

ガイドブック **みやこじま** '23-'24 改訂版

宮古島



公式サイトもみてね!

伊良部島
下地島
池間島
来間島

Google マイマップ
島旅おすすめ
モデルコース付き

便利なMAP
カーナビ用
マップコード
路線バス
時刻表付き



宮古島の最新情報をWEB・SNSで発信中!!



GUIDEBOOK_MIYAKOJIMA



アクティビティ

#砂山ビーチ



島みやげ

FREE 無料

Shigira Activity



シギラビーチ

ウミガメが悠々と泳ぎ、極彩色の熱帯魚が舞い踊る地球の輝きをたくさん詰め込んだ、奇跡のビーチ。

ザンギラリフト オーシャンスカイ



沖縄唯一*のペアリフトから見渡せるのは鮮やかな南国リゾートの絶景パノラマ。

*2014年8月24日Response記載

Snorkel

シュノーケル

無数の珊瑚と熱帯魚が生息する、輝く色彩のシギラビーチ。海の中を回遊すれば、高確率でウミガメに出会えるチャンスも。

Beach Rental

レンタル

ビーチを優雅に過ごせるカバナをはじめ、シュノーケルセット等レンタル品を豊富に取り揃えております。

Sea Kayak

カヤック

五感で宮古島の自然を感じることができるカヤックツアー。コンディションが良ければ、カヤック上から熱帯魚を見れます。

Diving

感動体験ダイビング

ライセンスがなくてもダイビングにチャレンジできます。何度でも潜りたくなる神秘的な世界を体験ください。

Segway

セグウェイ

次世代型ライド「セグウェイ」の浮遊感あふれる不思議な乗り心地をお楽しみください。

Sea Cruising

水中クルージング

半潜水式水中観光船「シースカイ博愛」で水深25mの美しい海の世界をお楽しみください。

Crystal Villa
MIYAKOJIMA SUNAYAMA BEACH
クリスタルヴィラ宮古島砂山ビーチ

QRコード: P.10-C3

Crystal Villa
Bayside
クリスタルヴィラベイサイド

QRコード: P.11-C6

Crystal Villa
IMGYA
クリスタルヴィラインギョー

QRコード: P.11-D6

Crystal Villa
IKEMA
クリスタルヴィラ池間

QRコード: P.10-D7

Crystal Villa
RESZURA NIKAI
クリスタルヴィレヅラニカイ

QRコード: P.10-C4

L'avenir
シテイライブ宮古ラヴニール

QRコード: P.14-C2

シテイライブ宮古ラヴニール 1F

超特選宮古牛・アギー豚専門店
しゃぶ庵
越本家
ご予約: TEL 0980-75-7511

QRコード: P.14-C2

各種レジャープログラムは、リゾート内のホテルにご宿泊されていない方でもご利用いただけます。

<https://shigira.com/activity>

シギラセブンマイルズリゾート
SHIGIRA RESORT
SEVEN MILES

ご予約・お問い合わせ
 <マリンレジャー/セグウェイ> TEL. 0980-74-7206
 <リフト/水中クルージング> TEL. 0980-76-6336



Resort Life 株式会社リゾートライフ

宮古島本社
 沖縄県宮古島市平良字西里 176-2-1階 TEL 0980-79-8800
 クリスタルリゾートクラブ
 大阪府大阪市中央区道修町 3-3-8-201 TEL 06-6232-3460



resortlife.co.jp



いざ決断の時！ あなたなら、どっち!?

ツナステーキバーガー vs. Do.W.A.T. LAVA チーズバーガー



天然酵母パンズ

オリジナルタルタルソース

シンプルに塩・胡椒

レアステーキ

わさび醤油

JTA の機内誌 Coralway で紹介された
ツナステーキバーガー。

宮古島で一本釣りされたキハダマグロをステーキにしています。
あっさりとしたツナは暑い日の食欲回復にも最適！

ハンバーガー対決！

天然酵母パンズ

なんと和辛子！

シンプルに
ケチャップ・マヨネーズ

多良間牛パテ x 2!

溶岩チーズ x 2!

JAL の機内誌 SKYWARD で紹介された
Do.W.A.T. チーズバーガー。

「Don't Worry About Tomorrow」の略です。
「バカンスの時は明日の体重を気にしないで思いっきり
旨いハンバーガーを食べたいよね！」というメンバー間の会話の中から生まれました。
(勿論小さなサイズのハンバーガーもあるのでご安心下さい)



ツナサラダ vs. オニオンリングス



ピンチョウマグロ

爽やかな酸味

ブラックペッパー

バージンオリーブオイル

コンフィ仕上げ

(たぶん) 世界で一番高価なツナサラダ！

宮古島で一本釣りされたピンチョウマグロをバージンオリーブオイルで
ゆっくりとコンフィして仕上げた逸品。そしてすべての味を最後にまとめているのが
宮古島産のシークワサーの爽やかな酸味。

サイドメニュー対決！

最大幅 10.6cm

最大高 3.8cm

秘伝のバター液

パセリを少々

指でつまんで豪快に！

(たぶん) 世界で一番美味なオニオンリングス！

オニオンリングス特有の甘さを最大限に引き出すために大型タマネギを使用。
そして顕微鏡レベルでスパイスを研究して開発を進めた秘伝のバター液。
優しくふりかける塩は、沖縄県産各種の塩を試した結果、
久米島産の海洋深層水 100% の「球美の塩」を使用。



モーニングサービス 8:00am-11:00am

宮古島の水を使って
じっくり・ゆっくり落とした
自慢のアイスコーヒーです。

来問島のAOSORAバーラーとの
夢のコラボ商品。



DOUG'S COFFEE®
Individually brewed by Doug's Burger

コーヒーをお求めのお客様へ。
5種類のブレンド豆から
お好みの珈琲豆をお選び頂けます。

エスプレッソ系のドリンクをお求めのお客様へ。
宮古島で一番美味しいと自負している
ラテでご来店をお待ちしております。

一杯ずつ、大切に。お客様に寄り添ったコーヒーを。
One Customer, One Coffee at a time.



各種サンドイッチをご用意しております。



ダグズ・バーガー 宮古島本店
営業時間 11:00-20:00
(店内 LO.19:00)(テイクアウト LO.19:30)
毎月第三水曜日定休
沖縄県 宮古島市 平良下里 1153-3-101
TEL : 0980-79-0930

ダグズ・バーガー 広島駅店
営業時間 10:00-22:00 年中無休
広島県 広島市 南区 松原町 3-1-1
EKICITY HIROSHIMA 1F - LE GARAGE 内

ダグズ・バーガー 池間島店
営業時間 11:00-20:00 (LO.19:30) 水曜日定休
沖縄県 宮古島市 平良池間 76-1

ダグズ・バーガー 石垣島店
営業時間 11:00-20:00 (LO.19:30) 毎月第三水曜日定休
沖縄県 石垣市 大川 209-6 W.P.D. ビル 東1号 ユーグレナモール 銀座通り
TEL : 0980-87-9166

ダグズ・バーガー 名古屋店
営業時間 平日 11:00-15:00 16:30-19:30(LO.19:00)
土日祝 11:00-20:00(LO.19:30)
水曜日定休
愛知県 名古屋市 千種区 池下 1-10-4 第 54 プロスパービル 1F
TEL : 052-784-8977



多良間牛(株)ダグズ・バーガーの登録商標です。



P.12-C3

<http://www.dougsburger.com>



ダグズ・コーヒー 宮古島本店
営業時間 08:00-16:00 水曜日定休
沖縄県 宮古島市 平良下里 1153-3-105
TEL : 0980-79-0963

ダグズ・コーヒー 石垣空港店
営業時間 07:00-20:00 年中無休
石垣空港出発ロビー Coralway 店内

ダグズ・コーヒー アートホテル石垣島店
営業時間 07:30-18:00 年中無休
沖縄県 石垣市 大川 559 アートホテル石垣島 1F

Proudly Serving (ドリンクのみのご提供)
ダグズ・コーヒー 宮古空港店
営業時間 08:00-20:00 年中無休
宮古空港出発ロビー グリーンリーフ店内



P.12-C3

フランチャイズオーナー募集中!

あなたの街でダグズ・バーガーまたは
ダグズ・コーヒーを始めてみませんか?
info@dougsburger.com まで。

<http://www.dougsburger.com/coffee>

多良間牛



DOUG'S GRILL®
Individually grilled by Doug's Burger



“格別に旨い塊肉にお客さま自らがナイフを入れる。
そんなステーキハウスをつくってみたいかった。”

ダグズ・グループ創業者 **Doug**



ダグズ・グリル宮古島本店

宮古島市平良字西里567-1
電話番号 0980-79-7070
営業時間 18:00-23:00 (L.O. 22:00) 木曜日定休
駐車場の御用意はございませんのでタクシー等でご来店ください。

フランチャイズオーナー募集中!

あなたの街でダグズ・グリルを始めてみませんか?
info@dougsburger.comまで。



多良間牛は(株)ダグズ・バーガーの登録商標です。

多良間牛は、宮古島から西へ67キロ、島一周15キロ、標高は最高でも海拔30メートルというほぼ完全に平坦な小さな島。そんな多良間の人口は12000人、しかし飼育されている牛は5000頭という、黒毛和牛の名産地です。ダグズ・グループで使用されている牛肉は、この多良間島で南国の潮風を感じながら産まれてきた牛の肉です。

多良間牛ってなに?



P.15-D3



DOUG'S DINER & BAR®
Individually invited by Doug's Burger

伊良部島の背後に沈む
雄大なサンセットを眺めながらの
アイランドタイムをお楽しみください!

当店ご利用の際に Instagram・Twitter・Google に以下のハッシュタグのうち一つ以上つけての投稿で200円引き!
#宮古島 #ランチ #サンセット #宮古そば



サンセットアワーの
店内の様子



牛骨白湯・牛しぐれ宮古そば



黒毛和牛ハンバーグステーキ



軟骨コリコリ鶏つくね月見カツバーガー

宮古島の新名物!

上品な牛骨の出汁のうえに重なるように存在する白湯のクリーミーな濃厚スープ。そして最後に宮古そば独特の鰹風味が鼻を抜けていく逸品!

100% Pork-free dish.

ダグズ・ボロネーゼパスタ
ダグズ・ローストビーフ丼 w/ バター醤油
エスニック“南西”チキンライス
鶏肉ときのこのクリームソースローズマリー風味
ダグズ・ローストビーフサンド w/ 柚子胡椒マヨ
ダグズ・イエローフィッシュカレー

スモークサーモン
生ハム原木切り出し
タコのガリシア風
白身魚のセビーチェ
小海老のアヒージョ
サンドイッチ各種

ソーセージ盛り合わせ
カラマリフリット
ムール貝の白ワイン蒸し
ダグズ・特製スペアリブ
ジャークチキン
パッファローチキンウイング



ダグズ・ダイナー & バー HOTEL LOCUS 店

宮古島市平良下里 338-40
HOTEL LOCUS 2F
TEL : 0980-79-0244

営業時間

朝 食 : 07:00 - 10:30
ラ ン チ : 11:00 - 15:00
サンセットアワー : 16:00 -



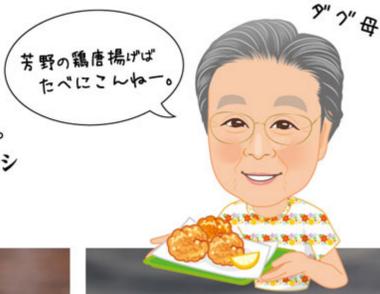
P.14-B5

江戸前寿司 居酒屋

芳野商店 × 鮭心

芳野商店ストーリー

ダグズ・グループの創業者ダグは母似として生まれました。それが理由で「あなたは芳野(ダグ母の旧姓)の子」とダグ母に耳元で囁かれながら育ったのです。そしてダグ母は博多・警固出身。そこで芳野商店では福岡の魚市場から空輸される玄界灘の美味しい魚の料理とダグ母のレシピの各種家庭料理をご用意して皆様のご来店をお待ちしております!



芳野家自慢の各種家庭料理



麻布 鮭心ストーリー

麻布 鮭心は2008年に開業して以来伝統を重んじつつも新技術を活用して世界に飛躍しようとしている江戸前寿司店です。その技術の一つが「旬瞬凍シンニギリ」です。芳野商店×鮭心ではこの技術を利用して宮古島での本格的江戸前寿司の提供を可能にしました。そして麻布 鮭心の2008年来の客がダグです。この店舗はこの二人の男の友情から生まれました。



江戸前寿司が宮古島にやってきた!



江戸前寿司 居酒屋 芳野商店 × 鮭心 宮古島本店
 営業時間 17:00 - 23:00 (L.O. 22:30) 水曜日定休
 沖縄県 宮古島市 平良下里 567-6
 TEL : 0980-79-7612

www.yoshinoshoten.com

フランチャイズオーナー募集中!

あなたの街でダグズ・グループの店舗を始めてみませんか?
info@dougsburger.com まで。



P.14-C4



宮古でもダグズ・バーガー。 池間でもダグズ・バーガー!



宮古島観光名所の池間ブルーを目の前にしてテイクアウト・メインの店舗をご用意しました。是非ドライブの途中に気軽にお立ち寄りください!



絶景のイートインスペースもご用意しております。



お馴染みのダグズ・バーガーの多良間牛ハンバーガーに加えて池間島オリジナルバーガーもご用意しています! 池間の漁師たちにより船上で神経締めされた状態で水揚げ。その新鮮さを直送でお届けします!



ダグズ・池間フレッシュフィッシュカツバーガー



ダグズ・池間フレッシュフィッシュバーガー



ダグズ・バーガー 池間島店
 営業時間 11:00-17:30 (L.O.17:00) 毎月第二水曜日定休
 沖縄県宮古島市平良池間 76-1
 TEL : 0980-79-6888

ダグズ・バーガー 宮古島本店
 営業時間 11:00-20:00 (店内 L.O.19:00) (テイクアウト L.O.19:30)
 毎月第三水曜日定休
 沖縄県 宮古島市 平良下里 1153-3-101
 TEL : 0980-79-0930

ダグズ・バーガー 広島駅店
 営業時間 10:00-22:00 年中無休
 広島県 広島市 南区 松原町 3-1-1
 EKICITY HIROSHIMA 1F - LE GARAGE 内

ダグズ・バーガー 石垣島店
 営業時間 11:00-20:00 (L.O.19:30) 毎月第三水曜日定休
 沖縄県 石垣市 大川 209-6 W.P.D. ビル 東1号 ユーグレナモール 銀座通り
 TEL : 0980-87-9166

ダグズ・バーガー 名古屋店
 営業時間 平日 11:00-15:00 16:30-19:30 (L.O.19:00)
 土日祝 11:00-20:00 (L.O.19:30)
 水曜日定休
 愛知県 名古屋市 千種区 池下 1-10-4 第 54 プロスパビル 1F
 TEL : 052-784-8977



多良間牛は(株)ダグズ・バーガーの登録商標です。



P.10-⑦

<http://www.dougsburger.com>

★赤いワクで囲まれた市街地の地図は P.14~15に掲載してあります。



地図上の店の名称は
ジャンル別に色分けしています

- 遊び ●体験 ●リラクゼーション
- 買う ●グルメ ●宿泊
- レンタカー・バイク・サイクル・タクシー

←伊良部島へ

与那覇前浜ビーチ
来間島へ

うえのドイツ文化村へ

東平安名崎へ

県道83号線

池間島入

池間島入

伊良部大橋

伊良部大橋

宮古島シーカヤッククラブ
集合場所

P.26 宮古島シーカヤッククラブ
集合場所

3

2

1

6

5

4

3

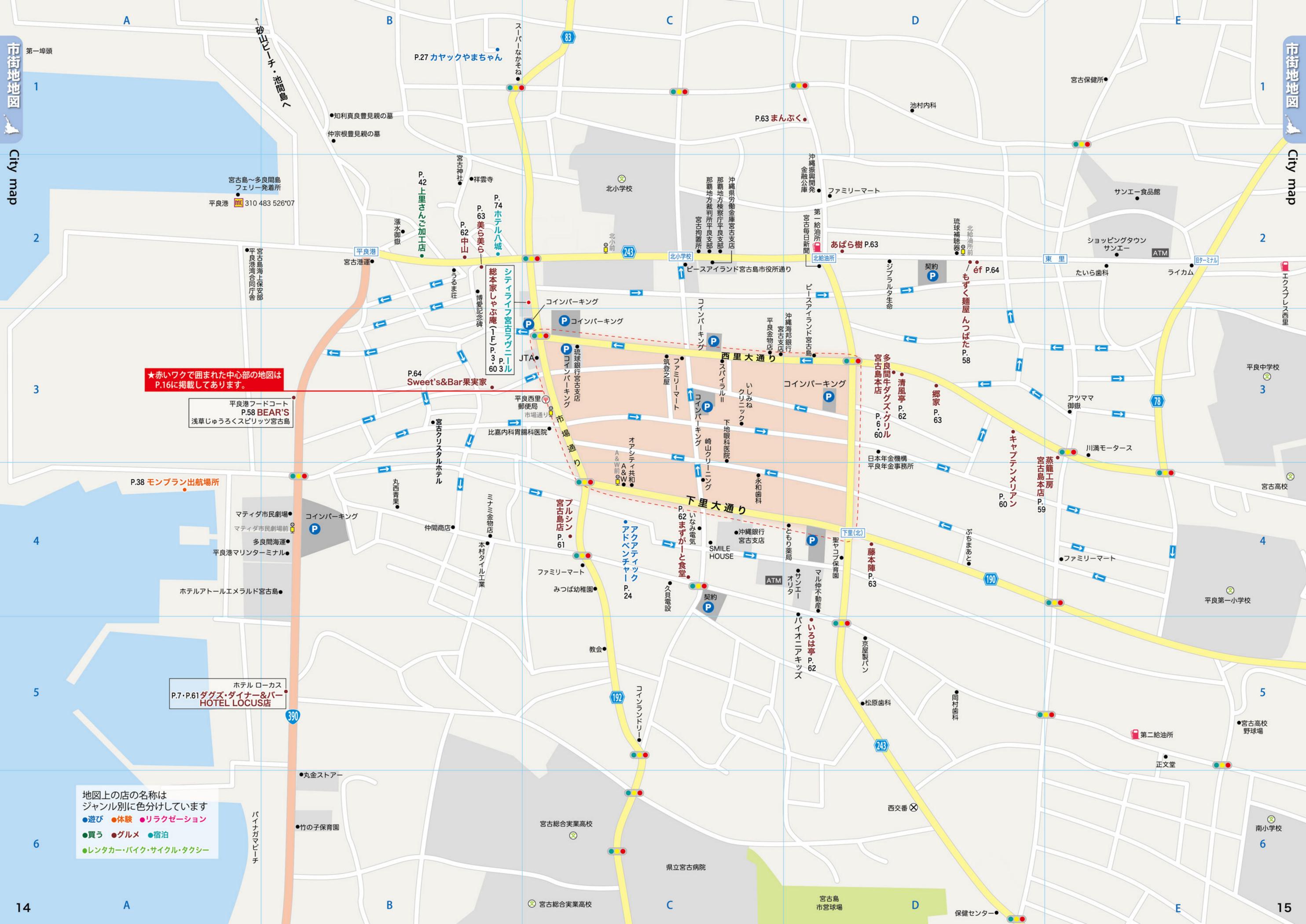
2

1

0 500 1000m



ATM



★赤いワケで囲まれた中心部の地図は P.16に掲載してあります。

平良港フードコート
P.58 BEAR'S
浅草じゅうらくスピリッツ宮古島

P.38 モンブラン出発場所

マティダ市民劇場
マティダ市民劇場前
多良間海運
平良港マリナーミナル
ホテルアトールエメラルド宮古島

ホテル ローカス
P.7・P.61 ダグズ・ダイナー&バー
HOTEL LOCUS店

地図上の店の名称は
ジャンル別に分けています

- 遊び ●体験 ●リラクゼーション
- 買う ●グルメ ●宿泊
- レンタカー・バイク・サイクル・タクシー



宮古島の概要 MIYAKO ISLAND

宮古諸島は、北緯24度～25度(フロリダ州マイアミとほぼ同じ)、東経125度～126度を結ぶ網目の中に位置し、沖縄本島(那覇)から南西約300km、東京から約2,000km。宮古島を中心とした大小8つの有人島(宮古島、池間島、来間島、伊良部島、下地島、大神島、多良間島、水納島)から構成されています。

