

Events グアムのイベント

グアムでは、地元の文化やグルメを体験できるイベント、またスポーツイベントなど、年間通じて開催されています。気軽に参加できるイベントも多いので、ぜひ参加してみたいかがでしょうか。



カウントダウン花火大会

NEW YEAR'S EVE FIREWORKS DISPLAY

開催月／12月31日～1月1日

場 所／Tumon Bay, Hagåtña

内 容／年越しのカウントダウンに行われるアメリカで一番早い毎年恒例の花火の祭典。

グアム・ココロードレース／グアム・ココ・キッズ・ファンラン

GUAM KO'KO' ROAD RACE / GUAM KO'KO' KIDS FUN RUN

開催月／4月

場 所／Governor Joseph Flores Memorial Park

内 容／往復10キロのランニングイベント。前日に子供向けのランイベントも開催される。

グアム・ミクロネシア・アイランド・フェア

GUAM MICRONESIA ISLAND FAIR

開催月／5～6月頃

場 所／Governor Joseph Flores Memorial Park

内 容／グアムだけでなくミクロネシア地域の文化や伝統に触れることができるイベント。

リバレーションデー

LIBERATION EVENT

開催月／7月

場 所／Hagåtña

内 容／1944年7月21日に米軍がグアムに侵攻し、1941年に始まった日本軍による占領が終結したことを記念して、グアム最大の山車パレードを開催。

このほかにも数多くのイベントがグアムで開催されています。最新のイベントスケジュールや詳細は、グアム政府観光局ウェブサイトまで。

<https://www.visitguam.jp/events/>

グアム政府観光局 日本オフィス

営業：月曜日～金曜日（祝日、年末年始、お盆時期を除く）10:00～17:00 ※お昼前後は不在にしている場合がございます。予めご了承ください。

〒103-0023 東京都中央区日本橋本町 2-6-1 日本橋本町プラザビル 2階

TEL 03 (6661) 2486 (コールセンター)

Guam Visitors Bureau (本局)

401 Pale San Vitores Road Tumon, Guam 96913

    www.visitguam.jp

※グアム政府観光局では、掲載情報の正確さを期するため、最大限の注意を払っておりますが、掲載内容の誤りや脱落により、企業や団体などが何らかの損害を被る場合でも、その発生理由に関わらず一切の責任を負いかねます旨、ご了承ください。

※掲載されている情報は、2025年9月現在の情報です。今後の状況により変更になる場合がございますので、詳細は各社最新情報をご確認ください。また、最新情報はグアム政府観光局ウェブサイト (<https://www.visitguam.jp/>) でもご紹介しておりますので、そちらも併せてご覧ください。



2025年1月22日 発行



GUAM

インフォメーションガイドブック



#HereWeGuam

さあ、3時間半で行けるアメリカンリゾートへ。

Introduction

清潔で安心・安全 3時間半で行けるアメリカンリゾート グアム

常夏の楽園グアムは、日本各地から飛行機で、わずか3時間半で行けるアメリカンリゾート。清潔で安心・安全な環境であるところも、大きなおすすめポイントと言えるでしょう。

またグアムのホテルの約8割の客室がオーシャンビュー。目の前に広がる白砂のビーチと、青い海は、旅のひとつを盛り上げてくれます。多彩なアクティビティもグアムの自慢のひとつ。海のアクティビティはもちろん、緑豊かなジャングルや山でのハイキング、美しい景色やランドマークをめぐるセルフドライブなど、陸のアドベンチャー体験も楽しめます。

さらに注目したいのが豊かな文化。およそ4000年前からこの地に暮らす先住民チャモロに始まり、スペインやアメリカ、日本など、さまざまな文化の影響が息づいています。文化体験や「チャモロ料理」に代表されるグルメもぜひ島で体験してみてください。

これからの時代の旅行先としてグアムは、おもてなしの精神で皆様をお待ちしております。

「Hafa Adai ! (ハファ デイ!)」*

* チャモロ語で「こんにちは!」「ようこそ!」を意味する歓迎の挨拶

※掲載されている情報は2025年9月時点の情報です。今後の状況により変更になる場合がございますので、詳細は各社最新情報をご確認ください。また、最新情報はグアム政府観光局ウェブサイト(<https://www.visitguam.jp/>)でもご紹介しておりますので、そちらも併せてご覧ください。

GUAM





New Style Travel in Guam グアムで新しい旅のスタイルを

グアムで新しい旅のスタイルを実践してみませんか？
日本とは違った環境でリフレッシュしたり、スキルアップしたり、
新たな出会いや発見が待っています。

スポーツで汗を流す

海を感じながら走るランは気分爽快。週末には5
キロからチャレンジできる大会もあるので、地元の人
と一緒に汗を流してみるのも旅行ならではの体験。ま
たバスケットボールコートでロコとプレイも！



