



02 鹿児島県 十島村 ウォーキングガイドマップ TOKARA ISLANDS WALKING GUIDE MAP

中之島 NAKANOSHIMA

TOKARA

中之島へのアクセス

★フェリーとしま2
村営船「フェリーとしま2」が、十島村と鹿児島市・奄美をつないでいます。十島村への唯一の交通手段です。

鹿児島島(23:00発) 奄美(2:00発)
中之島(6:00着) 中之島(10:25着) フェリーとしま2
奄美(15:20着) 鹿児島(18:20着)

●運航スケジュール 週2便 運航

月	鹿児島港出港
火	名瀬港入港 ▶ 鹿児島港入港
水	名瀬港出港 ▶ 鹿児島港入港
木	
金	鹿児島港出港
土	名瀬港入港
日	名瀬港出港 ▶ 鹿児島港入港

●時期によっては、臨時便も運航されます。毎月の運航スケジュールをご確認ください。

●運航予定表は、十島村役場・南岸頭待合所に設置。十島村の公式ホームページにも掲載されています。

●運賃や、欠航などの運航情報については公式ホームページをご確認ください。

★飛行機を利用する場合

●主な航空会社

ANA	0570-029-222
JAC	0570-025-071
JAL	0570-025-071
Jetstar	0570-550-538
Vets	0570-666-603

東京・鹿児島間はおよそ120分、大阪・鹿児島間はおよそ70分で移動できます。また、東京・大阪・福岡・鹿児島からは奄美までの直行便もあり、奄美からフェリーとしま2に乗って十島村へ行くこともできます。奄美空港から名瀬港までは連絡バスでおよそ60分です。

鹿児島県十島村 TEL. 099-222-2101
FAX. 099-223-6720
〒892-0822 鹿児島市泉町14番15号 http://www.tokara.jp/ 公式HP

御岳 C-4

高さ979m、トカラ列島の最高峰！晴れた日は山頂からトカラの島々を一望できる。また、噴煙が上ががる火口を間近で見られ、大地の鼓動を体感できる。

御岳登山持ち物リスト

■ 登山用バックパック	■ 雨具
※両手が自由になるもの	■ 携帯トイレ
■ 水(1ℓ以上)と食料	■ 地図・GPS・コンパス
■ 登山に向けた服装と靴、手袋	■ ヘッドランプ
※黄色、オレンジなど目立つ色を推奨	■ ファーストエイド(救急セット)
■ 携帯電話 ※ドコモなら通じる場所あり	■ 笛

■ 御岳登山の際は入山前に出張所に登山届を提出してください。
■ 雲がかかっている時の登山はお止めください。
■ 途中で雲がかりだしたり、風向きによって火山ガスが流れてくる場合があります。その際はただちに元の道を引き返してください。
■ 頂上付近は木がなく目印も少ないため、下りの方角を間違わないよう注意しましょう。

ヤルセ灯台 H-7

まっすぐ伸びる道を進むと、真っ白い灯台があり、七ツ山海岸や御岳を見渡せるビュースポット。

セリ岬 H-7

ヤルセ灯台の先にある断崖。野趣あふれる奇岩は冒険心をくすぐられる。滑落する危険があるため、安全に十分な配慮が必要。

△…足場が崩れやすく危険なため、観光の際は必ず現地ガイド等同行を依頼する。
△…遠方のため、車がある場合のみ観光可能。

季節の風景

トビウオすくい (5月中旬～7月中旬)

港の中に群れは入ってくるトビウオを、光で岸壁に寄せ陸から網ですくうダイナミックな漁。運が良ければ参加できるかも！？季節が合うときは民宿などに相談してみてください。

