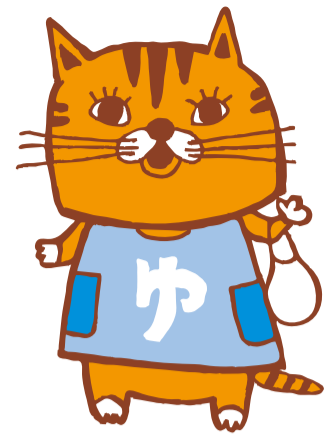


# MACHIGWA-INFO ゆっくる新聞



TAKE FREE/  
**無料**  
2017.3  
vol.5

ゆっくる新聞はまちぐわ(商店街) 案内所「ゆっくる」が発行しています。

MACHIGWA de HIRUGOHANN

★★★★

## まちぐわー de 昼ごはん

「しっかり」も「かるめ」も  
まちぐわーにオマカセ!!

## MACHIGWA IVENT INFOMATION まちぐわー イベント情報

- 01.** 2017年協働のまちづくりin壺屋 第16回壺屋でシーサーの日  
日時:2017/4月3日(月) 10:00~18:00  
場所:壺屋やちむん通り、他  
主催:壺屋でシーサーの日実行委員会  
お問合せ:098-862-3761(壺屋焼物博物館)

壺屋焼物博物館がその日は入場無料に。また、シーサー展も開催です。壺屋やちむん通りの各店舗にてシーサー特別割引販売もあります。この機会にお気に入りのシーサーを見つけに行こう。

4月3日は  
シーサーの日
- 02.** 島ぜんぶでおおきな祭 第9回沖縄国際映画祭  
期間:2017/4月20日(木)~23日(日)  
場所:那覇市、他  
主催:沖縄国際映画祭実行委員会  
※4/23(日)てんぷす館前でレッドカーペット実施

**03.** えびす夜市  
日時:毎週日曜 18:00~23:00※雨天決行  
場所:えびす通り(平和通りの奥)  
主催:(一社)なは市場振興会  
お問合せ:090-9656-6155(新里)
- 04.** パラソル青空市  
日時:毎月第4日曜 11:00~16:00  
場所:毎回異なります。※詳細はブログにてご確認ください  
<http://parasoru.ti-da.net/>  
主催:メキシコ雑貨トベ  
お問合せ:e-mail/parasoru\_naha@yahoo.co.jp

**05.** 犬猫殺処分ゼロを目指して! つなぐフェスvol2.1  
日時:2017/4/16(日) 11:00~18:00※荒天中止  
場所:那覇市中心商店街にぎわい広場  
主催:TSUNAGUOKINAWAとつなぐフェス実行委員会  
お問合せ:e-mail/tsunagu.okinawa@gmail.com(ハタイまで)



「レシピ泥棒」  
きになるお店のレシピを  
こっそり教えてもらいます

日本酒多数  
取り揃えています!  
飲み比べも  
やっていますよ~!

外はカリッ中はしっとり!  
おつまみにもピッタリ!

## もずくの天ぷら

材料(1名分)  
・もずく(適量/一個一握りぐらい)  
・衣(小麦粉1:水1.6ぐらい)

- もずくを水洗いしながら、塩抜きをしたあと、キッチンペーパーでしっかりと水気をとりぬす。
- 衣をつくり、中に氷を入れてよく冷やします。そのあと、もずくを入れ、生地に絡めるように混ぜます。※衣はダマにならないようによくかき混ぜてね。
- 油を約180℃に熱したら、もずくを投入!
- もずくが浮き、泡の数が少なくなり、揚げ音が高温になってきたら出来上がり!

※衣を軽めにしたい場合は水の分量を増やしてね。

和日助(ワビスケ)  
住/那覇市松尾2-7-17 UIビル1F  
☎/098-917-0244  
休/水曜  
営/12:00~14:00(ランチ)  
17:00~23:00※ランチは水、木曜休み

※もずくの天ぷらは日により無い場合もあります。

あなたの知らない  
まちぐわー  
第5回

那覇市第一牧志公設市場の近くにあるにぎわい広場は、児童館もあり子供たちが遊んだり、休憩できる憩いの場所。ここににぎわい広場は第二牧志公設市場の跡地なんです。第二牧志公設市場は2001年3月に31年の歴史に幕を閉じた。今ある牧志公設市場に「第一」が付いているのは、「第二」があったからですね。

