

城取博幸の

沖縄 那覇のスーパーマーケット見聞録

NO55

城取フードサービス研究所

城取 博幸

国内でも旅のスタイルは変わりません。

サービスアパートメントを借りて試食をする。



那覇空港に到着

空気は、ハワイ、グアム、サイパンと同じ臭い

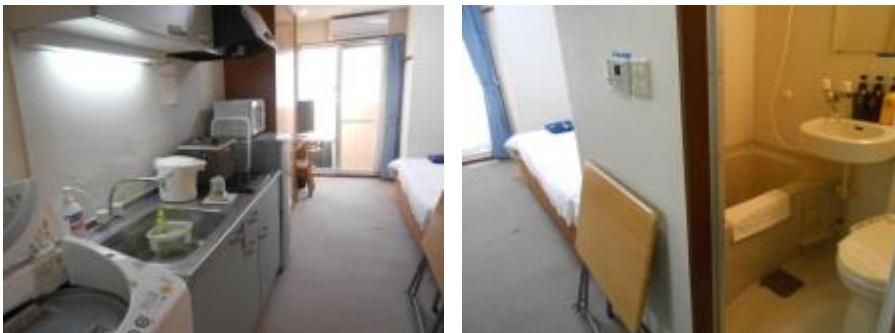


モノレールに乗って市内へ

日本でありながら、外国人観光客が多く、外国に来たようだ



「県庁前駅」で下車して、今回お世話になるキッチン付きホテルに向かう  
立地もよいし、コスパもよい  
交際通りまで歩いてすぐ



ホテル代は1泊4000円ちょっと。  
洗濯機、冷蔵庫、電子レンジ、電磁調理器、キッチングッズが全て揃っている。  
海外のアpartメントにはない、バスタブ、アメニティグッズが付いている。  
沖縄のキッチン付きホテルもなかなかのものだと感心する  
ハウスキーピングは週1回だが、那覇市内で、この設備、この価格は安い。  
部屋を24時間自由に使えるため、ハウスキーピングがない方がうれしい。

## リウボウ 県庁駅前店



早速、県庁前のデパート地下の食品売場へと向かう

デパ地下の食品売場のような店

本土から持ってきている商品の価格は少し高め。



気になった商品を約7000円購入

沖縄県産の商品や、珍しいこだわり商品が並ぶが、やはりデパート価格で高め



名物の「島豆腐」

海水を使った豆腐であるため、醤油なしでも十分食べられる。

### 「そうきそば」



豚軟骨、ストレートスープ、太麺がセットになった商品  
麺はこしがあり、スープは濃厚、豚軟骨はコリコリとした食感でおいしい



### 「コンビーフハッシュ」

コンビーフと角切りのじゃが芋が入った缶詰  
炒め物に使うらしい



### 沖縄の「スイーツ」

「マンゴのタルト」沖縄だけあって生のマンゴがたっぷり入っている  
「黒糖アンダギー」ラードで揚げているか、ラードを練り込んであるかはわからないが、味に深みがある。  
「ココナッツクッキー」ココナッツのツブツブと香りがいい。



