

伊勢志摩観光ガイドブック



ISE-SHIMA TOURISM GUIDE BOOK

# 伊勢志摩

日本人の心のふるさと

# 伊勢神宮

古くから「お伊勢さん」と親しまれている伊勢神宮。ゆたかな緑に包まれた、すがすがしい参道を歩けば、神域の自然の美しさ、あふれる生命力が心にうるおいを与えてくれます。いつの時代も変わらない姿で、わたしたちを迎えてくれる。日本人の心のふるさとを訪れてみませんか。



宇治橋の鳥居 写真提供:神宮司庁

## 外宮

産業と衣食住の神様、豊受大御神を祀る御正宮を中心とした、約89ヘクタールの宮域はゆたかな緑に覆われています。降り注ぐ木漏れ日を感じながらのんびりと参道を歩くことができます。

## 外宮の別宮は4社

御正宮をお参りしたら、外宮の宮域にある3つの別宮・多賀宮・土宮・風宮を順番に、さらに宮域外の月夜見宮へお参りしましょう。



写真提供:神宮司庁



かぜのみや 風宮 写真提供:神宮司庁



つちのみや 土宮 写真提供:神宮司庁



## せんごう館

神宮の歴史を伝える

第62回神宮式年遷宮を記念して、平成24年に開館した伊勢神宮の博物館です。館内には、式年遷宮や神宮の年間のお祭りの概要、外宮正殿の側面部分を再現した原寸大模型、御装束神宝の調製工程品などを展示しています。



写真提供:神宮司庁

◇住所/伊勢市豊川町前野126-1(外宮内) ◇アクセス/近鉄・JR「伊勢市」駅から徒歩約5分  
◇入館時間/9:00~16:00(観覧は16:30まで) ◇休館日/毎月第4火曜日(祝日の場合はその翌日)、臨時休館有り ◇☎0596-22-6263

## 内宮

櫓の鳥居をいただいた宇治橋を渡ると広がる内宮の宮域。五十鈴川のほとりの広大な宮域には、天照大御神が鎮座する御正宮のほか、2つの別宮と所管社10社が祀られています。

## 内宮の別宮は10社

内宮の宮域内には荒祭宮、風日祈宮という2つの別宮、さらに宮域外には月読宮をはじめ、8つの別宮があります。すべてお参りしてみるのがいいですね。



写真提供:神宮司庁



つきよみのみや 月読宮 写真提供:神宮司庁



いざわのみや 伊雑宮 写真提供:神宮司庁



## 神宮美術館

現代芸術の「美の殿堂」

第61回式年遷宮を記念して平成5年に開館しました。当代を代表する芸術家が、式年遷宮を奉賛して神宮に奉納した珠玉の作品の数々を収蔵しています。庭園には、春と秋に咲く四季桜、美しい紅葉、台湾原産の貴重種などが遊歩道から楽しめます。



写真提供:神宮司庁

◇住所/伊勢市神田久志本町1754-1 ◇アクセス/JR・近鉄「伊勢市」駅からバス「微古館前」下車、徒歩約3分・伊勢神宮(内宮)から車で約8分・伊勢神宮(外宮)から車で約5分  
◇入館時間/9:00~16:00(観覧は16:30まで) ◇休館日/木曜日(祝日の場合は翌日)、年末3日間  
◇駐車場/あり(無料)◇☎0596-22-5533

風情ある町並みをぶらり

# 外宮参道・おはらい町・おかげ横丁

伊勢市駅前の鳥居をくぐると、外宮まで約400m続く参道があり、昔ながらの土産物店や飲食店が並びます。また、内宮前の「おはらい町」や「おかげ横丁」にも歴史的建造物が数多く残り、多彩なお店が軒を連ねます。

## 伊勢せきや本店

あわびを炊き込みごはんにあわせて薄切りにあしらひ、自慢のたれで炊き上げるあわびごはんの素をはじめ、海の手心に多彩な商品が揃います。



◇住所/伊勢市本町13-7  
◇☎0596-23-3141

## 山村みるくがっこう 外宮前店

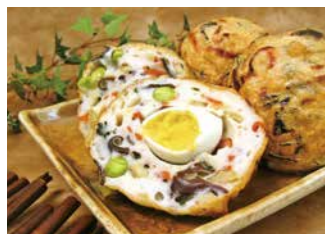
店頭には、昔なつかしい色とりどりの瓶入り乳製品が並びます。人気ナンバーワンは店舗限定メニューの「山村ぶらりんソフト」。



◇住所/伊勢市本町13-6  
◇☎090-8077-4563

## 若松屋外宮前店

明治38年に創業した「伊勢かまぼこの老舗。伊勢ひじきやしいたげなど、9種類もの具材が入った「ひりょうず」がおすすめ。



◇住所/伊勢市本町13-6  
◇☎0596-22-5177

# おはらい町 / おかげ横丁

## 豚捨

名物のコロッケは、黒毛和牛のミンチを贅沢に使用し、その旨みをサクサクの衣に閉じ込めた、精肉店ならではのこだわりの味です。



◇住所/伊勢市宇治中之切町52(おかげ横丁内)  
◇☎0596-23-8803

## おかげ座 神話の館

「国生み」から「天孫降臨」までの日本神話のあらましをアニメーションと和紙人形で紹介しています。



◇住所/伊勢市宇治中之切町52(おかげ横丁内)  
◇☎0596-23-8844

## 豆腐庵 山中

お豆腐屋さんがつくる、あっさりとしてヘルシーなスイーツが魅力。「おから」を材料につくられた「うの花」が人気。



◇住所/伊勢市宇治中之切町95  
◇☎0596-23-5558



外宮参道



おはらい町



おかげ横丁

各マップはこちらから

## 伊勢志摩の旅に便利な「観光ガイド」&「おもてなし」

### お伊勢さん観光ガイドの会

思い出に残る旅をお手伝い!

伊勢神宮を中心としたボランティアガイドです。「おもてなしの心」で観光客の皆さまをお迎えします。自然の恵みや歴史を感じながら、思い出に残る新しい発見の旅をしてみませんか。



◇☎0596-63-6262 ◇ガイド料無料(交通費等別)  
◇ガイドを希望される2ヵ月前から7日前までにお申し込みください

### お伊勢さん観光案内人

日本人の魅力の原点を伝える!

