



# The Marianas

| Saipan | Tinian | Rota |

北マリアナ諸島オフィシャルガイド



# Where is The Marianas ?



日本から直行便で3時間半。  
日本から一番近い  
アメリカの極上ビーチリゾートです。

日本

成田

北回帰線

約2,400km ✈️

北マリアナ諸島

サイパン島

テニアン島

ロタ島

グアム島



## The Marianas

太平洋

Rota

# The Marianas

| Saipan | Tinian | Rota |

北マリアナ諸島オフィシャルガイド

- 3 The Marianas – Beautiful Nature Resort –
- 4 Nature ゆたかで、手つかずの自然に癒される
- 5 Sports 日本人にも人気のスポーツイベント盛りだくさん
- 6 Relaxation アクティブに活動した後に最高の癒しを

## テーマ別素材集

- 8 Marine Activities 子供からシニアまで大満足
- 9 Diving Spots 世界中のダイバー憧れの地
- 11 Land Activities 地上のアクティビティーで島内を探索
- 12 Entertainment 島の夜を彩るエンターテイメント
- 13 Culture 島のルーツへと誘う伝統文化
- 14 Beauty & Health 南の島の、癒しのスパ体験
- 15 Wedding 南国リゾートで忘れられない挙式を
- 16 Shopping メイド・イン・マリアナを探そう
- 17 Gourmet 伝統料理から人気のカフェまで

## 旅の目的別アピールポイント

- 18 Group Tour グループツアー
- 19 Educational Tour 教育旅行
- 20 Family Tour ファミリー旅行

## ホテル／ゴルフ場ガイド

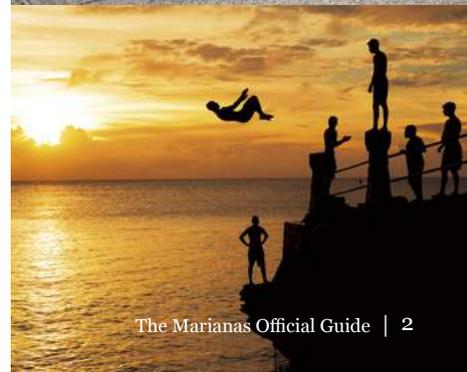
- 21 Hotel ホテルガイド
- 26 Golf Course ゴルフ場ガイド

## 観光スポット情報

- 27 Highlights of Saipan サイパン
- 29 Highlights of Tinian テニアン
- 30 Highlights of Rota ロタ

## 基本情報集

- 31 Travel Information 旅の基本情報
- 33 Event Calendar イベントカレンダー
- 34 Marianas Map テニアン・ロタ 詳細マップ
- 35 Marianas Map サイパン 詳細マップ
- 36 MVA Information マリアナ政府観光局 インフォメーション



3日間からでも楽しめる、日本から一番近いアメリカの極上ビーチリゾート

# The Marianas

— Beautiful Nature Resort —

マリアナ(サイパン、テニアン、ロタ)には

“癒しの島”“星降る島”“色彩豊かな島”などのフレーズがよく似合う。

ひとたび空港に降り立った瞬間から感じるゆったりと流れる時間と人々の笑顔。

島全体に漂う熱気をはらんだやわらかな風、澄みわたる青空、

緑の木陰とコントラストを鮮やかにするマリアナブルーの海。

うっとりするフレイムツリー(火炎樹)の鮮やかな赤。

いくつかのキーワードから魅力溢れるマリアナの楽しみ方を提案したい。



# Nature

## ゆたかで、手つかずの自然に癒される

北マリアナ諸島を代表する3つのアイランド



### Saipan

北マリアナ諸島の政治・経済の中心であるサイパン島は、日本からわずか南に2,400キロ、直行便であれば3時間半で行ける距離にある、南北約20km、東西約10kmの常夏の島。南国の島の魅力をそのまま味わえると人気。透明度の高さで知られる海と輝く白砂は、誰もが夢に描く南国の風景そのもので必ず期待を裏切らない。マリンスポーツを楽しむならサイパンというくらいアクティビティーがいっぱい。ベストビーチに選ばれ続ける人気のマニャガハ島をはじめ、光のカーテンが人々を魅了し続けるグロットほか、ダイバーに人気のダイビングスポットがたくさん。飾らないのがサイパン流。大自然の恩恵をそのままに楽しみたい。



### Tinian

島のいたるところに豊かな自然が残り、海の透明度は世界屈指の高さを誇るテニアン島は、のんびりとしたのどかな島でリラックスしたい人の旅行先に適した場所のひとつ。島を囲むビーチの美しさは息を呑むほどでCMやポスターの撮影地としても有名。サイパン島から小型飛行機でわずか15分ほどの距離にあり、タガビーチやタチョンガビーチが有名だが、戦跡も多く残っているなど歴史的な一面も持ち合わせている。また、世界一辛いとも言われるテニアン島の名物が、テニアン・ペッパー（テニアン唐辛子）。地元で「Doni Sali = ドニ・サリ」と呼ばれ、毎年2月には、テニアン・ホットペッパー・フェスティバルが開催されている。



### Rota

誰にも邪魔されない、大人の自分時間を過ごしたい人に人気の島。サイパン・グアムから約30分という距離にあり、その海の色は、“ロタブルー”と呼ばれる神秘の色。サイパンよりローカル色の濃いリゾートといえるだろう。島の北西部に位置するテテビーチは、遠浅の海にカラフルな熱帯魚の姿を見ることが出来る理想的な自然のビーチ。透明度抜群のスィミング・ホールは、天然の海水プールで、周辺には更衣室も売店もなく、そのままの自然がそこにあるだけだ。ここでは、何もしない時間を過ごすことが何よりの贅沢になる。千本ヤシ、バード・サンクチュアリなど自然を満喫できるスポットも多い。人口わずか数千人の小さな島は、今も自然とともに力強く生きている。



# Sports

## 日本人にも人気のスポーツイベント盛りだくさん

ローカルの優しさに癒され、心身ともに癒される

### ダイビング

世界有数のポイントを複数もつマリアナ。抜群の海の透明度と地形の面白さは世界中のダイバーの憧れであり、中でも、水中で青い光のカーテンを浴びるサイパン島のグロット、ロタ島のロタホールは、ダイバーで知らない人はいない。その他、常夏の島ならではの、年中温かい海に潜れ、初心者から上級者まで楽しめるのが特徴。日本人インストラクターも揃っているのが安心だ。ライセンスも短期間に安く取得できるので学生ツアーにも人気(詳細はダイビングページで)。

### マラソン

マリアナ政府観光局主催のサイパンマラソンは、国際マラソン・ロードレース協会(AIMS) & 国際陸上競技連盟(IAAF)認定のコースとなっており、青空のもと美しい海を眺めながらのランニングはまさに南国ならではの、50km、フル、ハーフ、10kmと、ベテランから初心者まで、それぞれのレベルにあったコースを選ぶことができる。毎年3月の第2土曜日に開催(予定)で、2018年で既に13回目の開催となる。年間平均気温27℃のサイパン島ではアフターランの楽しみも豊富。

<https://japan.mymarianas.com/saipanmarathon/>

### ゴルフ

マリアナでのゴルフはその地形から海を望むコースが多いのが特徴。サイパン島では島の西側と東側にあるコースでは景観が大きく異なるので、いくつかのコースをプレーして回るのも興だ。ダイナミックな海越えのパー4コースが多いことも人気のひとつ。全コースでフェアウェイにカートの乗り入れが可能で、日差しが強いマリアナでも気軽にゴルフが楽しめる。2017年には“マリアナインターナショナルカップ”も開催。各国のアマチュアゴルファーが多数参加した。

### バイクレース

日本と同様、最近どんどん人気を集めているのがバイクレース。サイパン島では毎年12月に行われる“ヘル オブ マリアナ”という走行距離100km、獲得標高1700mという過酷なバイクレースが人気に。上り下りの険しいコースはその名のとおり、地獄のような過酷なレースですが毎年数多くのレーサーやバイクファンが大会に参加。コースは険しいだけではなく海沿いや緑あふれる道なので、仲間と一緒にリレーで参加するのも楽しみ方のひとつ。チームビルディングとしてもお勧め。

<https://japan.mymarianas.com/hom/>

### トレッキング／ウォーキング

自然豊かなサイパンは、オフロードを歩いて大自然に触れるガイド付きのトレッキングも人気だ。南部の“禁断の島”を筆頭に様々なツアーが催行され、いずれもシュノーケリングなど海でのアクティビティがセットで楽しめる。ビーチ沿いのウォーキングもしくはジョギングを楽しみたい方には、ビーチパスウェイがおすすめ。ガラパン地区から南のキリリ・ビーチ公園までのビーチ沿いに、整備された遊歩道が約5km続き、エメラルドグリーン的大海と白浜を眺めながら歩くことができる。

### トライアスロン

マリアナに定着しているスポーツイベントといえば、トライアスロンは外せないだろう。2017年、ミクロネシアでは初の開催となったアイアンマン70.3はサイパンで開催され、海外から多くのアスリートが集結。今後もサイパンのトライアスロンの顔となること間違いなし。ロタ島でもロタブルー・トライアスロンが毎年開催されており、世界に誇るロタブルーの海を泳げるチャンスとして、またトライアスロンのアイランドシリーズとして人気を博している。

<https://japan.mymarianas.com/event/7106/>





# Relaxation

## アクティブに活動した後に最高の癒しを

スパ・ホッピングが気軽に楽しめる癒しの島



### 心身ともにリフレッシュ

これほど思いっきり遊んで楽しみながら、疲れを残すことなく、元気になって帰ることのできる旅先は珍しい。いつも飾らずとも美しいマリアナの自然と風土、そして人々の優しさがそうさせるのであろうが、南の島で受けるスパの癒しはまた一段と格別。ビーチやゴルフで思いっきり遊んだ後は、自分へのご褒美の時間。緩やかな時間の流れとともに身をゆだねれば、まさに心身ともにリフレッシュ。日本から近いマリアナは、帰りの飛行機も疲れることなく、リフレッシュした自分のまま帰国することができるから効果抜群。ホテル内のスパで上質な時間を過ごすもよし、街中に繰り出してリーズナブルに満喫するのもよし。サイパンは個性豊かなスパがそろっているのが特徴だから、バリ風をはじめ、インド式、西洋と東洋のブレンドスタイル、タイ風まで、自分に合ったスパを見つけたい。マリアナのスパは、美しい自然で癒すマリアナの効果をいそう際立たせてくれる。

### 人気のホテルスパ

究極の癒しを求めるなら、ハイアットリージェンシーサイパンの「イサグア スパ」へ。古くより現地に伝わる自然療法を用いた極上スパが用意されている。水と密接な関わりを持つといわれるサイパン。水とヒーリング効果の高い植物オイルとを、自然療法士の知識をベースにしたトリートメントで、うっとりするようなひと時を提供。「イサグア」とは現地言葉で「水の循環」を意味する。ホテルに滞在していなくても予約可能。もう1つ外せないのがアクアリゾートクラブサイパンにある「ARCヘルス スパ」。南国のやさしい時間の流れの中でジャグジーやマッサージ、アロマセラピーなど、極上のリラクゼーションを堪能できる。さらにサイパンワールドリゾート内の「オアシス」ではスリミング効果があるというコーヒーを使ったエステが体験できるほか、「スパネス」という水着を着て家族全員で楽しめるスパもある。

### 街中のスパを巡る

サイパンではホテルが集中するガラバンエリアに数多くの人気スパがある。1時間コースが交渉次第で格安で受けられるほか、指圧、オイルマッサージ、フットリフレクソロジーなどコースも多彩。日中アクティブに活動した後は、好みのスパ・マッサージ店を探してその日の疲れを払拭。そのお手頃感と気軽に入れる雰囲気から連夜スパ・ホッピングを楽しむ観光客が急増中。漢方を取り入れた本場の中国式マッサージで人気の「霞/Kasumi」、ラグジュアリーな施設が人気の「ハナミツホテル&スパ」、本格指圧で人気の「ミラージュ・ビューティー&マッサージ」などは日本人にも人気。



# The Marianas Planning Materials

## テーマ別素材集



Marine Activities

P.8



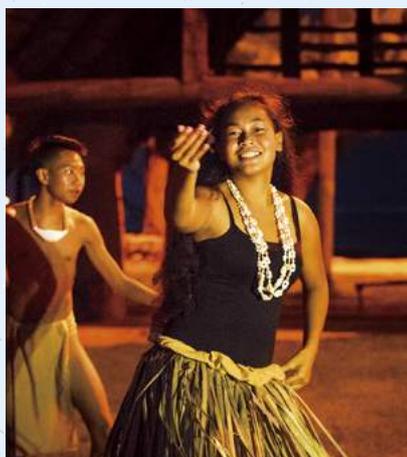
Diving Spots

P.9・10



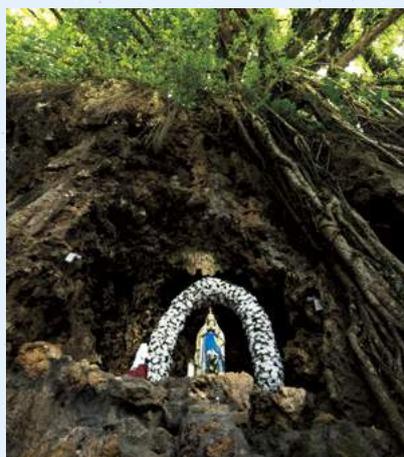
Land Activities

P.11



Entertainment

P.12



Culture

P.13



Beauty & Health

P.14



Wedding

P.15



Shopping

P.16



Gourmet

P.17



# Marine Activities



## 子供からシニアまで大満足

マリアナが誇る透明度抜群の海。その極上の海を体験できる  
マリナアクティビティーが豊富だ。定番のパラセーリング、バナナボート、シュノーケリングはもちろん、  
子供から楽しめるバブルメーカーやサップなど、新しいアトラクションも登場している。  
初心者からリピーター、子供からシニアまでマリアナの海はあらゆる層を満足させてくれる。

### パラセーリング

⑤

大空を舞う感覚が味わえる人気のアクティビティー。パラシュートを装着し、ボートに引かれ、約40m上空へ。眼下に広がるマリアナブルーの海を眺めながら、空を漂う気持ち良さは一度体験すると病みつきに。カップルで楽しめる2人乗りで、座ったまま舞い上がるチェアタイプもある。

### ダイビング

⑤TR

通常のダイビングのほか、Cカード(ダイビング認定証)を持っていなくても手軽に海中世界を堪能できる体験ダイビングコースも豊富。ほとんどの体験ツアーは、最初にプールで軽いレッスンを受けてから海に潜るので安心。潜る深さは2~3m。マリアナは海底が白砂で非常に明るく、色彩の美しい熱帯魚も多い。

### シュノーケリング

⑤TR

マスク、シュノーケル、フィンの3点セットと、ライフジャケットを着けて泳ぐ。浅瀬のビーチが多い北マリアナ諸島では、初心者でも美しい海中シーンが十分に楽しめる。ボートで沖合のポイントへ連れて行ってくれるツアーなどもある。人気のマニャガハ島では、サンゴ礁にトロピカルフィッシュが群れる南国の海中世界を堪能しよう。サイパン、テナン、ロタとも湾内の遠浅の海で体験する機会が多い。各ホテルのマリン・ショップなどで用具を貸し出している。

### シーウォーカー

⑤

泳げないし、ダイビングはちょっと...と躊躇する人におすすめ。空気が絶えず供給される特殊なヘルメットをかぶるので、ふつうに呼吸しながら海中散策が楽しめる。顔や髪を濡らさずに楽しめ、コンタクト、メガネも付けたままでOK。参加可能な年齢は催行会社により異なり、6~12歳以上など。

### バブルメーカー

⑤

子供からシニアまで楽しめる。バブルメーカーは子供用体験ダイビング・プログラムで、通常の約半分の重さの小型器材を使って海に潜る。

### ウェイクボード

⑤

水上スノーボードのようなアクティビティーで、小型ボートに引かれながら海面をハイスピードで滑走する。上級者ともなればポップやロールなど多彩なトリックも。サイパンでのグレンドはマニャガハ島沖など。

### サブマリン

⑤

エアコン完備のレジャー用潜水艦「ディープスター」に乗船し、サイパンの海中を遊覧。沈没した飛行機の残骸やサンゴの群生、泳ぎ回るアジなど、コバルトブルーの不思議な別世界が、艦内の左右にある直径72cmの丸窓の外に広がっている。

### ウィンドサーフィン

⑤TR

サイパンの遠浅な海は、年間を通じて初心者でも体験しやすいスポット。北東から貿易風が吹く11月頃から4月にかけてが本格シーズンとなり、毎年マイクロビーチで開催される大会では、ハイ・アマチュアからプロまでが腕を競う。サイパンでは毎年シーズン開幕の11月に「マリアナ・ウィンドサーフィン・カップ」、2~3月に「マイクロネシア・オープン」が開催されている。



