



伝えよう 広めよう  
ウチナーの食文化

## 現状と課題

本県の食文化は、長い歴史や諸外国との交流の中で、人々の生活に根付いて育まれた独特なものである。

歴史をたどると、琉球王朝時代に中国の冊封使や薩摩の在番奉行等を饗応するための料理が生まれ、調理技術や作法等を洗練させて宮廷料理として確立した。それが上流階級に伝わり、明治以降は一般家庭にも広がりさらに発展をとげた。

一方、庶民料理においては、亜熱帯・島嶼の厳しい自然環境のもとで、手に入る材料を用い、知恵を絞って独特の料理を創り出した。それは中国より伝わる医食同源の理念にかなったものであり、医学的な治療も日常的な食事も、ともに人間の生命を養い健康を守るものでその源は同じとする考え方であり、今日でも「クスイムン」「ヌチグスイ」として、生活に根付いている。琉球料理はその双方を源流として現在に受け継がれてきた。

沖縄には、豊作祈願や祖先崇拜にまつわる儀式、中国から日本に伝わった祭り等、多彩な年中行事が多く行われている。これらの年中行事では、親族や地域住民が集まり、先人達の知恵と工夫が込められた行事料理を囲み、語らうことで人と人、地域とを繋ぎ、社会的な絆を再確認する役割を果たしてきた。

しかし、近年食生活の欧米化などを背景として、ライフスタイルや価値観の多様化などに伴い、私たちの食を取り巻く環境は大きく変化しており、食文化を支える人材の高齢化や年中行事の簡略化等による行事食の衰退、若い世代を中心とした伝統料理離れが進み、伝統的な食文化が失われつつある。

このため、県民が伝統的な食文化の価値を再認識できる環境を整え、一体となって受け継いでいく気運の醸成を図ることが急務となっている。





# 琉球料理传承人

## 琉球料理担い手育成講座

### 第三期生 受講生募集

琉球王朝時代に冊封使や在番奉行をもてなすために発達した宮廷料理と、亜熱帯・島嶼の自然環境のもとで育まれた庶民料理の2つを源流として、現在に受け継がれている琉球料理を保存・普及・継承する人材を育成します。

- 講習内容** ①実習&デモンストレーション  
②座学(琉球料理の歴史など)
- 修了要件** 原則として全6日間の講義を受講すること
- 募集人員** 最大24名 **受講料** 無料

- 募集期間** 令和元年9月9日(月)~10月31日(木)
- 受講会場** 沖縄ガスショールーム(那覇市西3-13-2)

- 選考方法** 沖縄県ならびに有識者にて選考し、12月上旬に事務局より選考結果をお知らせいたします
- ※署名・押印漏れは書類不備となり受講対象外となりますので、お気をつけ下さい。

#### カリキュラム(案) ※平成30年度のカリキュラム実績

	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目
日時	1月22日(水)	1月23日(木)	1月24日(金)	1月29日(水)	1月30日(木)	1月31日(金)
9:00	オリエンテーション 琉球料理の現状 沖縄県					
10:00	琉球料理の歴史	調理実習	調理実習	調理実習	調理実習	調理実習
11:00		・ゴーヤーチャンプルー ・ラッキョウチャンプルー ・ソーマンダシヤー ・クワイリチー ・パパヤーイリチー ・ゴーヤンブシー ・ンスナバーンブジー ・ハンダマの酢みそ和え	・中身の吸物 ・ジーマーミ豆腐 ・ソムクジアンダギー ・チンスコウ ・花ぼうる ・光餅(クンパン)	・豚だしのとり方 ・ラフテー ・耳皮さしみ ・ドゥルワカシー ・鶏卵糕(チールンコウ) ・チンピン ・ポーポー	・青カマボコ ・昆布巻 ・ミヌダル ・ごぼうの肉巻き ・シシカマボコ	・昆布巻 ・ミヌダル ・ごぼう巻 ・花イカ ・田芋の空揚げ ・田楽でんがく
12:00	昼食・休憩					
13:00	調理実習	休憩	休憩	休憩	休憩	
14:00	・フーチパージュシー ・ジュシー ・イナムドッチ ・サーターアングイー	琉球料理総論 (菓子・茶)	沖縄の食材	琉球泡盛	琉球漆器	休憩
15:00				琉球料理と陶磁器	風俗・習慣	修了式・懇親会

・実習品目 ※沖縄の伝統的な食文化について：琉球料理+9つの要素(①食材・②調理法・③味わい・④栄養・⑤菓子・⑥酒・⑦茶・⑧食器・⑨風俗習慣)  
※カリキュラム及び調理品目は一部変更になる場合がございます。カリキュラム決定版につきましては合格者のみに通知いたします。

