

まちぐわ〜(商店街)発信の情報誌。

MACHIGWA-INFO ゆるくる新聞



無料

2016.9
vol.2

ゆるくる新聞はまちぐわ(商店街) 案内所「ゆるくる」が発行しています。

癒

まちぐわ〜に
心も身体も
癒される
特集



MACHIGWA-INFO

まちぐわーイベント情報

Mission
まちぐわーの魅力を
撮影し投稿せよ!!

Instagram

01. 那覇まちぐわー 写真・動画コンテスト
那覇市牧志のまちぐわー(商店街)の魅力をテーマに写真か動画を撮影し、Instagramに投稿していただきます。写真・動画それぞれの入賞者には賞金が賞品を贈呈いたします。

- 期間:2016/10/1(土)~2017/1/10(火)
- 応募方法: Instagramの「まちぐわー案内所 ゆるくる」のアカウントをフォローし、作品名・撮影場所・アピールポイント・指定のハッシュタグ【#那覇まちぐわー写真コンテスト】か【#那覇まちぐわー動画コンテスト】を記載して投稿します。
- お問合せ:098-943-2110(まちぐわー案内所ゆるくる) 応募方法など詳しくは「ゆるくる」のホームページまたはフェイスブックページをご覧ください。

[web サイト] <http://machigwa.info>
[FaceBook] www.facebook.com/yukkuru/

まちぐわー(商店街)には楽しいイベントが盛りだくさん!
みんなでまちぐわー(商店街)に出掛けようや〜!

- 02. ウキウキきま大作戦!綱引き大会&プチ屋台村**
日時:2016/10/23(日)12:00~19:00
場所:浮島通り※富川金物店からシヤレの角までを交通規制
主催:那覇市浮島通り会 お問合せ:090-1512-5818(城間)
- 03. 第12回 壺屋やちむん通り祭り2016**
日時:2016/11/5(土)、6(日) 場所:壺屋やちむん通り
主催:壺屋やちむん通り会 お問合せ:098-866-6661(陶宝堂)
- 04. 犬猫殺処分ゼロを目指してつなぐフェスvol.2 日時:2016/9/18(日)11:00~18:00 場所:那覇市にぎわい広場
主催:TSUNAGUOKINAWAとつなぐフェス実行委員会 お問合せ:tsunagu.okinawa@gmail.com(はたい)
- 05. マチグワ写真スポットめぐり〜プロに教わるスマホで撮影術〜 日時:10/2(日)14:00~15:30
場所:まちぐわー界隈 主催:まちぐわー案内所ゆるくる お問合せ:098-943-2110
- 06. なつかりの写真展 日時:2016/10/22(火)~11/22(火)11:00~18:00
場所:水上店舗2Fギャラリー 主催:ガープ川商店街 お問合せ:098-863-7874
- 07. 第21回 ハロウィン仮装大会 日時:2016/10/31(月)14:00~17:00 ※1000名限定
場所:那覇市平和通り商店街 主催:那覇市平和通り商店街振興組合 お問合せ:098-863-1621
- 08. 平和通り 福獅子まつり 日時:2016/8月~2017/1/9(月)まで毎週土日14:30~16:00
場所:那覇市平和通り商店街 主催:那覇市平和通り商店街振興組合 お問合せ:098-863-1621

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

どゆる天、ジーマーミーも
手作りですよ〜!
食べにきてくださいね♪



あかさたさん

あかさたな
住/那覇市松屋2-11-11
☎/098-862-0129
休/水曜
営/11:00~19:30

沖縄料理の定番!!

フーチャンプルー

材料(1人分)
・麩 適量
・人参 3/1
・キャベツ小 6/1
・ポークコンビーフ 半分
・塩、こしょう、醤油、だしの素 少々

- 1 麩を水にひたして、強く絞って一口大にちぎる。
- 2 卵にだしの素、塩、こしょう、少々入れて、細かく刻んだにんくを入れて、麩と混ぜ合わせる。
- 3 サラダ油をフライパンにひき、先ほどの麩を炒めて、別のボールに入れておく。
- 4 サラダ油をフライパンにひき、たまねぎ、人参、キャベツ、もやしを炒める。その後、ポーク(コンビーフ)を入れて火が通ったら麩を入れて、最後に醤油を少々たらしたら出来上がり。

沖縄のくるま麩は
ふんわりしていて
フーチャンプルーに
うってつけ!!



