

今治探訪

しまなみ海道・上島編

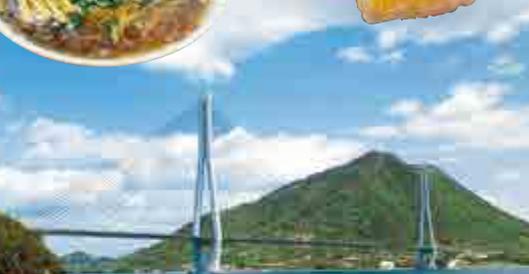


大島から向島・尾道まで
自転車で楽しめるスポットがいっぱい!



おいしい魚を育てる
急流を船で体験!

旅の思い出
いっぱいいつくっちゃおう!



しまなみ海道

最高の贅沢がここにある

愛媛県今治市と広島県尾道市を結ぶ海の道

ここに浮かぶ島々ではふしぎと時間がゆっくり流れてゆく

美しい海と爽快な風を感じながら 島時間でのんびり旅する

いつものスピードでは見落としてしまうものも

ここならきっと新しい発見がある

来島海峡展望台から来島海峡大橋と
多島美を望むことができる



Shimanami Sea Route.

石文化と花の島 大島

サイクリストに人気の来島海峡大橋がかかる大島は、多島の美しさや瀬戸内の潮流、大島石の採掘場など、息をのむような絶景ポイントがたくさん。眺めの良さだけでなく急流体験や石文化体験ツアーなどのリアルな体験ができるのも大きな魅力です。



来島海峡大橋を眺めながら新鮮な魚介類が味わえる海鮮バーベキューや七輪焼きはいつも大勢の人で賑わっています。レストランでは魚介類をふんだんに使った「うに丼」「いきいき丼」が人気。町内で採れた野菜や鮮魚、特産品などお土産も充実しています。



いきいき館

営業時間/9:00~17:00(レストラン10:00 OPEN)
 休業日/毎週水曜日(祝祭日は翌日)・元旦
 ※5月連休とお盆の週は営業
 入館無料
 所要観光時間 60分
 お問合わせ先 道の駅ようみいきいき館
 TEL/0897-84-3710
 住所/今治市吉海町名4520-2



いきいきの魚を炭火七輪を使ったバーベキューで楽しんでください。



がつつき鯛バーガー
 来島海峡で獲れた鯛を揚げたご当地バーガー。ソースも鯛を揚げるのもオーダーがあつてから。作り置きしないので身のしまったプリプリの食感が楽しめます。ワンコインでサイクリングにぴったり。

世界各地のパラ400種、3500株が植栽されています。中でもしまなみ海道開通記念にフランスから移植されたナポレオン皇妃が収集したオールドローズ「ジョセフィーヌ・コレクション」など100株は見応えがあり、日本でも数少ないバラの公園となっています。バラの開花時期は5月中旬から12月末までで、最盛期5月中旬のバラ祭りは多くの観光客で賑わいます。

ようみバラ園

入園無料・年中無休
 TEL/0897-84-2111
 住所/今治市吉海町福田1292



ようみローズ館にぜひお越し下さい。2Fは軽喫茶、1Fはバラグッズやお土産を取り揃えています。

しまなみ

大島

伯方島

大三島

上島町

グルメ・宿泊

マップ



急流体験

営業時間/9:00頃~16:00頃
 TEL/0897-84-3710(ようみいきいき館)
 0898-25-7338((株)しまなみ)

鳴門海峡、関門海峡とともに日本三大急流として名を馳せている来島海峡の急流を体験して下さい。観潮船は座席が海面とほぼ同じ高さに設置されているから波の動きがリアルに伝わってくるなど、海の流れを体感できる工夫がいっぱい。自然を舞台にしたエキサイティングな時間をどうぞ。

料金/一般(中学生以上):1,500円
 小学生:1,000円
 (小学生未満:無料)



標高307.8mの亀老山展望公園は、瀬戸内海国立公園に指定されています。晴れた日には来島海峡や石鎚山を展望できます。また、ライトアップされた来島海峡大橋や今治の夜景を見ることもできます。
 住所/今治市吉海町名



食堂みつばち

営業時間/11:00~17:00
 定休日/火・水
 TEL/0897-84-3571
 住所/今治市吉海町仁江1876-1



瀬戸内海の穏やかな海を眺めながら、どうぞごゆるりと島時間を楽しんで頂けたら幸いです。スタッフ一同、ご来店を心よりお待ちしております。

Paysan(ペイズン)

営業/木・土の11:00~17:00
 TEL・FAX/0897-84-4016
 住所/今治市吉海町本庄477

Paysanは店主さんが作ったこだわりの窯でパンを焼いています。国産の素材を使い、無添加の安心安全なパンは外はカリッ、中はしっとりとした、見た目より重量感のある素朴なパンです。レモン、いよかんピールなど島で採れる食材を使った菓子パンも好評です。



ご予約されたパンのお引渡し、店頭だけの菓子パンも用意しています。一度に焼けるパンの個数が決まっているので、売り切れてしまったら、リクエスト下さい。



島じゃこ天

営業時間/9:30~16:00(なくなり次第終了)
 TEL/0897-84-3710
 (道の駅ようみいきいき館)
 住所/今治市吉海町名4520-2

エソ、グチ、トラハゼ、シタピラメ、イシモチの他旬の魚が入る島じゃこ天は、プリプリとした食感と香ばしさでいきいき館の名物になっています。魚はどれも椋名(むくな)港で水揚げされた来島海峡の魚。潮の流れの速い所の魚なのでおいしさは格別です。



揚げたて、アツアツは特においしいですよ。サイクリングのお供に最適食です!

石窯天然酵母で焼くパン屋Paysanの姉妹店。海辺に建つ水色のテラスがある家が食堂みつばちです。魚料理とパンのメニューが人気で、魚はその日漁師さんからいただいたもの、サラダも地元産や店主の家の庭で作られているものを使います。



Tanbou Point Cafe遠見茶屋

営業/OPEN 4月1日~11月30日の土日祝
10:00~16:00
※カレーは11:30~
TEL/0897-86-2883
住所/今治市宮窪町宮窪6363-1



季節の果物を使ったミックスジュースやコーヒーもおいしいですよ。女性スタッフ5人でお待ちしています。

Cafe遠見茶屋はオープンカフェ。標高約202mにあるカレイ山展望台付近にあって島々を見渡せる絶景に囲まれています。名物は来島海峡の鯛でとった出汁をベースに地元産の季節の野菜を煮込んだカレー。25食限定なので予約をしていきたい。



Tanbou Point 喜多寿し

営業/11:00~14:00
17:00~22:00
定休日/火曜
TEL/0897-86-2170
住所/今治市宮窪町宮窪2214



見晴らしのいい高台にある創業30年余りのお店。刺身や煮付け、大きなネタのにぎりなど瀬戸内の活きのいい魚にこだわった料理の数々が、しなみん美しい景色とともに味わえます。昼は特上にごり、上にぎり、うに飯、海鮮うに飯がありますがお勧めは喜多御膳です。



Tanbou Point 雅

営業/11:30~14:00
17:00~21:00
定休日/火曜
TEL/0897-86-2688
住所/今治市宮窪町宮窪5166

落ち着いた雰囲気割烹料理の店。生け簀には鯛、ヒラメ、おこぜ、メバル、伊勢エビ、アワビ、サザエの他潮の流れの速い宮窪瀬戸の旬の魚が泳いでおり、注文に応じて板前が調理してくれます。せいろ1枚分のウニを乗せたウニ丼が人気です。



Tanbou Point カレイ山

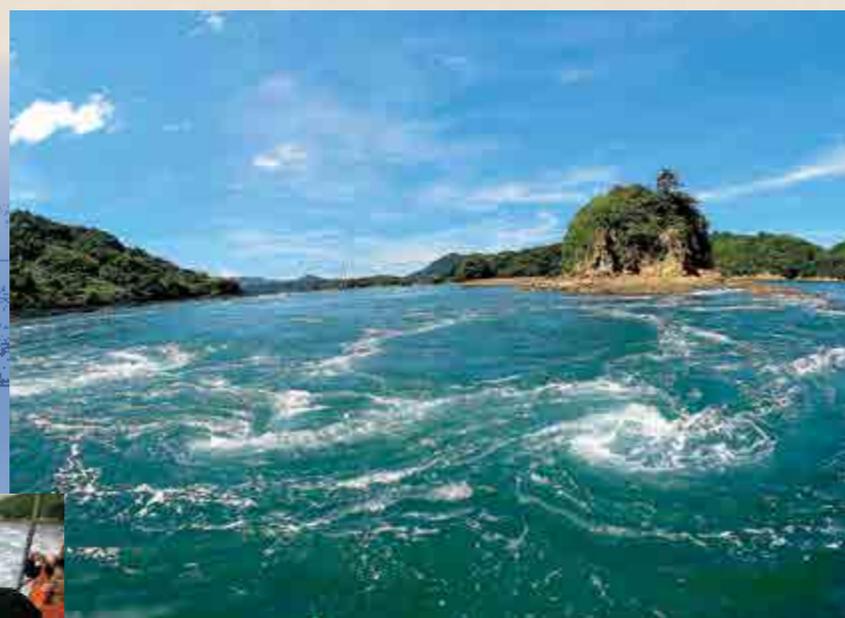
標高202mのカレイ山山頂にある展望公園。村上水軍の見張り台を模した展望台からは船折瀬戸などの早潮や伯方大島大橋、能島城跡のある能島など自然の変化に富んだ瀬戸内ならではの眺望が楽しめます。周辺にはキャンプ場、遊歩道、休憩舎が整備されており、レクリエーションに最適です。住所/今治市宮窪町宮窪6363-2



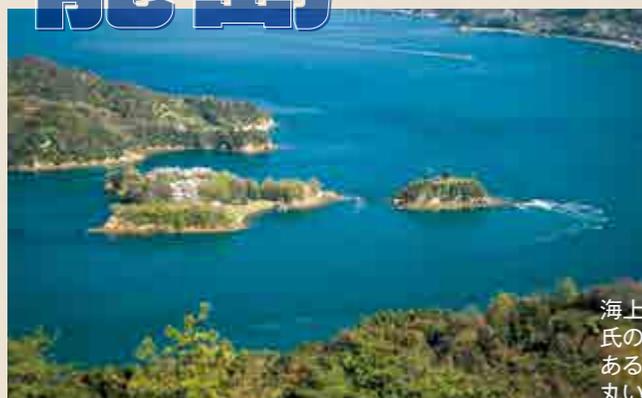
Tanbou Point 潮流体験

料金/一般(中学生以上):1,000円
小学生:500円(小学生未満:無料)
営業/9:00~16:30(最終受付)
※11月~3月は最終受付 16:00
1時間間隔で随時運航(2名より運航)、
10名以上の場合は要予約。
定休日/月曜日(月曜日が休日の場合は翌火曜日)
年末年始(12/31~1/3)
TEL/0897-86-3323
(物産館兼魚食レストラン「能島水軍」)
住所/今治市宮窪町宮窪1293-2

宮窪の沖、特に国指定史跡の「能島」周囲は最大時速18km(10ノット)にもなる潮流が渦巻いていて、この日本有数の潮流を間近で体験することができます。船上から見る渦潮は大迫力。大潮、小潮、満ち潮、引き潮、潮止まりなど詳しくは問合せ先へご連絡ください。



能島



海上交通の要所にあった能島には瀬戸内海で大きな勢力を誇った能島水軍村上氏の居城跡が残っており、国指定史跡になっています。能島と小島鯛崎島との間にある岩礁の上には大規模な棧橋防材の跡が見られ、干潮時には無数に残っている丸い柱杭の穴を見ることができます。春の桜の名所としても有名です。

Tanbou Point 漁師市

宮窪水産研究会が毎月第1日曜日に宮窪漁港において採れたての魚介類を格安で販売しています。



Tanbou Point 島四国

毎年旧暦の3月19日、20日、21日に開催されます。車や徒歩で多くのお遍路さんが訪れます。



吉海支所 産業建設課
TEL/0897-84-2111

大島石って?

