

三宅島のおみやげ・特産品

Specialties & Souvenirs

テングサ／Tengusa (Agar)

テングサはところんなどの原料として欠かせません。三宅島のテングサは、手間暇をかけた特上品。短時間で煮えるという特長を生かして、ぜひ手づくりのところんをお楽しみください。

Agar (*Gelidium amansii*) is an essential ingredient for dishes like *tokoroten* jelly. Agar from Miyakejima is a premium product prepared with great care. Quick-cooking, it's easy for home cooks to use for making *tokoroten*.



焼酎／Shochu

伊豆諸島における焼酎製造は、19世紀ごろ鹿児島から焼酎の原料になるサツマイモの苗と焼酎製造の道具が伝わったことに始まるといわれます。現在、三宅島では麦を原料とする「雄山」だけが製造されています。

Production of *shochu*, a type of distilled spirit, is said to have begun on the Izu Islands around the 19th century, when sweet potato seedlings and *shochu*-distilling equipment were brought to the islands from Kagoshima prefecture. Today, the *shochu* produced on Miyakejima is Oyama-ichi, made from wheat.



アシタバ(明日葉)／Ashitaba

アシタバはセリ科の植物で、今日芽を摘んでも翌日には芽が出るといわれるくらい強い生命力が特徴です。佃煮や漬物、そば、うどん、アシタバの粉など、様々な製品が販売されています。

Ashitaba (*Angelica keiskei*) is a plant of the Apiaceae family. Its name comes from its remarkable regenerative ability—it's said that when picked one day, it will grow back by the next. Many *ashitaba* products, including *tsukudani* (food boiled in soy sauce and sugar), *tsukemono* (pickles), *soba* and *udon* noodles, and *ashitaba* flour, are sold on the island.



くさや／Kusaya

伊豆諸島全域で見られる独特の魚の干物で、匂いは強烈ですが、その独特な風味は一度食べたらやみつきになります。ムロアジを使ったくさやが三宅島の特産ですが、トビウオやシラなどを使ったくさやもあります。

Kusaya is a distinctive type of dried fish common in all the Izu Islands. Although its odor is pungent, it has a unique taste that keeps you coming back for more. *Kusaya* made from horse mackerel is a Miyakejima specialty. Flying fish and dorado are also used to make *kusaya*.



お土産店／Souvenir shops

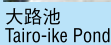
- ・正大ストア Seidai Store 04994-2-0178 [C-1](#)
- ・清漁水産 Seiryō Suisan 04994-2-0314 [C-1](#)
- ・岡太郎楼本舗 Okatoro-hompo 04994-2-0051 [C-1](#)
- ・利八屋 Rihachiya 04994-2-0141 [C-1](#)
- ・三宅島酒造(株) Miyakejima Shuzo Hambai 04994-2-1391 [C-1](#)
- ・ヤマシタ Yamashita 04994-2-0071 [B-1](#)
- ・一休の店 Ikkyu-no-mise 04994-5-0210 [B-3](#)
- ・(有)北川商店 Kitagawa-shoten 04994-5-0037 [B-3](#)
- ・(有)土屋食品 Tsuchiya-shokuhin 04994-5-0331 [B-3](#)
- ・(有)はせがわ Hasegawa 04994-5-0005 [B-2](#)
- ・三宅ハート会 Miyake Heart-kai 04994-6-1855 [C-3](#)
- ・(有)築穴商店 Tsukuana-shoten 04994-6-0411 [C-3](#)
- ・いきいきお魚センター fresh fish store 04994-5-0019 [B-3](#)
- ・進八屋 Shimpachiya 04994-6-0117 [C-3](#)



三宅島GEO
ノルディック・ウォーク
Miyakejima GEO Nordic Walking



スダジイの森
Castanopsis forest



大路池
Tairo-ike Pond

主な行事・イベント Events & Festivals

■ドルフィンスイム Dolphin Swim	3月～11月 Mar.—Nov.
■TFC磯釣り大会 TFC Sulf-Fishing Competition	4月 Apr.
■メガネ岩ダイビングフェスティバル Megane-iwa Diving Festival	6月 Jun.
■三宅島OWS大会 Miyakejima Open Water Swimming	7月 Jul.
■牛頭天王祭(神着・御箭神社) Gozu-Tenno Festival (Oshaku-Shrine, Kamitsuki)	7月 Jul.
■マリンスコーレ21フェスティバル Marine Schole 21 Festival	7月 Jul.
■メガネ岩ダイビングフェスティバル Megane-iwa Diving Festival	10月 Oct.
■WERIDE 三宅島エンデュアレース WERIDE Miyakejima Enduro Race	11月 Nov.
■船祝い Fishing Boat Festival	1月 Jan.