ワーケーション

仕事をしながら滞在するワーケーション。日本とは違っ
た環境のもと、より柔軟でクリエイティブな発想が生
まれてくるかも？！



英語を身につける

日本から一番近い英語圏のグアム。ネイティブの人と
の会話に挑戦するだけでも大きな第一歩。また短期
英語レッスンでスキルアップもおすすめ。



大自然の中で、心も体も元気に

グアムは、美しい自然と穏やかな環境の中で、心身のバ
ランスを整えられる場所。朝ヨガなどのウェルネス体験
を通して、心も体も元気になれる旅を体験してください。



「映え」スポットを訪ねる

ウォールアートや絶景ポイントなど、「SNS 映え」する
スポットが点在する
グアム。それらを巡
るのも旅の楽しみの
ひとつでしょう。



地産地消の商品を！ お土産にも

デデドの朝市とナイトマーケットは、地元の新鮮な野
菜や果物、手作りの雑貨、南国ならではのグルメが
楽しめるグアムの人気スポット。朝市では活気ある雰
囲気の中でローカルの生活を感じられ、ナイトマー
ケットでは夜の涼しい空気と共にエンターテインメン
トや屋台グルメを満喫できます。観光客にも地元の人
にも愛される場所で、グアムの文化や魅力を体験する
絶好の機会です。



【デデドの朝市】

住所：The Guam Farmers Market, 144 West Sa
nta Monica Avenue, Dededo, 96929, Guam
営業時間：毎週土・日曜日 6:00 - 9:00

【チャモロビレッジのナイトマーケット】

住所：153 W. Marine Corps Dr., Hagåtña, Guam
営業時間：毎週水曜日 17:00 - 21:00



「メイド・イン・グアム」って？

グアムで作られた商品には、グア
ム政府のお墨付きを証明する「グ
アム・プロダクト・シール」が貼ら
れています。お買い物の時には要
チェックです！写真左の看板内の
「MADE IN GUAM」の文字が書
かれたロゴがその目印！





History & Culture

グアム4000年の歴史を紐解く

先住民チャモロに始まり、スペインやアメリカ、日本など、さまざまな文化が混ざり合い、ユニークな文化が育まれたグアムの歴史を知れば、よりグアムへの理解が深まるでしょう。

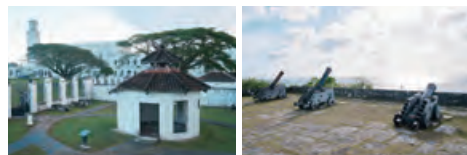
1 古代チャモロ時代

グアムを含むマリアナ諸島の島々には、4000年以上も前に東南アジアの島々から渡来した人が定住したと推定されていて、後にチャモロ人と呼ばれるようになりました。



2 スペイン統治時代

1521年3月6日に、世界一周の航海の途にあった探検家マゼランがグアム島を発見し、上陸。その後1565年より333年も続くスペイン統治の時代がスタートしました。



3 アメリカ統治と大戦期

1898年の米西戦争により、グアムはアメリカの領地になった。その後、第2次世界大戦時には一時的に日本の占領下にもなりましたが、1950年にアメリカの準州となり、現在に至ります。



4 日本から初めて観光客が訪れる

1967年5月1日、乗客100人を乗せたパンナム機が東京からグアムへ到着、これが日本からの最初の観光客となりました。以来、グアムの観光産業は発展し続け、日本にとって身近なビーチリゾートとして人気を集めています。



チャモロ文化に触れる

チャモロ人は、漁師や職人として優れ、カヌーや複雑な織物、陶器などを製作していました。また強い母系社会で、女性の力や社会的地位によって、言語や音楽、舞踊や伝統など、独自文化を守り伝えてきました。



チャモロダンス

古くから伝わるグアム独自のダンス。グアムの創造神や自然をテーマにした「アンシエント・チャモロ」と、スペイン統治の影響を受けた連帯などをテーマにした「スパニッシュ」の2ジャンルがあります。



チャモロビレッジ

水曜日の夕方に開催されているナイトマーケット。縁日スタイルで気軽にチャモロ料理や無料のダンスショーを観ることがができます。



Gourmet

グアムの食の魅力に触れる

グアムは、食においても魅力がいっぱい！進化するグアムのグルメシーンから目が離せません。

伝統的なチャモロ料理



フィナデニソース：酸味と辛みが効いたグアムの定番ソース



ケラグエン：ココナツベースのさっぱりとしたマリネ



レッドライス：アチョーテの味で赤く炊き上げたご飯

どの料理にも「甘さ」「辛さ」「酸っぱさ」のいずれかがブレンドされているのが特徴。お米や鶏肉を使ったものが多く、日本人にも馴染みやすい料理が多いです。

ボリュームたっぷり！本場のアメリカ料理



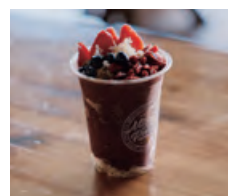
ステーキやハンバーガーなど、本場のアメリカ料理が味わえるのもグアムならではのボリュームに圧倒されてしまいます！

