島のすべては、天上山の鼓動から。

神津の砂

海の底まで、白い砂

西暦838年、平安時代に起きた大噴火によって、天上山は今の姿となりました。その轟音は遠く離れた平安京（現在の京都）にまで届いたと言われ、いかに大規模な噴火であったかがうかがえます。

天上山は、粘性の高いマグマによって形成された溶岩ドームを主体とする火山で、現在の神津島の地形の中心となっています。その形成以前に、現在の秩父山をはじめ多くの地点で火山活動があったと考えられており、こうした活動を通じて島の歴史と姿が少しずつ形づくられてきました。

伊豆諸島の島々は、黒い砂浜と白い砂浜が見られる場所に分かれますが、神津島は白。これは島を構成する火山岩（流紋岩）の色の違いにあります。白い砂は海底にも広がり、波模様のようなやわらかな曲線を描き「砂紋（さもん）」と呼ばれています。「砂紋」はダイビングスポットとしても有名な「つまり」（前浜の南側）でとくにきれいに見え、海底の景色や生物たちとともにじっくり観察することができます。

神津島とは

神津島は東京都心から南へ約180kmに位置し、富士箱根伊豆国立公園に指定されています。周囲約22km、面積18.58平方km。東京竹芝桟橋、静岡県下田からの航路と、調布飛行場からの空路で訪れることができる、東京の離島です。島の真ん中には標高572mの台形状の「天上山」がそびえたち、変化に富む美しい景観は、初心者から山歩きのベテランまで多くの人々を魅了しています。また伊豆諸島1位の漁獲高を誇り漁業も盛んなため、民宿や旅館では金目鯛などを堪能できます。

アクセス方法

- **東京・竹芝桟橋より**
  高速ジェット船で約3時間45分
  大型夜行客船で約12時間
- **下田港より**
  カーフェリーで約2時間20分
- **調布飛行場より**
  飛行機にて約45分

編集後記

神津島には、季節ごとに表情を変える自然や景色の裏に、静かに受け継がれてきた昔ながらの営みや人々の知恵が息づいています。このカレンダーが、そんな島の奥深い魅力に触れる旅のきっかけとなれば幸いです。次の季節も、神津島でお待ちしています。

神津の四季と暮らしを彩る島暦
天上山の恵みが結ぶ豊かな自然・水と生きる島

企画・発行　特定非営利活動法人　神津島観光協会
監修　海津ゆりえ（文教大学国際学部）
協力　稲葉豊美、石田賀也、古谷豆、山口達夫、清水昭男、笹本英博
デザイン　木村奈緒子（PORT）
ライティング　佐藤恵子　**イラスト**　榎本直哉（NN）
写真提供　神津島村のみなさま

問い合わせ
神津島観光ガイド　https://kozushima.com/
神津島観光協会　東京都神津島村37-2　04992-8-0321

この事業は（公財）東京観光財団「地域のサステナブル・ツーリズム推進助成金」を活用して実施しています。

神津の四季と暮らしを彩る島暦

天上山の恵みが結ぶ豊かな自然・水と生きる島

神津の山

ひとつの山に池、砂漠、花、鳥…

標高572mと決して高くはない天上山ですが、台形状に広がる頂上部には池があり、低木帯があり、白地の砂漠があり、驚くほど多様な景観が広がります。四季折々の花が咲き、「花の百名山」にも選出。留鳥も渡り鳥も訪れる、自然の宝庫。唯一無二の「島の山」です。

軽石や火山灰が積み重なった地盤は、雨水をすばやく透過し、地下に蓄えられます。島のあちこちでは湧水が豊かに湧き出し、村の水道水もこの地下水を利用。名産である焼酎づくりにも欠かせない存在です。

清らかな水のめぐみを、どこに、どれだけ分け与えるのか――。

かつて天上山では、水の分配をめぐって神々が集い、話し合いを行ったという伝承が残されており、そこから「神津島（神が集う島）」と呼ばれるようになったとも言われています。その話し合いが行われていたとされる場所が「不入が沢（はいらないがさわ）」。神聖な場所として、今でも人が足を踏み入れてはならないという言い伝えが残されています。