島内の交通・移動手段 Transportation within Miyakejima

路線バス／Scheduled buses

島を一周する路線バスが運行しています。詳しくは三宅村観光産業課企業係(04994-5-0908)までお問い合わせください。

A scheduled bus is operated around the island. For details, call the Miyake Village Industry and Tourism Division, Enterprise Section at 04994-5-0908.

レンタサイクル、レンタバイク、レンタカー／Bicycle/motorcycle/car rentals

- ・コスモレンタカー Cosmo Rental Car 04994-6-1252
- ・朝信レンタバイク Choshin Rental Car 04994-5-0516
- ・三宅島交通レンタカー Miyakejima-kotsu Rental Car 04994-2-0291
- ・三宅島観光協会レンタルサイクル Miyakejima Tourist Association Rental Cycle 04994-5-1144

ガソリンスタンド／Gas stations

- ・今関商会(坪田) Imazeki-shokai (Tsubota) 04994-6-0205
- ・沖山揆一郎商店(阿古) Okiyama Kiichiro-shoten (Ako) 04994-5-0043
- ・七島商事(坪田) Shichito-shoji (Tsubota) 04994-6-1252
- ・三宅島交通(神着) Miyakejima-traffic (Kamitsuki) 04994-2-0291
- ・三宅島産興商会(阿古) Miyakejima Sanko-shokai (Ako) 04994-5-0505

タクシー／Taxis

- ・おしどりハイヤー Oshidori Hire 04994-6-1312
- ・三栄タクシー San-ei Taxi 04994-5-0511
- ・三宅島交通 Miyakejima-traffic 04994-2-0291
- ・さくまタクシー Sakuma Taxi 04994-8-5900

三宅島へのアクセス Access to Miyakejima

船を利用する／By boat

東海汽船の大型船が東京(竹芝)から毎日1便運行しています(所要時間は6時間40分)。One daily departure from Tokyo (Takeshiba) by large passenger ferry operated by Tokai Kisen (travel time 6 hrs. 40 min.).

飛行機を利用する／By air

新中央航空の調布～三宅島(所要時間50分)便が1日3便飛んでいます。東京愛らんどジャトル(三宅島～大島間・三宅島～御蔵島～八丈島間)ヘリコプターが飛んでいます。Three flight a day (travel time 50min.) between Chofu and Miyakejima operated by New Central Airservice. Tokyo Island Shuttle operates helicopter routes between Miyakejima and Oshima, Mikurajima and Hachijojima.

(注意: 雨便とも天候などにより欠航や路線変更されることがありますので、事前に各社にご確認ください。)
(Note: Transport by both sea and air is subject to cancellation or route change in case of bad weather or other conditions. Please check with the operator prior to departure.)



村営貸切バス
Village-operated chartered bus



橋丸
Tachibanamaru



新中央航空機
NCA airplane



「東京愛らんどジャトル」
Tokyo Island Shuttle



(1804)

東京諸島2か国語マップ&ガイド The Tokyo Islands Bilingual Map & Guide

三宅島

野鳥が群れる自然美の島／“Bird Island” with Natural Beauty

Miyakejima



島と歌い、魚と泳ぎ、伝統芸能に魂が躍る火山の島。
三宅島には、地球の息吹と命の起源を肌で感じることができ、癒しのスポットがあふれています。

Volcanic Miyakejima, where visitors can sing with the birds, swim with the fish and lift their spirits with the island's traditional arts. Miyakejima offers a healing, relaxing respite, where the power of the earth and the source of life can be felt.

