

TONGA

トンガガイドブック



刊行にあたって

本書は太平洋諸島センターの活動対象となっている太平洋島嶼国14カ国のうち、トンガ王国に関する観光情報をまとめたものです。また、同国についてより理解して頂くために、観光情報以外にも同国の歴史、産業、社会等についても簡潔に紹介しております。

トンガ王国は、太平洋諸国の中で唯一の王国であり、2015年7月に行われたトゥポウ6世国王陛下の戴冠式には日本から皇太子・同妃両殿下がご出席されるなど、王室と皇室の交流も盛んです。また、親日家として知られた故トゥポウ4世国王陛下は日本のそろばんの教育的意義を高く評価され、現在では小学校の必修科目として採り入れられています。ラグビーが盛んな同国からは、留学生から社会人に至るまで多くのラグビー選手が来日して活躍しており、ラグビーワールドカップでは1987年の第1回大会からトンガ出身選手が日本代表として活躍しています。このように日本とトンガは教育・スポーツの面でも深いつながりがあります。

トンガは観光の促進にも力を入れていますが、日本からの訪問者はまだ限られています。本書が、トンガを訪問される際の参考となり、同国についての関心と理解を深めていただくための一助となれば幸いです。

作成にあたり、資料の提供等でご協力いただいたトンガ政府観光省ほか関係者の皆様に、深く感謝いたします。

2016年2月
国際機関 太平洋諸島センター

* 国際機関 太平洋諸島センター (PIC) は、ホームページ (<http://www.pic.or.jp>) でも情報を公開していますので、併せてご参照下さい。

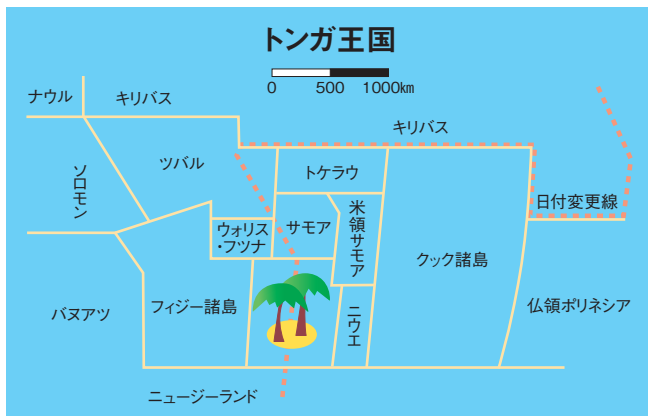
目 次

- ・ トンガ王国の概要 2
- ・ 旅行者へのアドバイス 6
- ・ トンガタブ島とヌクアロファ 12
- ・ ハアパイ諸島とリフカ島 23
- ・ ババウ諸島とネイアフ 28

トンガ



正式国名	トンガ王国 (Kingdom of Tonga)
面積	747平方キロメートル (2015年国際連合)
人口	103,252人 (2011年国勢調査)
首都	ヌクアロファ (Nuku'alofa) (人口36,045人、2011年国勢調査)
民族	ポリネシア系
主要言語	トンガ語、英語
宗教	キリスト教 (プロテスタント、モルモン教、カトリック等)
政体	立憲君主制
GDP	4億3,438万米ドル (2014年世界銀行)
一人当たりGDP	4,114米ドル (2014年世界銀行)
通貨	パ・アンガ (Pa'anga) (トンガ・ドル=T\$)
通貨レート	1パ・アンガ=51.06円 (2016年2月3日時点)
電話の国番号	(676) + (相手先の番号)

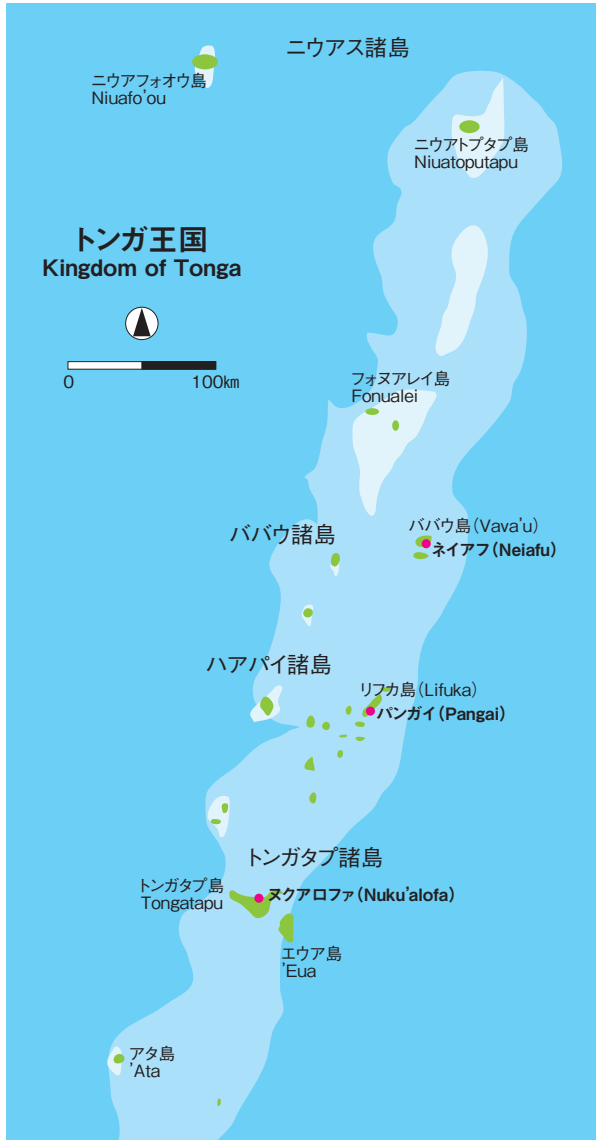


トンガ王国の概要

南太平洋のポリネシアに属するトンガ王国は日付変更線のすぐ西に位置し、経済水域約362,000km²に無人島を含め大小170余の島々が4つの諸島を構成している。周辺の島々が次々とヨーロッパの列強国の支配下に置かれてきた中で、過去に一度も植民地化されず、現在まで王制が残る唯一の国である。陸地面積の合計は747km²で日本の奄美大島（712km²）の大きさに近い。

4つの諸島は南からトンガタブ（Tongatapu）、ハアパイ（Ha'apai）、ババウ（Vava'u）、ニウアス（Niuaus）で、政治経済の中心は首都ヌクアロファを擁するトンガタブである。陸地面積260km²のトンガタブ島の人口は75,416人（2011年国勢調査）で、総人口の約70%が居住している。

トンガタブ島の北約275kmにあるババウ島はトンガの北の玄関として栄えており、中心地であるネイアフの港は「Port of Refuge」の名で世界的に有名で、ヨットマンの憧れの地となっている。また、ババウ島の豊かなサンゴが生息する海は非常に美しく、多くのダイバーを魅了している。



歴史

●先史時代

トンガに初めて定住したのはラピタ文化を持つ人々であったとされる。ラピタ文化の拡大の経路はフィリピン、ニューギニア、バヌアツ、そしてフィジーを経由し、紀元前850年ごろにトンガに到達し、その後約1000年間継続したと考えられている。

●王国の成立

紀元950年ごろ、空の神タンガロアの子である初代トゥイ・トンガ (Tu'i Tonga) がトンガを統一し、最初の国王となったと伝えられている。「トゥイ・トンガ」という王位は世襲で父から子へと引き継がれたが、第24代トゥイ・トンガが、自身の弟を初代トゥイ・ハアタカラウアに任命し、政治的な職務を任せ、自身は宗教的な職務のみを担い、さらに第6代トゥイ・ハアタカラウアが、息子の一人を初代トゥイ・カノクポルに任命し、トンガタブ島の西半分を治めさせたことで、3つの王朝による分立国家の時代が始まった。



トンガタブ・バシリカ教会

●ヨーロッパとの接触

トンガに初めてヨーロッパから船が接近したのは1616年とされている。2人のオランダ人がニウアス諸島を発見し、食料を入手したことが記録されている。1643年には同じくオランダ人船乗りで冒険家のアベル・タスマン (Abel Tasman) がトンガタブ島やエウア島 ('Eua)、そしてハアパイ諸島に上陸している。

海洋探検家として有名なキャプテン・クックがトンガの島々を訪れたのは1773年になってからで、トンガタブ島とエウア島で数日間を過ごしている。翌1774年の再訪に続き、1777年には3度目となるトンガ訪問を行っており、この時には2ヶ月の滞在が記録されている。クックはトンガで受けた人々からの親切に、この島を「友情の島」(Friendly Islands) と名付けてヨーロッパに紹介した。トンガタブ島にはこのキャプテン・クックの上陸を記念した石碑が建てられている。

●王朝の統一とキリスト教

1800年頃から内戦時代に入り、3つの王朝により統治されていたトンガは、第18代トゥイ・カノクポルの又甥であったタウファアハウ (Taufa'ahau) がキリスト教の影響を受けたことで大きな変化を遂げることになる。1831年にキリスト教に改宗したタウファアハウは、イギリス国王の名前に因んでキング・ジョージ (King George) を名乗り、1845年に大叔父からトゥイ・カノクポルの王位とともにトゥ

