



RICCA  
URASOE  
2019  
VOL.2

浦添を楽しむ地域体験イベント「りっか!浦添」  
浦添の新しい魅力を発見する30日間  
▶▶ 2019年11月1日(金)-11月30日(土)

浦添の「楽しい」を集めたら、  
新たな<sup>むりぶし</sup>群星が生まれました。



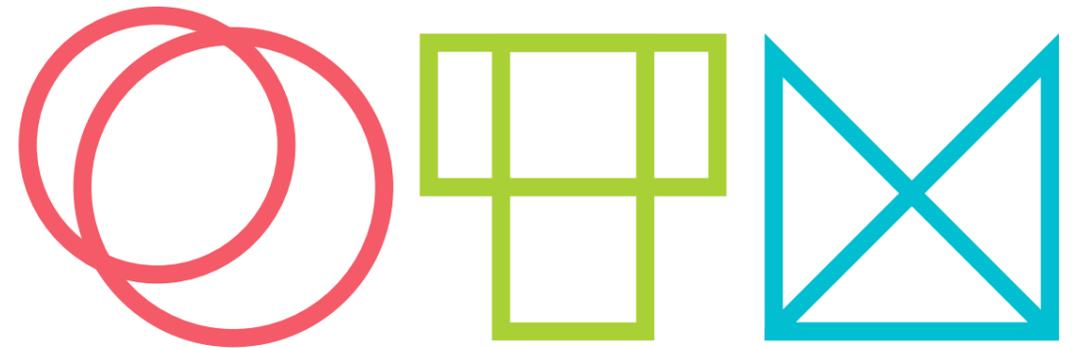
公式サイト

国立劇場おきなわ

主催：一般社団法人りっか浦添 後援：浦添市、浦添商工会議所、屋敷組通り会 編集：settenlab株式会社 発行：2019年9月27日 連絡先：〒901-2131 浦添市牧港2-4-1 浦添電材内 ☎098-879-3501  
mail: info@riccaurasoe.com 公式サイト: https://riccaurasoe.com 表紙モデル: 2018 ぐだこレディー 文吉 真帆

TOYOTA

島に愛を、車に夢を。

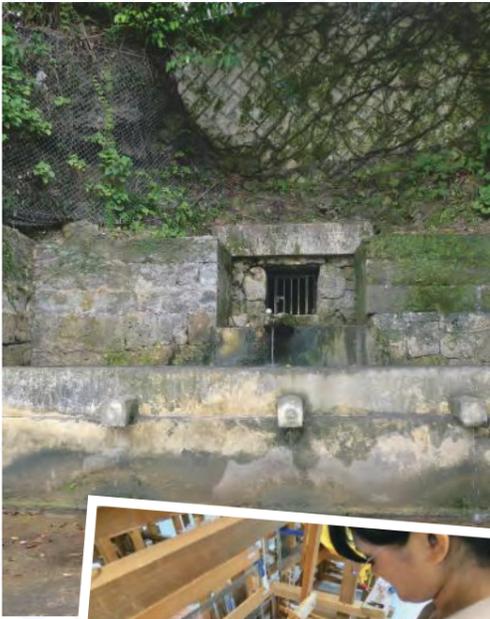


OTM GROUP



沖縄トヨタ自動車 沖縄トヨペット トヨタカーラ沖縄

ネッツトヨタ沖縄 トヨタレンタリース沖縄 OTM



でも、それだけではない浦添の魅力  
 浦添のまちをまるごと  
 宝箱に見立ててちりばめました。  
 浦添の初めてに出会える感動体験。  
 特別な30日間のプログラムに  
 「りっか！浦添」



透き通るような青い海と空  
 すべてを照らすまばゆい太陽の光  
 琉球のはじまりを知っている深い緑の木々  
 悠久のときを経て受け継いできた  
 浦添の宝物



# お申込方法 (参加するには)

10月13日(日) 13時から受付開始

各プログラムに参加するには、事前のお申込が必要です。  
お申込は、以下のいずれかの方法でお申込下さい。  
(お申込方法はプログラムによって異なります。)

## 1 公式WEBサイトからお申込

各プログラムの予約フォームよりお進みください。



【りっか!浦添公式WEBサイト】  
<https://riccaurasoe.com>

りっか浦添 検索

※スマートフォンからもお申込いただけます。

## 2 お電話でのお申込

各プログラム下欄に記載のお申込先へお電話ください。  
お電話が混み合うことも予想されます。  
あらかじめご了承ください。

※受付は先着順です。締切前でも、定員に達し次第締切となります。  
※プログラムによりお申込期限が異なる場合があります。よくご確認ください

## ! キャンセルについて

やむを得ずプログラムに参加できなくなった場合は、前日の正午までにお申込先のWEBサイトまたはお電話まで必ずご連絡下さい。

※プログラムにより条件が変わる場合がございます。詳しくは、各プログラムのキャンセル方法をご覧ください。

## お申込・参加に関する注意点

### ① 予約

- 「りっか!浦添」への参加には、事前の予約が必要です。但し、応募締切までに定員に達したプログラムについては、応募を締め切らせていただきます。
- 参加者が最少催行人数に満たないプログラムについては、中止となる場合があります。

### ② 自己責任

- 参加者は自己責任で「りっか!浦添」にご参加ください。一般社団法人りっか浦添(以下、事務局)は、各プログラムでの怪我や病気、事故などについて一切の責任を負いません。

### ③ プログラム主催者の指示

- プログラム主催者及び事務局の指示・注意事項は守って下さい。
- 他の参加者又は会場近隣住民などに対する迷惑行為があった場合は、参加をご遠慮いただくことがあります。

### ④ 法令の遵守

- 国の定める法律を遵守してください。
- 屋外のプログラムについては、道路交通法・交通ルール・マナーを守ってください。
- 飲酒運転は法律で禁じられています。

### ⑤ 参加費及び参加制限

- 参加費が発生するプログラムは、当日現地払いとなります。(一部、事前お振込のプログラムもあります。)
- プログラムによっては、大人料金と子供料金の設定があります。
- 中学生以上は大人料金、小学生以下は子供料金です。子ども料金の設定がない場合は、一律大人料金です。
- 小学生以下の方は必ず保護者同伴でご参加ください。

### ⑥ プログラムの中止及びコースの変更

- 天候の悪化によりプログラムの開催を中止、又は内容を変更する場合があります。
- ※プログラムを中止するときは、主催者より参加者にご連絡します。

### ⑦ 服装、持ち物

- 各注意事項をご確認のうえ、プログラムに適した服装でお越しください。
- ※屋外を歩くプログラムについては、スニーカーなど歩きやすいお履物でご参加ください。
- ※各プログラムについて、注意事項をご参照のうえ、防寒具や雨具をご持参ください。
- ※万一来て、健康保険証のコピーをご持参ください。

### ⑧ 飲食

- 食品アレルギーがある方は、事前に主催者へお申し出ください。

### ⑨ 撮影

- プログラム当日は主催者や事務局が撮影する場合があります。撮影した写真は、パンフレットやホームページ、SNSなどに掲載する場合があります。

### ⑩ キャンセル

- やむを得ずキャンセルする場合は、前日の正午までにWEBサイトまたはお電話にて必ずご連絡ください(プログラムにより条件が変わる場合があります。詳しくは、各プログラムのキャンセル方法をご確認ください)
- 各プログラムの電話番号は、予約完了メールか体験プログラムページ(電話予約コースのみ)に掲載されています。

### ⑪ その他

- 次に該当する場合には、事務局の判断により、ご参加をお断りします。
- 暴力団またはその関係者など反社会的勢力と認められる場合  
その他「りっか!浦添」への参加が不適切であると認められた場合。



WHAT IS RICCA URASOE

## りっか!浦添とは

琉球王都発祥の地、浦添。  
古琉球の歴史と新しい都市開発の  
息吹が交錯する太陽(てだ)の町で、  
浦添を想う有志が立ち上げた  
一般社団法人りっか浦添が  
市内事業者と共に創る、  
浦添の魅力を束ねた  
30日間の体験型イベントです。

史跡めぐりや観光名所を  
たずねるだけじゃない、  
今だけ、こっだけ、あなただけの  
とっておき体験でお出迎えします。

案内人は、浦添のことを  
愛してやまない街の商人たち。  
市内全域で開催される伝統・文化、識る、  
食、健康、交流の様々な体験プログラムには、  
すべてに「浦添の歴史」が  
テーマとして刻まれています。

悠久の歴史の中で  
受け継がれた技や知恵。  
百花繚乱、浦添の宝箱の中から、  
あなたにぴったりの  
体験を見つけてください。



NO. 04

古き良き時代の残る屋富祖。  
話題のお店、穴場のお店を3店舗ハシゴしよう！  
屋富祖を知り尽くした通り会会長がご案内  
「屋富祖千ぶらツアー」

新たな取組みで注目を集めている屋富祖。行ってみたいけど行けなかったあなたに朗報！屋富祖を知り尽くす案内人が、穴場のお店をハシゴ酒でご案内。戦後、米軍や軍作業の地元民で賑わった古き良き面影と新しい顔。店主との出会いあり、笑いあり、サプライズ在り。そんなディープな屋富祖の街をおちやめなガイドと共に飲み歩きますか？

