

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1 旧8/3 仏滅	2 旧8/4 大安	3 旧8/5 赤口	4 旧8/6 先勝	5 旧8/7 友引	6 旧8/8 先負 ト一カチ	7 旧8/9 仏滅 沖縄終戦の日
8 旧8/10 大安	9 旧8/11 赤口	10 旧8/12 先勝	11 旧8/13 友引	12 旧8/14 先負	13 旧8/15 仏滅 十五夜	14 旧8/16 大安
15 旧8/17 赤口	16 旧8/18 先勝 敬老の日	17 旧8/19 友引	18 旧8/20 先負	19 旧8/21 仏滅 食育の日	20 旧8/22 大安	21 旧8/23 赤口
22 旧8/24 先勝	23 旧8/25 友引 秋分の日 秋の彼岸	24 旧8/26 先負	25 旧8/27 仏滅	26 旧8/28 大安	27 旧8/29 赤口	28 旧8/30 先勝
29 旧9/1 先負	30 旧9/2 仏滅	1	2	3	4	5



クングワチ

「ドラゴンフルーツ」

- ト一カチ …… 6日(旧8/8)
- 沖縄終戦の日 …… 7日
- 十五夜 …… 13日(旧8/15)
- 秋の彼岸 …… 23日

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

2019 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		

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。



久高島

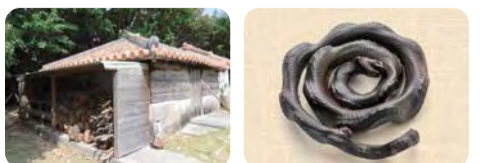
### 久高島とイラブー

久高島は琉球開びやくの祖アマミキヨが天から降りて最初につくったとされている島で、五穀発祥の地、神の島と呼ばれ、琉球王朝時代に神事が行われた島です。久高島には12年に1度午年に行われる祭事イザイホー(1978年を最後に行われていない)に代表されるように神秘的な祭事がそのまま残っているため、民俗的に貴重な島として注目されています。

久高島の特産物イラブー(ウミヘビ)通称イラブーは、久高島・宮古島・石垣島が産地とされ、久高島では漁獲権をノコ(神女)が持っていることでも有名です。久高島では今でも伝統を守って、手づかみ漁を行っています。

旧暦の6月24日(6月アンチーの日)から12月30日(大晦日)まで漁に当たります。漁の前に「久高殿」で拝んでから始まり、旧暦の9月ハンジャンシーでその年出来上がったイラブーをお供えして感謝を伝えます。

琉球王朝時代、貴重な食材として珍重されていたイラブーは、冊封使(中国皇帝の使者)や薩摩奉行の饗応に用いる高級料理だったほか、イラブーシンジ(煎じ汁)は最高のクスイムン(滋養食)として、首里、那覇の上流階級の人々に食されていました。今でも那覇の市場では、棒状や渦巻状になった、黒々としたイラブーの燻製品が販売されていて、庶民の最高のヌチグスイ(命の薬)として重宝されています。



今月のウチナー郷土料理  
「久高島の郷土料理」  
旧8月

うまりじまぬ  
くとうば  
わしりーねー  
くにんわしりゆん  
(生まれ島のことばを  
忘れたら国も忘れる)

ウマリジマとは生まれ故郷のこと。県、郡ではなくて、もっと小さい単位の集落、字を指すのがふつうだった。

以前は集落が離れていたのと閉鎖性のために隣どうしであってもそれぞれにちがう土地があった。だから、こんな琉歌もつくることのできる。

大山と真志喜や 村隣やしが 水ゆいがやゆら 言葉変わて

訛りのちがいは水質のせいなのかと。それだけにシマことばの訛りは自分の出生地を証明する手形であった。

生まれ故郷のことばを忘れると自分の国も忘れる結果になる、と私たちの祖先は警告している。

### ドラゴンフルーツ

旬は7月～11月です。サボテン科に属する「ピタヤ」と呼ばれている多肉植物の果物。サボテン科特有の果皮が竜のウロコのように見えることから「ドラゴンフルーツ」の名称が一般的。果肉が赤い「レッドピタヤ」と、白い「ホワイトピタヤ」があり、赤いものは甘みが強く、白いものはあっさりしている。低カロリーでビタミン・ミネラル・食物繊維が多く含まれており、美容効果の高いフルーツとして注目される。

かたいちがな にかしくわっち～  
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 にかしくわっち～」をご覧くださいませ