

多良間



多良間島
水納島



多良間村

多良間島・水納島

讓熱愛離島旅行的旅人 著迷的魅力島嶼

多良間村位於沖繩本島的西南方，大概在宮古島和石垣島中間，由多良間島和水納島兩島所構成。在琉球王朝時代，多良間村是重要的海上航運樞紐因而非常繁榮，為後世的現代基礎產業——農業和畜牧業奠基。

每年都有許多國內外旅客，在到訪先島諸島時來到多良間村，體驗未經開發的自然風景與離島的傳統生活樣貌。雖然沒有大型觀光名勝與地標，但總能抓住熱愛離島旅行的旅人們的心，讓他們發出「這個島太有魅力，跟其他島不一樣」、「不管來過幾次，都想再來的島」的感嘆。在這裡，您可以完全放鬆身心。只有多良間村才能體驗的島旅，快來悠閒愉快地享受吧！



通往海灘的小徑「Tuburi」



在多良間村，人們稱呼通往海灘的小徑為「Tuburi」。取名為「Tuburi」的小徑共有47處，每處的風景和氛圍都各有其趣。請您邊感受著先人守護與傳承「Tuburi」的心意，邊找出您最喜歡的一條小徑風景吧。



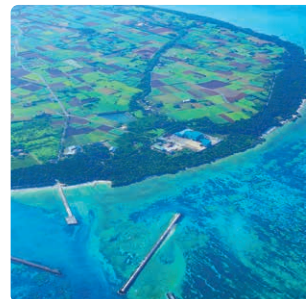
日本最美麗的村莊



島上的福木林道和各式各樣的傳統儀式與活動，以及多良間村自古流傳下來特有的琉球風水文化等，讓多良間村成為沖繩縣唯一入選「日本最美麗的村莊」的地區。多良間村展現人與自然在漫長歲月中發展出共存共榮的生活方式，還請您細細品味、用心體會。



TARAMA BLUE



多良間村的海，在沖繩縣的離島中也是特別湛藍、透明度特別高的，潛水愛好者稱之為「TARAMA BLUE（多良間藍）」。海洋景色隨著季節、天氣、漲退潮和太陽的高度而千變萬化，將自然的偉大、美麗和一期一會的喜悅，在這流光瞬息間傳達給你。



多良間島・水納島

島旅の指引



接觸琉球文化

御嶽是沖繩神道聖域的總稱，祭祀神明及先祖的場所。多良間島東部的鹽川御嶽也是其一，因為是當地自古以來的信仰對象，相當受到重視。參道旁林立的福木大樹，也充滿了神聖的氛圍。

學習島嶼歷史

多良間島也被稱呼為「古文書之島」，保存了大量的珍貴史料，很多是連沖繩本島目前都還沒有的。您可以來趟歷史深度之旅，到訪多良間村鄉土民俗學習館等設施及歷史遺跡，探訪先人留下的歷史記憶。

騎自行車悠遊

多良間島的周長約20公里，很適合騎自行車悠遊。穿過「Tuburi」，坐在恬靜的沙灘上休息，眺望遠處正在吃草的山羊...您可以在島上閒晃悠遊，一邊享受閒雅的风景，一邊感受島嶼時間慢悠悠地流逝而過。

盡情享受自然

在戶外運動中，可以享受「TARAMA BLUE」的潛水和浮潛特別熱門。由當地熟悉多良間海域的潛水教練為您導覽，無論是島特有的地形、生物，還是絕美的景點，都讓您玩個夠本。

品嚐鄉土美食

多良間村盛產山羊和牛肉，山羊湯和牛肉湯從以前開始就是當地常見的家庭料理。活用食材的特色所烹調，口味相當醇厚。另外，使用黑糖製作的各種手工點心和飲品，也請您務必嚐嚐看。

多良間島主要的活動

國家重要無形民俗文化財 八月舞

列入國家重要無形民俗文化財的豐年祭，是多良間島一年之中最重要的活動，從農曆8月8日開始，展開為期三天的活動。



Sutsuupunaka



祈求五穀豐收與島嶼繁盛的傳統祭祀儀式。與八月舞並列，是多良間島兩大活動之一。

多良間島鬥山羊 (Pinda Aasu) 大會



將山羊分成三個量級進行決鬥的活動。每年5月・10月舉辦。現場販售山羊料理。

海之日龍舟 (Haari) 大會



祈求漁獲豐收與航海平安的祭典。由部落・職場組隊進行龍舟對抗賽等活動的大會。

多良間一周馬拉松



分成3km、5km、10km、23.75km四個項目，讓觀光客和島民用跑步進行交流。

TRAVEL MAP



這是「Tuburi」的標示



迷路的時候，
就望向鐵塔來
確定方位吧！



水納島

面積：2.16km²
周長：約6.5km
位置：在多良間島西北方約8km處

多良間島

面積：19.81km² 周長：約20km
位置：宮古島西方約67km處、
石垣島東北方約35km處
人口：1,085人(含水納島)※2022年12月底的資料
平均氣溫：23.8℃