和食はもちろん、地元で人気のフュージョン料理も



和食をはじめ、各国の料理が味わえるグアム。最近地元で人気を集めているのが、伝統的なチャモロ料理に現代的なエッセンスを加えたモダンなフュージョン料理。見た目も美しいこの一皿を味わって！

新鮮なフルーツを使ったスイーツ



新鮮なトロピカルフルーツを使ったスイーツも南国グアムならではの。ボリュームたっぷり、「SNS映え」するスイーツにも是非トライしてみてください！

19 Villages in Guam

グアムの19の村を紹介

19の行政区からなるグアム。ホテルが建ち並ぶタモンやタムニング、行政機関が集まるアガニアだけでなく、個性豊かな南部の村、美しい自然が広がる北部の村など、その表情は実にさまざま。ぜひ足を延ばして訪れてみませんか？

A= ⑦ アガニア B= ① アガニアハイツ
C= ⑬ シナハニヤ
D= ⑪ モンモン-トト-マイテ



1

アガニアハイツ Agana Heights

アガニア湾を見下ろす高台にあり、第二次世界大戦以降、住宅地として発展しました。

2

アガット Hågat

南部における商業の中心地で、ニミッツビーチやアガットマリーナなどがあります。

3

アサン-マイナ Assan-Maina

第二次世界大戦で米軍が上陸したアサンビーチがあり、内陸には豊かな自然が広がっています。

4

バリガダ Barrigada

空港の南、カルスト台地の中央に位置。かつては牧場が広がり、今でものどかな雰囲気が感じられます。

5

チャランパゴ／オールドット Chalan Pago / Ordot

グアム中部、東岸のパゴ湾に面し、かつては農地、現在は住宅地が広がっています。

6

デデド Dededo

人口の多いエリアで、マイクロネシアモールや週末の朝市は、観光客にも人気があります。

7

アガニア Hagåtña

行政の中心。スペイン広場やアプガン砦、グアムミュージアムなど、史跡や公共施設が集まっています。

8

イナラハン Inalåhan

南東部、スペイン統治時代の雰囲気をもっとも濃く残り、イナラハン天然プールやベアロックなど、大自然の造形美を堪能できます。

9

マンギラオ Mangilao

グアム東岸、グアム大学など、教育機関が集まるほか、ゴルフ場や豊かな自然が残るエリアがあります。

10

メリッソ Malesso

南西部、海に向かって美しいココスラグーンが広がり、ココス島への玄関口となる船の棧橋「メリッソピア」もここに 있습니다。

11

モンモン-トト-マイテ Mongmong-Toto-Maite

アガニアとバリガダに挟まれたエリアで、邸宅地が広がり、ショッピング施設が点在しています。

12

ピティ Piti

グアム最大のアブラ港と太平洋戦争国立歴史公園があり、マリナーアクティビティの拠点としても人気です。

13

サンタ リタ-スマイ Sānta Rita- Sumai

グアム西岸にあり、米軍兵舎や海軍基地が占めるほか、太平洋戦争記念館などがあります。

14

シナハニヤ Sinajana

アガニアの南、内陸に位置し、住宅や商店、政府機関や教会などが集まっています。

15

タロフォフォ Talo'fo'fo

グアム南部、ジャングルが広がる自然豊かなエリアにタロフォフォの滝があります。

16

タムニング/タモン/ハーモン Tamuning/Tumon/Harmon

ホテルやビーチなどの観光ポイントやショッピング施設があり、観光客が多く集まります。

17

ウマタック Humåtak

南西部、探検家マゼランが上陸したウマタック湾があり、マゼラン上陸記念碑が建てられています。

18

ジーゴ Yigo

かつては太平洋戦争の激戦地だったところで、現在は空軍基地や、南太平洋戦没者慰霊公苑があります。

19

ジョーニヤ Yona

中部のジャングルが広がるエリアで、トレッキングなどが楽しめるほか、ゴルフ場も点在しています。



村のお祭り「フィエスタ」を体験してみよう！

「フィエスタ」は、グアム各村で開かれる守護聖人のお祭り。スペイン統治時代に始まったカトリック由来のお祭りで、グアムの多彩な歴史文化を反映しています。お祭り当日は、地元の人たちが協力してチャモロ料理を用意し、他の村の人たちや観光客にも分け隔てなく振る舞います。料理を味わいながらみんなが談笑し、音楽を楽しみ、歌い、踊りながらひとときを過ごします。地元の人と交流できる貴重な機会なので、ぜひ参加してみたいかがでしょうか。



