

時間があったら...



シーカヤック

千つかひの自然が広がる、対馬の海岸を渡るシーカヤックツアー。浅瀬は、風や波の影響を受けにくく波も穏やか。海と空の広さを感じて分賞して!

〒0920-54-4329(対馬カヤックス)
◎対馬市美津島町夏形38(厳原港から車で約30分)
◎平日コース6500円、1日コース10000円



武家屋敷跡

17世紀後半、江戸時代の城下町の名残である門や石垣が残っており、当時の新装を感ずることができる武家屋敷跡。歴史町のまる所で見られる。

〒0920-52-1566(一般社団法人対馬観光物産協会) ◎対馬市歴史町各所(厳原港から車で約10分)



対馬でとれたあまご、しいたけ、鮫が入った「だし醤油」の素。好みの醤油を入れるだけで、オリジナルの「だし醤油」ができる。4〜5回繰り返し使用が可能。

〒0920-52-0032 / 0920-52-0158
◎対馬市歴史町真分1305番地(厳原港から車で約3分) ◎580円



家具製作所kiro

対馬で育ったヒノキを使用し、木の色を生かした家具を作る家具工房「kiro(キイロ)」。ご主人は対馬出身で、福岡県で建築業ののちUターン。「家具はヒノキがよい響けでステキ。理想的な暮らしですね」とはご主人。

〒0920-83-0232
◎対馬市神町三横173-3(厳原港から車で約1時間10分)

貴重な対馬馬の 曳き馬・乗馬体験ができる

対馬固有の在来馬・対馬馬は小柄な割に強靱で、性格も従順でとてもかわいらしい。今は数が減り、島内に39頭しかいない貴重な対馬馬の曳き馬・乗馬などの体験ができる。

〒0920-85-1113
◎対馬市上里町園田(厳原港から車で約1時間30分)
◎9:30~17:00(要予約)
◎付帯料・水曜日(長日の場合は韓国)
◎曳き馬500円、乗馬1000円~8000円



14:30

和多都美神社

海の中に鳥居が立つ
竜宮伝説を伝える神社

この神社に祀られているのは豊玉姫命と、その夫の彦火火出見尊。海の目の前にあり、2本の鳥居は海の中にある。満潮時には社殿の近くまで海水が満ちたムードのある景色が見られることも!

〒0920-58-1408
◎対馬市豊玉町に位和宮55(厳原港から車で約90分)



目保呂ダム馬事公園

時間帯で景色が変わる、
自然と共にある神社



17:00

烏帽子岳展望所

360度のパノラマで見る
リアス式海岸の絶景

日本でも有数のリアス式海岸の浅茅湾。その北岸にある標高176メートルの「烏帽子岳」の山頂にある展望台。周囲に高い山がないので360度のパノラマビューが楽しめる。

〒0920-52-1566(一般社団法人対馬観光物産協会) ◎対馬市豊玉町に位和宮(厳原港から車で約90分)



日本列島とアジアの真ん中!
世界との交流拠点として栄えた

対馬

日本列島とアジア大陸の真ん中にあるという
その地理的要因から、長い歴史の中で、
対馬は世界と日本との交流拠点だった。
歴史文化が豊かな対馬はまた、
緑豊かで訪れる人を魅了してやまない島でもある。

緑も文化も濃い、
国境の島々



海と山の神様に
あいさつしているみたい

和多都美神社 (左ページ)

カーディガン2万2000円、ワンピース3万2000円、ストール1万3000円、バッグ3万2000円、ブーツ5万2000円 / pos de casual(7年がかり) 日本橋区 03-6455-5570

時間があつたらー



矢野目公園

赤坂町の入口にあり、印象的な円筒形の奇岩と、複雑な海岸線が美しい場所。東シナ海に沈む夕日の美しさは、きっと時間がたつのを忘れさせるくらい感動をくれるはず!