開催日時 11月1日 金・11月15日 金・11月22日 金 19:00~21:30

参加費 5,000円(3店舗分千ぶら飲み代&ガイド込み) 定員 5名

会場 屋富祖公民館前集合！/浦添市屋富祖3-1-1 近隣有料

参加予約 りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。

備考 未成年者不可(当日は身分証の提示をお願いすることがあります)  
雨天決行ですが、天気予報を確認の上歩きやすい服装でお越しください。  
飲酒後の運転は、絶対にしないでください。10分前集合です。

案内人 歴代最年少☆ 屋富祖通り会会長 銘苅 現役マスター最年少☆ bar Charis 代表 松島



NO. 05

沖縄にいながら非日常を体験し尽くした後、ホッとする場所  
泊まって!ゆくって!アクティブに楽しむコンドミニウム

琉球国発祥の地で暮らすような旅をしてみたい!  
そんな声にお応えて、遂に浦添市内にコンドミニウム&戸建てのホテルが誕生しました! ディープな浦添にダイブした後は、まるで浦添市民のようにステイ☆地元ならではの目線で見たオススメスポットもマップでご案内!  
これまでの沖縄旅行では味わえなかった新しい感覚を堪能してください!

開催日時 11月1日 金 ~ 11月30日 日 チェックイン 15:00~20:00  
チェックアウト ~11:00

参加費 14,000円~(税別)

※1棟貸し料金 ※清掃別途¥9,000 ※物件・日付により変動します。

定員 4名~12名 お問合せ 拓実住宅/浦添市宮城1-28-3 無料

参加予約 りっか!浦添ウェブサイトからお申込後、弊社から空室状況についてご連絡いたします。満室の場合は別日程のご提案も可能です。  
料金は現地にて頂戴いたします。電話:098-870-4005  
①Hotel Haabesu Okinawa(ホテルハーベスオキナワ):浦添市宮城1-23-1  
②Stay inn Yafuso StyleA・B(ステイインやふそスタイル):浦添市屋富祖2-29-27  
注意事項:キャンセルポリシー(キャンセル料金)があります。  
【キャンセルポリシー】  
当日100% / 前日100% / 2日前50% / 7日前30%

案内人 (有)拓実住宅 崎山 泰秀 (有)拓実住宅 営業事務リーダー 新里 紗弥子



NO. 02

テーブルを囲み食で浦添とつながる!  
いっしょに食べよう!  
屋富祖ロングテーブル2019

家族、友人、恋人、同僚、そして、今まで知らなかった方と出会い、ロングテーブルを囲んで楽しい時間を共有するりっか!主催の特別企画☆  
この日のために特別に、屋富祖オードブルをご用意!(お酒は各自で持参または現地調達ですm(\_ \_)m)  
屋富祖通りをジャックし、大空の下で開催する市民による市民のための宴にみんな集まれ~♪

開催日時 11月30日 日 17:00~18:30

参加費 1,500円

定員 100名

会場 屋富祖通り 近隣(コインパーキングをご利用ください。飲酒運転は厳禁)

参加予約 FAXまたは、りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。  
【FAX】098-877-4677 ※11/22締切

備考 雨天の場合は会場を変更いたします。  
また、荒天の場合は中止とさせていただきます。



NO. 03

温故知新!新しい結のカタチ☆  
現代版モーアシビーで明日へのエネルギーをチャージ♪

古くから伝わる伝統的な遊びのうち、仕事を終えた若い男女が野原や海辺で歌舞を楽しみ明日への活力を養ったモーアシビー。エイサーやカチャーシーの母胎とも言われています。  
T-NEXTでは、お店のディスコ設備を活かして現代版モーアシビーを再現しちゃいます☆音楽と踊り(=歌舞)を楽しみながら、素敵な出会いに心も躍らせてみませんか?

開催日時 11月3日 日 18:30~21:30

参加費 男性:4,800円/女性:2,500円

※お料理5品・飲み放題

定員 男性:30名/女性:30名

会場 DISCO T-NEXT/浦添市屋富祖3-6-5(2F) 近隣(コインパーキング)

参加予約 お電話でご予約ください 090-1179-0403(金子)  
受付時間:13時~21時

案内人 T-NEXT owner&DJ 金子 崇

オリオンビール × りっか!浦添 × 屋富祖  
コラボレーション企画

屋富祖でオリオンビールを飲んで写真を撮りUPして  
素敵なプレゼントを当てちゃおう☆

NO. 01

※コースターサンプル

オリオンビール浦添アンバサダー2019

15  
グランドインディアン

★★★ りっか!浦添 屋富祖

**体験1**  
あつめる  
★★★

期間中、屋富祖の参加店舗でオリオンビールを注文すると、お店の名前とナンバーが入った期間限定オリジナルコースターをプレゼント☆  
コンプリートすると何かいいことがあるかも♪

**体験2**  
映える  
★★★

注文したオリオンビールとももらったコースター、そして料理やお店、あなたの笑顔などをフレームインして、#オリオンりっか2019でTwitterまたはInstagramにUPしてみよう!  
リゾートホテルのペア宿泊券が当たっちゃうかも☆

オリオンビール(株)

### 参加店舗一覧

- 1 炳ばたバル伝心/ 2 多目的ダイニングBARかりす/ 3 居酒屋 はな火/
- 4 スカイラウンジDASH8/ 5 炭taka(たん・たか)/
- 6 鉄板とロティサリーチキンの店 Aprecio ~アプレシオ~/
- 7 おきなわばんざい/ 8 横丁BAR かしこ/ 9 屋富祖酒場 あしだ屋/
- 10 ヤフソチキン/ 11 レコードバー アナログ/ 12 酔ねこの酒場 兎とおこ/
- 13 カラオケ酒場アバター/ 14 うおらん/ 15 グランドインディアン/
- 16 ブランド肉と旬の鮮魚と古酒の店 秀/ 17 カラオケBAR マーケット/
- 18 T-NEXT/ 19 Dining Tommy/ 20 Barマ・クルール/ 21 Bar MiNT/
- 22 SMOKY CAT/ 23 O1ステーキ/ 24 Music BAR B.B./ 25 つまみ処 宮/
- 26 カラオケBar くうちゃん/ 27 Music BAR BROS/ 28 あきちゃん/
- 29 カラオケももたろう/ 30 琉珉珉 < 順不同 >

オリオンビール×りっか!2019×屋富祖のコラボレーション企画!

#キャンペーン  
オリオンビール浦添アンバサダー2019

期間中、屋富祖の参加店舗でオリオンビールご注文の方に、今だけ、ここだけのオリジナルコースターをプレゼント☆  
さらに、ビール、コースター、料理をフレームインした写真に「#オリオンりっか2019」でSNSにUPしてくれた写真のなかから、最優秀作品にはオリオンビールからペア宿泊券を贈呈しちゃいます!さらに抽選で50名様にも参加賞アリ!  
最優秀賞は11月30日開催の「2. 屋富祖ロングテーブル」で発表します!  
りっか!だけの特別企画、是非参加してくださいね♪

開催日時 11月1日 金 ~ 11月30日 日

参加費 なし(店舗ごとに飲食代をお支払いください)

定員 期間中、各店先着700名

会場 屋富祖地区の参加店舗(左記)

近隣(各店舗近隣のコインパーキングをご利用ください。飲酒運転は厳禁)

参加予約 不要(対象の店舗に直接来店ください)



本物の黒糖づくりと味を体験しよう！

仲宗根黒糖



もう戻ることのできない“本物の黒糖”への誘い  
希少！純黒糖づくり体験

かつて県内のあちこちで見られた黒糖を炊く風景。今ではすっかり機械化されていますが、本当に美味しい黒糖を生み出す作業は機械で置き換えられるほど簡単なものじゃないんです！今回、原材料のさとうきびにもこだわり抜く案内人と一緒に、本物の黒糖づくりと本物の味に出会っていただきます☆  
もう、この純黒糖から離れられなくなるかも！

●体験の流れ：さとうきび濃縮汁をさらに煮詰める→型に流し込み→カット→できたて試食会！

**開催日時** 11月2日 9:00~11:00  
**参加費** 1,000円 **定員** 8名  
**会場** 仲宗根黒糖／浦添市経塚466-1 無料(8台)  
**参加予約** 電話申し込み 098-878-2060 ※ご予約受付 9時~18時(日曜日を除く)  
**備考** エプロン・軍手をご持参下さい

