

伊豆大島 人気スポットを巡る2泊3日の旅

— 東京から約1時間45分で行ける大自然の島 —



伊豆大島ってどんな島？

- 東京から約120km、伊豆諸島最大の島
- 活火山「三原山」が作り出したダイナミックな景観
- 「海洋性気候」のため、都心よりも夏は涼しく、冬は比較的暖かく過ごせる
- 椿の島として知られ、四季折々の自然が楽しめる
- ハイキング・温泉・グルメ・絶景が魅力



アクセス — 東京から船で

【高速ジェット船】約1時間45分

東京(竹芝)→ 伊豆大島

8:35発 → 10:20 着 / 14:00発 → 15:45 着

伊豆大島→ 東京(竹芝)

10:15発 → 12:00 着 / 15:15 発 → 17:00 着

【大型客船】

東京(竹芝)夜発 → 翌朝到着

※ 運航時刻は季節によって変更されます。
最新情報は東海汽船 HP をご確認ください。

DAY 1 モデルコース

1 ㊟10:30 到着

元町港または岡田港に到着したら、レンタカーを借りて島内観光へ出発！

到着日は東回りで島を一周するコースがおすすめです。
約46kmのドライブコースには、裏砂漠や地層大切断面など見どころが点在し、雄大な自然や絶景を効率よく巡ることができます。



2 ㊟11:00 昼食

旅の始まりは、伊豆大島ならではの絶品グルメを堪能。
新鮮な海の幸を使った島寿司やべっこう寿司、明日葉を使った郷土料理など、島ならではの味覚を楽しめます。

大島の自然の恵みを味わいながら、これから始まる島旅への期待がさらに高まります。



3 ㊟12:00 泉津の切通し

木々に囲まれた幻想的な小道が続く泉津の切通しは、伊豆大島屈指のフォトスポット。
火山活動でできた岩壁と緑豊かな自然が織りなす神秘的な景色は、まるで映画のワンシーンのような雰囲気です。



4 ㊟12:30 東京都立大島公園 動物園

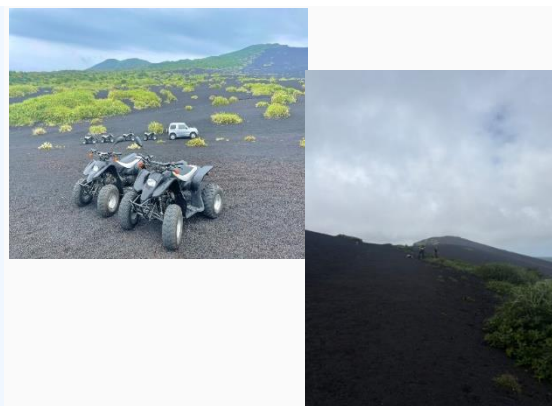
色とりどりの花々と豊かな自然に囲まれた、大島を代表する癒やしのスポットです。園内には椿をはじめとする四季折々の植物が美しく咲き、散策しながらゆったりとした時間を過ごせます。



5 ㊟14:00 裏砂漠

日本で唯一「砂漠」と呼ばれる場所は、実は伊豆大島の裏砂漠。噴火によって生まれた黒い大地が広がる神秘的な景観が魅力です。

木々の少ない広大な景色はまるで別惑星のような黒砂の絶景、伊豆大島ならではの非日常を感じられる人気スポットです。絶景の中を走る四輪バギーツアーもあります。



6

🕒16:00 筆島

海に浮かぶ一本の岩柱が特徴的な筆島は、伊豆大島を代表する絶景スポットの一つです。青い海との美しいコントラストは思わず写真に収めたくなる景色。

朝日や夕日に染まる姿も美しく、多くの人を魅了しています。



7

🕒16:30 波浮港

穏やかな入り江に囲まれた波浮港は、昔ながらの町並みが残る伊豆大島の人気スポット。

古民家カフェや趣のある喫茶店が並び、散策の途中にコーヒーや島スイーツを楽しめます。

港を眺めながら、都会では味わえないゆっくりとした時間を過ごせる場所です。



8

🕒18:00 地層大切断面

約 600 メートルにわたって続く迫力満点の地層は、長い年月をかけて繰り返された噴火の歴史を物語ります。

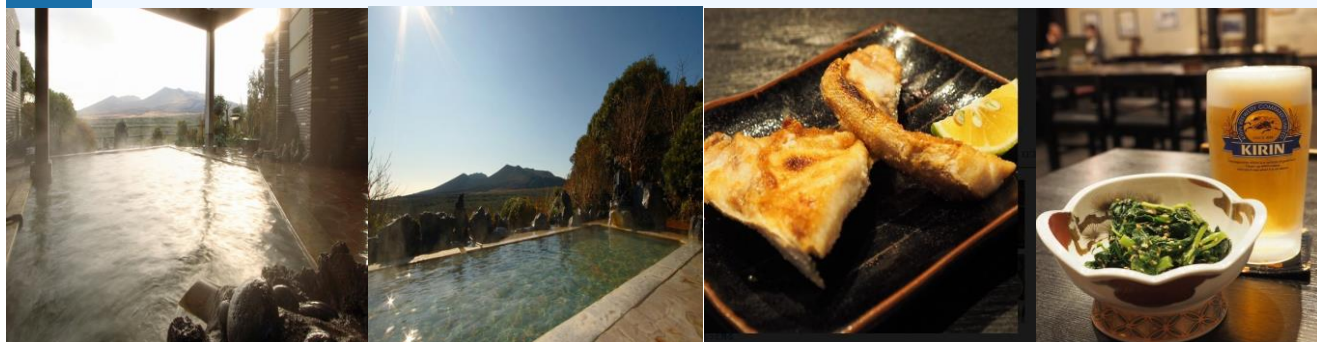
まるで地球の断面を見ているかのようなダイナミックな景観は圧巻。自然の力を間近で感じられる名所です。



