

## ちんすこう

食べ方を工夫してみよう! 沖縄土産と言えば「ちんすこう」という人も多いはず。そのまま食べてもよし、ミルクにつけてもよし、タルトの材料に使ってもよし、幅広く使うと美味しさが広がります。  
メーレイ製菓(石垣島のマンタさん) — マンタの形が可愛いちんすこう。隠し味に「石垣の塩」を使用した本格派。

[大川 219 / (営) 10:00-22:00 / 不定休 / TEL: 0980-82-7840]

お菓子のマルシェ(島ちんすこう) —

[美崎町 4 / 10:00-21:00 / 定休日なし / TEL: 0980-83-4833]

\* ユーグレナモール、石垣市特産品販売センター等でも売っています!

## サーターアングキー

沖縄の「お母さんの味」的なおやつ。沖縄風ドーナツボールといった感じ!!  
さよこの店(さよこのサーターアングキー)

[登野城 170 / 10:00-19:00 / 定休日(日) / TEL: 0980-83-6088]

手作り用「ミックス粉」もありますよ~

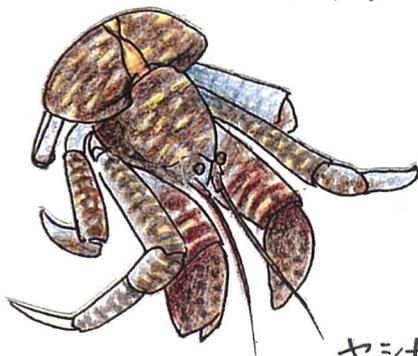
「お家でも美味しい出来立てサーターアングキーが食べたい!」と思う人もいます。ぜひ人におすすめ! 市内のスーパーどこでも買えますよ。

## 塩せんべい

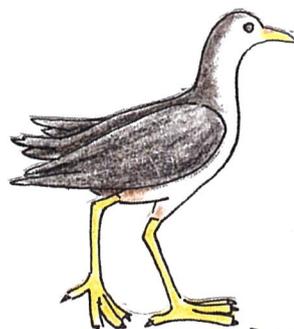
ワイルdstaff西仲野と砂川が小学生の頃、塩せんべいにはチョコレートジャムを塗って、食べるのが主流でした。塩気と甘さのバランスがたまりません! 材料は小麦粉、水、油、塩のみだけど、なぜか美味しい「塩せんべい」なにかね?

\* ユーグレナモール、石垣市特産品販売センター等でも売っています!

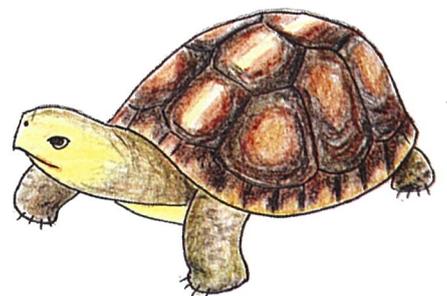
石垣島にいる動物たち



ヤシガニ



シロハラクイ



セマレハコガメ

## 月桃もち

紅イモやさとうきび粉で作ったお餅を月桃の葉で包んだもの。香りも甘さもほんのり優しいおもちです。

玉城もち屋 — [TEL:0980-82-3624]

島とーら(現地販売のみ) — [竹富387/(営)10:00-17:00/不定休/TEL:0980-85-2186]

\*スーパー、ゆらていく市場等でも売っています!(季節の物なので、売っていない場合もあります。)

### 正しいはがし方



ここを開きます。



両端も開きます。



はがし残った葉をはがします。



上からベロンとはがして食べます。

## ちんぴん

沖縄の伝統菓子、黒糖入りクレープをクルクルと巻いたお菓子。もちもちした食感で誰からも愛される味です。

仲松商店 — [名蔵402-14/(営)6:30-22:00/不定休/TEL:0980-82-7635]

ホ-ホ-焼 — ちんぴんと似たおやつで「ホ-ホ-焼」というのがあります。違いは?というところ、中に「油みそ」がぬってあるかどうか、ホ-ホ-焼は中に油みそがぬってあります。

## 食べるラー油

今や人気は全国区となった「食べるラー油」! かけたり炒めたりスープに入れたり!

ペンギン食堂(石垣島ラー油) — ラー油ブームの火付け役!

[販売所:ギョウラーと雑貨カフェ(石垣ペンギン):大川207-1/(営)11:00-19:00/定休日(日)+不定休/TEL:0980-82-8777]

いしがきいちば(石垣ラー油)

[大川207-1(ユ-グレ+モール内)/(営)9:00-20:00/定休日なし/TEL:0980-83-9139]

\*ユ-グレ+モール、石垣市特産品販売センター等でも売っています!

