かごしまの
島々を
旅する。

しま旅 standard 27

Kagoshima 27 Islands Guide Book

かごしまの
島々を
旅する。

しま旅 standard 27

Kagoshima 27 Islands Guide Book

発行：観光かごしま大キャンペーン推進協議会（公益社団法人鹿児島県観光連盟） TEL.099-297-6110／2025年3月

鹿児島県は広い。しかも、南北に広い。

最北の県境から最南の与論島まではおよそ600キロもあって、鹿児島から大阪までの距離とほぼ同じだ。鹿児島から東京まではおよそ960キロあるにも関わらず、韓国のソウルまでは750キロ、中国の上海までは860キロで、距離でいえば、東京よりもアジアに近いことになる。

無論これは鹿児島市からの距離だから、離島からだと、台湾にも近くなる。さらに調べてみると、与論島から東京は1450キロで、フィリピンのルソン島までとほとんど変わらない距離になった。

このように考えていくと、鹿児島の離島はアジアへと、より広く開かれた場所のように感じられる。陸続きではなく島であることによって、他の地域との同質化や均質化をまぬがれ、それぞれの島には異なる方言や民俗文化が保存されることになった。悪石島のボゼなどは、アジアとの関わりを感じさせる最たる例だろう。

鹿児島県を境界線の内側で考えるのではなく、日本列島という島々の連なりの一部として、あるいはアジアという広大な地域の一部として、広く柔らかく考えてみるのに一番適した場所が、ぼくはこうした離島だと思っている。

ぼくの島との出会いは高校卒業直後、18歳の時に遡る。当時、錦江湾の磯海水浴場に住んでいたカヌーイストで作家の野田知佑さんに声をかけてもらって、一緒にカヤックを漕ぎ、桜島にほど近い新島に上陸したのが、初めての鹿児島旅行だった。その後、ひとりで屋久島に渡り、九州最高峰の宮之浦岳にどうにか登った。4月だというのに宮之浦岳の頂上付近で雪に降られ、温暖な海辺との気候の落差に驚かされた。かれこれ20年以上も前のことになる。

このときのひとり旅以来、ぼくは今日まで何十回と鹿児島の離島を訪ねてきた。冬の屋久島でまた宮之浦岳に登ったのだが、完全なる雪山に変化していて、まさかこんなところでアイゼンとピッケルを使うことになろうとは思いもしなかった。

また、何年間もかけて、夏の祭りの時期に三島村や十島村の全島を訪ねた。悪石島のボゼには二回遭遇できたし、皆既日食のときは宝島にいて、天候は悪かったが、忘れがたい朝を過ごした。奄美群島もほぼすべての島をまわり、徳之島で迫力のある闘牛を見たり、与論島ではその先の沖縄の空気を肌で感じた。下甑島で年越しを迎えたときには、トシドンという仮面神にも出会った。それぞれの島はどこも強い個性を放っていて、ひとくくりには決してできず、しばらく滞在すれば必ず大きな出会いや経験を得ることができた。

ユーラシア大陸の果てに位置する島々がどれだけ多様で重層的なのか、鹿児島に住んでいる地元の人でさえなかなか離島までは行っていないという現実を聞いて、こんなに近くに見知らぬ世界が広がっているのにもったいないなあ、とぼくは思ってしまう。目と耳と体全体で、ぜひとも未知の島を感じてみてほしい。

屋久島/紀元杉

徳之島/牛飼いの少年

甑島/旧高速船

十島村(悪石島)/ボゼ祭り

沖永良部島/フーチャ(潮吹き洞窟)

奄美大島/金作原

text & photo
Naoki Ishikawa
石川直樹／写真家
1977年東京生まれ。写真家。東京芸術大学大学院美術研究科博士後期課程修了。人類学、民俗学などの領域に関心を持ち、辺境から都市まであらゆる場所を旅しながら、作品を発表し続けている。
http://www.straightree.com

黒崎空中展望所（くろさきくうちゅうてんぼうじょ）

片側港から車で約10分、天草灘を行き交う船を眼下に眺める展望所があります。突端までの遊歩道はウッドチップで舗装されているので、足に負担をかけず気軽に行くことができます。

02 獅子島 —— 冒険心がくすぐられる「化石の島」

Shishijima

長島町水産景観課/☎0996-86-1137

長島町の諸浦港からフェリーでアクセスすると、片側港で迎えてくれるのがクビナガリュウとアンモナイトの化石モニュメント。鹿児島県最北端にある獅子島は、日本でも有数の化石の産出地として知られています。あちこちで約一億年前の白亜紀の地層が露出し、2008年にはクビナガリュウの左下あごが発見されて話題になりました。島のどこかにまだ新種が眠っているかも、と思うとワクワクしてきませんか。

化石の発見と同じくらい楽しみなのが絶景との出会い。特に、壮大なパノラマが広がる最高峰・七郎山からの眺めは見逃せません。この七郎山を折り返し地点として歩く「獅子島ウォーク」は毎年2月に開催。甘夏など柑橘類やアオサなど特産品の販売もあり、島の魅力を満喫できる人気のイベントです。

七郎山からの眺望（しちろうざんからのちょうぼう）

獅子島中央にそびえ立つ標高393mの山。四方に広がる八代海、天草の島々、遠くは雲仙普賢岳まで見晴らせる360度の眺望は天下一品です。車はほとんど通らないので徒歩で安心して登山できます。

獅子島化石パーク（ししじまかせきパーク）

獅子島の化石について紹介し、手軽に観察できる小さな公園。発掘体験コーナーもあり、お気に入りの化石を見つけたら1個だけ持ち帰ることができます。時空を超えた出会いを楽しみませんか。

鉈崎望洋回廊（なたざきぼうようかいろう）

天草諸島を望む、まるで絵画のような美しいパノラマ風景を楽しむことができる展望台です。

アオサ

透明度が高い美しい海で品質の良いアオサが採れます。薫り高く歯ごたえも最高です。

ごち網漁体験（あみりょうたいけん）
たこつぼ漁体験
ぶり・たい えさやり体験

きれいな海水を利用したブリやタイの養殖が盛んな獅子島で、普段できない貴重な漁業体験・えさやり体験をしてみませんか。いのちの大切さや、自然の奥深さを楽しく知ることができます。

☎0996-86-1200

（東町漁協 獅子島ブルー・ツーリズム事業部会）

獅子島屋（ししじまや）

鹿児島最北のショップ＆カフェ。観光案内所をかねた物産館として、獅子島近海でとれる旬の海の幸が並び、甘夏を使ったスイーツなどが味わえます。

☎0996-89-3160

しま旅 standard 27
Kagoshima 27 Islands Guide Book

Contents

01 新島 ……02
02 獅子島 ……03
03 甑島 ……04
06 種子島 ……06
07 屋久島 ……08
ISLANDS HOPPING（種子島／屋久島） ……10
09 桂島 ……12
ACCESS INFORMATION《アクセス情報》
10 十島村（トカラ列島） ……14
17 三島村 ……16
20 奄美大島 ……17
24 喜界島 ……20
25 徳之島 ……21
ISLANDS HOPPING（奄美大島／徳之島） ……22
26 沖永良部島 ……24
27 与論島 ……25
かごしま、世界自然遺産の島々へでかけよう ……26

＜凡例＞

撮影・SNSスポット　島人×体験
祭り　島料理　島みやげ

cover:奄美市笠利町喜瀬集落のかくれ浜　©ハシットンマ・ワークス

01 新島 —— 今、再び歩みはじめた小さな島

Shinjima

鹿児島市桜島支所桜島総務市民課

/☎099-293-2346

佐々木直行さん・和子さん

桜島の北東約1.5kmに浮かぶ新島へは、桜島・浦之前港から出る週3日の連絡船で約10分。桜島の安永噴火に伴う海底隆起で生まれ、燃島とも呼ばれています。多い時には250名ほどが暮らしていたそうですが、人口が減少し2013年には無人島に。それを聞いた元島民たちは埋もれた道の整備に通い続け、荒れ果てた神社も再建。2019年には夫婦2人が移住し、再び有人島となりました。市街地から約1時間、奇跡の島へショートトリップしませんか。

ニューアイランド佐々木（ささき）／島内（とうない）ガイド

新島へ上陸すると目の前に現れる、大きなアコウの木に守られた民家。佐々木さん夫婦のご自宅兼、来島者のために整備した唯一の民泊施設でもあります。ガイドも実施中で、かつての暮らしの物語とともに島内を巡れば、またここへ来たくなるはず。　☎090-3607-0120 / 090-4195-7240

新島遊覧クルーズ（しんじまゆうらん）

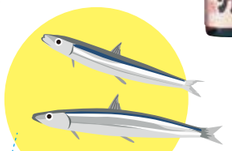
澄んだ海を佐々木さんのジオガイド付きで一周。新島の歴史を地球スケールで体感しませんか。

五社神社（ごしゃじんじゃ）

桜島を見守るこの神社が移住の決め手でもあり、常に綺麗に整えられています。

海鮮丼（かいせんどん）

漁業が盛んな甑島では、黒潮で育った鮮度抜群の魚介料理が一年中楽しめます。海の幸てんこ盛りの海鮮丼は刺身がツヤやかで、まるで宝石のようです。各店の特製タレをかけて召し上がれ。



キビナゴ

全国トップクラスの漁獲量を誇り、一年中新鮮なキビナゴが食べられます。身が厚く、濃厚な旨みが自慢です。

焼酎（しょうちゅう）

上甑島と下甑島に一軒ずつ蔵元があります。どちらも鹿児島県産、甑島産の芋にこだわり、昔ながらの製法で丁寧な焼酎づくりをしています。島の料理に合うのは、やっぱりこの焼酎です。