また、火山活動によってもたらされたもう一つの恵みが、島に湧き出す温泉です。海辺の露天風呂などでは、火山がもたらす地熱の恩恵を感じることができます。

火山がつくり出した地形と水の恵みは、豊かな漁場や農の営みを支え、文化を育み、信仰の拠り所として、島の暮らしのすみずみに息づいています。

天上山はつねに島のシンボルとしてそびえ立ち、島の人々の暮らしと心を見守りつづけています。

神津の石

神津島が品質の高い黒曜石に恵まれる理由

黒曜石は火山の噴火によってできる天然ガラスです。火山の噴火により溶岩（流紋岩質）が急速に冷却されることで、ガラス質の石が生まれます。

神津島は海底から噴火して生まれた火山島のため、噴火の際、溶岩が大量の海水に一気に冷却される環境が整っていたのではないかと考えられています。

切れ味の鋭さに、古代の人々からも大人気

神津島の黒曜石は、縄文時代から島外へ持ち出されていたと考えられています。その理由は、天然のナイフのような鋭い切れ味。動物を倒す、魚をさばく、そんなときに使う道具としての優秀さを経験的に理解していたのかもしれません。伊豆半島には神津島産の黒曜石が百キロ単位で見つかった遺跡もあります。

＼おすすめスポット／
神津島村郷土資料館

考古学的に貴重な出土品や歴史を物語る史料・古文書、島民の暮らしを偲ぶ民具が並んでいます。黒曜石とその関連資料も充実しており、島の成り立ちを多面的に学べます。

みんなをニコニコにする“摩訶不思議”な石

良質な黒曜石が多く産出される神津島。村長室にも、ちょっと上の世代のお宅の玄関にも、古くからある会社の社長室にも飾られています。

「うちの黒曜石は黒くて、大きくて、綺麗なんだ！」「うわ～、立派ですね～」という会話で盛り上がることもある、島民にとっては特別な存在。その石言葉通り“摩訶不思議”なパワーが？ 黒曜石の話をするといつのまにかみんながニコニコしてしまうのです。

物忌奈命神社。「明神さま」と親しまれる島の鎮守の神様

長浜海岸で平たい石を拾い、その上に濡れた砂を載せてから阿波命神社の鳥居の下にお供えして参拝を行う「潮花」という習わしがある

神津の心

今ここに生きていることへの感謝の気持ち

神津島では神社やお寺、祭りや伝統行事を守り続ける文化が根付いています。神様を祀り、祖先を敬う。それは自然の恵みへの感謝、命をつないでくれたことへの感謝、どちらも「今の自分たちがあることへの感謝」の気持ちかもしれません。

猿田彦大神は主に村内の三叉路に祀られ、病魔や病鬼を払う神といわれている

かつお漁の安全と豊漁を願う神事かつお釣り

その昔、鰹節を年貢として納めていた時代から、漁業の安全と豊漁を神様に感謝する行事です。毎年8月2日に物忌奈命神社で行われ、国指定の重要無形民俗文化財に指定されています。魚の種類は変わっても自然の中で魚を得るための祈り、そして獲れることへの感謝は変わりません。

1日2回のお墓参り

神津島では毎朝毎晩お墓参りへ行く島民が少なくありません。お花を飾りお線香をあげ、きれいにする。自分のお墓だけではなく、まわりのお墓も。それを1日2回毎日、はちょっと独特な文化かもしれません。けれど島の人たちにとっては生活の一部。毎日ちゃんと行くのが習慣なんです。

神津の幸

海が変わっても「漁業」は神津島の大黒柱

かつて神津島ではカツオやカジキ、海のダイヤモンドと呼ばれるタカベ、イセエビ、海藻のテングサ、トサカノリが豊富に獲れていました。海の変化にともない、近年はキンメダイやキハダマグロが主役に。ムツ、メダイ、ハガツオもよく獲れます。