### シーカヤック/オーシャンカヌー

⑤TR

リーフに囲まれた穏やかな海で、きらきらと輝く海面をパドルを頼りに滑っていく。遠浅のビーチなら、初心者でも安心。遠い国からカヌーで渡ってきたという島の人々のルーツが感じられる。

### ジェットスキー/マリッジット

⑤TR

日本では小型船舶免許が必要だが、マリアナではライセンスなしで楽しめる。初心者からトライでき、波が穏やかなインリーフは絶好のフィールド。立ち乗りタイプや座って2人乗りできるタイプがある。

### スタンドアップパドルボード(SUP)

⑤

近年世界中で急激に人気が高まっているウォーター・アクティビティーで、ボードに立ってバランスを取りながら、パドルで水を漕ぐもの。性別・年齢に関係なく初めての方でも容易に楽しめる。

### フィッシング&トロリング

⑤TR

サイパンでは、初心者や女性でも安心のボトムフィッシングから、夕日を見ながら釣りが楽しめるサンセットフィッシングまで、さまざまなレベルに対応するプログラムが用意されている。カツオ、マグロ、シイラやカジキに挑む豪快なトロリングも楽しめる。ベストシーズンは7~12月。

### クルーズ

⑤

水平線に沈む夕日を楽しみながら、船上でディナーとエンターテイメントを楽しむサンセットクルーズも人気のアクティビティー。船のタイプは、100人が着席できる大型カタマラン(双胴船)、定員90人の大型クルーザー、小グループでチャーター可能なクルーザーなど様々だ。そのほかランチクルーズや小型ヨットでのセーリングも楽しめる。

⑤Saipan ⑤Tinian ⑤Rota

## まるとリゾートアイランド マニャガハ島 Managaha Island



マニャガハ島は、マイクロビーチの沖合約2.5kmに浮かぶサンゴ礁の無人島。マニャガハとは、カロリン語で「ちょっと一休み」を意味するという。ガラパンの港から大型船で約15分、高速船なら約5分で到着する。周囲約1.5kmの無人島で、全域が国定海中公園に指定されており、宿泊施設はない。ここはサイパンにおけるマリナアクティビティーのメジャー・ポイント。島内はレストラン、ギフトショップ、トイレ、シャワー、ロッカーが完備。アクティビティーやランチがセットになったターシ・ツアーズのパッケージツアーが便利でお得だ。ホテルへの送迎や島へのポート送迎、入島料、傷害保険料などが含まれているフリーコースを基本に、BBQランチ付きコースや潜水艦付きコース、各種アクティビティーがセットになったコースなど多数用意。他社でも、マニャガハ島送迎+アクティビティーのツアーを提供している。

### アクティビティーメニュー

- 体験ダイビング ●バブルメーカー ●ボートシュノーケリング
- ビーチシュノーケル ●パラセーリング ●バナナボートなど

主催会社:ターシ・ツアーズ



# Diving Spots

## 世界中のダイバー憧れの地

複雑な地形、神秘的な海中洞窟、豪快なドロップオフなど

バリエーション豊富なスポットが自慢のマリアナ。透明度抜群の海は、海底が白砂で明るいスポットが多く、ビギナーでも安心して楽しめる。ベストシーズンは季節風がおさまる5月以降とというものの、年間を通じて問題なく楽しみ、ボートダイビングはもちろん、ビーチダイビングも見逃せない面白さだ。



### Saipan

#### スポットライト

水深約20mほどにある洞窟ポイント。中は暗いが、天井に開いた穴から太陽の光が差し込み、舞台のスポットライトのように下まで伸びているのが幻想的だ。ただし、太陽が真っ直ぐ入るのは、夏の晴れた日、お昼前頃の時間帯に限定される。この光の中に入って記念写真を撮るのが人気。

#### グロット

サイパンを代表する海中洞窟スポット。岩の上からエントリーして真っ暗な洞窟内を移動すると、青い幻想的な光が現れる。ケープを抜けて外洋へ出る解放感、目も眩むような光の洪水はこのスポットならではの。外洋ではバラクーダ、ウミガメ、ナポレオンフィッシュなどに遭遇するほか、ヘルフリッチやフリソデエビなどの小物も多い。エントリー＆エキジットは約100段の階段を上り下りするが、それを強いても不動の人気を誇る。

#### オブジャンビーチ

水深約17mの海底はどこまでも広がる真っ白な砂地で、海の青との見事なコントラストを描く。魚の種類も豊富で、チョウチョウウオ、ハナゴイのほか、モンツキカエルウオなどが泳いでいる。群生するガーデンイールは、見どころのひとつ。海底から張り出したサンゴにも多種の魚が生息している。

#### 沈船(松安丸)

水深約10mの海底に朽ち果てた旧日本軍の貨物船が沈んでいる。船の周囲にはロクセンスズメダイの群れや、アカヒメジ、バラフエダイ、ツバメウオなどが見られ、砂地には大きなオニダルマオコゼやカミソリウオ、鉄板の下にネムリブカがいることも。

#### ディンプル

ビギナーにお勧めの名物スポット。リーフの外にある直径40~50mの山のようなサンゴの根に、黄色いカスミチョウチョウウオが数百匹もの大群で乱舞している。外洋スポットなので、時にはナポレオンフィッシュ、バラクーダ、イソマグロ、マダラトビエイ、カメなどの大物が登場することもある。

#### アイスクリーム

水深約18mの砂地にアイスクリームのような形のサンゴの根があることが名前の由来。アカヒメジ、ミナミハタタテダイの群れ、クマノミなどが住みついている。水深の浅い部分周辺には、マダラトビエイの群れが頻りに現れる。サンゴの間には赤と黒のクマノミ「ダスキーアネモネフィッシュ」など、可愛い魚が多い。

#### バンザイクリフ

サイパン一豪快なダイビングスポット。底は水深40~70m以上だが、水深約20mにある岩の上で、ギンガメアジやバラクーダ、ツムブリ、サメが通り過ぎるのを待つ。大物遭遇率は高いが、海況のいい夏場のほんのわずかな時期にしか入れない。運が良ければイルカの群れに出会うこともある。

#### ラウラウビーチ

サイパンで一番大きな湾、ラウラウ・ベイのスポット。サンゴ、砂地、岩場とバリエーション豊富な地形で、非常に多くの生き物が生息。マイクロネシア固有種のオレンジフィンアネモネフィッシュを含む4種のクマノミが見られる。穏やかな海で、ビギナーやブランクダイバーにも安心。

#### ナフタン・ドロップオフ

島の南側に突き出したナフタン岬のスポット。透明度が抜群で、サイパンで最も魚影が濃いと評判。水深約60mまで落ちる豪快なドロップオフには、ツムブリやクマザサハナム口の群れなど回遊魚が多い。時にはジンベizeitメヤイルカなど大物も現れる。

### Tinian

#### テニアングロット

テニアンで最もポピュラーなスポット。水深約11mほどの棚にいくつかの穴があり、中が大きな縦穴になっていて、通り抜けられる。透明度が高く、穴から差し光のグラデーションが美しい。年間を通して潜れるが、海が穏やかな4~7月がベストシーズン。

#### フレミング

透明度の高い水中に、ボトムが60m以上あるドロップオフなど、雄大な地形が織り成す世界が広がる。壁にはクレバスやトンネルがいくつもあり、スミレナガハナダイの群れやカメに出会うことも。棚の上ではモンツキカエルウオやナンヨウハギ、ネットイミノカサゴなど多彩な魚たちが出迎えてくれる。テニアンのなかでもダイナミックな景観が堪能できる場所だ。

#### ツーコーラルヘッド

2つの大きなサンゴの根が海中に張り出した地形で、サンゴの群生地帯や、ヨスジフエダイやベラ、チョウチョウウオなどが見られる穏やかなスポット。タートル・コーブとも呼ばれるほどウミガメとの遭遇率も高い。

#### サスポイント

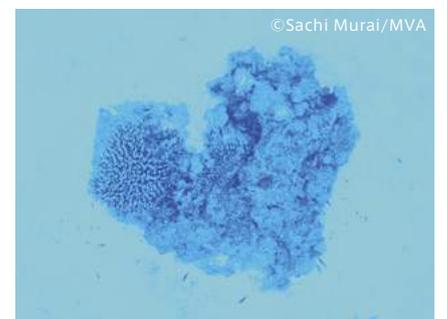
「サス」とはチャモロ語でヨスジフエダイのことで、その名の通りヨスジフエダイがたくさん群れている。周囲は白砂で水深も約10mほどと浅いので、ウミガメが寝ている姿を探しながら明るい海中をのんびり潜るのがお勧め。

#### ジョーティー

水深約20mの白砂の海底に小さなサンゴの根が点々とあり、そこにピンクの美しい魚ハナダイやハナゴイが群れている。流れもなく穏やかなのでリラックスして楽しめる。

#### ダンプコーブ

なだらかな斜面に、戦時中の戦車や装甲車、飛行機の残骸が多数見られる。今は魚たちの棲み家となっており、ゼブラハゼやモンツキカエルウオなどが生息。ウミガメのえさ場でもあり、高い確率で遭遇できる。





## Rota

### ロタホール

ハルノン岬にある海中洞窟スポット。大きな横穴を奥に進むと、ドームの天井に開いた穴からあふれんばかりの太陽光線が差し込んでいる。光のページェントは太陽が高い4~9月まで。冬場は細い一筋の光となる。穴の外でホワイトチップやナポリオンフィッシュに遭遇することも。

### 松運丸

水深約35mの海底に、全長約126mの大型貨物船が沈んでいる。船の中央部は破損してエンジンが露出しているが、船首と船尾はまだしっかり形を留めている。巨大な船を棲み家にする多彩な魚も見ることができる。

### コーラルガーデン

ソサンハヤ湾の中にあるスポットで、海底にハマサンゴが密生し、熱帯らしいスダレチョウウオが群れ泳ぐ。サンゴの隙間を観察すると、幼魚や多種のコーラルフィッシュが発見できて楽しい。

### ハルノン・ドロップオフ

ハルノン岬の先端にあるドロップオフのスポットで、水深約70mほどまで落ちた地形と抜群の透明度が楽しめる。ロウニンアジ、ギンガメアジなどの回遊魚や大きなバラクーダに遭遇できる。ただし、外洋スポットのため、中・上級者向き。

### テーブルトップ

円筒状と平らなサンゴの2つの根があり、数種類のチョウチョウウオ、ダスキーアネモネフィッシュ、ハナビラクマノミなどが群れる。また砂地には、ハタタテシノビハゼやヤマブキハゼが泳ぎ、ダイバーの目を飽きさせないポイント。

### サリガイ・トンネル & アーチ

流れがなければ長さ約8mのトンネルとアーチの2つの地形が楽しめる。トンネルの中には、時折ホワイトチップの姿も。周辺ではネットイミノカサゴやハナビラクマノミが見られる。

### No.1ポイント

切り立った岩が海中まで続く、ダイナミックなドロップオフ。見どころは、やや深場に群れているギンガメアジの大量。岬に向かうほど流れが強くなるが、ロウニンアジ、エイなどが登場する大物スポットだ。透明度が高く、海中はマリブルー一色で気持ちが良い。

詳細は、<https://japan.mymarianas.com/diving/> 参照

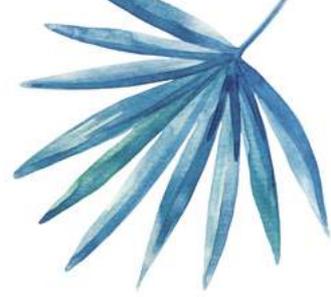


北マリアナ諸島ダイビング事業者組合(NMDOA)加盟店リスト <http://www.nmdoa.net/nmdoashop/>

サイパン	アンクラ	ANCLAH	☎(670)233-7703	<a href="https://www.divehouse-anclah.com">https://www.divehouse-anclah.com</a>
	アクア・コネクションズ	AQUA CONNECTIONS	☎(670)233-3304	<a href="http://saipan-aquaconnections.com">http://saipan-aquaconnections.com</a>
	アクアデルレイ	AQUA DEL REY	☎(670)233-7040	<a href="http://www.aquadelrey.com">http://www.aquadelrey.com</a>
	アクアダイブ	AQUA DIVE	☎(670)323-7075	<a href="http://www.aquadive.kr/">http://www.aquadive.kr/</a>
	アクアソール	AQUA SOUL	☎(670)287-2804	<a href="http://saipanaquasoul.com">http://saipanaquasoul.com</a>
	ビッグアイ	BIG EYE	☎(670)989-1712	<a href="http://bigsaipan.com">http://bigsaipan.com</a>
	ブルー・シー・スポーツ	BLUE SEA SPORTS	☎(670)234-7903	<a href="http://www.saipan-press.com/saipan/marinshop/blueseas/index.html">http://www.saipan-press.com/saipan/marinshop/blueseas/index.html</a>
	シー・エム・エル・シー・アルタ	CMLC ARTHA	☎(670)234-9157	<a href="http://www.saipan-cmlc.net/blog/">http://www.saipan-cmlc.net/blog/</a>
	ダイブ・サイパン	DIVE SAIPAN	☎(670)235-7056	<a href="http://divesaipan.com">http://divesaipan.com</a>
	ダイブ・ワイ・ツー・ケー	DIVE Y2K	☎(670)233-6322	<a href="http://divey2k.com">http://divey2k.com</a>
	メイクシュア・ダイビング	MAKESURE DIVING	☎(670)233-3966	<a href="http://makesuresaipan.com">http://makesuresaipan.com</a>
	マサ・ダイブ	MASA DIVE	☎(670)233-0577	<a href="http://www.masadive-saipan.com">http://www.masadive-saipan.com</a>
	メイ・ダイブ1968	MEI DIVE 1968	☎(670)233-3625	<a href="http://www.meidive.com">http://www.meidive.com</a>
	エム・エス・シー	MSC	☎(670)233-0670	<a href="http://www.mscaipan.com">http://www.mscaipan.com</a>
	サイパン・ダイブ・アカデミー	SAIPAN DIVE ACADEMY	☎(670)322-3622	<a href="https://www.sdasaipan.com/">https://www.sdasaipan.com/</a>
	エス・ツー・クラブ・サイパン	S2CLUB SAIPAN	☎(670)322-5079	<a href="http://www.s2club.net/saipan/">http://www.s2club.net/saipan/</a>
スーパー・フィッシュ・ダイビング	SUPER FISH DIVING	☎(670)323-7772	<a href="https://www.saipandiving.com">https://www.saipandiving.com</a>	
ワンダーシー	WONDERSEA	☎(670)233-7011	<a href="http://www.wondersea-saipan.com">http://www.wondersea-saipan.com</a>	
ロタ	ロタ・ダイブ・サービス・ブルー・パームス	ROTA DIVE SERVICE BLUE PALMS	☎(670)532-3483	<a href="http://www.blue-palms.com">http://www.blue-palms.com</a>
	ロタ・スクーバセンター・ルビン	ROTA SCUBA CENTER RUBIN	☎(670)532-5353	<a href="http://rotarubin.com">http://rotarubin.com</a>



# Land Activities



## 地上のアクティビティーで島内を探索

バギーで南国の緑の中を走り抜けると、そこは透き通る海…。

途中、普段見ることのない椰子の実やバナナなど、まさに南国の陸の風景を発見。  
自分の足で歩くトレッキングで、ジャングルの茂みに分け入れれば立派なアイランダー。

### オフロードアドベンチャー

ATVオフロード4輪バギーでワイルドに疾走!あなた自身がパイロットになり、道なき道をATVでワイルドに疾走するアドベンチャーツアー。ガイドが地元農園や穴場のビーチへご案内。サイパン島北部の絶景を楽しめる。2人乗りのバギーもおすすめ。



### トレッキング/バイクツアー

マリアナの自然を楽しみたいなら、海だけでなく内陸にも足を踏み入れたい。サイパン島の西側にある禁断の島へのトレッキングツアーは人気のツアーのひとつだ。島全体を望む対岸からの眺めも必見だが、保護地域となっているこの島へ降りるトレッキングは、所々険しい道もあるものの、その先には自然のままの環境が残っている。辿り着いたものだけが許される天然プールでのシュノーケリングも堪能したい。南国の風を受けてサイパンを感じたい方には、自転車を楽しむバイクアドベンチャーツアーがおすすめ。サイパン島の北部エリアには、島の地理や歴史に触れられる観光名所が多数。サイクリングで島を体感しながら、スーサイドクリフ、バードアイランド、バンザイクリフなどに立ち寄り。海況がよければグロットでシュノーケリングもできるとあって人気だ。

### ドライブ

レンタカーを借りて島内をドライブすれば、島の全体像が見えてくる。サイパンは南北約20km、東西約10km程度の小さな島だから、島中を無理なくドライブすることができる。北部エリアの戦跡や景勝地、西側のビーチを望むビーチロード、サイパン島を360度見渡すタポチョ山(4WDがおすすめ)、ツアーに含まれていない観光スポット、ローカルに人気のショップやレストランまで、行きたい時に行きたいところへ、“自分の足”ならぬ“ハンドル”でサイパンを満喫しよう。島内の道路はシンプルで交通量も多くないので、初心者でも比較的安心。レンタカーは空港や街中の営業所で借りられる。日本の運転免許証で運転OK。

