑紋が濃いほど鮮度が良い。成魚の体色は銀色、背鰭軟条部、臀鰭、尾鰭後端は暗色を呈する。体表からねっとりした粘液を出し、これがバターを塗ったように見えることから英名はジャパニィーズ・バターフィッシュである。



黒い斑紋がイボダイの名の由来である。

ボーゼの名前の由来

関西ではイボダイのことを地方名でボウゼ(ボーゼ)と呼ぶ。イボダイの姿が背中の中曲がったおばあさんに見えることから、ウバゼ(姥背)と呼んだことに由来すると言う。さらにウバゼが「ウボゼ→ボゼ→ボーゼ」に変化したという。

九州から関東まで様々な地方名で呼ばれていることから、各地域で身近に親しまれる魚である。クラゲに付くからクラゲウオ、身がモチモチして美味しいからモチウオ、下顎の形からアゴナシなど、いずれもイボダイの特徴をよく表した良い地方名である。

イボダイの地方名

地域	地方名
徳島	ボーゼ, ボウゼ, シズ(小さい個体)
関西・四国	ボウゼ, ボーゼ, ボオゼ, ウオゼ, ウボゼ, シズ, シス
香川	バケラ
愛媛	アマギ, バケラ
高知	バカ
広島, 岡山, 兵庫の一部	クラゲウオ, クラゲイオ
東京	エボダイ
銚子	アゴナシ
九州各地	モチウオ, モチノウオ
大分	アメタ, アメンタ
下関	ナツカン, シュス
熊本	ギチ
鹿児島	コタ

ボーゼの産地

ボーゼは瀬戸内海各地で漁獲される。徳島県ではその年に生まれた幼魚(0歳魚)が夏から秋に播磨灘や紀伊水道において小型底びき網で漁獲される。

主な産地は播磨灘に面した鳴門市と紀伊水道に面した徳島市、小松島、阿南市沿岸である。瀬戸内海で育った幼魚は水温の低下に伴い徐々に南下し、冬には太平洋の深場に移動する。

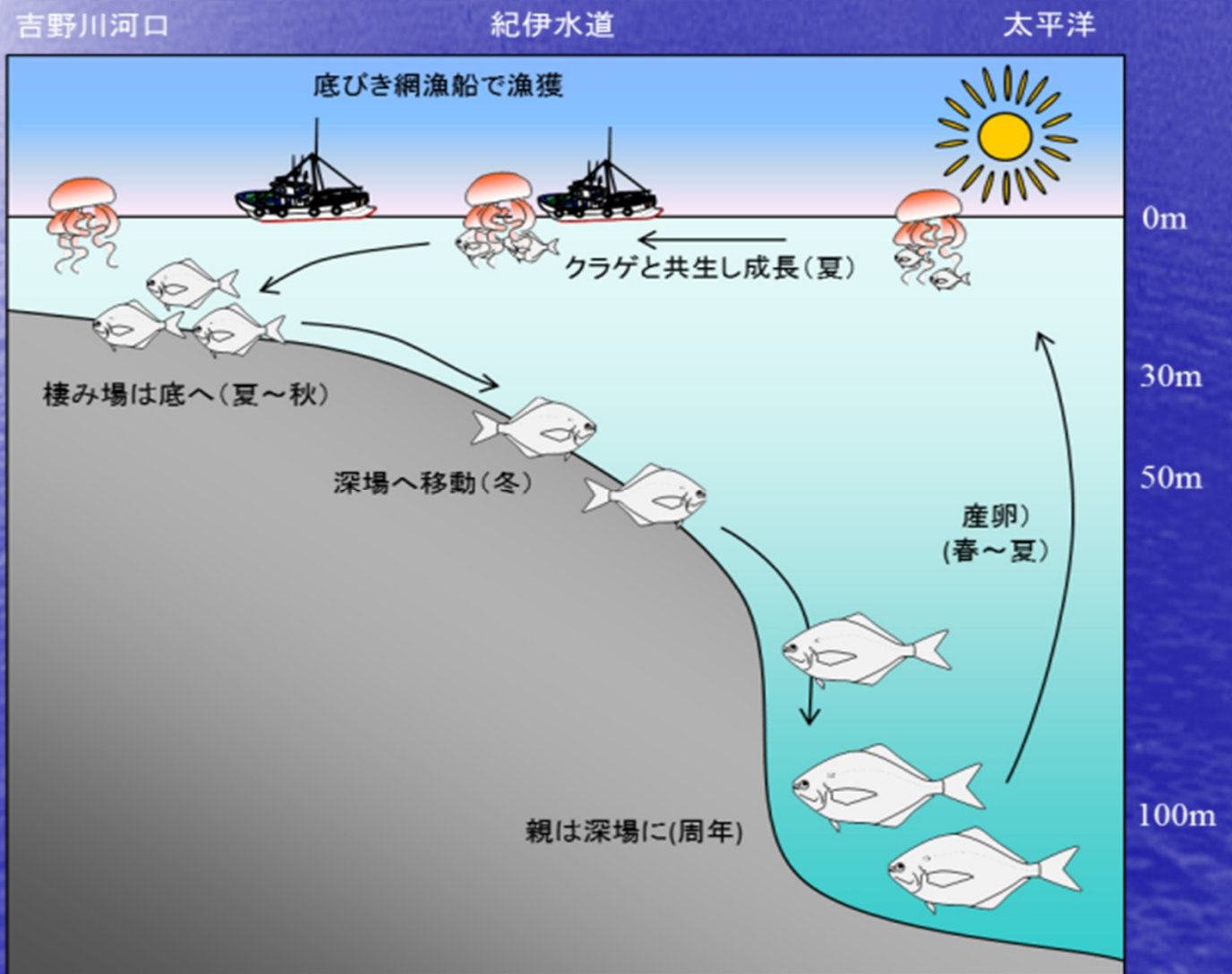
成長した成魚(1～3歳魚)は紀伊水道南部で小型底びき網、太平洋で沖合底びき網及び大型定置網で漁獲される。



