

TONGA

トンガガイドブック



刊行にあたって

本ガイドブック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らぼ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、多大なるご協力いただいたパシフィックインターナショナル社の大石勘太郎・香織ご夫妻、トンガ政府観光省、在トンガ日本国大使館、トンガ政府統計局、その他関係者の皆様に、深く感謝いたします。

2022年3月

国際機関 太平洋諸島センター

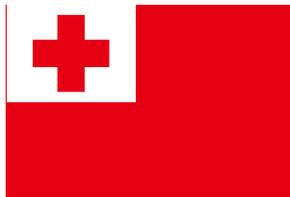
*国際機関 太平洋諸島センター (PIC) は、ホームページ (<https://pic.or.jp/>) でも情報を公開しています。

*当ガイドブック改訂作業は、2022年1月15日に発生した海底火山大噴火（フンガトンガ・フンガハアパイ）以前に完了しており、内容は一部噴火の影響により変更となっている箇所もありますこと、ご了承ください。

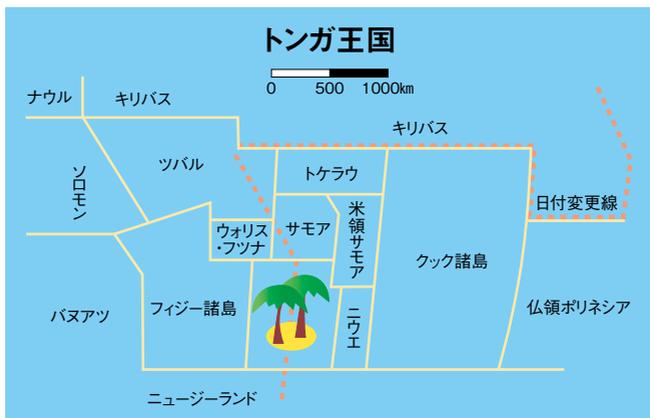
目 次

・トンガ王国の概要	2
・旅行者へのアドバイス	7
・トンガタブ島とヌクアロファ	14
・エウア島	41
・ハアパイ諸島とリフカ島	43
・バババ諸島とネアアフ	48

トンガ



正式国名	トンガ王国 (Kingdom of Tonga)
面積	720平方キロメートル (2018年世界銀行)
人口	103,197人 (2018年世界銀行)
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	5億1,235万米ドル (2019年世界銀行)
一人当たりGDP	4,300米ドル (2018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=51.30円 (2022年2月16日時点)
電話の国番号	(676) + (相手先の番号)

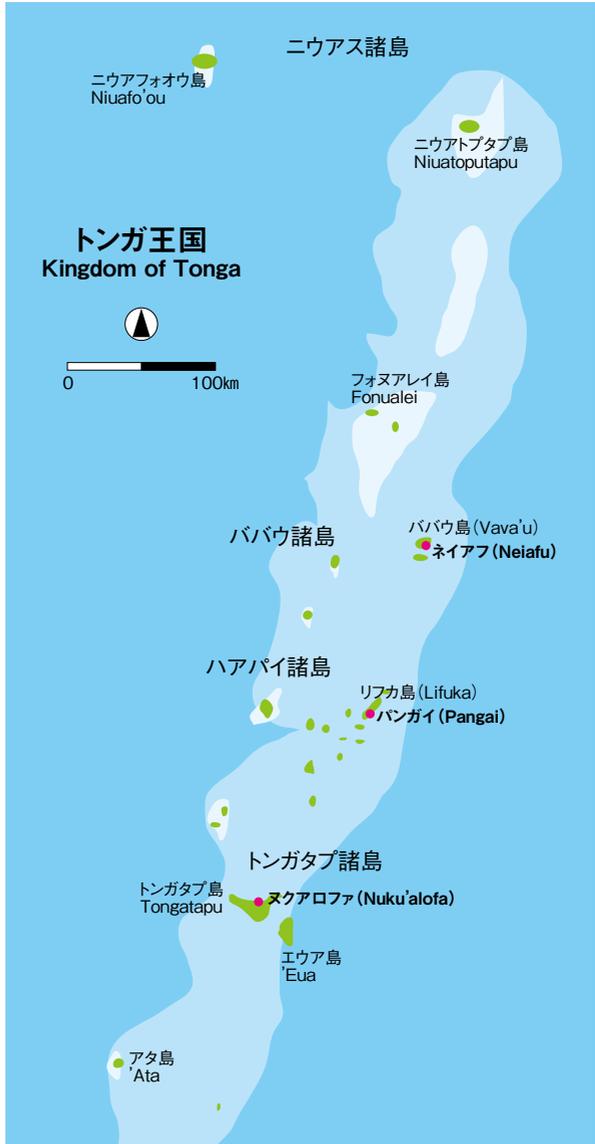


トンガ王国の概要

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720km²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74,454人（2021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、父トゥンギを通じてトゥイ・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む、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。

●トゥポウ6世の即位と戴冠式

トゥポウ5世は未婚であったため、王位

は弟であるトゥポウ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。

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クリシ・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注目された。2019年、同氏が急逝。2021年11月に実施した総選挙でファカヴァメイリク氏が首相に任命され新内閣が発足した。

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

トンガ人の多くは、長身でがっしりした体格のポリネシア系民族で、世界一大柄な国民とも言われている。キャプテン・クックに「フレンドリー・アイランド」と命名されたように、人柄も大らかで、温かい。

近年には、二重国籍が容認されている事から、トンガ国籍にNZかオーストラリアなどの2つの国籍を持つ国民も増え、親族が海外で暮らしているケースは大変多い。また、かつてトンガ政府が中国人にパスポートを発行したことがあり、相当数の中国系住民が店舗（ファレコロア）やレストランの経営をしている。それに加えて、英国連邦や欧米出身の住民、少数ながらインド系やフィジー系、他の南太平洋諸国系、アジア系の住民がいる。日本や日本人に対する印象は良く親日的。だが中国人と間違えられやすいので「Siapani-シアパニ（日本人）」と伝えられると良いだろう。

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

の絆は強く、二世代、三世代の同居は普通。父方母方を問わず、親族同士の付き合いも、日常生活から冠婚葬祭まで広く濃く、親族の子を養子とするのもごく普通である。とはいえ、海外暮らし経験者も増え、徐々にではあるが核家族での居住も増加傾向にある。

宗教はキリスト教が深く浸透しており、生活への影響も大きい。各村には複数の教派の教会があり、多くの人々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、集会など教会関連の行事に積極的に参加し奉仕している。同じ教会に属する人々は、親族同様に強い絆で結ばれている。

また、トンガ人は、互いの尊重、分かち合い、謙虚と寛大、忠誠心と献身を美徳とし、親と年長者を敬う、本音と建前を使い分ける、世間体をかなり気にする、控えめな感情表現と内に秘めたプライドの高さなど、日本人との共通点も多い。また大変な音楽好きで、イベントやお祭り、大規模な葬儀の際には、常にプラス・バンドが出動する。

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。2021年の国勢調査（暫定的結果）では、総人口100,209人に対し、トンガタブ諸島が74,454人、ついでババウ諸島が14,283人、ハアパイ諸島5,419人、エウア島4,903人、ニウアス諸島1,150人となっている。合計特殊出生率が3.51（2019年世界銀行）にも関わらず、総人口が2011

年の103,252人から、減少傾向であるのは、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) とトンガタブ間をそれぞれで運行を行っている。

トンガ国内は、国内線運航会社Lulutai Airlineが利用可能。トンガタブ島のファアモツ国際空港は、国際線ターミナルと国内線ターミナルの距離が500メートルほどある。乗り継ぎ場合、徒歩は難しく、タクシーかシャトルバスを利用する。なお、空港は離発着時にのみオープンするため、乗り継ぎ便を待って夜明けすることはできない。

●ビザ (査証)

31日以内の滞在であれば、日本人は入国ビザ不要、最長6ヶ月まで現地での滞在延長可能(更新料を払う)。但し、入国時に出国用の航空券又は船舶チケットを提示する必要がある。パスポートは滞在日数とは関係なく入国時に半年以上の有効期限が必要。ビジネス・就労目的、更新は、ヌクアロファカババウの移民局に問い合わせる事。(Tel.26970、Email: tongapermit@gmail.com)

●税関

アルコール類 (18歳以上) は、ワインかビールは4リットルまで、もしくは蒸留酒2.25リットルまで、タバコは1カートン (500g以下) まで無税。

●通貨

正式通貨の単位はパアンガ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、南太平洋銀行 (BSP)、オーストラリア・ニュージーランド銀行 (ANZ)、マレーシアのMBf銀行の3行がヌクアロファで営業している。BSP銀行(市内本店、ファアモツ国際空港支店、ババウ島のネイアフ支店) やANZ銀行 (市内本店、ババウ島のネイアフ支店) で日本円の両替可能。

