

留萌でとれる魚たち



留萌市地域振興部農林水産課水産林務係



標準和名	シロザケ
地方名	アキアジ、トキシラス
旬の時期	9月～11月
漁獲量（留萌市）	101トン
生態及び食べ方	
【生態】	
河川でふ化後、海洋で生活し3～4年後秋季に母川へ回帰し産卵を行い、その一生を終える。	
【食べ方】	
塩蔵した新巻、ちゃんちゃん焼、卵は筋子・イクラ、腎臓はメフン、頭は氷頭等	



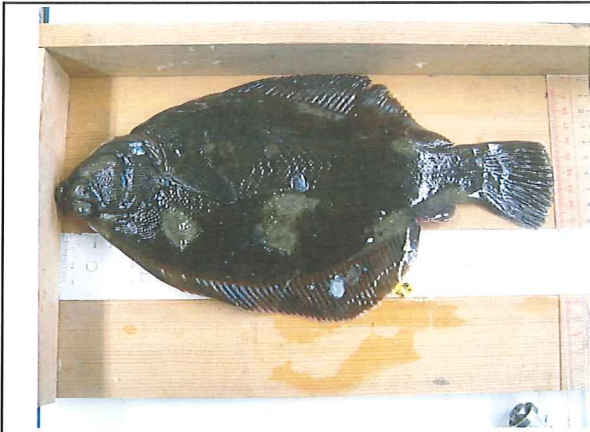
標準和名	サクラマス
地方名	ホンマス、マス、イタマス
旬の時期	3月～5月
漁獲量（留萌市）	0.3トン
生態及び食べ方	
【生態】	
河川でふ化後、1年間は河川で更に1年間を海洋で生活。2年後の秋季に河川へ溯上し秋季に産卵する。降海型：サクラマス、陸封型：ヤマメ	
【食べ方】	
塩焼き、フライ、ムニエル等	



標準和名	ヒラメ
地方名	アオツパ、テックイ
旬の時期	5月～10月
漁獲量（留萌市）	4トン
生態及び食べ方	
【生態】	
ヒラメの産卵期は6月～8月であり、ふ化ご3年～4年で成魚となる。（体長30～40cm）大きな物では1mを超えるものもいる。	
【食べ方】	
刺身、洗い、昆布じめ、フライ、ムニエル 「縁側」は特に脂がのって美味しい。	



標準和名	マガレイ
地方名	マガレイ
旬の時期	3月～5月
漁獲量（留萌市）	37トン
生態及び食べ方	
【生態】	
マガレイの産卵期は5月～6月であり、沿岸の浅場で産卵する。留萌海域に生息するマガレイは、オホーツク海を来する群と日本海に留まる群との2系群が存在する。	
【食べ方】	
煮付け、塩焼き、刺身 特に春先の子持ちの雌は煮付けにすると美味しい。	



標準和名	クロガシラガレイ
地方名	クロガシラ、クロガレイ
旬の時期	2月～4月
漁獲量（留萌市）	8トン
生態及び食べ方	
【生態】	
産卵期は2月～4月。水深100mより浅い海域に生息する。オホーツク海に分布する未成魚は成熟に伴い日本海に移動して産卵する。	
【食べ方】	
煮付け、刺身等	



標準和名	ニシン
地方名	カド
旬の時期	1月～3月
漁獲量（留萌市）	7トン
生態及び食べ方	
【生態】	
現在漁獲されているニシンの産卵期は、1月～3月。過去のニシンとは系群が異なり石狩湾域にのみ生息し、1歳～2歳で成熟する。	
【食べ方】	
塩焼き、煮付け、刺身、その他糠鯨、身欠、切込み等古くから様々な加工方法がある。	



標準和名	ホツケ
地方名	ネボツケ、ロウソクボツケ
旬の時期	3月～6月、10月～12月
漁獲量（留萌市）	53トン
生態及び食べ方	
【生態】	
産卵期は9月～12月で、岩礁地帯の窪みなどに卵を産みつける。産卵後は雄が卵を保護する。北海道全域に分布する。	
【食べ方】	
開きホツケ、煮付け、フライ、すり身等	



