

山口県

周防大島町

Yamaguchi

Suo-oshima

感動☆

島体験

海と山 自然がいっぱいの島は
笑顔がいっぱい
感動がいっぱい



ごあいさつ

山口県東南部に位置し、瀬戸内海に浮かぶ気候温暖で豊かな自然環境に恵まれた人情あふれる町です。周囲には5つの有人島、25の無人島があり、島の山頂からは美しい島々と穏やかな瀬戸内海の景色を臨むことができます。また、「みかんの島」と言われるほど農産生産のほとんどがみかんで占められています。漁業は沿岸漁業が中心で、タイやイワシ漁などが盛んです。

周防大島ならではの海と山の自然を生かした体験が豊富で、偽りのない農山漁村の暮らしそのものを体験してもらい、農漁業のやりがい・楽しさを教えるだけでなく、大変さも教え学びとれるような体験プログラムを準備しています。また単に「ちょっと体験をした」ではなく、体験者ひとりひとりが「主人公」となり、「活躍」できる体験の場を提供し、高齢者を中心とした地元住民との体験交流を通じて、心に残る感動を持ち帰ってほしいと考えています。

周防大島町体験交流型観光推進協議会



◆バスで

周防大島（大島大橋）



広島市内 約90分
宮島口 約70分

道の駅サザンセットとうわ



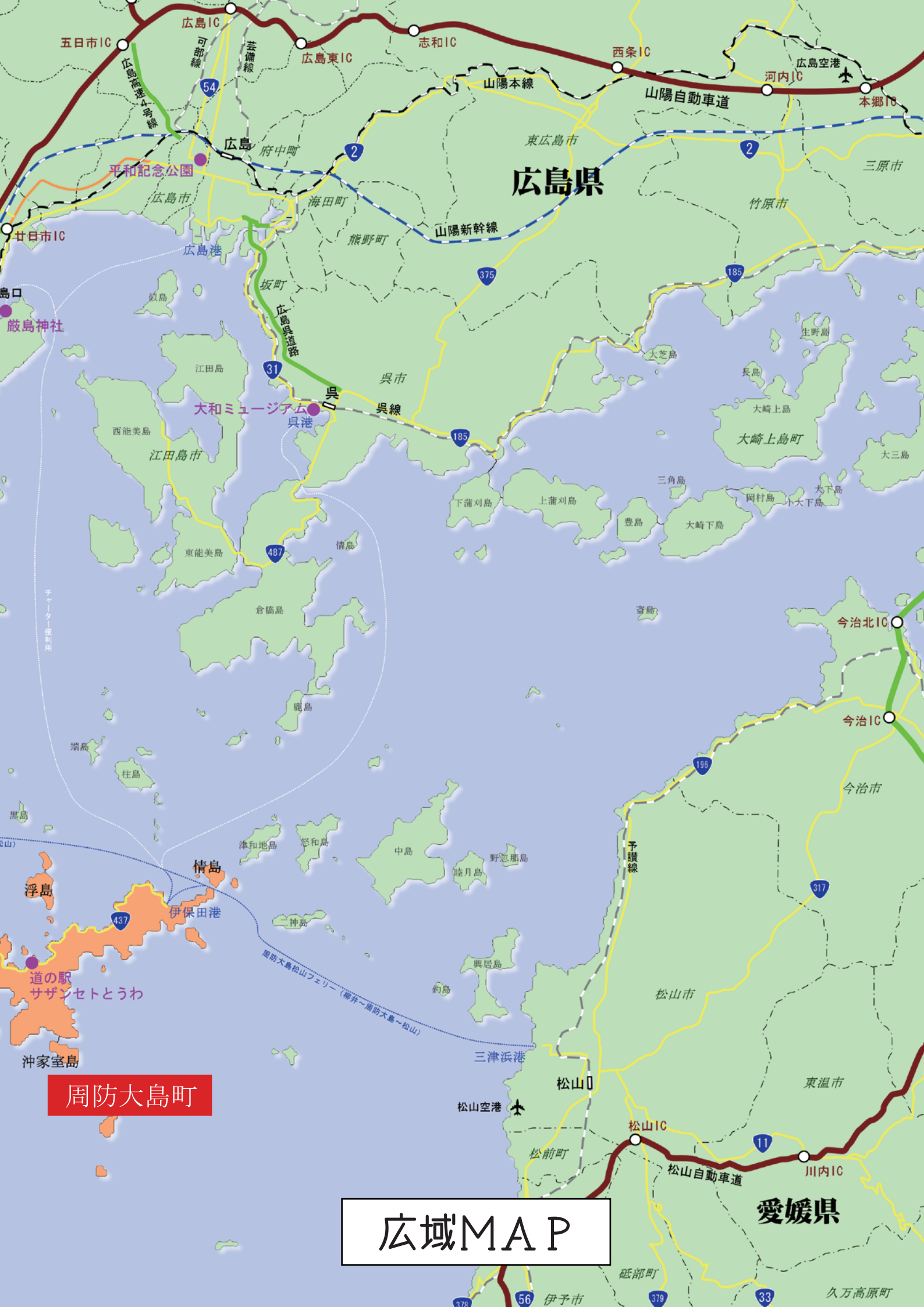
周防大島（大島大橋） 約30分

◆船（チャーター便）で

周防大島（伊保田港）



広島市内（広島港） 約150分
呉市（呉港） 約120分
宮島（棧橋） 約120分
松山市（三津浜港） 約80分



周防大島拡大MAP



グリーンステイながつら
ハワイ州カウアイ島をイメージした
宿泊滞在型スポーツ施設



巖山山頂から見た景色

山口県大島防災センター
(橋から車で約10分)

大島大橋
(玖珂 I.C. から車で約30分)



日本ハワイ移民資料館



フラのイベント
ハワイ州カウアイ島と姉妹島である
周防大島はフラが盛ん

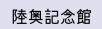
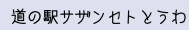


郷土料理「シンガ味噌」
メバルなどの焼き魚のほぐし身と
味噌を合わせた郷土料理

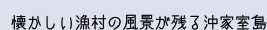
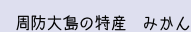
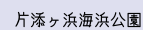
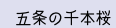
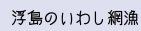


郷土料理「茶がや」

☺ 仕合わせ祈願めぐり



昭和18年に謎の爆発事故によって伊保田沖に沈んだ戦艦陸奥の引き上げられた遺品や艦隊の一部を展示している





島の漁業体験

※アイコンの説明

最大受
入人数

所要
時間

CALENDAR
体験時期



地引網 体験

海岸でみんなで網をひいた後は獲れた魚で調理体験
(刺身・焼き魚・味噌汁など)

