

SPOT 02 愛情たっぷりの島のごちそう
しまカフェ

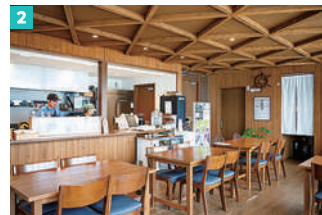
「大島テラス」内にある、島内唯一の飲食店。メインの「日替わりランチ」は、観光客はもちろん島民にも楽しんでもらえるよう、店主が毎日考案。スイーツは土・日曜限定で提供。一品一品にこだわりと愛情がたっぷりと込められている“島のごちそう”を味わって。

住 八幡浜市大島2-117-1
☎ 070-4201-9494
営業 10:00～17:00
休 火・水曜、不定休あり 回 無 図 無
電子決済 不可



この日はデミグラスハンバーグ

メインのおかずは、副菜4種・ご飯・味噌汁が付く「日替わりランチ」(1,000円)



1 大島で採れた特産品を使った加工品も販売しており、旅のお土産にもおすすめ
2 木の温もりあふれる空間で、目の前に広がる海を眺めながらゆったりと過ごせる

SPOT 01 大島のコミュニティスポット
大島交流館 大島テラス

定期船を降りてすぐ目の前にある、大島の観光情報発信の拠点。カフェや待合所の役割も担っており、船を待つ間のひと休みにもぴったり。島を訪れた観光客はもちろん、島民も立ち寄り、世代を超えて交流が生まれる場となっている。

住 八幡浜市大島2-117-1 ☎ 0894-28-1033
営業 7:00～17:00 休 火曜 回 無 図 有



レンタサイクルは1日あたり大人200円、小人100円とリーズナブル

注目SPOT!

三王島と地大島を結ぶ路

三王島と地大島をつなぐ道はガードレールもなく、海面すれすれを渡っていく。海の青さを間近に感じながら自転車で走り抜ける爽快感は格別だ!



海に落ちないように気をつけて

島民の方には
会ったらごあいさつ♪

大島の家並み

港周辺には、歴史を感じさせる昔ながらの家並みが残っており、どこか懐かしい情景に出合える。中道は島民の生活道路のため、自転車ではなく徒歩での散策がおすすめ。

貝付小島とエンジェルロード

潮が引いた干潮時にだけ道が現れ、渡ることができる貝付小島。港から自転車で約25分で到着するので、訪れる際は干潮時間を確認しておくのがおすすめ!

南予
大島

八幡浜市にある
市唯一の有人島

こんな場所知ってた?

愛媛の島、もっと近くへ

えひめの 離島めぐり

日常を少し離れた場所には、ゆったりとした時間が流れています。

愛媛の離島には、懐かしさと新しさが溶け合う魅力がいっぱい。

日帰りでも気軽に楽しめる“えひめの離島”。非日常を感じる旅に出かけてみませんか?

提供: 愛媛県

他の離島もCheck!

ひぶりしま
日振島

宇和島の西方に位置し、自然豊かで趣のある小さな島。複雑に入り組んだ入江の景観は美しく、磯釣りや一本釣りの名所としても知られている。さらに、海蝕洞や岩礁群など、多彩で変化に富んだ自然の表情も楽しめる。



豊かな自然をそのままに楽しめる穴場ビーチ「日崎海水浴場」。夏のリゾート地として人気!

ACCESS

●運賃(片道)
高速船
大人2,080円
小人1,040円

詳しくは
こちら1日3便
運航高速船時刻表
(2便目のみ掲載)

宇和島	11:30発
喜路	12:10
明海	12:21
能登	12:31
宇和島	13:14着

※普通船も1日1便運航



SPOT 04 島育ちのクラフトビール gogoshima beer farm

横浜から移住した南雲さん夫婦が営む、築150年の古民家を活用したブルワリー。地元農家が丁寧に育てた農産物を使用するなど、地産地消とサステナブルなビール造りに取り組んでいる。タップルームも併設されており、手作り料理とともにできたてのビールが味わえる。