宮古本島と伊良部島・池間島・来間島は橋によって陸路でつながっています。伊良部島と宮古島を結ぶ伊良部大橋は全長3,540mで、無料で通行できる橋としては国内最長(※2015年2月1日宮古毎日新聞参照)を誇っています。

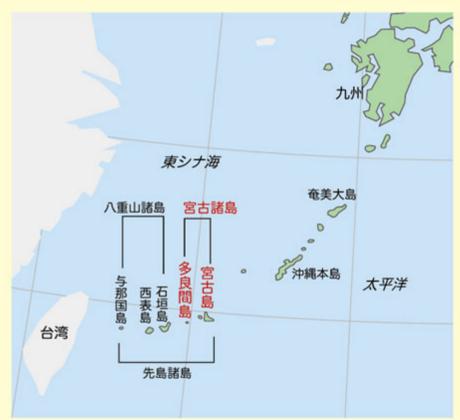
宮古島市の総人口は55,544人(2022年12月末現在)。宮古本島の総面積は約204.5km²で大阪市の面積(約222km²)より少し小さく、沖縄県で4番目に大きい島です。

宮古諸島の島々はおおむね平坦で低い台地状を呈しています。山岳部は少なく一番高いところでも標高110mあまりで、河川や湖沼等もなく、生活用水等のほとんどを地下水に頼っています。標高が低く、過去の海進の時に水没して以来他の島と陸続きになることがなかったため、琉球列島の面積の大きい島の中では、唯一ハブのいない島とされています。

宮古島は美しい海岸線と白い砂浜、珊瑚礁の海中景観など豊かな自然に恵まれ、沖縄の海で一番美しいと言われています。3月頃から10月頃まで海水浴ができ、ダイビングではイルカや、冬にはマンタが見られたりと一年中マリンスポーツを楽しむことが出来ます。宮古島の北海域にある国内最大級のサンゴ礁群「八重干瀬(やびじ)」は、ダイビング・シュノーケリングポイントとして有名で、毎年多くのダイバー達が訪れます。

また、仲宗根豊見親の墓・大井などの史跡をはじめ伝統的な織物の宮古上布や在来種の宮古馬など、国指定・県指定の史跡や文化財、天然記念物も数多くあり、自然や歴史の豊かな島です。

一年の平均気温は摂氏23.6度で、同じ沖縄でも那覇の23.1度よりも少し高く、東京より7.3度ほど高くなります。平均湿度は77%、降水量2,021mmで亜熱帯海洋性気候に属しています。最も寒い1月で平均最低気温は16度。4月上旬には海びらきをし、5月上旬に梅雨入りをします。6月下旬に梅雨明けると本格的な夏になり、9月頃まで30度以上の暑さが続き、10月頃まで海水浴が楽しめます。



【必ずお読みください】

本誌掲載の情報は2023年2月現在のものです。

- 住所表示は「宮古島市」を省略して表示しています。
- 住所・電話番号・FAX番号・ホームページアドレス・メールアドレス・携帯電話番号・営業時間・定休日・料金・メニュー・商品内容・お店の形態などが変わっている場合があります。
- 飲食店の営業終了時間はラストオーダー(L.O.)の時間を表記しています。
- 沖縄の旧暦行事・台風などによりお店(マリショップ含む)が閉まっている場合があります。
- 表記しているお店までの所要時間は天候・道路・交通事情などにより表記時間以上かかる場合があります。
- お店で利用できる駐車場は基本無料ですが有料駐車場の場合もあります。
- カードは全てのクレジットカード会社に対応していない場合があります。プリペイドカードのみ利用可のお店もあります。
- ペット入店可の表示でも店内全てに入店ではなく、テラス席のみのお店もあります。
- 送迎に関しては、料金・人数制限・地域制限がある場合があります。
- マリレジャーに関しては、その日の天候・海況・風向・潮の干満などにより、出発時刻・ツアー内容などが変更になる場合があります。
- 飲食店などの肉の写真は霜降り状態などを表現するため生の状態で撮影をし、掲載しているものもあります。生食を提供・推奨するものではありません。

- 各施設の設備に関しては有料の場合があります。
- 掲載の住所・電話番号には集合場所、問合せ・予約専用番号の場合があり、カーナビやスマホ等での位置検索では実際と異なる場所を示す場合があります。
- 各掲載店にそれぞれ公式SNS(LINE、Instagram、facebook、twitter)、公式サイト、オンラインショップのQRコードを表示しています。それ以外は本誌連載サイトの宮古島ねっとの各掲載店ページのQRコードを表示しています。

【料金について】
 ※マリレジャー、体験、宿泊で表記している料金は原則1名料金で、大人は中学生以上、小人は小学生以下です。詳しくは各施設に問い合わせください。
 ※本誌記載の各料金は、消費税相当額を含んだ総額表示になっています。
 ※表記しています価格は原材料価格の変動に伴い取材時(2023年2月時点)の価格から値上がりしている場合があります。詳しくは各掲載店へお問い合わせください。

- 以上熟読していただき、詳細などにつきましては各掲載店に直接お問い合わせください。
- ※本誌に掲載された内容に関するお店とのトラブル・損害などは弊社では補償いたしません。予めご了承下さい。
- ※「QRコード」は、株式会社デンソーの登録商標です。

■地図番号の見方



各掲載店ごとに地図上での場所記号を記しています。
 ※地図上でガイドブック宮古島の掲載店をカテゴリ別に色分けして記載しています。
 ※店名横の数字は掲載ページです。

■マップコードについて

310 455 713*53

本誌では各ページに掲載店舗位置のカーナビ用のマップコードを表記しています。
 店舗用の駐車場の場所は各お店に直接お問い合わせください。
 ※「マップコード」および「MAPCODE」は、株式会社デンソーの登録商標です。

■アイコンについて

☑	交	交	駐	W	パ	ホ	フ	イ	ツ	ネ	席	カ	テ	座	個	行	禁	分	ベ
☑	通	レ	車	リ	リ	イ	エ	ン	イ	ツ	数	ウ	イ	敷	室	ラ	煙	煙	ト
☑	ジ	支	系	ド	場	F	ア	ム	イ	ス	タ	ス	ン	ブ	ス	ル	ス	ト	可
☑	ツ	支	系	ド	場	F	ア	ム	イ	ス	タ	ス	ン	ブ	ス	ル	ス	ト	可
☑	ト	払	支	り	使	リ	イ	ブ	グ	エ	ヨ	ッ	席	1	席				
☑	カ	い	払	用	1	ジ	ラ	ッ	席	あり									
☑	ド	可	対	ク	ム	ッ	席	あり											
☑	可																		

☑	予	出	女	妊	複	エ	ク	バ	テ	ワ	ク	冷	エ	デ	フ	ダ	シ	和	素
☑	A	予	出	女	妊	複	エ	ク	バ	テ	ワ	ク	冷	エ	デ	フ	ダ	シ	和
☑	E	約	張	性	婦	数	ア	イ	ス	イ	レ	庫	エ	コ	ラ	オ	リ	ブ	シ
☑	D	制	可	専	用	同	コ	ラ	ー	レ	ビ	庫	エ	コ	ラ	オ	リ	ブ	シ
☑	あり																		

伊良部大橋 Irabu Bridge



TEL 310 420 839*61 P.12-A6

宮古島 観光ス
amazing



宮古島と伊良部島を結ぶ長さ3,540mの橋で2015年1月31日に開通。無料で通行できる橋としては国内最長(※2015年2月1日宮古毎日新聞参照)。美しいエメラルドの海に架かる橋は優美なアーチが特徴で、ドライブコースとしても絶大な人気がある。

行く? する?
ポット編
fantastic



沖縄で一番美しいといわれるビーチ。純白の砂浜はキメが細かく、その感触はまるでパウダーのよう。エメラルドグリーンの海で様々なマリンスポーツや海水浴を楽しめる。ビーチからは海にかかる来間大橋や来間島が望める。

与那覇前浜ビーチ Yonahamaehama Beach



TEL 310 211 651*30 P.10-C7

来間大橋 Kurima Bridge



TEL 310 181 506*34 P.10-C6

宮古島と来間島を結ぶ1,690mの橋で1995年3月に開通。橋の上から眺める海の色は言葉が失う美しさ。与那覇前浜ビーチも一望できドライブコースに最適。

池間大橋 Ikema Bridge



TEL 310 871 737*88 P.10-C1

宮古島と池間島を結ぶ全長1,425mの橋で1992年2月に開通。橋の上からは西平安名崎や大神島が一望でき、エメラルドグリーンの海を間近に見られる。

竜宮城展望台 Ryugujo Observatory



P WC

来間島の高台にある竜宮城をかたどった展望台。目の前に広がる風景は格別で対岸の与那覇前浜ビーチ、来間大橋、伊良部大橋、伊良部島が一望できる。

西平安名崎 Cape Nishihennazaki



P WC

宮古島の北西端にある岬。風力発電の風車があり展望台からは池間大橋や、池間島、伊良部島、大神島の3つの離島を一望できる。夕陽スポットとしても人気。

宮古島市熱帯植物園 Miyakojima City Tropical Botanical Garden



P WC

亜熱帯の樹木や草花が年中色鮮やかに咲き誇っている。野鳥や小動物の散歩ポイント。

川満マングローブ Kawamitsu Mangrove



P

与那覇湾に面した川満漁港近くに広がるマングローブ林。

島尻マングローブ Shimajiri Mangrove



P WC

宮古諸島で最大規模の群落。遊歩道が整備されていてゆっくり観察できる。

砂山ビーチ Sunayama Beach



P WC

市街地から約4 km。パウダーのような白い砂山の上から見る海の景色は最高。吹き抜けの洞窟で有名なビーチ。

イムギアーマリンガーデン Ingya Marine Garden Park



P WC

入り江を利用した遊歩道が整備されていて、丘の上の展望台からは美しい珊瑚礁の海を見渡せる。

新城海岸 Aragusuku Coast



P WC

浅瀬でカラフルな熱帯魚やサンゴを間近でみることができる人気のシュノーケルポイント。

吉野海岸 Yoshino Coast



P WC

色鮮やかな熱帯魚の種類と数が多く、海水浴やシュノーケルポイントとして人気。

東平安名崎 Cape Higashihennazaki



P WC

太平洋と東シナ海に面し、隆起サンゴ礁の石灰岩から成り立つ細長い半島(長さ約2km、幅最大160m、高さ約20m)。日本の都市公園100選や国の史跡名勝天然記念物にも指定されている。突端にある灯台の上からは岬と海、宮古島を一望できる(※有料)。全国で上まで登ることができる灯台は16基しかなく、沖縄ではここを含めて2基のみ。(※出典元 公益社団法人 燈台会)



宮古島の絶景を空撮してみよう!
空撮したドローン映像

パインガマビーチ Painagama Beach



P WC

市街地から歩いて5分。海水浴や水上バイクを楽しむ姿が見られる。市民の憩いのビーチ。

各景勝地についているQRコードを読み取るとドローン空撮の動画を見ることができます。

島旅モデルコース

オススメ

宮古空港発
宮古島一周コース
所要時間 約4時間



スキャンしてGO~!!

Googleマイマップ
を使って
楽々ドライブ



※車(時速40km/h)での移動時間を目安にしています。各景勝地での徒歩移動時間や見学・体験・ツアー時間・飲食店の食事・ショッピングなどの時間は含まれません。



観光タクシーを利用する人は
ベテランドライバーの解説付き
安心して周遊観光が楽しめます。

編集長
オススメ!!

協栄タクシー (0980)72-0799
八千代タクシー (0980)72-3001

与那覇前浜ビーチ

来間大橋

竜宮城展望台

伊良部大橋

渡口の浜

通り池

佐和田の浜

みやこ下地島空港

白鳥崎

フナウサギバナタ

サバ沖井戸

牧山展望台

伊良部大橋

砂山ビーチ

池間大橋

西平安名崎

島尻マングローブ

新城海岸

吉野海岸

東平安名崎

イムギヤーマンガローブ

宮古空港

ガイドブック宮古島編集部がオススメする

宮古島観光に欠かせないレンタカー！
宮古島を快適にドライブしよう～！

レンタカー ショップ

レンタカー 南西楽園レンタカー



☎0980-74-7730 営 9:00～18:00
住 上野字新里1405-226シギラフィールドハウス
〒310 160 797*74 【地図】P.11-②

レンタカー 宮古島アウトレットレンタカー



☎0980-73-3241
住 平良字東仲宗根888-1 営 9:00～17:30
〒310 455 348*54 【地図】P.12-C2

レンタカー ALIVIOレンタカー



☎0980-79-6900
住 平良字松原12-3 営 9:00～19:00
〒310 391 566*35 【地図】P.12-B6

レンタカー 24レンタカー宮古島空港



☎0980-72-3233
住 平良字西里1444-6 営 9:00～17:00
〒310 396 899*13 【地図】P.13-D2

レンタカー バインレンタカー宮古空港本店



☎0120-385-960
住 平良字西里1455-3 営 8:00～19:00
〒310 397 784*36 【地図】P.13-D2

レンタカー オリックスレンタカー宮古島



(宮古島マンゴ店) 営 8:00～19:00 (宮古島空港店) 営 8:00～19:00
☎0980-73-2939 ☎0980-73-5500
住 平良字西里882 住 平良字西里1332-3
〒310 425 839*72 P.13-C2 〒310 426 232*05 P.13-D2

レンタカー OTSレンタカー宮古空港前店



☎0980-72-1104
住 平良字下里2199-1 営 8:00～19:00
〒310 396 043*46 【地図】P.13-D4

レンタカー フジレンタカー宮古島



☎0980-72-8877
住 平良字東仲宗根892-1 営 8:00～19:00
〒310 455 530*56 【地図】P.12-C2

レンタカー スカイレンタカー宮古店



☎0980-72-8002
住 平良字下里2422-1 営 8:00～19:00
〒310 366 821*88 【地図】P.13-D4

レンタカー ユウ・アイレンタカー宮古島店



☎0980-79-9166
住 平良字西里1472-37 営 8:00～19:00
〒310 397 639*25 【地図】P.13-D2

レンタカー すなかぎレンタカー



☎0980-76-3135
住 上野字宮国733-1 営 8:00～19:00
〒310 158 806*82 【地図】P.11-②

レンタカー トモリレンタカー



☎090-5748-1274
住 平良字下里2025-3 営 8:00～18:00
〒310 396 235*20 【地図】P.13-D3

レンタカー ちゅらさんレンタカー



☎0980-79-0385
住 平良字西里935-48 営 9:00～18:00
〒310 426 720*24 【地図】P.13-C2

レンタバイク サイクル 富浜モーターズ



☎0980-72-3031
住 平良字西里288 営 9:00～18:00
〒310 454 782*46 【地図】P.16-D1

レンタ サイクル しまそらBicycle Rental



☎0980-73-7311
住 伊良部字佐和田1727 営 10:00～19:00
〒721 243 785*78 【地図】P.32-B

レンタ サイクル UK RENTAL



☎090-3796-8294
住 平良字西原1183-2 営 9:00～18:00
〒310 545 830*44 【地図】P.11-C3

レンタカーショップの詳細はP76～77に掲載しています。

宮古島 ボラガービーチは施設も充実!

全ツアー帰着後は **ビーチプール、温水シャワー、更衣室**をご利用頂けます



シュノーケリング付きの盛りだくさんコース アドベンチャーカヤック

12月~2月はショート版でご案内 所要時間 約5時間40分
 大人(中学生以上) **13,200円**(税込) 子供(小学生) **12,100円**(税込)
※ホテル送迎不要は、お一人様500円OFF!!
 カヤック+鍾乳洞探検+ランチ+シュノーケリング+送迎

短時間でカヤックも鍾乳洞探検も楽しめるコース カヤックで行く!!鍾乳洞探検隊

通年開催 所要時間 約2時間30分
 大人(中学生以上) **7,700円**(税込) 子供(小学生) **7,150円**(税込)
※現地集合・現地解散
 カヤック+鍾乳洞探検

とにかく熱帯魚の数が凄いです! カヤック&シュノーケリングツアー

通年開催 所要時間 約3時間
 大人(中学生以上) **8,800円**(税込) 子供(小学生) **7,700円**(税込)
※現地集合・現地解散
 カヤック+シュノーケリング

海もプールもよければリプラン 施設充実でのんびり安心 ボラガービーチ リゾート

来店時や当日予約もOK 9:00~17:00(最終受付 15:00)
 大人(中学生以上) **2,750円**(税込) 子供(4歳~小学生) **1,320円**(税込)
※現地集合・現地解散
 パラソルチェア(大人人数分)+シュノーケルセット+ビーチプール、温水シャワー等施設使用料、傷害保険料

料金は全て「税込」表示となっております。各ツアー料金のみクレジットカード決済できます! ツアー対象年齢:小学生~70歳までの健康な方

保良泉ビーチ・プール

運営:有限会社アイランドワークス 〒906-0101 宮古島市城辺字保良1139-1

TEL. 0980-77-7577 (8:00 ~ 20:00)

お申し込みは 前日 20:00 までにお電話ください

https://www.uminooto.com asobu@uminooto.com

WEB予約は
アイランドワークス で 検索

※各コースとも、天候・海況により時間変更・内容変更・ツアー中止となる場合があります。あらかじめご了承ください。

海に隠れた竜宮城 カヤックに乗って竜宮の神が待つ鍾乳洞へ



各コースの集合時間は公式ホームページに掲載しております。
 詳しくは「アイランドワークス」で検索!

持参する物: 水着・バスタオル



全てのツアー料金には、施設使用料、ガイド料、傷害保険料、
 器材一式レンタル料、夏:ラッシュガード/冬:ウェットスーツ、
 マリンブーツなどツアーに必要なアイテムが含まれております。

オプション 大人(中学生以上) **4,400円**(税込)
ビーチBBQ 子供(4歳以上小学生まで) **3,080円**(税込)

2022年野生の海亀との遭遇率100%! 船に乗らずにビーチからスタート! 写真データ全て無料!



こんなに近く可愛いウミガメが見られるから最高の思い出になるはず。
 前浜ビーチで非日常体験。 日々の溜まったストレスも発散。 バンドワゴンに乗って気分爽快!

- ◆竜宮城ツアー/間近でウミガメシュノーケリング+パンクキン鍾乳洞(約3.5H) 16,000円
- ◆ウミガメとシュノーケリング+マリン3種(約3H~) 13,500円
- ◆1人2500円割引! 竜宮城ツアー+マリン3種(約5H~) 21,000円
- ◆間近でウミガメシュノーケリング(約1.5H) 6,500円
- ◆竜宮城ツアー+マーメイド(約4.5H) 20,500円
- ◆マリン3種/バナナポート+マーブル+バンドワゴン(約40分~) 7,500円
- ◆ウミガメとシュノーケリング+マリン3種/バナナポート+マーブル+バンドワゴン+ジェットスキー(約2.5H) 17,000円

青色のシーズン

TEL.090-1347-1645 [集] 新城海岸またはシガラビーチ、前浜港、保良泉ビーチ [休] 無(冬季休業あり) [受] 6:00~20:30

初心者・子どもも大満足 シュノーケリングが楽しめるショップ



野生のウミガメに会えるかも。 伊良部島のダイナミックな地形を観察。
 ウミガメと一緒に写真撮影。 キレイな熱帯魚がたくさん。 フカブカ浮くだけで気持ちいい。 クマノミにも会える。

- ◆ウミガメとサンゴお魚シュノーケリングツアー(2~2.5H) 6,500円
- ◆伊良部島シュノーケリングツアー(約2.5H) 7,500円
- ◆1組限定貸切シュノーケリングツアー(2~2.5H) 8,000円
- ◆伊良部島シュノーケリングツアー(約2.5H) 7,500円
- ◆やしがにトレッキングツアー(1.5~2H) 大人 3,000円、小人 2,000円

シュノーケリングショップ 宮古島マリンサービス

TEL-FAX(0980) 79-0454・090-1361-3839 [住] 平良字東仲宗根790 [受] 9:00~19:00(冬季は18:00)

宮古島を遊び尽くそう! 思い出に残る海遊びをサポート



- ◆シーカヤックでパンクキン鍾乳洞(約2H) 7,500円
- ◆シーカヤック&シュノーケリング(約2H) 9,000円
- ◆ウミガメシュノーケリング(約1.5H) 6,000円

MARINE FORD まりん ふぉーど

TEL.080-6482-6169 [住] 城辺字保良518 [受] 8:00~20:00(冬季18:00)

宮古島ねっと

貸切ボートツアー

シュノーケリング、釣り、クルージング etc

地図/P.10-C6

CHECK 簡易シャワー・トイレ完備
年齢制限なし、ペット乗船可

SUP レンタル
ドローン撮影可

半日ツアー 50,000円~/1組
1日ツアー 90,000円~/1組

※6名以上の場合、1名様毎に追加料金あり
ツアー詳細はお電話またはInstagram(QRコード)をチェック!
@uminavi_subaru

天然プラネタリウムツアー

レーザーポインターを使用して、季節の星座の見つけ方や神話を解説

地図/P.11-C6

CHECK 双眼鏡、レジャーシートの貸出あり
星空フォト撮影 2,000円/1枚

大人	(中学生以上)	2,500円
子供	(小学生)	1,500円
幼児	(4歳以上)	500円

青い海と満天の星
宮古島の大自然を1日楽しみ尽くそう

@hoshinavi_subaru

アドベンチャーシュノーケリング

日・火・金曜日 限定ツアー

ランチも美味しい♡

感動を！今まで体験したことのない
これぞ美ら海!!

