

1人用
レジャーシート
としても使えます

Let's enjoy
WORKATION!

五島 ワーケーション マップ

福:五島編 FUKUE ISLAND Ver.

GOTO WORKCATION ISLAND MAP

発行：五島市／企画・制作：一般社団法人みづの旅



- Gachi Work スポット**
Wi-Fi 完備のワークスペース。個室や会議室など各種設備については裏面をご覧ください。
- ゆる Work スポット**
ワークスペースではありませんが、フリー Wi-Fi などがある程度設置されているコミュニティスペースやコミュニティカフェ。お仕事用スペースではないので利用の際は、周囲へのご配慮をお願いします。
- Vacation スポット**
福江島観光の定番スポットです。

2022年6月時点の情報です。
変更が生じている可能性がありますので、訪れる際は事前に確認してください。

五島ワーケーション よい！こん3つが大事かこたい！

(Hey! この3つが大事なことです！)

「五島も初めて！離島ワーケーションも初めて！」という超初心者の方のために、これだけ知っていれば楽しめる！という情報を、1テーマ3つに絞ってきてまとめました。表の地図と裏の基本情報を活用して、満喫してくださいね！

※掲載の情報は2022年2月時点の情報です。変更が生じている可能性がありますので、訪れる際は事前に確認してください。

五島に到着したら、 まずこの3つを頭に入れよう！

- ①流しのタクシーは来ない**
福江島では「タクシーは電話を呼ぶもの」、空港やホテルにも流しのタクシーは基本ないので、待たずに問各タクシー会社に電話してください。
- ②福江島は「かなりデカイ」**
福江島の面積は330km²で名古屋市とほぼ同じ広さ。車で一周する約3時間かかります。くれぐれも「徒歩や自転車で行く！」など、無謀なことは考えないようにしてください。
- ③財布の中の現金をチェック**
福江島のATMはかなり限られます。また平日でも19:00以降は停止している所も。財布の現金が少ないうちは、市街地のコンビニなどで下ろしておきましょう。福江空港にもATMはありません。心配な人は飛行機や船に乗る前に下ろしておくことをオススメします。

それが五島やけん！

(注意)

五島は離島なので、不便なことも多いです

都市部のようにお金で買える便利なサービスが、そもそも存在しなかったりしますし、通信環境もどこでもスイスイとはいきません。でも、そんな「不便」があるからこそ、工夫を凝らして自力で解決したり、地域の人の助けを借りたりと、「豊かな体験」に繋がります。

はるばる五島まで来てワーケーションに挑戦してくださる皆様には、「不便」さえも味方につけて素敵な思い出を生きていただけたら嬉しいです。

タクシーを呼ぶ！

市街地近辺で呼ぶなら主要なタクシー会社はこちら

大波止タクシー(0959-72-2854)
ばらもんタクシー(0959-82-0032)
五島タクシー(0959-72-2171)
西海タクシー(0959-72-5131)

コワーキングスペースを探す！

レンタカーを予約する！

五島市ワーケーションサイトはこちら！
ここに載せきれなかった情報がまとまっています。

★このmapは石灰石を主原料とするストーンペーパーを使用しています。ストーンペーパーは紙と比べ、強度の間に水や油をほとんど吸わず、強制的にリサイクル可能な環境に優しい素材となっています。また紙粉も、紙粉が混入されているため、このmapは速乾剤におおりに数ヶ所として使用可能です。

このmapはワーケーション中、五島の美しい風景を守りながら、それを存分存分楽しんでいただくためのアイテムです。

福江島をまわる移動手段はこの3つ

- ①レンタカー**
ベストの移動手段はレンタカーです。福江島の道は車道で軽やかなドライバーが多いので運転はしやすい環境です。ハイシーズン(7-8月)は混み合うので早めの予約を！
- ②タクシー**
免許がなくレンタカーも運転できない場合は、タクシーを雇って移動するという方法も。利用の際はタクシーの運転手さんに話しかけて、地元情報も入手しましょう。ただし都市部と違い、遅しのタクシーはいませんし、夜間は営業していない地域もあります。電話番号と営業時間をしっかり確認しておくことが大切です！
- ③路線バス**
福江島の路線バスは1-2時間に1本程度しかなく、料金は高めです(市街地から三井まで片道1000円ほど)。でも、そうした不便さ離島ならではの体験といえます。時間に余裕があるならトライしたい移動手段。

機密性の高いミーティングの予定が！ 個室があるコワーキングスペースはこの3つ

大事なクライアントや取引先との打ち合わせなど、セキュリティの守られた状態で仕事したい時にご利用ください。要予約なので注意。

- ① SERENDIP HOTEL GOTO
- ② mitake (ゲストハウス五島時光)
- ③ knit.