ポウ (Tupou) 姓を継承し、第19代トゥイ・カノクポルとなるとともに、国王ジョージ・トゥポウ1世となった。内戦により命を落とした第16代トゥイ・ハアタカラウア以後、トゥイ・ハアタカラウアのタイトルの正式な王位継承者がいなくなっていたことに加え、1865年の第39代トゥイ・トンガの崩御を機に、トゥポウ1世はトゥイ・カノクポル以外の2つの王位を廃止し、トンガを統一した。トゥポウ1世の後を継いだトゥポウ2世が45歳の若さで没すると、当時18歳だったマフィレオ・ピロレブが王位を継承し、サーロテ・トゥポウ3世として王国を統治することになった。サーロテ女王は1965年、長く病床にあったニュージーランドの病院にて崩御されたが、今でも国民に親しまれ、サーロテ女王が作った歌は、現在でも歌い継がれている。

●トゥポウ4世と民主化運動

1965年のサーロテ女王の崩御により、その長男シャオシ・タウファアハウ・トゥポウラヒがタウファアハウ・トゥポウ4世として王位についた。トゥポウ4世は、直系の第22代トゥイ・カノクポルであると同時に、父トゥングを通じてトゥイ・ハアタカラウアの血筋を引いており、妻となったハラエバル・マタアホ王妃はトゥイ・トンガの血筋を引いていたことから、その子女たちは複数の王朝による統治となって以来初めて3王朝全ての血統を有したことになる。

1970年にはトンガはイギリス連邦に

加盟し、1900年から続いたイギリスの保護領時代に終止符を打ち独立国となった。1990年代に入ると、国民の間から民主化を望む声が大きくなり、議会にも民主化促進に賛成する動きが見られるようになった。1992年には「民主主義支持運動」の名で政治グループが組織され、議会でも平民に割り当てられた議席の過半数を占めるなど影響力を有するようになっていった一方で、平民総議席数と同数を有する貴族議員により、民主化運動には歯止めがかかっていた。2006年11月にヌクアロファ市街地で発生した暴動騒ぎは、政治体制改革の遅れに抗議した民主化推進派によるデモに端を発し、政治的背景を持たない若者が合流して広がったと伝えられている。

●トゥポウ5世による選挙制度改革

2006年9月にトゥポウ4世の崩御を受け、その長男がジョージ・トゥポウ5世として即位し、2008年に戴冠式が執り行われた。式典には各国の王室等からも要人が出席し、日本からは皇太子殿下が出席された。トゥポウ5世は国家元首としては留まりつつも、26の国会議席のうち、大幅に平民議員の議席数を増やし17議席とすることを含み、より民主的な選挙制度への改革を承認し、推進した。

新制度による総選挙が2010年に実施され、トンガが新たな時代を迎えた矢先の2011年、トゥポウ5世は病に倒れ、翌年3月に香港の病院で崩御された。

●トッポウ6世の即位と戴冠式

トッポウ5世は未婚であったため、王位は弟であるトッポウ6世が引き継いだ。2015年に執り行われた戴冠式には、各国要人が出席し、日本からは皇太子・同妃両殿下が出席された。

2014年に実施された総選挙では、新しい選挙制度になって初めての民間出身の首相である、アキラシ・ポヒヴァ政権が誕生し、新時代を迎えている。

立地

トンガ王国はニュージーランドの北約2,000km、フィジーの南東800km、赤道とのほぼ中間地点にあり、経済水域を日付変更線が縦断している。南北に約1,000km、東西約500kmの海域に散らばる島々は、トンガタブ、ハアパイ、ババウ、ニウアスの主要な4つの諸島で構成されている。トンガタブ島の北北東約150kmにハアパイ諸島があり、その北約120kmにはババウ諸島がある。さらにババウ諸島から北約300kmにニウアスのひとつニウアトプタブ島があり、その西200kmにニウアフォオウ島がある。

気候

トンガは南半球に位置することから季節は日本と逆になる。赤道からの距離は北半球のハワイとほぼ同じであり、サモアなどに比べると日射しは幾分柔らかい。南北に長く諸島が点在しているため、場所により若

干の気温差はあるものの、熱帯性気候で年間の平均気温は24℃と温暖。しかし、乾季となる6～10月には南のトンガタブ島で最低気温が20℃を下回り、朝晩は冷え込むので、長袖の衣服が必要。12～3月の雨季の気温は30℃近くまで上がり、雨が多く、サイクロンが到来する季節でもある。

政治体制と内政

トンガは立憲君主国であり、国王の統治の下に国政が行われているが、近年民主化の動きも活発化している。議会は1院制で、貴族内の互選による貴族議員9名と総選挙で各選挙区から選出される平民議員17名の計26名で構成され、任期は4年である。2010年の選挙制度改革までは、首相及び閣僚は全て国王が指名していたが、現在、首相は議員選挙により選出され、閣僚は首相の指名制となっている。

2014年の総選挙で選出されたアキラシ・ポヒヴァ首相は、初めて選挙で選出された民間出身の首相で、これまで長年にわたり民主化を推進する政治グループを率いてきており、今後の動向が注目される。

外交面ではイギリス連邦の一員である一方、南太平洋の域内協力の推進にも熱心であり、また、1998年11月には台湾との関係を終了し中国との外交関係を樹立している。

経済

トンガの産業としては農水産業や観光業があり、政府も外国資本の誘致や民間企業

の支援などを通じて経済発展を目指している。貿易ではニュージーランドを筆頭に、オーストラリア、アメリカ、日本等へ農水産品（ココナッツ、カボチャ、マグロ等）を輸出しているが、燃料や食品の輸入額が大幅に輸出額を上回っており、大幅な貿易赤字となっている。トンガ経済は国家レベルでは各国の経済援助に、家庭のレベルでは国外に居住する親族からの仕送りに大きく依存している。また、中国に対する多額の債務の返済計画も大きな課題となっている。

社会と人々

トンガ人はポリネシア系民族であり、体格は大柄な人が多く、キャプテン・クックに「フレンドリー・アイランド」と命名されるほど人柄もおおらかで、温かさには溢れている。

トンガは国王を頂点として、王室、33のタイトルを持つ貴族とその家族、平民から成る階層的な社会構造を持っている。家族の絆が強く、父方母方を問わず親族同士の付き合いは広いものの、現在徐々に核家族での居住も増えてきている。

宗教はキリスト教が浸透しており、生活に深く入り込んでいる。各村には複数の教派の教会があり、多くの人が日曜日は家族で着飾って礼拝に行くだけでなく、平日の聖歌の練習会などの教会関連の行事へも積極的に参加している。同じ教会に属する人々は、家族同様に強い絆で結ばれている。

また、トンガ人は、互いに尊敬することや分け与えあうことを美德として大切に

しており、年長者を敬う、本音と建前を使い分ける、世間体を気にするなど、日本人との共通点も多い。

人口

人口は首都があるトンガタブ島に集中し、離島部は減少傾向にある。2011年の国勢調査では、総人口103,252人に対し、トンガタブ諸島が75,416人、ついでババウ諸島が14,922人、ハアパイ諸島6,616人、ニウアス諸島1,282人となっている。合計特殊出生率が3.77（2012年国際連合）にも関わらず、総人口が1996年の97,784人からほぼ横ばいであるのは、国外への移住者の多さを示している。

旅行者へのアドバイス

●利用可能な航空路

日本から直行便はなく、ニュージーランドのオークランド（Air New Zealand）、フィジーのナンディ（Fiji Airways）、オーストラリアのシドニー（Virgin Australia）を経由する。Virgin AustraliaはNZのオークランド、豪州のシドニーとトンガタブ間それぞれで運行を行っている。

トンガ国内の空の移動には、国内線運航会社Real Tongaを利用する。トンガタブ島のファアモツ国際空港は、国際線のターミナルと国内線のターミナルが離れているため、乗り継ぐ場合は歩くことは難しく、タクシーを利用する。なお、空港は離発着時のみオープンするため、乗り継ぎ便を

待って夜明かしすることはできない。

●ビザ（査証）

31日以内の滞在であれば、観光ビザは不要（ビジネス・ビザは必要）。但し、入国には出国のための航空券を所持している必要がある。パスポートは、滞在期間にかかわらず入国時に半年以上の有効期限が必要。現地での滞在延長は手数料がかかるが、最高6ヶ月まで可能で、ヌクアロファなどの移民局（Tel.26-970）で申請する。

●税関

アルコール類（18歳以上）は、ワイン4.5リットルまで、もしくはビール4.5リットルまで、もしくはその他2.25リットルまで、たばこは紙巻500本（16歳以上）まで無税。

●通貨

正式通貨の単位はパアングだが一般にはトンガ・ドル、また補助硬貨セニティはトンガ・セントと記される。

紙幣の種類は、T\$2、5、10、20、50、100で、硬貨は、5c、10c、20c、50c、T\$1がある。

●消費税

商品およびサービスには、15%の消費税（Consumption Tax）が掛けられる。

●両替

銀行は、発着便に合わせて営業する南太平洋銀行（BSP）のファアモツ国際空港支店のほか、ヌクアロファとババウ島のネアアフには南太平洋銀行、オーストラリア・ニュージーランド銀行（ANZ）が営業しており、日本円の両替も可能。日本円を含む現金、