伊勢商工会議所主催の検定「お伊勢さん」上級編に合格し、研修を受け認定された案内人です。神様の世界に隠された、日本人の魅力、文化や歴史を伝えて神話の世界へお連れします。



◇☎0596-24-3501(美し国観光ステーション)  
◇ガイド料/有料 ◇要予約

### 手荷物配送&預かりサービス

伊勢市駅手荷物預かり所でお預かりした手荷物を、伊勢・鳥羽・志摩市内の宿泊施設まで当日配送いたします。(配送サービス受付は13時までです)手荷物の一時期預かりもいたしますので、お気軽にご利用ください。



◇☎伊勢市駅手荷物預かり所/0596-65-6861

アクティブに自然・文化を堪能

# 伊勢志摩の「王道」を楽しむ

伊勢志摩には、雄大な自然を感じられるスポットや海の生きものたちとふれあえる施設が目白押し。ここでしかできない体験をぜひ楽しんでください！



## ◆志摩 英虞湾 美しい海岸線は必見

湾内に浮かぶ約60の小島と幾重にも折り重なるように突き出た半島からなる日本有数のリアス海岸。伊勢志摩国立公園の一部で、真珠養殖の一大産地でもあります。

雄大な英虞湾を眺めるなら、横山天空カフェテラスがおススメ。展望休憩所内にテイクアウトのカフェコーナー「ミラドル志摩」があり、のんびりとくろぎながら美しい風景を楽しめます。



横山天空カフェテラス (横山展望台)

◆住所/志摩市阿児町鶴方875-20 ◆アクセス/近鉄「鶴方」駅から車で約10分 ◆駐車場/あり(無料) ◆☎0599-44-0567(横山ビジターセンター)

桐垣展望台

◆住所/志摩市大王町波切 ◆アクセス/近鉄「鶴方」駅から車で約25分 ◆駐車場/あり(無料) ◆☎0599-72-4636(ともやま公園事務所)

## ◆鳥羽 ミキモト真珠島

真珠の魅力  
存分に楽しめる島

御木本幸吉が世界ではじめて真珠の養殖に成功した島で、真珠のすべてがわかるテーマパーク。幸吉の生涯を紹介する御木本幸吉記念館、真珠養殖の仕組みを紹介したり、貴重な美術工芸品を展示する真珠博物館、真珠のジュエリーや伊勢志摩のお土産が買えるパールプラザなど、多彩な施設がそろっています。

また、昔ながらの白い磯着を身にまとった海女の実演も毎日行われ、見逃すことができません。



ジュゴン

## ◆鳥羽 鳥羽水族館

日本で唯一ジュゴンを飼育

約1,200種30,000点もの海や川の生きものを飼育している飼育種類数日本一の水族館。「へんな生きもの研究所」では、根強い人気をダイオウグソクムシや新たに見つかった新種の生きものの標本などを展示。常に新しい話題を提供しています。

◆住所/鳥羽市鳥羽3-3-6 ◆アクセス/JR・近鉄「鳥羽」駅から徒歩約10分 ◆時間/9:00~17:00 ※7/20~8/31は8:30~17:30(入館は閉館の1時間前まで) ◆定休日/年中無休 ◆駐車場/あり(1日1回800円) ◆☎0599-25-2555



愛嬌たっぷりなスナメリ



住居がかわいいうまフッコ



「へんな生きもの研究所」のダイオウグソクムシ



鳥羽湾に浮かぶ小島



真珠を冠った王冠



海女の真珠

◆住所/鳥羽市鳥羽1-7-1 ◆アクセス/JR・近鉄「鳥羽」駅から徒歩約5分 ◆時間/9:00~17:00(季節により変動あり) ◆休業日/12月の第2火曜日から3日間 ◆駐車場/あり(有料・120台) ◆☎0599-25-2028

## ◆伊勢

### 伊勢夫婦岩ふれあい水族館 (伊勢シーパラダイス)

海の仲間たちと遊べるチャンス！

動物たちとの「距離感ゼロ」をコンセプトにした、体験型の水族館。セイウチのお食事タイムをはじめ、ゴマアザラシとのタッチやツメナシカワウソとの握手ができたり、ふれあいイベントが盛りだくさん。タツノオトシゴに巻き付いてもらえ体験も人気です。



◆住所/伊勢市二見町江580 ◆アクセス/三重交通「夫婦岩東口」下車すぐ・伊勢二見鳥羽ライン「二見」ICから約5分 ◆時間/9:30~16:30(季節により変動あり) ◆定休日/年中無休(12月にメンテナンス休業4日間あり) ◆駐車場/平日3時間300円 ※60分ごとに200円加算、土・日・祝日・特定日2時間800円 ※60分毎に200円加算 ◆☎0596-42-1760

## ◆鳥羽

### 鳥羽湾めぐりとイルカ島 遊覧船に乗って 鳥羽の海を満喫

鳥羽湾めぐりは鳥羽マリンターミナルからイルカ島、真珠島水族館前のりばに寄港する1周約50分のコース。「龍宮城」などユニークな遊覧船に乗り込めば、美しい鳥羽の海を満喫することができます。イルカ島では、イルカやアシカのショー、イルカとのふれあいを楽しむこともできます。また、展望広場からは鳥羽湾や伊勢湾のパノラマが楽しめます。



◆住所/鳥羽市鳥羽1丁目2383-51(鳥羽マリンターミナル内) ◆アクセス/JR・近鉄「鳥羽」駅から徒歩約9分の鳥羽マリンターミナルから出航、イルカ島まで約15分 ◆時間/9:00~15:30(季節・曜日により異なる) ◆定休日/なし(1月中旬から2月上旬まで休業) ◆駐車場/あり(佐田浜駐車場・有料) ◆☎0599-25-3145(志摩マリンレジャー鳥羽営業所)

## ◆伊勢

### ともいきの国 伊勢忍者キングダム

ニャンまげや忍者に会いにいこう！

庭園デザイナー石原和幸プロデュース「江戸庭園」、水辺を演出した圧倒的な迫力の江戸八景をぜひご堪能ください。織田信長の幻の名城安土城を原寸大で再現し、時代劇忍者ショーなどのエンターテインメントの他、リアルRPG忍者森のアドベンチャー、グルメもお風呂も楽しめるテーマパークです。



◆住所/伊勢市二見町三津1201-1 ◆アクセス/伊勢二見鳥羽ライン「二見出口」から約1分 ◆時間/9:00~17:00(入館は閉場1時間前まで) ※温浴施設は14:00~21:00(最終受付20:00) ◆定休日/年中無休 ◆駐車場/あり(無料) ◆☎0596-43-2300

## ◆志摩

### 志摩ス・ペイン村 海外旅行気分を味わえる！

異国情緒あふれるスペインの街並みを再現した複合リゾート施設。テーマパーク・ホテル・天然温泉の3エリアで構成されています。アトラクションは全27種類あり、絶叫マシンから小さな子どもが楽しめるものまで種類豊富。



©SHIMA SPAIN VILLAGE CO.,LTD.

