太古からの歴史と文化が繋ぐ

実りの島、壱岐

FACT BOOK

2025.6改訂版

目次

全体概要

「日本遺産」認定第一号の島
古代から架け橋としての役割を担ってきた“壱岐” ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 03

壱岐を知る

#01 神々が宿る島“壱岐”の歴史 ・・ 04
#02 コンパクトな島に残る歴史の史跡 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 07
#03 生活に信仰が浸透した神が宿る島 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 09
#04 文化を大切に進化する壱岐 ・・ 11
#05 新しい壱岐島をつくる新しい風・・ 15
#06 島内７軒がミシュラン掲載のグルメ島・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18

壱岐を楽しむ

#07 壱岐を彩る観光とアクティビティ ・・ 20
#08 壱岐島モデルコース ・・ 21
#09 壱岐の絶品グルメ ・・・ 22
#10 数字で見る壱岐 ・・ 24
#11 壱岐スケジュール（観光・行事） ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 25

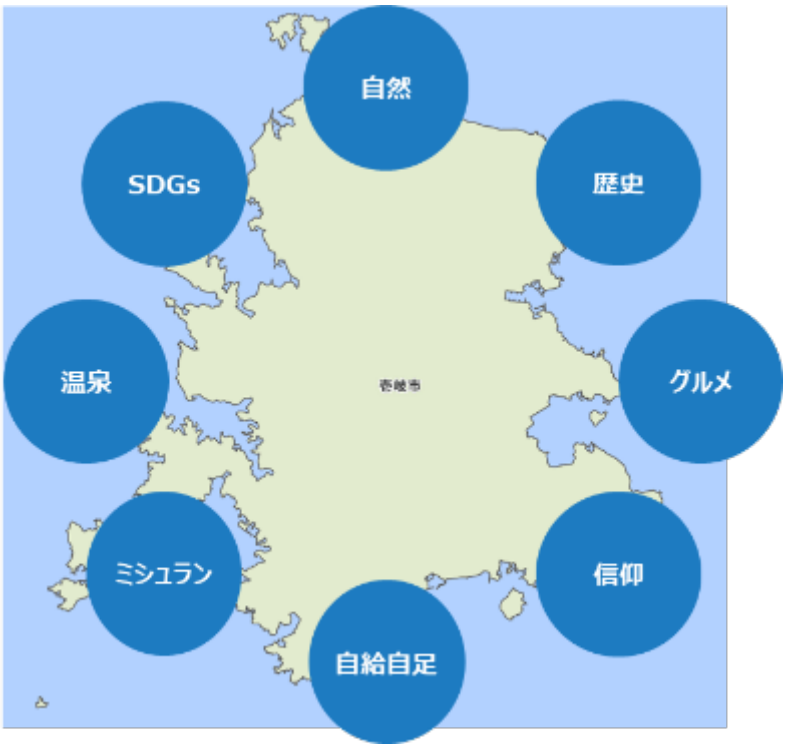
補足

インタビュー対象者一覧 ・・ 26

「日本遺産」認定第一号の島
古代から架け橋としての役割を担ってきた“壱岐”

壱岐市は九州北部の玄界灘沖、福岡県と対馬の中間地点に位置する島。壱岐へのアクセス起点となる県は福岡・佐賀・長崎のいずれか。
福岡県の場合は博多港と郷ノ浦港・芦辺港を結ぶ高速船（約１時間）が就航。佐賀県の場合は唐津東港と石田町印通寺港を結ぶフェリー（約1時間40分）を利用。長崎県の場合は大村市の長崎空港から飛行機を利用すると約30分で壱岐空港に到着。目的に合わせて交通手段を選べるのも魅力である。

さらに、日本の成り立ちを語るうえで壱岐は欠かせない島。
その存在は中国の歴史書「魏志」倭人伝や、日本の「古事記」や「日本書記」にも記されている。この小さな島には権力の象徴である巨石古墳や創建から千年を越す神社、小さく古い祠が数え切れないほど点在。
まるで島そのものが古代日本の博物館のような存在となっている。
このような歴史と風土を評価され、2015年4月、文化庁により、壱岐の歴史・文化が「国境の島 壱岐・対馬・五島～古代からの架け橋～」と題され“日本遺産”に認定され2025年には10周年を迎えた。



01 神々が宿る島“壱岐”の歴史

中国の歴史書『三国志』の中の「魏志」倭人伝に一支国として登場し、2,200年以上もの歴史ある壱岐島。国境の島　壱岐・対馬・五島　～古代からの架け橋～は今年で日本遺産認定10周年を、また壱岐島の歴史をたのしく学べる「一支国博物館」は15周年を迎え様々な記念事業を行う予定となっている。

太古の浪漫への憧憬、歴史こそが壱岐島の財産

壱岐島は縄文時代から人が住み、暮らしてきた。鎌崎・名切海岸遺跡、松崎海岸遺跡などが残り、古代人がいた痕跡が確認されている。

弥生時代の島の暮らしがわかる重要な遺跡として原の辻（はるのつじ）遺跡がある。壱岐島が大陸との交易の重要な中継地点であったことは地理的にも間違いない。日本最古の歴史書『古事記』に登場する国生み神話によると、伊邪那岐（イザナギ）と伊邪那美（イザナミ）の夫婦神によってつくられた8つの島のうち、5番目に生まれたのが「伊伎嶋（壱岐島）」とされる。日本書紀には京都の松尾大社内にある月讀神社は壱岐の県主（あがたぬし）の先祖である忍見宿禰（おしみのすくね）が顕宗天皇3年（487年）に分霊したものと、記載されている。

「神々が宿る島」そんな神秘的な壱岐島は太古からの歴史が島の随所に散りばめられているのだ。古墳時代後期の串山ミルメ浦遺跡から発掘された「亀ト（きぼく）」に使われた加工した亀の甲羅は15点に及び日本最多である。「延喜式」には伊豆から5人、壱岐から5人、対馬から10人の占い師が選ばれ、朝廷で活躍したという。文献に残された歴史が壱岐をまた神秘的にさせるのだろう。

亀の甲羅を使って占う「亀ト」

【壱岐歴史トピックス1】日本遺産「国境の島 壱岐・対馬・五島～古代からの架け橋～」認定から10周年

NAGASAKI 10th ANNIVERSARY
～古代からの架け橋～
壱岐・対馬・五島

大小6852の島から成る島国・日本。日本の西端に位置する長崎県には、日本最多の971の島がある。朝鮮半島との間に飛び石のように浮かぶ壱岐と対馬、東シナ海上に鎖状に連なる五島は、古代より、日本と大陸を結ぶ「海の道」の要衝であり、地理的に大陸や朝鮮半島に近いことから、融和と衝突の最前線にあった。

古代から変わらぬ雄大な自然と、海を介して大陸や朝鮮半島と深くつながっていた歴史が織りなす「壱岐・対馬・五島」。国境の島　壱岐・対馬・五島　～古代からの架け橋～は令和7年4月24日に日本遺産認定10周年を迎え様々な記念事業が行われる。

・一支国博物館で日本遺産フェスティバル開催予定(歴史トピックス３で紹介)