### 通りにいらっしや〜!

那覇のまちぐわーとは、第一牧志公設市場あたりを中心とする那覇市中心商店街地域の名称です。複数の商店街通りの集合体で迷路のようなこのまちぐわー、その通りを紹介します。

- 第一牧志公設市場**  
沖縄県の食材が一同に集まり「沖縄の台所」として60年以上の歴史を持ち、沖縄の食を体感できる、那覇最大の観光スポット。1階の店舗で好きな食材を買って2階の飲食店で調理してもらえる「持ち上げ」制度も人気。
- 牧志公設市場雑貨部**  
平和通りの中ほどにある化粧品、婦人服、雑貨、お直しの店、扇子などを扱う店舗で構成されている市場。最近では、ヘッドスパやフットマッサージ店が入り、地元客のリピーターのファンも増えている。
- 牧志公設市場衣料部**  
平和通り桜坂入口前にある全国でも数少ない呉服・着物の小売り専門店が集積している公設市場。京呉服、沖縄の織物、紅型、浴衣など、季節や行事、冠婚葬祭に合わせた着物が揃っている。着付けのお手伝いもいたします。

まちぐわーの歴史は人物に学ぶ

## マチグワー あんやたん!

昔のまちぐわーって、どうだったんだろう。どうやってこのまちぐわーは出来たのか。

五人目の語り手  
新天地市場西口 前原商店  
マエハラ トキ  
**前原トキさん**

ここで商売をやって50年以上は経つかな。もともとは旦那と旦那のお兄さんが新天地のこの場所でお店をやっていた。私は他の店舗で縫い知りをしていて、この市場で旦那と知り合って結婚したんだよ。水上店舗の建て替えの際にお兄さんが引退すると言ったから、旦那がそのままだと引き継いで、それが一緒にここで仕事を創めた。昔は卸専門で婦人服を売っていたけど、注文が間に合わないくらい忙しかったよ。よくここは浸水してね、洋服をダメにしたけど、たまたま売りを売ったよ。安いからみんなが買うので、わざと濡らして売る人もいたくらいだよ。この家主が良い人で、たくさんの人に幸せになって欲しい、みんなが生活出来るようにと二人の人はお店を大きく貸さなかつたよ。家賃も安くてくれてね。全盛期の時は、200名から300名の人がこの市場で働いていた。新天地で働いていた人はここで儲けて、別の場所で商売したり、みんな出世して金持ちになって出て行ったんだよ。

まちぐわーの情報発信「ゆっくる新聞 vol.5」無事に発行!バチバチパチ!  
今回の特集は「まちぐわー de 昼ごはん」。ご協力いただいたみなさまありがとうございます。和洋中、多国籍、軽めからしっかりまで、バリエーションが様々ですよ。ゆっくる新聞を片手にまちぐわー散策に来てください。道に迷ったらゆっくるにお立ち寄りください。道案内いたします!(ゆっくるスタッフ/はち)

編集後記

まちぐわーの情報発信「ゆっくる新聞 vol.5」無事に発行!バチバチパチ!

まちぐわー(商店街)内を安心して買い物や散策の出来る環境づくりを目的としています

まちぐわー(商店街)案内所 ゆっくる

住所/那覇市牧志3-3-4  
TEL・FAX / 098-943-2110  
営業時間/09:00~20:00(年中無休)  
・案内所・バリアフリーの多目的トイレ(オストメイト対応)  
・授乳室・一時休憩所

まちぐわー案内所 ゆっくる [WEBサイト] <http://machigwa.info>  
[FBページ] <https://www.facebook.com/yukkuru/>  
[お問い合わせ] E-mail: [yukkuru.biz@gmail.com](mailto:yukkuru.biz@gmail.com)