たとえ獲れる魚が変わってもこの島から「漁業」という営みが消えることはありません。

漁業は今でも神津島の重要な産業。地元で獲れた魚を使った料理は訪れる人を大いに楽しませ、元気をくれます。

島の恵み、キンメダイの水揚げ。市場では丁寧に選別が進み、いさぎよりより発泡スチロールに梱包されたのち、船で島外に出荷される

昭和40年頃のテングサ漁の風景。当時は家族総出で行っていた

主食であり、おやつでもある、さつまいも

火山島である神津島では火山灰を含むやせた土地に苦労しながらも、さつまいもはぐんぐん根を張り、人々のくらしを支えてきました。今でもさつまいもは島の食文化として、大切にされています。島の人たちにとって芋とクサヤはセット。いわば主食とおかずの関係です。そこに明日葉汁があればさらによし。

そして、島民が大好きなさつまいものおやつに「あぶらき」と「切干餅」があります。

Recipe

いものあぶらき

材料／作りやすい分量
さつまいも…大1本（300g）
かたくり粉*…大さじ4
小麦粉*…大さじ2
砂糖…大さじ1・2/3
塩…小さじ1/4
揚げ油…適量
*は米粉で代用しても美味しい！

作り方
①さつまいもを皮ごと蒸す。
②潰したさつまいもに、かたくり粉、小麦粉、砂糖、塩を入れてよくこねたら、食べやすい大きさに丸める。
③180℃の油で色がつくまで揚げる。

神津の星

島全体がまるごとプラネタリウム 東京都初「星空保護区」に認定

2020年12月、神津島は東京都で初めて「星空保護区」に認定されました。単に「星がきれいに見える場所」というだけでなく、光害対策や島民の理解、プログラムの実施などいくつかの条件があります。「島民ガイドによる星空鑑賞会」は認定の際、評価された取り組みのひとつです。ガイドするのは「神津島星空ガイド養成講座」を受講した島民です。星に詳しいのはもちろん、神津島のくらしや魅力を、それぞれの言葉で伝えます。

星空保護区の認定カテゴリーは「ダークスカイ・パーク」ですが、限られたエリアではなく島全体まるごと、という意味から「ダークスカイ・アイランド」の呼称の使用が認められています。

前浜海岸やよたね広場などに設置。裏面には星空保護区や光害についての解説を記載している

国際ダークスカイ協会（IDA）の星空保護区として認定された際に授与された認定証

前浜海岸にウミガメの足跡が…

星空保護区認定後、神津島で10年ぶりにウミガメの産卵が確認されました。

一般的にウミガメは産卵場所に静かで暗い場所を好む、と言われています。保護区認定へ向け、海岸沿いの道路灯を光が漏れないものへ取り替えたことで夜の闇が確保できたため、と考えられるかもしれません。

星空保護区は一般社団法人星空保護推進機構（DPA）の登録商標です。

神津の四季と暮らしを彩る島暦

天上山の恵みが結ぶ 豊かな自然・水と生きる島

神津島固有の動植物の呼称は、表記の後ろに（ ）で記載しています。

	冬	春			夏			秋			冬	
		立春	春分		立夏	夏至		立秋	秋分		立冬	冬至
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均気温（℃）	8.5	9.1	11.4	15.0	18.6	21.2	24.6	26.3	24.1	20	16.1	11.2
降水量（mm）	98.5	128.0	198.0	170.5	183.4	262.8	189.4	197.1	208.1	334.0	174.4	126.3
平均風速（m/s）	7.6	7.1	6.7	6.1	5.1	4.5	4.4	4.2	5.0	5.6	6.0	7.7

島の自然

星空

星
- カノープス（観察しやすい時期 1-2 月）

カノープス
本土ではなかなか見ることが出来ない恒星で、見ると寿命が延びると言われています。神津島では例年2月の20 時頃に南の空の低い位置に上がってきます。三浦湾展望台からの観賞がおすすめ