日本でも指折りの高級石材「大島石」は、大島の中でも2km~5kmの範囲でしか採れない大変貴重な石です。他の花崗岩と比べて非常に硬く、墓石や記念碑にした時にいつまでも輝きを失わないのが特徴です。

- ・宮窪・石文化体験ツアー
土日祝日限定のツアーガイドによる体験ツアーです。
- ①しまなみアートキャニオン眺望
「水の谷石材工場」などの採石現場の石舞台から壮麗な景色を堪能できます。
- ②石のアート作品鑑賞
大島石を素材としたアート作品が多数展示されています。
- ③石割体験

お申し込み
TEL/080-2989-5179(NPO法人「能島の里」村上まで)

Tanbou Point 村上水軍博物館

開館時間/9:00~17:00
(入館は16:30まで)
休館日/月曜日
(月曜日が休日の場合、翌平日)
年末年始(12/29~1/3)
入館料/大人:300円 学生:150円
TEL/0897-74-1065
住所/今治市宮窪町宮窪1285



戦国時代、瀬戸内海を自在に駆けめぐった能島村上氏当主の村上武吉。この勇猛果敢な能島村上家伝来の貴重な品々の展示や、水軍の歴史・文化の研究、啓発、さらには甲冑や小袖などを着ることができる参加体験型の、日本唯一の水軍博物館です。



しまなみ海道へ、自転車の旅

あの「来島海峡大橋」の上まで
 上らなければならない
 塔の高さは184mだそうです。
 自転車道や車道のある場所の高さは65m。
 橋の上にはすばらしい！
 美しい青緑色の海。点在する島々。
 こんなところが日本にもあったのですね！
 山は富士、海は瀬戸内、湯は別府とは
 よく言ったものです。ちょっと古いか…？

スゴイ！爽快！



思い出たくさん！



私が絶対！行きたかった場所は「亀老山」。なんと自転車で山に登るって
 うんです。しまなみ海道でもっともすばらしい絶景が見られるところなん
 だそうです！ヒルクライム好きな自転車乗りは、結構登ってるって…。
 私は、ヒルクライム好きではないし…。坂きらいだし…。
 途中でだめなようなら車にでも乗せてもらうか(笑)？頑張ろう！
 かなり登ったのに、入り口…。こんな急坂…もう止まりかけの速度でのろ
 のろ…最も遅いところでは時速4km…。
 こんなんじゃ歩く方が速い。それでも少しずつでも前に進んでいけばい
 つかたどりつくものです。
 何度か押し歩きしたのだけど、すべて自分の力で登りきりました。
 それでも1時間はかかっていないと思います。

大島に降りると橋がきれいに見える海岸があるからと、通常のコースと逆方向(右)にちょっとだけ走る。と…、超のんびり感のある風情。全く車が走っていない…。なるほど、来島海峡大橋が今治までつながっている！なんだかまったりとしてしまい、すごく長く休んでしまいました。



しまなみ！最高！

★★★★ カスタマイズポイント！ 亀老山展望公園

今治から大島を見て正面にあるのが館山、奥側に大きく見えるのが亀老山です。標高307.8mですから東京タワー(333m)よりも少し低く、来島海峡大橋(184m)の1.7倍の高さがあります。来島海峡大橋の東に位置しており、高さも位置も来島海峡大橋を見るためのもっともいい条件が整っています。亀老山へは、大島の吉海町の大島インターの近くから入る道があり、そこから車で約10分ほどで頂上へ行くことができます。

要チェック！

頂上には建築家、隈研吾氏設計の近未来的な展望台があります。これは地形の中に埋没させることにより周囲の景観にダメージを与えず、展望台からは外側の景色を見ることができるようになっています。



水軍の本拠地「能島」を感じる

能島は周囲約720mの無人島。
 かつて瀬戸内海に君臨した能島村上水軍の居城があった島で、現在も船かくし、けい船などに使ったと見られる柱穴が残っています。

能島水軍(潮流体験)
 場所: 愛媛県今治市宮窪町宮窪1293-2
 営業時間: 午前9時~午後4時

村上水軍博物館
 場所: 今治市宮窪町宮窪1285
 電話: (0897)74-1065

2004年にオープンしたこの村上水軍博物館は、日本唯一の水軍博物館。とってもしんいのです。中世に瀬戸内を中心に活躍した村上水軍の一族であった能島村上氏の資料や関連する書籍などを保存しています。戦国時代、海の大名と呼ばれ、海原を自在に駆けめぐった村上水軍。展示室からの眺望や映像・写真、出土品や資料などからその歴史を知ることができます。



バラ公園に立ち寄ることにしました。400種類、約3,500株のバラがあるそうです。この時は9月後半だったのですが、かなり咲いていました。秋は10月中旬から11月初旬がみごろ。一番花が美しいのは5月中旬ごろだそうです。

場所: 今治市吉海町福田1292 電話: (0897)84-2111

潮流の速さを体験するべきね！



★★★★ カスタマイズポイント！ 石窯で焼く天然酵母のパン屋さん(Paysan)

天然酵母パンPaysanさんは、神戸出身のご夫婦がターンでこの島にやってきてはじめられたパン屋さんです。自家製天然酵母、オーガニックの材料にこだわり、手作りの石窯で焼いたパンは本当に美味しく、遠方からお客さんが来られるほどの人気のお店。

場所: 今治市吉海町本庄477
 電話: (0897)84-4016

要チェック！

カフェスペースで自家製ピザをいただくことが出来る。お昼ご飯に、ピザ(1枚1000円税込)とホットコーヒーはいかが？パリパリの薄めの生地にとろ〜りチーズ、トマトソースも手作りだそうです。

ちょっとお腹がすいたな〜♪





Shimanami Sea Route 塩で全国に知れ渡る

伯方島

言わずと知れた塩の島。伯方の塩を使ったソフトクリームや塩ラーメンが有名です。塩づくり体験では子供から年配の方まで、参加者は時間を忘れ楽しむことができると評判です。白浜のビーチやキャンプ場も多くあり、リゾートの雰囲気に満ちています。

Tanbou Point 魚常 梅が花

営業 / 11:30~22:00
 定休日 / 水曜
 TEL / 0897-74-0150
 住所 / 今治市伯方町木浦乙791-6



地元で獲れた活きのいい魚でにぎるお寿司屋さん。お造りはもちろん魚の豊富なメニューで迎えてくれます。1階座敷は全室から伯方・大島大橋を見渡せ、2階には約60名収容できる大広間があります。



Tanbou Point 土器の塩づくり体験

期間 通年
 時間 約3時間
 人数 5~50人
 金額 / 塩づくり 2,000円
 食事付き 3,000円
 体験場所 沖浦ビーチ
 体験指導者 伯方島・土器で塩づくりの会
 連絡先 山岡和孝 TEL(0897-72-1152)
 住所 / 今治市伯方町木浦甲2291

信楽焼の土で土器を作り、その土器で塩を作ります。素焼きの土器を炭火の中に置き、塩分濃度を高めたかん水を注ぐと見る見るうちに沸騰、白く結晶化していきます。近くの畑で野菜を収穫して、できた塩を使ってバーベキューをいただきます。約3時間の楽しい体験教室です。



Tanbou Point 伯方の塩ラーメンさんわ

営業 / 日~火・木~土 11:00~20:00
 水 11:00~17:00
 ランチ営業、日曜営業
 TEL / 0897-72-1211
 住所 / 今治市伯方町木浦甲1650-1

映画監督の大林宣彦氏が「海の味がする」と表現した、さんわの伯方の塩ラーメン。17種類の素材の旨味を伯方の塩で引き出したあっさりスープと特注のストレートの細麺が絶妙です。



瀬戸内を味で伝えようと開発されたラーメンです。あっさりしながらもしつかりとした瀬戸内の味をぜひ味わってください。



伯方の塩ラーメン 550円



大角豆島

伯方島東部に位置する大角豆島(ざさげしま)は、大潮の干潮時になると道ができ伯方島とつながります。かつての塩田跡の浜から延びる道は普段は海底であるため、砂洲や岩礁帯にはここでしか見られない生き物がたくさんいます。しまなみの風景としても注目を集めているスポットです。

住所 / 今治市伯方町木浦



Tanbou Point お好み焼・鉄板焼 風(ふう)

営業 / 11:00~15:00 17:00~21:00
 定休日 / 日曜
 TEL / 0897-74-0053
 住所 / 今治市伯方町叶浦甲1667-5



牛すじとこんにやくを甘辛く煮た「すじコン」入りは、うちの名物。広島風にねぎをたっぷりのせるとおいしいですよ。



イタリアンやステーキハウスなど、20年以上飲食業界に携わってきた店主澤田さんが焼いてくれるお好み焼き屋「風(ふう)」。



Tanbou Point お好み焼・たんぽぽ

営業 / 月~土の11:00~19:30
 TEL / 0897-72-1908
 住所 / 今治市伯方町有津甲2325



お薦めは地元で獲れたタコが入った「たこ入りスペシャル」。地元の人には関西風が、島外の人には広島風が人気です。



小高い丘の上にあり、大島石をふんだんに使った佇まい。女将さんがきりもりするアットホームな雰囲気のお好み焼き屋。かつお節がたっぷりのったお好み焼きは関西風と広島風があり、どれも外はカリッ、中はフワッとした食感です。



Tanbou Point Patisserie T's cafe 玉屋

営業 / 10:00~20:00 (カフェラストオーダー19:30)
 定休日 / 通常日曜日 (HPでお知らせあり)
 TEL & FAX / 0897-72-0343
 住所 / 今治市伯方町有津甲2328



玉屋では潮風と波の音に包まれながら、作りたてのケーキと香り高いコーヒーが楽しめる。パティシエが厳選した素材と季節の果物を贅沢に使ったスイーツでのんびりゆったり。極上の時間を過ごせます。



- しまなみ
- 大島
- 伯方島
- 大三島
- 上島町
- グルメ・宿泊
- マップ

歴史と現代美術が融合した

日本総鎮守と讃えられる大山祇神社周辺は全国各地からの参拝者で賑わっています。起伏にとんだ海沿いの道をゆけば国宝、グルメ、温泉、アート、絶景と多彩な表情に出会うでしょう。サイクルターミナル併設の道の駅もあってサイクリストにも人気の高い島です。

大三島

自転車こいで行こう



桜舞い散る“開山” ヒルクライムも制覇

伯方島・開山の眺望はしまなみ海道の中でも1,2を争うほど素晴らしい。多々羅大橋、大三島橋、伯方・大島大橋の三つの橋、遠くには岩城島も見え、標高は149mあります。ヒルクライムに挑戦ください！桜の季節は、最高のロケーションをお届けします。

しまなみ

大島

伯方島

大三島

上島町

グルメ・宿泊

マップ



NPOしまなみ アイランド・スピリット

田舎暮らし・島暮らしにあこがれはありませんか？

海と山に囲まれた美しい自然の中で生活してみたい方はお問い合わせください。移住希望者の方には、空き家案内をさせて頂きます。その他、無人島ツアーを行っており、無人島でBBQなどができるよう食材やBBQ用品のレンタル、様々なフィッシングスクールも企画できますのでご相談ください。

問合せ先/NPOしまなみアイランド・スピリット
TEL/080-2990-8051
受付/平日10:00~15:00
URL <http://shima-do.com>



坂道なの~!