現金ならびに主要トラベラーズ・チェックの換金率は、トンガタブ空港、街中、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。日本円の両替は札単位。またBSP とANZ両行のATMは、トンガタブ島の主要な店舗には併設されており、ビザ (VISA) やマスター (MASTER) カード他でキャッシングもできる。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、日本円のレートは2021年1月時点でT\$1が約50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可能だが、店舗では利用できない場合もある。なおカード払いの場合、4～5%の手数料を課せられる事が多い。住民や長期滞在者はBSPカードによるデビット払いの利用も多い。

●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。

●飲料水

離れた村や離島を除いては、水道水（硬水）を飲むのは可能だが、住民は通常、雨水（レイン・ウォーター）かミネラル・ウォーターを飲んでいる。しかし、旅行者はミネラル・ウォーターを買って飲むか、雨水でも沸騰させて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、伝統舞踊の踊り手のオイルを塗った肌に小額紙幣を張り付ける習慣がある。

●度量衡

日本と同じメートル法。

●服装

トンガは、一年を通じて日中は半袖で過ごせるが、冬に当たる乾季の6～10月の朝晩は冷え込む。長袖の衣服が必要。日常

着はカジュアルまたはスポーツウェア的な気楽なものが多いが、公的な場での上半身裸は禁止、公営ビーチでもTシャツとショーツ着用が推奨、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、避けた方がよい。特に教会の訪問や、王族・貴族の同席する時などは、現地のしきたりを尊重して、女性はロングスカートに袖付きの上着又は膝下丈のワンピース（肩と膝の隠れるもの）、男性は長ズボンかトゥペヌ（ロングスカート）に襟付きシャツを着用のこと。TPOを意識しよう。

現地人は、黒を着用している人も多いが、これは喪中であることを示している。



結婚式で正装する新郎新婦

●交通機関（ヌクアロファ）

・タクシー：タクシーは「T」のナンバープレートか車上の「Taxi」の看板で分かる。市場など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が、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\$40-50、ヌクアロファ市内片道でT\$4-5程度かかる。(Holiday Taxi: Tel.23858, Wellington Taxi: Tel.24744/23431, Island Taxi: Tel.22519, Hiki Taxi: Tel. 27181)

・バス：トングタプ島のバス乗り場(ターミナル)はトンガ観光局の向かい側、海岸沿いのブナ・ロードにある。それぞれのバスに行先の表示があるが、運転手に確認する事。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し、どこに行きたいのかを事前に伝えておけば、運転手や周囲の人が降車場所を教えてくれる。市内はT\$0.8~T\$1、郊外は距離によりT\$1.20~T\$3.50かかる。12歳以下の子供は半額。時刻表はなく、朝7時が始発、17時発が最終便。遠出をする際には注意しよう。バスは全て個人経営。

Route	Fare	Destination
1. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
2. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
3. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
4. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
5. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
6. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
7. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
8. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
9. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku
10. NUKUNUKU TO NUKUNUKU (Circular Loop)	\$0.80	Nukunuku

バスターミナルの行先料金表の看板

・自転車/スクーター：ヌクアロファ、ネイアフ、パンガイ（ハアパイ諸島リフカ島）のレンタルサイクルで借りられる。詳細は、観光省や旅行代理店にて。

・レンタカー：トンガは国際免許連盟に所属してなく、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社会基盤省の交通局(Tel. 23100)に持参し、ビジター用免許証(手数料T\$40/3ヶ月有効)を発行してもらう必要がある。

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。次の4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).

・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 Ferry Service Tel. 24755) が MV' Onemato号とMV' Maui号(船名)

を、Tofa Ramsey Enterprises (Tel. 21326) がMV Alaimoana (船名) を就航している。運航は天候と波の状態に左右されやく、2020年からのコロナ禍と2022年海底火山大噴火の影響もあるので、運航スケジュールは要確認。



離島間フェリー MV 'Otouanga' ofa号

●緊急連絡先

警察：922、消防署：999、救急：933。

●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。

●治安

基本的に昼間の治安は良い。殺人事件は、稀である。但し、ナイトクラブなどでは酔っ払いが絡んできたり、喧嘩、深夜の窃盗などがあるので、夜が更けた後は注意が必要。最近では、若者のドラッグ使用が問題となっている。

●郵便

日本までハガキはT\$2.50、封書の最低料金はT\$5.20である。郵便局は月～金曜日は8:30～16:30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。

携帯電話会社は国営のTCCと民間のDigicelの2社がある。それぞれの会社でSIMカード (T\$5か旅行者用無料+ 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通話・インターネットが可能 (現地でも購入可能)。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 (T\$2、3、5、10、20の4種類) を購入して再びチャージする。日本の携帯電話も海外対応のものはそのまま使用可能。

●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。料金プランは各種あり、各携帯電話会社やその店舗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夕方閉まる店から深夜営業まで、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

に全店舗休みだが、レストランやタクシー会社の一部とホテル内のカフェやラウンジは許可を得て営業している。



トンガの伝統舞踊を披露する少女たち

●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。

●料理と食材

沖縄と気候条件の似ているトンガでは、肉料理は牛、豚、鶏、羊、馬を、魚と魚介類は、マグロ、カツオ、カジキマグロ、鯛、ハタ、太刀魚、鯖、シイラ、ハリセンボン、ウニ、アサリ、赤貝、タコ、イカ、ロブスター、マングローブ蟹、海ブドウなどを食し、近年は、モズクも生産販売されているので、日本人には馴染みやすい。

主食は、タロ芋、ヤム芋、キャッサバ、紫芋、さつま芋などの芋類が主。またメイ（通称：ブレッドフルーツ）というパンによく似た食感の木の実も庭によく植えられ食されている。野菜は、元々あまり食べないが、在住外国人の需要に応える形で、市場では、

国産と輸入品の野菜の種類が増えてきた。

果物は、ココナッツ、バナナ、パパイア、スイカ、マンゴー、パイナップル、レモンなどを産出して食する。リンゴやオレンジ、キウイ、柿、梨は輸入されている。

ちなみに、輸出品としては、魚の他、カボチャやスイカ、キャッサバなどがある。



ノニ・フルーツと花 /メイ(ブレッドフルーツ) / 紫芋

●特産品

希少性の高いモノやお土産品としては、ノニ・フルーツから生産されるノニ・ジュース、香料の原料であるバニラ・ビーンズ、ココナッツ・オイル、コーヒー豆、植物の根から採れるカバ、モリンガ、ナマコ、サンゴ、マヴェ真珠、鯨の骨や歯の細工品、木工彫刻、木の皮をなめしたタバのアート工芸品、植物の葉を乾燥させて編んだ籠やバッグや団扇、シェルのアクセサリーなどがある。輸出もされている。

祝い事の際には、子豚の丸焼きやウム料理（タロ芋の葉で缶入コンビーフや塩漬け牛肉、玉ねぎとココナッツミルクをくるんだ石焼き料理）にオタイカ（生魚のぶつ切りと野菜をココナッツミルクに浸したものの）が出される。リゾートホテルのディナー

ショーなどで味わってみよう。



伝統的な団扇と籠編み、マヴェ真珠、鯨の骨や歯の細工

・いくらですか？

(オク フィハ エニ カータキ?)

(' Oku fiha eni kataki?)

●数字

- | | | | |
|---|-----------|----|--------------|
| 0 | ノア (Noa) | 6 | オノ (Ono) |
| 1 | タハ (Taha) | 7 | フィットゥ (Fitu) |
| 2 | ウア (Ua) | 8 | バル (Balu) |
| 3 | トル (Tolu) | 9 | ヒーバ (Hiva) |
| 4 | ファー (Fa) | 10 | ホンゴフル |
| 5 | ニマ (Nima) | | (Hongohulu) |



伝統的な石焼きのウム料理の準備をする少年

●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
(マロ アウピート) (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)
- ・とても美味しいです
(イフォ アウピト) (' Ifo ' aupito)

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きさせない。



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め、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、ビンナガ、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月上旬、ババウでは7月～9月

がシーズンとなっている。トンガは世界でも稀なホエール・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、至近距離で見ることが可能である。



●セーリング/ヨット・チャーター

セーリングやヨットのチャーターなども可能である。詳細は、観光省や旅行代理店にて。



その他、トンガで楽しめるアクティビティ

- カヤック
- カイト・サーフィン
- ゴルフ
- 海水プール
- ラグビー観戦
- ハイキング
- バードウォッチング
- サイクリング
- 乗馬



ヌクアロファの一般事情

- **トンガ観光省 (Tonga Ministry of Tourism, Tel : 25334 or 24436, 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。

- **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やシャトルバスを利用する。空港から町の中心部までは約20km、車で30分ほど。タクシーの料金はT\$40～50。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。市内のタクシー乗車はT\$4～5とリーズナブル。現金のみ。