・長崎県による、首都圏や関西圏でのメディアキャラバンや、大阪・関西万博イベントでのPR等を実施

【壱岐歴史トピックス2】
開館15周年を迎える「一支国博物館」

国指定特別史跡である原の辻遺跡を一望できる小高い丘に建っている「壱岐市立一支国博物館」。世界的建築家の故・黒川紀章氏が手がけた近代的なデザインの建物の屋根は、緩やかな曲線を描き全面緑化され、周辺の山並みにも溶け込んでいる。2025年、一支国博物館は開館15周年の節目を迎え、開館からの総入館者数は、まもなくのべ140万人に達する予定。（2025年4月30日現在）

一支国博物館は、歴史、自然、民俗、人物、芸術文化、生物など、壱岐島のあらゆる魅力を広く伝えるべく、開館15周年を迎えた今年度の特別企画展を計画中。

【壱岐歴史トピックス3】
歴史に関する主な特別企画展・イベント

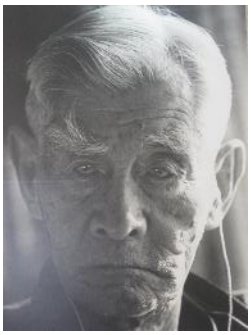
●<u>松永安左エ門　生誕150周年記念展</u>

・開催期間：9月14日（日）～10月31日（金）

・開催場所：一支国博物館１階テーマ展示室・３階多目的ホール

・開催概要：壱岐が生んだ不世出の偉人である松永安左エ門がこの地に生を受けて150年を迎えるにあたり、小田原市・福岡市の協力を経て記念展示会・講演会を開催。

・開催内容



ア）展示会（４部構成）

１）安左エ門が繋いだ電業

２）安左エ門が遺した書画

３）安左エ門が残した芸術

４）安左エ門が愛した茶

イ）講演会（計３回）

１）「柳瀬山荘造営から博物館寄贈まで」※仮題
　講師：埼玉県柳瀬荘管理人

２）「戦後～晩年の松永安左エ門の生き様」
講師：小田原市学芸員

３）「松永翁が遺したもの」

●長崎県日本遺産フェスティバル

・開催期間：9月14日（日）～10月31日（金）
・開催場所：一支国博物館
・開催概要：市内にある日本遺産「国境の島　壱岐・対馬・五島　～古代からの架け橋～」のパネル展示をはじめとし、県内にある４つの日本遺産を紹介する。
・紹介内容
①国境の島　壱岐・対馬・五島
②日本磁器のふるさと　肥前　～百花繚乱のやきもの散歩～
③鎮守府　横須賀・呉・佐世保・舞鶴　～日本近代化の躍動を体感できるまち
④砂糖文化を広めた長崎街道　～シュガーロード～

●「元寇～文永・弘安の役」展

・開催期間：9月14日（日）～10月31日（金）
・開催場所：一支国博物館
・開催概要：壱岐島の元寇関連地を軸としたパネル展を開催する。
・紹介内容
（文永の役）①新城古戦場跡　②新城神社
（弘安の役）③瀬戸浦古戦場　④少弐公園

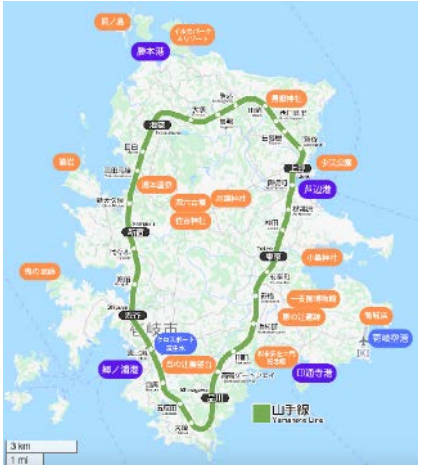
●原の辻遺跡国特別史跡指定25周年記念展

・開催期間：11月8日（土）～1月4日（日）
・開催場所：一支国博物館１階テーマ展示室・
　　原の辻遺跡公園（ガイダンス）
・開催概要：原の辻遺跡国特別史跡指定25周年事業として、発見から現在に至るまでの成果や、 国重要文化財の公開展示を開催。また、古代米づくりや収穫祭フェスティバル、特別史跡25年記念シンポジウムを開催する。
・開催内容
ア)展示会
①　壱岐島～各地への広がりを見せる交流関係資料展示（原の辻ガイダンス）開催予定：10月～12月
仮題）「時空を翔ける　弥生ミステリー」展
②　国指定重要文化財一斉展示（一支国博物館）開催期間：11月8日(日)～1月4日(金)
仮題）「第76回特別企画展原の辻遺跡国特別史跡指定25周年記念展」
イ)イベント
①王都米つくり(刈り入れ祭) 10月11日(土)
②王都米つくり(収穫祭)　　11月22日(土)
③記念シンポジウム　　11月23日(日)
④25周年記念　　11月24日(月)

02 コンパクトな島に残る歴史の史跡

日本本土と大陸の中間に位置することから、壱岐島は、古代より、これらを結ぶ海上交通の要衝であり、交易・交流の拠点だった。壱岐には海上交易で一支国として栄え、中継貿易の拠点や迎賓地として栄えた歴史が残る。経済や交通の発展により、中継地としての役割は希薄になったが、古代の史跡は当時の興隆を物語っている。

原の辻は権威の象徴であり、当時は憧れの最先端の都市だった！



資料提供：クロスポート秋山卓司さん

壱岐島の地図に山手線を重ねると、いかにコンパクトな島かお分かりいただけると思う。島を対角線で移動しない限りほとんどの移動は車で20分あれば着いてしまう。そんなコンパクトな島であるにも関わらず、歴史的に重要なスポットは数多い。

原の辻遺跡。これは静岡県登呂遺跡、佐賀県吉野ヶ里遺跡とともに史跡の国宝といわれる国特別史跡に指定され日本３大弥生遺跡の１つである。3世紀の中国で編纂された「魏志」倭人伝には、一支國の王都として記されている。こんもりとした高台は「耳取りの辻」とも呼ばれ、冬期はここで暮らさず、風をしのげる場所で人々は暮らしていたかもしれない。だが、この丘が弥生時代における魅惑の場所だったことは間違いない。

「貿易をするために広い土地は不可欠でした。港から入ったものを運ぶ船着場跡も原の辻遺跡の発掘で出ています。原の辻集落は自然に人口が増えてできたのではなく、意識的に整備されたもの。朝鮮半島と中国大陸の交流の拠点としてつくられた都市。幕末から栄えた横浜や神戸と同じです。貿易の街では最先端のファッションや文化がいち早く入ってきたわけです。壱岐はまさに最先端の憧れの場所だったのです。」（松見学芸員、須藤館長）

「海からでも見える貿易都市として、意図的に高い場所につくられたのです。権威を誇示するためにも海から見えるこの小高い丘を中心につくったのです。」（須藤館長）

また、島内には古墳が多く存在。特に壱岐の古墳には変わった特徴があると松見さんはいう。

「大きな古墳は豪族の権威の象徴であり、それは他の古墳と変わりませんが、ひとりの権威者のためではなく、家族単位で、まるで現在の墓のような感覚でつくられているのです。双六古墳は丘の上にあり、四方海が見えたわけです。支配していることがこの島に来ただけでもわかるのです。対外的には古墳をつくるような豪族がたくさんいる島として威喝の効果は十分にあったと考えられます。」（松見学芸員）

