伊豆

大地の息吹を感じる 感動の旅へ

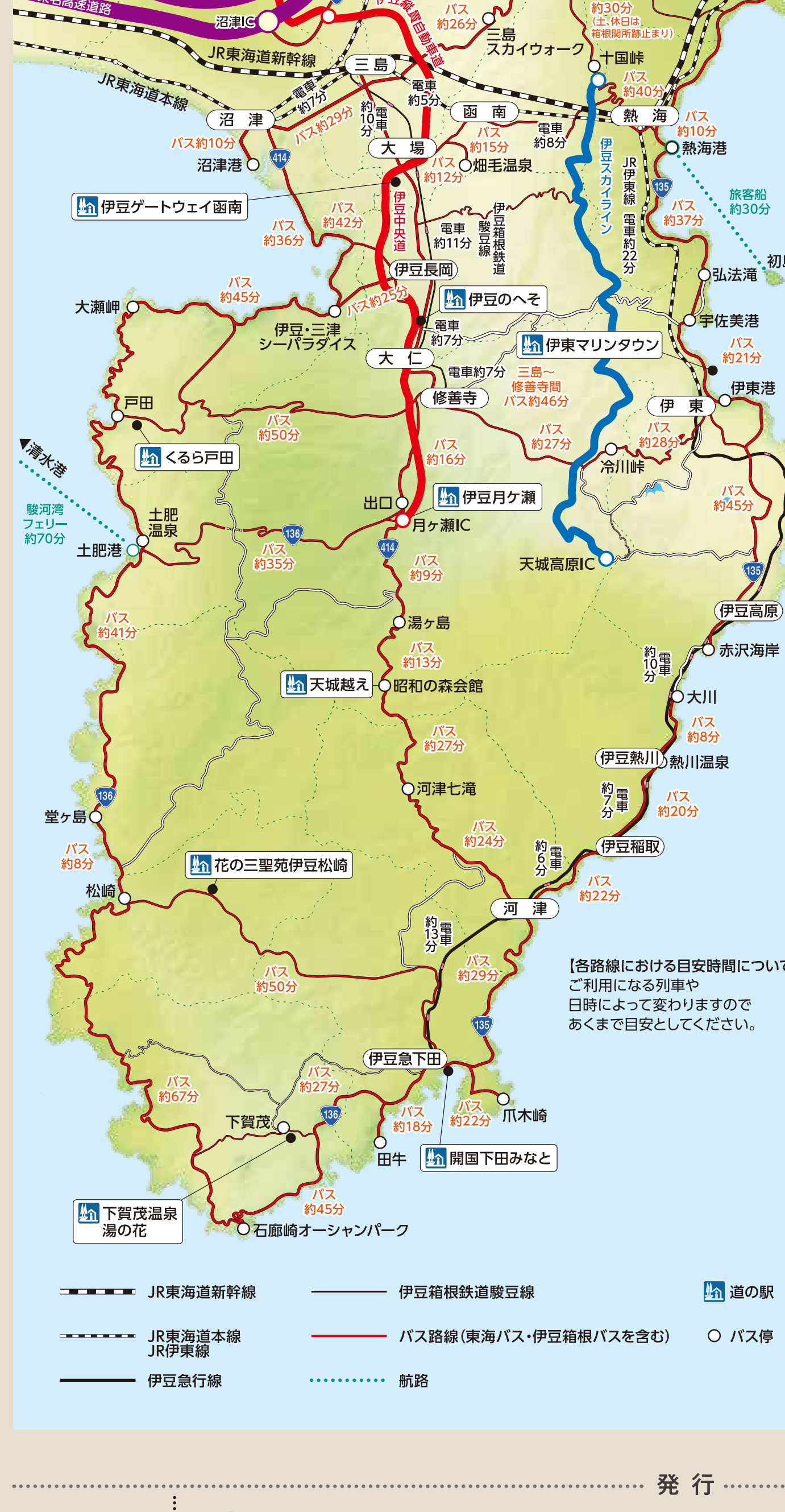
大室山
約4000年前に噴火した火山。毎年の山焼きによって、プリン型の美しい山体が維持されています。リフトで山頂に登ると360度の眺望が広がります。