**案内人** 仲宗根黒糖 代表者 仲宗根 聡

NO. 06



カットスタジオ エクシード

オーナーのコレクション・アイデア雑貨が溢れる秘密の映えスポット☆  
「アメリカ世から大和の世」  
時代の流れを感じるカットスタジオでゆんたく会

何の変哲もないように見えるカットスタジオの扉は、時空を超えたタイムマシン。  
オーナーが19年かけて集めた米軍統治時代や本土復帰時代のレトロ雑貨があなたのお越しをお待ちしています。  
オーナーとのゆんたくを楽しみながらワンコインシャンプーでリフレッシュ体験はいかが？ ダイエットするとお得になる特別企画も同時開催中☆

**開催日時** 11月1日 金 ~ 11月30日 土 【所要時間】約30~60分  
10:00~19:00(月曜定休) ゆんたく量に応じて時間伸び縮みあり

**参加費** 500円 (シャンプー体験・またはブラシをプレゼント♪)  
**定員** 1日3名  
**会場** カットスタジオ エクシード／浦添市城間4-11-3(1F) 無料  
**参加予約** 電話申し込み 098-874-1372 ※ご予約受付時間10時~18時(月曜定休)

**案内人** 創業26年。カットスタジオ エクシード  
オーナー 豊里 智



福社、医療、教育、健康、生活...  
誰もが安心して暮らしていける社会を目指して。  
たくさんの笑顔をお届けしたい。  
たくさんの笑顔が届いたら、  
ありがたうを伝えたい。

Smile & Thank You!

偕生会ネットワーク  
kaiseikai-nw.com

社会福祉法人偕生会 / 株式会社偕生ケアサービス  
かいせいクリニック / 株式会社スマイルサポート / 株式会社立川フードサービス  
株式会社積徳商事 / 学校法人成道学園 / 一般社団法人スポーツプロジェクト  
株式会社ベイスオブスポーツ / 株式会社セカンドキャリア / H&Bクリニック



NO. 08

新城工作所

憧れの楽器・三線を弾いてみませんか？  
ワンコイン三線教室

軽快でリズムカルな音色で琉球人のみならず内地人の心をも癒してくれる三線。  
王朝時代に伝来した楽器を、当時の琉球人の体型にあわせてチューニングするなど独自の進化を遂げてきた三線は、まさに琉球の歴史そのもの！  
新城工作所では昨年大好評だったワンコイン三線教室を再び開催します☆  
憧れの三線を手軽にマスターできるチャンス到来♪

**開催日時** 11月1日 金 ~ 11月30日 土 【所要時間】約60分  
9:00~17:00(日曜・祝祭日を除く)

**参加費** 500円  
**定員** 随時受付  
**会場** 新城工作所 工場2階／浦添市大平1-28-9 無料(2台)  
**参加予約** 電話申し込み 098-878-2661 (日曜・祝日定休)  
お電話の際に「りっか!浦添を見た」とお伝えください。  
**備考** お問合せ：平日10時~18時まで

**案内人** 新城工作所 部長 喜屋武 幸元



ゆいレール浦添前田駅で発見！  
浦添のシンボルマーク

10月に延伸したばかりのゆいレール「浦添前田駅」にはもう足を運びましたか？そして紫色の駅名の隣や壁に施されているちよっとカラフルな幾何学模様は気が付きませんでしたか？  
もしかすると、あのマークは何を意味しているんだろうと疑問に思っただけかもしれない。実はこれは、琉球紅型の祖型とも言われる「浦添型」に施されていた文様をアレンジしたもので、浦添型は、琉球王朝の時代よりずっと前、15世紀の古琉球と呼ばれていた頃

の染物なんですって。大正時代まで、浦添地区で暮らす50歳以上の女性には浦添型の衣服を着用していたそうです。日本中の人が憧れる紅型のルーツが浦添にあって、しかも最近まで実用されていたなんて、こんなにすごいことってそうないですよ！なので、敬意を表してこのパンフレットにも浦添型の文様をあしらわせていただきました☆  
今はまだあまり知られていない浦添型とその文様が、いつか浦添市民にとっての誇りやアイデンティティへと育ってくれるはず♪





**NO. 15**  
 毎日使うものだから、あなたの拘りを作品に表現してみよう？  
**世界に一つしかないオリジナルレザー小物づくり**  
 革の醍醐味は、丈夫で長持ちだけでなく、あなただけのカラーに染まるエイジング☆  
 毎日使うレザー小物（メモカバーとペン立て）を、浦添特産「うらそえ織」の生地とコラボすることで、世界に一つしかないあなただけの作品を制作します。  
 日常のシーンで本革を身近に感じ、刻々と変化する革の表情を思う存分楽しんでみませんか？

**開催日時** 11月12日 火・11月19日 火 13:00～15:00

**参加費** 3,000円 **定員** 3名

**会場** レザーベース バイブライン店／浦添市伊祖4-18-1伊祖ビルII 101  
 無料(4台)

**参加予約** 11月1日(金)12時～17時の間、店舗にて電話受付(先着順) 098-943-4874  
 ※料金は当日現地に頂戴致します。

**案内人** レザーベース 代表者 赤嶺 武規



**NO. 13**  
 浦添市の特産品、うらそえ織でオリジナルのショールを作ろう！  
**昔ながらの紡毛機を使って手紡ぎ糸づくりと、自然の色が楽しめる、ショールはた織り体験**  
 絹の光沢と軽さ、手引き糸の空気を含んだやわらかな質感と自然な色味が魅力の「うらそえ織」。  
 今回は、紡毛機を使った糸づくり、はた織り機を使ったショール織りを通じ、先人の知恵に触れ、草木染めについても学びます。用意したタテ糸にお好きなヨコ糸と体験した手紡ぎ糸を入れ、28cm×150cmのオリジナルのショールをつくりましょう。

**開催日時** 11月1日 金～4日 月、11月6日 水～9日 土  
 11月12日 火～17日 日、11月19日 火～24日 日  
 11月27日 水～30日 土 各日 9:30～16:00

**参加費** 18,000円

**定員** 1名ずつ

**会場** 浦添市養蚕絹織物施設サン・シルク2階／浦添市伊奈武瀬1-7-2 無料

**参加予約** りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。

**案内人** うらそえ織協同組合 理事 宮里 ミチヨ  
 うらそえ織協同組合 理事 平良 容子



**NO. 11**  
 浦添発☆目の前でつくる黒糖のふわふわのわたあめ  
**日本でここだけ！  
 珍しい黒糖の“ふわふわ”わたあめを味わおう！**  
 長らく琉球経済を支えてきた黒糖が、垣花食品の独自技術でふわふわのわたあめに変身！  
 材料はもちろん県産黒糖100%なので、お土産にも喜ばれています☆  
 鼻からスーッと抜ける黒糖独特の香りと優しい甘みはやみつきになること請け合いですよ♪  
 浦添から誕生したここだけの黒糖わたあめを、この機会に一度味わってみませんか？

**開催日時** 11月12日 火・11月27日 水  
 ①14:00～15:00 / ②15:30～16:30 / ③17:00～18:00

**参加費** 10円(一銭まちや一価格☆) **定員** 50名

**会場** 垣花食品／沖縄県浦添市勢理客3-4-13 無料(1台)

**参加予約** 電話申込み 098-988-8193 (10:00～17:00/土日祝定休日)

**案内人** 垣花食品 代表者 垣花 力男



**NO. 09**  
 芸能の宝庫 竹富島の芸能を体感してみませんか？  
**民俗芸能公演  
 組踊「父子忠臣」～竹富島仲筋村～**  
 組踊上演300周年の節目を迎えた2019年。  
 国立劇場おきなわでは、国指定重要無形民俗文化財に指定される八重山諸島の種子取祭で多彩に繰り広げられる芸能のなかから、竹富島・仲筋村に伝わる組踊「父子忠臣」とあわせて、棒舞や舞踊、狂言「鬼捕り」をお届けします！  
 島の香りあふれる芸能の数々を堪能してくださいね♪

**開催日時** 11月24日 日 14:00～16:00

**参加費** 一般：3,200円 ※国立劇場おきなわ友の会会員：2,560円

**定員** 席数619席(要チケット事前購入)

**会場** 国立劇場おきなわ大劇場／浦添市勢理客4-14-1 無料(209台)

**参加予約** 国立劇場おきなわチケットカウンター(10時～18時)又は劇場ホームページにて購入

**案内人** 国立劇場おきなわ 事業課課長 伊波 清秀

**組踊上演 300周年**

**沖繩ツーリストは、文化芸術の振興を通じた豊かな社会づくりを応援します**

**48** 訪日客受入 万人の実績  
 We welcomed 480 Thousand Inbound Tourists in 2018

**One Two Smile OTS 沖繩ツーリスト**

本社：那覇市松尾1-2-3  
 ●旅行部 ●レンタカー部

営業本部・販売部 ☎(098)857-2222 | 経塚シティ ☎(098)871-1000



**NO. 14**  
**伝統と現代、工芸とアート、過去と未来のチャンブルー  
 おきなわマトリョーシカストラップ絵付け体験**  
 沖縄の伝統や文化をいつも自分のすぐそばに置いておきたい！そんなあなたのニーズにお応えして、felizでは石敢當や花笠、エイサーなどを可愛くデザインしたストラップをご用意しました☆今回はそのストラップを、あなた好みの色で仕上げ、あなただけの作品にできちゃいます☆  
 ペンでの色付けなので、小さい子でも心配なく楽しんでもらえますよ♪

