Tokyo Tokyo Old meets New

2025

東京 島じまん食材使用店

Marvelous Foods in the Islands of Tokyo 2025

無料
ご自由に
お持ちください

「東京 島じまん食材使用店」は
WEBサイトでもご紹介しています！
こちらからご覧ください

東京都

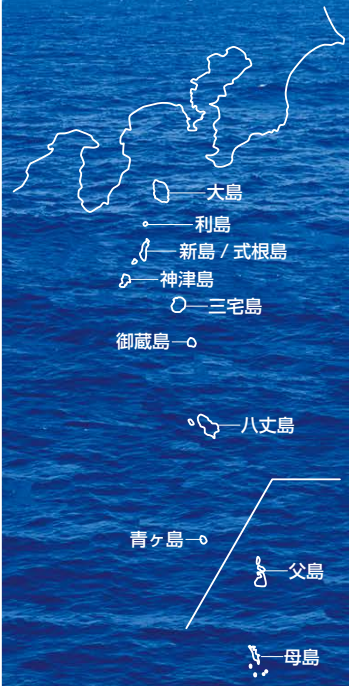
東京宝島
TOKYO
TREASURE ISLANDS

伊豆諸島 ＋ 小笠原諸島 ＋ 食材

東京都では、東京の島しょ地域において豊かな自然に育まれた、魅力的な食材である農林水産物を積極的に活用している島の飲食店を「東京 島じまん食材使用店」として登録し、PRすることにより、島しょ産食材の地産地消を進めています。

このガイドブックでは、伊豆諸島、小笠原諸島の「東京 島じまん食材使用店」を中心に、観光情報をあわせて掲載しています。

東京にある大自然の恵みを、食・観光・土産などでお楽しみください！



もくじ

伊豆諸島

大島 10
利島 67
新島・式根島 73
神津島 109
三宅島 131
御蔵島 154
八丈島 161
青ヶ島 205

小笠原諸島

父島・母島 214

東京 島じまん食材使用店

「東京 島じまん食材使用店」に登録されているお店は、都内島しょ地域で営業している飲食店等で、以下の取組をしています。

- 島しょ産農林水産物を、おおむね年間を通じて使用しているか、来島者の多い時期に使用し、島しょの特徴的な料理や独自に創作した料理を提供しています。
- 使用している農林水産物の情報を来島者に提供し、地産地消の推進につながる取組を行っています。
- 島しょ観光の振興に貢献しています。
- 東京都の食育・地産地消推進活動に協力しています。

「東京 島じまん食材使用店」のお店は、下記のボードが目印です。

アイコン表示について

各店舗ページ上部に５種類のアイコンを表示しています。
アイコン表示のない場合は、当該店舗では未対応となります。
利用可能なクレジットカードの種類や電子マネーの種類については、各店舗にお問い合わせください。

紹介ページの見方

QRコードで地図表示

アクセスマップ

各店舗情報のページには、左のようなQRコードを表示しています。

QRコードの読み取りができる携帯端末等を使うことで、インターネットのマップを表示することができます。

※インターネットへの接続環境が必要です。

※パケット通信料が発生する場合があります。

※マップ画面は情報提供先の仕様により、表示できない又は制限される携帯端末があります。

※表示するマップは、妥当性や正確性について完全を保証するものではありません。詳細な場所は、各店舗へお問い合わせください。

※掲載しているメニューの価格は、令和6年10月現在の価格です。特に記載のない場合、消費税10%（持ち帰り用の弁当など軽減税率が適用される場合は8%）の税込価格です。

※感染症等拡大防止のため、営業時間が変更になる場合があります。

※原材料の高騰等により、価格が変更する場合があります。

※掲載している料理の内容は、季節や仕入れ状況により異なる場合があります。

※SNSは、利用規約に基づき表示しています。

INDEX（島順）

伊豆諸島

大島 10
海鮮茶屋　寿し光 …… 12
restaurant & cafe waka …… 13
旅館かんいち …… 14
フジカフェ …… 15
居酒屋　島 …… 16
二代目 元樹 …… 17
港の食堂　Bistro U·TO …… 18
Green Tights Coffee …… 19
島のアイスクリーム屋トリトン …… 20
喫茶酒場　なべきち …… 21
お食事処おともだち …… 22
居酒屋　南島館 …… 23
飲食店かあちゃん …… 24
日本茶カフェ 元町テラス …… 25
海のパン屋さん …… 26
肴や …… 27
Book Tea Bed IZUOSHIMA …… 28
丸伸食品 …… 29
ホテル白岩 …… 30
割烹　市松 …… 31
焼肉　竹馬 …… 32
魚味幸（うみさち） …… 33
ふれあい民宿　椿山 …… 34
マシオ リゾート …… 35
雑魚や　紀洋丸 …… 36
レストラン椿 …… 37
カレーハウス　木里吉里 …… 38
歌乃茶屋 …… 39
御神火茶屋（ごじんかちゃや） …… 40
四季の味 まんたて …… 41
ピザよし …… 42
シャロン洋菓子店 …… 43
八幡荘（やはたそう） …… 44
一峰 …… 45
伊豆大島漁業協同組合加工部　浜のかあちゃんめし …… 46
良作丸 …… 47
鮨　陽宝丸 …… 48
STARFISH AND COFFEE …… 49
ゲストハウス　舟吉（ふなよし） …… 50
伊豆大島 旅宿　うみの和 …… 51
朝海館（あさみかん） …… 52
ぶらっとハウス …… 53
海風シーウインズ …… 54
海のお弁当屋さん …… 55
海のキッチン …… 56
大島温泉ホテル …… 57
ブランブルー 和 …… 58
島京梵天 …… 59
らぁ麺よりみち …… 60
居酒屋　まつり …… 61
押し花 …… 62
観光　三原山、地層大切断面 …… 63
観光　御神火温泉・元町浜の湯、サンセットプール、大島ふるさと体験館 …… 64
観光　大島公園動物園、波浮港周辺 …… 65
観光　国際優秀つばき園、土産 …… 66

利島 67
民宿　しんき …… 69
民宿　寺田屋 …… 70
観光　はしけと海の歴史広場、宮塚山 …… 71
観光　ウスイゴウ園地、南ヶ山園地、土産 …… 72

新島・式根島 73
新島
居酒屋　日本橋 …… 75
魚肴　なぎさ …… 76
お宿　そうめいまる …… 77
POOL island cafe·market …… 78
趣味の料理　二宮（ふたみや） …… 79
Cafe&Bar arato …… 80
ニュープラザ …… 81
栄寿司 …… 82
やきとり大三 …… 83
和み処サンシャイン …… 84
焼肉夕浜亭 …… 85
クロベェスタンド …… 86
STEAK HOUSE 白砂 …… 87
みかさ …… 88
とりてつ …… 89
民宿　浜庄 …… 90
新島食堂　マルゴー …… 91
一本松食堂 …… 92
新島親水公園　れすとはうす　みんと …… 93
観光　羽伏浦海岸、湯の浜露天温泉 …… 94
観光　石山展望台、新島ガラスアートセンター …… 95
観光　ましました温泉、新島村博物館、連絡船にしき …… 96
式根島
ゲストハウス　ひだぶん …… 97
漁師宿　かねやま …… 98
漁師宿　きろく …… 99
おくやま …… 100
ファミリーストア　みやとら …… 101
池村商店 …… 102
凪　NAGI …… 103
観光　泊海岸、地鉈温泉 …… 104
観光　神引展望台、松が下雅湯、唐人津城 …… 105
観光　土産 …… 106
特集　赤いか焼きそば …… 107
特集　式根鯛平君 …… 108

神津島 109
湯柱温泉　山下旅館　別館 …… 111
よっちゃーれセンター …… 112
島宿浜の家・浜の家Cafe …… 113
居酒屋たつみ（ちょーちん） …… 114
Hyuga brewery …… 115
中村屋 …… 116
平和荘 …… 117
山見荘 …… 118
山長（やまちょう） …… 119
民宿　菊乃屋（きくのや·kikunoya） …… 120
漁師の宿　丈栄丸 …… 121
よそうべえ …… 122
さわやコルドンブルー …… 123
ホテル神津館 …… 124

れすとらん錆崎 …… 125
oyado&cafe のら …… 126
観光　前浜海岸、多幸湧水 …… 127
観光　よっちゃーれセンター、赤崎遊歩道 …… 128
観光　天上山、神津島温泉保養センター …… 129
観光　神津島郷土資料館、土産 …… 130

三宅島 …… 131
中華料理　ココナッツガーデン …… 133
民宿　夕景 …… 134
ペンション・ダイブショップ　サントモ …… 135
ふるさと味覚館　宙－SOLA－ …… 136
三宅食堂 …… 137
民宿　薄木荘 …… 138
御赦免料理　ヤマノベ旅館 …… 139
ギャラリーカフェ・カノン …… 140
お食事処　どんぐり …… 141
Island style 飲み屋リターノ …… 142
ペンション&レストラン　花海月 …… 143
マルアサカフェ …… 144
スナッパー …… 145
オレンジハウス　バロン …… 146
Terrace cafe Restaurant GIZMO …… 147
日本料理　いけ吉 …… 148
新鼻荘 …… 149
観光　ふるさと体験ビレッジ、アカコッコ館 …… 150
観光　富賀浜、火山体験遊歩道 …… 151
観光　七島展望台、錆ヶ浜海水浴場 …… 152
観光　土産 …… 153

御蔵島 …… 154
御蔵荘 …… 156
ふくまる商店 …… 157
観光　黒崎高尾展望台、イルカの見える丘 …… 158
観光　御蔵島観光資料館、長滝山 …… 159
観光　御蔵の巨樹、イルカウォッチング、土産 …… 160

八丈島 …… 161
Bulblue cafe stand …… 163
宵酔処　らいす …… 164
魚八亭 …… 165
元気くにまつ …… 166
厨（くりや） …… 167
あそこ寿司 …… 168
宝亭 …… 169
コーヒーハウス　LL …… 170
イーストサイド茶屋 …… 171
旅館 やましたのおやど …… 172
国民宿舎　サンマリーナ …… 173
そこど荘 …… 174
SEA SIDE KITCHEN 環 …… 175
民宿　椿荘 …… 176
カフェ　レストラン　心月（ココムーン） …… 177
郷土・家庭料理のお店　繁（はん） …… 178
八丈島郷土料理　梁山泊 …… 179
民宿　船見荘 …… 180
伏線 …… 181
東京島酒・ローカルフードショップ 山田屋 …… 182
お食事処　通（みち） …… 183
藍ヶ江水産地魚干物食堂 …… 184
八丈島ジャージーカフェ …… 185
居酒屋　瑚庵 …… 186
創彩島割烹　粋や …… 187
一休庵 …… 188
居酒屋創菜　英凛 …… 189
居酒屋　大吉丸 …… 190
レストラン　アカコッコ …… 191
ゲストハウス・スズミ …… 192
八丈ビューホテル …… 193
PIZZA PARADISO …… 194
大竜ファーム直営　男メシ食堂　うみかぜテラス …… 195
カフェ空間舎　in Long Beach 1983 …… 196
isol8（イソロット） …… 197
いそざきえん …… 198
千両 …… 199
観光　八丈植物公園、大坂トンネルの展望台 …… 200
観光　ふれあい牧場、足湯きらめき …… 201
観光　みはらしの湯、服部屋敷 …… 202
観光　ダイビング、南原千畳岩海岸 …… 203
観光　裏見ヶ滝温泉、土産 …… 204

青ヶ島 …… 205
民宿　御宿為朝 …… 207
観光　尾山展望公園 …… 208
観光　青ヶ島港、丸山 …… 209
観光　ふれあいサウナ、土産 …… 210

小笠原諸島
父島・母島 …… 214
オーベルジュサトウ …… 216
Mermaid Café（マーメイドカフェ） …… 217
波食波食（ぱくぱく） …… 218
ハートロックカフェ …… 219
茶里亭 …… 220
郷土料理の店　島寿司 …… 221
ボーノホライズン …… 222
うわべ家 …… 223
洋風居酒屋 CHARA …… 224
チャラ日和 …… 225
農産物観光直売所 …… 226
ウエスト …… 227
ウエストアネックス …… 228
海遊 …… 229
きまぐれカフェ …… 230
BOOTERS（ブーターズ） …… 231
クラフト　イン　ラ・メーフ …… 232
観光　ビジターセンター、小港海岸 …… 233
観光　ウェザー展望台、南島 …… 234
観光　東平サンクチュアリ、ドルフィン、ホエール …… 235
観光　戦跡、ロース記念館 …… 236
観光　乳房山、土産 …… 237

PRページ
とうきょうの恵みTOKYO GROWN …… 238
東京都地域特産品認証食品 …… 239
しまぼ通貨、「東京島じまん食材使用店」WEBサイト …… 241

INDEX（五十音順）

あ

藍ヶ江水産地魚干物食堂 184
レストラン　アカコッコ 191
朝海館（あさみかん） 52
あそこ寿司 168
Cafe&Bar arato 80
イーストサイド茶屋 171
伊豆大島 旅宿　うみの和 51
池村商店 102
日本料理　いけ吉 148
isol8（イソロット） 197
いそざきえん 198
割烹　市松 31
一峰 45
一休庵 188
一本松食堂 92
ウエスト 227
ウエストアネックス 228
魚八亭 165
民宿　薄木荘 138
歌乃茶屋 39
魚味幸（うみさち） 33
海のお弁当屋さん 55
海のキッチン 56
海のパン屋さん 26
うわべ家 223
居酒屋創菜　英凛 189
大島温泉ホテル 57
大竜ファーム直営　男メシ食堂　うみかぜテラス 195
オーベルジュサトウ 216
おくやま 100
押し花 62
お食事処おともだち 22
民宿　御宿為朝 207

か

飲食店かあちゃん 24
海遊 229
漁師宿　かねやま 98
カフェ空間舎　in Long Beach 1983 196
カレーハウス　木里吉里 38
民宿　菊乃屋（きくのや･kikunoya） 120
Terrace cafe Restaurant GIZMO 147
喫茶酒場　なべきち 21
きまぐれカフェ 230
ギャラリーカフェ･カノン 140
雑魚や　紀洋丸 36
クロベェスタンド 86
漁師宿　きろく 99
厨（くりや） 167
Green Tights Coffee 19
ゲストハウス･スズミ 192
元気くにまつ 166
居酒屋　瑚庵 186
中華料理　ココナッツガーデン 133
カフェ　レストラン　心月（ココムーン） 177
御神火茶屋（ごじんかちゃや） 40
コーヒーハウス　LL 170

さ

栄寿司 82
肴や 27
さわやコルドンブルー 123
和み処サンシャイン 84
ペンション･ダイブショップ　サントモ 135
国民宿舎　サンマリーナ 173
海風シーウインズ 54
四季の味 まんたて 41
SEA SIDE KITCHEN 環 175
居酒屋　島 16
郷土料理の店　島寿司 221
島宿浜の家･浜の家Cafe 113
シャロン洋菓子店 43
漁師の宿　丈栄丸 121
民宿　しんき 69
海鮮茶屋　寿し光 12
鮨　陽宝丸 48
STARFISH AND COFFEE 49
STEAK HOUSE 白砂 87
スナッパー 145
千両 199
創彩島割烹　粋や 187
お宿　そうめいまる 77
そこど荘 174
ふるさと味覚館　宙ーSOLAー 136

た

居酒屋　大吉丸 190
やきとり大三 83
宝亭 169
焼肉　竹馬 32
居酒屋たつみ（ちょーちん） 114
洋風居酒屋CHARA 224
チャラ日和 225

茶里亭 220
ふれあい民宿　椿山 34
民宿　椿荘 176
民宿　寺田屋 70
島京梵天 59
とりてつ 89
島のアイスクリーム屋トリトン 20
お食事処　どんぐり 141

な

中村屋 116
凪　NAGI 103
魚肴　なぎさ 76
居酒屋　南島館 23
新島食堂　マルゴー 91
二代目 元樹 17
新鼻荘 149
日本茶カフェ 元町テラス 25
居酒屋　日本橋 75
ニュープラザ 81
農産物観光直売所 226
oyado&cafe のら 126

は

ハートロックカフェ 219
波食波食（ぱくぱく） 218
八丈島ジャージーカフェ 185
八丈ビューホテル 193
ペンション&レストラン　花海月 143
民宿　浜庄 90
伊豆大島漁業協同組合加工部　浜のかあちゃんめし 46
オレンジハウス　バロン 146
郷土・家庭料理のお店　繁（はん） 178
PIZZA PARADISO 194
ピザよし 42
ゲストハウス　ひだぶん 97
趣味の料理　二宮（ふたみや） 79
Hyuga brewery 115
POOL island cafe・market 78
伏線 181
ふくまる商店 157
フジカフェ 15
Book Tea Bed IZUOSHIMA 28
BOOTERS（ブーターズ） 231
民宿　船見荘 180
ゲストハウス　舟吉（ふなよし） 50
ぶらっとハウス 53
ブランブルー 和 58
Bulblue cafe stand 163
平和荘 117
ボーノホライズン 222
ホテル神津館 124
ホテル白岩 30

ま

Mermaid Café（マーメイドカフェ） 217
マシオ リゾート 35
居酒屋　まつり 61
マルアサカフェ 144
丸伸食品 29
みかさ 88
御蔵荘 156
お食事処　通（みち） 183
港の食堂　Bistro U・TO 18
三宅食堂 137
ファミリーストア　みやとら 101

や

焼肉夕浜亭 85
八幡荘（やはたそう） 44
旅館 やましたのおやど 172
湯柱温泉　山下旅館　別館 111
東京島酒・ローカルフードショップ 山田屋 182
山長（やまちょう） 119
御赦免料理　ヤマノベ旅館 139
山見荘 118
民宿　夕景 134
よそうべえ 122
よっちゃーれセンター 112

ら

らぁ麺よりみち 60
宵酔処　らいす 164
クラフト　イン　ラ・メーフ 232
Island style 飲み屋リターノ 142
良作丸 47
八丈島郷土料理　梁山泊 179
旅館かんいち 14
新島親水公園　れすとはうす　みんと 93
restaurant & cafe waka 13
れすとらん錆崎 125
レストラン椿 37

伊豆諸島

東京都に属する伊豆諸島は、相模灘沖の伊豆大島からはじまり南に約600kmにわたって連なる火山島群のことを示します。

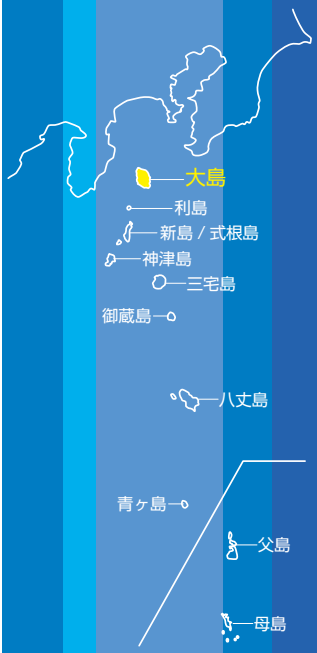
火山が作った島々は洋上に浮かぶ山のような形状のものが多く、大島や三宅島などは火山活動が現在でも継続しています。

各島では漁業や水産加工業が盛んで、美味しい魚料理や個性ある土産物が豊富であり、椿油などは江戸庶民の間でも人気の品でした。

この章では大島、利島、新島・式根島、神津島、三宅島、御蔵島、八丈島、青ヶ島の見所や食事処、土産品などをご紹介いたします。

大島

雄大な三原山を中心に人と自然が共生した伊豆諸島最大の島。



大島は、都心から約120km離れたところにある伊豆諸島最大の島です。島の中央には三原山があり、山頂から噴火口を間近に見るハイキングコースは大変人気があります。

黒潮の影響を受け気候は温暖多湿で、年間の平均気温は16℃前後です。

都心から一番近い伊豆諸島の島として、椿の咲く時期や夏には多くの観光客で賑わいを見せています。

アクセス

竹芝客船ターミナル（東海汽船）

- 高速ジェット船 ［1時間45分］
- 熱海からも高速ジェット船が就航しております。（所要時間45分）
- 大型客船 ［8時間］

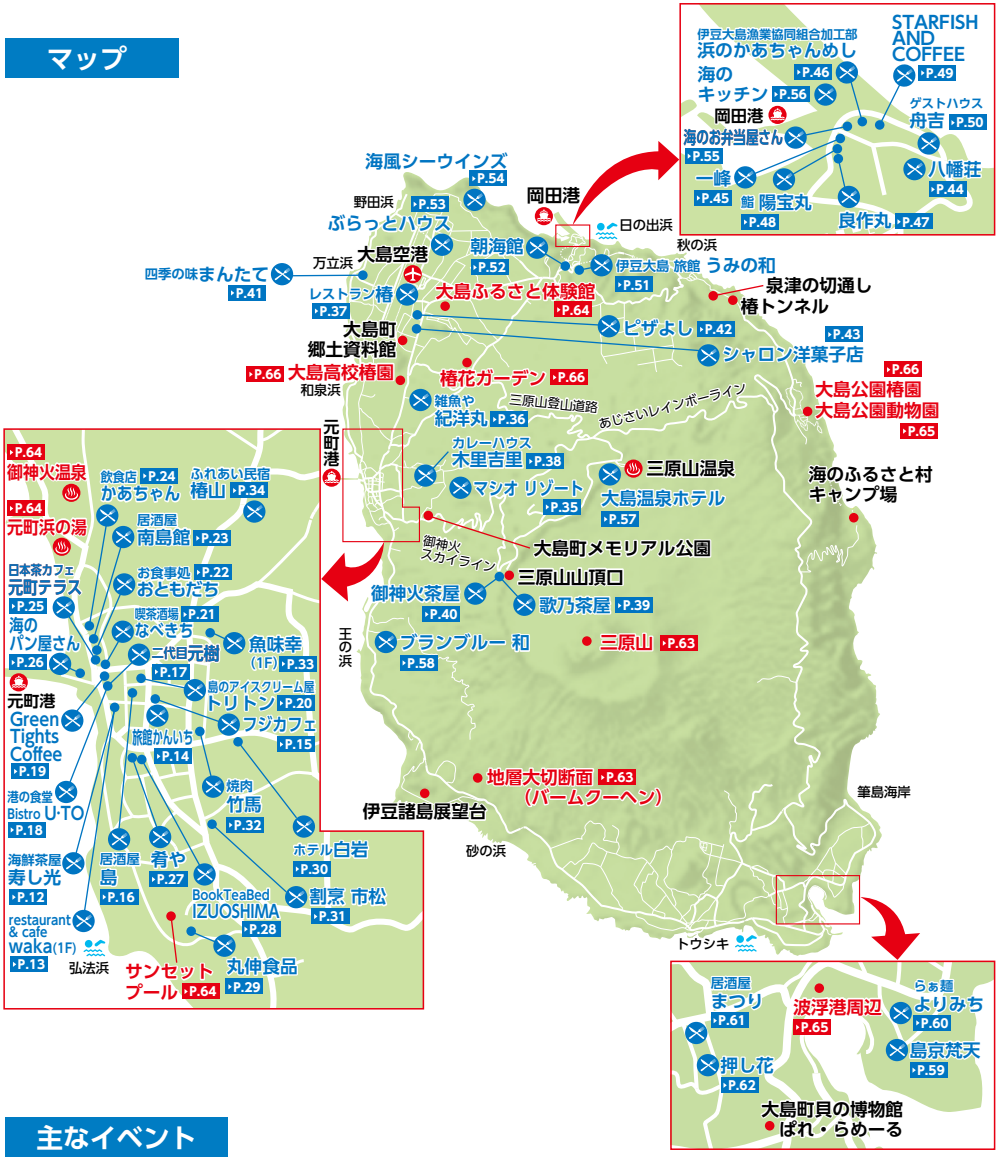
調布飛行場（新中央航空）

- 飛行機 ［25分］

→ 大島

〈お問い合わせ〉
東海汽船お客さまセンター☎03-5472-9999　新中央航空☎0422-31-4191

マップ



主なイベント

2月上旬～3月中旬	伊豆大島椿まつり
2月	伊豆大島カメリアマラソン大会
8月	夏まつり
8月	ミス大島発表会
10月	オータムフェア
10月～11月	伊豆大島ジオパークロゲイニング大会
12月	伊豆大島マラソン

観光案内

（一社）大島観光協会

URL http://izu-oshima.or.jp
TEL 04992-2-2177

大島 海鮮茶屋 寿し光

アクセスマップ

所在地：大島町元町1-4-7
営業時間：11:00～15:00(LO14:00)/17:00～22:00(LO21:00)　定休日：水曜日　祝日は営業
04992-2-0888

元町港から歩いてすぐの、階段をあがった2階にお店があるため、店内からの眺めが良く、海を見ながら、食事を楽しめます。

大島でとれた新鮮な魚を中心に、料理を提供しています。

※今後、魚の仕入れ状況により価格を変更する可能性があります。

島にぎり８貫

使用食材▶マグロ、べっこう、旬の地魚

時期：通年　**2,200円**

島で一度は味わいたいべっこう、マグロや他の新鮮な地魚を握りにして提供。

島丼

使用食材▶金目鯛、マグロ、べっこう、旬の地魚

時期：通年　**2,200円**

マグロや白身の魚を島唐辛子醤油漬けにしたべっこうの他、新鮮な地魚3種類を丼ぶりにしました。

当店オリジナルメニュー。石焼ビビンバ風のべっこう丼で、お焦げの味が好評。地のり、生たまごと混ぜていただく。出汁をかけて、お茶づけとしても楽しめます。

石焼べっこう丼

使用食材▶べっこう、島のり

時期：通年　**1,500円**

大島 restaurant&cafe waka

アクセスマップ

https://www.oshima-bussan.com/waka/
所在地：大島町元町1-4-7 1F
営業時間：11:00 ～ 16:00(LO15:30)　定休日：土・日
04992-2-3651

元町港から歩いてすぐ。地元食材を使ったカジュアルなイタリアンメニューのほかおつまみ、ワイン、島酒、各種アルコールもお楽しみいただけます。お食事はもちろん、カフェとしても、昼飲みにも、ご家族やお仲間の皆さんとお気軽にお使いください。

明日葉とあさりのレモンパスタ

使用食材▶明日葉

時期：通年

1,400円

バジリコベースのソースに明日葉を加え、アクセントにレモンを加えた爽やかなパスタです。当店でも人気のメニューです。

トマトと明日葉モッツァレラのピザ

使用食材▶明日葉

時期：通年

1,400円

明日葉特有の風味とトマトソースとの相性は抜群！　自家製の四角いピザ生地にたっぷりのモッツァレラチーズとフレッシュなトマトをトッピングした一品です。

伊豆大島産かめりあ黒豚のロースト

使用食材▶伊豆大島産かめりあ黒豚

時期：仕入れにより変動

1,800円

明日葉と椿油の絞りかすを食べて育ったかめりあ黒豚は、赤身部分の食べ応えがあり脂身は口溶け軽やかで旨味が溢れる大島のブランド豚です。ローストしシンプルな味付けでご提供しております。

大島 旅館かんいち

アクセスマップ

https://kanichi-oshima.com/
所在地：大島町元町 1-6-4
受付時間：8:00 ～ 20:00(電話予約時)　定休日：年末年始・不定休
04992-2-2016

元町港から徒歩４分、元町の中心部にあり、全室トイレ・シャワー付きの寛げる和モダンな宿。

ツイン１部屋シングル５部屋、定員７名で「サービスが行き届く宿」をコンセプトとし、旬の島食材を使用。滋味溢れる料理と、居心地の良い部屋の提供を行っております。(2022年12月フルリフォーム)

かんいちの夕食

使用食材▶旬の地魚、旬の地野菜

時期：通年　**宿泊費込**

島の食材にこだわり、旬の野菜や獲れ立ての魚を使用した創作料理を提供しております。自分達で採取する大島に自生している山菜等の味わいをお楽しみ下さい。かんぱちカマの塩焼き、マグロ中トロ、フキ・明日葉の天ぷら、岩のりと明日葉の酢の物他

※サービス品として提供　例：鰯の刺身の酢味噌・尾赤のタレ造り・トビウオのべっこう漬け(提供不定)

かんいちの朝食（和食）

使用食材▶旬の地魚、旬の地野菜

時期：通年　**宿泊費込**

朝によく合う近海で獲れたアジの干物、明日葉の胡麻和え等の和食メニューの一例

かんいちの朝食（洋食）

使用食材▶大島バター、大島牛乳

時期：通年　**宿泊費込**

昨今、朝食の洋食ブームに合わせ、月・水・金曜日の週３回は洋食メニューを提供しております。

大島バター使用のトースト・淹れたてのコーヒーと大島牛乳を提供

大島 フジカフェ

アクセスマップ

http://fujikuragakuen.or.jp/school_oshima/fujicafe.html
所在地：大島町元町 1-7-1
営業時間：11:30 ～ 16:00(LO15:30)　定休日：土・日曜日

04992-2-2533

障害者支援施設大島藤倉学園が運営母体の小さな喫茶店です。カフェでは地元食材を使ったパウンドケーキをお楽しみ頂くことができ、その他、お食事メニューもございます。元町港に近く、観光中の一休みに最適です。心優しい利用者さんが働いており、皆さまのお越しをお待ちしております。

各種パウンドケーキ

使用食材▶明日葉、塩、青唐辛子、マーマレード

時期：通年　**各110円**

大島藤倉学園で利用者さんが実習として心をこめて作り上げたパウンドケーキです。大島の食材をふんだんに使用しています。店内ではホールパウンドケーキ(¥650)もお買い求め頂けます。美味しいです。

焼酎パウンドケーキ

使用食材▶焼酎

時期：通年　**850円**

大島の谷口酒造の御神火焼酎を練りこんだ大人のパウンドケーキです。アルコールが含まれていますので、特にお車を運転される方はご注意下さい。

大島 居酒屋 島

アクセスマップ

所在地：大島町元町 1-8-2
営業時間：17:30～21:30(LO20:30)　定休日：日曜日

04992-2-3556

元町港からほど近くにある、赤い提灯が目印の居酒屋です。地物をメインとした料理をリーズナブルに提供しているお店なので、お気軽にお越しください！他に地物を使ったおすすめメニューとしては、あしたば地のり炒め、あしたば青唐風味チャーハン、地のりにぎり、地のり炒め、豚バラ地のりあげ等多く取り揃えています。

あげだしとうふ

使用食材▶青唐辛子

時期：通年

660円

当店のあげだしとうふは、出汁ではなく、青とうしょうゆがかかっているのが特徴です。カリふわの豆腐とあわせて、青唐辛子の爽やかな香りとピリッとした辛味をお楽しみください。

青とう風味からあげ

使用食材▶青唐辛子

時期：通年

660円

鶏肉を、大島の郷土料理である「べっこう」と同じ方法で青とうしょうゆに漬け、カリッと揚げました。ボリュームたっぷり！ピリ辛味でお酒がすすみます。

刺し盛り

使用食材▶地魚

時期：通年

2,750円

鮮度の良い地魚を使った刺し盛りは、一番人気です。他に地魚を使ったメニューとしては、天ぷらや地魚バターも人気です。

大島 二代目 元樹

アクセスマップ

Instagram：2ndmotoki
所在地：大島町元町1-9-4 山田商事第二ビル1F
営業時間：11:00～14:00/18:00～23:00(LO 22:30)　定休日：木曜日・第四金曜日　※インスタグラム等でご確認ください。

元町港から徒歩１分の場所にある、元町港を一望できるラーメン屋です。伊豆大島産の“かめりあ黒豚”の背脂と、伊豆大島の塩“海の精”を使った、伊豆大島ならではのラーメンがオススメです。お酒も各種取り揃えており、夜にはおつまみメニューも提供しています。皆様のご来店心よりお待ちしております。

岩のり塩ラーメン

使用食材▶塩、かめりあ黒豚、岩のり

時期：通年　**並1,200円、大1,400円**

大島で育てられたブランド豚“かめりあ黒豚”と、言わずと知れた伊豆大島の塩“海の精”を使った背脂塩ラーメンに、相性抜群の岩のりをトッピングしたラーメンです。背脂を使用しておりますが、スッキリとした味わいで女性のお客様にもオススメです。

※提供時には、岩のりは別盛りでご提供させていただきます。

島唐辛子

使用食材▶島唐辛子

時期：通年　**150円**

べっこう漬けにも使われる“島唐辛子”のトッピングです。ラーメンに入れて爽やかな辛さを楽しんでいただくのはもちろん、ラー油の代わりに餃子に載せて召し上がっていただくのがオススメです。

大島 港の食堂 Bistro U・TO

アクセスマップ

https://bistro-u-to.business.site/
所在地：大島町元町 1-9-4-2F
営業時間：18:00 ～ 22:00（前日までに要予約）　定休日：不定休

080-7934-2244

元町港の目の前、海を望むビルの２階にあります。島で唯一のビストロで、しばし大島にいることを忘れてしまうような感覚になるお店です。季節ごとの島の厳選食材を使用したオリジナル料理と、島では味わえないフランス料理を組み合わせて提供しています。

おまかせコース

使用食材▶島の海産物、地野菜

時期：通年

6,600円～

フランス料理をベースに和洋、エスニックの要素も取り入れ、その時々の食材を最適な調理で、メニューを構成しています。基本的には、前菜盛り合わせ、地魚のカルパッチョ、メイン料理、デザート、食後のお飲み物というコースで構成しています。

（メニューの例①）
地魚のカルパッチョ（その日の仕入により内容が変わります）、サビのせごし、マカジキの焼き霜仕立て、赤イカ

（メニューの例②）
沖メジナの細切りポテト包み焼き、地魚の裏漉しスープのソース

（メニューの例③）
明日葉のクレム・ブリュレ

大島 Green Tights Coffee

グリーンタイツコーヒー

アクセスマップ

https://twitter.com/gritaicoffee
所在地：大島町元町1-9-5 阿部森売店中2階
営業時間：10:00～17:00　定休日：月曜～火曜（不定休）

元町港徒歩1分、令和4年6月オープンのNice Greenな島のCoffee焙煎所。店主手作りの店舗で自家焙煎コーヒー豆とテイクアウトコーヒーを提供します。厳選したコーヒー豆を自家焙煎し、ハンドドリップや水出しで丁寧にお淹れします。大島に来て寄ってくれたら、ありがタイツ！

ふわふわカフェオレ（ホット／アイス）

使用食材▶大島牛乳

時期：通年

600円

焙煎したてのコーヒーの風味がふわふわにした大島牛乳の甘味とコクを引き立てる、コーヒー専門店ならではのカフェオレです。コーヒーが苦手な方にもおすすめです。

コーヒーフロート

使用食材▶大島牛乳

時期：通年

750円

丁寧にハンドドリップしたスペシャルティコーヒーのブラジル・ショコラに、すっきりとした味わいの大島牛乳アイスがベストマッチし、不思議とナッツのような風味が感じられる当店自慢のデザートコーヒーです。

カスカラ・クリームソーダ

使用食材▶大島牛乳

時期：夏季

850円

コーヒーは赤い実（コーヒーチェリー）から種を取り出して焙煎したものですが、カスカラとはその赤い果実の部分を使った甘いシロップ漬けです。ソーダで割って大島牛乳アイスクリームとライムを乗せた新感覚スイーツドリンクです。

大島

島のアイスクリーム屋

トリトン

アクセスマップ

所在地：大島町元町1-10-9　営業時間：10:00～18:00
定休日：水曜

04992-7-5425

大島牛乳や島内産食材で作ったいろいろなフレーバーを楽しめるお店です。

こんなアイスが食べたい！というリクエストにも応え、様々な味が広がっています。

チョコバナナ

使用食材▶大島牛乳

時期：通年　**350円**

大島の子ども達が考えたアイスクリーム。大島牛乳を使ったアイスクリームの中にチョコチップを入れることで、チョコとバナナの味がより一層マッチしています。

黒蜜うぐいすきなこ

使用食材▶大島牛乳

時期：通年　**350円**

きなこをたっぷりと練り込んだアイスに黒蜜をトッピング。

冷たいきなこを食べているような感覚は、アイスというより和菓子のような味覚です。

パッションフルーツ

使用食材▶パッションフルーツ(大島産)、大島牛乳

時期：夏期限定　**350円**

大島牛乳と大島産のパッションフルーツをたっぷり使ったアイスクリームです。

大島 喫茶酒場 なべきち

アクセスマップ

https://www.instagram.com/nabekichi.gram/
所在地：大島町元町1-17-2
営業時間：11:00~15:00/18:00~22:00　定休日：木曜日（SNSで毎月営業カレンダーで案内）
04992-7-5318

元町港から徒歩１分、ピンク色のお店です。
爽やかなハワイの雰囲気を感じながら手作りにこだわった料理、スイーツをご堪能ください！島酒やカクテルなど、ドリンクメニューも幅広くご用意しております。

ハワイアンべっこう丼

使用食材▶地魚、島唐辛子
時期：通年　**1,700円**

姉妹島であるハワイ島の『ポキ丼』をアレンジ。べっこうを使ってピリ辛に仕上げた、女性にも嬉しいヘルシーな丼です。

郷土料理べっこう丼

使用食材▶地魚、島唐辛子、島のり
時期：通年　**1,500円**

伊豆大島といえば『べっこう』。当店のべっこうの特徴は角切りのべっこう。ぷりっとして魚の旨みを感じられます。（汁もの付）

自家製大島牛乳ぷりん

使用食材▶大島牛乳
時期：通年　**300円**

大島牛乳のコクや香りを味わえます。

大島 お食事処 おともだち

アクセスマップ

http://www.otomodachi-osi.com/
所在地：大島町元町 1-17-3
営業時間：朝定食(大型客船就航時のみ)6:00(夏期は5:00)～10:00 / 通常10:00～15:00(14:00LO)　定休日：水曜日　04992-2-0026

元町港からすぐの場所にあり、店の目の前には海が広がります。漁師おすすめの旬の地魚を随時取り揃えています。大型客船で朝到着した方には嬉しい朝定食も提供しております。ぜひお立ち寄りください。

金目煮定食

使用食材▶金目鯛

時期：通年　**2,000円**

大島近海産の金目鯛を使った定食です。

べっこう丼

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**1,200円**

地魚の刺身を島の唐辛子と醤油でつけ込んで、丼の上にのせた島の郷土料理です。

地魚刺身定食　特6点・上4点

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**特1,800円、上1,200円**

島でとれた魚を使った定食です。大島の豊かな海の恵みをご堪能ください。

大島 居酒屋 南島館

アクセスマップ

所在地：大島町元町1-17-7
営業時間：18:00 ～ 22:00（食べ物LO20:00）　定休日：月曜日、火曜日、水曜日
04992-2-1503

元町港のすぐ近くにお店を構え、目の前には太平洋が広がります。下記メニューの他、お店で人気のべっこう丼はなんと二段重ね。ご飯、のり、べっこうが折り重なっています。旬の地魚を活かしたメニューをご堪能下さい。
※事前予約をお願いします。

