

阿波連濱下（渡嘉敷島）

「濱下」（浜下り）在沖繩方言的意思是「下到海邊」，有時也指陰曆三月初三的婦女節。

沖繩婦女會在這天前往海邊，走入海中浸泡手腳，來淨化自己並祈求身體健康、疾病痊癒。

這個節日源自一個傳說：一位沖繩貴族婦女懷上了偽裝成人形的琉球紅斑蛇的孩子，於是前往海中流掉小孩。

DESIGNER: Build in this link to Akatama

<http://www.vill.tokashiki.okinawa.jp/gaiyou/gaiyo/minwa/アカマターと浜下り（はまおり）>

阿波連濱下與沖繩其他地方的類似節日有不同之處，參與者並非從阿波連海灘走入海中，而是乘船渡海前往離島，那是一座距離海岸數百公尺遠的無人島。這個習俗源自另一個傳說：祝女君南風在從首里城返回久米島的途中，在離島躲避暴風雨。村民們聽聞此消息後紛紛乘船前往島上送上食物和飲料，希望讓這位尊貴的訪客感到賓至如歸。

DESIGNER: Build in this link to Hamauri

<http://www.vill.tokashiki.okinawa.jp/gaiyou/gaiyo/minwa/君南風と浜下り>

過去只有婦女才會參加這項節日。她們乘船前往離島，抵達島上後會吟誦禱文、吃生魚片，並飲用男人們準備的清酒。隨著時間過去，濱下的宗教意義淡化。古老的禱文已被遺忘，

男人們甚至外來人士也可參加這項節日。現在的活動更傾向闔家同樂，大家會乘船渡過海灣，前往島上品嘗當地漁民準備大桶的魚湯和魷魚湯，享受野餐的樂趣。