**開催日時** 11月2日 土・3日 日・9日 土・23日 土  
 ①11:00 / ②13:00 / ③15:00

**参加費** 2,200円

**会場** サンエーバルコシティ沖繩宝島／浦添市西洲3-1-1(1F) 無料

**定員** 5名

**参加予約** りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。

**備考** 小学低学年以下は保護者同伴をお願いします。

**案内人** フェリース 町田 まどか | イラストレーター チョッチャン



**NO. 12**  
**オールドファン垂涎のあの味が限定復活！  
 復活！  
 ピザハウスオリジナル「ミラノ風ビーフシチュー」**  
 アメリカ世からAサインレストランとして親しまれ、たくさんの人生と交わり歩んできたピザハウス。  
 今回は特別に、1970年代に愛されたミラノ風ビーフシチューがランチで限定復活！自慢のデミグラスソースのなかで泳ぐトロトロ牛肉と野菜、そして、そのうえでとろけるたっぷりのチーズは、まさに黄金色の幸せそのもの☆  
 オールドファンには懐かしい、ニューカマーには新しい。今だけ、ここだけの味をご堪能ください♪

**開催日時** 11月1日 金～11月30日 土 ※土日祝日を除く平日の11:30～15:00 ※火曜定休

**参加費** 2,200円 **定員** 1日20食限定

**会場** ピザハウス／浦添市港川2-20-5 無料

**参加予約** お電話でご予約ください。098-875-3939 (受付 11:30～15:00/18:00～21:00) ※火曜定休

**案内人** ピザハウス 代表取締役社長 坂本 昭司



**NO. 10**  
**時代を超えた7演目の競演！  
 琉球舞踊りっか!スペシャルプログラム☆**  
 ニライカナイに夢を馳せながら、豊稔を祈り、明日への活力のために踊った琉球の祖先たち。  
 今回は琉球舞踊の古典からカチャーシーまで網羅した、充実の7演目100分の特別公演をあなたにお届け☆開催場所はもちろん、地元組踊に長く親しんできた前田公民館ですよ♪玉城流てだの会が贈るスペシャルな時間で琉球舞踊に親しんでみませんか？

**開催日時** 11月30日 土 15:00～16:40

**参加費** 1,000円(りっか!特別価格) ※小中学生以下無料

**定員** 50名

**会場** 前田公民館／沖縄県浦添市前田1-28-7  
 なし(住宅街につき、地域住民のご迷惑にならないようモノレールなどをご利用下さい)

**参加予約** 直接お電話でお申し込みください。090-1949-2277(玉城携帯) ※午前10時から12時まで受け付けております。

**案内人** 浦添市文化協会 会長 玉城 千枝



NO. 19

### 創業35年の相談ノウハウを活かす 身長を伸ばしたい！ 小学生から簡単にできる成長期対策

かつて、沖縄は骨になりやすい食事を摂る骨元気民族だった！でも現代の子も達はカルシウムが不足していて、今のライフスタイルで必要量を補うのは難しくなっています。  
今回のワークショップでは、沖縄の伝統料理や食文化を振り返りながら、現代でも効率的にカルシウムを摂取できる方法を学び、実際に試飲します。Let's骨活！

開催日時	11月2日 土	16:00~17:00	11月13日 水	14:00~15:00
	11月6日 水	14:00~15:00	11月16日 土	14:00~15:00
	11月9日 土	14:00~15:00	11月20日 水	18:00~19:00

参加費 300円 定員 6名

会場 いは薬局／浦添市城間3-1-1 駐車可(ご予約時にお電話でお伝えします)

参加予約 りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。

備考 持ち物:当講座を予約する冒険心と300円

案内人 いは薬局 若旦那 伊波 重徳



NO. 17

### 速く正確に読むコツ、教えます！ カンタン速読体験で目指せ！パワーアップ！

速読ってなあに？  
あまり知られていませんが、速読の効果は文章を速く読めるようになるだけではないんです！注意力、記憶力が向上したり、運動が得意になったりと言われるんですよ！一石二鳥どころか百鳥くらいの効果が期待される速読を身につけることができる簡単トレーニングを特別に出張で教えちゃいます☆  
王朝時代、世界の架け橋として各地から知が集まった浦添だからこそ、この地から目指せパワーアップ！

開催日時	11月10日 日・11月30日 土	各日 10:00~15:00
------	-------------------	----------------

参加費 10分コース：500円(当日申込)  
60分コース：1,400円(「りっか!浦添」ウェブサイトからの事前申込は優先予約&さらに100円引きで1,300円)

定員 8名/1回(10分~60分サイクル)

会場 サンエーパルコシティ沖縄宝島／浦添市西洲3-1-1(1F) 無料

参加予約 りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。  
※お問合せはお電話でお気軽に！【藤枝塾】098-943-5738

備考 持ち物：向上心

案内人 BLC藤枝塾 塾長 藤枝 雄治 SRJ(日本速読速聴協会) 沖縄担当 岩切 惇



NO. 20

### 古琉球の歴史を活かし、浦添の未来を拓く！ 浦添が輝いた時代 あなたの知らない古琉球の歴史を学ぶ会

かつて琉球の中心として栄えた浦添。あなたは古琉球と浦添の関係をどれくらいご存知ですか？歴史研究家で浦添市立図書館館長の上里隆史先生をお招きし、浦添市で古琉球の歴史を活用していく可能性を学びます。  
今回の講演会は地域デザイン学会の一環として開催しますが、浦添の未来を考えていく貴重な機会なので市民の皆さんとも共有したいと考えました。気兼ねなくご参加くださいね！

開催日時	11月16日 土	13:00開場 / 13:30開会 / 15:00講演終了
------	----------	-------------------------------

参加費 無料

定員 45名

会場 浦添市てだこホール 多目的室2／浦添市仲間1-9-3  
浦添市カルチャーパーク内の駐車場を利用可

参加予約 りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。



NO. 18

### 初めて出会う 浦添の夕焼け、一番星、 海の夜光生物を見つける感動体験 いざ出航！浦添サンセットクルージング

琉球交易発祥地である浦添の海から歴史を学び、先人たちも見つめてきたであろう落陽に想いを馳せながら、発展した現代の浦添を海から眺望します。夕暮れ時の一番星や海の夜光生物などの出会いも！今だけ、ここだけ、あなただけの感動体験をお贈りします☆

【行程】18:40宜野湾マリーナ集合→19:00出航→20:00帰港

開催日時	11月2日 土・11月9日 土・11月29日 金	16:00集合 / 16:30出港 ~ 18:00帰港
------	--------------------------	-----------------------------

参加費 4,000円 / 高校生以下1,000円(但し、要保護者同伴)

定員 8名

会場 宜野湾マリーナ集合／宜野湾市真志喜4-4-1 近隣有料

参加予約 りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。

備考 海は天候が変わりやすいので当日の15時に決行か中止の判断をします。16時に宜野湾マリーナ集合です。当日は、波がかなり濡れる可能性があります。濡れても良い服装でご参加ください。念のため、雨具の用意をお願い致します。

案内人 船長 謝敷 寛 代表取締役 銘苅 俊一



NO. 16

### ウミガメのエサやりとサンゴの苗作り体験



### ~100年先もキレイな海を~ サンゴの苗作り体験 ウミガメなどの生き物たちとも触れあえる

琉球の歴史を海から見守ってきたサンゴ礁。今、開発によってサンゴ達は傷ついています。  
そんなサンゴを守るための施設では、養殖サンゴの苗をつくったり、どうやってサンゴを守っているのかを知ることができますよ☆  
また、海の危険生物を間近で見たり、ウミガメやナマコとのふれあいなど、今だけ、ここだけの特別体験が満載です☆