行事
- 七夕（7月7日）
- 十五夜（萩とサツマイモ）（旧暦８月15日）
- 伝統的七夕（旧暦７月７日）
- 十三夜（ススキと里芋）（旧暦９月13 日）

流星群
- しぶんぎ座流星群（ピーク１月４日頃）
- ペルセウス座流星群（ピーク８月 13 日頃）
- ふたご座流星群（ピーク12月14日頃）

ふたご座流星群
神津島でおすすめの流星群。条件が良いと１時間に数千個という流星が出現する

自然現象
- 御蔵島に重なって沈む夕日（５月初旬）
- 恩馳島に重なって沈む夕日（11月初旬）
- にし風（にしん風）（12-2月）
- にし風（にしん風）（12-2月）
- 前浜の砂紋（通年）、黒瀬の青い海（通年）

植物

天上山の花

- ショウジョウバカマ
- オオシマツツジ
- サクユリ
- ハマシャジン
- シュスラン
- センブリ
- ヒメトケンラン
- コウゾシマヤマツツジ
- スカシユリ
- キキョウ
- イズノシマウメバチソウ、リンドウ

海岸～林内の花
- ヤブツバキ
- コウヅエビネ
- ウツギ
- サクユリ
- ハマカンゾウ
- イズノシマダイモンジソウ
- イソギク
- ハンノキ（12-1 月）
- オオシマザクラ
- スダジイ
- スカシユリ
- ラセイタタマアジサイ
- アシタバ（花）
- ハンノキ（12-1月）
- ハチジョウキブシ
- ガクアジサイ
- ハマオモト

ハンノキ
明日葉を作る時に一緒に植えると成長が早いと言われ、共生植物としても育てられている

生き物（陸）

鳥類
- ウグイスの初鳴き
- ツバメの飛来
- アオバズクの初鳴き
- ホトトギスの初鳴き
- カンムリウミスズメ
- 冬鳥　ツグミ、モズ、ルリビタキ、アオジ、ウミネコなど
- 夏鳥　キビタキ、オオルリ、サンコウチョウなど
- 冬鳥

昆虫
- アサギマダラの渡り

爬虫類
- オカダトカゲの産卵(ニホンカナヘビは5-8月)
- シマヘビ、アオダイショウの産卵

生き物（海）
- 通年で見られる多種多様な生物（アオウミガメ、ハマフエフキダイ、テングダイ、ツバメウオ、ソラスズメダイ、ハナゴイ、ミナミハコフグ、タカベ、ツムブリ、レンテンヤッコ、アジアコショウダ、コロダイ、トラウツボ、カエルアンコウ、フリソデエビ、キンチャクガニ、種類豊富なウミウシ）（通年）
- 夜光虫（通年）
- イルカ、マッコウクジラ（通年）
- ザトウクジラ（11-3 月）

- ザトウクジラ（11-3 月）
- 運がよければ会えるもの：シュモクザメ（ナームー）、ジンベエザメ、マンタ、ニタリ（4-12 月）
- 神津弁での呼び名のあるお魚達：ニザダイ（カリキン、サンノジ）、ホウタバ（ニシキベラ）、カシカメ（ブダイ）、アオブダイ（コッポンカシカメ）、タカノハダイ（キシャンコ）、イスズミ（ボティ）

島の暮らし

祭り・行事

祭祀
- 乗り初め（1月2日）
- 寒参り（小寒 - 大寒）
- 籠祭（1月14日）

籠祭
かつて行われていた、一年間の漁場や操業の順位を決めるために神の御籤を引く神事。早朝に冷たい海に入り身を清めてから物忌奈命神社に集まり執り行われ、良い漁場を得たものが豊漁を保証されると信じられていた

- 神事かつお釣り（８月２日）

文化・風習

信仰と風習
- 朝夕のお墓参り（通年）
- 二十五日様（旧暦 1月23-26日 ）
- 阿波命神社例大祭・長浜祭り（４月15日）・潮花
- 物忌奈命神社例大祭（８月1-2日）
- 十五夜（ススキとサトイモ）（旧暦８月15日）
- 花正月（1月14日）
- 棒
- 十三夜（旧暦９月13 日）

年中行事
- 百万遍念仏（1月16日）
- 出船（春）
- 神津沢こいのぼり（5月）
- 海開き（7 月）

郷土料理
- あぶらき、念仏うどん、しょうゆめし、かさんば（通年）
- 明日葉汁（11月下旬 -5 月下旬）
- 明日葉汁（11月下旬 -5月下旬）
- 切り干し餅（12-1月）
- 切干大根（3月）
- ところてん（夏）
- サツマイモとくさや（秋）
- むかごごはん（11月）
- 切り干し餅（12-1月）