おススメポイント!

★★★★

Patisserie T's Cafe玉屋

伯方島の目的の第一は、スイーツです！玉屋ってカフェが有津(あろうず)にあるんず…(ごめんなさい)。超おいしいスイーツをいただきます！伯方島に降りて玉屋のある有津に向かいます。大三島大橋へ行く方向と反対ですが、おいしいものがあればどこまでも！！



絶景、絶景~!

おススメポイント!

★★★★ 船折瀬戸

船折瀬戸という絶景ポイントがあります。島と島の間やまわりにはさらに小さな島が数多くあり、海峡は狭くなっているようです。そこに急流が生まれ、古くからの難所となっています。そんな動きのあるところが絶景となるんですね。



愛媛県今治市伯方町有津甲2328
TEL:0897-72-0343



Limone(リモーネ)

営業/11:00~17:00くらい
定休日/火・金曜(臨時休業あり)
※収穫やリキュール仕込みの為、不定休となることもあります。
TEL/0897-87-2131
お問合せ/e-mai limone@limone2.com
住所/今治市上浦町瀬戸2342



おススメポイント! ★★★★★
Limone(リモーネ)

愛媛県今治市上浦町瀬戸2342
TEL:0897-87-2131
無農薬柑橘から、自分達でリモンチェットが造りたい!と東京から脱サラし、大三島へトターン就農。Originalレシピを元に、愛媛西条市の酒造さんの力を得て石鎚山の名水を使用し、造られています。



有機、無農薬柑橘栽培に取り組む若いご夫婦が営むリモーネ。レモン、早生八朔、うんしゅう蜜柑、大三島ネーブルオレンジなど季節に収穫される柑橘はどれも果実本来の味と香りが味わえます。また果実をリキュールやジャム、マーメイド、100%ジュースなどに加工した個性溢れるオリジナル商品も人気です。

Tanbou Point kiki's夢ハウス(井上農園)

営業時間/10:00~17:00
期間/1月~6月
TEL/0897-87-4005
要予約(団体の場合は7日前までに)
住所/今治市上浦町甘崎379



農家民宿「しまなみの小さな家」を営む井上さんご夫妻の農園では1月2日~6月10日まであまおとめを栽培。1500㎡のハウスで種植えから収穫まで行っています。甘くてジューシーな苺は子供にも人気でイチゴ狩りは家族連れが多いです。大きなビニールハウスが目印。



Tanbou Point 農家民宿のしまなみの小さな家

定員/5名
TEL/0897-87-4005(井上貞子)
住所/今治市上浦町甘崎379

1組5人まで泊まれるアットホームな民宿。部屋からは小城島や多々羅大橋が見えます。季節限定で自家製の苺シャーベットや、朝食には苺ジュース、苺サンドが宿泊客のみに提供されます。



キキが玄関でお出迎えます。猫アレルギーの方はご遠慮ください。

Tanbou Point 大山祇神社(宝物館・海事博物館)

TEL/0897-82-0032
住所/今治市大三島宮浦3327



総鎮守と呼ばれる大山祇神社。本殿には神宝の「鏡」と「矛」が秘蔵されています。本殿、拜殿、宝篋印塔は重要文化財に指定され、隣接する宝物館には国宝を含む数多くの重要文化財を収蔵しています。



大山祇神社のそば、現代日本画の名品を集めています。加山又造の「火の島」や田淵俊夫「爛漫」、中島千波「精樹大楠」など多くの作品に出会えます。総ガラス

張りのエントランスホールにはグッズや喫茶コーナーもあり、お茶を楽しみながら鑑賞できるのが嬉しい美術館です。

Tanbou Point 大三島美術館

開館時間/9:00~17:00
休館日/毎週月曜日(祝日の場合は原則翌日振替)、年末(12/27~12/31)
入館料/大人:500円 学生:250円 団体割引(20人以上)2割引
TEL/0897-82-1234
住所/今治市大三島町宮浦9099-1



上浦町出身で現代書道の巨匠と呼ばれている村上三島氏の書道美術館です。氏を含めた現代書道家の書作品を中心に、氏が愛用していた古墨や硯なども展示。絵画を合わせると約3,800点(うち三島先生の遺作約850点)と他に類を見ない、見応えのある収蔵となっています。



Tanbou Point 村上三島記念館

開館時間/9:00~17:00
休館日/月曜
年末年始(12/29~1/2)
入館料/大人:500円
学生:250円
TEL/0897-87-4288
住所/今治市上浦町井口7505



Tanbou Point マーレ・グラッシア大三島

営業時間/入浴 10:00~21:00(20:30札止め)
レストラン 11:00~14:30 17:00~20:00
休日/水曜日及び2月の第1火・水・木
TEL/0897-82-0100
住所/今治市大三島町宮窪5902

海水、海草、海の気候などを組み合わせたタラソテラピー(海洋療法)の効果を取り入れた複合型リラクゼーション施設。海水風呂、イベント風呂、マッサージバス、露天風呂、寝湯、サウナなどがあります。レストランもあり食事も楽しめます。

Tanbou Point 伯方塩業株式会社 大三島工場

見学受付/9:00~15:30(見学は16時まで。10名以上要予約)
※工場の稼働時間9:00~15:00。休憩時間中と15:00以降、機械は停止しますが、見学は可能。
所要時間/工場約20~40分 工場と塩田約40~80分
休日/年末年始(12/28~1/7)、盆休(8/13~8/17)、地方祭、他
※土・日・祝日も見学可能ですが、定期点検などにより休業している場合があります。
TEL/0897-82-0660
住所/今治市大三島町台32



フルールド・セル(塩の花)をトッピングしたソフトクリームをぜひご賞味ください。ゆっくりと時間をかけて結晶させた大粒の塩でおいしさが違います。

昭和48年の創業以来、出来るだけ自然な方法でつくることこだわってきた「伯方塩業株式会社」。化学薬品を一切使わず、「にがり」をほどよく残すために結晶した塩を数日間じっくりと「自然乾燥」させるのが特徴です。工場見学では、会社の歩みと共に製造工程を映像や展示を交えて紹介しています。また、敷地内にかつて瀬戸内の風物詩として親しまれた流下式枝条架併用塩田を見学用施設として再現。家族や団体での見学や小学校の校外学習まで、伯方の塩について楽しく学ぶことができます。



Tanbou Point ところミュージアム

開館時間/9:00~17:00
休館日/毎週月曜日
(祝日の場合は原則翌日振替)
入館料/大人:300円 学生:150円
TEL/0897-83-0380
住所/今治市大三島町浦戸2362-3

アメリカで活躍中のノエ・カツツの「キッシング・ドア」

が入り口になっている現代彫刻の美術館。海に向かって階段を下りながら各階の作品を鑑賞していくと、最下層のフロア、多島美が一望できるテラスに到着。ここではコーヒーやスケッチブックなどの嬉しいサービスがあります。



Tanbou Point 今治市岩田健母と子のミュージアム

開館時間/9:00~17:00
休館日/月曜
入館料/大人:300円 学生:150円
TEL/0897-83-0383
住所/今治市大三島町宗方5208-2



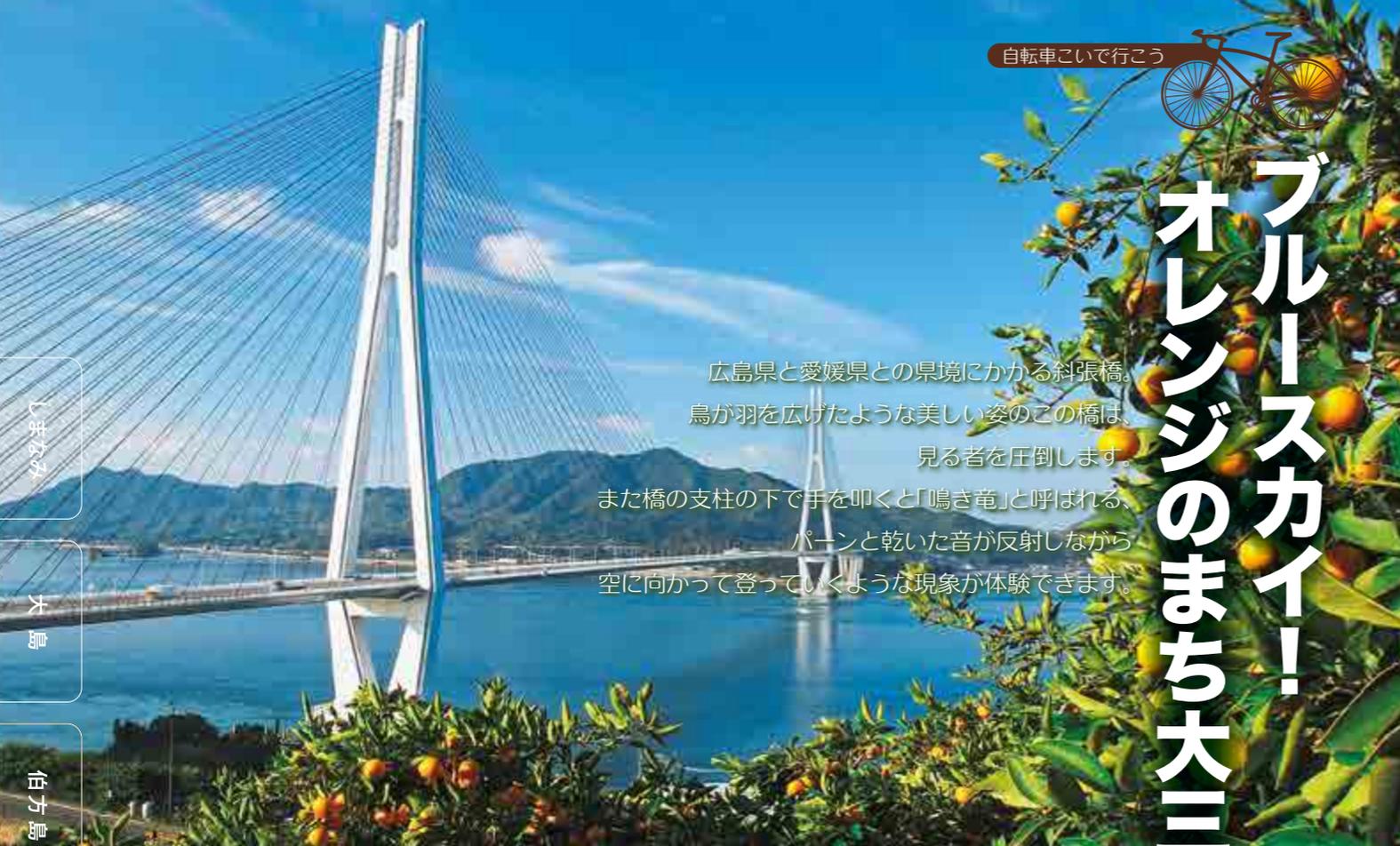
大三島ふるさと憩いの家(旧宗方小学校)の校庭に創られたミュージアム。緩やかなカーブを描いた外壁に沿ってエントランスをくぐると、広い円形の庭園に「母と子」をテーマにした岩田健の彫刻作品が44点展示されています。一つの空間にこれだけの数の作品が並ぶと圧巻です。