三島スカイウォーク
長さ400mの日本最長の人道橋。晴れた日は富士山がくっきり。ハーネスを使って天空を滑走するロングジップスライドなどのアクティビティも人気。

龍宮窟
海食洞の天井が崩れて天窓が開いた洞窟。上からのぞき込むとハート形に見えます。

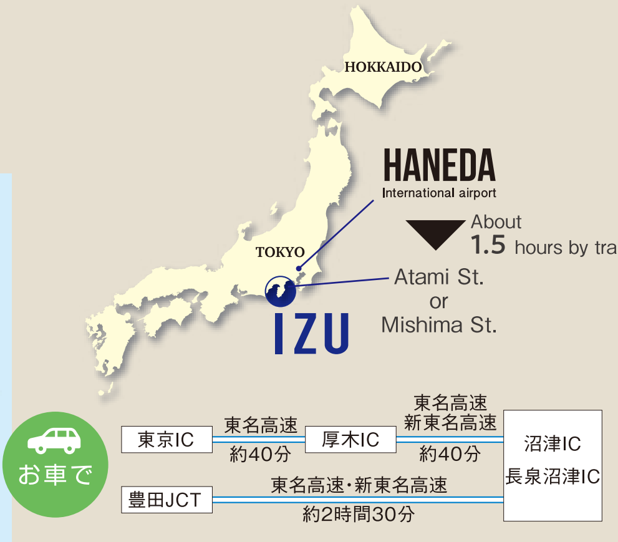
河津桜
毎年2月上旬から3月上旬まで河津桜まつりが開かれます。ひと足早く春めいた気分を味わえるのも暖かい伊豆ならでは。

IZU ACCESS MAP



御殿場IC
東京方面
至 新大阪・京都・名古屋
新東名高速道路
東名高速道路
裾野IC
長泉沼津IC
沼津IC
元箱根港
元箱根
バス約27分
伊豆縦貫自動車道
バス約26分
三島スカイウォーク
バス約30分（土休日は箱根関所跡止まり）
十国峠
JR東海道新幹線
JR東海道本線
三島
電車約5分
電車約7分
バス約29分
沼津
函南
熱海
バス約40分
バス約10分
約10分 電車
バス約10分
沼津港
大場
バス約15分
電車約8分
熱海港
畑毛温泉
伊豆ゲートウェイ函南
バス約12分
バス約42分
バス約36分
伊豆中央道
伊豆スカイライン
JR伊東線 電車約22分
伊豆箱根鉄道駿豆線
電車約11分
旅客船約30分
バス約37分
初島
伊豆長岡
バス約45分
大瀬岬
バス約25分
伊豆のへそ
伊豆・三津シーパラダイス
電車約7分
宇佐美港
伊東マリンタウン
バス約21分
大仁
電車約7分
三島～修善寺間 バス約46分
伊東港
戸田
修善寺
伊東
バス約50分
バス約27分
バス約28分
伊豆急行線 電車約20分
清水港
くるら戸田
バス約16分
冷川峠
駿河湾フェリー約70分
土肥温泉
出口
伊豆月ケ瀬
月ヶ瀬IC
バス約45分
土肥港
バス約35分
バス約9分
天城高原IC
伊豆高原
バス約41分
湯ヶ島
バス約13分
約10分 電車
赤沢海岸
天城越え
昭和の森会館
大川
バス約8分
バス約27分
伊豆熱川
熱川温泉
河津七滝
約7分 電車
バス約20分
堂ヶ島
バス約8分
バス約24分
約6分 電車
伊豆稲取
花の三聖苑伊豆松崎
松崎
河津
バス約22分
約13分 電車
バス約50分
バス約29分
伊豆急下田
バス約67分
バス約27分
下賀茂
バス約18分
バス約22分
爪木崎
田牛
開国下田みなと
下賀茂温泉 湯の花
バス約45分
石廊崎オーシャンパーク
JR東海道新幹線
JR東海道本線 JR伊東線
伊豆急行線
伊豆箱根鉄道駿豆線
バス路線(東海バス・伊豆箱根バスを含む)
航路
道の駅
○ バス停