◆住所/志摩市磯部町坂崎 ◆アクセス/近鉄「鶴方」駅から直通バスで約13分 ◆時間/9:30~17:00(季節・曜日により異なります) ◆定休日/なし(点検休あり) ◆駐車場/あり(有料) ◆☎0599-57-3333

## 海女小屋体験

海女さんとの 楽しいひととき



海女が漁のために暖をとる「海女小屋」。小屋の火場(かまど)を囲んで、気さくな海女さんとおしゃべりしながら食べる新鮮な魚介は格別です。

## ◆志摩・あつり浜 海女小屋体験施設 さとうみ庵

◆人数/2名~ ◆時間/11:00~20:00 ◆予約/要予約 ◆住所/志摩市志摩町越賀2279 ◆アクセス/近鉄「鶴方」駅からバス「あつり浜」下車 ◆☎0599-85-1212(一社)志摩市観光協会

## ◆鳥羽・相差 海女小屋はちまんかまど

◆人数/1名~ ◆時間/10:00~11:30・13:15~16:30(上記の間で50分) ◆海女の話聞きながら新鮮魚介の屋敷を頂く海女小屋料理体験 ◆人数/1名~ ◆時間/11:45~、13:15~、14:45~(75分) ※夜間6名以上相談 ◆予約/要予約 ◆住所/鳥羽市相差町819 ◆アクセス/鳥羽南白木ICより15分、鳥羽駅から無料送迎バスがご用意。 ◆☎0599-33-1023 (はちまんかまど予約センター)

## ◆鳥羽・相差 海女小屋 ブチかまど うえむら

◆浜焼きメニュー ◆人数/1名~ ◆時間/11:00~15:00 ◆予約/ご予約専用サイトから ◆住所/鳥羽市相差町1133-1 ◆アクセス/鳥羽南白木ICより約15分 ◆☎080-9482-2160

## ◆鳥羽・相差 相差かまど (前の浜・おせごさん)

◆ティータイム ◆人数/4名~ ◆時間/14:00~、15:00~(約60分) ◆ランチタイム ◆人数/2名~ ◆時間/11:30~13:30~(約60分) ◆予約/いずれも前日の17:00までに要予約 ◆住所/鳥羽市相差町1238 ◆アクセス/鳥羽バスセンターからかもめバス「相差(石神さん前)」下車 ◆☎0599-33-7453(相差海女文化資料館)

## ◆鳥羽・答志島 答志島海女小屋

◆人数/4名~30名 ◆時間/応相談 ◆予約/3日前までに要予約 ◆住所/鳥羽市答志町 ◆アクセス/JR・近鉄「鳥羽」駅から徒歩約7分の鳥羽マリンターミナルから市営定期船で約25分、答志下船 ◆☎0599-37-3339(島の旅社) ※囲炉裏を囲んで魚介類を味わう人気の体験。炭火で焼いた貝や干物はいつもと違う旨味があります。島人ならではのおもてなしでお待ちしています。

体を動かしてリフレッシュ!

# 自然を感じるアウトドア

雄大な自然の中で、開放感あふれるアウトドアを楽しめる伊勢志摩。日常の喧騒から離れ、ストレスをリセットできる登山や、美しい海を満喫できる体験など、楽しみ方はいろいろ!



## ◆伊勢 朝熊岳

昔ながらのお伊勢参りを楽しむ  
お伊勢参りが流行した江戸時代。参宮を終えた人々は朝熊山の山上にある朝熊岳金剛寺へも参詣するのが習わしでした。「伊勢神宮の奥之院」とも呼ばれ、「お伊勢参らば朝熊をかげよ、朝熊かけねは片参り」と伊勢音頭に唄われたといわれています。現在は伊勢志摩スカイラインで山頂まで車で簡単に行けますが、昔ながらのお伊勢参りのルートをたどり、朝熊岳道を歩いて登るのがおすすめです。少し急な上りもありますが、朝熊駅から6km程で山頂に到着する短いコースです。



◆住所/伊勢市朝熊町 ◆アクセス/近鉄「朝熊」駅から登山口まで徒歩約10分  
◆☎ 0596-21-5565 (伊勢市観光誘客課)

## ◆志摩 Bicycle Journey -ISE-SHIMA-

サイクリングでめぐる  
伊勢志摩国立公園

風光明媚な原風景が広がる伊勢志摩国立公園をサイクリングで巡りませんか。伊勢志摩の魅力が詰まったサイクリングツアーが人気で、ガイドスタッフが自転車からご案内します。サポートカーの伴走もあるので、荷物を預けて気軽にサイクリングができます。また、レンタサイクルで自由に観光スポットをめぐれるのもおすすめです。



自転車初心者でも安心安全



◆住所/志摩市阿児町鶴方2944-254 ◆アクセス/伊勢自動車道「伊勢」ICより約40分 ◆☎ 0599-44-4450

## ◆度会 宮りバー度会パーク

自然とふれあいなから遊ぶ!  
総面積約13ヘクタールの公園内には芝生広場や子供広場、レストラン、テニスコート、天然芝のパターゴルフ場などのほか、夏はウォータースライダーが楽しめる「遊水プール・鏡」が人気。

◆住所/度会郡度会町棚橋2 ◆アクセス/JR・近鉄「伊勢市」駅から「度会特別支援学校前」バス下車、徒歩約10分、伊勢自動車道「玉城IC」から車で約10分  
◆時間/終日(プール・テニスコート・レストランをのぞく) ◆定休日/年中無休(プール・テニスコート・レストランをのぞく) ◆駐車場/あり(無料) ◆☎ 0596-62-2416



遊具も充実

広々とした芝生広場

## ◆志摩 恵まれた豊かな自然が先生

穏やかな英虞湾に面したともやま公園を拠点に、四季を感じるアウトドア体験が楽しめます。夏のイメージが強いマリンスポーツですが、水の透明度が増す冬のメニューもおすすめです!



