

レベル 3

おばあのうちなーぐち  
～おきなわのことば～





朗読音声のダウンロード  
Audio download

## ★よまえ読む前に Before you read

### 《多読の読み方》

多読とは、とてもやさしい本から楽しくたくさん読んで日本語を身につけていく方法です。

次の4つのルールを守って楽しく読みましょう。

1. やさしいレベルから読む
2. 辞書を引かないで読む
3. わからないところは、とばして読む
4. 進まなくなったら、他の本を読む



### 《How to do Tadoku》

Tadoku recommends that everyone should start with very easy books and enjoy a lot of them following the 'Four Golden Rules' below.

1. Start from scratch.
2. Don't use a dictionary.
3. Skip over difficult words, phrases and passages.
4. When the going gets tough, quit the book and pick up another.





おきなわ ばしょ  
\* 沖縄の場所 \*





おきなわ つ  
沖縄に着いた。

ねん おきなわ  
3年ぶりの沖縄だ。

おきなわ あつ  
沖縄は暑い。

とうきょう き わたし あつ  
東京から来た私には暑すぎる。

ちち はは げん き いま わたし  
父と母とけんかして、元気のない今の私には

あつ  
暑すぎる。

わたし いま そぼ あ い  
私は今から祖母に会いに行く。

わたし  
私は「おばあ」と呼んでいる。

「おばあ」はおきなわ沖縄のことばで、

おばあさんのことだ。



「おばあ、ただいま！」

「あきさみよー、大きくなって！」

おばあは私わたしがおお大きくなって、  
びっくりしたみたい。

あきさみよー



おばあはびっくりした時、

「あきさみよー」って言う。

「あきさみよー、もうこんな時間だね」

「あきさみよー、この服は高いね」みたいに。

私は、おばあのおきなわの沖縄のことは、「うちなーぐち」

が大好きだ。

うちなーはおきなわの沖縄のこと、ぐちはことばのことだ。

「あきさみよー」もうちなーぐちだ。

「おなか、すいてるでしょう。」

「**うちなーすば**<sup>つく</sup>作ったさー。さあ、**食べなさい**<sup>た</sup>」

<sup>わたし</sup>  
私は、**おばあ**の**うちなーすば**、

<sup>おきなわ</sup> <sup>だいす</sup>  
**沖縄そば**も大好きだ。



うちなーすば(おきなわそば)



「えっと、くわっちーさびら」

わたし  
私もうちなーぐち<sup>つか</sup>を使って、

「いただきます」と言<sup>い</sup>ってみた。

おきなわ き かん  
沖縄にきた感じがする!

「じょうとうさー」

わたし  
おばあは私のうちなーぐちをほめてくれた。

「おばあ、すば、まーさんねー」

こんど  
今度は、うちなーぐちで「おいしい」と

言<sup>い</sup>ってみた。

おばあのうちなーすば<sup>ほんとう</sup>は、本当においしい!

まーさん!