徳島県沿岸におけるボーゼの主な漁場(緑色部)と漁期

ユニークなボーゼの暮らし

ボーゼの親は太平洋で産卵する。ふ化した赤ちゃんは漂いながら、クラゲなどに出会い、そこを住み家とするようになる。稚魚は毒をもつクラゲの傘に隠れながら、播磨灘や紀伊水道に流れ着く。漁獲サイズ近くになると天敵が少なくなるため、クラゲから離れ、昼間は海の底近くに、夜間は中層に棲むようになる。



成長に応じたボーゼのすみ場の変化

クラゲとの深い関係

面白いことに漁師さんの邪魔になるクラゲが大量に発生した年にはボーゼも豊漁になることがある。小さなボーゼの赤ちゃんが海中を泳いでいると大きな魚にすぐに食べられてしまう。このため、毒を持つクラゲの傘に隠れることによって、より多く生き残ることができる。しかも、クラゲの体を食べながら大きくなることができるので、ボーゼの赤ちゃんにとって、クラゲは三食昼寝付きの保育園になっている。



ボーゼの保育園となるアカクラゲ。ボーゼはアカクラゲの足元に隠れる。

アカクラゲとともに採集されたボーゼの赤ちゃん。稚魚は黒いが成長するに連れて黒みが消える。



小さいボーゼの歯

ボーゼの主食はサルパ、クラゲや動物プランクトンであり、噛みついたり、咀嚼する必要はない。このため顎から幅0.1mm程度の先の丸い小さな歯のみが生えている。



ボーゼの年齢と成長

鱗や頭の骨の中にある耳石の年輪を調べると成長と年齢を知ることができる。秋に押し寿司にされる全長15cm以下のボーゼは幼魚である。親は全長20cmを超える。寿命は4歳で1歳から繁殖に加わる。



1歳以上魚(上)と0歳魚(下)及びその耳石
ボーゼの年齢と全長, 体重の関係(阪本1974より)