◆住所/志摩市大王町波切2199ともやま公園内 ◆アクセス/近鉄「鶴方」駅から車で約20分 ◆営業時間/9:00~17:00 ◆定休日/不定休 ◆☎ 0599-72-1733



## ◆志摩 伊勢志摩エバーグレイズ

アメリカン&アウトドアリゾートをテーマにしたキャンプ場。広大な敷地の中には、キャビンやトレーラーホーム、テントサイトがあり、世界的なトレンドとして注目されるキャンパススタイル「グランピング」も体験できます。多彩なアクティビティも人気。



◆住所/志摩市磯部町穴川11365-10 ◆アクセス/伊勢自動車道「伊勢西」ICから約30分 ◆駐車場/100台(無料)※追加1台につき1,000円 ◆☎ 0599-55-3867 (受付時間9:00~11:30、12:30~16:00)

## ◆鳥羽 海島遊民くらぶ

季節の楽しみ方がいっぱい!  
豊かな鳥羽の海を舞台に、「無人島カヤックツアー」や「船で行く!漁師町の島ランチツアー」などバラエティに富んだガイドツアーが楽しめます。女性スタッフが多く、きめ細やかなサービスも◎。あなた好みのツアーをぜひ見つけてください!



◆住所/鳥羽市鳥羽1-4-53 ◆アクセス/JR・近鉄「鳥羽」駅から徒歩5分 ◆営業時間/9:00~17:00 ◆定休日/8月13日~15日、12月30日~1月3日 ◆☎ 0599-28-0001

## ◆南伊勢 TASSO SHIRAHAMA RESORT

空と海と陸を紡ぐ「本物のリゾート」  
ゆったりとした時間が流れる田舎白浜。天然の白い砂浜が都会の喧騒で疲れたあなたの心を癒してくれるでしょう。自然のリズムで心を整えたら、アクティブな空と海の遊びにチャレンジ。目一杯体を動かしてお腹がすいたら、地元の新鮮な海と山の食を堪能。仲間と騒げるビーチハウスや、大切な友人と最高の思い出をつくれるゲストハウスも魅力的。



◆住所/度会郡南伊勢町田曾浦 ◆アクセス/近鉄「鶴方」駅から車で約20分 ◆定休日/水曜日 ◆☎ 0599-77-6208

## ◆玉城 アスピア玉城

遊び疲れたら温泉でゆったり  
緑に囲まれた静かな環境のなかに、すぐれた泉質で、心も体もリフレッシュできる「弘法温泉」と、玉城豚の販売や、ソーセージづくり。季節に応じた多彩な体験を楽しめる「ふるさと味工房アグリ」があります。



◆住所/度会郡玉城町原4266 ◆アクセス/伊勢自動車道「玉城」ICから車で約10分 ◆時間/ふるさと味工房アグリ・とれたて市場 9:30~18:00、バーベキューハウス 11:00~16:00 (LO15:00) ◆定休日/毎週水曜日 ◆駐車場/あり(無料) ◆☎ 0596-58-8800 ふれあいの館(玉城弘法温泉)、0596-58-8686 (ふるさと味工房アグリ)

ここにしかない風景を求めて

# 写真映えスポット

近年は、フォトジェニックなスポットでの撮影とSNSへの投稿が旅の目的の一つに。カメラやスマホを片手に、伊勢志摩ならではの風景を探しにいきましょう。

◆鳥羽

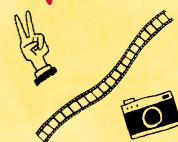
## パールロード鳥羽展望台

美しく広大な海が眼下に広がる

鳥羽と志摩を結ぶパールロード沿いにある展望台。海拔163mの高台に位置し、リアス式海岸と水平線を眺めるには絶好のスポットとなっており、条件が揃えば富士山まで望めます。カフエでは伊勢海老バーガーや、大内山ソフトを使用したカフエメニューがあり、景色を眺めながら堪能できます。売店には、海産物や地酒など、定番のお土産から、パールアクセサリーまで、充実の品揃え。



◆住所/鳥羽市国崎町大岳3-3(パールロード沿い) ◆アクセス/JR・近鉄「鳥羽」駅から車で約25分/伊勢自動車道「伊勢」ICから伊勢二見鳥羽ライン経由、車で約40分 ◆営業時間/9:00~17:00(繁忙期延長あり) ◆駐車場/あり(無料) ◆☎0599-33-6201



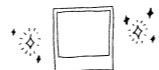
## 伊勢志摩スカイライン

◆伊勢

多彩な楽しみを持つ絶景スポット  
山頂展望台では、伊勢志摩や伊勢湾の大パノラマが展開し、天候に恵まれれば富士山まで眺望できます。さらに眺望と四季の花木で彩られたさんぽ道や、ゆったりとした気分を眺望が楽しめる「展望足湯」、恋人の聖地(サテライト)に選定された「天空のポスト」などがあります。



◆住所/伊勢市~鳥羽市 ◆アクセス/伊勢自動車道「伊勢」ICから内宮方面へ5分 ◆☎0596-22-1810(伊勢料金所)



## 伊勢志摩の聖地巡りで

# リトリート



リトリートとは、仕事や日々の生活から離れた非日常的な場所です。自分自身と向き合い、心や体をリフレッシュさせる過ごし方です。伊勢志摩は「リトリート」に最適な場所として、再び注目を集めています。



◆伊勢

## 夫婦岩

2つの岩は、まるで寄り添う夫婦

夫婦岩は、その沖合700mに鎮む興玉神社と日の大神(日の出)を拝する鳥居の役割を果たしており、その姿から縁結びにご利益があるといわれています。夫婦岩の間からは、5~7月には日の出を、10~1月には満月が見ることが出来ます。



◆住所/伊勢市二見町江575 二見興玉神社内  
◆アクセス/JR「二見」駅から徒歩約15分/JR・近鉄「伊勢市」駅・近鉄「宇治山田」駅から「鳥羽」行きバスで約25分、「夫婦岩東口」下車、徒歩約5分/伊勢二見鳥羽ライン「二見」JCTから約3分◆駐車場/20台(無料)  
◆☎0596-43-2020(二見興玉神社)