出来上がり♪



アーケードを上から見る!!

公設市場組合長のご協力をいただき、特別に第一牧志公設市場の屋上へ!屋上から広がるまちぐわーの景色。アーケードを上から見ることは滅多にないことですよ〜。沖縄を支えてきた那覇のまちぐわーは建物も人も密度が濃いぞ!!笑

あなたの知らない
まちぐわー
第2回

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。

市場本通り

ドン・キホーテ角を入り第一牧志公設市場手前までの約140mの通り。菓子屋、餅屋が多く、今でも正月お盆になると年中行事には欠かせない郷土菓子を求めるお客で賑わう。近年は食べ歩きができる店が増えている。

市場中央通り・パラソル通り

国際通りから市場本通りを通り、第一牧志公設市場の十字路より浮島通りまでの約160mが市場中央通り。また、水上店舗を挟んだ通りをパラソル通りという。来街者やマチグワーの人々の憩いの場所になっている。

ガープ川中央商店街組合

水上店舗第二街区の組合。市場中央通り、パラソル通りが建物に面する。両通りを年末年始には色鮮やかなイルミネーションで賑わう。3年ほど前から2階ギャラリーで写真展なども開催している。

まちぐわーの歴史は人物に学ぶ

マチグワー あんやたん!

昔のマチグワーって、どうだったんだろう。どうやってこのマチグワーは出来たのか。

二人目の語り手
那覇市平和通り商店街 元副理事長
ごやよしひこ
胡屋 良彦さん

以前は「胡屋商店」という名前
で、平和通りで家庭用品を売って
いた。昔は「階がお店」で「階が住宅
というのがほとんどで、家族同士の
交流もあつて楽しかった。今は商店
街に住んでいる人も少なくなってい
るからね。平和通りの思い出は、ま
だ通り名前がなく、公募をかけた
今の「平和通り」の名前をつけ
たことかな。昔は映画館や娯楽施
設がたくさんあった。人は楽しい気
分になると財布のひもが緩む。雨
が降って川が氾濫して大変だったか
ら、それ以上の売り上げがあったか
ら、模合のお金は三日で全部使い
切ったさあ。「地パリー」もやっ
泊から地パリー用品を借りて、
歌も教えてもらった。仕事が終わっ
てから練習もやっただよ。練習しな
いと思が合わないからね。3、4年は
やっぱはず。常に何かをやらないと
通り会は成り立たない。地パリー
を復活しても面白いけどな。

編集後記



まちぐわーの情報発信『ゆるくる新聞 vol.2』が発行できました!パチパチ!2号目の特集は「癒し」。暑い毎日で疲れた身体と心をまちぐわーで癒しちゃってくださいね〜。今回もご協力いただきましたみなさまに感謝です。ありがとうございました!ゆるくる新聞を片手にまちぐわー散策に来てくださいね。道に迷ったらゆるくるにお立ち寄りください。道案内いたします!(ゆるくるスタッフ/はち)

まちぐわーの情報発信やっています!!

まちぐわー(商店街)内を安心して買い物や散策のでき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 ゆるくる

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 ゆるくる 検索 [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

healing 心の癒し 占い・ユタ

① さすらいの小田/運勢判断

占い 成人2,000円(高校生500円、大学・専1,500円)
住/那覇市牧志3-3-8 ☎/090-8622-5245
営/10:00~20:00(最終受付19:30) 休/水曜

② 手相占い/手相術

手相術 3,000円(高校生まで2,000円)
住/那覇市牧志3-2-62 ☎/090-5474-0880
営/12:00~※要確認 休/不定休

③ ヘルメス/タロット占い

タロット占い 2,000円
住/那覇市牧志3-1-1 ☎/090-6857-9132
営/要確認 休/不定休

④ 名宝院/手相・顔相占い・スピリチュアル

一般 3,000円
住/那覇市牧志3-4-1 ☎/090-9786-4609
営/12:00~19:00 休/不定休

⑤ アキ占いの館/運勢判断

鑑定料 2,000円
住/那覇市牧志3-4-1 ☎/090-5293-3560
営/11:00~17:00 休/なし

⑥ むん語り屋 龍閃(リュウセン)/ユタ

今視・透視 2,000円~
住/那覇市牧志3-5-7 ☎/090-8293-5593
営/要予約 休/不定休

⑦ 金玉(キンタマ)/ユタ

1時間 3,000円
住/那覇市牧志3-3-7 ☎/090-7393-6243
営/要予約 休/不定休

healing 心の癒し パワーストーン

⑧ LITTLE BOX(リトルボックス)

