

| 日 Sun        | 月 Mon                | 火 Tue        | 水 Wed        | 木 Thu        | 金 Fri                  | 土 Sat              |
|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------|------------------------|--------------------|
| 28           | 29                   | 30           | 31           | 1 旧9/24 友引   | 2 旧9/25 先負             | 3 旧9/26 仏滅<br>文化の日 |
| 4 旧9/27 大安   | 5 旧9/28 赤口           | 6 旧9/29 先勝   | 7 旧9/30 友引   | 8 旧10/1 仏滅   | 9 旧10/2 大安             | 10 旧10/3 赤口        |
| 11 旧10/4 先勝  | 12 旧10/5 友引          | 13 旧10/6 先負  | 14 旧10/7 仏滅  | 15 旧10/8 大安  | 16 旧10/9 赤口            | 17 旧10/10 先勝       |
| 18 旧10/11 友引 | 19 旧10/12 先負<br>食育の日 | 20 旧10/13 仏滅 | 21 旧10/14 大安 | 22 旧10/15 赤口 | 23 旧10/16 先勝<br>勤労感謝の日 | 24 旧10/17 友引       |
| 25 旧10/18 先負 | 26 旧10/19 仏滅         | 27 旧10/20 大安 | 28 旧10/21 赤口 | 29 旧10/22 先勝 | 30 旧10/23 友引           | 1                  |



| 2018 10 |    |    |    |    |    |    |
|---------|----|----|----|----|----|----|
| 日       | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|         | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 7       | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14      | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21      | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28      | 29 | 30 | 31 |    |    |    |

  

| 2018 12 |    |    |    |    |    |    |
|---------|----|----|----|----|----|----|
| 日       | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|         |    |    |    |    |    | 1  |
| 2       | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  |
| 9       | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16      | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23      | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30      | 31 |    |    |    |    |    |



### 花ぼうる

花ぼうるは模様をほどこした焼き菓子で、一見型抜き菓子のように見えますが、一個一個でいかに切り込んで作る技巧的な菓子です。卵黄、砂糖、小麦粉で作られ、ぼうるは一口のこです。花ぼうるは茶菓子用の小型のもの他に、法事用の大きなものもあります。江戸時代に江戸でも流行した菓子ですが、現在はこのように切り込んで形を作る花ぼうるは沖縄にしか残っていません。



### きっぱん

鶏卵糕チーロンコウに使用しているきっぱんは柑橘類を砂糖煮にして固め、表面に砂糖をまぶした菓子です。中国から渡来したもので、王家だけに伝承され、今では那覇市松尾の謝花きっぱん店だけが昔の伝統を守りながら、作り続けています。そのまま食べても勿論おいしいのですが、鶏卵糕に入ると、柑橘類の香りが、卵の生臭さを抑えてくれます。



今月のカキナー郷土料理  
琉球菓子  
庶民のお菓子

枕並らびたる  
夢ぬちりなさよ  
月や西下がてい  
恋し夜半  
(詠み人 赤嶺親方)

愛しい人と枕を並べている夢を見ていたのに、風の音に驚いたかしてハッと目覚めた。時はと言えば、就寝のおりは中天にあった月が西に傾いている冬の夜半。なんとつれない夢を見たことか。冬の夜のひとり寝は、ことさら倦しい。



「琉歌百景」(ポスターインク) 上原直彦著より抜粋

### マグロ

沖縄はマグロの漁獲量が全国3位でクロマグロ、メバチ、キハダ、ピンナガ(ピンチョウまたはトンボ)の4種類ものマグロが沖縄の近海でとれます。それぞれ旬が違うので、年間を通じておいしいマグロが食べられるのが沖縄の特徴です。また、那覇市では平成22年8月より市の魚としてマグロを制定しています。

かたいちがな ぬかしくわっち~  
沖縄県学校栄養士会

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/