**LUNCH ランチ** しっかり食べたいとき!

- 喫茶ルイ(キッサルイ)**  
住/那覇市牧志3-1-12 2F ☎/098-866-3653  
営/11:00~19:00 休/第2・4土曜 喫/分煙  
●日替わりランチ(お食事には飲み物、ぜんざい付き) 600円
- フィッシャーマンズクラブ**  
住/那覇市牧志3-2-41 2F ☎/098-917-5307  
営/ランチ11:30~14:00、ディナー17:30~22:00  
休/月曜、第2火曜 喫/不可※外のみ  
●日替わりランチ(昼) 1,200円(税込) ※4月より平日1,300円、土日1,500円になります。
- プティマルシェ**  
住/那覇市牧志3-2-41 ☎/098-943-8532  
営/ランチ11:30~14:30、ディナー18:00~21:00(L.O.)  
休/火曜 喫/不可  
●ランチコース 2,500円(税別)
- さんご座キッチン**  
住/那覇市牧志3-6-10 桜坂劇場1F ☎/098-860-9555  
営/09:30~L.O.22:00 休/年中無休 喫/可※テラス席のみ  
●イッペコッペさんのパンとスープのセット  
ドリンクセット 650円、単品550円
- Chillri(チルリ)**  
住/那覇市牧志3-3-14 ☎/098-943-2611  
営/12:00~14:30、18:00~23:00 休/木曜、不定休月1回  
喫/可  
●盛岡冷麺 800円(ランチタイムは750円)
- 喫茶スワン**  
住/那覇市牧志3-5-1 2F ☎/098-862-6805  
営/12:00~20:00頃 休/不定休 喫/可  
●カレースパゲッティ(アイスコーヒーアイスティー付き) 650円
- さくら屋**  
住/那覇市牧志3-3-20 ☎/なし  
営/13:00~22:00(L.O.21:00) 休/水曜 喫/可  
●沖縄おでん(てびち入り) 定食(アイスコーヒー付き)
- 和食 要(カナメ)**  
住/那覇市壺屋1-7-20 ☎/098-861-6386  
営/ランチ12:00~L.O.14:00、18:00~L.O.22:00 ※金、土曜  
L.O.23:00 ※土曜はランチ営業なし 休/日曜 喫/不可※外のみ  
●海鮮丼 980円 ※日により内容が変わります。
- 金壺食堂(キンポシヨクドウ)**  
住/那覇市壺屋1-7-9 ☎/098-867-8607  
営/8:00~16:00(ハイキングは8:00~L.O.14:30)  
休/なし ※新正、旧正は休み 喫/不可  
●ハイキング 600円
- ぬちがふう**  
住/那覇市壺屋1-28-3 ☎/098-861-2952  
営/11:30~15:00(L.O.14:30)、17:30~22:00(コース  
L.O.20:00、アラカルト21:00) 休/火曜 喫/不可  
●ぬちがふう御膳 1,800円(税別)
- 自然食とおやつ mana(マナ)**  
住/那覇市壺屋1-6-9 ☎/098-943-1487  
営/11:00~17:00 休/火、水曜 喫/不可  
●ベジプレート 1,100円
- 楊の店(ヤンミセ)**  
住/那覇市牧志3-4-8 ☎/090-1944-7572  
営/12:30~21:00 ※ランチメニュー無くなり次第終了  
休/水、日曜 喫/可  
●ルーローファン定食 600円
- BookCafe 優しい気持ちで沖縄**  
(ブックカフェ ヤサイキモチデオキナ)
- 浮島ガーデン(ウキシマガーデン)**  
住/那覇市松尾2-12-3 ☎/098-943-2100  
営/ランチ11:30~15:00(L.O.14:00)、ディナー18:00~22:00  
(L.O.21:00) 休/木曜 喫/不可  
●鳥豆腐のベジタコライス まーさんセット(サラダ、デザート、ドリンク付き) 1,450円
- Trattoria SOMEYA(ソメヤ)**  
住/那覇市松尾2-6-18 ☎/098-894-8787  
営/12:00~18:00(ランチ) ※ディナーは予約制  
休/火曜 喫/不可  
●石垣牛ボロネーゼ パッパルデッレ 1,300円(税込)
- イタリア食堂 ha-na(ハナ)**  
住/那覇市松尾2-6-12 ☎/098-862-3073  
営/火~土曜12:00~14:00(L.O.13:30)、18:00~23:00  
(L.O.22:00) ※火曜はランチ休み、日曜12:00~15:00  
(L.O.14:00)、17:30~22:00(L.O.21:00)  
休/月曜、第1・3火曜 ※不定休あり 喫/不可  
●県産牛ボロネーゼ タリアテッレ(サラダ、胚芽パン、ドリンク付き) 1,000円
- 那覇カレーBAJO(バホ)**  
住/那覇市松尾2-11-11 ☎/070-5010-5356  
営/08:00~22:30 休/日曜 喫/可 ※分煙  
●ロースカツカレー 500円



和洋中なんでもありのまちぐわー!  
新しい行きつけのお店を見つけちゃおう!

# まちぐわーde 昼ごはん

「しっかりもかきめ」もまちぐわーにオマケ!

●SNACK 軽食 かるめ食べたいとき!