磯焼きめし

使用食材▶はんばのり、セセリ
時期：通年　**850円**

はんばのり・セセリ・イカ入り磯の香りたっぷりの焼き飯です。

セセリバター炒め

使用食材▶セセリ
時期：通年　**800円**

バター・醤油にセセリの磯の出汁が加わり、最高の味です。
※仕入れの状況によってメニュー提供不可の場合もあります。

明日葉らっぱのり炒め

使用食材▶明日葉、らっぱのり
時期：通年　**750円**

山菜と海藻がマッチした、明日葉とらっぱのり炒めです。店主のこだわりで「生の」らっぱのりを使用しており、他のお店ではなかなか出会えない素材の活かし方です。

大島 飲食店 かあちゃん

アクセスマップ

所在地：大島町元町 1-17-9
営業時間：11:00 ～ 14:00　定休日：火曜日

04992-2-1127

島の玄関口元町港近くのお店です。お店に並ぶ品々は、店内の生け簀から水揚げされた新鮮なサザエや伊勢海老を使用しています。店の目の前には太平洋が広がり、天気のいい日は伊豆半島や富士山まで望める大パノラマです。

べっこうずし

使用食材▶島唐辛子、ブダイ

時期：通年　**1,100円**

店自慢のべっこうずしは、島唐辛子・酒・醤油に漬け込んでいます。伊勢海老の味噌汁付きです。

磯ラーメン

使用食材▶サザエ、エビ、イカ、旬の海草類など

時期：通年　**880円**

ラーメンの上に、サザエ・エビ・イカなどがのっている豪華な磯づくしラーメンです。

※季節によって食材は変わります。

大島 日本茶カフェ 元町テラス

アクセスマップ

Instagram：motomachiterrace_oshimatsubaki
所在地：大島町元町1-17-33
営業時間：10:00 ～ 16:00（夏季は17:00）　定休日：火曜日（その他、臨時休業あり）
04992-7-5515

「大島椿が伝えていく日本茶の魅力」をコンセプトにウッドデッキが広がるオープンテラスの開放的な雰囲気の中で、ていねいに急須で淹れたお茶をお楽しみいただけます。

日本茶文化に触れながら、くつろぎのひと時をご提供いたします。

抹茶ホイップラテフロート

使用食材▶大島牛乳

時期：通年　770円

伊豆大島で育った乳牛から搾った大島牛乳と老舗日本茶専門店丸山園本店の抹茶で作ったラテにホイップクリームと抹茶アイスを浮かべたドリンクです。

元町あんみつ＋お茶セット

使用食材▶大島牛乳アイス

時期：通年　1,100円～

大島牛乳アイスにもちもち白玉とこだわり抹茶ゼリーを使用した黒蜜で食べるあんみつです。

八芳園プロデュース大島バターフィナンシェ

使用食材▶大島バター

時期：通年　380円

東京白金台の八芳園シェフパティシエ黒田達弘氏に開発いただいた「大島バターフィナンシェ」。風味がよい大島バターを活かす本和香糖を使用しています。

日本茶に合うやさしい味のフィナンシェです。

お茶＋お茶請けセット（660円～）のお茶請けとしても提供しております。

元町テラス特製おにぎり

使用食材▶塩、紅玉梅干、明日葉漬け

時期：通年　990円

福島県のブランド米「福、笑い」を“海の精”の「うましお」で握った知床鮭と昆布のふっくらおにぎり（ミニデザート付）。

“海の精”の「うましお」は伊豆大島の海水100％の伝統焼塩に利尻昆布と九州産椎茸の粉末をブレンドしたお塩です。

副菜には伊豆大島で作った“海の精”の「紅玉梅干」と明日葉漬けをご用意しております。

大島 海のパン屋さん

アクセスマップ

Instagram：umino_panyasan_0701
所在地：大島町元町1-18-3
営業時間：10:00～17:30(但し、パン売り切れ次第終了)　定休日：年中無休
04992-2-0701

令和4年1月に新オープンしたばかりの元町港船客待合所の2階にあるパン屋。船の出航時間を待つ間や休憩に、出帆港になれば1階にある売店「minatoにぎわいマーケット」も併せてご利用下さい。

塩バターパン

使用食材▶塩

時期：通年　**140円**

国産小麦の小麦粉を使用した風味豊かな生地で、バター入りマーガリンを練り込んだパン、最後に『大島のやきしお』を振りかけております。

コロッケバーガー

使用食材▶アイランドソース(唐辛子ソース)

時期：通年　**410円**

国産小麦を使用した、ミルク風味の食事パンにコロッケを挟み、大島のアイランドソース(唐辛子ソース)をかけた、少しピリ辛でクセになるパンです(中身のコロッケが変わる可能性もあります)。

カフェラテ

使用食材▶大島牛乳

時期：通年　**Hot 400円**
Cold 450円

島外不出の『大島牛乳』を使用し、とても飲みやすい一杯になっております。

大島 肴や

アクセスマップ

所在地：大島町元町 2-3-3
営業時間：17:00 ～ 21:00(LO20:30)　定休日：月曜日

04992-2-4555

島の玄関口である元町港近くのお店です。大島近海で採れた、美味しい新鮮な魚を食べてもらいたいとの一心で料理を提供しています。素材本来の味を楽しんでいただくため、刺身や塩焼きがおすすめです。季節に応じて大将こだわりの創作料理もお楽しみください。

お造り盛り合わせ

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**1人前1,000円～(2人前より)**

新鮮な旬の地魚を提供いたします。お好みで醤油に島唐辛子を加えてお召し上がりください。(写真は4人前。赤いか、金目鯛、タコ、カツオ、イサキ、イワシの盛り合わせです。)

サビの塩焼き

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**900円(水揚げ状況による)**

大きい口と鋭い歯を持ったサビ(和名クロシビカマス)の塩焼きです。上品な脂の旨みを、シンプルな塩焼きでお楽しみください。

海老とあしたばのかき揚げ

使用食材▶明日葉

時期：通年　**800円**

大島産の明日葉をたっぷり使った、ボリューム満点のかき揚げです。お好みで塩やレモンでお召し上がりください。

大島 Book Tea Bed IZUOSHIMA

アクセスマップ

https://bookteabed.com/ja/izuoshima/
所在地：大島町元町 2-3-4
営業時間：8:00 ～ 22:00　定休日：なし
04992-7-5972

当店は「Book」「Tea」「Bed」がコンセプトの宿泊施設です。併設されたカフェバーでは島の食材を使った軽食を食べながら、およそ4000冊に及ぶ本を楽しむことができます。

あずきバターホットサンド

使用食材▶大島バター

時期：通年　**650円**

とても貴重で味わい深い大島バターを使用しています。つぶあんと大島バターをたっぷりはさんでおり、かなりボリューミーです。

甘辛チキンホットサンド

使用食材▶島唐辛子

時期：通年　**650円**

チキンに絡む島唐辛子ソースとマヨネーズの甘辛いコンビがたまらなく美味しいホットサンドです。朝食としても人気の一品です。

明日葉茶

使用食材▶明日葉

時期：通年　**450円**

大島の名産である明日葉をお茶にしました。深みのある味わい、香りが通年で楽しめます。

大島 丸伸食品

アクセスマップ

所在地：大島町元町2-20-2
営業時間：前日までに連絡（要予約）※５名様以上のご注文より受付
定休日：不定休
04992-2-2702

地産地消をコンセプトに開発した、ご当地グルメ弁当。

美味しいと言ってもらえるよう伊豆大島の海産物や農産物を贅沢に使った、いいとこどりなお弁当を地元の方々と開発しました。

大島の美しい自然の中で食べたいお弁当です。

※仕入れ状況により使用食材が変更となる場合があります。

島弁当

使用食材▶サザエ、トコブシ、金目鯛、明日葉、雑魚すり身、雑魚おぼろ

時期：通年（7月～9月を除く）

1,450円

大島産の新鮮な魚介類や山の幸をふんだんに使った贅沢なお弁当です。

長年変わることのないロングセラー商品で、多くの方に愛されているご当地グルメ満載のお弁当です。

島弁当 DX

使用食材▶伊勢海老、サザエ、トコブシ、金目鯛、明日葉、雑魚すり身、雑魚おぼろ

時期：通年（7月～9月を除く）

時価

島弁当のおいしさはそのままに、さらに大島の味を楽しんでもらうため近海で取れる伊勢海老を入れた、まさにデラックスなお弁当。

大島の自然の恵みを見て、味わって楽しめます。

大島 ホテル 白岩

アクセスマップ

http://www.h-shiraiwa.com/
所在地：大島町元町 3-3-3
営業時間：7:30～20:00　定休日：なし
04992-2-2571

1986年の三原山大噴火により生まれた「紅椿の湯」が自慢のホテル。老舗「高田精油所」の椿油や、大島の海水から作られた「海の精」の塩も使用し、島の山の幸である明日葉や、各種の海の幸を、観光客に楽しんでもらえるよう工夫を凝らしています。

活き鮑御造り

使用食材▶アワビ
時期：1月～10月
4,400円

伊豆大島近海で採れた生きている鮑を、提供する直前にお造りにするため、鮑の食感と磯のかおりを味わうことができます。通常は、山葵醤油でいただきますが、島特産の青唐辛子醤油でもオススメです。

金目鯛姿煮

使用食材▶金目鯛
時期：通年
3,850円

伊豆大島近海産の金目鯛を、一尾そのまま甘辛に煮付けにしました。

大きな鍋を必要とする調理なので、普通ではなかなか味わうことの出来ない豪快な料理。頭の先から尾の元まで、金目鯛の全てを味わい尽くせます。

活き伊勢海老のお造り

使用食材▶伊勢海老
時期：10月中～5月初旬
7,700円

伊豆大島近海でとれた生きている伊勢海老を、提供する直前にお造りにするため、活き海老ならではのプリプリの白身は、甘味さえ感じます。希望により、翌日の朝食用に、海老味噌を持つ殻を、出汁として使用した味噌汁も楽しめます。

大島 割烹 市松

アクセスマップ

所在地：大島町元町 3-6-4
営業時間：17:30 ～ 22:00(21:00 LO)　定休日：日・月
04992-2-0555

毎日、その日のいい物を仕入れ、その日に仕込みをし、提供しています。新鮮な魚や大島の野菜を色々な形でお楽しみいただけます。

和風グラタン

使用食材▶バター、牛乳

時期：通年　**660円**

大島の牛乳とバターを使用したホワイトソースで作った、一風変わったグラタンです。特に女性のお客様に人気の一品です。

明日葉と島のり炒め

使用食材▶明日葉、島のり

時期：通年　**660円**

明日葉と島のりをオリーブ油でサッと炒めた、明日葉の味を生かし食べやすく調理した一品です。

むろ鯵たたき揚げ

使用食材▶ムロアジ、明日葉

時期：通年　**880円**

むろ鯵のすり身に明日葉などを練り込み、ふっくらと揚げたさつま揚げです。揚げ立ての食感をお楽しみ下さい。

大島 焼肉 竹　馬

アクセスマップ

https://ja-jp.facebook.com/yakinikutikuba
所在地：大島町元町4-1-2
営業時間：17:30～21:45（LO20:00）　定休日：日曜（連休は不定休）
04992-2-1515

町役場前にあり、アクセスがとても便利な竹馬は、大島の中では老舗のお店。
選び抜かれた上質なお肉やホルモン、一品料理も島の食材を取り入れて提供しています。

のりのり冷麺

使用食材▶島のり

時期：通年　**1,100円**

弾力あるつるりとのどごしのよい麺とスッキリしたスープに島のりの磯の風味とわさびでさっぱり！
焼肉のしめにぴったりな人気メニュー

元祖！べっこうホルモン（限定）焼物

使用食材▶青唐辛子

時期：通年　**951円**

郷土料理として知られている「べっこう」、唐辛子醤油でホルモンを漬け込んでいます。
ピリリと旨味が効き、醤油の香ばしさがあとをひきます。

金魚サワー

使用食材▶青唐辛子

時期：通年　**660円**

島の唐辛子★青唐辛子★に赤唐辛子と大葉を浮かべ金魚鉢にみたてたサワー！
大葉の爽やかな香りと唐辛子の辛みが相性抜群

大島 魚味幸（うみさち）

アクセスマップ

所在地：大島町元町 4-10-3　営業時間：18:00 ～ 22:30（ラストオーダー 21:30）
定休日：日曜日、第4月曜日（月曜が祝日の場合は日曜営業し、翌月曜休み）

04992-2-2942

元町からほど近い場所にある、海の幸が自慢の居酒屋です。島ならではの珍しい魚を中心に、新鮮な野菜を季節にあわせて提供しています。

※予約で満席のこともありますので、特に休日は事前にお電話でご確認ください。
※居酒屋のため、小さいお子様はご遠慮いただく場合もございます。

サビのせごし

使用食材▶サビ、青唐辛子

時期：通年　**700円**

サビは標準和名を「クロシビカマス」といいます。ハモのように皮の方から細かく骨切りした「せごし」を、ピリッと青唐辛子とあわせてどうぞ。骨丸ごと、上品な脂の旨みをお楽しみください。

タカベの塩焼き

使用食材▶タカベ

時期：入荷時のみ　**700円**

タカベは島を代表する高級魚のひとつで、初夏から夏が旬の白身魚です。脂ののったタカベをシンプルに塩焼きでどうぞ。やわらかい身と、濃厚な甘みのある脂をご堪能ください。新鮮なタカベを皮付きのお刺身でお召し上がりいただくのもおすすめです。

明日葉の椿油炒め

使用食材▶明日葉、椿油

時期：通年　**500円**

明日葉を、のりとあわせて椿油で炒め、食べやすく仕上げました。ごはんがすすむ醤油ベースの味わいです。

大島 ふれあい民宿 椿山

アクセスマップ

http://www.chinzan-web.jp/
所在地：大島町元町 4-19-52
営業時間：14:00～21:30　定休日：年末最終日曜日～年始７日
04992-2-1488

部屋数６部屋の小規模な民宿。冷たい食材は冷たいうち、温かい食材は温かいうちに提供しています。食材は地産地消を優先しています。〆のおやじ丼は別格の評判をいただいています。

椿山の夕食

使用食材▶地魚、旬の野菜等

時期：通年　**宿泊費込**

地元大島でとれた食材を優先して使用しています。ぜひお召し上がり下さい。
※写真は一例です。

おやじ丼

使用食材▶地魚とオクラ等

時期：通年　**宿泊費込**

おやじ特製醤油に地魚のおとし部分を細断し漬け込んで、オクラや大和芋を刻んで、生卵を混ぜて御飯にかけて食します。最後にサザエでとった出汁をかけて、ひつまぶしの様に食べる方法がお勧めです。

大島 マシオ リゾート

アクセスマップ

http://www.mashio.com
所在地：大島町元町字大洞492-1
営業時間：18:00～22:00（予約制）　定休日：なし

04992-2-7317

豊かな自然の中、山の中腹にあり、眼の前に広がる伊豆半島や富士山を見ながら、新鮮な地元の食材にこだわった創作料理を楽しめます。

※誠に申し訳ございませんが、小学生以上のお子様のご利用とさせて頂いております。但し、貸切ご利用の際は、その限りではございません。

マシオ ディナースペシャル

使用食材▶旬の地魚、旬の野菜、大島牛乳、大島の塩等

時期：通年　**6,600円**

（コース例）前菜、季節のスープ、地魚のカルパッチョ、地貝のフリッタ、地魚メイン 等

島の野菜、魚をふんだんに取り入れたコースで、変化していく四季をまるごと味わい尽くすことができます。

伊豆大島の海と大地が育んだ食材、その鮮やかな色はエネルギーに満ちており、明日は今日よりさらに元気になってもらいたいと、彩り豊かな料理にこだわっています。

大島 雑魚や 紀洋丸

アクセスマップ

所在地：大島町元町字馬の背 262-26　営業時間：11:30～13:30/17:30～20:00
定休日：不定休

04992-2-1414

店名にある「雑魚」とは、色々な魚という意味で、その名の通り、都内への出荷の少ない魚も使い、島ならではの色々な郷土料理を提供。

店内も南国らしい雰囲気が漂います。伊豆大島のC級グルメ選手権に出場し、第1回、第2回と第1位を獲得したお店です。

べっこう寿司（夜営業のみ）

使用食材▶メダイ、青唐辛子

時期：通年　**1,200円**

新鮮な白身魚を青とう醤油に漬け込んだべっこう寿司。ピリリと辛味の効いた島の味を楽しむことができます。

ざこ定食

使用食材▶アシタバ、旬の地魚、青唐辛子

時期：通年　**2,300円**

大島近海で獲れた新鮮な魚をお刺身や煮魚などに仕立てた定食。

いろいろな魚の味を楽しめるメニューです。

明日葉チャーハン

使用食材▶明日葉

時期：通年　**1,350円**

家庭でも作れる明日葉チャーハンを上品に店の味に仕上げた料理。同じお皿の上に、アクセントとして、明日葉のゴマ和えをのせた、自慢のチャーハンです。

大島 レストラン 椿

アクセスマップ

所在地：大島町元町字北の山 270
営業時間：8:00 ～ 16:00　定休日：不定休

04992-2-0377

大島の空の玄関口である、大島空港にあるレストランです。朝は、モーニングメニュー含め、全メニューを提供しています。麺、パン、各種定食等豊富なメニューがあります。ぜひ、お食事や休憩にお気軽にお越しください。駐車場が広いので、車でお越しの方も安心ですよ。

※夏季は、航空ダイヤに合わせて延長営業の場合もあります。

明日葉てんぷら入り大海老天重

使用食材▶明日葉

時期：通年

見ごたえ・食べ応え充分！贅沢な一品です。

島のり入しょうゆラーメン

使用食材▶島のり

時期：通年　**1,000円**

幅広い年代のお客様から人気のメニューです。
シンプルなしょうゆスープに、磯の香り・島のりがベストマッチ！

バナナジュース

使用食材▶大島牛乳

時期：通年　**600円**

大島育ちの乳牛のミルクにバナナをシェイク！ 旨!!

大島牛乳プリン

使用食材▶大島牛乳

時期：通年　**550円**

店内で手作り。(数に限りがございます)

大島 カレーハウス 木里吉里

アクセスマップ

https://kirikiri-oshima.shopinfo.jp/
所在地：大島町元町字出払 417-9
営業時間：11:30～17:00（前日までの完全予約制）　定休日：火・水
080-3409-9356

令和６年２月で25周年を迎えました。オーガニック素材や島素材を中心に、素材にこだわって手作りしています。すべて自家製のオリジナルメニューを提供しています。

※HPをご確認いただき、前日までにメニューも併せて電話にてご予約ください。
※わかりにくい道となっておりますので、HPで確認の上、お越しください。
※価格は令和５年12月末時点です。

カレーセット

使用食材▶旬の地野菜、塩
時期：通年　**1,500円～2,000円**

すべてライスまたはナン、サラダ付きです。サラダは季節により地元生産者の有機野菜を使っています。島の手作り塩、コショウとレモンのドレッシングに充分なじませました。ナンセットは150円増額となります。(写真はチキンカレーセット)

明日葉ピザ

使用食材▶明日葉、椿油
時期：通年　**1,600円**

フレッシュな明日葉と椿油、ナッツ、国産ガーリックを用いたジェノバソースのピザです。生地は自家製酵母(リンゴ、人参、長芋、ハチミツ)と国産小麦を使用しており、自然発酵でゆっくり時間をかけて発酵させています。

季節のデザート

使用食材▶夏みかん、ブルーベリー、パッションフルーツ、かぼちゃ等
時期：通年　**600円**

無農薬自家栽培夏みかんを使用した甘夏みかんゼリー、大島産有機栽培ブルーベリーと大島産のパッションフルーツを使用したゼリー、大島産有機栽培のかぼちゃを使用したかぼちゃ豆乳プリンなど、季節の素材を生かしたデザートを提供しています。
(写真はかぼちゃ豆乳プリン)

大島 歌乃茶屋

アクセスマップ

所在地：大島町元町三原山頂口
営業時間：9:00~16:00（売店）/11:00~14:00（飲食）　定休日：なし（台風等は休み）
04992-2-2241

昭和初期より長年にわたり営業しております。

雄大な三原山とお天気のいい日には窓側で伊豆大島、富士山が一望できます。大島特産の栄養豊富な明日葉を使用したメニューを多数ご用意しております。

椿天丼

使用食材▶明日葉、椿油

時期：通年

1,210円

伊豆大島特産の椿油を混ぜて揚げた明日葉、エビ等の天ぷら丼、つけあわせに明日葉そば、明日葉つくだ煮。

明日葉ざるそば

使用食材▶明日葉、椿油

時期：通年

770円

おそばは明日葉を練り込んだ明日葉麺、明日葉の天ぷらは地元のお塩で食べても美味しいです。

大島 御神火茶屋（ごじんかちゃや）

アクセスマップ

https://instagram.com/gojinka_chaya?igshid=NTc4MTIwNjQ2YQ==

所在地：大島町元町字二千坪山無番

受付時間：10:00～15:00（夜は予約制）　定休日：不定休

三原山の登山口に位置し店内からは三原山を一望できる最高のロケーション。自然の力強さと美しさが融合した景観の中で飲食をお楽しみください。定番メニューの他に季節の食材を取り入れた限定メニューもご用意しております。ご来店心よりお待ちしております。

御神火カレー

使用食材▶バター

時期：通年　**1,000円～**

バターの旨味、トマトの酸味、玉ねぎの甘味を注ぎ込んだ、お子様にも大人気の甘口カレーです。

御神火ブリトー

使用食材▶明日葉、唐辛子、塩

時期：通年　**800円～**

たっぷり野菜と自家製ドレッシングをフラワートルティーヤで包んだロールサンド。大島名産の明日葉にツナを合わせました。お好みで島唐辛子のサルサをかけてお召し上がりください。

大島 四季の味 まんたて

アクセスマップ

https://ja-jp.facebook.com/hidetsugu.masuyama
所在地：大島町元町字野地 631-1　営業時間：ランチ11:30 ～ 13:30　夜17:30 ～不定
定休日：火曜日ほか（お電話、Facebook等にて確認後、ご来店ください。）
04992-2-0007

万立浜のすぐ近くにあり、お子様から高齢のお客様までご利用いただけます。明日葉は自家農園にて有機栽培にて収穫したものを使用しています。ライスはお代わり自由！ボリュームたっぷりのメニューをお楽しみください。

※タクシー利用のお客様は往復の予約をお勧めします。
※Facebook で休業日や当日のおすすめを掲載しています。クレジットカード、交通系 IC、ペイペイ、メルペイ使用可。WiFi フリー。
※価格は 2023 年 8 月時点。

ウツボ薄造り

使用食材▶ウツボ

時期：入荷時のみ　**1,200円**

ウツボの貴重な薄造りです。フグにも負けない味わいです。この他にもウツボを使った各種料理があります。

東京シュリンプパスタ

使用食材▶東京シュリンプ

時期：入荷時のみ　**1,490円**

伊豆大島育ちの東京シュリンプ（バナメイえび）の味を楽しんで頂くために、島塩とエビのみで提供させていただきます。

ガーリックオイルは別で添えます。

ウツボのカクテル仕立

使用食材▶ウツボ

時期：入荷時のみ　**900円**

見た目のインパクトが大きいウツボカクテル！自家製美味出汁がポイントです。

カメリア黒豚ロースカツ又は塩焼

使用食材▶カメリア黒豚

時期：入荷時のみ　**1,800円**

カメリア黒豚は、大島産椿油生産時の絞りカスと明日葉を配合飼料に混ぜて育てた黒豚で、上品な脂身の味が唯一無二です。

大島 ピザよし

アクセスマップ

https://www.instagram.com/pizayoshi/
所在地：大島町元町風待 31-279
営業時間：11:30～13:30/18:00～21:30　定休日：不定休のためインスタグラム・お電話でご確認下さい。
04992-7-5575

大島初の薪窯で焼く本格ナポリピッツァのお店です。地物食材を使用したアツアツのピッツァやイタリア料理をお酒とともにお楽しみください。お持ち帰りで島の自然も一緒に味わってみるのもお勧めです。(お持ち帰りの場合は、事前にご予約ください)

ピッツァイゾラ

使用食材▶明日葉、島のり、旬の地野菜

時期：食材の時期による　1,500～1,700円

イゾラとはイタリア語で「島」という意味です。大島の四季の食材を楽しんでいただきたく、その時々の地物食材を使用しています。

かめりあ黒豚の肩ロースステーキ

使用食材▶かめりあ黒豚

時期：入荷による　1,300円～1,600円

大島初のブランド黒豚をお肉本来の旨味を感じられる柔らかジューシーなステーキに仕上げました。

ドルチェピッツァ

使用食材▶椿油

時期：通年　650円

チョコ、リコッタチーズ、椿油をピザ生地に閉じこめました。ほのかに香る椿油の香りを楽しんでください。

大島 シャロン洋菓子店

アクセスマップ

https://www.facebook.com/oshima.chalon/
所在地：大島町元町地の岡65-236
営業時間：10:00～18:00　定休日：木曜、第三水曜
04992-2-3677

洋菓子とピザのお店です。ショートケーキやモンブランなど定番のスイーツから、明日葉や大島桜、椿油などの特産品を用いた焼き菓子まで、様々な種類の商品が並んでいます。イートインスペースも併設されており、その場で溶岩窯の焼き立てピザが楽しめます。

島ピザ

使用食材▶明日葉、島のり、椿油

時期：通年

Lサイズ3,000円
Mサイズ1,550円

地物の明日葉と島のりをトッピングし、こだわりの溶岩窯で焼き上げた伊豆大島らしさ満載のピザです。お好みで椿油を使ったオイル焼きも選べます。(+200円)

明日葉シューバーグ

使用食材▶塩、明日葉

時期：通年

500円

自家製のシュー皮でハンバーグと茹でた明日葉をサンドしたオリジナルバーガーです。

地層切断面バウムクーヘン明日葉味

使用食材▶明日葉

時期：通年

330円

バウムクーヘンと呼称され親しまれている、観光スポットの「地層大切断面」を模した創作焼き菓子です。明日葉の香りと特徴的な見た目から、お土産におすすめです。

大島 八幡荘（やはたそう）

アクセスマップ

所在地：大島町岡田 4
受付時間：7:00 ～ 20:00　定休日：不定休

04992-2-8746

岡田港から徒歩２分、日の出浜から徒歩２分、抜群のロケーションにある釣り宿です。八幡神社の参道沿いにあることから、八幡荘と先代が名付けました。親子２代にわたって漁業を営んでおり、野菜は自家農園で栽培したものを使用しています。

八幡荘の夕食①

使用食材▶旬の地魚、地野菜

時期：通年　**宿泊費込**

漁船「秀作丸」で獲れたての海産物と、自家農園で採れたての野菜を使用した、調理方法にこだわった家庭料理をお楽しみいただけます。
（メニューの例①）
メバルの煮つけ、マグロと赤イカのお造り、トコブシ、アレンジ春巻き盛り合わせ等

八幡荘の夕食②

使用食材▶旬の地魚、地野菜

時期：通年　**宿泊費込**

（メニューの例②）
金目鯛の煮つけ、伊勢海老(※)、じゃがいもの団子、揚げ物盛り合わせ等

※伊勢海老は春・秋のみのご提供となります。

大島 一　峰

アクセスマップ

所在地：大島町岡田５　営業時間：10:30～15:00
定休日：木曜、元町港出帆日

04992-2-8524

代々受け継がれてきたタレを使った郷土料理のべっこうのほか、大島の食材を使った新しいご当地メニューなどを楽しめるお店。
島の家庭の味をお楽しみいただけます。

べっこう丼

使用食材▶白身魚、青唐辛子

時期：通年　**1,200円**

青唐辛子を漬けた醤油ベースの独特のタレに、メダイ等の白身魚の切り身を漬け込んでヅケにした島の郷土料理です。

島スパ

使用食材▶白身魚、青唐辛子

時期：通年　**750円**

べっこうに使用した特製の青唐辛子醤油と、白身のヅケをベースにパスタを炒め、最後に島のりを沢山ふりかけた、磯の香りとタレの香ばしさが食欲をそそる逸品です。

大島こだわりプリン

使用食材▶大島牛乳、地卵

時期：通年　**260円**

大島の特産品である大島牛乳と、地物の卵をふんだんに使用して作った手作りプリンです。
甘さ控えめで、食後のデザートとして人気の一品です。

伊豆大島漁業協同組合加工部

大島 浜のかあちゃんめし

アクセスマップ

所在地：大島町岡田５　営業時間：11:00～16:00
定休日：火曜、水曜、元町港出帆日

04992-7-5320

美味しい魚を知り尽くした、島のおばちゃんたちの料理を食べられるお店。
大島の漁師さんが釣ってきた、新鮮な魚を調理してくれます。

べっこう丼

使用食材▶地魚

時期：通年　**1,100円**

大島の漁師さんが釣ってきた地魚の刺身をタレに漬け、べっこう色に仕上げた「づけ丼」です。
島唐辛子のピリッとした辛さがアクセントになっています。

大島ハンバーグ定食

使用食材▶地魚

時期：通年　**1,000円**

地魚を骨ごと２度挽きし、豆腐、おから等を加えヘルシーなハンバーグに仕上げました。
定食の小付けも、ほとんどが大島の食材を使用しています。

カツオソースカツ丼

使用食材▶カツオ

時期：通年　**900円**

引き縄漁で釣った鰹を飽和蒸気調理機で骨まで柔らかくして、独自のソースに漬け込み、カツ丼にしました。
魚のアラ汁等が付いています。

大島 良作丸

アクセスマップ

所在地：大島町岡田 5
受付時間：10:00 ～ 20:00　定休日：なし

04992-2-8545

岡田港のすぐ目の前にある釣り宿です。また、日の出浜海水浴場も徒歩３分の好立地です。親子二代にわたって漁師ですので、新鮮な魚を使用した自慢の料理を堪能できますよ。

良作丸の夕食

使用食材▶旬の地魚

時期：通年

宿泊費込

新鮮な魚をメインに、季節によって地元の新鮮な野菜も使用した郷土料理を提供しています。

トコブシの卵とじ

使用食材▶トコブシ

時期：通年

宿泊費込

大島産のトコブシを使った陶板の卵とじです。湯気が立ったら卵をとじて熱々をそのまま食べるもよし、ごはんにのせて食べるもよし！食べ方はお客様次第です。

宿泊者以外でも事前確認の上で提供可能です。(小鉢付き・ご飯おかわり自由で1,400円)

事前確認の上で、トコブシの代わりに、大島産サザエや東京しゃもの卵とじも可能です。

大島 鮨 陽宝丸

アクセスマップ

所在地：大島町岡田5
営業時間：10:00～14:00／17：00～21：00　定休日：月曜日

04992-7-5056

令和４年７月に新オープンしたばかりの寿司屋です。
木の温もりを感じられる温かい店内。
漁協直送のため新鮮な旬の地魚を提供します。
テイクアウトも承っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

刺身定食

使用食材▶旬の地魚、明日葉

時期：通年　**2,500円**

鮮度抜群のプリプリ食感の魚や、熟成させ旨味を凝縮させた柔らかい食感の魚などその日おすすめのお刺身をお楽しみいただける定食です。

地魚にぎり

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**1,980円**

大島でしか味わえない新鮮な地魚を中心に使った人気の握り寿司です。

大島 STARFISH AND COFFEE

スターフィッシュ アンド コーヒー

アクセスマップ

https://www.instagram.com/starfish_izuoshima/?hl=ja
所在地：大島町岡田6
営業時間：10:00～16:00(LO15:30)　定休日：火曜日 ※夏季は変更します。
04992-7-5871

岡田港から徒歩1分。ヒトデの看板が目印のカフェです。白の漆喰で塗りあげられた開放的な店内で、音楽を聴きながらゆったりとした島の時間をお過ごし下さい。

フィッシュバーガー

使用食材▶地魚

時期：通年　750円

大島で水揚げされた新鮮な魚を捌いてバンズにはさみました。ここでしか食べられないフィッシュバーガーです。

大島牛乳カフェオレ

使用食材▶大島牛乳

時期：通年　450円

厳選したコーヒー豆を使って淹れたコーヒーにたっぷりの大島牛乳を入れて作りました。

大島 ゲストハウス 舟吉（ふなよし）

アクセスマップ

所在地：大島町岡田 7
受付時間：8:00 ～ 20:00　定休日：なし

04992-2-8447

1971年、船宿として創業してから50年。二代目オーナー夫婦が食事つきゲストハウスとしてリニューアル。岡田港から徒歩３～５分、島を代表する遊泳場（日の出浜）がすぐそばにある「**ふ**れた情けに **な**みまの千鳥　**よ**って嬉しい　**し**まの宿」です。磯の香りとともに食す、地魚、島野菜など、季節の島食材を活かした手づくり料理も評判です。

ふなよしの夕食

使用食材▶旬の地魚、島野菜

時期：通年　**宿泊費込**

地魚の煮物・塩焼きやアラ汁、明日葉など島野菜の天ぷらや和え物など、季節ごとの新鮮な島の食材を中心とした、島流・家庭的味付けの夕食です。

ふなよしの朝食

使用食材▶旬の地魚、島野菜

時期：通年　**宿泊費込**

新鮮な島野菜のサラダや和え物、煮物、季節ごとのアジ、サバなどの干物を中心とした、身体にやさしい朝食です。

特別料理　刺身の盛り合わせ

使用食材▶旬の地魚、貝

時期：通年　**追加料金 3 ～ 4人前3,000円より**

大島近海の獲れたての海の幸をふんだんに盛り合わせたもので、美味しさはもとより、リーズナブルな価格もお勧めです。当日のお昼までに予約してください。

特別料理　島流 B.B.Q（夏季限定）

使用食材▶肉類と旬の地魚、貝

時期：夏季　**追加料金 お一人様1,500 ～ 2,500円**

島ならではの“島流BBQ”。地魚・貝類の注文は、別途ご相談ください。波の音と潮の香りに包まれながら過ごすひと時は、格別です。

※宿泊前日までに要予約。荒天時は中止の場合あり。

大島 伊豆大島 旅宿 うみの和

アクセスマップ

https://uminowa.net/inn/
所在地：大島町岡田字川の道86-2
営業時間：8:00 ～ 18:00　定休日：不定休

04992-2-9528

提供するすべての料理に、島の食材を入れる事を心がけております。また、自分で獲りに行き、鮮度などもこだわりを持っております。

ハンバご飯

使用食材▶はばのり

時期：冬季

宿泊費込

漁協の組合員であるスタッフが獲った物を使用。惜しみなく使う事で、味・磯の香が断然良くなる。

明日葉ジェノベーゼ

使用食材▶明日葉

時期：通年

宿泊費込

島で獲れた明日葉をオリーブオイル・ナッツ類と合わせて作ります。鶏ささみ肉、トマトなど色々な組み合わせで提供しています。

トサカの和え物

使用食材▶とさかのり

時期：夏季

宿泊費込

漁協の組合員であるスタッフが獲った物を使用。明日葉などを混ぜて提供。中華風・韓国風など、タレも自家製でアレンジ可能。

大島 朝海館（あさみかん）

アクセスマップ

https://www.asamikan.com/
所在地：大島町岡田字助田 58-1
受付時間：7:00 ～ 20:00　定休日：なし

04992-2-8407

大島岡田港近辺にあり、レジャー、ビジネス、サイクリングなどにも便利な宿です。地物の食材を使った料理を提供するように心がけています。

朝海館夕食

使用食材▶明日葉、地魚

時期：通年

宿泊費込

明日葉や地魚を中心とした夕食をご提供します。日によって変えていますので、連泊でも安心です。

素泊り等も可。

時期・人数によっては夕食BBQも可能です（プラス料金）。

大島 ぶらっとハウス

アクセスマップ

所在地：大島町岡田字新開87-1　営業時間：9:00～16:00
定休日：年中無休

04992-2-9233

ぶらっとハウスは、大島で採れた新鮮な野菜や果物・畜産物や加工品を販売する農産物直売所です。“ぶらっと気安く立ち寄れる場所”と名付けられたその名の通り、生産者や地元の方との交流の場となっています。観光スポットとしても有名で、オープンと同時に商品がなくなるほど。天気の良い日はテラスから伊豆半島や富士山が一望できます。

ソフトクリーム＆ジェラート

使用食材▶大島牛乳と旬の食材
（明日葉、大島の塩、椿花びらジャム、かぼちゃ、パッションフルーツなど）

時期：通年

ソフトクリーム450円
ジェラートシングル400円
ダブル600円

隣接する大島牛乳工場から届く新鮮な生乳を使用した大島牛乳のソフトクリームは格別！ジェラートは季節ごとに旬の味が楽しめます。期間限定の味があるのでぜひチェック。サイクルラックや自転車の工具などサイクリストへ向けたサービスも充実。その他、土産品も取り扱っていますので、ぜひ一度ぶらっと寄ってみてください。

※直売所の新鮮な野菜もオススメです。

大島 海風シーウインズ

アクセスマップ

所在地：大島町岡田字平浜 53-75
営業時間：17:00～22:00／11:00～14:00(金、土、日曜日)　定休日：月曜日、第二火曜日　04992-2-8888

林の中にぽつんと立つ一軒家のレストランです。2025年で開店30周年を迎えます。島の食材を用いたメニューが好評で、食材は近くの農家から仕入れます。店の営業時間が22:00までなので夜食感覚でご来店されるお客様も多いです。

明日葉ぞうすい

使用食材▶明日葉、島のり

時期：通年　**1,122円**

地元農家から仕入れた明日葉と島のりをたっぷりと使ったメニューです。ほのかな磯の風味がアクセントな一品で、おしんこも付きます。

ハンバチャーハン

使用食材▶はんばのり

時期：通年　**1,621円**

ハンバは地元の呼び名で、学名は「はばのり」といい、冬の西風が吹くと岩につく岩海苔です。ツナも入れハンバとの触感が絶妙にマッチして、まろやかな風味に仕上がっています。サラダも付きます。

明日葉ペペロンチーノ

使用食材▶明日葉、島唐辛子

時期：通年　**1,621円**

明日葉、島唐辛子、にんにくをたっぷり使ったパスタです。かなり辛いですが、辛いのが大好きな人にはたまらない一品です。

大島 海のお弁当屋さん

アクセスマップ

所在地：大島町岡田字横町65
営業時間：10:00 ～ 14:30　定休日：不定休

04992-7-5077

岡田港にオープンしたお弁当屋さんです。店舗での受け取りはもちろん、お弁当の配達も承っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