Tanbou Point 今治市伊東豊雄建築ミュージアム

開館時間/9:00~17:00 休館日/月曜
入館料/大人:800円 学生:400円
TEL/0897-74-7220
住所/今治市大三島町浦戸2418

建築家伊東豊雄氏の作品を展示している「スティールハット」と自邸を再現した「シルバーハット」の2棟からなるミュージアム。伊東氏が設計した図面や建築物の模型などを展示している他、シルバーハットにはワークショップスペースや図書閲覧スペースが設けられています。





自転車こいで行こう

広島県と愛媛県との県境にかかる斜張橋。鳥が羽を広げたような美しい姿のこの橋は、見る者を圧倒します。また橋の支柱の下で手を叩くと「鳴き竜」と呼ばれる、パーンと乾いた音が反射しながら空に向かって登っていくような現象が体験できます。

ブルースカイ! オレンジのまち大三島

阿奈波神社



大山祇神社の一の鳥居から御串山の方へ海沿いを歩いてゆくと、阿奈波神社が見えてきます。神社や参道から見える景色が美しく、映画「ウルヴァリン：SAMURAI」のロケ地にもなりました。



映画「ウルヴァリン：SAMURAI」ロケ地 TM&©2013 Marvel©Fox



多々羅温泉
営業時間/10:00~19:30
入浴料/大人300円 小中学生150円
休館日/火曜(祝日の場合は翌日休)
GW・盆時期・年末年始
住所/今治市上浦町井口7848-1
電話/0897-87-4100

ラドン塩化物冷鉱泉で非常に滑らかな天然温泉です。床は御影石、天井部分などはヒノキをふんだんに使用した和風建築で、天井は高く、窓が多いので明るく、開放的な作りになっています。



塔頂体験

本州四国連絡高速道路(株)
電話/0898-23-7250(代表)
(期間催事限定 *状況により中止する可能性もございます。)
*多々羅大橋(塔頂高) 海面から226m *来島海峡大橋(塔頂高)海面から184m
世界最大級の斜張橋「多々羅大橋」又は世界初の三連吊橋「来島海峡大橋」の塔頂を上り、普段見ることのない橋の主塔の中や瀬戸内の島々の景色をご案内いたします。



妻チェック! 道の駅多々羅しまなみ公園
大三島ICのすぐ前にあります。ここは多々羅大橋がきれいに見えるビュースポット。地元みかんの直売やレストランも充実しています。
場所/今治市上浦町井口9180-2
電話/0897-87-3855

くろしお

営業/11:00~21:00(LO 20:00)
定休日/不定休
TEL/0897-87-3417
住所/今治市上浦町井口3724



鮮魚店が経営する「くろしお」。活きの良さが違います。店の裏がすぐ海になっておりひらめを養殖しているの、ひらめ料理が特にお薦めです。写真はひらめコース。ひらめに合う白醤油でいただくといっそうおいしいです。白醤油は1瓶から販売もしています。



焼き肉専門店 千草

営業/17:00~21:00 (LO20:40)
定休日/月、第2日曜
TEL/0897-82-1231
住所/今治市大三島町宮浦5515



平成23年3月3日にオープンした焼肉専門店千草は、先代から受け継がれている秘伝の焼肉のタレが絶品で、おろしにんにくを入れると一層おいしいと評判の店です。厚切りタンと上ミノが店主のお薦めでビールにもご飯にもよく合います。

ファミリーレストラン よし川

営業/11:00~21:00
定休日/不定休
TEL/0897-82-0392
住所/今治市大三島町宮浦5714-15



店内に海から汲み上げた生け簀がありひらめ、サザエ、鯛、メバルなど新鮮な魚料理がいただけます。祇山神社を宮浦港方面に300mほど行ったところあり、お子様ランチやステーキなどの洋食も楽しめる島で唯一のファミリーレストラン。お店のイチ押しはジャンボエビフライ定食。お皿からはみ出るほど大きなエビフライが人気です。

お食事処 喜船

営業/11:30~15:00 17:00~21:00
定休日/不定休
TEL/0897-82-0058
住所/今治市大三島町宮浦9119-9



大山祇神社の斜め前にあり、瀬戸内海で獲れる新鮮な魚を使った料理がいただけます。写真は上にぎり。穴子丼や金飯セットの鯛めし、鯛のアラ焼きなど脂ののった地元の魚が人気メニューです。店内は入り口やトイレなどバリアフリーになっています。



大山祇神社の斜め前にあり、瀬戸内海で獲れる新鮮な魚を使った料理がいただけます。写真は上にぎり。穴子丼や金飯セットの鯛めし、鯛のアラ焼きなど脂ののった地元の魚が人気メニューです。店内は入り口やトイレなどバリアフリーになっています。

大漁食堂

営業時間:11:30~15:00 17:00~21:00
定休日:火・水曜
TEL/0897-82-1725
住所/今治市大三島町宮浦55507-1



魚が食べたくなくなったらいつでもいっしょに。鯛やハマチなど地元で獲れた新鮮な魚でおもてなしします。

観光客やサイクリストたちの間で話題を独占している「大漁食堂」です。海鮮丼をはじめ約60種類もの手作りのおかずが、ネタ・ボリュームともに大満足。夜はオーナーの女将さんを囲んで居酒屋の雰囲気になります。写真/海鮮丼

せとうち茶屋大三島 汐の季

営業/食事11:00~15:00
売店10:00~17:00
定休日/無休
TEL/0897-82-0195
住所/今治市大三島町宮浦5119-2



大山祇神社、大三島美術館から徒歩1分のところにある民芸調レストラン。名物はうるち米ともち米を混ぜ秘伝の出汁で炊き上げた鯛飯。焼いた鯛の身をセイロで蒸し上げほくして食べます。うどんやラーメンにも鯛飯を付けたセットで注文できます。写真はあざりラーメンセット(鯛めしセット)。





国宝と人情味 溢れる“大三島”



大山祇神社の門をくぐると目に留まるのが、楠の大木群。特に中央の大楠は樹齢2600年と伝えられています。国宝館には義経の甲冑、弁慶のなぎなた、鶴姫の甲冑など、歴史上の人物が奉納した武具甲冑がたくさん展示されています。

場所/今治市大三島町宮浦3327 TEL/(0897)82-0032



おみくじ大吉でした！神島まんじゅうは手作りのおまんじゅう。

柑橘類が豊富！



道の駅「御島」



海洋温泉 マーレ・グラスシア



住所/今治市大三島町宮浦5507-1
電話/0897-82-1725

おススメポイント！
★★★
大漁

土日は、いつも大行列でなかなか食べることにならないそうです。どうしてそんなに人気かというと、おいしくて安いということ。写真の海鮮丼をはじめ、鯛の兜煮、おこぜのから揚げなど、どれもボリュームたっぷりです！



島と アートミュージアム

大三島の西海岸沿い。ところミュージアムから歩いて行けるほどの近くに不思議なカタチの建物が…。これが伊東豊雄建築ミュージアム。伊東氏の作品を展示するスチールハットと、旧自宅を再現したシルバーハットの2棟で構成されるミュージアム。

伊東豊雄建築ミュージアム
今治市大三島町浦戸2418
電話/(0897)74-7220



4種の多面体が結晶のように連結した構成のこげ茶色の建物がスチールハット。エントランスホール、3つの展示室、サロン、テラスからなっている。シルバーハットは、菱形フレームからなるアーチ状の屋根を持っており、氏の図面を閲覧できる。また、屋外ワークショップスペースも設けられている。

岩田健母と子のミュージアム
今治市大三島町宗方5208-2
電話/(0897)83-0383



宗方小学校が閉校になった時の校舎が残るノスタルジックな風景の中にスタジアムのような近代的な建造物が現れる。ここは彫刻家、岩田健氏による彫刻のミュージアム。円形建物の中はまわりの円周部分以外は屋根のない展示スペースになっている。

ところミュージアム大三島
今治市大三島町浦戸2362番地3
電話/(0897)83-0380



みかん畑の中の斜面に建てられた小さな美術館。近未来的で洗練された建物なのに大三島の風景の中に不思議と溶け込んでいる。玄関からいきなりノエ・カツの作品が迎えてくれる。館内にはそのノエ・カツやマリソール、深井隆、池田宗弘、林範親、クロディーヌ・ドレ、ジャコモ・マンズーなどの作品が展示されている。美術館自体のデザインも楽しみの一つ。



要チェック!
宗方地区を下るロケーションはサイクリストに大人気！
要必見！



自転車お守り
買おう！



要チェック!
大山祇神社には、ちよつと気になったお守りがあります。ヘルメットに貼り付けるお守り。武将の兜のお守りからきているんだそうです。私もヘルメットに貼ることにしました。

道の駅「しまなみの駅御島」
場所/今治市大三島町宮浦3260
TEL/(0897)82-0002

みかん等の直売などやっています！
ご友人に郵送もOK！

マーレ・グラスシア大三島
場所/今治市大三島町宮浦5902
TEL/(0897)82-0100

海水風呂では海水に含まれるイオン・カルシウム・マグネシウムなどが吸収できますよ！露天風呂では夕日が眺められる。

Shimanami Sea Route.しまなみ海道外伝

魚島村・生名村・岩城村・弓削町。日本でも珍しい離島同士が合併して、愛媛の瀬戸内海に誕生しました。大小様々な島からなる全国でもめずらしい離島の町は豊かな大自然はもちろん、島の一つ一つに独自の文化・伝統が受け継がれている個性豊かな町です。

上島町



潮湯
営業/10:00~20:30 (受付終了は19時)
定休日/月曜
TEL/0897-74-0808
住所/越智郡上島町弓削上弓削1907-1

上弓削港のそばにある海水温浴施設「潮湯」は地下180mから汲み上げ温めたプールと、ミスト風呂など6種類のお風呂がある温浴施設です。海水、海藻、海の気候などを組み合わせたタラソセラピー(海洋療法)の考えを取り入れて自然治癒力を活性化させ、島外や県外からも観光客の多い施設となっています。

しまでcafé
営業/9:00~18:00
定休日/なし(元旦のみ休み)
TEL/0897-77-2232
住所/越智郡上島町弓削下弓削830-1



宗兵衛窯
平日/13:00~17:00
土日祝/(夏季)10:00~17:00 (冬季)13:00~17:00
定休日/不定休
TEL/090-4494-3346
住所/越智郡上島町弓削下弓削138

備前焼ギャラリー・販売・土ひねり体験教室
本場、備前で修行をした備前焼作家古川宗之輔さんの工房には、自ら制作した約3,000個の煉瓦を用いた登窯があります。本格的な薪釜で備前の土を使用しています。併設ギャラリーで作品を販売している他、予約制で「手ひねり体験」も行なっています。



FESPA(フェスバ)
TEL/0897-77-2200
住所/越智郡上島町弓削日比287

インランド・シー・リゾート・フェスバは温泉、宿泊、グルメが揃った贅沢な離島体験滞在施設。温泉は和風・洋風・露天風呂のどれも絶景を眺めながら入れますし、宿泊も瀬戸内海の美しい島々を一望できる感動のオーシャンビュー。地中海の雰囲気いっぱいのレストラン「イル・マーレ」では新鮮な瀬戸内海の幸が堪能できます。



