




M
I
Y
A
K
E
J
I
M
A

guide book



本誌編集ページに掲載されている価格は全て税込価格であり、2021年4月1日時点のものです。

目次

- 02 三宅島に行くには？
- 03 よくあるお問合せ
- 04 「三宅島のあれこれ」から「2000年噴火のあらまし」まで
- 10 三宅島満喫モデルコース
- 12 GEOスポット紹介、おすすめウォーキングコース
- 16 海水浴、スノーケリング、イルカと一緒に泳ぐ
- 18 黒潮が育んだ、三宅の海に潜る
- 20 誰もが「魚釣り」を楽しめる
- 22 バードアイランド
- 24 サイクリングにぴったり、一周約30km
- 26 神社・祭り
- 27 + アクティビティ
- 28 朝日、夕日、星空
- 30 巨樹・巨木林の島
- 31 三宅島の観光施設
- 32 寝床ではなく、「拠点」。島旅は宿選びから
- 36 三宅島の「美味いもん」を堪能する
- 38 商店、土産品店など
- 40 GS、薬局、書店、生花、銀行など
- 42 島内の交通手段
- 43 三宅島のお土産
- 44 三宅島の全体地図

MAP A-1

このアイコンがついている情報は、44ページ以降の全体MAPで所在地を確認できます。

三宅島に行くには？



大型船

JR浜松町駅から東京湾方面に10分ほど歩くと着く「竹芝棧橋」より、東海汽船の大型貨客船「橘丸」が三宅島へ毎日運航しています。橘丸は竹芝棧橋を每晚22時30分に出航するので、ライトアップされたレインボーブリッジなど東京湾の夜景を堪能しながら、三宅島へのクルージングをお楽しみください。



橘丸(たちばなまる)



船内レストラン



特等室



2等室

行き 竹芝棧橋22:30発 → 三宅島5:00着 帰り 三宅島発13:45 → 竹芝棧橋着19:50頃

運賃目安(竹芝棧橋→三宅島)／2等席:6千~8千円、特2等席:9千~1万2千円、特等席:1万7千~2万2千円
船内設備／FreeWi-Fi、バリアフリー対応、レストラン、キッズルーム、ベトルーム、授乳室、エレベーター、シャワールーム(有料)、冷蔵ロッカー(有料)、毛布(2等席は有料)、飲料・菓子・軽食自動販売機
※シーズンや当日の天候等により運航時間は変動します。予め東海汽船HP等でご確認ください。

ご予約・問合せ 東海汽船予約センター TEL:03-5472-9999 (営業9:30~18:00)



飛行機

東京調布飛行場から、新中央航空(NCA)の小型プロペラ飛行機(ドルニエ)が1日2~3便運航しています。三宅島まで約50分で移動できるので、時間を有効活用できるのが魅力。また、大型の飛行機よりも低く飛ぶので景色は抜群。雄山環状道路より上の「立入禁止区域」や「山頂噴火口」など、空からしか見ることの出来ない三宅島の全貌をお楽しみください。

運賃(調布飛行場→三宅島)／大人:17,500円、小児(3~11才):12,200円、5kgを超える荷物は1kg超過毎に330円
空港設備／FreeWi-Fi、授乳室、ベビーベッド、展望デッキ、多目的トイレ、飲料・菓子・パン自動販売機、駐車場(コインパーキング1,000円/1日)【アクセス】JR中央線 武蔵境駅南口・京王線調布駅北口からバス又はタクシーをご利用ください。
※飛行機便数、運航時間は月毎に変わります。予め新中央航空HP等でご確認ください。

ご予約・問合せ 新中央航空 TEL:0422-31-4191 (営業8:30~17:00)



ドルニエ228



機内



コックピット



ヘリコプター

御蔵島⇄三宅島⇄大島の移動はヘリコプターにお任せ。東邦航空が運行する「東京愛らんどシャトル」が大島行き・御蔵島行きそれぞれ毎日1便運航しています。

運行ダイヤ

10:55御蔵島発→11:05三宅島着・11:10三宅島発→11:30大島着
14:55大島発→15:15三宅島着・15:20三宅島発→15:30御蔵島着

運賃(三宅島⇄大島)／大人:11,880円、(御蔵島⇄三宅島)／大人:5,870円

ご予約・問合せ 東邦航空予約センター TEL:04996-2-5222 (営業9:00~16:00)



よくあるお問合せ

火山ガスは出ていますか？ 島に入るのにガスマスクは必要ですか？

微量ですが島の中心火口部より火山性ガスの噴出は続いています。

人体に有毒な成分はほとんど検出されていない為、ガスマスクの携行は不要です。(※)

※現在の三宅島の火山性ガス観測情報は、右のQRコードから三宅支庁のホームページをご覧ください。



コンビニはありますか？

三宅島にコンビニは無いので、各地区で営業している商店をご利用ください。 [商店情報⇒P38](#)

歩いて一周回るとどの位かかりますか？

三宅島一周道路が全長約30km、徒歩だと8～9時間位が目安です。

各地区間は商店・飲食店・自動販売機が無い場所が多いのでご注意ください。

ちなみに車だと一周約1時間、自転車だと3～3.5時間が目安です。

ATMはありますか？

神着地区の「七島信用組合」のほか、各地区の郵便局にATMが設置されています。

営業時間などは右のQRコードからATM設置箇所一覧をご覧ください。

※土日祝に営業しているATMは神着地区のみ。



船は三宅島のどこの港に着きますか？

三宅島には定期船が着岸する港が3ヵ所あり、当日の風向きや海況等によって着岸する港が変わります。

着岸港の決定は早朝3:30の為、前日には分かりません。東京に向かう定期船の着岸港は当日のAM11:00頃に決定します。

着岸港の確認は三宅島観光協会のホームページをご覧ください。東海汽船/三宅島(04994-5-0221)までお問合せください。

船が着いた港からの移動方法は何がありますか？

タクシー・レンタカーを事前に予約しておけば港までお迎えに来てくれます。 [タクシー・レンタカー情報⇒P42](#)

早朝の定期船到着時、港には臨時バスが2台待機しており、それぞれ島内を時計回りと反時計回りに運行します。

バスは定期船の到着後20分位で出発します。次にバスが来るのは2～2.5時間後なので乗り遅れにご注意ください。

お昼の定期船到着時には臨時バスは待機していないので、各港最寄りのバス停から村営バスをご利用いただいたり、

タクシーやレンタカーをご手配ください。宿泊施設を予約済みの方は、港まで宿のスタッフが送迎可能です。(※)

※要予約 ※一部宿泊施設を除く

携帯電話は繋がりますか？

3大通信キャリア(docomo、SoftBank、au)とも基本的には繋がります。

ですが、山や森や沿岸や住宅の少ない地域などは電波が繋がらない又は繋がりにくい場所があります。

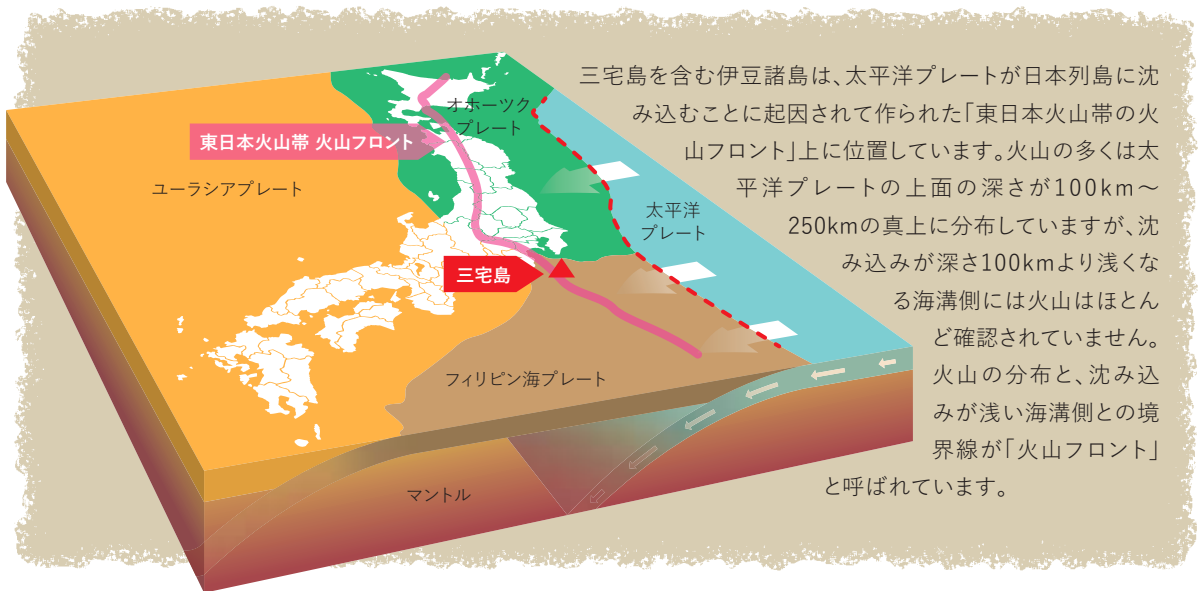
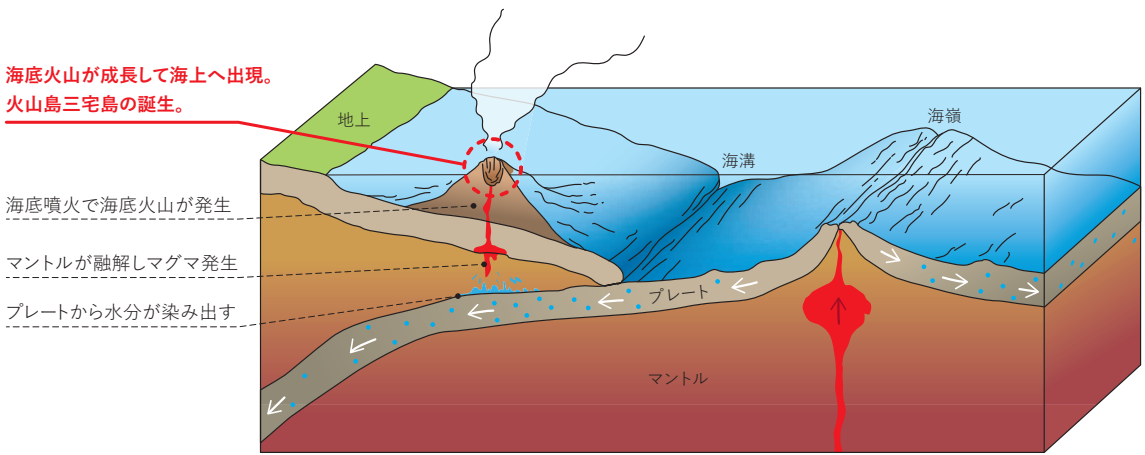
予め各キャリアの電波状況をご確認ください。

三宅島のあれこれ

三宅島はどうやって出来たの？

海底の山脈を海嶺(かいれい)、プレートが沈み込む深い谷になっている場所を海溝(かいこう)と呼びます。地下深部からマントルが上がっている海嶺では、マグマが噴出して次々に新しいプレートが作られています。プレートは何千万年もかけてゆっくりと移動し、海溝からマントルの中に沈み込んでいきます。深さが100kmを超えると、海水をたっぷり吸ったプレートから染み出した水分によってマント

ルの融解が始まり、マグマが誕生します。マグマはマントルよりも軽いため地表に向かって上昇を続け、やがて海底に達して海底噴火が起こります。地下深部からマグマの供給が続く限り海底噴火は繰り返され、噴出された堆積物は徐々に高さを増していきます。そして遂には堆積物の頂が海上へ顔を出し、島となります。三宅島はこうした地球規模の火山活動によって誕生しました。



三宅島の溶岩は何で黒いの？

マグマは一般的に、地下から噴出される時の温度が高いほど、黒っぽくて粘りが低い玄武岩質・安山岩質の溶岩となり、地下から噴出するマグマの温度が低いと白っぽくて粘りが高い流紋岩質の溶岩になると言われています。伊豆諸島で見ると、三宅島をはじめ大島や御蔵島・八丈島などが高温のマグマで形成さ