一般社団法人 三宅島観光協会

General Incorporated Association Miyakejima Tourism Association
<http://www.miyakejima.gr.jp/>

主な施設・店舗など (施設・店舗名、電話番号、地図中の位置)

List of Major Facilities and Shops (phone No., location on map)

宿泊施設／Lodging facilities

- [阿古地区] Ako District
- ・伊波荘(阿古館) Inamiso (Akoka) 04994-5-0849 [B-2](#)
- ・オーシャンクラブ・ナンバー3 Ocean Club Number 3 04994-5-0050 [B-3](#)
- ・ホテル海楽 Hotel Kairaku 04994-5-0131 [B-3](#)
- ・共栄荘 Kyoeiso 04994-5-0660 [B-2](#)
- ・さつき Satsuki 04994-5-0243 [B-3](#)
- ・ペンション・サントモ Pension Santomo 04994-5-0532 [B-2](#)
- ・民宿みなと Minato 04994-8-5688 [B-2](#)
- ・やまのべ旅館 Yamanobe-ryokan 04994-5-0317 [B-3](#)
- ・遊 Yu 04994-5-1577 [B-3](#)
- ・夕景 Yu-kei 04994-5-0118 [B-2](#)
- ・薄木荘 Usukiso 04994-5-0029 [B-3](#)
- ・三宅島ゲストハウス島家 Miyakejima Guest House Shimaya 080-4477-1250 [B-2](#)

- [坪田地区] Tsubota District
- ・ペンション おしどり Pension Oshidori 04994-6-0346 [C-3](#)
- ・椿荘 Tsubakiso 04994-6-0324 [C-3](#)
- ・つくば Tsukuba 04994-6-1339 [C-3](#)
- ・新鼻荘 Nippanaso 04994-6-1547 [C-3](#)
- ・広丸 Hiromaru 04994-6-0526 [C-3](#)
- ・ラッパ荘 Rappaso 04994-6-0097 [C-3](#)
- ・平成荘 Heiseiso 04994-6-1170 [C-3](#)
- ・姉妹 Shimai 04994-8-5655 [C-2](#)

- [伊豆・神着地区] Izu Kamitsuki District
- ・ブチホテルあいランド Hotel Island 04994-8-5686 [C-1](#)
- ・アンバージャック Amberjack 04994-2-1067 [C-1](#)
- ・川徳旅館 Kawatoku-ryokan 04994-2-0066 [B-1](#)
- ・スナッパ Snapper 04994-2-1433 [C-1](#)
- ・吉兼 Yoshikane 04994-2-0217 [B-1](#)
- ・三宅島バーディ Miyakejima Birdy 04994-2-0776 [C-1](#)
- ・すずらん Suzuran 04994-2-0675 [C-1](#)
- ・ペンションつくば Pension Tsukuba [C-1](#)
- ・オレンジハウス・バロン Orange House Baron 04994-2-1110 [C-1](#)

- [伊ヶ谷地区] Igaya District
- ・Deep in モロミド Deep in Moromido 04994-2-1444 [B-1](#)

飲食店／Restaurants & cafés

- ・とんとん(ラーメン／定食) Tonton (*ramen*/set menu) 04994-2-1777 [C-1](#)
- ・サンライズ(食事・釣具) Sunrise (restaurant-fishing tackle) 04994-6-0200 [D-2](#)
- ・サントモ(レストラン) Santomo (restaurant) 04994-5-0532 [B-2](#)
- ・ココナッガーデン(中華) Coconuts Garden (Chinese cuisine) 04994-5-0006 [B-2](#)
- ・平野食堂(ラーメン) Hirano-shokudo (*ramen*) 04994-5-0150 [B-3](#)
- ・ホテル海楽(レストラン) Hotel Kairaku (restaurant) 04994-5-0131 [B-3](#)
- ・島人(居酒屋) Shimanchu (Japanese-style bar) 04994-6-1400 [C-3](#)
- ・いけ吉(寿司/割烹) Ikeyoshi (sushi/Japanese cuisine) 04994-6-0118 [C-3](#)
- ・ハート会(弁当/和食) Heartkai (box lunch/Japanese cuisine) 04994-6-1855 [C-3](#)
- ・京ちゃん(焼肉) Kyo-chan (grilled meat) 04994-6-1352 [C-3](#)
- ・どんぐり/Donguri(和食) 04994-2-1410 [C-1](#)
- ・ギャラリーカフェ カノン(カフェレストラン)/ Gallery Café Canon 04994-2-1239 [C-1](#)
- ・和(食事)/ Nagomi (restaurant) 04994-8-5676 [B-1](#)
- ・リターノ(Bar・食事)/ nritano 04994-2-1245 [C-1](#)