- **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\$3.50程度、市内ならほぼT\$1と安い。行き先もバスの前面に明記されているが、運行時間が午前7時から午後17時まで、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、ホテルや観光省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で、絵本から抜け出したように可愛らしく親しみやすい。立ち入りは禁止。王宮の後方にあるサイオネ教会には国王が通う。2015年7月には国王トゥポウ6世の戴冠式が行われ令和天皇皇后両



トンガの王宮

陛下（当時の皇太子皇太子妃殿下）が来賓として参列された。



日曜日朝のサイオネ教会でのミサ

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・トゥポウ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

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

それが高さ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、詳細は謎に包まれている。



ハモンガ・ア・マウイ遺跡

アメリカン・ワーフ

American Wharf

トゥポウラヒ道路 (Tupoulahi Rd.) から海に伸びた埠頭の先が、市街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飛び込んで泳いでいるので、一緒に泳いでみるのも良いかもしれない。



アメリカン・ワーフ

タラマフ・マーケット

Talamahu Market

ヌクアロファ市民の胃袋を支える青果市

場。野菜、果物他、工芸品、アクセサリ、服飾品も販売している。土曜日には、花束も沢山出品されている。



タラマフ・マーケット

マプ・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

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、巨大な自然のメガネ橋のようにになっている。



フファンガルベの断崖絶壁

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

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ピタ文化の中心で、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。ムアには、巨大な王家の墳墓 (ランギ) の跡などが残っている。



ムアの遺跡・ランギ

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村は果物を主食とする大コウモリ (フライ



大コウモリ保護区

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伝えられており、トンガでは神聖な動物とされている。

バシリカ教会

Catholic Basilica

王家の墓とはタウファアハウ・ロードを挟んだ向かいにあるのがカトリックのバシリカ教会。銀色のとんがり屋根を持つ円錐形の2階建て、歴史を感じさせる堂々とした風貌の建物だ。



バシリカ教会

フリーチャーチ・オブ・トンガ

Free Church of Tonga

王家の墓の前に建つ、ゴシック風のひと際目立つ威厳のある教会。



フリーチャーチ・オブ・トンガ

聖母マリアの大聖堂

Saint Mary's Cathedral

海沿いのブナ・ロード、フリーマーケット前にあるこちらの大聖堂も、ロマネスク風でひと際、重厚感が目立つ大聖堂。聖母マリアの像が美しい



聖母マリアの大聖堂

津波ロック

Tsunami Rock

津波ロックと呼ばれる大岩。ポルダリングが出来そうなほどの大きさ。自民党の二階前幹事長の訪問の記念碑がある。



ツナミ・ロック

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種類を越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。



ハアタフ・ビーチ

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



オホレイ・ビーチ

やトンガ伝統料理のビュッフェが人気。

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・トンガ

Deep Blue Tonga

Tel.27676/8716268/8720720

トンガタブ島のファウア港を拠点として、ホエール・スイム・ツアーやダイビングの提供をしている老舗。現在は若き5人兄弟が協力しながら経営。



Deep Blue Tonga

タウファタヒ・チャーターズ

Taufatahi Charters, Tel: 8409175/8410772

Web: www.tongawahaleswim.com

ホエール・スイムや海でのアクティビティ・サービスを提供。鯨ツアーでは、楽園のような無人島でのランチも大変魅力。



●海水プール

ヌクアロファ市内には、2か所の海水プールがあり無料で利用できる。どちらもブナ・ロード沿いで出入り自由。シャワーや更衣室、トイレなどの設備はない

トウリキの海水プール

Ocean Swimming Pool at Touliki



タウファアハウ・ツポウ4世・ドメスティック・ワーフ横の海水プール

Ocean Swimming Pool beside Taufa'ahau
Tupou IV Domestic Warf



ホテル

トンガタブ島の宿泊施設は、ヌクアロファ市街地のホテル、海沿いの高級レストラン併設のロジックやブティックホテル、比較的郊外のアpartメント、モーテル、ゲストハウス、バックパッカー用簡易ホテル、一軒家ヴィラなど、民泊の増加で多種多様ある。

更に、ヌクアロファ市から10-30kmほど離れた島の先端側の海岸沿いにあるリゾートホテル、ボートで行く近郊の離島リゾートなどがあるので目的に合わせて探してみよう。

クレジットカード払いの場合、手数料が数%上乘せされる事がある。15%の消費税の内税表示かも併せて事前確認しておく
と安心だ。

トンガ観光省内のビジターセンターとそのHP (www.tongaholiday.com/) には、各種宿泊施設、レストラン、カフェ、旅行代理店、店舗などが多数紹介されている。無料のポケットガイドやチラシも置いてあるので、一度覗いてみると良いだろう。また、「Discover Tonga Maps」という無料の地図をもらっておくと、トンガタブ島、ヌクアロファ市街地、エウア島での移動に便利だ。

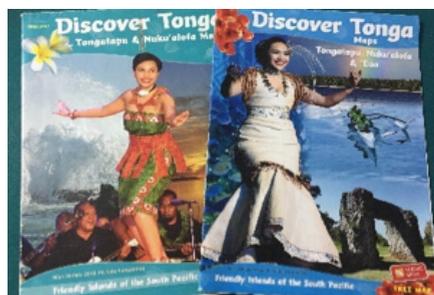
尚、2018年2月のサイクロン・ジータ、2020年4月のサイクロン・ハロルドは、トンガタブ島を直撃し、施設によっては半壊・全壊など多大な被害を受けた。更に、世界一新しい島の浮上ももたらしたが、2022年1月に火山灰と津波の被害ももたらした海底火山の噴火もあり、修復工事の進捗状況は各施設次第。それに加え、世界的パンデミック認定の新型コロナ(Covid-19)予防策で、2020年3月からの厳格な入国制限と半鎖国政策がとられた。その影響により、現在、観光施設（ホテルやレストラン含む）は、多数が営業休止や時短営業を余儀なくされている。

利用の際は、インターネット予約サイトやアプリ等を通じて検索し、営業時間や状況を確認しておくとうまいだろう。

★はトンガ王国観光省独自のレーティング評価。国際基準と同じではない。定評のある高級ロジ等宿泊施設でも、小規模な所はホテルと見なされず★無しの所もある。参考程度に。



観光省



●ヌクアロファ市内のホテル

タノア・インターナショナル・デイトライン・ホテル★★★★

Tanoa International Dateline Hotel,
Tel: 23411, Email: dateline@tanoahotels.com,
Web: www.tanoadateline.com/

海沿いのブナ・ロードに面したトンガタブ島随一のフィジー系大型高級ホテル。全122室。王宮や街中、観光局にも近く、宿泊施設に加えて、カンファレンスホールやプール、レストラン、店舗も兼ね備え、アパートメントホテルとして長期滞在も可能。現在は、新型コロナ用の隔離施設として利用されている。



エメラルド・ホテル★★★

Emerald Hotel, Tel. 22888
Email: emeraldhoteltonga@gmail.com
Web: www.emerald-tonga.com

海沿いのブナ・ロードに面した立地の良いホテル。併設の中華料理店には、一人用ランチメニューもあり、短期・中期滞在のビジネスパーソンの利用も多い。全9室。

ホテル・ヌクアロファ★

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

ヌクアロファ市街地中心部のMBF銀行の2階にあり、中央市場や王宮なども徒歩圏内。近隣のカフェやレストランも利用しやすい。ゆったりしたラウンジが併設されている。

リトル・イタリア・ホテル★★★★

Little Italy Hotel, Tel. 25053/266686,
Email: littleitalytonga@gmail.com
Web: www.littleitalytonga.com/

地中海風の白くてバルコニーの目立つ、3階建ての特徴的な建物の1階部分は、伝統的なイタリア料理店として有名。上階は宿泊施設で、オーシャンビューがバルコニーから楽しめる。イタリア風とトンガ式のユニークなブレンドのブティックホテル。22部屋。

ザ・ブラック・パール・スイーツ

The Black Pearl Suites, Tel. 28393,
Email: theblackpearltonga@outlook.com
Web: www.theblackpearlsuites.com

ヌクアロファ市内から車で西へ5分ほどの距離、海沿いのブナ・ロードにある。

2015年の新国王戴冠式に訪れた当時の皇太子殿下妃殿下(現令和天皇后陛下)が宿泊された。レストランは、高級会員制クラブのような洗練された邸宅風インテリアが特徴。

ウォーターフロント・ロッジ&カフェ

Waterfront Lodge & Cafe, Tel. 25260/24692
Email: waterfro1@kalianet.to
Web: www.waterfrontlodge-tonga.com/

ヌクアロファ市内から車で東に5分ほどの海沿いのブナ・ロードに建つロッジ、魚市場やフリーマーケットに近い。便利な場所なのに、リゾートにいるようなガーデニングの高級レストランが併設されている。

シービュー・ロッジ&レストラン

Seaview Lodge & Restaurant, Tel. 26903/23709
Email: seaview.tonga@gmail.com
Web: www.seaview-lodge.com