れた黒い溶岩の島に当たり、新島・式根島・神津島が低温のマグマで形成された白い溶岩の島になります。

産業技術総合研究所ホームページ

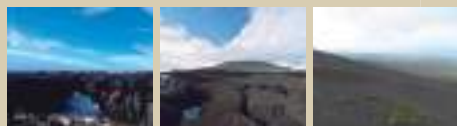
マグマの性質による溶岩の違いについて
もっと知りたい方はこちらをご覧ください。



黒っぽい溶岩

玄武岩質・安山岩質

噴出する時の温度が約1,000~1,200°C。粘りが弱くて流れやすい溶岩流となる為、すそ野の広いなだらかな斜面の島が形成されることが多い。



三宅島/メガネ岩 八丈島/南原千畳敷 大島/裏砂漠



白っぽい溶岩

流紋岩質

噴出する時の温度が約800~900°C。粘りが強くて流れにくい溶岩流となる為、急峻な斜面の島を形成することが多い。



神津島/天上山 新島/石山 式根島/唐人津城

画像提供・出典：八丈島観光協会、大島観光協会、神津島観光協会、新島観光協会、式根島観光協会、富士箱根伊豆国立公園伊豆諸島ガイドブック「つなぐものがたり」/環境省発行

三宅島の溶岩は持って帰っても良い？

三宅島の溶岩を持ち帰ることは法律で禁じられています。三宅島を含む伊豆諸島は、富士山を北端として富士火山帯に属する各種火山地形や温泉、変化に富む海岸線や島しょ地域からなる

「富士箱根伊豆国立公園」に指定されており、優れた自然の風景地を維持する為に自然公園法によって様々なルールが定められています。



岩石を採らないでください



ゴミを捨てないでください



キャンプやたき火は指定の場所で行いましょう



花や植物を採らないでください



野生動物に餌を与えないでください



歩行中禁煙



野生化する恐れのある動植物は持ち込まないでください



動物を獲らないでください

Eruption over the past 100 years

過去100年の噴火

三宅島では、11世紀以降に少なくとも15回の噴火が記録されており、島のあちこちで火口や小さな火山(噴石丘やスコリア丘と呼ばれる)を見ることができます。ここ100年間には4回の噴火活動が起きており、ダイナミックな火山の地形を今に残します。



空から見たひょうたん山

雄山北東山腹の標高200m付近より始まったマグマ噴火。山腹から海までマグマが流れ出し、多数の死傷者を出した。この噴火活動によって噴石丘の「ひょうたん山」が形成された。

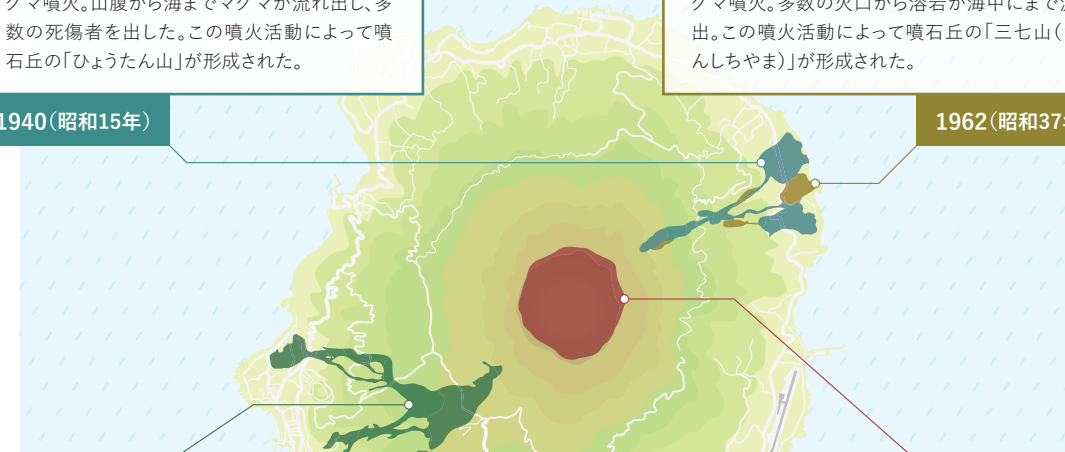
1940(昭和15年)



ひょうたん山から望む三七山と溶岩流跡

昭和15年噴火と同じ雄山北東山腹で起きたマグマ噴火。多数の火口から溶岩が海中にまで流出。この噴火活動によって噴石丘の「三七山(さんしちやま)」が形成された。

1962(昭和37年)



1983(昭和58年)



旧阿古小学校に流れ込む溶岩流の様子

雄山南西山腹から始まった割れ目噴火。溶岩流は3方向に流れ、住宅400棟が焼失するなど多大な被害を出した。この噴火活動によって噴石丘の「新鼻新山(にっぱなしんざん)」が形成された。

2000(平成12年)



雄山山頂カルデラ(※立入禁止区域)

陥没カルデラの形成過程を世界で初めて目撃した貴重な噴火。大規模な山頂噴火と噴火後の浸食によって、直径約1.6km・深さ約500mの巨大火口(カルデラ)が山頂に形成された。

写真提供/気象庁(2020年9月撮影)

三宅島で見ることのできる噴火の痕跡

過去に何度も噴火を繰り返してきた三宅島は、まさに火山の博物館です。火口等の地形以外にも多様な噴火の痕跡を、陸上だけでなく海中など、島の至る所で観察することができます。ここでは火山島ならではの造形美を紹介します。

スコリア

マグマが火柱となって噴出した際の飛沫が、冷えて固まったもの。スコリアに細かく空いている穴はマグマに溶け込んでいたガス成分が抜けたあと。

【ビューポイント】

ひょうたん山、三七山、新鼻新山



火山弾 かざんだん

噴火により噴出したマグマが、飛行中の空気抵抗により卵型に冷えて固まった緻密な溶岩の塊。

【ビューポイント】

ひょうたん山、新鼻新山



柱状節理 ちゅうじょうせつり

マグマが冷えて固まる際に、全体が収縮する事で生じる5角形や6角形の柱状の割れ目のこと。三宅島では海中でも立派な柱状節理群を見ることができる。

【ビューポイント】

土方海岸、富賀浜、サタドー岬



溶岩樹形 ようがんじゅけい

流動する高温の溶岩が樹木を取り囲み冷え固まった後、燃焼した樹木の形に空洞になった溶岩。

【ビューポイント】

粟辺溶岩流、火山体験遊歩道



溶岩鍾乳石 ようがんしゅうりゅうせき

玄武岩質の溶岩トンネルに垂れ下がるつらら状溶岩を指す。鍾乳石に似ており、この名がついた。三宅島では溶岩の表面が再溶融して滴下したものが主に見られる。

【ビューポイント】

釜方海岸、粟辺溶岩流



地層 ちそう

地面に降り積もったり堆積したもので作られた縞々模様の層のこと。地層を調べることで噴火の起きた年代や噴火の種類などを知ることができる。

【ビューポイント】

伊豆岬、富賀浜、伊ヶ谷



ガリー

降雨によって集約した水の流れるが地表面をV字型に削ることで出来た地形。

【ビューポイント】

七島展望台、火の山峠



枯損木 こそんぼく

様々な要因で立ち枯れた木のこと。三宅島の枯損木は主に火山性ガスを原因とした真っ白な姿が特徴。三宅島ではいくつもの枯損木が立ち並ぶ独特な情景を見ることが出来る。

【ビューポイント】

今崎海岸、七島展望台、椎取神社

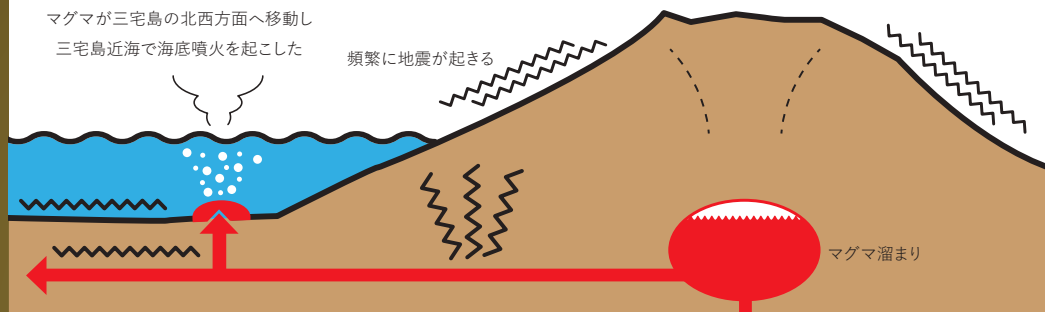


Overview of the eruption in 2000

2000年噴火のあらまし

2000年6月から始まった噴火は、噴煙が上空15,000mにまで達し、山頂は直径約800m深さ約500mにわたって陥没するほど大規模なものでした。度重なる噴火活動による降灰・低温火砕流・火山ガス・泥流を受け、全島民が避難の為に島を離れました。その後も大量の火山ガスの噴出や噴火活動は続き、再び島に人が安心して住めるまでには約4年半の歳月がかかりました。

2000年噴火時の地下のマグマの動きイメージ



地下のマグマ溜まりからマグマが移動する際に地殻を割って進むため、火山性地震が頻発した。マグマは地上に噴出することなく西に移動し、三宅島近海で海底噴火を起こした。その後さらに北西へ進み、神津島付近でも地震が多発した。



山頂の陥没や噴火時の地下の断面イメージ



三宅島の地下にあったマグマが島の西方に移動して無くなった分を埋めるように、このマグマ溜まりの上にあった堆積物が地下で断続的に落ち込み、遂には山頂が陥没。地下にあるマグマと地下水が接触し、マグマ水蒸気爆発が繰り返し起こった。その度に風下の地域には大量の火山灰が降り、最大規模の噴火の際には、噴煙は上空約15,000mまで到達した。その後、地震と噴火は終息したが、二酸化硫黄等を含む火山ガスの放出が長期間続いた。

2000年噴火による山頂変化



三宅島の雄山は活発な火山活動で成長と破壊を繰り返してきた。約2,500年前の大噴火で雄山の山頂は今の三宅島のような大きな火口(カルデラ)を形成したが、その後に繰り返された噴火で埋め戻された。2000年噴火以前は「八丁平」という美しい平原があり、ハイキングコースや地熱が噴出する雄山サウナなど、島民の憩いの場として賑わっていた。

写真提供/公益財団法人東京都島しょ振興公社



2000年(平成12年)6月26日、島の南西部を震源とする火山性地震が頻繁に観測された。翌27日島の近海にて海底噴火が確認され、その後地震の震源はさらに北西へ移動し、マグマは三宅島直下から離れたと推定された。ところが、7月4日頃から再び雄山山頂直下を震源とする地震が活発になり、7月8日山頂で噴火が発生した。これにより雄山の山頂部が陥没し始め、翌9日には直径800m程度の陥没孔が確認された。

写真提供/気象庁



その後も噴火は頻繁に繰り返され、8月18日の噴火の噴煙の高さは上空約15,000mにも達し、島内全域に大量の噴石や火山灰を降らせた。さらに8月29日の噴火の際には火砕流(勢いがなく低温であった)も発生。こうした状況を受け、9月1日に全島避難が決定し、4,000人余りの島民が島外での避難生活を余儀なくされた。一方、山頂部の陥没は進み、直径約1.6km、深さ約500mのカルデラが形成された。

写真提供/気象庁

噴火から20余年、現在の三宅島

全島民が4年半の避難生活を余儀なくされた2000年の雄山山頂噴火から20年余りが経ちました。未だに雄山中腹の環状林道より上のエリアは、三宅村の条例によって立入規制が定められており、噴火活動の影響によって崩落が起きた道路等の復旧工事は現在も続いています。しかしながら、山頂より噴出している火山ガスの量は年々減少し続け、2013年7月にはガスマスクの携行義務が解除され、2015年6月には噴火警戒レベルが「2」から「1」に引き下げられました。現在では人体に有毒な物質はほとんど噴出していません。

春は野鳥の声が島中に響き、夏は天の川の下で盆踊りに興じ、秋はススキが島を黄金色に彩り、冬は釣り人の熱い駆け引きが繰り広げられる。三宅島の生活や観光を取り巻く環境は徐々に回復しています。



2000年噴火時の避難の様子

アガコロコ

穏やかな伊豆半

富賀大祭 巡行神輿

2000年噴火の噴煙

三池港と橋丸

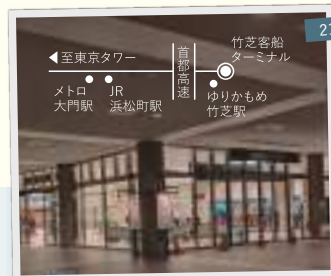
金色に染まるハチジョウススキ

How to enjoy

三宅島満喫モデルコース



S
T
A
R
T



21:40

JR線「浜松町駅」から徒歩10分の「竹芝客船ターミナル」で乗船手続き



22:20

定期船「橘丸」に乗船。黄色と緑のコントラストが鮮やか



22:40

出航してすぐ。見逃し注意!