今回の沖縄訪問の目的は、

- ①「沖縄のスーパーマーケットの視察」
- ②「沖縄料理の研究」
- ③「沖縄の世界遺産と戦跡の訪問」
- ④「残務処理」

メーカー様の「販促企画」「セミナーの準備」など、期限が迫った仕事がたまってしまった。

24時間自分の時間であるため、結構楽しんで仕事をしています。

### 「沖縄の世界遺産」



沖縄には、首里城を中心に「琉球王国」時代の世界遺産が9件もある戦跡を含めて、レンタカーでも借りて回ればいいなと思っている。

### ホテル～国際通り～スーパー「りうぼう」

ホテル～モノレール「県庁前」へと、てくてくと歩く。



正面に「沖縄県庁」が見えてくる。

立派な建物だ。さらに右側を見ると「那覇市庁舎」

これも立派な建物だ。



### 「沖縄県警」の建物

これも、立派

あの代償がこれかと思うと少し情けなくなる。

### 「国際通り」

国内外の人々でいっぱい、異国の臭いがする。

ブラブラと歩き、Tシャツと絹のシャツを買う。

「かりゆしシャツ」も考えたが、他であまり着る機会がないので諦める。



### 「文化屋雑貨店」

東京にもある歴史ある雑貨店



### スーパー「りうぼう」

店に入ったのは、夕方5時、1時間30分ほど店をじっくり見て買物をする。

300坪ほどの小型店だが客がよく入っている。

副店長の「店内放送」が実に的を得ていて、好感を持った。

お買い得商品の連呼ではなく、「こんなものはどうでしょうか」という店内放送。

彼が、店内放送で推奨している商品は全部買った。

まだないかと、副店長を探してもらったが、休憩中だという。  
もし、彼に逢えたら、彼が奨める商品を全部買うつもりだったが、残念！



購入商品



「ウージパウダー」 さとうきびの食物繊維

「ミキ」「黒糖玄米」

どちらも、これからブームを迎える「豆乳」ならぬ「米乳」

ドロっとした甘い夏の飲み物



惣菜

紫芋のコロッケと餅天ぷら（芋の味が強い）、豚足煮、タロイモの田楽（芋を潰してきんとん状にしたもの）

レトルト食品

「中味汁」豚もつの汁もの 臭いが気になる

「ソーキ汁」（味噌味）



### 「タイカレーの缶詰」

タイから輸入された「レッドカレー」と「トムヤムスープ」

味はなかなかのもの。

帰り道で見かけたもの



### 戦前の「琉球政府 立法院跡」

沖縄県警と沖縄県庁の間にあるが、今は何も残っていない。



### 「非核 平和沖縄県宣言」の碑

近くに行って全文を読む。

まもなく「終戦記念日」だ、沖縄では6月23日に旧日本軍の組織的戦いが終結。

平和の尊さを学ぶ。

### サンエー

今日も、てくてく歩いて、スーパー「サンエー」に向かう

南国だけあって、古いガジュマルに木が道路の中央に





店の駐車場にもガジュマルの木



スーパーマーケット「サンエー」

前日見た、「りうぼう」から歩いて10分以内の場所。

店の大きさは450坪程

ここも、夕方5時ごろ店に入ったが、ここもよく客が入っている。



ドライ食品、雑貨の品揃えに感心

沖縄のスーパーマーケットは、雑貨の売場が広く、品揃え多い。