薩摩甘えび（さつまあま）

下甑島名産の薩摩甘えび（タカエビ）はプリプリの食感と濃い甘みが特徴で、刺身や唐揚げにして食べると美味。島内ではエビ漁選別作業の見学や体験もできます。

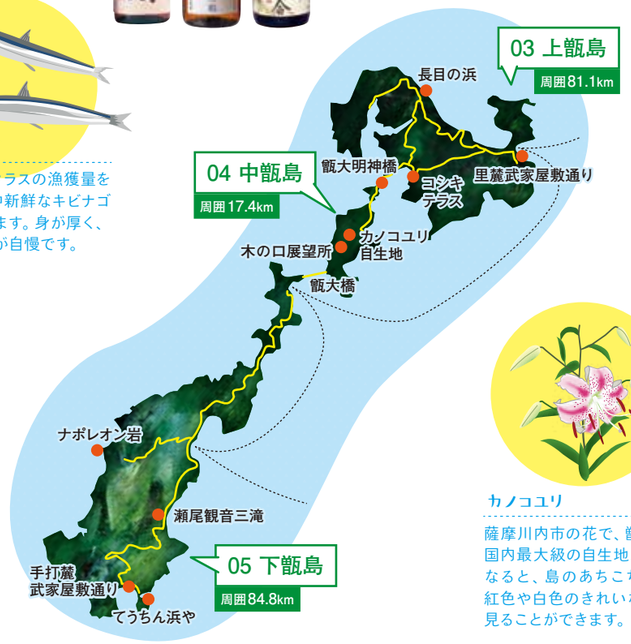
観光船かのこクルーズ体験（かんこうせんたいけん）

断崖・奇岩などを周遊する人気のクルージング。横顔が似ていることから名が付いた「ナポレオン岩」など、大自然の彫刻は感動必至です。11月～7月は優雅に群れ飛ぶウミネコに遭遇することも。
☎09969-2-0001（薩摩川内市上甑支所）

夜空を巡るナイトツアー（よぞらめぐ）

打ち寄せる波と風の音をBGMに、またたく星たちに包まれる…そんな島の夜を体験しませんか。プラネタリウムのような満天の星空が眺められることもあり、心の洗濯にぴったりのツアーです。
こしきツアーズ
https://koshiki-tours.co.jp/

知れば知るほどおもしろいディープな体験観光



カノコユリ

薩摩川内市の花で、甑島は国内最大級の自生地。夏になると、島のあちこちで薄紅色や白色のきれいな花を見ることができます。

トシドン（祭）

下甑島で受け継がれる年越し行事。子供たちのしつけや情操教育に役立つとされています。国指定重要無形民俗文化財で、2009年にユネスコ無形文化遺産に登録。

コシキテラス（館）／上甑島

旧中甑港待合所を改装してできた地域活性化施設。港を望むカフェでは地産地消の美味しい料理が楽しめ、人気はボリュームたっぷりの断崖バーガー。手作りパンや特産品の販売所もあります。
☎09969-2-0525

てうちん浜や（はま）／下甑島

旧手打港待合所をリニューアル。物産・観光交流の拠点として、特産品を扱うショップやレストラン、展望デッキなどがあります。からあげなどの定食メニューが揃います。
☎09969-7-0005

甑島
Koshikishima

甑島へは薩摩川内市の港から高速船に乗り50分ほどで到着。上甑島・中甑島・下甑島と縦に3島が連なり、風光明媚な景観は国定公園に指定されています。

近年、ますます観光客の人気を集めているのがクルージング体験です。海中から突き出すようにそそり立つ巨岩、８０００万年前の白亜紀から形成された地層が見られる断崖など、ダイナミックでロマンあふれる大自然との出会いは感動的。陸路からの眺めとはひと味違う、荒々しくも美しい景色に圧倒されます。

また、「暮らすように旅する」ことができるのも甑島トリップの魅力。玉石垣の昔ながらの風景が残る集落で、やさしい笑顔を見せてくれる島の人たちとの交流や、波や風の音だけ耳にする静寂な夜の星空観察が、とても贅沢で貴重な時間に感じられるはずです。

薩摩川内市観光・シティセールス課/☎0996-23-5111
上甑島観光案内所/☎09969-6-3930
下甑島観光案内所/☎09969-5-1800
さつませんだい観光局/☎0996-25-1140

里麓武家屋敷通り（さとふもとぶけやしきとお）／上甑島

丸い石を丹念に積み上げた玉石垣と、木々や季節の花々の調和が美しい通り。江戸時代の郷士たちの家が立ち並んでいた風情を今に伝えます。いにしえの世界をのんびり散策してみませんか。

03 上甑島
Kamikoshikishima

04 中甑島
Nakakoshikishima

05 下甑島
Shimokoshikishima

砂州を挟んで写真右が海で左が池。海水と淡水二層からなる「なまこ池」や30億年前に出現した微生物も生息する「貝池」など、大小四つの湖沼群も神秘的です。

船で50分、8000万年前へトリップ

甑大明神橋（こしきだいみょうじんばし）／上甑島

上甑島と中甑島の間に架かる全長420mの橋。上甑島側のたもとに、甑（せいろ）の形に似た大岩が御神体の「甑大明神」が祀られていて、ここが島名の発祥地といわれています。

木の口展望所（きのくちてんぼうじょ）／中甑島

2020年に開通した「甑大橋」が見渡せるビュースポット。中甑島と下甑島をつなぐ、県内最長の橋梁（全長1,533m）で、甑島3島が車で自由に行き来できるようになりました。

瀬尾観音三滝（せびかんのんみたき）／下甑島

瀬尾川上流にある緑に囲まれた美しい滝。高さ55mから三段になって落ち、下の滝壺近くに観音像が祀られていることから「観音三滝」。マイナスイオンたっぷりの癒しスポットです。

国の天然記念物

長目の浜（ながめはま）／上甑島

幅50mの砂州が約4km続く、甑島一の景勝地。藩政時代に島津久光公が「眺めの浜」と景観をほめたことが名前の由来といわれています。一望するなら田之尻展望所、長目の浜展望所へ。

06 種子島

Tanegashima

種子島観光協会/☎0997-23-0111

―― 宇宙開発の一翼を担う、鉄砲伝来の地

昔から「鉄砲伝来の島」として知られていますが、日本最大のロケット発射場があることから、今は「日本で一番宇宙に近い島」とも言われ、打ち上げのたびに注目を集めています。ここは過去と未来が交錯する地。古代遺跡（広田遺跡ミュージアム）からロケット発射場を目にすることができるなど、不思議な感覚が味わえます。

夢のある種子島の旅をさらに楽しくするのが、透明度の高い海を満喫するアクティビティーです。ダイビングやシュノーケリングなどマリンスポーツが一年中楽しめます。東西の海岸にはサーフィンスポットが多く、国内屈指のサーファイランドとしても注目を集めています。

一方、種子島グルメといえば甘みたっぷりの安納いも。その人気は全国区で、加工品はお土産におすすめです。

千座の岩屋（ちくらのいわや）

太平洋の荒波によりできた海蝕洞窟で、千人座れるほど中が広いことから名が付いたと言われています。洞窟に入れるのは干潮時刻の前後約2時間。幻想的かつダイナミックな風景が楽しめます。

広田遺跡ミュージアム（ひろたいせき）

遺跡は弥生時代後期から7世紀にかけての集団墓地で、国の重要文化財である出土品などが展示されています。古代の貝アクセサリー製作体験もできるので来館記念にチャレンジしてみては。

☎0997-24-4811

雄龍雌龍の岩（おたつめたついわ）

その昔、嵐の夜に海に投げ出された仲の良い夫婦が生まれ変わったとされる伝説の岩。寄り添うように立ち、右が雄龍、左が雌龍と呼ばれています。岩の間に沈む夕日が美しく神秘的です。

男淵女淵の滝（おぶちめぶちのたき）

上流を男淵、下流を女淵と呼ぶ2連の滝。高地のない種子島で滝は珍しく、渇水期でも流れが止まることはありません。木々が生い茂り、真夏でもひんやりする涼スポットです。

門倉岬（かどくらみさき）

1543年に鉄砲を伝えたポルトガル人の船が漂着したとされる岬がここ。鉄砲伝来の記念碑や展望台などがあります。種子島の最南端にあり、屋久島の山々も望めます。

浦田海水浴場（うらだかいすいよくじょう）

白い砂浜とエメラルドグリーンの海のコントラストが美しい海水浴場。日本の水浴場88選の一つに選ばれ、フィッシングやスキューバダイビングも楽しめます。

宇宙センター内をバスでめぐる無料の「施設案内ツアー」もオススメです。

種子島宇宙センター（たねがしまうちゅうセンター）

種子島最南端、青い海と白い砂浜に囲まれ、世界一美しいロケット発射場と言われる総面積約970万平方メートル（東京ドーム約200個分）という広大な施設。2017年3月には展示施設「宇宙科学技術館」がリニューアル、ロケットや人工衛星について学べ、宇宙をより身近に感じることができます。

☎0997-26-9244

種子鋏と包丁（たねばさみとほうちょう）

種子鋏は日本初の国産ハサミ。伝統的な鍛冶の技術が受け継がれ、包丁とともに鹿児島県の伝統工芸品に指定されています。

マリンスポーツが一年中楽しめる癒しの楽園

トビウオ

種子島屋久島地方で盛んに漁が行われ、漁獲量は日本一。海上を飛ぶように移動するアスリート魚で、引き締まった身は歯ごたえ抜群です。

©美の吉

インギー地鶏（じどり）

南種子町の特産品インギー地鶏。弾力のある肉質と味わい深い旨みが特徴です。地元の飲食店で、地鶏刺、焼き鳥、鶏鍋などで食べられます。

サーフィン

360度海に囲まれた種子島は、一年中どこかの海岸でサーフィンを楽しむことができます。特にビッグウェーブが期待できる西之表市の鉄浜（かねはま）海岸はサーフィンの聖地と評されるほど。

ヨガの聖地

朝日や海などの地域資源と神社仏閣などのエネルギーを感じられる、西之表市の3スポット（右の地図内）が「ヨガの聖地」として認定されました。一般社団法人全日本ヨガ連盟が選定しており、自治体で初めての認定です。

鉄砲館（てっぽうかん）

種子島に伝わったポルトガル銃、国産第1号銃、国内外の旧式銃100丁が展示されています。鉄砲伝来の歴史を学べるほか、種子島の文化や民族も紹介され、ここに来れば種子島のすべてがわかります。

☎0997-23-3215

種子島鉄砲まつり（たねがしまてっぽうまつり）

鉄砲伝来を記念して毎年開催されるお祭りで、南蛮扮装行列や種子島火縄銃の試射など興味深いイベントが盛りだくさん。クライマックスは約8000発の花火で迫力満点です。

種子島紫いも・安納いも（たねがしまむらさきいも・あんのういも）

どちらも種子島を代表するサツマイモ。紫いもはアントシアニンが豊富で色鮮やか。安納いもは糖度が高く日本一甘いと言われています。焼いたり蒸したりするとさらに甘みが増して美味。

