

# さかな お魚がお寿しになるまで



## 北九州市「湾挽™すし」

レシピ考案：すしラボ®

たこ・トマト・いか  
いかゲソの柚子胡椒和え  
ぬか炊き

レシピはこち



北九州市の特産品をいろいろのせたすし丼です。湾（海のもの）のものだけではなく、野菜や総菜なども一皿で味わえます。すし飯にはお好みですだちをしづつて、具材は塩やすだちをかけてお楽しみください。

※調理画像はイメージです。

# すしの都 北九州市から の挑戦状

みやこ きたきゅうしゅう し しんせん うみ さち  
すしの都、北九州市には新鮮な海の幸がいっぱい!

そんな北九州市からの挑戦状!

シルエットクイズに挑戦しよう!

きゅうしゅう  
九州の  
玄関口だよ

# START!

ひびき  
なだ  
響灘

だんりゅう  
かんりゅう  
暖流と寒流がぶつかるところ。  
たくさんのプランクトンが発生し、  
色々な魚が集まってるよ。

## Q1

こうきゅう  
高級なイカとしてお寿司屋さんでも人気の  
「イカの女王」とも呼ばれるイカだよ。  
透き通るような身が特徴で、「一本槍」という  
ブランド名がついているものもあるよ。

ヒント: 0000イカ

## Q2

ひびきなだ  
ふゆ  
響灘で冬から春にかけてよく釣れる  
魚へんに「春」と書く魚だよ。  
北九州市の藍島では、この魚に特別な  
処理をしたものがブランド化されているよ。

ヒント: 00ラ

## Q4

かんもんかいきょう  
さんらん  
関門海峡に産卵にやってくる  
体内に猛毒をもつ魚だよ。  
お皿の模様が透けて見えるほど  
薄く切られたお刺身がおいしいよ。

ヒント: 00

## Q3

ひびきなだ  
いわば  
響灘の岩場に生息する、  
トゲトゲの生物だよ。  
藍島で獲れるものは超級品として  
全国的に有名だよ。

ヒント: 00



北九州市

## Q5

## Q5

しお  
なが  
潮の流れが速い関門海峡で、  
岩にしがみつきながら  
生活している生物だよ。  
ここにいるものは足が太くて短いのが特徴だよ。

ヒント: 関門海峡〇〇



## Q6

なかも  
こうら  
イカの仲間で、甲羅のような  
硬い骨が体の内側にあるイカだよ。  
春になると豊前海の浅場にやってきて、  
海藻などに卵を産むよ。

ヒント: 〇〇イカ

## 豊前海

やま  
えいよう  
かわ  
とお  
山の栄養が川を通って海に流れ込むので  
プランクトンが豊富だよ。  
海が浅く、干潟もあるよ。

# 3つの海のクイズMAP

きたきゅうしゃうし  
北九州市は3つの海に囲まれていて、たくさんの魚がいるよ。  
どんな魚がいるのかな? 説明を読んで魚の名前を当ててみよう!

## Q7

ぶぜんかい  
ひがた  
どう  
なか  
豊前海の干潟など泥の中にひそみ、  
ヒレのある足で泳ぐのも得意なカニだよ。  
夏から秋が旬で、固い甲羅の中に  
ミソがたっぷり詰まってるよ。

ヒント: 00ガニ

# GOAL!



クイズの答えは  
裏表紙にあるよ!