



## BEST HAWAII

ワイキキ・ビーチ  
Nice View 朝食  
絶景スポット  
カルチャー体験

## GOURMET

厳選ロコめし  
ステーキ  
ハンバーガー  
パンケーキ  
アサイボウル  
絶品スイーツ  
本格コーヒー

## SHOPPING

スーパーマーケット  
アラモアナセンター  
セレクトショップ  
おみやげBOOK

## PLAYING

ベストビーチ5選  
イルカ&ウミガメ  
絶景トレッキング  
歴史&アート

## LOCAL TOWN

カカアコ&ワード  
ダウンタウン  
カイルア  
ハレイワ  
コオリナ

もっともっと  
好きになる。

ビギナーも  
リピーターも納得。  
王道からトレンドまで  
ハワイ情報コンプリート!

# Perfect



special 付録

PERFECT MAP  
& INFORMATION

無料アプリ

電子書籍&地図が  
まるごとスマホに!

## シュノーケリング



体験データ

料金目安 ……\$130〜  
道具 ……水着  
所要時間 ……半日  
年齢制限 ……なし

1. ア.オ.ラ.カ(サンドバー)に上陸!

サンドバーの上を歩ける感動体験

## キャプテンブルース天国の海®ツアー

Captain Bruce Tengokuunomi® Tour

カネオ海で一番の老舗ツアー会社。ア.オ.ラ.カ(サンドバー)での営業許可を得ているため、ツアーでは実際に漁獲の海の上を歩ける。熱帯魚やミナミメに会えるシュノーケリングやアクティビティなども。モーターボートで釣りをしながらア.オ.ラ.カに行けるツアーも。

カネオ海  
① 45-459 Kanehama Hwy. ② ヘニエア・ア.オ.ラ.カ・ポート・バーバーから出航、ワイキキから送迎付き ③ 908-922-2343 (日本語) ④ ツアーは午前8時00分〜13時30分、午後11時30分〜17時30分(16歳以上) ⑤ ツアーは14歳以上のツアー。⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

※サンドバーの開放は日によって600mの間で実行します

## ア.オ.ラ.カ(サンドバー)とは?

約1億年前に地殻で沈んだ噴火口の上に、サンゴの砂が堆積してできた砂州。サンドバーの底は水深が急に深くなっていることから、まるで前述の海に浮かんでいるように見える。

## 2. シュノーケリングを満喫



1. デレビ CM など、撮影によく使われるポイント。また、ア.オ.ラ.カは、美しい珊瑚礁と熱帯魚の宝庫。2. サンドバー周辺のサンゴ礁の海で、美しい熱帯魚を眺めるのがシュノーケリング。3. ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

## スタンドアップパドル

サーフボードより大きな板の上に立ち、パドルで漕いで海上散歩。ハワイの口コソファの間の火が付き、いまや定番スポーツに。



1. まずは波のワレクン

3. 慣れてきたら波に乗ってみよう



1. 沖へ出る前にパドルの使い方について講習。ビギナーでも安心。2. 沖でウェットスーツ、波が穏やかなところまでしっかり乗る。3. 乗ったまま波に乗る。始めは少し不安でも、少しづつ乗れるようになる。



2. 波が穏やかな沖合でトライ

体験データ

料金目安 ……グループレッスン1時間\$60、2時間\$90/プライベートレッスン1時間\$120、2時間\$175

道具 ……水着 所要時間 ……約1時間

年齢制限 ……なし ④ グループレッスンは13歳以上、泳げる人のみ

⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

## 美しい海を思いっきり楽しめる ビーチアクティビティにTryする!

ハワイでは、美しい太陽の下で思いっきり遊びたい! アクティビティ別にあつめたスエットツアーを紹介。  
美しいビーチで思い出に残る感動体験をしよう!



## シュノーケリング

シュノーケルを付け、海中の景色を楽しむアクティビティ。海の世界の一員になって、美しい生き物たちに遭遇しよう!

## フィンとマスク

お気に入りのマスクを持参しても、現地レンタルしてもOK

## 動きやすい水着

水着・ラッシュガード、ライフベストがあるよう

## ハナウマ湾とは?

ワイキキから車で約30分の場所にあるハワイ第一のシュノーケリングスポット。海洋保護区のため、餌付けやサンオイルの使用は禁止されているので注意!

## カラフルな熱帯魚やウミガメに出会える自然保護地域

## ハナウマ湾

Hanauma Bay

ホノルル市指定の自然保護区で、大きくカーブを描いた入り江にはサンゴ礁が広がる。海水の透明度も高く、魚やウミガメに出会えることも。全米ベストビーチNo.1にも選ばれたこともあり、絶景のフォトスポットとしても人気。

## ハワイ・カイ

① 100 Hanauma Bay Rd. ② サービス22番でハワイマウス ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