鯏（あさり）

海 汽 アサリ［マルスズキ目ベラギンポ科］ 旬：1月～6月

語源　水の浅いところで貝を潮る（あさる）からアサリと言う説がある。漢字は「浅蜊」とも書く。

メモ　潮干狩りのベストシーズンは4～5月の中潮～大潮の時。家の近くの潮干狩りスポットを探してみよう。

鰆（さわら）

海 サワラ［スズキ目サバ科］ 旬：地方により異なる

字源　春が旬の魚なので、魚へん＋「春」とされた。春に回遊してきて瀬戸内海や関西に出現する。

メモ　瀬戸内海では春が旬で、関東で美味しくなるのは秋以降である。西京味噌につけて焼いた「西京焼き」がおいしい。

鮎（あゆ）

淡 回 アユ［キュウリウオ目キュウリウオ科］ 旬：6月～9月

字源　神武天皇や神功皇后が眺に勝てるかどうかアユで占った故事にちなんで魚へん＋「占い」とされた説がある。

メモ　アユの体からはキュウリやスイカのようなニオイがする。これはアユが石にこびりった珪藻類を食べるため。

鮟鱇（あんこう）

海 アンコウ［アンコウ目アンコウ科］ 旬：11月～2月

語源　あごの特徴をとらえてアンゴ→アンコウ→アンコウ説と、ヒキガエル（方言名アンゴウ）に似ている説がある。

メモ　体がクニャッとして柔らかいために、上から吊るして切る「吊るし切り」で調理される。アンコウの肝はDHAやEPA、鉄分などの栄養価がとても高い。

鱧（はたはた）

海 ハタハタ［スズキ目ハタハタ科］ 旬：冬とされるが地方により異なる

字源　雷が鳴ることを古語で「ハタハタ」と言う。雷鳴の多い冬にやってくるため魚へん＋「雷」とされる。魚へん＋「神」（神＝雷の意味）で「鰰」とも書く。

メモ　卵は産むメスごとに緑色、黄色、茶色など色が異なる。卵は「ブリコ」とゆばれ珍重されている。

烏賊（いか）

海 スルメイカ［ツツイカ目アカイカ科］ 旬：5月～9月

字源　水面に浮かぶイカを鳥がついばもうとしたら逆にイカが墨を伸ばして捕まえてくるという中国の故事に由来。つまり鳥にとって賊（ズク＝危険）な存在。

メモ　イカは具類と同じ軟体動物。ツツイカ目の透明なヒモのような部分やコウイカ目の甲は、昔の貨幣の名残。

鰐（わに）

海 ワニザメ［ツノザメ目ワニザメ科］ 旬：秋～冬

字源　体が細長く中が空洞なことから、武士が背中につけた箙形の矢をいれておく武具の靫（うつぼ）が名前の由来。魚へん＋「單（たん）」（薄く平らの意味）とされる。

メモ　南房総、和歌山、高知、九州など黒潮が近くを流れる地域で食べられている。

鮪（まぐろ）

海 クロマグロ［スズキ目サバ科］ 旬：特に冬

字源　マグロは広い範囲を大きく囲むように回遊することから、魚＋「有」（広い範囲を囲む意味）とされる。名前は体が黒いから真黒の説と、目が黒いから目黒の説がある。

メモ　マグロは特産80 kmで決めることができる。つまり100mを4.5秒で泳ぐ。

鱈（えい）

海 汽 アカエイ［トビエイ目アカエイ科］ 旬：夏～秋

字源　長い鞭の特徴をとらえ、魚へん＋「雷」（深く長い意味）とされた説がある。

メモ　エイのしっぽの根本にはトゲがある。毒を持つ種類もいるので海で見つけたら注意しよう。

海老（えび）

海 クルマエビ［十脚目クルマエビ科］ 旬：夏～秋

字源　腰が曲がっている状態を老人に例えて海＋老とされた。

メモ　エビの肉臓は青中朔にあるため、料理する時は背ワタをとろう。ちなみに心臓は目の上にある。

鰍（かじか）

淡 回 カジカ［カサゴ目カジカ科］ 旬：秋～春

字源　秋が旬のため魚へん＋「秋」とされた説がある。名前は深流に棲むカジカガエルという鳴き声の美しいカエルに関連われていたためそう呼ばれるようになった。

メモ　カジカの仲間は種類が多く、海に棲むものもいる。

【写真提供】横須賀市自然・人文博物館　萩原清司 氏