船倉集落のガジュマル B-6

出張所付近を流れる宮川沿いに立つ大木。複雑に絡み合った幹は高さがあり迫力満点！気軽にに行けるおすすめスポット。

十島村歴史民俗資料館 D-5

十島村の歴史や文化を学べる資料館。独特の習慣や伝統的な道具などの展示がある。休館の場合もあるため、要事前連絡。

御池(底なし沼) E-5

七ツ山方面へ向かう途中にある広い池。静かな森に囲まれていて、神秘的な雰囲気。風のない日は水面に御岳が映りこむ。

ガジュマル群生地 G-7

島の北東部にはガジュマルの群生地があり、それぞれに特徴ある形のガジュマルが競い合うように伸びている。

ヤジガウラ G-7

ヤルセ灯台の先から降りられる入り江。天気が良い日は鬮訪の瀬島が見える。

釣り INFORMATION

春	イシガキダイ・ヒラアジ
夏	イシガキダイ・アラ・ヒラアジ・ロクニンアジ・フキダイ・タイムマグロ
秋	イシガキダイ・アラ・ヒラアジ・タイムマグロ
冬	オナガ・イシガキダイ

D-1 草瀬 島の北東部。徒歩でも行けるが、瀬渡し船がおすすめ。
B-2 セリ岬周辺 島の南端。ヤルセ灯台下周辺は好ポイントが集中している。
B-4 平瀬 セリ岬南西沖に浮かぶ飛び瀬。
H-7 高元崎・大木崎 東海岸中央北よりに、ラクダのこぶのように2つ並んでいる。

各種施設

B-6 中之島温泉

※有料
出張所のすぐそばにある介護予防拠点施設「くつろぎの郷」内にある温泉。
〈営業時間〉
夏 12:00～21:00
冬 15:00～21:00

B-6 西区温泉・東区温泉

※入浴料はお持ち
海岸線沿いに2つの温泉がある。ミヨウバン・硫黄・塩分を含んだ乳白色の湯。
〈24時間営業〉※清掃時間除く
清掃時間 4-9月 19:00～ / 8-3月 18:30～

D-5 十島村歴史民俗資料館

※入場料300円
十島村の歴史や文化について学べる興味深い資料が満載！
〈営業時間〉09:00～17:00
Tel.09912-2-2338 ※休館の場合あり
Tel.080-8554-3999 事前に連絡を

公共機関連絡先

- 中之島出張所 Tel.09912-2-2101 (FAX兼用)
※「フェリーとしま2」乗船券の購入・観光ガイド(無料・3日前要予約)について、その他が困ったことなどありましたらご連絡ください。
- 中之島診療所 Tel.09912-2-2103
- 中之島郵便局 Tel.09912-2-2120
- 中之島駐在所 Tel.09912-2-2107

宿泊情報(要事前予約)

基本的に1泊4食付(到着日の朝食・昼食・夕食・翌日の朝食)です。島内に飲食店等はありませんので、宿を利用された方が安心です。詳細は各施設にお問い合わせください。

C-3 なごらん荘

食堂の窓から島々と水平線を眺められる海辺の宿。山菜や自家製野菜、十島近海で獲れたトビウオなどを使った料理が魅力。
Tel.09912-2-2201

B-6 大喜旅館

部屋の前にあるウッドデッキが素敵な宿。出張所や郵便局に近いので便利。
Tel.09912-2-2110

D-4 中之島荘

のんびりした島の空気に合う、落ち着いた雰囲気と和室でくつろげる。民家を改装しており、昔の生活の風情がうかがえる。
Tel.09912-2-2078

中之島観光 Q&A

島に着いたらまずすることは？
港で予約している宿の送迎者に声をかけ、荷物などと一緒に宿まで送ってもらおう。

金融機関はあるの？
銀行はないが郵便局はある。ATMはないがゆうちょ銀行カードのみ現金がある。多めの現金の持参がおすすめ。※クレジットカード対応店舗なし。

携帯電話はつながる？
NTTドコモ、ソフトバンクモバイル、auは利用できる。ただし、電波が届かない場所もあるので注意。

島内の移動手段は？
島には公共交通機関・タクシー・レンタカーはない。車が必要な場合は、事前に民宿へ相談を。

食事はどうするの？
コンビニやレストランはないため、食事は民宿でるのが基本。外出前に食事の時間を確認しておく。

必要な持持物は？
夏場は非常に暑いので、帽子や日焼け止め、飲み物の準備は念入りに。中之島は川があり水場が多いため、ブトなどの虫さされ対策は必須！虫よけとかゆみどめ、長袖の服があると安心。

