

観光地までの所要時間・滞在時間の目安

観光地間の移動時間の目安です。

通行止めにより、
観光いただけない箇所がございます。



モデルコース

- 島後の人気観光スポットのモデルコースです。お好きなコースで旅をお楽しみ下さい。-

※通行止めにより観光いただけない箇所がございます。

昼すぽコース

- 所要時間 約 5 時間 -

フェリー到着後、西郷港で昼食を済ませた後にオススメのコースです。

ポートプラザ出発

① 玉若酢命神社 4 八百杉 10

5分 45分

20分 樹齢千数百年の巨木

② 壇鏡の滝 2

10分

30分 絶景スポット①

③ 那久岬 8

40分

10分 島前が一望

④ 水若酢神社 5

3分

20分 隠岐国一宮

⑤ 五箇創生館 14

15分

30分 牛突き・古典相撲の映像鑑賞

⑥ ローソク島遊覧船 1

50分

絶景スポット②

宿泊先へ

コース地図

朝すぽコース

- 所要時間 約 5 時間 30 分 -

朝からスタートし、お昼のフェリーで本土へ帰られる方にピッタリのコースです。

ポートプラザ出発

① 牛突き 18

10分

15分 日本最古約八百年の歴史

② かぶら杉 11

10分

5分 樹齢六百年の巨木

③ 岩倉の乳房杉 12

50分

10分 樹齢八百年の巨木

④ さざえ村で昼食

40分

60分 隠岐名物「さざえ丼」

⑤ 白島展望台 3

15分

30分 絶景スポット①

⑥ 西郷港周辺でお買い物

45分

30分 大人気さざえ最中

西郷港フェリーターミナルへ

コース地図

※観光スポットの●番号は、全て地図上の番号と一致しています。

-3-

隠岐島後 観光スポット

人気のスポットがここにある！

隠岐の北東にある隠岐諸島最大の火山島、島後。大満寺山を最高峰とした山々、周囲の海岸の美しい景観を見ることができます。
この島独特の自然体系で樹木・草花・虫・野鳥・岩石など自然環境に恵まれ、遠流の島の歴史や北前船の風待ち港など貴重な見どころが沢山詰まった島です。
※観光スポットの●番号は、全て地図上の番号と一致しています。

1 絶景スポット ローソク島 P10



高さ 20m のローソクのような形をした奇岩。夕日が先端に重なると明かりが灯ったように見えます。感動の一瞬をご覧ください！

2 壇鏡の滝 P12



島後のパワースポット。高さ 40m から雄滝と雌滝が流れています。雄滝は裏側から鑑賞でき、「裏見の滝」と呼ばれます。

※現在、裏見の滝までの参道は落石の危険がございます

3 白島海岸 P11



国指定名勝及び天然記念物である島後最北端の白島海岸には、松島・沖ノ島・白島といった島々が散在しており、白い岩肌と松の緑、さらに碧い海のコントラストが非常に美しい。展望台からの眺めは最高です。

5 水若酢神社 P11



延喜式神名帳に名神大社を記されている隠岐国一宮。本殿は隠岐造りで国指定重要文化財です。神社内には土俵があり、映画「渾身 KON-SHIN」のロケ地となっています。

☎ 08512-5-2123

4 玉若酢命神社 P15



本殿は隠岐造と言われ、随神門、旧拝殿、ともに国指定重要文化財になっています。毎年 6 月 5 日に隠岐島後三大祭りの一つ「御霊会風流」が行われます。祭りでは、馬入れ神事、流鏝馬などが行われます。