## 自然の中でエネルギーをチャージ!

### 滞在中に1度はバーベキュー体験を

食事というよりアクティビティーともいべきバーベキューは、ビーチリゾートの定番メニュー。プールサイドやビーチサイドなど、ロケーションにもホテルごとに特徴がある。



#### サンセットビーチバーベキュー (アクアリゾートクラブサイパン)

静かに沈む夕日と穏やかな波音をBGMに楽しめるオン・ザ・ビーチのバーベキュー。細やかなサービスも同リゾートならではの、完全予約制。

#### スターライト・バーベキュー (グランヴィリオリゾートサイパン)

コーヒーショップ「アイリ」の食べ放題・飲み放題バーベキュー。日・水・金曜開催のポリネシアン・ダンスショーとの組み合わせがおすすめ。

#### ベアフットビーチバー&BBQ (カノアリゾート サイパン)

穏やかなランディングビーチを舞台に、沈む夕日や満天の星を眺めながら楽しめるビーチバーベキュー。





# Entertainment



## 島の夜を彩るエンターテイメント

ビーチリゾート“サイパン”の夜は華やかだ。サンドキャッスルの本格的なステージショーなど、日本にはないエンターテイメントの醍醐味を堪能できる。日本にないといえば、マリアナならではのチャモロダンスショーも同じ。野性味あふれるファイヤーダンスもぜひ観ておきたい。

### ジョイフル・ディナーショー Joyful Dinner Show

郷土料理ディナーと多彩なダンスショー  
フィエスタリゾート&スパ サイパンの歴史あるディナーショー。ステージはオープンエアの中庭に設けられ、約200人を収容。ミクロネシア、ポリネシア、メラネシアの島々の伝統ダンスや、迫力満点のファイヤーダンスが目の前で繰り広げられ、最後は観客も一緒に盛り上がる。食べ放題のBBQディナーには、お祝いの時に供される「子豚の丸焼き」、チャモロ料理「ケラグエン」など、ボリューム満点の郷土料理も並ぶ。毎週月曜定休。  
詳細は、<http://www.fiestasaipan.jp> 参照

### ポリネシアン・ダンスショー Polynesian Dance Show

予約不要、宿泊客なら無料で楽しめる  
グランヴィリオリゾートサイパンでは、フィエスタホールで毎週日・水・金曜(予告なしに変更になる場合あり)の夕方、ポリネシアン・ダンスショーを開催している。伝統的な女性のダンスや男性のファイヤーダンスが、予約なしで楽しめる。入場料も宿泊客なら無料。ダンスショーに食事は付かないが、有料で飲み物の販売がある。ショー終了後は、ホテル内で「スターライト・バーベキュー」を楽しむ人が多い。  
詳細は、<http://grandvrio-saipan.com/information.html>  
東京事務所: Tel: 03-3777-5685

### アイランドBBQディナーショー Island BBQ & Dinner Show

本格炭火BBQとチャモロショー  
サイパンワールドリゾートの専用ジャングルステージで行われる食べ放題の本格炭火バーベキューとチャモロショー。ダンスショーとミニライブで構成される。オプションとして、ビールやワイン飲み放題プランや、子供向けソフトドリンク飲み放題プランもある。原則として火・木・金・日曜の開催(変更になる場合あり)。  
詳細は、<http://www.worldresortsaipan.jp/sunsetbbq.html> 参照

### カジノ Casino

24時間オープンの本格大型カジノ  
サイパンのインベリアルパレスサイパンで楽しめる。広大なカジノ内には、スロットマシンやルーレット、ブラックジャック、バカラ等のゲームがあり、24時間営業。  
詳細は、<http://www.imperialpacificsaipan.com/en/> 参照



## 星降る島サイパンで、小さい頃に夢見た銀河の旅を!

### スターゲイジング(星空観賞)

まるで手のひらに降ってきそうほどの満天の星もマリアナの魅力のひとつ。グロットの展望台から観測するツアーでは、まさに天然のプラネタリウムが楽しめる。肉眼だけでなく天体撮影も可能。街灯のない絶好の星空が広がるビーチへ案内するツアーでは、マットの上に寝転び、波の音を聴きながらゆっくりと星空を眺める贅沢な時間を過ごせる。

Saipan Star Gazingサイパン星空観測ツアー 銀河旅行のタペ JUNGLE JIM'S Island Adventures スターウォッチング



# Culture

## 島のルーツへと誘う伝統文化



東南アジア方面から移住してきたといわれるチャモロ、スペイン統治時代に中央カロリン諸島\*から

カヌーで渡ってきたというカロリニアン、2つの民族の共存によって成り立つマリアナ。自治政府の象徴として

マリアナの旗にはチャモロ文化を表す「タガ・ストーン」とカロリニアン文化を表す植物のレイ「マーマー」がデザインされている。

\*ミクロネシアのヤップやチュークの離島を指す



### ロコカルチャー体験

ローカルのお家で伝統文化に触れる

サイパンの人々の自宅を訪れて、直接コミュニケーションする貴重な体験は、忘れられない旅の思い出になる。同ツアーでは、案内役も日本人スタッフは同行せず、ローカルスタッフのみ。まるでサイパンに暮らしているような気分が味わえる。訪問先では、色鮮やかなカロリニアン・ピース細工、南国の花を使ったマーマー(花輪)作りに挑戦。そのほか、椰子の葉細工、バナナ・ペインティング、ココナッツオイル作りなどのうち1つを選び、計3種類が体験できる。バナナ・ペインティングとは、バナナの茎を切り、切り口にインクをつけて紙に押しつぶすサイパン風の版画。これを使ってオリジナルの絵葉書が完成すると、子供たちは大喜び。家族みんなで楽しめる内容だ。

以前よりも催行回数が増え、現在は1日4回(午前2回、午後2回)、サイパンの祝祭日除く毎日(日曜も催行)。所要時間は1回約1.5時間。

主催:パシフィック・デベロップメント・インク(PDI)



### テイスト・オブ・マリアナ

ローカルフードに舌鼓

5月中の毎週土曜の夜、諸島内の豊かな食文化のアピールを目的としたイベントが、サイパン島の中心部ガラパン地区のフィッシングベースにて開催される。島内のホテルやレストランが、各々の屋台を会場となるフィッシングベースに出だし、地元チャモロ料理や世界各国の料理を振る舞う楽しいイベント。屋台の料理や飲み物は、マリアナ政府観光局のブースで販売されるトークン(1枚当たり1ドル)で購入するシステムとなっている。イベント会場内の屋台は、島特有の文化をモチーフにした造りで統一され、ステージ上では伝統舞踊やローカルバンドの演奏が行われる。賑やかなナイトマーケットといった雰囲気の中、北マリアナ諸島の文化とその魅力を存分に楽しむことができる。

開催日:5月中の毎週土曜(18:00~22:00)

会場:ガラパンフィッシングベース

### サイパン半日観光

サイパンの生活文化を体験

観光でありながら、サイパンの歴史や生活文化に触れることができるツアー。島の南北を巡り、病をいやす湧水で知られるサンタルーデスの祠、北マリアナ諸島のカトリック教会を統括し、スペイン文化を伝えるマウント・カメル大聖堂、太平洋戦争の戦跡などを訪れる。そのほか、すべての商品がたっぷりサイズで販売されている地元の大型量販店「ジョーテン・スーパーストア」で、お土産をまとめ買したり、サイパン動物園では猛獣を至近距離から見学できる。テニアン島やダイビングポイントで有名なグロットの景観も展望できる。ホテルのレストランでのランチ付き。

所要時間は約6時間。日曜・祝日以外の毎日催行。

主催:ターシ・ツアーズ(1日観光はPDIでも催行)



### ローカルと一緒に食や文化を楽しもう!

#### ガラパン・ストリート・マーケット

毎週木曜の夜に開催されるマーケット。会場となるガラパン地区のフィッシングベース(ビーチロード沿い)には、アピキギ、バナナブレッド、椰子の実ジュースといったローカルフードや、パンダナスの葉で編んだカゴ、ピースアクセサリーなどの民芸品の露店が並び、特設ステージではローカルダンスなどのショーが行われる。地元の人々も楽しむお祭りイベントで、サイパンでのカルチャー体験として気軽に参加できる。

入場は無料。時間は18:00~21:00。



伝統行事や食文化、言語を調べてみると、過去にこの地域を統治していた国々の影響が色濃く残っていることがうかがえる。例えば、カトリック教徒の祭り「フィエスタ」はスペイン時代の習慣が残った行事で、フィエスタに並ぶローカルフードにもスペインの食文化と島古来のタロイモやパンの実が混在している。また、言語においても、「さよなら」はスペイン語の「Adios」がそのまま使われており、「ソウリ」や「ベントウ」といった日本語がチャモロ語となって残っているケースもある。

他国文化がミックスされたチャモロ文化と異なり、カロリニアン文化は「自分たちはカロリニアンである」というアイデンティティーが強い。彼らの祖先は伝統的なアウトリガー・カヌーの建造や航海術に長け、今でもその技術・技能を継承。タナバグ地区やチャランカノア地区のコミュニティでは、伝統装身具のピースアクセサリーや伝統ダンスなどの文化が継承されている。

マリアナに伝わる伝統文化は、観光客にも分かりやすい形で披露されている。ストリート・マーケットやオプションツアーでの文化体験を通して、マリアナの新たな一面に触れてみたい。



# Beauty & Health



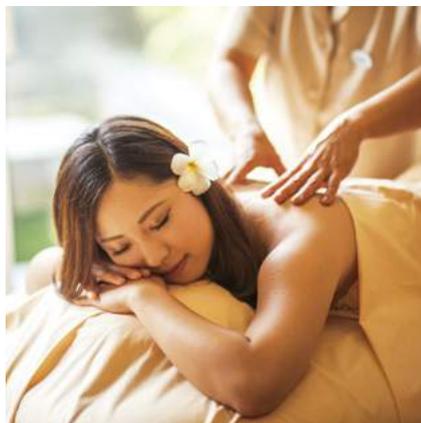
## 南の島の、癒しのスパ体験

マリアナは実はスパ天国ともいえるリゾートだ。その内容はバラエティーに富んでおり、バリスタイルを取り入れた本格スパやインドのアーユルヴェーダ、世界でも珍しいコーヒーエステなど多彩。マッサージメニューには、中国式、タイ式、日本式(指圧)、スウェーデン式などもそろい、男性も躊躇なくスパ体験を楽しんでいる。

### イサグア スパ i Sagua Spa

水の力を取り入れたラグジュアリーなスパ  
2008年1月にオープン。水に関わりの強いサイパンの文化とヒーリング療法の自然医学をベースに、癒し効果の高い植物や水、チャモロとカリフォルニアの伝統技法を取り入れたトリートメントを提供。スパ内にはシングル用1室とカップル用5室の計6室のトリートメント・ルームを完備。また、同ホテルは、プール、サウナ、ジャグジー、ジムを備えたフィットネスセンター「クラブ・エラン」も併設している。

- 所在ホテル:ハイアットリージェンシーサイパン  
Tel:(670)323-5888(直通)
- URL:<https://saipan.regency.hyatt.com/ja/hotel/home.html>
- 営業時間:10:00~22:00
- 代表メニュー  
[マリアナ・アイランド・シグネチャー・パーバル・イン・フュージョン] 時間:90分 料金:\$160  
[スウェーデン式マッサージ] 時間:60分/90分 料金:\$100/\$140



### ミラージュ・ビューティー & マッサージ Mirage Beauty & Massage

気軽に行ける街スパの草分け的存在

ガラパンにて2店舗を運営するローカルマッサージ店。どちらもガラパン地区ホテルからは徒歩圏、営業時間も深夜2:00までと遅くまで対応しているので、食事やショーの後、ショッピングで歩き疲れた1日の終わりにもお手頃価格で楽しめると観光客に人気。料金表はあるが、交渉次第で安くすることも期待できるので、料金交渉をお忘れなく。

- 所在:1店舗目  
フィエスタリゾート&スパサイパン向かい  
2店舗目  
パセオ・デ・マリアナス通り
- 営業時間:11:00~26:00
- 代表メニュー  
[全身 指圧マッサージ] 時間:60分 料金:\$60  
[足裏マッサージ] 時間:30分 料金:\$30

### ARCヘルス スパ ARC Health Spa

陽の差し込むジャグジーで時を忘れる

プライベート感覚のスパ。小規模だが丁寧なマッサージが評判で、リラクゼーション・ルームで静かな時間を過ごすことができる。宿泊客は無料でジャグジーの利用が可能。常温と温水の2種類がある。

- 所在ホテル:アクアリゾートクラブサイパン  
Tel:(670)322-1234(内線706/日本語715)
- URL:<https://aquaresortclub.premierhotel-group.com/saipan/>
- 営業時間:10:00~24:00
- 代表メニュー  
[フェイシャルケア] 時間:60分 料金:\$75  
[アロマセラピー] 時間:60分 料金:\$100(デラックス:90分 \$120)

### オアシス Oasis

コーヒーエステが話題のスパ

コーヒーエステは、サイパンワールドリゾートのオリジナル。コーヒー豆には古来より肌の若返り、瘦身効果、消臭効果があるとされている。90分コースの内容は、コーヒーバス、コーヒークレンジング&バック、レッグ&フットケア、フェイシャルケアなど。

- 所在ホテル:サイパンワールドリゾート  
Tel:(670)234-7779(直通)
- URL:<http://www.worldresortsaipan.jp/>
- 営業時間:15:00~23:00
- 代表メニュー  
[オリジナルコーヒーエステ] 時間:90分 料金:\$140

### ザ・ネイチャー スパ The Nature Spa

ロタ島でアロマセラピーを

花や菓草、果実などのエッセンスを抽出したオイルを使用。美容と健康に効果的な海藻を使ったトリートメントもあり、ボディラップやヘアケアに取り入れている。

- 所在ホテル:ロタリゾート&カントリークラブ  
Tel:(670)532-1155(内線3401)
- URL:<http://www.rotaresortgolf.com/>
- 営業時間:12:00~22:00(年中無休)
- 代表メニュー  
[クラシック・アロマセラピー] 時間:90分 料金:\$110  
[アンチストレスフェイシャル] 時間:60分 料金:\$85

### ニ・ララ スパ NI' LALA SPA

憧れのフラワーバスも堪能できるスパ

バリのJARI MANARI社監修によるスパ。草花から抽出したこだわりのブレンドオイルを使用し、全身を波のように揉みほぐすオリジナル技法のウェーブマッサージが人気だ。1人1人にかける時間に余裕を持たせているので、バス付きのプライベートルームでゆったりと贅沢な時間を過ごすことができる。

- 所在ホテル:フィエスタリゾート&スパ サイパン  
Tel:(670)234-6452(内線1559)
- URL:<http://www.fiestasaipan.jp/>
- 営業時間:10:00~23:00
- 代表メニュー

[ウェーブマッサージ] 時間:60分 料金:\$95  
[ウェーブマッサージ+フェイシャルケア+プライベートアロマバス] 時間:120分 料金:\$180



### ハナミツホテル&スパ Hanamitsu Hotel & Spa

ガラパンに登場した充実の街スパ

ガラパン地区に登場したブチホテル、ハナミツホテル&スパ内に位置する充実のスパ。マッサージ11種、フットマッサージ3種のほか、フェイシャル、ネイルケア、インド式のヘッド&マッサージなどメニューの豊富さが自慢だ。特に、脳内マッサージといわれるシロダラーは、インド伝統のアーユルヴェーダ療法のひとつでおすすめ。

- 所在ホテル:ハナミツホテル&スパ  
Tel:(670)233-1818
- URL:<http://www.saipanhnamitsu.com/>
- 営業時間:11:00~26:00
- 代表メニュー  
[アロマセラピーマッサージ] 時間:60分 料金:\$60  
[シロダラー] 時間:60分 料金:\$80

### ラグーン スパ Lagoon Spa

ラグーンを望むアジアンスパ

室内からラグーンを望むアジアンテイストに満ちたスパ。施術には、中国、日本、インド、スウェーデン、バリの様式を取り入れており、特に「ツボ」をほどよく刺激することに長けている。遊び疲れた体や日焼けした肌のケアに最適だ。

- 所在ホテル:グランヴィリオリゾートサイパン  
Tel:(670)233-5599(直通)
- URL:<http://grandvrio-saipan.com/index.html>
- 営業時間:10:00~24:00
- 代表メニュー  
[ホットストーンアロマ] 時間:60分 料金:\$70  
[サンバークーラー] 時間:50分 料金:\$80

\*上記内容は変更になる場合があります。



# Wedding



## 南国リゾートで忘れられない挙式を

きらめく青い海、美しい白浜に祝福されてふたりの物語が始まる…。  
そんな常夏の楽園での海外ウェディングが日本からわずか3時間半でかなう北マリアナ諸島。  
大切な家族や友人にも少ない負担で同行してもらえるのも大きな魅力のひとつ。