訪ねてみたいグアムの観光スポット

ビーチ、公園など



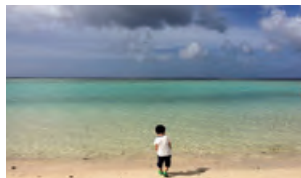
ホテルエリアの中心に位置
タモン湾

ホテルやショッピング施設、レストランが集まるタモン地区の中心にあるのでアクセスしやすい。美しいサンセットは必見。



タモン湾の北側に広がる
ガン・ビーチ

タモン湾のなかでも、静かな雰囲気魅力。地元の人にも人気のバーなどがあり、ゆったりとくつろげる。ここから眺めるサンセットも美しい。



週末はローカルの人たちで賑わう
マタバンビーチ

クラウンプラザリゾートグアムの横に位置するタモンにある2つのパブリックビーチのひとつで、地元の人にも人気。



インスタ映えスポットも
イパオ・ビーチ

タモン湾の南側にあるビーチで、シュノーケリングのスポットとして人気。各種イベントが行われるので、観光客だけでなく地元の人々の姿も多い。



BBQが楽しめる人気スポット
ガバー・ジョセフ・アローレス・メモリアル・パーク(イパオ・ビーチ・パーク)

イパオ・ビーチに隣接、週末はバーベキューをする地元の人で賑わいます。ランニングイベントのスタート、ゴール地点となることも。



グアム有数のスポーツ・エリア
パセオ公園

アガニア湾に突き出た公園で、パセオ球場をはじめ、バスケットボールコートやジョギングコースなどが整備されています。



マリナクティビティのメッカ
アガニア湾

ビーチエリアにはホテルが建ち並び、ジェットスキーやパラセーリング、バナナボートなど、マリナクティビティが体験できる施設も充実。



グアムの海の玄関口
アブラ港

ミクロネシア地域最大の商業港で、ダイビングや潜水艦ツアーの拠点です。南側はアメリカ海軍の軍港となっています。



自然の力で造られたプール
イナラハン天然プール

グアム南部のイナラハン地区にあり、人工に作られたものではなく、溶岩で海水が堰き止められ、自然に出来上がった天然のプールです。



毎週土日の早朝から開催
デデの朝市

おみやげ品から食べ物の屋台、生活必需品まで、バラエティ豊かな品揃えで、観光客ばかりでなく地元の人も多く集まります。



ミクロネシア唯一の総合大学
グアム大学

マンギラオにあり、日本を含む外国からの留学生も多く、国際色豊か。大学のロゴ入りオリジナルグッズも販売。

Tourism spots in Guam

絶景ポイント



グアム最高峰
ラムラム山

アガット地区にあり、トレッキングやハイキングが楽しめます。標高は406mで、頂上からグアムを一望できます。



人気のビュースポット
セッティ湾展望台

ラムラム山の南、ウマタック地区にあります。海を臨む絶好のロケーションで、セッティ湾の静かな佇まいから、遠くはココス島まで一望できます。



グアム島の北端
リティディアンビーチ

雄大な太平洋を臨む絶景ポイント。豊かな自然が広がるエリアで、一帯はグアム国立野生動物保護区(リティディアンユニット)に指定されています。



タモン湾を望む
恋人岬

タモン湾の北、海拔123mの断崖にあり、永遠の愛を誓ったカップルにまつわるストーリーから恋愛のパワースポットとしても人気を集めています。



海に向かって立ち上がる熊
ベア・ロック

メリッサとイナラハンの間にある岬の先端にある奇岩で、ちょうど立ち上がった熊のように見えることからこの名が付けられました。



グアム最大の滝
タロフォフォの滝

ジャングルの中にある高さ約9m、幅約20mの三段滝。滝の下へロープウェイで下ります。一帯は、遊園地や横井ケーブルのある公園となっています。



グアム東岸の入り江
タロフォフォ湾

奥行き約300m、幅約100mの入り江。ボディーボードやサーフィンができるエリアとして知られ、東岸にあるので美しい日の出を見ることができます。



美しい色に心奪われる
エメラルドバレー

ピティ地区にある小さな入り江で、その名の通りエメラルド色に輝く水面が美しく、その表情は天候や時間、季節によって微妙に変わります。



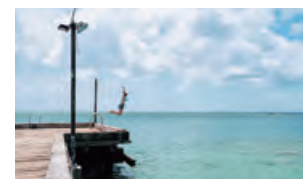
グアム西岸を見渡せる
アデラップ岬

アガニア地区の端、グアム準州政府のオフィスやラッテ・ストーンの形をした巨大な展望塔「ラッテ・オブ・フリーダム」があります。



引き潮のときにだけ現れる神秘的の島
ビキニア일랜드

グアム南部のメリッサ村にある美しいココスラグーンに位置。潮の満ち引きに合わせて出現し、各種マリナクティビティが楽しめます。



栈橋からの美しい景色は格別
メリッサピア

島の最南端に位置するメリッサ村にある栈橋。横のラグーンは波が穏やかで、地元の子供たちの格好の遊び場です。

訪ねてみたいグアムの観光スポット