☎ 08512-2-0571

6 伊勢命神社 P11



隠岐の島町久見地区の神社で、この地の氏神と言われる伊勢命祀っています。7 月に行われる久見神楽は県指定無形民俗文化財です。

8 那久岬 P12



高台に展望台があり、天候の良い日には、島前を望むことができ、潮風を聞きながら眼下の海を見渡すことができます。午前中にオススメのスポットです。

9 浄土ヶ浦海岸 P8



小さな島々が点在している多島海域で岩礁群と古松・透き通った海のコントラストが独特の世界観を演出しています。

ローソク島遊覧船 P10



夕日が島の先端に灯る瞬間は、遊覧船からしか見ることはできません。

予 要予約：隠岐の島町観光協会

☎ 08512-2-0787

営 4月1日～10月31日

所 遊覧時間50分

料 大人3,000円、小人1,500円

他 出航港：重栖港

1-1 福浦岸壁又は 1-2 赤崎岸壁

7 隠岐国分寺・後醍醐天皇行在所跡 P15



聖武天皇の詔によって建立された隠岐第一の寺院で後醍醐天皇の行在所です。

毎年 4 月 21 日に隠岐国分寺蓮華会舞（国指定重要無形民俗文化財）が、本堂前特設舞台にて行われます。

☎ 08512-2-2934

営 8:30～17:30（3月～11月）

料 大人400円、小人200円



パワースポット 島後三大杉

10 八百杉 P15



玉若酢命神社の境内にある国指定天然記念物の巨木です。若狭国の八百比丘尼が植えたという伝説があり、樹高30m、樹齢千数百年とされています。

11 かぶら杉 P14



根元付近から6本の幹に分かれている杉の巨木。樹高約38.5m、樹齢約600年と伝えられています。

12 岩倉の乳房杉 P8



大満寺山の北側に位置し、樹齢約800年と言われている。樹高約30m、幹囲約11m、主幹は15本に分岐し、大小24個もの乳房状の根が垂れ下がっています。

14 五箇創生館 P11



「牛突き大会」「隠岐古典相撲」を大型スクリーンで映像をご覧ください。また「隠岐そば」なども食べられる喫茶が併設されています。

☎ 08512-5-2845

営 9:00～17:00 (通年※12月～3月の土日は休館)

料 大人500円、大学・高校生300円、中・小学生200円

他 隠岐郷土館・五箇創生館セット料金 大人650円、大学・高校生400円、中・小学生250円 (要問合せ)

15 億岐家住宅・宝物殿 P15



玉若酢命神社に隣接する億岐家住宅は、国指定重要文化財になります。宝物殿には、駅鈴・隠岐倉印など重要文化財が展示されています。

☎ 08512-2-0571

営 8:00～17:00

料 大人300円、中・小学生100円

17 佐々木家住宅 P7



佐々木家昼食

古民家で田舎料理を味わう

☎ 08512-2-1290 ※要予約

営 9:00～17:00(3月～11月)

所 1時間30分

料 1人2,000円(入館料含む)

他 4名～
1週間前までに要予約

天保7年(1836年)に建てられた杉皮葺き石置き屋根の木造住宅で、国指定重要文化財、貴重な民俗資料も多数展示しています。

☎ 08512-2-1290

営 9:00～17:00(3月～11月)

料 大人300円(高中小幼 無料)



18 観光牛突き P15



隠岐の牛突きは、日本最古で約800年の歴史があります。迫力ある角と角のぶつかり合いをご観戦下さい。

☎ 08512-2-0787

場 隠岐モーモードーム

営 開催日要問合せ

所 15分

料 大人1,500円、小人750円

13 隠岐郷土館 P11



明治時代の隠岐郡役所を移築・修復した洋風館で県指定有形文化財です。

☎ 08512-5-2151

営 9:00～17:00 通年※12月～3月は要問合せ

料 大人300円、大学・高校生200円、中・小学生100円

他 隠岐郷土館・五箇創生館セット料金 大人650円、大学・高校生400円、中・小学生250円 (要問合せ)

16 隠岐自然館 P15



隠岐世界ジオパークの案内や自然環境(昆虫・動物、植物、海洋生物、岩石)を紹介するための展示施設です。是非、観光する前に立ち寄って頂きたい施設です。

☎ 08512-2-1583

営 9:00～17:00

料 大人500円、小人250円

休 第2・第4火曜日

19 八尾川周遊 かつば遊覧船 P15



かつば伝説の残る八尾川と漁船の停泊する漁師町を巡ります!

☎ 西郷港～西郷湾内～八尾川～西郷港

☎ 08512-2-0787 ※要予約

隠岐の島町観光協会

営 4月1日～10月31日

出 ①10:00～ ②13:45～ ③15:45～

所 45分

料 大人1,500円、小人750円

20 トカゲ岩 P8



全長約26mの崖を垂直に登る巨大なトカゲの形に見える奇岩です。視力が良ければ西郷港を出航するフェリーの上からでも見ることができます。

21 しゃくなげ園 P11



5月上旬頃に見ごろとなり、約2ヘクタールの山の斜面に約1万株のしゃくなげが咲き誇り、一面ピンク色に染まります。5月上旬には、「しゃくなげ祭り」が行われ、牛突きや特産品の物販などもあります。

☎ 08512-5-2211
隠岐の島町役場 五箇支所

22 絶景スポット 油井の前の洲 P12



油井地区の漁港で見られる前の洲は、島後で最も広い波食棚を形成しています。約2000万年前の湖の地層が日本海の波と風による浸食作用でできたものです。水平線へ落ちる夕日は絶景です。