弓削塩
時間/1時間~1時間30分
TEL/0897-72-9200
住所/越智郡上島町弓削上弓削明神53 (NPO法人弓削の荘)

弓削島周辺で採取した海水およびヒジキ・アマモを原料として、廃材・間伐材・選定枝などを燃料にして作られるお塩。塩作りの体験もできます。作ったお塩はお持ち帰りできます。



菰隠温泉
TEL/0897-75-3250
住所/越智郡上島町岩城2559

岩城島の菰隠鼻。夕陽と深山と砂浜の景勝地に「菰隠温泉ホテル」はあります。客室は全てオーシャンビュー。温泉は地下1,200メートルから汲み上げられた源泉流し秘島の湯。食事も和食、中華と選べ、その日獲れた魚介類や旬の物がふんだんに取り入れられています。その他フィットネス施設、卓球、テニスコートがあり、リゾート気分を満喫できるホテルです。



岩城島



でべそおばちゃんのお店
営業/11:00~14:00 定休日/お盆、正月
TEL/0897-75-2843
※完全予約制で、4名様以上から予約できます。
住所/越智郡上島町岩城3057



岩城島はレモンの産地。このレモンを主役に瀬戸内の海山の新鮮な食材を使った農家レストランが「でべそおばちゃんのお店」です。果実、枝、葉、花とレモンを丸ごと使った9種類の献立からなるレモン懐石が人気。豊かな香りで心身ともにリフレッシュできます。

積善山

三千本桜で有名な岩城島の積善山。頂上からの多島美の眺めも幻想的で圧巻。観光客の多いスポットです。
住所/越智郡上島町岩城



祥雲寺
TEL/0897-75-2022
住所/越智郡上島町岩城3019

祥雲寺は京都の金閣寺や銀閣寺とほぼ同時期に建立され国の重要文化財に指定されています。本堂の裏手にある舟形ウバメガシは樹齢600年。下から見上げると何本もの枝が大きく張っていて広がり30メートルと言われています。



しまなみ

大島

伯方島

大三島

上島町

グルメ・宿泊

マップ



柑橘の島と路地を巡る

広島県側の入り口にあたる生口島は、国産レモン発祥の地として知られています。また、平山郁夫美術館や耕三寺、向上寺三重塔など、歴史と文化の香り漂う見どころが多い島です。

水軍スカイラインは

すごかった！

いくつもの顔を持つ因島。
つかみどころがないのが面白い！？

はっさく・モアイに恐竜・造船…
今と昔が交錯する不思議な島をぐるり一周。

まるでSF？近未来っぽい因島大橋

因島大橋は、橋の高さとしては、来島海峡大橋に次いで高い。因島大橋、ちょっと不思議な構造なんです。これまで渡ってきたしまなみ海道に架かる橋はすべて、自動車と同じ橋の上を走るようになっていますが、この因島大橋だけは、自動車道の下に自転車歩行者専用道があるという二階建て構造！鉄骨でがっしりと囲われた中を走るので、残念ながらあまり外の景色は楽しめません。でもこの不思議な橋、雰囲気はSFっぽくてちょっと面白いです。

場所／尾道市因島大浜町大立場甲36-2



絶景！青い海と白垂の灯台(大浜崎灯台)

目の前に広がる青い海、そして因島大橋。なんて美しいのでしょう！！思わず息を呑む景色でした。どうやらここは因島八景にも選ばれている絶景ポイント。こんな素晴らしい景色が楽しめる場所なのに誰もいない！！もったいないな〜と思いつつも、この景色を独り占めできるのはかなり嬉しい(笑)



なぜかモアイ像と恐竜像？

3人仲良く並んでいます。よく見ると親子のよう？なぜここにモアイ像があるのでしょうか。因島大橋付近にはボソンと立つ白い恐竜像が！因島と何か関係が！？



海を眺めながらのサイクリングは本当に快適です！多々羅大橋から約2kmほどいくと、サンセットビーチがありました。瀬戸内のビーチは砂が白くて水が透き通っていて、夏はたくさんの海水浴客で賑わうようです。

かねよし

営業時間／〔平日〕11:30~14:00・18:00~22:00(ラストオーダー)
〔日・祝日〕11:30~14:00・18:00~21:00(ラストオーダー)

場所／尾道市瀬戸田町沢209-27
TEL／(0845)27-0405



「かねよし」さんが穴子飯のセットを。瀬戸田に来たらいつでもここで食べると思う人もいるくらいのお店みたいです！



高根橋からの景観



向上寺三重塔

瀬戸田・手造りジェラート ドルチェ

営業時間／10:00~日没まで
TEL／(0845)26-4046
場所／尾道市瀬戸田町林20-8

このジェラート食べなければしまなみ海道に来た意味がありません。やっぱり人気の伯方の塩とデコボンでしょう！ダブルでいただきます。

瀬戸田町は
走りやすい！



しまなみ

大島

伯方島

大三島

生口島・因島

グルメ・宿泊

マップ



昭和のまちが残る向島 渡船の航跡が美しい



後藤鉱泉所
場所／広島県尾道市向島町755-2
TEL／(0848)44-1768

昭和ヘタイムスリップ!?
ここは全国でも珍しい昔ながらのラムネを作ってるお店です。建物そのものも趣きがあっていいですね。楽しいおばちゃんが出て、ラムネを抜いてくれました。ラムネ飲むの初めてです…。ビー玉を瓶の中へ押し込むのが開けることなんです。製造する時は、炭酸の力でビー玉が貼り付き、密封できるんだとか？普通に飲もうとするとビー玉が詰まって飲めない。瓶の中ほどにビー玉をひっかけるところがあってそこにひっかけて飲むんだそうです。知らなかった…。いろんなレトロな飲み物があって面白いお店でした！ちなみにラムネはレモネードからきているらしい。



尾道へ渡るには旧の尾道大橋を渡ることでもできるのだけど、せまくて半端じゃない交通量があるため非常に危険です。そのため、ほとんどのサイクリストは渡船を利用しています。渡船は3航路あります。駅前渡船と尾道渡船、そして今回乗った福本渡船。なんと福本渡船は、大人60円なんです。自転車は70円…。(他の渡船は大人100円)乗船してから支払うんです。時刻表もなくて、一日中往復しているみたいです。すごく楽しい！何度も乗りたい気分…。



有限会社 住田製パン所
営業時間／6:00~19:00(無休)
場所／広島県尾道市向島24-1
TEL／(0848)44-0628

後藤鉱泉所から歩いて2、3分の距離にある老舗のパン屋さん。素朴でどこか懐かしい味のするパンは、島民だけでなくサイクリストをはじめとした観光客にも人気です。いろんな種類のパンがありますが、一番のおすすめはネジパンとあんぱん！サイクリングのお供にもピッタリです。



石畳と坂のまちに 暮らしを感じる



昔ながらの赴きが残る、新しいものとのバランスのとれたまち尾道。このままであってほしい…



千光寺境内からは尾道の市街地と尾道水道、向島等が一望でき、ここから撮られた写真が観光案内などに使われているのをよく目にします。



名物の尾道ラーメンのガイドブックに載っているような有名店はどこも長蛇の列。

ロープウェイで登って、帰りは歩いて降りることにしました。尾道にはすごくたくさんのお寺があって、それぞれ特徴があります。写真に見えている三重の塔は天寧寺。全部で20余りのお寺があると聞きました。古寺めぐりマップもあって、寺をめぐるとはほぼ尾道の山手の町を歩くことができます。次回は、ゆっくり一日がかりで尾道を散策しようと思います。下る道は、招き猫の道、「猫の細道」って呼ばれているんです。いろんなところに福石猫が…。北川景子さんのコマーシャルで見たのと全く同じです。画家の園山春二さんが招き猫美術館をはじめからこの界隈が、面白い通りになったのだそうです。丁度ロープウェイ乗り場まで降りていけます。

茶房こもん
営業時間／9:00~19:00
定休日／火曜
場所／尾道市長江1丁目2-2
TEL／(0848)37-2905

「茶房こもん」の開店は1977年、当時は珍しいワッフルの専門店。テイクアウトもOK!

千光寺に行ってみよ!
尾道市街から見える高い山が標高144.2mの千光寺山です。この山の山頂から中腹にかけて千光寺公園が広がっています。ロープウェイもあります。

場所／尾道市東土堂町15-1
TEL／(0848)23-2310



アイスもなかで有名な「からさわ」発見!!尾道に来たからには外せない私の好物です。

からさわ
営業時間／10:00~19:00
(1月~2月)10:00~18:00
定休日／火曜(祝・祭日の場合は翌日)
(12月~2月は火曜・第2水曜日)
場所／尾道市土堂1-15-19
TEL／(0848)23-6804



しまなみ

大島

向島

尾道

グルメ・宿泊

マップ

宿泊施設



| 大島(吉海地区) | | | | |
|----------|------------|------------|--------------|---------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | 名駒 | 吉海町名駒155-3 | 0897-84-4172 | 13室 68名 |
| 民宿 | 千年松 | 吉海町名駒25 | 0897-84-4192 | 15室 55名 |
| 民宿 | さだめ | 吉海町仁江99 | 0897-84-2656 | 6室 28名 |
| 民宿 | ふなやど | 吉海町南浦825 | 0897-84-3456 | 5室 25名 |
| 旅館 | 瀬戸内荘 | 吉海町八幡20 | 0897-84-2600 | 8室 30名 |
| ペンション | ペンションみなみうら | 吉海町南浦830-3 | 0897-84-4621 | 4室 12名 |

| 大島(宮窪地区) | | | | |
|----------|------------|-------------|--------------|---------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | 民宿魚芳 | 宮窪町宮窪2828 | 0897-86-2092 | 6室 20名 |
| 民宿 | 民宿勝乃 | 宮窪町宮窪2829 | 0897-86-2073 | 7室 16名 |
| 民宿 | 民宿かぶらぎ | 宮窪町宮窪2872-4 | 0897-86-2286 | 15室 50名 |
| 民宿 | 民宿とも | 宮窪町友浦891 | 0897-86-3234 | 5室 20名 |
| 民宿 | 民宿のんびりや | 宮窪町友浦85-1 | 0897-86-3887 | 4室 17名 |
| 民宿 | 水軍の里 千和 | 宮窪町宮窪6111 | 0897-86-2257 | 3室 10名 |
| 民宿 | ホテル なぎさ | 宮窪町宮窪2771 | 0897-86-2011 | 9室 35名 |
| 市営宿泊所 | みやくぼ石文化交流館 | 宮窪町宮窪3543 | 0897-74-1054 | 8室 44名 |

| 伯方島 | | | | |
|-----|--------|--------------|--------------|---------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | うずしお | 伯方町有津甲1563-5 | 0897-72-2700 | 14室 52名 |
| 民宿 | 寿荘 | 伯方町叶浦甲741 | 0897-72-2641 | 7室 15名 |
| 旅館 | サラサヤ旅館 | 伯方町木浦甲3430-1 | 0897-72-0006 | 12室 50名 |
| 旅館 | 光藤旅館 | 伯方町有津甲2310-2 | 0897-72-0536 | 7室 20名 |
| 旅館 | せと | 伯方町有津甲1853 | 0897-72-0946 | 5室 20名 |
| 旅館 | しまなみ旅館 | 伯方町伊方甲1817-4 | 0897-73-1938 | 9室 34名 |
| 旅館 | 松崎旅館 | 伯方町北浦甲2065 | 0897-73-0248 | 6室 10名 |