五感で楽しむ悠久の世界

屋久島里めぐり（やくしまさと）

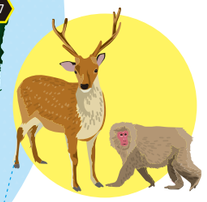
独特の歴史や文化によって形成されている各集落の魅力を知るツアー。地元の語り部たちの案内で、ガイドブックには載らない史跡巡りや地場産業見学、人々の暮らしなどを見て回ることができます。
☎0997-42-2900
（屋久島里めぐり推進協議会）

エラブツツジ

薄桃色の花びらが可憐な花。口永良部島の古岳山頂付近で6月～7月に満開を迎え、あたり一面がピンク色の花畑になります。
※要火山情報確認

ウミガメ

絶滅危惧種であるウミガメの上陸・産卵数が日本で最も多く、屋久島観光の目玉にもなっています。5月～7月の産卵時期にはウミガメ観察会が開催されます。
☎0997-45-2280
（永田ウミガメ連絡協議会）



ヤクシマザル・ヤクシカ

屋久島のみ生息する固有種で、本土のサルやシカと比べて体が小さいのが特徴です。森の中で愛らしい姿をよく見かけます。

焼酎（しょうちゅう）

日本名水百選にも選ばれた屋久島の自然水は超軟水。島内に酒造会社は2社あり、とてもまろやかで飲み心地の良い名水で仕込んだ本格芋焼酎のファンは全国にいます。割水もぜひ島のナチュラルウォーターで。

自然湧出の温泉でリラックス

首折れサバ（くびおれサバ）

鮮度を保つために漁獲後すぐに首を折り血抜きするサバを「首折れサバ」と呼び、刺身やサバすき（サバのすき焼き）として食べられます。サバ節やサバ味噌など加工品も好評です。

鹿肉（しかにく）

ヤクシカを食資源として生まれ変わらせるため、2014年に屋久島初の鹿肉加工処理施設が誕生。美味しい鹿肉の流通が始まり、飲食店ではレシピ開発やお土産品開発などが進んでいます。

尾之間温泉（おのあいだおんせん）／屋久島

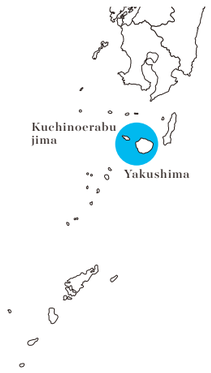
登山道・尾之間歩道入口の集落営公衆温泉で、外の足湯は登山客にも愛されています。開湯は数百年前で、傷ついた鹿が傷を癒やすのを猟師が発見したのがきっかけ。源泉が約49度という熱いお湯も魅力です。

平内海中温泉（ひらうちかいちゅうおんせん）／屋久島

海中から湧き出る天然温泉で、干潮時の前後約2時間だけ入浴できます。浴槽に少し人の手を加え、あとは自然の地形をそのまま利用。昼は目の前に大海原を、夜は星空を見上げながら最高の湯が堪能できます。

宮之浦岳（みやのうらだけ）／屋久島

屋久島中央部にある標高1936mの九州一高い山。山頂から見下ろす森と海の360度大パノラマは圧巻です。ヤクシカやヤクシマシャクナゲなど固有の動植物に出会えるのも宮之浦岳登山の魅力。



周囲約130kmの小さな島ながら、九州最高峰の宮之浦岳をはじめ標高1000mを超える峰々がいくつも連なり「洋上アルプス」とも呼ばれる屋久島。1993年に日本で初めて世界自然遺産に登録され、その優れた自然景観と特異な生態系が訪れる人々を魅了し続けています。

中でも縄文杉に代表される樹齢1000年以上の屋久杉など、太古の息吹を感じる神秘的な森林風景は必見。豊かな雨がもたらす滝にも圧倒的パワーを感じます。自然だけでなく、首折れサバやトビウオなど近海で獲れる海の幸たっぷりの郷土料理も豪快です。

屋久島の西方約12kmに位置する口永良部島へは、宮之浦港から町営フェリーで約1時間35分。活火山の島だけあって良質の温泉が豊富に沸き、魚釣りのポイントも多く点在します。

©髙比良有城

縄文杉（じょうもんすぎ）／屋久島

樹高25.3m、幹周16.4m、推定樹齢7200年とも言われる最大級・最長寿の屋久杉。コブが盛り上がる樹肌など、神々しい姿を間近に見られる展望デッキまで片道約5時間のトレッキングが必要です。

08 口永良部島
Kuchinoerabujima

07 屋久島 —— 生命のエネルギーが満ちる太古の森

Yakushima

屋久島：屋久島観光協会/☎0997-46-2333
口永良部島：屋久島町観光まちづくり課/☎0997-43-5900、口永良部島出張所/☎0997-49-2100

白谷雲水峡（しらたにうんすいきょう）／屋久島

屋久島中央部の渓谷。入口を清流が流れ、数百種もの苔たちが岩や木の幹、枝の先にまで覆いかぶさっている様子はまさに、映画「もののけ姫」の世界そのもの。神々しい太古の森にいだかれてみては。

志戸子ガジュマル公園（しとここうえん）／屋久島

樹齢500年以上ともいわれる巨大なガジュマルやアコウなど、貴重な亜熱帯植物が多く見られます。パワースポットとしても人気。自然の不思議な生命力を目の当たりにしてみませんか。

永田いなか浜（ながたはま）／屋久島

急峻な海蝕崖に囲まれた屋久島では数少ない砂浜。日本一のウミガメ産卵地として知られ、貴重な湿地としてラムサール条約にも登録されています。美しい夕日が見られることでも人気です。

千尋の滝（せんぴろのたき）／屋久島

鯛之川にある落差約60mの滝。モッチョム岳の裾に広がる巨大な花崗岩（250m×300m）の岩盤を川が刻み、壮大なV字谷の景観をつくり出しています。

大川の滝（おおこのたき）／屋久島

水量・規模ともに最大級の屋久島を代表する滝で、「日本の滝100選」にも選定。駐車場から徒歩2分で滝壺近くまで行け、高さ88mから豪快に流れ落ちる様子を眼前にできます。

ISLANDS HOPPING

2泊3日！

Tanegashima → Yakushima

日本で一番宇宙に近い島“種子島”と世界自然遺産“屋久島”をめぐる

本土からも近くて行きやすい2つの魅力的な島々をめぐるおすすめのプラン。
そのままめぐるもよし、自由にカスタマイズしてオリジナルのプランにするも◎

※各スポットの関連情報はP6-7、P8-9をご参照ください。アクセス情報はP12-13をご参照ください。

1

3

からあげレギュラープレート900円

①種子島を代表するサーフスポットとしても知られる「鉄浜海岸」（かねはまかいがん）にある、「eastcoast cafe」（☎0997-25-0763）で海を眺めながらサーファーめしに舌鼓。

②千人もの人が座れると言われる海蝕洞窟「千座（ちくら）の岩屋」。日中は干潮の前後2時間のみ入ることができます。一度行ったことがある方はぜひ夜に！1000万個の星空が岩肌に360度にわたって投影されるプラネタリウムも、例年12月頃に開催されています。

2

©KISHIN HIMORI

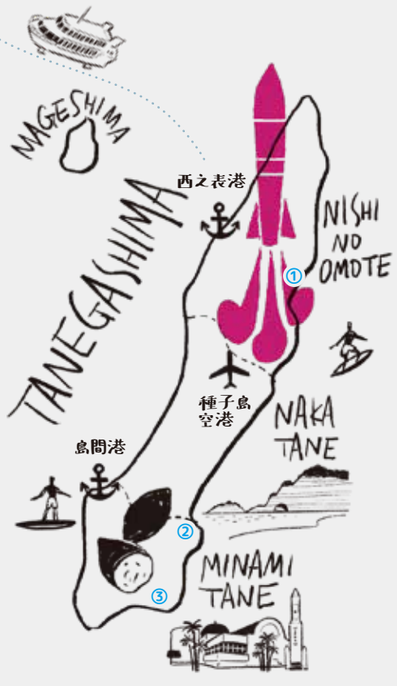
詳細は公式HPまで。
https://joitane.com

上記QRコードよりアクセス

③種子島宇宙センターは、総面積約970万平方メートルにもおよぶ日本最大のロケット発射場です。種子島東南端の海岸線に面しており、「大型ロケット発射場」、「衛星組立棟」などの設備があります。また、広大な同敷地内にある宇宙科学技術館ではロケットや人工衛星について学べるとあって、子供から大人まで大人気です。

Day1 MODEL PLAN

10:20	高速船で鹿児島港発
11:55	種子島（西之表港）着
12:40	①レンタカーで鉄浜海岸「eastcoast cafe」
15:00	②千座の岩屋
16:00	③種子島宇宙センター（宇宙科学技術館）
18:00	南種子にて宿泊



Day2 MODEL PLAN

9:40	種子島（西之表港）発
10:30	屋久島（宮之浦港）着
10:45	レンタカーで志戸子ガジュマル公園へ
12:00	④お食事処 潮騒
14:30	⑤ヤクスギランド
16:30	⑥西部林道
18:00	⑦レストランパノラマ
19:00	宮之浦にて宿泊

5

⑤本格的なトレッキングの経験のない方でも屋久島の森を楽しめる「ヤクスギランド」。推定樹齢1800年の仏陀杉をはじめ三根杉、母子杉などの巨木を気軽に見ることができます。

4

©旅楽

④宮之浦港から車で約3分、地元でも人気の「お食事処潮騒」（☎0997-42-2721）。新鮮な魚介類の定食の中でもおすすめは豪快な海老がインパクト大なエビフライ定食。

6

7

©レストランパノラマ

⑥その名の通り島の西側に位置する「西部林道」、山から海岸線までの急斜面を横切るように作られた長さ約12kmの林道で、島で唯一、海岸線まで世界自然遺産に指定されています。
⑦商店だった築50年の建物をリノベーションして、2016年にオープンした「レストランパノラマ」（☎0997-42-0400）。屋久島産の旬の地魚や島野菜を、他とは一味違ったパノラマスタイルで楽しめます。