鰍（どじょう）

淡 回 ドジョウ［コイ目ドジョウ科］ 旬：地方により異なる

字源　「解」は「牛＋角＋刀」で牛をバラバラにするイメージの漢字。力には甲羅を解いて説皮することから解をあてた。

メモ　ズワイガニのオスは脱皮、メスは甲羅の中の殻が特においしいと言われている。横浜があれば貴ベ比べてみよう。

昆布（こんぶ）

海 マコンブ［コンブ目コンブ科］ 旬：7月～8月

語源　アイヌ語の昆布を意味する「Kombu」の発音が語源と言われている。字は当て字とされる。

メモ　コンブは海の中にいるときはダシがお出しない。乾燥させることでおいしいダシが出るようになる。

鰈（かれい）

海 汽 マガレイ［カレイ目カレイ科］ 旬：4月～11月

字源　体が薄い姿から、魚へん＋「葉」（木の葉を描いたイメージの漢字で、薄いという意味）とされる。

メモ　ヒラメと同じ左目が上方は、お腹を手前に置いた場合、右向きになるのがカレイ。例外もいる。旬はヒラメと逆で夏。

鯉（ほっけ）

海 ホッケ［カサゴ目アイナメ科］ 旬：9月～12月

字源　花のように美しい模様が落ちるのが早いため干物にされることが多い。干すことでうまみがギュッと凝縮される。

メモ　ホッケは鮮度が落ちるのが早いため干物にされることが多い。干すことでうまみがギュッと凝縮される。

鯉（こい）

淡 コイ［コイ目コイ科］ 旬：特に冬

字源　コイのうろこが縦に36枚並ぶことから、1里（1里＝1町歩・面積の単位）＝36町になぞらえて、魚へん＋「里」とされた説がある。

メモ　ポーランドやチェコ、ドイツなどヨーロッパの一部ではクリスマスにコイを食べる。

海胆（うに）

海 ムラサキウニ［ウニ目ウニ科］ 旬：3月～6月

字源　殻の中の生殖巣を胆（＝肝）と見立て、海＋「胆」とされた。「雲丹」とも書き、「丹」は肝が赤い色を意味している。

メモ　食べている部位の部分は生殖巣（卵巣・精巣）である。

鱠（えそ）

海 マエソ［ヒメエソ科］ 旬：秋～春

語源　笑ったような口の姿から、「笑窪（えくぼ）→事がうまく運んで笑顔になる」が由来であるとの説がある。

メモ　マエソは上質なかまぼこの材料として重宝されている。

鮭（さけ）

回 海 淡 サケ［サケ目サケ科］ 旬：秋鮭は秋、時鮭は春～初夏

字源　最初は生魚い魚だから魚へん＋「生」という字にしたが、印象が悪いと考え「圭」に変えたと言われる。

メモ　サケは川で産まれ海で育つ、産卵する時は自分が産まれた川を覚えており、故郷の川へ戻って産卵する。

鱚（きす）

海 シロギス［スズキ目キス科］ 旬：6月～8月

字源　肉質が淡白だからキヨシ（潔）→キスとされた説がある。魚へんにめでたい漢字である「喜」をあてた。

メモ　別名「海のアユ」「海の女王」とも呼ばれる、上品な魚。江戸前てんぷらにはかかせない。

細魚（さより）

海 汽 サヨリ［ダツ目サヨリ科］ 旬：地方により異なる

字源　細長い体だからから「細い魚」と書くしたと、下アゴが針のように長く突き出ていることから「針魚」とも書く。

メモ　サヨリの肉は上質な白身で高級魚とされている。中でも大きいサヨリは「カンスキ」と呼ばれる。

蟹（かに）

海 ズワイガニ［ヤドカリ目クモガニ科］ 旬：冬

字源　「解」は「牛＋角＋刀」で牛をバラバラにするイメージの漢字。力には甲羅を解いて説皮することから解をあてた。

メモ　ズワイガニのオスは脱皮、メスは甲羅の中の殻が特においしいと言われている。横浜があれば貴ベ比べてみよう。

鰪（しいら）

海 シイラ［スズキ目シイラ科］ 旬：7月～10月

字源　暑い夏の魚で魚へん＋「暑い」とされた説があるが、実は句は秋と言われる。シイラは皮が硬く身が薄いことから、殻はかりで美のない粉（もみ）＝鉏（しいな）を思わせるためあづけられたとされる。