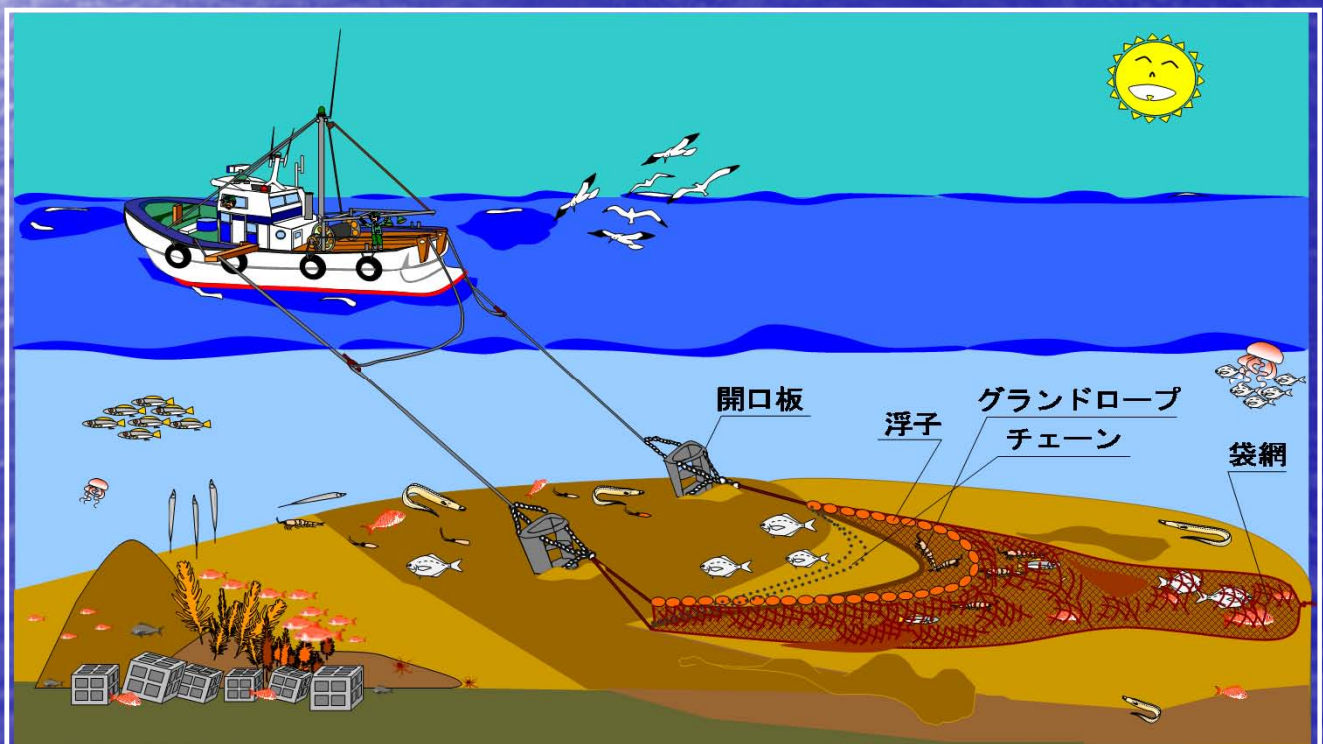
年齢	漁獲月	体長(mm)	尾叉長(mm)	全長(mm)	体重(g)
0歳	6月	75	90	96	16.2
	7月	90	106	115	27.5
	8月	120	138	154	63.1
	9月	135	154	173	88.7
満1歳	5月	145	165	186	109.6
満2歳	5月	174	196	222	183.2
満3歳	5月	194	217	248	251.5
満4歳	5月	208	233	266	309.1

底びき網で獲る

紀伊水道や播磨灘では小型底びき網で小ぶりのボーゼが，太平洋岸では沖合底びき網や大型定置網で大ぶりのものが昼間の操業で漁獲される。

小型底びき網では開口板(オッターボード)という装置を使って網口を10～20m程広げ，海底を掃除するように様々な魚介類を袋網まで追い込んで漁獲する。ボーゼは夜間には浮上するので底びき網で漁獲されない。