〒0959-42-0954(新上五島町観光物産協会)

◎赤坂町観光新上五島町観光物産協会(赤坂町) 島90車で約25分)



お土産に

虎標 あごんちよび

あご(トビウオ)をアンチョビ風にオイル漬けにしたのが、この「あごんちよび」。あごはもちろん、塩やオイル(つばき油)もすべて上五島産。上五島を誇る地元産品は、お土産として大人気。

〒0959-54-1095

◎赤坂町観光新上五島町観光物産協会(赤坂町) 島90車で約25分) ◎1200円



中学入学と同時に島を出た安永さんは、島に帰ってきてから結婚。時がたつばどに感じるこの島の島に馴染め、現在の場所です。ヨガのインストラクターの資格も持ち、ヨガ教室も開催している。

フルーツ フルーツ

店主の安永美穂さんがひとりで施設を行う、1組限定の貸し切りサロン。トリートメントに使用するつばき油やほか、天然温泉は上五島産のものにこだわりの施設は、しっかりなめらかな肌。施設を行う部屋からは真っ青な海が望め、心も体も開放感に包まれる。

〒0959-42-0954

◎赤坂町観光新上五島町観光物産協会(赤坂町) 島90車で約20分)

◎1000~2500(平日は予約制)

◎不定期

◎つばき油を使ったヘアトリートメント(2000~5700円) / フルーツのディナー(4000円)

教会の外と中の印象の違いにびっくり。花のモチーフがかわいい!



頭ヶ島天主堂

11:30

キリシタンの島に10年の時を費やし完成した教会

迫害が終わり、信者らが長い年月をかけて島や対岸の砂岩を切り出して積み上げた石造りの教会。世界遺産の登録を目指す「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の構成資産である頭ヶ島の集落にある教会。

〒0959-42-0954(新上五島町観光物産協会)

◎赤坂町観光新上五島町観光物産協会(赤坂町) 島90車で約20分)

◎0800~1700 *見学する場合は、長崎の教会インフォメーションセンター(〒0959-0229-7600)に事前連絡が必要。

レンガの重厚な造りに圧倒される



レンガ造りの教会が建つのは絶景が広がる高台

1878年頃には初代教会があったといわれている。原書を取り寄せて設計・施工され、正統的な様式と意匠が特徴の重厚なレンガ造りの教会。荘厳な雰囲気が漂う。

〒0959-42-0954(新上五島町観光物産協会)

◎赤坂町観光新上五島町観光物産協会(赤坂町) 島90車で約20分)

14:00 青砂ヶ浦天主堂

16:00

五島列島リゾートホテル マルゲリータ 空と海の十字路口

シチリアの風を感じる新上五島町のリゾート イタリア語でマーガレットを意味する「マルゲリータ」は、高台にある小さなホテル。島の教会の数と同じ29の客室はシンプルでのんびりできる。温泉かけ流しのスパで癒やされ、五島の旬食材を使ったシチリア料理に舌鼓を。

〒0959-55-3101(0800~1830)

◎赤坂町観光新上五島町観光物産協会(赤坂町) 島90車で約25分)

◎チェックイン1500~ / チェックアウト1000

+「フェリー」を利用の場合は別途料金プラン。

女子旅に美味しいグルメは欠かせない!



アラゴスタと鳥介のペスガレー (ハーフ) 4500円 / 五島牛のカルパッチョ1800円 / 牡蠣の白ワイン煮1800円

ACCESS 福岡▶新上五島町

博多発の「フェリー太古」を利用すれば、福岡に出発なので船内で一休まり休める。早朝には青い海に朝陽。新上五島町は島内に主な観光地がなく見どころが点在しているから、朝から晩まで丸1日を有意義に過ごすことができるのはうれしい。島の移動にはタクシーやレンタカーの手配を。

五島列島の北側に位置する島々

新上五島町

東シナ海に沈む美しい夕陽が見られる教会と景色が美しい

新上五島町は数々の教会もさることながら、海を望む公園や展望所など、景色も美しい場所。かつて弾圧を受け移住してきた人々に思いをはせながら眺めれば、きっと違った「風景」が見えてくる。

他にない自然に溶け込んだルルドにパワーをもらった気がする!

10:00 鯛ノ浦教会

フランス ルルドの泉を模して作られた

上五島におけるキリスト教布教の中心として1881年に設立。敷地内には聖地ルルドが設けられ、慈愛の微笑みをもたらしたマリア様が祀られている。

〒0959-42-0954(新上五島町観光物産協会)

◎赤坂町観光新上五島町観光物産協会(赤坂町) 島90車で約20分)

◎0800~1700

〒0959-55-3101(0800~1830) / フェリーを利用の場合は別途料金プラン。

時間があったら...