| 大三島(上浦地区) | | | | |
|-----------|-------------|-----------|--------------|----------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | 民宿珈里葡(カリブ) | 上浦町井口5732 | 0897-87-2874 | 8室 25名 |
| 民宿 | なぎさ | 上浦町井口5600 | 0897-87-3513 | 12室 40名 |
| 旅館 | 富士見園 | 上浦町井口5733 | 0897-87-2025 | 14室 70名 |
| 公共 | しまなみふれあい交流館 | 上浦町盛2163 | 0897-87-2233 | 10室 120名 |

| 大三島(大三島地区) | | | | |
|------------|------------|--------------|--------------|------------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | 紺玉 | 大三島町宮浦5388 | 0897-82-0111 | 8室 25名 |
| 民宿 | 湖畔 | 大三島町宮浦5828-2 | 0897-82-0871 | 7室 20名 |
| 旅館 | さわき | 大三島町宮浦5460 | 0897-82-0153 | 15室 70名 |
| 旅館 | 茶梅 | 大三島町宮浦5467 | 0897-82-0008 | 10室 40名 |
| 旅館 | ときわ旅館 | 大三島町宮浦5632 | 0897-82-0018 | 7室 25名 |
| 旅館 | わたなへ旅館 | 大三島町浦戸1156 | 0897-83-0034 | 6室 30名 |
| 公共 | 大三島ふるさと憩の家 | 大三島町宗方5208-1 | 0897-83-1111 | 15室 80名 |
| 公共 | 大三島少年自然の家 | 大三島町肥海4762-1 | 0897-82-0311 | 9棟36室 272名 |

| 関前 | | | | |
|----|------------------|-----------|--------------|--------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | B&Bコテージ SEA・GULL | 関前岡村甲907 | 0897-88-2117 | 3室 8名 |
| 民宿 | 民宿上村 | 関前天下 | 0897-88-2651 | 4室 9名 |
| 公共 | 今治市関前農村 交流技術研修施設 | 関前岡村甲1056 | 0897-88-2111 | 4室 26名 |

| 上島町(弓削地区) | | | | |
|-----------|--------------------|----------|--------------|---------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | はるみ | 弓削上弓削418 | 0897-77-2340 | 3室 10名 |
| ホテル | インランド・シー・リゾート フェスバ | 弓削日比287 | 0897-77-2200 | 17室 70名 |
| 公共 | 豊島 コミュニティセンター | 弓削豊島46 | 0897-77-2199 | 12室 40名 |

| 上島町(岩城地区) | | | | |
|-----------|----------|--------|--------------|----------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | 活魚民宿よし正 | 岩城1540 | 0897-75-2267 | 11室 30名 |
| 旅館 | 亀井旅館 | 岩城1523 | 0897-75-2006 | 5室 24名 |
| ホテル | 三洋倶楽部・菰隠 | 岩城2559 | 0897-75-3250 | 34室 100名 |

| 上島町(生名地区) | | | | |
|-----------|-----------|--------|--------------|---------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 民宿 | 民宿みゆき | 生名1890 | 0897-76-3178 | 3室 20名 |
| 公共 | 宿泊研修施設蛙石荘 | 生名4576 | 0897-74-0909 | 10室 50名 |

| 上島町(魚島地区) | | | | |
|-----------|----------|------------|--------------|--------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 公共 | 魚島観光センター | 魚島1-1362-1 | 0897-78-0020 | 3室 12名 |

| 生口島 | | | | |
|-------|-----------------|--------------|--------------|---------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 旅館 | 住之江旅館 | 瀬戸田町瀬戸田264-3 | 0845-27-2155 | 15室 70名 |
| 旅館 | つつ井旅館 | 瀬戸田町瀬戸田216 | 0845-27-2221 | 18室 80名 |
| 民宿 | さざなみ旅館 | 瀬戸田町瀬戸田181-5 | 0845-27-3373 | 7室 20名 |
| 民宿 | 一休 | 瀬戸田町中野408-39 | 0845-27-1019 | 7室 25名 |
| 民宿 | 皇船荘 | 瀬戸田町沢232-88 | 0845-27-0406 | 12室 30名 |
| 民宿 | さくら | 瀬戸田町沢232-10 | 0845-27-1433 | 15室 40名 |
| 民宿 | ひよし旅館 | 瀬戸田町鹿田原83 | 0845-27-2181 | 9室 20名 |
| ペンション | ペンション ジューシーフルーツ | 瀬戸田町福田10-1 | 0845-27-3959 | 9室 35名 |

| 因島 | | | | |
|-------|----------------|-------------|--------------|----------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| ホテル | ナティーク城山 | 因島土生町2254-6 | 0845-26-0046 | 13室 25名 |
| ホテル | ホテルみやじま | 因島土生町2562-1 | 0845-22-1450 | 52室 109名 |
| 旅館 | 銀翠旅館 | 因島土生町2218-4 | 0845-22-0318 | 5室 10名 |
| 旅館 | 土井旅館 | 因島土生町1893-3 | 0845-22-0333 | 11室 20名 |
| 旅館 | 見高荘 | 因島田熊町2491-6 | 0845-22-5112 | 8室 20名 |
| 旅館 | むさしの旅館 | 因島土生町2332-7 | 0845-22-0699 | 4室 9名 |
| 民宿 | 海幸荘 | 因島大浜町471 | 0845-24-1757 | 6室 20名 |
| 民宿 | 玉屋 | 因島重井町2658-8 | 0845-25-0638 | 9室 20名 |
| 民宿 | 満寿美荘 | 因島田熊町4479-2 | 0845-22-2821 | 25室 48名 |
| 民宿 | ふかうら | 因島重井町351 | 0845-25-0657 | 8室 20名 |
| 民宿 | 布刈 | 因島大浜町1964 | 0845-24-0616 | 4室 18名 |
| ホテル | ホテルいんのしま | 因島土生町288 | 0845-22-4661 | 25室 62名 |
| ペンション | いんのしまペンション白滝山荘 | 因島重井町1233 | 0845-25-0068 | 4室 13名 |

| 向島 | | | | |
|-----|-------|-------------|--------------|---------|
| 種別 | 施設名 | 住所 | 電話番号 | 定員 |
| 旅館 | 河野温泉 | 向島町843-6 | 0848-44-1242 | 18室 50名 |
| 民宿 | B&B潮風 | 向島町16058-44 | 0848-44-0691 | 3室 7名 |
| 貸別荘 | 安部旅館 | 向島町82-3 | 0848-23-6633 | 2棟 10名 |

レンタサイクルのご利用について

レンタサイクルの料金

- 貸出料金
 - 大人(中学生以上) 1日500円
 - 子供(小学生以下) 1日300円
 - 電動アシスト自転車(大人用のみ) 4時間以内800円
 - タンデム自転車 1日500円
- 保証料 1,000円
- ※貸出ターミナルもしくはそのターミナルと同じ島にあるターミナルに自転車を返却した場合、保証料は返却されますが、それ以外のターミナルへ返却(乗捨て)した場合は返却されません。
- ※電動アシスト自転車・タンデム自転車は乗捨てできません。また、配置のないターミナルもあります。

サイクリング

レンタサイクルターミナルのご案内

| 営業時間 | ターミナル名 | 住所 | 連絡先 | 営業時間 | |
|------|--------|----------------------------------|------------------|--------------|-------------------------------------|
| 広島県 | 尾道 | ① 尾道港(駅前港湾駐車場) | 尾道市東御所町地先 | 0848-22-5332 | 7:00~18:00 |
| | | ② 尾道市民センターむかいしま | 尾道市向島町5531-1 | 0848-44-0112 | 8:30~19:00 |
| | | ③ 尾道市マリノ・ユース・センター | 尾道市向島町立花3035-3 | 0848-44-6707 | 8:30~19:00 ※年末年始は休み |
| | 因島 | ④ 重井西港 | 尾道市因島重井町6694 | 0845-25-0548 | 8:30~18:00 ※年末年始は休み |
| | | ⑤ 土生港(尾道市中央駐車場) | 尾道市因島土生町1899-31 | 0845-22-3362 | 8:30~19:00 |
| | 生口島 | ⑥ 因島市民会館 | 尾道市因島土生町88-1 | 0845-22-6565 | 8:30~17:15 |
| | | ⑦ 瀬戸田町観光案内所 | 尾道市瀬戸田町沢200-5 | 0845-27-0051 | 9:00~17:00 ※年末は休み |
| | | ⑧ 尾道市瀬戸田サンセットビーチ | 尾道市瀬戸田町垂水1506-15 | 0845-27-1100 | 9:00~17:00 ※年末年始は休み |
| 愛媛県 | 大三島 | ⑨ 上浦レンタサイクルターミナル(道の駅「多々羅しまなみ公園」) | 今治市上浦町井口9180-2 | 0897-87-3855 | 9:00~17:00 |
| | | ⑩ 大三島レンタサイクルターミナル(道の駅「しまなみの駅御島」) | 今治市大三島町宮浦3260 | 0897-82-0002 | 8:30~17:00 |
| | 伯方島 | ⑪ 伯方レンタサイクルターミナル(道の駅「伯方S・Cパーク」) | 今治市伯方町叶浦甲1668-1 | 0897-72-0018 | 9:00~17:00 |
| | 大島 | ⑫ 宮窪レンタサイクルターミナル(宮窪観光案内所) | 今治市宮窪町宮窪2822-9 | 0897-74-1074 | 9:00~17:00 |
| | | ⑬ 吉海レンタサイクルターミナル(道の駅「よしうみいきいき館」) | 今治市吉海町名4520-2 | 0897-84-3233 | 9:00~17:00 |
| | 今治 | ⑭ 中央レンタサイクルターミナル(サンライズ糸山) | 今治市砂場2-8-1 | 0898-41-3196 | 4~9月 8:00~20:00 10~3月 8:00~17:00 |
| | | ⑮ JR今治駅臨時レンタサイクルターミナル | 今治市中日吉町1-6-23 | 0898-34-1200 | 8:30~17:00 |

※レンタサイクルターミナルは、場所や営業時間などが変更する場合がありますのでご利用の際はあらかじめご確認ください。

レンタサイクルの予約受付

- 広島県
 - (一社)尾道観光協会 TEL.0848-37-9736 営業時間 8:30~17:00
- 愛媛県
 - 今治市中央レンタサイクルターミナル(サンライズ糸山) TEL.0898-41-3196
 - 営業時間/8:00~20:00(4~9月) 8:00~17:00(10~3月)



しまなみ海道サイクリングチケットのご案内

- 販売価格 500円(50円券10枚綴り)
- 販売場所 尾道駅前港湾駐車場 尾道駅観光案内所 多々羅しまなみ公園 サンライズ糸山
- 対象車種 軽車両等(自転車、原動機付自転車等)



- チケット通用区間と通行料金
 - 因島大橋(50円)、生口橋(50円)、多々羅大橋(100円)、大三島橋(50円)、伯方・大島大橋(50円)、来島海峡大橋(200円)
 - ※料金所では、通行料金相当額の枚数のチケットを料金箱にお入れください。

- お問い合わせ
 - 本州四国連絡高速道路(株)しまなみ尾道管理センター TEL.0848-44-3700
 - URL <http://www.jb-honshi.co.jp/>