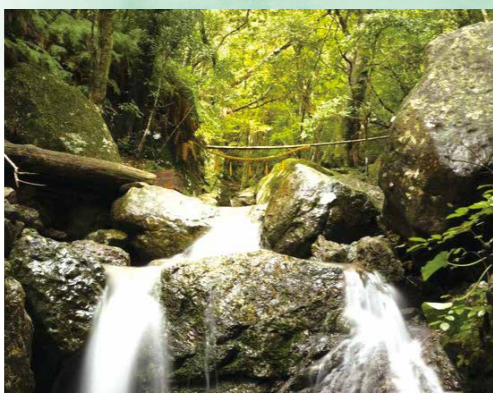


## 白瀧大明神

◆鳥羽

山全体が御神体のパワースポット

自然崇拜の地域で、滝行体験が行える伊勢志摩唯一のスポット。山全体が御神体であり、五穀豊穡・海上安全・家内安全にご利益があるといわれています。道中には恋愛成就の三笠塚もあります。また、滝に打たれるみそぎ体験も人気。ガイドが滝まで案内し、滝行のレクチャーを行います。女性も安心して体験ができるように化粧室、ロッカー、ドライヤーを完備しています。※みそぎ・白衣貸し出しともに有料。

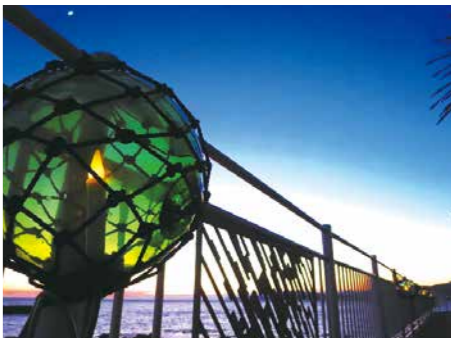


◆住所/鳥羽市船津町635-3  
◆アクセス/伊勢二見鳥羽ライン「鳥羽」ICから約20分、近鉄「船津」駅から徒歩約15分  
◆駐車場/あり(無料)  
◆☎090-3382-7079(船津白滝大明神奉賛会)

## ペン玉ロード

◆志摩

星を散りばめたような光景  
かつて漁師さんが浮きとして用いていた「ペン玉」に灯りがともり、約1kmの散歩道を幻想的に演出しています。浜島旅館街エリアに位置しており、晴れた日の夕方から日没にかけて見るのがオススメ!散歩の後には、ゆるぶる公園で小休止。ロードの中央にある「ペン玉ウォール」も見どころの一つ。



◆住所/志摩市浜島町浜島 ◆アクセス/伊勢自動車道「玉城」ICから約40分、または第二伊勢道路「白木」ICから約30分  
◆時間/[点灯時間]日没~23:00(通年) ◆駐車場/なし  
◆☎0599-46-0570(志摩市観光協会)

## Village & Hotel 志摩地中海村

◆志摩

散策も美食も満喫!!  
志摩半島の自然の中に突然現れる地中海の街並み。フォトジェニックな景観に加えて、食の楽しみも充実。スペインの1つ星とコラボした美食のコース料理レストラン、伊勢志摩の食材を使用したビュッフェレストランなど、お好みに合わせて楽しめます。



◆住所/志摩市浜島町迫子2619-1 ◆アクセス/近鉄「鵜方」駅からタクシーで約15分 伊勢自動車道「玉城」ICまたは「伊勢」ICから車で約50分 ◆時間/10:00~17:00(日帰り利用)  
◆定休日/あり ◆駐車場/あり(無料) ◆☎0599-52-1336

## 鵜倉園地

◆南伊勢町

景観の違う展望台を巡る  
鵜倉半島にある園地。4つの展望台があり、それぞれ異なる景観が楽しめるのはもちろん、季節や時間によって変わるリアス海岸の色々な表情を眺めていると時間がたつのを忘れそうです。恋人の聖地に認定されたハートの入り江を眺められる「見江島展望台」には誓いの鐘や愛の鍵の鍵台なども設置されています。



◆住所/度会郡南伊勢町行産(飛び地になりますのでナビでは鵜倉園地が見江島展望台で検索してください) ◆アクセス/伊勢自動車道「玉城」IC、または紀勢自動車道「紀勢大内山」ICから車で約35分 ◆駐車場/あり(無料) ◆☎0599-66-1717(南伊勢町観光協会)

## 猿田彦神社

◆伊勢

物事を始めたい時はココへ  
猿田彦大神は、ものごとの最初に御出現になり万事最も良い方へ「おみちびき」になる大神で、古事記・日本書紀などにも「国初のみぎり天孫をこの国土に啓行(みちひらき)になられた」と伝えられています。また、境内には芸能の神様が祀られている佐瑠女神社があり、著名人が参拝に訪れています。



◆住所/伊勢市宇治浦田2-1-10 ◆アクセス/JR・近鉄「伊勢市」駅から外宮内宮循環バスに乗り「猿田彦神社」下車すぐ、伊勢自動車道「伊勢西」ICから車で5分 ◆駐車場/あり(入庫30分は無料) ◆☎0596-22-2554

## 神明神社(石神さん)

◆鳥羽

ココミで話題の人気スポット!  
ご祭神は神武天皇の母である「玉依姫命(たまよりひめのみこと)」で昔から地元の花女さんたちの間で「女性の願いを1つ叶えてくれる」と信じられてきました。神社に設置されている祈願用紙に1つだけ願い事を書き込み「願い箱の中に入れて、願いが叶うように心を込めてお祈り。」



◆住所/鳥羽市相差町1237 ◆アクセス/鳥羽バスセンターからかもめバス「国崎」行きで約40分、「相差(石神さん前)」下車、徒歩約7分 ◆駐車場/あり(無料) ◆☎0599-33-7453(相差海女文化資料館)

## NEMU RESORT

◆志摩

雄大な自然の中で癒される  
英虞湾を臨む森と海に囲まれた自然豊かなリゾート施設。季節ごとに表情を変える圧倒的な自然の豊かさの中で体験できるプログラムも充実。また、NEMUならではのグランピングや、3種の湯めぐりなど、都会の喧騒から離れた非日常の空間で贅沢なひとときを過ごすことができます。



