

未利用魚「ボラ」の商品化を通じた 海洋課題解決啓発活動

岡山高等学校
ボラボー

OKAYAMA HighSchool

We are “BORAVO”!

**未利用魚
「ボラ」の
商品化を通した
海洋課題解決
啓発活動**



「ボラボー」と「里海」

先輩から引き継ぎ、4年目の活動中

2022



2024



2023



2025



7月21日 大阪関西万博
で取り組み発表
「生活の中に里海がある未来」



世界に羽ばたけ！
岡山高校の缶詰！



「白石島」をフィールドに活動しています

笠岡港から
フェリーで
40分だよ！

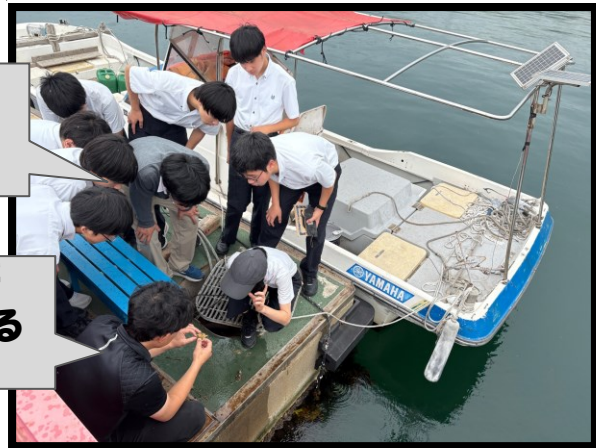
新港学術利用協会
で学びを深めます

大学や企業も研
究に利用している
施設！

探検にも
最適！！

隠れた
名海水浴場！

笠岡市観光協会HPより
<https://www.kasaoka-kankou.jp/access>



里海

人が適度に手を加えることで、生物の多様性や生産性が高くなった沿岸海域

平成10年に柳哲雄教授により
定義された学術用語です

瀬戸内海から生まれた「里海」概念

**人と海との
共生！**

**多様な
生物！**

**豊富な
水産資源！**

「里海再生活動」

人がかかわることで
海洋環境は悪化

それぞれの立場から
人がががかわり再生へ

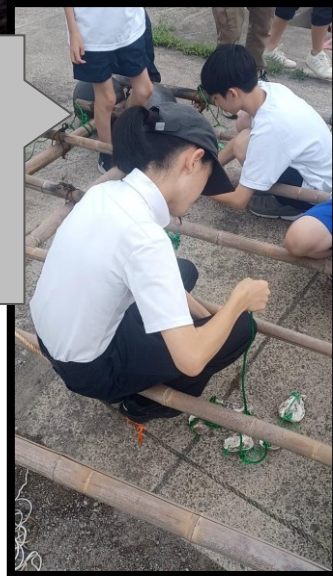
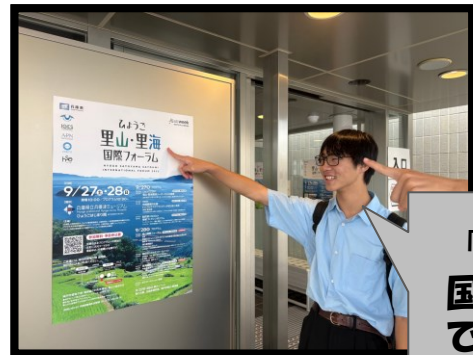
再び豊かな海洋
環境を創り出す

「里海里山
国際会議」
で勉強して
きました！

CODを使った
水質調査の
方法について
も学びました

新しい漁礁を
作って沈めて
います
with
近大福山高校

協働が
大切！



「課題魚研究」

「ボラ」

世界一
かわいい？

This is ボラ！！



ボラへのイメージ

大量発生して迷惑
(by漁師)

どうしても
獲れてしまうけど・・・
高く売れない 1キロ10円・・・
(by漁師)

釣れても
嬉しくない
(by釣り人)

臭いイメージ
(by80代男性)

ボラって
食べる魚なの？
(by高校生)