又、岡田港船客待合所内3階「海のキッチン」・元町港船客待合所内2階「海のパン屋さん」が姉妹店です。

青唐ラーメン

使用食材▶青唐辛子

時期：通年　**900円**

大島で栽培した青唐辛子を野菜と炒め、香りや辛さを良くし、塩味のスープで食べるラーメンです。辛いのが好きな方に好評の一品です。

明日葉弁当（予約制）

使用食材▶明日葉

時期：通年　**950円**

明日葉をふんだんに使用したお弁当です。

色々な調理方法で明日葉を使っていますので、沢山の明日葉の味が楽しめます。

餃子（明日葉・青唐辛子）

使用食材▶明日葉、青唐辛子

時期：通年　**400円**

明日葉又は青唐辛子を具に練り込みました。明日葉をしっかり感じる餃子と青唐辛子は辛く食が進む餃子で、おつまみに最高です。

大島 海のキッチン

アクセスマップ

所在地：大島町岡田字横町83-1
営業時間：10:00~16:00（季節により変動）　定休日：水曜日

090-2213-2312

岡田港船客待合所の３階にあるテイクアウトの出来るキッチンです。
すべての料理をテイクアウト容器で提供しております。
元町港船客待合所にある「海のパン屋さん」は姉妹店です。

べっこう丼（イタリア風）

使用食材▶メダイ、青唐辛子

時期：通年

1,000円

郷土料理のべっこう寿司を、フレッシュトマト、ニンニク、オリーブオイルで仕上げ、イタリア風のアレンジした丼です。

明日葉の和風スパゲティ

使用食材▶明日葉

時期：通年

1,000円

ニンニク、オリーブオイルで香りよく明日葉を炒め、醤油で香ばしさを引き立てた和風スパゲティです。

島野菜のビーフカレー

使用食材▶地野菜、青唐辛子、大島牛乳

時期：通年

1,000円

青唐辛子の辛味とスパイスを大島牛乳でまろやかに仕上げ、旬野菜の素揚げを添えたビーフカレーです。

大島 大島温泉ホテル

アクセスマップ

http://www.oshima-onsen.co.jp/fac.html
所在地：大島町泉津字木積場3-5
営業時間：12:00～14:00/18:00～20:00（要予約）　定休日：なし
04992-2-1673

雄大な三原山を望む露天風呂で、源泉かけ流しの温泉が楽しめ、新鮮な魚介と名物の椿フォンデュを食べることができるホテル。大島の食を味わえるよう、よくばり海鮮プランや、豊富な別注料理等も用意しています。

金しゃぶ

使用食材▶金目鯛

時期：通年　**4,400円**

大島近海で水揚げされる海の幸、金目鯛を「しゃぶしゃぶ」という形で食べることにより、お刺身、煮つけや一夜干しとは異なり、金目鯛の素材の味をより楽しむことができます。

椿フォンデュ

使用食材▶椿油、旬の地魚、明日葉

時期：通年　**4,400円**

伊豆大島の特産である椿油で、海老や明日葉をはじめとする食材を、自分で揚げながら食べられることも、椿フォンデュの楽しみの1つ。

また、椿油には健康に良いオレイン酸が多く含まれているため、体にもやさしく、食材がカラッと軽く揚がるのも、椿油の特徴。

金目鯛べっこう寿司

使用食材▶金目鯛

時期：通年　**660円**

新鮮な金目鯛を醤油と大島ならではの青唐辛子に漬け込んだお寿司。唐辛子の辛さと風味は別格。

大島 ブランブルー 和（なごみ）

アクセスマップ

所在地：大島町野増ヲワナ

04992-2-0700

伊豆大島は野増の閑静な丘に佇む、落ち着きのある数寄屋造りの和風の宿。料理には、地元野菜や自家製の有機野菜を使用するなど、できる限り島の食材を使用し、季節にあった調理方法で、その食材のうまさを最大限に引き出し、提供しています。

ブランブルー和の朝食（要予約）

使用食材▶旬の野菜、旬の地魚

時期：入荷時のみ

宿泊者以外の方 1,500円

島の食材を中心とした体にやさしい料理を提供しています。

ブランブルー和のランチコース

（前日午前中までの要予約）

使用食材▶旬の地魚、旬の野菜等

時期：入荷時のみ

要問合せ

島の旬の野菜や魚をワンプレートに彩り、パスタ、ケーキ、コーヒーをセットにした島の恵みたっぷりのランチコースです。

月替わりで和食膳（デザート付）をご用意しています。

大島 島京梵天

アクセスマップ

http://tokyovoneten.com
所在地：大島町波浮港6
営業時間：11:00 ～ 17:00　定休日：月曜、火曜
04992-4-1567

昭和時代を感じる建物が特徴的なお店。
大島特産の明日葉、オーシャンソルト、大島牛乳を素材としたたい焼きやかき氷などを提供しています。テイクアウトの予約も承っております。

明日葉金時＆大島牛乳練乳

使用食材▶明日葉、大島牛乳
時期：7月～9月
1,000円

元祖明日葉金時かき氷。自家製明日葉シロップと相性抜群の北海道大納言を味わえます。
自家製大島牛乳練乳がトッピングされています。

羽根付たい焼き

使用食材▶大島牛乳、オーシャンソルト
時期：7月～9月はお休み
400円～

大島牛乳を使用した米粉生地で、注文頂いてから焼き上げる羽根付たい焼きです。
大納言粒あん、カスタードクリーム、ハムチーズマヨ、玄米チーズリゾットの4種類です。

明日葉冷やしたい焼き

使用食材▶明日葉、大島牛乳
時期：通年
350円～

タピオカ粉ベースの生地に明日葉粉を練り込んだ、色合い鮮やかなもちもち食感の冷やしたい焼きです。お土産にオススメです。

大島 らぁ麺よりみち

アクセスマップ

https://ramen-yorimichi-izuoshima.business.site/
所在地：大島町波浮港 17番地
営業時間：11:00 ～ 14:00 LO、スープ終了まで　定休日：毎週水・木曜日
04992-4-1600

大島南部の波浮港（はぶみなと）の一軒家風の、島食材を使ったラーメン専門店です。島海苔、島唐辛子、海洋深層塩、椿油を使用しています。

大島の油そば

使用食材▶島海苔、椿油（大島産）
時期：通年
1,000円

色艶・食感・喉越しにこだわった油そば専用麺を、黄金比でブレンドした国産植物油とガラ出汁醤油のタレで味わいます。島海苔等のトッピングもこの麺の為に厳選しています。

島海苔らーめん　貝塩味

使用食材▶島海苔、魚貝類、海洋深層塩（大島産）
時期：通年
1,200円

島海苔と貝出汁と海塩という、大島ならではの塩ラーメン！ 貴重な島海苔をドーンと豪快にトッピング！ 2022年全国グルメコンテストで金賞を受賞しました。

肉汁大爆発の餃子

使用食材▶海洋深層塩（大島産）
時期：通年
550円

餡と肉汁がぎっしり詰まったモチモチ食感の丸い餃子。ニンニクを使わず海洋深層塩で味を整えています。

辛ゴジ怪獣ラーメン®

使用食材▶島海苔、島唐辛子、海洋深層塩（大島産）
時期：通年
1,200円

激辛好きのあなたのために、島唐辛子の入ったオリジナルの辛いラーメン。伊豆大島の地勢と文化がラーメンで表現されています。登録商標第6402212号。

大島 居酒屋 まつり

アクセスマップ

所在地：大島町差木地沖の根 1002-77
営業時間：17:00 ～ 22:00　定休日：毎週月曜日、第3火曜日

04992-7-5660

島の南部地方にあります。大漁旗に囲まれた店内では、豊富なメニューをそろえて旅の１ページをアシストいたします。

まつりセット

使用食材▶地魚

時期：通年　**2,200円**

島ならではの温かい笑顔に癒しと格別な新鮮地魚。日頃の疲れを忘れて御神火（大島の焼酎）で乾杯。想い出の１ページを。

ビール又はサワー１杯とおつまみ４品セット

かんぱち炙り寿し

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**1,200円**

かんぱちを握り、バーナーで炙りました。塩をふってあるので、そのままお召し上がりください。

明日葉天ぷら

使用食材▶明日葉、地野菜

時期：通年　**1,000円**

地元の野菜を加えたかきあげに、明日葉を添えて、大島塩か丼ダレをかけてお召し上がりください。

大島 押し花

アクセスマップ

https://ja-jp.facebook.com/ 伊豆大島でガイドカフェ押し花 -561550324052185/
所在地：大島町差木地字沖の根
営業時間：11:30～14:00　定休日：土・日・祝日
090-9011-1950

店長制作の押し花作品が展示してある店内はゆったりした雰囲気の中、定食600円という価格で食事からデザートまで楽しめます。全て自家農園で農薬を使用せずに栽培された食材で安心です。

定食（日替わり）

使用食材▶地野菜
時期：通年
600円

全て農薬を使用せずに自家農園で栽培された野菜・果物を使用した定食を、日替わりで楽しんでいただきます。

なす・きのこピザ

使用食材▶地野菜
時期：通年
600円

農薬を使用していない自家栽培の野菜をチーズたっぷりで。島唐辛子のピリ辛味がアクセントです。

クリームあんみつ

使用食材▶天草
時期：通年
300円

大島の海で採れた天草を煮込んで作った、ところ天の風味と季節の果物をお楽しみ下さい。

三原山

現在も火口から噴気が立ち上がる大島のシンボルともいえる中央火口丘です。(三原山新山：標高758m)

間近に火口を見ることができ、ハイキングやトレッキングコースもあり、ダイナミックな風景を楽しめます。

国土地理院地図に、日本で唯一「砂漠」と表記される裏砂漠も必見です。

アクセス：「三原山山頂口」バス停下車(三原山ラインで元町港から25分)

地層大切断面

高さ20～ 30m、長さ630mほど続く地層大切断面は、通称バウムクーヘンと呼ばれています。ここには100回を超える大噴火の噴出物が降り積もっており、伊豆大島の火山噴火史がわかる場所として、研究者にも大変人気のスポットです。天候が良い日には海側に伊豆諸島を望むこともできます。

アクセス：「地層断面前」バス停下車(波浮港ラインで元町港から20分)

伊豆大島ジオパーク

若くて元気な火山島である伊豆大島は、荒々しい火口や真新しい溶岩流跡、黒い砂漠地帯、巨大な地層大切断面など、生きている地球の営みが感じられる貴重な見どころにあふれています。

そのような地球(ジオ)とその上に生きる動植物や人々の暮らしとのつながりを学び楽しめる地域として『日本ジオパーク』に認定されています。

御神火温泉

御神火温泉は町営の天然温泉。ジャグジー、打たせ湯、サウナ等を完備。隣接している長根浜公園からは伊豆半島や富士山が一望できます。

アクセス：元町港から徒歩5分／営業時間：9:00～21:00（夜行便が到着する日は6:30から）／定休日：第2水・木曜（2・3・8月は不定休）／料金：大人710円、小中学生300円／電話：04992-2-0909

元町浜の湯

元町浜の湯は、長根浜公園にある町営の露天風呂（男女共用、要水着）。夕日が空と海を茜色に染め、美しい風景を楽しめます。シャワー・更衣室を完備（男女別）。

営業時間：13:00～19:00（7月～8月11:00～19:00）／定休日：なし（天候等により臨時休業有り）／料金：大人300円、小中学生150円／電話番号：04992-2-2870

サンセットプール

弘法浜海水浴場近くの町営プール。ウォータースライダー、流水プール、幼児用プールなどがあり、ファミリーにおススメのスポットです。

アクセス：元町港から徒歩10分／所在地：大島町元町2-10-1／開設時期：7月下旬から8月（町役場に要確認）営業時間：9:00～16:00／料金：無料／電話番号：04992-2-1446（町役場観光課）

大島ふるさと体験館

大島特産椿油のしぼり体験や草木染め体験、明日葉の摘み取り体験など、大島の風土が作り上げた文化体験が楽しめます。

アクセス：「ふるさと体験館入口」バス停下車／所在地：大島町元町字北の山125-4／営業時間：10:00～16:30（予約制）／定休日：不定休／料金：体験内容により異なる／電話：04992-2-3991

大島公園動物園

国内最大級のサル島でのバーバリーシープとワオキツネザルの展示をはじめ、数多くの動物を飼育・展示しています。

毎週土曜・日曜には、小動物とのふれあいイベント（ウサギとモルモット）を実施しています。

アクセス：「大島公園」バス停下車 ／所在地：大島町泉津字福重2 ／開園時間：9:00～17:00 ／定休日：なし ／料金：無料／電話：04992-2-9111

大島公園は、「国際優秀つばき園」に認定された椿園も見どころです。（次ページ参照）

波浮港（はぶみなと）周辺

波浮港は、噴火でできた火口湖が大津波により海とつながり、その後、港口を広げ整備されてできました。天然の防風壁をもつ、風待ち港や沖合漁業の中継地としておおいに栄え、今でも当時の繁栄を偲ばせる街並みが残っています。

アクセス：「波浮港」バス停下車（波浮港ラインで元町港から31分）

国際優秀つばき園

国際優秀つばき園は、世界的に権威のある国際ツバキ協会が認定する優秀な椿園です。

①大島公園椿園

世界最大級の椿園。広大な敷地に約1,000種類、3,200本の園芸品種と5,000本のヤブツバキが咲き誇ります。併設する椿資料館では椿を楽しめる様々な展示を行っています。

アクセス：前ページの大島公園動物園に同じ（椿資料館は8:30～16:30）

②大島高校椿園

教育機関としては世界初の認定椿園。椿は教材として生徒の実習等に活用されています。約380種類、1,000本以上の園芸品種、原種を管理。生徒による椿ガイドを不定期で開催（要確認）。

アクセス：「大島高校前」バス停下車／時間：8:30～16:00 ／定休日：2月末の数日間（入試）を除き、椿まつり期間中は一般公開／料金：無料／電話：04992-2-1431（大島高校農林科）

③椿花ガーデン

園内の丘からは絶景の富士山を望むことができます。数多くの早咲き品種を含め、約400種類、2,000本の椿を楽しむことができます。

アクセス：「椿・花ガーデン」バス停下車／営業時間：9:00～15:00（シーズンにより異なる）／定休日：シーズン以外の水・木曜／料金：大人（中学生以上）950円、子ども（4歳以上）500円／電話番号：04992-2-2543

大島土産

椿油

島内に自生するヤブツバキ等の種子から搾り、つくられた椿油は食用にも美容にも使えるアイテムとして、島内外に広く流通しています。椿油を含んだハンドクリームやネイルケアなどリピーター商品も多数、島内限定商品も販売されています。

伊豆大島ジオパーク認定ブランド「椿」

波浮天

鰹をメインに他の大島近海で漁獲された魚を合わせ、明日葉・山芋等を加えた大島ならではのさつま揚げです。

伊豆大島漁業協同組合加工部は廃校となった旧波浮小学校を改築して作業場としていますので、波浮で作った天ぷらという事で、「波浮天」と名付けました。

温めてそのままでも良いですし、煮物等にもお使いいただけます。

しっかりした食感をお楽しみください。

伊豆大島漁業協同組合加工部

牛乳煎餅

水がとても貴重であった島の風土から生まれた焼き菓子。たくさんの人々の手によって受け継がれてきたやさしい味わいのお煎餅。大島で飼育されている牛から獲れた生乳（牛乳）と卵、バター、小麦粉で一枚ずつ焼かれています。幅広い年齢の方から愛されているお菓子です。

伊豆大島ジオパーク認定ブランド「牛乳煎餅」

利島

周囲 8km の小さな島。そこでの椿油生産量は全国有数です。

利島は都心から約140km離れたところにあり、大島と新島の間に位置しています。島は周囲8km、面積4km²で、東京都の島しょで一番面積が小さい島です。

島の中央には宮塚山がそびえていますが、宮塚山だけで利島が成形されているような形に見えます。

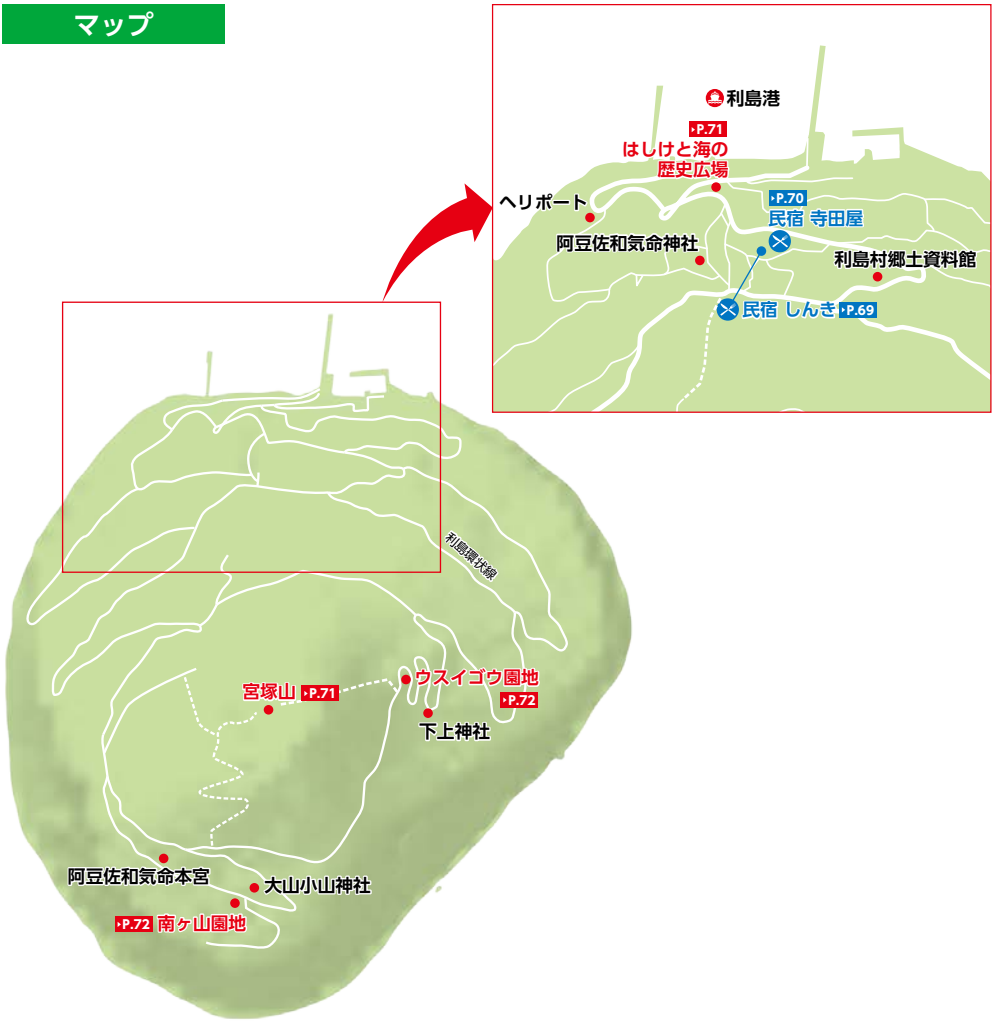
島の全域に椿が生い茂り、その種から搾り取る椿油は質が高く人気の商品です。

アクセス

竹芝客船ターミナル（東海汽船）	高速ジェット船	[2時間25分]	利島
	大型客船	[9時間40分]	
大　島（東邦航空）	ヘリコプター	[10分]	

〈お問い合わせ〉
東海汽船お客さまセンター☎03-5472-9999
東邦航空八丈島事業所☎04996-2-5200

マップ



主なイベント

8月13日	盆踊り大会
8月14日	納涼花火大会

観光案内

利島村役場産業観光課
(利島村勤労福祉会館内)

URL https://www.toshimamura.org
TEL 04992-9-0046

利島 民宿 しんき

アクセスマップ

所在地：利島村51

04992-9-0028

漁師のオーナーが調達してくる新鮮な海の幸と、自家栽培の野菜が食卓を彩ります。

毎年多くのリピーターが訪れており、一人で来島してもお客様同士が仲良くなれるお宿です。

地魚のお刺身

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**追加料金**

漁師であるオーナー自身が獲ってきた旬の魚の刺身です。

明日葉の天ぷら

使用食材▶明日葉

時期：夏以外　**宿泊費込**

利島で採れた明日葉を使い、天ぷら等でご提供しております。

しんきの夕食

使用食材▶旬の地魚、旬の野菜

時期：通年　**宿泊費込**

とれたての食材を使った、自慢の夕食です。写真は一例となっております。

さざえの卵とじ

使用食材▶サザエ

時期：不定　**宿泊費込**

利島のサザエは他のところで獲れるものよりも大きいのが特徴です。プリプリとした食感のサザエを卵でとじました。卵のコクとサザエの旨味が絶妙にマッチした一品となっております。

※感染症等拡大防止のため、お部屋での弁当容器による提供に変更する場合があります。

利島 民宿 寺田屋

http://www.teradaya-yuuseimaru.com/
所在地：利島村119-2

アクセスマップ

04992-9-0251

港から続く坂道を登ると、一番初めにある民宿寺田屋。2010年には新館をオープン、旧館もリフォームして多くのリピーターに人気の宿です。

利島で水揚げされる魚介類を使った料理は、和洋を問わず様々な味を楽しめるほか、庭先でバーベキューもできます。(夏場のみ、要予約)

春先からは宿で行うドルフィンスイムに訪れる方も多いです。

明日葉のジェノベーゼ風赤イカと水菜のパスタ with トサカノリのサラダ

使用食材▶赤イカ、トサカノリ、明日葉

時期：4月～7月

利島で獲れた赤イカと自家製の水菜を明日葉ペーストで和えた一品。

赤イカの甘みと水菜の歯ごたえ、明日葉の風味が楽しめます。サラダには利島で水揚げされた、トサカノリがふんだんに入っています。

鰹のたたき

使用食材▶カツオ

時期：夏　宿泊費込

利島で獲れた旬の鰹。さっぱりとした中に濃厚な旨味をギュッと詰め込んだ一品。

薬味のネギ、にんにく、しょうがと一緒に食べることで味わいが一層深まります。

明日葉えび餃子

使用食材▶明日葉

時期：通年　宿泊費込

餃子の餡にはえびと利島産の明日葉を使いました。明日葉のほろ苦い味と風味、エビの食感が楽しい一品です。

時期によっては赤いかが入ることもあります。

地魚の刺身

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　宿泊費込

利島沖で獲れる旬の魚を厳選し、新鮮なうちに刺身にしています。

はしけと海の歴史広場

利島に大型船が接岸できるようになったのは昭和55年のこと。それまでは沖合に停泊した大型船から人や物資を小型の船「はしけ」に移し替え島へアクセスをしていました。

はしけと海の歴史広場には、当時使われていた「はしけ」や利島の舟運の歴史資料が展示されています。

アクセス：利島港から徒歩5分
所在地：利島村前浜

宮塚山

利島は島全体が一つの山からできていて、その山が宮塚山です。登山道は頻繁に人が通らないため、自然のままの風景を見る事ができます。

標高508mの頂上より少し下った場所にある見晴台からは、利島の集落が一望できるほか、島を囲む大海原や遠くに伊豆半島を望む事ができます。

ウスイゴウ園地

宮塚山の東の登山口にあるウスイゴウ園地。

古代から人々は太陽を暦とし生活をしていましたが、利島の遺跡からも太陽を利用して夏至を知る「太陽の家」と呼ばれる住居跡が見つかりました。

ウスイゴウ園地は、東の海から上る太陽・日の出をテーマとして整備され、東西にあずまやを配置。その柱は影により夏至や冬至を知らせるようになっています。

アクセス：利島港から車で10分

南ヶ山園地

利島南部の高台にある公園で、ここからの眺めは新東京百景に選ばれており、天気の良い日には新島、式根島、神津島、三宅島、御蔵島まで一望することができます。

昼間の景色だけではなく、夕方には夕焼けが、夜には星空がきれいに見えるスポットです。

アクセス：利島港から車で15分

利島土産

椿油

利島は島の約80％が椿の林で覆われ、江戸時代には幕府の要請により椿油を供給していました。

現在でも島内で栽培された椿実のみを使用した椿油は、髪や肌に使うものはもちろん、食用の油も島内外で愛用されています。

新島・式根島

海の色に感動する。白い砂浜と温泉に恵まれた２つの島の魅力を楽しめます。

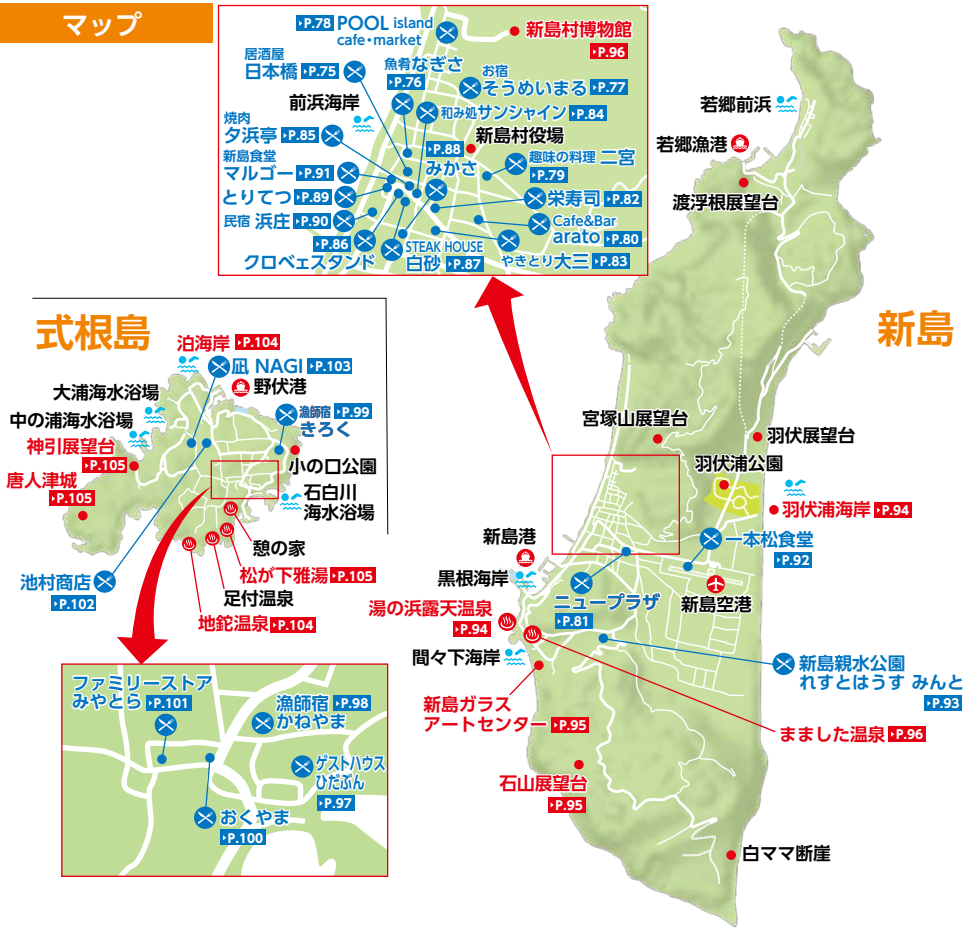
新島・式根島は都心から約 160km 離れた伊豆諸島の中ほどに位置する島です。2 つの島は連絡船で 10 分で行き来できます。新島は、壮大なスケールの白い砂浜や夕日の見える露天温泉、味わいのある石造りの町並みが特徴。式根島は、シュノーケリングでカメにも会える美しい海水浴場や、波打ち際の温泉が魅力。自転車でも回れる 2 つのコンパクトな島。マリンアクティビティや温泉、島のグルメを楽しみながら、ゆったりと過ごせます。

アクセス

竹芝客船ターミナル（東海汽船）	高速ジェット船 [2時間50分]	新島	高速ジェット船 [15分]	式根島
	大型客船 [10時間35分]		大型客船 [20分]	
調布飛行場（新中央航空）	飛行機 [35分]		連絡船にしき [10分]	

〈お問い合わせ〉東海汽船お客さまセンター☎03-5472-9999　新中央航空☎0422-31-4191
連絡船にしき事務所☎04992-7-0825

マップ



主なイベント

5月	新島トライアスロン大会
6月	式根島マラソン大会
7月	新島オープンウォータースイミング大会
7月	東京都知事杯・セブンクロス東京サーフィン大会
8月	JPSA 新島プロサーフィン大会
10月	新島国際ガラスアートフェスティバル

観光案内

新島村観光案内所
URL https://niijima-info.jp/
TEL 04992-5-0001

式根島観光協会
URL https://shikinejima.tokyo
TEL 04992-7-0170

新島 居酒屋 日本橋

アクセスマップ

所在地：新島村本村1-3-6　営業時間：18:00～22:00
定休日：不定休

04992-5-1890

新鮮な魚を中心に、自家栽培の野菜等を豊富に使った料理とともに、地元のお酒を楽しみながら、アットホームな雰囲気の中、食事をすることができます。

青むろあじ たたき揚げ

使用食材▶青ムロアジ

時期：通年　**600円**

食材の青ムロアジは、淡泊な味わいで酒の肴として好まれ、島では「くさや」としても食されています。このたたき揚げは、骨などを丁寧に取り除き、すり身にして、油で揚げた一品。

お刺身

使用食材▶旬の地魚

時期：通年（水揚げ状況による）　**720円～**

イサキやカツオ、カンパチなど、島で水揚げした旬の魚をそのままお刺身にしました。獲れたての新鮮な味わいと柔らかい食感をお楽しみいただけます。

明日葉の天ぷら

使用食材▶明日葉

時期：通年　**700円**

新島名産の明日葉を贅沢に使ってボリュームある一品に仕上げました。お好みで塩をふっていただきます。

新島 魚肴（さかな） なぎさ

アクセスマップ

https://www.instagram.com/niijima.nagisa/
所在地：新島村本村1-9-5
営業時間：17:00～21:45（LO20:45）　定休日：火曜日
04992-7-5212

都内の寿司・蕎麦・和食店などで二十数年料理人として働き、島にUターンした店主が、2021年にオープンした居酒屋。刺身から寿司、焼き物、煮付けまでさまざまな魚料理を中心に、ネギトロの天ぷらなど、他では味わえないような特徴的なメニューもイチオシです。

青ムロアジのたたき揚げ

使用食材▶青ムロアジ

時期：通年　**650円**

くさやの材料として有名な青ムロアジのすり身を揚げた、肉厚でジューシーな一品。凝縮された旨味が口の中いっぱいに広がります。

島寿司（予約優先）

使用食材▶イサキ、シマアジ、真鯛など

時期：通年　**1貫220円**

季節の魚を醤油ベースの秘伝のたれに漬けこみ、握りにしました。ピリっと辛いからしとの絶妙なハーモニーをお楽しみください。

島魚の西京焼き

使用食材▶イサキ、メジナ、オジサン、カマスザワラ

時期：通年　**時価**

旬の地魚の味わいを活かしたまま、西京焼きに仕立て上げました。時期によっては、内地ではなかなか味わえない高級魚にも出会えます。

新島 お宿 そうめいまる

アクセスマップ

https://ja-jp.facebook.com/ 年間民宿 - お宿 - そうめいまる -325248914236809/
所在地：新島村本村2-6-12
営業時間：通年営業　定休日：不定休
04992-5-1085

前浜海岸の内陸東側にある十三社神社近く、青い屋根が目印のお宿。

期間限定で、庭では釣った魚や畑で採れた野菜などを素材に、バーベキューを楽しむことができます。（予約時要相談）

そうめいまるの夕食

使用食材▶旬の地魚、旬の野菜

時期：通年

宿泊費込

地魚をはじめ、島で採れる野菜などを使い様々な料理に仕立てた夕食をいただけます。

写真は２名分の夕食の一例で季節により素材は変わりますが、満足間違いなしの内容です。

地魚のお刺身

使用食材▶旬の地魚

時期：通年

宿泊費込

新島近海で捕れた新鮮な魚を提供しているので、旬の美味しさを堪能できます。

新島 POOL island cafe・market

アクセスマップ

https://m.facebook.com/poolislandcafe
所在地：新島村本村2-9-23　営業時間：10:00～16:00
定休日：不定期営業

04992-5-0048

※2023年11月からしばらくの間、不定期営業となっています。事前にSNS等で営業状況をご確認ください。

挽き立てのコーヒーや手作りスイーツ、新島野菜を使用したランチが楽しめます。スタイリッシュでおしゃれな店内は居心地抜群！　オリジナルティーシャツやバッグなどもお土産に人気！

島寿司醤油ポキ丼

使用食材▶赤イカ、新玉ねぎ、青唐辛子、タタキ、旬の野菜、明日葉

時期：GW、夏期　**1,450円**

ハワイでお馴染みのポキボウルを新島流に。マグロに新島産の赤イカ、新玉ねぎや島のり、海藻類などを贅沢に加え、島寿司に使われる漬けダレであえたもの。明日葉とタタキのみそ汁付き。

新島産苺抹茶ラテ

使用食材▶苺

時期：2月～8月頃　**600円**

新島産の苺で作った自家製シロップを使用した苺抹茶ラテ。テイクアウトして近くの海で飲むのもオススメ！

ガパオライス

使用食材▶青唐辛子、赤唐辛子、バジル

時期：通年　**1,000円**

鶏のひき肉を島唐がらし、バジル、オイスターソースなどでいためたエスニック料理。サラダ、ドリンク付。暑い夏にピッタリのピリ辛メニュー！島内の方、島外の方、両方に人気のランチです。

新島 趣味の料理 二宮（ふたみや）

アクセスマップ

https://www.instagram.com/futamiya_niijima/
所在地：新島村本村3-3-11
営業時間：昼11:30～　夕17:00～　定休日：不定休
04992-5-0780

旬の食材をふんだんに取り入れた和食中心の創作料理を、夜はコース、昼は御膳と、慶事など物日のお弁当として提供しています。店内は、木をベースとした落ち着いた内装で、ゆったり過ごせる掘りごたつの席などを用意しています。毎日アレンジしたコースメニューで提供していますので、2日前までのご予約をお願いいたします。

二宮のラインナップ

使用食材▶旬の海産物、野菜

時期：通年

お弁当 1,500円～
御膳 2,000円～
コース 4,000円～

旬の食材を一番美味しく食べられるこだわりの料理を創作し、心のこもったコースで提供しています。厳選した食材をベースにメニューを毎日アレンジし、季節を五感で感じられる料理としています。島の食材を使用したその季節の味覚を、ごゆっくりとお楽しみください。

二宮弁当

二宮御膳

（秋のコースメニューの一例）

お造り（刺身）

先付

煮物

予約可　電子マネー可

新島 Cafe&Bar arato

アクセスマップ

https://www.instagram.com/arato_cafe_bar/
所在地：新島村本村4-2-11
営業時間：11:30～13:30(夏季)/18:00～22:00　定休日：日曜、月曜(5～9月不定休)　04992-5-0120

民家を落ち着きある雰囲気にリノベーションをした店舗です。
数あるメニューは、季節ごとの新島食材を工夫を凝らした調理、味付けで提供しています。

赤いか漬け丼定食

使用食材▶赤イカ
時期：5月～7月
時価

新島で水揚げされた赤イカを贅沢に使った丼。
甘辛い漬けだれに漬け込んだ赤イカに、生玉子をからめて絶妙な味わいを楽しめます。

苺のスイーツ

使用食材▶苺
時期：12月～3月
600円～

新島ふれあい農園産の甘くてみずみずしい苺「よつぼし」を使ったスイーツ。
ショートシフォンなどメニューはその日のお楽しみです。

カクテル「Niijima Blue」

使用食材▶島レモン
時期：11月～3月
700円～

新島の宮原酒造の焼酎「羽伏浦」をベースに島の海の色をイメージしたカクテル。島レモン入り！
他にも島焼酎「嶋自慢」各種取り揃えております。ロック・水割りお好みの飲み方でどうぞ！
※カクテルは通年提供しておりますが、新島産レモンの使用は旬の時期限定です。

新島 ニュープラザ

アクセスマップ

所在地：新島村本村4-5-10 2F
営業時間：17:00 ～ 22:00　定休日：不定休

04992-5-0005

2024年7月オープンの居酒屋。
自宅の畑で採れた野菜を使ったメニューや新島産の塩を使った肉料理等を提供しています。

しおさいのローストポーク

使用食材▶塩

時期：通年

980円

大きな豚肉の塊に新島のしおさいの塩と香辛料をすりこんでじっくりローストしました。

茄子のひき肉詰め

使用食材▶茄子、島唐辛子

時期：夏季

380円

自宅の畑で採れた茄子に島唐辛子とスパイスで味付けしたひき肉を詰めたおかずにもつまみにもなる一品です。

明日葉玉子とじ

使用食材▶明日葉

時期：冬季・春季

580円

明日葉をかつおと昆布の出汁でさっと煮てふんわりと玉子でとじた、お腹にも優しい一品です。

新島 栄寿司

アクセスマップ

所在地：新島村本村 5-2-9
営業時間：11:30 ～ 13:30/18:00 ～ 22:00　定休日：不定休

04992-5-1539

島内で古くから島寿司を提供しているお店です。夜には、島の食材を使用した様々なメニューを提供しています。

特に夏季は混雑することもありますので、事前に電話で確認をおすすめします。なお、ランチは予約をとっておりません。

島寿司

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**2,300円**

新島伝統の島寿司です。真鯛、メダイ、カンパチなど旬の魚をしょう油づけにしたものに、からしをのせています。大きめのシャリに、とろけるような肉厚のネタでボリュームがあります。

明日葉のちくわ天ぷら

使用食材▶明日葉

時期：通年　**850円**

新島産の柔らかく食べやすい明日葉を、ちくわと一緒にカラッと天ぷらにしました。ちくわのふんわり感と明日葉のほろ苦い旨みがくせになります。開いた花のような盛り付けは必見です。