また、古墳に使われた石も特徴的だという。

「島内の巨石が使われています。火山活動の過程でできた島である、壱岐の玄武岩の自然石を使ってつくられたものなんです。」（須藤館長）

インタビュー：
須藤資隆さん（壱岐市立一支国博物館館長）
松見裕二さん（壱岐市地域振興部文化スポーツ振興課文化財班）

離島では珍しい豊富な地下水、水田の多さはまさに奇跡。

壱岐島の水田

ここで、壱岐島の魅力のひとつ、水田の多さに注目したい。縄文時代から稲作が盛んだったらしく、弥生時代、古墳時代、やがて訪れる元寇、豊臣秀吉による朝鮮出兵、そして、最も稲作を拡大させたのが江戸時代の平戸藩の政策であり、それが見事に現在へとつながっている。

壱岐島の自然や地質、地層を長年にわたり山内正志さんに話を伺った。

「壱岐島は、およそ4,000万年から3,000万年前の古第三紀（漸新世）に海底で堆積してできた厚い砂と泥の層（勝本層）が地殻変動で隆起してできました。その後、長期の火山活動で湯本～筒城線上では断層が生じ、地層の弱い所を突きぬいて、次々とマグマが噴出。おもに流れやすい玄武岩流が何回も流出して島全体をおおい、なだらかな溶岩台地となりました。溶岩流の間には火山噴出物の砂泥、砂石、砂礫、軽石質の凝灰岩などの層があり、長い時間をかけて浸み込んだ水はこの層に含まれて、地下水脈となって湧き水となり島を潤し稲作などの作物や人々の暮らしを助けてきたんです。」（山内正志さん）

稲作が盛んな平地は人の力でつくられた。

壱岐島に広がる水田のある平地。普通に考えるとこの平地があったから、壱岐島は豊かだったのだろうと思う。しかし、山内さんはいう。

「そもそも平地があったわけではないのです。 壱岐島には平地が少なく、幡鉾川、谷江川、刈田院川の流域の沖積平地と小さい川の下流のわずかな平地で稲作は行われてきました。現在のようになったのは、江戸時代の平戸藩による干拓工事で平地を造成させて水田にしたためです。財力のある鯨組が命じて陵を掘り、湿地や海岸を埋め、島民は労働力を提供して日銭を得ました。

平戸藩は厳しい地割制度＊1で、一般島民に屋敷地と前畑（野菜畑）と背戸の山（防風のため）を与え、あとはすべて各戸の労働力に応じて貸し与え5年～10年ごとに割りかえました。そのことが壱岐島の農家が散村となった理由です。」（山内正志さん）

つまり、この島の平地は「自然にできた」のではなく、「つくられてできた」平地なのであった。

＊1 ある一定の土地を共有とし、一定期間を限ってその土地の住民に割り当てて使用させ、期間が過ぎると割り当てなおした制度

お話を伺った山内正志さん

インタビュー：
山内正志さん（壱岐島の自然、地質・地層研究者）

03 生活に信仰が浸透した神が宿る島

壱岐は、古来より神々とのゆかりが深い場所として語られてきた。現在でも、神奈川県川崎市の面積よりもやや小さい島内に、大小合わせて約1,000ともいわれる神社や祠が点在。まさに神々の土地で至るところにその息吹を感じることができるのだ。

島の歴史と文化。1,000あるという神社や祠。

壱岐島は歴史ある島として有名であり、歴史に積み上げられた文化を随所に垣間見ることができる。島の特長として取り上げられるのが神社の多さだ。
神社庁に登録されているだけでも約150社、それ以外の神社が約150社あり、計300社はあると聖母宮の宮司・川久保匡勝さんはいう。

さらに、この島には「地の神」と言われる小さな石祠などをすべてを合わせると1,000を超えるというのだ。さらには各家庭にはほとんどあるといって過言ではないほどに神棚が祀られている。「神々が宿る島」と言われる所以だ。
また、島内を車で走っていると道に突然神社の鳥居が現れることもしばしばある。「人間至る所に青山あり」というが、壱岐島では「島内至る所に神社あり」なのである、コンパクトな島だけに、その数のインパクトは存分に感じてもらえることだろう。

壱岐島の魅力を発信する原の辻一支国王都復元公園指定管理者の伊佐藤由紀子さんはいう。
「神棚が島の人の家には普通にあります。それぞれ、仏教なども信仰していますが、神社神道はこの島では当たり前なのです。“火の神”“山の神”“水の神”といった神を神棚とは別に祀っている家も少なくありません。生活の中に神の存在が息づいているのです。元寇後、壱岐に移り住んだ人達が、自分の近くに氏神様を祀りたいという思いから自分の家の中や近くに神をお祀りしたのではないでしょうか？　それが神社の多さの理由に繋がっていると思います」（伊佐藤由紀子さん）

「神社の多さから神への信仰心が伺えます。これは漁師が多いことに起因するのだと思われます。当時は、命懸けで漁をする夫を女性は陸で待つしかない。だから神に祈ることしかすがるものがなかったわけです。神に頼ることがこの島の生活のリズムだったのだと考えられます。」（松見さん）

これだけの神社がある壱岐島のことを「島全体が鎮守の杜」と呼んだ人がいたそうだ。言い得て妙だが、島の自然の豊かさもまた神を祀るためのものだと考えると、まさにその通りなのだ。

「壱岐のモンサンミッシェル」と呼ばれる小島神社

インタビュー：
川久保匡勝さん（聖母宮83代目宮司）
伊佐藤由紀子さん（NPO法人・一支國研究会理事長）
松見裕二さん（壱岐市地域振興部文化スポーツ振興課文化財班）

壱岐神楽は必見！

お話を伺った川久保匡勝宮司

そして、壱岐島には神事芸能として「壱岐神楽」が700年前から続き、いまも残り、続けられている。国指定重要無形文化財に指定され、壱岐の神社に奉職する神職にしか舞や伴奏をすることが許されない神聖なものだ。舞や芸能の古くからの形は狭いところで行われたという。「壱岐神楽」はたたみ2畳の上で舞う。秋から冬にかけてほぼ毎日奉納されているので、タイミングが合えば、ご覧いただきたい。約40分の舞台となる。

「壱岐神楽を守るため、他に兼業を持たれ神主をされる方もいたほどです。壱岐神楽は一般の人は舞えず、神主しか舞えないからです、同時にこうした兼業の神主は少しでも神に近づきたかったのだろうと思われます。壱岐独特の文字ですが、注連縄の“しめ”をこちらでは之繞（しんにょう）に神で『逊』と書きます。神への想いが感じられます」（須藤館長）

月の神様 月讀命（ツクヨミノミコト）を祀った月讀神社

壱岐の総鎮守である「住吉神社」

海を見下ろす絶景にたつ「龍蛇神社」

インタビュー：
川久保匡勝さん（聖母宮83代目宮司）
須藤資隆さん（壱岐市立一支国博物館館長）

04 文化を大切に進化する壱岐

平成30年「SDGs未来都市」「自治体SDGsモデル事業」に選定された壱岐市。今回、篠原一生市長に壱岐の文化についてインタビューを実施。島民同士が持つ“助け合いの精神「結」”によって、様々な新しい新事業が生まれている事がわかった。