開催日時	11月1日 金 ~ 11月30日 土	9:00~17:00 【所要時間】約60分
	※日曜・祝日を除く、土曜は9:00~12:00	

参加費 大人(中学生以上)：1,000円 / 小学生：300円  
小学生未満(4歳以上)：100円 / 幼児(4歳未満)：無料

定員 50名程度

会場 沖縄開発水産養殖研究センター／浦添市牧港5-22-6 無料

参加予約 お電話申込 098-875-4477  
空状況確認後、申込書にてお申込みいただけます。  
料金は現地にて頂戴いたします。

案内人 沖縄開発水産養殖研究センター・スタッフ



南国沖縄ならではの風味をお楽しみあれ！



麺屋 ちばとおーんど

NO. 21

南国の香り豊かなつるりん麺！  
月桃菜麺とコーグァーシーの新たな出会い  
期間限定  
「月桃 菜麺」(げっとうさいめん)を楽しむランチ  
あなたは琉球王朝時代の宮廷料理・菜飯(サーファン)をご存知ですか？  
浦添麺処の老舗・ちばとおーんどでは、コシのある月桃麺をベースに、菜飯から  
ヒントを得て五色具を乗せた特別メニュー「菜麺」をご提供☆  
NPOあきみよ監修の月桃コーグァーシーも期間限定でご用意します♪  
あなたはきっと歴史から生まれる新たな歴史の証人になる！

11月1日 金 ~ 11月30日 土 12:00~15:00 ※木曜定休

参加費 880円  
定員 10名  
会場 麺屋 ちばとおーんど/浦添市勢理客2-10-14 無料(4台)  
参加予約 電話申し込み 090-9785-7465 (10時~12時) ※木曜定休

案内人  麺屋 ちばとおーんど 代表 知念 輝雄



NO. 22

ベーカリー・アルペンローゼ

クリスマスまで待てない！  
今だけ！ここだけ！浦添シュトーレンのお裾分け  
琉球大航海時代の扉を開けた察度王。その舞台となった浦添にて棚商いするアルペンローゼから、期間限定、浦添限定の「浦添シュトーレン」が登場☆  
桑のお酒で漬けたんだ柑橘類や、北海道胆振東部地震で被災した厚真町産のハスカップを練り込んでいます！  
浦添ならではの交易力で実現した特別なスイーツ、クリスマスに向けてまずはお試しあれ♪

開催日時 11月1日 金 ~ 11月30日 土 10:00~19:00 ※日曜・祝日を除く

参加費 550円  
定員 数量限定  
会場 ベーカリーアルペンローゼ/浦添市伊祖3-13-9 無料(4台)  
参加予約 直接店舗にお越しください。  
ご注文が多い場合は、予めお電話ください【098-878-3008】

案内人  まちのご意見番☆  
アルペンローゼ 代表 山城 興光

快適な生活環境づくりに  
奉仕する技術集団



ワイズプランナーズ  
住まいをもっと。暮らしをもっと。人生をもっと。

豊富な経験でプランニング  
豊富な経験で「分譲マンション」のプランニング(設計・企画)を行っています。  
「建物」+「そこに住まう人」=「住まい」  
どういった建物を建てることができるのか、どういった人たちが住まう建物にしたいのか  
住まう人たちにとっての「最適」と販売する会社(事業主)の「最適」を繋げます。

お問い合わせは 098-860-0330



NO. 23

クリスタルLAB

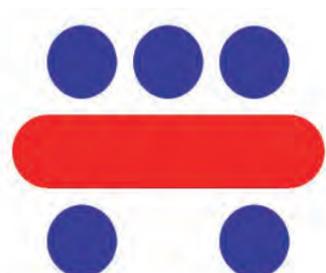
週3沖縄そばいけるけど、自分で作ったことが無い人!手作りしましょ~  
浦添特産桑茶を配合した「沖縄そば」を作って  
食べる♥浦添三大王統ゆかりのSPOT-MAP付  
ていーだ王こと英祖王ゆかりの地・浦添で、太陽の恵み「島桑」を配合した沖縄  
そばを手作りしてみませんか?  
うちらぶKitchen厳選の無添加食材をベースに、デトックス効果の高い桑茶を  
加えた特製そばで、ココロとカラダを整えましょう♪  
今回は近場の歴史スポットを掲載したマップを特別配布!英祖王の力が加われば料理の効果もUPするかも☆ 【所要時間】約100分

開催日時 11月3日 日 ①10:00 ②13:00 11月4日 月 ①10:00 ②13:00  
11月15日 金 ①13:00 11月23日 土 ①10:00 ②13:00

参加費 大人: 3,300円 / 子ども(小学生以上): 1,100円  
※材料費、テキスト代込み  
定員 6名 会場 うちらぶ Kitchen/浦添市牧港1-64-7 無料(4台)  
参加予約 りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。  
備考 持ち物:エプロン、お手拭き、筆記用具

案内人  うちらぶKitchen主宰/発酵マイスター/浦添市食生活改善推進員  
園田 めい

快適な生活環境づくりに  
奉仕する技術集団



興南施設管理(株)  
代表取締役社長 屋良 学

〒901-2131 沖縄県浦添市牧港一丁目60番6号  
TEL: 098-877-7269 / FAX: 098-878-6566  
URL: http://www.konan-sk.co.jp/

FS66932/ISO 9001:2015  
OHS522173/OHSAS 18001:2007  
(労働安全衛生マネジメントシステム)





**NO. 27**

必食! タレをつけなくても美味しい餃子  
創業50年の歴史と味!  
ウチナンチュのお腹と心を満たしてきた沖縄餃子

沖縄餃子の元祖・琉珉瑛が満を持してりっか! に参戦!  
浦添特産の島桑を使った「桑っちー焼き餃子(6個)」に、ドリンク3杯がセットになった、期間限定の特別千ペロ企画で皆さんをお待ちしています☆  
普段は買えない冷凍桑っちー餃子(12個)も期間中だけ税込300円でお福分け。  
冊封使がもたらした包子の文化が、今や沖縄餃子として香港やマカオへと逆輸出!  
世界が認める逸品を、是非この機会にお試しあれ!

**開催日時** 11月1日 金 ~ 11月30日 土 16:00~19:00 ※日曜定休

- 参加費** 1,000円 **定員** 無くなり次第終了
- 会場** 酒場琉珉瑛/浦添市屋富祖2-16-12 車なし
- 参加予約** 直接店舗にお越し頂き「りっか! 浦添」とお伝えください。
- 備考** 冷凍桑っちー餃子(300円)のみの販売も行ってまいります。前日までにご連絡下さい。  
【工場】098-862-0178 ※受付8時~12時(水・日定休)

**案内人** 酒場琉珉瑛  
店長 友寄よしの

琉球泡盛  
**久米島の久米仙®**



**NO. 26**

もしも皆さんに気に入ってもらえたら定番化もアリ!  
バジル香る 甘酒シークワサージェラート

世界が認めるやんばるジェラートから限定商品をお届け☆  
前回りっか! では学生とコラボ開発の5商品を試食してもらいました。そのとき一番人気だった勝山シークワサー×甘酒に、ジェラートマエストロのアイデアでバジルを加え琉球とイタリアのチャンブルーを実現☆  
柑橘の香りなのに甘酒の芳醇、そしてバジルのキレ。未体験の味を是非!

**開催日時** 11月1日 金 ~ 11月30日 土 10:00~22:00 ※無休

- 参加費** 400円
- 定員** 50名 / 各日
- 会場** やんばるジェラート バルコシティ店/沖縄県浦添市西洲3-1-1(1F) 車無料
- 参加予約** 直接店舗にお越し下さい。「りっか! 浦添」とお伝え下さい。
- 備考** アルコールは含まれておりません。

**案内人** やんばるジェラート・ラボウス店  
ジェラートマエストロ 米盛 勝也

「ヒト」「モノ」  
「ココロ」を  
うごかす。

私たちはシンバネットワークです。

**SYMBA HOLDINGS** シンバホールディングス株式会社  
**あんにん** 株式会社 あんにん  
**SHOPS** 株式会社 ショップス  
**DEVICE** 株式会社 デバイス

**車輦館** 株式会社 車輦館  
**オー・シー・オー** 株式会社 オー・シー・オー  
**QAT** 沖縄空輸株式会社  
**Clair** 株式会社 くれえる沖縄

<http://symba.jp/>



**NO. 25**

全国料理コンテスト大臣賞5冠のゆうづき大将が  
島桑を全7品目にアレンジ  
浦添特産 島桑でランチを楽しもう!  
ヘルシー「浦添桑づくし御膳」

前回大好評のプログラムを本場で初披露! 「沖縄機能性食品」に認定された特級島桑と大臣賞5冠を達成したゆうづき知念大将の夢のコラボが実現! 超一流の腕が超一流の素材を使って、見目麗しく色鮮やかな小鉢、お造り、煮物、焼き物、揚げ物、蒸し物、寿司の全7品目を振る舞います。料理ごとにアレンジされた島桑のまろやかさと風味をご賞味ください。

**開催日時** 11月6日 水・11月13日 水・11月20日 水・11月27日 水

- 参加費** ランチ 1,500円
- 定員** 10名
- 会場** ゆうづき本店/浦添市内間4-17-1 車無料
- 参加予約** 前日までお電話でのご予約限定。「桑御膳」でご予約ください。098-879-5570

**案内人** ゆうづき  
大将 知念 司

**ARG**  
ARCHITECTURAL  
RESEARCH  
GROUP

一級建築士事務所  
**株式会社 エー・アール・ジー**  
会 長 国吉 真正  
代表取締役 池間 守

沖縄県浦添市大平 2-19-11  
T e l 098-877-5556  
M a i l arg@arg2000.co.jp  
U r l <http://www.arg2000.co.jp/>



**NO. 24**

季節ごとに変わる新しいデザート/老舗割烹が贈る  
人気の和定食ランチとオリジナル桑の葉スイーツ

古くから薬草として用いられ、健康植物として重用されてきた桑の葉。割烹ちばなからは、その桑の葉をベースに、当店自慢のパティシエが丹精込めて作りあげた「焙煎桑茶の香ばしプリン」「島桑のパウンドケーキ」のいずれかお好みのスイーツを、人気のランチメニューとセットでご提供☆  
特別な装いのランチで味覚の秋をお楽しみください!

