



MIYAKEJIMA

guide book

A woman wearing a long, dark, sleeveless dress and a wide-brimmed hat stands on a stone path that leads down to a rocky beach. She is looking out over the ocean towards the horizon. The sky is bright blue with scattered white clouds, and the sun is high, creating a strong glare on the water's surface. In the distance, several small, dark rock formations are visible on the horizon. The foreground is filled with large, dark, rounded rocks.

本誌に掲載されている価格は全て税込価格であり、2026年5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 三宅島の神社・祭り
- 27 + アクティビティ
- 28 朝日、夕日、星空
- 30 三宅島の観光施設
- 31 スキマ時間の過ごし方
- 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、薬局など
- 40 GS、書店、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。

Access

三宅島に行くには？



大型船

JR浜松町駅から東京港方面に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。橘丸は竹芝棧橋を毎晩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

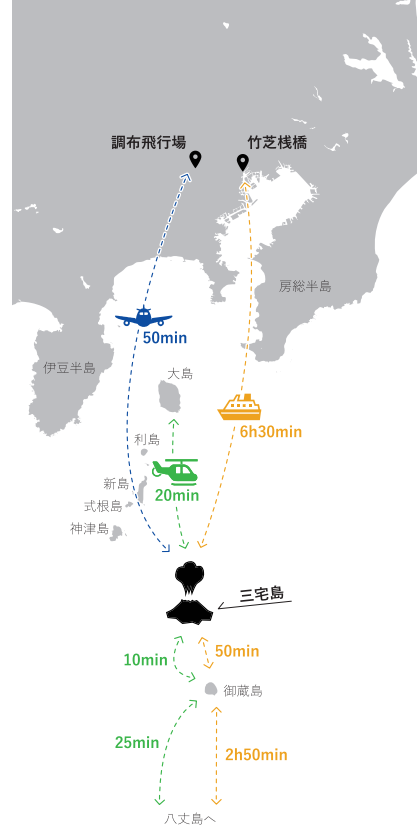


2等室

行き 竹芝棧橋22:30発 → 三宅島5:00着 帰り 三宅島発13:35 → 竹芝棧橋着19:40頃

運賃については季節ごとに変動するため、東海汽船WEBサイトをご確認ください。
 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、ペットルーム、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WEBサイト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:20,100円、小児(3~11才):14,100円、5kgを超える荷物は1kg超過毎に380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WEBサイト等でご確認ください。
 ※運賃については季節により繁忙期運賃に変更となる場合がございます。新中央航空WEBサイトをご確認ください。

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。東邦航空が運航する「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。

運航ダイヤ 11:20御蔵島発→11:30三宅島着・11:40三宅島発→12:00大島着
 14:05大島発→14:25三宅島着・14:35三宅島発→14:45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

※運航ダイヤ、運賃は変動する可能性があります。予め東邦航空予約センターWEBサイト等でご確認ください。

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・日曜日)



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。(※)

※三宅島の火山性ガス観測情報、ライブカメラ映像、火山活動解説資料は右のQRコードから
気象庁三宅島火山防災連絡事務所のWEBサイトをご覧ください。



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」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am3:30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WEBサイトをご覧いただくか東海汽船／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？

事前にタクシーやレンタカーを予約すれば港まで迎えに来てくれます(一部事業者を除く)。 [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。

臨時バスは利用客の乗車が完了次第出発します。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運行はありません。路線バス又はタクシーをご利用ください。

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(一部宿泊施設を除く、要予約)。

携帯電話は繋がりますか？

大手通信キャリア4社(docomo、SoftBank、au、楽天)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。

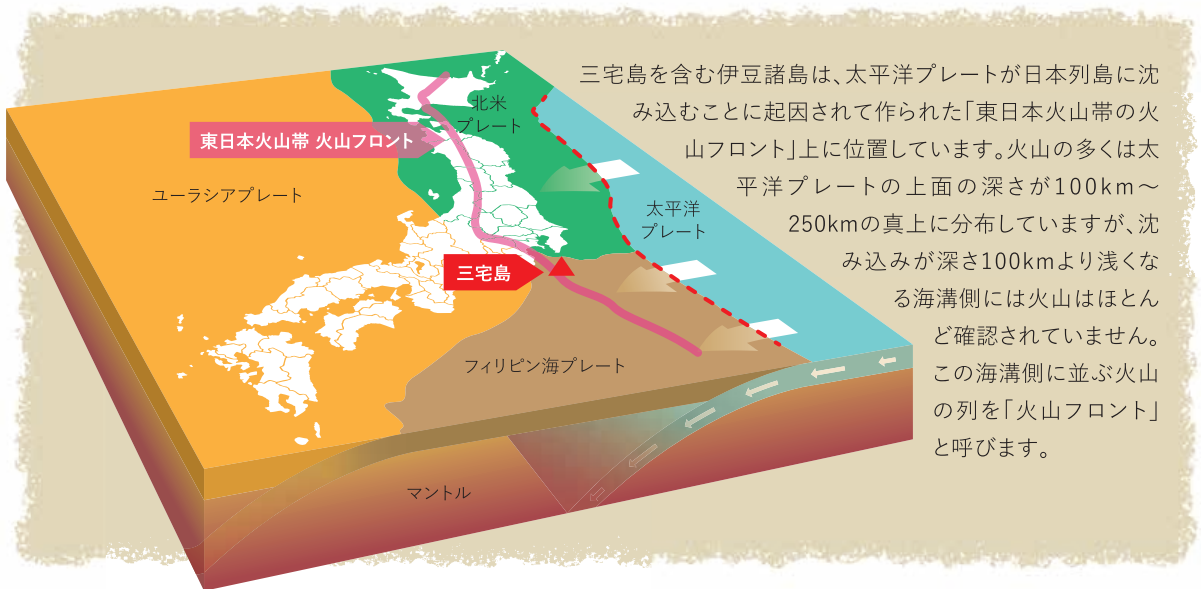
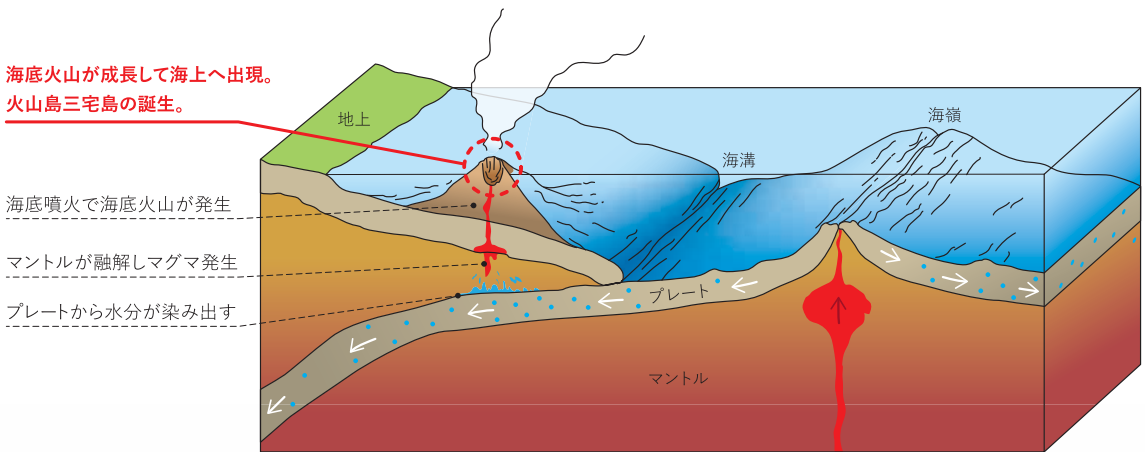
予め各キャリアの電波状況をご確認ください。