市民にある「結」の心と「進取」の革新

篠原一生市長にお話を伺った。市長は「結」という壱岐島特有の言葉を使っていた。これは「助け合う」とか「互助」の精神を表す素晴らしい言葉であり、壱岐島の土地柄、人柄を一言で表す良い言葉。

「この島は新しい文化を受け入れやすいと言っても良いかもしれません。私の座右の銘は“進取”。過去のことにとらわれず、何でもやろうということです。この島の文化が新しいものを取り入れようという気持ちであり風土です。よく、他所から来た人を排他的に扱うところもありますが、壱岐は歓迎します。「ようこそ」と言って迎え入れる島です」

そういった背景からか壱岐島に移住者が増え、こうした移住者が壱岐島を良くしたいと思うというような、良い循環を産んでいるのも頷ける。

「芦辺浦をはじめ、島民が先頭に立ち町づくりをして、新しく生まれ変わっているところも多くあります。積極的な財源の確保によって、市民の生活が豊かになる、移住者が来やすくなる、観光としての誘致がしやすくなると言ったことを実現できるわけです」

住みやすく、暮らしやすい島づくりが成功している証だ。

助け合いの精神が生んだ新事業

「島には“結”の心があります。根底には神の島としての大きな歴史があるわけです。大変だろうと思ったら助けに行く、「結」の心が根付いている、そんな島です」

そんな助け合いの精神「結」がまた新たな取り組みを生み出したとも言えるのが「エンゲージメントパートナー制度」。企業等との連携で壱岐市をベースに新たな事業を生み出していこうという試み。「壱岐市の将来をつくる事業として「エンゲージメントパートナー制度」があります。それは壱岐市が企業とパートナーシップを構築し、壱岐市を通して地方、日本、世界の持続可能な社会を創造するという趣旨の制度です。企業には壱岐市での活動に際し、フリーウィルスタジオ（島外の企業のサテライトオフィスとして、壱岐を満喫しながら仕事をする新しい働き方の提案）やシェアハウスなどのサポートをします。企業には市役所の事業への連携などを含め、イノベーションを起こしてもらいたいというものです」

壱岐市のあり方を外の力を借りながら一層進んだ未来を創り出す制度だ。

インタビュー：
篠原一生さん（壱岐市長）

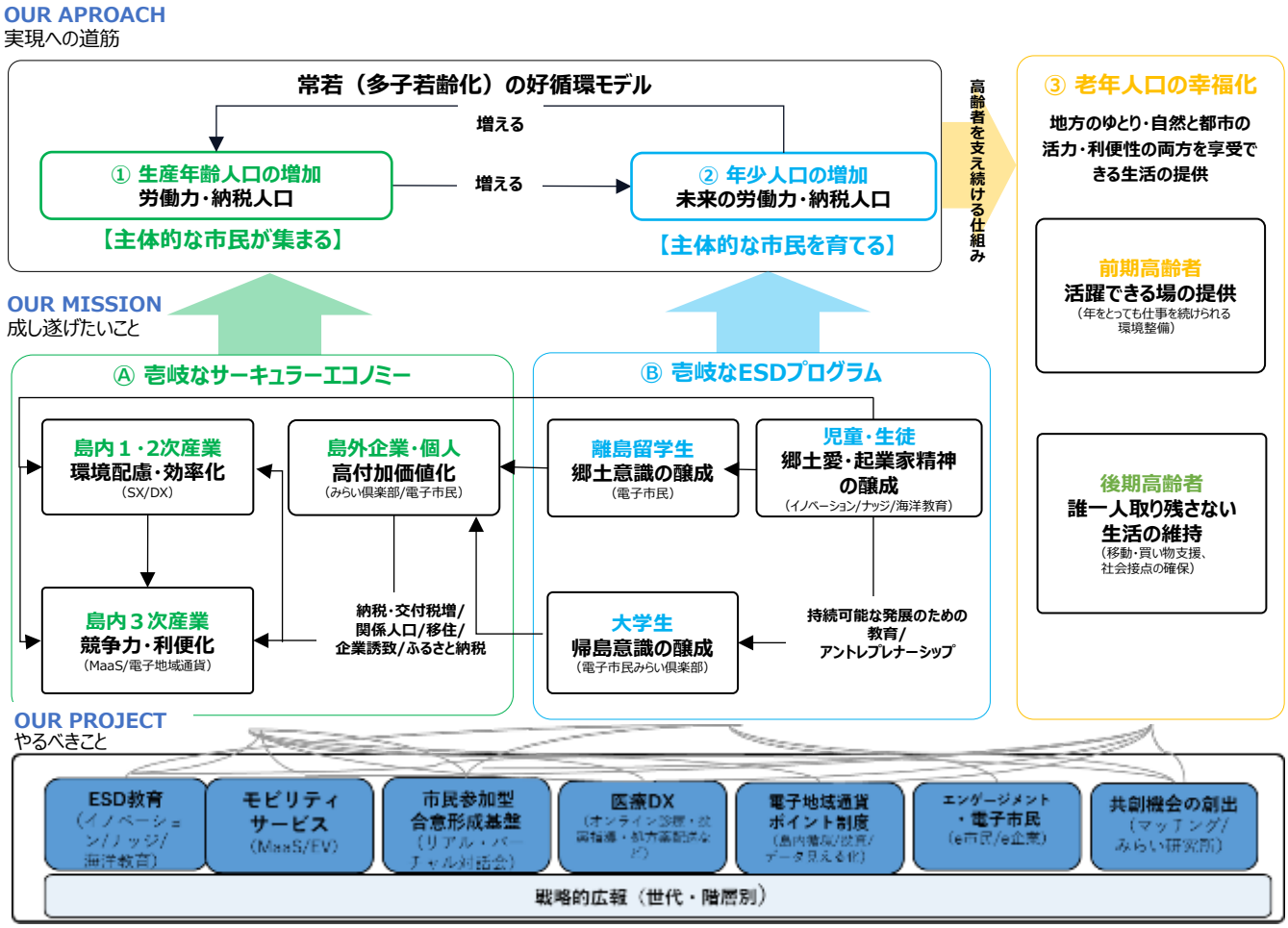
現在30社が登録している壱岐市エンゲージメントパートナー制度とは

壱岐に共感や愛着を持ち、主体的に貢献しようとする企業・団体等を登録する制度。パートナー企業は、壱岐のワーケーション施設を体験利用でき、この体験利用をきっかけに、市内事業者や市民と直接触れ合うことで、企業として壱岐で実現できることを目指すことができる。※2025.4月末時点

壱岐市パートナー締結一覧表(PDFファイル:1.5MB)