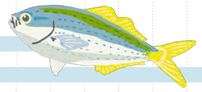
かさんば
法事や祝い事、十五夜に作られる島の伊丹物で語源は「柏葉」。神津島に柏がないためカクレミノの葉で包む

切干大根
神津島の大根を専用のカンナで細り、にしん風と日差しで干し上げることで島ならではの味わいが生まれる

野山の恵み
- ツワブキ（1-3 月）
- ヤマモモ（6-7 月）
- ムベ、あけび、椎の実、むかご（10-11 月）
- 星空レモン、島レモン（1月完熟）
- 野いちご(3-5 月)
- さくらんぼ、桑の実（5 月下旬-7 月）
- 星空レモン、島レモン（10 月早生 -1 月完熟）
- 島とうがらし（10-2 月）
- 島とうがらし（10-2 月）
- 明日葉（11 月下旬～ 5 月下旬、ピーク２月下旬 -5 月中旬）
- パッションフルーツ（7 月）
- 明日葉（11月下旬 -5月下旬）

海の恵み（甲殻類・棘皮類・貝類）

魚
- キンメダイ、メダイ、カンパチ、ハガツオ（ホウサン）、ヒラマサ、シマアジ、ムツ、キハダマグロ、ウツボ（通年）
- キハダマグロ（冬～春）
- アカイカ（3-8 月）
- タカベ（6-9 月）
- タッカ（ショウジンガニ）、カメノテ（セイ）、オサダ（タカセガイ）、イセモ（バテイラ）



海藻
- イワノリ、ハンバノリ（1-3 月）
- テングサ（4-8 月）
- トサカノリ（イギス）（5-7 月）

赤崎遊歩道
大人気の飛び込み台や入り江をいかしたシュノーケリングなどが楽しめます

海の遊び
- ダイビング、シュノーケリング、サーフィン（通年）
- 海水浴、赤崎遊歩道、ビーチバレー（7-9月）
- ビーチコーミング（通年：台風や強風の後）

ダイビング
前浜海岸の海中では白砂に現れる美しい波模様「砂紋」が見ることができる

ビーチバレー
日中は青空と白い砂浜、夕方は美しい夕暮れ。そんな背景の中で楽しむビーチバレーは神津島ならではの海遊びのひとつです

初心者～上級者～四畳半ダイバーも夢中

深く澄む世界、魚たち

透明度が高く、大型の魚類から色鮮やかな熱帯魚まで、多種多様な魚たちに出会える神津島の海は、ダイビングでも人気です。ヒラマサやカンパチなどの回遊魚、マンタ、ジンベイ、シュモクザメ…季節やタイミングによって見られる魚は異なるため、リピーター多数。また、シュノーケリングではハマフエフキやウミウシが見られることもあり、その美しさを小さなスペースで観察する“四畳半ダイバー”も多くいます。

島の自然をぎゅっと凝縮

特産品

神津島の特産品には、島の清らかな湧水を用いた酒があります。焼酎「盛若（もりわか）」は冬に仕込み、1~5 年寝かせて出荷。豊かな香りとまろやかな口あたりが特長です。海底に１年沈めて熟成させる「海底貯蔵」は、ダイビング協会と連携した独自の取り組み。海底で熟成された酒は、水圧や波の影響で味が変わるとも言われます。一方、クラフトビールは湧水と島の農産物（明日葉、レモン、テングサなど）を使用。水の良さが味の土台をつくり、自然の恵みとともに醸されています。また、神津島でつくられる椿オイルも人気です。島で収穫したヤブツバキの実だけを使い、昔ながらの非加熱製法で油を搾ります。時間も手間もかかり量も少なくなりますが、加熱しないことで栄養成分や香りや色など自然の恵みをしっかり閉じ込めることができます。