および日本円以外の主要トラベラーズ・チェックの換金率はトンガタブ空港、街なか、各諸島にある換金・送金会社：ウェスタン・ユニオン（Western Union）（日本円は現金のみ）が一番有利である。日本円の両替は一万円単位。ほとんどの銀行は月曜日から金曜日の午前9時～午後4時、土曜日の午前9時から12時まで営業している。また、トンガタブとババウにはビザ（VISA）やマスター（MASTER）カードでキャッシングができるATMが数箇所設置されている。日本円のレートは2016年2月3日時点でT\$1が51.06円である。

●クレジット・カード

VISAやMASTERカードが一般的に受け入れられやすく、主要なホテルやレストラン、旅行代理店などで利用できるが、雑貨店などでは利用できない。なお、カードで支払う場合、4～5%の手料を課せられることが多い。

●時差

日本より4時間早い。日本が正午の時、トンガは午後4時。

●電圧とプラグ

240V、50Hz。オーストラリアやニュージーランドと同じ3本ピンのOタイプなので、日本製の場合はアダプターが必要となることが多い。また、変圧器も用意されていることが少ないので持参することになる。

●飲料水

離れた村や離島を除いては、水道の水は飲める。住民は通常、雨水（レイン・ウォーター

ター)を飲んでいいる。しかし、体調の変化などもあるので、旅行者はミネラル・ウォーターを買って飲むか、沸騰させた水を飲むほうが安全である。

●チップ

日常生活でチップの習慣は無い。しかし、伝統的な踊りの踊り手に小額紙幣を張り付ける習慣がある。

●写真撮影

トンガ人を撮影する場合は必要に応じて本人の許可を取ること。殆どの人は喜んで被写体になってくれる。SNS等を通じて写真を送ってくれと頼まれることも多いので、帰国後には忘れずに送ってあげたい。



踊りを披露する子供たち

●服装

一年を通じて日中は半袖で過ごすのが、乾季の6～10月の朝晩は冷え込むので、長袖の衣服が必要。トンガではビーチ以外の公共の場で男性が上半身裸で歩くことは法律で禁止されており、公共の場では女性のミニスカートなど肌の露出の多いものも現地の慣例上避けるべきである。教会を訪問したり、王族・貴族の前に出る時などは、女性はロングスカートに袖付きの上着又は膝



結婚式で正装する新郎新婦

下丈のワンピース、男性は長ズボンに襟付きシャツを着用のこと。

●交通機関（ヌクアロファ）

レンタカーを借りることが出来るのは、ヌクアロファ（トンガタブ島）とネイアフ（ババウ島）のみ。自転車はヌクアロファ、ネイアフ、パンガイ（ハアパイ諸島リフカ島）で借りられる。

・タクシー：タクシーは「T」と印されたプレートで分かる。市場など人の集まる場所ではタクシー乗り場があるが、時間帯や場所によっては見つからないので、直接タクシー会社に電話をするか宿泊先等で手配してもらうのが確実。タクシーには料金メーターは無いが、移動距離によって大まかな相場は決まっている。法外な値段を請求されることはまずないものの、宿泊先等で事前に料金相場は確認

しておきたい。目安としては空港からヌクアロファ市内まではT\$25～30、ヌクアロファ市内巡回でT\$6程度かかる。(Holiday Taxi: Tel. 25655, Wellington Taxi: Tel. 24744)

・バス：トンガタブ島のバス乗り場はトンガ観光局の向かい側、海岸沿いのブナ道路に2つのターミナルがある。行先によってターミナルが分かれている。それぞれのバスに行先が表示されているが、運転手に確認した方が良い。ターミナル以外では、路上で手を挙げれば止まってくれる。降車の際は、運転手に声をかけると止めてくれる。事前にどこに行きたいのかを伝えておけば、運転手や周りの人がどこで降りればいいのか教えてくれる。市内は50センチ～80センチ、郊外はT\$1～T\$3程度かかる。決まった運行スケジュールはなく、日没以降の運行はしていないので、遠出をする際には注意が必要。

・レンタカー：次の5社が利用可能。

エイビス (Avis Car Rentals, Tel. 21179, E-mail: reservationsavis@kalianet.to)
ジョーンズ・トラベル (Jones Travel LTD, Tel. 26110, E-mail: jtloffice@jonestravel.com.to)

ファブ・レンタル (Fab Rentals, Tel. 23077, E-mail: leeintonga@gmail.com)
サンシャイン・レンタカー (Sunshine Rental Cars, Tel. 23848, E-mail: ilaitoli@yahoo.co.nz)

トンガは国際免許連盟に所属しておらず、国際免許証では運転できない。日本の免許証をヌクアロファの交通局に持参し、ビジター用免許証(手数料T\$40)を発行してもらう必要がある。

・フェリー：フェリー会社Friendly Islands and Shipping Agency (Tel. 23853, E-mail: mvotugaofa@fisa.to, Web: <http://www.fisa.to/>) が、MV Otuanga'ofa (船名) をトンガタブからハアパイ諸島、ババウ諸島、ニウアス諸島へ就航している。エウア島へは、Eua Sea Transportation Council (Tel. 24755) がMV 'Onemato (船名) を日曜日以外毎日運航、Tofa Ramsey Enterprises (Tel. 21326) がMV Alaimoana (船名) を週2便(トンガタブ発が水土、エウア発が木月)就航している。運航は天候に左右されやすいため、出港時間は電話確認が必要。



離島間フェリー MV 'Otuanga'ofa号

●年齢制限

飲酒、喫煙、レンタカーの利用、ナイトクラブなどへの入場は、全て18歳以上に制限されている。

●緊急連絡先

警察：922、消防署：999、救急：933。

●治安

基本的に治安は良い。但し、ナイトクラブなどでは酔っ払いが絡んでくることもあるので注意が必要。

●郵便

日本までハガキ・封書（10gまで）はT\$2.25である。郵便局は月～金曜日は8：30～16：30、土曜日は9：00～12：00に営業している。

●日本への電話

00（国際電話識別番号）+81（日本の国番号）+（市外局番の最初の0を省いた番号）+（相手の電話番号）。なお、トンガへは、（国際電話会社番号）+010（国際電話認識番号）+676（トンガの国番号）+（相手の電話番号）となる。

携帯電話会社はTCCとDigicelの2社がある。それぞれの会社でSIMカード（T\$5+プリペイド額）を販売しており、SIMフリーの携帯電話があれば（現地でも購入可能）通話・インターネットが可能。SIM購入時にチャージした額を使い切った際には、街中の売店でプリペイド・カードを購入すれば再びチャージできる。カードはT\$5、10、20の3種類。日本の携帯電話も海外対応のものはそのまま使用が可能。

●インターネット

インターネット環境は整備されつつある。ホテルなどではフリーのWi-Fiサービスを提供しているところもある。携帯電話

会社で通信用SIMカードも販売しているので、SIMフリーのモバイルWi-Fiルーターがあれば（現地でも購入可能）使用可能。携帯電話自体を利用してのインターネットも可能。割安なプランもあり、各携帯電話会社に問い合わせると教えてくれる。

●営業時間

公共機関及びオフィスは月曜～金曜の8：30～16：30に開いている。レストランや商店は、24時間営業から夕方に閉まる店まで、それぞれ営業時間が異なる。なお、日曜は法律で定められた安息日のため基本的にどの店も休みだが、レストランやタクシー会社の一部は許可を得て営業している。

●度量衡

日本と同じくメートル法。

●トンガ語で挨拶をしよう!!

- ・こんにちは
（マロエレレイ）（Malo 'e lelei）
- ・ありがとうございます
（マーロー アウピト）（Malo 'aupito）
- ・元気ですか
（フェフェハケ？）（Fefe hake?） /
元気です
（サイペー）（Sai pe）
- ・さようなら
（アルアー（去る人に向けて）/ノフォアー
（残る人に向けて））（'Alu a/ Nofo a）
- ・とてもおいしいです
（イフォ アウピト）（'Ifo 'aupito）
- ・いくらですか？

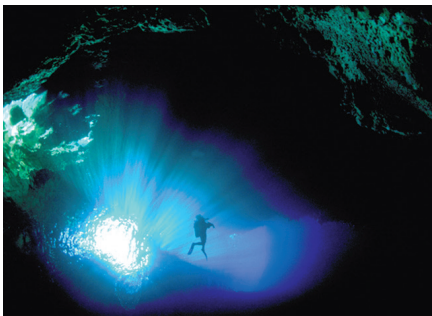
(オク フィハ エニ カータキ?)

('Oku fiha eni kataki?)