たたききゅうりのラー油和え・ヒシビ

叩いたきゅうりを塩でもんで水洗い → だし、つゆ、しょうゆ。

石垣島ラー油で和える → 30分~1時間冷蔵庫に入れて冷やす。いただきます!

## 石垣の塩



名蔵湾の海水100%で作る石垣の塩はミネラルなどの栄養分が豊富に詰まった他とは一味違う塩です。調味料ブームの先駆けとして良いこの石垣の塩、カルビーポテトチップス塩味にも使われており、不動の人気を誇ります。「塩屋」さんでは、石垣の塩を使ったバスソルトなんかも売っていますよ。

塩屋(ま-すや) — [大川270-2/(営)9:00-20:00/定休日なし/TEL:0980-82-7835]

## ちゃんぶるの素

地元で静かな話題となっている居酒屋「武琉」の「ちゃんぶるの素」、ちゃんぶる以外にもハンバーグソースにしたり、島豆腐にかけたり、使い方は自在です。

居酒屋武琉 — [石垣156-26東/(営)17:30-24:00/定休日◎/TEL:0980-88-7293]

## 八重山かまぼこ



石垣島の海産物を使いバラエティの富んだ「八重山かまぼこ」。「おにぎりかまぼこ」や「豆腐かまぼこ」など、オリジナリティ溢れる商品がたくさんあります。(さつま揚げのようなもの)

かみや-きぐまかまぼこ — [石垣270-1/(営)6:00-19:00/定休日なし/TEL:0980-82-2347]

マ-シヤ-かまぼこ — [新川8/(営)6:00-19:00/定休日なし/TEL:0980-82-3363]

金城かまぼこ — [新栄町73-9/(営)7:00-18:00/定休日なし/TEL:0980-82-3084]

## フレッシュフルーツ・加工品



マンゴーやパイナップル、ドラゴンフルーツやグァバなど美味しい果物がたくさんあり、ジュースにしても美味しく召し上がれます。(季節により購入できない場合もあります)

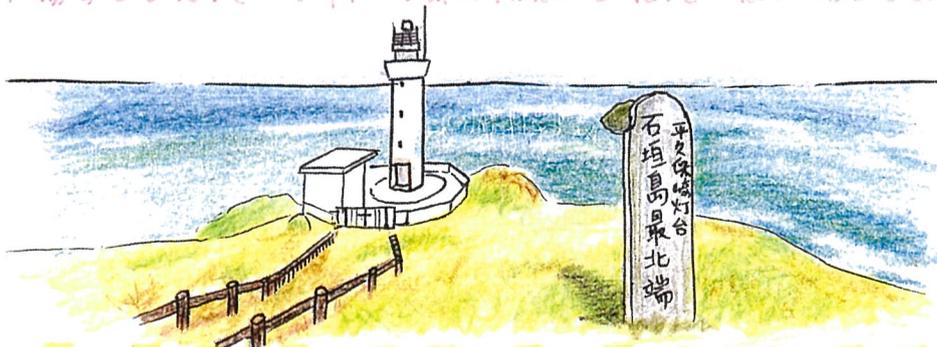
マエタケ観光農園 — [川平前島1287-90/(営)9:30-18:00/定休日なし/TEL:0980-88-2125]

宮良農園 — [新川1134-3/(営)13:00から日没迄/定休日なし/TEL:0980-83-4077]

川平ファーム(パッションフルーツがメイン) —

[川平1291-63/(営)10:00-18:00/不定休/TEL:0980-88-2475]

\* ちやうていく市場等でも売っています!(季節の物なので売っていない場合もあります。)



## 泡盛



島で「シマー」といえば島の酒、つまり泡盛のことです。「お酒を飲む」ということは「泡盛を飲む」ということ!地元民は一杯目はオリオンビールでも、その後は泡盛オンリー!日本酒、焼酎は選択肢にほぼないほどです。

泡盛屋(ワケル向かい)

[大川 250-3/(営)10:00-24:00(日)10:00-22:00/定休日なし/TEL:0980-83-2241]

\*ユーグレナモール、石垣市特産品販売センター、スーパー等でも売っています!

## 石垣島地ビール



健康に良いとされている、ビール酵母を濾過せず、そのまま残した石垣島地ビール!タンパク質、ビタミンB、植物繊維が入った体に優しいビール!種類は白ビールや黒ビールなど5種類。

石垣島地ビール(株)工場

[新川 2094-4/(営)10:00-18:00/定休日(日)/TEL:0980-83-0202]

見学あり!!