アイランド・クルーズ・ウェディング  
Island Cruise Wedding

マニガハ島沖で行う船上ウェディングだから、透き通るサイパンの海を独占! マニガハ島でのビーチ撮影(オプション)もおすすめ。

- 会場:クルーズ/収容人数:約80人  
スタンドグラス:無/音楽:CD・ギター演奏  
取扱会社:クチュールナオコ ウェディング



アクア・クルーズ・ウェディング  
Aqua Cruise Wedding

360度パノラマの青く輝く海の上で愛を誓う船上ウェディング。海の青をバックに船のキャプテンが執り行う人前式で、陽気なクルーが2人を祝福。

- 対象:アクアリゾートクラブサイパンの宿泊客/収容人数:約100人/スタンドグラス:無/音楽:ギター、CD  
取扱会社:ワタベウェディング



アクアリゾート ビーチウエディング  
Aqua Resort Beach Wedding

ホワイトサンドの砂浜で愛を誓うビーチウエディング。マリアナブルーのきらめく海と青い空、白い砂浜が眩しいビーチを舞台に忘れられない一生の思い出を。

- 所在ホテル:アクアリゾートクラブサイパン  
収容人数:約40人/スタンドグラス:無  
取扱会社:クチュールナオコ ウェディング



セントアンジェロ・チャペル  
St. Angelo Chapel

かわいらしいブルーの三角屋根が印象的なオーシャンフロントのチャペル。大きな窓から望むマリアナブルーの澄んだ海と常夏の太陽の輝きがチャペル全体にやさしく降り注ぐ。

- 所在ホテル:ケンジントンホテルサイパン  
収容人数:約45人/スタンドグラス:無  
取扱会社:ワタベウェディング



ハファダイ・チャペル・バイ・ザ・シー  
Hafadai Chapel By The Sea

太平洋を一望する丘の上に建つ白亜のチャペル。サイパンで一番歴史があり、外観は趣のある石造りで、オレンジの屋根が印象的。

- 所在ホテル:グランヴィリオリゾートサイパン  
収容人数:約40人/スタンドグラス:有  
音楽:電子オルガン  
取扱会社:ワタベウェディング



ハイアット・ホワイトサンド・チャペル  
Hyatt White Sands Chapel

広大なトロピカルガーデンにたたずむモダンなチャペル。

- 所在ホテル:ハイアットリージェンシーサイパン  
収容人数:約40人/スタンドグラス:無  
音楽:電子パイプオルガン、シンガー  
取扱会社:クチュールナオコ ウェディング、ワタベウェディング

## Wedding Company

### ワタベウェディング

日本人スタッフが理想の挙式を実現

コーディネーターや美容師はすべて日本人スタッフが担当し、サイパンでのトロピカルウェディングをきめ細やかにサポート。ウェディングドレスはオリジナルを多数取りそろえ、全国のワタベウェディング各店で購入・レンタルできるのが魅力だ。サイパンの3つのチャペルとクルーズウェディングを取り扱っており、なかでも海とガーデンに囲まれたモダンなチャペル、ハイアット・ホワイトサンド・チャペルの人気が高い。ワタベウェディングのサイパン店は空港から車で20分、ガラパン地区ハイアットリージェンシーサイパン内ロビーフロアに位置している。

- 所在地:P.O.Box7451 SVRB, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 235-9332
- 営業時間:9:00~17:00 ● URL: www.watabe-wedding.co.jp

### クチュールナオコ ウェディング (2018年末で閉店)

ドレスのラインナップが豊富

ウェディングドレスメーカーを母体企業とするクチュールナオコ ウェディングは、オリジナルブランドをはじめ、著名デザイナーのブランドなど幅広いデザインの衣装をラインナップ。サイパンでは日本人スタッフ3人がリゾートウェディングをアレンジ。2つのチャペルとクルーズウェディング、ビーチウエディング、ガーデンウエディングを手がけている。アクアリゾートクラブサイパンに宿泊される場合のお得なビーチウエディングプランや、100カットの写真撮影を行うフォトプランなど豊富なプランも魅力。オフィスはサイパンのガラパン地区にほど近い位置にあり、静かな環境でゆったりと打ち合わせができる。

- 所在地:マリーナハイッビジネスパーク バンクオブハワイビル2F  
Tel: (670) 323-3850
- 営業時間:9:00~18:00 ● URL: www.couture-naoco.com



# Shopping



## メイド・イン・マリアナを探そう

サイパンの買い物はあまり知られていないが、ブランドショップや有名メーカーのスポーツ店、サーフショップなどが入った大型ショッピングセンターがあり、北マリアナの素朴な手工芸品や加工品も多い。意外な発見に出会うのもショッピングの楽しみのひとつ。

### ブランド品も充実のショッピングセンター

サイパンの中心街ガラパンには、ハワイ、グアムに次いで広大な店舗面積を誇る「T ギャラリア サイパン by DFS」がある。ブランド品や化粧品、バッグなどの品揃えはもちろん、マリアナのカルチャーを紹介するコーナーやロックンロールをテーマにした「ハードロックカフェ」もあり、見応え十分。無料の専用定期シャトルバスやお迎えサービスもあり、どこから行くにも便利だ。

### 地元スーパー巡りもおすすめ

おみやげ探しの穴場は、各エリアに点在しているスーパーマーケット。主に食料品を扱うスーパーにも、日用雑貨やスポーツ用品、カジュアルウエアなどがあり、見ているだけで楽しい。「ジョーテン・スーパーストア」のような大型ディスカウント店は、豊富な品揃えとダイナミックな陳列風景を見に行くだけでもちょっとした異文化体験になる。

### 北マリアナの伝統に触れる

チャモロやカリロニアン文化に気軽に触れられるのが、毎週木曜の夜にガラパンで開かれる「ガラパン・ストリート・マーケット」。メインストリートには様々なローカルの露店が並び、特設舞台ではローカルダンスの披露もある。踊り手の衣装やダンスにはポリネシアやハワイのテイストを取り入れたものが多いが、男性が赤いフンドシで踊るスティックダンスは伝統的なカリロニアンダンスだ。露店では、パンダナスの葉で編んだ手製のカゴやピーズアクセサリーが売られている。ピーズのネックレスは1つ\$25~50が中心で、安価なものは\$5~10程度。また、アピキギ、タピオカ、バナナブレッド、ヤシミツ、ヤシ酒といった南洋ローカルフードの屋台なども並ぶので、南の島らしい味覚をいろいろ試食してみるのも楽しい。特に人気があるのは、中華やチャモロ料理の屋台。好きなおかずを3品、4品と選んで、その場で手ごろな夕食を楽しもう。

### Made in The Marianas

#### “ロコなおみやげ”もチェック!

- 幸せをもたらすと信じられる **ボージョボー人形**
- マリアナ諸島初の **オーガニックコスメショップ**
- **マリアナ・オーシャンのハンドメイドソーブ**
- サイパンならではの風味が楽しめる **サイパン・ブリュイングの地ビール**
- 辛い物好きのローカルの人に愛される **テナンペッパー／ロタペッパー**
- サイパンでロースト、ブレンドされた **マリアナ・コーヒー**
- 地元メーカーのTシャツ: **MAGAS**



**T ギャラリア サイパン by DFS**  
T Galleria by DFS, Saipan

- 1日遊べるアミューズメントパーク。
- Tel: (670) 233-6602
  - 営業時間: 10:30~22:30
  - URL: [www.dfs.com/jp/saipan](http://www.dfs.com/jp/saipan)
  - 所在地: ガラパン



**ジョーテン・スーパーストア**  
Joeten Superstore

- 大型のディスカウント・センター。
- Tel: (670) 234-2678
  - 営業時間: 月~金 8:00~20:00、  
土 9:00~20:00、日 9:00~18:00
  - 所在地: オレアイ



**ジョーテン・ハファアダイ・ショッピングセンター**  
Joeten Hafa Adai Shopping Center

- 街中にありアクセス至便。
- Tel: (670) 234-7596
  - 営業時間: 8:00~23:00
  - 所在地: ガラパン



**アイラブサイパン**  
I LOVE SAIPAN

- ガラパンのお役立ち買い物スポット。
- Tel: (670) 233-3131
  - 営業時間: 9:00~23:00
  - 店舗: ガラパン店 / パセオ・デ・マリアナ店 / ハイアットリージェンシーサイパン店 / ケンジントンホテルサイパン店 / マニヤガハ島ギフトショップ



**ジョーテン・ショッピングセンター**  
Joeten Shopping Center

- ローカル御用達のスーパー。
- Tel: (670) 234-6446
  - 営業時間: 8:00~22:00 (日曜 9:00~21:00)
  - 所在地: ススベ



**ABCストア**  
ABC Stores

- 食品からおみやげまで揃うコンビニ。
- Tel: (670) 233-8926
  - 営業時間: 8:00~23:30
  - 所在地: ガラパン



# Gourmet



## 伝統料理から人気のカフェまで

ローカルな料理をはじめ、有名レストランや地元でも人気のカフェなどが充実。  
スーパーマーケットで地元の食材や生活用品を見て歩いたり、  
地元のレストランや屋台では、日本では味わえない本場のチャモロ料理をぜひ試してみたい。

### 本場のチャモロ料理にトライ!

チャモロ料理は、北マリアナの歴史や文化と同じく、フィリピンやメキシコ、スペイン、日本などの影響を受けている。ココナッツやタロイモ、パンの実、シーフード、フルーツといったローカルな食材に、様々な国や民族の食習慣や調理法がミックスされ、今に受け継がれているのだ。よく知られているのは、ケラグエン。具は魚でも肉でも何でもOK。これを塩とレモン汁でしめ、ネギや生姜、ホットペッパーなどの香味野菜と和えるスパイシーな一品だ。また、ココナッツをよく使うのも特徴で、ココナッツミルク煮から各種

デザートまで種類も多い。チャモロ料理の例として挙げるフルーツバット(コウモリ)やヤシガニは、採れる数が減ったため、あまり頻繁には食べられていない。

### 地元の食を味わう

サイパンでは、ローカル料理を気軽に楽しめるイベントが開催されている。毎週木曜日の夜に開催されるナイトマーケット「ガラバン・ストリート・マーケット」では、食べ物や民芸品・雑貨の屋台が並び、ステージではダンスショーなどが披露されている。毎週土曜日の朝にスベで開催の「サバル・ファー

マーズマーケット」では、マリアナの果物や野菜、アビギギなどのローカルフードのお店が並ぶ。また、5月の毎週土曜日の夜は、マリアナの食の一大イベント「テイスト・オブ・マリアナ」が開催される。屋台が並ぶほか、ダンスショーやクッキングコンテストなども行われ、ローカルの人も多数訪れるイベントで、地元の文化に触れることができる。町のベーカリー・カフェも覗いてみたい。老舗ベーカリー「ハーマンズ・モダン・ベーカリー」や、2017年8月にオープンした「グレートハーベストブレッド サイパン」などでは作り立てのパンやクッキーが楽しめる。

### カーサ・ウラシマ Casa Urashima

閑静な住宅街の一角に建つ隠れ家的なレストラン。プライベート感のある落ち着いた雰囲気の中での食事が楽しめる。要予約。

- Tel: (670) 233-3303 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 18:00~23:00 / 定休日: 日曜日
- 要予約 (予約は12:00~17:00)



### アイホップ IHOP

カリフォルニア生まれのパンケーキ有名店。キッズからシニアまでがくつろげる空間。パンケーキ以外のメニューも充実。

- Tel: (670) 233-4467 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 7:00~22:00

### アベニューレストラン&ゲストハウス Avenue Restaurant & Guest House

日本人オーナーが自家栽培の野菜を食材にたっぷり使った隠れ家風レストラン。

- Tel: (670) 233-5728 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 18:00~21:30 / 定休日: 日・月曜日



### ロコ&タコ スモークダイニングバー Loco & Taco Smoke Dining Bar

南国の雰囲気いっぱい。タコスをはじめとした本格メキシカン料理が楽しめる。

- Tel: (670) 233-5233 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 11:00~24:00



### サーフクラブ サイパン Surf Club Saipan

真っ白な砂浜と沈む夕日を眺めながら南国気分を満喫できるお店。

- Tel: (670) 235-1122
- 所在地: チャランカノアビーチ沿い
- 営業時間: 11:00~14:00, 17:00~22:00

### チャカフェ & ベーカリー CHA Cafe & Bakery

地元でも人気のカフェ & ベーカリー。自家製のタピオカ入りブラックミルクティーやスイートグリーンティーなどが人気。

- Tel: (670) 233-2421 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 7:00~22:00 / 無休

### ZEN/禅 Zen

全席カウンター鉄板焼き。パフォーマンスと共にジューシーなお肉はもちろん、新鮮なシーフードも楽しむことができる。

- Tel: (670) 233-0417 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 18:00~23:00 (ラストオーダー 22:00) / 無休

### カントリーハウス Country House Restaurant

アメリカ開拓時代のウエスタンをイメージしたステーキハウス。最高級のアンガスビーフステーキや人気のハンバーグステーキが楽しめる。

- Tel: (670) 233-1908 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 11:00~14:00, 17:30~22:30

### ババ・ガンブ・シュリンプ Bubba Gump Shrimp

シュリンプ(エビ)を中心としたアメリカンシーフード料理が楽しめるレストラン。

- Tel: (670) 233-8593 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 11:00~23:00

### ソルティーズ グリル&カフェ Salty's Grill & Café

伝統的なチャモロ料理と種類豊富なローカルフード。

- Tel: (670) 789-8862 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 17:00~22:00 / 無休

### ハピネス中華レストラン Happiness Restaurant

広東料理中心の中華料理店。中でも本格的な「小籠包」は絶品と評判。団体にも対応可能。

- Tel: (670) 233-9468 ● 所在地: ガラパン
- 営業時間: 11:00~15:00, 17:00~23:00

### リボルビング・レストラン 360 Revolving Restaurant 360

地上8階の高さからサイパン島を一望、約1時間をかけてゆっくりと1周する、全席がパノラマビューの人気の展望レストラン。

- Tel: (670) 234-3600 ● 所在地: ススベ
- 営業時間: 11:00~14:00, 17:00~22:00
- 土、日曜ランチ / 日曜 ディナー定休

# 旅の目的別アピールポイント①

# Group Tour

## グループツアー

職場旅行やインセンティブ旅行など、グループツアーに最適なデスティネーションとして利用されているマリアナ。マリアナのグループツアーをおすすめする4つのアピールポイントをご紹介します。

### Point 1 時間と予算にやさしい 国内旅行と同じ負担で海外旅行が可能

マリアナの魅力は、短期間で行けて効率がよいこと。日本からは直行便で3時間半、時差はわずか1時間。2018年5月時点で直行便はないが、2018年12月から東京からの直行便が復活する予定。日本各地からはグアム経由、仁川経由で行くことも可能だ。旅行者の体の負担が大変少なくて済む。さらに、マリアナの玄関口となるサイパン島のサイパン国際空港から主要ホテルが集中するガラパン地区まで、車でわずか20分ほど。到着初日から帰国する最終日まで、滞在を無理なく満喫することができる。3泊4日はもちろん、2泊3日からでも十分楽しめるマリアナは、予算の限られた団体にも、リーズナブルかつ充実した旅程が可能なので、他のデスティネーションに勝る。

### Point 2 小規模からメガサイズまで 多彩なパーティ会場を選べる

企業の研修旅行やインセンティブ旅行で欠かせないのが、パーティ。マリアナではホテル前のビーチやプールサイド、ガーデンなど開放感溢れる屋外のパーティ会場が充実しており、グループのサイズにかかわらず対応できる。着席タイプのビュッフェスタイルであれば、ハイアットリージェンシーサイパンとフィエスタリゾート&スパ サイパンのプールサイドが約800名、カノアリゾートサイパンとPIC(パンフィックアイランドクラブ)サイパンのガーデンは約400名が利用可能。またケンジントンホテルサイパンでは、屋外ステージ併設の250人まで収容可能なホールと150名以下のグループに適した会場がある。アイランドダンスショーやバーベキューの企画もよく行われ、フィエスタリゾート&スパ サイパンでは打ち上げ花火のアレンジも可能。パンケットでのパーティを希望される場合は、サイパンワールドリゾートが約360名、PICサイパンが約350名、フィエスタリゾート&スパ サイパンは約220名、グランヴィリオリゾートサイパンは約200名が着席可能。各ホテルには個室も完備されていて、屋内外あわせて豊富な選択肢からオーガナイザーのニーズに応じた会場を選ぶことができる。