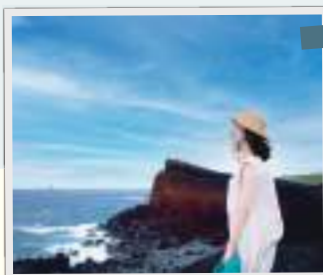
船旅の醍醐味。ライトアップされたレインボーブリッジを下から眺められるよ

2
n
d
A
Y



5:30

三宅島到着。早朝からお部屋で休める仮眠サービスが嬉しい



9:30

午前中は火山観光。三宅島を代表するGEOスポット「新鼻新山-にっばなしんざん-」



11:00

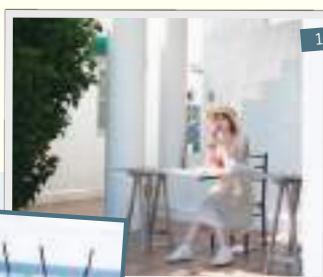
崩れやすいから気を付けて!

絶景の断崖絶壁「サタドー岬」で海ガメウォッチング。赤ちゃん海ガメがかわいい



12:00

お昼は目の前に海の広がるCAFE「GIZMO」
1.マンゴーサンド 2.生ハムトルティーヤ



12:30

食事後は、海を眺めながらのんびりCAFE TIME



14:00

午後は神社巡り。三宅島は神社が多いことでも有名。

神社の詳細はP26へ



15:30

三宅島の神社信仰の中心と言われる「富賀神社」にお参り。御朱印が貰える神社もあるよ



18:30

宿泊施設に戻ってひと休み。楽しみにしていた夕食は思わず笑みも出るほど豪華



20:30

離島に来たら星空観賞は外せない。伊豆岬の星空ベンチは早いもの勝ちの特等席☆

事前に予約しよう



9:00

三宅島の2日目はレンタルサイクルで島内の散策に出発



9:30

1643年の噴火で形成された真っ黒な溶岩台地「今崎海岸」で地球のパワーを感じる



10:30

旧阿古小学校(現在は三宅村役場臨時庁舎)敷地内の三宅島郷土資料館へ



11:00

縄文時代からの出土物から見る生活様式や噴火の歴史などが展示されている



乗り遅れやすい様に気を付けて

13:30

天候によって船が着く港・時間は毎日変わる。東海汽船のHPで事前に必ずチェックしよう



13:40

東京まで約6時間30分の船旅。のんびりしたり景色を楽しみながら島旅を振り返ろう



雨の日の楽しみ方

カフェでまったり

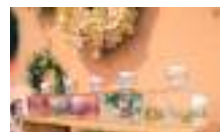


店主の創作洋菓子をご賞味あれ
ギャラリーカフェ・カノン⇒P37



海の見えるカウンターでのんびり
g2CAFE⇒P37

屋内で楽しむ



ハーバリウム作りを体験できる
Atelier Fleur Aqua⇒P40



屋内から野鳥観察を楽しめる
アカコッコ館⇒P23

タクシーで巡る



島を知り尽くしたドライバーがご案内
貸切タクシー⇒P42

温泉でのんびり



太平洋を望む薄茶色の塩化物泉
ふるさとの湯⇒P31



ワンコインで1日中楽しめる
クライミング施設⇒P31



島の歴史・文化から噴火史まで
三宅村郷土資料館⇒P31

GEO point where you feel the earth

地球の鼓動を感じる。三宅島のGEOスポット

三宅島は富士火山帯に含まれる活火山であり、近年では2000年の雄山山頂噴火、それ以前では1983年阿古地区の噴火、1962年坪田地区の噴火と約20年周期で噴火を繰り返しており、島内のいたる所で観ることの出来る雄大な火山島景観は、まるで天然の火山博物館のようです。地球の鼓動を全身で感じてみてください。



01 火山体験遊歩道(かざんたいけんゆうほどう)



1983年噴火時に、阿古集落をのみ込んだ溶岩流に敷設された木製遊歩道。

02 今崎海岸(いまさきかいがん)



1643年の雄山中腹噴火(現コシキの穴)からの溶岩流が作り出した溶岩扇状地。

03 メガネ岩



今崎海岸の誕生後、長年に渡る波の浸食で生まれた海蝕洞アーチ。夕日の名勝地。

04 鉄砲場(てっぽうば)



1983年噴火の溶岩流で埋まった車両の一部を現在も見ることができる。

05 コシキの穴



ブチトレッキングにぴったり

1643年噴火で誕生した火山砕屑丘。直径100m程の火口縁を一周できる。

06 笠地(かさじ)



2000年噴火前は牧場だった土地。噴火による火山弾の直撃跡などを見ることができる。

07 鉄砲沢(てっぽうさわ)



噴火活動による濁流や溶岩流を堰き止める為に建造された巨大砂防堰堤。

08 七島展望台(しちとうてんぼうだい)



天気が良ければ大島から八丈島までの伊豆諸島や富士山を望むことができる噴石丘。

09 村道雄山線(そんどうおやません)



雄山環状路へと続く。視界を遮るものが無く景色は抜群。道路脇で溶岩樹形を見ることができる。

10 富賀浜(とがはま)



三宅島の噴火史を読み解く地層が壁面に露出している。スノーケリングの人気スポット。

11 薄木溶岩流(うすきようがんにゅう)



1983年噴火時に、二男山より海まで流れ出た溶岩流の跡を見ることができる。

12 新鼻新山(にっばなしんざん)



異世界感がすごい

1983年噴火時の海底爆発により、一夜ですべてきた噴石丘。三宅島を代表する絶景ポイント。

13 大路池展望台(たいろいけてんぼうだい)



雄山環状道路沿いに設置された展望台。大路池と御蔵島を望むことができる。

16 長太郎池(ちやうたろういけ)



2千～3千年前の溶岩流で出来た凹凸に海水が入り込んで出来たタイドプール。

19 三七山(さんしちやま)



新東京百景に選ばれた景観が自慢の噴石丘。GLAYのアノ曲のPVでも登場。

22 椎取神社(しいとりじんじゃ)



2000年噴火の降灰による火山泥流によって、笠木を残して埋没した鳥居と社が見られる。

25 赤じり公園



このエリア(溝が平)は、赤いスコリアが特徴の為、「赤じり」と呼ばれる。

14 大路池(たいろいけ)



大宰治も訪れた

約2,500年前の噴火で生じた火山湖。世界中からバードウォッチャーが集まる野鳥の楽園。

17 釜方海岸(かまかたかいがん)



山腹から流れ出た玄武岩質溶岩流でできた海岸。満月の夜は「月の道」観察スポット。

20 ひょうたん山



海ガメ観察ポイント

1940年の火山活動により、一夜で誕生した噴石丘。

23 釜の尻海岸(かまのしりかいがん)



島の北東部に位置する黒い砂利浜。多くのウミガメに会えるダイビングスポットとして有名。

26 伊豆岬(いずみさき)



伊豆諸島最古の灯台

過去の噴火で堆積した地層を観察できる。明治時代に建造された四角の白い灯台が目印。

15 八重間マール(やえままる)



火口の中に建つ高校

マグマ水蒸気爆発で誕生した、直径1,000m短径750m高さ200mの爆裂火口(マール)。

18 サタドー岬



海ガメ観察ポイント

厚い溶岩流が海に流れ込んで誕生した、高さ20～30mの断崖絶壁。柱状節理スポット。

21 赤場暁(あかばきょう)



1940年に海底噴火した際のスコリアの山と溶岩流。

24 焼場(やけば)



1874年に噴火した際の溶岩流は海にまで流れ出した。

27 伊ヶ谷(いがや)



海水浴にぴったり

数万年前に形成された地層や、50mに及ぶ高さに発達した海食崖を観察できる。

GEOスポットMAP・おすすめウォーキングコース



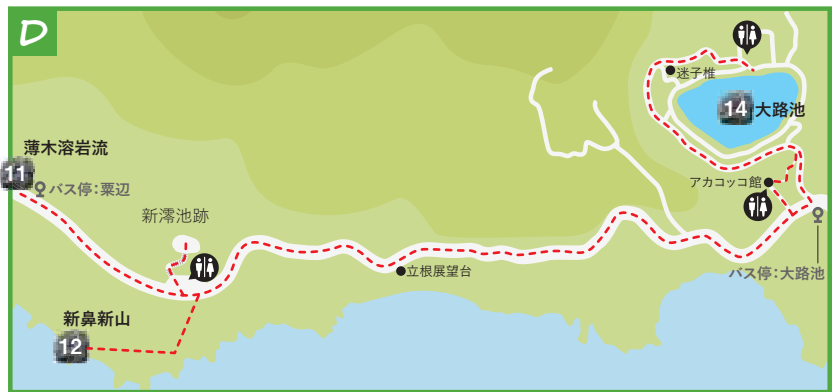
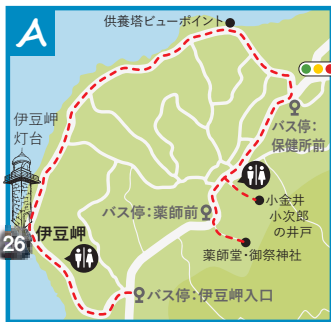
立入り禁止区域
 雄山中腹の環状道路より山頂側のエリアは立入り禁止です。
 ※環状道路は通行できます。

道路崩落により
 通行出来ません

各ポイントには特徴や
 歴史を説明する看板があるよ

三宅島の火山でよく使う言葉

- ◆**マグマ水蒸気爆発**
 地下水や海水等と上昇してきたマグマとが接触し、大量の水蒸気が急激に発生して爆発的な噴火を起こす現象。
- ◆**山腹割れ目噴火**
 山腹に開いた火口が割れ目のように一列に並ぶ噴火。玄武岩質マグマの噴火で良くみられる。
- ◆**火山灰**
 火山の噴出物の一種で直径2mm以下のもの。主にマグマが発泡してできる細かい破片。
- ◆**火山岩**
 マグマが地表に噴出して冷えて固まったもの。スコリアや溶岩流等の総称。
- ◆**火山泥流**
 降り積もった火山灰や土砂等が、降雨等によって水と一体となって流れる現象。
- ◆**火山性ガス**
 地下のマグマに含まれる気体が地表に出たもの。三宅島では水蒸気の他に二酸化硫黄や硫化水素などが含まれている。



A 太古の森に触れ、三宅島火山史を探るコース

高低差が低く、歩き易いコース

バス停:伊豆岬入口	800m ↓ 20分
伊豆岬	1,300m ↓ 40分
供養塔ビューポイント	400m ↓ 15分
バス停:保健所前	600m ↓ 15分
小金井小次郎の井戸	200m ↓ 5分
薬師堂・御祭神社	200m ↓ 5分
バス停:薬師前	

B 繰り返す噴火と蘇る緑を感じるコース

サタドー岬・ひょうたん山は海ガメスポット

バス停:御子敷	400m ↓ 10分
サタドー岬	1,400m ↓ 40分
三七山	800m ↓ 20分
ひょうたん山	700m ↓ 20分
赤場暁	900m ↓ 20分
椎取神社	500m ↓ 15分
バス停:釜の尻	