「じょうとう、じょうとう」

おばあはうれしそうだ。

「じょうとう」は「いい」とか「じょうずだ」という

<sup>い み</sup>意味だ。おばあは、ほめるときに

よく「じょうとう」<sup>い</sup>って言う。

「あの人の<sup>ひと うた</sup>歌、じょうとうさねー」「その服、<sup>ふく</sup>じょう

<sup>たか</sup>とうさねー。高そうだねー」みたいに。

<sup>とうきょう</sup>東京にも「上等（じょうとう）」という<sup>ことば</sup>言葉はある

けれど<sup>つか かた すこ ちが</sup>使い方が少し違う。

<sup>おきなわ</sup>沖縄では、<sup>ひと</sup>人をほめるときによく<sup>つか</sup>使う<sup>ことば</sup>言葉だ。

「ゴーヤーチャンプルーもあるよー」

おばあ<sup>つぎ</sup>は次の料理<sup>りょうり</sup>を出<sup>だ</sup>してくれた。

「おいしそう!」

ゴーヤーチャンプルーはゴーヤーとたまごと

とうふ<sup>にく</sup>と肉<sup>いた</sup>を炒<sup>おきなわ</sup>めた沖縄<sup>りょうり</sup>の料理だ。



ゴーヤーチャンプルー

ゴーヤー



「おばあ、ところで、チャンプルーって何<sup>なに</sup>？

うちなーぐち？」

「そうだねー、チャンプルーは、

いっしょにすること、まぜるって意味<sup>いみ</sup>さー。

ゴーヤーとたまごととうふと肉<sup>にく</sup>をいっしょに

<sup>いた</sup>炒めるでしょう」

「そうだね。みんないっしょにして、

ひと<sup>りょうり</sup>一つの料理にするんだね」

わたし  
私はほかのチャンプルー料理を思い出した。

おきなわ  
沖縄にはチャンプルー料理が多い。

たと  
例えば、フーチャンプルーは、麩と野菜や肉、

ソーミンチャンプルーは、そうめんと野菜や肉を

いっしょに炒めた料理だ。

わたし  
私はどちらも大好きだ。



フーチャンプルー



ソーミンチャンプルー

おきなわ  
沖縄の麩



わたし  
私はチャンプルーを食べながら、

じぶん おも  
自分のことを思った。

わたし  
「あ、私も、チャンプルーだね」

「チャンプルー？」

わたし どう くに かあ くに  
「私は、お父さんの国とお母さんの国の  
チャンプルーでしょ」

「そうさー。じょうとうなチャンプルーさー」

わたし  
「私、じょうとう・・・かな」

「そうさー、チャンプルーはじょうとうさー。

なんでもチャンプルーすれば、おいしく、  
よくなるさー。」

おばあはわら い  
おばあは笑って言った。

「サーターアンダギーもあるよー」



サーターアンダギー

サーターアンダギーは、<sup>こむぎこ</sup>小麦粉と<sup>さとう</sup>砂糖とたまご

で<sup>つく</sup>作った<sup>おきなわ</sup>沖縄のドーナツみたいなお菓子だ。

<sup>あま</sup>甘くて、<sup>あじ</sup>やさしい味がする。

「さあ、かめ、かめ」

おばあはサーターアンダギー<sup>わたし</sup>を私<sup>すす</sup>に勧めた。

「かめ」というのはうちな一ぐちで

「<sup>た</sup>食べなさい」ということだ。

おばあは「かめ、かめ」と言<sup>い</sup>って、いつも人<sup>ひと</sup>の  
た<sup>た</sup>めにた<sup>りょう</sup>くさん料<sup>り</sup>理<sup>つく</sup>を作<sup>す</sup>って、勧<sup>すす</sup>める。

「おばあ、もう食<sup>た</sup>べられないよ。

おなかいっぱいだよ」と私<sup>わたし</sup>は言<sup>い</sup>った。



「<sup>た</sup>食べることは<sup>たいせつ</sup>大切さー、

<sup>ぬち</sup>ぬちぐすいになるよー」とおばあは<sup>い</sup>言った。

そして、<sup>ぬち</sup>ぬちは<sup>いのち</sup>命で、<sup>ぐすい</sup>ぐすいは<sup>くすり</sup>薬という<sup>い</sup>意味だ

<sup>おし</sup>と教えてくれた。

<sup>おばあ</sup>おばあは<sup>こ</sup>子どもの<sup>とき</sup>時、<sup>た</sup>食<sup>もの</sup>べ物がなくて、いつも

おなかがすいていたそうさ。だから、<sup>た</sup>食<sup>べ</sup>るこ

が<sup>たいせつ</sup>とても大切だ<sup>い</sup>と言う。食<sup>た</sup>べることは<sup>いのち</sup>命の<sup>くすり</sup>薬に

なるのだ<sup>い</sup>と言う。

わたし  
私はサーターアンダギーを口に入れた。

まーさん!まーさん!

おいしそうに食べる私を、

おばあはやさしく見ている。

おばあに会って、チャンプルーの私は元気にな  
った。

おばあとおばあのうちなぐちとうちな料理  
は、私のぬちぐすいになった。

＊＊うちなーぐち（<sup>おきなわ</sup>沖縄のことば）のこと＊＊

この本では、<sup>ほん</sup>おばあのように、<sup>おきなわ</sup>沖縄のことば（うちなーぐち）は  
ピンク色で書きました。

うちなーぐちは、<sup>おきなわ</sup>沖縄の<sup>ば しょ ひと</sup>場所や人によって、<sup>すこ</sup>少し<sup>はつおん</sup>発音や<sup>ことば</sup>言葉が  
<sup>ちが</sup>違うこともあります。

例えば、この本では、<sup>ほん</sup>びっくりした<sup>とき</sup>時の<sup>ひょうげん</sup>表現として、

「あきさみよー」を<sup>しょうかい</sup>紹介しました（p.3）が、<sup>ほか</sup>他にも「あきよー」

「はっさみよー」「はっさ」「あぎじゃびよー」などもあります。

みなさんもぜひ<sup>おきなわ</sup>沖縄の<sup>ひとびと</sup>人々と<sup>ちよくせつあ</sup>直接会って、うちなーぐちを

<sup>き</sup>聞いて、そして、<sup>つか</sup>使ってみてください。

ちよしゃ  
著者：

かとう  
加藤みゆき

おおいたはつ よ かい かいいん  
(大分発わくわく読みものをつくる会 会員)

しゃしんていきょう  
写真提供：

アドビストック

フォトAC

さんこうぶんけん  
参考文献：

おきなわぶんかしゃへん おきなわぶんかしゃ  
沖縄文化社編(2012)『ひとことウチナーグチ』沖縄文化社

たからつとむ おきなわご れんしゅうちよう せいかつじんしんしょ  
高良 勉(2007)『ウチナーグチ(沖縄語)練習帖』生活人新書

ほん なか しゃしん にじしよう きん  
この本の中のイラストや写真の二次使用を禁じます。