乗船券はどこで買うの？
島内ではコミュニティセンター(中之島出張所)でフェリーとしま2の乗船券を購入できる。常時販売ではなく、販売時間が島内放送等でお知らせされる。

中之島ガイドMAP

(中之島概要)
面積: 34.42 km²
周囲: 31.80 km



- 凡例
- 📷 フォトスポット
 - ♨️ 温泉
 - 🐄 牧場
 - 🚻 トイレ
 - 🏠 民宿
 - 🎣 釣りスポット
 - 📶 携帯電話利用可能エリア(ドコモソフトバンク・au)

- モデルコース
- 🟢 御岳トレッキングコース
 - 🟡 セツ山海岸コース
 - 🟠 トカラウマふれあいコース
 - 🔴 集落おさんぽコース



モデルコース model course

トカラウマと十島村最高峰の御岳
大自然の中を行くワクワクの島旅へ

御岳トレッキングコース

- 片道: 約7時間
体力レベル ★★★★★
- 🏠 コミュニティーセンター発
 - 📍 B-5 登山道入口まで、曲がりくねった坂道を登る。看板を見逃さないよう注意!
 - 📍 約4km 歩約3時間(平均約15分)
 - 🏔️ 御岳登山道入口
 - 📍 C-4 車道から未舗装の登山道に入る。看板を探しながら進む。
 - 📍 約360m 歩約40分
 - 🏔️ 御岳山頂
 - 📍 C-4 森をゆけると視界が開けて爽快な景観が広がる。
 - 📍 約360m 歩約30分
 - 🏔️ 御岳登山口
 - 📍 約4km 歩約3時間(平均約15分)
 - ♨️ 西区温泉
 - 📍 B-6 登山後は温泉で癒されよう! タオルや石鹸等は持参すること。

集落おさんぽコース

- 往復: 約1.5時間
体力レベル ★☆☆☆
- 🏠 コミュニティーセンター発
 - 📍 約200m 歩約5分
 - 📍 B-4 売店のそばの坂道から里集落方面へ進む。
 - 🏠 里集落・楠木集落
 - 📍 B-6 のどかな島の集落を散策しよう。
 - 🏠 なごらん荘周辺
 - 📍 C-4 石垣が続く集落と海が共演する趣々の風景。
 - 📍 約1.5km 歩約20分
 - 🏠 ガジュマルの巨木
 - 📍 B-6 川の対岸に高くそびえ立つ大きなガジュマル。
 - 📍 約1.2km 歩約20分

トカラウマふれあいコース

- 往復: 約3時間
体力レベル ★★☆☆
- 🏠 コミュニティーセンター発
 - 📍 約800m 歩約15分
 - 📍 与助岩
 - 📍 C-6 道沿いにある大きな岩。看板で物語を知ると面白い。
 - 📍 約1.8km 歩約35分
 - 🏠 トカラウマ牧場
 - 📍 D-6 近くとトカラウマが集まっていることも! 静かに観察しよう。
 - 📍 約1.5km 歩約15分
 - 🏠 歴史民俗資料館
 - 📍 D-6 休憩の場合もあるため事前に連絡しておく。
 - 📍 E-5 看板に沿って御池に向かう。
 - 📍 約2.5km 歩約40分
 - ♨️ 御池(鏡御岳)

セツ山海岸コース

- 往復: 約5時間
体力レベル ★★☆☆
- 🏠 コミュニティーセンター発
 - 📍 C-6 歴史館・トカラウマ牧場方面に進む。
 - 📍 約2.6km 歩約50分
 - 📍 D-6 トカラウマ牧場の前を通過。かわいらしいベンチがある。
 - 📍 約1.5km 歩約15分
 - 📍 E-5 看板に沿ってセツ山海岸方面へ進む。
 - 📍 約4.1km 歩約50分
 - 📍 F-6 海を眺めながら海岸に向かう。
 - 📍 約1km 歩約20分
 - 🏠 セツ山海岸
 - 📍 F-6 真っ青な海に珊瑚リーフが広がる。潮流が速いため、遊泳は非常に危険。