











東京諸島



アイランドホッピング







離島周遊情報をご紹介します

- 島巡りの「ここが魅力!」 知っておきたい注意点
- 参考になる!4つのモデルコース

利島×大島

新島×式根島×神津島

八丈島×三宅島

父島×母島





全部知ってる? 「**東京諸島」は11島!**

伊豆諸島

大島 おおしま ………… 世界三大流動火山の一つ・三原山がある島。

利島 としま ……… 椿油の生産量は第一位!20万本の椿の木に囲まれた島。

新島 にいじま …… 碧い海と白い砂浜が印象的なサーフィンの聖地。 式根島 しきねじま …… 波が穏やかなリアス式海岸と自然に囲まれた島。

神津島 こうづしま ……… どこからでも満天の星を観察できる天然のプラネタリウム。

三宅島 みやけじま ……… 地球の息吹と触れ合うことができる火山島。 御蔵島 みくらしま ……… 島周辺は世界有数のイルカの生息地。

八丈島 はちじょうじま … 色鮮やかな花が咲き誇るサマーアイランド。

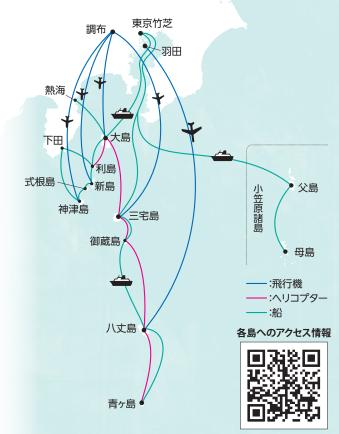
青ヶ島 あおがしま ……… 上陸難易度の高い、世界では珍しい二重式カルデラの島。

小笠原諸島

父島 ちちじま ………… 独特の生態系が織りなす世界自然遺産の島。

母島 ははじま ………… 日本で一番遠い島だからこそ出会える、固有種豊かな島。

行きたい島を選んだら そこから無理なくアクセスできる島と組み合わせ。 島巡りの始まりです。





島巡りの ここが魅力!

一回の旅で、

異なる個性の島々を旅できる。

行ってみないと分からない!島それぞれに自然・歴史・文化が違います。島巡りをして個性を肌で感じてみてください。違いに気付いてワクワクするあなたは、もう東京諸島の虜です。

島同士の移動なら、 低コスト・短時間の場合も。

東京諸島を1島ずつ訪れるより、いくつかの島を一度に 巡ってみる方が時間もコストもオトクな場合があります。 地元の人達と話しながら、島と島をつなぐ定期船に乗って みるのもおすすめです。

島巡りは、原則宿泊型旅行。だから、夜明けから夕日・星空まで島のいろいろな表情に出会える。

夕日に染まる海、手が届くような星空、感動の朝日、離島の大自然が創り出す忘れられない瞬間に、たくさん出会えるはずです。東京諸島の島巡りは、朝も夜も絶景の宝庫ですよ。

知っておきたい 島巡りの注意点



下調べは入念に 現地では柔軟に

現地の交通手段は限られている上に本数も多くはありません。下調べは必須です。調べていたとしても天候で欠航するなど予定通りに行かないことも…。選択肢をあらかじめ複数準備して、現地では柔軟に行動できるようにしておきましょう。



出発前に「予約」することを 忘れずに!

島によっては、宿泊施設の数が限られています。交通手段や宿泊先はもちろん、アクティビティや食事なども出来る限り予約して、万全の準備をして旅に出ましょう。



風と波は離島旅を決める 重要情報!

島巡りの天気予報で気をつけたいのは風と波です。風が強く波が高い日は、晴れているのにフェリーやヘリコプターに乗れないなんてことも。お天気と一緒に、風や波の情報を見逃さないようにしてください。



モデルコース

のどかな景色と雄大な自然を求めて 2つの島を歩く

利島+大島 コース 2泊3日

コースの特徴

- ・徒歩約3時間で利島を一周。のんびり散歩で島時間を満喫♪
- ・大型客船「さるびあ丸」で利島から大島へクルージング!
- ・サンセットパームラインから望む夕日に感動…
- ・吹き上がる蒸気!伊豆大島ジオパークで地球の息吹を体感
- ・旅の疲れをリフレッシュ!天然温泉で至福の時間

参考スケジュール

コースの詳細はこちら



18 目

利島へ向けて東京・竹芝から出港! 大型客船「さるびあ丸」で

> のんびり船旅を満喫。 東京湾の美しい 夜景もお楽しみ♪

夜の竹笠桟橋と さるびあ丸



2日目

のんびり歩いて散策!