Tourism spots in Guam

史跡



スペイン統治時代の橋
サン・アントニオ橋

アガニア地区の中心にある美しいアーチ型をしたスペイン統治時代の古橋（第二次世界大戦後に復元）。サンゴ岩でできています。



アガニア湾を一望できる
アプガン砦

1800年に建てられたスペイン統治時代の砦で、アガニア湾やアガニア地区を見下ろす丘の上にあります。現在設置されている3基の大砲はレプリカです。



スペインの雰囲気漂う
スペイン広場

アガニア地区の中心にあり、チョコレートハウスやスペイン総督邸跡といったスペイン統治時代の建物が今でも残っています。



古代チャモロ時代の遺跡
ラッテ・ストーン公園

こけしのような形状をした高さ1.5～2mの石柱「ラッテ・ストーン」。建物の土台と言われていましたが、その実体については、まだ解明されていません。



当時の面影残す古橋
タリファック・スペイン橋

18世紀のスペイン統治時代に造られたもので、当時の面影を残しています。アメリカの史跡記念物にも指定されています。



交易船を海賊から守るための砦
ソレダッド砦

スペイン統治時代に築かれた砦の跡。ここから眺めるウマタック村や、穏やかな入江の眺めは素晴らしく、絵画を見るような趣があります。



探検家マゼランが上陸した場所
マゼラン上陸記念碑

1521年3月6日に世界一周航海中の探検家マゼランが、グアムに初めて上陸したのがウマタック村。約4mの石碑は、1926年に建設されたものです。



印象的な石造りの鐘楼
ベル・タワー

グアム南部のメリッソに教会を建て、布教に努めたカナルス神父によって1910年代に建てられた石造りの鐘楼です。



古代チャモロ人の証
ガダオ・ケーブ

イナラハンの海沿いにひっそりある洞窟に、古代チャモロ人による人の形をしたユニークな象形文字が残されています。

戦跡



平和への思いを深める
南太平洋戦没者慰霊公苑（グアム平和慰霊公苑）
グアムで命を落とした50万人とも言われる戦没者への祈りを捧げる慰霊塔と、日本兵の遺品が集められた平和祈りの家（我無山平和寺）があります。



ジャングルの中に残る
又木山戦闘司令部壕跡

南太平洋戦没者慰霊公苑の中にある旧日本軍の司令部壕があった場所で、今でもジャングルに覆われた状態で壕が残っています。



横井さんが過ごした洞穴を再現
横井ケーブ

タロフォフォの滝の公園内にあり、元日本兵の横井庄一さんが28年間潜伏生活を送っていたと言われる洞穴のひとつを再現したものです。



今は緑豊かな公園に
太平洋戦争国立歴史公園

アサン海岸沿いにあり、1944年7月21日にアメリカ軍が上陸した地点にあります。太平洋戦争の激戦地でしたが、現在は公園として整備されています。



太平洋戦争を今に伝える
太平洋戦争記念館

最新のテクノロジーを取り入れたインタラクティブな展示で、日本語による解説も充実。ショップも併設しています。



太平洋戦争の激戦地
ガアン・ポイント

アガット地区の海沿いにあり、太平洋戦争の際にアメリカ軍が上陸し、日本軍と激戦を交えた地として知られています。

歴史、文化



カトリック布教に尽力
フローレス大司教像

1984年にチャモロ人として初めて聖母マリア大聖堂の大司教となったフローレス大司教を称え、タムニングのロータリーの中央に建てられました。



白亜の美しい大聖堂
聖母マリア大聖堂

アガニア地区の中心、スペイン広場の横に位置し、1669年に設立されたグアムで最初のカトリック教会です。



グアム訪問を記念して建つ
ヨハネ・パウロ2世教皇像

スペイン広場とグアムミュージアムの間に、当時のローマ教皇ヨハネ・パウロ2世がグアムを訪問したことを記念して1981年に建てられました。



グアムを知る総合博物館
グアムミュージアム

古代チャモロ時代から現代まで、グアムのユニークな歴史と文化を伝えるミュージアム。本を開いたような形の建物が印象的です。



グアム歴史と文化の象徴
チーフガダオ像

イナラハンにある伝説の英雄ガダオ酋長の勇姿を讃えるランドマーク。自由と誇りの象徴として知られ、美しい風景を背景に写真撮影ができる。



自由を願う巨大な展望塔
ラッテ・オブ・フリーダム

アデラップ岬の先端に立つ高さ約15mのラッテ・ストーンの形をした巨大な展望塔で、西太平洋の自由を歓迎する象徴として2010年に建てられました。

Marine Activities グアムの マリンアクティビティ

グアムは常夏の島。一年中365日泳ぐことができます。ビーチリゾートでぜひ体験したいのがマリンアクティビティ。多彩なラインナップでグアムの美しい海を満喫できます。日本語にも対応、また経験豊かなスタッフが揃っているのも、安心安全に楽しめるのも大きなポイントです。