メモ　ハワイでは「マヒマヒ」と呼ばれ、人気の魚。

鯡（にしん）

海 ニシン［ニシン目ニシン科］ 旬：3月～5月

字源　江戸時代に松前藩（現在の北海道南西部）の年貢は米ではなくニシンであった。「米に非ず（ではない）」ということで魚へん＋「非」とされた説がある。

メモ　お正月のおせち料理の黄色いカズノコはニシンの卵。子孫繁栄を願って食べる意味がある。

鯛（たい）

海 マダイ［スズキ目タイ科］ 旬：一年中、特に春

字源　語呂から「めでたい魚」で、一族に幸を行き渡らせる、調和させる意味を込めて魚へん＋「周」（全部に行き渡る意味）とされる。周年とれる魚だからの説もある。

メモ　「めでたい」の語呂から、日本の祝い事には欠かせない。魚の中では寿命が長く、縁起がいいとされる。

鮹（たこ）

海 マダコ［タコ目マダコ科］ 旬：冬と夏、地方により異なる

字源　八本の足をクモに見立て、海の「鮹」（アシダカグモの意味）とされた説がある。

メモ　世界で水揚げされているタコの約6割を日本人が食べていると言われている。タコは8本足と言われているが、正確には脚が6本、足が2本。

鮴（かます）

海 アカカマス［スズキ目カマス科］ 旬：9月～6月

字源　カマスは鋭い歯を持つ獰猛な魚。集団で小魚を襲う様子を蛇に見立てて、魚へん＋「鮴」（敵の意味）とされる。

メモ　名前の由来は俗猛性から。「はったりをかます」「一発かます」とあるように、「かます」は攻撃的な意味。

鯔八（かんぱち）

海 カンパチ［スズキ目アジ科］ 旬：6月～8月

字源　頭を上から見ると両目の間に八の字の形状の模様が入っており、間の八→カンパチとなった。成魚になると模様は薄くなる。

メモ　アジ科の中で最も大きく育つ。見た目はブリに似ているが、ブリより暖かい海を好み、旬も逆で夏。

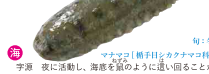
鯰（なまず）

淡 ナマズ［ナマズ目ナマズ科］ 旬：春～夏

字源　体がヌルヌルと粘っていることから魚へん＋「念」（ねばるの意味）とされた説がある。

メモ　東南アジアでは味の良さからナマズの養殖が盛んである。

海鼠（なまこ）

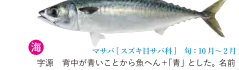


海 マナマコ［楯手目ジュクナマコ科］ 旬：冬

字源　夜に活動し、海底を鼠のように這いまわることから、海＋鼠とされた。またはネズミの後ろ姿に似ていることから。

メモ　干したナマコは中華料理の高級食材で、「黒いダイヤ」と呼ばれる。大きさで値段が変わる。

鯖（さば）



海 マサバ［スズキ目サバ科］ 旬：10月～2月

字源　青中が青いことから魚へん＋「青」とした。名前は、口の中に細かい歯があるから、サ（小）バ（歯）の意味。

メモ　サバ類、イワシ類、サンマなどの「背中の青い魚」は、「青魚」と呼ばれる。

鰆（どじょう）

淡 ドジョウ［コイ目ドジョウ科］ 旬：6月～8月

字源　ドジョウの鳴き声が「シウ」とされたため、魚へん＋「酋（シュウ）」とされた説がある。

メモ　どじょうは小麦粉（ドジョウを卵でとした説）など、江戸時代より夏バテ解消のため食べられてきた。

海苔（のり）

海 スサビノリ［ウシケノリ目ウシケノリ科］ 旬：1月～4月

字源　苔に似ていて海にあるので海＋「苔」とされる。名前は表面がぬるぬるしているところから、ヌル→ノリ

メモ　おにぎりで使われているノリは養殖したもの。有明海や瀬戸内海など各地で養殖されている。

鮑（あわび）

海 クロアワビ［古腹足目ミミガイ科］ 旬：夏

字源　貝殻が出にくっついて身が包まれているように見えることから魚へん＋「包む」とした説がある。

メモ　海女さん、海士さんによる素潜り漁と、船上から箱メガネで海底をのぞき、鈎、たも、鉤などで引っかける見突き漁でとられる。

秋刀魚（さんま）

海 サンマ［ダツ目サンマ科］ 旬：8月～11月

字源　体形を刀に見立て、秋が旬なので「秋＋「刀」＋「魚」とした。

メモ　胃がなく腸が短いためフンが溜まらない。そのため内臓が傷みにくく、内臓ごとおいしく食べられる。

鮒（ふな）

淡 ギンブナ［コイ目コイ科］ 旬：春