### Point 3 多彩なアクティビティーを 思いっきり楽しむチームビルディング

近年の社員旅行のオーガナイザーは単に現地を楽しむだけでなく、楽しみながら社員同士の連帯感を強め、チームビルディング(効果的な組織作り)に役立てたいという意向が強くなっている。マリアナではアクティビティーが豊富なのでチームビルディングのための有効なツールとして利用することができる。最近、人気が出ているのがビーチでの企業運動会。ビーチフラッグ、ビーチバレー、綱引きや大きなボールを運ぶボールリレーなどがよく行われる種目である。PICサイパンでは、チーム対抗でさまざまなゲームを行う「PICミニオリンピック」というプランを実施している。20名以上のグループが対象で、人数や年齢層に応じて種目のアレンジが可能。サイパンワールドリゾートで実施しているカヌーレース大会もおすすめの素材のひとつ。アウトリガーカヌーを6名1組で漕ぎ、2艇でレースを行う。60名のグループなら5レース実施が可能である。サイパン島にはゴルフ場が5コースあり、比較的空いている午後からグループ対抗でハーフラウンドという形も提案できる。

### Point 4 島で共有する時間が 自然と一体感を演出してくれる

BBQパーティを彩る美しい夕日、ビーチバレーや運動会の舞台となる真っ白な砂浜など、マリアナの豊かな自然はさまざまなアクティビティーに欠かせない重要な存在である。日本とは異なる鮮やかな色の海や緑は「非日常」を演出し、参加者の一体感を自然に高める効果も。日本から3時間半という近さで日常を離れ、熱帯の自然に気軽に楽しめるのも、大きな魅力のひとつといえる。



# 旅の目的別アピールポイント②

# Educational Tour

## 教育旅行

日本とは大きく異なる豊かな自然に触れながら、環境の大切さを体験する自然・環境学習。

島に刻まれた歴史に史跡・戦跡を巡りながら触れ、平和の尊さを学ぶ平和、歴史学習。

現地の人と交流し、住民の文化を体験して学ぶ文化学習。教育旅行に最適なマリアナの4つのポイント。

### Point 1 負担の少ない国内旅行に匹敵する アクセスの良さで海外教育旅行が可能

近年は海外での教育旅行を実施する公立高校も増えてきているが、公立の場合、旅行日数や費用の上限が自治体によって決められていることも多々ある。マリアナは直行便であれば日本から3時間半と移動時間が短く、時差も1時間なので、3泊4日でも充実した内容で効率よく日程を組むことができる。また、費用的にも国内旅行先とほぼ同等額で実施できるのは大きな魅力のひとつ。

### Point 2 日本から最も近い英語圏 実践的な英会話を学べる

あまり知られていないが、マリアナは日本から最も近い英語圏のデスティネーション。アメリカ自治領のマリアナでは、英語は現地の公用語として日常的に使われているので実践的な英会話を学ぶのに最適の環境と言える。その一方で、親日家が多いことからホテルやレストランをはじめとした商業施設では日本語が通じやすいため、生徒たちの自由行動時の大きな安心材料となっている。

### Point 3 現地の学生との文化・スポーツ交流を 通じて国際感覚を得られる

近年、教育旅行で重視されているのが国際交流プログラム。マリアナでは、海外から訪れる修学旅行において、地元の高校との交流を行うことが定番となっている。たとえば島内観光に交流先の地元生徒が同行したり、生徒宅でのホームステイを受け入れたりする学校もあり、また、日本との距離が近いことから、教育旅行後も引き続き、学校を通じて生徒間で交流が続くことが多いのも特徴だ。

### Point 4 日本との関わりの深いマリアナで学べる 教育テーマが多彩

専門学校や大学はもちろん、最近ではテーマ性を重視した教育旅行を行う高校が増えている。マリアナは日本と歴史に関わりが深く、戦跡も多いため、平和や歴史学習のための素材が豊富。豊かな生態系や環境保全について学ぶ環境学習、英語研修も人気となっている。近年はホテルなど観光産業での実地研修や、ダイビング免許取得のマリンスポーツ研修などテーマにも広がりが出ていて、専門性の高い教育旅行が可能だ。



## 旅の目的別アピールポイント③

# Family Tour

## ファミリー旅行

海外旅行ならではの豊かな南国の自然と、家族で安心して楽しめるマリアナならではのアクティビティーが豊富。

国内旅行と変わらぬ近さだから、子供や祖父母を連れての3世代旅行も無理なく海外で実現。

マリアナのファミリー旅行をおすすめする4つのポイント。

### Point 1

フライト時間が短く  
お子様連れの家族にも安心

直行便なら、日本からサイパンまでわずか3時間半。2018年5月時点で直行便はないが、2018年12月からまた東京からの直行便が復活予定。フライト時間が短いので、小さな子供はもちろんシニア世代の祖父母にも身体に負担がなく、3世代旅行でも気軽に行くことができるのは大きな魅力だ。

### Point 2

家族で一緒に楽しめる  
アクティビティーが満載

サイパンにはスライダーやウェーブプールなどが揃う2つのウォーターパークがあり、子供も大人も存分に遊ぶことができる。サイパン、テニアン、ロタの主要なホテルで実施しているバーベキューも楽しみのひとつ。伝統ダンスを見ながらの食べ放題から、海辺のテーブルでウェ이터がサーブする本格派までタイプは様々。15歳以下を対象としたゴルフプランもあり、家族みんなでプレーすることも可能だ。

### Point 3

子供たちが日本と異なる南国の自然に  
触れる絶好の機会

子供が小学生以上のファミリーにおすすめなのが、自然をテーマとしたオプションツアー。手付かずの森の中や洞窟の中を歩くトレッキングにシュノーケリングを組み合わせるなど、マリアナの変化に富んだ自然を効率よく満喫できる。海や山に抱かれて思いっきり遊ぶ時間は、子供たちにとって貴重な思い出となり、リピートにつながる可能性も高い。

### Point 4

子供を預けられるキッズプログラムで  
大人だけの時間も可能

パパとママがゆっくり大人だけの時間をもちたいというのも、ファミリー旅行で多い要望のひとつ。サイパンのホテルはキッズプログラムが充実しており、PICサイパン、サイパンワールドリゾート、ハイアットリージェンシーサイパン、ケンジントンホテルサイパンなどでは、ゲームやお絵描き、水泳レッスンなど多彩なアトラクションを用意。経験豊富なスタッフが子供を見てくれるので、安心して預けられる。





# マリアナ ホテルガイド Hotel Guide

サイパン島のホテルの多くは西側のビーチ沿いに建ち並んでいる。

景勝地の多い北側、空港により近い南側、島の中心街ガラパンのある中央部、目的に合わせて選びたい。  
テニアン島、ロタ島には大型ホテルはないものの、こぢんまりとした島ならではの穏やかな時間を過ごせる宿がある。

※文中データは2018年1月現在 ※詳しくは <https://japan.mymarianas.com/where-to-stay> 参照

## Saipan MAP ① **アクアリゾートクラブサイパン** Aqua Resort Club Saipan

<https://aquaresortclub.premierhotel-group.com/saipan/>

### プライベートな空間で南国ムードに浸れると人気

低層のホテル棟と熱帯植物を配した庭園は、南国ムード満点。コテージスタイルの客室は全91室とサイパンでは比較的小規模とあって、小グループやカップルに人気。本格的なスパ施設も備えており、アロマテラピー、指圧、リフレクソロジーなど各種メニューが用意されている。

- アクセス アチュガオビーチに面し、サイパン空港から車で約25分
- 総客室数 91室
- 住所 P.O.Box 500009, Achugao, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 322-1234 FAX: (670) 322-1220



## Saipan MAP ② **アクエリアスビーチタワー** Aquarius Beach Tower

[http://www.castleresorts.jp/ABT\\_welcome.html](http://www.castleresorts.jp/ABT_welcome.html)

### ロングステイにも最適なコンドミニウム

スぺのビーチフロントに位置する12階建てのコンドミニウム。すぐ目の前はランディングビーチ。全室スイートタイプで、各部屋にフルキッチン、洗濯機、アイロンなどを完備。まるでサイパンに住んでいるような快適な滞在ができる。ロングステイにも、ファミリーにも。

- アクセス サイパン空港から車で約10分
- 総客室数 64室
- 住所 P.O.Box 500167, 110 Beach Road Chalan Kanoa Saipan  
Tel: (670) 235-6025 Fax: (670) 235-8098



## Saipan MAP ③ **センチュリーホテル サイパン** Century Hotel Saipan

<http://www.centuryhotel-sp.com/>

### ガラパン地区から徒歩圏内の好ロケーション

建物内にサイパンで人気の24時間営業レストランを併設し、近隣には24時間営業のローカル御用達スーパーマーケットがあるなど、深夜・早朝のフライトやアクティビティーでも時間を気にせず活動ができる。全33室すべての客室では無料Wi-Fiが利用OK。

- アクセス サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 33室
- 住所 Chalan Pale Arnold Garapan, Saipan  
Tel: (670) 233-1420 Fax: (670) 233-1424



## Saipan MAP ④ **チャランカノビーチホテル** Chalan Kanoa Beach Hotel

### ビーチを望む癒しのプチリゾート

2階建てのこぢんまりとした南欧風の建物はプライベート感たっぷり。家庭的なサービスが自慢で、目の前に広がるチャランカノビーチのんびりとした雰囲気も魅力。スイート並みの広さのファミリールームや簡易キッチン付きのコンドミニウムタイプなどの客室を備えている。

- アクセス サイパン空港から車で約6分。空港送迎あり(要予約)
- 総客室数 28室
- 住所 P.O.Box 500356, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 483-4305 Fax: (670) 234-6534



Saipan MAP ⑤ **コーラルオーシャンゴルフリゾート**  
Coral Ocean Golf Resort

<http://www.cogresort.com>

**帰国日の午前中までゴルフを満喫**

サイパン島の南端、テニアン島を目と鼻の先に望む抜群のロケーション。2階建ての客室はすべてオーシャンビュー。海越えなどが楽しめるゴルフコースやゴルフショップはもちろん、サンセットを眺めるプール、プールサイドカフェ、国際色豊かなレストランなど、静かな環境でゆっくり過ごせる。

- アクセス サイパン空港から車で約10分
- 総客室数 72室
- 住所 P.O.Box 501160, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 234-7000 Fax: (670) 234-7005



Saipan MAP ⑥ **フィエスタリゾート & スパ サイパン**  
Fiesta Resort & Spa Saipan

<http://www.fiestasaipan.jp/>

**ビーチもショッピングも食事も楽しめる絶好のロケーション**

サイパン島の中央、繁華街ガラバン地区のメインストリート、パセオ・デ・マリアナに面したホテル。目の前には白砂で有名なマイクロビーチが広がる。敷地内のステージで行われている20年以上続く人気の「ジョイフル・ディナーショー」も必見。

- アクセス マイクロビーチに面し、サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 416室
- 住所 P.O.Box 501029, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 234-6412 Fax: (670) 234-7064



Saipan MAP ⑦ **グランヴィリオリゾートサイパン**  
Grand Vrio Resort Saipan

<http://grandvrio-saipan.com/index.html>

**18階建ての高層タワーがランドマーク**

ガラバン地区の中央に位置し買い物でも食事でも至便な立地。メインウイング(本館)、クリスタルタワー、タガタワーの3つのカテゴリーがあり、なかでも18階建てのタガタワーがランドマーク。挙式も人気が高く、列席者を含めた小さなグループの滞在にも適応している。

- アクセス サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 425室
- 住所 P.O.Box 500338, Saipan, MP96950  
TEL: (670) 234-6495 FAX: (670) 237-2529



Saipan MAP ⑧ **ハナミツホテル & スパ**  
Hanamitsu Hotel & Spa

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

**スパメニューと宿泊をセットにしたパッケージもお得**

2010年、ガラバン地区のパセオ・デ・マリアナにオープンしたスパ自慢のホテル。DFSまで徒歩約5分と便利な立地にもかかわらず、館内は落ち着いた雰囲気、ミニキッチン付きの部屋は長期滞在向き。1階の充実したスパだけを利用するのもおすすめ。

- アクセス サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 20室
- 住所 PMB589, Box10003, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 233-1818 Fax: (670) 233-1819



Saipan MAP ⑨ **Himawariホテル**  
Himawari Hotel

<http://www.himawari-saipan.com/>

**日本人経営のアットホームなホテル**

全50室の客室は、中～長期滞在向けにキッチンやウォークインクローゼットを備えた部屋をはじめ、様々なシーンに対応。設備も充実しており、コインランドリーやダイビング機材専用の洗い場・干し場、展望風呂など、旅行先で重宝する設備が用意されている。スーパーと和食レストランも併設。

- アクセス サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 50室
- 住所 Bukiki Street Saipan, MP96950  
Tel: (670) 233-1530



Saipan MAP ⑩ **ハイアットリージェンシーサイパン**  
Hyatt Regency Saipan

<https://saipan.regency.hyatt.com/ja/hotel/home.html>

**ハイレベルな施設で優雅な休暇を**

緑あふれる庭園やカラフルな熱帯魚が泳ぐラグーンなど、リゾートムードが満喫できる。1日の間で7回も色が変わると言われる白砂が印象的なマイクロビーチ沿いに建ち、時刻によって表情を変えるビーチを、時間を気にせず楽しむことができる。本格的なレストランやスパも充実。

- アクセス マイクロビーチに面し、サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 321室
- 住所 P.O.Box 5087, Garapan, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 234-1234 Fax: (670) 234-7745



Saipan MAP ⑪ **インペリアルパレスサイパン**  
Imperial Palace Saipan

<http://www.imperialpacificsaipan.com/en/>

**カジノを併設するラグジュアリーホテル**

ガラパン地区の真ん中に、2017年7月に豪華なカジノをOPENさせたリゾートホテル。ホテル部分は2018年中に完成予定で、完成すると総客室数340、20店舗以上の飲食店やショッピング、ウェディング設備、会議施設、ナイトクラブなどを有する5つ星ホテルが誕生。

- アクセス サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 340室(15のデラックスヴィラ含む)
- 住所 Rte 319, Garapan, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 328-8888



Saipan MAP ⑫ **カノアリゾート サイパン**  
Kanoa Resort Saipan

<https://www.kanoaresort.jp/>

**全室オーシャンビューのカジュアルリゾート**

サイパン島スベ地区に建つホテル。目の前にはシュノーケリングも楽しめるランディングビーチが広がる他、大型スーパーマーケット「ジョーテン・ショッピングセンター」までは徒歩約3分と好立地のオンザビーチリゾート。

- アクセス サイパン空港から車で約15分
- 総客室数 224室
- 住所 P.O.Box 500369, Susupe, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 234-6601 Fax: (670) 234-8007



Saipan MAP ⑬ **ケンジントンホテルサイパン**  
Kensington Hotel Saipan

<http://www.kensingtonsaipan.com/jp/>

**サイパン初のオールインクルーシブスタイルのホテル**

2016年7月にオープンしたばかりのホテル。ホテル内にある、インターナショナルピュッフェ、和食、中華、サンセットバーベキューなどから、その日の気分に応じて選択することが可能。全室パウパウビーチが一望できるオーシャンビューで、ウォーターアクティビティも充実。

- アクセス サイパン空港から車で約25分
- 総客室数 313室
- 住所 P.O.Box 5152 CHR, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 322-3311 Fax: (670) 322-1220



Saipan MAP ⑭ **ラオラオベイゴルフ & リゾート**  
Lao Lao Bay Golf & Resort

<http://laolaobay.jp/wordpress/>

**究極の滞在型ゴルフリゾート**

2009年にオープンしたゴルフ場併設のリゾートホテル。海越えホール2つを含む4連続海沿いホールを持つミクロネシア唯一の36ホールとして、数多くのゴルファーを魅了してきたグレッグ・ノーマン社デザインの「静と緑のウエスト」、「動と碧のイースト」にある宿泊施設は全室オーシャンビュー。

- アクセス サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 53室
- 住所 PMB 1020 PPP P.O.Box 10000, Saipan, MP96950-8900  
Tel: (670) 236-8888 Fax: (670) 236-8880



Saipan MAP 15 **PICサイパン**  
Pacific Islands Club Saipan

<http://www.picresorts.jp/>

**豊富なアクティビティー施設が自慢**

約40種類の豊富なアクティビティーが滞在中無料で楽しめる、サイパン最大級のウォーターパーク型ホテル。PICの「遊びの達人」クラブメイツがアクティビティーのレッスンやキッズクラブを担当するので、大人も子供も充実した時間を過ごすことができる。

- アクセス サイパン空港から車で約10分
- 総客室数 308室
- 住所 P.O.Box 502370, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 234-7976



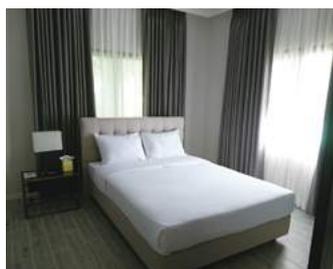
Saipan MAP 16 **パシフィック パームリゾート**  
Pacific Palm Resort

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

**我が家のようにくつろげる快適なコテージ**

ガラパン地区から南に10分ほどのチャランキア地区に、2017年11月にOPENした35棟のコテージ(55室)からなるリゾート。オンザビーチのロケーションではないが、プール、テニスコートを有し、1ベッドルーム~3ベッドルームスタイルのコテージで、我が家のようにくつろぐことができる。