観光施設／Tourist facilities

- ・三宅島郷土資料館 Miyakejima Native History Museum 04994-5-1454 [B-2](#)
- ・三宅島自然ふれあいセンター アカコッコ館 Miyake Nature Center Akakokko Hall 04994-6-0410 [C-3](#)
- ・ふるさとの湯 Furusato-no-yu Hot Spring 04994-5-0426 [B-2](#)

交通機関問い合わせ先／Transportation offices

- ・東海汽船予約センター Tokai Kisen (reservations) 03-5472-9999
- ・東海汽船 錆ヶ浜港 Tokai Kisen Sabigahama Beach Office 04994-5-0221 [B-3](#)
- ・新中央航空 NCA Flight Information 04994-6-0006
- ・東邦航空予約センター(八丈島) Toho Air Service Hachijojima (reservations) 04996-2-5222
- ・東京愛らんどジャトル* Tokyo Island Shuttle* 04996-2-5200
- *東京の島を結ぶ定期運行のヘリコプター
- * The Tokyo Island Shuttle is a scheduled helicopter service serving the Tokyo Islands.
- ・島内バス(三宅村観光産業課企業係) Miyake Village Bus (Miyake Village Industry and Tourism Division, Enterprise Section) 04994-5-0908 [B-2](#)

公共機関／Public institutions

- ・三宅島観光協会 Miyakejima Tourist Association 04994-5-1144 [B-3](#)
- ・三宅村役場 Miyake Village Office 04994-5-0981 [B-2](#)
- ・三宅村伊豆避難施設 Izu evacuation center (Miyake Village) 04994-2-7200 [B-1](#)
- ・東京都三宅支庁 Tokyo Metropolitan Government Miyake Island Branch Office 04994-2-1311 [B-1](#)
- ・三宅村中央診療所 Miyake-mura National Health Insurance Center Clinic 04994-2-0016 [C-1](#)
- ・七島信用組合 Shichito Shinyo-kumiai 04994-2-0081 [C-1](#)
- ・三宅島警察 Miyakejima Police Station 04994-2-0511 [B-1](#)



⑩ 火山体験遊歩道 Ako Lava Flow Trail

噴火の威力のすさまじさを間近に目にする事ができる遊歩道です。

This recreation trail will give you a close-up view of the devastating and destructive power of an erupting volcano.



⑭ 今崎海岸 Imasaki Coast

溶岩に囲まれた海岸線を歩くことができます。

Walk along the coast line surrounded by lava rocks.



⑮ メガネ岩 Megane-iwa Rock

今崎海岸の遊歩道近くの奇岩で、かつては2つの大穴がメガネのように口を開けていました。

This unusual rock formation, near the Imasaki Beach walking path, formerly had two large holes that made it look like a pair of spectacles (megane).



⑯ ふるさとの湯 "Furusato no Yu" Hot Springs

太平洋に沈む美しい夕陽を眺望することができる温泉です。Visitors can enjoy exquisite view of the sunset sink into the Pacific Ocean while relaxing in the hot spring bath.



⑰ コシキの穴 Koshiki no Ana

400年前の噴火口を歩くことができます。阿古集落が一望できます。

You can walk around the crater from an eruption that occurred 400 years ago and also view the remains of Ago District, the buried village under lava flows.



① 伊豆岬灯台 Izu-misaki Lighthouse

珍しい角柱形の灯台で、晴れた日には神津島、式根島、さらに遠く富士山まで望めます。

On clear days, this unusual triangular-shaped lighthouse offers views of Kozushima, Shikinejima and even all the way to Mt.Fuji.



