いかそうめん

主原料
スルメイカ、アオリイカ、アルゼンチンマツイカ

主生産地
北海道、香川

保存方法
冷凍保存

キーワード
船凍イカ／アニサキス

備考
Ika-somen



いかそうめんとは

イカを麺状に細く切り、醤油やつゆ、薬味をつけてそうめんのようにツルツルとすすって食べる料理（**写真１**）であり、これを家庭でも簡便に食せる冷凍加工品としても販売されている。イカの水揚げで知られる北海道函館の名産となっている。



写真１　いかそうめん（北海道立工業技術センター）

主な生産地

北海道、香川県

生産の動向

主な生産地となっている北海道函館市の函館市水産物地方卸売市場におけるスルメイカの取扱量の推移を**図１**に示す。函館のいかそうめんにはスルメイカが用いられるが、冷凍、生鮮ともにスルメイカの水揚げ量は年々減少し、それに伴いいかそうめんの生産量も減少している。

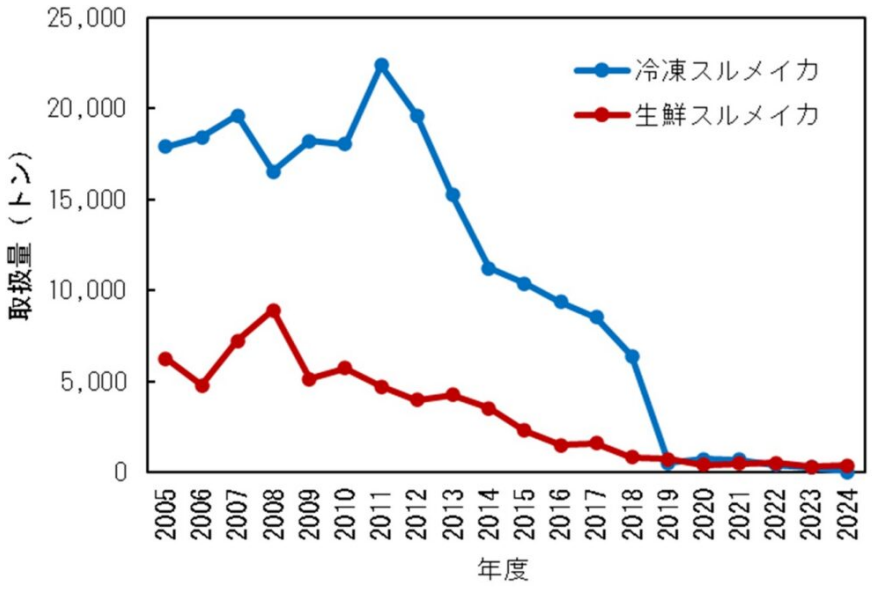


図１　函館市水産物地方卸売市場におけるスルメイカの取扱量推移
（「函館市地方卸売市場取扱実績」（函館市）をもとに作成）

原料選択のポイント

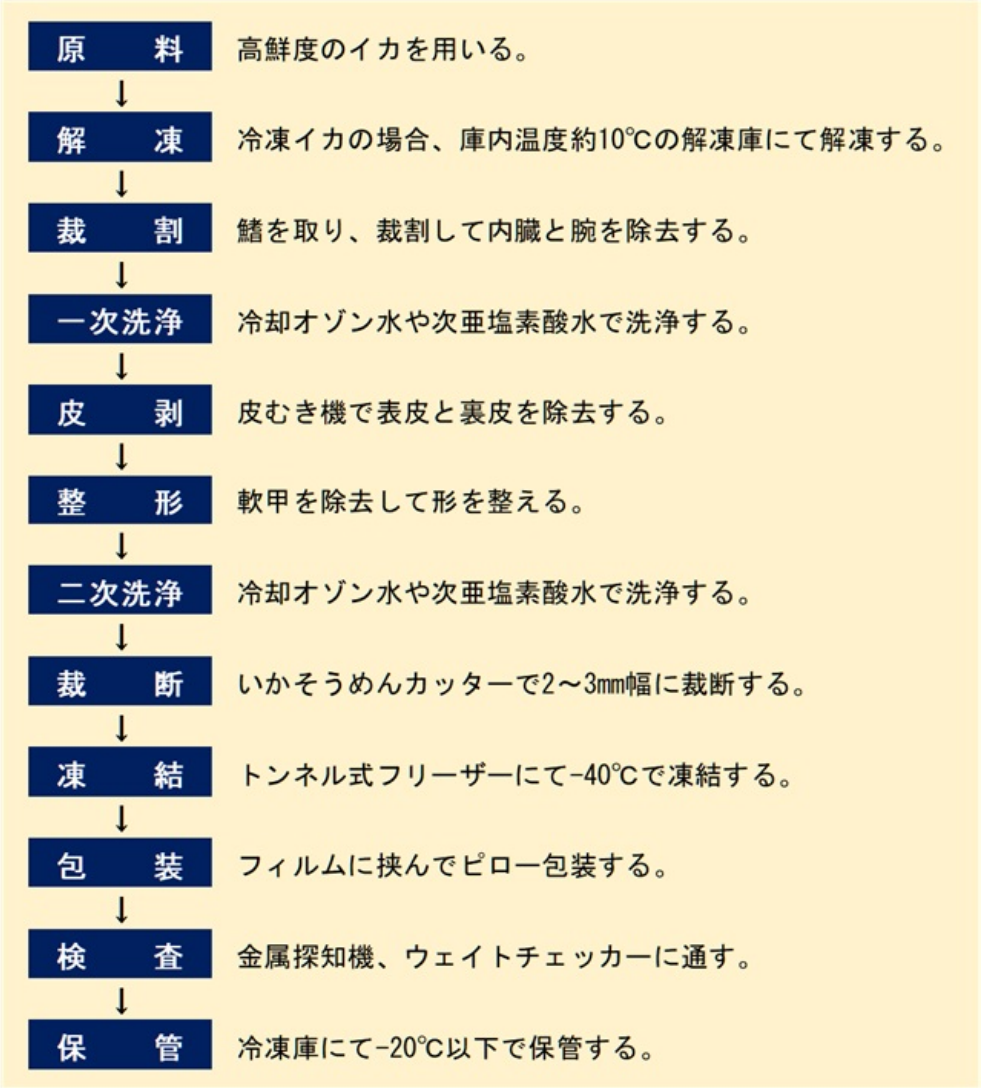
函館ではスルメイカが、香川ではアオリイカなどが主に使用される。生食製品であるため、いかそうめんの品質は原料の鮮度に大きく左右され、鮮度の良いものを原料に使用する。原料として最も良いものは、生産地近海で獲れた鮮度の良い生イカと漁獲後に船上で急速凍結された船凍イカである。基本的には日本近海で獲れるイカを原料とするが、国内のイカ資源の減少にともない、アルゼンチンマツイカなどの外国産冷凍イカの使用も増えている。