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つくられています。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海底火山としての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、火山島となります。三宅島はこうした地球規模の火山活動によって誕生したと考えられています。



三宅島の溶岩は何で黒いの？

火山から噴出される溶岩の種類は一般的に、地下から噴出される時の温度が高く粘りが少ない黒っぽい色の玄武岩質や安山岩質の溶岩と、それより温度が低く粘りが多い白っぽい流紋岩質の溶岩があります。溶岩の色は、冷えて固まる前のドロドロのマグマの化学組成に鉄等が多いと黒っぽくなります。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・神津島がより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WEBサイト

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、新島村観光案内所、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(青ヶ島を除く)、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、新しい大地をつくるなど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。山腹から海まで溶岩が流れ出すなどして、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。

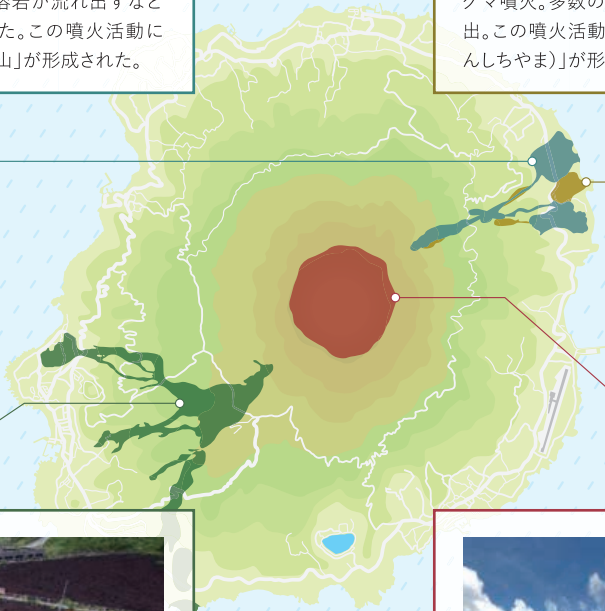
1940(昭和15年)



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マグマ噴火。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。火山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

噴火で飛び出した溶岩のしぶきが、飛行中の空気抵抗によりラグビーボール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、伊豆岬

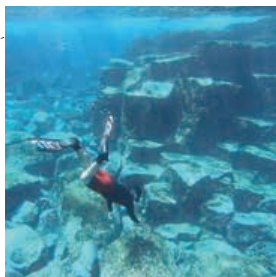


柱状節理 ちゅうじょうせつり

マグマが冷えて固まる際に、全体が収縮する事で生じる五角形や六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 ようがんじゆけい

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】

薄木溶岩流、火山体験遊歩道



溶岩鍾乳石 ようがんしゅうりせき

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、薄木溶岩流、伊豆岬



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が地表面をV字型に削ることで出来た地形。古い地形ほど、ガリーが発達していることが多い。

【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び独特な情景を見ることが出来る。

【ビューポイント】

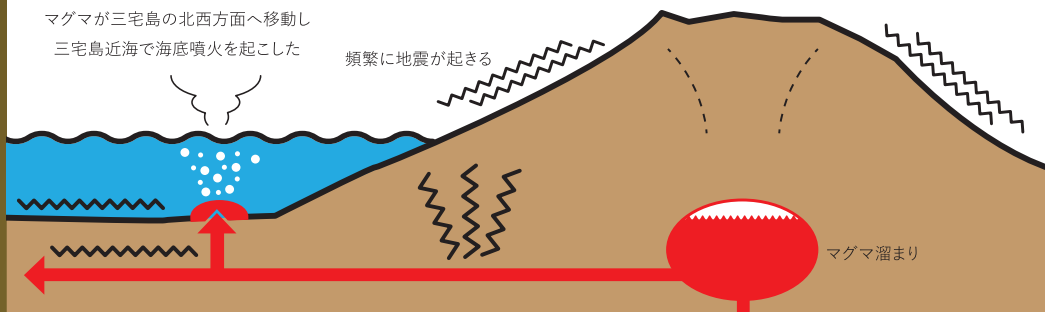
今崎海岸、七島展望台、椎取神社



2000年噴火のあらまし

2000年6月から始まった噴火は、噴煙が上空約15,000mにまで達し、山頂は直径約1.6km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下の岩石を割って進むため、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、その後には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。このあと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年噴火の噴煙