- PungaPonga(プンガポンガ)**  
住/那覇市松尾2-10-20 ☎/080-3153-4587  
営/11:00頃~20:00頃 休/不定休 ※要連絡 喫/可  
●フェジョアダ(ドリンク付き) 780円
- 赤とんぼ**  
住/那覇市松尾2-21-16 ☎/098-866-9535  
営/10:30~21:00 休/なし 喫/可 ※携帯灰皿を持参の方  
●タコライス(大) 550円、(中) 450円、(小) 350円
- 蛸屋本店(タコヤホンテン)**  
住/那覇市松尾2-22-17 ☎/098-865-5535  
営/13:30~24:00 休/月曜、第2火曜 喫/可  
●たこ焼き 350円
- 小さなピザ屋 まるや**  
住/那覇市壺屋1-1-1 水上市舗内第四街区A ☎/098-943-5503  
営/12:00~20:00 休/不定休 喫/可 ※外ならOK  
●おまかせピザ 700円
- パーラー タコス・タコス**  
住/那覇市牧志3-4-8 ☎/080-3960-6455  
営/12:00~21:00 休/火曜 喫/可  
●タコス&タコライスセット(小) 500円
- Zacca Cafe Spica(ザッカカフェスピカ)**  
住/那覇市壺屋1-1-14 ☎/098-867-0760  
営/12:00~24:00 ※月曜は18:00~  
休/木曜 喫/可 ※外のみ  
●ダッチペイビーハンケーキ ミックスベリーアイス 850円
- cafe プラヌラ**  
住/那覇市壺屋1-7-20 ☎/098-943-4343  
営/13:00~21:00 休/火、水曜 喫/不可  
●ミートソースドリア 600円
- KARIYUSHI COFFEE AND BEER**  
(カリユシコーヒーアンドビア)  
住/那覇市牧志3-2-39 ☎/098-917-5570  
営/11:00~24:00 休/水曜 喫/可  
●ハンバーガー 500~900円
- 喫茶カラース**  
住/那覇市牧志3-6-5 1F ☎/098-927-6508  
営/12:00~20:00 休/月曜、第4日曜  
喫/不可 ※バルコニーのみ  
●タコライス(スープ付き) R580円、S480円
- マンゴーカフェ木の葉(コノハ)**  
住/那覇市牧志3-2-43 ☎/080-6485-7589  
営/10:00~18:00 休/水曜 喫/一部可  
●タコライス 850円
- Panzerotti(パンツェロッティ)**  
住/那覇市牧志3-1-18 1F ☎/098-917-5859  
営/11:30~22:00(L.O.21:30)  
休/火曜、お盆、正月 喫/不可  
●マルゲリータ 450円
- LUCKY TACOS(ラッキータコス)**  
住/那覇市牧志3-1-11 2F ☎/098-943-4701  
営/10:30~22:00 休/なし 喫/可  
●タコス 300円
- 可呑屋お茶夢(コーヒーヤオチャム)**  
住/那覇市松尾2-9-5 2F ☎/098-863-0540  
営/08:00~19:00 休/日曜 喫/可  
●ミートスパゲッティ(トースト付き) 550円
- Bar B.G.M(ビージーエム)**  
住/那覇市松尾2-10-20 ☎/098-880-3081  
営/12:00~21:00 休/月曜 ※祝日の月曜は営業  
喫/不可 ※外のみ  
●日替わりランチ(スパゲッティ、リゾット) サラダ、お茶付き 700円
- 豪快!! 焼肉食堂 赤まる(ヤキニクショクドウアカマル)**  
住/那覇市松尾2-10-20 ☎/098-975-7720  
営/11:00~23:00(L.O.22:30) 休/なし 喫/可 ※店内  
●豪快定食 980円(税別)
- O'CREPE(オークレープ)**  
住/那覇市松尾2-16-12 2F ☎/098-868-3113  
営/11:00~17:00(L.O.16:30) 休/火、水曜 喫/不可  
●クリームチーズのマルゲリータ風ピザクレープ  
クレープ単品800円(セットメニューもあり)
- 喫茶いるか**  
住/那覇市松尾2-11-20 ☎/098-861-5359  
営/11:00~19:00 休/日曜 喫/可  
●サンドウィッチセット(コーヒーor紅茶付き) 700円

※掲載情報は2017年2月時点の情報です。掲載内容が変更になる場合もございます。※読者の都合上、掲載できなかった店舗もあります。 ※店舗により団体のお客様の対応が難しい場合もあります。事前にお電話にてお問合せください。