魚のカルパッチョ

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**1,000円**

新島近海で獲れた真鯛、メダイ、カンパチなどの旬の魚をカルパッチョにしました。酸味の効いたソースで季節の野菜とともにお楽しみいただけます。

新島 やきとり 大三

アクセスマップ

所在地：新島村本村5-3-1
営業時間：17:30～22:00（LO21:00）　定休日：不定休

04992-5-0109

新島の郷土料理が食べられる焼き鳥店です。

焼き鳥店ならではの炭火で焼いたくさやも食べられます。

また、漁師でもある店主が、新島近海で獲った新鮮な魚を使った料理も提供しています。

金目鯛のねぎ間

使用食材▶金目鯛

時期：通年　**350円（1本）**

鶏肉ではなく金目鯛をねぎの間に刺し、焼き鳥のように仕上げた焼き物。

炭火焼きの風味が最高です。

金目鯛の刺身

使用食材▶金目鯛

時期：通年　**850円**

島で水揚げされる金目鯛を新鮮なままお刺身に仕上げています。

明日葉とシーチキンのマヨ和え

使用食材▶明日葉

時期：通年　**350円**

島で収穫される明日葉をさっと湯がき、シーチキンとマヨネーズで和えた一品です。

くさやピザ

使用食材▶くさや、明日葉

時期：通年　**950円**

新島名物のくさやをトッピングしたピザ。

チーズとの相性が良く、とても食べやすい味になっていますので、くさやの苦手な方もぜひお試しください。

新島 和み処 サンシャイン

アクセスマップ

https://www.facebook.com/ 新島 - 和み処 - サンシャイン -1624831054431371
所在地：新島村本村6-1-3
営業時間：18:00～22:00（日によって変更あり）　定休日：不定休

本村中央通りに面した居酒屋。2022年から飲食店経営の傍ら新島で製塩業を始め、その新島のきれいな海からできた天然塩をふんだんに使った食事とお酒が楽しめます。

赤いか塩焼きそば

使用食材▶赤イカ、島のり

時期：通年　**1,000円**

新島のご当地グルメ「赤いか焼きそば」を、当店ならではの塩味にしたオリジナル料理。

塩レモンサワー

使用食材▶塩

時期：通年　**650円**

防カビ防腐剤不使用のレモンを、たっぷりの新島の塩で漬け、数ヶ月熟成させてつくる当店人気No.1ドリンク。

くさや

使用食材▶地魚

時期：通年　**300円～**

時期により数種類揃えています。島焼酎とご一緒にどうぞ。

新島 焼肉 夕浜亭

アクセスマップ

所在地：新島村本村 6-1-5　営業時間：11:30～14:00 / 18:00～21:00（LO20:00）
定休日：不定休

04992-5-1308

当店は焼肉店ですが、島の味も楽しむことができます。掲載メニューの他にも旬の食材を使ったメニューを提供しています。

予約によりお弁当の購入も可能です。(10:30～11:30、14:00～18:00)

なお、当店は焼肉店ですので、定食でのお席のご予約はご遠慮いただいております。

刺身定食

使用食材▶シマアジ、ヒラメ、カンパチ、マダイ等

時期：通年

1,600円

新島産の新鮮な魚をご提供。

鮮度の良い天然の味を味わうことができます。

その他にも、焼肉定食をはじめとしてメニューは豊富ですが、どの定食にも野菜が入り、栄養バランスに配慮しています。

刺身盛合せ

使用食材▶シマアジ、ヒラメ、カンパチ、マダイ、赤イカ等

時期：通年

1,600円

新島産の新鮮な魚をサイドメニューとして単品で、ご提供。いろいろな地魚を味比べできます。

予約不可 | P 2台 | カード可 | 電子マネー可

新島 クロベェスタンド

アクセスマップ

https://www.instagram.com/kurobei_stand/
所在地：新島村本村6-2-14　営業時間：9:00～21:00(時期により異なる・途中休憩あり)
定休日：水曜(夏期営業)/オフシーズンは土日祝のみ営業
04992-5-0823

本村中央通りの入り口にある軽食＆スイーツスタンド。クレープなどのスイーツからカレー、ネギマヨチャーシュー丼などの丼ぶりまで、テイクアウトで幅広く提供しています。厳選した挽きたての豆で淹れたオーガニックコーヒーも自慢です。

ツナマヨ明日葉ホットサンドセット

使用食材▶明日葉

時期：食材の時期による　**800円**

朝食にもオススメな、ホットサンドとコーヒーのセットです。新島野菜の明日葉に、相性抜群のツナマヨをたっぷりプラスして、ぎゅっとサンドしました。

明日葉ナナジュース Ashitabanana

使用食材▶明日葉

時期：通年　**550円**

当店一番人気の「明日葉」×「バナナ」のジュース。完熟バナナの甘味だけで仕上げた、甘すぎずさわやかなジュースは飲みごたえ満点です。

明日葉アイスクレープ

使用食材▶明日葉

時期：食材の時期による　**800円**

特製明日葉アイスを使用したクレープです。たっぷりのホイップクリームと、さわやかな明日葉アイスのハーモニーをお楽しみください。

新島 STEAK HOUSE 白砂（ステーキハウス しらすな）

アクセスマップ

https://www.instagram.com/niijimafarmers/
https://m.facebook.com/niifarm
所在地：新島村本村6-2-15
営業時間：18:00~21:00　定休日：平日

04992-5-1331

農家直営のレストランです。
その時にとれた野菜を使った料理を提供いたします。

あげ野菜甘みそぞえ

使用食材▶なす、ピーマン、じゃがいも、トマト、レタス、キュウリ、旬の地野菜

時期：春～秋　600円～

朝どれの野菜を油であげて甘みそをそえています。

ステーキプレート

使用食材▶旬の地野菜

時期：通年　2,500円～

サーロインステーキのつけあわせとして何種類かの朝どれ野菜をそえています。

ハンバーガー

使用食材▶レタス、トマト、玉ねぎ、旬の地野菜

時期：通年　1,500円～

新鮮な野菜を使ったフレッシュなビーフ100％のハンバーガーです。

予約可 | 3台 | Wi-Fi 可 | カード可 | 電子マネー可

新島 みかさ

アクセスマップ

https://www.instagram.com/mikasa_niijima/?igshid=YjNmNGQ3MDY%3D
所在地：新島村本村6-4-4　営業時間：10:00~13:30/16:00~18:30（変更の場合あり）
定休日：不定休（インスタグラム等でご確認ください）

おにぎりをはじめ、お惣菜・定食をご提供する「こだわりのごはん屋さん」
島の素材を使った「美味しい」がここにあります。
おにぎりをテイクアウトして海へ。
ゆっくり店内でお食事を。
皆様のご来店・ご予約お待ちしています。

おにぎり

使用食材▶明日葉

時期：通年　**230~330円**

具沢山のおにぎりは食べ応え抜群。明日葉の採れる時期は天むすや佃煮にしてご提供。
その日しかない１品との出会いをお楽しみください。

総菜

使用食材▶明日葉、筍、らっきょう、玉ねぎ、サツマイモ等旬の地野菜

時期：通年　**200~600円**

その日仕入れた新島の素材をふんだんに使い、全て手作りでご提供しています。
漬物から揚物まで多種多様にご用意。
※揚げ油は、毎日交換しています。

おにぎり定食

使用食材▶旬の地野菜

時期：通年　**1,400~2,000円**

店内でゆったりしたい方向けのおにぎり定食をご用意。
おにぎりと総菜汁物は毎日変化するラインナップをお楽しみいただけます。
ビール・日本酒・季節限定の島レモンサワーもありますので是非！

新島 とりてつ

アクセスマップ

所在地：新島村本村6-9-1
営業時間：17:00～22:00　定休日：月曜

店先の赤ちょうちんが示すように、自慢料理は焼き鳥ですが、新島で獲れる新鮮な魚を使った料理も見逃せないお店です。

12席ほどの小さなお店ですが、アットホームな雰囲気の中で島の夜を楽しむことができます。

激辛やきとり

使用食材▶青唐辛子

時期：通年　**130円（1本）**

注文を受けてから串に刺して焼くやきとりは鮮度抜群。

秘伝のタレをからめ、刻んだ生の島唐辛子を散らして出来上がり。

島唐辛子の辛味、香りをお楽しみください。

地魚のお刺身

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**700円～1,000円**

その日に入荷した新鮮な魚の中から、お刺身に適したものを厳選して提供しています。

単品のほか、盛り合わせなどもありますので、店内でお声をおかけください。

お通しに「なめろう」が出ることもあります。

新島 民宿 浜庄

アクセスマップ

所在地：新島村本村6-9-9
受付時間：7:00 ～ 19:00　定休日：なし

04992-5-0524

釣れたてのお魚、採れたてのお野菜を工夫した調理方法で提供します。

港・空港から車で10分程度とアクセスも良く、目の前には前浜海水浴場があるため、レジャーも存分に楽しめます！

赤イカの姿焼き

使用食材▶赤イカ、青唐辛子

時期：通年　**宿泊費込**

赤イカ丸ごと１匹をタレに付けて姿焼きにし、上からマヨネーズと青唐辛子をかけたお料理です。プリプリ、モチモチとした食感の赤イカは食べ応え抜群です。

アメリカ芋とキノコのお団子

使用食材▶アメリカ芋、キノコ類（しいたけ、しめじなど）

時期：通年　**宿泊費込**

キノコ類を炒めて作った餡を、蒸かしたアメリカ芋と片栗粉を合わせて作った生地で包んだ当宿オリジナルのお団子です。直前に湯がいてからお出しするため、ホクホクの温かさとアメリカ芋のしっとりとした甘さが口の中いっぱいに広がります。

地魚のお刺身

使用食材▶シマアジ、カンパチ、伊勢海老、カツオ、タイ、赤イカなど

時期：通年　**宿泊費込**

宿が営業している釣船がその日獲った新鮮なお魚を、お刺身で提供します。肉厚に切られた身は歯応えがあり、素材そのものの美味しさを味わっていただけます。当日までどのお魚が出てくるか分からないことも楽しみの一つです。

新島 新島食堂 マルゴー

アクセスマップ

https://www.instagram.com/0505marugo/
所在地：新島村本村6-10-2　定休日：月曜日・火曜日（７月～９月は無休）
営業時間：7：00～9：00／11：00～15：00(夏季時間)他の営業時間はSNSでご確認ください
04992-7-5180

海産物、農作物共にできるかぎり島の食材を使用したメニューをご提供しています。
ご来店をお待ちしています。

新島産カンパチの島唐辛子醤油漬け

使用食材▶カンパチ
時期：水揚げ状況による
1,700円

新鮮で脂がのっている新島産カンパチを自家製の島唐辛子醤油に漬けて島海苔ごはんごはんの上に乗せます。

赤いかとしま玉黒カレー

使用食材▶赤いか、しま玉
時期：GW～夏季
1,600円

美味しい赤いかとにいじまファーマーズブランドの新玉ねぎ(しま玉)、国産せせり肉、イカ墨を使用した島唐辛子入り辛口スパイスのカレーです。

アシタバペペロンチーノ

使用食材▶明日葉
時期：春～夏前
1,300円

採りたての明日葉と島唐辛子を入れて、島海苔を乗せます。

新島 一本松食堂

アクセスマップ

https://www.instagram.com/niijima.lpponmatsu/
所在地：新島村字川原204　定休日：不定休
営業時間：ランチ11:30～13:30　ディナー 17:30～20:00（時期により変動あります）
04992-5-1808

羽伏浦海岸、新島空港からほど近い、気軽に入れる食堂。常に新鮮な魚を入手すべく模索しています。スタッフもハマった果物フレーバーのかき氷もオススメ。「営業中」ののぼり旗が目印です。

特製アシタバうどん

使用食材▶明日葉

時期：通年　**1,500円～**

新島のアシタバを贅沢に練り込みました。アシタバうどんは釜揚げで豊かな風味をお召し上がり下さい。

地魚定食

使用食材▶旬の地魚、赤イカ

時期：春・夏　**1,500円～**

新島の地魚を鮮度の良いまま調理しています。その季節の海の幸を提供しています。

明日葉天そば・うどん

使用食材▶明日葉

時期：通年　**1,080円～**

天然の明日葉をカラっと天ぷらにして、たっぷりのせました。明日葉の甘苦い風味を堪能できます。

新島

新島親水公園

れすとはうす みんと

アクセスマップ

https://www.facebook.com/ 新島親水公園れすとハウス -157794057696158/

所在地：新島村字瀬戸山120

営業時間：11：00～15：30(夏季11：00～16：30)　定休日：不定休

04992-5-1772

新島で採掘されるコーガ石のオブジェがトレードマークの新島親水公園内にあるレストハウス。

公園の緑や噴水を眺めながら、のんびりとランチやカフェを楽しめます。

明日葉と島のりのパスタ

使用食材▶明日葉、島のり

時期：通年

1,080円

明日葉、島のり、ブラックペッパーで仕上げた一品。磯の風味が食欲をそそります。

新島赤いかのサラダライス

使用食材▶赤イカ、島のり

時期：通年

1,480円

旬の赤イカに、特製甘口醤油をかけていただきます。上品な甘みと濃厚な旨味が口に広がります。

明日葉と島のりの炒めライスなど各種テイクアウトあり。

タコライス

使用食材▶島のり

時期：通年

1,080円

島のりとちょっぴり甘酸っぱいオリジナルサルサソースの相性が抜群。

多くの野菜を使用しているため、見た目も鮮やかです。

新島観光情報

新島

羽伏浦海岸（はぶしうら）

約 6.5km にもわたって延びる白い砂浜。新東京百景に指定されています。白砂が海に溶け出して作られる、ミルキーブルーの美しい海の色合いが魅力です。陸側には白い海食崖が壮大なスケールで続いています。

アクセス：新島港から車で7分

新島

湯の浜露天温泉

水着で入浴する無料の露天温泉。

展望温泉からは、太平洋に沈む夕日、夜になれば満天の星空を眺めながら入浴できます。

アクセス：新島港から徒歩5分／営業時間：24時間／定休日：なし（温泉井戸点検中は休業）／料金：無料／脱衣所・ロッカー・水シャワー・コイン式温水シャワーあり／注意事項：水着着用（ウェットスーツ等不可）※清掃中の場合あり。

新島

石山展望台

島の南側に位置する向山には、壮大なスケールのコーガ石採掘場があり、採掘場を抜けると眼下に見渡す限りの海が広がります。式根島や神津島など伊豆諸島の島々を一望でき、採掘場跡を探索できるトレッキングコースもあります。

向山は平安時代に噴火し、現在の新島が形作られました。

アクセス：新島港から車で15分

新島

新島ガラスアートセンター

日本では新島でしか採掘されないコーガ石は、高温で融かすと美しいオリーブグリーンに輝くガラスに変化します。

この新島ガラスで作られたグラスなどの販売や、ガラスアート体験を行っています。お土産さがしにも最適のスポットです。

所在地：新島村間々下海岸通り／営業時間：10:00～16:30 ／定休日：火曜、年末年始／料金：ガラス体験教室3,300円～(要予約)／電話：04992-5-1540

新島

ました温泉

ました温泉では、大海原を見渡す露天風呂や砂むし風呂が楽しめます。

砂むし風呂は専用の浴衣を着て横になり、スタッフに砂をかけてもらいます。上に載った砂の圧力と約60℃の砂による発汗作用が老廃物を排出させるといわれています。

アクセス：新島港から徒歩10分／営業時間：[温泉]13:00～20:00・[砂むし風呂]13:00～20:00／定休日：水曜／料金：[温泉]大人300円、子ども150円、70歳以上200円・[砂むし風呂]大人700円、子ども400円／電話：04992-5-0830

新島

新島村博物館

新島、式根島の成り立ちや遺跡、古民家の復元ブースや江戸時代の漁を再現した模型など、新島村の自然・歴史・文化を紹介している郷土博物館です。

アクセス：新島港から車で5分／営業時間：9:00～17:00／休館日：月曜（祝日の場合は翌日）／料金：大人300円、子ども150円／電話：04992-5-7070

新島 式根島

連絡船 にしき

新島・式根島間を片道約10分で行き来する連絡船。

1日3便出ているので、連絡船を活用すればどちらの島に宿泊しても2島楽しむことができます。

船にはデッキがあるので、クルージング気分も満喫できます。

料金：片道430円／運航回数：1日3便
連絡船にしき事務所 電話：04992-7-0825

式根島 ゲストハウスひだぶん

アクセスマップ

http://hidabun.com
所在地：新島村式根島9
定休日：なし

04992-7-0072

石白川海岸から歩いて近い場所にある便利な宿。長期滞在でも安心のリーズナブルなドミトリーや、個室（和室・洋室ツインベッド）を選べます。お食事はオプションで、掲載したお料理のほか、島の食材を使った定食も召し上がることができます。

自家製レモングラス

使用食材▶レモングラス

時期：通年

400円／1袋

お土産に人気です。フリードリンクもご用意していますので、是非お試しください。

定食

使用食材▶旬の野菜

時期：通年（7、8月除く）

2,000円

自家製の採れたて野菜を使ったこだわりの料理を提供しています。

刺身付き定食

使用食材▶旬の地魚、野菜

時期：通年（7、8月除く）

3,000円

自家製野菜を使った定食に加え、島で獲れた新鮮な魚のお刺身を楽しむことができます。

式根島 漁師宿 かねやま

アクセスマップ

http://shikinejima.net/kaneyama
所在地：新島村式根島22-2
定休日：不定休

04992-7-0303

式根島の漁師が営む魚自慢の宿。
近海で水揚げした新鮮な魚を季節ごとに厳選使用した、魚づくしの夕食メニューが自慢。
リピーターも多く、幅広い層から人気の宿です。

地キンメ

使用食材▶金目鯛
時期：10月～6月
宿泊費込

式根島近海で獲れた新鮮な金目鯛を使用した一品。
じっくり時間をかけ仕上げる煮付けは、おいしいこと間違いなしです。

新鮮なお刺身

使用食材▶旬の地魚
時期：通年
宿泊費込

新鮮な魚を厳選して提供できるのは、店主が漁師だからこそ。
季節ごとに一番美味しい魚をしっかり食べられます。

かねやまの夕食

使用食材▶旬の地魚等
時期：通年
宿泊費込

お刺身、煮付け、焼き物などのほか、肉料理や洋食メニューなどバラエティーに富んだ夕食を提供。季節によって異なる厳選素材を使用しています。

明日葉シフォンケーキ

（3日前までに要予約・宿泊者以外も予約可）

使用食材▶明日葉
時期：10月～6月
17cmホール1,700円（箱代別）

式根島の明日葉を使用した手作りシフォンケーキです。栄養豊富な南国のお砂糖「島ざらめ」の優しい甘さと香りが明日葉と相性抜群。
【予約・問合せ】
090-5800-8826

式根島 漁師宿 きろく

アクセスマップ

https://shikinejima.net/kiroku/
所在地：新島村式根島79
定休日：不定休

04992-7-0204

島で水揚げされた魚を一番美味しいタイミングで提供しています。地元の魚を中心とした特別料理も提供しています。

きろくの夕食

使用食材▶地魚

時期：通年

宿泊費込

夕食の提供のタイミングには特にこだわっており、温かいものは作りたての時間を調整しています。

旬なお刺身

使用食材▶地魚

時期：通年

宿泊費込

漁師が水揚げした新鮮な魚を一番美味しいタイミングでお刺身にしています。

式根島 おくやま

アクセスマップ

所在地：新島村式根島 281-1
営業時間：8:30～19:00(夏期20:00)　定休日：月曜日(夏期無休)

04992-7-0211

手作りのづけ丼・のり弁が大変好評です。確実に召し上がりたい方は御予約がおすすめです。明日葉を使用した惣菜をはじめ、島の魚をすり潰して揚げた自家製たたき揚げや島の畑で採れたアメリカ芋の天ぷらなどが季節によって店頭に並びます。

明日葉のお菓子を中心としたおみやげ品のほか、生活雑貨も豊富に取り揃えています。

づけ丼

使用食材▶地魚(タイ、メダイ、カンパチ、キハダマグロ等)

時期：通年　**1,000円～**

島で獲れた魚を特製の島唐辛子入の醤油ダレに漬け込んで、酢飯の上へすき間なくのせた丼ぶりです。

あしたば入 島のり弁当

使用食材▶明日葉

時期：通年　**650円～**

当店おみやげ人気NO.1の島のりを２層に入れた御飯の上に、明日葉天とちくわ天をのせています。

天丼

使用食材▶明日葉、島のり、地魚など

時期：通年　**1,000円～**

島の野菜や海産物を天ぷらにした、ボリュームたっぷりの天丼です。時期によってはメダイなどの白身魚が入り、旬の味覚を楽しめます。(時期により内容は多少異なります。)

式根島 ファミリーストア みやとら

アクセスマップ

https://www.miyatora.com/
所在地：新島村式根島 283-2　営業時間：8:00～19:00（夏季は 20:00 まで）
定休日：日曜（夏季及び連休中は無休）
04992-7-0304

新島や式根島の食材を使い「このお店でしか食べられないお弁当」を提供しています。
訪れる人の要望にもできる限り応えることをモットーに、お弁当やお惣菜のメニューが多数あることも好評です。各種クレジットカード、QR決済、電子マネーに対応しています。

たたき丸

使用食材▶明日葉、くさや
時期：通年
250円

式根島の郷土料理「たたき」。魚のすり身に味を付けた練り製品のことで、当店では独自のブレンドで仕上げています。
「明日葉の佃煮」「くさや」「ハムチーズ」をそれぞれご飯で包み「たたき」で包んで揚げた式根島名物です。

島のり弁

使用食材▶明日葉
時期：通年
650円

式根島産の明日葉の天ぷらや、郷土料理の自家製たたき揚げなどが乗った、当店1番人気のお弁当。
ご飯の上の磯海苔が、島を感じさせる一品です。

赤いか焼きそば

使用食材▶赤イカ
時期：通年（オフシーズンは要予約）
（赤いかがなくなり次第終了）
650円

新島・式根島ブランドのご当地グルメ「赤いか焼きそば」。
特製極太麺と専用のタレに当店独自の隠し味を加え、式根島の漁師さんが釣り上げた赤いかと一緒に炒めます。

予約可 | P 5台 | カード可 | 電子マネー可

式根島 池村商店

アクセスマップ

http://shikinejima.net/ikemura/
所在地：新島村式根島348-1
営業時間：7:30～19:00（夏季は20:00まで）　定休日：不定休（連休中、夏季は無休）　04992-7-0016

自家製野菜・店主が釣り上げた鮮魚など島の食材を使った、お弁当や総菜、焼き立てパン各種、揚げパンが人気です。
ご予約も承ります。お気軽にお問合せ下さい。
飲料や島焼酎、食料品も販売しています。

式根弁当

使用食材▶青ムロアジ、トビウオ、明日葉、青唐辛子

時期：通年　**780円**

磯のりご飯と、島唐辛子のかくし味を効かせた明日葉ご飯の、２種類が楽しめるお弁当。

たたきバーガー

使用食材▶青ムロアジ、トビウオ、明日葉

時期：通年　**280円**

島の鮮魚と明日葉を使用した自家製タタキ揚げを特製ダレで煮込み、ふわふわのパンに挟みました。

磯のり弁当

使用食材▶青ムロアジ、トビウオ、明日葉

時期：通年　**640円**

磯のりたっぷりのご飯にタタキ揚げ、明日葉の天ぷらなどを乗せました。

明日葉揚げパン

使用食材▶明日葉

時期：通年　**195円**

毎朝、焼きたてのコッペパンを揚げ、粉末の明日葉を絡めた人気のパンです。

式根島 凪 NAGI

アクセスマップ

所在地：新島村式根島 440-2
営業時間：10:00～18:00(受付時間)　定休日：なし

04992-7-0029

穏やかな自然の中でグランピング体験を！夜は満点の星空を楽しめます。レストランを経営していたオーナーが、式根島の海の幸や自家製の野菜を使用した夕食を用意してお待ちしています。

凪 NAGI の夕食

使用食材▶地魚、貝、野菜など

時期：通年　**宿泊費込**

お刺身盛り合わせ、焼き物、椀、小鉢などがついたコース料理です。魚や野菜など旬の地元食材を使用して提供しています。

お刺身盛り合わせ

使用食材▶地魚(黒ムツ、金目鯛、赤イカ、キメジ、ヒラメなど)

時期：通年　**宿泊費込**

式根島で水揚げされた獲れたての海の幸を是非ご賞味ください。見た目にも美しい一品です。

明日葉のコロッケ

使用食材▶明日葉

時期：通年　**宿泊費込**

オーナー自家製の明日葉を使った創作料理です。

式根島観光情報

式根島

泊海岸

湾の入り口が狭く、波が穏やかなため、室町時代には港として使われていたとされています。

湾の中は遠浅になっているので、波が穏やかで、小さな子供も安心して海水浴を楽しめる海岸です。

アクセス：野伏港から徒歩5分

式根島

地鉈（じなた）温泉

波打ち際から温泉が湧き出て、天然の湯船が複数できている海岸沿いの温泉。源泉が高温なので、潮の満ち引きにより入浴に適した温度の湯船を選んで入ります。

海岸まで至る渓谷が鉈で割ったような形をしているため、地鉈という名が付けられました。

アクセス：野伏港から徒歩25分

式根島

神引展望台（かんびき）

標高99mの神引山頂上の展望台。コバルトブルーの海と自然が作り上げた壮大な海岸線を一望できます。

新東京百景にも選ばれるほどの絶景で、天気の良い日は伊豆半島や富士山を望むことができます。

アクセス：野伏港から車で5分・徒歩40分

式根島

松が下雅湯（みやびゆ）

24時間無料で気軽に入浴できる露天温泉。泉質は地鉈温泉と同じ硫化鉄泉ですが、潮の満ち引きに関係なく水着着用で入浴できます。テーブルつきの足湯もあるので、水着がなくても楽しめます。

アクセス：野伏港から徒歩25分／水シャワー・更衣室あり

式根島

唐人津城（とうじんづしろ）

緑に包まれた式根島に突如現れる砂漠のような風景は、昔の噴火で出来たものです。

唐人津城までは山道ですが、遊歩道が整備されているので、ハイキング気分で楽しめます。

4月下旬から5月にはツツジが見頃を迎えます。

アクセス：野伏港から徒歩60分

新島 式根島 土産

新島ガラス

日本では新島でしか採れないコーガ石を原料にしたガラス製品。

オリーブ色が特徴的で、コップのほか、トロフィーなどの注文制作を行っています。

たたき

近海で獲れた青ムロアジなどのすり身に調味料などを加えて練った「生」の状態が、島で言う「たたき」。これを油で揚げたり、みそ汁の具として食べます。

くさや

製造元ごとに独自のくさや液があるため、同じくさやでも味が異なります。

また、1枚もの、スティック、フレークタイプもあります。

焼酎

島で長く愛されている焼酎。麦焼酎や米焼酎のほかに、「あめりか芋」という特産の白いさつまいもを原料とした芋焼酎もあります。あめりか芋の豊かな香りと甘みがたっぷりです。「しきね」は式根島内限定販売です。

島で食べよう
島じまん

四方を海に囲まれた島ならではの素材と食。
“島じまん”の一品をぜひ現地で味わってみてください！

新島・式根島のご当地メニュー

赤いか焼きそば

新島・式根島の絶品グルメと言えば「ケンサキイカ」！これを島では「赤いか」と呼びます。

旬は春～夏にかけて。産卵のため内湾に寄ってきたイカを水揚げしたものを提供。その濃厚な甘みと旨味の味わいは、多くのイカ愛好家の舌を魅了しています。

刺身や握りでも大人気な希少な食材「赤いか」を贅沢に使用。焼いても固くならず、ほどよい弾力がやみつきになります。

「赤いか焼きそば」の魅力はもちろん「赤いか」ですが、もちもちの太麺に絡んだオリジナルのたれ、野菜や磯のりなどのトッピングが絶妙に組み合わさり、一層食欲をそそります。

お店によって味や具材も千差万別。さまざまな「赤いか焼きそば」をお楽しみください。

赤いか焼きそば提供店

新島	居酒屋 日本橋（P.75）・やきとり 大三（P.83）・サンシャイン（P.84）
式根島	みやとら（P.101）・池村商店（P.102）

※提供期間等詳細は各店にご確認ください。

お土産もあります！

赤いか・焼きそば・特製たれをセットにしたお土産用セット（冷凍）を販売しています。旅の思い出にオススメです。

販売店：（株）池太商店・いさば家（新島港船客待合所内）

式根鯛平君

Made in Shikinejima Tokyo

式根島養殖場の
東京真鯛

みなさんに名前をおぼえてほしくて、式根島の小学生に名前を付けてもらいました。多少の日焼けはご愛敬！エサもバランスの良い配合飼料に変えてから、さらにおいしく生まれ変わりました。

海水が循環する魚の育成にとても良い環境の中、職員が丁寧に育てています。

「式根鯛平君（しきねたいへいくん）」をどうぞよろしくお願いします！

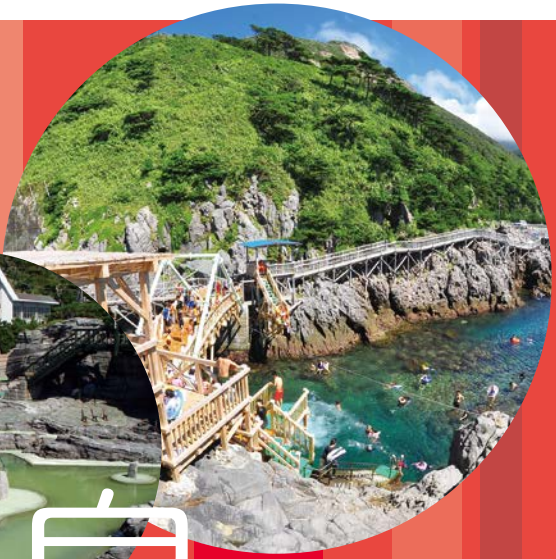
式根鯛平君を島で味わおう！

予約をおすすめします。

店舗名	店舗情報
栄寿司	82ページ
魚肴 なぎさ	76ページ
趣味の料理 二宮	79ページ

島で味わうだけではなく、1尾1kg相当1,000円（送料・パック・氷代別）で新鮮な真鯛をいつでもお届け。さらに、「真鯛のたたき（すり身）」や「真鯛のオリーブオイル漬け」などの特産品も。お土産にもおすすめです。詳しくはこちら。

紹介動画「式根鯛平君で乾杯」是非ご覧ください！

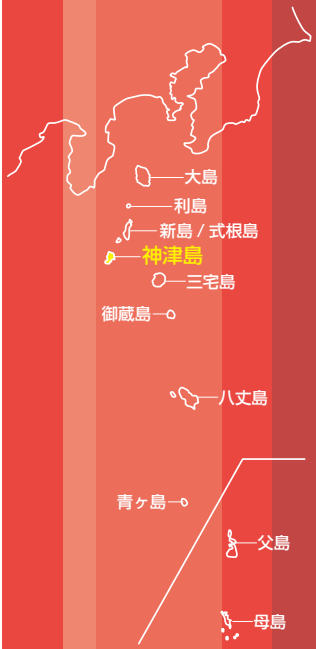


神津島

かつて神々が集まった島。
清らかな湧き水、山に咲く花々。
変わらない景色がある島です。

神津島は都心から約180km離れたところにある新島と三宅島の間にある島です。島の中央には天上山がそびえ、島のシンボルになっています。その山頂には太平洋を見渡す展望スポットがあるだけでなく、砂漠が広がっているなどめずらしい景色を見られることから人気のハイキングコースになっています。

白い砂浜や小さな湾を利用した海水浴場、大きな露天風呂のある施設など時間が足りないほど楽しみがたくさんあります。

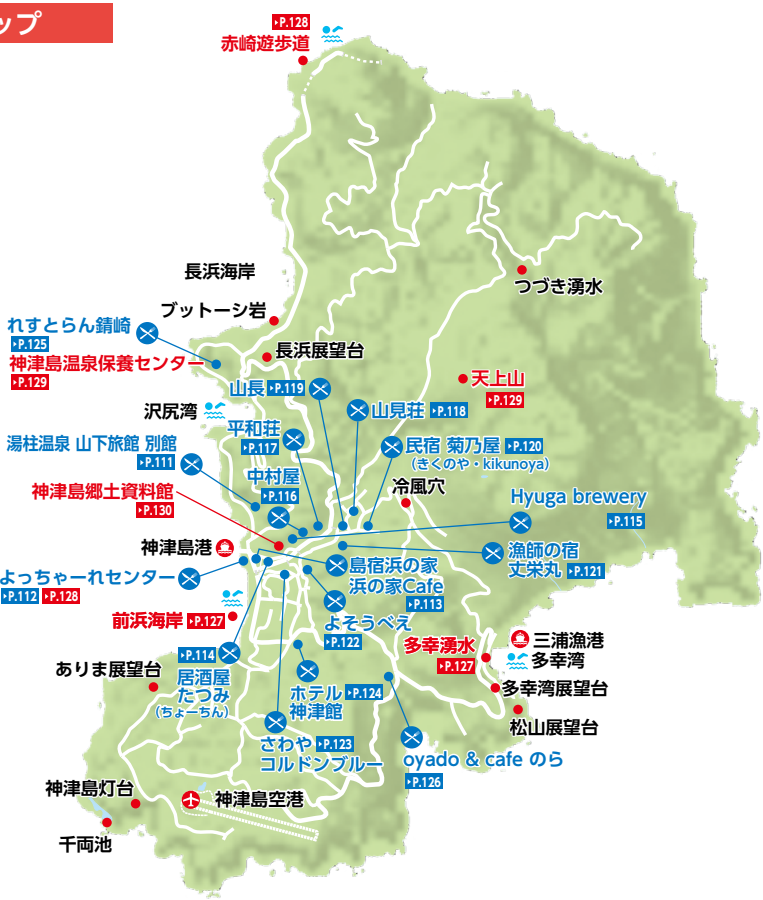


アクセス

竹芝客船ターミナル（東海汽船）	高速ジェット船	[3時間40分]	神津島
	大型客船	[12時間]	
調布飛行場（新中央航空）	飛行機	[40分]	

〈お問い合わせ〉
東海汽船お客さまセンター☎03-5472-9999　新中央航空☎0422-31-4191

マップ



主なイベント

1月2日	乗り初め
4月15日	長浜まつり
4月上旬	神津えびね展
8月1日～2日	物忌奈命(ものいみなのみこと)神社例大祭
8月1日	神津島太鼓フェスティバル
8月上旬	渚の花火大会
8月中旬	盆踊り大会
11月23日	商工産業まつり

観光案内

神津島観光協会

URL https://kozushima.com
TEL 04992-8-0321

神津島 湯柱温泉 山下旅館 別館

アクセスマップ

http://yamasitabettkan.lomo.jp/
所在地：神津島村2
受付時間：9:00～22:00　定休日：不定休

04992-8-0131

神津島港に近く、釣りや散策の拠点にぴったりの宿です。

レジャーの後は自家温泉で汗を流し、島内で育った野菜と近海で獲れた鮮魚を使った料理で、もてなしてもらえます。

泉質はナトリウム－塩化物強塩温泉で、塩辛くありますが保温効果のある泉質です。

目の前には神津島港が広がっています。

地魚の舟盛り

使用食材▶金目鯛、カンパチ等の地魚

時期：通年

時価

神津島近海で育った新鮮な魚を仕入れ、鮮度の良いまま調理し、豪快に舟盛りにしました。

島ならではの鮮度と味をお楽しみください。

山下旅館の夕食

使用食材▶地魚・地野菜

時期：通年

宿泊費込

こちらは夕食の一例です。

時期や仕入れによりメニューは異なりますが、神津島産の海鮮を使った和食をメインにてご用意しております。

Wi-Fi 可

神津島 よっちゃーれセンター

アクセスマップ

所在地：神津島村37-2　営業時間：11:00～14:00（食堂）（季節営業あり）
定休日：火曜、1月1日、2日

04992-8-1342

「よっちゃーれ」とは、神津島の方言で、「寄っていってね」の意味。

神津島港のすぐ近くにあり、1階は、新鮮な魚介類を販売している海産物販売センター（営業時間9:00～17:00（4～9月）、9:00～16:00（10～3月））で、2階の食堂で定食を提供しています。

煮魚定食

使用食材▶金目鯛、明日葉等

時期：通年　**1,300円**

神津島で水揚げされた鮮魚を使用。金目鯛を一匹丸ごと煮つけにして、小鉢、あら汁がセット。

刺身定食

使用食材▶金目鯛、イサキ、赤イカ、カンパチ、明日葉等

時期：通年　**1,000円**

神津島で水揚げされた鮮魚を使用。3種類の刺身と小鉢、あら汁がセット。

漬け丼定食

使用食材▶べっこう、明日葉

時期：通年　**1,000円**

神津島で水揚げされた鮮魚を使用し、2種の魚と赤イカを自家製ダレにつけこんだ丼です。小鉢、あら汁がセット。

神津島 島宿浜の家・浜の家Cafe

アクセスマップ

https://hamanoya-kozu.eyado.net/
所在地：神津島村54
定休日：不定休　　ご予約は、hamanoya.kozu@gmail.com へお願いします。 04992-8-0631

神津島港からほど近く、島内移動の拠点に便利な立地。おばあちゃんの家に帰って来たような懐かしい雰囲気の宿です。朝食付きプラン、または、素泊まりにてご宿泊いただけます。

閑散期は夕食をご用意できる日もあります。お問い合わせください。

浜の家の朝食

使用食材▶旬の地魚、旬の地野菜

時期：通年　　宿泊費込

神津島で獲れた旬の地魚をメインに、明日葉や旬の地野菜を使ったお料理を数品盛り合わせてご提供しています。

キャンプや他の宿にお泊まりの方も要事前予約で800円にてお召し上がりいただけます。

浜の家の夕食

使用食材▶旬の地魚、旬の地野菜

時期：通年　　3,000円

メインは、神津島で獲れた地魚を塩焼き・煮付け・ホイル焼きなどでご提供。お刺身も神津島で水揚げされたものを使用。その他、お肉料理や煮物、揚げ物など家庭料理のメニューをご提供しています。

シフォンケーキ

使用食材▶明日葉

時期：通年　　300円～

明日葉を粉末にして焼き上げた明日葉シフォンケーキをご用意。ケーキは日替わりでご用意しているので、ご希望メニューは要事前予約となります。1カット300円、ホール2,000円。

浜の家 Cafe
ご宿泊のお客様以外の方も、ご利用いただけます。

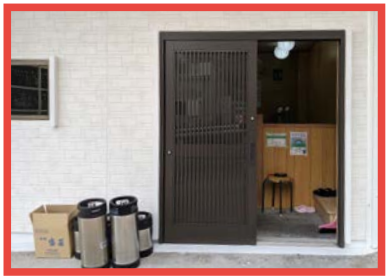
予約可

神津島 居酒屋たつみ（ちょーちん）

アクセスマップ

所在地：神津島村74
営業時間：17:00～23:30　定休日：水曜、正月、不定休

04992-8-0289



夕方から営業している居酒屋さん。
メニューは１品ものを中心にしているので、気軽に立ち寄ることができます。
島の方もよく来店するお店なので、地元の雰囲気を感じに行くのも楽しそうです。