☎ 松山市由良町803-1
📞 無(問い合わせはHPから)
🕒 11:00~17:00 ㊟ 営業日はInstagramにて告知 📺 無 📺 有 電子決済可



1. 一つひとつ形の異なるサーバータップは、木作家が手掛けたもの
2. かつて島の篤志家が暮らしていた古民家をリノベーション
3. 花本農園(グラス・缶ともに880円 ※店頭価格)



おすすめの一杯



SPOT 05 海辺のコーヒースタンド cotton john coffee

“毎日飲める甘く柔らかい珈琲”を届けたいーそんな想いから生まれたコーヒースタンド。テイクアウトはもちろん、常時約10種類の豆を揃えて、好みに合わせてセレクトしてくれる。自家焙煎のこだわりの一杯を、海を眺めながら味わう至福のひとつときを楽しんで。



(左)ドリップコーヒー(550円〜)、(右)あんバターアフォガード(730円)

☎ 松山市由良町1166 📞 089-961-3151
🕒 10:00~17:00 ㊟ 水曜、不定休あり 📺 無
📺 有 電子決済可

ACCESS

伊予鉄道 高浜線「高浜駅」すぐそばの高浜港より、フェリーに乗り込んでアクセスできる



1日14便
運航

フェリー時刻表(始発便・最終便)

由良⇄高浜航路 (出港～到着まで約13分)		泊⇄高浜航路 (出港～到着まで約10分)	
由良発 高浜行	高浜発 由良行	泊発 高浜行	高浜発 泊行
5:55	6:15	6:25	6:45
19:50	20:10	20:10	20:25

●運賃(片道)
乗船券は船内で購入可能
大人300円/小人150円



詳しい
運航情報は
こちら

注目SPOT!

GuestHouseYULLAT -ユラット-

由良港からほど近く、“遊んで泊まれるゲストハウス”をコンセプトに古民家をリノベーションした1棟貸しの宿。Yogiboのあるリラックスルームをはじめ、卓球台やゲーム機も備わっており、家族や友人と気兼ねなく楽しむことができる。

☎ 松山市由良町1170
📞 090-1170-3013
🕒 IN15:00~/OUT~10:00 📺 有



ハイムインゼルごごしま

興居島への移住を検討している人が、最長3年間お試しで移住を体験できる施設。島の人々と島外から訪れる人々との交流を促し、定住人口の増加など、地域の活性化を目的としている。住居は1LDKの間取りで、全区画に約100平方メートルの農園付き。

☎ 松山市由良町873-1
📞 089-948-6816(松山市 まちづくり推進課)
※2026年3月末まで満室予定



お試し移住できる施設!

他の離島もCheck!

なかじま 中島

松山市沖に位置し、高浜港から高速船で約30分、フェリーで約1時間でアクセスできる忽那諸島最大の島。夏場は、海水浴客で賑わう。瀬戸内特有の気候を活かして柑橘栽培が盛んに行われており、離島における果樹栽培の生産量は国内有数を誇る。



「ほしふるテラス姫ヶ浜」などの宿泊施設もあるので、泊まりがけで楽しむのもおすすめ!

ACCESS

●運賃(片道)
大人910円
小人460円

詳しくは
こちら



1日5便
運航

フェリー時刻表
(始発便・最終便)

上り(松山方面行)	
大浦発	三津浜着
5:40	6:40
17:30	18:55
下り(中島方面行)	
三津浜発	大浦着
6:55	8:15
19:10	20:14

中予 興居島

松山市の沖合に浮かぶ
自然豊かな島



興居島レモン
ジェラート
(500円)

SPOT 01 新しい島のランドマーク 島の駅ごごしま

今年の4月、興居島の玄関口・由良港前にオープンした総合観光施設。おすすめ観光スポット案内やレンタサイクルの他、ひじきやみかんジュースなど島の特産品も豊富に揃う。島散策の休憩やフェリーの待ち時間に、ソフトクリームやレモンサワーを楽しむ人の姿も。