集合場所は あっ! "ひろちゃん食堂"

ランチも美味しい♡

人気NO.1

5時間 9,000円 最大25名まで参加OK
社員旅行、卒業旅行等も大歓迎

温水シャワー完備 写真付き

0980-79-7724

宮古島市上野宮国 746-9
https://gratssup.jp

家族で楽しめるシュノーケリングを安心安全に! 地元割あり!

◆クマノミ&サンゴウォッチングビーチシュノーケリングコース(2.5H)
大人 5,500円、小人 4,500円

海に入ると元気のサンゴがいっぱい、100%の確率でクマノミが見られる。
ショップ集合(8:30/13:30)→ビーチで練習&ツアー→解散(11:00/16:00)
※ウェットスーツレンタル 500円
※8歳未満の子どもの参加については問い合わせを
※65歳以上の場合は書面による医師の許可が必要

◆ビーチ体験ダイビング(2.5H) 中学生以上 11,000円
ショップ集合(8:30/13:30)→ビーチで練習&ツアー→解散(11:00/16:00)
※上記料金の他に美ら海協力金500円が必要(任意) ※地元割引あり

夏を手軽に楽しむならシュノーケリングが一番! 徹底した安全管理と親切丁寧なインストラクターの案内で、子どもから大人まで存分に楽しむことができる。視界いっぱい広がるサンゴの楽園と熱帯魚たちの乱舞は必見! 体験ダイビングでは水中で呼吸ができることや、魚と同じ目線で見る景色に誰もが感動する。地元の人向けに割引料金の設定もある。詳しくは問い合わせを。

アイランドエキスパート宮古島

TEL(0980) 73-7060

専属ガイド付きの少人数・貸切制でビギナーも安心!

◆貸切ビーチ体験ダイビング(3H) 9,800円
迎えor集合(8:30/12:00/15:30)→体験ダイビング→解散(11:30/15:30/18:30)

◆貸切ビーチファンダイビング(3H) 7,700円
迎えor集合(8:30/12:00/15:30)→シュノーケリング→解散(11:30/15:30/18:30)

◆貸切ビーチシュノーケリング(3H) 6,000円
迎えor集合(8:30/12:00/15:30)→シュノーケリング→解散(11:30/15:30/18:30)

◆専属ガイドポート体験ダイビング(8H) 15,000円
◆2ポートファンダイビング(8H) 15,000円

最短3時間のツアーで、旅先での時間を有効利用したい人にオススメ。体験ダイビング、シュノーケリングは専属ガイドがつく貸切ツアーなので安心。すべてのコースでアクションカメラ(GoPro)無料レンタル。ツアー中の動画・画像をプレゼント。

ダイビングショップ moOgr もーぐる

TEL(0980) 79-0601

ゲストに合わせたその日のベストダイビングポイントへ案内

◆ファンダイビング(4H/2ポート) 14,000円
(7H/3ポート) 18,000円

◆体験ダイビング(4H/1ポート体験) 14,000円
(4H/2ポート体験) 18,000円

◆ダイビングライセンス講習
NAUIオープンウォーター(3日間) 55,000円
NAUIアドバンスコース(2日間) 42,000円

ダイビングが初めての人や経験の少ない人、1人で参加する人も安心して楽しめるよう、安全第一で宮古島のすばらしい海の世界を案内。泳ぎが苦手な人や不安という人も希望すればマンツーマンで対応してくれる。リクエストにも応えてくれるので、宮古島の旅の思い出作りに気軽にチャレンジしてみよう。キャンペーン・お得情報は今すぐホームページをチェック!

https://miyako-aquaticadventure.com
e-mail info@miyako-aquaticadventure.com

宮古島ダイビング アクアティックアドベンチャー

TEL(0980) 79-5009

◆ポート体験ダイビング(3~6H) 17,050円
◆ポート体験ダイビング+宿泊パック 22,250円
◆ファンダイビング(2ダイブ) 14,850円
◆ファンダイビング(2ダイブ)宿泊パック 18,400円
◆ファンダイビング(3ダイブ) 20,350円
◆ファンダイビング(3ダイブ)宿泊パック 23,900円

集合(8:30)→ダイビング→休憩→シュノーケリング等→帰港(15:30)
宮古島で30年続く老舗。宮古人スタッフが迎えてくれるアットホームなショップ。併設のペンションは国道390号線に面してアクセス楽チン。海遊びはダイビング専用船で案内。

マリンスervice MIYAKO

TEL(0980) 72-9383

「安全・安心・快適」がモットー

◆体験ダイビング 17,050円
インストラクターとマンツーマンで安心。午前のみ、午後のみ受け付け可能。
出港(9:00)→午前1ダイブ→午後オプション又はシュノーケリング→帰港(16:00)

◆2ポートダイビング 14,850円
出港(9:00)→午前1ダイブ→ランチ休憩→午後1ダイブ→帰港(16:00)

◆3ポートダイビング 22,550円
出港(9:00)→午前2ダイブ→ランチ休憩→午後1ダイブ→帰港(16:00)

「楽しいガイド、おいしいランチ、気持ちいいジャグジー」の3拍子揃ったアットホームなサービスを提供してくれるショップ。ダイビング専用ボートはプロペラのないジェット推進による高速走行で巻き込みの心配が無く、浅瀬もスイスイの「安全」構造。温水シャワーや清潔で広いトイレはもちろん、雨天や波しぶき対策、特に女性に優しい広い更衣室で日焼け対策も万全の「快適」設計。ボートには応急キットや緊急用酸素ボンベ、AEDも常備で「安心」ダイビング。益々充実のサービスで「その日一番の海」ハ案内してくれる。宮古島の素晴らしい海でおもいきり楽しもう。クラブハウスでは楽しいログタイム。沖縄県安全対策優良海域レジャー提供業者指定。http://www.divekids.jp

DIVE KIDS

TEL(0980) 72-7338

◆海ガメ&熱帯魚2ビーチシュノーケリング(2.5H) 5,000円

海ガメ専門シュノーケリングショップなので海ガメ遭遇率100%更新中。カクレクマノミも100%見ることができ。海ガメに出会えるビーチとたくさんの熱帯魚を見られるビーチの2カ所を車で移動する宮古ブルー満喫プラン。少人数制のツアーなので、泳げなくても安心。水着とタオルだけで参加できる。冬季はウェットスーツ無料。当日予約可。「価格以上の満足宣言をします」とオーナー。

Reeftour HONEY

TEL(070) 3800-8211

◆間近で海亀とシュノーケリング(約1.5H) 5,500円
99%の遭遇率を継続中。海況や状況により、サンゴや熱帯魚の案内も可。+5,000円で1組限定貸切可。

◆海亀シュノーケリング&鍾乳洞ツアー(約3.5H)
感動体験、満足度No.1コース。写真はプレゼント。 16,000円

ウェットスーツレンタル 1,000円 写真(データ送信) 1,000円。
2名から参加可。前日までの完全予約制。空きがあれば当日予約可。LINEでの予約可(トークに参加日、人数、年齢、連絡先を入力)。参加条件は7歳~59歳までの運動制限のない人。現地集合・現地解散なので時間を有効に使うことができる。

ウミガメツアー

TEL(090) 1940-4172

◆こみこみバック ファンダイビング(2ダイブ) 15,950円
(3ダイブ) 21,450円
※器材込み ※ウェットスーツは冬季はドライスーツに変更可能
※デジカメ(SD持参)・ライト・フードベスト、レンタル無料(数限定)

◆体験ダイビング(1ビーチ) 11,000円
(1ポート) 14,300円

◆追加1ダイブ 6,600円
◆ダイビングライセンスCMAS ネット講習(2日間) 39,600円

所有ボートで、リクエストにも対応してくれる。ダイビングライセンスのない人から上級者まですべてに対応。

mana Factory

TEL(0980) 73-4039-090-7062-9291

◆シュノーケリングツアー(約2H) 6,500円
◆スキューバダイビングツアー(約2H) 9,000円
4/29~10/31 スタート(8:00/11:00/14:00)
11/1~翌4/28 スタート(10:00/13:00)
※料金は器材レンタル・保険料込み
※集合場所は海況により変更あり

少人数制でPADIインストラクターによるレクチャーを受けることができ、初めての人も安心して楽しむことができる。現地集合・現地解散なので、限られた時間を有効に使いたい人にも好評。ツアーの様子を写真に撮り、データをプレゼントしてくれる。

BalloonFish宮古島

TEL(080) 7980-6009

八重干瀬 伊良部島へGO!GO!

◆シュノーケリングツアー 大人10,000円・子ども(12歳未満)9,500円

◆体験ダイビング(10歳以上) 1ダイブ 14,500円
追加1ダイブにつき +5,000円

◆体験ダイビングのお友達と潜るコース
ライセンス所有者 13,500円 追加1ダイブにつき +5,000円

★レンタル器材、保険料込 ※料金は全て税込★

◆ハイパワーエンジン 日よけ完備 トイレ付 酸素吸入設備有り

大型ダイビング船で快適な海遊び!

BLUE SPACE

TEL-FAX(0980) 75-3306
http://blue-space-miyako.com

海の危険生物

資料 沖縄県衛生環境研究所 ウミヘビ

強い神経毒を持っているので、かまれると神経がマヒして動くことが出来なくなる。近寄ってきても絶対にいじらないこと。

◆ハブクラゲ
5~10月頃に発生するクラゲ。ひも状の触手には刺胞(毒針と毒液が入ったカプセル)がたくさんあり、触れると毒針が刺される。

◆刺された部分は絶対にこすらない。
●刺(毒針)を患部から取り除く。
●触手を引っかき取る。
●痛みときは水や冷水をビニール袋などにに入れて冷やす。

◆オコゼ
背びれに毒がある。色・形が石や岩に非常に似ているため気づきにくい。砂の中にも潜っていることもある。

◆オニヒトデ
直径約30cm。鋭い毒のあるトゲのついた腕を持っている。腕間はサンゴの下などに隠れている。

◆フサフサバチツギンチャク
乳白色で人の指のような突起がたくさんのびていてソフトコーラのように見える。この形状の突起に刺胞球がたくさんある。

◆ウンバチツギンチャク
直径10~20cm。猛毒を持つツギンチャクで、岩や死んだサンゴなどに付着している。岩に付着した海藻と間違えることもあるので注意が必要。

◆目に見える大きなトゲは取り除き、40~45℃程度のお湯につける。ビニール袋にお湯を入れ患部に当ててもよい。

◆海水で刺胞球や触手を洗い流し、水や冷水で冷やす。
※※は絶対に使わないこと。群により刺胞の発射が促進される場合がある。

NEW パラセーリングポート導入！
360度の絶景!!
感動の空中散歩

水着でなくてもOK!
写真&動画も撮れる!

★シングル(1名様) 6,000円
★ペア(2名様) 7,000円(お一人様)
★トリオ(3名様) 8,000円(お一人様)

飛行時間:約8分~10分 乗船時間:約1時間

★GoProレンタル 2,000円(1グループ)

ご予約・お問合せ
080-3954-4996
http://sorabito.okinawa [受付] 8:00~20:00

【スタート時間】9:00/10:30/12:00/13:00/15:00/16:30
各スタート時間の15分前迄にトリパーマリーナ集合
※小学生以上 ※一度に飛べる総重量170kgまで
※中学生以下は保護者同伴 ※乗船人数12人まで

カヤックを漕いで海に浮かぶ砂の島「ユニ」へ行こう!

地元の熟練ガイドが楽しくのんびり案内してくれる。

◆カヤックツアー
海に浮かぶ砂の島「ユニ」上陸&ウミガメに会えるカヤックツアー(2.5H)
大人(中学生以上) 8,000円、小人(小学生以下) 6,000円
マングローブカヤック&散策ツアー(2.5H)
※4月~10月のみ開催 大人(中学生以上) 8,000円、小人(小学生以下) 6,000円
サンセットカヤックツアー(1H) 5,000円

◆SUPツアー
海に浮かぶ砂の島「ユニ」上陸SUPツアー(2H) 大人(中学生以上) 7,000円
体験SUPツアー(1.5H) 大人(中学生以上) 6,000円

集合時間(午前9:00~午後13:30) ※潮位の関係で集合時間変動あり
※全てのツアー保険込 ※カヤックツアーは飲み物付 ※SUPは最大5名まで
※悪天候の場合、コース変更あり ※当日キャンセルはキャンセル料金が発生

伊良部大橋の下を通過して海に浮かぶ砂の島「ユニ」に上陸するツアーは感動すること間違いなし。不思議なドリーネツのパワーホール、キノコ岩を巡るツアーもオススメ。市街地から近く、小さな子どもから年配の人まで楽しめる。

宮古島シーカヤッククラブ
【住】平良字下里1236-1(集合場所:みやこサンセットビーチ)
TEL・FAX(0980) 72-0230・090-2852-0487(予約)

ツアー写真&動画プレゼント

◆1日大満喫メルトツアー/海亀+クリアカヤック+ユニの浜(7H) 17,800円
※ドローン空撮込 ※10歳~55歳くらいまで

◆海亀ツアー(2H) 6,000円
◆海亀&クリアカヤック(シーカヤック)ツアー(3H) ※ドローン空撮オプション1組 5,000円 大人 11,800円、小人(3歳~7歳) 10,800円
◆「幻の島」ユニの浜ツアー(3H) 6,500円 ※ドローン空撮オプション1組 5,000円 ※9歳~

◆海亀&「幻の島」ユニの浜ドローン空撮ツアー(3H) 13,800円 ※9歳~55歳まで

※1日大満喫メルトツアー、海亀ツアー、「幻の島」ユニの浜ツアー、海亀&「幻の島」ユニの浜ドローン空撮ツアーは大人、小人同一料金
ウェットスーツレンタル 1,000円
集合時間は潮位の関係で変動 送迎は要問合せ
meltingspot.seamelt@gmail.com
https://meltingspot-miyako.jimdofree.com

海メルト うみめると
【住】平良字西仲根3-3-1F
TEL 080-3246-0399

Sunset Cruising
サンセットクルージング

7,000円(宿泊者料金 6,000円)

MIYAKOJIMA TOKYU HOTEL & RESORTS
宮古島 東急ホテル&リゾート
0980-76-2109

地図/P.10-Q

シュノーケリング
楽しく安全に遊ぼう!

沖縄県の水難事故のトップはシュノーケリング中の事故です。宮古島の海を安全に楽しんでいただく為に、シュノーケルの使用方法をマスターしましょう。手軽に使えるものですが使用方法を間違えたり思いがけない事故が起きます。原因はシュノーケル内に海水が入った事に気づかず呼吸を止めてしまい、海水を飲み込んでパニックになることです。以下の使用方法・注意事項を守り、安全で楽しいシュノーケリングを楽しみましょう。

- シュノーケルの呼吸方法は吸う時はゆっくり、吐く時は強くし、シュノーケル内に海水が入った時でも海水を飲み込まないようにします。ゆっくり吸う事で海水を飲み込まないようにし、強く吐く事によってシュノーケル内の海水を外に吐き出す事が出来ます。
- シュノーケルをくわえる前に必ず肺の中に空気をためておきましょう。こうすることでシュノーケル内に海水が入っていても飲み込まなくて済みます。
- 泳ぐ時、視線は必ず進行方向に向け手前を見ないようにします。手前を見過ぎるとシュノーケル内に海水が入りますので注意してください。
- ライフジャケット・ウエットスーツなどの浮力のある物を身につけて泳いで下さい。海水浴場には季節によってはハブクラゲなどの有害生物が入り込むことがあります。身体全体を保護できるウエットスーツやグローブを使用することをお勧めいたします。
- 飲酒後のシュノーケリングは大変危険です。絶対に行わないで下さい。
- 長時間、海につかっていると見た目よりも体力は消耗します。1時間を限度として充分休息してから泳いでください。
- 絶対に1人で泳がず、2人以上で行動をするようにしましょう。
- 台風前後の海は大変危険です。絶対に海には入らないようにしましょう。
- シュノーケルなどのマリネジャーを楽しみたいときは専門のショップ(22~29ページ・34~35ページに掲載)を利用することをお勧めします。

※シュノーケルクリアー
シュノーケル(空気を吸う筒状のもの)の中に入った海水を出すこと
シュノーケルクリアーをする時は手の平の水を吹き飛ばす位の勢いで行います。吹き方が足りないと、シュノーケル内に海水が残ってしまい、次に息を吸ったときに吸い込んでしまう恐れがあります。

真下を見過ぎるとシュノーケル内に海水が入ります。遠くを見るよう気をつけて下さい。

器材の名称
シュノーケル(空気を吸う筒状のもの)
マスク(水中メガネ) フィン(足ヒシ)
ライフジャケット(救命胴衣) ウェットスーツ マリンブーツ
グローブ

必需品
着替え サングラス ビーチサンダル 日焼け止め
帽子 タオル 長袖のはおりもの
暑くてもビーチや海上は紫外線が強いので、日焼け対策は万全にしてください。

ウェットスーツやグローブ(軍手でも代用可)、マリンブーツは海中の有害生物から身を守るのに役立ちます。ウェットスーツがない場合はラッシュガードや長袖のTシャツ、スパッツなどで体を守りましょう。

サンゴを踏まないようにしましょう!
海況・風向・風速・干潮・満潮などの気象情報はこちらで確認できます。
◆宮古島地方気象台

魚の餌付けはやめましょう!