この店の特徴は、450坪の中型店でありながら、

中通路を取らず、さらにハイゴンドラを使い、ドライ食品、菓子、雑貨の品揃えがよい点だ。

健康食品や介護食などの品揃えもよい。

1品1品のフェイスは狭いが、600坪位の店の品揃えである印象。

難を言えば、通路幅が少し狭いこと。

2013年のサンエーの決算は、経常利益7.1%も出している。

それだけ利益を出している理由が少し理解できたような気がする。



購入商品 約3000円

### 意外に薄味の惣菜

沖縄はかつては長寿県であったが、最近は「メタボ」が問題になっている。

惣菜を試食して長寿の理由が分かった。

伝統食品は、どれを食べても塩分が薄い。

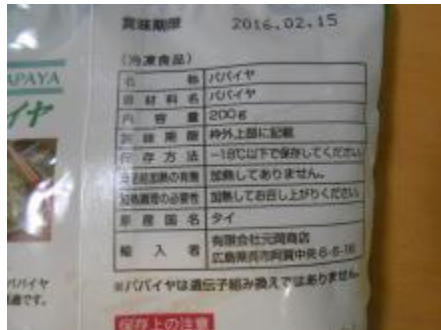
「玄米ご飯」玄米ご飯にたっぷりの豆が入っている。

「グルクン唐揚げ」南国の魚グルクンの唐揚げ

「フォーチャンプル」麩のチャンプル

「人参しりしり」千切り人参と卵を炒めたもの。

「タイ風春雨サラダ」春雨サラダ



### 「冷凍青パパイヤ」

「あっらいいな」という商品。

タイ料理の「パパイヤサラダ」は日本人が好きなメニューの一つだ。

日本で作ろうと思っても青パパイヤ（未熟）は売っていない。

「タイ風サラダ」にそのまま入れて食べる。



**「ジーマミー豆腐」(ピーナツ豆腐)**

豆腐売場には地元メーカーのジーマミー豆腐、島豆腐が並んでいる。

デンプンを使っているの、ドロツとした食感。

チルド麺コーナーの平ケースには、「冷やし中華」の他に「ソーキそば」と「スープ」の大袋が並ぶ。

夏でも、暖かいソーキそばは定番のようだ。

これも沖縄名物「タコライス」の素



**「沖縄かまぼこ (真空パック)」**

沖縄ではこうした棒状のかまぼこが売られている。

**「スーチカー」**

豚のバラ肉を塩だけで味付けしたもの。

沖縄では豚料理が勉強になる。



**「モンゴルヨーグルト」 宮崎県のメーカーの商品。**

サンエーは、昨日の「りうぼう」から歩いて5分ほどの場所にある。

きちっとした品揃えのサンエーに対し、りうぼうは何かフレンドリー。  
「理」のサンエー、「情」のりうぼうの印象を受けた。

### スーパーかねひで

「りうぼう」から歩いて5分、「サンエー」から歩いて10分の距離にある。

150坪ほどの小型店だが、生鮮食品、惣菜が充実していて、価格も安い。

大きな道路に面しているため、ちょっとした買い物には便利だ。

この地域は坂道が多いため、徒歩の移動はキツイ。

「りうぼう」「サンエー」「かねひで」の3店舗を視察したが、それぞれ特徴のある店づくりを行っている。



気になった商品を購入

### 県庁前の街宣車



県庁前の道路には、日の丸と星条旗の両方を車に付けた街宣車。

ベンチに座って話を聞いてみる。

どうやら、アメリカのプロパガンダのようだ。

「龍の柱を建てるな！」と県の批判と、あの国の批判をしきりにしている。

左に座って観光バスを待っている団体は、たぶん台湾からの観光客。

自由な国だなという実感。

