

[【2025年4月発】北欧＆アラスカコースのクルーズ旅行](#)

[レイキャビックのおすすめ観光スポット クチコミ人気ランキング【フォートラベル】|レイキャビク|Reykjavik](#)

[レイキャヴィク 旅行・観光ガイド 2023年 - トリップアドバイザー](#)

[レイキャヴィーク - Wikipedia](#)

[在アイスランド日本国大使館](#)

[レイキャビク\(アイスランド\)クルーズから見る神秘のオーロラ](#)

[【2023年】アイスランドの治安情勢まとめ！旅行者が注意すべき危険ポイント | 旅行達人-必ず役立つ旅の情報館-](#)

国内の消費エネルギーの大半を地熱と水力でまかなう世界屈指の自然エネルギー大国アイスランド。「地球」を感じる豊かでパワフルな自然が、一番の見どころです。アイスランドの定住の歴史を記した「植民の書（Book of Settlements）」によると、レイキャビクには874年には住民がいたという記録があり、初期の定住当時からの長い歴史があります。しかし、レイキャビクは初めから大きな町であったというわけではなく、国の首都としての機能、経済の中心地としての発展を遂げたのは近代のことです。昔は小さな町でしたが、徐々に発展していきこの半世紀で市街地面積は大きく拡大しました。



世界最北の首都

レイキャビクはダイナミックな自然に囲まれた街。人口は12万人ほど、歩いてまわれるコンパクトさです。アイスランドの歴史や文化を知ることができる美術館や博物館が数多くあり、また北欧らしい、カラフルで可愛らしい街並みは散策にも最適です。レイキャビクの中心地にあって、その独特の形が異彩を放つのが「ハットルグリムス教会」です。この教会は、噴火した火山から流れ出て冷え固まったマグマをイメージして設計されました。近未来的でありながら、自然と調和するようにレイキャビクの街に溶けこんでいます。

旅行といえば、街の散策。レイキャビクは散策にピッタリな街です。一番の魅力はそのコンパクトさにあります。小さな町なのでメインストリートもそれほど大きくなく、バスに乘ったりタクシーに乗って移動する必要はありません。ホテルからの移動、気になるレストランやショップをチェックするのも徒歩ができるはずです。

海岸沿いにあるアイスランドの首都で、同国最大の都市でもあり、アイスランドのヴァイキングの歴史をたどるサガ博物館があります。印象的なコンクリート製のハットルグリムス教会や、回転式のレストランがあるペルトランからは海の景色や付近の丘を一望できます。火口があるため地熱によって氷河が溶け、天然温泉が至るところにあります。

ロイガヴェーグル（Laugavegur）はレイキャビクのメインストリートで、ブティック、レストランやバーが多く一番賑わいを見せる道であり、アイスランドの最も古い通りの一つでもあります。

治安

レイキャビクは、世界でも最も安全な都市の一つとして知られています。犯罪率は非常に低く、旅行者が重大な犯罪に巻き込まれることは稀です。しかし、軽犯罪、特にスリや置き引きには注意が必要です。

週末の夜間から未明にかけて：レイキャビク市の中心部では、酔っ払い、麻薬の常習者や密売人による暴行事件や引ったくりなどが発生しています。人通りの少ない場所には行かない、夜間の一人歩きは避けるなどの対策が必要です。

オプショナルツワー

【ピースボート】

[2023年4月 Voyage 114 オプショナルツアーのご案内](#)

[2023年8月 Voyage 115 オプショナルツアーのご案内](#)

[2024年8月 Voyage 118 オプショナルツアーのご案内](#)

[2025年4月 Voyage 120 オプショナルツアーのご案内](#)

【映画】『神々と戦士たち』(2009)：『秘密の島へようこそ』(2012)：『ヨーロッパ最後の男』(2018)：

【動画】

[アイスランド☆レイキャビク一日観光！ - YouTube](#)

[アイスランドの大自然が想像を絶してた2022年8月21日～24日 - YouTube](#)

[【ブルーラグーン】青色の温泉に癒しを求めて - YouTube](#)

[【資産7000万FIRE】マイナス2度の中！世界最大の温泉に入る【世界一周アイスランド編】 - YouTube](#)

【Get Your Guide】

[アクティビティやアトラクション、ツアーを予約する | GetYourGuide](#)

寄港地情報

[港・寄港地図鑑 | iCruise \(海外個人旅行を提供する高級クルーズ専門デスク\)](#)

レイキャビック港 (SKARFABAKKI HARBOUR)

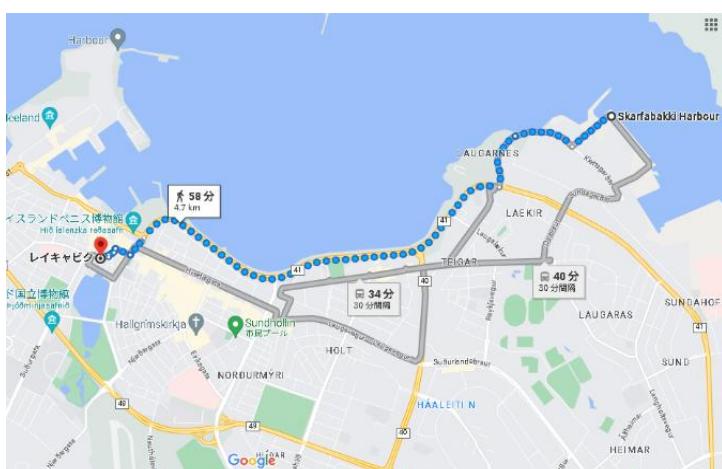
港にはタクシースタンドがあります。中心地まで、約5km、車で約15分です。コンパクトにまとまった街は、半日ほどで、主要なスポットを徒歩まわることができます。ピースボートのような大型クルーズ船がレイキャビクに寄港する際、通常使用されるクルーズターミナルは以下の場所です。

Skarfabakkiクルーズターミナル

場所: Skarfabakki地区は、レイキャビクの東側に位置しており、レイキャビク港の主要なクルーズターミナルです。このターミナルは、クルーズ船の乗客が市内にアクセスするための主要な拠点となっています。

特徴: ターミナル周辺にはバスやタクシーの待機エリアがあり、市内中心部へのアクセスが便利です。また、クルーズ船が寄港する際には、観光案内やシャトルバスサービスが提供されることが多いです。

このターミナルから、市内中心部までは約4km程度の距離で、車で10分ほどでアクセス可能です。観光客にとって非常に便利なロケーションです。



公用語

アイスランドではアイスランド人はアイスランド語を話しています。ですがアイスランドは英語で旅行ができる便利な国のひとつです！ アイスランド語は話せたり読めなくても、簡単な英会話ができればアイスランド旅行は十分に楽しめます。

通貨 : 1 アイスランド・クローナ は1.09 円 (2025年2月現在)

アイスランドでは24%（食品、書籍などは11%）の付加価値税は料金に含まれているのが普通。チップの習慣はなく基本的に不要。ただし何か特別なサービスを受けたり、頼みごとをした場合は気持ちとしてチップを渡すといいでしょう。国際的なクレジットカードは、ホテル、ショップ、レストラン、スーパー、ガソリンスタンドなどほとんどのところで利用可能です。