※一部抜粋

壱岐市が目指す未来
「誰もが自分らしく幸せに暮らし続けることができる社会の実現」



【壱岐　文化トピックス】
「ながさきピース文化祭２０２５」※イベント内容等変更する可能性あり。

開催期間：9月14日～11月30日

壱岐市では、壱岐文化団体協議会や壱岐市美術協会等を中心に多くの文化・芸術の継承を担ってきた。また、太古より残されてきた古墳や遺跡の保護はもちろんのこと、無形民俗遺産も多く、催事を彩る神楽や祭囃子なども代々後世に伝承されてきた。
食に関する伝統も継承され郷土料理や焼酎作りといった文化も島内には根強く残っている。
ながさきピース文化祭2025壱岐市本大会は、先人が築き上げ継承されてきた「これまでの文化」と若者が築き上げていく「これからの文化」を掛け合わせ、世代を超えて誰もが繋がる島、「文化の島・壱岐」を構築していくため、「ながさきピース文化祭2025」を機に強く壱岐市を日本中に広めていきたい。

①「夏井いつき　俳句ライブ／講演」
・開催期間：「句会ライブ」9月27日（土）/「講演」9月28日（日）　　・開催場所：壱岐の島ホール
俳句経験者も初心者も、どなたでも楽しみながら俳句に触れられるイベントを開催。夏井先生が、会場とコミュニケーションを取りながら、軽快なトークで俳句の楽しみ方を伝える。

②島の祭典「壱岐市総合文化祭」
・開催期間：11月1日（土）～3日（月）　　・開催場所：壱岐の島ホール全館
壱岐文化協会・壱岐市文化団体協議会（旧４町）・壱岐美術協会、障害者団体、市内の小・中学生、高校生等が、一丸となって作り上げる壱岐最大の文化の祭典。総合司会者として、プレ大会で大好評だった壱岐市観光大使「ちんねん」氏を総合司会としてお招きし、様々な催しを開催。

③”俳句” でつながる新たな交流プロジェクト（仮称）
・開催期間：9月14日（日）～11月30日（日）　　・開催場所：壱岐の島内全域
壱岐市に点在する句碑等（約25基…俳人・河合曾良の句碑等）の整備（看板設置・二次元コード・ＨＰ開設）し、吟行企画等につなげ交流人口の拡大を図る。また、市内の小・中学校へ「投句箱」を設置・募集することで、幅広い世代が「俳句」等に触れ合う機会を創出する。

④次世代とつながる文化推進事業
・開催期間：10月25日（土）～26日（日）　　・開催場所：壱岐の島ホール
ドローンやeスポーツを活用し、これまで継承してきた文化と次世代の文化を融合した事業となるよう仕組みづくりを創出。島内外の様々な団体で創り出す「未来型文化」を目指し、文化で生まれる新たな交流人口の拡大も図る。

⑤「国境の島　伝統文化継承展」
・開催期間：9月14日（日）～11月30日（日）　　・開催場所：一支国博物館他
❶松永安左エ門生誕150周年記念展　❹「元寇～文永・弘安の役」展
❷伝統民謡継承アーカイブ放映　❺原の辻遺跡国特別史跡指定25周年記念展
❸長崎県日本遺産フェスティバル

⑥”まち美”　～私たちのまちづくり美術展～
・開催期間：9月14日（日）～11月30日（日）　　・開催場所：壱岐の島ホール
市内のまちづくり協議会拠点施設を会場に地域で創る美術展等を開催し、誰もが身近に文化を感じ、参画できる仕組みづくりを創出。

⑦第70回　長崎県美術展覧会移動展
・開催期間：11月22日（土）～24月（日）　・開催場所：壱岐の島ホール
美術鑑賞機会の少ない地域において、県展の入賞作品及び開催地在住者の入選作品を展示。

令和6年１０月に「西のゴールデンルートアライアンス」に加盟！

「西のゴールデンルート」とは欧米豪旅行客の多くが、羽田･成田空港を利用し、東京や大阪・京都を訪問しているという状況をふまえ、欧米豪旅行客や高付加価値旅行者をターゲットに、大阪より西側にある自治体の魅力的な観光資源を広域的な周遊ルートとして発信し、西日本・九州の誘客促進につなげることを目的に、福岡市を中心に自治体と民間事業者が加盟し令和5年9月24日に設立された。

壱岐市も令和6年１０月に「西のゴールデンルートアライアンス」に加盟。令和７年度においては、大阪・関西万博や瀬戸内国際芸術祭をはじめとした大型イベントも開催されることから、当該イベントをフックに訪れる欧米豪旅行客を西のゴールデンルートに（壱岐にも）誘客させたい。

「西のゴールデンルート」についてはこちらを参照

https://west-goldenroute.jp

GOLDEN ROUTE TO WEST JAPAN

Discover Unknown Japan.

05 新しい壱岐島をつくる新しい風

豊かな自然と豊富な食材、島全体が鎮守の杜といわれるほどの田園風景は壱岐島の魅力に他ならない。そこには新しいモノ、コトを常に受け入れてきた伝統と歴史があった。「睦MOKUYONN BLD.」「LAMP 壱岐」「アイランドブルワリー」「クロスポート武生水」はそれぞれに島の良さを捉え、現代に活かそうとしている。

常に変わり続ける空間「睦MOKUYONN BLD.」

「睦MOKUYONN BLD.」は木造４階建てのビルディング。1階から4階までが吹き抜けになっている木造建築は日本ではほぼない。

館内に入るとその吹き抜けに開放感を感じる。全館に無垢材の木肌が目に入り、人の気持ちを穏やかにしてくれる気さえする。裸足で歩きたくなるような贅沢な空間演出は無垢材へのこだわりゆえだろう。1階のカフェに2階から上は宿泊施設とコワーキング施設を展開している。

「睦MOKUYONN BLD.」を手がけた松本隆之さんは「環境負荷の小さい形で設計を考えたら、丸太から削り出した無垢材をシンプルに表現することに辿り着きました」という。

約4000坪ある土地に無農薬農場の研究所を計画している。現在でもいちじく、ブルーベリー、イチゴなどを栽培しているが、今後はさらに増やしていくことが予想される。ツリーハウスや子どもの遊び場もつくり、常に変わり続ける空間を目指しているという。

“渋いい”新しい壱岐の原動力「LAMP 壱岐」「ISLAND BREWERY」

「LAMP 壱岐」は1900年代前半に建てられた3階建ての旅館をリノベーションした旅館。6部屋の個室とドミトリー、コワーキングスペースと名物のサウナが別館の5階に併設されたモダンな空間。

隣の酒蔵をリノベーションした建物には食堂があり、朝食は勝本の朝市で仕入れた干物をコンロで焼いて食べる演出もある。支配人の井手明夫さんは「３階建ての木造に価値があると感じました。古い建築物なので、軋みや揺れもありますが、それを“渋いい”と言っています。LAMP壱岐が新しい勝本をつくっていく原動力になりたいと思っています」と。

「LAMP壱岐」の目の前にあるのが「ISLAND BREWERY」。古くから麦焼酎と日本酒をつくる造り酒屋。それを５代目が歴史ある酒蔵をリノベーションしてクラフトビールをつくり、壱岐島の人気スポットになっている。島内の飲食店でも生ビールのサーバーを置いている店もあり、島の新しい名物となっている。