60人 3h 4~11月



建て網漁 体験

網を入れる体験をした後、前日に仕掛けた別の網を引き上げる。獲れた魚で調理体験。

20人 3h 通年



いかす網 体験

あらかじめ設置してある「いかす網」と呼ばれるかごをローラーで引き上げる。

20人 3h 4~6月



いわし網漁 体験

2隻のふな引き船で「いわし」を追いつむ。すぐいりこ加工場で茹で上げる。

30人 3h 7~10月



磯釣り 体験

島に渡り本格的な磯釣り。メバル・アジ・スズメダイなどが釣れる。

20人 3h 通年



かき打ち 体験

かき筏での作業見学～収穫したかきのかき打ち～袋詰め～試食まで。

20人 3h 11~6月



島の農業体験



みかん 収穫体験

みかんの収穫作業のほか、倉庫までの搬送、棚移し作業などを行います。

40人 3h 10~2月



さつまいも 収穫体験

さつまいもの収穫や選別作業などを行います。作業後にその場で掘りたてのいもを焼きいもにして食べます。

20人 3h 8~11月



田植え 体験

田植えまでの一連の作業を行います。

40人 3h 5~6月



稲刈り 体験

稲刈りを体験します。

40人 3h 9~10月



梅の収穫 体験

収穫作業から倉庫までの搬送作業を体験します。

20人 3h 6月



酪農体験

乳搾り・餌やり・牛舎の清掃などを行います。

20人 3~7h 通年



島の食体験



茶がゆ
づくり

豆茶を入れた茶袋を煮えたぎった釜に米と一緒に
入れて粥をつくる。周防大島の伝統的な郷土料理。

30人 3h 5月~11月



みかん缶詰
づくり

みかんの皮むきから缶の密閉までの作業を体験。
自分の名前を書いたラベルを貼って完成。

20人 6h 11月~3月



ジンダ味噌
づくり

味噌とメバルの焼き身を
混ぜてご飯の上にのせて
食べる。漁師料理。

20人 3h 通年



かいもち
づくり

相性の良い餅と芋を混ぜ
合わせた郷土料理。

20人 3h 5月~11月



ポキ料理
づくり

マグロを使ったカルパッ
チョ風ハワイの郷土料理
ポキを周防大島風にアレ
ンジ。

20人 3h 通年



石臼ひき

石臼を使って小麦やそば
などを挽く。挽いた粉を
使ってクレープなどを作
ります。

20人 3h 通年



島でアウトドア・ 自然観察体験



カヌー

湾内で練習した後は約1km 沖合いにある無人島までチャレンジします。

50人 3~7h 5~11月



竹のぽんぷら飯 づくり

竹林から竹を切り出して、米を炊くぽんぷらや食器などを作ります。

20人 4h 5~6月
9~11月



ハイキング

海が見えるハイキングコースを歩きます。

20人 4~6h CALENDAR 通年



ビーチ コーミング

海岸に打ち寄せられた流木・ガラス片・貝殻などを採取して工作します。

20人 3h 5~11月



磯観察

磯を歩き海藻や貝など、海の生物を観察しながら海の環境について考えます。

20人 3h CALENDAR 通年



シュノーケリング

世界最大級のニホンアワサンゴ群生地周辺でシュノーケリング体験ができます。

10人 3h 5~11月

島の歴史・文化・伝統体験



石風呂体験

石風呂は現代というサウナ風呂のようなもの。火を焚き温めたあと海草や水草を敷き、服を着たまま入る。

20人 3h 5~11月



武者絵染色体験

武者の顔に色づけ。タペストリーの制作。自分の名前が入ります。

20人 3h 通年



フラ体験

フラダンスの練習後、衣装に着替えて発表会。

20人 3h 通年



ステンドグラスづくり

コースターや壁掛け・写真立てなどを作る。

20人 3h 通年



座禅と和尚さんの法話

自分の魂と向き合う崇高な時間。自覚する契機となります。法話は身近な話が多く、解りやすいです。

20人 3h 通年



四岩合わせ(しあわせ)祈願めぐり

すべてまわると幸せになれるという言い伝えのある四つの奇岩(観音様)を徒歩でまわる。

40人 7h 通年

モデルプラン

3日目

PM 家業体験
宿泊 農漁家宿泊
AM 離村式
出発



【家業体験】 みかん収穫・漁業・野菜収穫 など

2日目

AM 対面式
(民泊家庭と生徒との対面)
各民家へ移動
家業体験

泊
宿泊施設

1日目

周防大島入島
PM 周防大島の歴史・
文化に触れる・
石風呂体験・武者絵染色体験
など

カレンダー

◇選択別体験プログラム

春 spring 3～5月



農業………田植え(5月～)
炭焼き・みかん選果(3月まで)
漁業………地引き網・いかす網漁(4月～)、かき打ち
食体験………かいもち作り(5月～)・茶がゆ作り(5月～)
アトピア………カヌー・カッター・シュノーケリング・
しおり作り・竹のぼんぷら飯づくり(5月～)
文化・伝統………石風呂(5月～)・草木染め(4月～)

夏 summer 6～8月



農業………田植え(6月まで)、梅収穫(6月)
さつまいも収穫(8月～)
漁業………地引き網・いかす網漁・かき打ち(6月まで)
いわし網漁・タチウオ釣り(7月～)
食体験………かいもち作り・茶がゆ作り
アトピア………カヌー・カッター・シュノーケリング・
しおり作り・竹のぼんぷら飯作り(6月まで)
文化・伝統………石風呂・草木染め