うつぼあげ

使用食材▶ウツボ

時期：通年　500円

神津島で捕れたウツボをさばき、適量の塩をふり干して細かく切った後、油で揚げた一品。
クセがなく、ついつまみたくなる味です。

ちょーちんパスタ

使用食材▶赤イカ

時期：通年　1,300円

茹で上げたパスタに、ニンニクや唐辛子を加えシンプルに仕上げるペペロンチーノに赤イカのげそを加えたオリジナルの一品です。

神津島 Hyuga brewery

ヒュー ガ ブ ル ワ リー

アクセスマップ

https://tousyosyuhan.com
所在地：神津島村142-2
営業時間：17:30～22:00(LO：フード21:00/ドリンク21:30)
定休日：不定休

04992-7-5335

伊豆諸島初のブルワリー。神津島生まれの地ビールが数種類他、島の焼酎やオリジナルカクテル等も豊富に取り揃えています。

パーティープランやサプライズ企画もご相談ください。

あしたばピザ

使用食材▶明日葉

時期：通年

1,630円

伊豆諸島特産品の明日葉をたっぷり使い、自家製生地で焼き上げた人気の一品です。季節によっては限定販売になります。

あしたばエール

使用食材▶明日葉

時期：通年

770円～

苦みをおさえたやさしい飲み心地、ふんわり香る明日葉。島の清らかな湧水を使って仕込んでいます。

スモーク盛り合わせ５種 金目鯛入り

使用食材▶地魚

時期：通年

1,530円

神津島 中村屋

https://kozushima.com/stay/nakamuraya
所在地：神津島村 150
定休日：不定休

アクセスマップ

04992-8-0139

新鮮な海の幸を召し上がっていただける、漁師の宿です。

（夕食の一例）

地魚料理

使用食材▶金目鯛、タカベなど

時期：通年　**宿泊費込**

夕食には煮付け、朝食には塩焼き、お子様用にはムニエルなど。
素材の味を活かした料理をご提供します。（写真は金目鯛の煮付け）

明日葉料理

使用食材▶明日葉

時期：春、秋　**宿泊費込**

旬の柔らかい明日葉を、かき揚げ、和え物などにして、お出ししています。
（写真はかき揚げ）

刺身盛り合わせ

使用食材▶地魚

時期：通年　**宿泊費込**

漁師の宿の刺身なので、鮮度抜群です。

神津島 平和荘

アクセスマップ

所在地：神津島村226
定休日：不定休

04992-8-0504

元板前さんのご主人が営む宿。
季節の素材を活かしたお料理の味はご主人の保証つき。期待できます。

平和荘の夕食

使用食材▶旬の野菜、旬の地魚

時期：通年

宿泊費込

明日葉の天ぷらや胡麻和え、金目鯛の煮付けなど、新鮮な島の食材を中心とした夕食です。
写真は一例で季節や仕入れ状況により内容が異なりますが、いろいろな料理で平和荘の家庭的な味をお楽しみください。

刺身皿盛り合わせ

使用食材▶金目鯛、赤イカ等の地魚

時期：通年

宿泊費込

島に水揚げされた鮮度抜群の地魚を新鮮なうちにさばき盛り合わせました。
季節や仕入れ状況で内容は異なりますが、素材本来の味を存分に堪能できる盛り合わせです。

要予約　P 3台

神津島 山見荘

https://kozushima.com/stay/yamamisou
所在地：神津島村 289
定休日：不定休

アクセスマップ

04992-8-0653

天上山の登山口に近い、山あいの宿です。
薪で炊くお風呂は、体の芯から温まるとご好評いただいています。
田舎に帰ってきたように、ゆっくりとおくつろぎいただけます。

自家栽培の野菜料理

使用食材▶地野菜
時期：通年
宿泊費込

女将が丹精込めて作った自家栽培の野菜の料理。季節ごとに、旬の新鮮な野菜をたっぷりご提供します。
〈ある日の一例〉
・明日葉と人参のかき揚げ
・芋の天ぷら
・タマネギとキュウリのピクルス
・タマネギとミニトマトと葉物野菜のサラダ
・お新香

山見荘の夕食

使用食材▶地野菜、地魚
時期：通年
宿泊費込

神津島の海の幸、山の幸を豊富に使用したメニューをご用意しています。

神津島 山長（やまちょう）

アクセスマップ

所在地：神津島村 347
営業時間：17:30～22:30(LO21:30)　定休日：日曜日
04992-8-0331（～15:30）/04992-8-0332（15:30～）

毎晩、地元の方々が集う人気の居酒屋です。鮮魚の仲買もしており、目利きの上、厳選した旬のおいしい魚を常に提供しています。季節に合わせて、神津島ならではの魚をご堪能下さい。毎週水曜日はお寿司も提供しています。

鮮魚については、TELやFAXでの注文発送もお受けしますので、お問い合わせください。(FAX番号：04992-8-1358)

刺身（各種）

使用食材▶地魚、赤いか

時期：通年　**1,000円～**

島でとれた旬の魚のお刺身です。かつお、カンパチ、ムツ、赤いかなど神津島産の旬の魚を提供しています。(写真は赤イカ)

刺身盛り合わせ

使用食材▶地魚

時期：通年　**2,000円～**

島でとれた旬の魚のお刺身の盛り合わせです。かつお、カンパチ、ムツなど、神津島産の旬の魚を食べ比べてお召し上がりいただけます。(写真は四点盛り)

神津島の岩のり

使用食材▶岩のり

時期：通年　**600円**

神津島産の岩のりをパリパリに焼いて提供しています。パリパリの食感と磯の香りをお楽しみください。岩のりをたっぷり使った岩のりおにぎりもおすすめです。(1個700円)

神津島 民宿 菊乃屋（きくのや・kikunoya）

アクセスマップ

https://kouzushima-kikunoya.tokyo/
所在地：神津島村 377
営業時間：8:00 ～ 21:00（受付時間）　定休日：不定休

04992-8-0325

島でとれる魚介類・山菜・岩のり等、できるだけ神津島の季節の食材を調理して提供するように心がけております。野菜も自家栽培に取り組んでおります。

菊乃屋女将の家庭料理な朝食

使用食材▶地魚、地野菜など

時期：通年

宿泊費込及び1,650円～

お魚・卵料理・小鉢など和洋折衷な家庭料理の朝食です。

菊乃屋女将の家庭料理な夕食

使用食材▶タカベ・金目鯛などの地魚、地野菜

時期：通年

宿泊費込及び4,400円～

その時々で手に入ったお魚や野菜を工夫して調理して提供します。お刺身・煮付け・焼き魚は主に神津島産を提供できるよう努力しております。和食・洋食・中華など、その時によってのおまかせ料理です。

神津島 漁師の宿 丈栄丸

アクセスマップ

https://www.joeimaru.jp
所在地：神津島村543　予約受付時間：10:00～20:00
定休日：不定休

04992-8-0622

漁師の宿ならではの新鮮な魚で、お客様をおもてなしします。食堂に飾られた大漁旗は丈栄丸の宝物。魚が好きな人にはぴったりのお宿です。

丈栄丸の夕食

使用食材▶旬の地魚、旬の野菜

時期：通年

宿泊費込

金目鯛などとれたての魚と季節の野菜を中心にお出しします。天候や水揚げの状況により、メニューは変わることがあります。冬季（10月～3月）期間のお客様には金目鯛のお鍋がつきます。（舟盛りは別途注文となります）

刺身盛り合せ

使用食材▶旬の地魚

時期：通年

宿泊費込

その日にとれた魚を、美味しく味わっていただくことが出来ます。丈栄丸の自慢の一品です。

神津島 よそうべえ

アクセスマップ

所在地：神津島村 616
営業時間：8:00 ～ 22:00(受付時間)　定休日：不定休

04992-8-0138

お料理のほとんどに島の食材を使用しています。家族が漁師のため、新鮮なお魚を提供させていただきます。

アットホームな雰囲気のお宿でリピーターも多く、村の中心部にあり、お店も近く便利です。

よそうべえ夕食

使用食材▶旬の野菜、旬の地魚、貝

時期：通年　**宿泊費込**

明日葉の天ぷら・ナムル・磯ぶきの岩のりいため煮・金目鯛の煮付・地魚の刺身・いせも(シッタカ)の塩ゆでなど、島の食材を使用してお料理しています。

金目鯛の煮付

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**宿泊費込**

少し甘辛に煮てあります。

神津島 さわやコルドンブルー

アクセスマップ

所在地：神津島村676
営業時間：ランチ12:00～14:00　ディナー 18:00～20:00
定休日：火曜（不定休あり）

090-3992-5241

京都で28年フレンチレストランを営業し、平成28年9月から神津島へ移ってきました。島の食材をより一層、美味しく食べていただくために日々研究しています。旅館だった建物をレストランに使用しています。ワインやウイスキーも豊富なので、ぜひお料理とともにお楽しみください。コーヒーも自家焙煎です。神津島の魚のカツカレーもどうぞ。

ランチセット

使用食材▶地魚、地野菜

時期：通年

チキン2,750円
魚orポーク2,750円
和牛3,300円

サラダ、スープ、メイン、食後のドリンクのランチです。島でとれた魚や野菜をふんだんに使っています（サラダ、スープ等）。

▼写真は一例です

ディナーコース

使用食材▶地魚、地野菜

時期：通年

ポーク4,400円
和牛4,950円

オードブル、スープ、サラダ、魚料理、メイン、デザート、食後のドリンクのディナーです。島でとれた魚の燻製や地野菜のサラダ等、多様な方法で島の味覚を提供します。

▼写真は一例です

ランチのカレーセット

使用食材▶地魚、地野菜

時期：6月～9月

1,650円

カレーライス、サラダ、食後のドリンクのランチです。神津島でとれた魚を出汁やカツに使ったカレーをどうぞ。

神津島 ホテル 神津館

アクセスマップ

https://kozukan.jp/
所在地：神津島村 1593
営業時間：8:00 ～ 22:00　定休日：なし
04992-8-1321

全室オーシャンビューの神津島唯一のホテル。当館は明治の頃から島を訪れる旅人に親しまれてきました。地元でとれた新鮮なお魚と野菜を使って心を込めておいしい料理で、おもてなしいたします。ぜひ、お待ちしております。

赤イカしゅうまい

使用食材▶赤イカ

時期：通年　**宿泊費込**

神津産の赤イカをすり身にして野菜などを混ぜ合わせ、細かく刻んだしゅうまいの皮をまぶして蒸して、揚げてお出しします。

金目の煮付け

使用食材▶地魚

時期：通年　**時価**

お値段は人数等によって変わりますので、お問い合わせください。

神津館の夕食

使用食材▶地魚、地野菜

時期：通年　**宿泊費込**

こちらは夕食の一例です。神津島でとれたお魚をメインに、心を込めてご用意しております。

神津島 れすとらん錆崎（さぶさき）

アクセスマップ

所在地：神津島村字錆崎1-1　温泉保養センター内（食事のみは入館料なし）
営業時間：ランチ11:30～14:00　ディナー 16:30～21:00（時期により変動があります）
定休日：水曜（夏期及び5月は無休）
04992-8-1211

その日水揚げされた魚をお出ししています。季節等により変わりますので、来店の際は係の者におたずねください。

その他、島産の明日葉やパッションフルーツのアイスなど、島ならではのメニューもとりそろえております。

海鮮丼

使用食材▶旬の地魚

時期：年中　**2,000円**

水揚げされたばかりの新鮮な魚や、島でしか味わえない地海苔を使った、味が自慢の寿めし。づけ丼も人気です！！

明日葉コロッケ

使用食材▶明日葉、じゃがいも

時期：年中　**680円**

地生の明日葉を使用して、風味の強い味に仕上げた自家製のコロッケです。

島天丼

使用食材▶旬の地魚、旬の野菜

時期：年中　**1,300円**

島でとれた4種の野菜（明日葉など）と2種の魚（金目鯛など）の天ぷらがのった、ボリューム感のある一品です。

要予約　P 3台

神津島 oyado & cafe のら

アクセスマップ

所在地：神津島村字秩父山 44-1　定休日：不定休
営業時間：9:00 ～ 21:00（受付時間）cafe要予約

090-4599-6216

地魚や自家製野菜にこだわった、のら風オリジナルメニューの、小さな宿＆カフェです。

周辺には秩父山・松山遊歩道・三宅島・御蔵島を望む三浦展望台があります。

星空観察・登山・散策好きな方、まったり旅の方におすすめです。お泊りの方に限り、カフェメニュー 10%offでご利用いただけます。

バス停―赤羽峠より徒歩2分

朝食

使用食材▶地魚、地野菜

時期：通年　**宿泊費込**

手作りの干物などでお楽しみください。

夕食

使用食材▶地魚、地野菜

時期：通年　**宿泊費込**

地魚と季節野菜を使った家庭料理でお楽しみください。

ランチ

（本日のおすすめ－カレー、お魚ギョーザ）

使用食材▶地魚、地野菜

時期：通年　**1,100円（税込）**

本日のおすすめ（日替りランチ）をはじめ、定番メニューランキング上位の漬け丼・明日菜ピザ・岩のり焼きめし・島のフルーツを使ったオリジナルシロップのドリンクやかき氷・サワーが人気です。

前浜海岸

港や村から一番近い海岸です。約800m続く白い砂浜は美しいの一言。

昼間の青い空はもちろん。夕方には美しい夕日が見られることで人気の海岸です。

アクセス：神津島港からすぐ

多幸湧水

アクセス：神津島港から村営バス多幸湾方面行きで20分、多幸湾で下車徒歩すぐ

島の東側、多幸湾に東京の名湧水57選に入る湧き水があります。

多幸湧水と呼ばれるこの湧水は島民がおいしいと言うほどの名水。ぜひお試しください。

よっちゃーれセンター

神津島港内にある海産物の直売所で、干物やくさや等の加工品を真空パックにして販売しており、出発前のお土産探しにも最適です。2階には食堂があります。

隣接のまっちゃーれセンターには観光協会の窓口があるので、旅の情報収集ができます。

所在地：神津島村37-2／営業時間：9:00～17:00（4～9月）、9:00～16:00(10～3月)／定休日：火曜、1月1日、2日／電話：04992-8-1342

赤崎遊歩道

海にせり出す険しい岩場を簡単に行き来できるように張り巡らされた、木製の遊歩道です。

遊歩道沿いにある入り江へは階段を下りると簡単にアクセスができ、三方を岩場に囲まれているので波も穏やかで、安全にシュノーケリング等が楽しめます。

アクセス：神津島港から村営バス赤崎遊歩道行きで15分、終点で下車徒歩すぐ

天上山

島の中央に位置する標高572mの天上山は、島の景色を眺めながらのんびりと登山するのに適した山です。

山頂に砂漠が広がるという不思議な光景を見る事ができるのも魅力です。

展望地からの景色はすばらしく、新東京百景に指定されていて、伊豆諸島の島々を見渡す事ができます。

神津島温泉保養センター

天然の岩場を利用した、日本でも有数の大露天風呂があります。

島の西側に面している事から、太平洋に沈む夕日を眺める事ができるほか、夜には一面の星空を眺めながらの入浴が楽しめます。

アクセス：村営バス赤崎遊歩道行き「温泉保養センター前」下車すぐ／所在地：神津島村字錆崎1-1／営業時間：11:00～20:00（閉館1時間前最終受付）／定休日：水曜（7～9月、ゴールデンウィーク、年末年始は無休）／料金：大人 800円、子ども400円／電話：04992-8-1376

※営業時間が変更になる可能性がありますので、お問い合わせください。

神津島郷土資料館

島の歴史を語る文献や昔の生活を支えた民具、江戸時代の遺物と思われるすずりやすりばちなど多数の文化財を陳列しています。

アクセス：神津島港から徒歩5分／所在地：神津島村118／営業時間：9:00～16:00／定休日：月曜（月曜が祝日の場合は火曜）／料金：大人300円・15歳未満100円／電話：04992-8-0947

神津島土産

赤イカ入り塩辛

イカの中でも美味な品種とされている赤イカを使用した塩辛。

赤イカとスルメイカ、そして島唐辛子をあわせて塩辛を造ることで、普通の塩辛とは違う風味を引き出しています。

盛若

明治23年創業の酒蔵が造る神津島名産の焼酎。

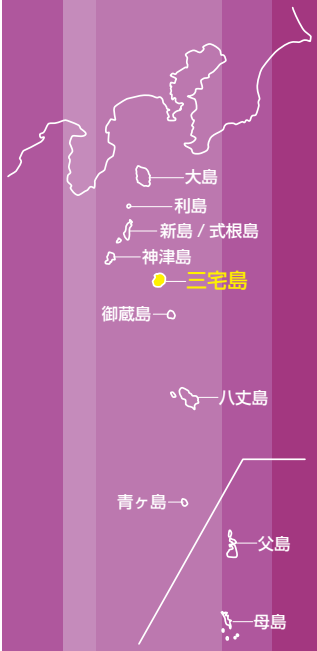
「樫樽貯蔵」は盛若銘柄の中でも人気の商品で、本格焼酎鑑評会で、最優等賞を受賞した実績があります。

三宅島

火山と生命の共存。
噴火と再生の営み。
地球のパワーを体験しよう。

三宅島は都心から約180km離れたところにある島です。島の中央には雄山がそびえ、度重なる噴火によって形成された風景に自然の大きな力を感じられます。国の天然記念物であるアカコッコなどの野鳥が生息していて、島内のあちこちで見ることができます。

火山と生命の共存。噴火と再生を繰り返す三宅島のパワーを感じてみてください。

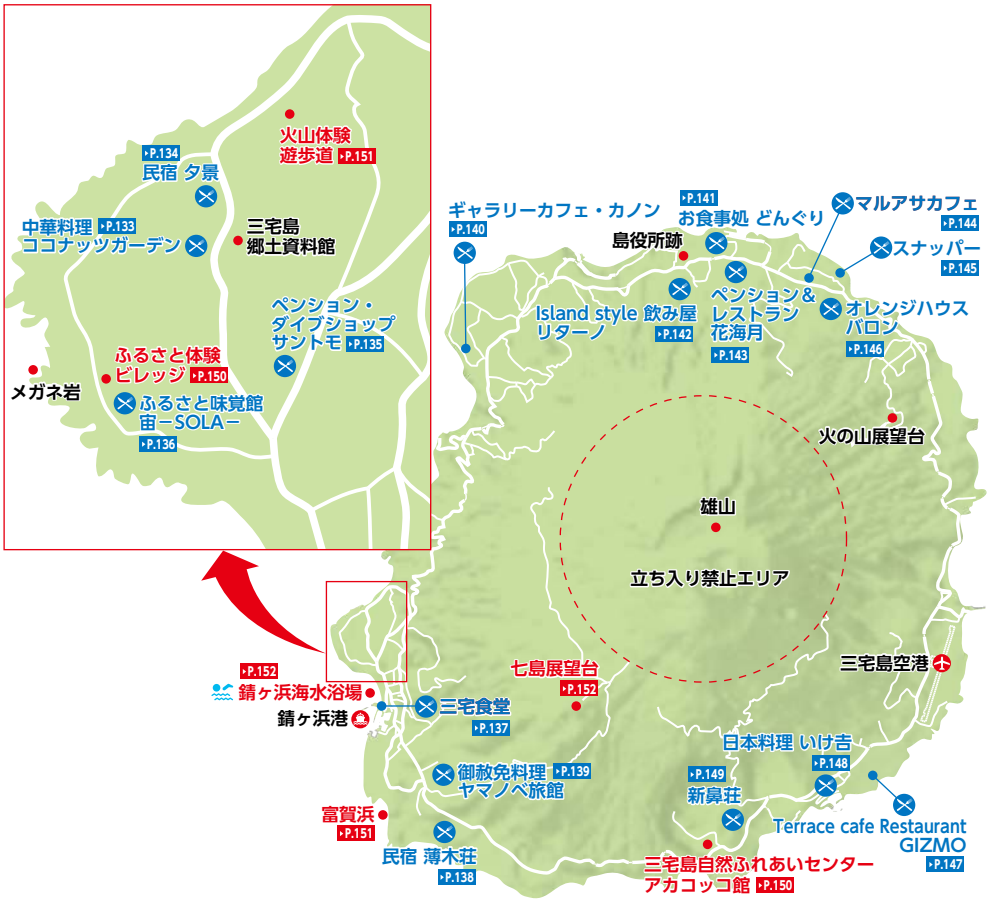


アクセス

竹芝客船ターミナル（東海汽船）	大型客船	[6時間30分]	三宅島
調布飛行場（新中央航空）	飛行機	[50分]	三宅島
大　島（東邦航空）	ヘリコプター	[20分]	三宅島

〈お問い合わせ〉
東海汽船お客さまセンター☎03-5472-9999　新中央航空☎0422-31-4191
東邦航空八丈島事業所☎04996-2-5200

マップ



主なイベント

1月2日	船祝い
7月第3日曜	牛頭天王祭
7月下旬～8月上旬	マリンスコーレ21フェスティバル
8月上旬(隔年)	富賀神社大祭
8月下旬～ 10月末(予定)	三宅島フォトコンテスト
11月下旬(予定)	三宅島産業祭

観光案内

三宅島観光協会

URL https://www.miyakejima.gr.jp
TEL 04994-5-1144

三宅島 中華料理 ココナッツガーデン

アクセスマップ

所在地：三宅島三宅村阿古 531　営業時間：11:00～21:00
定休日：月、火曜日

04994-5-0006

以前、夏だけ営業していたことから、ココナッツガーデンという名前がつけられました。中華料理店でありながら、南国の雰囲気がただよう庭で食事ができるお店。畑でとれすぎた野菜、海でとれた雑魚を利用した「おもてなしサービス小ばち」も提供しています。(例：地魚南蛮、キハダの角煮、はばのり炒め煮等)

はんばチャーハン

使用食材▶はばのり

時期：冬季　**1,000円**

海の波打ち際の岩場に冬根付く海苔(はばのり)のチャーハン。歯ごたえのある独特の食感、磯の香りを特徴とする美味しい「はばのり」、醤油のこげた香りが、絶妙にマッチしています。

南国チャーハン

使用食材▶島とうがらし、島にんにく

時期：通年　**950円**

ニンニク、豆板醤を味のベースに、島とうがらしの辛さと風味をプラスしています。辛さは好みで変えられるので、辛い物好きには、たまらない味に。

地魚のカルパッチョ

使用食材▶地魚

時期：11月～6月(要予約)　**1,200円**

お店のサービスメニューとして提供していたものが好評だったため、メインのメニューに加えられた1品。とれたてのメジナ等をお店で数日間、熟成させた後、手造りドレッシングとカリカリワンタン、細切野菜と一緒に。

三宅島 民宿 夕景

アクセスマップ

http://0118yukei.com/　https://www.instagram.com/0118yukei
所在地：三宅島三宅村阿古 541-1　営業時間：7:00～20:00
定休日：不定休
04994-5-0118

夕食には、三宅島で水揚げされる魚や、島でとれる野菜を中心としたメニューを提供、三宅島の旬の味を楽しめます。

客室前の広々としたテラスや海のみえる展望デッキは大好評。ゆっくりおくつろぎ下さい。

地魚の煮付け

使用食材▶キンメダイ、メダイなどの地魚

時期：通年

宿泊費込

島で水揚げされる魚をごはんに合う煮付けに。お刺身もいいけれど、煮魚もまた違った魚の味を楽しめます。煮付けというとキンメダイが有名ですが、他にもメダイ、メジナ、ムツ、シイラなど、煮付けにして美味しい魚はたくさんあります。

旬の野菜・海産物を使ったフライ

使用食材▶地魚、芋類などの野菜

時期：通年

宿泊費込

魚を使ったフライ、魚に一手間加えて作ったコロッケ、旬の野菜のフライなど、定番からオリジナルまで、様々な揚げ物を提供しています。(写真ははばのりのコロッケ)

旬の野菜・海産物を使った小皿料理

使用食材▶地魚、芋類、野菜など

時期：通年

宿泊費込

色々な島の食材を、少しずつ味わえるよう、夕食には３～５品の小皿料理をお出ししています(写真はごまさばのミニライスバーガー)。

三宅島 ペンション・ダイブショップ サントモ

アクセスマップ

http://santomo15.com
所在地：三宅島三宅村阿古575　問い合わせ時間：9:00～20:00
定休日：不定休
04994-5-0532

地産地消の考えを大切にしながら、島の郷土料理をもとに、和洋にアレンジした料理を提供。新鮮な三宅島の食材を中心に、採れたての旬のものを一番適した料理方法で調理しています。
季節の花々に囲まれたくつろぎのペンション。

金目鯛のいろいろ

使用食材▶金目鯛
時期：通年　**宿泊費込**

三宅島ブランドの［金目鯛］をその時々でアレンジ。ホロホロの身をご堪能下さい。

明日葉入り生春巻き

使用食材▶明日葉
時期：通年　**宿泊費込**

明日葉などの野菜を生春巻きで包んだ一品。ちょっと酸味がかったソースで食べます。

カメの手味噌汁

使用食材▶カメの手
時期：通年　**宿泊費込**

見た目が亀の手に似ていることから、「カメの手」と名付けられた、海の岩に張り付いて生息している甲殻類。味噌汁の中に入れるとおいしいだしがでます。

三宅島 ふるさと味覚館 宙 ー SOLA ー

アクセスマップ

ツイッター：@SOLA20170714　インスタグラム：miyake_sola
所在地：三宅島三宅村阿古 644　　定休日：繁忙期を除き火曜日・水曜日
営業時間：11:30～14:00（LO13:30）、18:00～22:00（LO21:00）

04994-5-0630

焼鳥や地魚のお刺身など定番のメニューから、旬の食材を使用した限定メニューまで、ジャンルにとらわれず幅広い料理を提供しています。

日替わりランチ定食

使用食材▶地野菜、地魚

時期：通年　**1,500円**

三宅島産の明日葉と青唐辛子でアレンジしたガパオライスや旬の野菜を使ったパスタ、近海の魚の漬け丼などを日替わりで提供しています。

島寿司

使用食材▶地魚

時期：通年　**宴会コース費込**

夜の部18:00～22:00で宴会コース（お料理と2h飲み放題付）をご利用の際の一品。大型連休時などにはランチ提供することも。その場合はTwitter、Instagramでお知らせしています。

地魚の三点盛り

使用食材▶地魚

時期：通年　**1,200円～**

三宅島に来たら必ず味わって頂きたい、鮮度抜群のお刺身です。（※夜のみの提供です）

島レモンサワー

使用食材▶レモン

時期：冬季　**600円**

冬季限定！三宅島産のレモンを農家さんより直接仕入れ凍結させた、まるごと氷結サワーです。香りの良いグリーンレモンのサワーは他には無い美味しさ！

明日葉ビール

使用食材▶明日葉

時期：通年　**800円**

ノンアルコールもあります。島内でも飲めるのは当店だけ！

三宅島

三宅食堂

アクセスマップ

https://www.instagram.com/miyake_shokudo/
所在地：三宅島三宅村阿古672-3 2F
営業時間：11:00～15:00　定休日：水曜日・木曜日

季節によっての定休日変更の可能性あり
（定期船上り便が錆ヶ浜入港日は、ドリンク・デザートのみで12時より営業）

04994-8-5866

お店の一歩外には、錆ヶ浜を見渡すことのできるデッキがあります。

私達は、普段は処分されてしまうこともある地魚のアラを積極的に活用し、食材の命のめぐりを促しています。島の玄関口である港で、満腹と笑顔が生まれる場所を目指し、みなさまのご来店をお待ちしています。

地魚だしラーメン

使用食材▶地魚のアラ、明日葉、島のり

時期：通年

1,000円

三宅島でとれた地魚のアラを贅沢に使ってダシを抽出した、旨味あふれる醤油ベースのラーメン。その時々によって魚種が変わるため、スープの風味が毎回ちがうのも楽しみのひとつです。明日葉と島のりをトッピングし、三宅島の味覚をたっぷりと味わえる一杯に仕上げました。

明日葉ラテ

使用食材▶明日葉

時期：通年

600円

明日葉粉末でシロップをつくり、ほっこり甘いラテにしました。

リピーター続出の癖になる甘さのドリンクです。冬場はホットでもお楽しみいただけます。

手づくりシロップのアイスクリーム

使用食材▶地野菜、果物

時期：通年

400円

季節のフルーツや野菜のおいしさをそのままに、こだわりの酵素シロップにしました。ご用意している「手づくりシロップ」の中からお選びいただいたものを、バニラアイスにトッピングします。追加のアイスクリームダブル、トリプルでボリュームアップも可能です。

三宅島 民宿 薄木荘

アクセスマップ

所在地：三宅島三宅村阿古925
定休日：不定休

04994-5-0029

季節によって変化する、海の幸や山の幸の旬。
その旬を見極めた料理を提供することで人気の宿です。
釣りが目的で滞在する方も多く、釣ってきた魚をさばき、お客様同士でシェアするなど旅の宿ならではの楽しみもできます。

白身魚のソテー

使用食材▶メダイ等

時期：通年

宿泊費込

島で獲れたメダイ、メジナ、メイチ等の白身魚を使い、香り立つソテーに仕立てました。
刺身以外での美味しさを楽しめます。

明日葉入り玉子焼き

使用食材▶明日葉

時期：通年

宿泊費込

新鮮な明日葉をきざみ、玉子とあわせて焼き上げた一品。
明日葉の香りで新鮮な味覚を覚えます。

夕食

使用食材▶野菜、地魚等

時期：通年

宿泊費込

小鉢、刺身、焼き物など三宅島産の素材を使った夕食。
野菜や魚などバランスの良い食事で、一日の疲れを癒せそうです。

三宅島 御赦免料理 ヤマノベ旅館

アクセスマップ

所在地：三宅島三宅村阿古1544番地　営業時間：11:00～21:00
定休日：不定休

04994-5-0317

目の前で炊き上げ、熱々を召し上がっていただけます。

島の釜めし

使用食材▶三宅島で採れた金目鯛、島アサリ、赤イカ、タカベ、トコブシ他

時期：季節に合せて　**1,500～1,800円**

三宅島で採れた新鮮な魚貝類を目の前で炊き食べていただけます。東京都特産品認定を受けている“アシタバ燻製”の入ったサラダ付。

釜めし御膳

使用食材▶三宅島で採れた魚、野菜、自家製燻製

時期：通年（予約制）　**4,320円**

熱々の「島の釜飯」と、数種類の明日葉料理、お刺身を楽しんでもらう会席膳。

明日葉は、庭で採れたものを使用し、根から柔らかい葉まで、きんぴら、おひたし、天ぷら等の料理で味わうことができます。

御赦免料理

使用食材▶三宅島産

時期：通年（予約制）　**5,400円**

“囲炉裏”を囲んでゆっくり食事をしていただきます。（少人数制です。）

予約可 | P 5台 | Wi-Fi 可 | 電子マネー可

三宅島 ギャラリーカフェ・カノン

アクセスマップ

http://natu07miyake.blog28.fc2.com
所在地：三宅島三宅村伊豆36
営業時間：水・木・金・土11:30～16:00　定休日：日・月・火
04994-2-1239

「三宅島の風と光を感じるカフェ」
緑に囲まれ、海が見えるカフェで、こだわりのコーヒーとともに、三宅島の食材を活かしたスイーツとランチを食べながら、ゆったりとした時間を過ごすことができます。
店内は、島の風景を描いた作品も展示したギャラリーになっています。

三宅島

焼きたてスフレパンケーキ 季節フルーツソース

使用食材▶パッションフルーツ、マンゴー、キウイフルーツ

時期：通年　**850～1,100円**

注文を受けてから作り、焼き上げるので、ふわふわアツアツのパンケーキに手作り濃厚カスタードと季節のフルーツをたっぷりトッピング。最後にお選びいただいた手作りフルーツソースをかけて提供。
ボリューム満点の食べごたえのあるパンケーキです。

パッションフルーツチーズケーキ

使用食材▶パッションフルーツ

時期：通年　**500円**

パッションフルーツを種ごとクリームチーズと練りこみ、焼き上げた濃厚なベイクドチーズケーキ。仕上げのソースにもパッションフルーツを使用。

ところてん入り Canon あんみつ

使用食材▶テングサ、明日葉

時期：夏季　**600円**

三宅で水揚げされ天日干しで丹念に仕上げられた上質なテングサで作ったところてんをあんみつに入れました。つるっとしたのどこしと弾力のある食感が人気。明日葉アイスとフルーツ、あんこをトッピング。

クッキーシュークリーム（パッションフルーツクリーム）

使用食材▶パッションフルーツ

時期：通年（水曜限定）（夏季を除く）　**350円～**

クッキー生地のシューにカノン特製濃厚なミルキーカスタードがたっぷりつまったシュークリームです。+50円でクリームを変えられ、その中でもパッションフルーツカスタードがおすすめです。

三宅島 お食事処 どんぐり

アクセスマップ

所在地：三宅島三宅村神着237　営業時間：17:30～22:00
定休日：火曜

04994-2-1410

都内の料理店で修行した店主が、数年前に開店したお店。地元の新鮮な野菜・魚を使用し、創意に富んだ料理を提供しています。

店内は、木のぬくもりが温かく、家庭的な雰囲気のお店で、地元の人に愛され、いつも賑やかな声がたえません。

里いもの揚げ出し

使用食材▶里いも

時期：通年　**800円**

片栗粉をまぶしてあげた里いもを、つゆの中に入れ、里いもの上に、えびあんをのせ、ゆずの風味をプラスした、店長が太鼓判を押す一品。

天ぷらセット

使用食材▶明日葉、サツマイモ、ナス、海鮮等

時期：通年　**1,200円**

地元の野菜を中心にした、天ぷらセット。特に明日葉は、摘みたての柔らかいところを使い、衣の薄い揚げたてを提供しているのでサクサクとした食感が楽しめます。

三宅島 Island style 飲み屋 リターノ

アクセスマップ

https://www.facebook.com/nritano
所在地：三宅島三宅村神着421-5　営業時間：18:00～24:00
定休日：不定休
04994-2-1245

森の入口の飲み屋リターノ。島の食材にこだわった料理でおもてなしいたします。

菊地農園とれたてサラダ

使用食材▶旬の地野菜、フルーツ
時期：通年
時価

季節のフルーツやめずらしい野菜を使用しています。

地魚の料理

使用食材▶旬の地魚
時期：通年
時価

旬の食材を三宅島styleやお酒に合った食べ方でお出しいたします。写真はカツオの島唐辛子漬け。

三宅サンマルツァーノのステーキ

使用食材▶サンマルツァーノ
時期：夏季
時価

店主の両親が営む菊地農園で、日本では珍しい野菜をたくさん作っています。夏季の代表として三宅サンマルツァーノが有名です。

三宅島 ペンション＆レストラン花海月

アクセスマップ

https://hanamidukimyk.com
所在地：三宅島三宅村神着893　定休日：日曜
営業時間：11:30～13:30（平日・土曜）、夜18:00～22:00（要予約）
04994-8-5676

元パン職人が営む、無添加のベーカリーカフェ。平日：テイクアウト/土曜：店内イートできます。
2階フロアは宿泊用としてご利用して頂き、四季折々・地産食材を用いたメニューをご用意してお待ちしております。

島レモンかめぱん

使用食材▶島レモンなど
時期：夏季
450円

夏シーズン限定。三宅島のカメをイメージした可愛いメロンパンです。

明日葉あんぱん

使用食材▶明日葉粉末など
時期：通年
300円

三宅島産のあしたば粉末を練りこんだあんぱん。ほのかに香る明日葉と上品なあんこが相性抜群です。

予約可 | 6台 | Wi-Fi 可 | カード可 | 電子マネー可

三宅島

マルアサカフェ

アクセスマップ

https://www.instagram.com/laundry_asanuma/
所在地：三宅島三宅村神着1119
営業時間：7:00 ～ 21:00　定休日：月曜日・木曜日

04994-8-5880

「家に帰ってきたみたい！」と言われるアットホームな空間で、挽きたてのコーヒー、日替わりスイーツ、そして野菜やかんきつ類を中心とした島の食材メニューをお楽しみくださいませ。

三宅島の文化や歴史にも触れることのできる場所にもなっています。

マルアサシェイク／明日葉

使用食材▶明日葉

時期：通年

400円

これでもかと濃厚に仕上げた手作りバニラアイスに、風味を損なわないよう熱湯にくぐらせただけの「明日葉の若い新芽」をたっぷりミキサーした、お子さまにも人気の緑鮮やかなシェイクです。

マルアサバーガー／明日葉ソース

使用食材▶明日葉

時期：通年

900円

合挽肉と牛コマの2種類の食感が楽しめる肉厚パティは、かぶりついた瞬間、中からアツアツの肉汁があふれ出ます。そしてチーズ、ナッツ、オリーブオイルがベースの明日葉ソースは、島だからこそ手に入る「明日葉の若い新芽」をたっぷり使用した色鮮やかなソースで、肉の甘みと旨味をガツンと引き出します。一度食べたらヤミツキになること間違いなしです。

明日葉ガパオライス定食

使用食材▶明日葉

時期：通年

1,000円

ナンプラーの芳醇な香りと旨味が、明日葉の風味にベストマッチ。さらに、とろっと半熟卵と唐辛子のピリッとした辛みが食欲をそそり、一度食べれば必ずクセになる、新しいおいしさです。

三宅島 スナッパー

アクセスマップ

http://www.snapper-d.com/
所在地：三宅島三宅村神着 1172　営業時間：7:00～21:00
定休日：不定休

04994-2-1433

宿泊施設、ダイビング施設を営業している傍ら、三宅島のゴマサバの活用のため、「サバサンド倶楽部」を立ち上げ、サバサンドを三宅島独自の食べ物としてPRしています。宿の夕食でも、可能な限り島の食材を使用したメニューを提供。

サバサンド

使用食材▶ゴマサバ、野菜
時期：通年
600円

三宅島のゴマサバにこだわり作っています。島じまん2014、フジロック2016等に出店し大好評を得ました。
前日17時までのご予約、2個からのご注文をお願いいたします。

明日葉かきあげ

使用食材▶明日葉、カンパチ等地魚
時期：通年
宿泊費込

スナッパーの看板メニューで、新鮮な明日葉と三宅島で水揚げされた魚を使用した、大きめなかき揚げ。

明日葉ナムル

使用食材▶明日葉
時期：通年
宿泊費込

明日葉とにんじんを胡麻油と調味料であえたナムル。
あっさりとした味わいで、明日葉をおいしく食べることができます。

三宅島 オレンジハウス バロン

アクセスマップ

http://www.miyakejima.com/baron/faq.html
所在地：三宅島三宅村神着1728　営業時間：5:00～20:30
定休日：不定休
04994-2-1110