海沿いのブナ・ロードに面し、王宮からも近い。太平洋コロニアル風、スイス人経営の高級ロッジ。定評あるレストランとバーも併設。14室。テラス席はリゾートにいるようなデザイン、日没時には海を眺めながら、ハッピーアワーを楽しめる。

メイダ・ホテル★★

Media Hotel, Tel. 22193/28193
Email: meidahotel@gmail.com,

市街地の中心から、徒歩5分ほどの便利な立地にあるビジネスホテル。表側には店舗がある。

ジェザミ・ホテル★★★

JeZAmi Hotel, Tel. 23660/22910/8702976
Email: reception@jezamihotel.com
Web: www.jezamihotel.com

市街地と日本大使館からとても近く、簡単な食堂も併設されているビジネスホテル。

トゥンギ・コロネード・ホテル★★★

Tungi Colonnade Hotel
Tel. 23528/28659/7763556
Email: siliviaf556@gmail.com
Web: www.tungicolonnade.com

メインストリートに面しているヌクアロファ市街地中心部にある、水色の3階建てのコの字型の建物の中にあるホテル。

ハウス・オブ・トンガ★★★

House of Tonga, Tel. 249330/15950/06455
Email: houseoftonga@gmail.com
Web: www.houseoftonga.com

●ファアモツ空港近くのホテルや宿泊施設

クペシ・トンガ・ホテル

Kupesi Tonga Hotel, Tel. 35678
Email: admin@kupesihotels.com

ファアモツ国際空港から、車で4分。レストランとバーを併設。

ファアモツ・トランジット・ロッジ★

Fa'amotu Transit Lodge, Tel. 7717466
Email: fuaamotu.transit.lodge@gmail.com

アロフト・エアポート・アコモデーション

ALOFT Airport Accommodation & Diner
Tel. 8781411, Email: alofttonga@gmail.com

●アパートメント、モーテル、ゲストハウス、バックパッカー用簡易ホテル、一軒家ヴィラ

キャプテンクック・アパートメンツ★★★★★

Captain Cook Apartments, Tel. 25600
Email: info@captaincooktonga.com
Web: www.captaincooktonga.com

海沿いのブナ・ロード散歩道に面していて、王宮の西側の静かな環境。ベランダ側は、全てオーシャンビュー。キッチン付。

サイモンズ・プレイス★★★

Simon's Place Hotel, Bar, Restaurant
Tel.22797/8773714
Email: simonsplacetonga@gmail.com
Web: www.simonsplacetonga.com

街の中心に近い便利な場所にあり、静かな通りに面している。美味しいレストラン併設。

フレンドリー・アイランダー (パピロアズ・プレイス)★★★

Friendly Islander (Papiloa's Place)
Tel. 23810/62591/7762591/8407917
Email: friendlyislander@gmail.com
Web: www.friendlyislander-tonga.com

市の中心から車で10分。周囲は閑静な高級住宅街。海水プールとハンバーガーカフェが、最近、近くにオープン。

ヴィラ・イシャドラ★★★★★

Villa Ishadora, Tel. 23527/7768333
Email: villaishadora@yahoo.com

クイーン・サローテ埠頭の港近くにあり、海沿いのブナ・ロード散歩道に面している。高級住宅街に隣接、スーパーやカフェも近い。

ヴィラ・アパートメンツ

Villa Apartments, Tel. 25720/7748193
Email: bookings@tongavilla.com
Web: www.tongavilla.com

アンジェラス・ゲストハウス

Angela's Guest House, Tel. 23930
Email: Angela-1982@hotmail.com

マラウ・ロッジ★★★

Malau Lodge, Tel. 7773228/8448369
Email: malau.lodge@live.com

ロセ・ロッジ★★★

Lose Lodge, Tel. 23834/21431/8815525
Email: amelia02@kalianet.to
Web: relaxattherose.com

ロビーアーンズ・ロッジ&レストラン★★★★

Robyanne's Lodge & Restaurant
Tel. 21650/28987/7718185
Email: robyannelodge@gmail.com
Web: www.robyannelodge.com

ノア・ゲストハウス★★★

Noa Guest House, Tel. 21810/8431300
Email: drucilla1358@gmail.com
Web: www.noaenterprises.com

タリエヴァ・イン&バー

Tali'eva Inn, Tel. 23466
Email: talievainn@gmail.com

ダイヤモンド・レイ・ヘイヴェン

Diamond-Lei Havan, Tel. 23695/7758534
Email: vasi_taiamoni@yahoo.com

パラダイス・ファースト・ホテル

Paradise First Hotel, Tel. 7746504/8899000
Email: tuineaulatu@gmail.com

トンガ・ホリデー・ヴィラ

Tonga Holiday Villa, Tel. 8794419
Email: tongaholidayvilla@gmail.com
Web: www.tongaholidayvilla.com

ザ・ヴィレッジ・バックパッカーズ

The Village Backpackers, Tel. 25554
Email: thevillagebackpackers@gmail.com

バックパッカーズ・タウンハウス

Backpackers Townhouse - Nuku'alofa
Tel. 8874744/7716148/8740000
Email: yvette.paea@gmail.com

ハフズ・ハウス

Hahu's House, Tel. 22297/7744870
Email: hafushouse@gmail.com

ラグーンロッジ

Lagoon Lodge, Tel. 26518/26515/8784480
Email: lagoon.lodge@kalianet.to

●ヌクアロファ市郊外の宿泊施設

ザ・トロピカル・ヴィラ

The Tropical Villa, Tel. 25053
Email: info@thetropicalvilla.com
Web: www.thetropicalvilla.com

グリーン・ロッジ・ホリデー・ホームズ

Green Lodge Holiday Homes, Tel. 7777283
Email: ddeeddspsc@gmail.com

ウィンニーズ B&B★★★★

Winnies Bed & Breakfast, Tel. 25215
Email: winniesbbtonga@gmail.com
Web: www.winnies.to

トニーズ・ゲストハウス・トフォア★★★

Toni's Guests House, Tofoa
Tel. 21049/7748720
Email: tonigh2@yahoo.co.uk
Web: www.tonisguesthouse.com

トニーズ・アパートメンツ・ホフォア★★★★

Toni's Apartments, Hofoa
Tel.21049/7748720
Email: tonigh2@yahoo.co.uk
Web: www.tonisguesthouse.com

デイスプリング・ロッジ★★★★

Dayspring Lodge, Tel. 21860
Email: dayspringlodgetonga@gmail.com

ハフズ・ハウス・バックパッカーズ

Hafu's House Backpackers, Tel. 22297
Email: hafushouse@gmail.com
Web: www.airbnb.com.au/rooms/12207560

アリババズ・ゲストハウス★★

Alibaba's Guests House, Tel. 25154/8712828
Email: olakoloi@hotmail.com

リゾートホテル

●トンガタブ西側のハアタフ・ビーチ側

ハアタフ・ビーチは、トンガタブ島の一番西側の先端、王家の領地であるカノクポルに立地。ヌクアロファ市内から、車で30分ほど。16世紀の冒険家アベル・タスマン上陸ポイントに近く、美しいビーチと定評がある。



ハアタフ・ビーチ

ハアタフ・ビーチ・リゾート★★★★

Ha' atafu Beach Resort, Tel. 41088
Email: haatafubeachresort@gmail.com
Web: www.surfingtonga.com/

ハアタフ・ビーチに面している。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。

ヴァカロア・ビーチ・リゾート★★★★

Vakaloa Beach Resort, Tel. 41233/41234
Email: vakaloabeachresort@yahoo.com.au
Web: www.vakaloabeachresort.com

高級感のある大きな建物内の大ホールのレストランはバーとステージ併設で、トンガの伝統的なダンスなどショーを見ながら食事を楽しめる。ベランダのテラス席は海を見下ろせる絶好のポジション。ハアタフ・ビーチに面している。サイクロン・ハリルドの打撃を受けたが、おおむね修復された。



(2019年8月の写真)

ヘイララ・ホリデー・ロッジ★★★★

Heilala Holiday Lodge, Tel. 41600
Email: stay@heilala.to
Web: http://heilala-holiday-lodge.com

庭園内に建てられたトンガ式の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。カヤックやサーフ・ボードも借りられる。サイクロン・ハロルドの打撃を受けたが、修復が進んでいる。



(2020年2月の写真)

リクアロファ・ビーチ・リゾート★★★★

Liku' alofa Beach Resort, Tel. 41967
Email: bookings@likualofa.com
Web: www.likualofa.com

ハアタフ・ビーチに向かう道に大きな看板が出ている所で左折。リゾート内のレストランでは、ビュッフェ・ディナーやダンス・ショーを楽しめる。サイクロン・ハロルドで相当な打撃を受け、ニュースとなった。営業状況は要確認。

ブルー・バナナ・ビーチ・ハウス★★★★

Blue Banana Beach House, Tel. 41575/42584
Email: bluebanana.tonga@gmail.com
Web: www.bluebananastudios.com