C 江戸～昭和の溶岩流を辿るロングコース

高低差500m、総距離約14km、健脚向き

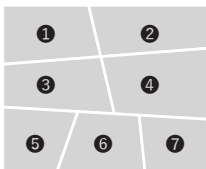
バス停:富賀神社前	1,600m ↓ 45分
村道雄山線	3,700m ↓ 90分
七島展望台	2,400m ↓ 50分
雄山環状線から南戸林道へ	3,000m ↓ 60分
コシキの穴お鉢巡り	2,000m ↓ 40分
火山体験遊歩道	850m ↓ 20分
ふるさとの湯	

D 2つのマグマ水蒸気爆発火口湖を巡るコース

アカコッコ館では双眼鏡を借りれるよ

バス停:栗辺	700m ↓ 20分
新澤池跡	400m ↓ 15分
新鼻新山	1,700m ↓ 30分
立根展望台	2,000m ↓ 40分
アカコッコ館	600m ↓ 15分
迷子椎	200m ↓ 5分
大路池	

海水浴場・スノーケリングポイント



- ①大船戸／堤防に囲まれた静かな砂浜。栈橋からの飛込みは子供達に大人気☆トイレ・シャワーあり **MAP C-4** ②錆ヶ浜／全長800mの夕陽がきれいなビーチ。近隣にBBQ施設・トイレ・シャワー・更衣室あり **MAP B-7** ③大久保浜／全長約2kmに渡る玉砂利ビーチ。近隣にキャンプ場・BBQ施設・トイレ・シャワー・更衣室あり **MAP F-1** ④長太郎池／溶岩に囲まれた天然のタイドプール。潮の干満で様々な海洋生物を観察できる。※満潮時は外から波が入り込むので、注意が必要です。トイレ・シャワーあり **MAP H-9** ⑤三池浜／全長約1.5kmのビーチ。近隣にトイレ・シャワー・更衣室あり **MAP J-6** ⑥富賀浜／スノーケリングスポット。テーブルサンゴ群生地として有名。近隣にトイレ・シャワー・更衣室あり **MAP C-9** ⑦釜の尻／海ガメスポット。噴火時に噴出されたペリドット(カンラン石)がビーチで見られる。近隣にトイレあり **MAP J-2**

注意事項

三宅島周辺の海域は潮の流れが速い為、海に入る際は注意が必要です。「ライフセーバーがいない季節や、いないポイントは、島のガイドと一緒に入る」「天候が悪い又は荒れている時は海に入らない」など、安全に留意してお楽しみください。



Dolphin swimming

イルカと一緒に泳ぐ



三宅島のお隣り「御蔵島(みくらしま)」の周りには、野生のミナミハンドイルカが100頭以上生息しています。三宅島の「イルカと泳ぐツアー」でイルカの海にちょっとお邪魔してみませんか？

イルカの機嫌が良ければ一緒に遊んでくれることも!陽の光がキラキラと射し込む透き通った海の中をイルカや海ガメと一緒に泳ぐのは、まるで映画の世界にいるかのよう。泳ぎに自信が無い人には船の上からイルカを見るツアーもあります。

ツアーの流れ



受講時間：約2時間

ツアーに参加するのが初めての人は、事前スクールを受けます。



船に乗り込んで、イルカの生息する御蔵島海域に向けて出発!!



御蔵島海域に到着。野生のイルカが住む海へお邪魔します。



ツアー時間：約4時間

イルカとの至福の時間を堪能した後は、三宅島までのクルージングを楽しみながら帰ります。

ツアーメニュー

- ・イルカと泳ぐツアー／約4時間 15,000円
 - ・船からイルカを見るツアー／約4時間 15,000円
 - ・事前スクール／約2時間 ダイビングサービスにより異なる
 - ・レンタル器材※ ダイビングサービスにより異なる
- ※足ヒレ、水中メガネ、スノーケル、ウェットスーツ

必要なもの

水着、バスタオル(セームタオル)、防寒具(濡れても良いウインドブレイカーなど)、足ヒレ、水中メガネ、スノーケル、ウェットスーツ
※これらの他に、日焼け止めを予め塗っておいたり、乗り物に酔いやすい人は予め酔い止めを飲んでおくことをおすすめします。

申し込み方法

【19ページ】の島内ダイビングサービス一覧より、各ダイビングサービスへお問合わせいただくか、各ダイビングサービスのホームページからお申込みください。または、三宅島観光協会の公式ホームページからお申込みいただけます。

イルカがわいー♪



Fantastic diving into Kuroshio current sea

黒潮が育んだ、三宅の海に潜る

火山が造り上げた独特な自然を楽しめるのが三宅島ダイビングの特徴。伊豆諸島の南部に位置し、黒潮の影響も大きく、サンゴの群生や熱帯性の魚、大型の回遊魚からウミガメなど、様々な海の

生き物を観察することができます。東京竹芝桟橋から大型貨客船が毎日就航しているので、週末だけ気軽にダイビングを楽しまれる方も多くいらっしゃいます。

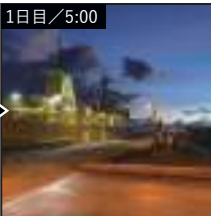
モデルプラン(船中1泊、三宅島1泊)

出発日/22:30



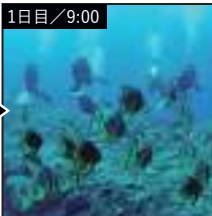
JR浜松町駅から徒歩10分の竹芝桟橋から、三宅島行き定期船に乗船します。

1日目/5:00



船内で睡眠すること約6時間30分。翌朝5時に三宅島に到着です。

1日目/9:00



1日目は終日、三宅島の海を満喫。たっぷり楽しんだ後は温泉へGO!

2日目/9:00



2日目も午前中は海にGO! お昼頃には帰り支度を始めます。

2日目/13:45



ゆっくり遠ざかる島を眺めるのんびりクルージングで東京へ帰ります。

人気者たちとダイナミックな地形

ダイビングをするなら一度は出会ってみたいあの「人気者」たち。三宅島の海に潜れば出会えるかも!?. 人気者たちとダイナミックな地形を一部ご紹介!



フリンデビ



アオウミガメ



火山島特有の水中アーチ



キンチャクガニ

料金表

ダイビングツアーのポイントや内容によって、料金は異なります。詳しくはダイビングサービスへご確認ください。


- ・1ビーチダイビング 6,000円～
 - ・2ビーチダイビング 11,000円～
 - ・1ポートダイビング 9,200円～
 - ・体験ダイビング* 13,000円～
- ※必要な道具のフルレンタル付き。水着があれば参加できます。


参加方法

【19ページ】の島内ダイビングサービス一覧より、各ダイビングサービスへお問合わせいただくか、各ダイビングサービスのホームページからお申込みください。

Diving service

島内のダイビングサービス

 宿泊施設併設

 キャッシュレス決済対応

 Wi-Fi使えます



 オーシャンクラブNUMBER3

マリンアクティビティはお任せください
04994-5-0050

MAP C-8




 おしどりDS

自社所有船あり。ご家族どうぞ。
04994-6-0346

MAP I-9



 ダイブショップサントモ

笑顔でお待ちしております
04994-5-0532

MAP C-7



 三宅島スナッパー

お一人様でのご参加も歓迎です
04994-2-1433

MAP I-1



 Divetrip Deep in

ボートダイビングならお任せ
04994-2-1444

MAP D-4



 TDC三宅島

イルカと泳ぐ♪初心者も大歓迎
090-6538-3798

MAP C-7



 Dolphin Club MIYAKEJIMA

お魚大好きスタッフと一緒に
04994-8-5010

MAP C-8



 三宅島バーディ

敷地内のプール施設が好評
090-4743-5724

MAP G-1



Fun fishing for everyone

誰もが「魚釣り」を楽しめる

三宅島は黒潮の恩恵を受けて、通年で魚釣りを楽しむことができます。

魚影がとても濃い為、釣りが初めての方でも魚との駆け引きを楽しむことができ、時折姿を見せるモンスタークラスの大型魚は、三宅島に足繁く通う常連の心も震わせず。三宅島は年齢・性別・経験を問わず誰でも楽しめる魚釣りの楽園です。



三宅島の磯釣り



三宅島の地磯の多くは車を停めてから徒歩5分～10分で釣り場まで到着し、道路が海岸線を通っていることで先客の有無も事前に確認することができます。地磯釣行の魅力は移動が楽なため、すぐに場所替え

ができることです。島を一周しても車で1時間程度なので常に変わる状況に合わせた場所選びができます。55cmを超える尾長グレや10kg級のシマアジなどが毎年どこかの地磯で釣り上げられています。夕まづめや潮の流れの状況が良いときには45cm級の尾長グレの入れ食いに遭遇する確率も高く、魚影の濃さを感じることができるでしょう。



三宅島の船釣り



主な釣り方は「五目釣り」「泳がせ釣り」「ジギング等ルーアー釣り」の3種類です。川の流れの様な激流が差す日もあれば湖の様に静まる日もあり、手返し早く仕掛けを打ち返す釣りから長い時間仕掛けを流すバ

ターンまで、潮流状況に応じて幅広い釣り方が求められます。主なポイントは三宅島回りと三本岳周辺の水深75m以内、五目釣りでは市場にあまり出回らないアオダイやウメイロなど白身の高級魚が人気です。泳がせ釣りでは40kg超のモロコや大型青物が狙い目です。ジギングでは10kg級の青物やアカハタの数釣りを楽しめます。



釣りの初心者におすすめ



女性にも人気

離島での釣りというとハードルが高くて初心者には厳しいと思われがちですが、実は初心者におすすめなのが離島の釣りなんです。その理由は何と言っても「魚が多い」。黒潮の恵みをたっぷり受けている三宅島は、島の近海に住んでいる魚がとて多いため、初めて釣りをする人でも魚との駆け引きを楽しむチャンスが多い。次におすすめな理由が「大物に出会える確率が高い」。三宅島では地磯や桟橋からでもカンパチを始めとする大型の青物が毎年のように



子供も楽しめる

三宅島で釣れる魚の一例



クロメジナ

通称:オナガメジナ。三宅島を代表する人気の磯釣り対象魚



アカハタ

オレンジと赤の魚体が美しく、刺身でも煮つけでも美味しい高級魚



カンパチ

泳がせ釣りやジギングで大人気。三宅島では過去に70kgオーバーの実績も



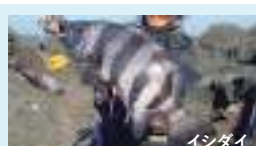
ヒラマサ

カンパチ同様に泳がせ釣りやジギングで人気の海のスプリンター



イシガキダイ

磯釣りの人気魚種。口回りが白くなる大型魚はクチジロと呼ばれる



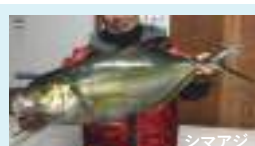
イシダイ

言わずと知れた「荒磯の王者」。大型魚は口回りが黒く、クチグロと呼ばれる



アオリイカ

冬～春にかけて三宅島の磯場で狙える。大型は3kg超も珍しくない



シマアジ

釣ってよし食べてよしの人気魚。オオカミと呼ばれる大型がかかることも

釣具・釣り餌が手に入るお店



早朝から営業

🌊 海楽 (かいらく) [釣具・ホテル・レストラン]

錆ヶ浜港が目の前。フロント横が釣具コーナー。氷・餌も扱ってます。
04994-5-0131、無休
5:30~21:00



MAP C-8



🌅 サンライズ [釣具・レストラン]

三池港から徒歩5分、レストラン併設の釣具店。氷・餌も扱ってます。
04994-6-0200、不定休
9:00~19:00



MAP J-6



🐶 寿 (ことぶき) シークラフト [天狗ウキ]

天狗ウキを代表とする釣具の製造販売。釣具店「SANSUI」でも購入できます。



MAP I-9

持ち帰る魚のサイズやゴミの扱い、渡船に関する取り決めなど、三宅島の釣りにはルールがあります。皆が気持ちよく釣りを楽しめる様に、そして三宅島の自然環境を守る為にルール遵守をお願いします。釣りに関する三宅島のルールは、三宅島観光協会のホームページからご確認ください。



