

プレスリリース

2025 年（令和 7 年）10 月 15 日午後 2 時

河南記者クラブ 会員各位

関西国際空港記者会 会員各位

大阪科学・大学記者クラブ 会員各位

（同時提供 大阪成蹊大学：文部科学省記者会 会員各位）

DHA・EPA たっぷり&美味しく減塩！

定番から変わり種まで 8 品掲載した「マイワシレシピ」ができました

第 45 回全国豊かな海づくり大会「魚庭(なにわ)の海おおさか大会」1 年前プレイベント等で配布します

おおさか環農水研と大阪成蹊大学は、大阪産農林水産物の機能性に関する調査や、国立循環器病研究センターとの連携協力による減塩プロジェクトに取り組んでいます。このたび、機能性関与成分 DHA・EPA を多く含むマイワシで、調理による DHA・EPA のロスが少なく、美味しく減塩できるレシピを大阪成蹊大学の学生や料理研究家の方々と共同開発しました。これらのレシピ 8 品と調理のコツの他、大阪産マイワシの DHA・EPA 含有量調査結果を紹介するパンフレットを、イワシの日（10 月 4 日）にちなみ、10 月に開催されるイベント等で配布します。大阪産マイワシは近年漁獲量が減り、入手が難しいかもしれません。いずれの産地のマイワシでも美味しく作っていただけますので、ぜひ、お気軽に健康レシピをお試しく下さい。

パンフレットに掲載の 8 レシピ



マイワシの旨味がいい！
＜和風ポテトサラダ＞



マイワシとタコで食べ応え◎
＜韓国チヂミ風＞



4 種のゴマで風味豊か
＜利休焼き＞



＜左から、蒲焼丼、ハンバーグ、つみれ汁、つみれ団子のトマトスープ、スパイスで作るカレー＞

パンフレットは以下イベント内のブースに配架します

1. 大漁！親子まつり

イワシの日にちなみ始まったイベントです。おおさか環農水研 水産技術センターでは、お子さんも楽しめる、大阪湾の魚たちのタッチングプールを出展します。「マイワシレシピ」は同ブースにて配架します。

開催日：2025 年 10 月 19 日（日曜日）午前 9 時 30 分～午後 3 時

場 所：阪南港地蔵浜地区 地蔵浜みなとマルシェ会場（岸和田市地蔵浜町 7-1）

主 催：春木漁業協同組合、岸和田市漁業協同組合、大阪府鰯巾着網漁業協同組合

参 考：<http://www.iwashikincyaku.com/467770909>（大阪府鰯巾着網漁業協同組合ウェブサイト）

2. 魚庭（なにわ）の海まつり

来年、大阪府で初めて開催される第45回全国豊かな海づくり大会の1年前プレイベントです。「マイワシレシピ」は以下の両会場の大会関係PRブースにて配架します。おおさか環農水研では、大会開催機運を高める活動に参加しています。

開催日：2025年10月26日（日曜日）

場所/開催時間：南海浪切ホール祭りの広場（岸和田市）/午前10時～午後3時
（一般向け） りんくうアイスパーク（泉佐野市）/午後0時～4時

主 催：魚庭の海づくり実行委員会

参 考：<https://yutakana-umidukuri-pref-osaka.jp/topics/139/>

（大阪府・第45回全国豊かな海づくり大会「魚庭（なにわ）の海おおさか大会」ウェブサイト）

パンフレットは以下のウェブサイトからも閲覧可能です

	環農水研レシピ https://www.knsk-osaka.jp/recipe		クックパッド 環農水研ページ @cook_40328342 https://cookpad.com/jp/users/40328342
---	--	--	--

地方独立行政法人 大阪府立環境農林水産総合研究所（おおさか環農水研）食品グループ

農林水産物や加工食品等の高品質化や保存性に関する研究開発を行っています。また、大阪府から「大阪産（もん）地域資源活用・地域連携サポートセンター」の運営業務委託を受け、地域資源を活かした経営改善に取組む農林漁業者等を支援しています。

中小企業や農林漁業者の皆様が新たな食品を開発・改良するときにはお気軽にご連絡ください。技術相談を始めとして、分析機器・調理加工機器の利用、共同研究開発等、多様な制度で皆様の取組を支援します。

大阪成蹊大学 経営学部 経営学科 食ビジネスコース

経営学、食物学、情報学の3領域からなる文理融合のカリキュラムにより、「食」のマネジメント力を養い、食品・飲料メーカー、百貨店、外食・中食産業や食品流通業、商社、農業法人など食関連のさまざまな分野で活躍できる人材を育成しています。

国立研究開発法人 国立循環器病研究センター（以下、国循）

国の医療政策と一体となって国民の健康を守るため、1977年に設立された循環器病を対象とする国立高度専門医療研究センターです。循環器病に関する診断・治療、調査・研究および専門医療従事者の研修・育成を担っています。

循環器予防のための食生活改善を目的に「塩をかるく使って美味しさを引き出す減塩の新しい考え方」を広めるため、かるしおプロジェクトに取組んでいます。

<三者で取組む減塩プロジェクトとは>

国循、大阪成蹊大学、おおさか環農水研それぞれの連携協定に基づき、循環器病の予防や大阪府内産の農林水産物およびその加工品の価値向上のため実施する取組。

高血圧の予防・治療に推奨される食塩相当量の摂取量が6.0g未満/日であることから、今回の減塩レシピは1品あたりの食塩相当量を0.5g未満とし、美味しく満足感のある食べ応えを目標に開発しました。

【お問合せ先】

地方独立行政法人

大阪府立環境農林水産総合研究所（おおさか環農水研）

食と農の研究部 食品グループ 宮原、高井
〒583-0862 大阪府羽曳野市尺度442

TEL: 072-979-7063 FAX: 072-956-9691

大阪成蹊大学

広報統括本部 草野

〒533-0007 大阪市東淀川区相川 3-10-62

TEL: 06-6829-2606 FAX: 06-6829-2747

メール: kouhou@osaka-seikei.ac.jp

各イベント時のレシピ配架には担当が立ち会いませんので、レシピに関しては、こちらにお問合せください。

なお、イベントに関しては、各主催者にお問合せください。