1975年以降、王家の領地であるカノクポルに立地し、文字通り青いバナナがトレードマーク。シュノーケリング、カヤックには絶好のロケーション。シルバージュエリーやTシャツ作成などアート活動も行っている。

ホルティーズ・ハイダウェイ・ハアタフ★★★★

Holty's Hideaway Ha'atafu
Tel. 41720/7701340/7701339
Email: haatafu@gmail.com
Web: www.holtyshideaway.com

オーストラリア人のご夫婦が経営している。日曜日もオープンしているカフェのハンバーガーは美味しいと定評がある。

テウカヴァ・ビーチ・オアシス★★

Teukava Beach Oasis
Tel. 23810/24199/7719200/8467849
Email: teukava.tonga@gmail.com
Web: www.teukava.com

ホホワイト・サンズ・ビーチ・リゾート

White Sands Resort, Tel. 8689383/8789383
Web: www.whitesandstonga.com

ハアタフ・ビーチの手前の砂浜ビーチに面して、ビーチ・ウェディングやBBQも楽しめる高級リゾート。サイクロン・ハロルドでは相当の打撃を受けた。

●トンガタブ中央／東側のビーチ・リゾート

オホレイ・ビーチ・リゾート★★

'Oholei Beach Resort
Tel. 28864/7611783/7778713
Email: oholei@kalianet.to
Web: www.oholeibeachresort.com

ファアモツ空港の先にあり、松明の焚かれた駐車場から、洞窟のような道を下った砂浜ビーチにある。水曜日と金曜日の夕方に開催されるディナー・ショーは人気が高い。砂浜前の壁がない建物内で、波音の中、生バンド演奏付きで、子豚の丸焼きなどトンガ伝統料理のビュッフェ・ディナーを食べ、食後は鍾乳洞ヒナ・ケープでダンス・

ショーを楽しむ。

*ディナー・ショー詳細は、ビュッフェ・ディナーとショーのページを参照。

カテア・リトリート

Katea Retreat, Tel. 7744001
Email: info@katearetreat.com
Web: www.katearetreat.com

ファアモツ空港近くに最近できた新しいリゾート。道路からは、徒歩で10分ほど歩く。日曜日のランチのみオープン、結婚式やプライベートのイベントなどで貸切りの場合もあるので、事前に予約した方がよい。

ケレティ・ビーチ・リゾート

Keleti Beach Resort, Tel. 29400/29190
Email: keleti.resort@gmail.com
Web: www.keleti-resort-tonga.com/

ヌクアロファ市内から車で15分ほど、トンガタブ島中央南側辺りの海に面したリゾート。周辺に他のリゾートがないので、街灯も少なく、星降る夜を堪能できる。サイクロン・ハロルドで、建物の損傷を受け、レストランやバーの営業は停止。ビーチは利用可能。要確認。



ケレティ・ビーチ

ジョーズ・カハナ・リゾート★★

Joe's Kahana Resort & Restaurant
Tel. 22389, Email: sales@kahanaresort.com
Web: www.kahanaresort.com

市内のバイパス通りに看板があるので、ラグーンに向かって右折する。中国風の庭園に面して、宿泊施設とレストランの建物がある。中華料理店は、美味しいと評判。

●近郊の離島リゾート

ファファ・アイランド・リゾート★★★★★

Fafa Island Resort, Tel. 22800
Email: info@fafaisland.com
Web: www.fafaislandresort.com/

トンガタブ島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エーカーのハート型の島に伝統的バンガローの宿泊施設が点在する。露天シャワー、椰子の木陰にデラックス・ファレを持つ。ドイツ人経営の高級リゾート。宿泊のみならず、日帰りツアーも提供。週末の朝ヨガ・イベントもある。サイクロンの打撃を受けたが、すでに修復されている。要予約。



ファファ・アイランド・リゾート (2021)

ロイヤル・サンセット・アイランド・リゾート ★★★

Royal Sunset Island Resort
Tel. 24923/21254/7780581
Email: royalsun@kalianet.to
Web: 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。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。宿泊のみならず、日帰りツアーも提供している。要予約。



パンガイモツ・アイランド・リゾート

Pangaimotu Island Resort
Tel. 7715762/8865233
Email: pangaimotu2007@yahoo.com

ヌクアロファのファウア埠頭発着のボートで10分ほどに位置するパンガイモツ島リゾートは、本島から一番近く、気軽に利用できる。毎日多くの観光客が押し寄せ、特に日曜日はデイトリップのゲストで大変賑わう。リゾート内にレストラン・バーが

あり、マヴェ真珠のアクセサリー販売もしている。サイクロンの打撃を受けたが、日帰りツアーや稀に本島からパンガイモツ島まで1.8km泳ぐイベントの開催などをしている。



パンガイモツ・アイランド・リゾート (2019)

マカハズ・アイランド・リゾート★★

Makaha's Island Resort, Tel. 22840/8714536
Email: info@deepbluediving.to
Web: www.facebook.com/makahaadeepblue

カフェとカフェ・レストラン

●カフェとカフェ・レストラン

カフェやレストラン、バーなどは、ヌクアロファ市街地に集中している。ドリンクなど喫茶中心のカフェから、レストラン並みの豊富な食事を提供する所まで、様々なカフェがある。レストランよりは開店閉店時間が早いと言えるだろう。基本、日曜日は

営業していない。検索したい時には、Google MapやFacebookから探すと良い。FacebookをHPとして使用している店が多い。

フレンズ・カフェ

Friends Cafe & Tourist Center, Tel. 22390

Email: friends@kalianet.to

Web: www.friendstonga.com

ヌクアロファの中心部にあり、一番よく知られているカフェ。多くの旅行者とローカルが集まる。朝食から夕食後のパーティムの時間まで、コーヒーやソフトドリンクに加え、ビールとワインなどのアルコールと幅広い食事とデザート・メニューを提供している。インターネット・カフェとトラベル・センターが併設されている。



カフェ・エスケープ

Café Escape, Tel. 21190/21212

Email: 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で、ケーキなどのデザートも美味しい。冷房が良く効いていて、テーブル席の他、ソファ席がある

のも快適。スタッフの制服やインテリアもポリネシア風で可愛い。



ハーバーカフェ

Harbor Café

ハーバーは、台形のような白いモダンな建物だが、日本政府の援助で建てられた。1階には、国内線のババウ諸島やハアパイ諸島行きの船会社が入る。この2階に広々としたカフェが入っている。室内も広いが、室外のテラス席では、船を見ながら、喫茶や食事を楽しめる。日曜日にはランチ・ビュッフェもやっている。



コーヒー・ポスト

Coffee Post, Tel. 8886250

Email: coffeeposttonga@gmail.com

BSP銀行本店横にある郵便局の建物内

に入っているカフェ。コーヒー系のメニューのみならず、スムージーなど健康を意識したドリンクも多い。食事は軽食のみ。出社前やカフェ内でノートパソコンを広げるなど、ビジネスパーソンの人気が高い。15時閉店。

ベトナムミーズ・カフェ

Vietnamese Café, Tel. 22118

タラマフ中央市場から徒歩5分ほどの所にある、体育館のような天井の高い建物に入っている広いカフェ。本場のベトナムコーヒーやフォーなどのベトナム料理を楽しむ他、パイやサンドイッチ、デコレーションケーキ、フルーツポンチ、キムチ等を販売している。ベトナム人の経営で、朝早くから、夜遅くまでオープンしているのが便利だ。



トゥプアンガ・コーヒー・ファクトリー&カフェ

Tupu'anga Coffee Factory and Cafe
Tel. 26174, Web: www.madeintonga.com

市街地からは、車で20分ほどのブッシュに囲まれた静かな場所にある、珈琲製造工場に併設されているカフェ。内装が可愛く、敷地内にはプレイグラウンドがある

ので、子連れでも便利。自社製品の珈琲豆と引いた珈琲粉、タロイモチチップスなどを直販。軽食のみ。



ウェイブズ・カフェ

Waves Café, Tel. 28545

海沿いのブナ・ロードを東側に車で10分ほど、クイーン・サローテ埠頭の先にある。大き目のテーブルでゆったりした室内。ハンバーガーやフィッシュ&チップスなどがリーズナブルな価格で美味しい。日本語を片言話せるスタッフがいる。