アイスランドではバスなどに乗る場合を除き、両替の必要はほとんどありません。クレジットカードがほとんどのお店で使えます。うしても両替がしたい場合、レイキャヴィーク市内中心部にあるLandsbankinn（ランズバンク）が便利です。日本円からアイスランドクローナに直接両替できるので日本国内で両替の必要はありません。

物価

アイスランドは物価が高く、日本では100円ちょっとで食べられるハンバーガーも、アイスランドでは2000円…。物価の高さが桁外れです。アイスランドは日本とは異なり物価も消費税も非常に高額です。そのため、食料品の購入さえも日本よりも遙かに高額になると言えます。これは、会うランドの食料自給率が低いため、物資の多くを世界からの輸入に頼っていることから関税等の関係で食料品さえも高額となっています。

アイスランドの首都レイキャビクは、世界屈指の物価が高い都市として知られています。Numbeo.comの調査によると、2024年5月現在、レイキャビクの生活費指数はニューヨークと同程度で、東京よりも約20%高くなっています。

外食 :

ランチ : 1,500~3,000円

ディナー : 3,000~6,000円

ファーストフード : 1,000円前後

食材 :

牛乳 (1リットル) : 300円

卵 (10個) : 500円

パン (1斤) : 400円

りんご (1kg) : 600円

交通費

市内バス : 1回300円

ガソリン (1リットル) : 250円

チップ*

レストラン

レイキャビクのレストランでは、チップは基本的に不要です。サービス料が請求書に含まれている場合がほとんどです。

それでも、非常に満足した場合は、10%程度のチップを渡すことが一般的です。

現金で支払う場合は、レシートにチップの金額を書き込み、店員に渡しましょう。

タクシー

タクシー料金にはチップが含まれていませんので、10%程度のチップを渡すのが一般的です。

現金で支払う場合は、料金を支払った後にチップを渡しましょう。

その他

ガイドツアーに参加した場合は、ガイドに1,000~2,000クローナ程度のチップを渡すのが一般的です。

バーやカフェでは、1杯あたり50~100クローナ程度のチップを渡すのが一般的です。

ポイント

チップは義務ではありません。あくまで気持ちの問題です。

サービスに満足した場合は、チップを渡すことで感謝の気持ちを伝えることができます。

チップを渡す際は、相手を不快にさせないよう、さりげなく渡しましょう。

気候

アイスランドの天気の最大の特徴は、とっても変わりやすいこと。これだけは一年のうちいつ訪れても同じです。地元の人は「空模様が気に入らなかつたら、5分待ちなさい！」と言うくらいです。アイスランドの首都レイキャビクの平均気温は冬は1~2°C、夏は12°Cくらいです。

人口/面積

アイスランドの面積は約10.3万平方キロメートルで、日本の国土の約4分の1です。首都レイキャビクの面積は275平方キロメートルで、東京23区（627平方キロメートル）の半分もありません。首都レイキャビクの人口は約12.3万人で、東京23区（約920.6万人）の約75分の1倍です。レイキャビクには高層ビル群も大混雑もありませんが、全人口の3割以上が住んでいます。

移動手段

レイキャビク散策の仕方

お勧めはやっぱり徒歩！コンパクトにまとまった町は、車や観光バスに乗る必要はなく徒歩で楽しめます。レンタカーを利用している人もホテルや駐車場に車を止めて歩いてみましょう。もちろん、小さな町なので半日ほどあれば主要なスポットは制覇できますので、残りの半日でアクティビティに参加するのもありますよ！

バスで移動する

アイスランド唯一の公共交通機関はバスです。国が運営しており、レイキャビクやその近郊での移動に便利です。

バス停は市内至るところにあり、それぞれ時刻表とルートが掲示されています。

バス会社はStrætó BSといいます。まずは現金です。料金は大人670 krで、一回の支払で75分間有効です。車内ではお釣りは出ないので小銭を用意しておください。



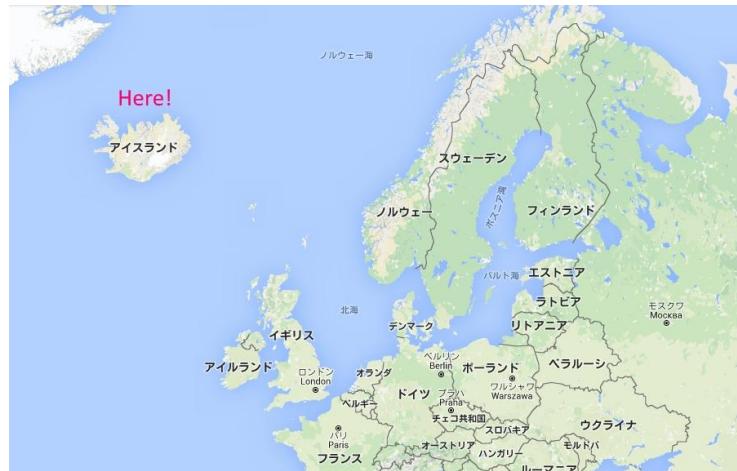


map

[レイキャビック - Google マップ](#)

レイキャビクは海岸沿いにあるアイスランドの首都です。同国最大の都市でもあり、アイスランドのヴァイキングの歴史をたどるサガ博物館があります。印象的なコンクリート製のハットルグリムス教会や、回転式のレストランがあるベルトランからは海の景色や付近の丘を一望できます。グリンダヴィーク村の近くにある地熱発電のブルーラグーン スパ島は、火山活動を有効利用した好例です。

レイキャビクはアイスランド語で「煙の港」という意味です。世界最北の首都であり、世界の首都の中で人口が最も少ない町の一つでもあります。人口は約13万5000人。コンパクトながら、文化、自然、ナイトライフと三拍子そろった魅力的な都市です。



觀光

観光マップ

レイキャビク街歩きガイド | Guide to Iceland

【必見】アイスランド・レイキャビック市内の観光スポットまとめ - ぴったび

レイキャビク観光 アイスランド旅行1日プラン 見どころと楽しみ方

アイスランドは人が住める部分が限られているため、人口の3分の2がレイキヤビクに集中しているのですが、それでも広々としていて余裕を感じます。治安もいいし、遅くまで明るいので、着いたのは夜でしたが早速街歩き開始。土産物屋は21時まで開いてるところもあります。家はパステルカラーのカラフルな色が多く、これは市民が明るい気持ちになるためだと。冬は真っ暗ですもんね。また、街には至るところに壁画が描いてあり、とてもアーティスティックな雰囲気。ブリュッセルのコミックアートとはまた一味違って、近代アートのようなテイストの絵が多かったです。



A map of Reykjavik, Iceland, highlighting 10 recommended sightseeing spots numbered 1 through 10. The map shows the city's layout with major roads, landmarks like Harpa Concert Hall and Conference Centre, and various neighborhoods. Spots 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, and 10 are marked with blue circles and numbers. Spot 10 also includes text indicating it is an 'Althing' (Parliament) building.