仕事の合間にホットひと息つける 市街地の喫茶店はこの3つ

- ①こふひや
練乳づくりの店舗がレトロな喫茶店。丁寧に淹れてくださるコーヒーと、日替わりのケーキやプリンなどメニューがとっても美味いんです。
- ②はたなか「シルクダイニング」
地のお菓子メーカー「餅菓子」はたなかが店舗併設しているカフェ&レストラン。商店街にあり、お土産を買うのに便利です。
- ③Slow Cafe たつたう。
五島城跡のすぐそばにあるカフェレストラン。カフェのほか、五島牛100%のハンバーグが人気でランチにもおすすめ。雑貨も併設で島産品が豊富。

(市街地から遠いけど) わざわざ行きたいグルメはこの3つ

- ①ブーケガルニ
福江から1ターンしたご夫妻の営む三井系のレストラン。五島の食材も生かした本格フレンチが食べられます。ランチもディナーも営業。市街地から車で45分ほど。
- ②とうがらし
保育園を改装したユニークな店構えの本格中華レストラン。前菜・メイン・麺・ごはん類まで全メニューがハイイレ。市街地から車で40分ほど。
- ③ラーメン敏
富江にあるラーメンの名店。週日行列ができるほどの人気店。「エビラーメン」が名物です。市街地から車で30分ほど。

お仕事アイテムを忘れた！ピンチの時に オフィス用品・パソコン機器を買う店はこの3つ

ただし、品揃えは限られますので、お仕事アイテムはすべて持っていくようにしましょう。

- ① Goto パソコン専門店
コワーキングスペース mitake に併設されているパソコン専門店。ケーブル類、メモリーカード類、充電器やモニターなど一通り揃っています。市街地にあり便利。
- ②ドウイングオサダ福江店
福江島でホームセンターと言えばここ。充電器やケーブル類など基本的なもので揃っています。市街地から車で5分ほど。
- ③ローソン福江中央店
24時間オープンで都市部のコンビニと同じ品揃えなので、スマホの充電器の他、基本的なケーブル類やメモリーカードも買えます。島内のローソンは24時間営業でない店舗もあるため要注意。

書類をプリントアウトしなきゃ！ 複合機がある場所はここ3つ

いずれも市街地にあるコワーキングスペースに設置されていて無料で、利用の仕方や料金は直接お問い合わせください。

- ① SERENDIP HOTEL GOTO
- ② mitake (ゲストハウス五島時光)
- ③ knit.

※福江島に5店舗あるローソンにも複合機が設置されているので、それを利用する手もあります。

お子様連れでも入りやすい食事処はこの3つ

★市街地からタクシーで1メートル程度
★昼も夜も営業している ★個室がボックス席がある

- ①いけす 割烹 心誠
庶民の御座りあり、ボリューム満点の「ひっくり弁当」が名物。ミニうどん、イクラちらし丼、ハンバーグ定食など、お子様が大好きなメニューもあり、生魚で泳いでいる魚が見えるので、子どもも大喜びです。
- ②和風レストラン 望月
大人のための贅沢五島牛ステーキからお子様セットまで幅広いお肉メニューが楽しめる洋食の名店。ボックス席が多いので、乳幼児連れでもラク。
- ③寿し善
庶民の御座りありの入りやすいお寿司屋さん。新鮮で大ぶりのネタが人気です。お子様が大好きな巻物もあり。

レアなお土産物を買う店はこの3つ

- ① JA ごとう産直市場 五島うまい
農産品はもちろんのこと、地域の食材を活かした加工品がレアなものも合わせて揃えられています。買った後即発送できるのも◎。市街地から車で10分ほど。
- ②ソトノマ
Uターンしたご一家が買物本山のコミュニティカフェ。カフェ内には島内の様々な物産品やハンドメイドの品が売られています。市街地から車で15分ほど。
- ③ te to ba (手と場)
Uターンした女性経営者中心のコミュニティカフェ。店内には地域のたちたちによるクラフトグッズが展示・販売されています。市街地から車で30分ほど。