徒歩約3時間で一周できる小さな島。 日本庭園のように美しい段々の椿林が広がる利島を歩く。



利島の街並み



美しい山道



椿の花

2日目

大型客船「さるびあ丸」で大島へ!

夕食までは大島最大の町・元町を散策。 レンタサイクルやレンタカーの



事前予約がおすすめ! サンセット パームライン から望むタ日



3日目

伊豆大島ジオパーク山頂へ! 火山の不思議と魅力が 詰まった三原山をトレッキング 火口から噴き上がる 白い蒸気は迫力満点!





三原山をトレッキング

温泉でリフレッシュしたら帰路に♪ トレッキングで疲れたあとは 天然温泉で至福のひととき。 復路は高速ジェット船で東京・ 竹芝まで最短1時間45分!



愛らんどセンター御神火温泉



〈利島〉

- □往路 大型船乗船券
- □大島への大型船乗船券
- □昼食(お弁当など)

〈大島〉

- □レンタカー or レンタサイクル
- □宿泊先
- □復路 ジェット船乗船券



ビーチx温泉x冒険!が魅力な 3つの島を巡る

神津島+式根島+新島 📑 コース 4泊5日

コースの特徴

- ・大型客船「さるびあ丸」で神津島へ向けてクルージング!
- ・神津島では天然のプラネタリウムに感動…
- ・外周 12km の式根島の魅力を電動自転車で隅々まで散策
- ・散策を楽しんだ後は温泉で癒やされて、島時間を満喫!
- ・展望台から見る景色と街並みで「島」を感じる



参考スケジュール

1日目

東京から南へ約 180km

展望デッキで都心の夜景を楽しんだら 約 12 時間のクルージングへ出港!



2日目



神津島の豊かで美しい自然を満喫!

洋上のアルプス・天上山でのトレッキング。

夜は天然のプラネタリウムに

酔いしれる。

よたね広場 からの在景





3日目



様々な景勝地が待っている。 コンパクトながら魅力が

いっぱいの式根島を 電動自転車で隅々まで散策!



▲神引展望台



天上山からの眺望

▲地鉈温泉

4日目



3島巡りもついに終盤!

モヤイ像のふるさと新島で 風光明媚な展望地を ぐるり周遊!

モヤイ像を 押してみよう





▲羽伏浦展望台



▲羽伏浦メインゲート

5日目



東京・竹芝へは再び大型客船で キラキラと眩しかった 旅の余韻を胸に 最後の船旅を楽しもう。



島めぐりを楽しむために 事前準備はしっかりと 事前予約

チェックシート

〈神津島〉

- □往路 大型船乗船券
- □宿泊先
- □式根島への大型船乗船券

〈式根島〉

- □レンタサイクル
- □宿泊先
- □新島への大型船乗船券

〈新島〉

- □レンタカー
- □宿泊先
- □復路 大型船乗船券





個性異なる絶景スポットを求めて 2つの島を巡る

八丈島+三宅島 コース 2泊3日

コースの特徴

- ・大パノラマ、夕日、星空、朝日…絶景の宝庫!
- ・八丈島、三宅島の自然に育まれた動植物に出会える
- ・離島周遊の醍醐味!「橘丸」に乗船して三宅島へクルージング
- ・火山が創り出した島で地球のエネルギーを実感しよう
- ・島風を浴びながらレンタカーやレンタサイクルでお散歩!

<u>参考スケジュール</u>



1日目

飛行機で八丈島へ到着!

大パノラマの絶景スポットから旅をスタート! 観光の後は島グルメのランチへ。

ふれあい牧場▼





滝を目指して八丈の森を散策。 絶景温泉とサンセットに癒やされよう♪



▲裏見ヶ滝





2日目

大型船で三宅島へ出発!

三宅島の旅計画を練りながらクルーズタイム。 船内レストランでランチも忘れずに。

大型船で三宅島へ出発!

火山が生んだダイナミック なスポットばかり! 地球の息吹を感じる島めぐ りにでかけよう。

> 伊豆岬の 星空鑑賞



3日目

レンタサイクルで GO! AM

三宅島観光協会の まだまだ見逃せない レンタサイクル 場所がたくさん! 風といっしょに島を駆け抜けよう。



東京竹芝港へ向けて大型船で帰路に♪

三宅島の大型船発着港は3つ。 当日の情報をチェックして港へ向かおう!