シー・スクーター

◆ウミガメツアーと新城海岸シー・スクーター(2H) 6,500円
80cm~1mくらいの可愛いウミガメと一緒に泳いだ後、珊瑚がきれいで熱帯魚が沢山いる新城海岸でシー・スクーターが楽しめる。ウミガメ・珊瑚・熱帯魚と一挙三得のツアー。

◆パンキン鍾乳洞ツアーとボラガービーチシー・スクーター(2H) 7,500円
黄金色に輝く、パンキン鍾乳洞へ案内。超パワースポットに感動するはず。鍾乳洞ツアーのあとはボラガービーチでシー・スクーターでのシュノーケリングが楽しめる。
※鍾乳洞だけの場合は7,000円

◆新城海岸・珊瑚礁・ガイドツアー(1.5H) 6,000円
シー・スクーターを使用することで泳いで行く事ができない広範囲のポイントにいる、たくさんの熱帯魚や珊瑚を見ることが出来る。 ※ガイドなしの場合は5,500円
※シー・スクーターは海面を進むもので潜るための機材ではありません。

スクリーがあるシー・スクーターなら 簡単に、子ども~年配の人、泳げない人
広い珊瑚礁もラ〜ク、楽。操作は至って簡単。

シー・スクーター・宮古島
【住】城辺字新城476-1 [受] 7:00~22:00
TEL 080-5215-0943

1組限定 プライベートSUPツアー

◆SUPで行く楽園ツアー・経験者コース(2H) 6,500円
干潮時にしか上陸できないプライベートビーチへ。伊良部大橋の下をくぐり、のんびり海上散歩。広い空と透き通った海、海上に現れる砂浜が作りだす美しい光景を満喫できる。

◆SUPで行く無人島ツアー(2H) 6,500円
海からしか行くことができない無人島へ上陸するSUPツアー。

◆サンライズorサンセットSUP(1.5H) 6,000円
朝日や海に沈む夕日を見ながらSUPを楽しめる。

◆SUP&シュノーケル(2.5H) 9,000円
人気急上昇中。SUPとシュノーケリングがセットの欲張りツアー。

◆海ガメシュノーケル(1.5H) 5,000円
高い確率で会える海ガメと一緒にシュノーケリング。

SUPA(日本スタンドアップパドルボード協会)・JSYA(日本サップヨガ協会)認定インストラクターが在籍しているので安心して楽しめる。宮古島スタンドアップパドルボード協会加盟店。ツアー開催時間は問合わせを。料金は保険料込。

Smile Sunny すまいるさー
【住】下地字上地71-7 [受] 8:00~20:00
Instagram: @smile_sunny_sup
TEL 080-6565-4649

◆シーカヤック&シュノーケリング体験ツアー(3H) 9,500円
※午前or午後 大人 9,500円、小学生以下 7,500円

◆シーカヤック体験ツアー(2.5H) 7,500円
※午前or午後 大人 7,500円、小学生以下 6,500円

◆大神島シーカヤック上陸ツアー(6H) 17,000円
大人 17,000円、小学生以下 15,000円

※往復船で行くツアーもあり
家族やグループでシーカヤック体験。少人数制(6名まで)なので自分のペースで満喫できる。送迎不要は一部割引あり。6名以上は要相談。詳しくは問合わせを。

【住】平良字東仲根279 [受] 8:00~20:00
TEL 090-3793-4589 LINE: @kayakayama

シングルフライト(1名乗り1フライト) 1名 9,000円
◆タンデムフライト(2名乗り1フライト) 1名 7,000円

※開催時間 9:45、11:00、12:30、13:45、15:00、16:15
※出港場所/前浜港棧橋
※送迎可(事前確認が必要)
※現地集合で1人1,000円割引

前浜ビーチから大空へ。特別な講習は一切なし。誰でも気軽に空を飛ぶことができる。海上50m以上の高さから見る宮古島の海は別世界。海ガメやエイが見えることもしばしば。12歳以上の健康な人であれば参加OK。家族やカップル、友達同士と一緒に楽しもう。

パラセーリング Blue honu ぶるーほぬ 【住】下地字与那覇1200
TEL 090-9789-5776(予約問合せ)

No!Plastic!!
世界の海に存在するプラスチックごみは約1億5千万トンとされています。一度放出されたプラスチックは分解されず、波や紫外線などで小さな「マイクロプラスチック」となり、海に残り続けます。こうしたプラスチックごみは海の生物がエサと間違えて食べてしまったりするなど、海の生態系に様々な影響を与えています。海に行く時はビニール袋やペットボトルなどをなるべく持ち込まず、決して海に捨てないようにしましょう。

その日焼け止めクリーム大丈夫?
日焼け止めに含まれる化学物質が、サンゴや海洋生物の遺伝子を傷つける原因として問題視されています。環境に優しい自然素材成分のものを推奨します。

海洋プラスチック問題に関心ある方へ
キレイな宮古島の海と生き物たちを守るために、一人一人が意識して環境問題に取り組まましょう。

幻想的な海の世界を優雅に満喫

ジェットスキーレンタル ツーリング&シュノーケル 1時間 24,200円 2時間 35,200円
ジェットスキー ツーリング&シュノーケル 1時間 11,000円 2時間 15,400円
ボートチャーター クルージング 最大10名まで 3時間 110,000円

宮古島JETクルーズ 0980-79-0990
http://jet-cruise.com 宮古島市平良字下里247-2-101 P.12-A4

2002年創業 池間港発！揺れの少ない大型クルーザーで行く八重干瀬ツアー



女性に配慮した広い日除け、温水シャワー、シャワートイレが付いた大型クルーザー。

海亀やカクレクマノミに会えるかも。シャワー室・パウダールームあり。沢山のキンギョハナダイ。

- ◆八重干瀬シュノーケリング(5~6H) ※器材込 **12,500円**
- ◆フルフェイス体験ダイビング&シュノーケリング(5~6H) ※器材込 **17,500円**
- ◆ファンダイビング(5~6H/2ダイブ) **15,000円**
- ※器材フルレンタル 4,500円 ※3本目追加 +5,000円 ※写真データ付
- ◆ポートチャーター(6H) **180,000円~**
- ※シュノーケリング料金込、ダイビング料金別途

八重干瀬クルージング(同伴者などで泳がない人の乗船料) 10,000円
水中デジタルカメラレンタル(SDカード別途・持込可) 2,000円
ショップ集合(9:00)→出港(9:30)→ポイント3~4カ所まわる→帰港(14:30~15:00)
※新型コロナウイルス対策のためランチ・飲み物は持参のこと ※送迎希望の人は要相談
※ボートは緊急用酸素キット・AED搭載で万が一の時も安心 ※12月、1月は3Hコースあり
※美ら海協力金500円にご協力をお願いします

八重干瀬専門 since 2002 **カルトマリーヌ**
TEL**090-4708-9575** 【住】平良字池間118-1 【受】7:00~21:00

Facebook: @cartemarine
C 交 Pay P 電 HP fb IG TW LINE Instagram P.10-2

八重干瀬へ一番近い池間島から出港！



- ◆八重干瀬シュノーケル半日ツアー **9,500円**
- 受付・器材合わせ・講習(8:30/12:45)→出港(9:00/13:30)→八重干瀬ポイント2~3カ所まわる→帰港(12:00/16:30)
- ◆フルフェイス体験ダイビング&シュノーケリング半日ツアー **17,500円**
- 呼吸が楽、海水が入らない、曇らないフルフェイスマスクでの体験ダイビング。インストラクターとマンツーマンなので初心者も安心。2名限定。
- ◆八重干瀬ファンダイビング(2ダイブ) **19,500円**
- ※上記3メニューは器材込、午前or午後
- ◆ポートチャーター半日 **59,500円**
- ※午前or午後 ※定員10名 ※ボートだけのレンタル不可
- ※シュノーケルは器材レンタル料、ガイド料として別途10,000円
- ※ダイビングは2名限定で通常価格の半額 ※釣りができる1日貸切チャーターあり
- ※美ら海協力金として1人500円の協力をお願いします

新艇導入！サンゴの楽園八重干瀬で遊ぼう！



- ◆八重干瀬シュノーケリング(5H) **11,000円**
- 最大12名までのシュノーケリングツアー
- ※器材、ウェットスーツ、ランチ、保険込
- ◆ポートチャーターシュノーケリング **80,000円**
- ※1~6名までの料金、1名増えるごとに+10,000円、最大12名まで
- ※魚釣りをする場合はレンタルロッドあり、1本3,000円(要問合せ)
- 池間島集合(9:00)→出港(9:30)→ポイント3~4カ所まわりながらシュノーケリング(12:00)→船上で手作りランチ→帰港(14:00頃)→温水シャワーを浴びて解散
- レンタルカメラ(TG-6・水中ハウジング・SDカード付) 2,500円
- ※各コース、美ら海協力金として別途500円が必要(任意)
- タオルと水着があればOK！八重干瀬を友達同士、家族だけで自由に遊びたい場合はポートチャーターシュノーケリングがおすすめ。ボートは日よけ、トイレ付。
http://coralcove.jp

Coral Cove こーらるこーぶ
【住】平良字池間90-1【受】7:00~20:00
TEL**090-8357-5522**
C 交 Pay P 電 HP fb IG TW LINE Facebook Instagram P.10-2

- ◆午前シュノーケリング(3H) **8,000円**
- 出港(9:00)→帰港(12:00) ※器材込
- ◆午後シュノーケリング(3H) **8,000円**
- 出港(13:00)→帰港(16:00) ※器材込
- 国指定名勝および天然記念物に指定されている「八重干瀬(ヤビジ)」でインスタ映え間違いなしの奇跡の絶景を体験しよう。日本最大級のサンゴ礁で抜群の透明度を誇る八重干瀬では自然の驚異を目の当たりにできる。初心者や小さな子ども連れでも大丈夫。自分たちのペースで安心・安全に楽しめるようスタッフが心を込めてサポートしてくれる。ツアー期間は11月まで。

シュノーケリング八重干瀬 しゅのけりんぐ やびじ
【住】平良字前里274 【受】7:30~21:00
TEL**070-3803-1129** Instagram: @snorkeling_yabiji
C 交 Pay P 電 HP fb IG TW LINE P.10-2

宮古島の海を楽しく遊ぶ為のお願い

宮古島地域でダイビング及びシュノーケリングをする時に、調和のとれた有益な海面利用を図るため宮古地区三漁協(池間漁協・伊良部漁協・宮古島漁協)とダイビング・シュノーケリング事業者との間で宮古島地域における海面の調和的利用に関する協定を結んでいます。この協定により、ダイビングやシュノーケリングツアーなどの際に美ら海(ちゅらうみ)協力金として美ら海協力券(1枚500円)の購入をお願いしています。この協力金は海洋環境の保全・観光ダイビング事業の振興・水産業振興など、環境保護と地域の発展に寄与する目的で使用させていただきます。あくまでも購入は任意ですがみなさんのご協力をお願いします。

ご利用方法
利用された各ショップにおいて、清算の際に「美ら海協力金」(500円)をお支払いいただくと、領収書として「美ら海協力券」をお渡し致します。四半期ごとに抽選を行い、宮古島特産品をプレゼント致しますので、領収書は小さくさないようお願い致します。
美ら海連絡協議会お問い合わせ先 伊良部漁業協同組合・0980-78-3119
宮古島漁業協同組合・0980-72-2029 池間漁業協同組合・0980-75-2011

国の名勝・天然記念物、八重干瀬へ



高速ボートで快適に案内。 海ガメがお出迎え。一緒に泳げるかも。



- ◆八重干瀬ボートシュノーケリング(3H) **9,000円**
- ※器材込 ※午前or午後
- ◆八重干瀬体験ボートダイビング(3H/1ダイブ) **13,500円**
- ※器材込 ※午前or午後 ※シュノーケリング付
- 午前/池間島集合(8:45)→ポイント3カ所移動→帰港(12:00)
- 午後/池間島集合(12:50)→ポイント3カ所移動→帰港(16:00)
- ※時間、ポイントは海況により変動あり
- ◆2ボートファンダイビング(4H) **14,000円**
- 器材フルレンタル 3,500円 水中カメラレンタル(SDカード込み) 2,000円
- ※美ら海協力金として1人500円のご協力をお願いします。

海は好きだけど入るのが怖かったり、泳げない人でも大丈夫。八重干瀬の世界を覗けばそんな不安は取り除かれてしまう、まさにヒーリングポイント。サンゴ礁から地形まで幅広くカバーし、ポイントまでは船であつという間。日よけも広く、トイレ・シャワー完備。ゆったり、のんびり出来る空間で、日頃の自分にご褒美しよう。
http://www.yabizi.com/
e-mail/info@yabizi.com

Marine Shop ヤビジ まりんしょっぷ やびじ
【住】平良字池間278-6【受】7:00~20:00
TEL**080-3374-4720**
C 交 Pay P 電 HP fb IG TW LINE Instagram P.10-2

ベテランガイドと八重干瀬へ



- ◆八重干瀬シュノーケリング(5H) **12,000円**
- ※器材、ウェットスーツ、ランチ、保険込
- ◆八重干瀬体験ダイビング(5H) **15,500円**
- ※器材、ウェットスーツ、ランチ、保険込
- ◆八重干瀬ファンダイビング(5H/2ダイブ) **15,000円**
- ※ランチ、保険込
- 池間漁港集合(9:00)→出港(9:30)→八重干瀬のポイント3ヶ所のんびりまわる→帰港(14:30頃)
- ※美ら海協力金500円のご協力をお願いします。

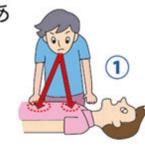
大サンゴ礁群・八重干瀬へ。今年、開業21周年を迎えるショップ。ベテランガイドが安心・安全を心がけ、その日のベストポイントへ案内。シュノーケリングはのんびり海面に浮かびながら色鮮やかなサンゴ礁や魚の群れを楽しむ事ができる。体験ダイビングはスタッフがマンツーマンで教えてくれるので、初めての人や泳ぎが苦手な人でも安心。ファンダイビングは少人数制で初心者からベテランダイバーまで幅広くカバー。船はトイレ・日よけ付きでAED搭載。帰港後はショップでシャワーを浴びることができる。休憩もできる。
http://ikemajima-ds.jp/

池間島ダイビングサービス
【住】平良字前里34-1【受】7:00~21:00
TEL**090-3790-3015**
C 交 Pay P 電 HP fb IG TW LINE Instagram P.10-2

知っておこう！心肺蘇生法の手順

① 呼吸の確認

- 胸と腹部の動きを見て、普段通りの息があるかないかを見る。
- 呼吸がない、もしくは異常な呼吸(しゃくりあげるような不規則な呼吸)の場合はただちに心臓マッサージ(胸骨圧迫)を開始する。



② 心臓マッサージ(胸骨圧迫)の開始

- 心臓マッサージをする場所は「胸の真ん中」が目安。胸骨のまん中の位置に、片方の手の付け根を当て、他方の手をその手の上に重ねる。



- 【強く】胸が少なくとも5cm沈むように。小児・幼児は、胸の厚さの約1/3。
- 【速く】1分間あたり、少なくとも100回のテンポで。
- 【絶え間なく】中断は最小限に。
- 乳幼児の場合は乳頭線より指1本分下を2本の指で圧迫する。



小児の場合は片手で圧迫する

人工呼吸ができる場合

③ 気道の確保

- 片手を額に当て、もう一方の手の人差し指と中指の2本をあご先に当て、これを持ち上げ気道を確保する。
- 人工呼吸は1回1秒かけて吹き込む。



④ 心肺蘇生法の実施

- 30回の心臓マッサージ(胸骨圧迫)と2回の人工呼吸を交互に繰り返す。

※窒息、溺水、小児の心停止などの場合は、人工呼吸を組み合わせる事が望ましいとされています。
※人工呼吸を行う際は、できるだけ感染防護具をお使いください。
※感染防護具がない場合や口と口が直接接触する事に躊躇がある場合などは、人工呼吸を省略して心臓マッサージ(胸骨圧迫)を行って下さい。



沖に流れる潮流(離岸流)リーフカレントに注意



海の事故は **118番**
固定・公衆・携帯電話・船舶電話から利用できます。

リーフ(浅い海と外海との間にあるサンゴ礁)の切れ目に打ち込んで砕け散った波は潮流となって沖合いに流れ出します。写真のA印のところでは、特に強い潮流の発生が確認されています。リーフに打ち付ける波が高い時は、強い流れが発生してとても危険です。もしも、沖に流されていると感じたら砂浜に向かって平行に泳ぎ、リーフカレントを抜けてから一番近い陸地を目指して下さい。

宮古島海上保安部 (0980)72-0118 宮古島警察署 (0980)72-0110

ガイドブック宮古島編集長おすすめ

レジャー
ショップ
リスト

宮古島わっとGO!



カヤック
22ページ
保良泉ビーチ・プール
(アイランドワークス)
TEL.0980-77-7577
アドベンチャーカヤック
13,200円



カヤック
22ページ
保良泉ビーチ・プール
(アイランドワークス)
TEL.0980-77-7577
カヤックで行く!!鍾乳洞探検隊
7,700円

ショップ	電話番号	おすすめメニュー	料金	掲載ページ
------	------	----------	----	-------

スキューバダイビング

カルトマリーヌ	090-4708-9575	フルフェイス体験ダイビング&シュノーケリング	17,500円	28
Marine Shop ヤビジ	080-3374-4720	八重干瀬体験ポートダイビング	13,500円	29
池間島ダイビングサービス	090-3790-3015	八重干瀬体験ダイビング	15,500円	29
DIVE KIDS(ダイブキッズ)	0980-72-7338	体験ダイビング	17,050円	25
アクアティックアドベンチャー	0980-79-5009	ファンダイビング(2ポート)	14,000円	24
moOgr(モーグル)	0980-79-0601	貸切ビーチ体験ダイビング	9,800円	24
マリンサービスMIYAKO	0980-72-9383	ポート体験ダイビング	17,050円	24
mana Factory(マナファクトリー)	0980-73-4039	こみこみバックファンダイビング(2ダイブ)	15,950円	25
シギラビーチハウス	0980-74-7206	体験ダイビング	10,450円	-

シュノーケリング

GRATISISUP(グラッツサップ)	0980-79-7724	アドベンチャーシュノーケリング	9,000円	25
SUBARU(スバル)	090-1349-0386	貸切ポートツアー(半日)	50,000円~	24
宮古島マリンサービス	0980-79-0454	ウミガメとサンゴお魚シュノーケリングツアー	6,500円	23
宮古島マリンサービス	0980-79-0454	1組限定貸切シュノーケリングツアー	8,000円	23
カルトマリーヌ	090-4708-9575	八重干瀬シュノーケリング	12,500円	28
MARINE FORD(マリンフォード)	080-6482-6169	シーカヤック&シュノーケリング	9,000円	23
青色のシーズン	090-1347-1645	ウミガメとシュノーケリング+マリン3種	13,500円	23
池間島ダイビングサービス	090-3790-3015	八重干瀬シュノーケリング	12,000円	29
Marine Shop ヤビジ	080-3374-4720	八重干瀬ポートシュノーケリング	9,000円	29
BLUE SPACE(ブルスペース)	0980-75-3306	シュノーケリングツアー	10,000円	24
海メルト	080-3246-0399	1日大満喫メルトツアー	17,800円	27
Coral Cove(コーラルコーヴ)	090-8357-5522	八重干瀬シュノーケリング	11,000円	28
八重干瀬マリンサービス(ヤビジ)	090-9789-0343	八重干瀬シュノーケル半日ツアー	9,500円	28
アイランドエキスパート宮古島	0980-73-7060	クマノミ&サンゴウォッチングビーチシュノーケリングコース	5,500円	24
ウミガメツアー	090-1940-4172	間近で海亀とシュノーケリング	5,500円	25
シュノーケリング八重干瀬(ヤビジ)	070-3803-1129	シュノーケリング	8,000円	28
BalloonFish宮古島(バルーンフィッシュ)	080-7980-6009	シュノーケリングツアー	6,500円	25
HONEY(ハニー)	070-3800-8211	海ガメ&熱帯魚2ビーチシュノーケリング	5,000円	25

シースクーター

シー・スクーター・宮古島	080-5215-0943	ウミガメツアーと新城海岸シー・スクーター	7,000円	27
--------------	---------------	----------------------	--------	----

カヤック

保良泉ビーチ・プール(ボラガー)	0980-77-7577	カヤック&シュノーケリングツアー	8,800円	22
保良泉ビーチ・プール(ボラガー)	0980-77-7577	ボラガービーチ リゾートバック	2,750円	22
青色のシーズン	090-1347-1645	竜宮城ツアー/間近でウミガメシュノーケリング+パンブキン鍾乳洞	16,000円	23
MARINE FORD(マリンフォード)	080-6482-6169	シーカヤックでパンブキン鍾乳洞	7,500円	23
宮古島シーカヤッククラブ	0980-72-0230	海に浮かぶ砂の島「ユニ」上陸&ウミガメに会えるカヤックツアー	8,000円	26
宮古島シーカヤッククラブ	0980-72-0230	マングローブカヤック&散策ツアー	8,000円	26
カヤック やまちゃん	090-3793-4589	シーカヤック&シュノーケリング体験ツアー	9,500円	27