スナック・バー

Snack Bar, Tel. 25592

海沿いのブナ・ロードを王宮より西側に行くと、看板が出ているお洒落なコンテナ・カフェ。席は室外のみ。ランチ中心だが、

メカブのポケ丼、ハンバーガー、メキシカンなどバラエティーに富んでいて、値段もリーズナブル。月～金で18時閉店。



マムズ・カフェ・ヌクアロファ

Mum's Café Nuku'alofa, Tel. 7756530

Email: konaelect@yahoo.com

Web: Google MapかFacebookを検索

南国風ファレの建物が特徴的。カフェとなっているが、様々なトンガ料理を提供している。



ビルダーズ・バーガー

Builder's Burger

Tel: 7794550/7719147/24401

Touliki(トウリキ)の海水プール前に、プレイグラウンドと共に2021年にできたカフェ。ハンバーガーが美味しいと評判。

イベントの貸切りにも使用されたり、人気がある。



ヤミー・トリート

Yummy Treats, Tel. 21511/7715411

サブマリンなど、サブウェイ風のサンドイッチ販売。Take awayのみ。



イフォ・ハンバーガー

Ifo Hamburger Tel. 7710297

バイパス通り沿いのハンバーガー屋。マクドナルド風のバーガーやセットメニュー。Take Awayのみ。



ジュース・バー

Juice Bar Tel. 8853500

Web: www.juicebartonga.com

最近オープンしたフレッシュ・ジュースの店。

ホルティーズ・ハイダウェイ・カフェ

Holty's Hideaway Cafe

Tel. 41720/7701340/7701339

Email: haatafu@gmail.com

Web: www.holtyshideaway.com

日曜日オープンしているカフェのハンバーガーは美味しいと定評がある。オーストラリア人のご夫婦が経営。

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可能。最近では、レストランの酒類取扱許可（リカーライセンス）取得が厳しくなり、BYO (Bring Your Own)、つまりドリンク持込可のレストランも多いので、予約の際に確認すると良いだろう。基本、日曜日は閉まっているが、一部の中華料理店やホテル内のレストランやカフェは、日曜日許可を得て営業。リゾートホテル内のレストランによっては、日曜日のみ開店の所もある。

リトル・イタリア

Little Italy Restaurant, Tel. 25053

Email: info@littleitalytonga.com

Web: www.littleitalytonga.com

1996年に出来たイタリア料理店。海沿

いのブナ・ロードにあり、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、肉料理、魚料理、デザートなど幅広く定番のイタリア料理が楽しめる。上階は宿泊施設。



シービュー・ロッジ・デッキ&レストラン

Seaview Lodge Deck & Restaurant

Tel. 23709, Email: info@seaview-lodge.com

/ seaview.tonga@gmail.com

Web: www.seaview-lodge.com/index.html

王宮に近い海沿いのブナ・ロードにある高級レストラン。ヨーロッパ風とポリネシア風をミックスした肉料理やシーフードの日替りのディナーメニューを楽しめる。海を眺めながら、リゾート風ガーデニングのテラスでハッピーアワーや食事するのもよいだろう。上階がロッジなので、朝食、ランチ、お茶、ディナーが可能。日曜日も開いている。



ウォーターフロント・カフェ

Waterfront Lodge & Cafe, Tel. 25260/24692
Email: waterfro1@kalianet.to
Web: www.waterfrontlodge-tonga.com/

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リゾート風インテリアの高級レストラン。デザートも人気。ランチ、お茶、ディナーまでオープン。上階は宿泊施設のウォーターフロント・ロッジ。



ザ・トップ

The TOP Rooftop Restaurant & Lounge
Tel. 6855482, Web: www.thetopofpolynesia.com

エレベーターで4階に昇ると、街と海を一望できる見晴らしの良い高級レストランとラウンジがある。市内中心部にあり、カリフォルニア料理を中心に、タコスなどメキシカンや照焼き風味の料理のライス添えもある。ランチ、お茶、ディナー、ラウンジやハッピーアワーの利用も可能。



ルナロッサ・レストラン

Lunarossa Restaurant, Tel. 26324/7711220
Email: marcoenini2015@hotmail.com

ラグーンに面した本格的なイタリア料理店。肉料理もあるが、シーフードが新鮮で美味しく、イタリア人オーナーの創作料理、手打ちパスタや、フランス料理も少数ある。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。パーカウンターには、各種リキュールも並ぶ。



マルコス・ピザ・パスタ

Marco's Pizza Pasta, Tel. 22144

ヌクアロファ中心部で、アットホームな店構え。イタリア人のマルコさんが腕を振るう大人気の本場の味のピザ屋さん。一人前サイズから、驚くほど大きい大家族用まで、各種サイズを選べる。ハーフ&ハーフもOK、価格もリーズナブルな事からTake



away注文も多い。手作りパスタを出す曜日もある。夕食のみ。BYO。

42 エバーグリーン

42 Evergreen Chinese Restaurant, Tel. 21563

フィッシュ・マーケット横のファウア埠頭に移動したので、特にテラス席だと、海を目の前に見ながら食事ができる、美味しいと定評のある中華料理店。日曜日も営業している。

エメラルド・レストラン

Emerald Hotel & Restaurant, Tel. 22888

Email: emeraldhoteltonga@gmail.com

Web: www.emerald-tonga.com

エメラルド・ホテル内にある中華料理店。シックな内装に、伝統的な回る円卓テーブルがあるので、お皿やお茶をシェアするのに、大人数のグループでも便利。メニューはとても豊富でリーズナブル。個室もあるため、イベントにもよく利用される。テイクアウトも可能。ランチセットも有り。



フランジパニ韓国料理

Frangipani Korean Restaurant

Tel. 21200/7756779

Email: ikalecom@gmail.com

韓国人のご夫婦経営の老舗の韓国料理

店。テーブルによっては、焼肉用の網が付いており、サムギョブサルなど焼肉も可能。チジミやビビンバ他、伝統的な韓国料理を取り揃えて提供している。夕食のみ。カラオケあり。



ヤンズ・キッチン

Young's Kitchen, Tel. 21563

若い韓国人夫婦のお店。クリーンな癒し系の内装に、ブルコギやビビンバなどの韓国料理に加え、パスタやトンカツ、巻き寿司やスムージー、ハーブティーなど、幅広く人気メニューを提供。ランチタイム、カフェとしても大人気。朝食、ランチ、お茶、夕食までだが、平日は18時、土曜日は14時閉店。



ビルフィッシュ・アンド・バー・レストラン

Billfish Bar & Restaurant, Tel. 24084/23729
Email: robert@billfish.com
FB: Billfish Bar & Restaurant

海沿いのブナ通りにあるトンガで最も知られた英国パブ風のバー・レストラン。ハンバーガーやポークリブ、ステーキやフィッシュ&チップス、メキシカンなどパブ料理。週末の夜には多くの人が音楽とお酒を楽しんでおり、スポーツ観戦などのイベントも。ランチから深夜まで営業。



シェフ・ゼロ

Chef Zero, Tel. 21178/7713380

市内中心部から車で15分ほどの場所にある軒家レストラン。ロブスター、カレー、パスタ、肉&魚料理、デザートなど、幅広い範囲の料理を提供していて、リーズナブル



で美味しいと評判だ。内装はシンプル。ソフトドリンクは提供しているが、BYOなので、アルコールを飲む人は持参しよう。

サイモンズ・プレイス

Simon's Place, Tel. 22797
Email: simonsplacetonga@gmail.com

ホテルに併設のアットホームなレストラン。米国から来たトンガ人家族の経営。ラム・ステーキやフィッシュ・カレー、アップルパイなどとても美味しい。ランチとディナー。BYO。壁の絵もモダンでユニーク。金曜の晩には、音楽バンドを入れるイベントなどをやっている。



ングトゥレイ・バー&レストラン

Ngtulei Bar & Restaurant, Tel. 22666

フィッシュ・マーケット横のファウア埠頭にある。前菜や肉料理、シーフード、カ



レーやハンバーガーなど、単品からコースまで幅広くカバーしている。

ブラックパール

Black Pearl, Tel. 21563

個人の邸宅のような貴族的な雰囲気の内装。メニューは、肉料理か魚料理の2択だが、日本人には2人前は十分あるボリュームで、本当に美味しい。夕食のみ。要予約。



アンジェラ

Angela Chinese Restaurant, Tel. 23930

ゲストハウスに併設の老舗の中華料理店。日曜日も開いている。



エイシェント・トンガ

Ancient Tonga, Tel. 25510

天井の高い広々とした空間の伝統的なト

ンガの建物ファレが特徴的。イベントやケータリングによく利用されているスペースの横で、ハッピーアワーとディナーの提供が始まった。ハンバーガー、ブリトー、フィッシュ&チップスなど。



ポット・ラック・レストラン

Pot Luck Restaurant, Tel. 25091

Email: ati@diginet.to

ケータリングや観光サービス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。若き実習生のお料理を温かい目で見守ろう。要予約。BYO。



シーティーアール

CTR, Tel. 26382

Vaiola病院近くにある。

トロピカル・テイスト

Tropical Taste, Tel. 24741

コテージ ブリーズ

Cottage Breeze

Tel. 28940/7716385/8716385

Email: cottagebreeze@gmail.com

大洋

Willy Borealis, Tel. 7741243/8418665

リーズナブルで美味しい家族経営の中華料理店。ランチから夕食までずっと開いている。



シンガポール料理

Singapore Restaurant, Tel. 8626155

ケンタッキーやチャーハンなどがリーズナブル。Take away中心だが、2-3卓、イー・トイン・スペースもある。



●ナイトクラブ

ヌクアロファ市内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、日没後の酒場ではトラブルの発生は避けられない。特に、深酒による殴り合いや若年層の麻薬使用は少なくない。できれば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、チェックしておこう。