24 亀の原水鳥公園 P12



6,000本のツツジをはじめ、アジサイなどが植栽されています。数十羽のアイガモが住みつき、散策道に囲まれた池にはコイなどが泳いでいます。

25 舟小屋群 P13



杉皮葺きの舟小屋が20棟ほど建ち並び昔の漁村風情を感じれます。近くにある屋那の松原は、若狭の国から来た八百比丘尼が植えた一部だと伝えられています。

キャンプ場

30 立木キャンプ場 P7

施 80区画・水道・トイレ・シャワー・炊事場・駐車場

営 通年

料 入場料1名300円・貸テントなし
※近くに塩浜海水浴場あり

☎ 08512-2-3848(隠岐産機)

31 中村キャンプ場 P9

施 50区画・水道・トイレ・シャワー・軽食・駐車場

営 通年

料 入場料1名500円・貸テント1張1,500円・テント持込無料
(入場料のみ)

☎ 08512-4-0611(さざえ村)

32 ジオリゾートシンフォニー P8

施 スローeキャンプサイト(電源有、海側/7区画)、
ピクニック&キャンプサイト(山側/5区画)、車乗り入れオートキャンプ有
・ハンモック・流し・かまど・トイレ・有料シャワー・たき火台

営 通年

料 スローe海側(電源付)1区画1泊3,000円(5名まで)・
ピクニック山側1区画1泊2,000円(5名まで)
キャンプセット・BBQセットレンタル有・隣接予約制食事処有り

☎ 08512-7-4009(ジオリゾートシンフォニー)

33 吉浦野営場 P10

施 10区画・水道・トイレ・シャワー・駐車場

営 7~8月

料 入場料1名300円・貸テント1張1,500円・テント持込1区画1,500円

☎ 08512-5-2211(隠岐の島町役場 五箇支所)
08512-5-2475(吉浦野営場7月~8月)

34 ミモザキャンプ場 P8

施 10張・水道・有料シャワー(7~9月のみ)・共同炊事場・駐車場

料 入場料無料※貸テントなし・テント持込1区画1,100円

☎ 08512-7-4311(隠岐の島町役場 布施支所)

35 海洋スポーツセンター P13

施 5区画・水道・有料シャワー・駐車場

営 通年(年末年始休)

料 入場料1名1泊500円・貸テント1,000円・BBQセットレンタル有

☎ 08512-6-2050(海洋スポーツセンター)

23 隠岐温泉GOKA P10



島後唯一の温泉施設で旅の疲れを癒やし、身も心もリフレッシュしよう。

☎ 08512-5-3200

料 大人500円、小学生以下250円

営 14:00~20:00 ※最終受付19:15

休 月曜日 ※祝日の場合は営業

他 軽食コーナーあります。

海水浴場 (施設利用は夏季のみ)

26 塩浜海水浴場 P7



施 水道・トイレ・売店・多目的広場・駐車場

料 シャワー 大200円、小100円

☎ 08512-2-0787

隠岐の島町観光協会

28 中村海水浴場 P9



施 水道・トイレ・軽食・駐車場

料 シャワー 大200円、小150円

☎ 08512-4-0611 さざえ村

27 福浦海水浴場 P10



施 水道・トイレ・軽食・駐車場

料 シャワー 1回100円

☎ 08512-5-2211

隠岐の島町役場 五箇支所

29 春日の浜海水浴場 P8



施 水道・トイレ・軽食・駐車場

料 シャワー 1回200円

☎ 08512-7-4311

隠岐の島町役場 布施支所

とう ごう いいだ
A 東郷・飯田
いぬぐ かま
～犬来・釜地区



通行規制



観光スポット



レストラン



トイレ



林道・山道、
険しく危険！

おおく
大久へ (約5分)
布施へ (約20分)

釜地区

釜入口

下り

急勾配

通称「釜の坂道」
冬季積雪・凍結注意

上り
(急)

47

17 佐々木家住宅   

☎08512-2-1290

西郷港から車で40分

犬来の湧き水

犬来地区

おいけ
男池

めいけ
女池

たつぎ
立木ヨットハーバー
夏期限定

30  
立木キャンプ場

26 塩浜海水浴場  夏期限定



この交差点、見通し
悪く大変危険！
ご注意ください。

有木・
国分寺へ
(約5分)