ショップ	電話番号	おすすめメニュー	料金	掲載ページ
スタンドアップパドルボード				
GRATISISUP(グラッツサップ)	0980-79-7724	SUPクルージング	5,000円	25
Smile Sunny(スマイルサニー)	080-6565-4649	SUPで行く楽園ツアー	6,500円	27
パラセーリング				
空人	080-3954-4996	パラセーリング	8,000円	26
Blue honu(ブルーホヌ)	090-9789-5776	パラセーリング	9,000円	27
水中観光船				
シースカイ博愛	0980-76-6336	水中観光船	2,000円	-
クルージング				
宮古島東急ホテル&リゾート	0980-76-2109	サンセットクルージング	7,000円	27
モンブラン	0980-72-6641	ランチクルーズ	5,000円	38
水上バイク				
宮古島JETクルーズ	0980-79-0990	ジェットスキーレンタルツーリング&シュノーケリング	24,200円	27
伊良部島				
ゆうむつ	090-4519-6998	欲張りプラン! 青の洞窟&八重干瀬コーラルスペシャルシュノーケリングツアー	14,000円	35
ゆうむつ	090-4519-6998	伊良部島発! 八重干瀬コーラルシュノーケリングツアー	12,000円	35
マハロ	090-1360-4745	島人船長と行く八重干瀬シュノーケルツアー	11,000円	35
マハロ	090-1360-4745	青の洞窟&三角点下コーラルシュノーケルツアー	9,000円	35
しまそらBicycle Rental(バイシクルレンタル)	0980-73-7311	自転車レンタル	1,800円~	34
ハーミットクラブ	080-6486-7019	宮古島満喫ツアー	13,000円	34
OneByOne(ワンバイワン)	080-1628-4973	青の洞窟&ウミガメシュノーケリング	9,500円	34
伊良部島ガイド ピクニック	090-8915-1929	1日おまかせピクニックコース	15,000円	35
伊良部島マリンセンター	0980-78-4178	ポート体験ダイビング	16,500円	35
星空ウォッチング				
SUBARU(スバル)	090-1349-0386	天然プラネタリウムツアー	2,500円	24
〜レコード〜	090-6322-1103	星空フォト	4,000円	39
島内周遊(観光タクシー)				
八千代バス・タクシー	0980-72-3001	-	-	73
協栄タクシー	0980-72-2414	-	-	73
ゴルフ場				
エメラルドコーストゴルフリンクス	0980-76-3232	-	-	53
シギラベイクントリークラブ	0980-76-3939	-	-	-
街歩き				
宮古島ひとときさんぽツアー	0980-73-7311	島人とのんびり港釣り	5,000円	38

エステ・リラクゼーション

ショップ	電話番号	おすすめメニュー	料金	掲載ページ
pocota(ポコタ)	080-3967-1844	琉球月桃オイルボディ	10,500円	40
シギラ黄金温泉	0980-74-7340	入館料	1,530円	41
ゆるりあ(宮古島東急ホテル&リゾート内)	0980-76-2109	琉球アロマトリートメント	-	41
カイマナ	090-8835-7666	ゆさらび	18,000円	41
LOOCHOO.(ルーチュー)	090-1948-2220	オーガニックアロマボディ	8,800円	41
anyo(アンヨ)	080-3973-3825	シロダーラフルコース	35,000円	40
GRANDSEA(グランシー)	090-4053-8193	オイルボディトリートメント	13,000円	40
尚	090-9700-8691	リラクゼーション	3,500円	40
La mahina(ラマヒナ)	070-5401-9822	宮古島スペシャル	14,500円	40
癒家	0980-79-0153	極楽コースプラス	15,400円	40

伊良部島

IRABU ISLAND

●人口4,992人(2022年1月31日現在)
●面積29.06km²

宮古島の北西に位置し、宮古諸島の中では宮古本島について大きな島。伊良部島と宮古島を結ぶ伊良部大橋が2015年1月に開通しました。隣の下地島とは6箇所の短い橋でつながっていて、7つの集落があります。島の周囲にはダイビングスポットが集中していて、宮古島本島からも多くのダイビングポイントが訪れます。2019年3月30日には新たな伊良部島、宮古島観光の拠点として伊良部島に隣接する下地島に「みやこ下地島空港ターミナル」が開業し、ますます観光地としての発展が期待されています。



※詳細は18ページをご覧ください。



タカ目・タカ科の鳥。北風が吹き始める頃、日本からフィリピンへ渡る途中に大群が飛来する。伊良部島を代表する鳥で、牧山展望台のモチーフにもなっている。



伊良部島と下地島の間には川のような水路があり、汽水域で育つマンローブが生い茂っている。



旧暦5月4日の海神祭に行われるハーリー。佐良浜漁港では漁船の船首から漁師や子どもたちがカツオのぶつ切りを投げる恒例の伝統儀式「おおばんまい」も大盛況。



伊良部島 景勝地

下地島の景勝地

1 牧山展望台 Makiyama Viewpoint



伊良部島に渡ってくるサシバをかたどった真っ白な展望台。島の最も高い場所にあり、伊良部大橋、来間大橋、池間大橋などが眼下に一望できる。

2 渡口の浜 Toguchi-no-hama Beach

2 渡口の浜 Toguchi-no-hama Beach



伊良部島を代表する海水浴場で、長さ約500mにわたって真っ白な砂が広がっていてとてもきれいなビーチ。

6 白鳥崎 Cape Shiratorizaki



島の北側に位置する岬。海沿いの遊歩道では切り立った断崖絶壁や複雑な地形の海岸線などダイナミックな景観が楽しめる。

3 中の島ビーチ Nakanoshima Beach



サンゴ礁がビーチのすぐ近くまで迫り、様々なサンゴや魚を見ることができる。

7 フナウサギバナタ Funausagibanata



フナウサギバナタとは「船を見送る岬」という島の方言で沖繩本島などに旅立つ家族などの無事を祈り船出を見送った場所。眼下に美しいサンゴ礁の海を見晴らすことができる。

5 佐和田の浜 Sawada-no-hama Beach



江戸時代中期の大津波で打ち上げられたといわれている無数の大岩が独特な風景を創り出していて「日本の渚百選」にも選ばれた。独特の漁法「魚垣(ながき)」の風景も見られる。

8 サバ沖井戸 Sabaoki Well



昭和41年に水道が設置されるまでの230余年間伊良部島佐良浜地区の人々に利用されていた井戸。(※2021年9月時点では崖崩れなどにより立入禁止となっています。)

4 通り池 Toriike Sea Passage



伊良部島を代表する観光スポット。別々に存在する2つの池は底で海とつながり、神秘的なスポットとしてダイバーに人気。国指定天然記念物。



ガイドブック宮古島の掲載店の情報はインターネットでも見ることが出来ます。

宮古島ねっとはこちらから



https://www.miyakojima.net 宮古島ねっと

レンタサイクル 下地島 空港ステーション NEW OPEN 平良港 港町ステーション

しまさら Bicycle Rental 「電動アシスト自転車」で伊良部大橋チャレンジ!

営業時間/10:00~19:00 受付場所/みやこ下地島空港ターミナル内 料金/¥1,800(2h)、¥3,000(1日) ※電動アシストあり

宮古島ひとときさんぽ ツアーデスク

鳥人と一緒に、島の自然や暮らしを楽しむ「島時間」体験ツアー

島の駅みやこ テラス内(宮古市平良久保870-1) 0980-73-7311 hitotoki@plannet4.co.jp

伊良部島の海が一望できるショップ



K18ハンドメイドジュエリー。オーダー可能(要相談)。 Silverハンドメイドバンダラ。

DESLEIE sail out to the sea でありーせいのあととろざしー

TEL(0980) 78-3573

http://deslie-shop.jp

ターミナルのおしゃれカフェ

開放感溢れる店内。カフェだけの利用もできる。

みやこ下地島空港ターミナル内にある木の香りが漂うリゾート感たっぷりのカフェ。なまり節や海ぶどうなど島食材を使ったサンドウィッチがオススメ。

カフェ coral port Grab&Go

こーらるばーと くらぶあんどこー

【住】伊良部字佐和田1727【営】9:00~19:00(L.O)【休】無

TEL(0980) 78-6603

満喫ツアーでとびっきり時間の!

- ◆宮古島満喫ツアー(5H) ※貸切 13,000円
- ◆伊良部島満喫ツアー(5H) ※貸切 13,000円
- ◆ウミガメ満喫ツアー(3H) 6,000円
- ◆シュノーケリングツアー(3H) 6,000円
- ◆宮古島絶景島めぐりツアー(4H) 7,000円

詳しい島ガイド付きで、宮古島全域から行きたいポイントを選べる。ツアー後もそのまま器材レンタル可能。オリジナル写真データプレゼント。完全送迎。丸1日レンタルできて好きな時間に好きな場所で楽しめる各種マリッジズレンタルも実施中。

ハーミットクラブ

【住】伊良部字国仲103-3【営】7:00~21:00 Instagram:@marinshophermitclub

TEL080-6486-7019

ドローン撮影動画もプレゼント!

綺麗な伊良部島の海で遊ぼう。 パカンスを楽しもう。 海ガメが見られるかも。 サイコーの思い出に。 透明度抜群の海でシュノーケル。

- ◆島人船長と行く八重干瀬シュノーケルツアー(4H) 11,000円
- ◆青の洞窟&三角点下コーラルシュノーケルツアー(2.5H) 9,000円

伊良部島マリンガイド マハロ

TEL090-1360-4745

【住】伊良部字池間添736-8【営】7:00~22:00

みやこ下地島空港ターミナル

カフェも!お土産も! 伊良部・下地島の立ち寄りスポット

地元食材を使用したサンドウィッチ

カラフルなスムージーや季節のドリンク

宮古島の食材を使った色鮮やかなメニューをご用意! テイクアウトもOK!

定番のお土産からここでしか買えない限定品まで! 食品・お土産・雑貨など宮古島の商品を幅広く扱っております。

【住】宮古市伊良部字佐和田1727番地 TEL:カフェ 0980-78-6603 / ショップ 0980-78-6602 【営】9:00~19:00 【休】なし【P】無料

デザイナーコース

BBQコース

ランチ

15,500円

16,000円

6,000円

12,000円

伊良部ブルーの海を一望できる抜群のロケーション。昼も夜もテラスBBQが楽しめる。ディナーはコース料理やステーキメニューもあり(予約優先)。

Coral Island こーらる あいらんど

【住】伊良部字伊良部816-1 【営】11:30~22:00(L.O)【休】不定

TEL-FAX(0980) 78-3516

◆青の洞窟&ウミガメシュノーケリング(約2.5H) 9,500円

幻想的な青の洞窟と大人気のウミガメツアーを集約。

◆ビーチシュノーケリングツアー(約1.5H) 6,000円

船酔い心配な人も安心。ウミガメ遭遇率98%。

◆青の洞窟探検ツアー(約1.5H) 6,800円

地元出身ガイドがローカルな旅を案内。シュノーケルリーダーの資格を持ち、年間300組以上のガイド経験をもとに、安全なツアーを開催。初心者も安心。器材レンタル無料。温水シャワー完備。写真データプレゼント。

伊良部マリンツアー OneByOne

【住】伊良部字長浜108-1【営】7:00~21:00

TEL080-1628-4973

◆1日おまかせピクニックコース(6~7H) 15,000円

◆半日SUP&シュノーケリングコース(3H) 10,000円

◆サンセットSUPコース(1.5~2H) 6,000円

◆ナイトSUPコース(2~3H) 12,000円

伊良部島の海をSUPとシュノーケリングで案内。少人数ならではのアットホームな雰囲気。ツアー中の写真も当日中にプレゼント。詳しくはHPへ。

伊良部島ガイド ピクニック

【住】伊良部字国仲183-6【営】8:00~23:00

TEL090-8915-1929

◆ポート体験ダイビング(約3H) 16,500円

◆2ポート体験ダイビング(約3H) 21,000円

ショップ集合(8:00)→出港→ポイント着→体験ダイビング→帰港→ショップで着替え→解散

顔全体を覆うフルフェイスマスクも選べる体験ダイビング。ほとんど水が入らないため初心者でも安心してダイビングを楽しめる。シャワー、更衣室、化粧室を完備。

伊良部島マリンセンター

【住】伊良部字伊良部765-1【営】9:00~18:00

TEL(0980) 78-4178

今話題の伊良部島から、青の洞窟や八重干瀬へ案内!

ボートはトイレ完備で女性や子どもも安心。気分はマーマイド。 ドローン撮影もおまかせ。

◆欲張りプラン! 青の洞窟&八重干瀬コーラルスペシャルシュノーケリングツアー(5.5~6H) 14,000円

◆伊良部島発! 八重干瀬コーラルシュノーケリングツアー(5~5.5H) 12,000円

◆人気の伊良部エリア! 青の洞窟&ウミガメコーラルWシュノーケリングツアー(2~2.5H) 9,500円

◆お手軽体験! 青の洞窟ボートシュノーケリングツアー(1~1.5H) 6,800円

伊良部島の青の洞窟までボートで5分。「安全であること」で安心をお届けする。夢のような感動体験ができる。地元佐良良出身のオーナーが案内する島の大自然を思う存分満喫しよう。ショップには温水シャワーを完備。更に参加者にはツアー写真のデータをプレゼントしてくれる。HPからわかるように写真の腕前は抜群。家族やカップル、夫婦など、伊良部島で最高の思い出を作ろう。予約は公式HPからがおすすめなので下記QRからアクセス。最新のお得情報はHPやSNSをチェック。

伊良部島観光ガイド ゆうむつ

【住】伊良部字池間添47【営】22:00まで(天候、潮の干満によりツアーを休止する場合あり)

TEL090-4519-6998(0980) 78-4367(店舗)

どこ行く？ 何する？

普段できないことに
チャレンジ
特別な時間を
楽しもう

体験・見学スポット編

琉装体験



青空の元で華やかな琉装で撮影してみよう。ヘアメイクのオーナーが可愛くセットをしてくれ携帯で撮影したとは思えない仕上がりに。宮古島旅行の大切な思い出になること間違いなし。

琉装体験 46st.
(よんじゅうろくすと)

TEL 0980-73-2848

【営】10:00~19:00 【休】火曜日
【掲載ページ】39ページ

310 338 549*55 地図 P.11-C5

ガラス体験



酸素バーナーを使ってガラスを溶かして自分だけのオリジナルのガラスアクセサリーを作ろう。
対象:12歳以上

Guru Guru Glass
(ぐるぐるぐらす)

TEL 080-3001-9990

【営】13:00~18:00(要予約) 【休】日曜日
【掲載ページ】52ページ

310 274 547*82 地図 P.11-C5

貝細工

フォトフレーム、貯金箱、マグネットなど貝殻を使った雑貨の手作りキットが買える(お店での手作り体験は不可)。貝殻シーサー、シェルランプ、アクセサリーなどの手作り雑貨も多数販売。



マーメイド

TEL 090-5734-1202

【営】12:00~17:00 【休】不定休
【掲載ページ】39ページ

310 273 138*63 地図 P.10-①

チョークアート体験



色々なところで目にする人気のチョークアート。色鮮やかに自分の好きなものを描いてまさに世界にひとつだけの作品に。特殊なチョークを使って黒板に描くのでインテリアにも最適。きっと旅のステキな思い出になるハズ。

宮古島思い出アート

TEL 080-1920-1048

【営】10:00~18:00(受付16:00まで)
【休】火曜日 【掲載ページ】38ページ

310 458 481*88 地図 P.11-C4

シーサーモノガタリ

TEL 0980-75-0660

【営】10:00~18:00 【休】不定休
【掲載ページ】43ページ

310 393 299*61 地図 P.13-C5

陶芸教室

手軽に作れて、天候に関係なく楽しめる陶芸教室。なかでも一番人気は「シーサー作り」で、自分だけのオリジナルが作れると好評。先生に作り方を色々教えてもらえるので、自分のオリジナル作品にチャレンジしてみよう。

シーサー陶房 球(きゅう)

TEL 0980-72-8981

【営】11:00~18:00 【休】不定休
【掲載ページ】38ページ

310 458 481*88 地図 P.11-C4

太陽が窯(てだがかま)

TEL 0980-76-2266

【営】10:00~19:00(受付17:00まで)
【休】月曜日 【掲載ページ】38ページ

310 191 538*37 地図 P.11-D6

みやこ焼

TEL 0980-72-3948

【営】9:30~17:00 【休】日曜日
【掲載ページ】39ページ

310 426 739*53 地図 P.13-D2

宮古島の文化に
触れながら
旅の思い出を
つくろう！

e-bike ツアー



e-bike(電動アシスト付き自転車)は免許不要で体力に関係なく誰でも楽しめる新しいアクティビティ。週末に開催されるプライベートツアーに参加して宮古島の大自然を肌で感じてみよう。

UK RENTAL

(ゆーけーれんたる)

TEL 090-3796-8294

【営】9:00~18:00

【掲載ページ】77ページ

310 545 830*44 地図 P.11-C3

観光農園



広い園内には一年を通して色々な南国の花が咲き乱れている。亜熱帯特有の木々や花々に囲まれてのんびりしたり、園内に育つフルーツをジュースなどで味わったりと、楽しみ方は色々。

ユートピアファーム宮古島

TEL 0980-76-2949

【営】10:00~17:00(最終16:30)
【休】日曜日 【掲載ページ】52ページ

310 248 085*31 地図 P.11-C6

魚さばき体験

なかなか魚をさばく機会が無い今だからこそぜひやってみたい貴重な体験。伊良部漁協内で地元のベテランが丁寧に教えてくれるので初心者でも簡単に出来る。



宮古島ひとときさんぽツアー

TEL 0980-73-7311

【休】無休 【掲載ページ】38ページ

310 453 003*75 地図 P.12-B4

ゴルフシミュレーション

雨の日でも楽しめるゴルフシミュレーション。世界50か国の有名ゴルフコースが画面を通してリアル感と臨場感で楽しめる。



パームゴルフ

ホテルカリフォルニア店

TEL 0120-546-169

【営】10:00~21:30(最終受付20:30)
【休】不定休 【掲載ページ】38ページ

310 456 451*85 地図 P.12-C2

三線教室

沖縄を代表する楽器「三線(サンシン)」。島唄とともに独特の美しい音色に魅せられるファンが多い。ちょっとした練習で簡単に弾けるようになるので滞在期間中に島唄を一曲覚えてみては？



島唄館 綾語(しまうたか なく)

TEL 0980-77-4006

【予】当日12:00まで(開催は14:00の1日1回)
【休】不定休 【掲載ページ】39ページ

310 286 415*06 地図 P.11-D5

与儀民謡研究所(宮古木工芸)

TEL 0980-73-3001

【営】20:00~22:00(月曜・金曜のみ)
※上記以外でも30分程度であれば三線体験可。要問合せ

【掲載ページ】45ページ

310 367 005*74 地図 P.13-E4

ヤシガニ& 星空ウォッチングツアー



夜の宮古島にヤシガニを探しに出かけよう。いろんな生き物に出会えるかも。気象状況によっては星空鑑賞もできる。

宮古島旅倶楽部

TEL 0980-75-4380

【予】当日12:00まで(要予約)
【休】無休

【掲載ページ】39ページ

310 180 520*38 地図 P.10-C6

熱帯果樹園



果樹園内をカートで回るトロピカルツアーが楽しめる。宮古馬と触れ合え、ヤギの餌やり体験もできる。サーターアングギー作り体験など一日中遊べる体験施設。

まいばり

TEL 0980-74-7830

【営】10:00~17:00(最終16:30)
【休】4月~9月/無休、10月~3月/水曜日

【掲載ページ】53ページ

310 212 793*18 地図 P.10-①

体験工芸村

体験プログラムを通して宮古島の自然、文化、歴史などを知ってもらうことを目的とした施設。亜熱帯の植物が生い茂る熱帯植物園の園内に8つの工房があり、木工芸、陶芸、貝細工、郷土料理などを各工房で行うことができる。



体験工芸村

TEL 0980-73-4111

【営】10:00~18:00 【休】無休
【掲載ページ】38ページ

310 458 481*88 地図 P.11-C4



癒家 ゆうか
 TEL(0980) 79-0153
 Instagram: @yuuka.miyakojima
 [住] 平良字河川取284-4 [営] 9:30~21:00 (最終受付20:00) [休] 不定