一人でも入りやすい食事処はこの3つ

★市街地にある ★お手頃価格

- ①喫茶レストラン 五色
定食でサツタと食事を済ませたいならメニューも豊富で便利なお店。名産品・五島牛を使った料理も食べられます。
- ②うま亭
福江島のすぐ側にある食事処。地元の人気者のチャンポンの他、田うどん、カツ丼、五島うどんもあります。夜は17:00で閉店するので注意。
- ③寿し割烹 進駒 (しんごま)
リーズナブルでボリューム満点！！地域の蟹さんからの大人気のお寿司屋さんでランチは行列ができる日も。市役所のすぐそば。

油断すると、五島では朝ごはん難民になりがち 市街地で朝ごはんが食べられる店はこの3つ

- ①宝来軒
「朝ラ」するなら福江港すぐそばのここ！朝8:00からオープンしてラーメンの他、チャンポン、うどん、焼きめしなどもあります。
- ②さゆり
ボリュームたっぷりのモーニングが食べられる商店街(市街地)の喫茶店。モーニングは8:30-10:30です。
- ③ Moi Moi
コーヒーとサンドイッチのお店。テイクアウトのみですが、地元の人からも人気。朝は7:00からオープンしています。

お子様連れでも安心して行けるビーチはこの3つ

- ①朝泊 (とんとまり) 海水浴場
地域の人が小さな子どもを連れてよく遊びに行く遠慮のビーチ。市街地から車で40分ほど。ハイシーズン(7月中旬～8月下旬)はシャワー設備あり。
- ②香珠子 (こうじゅし) 海水浴場
ハイシーズン(7月～8月31日)は海の家が充実しているビーチ。流しうめんが子どもに人気です。市街地から車で20分ほど。
- ③多郎島 (たろうじま) 海水浴場
場所が離れた安全な人工ビーチ。ハイシーズン(7月上旬～8月下旬)は売店とシャワー設備あり。市街地から車で30分ほど。

【くれぐれも御注意！】
朝泊流しは沖から沖に強い海流。これに巻き込まれてしまうと、逆らって泳ぐことはとても困難で時と場合で溺れ死に至ります。福江島では高浜海水浴場の両側に離流の発生しやすい場所として知られています。くれぐれご注意ください。

行くと誰かに話したくなる！ 思い出に残るレア体験はこの3つ

- ①ふとんパー
ふとん屋さんが寝ぐせグスタフ併設のバー。壁面に高く積まれたふとんに囲まれてお酒が飲めます。一人一人で寝ぐせも名物店主が温かく迎えてくれます。市街地から車で3分ほど。
- ②ウツボ料理
五列島の中からおそらく玉置の食事処「ニューバンドラ」でしか食べられない珍味。唐揚げ、天ぷら、味噌汁、漬物が食べられます。市街地から車で1時間ほど。
- ③鬼島星空ナイトツアー
五島に来たら、一度は満天の星空を見てほしい！福江島のシンボル鬼島では星空ナイトツアーを行っています(送迎付最大1人4000円)。

GWCで「余白エリート」を目指してみませんか？

五島滞在中こんなことにチャレンジすると、KMI があがるよ！
 チャレンジした項目には丸をつけてみよう！
 滞在が終わったら、✔のついた数字を合計してみよう！

(この紙は石灰岩が原料ストーンペーパーなので、油性ペンで記入することをおすすめします)

五島滞在中、あなたのKMIを測定してみよう！

KMIとは…Key MUDA Indicatorの時。
 日常生活の中ではつい「時間もったいない！」「効率的じゃない！」「もっとラクな方法がある！」と切り捨ててしまいがちな愛すべき「ムダ」たちを、どのくらい楽しめたかを測るためのGWC考案の指標。

滞在中のKMIが高いほど、素敵な「余白」とたくさん戯れたはず。いつも仕事で一生懸命KPIを追いかけている人ほど、GWC中のはのんびりKMIの数値を伸ばしてみたいかがでしょうか？
 まっと目からウロコの新鮮な発見があるはず！