インタビュー：
松本隆之さん（睦MOKUYONN BLD.）
井手明夫さん（LAMP壱岐）

新しい生活や事業が始まる場所「クロスポート武生水（むしょうず）」

お話を伺った秋山卓司さん

・クロスポートができるまで

壱岐で「電動トゥクトゥク」という三輪の小型電動車両のレンタル事業を始めるための場所を探していたところ、元はJAの出張所だった空きビルを紹介してもらいました。壱岐にはこのビルのような40～50年の空きビルが多くあります。築50年近いこのビルは建設当初の役割は終えたわけですが、ここで新たな役割を担ってもらうことで「昭和のビルに第二の人生を」というのがリノベーションの目標となりました。

2021年当時、私は「壱岐テレワークセンター」を拠点にしていました。同施設は「魏志」倭人伝に一支国の王都として登場する「原の辻遺跡」内という稀有な立地にあり、弥生時代に想いを馳せつつ仕事ができるすばらしい場所です。ただ、逆にいえば必ずしもアクセスの良い場所ではありませんでした。

壱岐の玄関口である郷ノ浦港から徒歩10分程度という元JA出張所の立地を生かして「民間版テレワークセンター」を企画し、大規模修繕を兼ねたリノベーションを経て、コワーキング・ワーケーション施設として、また、前述の車両レンタルの拠点として「クロスポート武生水(むしょうず)」を2022年4月に開業しました。

・クロスポートのコンセプト

クロスポートは以下の３つのテーマを掲げています：

1.壱岐において先行して顕在化している様々な課題に対して新しい技術やアイデアでその解決に挑戦する人と企業を誘致すること

2.進出を検討している企業や移住者への情報提供や支援活動を可能とするプラットフォームとコミュニティを形成すること

3.潜在的な需要を掘り起こし「地消地産」と人材における「経験の循環」を実現すること

私たちは新しい何かを島に持ち込むこと以上に島に既にある何かをどう残していくかが重要だと感じています。「地産地消」というよりも「地消地産」を意識して、島で必要なモノ・コト・ヒトをなるべく島の中で賄えないかをまず考えたいと思います。

離島は「解決すべき課題にあふれていること」や「新しいことを始める余白があること」を魅力に感じる人にとっては、またとない舞台となるでしょう。クロスポートはそんな想いをもつ人々が集い、共鳴し合う場所になることを目指しています。

インタビュー：
秋山卓司さん（クロスポート武生水）

新しい生活や事業が始まる場所「未来派カゾク農園」

「未来派カゾク農園」の松本和文さんは美容師をしながら、奥様の幸子さんとふたりで無農薬、無化学肥料、無除草剤で農業を始めた。「壱岐島をオーガニックの島に！」との思いは高齢化や農業離れから増える休耕地を活用。開墾から種まき、収穫までを「カゾク」と呼ぶ野菜づくりの喜びを共有できる人たちと行なっている。

「最初はにんにくから始めました。ただ、種を見に行くと中国産ばかりでした。そこで探して食べ比べて見つけたのが愛媛の在来種でした。島から出る生ごみ、たとえばアイランドブルワリーさんの麦の搾りかすや真珠貝の殻など、いままで捨てられていたものを島内で再利用する意味でも使っています」

今では少しずつ栽培の品種を増やしている。壱岐島のオーガニック計画は魅力的。コンパクトな島だから可能な新たな循環型社会が見えてくる。

お話を伺った松本和文さん

療養規定値約15倍の高濃度温泉「湯本温泉郷」

湯本温泉の魅力を温泉ソムリエでもある平山旅館の平山真希子さんに話を聞くと。

「湯本の温泉は５世紀神功皇后が三韓出兵の折に発見し、神功皇后の子である応神天皇の産湯として使われたと言われるほど歴史ある温泉。1700年以上の歴史を誇る、わが国でも屈指の古湯であり、赤褐色の濁り湯で源泉温度が６０度以上、温泉の規定値の15倍以上の濃い成分を持つ、名湯です。

この地のお湯に浸かり、子どもを授かった人も多く、「子宝の湯」と呼ばれ人気があります。この湯本の温泉成分を調べると、規定値のなんと約15倍の高濃度温泉だということがわかりました。泉質は「ナトリウム-塩化物温泉」で塩類泉とも呼ばれていますが、たくさんの成分が混合しています。家庭用入浴剤と比べると90倍以上のミネラル分の濃さです。そして、この地域の温泉はすべての施設が自家源泉掛け流しです。さらには全温泉施設に温泉ソムリエが常駐しています」

壱岐島は温泉マニアを唸らせる温泉地でもあった。

インタビュー：
平山真希子さん（平山旅館）
松本和文さん（未来派カゾク農園）

06 島内7軒がミシュラン掲載のグルメ島

島内にはわずか100軒ほどしか飲食店が残っていないにも関わらず（島民は2万4000人弱）、そのうち「ミシュランガイド福岡・佐賀・長崎2019特別版」に5軒が紹介されている。さらには「ミシュランガイド」で栄えある「５パビリオンの旅館」も1軒あるというのだ。

日本離島初５パビリオンの旅館「壱岐リトリート 海里村上 by 温故知新」

「壱岐リトリート 海里村上 by 温故知新」は、日本の離島で初めて「ミシュランガイド」にて“豪華で最高級である５パビリオンの旅館”として紹介された温泉旅館。館内に足を踏み入れるとすぐ目の前に広がる大きな窓から、壱岐島の自然豊かな海を一望できる。その圧倒的な景色、いや絵画のような演出に息を飲む。何もしない贅沢な時間を過ごして癒され、刻々と変わる穏やかな海景を眺めているだけでも旅の魅力を感じられる。総支配人であり、総料理長を務める大田誠一さんは、「当館は自然と向き合って過ごせる場所を目指しています。特に料理において地産地消ができるのは壱岐ならでは。あえて他から仕入れなくても、この島は海と山の豊かな自然に囲まれ、さまざまな食材に恵まれています。実は年間を通してベースのメニューは変えていません。いつもの料理があることで、「壱岐リトリート 海里村上 by 温故知新」に行きたいと思ってくださるのはありがたいことです」という。

〈壱岐リトリート 海里村上〉
料金：2名1室利用時 お一人様 ¥51,000円～
（1泊2食付 、消費税込）
客室：全12室・全室源泉露天風呂付・オーシャンビュー
アクセス：お車で芦辺港より約15分、郷ノ浦港より20分

壱岐の顔でもある日本旅館「平山旅館」

「ミシュランガイド福岡・長崎・佐賀2019」の旅館部門に紹介されたのが、平山旅館。平山旅館の特徴は食材のほぼ100%が壱岐産であることはもちろん、できる限り自分たちで調達していること、また循環型社会の取り組みを先代からやり続けていることだろう。

平山旅館の女将、平山真希子さんによると「平山旅館の料理の野菜は自家栽培がメインです。それだけでなく、魚介類や山菜を海や山から自らとってきて、さらに鳥や馬を飼い、養蜂までもしています。20年以上前から先代女将が無農薬での野菜づくりをはじめ、2023 年には有機JASの認定を取得。鳥は名古屋コーチンや烏骨鶏、ほろほろ鳥など100羽以上飼っていて、馬も飼っています。これらの動物たちが旅館の調理過程で出た野菜クズや旅館の残りものなどを食べるので、旅館から生ごみは一切出ません。美味しいものばかりを食べている鳥が産んでくれた美味しい卵はお客様のお食事に出しています。鳥や馬のフンや、食事で出すウニの殻などは畑の肥料として還元しており、旅館の中で自然の循環型社会を実現しております。」