リピーターに愛される12年目のサロン
 極楽コースプラス(ボディ・フェイスル・ヘッド込み
 トータルケア) [120分] 15,400円
 日焼け鎮静フェイシャル [60分] 11,000円
 宮古島全身整体 [60分] 7,150円
 [90分] 10,450円
 [120分] 13,750円
 筋膜リリース [120分] 22,000円

スタッフの真心こもった癒しの施術。
 和風の落ち着いた空間。

健康になれる体質改善 尚 なお
 TEL 090-9700-8691
 Instagram: @nao_kenko
 [営] 18:00~(時間外要相談) [休] 無

出張専門、好きな場所でリラックス
 リラクゼーション [40分] 3,500円
 [60分] 5,000円
 [80分] 6,500円

※回数券(5回)あり
 国家資格を持つセラピストが施術。癒しを求める人や身体のコリや痛みを抱える人まで幅広く対応。出張専門なので指定した場所や宿泊先など一番リラックスできる場所で施術を受けることができる。リピート率が高く、宮古島に来島するたびに利用する人も多い。お得な回数券あり。リラクゼーションの他、体質改善などの健康講座も開催。施術中など電話に出られないことがあるためQRの予約サイトから予約するのが確実。
<https://taishitsukaizen-nao.com>

リラクゼーションサロン GRANDSEA
 TEL 090-4053-8193
 LINE: @303meonw
 [住] 上野字宮国1524 [営] 8:30~22:00 [休] 不定

南国の香りに包まれたプライベートサロン
 オイルボディトリートメント [70分] 13,000円
 [100分] 16,000円、[130分] 19,000円
 ボディ&フェイシャル [90分] 17,000円
 [120分] 20,000円、[150分] 23,000円
 フェイシャル&ドライヘッド [80分] 16,000円
 [110分] 19,000円
 ドライボディ [70分] 11,000円
 ドライボディ&フットオイル [90分] 15,000円

宮古空港から10分、シギラリゾートから5分。サトウキビ畑に囲まれて宮古島の自然を感じられる一棟貸切プライベートサロン。友達、カップル、夫婦など一緒に施術が可能。沖縄のブランド、久米島の海洋深層水をベースにしたRyuspaのコスメやプレミアムホホバオイルとモリンガオイルをベースに、月桃、プルメリア、シークワサーの精油を使った施術が人気。ホットペッパー掲載店。

オーラソーマ® & オーラヴィジョンアート Meteor Color
 TEL(0980) 73-2328
 Instagram: @tomokoamanogawa

人生はアート あなたが選ぶ色が導きます
 カラーコンサルテーション [30分] 5,500円
 [60分] 8,800円、[90分] 12,100円
 プレゼンテーションコンサル [120分] 16,500円
 カラーコンサルト養成スクール(世界共通資格) 受注オーダー絵画(カウンセリング付)

アートギャラリー、ポストカード・クリアファイル・絵画アートから名刺や看板制作、オーガニック:クリスタル&植物のアロマオイル、香りエッセンス、幸せの貯まる財布、沖縄ファッションブランド:t-guma(ていぐま)

20周年を迎え、近年は色とアートの世界をチャリティーとして発信。色が与える神秘は家族や先祖、個人の進化が秘められ人(色)のもつ本来の輝きや真の道を明らかに色が映し出してくる。全国に生徒も多い。素敵な自分色を実感してみよう。心の色で描く絵画の予約は1年待ち。美しい夕日と海が見渡せる「色に溢れた癒しのサロン」。

琉球エステ&リラクゼーションSPA pocota
 TEL 080-3967-1844
 [住] 下地字与那覇204-2 [営] 10:00~21:00 (受付19:00) [休] 日曜、不定

海の近く、自然の中の静かな一棟貸切アジアリゾートスパ

予約は埋まりやすいので早めにご予約ください。
 洗練された技術に夢うつつとひと時を...

海がくれる元気で心を込めた施術をしてくれる。 宮古島産クチャパックは速効美肌で大人気。

琉球月桃オイルボディ [70分] 10,500円
 [100分] 13,500円、[120分] 15,500円
月桃オイルボディ&月桃クチャフェイシャル(ヘッドケア付) [100分] 14,500円
アロマオイルボディ [70分] 9,500円
 [100分] 12,500円、[120分] 14,500円
アロマオイルボディ&フェイシャル(ヘッドケア付) [90分] 11,500円
ハワイアンロミロミボディ&フェイシャル(ヘッドケア付) [90分] 12,000円
日焼クールダウンボディ&クールフェイシャル(ヘッドケア付) [100分] 13,500円
ホットストーンボディ&フェイシャル(ヘッドケア付) [100分] 13,500円
全身もみほぐし(着衣) [60分] 7,500円

日本では数少ない本格的な貸切リゾートスパをリーズナブルに。車で空港7分、市街地・ドイツ村10分、東急・前浜ビーチ2分の一棟貸切プライベートスパ。2名同時もペアルームでゆったりと。有名ホテルSPAで経験を積み海外でも本場の技術を学んだオーナーが大切にするのは丁寧な施術とおもてなしの心。10~80代まで客層が幅広い。完全無農薬オイルや沖縄海洋深層水の無添加化粧品を使用。沖縄・宮古島の自然素材を贅沢に使ったメニューが人気で美肌メニュー多数。ウェルカム&アフタードリンク+健康おやつ付き。素材・施術・空間などのクオリティの高さに島内外からのヘビーリピーターが多い。女性専用(男女ペア可)、女性スタッフのみ。五感に響くpocotaの施術を癒しの島で体感してみよう。HPにお得情報あり。

アーユルヴェーダサロン anyo
 TEL 080-3973-3825
 [住] 平良字下里1049-6 [営] 10:30~16:00 [休] 不定

自分をいたわる大切な時間

薬草オイルを使用した「脳のトリートメント」。自然治癒力を呼び起こす滋養・デトックス。
シロダールフルコース [330分] 35,000円
アピヤングコース [210分] 25,000円
薬草スチームサウナコース [120分] 15,000円

5000年以上の歴史がある本場スリランカ式アーユルヴェーダの施術をプライベート空間で堪能できる。顔にオイルを注ぎ続けるシロダールや、体質に合わせた薬草オイルを使用し足の指先から髪の毛先まで全身にオイルを送り込むアピヤングなど自然の素材を生かしたトリートメントは心も身体も解きほぐす。宮古島産の薬草を使ったスチームサウナもあり入りながらドライヘッドマッサージを体感できる。

リラクゼーションサロン La mahina
 TEL 070-5401-9822
 Instagram: @lamahina0611
 [住] 平良字久員1069-3-2F [休] 不定
 [営] 10:00~20:00 (時間外相談可)

宮古島スペシャル
アロマオイルケア [60分] 7,000円
ボディケア(もみほぐし) [60分] 5,300円
リフレクソロジー [40分] 4,400円
 ※その他メニュー有り、メニュー組み合わせ可

人気No.1の宮古島スペシャルは、アロマオイルなどを使い、全身をケアしリラクセスさせてくれる。質にこだわり、確かな技術で男女問わず幅広い年齢の客層に対応。予約制。ホテル出張もあり(別途料金)。

リゾート温泉&リラクゼーションサロン カイマナ
 本店 TEL 090-8835-7666 温泉内サロン TEL 080-1770-5691
 ホテル内サロン TEL 080-3855-2397
 [住] 温泉/上野字新里1405-223 [営] 13:00~23:00 (受付21:00) ※店舗により営業時間異なる

4名同時OK! 信頼と実績で3店舗 脱毛&光フォトも

カップルやグループでの同時施術も可能。 宮古島の素材を使った癒しの時間。
ゆさび(宮古島産月桃オイルボディ&ヘッドリラックス) [90分] 18,000円
あばらぎ(アロマオイルボディ&フェイシャルくチャパック付) [90分] 18,000円
までい(アロマオイルボディ&ホットストーンセラピー) [90分] 18,000円
宮古島産月桃オイルボディケア [90分] 17,000円
宮古島産タマヌオイルボディケア [90分] 17,000円
からだのほぐし&フットリフレクソロジー [90分] 12,700円

4名まで同時に施術を受けられるのでカップルやグループの利用が多い。シギラ温泉内、ホテルブリーズベイマリーナ内、伊良部大橋近くの本店の3店舗から選べる。宮古島の素材を使ったメニューが人気でリピート客多数。オールハンドの施術で極上のリラクゼーションを体感しよう。全メニュー60分、120分コースあり。予約はLINEが電話で。

Rilassante LOOCHOO. りらさんてーちゅー
 TEL 090-1948-2220
 [住] 平良字西里1776 [営] 9:00~20:00 (夏季は22:00) [休] 不定

ここだけで過ごせる自分だけの時間旅行

心地よい時間に心と体をゆだねよう。
オーガニックアロマボディ [60分] 8,800円
[80分] 12,100円、[100分] 16,500円
ブライニングフェイシャル [60分] 8,800円、[90分] 12,100円
ヘッドスパデコルテ [50分] 6,600円
タイ古式 [60分] 7,800円

アロマの香りに包まれる「くつろぎ」のひととき。
禅ドトックス [30分] 6,600円、[90分] 13,200円
リンパボディ [70分] 11,000円
宮古島ハッピーストーン [70分] 11,000円
1日1名限定デラックスコース [150分] 22,000円

宮古島 東急ホテル&リゾート 美と生命の THE ISLAND SPA ゆるりあ
 住所 下地字与那覇914番地
 営業時間 10:00~22:30 (受付9:00~21:00)
 休日 年中無休 要予約 (0980)76-2109
<https://www.tokyuhotels.co.jp/miyakojima-h/spa/>

琉球古民家サロンで都会の喧騒を離れ、自然の中で過ごす心地よさと極上のマッサージを堪能。贅沢なトリートメントは時間を忘れ、疲れた心と体を癒してくれ、ストレスフリーな一日を過ごすことができる。「ここに来てよかった」と喜びの声が多数寄せられている。

ここにしかない極上のリラクゼーション
 琉球アロマトリートメント [45分~]
 THALGO フェイシャル [45分~]
 その他のコースなど、お気軽にお問い合わせください。

シギラ黄金温泉 しぎらおうごんおんせん
 TEL(0980) 74-7340
 [住] 上野字新里1405-223 [営] 11:00~22:00 (最終21:30) [休] 不定

極上の安らぎを約束する 宮古島の絶景温泉

みんなで楽しめるジャングルプール(水着着用)。 昼は海、夜は波音と星空を楽しめる展望風呂。
 岩塩を壁一面に敷いたドライサウナ(女性専用)。 宮古島素材を使ったエステが人気。男性もOK。

入館料 平日/大人(12歳~) 2,000円
 小人(4~11歳) 1,000円
 ※タオレント入浴税込み
 ※おむつの取れていない子どもは不可
プライベートルーム [90分] 8,800円、[180分] 13,200円
オーシャンプライベートルーム [90分] 18,700円、[180分] 29,700円
 ※個室料金は大人2名分の入館料含む
エステ
南国オイルのボディケア [60分] 12,000円
からだのほぐし [60分] 8,200円

地下1250mから湧き上がる黄金色の湯(泉質:弱アルカリ性の塩化ナトリウム泉)と、色鮮やかな南国の植物が心身を癒してくれる。海を見晴らす展望風呂、プーゲンビシアなどの花々を眺めながら身を浸す露天風呂、温泉水を使い1年中暖かい水着着用ジャングルプールは家族や仲間と楽しむ大人気。人目を気にせずゆっくりと寛ぎたい人は、源泉かけ流し露天風呂付個室がおすすめ。その他、サウナやマッサージ、フィットネスジムも利用できる。宮古島の食材を使った軽食や沖縄スイーツを扱うカフェやショップなども揃っていて、一日中楽しめる温泉施設。定休日など、詳細はHPを確認。

あなたのお店を掲載してみませんか?

掲載店募集中

マッサージ
 エステ
 ネイル
 リフレクソロジー
 アロマセラピー

お気軽にお問い合わせください
 (株)たけしょう 0980-73-8739
 QRコードより、スマホから掲載についてお問い合わせが可能です。

宮古島で お買い物

shopping

宮古島 鯨の生肝油

軟骨の力 コンドロイチン100%
アイザメの4割は
α-トコフェロール 50mg/100g 含有
スクアレン96.9%

鯨肝油は血液をサラサラにし、免疫力を高め、肌をすべすべにする源です。

製造元(池原) 宮古島市平良字西仲宗根690-2あはねマンション (P.11-C4)
TEL:0980-73-4359 携帯:090-5943-1813

植物検疫について

沖縄・奄美・トカラ・小笠原には、さつまいもなどに被害を与える病害虫が発生しています。これらのまん延を防止するために、一部の植物は、法律によって未発生地域への持ち出しが規制されています。違反すると罰せられることがありますのでご注意ください。

那覇植物防疫事務所 平良出張所
TEL.(0980)72-2433

発生地域	持ち出せないもの	
	植物	害虫
沖縄県全域(久米島を除く) 奄美群島 トカラ列島 小笠原諸島	さつまいも(紅いも等) ヨウサイ(エンサイ) あさがお くんばいひるが 等の生野菜及び地下部	アリモドキゾウムシ イモゾウムシ サツマイモノメイガ アフリカマイマイ

アリモドキゾウムシによる被害さつまいも
グンバイヒルガオ
アリモドキゾウムシ(約6mm)
イモゾウムシ(約4mm)
アフリカマイマイ(約4~12cm)

発生地域	持ち出せないもの	
	植物	病虫害
沖縄県全域	かんきつ類の苗木類(果実及び種子を除く)	カンキツグリーンニング病 ミカンキジラミ

感染樹 健全樹
カンキツグリーンニング病にかかった樹木。

本土・トカラ列島・奄美群島・小笠原諸島へ持ち出せないもの

本土・トカラ列島・奄美群島・小笠原諸島へ持ち出せないもの

さつまいもの加工品・かんきつ類
パイナップル・マンゴーなどの果実
ゴーヤ・スイカなどの果菜類

宮古島の代表的な食材

グルクン
沖縄の県魚で一年中獲れる白身魚。唐揚げにすると頭から尻尾まで全部食べられる。

イラブチャー
ブダイ科の魚。頭のコブが特徴。カラフルな色をしている。刺身やフライで食べる。

ガサミ
マングローブ林など、海水と淡水の混ざる場所に生息するカニ。ゆでたり汁物にする。

海ぶどう
形がぶどうに似た海藻。ミネラルたっぷりで健康によい。プチプチした食感が人気。

アバサー
ハリセンボンのこと。汁物すると美味しい。スタミナ食といわれる。

ミーバイ
ハタ科の魚。さしみ・煮付け・魚汁など、さまざまに調理して食べる。

ヤコウ貝
刺身やバター焼きで食べる。内側に真珠のような光沢を持ち、らでん細工の原料にも。

アーサ
岩のりのこと。乾燥させて保存する。水にもどすときれいな緑色。汁物がおいしい。

タマン
フエキダイの仲間。刺身・煮付け・汁物など調理法はいろいろ。地元では人気の魚。

タカセ貝
歯ごたえがあって濃厚な味わい。刺身で食べるとおいしい。

もずく
タンパク質・ミネラル・鉄分・食物繊維などを含むバランスのよいヘルシー食品。

美ら布、楽しいを提案する店

オリジナルな物づくりに最適なはぎれ切り売り(10cm)の随時入荷中。

▲宮古上布を使ったハンドメイドの小物。
▲普段使いに最適な宮古上布のバッグ。

宮古上布の反物、着物、帯はもちろん、自然布を中心に国内外の伝統的工芸布を収集。布好き、着物好き、宮古上布好きな人にオススメ。見るだけでなく実際に生

活の中で使ってほしいという思いから、様々な商品を考案。小物の作り方なども教えてもらえる。店に行く際は電話で確認を。

染織布とキリムの店 ゆう
TEL090-8589-4056

【住】平良字久貝1080-12【営】13:00~19:00【休】不定

上里さんご加工店

幻の宝石サンゴと言われる宮古島産で作られたアクセサリー。数少ない宝石サンゴの専門店。深海にある宝石サンゴを職人が丁寧にピアス・ネックレスなどに仕上げます。一般のサンゴ礁と宝石サンゴの違いや歴史なども教えてくれる。店内の中央にそびえるサンゴタワーは必見。

うえさんごこうてん
TEL(0980)72-2814

【住】平良字西里10-11【営】11:00~18:00【休】不定

ひと味違った宮古島のお土産に

宮古島の素材を生かしたオリジナル商品を販売。宮古島産もずくをニンニクの効いたキムチソースに漬け込んだ「極旨もずくキムチ」はご飯のお供に最適。宮古島の豊かな海で育った太くて歯ごたえのある「塩もずく」は常温で持ち帰り可能。色鮮やかな琉球ガラスやシークラスを使ったオリジナルアクセサリーも人気。

▲美しい17ENDの海を表現したヘアアクセサリー。
▲貝やシークラスの装飾がトレードマークの店。

MIYAKOJIMA GIFT ちゅらかじ
TEL(0980)79-7912

【住】平良字西里300-5【営】15:00~22:00【休】不定

Tシャツショップ AVALYU

▲宮古島ももる君などのオリジナルTシャツが充実。ショップ限定のデザインTシャツが多数。子どもから大人までサイズ、カラーも豊富。家族や友人とペアリングで着るのもオススメ。まとも買いで割引もあり。

Tシャツショップ AVALYU
TEL(0980)75-3891
Instagram:@miyakojima.avayu

【住】平良字下里571-11ホテルオアシティ共和1F
【営】10:00~20:00(季節によって変動)【休】不定

南国雑貨 TIDA 平良店

▲宮古島の海と空の青さを感じる人気のビーチTシャツ。宮古島の自然をテーマにオリジナル商品と、南国テイストの衣類や雑貨を製作・販売。「MIYAKOJIMA BEACH」シリーズはラインナップも豊富で人気。

南国雑貨 TIDA 平良店
TEL(0980)73-6320
Instagram:@tida1213

【住】平良字下里4新大見謝ビル1F
【営】12:00~18:00【休】火曜

シーサーモノガタリ

宮古島の土、木々、サンゴ、さとうきびを素材に、オリジナルティあふれるシーサーや器などを作る工房。作品は全て手作りの為、常に新しいものが店頭に並んで

シーサー作り体験
2,380円
2,420円
2,500円

▲招福・魔除けの守り神として家にシーサーを。
▲シーサー作り体験は、終始笑顔が絶えない。

TEL-FAX(0980)75-0660

【住】平良字松原1135-6【休】不定【営】10:00~18:00(受付16:00)※夏季除く

沖之光酒造

▲「月桃の花」と「2001年」10年古酒は根強い人気の商品。昭和23年創業。「熟成10年古酒・沖の光」は試してみたい一品。各お土産店、酒類販売店に置いてあり、製造元からも全国発送してくれる。

沖之光酒造 おきのひかりしゅぞう
TEL(0980)72-2245

【住】平良字下里1174-1【営】8:00~19:00【休】日曜

宮古島産 はちみつ

宮古島の花々から蜜蜂たちが集めてきたはちみつ

自然豊かな宮古島で徹底した管理のもと、より安全で品質の高い蜂蜜生産を日々目指しています。

140g/1,500円
70g/750円

はちみつ シェアラート
も食べられます

▲「月桃の花」と「2001年」10年古酒は根強い人気の商品。昭和23年創業。「熟成10年古酒・沖の光」は試してみたい一品。各お土産店、酒類販売店に置いてあり、製造元からも全国発送してくれる。

沖之光酒造 おきのひかりしゅぞう
TEL(0980)72-2245

【住】平良字下里1174-1【営】8:00~19:00【休】日曜

革工房 Lamp

▲履くほどに馴染んでくる革サンダル。革サンダルをはじめ、財布、財布、バッグ、小物などすべて宮古島の小さな工房で作られている。旅の記念にオーダーしてみても、オリジナル商品も多数販売中。