様々な人から悪い印象を持たれている
ようなので聞いてみました

ふふ。ままかり食べたい、ね。

どんな魚？



- ・ 全長30～100cm
- ・ 大きなメダカのような見た目
- ・ 成魚は河口や汽水域、
- ・ 幼魚のときは河川にも生息する
- ・ 群れを作る

知ってた？

わかった？



「スーパースター？」

歴史を紐解くと・・・

歴史なら
まかせろ

昔のぼく？



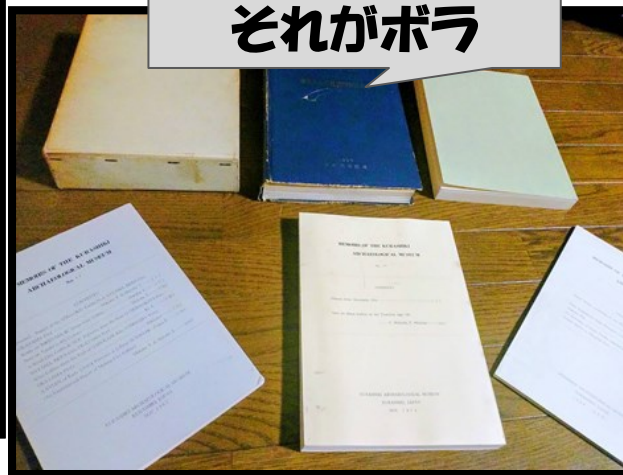
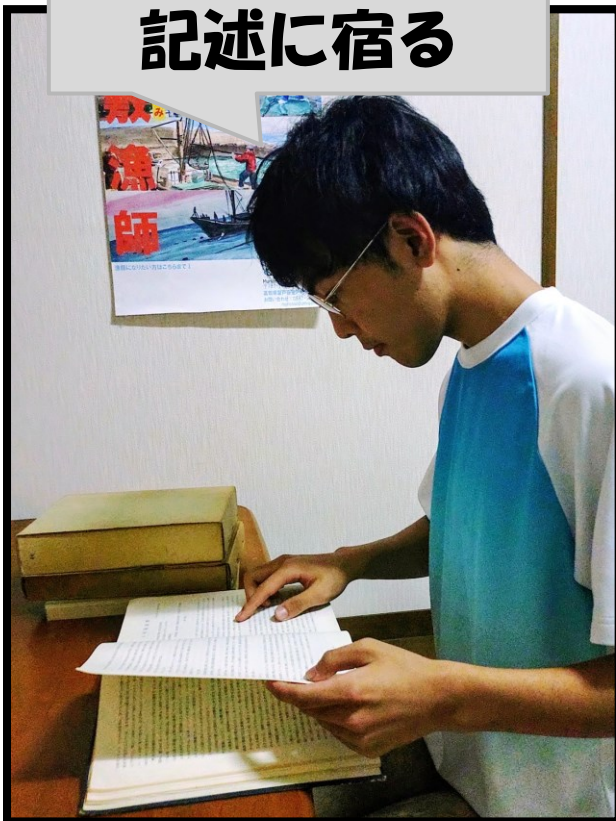
神は細部の
記述に宿る

かつてボラは・・・

- ・ 岡山県内各地に伝承・記録
- ・ 岡山城からボラの骨が出土

庶民の日常に
欠かせない魚
それがボラ

お殿様も
食べていた？



実はボラってすごかった



ボラの敷網漁

群れのボラを
一気にすくいあげ！

きらめくボラの銀色！
今日はごちそうだよ！

壮絶快絶！言わん方なし！
(言葉に表せないほどすばらしい)