五島列島



白い壁の美しい木造教会。屋根にもよこさんと愛った実母は、1962年の増改築の際に付け加えられたもの。ぬくもりあふれる空間に満ちている。

〒0959-84-2585
◎五島市三井楽町東津468(福江港から車で約40分) ◎9:00~17:00



大瀬崎灯台

近海を航行する船の導くべく、灯台。この大瀬崎灯台は九州本土最西端の岬の上に位置し、東シナ海の人ノパラマが見渡せる。

〒0959-87-2211(五島市五之瀬支所)
◎五島市五之瀬町五之瀬(福江港から車で約14分)30分



白土産に

シーグラスと貝殻のネックレス、イヤリング

五島在住のアーティストたちが手作したアクセサリー。「島ならではの素材を使ったアクセサリーは白土産にいいかも」と平井さん。
*詳しいお話しはコミュニティカフェソトノマに

地元の方と触れ合って



コミュニティカフェソトノマ

店主の有川和子さんは、しばらくふるさとを離れた後、二十数年ぶりにこの島に帰ってきて「ソトノマ」をオープン。温かい雰囲気と満ちた空間は、まるで自宅にいるような気持ちでくつろげる。

〒0959-86-9081
◎五島市志保134B-1 ◎9:00~21:00
◎火曜日、月曜日は17時まで
◎ハニーストとコーヒーのセット580円

色の組み合わせを考えるのって楽しい!



11:30

538ステンドグラス工房

淡い光が美しいステンドグラス作りを体験

シンとした教会内に淡い光で彩り、幻想的な美しさを演出するステンドグラス。五島市には、そんなステンドグラス作りを体験できるスポットも。キーホルダーや、小物入れ、ランプシェードなどが作れる。

〒090-1977-8481
◎五島市三井楽町南ノ野808-9(福江港から車で約50分) ◎10:00~15:00(要予約)
◎千円券 ◎500円~

ACCESS
福岡▶五島市

徳島・平安時代には遣唐使船最後の寄港地。中世以降は海外貿易の拠点として栄えた五島市。福岡空港から飛行機を利用して約40分で行くことができる。フェリー「太古」利用なら夜間出発で朝には福江港に到着。近隣の島行きも便も出ているので移動にも便利。

写真映えるかわいい教会が人気なのは納得です



13:30

三井楽教会

ひっそりと信仰を続けた地に必見のステンドグラス

陶器や貝殻などを使った色鮮やかなモザイク壁画と教会内部の美しいステンドグラスは女子人気ナンバー1。538ステンドグラス工房のスタッフもボランティアでステンドグラス作りに参加したそう。

〒0959-84-2096
◎五島市三井楽町南1420(福江港から車で約60分) ◎9:00~17:00

こんなきれいなビーチが日本にあるなんて!



15:00

高浜海水浴場

海外のリゾートのような輝く白砂に感動

日本一美しい砂浜と言われる高浜海水浴場は、日本の渚100選・快水浴場100選にも選ばれている。近くの展望台からは、山の向こうに広がる白砂の絶景ビーチも見え、山の緑と海の青が織りなす自然の美しさに心が洗われる。

〒0959-84-3162(五島市三井楽支所)
◎五島市三井楽町東津1054-1(福江港より車で約50分)

手つかずの天然ビーチが広がる

クリスチャンがひっそりと守り継いだ山間の入り江の集落

五島市

迫害を乗り越えて作り上げた歴史を感じる!



10:00

楠原教会

迫害を受けた人々が建てたカトリックの聖地

長い年月をかけて建設費用を工面した村人たち。子供たちがレンガを運び、女性たちが貝殻で塗料を作り、男性たちが木材を切り出し建設した教会。レンガ造りのゴシック様式で、下五島に現存する2番目に古い教会。

〒095-846-4246
◎五島市楠原町738-3(福江港から車で約30分) ◎9:00~17:00

ページのコート9万8000円、ページのニット3万4000円、白のパンツ2万8000円 / JOSEPH(オンライン)電話03-5476-8811

五島列島の南西側に位置し、上五島に対して「下五島」とも呼ばれる五島市。「日本一美しい」と言われる白砂の天然ビーチや、美しい夕日が望める灯台など、他では見ることのできない風景が広がっている。島の人々の温かい人柄も魅力!