- 1 Skarfabakki Harbour (寄港地)
- 2 ハットルグリムス教会
- 3 オールドハーバー
- 4 チヨルトニン湖
- 5 ホフディ・ハウス
- 6 ハーバーコンサートホール
- 7 サンボイジャー
- 8 ロイガヴェーグル通り
- 9 ベルトラン
- 10 アルシング国会議事堂



観光地

②ハットルグリムス教会で記念撮影

レイキャビクのシンボルのような存在感を持ちます。教会の中には立派なパイプオルガンがあります。教会の内部見学は無料ですが、塔に登るのは有料です。大人は1000 ISKでエレベーターを使い塔の上まで昇ることができ、上からはダウンタウンが一望できます。教会からの眺めはおそらくレイキャビクでも一番でしょう。



③オシャレな雰囲気のオールドハーバー

かつては漁港としてさかえましたが、いまは観光向けの船が多くなる港です。ツアーもここから発着しています。かつての海岸線はもっと内陸部のようですが、埋立てられて今の形になりました。このあたりには、レストランや博物館、コーヒーショップが並び散策するだけでも楽しいエリアです。



④人懐っこい野鳥がイッパイ！ヨルトニン湖

冬にはスケート場となる、レイキャビク市内にある小さな湖です。湖にはたくさんの野鳥がいて、しかも人に慣れているので、かなり近いところまで近づくことができます。



⑤冷戦終結の歴史的舞台！ホフディ・ハウス

1986年に、冷戦終結にむけて、レーガン大統領とゴルバチョフ書記長が会合を行ったことで有名な建物です。もともとは1909年にフランス領事館として建てられた建物。



⑥1度見たら忘れないデザイン！ハーバーコンサートホール

ハーバーエリアに2011年にできた「コンサートホール」です。全面ガラス張りの外装が目を惹き、昼間は太陽の光を受けてきらきらと輝きます。夜間はライトアップされ、オーロラをイメージしたイルミネーションが人々をひきつけます。北欧らしいモダンで洗練されたデザインを堪能できます。



⑦レイキャビクで有名な彫刻！サンボイジャー

レイキャビクの彫刻といえばコレというぐらい、いろいろなところで紹介されているアイスランドで最も有名な彫刻の一つです。一見、バイキングの船をモチーフにしているようですが、作品を作ったJón Gunnar Árnasonさんによると、夢のボートとして作成されました。



⑧ロイガヴェーグル通り

ロイガヴェーグル通りはレイキャビクの街のメインストリートです。1キロほどの通りで、通りは緩やかな坂道になっています。通りにはおみやげ物店、ファッショントリート、雑貨店、カフェ、レストラン、スーパーマーケットなどがあります。レイキャビクの買い物、食事ならばここに来ればほぼ済ませられそうです。夕方に歩くと日が暮れていて、照明も付いて

⑨ペルトラン

小高い丘の上にある複合施設で、2階建観光バスの停留所があります。展望台からはレイキャビクの街を一望出来ます。カフェが球体のガラス張りの部分にあるのですが、価格も良心的で焼き菓子が美味しいです。眺めもとても良いです。プラネタリウムや氷河の洞窟もありますが、私はカフェのみ行きました。晴れた日には是非行って欲しい場所！

⑩国会議事堂 アルシング

ヨルトニン湖や市庁舎にも近い場所に国会議事堂があります。石造りの重厚な建物で風格がある建物です。国会議事堂はアルシングと呼ばれていますが、アルシングはアイスランドで10世紀に人々が集まり民主的な話し合いで物事を決めたことをいうそうで、現在国会議事堂がアルシングと呼ぶのはそれに因んだものだそうです。

雰囲気も良かったです。



②レイブル エイリクソンの像

レイキャビックの街からすぐのハトルグリル教会のすぐ前にある銅像がレイブルエリクソンの銅像です。なかなか勇猛な感じの男性像です。エリクソンはコロンブスに先立つこと約500年前にアメリカ大陸の到達した人です。この銅像はアメリカ合衆国から贈られたものということです。小高い台地でここからアメリカ大陸を見ているというイメージでしょうか。



⑪レイキャビク市庁舎

市庁舎はチョルトニン湖の北側に面して建つ建物です。コンクリート造りのシンプルな外観の建物で、一部は湖に突き出しています。なかには観光案内所もあり、観光客もなかを通り抜けできます。1階にはアイスランドの大きな地図の立体模型があり、山の形、氷河の広がり、大地溝帯の様子など、今までの地理の理解を深めるのに役立ちました。



レストラン

レストランmap

アイスランドは消費税が日本の倍以上となる25%です。また、それ以上にお酒の購入の際は酒税がさらにかかるため、とても高額な消費税の支払いを強いられてしまいます。なお、アイスランドでお酒を購入する際は、政府専売制となり、ビンブージンというお店でのみ購入することができます。

[レイキャビクのおすすめレストラン（B級グルメ編） | Guide to Iceland](#)

[レイキャビクのお勧めレストラン | Guide to Iceland](#)

[レイキャビク・アークレイリで食べたものと](#)

良一 レイキャビック
岩間良一

レストラン

- ① Bæjarins Beztu Pylsur
- ② Hlemmur Matbóll
- ③ Hamborgara Büllan
- ④ Reykjavík Fish
- ⑤ Íslenski barinn
- ⑥ Grillið at Radisson Blu Saga Hotel
- ⑦ Grillmarkaðurinn
- ⑧ Sandholt
- ⑨ Seabaron
- ⑩ Messinn
- ⑪ Exeter Hotel by Keahotels
- ⑫ Rainbow Str.

- ① Svarta Kaffið
- ② 101 Reykjavík Street Food
- ③ Café Loki

お土産



restrant

アイスランド伝統料理のラムの燻製、干し魚やニシンは、一流レストランのフュージョン料理などで今でも好んで使われます。今日のアイスランド料理は、新鮮で豊富な食材と北欧のシンプルさが自慢です。

アイスランドはその厳しい気候のため、麦などの農作物を育てることが大変です。長い間、漁業と酪農によって日々の暮らしは支えられてきました。また、スキールやサメの発酵食品など、アイスランド独自の保存食というのも発展してきました。近年ではこのような伝統的な食材を、新しい形にアレンジして、レストランで提供をしています。

有名な食材というと、まずはラム肉でしょう。夏の間、アイスランドの羊たちは自由に牧草地や山の中を歩き回って過ごします。様々な種類の草やハーブを食べるため、ほかの国のラムとは違って、癖がなく美味しいと評判です。海のそばで飼われている羊たちは海藻も食べるようです。秋になると羊たちは集められて、農場で冬を過ごします。

最近ではレイキヤヴィク全域にレストランが大幅に増えており、高級レストランやガストロバブ、ブラッセリー、そしてピストロなどが、アイスランド料理やフュージョン料理、そして多国籍料理を提供しています。旅行者や地元の人々は、様々な選択肢の中からレストランを選ぶことができます。

2017年にアイスランド初で唯一となるミシェランスターがディル・レストラン (Dill restaurant) に授与されました。アイスランドのレストラン界の今後に大きな期待が寄せられています。ミシェランガイドにはレイキヤヴィクを拠点とする他の4軒のレストランについて言及されています。ギャラリー (Gallery) 、グリリズ (Grillið) 、マートウル・オグ・ドリックル (Matur og Drykkur) そしてヴォックス (Vox) です。