秋 autumn 9～11月



農業………みかん収穫・炭焼き・さつまいも収穫
稲刈り(10月まで)・みかん選果(10月～)
漁業………地引き網・いわし網(10月まで)
タチウオ釣り・かき打ち(11月～)
食体験………みかん鍋作り・みかん缶詰作り・
みかんジャム作り(11月～)
茶がゆ作り・かいもち作り
アトピア………カヌー・カッター・シュノーケリング・
しおり作り・押し花作り・
竹のぼんぷら飯作り
文化・伝統………石風呂・草木染め

冬 winter 12～2月



農業………みかん収穫・炭焼き・みかん選果
漁業………かき打ち・タチウオ釣り(12月まで)
食体験………みかん鍋作り・みかん缶詰作り・
みかんジャム作り・かき鍋・かきバーベキュー
文化・伝統………石風呂・草木染め

通年 all season

農業………酪農体験 漁業………一本釣り・建て網漁・たこつぼ漁(ただし9/20～10/20除く)
食体験………ジンダ味噌作り・ポキ料理作り
文化・伝統………武者絵染色体験・四岩合わせ(しあわせ)祈願めぐり・フラ体験
未来に残したい漁業漁村「沖家室島」散策・文化財めぐり・お大師堂めぐり
スタンドグラス作り・竹細工・機織・陶芸



島の民泊体験

周防大島でたくさんのやさしさに出会う

島の家族との出会い

どんな人なんだろうって
すごくドキドキしたけど



家族の一員となって...

ホントの家族のように私たちに
迎え入れてくれた



優しさがあったかくて、ここに住みたい! って思った

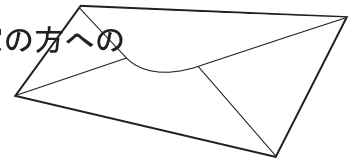


涙のお別れ



子どもたちからの手紙

子どもたちから民泊でお世話になったお家の方への手紙の中で特に多かった声を紹介します。



私の**第二のお家**☆

私も周りの人との**つながり**、**家族をもっと大切にしたい**。

今まで魚が苦手でありあまり食べたことがなかったけど、大島の魚は美味しくて苦手を克服できました！
ずっとこの島にいたくなりました。僕は、**田舎が大好き**になりました。

周防大島の民泊は今まで行った旅行の中で**一番思い出深い**です。

ひとつひとつが初めてで、新鮮で、めっちゃめっちゃ楽しかった。

私たちに**優しく愛情をもって接してくれた**のですごくうれしかったです。

人との関わりがこれほど良いものだ改めて実感しました。

民泊先の紹介

あったかい優しさと愛情で子どもたちを迎えてくれるご家族を紹介します。

待っちょるよ！



※民泊中は、基本的にそれぞれの家庭で家業生活体験をしていただくことになります。ホテル泊・民宿分宿などをご希望される方、また、10名～20名程度の班別やクラス毎で体験をしたい方は選択別体験プログラムをご利用ください。