#### 琉球料理 実習講師

プロフィール  
昭和14年生まれ 本部町出身  
昭和35年 相模女子大学短期大学部家政科卒業  
昭和36年 国際ッキングスクール師範科卒業  
昭和44年 松本料理学院を開設  
平成11年 厚生大臣表彰(栄養指導業務)  
平成20年 食生活文化賞(教育功労賞)  
平成24年 沖縄県文化功労者(芸術文化・料理)  
平成25年 第49回琉球新報賞(社会・教育功労)  
令和元年 第83回沖縄タイムス賞(文化部門)

(一社)琉球料理保存協会 副理事長  
松本料理学院 学院長  
**松本 嘉代子氏**

著書  
『日本の味(九州・沖縄編)』読売新聞社(1973)  
『沖縄の行事料理』月刊沖縄社(1978)  
『琉球料理全書(すぐ役に立つ家庭料理)』新星図書(1979)  
『ゴーヤー料理60選』月刊沖縄社(1984)  
『おきなわの味』共著 ニライ社(1989)  
『沖縄の行事料理』沖縄文化社(2006)  
『イチから琉球料理』(株)タイムス住宅新聞社(2018)  
『沖縄の行事と食』(株)タイムス住宅新聞社(2018)

プロフィール  
昭和18年生まれ 那覇市出身  
昭和41年 女子栄養大学卒業  
新島料理学院を経て沖縄調理師専門学校 学校校長(平成28年退職)  
平成23年 厚生労働大臣表彰(調理師養成業務)  
女子栄養大学 研究生(2年間)  
沖縄キリスト教短期大学 非常勤講師  
沖縄美ら島財団 総合研究センター 研究顧問  
琉球料理、琉球菓子、王朝の食文化の研究を長年続ける。

(一社)琉球料理保存協会 理事長  
沖縄伝統フクブク茶 保存会 会長  
**安次富 順子氏**

著書  
『フクブク茶』ニライ社(1992)  
『琉球王朝の料理と食文化』琉球新報社(2016)  
『琉球菓子』沖縄タイムス社(2017)

プロフィール  
**調整中**

# 琉球料理担い手育成講座 受講申込書

## 同意・誓約事項

※  下記チェックボックスに必ずチェックを入れてください。

- 「現状と課題」を読みましたか。
- 申し込み内容には虚偽がなく全6回の講義を受講すること。
- 受講修了後は、受講内容をならびに沖縄の伝統的な食文化の保存・普及・継承を目的とする沖縄県の取組みや地域活動に積極的に参加すること。
- 本事業の趣旨・目的を理解し講座の映像や写真、記事、記録内容が使用されることを事前に承諾すること。

私は、上記の事項について同意・誓約いたします。

署名：

印

（ふりがな） 氏 名	男 女	住 所	〒 _____ _____	顔写真 （3ヶ月以内） 3cm×4cm程度
生年月日			（アパート・マンション名まで）	
職 業	<small>※調理師免許証または 栄養士免許証の写しの提出を 忘れずをお願いします。</small>	電話番号		
所 属 勤 め 先		Eメール		
調理に 関する 実務経歴	累計実務経歴年数（ _____ ）年 ※応募資格は10年以上となります ※別紙可			
	<small>例）</small> H15年4月～H30年3月（在籍15年）	<small>例）</small> 和食レストラン「日本」にて厨房勤務。		
	年 月～ 年 月（在籍 年）			
	年 月～ 年 月（在籍 年）			
	年 月～ 年 月（在籍 年）			
動 機				

## 自己アピール

■ 調理技術に関する技術または知識

■ これまでの活動

■ 琉球料理について

■ 食文化に対する考え方

■ その他自己アピール

講座修了後に沖縄の伝統的な食文化の保存・普及・継承できる機会や分野を具体的にお書き下さい

## 所属団体の長からの推薦欄

上記の人材を、琉球料理ならびに沖縄県の伝統的食文化の保存・普及・継承を目的とする本育成講座に派遣し、受講することを推薦いたします。

団体名称：

代表印

代表者：

※全カリキュラム受講を要件としているため、自営の方以外は職場の理解と協力を担保するための所属団体の長からの推薦を義務付ける。所属団体以外からの推薦は認められません。自営の方は自薦をお願いします。

※申込書は、郵送の場合10月31日(木)消印有効 持参の場合10月31日(木)17:00厳守