三池港と橘丸

ハマカンゾウ群

2000年噴火時の避難の様子

アカコッコ

雄山登山道

富賀大祭 巡り神輿

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!

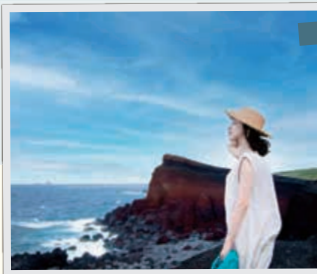
船旅の醍醐味。ライトアップされたレインボープリッジを下から眺められるよ

2
n
d
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

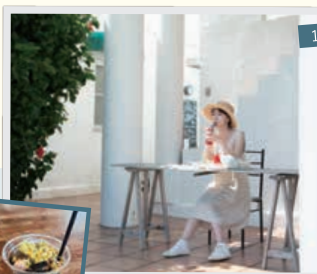
崩れやすいから気を付けて!

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

お昼は海辺のTerrace cafe Restaurant GIZMOで
1.オムライス 2.季節のフルーツサンド



12:30

食事後は、海を眺めながら
のんびりCAFE TIME



14:00

神社の詳細はP26へ

午後は神社巡り。
三宅島は神社が多いことでも有名。



15:30

三宅島の神社信仰の中心と言われる「雷賀神社」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日目は電動アシスト付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



乗り遅れない様に気を付けて

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WEBサイトで事前にチェックしよう



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⇒P36

温泉でのんびり



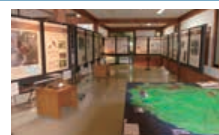
太平洋を望む薄茶色の塩化物泉 ふるさとの湯⇒P30

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

屋内で楽しむ



屋内から野鳥観察を楽しめる
アカコッコ館⇒P23



ワンコインで1日中楽しめる
クライミング施設⇒P30



島の歴史・文化から噴火史まで
三宅村郷土資料館⇒P30

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ぼうどう)



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年噴火時に流れ出た溶岩流の断面を観察することができる。

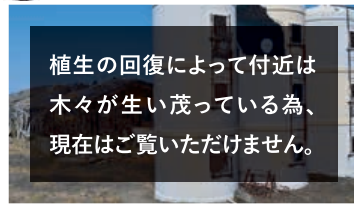
05 コシキの穴



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)



植生の回復によって付近は木々が生い茂っている為、現在はご覧いただけません。

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りゅう)



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。植生の回復により、現在は大路池を望むことができません。

16 長太郎池(ちやうたろういけ)



2~3,000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(潮溜り)。

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。人気ロックバンドGLAYのPVにも登場。

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 赤じゃり公園



このエリア(滞が平)は、赤いスコリアが特徴の為、「赤じゃり」と呼ばれる。

14 大路池(たいろいけ)



太宰治も来訪した

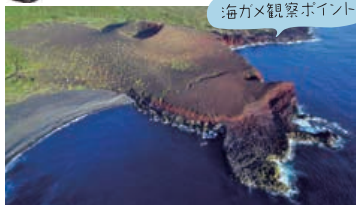
約2,500年前の噴火で生じた火山湖。世界中からバードウォッチャーが集まる野鳥の楽園。

17 沖原海岸(おきばらかいがん)



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。噴火口を一周するプッチトレッキングが人気。

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。多くのウミガメに出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(やえままーる)



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

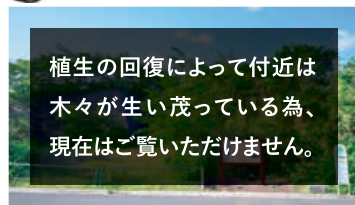
厚い溶岩流が海に流れ込んで誕生した、高さ20~30mの断崖絶壁。柱状節理スポット。

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)



植生の回復によって付近は木々が生い茂っている為、現在はこちらはご覧いただけません。

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



×印のGEOスポットは、植生の回復により付近は木々が生い茂っているため、現在はご覧いただけません。

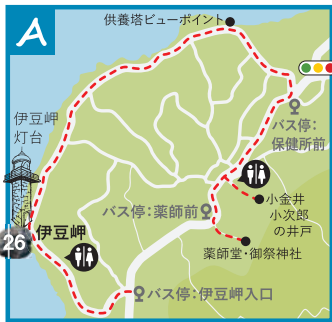
立入り禁止区域
 雄山環状林道より山頂側のエリアは三宅村の条例により立入り禁止です。

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
推取神社	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

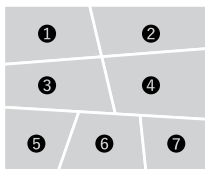
バス停:富賀神社前	1,600m ↓ 45分
村道雄山線	3,700m ↓ 90分
七島展望台	2,400m ↓ 50分
雄山環状線から南戸林道へ	3,000m ↓ 60分
コシキの穴お鉢巡り	2,000m ↓ 40分
火山体験遊歩道	850m ↓ 20分
ふるさとの湯	

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られる

バス停:粟辺	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。桟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／ウミガメに出会える確率の高いスノーケリングスポット。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
- ・船からイルカを見るツアー／約4時間
- ・事前スクール／約2時間
- ・レンタル器材※
※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ーカーなど)、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オススメします。

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、右記QRコードより各ダイビングサービスのWEBサイトからお申込みください。

ドルフィンズイム
専用WEBページ



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



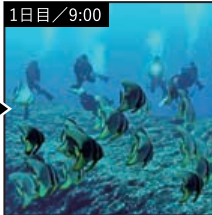
JR浜松町駅から徒歩10分の竹芝桟橋から、三宅島行きの定期船に乗船します。

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ながら、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!