8

⑧空港から車で8分、屋久島の水と香りでアロマスプレー（所要時間5〜10分）をつくることができる「やわら香」（☎0997-42-0109）

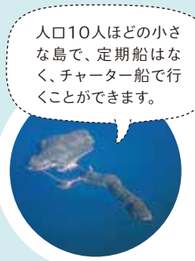
Day3 MODEL PLAN

〈帰る前に立ち寄りたい！〉
⑧やわら香
宮之浦港 or 安房港 or 屋久島空港
各地へ

ACCESS INFORMATION

Kagoshima 27 Islands Guide Book《アクセス情報》

アクセス方法をあれこれと計画立てるのも
しま旅の醍醐味のひとつ。
船と飛行機でまったく違うアプローチを楽しめます！
余裕があれば行きは飛行機で帰りは船なんてのもアリ。



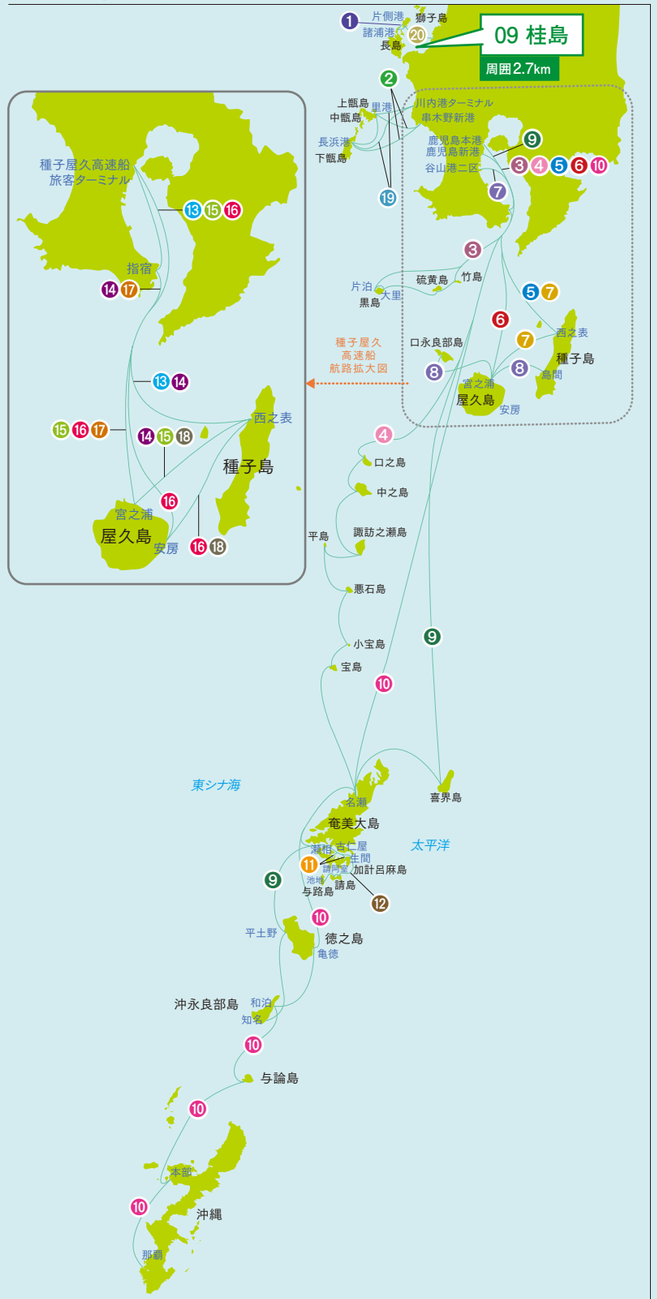
人口10人ほどの小さな島で、定期船はなく、チャーター船で行くことができます。

09 桂島

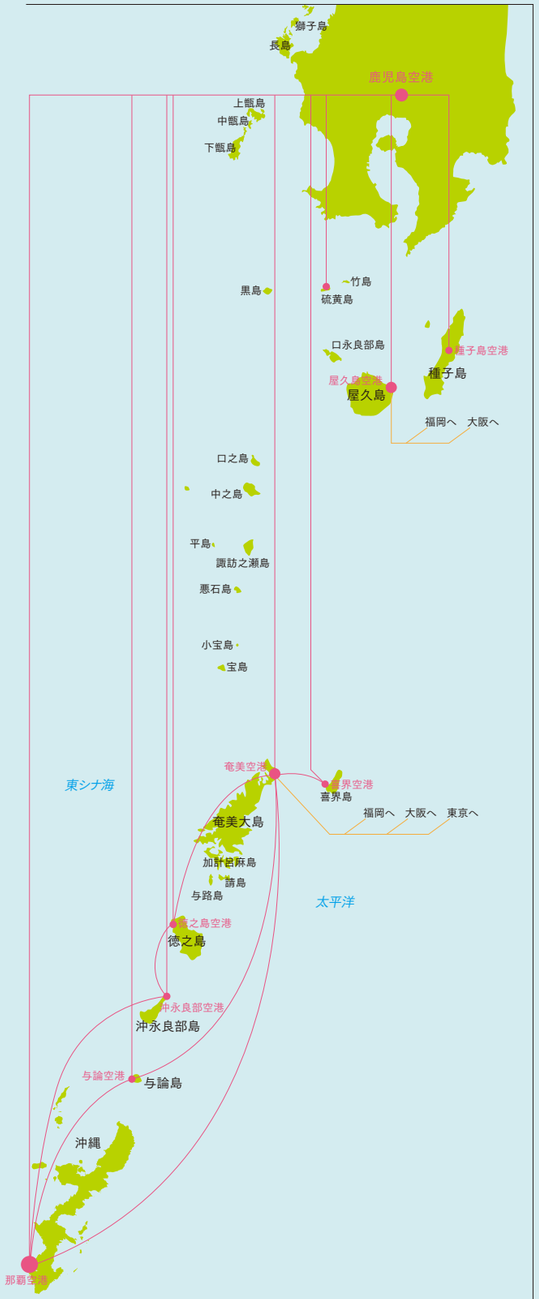
Katsurashima

出水市企画政策課/
☎0996（63）4036

船路



空路



航空機をご利用の場合

※2024年12月1日現在の情報になります。

行　先	出発地	運航会社	所要時間	便　数
薩摩硫黄島	鹿児島	NJA	――	運休中
諏訪之瀬島	鹿児島	NJA	――	運休中
種子島	鹿児島	JAL	約40分	4便
屋久島	鹿児島	JAL	約40分	5便
	大阪（伊丹）	JAL	約1時間50分	1便
	福岡	JAL	約1時間10分	1便
奄美大島	鹿児島	JAL／SKY	約1時間	7便／2便
	喜界島	JAL	約20分	2便
	徳之島	JAL	約30分	2便
	与論島	JAL	約45分	0.5便
	東京（羽田）	JAL	約2時間30分	1便
	東京（成田）	APJ	約2時間50分	5便／週
	大阪（伊丹）	JAL	約1時間50分	1便
	大阪（関西）	APJ	約2時間	3便／週
	福岡	JAL	約1時間10分	1便
	沖縄（那覇）	JAL	約1時間	0.5便

行　先	出発地	運航会社	所要時間	便　数
喜界島	鹿児島	JAL	約1時間10分	2便
	奄美大島	JAL	約20分	2便
徳之島	鹿児島	JAL	約1時間05分	4便
	奄美大島	JAL	約35分	2便
	沖永良部島	JAL	約25分	1便
沖永良部島	鹿児島	JAL	約1時間25分	3便
	徳之島	JAL	約25分	1便
	沖　縄	JAL	約45分	1便
与論島	鹿児島	JAL	約1時間35分	1便
	奄美大島	JAL	約45分	0.5便
	沖　縄	JAL／RAC	約40分	1.5便

問い合わせ
- 日本航空（国内線）・琉球エアコミューター／JAL・RAC　☎ 0570-025-071
- ピーチ／APJ　☎ 0570-001-292
- スカイマーク／SKY　☎ 0570-039-283
- 新日本航空／NJA　☎ 0995-58-2211

フェリー（県内離島へ移動）をご利用の場合

	出発地	行　先	船　名	所要時間	運航会社	便数
❶	長島（諸浦） →	獅子島（片側）	ロザリオ・カーム	約20分	天長フェリー　☎0996-86-0775	7便
❷	串木野新港 →	↓上甑島（里） 下甑島（長浜）	フェリーニューこしき	約1時間15分 約2時間35分	甑島商船　☎0996-32-6458	2便 2便
❸	鹿児島本港南埠頭 →	↓竹島 ↓硫黄島 ↓黒島（大里） 黒島（片泊）	フェリーみしま	約3時間 約3時間55分 約5時間20分 約6時間5分	三島村　☎099-813-7751	週4便
❹	鹿児島本港南埠頭 →	↓口之島 ↓中之島 ↓諏訪之瀬島 ↓平島 ↓悪石島 ↓小宝島 ↓宝島 奄美大島（名瀬）	フェリーとしま2	約6時間 約7時間 約8時間10分 約9時間10分 約10時間15分 約11時間45分 約12時間30分 約16時間20分	十島村（代理店）中川運輸 ☎099-219-1191	月8便 ～12便
❺	鹿児島本港南埠頭 →	種子島（西之表）	プリンセスわかさ	約3時間30分	コスモライン　☎099-226-6628	1便
❻	鹿児島本港南埠頭 →	屋久島（宮之浦）	フェリー屋久島2	約4時間	折田汽船　☎099-226-0731	1便
❼	谷山港二区 → 谷山港二区 →	種子島（西之表） 屋久島（宮之浦）※1	フェリーはいびすかす	約3時間40分 約13時間	岩崎産業　☎099-261-7000	1便 1便
❽	屋久島（宮之浦） → 屋久島（宮之浦） →	種子島（島間） 口永良部島	フェリー太陽Ⅱ	約1時間5分 約1時間40分	屋久島町　☎0997-43-5900	1便 1便
❾	鹿児島本港北埠頭 →	↓喜界島（湾） ↓奄美大島（名瀬） ↓奄美大島（古仁屋） ↓徳之島（平土野） 沖永良部島（知名）	フェリーあまみ（月・水・金） フェリーきかい（火・木） ※2	約11時間 約13時間30分 約16時間10分 約18時間50分 約21時間20分	奄美海運　☎099-222-2338	週5便 週5便 週5便 週5便 週2便
❿	鹿児島新港 →	↓奄美大島（名瀬） ↓徳之島（亀徳） ↓沖永良部島（和泊） ↓与論島 ↓沖縄本島（本部） 沖縄本島（那覇）	クイーンコーラルプラス クイーンコーラルクロス フェリー波之上 フェリーあけぼの	約11時間 約15時間10分 約17時間30分 約19時間40分 約22時間40分 約25時間	マリックスライン ☎099-225-1551 マルエーフェリー ☎099-226-4141	1日 1便
⓫	奄美大島（古仁屋） → 奄美大島（古仁屋） →	加計呂麻島（瀬相） 加計呂麻島（生間）	フェリーかけろま	約25分 約20分	瀬戸内町　☎0997-72-4560	4便 3便
⓬	奄美大島（古仁屋） →	↓請島（請阿室） ↓請島（池地） 与路島	せとなみ	約45分 約1時間5分 約1時間40分※3	瀬戸内町　☎0997-72-4560	1～2便 1～2便 1～3便