【各路線における目安時間について】
ご利用になる列車や
日時によって変わりますので
あくまで目安としてください。



HOKKAIDO
HANEDA
International airport
About 1.5 hours by train
TOKYO
Atami St.
or
Mishima St.
IZU

お車で
東京IC ― 東名高速 約40分 ― 厚木IC ― 東名高速 新東名高速 約40分 ― 沼津IC 長泉沼津IC
豊田JCT ― 東名高速・新東名高速 約2時間30分 ― 沼津IC 長泉沼津IC

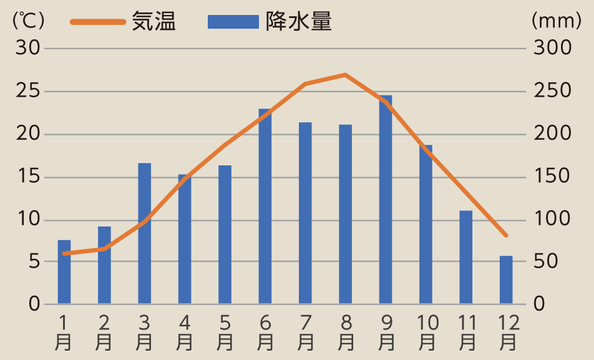
電車で
東京駅 ― 新幹線 約50分 ― 熱海駅
新大阪駅 ― 新幹線 約2時間30分 ― 三島駅

フェリーで
清水駅 ― バス ― 清水港 ― フェリー 70分 ― 土肥港

観光案内

- **ながいずみ**観光交流協会 Tel.055-988-8780
- **沼津**観光協会 Tel.055-964-1300
- **函南町**観光協会 Tel.055-978-9191
- **伊豆の国市**観光協会 Tel.055-948-0304
- **伊豆市**観光案内所 Tel.0558-99-9501
- **戸田**観光協会 Tel.0558-94-3115
- **西伊豆町**観光協会 Tel.0558-52-1268
- **松崎町**観光協会 Tel.0558-42-0745
- **三島市**観光協会 Tel.055-971-5000
- **清水町**ゆうすい未来機構 Tel.055-975-7155
- **熱海市**観光協会 Tel.0557-85-2222
- **伊東**観光協会 Tel.0557-37-6105
- **東伊豆町**観光協会 Tel.0557-95-0700
- **河津町**観光協会 Tel.0558-32-0290
- **下田市**観光協会 Tel.0558-22-1531
- **南伊豆町**観光協会 Tel.0558-62-0141

平均気温・降水量（三島市）



発行

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization
Izu Peninsula UNESCO Global Geopark
伊豆半島ジオパーク IZU PENINSULA GEOPARK

伊豆半島ジオパーク推進協議会
Tel.0558-72-0520
伊豆市修善寺838-1
（修善寺総合会館内）
https://izugeopark.org/

IZU 美しい伊豆創造センター Izu-peninsula Tourist Bureau

(一社)美しい伊豆創造センター
Tel.0558-72-0280
伊豆市修善寺838-1
（修善寺総合会館内）
https://izu-trip.com

景観

GREAT VIEW

火山の造形、変化に富む地形。それは次世代への大切な資産

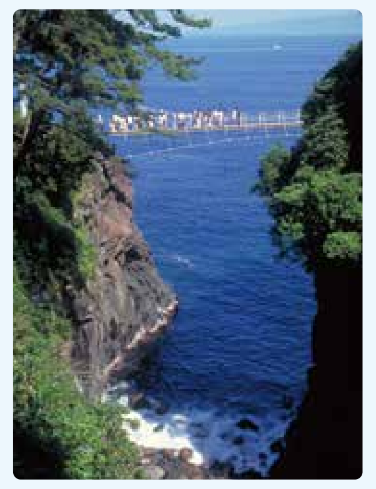
堂ヶ島天窓洞
遊覧船で海食洞の中まで入れます。天窓から光が射し込むのは神秘的な雰囲気で「青の洞窟」とも呼ばれています。