明日は、レンタカーを借りて、沖縄の世界遺産と戦跡めぐりの予定。



## 沖縄の世界遺産グスク「勝連城」

朝8時にレンタカーを借りて、今日は観光  
まず最初に、グスク「勝連城」から回る。

住所は、うるま市勝連南風原3908

グスクとは、「軍事的施設」のこと。

12世紀、藤原氏が平泉に金色堂を建設したころのこと。

沖縄では、「按司（あじ）」と呼ばれる首長が台頭し、競って小規模のグスクを建て争った。

その後、「三山時代」（北山、中山、南山）を迎え、三山が激しく争った。

「中山」グループの王であった「察度」が、明との関係を結び、首里城を建設し島を統一。

「琉球王国」を誕生させた。

「勝連城（かつれんじょう）」の10代城主「阿麻和利」は、天下統一を図り、首里城を攻めたが失敗に終わり、逆に王府軍に城を攻められ、この地で落命した。



平地を車で走っていると、いきなり小山のようなものが見えてくる。

頂上には何やら「要塞」のようなものがある。

駐車場に車を置いて、徒歩で山に登る。

頂上までは徒歩で15分くらい。



こんな石垣が周りを囲んでいる。

両側に石を積み、その内側に砂利を詰め込んだ構造だ。

城の周りにはよく整備されていて、天気もよく最高の景色だ。



いきなり、地中海諸国で見られるような要塞らしき建造物が見えてくる。  
今まで日本では見たことのない光景だ。  
さらに上に登れば、海が見えてくる。



頂上はこんな景色

頂上の石垣。崩れないようしっかりできている。



建物があったとされる土台部分。

非常時に逃げ込むという洞窟。



頂上から見ると小さな池が見える。

「井戸」

城を作るには、水の確保が重要。

雨水をためた井戸も見つまっている。

今でも、水が湧き出ている。



### 「勝連城」のジオラマ

よく見ると、周りを石垣で囲ってあるだけで、

世界の城に見られるような「枡形虎口」の設備などはない。

「枡形虎口」とは、ヨーロッパや日本の城に見られる。

門を破って中に入れば、枡形のスペースが広がり、他にどこも隠れるところがなく、四方から敵に攻撃されるという構造。

前に進んで曲がり角を曲がれば、また「虎口」が登場し、攻める軍は徐々に兵力を失ってゆく仕組み。

首里城にはその設備がちゃんと何重にも揃っている。

そうした点から、「勝連城」を見ると、守りが厳重ではない古いタイプの城だ。



休憩所に展示されている出土品

明や朝鮮からの出土品もあり、沖縄は貿易が盛んな国際都市であったことがうかがえる。

車で那覇から高速道路を通り約1時間。

平日であるせいか、観光客は私を含めて3組ほど。

沖縄に来たら、こんな「グスク」めぐりも面白い。

この後、「首里城」へと向かう。

## 琉球王国最大のグスク「首里城」

14世紀、三山対立の中、一人抜け出したのが「尚巴志（しょうはし）」  
彼は、首里城を居城とし天下統一を図り「琉球王国」をつくり「琉球文化」を開花させた。  
その後、1607年、琉球は突然、3000人の薩摩軍（島津氏）に攻め込まれて、抵抗  
の甲斐なく征服されてしまう 以後薩摩の影響力が強まる。

