

特集

発酵食品をたずねて「粟国島特集 第一弾」

# そてつ味噌

今月ご紹介する発酵食品は「そてつ味噌」です。  
沖縄県粟国島をたずね、ソニツの実の粉を使って  
作る味噌を取材してきました。  
今月・来月と、2号続けて粟国島からの特集です。

## 日本が一番 小さな旅客機

那覇市の北西約60キロメートルに位置する粟国島は、周囲が約12キロメートルというとても小さな島です。今回、この島で作られる「そてつ味噌」を求めて、粟国島へと向かいました。

那覇空港へ到着後、小さなバスに乗り、那覇空港の滑走路北側先端まで、ぐるっと回って15分。目の前に見えるのは通称「アイランダー」と呼ばれる、日本で一番小さな9人乗り旅客機です。那覇空港から粟国空港までは1日3便。不定期の運航

ですが、約25分の空の旅を楽しめます。

なんと今回の乗客は私たち2人だけで、貸し切り状態でした。飛行機の中は座席が2列に分かれており、指定された席に座ります。パイロットの後ろ側から、操縦の様子もしっかり見ることが出来ます。

目線が低いため、まるで自分が滑走路上に立っているかのよう錯覚します。二つのプロペラが回り、加速し始めると間もなく、フワッと機体が宙に浮き、あつという間に、私たちは海の上に出ました。プロペラの音は大きいですが、その音を忘れてしまうほど、目の前に広がる

る幻想的な海の美しさに圧倒されてしまいました。あいにく雲が出ており、「真っ青な空」ではありませんでしたが、300〜450メートル上空からエメラルドグリーンに輝く「チービシ環礁」を見下ろすことが出来ました。晴れた日にはクジラやイルカ、カジキなど海の生き物も見られるそうです。広い海を独り占めしている、そんな気分になることが出来ました。

## 南国暮らしに 欠かせないソテツ

粟国空港に到着後、島内を移動すると、あちこちでソテツを目にします。



1

①エメラルドグリーンに輝く「チービシ環礁」。右は搭乗した「アイランダー」のプロペラ  
②操縦中のベテランパイロット ③粟国空港着陸直後の様子。弊社加藤がパイロットさんにインタビュー中  
④大規模修繕中だった粟国村離島振興総合センター



2



3



4



①「あそこのソテツがいいだろう」とご紹介くださった、手入れのされたソテツ ②二つに割って干した「ソテツの実」  
③粟国農漁村生活研究会・加工部 ④加工部の安谷屋英子さん。手前は、奥の機械で②を挽いた白い粉

南国ムードを象徴するソテツは、本州でも公園やロータリーで見かけることも多いでしょう。大きいものでは8メートルにもなると言われています。

南国の海岸近くの岩場に自生するソテツは昔から「捨てるどころがない」と言われるほど、葉は燃料に、実は食糧にと重宝されていました。  
ソテツには雌花と雄花があり、5月頃に雄花の花粉を雌花が受粉すると、9月末頃に実をつけ10月頃収穫できます。人の手によって授粉すると、大きな赤い実がたくさんつきます。その数、一つの花から多いものでは400個にもなるそうです。

飢饉の時など、南国の暮らしには食糧としても欠かせないものでした。

### ☐ 毒が消える解毒発酵

ソテツの実には豊富なデンプンが含まれていますが、有毒物質も含まれており、そのまま食べるとう中毒になってしまいます。赤いソテツの実を収穫したら、これを二つに割って30日間、天日に干します。その後は水に浸し、朝晩水を取り換えながら、空気中から侵入した微生物で1週間発酵させます。この発酵のおかげで、毒が抜けるのだそうです。これを水でよく洗い、再び干して乾燥させ、粉末



状にします。

### ☐ 「そてつ味噌」の作り方

この解毒したソテツの粉を使って作られるのが「そてつ味噌」です。昔は家庭や集落で作られたそうですが、現在では自家製は少なくなり、一部の加工所で作られています。

今回お話を伺ったのは、粟国農漁村生活研究会・加工部の安谷屋英子あだやえいこさんです。

前日煮て冷ましておいた大豆60キログラムに、米麴・ソテツの粉・塩を混ぜ合わせ、ミンチのように挽きます。まるで洋菓子のモンブランのようです。再度挽いたら固まりをつぶしながら

ら、樽の底から順番に詰めていきます。重いものを動かすことも多く、とても重労働ですが、皆さん手際よく作業を進めていました。

三つの樽に味噌が詰め終わると、「うまく発酵しますように」「いい味噌ができますように」と魔除けの「サン」を結んで置きました。この「サン」とは、ススキ科の植物の葉を結んだもので、葉っぱのトゲが魔物をはらってくれるのだそうです。沖縄では、魔物（マジムン）が来ると病気になったり、事故にあったり、また食べ物も早く腐らせてしまうと考えられています。今でも、手作り

のお供え物を持ち歩く時などは「サン」を行うのだそうです。

2日後、蓋をしたら夏場は5ヵ月、冬場は10ヵ月ほど常温で発酵させます。その後、10度の低温倉庫に移し熟成させ、仕込みから約1年が経つと「そてつ味噌」が完成します。

できあがった味噌をなめてみましたが、一般的な味噌より塩気が少なく、少し甘みがありました。このそてつ味噌は、沖縄料理である豚肉を使った甘い「油みそ（アングダンスー）」に欠かせません。

### □ 受け継がれる母の味

加工部は、前身のグループか

ら数えて35年の歴史があり、数々の賞も受賞しています。部員は現在13名。粟国島の主に70代の主婦の方が中心となって運営されています。毎日、4〜5名ほどで出勤シフトを組み、活動しています。「そてつ味噌」のほか「もちきびかりんとう」「黒糖ようかん」などの、島の特産品を製造・販売しています。

毎年、中学2年生の「職場体験」や小学生の「見学&体験」が行われ、ハロウィン、クリスマスといった季節の行事には、給食のメニューに加工部で作ったお菓子も登場するそうです。壁に貼られた、たくさんの写真や子どもたちの手紙を見ると、



1

①大豆に、ソテツの粉末の入った米麹を入れる ②大豆と、麹をよく混ぜる  
③混ぜ合わせた味噌の原料を、専用の機械で二度挽きする ④二度挽きした若い味噌。この後、熟成させる



3



4

MAP



いかに地元の子どもたちに愛されて  
いるかがよくわかりました。どの商品も島のお母さんが愛情込めて作った、素朴でほっとできる優しい味なのです。

文：加藤真紀子  
(芸術研究企画室)  
写真：佐竹香代  
(通信販売事業室・本誌編集長)



- ① ススキ科の植物の葉を結び「サン」を作ってみせてくださった
- ② 悪魔が手を出してきませんようにと、祈りの気持ちで「サン」を置く
- ③④ 手作りで充填・封をして「そてつ味噌」の完成 ⑤ 今回お世話になった「プチホテル いさ」さん



● 粟国農漁村生活研究会・加工部

■ 住所 沖縄県島尻郡粟国村字東1088  
■ TEL 098-988-2059

● プチホテル いさ

■ 住所 沖縄県島尻郡粟国村字浜452  
■ TEL 098-988-2588 ■ FAX 098-988-2589

● 第一航空

■ URL [http://www.dai1air.com/first\\_flying/](http://www.dai1air.com/first_flying/)  
■ TEL 098-859-7801 (沖縄) 098-988-2314 (粟国)

● フェリーあぐに

■ 住所 沖縄県島尻郡粟国村字東367 粟国村役場船舶課  
■ TEL 098-988-2495



黒糖ようかん