※掲載されている情報は2025年9月時点の情報です。今後の状況により変更になる場合がございますので、詳細は各社最新情報をご確認ください。



野生のイルカの群れを間近に

イルカウォッチング

ボートでスポットまで移動。海を泳ぐイルカたちの愛くるしい姿は、大人から子供までみんなを楽しませてくれます。



スリルあふれる体験なら

バナナボート

バナナ型のボートは、ジェットスキーに引っ張られ、スピード急上昇！思わず振り落とされそうになることも。



ローカル気分で楽しむ

ビーチピクニック

好きなドリンクと食べ物をバックにつめこんだらビーチへ！リゾートならではの特別な時間を楽しみましょう。



ライセンス不要で気軽に体験

ジェットスキー

グアムではライセンス不要のジェットスキー。インストラクターからレクチャーを受け、いざ海へ！海の上を駆け抜ける気分爽快な体験が待っています。



空から見る海の青さに驚き

パラセーリング

スピードボートに引かれながら海上30～50mまで上昇。2人乗りのベンチシートを採用しているところもあります。



美しいサンゴ礁と海洋生物を観察

海中展望塔

「フィッシュアイマリンパーク」にある海中展望塔では、ビティ湾海洋保護区の水深10mの海中世界の様子を観察できます。



透明度の高い海を手軽に楽しむなら

シュノーケリング

ホテルなどで必要な用具を借りれば、年齢問わず誰でも手軽に楽しむことができます。またツアーに参加するのもおすすめです。



穏やかな海をのんびりと

シーカヤック

心地良い風を感じながらエメラルドグリーンのお海を水上散歩。カヌーで無人島まで行くツアーもあります。



海風を感じ気軽に海上散歩

SUP(スタンドアップパドルボード)

子供から大人まで、初心者でもすぐに楽しめます。SUPヨガのプログラムもあるので、ぜひ挑戦してみてください。



風の手で海をスライ

ウィンドサーフィン

レッスンを受ければ初心者でも挑戦可能。穏やかな海面の上で、爽やかな風を受けながら進んでいきます。



大海原で大物を狙おう

トロリーング

船をチャーターして、大物のカジキマグロやマヒマヒ、サワラ、カツオなどを年間通じて狙うことができます。



美しいサンセットを見逃さない

クルーズ

おすすめはサンセットクルーズ。その美しさはグアムでの忘れられない思い出になるはず。飲み物や食事にも楽しめるクルーズもあります。



初心者から上級者まで大満足

ダイビング

ハート形のブルーホールを筆頭に、バリエーション豊富な地形、戦跡ダイビングなど、グアムのダイビングスポットは実に多彩。透明度の高い海に世界中からダイバーが集まります。



Adventure Activities グアム、陸のアクティビティ

ビーチリゾートのグアムは、海のアクティビティに注目が集まりがちですが、実は陸のアクティビティも充実しています。緑豊かなジャングルでのアウトドアスポーツ、チャモロ文化の体験など、その内容もさまざま。グアムの違った一面をぜひ体験してみてください。

※掲載されている情報は2025年9月現在の情報です。今後の状況により変更になる場合がございますので、詳細は各社最新情報をご確認ください。



トレッキング、ハイキング

自然豊かなグアムを足で体験

ジャングルや滝、赤土の丘などを巡るコースが整備されていて、初心者から上級者まで楽しめます。ツアーに参加してトレッキングやハイキングにチャレンジすることもできます。



リパークルーズ

探検家気分でジャングルの奥へ

タロフォオ川を進むリパークルーズでは、ジャングルに生息する動植物の解説を受けたり、チャモロ人の遺跡を訪ねたり、グアムの自然だけでなく、歴史文化も体験できます。



オフロードツアー

オフロードを豪快に進む

初心者でもレクチャーを受けて運転可能。2人乗りのバギーやガイドが運転するプランもあります。途中、絶景スポットでの記念撮影も。グアムでの忘れられない思い出にぴったり。



ランニング

海風を感じながら気分爽快!