1879年、首里城廃城 「沖縄県」の設置。



### 「守礼門」

昔は、この前日もう一つ「中門」があったらしいが、今は守礼門から入る。

### 「欽会門」

ここから、石積みの塀が現れる。

門をくぐれば「枡形虎口」になっている。

この門ができた15世紀頃は、「倭寇」の襲撃があったという記録があり、城の警備を強化したようだ。



### 「瑞泉門」

ここも警備を強化した門





龍の頭から水が出ている池。  
ここも、明の影響がある。  
城を建てる場所の条件は水がわき出ていること。



### 「日影台」

12支が刻まれた円盤型の日時計



最後の門を通れば、その奥には「首里城正殿」



### 「京の内」

男子禁制 女性たちによる祈りの空間。



確かに、両側に「龍の柱」が建っている。

忠実に再現されていると言われるが、龍のデザインばかりだ。

屋根の構造などを見ると、明、清時代の王宮とされていた、北京にある世界最大の城「紫禁城」によく似ている。

その隣には、小さな「シーサー」がいくつもある。

向かって右側の建物(南殿)は日本式の建物になっている。

今は、博物館になっている。

県庁前の「街宣車」で言われていた、

「龍の柱を建てるな!」

「鳥居かシーサーを建てろ!」

「菊の御紋を入れろ!」

などと言っていた意味が少し理解できる。

しかし、戦争で破壊された首里城を、当時の資料から忠実の再現した努力も評価したい。

琉球王国は、明との交流はあったが、「属国」ではなかつた。

もう一つの歴史も忘れてはならない。



### 「旧日本軍司令部跡」

正殿から守礼門方面に下り、「久慶門」を出て、「円艦池」方面に向かうと左側に入口が見える。

沖縄の守備を担った、旧陸軍第32軍は、決戦に備えて首里城の地下に壕を築いた。

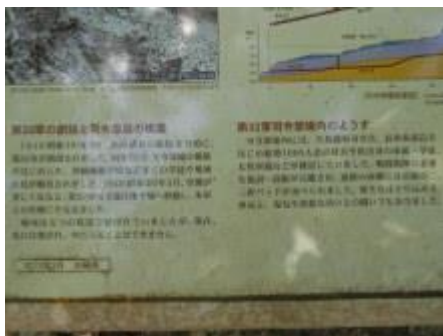
この壕は、6カ所の入口、延長1キロメートルにも及ぶ規模であった。

写真でも分かる通り、コンクリートの厚さは、1トン爆弾にも耐えられる堅固なものであった。

今は、中に入ることはできない。

入口だけが残っている。

案内図には載っておらず、見学者も少ない。



今はもう水が溜まって、殆ど埋まっているらしい。



### 当時の内部の写真

沖縄戦の組織的終結は、1945年6月23日とされている。

それは、薩摩出身の陸軍中将(大将)牛島満の自決した日である。

### 沖縄料理をいただく



感慨にふけりながら、レストランで「ソーキそば」「タコライス」「小魚豆腐」をいただく。

塩漬けの小魚と島豆腐の相性がいい。

「旧海軍司令部跡」「ひめゆりの塔」へと向かう。

## 沖縄「旧海軍司令部跡」～「ひめゆりの塔」

「首里城」～「旧海軍司令部跡」へと向かう。



記念塔



丘の上からの景色

遠浅の海が続き、艦砲射撃ではこの場所まで届かない距離。

ここは米軍の戦車隊に包囲されたといわれている。



民間人を含めて20万人もの人が亡くなった。

子供の写真が痛々しい。





壕に降りる階段



内部の構造



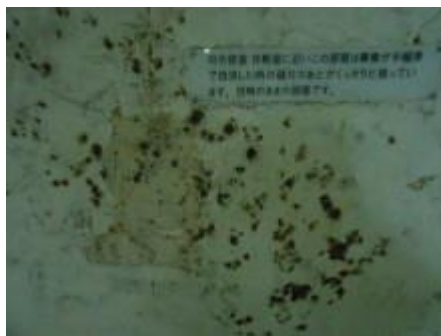
壕のトンネル

鉄道の線路なども使われている。



ツルハシで内部を掘った。

ツルハシで掘った跡



### 太田少将(その後中将)が手榴弾で自決した部屋

6月4日、アメリカ軍は小禄飛行場の北部に上陸し司令部壕のある那覇市南西部を包囲した。

大田司令官は6日夕方に辞世の句とともに訣別の電報を打って自らの覚悟を伝え、「沖縄県民斯く戦へり」の電報を打って後事を託している。

包囲が次第に狭められていく中で壕内に重火器はほとんど残っておらず、歩兵による突撃で応戦するのが精一杯であったと伝えられている。

生々しい手榴弾で自決した跡が、70年近く経った後も残っている。

太田中将のメッセージかも知れない。