竹芝港に戻ってきた橘丸▶





〈八丈島〉

- □往路 航空券 □レンタカー
- □三宅島への大型船乗船券

□宿泊先

〈三宅島〉

- □レンタカー
- □レンタサイクル
- □宿泊先
- □その他アクティビティ
- □復路 大型船乗船券



船でしか行くことのできない 世界自然遺産小笠原諸島を旅する

父島+母島 コース 5泊6日

コースの特徴

- ・船でしか行けない秘境!世界自然遺産の小笠原諸島へ
- ・胸が高鳴る…固有の動植物との一期一会!
- ・陸、海、空、360 度息を呑む大自然に包まれる旅
- ・非日常の時間の始まり!おがさわら丸で船旅を満喫
- ・母島までのショートクルーズでクジラに出会えるかも!?

参考スケジュール

コースの詳細はこちら



18 目



東京から南へ 1000km の旅!

父島へ向けて出港。

おがさわられて 父島へ



大型客船「おがさわら丸」で終日太平洋航海。

2日目



いよいよ父島に上陸!

アオウミガメ (イメージ) ▶ まずは父島のことを知ろう! 観光スポットめぐりへ。



父島の神秘的な夜の世界を体験!

夜の森では小笠原 固有の生き物を観察。 満天の星を楽しめる ナイトツアーへ。









3日目



"ボニンブルー" の美しい海を満喫!

マリンアクティビティを体験。

無人島「南島」へ!※

※南島の入島にはルールがあります。くわしくは 小笠原村観光協会までお問い合わせください。



4日目



母島まで約2時間のショートクルーズ!

運がよければ船上からクジラが見えるかも!? 亜熱帯の自然を体感し、民芸品体験も。

ホエールウォッチング (ザトウクジラ)

小富士からの眺望





5日目



母島を満喫したら、父島へ戻り帰路へ。

午前中は母島を 北から南までめぐる島内観光。 父島までの船内で食べる 昼食の用意を忘れずに!











東京・竹芝桟橋へ向けてクルーズ! 楽しかったひとときを振り返って…



思い出深い 小笠厚流のお見送り ⑥小笠原村観光局



〈父島〉

- □往復 大型船乗船券
- □レンタカー
- □南島ガイドツアー
- □宿泊先
- □母島との往復大型船乗船券

〈母島〉

- □レンタカー □宿泊先
- □その他アクティビティ □昼食(お弁当など)

各種交通機関 公式WEBサイト

全日空〈ANA〉

羽田空港から八丈島まで飛行機に乗って55分。定期便が一日3往復就航しています。1時間足らずで行けるのでとても便利です。日程によっては満席になるので早めの予約を!





東海汽船

大型客船でのんびりと船旅を楽しめる「さるび あ丸」や「橘丸」、他にもフェリーやジェット船 を運航しています。優雅に太平洋をクルージ ングしながら非日常への旅路を。





新中央航空

大島、新島、神津島、三宅島を結ぶ路線を運 航しています。小型機の有視界飛行のため、 飛行高度も低く、遊覧飛行の気分も味わえて、 空の旅も楽しみの一つになります。





小笠原海運

東京港竹芝桟橋と父島二見港を6~7日に1便で就航する「おがさわら丸」を運航しています。 本土と小笠原諸島をむすぶ唯一の定期船です。 ゆったり太平洋クルーズを楽しめます。





愛らんどシャトル

東京愛らんどシャトルは日本唯一のヘリコプター 定期便。東京の島々を結ぶヘリコミューターです。 基本毎日運航しています。 就航率も高く海が荒れていて船が厳しい時には大活躍です。





東京諸島11島の情報なら、

「現現アイランドドットコム」へ

東京にある11の島、東京諸島の情報を縦横無尽に網羅!

東京諸島11の島の魅力をたっぷり紹介し、島巡りの モデルコースやイベント情報、各島へのアクセス方 法も掲載。あなただけの東京諸島での遊び方、きっ と見つかります。







© 東京諸島観光連携推進協議会

各島の観光情報はこちら

大島 大島観光協会



御蔵島 御蔵島観光案内所



利島 利島村



八丈島 八丈島観光協会



新島 新島村観光案内所



青ヶ島 青ヶ島村



式根島 式根島観光協会



父島 小笠原村観光協会



神津島





母島 小笠原母島観光協会





三宅島



現地の最新情報はSNSが一番の生の声。 InstagramやTwitterなどを積極的に活用してみましょう! SNSでの情報収集は、島旅成功への近道です。







※このパンフレットのご案内内容は、2023年1月現在のものです。 ※画像・イラストはイメージです。 著作:東京諸島観光連携推進協議会 2023 All Rights Reserved.