

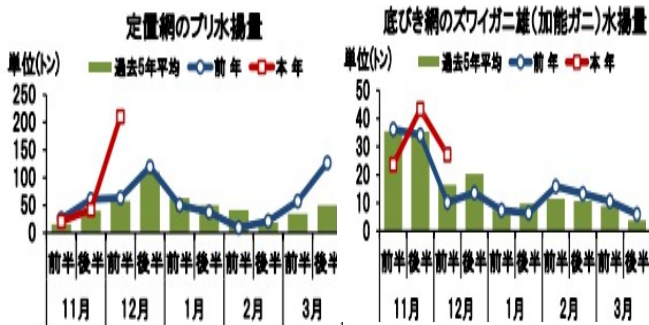
# Yamaka Topics ヤマカトピックス

## ～マグロの血合いで健康に～



マグロの「血合い」は商品価値が低く、廃棄されることも多いですが、食べると生活習慣病やストレスの改善などに効果があるそうです。抗酸化物質が体内に多く蓄積されることがある研究機関の研究で分かりました。血合いには抗酸化物質の「セレノニン」が多く含まれ、その量は赤身の100倍とか。継続的に食べる事で抗酸化力を高めることが出来、ストレスから来る様々な病気の発症を抑えることが出来るそうです。

## ～石川県主要港の実績(12月前半)～



石川県水産総合センターは県内主要港における2023年水揚量を発表しました。定置網ブリの水揚げは前年、過去5年平均を大きく上回り、4倍近く伸びました。また、底引き網ズワイガニ(雄)、コウバコガニも前年、過去5年平均ともにを上回りました。また、アマエビ、メギスも前年を上回っており冬の旬が豊漁になり、食卓にも優しい価格になったのではないのでしょうか。



## 入荷状況

### 3、4月の主の魚

魚種	産地
★毛ガニ	石川
★ホタルイカ	富山、兵庫、山陰
★白エビ	富山
★イイダコ	石川
★メバル (ハチメ)	石川、福井
★アマダイ	長崎、福岡、石川

能登地区被害の少なかった船、港を活用しての入荷が見込まれます。入荷状況等のお問い合わせは営業担当までお願い致します。

◎地元の**毛ガニ**の入荷があります。ズワイガニ漁が3月20日終了すると値も上がってきます。

◎**ホタルイカ**、**白エビ**の漁が3月から始まります。解禁当初は割高で推移します。

◎**イイダコ** 例年数量が少なくなっています。

◎**メバル** 刺し網漁のシーズンですが、入荷が本格化するの4月頃の予想です。

◎**アマダイ** 九州、山陰、石川からの入荷。量は少な目。



◎その他 **甘エビ** は4月に入ってくると、**脱皮の時期**を迎えます。新エビは殻が柔らかいので、品質には気を使う時期です。