火器を持たない海軍は、竹槍などの原始的な武器で敵に突進していったらしい。



### トンネル非常口

一番長いトンネルは、南から北へと掘ってある。

トンネル内部は、夏の南風、冬の北風が入るようになっていて、風の通りが良く夏でも涼しい。

中国青島のドイツ砲台の地下壕も見ているが、風通しはこちらの方がすこぶる良い。

### 「ひめゆりの塔」



入口で花を買って献花する。

### 「捕虜になり、はずかしめを受ける」



この壕の中で、多くの女子学生が亡くなっている。

### 千羽鶴

私はこのサンゴからできた石が嫌いだ。

グアム、サイパン、テナン、ロタとサンゴ礁でできた島には必ずある石。

バンザイクリフのこの石を見て、骸骨に見えて気持ちが悪くなった。



ガジュマルの木も、なぜか人の姿に見えてくる。

### 「恒久平和を祈る！」



## 第一牧志公設市場

国際通りから第一牧志公設市場へ



モノレール「牧志駅」下車  
国際通りを県庁方面に進む



古い商店街を進むと、その奥に公設市場がある。

中は、アジアの生鮮市場と同じ雰囲気だが、あまり活気がない。



肉屋で「ソーキ」を買う。

「ソーキ」とは、豚肉のあばら骨(ショートリブ、スペアリブ)を適当なサイズに切り、じゅくり煮込んだもの。

軟骨を使うこともある。





アジアの魚市場と同じで、買った魚は食堂に持って行けば料理してくれる。

魚売場で、「ワタリガニ」「ブダイ」「刺身」を買って、2階に持って行き料理してもらおう。



手数料500円を払い、「ワタリガニのみそ汁」「ブダイのニンニク炒め」「刺身」と「ご飯」をいただく。

みそ汁は、一人前ずつ作るのので、カニの味はよいが、スープが出ていない。

沖縄では、「焼き魚」はあまり見かけない。

揚げるか、煮るかの料理だ。

隣の女性客が注文した「ブダイの塩煮」

お願いして写真を撮らせてもらう。

こちらの方がおいしそうであった。



あまりにおいしそうだったので、お願いして写真を撮らせていただく。

## 市場で有名な「惣菜の丸山」



弁当も安い

沖縄の惣菜は、鹿児島惣菜によく似ている。

海外の市場を見て、いつも思うのは、

「もし、自分が海外に一人放り出されたら、何で飯が食えるか？」という疑問。

たぶん、日本食堂か日本の惣菜店なら自分でもできそうである。

いくら弁が立っても、言葉の通じない海外では飯は食えない。

何品か購入して、お昼にいただく。

ここの惣菜も薄味。

ソーメンに、油、塩、刻んだニラで味付けした「塩ソーメン」なるものを初めて食べた。

油そばのソーメン版のような味でなかなか美味。



隣に、何か見たことのない料理があったので聞いてみる。

「結納」に使う料理で、粉を溶いて油で揚げただけのもの。

中には何も入っていないが、腹がふっくらと膨らんでいて縁起がいいらしい。

## 沖縄の伝統食品 鬼餅(ムーチャー)

沖縄では、12月に行われる「子供の健康祈願」の行事で、

月桃(サンニン)の葉に包んだ餅を蒸し、神仏に供えて健康を祈願する習慣がある。

紅イモの餅を1個買って試食してみた。

月桃の葉の独特な香りがする珍しい餅。

## 豚肉料理の研究

今回の沖縄訪問のもう一つの目的は、日本で一番豚肉を食べられている沖縄の「豚料理の研究」  
「ミミガー」意外の豚肉料理は殆ど試食した。

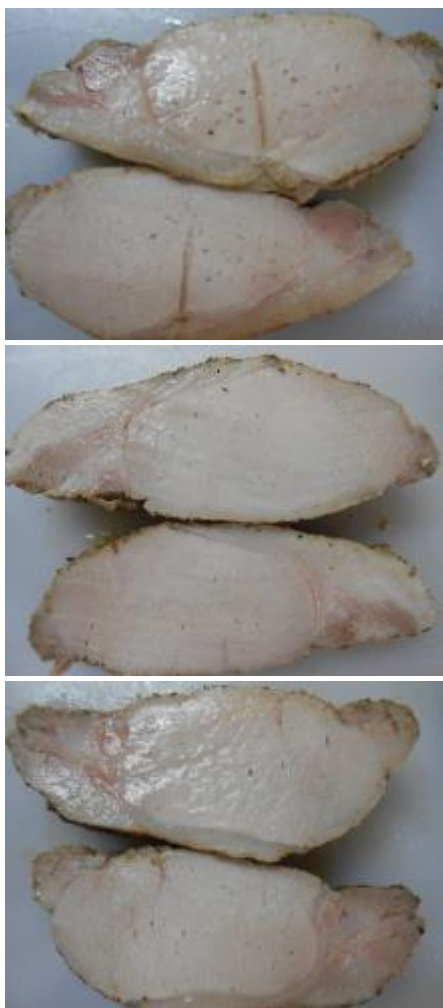
一人年間約13kg、日本の平均消費量の1.4倍

さらに、豚ロース肉の加熱温度と加熱時間を、10分ごとに中心温度を調べて記録しグラフ化した。]

1枚目の写真の中心の線は、中心温度計を刺した跡。

大変な作業であった。

これで、9時間近くの時間を費やしてしまった。



上の3枚の写真は同じように見えるが、加熱温度と加熱時間が違う。

どれが柔らかく、味が良いかの食味チェックも行った。