マサバ

生態的特徴等

【生態】

日本周辺に広く分布し、季節により大きく回遊する。太平洋側では春から夏にかけて伊豆諸島～常磐沖を北上し、秋に道東～三陸沿岸域を南下する。冬には 2 歳以下の未成魚は越冬場である常磐～房総海域で過ごし、3 歳以上の成魚は産卵場である伊豆諸島周辺海域へと南下し 3～6 月に産卵する。稚魚は動物プランクトン、幼魚以降は魚類、甲殻類を主な餌とする。寿命は 7～8 歳。平成 25 年生まれの加入により資源量が大きく増加したが、密度効果により成長速度の低下が生じた。近年は海洋環境の変化の影響によって、低成長化や成熟開始の遅れが継続している（図 1）。

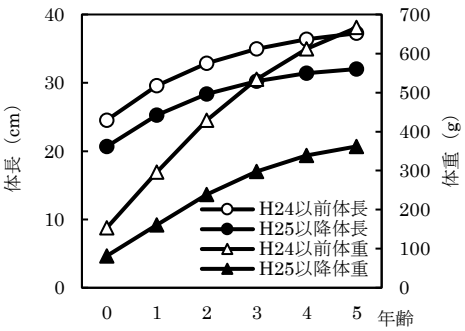

図 1　マサバの成長
（H24 以前に加入した年級と H25 以降に加入した年級を別に示した）

【漁法と盛期】

茨城県では主にまき網によって近縁種のゴマサバとともに漁獲されるが、漁獲量はマサバの方が多い。魚群の回遊に合わせて漁船も移動し、本県沖には晩秋から春に漁場が形成される。

【利用】

青魚の代表であるマサバは、EPA・DHA などを豊富に含む。特に秋から冬は産卵のために栄養を蓄え、脂がたっぷりのっていて美味。鮮魚のほか、缶詰、塩干品原料として利用され、近年ではアジア・アフリカ等への輸出も盛んである。県のプライドフィッシュ（冬）に選定されている。

資源水準は低位、動向は減少傾向

（漁獲量）サバ類は、S53 年には 97 万トンを超える漁獲があったが、その後急速に減少し、H3 年には 5 千トンとなった。H25 年以降に増加し 20 万トン程度まで回復したが、R3 年以降は減少傾向となり、R6 年は 1.7 万トンとなった（図 2）。

（加入量）H25、H30 年に高い加入があったが、R1 年以降は減少傾向となっている。

（水準と動向）国の資源評価（R7 年度）によると、資源水準は「限界管理基準値を下回る」、動向は「減少」とされている（図 3）。

水　準
△ （国）
動　向
↘ （国）

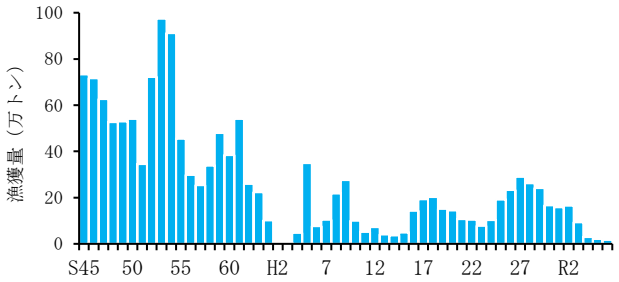

図 2　サバ類（マサバ、ゴマサバ）漁獲量※1 の推移
※1 千葉県から青森県沖で操業する北部太平洋海区大中型まき網の漁獲量。
年は漁期年（7 月～翌年 6 月）を表す。

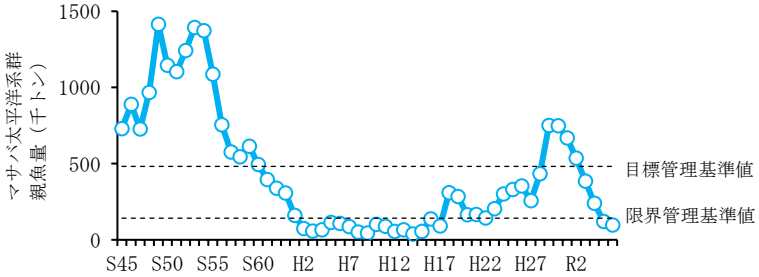

図 3　マサバ太平洋系群の親魚量と管理基準値※2
※2 新たな資源管理（MSY 代替値）に基づく管理基準値。

【全国の漁獲動向】（サバ類）

・1 位は長崎県、2 位は島根県、3 位は宮城県（R6 漁業･養殖業生産統計）

評価期間:令和 6 年 7 月～令和 7 年 6 月　更新日:令和 8 年 3 月 19 日

引用:由上龍嗣･西嶋翔太･上村泰洋･井須小羊子･古市　生･渡部亮介･東口胤成･伊澤雄登･齋藤　類･石川和雄(2025)令和 7(2025)年度マサバ太平洋系群の資源評価．我が国周辺水域の漁業資源評価．水産庁・水産研究・教育機構，東京，83pp，https://www.fra.go.jp/shigen/fisheries_resources/meeting/stock_assessment_meeting/2025/files/sa2025-sc17/fra-sa2025-sc17-01.pdf.