だるま山からの景色
駿河湾越しの富士山は絵に描いたような景色。1939年のニューヨーク万博に日本を代表する景色の写真として出展されました。

十国峠
標高776mの有数のビュースポット。富士山、南アルプスから三浦半島までのパノラマが広がります。

柿田川
富士山周辺に降った雨や雪が数十年かけて溶岩のすき間を通り抜けて、日量110万トンもこんこんと湧き出しています。

鮎壺の滝
約1万年前に噴火した富士山の溶岩が作り出しました。近くの割狐塚稲荷では溶岩塚など三島溶岩の造形も。



城ヶ崎海岸
大室山から流れ出した溶岩とその後の海食によってつくられた崖。門脇灯台から望む伊豆諸島も絶景。

石廊崎
伊豆半島最南端。遮るもののない大海原が広がります。2019年にオープンしたオーシャンパーク発のガイドツアーがおすすめ。

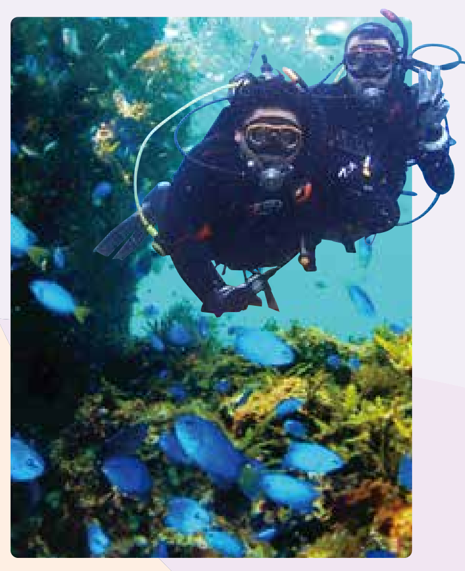
細野高原
10～11月は一面、黄金色のススキに覆われます。伊豆諸島を見渡すビューポイント。