- アクセス サイパン空港から車で約10分
- 総客室数 35棟(55室)
- 住所 P.O. Box 506275, Chalan Kiya, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 235-9981 Fax: (670) 235-9985



Saipan MAP 17 **サイパン ビーチホテル**  
Saipan Beach Hotel

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

**ビーチにほど近いカジュアルホテル**

2017年12月、チャランカノアビーチ沿いにOPEN。全25室からなり、オーシャンビューのデラックスルーム、海の見えないガーデンビュー、リビングスペースのあるスイートの3タイプ。冷蔵庫、オープンレンジ、ポットを完備し、シャワーオンリー。料金が手ごろですぐ近くにダイビングサービスも。

- アクセス サイパン空港から車で約10分
- 総客室数 25室
- 住所 Alupyang Pl, Afetna, Saipan MP96950  
Tel: (670) 235-6243



Saipan MAP 18 **サイパンワールドリゾート**  
Saipan World Resort

<http://www.worldresortsaipan.jp/>

**アクティブに満喫できる楽園リゾート**

サイパン島南西のランディングビーチに面するファミリー向けリゾートホテルで、250を超える客室は全室オーシャンビュー&バルコニー付き。大人気の4種のウォータースライダーと7種類のプールを備えた「ウェーブ・ジャングル」も宿泊客なら無料で利用可能。

- アクセス ススペ地区 サイパン空港から車で約15分
- 総客室数 265室
- 住所 P.O.Box 500066, C.K., Saipan, MP96950  
Tel: (670) 234-5900 Fax: (670) 234-5909



Saipan MAP 19 **セレンティホテル**  
Serenti Hotel

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

**利便性抜群のロケーション**

同じ建物にある人気レストラン「ババ・ガンブ・シュリンプ」をはじめ、各種レストランや、高級ブランドからお土産物まで何でも揃うショッピングエリア、スーパーマーケット、新店舗のオープンが続くバセオ・デ・マリアナ、豪華なカジノなど、すべてが徒歩圏。ベストなロケーションが魅力。

- アクセス サイパン空港から車で約20分
- 総客室数 47室
- 住所 P.O.Box 500440, Garapan, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 233-5201/2 Fax: (670) 233-5203



Saipan MAP 20 **サーフライダー リゾート ホテル**  
Surfrider Resort Hotel

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

**リゾート気分を盛り上げてくれるホテル**

モーテルのような構造で部屋からすぐ近くにパーキングがあり、レンタカー利用者にはとても便利。全20室の客室は、南国カジュアルな爽やかな内装。ホテルのすぐ隣にはダイニングバー「サーフクラブ」があるので、朝晩はもちろん、サンセットを見ながらビールやカクテルを楽しむのもおすすめ。

- アクセス サイパン空港から車で約10分
- 総客室数 20室(2018年1月現在)2018年後半新たな棟がOpen予定
- 住所 Brigada Street, Beach Road, Chalan Kanoa, Saipan, MP96950  
Tel: (670) 235-7873 Fax: (670) 234-7347



ダイニングバー「サーフクラブ」

Tinian MAP 21 **テニアン オーシャンビュー ホテル**  
Tinian Oceanview Hotel

**青い壁がキュートな全18室のプチホテル**

テニアン島の南側、タチョンガビーチのすぐ側にオープンした全18室のプチホテル。全室にトイレ・シャワー、ワードローブが備え付けられ、ラウンジではコーヒーなどのドリンクが提供されている。テニアン島の中心から離れているので、のんびり静かに、ゆったりと過ごしたい人向け。

- アクセス テニアン空港から車で約7分
- 総客室数 18室
- 住所 San Jose, 96952, Tinian, Northern Mariana Islands  
Tel: (670) 287-8961



Rota MAP 22 **ベイビューホテル**  
Bay View Hotel

**ロタらしいフレンドリーなオーナーのおもてなしが魅力**

その名の通り、ロタ島南部のソサンハニヤ湾沿いに建つ、白壁がかわいいホテル。ソソソ村の中心までも徒歩圏。ホテルベランダでは洗濯物やダイビング用品などを干すことができる。予約は電話とFAXでの受付が主な手段のため、旅行会社やダイビングショップに手配してもらうのがおすすめ。

- アクセス ロタ空港から車で約20分
- 総客室数 11室
- 住所 Songsong Village, Rota, Northern Mariana Islands  
Tel: (670) 532-3414 Fax: (670) 532-0393



Rota MAP 23 **ロタリゾート&カントリークラブ**  
Rota Resort & Country Club

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

**自然に囲まれたオールスイートリゾート**

ロタ島北部の丘陵地に建つ、豊かな自然に囲まれた全室スイートのリゾートホテル。ゴルフ場やスパ施設が充実しており、ゴルファーやハネムーン、ファミリーにも人気。地元の新鮮なシーフードや野菜、フルーツなど、素材を活かした料理やサンセットバーベキューなどが楽しめる。

- アクセス ロタ空港から車で約5分
- 総客室数 57室
- 住所 P.O.Box 938, Rota, MP96951  
Tel: (670) 532-1155 Fax: (670) 532-1156



Rota MAP 24 **バレンチノホテル**  
Valentino Hotel

**ソサンハニヤ湾を一望できるロケーション**

ロタ島の中心ソソソ村の高台に位置。多くのレストランやショップが徒歩圏内にあり、滞在中のちょっとした外出や移動に便利。お部屋は簡易キッチンが付いたスタジオタイプのシングルルーム・ツインルームと、コンドミニアムタイプの2ベッドルームで、清潔感にあふれている。

- アクセス ロタ空港から車で約20分
- 総客室数 13室
- 住所 Songsong Village, Rota, Mariana Islands  
Tel: (670) 532-8466



# マリアナ ゴルフ場ガイド

## Golf Course



日本からわずか3時間半の南国リゾートでゴルフ三昧。北マリアナ諸島のサイパン島にはゴルフ場が4つ、ロタ島に1つ。フィリピン海の穏やかな風景を満喫するコースや荒々しい断崖から太平洋を見渡すコースなど、その特徴は様々。海や空の青はもちろん、南国の木々や鳥のさえずりなど自然の中に身を置く心地良さもマリアナ・ゴルフの魅力。一般的に北マリアナ諸島でのゴルフシーズンは1～3月。寒い日本を抜け出して爽快なゴルフが楽しめる。また日本の気候を逆手に取れば、6～7月の梅雨時もおすすめだ。

マリアナ政府観光局 ゴルフ情報 : <https://japan.mymarianas.com/what-to-do/land-activity/golf/>

Saipan MAP ①	<b>コーラルオーシャンゴルフリゾート</b> Coral Ocean Golf Resort	<a href="http://www.cogresort.com/golf/golf.asp">http://www.cogresort.com/golf/golf.asp</a>
<p><b>海越えが待ち受けるラリー・ネルソン設計のコース</b></p> <p>ラリー・ネルソン設計の18ホール、シーサイドコース。海越えの7番と14番、そして海岸線沿いの3ホールが名物。フェアウェイにカートが乗り入れできるので、ラウンド時間が短縮されると好評。サイパン空港から近く、帰日に1ラウンドすることも可能。2人だけのラウンドも確約してくれる。敷地内に同名のリゾートホテル、クラブハウス内レストラン、インド式エステなどを併設。</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>●アクセス サイパン空港から車で約10分</li> <li>●住所 P.O.Box 501160, Saipan, MP96950 Tel: (670) 234-7000 Fax: (670) 234-7005</li> <li>●コース 18ホール 7156ヤード パー72</li> </ul>		

Saipan MAP ②	<b>キングフィッシャー・ゴルフリンクス</b> Kingfisher Golf Links	<a href="http://www.kingfishergolflinks.com/">http://www.kingfishergolflinks.com/</a>
<p><b>全ホールから海を望むダイナミックな18ホール</b></p> <p>サイパンの東海岸の断崖に広がるシーサイドコースでグラハム・マーシュが設計・監修。全ホールから太平洋を望むことができるダイナミックな景観と、海越え、池越えが続くホールなど、戦略性に富んでいる。エキストラホールはパー4が3ホールあり、練習やレッスンに最適。ラウンド中にコース名にもなっているキングフィッシャー(カワセミ)の姿を見かけることも。</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>●アクセス ガラバン地区(ホテル街)より車で約15分、サイパン空港から車で約25分</li> <li>●住所 P.O.Box 5232, Saipan, MP96950 Tel: (670) 322-1100 Fax: (670) 322-2200</li> <li>●コース 18ホール 6651ヤード パー72</li> <li>●東京予約センター Tel: 03-5388-8181 Fax: 03-5388-8182</li> </ul>		

Saipan MAP ③	<b>ラオラオベイ ゴルフ &amp; リゾート</b> Laolaobay Golf & Resort	<a href="http://laolaobay.jp/wordpress/">http://laolaobay.jp/wordpress/</a>
<p><b>ウエストとイーストからなる雄大な36ホール</b></p> <p>タポチョ山からラウラウ湾のほとりに広がるマイクロネシア最大のコース。グレッグ・ノーマンの設計による2コース計36ホールから成る。ウエストコースは、池やバンカーを巧みに配したフラットなコース。断崖にレイアウトされた豪快なイーストは、2連続の海越えホールをはじめ変化に富んでいる。</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>●アクセス サイパン空港から車で約20分</li> <li>●住所 PMB1020 PPP P.O.Box 10000, Saipan, MP96950-8900 Tel: 670-236-8888 Fax: 670-236-8880</li> <li>●コース ウエスト/18ホール 6805ヤード パー72 イースト/18ホール 6330ヤード パー72</li> <li>●東京案内所 フリーダイヤル 0120-45-7723 Mail: laolao@panorama.co.jp</li> </ul>		

Saipan MAP ④	<b>サイパン・カントリークラブ</b> Saipan Country Club	
<p><b>多彩なプランから選べるフレンドリーなゴルフ場</b></p> <p>ガラバン、ススペのホテル街から至近距離にあるパブリックコース。手ごろな料金に加え、ユニークな時間制が特色。選んだプランの時間内なら何回でもラウンドできるというシステム。自然の起伏に色とりどりの花や南国のフルーツがあふれ、ビギナーから上級者まで飽きさせないコースレイアウトも魅力。</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>●アクセス サイパン空港から車で約10分</li> <li>●住所 P.O.Box 500338, Saipan, MP96950 Tel: (670) 234-6495 Fax: (670) 237-2529</li> <li>●コース 9ホール 2676ヤード パー35</li> </ul>		

Rota MAP ⑤	<b>ロタリゾート &amp; カントリークラブ</b> Rota Resort & Country Club	<a href="http://www.rotaresortgolf.com/j-home">http://www.rotaresortgolf.com/j-home</a>
<p><b>ロタ唯一のコースは全ホールがオーシャンビュー</b></p> <p>全ホールから海が見渡せるフラットなコースで、ほとんどのホールがロタを吹き抜ける貿易風と平行にレイアウトされている。自生の木立や自然の地形を可能な限り活かしており、フィリピン海をバックに大自然の中でのプレーを満喫できるゴルフ場。雄大なサンセットも印象的。随時ミネラルウォーターの巡回サービスあり。250ヤード、10打席のゴルフ練習場も。</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>●アクセス ロタ空港から車で約5分</li> <li>●住所 P.O.Box 938, Rota, MP96951 Tel: (670) 532-1155 Fax: (670) 532-1156</li> <li>●コース 18ホール 7093ヤード パー72</li> </ul>		



# サイパン観光スポット情報 Highlights of Saipan

北マリアナ諸島の政治・経済の中心であるサイパン島は、人口約5万人、面積約122.9km<sup>2</sup>、南国の自然が豊かな島である。起伏に富む火山島だけに、山頂からビーチまで自然造形の見どころは豊富。

MAP  
1

## プンタン・サバネタ (バンザイクリフ)

Puntan Sabaneta (Banzai Cliff)

サイパン島最北端の岬で、太平洋戦争末期、米軍の攻撃に追い詰められた日本人が、「万歳!」と叫んで約80m下の岩場の海に身を投じた悲劇の地。その数は1000人ともいわれる。岬には慰霊碑が建てられ、毎年、日本からも多くの人が慰霊に訪れている。



MAP  
2

## バナデロ (ラストコマンドポスト)

Banadero (Last Command Post)

太平洋戦争時に日本軍最後の司令部があった場所。戦車や高射砲、直撃された巨大な穴が見られ、戦争の激しさを今に伝えている。場所は、北部のマッピ山麓。



MAP  
3

## ラデラン・バナデロ (スーサイド・クリフ)

Laderan Banader (Suicide Cliff)

標高約249mのマッピ山の北側にある断崖絶壁で、太平洋を一望する大パノラマが広がる。通称「自殺の崖」の通り、太平洋戦争中はプンタン・サバネタ(バンザイクリフ)と同じく、ここからも多くの民間人が飛び降り自殺をした悲劇の場所。現在、山頂は平和記念公園となっている。

MAP  
4

## グロット

Grotto

ダイビングスポットとして有名な海中洞窟。マドック岬から海へ通じる116段の階段を下りていくと外洋へつながる横穴があり、手前が天然のプールのようにになっている。太陽光線が美しい紺碧の海中洞窟。泳ぐ場合、うねりが入っている時や潮の流れが速い日は注意が必要。



MAP  
5

## バードアイランド (イスレタ・マイゴ・ファハン)

Bird Island (Isleta Maigo Fahang)

サイパン島の東側、入り江にボツンと浮かぶ石灰岩でできた小さな無人島で、たくさんの海鳥の生息地になっている。自然保護区のため上陸することはできないが、対岸の展望台から美しい景観を楽しめる。日本統治時代には「月見島」とも呼ばれ、月見の名所として知られていた場所。

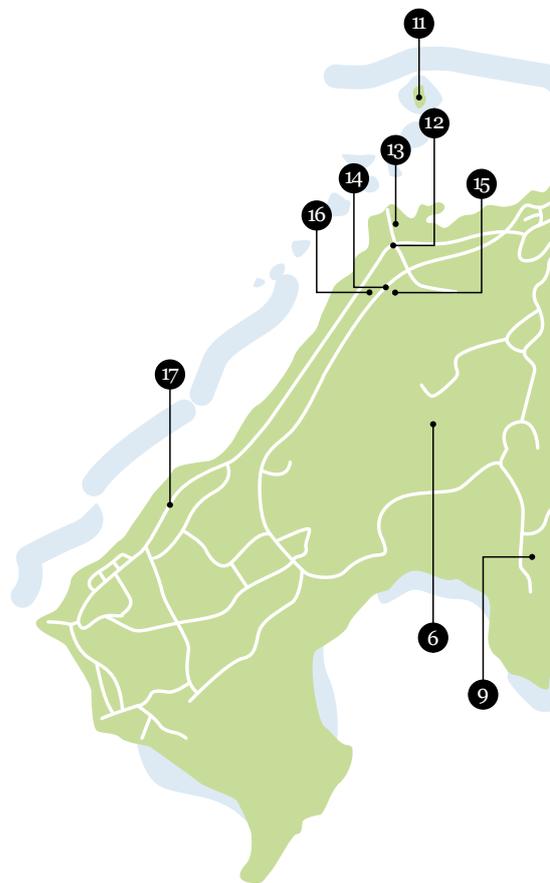


MAP  
6

## タポチョ山

Mt. Tapochau

サイパン島で一番高い山で、標高約475m。島のほぼ中央に位置するため視界は360度開け、キリスト像が建つ山上の展望台は、マリアナブルーのラグーンに浮かぶマニャガハ島はもちろん、天気の良い日にはテニアン島、ロタ島まで望める島内随一の絶景スポット。



MAP  
7

## カラベラ・ケーブ

Kalabera Cave

島の北東にあり、スペイン統治時代には牢獄に使用されていたという古い洞窟。

MAP  
8

## キャピトル・ヒル

Capitol Hill

クロスアイランド・ロードを上った小高い丘の総称。太平洋戦争で米国がマイクロネシアを統治した時に行政本部が置かれていたことからこの名で呼ばれるようになった。現在は知事公邸があり、丘の上からはタナバグ・ラグーンやマニャガハ島を一望できる。





MAP  
11

## マニャガハ島

Managaha Island

ガラパンにあるスマイリング・コープから船で約15分ほどの沖合にある小島。マニャガハとはカロリン語で「ちょっと一休み」を意味する。周囲約1.5kmの無人島で、全域が国定海中公園に指定されている。北側に真っ白い砂浜が続き、周囲はサイパンでも有数の透明度の高い海が広がっている。Googleをつけ、足を取られないようにきらめく海面をかきわけて進み、そっと顔を沈めてみると、トロピカルフィッシュとクリスタルブルーの胸躍る世界が広がる。シュノーケリングやダイビング、パラセーリングなど多彩なマリアクティビティが楽しめる。