たくましい、美しい、神々しい

島の植物

火山島ならではの過酷な環境でたくましく育つ植物たち。天上山には強風を受けて高さが 1m に抑えられているスダジイも見られます。かと思えば、山頂部では春から秋にかけて花々が咲き誇り、海浜植物から山地性の植物までが共存。山を降りれば多幸湾キャンプ場近くにシダ植物があふれる遊歩道があり、散策におススメです。車道沿いでよく目にする“サクユリ”は大きな野生の百合。伊豆諸島の固有変種ですが、島によって花の模様が違います。神津島では白い花びらに茶色い斑点がついています！

（左）強風を受けることにより高さが低いスダジイ　（右）上部の草地に見られるサクユリ

それは、とくべつな４日間

二十五日様

二十五日様は旧暦の１月 23 日~26 日にかけて行われる神事。23 日は「三夜待ち」と言い、飲んだり食べたり明け方まで宴を催します。24日と25 日は二十五日様が島へ訪れる日。神様を決して見てはいけないし、騒いでもいけない。この２日間は海や山、畑にも行ってはダメ、灯りや音を漏らすことも禁じられています。もしも出歩いて二十五日様に会ってしまったら、凶事が起こるとか…。26日は「子だまり」と言い子どもだけは引き続き静かに過ごさなければなりません。現在でも島民は昔ながらの伝統を大切に受けとめています。24 日と 25 日はスーパーや商店は早じまいし、島民はひっそりと家の中で過ごします。

二十五日様が家に入らないよう祀る「いぼじり」。竹の先に藁を巻き先端を蓮した厄除けで、神棚は約30cm、玄関など屋外は 1.5~2m のものを供える

逆境を“美味しい”に変える知恵

にし風（にしん風）＆食文化

神津島では 12~2 月に吹く強い北風を「にし風」と呼んでいます。この時期は海も荒れ漁に出ることが難しい日も多く、畑で収穫できる作物も限られています。そこで生きるために大切な食料をどうするか、ということで魚や野菜をにし風にあてて干す、という食文化が生まれました。強い風をあてることで上質な干物に仕上がるんです。冬のウツボは脂がのって最高！焼酎がすすみます。また、しょうゆ飯に入れたり煮物に入れたり、日々の食卓に欠かせないハバノリもにし風にあてて乾燥させます。

ウツボを乾燥させている様子

ぎゃーば！ぎゃーば！と鳴く

カンムリウミスズメ

まるでペンギンを小さくしたようなルックス。頭にはトレードマークの“かんむり羽”がついています。世界中でもわずか 5,000 羽のみと言われ、国の天然記念物ならびに絶滅危惧種に指定されています。その多くは伊豆諸島近海に生息。神津島ではカンムリウミスズメの観察会や、より多くの方に現状を知っていただくため、ご当地キャラクター“かんむりん”を制作し保護活動に取り組んでいます。ぎゃーば！ぎゃーば！と鳴くので、島民は「ぎゃーば」と呼んでいます。

数奇な人生を強く生きた

おたあジュリア

戦国時代、侍女として徳川家康に仕えていた朝鮮出身のおたあジュリア。キリスト教禁止令により島流しにあい、神津島で生涯を閉じたとされています。おたあジュリアは薬草の知識をいかし病人を助け、島の人々のために尽くしました。島民もまた、知恵を授けてくれた彼女をとても大切にしました。それは今も同じ。おたあジュリアは自分たちのご先祖様がお世話になった人、という思いが受け継がれています。

おたあジュリアの墓（村落の流人墓地）

ちょいとよっちゃーれ!

方言

神津島の方言は、島の漁師文化を映した男言葉で、少し荒っぽい響きが特徴です。“よっちゃーれ”は『寄って行って！』という意味で、『よっちゃーれセンター』の名前にもなっています。よく耳にする“んだしかい”は『そうだよね』と同意するときにも、『そうかなぁ？』と疑うときにも使える便利な言葉。そして“しゃば”は『超・すごく』の意味で、さらに強調したいときは“がばしゃば”。島の人の会話を聞いていると、ときに『今のはどういう意味？』と首をかしげることも。そんな独特の響きも、神津島らしいユーモラスな魅力です。