※1　西之表経由　　※2　知名便の上り便は、徳之島（平土野）、奄美大島（古仁屋）は寄港しません。　　※3　月曜日のみ与路島への直行便（約50分）

高速船（県内移動）をご利用の場合

	出発地	行　先	船　名	所要時間	運航会社	便数
⓭	種子屋久高速船 旅客ターミナル →	種子島（西之表）	トッピー＆ロケット	約1時間35分 （直行便）	種子屋久高速船株式会社 ☎0570-004015	6便
⓮	指宿 →	種子島（西之表）	トッピー＆ロケット	約2時間20分 （屋久島経由）		1便
⓯	種子屋久高速船 旅客ターミナル →	屋久島（宮之浦）	トッピー＆ロケット	約1時間50分 （直行便）	種子屋久高速船株式会社 ☎0570-004015	4便
⓰	種子屋久高速船 旅客ターミナル →	屋久島（安房）	トッピー＆ロケット	約2時間45分 （種子島経由）		2便
⓱	指宿 →	屋久島（宮之浦）	トッピー＆ロケット	約1時間15分 （直行便）		1便
⓲	種子島（西之表） → 種子島（西之表） →	屋久島（宮之浦） 屋久島（安房）	トッピー＆ロケット トッピー＆ロケット	約50分 約55分	種子屋久高速船株式会社 ☎0570-004015	2便 2便
⓳	川内港 →	上甑島（里） 下甑島（長浜）	高速船 甑島	約50分 約1時間35分	甑島商船株式会社川内営業所 ☎0996-41-5100	2便 2便
⓴	水俣港 →	獅子島（弊串）	ししじま	約30分	獅子島汽船 ☎0996-89-3040	3便

※種子島・屋久島への高速船は、夏期の時間で出発地から最短の所要時間を記載しています。また、便数など変更になる場合があります
※最新の運航情報についてはHPをご覧ください

十島村

Toshimamura

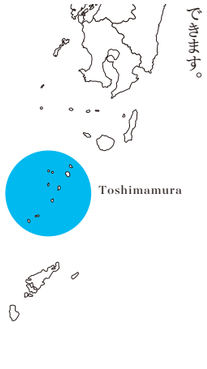
十島村経済課 地域振興課
/☎099-222-2101

7島7色の輝きを放つ日本最後の秘境

有人7島と無人5島の12の島々からなる十島村。最北の口之島から最南の横当島まで直線距離は約160kmで、日本一長い村としても知られています。島へは週2便の村営フェリーのみという限られたアクセス、厳しい環境下で育まれた豊かな自然が「日本に残された最後の秘境」と言われ、一度は行ってみたい離島群として存在価値を高めています。

火山の島（口之島・中之島・諏訪之瀬島）、珊瑚礁の島（宝島・小宝島）、仮面神ボゼに象徴される神々の島（悪石島）、平家落人伝説の島（平島）と個性豊かで、異なる表情を見られるのが各島をめぐる醍醐味。仮面神ボゼや野生牛、マルバサツキなど貴重な民俗文化や固有の動植物も見逃せません。

村のキャッチフレーズは「刻（とき）を忘れさせる島」。時間に追われる日常を忘れて、無垢の自然の中で自分らしく思いのまま過ごすことができます。



東之浜海水浴場（ひがしのはまかいすいよくじょう）／平島

透き通ったコバルトブルーの浅瀬の海が美しいビーチ。トイレ・シャワーを完備しています。沖は流れが速いので海水浴時は要注意。平島に行ったら必ず寄りたい絶景スポットです。

自然遊歩道／悪石島

ガジュマル、ビロウ、クワズイモなど亜熱帯性植物がジャングルのように生い茂り、手つかずの自然を身近に感じることができます。「神山」として大切に守られている神秘的なスポット。

10 口之島 Kuchinoshima
11 中之島 Nakanoshima
12 諏訪之瀬島 Suwanosejima
13 平島 Tairajima
14 悪石島 Akusekijima
15 小宝島 Kodakarajima
16 宝島 Takarajima

自然と戯れる贅沢なひととき

御岳（おたけ）／中之島

標高979mでトカラ列島最高峰。「トカラ富士」の愛称がぴったりの美しい稜線の山です。快晴時は頂上から大海原に浮かぶトカラの島々を眺めることができます。

ヤルセ灯台（とうだい）／中之島

ジンニョム岳を背に牧場をまっすぐ進むと灯台があります。牧場の柵を越え、しばらく歩くとビューポイントに到着。七ツ山海岸線、御岳、口之島が見渡せます。

平家の穴（へいけ あな）／平島

トカラ列島中央に位置する平島は、平家の落人が最初に流れ着いた島。海岸崖下にある洞窟「平家の穴」は、都からの追手を監視するために落人が作った穴と言われています。干潮時に中に入ることができます。

湯泊温泉（ゆどまりおんせん）／小宝島

潮騒を耳にしながら浸かる海辺の開放的な露天風呂。コンクリートで固められたシンプルな浴槽は3つに仕切られ、高温・適温・ぬるま湯が試せるようになっています。

フェリーとしま2

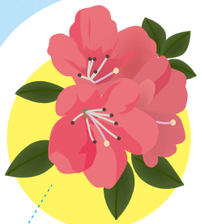
十島村への唯一の交通手段である村営フェリー。便数は週に2回。鹿児島港を出発して北の玄関口・口之島から順番に島を巡ります。運航時間は約6〜12時間。

野生牛（やせいぎゅう）

口之島には日本で唯一の純血和牛といわれる野生の牛がおよそ100頭生息。南部の燃岳付近の原生林でよく見かけられます。

悪石島は「仮面神ボゼ」に象徴される神々の集まる島。ボゼ祭りは旧暦のお盆を締めくくる伝統行事で、ユニークな風貌の来訪神ボゼが赤土のついた棒で悪霊を追い払うと伝えられています。

祭 ボゼ祭（まつ）／悪石島



マルバサツキ

初夏にトカラ列島全域に咲く淡い紅色の花。特に諏訪之瀬島の海岸から山頂付近まで分布する大群落は他に類がなく、一面ピンクの花じゅうたんが圧巻です。

島バナナコンフィチュール

濃厚な味わいが特徴の宝島産バナナのミックスジャム。バナナのとろみを活かし、風味・食感をそのまま楽しめます。2012年に鹿児島県新特産品コンクール観光連盟賞を受賞しました。

祭 トカラ列島島めぐりマラソン大会（れっとうしま たいかい）

村営定期船を利用して十島村の有人7島を走破する、十島村ならではの珍しいマラソン大会。毎年秋に開催されます。過酷なレースのため、5kmを35分以内で走れることが参加の条件です。

平瀬海水浴場（ひらせかいすいよくじょう）／口之島

天然のリーフを利用した海水浴場で、干潮時に海水プールが出現。海岸の岩礁を掘って造られたもので、小さな魚やサンゴと一緒に泳ぐことができます。トイレ、シャワー施設完備。

ナハ浜（はま）／諏訪之瀬島

トカラ列島の中央に位置し、中之島に次いで2番目に大きな諏訪之瀬島。潮見崎の下にあるナハ浜の潮溜まりでは小さな魚や貝類などの観察ができ、泳ぐこともできます。

大籠海水浴場（おおごもりかいすいよくじょう）／宝島

前籠漁港から車で約5分。入り江を利用した透明度抜群の海水浴場。敷地内にはキャンプやトイレ・シャワー施設、炊飯場も併設していて便利です。

赤立神海水浴場（あかたちがみかいすいよくじょう）／小宝島

島のシンボル「赤立神」と呼ばれる浸食された奇岩を背景にのんびりできる場所。サンゴ岩でできた海水浴場は透明度が高く、シュノーケリングが人気。浅瀬では魚や貝を直に観察できます。

みやこざき
宮古崎(ササント)／奄美大島

岬全体が笹に覆われ眼下の海岸線は透明度の高い紺碧のサンゴ礁が広がります。大河ドラマ「西郷どん」のタイトルバックでも登場して一躍話題に。

©ハシットンマ・ワークス

21 加計呂麻島 Kakeromajima
22 請島 Uke-jima
23 与路島 Yorojima

20 奄美大島

Amamioshima

(一社)あまみ大島観光物産連盟・奄美大島観光案内所/☎0997-57-6233

世界に誇る宝となった神秘の島

手つかずの自然が残る、鹿児島の離島で最も大きな奄美大島。平成29年3月には、国内34カ所目として「奄美群島国立公園」が誕生。また、令和3年7月には、「世界自然遺産」として登録されました。四方をエメラルドグリーンのサンゴ礁に囲まれ、陸に上がれば亜熱帯植物の森が広がるまさに神秘の楽園として、世界中の旅人から注目を集めています。

独自に唄い継がれる島唄をはじめ、鶏飯を代表とした島料理、奄美の島々でしか製造を許されていない黒糖焼酎、アマミノクロウサギなどここの地でしか生息できない動植物などなど、枚挙にいとまがありません。