## 石垣島ジンジャーエール



島の香辛料を使った国産生姜と、石垣島産のピパーツ(島胡椒)や島唐辛子、レモングラスなどをブレンドして、黒糖でほどよく甘みを出した手作りジンジャーエール。

買いたい方はこちら↓↓!全種類揃っています!

フルーツジュエリーファクトリー — [大川 270-3/(営)10:00-20:00/不定休/TEL:0980-87-5524]

## 黒糖/塩ジンジャーシロップ



最初はカクテルの為に作った黒糖ジンジャーシロップですが、お客様に愛されて、家でも使いたいとの声が多かったため、2009年に商品化しました。保存剤、防腐剤など一切使わない、天然のシロップです。ネットのホームページで色々なレシピが紹介されています!

Bar Hawaiian grotto — ジンジャーシロップを使ったケーキや飲み物があります。

[大川 142/(営)9:00-12:00、13:00-17:00/定休日(水)/TEL:0980-88-8638]

\*石垣市特産品販売センター等でも売っています!



VERA-VERAとは、銀河系の立体地図を作るプロジェクトです。石垣島を含めて、岩手県、小笠原、鹿児島にも、合計4台口径20メートルの電波望遠鏡があります。この4局で

観測すると、直径2300kmの望遠鏡と同じ性能を発揮し、月に置かれた1円も観測できるぐらい精密に測定できるらしいです。夜、構内の見学は自由!夜間は低圧ナトリウム灯によりライトアップされていて、キレイでロマンチックですよ!昼間には、観測室内の見学もできます。

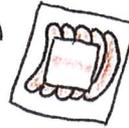
お問い合わせ電話: 0980-88-0011

## 石垣島ポン酢



石垣島(八重山)の特産品である、「石垣の塩」・「波照間産の純黒糖」・「沖縄県産のシーワサ」・「沖縄県産の島唐辛子」を使用し、手間ヒマを惜しまず「完全手造り」にこだわり、商品を1本1本ずつ日本料理店で修行した店主が、自ら丹精込めて仕上げたオリジナルぽん酢です。  
ふたば本舗 — [大川 270-2 / (営) 10:00-19:00 / 定休日(日) / TEL: 0980-87-0228]

## ハム・ソーセージ



石垣では誰でも知っている十五番地です! 商品は全部100%石垣産の豚豚で作っています。機会があれば、祭りのとき、店に売っていないぐるぐるソーセージも是非食べてみてください!!  
ワケルの朝食でも日替わりで十五番地のソーセージとスモークチキンを出していますよ。  
十五番地 — [新栄町 15-6 / (営) 10:00-19:00 / 定休日(月) / TEL: 0980-87-8686]

## コーレーグース・ピパーツ

食事編でも紹介しましたが、ここで簡単なコーレーグースの作り方を教えます。島唐辛子を水で洗って、水を拭いて、泡盛と一緒に瓶に入れます。(え? 終わり?) はい、あとは2週間くらい漬け込むだけです。お酢、塩やニンニクを入れて、自分流のコーレーグースを作る人もいます。ピパーツ(香辛料)はなかなか家で作れませんが、色々な所でも売っています。そばだけじゃなくて、チャーハンやチャンプルにもかけてみてください。さらに美味しさアップ!  
\*ユークレ+モール、石垣市特産品販売センター、スーパー等でも売っています!

### THE 沖縄あるある PART 3

日傘は持ち歩いても雨傘は持たない

ドラキュラ並みに太陽の光を恐れる人種、それは「うちなんちゅ(沖縄人)」です。

何せ紫外線量は本土の10倍! 強烈さが違います! 素肌で対抗していたら丸焦げ! 必死!

美白に励む沖縄女性のマストアイテムが日傘というのは道理に合います。

沖縄では女性は皆日傘をけいたい! 制服姿の女子高生だって日傘を差します。

ですので、日焼けサロンに通うなんて、沖縄女子には理解不能!! なるべく日陰に身を置こうとするのが沖縄人のDNAです。

なーのーにっ! 所持率が低いのが雨傘! あめが降っていても傘を差している人は少ないです。というのも沖縄の雨がスコール的なものであり、サッと降ってサッと止むため、少し待っていれば大丈夫なことが多いため、1秒を争う事態に置かれているセッカチな沖縄人も少なく、「かさを持ち歩く面倒を考えれば待った方が得策」というわけです。