時間があつたら...



ヤクスギランド

推定樹齢1800年の弘明杉をはじめ三横杉、両子杉、天柱杉などの巨木を見ることができ、林内を巡るコースはいくつかある。

〒0997-42-3508 | 屋久島レクリエーションの森保護管理協議会
◎屋久島町安芸太田駅前森林内(屋久島空港から車で約15分) ◎協力金300円



平内海中温泉

その名の通り湧出時には海の中であり、干潮時の前後2時間程度しか入浴ができない露天風呂。最大音量に鳴かれてお湯を楽しむ。

〒0997-43-0900 | 屋久島町平内(屋久島空港から車で約45分)
◎12月15日の干潮前後の2時間限定 ◎コスト別料金



はなさんも作ったトリートメントオイル コトリ、アスリートもディケアに使っているそう。こたれと心を、屋久島の地形などをブレンドしたオリジナルの香りでした。*詳しい内容はやわら香に



ノマドカフェ

神奈川県から移住したご夫婦が「人が集う場所を作りたい」と始めたカフェ。横浜出身のはなさんも「屋久島には島外の人を引っつける魅力があるんですね」。自家製のジンジャーシロップを使ったドリンクは「シウガの香りがおいしい」。

〒0997-47-0851
◎屋久島町湯田565(屋久島空港から車で約30分) ◎11:30-17:00 ◎水・木曜日



実際に体感しないと分からない、壮大な景色

白谷雲水峡

8:00

もののけ姫のモデル地
世界遺産の大自然に引き込まれる

原生的な森林を全身で体感できる白谷雲水峡。樹齢3000年を超える「弥生杉」や、屋久杉をくぐる「くぐり杉」など見所はたくさん。散策コースは1時間から用意されている。



〒0997-42-3508 | 屋久島レクリエーションの森保護管理協議会
◎屋久島町安芸太田駅前森林内(屋久島空港から車で約15分) ◎協力金300円

屋久島いわさきホテルの「登山弁当」。屋久島では限定するホテルで予約できる。

ACCESS 福岡▶屋久島

太古の昔から平つた自然が残る屋久島にも、福岡空港からの直行便でたったの1時間だから、フライトはあっという間。暑へ暑いから、バスやタクシー、レンタカーのほか、レンタルサイクルもあるの。目的地に応じて使い分けるのもいい。



やわら香

13:00

屋久島産にこだわったアロマショップ

屋久島の杉や天然水を用いたアロマスプレーやトリートメントオイルが買えて、作れるアロマショップ。屋久島を感じる香りで疲れを癒やそう。

〒0997-42-0100
◎屋久島町横川11471-5(屋久島空港から車で約5分)
◎10:00-18:00 ◎水・木曜日(祝日の場合は休業)
◎アロマスプレー 香付1000円、トリートメントオイル付11800円

14:00

ぶかり堂

空港近くにある
かわいいが集まるお土産屋さん

屋久島空港から徒歩圏内のお土産屋「ぶかり堂」。働き女子が思わず欲しくなるかわいいもの、おいしいものがたくさん!

〒0997-43-0823
◎屋久島町小瀬田719-30(屋久島空港から車で約1分)
◎8:30-18:00 ◎水曜日



屋久島土産の
セレクトショップみたい

景色も絶景の
世界遺産の島

The previous day
15:00

屋久島いわさきホテル

屋久島の山々が目の前に広がる
贅沢なひととき

部屋からは大自然を望める、世界遺産の山々の麓にたたずむホテル。ロビーには高さ13メートルの屋久杉のオブジェが! 翌日のトレッキングに備えて、ゆったりくつろごう。

〒0997-47-3888
◎屋久島町湯田1306(屋久島空港から車で約30分)
◎チェックイン14:00~/チェックアウト11:00

縄文杉や世界自然遺産が待ち受ける
“スゴイモノ”にあふれた

屋久島

屋久島が世界遺産に登録されたのは1993年。樹齢7200年といわれる縄文杉をはじめ、この島でしか見られないものがたくさん。「東洋のガラパゴス」ともいわれる豊かな自然を、ぜひ肌で感じて!