〈平山旅館〉
料金：お一人様¥16,500～（1泊2食、消費税込）
客室：全8室
アクセス：郷ノ浦港・芦辺港より約15分

インタビュー：
大田誠一さん（壱岐リトリート 海里村上）
平山真希子さん（平山旅館）

壱岐のミュシュラン掲載店

牧場直結の壱岐牛専門店「うめしま」

〈味処うめしま〉
営業時間：11:30～14:30　17:30～21:30
店休日：水曜日
メニュー：サーロインステーキ
　　カルビ定食
アクセス：芦辺港より徒歩2分

連日満席の大人気店「まる辰」

〈お食事処まる辰〉
営業時間：18:00～23:00
店休日：日曜日
メニュー：鯛茶漬け、イカの活き造り、
　　壱岐七ふく神「とらふく会席」
アクセス：郷ノ浦港より車で5分

本格ピザ窯で焼く専門店「Pizzeria Potto」

〈Pizzeria Potto〉
営業時間：18:00～24:00
店休日：不定休
メニュー：マルゲリータ
アクセス：郷ノ浦港から車で約20分

飲んで泊まれる居酒屋「ふうりん」

〈味処ペンション ふうりん〉
営業時間：11:30～14:00/17:00～23:00
店休日：月曜日、第３火曜日
メニュー：ふうりんの握り
　　刺身盛合せ 巻きもの盛合せ
　　海鮮丼
　　壱岐牛のローストビーフ
アクセス：印通寺港より車で３分程度

生うに丼と壱岐牛を同時に楽しめる「みうらや」

〈お食事処 みうらや〉
営業時間：11:00～21:00
店休日：不定休
メニュー：生うにのぼっかけ丼（4月～6月上旬）
　　磯飯丼
　　あわびのステーキ
　　壱州牛サーロイン
アクセス：郷ノ浦港より徒歩7分

07 壱岐を彩る観光とアクティビティ

■ 壱岐を彩る観光スポット

筒城浜（つつきはま）海水浴場

壱岐随一の美しさを誇る天然の白砂ビーチ。透明度抜群のエメラルドグリーンの海が目の前に広がります。夏になるとビーチ内に海の家が設けられ、人気のアクティビティが楽しめます。

無人島・辰の島クルージング

「日本の快水浴場百選」の辰ノ島。壱岐随一の透明な砂浜の渚、エメラルドグリーンの海と手つかずの自然を満喫。奇岩・断崖絶壁を海から見上げる島巡りクルージングがオススメです。

少弐（しょうに）公園キャンプ場

「弘安の役」の古戦場跡としても有名な場所。壱岐の美しい景色とともにデイキャンプや、磯釣り、周辺散策など壱岐の自然を満喫することができます。

小島神社

「壱岐のモンサンミッシェル」小島神社。干潮時の前後、数時間のみ参道が現れ参拝できます。幻想的かつ神秘的な風景や自然に守られた現代の神域を感じられるスポットです。

■ 壱岐の豊かな自然を感じるアクティビティ

サイクルツーリズム

海を眺めながらロードバイクで島めぐり。
九州最大級のサイクルロードレース「ツール・ド・壱岐島」が毎年6月に開催されています。

マリンアクティビティ

きれいな海を満喫できるマリンアクティビティが豊富です。SUPやカヤック、バナナボート、シュノーケル、スキューバダイビング、サーフィン、ジェットスキー等が体験できます。

08 壱岐島モデルコース

太古の浪漫に浸るプラン

1日目

10：30　博多港
高速船
11：35　芦辺港
車・レンタカー　15分
11：50　昼食（芦辺エリア）
車・レンタカー　15分
13：00　壱岐市立一支国博物館
車・レンタカー　5分
14：10　原の辻一支国王都復元公園
車・レンタカー　10分
15：10　小島神社（内海湾）
車・レンタカー　15分
16：10　鬼凧工房
車・レンタカー　20分
17：00　宿泊施設（湯本温泉泊）

2日目

8：30　宿泊施設出発
車・レンタカー　15分
9：00　猿岩・黒崎砲台跡
車・レンタカー　25分
10：00　住吉神社
車・レンタカー　25分
10：40　双六古墳
車・レンタカー　5分
11：00　鬼の岩屋古墳
車・レンタカー　5分
11：15　月讀神社
車・レンタカー　5分
12：00　昼食（勝本エリア）
車・レンタカー　5分
13：00　聖母宮
車・レンタカー　5分
13：40　文永の役新城古戦場
車・レンタカー　15分
14：30　焼酎蔵見学
車・レンタカー　15分～20分
15：30　お土産ショッピング（郷ノ浦）
車・レンタカー　5分
16：30　郷ノ浦港着
17：10　郷ノ浦港発

壱岐アクティブプラン

1日目

10：30　博多港
高速船
11：35　芦辺港
車・レンタカー　35分
12：10　昼食（勝本エリア）
車・レンタカー　5分
13：30　辰の島遊覧
車・レンタカー　5分
14：30　壱岐イルカパーク&リゾート
SUP、カヤックなどマリンスポーツも可能！
17：00　宿泊・夕食（勝本エリア）
クラフトビールやサウナも楽しんで！

2日目

9：00　宿泊施設出発
車・レンタカー　30分
9：30　郷ノ浦（トゥクトゥクレンタル）
10：00　猿岩
トゥクトゥク　40分
11：00　壱岐王様バナナ農園見学
トゥクトゥク　30分
12：30　ランチ（睦モクヨンビル）
トゥクトゥク　30分
14：30　岳の辻展望台
トゥクトゥク　20分
15：30　お土産ショッピング（郷ノ浦）
16：30　郷ノ浦港着
17：10　郷ノ浦港発

その他のモデルコースはこちらを参照
https://www.ikikankou.com/course

実りの島、壱岐
壱岐観光ナビ

09 壱岐の絶品グルメ

対馬暖流による温暖な気候と豊富な地下水に恵まれた壱岐は、米・野菜・肉・魚・酒など、すべて島内で自給自足が可能なほど、豊富な食材が揃います。四季折々の美味しさがいっぱいの島グルメをご堪能ください。