☎ 松山市由良町1215-5
📞 090-8427-5540 🕒 10:00~17:00
㊟ 無 📺 無 電子決済可



1. 思わず手に取りたくなるお土産コーナーで、とっておきの島土産を!
2. レンタサイクルできる自転車は電動アシスト付きやクロスバイクなど種類も様々



SPOT 03 島と人を結ぶ拠点 しまのテーブルごごしま

廃校になった小学校を活用した島のプラットフォーム。現在は土・日曜を中心に営業しており、カフェではフレンチ仕込みのカレーを目当てに、島内外から多くの人が訪れる。アートや音楽イベントも開かれ、島の魅力を発信する交流の場としても親しまれている。

☎ 松山市泊町618-10 📞 090-3780-3960
🕒 11:00~17:00(営業日はHPにて告知)
㊟ 月~金曜 📺 無 📺 有 電子決済不可



広い校庭を活かしてBBQを楽しむこともできる(予約制)

SPOT 02 海の恵み香るうどん 島うどん

興居島産のひじきの天ぷらが主役の「しまうどん」が名物。添えられた生わかめや大葉も島で採れたもの。カツオといりこで取った優しい味わいのダシに、程よいコシのうどんがよく合う。ひじきの天ぷらは単品でも注文でき、他のうどんメニューと組み合わせるのも◎。

☎ 松山市由良町1042-6
📞 090-1663-5540
🕒 11:00~16:00
㊟ 木曜 📺 有 📺 無 電子決済可



しまうどん
(800円)



1. 由良港から徒歩2分、目の前に海が広がる絶好のロケーション
2. 店内はカウンターとテーブル席、店外には開放的なテラス席を用意





国 越智郡上島町弓削久司浦592-1 国 有

SPOT
05

【弓削島】
鳥居越しの絶景

大森神社

海に向かって佇む小さな鳥居は、フォトスポットとしても人気。神社側から覗くと、鳥居の間から海が見える絶景が広がる。

SPOT
04

【弓削島】島の魅力発信拠点

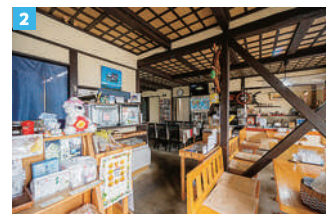
しまでCafé

美味しいごはんの島の情報を届けるコミュニティカフェ。島民や観光客の憩いの場として親しまれており、ゆったり過ごしながら交流や情報収集ができる。ランチやスイーツは全て手作りにこだわり、心とカラダに優しい味わいが魅力。島のお土産探しに立ち寄るのも◎。

国 越智郡上島町弓削下弓削830-1
☎ 0897-77-2232
🕒 9:30～17:00
休 火曜 国 有 国 有 電子決済可



島で採れる野草や海藻(摘み菜)を使った「摘み菜ランチ」が人気!



1 自転車スタンドがあり、サイクリストも安心して立ち寄れる

2 上島町のパンフレットや特産品、本などが所狭しと並ぶ店内

SPOT
06

【弓削島】キュートなかりん焼き

おやつタイム

名物の「かりん焼き」はふわふわの生地に、あんこやカスタードなどフィリングがたっぷり詰まった一品。店主との会話も楽しみのひとつ!

国 越智郡上島町弓削上弓削441-1
☎ 0897-72-9227
🕒 11:00～15:00
休 月・火・木・金曜、不定休あり
国 有 国 有 電子決済不可



ACCESS

上島町へは因島や生口島からフェリーでアクセス可能。車ごと乗船できるので便利!



詳しくはこちら



宿泊施設も多数!

注目SPOT!

【弓削島】古民家 弓削の宿

上島町を訪れたなら、島の暮らしを感じられる宿に泊まるのも旅の醍醐味。築100年以上の古民家をリノベーションした「弓削の宿」は、1日2組限定でゆったりと滞在可能。地元の味を堪能できる品数豊富な夕食と朝食も魅力。

国 越智郡上島町弓削下弓削384-1
☎ 080-6442-3298 国 IN15:00～/OUT～10:00
国 有 国 有 電子決済不可



CHECK

島旅は自転車がおすすめ!