①バイヤリンス・ベストゥ のホットドック

Bæjarins Beztu

「宇宙一美味しい」と言われるホットドック屋さんです。あのクリントン元大統領も食べたということで、有名。450クローナ。「小屋」の隣にベンチとテーブルがあるだけです。注文の際には、トッピングを全部盛り付ける「Hot dog with everything」。



②フレンムル・マットホール Hlemmur

Matholl

ダウンタウンにはフードコートのような場所がなかったこと、またクオリティの高い出店者ということで連日賑わいを見せています。観光客だけでなくアイスランド人にも人気です。一品1500クローナほどと、様々なジャンルの食べ物を気軽に味わえる新名所です。



③ハンボルガラ・ブッラン

Hamborgara Bullan

地元っ子で賑わうハンバーガー屋さんです。アイスランド人はハンバーガーが大好き！小さなお店がハンバーガーの個性を競っており、その中でも特に人気なのがこちらのハンボルガラ・ブッラン。ソーダとフライドポテトを付けたセットが1700クローナ程です。



④フィッシュバーガー＆フィッシュアンドチップス Reykjavík Fish

プス

からつと揚がっていて普通に美味しかった。材料は恐らく同じ海域のフィッシュだと思うのですが、料理する民族が違うところも美味しいに違ひが出るものなのか。日本人が食べたいと思うフィッシュアンドチップス。



⑤Islenski barinn

ここではラムスープとクジラステーキ、それとエビホットドッグを食べました。ここは他のレストランに比べると、ほんの少しリーズナブル。大衆郷土料理って感じで美味しいくて良かったです。



⑥グリリズ Grillið at Radisson Blu Saga Hotel

Saga Hotel

美味しい食事と共に絶景を楽しみたいという方にお薦めなのがグリリズ。ホテルの8階にあり、テーブルの高さから天井まで遮るものの無い窓から広がる景色は、レイキヤヴィク市最高と言って良いでしょう。しかし現代的なメニューは驚くほどお手頃価格です。





⑦グリルマルカズリン

Grillmarkaðurinn

洗練されているのに、どこか素朴な雰囲気も醸し出しているレストランです。ランチタイムとディナータイムどちらも営業しています。是非お薦めしたいのが8皿コースの「ティスター」メニューです。ワイン付で絶対に見逃せません！



⑧Sandholt

アイスランドの美味しいパンやケーキを食べたい方にオススメです。サンドイッチを食べるのであればプレッセルサンドイッチ、ケーキであれば黄色のバッシュンフルーツケーキがオススメですよ。両方とも1500円



B級グルメ

アイスランドは、過去デンマークに征服されていた時代があり、ビールは制服国の飲み物として1989年まで禁止されていた（デンマークはビール大国なのです）。そして、現在でも政府はアルコールを摂取すると、国民がアルコール中毒になるとし、スーパーには2.25%以上のアルコール飲料は売っていません。よってスーパーで売っているビールは全て2.25%。試しに買って飲んでみましたが、濃いベルギービールに慣れ親しんでいる私としてはただの麦炭酸飲料にしか感じられず、美味しさは分かりませんでした…。<スーパーのビール。よく見ると2.25%と書いてあります>でも最近は若者の間でクラフトビールも流行っているそうで、街では普通のビールを飲むことが出来るので、有名なビアバーに行ってきました。1軒目はミッケラーという世界的に有名なデンマークのビアバー、久々の（？）ビールに意気揚々と注文したのですが、ものすごく高い！20clでなんとお値段約1200円。ベルギーだったらこんなのが2€です。

ホットドッグはアイスランドの国民食で、至るところで売っています。ホットドッグなんてどこでも同じでしょ、と最初は興味もなく、食べるつもりもなかったのですが、ちょうど食料が切れ、小腹が空いたタイミングで、ホットドッグが目の前にあったのでトライしてみることにしたのでした。

何の期待もしてなかつたのですが、驚くことにこれがとても美味しいハマってしまいました。小さなサイズなので女性でも軽くペロリといけてしまい、私は後半2日間で4回もホットドッグを食べてしまいました。アイスランドのホットドッグの特徴は、甘いブラウンソースと、あっさりしたマヨネーズ、オニオン、フライドオニオンが入っているのがポイント。店員さんにトッピングを聞かれたら、ぜひ「全部」と言いましょう。



アイスランドの食べ物といえばコレ！現地の人気料理店もあわせてご紹介 | 旅行達人-必ず役立つ旅の情報館-

ロブスター・スープ

⑨The Sea Baronはレイキャヴィークのオールド・ハーバー（Old Harbor）に位置するシーフード・レストランです。そこではシーフードの串焼きや鯨のステーキなどが食べられ、価格も物価が高いアイスランドにしてはリーズナブルな値段で提供されています。その中でも絶品料理でオススメなのがロブスター・スープ。価格は1490ISK。



グララックス(gravlax)

グララックスとは、アイスランド風サーモンの塩漬けです。グララックスは、17世紀頃から食べられている料理なんだそうです。レストランでは、クリスプレットという、伝統的なクラッカーのようなパンの上にチーズと一緒にのせて提供されることが多いようです。値段：2890kr。グララックスを食べるなら、「⑩Messinn」がオススメです。



プロックフィスクル (soup in bread)

アイスランドの郷土料理プロックフィスクルは、「お魚のホワイトシチュー」です。お魚は、タラを使用することが多く、じゃがいもや玉ねぎを入れてホワイトソースで煮込んだ料理。プロックフィスクルを食べるなら、「⑪Svarta Kaffið」に行ってみてください。1650kr



レイキャビック



フレーフナステイク (Minke Whale)

フレーフナステイクとは、アイスランドのクジラ肉を使用した料理のことです。アイスランドでは、スーパーでもクジラ肉を購入することができるんですよ。普段食べられない食材を食べられるのも、旅の醍醐味ですよね。「⑨The Sea Baron」がオススメです。3000kr~



フィッシュ&チップス (Fish & Chips)

アイスランドで食べたい大人気グルメのひとつ、「フィッシュ&チップス」。白身魚のフライとフライドポテトが一緒に提供される料理です。また、アイスランドのジャガイモは、ほんのり甘みがあって、これもまた美味。アイスランドで絶品のフィッシュ&チップスが食べられるファーストフード店、「⑩101 Reykjavik Street Food」。2050kr



ハルズフィスクール (iceldic braveheart)

「ハルズフィスクール」は、コダラやタラを乾燥させて作るドライフィッシュです。スーパー・マーケットでも気軽に購入できて、街のカフェやレストランでも食べることができます。アイスランドの人はハルズフィスクールにバターを付けて食べるそうです。人気のカフェレストラン、「⑪Café Loki」。2400kr



キヨッパ (Kjötsúpa)

シンプルな味付けながら、じゅわーっと染み出したラム肉の旨味がじんわりと体に染み渡るような、優しい味わいの料理です。寒い時期に屋外の観光に行った際のランチに注文すると、冷えた体が温まってほっこりますよ。



