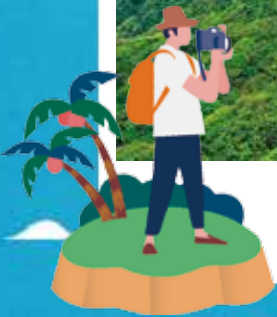


# 対馬島（長崎県）

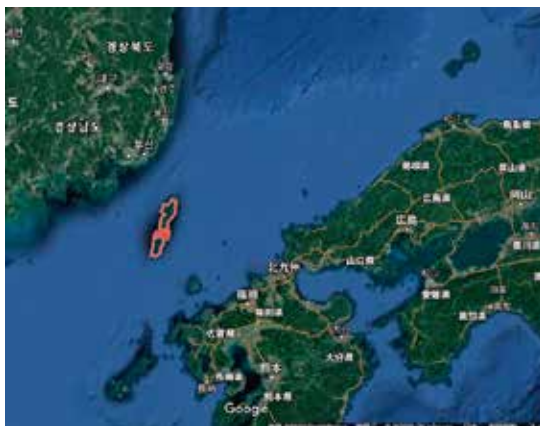


対馬は、九州と韓国との対馬海峡に浮かぶ島で、長崎県に属しています。韓国までは直線距離で49.5キロに位置し、「国境の島」と呼ばれています。南北82キロ・東西18キロで、沖縄本島と北方四島を除けば、佐渡島・奄美大島に次ぐ大きさです。島の9割が山林で自然の宝庫であり、ツシマヤマネコが生息する独特の生態系が残っています。

対馬島 公式 HP

<https://www.city.tsushima.nagasaki.jp/gyousei/index.html>

## 地図



## アクセスマップ



# 観光情報



## 浅茅湾

複雑な入り江と無数の無人島が織りなすリアス式海岸に囲まれた湾・浅茅湾。風や波の影響を受けにくいいためシーカヤックなどマリナーが大人気で、何と真珠の養殖も営まれています。湾内では釣りやシュノーケリングも楽しめます。近くの烏帽子岳展望所から眺める浅茅湾は対馬を象徴する景色です。

住所：長崎県対馬市厳原町今屋敷 672-1

観光情報館ふれあい処つしま

電話番号：0920-52-1566

営業時間：8:45-17:30

ホームページ URL：

<https://www.tsushima-net.org/access/>

駐車場の有無：有



## 金田城

667年、倭国（当時の日本）が、唐・新羅の侵攻に備えて築いた古代山城で、東国（静岡県より東側）から召集された防人たちが警備に当たりました。日露戦争時には再び要塞として巨大な砲台が据え付けられました。金田城は「あなたも絶対行きたくなる！日本『最強の城』スペシャル」第4弾（NHK）において、日本「最強の城」に選定されました。

住所：長崎県対馬市厳原町今屋敷 672-1

観光情報館ふれあい処つしま

電話番号：0920-52-1566

営業時間：8:45-17:30

アクセス：（金田城）厳原港・空港から車で20分

ホームページ URL：

<https://www.tsushima-net.org/access/>

駐車場の有無：有



# おすすめの宿



## 西山寺

巖原港近くの高台にある西山寺が経営する宿坊です。西山寺は江戸時代に朝鮮との外交機関「以酓庵」が置かれていた由緒あるお寺ですが、宿泊施設の改装を行い、つねに清潔を心がけています。坐禅体験（宿泊者限定）は朝6時からです。

住所：長崎県対馬市巖原町国分 1453  
電話番号：0920-52-0444  
料金：1泊朝食付き 6,100 円～  
チェックイン・チェックアウト：16 時 / 10 時  
アクセス：巖原港から徒歩5分  
ホームページ URL：  
<https://www.tsushima-net.org/stay/seizanji/>  
駐車場の有無：3 台  
(駐車料金 300 円)

## 対馬グランドホテル

全室オーシャンビューで、別館の5室は波の音も良く聴こえます。大浴場など温泉設備も充実しております。朝は朝日を、昼は広大な水平線を、夜はロマンティックな漁火を見ることができるリゾートホテルです。

住所：長崎県対馬市美津島町鶏知甲 41-10  
電話番号：0920-54-9100  
料金：1泊朝食付：11,000 円～  
(季節料金あり、要お問合せ)  
チェックイン・チェックアウト：15 時 / 11 時  
アクセス：  
対馬空港より車で 10 分、巖原港より車で 20 分  
ホームページ URL：  
<http://tsushima-grandhotel.com/>  
駐車場の有無：70 台



# 島のグルメ



## すし処 慎一

穴子漁船（幸生丸）で店主自ら漁獲する穴子を中心とした絶品料理の数々に舌鼓を打つこと間違いなし。寿司・和食を中心に取り扱いっており、使用する魚介類は、すべて対馬の海から獲ってきたばかりの鮮度抜群の食材です。安心・信頼の漁師がお届けする海の幸で作ったお料理を、是非ご堪能ください



住所：長崎県対馬市上対馬町古里 13-3

電話番号：0920-86-3749

料金：対馬穴子の 白焼き ¥1,400 ~

上にぎり (9貫) ¥2,500

営業時間：

11:00 ~ 14:00 (LO13:30)