さらに南西部には、町営フェリーや海上タクシーでしか行くことができない加計呂麻島、請島、与路島が点在。世界レベルの手つかずの自然風景が連続し、訪れる人を癒します。

©別府亮

マングローブ／奄美大島

住用町の河口域に広がるマングローブ。その規模は71ha以上にもなり、沖縄の西表島に次いで国内2番目。カヤック体験などでより深く楽しむことができます。

アマミノクロウサギ

奄美大島と徳之島にのみ生息する固有種。体重は1300〜2700gと小ぶりで、森の中でひっそりと生息しています。

にしあむろ ゆうひ
西阿室の夕陽／加計呂麻島

西阿室(にしあむろ)集落から眺めることができる、絶景夕陽ポイント。東シナ海にゆっくり沈む夕陽に心が洗われるよう。感動のサンセットを誰と共有しますか？

とくはま
徳浜／加計呂麻島

ウミガメが産卵に来る海岸は、星の砂やサンゴや貝殻、シーグラスもいっぱいあります。映画「男はつらいよ」のロケ地としても有名。

いしがき
サンゴの石垣／請島・与路島

国土交通省の次世代に引き継ぎたい島の景観として、島の宝100景の「涼を呼ぶサンゴの石垣」として選ばれています。

ひがしおんせん
東温泉／硫黄島

全国から温泉ファンが訪れる秘湯。白波が打ち寄せる岩場に露天風呂があり、大海を眺めながら浸かると身も心も癒されます。泉質は皮膚病に効能があるとされる硫黄ミョウバン泉。

17 竹島 Takeshima
18 硫黄島 Ioujima
19 黒島 Kuroshima

三島村

Mishimamura

三島村定住促進課/☎099-222-3141

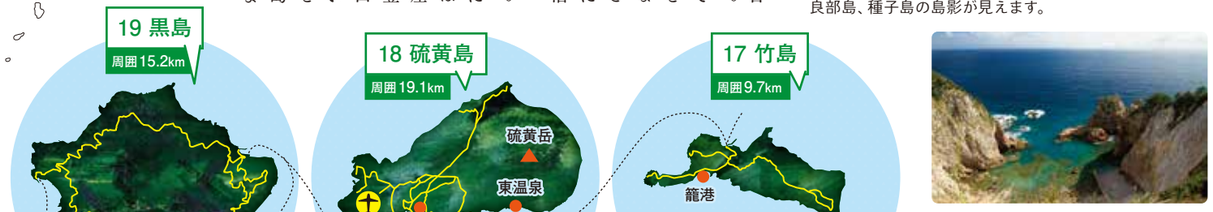
世界最小、日本最南端のジオパーク

2015年、鹿児島県で3カ所目の日本ジオパークに認定された三島村。7300年前(縄文時代)の巨大噴火でできた鬼界カルデラや、火山活動の影響を受けた特異な自然、独自の歴史文化など、見るべき・学ぶべき対象が盛りだくさんです。認定以降、その魅力を多くの人に伝えようと、以前にも増して村全体が活気にあふれています。

三島村を構成しているのは3つの島。竹島はその名の通り島全体が大名竹に覆われ、活火山(硫黄岳)を抱く硫黄島は絶え間なく温泉が湧出し、黒島は"ミニ屋久島"とも称され森林が多く動植物が豊かです。3島合わせた面積は約32㎢、人口は400人弱と鹿児島県で最も小さい村ながら、文化遺産・自然遺産に引けをとらない"宝"があふれています。3つの島を一つひとつ、宝探し気分でめぐってみませんか。

こいびとみさき
恋人岬／硫黄島

訪れたカップルは必ず結ばれるという伝説の地。硫黄島の南端にあり、岬先端の公園から左手に噴煙を上げる硫黄岳や、天気が良い日は正面に屋久島、口永良部島、種子島の島影が見えます。



こもりこう
籠港／竹島

竹島南岸の切り立った断崖に囲まれた港で、漁船の避難港として利用されています。雄々しい白亜の断崖、白い砂浜、青く澄んだ海は、まるで地中海リゾートにいるような別世界の美しさ。

ジャンベ

世界的奏者ママディ・ケイタ氏から伝授されたアフリカの伝統打楽器・ジャンベ。20年以上国際交流が続き、今では三島村を代表する音楽に。ジャンベを習得する学校があり、毎年ワークショップも開催されます。

だいみょうたけのこ
大名竹の子

三島村各島に自生するタケノコで、昔から重宝されてきました。肉質が柔らかくアクが少ないので刺身でも食べられ、高級食材として人気があります。

祭

伝統行事に欠かせない三神三様の「仮面神」。「八朔太鼓踊り」に登場する赤い面のメンドンは国の重要無形民俗文化財に指定されており、島外から多くの観光客が見物に訪れます。

しおてばな
塩手鼻／黒島

縦に亀裂の入った岩石がひしめく黒島有数の景勝地。好漁場でもあり、イシダイ釣りのポイントとして有名です。

島唄（しまうた）
暮らしの中にある
奄美の島唄。

島豚料理（しまぶたりょうり）
「あかりんとん」
奄美大島産の
絶品ブランド豚。

土盛海岸
奄美ブルーとも言われる
美しいビーチ。

ウケユリ
5月下旬から6月下旬
に請島の山の中腹で
開花する幻の花。

五感を刺激する大自然のフィールドへ

泥染め体験（どろぞめたいけん）／奄美大島（龍郷町）
奄美大島を生産地とする本場奄美大島紬は、「泥染め」という手法で絹糸を染め、手織りでつくられる日本の伝統的工芸品です。「泥染め」の工房が集まる奄美大島の北部・龍郷（たつごう）町は代表柄の龍郷柄発祥の地とも呼ばれています。
☎0997-62-3428（有限会社金井工芸）

大和村国直集落（やまとそんくになおしゅうらく）〜宮古崎（みやこざき）バイクツアー
名瀬から車で約30分、国直集落は50世帯が暮らす小さなシマ（集落）。美しいビーチやフクギ並木のトンネルを散策したあとは、奄美十景の一つ国定公園宮古崎（写真上）を目指すバイクツアーへ。
☎0997-57-2828
（NPO法人TAMASU）

フクギ並木
漢字では福木とも書く
パワースポット。

鶏もも肉がジューシーすぎる
スパイシーチキンプレート

Bee Lunch（ビー ランチ）
お腹がすいたら集落の入り口にあるBee Lunchへ。バックパッカーとしてインドや国内の島々を旅してこられた竹下ご夫妻が手がけるアジアンテイストな料理が大人気。テイクアウトはもちろん事前予約でツアー用のお弁当も可。
☎090-7720-1308

オーガニックなシマヌジュウリ（島の料理）

鶏飯（けいはん）
おもてなし料理としてすっかりメジャーになった同品。シイタケや錦糸卵、島みかんなどいろいろな具材を自分でご飯に盛りつけ、温かいうちに鶏のスープをかけていただきます。店によってスープの味が違うので、お好みを探してみては。

ミキ
米、砂糖、サツマイモなどの原料を発酵させた奄美の伝統的な飲み物。栄養価が高く、食欲不振や夏バテ予防にもぴったり。甘酒のような味で冷やして飲むのもおすすめです。

油ぞうめん（あぶらぞうめん）
ゆでたそうめんとニラを炒めて醤油と塩で味付けしたシンプルな島料理。夏だけではなく、シーズンを通して食べたくなります。

奄美黒糖焼酎（あまみこくとうしょうちゅう）
米麹とサトウキビからとれた純黒砂糖を原料に醸造し、単式蒸留した本格焼酎。奄美群島内の5つの島にある25場の蔵元で様々な銘柄の黒糖焼酎を味わうことができます。島で甘い黒糖の香りに酔いしれるのはもちろん、お土産にも最適です。

ユーモラスで唯一無二な祭り

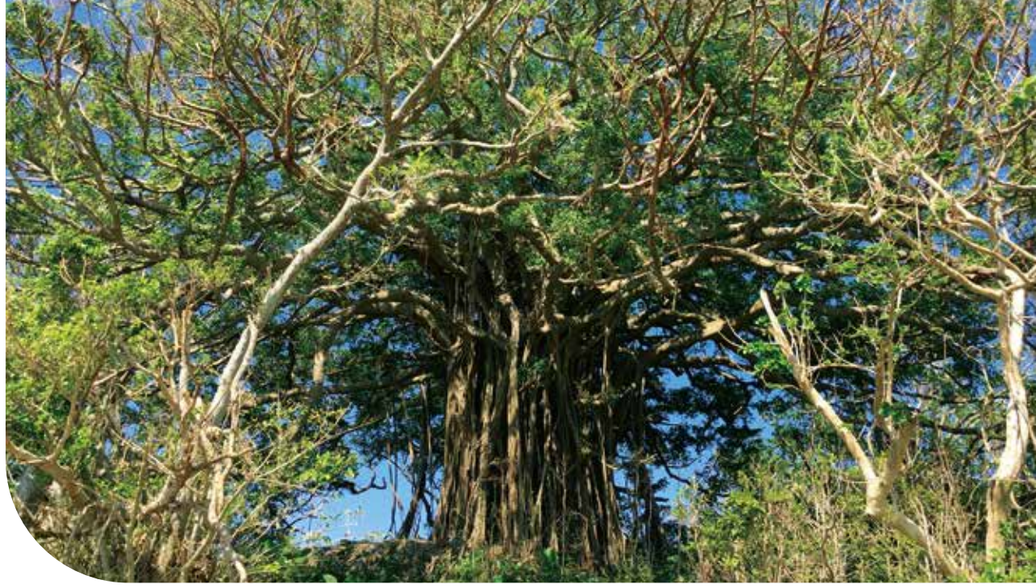
祭 平瀬（ひらせ）マンカイ（左）、ショチョガマ（右）／奄美大島（龍郷町）
アラセツ（新節）と呼ばれる旧暦の8月の初丙の日、龍郷町の秋名集落で行われる五穀豊饒を祈願する祭り。どちらも国の重要無形民族文化財指定。ショチョガマは男性のみ一般参加できます。

祭 諸鈍（しょどん）シバヤ／加計呂麻島
旧暦の9月9日に開催される「大屯神社祭（おおちょんじんじゃまつり）」で披露されている、平家伝説に由来する民族芸能。大きな特徴は、シバヤ人衆（にんじょう）と呼ばれる集落住民がお面をつけて演じます。

©高比良 有城

犬の門蓋

季節風や荒波によって浸食された断崖・奇岩が点在します。メガネのようにくりぬかれた岩を通して見る景色が芸術的で、絶好の撮影スポットになっています。



ガジュマル巨木

神秘的な雰囲気が漂う推定樹齢100年以上のガジュマルは、高さ17m、放射状に広がる枝幅42m、木の根を巻きつけた幹回り16mという圧倒的存在感。下から見上げると雄大さに心を奪われます。島一番のパワースポット。

