

海藻博士に聞いてみました！

食べておろし、見て楽しむ海藻のイロハ

海藻は私たちの健康にも、生態系維持にも大切な役割を果たしているらしい。身近にありながら知らないことも多い海藻について、海藻博士にわかりやすく教えてもらった。

千葉県立中央博物館分館
海の博物館主任上席研究員

菊地則雄

●きくち・のりお 東京水産大学大学院水産学研究科博士前期課程修了。専門は藻類学。研究テーマは紅藻アマノリ類の分類やアマノリ類絶滅危惧種の保全に関する研究など。一般市民、子ども向けの観察会や講座も担当。

そもそも海藻とは何か？

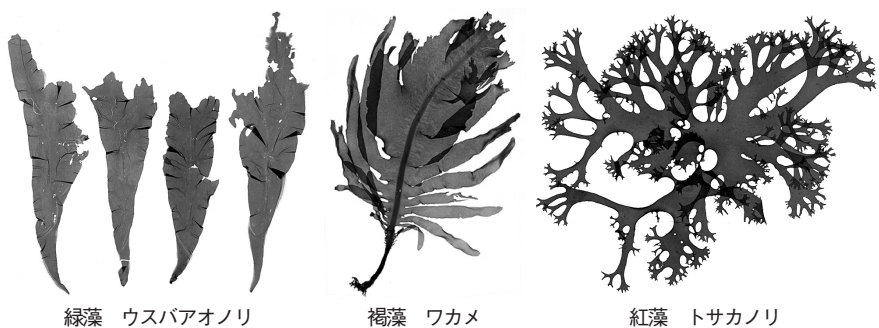
——海藻と海草の違いもよくわからないのですが。

「海草サラダ」と書いてある商品が「海草サラダ」と書いてある商品が異なりますが、あれは間違いないんです。海草は海に生える種子植物で、根や茎や葉の区別があり、代表的なものにはアマモです。一方、「海藻」は海

に生えている藻類です。藻類とは「酸素を発生するタイプの光合成をおこなう生物、いわゆる植物から種子植物、シダ植物、コケ植物を抜かした残り」と定義され、ありとあらゆる場所にいます。海藻は海に生える藻類のうち、一般的には肉眼で見られる大きさのものを指します。

海藻には、大きく分けると「緑藻類」「褐藻類」「紅藻類」があり、主

に光合成色素の種類によって分類されます。以前は浅瀬から順に「緑藻類」「褐藻類」「紅藻類」の海藻があるとされてきましたが、色素によっては、緑藻類でも深いところに対応できるものがあることがわかってきました、必ずしも浅いところから順番にあるわけではありません。緑色の色素を持つクロロフィルaは、どの種類にも存在しますが、緑藻類



緑藻 ウ斯巴アオノリ

褐藻 ワカメ

紅藻 トサカノリ

はクロロフィルbも持っています。褐藻類はフコキサンチンという特有の色素を持ち、茶色や黄色っぽい色をした種類が多く見られます。紅藻類はフィコシアニンやフィコエリスリンなどの特有な色素があり、赤い色をしています。

私たちに食用としてなじみがあるのは、緑藻類ではアオノリ、海ぶどう（クビレスタ）などです。「アオサ」（沖縄では「アササ」）などの名で売っているのはヒトエグサという種類です。「アオサ」とつく名の海藻もあるのですが、アナアオサなどは、ヒトエグサと似ていますがおいしくないので、食用としては利用されていません。褐藻類は、ワカメ、コンブ、ヒジキ、モズク、アカモク（地方名はギバサ、ギンバソウなど）、マツモなどです。紅藻類はノリ（海苔）、トサカノリ、寒天の原料となるテング

サ類、フノリなどがあります。

これ以外にも、地域によってさまざまな海藻を食していますし、一言でコンブ、ノリと言っても種類が違うものもありますので、百種類以上の海藻が食べられているのではないのでしょうか。

どんなふうに利用されてきた？

——いつ頃から、日本人は海藻を利用してきたのでしょうか？

おそらく縄文時代のころから海に近いうちでは利用されてきたと思います。七〇一年の大宝律令の賦役令には税として納める海藻の名が記載されていますから、少なくとも、このころには日常的に海藻を食す文化はあったと思われます。当時はノリ、ワカメのほか、現在ではほとんど食べられなくなったミルなどが税