海を見ながらのランニングはビーチリゾートならではの醍醐味! グアムでは定期的にランニングイベントも開催されているので、参加してみたいかかでしょう。



ズンバ

リゾートで楽しむ南国ズンバ

グアムのズンバは、音楽に合わせて踊りながらリゾート気分を味わえるアクティビティ。南国の自然を感じながら体を動かせるのが魅力で初心者でも気軽に楽しめます。



スカイダイブ

空から見るグアムはまた格別

地上4200mからのフリーフォールは、まるで浮遊しているかのような感覚。パラシュートが開き、眼下にグアムと海を望む空中散歩が楽しめます。病みつきになるリピーターも続出。



遊園地

どこかホッとする雰囲気も魅力

夜はきらきら照明が輝く遊園地。おなじみの絶叫アトラクションや、DJが繰り出すノリノリの音楽でテンションが上がる「タガダディスコ」など、ぜひトライしてみたいは?



バスケットボール

ロコと対決?!

グアムの町村にあるバスケットボールコートには色鮮やかな海や魚、花々の絵が描かれたものもあり、「SNS 映え」のスポットとして人気です。



セスナ飛行

操縦体験ツアーも

昼間だけでなく、夜景が楽しめる夜のコースもあるほか、操縦体験ツアーで憧れのパイロットになることもできます。米連邦航空局公認のインストラクターが付くので安心です。



スケートボード

公共のスケートボード場で気軽に楽しむ

グアムでもスケートボードは大人気! 地元のスケーターたちとの交流も旅の良い思い出となるはず。

バレーオブ・ザ・ラッテ アドベンチャーパーク

Valley of the Latte Adventure Park

グアムの歴史、文化や伝統を知る

ヤシの葉編みやチャモロダンスのレッスン体験したり、フィエスタやマーケットを訪ねたり、地元の人たちとの触れ合いを通じてグアムの奥深さを感じてみましょう。

住所: Rourte 4 Across Talofofo Bay, 96915 Guam
URL: <https://www.valleyofthelatte.com/>

チャモロ文化体験



ウォーターパークもおすすめ!

グアムはビーチだけでなく、ウォーターパークも充実。スリル満点のスライダーや水上ゲーム向けのプールなど、ビーチにはない楽しさが満載です。子供連れでも安心して遊べるのもうれしいポイント。

星野リゾート リゾナーレグアム・ウォーターパーク

絶叫スライダーやボディーボードが楽しめるウェーブプールなど、アトラクションが充実。1日中飽きません。





PIC グアム・ウォーターパーク

グアム最大規模のウォーターパークで、水上バレーボールや泳げる水族館、スライダー、カヤックなど、楽しみ方もさまざま。



Golf グアムでゴルフ

トロピカルな雰囲気の中、開放感あふれるグアムでのゴルフはまた格別！自然の地形を活かしたユニークなコースでエキサイティングなプレーを楽しめます。



ソノ・フェリーチェ・カントリー クラブ グアム・タロフォフォ

Sono Felice Country Club Guam Talofofo

サム・スニード、ベン・ホーガンなど、伝説のPGAプレイヤー9人が各2ホールを監修したドリームコースがさらに磨きをかけ生まれ変わりました。

18ホール／パー72／計6,702ヤード
住所：825 Route 4a Talofofo, Guam 96930
TEL：1 (671) 789-5555
URL：<https://sonofeliceccguam.com/talofofo/>



ソノ・フェリーチェ・カントリー クラブ グアム・マンギラオ

Sono Felice Country Club Guam Magilao

迫力ある海岸線のレイアウトをダイナミックに活かしたコースの名物ホールは、海越えの12番。グアムで海越えショットが体験できるのは、ここだけ。

18ホール／パー72／計6,904ヤード
住所：1810 Route 15 Pagat Mangilao, Guam 96913
TEL：1 (671) 734-1111
URL：<https://sonofeliceccguam.com/mangilao/>



ファイネストグアム ゴルフ&リゾート

Finest Guam Golf & Resort

3コース、全27ホールありフラットでコース幅が広くOBも少なく、上級者はもちろん、初級者やお子様でも安心して楽しめます。

27ホール／パー108／計10,473ヤード
(トーナメントティー)
住所：2991 Route 3 Yigo, Guam 96929
TEL：1 (671) 632-1111
URL：www.finestguam.com/ind_ex_en.asp



カントリークラブ オブ ザ パシフィック

Country Club of the Pacific

18ホールを通じて美しい景観とオーシャンビューをお楽しみください。コース上へのカートの乗り入れができますので、スピードで快適なラウンドをお約束します。

18ホール／パー72／6,834ヤード
(バックティー)
住所：215 CCP Lane Yona, Guam 96915
TEL：1 (671) 789-1361
URL：ccpguam.com/ja



