



# かたいちがな んかしくわっち〜

〜語り継ごう 昔のご馳走〜

## 2018

給食うちな〜くゆみ

平成30年



公益財団法人 沖縄県学校給食会

〒900-0029 沖縄県那覇市旭町115番地15 TEL (098) 867-1493  
E-mail: okigakkyu@okigakkyu.or.jp URL://www.okigakkyu.or.jp/

沖縄県学校栄養士会



## 「食育カレンダー」発刊によせて

(公財) 沖縄県学校給食会 理事長 屋嘉比 守  
沖縄県学校栄養士会 会長 宜保 律子

身土不二と云う言葉がある。元々仏教用語であるが、それから派生し人間の身体と土地は切り離せない関係にあり、その土地でその季節に採れたものを食べると健康に良いという考え方である。

古くから我したウチナーでは各島々や村々で培われた伝統料理があり、長らくご先祖より子々孫々へと継承されてきた。そのおかげか沖縄県は世界に冠たる長寿の島として脚光を浴びてきたが、近年もろくも長寿県を陥落し年々衰退の一步をたどっている。

その背景として食環境の変化による郷土料理離れがその一因ではないかと懸念されている。今や琉球料理は家庭では作らなくなり、郷土料理店に行かなければ食せなくなっている。ところが嬉しい事にこれらに歯止めを掛けるべく奮闘しているのが学校栄養士達である。子ども達に郷土の料理を知ってもらい、地域への関心を深め、命を育む自然への畏敬の念や郷土を愛する心を養う事を目的に毎月多くの郷土料理が学校給食の献立に上る、その一端を取りまとめたのが沖縄に特化した食育カレンダーである。

『かたいちがな にかしくわっちー』(語り継ごう 昔のご馳走)の発刊も今年で4年目を迎えた、今回初めて八重山地区の栄養士が参加し、八重山地方の郷土料理が紹介された、地域特産の食材や地方によって同じ食材であっても方言の呼び名が違うなど何とも楽しい、しかもそれら全てが実際の給食として子どもたちに供されている。今回も料理の全体写真、原材料、食材の説明、レシピ、栄養成分、伝統行事の解説、沖縄の海産物、琉歌など盛り沢山の内容である。カレンダーでありながらこれはもう立派な一冊の食育の本に匹敵する、当作成委員会の栄養士メンバーに対して感謝と敬意を表したい。

結びになりますが、各学校をはじめ学校給食関係者において本食育カレンダーが子供たちの食育に広く活用されます事を祈念いたします。

平成29年11月吉日

### 食育カレンダー作成委員・北部地区学校栄養士会

上野 聖子	山城 允里	柘植 さと子	前原 恵子	伊敷 梨理
山城 理子	仲村 友子	名城 志野	伊集 広子	山里 広子
仲松 可奈子	伊差川 薫子	吉嶺 智裕	大濱 心枝	糸数 やえ子
安里 彩	糸数 絵里奈	根川 文枝	内原 たみえ	新崎 忠光
金城 敏江	石野 綾子	比嘉 真美	玉城 涼子	仲宗根 典恵

#### 参考文献

- \*琉歌百景 著者:上原直彦 発行:ポーターインク
- \*島らっきょうの拠点産地 沖縄・伊江島 発行:伊江村役場農林水産課
- \*沖縄いえじまの小麦と家族のおはなし 発行:株式会社いえじま家族
- \*沖縄食材図鑑 発行:楽園計画
- \*沖縄食育図鑑 発行:楽園計画 監修:NPO法人食の風
- \*伊江村生活研究会 50周年記念誌『ふるさとの味』平成20年 発行:伊江村生活研究会
- \*与那城村史 発行所:与那城村役場 発行人:与那城村長 奥田良正光
- \*ひやむぎ かなもり 一写真に見る平安座今昔一 発行:平安座自治会 制作:那覇出版社
- \*ちゅら島 一沖縄県観光情報ファイル一 発行:財団法人沖縄観光コンベンションビューロー
- \*沖縄食材図鑑 平成24年度版 監修:NPO法人食の風
- \*うるま市立海の文化資料館(うるま市教育委員会)
- \*沖縄の祭祀と行事料理 発行人:渡口初美 発行所:国際料理学院
- \*読谷村史 編集:読谷村史編集委員会 発行:読谷村役場
- \*楚辺誌[民俗編] 編集:字楚辺誌編集委員会 編集委員長:池原昌徳 発行:字楚辺公民館
- \*誰にでもできる薬草の利用法 沖縄の薬草百科 著者:多和田真淳・大田文子 発行人:与那嶺克子 発行所:新星図書出版株式会社
- \*薬草ライフ 一内臓調整編一 著者:吉川敏男 発行所:ニライ社 発行元:新日本教育図書株式会社
- \*越来字誌 沖縄市、越来共有会編 発行:沖縄越来共有会
- \*うちなーの行事食Ⅲ 北部栄養士会
- \*沖縄の行事料理 著者:松本嘉代子 発行所:月間 沖縄社
- \*私たちが伝えたい琉球料理 ~おいしく作ってわが家の食卓に~ 出版者:沖縄友の会 琉球料理グループ
- \*琉球料理と御火の神様 著者:渡口初美
- \*健康をつくる沖縄食の大百科 第4巻 編著者:外間ゆき 発行人:羽地智子 発行所:(有)沖縄出版
- \*沖縄まるごと大百科4 沖縄のことばと文化 監修:前原信喜 発行所:株式会社ポブラ社
- \*琉球料理 著者:新島正子 発行所:新島料理学院、沖縄調理師学校
- \*私の琉球料理 著者:新島正子 発行所:株式会社柴田書店
- \*沖縄ぬちぐすい事典 監修:尚弘子 発行所:プロジェクト・シュリ
- \*粟国要覧 発行:粟国村
- \*沖縄県広報誌 美ら島沖縄
- \*沖縄の祭り 発行:沖縄タイムス社
- \*おいしい沖縄料理 著者:尚承、高良菊 発行所:株式会社柴田書店
- \*日本の食生活全集47 聞き書 沖縄の食事 発行:社団法人 農山漁村文化協会
- \*食品と料理・おきなわの味 著者:外間ゆき、松本嘉代子 発行:ニライ社
- \*沖縄の料理のチカラ 健康になる、長生きする、きれいになる 著者:岸朝子 発行:PHPエル新書
- \*伊是名村史 下巻(島の民族と生活) 発行:伊是名村
- \*2016年伊是名村勢要覧 企画・編集:伊是名村総務課
- \*沖縄用語集 平成19年8月版 株式会社JCC
- \*釣り百科HP (tsurihyakka.yamaria.com)
- \*黒潮に生きるもの 著者:鈴木克美 発行所:東京書籍
- \*お墓でランチはいつですか
- \*聞き書き 沖縄の食事 日本の食生活全集47 発行:食文協
- \*平成14年度版 竹富町勢要覧
- \*竹富町史 第二巻
- \*驚きのサカナ作用 著者:山本保彦
- \*与那国島の植物 発行:与那国教育委員会
- \*沖縄しきたり歳時記 著者:稲福政斉
- \*やえやまガイドブック 発行:南山舎
- \*沖縄県ホームページ
- \*知念漁業ホームページ
- \*伊江島観光協会ホームページ
- \*伊江村公式ホームページ
- \*竹富町ホームページ
- \*平安座自治会ホームページ
- \*ひーじゃー通信(agije.com)
- \*沖縄の魚料理(okinawa-seafood.com>suk)
- \*総務省 沖縄県伊江村「民家体験泊の産業化による地域振興」
- \*伊江島在住の方へ聞き取り