フリンデエビ



アオウミガメ



火山島特有の水中アーチ



キンチャクガニ

メニュー

ダイビングポイントやツアー内容によって、料金は異なります。詳しくは各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
- ・2ビーチダイビング
- ・1ポートダイビング
- ・体験ダイビング*


※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い合わせいただくか、各ダイビングサービスのWEBサイトからお申込みください。

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

 シャワー設備あります



オーシャンクラブ NUMBER3

070-1559-4185

ダイビングもドルフィン
スイムもお任せください！創業25年の当店は
初心者から上級者まで
三宅島の海を満喫い
ただけようガイド致し
ます！



三宅島スナッパー

04994-2-1433

ファンダイビング、体験
ダイビング、ダイビング
スクールを年間通して
行っています。1名様の
参加OK。初心者、プ
ランクダイバー大歓迎で
す。宿泊施設併設です。



三宅島パーディ

090-4743-5724

ダイビングはもちろん、
イルカスイム(ドルフ
ィンスイム)も体験可能。
宿泊施設も併設して
おり、お客様へ大変好評
をいただいております。



Dolphin Club MIYAKEJIMA

04994-8-5010

海大好きで水族館でシ
ョーとかもやっていた元学
芸員と三宅の海の魅力
にどはまり中！のスタッ
フであなたをご案内し
ます。



TDC三宅島

090-3912-3798

イルカと泳ぐ！初心者も、
フリーダイバーも大歓
迎！豊富なレンタル機
材を準備し、初心者の方
にも安心です。あなた
に最適なドルフィン
スイムをご提供します。



ダイブショップ サントモ

04994-5-0532

多くのお客様、ショッ
プの方からダイビング
設備のあるきれいなペ
ンションとしてご好評
いただいております。
お気軽にお問合せく
ださい。



Fun fishing for everyone

誰もが「魚釣り」を楽しめる

¥77 キャッシュレス決済対応

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ませす。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と受けている三宅島は、島の近海に住んでいる魚がととても多いため、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」。三宅島では地磯や栈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釣れています。釣具を一式レンタルできるお店もあるので、手ぶらでもOK。ぜひ三宅島の釣りを楽しんでみてください。大型魚との駆け引きはクセになること間違いなし！

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



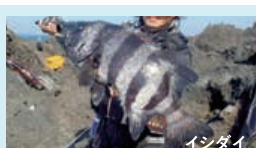
ヒラマサ

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



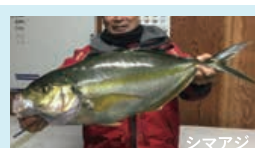
イシダイ

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



釣具レンタルあります

🌊 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、木曜休、8:00～17:00
(祝日の場合は翌営業日に振替)



MAP J-6



🌊 寿丸 [釣り船] / 寿seacraft [天狗ウキ]

三宅島、三本岳、御蔵島周りでの泳がせ釣り、ジギング、五目釣り。天狗ウキを代表とする釣具の製造販売。
080-6644-6397



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WEBサイトからご確認ください。



大路池

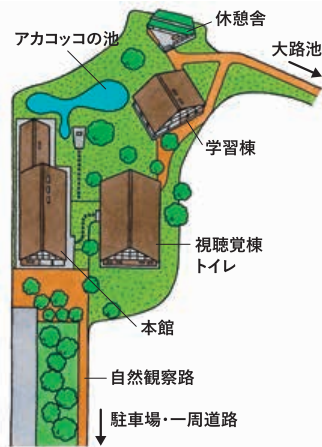
大路池は、三宅島の南部にある約2,500年前の火山活動によって生じたといわれる火口湖です。伊豆諸島最大の湖で、一周すると約1.6km。周囲にはスダジイやタブノキ、ヤブツバキ等からなる貴重な照葉樹林が広がっており、アカコッコをはじめカラスバトやイジママシクイ・オーストヤマガラなど、三宅島ならではの野鳥が観察できる島内屈指のバードウォッチングポイントです。特に5、6月の繁殖期



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。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、三宅島の自然環境調査や保護活動のほか、野鳥や海の生きもの、植物観察会などを開催し、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
WEBサイト



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、海をずー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。	600円/個(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。	1,800円/台(片道)。 受託手荷物扱い。要予約

※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

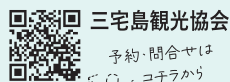
飛行機の場合



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380円。
<問合せ>新中央航空 調布カウンター/0422-31-4191

レンタルサイクル

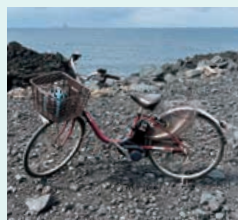
一周約30kmの三宅島はサイクリングにぴったり!!
大きなカゴが付いたPanasonic製の電動アシストバッテリー付自転車で坂道もラクラク!!



