

かたかご



令和7年3月号
サービス付き高齢者向け住宅
高志の郷

3月の予定

- 7日（金） 14時40分～ 移動販売とくし丸 3階～
10日（月） 9時00分～ 理容サービスふらっと
14日（金） 14時40分～ 移動販売とくし丸 4階～
21日（金） 14時40分～ 移動販売とくし丸 2階～
28日（金） 14時40分～ 移動販売とくし丸 3階～



高志の郷の空室状況、設備・生活サポート等については
社会福祉法人福鳳会のホームページをご覧ください。





今月は、富山県民の食卓に春を告げる「ホタルイカ」についてお話します。

ホタルイカは、日本では新潟県沖から山陰沖に生息しており、回遊性で富山湾には産卵の時期にやってきます。数百万匹の大群で海岸近くまで押し寄せるのは富山湾独特の珍しい現象で世界にも例はないそうです。春に富山湾に押し寄せるのはほとんどが産卵目的の雌で、雄は数千尾に1尾程度しかいないそうです。雌は、昼は海底におり夕方から夜中に浮上し産卵します。1回につき1～2万個産卵し、これを4～5回繰り返します。有名な『ホタルイカの身投げ』は、未明に潮の満ち引きで沖に戻れなくなったホタルイカが波打ち際にたくさん打ち上げられている様子をいいます。

ホタルイカといえば神秘的な『発光』です。青白い発光は、発光器が腕の先と腹側の皮膚に700～1000個あり青と緑の光を放ちます。一番大きく光る発光器は一对の腕の先に3個ずつあります。発光理由は、外敵への威嚇、仲間とのコミュニケーション、餌寄せのためだそうです。

10gという小さな体で神秘的な生き物ですが、食べてもとても美味しいです。他県に比べて漁場が近いため鮮度は抜群で、産卵直前のため体も大きいです。栄養面では、タンパク質、ビタミンA、ビタミンB12、タウリンを多く含みます。3～6月の限られた時期にのみいろいろな調理方法で春の神秘を味わえます。

おすすめの美味しい食べ方

酢味噌和え、お刺身、佃煮、沖漬け、天ぷら、サラダ、パスタ、お寿司、炊き込みご飯、炒め物、じゃが芋や落との煮物など

富山県民には身近なホタルイカ。神秘的な生態を知るにつけ、これからも感謝していただき味わいたいものです。