MAP  
12

## ガラパン

Garapan

サイパンの繁華街。レストランやお土産店、エステサロン、マッサージ店、カラオケバーなどたくさんの店が軒を並べ観光客と地元の人たちで賑わっている。フィエスタリゾート前の道路からビーチ・ロードまで抜ける通りは、パセオ・デ・マリアナと呼ばれる歩行者天国のメインストリート。



MAP  
13

## アメリカンメモリアルパーク

American Memorial Park

1994年に太平洋戦争終結50周年を記念して造られたアメリカンメモリアルパーク。2005年にパーク内に資料館（ビジターセンター）がオープン。第2次世界大戦の歴史的な資料や写真が展示され、当時を回想してのインタビューなどを聞くこともできる。多くの資料や写真は日本語の説明付きで展示されている。



MAP  
14

## シュガーキングパーク (砂糖王公園)

Sugar King Park

シュガーキング(砂糖王)と呼ばれた日本人、松江春次の功績を称え1934年に造られた公園。日本統治時代、沖縄から北マリアナ諸島へ移り住んだ多くの農夫がサトウキビを栽培。サトウキビ栽培と製糖事業で北マリアナ諸島の産業発展に貢献した、南洋興発の初代社長の松江春次はシュガーキングと呼ばれた。園内には、復元されたサトウキビ運搬用の蒸気機関車と、松江春次の銅像がある。



MAP  
15

## 彩帆香取神社

Saipan Katori Shrine

彩帆(サイパン)香取神社の建立は1911年、サイパン島に停泊した戦艦「香取」の艦内神社からご心霊を分祀した。太平洋戦争の戦火で焼け、その後再建された。灯籠は戦前のものが今なお残り、サイパンの戦いの際の銃撃の跡など歴史を伝えている。

MAP  
16

## 北マリアナ博物館

The CNMI Museum

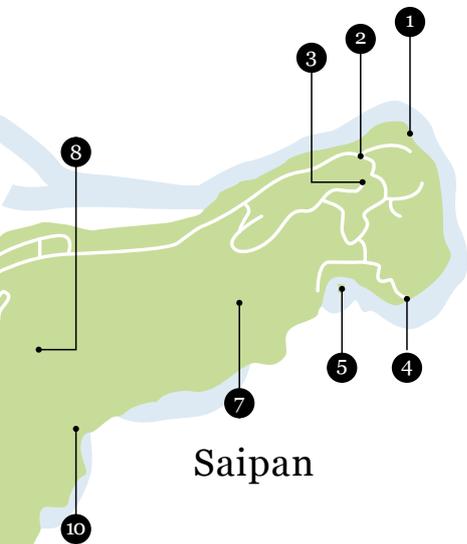
北マリアナ諸島の歴史と文化を紹介する博物館。見どころはスペインの難破船から引き揚げられた壺や財宝の数々。日本統治時代の生活様式がうかがえる資料など。建物は1922年に建てられた日本統治時代の日本病院跡を改築したもので、1998年に博物館としてオープンした。

MAP  
17

## マウント・カーメル 大聖堂

Mount Carmel Catholic Cathedral

スペイン統治時代に建てられ、1949年に再建された北マリアナ諸島最大のカトリック教会。美しいスペイン様式の外観はススペのランドマーク的存在。



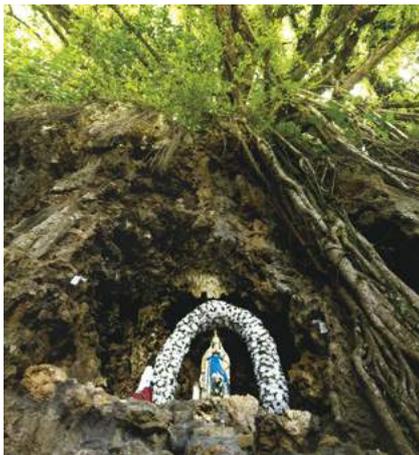
Saipan

MAP  
9

## 聖母マリアの祠

Our Lady of Lourdes Shrine

キャピトル・ヒルからクロスアイランド・ロードを南下し小道を入った所にある祠。終戦後に人々が「生き長らえたことを神に感謝」してサンタ・ローデス・マリア像をこの地に安置した。祭壇の手前にある井戸水は奇跡を起こした聖水と伝えられる。毎年2月に行われる、この地区のフィエスタ(カトリックの信仰祭)は有名。



MAP  
10

## オールドマン・バイ・ザ・シー

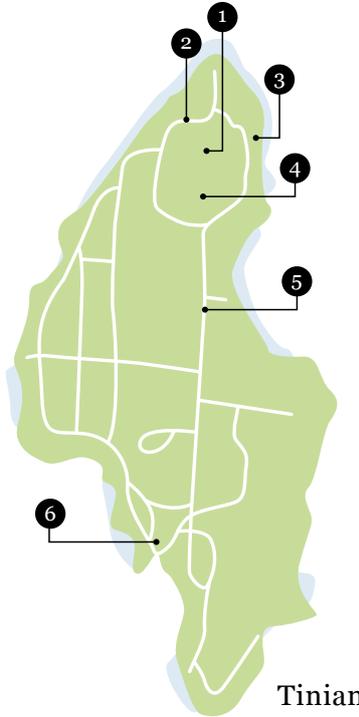
Old Man by the Sea

サイパン島の東海岸、太平洋に面したキングフィッシャー・ゴルフリンクスよりやや南にあるプロフィーラービーチの奇岩。海から眺めると老人の横顔のように見えることから、この名が付けられた。不思議な形をしているこの岩には精霊が宿っているとの言い伝えも。

# テニアン観光スポット情報 Highlights of Tinian



サイパンの南西約5km、小型飛行機でわずか15分ほどに位置。人口約3000人、面積101.8km<sup>2</sup>、伊豆大島とほぼ同じ大きさのテニアン島は、北マリアナ諸島ではサイパンに次ぐ大きさの島で、海の透明度は世界屈指の高さを誇る。



Tinian

南北約20km足らずのテニアン島。島の形がニューヨークのマンハッタン島に似ていることにちなんで、島の中央を貫く2つの幹線道路にブロードウェイ、8番アベニューなどと名付けられている。

MAP  
1

## ハゴイ空軍基地 (ノースフィールド飛行場)

Hagoi U.S. Force

約3000mの滑走路が4本延びる米空軍基地。テニアンはグアムのように軍隊が駐屯しておらず時々演習基地として使用されるのみ。演習が行われていない時は滑走路を車で走行することができる。



MAP  
4

## 日の出神社

Japanese Shrine

日本統治時代に建立された神社跡。現在は石造りの敷地跡とかつて鳥居があったことをうかがえる木柱が2本残されているのみ。

MAP  
5

## ブロードウェイ

Broadway

細長い島の形がニューヨークのマンハッタン島に似ていることから、島中央を貫く幹線道路はブロードウェイと呼ばれている。



MAP  
2

## 原爆搭載地点

Atomic Bomb Pits

1945年8月6日と9日、広島、長崎に原爆を投下したB-29エノラ・ゲイとボックス・カーがテニアンから飛び立った場所。その際、原爆を搭載した跡地がハゴイ空軍基地の滑走路の北側に残されており、記念碑が建てられている。



MAP  
3

## ブロー・ホール

Blow Hole

テニアン島北東部の海岸にある潮吹き穴。サンゴ礁でできた岩場の一部が浸食されて、その裂け目から豪快な音とともに海水の柱が吹き上がる。満潮で波やうねりが高いほどダイナミックな光景が見られる。もし近くで観る場合には、濡れてもいい服とスニーカーなどのしっかりとした歩きやすい靴で行った方がよい。



MAP  
6

## タガ遺跡

House of Taga

サンホセ村中心部から徒歩約5分のサンホセ公園にある遺跡タガ・ストーン(ラッテ・ストーン)。高さ5mを超す巨大な石柱は、古代チャモロ人の伝説の支配者タガ王が造ったといわれている。しかしながら、その目的は今だに謎に包まれたまま。ロタやグアムにも同じタガ・ストーンが残っているが、規模はタガ王朝の都だったここテニアンが最大。





## ロタ観光スポット情報

# Highlights of Rota

サイパンとグアムのほぼ中間に位置する、面積85.38km<sup>2</sup>の小さな島。北マリアナ諸島の南端に位置し、「ロタブルー」と呼ばれる真っ青で高い透明度を誇る海が魅力。豊かな自然とチャモロ民族の伝統文化が色濃く残る島である。

MAP  
1

### アス・マンモス岬

As Matmos Cliff

島の最東端にある岬で、断崖絶壁の岩場に荒波が砕ける景色はかなりの迫力。磯釣りポイントとして有名で、年に一度、トーナメントが開催されている。

MAP  
2

### バード・サンクチュアリ

Bird Sanctuary

ロタ島の北東部にあるフーニャ岬の崖下一帯は熱帯ジャングルになっていて、アカアシカツオドリのほか、シロアジサシ、オオグンカンドリなど約40種の野鳥が飛び交う様子が、崖の上に造られた展望ルートから眺められる。ウミドリを真上から見下ろすこともできる珍しいロケーションでもある。



MAP  
3

### タガ・ストーン遺跡

Taga Stone Quarry

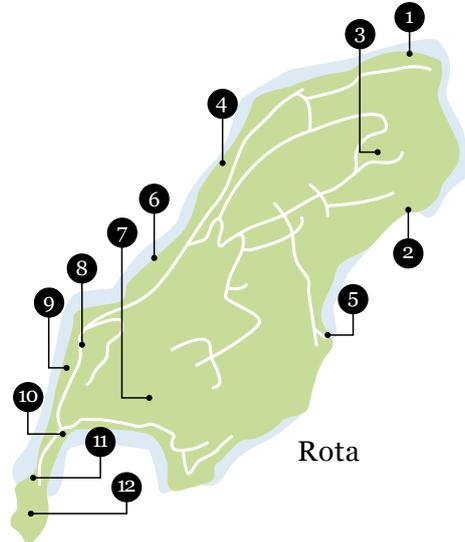
古代チャモロ人の石柱遺跡で、タガ・ストーン(ラテ・ストーン)を切り出す工程跡が見られるのが特徴。大人数人でようやく囲める巨大な円形状の石に切ったところや、溝を掘った途中の跡などがいくつも見る事ができる。

MAP  
4

### スイミング・ホール

Swimming Hole

海沿いにある自然の岩礁穴で、真水が湧き出し、海水と混ざり合って天然プールのようにになっている。潮の干満によって取り残された小魚や、磯にいる大きなカニやヤドカリを見ることができ、泳ぐこともできる。真水のため海水よりやや水温が低くなっている。透明度が高くフィッシュウォッチングを楽しむシュノーケリングに適しているが、海が荒れている時は要注意。水中に外洋に繋がる穴があるので引き込まれる恐れがある。ツアーガイドなどに泳いでも大丈夫かどうか聞いてから泳ごう。なお、11月～4月頃は貿易風の影響で波が高くなるため、泳げない場合が多い。



MAP  
5

### アラグアン湾展望台

Alaguan Bay Look Out

アラグアン(アラツ)湾を見晴らす丘の上にある絶景の展望スポット。展望施設こそないが、好天の日には澄み渡る空と大海原が一望できる。

MAP  
6

### テテトビーチ

Teteto Beach

ロタ空港とソンソン村の間くらいにあり、白砂の美しさはロタ島随一とも言われる。遠浅で波も穏やかなので、子供連れも安心して海水浴が楽しめる。



MAP  
7

### サバナ高原

Mt. Sabana

島の内陸部、標高496mに広がる高原は、野生のランの花が見られ、野鳥や野生動物に出会える貴重なエリア。頂上には戦没者慰霊碑が立っており、好天の日にはグアム島がくっきり見える。

MAP  
8

### トンガ・ケーブ

Tonga Cave

高さ約30m、奥行き約50mの鍾乳洞。中心に大きな鍾乳石が見られ、洞窟内はひんやりしている。太平洋戦争中は旧日本軍の野戦病院として利用されていた。洞窟の上は十字架が立つクロス・ポイントで、ソンソン村が一望できる。

MAP  
9

### ロタ洞窟博物館

Rota Cave Museum

高さ約30m、奥行き約76mの鍾乳洞で、過去に旧日本軍の弾薬庫として使われていた。現在は博物館となっており、スペインや日本統治時代の遺物が見学できる。

MAP  
10

### 砂糖工場跡

Sugar Factory Remain

北マリアナ諸島の産業と貿易振興に貢献し、「砂糖王」と呼ばれた松江春次が設立した製糖工場の跡地。日本製の赤い蒸気機関車は、サトウキビの運搬に使用されていたもの。



MAP  
11

### 千本ヤシ

Senbon Yashi

太平洋戦争後、米国政府によって1000本の椰子の木が植林された場所。現在は数こそ数百本に減っているが、すくっと伸びたヤシが整然と並ぶ様子はいかにも南国的で、ロタ島を代表する観光スポットとなっている。ソンソン村から車で約5分程度。



MAP  
12

### タイピンゴット山

(ウェディングケーキマウンテン)

Mt. Taipingot

ロタ島南西部にあるソンソン村の西に突き出した、標高約143mの平たい台形の山。形が段の付いたケーキのように見えることから、別名「ウェディングケーキマウンテン」とも呼ばれている。山中にはシカなどの野生動物が生息し、特別保護区に指定されている場所。

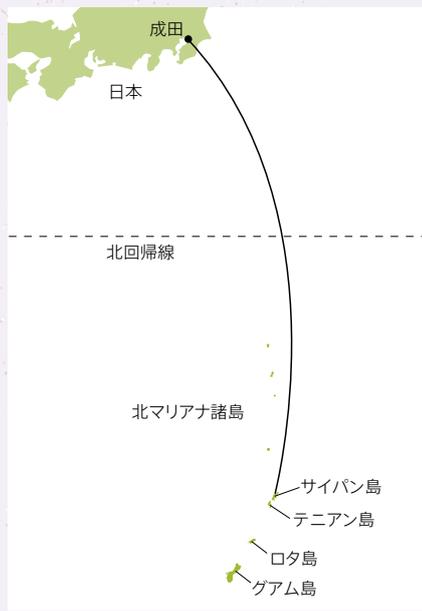
# マリアナ 旅の基本情報

# Travel Information

## 自然・社会・歴史

### 地勢

北マリアナ諸島連邦は、北緯14~22度、東経145~146度の間に位置する群島。全14島を合わせた総面積は約470km<sup>2</sup>で、東京23区の5分の4の大きさに相当する。



北マリアナ諸島連邦旗

### 人と宗教

人口約5万人のうち、先住系チャモロ住民とカロリニアン系住民が約3割と最多数。次いで多いのがフィリピン系と中国系。そのほか韓国系、日系、ミクロネシア系、および米国本土アメリカ系住民で構成されている。東南アジアやヨーロッパ、ラテンアメリカ系の住民も少数だが在住。宗教は、サイパン、テニアン、ロタともカトリックが中心となっている。

### 歴史

北マリアナ諸島に古代チャモロ人が住み始めたのは、紀元前1500年頃。800年頃には、巨大な石柱「タガ・ストーン(ラッテ・ストーン)」が建てられ、タガ王朝が栄えた。一方、カロリン系の祖先は、南方のカロリン諸島からカヌーを操って交易に来たのが始まりと考えられている。1521年、マゼランが北マリアナ諸島に来島。その後、スペイン領となるが、第1次世界大戦で日本が統治受任国に就任。多くの日本人が移住し、サトウキビやヤシの

栽培を行った。しかし第2次世界大戦下では激戦地となった。戦後、アメリカの信託統治領を経て、1986年に米国との間で、コモンウェルス規約を締結。北マリアナ諸島住民はアメリカ国籍を保有し、アメリカから憲法による保護などを受けている。2009年より急速に連邦化が進んでいる。

## 基本情報

### 気候

熱帯性気候で、年間平均気温は27℃。気温・湿度とも1年を通じて変化が少ないのが特徴。雨期は7~11月で1日に数回スコールが降る。

### 時差

マリアナのほうが日本より1時間進んでいる。

### 通貨

通貨はUSドル。米国本土と同じ紙幣やコインが流通している。

### 両替

●**サイパン**  
日本円は、現金もトラベラーズチェックもホテル、銀行で両替ができる。

●**テニアン、ロタ**  
空港では両替できないが、ホテルなら両替できるところもある。

### チップ

レストランやタクシーでは料金の10~15%。ホテルのボーイやメイドには最低1ドルが相場。

### 言語

公用語は英語、チャモロ語、カロリニアン語。ホテルは日本人スタッフが常駐するところが多い。店やレストランでも日本語を話すスタッフがいるところや、日本語メニューが用意されている場合も。

### 電話

サイパンでは、公衆電話やホテル客室から島内電話、国際電話がかけられる。島内は1通話35セント。テニアン、ロタでは公衆電話の数が少ない。ホテルの客室に電話がない場合は、フロントか電話局に外向かなくてはならない。

### ●日本への国際電話(直通)

例)日本の「03-1111-2222」へ電話をかける場合  
011(国際電話)→81(日本の国番号)  
→3(東京の場合。市外局番の0を省く)  
→1111-2222(相手の番号)