三宅島で採れる食材をいろいろな使い方で料理しているお店。
同じ食材でも工夫次第で様々な味わいを楽しんでもらえるよう、オリジナル創作料理を数多く提供しています。

あしたばすし

使用食材▶明日葉、生姜
時期：通年
宿泊費込

明日葉の緑色とガリのピンク、そして錦糸玉子の黄色が鮮やかなちらし寿司です。

むらくも

使用食材▶天草
時期：通年
宿泊費込

三宅島産の天草をよく煮て、玉子と和えて固めたお料理。
溶き玉子の固まった様子が空に群がり集まる雲のように見える、風情ある一品です。

南瓜とあずきのあえ物

使用食材▶南瓜
時期：通年
宿泊費込

三宅島で採れた南瓜とあずきを混ぜ込み、おはぎのように丸めたものです。
南瓜とあずきは相性が良く、たいへん美味に仕上がっていて、食事の最中はもちろん食後のデザートとしても楽しめます。

三宅島 Terrace cafe Restaurant GIZMO

アクセスマップ

所在地：三宅島三宅村坪田 2891　定休日：不定休
営業時間：(平　日)11:30～14:00(13:30LO)
(土日祝)ランチ12:00～14:00(テイクアウトのみ)/18:00～21:30(21:00LO)(ディナーのみ要予約)

04994-8-5853

目の前に広がる海からは、波の音、まわりの木々からは鳥の声も楽しめます。芝生の上でお茶を飲んだり、テラスに座って食事を楽しんだり、居心地の良い空間を満喫できるカフェです。

ギズモサンド(ポテト付)

使用食材▶地野菜

時期：通年　**1,000円**

三宅島産の野菜をふんだんに使ったサンドウィッチです。

三宅島産地魚のカルパッチョ

使用食材▶地魚、地野菜

時期：通年　**1,500円**

旬の地魚や三宅島産の野菜を使ったカルパッチョです(写真はマグロ)。

三宅島産地魚のソテー

使用食材▶地魚、地野菜

時期：通年　**1,200円**

三宅島産の地魚、野菜を使ったソテーです(写真はアカハタ)。

三宅島 日本料理 いけ吉

アクセスマップ

所在地：三宅島三宅村坪田 3069　営業時間：11:00～21:00（前日予約）
定休日：不定休

04994-8-5743　04994-6-0118

リスタホールより２分、路下に下り、ボルダリング施設の隣です。テーブル、カウンター席の他に、宴会ができるお座敷もあります。新鮮な魚が食べたい人は、是非。

なお、その日の水揚げ状況によって、提供できる魚が異なります。

握り寿司

使用食材▶カツオ、赤イカ、キンメ等（旬の魚）

時期：通年　2,200円
ランチタイム　1,800円
（しばらくの期間、前日予約が必要）
※当日の朝９時までに要予約

お店では、煮魚、焼き魚も提供していますが、生の魚を味わいたい時に食べたくなる握り寿司。

ちらし寿司

使用食材▶金目鯛、カツオ、赤イカ等（旬の魚）

時期：通年　2,200円
ランチタイム　1,800円
（しばらくの期間、前日予約が必要）
※当日の朝９時までに要予約

数種類の魚を使用した、海鮮ちらし寿司。小鉢と味噌汁付。

三宅島 新鼻荘

アクセスマップ

www.miyake287.com
所在地：三宅島三宅村坪田4214
定休日：不定休
04994-6-1547

大路池から歩いてすぐ、緑に囲まれた宿。
野鳥のさえずりで目覚め、ゆっくりした休日をお過ごし下さい。広い庭でバーベキューも楽しめます。
旬の島魚や自家栽培の野菜を中心とした料理で島の味を提供しています。

にっぱな荘の朝食

使用食材▶地魚・島野菜

時期：通年　**宿泊費込**

新鮮な島野菜のサラダや和え物、煮物、季節ごとのアジ、サバなどの干物を中心とした、身体にやさしい朝食です。

新鼻荘名物キンメダイの唐揚げ煮

使用食材▶地魚

時期：通年　**宿泊費込**

三宅島でとれたお魚をメインに心を込めてご用意しております。

にっぱな荘の夕食

使用食材▶旬の地魚（アカイカ、キハダマグロ、メジナ）、島野菜（明日葉、夏みかん、島レモン）

時期：通年　**宿泊費込**

地魚の揚煮・塩焼きや、明日葉などの島野菜の煮物や和え物など、季節ごとの新鮮な島の食材を中心とした島流・家庭的味付けの夕食です。

ふるさと体験ビレッジ

太平洋を見渡せる露天風呂がある「ふるさとの湯」、三宅島の食材を使った料理を味わえる「ふるさと味覚館」からなる施設となっております。

島の西側にあるので、海に沈む夕日を眺められます。

アクセス：「二島」バス停下車徒歩2分／所在地：三宅島三宅村阿古644
【ふるさとの湯】
営業時間：11:00～21:00（10～3月は20:00まで）／定休日：水曜（祝日の場合はその翌日）／料金：大人500円、6歳以上12歳未満250円／電話番号：04994-5-0426
【ふるさと味覚館】
営業時間：11:30～14:00・土日12:00～14:00、17:00～22:00・土日18:00～22:00
定休日：火曜・水曜（祝日の場合はその翌日）
電話番号：04994-5-0630
※詳細についてはHPをご覧ください。https://www.miyake-sola.com/

三宅島自然ふれあいセンター
アカコッコ館

アカコッコとは伊豆諸島で見られる体長20cmほどのお腹の部分が赤い鳥のことです。

三宅島の自然を多くの人に知ってもらうため、日本野鳥の会のレンジャーが常駐し、自然情報の提供やバードウォッチングなどの観察会を行っています。

アクセス：三池港からバスで11分／所在地：三宅島三宅村坪田4188／営業時間：9：00～16：30／定休日：月曜（祝日の場合はその翌日）、年末年始（12月29日～ 1月3日）／料金：一般200円、中学生以下・65歳以上無料／電話：04994-6-0410

富賀浜

三宅島の多くの火山活動を反映して、大きなアーチやトンネルなどの複雑な海底地形がつくられています。回遊魚やウミガメを見ることもでき、7～10月ごろにはスキンダイビングが楽しめます。

アクセス：「富賀浜」バス停下車徒歩10分

火山体験遊歩道

昭和58年の噴火で集落の大半が溶岩に飲み込まれてしまった阿古地区。

その溶岩流跡の上に火山体験遊歩道があります。

遊歩道沿いには溶岩流に飲み込まれた阿古小中学校が残っていて、噴火の威力を目の当たりにする事ができます。

アクセス：「二島」バス停下車徒歩10分

七島展望台

天候が良ければ大島、利島、新島、式根島、神津島、御蔵島、八丈島、青ヶ島が見える展望台。

陸側に目を向けると溶岩が広がり、昭和58年の大噴火の跡を見ることができます。

アクセス：レンタカー等を利用

錆ヶ浜海水浴場

錆ヶ浜港に近く、海から突き出る三本岳が見える海水浴場。

黒い砂のビーチですが海の透明度は抜群で、シュノーケリングなどで様々な魚たちを見る事がきでます。

アクセス：「錆ヶ浜」バス停下車すぐ

三宅島 土産

むろあじ あした葉燻製 とびうお あした葉燻製

東京都地域特産品認証食品であり、老舗「ヤマノベ」のこだわりの逸品。酒の肴に良し、茶漬け、サラダ等、意外性に富み、大好評です。是非、ご賞味ください。

三宅島の あしたばカレー

三宅島で育った明日葉をたっぷり入れて、コクの中にも明日葉が香るちょっぴりスパイシーな味わいが人気の商品です。

あしたば炊きこみ ごはんの素

明日葉と醤油ベースの優しい味にリピート率Ｎｏ.１の商品で、お米に混ぜて炊くだけで、手軽に島の味が食べられる商品です。

三宅島の あしたば味噌汁

三宅島産の明日葉がたっぷり入って、食べ応え抜群のフリーズドライの味噌汁です。

雄山一

江戸時代から続く三宅島の焼酎文化。2000年の噴火による4年半の全島避難を乗り越え復活した銘酒『雄山一』。東京諸島では珍しい米麹の麦焼酎です。甘く柔らかな麦の香り、冴えわたる味わいをお楽しみください。

三宅島の 明日葉アイス・塩アイス

明日葉アイスは苦みが少なく、明日葉が苦手な方でも食べやすい商品です。

塩アイスはほんのり感じる塩がミルクの甘さを引き立て、さっぱりとした味わいの商品です。

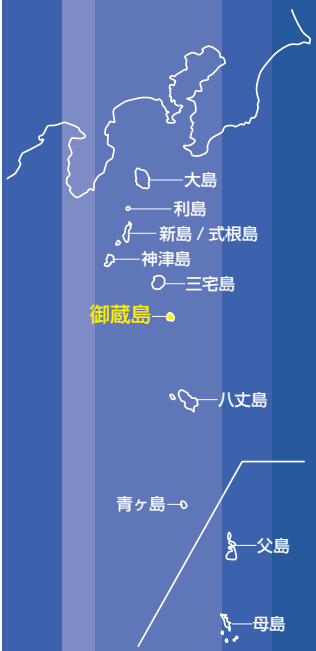
さば缶

三宅島で獲れたゴマサバを、アヒージョ、オイル煮、甘辛煮の３つの味でとじ込めました。

おみやげ、おつまみ、キャンプのお供など、多くの方からご好評をいただいています。

御蔵島

海・山・空の生き物が人間と仲良く暮らす小さな島の大きな自然。



御蔵島は都心から約200km離れたところにある、周囲16kmの小さな島です。島の周りは海食崖で囲まれていて最高で480mの断崖があり、日本一の海食崖として知られています。

自然と人間の共存を目指し「御蔵島エコツーリズム」を実施していて、一部を除き山や海での活動はガイドの同行が義務づけられています。自然を守る環境にあるため野生生物にも好かれているのか、イルカウォッチングでのイルカ遭遇確率も高く、人気のアクティビティになっています。

アクセス

竹芝客船ターミナル（東海汽船）	大型客船	[7時間35分]	御蔵島
大　島（東邦航空）	ヘリコプター	[30分]	

〈お問い合わせ〉
東海汽船お客さまセンター☎03-5472-9999
東邦航空八丈島事業所☎04996-2-5200

マップ

御蔵島観光資料館
（みくらしま観光案内所）

主なイベント

7月下旬　御蔵島納涼花火大会

観光案内

御蔵島観光協会

URL http://mikura-isle.com
TEL 04994-8-2022

御蔵島 御蔵荘

アクセスマップ

所在地：御蔵島村
営業時間：24時間　定休日：なし

04994-8-2555

村営御蔵荘は全室オーシャンビューの絶景宿。大浴場、食堂からも海と夕陽をお楽しみいただけます。

御蔵島産のお魚と野菜を使い、心を込めてお料理を作っています。

地魚の盛り合わせ2種 たけのこごはん 明日葉かぶつポン酢サラダ

使用食材▶地魚・たけのこ・明日葉

時期：通年　**宿泊費込**

近海でとれたおいしいお魚をご堪能ください。お客様に大人気のたけのこごはんは、おかわり必須の一品。

クセが少なく毎日食べたくなる明日葉をご賞味ください。

明日葉ハンバーグ キメジかつの明日葉カレー

使用食材▶明日葉・キメジ

時期：通年　**宿泊費込**

連泊の方に大人気のハンバーグやカレーも御蔵島の食材を豊富に使用。ほろ苦い明日葉の後味が癖になります。

たかべのアクアパッツァ 御蔵産だし巻きたまご2種

使用食材▶たかべ・御蔵産たまご

時期：通年　**宿泊費込**

たかべのイタリアン仕立て良質の油と酸味がよく合う一品です。御蔵島で育った卵をだし巻きにプレーンと青のりの風味を効かせたほっこりするおいしさです。

夕食はデザート付きで7品をご提供しております。

御蔵島 ふくまる商店

アクセスマップ

https://www.290.tokyo
所在地：御蔵島村550
営業時間：10:00～13:00（夏季10:00～13:00/16:00～18:00） 定休日：水曜
04994-8-2292

御蔵島の食材を使った軽食（予約販売）のほか、Tシャツやトートバッグなどオリジナルデザインのお土産も販売しています。

テラス席（イートインコーナー）は海を見下ろす絶景のロケーションで食事を楽しめ、都心とは違う時間の流れを感じられます。

御蔵島のり弁当

使用食材▶岩海苔、明日葉、カブツ

時期：通年（HPより要予約）

1,000円
ごはん大盛り1,100円

御蔵島の天然岩海苔を散らしたごはんの上に、明日葉を味噌で和えた伝統食「にんがみ」、ごはん漬物「どぶ漬」、正面イルカの焼印の玉子焼など島の味覚が楽しめます。

ピリッと辛いダイダイの唐辛子ペースト「かぶつ胡椒」が程よいアクセントに。

かぶつシャーベット
あしたばジェラート
塩ミルクジェラート

使用食材▶カブツ、明日葉、海水塩

時期：通年

シングル420円
ダブル500円

御蔵島の超すっぱいダイダイ「かぶつ」の圧搾果汁、クセの少ない明日葉の乾燥粉末、ミネラル豊富な海水塩。島の原料はすべて店主の手作り。

イルカと泳いだ後にぴったりの大人気スイーツです。

※展望台下崩落に伴い、現在立ち入り禁止です。

黒崎高尾展望台

伊豆諸島のなかで最も古い時代にできたといわれる御蔵島は、浸食が激しく周囲は高い崖になっています。

島の南西部にある黒崎高尾の海食崖は高さ480mあり、この断崖の上に建てられた展望台からの眺めは絶景です。

展望台は、村道のハイキングルートを5kmほど進んだところにあります。

アクセス：御蔵島港から徒歩2時間15分

イルカの見える丘

御蔵島港から坂を上ったところにあるイルカの見える丘。

島の周辺を見渡せるほか、御蔵島名物の玉石がたくさんある海岸「たりぼう尻」が眺められます。

運が良ければ群になって泳ぐイルカの姿を見ることができます。

アクセス：御蔵島港から徒歩7分

御蔵島観光資料館
（みくらしま観光案内所）

御蔵島の観光資料が「里・山・海」で、わかりやすくまとめられています。

郷土資料館では縄文時代まで遡る御蔵島の歴史を学ぶことができます。

みくらしま観光案内所もこの資料館にありますので、情報収集にお立ち寄りください。

アクセス：御蔵島港から徒歩10分／所在地：御蔵島郵便局近く／営業時間：8:30～17:00／料金：郷土資料館のみ100円（小・中・高校生は50円）／電話：04994-8-2022

長滝山

御蔵島最高峰851mの御山に次ぐ850mの標高がある長滝山。

整備されている登山道を登るコースですが、手つかずの自然がそのまま見ることができます。

山頂付近は視界が開けているので、山の緑と海・空の青のコントラストが大変美しいです。

アクセス：東京都エコツーリズムによりガイド同行が義務づけられていますので、事前にガイドの予約をしてください。

御蔵の巨樹

御蔵島には日本の巨樹の約5％があるといわれ、確認されただけでもスダジイ、シイなど500本近くがあります。

中でも大ジイと呼ばれるスダジイは幹の周囲が13.8mと大きく、圧倒的な存在感を誇っています。

アクセス：東京都エコツーリズムによりガイド同行が義務づけられていますので、事前にガイドの予約をしてください。

イメージ

イルカウォッチング

御蔵島周辺では野生のミナミハンドウイルカが生息していて、水中で観察をする事ができます。

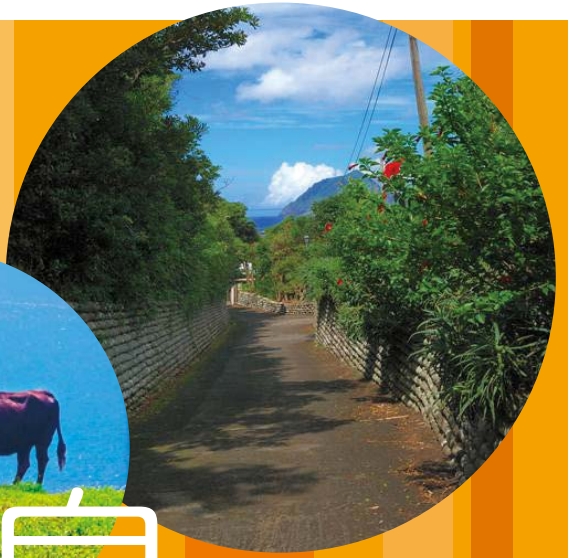
人間とイルカの適切な距離感を保つためのルールを守ってイルカたちと泳いでみましょう。

イルカウォッチングの利用は宿泊施設へお問い合わせください。

御蔵島 土産

御蔵の源水

原生林が広がる御蔵島の山奥で採取したナチュラルミネラルウォーター。ミネラル分が豊富で、口当たりの良さとやわらかな甘みを感じる軟水です。

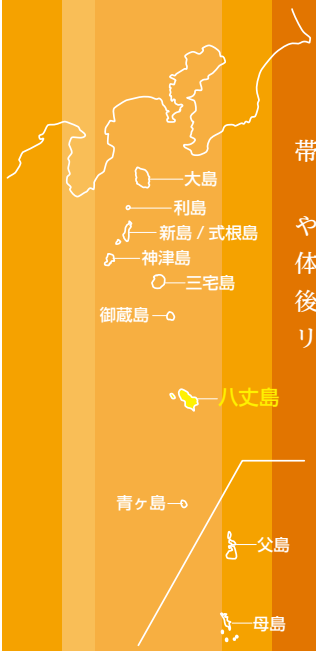


八丈島

伊豆諸島の南部、八丈島。その独特の文化と歴史をのんびりと体験してください。

八丈島は都心から約290km離れた伊豆諸島南部に位置し、亜熱帯植物のヤシ、シダ類やハイビスカスが各所に繁茂しています。

流人たちが丹念に積み重ねて築いたといわれる玉石垣の景観や、伝統工芸品の黄八丈の織物体験などをとおして文化と歴史を体験できるほか、マリンレジャー、トレッキングなどで楽しんだ後、広大な太平洋が一望できる温泉や足湯で、ゆったりと心と体をリフレッシュすることができます。



アクセス

竹芝客船ターミナル（東海汽船）	大型客船	[10時間20分]	八丈島
羽田空港（ANA）	飛行機	[55分]	八丈島
大　島（東邦航空）	ヘリコプター	[1時間5分]	八丈島

〈お問い合わせ〉東海汽船お客さまセンター☎03-5472-9999
ANA 国内線予約・案内センター☎0570-029-222
東邦航空八丈島事業所☎04996-2-5200

マップ

主なイベント

1月	八丈島パブリックロードレース
3月下旬〜4月上旬	八丈島フリージアまつり
7月下旬	八丈島夏まつり
8月	八丈島納涼花火大会
11月	24時間チャレンジ八丈太鼓

観光案内

八丈島観光協会

URL https://www.hachijo.gr.jp
TEL 04996-2-1377

八丈島 Bulblue cafe stand（ブルブルー カフェ スタンド）

https://www.bulblue.site
所在地：八丈島八丈町（出店場所や営業日などの詳細はHP・SNSにて発信）
営業時間：11:30 ～ 17:00　定休日：月曜、火曜（夏季は変更）

Instagram　X

080-8846-0131

八丈島を移動するVANのカフェスタンド「ブルブルー」です。こだわりのコーヒーやスイーツドリンク、ドーナツなどシーズンに合わせてメニューを展開しています。

八丈島産の特産品を活かしたオリジナルドリンク＆ドーナツをファミリーや幅広いお客様に喜んで頂けるよう、皆様のお越しをお待ちしております。八丈島は島全体がカフェスポット。その日のお天気に合わせたおすすめスポットなどご紹介していますのでお気軽にお声がけください。

トロピカルソーダ

使用食材▶パッションフルーツ

時期：通年　**500円～**

パイナップル、マンゴー、パッションフルーツとナタデココがたっぷりのスイーツソーダ。

バタフライピーの天然映えカラーが八丈島の自然にマッチします。

夏は旬の島産パッションフルーツを追加でトッピングサービスします。（有料）

チョコアンジェリカフラッペ

使用食材▶明日葉

時期：通年　**700円～**

八丈島産の苦味の少ない明日葉パウダーと濃厚チョコレートが口いっぱいに広がるフラッペに。明日葉は1日の理想摂取量の約半分を使用、ホットタイプもご用意しています。

島とうドーナツ

使用食材▶島唐辛子

時期：通年　**380円～**

オールドファッションドーナツに島唐辛子とチョコレート、ひんぎゃの塩をトッピング。

島唐辛子の爽やかさが重なった甘辛の絶妙なバランスは、後を引く美味しさ。そのほか種類豊富にドーナツをご用意しております。

予約可 | 5台 | Wi-Fi 可 | カード可 | 電子マネー可

八丈島 宵酔処 らいす

アクセスマップ

twitter@plumtree46
所在地：八丈島八丈町三根53-2
営業時間：日・月18:00 ～ 22:00 ／火～土18:00 ～ 3:00　定休日：不定休
04996-9-5777

席数15席のこぢんまりとしたお店です。島料理を初め、漁師めしなど奥深い料理は、島人の方々にも喜ばれています。釣り魚などの調理も予約で受けます。ぜひ御来店をお待ちしております。

島魚の盛り合わせ

使用食材▶旬の島魚（キハダ、アカサバなど）
時期：通年
1,200円～

新鮮な島魚をお楽しみ下さい。

島唐入り明日葉チャーハン

使用食材▶明日葉、島唐辛子
時期：通年
1,100円

明日葉の香りと島唐辛子のピリ辛感が旨さの秘密。

明日葉の和え物

使用食材▶明日葉
時期：通年
650円～

おひたし、ゴマ和え、くさやマヨ和えなど、お好みで。

八丈島 魚八亭

アクセスマップ

https://uohachitei.com/
所在地：八丈島八丈町三根198-1
営業時間：7:00～10:00/11:00～15:00/17:00～22:00　定休日：不定休
04996-2-2807

※2024年12月1日よりクレジットカード・QRコード支払いのみとさせて頂く事となりました。(しまぽ通貨ご利用の方の差額分のみ現金可)何卒ご理解の程よろしくお願い致します。

新鮮な地魚を新鮮なうちに提供してくれる魚八亭のメニューは、八丈島の海の幸を取り入れたものから焼き鳥など、いろいろなものを取りそろえています。島焼酎も豊富な種類があります。

自家製 地魚の塩干し

使用食材▶メジナ
時期：通年
880円～

磯釣りで人気のメジナを魚八亭で塩干しした人気定番メニューです。

地魚フライ

使用食材▶地魚
時期：6月～9月
880円

八丈島で獲れる地魚を厚切りにして、フライに仕上げたボリュームある一品。初夏から夏にかけての季節限定品です。

地魚の刺盛り 5点盛り

使用食材▶旬の地魚
時期：通年
2,750円～

旬の地魚を手際よく盛り付けて提供してくれます。その季節の島の味を楽しめる贅沢なお刺身です。

予約可　P 3台　Wi-Fi 可

八丈島 元気 くにまつ

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町三根202-7
営業時間：17:00～22:00　定休日：水曜

04996-2-3110

古民家を改装したお店です。店舗中央に囲炉裏があり、その日に仕入れた魚や野菜などを焼きながら食事を楽しめる、アットホームな雰囲気です。

釣った魚を持ち込んで調理してもらうことも可能なので、釣り人にも人気があります。

明日葉としただみのかき揚げ

使用食材▶明日葉、シタダミ、サツマイモ、シイタケ

時期：通年

750円

しただみとは八丈島で古来より食材とされている小さな貝で、独特の歯ごたえと味わいがあります。明日葉とサツマイモなどとかき揚げにした人気のメニューです。(品薄のため、品切れとなっている場合がございます)

島魚の刺身盛り合わせ

使用食材▶旬の地魚

時期：通年

1,500円～

近海で獲れる旬の魚を、鮮度の良いまま仕入れ調理しています。

新鮮だから出せる色合い、食感、味を楽しめます。店オリジナルの明日葉、パッションビールや焼酎も合わせて飲むのもまた良しです。

野菜サラダ

使用食材▶無農薬の旬の野菜

時期：通年

650円

店舗周囲の自家農園で栽培している旬菜野菜を朝、自家採りして使っています。

無農薬で鮮度抜群の八丈島産の野菜サラダです。

(参考)明日葉料理もございます。天ぷら、ごまあえなど。

八丈島

厨（くりや）

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町三根207-3　定休日：日曜
営業時間：11:00～14:00（LO13:30）　夜の時間の営業は要予約

04996-2-3047

島の家に訪れたようなイメージで民家風、落ち着いた店です。
店内には静かなジャズが流れています。

おまかせ御膳

使用食材▶金目鯛、カンパチ、明日葉、野菜等

時期：通年　**2,500円**

四季折々の食材を取り込んで食べやすいようにアレンジに工夫を凝らしました。素朴な島の味を堪能していただくことができます。

島ずし

使用食材▶アオダイ、メダイ、オナガダイ等

時期：通年　**2,400円**

島ずしのネタは季節や海の状況により変わりますが、漬けにしたからしで食べる島ずしはぜひ召し上がっていただきたい島料理です。

明日葉つけ麺

使用食材▶明日葉、塩

時期：通年　**2,500円**

明日葉の若葉や島の野菜の天ぷらは明日葉塩で召し上がるとおいしいです。

予約可　P 8台

八丈島

あそこ寿司

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町三根361
営業時間：11:30～14:00 / 17:00～21:00(LO20:00)　定休日：不定休

04996-2-0172

店内に入ると、店主が釣った全長140㎝程のヒラマサの魚拓や、島で獲れる魚の写真が掲げてある、島内で有名な寿司屋。

お店の代表的な2つのメニューである「島寿司」と「醤油漬島寿司」が人気です。

島寿司

使用食材▶キンメダイ、カンパチ、シマアジ等（季節によって異なる）

時期：通年　**2,100円**

島の魚を使った握り寿司。巻き物が一本、付いてきます。

吸い物（飛び魚のすり身、岩のり）付き。

醤油漬島寿司

使用食材▶旬の白身魚

時期：通年　**2,100円**

島の白身の魚を醤油漬けにして、岩のりの寿司とセットにして、ワサビの代わりにカラシで食べる寿司。（要予約）

吸い物（飛び魚のすり身と岩のり）付き。

八丈島 宝亭

http://takaratei8.jp/
所在地：八丈島八丈町三根765
営業時間：18:00～21:00　定休日：日曜日

アクセスマップ

04996-2-0650

近海で獲れる魚類を中心とした活魚料理や伊勢海老、とこぶし、くさや、明日葉などの素材を使った天ぷら、海草料理も提供しています。

水揚げの状況により、お客さんの前で魚の解体ショーを実施。刺身にして提供し、好評を得ています。事前の連絡で、釣った魚の調理も可能です。

刺身定食

使用食材▶キンメダイ、アオダイ、トビウオ、ムロアジ等

時期：通年　**1,980円**

八丈島の季節の新鮮なお魚（4～5種類）を、刺身で提供。島の唐辛子を使用した、「島とう醤油」につけて食べると、美味しさが増します。自家製のところてん付き。

明日葉料理

使用食材▶明日葉

時期：通年　**550～880円**

天ぷら、おひたし、ゴマ和え、マヨネーズ和え等で提供。明日葉を色々な味で楽しめます。

島寿司

使用食材▶メダイ、オナガダイ、アオゼ、キンメダイ、カンパチ等

時期：通年　**1,650円**

魚は醤油ベースのタレに漬け込み、ワサビの代わりにカラシを使用。ほんのり甘い酢飯で握った島寿司は絶妙な美味しさ。（要予約）

予約可 | 8台 | Wi-Fi 可 | カード可 | 電子マネー可

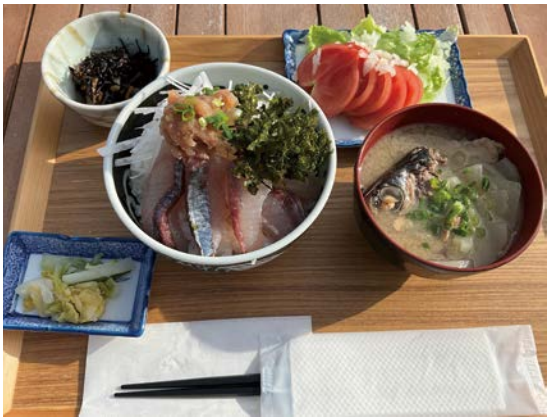
八丈島 コーヒーハウス LL

アクセスマップ

https://www.instagram.com/coffeehousell/
https://www.facebook.com/coffeehouse.LL2022
所在地：八丈島八丈町三根848-2
営業時間：7:00 ～ 14:00(LO13:30)　定休日：水曜・木曜

04996-9-5441

本とクジラと虹に出会える場所。八丈島の大海原を見ながらリラックスタイム。ゆったりとした時間をコーヒーと一緒にお過ごしください。お食事には、地元の食材を使用しております。



朝食
日替わり和食セット

使用食材▶島野菜、地魚

時期：通年

900円

八丈島産の野菜や魚をご提供しております。(写真は、春の飛魚丼)
※天候等の影響により、地の物をお出し出来ない場合がございます。
やたけさんのふっくらトーストセットも大人気です。

朝食
八丈島ドロップス平飼い有精卵とーとーめの卵かけご飯定食

使用食材▶八丈島ドロップス平飼い有精卵

時期：通年

800円

「とーとーめ」とは、八丈方言で「鶏」のこと。卵は八丈島でとれた新鮮なものを使用しています。黄身は濃厚でレモン色をしています。

八丈島 イーストサイド茶屋

アクセスマップ

https://eastsidechaya.com/　インスタグラム eastsidechaya
所在地：八丈島八丈町三根892-2
営業時間：16:30 ～ 23:00（LO22:00）　定休日：火曜日
04996-2-4758

120インチの大画面を備え、開放感のある店内では臨場感のあるスポーツ観戦も楽しめます。自家栽培の野菜や島の食材を使った季節ごとのお料理とお飲み物もご用意しています。

テラス席も設けました。愛犬同伴可能です。（テラス席のみ）

あしたばとモッツァレラと生ハムのピザ

使用食材▶明日葉
時期：通年
1,600円

自家製の生地とジェノベーゼ風明日葉ソースを使って焼き上げた一品。

あしたばの生ハム巻

使用食材▶明日葉
時期：通年
750円

明日葉の苦味と生ハムの塩味が絶妙にマッチしています。

島唐入りみそ焼きおにぎり

使用食材▶島唐辛子
時期：通年
（2個）600円

香りの良い島唐辛子を合わせたピリ辛味噌のおにぎりをグリルでじっくり焼いています。

八丈島 旅館 やましたのおやど

アクセスマップ

http://www.ki8jo.com
所在地：八丈島八丈町三根1029-4
営業時間：8:00 ～ 19:00 定休日：不定休（無休）
04996-2-4433

港近くのヤシの木が沿道を飾る通りに建つ、3階建ての旅館。ホテルタイプの宿なのでビジネス利用でも人気です。

宿の食事は、鮮度抜群のお刺身や八丈島伝統のメニューなど、島ならではの味わいが楽しめるものばかりです。

おやどの夕食

使用食材▶旬の地魚、アロエ、明日葉

時期：通年　**宿泊費込**

お刺身やトビウオの姿揚げ、島の野菜を使った和え物や島寿司など、旬の素材で作ったお料理を日替わりで提供しています。

島寿司

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**宿泊費込**

季節の魚を使った島寿司。

旬の素材を使っているので季節で変わるネタを楽しめます。

明日葉の和え物

使用食材▶明日葉

時期：夏場以外　**宿泊費込**

新鮮な明日葉を使った料理。

写真の和え物以外にも、酢の物やおひたし、胡麻和えなどいろいろな料理をご提供します。

※写真は一例です。時期により内容が異なる場合がございます。

八丈島 国民宿舎 サンマリーナ

アクセスマップ

http://sunmarina8.com
所在地：八丈島八丈町三根1291-9
営業時間：24時間（お電話ご予約・お問い合わせ8:00 ～ 20:00）　定休日：不定休
04996-2-3010

海沿いにある宿泊施設。大自然に囲まれながら、地物創作食または、アクティビティ＆デジタルワークを満喫ご堪能下さい。

一覧

お宿の夕食

使用食材▶旬の地魚・ムロアジメンチ・島野菜

時期：通年　**宿泊費込**

地物創作でご夕食を！！自慢の島寿司や手作りキッシュ、また旬の季節料理をご堪能、お楽しみ下さいませ。

キッシュ

島寿司

和食プレート

洋食プレート

お宿の朝食

使用食材▶海風椎茸・島野菜

時期：通年　**宿泊費込**

心地良い自然の目覚めとともに美味しい朝食を!!（洋食・和食のご選択はできませんのでご了承下さいませ）

コーヒー

パン

八丈島 そこど荘

アクセスマップ

https://www.sokodo-so.com/
所在地：八丈島八丈町三根1307
受付時間：8:00 ～ 20:00　定休日：なし
04996-2-0092

八丈島のベストロケーション！海の玄関口底土港から徒歩２分と、海のレジャーや観光に絶好の立地です。ビジネスプランや学生合宿にも対応。お夕飯には島の食材をたっぷり使ったメニューをご用意しております。

そこど荘自慢の中庭では、海や星空、ガジュマルの木を眺めながらのBBQもできますよ。

宴会料理も事前予約にて承っております。英語対応も可能。皆様の旅の思い出に是非、そこど荘をご利用くださいませ。

地魚の調理

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**有料**

船釣りや堤防釣りで釣れたお魚の調理承ります。港に近いそこど荘ならではのフレッシュな魚料理をお食事にプラスできますよ。釣れた魚をBBQで楽しんではいかがでしょうか。

飛び魚の塩干し

使用食材▶トビウオ

時期：通年　**時価**

魚の干物、味噌漬け、島唐辛子味噌、明日葉の漬物など島食材を手作りで召し上がって頂くことにこだわっております。

宴会料理

使用食材▶自家栽培の野菜、旬の地魚

時期：通年　**応相談**

各種宴会を承っております。季節の新鮮な素材を使ったお料理で楽しいひとときをお過ごしください。

八丈島 SEA SIDE KITCHEN 環

アクセスマップ

https://x.com/hachijo_wa　https://8wa.tokyo/kitchen-wa/
所在地：八丈島八丈町三根1309-13
営業時間：11:00 ～ 15:00/17:30 ～ 20:30　定休日：水曜日
080-9686-0527

島の素材にこだわり、島食材を存分に取り入れたメニューでお食事を提供しております。季節ごとに島食材が変わり、その時を楽しんでいただけます。海を見ながら島の風を感じながらお食事していただけます。島素材のオリジナル食品・雑貨も販売しております。

レモンソース　ハンバーガー

使用食材▶八丈島産レモン
時期：季節により変動
990円

八丈島産レモンをソースに使用したハンバーガーで、さっぱりとした島レモンの味わいです。

ノンアルレモンサワー

使用食材▶八丈島産レモン
時期：通年
700円

まるごとかじれる島レモンで作るノンアルレモンドリンク。通年味わえる糖度の高いレモンで作るドリンクです。

明日葉スカッシュ

使用食材▶八丈島産明日葉
時期：通年
500円

明日葉を存分に楽しめ、身体が喜ぶスパークリング。美味しいヘルシードリンクです。

八丈島 民宿 椿荘

アクセスマップ

https://tubakisou.wixsite.com/tsubakisou
所在地：八丈島八丈町三根1436
受付時間：8:00 ～ 20:00　定休日：なし
090-6941-6675

船を持っている漁師がいるので、四季折々の新鮮な魚と自家栽培の新鮮な野菜が召し上がれるお食事が評判の良い宿泊施設です。古い民宿ですが、アットホームな民宿なので、リピーターの多い宿です。底土海岸から徒歩４分。

椿荘の夕食①

使用食材▶金目鯛、アオゼ、島オクラ、パッションフルーツ等

時期：通年　**宿泊費込**

金目鯛漁師がいるので新鮮な魚が召し上がれます。煮、揚、焼、ホイル焼など調理法を替えて出します。

島寿司、刺身は、時期に合った旬の魚を使用します。金目のあら汁は抜群に美味しいです。

椿荘の夕食②

使用食材▶アオゼ、金目鯛、明日葉、ゴーヤ、すいか

時期：通年　**宿泊費込**

アオゼと大根の煮付け。新鮮なお刺身や明日葉の天ぷらにすいか。おすすめは手打ちうどん。厳選された粉を取り寄せて大女将が手作りしているうどんは明日葉の天ぷらと合いとても美味しいと評判です！

八丈島 カフェレストラン 心月（ココムーン）

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町三根1440-2
営業時間：11:30～14:00　18:00～（夜は予約を！）　定休日：木・金曜日
04996-2-0269

島の食材も取り入れ、いろいろな材料を使った食事が出来ます。
明日葉系は一番人気！

明日葉ソバサラダ

使用食材▶明日葉ソバ

時期：通年　**1,210円**

明日葉をねり込んだそばと、野菜がたっぷりと乗ったソバサラダ、ドレッシングも店オリジナルで、ちょっと他にない味。

明日葉パスタ

使用食材▶明日葉粉末、明日葉削り節

時期：通年　**1,595円**

明日葉の粉末を使ったパスタに、ふわふわの削り節（明日葉）をのせて、濃厚な明日葉のパスタに仕上げています。

P 6台　Wi-Fi 可

八丈島

郷土・家庭料理のお店 繁（はん）

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町三根1636-5
営業時間：昼）11:30～13:30　定休日：木曜日
※感染症等拡大防止のため、本冊子発行時点では昼のみの営業です。今後、変更する可能性があります。

04996-2-7080

お一人様からご家族連様等、気軽に来店して頂けるよう、お手軽価格を目指しています。御来店、お待ちしております。

地魚づけ丼

使用食材▶メダイ他

時期：通年　**1,000円**

地魚のづけを酢飯ではなく白米の上にのせました。

島寿司と明日葉そば

使用食材▶明日葉、メダイ他

時期：通年　**1,100円**

島寿司と明日葉そばをお得なセットにしました。

明日葉入しゅうまい弁当

使用食材▶明日葉他

時期：通年　**800円**

手作りしゅうまいに明日葉を入れて風味を良くしました。
副菜も旬の島食材を使用。（要予約）

八丈島 八丈島郷土料理 梁山泊（リョウザンパク）

アクセスマップ

http://www.rzp.jp/
所在地：八丈島八丈町三根1672
営業時間：17:30～22:00（LO21:20）　定休日：日曜日
04996-2-0631