体験

EXPERIENCE

伊豆シャボテン動物公園
動物と触れ合える公園。名物は露天風呂に入るカピバラで、見る人たちに癒しのひとときを与えてくれます。

海に囲まれた伊豆半島はアウトドアレジャーが充実。楽しみ方はそれぞれ



ダイビング
伊東沖、大瀬、田子、雲見でさかん。変化に富む地形は海中にも広がっており、多種多様な生態を育んでいます。

シーカヤック
シーカヤックから首が痛くなるほど見上げる断崖は絶景。陸上からは行けません。

サイクリング
自転車で景勝地を回るサイクリストが増えています。最近は電動アシスト付きのE-Bikeも。

土肥金山
かつて佐渡に次ぐ産出量を誇った金山。坑道めぐりや砂金取り体験のほか、世界一の巨大金塊（250kg）に触ることも。

波勝崎モンキーベイ
2020年5月リニューアルオープン。ここではサルが主役。人間がおりの中（建物の中）からサルと触れ合えます。

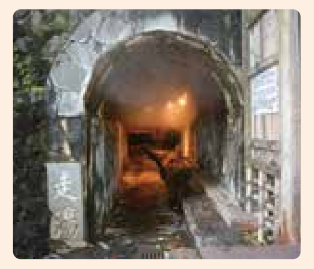
温泉

HOT SPRINGS

地下深くに残る火山の余熱は豊かな温泉をもたらしています。温泉もジオの恵みです

下賀茂温泉
あちこちから上る湯煙が風情をかもし出しています。温泉熱を利用したメロンや塩づくりも。

赤沢温泉
湯につかりながら相模灘と伊豆諸島の絶景を堪能できます。開放感は格別。



熱海温泉（走り湯）
珍しい横穴式の源泉。熱海の温泉は江戸幕府の歴代将軍に愛され、相撲番付にならって作られた温泉番付で別格の行司役に位置付けられていました。

伊東温泉
源泉数でも42度以上の高温源泉数でも熱海と伊東は全国上位にランクされています。

黒根岩風呂
波打ち際の露天風呂に入ると、目線が水平線と同じ高さ。相模灘越しに伊豆大島が目の前に迫ります。

伊豆長岡温泉（姫の足湯）
鎌倉時代から知られていた歴史ある温泉。昔ながらの温泉まんじゅうの種類もたくさん。

修善寺温泉
修禅寺を中心とした古くからの温泉場。着物を借りて風情ある竹林の小径を散策することもできます。

花

FLOWERS

2～3月 河津桜
毎年2月上旬から3月上旬まで河津桜まつりが開かれます。ひと足早く春めいた気分を味わえます。

春の花がひと足早く咲き始めるのも暖かい伊豆ならでは

1月 水仙
爪木崎。年末から咲き始め、1月には浜一帯がかれんな花で覆われ、ひと足早い春の訪れを感じることができます。

1～3月 梅
熱海、月ケ瀬、修善寺が有名。甘酸っぱい新春の香りに包まれます。

4～5月 天城しゃくなげ
伊豆半島の固有種。道の駅天城越えに隣接するグリーンガーデンがおすすめ。

5～6月 ジャカランダ
毎年6月にはATAMIジャカランダフェスティバルが開かれ、熱海の初夏を告げます。

6～7月 あじさい
15万株が咲き誇る下田公園のあじさいは見事。6月にはあじさい祭りが開かれます。

歴史・文化

CULTURE & HISTORY

浴衣体験ができる！伊東温泉「東海館」
昭和初期に建てられた木造3階建の和風旅館。ヒノキなどをふんだんに使った当時の職人の心意気を感じます

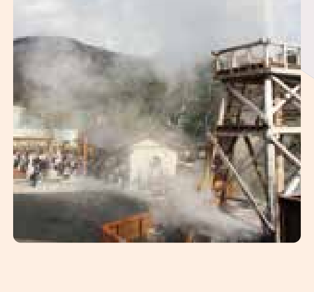
源頼朝の旗揚げ、ペリー来航など歴史の変革期の舞台となりました

提供：願成就院

北条一族と頼朝挙兵
伊豆の国市一帯は平安時代末期から鎌倉時代にかけて北条氏の本拠地でした。源頼朝挙兵に由来する願成就院をはじめ数々の寺社と仏像が残っています。頼朝に仕えた北条義時を主人公としたストーリーが2022年大河ドラマ化。

