

# ほっけ

ほっかいどう  
～北海道のさかな～

令和 4 年 8 月 18 日

北空知圏学校給食センター

きょう きゅうしょく ほっかいどう ぎょかくりょう  
今日の給食は、ほっけフライです。北海道は、ほっけの漁獲量、

ぜんこく い ほっかいどう えんがん がつ がつ がつ おお と  
全国1位です。北海道の沿岸で5月～7月と、11月に多く獲れま

かんじ さかなへん はな ほっけ か あおみどりいろ  
す。ほっけは漢字で「魚片に花(鮓)」と書きます。青緑色の

ようぎょ む およ はな み  
幼魚が、群れて泳ぐと花のように見えるからだそうです。ほっけは、

せいちょうかてい なまえ か あお つぎ ま  
成長過程で名前が変わり、「青ほっけ」から「ロウソクほっけ」、次に「真ほっけ」、そして

ね へんか たいちょう  
「根ほっけ」と変化していきます。体長が30～40cmあり、

あぶら にんき さかな さしみ た  
脂がのった人気のある魚です。ほっけのお刺身が食べら

ほっかいどう かぎ ほか ちいき ひら  
れるのは北海道に限られ、他の地域では「ほっけの開き」

た おお  
で食べることが多いそうです。

ほっけの幼魚



うみ ひょうそう せいかつ  
海の表層で生活をするた  
め、敵に見つからないよう  
にあおみどりいろ  
青緑色をしています。



みせ さかなうりばで、  
見たことないかな？