字源　くっ付くほどに群れを成す魚のため、魚へん＋「付」とされた説がある。

メモ　童謡で歌われるほど身近な魚。ギンブナはほんどがメスで、オスがいなくても子孫を残すことができる。

鰆（かますご）

淡 警 回 ワカサギ［キュウリウオ目キュウリウオ科］ 旬：11月～4月

字源　体形が笹の葉の一種の「箬（中国語）」に似ていることから、笹の竹かんむりを省略し、魚へん＋「若」とされる。また、将軍に納めたことから「公魚」とも書く。

メモ　元々海に棲むが、人間の手により川に移された。今では凍った湖で行う「ワカサギの穴釣り」は冬の風物。

鱧（はも）

海 ハモ［ウナギ目ハモ科］ 旬：6月～7月

字源　「生命力が強い（豊か）」であり「栄養が豊か」であることから、魚へん＋「豊」とされる。

メモ　ハモには硬くて長い骨があり、食べる前に「骨切り」をする必要がある。名人は、3 cmの間に26回ほど包丁で切り込みを入れることができる。

海鞘（ほや）

海 ホヤ［ホヤ目ホヤ科］ 旬：夏

字源　ホヤは硬い皮に覆われていて、体の内部に殻があるため、刀の鞘に見立てて海＋鞘とされる。

メモ　岩などに付着して生活しているため、子供の頃は海中をおたまじゃくしのように泳ぐ。貝類や植物ではなく尾索動物である。

鮃（ひらめ）

海 ヒラメ［カレイ目ヒラメ科］ 旬：11月～2月

字源　平たい体に目が二つ並んでいることから「平目（ヒラメ）」となり、魚へん＋「平」とされる。

メモ　カレイとの見分け方は、お腹を手前に置いた場合、左向きになるのがヒラメ。旬はカレイと逆で冬。カレイより歯が鋭い。

太刀魚（たちうお）

海 タチウオ［スズキ目タチウオ科］ 旬：特に夏

語源　長く伸びた銀色に光る太刀のような姿から、太刀魚となった、または立ち泳ぎをすることが知られており、立ち魚→タチウオとなったと言われる。

メモ　ウロコがなく、代わりにグアニンという成分で覆われている。グアニンは人工真珠や化粧品に使われている。

鱒（ます）

海 回 ニジマス［サケ目サケ科］ 旬：春～秋

字源　名前にマスが付く魚をまとめてマスと呼ぶ。上品で形の良いことから、魚へん＋「尊」（細長い流線の形をした、格好がよいこと意味する漢字）とした説がある。

メモ　ニジマスは元々北アメリカから移入された。現在は日本各地で養殖が盛んに行われている。

鮟（かわはぎ）

海 カワハギ［フグ目カワハギ科］ 旬：秋～冬

字源　料理でさばく時に皮を剥ぐので、カワハギという名前になった。魚へん＋「皮」＋「敏」、または皮剥と書く。

メモ　おちょぼ口でエサを突くように食べるため釣ることが難しいが、釣り人に人気の魚。

鰻（うなぎ）

淡 海 汽 回 ウナギ［ウナギ目ウナギ科］ 旬：8月～12月

字源　体形から魚へん＋「曼」（ずるずると長いの意味）とされた説がある。

メモ　元々夏に人気がなかったが、江戸時代に平賀源内が「土用の丑の日にウナギを食べよう」と提案し、夏にウナギが定着したと言われている。身に脂がのるのは秋冬。

鰺（あじ）

海 アマアジ［スズキ目アジ科］ 旬：特に夏

字源　アジは海を群れて回遊することから、魚へん＋「参」（たくさん入り混じるの意味）とされた説がある。

メモ　アジには尾に近い側線上に、「ゼンゴ（ゼイゴともゆばれる）」というトゲ状のウロコがある。

牡蠣（かき）

海 汽 マガキ［カキ目イタボガキ科］ 旬：10月～3月

字源　「厲（レイ）」は「激しい」イメージの漢字であり、カキのゴツゴツした表面を表している。また、オスしかいないと考えられていたため「牡（オス）」を添えた。

メモ　別名「海のミルク」と呼ばれ栄養素が豊富。中でも亜鉛が多くレモンと一緒に食べることより体に吸収される。

鮗（このしろ）

海 コノシロ［ニシン目ニシン科］ 旬：11月～3月

字源　おせち料理の「コハダの葉漬け」などに使われるほどその魚であるため、魚へん＋「冬」とされる説がある。

メモ　成長するにつれてシンコ→コハダ→コノシロと呼ばれる。コノシロやアジ、サンマ等は背中が青色でお腹が銀色に光って見えるため寿司ネタでは「光り物」と呼ばれる。

山女魚（やまめ）

淡 海 回 ヤマメ［サケ目サケ科］ 旬：春～夏