② 椎の原生林 Castanopsis Forest

通称「堂宇の山」と呼ばれる原生林で、中には樹齢数百年と推定される大木もあります。

Japanese Castanopsis, some several hundred years old, grow in this primeval forest, which is also called Dou-no-yama.



③ 大久保浜 Okubo Beach

全長2km、海水浴、ダイビング、ウィンドサーフィンの絶好スポットです。

This 2-kilometer-long beach is the perfect spot for swimming, diving, wind surfing.



④ 御笏神社 Oshaku Shrine

事代主命の後、佐伎多麻比咩命を祀る神社。室町時代の銅鏡などの宝物が保存されています。

This shrine is dedicated to Sakitamahime no Mikoto, wife of Kotoshironushi no Mikoto. A bronze mirror from the Muromachi period (1336-1573) is preserved here.



⑤ 島役所跡 Former Island Administrative Office

江戸時代に建てられた葦葺屋根造りの建物は、現存する民家としては伊豆諸島で最大最古です。

This thatch-roofed building was erected in the Edo period (1603-1867). It is the largest and oldest such structure still standing in all the Izu Islands.



⑥ 椎取神社 Shiitori Shrine

佐伎多麻比咩命の子、志理太宣命を祀る神社。2000年噴火の泥流により付近一帯が埋没しました。

This shrine is dedicated to Shiritaki no Mikoto, one of Sakitamahime no Mikoto's sons. This whole area was buried under mud flows in the 2000 eruption of the volcano.



⑦ 火の山展望台 Hi-no-yama Observation Point

海岸線を走る都道と雄山環状林道の中間にある展望台。噴火の激しさを知ることができます。

This observation point is located midway between the main highway running along the ocean and the Mt.Oyama Circle Forest Road. Views from this point can give visitors an idea of the force of the volcano's eruption.



⑧ 雄山 Mt. Oyama

噴火を繰り返した雄山の山腹から山頂には緑が再生。大自然の鼓動を感じることができます。

Mt.Oyama, formerly covered in lush vegetation, still belches smoke following its latest eruption in 2000. One can feel the forces of nature at work here.



⑨ アカコッコ館 Akakokko-kan (Miyakejima Nature Center)

野鳥に関する展示物や資料、潜望鏡を設置した観察スペースがあります。

There are exhibits and materials on display about the wild birds on the island as well as an observation space with periscopes that visitors can use to view birds in their natural habitats.



⑩ 大路池 Tairo-ike Pond

約2,000年前に生まれた火口湖で、豊かな照葉樹林、アカコッコなどの鳥類が見られます。

A caldera lake formed about 2,000 years ago, Tairo-ike Pond is surrounded by forests of glossy-leaved trees and is home to the Izu thrush and other bird species.



⑮ 大野原島 (三本岳) Onoharajima (Sanbondake)

錆ヶ浜の沖合11kmの海中にそびえる岩礁で、大物が狙える絶好の釣りポイントです。絶滅危惧種カムリウミズメの繁殖地にもなっています。

The island is also a breeding ground for the Japanese Murrelet, a species of birds which are designated as endangered species.



⑭ 富賀神社 Toga Shrine

伊豆諸島の創造主である事代主命を祀る神社で、三島大社(静岡県)の本宮でもあります。

This shrine is dedicated to the god Kotoshironushi no Mikoto, the founder of the Izu Islands. It is also the head shrine for Mishima Taisha shrine in Shizuoka prefecture.



⑬ 新鼻新山 Nippana Shinzan

1983年の噴火によって形成され、近くの新澤池跡とともに自然の凄さを感じられる場所です。

This is a new mountain formed as a result of the volcano's 1983 eruption. Together with the remains of the nearby Shinmyo-ike pond, it demonstrates the power of nature.



⑫ 新澤池跡 Former Shinmyo-ike Pond

かつての野鳥の楽園も、今は立ち枯れた巨木が海岸線まで続く独特の風景となっています。

Once a spot favored by wild birds, this is now a vast expanse of dead trees that stretches to the shoreline.



⑪ 七島展望台 Shichito Observatory

雄山中腹にあり、天気の良い時は伊豆諸島が一望できます。

On clear days, you can see the other islands in the Izu Islands chain from the side of Mt. Oyama.