Paradise for birds

バードアイランド

三宅島では、魅力いっぱいの野鳥たちを観察することができます。アカコッコやイイジママシクイなど伊豆諸島やトカラ列島でしか見られない鳥を始め、オーストンヤマガラ・タネコマドリ・シチトウメジロなどの亜種、天然記念物に指定されているカラスバトやカムリウミスズメなどを求めて世界中から多くのバードウォッチャーが訪れています。地域固有の野鳥を観察できることや、野鳥生息域の密度がとても高いため、野鳥と人の距離がとても近いことが「バードアイランド」と呼ばれるゆえんです。



アカコッコ

アカコッコは伊豆諸島とトカラ列島でのみ繁殖が確認されている日本固有のツグミの仲間です。国の天然記念物に指定され、レッドデータブックでは絶滅危惧IB類になっています。伊豆諸島では北部の島より南部の島(三宅島・八丈島など)で多くの個体を観察することができます。



オス/黒い頭部に黄色いアイリングとくちばし、胸からお腹にかけては濃いオレンジ色、背中の茶色が特徴。

メス/オスに比べて幾分か淡い色をしており、黒色の面積が小さい。

写真提供:アカコッコ館



幼鳥/なかなか目にする機会が無く、出会えたらラッキー。目撃情報が比較的多いのは、7月~8月頃。

写真提供:アカコッコ館

主に観察できる野鳥とその季節

種名	月	観察し易い ← 観察し難い ▶											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
アカコッコ													
イイジママシクイ													
カラスバト													
オーストンヤマガラ													
モスケミンサザイ													
タネコマドリ													
ミヤケコゲラ													
シチトウメジロ													
ウチヤマセンニュウ													
アオバズク													
オオバン													
サギのなかも													

大路池

大路池は、三宅島の南部にある約2,500年前の火山活動によって生じたといわれる火口湖です。伊豆諸島最大の湖で、一周すると約1.6km。周囲にはスタジイやタブノキ、ヤブツバキ等からなる貴重な照葉樹林が広がっており、アカコッコをはじめカラスバトやイジママムシクイ・オーストンヤマガラなど、三宅島ならではの野鳥が観察できる島内屈指のバードウォッチングポイントです。特に5、6月の繁殖期



はさえずり密度の高さから「日本一のさえずりの小径」とも呼ばれるほどです。是非、さえずりのシャワーを体感してみてください。



アカコッコ館



三宅島自然ふれあいセンター・アカコッコ館は、特色ある三宅島の自然を将来へと受け継ぎ、自然にふれあうための拠点として、1993年に三宅村が大路池のほとりに開設した施設です。2000年9月より

火山活動の為に休館していましたが、2005年7月から運営を再開しました。アカコッコ館には「日本野鳥の会」のレンジャーが常駐しており、皆さまが三宅島の自然とふれあうお手伝いをしています。

◆アカコッコ館の活動

- ・三宅島の最新の自然情報の提供
- ・自然を知り、親しむための自然観察会の開催
- ・野鳥や森の成り立ち、海の生き物などの紹介展示
- ・三宅島の動植物の調査・研究
- ・自然科学関係の文献や資料類の収集、閲覧

◆施設利用案内 **MAP G-9**

開館時間／9:00～16:30
 休館日／月曜日(祝日の場合はその翌日)
 年末年始(12月29日～1月3日)
 利用料金／200円(15人以上の団体は2割引)
 中学生以下及び65才以上は無料

◆お問合せ先

<アカコッコ館>
 04994-6-0410
 miyakejima@wbsj.org
 <三宅村観光産業課>
 04994-5-0920



アカコッコ館HP



三宅村
お問合せフォーム

Perfect for cycling about 30km circuit road

サイクリングにぴったり、一周約30km



三宅島の沿岸を走る一周道路の距離は約30kmと、サイクリングにぴったりな広さ。

一周道路に設置された信号機は3箇所だけなので、海をずっと眺めながら気持ちよく疾走することができます。

スポーツサイクリングを楽しむ上級者には島の中心部に向かう林道サイクリングがおすすめ!

平均斜度10%程の走りごたえ抜群のヒルクライムを楽しむことができます。

三宅島への自転車の持ち込み方

船の場合



輪行袋に入れた状態で、三辺の和が120cm以下で総重量20kg以下の場合。

無料。通常手荷物として船内に持ち込めます。

輪行袋に入れた状態で、三辺の和が200cm以下で総重量30kg以下の場合。

500円(片道)。受託手荷物扱い。

輪行袋に入っていない状態・三辺の和が200cm以上・重量30kg以上のいずれかに該当する場合。

1,500円(片道)。受託手荷物扱い。

※受託手荷物は、専用受付所でお手続きのうえ、料金をお支払いください。

※受託手荷物受付締切り時間/竹芝20時~21時。三宅島は出航50分前。

※15台以上のお持込みの場合は、乗船予約時にお申し出ください。

<問合せ>東海汽船お客様センター/03-5472-9999

飛行機の場合



輪行袋に入れた状態で、飛行機予約時の事前申し出が必要。

※状況によっては積載できない場合があるので、事前連絡が必須。

手荷物を含む5kgまでは無料。5kgを超える場合は1kgあたり330円。

<問合せ>新中央航空 調布カウンター/0422-31-4191



村営バスへの自転車持込みは、タイヤを外して輪行バッグへ入れて下さい。※車内の混み具合によっては持込み出来ません。

レンタルサイクル

☆ゲストハウス島家(しまや)

ハイパワーの電動アシスト付MTB。体力に自信がなくても上り坂やデコボコの山道だって爽快に走ることが出来ます。

半日(3h)/2,500円

1日(6h)/3,500円



パワフルなMTBタイプ!

予約・問合せは
コチラから



☆三宅島観光協会

三宅島の風を感じながら、らくらくサイクリング☆車では気づかない景色がみられるかも。大きなカゴが付いた電動アシスト付自転車。

半日(3.5h)/1,500円

1日(8h)/2,500円



大容量バッテリー
島1周もOK!

予約・問合せは
コチラから



3 best cycling routes

おすすめサイクリングコース

ぶらっと大路池散策コース

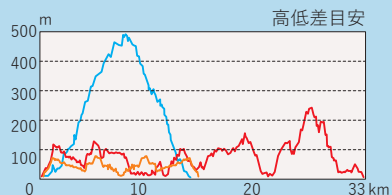
走行距離:15km(往復)、目安時間:2~2.5時間、消費カロリー:350kcal

七島展望台ヒルクライムコース

走行距離:14km、目安時間:2~2.5時間、消費カロリー:500kcal

がっつり三宅島一周コース

走行距離:33km、目安時間:3~4時間、消費カロリー:800kcal



三宅島の神社・祭り

三宅島には、1,000年以上前から大切にされてきた神社えんぎしきないしゃ(延喜式内社)が12社もあり、大昔から人々が噴火や湧き水、海などの自然おそを畏れ、ありがたく思う気持ちをもって大切におまつ祀りしてきました。このページでは、三宅島を代表する神社5社を紹介します。

三宅島の神社公式ホームページ

三宅島の神社を紹介している公式ホームページです。御朱印の授与等はこちらをご参照ください。



卍 富賀神社 (とがじんじゃ)

MAP C-9

三宅島の神社信仰の中心となる神社で、伊豆諸島の総鎮守ともいえます。「阿米都和氣命神社」として延喜式内社えんぎしきないしゃに数えられ、古墳時代の土器や勾玉、古代の鏡などが境内から発掘されています。



卍 后神社 (きさきじんじゃ)

MAP C-4

伊ヶ谷船客待合所の裏の階段上、伊ヶ谷港から大船戸湾を一望できる高台に社殿を構える。事代主命ことしろぬしのみことの後いかむひめのみこと「伊賀牟比賣命」を祀るとされ、延喜式内社にも数えられています。



卍 御祭神社 (ごさいじんじゃ)

MAP E-2

伊豆地区、薬師堂やくしどう(東光山満願寺)に隣接する神社です。鳥居の正面には薬師堂が建ち、右手の石段上に御祭神社のお社があります。周囲を深い森に囲まれており、バードウォッチングにも人気のポイント。



卍 御笏神社 (おしやくじんじゃ)

MAP G-1

「佐伎多麻比咩命神社」として延喜式内社えんぎしきないしゃに数えられます。多くの合祀社ごうししゃ・境内社けいだいしゃがあり、牛頭天王神社もその一つで、毎年賑わう「牛頭天王祭」はここで行われます。



卍 二宮神社 (にのみやじんじゃ)

MAP I-8

「伊波乃比咩命神社」として延喜式内社えんぎしきないしゃに数えられます。御笏神社の御祭神の姉にあたり、その第二王子さまもお祀りすることから「二宮」とよばれているといわれます。

富賀大祭

隔年で御神輿が島内5地区を6日間かけて一巡りする。東京都無形民俗文化財に指定されている。

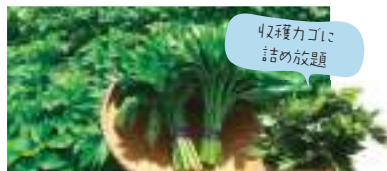




More activities

+アクティビティ キャッシュレス決済対応

その時間どう過ごす? やって楽しい三宅島、もっと知って三宅島!



収穫力コト:
詰めの放題

神戸農園(かんべのうえん)

火山のエネルギーが生み出す三宅島の特産品「あしたば」の摘み取りを体験いただけます。
ひとり2,000円



Atelier Fleur Aqua(アトリエフルアクア)

ハーバリウム、ジェルキャンドル、アロマワックス等のクラフト体験。
土・日・祝のみ営業。
080-5425-5627



猫又堂(ねこまたどう)

フォトフレーム、レジンアクセサリーの製作体験教室。ひとり1,500円〜
要予約、お電話下さいにゃん。
04994-2-0112



三宅島ネイチャーツアーmahana

三宅島の自然案内人集団。ナイトツアー、バードウォッチング、体験ダイビングなど自然遊びはお任せ。
04994-2-1433



earth wind&

陸と海のガイドをやっているHitomiです。大地の営みから島の暮らしまでガイドブックには載ってない島時間を一緒に楽しみましょう!



貸切タクシー

港・空港など島内の移動に便利なタクシー。貸切タクシーで島内観光もお楽しみいただけます。
詳細は【P42】をご覧ください。



三宅島 観光協会 ガイドツアー

三宅島観光協会に登録している島民ガイドが、火山島三宅島の魅力をご案内します。

スキマ時間にひっそり

お手軽観光ガイド

おすすめスポットを巡るピンポイント観光ガイド。4つのコースから選べます。
現地集合・解散で、お手軽にお楽しみいただけます。



噴火の威力を体験!