◇民泊家業・生活体験

※家業体験内容は各家庭ごとに異なります。

月	農 業	漁 業
4月	収穫作業（いちご・そらまめ・たけのこなど）、キャベツの苗付け 種まき（枝豆・インゲン豆・大根・きゅうり・スイカなど）	いかす網漁 ひじき・わかめ採取
5月	みかんの摘花作業 田植え 収穫作業（えんどう・そらまめ・らっ きょう・たけのこなど） 苗付け（きゅうり・トマト・ピーマン ・なす・とうもろこし・かぼちゃ・ス イカ・さつまいも・里芋など）	いかす網漁 テングサ採り・ テングサ天日干し
6月	収穫作業（梅・すもも・びわ・ブルーベリー・たけのこ・じゃがい も・にんにくなど）、人参の種まき、梅干づくり	いかす網漁 テングサ採り・ テングサ天日干し
7月	みかん（早生）の摘果作業 みかん畑・野菜畑のマルチ被覆作業 収穫作業（きゅうり・トマト・ピーマン・なす・とうもろこし・か ぼちゃ・スイカ・枝豆・インゲン豆など） 人参の種まき	いわし網漁 いりこ加工 太刀魚釣り
8月	みかん（早生）の摘果・灌水作業 収穫作業（きゅうり・トマト・ピーマン・なす・とうもろこし・か ぼちゃ・スイカ・枝豆・インゲン豆・ねぎなど） 稲刈り・はぜかけ、味噌づくり	いわし網漁 いりこ加工 太刀魚釣り
9月	みかん（青島温州）の摘果作業 収穫作業（さつまいも・里芋・きゅうり・ トマト・ピーマン・なす・かぼちゃなど） 苗付け（白菜・たまねぎ・じゃがいもなど） 種まき（ほうれん草・大根・人参など） 稲刈り・はぜかけ	いわし網漁 いりこ加工 太刀魚釣り (タコ禁漁期間9/20～10/20)
10月	みかん（極早生・早生）の収穫 収穫作業（かぼちゃ・大根・カブ・さつまいも・里芋など） 柿収穫・干し柿づくり、稲刈り・はぜかけ 苗付け（白菜・たまねぎ・じゃがいも・いちごなど） 種まき（ほうれん草・大根・人参・黒豆・そらまめなど） 茶豆収穫・茶豆乾燥・茶豆むき作業	いわし網漁 いりこ加工 太刀魚釣り
11月	みかん（早生・中生）の収穫 みかん（せとみ）の袋がけ作業 収穫作業（さつまいも・里芋・大根・カブ・椎茸など） 種まき（ほうれん草・大根・人参・黒豆・そらまめなど） 茶豆収穫・茶豆乾燥・茶豆むき作業	太刀魚釣り 底引き網漁
12月	みかん（温州・伊予柑）の収穫 収穫作業（大根・ゴボウなど） 大根（春収穫）の種まき 梅の剪定	太刀魚釣り 底引き網漁 ひじき・わかめ採取
1月	みかん（伊予柑）の収穫、みかん（温州・伊予柑）の選果・出荷 収穫（白菜・ねぎなど）、芋のふせ込み（種付け）	底引き網漁 ひじき・わかめ採取
2月	みかん（デコポン・せとみ）の収穫・選果・出荷 収穫作業（人参・長芋、ごぼうなど）	底引き網漁 ひじき・わかめ採取
3月	みかんの剪定・接ぎ木 山菜採り、収穫作業（キャベツ・ほうれん草・人参など） 苗付け（じゃがいも・ねぎ・アスパラガスなど）	底引き網漁 わかめ採取・カキ打ち
その他		
郷土料理（茶粥・ジンダ味噌・けんちょう・いぎす豆腐・かいもち・寒天など）づくり 海水浴（夏季のみ）、蛍観賞（5・6月）、花火、ハイキングなど		

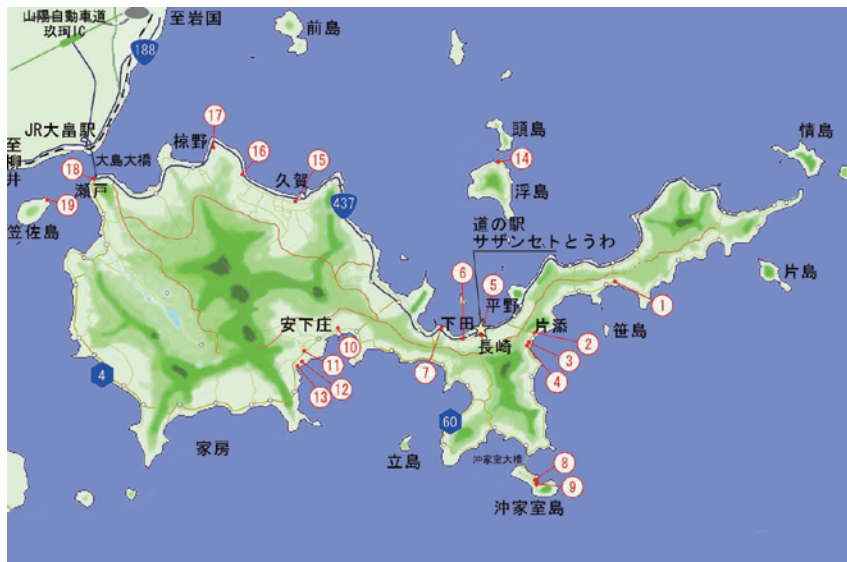


通 年

刺し網漁（鯛・めばる・アジ・カレイなど）
たこつぼ漁
雑カゴ漁（タコ・カニ）
一本釣り漁（鯛・めばる・アジなど）
カゴ網漁（アナゴ・タコ）
フグの養殖
カキの養殖
磯釣り
波止釣り



