

## ちむどんしちゃう?

# めんそーれ 沖縄

今年、沖縄が本土復帰をして50周年を迎えました。沖縄との行き来にパスポートが必要だったなんて信じられないですね。NHK朝ドラ「ちむどん」で沖縄の言葉や料理がより身近に感じられます。個人的には壁のない住居がとても気になる毎日です。

# 7月

### 沖縄の歴史

古来よりアジア各国との交易が盛んで、国際色豊かな文化・独自の文化が育まれてきました。独立した国家・琉球王国として栄えながらも歴史の波にのまれ、明治の新政府による廃藩置県で沖縄県が誕生。琉球王国は崩壊。第二次世界大戦においては、日本唯一の、地上戦となり住民を巻き込み多くの犠牲者を出しました。1945年、終戦を迎えますが沖縄は同時にアメリカ軍の統治下に置かれ、それは1972年まで続きます。日本復帰を果たすも、米軍基地問題は今なお続くことは皆さんの知る所でしょう。天皇陛下が沖縄に心を寄せられることは、そういう沖縄の歴史があるからでしょう。

### 沖縄弁

語尾を伸ばして上げる独特なイントネーションがかわいらしく、のんびりとした印象を与える沖縄の方言。その言葉は島や地域ごとに異なります。現在一般的に話されている沖縄方言は標準語と混ざり合っており、元来の沖縄方言から変化してきているそうです。こうした新しい沖縄方言は「うちなーやまとぐち」と呼ばれているほか、中南部では「うちなーぐち(沖縄口)」と呼ばれています。

沖縄ことば	標準語	沖縄ことば	標準語
まやー	猫	なんくるないさ	なんとかなるさ
いんぐわ	犬	だからさー	そうだね、だよ
まーす	塩	またやーさい	また会いましょう
さーた	砂糖	はいさい	こんにちは
じーまーみー	ピーナッツ	にふえーでーびる	ありがとう
うーじ	さとうきび	くわちーさびら	いただきます
ていびち	豚足	ちばりよー	がんばれよ
にーにー	お兄さん	あきさみよー	ええっ? まあ!
ねーねー	お姉さん	あぎじゃびよー	なんてこった
たんめー	おじいさん	はっさみよー	呆れて物が言えない
うんめー	おばあさん	でーじ	とても、大変
うちなーんちゅ	沖縄の人	わじわじする	イライラする
ちゃんぶるー	混ぜる、炒めもの	いいはずー	いいね!
かりー	乾杯	〜しましうね	(自分が)〜します
かめー	食べて	はっさ	あら、まあ
ぼってかす	マヌケ	まさかやー	マジ? 本当?
ちゅらさん	美しい	しんけん?	真剣? マジで?
ちびらーさん	すばらしい	てーげー	おおよそ、大体
まーさん	おいしい	やっさー	そうだね(相槌)
〜さー(語尾に)	〜じゃん	ちゃっさやいびーが	いくらですか
あいやー	しまった、あちゃー	かなさん	愛しい人
めんそーれ	いらっしゃい	ちむどんどん	胸がドキドキする

※おじい、おばあという言い方は大変失礼な呼び方です。注意しましょう

### 沖縄の観光地

見どころいっぱい沖縄ですが、ぜひとも行っておきたい場所

#### ひめゆりの塔(糸満市伊原)

沖縄戦で看護要員として陸軍病院に動員され亡くなった、ひめゆり学徒隊の鎮魂のための慰霊碑。学校の建物をモチーフにした資料館では、戦場での活動の様子や生存者の証言映像、手記などを展示している。

#### 沖縄美ら海水族館(国頭群本部町)

世界最大級とも言われるほどの規模をほこる水族館。全長8.7mものジンベイザメやナンヨウマンタをはじめ、多様な魚たちが大水槽を泳ぐ姿には興奮します。

#### 瀬底ビーチ(国頭郡本部町)

本島と橋でつながる、本島屈指の透明度を誇る天然ビーチでは色々なマリンスポーツが楽しめます。

### 詐欺に注意!

携帯電話のショートメールでガス代の請求をして電子マネーから入金させる詐欺が横行しています! お気を付けください!!!



### 沖縄料理

#### ラフテー 豚の角煮(4人分)

材料: 豚バラかたまり肉 500g

煮汁... 酒(あれば泡盛)1/2カップ 黒砂糖、しょうゆ 各大さじ3  
サラダ油適宜

- 作り方: ①鍋に豚肉を入れてかぶるくらいの水を加え火にかける  
②煮立ったら中火にし、30分ほど火が通るまで茹でそのまま冷ます  
③豚肉を取り出し、4~5cm角に切る。茹で汁は固まった脂を取り除きとっておく  
④フライパンにサラダ油小さじ1を入れ中火で熱し、豚肉が焼き色がつくまで焼く  
⑤鍋に焼いた豚肉、分量の煮汁、とっておいた茹で汁(肉がかぶるくらい)を入れふたをして火にかけ、煮立ったら弱火にして10分煮る  
⑥ふたをとって弱めの中火にし、さらに10分ほど煮汁がほとんどなくなるまで煮詰める(焦がさないよう注意)

#### にんじんしりしり(千切りにんじんの炒めもの)

材料: にんじん 1~2本 ツナ缶 1缶 卵 1個 砂糖 適宜  
めんつゆ(濃縮4倍) 大さじ1 白ごま 適宜 ごま油

- 作り方: ①にんじんは千切りに(スライサーを使うと楽です)  
②フライパンにごま油を引き、にんじんを炒める  
③②に油を切ったツナを入れ、とき卵を加えさっといためる  
④めんつゆ、好みの量の砂糖を入れなじませる  
⑤できあがりに白ごまをかける

#### 麩チャンプルー(車麩と野菜を炒めた沖縄の家庭料理)2人前

材料: 車麩 25g 卵 2個 ツナ缶 小1 ニラ40g にんじん 3cm  
塩コショウ 適宜 しょうゆ 大さじ1/2  
サラダ油、かつお節 適宜

- 作り方: ①麩は水につけてもどし、しっかり水気を絞り小さくちぎる  
②卵を割りほぐし塩コショウをして①を入れて混ぜしばらく置き染みこませる  
③ニラは4cm位の長さに切り、にんじんは短冊切り  
④フライパンに油をひき②を炒める。③とツナを入れてさらに炒め塩コショウ、しょうゆを回し入れ味を整える  
⑤器に盛り、かつおぶしをたっぷりかける