三嶋大社
伊豆諸島の火山を鎮める伊豆国一宮。春には枝垂桜、大島桜、三島桜が次々と咲き、境内を春色に染めていきます。

旧天城トンネル
伊豆は川端康成ら多くの文豪に愛されました。名作「伊豆の踊子」で主人公の学生はトンネルの手前で踊り子に再び出会います。



峰温泉大噴湯公園
一時間に一回、100度の温泉が30mの高さまで1分間噴き上がるのは壮観。大噴湯たまご作りや足湯も楽しめます。

下田温泉（千人風呂）
長さ15mの総ひのき造りの湯舟は国内最大級。プールのような広々とした空間に身をゆだねる開放感は乙なもの。

松崎の街並み
昔ながらのなまこ壁が残っています。長八美術館では、しっくいこて絵の名工、入江長八の作品が展示されています。

下田ペリーロード
下田は幕末にペリーが来航した開国ゆかりの地。伊豆石造りの建物が並ぶペリーロードをたどると、下田条約締結の舞台となった了仙寺に着きます。

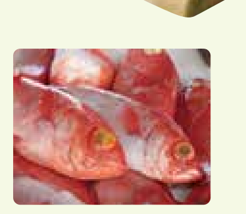
食

FOOD

伊豆は食材の宝庫。変化に富んだ地形は豊かな恵みをもたらしています

タカアシガニ
駿河湾は日本最深の湾。戸田では、タカアシガニ、トロボッチなど近くで漁れる深海魚を味わうことができます。

伊勢えび
プリプリとした食感と甘みが売り。9～12月には伊勢海老まつりが開かれます。



金目鯛
下田と稲取で水揚げされる高級魚。煮付けでも刺身でも塩焼きでもうまいのは高級食材ならでは。

テングサ
伊豆は日本有数の産地で、下田産と西伊豆産が有名。ところてんや羊かんの原料となり、健康食材としても注目されています。

みかん
西浦、伊東、東伊豆、河津、小坂などでみかん山が広がっています。童謡「みかんの花咲く丘」は伊東のみかん山がモチーフ。

いちご
伊豆の国市や東伊豆町はいちごの名産地。12月初旬から5月初旬までいちご狩りを楽しむことができます。

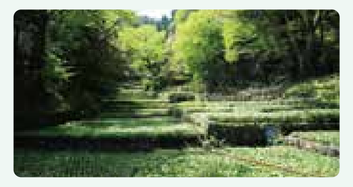
原木しいたけ
天城山麓の多雨・暖冬の気象条件は肉厚の原木しいたけを育みます。原木しいたけの栽培方法は江戸時代に湯ヶ島で確立されました。

酪農王国「オラッチェ」
酪農がさかんな丹那盆地はのどかな牧歌的風景。オラッチェでは乳絞り、アイスクリームづくりなどさまざまな体験ができます。

わさび丼
ご飯にかつお節と、すりおろしたワサビにしょう油をかけるだけというシンプルさが素材のおいしさを引き立てます。

世界認定

WORLD CLASS



静岡水わさびの伝統栽培
世界農業遺産(2018年)。天城山麓では溶岩が貯えた豊富な湧き水を巧みに利用して、階段状の美しいわさび田が広がっています。

成り立ちの独自性、わさび、韮山反射炉など伊豆には世界クラスのお宝がいっぱい

韮山反射炉
世界文化遺産(2015年)。幕末期に稼働した反射炉として、国内で唯一現存。明治日本の産業革命遺産の一つとして登録されました。

源兵衛川
世界かんがい施設遺産(2016年)。楽寿園小浜池の湧水を源流として、市街地を流れる全長約1.5kmの農業用水路です。

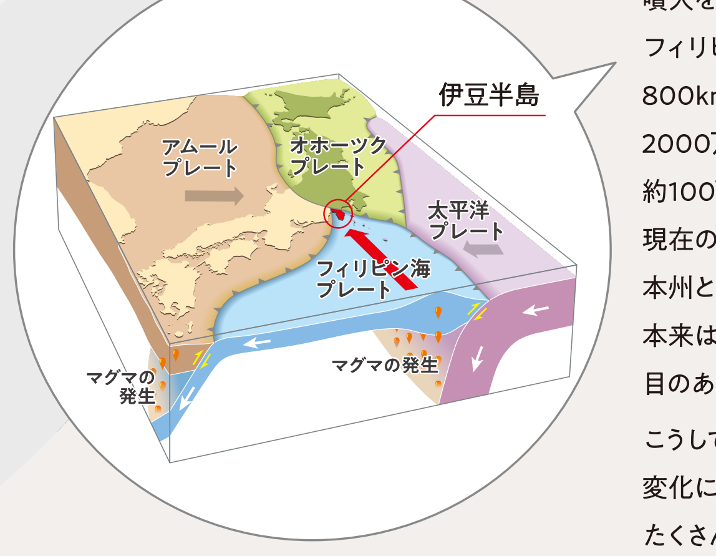
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization
Izu Peninsula UNESCO Global Geopark
伊豆半島ジオパーク IZU PENINSULA GEOPARK