ピヨンヌキヨクール (Pönnukaka)

ピヨンヌキヨクールは、クレープのような薄い生地で作るパンケーキ。ジャムを付けたり、砂糖をまぶしたり、チョコレートソースやフルーツが付け合わせになることもあります。生地が薄いので、甘いソースがよく馴染んで、とっても美味しいんですよ。



スヌーズル (Snúður)

スヌーズルとは、アイスランド版の「シナモンロール」のことです。シナモンがかったものが最もポピュラーですが、チョコレートやフルーツソースを使用して作られるものもあります。焼きたてのスヌーズルは格別なので、見つけた際は、是非とも食べてみてくださいね。焼きたてのパンと美味しいケーキが自慢の、隠れた名店ベーカリー「GK Bakarí」。490kr



お土産

お土産map

アイスランドは物価が高い国の一。でもせっかくだから、アイスランドの食品も楽しんで帰りたい、アイスランドの食品をお土産に持って帰りたいという方も多いのでは? 実は、私、アイスランドに3回行った「みりん」も、アイスランドの食品が大好き。アイスランドから買えるときは、アイスランドの食品をスーツケースにたくさん詰め込んで帰ります。アイスランド食品が買えるスーパーのオススメは、豚のマークが印象的なBONUS。幾つかのスーパーを見てみましたが、ガソリンスタンドのミニマーケットは値段が高いですし、物によってはBONUSの2倍の価格でした。CronaやNettoも悪くないですが、品揃えと価格から、私はBONUSをよく利用します。アイスランドは、全般的に食事が美味しい国です。特に、バターやチーズなどの乳製品や、ラムがオススメ。

【スーパー】①BONUS

良一 レイキャビック
岩間良一

表示回数 10 回

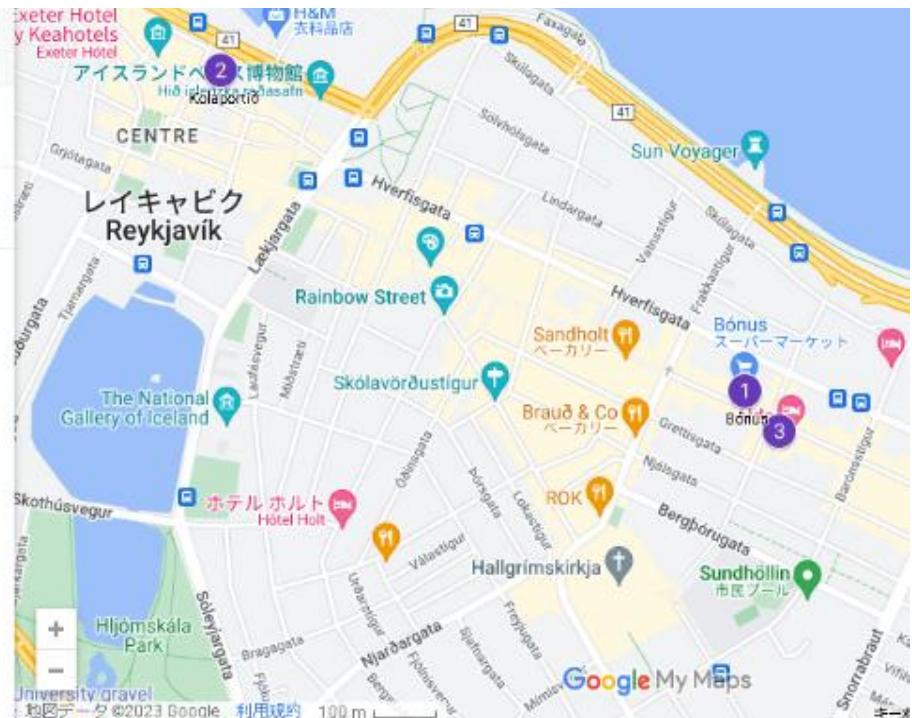
9 ページ

観光地

レストラン

お土産

- ① Bónus
- ② Kolaportið
- ③ Iceland Memories



Google マイマップで作成した要素

お土産

【激ウマ】アイスランドのスーパーで見つけた食べ物 – ぴったび

アイスランドのお土産おすすめ10選！人気雑貨や有名なお菓子などを厳選！旅行達人-必ず役立つ旅の情報館-

②Kolaportið Flea Market

アイスランドのフリーマーケットを楽しんでみたい方は、こちらの屋内型マーケット「コラポルティッヂ・フリーマーケット (Kolaportið Flea Market)」がオススメ。ハーバーの近くにあり、小さな小物、おみやげや本などが売っています。アイスランドのウールセーターも売っているとの情報ありなので、興味があるかたはぜひ！



Omnom Chocolate

シンプルがテーマのチョコレートは味の楽しさと見た目の楽しさを大切にされており、見た目だけでなく味もインターナショナルチョコレートアワードの世界大会で銀賞をいくつもとっており、美味しいこと間違いないです。オススメは、各賞を受賞しているマダガスカル カカオ66%とリコリス+シーソルトです。



アイスランドウール

アイスランドに生息しているアイスランディック・シープから刈り取られたウールは、軽くて暖かく、撥水性や通気性にも優れていることから世界的にも高い評価を得ています。Lopapeysa (ロパペイサ) はアイスランドを代表するセーターのデザインとなっています。The Handknitting Association of Icelandのお店に行けば種類や色が豊富にとりそろえられています。



③Iceland Memories

アイスランドでとても人気の鳥「パフィン」のグッズもお土産で人気です。多くのお土産屋さんにはぬいぐるみが売られています。お子さん向けにはぬいぐるみも良いですが、大人向けにはアイスランドにいる動物をモチーフとしたおしゃれな雑貨を取り揃えている「Iceland Memories」がオススメです。



LAVA Whisky Stone

アイスランドならではのウィスキーストーン「LAVA Whisky Stone」。アイスランドならではの溶岩で作ったウィスキーストーンです。ウィスキーストーンを付属のベルベットの袋に入れて、冷凍庫で4時間冷やして、グラスに入れるとウィスキーを薄めずに冷えたウィスキーを飲むことができます。



FEED THE VIKING (フィッシュジャーク)

アイスランドの人は干しタラにバターをつけて食べています。アイスランドらしいヴァイキングのイラストがついたパッケージに入っているのでアイスランドっぽいお土産にもなります。FEED THE VIKINGでは他にも珍しいラムのジャーキーも売っている





アイスランド産バター

アイスランド産のバターは黄色の色味が濃く、溶けにくく、濃厚で美味しいと評判でアイスランドに行ったら必ず買ってくるという人もいるほどです。

しかもそんな美味しいバターがアイスランドでは500gで500円程度と日本よりも安く買うことができます。



Isey Skyr

クリームチーズとヨーグルトが合わさったようなもので、ヨーグルトよりも高タンパク・低脂肪で、なんとカロリーはヨーグルトと同じなのです。オススメはMS社の「Isey Skyr（イーセイ・スキー）」。フルーツ系からクリームブリュレや焼きリンゴなどデザート系まで約13種類ものフレーバーがあります。