アクティビティー

●シュノーケリング／ダイビング

トンガの主な島ではそれぞれに特徴のある海中散策が楽しめる。特にサンゴの群生が美しく、その中を泳ぎまわるカラフルな熱帯魚の群れは見るものを飽かさせない。トンガタブ周辺のダイビング・スポットでは、珍しい黒サンゴが楽しみ、イルカやウミガメには1年中出会える。ハアパイやババウ周辺の海は冬には視界が70mにも達する。海底まで切れ込んでいるような渓谷や大洞窟、トンネルやサンゴで飾られた海中庭園、そして海底火山から難破船の探検まで魅力は尽きない。



●サーフィン

トンガは1年中サーフィンが楽しめるが、盛んではない。トンガタブ島、ハアパイ島およびババウ島にサーフ・ポイントがあるが、トンガタブ島の北東にあるハアタフ・ビーチ (Ha'atafu Beach) は人気がある。ただ、トンガでのサーフィンはサン

ゴ礁の上を通るので、擦り傷に注意する必要がある、上級者向けである。

●フィッシング

ゲーム・フィッシングが盛んで、マグロ、マカジキ、マヒマヒ、キワダ、カマス、ピンナガ、シイラなどが釣れる。



●ホエール・スイミング／ウォッチング

トンガはザトウ鯨が出産のために訪れることで知られている。トンガタブでは7月中旬～10月、ババウでは7月～10月がシーズンとなっている。トンガは世界でも数少ないホエール・スイミングができる国で、ライセンスを所持したツアーオペレーターの案内で、海中に潜って鯨のなき声を聞いたりすることが可能である。



トンガタブ島とヌクアロファ



王国の中心トンガタブ島は面積259km²、約7万6千人が居住しているトンガ最大の島である。トンガタブ島の北側は海面との高低差がほとんどなく、一方南側の最高地点は北側より約30m高くなっている。北側には小さなサンゴ島が多く見られ、美しい砂州が広がっている。

首都ヌクアロファの中心には王宮がある。1840年代にジョージ・トゥポウ1世がここをトンガの都と定めたもので、政治・経済の中心地であり、全ての物流の起点となっている。人口の大半は首都のヌクアロファとその周辺に集まっており、また、トンガを訪れる観光客もその殆どがヌクアロファを起点としているため、特に週末の市場は大変な賑わいをみせている。



ヌクアロファの一般事情

- **トンガ観光局 (Tonga Tourism Authority, Tel : 25334, Web : <http://www.tongaholiday.com/>)**

王宮から東にのびる海沿いのブナ道路 (Vuna Rd.) に面している。観光振興に力を入れていることから、個人向けの資料も充実している。営業時間は月曜から土曜日の8:30～16:30 (12:30～13:30は昼休憩のため閉館) となっている。なお、ハアパイ島 (Tel. 60733)、

ババウ島 (Tel. 70115)、エウア島 (Tel. 50399) にもトンガ観光局の観光案内所がある。

● 空港から市内へ

空港ターミナルを出ると国際便の発着に合わせてタクシーやミニバスが客待ちをしている。ホテルからの送迎バス (有料) もあるが、事前に予約が必要。国内線ターミナルへの移動には主にタクシーを利用する。空港から町の中心部までは車で30分ほど。タクシーの料金はT\$25～30。クレジットカードでの支払いはできないの

で、現金が必要。なお、タクシーは乗車する前に運賃を確かめること。

●トンガタブ島のバス

島内交通としてタクシーの他にバスがある。観光局の向かい側に、それぞれ行先の異なる2つのターミナルがある。バス料金は最も離れた島の東側へ行く場合でもT\$2程度と安い。行き先もバスの前面に明記されているが、運行時間が早朝から夕方までで、遅い時間には運行しないので注意したい。従って、慣れない旅行者は、ヌクアロファの町なかあるいは近郊だけで利用するのが安全である。

トンガタブ島の見どころ

トンガタブの見所は、島のあちこちに点在しているので、島内ツアーに参加するのが効率的である。ヌクアロファには島内ツアーを提供している旅行社が数社あるので、ホテルや観光局等で相談すれば手配してくれる。

王宮

The Royal Palace

1867年に完成した王宮は、広い芝生に白い壁と赤い屋根、まるで絵本から抜け出したように親しみやすい。立ち入りは禁止されている。

王宮の後方にはサイオネと呼ばれる国王が通う教会がある。2015年7月には国王トッポウ6世の戴冠式が行われた。



トンガの王宮

王家の墓

Royal Tombs

王宮から南に5分ほど歩くと広々とした公園のような一角がある。ここは王家の墓地で、中央にはジョージ・トッポウ1世やサーロテ女王など、王族の墓碑が建っている。敷地内への立ち入りは禁止されているが、外から眺めることができる。



王家の墓

アメリカン・ワーフ

American Wharf

トポウラヒ道路 (Topoulahi Rd.) から海に伸びた埠頭の先が、ヌクアロファの中心地から最も近いシュノーケリング・スポットになっている。トンガの子供たちが小さな魚の群れを相手に泳いでいるので、一緒

に遊んでみるのも楽しいかもしれない。

キャプテン・クック上陸記念碑

Captain Cook's Landing Site

1777年、キャプテン・クックの最後のトンガ訪問を記念したもので、ヌクアロファから車で30分ほどのラグーン沿いにある。



キャプテンクック上陸記念碑

ハアモンガ・ア・マウイの三石塔

Ha'amonga Trilithon

トンガタブ島の東端ニウトウア村の近くにある古代ポリネシアの遺跡で、トンガ語で「マウイの重荷」を意味する。この遺跡は3つの大きな石灰岩による建造物で、鳥居のような形になっている。柱の2本はそれぞれが高さ5m、幅4m、上部に横たわっているものは長さが6m、幅が1.5m、厚



ハモンガ・ア・マウイ遺跡

さが0.5mほどで、総重量は30～40トンにもなる。1200年頃、第11代トゥイ・トンガによって国王の敷地の門として造られたと伝えられているが、詳細は分かっていない。

フファンガルベ

Hufangalupe

ヌクアロファから南海岸に出て東に4kmほど行くと、トンガ語で「鳩の門」を意味する断崖絶壁がある。その一部は波で絶壁がえぐられ、巨大な自然の橋のようになっている。



フファンガルベの断崖絶壁

コロバイの大コウモリ保護区

Kolovai Flying Fox Sanctuary

トンガタブの最西端近くにあるコロバイ



大コウモリ保護区

村は果物を主食とする大コウモリ（フライング・フォックス）の生息地として知られ、特に朝夕には多くのコウモリを見ることが出来る。このコウモリはサモアの王女から贈られたと言い伝えられており、トンガでは神聖な動物とされている。

マブ・ア・ヴァエアのブローホール

Mapu 'a Vaea Blowholes

トンガ語では「ヴァエアのホイッスル」を意味し、日本の案内書では、ホウマ村近くにあることから「ホウマの潮吹き穴」としているものが多い。ヴァエアは周辺を治める貴族の名前。

ヌクアロファの南西に位置し、太平洋の荒波が打ち寄せる南海岸にある。風の強い日の満潮時には打ち寄せる波が石灰岩の通気孔を通して、空に向け最高では20mを超えて吹き上がる。いくつもの潮吹き穴があり、吹き上げる水柱は南太平洋で一番豪快だと言われている。



ブローホール

オホレイ・ビーチ

Oholei Beach

トンガタブ島の南東にある美しい砂浜で、西のハアタフ・ビーチと並び称される。

ハアタフと比べ海が荒いので海水浴には適さない。ビーチリゾートのカルチュラルショーやトンガ料理のビュッフェが人気。

ハアタフ・ビーチ

Ha'atafu Beach

コロバイから3kmほど北に行くと、トンガタブの北端の村ハアタフがある。このビーチはその美しさで有名だが、浅瀬の向こうに大規模なサンゴの群生があり100種類を超す魚に出会えることで人気がある。堡礁の向こうは流れが速く波が大きいことからベテランのサーファーにとってはまさに絶好のビーチと言える。

ムアの遺跡、王家の墓ランギ

Mu'a Archaeological Site, Langi

ヌクアロファの南東、キャプテン・クックの上陸記念碑の近くに、かつてトンガにおけるラビタ文化の中心で、後にトゥイ・トンガ王朝時代の首都となったムア（Mu'a）がある。第11代トゥイ・トンガが暗殺の恐怖から一代のみハアモンガ（Ha'amonga）に首都を移した時期を除いて、1800年代に現在のヌクアロファに首都が移るまでの王朝所在地であった。ムアに



ムアの遺跡・ランギ

は、巨大な王家の墳墓（ランギ）の跡などが残っている。

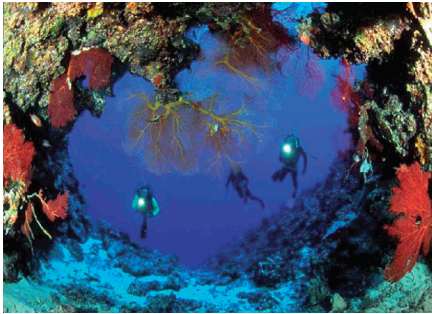
アクティビティ情報

●ダイビングとシュノーケリング

ロイヤル・サンセット・スキューバ・ダイビング

Royal Sunset Scuba Diving, Tel.21254

ヌクアロファ市内からボートで20分ほどに位置するアタタ島のロイヤル・サンセット・アイランド・リゾートを拠点にしているダイブ・ショップ。



ディープ・ブルー・ダイビング

Deep Blue Diving, Tel.27676/8716268

トンガタブ島のファウア港を拠点とするダイブ・ショップ。ホエール・スイミングのツアーも提供している。



セイリング

ホテル

宿泊施設には、高級リゾート、一般のホテル、アパートメント、モーテル、バックパッカー用簡易ホテルなどがある。トンガ観光局のウェブサイト (<http://www.tongaholiday.com/>) では各種宿泊施設が多数紹介されている。