壱岐牛

壱岐の黒毛和牛はブランド牛として名高く、良質な肉質は柔らかく、霜降りになりやすいことで有名です。島の豊かな自然環境が牛をストレスから解放し、健康な牛が育ちます。

壱岐のウニ

壱岐のウニは美しい海でワカメやひじきなどの海藻類を食べて育つため、大粒で身が締まり甘みが強いのが特徴です。
◎4月～6月中旬　紫ウニ

壱岐剣

壱岐は日本有数の剣先イカの産地。胴長35㎝以上の傷のない美しい剣先イカを「壱岐剣」と呼びブランド化しています。

壱岐の魚介

一年中多彩な海鮮が楽しめる壱岐。脂がのった寒ブリや世界初、豊かな地下水と最新技術を駆使したとらふぐ「壱岐　七ふく神」にも注目。

壱岐焼酎

麦焼酎発祥の地といわれる壱岐。さらに近年は麦焼酎だけでなく、クラフトジン、日本酒、クラフトビールなどのアルコール飲料生産が栄えています。

アスパラガス

壱岐島の減農薬で栽培された美味しくて安全なアスパラガスでみずみずしさと甘さが評判。

壱州豆腐

重さ約１kgもある立派な豆腐。大豆を原料に昔ながらの製造で作ります。

ひきとおし

昔から伝わる郷土料理で「お客様を座敷にお通ししてふるまう料理」に由来するひきとおし。鶏ガラをベースに鶏、野菜、そうめんを入れ、ほっこりと心から温まる味わいです。

かすまき

カステラの皮で巻く「かすまき」。皮は薄くあんは小豆のこしあん。壱岐を代表するお菓子です。

年間わずか900頭しか出回らない幻の肉 「壱岐牛」

壱岐島の繁殖農家で生まれ、肥育農家で育てられ、島を一度も出ずに育てられた壱岐生まれ、壱岐育ちの「壱岐牛」。子牛は各地のブランド和牛の素牛となるなど、品質を認められている上、現在は年間900頭しか出荷されないので、希少性の高い和牛としても有名です。

美味しさの秘訣「ミネラル豊富な牧草」

海に囲まれた壱岐島では、潮風によってミネラル豊富な牧草が育ちます。その牧草が海からのミネラル分を豊富に含み、肉質を柔らかくします。脂質は「融点が低い」「コクがある」「キレがある」という3つの特徴を持ち、一口食べると芳醇な香りが口の中に広がるのです。

●壱岐牛になるための基準

1.壱岐生まれ、壱岐育ちの黒毛和牛
2.JA壱岐市肥育部会の構成員により肥育
3.指定の飼料「**一支國 配合飼料**」で肥育
4.日本食肉格付協会が実施する「枝肉格付」で、
　肉質等級が五等級、四等級、三等級以上のもの

「壱岐牛」は、上記の厳しい基準をクリアした場合にのみ認められて、出荷されています。

●出荷数は**年間約900頭**

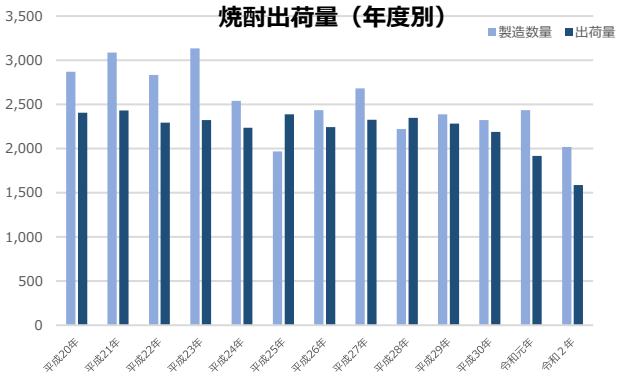
●壱岐牛の歴史
1778年鎌倉時代に書かれた、国産牛の図説「国牛十図」の中に『筑紫牛』の名で、壱岐産の牛が紹介されている。また弥生時代の「原の辻遺跡」から、家畜牛の骨が発掘されていることから古くから壱岐が、牛の産地であったことがわかる。

500年の歴史と麦焼酎発祥の地 「壱岐の麦焼酎」

壱岐は麦焼酎の発祥の地といわれ、酒造会社が島内に７社ある。1995年に壱岐市はWTOから壱岐焼酎の地理的表示の産地に指定された。壱岐焼酎は米麹３分の１、大麦３分の２を原料として仕込み、単式蒸留器で蒸留した本格麦焼酎で、麦の香りと米麹の甘みが特長です。

美味しさの秘訣「壱岐の地下水」

壱岐の土台層である玄武岩層によって、長い年月をかけて磨かれたミネラル豊富な地下水。ミネラルが豊富で清廉な壱岐の地下水は、「壱岐」の重要な原料の1つであり、原料処理から蒸留した原酒の割水まで様々な面で使用されます。
製造工程では、壱岐の地下水により発酵が順調に促され、「壱岐焼酎」に厚みのある味わいを与えるほか、割水に用いることによりキレの良い飲み口を引き立たせています。さらに、地域それぞれの地下水も味わいに違いがあるため、蔵の数だけ美味しさの違いがあります。壱岐島内の水を使用したものだけが「壱岐焼酎」を名乗ることができます。



資料：壱岐酒造協同組合

10 数字で見る壱岐

人口
23,399人
令和7年3月末時点

面積
139.42 km²

世帯数
11,216世帯
令和7年3月末時点

移住者人口
707人
平成29年～令和7年合算

移動時間（関西）
最短 約4時間
乗り換え時間含まず

移動時間（東京）
最短 約3時間
乗り換え時間含まず

平均年齢
52.8歳
令和7年3月末時点

総生産額（漁獲高）
19億9,000万
令和7年時点

ワーケーション人口
1,373人
令和5年時点
島外からの利用者数

11 壱岐スケジュール（観光・行事）

	旬のグルメ	観光・イベント
1月	壱岐牛 寒ブリ	1月上旬 壱岐の島新春マラソン
2月		
3月	ひらめ	
4月	うに丼 あじ	辰の島遊覧・渡船の定期運航 春の市
5月	サザエ アムスメロン	ホタル観賞 マリンアクティビティ
6月		6月上旬 ツールド壱岐島
7月	 ヤリイカ	海水浴 7月下旬 郷ノ浦祇園山笠
8月		灯籠流し 8月下旬 壱岐大大神楽公演
9月		
10月	アールスメロン	10月中旬 壱岐ウルトラマラソン 10/10～14 聖母宮大祭 10/15 勝本港まつり
11月	クエ	
12月		12/20 壱岐大大神楽奉納

12 インタビュー対応

壱岐市立一支国博物館館長
須藤資隆

〈インタビュー可能内容〉
壱岐の歴史

壱岐市地域振興部文化スポーツ振興課
松見裕二

〈インタビュー可能内容〉
壱岐の歴史

壱岐島の自然、地質・地層研究者
山内正志

〈インタビュー可能内容〉
壱岐の地層・地形

聖母宮83代目宮司
川久保匡勝

〈インタビュー可能内容〉
壱岐の神社・信仰

NPO法人・一支國研究会理事長
伊佐藤由紀子

〈インタビュー可能内容〉
壱岐の民俗風習・文化

壱岐市長
篠原一生
〈インタビュー可能内容〉
壱岐のSDGs活動

■各スポット

平山旅館
平山真希子

未来派カゾク農園
松本和文

壱岐リトリート 海里村上
大田誠一

睦MOKUYONN BLD.
松本隆之

LAMP壱岐
井手明夫
＊R６年５月に転出

クロスポート武生水
秋山卓司

壱岐市東京事務所
Tel：03-5962-9906　MAIL：ikicity-tokyo@i.email.ne.jp

壱岐市企画振興部　観光課
Tel：0920-48-1300　MAIL：iki-kankou@city.iki.lg.jp

（一社）壱岐市観光連盟
Tel：0920-47-3700　MAIL：info@ikikankou.com

壱岐の観光情報は「壱岐観光ナビ」を御覧ください