18:00 ~ 22:00 (LO21:30)

アクセス：厳原港より車で1時間半

ホームページ URL：

<https://www.sushi-shinichi.com/>

駐車場の有無：有

※営業時間に変更となる場合がありますので、

来店の際は事前にご確認ください。



# 島のグルメ



## あなご亭

対馬の周囲は好漁場で、小魚やエビなどが多く生息しています。栄養豊富なエサを食べ、やや深い海で冷たく流れの早い海流に揉まれることで対馬のアナゴは身が引き締まり、油の乗りも良くなります。アナゴ水揚げ量日本一の対馬が誇る名店で、アナゴをフルコースでどうぞ！

住所：長崎県対馬市豊玉町仁位 2091-3

電話番号：電話：0920-58-2000

料金：特上せいり蒸し 3,000 円

煮穴子定食 2,000 円

営業時間：ランチ 11:30 ~ 14:00

ディナー 18:00 ~ 21:00 (LO 20:00)

アクセス：厳原港より車で1時間

ホームページ URL：<https://anago-tei.com/>

駐車場の有無：30 台

※営業時間に変更となる場合がありますので、来店の際は事前にご確認ください。



# 島のグルメ



## 対州そば匠

対馬の清流と豊かな土壌と日本ミツバチによる受粉を行い、地元の生産者と協力しながら、縄文時代後期に中国南部から対馬に渡った蕎麦の原種の味を守り続けています。製粉から製麺、出荷まで、全行程職人が目で見てこだわることで、熱に弱いそばの風味を逃がさず、『対州そば』本来の美味しさをお届け致します。

住所：長崎県対馬市厳原町下原 82-12

電話番号：0920-56-0118

料金：[8食入] 対州そば ゆでめんセット ¥5,000

営業時間：※店舗休業中 / ネットショップのみ受付中

電話受付時間 9:00～16:00(不定休)

アクセス：厳原港より車で 20 分

ホームページ URL：

<https://www.tsushima-takumi.com/>

駐車場の有無：有

※営業時間に変更となる場合がありますので、来店の際は事前にご確認ください。



# 島からお取り寄せ



## しいたけ

濃厚で芳ばしい香り、肉厚でコリコリした食感、口の中に広がる豊かな風味から、「森のアワビ」と称されている知る人ぞ知る最高品質の椎茸です。約1年半もの間肥料や農薬を一切使わず、栄養素をたっぷりと蓄えた原木からの栄養だけで栽培されることで、冬場の厳しい環境下でも芳香で肉厚な椎茸を多く生産することができます。

値段：原木乾燥椎茸

中どんこ 100g 籠盛 2,160円 (税込)

お届け日：代金引換⇒ご注文確認後7営業日以内に発送いたします。

銀行振り込み⇒ご入金確認後3営業日以内に発送いたします。

通販サイト (対馬原木しいたけ)

<https://tsushimashiitake.loconomy.shop/products/list>



# 島からお取り寄せ



## ハチミツ

ニホンミツバチだけが暮らす島・対馬の、野生のミツバチが集めた黄金色のしずく。対馬のはちみつは、丸太を活用した伝統の「蜂洞（はちどう）」で収穫される、四季折々の山の木々の蜜を中心とした非加熱の「百花蜜（ひゃっかみつ）」です。濃厚でフルーティな味わいが特徴です。

値段：対馬産ニホンミツバチの非加熱はちみつ 45g 1,080円（税込）

お届け日：今季は例年になく対馬全域でニホンミツバチの数が少ないため、各種ハチミツ商品が十分ご用意できない可能性もございます。一年に一度の秋の採蜜後、商品入荷予定です。

通販サイト（コノソレ（ハチミツ））

<http://www.kokkyo-naturalfactory.shop/shopdetail/000000000218/ct61/page1/order/>





# 島からお取り寄せ



## ふるさと納税サイト

[https://www.furusato-tax.jp/search?disabled\\_category\\_top=1&target=1&q=%E5%AF%BE%E9%A6%AC&city\\_code%5B%5D=42209](https://www.furusato-tax.jp/search?disabled_category_top=1&target=1&q=%E5%AF%BE%E9%A6%AC&city_code%5B%5D=42209)



# 島での暮らし

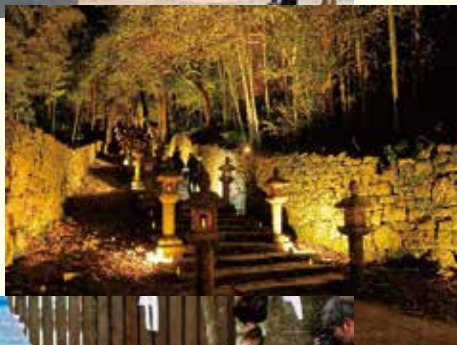


## 島での生活

国境離島であることに因んだ「国境マラソン」や「国境サイクリング」、朝鮮通信使行列が目を引く「厳原港まつり」では島内が賑わいます。また、古代中国から約1500年前に伝わった「亀卜神事」（焼いた木を亀の甲羅に押し当て吉兆を占う）も存続しています。