◆住所/志摩市浜島町迫子2692-3 ◆アクセス/伊勢自動車道「伊勢西」ICより約40分、近鉄「賢島」駅より無料送迎バスあり(要予約)  
◆駐車場/あり(無料) ◆☎0599-52-1211



### 優雅にクルージングを楽しむ！ 賢島エスパーニャクルーズ

紺碧の英虞湾を、真珠筏や美しいアス海岸を見ながら、16世紀大航海時代の帆船型遊覧船「エスパーニャ」で豪華に快適な1周50分のクルージング。途中養殖真珠工場に寄港し、真珠の核入れ作業の実演が見学できます。

◇住所／志摩市阿児町神明752-11 ◇アクセス／近鉄「賢島」駅から徒歩約2分 ◇時間／9:30～15:30 ◇定休日／エスパーニャ定期検査期間中は運休する場合があります ◇☎ 0599-43-1023 (志摩マリンレジャー 賢島営業所)



### 龍神伝説の残る日本最古の厄除観音 松尾観音寺

奈良時代のはじめ、行基により開かれた日本最古の厄除観音。龍神伝説の残るこの寺は、自らが災難から逃れられた観音様と龍神様の開運招福の靈験があらたかな寺として知られ、災難除け、縁結び、子授け安産に御利益があるとされています。

◇住所／伊勢市楠部町156-6 ◇アクセス／近鉄「宇治山田」駅より、三交バス「松尾観音」前より徒歩5分 ◇時間／参拝時間 8:00～17:00 ◇☎ 0596-22-2722



### 伊勢志摩サミット記念館 サミエール

2016年5月26日、27日の伊勢志摩サミット開催を記念して作られた伊勢志摩サミット記念館サミエールの概要を紹介や、実際に使用された円卓や椅子、首飾への贈呈品等が展示されています。

◇住所／志摩市阿児町神明747-17 近鉄賢島駅2階 ◇時間／9:00～17:00 ◇休業日／年中無休 ◇駐車場／近鉄賢島駅南側の観光専用駐車場をご利用ください。◇☎ 0599-44-0205 (志摩市総合政策課) ※記念館直通の電話はございません。

### 伊勢志摩を自由に巡るなら レンタカーがおすすめ！

| 【トヨタレンタリース 三重】 |              |
|----------------|--------------|
| 伊勢店            | 0596-23-0100 |
| 伊勢宇治山田駅前店      | 0596-24-0100 |
| 鳥羽駅前店          | 0599-26-7100 |
| 【オリックスレンタカー】   |              |
| 近鉄宇治山田駅前店      | 0596-28-0295 |
| 伊勢市駅前店         | 0596-20-5543 |
| 近鉄鳥羽駅前店        | 0599-25-3929 |
| 近鉄鵜方駅前店        | 0599-43-1098 |
| 【ニコンレンタカー】     |              |
| 伊勢西豊浜店         | 0596-37-2279 |

### 鳥羽水族館

- ①「うら側探検隊(バックヤードツアー)」、毎週日曜開催中(有料・要予約) ※公式HPよりご確認ください。
- ②毎日開催のショーは要チェック!

P3



### 伊勢神宮(内宮)

- ①別宮「荒祭宮」「風日祈宮」にも参拝しよう
  - ②お伊勢さん検定上級編合格者「お伊勢さん観光案内人」のガイドによる参拝は、何度も内宮を訪れている人にもおすすめです。(有料)
- ◇☎ 0596(24)3501 (美し国観光ステーション)

約5分



約38分



### 鳥羽湾めぐりとイルカ島

鳥羽の景勝地を洋上からゆったりと楽しみましょう!

P4



### 神宮農業館

天照大御神と豊受大御神の御神徳を広め、「自然の産物がいかに役立つか」をテーマとした日本で最初の産業博物館。皇室から賜った品や伊勢神宮のおまつりでお供えする神饌などを展示しています。



約40分  
※バスもあります



### 神宮徴古館

明治42年に日本で最初の私立博物館として創設された伊勢神宮の「歴史と文化の総合博物館」。おまつりや歴史・文化に関する資料を中心に展示しています。

### 倭姫宮

天照大御神のご鎮座を導かれた倭姫命を祀る神宮で最も新しい別宮。倭姫宮が鎮座する倉田山の西側には、神宮徴古館、神宮農業館、神宮美術館、神宮文庫などがあり、この辺りを「倭姫文化の森」といいます。



約30分  
※バスもあります



### 神宮美術館

伊勢神宮の歴史と文化を伝える資料を中心に展示しています。

### 近鉄・JR「伊勢市」駅

約10分



### 伊勢神宮(外宮)

- ①神宮参拝の順路はまずは外宮からというのが古からのならわし。
- ②別宮「多賀宮」「土宮」「風宮」にも参拝しよう

約1分



### せんぐう館

P1

もっと知りたい伊勢志摩  
よくばりプラン



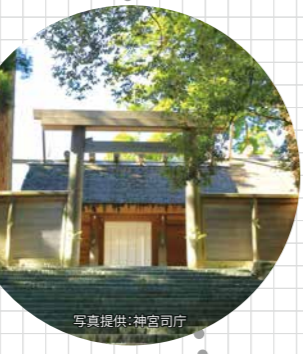
伊勢志摩にある定番の名所を選びすぎたプラン。伊勢志摩がはじめての方や、行ったことはあるけれど、もっと深く知りたい方にオススメ!