東郷

福浦湾

飯田

旧飯田小学校

交番

津井入口

中国電力
西郷発電所

徳畑建設

岸壁

文
隠岐水産高校

栄町へ

47

材木団地

ホテル
MIYABI ☎08512-2-3350

西郷湾

きんぶさん
金峰山

ふせ B 布施地区

- 通行規制
- 観光スポット
- レストラン
- トイレ
- 林道・山道、
険しく危険！

中村地区へ
(約 10 分)

巨大な木の
切り株の案内板が目印！

3
現在通行止め

林道
★山道険しく、
大変危険！

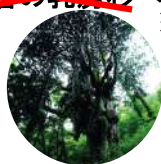
旧布施小・中学校

林道
北谷線
注意

20 トカゲ岩へ
(約 5km : 10 分)

自然回帰の森

12 岩戸の乳岩へ
(約 6km : 車で 10 分)
※大満寺の山越え、山道険しい！
十分に注意してください！



9 浄土ヶ浦海岸
西郷港から車で 40 分



遊歩道
都恋崎
遊歩道復旧予定

34 ミモザキャンプ場
(浄土ヶ浦野営場)
08512-7-4311

期間限定

民宿 砂川
08512-7-4126

隠岐の島町役場
布施支所
08512-7-4311

春日橋

JA

春日川

レストハウスポーレスト
08512-7-4222

黒松群



春日神社

29 春日の浜海水浴場

卵敷地区へ
(下図参照)
西郷へは、約 40 分かかります

布施地区へ
(上図)

集会所

卵敷

卵敷

卵敷川

うずき
卵敷湾

龍ぐらマリンラバーズフィールド

ピクニック&キャンプサイト

夏期限定
テラス

32 ジオリゾートシンフォニー
08512-7-4009

スロー&キャンプサイト

カフェラ・メール

グラウンド

テニスコート

保養センター前

西郷地区へ (約 30 分)

うずき
卵敷地区

なか むら
C 中村地区



通行規制



観光スポット



レストラン



トイレ



林道・山道、
険しく危険！

3 白島海岸へ (約7~8分)
五箇・郡へ (約20分)
上り

隠岐の島町役場 中出張所
☎08512-4-0002

みなと
湊
下り

漁協

大峯山・風力発電所へ
(約10分)

中沼了三碑●

診療所

GS [エネオス]

☎08512-4-0021

日曜日も営業してるGS
念のため電話で確認！

ゲストハウス 佃屋

☎08512-4-0077

交番

〒

一之森神社

GS [出光]

中村川

花岡組

水原商店

北小学校

文

民宿 浜田屋第一観光

☎08512-4-0033

28 中村海水浴場

31 中村キャンプ場

☎08512-4-0611

通行止め

隠岐名物 さざえ丼



さざえ村 (4月~10月)

TEL08512-4-0611

よろい岩
かぶと岩

〒 八王子神社

林道



西郷へ (約20分)

建福寺 (跡)



よのなかざくら
世間桜



(見ごろ：4月中旬~4月下旬)



元屋川

飯美集会所

飯美生活協同組合

世間桜案内板

下り

上り

飯美へ

布施へ
(約7~8分)

がんや
元屋

五箇地区・ローソク島・白島海岸



通行規制



観光スポット



レストラン



トイレ



林道・山道、
険しく危険！

ローソク島遊覧船 島後 NO.1 絶景ポイント

出航場所：重栖港の【1-1福浦岸壁】【1-2赤崎岸壁】の2カ所から出航

乗船料金：大人（中学生以上）3,000 円

小人（小学生）1,500 円

幼児（小学生未満）無料

運行期間：4月1日～10月31日

ご乗船される場合は、予約が必要です！

予約・お問い合わせは、

隠岐の島町観光協会 **08512-2-0787** まで！

※その日の天候・波の状況によっては、欠航する場合があります。

また、日没の時刻が変わるにつれて、出航時間も変動致します。

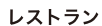
ローソク島遊覧船出航時間の目安 ※夕日の出方によっては出発が早まる場合があります。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
初旬	17:10	17:35	17:50	18:00	17:50	17:20	16:30
中旬	17:20	17:40	17:55	17:55	17:40	17:00	16:20
下旬	17:30	17:50	18:00	17:50	17:30	16:45	16:10





E ^{だんぎょう}壇鏡の滝 / ^{なぐ}那久～^{ゆい}油井地区



F 津戸・都万地区

GO TO トラベル
地域共通クーポン取扱店舗



通行規制



観光スポット



レストラン



トイレ



林道・山道、
険しく危険！

那久へ (約 15 分)
五箇・福浦へ (約 30 分)