革工房 Lamp
TEL080-7810-0029
Instagram:@lamp_miyakojima

【住】平良字東仲宗根888-6【営】12:00~17:00
【休】土曜、日曜

soramoyo

▲履くほどに馴染んでくる革サンダル。革サンダルをはじめ、財布、財布、バッグ、小物などすべて宮古島の小さな工房で作られている。旅の記念にオーダーしてみても、オリジナル商品も多数販売中。

soramoyo
TEL(0980)73-0120

【住】平良字下里572-3【営】11:00~18:00【休】不定



デザイナーが作るおしゃれな土産品。宮古島の海はもちろん、どんなシーンにもマッチするロゴTシャツ。

DESIGN MATCH できいままち
TEL-FAX(0980) 79-0239



可愛いアイシングクッキー。



レザーのキーホルダー。



お土産にも喜ばれるてめぐい。

デザイン事務所が運営するおしゃれな土産店。パートウやまもるくんをはじめ、宮古島モチーフのオリジナルグッズが揃っている。日常使いできるセンスの良い品揃えはお土産だけに留まらず、観光客は元より地元客にも人気のお店。
オンラインショップ <https://designmatch.theshop.jp>

人気のポケットTシャツ。
●キーホルダー…3,300円～3,850円 ●ロゴTシャツ…3,500円 ●まもるくんポケットTシャツ…3,500円
●アイシングクッキー…(瓶)3,240円、(袋)950円 ●てめぐい…1,100円
[住] 平良字下里572-3[営] 10:00～19:00[休] 不定
C 交 P 交 HP fb IG 買 買 Instagram P.16-B3



K18ハンドメイドジュエリー。オーダー可能(要相談)。



人気のBubbleシリーズ。



多くのオリジナルジュエリーが並んでいる。

店内にはオリジナルジュエリー、ピキニ、バッグ、財布、サングラス、オリジナルアパレル等、オーナーのセンスが光る商品が並ぶ。
オンラインショップ <http://deslie-shop.jp>

Handmade Jewelry **DESLIE** できりー
TEL(0980) 73-4076 [住] 平良字下里572[営] 10:30～19:00(夏季20:00)[休] 不定
C 交 P 交 HP fb IG 買 買 Facebook Instagram P.16-B3



シュノーケリング3点セットや水着も充実。



シーダンサーマンゴーTシャツ。



HWジュエリーやオークリー製品。



WAXなどサーフィンググッズも充実。

宮古島で数少ないマリンスポーツ用品の専門店。一流ダイビングメーカーの器材や本格的なマリングッズを販売。経験豊富なスタッフが使いやすい信頼できる器材を目的に合わせてアドバイスしてくれる。宮古島限定Tシャツやサーフブランドウェア、シルバークセサリー、雑貨、水着、ラッシュガードなどのアイテムが充実。ダイビングショップも紹介してくれる。
下里大通りに面するカラフルなお店。
●ROXY他水着…10,000円～ ●シュノーケリング用2点セット…4,840円～ ●各種フィン…4,400円～
●ブルメリアピアス…1,980円～
[住] 平良字下里571-8[営] 10:00～19:00(季節によって変動)[休] 不定
C 交 P 交 HP fb IG 買 買 Facebook Instagram P.16-B3



オリジナルの可愛いイラストが人気のパートウTシャツ。



ここにしかない手染めの1点物Tシャツ。



子ども用Tシャツもカワイイと評判。



バッグやタオルなどの小物も充実。

Tシャツ屋といえばココと言われる老舗の店。オーナー夫婦がデザインしたTシャツはどれも南国ムードたっぷりでお土産に最適。ユネスコの無形文化遺産に登録された「パートウ」のイラストが入ったオリジナルTシャツや手染めされた1点物のTシャツも人気。子ども用Tシャツやポロシャツ、七分袖の取り揃えもある。他にもフェイスタオルやトートバッグなどの小物も充実。
下里通りにある老舗のTシャツ屋。
●手染めTシャツ(1点物)…3,850円～ ●ポロシャツ…3,080円～ ●Tシャツ…2,500円～
[住] 平良字下里597-2-102[営] 11:00～19:00[休] 不定
C 交 P 交 HP fb IG 買 買 Facebook Instagram P.16-B3



貝から漏れるほのかな明かりが気持ちを和ませてくれる。 シャコ貝ランプはサイズも色々。

貝ランプと言えばポコ。質の高さに定評あり。他店にはないレアな商品も扱う。貝ランプは電話予約をすれば、時間外でも購入できる。

おみやげの店 **909ポコ**
[住] 平良字西里311-3[営] 10:00～18:00[休] 無
TEL(0980) 72-2041
C 交 P 交 HP fb IG 買 買 P.16-D1



隠れ家アトリエで毎日削るMAR Resin Art。 人気のダンシングストーン。

宮古島産サメの歯や、宝石珊瑚、夜光貝を使った彫金加工まで行うお店。k18製のカメラアクセサリー等、宇宙&17ENDガラスや宮古島リングなどオリジナル商品が並ぶ。

海工房 かいこうぼう <http://www.kaikobo.net>
[住] 平良字西里160[営] 11:00～19:00 ※変更あり[休] 不定
TEL-FAX(0980) 73-0849
C 交 P 交 HP fb IG 買 買 Instagram P.16-E1



店内には県内木工作家の作品の展示販売コーナーも。



祖父と孫が中心となり丁寧に手作りしている。

三線と木工の老舗 **宮古木工芸** みやこもっこうがい
TEL(0980) 73-3001 [住] 平良字下里2616[営] 9:00～12:00、13:30～18:00[休] 日曜
C 交 P 交 HP fb IG 買 買 Facebook Instagram P.13-E4

Instagram 投稿でもらえる!

毎月10名様に抽選でどれかひとつをプレゼント

※商品の指定はできませんので、予めご了承ください。

フェイスマスク
宮古島東急ホテル&リゾートオリジナル商品
パンプファイバートンブラー
コットン2WAYトートバッグ
オリジナルエコバッグ
宮古島はちみつ(70g)

#2023宮古島を旅行中

応募方法

- 1 本誌掲載店を利用したことがわかる写真(店舗看板・店内・商品・料理など)を撮影。
- 2 #2023宮古島を旅行中をつけて投稿。

毎月5日に抽選を行い、当選者にはガイドブック宮古島公式アカウントからDMメッセージでご連絡いたします。

個人情報
・当選者の方には個人情報を提供いただきますがこの情報は商品発送のみでの利用といたします。

注意事項
・アカウントが非公開の場合は応募できません。・投稿は応募者本人が撮影した画像に限りです。
・応募写真の肖像権や著作権など第三者の権利侵害があった場合、当社は一切責任を負いません。
・投稿にかかる通信費は自己負担となります。・未成年者が投稿、応募をする場合、保護者の同意が必要です。
・キャンペーン内容は事前予告なしに変更する場合があります。

当選連絡
・当選者にはガイドブック宮古島公式アカウントよりDMメッセージでご連絡いたします。3日以上経過後に返信がない場合は他のの方にプレゼントを譲ることとします。
・日本国内の発送にさせていただきます。
・商品を発送後、運送会社が定める受け取り期間内に受け取りが出来ない場合は発送元に返送され、再発送はいたしませんのでご了承ください。
・送料は弊社負担といたします。

商品提供: 宮古島東急ホテル&リゾート、高原養蜂所

南国ムードたっぷり屋台村BBQ
 沖縄料理をはじめ様々な料理が揃い、キッチンから漂う香りが食欲をそそる。

開放感たっぷりのBBQコーナー。
 毎晩開催のライブパフォーマンス。

沖縄料理をはじめ南国らしいメニューが40種類以上揃う屋台村と、青空や星空の下で盛り上がるBBQのコーナーがある。併設の琉球離島マーケットでショッピングを楽しみながらディナーを気軽に利用できる。毎晩開催されるエイサーや三線のライブパフォーマンス(無料)も見。団体200名迄可。

和牛と海鮮、島野菜のBBQ。併設のショップは品揃え豊富。

●BBQセットメニュー...4,400円～ ●宮古そば...700円～ ●沖縄料理各種...500円～

【住】上野字宮国761-1【営】17:00～21:30(L.O)【休】無

TEL(0980) 74-7410

FUNKY FLAMINGO
 HOT CROSS POINT

生演奏とともに“食べて・聴いて・踊って”
 五感で楽しめるライブ&ダイニング!

1st 予約制(土日祝)
 <2部> 18:30～20:30
 ステージ 19:30～(45分)
 price ¥9,800

2nd
 <2部> 20:30～22:30
 ステージ 21:30～(45分)
 price ¥3,500

ミュージックチャージ
 ディナーコース料理(5品)
 2ドリンク付

ミュージックチャージ
 スナック
 1ドリンク付

オールディーズライブ&ダイニング
Funky Flamingo Tel.0980-74-7174

本格職人が握る江戸前寿司

選りすぐりの魚介を本格江戸前寿司で堪能。
 すし桶のテイクアウトも。

大将おまかせコース
 テイクアウト用すし桶
 コースメニュー
 11,000円
 10,000円
 6,600円
 5,000円

カウンターとテーブル席。

豊洲、博多から仕入れた選りすぐりの魚介と宮古島近海の新鮮な魚介を本格江戸前寿司で提供。宮古島の食材を満喫できるコースを楽しめる。

すし屋のかつ勘 すしやのかつかん
 【住】上野字宮国746-8【営】17:00～21:00(L.O)【休】木曜

TEL(0980) 74-7320

本格的なシーフード料理の数々

コースメニューの他、アラカルトも充実。
 島の新鮮食材を使った逸品。
 開放的な店内。テラス席も。

コースメニュー...11,000円
 シェフのスペシャルティ極み...8,800円
 マングローブソフトシェルと魚介のベスト...2,420円
 カトリレンジング...2,420円

シギラビーチから徒歩1分、ウミガメが優雅に泳ぐレストラン。島の新鮮な魚介類や野菜を使用したコースをはじめアラカルトも充実。

シーフードレストラン **シギラタートルベイ**
 【住】上野字新里1405-212【営】7:00～10:00(L.O)、18:00～20:30(L.O)【休】不定

TEL(0980) 76-3322

朝食ブッフェ
 3,080円
 6,600円
 8,000円

◆ディナーブッフェ
 3,080円
 6,600円
 8,000円

◆和・洋・中・琉球料理まで多彩なメニュー。
 炭火で焼き上げる肉や宮古島の食材を使用した創作地産地消料理がバイキング形式で堪能できる。メニューも約30種類と豊富。

レストラン **コーラルブルー**
 【住】城辺字友利542
 【営】7:00～10:00、18:00～20:30(L.O)【休】無

TEL(0980) 77-8200

プッフェダイニング ポルトフィーノ
 【住】上野字宮国784-1【営】7:00～10:00、11:30～14:00
 (日曜不定期)、18:00～20:30(最終入店)【休】無

TEL(0980) 76-3901

ザ シギララウンジ
 【住】上野字新里1405-201【営】10:00～22:00(L.O)【休】無

TEL(0980) 74-7400

可愛い一軒家の人気ベーカリー

定番ブレッドはもちろん惣菜系、スイーツ系も充実。
 自家製のレモネード。

SNS映えするテラス席。

●シグナルモネード(ワライロ)...2,500円
 ●クレーパン...2,000円
 ●プリンガ塩パン...1,500円

毎日お店で焼き上げたブレッドやドリンクを販売。開放感のあるテラス席や店内にイトインスペースもあり、カフェとして利用できる。

BAKERY&CAFE 南西の風 なんせいかぜ
 【住】上野字宮国784-1【営】8:00～16:00【休】不定

TEL・FAX(0980) 74-7275

琉球モダン創作料理の世界

宮古島の夜を彩る食のエンターテインメント。
 開放感溢れるレストラン。

希少な島の食材を堪能。

シギラベイサイドスイート アラマンガ内にあるメインダイニング。沖縄、宮古島特有の食材を生かしながら、会席料理をベースにした琉球創作料理を提供。

マラルンガ 和琉創作 まらるんがわりゅうそうさく
 【住】上野字新里926-25【営】18:00～20:30(L.O)【休】無

TEL(0980) 74-7100

ラウンジ マイヨール
 【住】上野字新里926-25【休】無
 【営】9:30～11:30(L.O)、12:00～16:00(L.O)

TEL(0980) 74-7100

ラウンジバー ロベルトソン
 【住】上野字宮国784-1【営】10:00～16:00(L.O)、
 ランチ11:00～14:00(L.O)、21:00～23:00(L.O)【休】無

TEL(0980) 76-3901

ピッツァ&パスタ スターダストガーデン
 【住】上野字新里1405-226
 【営】11:30～14:00(L.O)、17:00～21:30(L.O)【休】木曜

TEL(0980) 74-7225

極上の沖縄県産和牛を堪能

特選コースから希少部位まで県産和牛をとことん満喫。
 炭火で極上の焼肉を。

店内には個室もあり。

●セットメニュー...12,000円
 ●本日のお肉赤身...12,000円
 ●琉球特産冷麺...12,000円
 ●彩海こだわり蕎麦...7,800円

地元でも入手困難な沖縄県産和牛や希少部位などを炭火焼きでとことん満喫することができる。焼肉によく合うお酒も豊富に揃う。

炭火焼肉 琉宮苑 りゅうぐわらん
 【住】上野字宮国974-7【営】17:00～21:30(L.O)【休】不定

TEL(0980) 74-7229

蕎麦居酒屋 彩海 さいかい
 【住】上野字新里1405-225【営】17:00～21:30(L.O)【休】不定

TEL(0980) 74-7177

薬膳火鍋 小肥羊 しょうぶいちゃん
 【住】上野字宮国974-7【営】17:00～21:30(L.O)【休】不定

TEL(0980) 74-7430

ポルトチェルヴォ
 【住】上野字宮国784-1
 【営】11:30～14:00(L.O)、17:00～21:30(L.O)【休】水曜

TEL(0980) 74-7274

グランマーレ
 【住】上野字新里926-25【営】18:00～20:30(L.O)【休】不定

TEL(0980) 74-7100

郊外のお店情報(飲食店)

Shop information on the outskirts of Miyako Island(Restaurant)

郊外のお店情報(飲食店)

Shop information on the outskirts of Miyako Island(Restaurant)

来間島 オリジナル アイランドTシャツハウス

NAMIMA

どこにもないTシャツがここにありませう。

〒980-79-0208
来間大橋渡り小学校跡左折150m右
植貸 hakoniwa kurima 駐車場有

hakoniwa-namima.com

Instagram

P.10-C6

ガラスの中に広がる美しい世界

花ハアゴムは種類も色々。体験もトライしてみよう。

ガラスのウミガメたち。

宮古島の海の生き物や星空、宇宙をテーマにしたハンドメイドのオリジナル作品が並ぶガラス専門店。ガラス体験もできる。ファミリーマート宮古下地店のすぐ横。

ガラスアクセサリー Guru Guru Glass

くるくるぐらす

【住】下地字上地672【営】13:00~18:00【休】日曜

TEL 080-3001-9990
LINE: @guruguruglass

Instagram P.11-C5

Farm Golf

トロピカルガイドツアー
大人:1,400円、子供:700円
散歩道
大人:700円、子供:350円

かわいい「宮古馬」や「ヤギ」と触れ合える♪

営業時間/10:00~17:00 (最終カート16:30)
【10月~3月】水曜日定休
【4月~9月】無休

東急グループ
宮古島東急ホテル & リゾート

ダイナミックな海越えのホールなど、バラエティ豊かな本格的なコースが魅力

エメラルドコースト ゴルフリンクス
TEL.0980-76-3232
〒906-0305 沖縄県宮古島市下地字与那覇1591-1
https://www.emeraldcoast.jp

花々に囲まれ南国の果実を味わおう

果肉をたっぷり混ぜ込んだフルーツソフト。

観光農園 ユートピアファーム宮古島

TEL・FAX(0980) 76-2949

Instagram P.11-C6

マンゴーは6月~8月全国発送可。

マンゴー・パパイヤ・バナナなどの南国フルーツや熱帯花木を年中見学できる観光農園。色鮮やかなハイビスカス園や豪快に咲き乱れるブーゲンビリア園はまさにユートピア。直売所では旬の果実やスイーツも味わえる。

フルーツソフト...560円~ ●入園料(15歳以上)...360円(団体割引有)

【住】上野字宮園1714-2【営】10:00~17:00(最終入園受付16:30)【休】日曜

Instagram P.11-C6

CROSS POINT MARKET

くろすぽいんとまーけっと

TEL(0980) 74-7181

【住】上野字宮園974-2【営】9:00~22:00【休】無

Instagram P.11-C9

宮古島の史跡を巡ろう

宮古島最高の由緒ある御嶽。宮古島の創生神・古意角(こいつの)と如意玉(こいたま)の二神が瀧水に天降り、一切のものを生み出して昇天したという宮古島創生の神話(人蛇婚伝説)が伝えられている。

仲宗根豊見親の墓 日露戦争の際にロシアのバルチック艦隊が本土へ向かうのを発見した久松の漁夫5人が電信施設のある石垣島へ、海路をくり舟で15時間、陸路を5時間かけて走破。電信局から連発した電報に打電した。その功績を讃えた顕彰碑。

久松五勇士顕彰碑

人頭石

宮古島市総合博物館

うえのドイツ文化村

宮古島市地下ダム資料館

TEL.0980-77-7547

TEL.0980-73-0567

明治時代に宮島の住民がドイツの難破船を救助したゆかりの地に建つテーマパーク。遊歩道のほか、ドイツのマルクスブルグ城を再現した記念館やキナーハウスなどがあり、ドイツ文化と宮古島の美しい自然を満喫できる。

宮古上布 西原織物

にしはらおりもの

【住】平良字西原283-2【営】8:00~18:00【休】不定

TEL・FAX(0980) 72-6847

Instagram P.11-C8

ガイドブック宮古島の掲載店の情報はインターネットでも見ることができます。

宮古島ねっとはこちらから

https://www.miyakozima.net

宮古島ねっと

琉球の風 アイランドマーケット

りゅうきゅうのかぜ あいらんどまーけっと

TEL(0980) 79-6410

【住】上野字宮園761-1【営】9:00~22:00【休】無

Instagram P.11-C9

宮古島産完熟マンゴー

6月~8月頃お届け

TEL 0980-72-9580
https://eifukumango.com/

Instagram P.11-C4

Instagram も見てね!

宮古島のお店や最新情報を発信中

GUIDEBOOK.MIYAKOJIMA

@guidebook_miyakojima

Shop information on the outskirts of Miyako-island

Shop information on the outskirts of Miyako-island

島みやげ

ガイドブック宮古島
編集部がおすすめの
商品をピックアップ!
ここで紹介している
商品を買えば宮古島の
お土産選びは間違いなし!