加工技術

皮や内臓を除去し、きれいに洗浄したイカの胴体を2～3㎜幅に細く切ることでそうめんのようにすすって食べられるように加工する。生イカに寄生するアニサキスを死滅させるため、原料に冷凍イカを用い

る、または製品を－20℃以下で24時間以上冷凍することで、アニサキスによる食中毒を防止することができる。

製造工程の概略



加工の実際

- **原料**　いかそうめんは原料の鮮度が製品の品質を大きく左右するため、生イカを原料に用いる場合は、加工当日の朝、市場に水揚げされた新鮮なイカを工場に搬入し、直ちに処理する。冷凍イカを原料に用いる場合も、船凍イカのような鮮度の良いものを使用する。

- **解凍**　原料が冷凍イカの場合、庫内温度を約10℃に保った解凍庫で原料の中心温度が0～－3℃になるまで解凍する。

- **裁割**　イカの鰭（耳、エンペラとも呼ばれる）を取り、胴体を縦に切って開き、内臓と腕（一般に「脚」と呼ばれる部分）を取り除く。

- **一次洗浄**　冷却オゾン水や次亜塩素酸水の入った殺菌槽に入れて洗浄する。

- **皮剥**　皮むき機に通して表皮と裏皮を取り除く。

- **整形**　手作業で軟甲（プラスチック様の透明な中骨のようなもの）を取り、皮むき機で取りきれなかった皮をきれいに取り除いた後、包丁で形を整える。胴体に厚みがある場合は2枚におろして使用する。

- **二次洗浄**　冷却オゾン水や次亜塩素酸水の入った殺菌槽に入れて洗浄する。

- **裁断**　いかそうめんカッターで２～３㎜幅に裁断する。

- **凍結**　コンベアでトンネル式フリーザーを通過させ、－40℃の冷風を吹き付けて急速凍結する。

- **包装**　急速凍結後、製品の形状をきれいに保ちつつ、冷凍焼け（乾燥や変色などの品質劣化）を防止するため、フィルムに挟み、ピロー包装する。個人消費向けには、つゆやおろししょうがなどの薬味が同封されることが多い。

- **検査**　包装された製品を金属探知機とウェイトチェッカーに通す。異物、不良品、ラベル（日付、食品表示など）などを確認する。

- **保管**　冷凍庫にて－20℃以下で24時間以上保管し、冷凍機付きのトラックで出荷する。



図２　いかそうめんの製造工程（トナミ食品工業株式会社提供）

加工に用いる機器等

解凍庫、いかそうめんカッター、トンネル式フリーザー等

品質管理のポイント

原料に鮮度の落ちたイカを使用すると、食感が悪くなるだけでなく、内臓の色やにおいがイカの胴体に移り、製品の見栄えや味が悪くなるため、鮮度の良いイカを原料に用いる。また、飲食店や旅館などでは姿盛りで提供することも多いため、いかそうめんカッターで細切り後、**写真２**のように胴体の形を保ったまま冷凍してパック詰めする。



写真２　パック詰め前の最終製品（北海道立工業技術センター）

安全衛生管理のポイント

イカにはアニサキスが寄生することが知られている。いかそうめん製品は解凍後に加熱せず生食することから、製品を－20℃以下で24時間以上冷凍することでアニサキスを死滅させ、アニサキスによる食中毒を防止する。

冷凍で保管・流通するため、食品衛生法の「冷凍食品」に含まれる「生食用冷凍鮮魚介類」の規格基準が適用される。細菌数（生菌数）は検体1gにつき100,000以下であり、かつ、大腸菌群が陰性であって、腸炎ビブリオの生菌数が100以下でなければならない。そのため、まな板や加工機器などを一日に数回から数十回洗浄し、清潔な状態を保つことが重要である。

製品の形態

1袋あたり100g～１kg程度にパック詰めされる。

包装および保管方法

ピロー包装し（**写真３**）、－20℃以下で保管する。



写真３　最終製品の一例（北海道立工業技術センター）

調理方法および食べ方

冷蔵庫で自然解凍し、醤油やつゆ、ネギやおろししょうがなどの薬味と一緒に食べる。

（著者：北海道立工業技術センター　緒方 由美）
（取材協力：トナミ食品工業 株式会社）

最終更新日:2026.04.21

© 2025 suisankakohin.zukan