**開催日時** 11月1日 金 ~ 11月30日 土 12:00~15:00 ※月曜定休

- 参加費** ランチ 1,628円
- 定員** 1~4名
- 会場** 割烹ちばな/浦添市城間4-27-6 車無料(10台)
- 参加予約** 直接店舗に「りっか! 浦添コース」とお電話でお申し込み下さい。料金は現地にてお支払い下さい。098-878-0306(受付: 10時~21時まで)
- 備考** ランチ ラストオーダー 14:00

**案内人** 割烹ちばな  
二枚目二代目 知花 一史

★ わった一那覇飯 ★  
**グランプリ受賞**  
琉球酒場  
**てびち屋本舗**

ご予約・お問い合わせはお気軽に  
**098-867-7177**

那覇市松山1-13-1 月~土:17:00 ~ 4:00  
日:17:00 ~ 1:00



あったかメレンゲとひんやりアイス大人のスイーツ

王妃に捧げるスイーツ

琉球の歴史を彩る王の傍ら、その活躍を支えてきた王妃たち。そんな王妃たちにも光をあて、リスペクトの気持ちをスイーツで捧げたい!というコンセプトのもと、伝心では渾身の一作をつくりあげました!  
王の情熱を炎で、王妃の愛をアイスの甘みと包み込むメレンゲで表現☆このふたつがお客様の目の前で出会ったとき、新たな味覚が誕生します♪  
親しい仲間や大切な人とインスタ映え間違い無しの特別なひとときを過ごしませんか?

開催日時 11月1日 金 ~ 11月30日 土 17:30~翌1:00 ※月曜定休

参加費 935円 (その他飲食代は別途いただきます)  
定員 1日限定3食  
会場 炬燵たバル 伝心 / 浦添市屋富祖2-15-2 近隣有料(2台)  
参加予約 直接店舗にお越しください。  
備考 スイーツはアルコール有、運転手には提供できません。

案内人 炬燵たバル 伝心 代表 田場 秀光



王の祈りに捧げられた本物の若水をあなたにもお裾分け

琉球国王に献上していた若水で泡盛と食を楽しむ夕べ

琉球王朝時代、新しい節目を迎える際に若水を汲んで祈りを捧げる儀式がありました。その採水地のひとつが沢岬樋川だったことはご存知ですか?  
たくし屋では期間限定で、その若水をつかった寄せ豆腐をご用意!さらに泡盛ご注文の際には、縁起のいい嘉瓶(ゆしびん)に若水をセットしてご提供します☆  
王府の習わしでああなたの節目や門出を迎えませんか?

開催日時 11月1日 金 ~ 11月30日 土 17:30~24:00

参加費 ご注文に応じて現地払い 定員 なし  
会場 くいものBAR たくし屋 / 浦添市沢岬1-46-5 エコマックス21ビル(1F) 無料  
参加予約 お電話にて「りっか浦添」とお申込みください。098-879-2246(店舗電話) 16時~23時受付可能  
備考 「若水」は、食品衛生法に基づき熱処理済みですので衛生上問題ございません。安心してお召し上がりください。

案内人 創業19年 くいものBAR たくし屋 代表者 玉城 功

古琉球人はロマンチスト? グスクに差し込む神秘の光

冬至の日に浦添グスクから太平洋を望むと、神の島・久高島から昇る朝日が見られるのをご存知でしたか? 冬至の太陽が東の空を染め、やがて王墓ようどれのアーチ門のなかに現れると、闇のなかに光を放つ風景が現れます! この幻想的な演出には、どんな意味が込められているのでしょうか?

へ戻り、再び穴から生まれると考えていたそうです。

ようどれの構造は、その動きをオマージュしたという説が! 久高島を望みながら東の急坂を下り、暗しん御門のトンネルをくぐるまでが地底トンネルの様子。暗しん御門から出た眩しい二番庭がニライカナイの世界、そしてアーチ門を越え王墓のある一番庭が太陽の生誕する穴。つまり、アーチ門のなかに太陽が現れる様子は、ニライカナイの穴から太陽が生誕した瞬間を演出しているのでは、という説です。

1年で最も昼間が短い冬至は、太陽の力が最も衰えます。太陽の末裔である琉球国王の力も、太陽とともに衰えたと信じられていました。その再生と復活を願うため、冬至には盛大な儀式が行われていたそうです。古琉球人は大地が平らで、太陽は久高島の東の彼方・ニライカナイの穴から生まれると信じていました。そこから生まれた太陽は大地に活力を与え、やがて西の海へと沈んでいく。夜には地底のトンネルを通って東の穴

これが本当かどうかは確かめる術もありません。でも、とつてもロマンティックな話です! 今年冬至はようどれで古琉球に思いを馳せましょう!

必要な時に、必要な商品を  
適正な価格でご提供いたします。

県産品を心で包むお手伝い。



〒901-0305  
糸満市西崎町4丁目7番  
TEL (098)992-1616  
FAX (098)992-1155

人にやさしく  
環境にやさしく  
ガス器具で快適な暮らしを。



<営業種目>  
●プロパンガス販売 ●ガス器具販売取付  
●GHP(冷暖房用ガスクーラー)販売取付  
●住宅設備機器・厨房用設備機器施工販売

〒901-2134  
浦添市港川500番地の15  
代表取締役社長 比嘉 良文  
TEL:098-877-5468 / FAX:098-878-3928

不動産売却ならマチナト興産の無料査定!!



地域に根ざして35年  
仲介・新築・リフォーム  
何でもご相談ください。

098-879-8050

fax / 098-876-2693  
mail / info@machinato-kohsan.co.jp  
営業時間 / 9:00~18:00 定休日 / 日曜・祝日

〒901-2133 沖縄県浦添市字城間3019番地  
https://www.machinato-kohsan.co.jp/



株式会社 琉珉珉

代表取締役 比嘉 竜児

〒901-2127 沖縄県浦添市屋富祖2-16-12  
TEL: 098-878-9656  
URL: http://www.ryu-minmin.com/

人数に合わせて楽しいプログラムを提案します



(株)ミューホールディングス



天気も日焼けも経験も気にならない!隙間時間でもしっかりスポーツ☆  
手軽に気軽にテニスを楽しみましょう♪  
疲労回復「やんばるジェラート」セット

空調管理された屋内でテニスを楽しみながら爽やかな汗をかきませんか?  
初心者向けのコーチングから、本格派向けのゲームまで、テニスを幅広く楽しめますよ!  
団体での参加もちろん大丈夫です☆  
体を動かして気持ちいい汗をかいた後は、不足したビタミンを補うため、世界が認めた「やんばるジェラート」をオーナーからプレゼント♪

**開催日時** 11月29日 金 19:00~21:00 【所要時間】約120分  
**参加費** 500円 **定員** 20名  
**会場** Aja Urban Arena(アジャ アーバンアリーナ)  
浦添市勢理客4-19-7 沖縄スバルビル4階 無料(70台)  
**参加予約** お電話での申込となります。11/22(金)までにお申込みください。  
098-943-3288  
受付時間:月~土曜日 9:00~21:30/日・祝日 9:00~18:30

**案内人** Aja Urban Arena 支配人 宇都宮 俊隆  
Aja Urban Arena マネージャー 新垣 直也



**NO. 31**  
**Let's 筋活!**  
**個別指導!正しいウォーミングアップ法と筋活習慣**  
今も昔も、健やかな暮らしを送るには一定の筋力が必須!スタジオエクラでは、トレーニングを学びつづけた案内人から、正しいウォーミングアップ法を個別に学べますよ☆  
エクササイズの前には、玉城朝薫の墓までウォーキング!身体の動きまで計算していた組踊の始祖を参ることで、より一層の効果が期待できちゃうかも☆

**開催日時** 11月1日 金 ~ 11月30日 土 ※水曜定休 【所要時間】約90分  
**参加費** 1,000円  
**定員** 20名様 ※但し1回2名様まで  
**会場** スタジオ エクラ/浦添市経塚745-7(1F) 無料  
**参加予約** 電話予約 098-927-0535(10:00~17:00) ※水曜定休