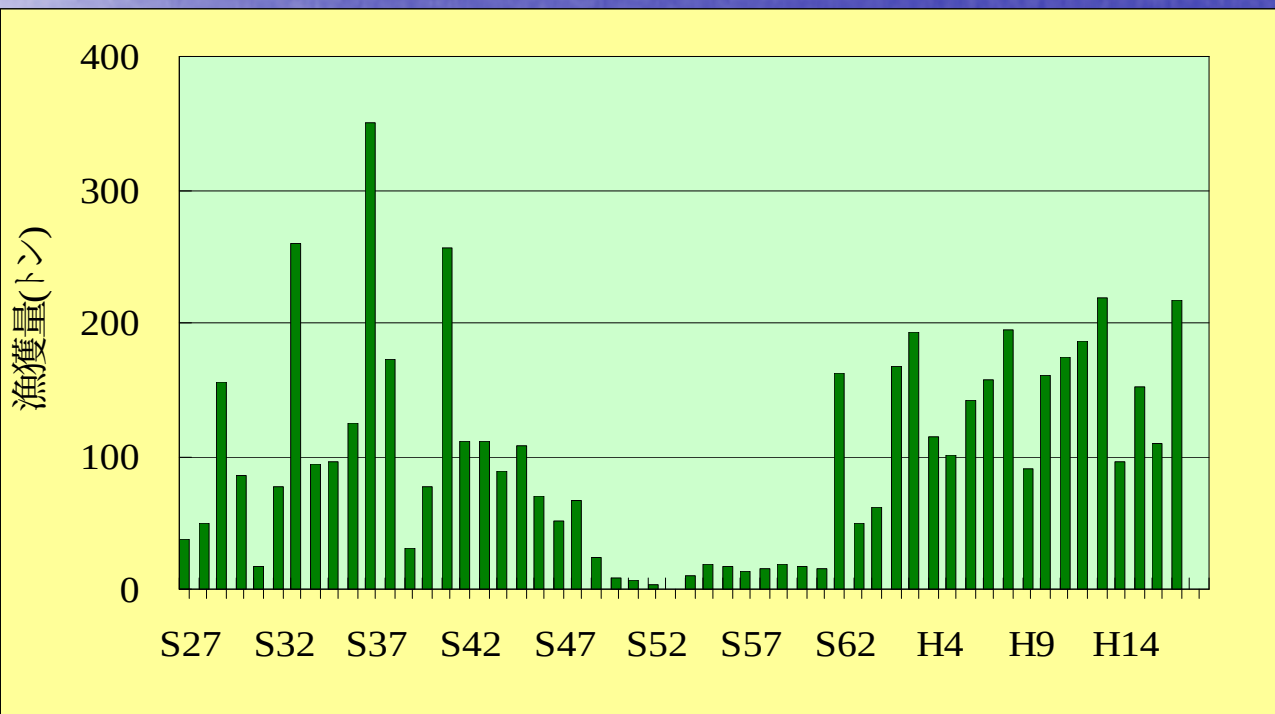
徳島県には約200隻の小型底びき網漁船があり，それぞれ1～2人の漁師さんが乗り込んでボーゼなどを漁獲している。



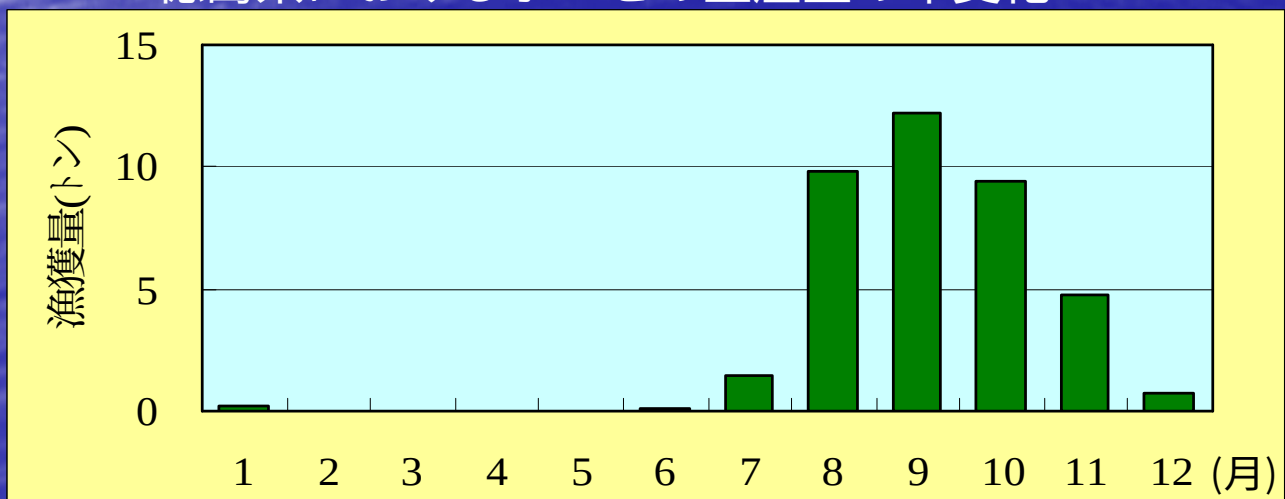
小型底びき網のイメージ図。ボーゼ漁にはせき板や中目と呼ばれる小型の網が用いられる。

生産量の推移

徳島県のボーゼの生産量は昭和50～61年にはわずか20トン未満に減少していた。昭和62年から今日まで変動を繰り返しながらも100～200トンで推移している。7月から漁獲が始まり、11月までまとめて漁獲される。漁獲の盛期は8～10月である。



徳島県におけるボーゼの生産量の年変化



徳島県におけるボーゼの漁獲量の月変化
(1999～2010年の月平均)