今治~尾道 路線バス乗り継ぎのご案内



- 問い合わせ先
 - 瀬戸内しまなみリーディング 0898-25-4873
 - せとうちバス 0898-23-3881
 - 中国バス 084-953-5391
 - 鞆鉄バス 084-952-3700
 - 本四バス開発 0848-25-5571
 - おのみちバス 0848-46-4301
 - 因の島バス 0845-22-2171

乗り継ぎ乗車券/大人片道 2,200円 乗車券販売所 尾道側/新尾道駅・尾道駅前 今治側/今治棧橋・今治駅前

※天災、交通渋滞、道路閉鎖等により、バスが予定時刻に発車または到着出来ない場合がありますので、ご了承ください。

しまなみ

大島

伯方島

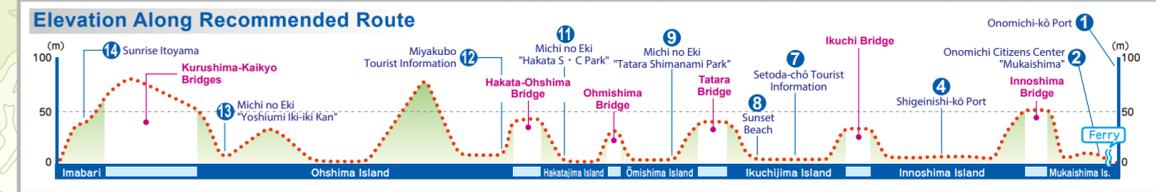
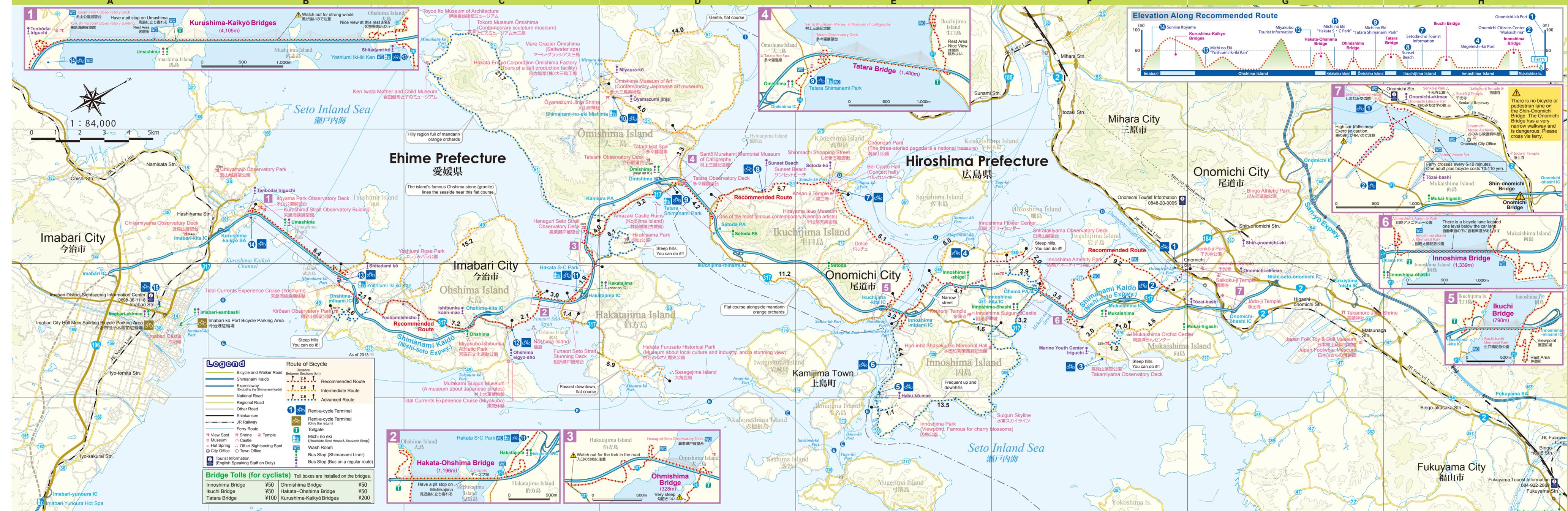
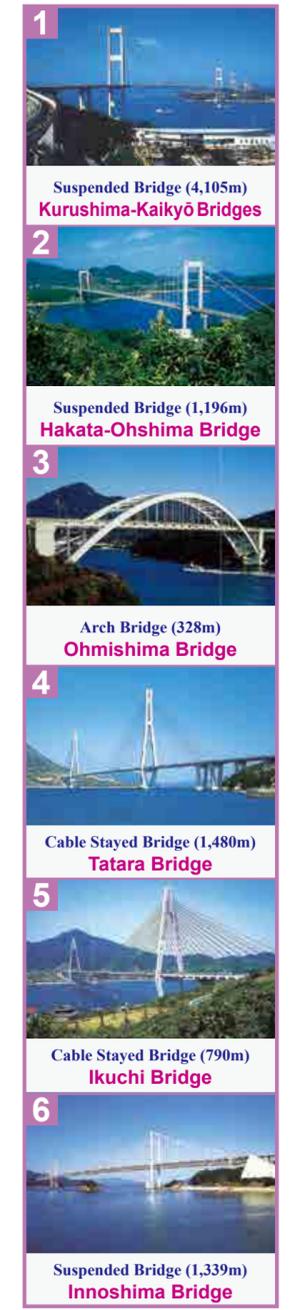
大三島

上島町

グルメ・宿泊

マップ





7 Onomichi City 尾道市

High car traffic area. Exercise caution. 車の通行が多いので注意

Ferry crosses every 5-10 minutes. One adult plus bicycle costs 70-110 yen.

There is no bicycle or pedestrian lane on the Shin-Onomichi Bridge. The Onomichi Bridge has a very narrow walkway and is dangerous. Please cross via ferry.

6 Innoshima Island 因島

There is a bicycle lane located one level below the car lane. 自転車道の下の自転車道があります

5 Ikuchijima Island 生口島

Very steep 非常にきつい

Legend

| | | | |
|--|--|--|---|
| | Bicycle and Walker Road | | Recommended Route |
| | Shimanami Kaido | | Intermediate Route |
| | Expressway (Excluding the Shimanami-kaido) | | Advanced Route |
| | National Road | | Rent-a-cycle Terminal |
| | Regional Road | | Rent-a-cycle Terminal (Only the return) |
| | Other Road | | Tollgate |
| | Shinkansen | | Michi no eki |
| | JR Railway | | Museum |
| | Ferry Route | | Castle |
| | View Spot | | Hot Spring |
| | Shrine | | Other Sightseeing Spot |
| | Temple | | City Office |
| | Tollgate | | Town Office |
| | Wash Room | | Tourist Information |
| | Bus Stop (Shimanami Liner) | | English Speaking Staff on Duty |
| | Bus Stop (Bus on a regular route) | | |

Bridge Tolls (for cyclists) Toll boxes are installed on the bridges.

| | | | |
|------------------|------|--------------------------|------|
| Innoshima Bridge | ¥50 | Ohmishima Bridge | ¥50 |
| Ikuchi Bridge | ¥50 | Hakata-Ohshima Bridge | ¥50 |
| Tataru Bridge | ¥100 | Kurushima-Kaikyo Bridges | ¥200 |

JR Onomichi Station ↔ Mukaishima Orchid Center



The Onomichi-suido Channel is a symbol of this port town. Cross the channel by ferry and see some beautiful orchids at the Mukaishima Orchid Center and admire the beautiful view of the Seto Inland Sea from the top of Mt. Takamiyama National Park, 283m above sea level. Cross the white suspension bridge to get to Innoshima.

Onomichi Station (F-3)
A hub for JR trains, highway buses, and ferries. Also has a tourist information desk (English speaking staff on duty). Local shops and temples are just a step away.

Onomichi Ferry Boat (G-3)
This ferry connects Onomichi and Mukaishima in just four minutes. It crosses the narrow, river-like Onomichi-suido Channel in what is said to be the shortest ferry ride in the world.

Mukaishima Orchid Center (F-3)
Mukaishima's warm climate is ideal for growing delicate orchids. The restaurant makes good home-style Japanese curry.

Takamiyama Observatory Deck (F-3)
The observatory deck offers views on all four sides, where visitors can look out over the island-dotted Seto Inland Sea to the Shikoku Mountains.

Innoshima Amenity Park ↔ Innoshima Suigun-jō Castle ↔ Hon-inbō Shūsaku Go Memorial Hall



The Suigun Skyline is the site of a steep cycling course for advanced riders. Innoshima is full of fascinating history, including Japan's only suigun (pirate) castle, and the former home of legendary Go master Hon-inbō Shūsaku.

Innoshima Amenity Park (F-3)
The Innoshima Amenity Pool features waterslides, and is good for a full day of fun. Shimanami Beach is located nearby.

Innoshima Suigun-jō Castle (E-3)
The weapons and armor used by the Murakami Suigun pirates are displayed here. The Murakami Suigun was active all around the Seto Inland Sea during 15-16th centuries. Step back to that time with a castle visit.

Hon-inbō Shūsaku Go Memorial Hall (E-3)
This 600m-long shopping arcade stretches from Setoda-kō Port to the Kōsan-ji Temple Museum. Enjoy the old-fashioned atmosphere while having a meal or shopping for souvenirs.

Innoshima Park (E-4)
View the countless islands that dot the Seto Inland Sea. Inside the park is a 5m tall statue of Kōkai, a promenade, and a viewing platform.

Ikuchi bashi Memorial Park ↔ Dolce ↔ Kōsan-ji Temple Museum



The Ikuchimi leg of the cycling course is relatively flat, and features the most well-known bridge of the Shimanami Kaiō, Tataru Bridge. The island features citrus groves, and historical and cultural attractions.

Dolce (E-2)
10:00-Sunset | From ¥300 | None
Citrus fruits grown in Setoda are harvested from November to April and made into delicious gelato.

Kōsan-ji Temple Museum (E-2)
9:00-17:00 | ¥1,200 | None
Replicas of well-known Buddhist architectural structures from the 6th century to the 19th century are replicated here. The site also features Miraishin no Oka, a garden made of white marble.

Shiomachi Shopping Street (E-2)
This 600m-long shopping arcade stretches from Setoda-kō Port to the Kōsan-ji Temple Museum. Enjoy the old-fashioned atmosphere while having a meal or shopping for souvenirs.

Sunset Beach (D-2)
800m of white sandy beach and a seaside sports park. The beach features facilities for swimmers and a restaurant. Stay around for the gorgeous red sky at sunset.



Rental Fee

| Type | Period | Fee | Deposit |
|--------------------------------------|------------------|------|---------|
| Adult | One day | ¥500 | ¥1,000 |
| Child (Elementary Student and under) | One day | ¥300 | |
| Tandem Bicycle | One day | ¥500 | |
| Electric Assist Bicycle | Up to four hours | ¥800 | |

Both a fee and a deposit are required. The deposit will be returned if the bicycle is returned to the same terminal or the same island terminal you rent a bicycle, but it will be retained if the bicycle is returned at a terminal on another island. Electric assist bicycles and tandem bicycle must be returned to the terminal they are borrowed from.

Bicycle Renting Advice

- Try to choose a bicycle that suits your physique and riding style.
- Helmetts are available at no extra charge.
- All the bicycles have flat pedals. There are no clip-style pedals.
- The user application you receive when renting the bicycle will be needed when returning it, and in the event the bicycle breaks.