標準和名	トゲカジカ
地方名	マカジカ、ナベコワシ
旬の時期	1月～3月
漁獲量（留萌市）	4トン
生態及び食べ方	
【生態】	
産卵期は12月～翌2月ごろで岸寄りに移動して産卵する。水深50～300mに生息する。ギスカジカと類似する。	
【食べ方】	
カジカ汁、「ともあえ」（肝臓と身の合え物）、卵は正油漬等	



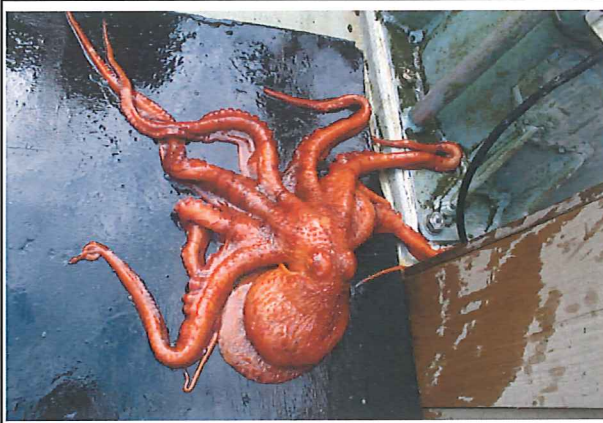
標準和名	キアンコウ
地方名	アンコウ
旬の時期	10月～12月
漁獲量（留萌市）	6トン
生態及び食べ方	
【生態】 産卵期は6月～7月であり、水深100mより浅い所で産卵する。生息域は水深10m～500m。北海道では日本海側に多く分布している。	
【食べ方】 鍋料理、肝臓は「あんきも」といい美味。	



標準和名	メガネカスベ
地方名	カスベ、カスベ
旬の時期	1月～4月、9月～11月
漁獲量（留萌市）	12トン
生態及び食べ方	
【生態】 産卵期は春であり、「たこのまくら」や「カスベのたばこ入れ」と呼ばれる糸巻き形の卵を産む。水深100mより浅い砂泥域に生息している。	
【食べ方】 煮付け、ぬた、から揚げ等 「ホツペ」と称する頬肉が珍重されている。	



標準和名	ハタハタ
地方名	ハタハタ
旬の時期	10月～11月
漁獲量（留萌市）	11トン
生態及び食べ方	
【生態】 産卵期は11月中旬～下旬であり、水深150～300mで生息している親魚が水深約1m前後の水深帯まで浮上し産卵する。	
【食べ方】 鍋料理、塩焼き、から揚げ、飯寿司等	



標準和名	ミスダコ
地方名	マダコ
旬の時期	1月～7月、11月～12月
漁獲量（留萌市）	123トン
生態及び食べ方	
【生態】 産卵期は6月～7月であり、岩穴やひさしのある岩棚などに卵を産む。生息域は潮間帯から水深200mと広範囲である。	
【食べ方】 刺身、寿司ぬた、しゃぶしゃぶ、酢のものザンギ、カレーの具等多彩。	



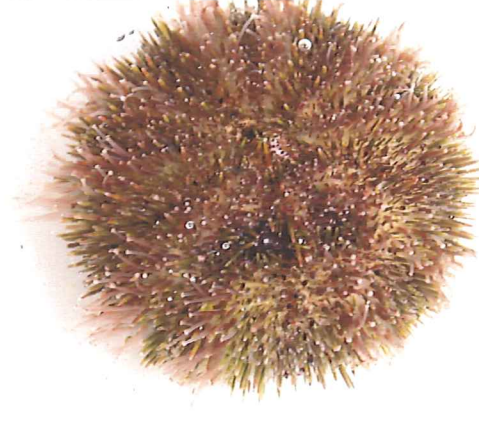
標準和名	スルメイカ
地方名	マイカ
旬の時期	7月～11月
漁獲量（留萌市）	263トン
生態及び食べ方	
【生態】	
北海道周辺には冬生まれ群と秋生まれ群が多く来遊し北海道では産卵しない。6月～7月頃に北海道周辺海域へ来遊し、9月頃から南下していく。	
【食べ方】	
刺身、寿司ねた、煮物、焼きイカ、天ぷらその他加工品と幅広い。	