三宅島観光協会

予約・問合せは
コチラから

錆ヶ浜船客待合所(通称:ここぼーと)内が貸出・返却窓口。WEBサイトの専用申込フォームからご予約ください。
サイクリングヘルメット付



※悪天候の場合は貸出しをお断りする場合がございます。
※身長が150cmに満たない方のご利用はお断りしております。



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に入れて下さい。※車内の混み具合によっては持込み出来ません。

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

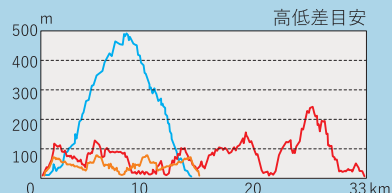
走行距離:15km(往復)、目安時間:2~2.5時間、消費カロリー:350kcal

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まつにお祀りしてきました。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WEBサイト

三宅島の神社を紹介している公式WEBサイトです。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。事代主命の后「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(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」として延喜式内社に数えられます。多くの合祀社・境内社があり、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

三宅島の楽しみ方を極めたプロフェッショナル島民と一緒に遊ぶ、至極の時間

収穫カゴに詰めた話題
ひとり2,500円



神戸農園 (かんべのうえん)

温暖で湿潤な気候に恵まれた三宅島の特産品「あしたば」の摘み取りを体験いただけます。旅の思い出と一緒に持ち帰りください。



070-6681-0249



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。お一人様1,500円～要予約。前日までにお電話ください。



04994-8-5056



貸切タクシー

定期船到着港や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。



三宅島ネイチャーツアーmahana

三宅島の自然案内人集団。ネイチャーツアー、体験ダイビングなど火山島三宅島の自然遊びはmahanaにお任せください。



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いない島時間を一緒に楽しみましょう!



mail@ewa-miyakejima.com



三宅島地域体験工房しまのね

ファミリーや子ども向けのキャンプ、シュノーケリング、シーカヤックなどのアウトドア体験を実施しています。



<https://shimanone.com/>



JAM Co., Ltd.

荘厳な三宅島を舞台に撮影ロケーションマネジメント事業を主に、島内イベント企画(ミニモトクロスバイクゲーム・シーカヤック体験)などを開催。新規イベント企画などもご相談ください。



tomoki_kitamura@jam-04994.co.jp



ウンノオーシャンワークス

海、野山をフィールドに「食」「暮らし」「生き物観察」などのアウトドア体験を提供。子どもやファミリーも参加可。要予約。



unmama25251958@gmail.com

バスで巡る自然ガイド



バスで巡る自然ガイド

三宅島観光協会登録の島民自然ガイドが、観光名所やおすすりスポットを貸切バスでご案内します。対応人数や費用など、詳細は三宅島観光協会まで問合せください。

団体旅行ツアーに

TEL 04994-5-1144

Sunrise coming from ocean

海からはじまる朝

胸が熱い 涙がにじむ

前を向こうと決めた

海からはじまる朝



View Point



ひょうたん山
サタド岬
三池浜
釜方海岸

Sunset soaking into your heart

染みる夕日

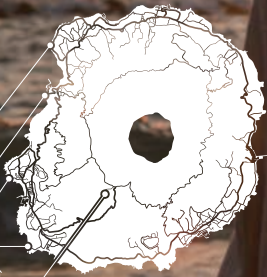
火照る肌 涼しい風

めいっぱい遊んだ身体に

染みる夕日



View Point



伊豆岬
伊ヶ谷港
メガネ岩
富賀浜
七島展望台

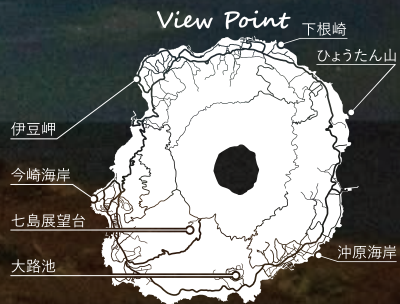
Sky full of stars

ささの葉、さらさら

きれいって思うより先に 驚いた

すーっと流れて また驚いた

これが金銀砂子かあ



Sightseeing facility

三宅島の観光施設

村営温泉“ふるさとの湯” **MAP B-7**

紙めると塩辛い、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5分
04994-5-0426



露天風呂で見る夕日サイコー



Free Wi-Fiご利用いただけます



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)

※小学生未満、65才以上は無料、団体(15名以上)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5分
04994-8-5682



途中外出OK、シャワー設備あり



三宅島郷土資料館 **MAP B-7**

三宅島の歴史や2000年噴火の当時の様子を知ること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(入館は16時30分まで)

定休日／水曜日、年末年始(12月29日～1月3日)