## 電圧

北マリアナ諸島連邦の電圧は120V/60Hz。日本の電圧100V/50~60Hzと異なるため、基本的に日本の電化製品は使用できない。変圧アダプターを用意しておく安心。

## 注意事項

- ・たばこは18歳以上、アルコールは21歳以上から。
- ・現在は禁煙法が施行されており、公共の場所での喫煙は禁止。違反者は50ドル~の罰金。
- ・治安は比較的良いが、夜間の一人歩き(特に女性)は避けること。
- ・サンゴの捕獲、国外への持ち出しは禁止。
- ・ビーチを含め、公共の場で裸になることは禁じられている。

## 2018年の祝祭日

- 1/1 元旦
- 1/15 マーティンルーサーキングジュニアデー
- 2/19 大統領の日
- 3/24 北マリアナ連邦憲法調印の日
- 3/30 グッド・フライデー
- 5/28 戦没者記念日
- 7/4 アメリカ独立記念日
- 9/3 勤労感謝の日
- 10/8 文化の日
- 11/4 公民権の日
- 11/11 復員軍人の日
- 11/22 感謝祭
- 12/8 憲法記念日
- 12/25 クリスマス

## 入国関連

●**グアム・北マリアナ諸島ビザ(査証)免除プログラム**  
以下の条件で旅行する場合、ビザおよびESTA(電子渡航認証システム)は不要

- ・目的地は北マリアナ諸島またはグアムのみ
- ・日本を含むグアム・北マリアナ諸島ビザ免除プログラム対象国の国籍で、同国発行のパスポートを所持している。(注)対象国は他にオーストラリア、香港、韓国、台湾、英国など。詳細はアメリカ大使館ホームページへ。  
[https://jp.usembassy.gov/ja/visa-ja/visa-waiver-program-ja/guam-cnmi\\_ywp-ja](https://jp.usembassy.gov/ja/visa-ja/visa-waiver-program-ja/guam-cnmi_ywp-ja)
- ・帰国日まで有効なパスポートを所持している。ただし、残存期間には余裕がある方が好ましい。
- ・パスポートはIC旅券、または機械読み取り式である。
- ・滞在日数は45日以内
- ・往復航空券を所持しており、復路便の出国日が、入国日から45日を超えないことが確認できる。
- ・入国時の必要書類はI-736、通関申告書(機内にて配布)



2018年1月からI-736の事前登録が可能に。  
ウェブサイトで入力しプリントアウトしたI-736  
に署名後、到着時に提出。

<https://i736.cbp.dhs.gov/i736/#/home>  
なお、ESTA登録者は、I-736の提出は不要、通関  
申告書のみを提出。

中国、ロシア連邦国籍の旅行者は、北マリアナ諸  
島(サイパン、テニアン、ロタ島)に限り、45日以  
内の滞在を目的とする臨時入国許可が認められ  
ている(2018年1月現在)。詳細はアメリカ大使  
館ホームページへ。

<https://www.dhs.gov/guam-cnmi-visa-waiver-program>

#### ●その他

サイパンから米国の他都市に引き続き旅行する  
人、サイパンに46日以上、90日未満の滞在を希  
望する人などは、上記の適用対象外となり、ESTA  
(電子渡航認証システム)を旅行出発までに取得  
する必要がある。詳細はアメリカ大使館へ。

<https://jp.usembassy.gov/ja/visas-ja/visa-waiver-program-ja>

#### ●ESTA(エスタ=電子渡航認証システム)とは?

2009年から米国への渡航時に申請が義務化さ  
れた。米国政府のビザ免除プログラム対象国の  
国籍保持者で、観光・短期商用目的の滞在期間が  
90日以内の旅行者が対象。米国行き航空機や  
船に搭乗する前にオンラインで渡航認証を受ける  
必要があり、手数料は1人当たり14ドル。クレジ  
ットカードでの支払いも可能。ESTA認証は2年間有  
効。ただし、2年以内であっても、パスポートの有効  
期限日をもって無効になる。渡航者の名前変更、  
国籍変更などの場合も再申請が必要。なお、留学  
や就労ビザを取得済みの人は不要。(2018年1月  
現在。入国に関しての最新情報はアメリカ大使館  
ホームページをご確認ください)

<https://jp.usembassy.gov/ja/visa-ja/visa-waiver-program-ja/esta-information-ja/>

## 交通

2018年5月現在の情報。最新の状況は、随時マリア  
ナ政府観光局のホームページにてご確認ください。  
<https://japan.mymarianas.com/travelinfo/basic/traffic/>

### サイパンへ

サイパンは日本から直行便だと3時間半で行ける距  
離。東京などの主要都市からはチャーター便ツアー  
を利用するか、定期便(直行便)については、2018  
年5月に成田からの便が運休したため、今後の運  
航状況を確認して利用のこと。2018年12月からは  
スカイマークが新たに就航予定。乗継便は、ユナイ  
テッド航空を利用してグアム経由でサイパンに入る  
か、アシアナ航空や、ジンエア、チェジュ航空、ティ  
ーウェイ航空を利用して韓国の仁川経由、もしくは香  
港エクスプレスで香港経由でのサイパン入りも可  
能。(運航路線はいずれも2018年5月現在)

### テニアン、ロタへ

チャーター便を除き、現在テニアン、ロタともに日  
本からの定期直行便はない。サイパンからテニ  
アンへの航路はスターマリアナス航空が8人乗り機  
材で1日12便を運航している。テニアンまでの所  
要時間は約15分。当日乗れないこともないが予約  
した方が日程が立てやすい。出発時間の30分前  
に、サイパン国際空港隣にある国内線ターミナル  
まで行き、搭乗手続きを行う。

スターマリアナスのサイパン/ロタ線は1日3便運  
航している。所要時間は約30分。こちらの使用機  
材も8人乗りのセスナで、事前予約が必要。

#### ●スターマリアナス航空(Star Marianas Air)

詳細は、<https://www.starmarianasair.com/>

### サイパン島の交通

サイパン島内の移動には、タクシーやレンタカー、  
各種シャトルバスなどが利用できる。道路は右側  
通行。シートベルト着用が義務付けられており、飲  
酒運転は厳禁。

#### ●シャトルバス「Tギャラリアエクスプレス」

DFS利用客を対象とした送迎バス。主要ホテル間を  
北行きと南行きの無料シャトルバスが60分の間隔で  
運行。運行時間はホテル発が南方面10:10~21:08  
/北方面10:05~21:02(2018年1月現在)、Tギャ  
ラリア by DFS発が北南共通 11:30~22:45(最終)

#### ●タクシー

空港や主要ホテル、ショッピングセンターにはタク  
シーが待機している。政府公認のタクシーは、顔  
写真入りの身分証明書を掲示している。乗車した  
らタクシーメーターを見て、走り出すときに表示が  
2.5ドル(初乗り料金)を確認する。それ以降は1/4  
マイル(約400m)ごとに75セントが加算される。  
チップの目安は10%程度、スーツケース1個1ド  
ル。サイパン空港からススペのホテルまでの所要  
時間は約10分、料金は15~20ドルほど。ガラバ  
ンのホテルまでは約20分、25~30ドル。

#### ●レンタカー

レンタカー会社の営業所はサイパン空港や主要ホ  
テル、ガラバン、ススペなどにある。21歳以上で、  
滞在が30日以内なら、日本の運転免許証で運転  
できる。レンタカーを借りる際には、日本の運転免  
許証、パスポート、保証金用のクレジットカードが  
必要。なお、3歳未満の子供にはチャイルドシート  
が義務付けられている。

### テニアン島の交通

島内には路線バスやタクシーはない。主要ホテル  
では、宿泊客向けに空港からホテルまでのシャ  
トル送迎(有料)を運行している。

#### ●レンタカー

テニアンには空港レンタカーとサンホセ村にレン  
タカーの営業所がある。

### ロタ島の交通

テニアンと同じく、バスやタクシーなどの公共交通  
機関はない。移動にはレンタカーやホテルのシャ  
トル送迎を利用する。

#### ●レンタカー

ロタ空港にレンタカーの営業所がある。台数に限  
りがあるのであらかじめ予約をしておくこと。





# マリアナ イベントカレンダー Event Calendar

スポーツ、カルチャーイベントが盛りだくさん!

※文中データは2018年1月現在。スケジュールは変更になる場合があります。

**サイパン** ガラパン・ストリート・マーケット  
Garapan Street Market  
毎週木曜日の夜に開催。

**サイパン** サバル・ファーマーズマーケット  
Sabalu Farmer's Market  
ススペ地区で毎週土曜日に開催される朝市。

## 1月

**サイパン** ティミーウッドゴード バドル  
メモリアル クラシック  
サイパン島で開催されるSUPの大会。

## 2月

**テニアン** テニアン・ホットペッパー・  
フェスティバル  
Tinian Hot Pepper Festival  
テニアン島名物テニアン・ペッパーのイベント。

**テニアン** ピカ バイクレース  
Pika Bike Race  
65kmを駆け抜けるバイクレース。

## 3月

**サイパン** サイパンマラソン  
Saipan Marathon  
サイパンでもっとも大きなマラソン大会。

**サイパン** タガマン51.50トライアスロン  
TAGAMAN 70.3 & 51.50 Triathlon  
1988年から続く歴史ある大会。



サイパンマラソン

## 4月

**ロタ** ロタコーヒー・マラソン  
Rota Coffee Marathon  
2018年に初めて開催される大会。

**サイパン** フレームツリー・フェスティバル  
Flame Tree Arts Festival  
フレームツリーが咲く毎年4月に開催。

**サイパン** コンカー サイパン  
KONQER SAIPAN  
障害物を克服し、ゲーム感覚で参加できる大会。

## 5月

**サイパン** テイスト・オブ・マリアナ  
Taste of the Marianas  
食のイベント。5月の毎週土曜日開催。



テイスト・オブ・マリアナ

## 6月

**サイパン** リベレーション・デイ・フェスティバル  
Liberation Day Festivities  
ローカルな雰囲気を楽しめるお祭り。

## 7月

**サイパン** サイパン・インターナショナル・  
フィッシング・トーナメント  
Saipan International Fishing  
Tournament  
毎年恒例の釣りの競技会。

## 9月

**サイパン** インターナショナル・  
フェスティバル・オブ・カルチャー  
International Festival of Culture  
毎週土曜日に開催されるカルチャーイベント。

## 10月

**サイパン** アイアンマン70.3サイパン  
Ironman 70.3 Saipan  
自然の美しさを活かしたコース。

**ロタ** ロタ サンフランシスコ  
デボルジャ フィエスタ  
島の守護聖人をお祝いするお祭り。

**サイパン** マリアナ ビール & BBQフェスティバル  
Marianas Beer & BBQ Festival  
サイパン唯一の地ビールやワインが楽しめる。

**ロタ** Bisita Luta  
Bisita Luta  
ロタの自然や文化・伝統・習慣を紹介。

**サイパン** マリアナ・ウクレレ・フェスティバル  
Marianas Ukulele Festival  
ウクレレ奏者が参加する人気イベント。

## 11月

**ロタ** ロタブルー・トライアスロン  
Rota Blue Triathlon  
ロタブルーの海を泳げるチャンス。

## 12月

**サイパン** ヘル オブ マリアナ サイクル ロードレース  
Hell of the Marianas  
サイパン島をほぼ一周するロードレース。

**サイパン** クリスマス・イン・マリアナ  
Christmas in Marianas  
12月の毎週土曜日に開催。

詳しいイベント情報はこちら <https://japan.mymarianas.com/event/>



ヘル オブ マリアナ



アイアンマン

## Tinian



タガビーチ



## Rota



テテトビーチ







マリアナ政府観光局 インフォメーション

# MVA Information

マリアナ政府観光局(MVA)では、マリアナ旅行販売促進のために、一般および旅行業界、メディア向けに様々な情報サービスの提供を行っています。業界向けとしては、画像、プロモーションビデオの提供、マンスリーのニュースレターの送付、各種セミナーの開催、お問合せ、質問等への対応、団体向けプロモーションの告知など。また、業界・一般を問わず観光情報の案内や各種資料の提供、ホームページ、Facebook、Instagram、Twitterなどを活用した情報発信を行っている。

業界・一般向けに配布している資料は以下の通り。詳しくはMVAまでお問合せを。

## マリアナ、30の宝もの。

北マリアナ諸島の空と海と森と大地が長い年月をかけて生み出した自然美、そして島の人々が育んできた文化、これらを“マリアナの30の宝もの”としてセレクトし、ガイドブックに仕立てた一冊。

## 北マリアナ諸島オフィシャルガイド

旅行業界関係者向けオフィシャルガイド。アクティビティ、ショッピング、スパ、食、カルチャーなどマリアナのあらゆる情報を網羅し、テーマ、マーケット別にも参照できるガイドブック。

## サイパン・テニアン・ロタ ガイドマップ

3島それぞれの見どころを地図と共に紹介。新しいお店、ホテルなども網羅されているので、マリアナへの旅行が確定したお客様向け。

## ポスター

サイパン、テニアン、ロタの各島の特徴を1枚ずつ表現したものと、3島を1枚にまとめたものの4種類を提供(B2サイズ)。

## 画像

サイパン、テニアン、ロタ3島の美しい自然や歴史、食、カルチャーなど様々なジャンルの画像を業界の皆様に提供。パンフレット、オンラインページ、企画書などに是非ご活用を。

ダウンロードはこちらから

<https://members.mymarianas.jp/photolibrary/>

## 映像

マリアナの魅力を余すところなく撮影したプロモーションビデオをMVAホームページとYouTubeにて公開中。店舗でイメージ映像として流していただくことも可能。その他様々なテーマの映像もあり。是非ご活用を。

[The Marianas] <https://youtu.be/kNwYG6jRY8s/>

[マリアナ、30の宝もの。] <https://youtu.be/BDtf4W2uxss>

## マリアナ教育旅行ガイド

安心、安全な教育旅行の地として学校から注目を集めている北マリアナ諸島の教育旅行ガイド。なぜ北マリアナが選ばれるのか、行った先でどのようなことを体験できるのか、をテーマ別にケーススタディーも交えて紹介。プランニングのための基礎知識も得られる優れたもの。

## その他の資料

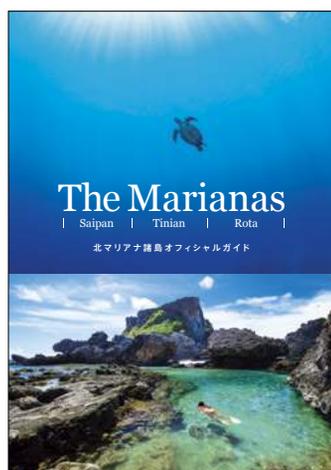
雑誌とコラボレーションして作成した別刷りや、イベントに合わせて作成したフライヤーなど、様々な資料をラインナップ。是非お問い合わせを。

## ホームページ & SNS

タイムリーなトピックスから、ホテル情報、アクティビティ、イベント情報、そして期間限定のキャンペーン情報など、これは、と思う情報が見つかるホームページ。また、日々InstagramやFacebook、Twitterにて情報を発信している。資料請求もホームページより随時受け付け中。

観光局公式HP:  
<https://japan.mymarianas.com>

Facebook: @saipanda.mva  
Instagram: mymarianas\_mva  
Twitter: [https://twitter.com/mymarianas\\_mva](https://twitter.com/mymarianas_mva)



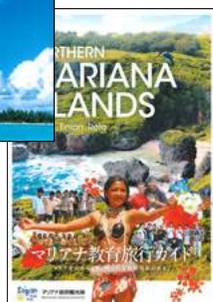
北マリアナ諸島オフィシャルガイド



ガイドマップ



マリアナ、30の宝もの。



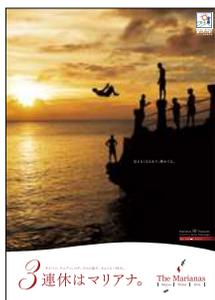
マリアナ教育旅行ガイド



ポスター:サイパン・テニアン・ロタ



ポスター:サイパン



ポスター:テニアン



ポスター:ロタ

※表紙は変更となる場合があります。

## マリアナ政府観光局・日本事務所 (株式会社アクセス内)

〒103-0011  
東京都中央区日本橋大伝馬町 6-7  
住長第二ビル 8階  
Tel : 03-6262-0975  
Fax: 03-3527-2192  
E-mail: [mva@access-jp.jp](mailto:mva@access-jp.jp)  
営業時間: 9:30~17:30 (土日祝休み)

## マリアナ政府観光局 Marianas Visitors Authority (MVA)

P.O.Box 500861, Saipan, MP96950  
Tel : (670) 664-3200/1  
Fax: (670) 664-3237

発行日 2018年5月  
制作 ブリッツ株式会社  
印刷 星光社印刷株式会社

●本誌からの記事、写真などの無断転載を禁じます。



**MARIANAS**  
VISITORS AUTHORITY  
マリアナ政府観光局

<https://japan.mymarianas.com>