24 喜界島 ― 今も隆起し続けるサンゴ礁でできた島

Kikaijima

喜界町企画観光課/☎0997-65-3683

奄

美大島の東方約25㎞の洋上に浮かぶ平坦な地形の島。約10万年前にサンゴ礁が隆起してできたとされ、現在も年間約2㎜のスピードで隆起が続いています。隆起サンゴ礁が見られるのは学術的にも貴重で、北端のトンビ崎海岸周辺は国立公園に指定されています。東側の阿伝集落に残る、昔ながらのサンゴの石垣も島ならではの風景です。

熱帯魚やサンゴを間近に見られる美しい海もいいけれど、陸の自然も南国情緒たっぷり。ガジュマルやソテツなどの巨木、サトウキビ畑を一直線に貫くシュガーロード、町の保護蝶であるオオゴマダラの乱舞など、のんびりと眺めているだけで癒されます。

また、海のミネラルをたっぷり含む土壌からは良質の農産物が生まれ、白ゴマや黒糖、マンゴーなど特産品は島内外から高い評価を得ています。

サトウキビ畑の一本道（シュガーロード）

どこまでも広がるサトウキビ畑と青い空、海へ続くように見える約2.5kmの一本道が人気のスポット。「東シナ海へと続く道」とも呼ばれ、映画やテレビのロケ地としても有名です。サトウキビから作られる黒糖、黒糖焼酎は島の特産品になっています。

ヤギ料理

肉がやわらかいヤギの刺身やヤギ汁など、ヤギ料理を名物とした居酒屋などで食べられます。ミネラル豊富な野草をエサにする島のヤギは、クセが少なく独特な味わいが楽しめます。

オオゴマダラ

町の条例で保護されている国内最大級の蝶。喜界島が生息地の北限で、その優雅に舞う姿から「南の島の貴婦人」と呼ばれています。

スギラビーチ

喜界島を代表するビーチ。サンゴのリーフで囲まれているため波が静かで、潮の干満に関係なく海水浴やマリンスポーツが楽しめます。美しい夕日も見られる景勝地です。

ゴマドレッシング

生産量日本一。喜界島産の白ゴマは、濃厚な味と芳醇な香りが特徴。ビタミン・ミネラルを多く含む健康食品として人気です。天日干しする白ゴマの株の束は、まさにセサミストリート！

シマあるきガイド

シマッチュ（集落人）がもてなしの心でシマ（集落）を案内してくれます。民話・伝承が残るエリアや、大和と琉球の文化が混在するエリアなど全7コース。喜界島の奥座敷をのぞいてみませんか。

☎0997-65-1202（喜界島観光物産協会）

25 徳之島 ― いのち輝く世界自然遺産の島でエネルギーチャージ

Tokunoshima

徳之島観光連盟/☎0997-81-2010

徳

之島観光連盟が掲げるキャッチフレーズは「心と生命にやさしい島」。史上最高齢の男性としてギネスブックに掲載された泉重千代さん（享年120歳）や本郷かまとさん（享年116歳）の故郷で、長寿の島としても知られています。同時に子宝の島とも言われ、合計特殊出生率は常に全国トップクラス。生命を大切に育む文化が根付いているのです。

“生命の輝き”を見せるのは人だけではありません。世界自然遺産登録地となった手つかずの自然や、500年以上の歴史がある闘牛にも、秘めたパワーを感じて魅せられます。

島民の長寿の秘訣は、温暖な気候と海藻類・フルーツ・黒糖など栄養バランスのとれた地元の食材、そしてスポーツが盛んなことも挙げられます。国内外から多くのアスリートが参加するトライアスロン大会は一大イベントになっています。

畦プリンスビーチ

昭和47年、当時の皇太子殿下と美智子殿下が訪れたことから名がついた美しいビーチ。白い砂浜が1.5kmも続き、カラフルな熱帯魚が見られる透明度の高い海でシュノーケリングがおすすめ。

ムシロ瀬

サンゴ礁の岩の多い奄美群島では珍しい海岸線です。花崗岩がムシロを敷き詰めたように見えることからその名が付けられました。新かごしま百景にも選ばれた、巨岩が連なる壮大な景観が楽しめます。

たまごおにぎり

徳之島の家庭の味といえばこれ。海苔の代わりに薄い塩味の卵焼きを巻いたおにぎりで、中身の定番は塩むすびですが、豚みそなど具を入れることもあります。

闘牛大会

江戸時代から行われていたという伝統のイベント。手に汗握る闘牛同士の熱い戦いが、観衆を大いに沸かします。大会は初場所（1月）・春場所（5月）・秋場所（10月）の年3回で、激しく角を突き合わせ目を血走らせてぶつかり合う姿は迫力満点です。

島ドーナツ

島人のおやつと言えば「サタテンプラ」。サタとは砂糖のことで、ミネラル・ビタミン豊富な黒糖を生地に練りこみ、サクッとしっとり揚げています。

阿権300年ガジュマル

樹齢300年を超えるとされる島内随一の巨木で、ケンムン（精霊）が宿ると言われています。近くには武家屋敷跡地があり、巨木と古いサンゴ石垣のコントラストは力強い生命力を感じさせてくれます。

ISLANDS HOPPING

2泊3日！

Amamioshima ⇄ Tokunoshima

世界に認められた大自然を満喫♪“奄美大島”と“徳之島”をめぐる

令和3年に、「世界自然遺産」として登録された奄美大島と徳之島。
世界的にも注目を集める話題の島々をめぐるプラン。

※各スポットの関連情報はP17-19、P21をご参照ください。アクセス情報はP12-13をご参照ください。

③

Day1 MODEL PLAN

各地から奄美空港へ

12:30 ①レンタカーで土盛海岸へ

13:15 ②あやまる岬観光案内所「みしょらんCAFE」

15:30 ③奄美大島エコツアーガイドによる金作原めぐり

18:00 ④市街地（屋仁川通り）にて繁華街を堪能

奄美市内にて宿泊

③奄美固有の動植物を五感で体感することができる亜熱帯の森「金作原」（きんさくばる）（奄美大島エコツアーガイド連絡協議会）
※立ち入りはガイド同行が必須となります。

④

④奄美の郷土料理を楽しみながら島唄や八月踊りを体験できる「吟亭」（☎0997-52-9646）

①

②

© （株）しーま

①フォトジェニックな奄美ブルーをぜひ肉眼で。
②2018年にオープンした「みしょらんCAFE」（☎0997-63-8885）。おすすめは奄美島豚あかりんとんを使った塩豚バーガー。

© （株）しーま

Day2 MODEL PLAN

5:50 フェリーにて奄美大島（名瀬港）発

9:10 徳之島（亀徳港）着

10:00 レンタカーで畦プリンスビーチへ

11:30 ⑤みよ食堂

13:00 徳之島エコツアーガイドによるおすすめスポットめぐり
⑥金見集落
⑦犬の門蓋

17:00 フェリーにて徳之島（亀徳港）発

20:30 フェリーにて奄美大島（名瀬港）着

奄美市内にて宿泊

⑥

⑥金見崎展望台から一望できる集落全体が奄美群島国立公園に指定の「徳之島町金見（かなみ）集落」。

⑤

⑦

⑤地元の方にも愛され続けている「みよ食堂」（☎0997-82-0265）。鉄板メニューのラーメン以外にもショーケースに並べられた惣菜もぜひ。特にホルモンがおすすめです。
⑦奄美群島国立公園第一種特別地域「犬の門蓋」（いんのじょうふた）（☎0997-83-4111/徳之島エコツアーガイド連絡協議会　事務局：徳之島町地域営業課内）

⑧

Day3 MODEL PLAN

〈帰る前に立ち寄りたい！〉
⑧ココロ晴れるパン日和 晴れるベーカリー

奄美空港

各地へ

⑧白神こだま酵母や奄美の塩・砂糖、北海道産小麦など厳選素材のパンがズラリ「ココロ晴れるパン日和 晴れるベーカリー」（☎0997-63-2383）。天気が良ければ目の前の用安海岸でパクリ。

ゆりがはま
百合ヶ浜

主に春から夏の大潮の干潮時のみ、沖合約1.5kmに真っ白な砂浜が出現。1日数時間しか現れない幻の浜です。浅瀬の透明度の高い海に360度囲まれ、海水浴やシュノーケリングが楽しめます。

クマノミパラダイス

カクレクマノミ、ハナビラクマノミ、ハマクマノミなど5種のクマノミがたくさん見られるダイビングポイント。一緒に泳ぐと幸せな気分になれます。

にほんいち
日本一のガジュマル

1898年に国頭小学校の初代卒業生が植えた木で、120年間も校舎の傍らで子供たちを見守り続けています。高さ8m、枝張り22m、幹回り6mの特大サイズで、和泊町指定天然記念物。新日本名木百選にも選ばれました。同校開放時は見学自由。

©髙比良 有城

26 沖永良部島 —— アドベンチャー感覚の洞窟探検が人気

Okinoerabujima

一般社団法人おきのえらぶ島観光協会/☎0997-84-3540

奄

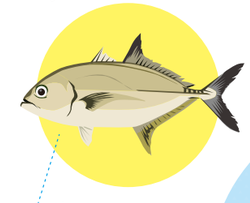
美群島の南西部に位置する隆起サンゴ礁の島。年間平均気温が22度と温暖で、亜熱帯の花々が咲き誇り、エラブユリやスプレーギクなどの栽培も盛んな「花の島」です。

観光で注目を集めているのが、地底に広がる大小さまざまな鍾乳洞。鹿児島県の天然記念物に指定されている大規模な「昇竜洞」をはじめ200～300もあり、愛好家の間では「洞窟の聖地」といわれています。人気のケイビング（洞窟探検）では、自然が長い年月をかけて作り上げた神秘の世界が楽しめます。

2017年に奄美群島国立公園が誕生し、海岸沿いや森林など豊かな自然はもちろん、集落の景観も公園区域に指定されました。温かい島の人たちとの交流も、思い出深い旅となる一つの要素。いつでも「めんしょうり（いらっしゃいませ）」とやさしく迎えてくれます。