住宿

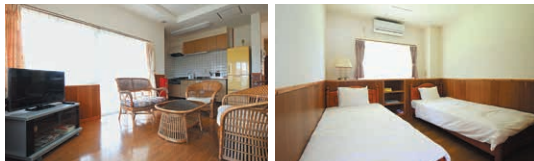
不同的住宿設施，提供不同的方案供您選擇，也可以不附餐或是附一至兩餐。請根據您的旅行計劃選擇適合的方案。



Yume patio Tarama

Wi-Fi

村營獨棟住宿設施，以每間房分開出租的形式營業。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川18
☎ 0980-79-2988
🕒 8:00~19:00 (電話受理時間) **CLOSED** 無
🚗 和室2・洋房12 / 淋浴間・廁所共用 / 洗衣機免費 / 投幣式烘衣機 / 有附餐方案

COCO House

Wi-Fi

有清涼海上運動器材的場地，很適合潛水愛好者。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川153
☎ 0980-79-2133 / 080-6497-4231
🕒 9:00~18:00 (電話受理時間) **CLOSED** 無
🚗 和室8 / 淋浴間・廁所共用 / 洗衣機免費 / 投幣式烘衣機 / 有附餐方案 / 提供汽車・自行車的租賃服務

COCO Land

Wi-Fi

貨櫃屋型的住宿設施。可以免費使用健身房。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川175
☎ 0980-79-2133 / 080-6497-4231
🕒 9:00~18:00 (電話受理時間) **CLOSED** 無
🚗 洋房12 / 淋浴間共用 / 房內有廁所 / 洗衣機免費 / 投幣式烘衣機 / 有附餐方案 / 提供汽車・自行車的租賃服務
※官網與COCO House相同

Pension (B&B) Adan

Wi-Fi

午餐為預約制，最晚須在前一天預約。山羊湯非常熱賣。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川528
☎ 0980-79-2088
🕒 9:00~18:00 (電話受理時間) **CLOSED** 年初年末
🚗 和室12 / 淋浴間・廁所共用 / 洗衣機免費 / 投幣式烘衣機 / 有附餐方案 / 提供汽車・摩托車・自行車的租賃服務



Yugapu Land

樹木環繞的獨棟住宿設施。可以提供多人住宿。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川703
☎ 0980-79-2088
🕒 9:00~18:00 (電話受理時間) **CLOSED** 年初年末
🚗 獨棟建築三棟。 / 房內有淋浴間・廁所 / 附廚房 / 洗衣機免費 / 有附餐方案 / 提供汽車租賃服務

Guesthouse Hamasaki

Wi-Fi

可使用有餐具・電子鍋的廚房，對長期停留的旅客非常方便。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川271
☎ 0980-79-2239 / 080-6485-7474
🕒 9:00~18:00 (電話受理時間) **CLOSED** 年初年末
🚗 洋房6 / 淋浴間・廁所共用 / 洗衣機免費 / 使用冷氣需另外付費 / 提供汽車・自行車的租賃服務

Guesthouse Daitoku

1間房可住4~5人。非房客也能租自行車。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川95
☎ 090-9780-0069
🕒 8:00~20:00 (電話受理時間)
CLOSED 無固定公休
🚗 和室6 / 房內有淋浴間・廁所 / 洗衣機免費 / 提供自行車的租賃服務

Taramanta INN

Wi-Fi

貨櫃屋型住宿設施，住客能享受獨立的私人空間。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字仲筋139
☎ 090-8294-0121
🕒 9:00~18:00 (電話受理時間) **CLOSED** 無
🚗 洋房5 / 房內浴室附浴缸・廁所 / 投幣式洗衣機・烘衣機 / 提供汽車・自行車的租賃服務

Pension (B&B) Big

Wi-Fi

晚上設有居酒屋「食事處Big」。適合重視用餐的旅客。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川527
☎ 0980-79-2118
🕒 8:00~22:00 (電話受理時間)
CLOSED 無
🚗 和室2・洋房2 / 淋浴間・廁所共用 / 洗衣機免費 / 有附餐方案

購物

雖然在超市可以買到日用品等商品，但數量有限，建議您行前先買好所有旅程中的必需品。



中央超市

當地人喜愛的超市，販售多種多良間產的伴手禮。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川113
☎ 0980-79-2850
🕒 9:30~20:00 **CLOSED** 無固定公休

A Coop 多良間分店

農會集團旗下的超市。設有ATM。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川158
☎ 0980-79-2339
🕒 9:00~18:00 **CLOSED** 週六・日

Sumamunu Tarama (觀光協會)

伴手禮店，販售多良間村的手工藝品等特產



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川445-1
☎ 0980-79-2828
🕒 10:00~18:00 **CLOSED** 週三・年初年末

※此處刊登的是2023年7月時的資訊。內容可能會在未公告的情況下有所變動，詳情請您直接詢問各店家及設施。

美食

.....