火山体験散歩道→
メガネ岩



ダイナミックな 火山を歩く

新濁池跡→
新鼻新山



森に囲まれた 湖を歩く

大路池と
照葉樹の森



噴火の爪痕と 再生する緑を堪能

三七山→ひょうたん山
→椎取神社

※所要時間:2h/料金(1人あたり):1人¥4,000、2人¥2,300、3~5人¥2,000/小学生:半額、小学生未満:無料/別途保険料1名200円

おまかせ自然ガイド

お客様のリクエストに合わせた季節毎のおすすめポイントをご案内するプライベートガイド。



所要時間	3h(半日コース)		7h(1日コース)	
人数	1人	1~7人	1人	1~7人
料金(1名)	¥6,000	¥4,000	¥10,000	¥8,000

※小学生:半額、小学生未満:無料、別途保険料1名200円
※ご移動はタクシーやレンタカーをご利用ください

その他ガイドツアー

団体旅行ツアーに



◆バスで巡る自然ガイド

村営貸切バスで島内を巡りながら、観光協会に登録している島民ガイドが見どころスポットをご案内します。

※所要時間:3h/定員:~50名まで/¥15,000(バス貸切りは別途)

お手軽観光ガイド

おまかせ自然ガイド

その他ガイドツアー

へのお申込み・詳細情報は三宅島観光協会のHPをご覧ください。

Sunrise coming from ocean

海からはじまる朝

おはよう

毎日話しているこの言葉に、感動して胸が熱くなることがあるなんて、考えたことも無かった
海からはじまる朝、小さな声で自分に言った
おはようが、涙で滲んだ

View Point



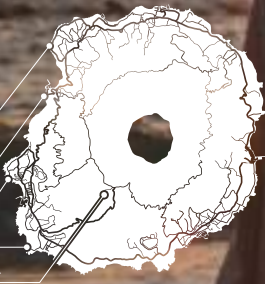
Sunset soaking into your heart

染みる夕日

海に沈む夕日、見たことありますか
思うよりもゆっくりと、思うよりも早く
誰にでも寂しくて、誰にでも優しい
すなおな自分に戻れる、魔法の時間

View Point

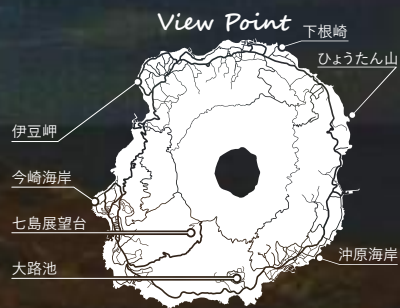
伊豆岬
伊ヶ谷港
メガネ岩
富賀浜
七島展望台



Sky full of stars

ささの葉、さらさら

最初見たときは「うわっ」て、
きれいとか、感じるより先に驚いた
驚いていたらスーっと流れて、また驚いた
これが金銀砂子かあ



Forest of giant trees

巨樹・巨木林の島



太古より噴火を繰り返してきた火山島・三宅島。

噴火後、流れ出した溶岩によって覆われた土地は、植物や土壌がまったくない「裸地」となる。そして植物の「遷移」によって時間とともに土壌が作られ、やがて森となっていく。

三宅島では、その過程のほぼすべてを見ることができる。

三宅島は、過去の噴火ごとに異なる段階の植物遷移による森の形成過程を見ることができるだけではない。大路池周辺など

1,000年以上もかけて作られた森もあり、“誕生以前”と“成熟した森”の様相が1つの島の中にコンパクトに存在するという稀有な



島なのだ。溶岩に覆い尽くされた裸地では「オオバヤシャブシ」、「ハチジョウイタドリ」、「ハチジョウススキ」など、先駆（パイオニア）植物と呼ばれる遷移初期段階の多年生植物が見られ、遷移が進行した「極相林」（全体に安定した状態の森）では「スダジイ」、「タブノキ」などが根を張っている。三宅島の植物や巨樹たちはいとおしく圧巻だ。都会では見ることのできない、



自然を逞しく生き抜く迫力に満ちた三宅島の巨樹の姿。三宅島では森の誕生のドラマがすぐ目の前で繰り広げられている。

巨樹・巨木林観賞のポイント

大きな木のことを、巨樹・巨木・大木・大樹などと表現していますが、明確な使い分けはされていませんでした。そのため1988年の環境庁の全国的な巨樹・巨木林の調査で統一基準が定められました。現在この基準が一般的なものとなっています。

《 巨木の定義 》

- ・地上130cmの位置での幹回りが300cm以上の木。
 - ・地上130cm以下で幹が複数に分かれている（株立ち・分枝）時は、それぞれの幹回りが200cm以上の木を含む。なお、幹回りが500cm以上の木を巨樹と呼ぶ。
- ※巨樹・巨木が群生している場合には巨木林と呼ぶ。

環境省・巨樹巨木林データベース



巨樹巡りにあたっての約束

- ▶三宅島の巨樹には公私の所有者がいます。過去から受け継がれ、木が大切にされてきたことに感謝と敬意を表し、決して傷つけたり周囲を汚したりしないように注意しましょう。また、周囲の「踏み固め」は巨樹に大きなストレスを与えます。なるべく離れて観察する様にしましょう。
- ▶三宅島の天候や地勢に詳しい方を案内人として一緒に散策することをおすすめします。三宅島観光協会にて自然ガイドの紹介を行っており、自然ガイドは天候やフィールド状況、野生生物に対する注意、配慮等を教えてください。
- ▶切り立った崖地の巨樹など危険な場所には、無理して入らないでください。
- ▶巨樹・巨木林の多い場所は、古くから神聖な場所や信仰のための通り道である場合が多いです。神様が祀られている様な祠などに行き当たったら失礼の無い様にしましょう。

三宅島の観光施設

村営温泉“ふるさとの湯” MAP B-7

舐めると塩っ辛い、茶色がかったナトリウム性のお湯が特徴の温泉。露天風呂の温度は低めなのでゆったり楽しめます。

利用料／大人500円、6～11才250円、0～5才無料

営業時間／11時～21時(10～3月は20時迄)

定休日／水曜日(祝日の場合は翌日が休み)

※8月は休み無し

アクセス／バス停「二島」から徒歩2分

04994-5-0426



露天風呂で見る夕日サイコー



三宅村レクリエーションセンター MAP I-9

ロープクライミングも楽しめる村営のクライミング施設。クライミングシューズやチョークバッグのレンタルもあります。

利用料／大人500円(入館のみは200円)

※18才未満65才以上は無料、15名以上の団体は1名400円

営業時間／13時～20時(土日祝は10時～17時)

定休日／木曜日(祝日の場合は翌日)

アクセス／バス停「坪田」から徒歩3分

04994-8-5682



途中外出OK、シャワー設備あり



三宅村郷土資料館 MAP B-7

三宅島の歴史や2000年噴火の当時の様子を知るこの出来る資料が展示されている。

入館料／大人200円、65才以上は無料

※15名以上の団体は1名160円

※1F展示室は入館無料

営業時間／10時～17時

定休日／水曜日、年末年始(12月31日～1月3日)

アクセス／バス停「阿古」から徒歩2分

04994-5-1454



都営の炊事設備(BBQ場)

海を見ながらBBQを楽しめる炊事設備。利用料無料。

◆大久保浜キャンプ場 MAP F-1

設備／炊事場、トイレ、温水シャワー、更衣室

アクセス／バス停「大久保浜」から徒歩15分

◆錆ヶ浜園地 MAP C-7

設備／炊事場、トイレ、温水シャワー、更衣室

アクセス／バス停「錆ヶ浜」目の前



大久保浜キャンプ場



みんなで仲良く使ってね

錆ヶ浜園地

寢床ではなく、「拠点」。島旅は宿選びから

島旅にあたって大事なのが宿選び。ただ寝泊まりするだけではなく、食事をしたり、島の情報を得たり、宿と提携しているアクティビティなど島を楽しむ拠点となります。昔ながらの民宿や、リゾート感を味わうペンション、ホテルに旅館、ゲストハウスまで仕様も様々。個性も人情も豊かな宿のスタッフとの会話は、三宅島の大きな魅力のひとつです。自分の旅のスタイルに合わせて、宿選びからワクワクしてみましょう。



 Free Wi-Fi
  キャッシュレス決済対応
  洋室あり
  ウォシュレット付トイレあり

※宿泊料金は通常期間に1室2名以上でご利用時の、夕食・朝食付き大人1名あたりの料金です。
季節や宿泊人数によって宿泊料金は変動します。詳細は宿泊施設にご確認ください。



広丸(ひろまる)

空港の最寄りでビジネスにも観光にも便利。自家製野菜や地魚が使われた料理が自慢の懐かしみのある民宿。
04994-6-0526 ¥7,700円～


 港・空港へ送迎可
設備／洗濯機、ドライヤー





MAP J-8



つくば

空港やレンタカー店にも近く便利な立地。明るい女将さんに元気がもらえる、ファミリーにもおすすめの宿。
04994-6-1339 ¥7,700円～


 港・空港へ送迎可、ペット同伴可
設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー





MAP J-8



姉妹(しまい)

坪田地区集落の中心地に位置し、商店や飲食店、クライング施設も徒歩圏内。
04994-8-5655 ¥7,700円～


 港・空港へ送迎可
設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー





MAP I-8



おしどり

ダイビング、ドルフィンスイム、バードウォッチング、釣りなど家族で自然を満喫するのにぴったりな宿。
04994-6-0346 ¥8,500円～


 港・空港へ送迎可、ダイビング設備併設、設備／洗濯機、乾燥機、共用冷蔵庫、ドライヤー、バス、トイレ付部屋あり







MAP I-9



いげよし

オーシャンビューのテラスからの眺めが抜群。割烹も併設する本格料理が自慢。釣りガイド・サーフガイド対応可。
04994-8-5743 ¥9,900円～




 港・空港へ送迎可、鍵付部屋、設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー、歯ブラシ、タオル、浴衣(有料)






MAP I-9



椿荘(つばきそう)

宿泊＆朝食のみの全室ベッドの宿で、ビジネスにもおすすめ。ご主人お手製の精巧な船の模型が見事。
04994-6-0321 ¥6,000円(夕食なし)～



 港・空港へ送迎可、設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー、歯ブラシ、タオル



MAP I-8



🏠 ラッパ荘

坪田港や長太郎池に徒歩圏内で観光や釣りにも便利。朗らかな女将さんと温かみのある宿でゆったりと寛げる。
04994-6-0097 ￥7,700円～

📶 🏠 🍴 港・空港へ送迎可、鍵付部屋、設備／洗濯機、乾燥機(有料)、共用冷蔵庫、ドライヤー、浴衣、タオル、バスタオル



MAP H-9



🏠 新鼻荘(にっばなそう)

大路池まで徒歩10分。木々に囲まれた宿泊施設はバードウォッチャーや釣り人に人気。広々とした庭でゆったり寛げる。
04994-6-1547 ￥8,000円～

📶 🏠 🍴 港・空港へ送迎可、鍵付部屋、設備／洗濯機、乾燥機、ドライヤー、歯ブラシ、タオル、浴衣(有料)



MAP G-10



🏠 薄木荘(うすきそう)

農園も営んでおり、自家製野菜や地魚をたっぷり使った料理が評判。釣り人やビジネス、観光と幅広く対応。
04994-5-0029 ￥7,700円～

📶 🏠 🍴 港・空港へ送迎可
設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー



MAP C-9



🏠 ヤマノベ旅館

趣のある建物や囲炉裏の座敷など、古き良き日本らしさが感じられる旅館。島食材を使った釜飯や御赦免料理も味わえる。
04994-5-0317 ￥9,720円～

📶 🏠 🍴 港・空港へ送迎可、ペット同伴可、設備／洗濯機、乾燥機、共用冷蔵庫、ドライヤー、歯ブラシ、タオル、バスタオル、浴衣、カミソリ



MAP C-8



🏠 オーシャンクラブNUMBER3

山小屋風のログコテージは全室無線LAN完備で、ダイビングだけではなく、ビジネスでのご利用にも便利。
04994-5-0050 ￥8,400円～

📶 🏠 🍴 港・空港へ送迎可、ダイビング設備併設、鍵付部屋
設備／洗濯機、乾燥機、共用冷蔵庫、ドライヤー



MAP C-8



🏠 共栄荘(きょうえいそう)

錆ヶ浜至近でデスクとチェア等が備わったビジネスルームあり。釣り客にも人気。バルコニーからの景色も自慢。
04994-5-0660 ￥8,800円～

📶 🏠 🍴 港・空港へ送迎可、一部鍵付部屋、設備／洗濯機、乾燥機、共用冷蔵庫、ドライヤー



MAP C-8



🏠 ホテル海楽(かいらく)

島唯一のホテルで最大収容人数を誇る。錆ヶ浜港の最寄りで団体や釣り客、ビジネスにも便利。レストランも併設。大浴場あり。
04994-5-0131 ￥9,900円～

📶 🏠 🍴 港・空港へ送迎可、鍵付部屋、設備／洗濯機、乾燥機、冷蔵庫、ドライヤー、タオル、バスタオル、カミソリ、浴衣



MAP C-8



🏠 伊波荘(いなみそう)

錆ヶ浜港を見渡す高台に位置しており、部屋から臨める海に沈む夕陽が絶景。女将さんの温かい人柄にも癒される。
04994-5-0849 ￥7,700円～

📶 🏠 🍴 港・空港へ送迎可
設備／洗濯機、ドライヤー



MAP C-7

寢床ではなく、「拠点」。島旅は宿選びから

レンタルサイクルも
やってるよ



みなと

錆ヶ浜から徒歩圏内で、釣り客やファミリーにおすすめ。島食材を使った韓国料理も味わえるアットホームな宿。04994-8-5688 ¥7,700円～

港・空港へ送迎可、ペット同伴可
設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー



ゲストハウス島家(しまや)