可能な限り島の食材を使用し、島焼酎に合うように提供しております。
※島寿司は予約制（当日15時まで受付け）

刺身盛り合わせ

使用食材▶八丈島産のみ、季節の旬の魚
時期：通年
1,540円

八丈島産のみ使用のため、天候によりご提供できないこともあります。

八丈牛乳のモッツァレラチーズとトマト

使用食材▶モッツァレラチーズ
時期：通年
1,870円

八丈島のジャージー牛からとれるとても濃厚で美味しい牛乳から作られている貴重なモッツァレラチーズです。

天ぷら盛り合わせ

使用食材▶季節の島野菜
時期：通年
1,540円

明日葉（11月～6月）、うみかぜ椎茸（通年）、さつまいも（10月～4月）、島オクラ（7月～10月）などの島野菜を使用

八丈島 民宿 船見荘

アクセスマップ

https://www.funamisou.com
所在地：八丈島八丈町三根1754
営業時間：7:30 ～ 9:00・18:00 ～ 20:00　定休日：不定休
04996-2-0731

自家栽培をした食材で調理する八丈の家庭料理が自慢の船見荘。

烏骨鶏や地鶏の生玉子が食べられる朝食や、夏期には畑で収穫された新鮮な食材を使用したバーベキューも好評です。

一部メニューに予約・追加料金が必要なものがございます。予約・金額についてはお問合せください。

島魚の煮つけと島野菜天ぷらの夕食

使用食材▶旬の野菜、果物、地魚

時期：通年　**宿泊費込**

郷土料理の島寿司、島で獲れた魚の煮付け、旬の野菜を使った天ぷらなど食材本来の味が楽しめる夕食です。

島魚のお刺身と島食材を使った鍋の夕食

使用食材▶旬の野菜、果物、地魚

時期：10月～3月　**宿泊費込**

郷土料理の島寿司を始め、島で獲れた魚の刺身、鍋料理など島の食材を使った家庭料理が楽しめます。

お肉や魚介類、島野菜のBBQ

使用食材▶旬の野菜、果物、地魚

時期：4月～9月　**宿泊費込**

自家栽培した野菜やパパイヤをラム肉と合わせて焼き上げたものや、地魚のホイル焼き、オードブルとして旬の野菜や果物を使ったものなど、八丈島の食材を存分に味わうことができるメニューとなっています。

八丈島 伏線

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町三根1931-1
営業時間：12:00 ～ 21:00　定休日：火曜日

070-4801-1844

旬な島食材をシンプルに調理し、炭火焼きを使用し美味しさを最大限に引き出します。他店で取扱いのないお土産を多数ご用意しております。12時～21時まで通し営業のためカフェ利用また昼飲み利用できます。

金目鯛の串焼き

使用食材▶金目鯛

時期：入荷時のみ

時価

炭火で焼き上げ、外はカリっと中はフワッとシンプルながら素材を生かした一品です。

モッツァレラチーズと季節のフルーツサラダ

使用食材▶モッツァレラチーズ

時期：通年

1,000円

濃厚なミルクのコクが特長的なモッツァレラチーズと季節のフルーツを使用したサラダ、塩味と甘味のバランスがベストマッチします。

信玄鶏のチーズ焼き

使用食材▶モッツァレラチーズ、グァバソース、パッションソース

時期：通年

1,800円

グァバ・パッションソースは皮、種ごと含まれている旨味、葉酸ビタミンたっぷりのお肉に合う万能ケチャップです。トリモモ肉チーズ焼きとよく合います。

P 8台 | Wi-Fi 可 | カード可 | 電子マネー可

八丈島

東京島酒・ローカルフードショップ 山田屋

アクセスマップ

https://8jo-yamadaya.co.jp/
所在地：八丈島八丈町三根1952-1
営業時間：10:00 ～ 19:00　定休日：月曜日

04996-2-1161

カフェを併設した島酒をメインに扱う食とお酒のお店です。八丈島のみならず伊豆大島から小笠原諸島までの島酒をラインナップ！また、ナチュラルワインやクラフトビール・季節の日本酒等こだわりのお酒も幅広く扱っております。八丈島の大自然で楽しむ自然派ワインは格別です！お土産のお買い物に、滞在時間の際にご活用ください。

八丈フルーツレモンサワー

使用食材▶島酒・八丈フルーツレモン

時期：通年

700円

八丈島でのびのび育ったレモンを贅沢に丸搾り！八丈島の焼酎でサワーにしあげました。果汁はもちろん、全体の3分の１％皮ごと搾ることで酸っぱすぎずレモンらしい苦味も味わえるレモンと島酒の良いとこどりな、山田屋こだわりの１杯です！

パッションサンデー

使用食材▶八丈産パッションフルーツたねジャム、パッションジュース

時期：通年

880円

八丈島でパッションフルーツを育てている奥山隆農園さんで作っている「たねジャム」を贅沢に山田屋で大人気の角打ちソフトのソフトクリームと組み合わせたパッションサンデー！お子様から大人まで食べやすい人気のコンビネーション！パッションフルーツをまるごと味わえます！

島唐くさやパフェ

使用食材▶ムロアジくさや、島唐辛子

時期：通年

1,200円

甘しょっぱい！辛い！芳しい！衝撃的な見た目に怯むことなかれ。噛めば噛むほど旨みのでるくさやにクリームチーズの様に濃厚なソフトクリームがしっかりマッチ！島唐辛子パウダーの辛みのアクセントもしっかり効いてます。新境地の味わいをぜひ。

八丈島 お食事処 通（みち）

アクセスマップ

https://twitter.com/nmakoto5
所在地：八丈島八丈町三根4419-11
営業時間：7:00～9:30/11:00～14:00/17:00～24:00　定休日：火曜
04996-2-1002

朝から営業している定食居酒屋さん。朝は500円のワンコインメニューです。
島の食材を取り入れたお料理は、煮物、焼き物、お寿司など多彩な品揃えです。
大勢でもご家族でも、ワイワイ楽しめる雰囲気のお店です。

ロシアン島寿司

使用食材▶メダイ、トビウオ、赤サバなど旬の地魚
時期：通年
1,200円

見た目は郷土料理の島寿司ですが、一つだけに大量の島唐辛子を入れてあります。
大勢で運だめしなど、島の夜を楽しむアイテムとしてどうぞ。

明日葉の島フルーツレモン味噌の押し寿司

使用食材▶明日葉、自家製塩レモン
時期：通年
680円

八丈島特産の明日葉や自家製フルーツレモンから作ったタレを使った押し寿司です。ほろ苦さとレモン味噌のサッパリ感をご堪能ください。

ぶっかけ定食

使用食材▶メダイ、マグロ、カンパチ
時期：通年
1,200円

生卵や島唐辛子のダシ醤油を、地魚のお刺身のタレや、ピリ辛玉子ご飯の漬けダレなどにして様々な食べ方が出来る贅沢な定食です。

予約可 | P 8台 | カード可 | 電子マネー可

八丈島 藍ヶ江水産 地魚干物食堂

アクセスマップ

https://across.co.jp/aigaesuisan/
所在地：八丈島八丈町大賀郷 2333
営業時間：ランチ11:30～14:00/ディナー17:00～20:30（ディナーのみ予約可） 定休日：日曜日、第2・第4月曜日 04996-2-2745

くさや加工会社で作られたくさやや海の幸をご提供します。コンクリ造りの常夏をイメージできる店内で、天井も高く開放感があります。

地魚漬丼定食

使用食材▶目鯛、金目鯛など

時期：通年 **1,850円**

島で獲れた新鮮な魚を自家製のタレに漬け、大葉をちらしたご飯に乗せた丼です。味噌汁は亀の手で出汁を取った汁に島のりをたっぷり使っています。

熟成生くさや

使用食材▶青むろあじ

時期：通年 **1,180円**

秘伝のくさや液に漬け込み、干さずに熟成させることによって、身はやわらかく、お箸でほぐして食べることのできるくさやです。

島寿司＆炙り寿司ハーフ＆ハーフ

使用食材▶目鯛、金目鯛など

時期：通年 **1,880円**

漬けタレに漬けた魚をワサビの代わりにカラシで握った八丈伝統の料理です。半分は炙って柚子コショウで食べる当店オリジナルスタイルです。炙ることで脂がしみ出てシャリにかみあう一品です。

八丈島 八丈島ジャージーカフェ

アクセスマップ

http://www.hachijo-milk.co.jp/jerseycafe
所在地：八丈島八丈町大賀郷2370-1
営業時間：10:00～17:00　定休日：不定休
04996-2-5922

八丈島乳業が生産しているジャージー牛乳や乳製品を味わえるカフェです。内装は島内在住の女性制作家によるお洒落で落ち着いたデザイン。テーブル８席とカウンター６席で、飲み物やスイーツをお愉しみいただけます。

ジャージーソフトクリーム

使用食材▶ジャージー牛乳
時期：通年
400円

八丈島乳業の牧場で自然放牧しているジャージー牛のミルクから作った自慢のソフトクリームです。

八丈ジャージーヨーグルトドリンク

使用食材▶ジャージー牛乳
時期：通年
400円

八丈島ジャージー牛乳に合った乳酸菌を選び、じっくり発酵させました。コクがあるけど、あっさりとしているのが特長の飲むヨーグルトです。

ジャージーカフェオレ

使用食材▶ジャージー牛乳
時期：通年
500円

低温殺菌のノンホモジャージー牛乳を使ったカフェオレです。牛乳の風味を味わっていただくために、少し低めの温度で提供しています。アイスカフェオレもございます。

明日葉白玉あずきパフェ

使用食材▶ジャージー牛乳、明日葉粉末
時期：通年
600円

八丈島乳業の牧場で自然放牧しているジャージー牛のミルクと八丈島の特産品の明日葉粉末を練り込んだソフトクリームを使ったパフェです。白玉団子とあずきとの相性が抜群です。

予約可 | 3台 | Wi-Fi 可 | カード可 | 電子マネー可

八丈島 居酒屋 瑚庵

アクセスマップ

http://goan.o.oo7.jp/
所在地：八丈島八丈町大賀郷2403-4
営業時間：17:30～21:30(LO20：30)　定休日：月曜日・木曜日
04996-2-0965

島で獲れた魚を、島で楽しんでもらうために、毎日港に足を運んで魚を仕入れています。寝かせた方が美味しい魚は、氷温でしばらく保存してより美味しく。
自分が食べたいと思う魚を、お出ししております。

造り盛り合わせ

使用食材▶八丈港水揚げ、旬の地魚
時期：通年
2,180円～

日によって当日水揚げされた魚が出ることも。東京では名前を聞いたことがない、地元ならではの刺身は鮮度抜群。盛り合わせでぜひ。
島の青唐辛子をお付けしますので、お好みでお使いください。

明日葉佃煮チャーハン

使用食材▶明日葉、焼酎
時期：通年
860円

八丈島の焼酎で佃煮にした、八丈島の明日葉。
秘伝のレシピで煮込んだ明日葉をまぜ、少し甘目のチャーハンに仕上げました。

キンメダイのしゃぶしゃぶ

使用食材▶金目鯛、明日葉、椎茸
時期：通年
3,200円(2人前から)

頭と骨で取った出汁で、厚めに切った金目鯛をしゃぶしゃぶするととろける美味しさ。
〆の雑炊はどれだけ満腹でも必ずお召し上がりください。
(仕入れの都合上2日以上前にご予約お願いします。)

金目鯛カマ塩焼き

使用食材▶金目鯛
時期：通年
1,280円

金目鯛の大きな目に含まれた「コラーゲン」少しお醤油をたらした身と絡めて食べるのがおすすめ!骨までしっかり味わっていただきたいです。

八丈島 創彩島割烹 粋や

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町大賀郷 2434-3
営業時間：17:30 ～ 22:00　定休日：水曜日

04996-9-5611

八丈産の農産物、近海で獲れる魚を「旬の味を大切に」「真心をこめて」ご提供いたします。個室タイプの席もあり、ご会食やご家族連れのお客様に喜ばれています。

お造りと島寿司

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**1,500円～/900円～**

八丈で水揚げされた旬の地魚を中心に使用。島寿司のシャリは砂糖、酢、塩が効いています。

島天盛3種ひんぎゃの塩添え

使用食材▶明日葉、うみかぜ椎茸、島たけのこ、島オクラ、地魚等

時期：通年　**880～1,100円**

八丈産の明日葉天ぷら、人気のうみかぜ椎茸の天ぷらと季節の島食材天ぷらの盛り合わせです。

かぶつ生ビール、生青レモンサワー

使用食材▶かぶつ、パッションフルーツ、島レモンなど

時期：通年　**750円～**

八丈島でかぶつと呼ばれる柑橘類の果汁を絞ったビールは人気です。パッションフルーツ、島レモンは季節限定で生サワーでお出しします。

予約可 | P 10台 | Wi-Fi 可 | 電子マネー可

八丈島 一休庵

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町大賀郷2473
営業時間：11:30～14:30 / 17:30～20:30 (LO 19:30) 定休日：木曜日
04996-2-3369

当店は全て明日葉を練り込んだ緑色の麺です。手打ち明日葉うどんは、太麺でモチっとした食感で好評を頂いております。明日葉そばは当店でお土産として製造している乾麺を使用。細くてノド越しが良く、こちらも喜ばれております。ぜひ一度、八丈島にお越しの際はお試しください。

天ざるうどん、そば

使用食材▶あしたば粉末、あしたば

時期：通年

（うどん）1,500円
（そば）1,550円

うどんやそばにあしたばの粉末を練り込んで作った緑色の麺を使用。

カレーうどん

使用食材▶あしたば粉末、あしたば

時期：通年

850円

島に来て、カレーも食べたいけど、うどんも食べたいという人は、こちらがおススメ。

カレーの辛さと、ほのかな明日葉の香りが口の中に広がります。

トンカツうどん

使用食材▶あしたば粉末、あしたば

時期：通年

1,400円

肉厚のトンカツと、明日葉の天ぷら、長ネギがうどんの上にのって、ボリュームがあります。

八丈島 居酒屋創菜 英凛

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町大賀郷 2541-2
営業時間：ランチ 11:30 ～ 14:00　ディナー 17:30 ～ 22:00　定休日：火曜日
04996-9-5961

八丈島では希少な本格中華料理を、お手頃価格で提供しております。ランチでは、麺類と丼もののお得なセットもございます。夜のメニューは、島の食材を使った中華以外の創作料理もお出ししています。ご予約をいただければ、店主おまかせのコースも承ります。

塩餃子

使用食材▶明日葉、ひんぎゃの塩

時期：通年　**650円**

ホウレン草の皮で包んだ緑あざやかな明日葉入り餃子。ひんぎゃの塩とレモン汁でサッパリと。餃子の形もオリジナルです。

海風椎茸天ぷら～ネギ生姜だれ～

使用食材▶海風椎茸

時期：通年（ディナーのみ）　**1,080円**

八丈島特産の海風椎茸を天ぷらにし、中華広東料理のネギ生姜だれをかけた創作料理。知る人ぞ知る、隠れ人気メニュー。

島の恵みラーメン

使用食材▶明日葉麺、島のり、明日葉ふわふわ削り節、海風椎茸・海風木耳

時期：通年　**1,870円**

八丈島の特産物を贅沢に使った白湯（パイタン）スープの塩ラーメン。名前の通り、八丈島の恵みを感じられる逸品です。

海風木耳入り ピリ辛きゅうり

使用食材▶海風木耳

時期：通年（ディナーのみ）　**770円**

生で食べられる海風木耳ときゅうりを、豆板醤などを入れた特製のタレで味つけしています。ピリ辛でお酒が進むおつまみになる一品。

予約可 | 40台 | Wi-Fi 可

八丈島 居酒屋 大吉丸

アクセスマップ

https://daikichimaru8jo.com
所在地：八丈島八丈町大賀郷2634-13
営業時間：17:30 ～ 22:00　定休日：火・水曜日

04996-2-5080

新鮮なお刺身、島料理、ボリューム満点な一品料理をご用意しております。お一人様からファミリー、団体のお客様までお気軽にご来店ください。

島レモンサワー

使用食材▶八丈フルーツレモン

時期：春～夏

880円

八丈フルーツレモンやパッションフルーツなど八丈名産のフルーツを使った季節限定サワーも大人気です。

明日葉天ぷら

使用食材▶明日葉

時期：通年

880円

八丈島特産の明日葉をカラッと揚げています。明日葉の風味を感じながら特製の「明日葉塩」を付けて召し上がってみてください。ボリューム満点の一品です。

島ずし

使用食材▶オナガダイ、アオダイ、メダイ等

時期：通年

1,540円

八丈島を代表する島料理です。八丈島近海で獲れたお魚を特製のタレで漬けにして少し甘いシャリで握った美味しいお寿司です。ワサビの代わりに洋ガラシを付けます。

八丈島 レストラン アカコッコ

アクセスマップ

https://hachijoapo.net/
所在地：八丈島八丈町大賀郷2839-2（八丈島空港内）
営業時間：10:00～16:30（当面の間）　定休日：なし
04996-2-3829

八丈島の玄関口である空港にあるレストランとして、観光客の方や島の住民にも喜んでもらえるような島の特産物を使ったメニューや、お店作りをしています。

島魚セット

使用食材▶飛び魚、明日葉

時期：通年　**1,500円**

八丈島で水揚げされた島魚をコロッケ、フライ、さつま揚げ、つみれ汁にしました。
明日葉のおひたし、海苔ご飯もついて島の味を堪能できます。

島寿司セット

使用食材▶メダイ、明日葉

時期：通年　**2,000円**

島で獲れた魚を醤油ベースのタレにつけて、島寿司にしました。
明日葉そば、明日葉うどんのどちらかをセットにできる贅沢なメニューです。

島ピザ

使用食材▶島のり、島唐辛子

時期：通年　**1,100円**

八丈島産の島唐辛子をピザに散らし、チーズをかけて焼き、最後に島のりをのせました。
シンプルですが、島唐辛子の辛さと美味しさが引き立つピザです。

要予約 | P 5台 | Wi-Fi 可 | カード可 | 電子マネー可

八丈島 ゲストハウス・スズミ

アクセスマップ

https://sites.google.com/view/suzumi-d
所在地：八丈島八丈町大賀郷3127-2
営業時間：8:00～20:00
04996-2-3439

八丈島空港近くの見晴らしの良い場所に建つ宿で、太平洋が一望できます。

昼間は八丈島の景色を味わい、夜は八丈島の素材を活かした、島ならではの贅沢なお料理を味わえます。

金目鯛の煮付けと島寿司の夕食

使用食材▶金目鯛、旬の白身魚

時期：通年　**宿泊費込**

金目鯛まるまる一匹を贅沢にじっくり煮込みました。

島寿司は旬の魚を特製の漬けだれに漬け込み握っています。

島魚と島の食材の夕食

使用食材▶明日葉、旬の地魚など

時期：通年　**宿泊費込**

港で仕入れた旬の魚を刺身、煮る、焼く、揚げるなど、最適な方法で調理をします。自家栽培の野菜などと合わせて盛り付けされたボリュームある夕食です。

魚介類の惣菜（写真はブド）

使用食材▶ブド、トビウオ、マグロなど

時期：通年　**宿泊費込**

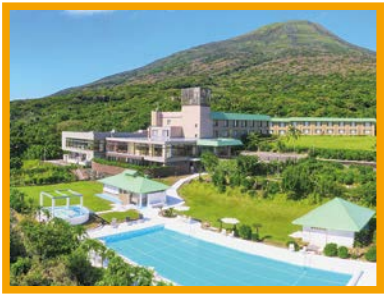
季節ごとの食材を様々に組み合わせ、郷土料理から創作料理までいろいろな味を楽しめます。

八丈島

八丈ビューホテル

アクセスマップ

http://www.hachijo-v.co.jp/
所在地：八丈島八丈町大賀郷4422-1
営業時間：24時間　定休日：なし
04996-2-3221



おじゃりやれ
島人のあったかい声があなたを迎えます。
空港から車で約 5 分程の立地のため、アクセスもスムーズに行えます。
伊豆七島の最南端「八丈島」の高台にあり、八丈文化を感じるオーシャンビューの別館和室「常春」、緑豊かな山側に面したリニューアルした本館洋室「碧」とふたつの顔を持ったホテルです。

厳選　八丈の味覚　ご朝食のご案内

島自慢18品目の小鉢お膳

使用食材▶旬の野菜
時期：通年
2,200円

島の健康野菜を中心にしたバランスのとれた18品目のご朝食をお楽しみください。

海の幸 海鮮明日葉茶漬けお膳

使用食材▶旬の地魚、野菜、明日葉
時期：通年
2,200円

岩磯海苔との相性抜群の山海の幸を特製のあご出し焙煎明日葉茶のお茶漬けでお召し上がりください。

旬美満彩ビュッフェ

使用食材▶旬の地魚、野菜
時期：通年
2,200円

どこから箸をつけるのか迷ってしまう八丈島の季節感を織り交ぜた、品数豊富な和洋のビュッフェ料理。

注意　季節や曜日により提供するメニューが異なります。お膳タイプとビュッフェは選べません。

予約可 | P 8台 | カード可 | 電子マネー可

八丈島 PIZZA PARADISO

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町大賀郷4981-1
営業時間：11:30～14:00/17:30～21:00　定休日：火・水曜日

04996-9-5885

八丈島産の食材を使い、そのおいしさを観光でいらしたお客様はもとより、島にお住まいの方にも改めて知って・楽しんでいただきたいと思っています。

ドラータ

使用食材▶八丈島産チーズ

時期：通年　**1,840円**

チーズの美味しさを味わうために、ソースを使わないシンプルなピザです。

タルトゥーフォ

使用食材▶八丈島産しいたけ

時期：通年　**1,840円**

八丈島産しいたけの風味と、イタリアのトリュフの風味の調和を楽しめるピザです。

レモネード

使用食材▶八丈島産レモン

時期：２月～夏頃まで　**450円**

八丈島産レモンをそのままスライスして、お砂糖と少しのスパイスで漬けただけです。皮まで食べてください！

予約可 | 10台 | Wi-Fi 可 | カード可 | 電子マネー可

八丈島

大竜ファーム直営 男メシ食堂 うみかぜテラス

アクセスマップ

https://www.dairyu-farm.com/

所在地：八丈島八丈町大賀郷7488

営業時間：11:30～14:30 LO ／ 17:30～21:00 LO　定休日：日曜日

04996-9-5808

メニュー構成は店主独自の多国籍料理。テイクアウト可、お弁当もございます。うみかぜ椎茸は国産菌床使用、八丈島の気候風土で育った肉厚・ジューシーで格別な味わい。くせがないので様々な料理と相性が良く、椎茸の苦手な方にもおすすめです。様々なメディアでも取り上げられ、島内外で好評いただいております。

◀産地表示商品パッケージ

うみかぜ椎茸　肉詰めフライ

使用食材▶うみかぜ椎茸

時期：通年

単品価格1,430円

「男メシ食堂」人気メニュー！肉厚でジューシーな「うみかぜ椎茸」の肉詰めフライをご賞味下さい。

うみかぜ椎茸のガーリックトマトパスタ

使用食材▶うみかぜ椎茸

時期：通年

単品価格1,430円

にんにくをオリーブオイルでじっくりとローストし香りを出し、サンマルツァーノトマトとうみかぜ椎茸をふんだんに使ったバジルトマトソースに仕上げました。

当店1番人気のパスタメニュー。癖になる味わいを一度ご賞味あれ。

P 10台

八丈島 カフェ 空間舎（くうかんしゃ） in Long Beach1983

アクセスマップ

http://w01.tp1.jp/~a079783401/toiawase.html
所在地：八丈島八丈町大賀郷8144-1
営業時間：13:00～17:00(LO16:30)　定休日：火曜日・金曜日
04996-2-4154

森の中にひっそりと佇む一軒家カフェ。
店内のインテリア、器などにこだわり、おしゃれな空間の中ゆったりとした時間が流れています。

明日葉 チーズケーキセット

使用食材▶明日葉
時期：通年
900円

明日葉の風味と濃厚なチーズの中に、まろやかな口当たりが楽しめる一品です。
セットのドリンクと一緒にお楽しみください。
こだわりの器にも注目です。

明日葉 あずきミルク

使用食材▶明日葉
時期：通年
900円

高さのあるかき氷の上に濃厚な明日葉パウダーがかかっており、抹茶とは一味違う明日葉の苦味とあずきミルクの甘さがマッチした一品です。

八丈島 isol8（イソロット）

アクセスマップ

https://www.instagram.com/isol8hachijo
所在地：八丈島八丈町大賀郷8257
営業時間：10:30 ～ 19:00LO　定休日：木曜日
090-7218-1581

美しい景色を望む海辺のイタリアンカフェ。居心地の良い雰囲気の中で、八丈島産の食材を使ったイタリア人シェフによるオリジナルレシピをお楽しみいただけます！

うみかぜ椎茸カルボナーラ

使用食材▶八丈島産椎茸、八丈島産卵、八丈島産にんにく
時期：通年
1,400円

八丈島産椎茸と八丈島にて放し飼いで育った鶏の新鮮な卵を使ったカルボナーラ。濃厚な味わいが楽しめます。

八丈レモンミントソーダ/かぶつローズマリーソーダ

使用食材▶八丈フルーツレモン、八丈島産かぶつ
時期：通年
650円

オリジナルノンアルコールカクテル。
・八丈フルーツレモンと自家製ミントシロップ
・八丈島産かぶつと自家製ローズマリーシロップ

明日葉ソーススパゲッティ

使用食材▶明日葉、八丈島ジャージー牛リコッタチーズ
時期：通年
1,400円

新鮮な生の明日葉を使ったオリジナルソース。時には八丈島ジャージー牛のリコッタチーズのトッピングもあります！

要予約 | P 15台 | Wi-Fi 可

八丈島 いそざきえん

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町樫立347
営業時間：11:00～14:00（夜は予約のみ、15:00までに連絡）　定休日：不定休
04996-7-0041

海岸に打ちあがった流木を集めて建てられて百数十年たった落ち着いたお座敷と、昔の石垣を利用して造られた熱帯的なお座敷で料理を楽しむことができます。島の食材にこだわり、新鮮な魚介類、自家栽培の無農薬野菜を島の味で提供し、八丈島の食の歴史を感じられる料理を提供します。

黒潮料理

使用食材▶旬の魚、里芋、海草、旬の野菜
時期：通年
1,870円

昔は、米が島になかったため、味噌味の麦雑炊が食べられていました。その麦雑炊に、八丈島産の刺身、海草や野菜の郷土料理、魚のあら汁などがついてきます。

御赦免料理

使用食材▶旬の魚、里芋、海草、旬の野菜
時期：通年
5,720円

お店のオリジナルのお祝い料理として提供。バナナの葉をお皿にしてお料理を提供。黒潮料理にプラスした、魚の姿造りや新鮮な魚を丸ごと包み焼きした塩釜料理などが特徴。
（2名様から・要予約）

島寿司

使用食材▶旬の魚
時期：通年
1,870円～

長い船旅用のお弁当として考えられたもので、ご飯には、砂糖、酢、塩を効かせ、ワサビの代わりにカラシを使用。鮮度の良い魚には、醤油をまぶしています。一貫の岩のり握り付き。（要予約）

八丈島 千両

アクセスマップ

所在地：八丈島八丈町樫立2056
営業時間：11:00～13:30 ／夜は不規則営業　定休日：月曜・火曜
04996-7-0040

※予約はオープン時の11時のみ／夜はお問い合わせください。

自家栽培の野菜を始め、島の食材を取り入れたメニューを揃えています。
八丈島産素材のおいしさをできるだけシンプルに味わってもらえるよう、努力をしています。
散策途中などでも入りやすい雰囲気の、平屋建ての店舗です。

天ざる

使用食材▶明日葉
時期：通年
1,100円

ざるそばに、明日葉の天ぷらを添えています。
明日葉は新芽の部分を使っているので、とても新鮮で美味しいです。海風椎茸付メニューもございます。

島たくあん

使用食材▶大根
時期：通年
440円

自家製の大根を塩と糠で漬けた島たくあん。
樽の中で3～6年、じっくりと漬け込み深みのある味を出しています。

餃子

使用食材▶ニンニク、ショウガ
時期：通年
550円

大粒で瑞々しい八丈島産のニンニクとショウガを使用した餃子は、人気No.2メニューです。
※季節によっては八丈島産以外のニンニク、ショウガを使用している場合があります。

植物公園内にある八丈ビジターセンター。島の自然・文化の紹介、見どころについての案内をしています。

八丈植物公園

約22haの敷地に、熱帯・亜熱帯性植物を中心に、約100種類400株もの植物が植えられています。ハイビスカス、ブーゲンビリアなどの花や多くの野鳥が存在し、園内の通路には、赤い火山砂利が敷き詰められ、南国ムード豊かな公園です。

アクセス：八丈島空港から車で約5分、徒歩で約20分／所在地：八丈島八丈町大賀郷2843／営業時間：ビジターセンターは9:00～16:45、温室は9:00～16:30／定休日：なし／料金：無料／電話：04996-2-4811

大坂トンネルの展望台

トンネルの大賀郷側からは、八丈富士、玄武岩が広がる南原千畳岩海岸、八丈小島が一望できます。トンネルの手前にある展望台からの見学がおすすめ。

夕方になると、美しい夕日も見られます。

アクセス：八丈島空港から車で約10分

ふれあい牧場

三原山や市街地、空港、底土港、八重根港など八丈島の景色を一望できるふれあい牧場は、八丈富士の7合目にあります。

ここで販売されているジェラートアイスは八丈牛乳をたっぷり使った特製ミルク味。ぜひお試しください。(G.W.夏季限定)

アクセス：八丈島空港から車で約15分／所在地：八丈島八丈町冨士牧野

足湯きらめき

島の南部、藍ケ江漁港のそばにある足湯の施設です。

丘の上にあるので、足湯につかりながら太平洋を眺めることができます。特におすすめは夕暮れの時間帯。海と空が茜色に染まる風景は圧巻です。

アクセス：「中田商店前」バス停から徒歩12分／所在地：八丈島八丈町中之郷1523-14 ／営業時間：11:00 ～ 21:00 ／料金：無料

末吉温泉
みはらしの湯

見渡す限りの太平洋を望める露天風呂と内風呂が自慢の温泉施設。夜は満天の星を眺めながらの入浴も可能です。
休憩室からの展望も良いので、のんびりくつろげます。

アクセス：「末吉温泉前」バス停からすぐ／所在地：八丈島八丈町末吉584-1 ／営業時間：10:30～21:30（入場は21時まで）／定休日：火曜日（祝日、夏期、年末年始等は営業）、偶数日奇数日で男女入れ替えがある／料金：大人500円、小学生200円／電話：04996-8-1933

服部屋敷

江戸時代に幕府御用船を管理する職にあった服部家の屋敷跡。前庭には樹齢700年を超える大蘇鉄、入り口には近藤富蔵が設計し、流人が築いた玉石垣があり、往年の服部家を偲ばせます。郷土芸能である「樫立踊り」と「八丈太鼓」を観覧することもできます。

アクセス：「樫立出張所」バス停から徒歩3分／所在地：八丈島八丈町樫立2010／営業時間：9:00～15:00 ／定休日：不定休／料金：10:00からの樫立踊りと八丈太鼓の観覧の場合、大人一人350円、子供200円／電話：04996-7-0231

海中散歩・ダイビング

黒潮の影響を受ける八丈島では年間を通してダイビングを楽しむことができ、島の周辺全てがダイビングポイントとも言えるほど。ダイビングで海中散歩をしたり、シュノーケリングで魚とふれあったり、見るだけでなく、思う存分、海を楽しむことができます。

イメージ

南原千畳岩海岸

島の西側にあり、八丈小島と夕日の撮影スポットです。

裏見ヶ滝温泉

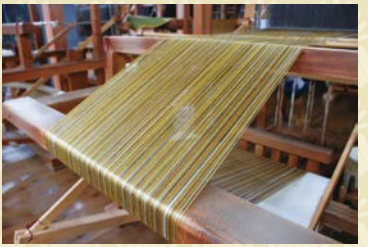
緑に囲まれた癒しの混浴温泉です。水着の着用が必要です。

アクセス：バス停「中田商店前」下車徒歩9分／所在地：八丈町中之郷1246／営業時間：9:00～21:00／定休日：無休／料金：無料（石鹸・シャンプー使用不可）

八丈島 土産

焼酎

島内には4つの酒蔵があり、数多くの銘柄の焼酎が作られています。



黄八丈

八丈島に古くから伝わる絹織物。美しく黄金色に染めた糸を、すべて手織りで織りあげます。帯やネクタイ、小物入れなど、お土産にも人気です。

くさや

近海で揚がったばかりのアオムロ（ムロアジ科）などを使用したくさや。お土産にもぴったりな焼きくさやなどもあります。

青ヶ島

断崖の島に生きる大自然と島を飲み込むほどの星空をぜひ身体で感じてください。

青ヶ島は都心から約360km離れたところにある伊豆諸島の南端部にある島です。周囲約9km、面積約6km^{2}の小さな島で周囲は切り立った崖になっていて、青ヶ島の集落はその崖の上、標高250m以上のところにあります。

島の形状は、二重のカルデラ構造をしていてとても面白い形をしています。小さな島なので夜の明かりが少なく、星空を見るのに適していることから、最近ではスターウォッチャーからの人気が上昇しています。

アクセス

竹芝客船ターミナル（東海汽船）	大型客船 [10時間20分]	八丈島	連絡船（伊豆諸島開発） [2時間30分]	青ヶ島
羽田空港（ANA）	飛行機 [55分]		ヘリコプター（東邦航空） [20分]	

〈お問い合わせ〉東海汽船お客さまセンター☎03-5472-9999
ANA国内線予約・案内センター☎0570-029-222
東邦航空八丈島事業所☎04996-2-5200
伊豆諸島開発案内ダイヤル☎04996-9-0033
伊豆諸島開発株式会社☎03-3455-3090

マップ

主なイベント

8月10日	牛祭り
8月 中旬	盆踊り
9月	月見踊り

観光案内

青ヶ島村役場

URL https://www.vill.aogashima.tokyo.jp/tourism/
TEL 04996-9-0111

青ヶ島 民宿 御宿 為朝

アクセスマップ

所在地：青ヶ島村無番地
営業時間：通年営業　定休日：不定休、年末年始

04996-9-0410

青ヶ島の北部にある家庭的な雰囲気が心地よい民宿です。

夏には裏庭で満天の星を眺めながらのバーベキューなど、青ヶ島ならではの食事ができます。

小さな島なので素材に限りがありますが、青ヶ島の味をしっかり提供してくれます。

いもつきとしゅうで

使用食材▶明日葉、サトイモ、サツマイモ、魚の塩辛

時期：通年（要予約）　**宿泊費込**

いもつきは茹でた里芋とさつま芋をペースト状になるまでつぶし、明日葉を混ぜ合わせたものです。

魚の塩辛（しゅうで）をのせて食べるのが青ヶ島スタイルです。

酢漬け

使用食材▶旬の地魚、島唐辛子

時期：通年（要予約）　**宿泊費込**

青ヶ島ではどの家でも作る生魚の酢漬け。玉ねぎとレモン果汁などの薬味でさっぱりといただきます。

たけのこの炒め煮

使用食材▶タケノコ

時期：通年（要予約）　**宿泊費込**

冷凍したタケノコを茹で直し、ゴマ油で炒め、ダシと塩で味付けしています。

シンプルなおいしさが新鮮です。

尾山展望公園

外輪山の北西部にある展望公園です。標高約400mの展望台からは、北側に八丈島、南側には、内輪山とカルデラ、複式火山が作り出す大パノラマを楽しむことができます。

公園一帯の道は、整備された遊歩道になっているので、星空がきれいな青ヶ島でのスターウォッチングに適した場所です。

アクセス：青ヶ島港（三宝港）から徒歩1時間

尾山展望台は集落からはおよそ1km、遊歩道の登り口からは15分ほどの距離にあるので軽い登山程度ですが、道を照らす街灯はまったくないので懐中電灯は必須です。

ほぼ360度の水平線が見渡せるので、低い位置にある星の観察にも適した場所で、めずらしいカノープスという星が見られることで天文マニアの方にも人気です。

星座に詳しくなくても満天の星空に流れる天の川が見られますのでご安心を。地球の自転とともにゆっくりと夜空を横断する天の川は訪れる方を魅了します。

青ヶ島港

周囲が断崖の青ヶ島唯一の港です。

伊豆諸島最南端、黒潮の通る位置にある孤島なので海が荒れていることも多く桟橋が短いこともあり、漁船はクレーンで陸に上げています。

運が良ければ空を飛ぶ漁船が見られます。

丸山

大小二つの旧火口を持つ内輪山です。丸山を一周できる遊歩道を歩くと、季節の草花や鳥たちを見ることができます。

周辺にある池之沢噴気群からは、火山の噴気が立ちのぼり、この噴気孔は、島言葉で「ひんぎゃ」と呼ばれています。

ふれあいサウナ

ひんぎゃの熱を利用した約60度のサウナ。温度は低いですが、自然の熱で温められた天然の蒸気が使用されているため、よく温まります。観光客はもちろん、村民のふれあいの場にもなっています。

アクセス：青ヶ島港から徒歩30分／所在地：青ヶ島村池之沢／営業時間：平日16:00 ～ 20:00（入館 は19時 ま で）、土・日・祝 日14:00～20:00（入館は19時まで）／定休日：水曜日／料金：大人300円、子ども（小・中学生）100円／電話：04996-9-0111

青ヶ島 土産

ひんぎゃの塩

火山の噴気孔（ひんぎゃ）の蒸気を利用して精製し、じっくり時間をかけて作られた塩。カルシウムやミネラル分が多く含まれ、辛味が少なく、深くまろやかな味わいの塩です。

あおちゅう

元々、青ヶ島の島民達だけに親しまれてきた焼酎です。ラベルは同じでも、それぞれの杜氏がそれぞれの造り方、分量で造っているためすべて味が異なる、幻の焼酎です。

MEMO

小笠原諸島

伊豆諸島の遥か南に、小笠原諸島と総称される島々があります。

人が住んでいるのは主に父島と母島ですが、沖ノ鳥島や硫黄島、最近の噴火で誕生した島とつながった西之島も小笠原諸島に属しています。

外洋に孤立しているため固有種の動植物が多く存在しています。

一年を通して温暖な気候のため、海のレジャーが盛んで国内外からの観光客が訪れます。

平成23年には世界自然遺産に登録され、ますます注目度が上がっている小笠原諸島で東京の常夏を遊び尽くしてください！

小笠原諸島

父島・母島

生命の楽園ともいえる小笠原諸島の大自然。世界自然遺産を体験しよう。

小笠原諸島は大小30あまりの島から構成されていますが、人が住んでいるのは主に父島と母島です。

父島は都心から約1,000km、母島は父島から約50km離れたところにあり、緯度は沖縄県とほぼ同じです。手つかずの大自然が残る小笠原諸島は、平成23年に世界自然遺産に登録されました。