おきとまりかいひんこうえん
沖泊海浜公園

トイレ・シャワー完備の広大な海水浴場で、約400m続くビーチ周辺は熱帯植物のアダン群生地になっています。映画「ゴジラVSスペースゴジラ」のロケ地にもなりました。



ギンガメアジ

四季折々の変化に富む沖永良部島の海では、冬場に世界最大級といわれるギンガメアジのトルネード（大群）を見ることができます。

きくらげ

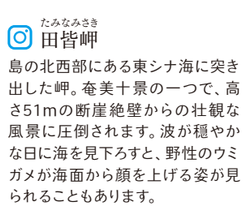
自然に近い環境でのびのび育ったきくらげは肉厚でぷりぷり。ビタミン、ミネラル、食物繊維がたっぷりで栄養満点。生きくらげや乾燥きくらげなどはお土産にもおススメ。

☎0997-92-3537（南国きのこ苑）

さいごうなんしゅうきねんかん
西郷南洲記念館

重罪人となった西郷隆盛が、島民と交流しながら過ごした1年半の獄中生活・遺訓等を紹介しています。当時を再現した牢もあります。

☎0997-92-0999



たみなみさき
田皆岬

島の北西部にある東シナ海に突き出した岬。奄美十景の一つで、高さ51mの断崖絶壁からの壮観な風景に圧倒されます。波が穏やかな日に海を見下ろすと、野性のウミガメが海面から顔を上げる姿が見られることもあります。

ケイビング

いろんなタイプの鍾乳洞がある島ならではの洞窟探検が人気。ヘッドライトの明かりを頼りに、時に這いつくばりながら突き進むと地球の神秘ともいえる絶景に出合えます。ガイド付きなので初心者でも安心です。

☎0997-84-3335
（沖永良部島ケイビングガイド連盟）
☎090-3815-8281
（一般社団法人 沖永良部島ケイビング協会）

27 与論島 —— 白砂のビーチに癒される地上の楽園

Yoronjima

与論町商工観光課/☎0997-97-4902

鹿

児島県の最南端にある与論島は、沖縄本島まで約23 kmと近く、沖縄経由でもアクセスできます。歴史の流れから薩摩と琉球両方の影響を受け、島独自の伝統芸能が見られるのも魅力の一つです。

観光協会では「ヨロン島（とう）」と表記も読み方も変え、海外のリゾートアイランドのようなイメージを島外へ発信しています。実際に、サンゴ礁のリーフに囲まれた透明度の高い海に、大小60もある真っ白なビーチは日本と思えない美しさ。なかでも干潮時のみ出現する幻の砂浜「百合ヶ浜」は、島が誇る絶景スポットです。年齢の数だけ星砂を拾えば幸せになれるというロマンチックな伝説もあります。

遠方からの客をもてなす儀式・与論献奉など、フレンドリーなユンヌンチュ（与論人）の優しさにも触れることで、心がほぐれる癒しの旅になります。

おおがねくかいがん
大金久海岸

約2km白い砂浜が続く、美しい遠浅の海水浴場です。グラスボートやマリンジェットで百合ヶ浜やシュノーケリングスポットまで行くことができます。シャワー、トイレなど設備も充実。

寺崎海岸（てらさきかいがん）

映画「めがね」の舞台になったビーチで、隣のトゥマイ海岸とともに「龍の住む浜」といわれ、パワースポットとして有名です。寺崎海岸にはメスの龍の形をした岩、トゥマイにはオスの龍の形をした岩があります。

モリンガ麺（めん）

ビタミン、ミネラル、アミノ酸などの栄養素がとっても豊富なハーブの一種「モリンガ」を練りこんだ麺。お土産にもぜひ。写真はモリンガ麺をつかったパスタ。

☎0997-97-4339
（薬草パパイヤ農園 与論町茶花）

よろんみんぞくむら
与論民俗村

島人の歩みを後世に伝えようと菊家が設立した私設民俗資料館。島特有の茅葺き屋根の民家や高床式の倉庫、昔の生活道具・農具などが見られます。草木染めや黒糖作り体験などもできます。

☎0997-97-2934

じゅうごやおどり
十五夜踊り

島民慰安、島内安全、五穀豊穣の祈願と感謝の意味を込めて踊りが奉納されます。与論島、琉球、大和の芸能を組み合わせた独特の演目が見もの。歴史が深く、国の重要無形民俗文化財に指定されています。

よろんけんぽう
与論献奉

客をもてなす儀式として昔から受け継がれてきた飲酒方法で、特産の黒糖焼酎を回し飲みします。歓迎と感謝の意味を表すのが目的で、泡盛の盃を回し続ける宮古島の「おとーり」と似ています。

祝！「奄美大島&徳之島」登録

鹿児島に3つの世界自然遺産の島々がある奇跡

奄美群島には独特の生態系が息づいている。（右ページ写真）まるで恐竜の時代に迷い込んだような雰囲気を感じる奄美大島「金作原」。（写真中央右）キツツキの一種オーストンオオアカゲラ。（写真中央）名前の通り瑠璃色のルリカケス。（写真中央左）奄美群島の固有種・アマミノクロウサギ。（写真右下）長い時間をかけて自然の力が生み出した徳之島の「犬の門蓋」。（写真左下）徳之島では闘牛は一年を通じて、何度か行われる

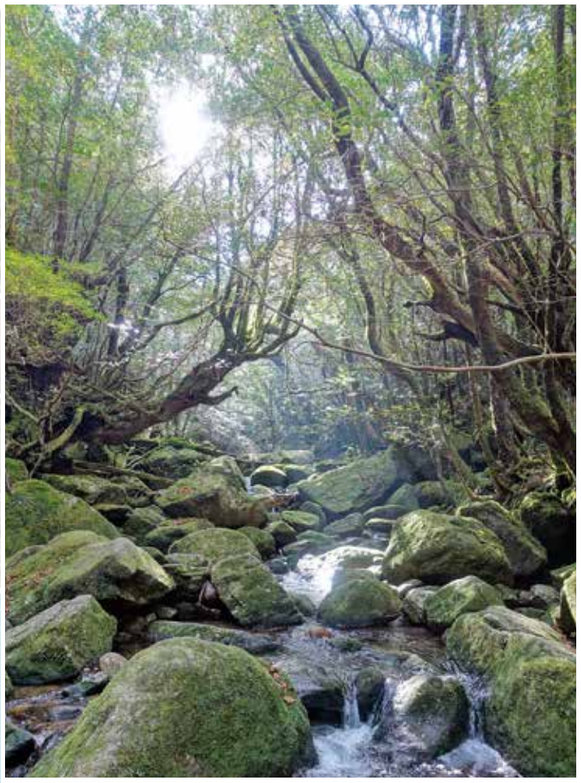
亜熱帯の森は原始時代のような風景

2021年7月、「奄美大島、徳之島、沖縄島北部及び西表島」が世界自然遺産に登録されました。長い歴史のなかで大陸や島々と分離・結合を繰り返した結果生まれた独自の地形と、アマミノクロウサギやルリカケスなどの絶滅危惧のある固有種の繁殖地として、世界的に重要と目されたことが登録理由です。

奄美大島は「洋上に浮かぶ森」の異名を持つほど緑があふれる島。亜熱帯気候に属しており、森の主な植栽は常緑樹です。奄美大島ならではの風景を体験したいなら「金作原」がおすすめ。美しい森を守るため、ネイチャーガイドの同行が必須条件となります。巨大なシダ植物・ヒカゲヘゴの葉から漏れる陽光を見上げて、耳を澄ますとルリカケスやリュウキュウアカショウビンといったこの島ならではの鳥たちの声が聞こえてくる…ここは、いわば奄美大島の自然が凝縮されている場所です。

奄美大島を旅するなら、その大自然が育まれた食も大きな魅力。世界貿易機関が地理的呼称産品として認めたサトウキビを原料とした黒糖焼酎もその一つです。地元の人々がシマジューリと呼ぶ油そうめんやトンコツといった郷土料理と一緒に楽しみましょう。

一方、奄美大島の南にある徳之島も、負けず劣らず美しい自然が魅力の島です。サンゴ砂で形成された真っ白な砂浜はまさに南国のビーチならでは。最も原始的なウサギとされるアマミノクロウサギは徳之島でも出会うことができます。また、1年に何度か闘牛大会が開かれるなど徳之島ならではの文化を体験するのもおすすめです。



屋久島

自然を体感する アクティビティが増加中！

屋久島が遺産登録されたのは1993年のこと。九州最高峰を誇る宮之浦岳を中心とする山々は、標高によって生息する植物が亜熱帯から温帯まで多岐にわたる、垂直分布という特異な自然環境を有しています。さらに樹齢7200年とも言われる縄文杉に代表される数千年を超える屋久杉の森と、そこに生息する固有種と特異な生態系などが登録された理由です。世界自然遺産の代表格ともいえる屋久島ですが、遺産登録されている土地は実は島の約20％。「世界遺産・屋久島を踏みしめてみたい」という人は、「西部林道」へ行ってみましょう。世界最大級の照葉樹林が原生状態で残っている西部林道は、屋久島で唯一、奥深い山中ではなく海岸線から世界自然遺産に指定されている地域です。ヤクシマザルやヤクシカが多く生息しているため、ハイキング中にも出会うことができ、ガイドさんと行くエコツアーのプランも用意されています。また、屋久島は森だけでなく、ウミガメの産卵でも知られる美しい海に囲まれています。スキューバダイビングも人気ですが、最近注目を集めているのは誰でも簡単に海中散歩ができる「スクーターシュノーケリング」というアクティビティ。森と海、屋久島はどちらの体験もお勧めです。

鹿児島にある3つの世界自然遺産の島。どこを旅しましょうか？

（右ページ写真）数千年の間、屋久島を見守り続けてきた屋久杉の巨木。（写真右2枚）登山やトレッキング以外でも屋久島の豊かな森を体感することができる。その一つに森林セラピーがある。静かな森のなかで過ごすと、風や木々の匂いを感じて体と心が癒されるだろう。（写真左上2枚）ヤクシマザルやヤクシカたちに出会うことも。（写真左下）話題の「スクーターシュノーケリング」。小型のモーターを手で持つだけで泳ぐ必要がないため、子どもや高齢者でも手軽に楽しめる。ウミガメたちに出会えるかも！？

●奄美大島への旅は …… 17P
●徳之島への旅は …… 21P
●屋久島への旅は ……8P