ブルー・バナナ・ビーチ・ハウス

Blue Banana Beach House, Tel.41575,

bluebanana.tonga@gmail.com,

<http://www.bluebananastudios.com/index.php>

王家の領地であるカノクボルに立地し、トンガタブの西側の美しいビーチに面している。シュノーケリング、カヤックには絶好のロケーション。

ファファ・アイランド・リゾート

Fafa Island Resort, Tel.22800,

fafa@kalianet.to,

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

トンガタブの沖にあるリゾート・アイランドで、ファウア埠頭よりボートで45分。19エーカーの島に伝統的バンガロー式宿



ファファ・アイランド・リゾート

泊施設が点在する。露天シャワー、椰子の木陰に7つのスーパーデラックス・ファレと6つのファレを持つドイツ人経営の高級リゾート。日帰りツアーも提供している。

ハアタフ・ビーチ・リゾート

Ha'atafu Beach Resort, Tel.41088,
<http://www.surfingtonga.com/>

島の西側にあり、サーフィンの出来るリゾートとして有名。シュノーケリングもでき、シーズンには沖に鯨の姿を見ることもある。

ロイヤル・サンセット・アイランド・リゾート

Royal Sunset Island Resort, Tel. 24923,
Web : <http://www.royalsunset.biz/>

ヌクアロファ市内のファウア埠頭からボートで20分ほどに位置するアタタ島の8エーカーの熱帯庭園の中にある。ゆったりと流れる時間の中でマリンスポーツやリゾートと隣接する漁村の散策を楽しめる。



ロイヤル・サンセット・アイランド・リゾート

リクアロファ・ビーチ・リゾート

Liku'alofa Beach Resort, Tel. 41967,
info@likualofa.com,
<http://www.likualofa.com/index.html>

トンガタブ島の西側にあるビーチリゾート。リゾート内のレストランで水曜と金曜に開かれるビュッフェ・ディナーでは、踊りや音楽を楽しみながらトンガ料理が食べられる。

ケレティ・インターナショナル・ビーチ・リゾート

Keleti International Beach Resort,
Tel. 29400/29190, keleti.resort@gmail.com,
<http://www.keleti-resort-tonga.com/>

ヌクアロファ市内から車で15分ほどのトンガタブ島南側の海に面するリゾート。周囲にはこのリゾートしかないので、街灯も少なく、星降る夜を堪能できる。

シーニック・ホテル

Scenic Hotel Tonga, Tel. 35678,
tonga@scenichotels.co.nz,
<https://www.scenichotelgroup.co.nz/locations/south-pacific/tonga/scenic-hotel-tonga>

ファアモツ国際空港の前にあるニュージーランドのホテル・チェーン。

ザ・ブラック・パール・スイーツ

The Black Pearl Suites, Tel.28393,
blackpearl.tonga@gmail.com

ヌクアロファ市内から車で西へ5分ほどの距離で、海に面したブナ通り (Vuna Rd.) 沿いにある。レストランも併設されている。

マンタ・ビラ

Mamta Villa, Tel.22181/28724
mamtavilla@gmail.com,
<http://www.mamtavilla.com/>

ヌクアロファの西側のブナ通り沿いに2015年にできた宿泊施設。街なかから車で5分ほど。併設のインド料理店「リトル・インディア」も人気。

フレンドリー・アイランダー・ホテル

Friendly Islander Hotel, Tel.23810,
friendlyislander@gmail.com,
<http://thefriendlyislanderhotel.blogspot.jp/>

ヌクアロファ市内から車で東へ5分ほどの距離で、ブナ通り沿いにある。

ヘイララ・ホリデー・ロッジ

Heilala Holiday Lodge, Tel.41600,
stay@heilala.to,
<http://heilala-holiday-lodge.com/index.html>

トンガタブ島の西側、ヌクアロファ市内から車で30分ほどの場所にある。庭園内に建てられた伝統的なファレに宿泊できる。室内はモダンな設備が完備。

ホテル・ヌクアロファ

Hotel Nuku'alofa, Tel. 24244/24192,
hauhau143@gmail.com

ヌクアロファの中心部MBF銀行の2階にあり、中央市場や王宮なども徒歩圏内。

ラグーン・ロッジ

Lagoon Lodge, Tel.23510/26515,
lagoon.lodge@kalianet.to

ヌクアロファ中心部から車で10分ほどのファンガウタ・ラグーンにある、家具完備のアパートメントタイプの宿泊施設。

ネリマ・ロッジ

Nerima Lodge, Tel. 25533/25577,
book@nerimalodge.com,
<http://www.nerimalodge.com/>

街の中心から徒歩5分の閑静な住宅地にある朝食付きのゲストハウス。

シービュー・ロッジ

Seaview Lodge & Restaurant, Tel. 26903,
info@seaview-lodge.com,
<http://www.seaview-lodge.com/index.html>

ヌクアロファの海辺沿いの散歩道にある高級ロッジで、レストランも併設されている。

ウォーターフロント・ロッジ

Waterfront Lodge, Tel. 25260,
waterfro1@kalianet.to,
<http://www.waterfront-lodge.com/>

ヌクアロファ市内から車で5分ほどの海沿いに建つロッジ。魚市場や土曜日に開かれるフリーマーケット会場のすぐそば。レストランも併設されている。

レストランとナイトスポット

●レストランとバー

リゾートのレストランを除くと、ヌクアロファ近郊に集中している。ほぼ全ての店で持ち帰りが可能。一部24時間営業（月～土）の店もある。日曜日に営業しているレストランは中華料理店を中心にごく僅か。

ビルフィッシュ・アンド・バー・レストラン

Billfish Bar & Restaurant, Tel.24084,
robertsullivan99@hotmail.com

海沿いのブナ通りにあるトンガで最も知られたバー・レストラン。週末の夜には多

くの人が音楽とお酒を楽しんでいる。

カフェ・エスケープ

Café Escape, Tel. 21190,
cafescape@kalianet.to

ヌクアロファのメインストリートである
タウファアハウ通り沿いにあるカフェ。朝
食、昼食のメニューが豊富。ケーキなどの
デザートもある。

エメラルド

Emerald Hotel & Restaurant, Tel. 22888

ブナ通りにあるホテルに併設された中華
料理店。個室もあり、テイクアウトも出来る。

エバーグリーン

Evergreen Chinese Restaurant, Tel. 21563

市内中心部から車で5分ほどの場所にあ
る中華料理店。日曜日も営業している。日
曜の朝の飲茶が人気。

フレンズ・カフェ

Friends Cafe & Tourist Center, Tel.22390,
friends@kalianet.to,
http://www.friendstonga.com

ヌクアロファ中心部にあり、多くの旅行
者、ローカルが集まるカフェ。朝食から夕



フレンズ・カフェ

食の時間までコーヒーや美味しい食事を提
供している。インターネット・カフェとト
ラベル・センター、お土産物屋が併設され
ている。

リトル・イタリア

Little Italy Restaurant, Tel.25053,
littleitalytonga@gmail.com,
http://www.littleitalytonga.com/

1996年に出来たイタリア料理店。ブナ
通りにあり、ディナータイムのみの営業。
本場イタリアのムードの中でピザ、パスタ、
デザートなどが楽しめる。上階は宿泊施設
になっている。

ルナロッサ・レストラン

Lunarossa restaurant, Tel.26324

ラグーンに面した本格的なイタリアン・
レストラン。ディナータイムのみの営業。
ヌクアロファ中心部から車で約10分。パ
スタやシーフードが楽しめる。

ポット・ラック

Pot Luck, Tel.25091, ati@diginet.to

ケータリングの専門学校が生徒の実習を
兼ねて営業しているので、手頃な値段で
コース料理が食べられる。学期中の3月か
ら10月までの毎月第2と最終月曜日の
ディナータイムに営業している。要予約。

シービュー・レストラン

Seaview Lodge & Restaurant, Tel. 23709,
info@seaview-lodge.com,
http://www.seaview-lodge.com/index.html

王宮 (The Royal Palace) から西方向
に向かって直ぐのブナ通り沿いにある高級

レストラン。肉やシーフードを使った日替りのディナーメニューを楽しめる。

コテージ・ブリーズ

Cottage Breeze, Tel. 28940,
cottagebreeze@gmail.com

ブナ通りにあるレストラン。海沿いにあるので、海を見ながら肉や魚料理を楽しめる。

ウォーターフロント・カフェ

Waterfront Cafe, Tel. 24692,

ロブスターなどのシーフードを中心に、魚料理や肉料理が楽しめるレストランで、デザートも人気。上階は宿泊施設のウォーターフロント・ロッジ。

パンガイモツ・アイランド・リゾート

Pangaimotu Island Resort, Tel. 7715762,
pangaimotu2007@yahoo.com

ヌクアロファのファウア埠頭発着の船で数分の島にあり、特に週末は多くの人で賑わっている。ボート代は1名T\$20。リゾート内にレストラン・バーがあり手頃な価格でランチが食べられる。