請先確認店家的營業時間和公休日等資訊後再行前往。特別是便當店需要事前預約，請提前規劃用餐以免撲空喔。



Tanebi食堂

「多良間Soba」使用島產食材熬製的高湯，是必吃美食。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川511-2
☎ 0980-79-7104
🕒 11:30~14:00 **CLOSED** 週日
🍴 熟食・鮮魚也可提前預約 / 週二~週六也可以在中央超市買 (右側照片為菜色之一)



食事處 Big

美食和酒類選擇超多，份量也超多！



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川527
☎ 0980-79-2118
🕒 19:00~23:00
CLOSED 週日
🍴 部分菜單 / 本日生魚片、炒素麵、泡盛、調酒

toco+moca

堅持手作且每天換菜單的便當專門店



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字仲筋139
☎ 080-6497-3875
🕒 11:30~12:00 (最晚要在前一天預約)
CLOSED 無固定公休
🍴 只供外帶
※照片為某日商品，非每日供應

居酒屋 凪

讓人感覺溫馨的居酒屋，當地人和觀光客都會光顧。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川187
☎ 0980-79-2750
🕒 18:30~24:00
CLOSED 週日
🍴 部分菜單 / 宮古牛煎餃、沖繩炒豆腐、泡盛、Highball

Sumamunu Tarama (觀光協會)

共用空間設有咖啡店。也有販售甜點。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川445-1
☎ 0980-79-2828
🕒 10:00~18:00
CLOSED 週三、年初年末
🍴 部分菜單 / 黑糖咖啡、各種冰淇淋、多良間黑糖咖啡

Café Hemingway

咖啡有加入店家自製的多良間產天日鹽，也有賣鹽。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村 多良間機場內
☎ 0980-79-2500
🕒 飛機起飛前後
CLOSED 無固定公休
🍴 販售商品 / 多良間產天日鹽、鹽之花、鹽咖啡等

體驗

.....

學習在地文史，欣賞清澈的TARAMA BLUE... 讓多良間獨有的體驗活動，成為您最深刻的回憶。



多良間村鄉土民俗學習館

展示珍貴的資料，在此可學習多良間的歷史・文化。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字仲筋1098-1
☎ 0980-79-2223
🕒 9:00~17:00 (最後入館16:30 / 有午休)
CLOSED 週一、假日、慰靈日、年初年末
🎫 入館門票 / 大人200日圓、小孩100日圓 (身心障礙者)

Taramanta INN

包含水納島行程在內，各式各樣的體驗行程任君選擇。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字仲筋139
☎ 090-8294-0121
🕒 9:00~18:00 (電話受理時間)
CLOSED 無
🍴 部分商品 / 浮潛、水上摩托車 (橡皮艇)、電動滑板車

鄉土Marine Service JAWS II

島上唯一的潛水中心，由經驗老道的專業人士所經營。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川514-1
☎ 0980-79-2452 / 090-2437-8198
🕒 8:00~18:00 (電話受理時間)
CLOSED 無
🍴 部分商品 / 休閒潛水、自由潛水、浮潛、各種機材租賃服務

多良間島觀光Concierge

以永續觀光為目標的島民導覽員，為您詳細導覽多良間島。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字仲筋397
☎ 090-6858-6268
🕒 10:00~17:00 (電話受理時間)
CLOSED 無
🍴 部分商品 / 電動滑板車、琉球風水村的解謎行程、歷史散步行程、TARAMA式BBQ

多良間島觀光Service

提供您學習島上的歷史、生活方式和料理的旅行方案。



📍 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川105
☎ 090-9785-0639
🕒 9:00~18:00 (電話受理時間)
CLOSED 無固定公休
🍴 部分商品 / 風水聚落散步、採集野草&調理體驗、小物製作體驗