白谷雲水峡 (左ページ)

ブルゾン4万9000円、ベスト1万3000円、シャツ1万円、スカート1万3000円、レギンス5900円、ハット6900円、リュック1万6000円、ブーツ1万7000円/AGLE(エーグル) 渋谷本店03-3797-4817

木の冷たさや
湿った苔...
森の鼓動が
聞こえてきそう

旅の締めには福岡グルメ!

島から戻ってきたら
おいしいもので満足度アップ!

思う存分島を楽しんで博多に戻ったら、「福岡グルメ」を堪能しなければこの旅は終われない! 博多ラーメン、水炊き、もつ鍋、焼き鳥、玄界灘でとれた新鮮な海の幸などなど、福岡にはおいしいものがたくさんあって迷ってしまうかも。

今回は、鶏肉と野菜をたくさん入れた水炊きのお店をピックアップ。コラーゲンたっぷりのお鍋で旅を締めれば、疲れた体も癒やされて、明日からの毎日を乗り切る力になるはず!

明日からも頑張りそう!

水炊き とり田博多本店

100年以上の歴史を持つ水炊きは福岡の代表的な郷土料理

福岡の水炊き専門店の中でも、地元の人に愛されている人気店のひとつ。濃厚なうまみのあるスープで、締めはラーメンと雑炊の2種類から選べる。

- ☎092-272-0920
- 📍福岡市博多区下川端町10-6 博多西原ビル1F
- 🕒11:30~23:00(L.O. 21:30)
- 🍽️水炊きコース 竹(前菜、ごまごま、とり天、水炊き、雑炊またはラーメン、本日のデザート) 4800円(お一人様)

お土産に



博多縮の小物(ポーチなど)

優美で華やかな博多縮。江戸時代には幕府への献上品だったそう。そんな美しい博多縮がかわいい日常使いの小物に

- ☎092-409-5450(はかた伝統工芸館)
- 📍福岡市博多区上川端町6-1(櫻田神社横)
- 🕒10:00~18:00(入館は17:30まで)
- 🌐水曜休(祝日の場合は翌日、12/29~31)



グレーのジャケット6万9000円、ブルーのニット3万5000円、白のパンツ2万6000円 / JOSEPH(オンワード樺山)03-5478-5811

九州のRe島旅で、ここでしか体験できないとっておきの時間を。

福岡市から直行便を利用すれば、思ったよりも気軽に訪れることができるRe島の島々。

今回紹介したのは、そんな島々の魅力のほんの一部。

詳細についてはぜひ下記を参考にして、この週末に「びよん」と訪れてみては?

新上五島町

五島列島の北側に位置する、桜が咲く島

(一社)新上五島町観光物産協会

☎0959-42-0964

南校通新上五島町市川橋42B-31

<http://shinkamigoto.nagasaki-tabinet.com/>

吉岐

絶品島グルメを堪能するスピリチュアルアイランド

(一社)吉岐市観光協会

☎0920-47-3700

吉岐市郷ノ浦町木村船583-2

<http://www.ikikankou.com/>
(春観覧光ナビ)

対馬

海の大クロロード、開港の島は緑と文化・歴史が濃い

(一社)対馬観光物産協会

☎0920-52-1566

対馬市厳原町今屋敷672番地1

観光情報館ふれあい館つしま

<http://www.tsushima-net.org/>

詳しくはRe島プロジェクトサイトまで

▶▶▶ <http://retochan.com/>

Re島のことをもっと知ることができる専用サイト「Re島CHANNEL」。これを見ればRe島へもっと行きたくなるかも

facebook <https://www.facebook.com/retochan/>

Instagram <https://www.instagram.com/retochan/>

YouTube https://www.youtube.com/channel/UCezXon_R0t9-3X4wxBgRMlrw

屋久島

一度は訪れてみたい日本が誇る「世界自然遺産」

(公社)屋久島観光協会

☎0997-49-4010

鹿児島屋久島町小瀬田310-1

<http://yakukan.jp/>

五島市

九州の最西端は自然と人が調りなす景色が極上

(一社)五島市観光協会

☎0959-72-2963

五島市東浜町2-3-1

<http://www.gotokanko.jp/>