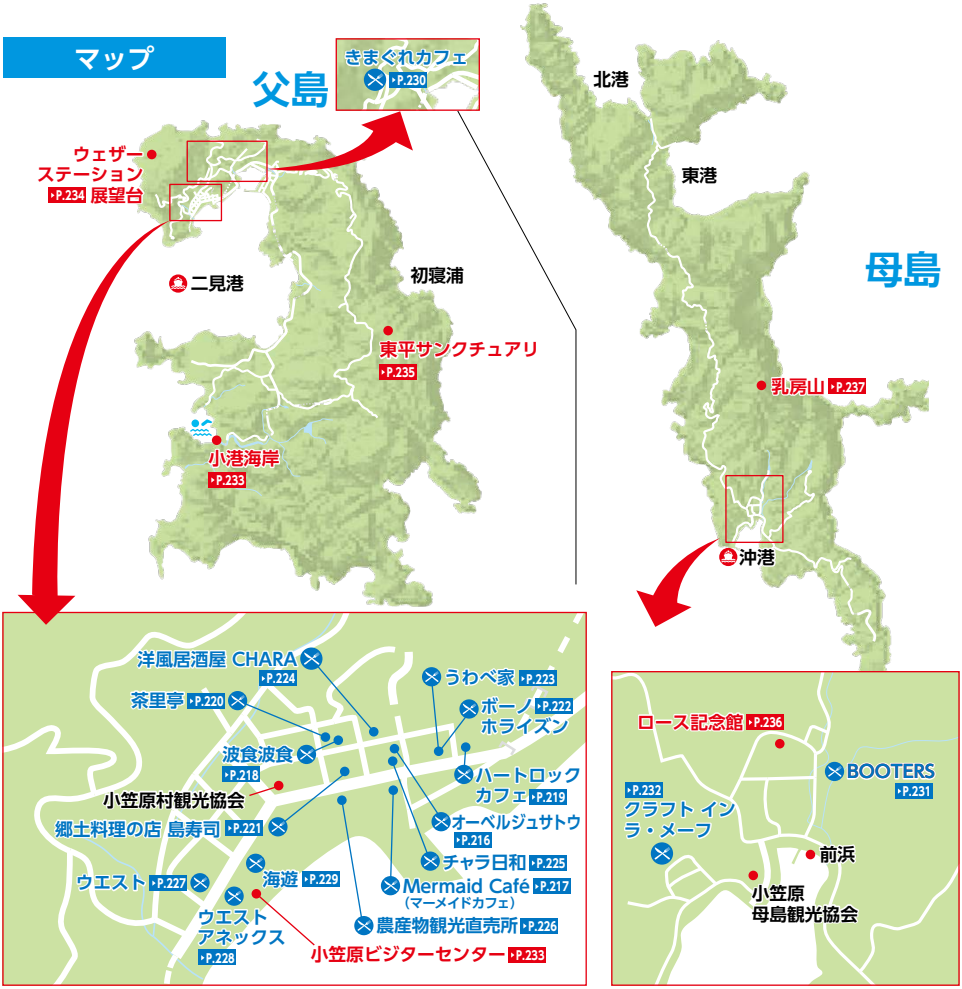
独特の生態系が保たれている事と、飾り気のない自然のままの風景が訪れる人たちに人気です。

アクセス

竹芝桟橋 → おがさわら丸（小笠原海運）［24時間］ → 父島 → はじま丸（伊豆諸島開発）［2時間］ → 母島

〈お問い合わせ〉
小笠原海運☎03-3451-5171　伊豆諸島開発☎03-3455-3090

マップ



主なイベント

1月1日	日本一早い海びらき	父島・母島
3月中旬	母島フェスティバル	母島
6月下旬	返還（記念）祭り	父島・母島
7月下旬	小笠原貞頼神社例大祭	父島
8月	サマーフェスティバル	父島・母島
11月上旬	大神山神社例大祭	父島
11月下旬	月ヶ岡神社例大祭	母島
12月	クリスマスイルミネーション	父島・母島
12月31日	カウントダウン	父島

観光案内

【父島】
小笠原村観光協会
URL https://www.ogasawaramura.com
TEL 04998-2-2587

【母島】
小笠原母島観光協会
URL https://hahajima.com/
TEL 04998-3-2300

予約可　カード可　電子マネー可

父島 オーベルジュサトウ

アクセスマップ

https://auberge-sato.tokyo
所在地：小笠原村父島字東町
営業時間：18:00～23:00　定休日：不定休
04998-2-2136

料理に使う魚などは、小笠原で料理を作って10年のシェフが直接仕入れています。
宿泊のお客さんには島の素材をふんだんに使ったコースメニューを朝と晩に提供。
1階のレストランはアラカルトメニューも豊富で、訪れる人を飽きさせないお店です。

島魚のラグー ローズマリー風味

使用食材▶旬の地魚
時期：通年
1,430円

いろいろな魚でダシを取り、旬の魚でそぼろを作りソースと絡めています。
一皿でたっぷりの島魚を味わえるパスタです。

島魚とじゃがいものガレット

使用食材▶旬の地魚、ジャガイモ
時期：通年
1,200円

白身魚のホクホクしっとり感と、ジャガイモのカリカリ感を一緒に楽しむ一品です。
トマトソースとハーブソース、2つのソースで味わえます。

カメの生ハム

使用食材▶青ウミガメ
時期：通年
1,320円

貴重な海亀を独自製法により生ハムにしています。
小笠原でしか食べられない味なので、ぜひお試しください。

父島 Mermaid Café（マーメイドカフェ）

instagram　X

https://mermaid-chatty.info
所在地：小笠原村父島（出店場所や営業日などの詳細はSNSにて配信）
営業時間：11:30～17:00頃（テイクアウト予約可）　定休日：不定休
090-5820-2422

ワンボックスのキッチンカー・カフェです。
イタリア・デロンギ社のエスプレッソマシーンで淹れたカフェ・ラテのほか、季節ごとのフルーツを使用したドリンクや手作りスイーツをお楽しみいただけます。
海岸沿いや街中そぞろ歩きのお供に、ぜひお立ち寄りくださいませ。

小笠原の塩キャラメルパウンド

使用食材▶小笠原の塩
時期：通年　**250円**

小笠原の塩を加えた自家製キャラメルクリームを生地に練りこみ、パウンドケーキに焼き上げました。

島レモンスカッシュ

使用食材▶島レモン
時期：通年　**600円**

まろやかな酸味の島レモンの果汁を使用。さわやかな香りが広がります。

小笠原の塩キャラメルふらぺちーの

使用食材▶小笠原の塩
時期：通年　**700円**

小笠原の海の恵みがぎゅっと詰まった塩がキャラメルの味を引き締めていて、味わい深いドリンクに仕上がっています。

予約可

父島

波食波食（ぱくぱく）

アクセスマップ

http://www2.odn.ne.jp/makimaki/newpagepakupaku.html

所在地：小笠原村父島字東町

営業時間：11:30～14:00/17:30～21:00（ランチ予約不可）　定休日：おがさわら丸出港翌日　04998-2-3060

赤ちょうちんが目印の波食波食は、のれんを1歩くぐると昭和レトロな雰囲気の中で、気軽に飲食ができるお店です。

小笠原ならではの、海亀の刺身、煮込み等、普段お目にかかれない食材の料理が食べられます。

島魚のぶっかけ丼

使用食材▶旬の地魚

時期：通年　**2,000円**

島魚を秘伝のタレにつけて食べるご当地メニューです。

豪快にご飯の上にかけて食べるのもおいしいです。

波食波食チャンプル

使用食材▶旬の地魚、島野菜

時期：通年　**1,200円**

地魚のつみれと島野菜が入ったボリューム満点の野菜炒めです。

＋350円でご飯、味噌汁、小鉢が付いた定食にもできます。

生パッションハイ 島レモンハイ

使用食材▶パッションフルーツ、島レモン

時期：通年　**950円～**

風味豊かな島パッションハイと、キリッと爽やかな島レモンハイで、一日の疲れを癒してください。

父島 ハートロックカフェ

アクセスマップ

http://take-na.com/cafe/
所在地：小笠原村父島字東町
営業時間：9:00～18:00（テイクアウトのみ予約可）　定休日：なし
04998-2-3317

大きなシンボルツリー「ガジュマル」の木漏れ日の下で、南国スイーツとともにゆったりとした島時間をお過ごしください。

時期によって、旬の魚、野菜、フルーツなど素材の味を活かしたメニューでお待ちしています。

自家製ケーキ

使用食材▶パッションフルーツ、島バナナ、島レモン

時期：通年　**500円～**

島のフルーツをたっぷり使用した、チーズケーキやタルトなど。

ふわふわに焼き上げたパンケーキに、パッションバターまたは島はちみつをかけていただきます。

自家製アイスクリーム

使用食材▶パッションフルーツ、島塩、島バナナ、バンジャクロ

時期：通年　**500円～**

島のバナナやパッションを贅沢に使ったアイスクリーム。1番人気は島バナナたっぷりのバナナチョコアイス。　※季節によって変わります。

サメバーガー

使用食材▶オナガザメ

時期：通年　**550円～**

小笠原で獲れた新鮮なオナガザメをフライにしました。ここでしか味わえない特製のバーガーです。

ポテトとドリンクのセットもあります。

予約可　カード可

父島 茶里亭

アクセスマップ

所在地：小笠原村父島字東町　営業時間：17:00～23:00
定休日：不定休

04998-2-3535

大きなカウンターに野菜や魚など小笠原の食材を並べ、彩り鮮やかに来る人を迎えます。
観光の方はもちろん、島民の方も訪れる店内は、地元父島を感じられる空間です。

島野菜チャンプルー

使用食材▶四角豆、オクラ、ゴーヤ、甘長唐辛子
時期：7月中旬～8月末
850円

島で採れた夏野菜にこだわったチャンプルー。甘長唐辛子のピリッとした風味が食欲をそそります。

アオリイカのとんぺい焼き

使用食材▶アオリイカ
時期：２月～８月頃
800円～

小笠原で獲れる旬のアオリイカを使い、卵の生地で焼き上げた一品です。

島トマトのチーズ焼き

使用食材▶もも太郎トマト、ミディアムトマト
時期：2月頃～4月
700円

そのままでもおいしい島トマト。
旨みをたっぷり含んだトマトにチーズをのせて焼き上げたメニューです。

ムロアジのたたき

使用食材▶ムロアジ
時期：8月頃～
700円

旬のムロアジを香味野菜と共に叩いています。

カード可

父島 郷土料理の店 島寿司

アクセスマップ

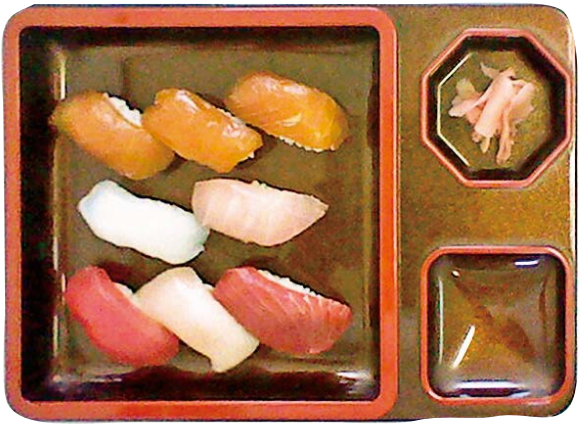
http://www.ogasawaramura.com/ad/shimazushi/
所在地：小笠原村父島字東町
営業時間：10:00～14:00（お弁当のみ予約可）　定休日：不定休
04998-2-2541

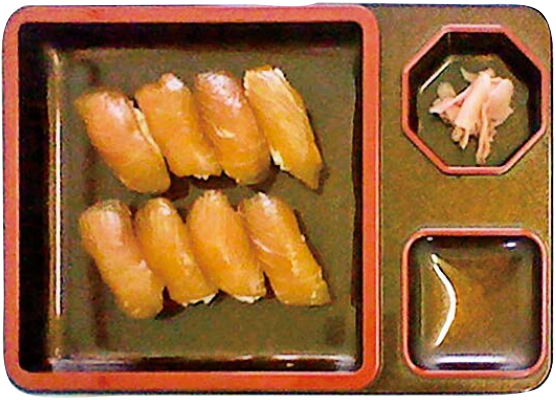
席数、20席ほどのこじんまりしたお店ですが、昼食を中心に、寿司の他にも、小笠原に来たら一度は食べてみたい亀刺しや、島魚刺身、パパイヤキムチ等を提供しています。

小笠原寿司

使用食材▶沖サワラ、メバチマグロ
時期：通年　1,500円

明治から続く、島寿司と島魚各種の盛り合わせ寿司。お店のおすすめ品。（島魚は日によって異なる）





島寿司

使用食材▶沖サワラ
時期：通年　1,000円

明治中期から続く伝統料理。サワラなどの白身の魚を醤油ベースのたれに漬け込んだ「づけ」のにぎり寿司。わさびではなく、からしを付けていただきます。船内夜食にも最適。

予約可　カード可

父島 ボーノ ホライズン

アクセスマップ

所在地：小笠原村父島字東町
営業時間：17:00～23:00　定休日：不定休

04998-2-2022

二見港から、青い海を一望しながら、食事のできるお店。
島の伝統的な料理を、各国の料理を参考にしながら現代風にアレンジし、創作料理として提供しています。

アカムツの昆布じめ カルパッチョ風

使用食材▶アカムツ

時期：通年　850円

小笠原の海でとれたアカムツを昆布でしめて水分を抜き、野菜を添えてカルパッチョ風にしました。

島ダコのガリシア風

使用食材▶ワモンダコ

時期：通年　850円

スペインガリシア地方の郷土料理。
オーナーが本場で食べた味を再現しています。

島魚のタプナード

使用食材▶カンパチ、マグロ、メカジキ等

時期：通年　650円

タプナードとは、フランス南東部プロバンス地方の料理で、数種類の魚に黒オリーブ、アンチョビ等を加えたパテ。バゲットにたっぷり付けて。

父島 うわべ家

アクセスマップ

所在地：小笠原村父島字東町
営業時間：弁当11:30～14:00（LINE予約で前日の18:00まで）、居酒屋18:00～22:00（LO21:00）
定休日：不定休
090-2252-5096

鮮度の良い地魚や島野菜を使用し、素材を活かした調理でおいしいお弁当を作っています。
店主の実家が漁師さんなので、良い素材が手に入ります。野菜は自家農園で収穫したものを使用するなど、島食材にこだわっています。

鉄火丼（要注文）

使用食材▶メバチマグロ
時期：仕入れ状況により
950円

島で水揚げされるメバチマグロの切り身をたっぷりのせた、ボリュームある鉄火丼です。

シーフードソースかつ丼

使用食材▶メカジキ
時期：通年
800円

大きく切り身にしたメカジキをフライにし、特製の調合ソースをたっぷりかけた丼。
クセになるおいしさです。

彩り幕の内弁当

使用食材▶メカジキ、地魚
時期：通年
850円

魚や野菜など島の食材にこだわり、いろいろなお惣菜を集めた幕の内弁当です。

予約可　カード可　電子マネー可

父島 洋風居酒屋 CHARA

アクセスマップ

https://www.facebook.com/youhuuizakayachara/
所在地：小笠原村父島字東町
営業時間：17:00～24:00　定休日：不定休
04998-2-3051

島の漁師さんとの交流も深く、内地に出回ることのない希少な漁を直で買いつけ、お店で提供します。また、大型の魚等も一本買いをするのでお客様に低価格で召し上がっていただけるよう努力しています。

ソデイカリングフライ

使用食材▶ソデイカ

時期：通年　**1,200円**

胴体だけで10kgを超す日本最大級のイカを豪快に輪切りにし、イカリングにしました。見た目、食べごたえ共にインパクトのある一品です。

島ずし、２種の島ずし春巻

使用食材▶地魚

時期：通年　**800円**

島ずしはおがさわら丸入港中のみやっています。新鮮なネタを正油ベースの地で漬けこみ、ワサビのかわりにカラシを入れてご提供。その島ずしを大葉やガリと一緒に春巻の皮でまいた島ずし春巻も、普通の島ずしとは違う食感や味を楽しめます。

パッションフルーツパフェ

使用食材▶パッションフルーツ

時期：5月～7月　**1,350円**

パッションフルーツをふんだんに使用したパフェ。中のゼリー・シャーベットもパッション入り。季節により島マンゴーパフェ等に変わります。

亀刺し・亀煮・カメロースト・亀みそホルモン炒め

使用食材▶アオウミガメ

時期：通年　**600円～1,280円**

島の重要な文化である亀料理。定番のカメ煮・カメ刺し以外にカメのロースト・カメみそホルモン炒めを用意。４月頃にはさばきたての新鮮カメのレバ刺しが食べられることも。

父島 チャラ日和

アクセスマップ

所在地：小笠原村父島字東町
営業時間：10:30～18:00　定休日：不定休

04998-2-3101

「季節を問わず冷たいおいしさ」をコンセプトに、自家製のみつに島食材を使ったカキ氷やアイス、ドリンクを提供しております。

店内のイートインスペースはフリーです。ご自由にお使い下さい。

島パッションティー氷

使用食材▶パッションフルーツ

時期：通年　**950円**

自家製パッションフルーツ紅茶のみつをかけ、その上から練乳、さらにフレッシュなパッションフルーツをかけた一品。パッションの甘酸っぱさと紅茶の爽やかな香りが感じられます。

島レモンティー氷

使用食材▶島レモン

時期：通年　**800円**

氷の中に紅茶ゼリーが入っていて、上には自家製紅茶みつに島レモンみつをかけたすっきり爽やかな一品。

島パッションシャーベット酎ハイ

使用食材▶パッションフルーツ

時期：通年　**700円**

くせの少ないCHARAオリジナルの麦焼酎に炭酸で仕上げた自家製パッションシャーベットをふんだんに使用したドリンク。海辺で飲みたいトロピカルな酎ハイです。

P 5台　カード可　電子マネー可

父島 農産物観光直売所

アクセスマップ

https://www.bing.com/search?q=ogasawara_Ja&cvid=5b43e22cb6a04858910db5807c8b3898&aqs=edge..69i57j0l3j69i11004.16244j0j3&FORM=ANAB01&PC=U531

所在地：小笠原村父島字東町
営業時間：9:00~17:30　定休日：出港翌日

04998-2-2940

2023年春にリニューアルオープンした広く明るい店内でゆっくりとお過ごしください。入荷したばかりの新鮮な農産物を使用したメニューをお楽しみいただけます。

テイクアウトも可能です。徒歩３分の海を眺めながらどうぞ！

アイスクリーム ソフトクリーム

使用食材▶塩、パッションフルーツ、レモン、マンゴー等

時期：通年

400円～

島のフルーツを練りこんだアイスクリームと、島のフルーツがたっぷりかかったソフトクリームです。

暑い夏は是非農協にお越しください！

スナック デザート

使用食材▶レモン、ローゼル、マンゴー、パッションフルーツ、トマト

時期：通年

350円～

島でとれた新鮮なフルーツで自家製ジャムを作っています。

ベーグルサンドや、トースト、スコーンと合わせてお召し上がりください！

その他日替わり焼き菓子もご用意しております。

ドリンク

使用食材▶レモン、パッションフルーツ、バタフライピー

時期：通年

600円～

生レモンに生パッションを使ったドリンクは、ジュースでもソーダでも絶品！

季節によって特別メニューもご用意しております。
(パッションフルーツシェイク、はちみつコーヒーフロート等)

父島 ウエスト

アクセスマップ

http://www.f4.dion.ne.jp/~west
所在地：小笠原村父島字西町
定休日：不定休
04998-2-2573

島魚や島野菜を中心としたメニューで訪れる方をおもてなし。
南国ならではの食材なども使っているので、ここが東京であることを忘れてしまいます。
緑に囲まれた宿は涼しげで、木陰でひと休み。そんな気分で過ごせる宿です。

ある日の夕食

使用食材▶旬の地魚、島トマトなど
時期：通年
宿泊費込

地魚の刺し身やホイル焼きは、季節ごとに一番おいしい魚を使用しています。
素材の味を生かす調理をしています。

刺身姿造り

使用食材▶旬の地魚
時期：通年
宿泊費込

釣り客の釣果をお造りにすることもできます。
旬の魚を仕入れ、刺身にしています。伊勢海老や亀刺しは予約にて時価にて提供いたします。

パッションフルーツアイス

使用食材▶パッションフルーツ
時期：通年
宿泊費込

香り高く甘味が強いパッションフルーツをバニラアイスに混ぜた南国のデザートです。

父島 ウエストアネックス

アクセスマップ

所在地：小笠原村父島字西町
定休日：不定休

04998-2-2331

港周辺の大村地区にあるホテルタイプの宿で、3階のスイートルームと屋上からは二見湾が一望できます。

島で獲れる地魚や旬の食材を使用して、おいしさを引き出すのに最適な調理法で、食事を仕立ててくれます。

島魚メインの夕食

使用食材▶旬の地魚、オクラ

時期：通年　**宿泊費込**

近海で獲れた魚をメインに、旬の野菜などを使用した品数豊富な夕食。

島で採れるオクラは天ぷらにして小笠原の塩と一緒に食べます。

パッションジュース

使用食材▶パッションフルーツ

時期：通年　**400円**

さっぱりした酸味あるパッションジュースはリフレッシュに最適です。

亀刺し / 亀の煮込み

使用食材▶ウミガメ

時期：5月～在庫限り　**1,200円/1,000円**

小笠原では古くから貴重なたんぱく源として食べられていた海亀。

毎年、捕獲頭数制限の範囲内で食べることができます。

父島 海遊（かいゆう）

アクセスマップ

所在地：小笠原村父島字西町
営業時間：11:00～14:00　定休日：出港後1日または2日

04998-2-3181

積極的に、島で採れた食材を使ったメニューを考えています。

アカバらーめん

使用食材▶アカバ

時期：年通　1,500円

父島の魚「アカバ」のダシが絶品の、名物アカバらーめん

ビルフィッシュたんめん

使用食材▶メカジキ

時期：年通　1,200円

島特産のメカジキを使った
ビルフィッシュたんめん

予約可　Wi-Fi 可　電子マネー可

父島 きまぐれカフェ

アクセスマップ

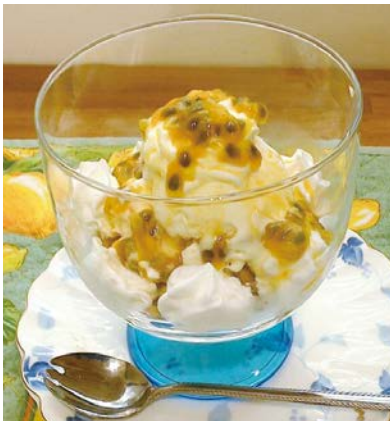
https://kimagure-cafe.com/
所在地：小笠原村父島字宮之浜道
営業時間：12:00 ～ 17:00(7,8月 17:30)　定休日：不定期
090-5947-3946

主に夏に収穫する果物をたっぷりと使用し、鳥のさえずりが聞こえる店内で、ゆったりと過ごして頂けるようにソファー席もご用意しています。また、猫好きのお客様には、猫と過ごせるスペースがあります。

きまぐれパフェ

使用食材▶島のフルーツ（パッション、バナナ、マンゴーなど）
時期：６月末～８月末
1,000円

島のフルーツをたっぷり使ったパフェ。南の島のフルーツと、甘～いバニラアイスと生クリームが、とてもよく合います。



島バナナミルク・島グァバミルク

使用食材▶島バナナ、島グァバ
時期：６月末～８月末
700円

島バナナミルクは熟したものだけを使用し、なるべく砂糖や甘味料を使わず、自然の甘さにしています。

ガパオライス

使用食材▶島バジル
時期：通年
1,000円

タイの定番料理、爽やかスパイシーな辛さが、小笠原の気候にぴったりです。

電子マネー可

母島 BOOTERS（ブーターズ）

アクセスマップ

所在地：小笠原村母島字元地
営業時間：6:00～13:00／16:30～18:30　定休日：火曜日・木曜日・(土曜日)・日曜日
090-7187-9923

家業で漁師を営んでおり魚中心の副菜を数種並べています。
「島野菜、島魚を手軽におつまみやおかずもう一品に」と思っています。
その他揚げ物、ごはんものも揃えております。

島魚ヅケ

使用食材▶地魚
時期：入荷時のみ　630円～720円

島寿司のネタを新鮮な島魚を使って提供しています
種類は選べませんが毎営業店頭に並ぶようにしています
おつまみ・ごはんのお供に！

ズボラ寿司

使用食材▶地魚
時期：入荷時のみ
650円～750円

握らない島寿司（ズボラ）です
小腹が空いたら、ランチに是非!!!
甘いシャリ+からし+しょっぱいネタの絶妙なバランスです
島寿司初心者にも!

ソデイカ　アオリイカ　あえもの

使用食材▶アオリイカ、ソデイカ
時期：入荷時のみ
440円～520円

島で獲れるイカをごまあえ・青菜あえ・ビビンバナムルあえにしてます
軽くゆでてあえています
甘い、やわらかいイカをおつまみに一杯どうぞ!!!

海亀の惣菜

使用食材▶アオウミガメ
時期：入荷時のみ　1,500円～

小笠原を代表する料理の亀煮も販売しています！
塩味の塩炊と醤油味の甘煮の２種類です。
地方発送も承ります。是非ご賞味ください！

母島 クラフト イン ラ・メーフ

アクセスマップ

http://www.lamere-inn.jp
所在地：小笠原村母島字静沢
定休日：無休
04998-3-2140

アットホームな雰囲気で癒しを提供してくれるペンションです。
部屋ごとに作りや内装が異なるので、リピーターでも毎回新鮮な楽しみがあります。
こだわりの夕食は、季節の食材を厳選して提供してくれます。

島魚と島野菜の夕食

使用食材▶旬の地魚、旬の野菜など
時期：通年
宿泊費込

母島で獲れた魚や、収穫した野菜を組み合わせた料理をいただけます。
また、珍しい亀肉の刺身や煮込みも提供しています（仕入れによります）。

父島

小笠原ビジターセンター

小笠原諸島の成り立ちから、自然、歴史、文化までを紹介した施設です。

小笠原にしかいない固有種などの珍しい動植物を、模型やパネル、スライドなどを使って分かりやすく展示・解説しています。また、手作り体験や自然観察会等も開催しています。

アクセス：父島二見港から徒歩8分／所在地：小笠原村父島字西町／営業時間：おがさわら丸入港 日 朝～出 港 日 夕 方8:30～17:00（お昼も開館）／定休日：おがさわら丸　父島出港中／料金：無料／電話：04998-2-3001

父島

小港海岸

タマナやハマギリの防風林を抜けると真白い砂浜が広がる、波も静かで美しい海岸です。父島の中でも数少ない、素足で泳ぐことができるビーチです。

夜になると、空一面に広がる星の観測スポットとしても人気があります。

シーカヤックツアーも人気です。

アクセス：村営バス「小港海岸」下車、徒歩約2分／所在地：小笠原村父島字北袋沢

父島

ウェザーステーション展望台

父島の西側の海に臨む展望台。
晴れた日には母島も見え、1～4月はザトウクジラのウォッチングが楽しめます。水平線に沈む夕陽が美しいスポットです。

アクセス：二見港から徒歩30分
所在地：小笠原村父島字三日月山

南島

父島

父島の南西に浮かぶ南島は、白い砂浜とコバルトブルーの海が広がる楽園のような所です。
ただし、船を着ける桟橋はないので舳先から岩場へ上陸することになりますが、海況によっては上陸できないことがあります。
東京とは思えない風景を一度はご覧ください。

父島

東平サンクチュアリ

小笠原固有の動植物が数多く生息する地域。原則立ち入り禁止ですが、ガイド同行であれば林内の歩道を歩けるので、小笠原の原生を垣間見ることができます。

ガイドツアー等の詳細は小笠原村観光協会へお問い合わせください。

父島 母島

ドルフィンスイミング

小笠原では1年を通して元気なイルカと会うことができます。

人間にフレンドリーなミナミハンドウイルカとの遭遇率も高いので、船の上からだけでなく、波の状態が良ければ海中でイルカたちを見ることもできます。運が良ければイルカとドルフィンスイミングも楽しめるかも！

父島 母島

ホエールウォッチング

小笠原諸島周辺は日本でも有数のスポットで、陸上からも洋上からもクジラを見ることができます。

マッコウクジラは沖合で通年、ザトウクジラは1月～4月頃に見ることができます。

戦跡 父島 母島

第二次世界大戦では、アメリカ軍との戦場になった歴史がある小笠原。

島内にはかつての壕やトーチカ、錆びた銃器などが残されています。

ガイドによる案内もありますので、歴史を詳しく振り返る事もできます。

母島 ロース記念館

ロース石で作られた郷土資料館。

明治2年に発見されたロース石は、建材などに適していたことから、砂糖などの収納庫などの建物に使用されました。

この建物は、かつて母島簡易郵便局として使用された後、1992年に郷土資料館として開館し、タコの葉細工体験が行えます。

アクセス：沖港から徒歩で／営業時間：8:30～16:00／休館日：ははじま丸運休日／電話：04998-3-2064

母島 乳房山

標高463mの乳房山では、ハハジマノボタン、ワダンノキなどの固有植物が見られます。
山頂からの眺めはすばらしく、晴れた日には父島が望めます。
運が良ければ、特別天然記念物の鳥「メグロ」も見られるかもしれません。

各アクティビティは、ツアーの参加で、より楽しむことができます。なお、ガイドの同行が必須のものもありますので、詳しくは「小笠原村観光協会」又は「小笠原母島観光協会」にお問合せください。

小笠原土産 島野菜・フルーツ

亜熱帯の太陽が降り注ぐ小笠原諸島では、野菜や果物の育ちが良く、そのままでも加工しても大変おいしく食べられます。

特に南国系フルーツは、ここが日本だとは思えないほど種類が豊富です。

ラム酒・パッションリキュール

小笠原開拓当時から愛飲されていたラム酒。サトウキビの糖蜜を発酵・蒸留させた独特の風味を味わうことができます。

パッションリキュールは、ラム酒に小笠原特産のパッションフルーツ果汁を加えたリキュールで、さわやかな甘味とやさしい口当たりが人気です。

東京の農林水産総合ウェブサイト

とうきょうの恵み
TOKYO GROWN

こんにちは!!

私たちはTOKYO GROWNです。TOKYO GROWN 農林水産業といわれてもピンときませんよね? だけど、あなたに関係ないようできっと関係してるんです。東京というとビジネス街のイメージや観光地のイメージで語られがちですが、それだけではありません!!!! NONNONI 東京の恵みで作られた農林水産物だって……

魅力あふれる個性のカタマリ

なんですっ!!!

そんな東京の農林水に関する人や作られるモノや楽しめるスポットはまた買えるところ、食べられるところ、なんかもTOKYO GROWNで紹介していきます!

あなたに知ってほしいTOKYOがある。TOKYO GROWNです。

TOKYO GROWNには
魅力あふれる
コンテンツがいっぱい!

TOKYO GROWN で検索!!
TOKYO GROWN

TOKYO GROWNのお問い合わせ先はこちら

公益財団法人 東京都農林水産振興財団
TEL:042-528-0510

厳選素材･優れた品質･東京育ち

東京都地域特産品認証食品

（Eマーク認証食品）

東京都地域特産品認証食品（Eマーク認証食品）とは

東京産の原材料や東京に伝わる伝統的手法等を使って作られた、東京ならではの加工食品です。

商品に込めた思いやこだわり、味や品質等を東京都が審査し認証した食品。認証を受けた食品には、東京都独自のマーク（通称Eマーク）を付けることができ、東京都ではこれらの食品を『東京の特産品』として各種イベントやWebサイト等でPRしています。

認証の目印『Eマーク』について

中心に配置された3つのEは“品”のかたちを表し良い品（イイシナ）であることを表現しています。

ふるさと認証食品
東京都

認証マークの使用例

Excellent Quality
優れた品質

使用する原材料を厳選するなど品質基準を満たし、また、衛生に十分注意した食品であることを示しています。

Exact Expression
正確な表示

食品表示法、JAS法、健康増進法、景品表示法等の関係法令や公正競争規約に適合した表示であることを示しています。

Harmony with Ecology
地域の環境との調和

東京都の地域・自然・歴史・伝統・技術など、東京の食文化に関わる「思い・こだわり」があり、地域の環境と調和した食品であることを示しています。

お土産品、贈答品としても、おすすめです!!

※詳細は WEB サイトをご覧ください。
https://www.e-mark-iishina.metro.tokyo.lg.jp/

お問い合わせ先　東京都産業労働局商工部経営支援課　03-5320-4778

島しょ地域のＥマーク認証食品一覧　～島の魅力がたっぷり詰まっています！～

Ｅマーク認証食品名	事業者名	住所	TEL
Full Moon Ocean・シホ（満月）	OHSHIMA OCEAN SALT 有限会社	大島町元町字小清水 267-4	04992-2-2815
明日葉茶	農事組合法人大島観光農園	大島町元町字北の山 125-4	04992-2-3991
海の精（あらしお、やきしお、有機ペッパーソルト、濃厚にがり液 海の調べ、煎り酒 濃厚タイプ、ほか）	海の精株式会社	大島町元町字神達 575	04992-2-1925（元町工場）
明日葉めん、明日葉茶、明日葉粉末	有限会社　大島明日葉研究所	大島町元町神達 575	04992-2-1167
深層海塩ハマネ	深層海塩株式会社	大島町岡田字小堀 123	04992-2-8077
明日葉かりんとう	ゆい工房	大島町泉津字木積場 151	04992-2-9117
食用つばき油	利島農業協同組合	利島村 13 番地	04992-9-0026
くさや(とびうお)、くさや(青むろあじ)、焼くさや(素焼)	池太商店	新島村本村 6-3-3	04992-5-0118
青むろくさや、焼くさや（素焼）	丸五商店	新島村本村 2-2-9	04992-5-0139
とびうおくさや、青むろあじくさや、焼くさや（味付）、焼くさや（素焼）	新島水産加工業協同組合	新島村本村くさやの里	04992-5-0641
サメジャーキー	神津島よっちゃーれセンター	神津島村 37-2（よっちゃーれセンター）	04992-8-1342
キンメダイの干物	神津島漁業協同組合女性部	神津島村 37-2（よっちゃーれセンター）	04992-8-1342
むろあじ　あした葉燻製、とびうお　あした葉燻製	株式会社山雄（ヤマノベ旅館）	三宅村阿古 1544	04994-5-0317
明日葉パスタ、明日葉そば	西野農園	三宅村伊豆 768-2	04994-2-0947
明日葉ふわふわ削り節、明日葉粉末、明日葉匠粒	有限会社あしたば加工工場	八丈町三根 4535-1	04996-2-3181
青むろくさや、焼くさや瓶詰（味付）、焼くさや（素焼）、とび魚くさや一夜干、青むろ燻製	マルタ水産加工場	八丈町三根 871	04996-2-0348
青むろあじくさや、青むろ焼きくさや、とびうお燻製、青むろあじ燻製、焼きくさや、飛魚くさや、飛魚塩干し	ヤマサ水産　長田商店	八丈町三根 789	04996-2-1037
八丈フルーツレモンジャム、八丈フルーツレモンマーマレード、八丈フルーツレモン塩レモン、れもんピール	JA 八丈島女性部加工部会	八丈町三根 4594-5	04996-8-0027
ひんぎゃの塩、ひんぎゃの味わい水塩	株式会社青ヶ島製塩事業所	青ケ島村無番地	04996-9-0241

下記店舗で、Ｅマーク認証食品の一部商品を購入することができます。

そのほかの商品取扱店は各事業者にお問い合わせください。

◆東京愛らんど

所 在 地：竹芝客船ターミナル内
（港区海岸 1-12-2）
電話番号：03-5472-6559
URL：https://www.tokyoislands-net.jp/
（公財）東京都島しょ振興公社

◆都内の各イベントでも展示・販売を行っています。

しまぽ通貨で お得に東京の島を満喫しませんか?

「しまぽ通貨」はスマートフォンを利用したプレミアム付き宿泊旅行商品券です。

購入した「しまぽ通貨」は、東京の島しょ地域(伊豆諸島・小笠原諸島)と竹芝の加盟店で、宿泊・食事・お土産購入・アクティビティ等にご利用いただけます。

是非この機会に、お得なしまぽ通貨を使って東京の島に遊びに行きませんか。

★購入方法

公式サイトからクレジットカードを利用して購入

★利用できる島

大島、利島、新島、式根島、神津島、三宅島、御蔵島、八丈島、青ヶ島、父島、母島

販売・利用期間や利用方法等詳細は公式サイトをご覧ください。

しまぽ通貨　検索

お問い合わせ先　しまぽ通貨事務局コールセンター　0570-001542(9:00～17:00)

「東京 島じまん食材使用店」については、以下でご紹介しています。

東京都産業労働局ホームページ
https://www.shimajiman.metro.tokyo.lg.jp/index.html

東京 島じまん食材使用店　検索

伊豆諸島・小笠原諸島の
特産食材・特産品を使う飲食店をご紹介。

「東京 島じまん食材使用店」へ登録をお考えの島の飲食店等の方は、
下記支庁・産業労働局農林水産部食料安全課まで、ご相談ください。

また、各支庁ではSNSなどで観光情報等も発信しております。ぜひ一度ご覧ください。

•大島支庁管内
大島支庁 産業課
TEL.(04992)2-4431
Instagram

•三宅支庁管内
三宅支庁 産業課
TEL.(04994)2-1312
Instagram
note

•八丈支庁管内
八丈支庁 産業課
TEL.(04996)2-1113
Instagram

•小笠原支庁管内
小笠原支庁 産業課
TEL.(04998)2-2125
Instagram

発行　東京都 産業労働局 農林水産部 食料安全課　TEL.(03)5320-4882
令和7年1月発行　登録番号(6)47

R60 古紙パルプ配合率60%再生紙を使用
VEGETABLE OIL INK
リサイクル適性Ⓑ この印刷物は、板紙へリサイクルできます。