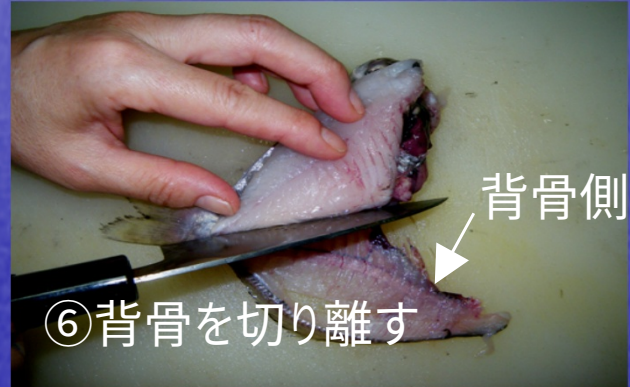
鮮度の良いボーゼの選び方

ボーゼは小型魚ながら，頭と内臓が小さく，可食部が多い魚である。他の魚同様に眼が澄み，肛門周辺に汚れがないものが良い。ボーゼ特有の鮮度の見分け方として，体表が白くさらさらしたものよりも，体表がやや黒みを帯び，たくさんのネバネバした粘液や血が付いたボーゼの方が鮮度がよい。大きいものほど脂が乗って美味しい。



鮮度の良い鳴門産のボーゼ。鱗と粘液が残り，光沢があり，瑞々しさがある。

ボーゼの姿寿司の調理



米酢の代わりに徳島県産のスダチ酢やゆず酢を使うと風味があって味わい深い。

徳島県では姿寿司用に⑪まで前処理されたものがスーパーで販売されている。レア好みの方は3～6時間、頭の骨まで柔らかくするには半日～1日締めると良い。



⑨頭部と腹部を洗淨



⑫1/10酢水で塩を洗淨



⑩水分拭き取り



⑬スダチ酢で半日締め



⑪塩で半日～1日締め



⑭寿司飯を詰める

ボーゼ寿司アラカルト

尾頭の有無，にぎり風等ボーゼ寿司は家庭，地域，お店によって特徴がある。



ボーゼ刺身のさばき方

ボーゼの身は白身で脂が乗り、甘味があり、とても美味しい。鮮度のよい大きいものを選び、3枚に下ろした後、腹骨と中骨を取り除く。手で皮をむき、適当な大きさに切るだけでよい。スダチの酸味とよく合う。



特徴的な味の刺身と天ぷら



刺身は淡泊ななかに旨みがあり，たいへん美味しい。



香ばしい天ぷら。刺身同様三枚に卸した後，中骨を除き，皮付きで揚げると良い。塩やスダチをかけて食べると美味しい。

焼き物, 煮物, 美味



煮物は淡泊で身離れが良く, 上品な味である。



シンプルな塩焼も美味しい。スダチと良く合う

脂質が多く，廃棄率小さい

肉質は柔らかいが，きれいな白身でもちもち感がある。また，タイ型魚類としては頭が小さく，内蔵も小さいので食べるところが多い魚である。さらに姿寿司に調理することによって可食部増える。白身の魚としては脂質が8.5gと多いのが特徴である。

ボーゼの成分表(可食部100g当たり)

廃棄率	45%	ビタミンB12	2.7 μ g
熱量(カロリー)	149kcal	ビタミンC	1mg
タンパク質	16.4g	ビタミンD	2 μ g
脂質	8.5g	ビタミンE	0.7mg
灰分	1.1g	ビタミンK	0 μ g
水分	74.0g	亜鉛	0.8mg
炭水化物	微量	カリウム	280mg
β カロテン	0 μ g	カルシウム	41mg
レチノール	95 μ g	鉄	0.5mg
ビタミンB1	0.04mg	銅	0.03mg
ビタミンB2	0.19mg	マグネシウム	30mg
ナイアシン	4.7mg	マンガン	0.01mg
パントテン酸	0.57mg	リン	160mg
ビタミンB6	0.29mg	食物繊維	0g
葉酸	7 μ g		

(五訂 日本標準食品成分表より)

徳島県産ボーゼの良さ

- ①太平洋の澄み切った海水と瀬戸内海の栄養豊富な海水が混じり合う餌の豊富な海域で育った美味しいボーゼです。
- ②近海で獲れたもので鮮度が良く，お刺身でいただくこともできます。
- ③秋祭りの時期にスタチやユズを添えて姿寿司や押し寿司で召し上がれます。



徳島の秋の風物詩，ボーゼの姿寿司

徳島県農林水産部水産振興課
〒770-8570 徳島市万代町1丁目1-1
TEL088-621-2472

徳島県立農林水産総合技術支援センター水産研究課
〒779-2304 徳島県海部郡美波町日和佐浦1-3
TEL0884-77-1251

