

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、元気がない今の私には

あつ  
暑すぎる。

わたし いま そば 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!」

おばあは私が大きくなって、  
びっくりしたみたい。



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繩のことば、「うちなーぐち」

が大好きだ。

うちなーはおきなわの沖繩のこと、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。」

うちなーすば作ったさー。さあ、食べなさい」

わたしは、おばあのうちなーすば、

おきなわの沖繩そばも大好きだ。



うちなーすば(おきなわそば)

「えっと、くわっちーさびら」

わたしもうちなーぐちを使って、

「いただきます」と言ってみた。

おきなわに来た感じがする!

「じょうとうさー」

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」

今度は、うちなーぐちで「おいしい」と

言ってみた。

おばあのうちなーすばは、ほんとうにおいしい!

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

意味だ。おばあは、ほめるときに

よく「じょうとう」って言う。

「あの人の歌、じょうとうさねー」「その服、じょう

とうさねー。高そうだねー」みたいに。

東京にも「上等(じょうとう)」という言葉はある

けれどつか かた すこ ちがい

おきなわでは、人をほめるときによく使う言葉だ。

「ゴーヤーチャンプルーもあるよー」

おばあ<sup>つぎ りょうり だ</sup>は次の料理を出してくれた。

「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

とうふと肉<sup>にく</sup>を炒<sup>いた</sup>めた沖縄<sup>おきなわ</sup>の料理<sup>りょうり</sup>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<sup>なに</sup>って何?

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<sup>いみ</sup>って意味さー。

ゴーヤーとたまごととうふと肉<sup>にく</sup>をいっしょに

炒<sup>いた</sup>めるでしょう」

「そうだね。みんないっしょにして、

ひと<sup>ひと</sup>りょうり<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  
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  
「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  
いは笑って言った。

「サターアングギーもあるよー」



サターアングギー

サターアングギーは、小麦粉と砂糖とたまご  
で作った沖縄のドーナツみたいなお菓子だ。

甘くて、やさしい味がする。

「さあ、かめ、かめ」

おばあはサターアングギーを私に勧めた。

「かめ」というのはうちなーぐちで

「食べなさい」ということだ。

おばあは「かめ、かめ」と言って、いつも人の  
ためにたくさん料理を作って、勧める。

「おばあ、もう食べられないよ。」

おなかいっぱいだよ」と私は言った。



「<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>いのち</sup>ぬちは命で、<sup>くすり</sup>ぐすいは薬<sup>い</sup>という意味だ  
と<sup>おし</sup>教えてくれた。

おばあは<sup>こ</sup>子どもの<sup>とき</sup>時、<sup>た</sup>食べ物<sup>もの</sup>がなくて、いつも  
おなかがすいていたそう<sup>た</sup>だ。だから、<sup>た</sup>食べること  
が<sup>たいせつ</sup>とても大切<sup>い</sup>だ<sup>た</sup>と言う。食べることは<sup>いのち</sup>命<sup>くすり</sup>の薬に  
なるのだ<sup>い</sup>と言う。

<sup>わたし</sup>私は<sup>くち</sup>サーターアンダギー<sup>い</sup>を口に入れた。

まーさん!まーさん!

おいしそうに<sup>た</sup>食べる<sup>わたし</sup>私を、

おばあは<sup>み</sup>やさしく見ている。

おばあに<sup>あ</sup>会って、<sup>わたし</sup>チャンプルー<sup>げんき</sup>の私は元気に  
なった。

おばあとおばあの<sup>りょうり</sup>うちなーぐち<sup>い</sup>とうちなー料理  
は、<sup>わたし</sup>私の<sup>ぬち</sup>ぬちぐすい<sup>い</sup>になった。

\*\*うちなーぐち(沖縄のことば)のこと\*\*

この本では、**おばあ**のように、**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、**沖縄**の**場所**や**人**によって、**少し**発音や**言葉**が

違うこともあります。

例えば、この本では、**びっくり**した**時**の**表現**として、

「**あきさみ**よー」を**紹介**しました(p.3)が、**他**にも「**あき**よー」

「**は**さみよー」「**は**ささ」「**あ**ぎじゃびよー」などもあります。

**みな**さんもぜひ**沖縄**の**人々**と**直接**会って、**うちなーぐち**を

**聞いて**、**そして**、**使**ってみてください。

著者:

加藤みゆき

大分発わくわく読みものをつくる会 会員

写真提供:

アドビストック

フォトAC

参考文献:

沖縄文化社編(2012)『ひとことウチナーグチ』沖縄文化社  
高良 勉(2007)『ウチナーグチ(沖縄語)練習帖』生活人新書

この本の中のイラストや写真の二次使用を禁じます。