レオパレス リゾート カントリー クラブ

Leopalace Resort Country Club

グアム島最大級のホール数を有し、開放感と戦略性に富んだコースは、ゴルフ界の両雄、アーノルドパーマーとジャックニクラウスが設計した世界超一流クラスのコース。

36ホール／パー144／計13,156ヤード
(ブルーティー)
住所：221 Lake View Drive Yona, Guam 96915
TEL：1 (671) 471-0001
URL：www.leopalaceresortguam.com



Shopping グアムでショッピング！

グアムにはショッピングセンターや大型スーパー、免税店など、多彩なショッピング施設が揃い、お得にショッピングが楽しめます。

※掲載されている情報は2025年9月現在の情報です。今後の状況により変更になる場合がございますので、詳細は各社最新情報をご確認ください。



アガニア・ショッピング・センター

Agana Shopping Center

グアムの中心アガニア地区に位置。「SMストア」などの大型店舗や飲食店が揃います。

住所：302 South Route 4 O' Brien Drive 4, Hagatna, Guam 96910
TEL：1 (671) 472-5027 URL：<https://aganacenter.com/>



ビレッジ・オブ・ドンキ

Village Of Donki

2024年グアムにドン・キホーテが誕生！食料品、日用品をはじめ、グアムのお土産品も。新しいショッピングスポットに。

住所：S Marine Corps Dr, Tamuning, 96913
TEL：1 (671) 969 1430



デュシットプレイス

Dusit Place

タモン地区の中心。ショップやカフェ、エンターテインメント、バー、レストランなどが集まるショッピングセンター。

住所：1225-1275 Pale San Vitores Road, Tumon, Guam 96913
TEL：1 (671) 649-1275



タモン・サンズ・プラザ

Tumon Sands Plaza

タモンの中心に位置するグアム随一の高級ブランドショッピング&ダイニングスポット。赤いシャトルバスでも行くことができます。

住所：1082 Pale San Vitores Road, Tumon, Guam 96913
TEL：1 (671) 646-6802 URL：<https://www.tumonsandsplaza.com/>



ペイレース・スーパーマーケット

Pay-Less Supermarkets

グアム島内に数店舗点在する地元のスーパーマーケット・チェーン。総菜が豊富に揃うほか、おみやげ探しにもおすすめ。

(マイテ店)住所：751 Chalan Machaute Maite, Guam 96910
TEL：1 (671) 472-8346 URL：<https://www.paylessmarkets.com/>



マイクロナシア・モール

Micronesia Mall

グアム最大のアメリカンスタイルのショッピングモール。130以上のショップ、デパートの「メーシーズ」、映画館などが入っています。

住所：1088 West Marine Corps Drive, Dededo, Guam 96929
TEL：1 (671) 632-8881 URL：<https://www.micronesiamall.com/>



グアム・プレミア・アウトレット

Guam Premier Outlets

グアム唯一のアウトレットモール。掘り出し物が見つかる「ロス・ドレス・フォー・レス」など人気。フードコートも併設。

住所：199 Chalan San Antonio Suite 200, Tumon, Guam 96913
TEL：1 (671) 647-4032 URL：www.gpoguam.com



K マート

Kmart

食料や衣料品から生活雑貨まで、豊富な品揃えを誇る24時間営業の便利な大型スーパー。フードコートも完備。

住所：404 North Marine Drive, Tumon, Guam 96913
TEL：1 (671) 649-9878



JP スーパーストア

JP Super Store

30年以上の歴史を誇るグアム最大のセレクトショップ。世界で人気の最新アイテム、日本未上陸モノが盛りだくさん！無料Wi-Fiあり。

住所：1328 San Vitores Road, Tumon, Guam 96913
TEL：1 (671) 646-7887 URL：<https://www.jpshoppingguam.com/>



DFS グアム

DFS Guam

世界の一流有名ブランドを取り扱う免税店。ラグジュアリーなショッピングだけでなく、おみやげ探しにも最適です。

住所：1296 Pale San Vitores Road, Tumon, Guam 96913
TEL：1 (671) 646-9640 / 41 URL：www.dfs.com/jp/guam



ロッテ免税店

Lotte Duty Free

グアム国際空港内にある免税店。出発前に、200を超える国内外のブランドの品々がお買い得価格で見つかります。グアム特産品コーナーも人気。

住所：Departure Concourse, A. B. Won Pat Guam International Airport 355 Chalan Pasaheru, Route 10A Tumon, Guam 96913
TEL：1 (671) 929-6075 URL：lottedutyfreeguam.com

お買い物にはエコバッグを持参！

グアムでは2022年1月1日からレジ袋の使用が禁止されています（一部業種は除く）。お買い物の際には、エコバッグやショッピングバッグを持参しましょう！旅の思い出に、各ショップのオリジナルエコバッグを購入するのもおすすめです。

2

W

4

TAMUNING & TUMON MAP



HAGÁTNÁ MAP