宿泊施設



②サンシャインサザンセト



③はまゆう



④レストハウスナカオ



⑤かわい寿し



⑬ペンションアロハオレンジ



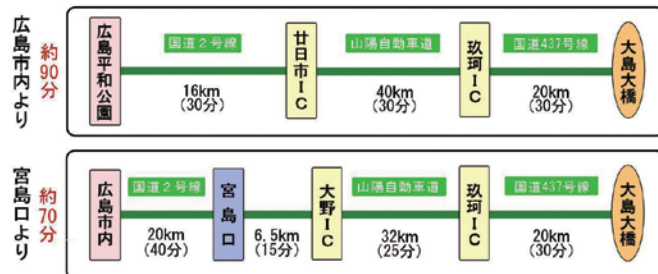
⑭グリーンスティながうら



No.	宿泊場所	所在地（周防大島町）	TEL（0820）	定員（人）
①	シーサイドインこどもり	大字小泊317-1	75-0555	20
②	サンシャインサザンセト	大字平野片添	78-2121	244
③	民宿 はまゆう	大字平野片添	78-0145	49
④	民宿 レストハウスナカオ	大字平野片添	78-1935	40
⑤	料理旅館 かわい寿し	大字西方長崎1958-21	78-0011	17
⑥	民宿 ラ・メール	大字西方下田1603-2	78-0173	18
⑦	瀬戸内荘やまもと	大字西方下田25-1	78-1070	24
⑧	鯛の里	大字沖家室島279-1	78-2163	10
⑨	漁家民宿 洸洋庄	大字沖家室島456	78-1887	5
⑩	千鳥旅館	大字東安下庄古城1845-3	77-0321	16
⑪	はまや旅館	大字西安下庄三ツ松992-2	77-0056	18
⑫	民宿 かぎひこ	大字西安下庄三ツ松1135	77-1229	10
⑬	橘ウインドパーク	大字西安下庄庄南3927-14	77-2513	40
⑭	民宿 村田	大字浮島樽見216-2	73-1772	25
⑮	ひふみ旅館	大字久賀港町4343	72-0061	12
⑯	ペンション アロハオレンジ	大字久賀宗光5780	72-2860	38
⑰	グリーンスティながうら	大字棕野長浦1144-1	79-0021	90
⑱	周防大島温泉 ホテル大観荘	大字小松瀬戸1656-1	74-2555	220
⑲	漁家民宿 かささ	大字笠佐島28	74-3946	10

関係先一覧

柳井海上保安署	0820-23-2250	おげんきクリニック	0820-74-2490
周防大島幹部交番	0820-72-0110	嶋元医院	0820-74-2310
柳井消防署中部出張所	0820-77-0119	野村医院	0820-76-0017
柳井消防署東部出張所	0820-75-0119	安本医院	0820-73-0822
柳井消防署西部出張所	0820-72-0119	川口医院	0820-78-0306
町立大島病院	0820-74-2580	山中クリニック	0820-72-0152
町立橘病院	0820-77-1000	周東総合病院	0820-22-3456
町立東和病院	0820-78-0310		

☆車でのアクセス 

周防大島
(伊保田港)

広島市内（広島港）
 呉市（呉港）
 宮島（棧橋）
 松山市（三津浜港）

島内の車での移動時間

Map of Shikoku showing travel times by car between various islands and towns. The map includes routes between islands like Ogasawara, Iriomote, and Iriomote, and within islands like Shikoku. Travel times are indicated by numbers in parentheses, and distances are indicated by numbers in parentheses. A legend at the bottom shows a car icon and a travel time of 5.0 minutes.