多良間島觀光Coordinator

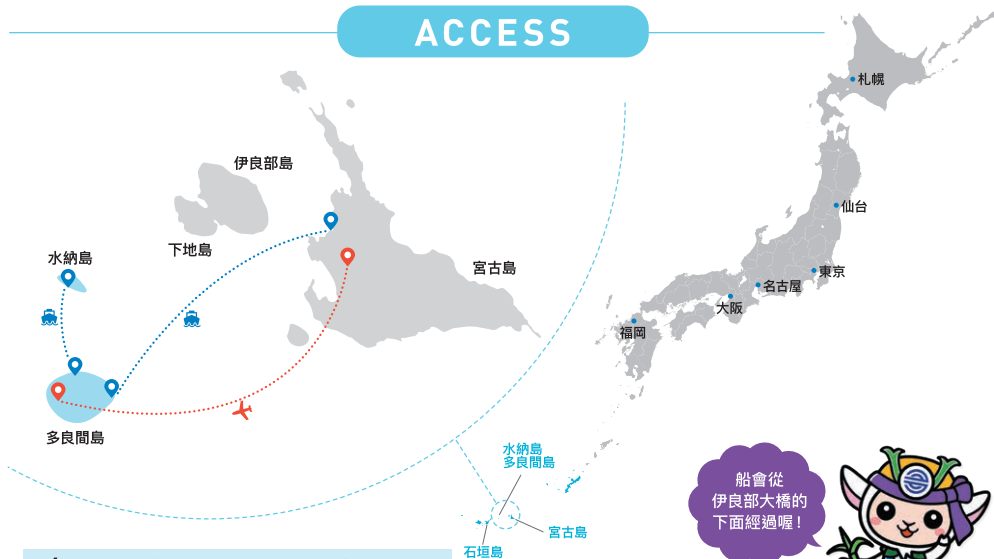
和導覽員一起騎自行車玩遍琉球風水聚落。



☎ 090-9955-9847 (登)
🕒 9:00~17:00 (電話受理時間)
CLOSED 無固定公休
🍴 部分商品 / 琉球風水聚落自行車導覽 (附飲品) 若有其他需求，歡迎與本店討論

※此處刊登的是2023年7月時的資訊。內容可能會在未經公告的情況下有所變動，詳情請您直接詢問各店家及設施。

ACCESS



✈ 前往多良間島・水納島的交通方式

從宮古島前往多良間島

✈ 飛機 約20分鐘 / 一天來回兩趟

- 諮詢：RAC (琉球Air Commuter)

<https://rac-okinawa.com/>

🚢 船 約2小時 / 一天來回一趟 (週日停駛)

- 諮詢：多良間海運

<http://www.taramakaiun.com/>

❗ 多良間島的港口：夏季為前泊港、冬季為普天間港。

船會從
伊良部大橋的
下面經過喔！

多良間村吉祥物
「Tarapin」



從多良間島前往水納島

🚢 船 約20分鐘 / 預約制

- 諮詢：宮國 孝平先生 (TEL.0980-79-2773)
- 諮詢：鄉土開發 (TEL.090-1947-1674)
- 諮詢：Taramanta INN (TEL.090-8294-0121)
- 諮詢：石原 雅幸先生 (TEL.090-3796-5466)

❗ 船班非定期行駛。若欲搭乘上記船東與其他觀光業者的船班，請務必提前預約。

❗ 有時會有電話打不通或無人接聽的狀況，請您多多包涵。

🚗 島內的交通方式

🚗 汽車租賃

🚲 自行車租賃

🚌 村營公車

❗ 島上沒有計程車。
在您光臨本島前，
請提前預約好
汽車租賃等
交通方式。

給前往多良間島・水納島的旅客

🌿 自然環境

多良間村秉持著環境倫理Program「LNT (Leave No Trace)」的原則，在對環境衝擊最小的前提下，規劃各種有趣的戶外活動，也希望各位旅客在島上的時候，能夠依循這個原則。謝謝您與我們共同守護自然環境。

🛒 用餐・購物

在您抵達島上或是體驗活動結束的時間，有可能已經買不到食物和飲料。若您有嬰兒食品等特定食品的需求，請您務必買好帶來島上。另外，島上有許多只收現金的商店，請您出發前務必備妥足夠的現金。

📱 手機通訊

部分電信廠商和手機機型，在島內部分地區可能會收不到訊號的狀況。我們誠心建議您做好以下行前準備：請務必在來島前，下載離線也能使用的地圖，也請在能收到訊號的地方，處理好住宿地點等聯絡事項。

諮詢

一般社團法人 多良間村Fushanufu觀光協會 0980-79-2828 (10:00~18:00 / 週三公休)

〒906-0601 沖繩縣宮古郡多良間村字鹽川445-1 ✉ welcome@tarama-kankou.jp

發行單位 / 沖繩縣・一般社團法人 宮古島觀光協會