住/那覇市牧志3-2-58 ☎/098-861-1633
営/10:00~21:00 休/なし

⑨ STONE MARKET(ストーンマーケット)

住/那覇市牧志3-2-61 ☎/098-862-0982
営/10:00~20:00 休/1/1のみ

⑩ SANBASHI(サンバシ)

住/那覇市牧志3-1-16 ☎/098-951-3667
営/10:00~21:00 休/なし

⑪ 福富奇石(フクミキセキ)

住/那覇市牧志3-2-46 ☎/098-861-8896
営/10:00~19:00 休/第4日曜

⑫ セイミック沖縄

住/那覇市牧志3-2-43 1F ☎/098-863-0070
営/09:00~19:00 休/なし

⑬ Kocchi&Kocchi CHOUHICHIYA

(コッチアンドコッチ/長七屋のホタルガラス)
住/那覇市牧志3-1-12 ☎/098-917-2624
営/10:00~21:00 休/

⑭ フリーショップえびす(1号店)

住/那覇市牧志3-5-12 ☎/098-861-4464
営/11:30~21:00 休/要確認

⑮ フリーショップえびす(2号店)

住/那覇市牧志3-5-11 ☎/098-959-7782
営/10:30~18:00 休/要確認

⑯ ヒーリングストーン 我龍(ガリュウ)

住/那覇市牧志3-3-1 ☎/070-5273-9796
営/11:00~19:30 休/月曜、第4日曜

⑰ 虹の夢 Rainbow(レインボウ)

住/那覇市牧志3-3-2 ☎/098-863-2303
営/10:00~19:30 休/なし

⑱ アトリエ 君(キミ)

住/那覇市松尾2-10-20 ☎/098-861-1633
営/10:00~18:30 休/木曜

⑳ 葉子工房 島バナナ

住/那覇市牧志3-2-39 ☎/098-863-6821
営/09:00~19:00 休/不定休
・沖縄水ぜんざい 200円
(※テイクアウトのみ)

㉑ 琉球菓子処 琉宮(リュウグウ)

住/那覇市松尾2-9-14 ☎/098-862-6401
営/10:00~18:30 休/第3木曜
・特製夢色ぜんざい 600円

㉒ コーヒーハウス ぼえむ

住/那覇市松尾2-22-27 ☎/098-866-9777
営/平日09:00~20:00、土曜・祝日11:00~20:00
休/日曜
・珈琲ぜんざい 500円(アイス付き600円)

㉓ ROSE ROOM(ローズルーム)

住/那覇市松尾2-24-2 ☎/098-863-2783
営/11:30~21:00 休/日曜
・沖縄ぜんざい 400円(税込)

㉔ 黄金や(ウガンヤ)

住/那覇市壺屋1-7-5民衆ビル1F ☎/098-860-0805
営/15:30~23:00 休/月曜
・沖縄ぜんざい 400円(税込)

㉕ お茶処 いこい

住/那覇市牧志3-3-1 ☎/098-862-0331
営/10:30~18:00 休/不定休
・黒糖ぜんざい 300円

㉖ 珈琲喫茶オブリガード

住/那覇市松尾2-24-14 ☎/098-868-2012
営/10:00~18:00 休/日曜・祝祭日
・沖縄ぜんざい(HOT・ICE) 400円(税込)

㉗ JEF(ジェフ)

住/那覇市壺屋1-1-5 ☎/098-867-4941
営/9:00~20:00 休/なし
・シャベットぜんざい白玉もち入り(レギュラー) 349円

㉘ サライ

住/那覇市松尾2-5-2 ☎/080-5445-9872
営/15:00~22:00 休/日曜
・沖縄黒糖ぜんざい 300円(税込)