ビーチ・ハット・カフェ

The Beach Hut Cafe, Tel. 8877559,
thebeachhut.tonga@gmail.com

ヌクアロファ中心部のタラマフ・マーケットに隣接している。ハンバーガーやカレーなどの軽食をとることができる。

マルコズ・ピザ・パスタ

Marco's Pizza Pasta, Tel. 22144

ヌクアロファ中心部にあるイタリアン・レストラン。アットホームな店構えで、ピザとパスタをリーズナブルな価格で気軽に

楽しめる。

●ビュッフェ・ディナーとショー

いくつかのビーチリゾートでは、ビュッフェのディナーを味わいながら、伝統文化のショーを楽しむことができる。急な休演もあるので、開演時間の確認も兼ねて、事前予約をしたほうがよい。

ヴァカロア・ビーチ・リゾート

Vakaloa Beach Resort, Tel. 41233/41234,
vakaloabeachresort@yahoo.com.au,
<http://www.vakaloabeachresort.com/>

トンガタブ島の西側カノクボル村にあるビーチリゾート。金曜日の夜はビュッフェ・ディナーを楽しみながら、トンガのトラディショナル・ダンスのショーが見られる。一人T\$35。

リクアロファ・ビーチ・リゾート

Liku'alofa Beach Resort, Tel.41967/41770,
bookings@likualofa.com,
<http://www.likualofa.com/>

トンガタブ島の西側カノクボル村にあるビーチリゾート。水曜日と金曜日の週2回、ビュッフェ・ディナーとダンス・ショーを開催している。一人T\$40。



リクアロファのダンス・ショー

オホレイ・ビーチ・リゾート

'Oholei Beach Resort, Tel. 28864/7611783,
oholei@kalianet.to,
<http://www.oholeibeachresort.com/>

トンガタブ島の東側にあるビーチリゾート。水曜日と金曜日はビュッフェ・ディナーとライブ・バンド演奏が楽しみ、ディナーの後は隣接する鍾乳洞ヒナ・ケープでダンス・ショーを見ることができる。料金は一人T\$40。また、日曜日は一人T\$30でビュッフェ・ランチと生バンドでのゴスペル音楽を楽しめる。

●ナイトクラブ

ヌクアロファとその近郊には良く知られる数軒のナイトクラブがある。トンガの治安は良いとはいえ酒場ではトラブルの発生は避けられないので、訪れる際には地元の人と一緒にいくことが望ましい。サンダルでは入場できない店もあるので、スニー

カーなどで出かけよう。

リロード

Reload Bar Tonga, Tel. 8622383

ヌクアロファの目抜き通りであるタウファアハウ通り沿いのナイトクラブ。週末には多くの若者が集まる。

ノーティ・ルビィ

Naughty Ruby

ファウア港にある人気のナイトクラブ。屋内と屋外エリアがあり、夜風にあたりながら音楽とお酒を楽しめる。

ビルフィッシュ・バー・アンド・レストラン

Billfish Bar & Restaurant, Tel.24084,
robertsullivan99@hotmail.com

ヌクアロファ近郊で最も有名な老若男女が集まるレストラン・バー。ログハウス風の解放感ある建物で、音楽を聴きながらお酒や食事を楽しめる。ランチ営業もしている。



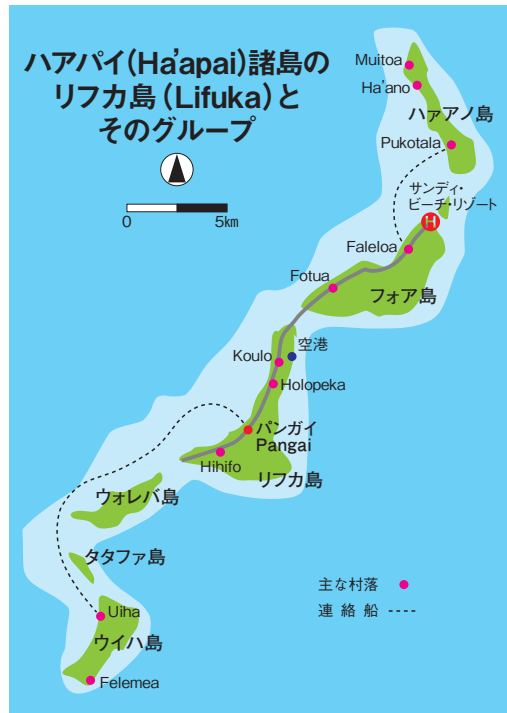
国王に踊りを披露するクイーン・サーロテ・カレッジの学生

ハアパイ諸島とリフカ島

トンガタブ島から北へ約160km、リフカ島を中心に海上10,000km²に広がる62の島々がハアパイ諸島である。全ての土地を合わせた面積は110km²で、17の島に6,616人(2011年トンガ統計局)が生活している。グループの西には標高1,190mのトンガ最高峰を持つカオ島(Kao)、そのすぐ南西には活火山を持つトファ島(Tofua)がある。

主島のリフカ島は南北に細長く伸び、北には橋で結ばれたフォア島、南にはウォレバ島がある。リフカ島の中心地はパンガイで、ここに政府機関から銀行、郵便局、マーケットが集中している。

2014年1月に発生したサイクロン・イアンにより、多大な被害を受けたが、現在も復興作業が進み、リゾートを含めほとんどが通常営業に戻っている。



リフカ島 (Lifuka) と パンガイ (Pangai) の一般事情

●空港からパンガイへ

空港はリフカ島の北部にありパンガイまでは約3km、タクシーまたは宿泊施設の送迎車を利用する。

●政府観光局

パンガイの海沿いを走るホロペカ通りとパレス通りが交差する地点にある。近くに警察署や郵便局がある。



●ダイビング

ハアパイ諸島の海は渓谷や壁、洞穴、トンネルなど変化に富んだ驚くべき海中風景



が見られ、熱帯のカラフルな魚の群れやサンゴの庭園などがダイバーを魅了する。冬になると視界は70mにまで広がり、夏でも30m以上が確保できる。水温も23～30℃でダイバーにとっては快適な水中探索が楽しめる。イルカやウミガメには1年中会え、6月から11月にはザトウ鯨も見ることが出来る。

リフカ島へのアクセス

●空路

パンガイ(リフカ島)の北3kmにあるサーロテ・ピロレブ(Salote Pilolevu) 空港が空の玄関口で、国内線を運航するリアル・トンガ社が日曜日を除く毎日トンガタブ島とリフカ島を結んでいる。また、火曜日にババウ行きフライト、木曜日にババウからのフライトが運行されている。フライト

の出発時間は変更となることがあるので、事前確認をしたほうがよい。

ホテル

サイクロンの影響で未だ休業中の宿泊施設もあるが、多くは営業を再開している。フォア島には、高級リゾートとして有名なサンディ・ビーチ・リゾートがあり、リフカ島にはバックパッカー用のゲストハウスがある。

●リゾート

マタフォヌア・ロッジ

Matafonua Lodge, Tel.69766,
info@matafonua.com,
<http://matafonua.com/>

フォア島（リフカ島の北に位置する）の北端にあるビーチリゾート。白い砂浜で存分に海遊びが堪能できる。

サンディ・ビーチ・リゾート

Sandy Beach Resort, Tel.69600,
Vacation@sandy-beach-tonga.com,
<http://www.sandybeach-tonga.com/en/>

フォア島の北端にある高級リゾート。ビーチに面したヨーロッパ風バンガローが12戸あり、アクティビティも充実している。宿泊客はリゾート内でのシュノーケルマスク、カヤック、自転車などは無料で使



サンディ・ビーチ・リゾート

用できる。レストランは軽食を除き宿泊者のみ利用可能。

ファンIFO・ロファ・カイトサーフ・トンガ

Fanifo Lofa Kitesurf Tonga, Tel. 8458188,
info@kitesurftonga.com,
<http://www.kitesurftonga.com/>

トンガで唯一カイト・サーフィンが楽しめるウオレバ島のリゾート。

セレンティ・ビーチ・リゾート

Serenity Beaches Resort, Tel.8734934,
info@serenitybeaches.com,
<http://www.serenitybeaches.com/index.html>

ウオレバ島のビーチリゾート。小規模ながら、砂浜に建てられたファレはそれぞれ独立しており、のんびりと過ごすことができる。

ハアパイ・ビーチ・リゾート

Ha'apai Beach Resort, Tel.60051/7751451,
info@haapaibeachresort.com,
<http://www.haapaibeachresort.com/>

