

粟島（新潟県）



周囲約23kmの島には、透き通るような青い海原に、力強く息づく草木、動物と見渡す限りの大自然が広がる。そして、島に暮らす人々の温かさや島ならではの美味しいもの…。柔らかな風のように過ぎていく島時間を五感で感じることができます。

粟島観光協会HP

<https://www.awa-isle.jp/>



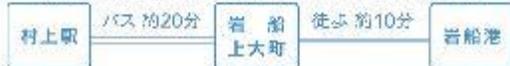
岩船港への主なアクセス

- ・日本海東北自動車道「湖沼温泉IC」より車で約10分
- ・日本海東北自動車道「神林岩船港IC」より車で約5分

・羽越本線・白新線「村上駅」よりタクシーで約15分



・羽越本線・白新線「村上駅」より新交通バスで約30分



交通・アクセス情報

粟島へ行くには、岩船港(村上市)にある粟島汽船のりばからフェリーで約90分、高速船で約60分の船旅となります。岩船港までは、車の場合は日本海東北自動車道の二つのICから。電車の場合は、村上駅からバス+徒歩で約30分、タクシーで約15分です。

観光情報



釣りを楽しむ

日本海の荒波に削られてできた粟島の複雑な岩礁は、多くの魚たちの絶好の棲家。岩場も多く、釣りのポイントは無数にあります。磯からでもマダイなどの大物が狙えるのが、粟島の釣りの醍醐味です。

住所：粟島一帯

電話番号：0254-55-2146

料金：渡船（3,500円～）、船釣り（25,000円～）

HP：<https://awa-isle.jp/fishing/>



あわしま自然体験学校

見渡す限り大自然が広がる粟島。透き通るような青い海原に、力強く息づく草木と動物。ぜひ五感で粟島を満喫してください。

各種、自然体験は前日までのご予約を。

住所：粟島浦村字日ノ見山1491-8

電話番号：0254-55-2146（粟島観光協会内）

料金：体験内容による

営業時間：無休（館内設置のみ9時～17時）

HP：<https://awashimashizentaik.wixsite.com/>



おすすめの宿



民宿・旅館

島の人々の優しさや温もりにふれ、
幾度も訪れてくださる方が多い粟島。
すてきな出逢いとご縁が広がり、深
まりますように。

内浦地区(東海岸)は全ての民宿が港か
ら徒歩10分以内。

釜谷地区(西海岸)は港まで、各民宿の
車で送迎！

■ 民宿 1泊2食

大人(中学生以上) 7,700円～
こども(小学生) 6,600円～
幼児(食事なし) 1,500円～

■ 旅館 1泊2食

● 旅館たてしま

大人(中学生以上) 8,500円～
こども(小学生) 7,200円～

● かねひら旅館

大人(中学生以上) 9,000円～
こども(小学生) 6,600円～

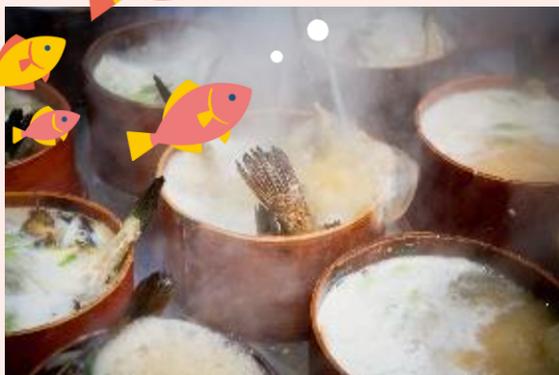
■ 民宿 素泊り

1名：4,500円～

HP : <https://awa-isle.jp/stay/>



島のグルメ



わっぱ煮

・粟島の名物料理。杉を曲げて作った“わっぱ”という器に、磯魚と味噌を入れてお湯を注ぎ、真っ赤に焼いた石を落とした漁師料理。その時期に旬の捕れたて磯魚（メバル・カワハギなど）を使います。

旬の時期：4月～11月

料金：900円～

提供場所：民宿、旅館、食堂

(※事前のご予約をおすすめします。)



いもダコ

・特産のじゃがいもと捕れたてのタコを煮付けた、粟島では古くから食べられている家庭料理。ススキの咲く頃に捕れる「磯ダコ（マダコ）」を使ったものは特に絶品です。

旬の時期：9月～11月



地魚さしみ

・粟島は魚介類の宝庫。中でも名物と言えるのは鯛。5月から6月に産卵場所を求めて粟島周辺にやってきます。鮮度も味も島ならではの。

旬の時期：5月～6月



島からのお取り寄せ



一人娘(大豆)製品

・「一人娘」は味が濃く、粒も大きいのが特徴です。粟島浦村の在来種であり、粟島の土壌に寄り添うように育つ豆は、手作業により一粒一粒が大切に収穫されます。

商品ラインナップ

・煎り豆

100g入り（無添加・塩味・甘味）

ギフトBOX（3種類×12袋(15g)）

・ずんだアイス（120ml入り）

・手作り味噌

200g入り・400g入り・500g入り

【お問い合わせ先】

直売所ばっけ屋 0254-55-2130

アカモク

・栄養価が非常に高く、ネバネバとシャキシャキの食感が人気の海藻です。アンチエイジング食材としても注目されています。

【お問い合わせ先】

粟島浦漁業協同組合 0254-55-2121



島での暮らし



・粟島では漁業をされる第一次産業従事者と観光に携わるサービス業従事者が多くいます。

・常勤医師は不在ですが、粟島へき地診療所に、看護師二名が常勤しています。また、本土の総合病院とのオンラインによるテレビ診察が行われています。ほかに、7月～8月の日曜日には、村上総合病院から医師が派遣されて、日曜診療が行われています。急患の対応としては、日中はドクターヘリで搬送し、夜間は定期船を時間外に運航し、本土の病院へ運びます。

・粟島には消防署がないため、若い人たちはほぼ全員が消防団に所属し、日頃から防火・防災活動、訓練をしています。

・ゴミ収集は、燃やすゴミが週2～3回、資源ごみが週1～2回、燃やさないゴミは月1回集めていて、生ゴミは週2～3回集めて堆肥化しています。

・内浦地区には、村営の「漁火温泉おと姫の湯」があり、観光客だけではなく村民の憩いの場として活用されています。

・お年寄りが使う粟島の方言は、聞き取れるまでには少し時間がかかりますが、楽しいお話しなのでいつも笑顔と笑い声が絶えません。



島留学



しおかぜ留学

・この制度は、粟島浦小中学校に入学または転校を希望する児童・生徒を「しおかぜ留学」という形で受け入れ、島民との交流、粟島馬との交流などを中心とした豊かで個性的な教育体験をもとに、島の子どもたちと「しおかぜ留学」の子どもたちとが共に社会を生み出し、社会に貢献する人となることを目的としています。

「しおかぜ留学」は、新しい教育への挑戦です。ぜひ、子どもたちの新しい可能性を共に見守る活動にご参加ください。

【お問い合わせ先】

粟島浦村教育委員会

〒958-0061

新潟県岩船郡粟島浦村字日ノ見山
1513-11

TEL : 0254-55-2114

FAX : 0254-55-2159

受付時間 : 平日 8:30 ~ 17:15

e-mail : kyoiku@
vill.awashimaura.lg.jp