リロード・バー&VIPラウンジ

Reload Bar & VIP Lounge, Tel. 8622383

ヌクアロファの街の真ん中、メインストリートのタウファアハウ通り沿いのナイトクラブ。1階は気軽に飲めるCash on Deliveryのバー、2階が座ってスポーツ観戦などができるVIPラウンジになっている。大音響の音楽が流れているので分かりやすい。週末やイベントには多くの若者が集まる。



ノーティ・ルビーズ・バー&レストラン

Naughty Ruby's Bar & Restaurant, Tel. 27808

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。夜更けの方が盛り上がる。入場料制。



ビルフィッシュ・バー・アンド・レストラン

Billfish Bar & Restaurant, Tel. 24084/23729

Email: robert@billfish.co

FB: Billfish Bar & Restaurant

ヌクアロファ近郊で最も有名な老若男女が集まる国際的なレストラン・バー。英国パブを思わせる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、ダンスを楽しめる。入場料制。

●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、伝統的なトンガ料理のビュッフェ・ディナーを味わいながら、伝統文化のダンスやライブ音楽などのショーを楽しむことができる。定期的に、コロナ禍前には、週2日定期的に開催されていた。

サイクロンの打撃とコロナ禍の半鎖国や

外出禁止時間などの政策で状況が変わったので、開演時間の確認も兼ねて、事前予約をしたほうがよいだろう。

オホレイ・ビーチ・リゾート

'Oholei Beach Resort, Tel. 28864/7611783

Email: oholei@kalianet.to

Web: 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、子豚の丸焼きなど伝統的なビュッフェ・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・ケープでファイヤー・ダンスなどのショーを見ることができる。料金は一人T\$40。また、日曜日是一人T\$30でビュッフェ・ランチと生バンドでの音楽を楽しめる。希望者はヌクアロファ市内からT\$15で送迎してくれる。



ヴァカロア・ビーチ・リゾート

Vakaloa Beach Resort, Tel. 41233/41234
Email: vakaloabeachresort@yahoo.com.au
Web: www.vakaloabeachresort.com/

営業状況は、要確認。

リクアロファ・ビーチ・リゾート

Liku' alofa Beach Resort, Tel. 41967/41770
Email: bookings@likualofa.com
Web: www.likualofa.com/

営業状況は、要確認。



2021年ヘイララ・フェスティバル

エウア島

トンガタブ島の南東約40kmに位置するエウア島は、まっ平らなトンガタブ島とは対照的に、レインフォレストに囲まれた低い山並み続く。島の西側にはビーチが点在し、東側は断崖絶壁という変化のある地形。王国内で、一番古い島と言われている。トンガタブ島のオホレイ・ビーチ辺りから、海に浮かぶエウア島を見ることができる。

ババウ諸島やハアパイ諸島に比べると、エウア島に足を運ぶ旅人はまだ多くはないが、徐々に増えているところである。トンガタブ島から近く、交通の便も悪くない。

エウア島は、港のあるオホヌア (Ohonua) に、食料や日用品を売る商店が3～4軒、郵便局、銀行、警察署、船のオフィスなどがある。それ以外は、メインストリートに沿って幾つかの村があり、島の人々の家がある。

この島には、外からの観光客向けに造られたリゾートなどではなく、手つかずの自然と南太平洋の小島に生きる人々の、ありのままの生活がある。実際に、そんな素朴なたたずまいが訪れた人の心を惹きつけ、エコ・ツーリズムの中心となっている。

エウア島 (Eua) へのアクセスと 一般事情

●空路と航路

飛行機でエウア島に行くには、国営のルルタイ航空が定期的にトンガタブ島との間を往復している。所要時間は約8分。料金とスケジュールは、随時Facebookやsmsで通知される。

一方、船でエウア島に行く場合は、トンガタブ島のドメスティック・ハーバーと同じ敷地内の向かい側にある建物のエウア・フェリー・サービス (Eua Ferry Services Tel. 24755) が、火曜日から土曜日まで毎日運航している。所要時間と料金は、MV. Maui号ならばT\$30で約1時間半、MV. Onemato号ならばT\$20で約2時間半。

その隣のトファ・ラムゼイ・エンタープライズ (Tofa Ramsey Enterprises Tel. 21326) も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。

●空港からの交通

空港から直接宿に行く場合は、出迎いの村人の車に同乗させてもらう、タクシーまたは宿泊施設の送迎車を利用するといった方法がある。

●港からの交通

港からの交通も、空港からと同様である。

●アクティビティ

ダイビング、シュノーケリング、ホエール・スイム、乗馬、ハイキング、赤いオウムのバード・ウォッチングなど。

おもな見どころ

国立森林公園

マタマヒナ・ホポ

Matamahina Hopo

ホウマ村の東にある200メートルの高さの垂直に切り立った崖。

マタランガのマウイ/リアンガフオアのマウイ

Matalanga' a Maui / Li' angahuo' a Maui

ポリネシア神話のマウイ神伝説にまつわる場所。

ホテル

サイクロンとコロナ禍の影響で、休業中や予約受付のみの宿泊施設もあるので、インターネットの予約サイトで、営業状況を確認すること。アットホームでこじんまりした宿泊施設が多い。

●ホテル、ゲストハウス

タйнаズ・プレイス★

Taina's Place, Tel. 8831722/7765002

Email: tainasplace@gmail.com

Web: www.tainasplace.com

オヴァヴァ・ツリー・ロッジ

Ovava Tree Lodge, Tel. 22840/8714535

Email: info@deepbluediving.to

Web: deepbluediving.to

ザ・ハイダウェイ★★

The Hidaway, Tel. 50255/54882/7718411

Email: hideawayeua@gmail.com

Web: www.hideawayeuatonga.com

ブルーウォーター・リトリート

Blue Water Retreat

Tel. 50421/7705273/7782371

Email: contact@bluewaterretreat.to

Web: www.bluewaterretreat.to

レストラン

宿泊施設に併設のレストランなので、宿泊しなくても利用可能か、開店状況と併せて要確認。

ザ・ハイダウェイ・レストラン

The Hidaway Restaurant

Tel. 50255/50128/7755753

Email: hideawayeua@gmail.com

Web: www.hideawayeuatonga.com

宿泊施設に併設のレストラン。太平洋に沈む夕陽を眺めながら、トンガ料理と西洋料理の食事を楽しめる。

オヴァヴァ・ツリー・ロッジ

Ovava Tree Lodge

Tel. 22840/50882/8715420

Email: info@deepplodge.to

Web: deepplodge.to

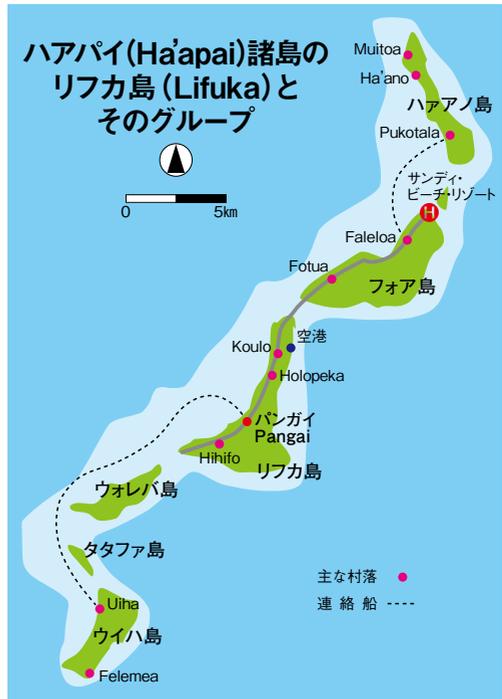
宿泊施設に、レストランとバー、ツアーデスクが併設。オホヌア・タウン中心部から徒歩5分。

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5,419人（2021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ア島(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。

近年では、数回にわたる大型サイクロンや津波、海底火山の噴火などにより被害を受けているが、復興作業が進んでいる所もある。湊かなえ氏の小説「絶唱」にも舞台として登場するが、特に透明な海水を通して見渡せる海中世界や、夕陽の美しさは、訪れる人を驚きにつつまようだ。



リフカ島へのアクセス

●空路と航路

パンガイ（リフカ島）の北3kmにあるサローテ・ピロレブ（Salote Pilolevu）空港が空の玄関口で、国内線を運航するルルトアイ航空がトンガタブ島とリフカ島を結んでいる。また、リフカ島～ババウ行き、ババウ～リフカ島のフライトが運行されている。フライトの料金とスケジュールは、随

時 sms やFacebookで通知される。変更もあるので、しっかり事前確認しよう。

一方、船でハアパイ諸島に行く場合は、フェリー会社Friendly Islands and Shipping Agency (Tel. 23853, Web: www.fisa.to, E-mail: mvotugaofa@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。料金は、ハアパイまでT\$79/片道。