アクセス／バス停「阿古」から徒歩5分
04994-5-1454



Free Wi-Fiご利用いただけます



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

※テントサイトのご利用には事前予約が必要です(有料)。

◆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



キャンプは予約制だよ



大久保浜キャンプ場

みんな仲良く使ってた



錆ヶ浜園地

Spare time

スキマ時間の過ごし方



巨樹・巨木林巡り

かつて流れ出た溶岩に覆われた土地で、たくましく生き抜く大迫力の巨樹・巨木。自然のなかで、リフレッシュする時間をお過ごしください。



ホエールウォッチング

伊豆諸島近海で冬から春にかけて見ることができるザトウクジラ。陸上のどこからでもクジラのダイナミックな姿を観察することができます。

※三宅島の場合は10月下旬～4月頃



ビーチコーミング

浜辺に流れ着いた漂着物にはお宝があるかも?! 拾う時は怪我にご注意。



季節の花を楽しむ

年間を通して島内各所で季節の花を見ることができます。黒い大地に力強く咲く、美しい花々をお楽しみください。



アート巡り

壁や橋のイラストやオブジェなど、見つけるとちょっと楽しくなるアートがたくさん。アーティスト気分でご覧してみてください。








ハート探し

ハートに見えるあれやこれ! ハートフルな旅の思い出に。

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
  ペット同伴可

※宿泊料金は各宿泊施設にお問合せください。



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。

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



04994-2-0217



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。

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
画像提供：(株)パティール



04994-8-5686



ペンション花月(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。

港・空港へ送迎可、鍵付部屋
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、パジャマ



04994-8-5676



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。

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、プール、共用冷蔵庫



090-4743-5724



三宅島スナッパー

宿のご主人はダイビング、ネイチャーツアーガイド。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。

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



04994-2-1433



三宅島話題のB級グルメ
サブサンには専事前予約



🏠 オレンジハウス・バロン

島の旬とシェフの厳選素材で上質な食事を堪能できる。
昭和レトロなバーカウンターを併設、伊豆諸島の地焼酎など
広いラインナップが旅に彩りを添えてくれます。
鍵付部屋、コーヒー無料
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



04994-2-0838



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。
レンタカーあり
設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー



04994-2-0675



MAP I-2



合宿や星空鑑賞にぴったり

🏠 ペンションTSUKUBA

山の腹に位置し、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。

港・空港へ送迎可、鍵付部屋
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



04994-8-5620



MAP J-3



🏠 CS RESORT

全室パストイレ付きの洋室タイプで、ビジネスでのご利
用にも便利。WEBサイトにて空室状況の確認が可能。

港・空港へ送迎可、鍵付部屋
設備／冷蔵庫、湯沸しポット、洗濯機、乾燥機、爪切り、
衣類スチーマー、タオル、バスタオル、クレンジング、
歯ブラシ、シェーバー



04994-8-5877



MAP H-1



🏠 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
を使った料理が自慢の懐かしみのある民宿。

港・空港へ送迎可
設備／洗濯機、ドライヤー



04994-6-0526



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。

港・空港へ送迎可、ベッド同伴可
設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー



04994-6-1339



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
イミング施設も徒歩圏内。釣り客の利用も多い。

港・空港へ送迎可、釣りエサ・氷手配対応可。
設備／洗濯機、共用冷蔵庫、ドライヤー



画像提供：(株)リパティ

04994-8-5655



MAP I-8



いけ吉(いけよし)

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



04994-8-5743



MAP I-9



椿荘(つばきそう)

宿泊&朝食のみ、全室ベッドのビジネス来島専門民宿。
別途、朝食・夕食ご用意できます。ご相談ください。

港・空港へ送迎可、全室シングルルーム
設備/洗濯機、冷蔵庫、ドライヤー



04994-6-0321



MAP I-8



2026年に
リニューアルオープン

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。
全室シャワー、トイレ付きの個室ログハウス。

港へ送迎可、鍵付部屋
設備/共用洗濯機、共用冷蔵庫、電気ポット、ドライヤー、
タオル、バスタオル、歯ブラシ、カミソリ



04994-6-0097



MAP H-9



新鼻荘(しっぱなそう)

大路池まで徒歩10分に立地。木々に囲まれた宿泊施設
はバードウォッチングや釣り人に人気。
広々とした庭でゆったりと寛げるお宿。

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



04994-6-1547



MAP G-10



やまのべ旅館

趣のある建物や囲炉裏の座敷など、古き良き日本らし
さを感じられる旅館。島食材を使った釜飯や御飯無料
理も味わえる。敷地内にcafeノン・ノが併設。

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



04994-5-0317



MAP C-8



オーシャンクラブNO.3施設内

バンガローひまわり

山小屋風のバンガローは全室無線LAN完備で、ダイブ
ングだけではなく、ビジネスでのご利用にも便利。

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



070-1559-4185



MAP C-8



やどかりさん

一棟貸しスタイルでプライベート空間を楽しめる宿。
バリアフリー&乳幼児対応。グループ利用におすすめ。

港・空港へ送迎可、ダイビング設備併設、鍵付部屋
設備/冷蔵庫、電子レンジ、湯沸かしポット、トースター、
炊飯器、洗濯機、乾燥機、爪切り、文房具、キッチン用品、
バスタオル、タオル、歯ブラシ



070-1559-4185



MAP C-8



共楽荘(きょうらいそう)

鑄ヶ浜港から徒歩10分。デスクとチェア等が備わったベッド部屋のビジネスルームあり。釣り客にも人気。太平洋を臨むバルコニーの景色は必見。

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

04994-5-0660



MAP C-8



ホテル海楽(かいらく)

宿泊者以外も利用可能なレストランや日帰り入浴施設を備えた三宅島で最大の収容人数を誇るホテル。観光、釣り、ビジネス、団体利用など目的を問わず人気。

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

04994-5-0131



MAP C-8



ペンション・サントモ

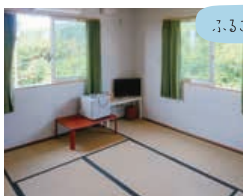
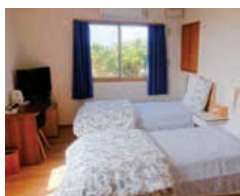
リゾート感溢れるおしゃれで居心地の良い空間が女性客に人気。島食材中心の料理や、温泉や海にも近い立地の良さも抜群。

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

04994-5-0532



MAP C-7



3.3.3の場まで徒歩5分

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。

早朝の港迎えのみ可・昼港の送迎は不可、鍵付部屋
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

04994-5-0006



MAP B-7



洋室は冷蔵庫付

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。ご主人はプロの磯釣りガイド。老若男女の釣り好きが集まるお宿。

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)