9

🕒19:00 ホテル・温泉

伊豆大島には、ホテルや旅館、家庭的な民宿、気軽に利用できるゲストハウスなど、多彩な宿泊施設が揃っています。新鮮な地魚や島の郷土料理を味わいながら、島の人々のあたたかなおもてなしに触れられるのも魅力のひとつです。



DAY 2 モデルコース

1 ㊟11:00 様々なアクティビティ

海と山、両方の魅力を楽しめる伊豆大島では、ダイビングや船釣り、三原山登山など、さまざまなアクティビティを満喫できます。

透明度の高い海では、運が良ければ野生のウミガメと一緒に泳げることも。

三原山では迫力ある火口や雄大な火山景観を間近で眺めることができ、大自然のスケールを体感できます。

火山島ならではの壮大な景色に囲まれながら、伊豆大島の自然を全身で感じる特別な時間を過ごしましょう。



2 ㊟17:00 サンセットパームライン

元町から野田浜方面へ続くパームラインは、ヤシの木が並ぶ伊豆大島屈指の景観スポット。青い海と空、ヤシ並木が織りなす景色は、まるで海外リゾートを訪れたかのような雰囲気です。ドライブはもちろん、サイクリングや写真撮影にもぴったり。天気の良い日は、どこを切り取っても絵になる絶景が広がります。



3 ㊟18:00 大島温泉 元町浜の湯

アクティビティで体を動かした後は、伊豆大島を代表する露天風呂「浜の湯」へ。海と空が一体となる絶景が魅力の露天温泉です。

三原山を背に、目の前には伊豆半島や晴れた日には富士山を望むことができ、夕暮れ時には美しい夕日が海を染め上げます。

水着着用で気軽に楽しめる開放的な温泉で、観光やアクティビティの締めくくりにぴったりの癒やしスポットです。



4 ㊟19:00 夜ごはんは島の居酒屋へ

一日の最後は、地元で愛される島の居酒屋へ。新鮮な魚介のお刺身や明日葉の天ぷら、島焼酎など、伊豆大島ならではの味覚を堪能できます。

温かい雰囲気の店内で島の人との会話を楽しみながら、旅の思い出を語り合うのも島旅ならではの魅力です。

DAY 3 モデルコース

1 ㊟12:00 ランチ

最終日の昼食は、伊豆大島名物「べっこう寿司」をぜひご賞味ください。新鮮な地魚を島とうがらし入りの特製醤油だれに漬けた郷土料理で、ピリッとした辛みと魚の旨みが食欲をそそる逸品です。



2 ㊟13:30 お土産

旅の締めくくりは、お気に入りのお土産探し。伊豆大島を代表する「椿油」は、ヘアケアやスキンケアに使える人気の定番商品。やさしい甘さとサクッとした食感が魅力の「牛乳煎餅」は、幅広い世代に愛される銘菓です。

そのほかにも、栄養豊富な明日葉を使ったお菓子やお茶、伊豆諸島ならではの伝統食品「くさや」など、ここでしか出会えない島の味覚が豊富に揃っています。



3 ㊟14:30 最後、港へ

伊豆大島の海は、白い砂浜が続く海岸とは少し違い、火山島ならではの岩場が多いのが特徴です。晴れた日には、太陽の光が海面に反射して一面がきらきらと輝き、思わず足を止めて眺めたいような絶景が広がります。

旅の最後は、そんな穏やかな海を眺めながら、伊豆大島で過ごした時間を思い返してみてください。きっと、また訪れたいくなる特別な思い出になるはずです。



おすすめスポット&グルメ・お土産

絶景スポット

▶ 三原山

島のシンボル。外輪山トレッキングで火口を望む絶景体験。

▶ 裏砂漠

黒砂の広大な砂漠。東京都唯一の砂漠地帯。

▶ 地層大切断面

高さ約 30m。何万年もの火山層が積み重なった地球の歴史。

▶ 波浮港

大正浪漫漂うレトロな港町。踊り子の宿が残る情緒あふれる場所。

島グルメ

▶ 島寿司

醤油ベースの漬けネタが特徴の大島流にぎり。



▶ 島寿司

醤油ベースの漬けネタが特徴の大島流にぎり。

▶ ベっこう寿司

島唐辛子入り特製ダレで漬けた、ピリッと旨い郷土寿司。

▶ 明日葉料理

大島特産の健康野菜。天ぷら・おひたしで。

▶ くさや

独特の発酵風味が癖になる伝統保存食。

旅のポイント

レンタカー利用がおすすめ

島内の見どころは分散しています。効率よく回するにはレンタカーが便利です。

歩きやすい靴を用意

三原山トレッキングや泉津の切通しなど、歩くスポット多数。スニーカーを忘れずに。

天候に注意

荒天時は船が欠航する場合があります。余裕を持ったスケジュールで！

©伊豆大島に興味をお持ちいただけましたら、お気軽にご連絡ください。

ジェーティージー華信 株式会社

☎: 03-5325-6288

✉: go@jtgkashin.co.jp



Wechat : jtg681