### 伊勢神宮(外宮)

別宮「多賀宮」「土宮」「風宮」にも参拝しよう。

約15分

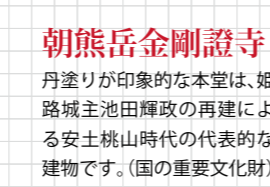


### 伊勢神宮(内宮)

- ①別宮「荒祭宮」「風日祈宮」にも参拝しよう
  - ②お伊勢さん検定上級編合格者「お伊勢さん観光案内人」のガイドで参拝しよう。何度も内宮を訪れている人にもおすすめです。(有料)
- ◇☎ 0596(24)3501 (美し国観光ステーション)

約7分

### 伊勢自動車道「伊勢西」IC



### 朝熊岳金剛證寺

丹塗りが印象的な本堂は、姫路城主池田輝政の再建による安土桃山時代の代表的な建物です。(国の重要文化財)

約5分



### 朝熊山頂展望足湯

標高500mにある展望足湯。天候に恵まれれば富士山も見えます。



### パールロード鳥羽展望台

太平洋を一望できる大パノラマを楽しむことができます。

P7

約20分



### 伊勢志摩スカイライン

全長16kmの「天空のドライブウェイ」はドライブにぴったりのコースです。

約5分

P7



### 石神さん(神明神社)

P8

約20分



### 伊雑宮(内宮別宮)

伊雑宮の境内にある楠の巨木が「巾着袋」の形をしていることから「きんちゃくぐす」の名前で親しまれています。

約30分



### 南伊勢町南海展望公園

360度のパノラマで水平線も見えて、とてもダイナミック!

約40分

### 伊勢自動車道「玉城」IC

サニーロード経由(県道)169号

約40分



### 横山天空カフェテラス

英虞湾に浮かぶ小島が一望できる標高140mの展望台はまさに絶景!

約20分

伊勢志摩の絶景を満喫する  
ドライブプラン



伊勢志摩が誇る絶景を思う存分楽しめるプラン。ドライブしたり、クルーズを楽しむんだり、日本有数のリアス海岸は必見です。

伊勢志摩の「おいしい」を食べつくそう！

# 伊勢志摩グルメ

伊勢えび、あのりふぐ、あわびなど、新鮮な海の幸はもちろん、庶民の味として愛されている郷土の味や、「餅街道」とよばれる名物餅の数々。伊勢志摩には「おいしい！」がいっぱい！さあ、「美し国」へでかけよう。

## 海産物

**伊勢えび**  
三重ブランドに選ばれた本場の味

古くから伊勢志摩の名産として知られており、二重が世界に誇る逸品。弾力ある引き締まった新鮮な身は、焼いても、ゆでも、この上ないおいしさです。贅沢に、活き造りもぜひ味わいたいところ。また、食事の締めには、伊勢えび汁もおススメです。



**かき**

恵まれた伊勢志摩の海で育まれたおいしさ

伊勢志摩を代表する「的矢かき」「浦村かき」「桃こまち」。海のミルクという呼び名のとおり、甘みがあり、まろやかでコクのある味わい。かきのえさとなるフランクトンが多く生息する恵まれた伊勢志摩の海だからこそ、そのおいしさをぜひご堪能ください。

**あのりふぐ**



**あわび**



**まぐろ**



## 特産品

**伊勢うどん**

伊勢の名物といえば「伊勢うどん」！ずんぐり太い麺、とろりと濃褐色のつゆがやみつきです。



**松阪牛**



**玉城豚**



**あおさ**



## 餅

**餅街道の名物餅**

伊勢神宮をめざし、参宮街道を歩いた旅人たち。そんな旅人の疲れをいやし、空腹を満たしたのは、道中名物として親しまれたお餅。

老舗の歴史をひも解きながら、変わらぬおいしさに舌鼓を打ちませんか。



◇ ☎ 0596-22-7000 (赤福)

**岩戸餅**

北海道産の小豆を使った、岩戸神楽の古事にちなんだお餅。



◇ ☎ 0596-23-3188 (岩戸屋)

**お福餅**

北海道産小豆・もち米を使用した三重県伊勢のやさしいお福餅。



◇ ☎ 0596-43-3500 (御福餅本家)

**へんば餅**

茶屋で馬を返し参宮したことから、へんば(返馬)という名前に。



◇ ☎ 0596-22-0097 (へんばや商店)



◇ ☎ 0596-23-5555 (勢乃國屋)

## お問い合わせ

### 観光情報

|                   |              |
|-------------------|--------------|
| 伊勢市観光案内所          | 0596(65)6091 |
| 二見浦観光案内所          | 0596(43)2331 |
| 鳥羽市観光案内所          | 0599(25)2844 |
| 志摩市観光協会案内所        | 0599(46)0570 |
| 伊勢市観光協会           | 0596(28)3705 |
| 鳥羽市観光協会           | 0599(25)3019 |
| 志摩市観光協会           | 0599(46)0570 |
| 南伊勢町観光協会          | 0599(66)1717 |
| 玉城町観光協会           | 0596(58)7007 |
| 伊勢志摩バリアフリーツアーセンター | 0599(21)0550 |

|                    |                                 |
|--------------------|---------------------------------|
| インフォメーションセンター遊民    | 0599(28)0001                    |
| 美し国(うましくに)観光ステーション | 0596(24)3501                    |
| 三重県観光連盟            | 059(224)5904<br>※日・祝日・年末年始は対応不可 |
| 三重県東京事務所           | 03(5212)9065                    |
| 三重県関西事務所           | 06(6347)1932                    |

### 旅館・民宿組合

|         |              |
|---------|--------------|
| 伊勢旅館組合  | 0596(28)3325 |
| 二見町旅館組合 | 0596(43)2523 |
| 鳥羽旅館組合  | 0599(25)5096 |
| 答志島旅館組合 | 0599(37)2822 |
| 浦村旅館組合  | 0599(32)6111 |

|        |              |
|--------|--------------|
| 畔蛸旅館組合 | 0599(33)6143 |
| 石鏡旅館組合 | 0599(32)6100 |
| 国崎旅館組合 | 0599(33)7428 |
| 菅島旅館組合 | 0599(34)2231 |
| 神島旅館組合 | 0599(38)2032 |
| 相差旅館組合 | 0599(33)6299 |
| 相差民宿組合 | 0599(33)7032 |

### 緊急連絡先

|                  |              |
|------------------|--------------|
| 伊勢地域救急医療情報センター   | 0596(28)1199 |
| 鳥羽地域救急医療情報センター   | 0599(25)1199 |
| 志摩広域地域救急医療情報センター | 0599(43)1199 |

## 交通のご案内 INFORMATION

### 近畿日本鉄道

|                    |                                  |
|--------------------|----------------------------------|
| 旅客案内テレフォンセンター(名古屋) | 052(561)1604<br>8:00~21:00(年中無休) |
| 旅客案内テレフォンセンター(大阪)  | 06(6771)3105<br>8:00~21:00(年中無休) |