対馬市では独自に移住・定住支援補助金制度を設け、移住者をサポートしています。詳しくはしまぐらし応援室まで！

<https://www.city.tsushima.nagasaki.jp/ijyu/index.html>



# 島での暮らし



## 島での仕事

近海に好漁場がありイカやアナゴなどがよく釣れるので、漁業従事者が島民の10分の1を占めています。近年では韓国からの観光客増加に伴い、旅客・運送・飲食業等も増加傾向でした。

求人はハローワークで相談を受け付けている他、お仕事説明会等のイベントも開催しています。求人の傾向としては、林業や真珠の養殖、魚製品の加工など、自然豊かな島らしく第一次産業の求人が多い傾向にあります。将来的に独立を目指す人向けの漁業研修などの制度もあります。

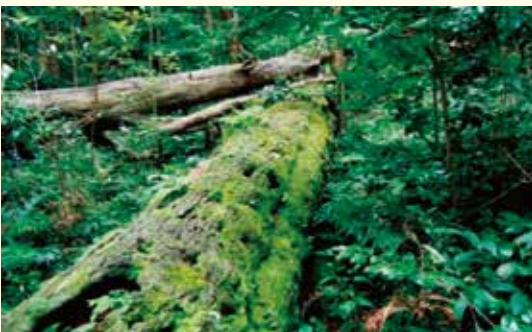
## 移住に関するガイドブック等

移住に関するご相談は、「対馬市しまぐらし応援室」まで!住居から仕事まで、スタッフがサポートします。

<https://www.city.tsushima.nagasaki.jp/ijyu/index.html>

## 就職に関するガイドブック等

<https://www.pref.nagasaki.jp/object/kenkaranooshirase/oshirase/351963.html>



# 島留学

## 島留学について

### ①「対馬市島っこ留学制度」(小・中学生対象)

対馬市では、対馬特有の自然環境及び歴史文化、国際交流等に触れながら、学力の向上と地域における体験活動等を願う島外の児童・生徒を対象に、市内の小学校・中学校に受け入れる「対馬市島っこ留学制度」を平成27年度に設置し、今年度まで、延べ36名の留学生を受け入れています。

### ②「離島留学制度」(高校生対象)

長崎県立対馬高校には、全国の公立学校で唯一、韓国語を専門的に学べる国際文化交流科があり、対馬島内だけではなく全国各地から入学者を受け入れています。2名のネイティブの先生の丁寧な指導のもと、毎年数多くの生徒が難関検定試験に合格しています。また、語学だけでなく韓国の文化や歴史も学ぶことができ、韓国の学生との交流や語学研修も充実しているため、韓国語を学ぶ最高の環境が整っていると言えます。本年度は71名の留学生を受け入れています。

## 島留学に関するホームページ URL

島っこ留学制度

<http://www.shimakko.net/>

離島留学制度

<https://tsushima-h.jp/unique-projects/island-study-abroad-2/> (対馬高校HP)

<https://www.pref.nagasaki.jp/bunrui/kanko-kyoiku-bunka/shochuko/ritoryugaku/> (長崎県HP)

## お問合せ先

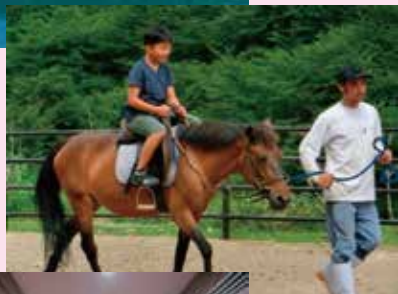
対馬市島っこ留学推進協議会 事務局 (対馬市教育委員会 教育総務課内)

TEL 0920-88-2000 FAX 0920-88-2005

E-mail [t\\_kyouiku@city-tsushima.jp](mailto:t_kyouiku@city-tsushima.jp)

長崎県立対馬高等学校

TEL: 0920-52-1114 (代) FAX: 0920-52-0638



# その他



対馬には大自然と悠久の歴史があり、都会を離れリフレッシュするのに最適な場所です！対馬市では、気軽にしま暮らしを体験できるように、家具・家電を備えた「移住お試し住宅」を移住を希望・検討される方へ貸し出ししております。

- ・対象者…対馬市に移住を希望、検討される方（事業所間の転勤及び旅行での宿泊は除きます）
- ・利用期間…3日～14日まで利用いただけます
- ・使用料…無料（ただし、光水熱費使用料として日額1000円の滞在費用が発生します）
- ・利用者様にご準備いただくもの…寝具一式、ティッシュ、洗濯洗剤、シャンプーなど

HP 情報（対馬市 移住・定住ポータルサイト）  
<https://www.city.tsushima.nagasaki.jp/ijyu/index.html>

☆申請方法、空室状況につきましては下記までお問い合わせください。

「対馬市しまぐらし応援室」 電話  
0920-53-6111 メール [iju@city-tsushima.jp](mailto:iju@city-tsushima.jp)  
(HP 内からもお問合せ可能です)

