

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
30	1 旧5/29 先負	2 旧5/30 仏滅	3 旧6/1 赤口	4 旧6/2 先勝	5 旧6/3 友引	6 旧6/4 先負
7 旧6/5 仏滅	8 旧6/6 大安	9 旧6/7 赤口	10 旧6/8 先勝	11 旧6/9 友引	12 旧6/10 先負	13 旧6/11 仏滅
14 旧6/12 大安	15 旧6/13 赤口 海の日	16 旧6/14 先勝	17 旧6/15 友引 六月ウマチー	18 旧6/16 先負	19 旧6/17 仏滅 食育の日	20 旧6/18 大安
21 旧6/19 赤口	22 旧6/20 先勝	23 旧6/21 友引	24 旧6/22 先負	25 旧6/23 仏滅	26 旧6/24 大安	27 旧6/25 赤口
28 旧6/26 先勝	29 旧6/27 友引	30 旧6/28 先負	31 旧6/29 仏滅	1	2	3



シチグワチ

「マンゴー」 画像提供: 沖縄県農林水産部

- 県産品奨励月間………1日～
- 六月ウマチー…17日(旧6/15)

2019 6						
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 30	24	25	26	27	28	29

2019 8						
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。



波照間島について

昔ながらの家並とサトウキビ畑が広がる波照間島は、有人島で日本最南端に位置しており、「果てのうま(サンゴ)」という意味からその名がついたといわれています。明かりが少なく気流も安定している波照間島は、絶好の天体観測地で、星空観測タワーがあり国内で最も南十字星がはっきり見える場所です。また島の北西部にある北浜(ニシハマ)は、真っ白な砂浜と透明度で八重山でも屈指の美しさを誇っています。毎年旧暦の7月14日の旧盆中には、先祖を供養し、豊作と安全を祈願する島最大の行事「ムシャーマ」が盛大に行われます。5集落が3組に分かれ、ミチサネと呼ばれる仮装行列で公民館に向かい、棒や太鼓、狂言、舞踊など多彩な芸能が奉納されます。島を離れている人々も帰郷して参加するため、この日は波照間島が一年で一番賑やかになる日です。



今月のウチナー郷土料理

波照間島のふるさと給食

んまや
ぬていしり
ちゅや
ふいらていしり

(馬は乗って知れ、人はつきあって知れ)

馬は乗ってみないと良し悪しを判断することはできない。同じように人間も親しくつきあってみないと、相手の良否がわからない。とくに、男女の場合は夫婦になってともに苦勞してはじめて相手の人柄がわかる、ということらしい。そっくり同じ格言が本土にもある。「馬に乗ってみよ。人には添うてみよ」である。旗手と馬のあいだにも相性があるのかも知れない。それが、「んまや ぬていしり」であろう。相性かどうかは乗ってみてはじめてわかる。馬でさえそうなんだから、人は外見だけではわからない。その人の値打ちはいっしょになってはじめて知る事ができる。という意味である。

マンゴー

主産地は豊見城市、沖縄市、宮古島など。旬は6～9月。濃厚な甘みとねっとりとしたジューシーな味が特徴のフルーツです。7月15日は「マンゴーの日」です。マンゴーは、ウルシ科の木になる果実でアレルギーが出る可能性もあるので注意が必要です。栄養価では、ビタミンEや葉酸を豊富に含んでいます。

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