04994-5-0118



MAP B-6

＼ アー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の「アーリーチェックイン」を必ず申し込もう。三宅島には定期船着岸港が3ヵ所あり、海況等で使用する港は毎日変わる。早朝5時の定期船着岸港には臨時村営バスが待機しているが、乗り遅れると大変。「アーリーチェックイン」を予約しておけば、宿のスタッフが港にお迎えに来てくれて早朝からお部屋に入れる(通常は15時から)至れり尽くせりのオプションサービス。

定期船で三宅島に行く時は「アーリーチェックイン」を忘れずに。予約し忘れた場合はバス又はタクシーで移動しよう【P42参照】。三宅島はタクシーの台数も限られているので早めの予約がおすすめ。

＼ 大きい or 重い荷物は配送しよう /

大型の荷物を手にもって三宅島まで運ぶのは大変。

そんな時には荷物の事前配送が便利だ。

三宅島の宿泊施設は事前に配送した荷物もちゃんと預かってくれる。

三宅島にはヤマト運輸の代理店と郵便局があり、東京都内と同料金で配送することができる。

大きいor重い荷物は迷わずに配送サービスを活用しよう(配送手配前に宿にご連絡ください)。

※一部の宿泊施設を除く。詳細は宿泊施設にご確認ください。

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 Free Wi-Fi



チラシ寿司定食 2,000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
11:00~13:00(要予約)
無休



MAP I-9



ランチ限定焼肉定食 2,300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。夜メニューのテールタンクッパが大人気。

04994-6-1352
11:00~13:00
17:00~21:00

水曜休



MAP I-8



ハンバーグ定食 1,700円

サンライズ [洋食]

噴火後再開、焼肉・ハンバーグ定食だけ。それなりに自信作。

04994-6-0200
11:00~14:00(店内)
11:00~18:00(Take out)

木曜休

(祝日の場合は翌営業日に振替)



MAP J-6



ランチ ⇒ 12:00~14:00
※テイクアウト営業のみ
ディナー ⇒ 18:00~22:00

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
月・火曜休

(祝日の場合は翌営業日に振替)



MAP J-8



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
11:30~16:00
日・月・火曜休



MAP D-2



天ぷら定食 1,700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は絶品。

島民の集う和食処。
04994-2-1410
17:30~22:00
火曜休



MAP G-1



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
17:00~21:00
不定休



MAP J-2



マルアサバーガー(朝日薬ソース、スプッシュチーズ) 1,000円

マルアサCAFE [cafe]

牛肉の旨味を感じるハンバーガーを明日葉ソースで召し上がれ。

04994-8-5880
7:00~20:00
月・木曜休



MAP H-1



菊地農園とれたてサラダ

🍴リターン
[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
18:00～
不定休



🍴花海月 (はなみづき)
[軽食・自家製パン]

軽食と焼きたてのパンを販売しています。夜は食事と宴会の予約も承ります。
04994-8-5676
10:00～12:00
18:00～22:00
不定休



南国チャーハン 1,000円

🍴ココナツ
ガーデン [中華]

島食材を取入れた豊富なメニューが人気の中華レストラン。
04994-5-0006
11:00～13:30
17:30～21:00
月・火曜休



唐揚げ定食 1,100円

早朝⇒5:30～8:00 ランチ⇒11:00～14:00
ディナー⇒17:30～21:00

🍴ホテル海楽の
レストラン [定食]

早朝から夜まで営業している飲食店。人気のバイキング式朝食(5:30～8:00)もご利用いただけます。※朝食は宿泊者以外要予約
04994-5-0132
11:00～14:00
17:30～21:00
無休



海鮮釜めし(サラダ・小鉢付) 1,500円～

🍴やまのべ旅館 [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
11:00～21:00
不定休



🍴ノン・ノ [珈琲・軽食]

トッピングカレー各種、サンドイッチ類等、テイクアウト出来ます。
04994-5-0317
10:00～21:00
(モーニングサービス 7:00～10:00)
不定休



島のりラーメン 850円

🍴平野食堂 [中華]

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島のりラーメンが人気の中華食堂。
04994-5-0150
11:00～16:00
不定休




🍷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。送迎有りなので安心して楽しめる!
04994-5-0145
20:00～25:00
日曜休



商店・土産品店・薬局など

 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、木曜休、8:00~17:00
(祝日の場合は翌営業日に振替)


 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います。
04994-6-1855、水曜休
9:00~17:00


 MAP I-8


築穴商店 (つくあなしょうてん) [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
7:00~18:30


 MAP I-9


進八屋 (しんぱちや) [商店]

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


 MAP I-9


北川商店 (きたがわしょうてん) [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


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・餌も扱っています。
04994-5-0131、無休
5:30~21:00


 MAP C-8


土屋食品 (つちやしよくひん) [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 (いっきゅうのみせ) [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
10:00~16:00


 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No1。
04994-5-0019、火曜休
10:00~15:00


 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)



猫又堂 (ねこまたどう) [土産店]

貝殻を使ったハンドメイドアクセサリ
一制作販売。クラフト体験(要予約)。
04994-8-5056、不定休
9:00~18:00



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



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



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ます。
04994-2-0051、不定休
8:00~17:00



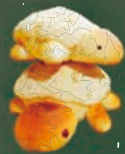
三宅島観光協会 [土産店]

オリジナルTシャツ・手ぬぐい・ポ
ストカード・アイスなど取扱い。
04994-5-1144、無休
8:30~17:30

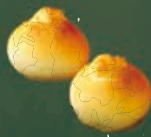


花海月 (はなみづき) の国産小麦を使った手作りパン

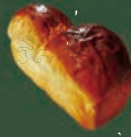
有名老舗ホテルで経験を積んだパン職人が、無添加、無着色、無香料、そして国産の小麦粉を使った健康的なパンを島内の皆様にお届けしようと思ったパン屋さん。島内の商店 (はせがわ、正大ストア) にも卸しています。焼ききた食パンなど、店内での販売予約も受け付けています (11~13時) TEL: 04994-8-5676。