ろす漁の
大好評！

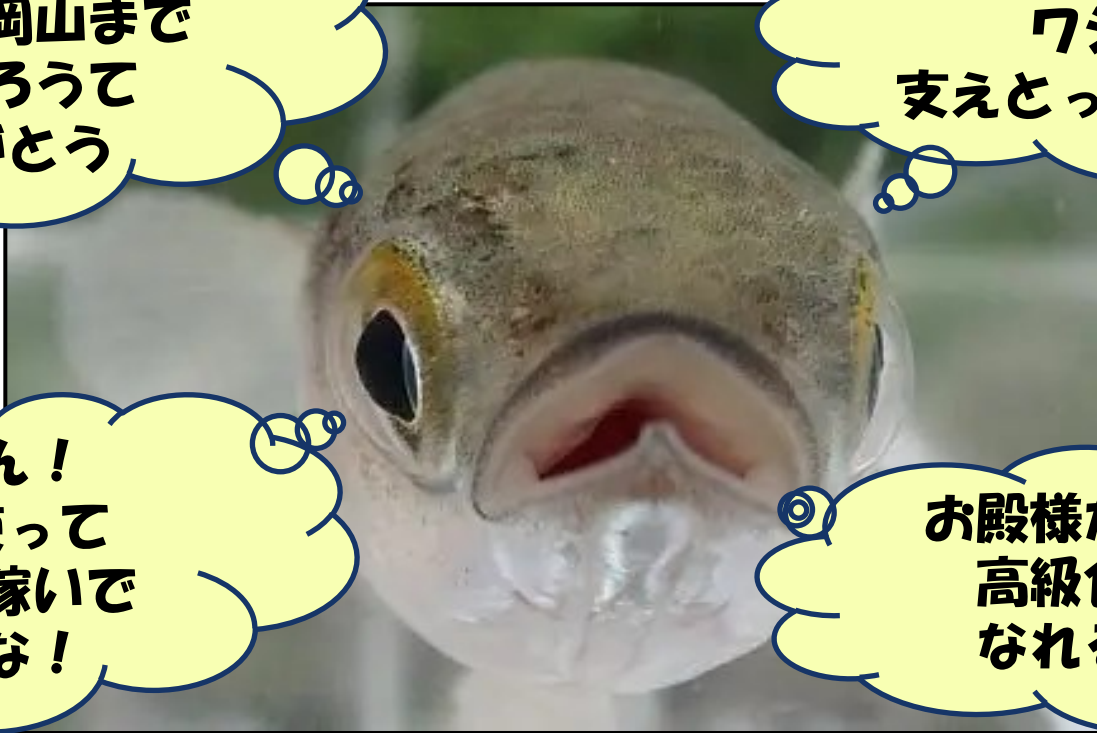
ボラは**スーパースター**！？

この姿を見に
はるばる岡山まで
来てもらうて
ありがとう

庶民の食卓は
ワシが
支えとったんじゃ

漁師さん！
ワシを使って
たんまり稼いで
くれよな！

お殿様が食べる
高級食にも
なれるぞ！



高度経済成長期の水質汚染

工業化の
負の側面



1974年ニュースハイライト」より

NHKアーカイブス

https://www2.nhk.or.jp/archives/movies/?id=D0009030132_00000

くっ。
こんなはずでは…

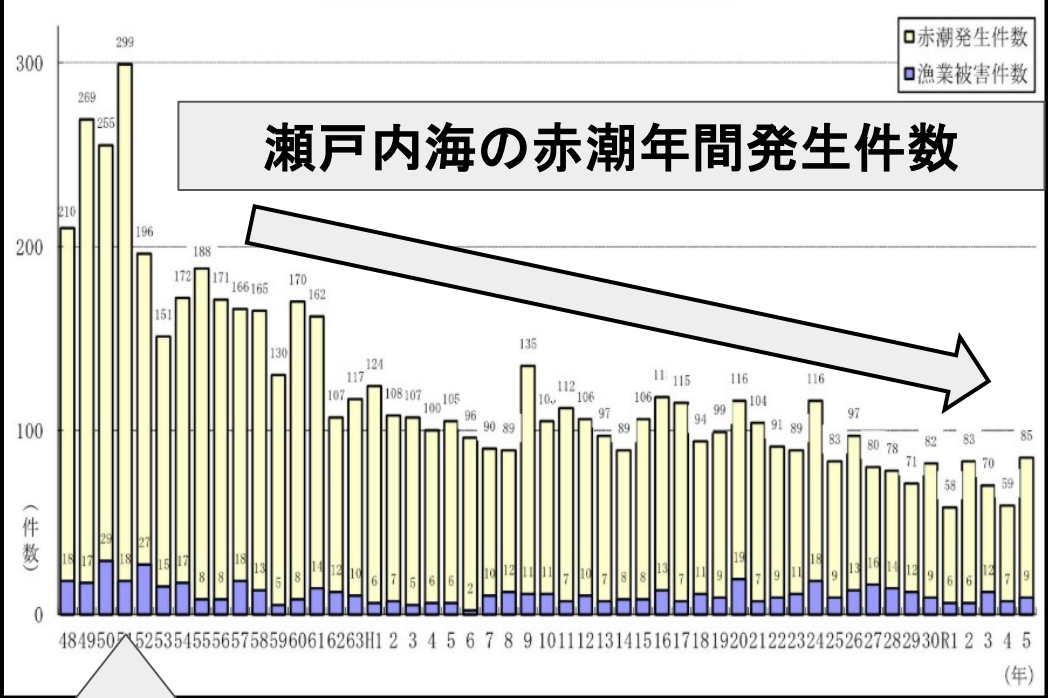


徳島新聞オンライン

<https://www.topics.or.jp/articles/-/615741>

現在の瀬戸内海

(瀬戸内海の赤潮発生件数と漁業被害件数の推移)