上島町を満喫するならレンタサイクルを利用しよう。港近くの4カ所のターミナルで、E-BIKEや電動アシスト付き、クロスバイクなど種類豊富な自転車を貸し出し中!

【町内レンタサイクルターミナル】

- せとうち交流館
- 岩城観光センター
- 立石港務所
- 魚島総合支所

詳しくはこちら



電動キックボードも人気

1日6便
運航

ACCESS

- 運賃(片道)
- 大人310円
- 小人160円

詳しくはこちら



しまなみ海道サイクリングの寄り道にぴったり!

旅客船時刻表 (始発便・最終便)	
上り(馬島方面行)	
波止浜発	馬島着
8:00	8:20
※17:30	※17:50
下り(波止浜方面行)	
馬島発	波止浜着
8:20	8:40
※17:50	※18:10

※12/1～2月末休航

他の離島もCheck!

うましな馬島

今治市の沖合にひっそりと浮かぶ、人口10人に満たない小さな島。波止浜港(今治市)発の定期船「くるしま丸」や、しまなみ海道(自転車歩行者道、バイク道(125cc以下)、バス)からアクセスできる、知る人ぞ知る穴場スポット。



東予 上島町

瀬戸内海に浮かぶ、
25の離島からなる町

島のマスコット
キャラクター・
かみりん

SPOT
01

【岩城島】レモン香る島時間

リモネ・プラザ (岩城観光センター)

「岩城港」のすぐ目の前にある施設。島で採れた食材や、名産のレモンやレモンパークなどの加工品、上島町のキャラクター・かみりんのグッズなど、岩城島ならではの商品が並ぶ。併設の「喫茶 レモン・ハート」では、レモンパークを使った料理やスイーツも楽しめる。

国 越智郡上島町岩城1427-2 ☎ 0897-75-3277
🕒 8:30～17:30、日曜、祝日～17:00
休 年末年始、秋祭り(10月第2日曜) 国 有 国 有 電子決済可



岩城島観光の始点として利用する人が多く、レンタサイクルのサービスもあり!

SPOT
03

【生名島】橋とアートの景色

YUMESHIMA CIRCLE IKINA



目指せ
全制覇!

YUMESHIMA CIRCLE YUGE(弓削島)
国 越智郡上島町弓削下弓削(弓削港ひだまり公園)
YUMESHIMA CIRCLE IWAGI(岩城島)
国 越智郡上島町岩城(岩城橋下海岸線)



「ゆめしまアートプロジェクト」の一環として誕生したモニュメント。ゆめしま海道の橋を望む3つのスポットに設置されている。それぞれ異なるモチーフでデザインされており、訪れる楽しみもひとしお。旅の記念に、一緒に撮って上島町の思い出をカタチに残そう。

国 越智郡上島町生名
(いきなスポレク公園前海岸)

SPOT
02

【岩城島】週末だけの鯛のごちそう

Takeout&Cafe たい屋

長年、岩城島で水産業を営む「浦安水産」が週末限定で営業するカフェ。ここで味わえるのは、穏やかな瀬戸内海で育った養殖鯛を使い、カルパッチョ丼や鯛めし、カレーなど鯛尽くしのメニューを提供。朝に水揚げされたばかりの新鮮な鯛は、身が締まり、もちもちとした食感が魅力。

国 越智郡上島町岩城4974
☎ 090-4977-3179
🕒 10:00～16:00
休 月～金曜 国 有 国 無 電子決済可



店名物の「鯛のカルパッチョ丼」がおすすめ!



1 店外にテイクアウト専用の注文カウンターを完備。ドリンクやスイーツメニューも充実

2 白と水色を基調とした店内からは、島の絶景を望むオシャンビュウが広がる