**案内人** スタジオ エクラ 代表 武内 尚子

確実にターゲットへ届けます!  
Beauty & Lifestyle Magazine  
**be-o**  
be-oの読者は20代後半から30代後半の働く女性がメイン!  
月刊 毎月25日発行  
AB判(天地257mm×左右210mm)、中綴じ  
全60ページ オールカラー  
発行部数 60,000部  
配布地域 沖縄本島全域  
(掲載カテゴリー)  
●エステサロン ●ヘアサロン ●ネイルサロン  
●アイビューティーサロン ●ヘルスビューティー  
●審美歯科 ●スクール ●アパレル ●化粧品メーカー  
●ブライダル ●リゾートホテル ●旅行会社 ...etc  
**発行部数60,000部・県内500店舗以上への設置**  
本島内のコンビニ全店に設置!  
サンエーに設置されているのはbe-oだけ!  
常に人の流れる具内理研にたくさん設置  
**フリーマガジンとして「読んでもらえる」誌面に**  
be-oのこだわりはフリー「マガジン」であること。編集記事の充実にも力を注ぎ、クライアントの各種の広告がより引き立つ記事を、そして読者がより喜ぶ情報を厳選してお届けします。  
広告出稿のお申し込み・お問い合わせ 株式会社be-o  
「誌面×WEB×SNS」で拡がる情報 ☎098-835-8322 info@be-o.co.jp  
FAX:098-835-8185 〒903-0211 沖縄県西原町小那覇1215



**NO. 32**  
**ほとばしる汗はきっとあなたの未体験ゾーン!**  
**岩盤ホットヨガとオリジナルドリンク(てだ桑パウダー+黒糖しょうがパウダーのお茶)デトックス&リフレッシュ!**  
市民の憩いの場「岩盤温浴さくら」では、ホットヨガ体験をご用意!リラクゼーションできる癒しの空間で、指先から全身にわたってじんわり温まり、やがて汗がほとばしる爽快感を体験しませんか?  
今回は特別に、古くから沖縄の健康を支えてきた薬草・桑の葉と県産黒糖しょうがをブレンドしたオリジナルデトックス茶を飲んで、さらに代謝UP♪

**開催日時** 11月6日 水 11:00~12:30 / 19:00~20:30  
**参加費** 1,300円  
**定員** 12名  
**会場** 岩盤温浴さくら/浦添市城間2-5-3(2F) 無料(15台)  
**参加予約** りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。

**案内人** 岩盤温浴さくら 店長 又吉 美奈子  
スポーツインストラクター 高良 順子

文化のゆりかご  
**モーアシビー**  
昔、モーアシビー(毛遊び)と呼ばれる習慣が沖縄にあったことをご存知ですか?ゲームもスマホもレクリエーションもなかった時代、若者たちは仕事終わりの夜10時ころから毛(モー)と呼ばれる野原に集まって語り合い、歌や舞を楽しんでいました。今や全国に知られるエイサーやカチャーシーもそこで生まれ、琉球空手の型を披露したり、チャンクルーという賭け事なども行われたそうです。  
若者たちにとって唯一の楽しみだったモーアシビーですが、色々な要因があつて禁止すべき習慣として取縮られ、戦後になると伝説だけを残して完全に姿を消してしまいました。今では資料もほとんど残っていないんですって。  
時代は流れ、現代の暮らしは楽しみや遊び、出会いがあふれています。でもきつと、満たされた環境だと喜びが当たり前になってしまふのかもしれない。特別な体験は特別な幸せ!りっか!が1年に1ヶ月だけの特別をお届けするように、濃淡ある人生を幸せと思える感性を忘れずにいたいですね!

# 一般社団法人 りっか浦添とは

当団体は、琉球国発祥の地・浦添の歴史、文化、芸能、食など有形無形の資源を適切に管理しながら商品化を図り、発信し、地域の誇りとして

次世代へと引き継いでいくことを目的に、2019年7月18日に設立されました。

具体的には、2018年に浦添商工会議所が主催した期間限定の地域体験型イベント「りっか！浦添」を継承し、イベントを通じて浦添市民、沖縄県民、国内外からの観光客に琉球国の歴史を肌で感じてもらいながら楽しんでもらい、浦添に暮らしている人には浦添のことをもっと好きに、浦添以外に暮らす人には「浦添っていいな」と思ってもらえるような地域づくりを目指しています。



## りっか！浦添にあなたのチカラを！

りっか！浦添は民間主体の活動です。自主財源で運営しながら、浦添、ひいては沖縄全体を盛り上げていきたいと考えています。そこで、私たちの考えにご賛同いただけるみなさまには、「りっか！浦添」の賛助会員になっていただき、私たちの活動を応援していただきたいと考えています。

### サポーター(賛助会員)年会費

個人会員	1口 5,000円	複数口可
法人会員	1口 10,000円	複数口可

### お申し込み方法

- メールでのお申込み(宛先: team@riccaurasoe.com)
- FAXでのお申込み(098-877-4677)

のいずれかとなります。いずれの場合でも、お名前、ご住所、電話番号、メールアドレスをご記入のうえ送信ください。お申込み後、ご記載住所へ申請書をお送りします。

### クレジットカード決済によるご寄付



クレジットカード決済によるご寄付も受け付けております。寄付決済サービスの Syncable よりお申し込みください。  
<https://syncable.biz/associate/riccaurasoe/>



## 浦添発の都市型キャンプにLet's join! 歴史浪漫&自然満喫! ?てどこCamp

ていーだ王の名を冠するANAスポーツパーク浦添で、いつもとは違う新感覚の都市型キャンプに参加しませんか?  
当日は歴史を紡いできた道をガイド付で散歩したり、先人たちが海路の道標としてきた星空の観察など、普段できない趣向が盛りだくさん!  
てどこ食材のBBQセットもご用意しているのでご家族、友人同士で楽しめますよ☆

**開催日時** 11月9日 土 13:00 ~ 11月10日 日 10:00 解散

**参加費** 大人: 6,600円 / 小人: 4,400円  
(夕食BBQ・朝食・歴史散歩・星空観察・保険料込み)  
※オプション・テントレンタル(1張): 3,300円

**定員** 15サイト(1サイト5~6名まで)

**会場** ANAスポーツパーク浦添 / 浦添市仲間1-13-1 無料

**参加予約** りっか!浦添ウェブサイトよりお申し込みください。

**備考** りっか!特別価格☆

**案内人** アウトドアショップNEOS  
企画推進室マネージャー 徳里 豪幸



## 沖縄県産ハイビスカスの洗浄力と保湿力で手軽にエイジングケア 女性限定♪ハイビスカスの力でお肌をクリーニング

戦後、洗浄剤としても活用されたハイビスカス。そんなハイビスカスであなたの美を引き出す特別コース!  
県産ハイビスカスは農業不使用だから安心。植物性ヒアルロン酸と自然の保湿力でお肌を乾燥から守ります。  
【体験の流れ】  
マッサージ→脱毛美颜(温熱ワックス)→超音波→ヒアルロン酸パック→仕上げ→トライアルセットのお土産つき!

**開催日時** 11月6日 水 11:00~12:30 / 19:00~20:30

**参加費** 2,700円(りっか!特別価格) **定員** 2名

**会場** 求美園(株式会社バダーム) / 浦添市前田1-48-10 無料(2台)

**参加予約** サロンへ直接お電話ください。098-873-0139  
10:00~17:00まで受け付けております。

**案内人** 株式会社バダーム  
代表取締役社長 大城 るり子

## ポスティングスタッフ大募集!!

(チラシ配布)  
たくさんのお母さんが活躍しています  
日頃の運動不足解消やちよとしたお小遣い稼ぎにも最適♪

まかせて那覇 那覇市古島2丁目26-15 津嘉山ビル1F  
TEL.098-835-5212 (担当:高久・中村)  
募集エリア 那覇市・豊見城市・糸満市・南風原町・与那原町

まかせて宜野湾 宜野湾市我如古3丁目11番5 サンクフル1F  
TEL.098-917-5986 (担当:仲宗根)  
募集エリア 浦添市・宜野湾市・西原町・中城村

まかせて沖縄 沖縄市宮里2-1-3 プラージュ琉希101  
TEL.098-934-5986 (担当:謝名・仲間・新垣)  
募集エリア うるま市・沖縄市・嘉手納町・北中城村・北谷町・読谷村

ポスティングと軽作業専門業務請負  
株式会社 ポスティングセンター沖縄

## SelectShop&Café★ADORABLE(アドラブル)

ていーだのまちうらし〜の街や緑の木々、  
青い空の眺望を楽しみながら心躍るランチを♪  
美と健康のスペシャルランチ(桑の葉スイーツ付き)

浦添の大人女子注目のセレクトショップADORABLEがカフェも始めました♪  
美と健康がテーマの色鮮やかなヘルシーランチで、女性の綺麗づくりを心と身体の両面からサポート!  
期間中は特別に、そのランチにエイジングケアで注目される島桑スイーツをプラス☆  
歴史のまちなみを眺望しながら、おしゃれな店内で優雅なひとときを過ごしませんか?