㉙ ウサ美コーヒー

住/那覇市松尾2-24-6 ☎/090-8357-6552
営/08:00~17:00 休/日曜
・ミルクぜんざい 250円



記号の見方

- トイレ
- 授乳室
- 多機能トイレ
- AED
- オスメイト対応多機能トイレ及び授乳室
- 銀行・ATM
- 喫煙所
- 駐車場
- 一方通行
- 公園・緑地
- 建物など
- 100 歩くからの距離
- バス停

healing 身体の癒し マッサージ エステ・整体

まちぐわ〜癒しMAP
まちぐわ〜で心も体も癒されちゃうにや

36 足もみフットe
マッサージ(20分) 1,000円~
住/那覇市牧志3-5-19 ☎/090-4256-3434
営/10:30~18:00 休/不定休

37 開南整骨院(カイナンセイコウイン)
針治療(基本) 1,000円~※那覇市の国保チケット利用可
住/那覇市松尾2-17-19 ☎/098-863-1765
営/平日09:00~12:00、14:00~19:00
土曜・祝日9:00~12:00、14:00~17:00 休/日曜

38 もみほぐしりょう庵(リョウアン)
骨盤矯正 1,000円
住/那覇市牧志3-3-1 ☎/なし
営/11:00~19:00(最終受付) 休/月曜、第4日曜

30 ARJYNA 国際通り牧志店(アルジュナ)
全メニュー60分以上は500円引き
住/那覇市牧志3-2-64F 2F ☎/098-943-6400
営/11:00~00:00 休/なし

31 ケンコーランドポラリス整体院
オーラマッサージ(15分) 2,000円~
住/那覇市牧志3-5-7 ☎/080-6495-3535
営/13:00~20:00 休/なし

32 かりゆし整体
全身もみほぐし(60分) 3,210円(税込)
住/那覇市牧志3-5-2 昭和店舗B ☎/098-867-2527
営/12:00~22:00 休/木曜

33 あしもみHIP(アシモミヒップ)
30分 1,000円~
住/那覇市牧志3-3-9(八軒通り) ☎/080-6496-5554
営/12:00~21:00(最終受付20:00)※要予約 休/火曜

34 ライフ整骨院
基本料金 初診1,280円(3割負担)、650円(1割負担)
住/那覇市松尾2-24-3 ☎/098-863-6454
営/平日10:00~12:30、14:30~19:30
土曜10:00~12:30、14:30~16:00※木・土曜の午後は保険外の予約診療優先 休/日曜、祝祭日

35 ヘア&エイジングエステサロン ラ・サンサリテ
ボディフェイシャル(90分コース) 10,000円~
住/那覇市壺屋6-5(102) ☎/080-1772-5218
営/10:30~19:30※要予約 休/火曜

39 第一牧志公設市場 雑貨部
住/那覇市牧志3-3-4 ☎・営・休・店舗により異なります

- 化粧品店あり フェイシャルマッサージ 1,000円 ☎/098-863-4888 営/10:00~19:00 休/日曜
- 資生堂さくら フェイシャルマッサージ 1,000円 ☎/098-866-6827 営/10:00~19:00 休/日曜
- 玉城化粧品店 フェイシャルマッサージ 1,000円 ☎/098-863-4565 営/10:00~19:00 休/日曜
- 長浜化粧品 フェイシャルマッサージ 1,000円&1,500円 ☎/090-4470-3312 営/12:00~18:30 休/第4日曜
- ヘッドスパリモージュ 頭のもみほぐし 1,000円 ☎/080-1748-7778 営/11:00~19:00 休/不定休
- ボク色の風工房 足・身体マッサージ(60分) 2,000円 (ボクイロ/カセコウボウ) ☎/090-4351-5752 営/10:00~20:00 休/第4日曜

healing 甘い癒し 沖縄ぜんざい

25 お茶処 いこい
住/那覇市牧志3-3-1 ☎/098-862-0331
営/10:30~18:00 休/不定休
・黒糖ぜんざい 300円

26 珈琲喫茶オブリガード
住/那覇市松尾2-24-14 ☎/098-868-2012
営/10:00~18:00 休/日曜・祝祭日
・沖縄ぜんざい(HOT・ICE) 400円(税込)

27 JEF(ジェフ)
住/那覇市壺屋1-1-5 ☎/098-867-4941
営/9:00~20:00 休/なし
・シャベットぜんざい白玉もち入り(レギュラー) 349円

28 サライ
住/那覇市松尾2-5-2 ☎/080-5445-9872
営/15:00~22:00 休/日曜
・沖縄黒糖ぜんざい 300円(税込)

29 ウサ美コーヒー
住/那覇市松尾2-24-6 ☎/090-8357-6552
営/08:00~17:00 休/日曜
・ミルクぜんざい 250円