検討資料

chatGPT…「クルーズ寄港地からレイキャビックの一日観光スケジュールとレストランを具体的に計画して」

もちろんです。以下に具体的なレイキャビックの一日観光スケジュールを提案します。

朝:

- 8:00 - ホテルで朝食を取る
- 9:00 - ホテルを出発し、ハルグリムスクリキル教会（Hallgrímskirkja）へ向かう
- 9:30 - ハルグリムスクリキル教会で教会内部を見学し、展望台からのパノラマビューを楽しむ
- 10:30 - ダウンタウンエリアへ移動し、レイキャビックの街並みを散策する
- 11:00 - スーヴェニアショップやカフェを訪ねながらダウンタウンエリアを探索する

昼:

- 12:00 - レイキャビックの中心部からレンタカーやツアーバスに乗り、ゴールデンサークルへ出発する
- 12:30 - ゴールデンサークルの最初の観光地であるシルフォスの温泉地帯へ到着し、温泉の見学や散策を楽しむ
- 13:30 - シルフォスを出発し、次の観光地であるギュルフォス（Gullfoss）の滝へ向かう
- 14:00 - ギュルフォスの滝で壮大な景色を眺め、滝の近くまで散策する
- 15:00 - ギュルフォスを出発し、最後の観光地であるピンクヴァトニヤ（Thingvellir）国立公園へ移動する
- 15:30 - ピンクヴァトニヤ国立公園で歴史的な場所を訪れ、断崖や渓谷の景色を楽しむ

夕方:

- 17:00 - ピンクヴァトニヤ国立公園を出発し、レイキャビックへ戻る
- 18:00 - ハーパ（Harpa）コンサートホールで建物内部の見学をする
- 18:30 - レイキャビック湾でのサンセットクルーズに参加する

夜:

- 19:30 - ダウンタウンのレストランでアイスランド料理のディナーを楽しむ
- 21:00 - ナイトライフを楽しむために、地元のバー・クラブを訪れる

このスケジュールは、一日でレイキャビックとゴールデンサークルの主要な観光地を訪れるためのものです。もちろん、天候によって計画が変更される場合がありますので、天候予報を事前に確認することをおすすめします。特に冬季は天候が不安定であり、道路状況や観光地のアクセスに影響を及ぼすことがあります。

もし天候が悪く、ゴールデンサークルへの移動が難しい場合は、以下のような代替案を検討できます。

レイキャビック市内の観光を延長する:

ダウンタウンエリアや美術館、博物館をゆっくりと探索し、地元のカフェやレストランで時間を過ごすことができます。

ブルーラグーンの訪問:

ブルーラグーンはレイキャビック近郊にある温泉で、天候に関係なく楽しむことができます。リラックスした時間を過ごし、温泉の恵みを体験してみてください。

レイキャビック周辺の自然景観を探索する:

レイキャビック周辺には美しい自然景観が広がっています。例えば、レイキナース半島やヘルサルフォスの滝など、近隣の観光地を訪れることがあります。

天候に合わせて柔軟に計画を調整し、安全かつ楽しい旅をお楽しみください。

レイキャビックの自転車事情

レイキャビクは、自転車を使って移動するのに適した都市として知られていますが、いくつかの特徴的なポイントがあります。

1. 自転車インフラ

自転車道: レイキャビクには、整備された自転車専用道が市内に広がっており、特に市中心部や観光名所へのアクセスが便利です。

自転車駐輪場: 市内には多くの自転車駐輪場があり、安全に自転車を停めることができます。

2. 気候の影響

風と寒さ: アイスランドの天候は変わりやすく、特に冬の寒さや強風は自転車利用者にとってチャレンジとなります。冬には路面が凍結することもあり、安全に走行するための注意が必要です。

夏の快適さ: 夏は日が長く、比較的温暖なため、自転車での移動が非常に快適です。

3. 自転車シェアリング

レイキャビクには、自転車シェアリングサービスがあり、短期的に自転車を借りることができます。観光客にも利用しやすいようになっており、アプリを通じて簡単に利用できます。

4. サイクリング文化

レイキャビクでは、健康や環境意識の高まりから、自転車利用が増えています。市民は通勤やレジャーに自転車を利用することが多く、特に晴れた日には多くの人々が自転車で市内を移動しています。

5. 観光

レイキャビクとその周辺地域は美しい自然に囲まれており、自転車を使って観光するのに最適です。自転車で市内観光を楽しむツアーも多く提供されています。

全体として、レイキャビクは自転車に優しい都市であり、天候に注意しながら楽しむことができます。

レイキャビク市内には、自転車利用者のために複数の駐輪場が設置されています。以下は、市内の主要な駐輪場の場所です。

1. Harpaコンサートホール周辺

場所: レイキャビクの海岸線に位置するHarpaコンサートホールの近くには、広い駐輪スペースがあります。このエリアは観光名所でもあり、便利な駐輪場所です。

2. レイキャビク市庁舎 (Ráðhús Reykjavíkur)

場所: 市庁舎前には大きな駐輪場があり、湖のすぐそばに位置しています。市内中心部へのアクセスが良く、観光やショッピングの拠点として利用できます。

3. Laugavegur通り

場所: レイキャビクのメインショッピングストリートであるLaugavegur通り沿いには、複数の駐輪場があります。買い物やカフェ巡りをする際に便利です。

4. Hallgrímskirkja教会周辺

場所: レイキャビクの象徴的な建物であるHallgrímskirkja教会の近くにも、駐輪場が設置されています。観光名所への訪問に便利です。

5. Hlemmurバスターミナル

場所: Hlemmurは、バスターミナルとともに大きな交通ハブであり、近くに駐輪場があります。公共交通機関と自転車を組み合わせて利用するのに適しています。

6. Tjörnin湖周辺

場所: 市の中心にあるTjörnin湖の周りにも、複数の駐輪スペースが設けられています。湖畔でリラックスした時間を過ごす際に利用できます。

7. 市内主要な公園

Austurvöllur公園やHlíómskálalagarður公園など、市内の主要な公園の周辺にも駐輪場が設けられています。散歩やピクニックを楽しむ際に

利用できます。

これらの駐輪場は、市内中心部のアクセスが良い場所に配置されており、観光や日常の移動に便利です。

レイキャビックの主な広場と通り

主な広場

オースチュルヴェトリル広場（Austurvöllur Square）：

レイキャビックの中心に位置し、アイスランド議会（Althingi）やドムキルキヤ（レイキャビック大聖堂）に隣接しています。市民の集会やイベントがよく開催される場所で、夏には観光客や地元の人々が芝生でくつろぐ光景が見られます。

ラウガヴェトル通り（Laugavegur）：

レイキャビックの主要なショッピング街で、多くのショップ、カフェ、レストランが並んでいます。ファッショナブルやデザインの店が多く、アイスランド製の製品を探すのに最適な場所です。

インゴルフスティル（Ingólfstorg Square）：

市の中心部にある広場で、レイキャビックの最初の定住者であるインゴルフル・アルナルソンにちなんで名付けられました。周辺にはカフェやバーが多く、夜には活気づくエリアです。