**開催日時** 11月4日 ~ 11月29日の 月 水 金 日 11:30~14:00

**参加費** 1,500円 **定員** 1日限定12名様

**会場** ADORABLE / 浦添市安波茶2-1-6サンシティビル3F 無料(4台)

**参加予約** 電話予約(前日昼12時まで) 090-9597-7476  
※ご予約のお電話は9時~19時

**備考** 水・金担当: RAINBOW+ / 日・月担当: Flipper

**案内人** RAINBOW+ 内田 真美 / 心と身体が元気になるカフェ Flipper 田場 成子

# りっか! 浦添プログラムカレンダー

2019年11月1日 金 - 11月30日 土

【プログラムカテゴリ】 **交流** **伝統・文化** **識る** **食** **健康**

月	火	水	木	金	土	日
				11/1 友引 01 04 05 07 08 12 13 16 21 22 24 26 27 28 29 31	2 先負 01 05 06 07 08 13 14 16 18 19 21 22 24 26 27 28 29 31	3 文化の日 仏滅 01 03 05 07 13 14 21 23 24 26 28 29 31
4 振替休日 大安 01 05 13 16 21 23 24 26 27 29 31 34	5 赤口 01 05 07 08 16 21 22 24 26 27 28 29 31	6 先勝 01 05 07 08 12 13 16 19 21 22 24 25 26 27 28 29 32 33 34	7 友引 01 05 07 08 12 13 16 22 26 27 28 29 31	8 先負 01 05 07 08 12 13 16 21 22 24 26 27 28 29 31 34	9 仏滅 01 05 07 08 13 14 16 18 19 21 22 24 26 27 28 29 31 35	10 大安 01 05 07 17 21 24 26 28 29 31 34
11 赤口 01 05 08 12 16 21 22 24 26 27 29 31 34	12 先勝 01 05 07 08 11 13 15 16 21 22 24 26 27 28 29 31	13 友引 01 05 07 08 12 13 16 19 21 22 24 25 26 27 28 29 34	14 先負 01 05 07 08 12 13 16 22 26 27 28 29 31	15 仏滅 01 04 05 07 08 12 13 16 21 22 23 24 26 27 28 29 31 34	16 大安 01 05 07 08 13 16 19 20 21 22 24 26 27 28 29 31	17 赤口 01 05 07 13 21 24 26 28 29 31 34
18 先勝 01 05 08 12 16 21 22 24 26 27 29 31 34	19 友引 01 05 07 08 13 15 16 21 22 24 26 27 28 29 31	20 先負 01 05 07 08 12 13 16 19 21 22 24 25 26 27 28 29 34	21 仏滅 01 05 07 08 12 13 16 22 26 27 28 29 31	22 大安 01 04 05 07 08 12 13 16 21 22 24 26 27 28 29 31 34	23 勤労感謝の日 赤口 01 05 07 13 14 21 23 24 26 27 28 29 31	24 先勝 01 05 07 09 13 21 24 26 28 29 31 34
25 友引 01 05 08 12 16 21 22 24 26 27 29 31 34	26 先負 01 05 07 08 16 21 22 24 26 27 28 29 31	27 大安 01 05 07 08 11 12 13 16 21 22 24 25 26 27 28 29 34	28 赤口 01 05 07 08 12 13 16 22 26 27 28 29 31	29 先勝 01 05 07 08 12 13 16 18 21 22 24 26 27 28 29 30 31 34	30 友引 01 02 05 07 08 10 13 16 17 21 22 24 26 27 28 29 31	

01 各店舗の定休日に準ずる 07 28 月曜定休 08 22 日・祝日を除く  
 12 土・日・祝日を除くランチタイムのみ/火曜定休 16 日・祝日を除く/土曜は9:00~12:00  
 21 木曜定休 24 ランチタイムのみ/木曜定休 27 日曜定休 31 水曜定休

営業時間・開催時間は、各プログラムの詳細をご覧ください

## 体験プログラム目次

<b>交流</b>	
01 #キャンペーン オリオンビール浦添アンバサダー2019 ..... 5ページ	02 いっしょに食べよう! 屋富祖ロングテーブル 2019 ..... 6ページ
03 現代版モーアシビーで 明日へのエネルギーをチャージ♪ ..... 6ページ	04 屋富祖を知り尽くした通り会会長がご案内 「屋富祖千ぶらツアー」 ..... 6ページ
05 泊まって! ゆくって! アクティブに楽しむコンドミニアム ..... 6ページ	
<b>伝統・文化</b>	
06 希少! 純黒糖づくり体験 ..... 7ページ	07 「アメリカ世から大和の世」 時代の流れを感じるカットスタジオでゆんたく会 ..... 8ページ
08 ワンコイン三線教室 ..... 8ページ	09 民俗芸能公演 組踊「父子忠臣」~竹富島仲筋村~ ..... 9ページ
10 琉球舞踊りっか! スペシャルプログラム☆ ..... 9ページ	11 日本でここだけ! 珍しい黒糖の「ふわふわ」わたあめを味わおう! ..... 9ページ
12 復活! ビザハウスオリジナル「ミラノ風ビーフシチュー」 ..... 9ページ	13 昔ながらの紡毛機を使って手紡ぎ糸づくりと、 自然の色が楽しめる、ショールはた織り体験 ..... 10ページ
14 おきなわマトリョーシカストラップ絵付け体験 ..... 10ページ	15 世界に一つしかないオリジナルレザー小物づくり ..... 10ページ
<b>識る</b>	
16 サンゴ苗作りを体験 ウミガメなどの生き物たちとも触れあえる ..... 11ページ	17 カンタン速読体験で目指せ! パワーアップ! ..... 12ページ
18 いざ出航! 浦添サンセットクルージング ..... 12ページ	19 身長を伸ばしたい! 小学生から簡単にできる成長期対策 ..... 12ページ
20 浦添が輝いた時代 あなたの知らない古琉球の歴史を学ぶ会 ..... 12ページ	
<b>食</b>	
21 期間限定「月桃 菜麺」(げっとうさいめん)を 楽しむランチ ..... 13ページ	22 今だけ! ここだけ! 浦添シュートレーンのお裾分け ..... 14ページ
23 浦添特産桑茶を配合した「沖縄そば」を作って食べる♥ 浦添三大王統ゆかりの SPOT-MAP 付 ..... 14ページ	24 人気の和定食ランチと オリジナル桑の葉スイーツ ..... 15ページ
25 浦添特産 島桑でランチを楽しもう! ヘルシー「浦添桑づくし御膳」 ..... 15ページ	26 バジル香る 甘酒シークワーサージェラート ..... 16ページ
27 創業50年の歴史と味にこだわる。沖縄の人たちのお腹と 心を満たしてきた沖縄の名物餃子をどうぞ。 ..... 16ページ	28 王妃に捧げるスイーツ ..... 17ページ
29 琉球国王に献上していた若水で 泡盛と食を楽しむ夕べ ..... 17ページ	
<b>健康</b>	
30 手軽に気軽にテニスを楽しみましょう♪ 疲労回復「やんばるジェラート」セット ..... 19ページ	31 個別指導! 正しいウォーミングアップ法と筋活習慣 ..... 20ページ
32 岩盤ホットヨガとオリジナルドリンク(てだ桑パウダー+黒糖しょうが パウダーのお茶) デトックス & リフレッシュ! ..... 20ページ	33 女性限定♪ ハイビスカスの力でお肌をクリーニング ..... 21ページ
34 美と健康の スペシャルランチ(桑の葉スイーツ付き) ..... 21ページ	35 歴史浪漫&自然満喫! ?でだこ Camp ..... 21ページ

# りっか! 浦添 体験プログラムマップ

詳しい地図は、公式HPをご覧ください

## 浦添市役所までのアクセス

- 車でのアクセス  
那覇空港から約25分
- バスでのアクセス  
那覇バスターミナルから  
系統番号(55)(56)(91)(191)に乗車  
【浦添市役所前バス停】にて下車 徒歩0分
- モノレールでのアクセス  
【モノレール 浦添前田駅】からバス系統番号(56)に乗車  
【浦添市役所前バス停】にて下車 徒歩0分

## サンエー浦添西海岸 パルコシティまでのアクセス

- 車でのアクセス  
那覇空港から約15分(約4,000台収容可能な無料駐車場あり)

- ・プログラムによっては駐車場をご用意できない場合がございます。お近くのコインパーキング等をご利用ください。近隣のご迷惑になりますので路上駐車等は絶対に行わないでください。
- ・酒類を提供するプログラムがございます。飲酒運転は絶対に行わないでください。

