

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
31	1 旧2/26 先負	2 旧2/27 仏滅	3 旧2/28 大安	4 旧2/29 赤口	5 旧3/1 先負 清明(シーミー)入り	6 旧3/2 仏滅
7 旧3/3 大安 浜下り(ハマウリ)	8 旧3/4 赤口	9 旧3/5 先勝	10 旧3/6 友引	11 旧3/7 先負	12 旧3/8 仏滅	13 旧3/9 大安
14 旧3/10 赤口	15 旧3/11 先勝	16 旧3/12 友引	17 旧3/13 先負	18 旧3/14 仏滅	19 旧3/15 大安 食育の日 三月ウマチー	20 旧3/16 赤口
21 旧3/17 先勝	22 旧3/18 友引	23 旧3/19 先負	24 旧3/20 仏滅	25 旧3/21 大安	26 旧3/22 赤口	27 旧3/23 先勝
28 旧3/24 友引	29 旧3/25 先負 昭和の日	30 旧3/26 仏滅 退位の日	1	2	3	4



シングワチ

「島バナナ」

- 清明(シーミー)入り……5日
- 浜下り(ハマウリ)…7日(旧3/3)
- 三月ウマチー…19日(旧3/15)

2019 3						
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 5						
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	

祝日法の改正などにより、祝日・休日・行事が一部変更になることがあります。



西表島について

西表島は沖縄本島に次いで2番目に大きい島です。島の90%が亜熱帯の原生林に覆われ、「イリオモテヤマネコ」「セマルハコガメ」などの国指定天然記念物が生息しており、マングローブ林は日本全体の4分の1を占めるほどの面積を誇ります。

東洋のガラパゴスと呼ばれており1972年に西表国立公園に指定されました。

西表島は、竹富町で唯一リュウキュウイノシシが生息しています。本州に生息しているニホンイノシシより小さく、シイの実やミズ等を食べる雑食性です。毎年11月15日にイノシシ猟が解禁し、翌年の2月15日までの3ヶ月間猟を行うことができます。

16の集落に約2,500人が生活しており、パイナップル・サトウキビ・稲作などの農業、観光業、漁業、畜産などを行っています。



写真提供 環境省西表野生動物保護センター



今月のウチナー郷土料理
西表島の
ふるさと給食

らくや
くるしみぬ
むとぅ
(樂は苦しみのもと)

中国の故事成語にいう「塞翁が馬」のようなもので、つねに人生の苦楽というのは、樂は次に苦を生み、苦は次に樂を生む原因となるということである。そのような人生訓はどこにでも似ているらしく、宮古・八重山にも「難儀のあとには樂」というのがあるらしい。本土でも「樂あれば苦あり」とか「樂は苦の種、苦は樂の種」というのがあって、そっくり同じである。

いつまでも浮かれて遊んでいると、後になってつけがまわってくる。今は苦しくても、それに耐えていると苦勞がいつかは実ってくるものだ。

苦と樂は相伴ってくるのだから、苦しくても希望をすてるな、樂だからといって油断するな、ということである。

島バナナ

旬は6月上旬～10月下旬。沖縄に在種の島バナナは、庭先などに植えられ、古くから親しまれてきた果実のひとつです。未熟な状態で収穫し、室内に吊るして追熟させます。

ビタミンAとカリウムを多く含み、大きさは通常のバナナの半分くらいのサイズで、甘味だけでなく適度な酸味と香りがあり、皮が薄いのが特徴です。

かたいちがな なんかしくわっち～
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/
学校給食会ホームページでも「かたいちがな なんかしくわっち～」をご覧くださいませ