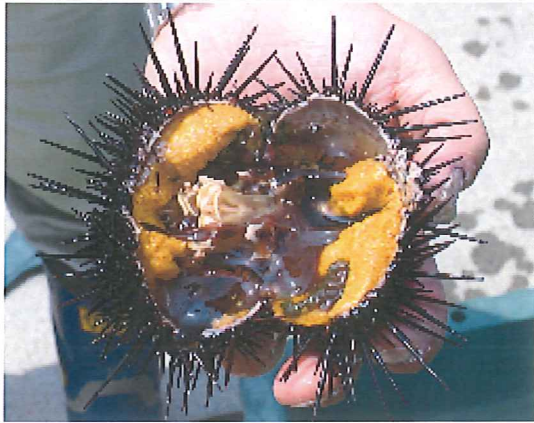
標準和名	ホッコクアカエビ
地方名	ナンバンエビ、アマエビ
旬の時期	1月～12月（周年）
漁獲量（留萌市）	198トン
生態及び食べ方	
【生態】	
水深1,000mまで生息。産卵期は3月～4つきであり、生後0歳～5歳まではオスであり、5歳の9月～10月頃に全てがメスに性転換する。寿命は約11歳。	
【食べ方】	
刺身、寿司ねた、天ぷら、鍋物、塩辛等	



標準和名	エゾアワビ
地方名	アワビ
旬の時期	10月～12月
漁獲量（留萌市）	0.7トン
生態及び食べ方	
【生態】	
産卵期は8月～10月で水深10mより浅い岩礁地帯に生息する。餌は成長に伴い珪藻や大型海藻のコンブやワカメなどを捕食する。	
【食べ方】	
刺身、寿司ねた、水貝、ステーキ、殻焼き身をすりおろしたとろろ汁等	



標準和名	エゾバフンウニ
地方名	バフンウニ、ガンゼ
旬の時期	6月～8月
漁獲量（留萌市）	0.1トン（むき身重量）
生態及び食べ方	
【生態】	
産卵期は9月～10月で水深10mより浅い岩礁地帯に生息する。餌は珪藻類、大型海藻のコンブやワカメなどを捕食する。低水温性。	
【食べ方】	
刺身、寿司ねた、ウニ丼、塩ウニ、蒸し焼等	



標準和名	キタムラサキウニ
地方名	ムラサキウニ、ノナ
旬の時期	6月～8月
漁獲量（留萌市）	1.4トン（むき身重量）
生態及び食べ方	
【生態】	
産卵期は9月～10月で水深180mより浅い岩礁地帯に生息する。餌は珪藻類、大型海藻のコンブやワカメ、魚肉などを捕食する。高水温性。	
【食べ方】	
刺身、寿司ねた、ウニ丼、塩ウニ、蒸し焼等	



標準和名	マナマコ
地方名	ナマコ、アオナマコ
旬の時期	6月～9月
漁獲量（留萌市）	55トン
生態及び食べ方	
【生態】	
産卵期は6月～9月で潮間帯から水深50mまで生息する。餌は砂泥などを摂食し中に含まれる海藻の破片や微小生物などの有機物を消化して栄養をとる。	
【食べ方】	
酢の物、刺身、煮物、腸の塩辛「このわた」、中国で干ナマコの需要が高い。	



標準和名	ギンナンソウ
地方名	ホトケノミミ、ミミノリ
旬の時期	1月～2月、12月
漁獲量（留萌市）	0.1トン
生態及び食べ方	
【生態】	
3月～4月の水温の上昇に伴い、葉体に果胞子が形成され、胞子が着床する。着床後2～3年後に発芽する。	
【食べ方】	
味噌汁の具等	

るもい旬のお魚一覧

月	魚種名
1月	ギンナンソウ
2月	カジカ
3月	カスベ
4月	サクラマス クロガシラ
5月	マガレイ ホッケ
6月	ヒラメ
7月	エシバフンウニ キタムラサキウニ
8月	ナマコ
9月	カスベ スルメイカ
10月	サケ ハタハタ
11月	アワビ ホッケ アンコウ
12月	ギンナンソウ カジカ ミスダコ