



わたしの親子くらし

骨をとるのは少し大変。でも、「魚には骨がある」ということを実感できるいい機会にも。
今回、2人の小学生が食べてみました！

おいしい！
達成感も！

骨付きの魚食べてみた！



パルシステムの
おさかな担当
吉江健一

骨は手でとりのぞいてもいいよ。
おいしく食べることが
いちばん！



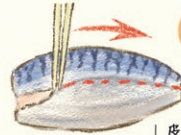
今回食べてもらうのは
ぼくたちの干物。
がんばってつくった
自慢の味だよ！



おさかなの生産者
「シーボーン昭徳」
(佐賀県)
西木孝明さん



中骨は、頭の付け根
のあたりでパキッと
折ると、とりやすい



身の真ん中を
ほぐしていくと、
骨を見つけやすい

さば

皮から
食べると
おいしいよ！

わたしが挑戦！



パルシステム東京
ゆいちゃん(小2、写真左)

- 焼き魚も煮魚も大好き！
- 骨は自分までとっている

1

いつも魚の名前や骨の有無は気になる様子。「これなんという魚？骨はあるの？」



「昭徳の産直九州産
天日干しあじひらき」

いただきます！



骨のない
ほうから
食べよう！



3

骨は、はしや手で
とりながら。
今回も、一匹を完成！

骨が多いと
たいへんだけれど、
おいしいから
がんばるよ！

ほくが挑戦！



パルシステム千葉
たかとくん(小1、写真右)

- お刺身大好き！
- いつもは骨はおとなにとってもらう

小骨が少なめ

「脂ののった
国産天日干しさば」

From ママ



焼き魚はあまりすすんで食べないので、今回は「パルの
おさかなだよ～」と楽しく声
かけ。空腹もあって、自分
からパクリ！ 今後も魚料理を
取り入れていきたいです。



1

まずはおとなが、
骨が少なそうな
身をチョイス。
おなかペコペコ
で、久しぶりの焼
き魚にも、「よー
し、食べるぞ！」
と大はりきり！



2

自分で食べられることがうれし
かった様子。ボリュームがあって
おなか満足！

まだ骨付きは
心配...という方に
おすすめ

小骨が少ない魚を選ぶ！



「めかじき切身」

骨とり済みで、食べやすい！

「凍ったまま！フライパンで焼ける
赤魚スティック干し」

骨のことを気にしなくてOK

「骨まで食べられる
国産さばの味噌煮」

おやこ親子でチャレンジ! /

クイズおさかな

こたえは
下にあるよQ1 「いくら」って、
何というさかなの
たまご?

- ① さけ
- ② まぐろ
- ③ くじら

ヒント!
かわ
川でたまごを生む
さかなだよQ2 これは何という
海藻をとっている
ところかな?

- ① のり
- ② わかめ
- ③ もずく

ヒント!
おきなわ
沖縄など、あたたかい
ちほう
地方の海でとれるよQ3 さかなからできて
いるものはどれ?

- ① あぶらあげ
- ② ちくわ
- ③ こんにゃく

ヒント!
さかなのすり身を、むし
たり焼いたりして作るよQ しらすって、大きくなったら
何になるの? (まぐもぐさん)A しらすは大きくなるといわしに
なるよ。からだは2センチくらい
で白いものをしらすと呼ぶんだ。
ゆでたら「釜あげ」、乾燥させると
「ちりめん」などと呼ぶよ。Q 鮭のよびかたは、「さけ」
「しゃけ」どちらですか?
(ユウカリさん)A ただ正しい呼び方は「さけ」。でも地域
によって「しゃけ」と呼んだり、生きて
いるときは「さけ」、調理されたら
「しゃけ」と呼んだりすることもある
んだ。君はどっちで呼んでる?Q ほね
骨とりの商品は、
いつ、どうやって
骨をとっているの? (kuri2さん)A こうじょう
工場「フィレ加工」といって、なかほね
中骨をとりながら三枚に
おろすんだ。そのあとピンセットを使って、人の手でい
ねいにとっている商品もあるよ。吉江さんのおさかな
Q&A親子のザモンに
こたえるよ!

※親子clubアンケート2020年11月4日〜11日より

Q きんめだい
金目鯛って
どうしてこんなに
目が大きい?
(しろまりんさん)A きんめだい
金目鯛は、深海魚といって海の深いところ
にくらす魚の仲間なんだ。暗いところ
でもえさを見つけやすくするために、
目が大きくなったといわれているよ。Q とじたままの貝を
むりにあけて食べちゃだめ、
というのはどうして?
(pal.0さん)A からひら
殻が開いていないのには、加工
されるときに身を傷めた、死んで
しまった、大量の砂をかんだ、
などが考えられるよ。おいしく
ないので、食べないほうが
いいよ。Q サーモンって、にんげんが
食べなければどのくらい
生きられますか? (みやかなさん)A サーモンは鮭のことだね。鮭は川で生まれ
て海を旅するんだけど、その旅は1〜8年
といわれているよ。そのあと生まれた川にも
どって卵を生むんだ。そこで鮭の一生は
終わるんだよ。

バックナンバーも見られます

これまでの『わたしの親子くらし』誌面をwebにすべて掲載しています。

バックナンバーはこちら ▶