字源　深流に棲み、見た目が清楚で美しい女性のようであるから「山女魚」という字とされた説がある。

メモ　海へ下り、大きく成長したヤマメは「サクラマス」と呼ばれ、桜が咲く時期、産卵のために川へ戻ってくる。

雨子（あまご）

淡 海 回 アマゴ［サケ目サケ科］ 旬：春～夏

字源　雨が降り出す季節（梅雨や初夏）によく釣れることから「雨」をつけたと考えられる。

メモ　海へ下り、大きく成長したアマゴは「サツキマス」と呼ばれ、5月（皐月）頃、産卵のために川へ戻ってくる。

岩魚（いわな）

淡 海 回 イワナ［サケ目サケ科］ 旬：夏

語源　岩陰にひそみ、水中の昆虫や小魚などを餌にしているため、「岩の間にすむ魚（ナ）→イワナとされる。

メモ　イワナは魚にもかわからず、少しの間であれば陸上にとどまって移動することができる。また、貧欲な性質でヘビやネズミを食べることもある。

鰤（ぶり）

海 ブリ［スズキ目アジ科］ 旬：11月～3月

字源　ブリは冬が旬であることから、魚へん＋「師」（師走＝12月）とされる。

メモ　成長するにつれて名が変わる魚を「出世魚」と言う。関東ではワカシ→イナダ→ワラサ→ブリ、関西ではツバス→ハマチ→メジロ→ブリ、他にも地方名がたくさんある。

鮫（さめ）

海 シロザメ［メジロザメ目ドチザメ科］

字源　体をくねらせて泳ぐため、魚へん＋「交」（ねじれる、クネクネするという意味の漢字）とされる。名前の由来は眼が細いから狭目（サメ）となった説がある。

メモ　サメやエイの仲間とされる軟骨であり「軟骨魚類」という。ちなみに人間の耳の骨も軟骨。

河豚（ふぐ）

海 トラフグ［フグ目フグ科］ 旬：11月～3月

字源　中国に淡水フグがおり、味が豚肉くらいおいしい、またはお腹が膨のように公くれていたので河＋豚とされた。

メモ　フグの卵巣は毒がありそのままでは食べられないが、塩とぬかに漬けて長い間熟成させると食べられる。なぜ無毒化するのかは解明されていない。

鰯（いわし）

海 マイワシ［ニシン目ニシン科］ 旬：6月～11月

字源　水からあげるとすぐ死んでしまうことや、他の魚の餌になりやすいことから魚へん＋「弱し」とした。

メモ　味噌汁のダシに使われる「煮干し」はカタクチイワシ、マイワシ、ウルメイワシである。

漢字でわかる魚のかんじ

字源・語語・・・漢字や名前の由来は諸説あります。そのうち1つを選び掲載しています。
メモ・・・魚介類のマメ知識を掲載しています。諸説あります。
旬・・・旬の時期として一般的に知られている季節や期間を掲載しています。種類や地方により異なる場合があります。

海 海水域に生息　汽 汽水域（海水と淡水が混じる所）に生息
淡 淡水域に生息　回 海と川をまたいで回遊する（通し回遊魚）

国産水産物流通促進センター
構成員　公益社団法人　日本水産資源保護協会

鰹（かつお）

海 カツオ［スズキ目サバ科］ 旬：春～初夏と秋

字源　昔は刺身で食べず、カチカチに乾燥させたものが流通していた。堅い魚（かたいうお）→カツオとされた。

メモ　旬が二回ある。春～初夏に獲れる「初がツオ」はさっぱりしていて、秋の「戻りガツオ」は脂がのっている。

帆立（ほたて）

海 ホタテガイ［イタヤガイ目イタヤガイ科］ 旬：11月～6月

字源　片方の殻を帆のように立てて走ると信じられていたので「帆立」貝となった。実際は殻を開閉し水を噴出して移動する。

メモ　ヒモを呼ばれている外套膜にある黒い点々はホタテの眼であり、50個ほどある。

鱈（たら）

海 マダラ［タラ目タラ科］ 旬：12月～2月

字源　冬の吹雪のある頃によく獲れることから魚へん＋「雪」とされた。名前は背がまだら模様だからマダラ→タラ

メモ　マダラは腹いっぱい食べていつもお腹がふくれていることから、たくさん食べることを「鱈腹（たらふく）食べる」という言葉ができた。

鱸（すずき）

海 汽 スズキ［スズキ目スズキ科］ 旬：6月～8月

字源　黒い斑点のある姿から、魚へん＋「盧」（黒いという意味）とされた説がある。

メモ　成長するにつれて名が変わる魚を「出世魚」と言う。産まれたてをコッパ、関東では一年魚をセイゴ、二年魚をフッコ、三年以上をスズキと呼んでいる。