瀬戸内海の赤潮年間発生件数

きれいだ

水質も上々！
人も魚も
泳ぎやすい！



食べてみた！



「ぽっかけ！」

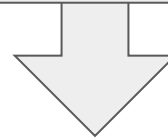
ぼらのぼっかけ

ボラの身と
根菜類の煮付け



ごはんにかけて
食べてたそうじゃ

昔の人々がボラを好み、
盛んに食べていた歴史



伝統料理「ぼっかけ」を
復活させて伝える

レシピ再現に 向けての学習

8月18日朝刊掲載の記事でも
ぼっかけについて書いたから
読んでね



山陽新聞記者久万真毅さん
(岡山高校9期卒業生)
「島を渡る～瀬戸内シーカヤック紀行」
連載中



刺身でも食べられる
新鮮な身を、地域の野菜と
一緒に煮込むんじゃ



岡山海産物流通促進協議会
(おかとと)森下倫年さん

後輩と一緒に
ボラの魅力を
再発見！

ボラの味を
活かさなきゃおえん



一般社団法人かさおか島ラボ理事
白石島漁師・原田房行さん

校長先生も
食べてみた！



グレードアップに向けて

牛窓 ホテルリマーニ
エグゼクティブシェフ 本行さん

麦味噌
ならではの
味付けは？



食べ比べてみながら
考えてみてね！

おいしい！
シェフの味を
目指そう！

これが
フロの作った
ボラ料理



オイルで炒めた
にんにく追加決定！



地域食材の活用

- ・連島れんこん（倉敷市）
- ・連島ごぼう（倉敷市）
- ・新山の里はと麦味噌（笠岡市）

食材調達
完了！



連島れんこん仕入れ先
浜田農産さん

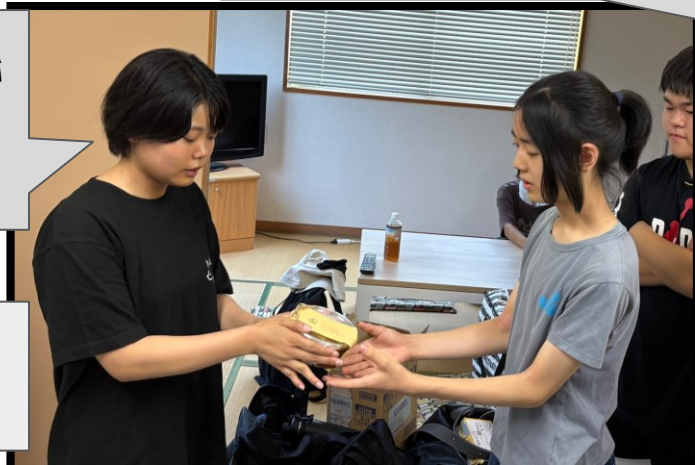


甘みと粘りを
味わって！

地元の野菜で
本来のぽっかけに近づける！

笠岡のお母さんたちが
作った麦味噌、
使ってください！

笠岡島ラボ
片岡さん



シマレットのぼっかけ！

[ボラのぼっかけ]6号缶

ボラ皮つき骨無し90g

連島れんこん20g