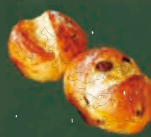
かめパン
600円



プチチーズフランスパン
300円(3コ)



パンドミ
500円(1本)



シュガートップレーズンパン
350円(2コ)



全粒粉山型食パン
1,000円(1.5斤)

GS、書店、銀行など



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・5土曜・日曜休
8:00~16:30



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(土・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、不定休

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「東京クレセントロール」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]

各種キャッシュレス決済対応。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(土曜・祝祭日は~17:30)



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、土・日休

7:30~18:00/8:00~17:00(祝)



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]

大型トラック・バス等車両整備・修理・中古車販売、浄化槽清掃、廃棄物収集・運搬

04994-5-0008、土・日・祝休

8:30~17:00



MAP [C-7](#)



ジャパン・トータルサービス[施設管理]

三宅島島内の施設・建物の管理を行っています。(写真はふるさとの湯)

04994-5-0411、土・日・祝休

8:30~17:00





三宅島建設工業[建設業]

私たちは様々なインフラ整備を通して島の未来を創造する企業を目指します。
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[運送業]

軽貨物～4tトラックまで対応可能です。お気軽にお問合せください。
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
7:30～18:30



MAP G-1



浅沼教材店[本・文具・リース]

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



MAP G-1



七島信用組合[金融機関]

島しょ部に広く展開する金融機関。ATM営業時間は8:45～18:00、9:00～17:00(土日祝)、ATMは1/1-3を除き無休。
04994-2-0081、土・日・祝休



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



ランドリーアサマ [コインランドリー、コピー]

羽根布団や毛布の大物洗濯乾燥OK! スニーカー洗濯乾燥は1時間!
04994-8-5880、無休
7:00～21:00



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
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



MAP C-7



レンタカー料金はHPをご覧ください

三宅島交通[タクシー・レンタカー]

TEL/04994-2-0291
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
キャッシュレス決済は給油・レンタカーのみ



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)
島内観光もお任せください



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(土・日・祝)



MAP I-8



ダックスドモンキーなど
珍しい旧車もあるよ

レンタバイク朝信(ちようしん)

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。
090-4920-5501又は04994-5-0516



MAP C-8



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ご用意しております。観光協会のWEBサイトからお申込みください。
04994-5-1144、無休、8:30~17:30



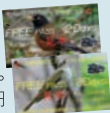
MAP C-8

村営バス(運賃支払いは現金のみ)

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窓の景色は島民のファンも多い。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

路線バス全便が早朝から乗り放題。乗車時に運転手さんから購入可。
2日券 大人1,000円、小学生500円
3日券 大人1,500円、小学生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。

時刻表・料金表

三宅村のWEBサイトからご確認ください。



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。

村営バスに関する問合せ先 ▶ 三宅村 企業課 企業係 TEL:04994-5-0908

手めぐいお見送りプロジェクト

三宅島観光協会では「手めぐい」を使用したお見送りをご提案しています。
メッセージをつづるもよし!
別れの涙をぬぐうもよし!

お世話になったあの人に、楽しく過ごした三宅島に、手めぐいを振って感謝の気持ちを届けませんか。

三宅島手めぐい
販売情報はこちら

Souvenirs

三宅島のお土産

明日誓の産地直送
西野農園
—オンラインショップ—

三宅島の農産物
加工品をご自宅
にお届けします。




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



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



島唐辛子
ナメ(紙め)たら痛目見るかも!?
【取扱】各商店、観光協会



雄山一(おやまいち)
麦焼酎、水割りがおすすめ
【取扱】各商店・飲食店

島内で生産された
三宅島を代表する
麦焼酎「雄山一」



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



焙煎明日葉茶
茶葉とティーバッグの2タイプ
【取扱】各商店、観光協会



海ガメ ステッカー
車やスーツケースなどに
【取扱】観光協会



アカコッコのキーホルダー
国産のヒノキ材を使用
【取扱】観光協会



アカコッコワッペン
刺繍作りの安全ピン付ワッペン
【取扱】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

三宅島明日葉タオル手ぬぐい
タオル地で吸水性もあり
【取扱】観光協会

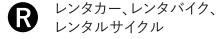
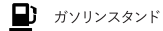
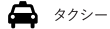
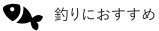
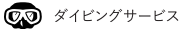
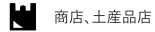
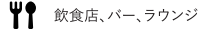
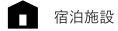
一休の店オリジナル手ぬぐい
アメカジ風のイラスト手ぬぐい
【取扱】一休の店

2026年にリニューアル!
季節限定味もあり

三宅島の恵み愛す
島の気候や土壌に愛され、生産者の愛情いっぱい育てられた特産品と、北海道の生乳を使用したアイス。 【取扱】ホテル海楽、観光協会

100ml入り

三宅島 MAP





ここをめくると拡大MAPを
ご覧いただけます。

立入り禁止区域

雄山環状林道より山頂側の
エリアは三宅村の条例により
立入禁止です。



MIYAKEJIMA guide book

編集・発行／一般社団法人 三宅島観光協会(東京都知事登録旅行業第2-6196号)

〒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、新島村観光案内所、八丈島観光協会

新堀賢志(NPO法人火山防災推進機構)

守谷美峰(photographer)

藤森真衣奈(model)

水谷高英(illustration -P23-)

印刷／星光社印刷株式会社

©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。