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グ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。



サンディ・ビーチ・リゾート

ホテル

近年の大型サイクロンや海底火山の噴火の影響で、未だ休業中の宿泊施設もあるが、営業を再開しているところもある。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

サンディ・ビーチ・リゾート

Sandy Beach Resort, Tel. 69600
Email: Vacation@sandy-beach-tonga.com
Web: 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。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用できる。レストランは軽食を除き宿泊者のみ利用可能。



マタフォヌア・ロッジ

Matafonua Lodge, Tel. 69766
Email: info@matafonua.com
Web: 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。白い砂浜で十分に海遊びが堪能できる。

ファニフォ・ロファ・カイトサーフ・トンガ

Fanifo Lofa Kitesurf Tonga, Tel. 8458188
Email: info@kitesurftonga.com
Web: 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。

セレニティ・ビーチ・リゾート

Serenity Beaches Resort, Tel. 8734934
Email: info@serenitybeaches.com
Web: 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
Email: info@haapaibeachresort.com
Web: www.haapaibeachresort.com/

リフカ島の空港とパンガイの町なかの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
Email: 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
Email: 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
Email: 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
Email: 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
Email: info@uoleva.com,
Web: 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・カフェ・バー

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できるところが多いが、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

Email: info@matafonua.com

Web: 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

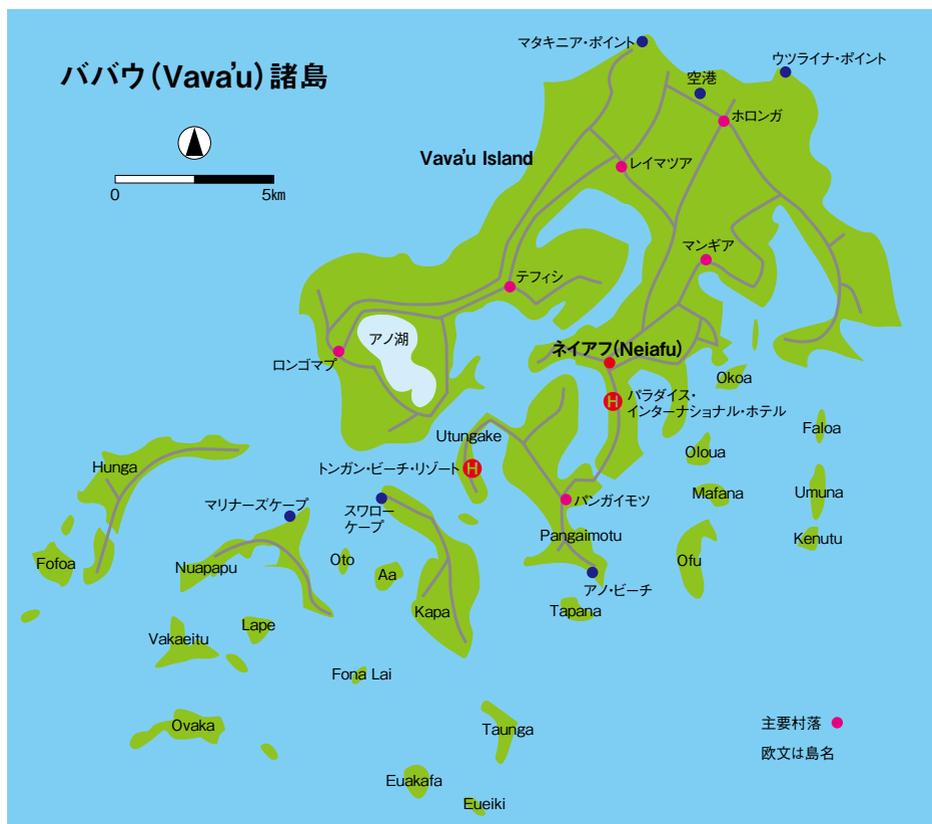


2015-2016年度ミス・ヘイララ

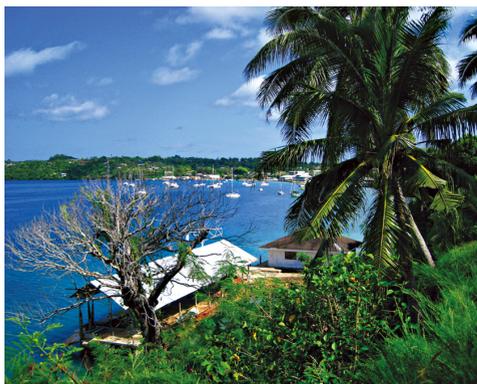


タラマフ・マーケットのトンガ人アーティストとその作品

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14,283人（2021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。





ネイアフ (Neiafu) 中心部

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。

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。国内線を運航するルルタイ航空がほぼ毎日運航している。またハアパイ諸島のリフカ島間もリフカ島からババウ島、ババウ島からリフカ島へのフライトが運行されている。フライトの料金とスケジュールは、随時 sms やFacebookで通知される。変更もあるので、しっかり事前確認しよう。

一方、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、高速船で12時間、通常船でいくつかの離島に寄港するため、24時間以上かかる。フェリー会社Friendly Islands and Shipping Agency (Tel. 23853, Web: www.fisa.to, E-mail: mvotugaofa@fisa.to) が、就航している。料金はT\$99/片道。

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お安心。



ババウのネイアフ市内

●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できる。

●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)。

●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。



ババウの教会

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、セイリング、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、ヌアパ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

Email: info@dolphinpacificdiving.com

Web: www.dolphinpacificdiving.com/

ネイ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
Email: info@belugadivingvavau.com
Web: 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
Email: shane@moorings.co.nz
Web: 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)
Email: tours@fikco.com
Web: 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ができる。

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ことだ。

●ネイアフの高級リゾート

プアタウカナベ・インターナショナル・ホテル

Puataukanave International Hotel
Tel. 71002/71004, Email: info@puashotel.to
Web: 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。



プアタウカナヴェ・インターナショナル・ホテル

●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
Email: holidays@thetongan.com
Web: 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食や朝食のみのセットなどが選べる。



トンガン・ビーチ・リゾート

ミスティック・サンズ・ビーチ・バンガロー

Mystic Sands Beach Bungalows
Tel. 7584027, Email: info@mysticsands.net
Web: 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
Email: jefflestrange@yahoo.com
Web: 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
Email: info@hilltopvavau.com
Web: 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
Email: vavau.harbourview@gmail.com
Web: 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
Email: twinviewmotel@gmail.com
Web: 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
Email: portwine_guesthouse@yahoo.com
Web: 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
Email: info@tongabluelagoon.com
Web: 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 (Foiatea) 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
Email: 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
Email: info1@malaisland.com
Web: 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、南の島のパラダイスを楽しめる。

トレジャー・アイランド・リゾート

Treasure Island Eueiki Eco Resort
Tel. 7512935/8476200
Email: treasureislandtonga@gmail.com
Web: 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プライベート・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・カフェ・バー

アクアリウム・カフェ

Aquarium Café, Tel. 70493
Email: aquarium.cafe@yahoo.com
Web: 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

カフェ・トロピカーナ

Café Toropicana, Tel. 71322
Email: tropicana@vavau.to
Web: www.vavau.to/tropicana/

ネピア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める。



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
Email: bellavistacafe.vavau@yahoo.com

ネピア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
Email: 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
Email: cafepoolside@gmail.com

ブアタウカナヴェ・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。

ブアタウカナベ・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
Email: 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。

バウンティ・バー

Bounty Bar, Tel. 70700/7748665
Email: 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飲むビールは格別。



ババウの民芸品店

●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

Email: tapanaisland@gmail.com

Web: 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

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 : tongaembassytokyo@gmail.com
- 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

- トンガ貿易・経済開発省
(Ministry of Trade and Economic Development)
P.O.Box 110, Latai Estate
Cnr Tupoulahi Rd and Salote Rd
Fasi-moe-Afi, Nuku'alofa
Kingdom of Tonga
Tel : (+676) 7400104 or 7400105
Fax : (+676) 23887
E-mail : info@mted.gov.to
Web : <http://www.mted.gov.to/>

観光コンタクト先

- トンガ観光省 (Ministry of Tourism)
P.O.Box 37, Vuna Road
Nuku'alofa
Kingdom of Tonga
Tel : (+676) 25334 or 24436
E-mail : info@tourism-tonga.com or info@tongatourism.gov.to
Web : <http://www.tongaholiday.com> or <http://tourismtonga.gov.to/>

写真ならびに記事等にご協力頂いた方々

●Ms. Kaori Oishi & Mr. Kantaro
Oishi Pacific International Ltd.

●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

PICの著作物に関しては、無断での複写・複製・転載はお断りしています。
さらに、転売・出品も禁止とさせていただきます。

トンガ王国

発行日：2022年3月31日

発行：国際機関 太平洋諸島センター

〒101-0052

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

URL：<https://pic.or.jp/>

TONGA