元家をリノベーションした島内唯一のゲストハウス。個室もあり、暮らしに近い旅を楽しめる。キッチンも使える一棟貸切利用もオススメ。04994-8-5866 ¥6,500円(個室料金)～

設備／共用冷蔵庫、屋外洗濯機、ドライヤー、レンジ、島関連書籍、レンタルキッチン(有料)



ペンション・サントモ

リゾート感溢れるおしゃれで居心地の良い空間が女性客に人気。島食材中心の料理や、温泉や海にも近い立地の良さも抜群。04994-5-0532 ¥8,500円～

港へ送迎可、鍵付部屋、設備／洗濯機(有料)、冷蔵庫、ドライヤー、歯ブラシ、タオル



ペンション・ココナッツガーデン

中華料理店併設の宿でランチも楽しめる。温泉や海水浴場、村役場庁舎にも近く、観光にもビジネスにも便利。04994-5-0006 ¥8,500円～

朝港迎え可、鍵付部屋、設備／洗濯機、乾燥機、冷蔵庫、ドライヤー、歯ブラシ、タオル、バスタオル



夕景(ゆうけい)

広々とした庭とテラスが人気で、新鮮な地魚を中心とした夕食も豪華。釣りテスターのご主人が案内する磯場ガイドは定評あり。04994-5-0118 ¥8,800円～

港・空港へ送迎可、鍵付部屋、設備／洗濯機(有料)、乾燥機(無料)、共用冷蔵庫、ドライヤー、歯ブラシ、タオル、バスタオル、カミソリ、浴衣(和室は浴衣有料)



Deep in モロミド

大船渡海水浴場に隣接するオーシャンビューの宿で、ダイバーに人気。島の海産物メインの様々な料理が楽しめる。04994-2-1444 ¥7,700円～

港へ送迎可、設備／洗濯機、ドライヤー、共用冷蔵庫、電子レンジ



吉兼(よしかね)

大久保浜が目の前に広がり、眺めがよい宿。ロビーの漫画コーナーの種類が豊富。04994-2-0217 ¥7,700円～

港・空港へ送迎可
設備／洗濯機、乾燥機、Wi-Fiはロビーのみ使用可



プチホテルあいらんど

全室ベッドの洋室タイプ。神着・伊豆地区へのビジネスに便利な宿。徒歩圏内に複数飲食店あり。04994-8-5686 ¥11,000円～

港・空港へ送迎可、ペット同伴可、鍵付部屋
設備／洗濯機、乾燥機、冷蔵庫、ドライヤー、歯ブラシ、タオル、バスタオル、カミソリ





ペンション花海月(はなみづき)

三宅島の旬の食材を取り入れた食事が自慢のペンションです。全室ベッドのお部屋。

04994-8-5676 ￥10,000円(1名1室利用)～



港・空港へ送迎可、鍵付部屋、ベッド同伴可
設備/洗濯機、冷蔵庫、ドライヤー、歯ブラシ、タオル、
バスタオル、カミソリ、バジャマ



MAP G-1



三宅島バーディ

ダイビング&ドルフィンスイムのサービス併設宿泊施設。専用プールがあり、ダイビングのスクールなども対応。

090-4743-5724 ￥8,580円～



港へ送迎可、ダイビング設備併設
設備/洗濯機、プール



MAP G-1



三宅島スナッパー

ダイビング、ネイチャーツアーのガイドが常駐している宿で、幅広いアクティビティが常時対応可能。ビジネスプランもあり。

04994-2-1433 ￥7,700円～



港・空港へ送迎可、鍵付部屋、ダイビング設備併設
設備/洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー、タオル、バスタオル



MAP I-1



オレンジハウス・バロン

オレンジ色の建物が目を引く宿。島の食材をさまざまに工夫し、味わい深いオリジナル創作料理が味わえる。

04994-2-1110 ￥11,000円～



鍵付部屋、設備/洗濯機・乾燥機、冷蔵庫、ドライヤー、
歯ブラシ、タオル、バスタオル、寝間着、カミソリ



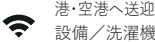
MAP I-2



すずらん

神着地区の閑静なエリアにあり、こじんまりとした昔ながらの温かみのある民宿で、のんびりと過ごせる。

04994-2-0675 ￥7,700円～



港・空港へ送迎可
設備/洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー



MAP I-2



ペンションTSUKUBA

山の中腹に位置し、広々とした敷地内では明日葉摘み体験や、星空観賞、BBQなども楽しめる。家族連れ、団体グループ向け。

04994-8-5620 ￥7,700円～



港・空港へ送迎可、鍵付部屋、ベッド同伴可、設備/洗濯機
ドライヤー、共用冷蔵庫、電子レンジ、オーブントースター



MAP J-3

＼ア－リーチェックインを忘れずに／

船で三宅島に行く時は、オプションサービスの「ア－リーチェックイン」を必ず申し込もう！なぜならば、三宅島には船が着く港が3ヵ所もある。天候変化などで使う港が毎日変わる為、どの港に着くかは着岸するまで分からない。早朝の港からは臨時の村営バスが出ているが、乗り遅れると悲惨なことに…。でも！ア－リーチェックインを申し込んでおけばこの港でも宿のスタッフが迎えに来てくれるから安心！しかも朝5:00から宿で休憩できちゃう！至れり尽くせりなのに追加料金たったの1,400円(驚愕)※。なんてこった。皆さん、船で三宅島に行く時はア－リーチェックインを忘れずに。万が一、申し込みを忘れた場合はバス又はタクシーで移動しよう【P42参照】。島はタクシーの数も限られている。ぐずぐずしていると手遅れになるから注意だ。

※一部の宿を除く


＼大きいor重い荷物は郵送しよう／

釣りやダイビング、サイクリングや海水浴などで使う予定の大型の荷物。家から三宅島まで運ぶのは大変だ。万が一にでも、船内に忘れたり途中で壊れたりしたら楽しいはずの島旅が台無しに…。なんてことも有り得る。また、飛行機で三宅島に行く場合、5kgを超える荷物はなんと1kgあたり330円も取られてしまう。うっかりすると超過料金だけでウン千円なんてことも…。笑えない。三宅島の宿は事前に郵送した荷物もちゃんと受け取ってくれる。三宅島にはヤマト運輸の代理店と、郵便局があるのでこのふたつの輸送手段なら東京都内と同じ料金で郵送ができる。大きいor重い荷物は迷わず郵送しよう。

※事前に宿へご連絡ください

Tasty local specialties

三宅島の「美味しいもん」を堪能する

 キャッシュレス決済対応



ハンバーグ定食 1,500円

サンライズ [洋食]

三池港の目の前に立地。ボリューム満点のハンバーグ定食はデザート付。
04994-6-0200、不定休
11:00~14:00/17:30~19:00



MAP J-6



焼き魚定食 900円

島人 (しまんちゅ) [和食]

三宅島の旬の食材を使用した料理が自慢の居酒屋。ランチも営業。
04994-6-1400、日曜休
11:30~13:00/18:00~22:00



MAP J-8



ランチ限定焼肉定食 1,650円

京ちゃん [焼肉]

韓国出身のママが振る舞う本場の味をご堪能ください。
04994-6-1352(要予約)、水曜休
11:00~13:00/17:00~21:00



MAP I-8



オムライス 1,000円

GIZMO [Terrace cafe Restaurant]

目の前に真っ青な海が広がる最高のロケーション。はぁ~幸せ。
04994-8-5853、不定休
12:00~14:00/18:00~22:00



MAP J-8



チラシ寿司定食 1,430円

いけ吉 [すし]

新鮮な魚介を使ったチラシ寿司、握り寿司の定食をご堪能ください。
04994-6-0118、無休
11:00~21:00(要予約)



MAP I-9



海鮮釜めし定食(サラダ・小鉢付) 1,500円

ヤマノベ旅館 [和食]

季節毎の島食材を使った釜めしをお召し上がりください。
04994-5-0317、不定休
11:00~21:00



MAP C-8



島のリラーメン 850円

平野食堂 [中華・和菓子]

錆ヶ浜栈橋まで徒歩5分。貴重な島のりをたっぷり使ったラーメンが人気。
04994-5-0150、不定休
11:00~17:00



MAP C-8



唐揚げ定食 900円

ホテル海楽のレストラン

島内唯一の朝食営業店。早朝5:30~8:30(バイキング形式)900円。
04994-5-0131、無休
11:00~14:00/18:00~22:00



MAP C-8



麻布倶楽部 [ラウンジ]

島民にも観光客にも人気のラウンジ。三宅島の夜を満喫しよう。
04994-5-0145、不定休
20:00~26:00



MAP C-7



クリームソーダ 550円

🍴🍷 g2 CAFE [創作料理]

海が見えるカウンターでのんびり
CAFEタイム。お酒もあります。

火・水・木曜休

11:30~23:30(LOは22:30)



MAP B-7



担々麺 900円

🍴🍷 ココナツガーデン [中華]

島食材を取り入れた豊富なメニュー
が人気の中華レストラン。

04994-5-0006、火曜休

11:00~14:00/17:00~22:00



MAP B-7



豚塩 1,300円

🍴🍷 飛龍館 [焼肉・カラオケボックス]

焼肉でお腹を満たしたらカラオケでスッ
キリ!島内唯一のカラオケボックスです。

04994-5-0728、木曜休

12:30~14:00/17:00~22:00(LO・21:30)

カラオケボックス/12:30~23:00



MAP C-7



明日葉パンズのハンバーガーセット 1,200円

🍴🍷 ギャラリーカフェ・カノン [洋食cafe]

手作りパン・スイーツを味わえる、
三宅島の風と光を感じるカフェ。

04994-2-1239、日・月・火曜休

11:30~16:00



MAP D-2



天ぷら定食 1,500円

🍴🍷 どんぐり [和食]

カリッと揚がった明日葉入りの天ぷ
ら定食が絶品。島人集まる和食処。

04994-2-1410、火曜休

17:30~22:00



MAP G-1



菊地農園とれたてサラダ 1,000円~

🍴🍷 リターノ [Island style 飲み屋]

併設する農園で育てた季節の新鮮
野菜を味わえるIsland style 飲み屋。

04994-2-1245、不定休

18:00~



MAP G-2



明日葉ごぼう天うどん(ご飯・お新香付) 1,200円

🍴🍷 花海月 (はなみづき) [和食]

出汁にこだわった自慢のうどんを
ご賞味ください。

04994-8-5676、不定休

11:00~14:00/19:00~22:00



MAP G-1



みそラーメン 700円

🍴🍷 とんとん [ラーメン]

老若男女問わず鳥つ子が大好き
なラーメン屋さん。

04994-2-1777、木曜休

11:00~14:00/18:00~22:00



MAP H-1



イカヘサラダ 1,100円

🍴🍷 ユリ [焼肉]

特別なルートで仕入れたお肉や
本場韓国直伝サラダを召上がれ。


04994-2-1451、月曜休

11:30~13:30/17:00~21:00



MAP J-2

商店・土産品店など

 キャッシュレス決済対応



サンライズ【釣具・レストラン】

三池港から徒歩5分、レストラン併設の釣具店。氷・餌も扱ってます。
04994-6-0200、不定休
9:00～19:00



MAP J-6



ミヤケハートショップ【商店・土産品】

自慢のお弁当は品揃え抜群。
お土産も多数扱ってます。
04994-6-1855、水曜休
9:00～18:00



MAP I-8



築穴商店【商店】

道路を挟んだ向かい側、交番の横がお店の駐車場です。
04994-6-0411、日曜休
7:30～18:30



MAP I-9



進八屋【商店】

坪田地区で一番遅くまで営業している商店。やって良かった進八屋！
04994-6-0117、無休
7:30～19:30



MAP I-9



北川商店【商店】

手作りの日替わり弁当が人気。
売り切れる前にどうぞ。
04994-5-0037、無休
8:00～20:00



MAP C-8



早朝から営業

海楽【釣具・ホテル・レストラン】

錆ヶ浜港が目の前。フロント横が釣具コーナー。氷・餌も扱ってます。
04994-5-0131、無休
5:30～21:00



MAP C-8



土屋食品【商店】

地海苔を贅沢に使った島のり弁当、海を眺めながらのランチは最高。
04994-5-0331、月曜休
7:00～19:00



MAP C-8



一休の店【土産店】

三宅島のお土産なら当店にお任せ。錆ヶ浜港から徒歩1分。
04994-5-0210、不定休
10:00～15:00



MAP C-8



いきいきお魚センター【鮮魚】

三宅島産の鮮魚・野菜が並びます。ギョサンの品揃えは島内No.1。
04994-5-0019、火曜休
10:30～15:00



MAP C-8



はせがわ [商店]