Returning a bicycle

- Please return your bicycle to a terminal during its business hours, and give your user application form to the staff.
- If you are going to be later than your projected return time, please contact the terminal where you plan to return the bicycle and follow the instructions of the staff.
- Please contact the terminal where you plan to return the bicycle if you need to alter your return schedule. Postponed returns will be charged an additional fee, but early returns are not eligible for a discount.

Road Signs for Cyclists

All along the recommended cycling courses (Marked by dotted lines on the reverse map) are these designated signs indicating the location of the cycling route.



Blue Line

The line of blue colour on the road for cyclists which indicates the shortest and safest route from Imabari to Onomichi.

Michi no Eki

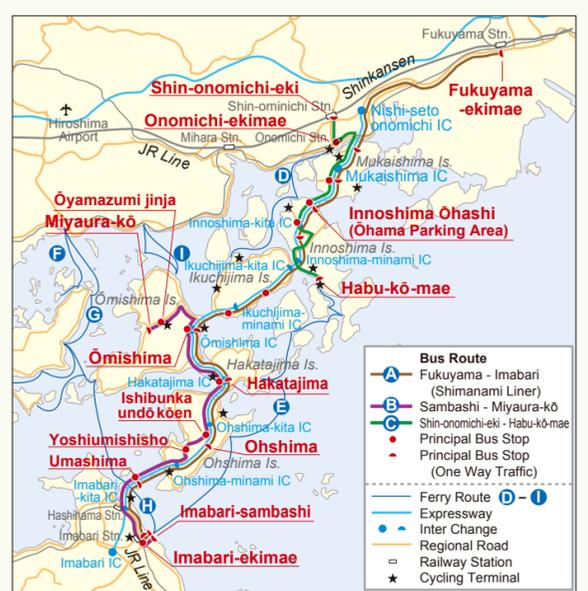
These road stations are highway rest areas, as well as places to buy local produce and other regional specialties. Many offer light meals as well.

By using buses and ferries, it's possible to leave your bicycle at the nearest rent-a-cycle terminal and take public transport back to your starting point. Ferries allow bicycles on board as well. Check the map on the reverse for locations of bus stops and ferry landings.

As of 2013.8

| Approximate Schedule | Approximate Rates |
|--|-------------------|
| A Once per hour | ¥300-2,400 |
| B Once per hour | ¥130-1,180 |
| C Once or twice per hour | ¥140-1,060 |
| D Once or twice every two hours | ¥50-800 (150) |
| E Nine per day (of which two don't allow bicycles) | ¥140-1,700 (550) |
| F Twice per hour | ¥60-340 (130) |
| G Six per day | ¥150-1,350 |
| H Five or six per day | ¥250-930 (240) |
| I Ten per day | ¥300-350 (120) |

- (): additional fee for bringing a bicycle on board
- To get from Onomichi to Imabari, it's necessary to transfer buses at the In-noshima Ōhashi Bus Stop (the Ōhama Parking Area)



ゆるキャラグランプリ2012 グランプリ受賞
今治地方観光協会公認観光大使

Information

公益社団法人今治地方観光協会 Tel.0898-22-0909
愛媛県今治市片原町一丁目2番地 Fax.0898-22-0929

今治地方観光情報センター Tel.0898-36-1118
今治市観光課 Tel.0898-36-1541



おいでや!今治 公式ホームページ
http://www.oideya.gr.jp/

しまなみ海道情報
http://www.go-shimanami.jp/



Sunrise Itoyama ↔ Yoshiumi Rose Park



After experiencing three glorious suspension bridges, take a break at the Yoshiumi Rose Park. There is the home of the Murakami Suigun after cycling about for 2km. Tide Current Experience Cruise (Yoshiumi) leave to play in the strong tidal current from a dock directly outside the museum.

Yoshiumi Iki-iki Kan (B-3)
9:00-17:00 | None
Fresh seafood from the Kurushima Kaikyō Channel is for sale, as well as locally prepared specialties and produce. There's also a restaurant using local ingredients. Try the popular seafood barbecue!

Yoshiumi Rose Park (C-3)
Free | Free | None
Roses bloom from mid-May to the end of December. The roses are at their peak from mid-May to early June, and again from mid-October to early November.

Murakami Suigun Museum (C-3)
9:00-17:00 | Mon (open Mondays and closed the entry by 16:30) | Following day when Monday is a holiday | ¥300
The Murakami Suigun pirates were active in the 15-16th centuries, controlling traffic and trade on the Seto Inland Sea. Visitors can try on kimono and armor for free.

Tidal Current Experience Cruise (Yoshiumi) (C-3)
9:00-16:00 | ¥1,000
Same as above Murakami Suigun Museum
A strong tidal current surrounds Noshima, site of one of the ancient Murakami Suigun pirate castles. The tidal current reaches speeds of up to 10 knots, and the ocean flows as if it were a river.

Miyakubo Tourist Information ↔ Funaori Seto Strait Stunning Deck



Cross over the Hakata-Ōshima bridge to Hakatajima while looking down on the Noshima castle remains. Stop to watch the rapid tidal current of the Funaori Seto Strait before moving on to Sasagejima. Enjoy an iconic view of Imabari City along the way. Stop at the Hakata S-C Park for some of their famous salty soft serve ice cream.

Noshima Island (C-3)
See the castle remains of the Noshima branch of the Murakami Suigun as you pass by in the Tidal Current Experience Cruise (Miyakubo).

Funaori Seto Strait Stunning Deck (C-3)
9:00-17:00 | None
The river-like current in the Funaori Seto Strait is so strong that it breaks boats, hence the "funaori" name, which means "break a boat". There's a campsite nearby.

Sasagejima Island (D-3)
During spring low tide, a path to the island appears, which can be traversed on foot.

Hakata Salt Soft Ice Cream (C-3) (Hakata S-C Park)
9:00-17:00 | None | ¥250
Some people come all the way to Hakatajima just to sample this treat: soft ice cream made with Hakata salt.

Michi no Eki "Hakata S-C Park" ↔ Michi no Eki "Tatara Shimanami Park"



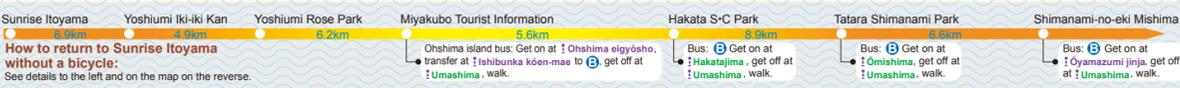
From Hakatajima to Ōmishima. Pass the site of Japan's oldest pirate's castle on Kōjōjima island, and go to the Michi no Eki "Tatara Shimanami Park" at the foot of the Tataru Bridge and see a beautiful view. After a brief stop at the Santō MURAKAMI Memorial Museum of Calligraphy, travel up the gentle slope to Ōyamazumi-jinja shrine. The national treasures on display at the treasure museum offer a spiritual respite.

Amazaki Castle Ruins(Kōjōjima Island) (D-2)
A castle was said to built on this island approximately 1300 years ago. Remains of stone walls and holes for pier pilings become visible during low tide.

Tatara Shimanami Park (D-2)
9:00-17:00 | None
The Tatara Shimanami Park features a center selling local specialty products, a popular seafood restaurant, and a farmer's market with the beautiful sea view.

Santō Murakami Memorial Museum of Calligraphy (D-2)
9:00-17:00 | ¥500 | Mon(with exceptions)
The works of Ōmishima calligraphy artist Santō Murakami are on display at this museum. Visitors can also view Murakami's collection of important calligraphy works and precious related materials.

Ōyamazumi-jinja Shrine Treasure Museum (D-1)
8:30-17:00 | ¥1,000 | None
This shrine, surrounded by a camphor tree grove, has long been a home to the god of the sea and the samurai. The treasure hall contains the largest collection of samurai armor in the country, including many designated important cultural properties.



Rent-a-cycle Terminal Information

| Location | No. | Terminal Name | Operating Hours | Telephone |
|-------------------|-----|--|--|--------------|
| Onomichi | 1 | Onomichi-kō Port (Ekimae-kōwan Car Park) | 7:00 - 18:00 | 0848-22-5332 |
| | 2 | Onomichi Citizens Center "Mukaishima" | 8:30 - 19:00 | 0848-44-0112 |
| | 3 | Onomichi City Marine Youth Center | 8:30 - 19:00 | 0848-44-6707 |
| Innoshima Island | 4 | Shigeinishi-kō Port | 8:30 - 18:00 | 0845-25-0548 |
| | 5 | Habu-kō Port (Municipal Management Central Car Park) | 8:30 - 19:00 | 0845-22-3362 |
| Ikuchijima Island | 6 | Innoshima Civic Center | 8:30 - 17:15 | 0845-22-6565 |
| | 7 | Setoda-chō Tourist Information | 9:00 - 17:00 | 0845-27-0051 |
| Ōmishima Island | 8 | Sunset Beach | 9:00 - 17:00 | 0845-27-1100 |
| | 9 | Michi no Eki "Tatara Shimanami Park" | 9:00 - 17:00 | 0897-87-3855 |
| Hakatajima Is. | 10 | Michi no Eki "Shimanami-no-eki Mishima" | 8:30 - 17:00 | 0897-82-0002 |
| | 11 | Michi no Eki "Hakata S-C Park" | 9:00 - 17:00 | 0897-72-0018 |
| Ōhshima Island | 12 | Miyakubo Tourist Information | 9:00 - 17:00 | 0897-74-1074 |
| | 13 | Michi no Eki "Yoshiumi Iki-iki Kan" | 9:00 - 17:00 | 0897-84-3233 |
| Imabari | 14 | Sunrise Itoyama | (Apr-Sep) 8:00 - 20:00 (Oct-Mar) 8:00 - 17:00 | 0898-41-3196 |
| | 15 | JR Imabari Station | 8:30 - 17:00 | 0898-34-1200 |

For people planning on completing the 70km circuit, the Cycling Ticket (CT) prepaid card is convenient, and also acts as a souvenir of the journey. (500 yen)

Visit Japan Campaign Information Network Offices

- Tourist Information Center (TIC)** Never Closed Day
Shin-tokyo Building 1F (Keiyō Line Tokyo Station, Exit 6) ☎ 03-3201-3331
Narita Airport Terminal No.1 ☎ 0476-30-3383
Narita Airport Terminal No.2 ☎ 0476-34-5877
Central Japan International Airport, Access Plaza 2F
Kansai Airport Station Building 3F
- Hiroshima City Tourist Information Center**
E-mail: kankou@hiroshima-navi.or.jp http://www.hiroshima-navi.or.jp
1. Rest House in Peace Memorial Park ☎ 082-247-6738
2. Main entrance (South exit) of JR Hiroshima Station, 1st floor ☎ 082-261-1877
3. Shinkansen entrance (North exit) of JR Hiroshima Station, 2nd floor ☎ 082-261-1877
- Fukuyama Tourist Information**
In JR Fukuyama Station ☎ 084-922-2869
- Dogo Information**
Next to Dogo-onsen Station & Automation Clock ☎ 089-943-8342
- Ehime Prefectural International Center (EPIC)**
Get off at Minamimachi (Kenmin bunka Kaikan) ☎ 089-917-5678
E-mail: haiku575@lib.e-catv.ne.jp http://www.epic.or.jp/english/index.html
- Onomichi Station Tourist Information**
In JR Onomichi Station ☎ 0848-20-0005
- Imabari District Sightseeing Information**
In JR Imabari Station ☎ 0898-36-1118