



南大東島 まるごと 食暦

あーさんど

*気象データは平年値
気象庁気象統計情報による

祭リ・行事

サトウキビ

オオコウモリと 餌植物

いきもの

花・鳥・昆虫 海のいきもの

魚類

甲殻類

貝類

自生

野菜

果菜

根菜

果物

葉菜



■=漁業組合で買える魚
南大東島では漁協で扱われる「大もの」のみ。マグロ、サワラ、ナワキリ、それにセイヤカ。加えて、まれにあげるカジキ、イナダ(ヤマナガ)、アカハタ(アカハタ)など。それ以外の魚は、島の人が自家消費で釣る。

★=刺身がおいしい魚

海もヤマもチャンプルー

島の周囲の海は南海の魚と本土の魚の両方がみられ、黒潮の魚も、沖縄本島でみられる魚もすむチャンプルーな海。畑にはダイコンとシマダイコン、ニンジンとシマニンジン、またゴーヤやモロヘニなど沖縄野菜が揃えられ、そこに島の新しい特産品となっているカボチャ畑。チャンプルーな海やヤマの食材は多彩です。魚の名前も、沖縄の名と八丈由来の名前の両方が使われています。

例: シチューマチ (●, ●アオセ) 沖縄名: シチューマチ 八丈名: アオセ

●=和名
●=沖縄での呼称
▲=八丈島での呼称

釣りシーズン到来!

季節風がおさまリ、マンビカーが船から見えるようになったら、釣りシーズンの到来! 海水温が上がってエサの食いぐよくなり、また台風シーズン前まで海が安定している4月~6月いっぱい。

大きなものは20kg、体長1mという巨大イカ。巨体でも味は繊細。肉厚の身は刺身、ソテー、揚げもの、炒めものなど、どんな料理でもおいしい。ミミヤツもあえ物など、冷凍しておけば、時短がたつほど楽になる。

イセエビ 保全のために漁期が定められている。解禁期間は8/1~3/31

ヤシ漁

追い込み漁。南大東島で、唯一、網でとる魚。10人くらいがグループになって、魚を網に追い込む。刺身、天ぷらのほか、塩漬にして保存し豆腐などにのせて食べるなどおいしい。製糖期が終わった後に若者が集まって行ったという。磯の遊びである。