### 東海旅客鉄道

|               |                                   |
|---------------|-----------------------------------|
| JR東海テレフォンセンター | 050(3772)3910<br>6:00~24:00(年中無休) |
|---------------|-----------------------------------|

### 路線バス(三重交通)

|       |              |
|-------|--------------|
| 伊勢営業所 | 0596(25)7131 |
| 志摩営業所 | 0599(55)0215 |

### 高速バス(東京方面⇄伊勢志摩方面)

|                      |              |
|----------------------|--------------|
| 西武バス                 | 03(5910)2525 |
| 三重交通                 | 059(229)5555 |
| 青木バス                 | 0598(49)7510 |
| WILLER TRAVEL 予約センター | 0570(200)770 |

## 伊勢志摩をもっと詳しく! 観光ガイドのご案内

### 鳥羽ガイドボランティアの会

◇案内場所/鳥羽市内(離島含む) ◇時間/9:00~16:00 ◇ガイド料/有料 ◇要予約  
◇ ☎ 0599-25-8255 (鳥羽ガイドボランティアの会) ◇火曜日と年末年始は休み

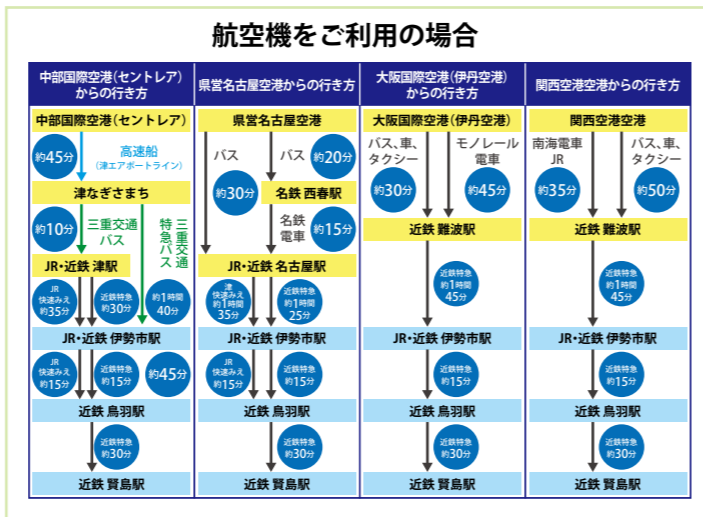
### 伊勢河崎商人館ボランティアガイド

◇案内場所/伊勢河崎商人館(火曜日休館、祝日の場合はその翌日)、河崎の町並み  
◇時間/9:30~17:00 ◇ガイド料無料(※ただし、伊勢河崎商人館入館料は負担)  
◇要予約 ◇ ☎ 0596-22-4810 (伊勢河崎商人館)

## 各交通機関のご利用案内

| 鉄道をご利用の場合                        |   |                               |                             |
|----------------------------------|---|-------------------------------|-----------------------------|
| 交通機関                             | 利用区間  | 運賃・特急料金                       |                             |
| 近畿日本鉄道<br>KINTETSU CORPORATION   | 大阪難波駅 約2時間 鳥羽駅 約30分 賢島駅 Kashikojima                   | 3,170円(宇) 3,720円(鳥) 3,990円(賢) |                             |
|                                  | 近鉄名古屋駅 約1時間40分 鳥羽駅 約30分 賢島駅 Kashikojima               | 2,810円(宇) 3,090円(鳥) 3,650円(賢) |                             |
|                                  | 京都駅 約2時間15分 鳥羽駅 約30分 賢島駅 Kashikojima                  | 3,690円(宇) 3,960円(鳥) 4,520円(賢) |                             |
| 交通機関                             |   |                               |                             |
| JR快速「みえ」<br>JR Rapid Mie (一部指定席) | 名古屋駅～伊勢市駅～二見浦駅～鳥羽駅<br>Nagoya～Ise-shi～Futaminoura～Toba | 所要時間 約1時間50分                  | 運賃 2,500円<br>※伊勢鉄道経由(おとな片道) |

※指定席利用には、運賃の他に指定席料金が必要です。※所要時間、運賃は名古屋から鳥羽までのものです。  
※記載の所要時間は、快速「みえ」下り定期列車(みえ1号～みえ17号)の平均所要時間です。



| 車・フェリー高速船をご利用の場合    |   |
|---------------------|---|
| 車で越しの場合(普通車)        |   |
| 東京方面から From Tokyo   | 東名高速道路～新東名高速道路～伊勢湾岸自動車道～東名阪自動車道～伊勢自動車道 【料金】東京IC～伊勢IC…10,270円 【距離】1445km     |
| 名古屋方面から From Nagoya | 東名阪自動車道～伊勢自動車道 【料金】名古屋西IC～伊勢IC…3,310円 【距離】124km                             |
| 大阪方面から From Osaka   | 西名阪自動車道～名阪国道(一般道)～東名阪自動車道～伊勢自動車道 【料金】松原JCT～天理IC・伊勢関IC～伊勢IC…2,820円 【距離】168km |

(通行料金は令和4年8月現在です。)

| 伊勢湾フェリーで越しの場合     |   |
|-------------------|---|
| 伊良湖～鳥羽 Irago～Toba |   |
| 便数                | 1日8～13便                                 |
| 所要                | 約55分                                    |
| 運賃(片道)            | 乗用車6,900円(4m以上5m未満) 同乗旅客大人1,600円/小人800円 |

| 高速船で越しの場合 |                   |
|-----------|-------------------|
| 津エアポートライン |                   |
| 便数        | 1日15便             |
| 所要        | 約45分              |
| 運賃(片道)    | 大人2,520円/小人1,260円 |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |







発行元・観光のお問い合わせ先 (8:30~17:15 ※土・日・祝日・年末年始を除く)

**公益社団法人 伊勢志摩観光コンベンション機構**

"Visit ISESIMA" Bureau

〒519-0609 三重県伊勢市二見町茶屋111-1 伊勢市二見生涯学習センター1F

TEL 0596-44-0800 FAX 0596-42-2929 E-mail info@iseshima-kanko.jp

公式サイト 伊勢志摩ナビ <https://www.iseshima-kanko.jp>

**SNSで観光情報を入手!**



QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です

※誌面に掲載の情報は、令和4年7月現在のものです。  
 内容や日程など、変更となる場合がありますので、事前にご確認ください。