連島ごぼう15g

人参15g

生姜1.8g

にんにく1.8g

タレ

酒27g

新山の里はと麦味噌16g

砂糖6g

みりん5g



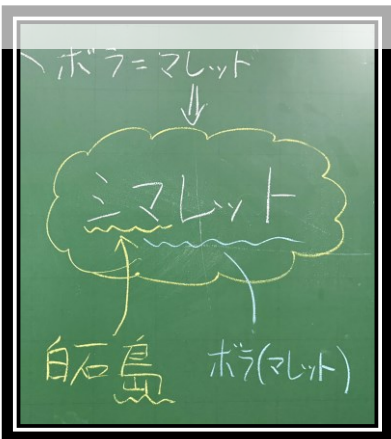
ご飯の上にかけて
召し上がれ

美味！



「シマレット？」

商品名『シマレット』



ボラのイメージアップに
つながる名前がいいよね！



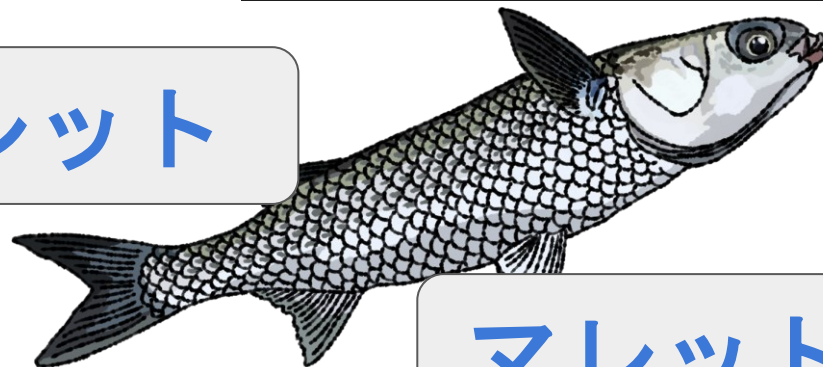
「白石島のボラ」としてブランド化を！



白石島



シマレット



マレット

ラベルデザイン

商品の味を
イメージできる
デザインに！

手描きの
オリジナル
イラストで！



福山大学 猪原桃也さんと協働でデザイン制作

島シマレット
鰯



シマレットとは、瀬戸内海の笠岡諸島、島で獲れたボラ（マレット）のこと。そんなシマレットを、岡山の伝統料理である**ほっかけ**にしました。ご飯にかけてお召上がりください。



名称：そうざい
原材料名：ボラ（岡山県産）、れんこん、ごぼう、にんじん、料理酒、みそ、砂糖、みりん、生姜、にんにく／酸味料（一部に大豆を含む）
内容量：190g 固形量：140g 内容総量：190g
賞味期限：缶底面に記載
保存方法：直射日光、高温多湿を避け保管してください。
殺菌方法：気密性容器に密封し、加圧加熱殺菌
販売者：学校法人関西学園 岡山高等学校 岡山県岡山市南区箕島1500
製造者：ネクストキャンドフーズ株式会社 兵庫県たつの市御津町釜屋12-1

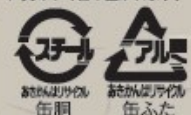
使用上の注意：缶を開ける際には缶蓋の注意をよくお読みください。温める場合は湯煎又は別の容器に移して加熱してください。開封後はすみやかに召上がりください。使い残しは別の容器に移して冷蔵庫に入れ、お早めにお召し上がりください。