主な通り

スコラヴォルズティグル（Skólavörðustígur）：

ラウガヴェトル通りからハットルグリムス教会まで続く通りで、アートギャラリーや工芸品店、カフェが立ち並んでいます。この通りは教会へ向かう坂道にあり、観光名所を巡る際のルートとしても人気です。

バンカストラティ（Bankastræti）：

ラウガヴェトル通りと交差する短い通りで、ここもショッピングエリアとして賑わっています。レイキャビックの中心的なエリアにあり、周辺にはレストランやカフェが点在しています。

ハナルストラティ（Hafnarstræti）：

レイキャビック旧港近くにある通りで、海に面したレストランやバー、観光施設が多く集まっています。ここから旧港の散策やハリレバコンサートホールの訪問などに便利です。

寄港地から市中心街の移動

【寄港地から市内中心街まで】3.4km(46分/18分)

レイキャビックのSkarfabakkiクルーズターミナルから、Hlemmurバスターミナルからの行き方。

1. バスでの移動

路線バス：レイキャビックのバスシステム「Strætó」を利用することができます。ターミナル近くのバス停から、市内中心部へ向かうバスに乗車します。

バスは通常、市内中心部や主要な交通ハブであるHlemmurバスターミナルに停車します。

主要なバス路線はターミナルから直接Hlemmurまで運行している可能性がありますが、具体的な路線番号や時刻表は「Strætó」アプリやウェブサイトで確認できます。所要時間は約15~20分程度です。

■バス路線図サイト：<https://www.straeto.is/en> （英語）

■Klappアプリ：App StoreまたはGoogle Playストアで「Klapp」と検索（オフラインでも使える）

2. タクシーでの移動

タクシー：Skarfabakkiクルーズターミナルには、タクシー乗り場があるため、簡単にタクシーを利用できます。Hlemmurバスターミナルまでのタクシー移動は、通常約10分程度です。

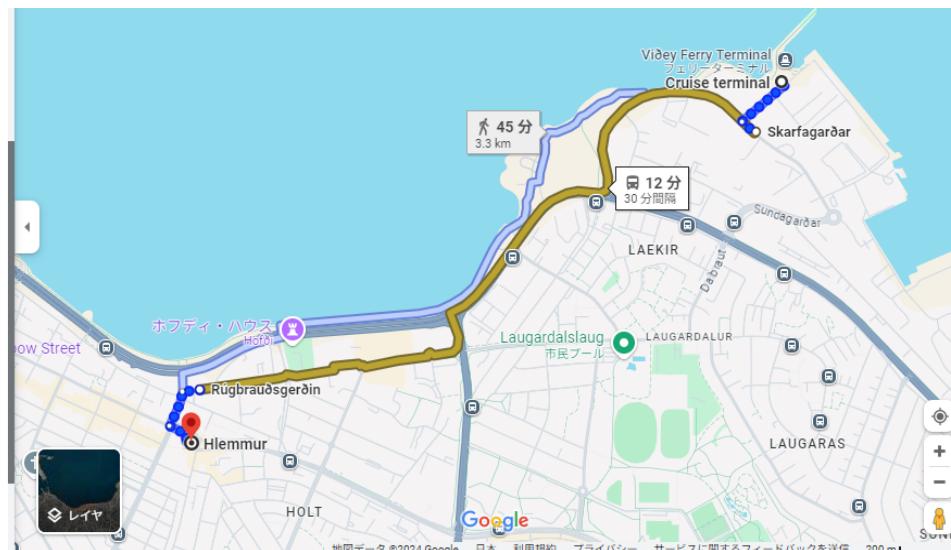
3. 徒歩での移動

徒歩：天候が良く、荷物が少ない場合は、徒歩での移動も可能です。ターミナルから市内中心部までの距離は約4km程度で、徒歩で約45分から1時間かかります。途中、レイキャビックの街並みや海岸線を楽しむことができます。

4. ジャパングレイスの有料シャトルバスでの移動

30分間隔、往復2100円（2000クローナ）、片道約15分

| |
|---|
| 544J+6X2, Skarfagardar, 104 Reykjavik, アイスランド |
| 徒歩 約4分、270m |
| 6:49 Skarfagardar |
| 16 Hlemmur 4分(6駅) |
| 6:53 Rúgbrauðsgerðin |
| 徒歩 約4分、300m |
| 6:57 Hlemmur |



観光ルート

2024年8月 Voyage118 オプショナルツアーのご案内

[レイキャビックバス路線図](#)

[Destination Blue Lagoon](#)

[Reykjavik City bus pick-up and drop-off places](#)

案1：オプショナルツアー（ジャパングレイス）

- (1) ゴールデンサークルとケリズ火口湖：36,000円、8時間（昼食1）レイキャビックC-1,2
- (2) ブルーラグーンとレイキャビック観光：53,000円、8時間（昼食1）
- (3) **ミニバスで行くゴールデンサークル1日ツアー (viator) 予約済 14,000円 6時間**

案2：BLUE LAGOON & 市内観光 460分

※ BLUE LAGOON公式サイトで予約すると寄港地でピックアップ、市内地でドロップオフしてくれる

【BLUE LAGOON】 270分

9:30 (7:30) : 寄港地→11:00 : BLUE LAGOON到着。※ BLUE LAGOON公式シャトルバス、往復8000円

<スパレストラン (Spa Restaurant)>

リトリートスパに隣接しており、ブルーラグーンの美しい景色を眺めながら軽食やデリカテッセンを楽しめます。バスローブのまま利用可能で、予約は不要です。営業時間は毎日、朝食が8:00から11:00まで、オールディメニューは12:00から21:00までです。

<BLUE LAGOON> 入場料：約13,000円

13:15 (12:15) : BLUE LAGOON→14:00 : レイキャビック市内 (Bus stop #1 - Ráðhúsið - City Hallで下車)

【徒歩で市内観光】 130分 2km(29分)

<⑪レイキャビック市庁舎 : Ráðhús Reykjavíkur> 20分 : なかには観光案内所あり

<⑩国會議事堂 アルシング> 10分 0.14km (2分)

<Austurvöllur広場> 10分 0.1km (1分)

<Ingólfstorg Square> 10分 0.17km (2分) :周辺にはカフェやバーが多く、夜には活気づくエリア

Hafnarstræti通りを経由して<Te & Kaffi>で休憩。20分 0.24km (3分)