✔の数がKMIの値だよ！合計を出してみよう！

KMI=1-10

①そんな調子で、やんはなれ！
 (そうそう、その調子でいいよ～)

KMI=11-21

②ざまやっちゃんね。
 (あなたは、すごく前向きに取り組みましたね！)

KMI=21-30

③ざまな、ばらくて、たまがったよ！
 (あまりの余白使いに、こちらは驚きっぱなしです)

福江島のKMIマップだよ



初級編

- 誰にでも笑顔で挨拶してくれる五島の子どもたちに、自分から先に挨拶してみる。
- その日一日で見かけた猫を数えてみる。できれば柄も記録してみる。
- 鬼岳で日なたぼっこをしながら、「今抱えている悩みごと」を書き出してみる。
- そのあとのmapをシートにして、気持ちよくお昼寝してみる。
- 古本屋「本処でてるで」で普段読まないような本を買ってみる。
- 魚津ヶ崎の「花笑みきくや」で自転車を借りて、風になったつもりで漕ぎ続ける。
ヒント 営業時間は金土日の10:00～16:00
- 外食する時、ネットで検索せずに、勘と嗅覚とロコミだけで店を探してみる。
- 福江港ターミナルで「パラモン揚げ」とビールを買って、潮風に吹かれながら頬張ってみる。
- 滞在中、毎日空を見上げて「二三の雲」を探してみる。
ヒント 山本二三美術館
- タクシーでもレンタカーでもなく、路線バスでゆっくり福江島を回ってみる。

中級編

- ドンドン淵に行って深呼吸してみる。
- もっと深呼吸がしたくなったら、ニタンに行ってさらに深呼吸してみる。
ヒント 「ニタン」は川の名前
- 満天の星空を眺めながら、願いごとがなくなるまで流れ星を数えてみる。
- それでも星空を見飽きないなら、自分だけの星座を考え出してみる。
- 滞在中、毎日夕焼けを写真に撮ってみる。
- できれば、毎日朝焼けも写真に撮ってみる。
- バス停「荒川」にある足湯でぼーっとしてみる。時間が経つのも忘れて、足湯に居合わせた人とたくさん雑談してみる。
- 精肉店「ニク勝」で買った揚げたてのコロケをかりながら富江の街を散歩してみる。
- ほんままり半泊の海岸でもくもくと「自分史上最高に美しい石」を探してみる。
- 半泊で「さとうのしお」という不思議な塩を買って、ご主人の素敵な半生を聞いてみる。

上級編

- 私設図書館「さんごさん」でオリジナルコーヒーを飲みながら、コワモテの館長に勇気を出して話しかけてみる。
- むかた六方海水浴場に行って海ゴミを拾い、色別に分類してみる。(やってみると意外な発見が！)
ヒント 軍手、ゴミ袋、日陰のぼうし、集積場は●●●●
- 余力があれば、高崎まで行って海ゴミを拾い、やっぱり色別に分類してみる。
ヒント 軍手、ゴミ袋、日陰のぼうし、集積場は●●●●
- 大瀬崎灯台まで歩いて往復してみる。(相当の覚悟が必要です！)
ヒント 歩きやすい靴、水分、日陰のぼうし
- 自然炊する時、夜ごはんの食材を「スーパーで買う」以外の方法で調達してみる。
- ドライブする時に、ナビやGooglemapを使わずに目的地まで行ってみる。
- 朝ごはんは、五島産のお米と五島産の塩だけで作った「塩むすび」を作ってみる。
- 5種類以上のかんころ餅を食べ比べて、my best かんころ餅を見つけてみる。
- 五島うどんの食べ方を3種類以上考案して、自分で試してみる。
- 自分で釣った魚を自分で料理して食べてみる。
ヒント 陸釣り・船釣りの予約は、SlackからトラベルQに依頼してください(GWC開催中のみ対応)

① 拾ったゴミは、分けてGWC事務局支給の専用ゴミ袋に入れ、ビーチ脇のゴミ収集所に置いてください。
 置いたことは、Slackの「#なんでも掲示板」に報告してください



仕事でKPIを追いかけるのに疲れたら、
 また五島に「余白」と戯れに来てくださいね！



その他、あなたの見つけた「KMI」も募集中！！！！
 SlackのGWC2022ワークプレイス「#なんでもチャンネル」に投稿してね！