栄養成分表示
(100gあたり)

エネルギー	113kcal
たんぱく質	10.9g
脂質	2.2g
炭水化物	12.4g
食塩相当量	1.78g

この表示値は目安です
お召し上がり方：そのままでも召し上がれますが、温めると更に美味しく召し上がれます。



「つなげよう 海の豊かさと陸の豊かさ」 岡山高校ブランド缶詰3部作

1作目 シャコのリゾート缶詰「syako can」



2作目 「ばいうま! アイゴのアヒージョ」



3作目 ボラのぼっかけ缶詰「シマレット」

3作品それぞれの視点から
瀬戸内海の課題魚にアプローチ!
おいしく味わっていただきながら
海洋課題について
考えていただけます!



商品完成！



**300缶
作りました！**



**KSB瀬戸内海放送
「高校生と見つける、私たちのSDGs」
でも紹介していただきました！**



「これからが本番！」

まずは「ボラに値をつける」

キロ
10円



これだけ獲れてもいまはキロ10円
獲れたら獲れるだけ赤字な魚

シマレットでは後処理も含め

だって
おいしいからね！

キロ
1000円



お買い上げ
有難うございます！



アジや養ダイと同じぐらいの値段です(岡山中央魚市株式会社
の2025年10月25日 土曜日市況表参照)

価格設定

1缶(190g)あたり

ボラ90g(90円) 味噌16g(17円) 野菜50g(25円)

他の調味料等(数円) → 材料費計135円程度

製缶費300円(容器代含)・その他輸送費等経費15円程度

→原価は約450円

→**小売り価格600円に設定**

(原価率約75%)

販売実績を上げて 次なるプロジェクトへ

3時間で25個完売！
2026年の一般販売に
めどがつかしました！

おいしさ
OK！

知名度
UP！

ほっかけなら。
学校調理室での大鍋での
調理もできますよ！

安全性
確認！

地域活性
実績○

ボラは収入になる！



サンメッセ香川「生協まつり」で
テスト販売してみました！



ボラボラの次の小さな野望
「ボラのほっかけ」を笠岡市学校給食の
メニューに入れたい！

そして「里海再生」へ

ボウが再び「**地域に根付いた**」
魚になれば・・・

家庭ではボウの刺身も
食べられるように！

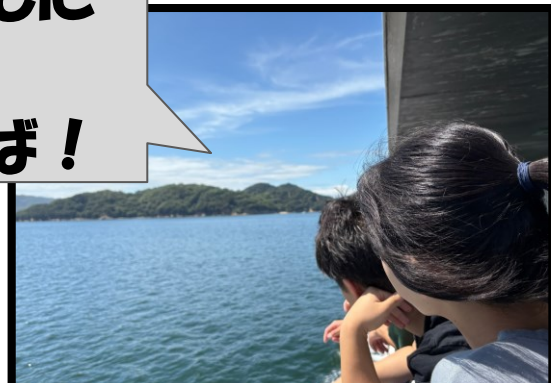
みんなでボウ料理を
囲む食卓！

家でさばくことも！



この海とともに
生きて
ゆかなければ！

人々が再び海と共生する
社会を作りたい！



そのためにも「シマレット」認知度向上を！

ボラボーの「学園カンヅメマスター」はまだまだこれから！

STEP3では完成したばかりのシマレットを全力プロデュースして
岡山から未来を明るくしよう！するぞ！

注文販売誌への
掲載をお願いします！



販路開拓

香川オリーフガイナース
イベントで販売を！



異業種コラボ

みんなに知ってもらう
ことが大切！



販売を通じた啓発活動

ボラボー開発缶詰販売・広報予定

2月11日 岡山表町商店街
「おかやまインクルーシブフェスティバル」
ブース出展

3月22日 RSKハウジングプラザ
「パピママドリームタウン」
ブース出展

3月下旬 井笠鉄道記念館まつり
下津井港電車まつり 出展

BORAVOI!

— Thank you for listening! —



— and we are all ready to start! —