

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
25	26	27	28	29	30	1 旧10/24 先負
2 旧10/25 仏滅	3 旧10/26 大安	4 旧10/27 赤口	5 旧10/28 先勝	6 旧10/29 友引	7 旧11/1 大安	8 旧11/2 赤口
9 旧11/3 先勝	10 旧11/4 友引	11 旧11/5 先負	12 旧11/6 仏滅	13 旧11/7 大安	14 旧11/8 赤口	15 旧11/9 先勝
16 旧11/10 友引	17 旧11/11 先負	18 旧11/12 仏滅	19 旧11/13 大安 食育の日	20 旧11/14 赤口	21 旧11/15 先勝	22 旧11/16 友引 冬至(トウジ)
23 旧11/17 先負 天皇誕生日	24 旧11/18 仏滅 振替休日	25 旧11/19 大安	26 旧11/20 赤口	27 旧11/21 先勝	28 旧11/22 友引	29 旧11/23 先負
旧11/24 仏滅 30	旧11/25 大安 31					



「イシミーバイ」画像提供: 沖縄県農林水産部水産課

●冬至(トウジ).....22日

2018 11						
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	

2019 1						
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		



伊是名島について



伊是名島は沖縄本島の北方に位置し、今帰仁村の運天港から船で55分、白い砂浜とコバルトブルーの海に囲まれた自然豊かな島です。陸地には赤瓦の平屋とサングで積まれた石垣、フクギ並木など昔ながらの美しい景観が残っています。また、琉球王朝時代第二尚氏の始祖である尚円王にゆかりが深い島としても有名で、島の歴史と共に歩んできた文化財が多くあります。

離島でありながら豊富な水に恵まれている伊是名島は、古くから沖縄の米どころの一つとしても知られています。さらに、透明度の高い伊是名島の海域ではもずくの養殖も盛んです。最近ではもずくを使用して「佃煮」「羊羹」など一風変わった商品の開発も進み、新たな島の味を広めています。もずくは、沖縄の自然が生んだ宝物です。

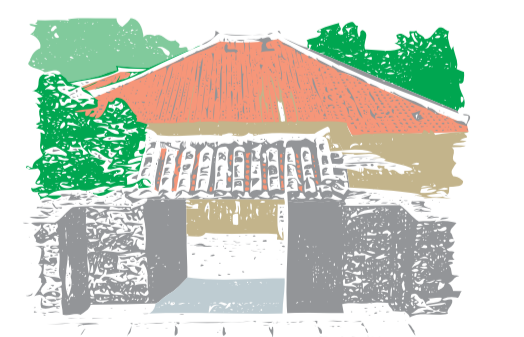


今月のウチナー郷土料理
伊是名島のふるさと給食

旅や浜宿る
草ぬ葉どう枕
寝ていん忘らん
我家ぬ御側

(詠み人しらす)

旅の一日の終わりは、行き着いた所に人家がない場合、野宿や浜の岩陰を宿として、草の葉を枕とする。寝付くまでいや、寝ても夢の中に出てくるのは、親兄弟が睦ましく暮らしている我が家のあたたかさ。愛する人との添い寝の温もり……。



「琉歌百景」(ポスターインク) 上原直彦著より抜粋

イシミーバイ

イシミーバイとは「カモンハタ」のことを言います。「ハタ類」を沖縄では「ミーバイ」と呼び、近海には約40種類ほど生息しています。全身にある茶褐色の斑点を小石に見立ててつけたと言われます。年間を通し、珊瑚礁の多いリーフなどでよく釣れます。味もよく、大きさも手ごろなのでまるごとマース煮にしたり、から揚げ、魚汁などさまざまな調理法で食べられています。

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/