リフカ島の空港とパンガイの町なかの中間地点に位置するリゾート。5つのバンガローがあり、無料のWi-Fi接続サービスも利用できる。

●ホテル・ゲストハウス

日本の民宿に近い宿泊施設だが、浴室やトイレの設備が十分でない所もあるので予約時に確認が必要。

エバロニ・ゲストハウス

Evaloni's Guest House, Tel.60029/8791779,
evaloniguesthouse@yahoo.com

リフカ島パンガイの観光局の東100mほどにある。空港から車で15分ほど。

フィフィタ・ゲストハウス

Fifita Guesthouse, Tel.7318159,
fifitaguesthouse@yahoo.com

パンガイの中心部に位置し、マリナーズ・カフェの上にある。2階建てのゲストハウスには9つの部屋があり、お湯もふんだんに使える。

リンゼイ・ゲストハウス

Lindsay Guesthouse, Tel.60107

リフカ島パンガイにあり、町なかの店へ行くにも便利な立地。12部屋あり自炊も出来るが、頼めば食事も用意してくれる。無料の空港送迎あり。



リンゼイ・ゲストハウス

ティウリベ・ゲストハウス

Tiulipe Guest House, Tel.60038/7316812,
tiulipe.guesthouse@gmail.com

リフカ島パンガイのメインストリートから300メートルほどのところにある。無料の朝食付き。

●離島にあるリゾート

キャプテン・クック・ハイダウェイ

Captain Cook Hideaway, Tel.8640489

リフカ島から南1.5kmのウオレバ島にあり、美しい白砂の海岸に面するバンガロースタイルのリゾート。

タイアナズ・リゾート

Taiana's Resort, Tel.8831722,
dianaresort10@gmail.com

ウオレバ島にある伝統的なファレに宿泊できるリゾート。

タリタリアンガ・エコ・リゾート

Talitali'anga Eco Resort, Tel.8685800,
info@uoleva.com,
<http://www.talitalianga.com/>

ウオレバ島にあるテント・リゾート。ビーチの目の前に建てられた高床式のテントにはプライベート・デッキやハンモックがあり、波の音に包まれながらゆったりとした時間を過ごすことができる。

レストラン

ホテルやゲストハウスのレストランは宿泊者以外でも利用することが出来るところが多いが、フォア島の高級リゾートであるサンディ・ビーチ・リゾートは、朝食と夕

食は宿泊者だけに限定しており、スナックに限って宿泊者以外の利用が可能。

マタフォヌア・バー・アンド・レストラン

Matafonua Bar and Restaurant Tel: 69766,
info@matafonua.com.
<http://matafonua.com/>

フォア島のマタフォヌア・ロッジ内のレストラン。営業時間は7:30～21:00。ディナーは要予約。

マリナーズ・カフェ

Mariner's Café, Tel.60374

名前は1800年代初めにトンガに住んでいた英国人「ウィリアム・マリナー」か

ら付けた。フィフィタ・ゲストハウスに併設されており、ハアパイで最も人気のあるカフェ。



マリナーズ・カフェ



2015-2016年度ミス・ヘイララ



タラマフ・マーケットのトンガ人アーティストとその作品

ババウ諸島とネイアフ



トンガタブ島の北275kmに位置するババウ諸島は、大小50あまりの島々で構成されており、人口は14,922人（2011年トンガ統計局）である。グループの主島ババウ島は、北側が高く南に向かって傾斜している。また、ババウ島の南にある多数の小島の標高は最高でも180mほどである。島々は緑に被われ、複雑に入り組んだ海岸線が美しい入り江を作っており、南太平洋で最高のヨットハーバーとして有名である。



ババウ島は毎年5月から11月まで、主に東からの貿易風を利用して航海するニュージーランドに向かうヨットマンの訪問で賑わう。トンガタブ島に比べて赤道に近いことから平均気温は高く、10月から4月が24～32℃、5月から9月は18～24℃となっている。

ババウ島の中心はネイアフ村で、ここには政府機関や銀行、ショッピングセンターなどが集中しており、ババウ諸島の全住民のおよそ3分の1がこの周辺で生活している。



ネイアフの一般事情

●空港からネイアフへ

ババウ島の北にある空の玄関口ルペパウウ空港からネイアフ村までは車で約15分。宿泊施設の予約時に送迎の手配もしておくと安心。

●島内交通

島内を走るバス路線がいくつかあるが運行時間は一定していないので、旅行者が利



ババウのネイアフ市内

用するには無理がある。したがって、タクシーか貸し自転車、貸しバイクなどを利用することになるが、地形にアップダウンが多く自転車での移動は大変である。タクシー会社は数軒あり、ホテルなどで呼んでもらうことが出来る。

●観光局

海沿いに走るフェタフェヒ道路 (Fetafehi Rd) をネイアフの中心から少し東に行った場所にある (Tel.70115)。



ババウの民芸品店



ババウの教会

●両替

BSP銀行ほか2行がフェタフェヒ道路 (Fetafehi Rd.) にあり、両替できる。営業時間は平日の9:00～3:30、土曜

日は午前中のみ。

ババウ島へのアクセス

ババウ島への一般的な行き方は、トンガタブ島またはリフカ島から飛行機の利用となる。国内線を運航するリアル・トンガの定期便がトンガタブ島とババウ島間は日曜日を除く毎日、ハアパイ諸島のリフカ島間は火曜日にリフカ島からババウ島、木曜日にババウ島からリフカ島へのフライトが運行されている。

また、フェリーもトンガタブ島とババウ島間で週に1便が運航されているが、飛行機よりも天候に左右されやすく、ビジネス等での利用には向かない。トンガタブ島からババウ島のフェリーでの所要時間は、いくつかの離島に寄港するため、丸一日以上かかる。



国内線を運航するリアル・トンガ社

アクティビティ

●シュノーケリング、ダイビング

ババウ島の南に広がる小島は、どこでもダイビングや、シュノーケリング、セーリング、カヤッキング、フィッシングそしてホエール・ウォッチングなどいろいろな楽

しみ方ができる。それぞれに専門のサービスがあり、ホテルでも独自のツアーを用意している。

とくに素晴らしいのは、ヌアバブ島とバカエイツ島でのシュノーケリング。浅瀬に広がるサンゴ礁では色とりどりの魚の群れと出会えて時間が経つのを忘れてしまう。

ドルフィン・パシフィック・ダイビング

Dolphin Pacific Diving, Tel.70292,
info@dolphinpacificdiving.com,
<http://www.dolphinpacificdiving.com/>

ネリアフとウトゥンガケ島のトンガン・ビーチ・リゾートの2箇所にショップを開いている。

ベルーガ・ダイビング

Beluga Diving, Tel.70327,
info@belugadivingvavau.com,
<http://www.belugadivingvavau.com/>

ファンガフォア・ベイにショップを開いている。トンガでは経験豊富なショップである。



ベルーガ・ダイビング

ムーリングス・アンド・サンセイル

The Moorings and Sunsail, Tel.70016,
shane@moorings.co.nz,
<http://www.tongasailing.com/>

世界的に知られる貸しヨットの会社で、太平洋地域や地中海、カリブ海など20箇所で営業している。ババウで借りられるヨットは30フィートから60フィート。

●カヤッキング

カヤックをメインのサービスとする店が数軒ある。ホテルやリゾートでも、半日コースや1日コースを提供しているところもある。

フレンドリー・アイランズ・カヤック

Friendly Islands Kayak Company,
Tel. 8748506/+64(0)277335572(NZ office),
tours@fikco.com,
<http://www.fikco.com/index.html>

ババウとハアパイで3日間から10日間のカヤックツアーを提供している。

●ホエールスイミング／ウォッチング

トンガは世界でも数少ないホエールスイミングができる国のひとつ。なかでもババウ諸島は多くの鯨がくることで知られ、7月から11月のシーズンには多くの観光客が訪れる。

間近で見る鯨の神秘的な姿と鳴き声の美しさに魅せられて、リピーターとなる人も多い。

ホエールスイミング／ウォッチングのツアーは、宿泊施設やダイビングショップなどで手配ができる。



プアウカナヴェ・インターナショナル・ホテル

ババウ諸島の宿泊事情

宿泊施設はその多くがネイアフとその周辺にあり、価格帯は高級なリゾートから大衆的なゲストハウス施設まで幅広い。安価な宿泊施設は、トイレ・バスが共用の場合が多いが、ひとつの施設内でも一部バス付きの部屋もあるので、予約する際に問い合わせてみるのだ。

●ネイアフの高級リゾート

プアウカナベ・インターナショナル・ホテル

Puataukanave International Hotel,
Tel. 71002/71004, info@puashotel.to,
<http://www.puashotel.to/index.html>

ネイアフの中心にあるレフュジー (Refuge) 湾を見渡せる。レストラン、バー、プール、テニスコートもある。

●ネイアフ近郊のリゾート

ザ・トンガン・ビーチ・リゾート

The Tongan Beach Resort, Tel.70380,
holidays@thetongan.com,
<http://thetongan.com/>

ネイアフから橋で繋がるパンガイモツ島を過ぎたウトゥンガケ島の美しいビーチにあるリゾート。食事は別料金で、1日3食



トンガン・ビーチ・リゾート

や朝夕食のみのセットなどが選べる。

ミスティック・サンズ・ビーチ・バンガロー

Mystic Sands Beach Bungalows,
Tel. 7584027, info@mysticsands.net,
<http://www.mysticsands.net/>

ウトゥンガケ島の美しいビーチリゾート。レストランは無いが、スタッフに注文することができるほか、レストランがあるネイアフの中心部 (車で15分ほど) へ行くための24時間営業のタクシーの手配も可能。