Bankastræti通り,Skolavordustigur Street (The Rainbow Street)を経由して

<②ハットルグリムス教会で記念撮影> 30分 0.9km (14分) 塔の上まで昇る

<スーパーBONUS> 30分 0.45km (6分) : 地元スーパーを見学

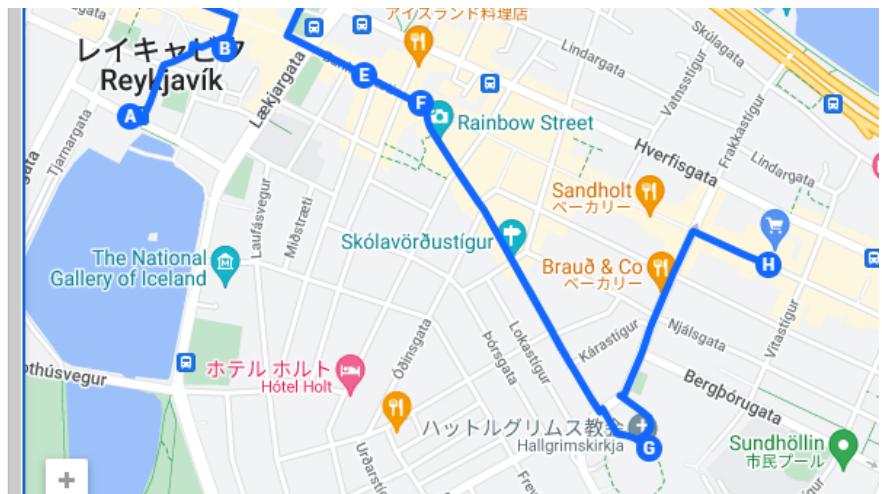
【寄港地に戻る】 60分

ジャパングレイスの有料シャトルバスで寄港地に戻る

Bus stop #1 - Ráðhúsið - City Hall から B...



- A** Bus stop #1 - Ráðhúsið - City Hall
- B** Austurvöllur広場
- C** Ingólfstorg Square
- D** Hafnarstræti 20, 101 Reykjavík, アイスランド
- E** Bankastræti通り
- F** Skolavordustígur Street (The Rainbow Street)
- G** ハットルグリムス教会
- H** Bónus



案3：徒歩と公共交通機関を利用する場合 14.41km(199分)

【観光ルート】 8.11km (113分/45分)

<寄港地 : Skarfakkiクルーズターミナル> → < Hlemmurバスター・ミナル> <⑧ロイガヴェーグル通り : Laugavegur>
※バスで移動：数分
<⑨ペルトラン : Perlan> 2.1km(30分)
※バスで移動：数分
<②ハットルグリムス教会で記念撮影 : Hallgrímskirkja> <②レイブル エイリクソンの像> 1.3km(19分)
<④人懐っこい野鳥がイッパイ！チヨルトニン湖 : Reykjavíkurtjörn Tjörnin> 0.95km (13分)
<⑪レイキヤビク市庁舎 : Ráðhús Reykjavíkur> 0.55km(7分)
<⑩国議事堂 アルシング : Alþingishúsið> 0.16km (2分)
<③オシャレな雰囲気のオールドハーバー : Old Harbour Souvenirs> 0.6km(8分)
<⑥1度見たら忘れないデザイン！ハーバーコンサートホール : Harpa> 0.7km(10分)
<⑦レイキヤビックで有名な彫刻！サンボイジャー : Sun Voyager> 0.65km(9分)
※バスで移動：数分
<⑤冷戦終結の歴史的舞台！ホフディ・ハウス : Höfði> 1.1km (15分)

【寄港地に戻る】

<⑤冷戦終結の歴史的舞台！ホフディ・ハウス : Höfði> → <寄港地 : Skarfakkiクルーズターミナル>
案1：バス (4駅 : 11分)
案2：徒歩 2.9km(40分)

案4：自転車を利用する場合

【寄港地から市内中心街まで】 3.4km(46分/18分)

<寄港地 : Skarfakkiクルーズターミナル> → < Hlemmurバスター・ミナル> <⑧ロイガヴェーグル通り : Laugavegur>

【観光ルート】 8.11km (113分/45分)
駐 <寄港地 : Skarfakkiクルーズターミナル> → < Hlemmurバスター・ミナル> <⑧ロイガヴェーグル通り : Laugavegur>
<⑨ペルトラン : Perlan> 2.1km(30分/12分) ※バスで往復も可
<②ハットルグリムス教会で記念撮影 : Hallgrímskirkja> <②レイブル エイリクソンの像> 1.3km(19分/8分)
駐 <④人懐っこい野鳥がイッパイ！チヨルトニン湖 : Reykjavíkurtjörn Tjörnin> 0.95km (13分/5分)
駐 <⑪レイキヤビク市庁舎 : Ráðhús Reykjavíkur> 0.55km(7分/3分)
<⑩国議事堂 アルシング : Alþingishúsið> 0.16km (2分/1分)
<③オシャレな雰囲気のオールドハーバー : Old Harbour Souvenirs> 0.6km(8分/3分)
駐 <⑥1度見たら忘れないデザイン！ハーバーコンサートホール : Harpa> 0.7km(10分/4分)
<⑦レイキヤビックで有名な彫刻！サンボイジャー : Sun Voyager> 0.65km(9分/4分)
<⑤冷戦終結の歴史的舞台！ホフディ・ハウス : Höfði> 1.1km (15分/6分)

【寄港地に戻る】 2.9km(40分/16分)

参考サイト

[【2025年4月発】北欧＆アラスカコースのクルーズ旅行](#)

[レイキャビクのおすすめ観光スポット クチコミ人気ランキング【フォートラベル】|レイキャビク|Reykjavik](#)

[レイキャヴィク 旅行・観光ガイド 2023年 - トリップアドバイザー](#)

[レイキャヴィーク - Wikipedia](#)

[在アイスランド日本国大使館](#)

[2023年4月 Voyage 114 オプショナルツアーのご案内](#)

[2023年8月 Voyage 115 オプショナルツアーのご案内](#)

[アクティビティやアトラクション、ツアーを予約する | GetYourGuide](#)

[レイキャビク\(アイスランド\)クルーズから見る神秘のオーロラ](#)

[レイキャビック - Google マップ](#)

[アイスランド☆レイキャビク一日観光！ - YouTube](#)

[アイスランドの大自然が想像を絶してた2022年8月21日～24日 - YouTube](#)

[【ブルーラグーン】青色の温泉に癒しを求めて - YouTube](#)

[【資産7000万FIRE】マイナス2度の中！世界最大の温泉に入る【世界一周アイスランド編】 - YouTube](#)

[港・寄港地図鑑 | iCruise（海外個人旅行を提供する高級クルーズ専門デスク）](#)

[レイキャビク街歩きガイド | Guide to Iceland](#)

[レイキャビクのおすすめレストラン（B級グルメ編） | Guide to Iceland](#)

[レイキャビクのお勧めレストラン | Guide to Iceland](#)

[レイキャビク・アークレイリで食べたもの](#)

[【激ウマ】アイスランドのスーパーで見つけた食べ物 - ぴったび](#)

[【必見】アイスランド・レイキャビック市内の観光スポットまとめ - ぴったび](#)

[レイキャビク観光 アイスランド旅行1日プラン 見どころと楽しみ方](#)

[アイスランドのお土産おすすめ10選！人気雑貨や有名なお菓子などを厳選 | 旅行達人-必ず役立つ旅の情報館-](#)

[アイスランドの食べ物といえばコレ！現地の人気料理店もあわせてご紹介 | 旅行達人-必ず役立つ旅の情報館-](#)

[【2023年】アイスランドの治安情勢まとめ！旅行者が注意すべき危険ポイント | 旅行達人-必ず役立つ旅の情報館-](#)

[スーパーでBONUS豚のマーク ホットドッグ](#)