都万中学校

観光牛突き場

仁万の里

都万小学校

都万支所前

隠岐の島町役場

都万支所

☎08512-6-2311

診療所

ヤマザキYショップ都万店

GS(出光)

JA

GS(エネオス)

橋本商店

釜屋

牛突きの石像

波走洞門

県道 中村 - 津戸港線
316

原田へ
(約 15 分)

中村へ
(約 30 分)

25 舟小屋群

■天気がよく、
空気の澄んだ日には、
島前が綺麗に見えます

■10~11 月頃には
赤イカという 1m にも
及ぶイカがツガイで波
打ち際に押し寄せてきます。

海洋スポーツセンター 35

☎08512-6-2050

テニス
コート

体育館

ログハウス

体験施設 しおさい ☎08512-6-2911

■ヒオウギ貝アートやそば打ち体験など
詳しくはお電話ください！

あいランド
パーク前

あいランド
パークホテル

☎08512-6-2715

西郷へ
(約 15 分)

津戸へ
(約 3 分)

五箇・都万・中村の分岐点

レストラン



H 隠岐の島町 中心部



隠岐の島町内全域
市外局番は **08512** です

隠岐の島町内のガソリンスタンドは**日曜日は休業**します
 ※西郷日石港町給油所(TEL.08512-20127)のみ営業

緊急時の連絡先

隠岐の島町警察署 08512-2-0110(代)
 消防本部 08512-2-2299(代)
 隠岐病院 08512-2-1356(代)
 隠岐海上保安署 08512-2-4999(代)
 隠岐の島町役場 08512-2-2111(代)

観光に役立つ連絡先

隠岐の島町の観光案内所
 隠岐の島町観光協会 08512-2-0787

 フェリー・高速船のことなら
 隠岐汽船(株)本社 08512-2-1122(代)
 旅客フェリー係 08512-2-2266

グルメ

- 島後 -

暖流と寒流が交わる隠岐の島は、豊かな山から栄養分を含んだ良好な漁場が広がっています。ここで、育った魚介類を存分に堪能下さい。



■隠岐そば

隠岐の伝統料理である隠岐そば。そば粉のみで一切つなぎが入っていないため長くつながりません。出来上がりそばの風味は濃く、ダシも独特の”さばだし”でいただきます。是非、ご賞味あれ！

- ・味乃蔵 08512-2-3975
- ・五箇創生館 08512-5-2845
- ・ホテル海音里 08512-5-3211
- ・鱸 -りん- 08512-5-8234
- ・マスヤ 08512-2-2503
- ・さんなな 090-7897-0589



■竹島海鮮カレー

島の形を白米で表現し、海はイカやサザエが入った海鮮ルーです。気になる一品！



- ・五箇創生館 08512-5-2845

■海鮮丼

隠岐といえば魚介類が代表的です。中でも海鮮丼は、人気の一品ですので是非、ご賞味ください。



- ・フィッシャーマンズワーフ隠岐 08512-2-6600
- ・味乃蔵 08512-2-3975



■さざえ丼

贅沢にさざえをたっぷりを使用したご当地グルメ丼ぶりです。人気の一品ですので、隠岐に来たら必ず食べよう！

- ・さざえ村 08512-4-0611
- ・ポーレスト 08512-7-4888



■ばくだんおにぎり

島のソウルフード！通称「ばくだん」特産品の岩のりで贅沢に包んだおにぎりです。



- ・五箇創生館 08512-5-2845
- ・MS home 08512-2-3055
- ・さんなな 090-7897-0589

■さざえカレー



お肉じゃなくて、さざえが入ったカレーが、島じゃ常識です。

- ・さざえ村 08512-4-0611
- ・五箇創生館 08512-5-2845
- ・ポーレスト 08512-7-4888

おみやげ

- 島後 -

隠岐ならではのおみやげ品が多数あります。お菓子類、魚介類、海藻類、お酒類など、いろいろ探してみてください。



■さざえ最中

隠岐の島の特産である「さざえ」の形をした人気の最中です。外はサクサク、中は甘さ控えめな藻塩入のつぶあんとお餅がベストマッチしています。

- ・秀月堂 08512-2-0433



■隠岐の海藻

隠岐の海で育った海藻は、鉄分、カルシウムなどが豊富です。中でも「アラメ」や「わかめ」は人気です。

■隠岐の地酒



名水百選に選ばれている隠岐の島。清冽な地下水を仕込み水として使用しており、味わい深く、すっきりとしたのどごしです。人気の「隠岐誉」はいかがですか。

- ・隠岐酒造 08512-2-1111

■隠岐のいろいろなお土産