人気の手作り弁当は売切れ必至。
お昼前の時間がおすすめ。

04994-5-0005、不定休

8:00~19:00(日:10:00~18:30)  **MAP C-7**



猫又堂(ねこまたどう) [土産店]

クラフト体験教室(要予約)もやっ
てら。要予約、お電話下さい。にゃん。

04994-2-0112、不定休

9:00~19:00  **MAP D-4**



ヤマシタ [商店]

新鮮な野菜・お肉・お魚から島の
特産品まで取り揃えています。

04994-2-0071、日曜休

8:00~18:30  **MAP F-1**



正大(せいだい) [商店]

生鮮食材からお惣菜、お弁当に
日用品まで、品揃えが豊富です。

04994-2-0178、無休

9:00~20:00  **MAP H-1**



岡太楼本舗(おかたろうほんぽ) [牛乳煎餅]

三宅島銘菓「牛乳煎餅」の製造・販
売店。焼き立て煎餅の試食あり。

04994-2-0051、不定休

8:00~17:00  **MAP I-1**



三宅島酒造 [酒販店]

島で醸造している唯一の焼酎「雄
山一」。購入や試飲も出来ます。

04994-2-1391、水曜休

9:00~16:30  **MAP I-2**



スマホ充電設備
[CHARGE SPOT]もあるよ

三宅島観光協会 [土産店]

オリジナルTシャツ・手ぬぐい・ポス
トカード・クリアファイルなど取扱い。

04994-5-1144、無休

8:30~17:30  **MAP B-8**

パンとお菓子

築穴製菓

FRESH BREAD

築穴パン by 築穴製菓(04994-6-0316)

島唯一の工場で焼かれたパンは、午前中のうちに島内の商店に並びます。レトロなパッケージに包まれた三宅島の島パンは、築穴商店、ミヤケハートショップ、北川商店、はせがわ商店、ヤマシタ、等で購入できます。

あげあんパン 138円 メロンパン 138円 パピロ 138円 うぐいすパン 138円

GS、薬局、書店、生花、銀行など

 キャッシュレス決済対応



三宅島カーステーション[車両整備]

JAF代理店。車両整備、新・中古車販売など、ご相談ください。

04994-6-1411、第1・3土曜・日曜休
8:00~17:00



 MAP J-4



七島商事[GS・レンタカー]

釣り専用車あり。早朝の港、空港への送迎対応。レンタカーは軽自動車のみ。

04994-6-1252、無休
7:30~17:30/8:00~17:00(日・祝)



 MAP I-8



今関商会[GS]

出光興産特約店。GSの他に航空燃料の給油も行っております。

04994-6-0205、無休
7:00~18:00/8:00~17:00(日・祝)



 MAP I-8



伊豆緑産[土木林業]

環境保全型ロール資材「東京レセントロール」の製造・販売店。

04994-6-1510、土・日・祝休
8:00~17:00



 MAP G-10



沖山揆一郎商店[GS]

クレジット決済対応。船舶への給油も対応可能です。お問合せ下さい。

04994-5-0043、日曜休(夏季は営業)
7:30~18:00/8:00~17:30(土)



 MAP C-8



三宅島産興商会[GS]

ガソリンスタンド経営の他、LPガス、石油、建築資材など。

04994-5-0505、日曜休
7:30~18:00



 MAP C-7



平善[建設業]

土木・建築一式工事から生コンクリート販売など。

04994-5-0311、土・日・祝休
8:00~17:00



 MAP C-7



平善産業[車両整備]

車両整備・修理・中古車販売。大型トラック・バスの整備も対応可。

04994-5-0008、土・日・祝休
8:30~17:00



 MAP C-7



Atelier Fleur Aqua [生花]

各種クラフト体験や季節を感じる生花をお楽しみいただけます。

080-5425-5627、土・日・祝のみ営業
10:00~17:00



 MAP C-7



三宅島建設工業[建設業]

私達は包括的に島をサポートし、島の発展に奉仕する企業を目指しています。
04994-2-0163、土・日・祝休
8:00~17:00



MAP D-4



長谷川自動車修理工場[車両整備]

自動車整備・修理から販売まで、お気軽にご相談ください。
04994-2-0241、土・日・祝休
8:00~17:00



MAP E-1



すぎやま運送[運送・引越]

お荷物の宅配・運搬、お引越しもお任せください。
04994-2-0027、無休
8:00~18:00



MAP G-1



三宅島交通[GS・レンタカー・タクシー]

レンタカー、GS、タクシー、店内には日用雑貨も取扱っています。
04994-2-0291、日曜休
7:30~19:00



MAP G-1



浅沼教材店[本・文具・リース]

書籍・文具・事務機器・教科書買取店。コピー機の修理対応可。
04994-2-0077、日曜休
8:00~18:00



MAP G-1



りぼん薬局[調剤薬局]

処方せん薬局。市販薬や日用品も取扱い。各種キャッシュレス利用可。
04994-8-5840、土・日・祝休
8:00~17:30



MAP G-1



七島信用組合[銀行]

島しょ部に広く展開する金融機関。ATMは祝・祭日でもご利用頂けます。
ATM営業時間8:45~18:00、9:00~17:00(土日祝)
04994-2-0081、土・日・祝休※ATMは無休



MAP G-1



カトー工芸社[塗装・防水]

お家のメンテナンスなど、お気軽にご相談ください!
04994-2-0068、日曜休
8:00~17:00



MAP H-1




カイハツマリン[スノーケリング用品]

スノーケリング用品(水中メガネ・スノーケル・足ヒレなど)の販売。
04994-2-0762、日・祝休
8:00~17:00



MAP H-1

島内の交通手段

 キャッシュレス決済対応



三栄(さんえい)タクシー

TEL/04994-5-0511(深夜・早朝対応)
定員/4名(4名以上はご相談ください)
貸切料金/5,580円(小型車・1H)
※車イス対応可、ワゴンタクシーあり



MAP C-7



三宅島交通[タクシー・レンタカー]

TEL/04994-2-0291(早朝対応)
定員/小型車:4名、ワゴン車:9名
貸切料金(1H)/小型:5,580円、ワゴン:8,020円
レンタカー料金はHPをご覧ください



MAP G-1



さくまタクシー

TEL/04994-8-5900(深夜・早朝対応)
定員/5名
貸切料金/5,880円(中型車・1H)
クレジットカード対応



MAP J-6



コスモレンタカー

釣り専用車あり。早朝の港、空港への送迎対応。レンタカーは軽自動車のみ。
04994-6-1252、無休
7:30~17:30/8:00~17:00(日・祝)



MAP I-8



朝信(あさしん)レンタバイク

50ccから200ccまで様々なタイプのバイクをご用意しています。
事前予約可能です。まずはお電話ください。
04994-5-0516または090-4920-5501



MAP C-8



島家(しまや)レンタルサイクル

ハイパワーの電動アシスト付MTBで上り坂やデコポコ山道もラクラク。
HPまたは電話でお申込みください。



MAP B-7



三宅島観光協会[レンタルサイクル]

電動アシスト付自転車を7台ご用意しています。HPからご予約下さい。
04994-5-1144、無休
8:30~17:30



MAP B-8



村営バス

島民の暮らしを支えている村営バス。高い車体から見える車窓の景色は島民ファンも多い。三宅島一周道路を時計回り・反時計回りに各1日5本が走っています。

村営バスフリーパス

路線バス全便が乗り放題。
乗車時に運転手さんから購入可。
2日券 大人1,000円、小人500円
3日券 大人1,500円、小人750円



早朝バス

早朝の定期船が着いた港より、時計回り・反時計回りの2路線を毎日運行しています。

車内への自転車の持ち込みについて

タイヤを外して、輪行バッグへ入れてください。※車内の混み具合によっては持ち込み出来ない場合があります。

時刻表・料金表

三宅村のHPからご確認ください。



三宅島のお土産



牛乳煎餅

ふわっと甘さが香る三宅島銘菓
【取扱】岡太楼本舗、各商店、観光協会



雄山一

麦焼酎。水割りがおすすめ。
【取扱】三宅島酒造、各商店・飲食店



島唐辛子

ナメ(舐め)たら痛い目見るかも!?
【取扱】各商店、観光協会



島スコ

辛くてフルーティーなホットソース
【取扱】各商店、観光協会



カノンのフルーツソース

三宅島産の果実をたっぷり使用
【取扱】カノン、観光協会



金目鯛一夜干し(冷凍)

漁獲から加工まで全て島で手作業
【取扱】海楽



三宅島あした葉燻製

サラダにも相性抜群。試してみよう
【取扱】ヤマノベ旅館、お魚センター



ハーバリウムアクセサリー

人気のハーバリウムアイテム
【取扱】アトリエフルアクア、観光協会



三宅島プチシール

三宅島で出会える動物シール
【取扱】観光協会



三宅島ステッカー

三宅島を模った写真ステッカー
【取扱】猫又堂、観光協会



ネイチャーアクセサリー

三宅島の自然をアクセサリーに
【取扱】観光協会



三宅島のあしたばカレー

スパイス香る本格味レトルトカレー
【取扱】各商店、観光協会

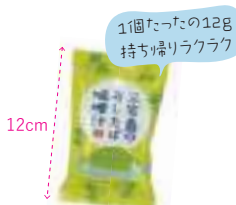


あしたば炊きこみごはんの素
三宅島産明日葉をふんだんに使用
【取扱】各商店、観光協会



アカココロワッペン

刺繍作りの安全ピン付ワッペン。
【取扱】観光協会



フリーズドライあしたば味噌汁

三宅島産あしたばがたっぷり。
【取扱】各商店、観光協会



三宅島の塩・明日葉アイス

島を味わう濃厚アイス
【取扱】海楽、三宅島酒造、観光協会

三宅島 MAP

-  宿泊施設
-  飲食店、バー、ラウンジ
-  商店、土産品店
-  ダイビングサービス
-  釣りにおすすめ
-  タクシー
-  ガソリンスタンド
-  レンタカー、レンタバイク、
レンタルサイクル
-  公衆トイレ
-  神社
-  交番
-  バス停留所





ここをめくると
拡大MAPが見えます

立入り禁止区域

雄山中腹の環状道路より山頂側のエリアは立入り禁止です。
※環状道路は通行できます。

道路崩落により
通行出来ません







MIYAKEJIMA guide book

編集・発行／一般社団法人 三宅島観光協会

〒100-1212 東京都三宅島三宅村阿古672-3

TEL 04994-5-1144

協力／三宅村

東京都三宅支庁

環境省関東地方環境事務所

公益財団法人東京都島しょ振興公社

三宅島自然ふれあいセンターアカコッコ館

大島観光協会、神津島観光協会、式根島観光協会、新島観光協会、八丈島観光協会

新堀賢志(NPO法人環境防災総合政策研究機構)

守谷美峰(photographer)

藤森真衣奈(model)

水谷高英(illustration -P23-)

©三宅島観光協会

本冊子の転載・複製での利用について

本冊子は一般社団法人三宅島観光協会の著作物であり、著作権法に基づき保護されています。

本冊子の全文または一部を転載・複製する際は著作権者の許諾が必要です。事前に著作権者までご連絡ください。

使用用途によっては転載・複製をご遠慮頂く場合もございます。予めご了承ください。

この事業は、「(公財)東京観光財団 観光まちづくり支援事業助成金」を活用して実施しています。

2021.4