伊豆半島ジオパーク
ユネスコ世界ジオパーク(2018年)。伊豆半島の地質遺産の国際的価値と人々の活動が高く評価されました。

ジオ

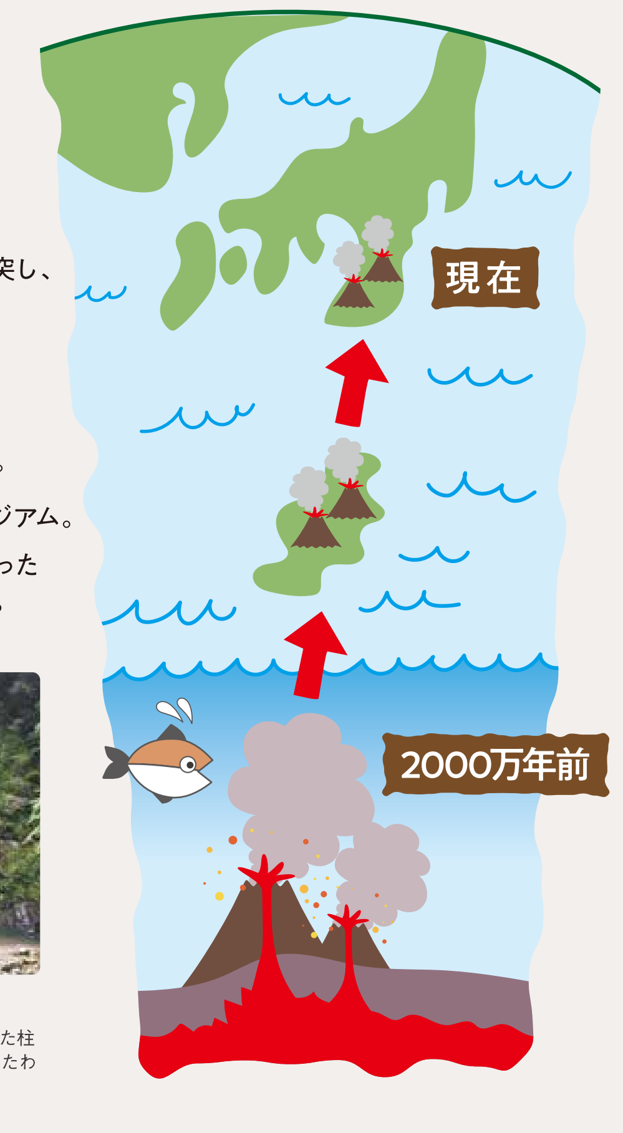
GEO

伊豆半島はフィリピン海プレートの移動によって はるか南の海から現在の位置に移動してきました



伊豆半島
アムールプレート
オホーツクプレート
太平洋プレート
フィリピン海プレート
マグマの発生
マグマの発生

南の海で誕生した海底火山は、
噴火を繰り返しながら
フィリピン海プレートの動きと共に
800kmを越える道のりを
2000万年の年月をかけて移動してきました。
約100万年前にはその行く手にあった本州と衝突し、
現在の伊豆半島になりました。
本州との衝突による隆起によって、
本来は目にすることが難しい海底火山の姿を
目のあたりにすることができるようになりました。
こうしてできた伊豆半島は、半島まるごとミュージアム。
変化に富んだ地形や豊かな食や温泉、文化といった
たくさんの『大地の恵み』を楽しんでみませんか？



ジオリア
修善寺にある伊豆半島ジオパークミュージアム。伊豆半島独特の成り立ちを知るならここで。

このラインが丹那断層
水路が約2mずれている！

丹那断層
1930年の北伊豆地震を引き起こした活断層。ここでの研究によって地震と活断層の関係が明らかになりました。

浄蓮の滝
高さ25mの名瀑。マグマが冷えて固まった柱状節理が見事。近くには湧き水を利用したわさび田も。