●一般の宿泊施設

ハクラ・ロッジ

Hakula Lodge, Tel.70872,
jefflestrange@yahoo.com,
<http://www.hakulalodge.com/>

ネイアフ中心部から車で5分ほどの距離にあり、レフュジー湾を見渡せる。釣りやホエールウォッチングには最適。

ヒルトップ・ホテル

Hilltop Hotel, Tel.70209,
info@hilltopvavau.com,
<http://hilltop-hotel-vavau.com/>

ネイアフ中心部からほど近い小高い丘の上にあり、海を見渡せる。それぞれの部屋

に空調・シャワー・バスが完備されている。
朝食付き。

ババウ・ハーバービュー・リゾート

Vava'u Harbourview Resort, Tel.70687,
vavau.harbourview@gmail.com,
<http://www.harbourviewresort.com/>

ネイアフ中心部から車で5分ほどのトゥ
ラ村にあり、海を見渡せる広いベランダ付
きの8つのバンガローがある。

トゥイン・ビュー・モーター

Twin View Motel, Tel.70597,
twinviewmotel@gmail.com,
<http://www.twinview.to/>

広々とした2ベッドルームの部屋から、
バックパッカー用のシェアルームまで部屋
のバリエーションは幅広い。ネイアフ中心
部から徒歩5分の距離にある。

ポートワイン・ゲストハウス

Port Wine Guest House, Tel. 70479,
portwine_guesthouse@yahoo.com,
<http://www.portwineguesthouse.com/>

ネイアフ中心部から徒歩5分ほどにある
ので、町なかのレストランやバーも利用し
やすい。

●離島にあるリゾート

ブルー・ラグーン・リゾート

Blue Lagoon Resort, Tel.8888798,
info@tongabluelagoon.com,
<http://www.tongabluelagoon.com/>

ダニエル・デフォーが『ロビンソン・クルー
ソー』を書いたとき、思い浮かべたといわ
れるフォイアタ島 (Foiata) にあるリゾート。
とても美しい田舎のムードが楽しめる。

イカ・ラヒ・ロッジ

Ika Lahi Lodge, Tel.70611,
ikalahi@tongafishing.com

フンガ・ラグーンを一望できるロッジ。
ネイアフから船で35分。美しい白い砂浜
があり、シュノーケリングやカヤックなど
各種のマリンスポーツが楽しめる。

マラ・アイランド・リゾート

Mala Island Resort, Tel. 8768275,
info1@malaisland.com,
<http://www.malaisland.com/>

「ババウの宝石」とも呼ばれるネイアフ
から船で15分のマラ島にある。20エー
カーの島には美しい白い砂浜が広がる。伝
統的トンガ建築と西洋建築の折衷で作られ
た部屋で、都会の喧騒を逃れ、南の島のバ
ラダイスを楽しむ。

トレジャー・アイランド・リゾート

Treasure Island Eueiki Eco Resort,
Tel. 7512935/8476200,
treasureislandtonga@gmail.com,
<http://www.treasureislandtonga.com/>

ネイアフから船で30分のエウエイキ島
にあり、海辺に立つ8つの伝統的ファレに
宿泊できる。ターコイズブルーの美しいブ
ライベート・ビーチでは、各種のマリンス
ポーツが楽しめる。

レストラン

アクアリウム・カフェ

Aquarium Café, Tel.70493,
aquarium.cafe@yahoo.com,
<http://www.aquariumcafevavau.com/>

ヨットの盛んなファンガフォア・マリナーにあるカフェで、朝・昼・夕食を取ることができる。ピザ、ハンバーガー、サンドイッチ、パスタなどを提供している。無料のWi-Fi接続サービスもある。



アクアリウム・アドベンチャーズ・インターネット・カフェ

バウンティ・バー

Bounty Bar, Tel.70700/7748665,
lawrencehall2@hotmail.com

ババウのナイト・ライフの中心的バー。
海を見渡しながらかむビールは格別。

カフェ・トロピカーナ

Café Toropicana, Tel.71322,
tropicana@vavau.to,
<http://www.vavau.to/tropicana/>

ネИАフの中心部にあるモダンなカフェ。エスプレッソなどの飲み物や軽食を楽しむ。



カフェ・トロピカーナ

マンゴー・カフェ

Mango Cafe , Tel. 70664

朝8時から夜10時まで、日曜日でも営業している。肉料理から魚料理、デザートまで幅広く楽しめる。

ベラビスタ・カフェ&レストラン

Bellavista Cafe & Restaurant,
Tel.71035/7574035,
bellavistacafe.vavau@yahoo.com

ネИАフのメインストリートの中心にある、グッテンバイル・プラザ (Guttenbeil Plaza) にあるレストラン。看板メニューはピザ。Wi-Fi接続サービスもある。

ルースター・ビストロ&マリナー・ワイン・バー

Rooster Bistro & Marina Wine Bar,
fungamisi@hotmail.de

スイス人シェフによるレストラン。

プールサイド・カフェ

Poolside Cafe, Tel.70249,
cafepoolside@gmail.com

プアタウカナヴェ・インターナショナル・ホテル内にあるレストラン。昼はカナダ料理、夜はイタリア料理を提供している。

プアタウカナベ・インターナショナル・ホテル

Puataukanave International Hotel, Tel.74000

ホテル内にあるレストラン。ハーバーに面しており、海を眺めながら食事が楽しめる。

エネイオ・ビーチサイド・レストラン&バー

'Ene'io Botanical Gardens,

Tel. 71048/8671048, eneiobg@hotmail.com

トンガで唯一の植物園であるエネイオ植物園内にあるレストラン。ネイアフから車で15分ほどのトゥアネキヴァレ村にある。毎日営業しているが、事前に予約が必要。金曜日にはトンガ料理と踊りや歌を楽しむショーを開催している。日曜日にもトンガ料理を楽しむイベントを開催している。

●離島にあるレストラン

イカ・ラヒ・ロッジ・レストラン・アンド・バー

Ika Lahi Lodge Restaurant & Bar, Tel: 70611

イカ・ラヒ・ロッジ内のレストラン。ま

ぐろのたたき、刺身、ライムとココナツをまぶしたマヒマヒ（シイラ）、魚のパテの燻製、新鮮な熱帯サルサを添えたワフー（サワラ）のステーキなど海鮮料理が楽しめる。

ラ・パエラ

La Paella, Tel. 70348/7512310,

tapanaisland@gmail.com,

http://www.tapanaisland.com/la_paella_restaurant.htm

ネイアフからボートで10分のタパナ島にあるレストラン。スペイン風の料理を楽しむ。

モウヌ・アイランド

Mounu Island Resort, Tel. 8866403,

mounuislandvavau@gmail.com,

<http://www.mounuisland.com/cuisine/>

モウヌ島の6エーカーにおよぶ環礁にある、モウヌ・アイランド・リゾートに併設されているレストラン。



国王へ献上された豚の丸焼きを覗き込む子どもたち

関係先リスト（トンガ王国）

大使館

- 駐日トンガ王国大使館
〒106-0041 東京都港区麻布台1-9-10飯倉ITビル 2階
Tel : 03-6441-2481
Fax : 03-6441-2482
E-mail : info@tongaembassy.gov.to
- 在トンガ日本国大使館
P.O.Box 330
Level 5, National Reserve Bank of Tonga Building,
Fasi-Moe-Afi, Salote Road, Nuku'alofa, Kingdom of Tonga
Tel : (+676) 22221
Fax : (+676) 27025
E-mail : emb-japan@nu.mofa.go.jp

貿易・投資コンタクト先

- トンガ商務・労働省（Ministry of Commerce and Labour）
Ministry of Commerce and Labour
P.O.Box 110, Latai Estate
Cnr Tupoulahi Rd and Salote Rd
Fasi-moe-Afi, Nuku'alofa
Kingdom of Tonga
Tel : (+676) 23688/28760
Fax : (+676) 23887
E-mail : info@mctl.gov.to
Web : <http://www.mctl.gov.to/>

観光コンタクト先

- トンガ政府観光局（Tonga Tourism Authority）
Tourism Tonga (Tonga Tourism Authority)
P.O.Box 37, Vuna Road
Nuku'alofa
Kingdom of Tonga
Tel : (+676) 25334
E-mail : info@tourism-tonga.com
Web : <http://www.tongaholiday.com/>

写真ならびに記事等にご協力頂いた方々

●Mr. Edgar Cocker

●Ms. Naoko Matahira Afeaki

●Mr. Jurgen & Boris Stavenow

Sandy Beach Resort

Pangai, Ha'apai,

Kingdom of Tonga

Tel. (+676) 69600

E-mail : Vacation@sandy-beach-tonga.com

Web : <http://www.sandybeach-tonga.com/en/>

●Rising Sun Tours & Travel

Taufa'ahau Road,

Nuku'alofa,

Kingdom of TONGA

Tel : (+676) 28462

E-mail : risingsuntravel@hotmail.com

トンガ王国

発行日 : 2008年3月10日 初版 第1刷発行

2011年1月31日 第2刷

2016年2月29日 改訂版 第1刷発行

発 行 : 国際機関 太平洋諸島センター

〒162-0845

東京都千代田区神田小川町3-22-14 紫紺館1階

電話 : 03-5259-8419 FAX : 03-5259-8429

Printed in Japan

無断での複写・複製はお断りします。

TONGA