リゾート ウェア



宮古島の朝Tシャツ

これを着ると朝から元気いっぱい。
一日がハッピーになりそうなTシャツ。

☎ P.16-C3 ☎ 0980-73-0685
🕒 11:00~19:00 🏠 不定休
📍 パパヤ (44ページ)



ミヤコジマビーチ Ocean Color Tシャツ

ここでしか買えないオリジナルでカラーの
種類が増えて南国感タップリのTシャツ。

☎ P.11-D6 ☎ 0980-76-2674
🕒 11:00~17:00 🌕 月曜日
📍 TIDA (47ページ)



17END Tシャツ

人気スポットの17ENDがデザイン
された可愛いTシャツ。これを着ると
また宮古島に行きたくなくなる不思議な
Tシャツ(笑)。

☎ P.16-B3 ☎ 0980-79-0239
🕒 10:00~19:00 🏠 不定休
📍 DESIGN MATCH (44ページ)



ポケットOCEANS Tシャツ

ポケットのようなデザインでウミガメ
が海の中を泳いでいるとっても可愛い
デザインのTシャツ。

☎ P.16-C3 ☎ 0980-73-0685
🕒 11:00~19:00 🏠 不定休
📍 パパヤ (44ページ)



宮古島限定の シーダンサーTシャツ

ここでしか手に入らない限定のTシャツ。
可愛いデザインと色でオシャレに決めよう。

☎ P.16-B3 ☎ 0980-73-5882
🕒 10:00~19:00 🏠 不定休
📍 SEA DANCER (44ページ)



カメ座Tシャツ (90~160, S~XL)

サイズ・色など種類があり家族でお揃いコー
デができる。カメが1匹刺繍になっているの
がオシャレなポイント。

☎ P.16-B3 ☎ 0980-73-0120
🕒 11:00~18:00 🏠 不定休
📍 soramoyo (43ページ)



MIYAKO Island Tシャツ

南国宮古島にピッタリのTシャツ。
ダイバーにとっても人気がありいつ
でも宮古島を思い出せる必須のTシャツ。

☎ P.16-B3 ☎ 0980-73-3891
🕒 10:00~20:00 🏠 不定休
📍 Avalyu (42ページ)



NAMIMA オリジナルTシャツ

宮古島の海、カメ、サーフボードなどを
モチーフにしたオリジナルTシャツ。

☎ P.10-C6 ☎ 0980-79-0208
📍 NAMIMA (52ページ)



「route390」 パステルカラーTシャツ

宮古島生まれのアパレルブランド「route390」
とちゅうかじがコラボしたオリジナルTシャツ。
ピンク・ブルー・イエローの3色、サイズも小さな
子ども用の110~140、S~XLまで揃っている。

☎ P.16-B1 ☎ 0980-79-7912
🕒 15:00~22:00 🏠 不定休
📍 ちゅうかじ (42ページ)



宮古島カメTシャツ (90~160, S~XL)

カメさんがチョーかわいい。バックプリ
ントなので後ろからもみんなの視線を
集められるかも。

☎ P.16-B3 ☎ 0980-73-0120
🕒 11:00~18:00 🏠 不定休
📍 soramoyo (43ページ)



キジムナーキーホルダー

可愛いキジムナー。カギやポーチなど
に付けてオシャレに決めよう。

☎ P.11-D6 ☎ 0980-76-2674
🕒 11:00~17:00 🌕 月曜日
📍 TIDA (47ページ)



スマホクッション

てぬぐいで作ったスマホ置き。縦にも
横にも置いてとっても便利。

☎ P.16-B3 ☎ 0980-79-0239
🕒 10:00~19:00 🏠 不定休
📍 DESIGN MATCH (44ページ)



貝ランプ (ショウジョウ貝)

巷ではなかなか手に入らないショ
ウジョウ貝が灯すオレンジ色の明
かりが心を和ませてくれる。

☎ P.16-D1 ☎ 0980-72-2041
🕒 10:00~18:00 🏠 無休
📍 909ポコ (45ページ)



シェルランプ

貝やサンゴで作ったオリジナルのシェルラ
ンプ。隙間から零れる光がとっても優しい。

☎ P.10-C ☎ 090-5734-1202
🕒 12:00~17:00 🏠 不定休
📍 マーメイド (39ページ)



オリジナル ヌメ革サンダル

ひとつひとつ丁寧に作られた革の
サンダル。すべてオリジナルで自
分に合ったものを見つけよう。

☎ P.12-C2 ☎ 080-7810-0029
🕒 12:00~17:00 🌕 土曜日、日曜日
📍 Lamp (43ページ)

雑貨



アオウミガメ (緑) めいぐるみ

可愛いウミガメのめいぐるみ。アオウミガメ(緑)アオウミガ
メ(茶)の2種類あり、愛くるしさから世代を問わず人気。

☎ P.11-D ☎ 0980-74-7410
🕒 9:00~22:00 🏠 無休
📍 琉球の風 アイランドマーケット (53ページ)



スナヤマカフェ コースター

実際にお店で使われている丈夫で
しっかりした可愛いデザインの
コースター。旅の記念に普段使い
やプレゼントにも最適。

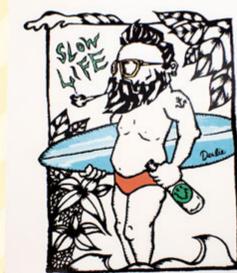
☎ P.10-C3 ☎ 0980-79-0550
🕒 11:30~18:00 🏠 不定休
📍 スナヤマカフェ (49ページ)



オリジナルステッカー

宮古島出身のデザイナーとのコラボステッカー。
耐水性・耐久性に優れているので野外でも大丈
夫。お土産やプチギフトにも最適。

☎ P.16-B3 ☎ 0980-73-4076
🕒 10:30~19:00 (夏20:00) 🏠 不定休
📍 DESLIE (44ページ)



オリジナルステッカー

宮古島出身のデザイナーとのコラボステッ
カー。耐水性・耐久性に優れているので野
外でも大丈夫。お土産やプチギフトにも最適。

☎ P.16-B3 ☎ 0980-73-4076
🕒 10:30~19:00 (夏20:00) 🏠 不定休
📍 DESLIE (44ページ)



宮古島レジンアート

オーナー夫婦が宮古島の海をイメージし
て手作りしているレジンアート。25種類
以上のShopオリジナルデザインがあり
心に残る「宮古島の海」が探せる。

☎ P.16-A1 ☎ 0980-73-0849
🕒 11:00~19:00 🏠 不定休
📍 海工房 (45ページ)



タツ/オトシゴ

透明感のあるタツ/オトシゴが
とっても可愛い。ペンダントにも
オーナメントとしても最適。

☎ P.11-C5 ☎ 080-3001-9990
🕒 13:00~18:00 🌕 日曜日
📍 Guru Guru Glass (52ページ)



宮古島の神様カード

代表的なハリミズタキ
(ウタキの説明付)

☎ P.12-B4 ☎ 0980-73-2328
🕒 14:00~18:00 🏠 火曜、水曜、木曜日
📍 Meteor Color (40ページ)

三線



三線セット

原木から手作りされた三線。すべて揃っているの
でこれを買えば三線の名手(?)になれるかも。

☎ P.13-E4 ☎ 0980-73-3001
🕒 9:00~12:00, 13:30~18:00 🌕 日曜日
📍 宮古木工芸 (45ページ)

アクセサリ



白蝶貝と
17END Glass
のピアス

天然の白蝶貝を磨き、削りだし模様を彫りその上に新作のShimoji 17END Glassと組み合わせたピアス。暗いところで星空のように綺麗に光る。

● P.16-A1 ● 0980-73-0849
● 11:00~19:00 ● 不定休
● 海工房 (45ページ)



海洋プラスチック
アクセサリ

宮古島の海に流れ着いた海洋プラスチックで作った2つと無いオリジナルアクセサリ。これを機会に世界のごみ問題を考えてみよう。

● P.11-C5 ● 0980-73-2848
● 10:00~19:00 ● 火曜日
● 46st. (39ページ)



宝石サンゴ
ペンダントトップ

天然の宝石サンゴで作られた商品のなかでも特に人気のペンダントトップ。品切れ続出で早めに買いに行こう。

● P.14-B2 ● 0980-72-2814
● 11:00~18:00 ● 不定休
● 上里さんご加工店 (42ページ)



DESILIEオリジナル
Handmade SILVER

お店のロゴマークがデザインされたハンドメイドのシルバーネックレス。ココでしか買えない一品。

● P.32-D ● 0980-78-3573
● 11:00~18:00 ● 不定休
● DESILIE sail out to the sea (35ページ)

島の素材を使った
陶器のアクセサリ
「太陽の(ずく)」

宮古島の土と琉球ガラスで作られた1点物のアクセサリ。海と空の色が表現されている。

● P.11-D6 ● 0980-76-2674
● 11:00~17:00 ● 月曜日
● TIDA (47ページ)



愛引シーサー

花のアクセントが可愛いシーサー。笑顔もとっても可愛い。リビングに置いてみんなをお出迎えしてくれそう。

● P.13-C5 ● 0980-75-0660
● 10:00~18:00 ● 不定休
● シーサーモノガタリ (43ページ)

シーサー



オーダー表札

最近人気の表札。オーダーなので自分の名前も入れられてオシャレに飾ろう。シーサーも付けてとっても可愛い。

● P.11-C4 ● 0980-72-8981
● 10:00~18:00 ● 不定休
● 球 (38ページ)



あーぐシーサー

数々の賞を受賞してきた薬元で作られた可愛いシーサー。お茶目な表情がとっても愛らしい。

● P.13-D2 ● 0980-72-3948
● 9:30~17:00 ● 日曜日
● みやこ焼 (39ページ)

ゆんたく
おとりシーサー



陶芸教室の先生が作るとっても可愛いシーサー。お酒と三線でゆんたく(おしゃべり)している姿が癒されますよ。

● P.11-D6 ● 0980-76-2266
● 10:00~19:00 ● 月曜日
● 太陽が窯 (38ページ)



島のびんづめ

伊良部島産のカツオやマグロ、伊良部島産のなまり節を使用したごはんのお供。浜口水産と共同開発した、みやこ下地島空港ターミナル限定販売のオリジナル商品。

● P.32-B ● 0980-78-6602
● 9:00~19:00 ● 無休
● みやこ下地島空港ターミナル (34ページ)

宮古上布



宮古上布の
財布・通帳入れ

ちょっとしたお出かけから幅広く使える宮古上布の財布。宮古上布ならではの質感で注目度アップ間違いなし。

● P.13-C5 ● 090-8589-4056
● 13:00~19:00 ● 不定休
● ゆう (42ページ)



宮古上布

手間暇掛けて織られる反物に根強いファンが多い。他にもブラウスなど色々な商品を扱う。

● P.11-C3 ● 0980-72-6847
● 8:00~18:00 ● 不定休
● 西原織物 (52ページ)

サブリ



宮古島の
深海鮫の生肝油

血液サラサラ効果があるとされる鮫の肝油。深海の鮫から取れる生肝油で製造されたこの商品はリピーターが多い。

● P.11-C4 ● 0980-73-4359
● 鮫肝油 (42ページ)



泡盛沖之光
紙パック

お土産にピッタリの紙パック泡盛。割れる心配がないと買って行く人が増えている。

● P.12-C3 ● 0980-72-2245
● 8:00~19:00 ● 日曜日
● 沖之光酒造 (42ページ)

Grand Bleu Gamin

グランブルーギマン
Private Villas

Restaurant



ランチコースの一例 ディナーコースの一例

東京・恵比寿のフレンチ「オー・ギマン・ド・トキオ」が宮古島に。宮古島の旬の食材と世界の厳選食材を組み合わせた至極の贅沢。新鮮な食材を活かしたここでしか味わえないお料理をご堪能ください。



● LUNCH 12:00~14:00 (月曜定休)
● DINNER 17:30~22:00
● B A R 20:30~24:00 (不定休)

TEL.0980-74-2511 宮古島市平良荷川取1064-1

宿泊の方以外でもご利用いただけます。お気軽にお問い合わせください。



MAP P.11-C3



▲宮古島の卵など厳選素材のワッフルコーン(+80円)。

島素材をふんだんに使って作るイタリア仕込みのジェラートが人気。定番から季節限定品まで種類も豊富。緑たつぶりの木製テラス席もあり。

RICCO gelato

りっこじえらーと

【住】平良字下里550
【営】11:00~18:00(夏季変動あり) 【休】水曜
TELなし
Instagram:riccogelato_miyakojima

グルメ Restaurant



ハッピーなアイスドリームの世界へ

フォトスポットICE STAND385にはSNS映えるスポットがたくさん。



20種類以上のフレーバーからお気に入りを見つけよう。



約40種類のクレープメニューも揃う。



人気のフローズンシェイク。 オリジナルグッズの販売も。

アメリカ生まれ、沖縄育ちのアイス専門店ブルーシールアイスがバイナガビーチから徒歩5分のエリアにオープン。色とりどりのフレーバー、見た目もキュートなドリンクや魅力的なスイーツが勢揃い。フォトジェニックな撮影スポットもたくさんあり、幸せいっぱいのお夢のようなひとときを過ごせる。

●フローズンシェイク(シングル)…510円 ●クレープ各種…390円
●アイス(シングル)…380円、(ジュニアダブル)…500円、(ジュニアトリプル)…700円

【住】平良字久良654-23(バームタウン内) 【営】10:00~20:00(L.O.)、19:00(L.O./クレープ)

Facebook Instagram P.12-A4

ブルーシール宮古島バイナガマ店

TEL(0980)79-0310



抽出法にこだわった自然派レモネード

全国のレモネードの中でも宮古島店しか飲めない限定メニューも揃う。



金沢生まれの本格レモネード専門店が宮古島に初出で非加熱でフレッシュな状態を保ったまま作っている。レモン果汁たっぷり、オリジナルレシピのレモネードは20種類以上。ソーダレモネードが人気。

レモネードbyレモニカ宮古島店

TEL(0980)79-0205

【住】平良字久良654-23(バームタウン内)

【営】10:00~20:00(L.O.)

Facebook Instagram P.12-A4



ふるふるフルー... 700円
クロワッサン... 600円
フルーツサンド(土日限定)... 550円
かじつちゅ(アイス)... 550円
▲SNS映える萌え系フルーツサンド(土日限定) 550円
宮古島産や全国から取り寄せた美味しいフルーツを使用。フルーツと生クリームのパランスにこだわったクロワッサンサンドが人気。

Fruits Parlor 果実家 かじつちゅ

【住】平良字西里709-1-103 【営】11:00~18:00 【休】月曜

TEL090-9400-0385

Instagram:@kajituyu07

<p>マンゴー 6~8月頃</p> <p>香りがよく深みのある甘さがある、沖縄の果物の代表として大人気。</p>	<p>島バナナ 年中</p> <p>島産のバナナで、小ぶりだが甘味も香りも強い。</p>	<p>パパイヤ 年中</p> <p>フルーツとしてなじみがあるが若いものは野菜として食べる。薬膳効果あり。</p>	<p>ドラゴンフルーツ 6~11月頃</p> <p>果実の形からその名で呼ばれる果物。赤と白の2種類の果肉がありさっぱりとした甘さ。</p>
<p>パッションフルーツ 6~8月頃</p> <p>独特の酸っぱい味があり、ジュースなどに適している。</p>	<p>スターフルーツ 9~7月頃</p> <p>輪切りにすると切り口が星形になるのでこう呼ばれる。ジュースにいい。</p>	<p>釈迦頭 7~9月頃</p> <p>オランダ人が台湾に伝えたという。甘くてミルク味。</p>	<p>シークワーサー 8~11月頃</p> <p>酸味が強い柑橘類でビタミンが豊富に含まれている。</p>
<p>カミステル(エッグフルーツ) 1~4月頃</p> <p>ゆで卵の黄身に似た食感で色は緑。梨とセロリを合わせたような味。皮をむかずにヘタの部分を残してそのまま食べる。</p>	<p>レモン 7~9月頃</p> <p>直径約3~7cmで赤・緑など色は様々。梨とセロリを合わせたような味。皮をむかずにヘタの部分を残してそのまま食べる。</p>	<p>クアバ 8~10月頃</p> <p>果肉がピンクでジュースがおいしい。葉もお茶として薬膳効果あり。</p>	

もずく麺屋 んつばた

漁師が営むもずく麺屋

漁師の冷凍自販機

インスタ Check!

TEL 0980-79-7983

営業 / 11:00~19:00 (L.O.18:00) 定休日 / 日曜
住所 / 宮古島市平良字西里 387-1F 地図 / P15-D2

CAFÉ & GIFT ntsubata

もずく漁師が作ったジェラートが食べられるお店

真謝漁港目の前に OPEN!

綺麗なシャコガイが見られるリゾート空間

NEW OPEN!!

追います OK!

宮古島産 マンゴースムージー

TEL 0980-73-6477

営業 / 11:00~17:00 (L.O.16:00) 定休日 / 日曜
住所 / 宮古島市平良字西里 1852-5 地図 / P11-C3

でもね DeMONE

厳選された上質なワインを飲みながらゆったりと美味しい料理を楽しむ店。

希少な濃厚個性派のチーズ。落ち着いて楽しめる空間。

TEL(0980) 72-9714

- 県産黒毛和牛ステーキ...4,800円
- 琉球豚のグリルマンゴースソース...3,600円
- かぶりつきステーキサンド前名はペビート...2,800円
- フォアグラのボワレ...2,000円
- 目の前で切り出すハモン・セラーノ...1,300円
- ワイン...6,500円(〜)

【注】平良字西里261-2(映画館パニバニシネマの下1階) 【営】18:00~22:00(L.O) 不定 ※未成年者は同伴でも入れません

宮古島産車海老の濃厚味噌そば

ラーメン日本一決定戦で全国6位に入賞した名店。宮古島の特産品の車海老が2尾入った濃厚味噌そばと宮古牛ホルめんは旅行中食べておきたい逸品。

サムー太陽

【住】平良字西里845-1【営】10:30~16:00(先売次最終了)、17:30~20:00(先売次最終了)【休】土曜、日曜夜

TEL(0980) 79-0597

とん太 宮古島店

オープンから27年、こってり味からあっさり味まで老若男女に好まれる味へメニューも一新。ボリューム満点のランチセットも好評。

ラーメン

【住】平良字下里1154-9

【営】11:00~15:00、17:30~21:30(L.O)【休】水曜

TEL(0980) 73-3591

古謝そば屋

昭和7年創業の古謝製麺所が宮古そばの素朴な味を伝える直営店。くつろぎの空間作りでこだわり、いつも地元客でにぎわう。

【住】平良字下里1517-1【営】11:00~16:00(L.O)【休】水曜

TEL(0980) 72-8304

宮古島とんかつ琉宮

最高級の良質豚・松阪ロースのかつと海老フライがセットになった贅沢な料理。広くて開放的な店内。

【住】平良字松原551-2F【営】11:00~21:00(L.O)【休】無

TEL-FAX(0980) 73-2620

レストラン のむら

新鮮な刺身や伊勢エビ料理など、味には定評がある。宮古島では有名な老舗のレストラン。西里大通りにあり買い物で立ち寄るのに便利。2階には「琉球居酒屋あすばでいな」もある。

【住】平良字西里309-1【営】11:00~22:30(L.O)【休】無

TEL(0980) 72-2630

ジョイフル宮古店

地元で人気のファミリーレストラン。沖縄オリジナルメニューや季節限定メニューも大人気。デザートまで幅広いメニューが豊富に揃う。

【住】平良字下里605【営】7:00~21:00(L.O)【休】無

TEL(0980) 74-2205

和食中心のファミリーレストラン

釜めしがセットになった和風亭御膳。宮古空港のすぐ目の前。

和風亭 宮古島シティ店

【住】平良字下里2511-43【営】10:30~21:00(L.O)【休】無

TEL(0980) 73-8811

和風亭 宮古島シティ店

釜めしがセットになった和風亭御膳。宮古空港のすぐ目の前。

【住】平良字下里2511-43【営】10:30~21:00(L.O)【休】無

TEL(0980) 73-8811

海鮮 悟空

ビーチが目の前にあり、店内から海が一望できる。「おきなわ食材の店」認定。新鮮な近海魚をはじめ宮古ソバやチャンプルー類などの郷土料理や地元の素材を創作した料理の他、炒め物、揚げ物、焼き物など種類豊富。海鮮丼やそば御膳(にぎり5貫入り)が人気。

【住】平良字下里246【休】不定、日曜ランチ【営】11:30~13:30(L.O)、17:30~20:30(L.O)

TEL-FAX(0980) 72-0897

ファミリーレストラン ぱっしらん

定番人気の幕の内や味噌かつ丼など。宮古島では定番のファミリーレストラン。休日には地元の家族連れでにぎわっている。メニューは和食から洋食まで豊富に揃う。

【住】平良字西里934【休】木曜(変動あり)【営】10:00~20:00(L.O)、水曜、日曜16:00(変動あり)

TEL(0980) 72-0548

レストラン のむら

新鮮な刺身や伊勢エビ料理など、味には定評がある。宮古島では有名な老舗のレストラン。西里大通りにあり買い物で立ち寄るのに便利。2階には「琉球居酒屋あすばでいな」もある。

【住】平良字西里309-1【営】11:00~22:30(L.O)【休】無

TEL(0980) 72-2630

cafe Spice&Fresh

毎朝自家焙煎するこだわりの珈琲をはじめ、ランチではスパイス香辛料ソムリエが作るスパイスカレーが人気。彩りも可愛くてリピートしたくなる美味しさ。アツまで楽しめる。

【住】平良字下里398-2【営】7:30~19:00(L.O)【休】木曜、第3水曜

TEL 070-3305-6779

BEAR'S

宮古島では珍しいふわとろの玉子がおのったオリジナルタコライスが味わえる店。ガバオライスや丸焼きガーリックチキンなど南国風メニューが人気。

【住】平良字西里57-46【営】12:00~22:00(L.O)【休】火曜

TEL(0980) 79-7822

ホテルのレストランでランチを

ウニソースが決め手の白身魚のボワレ。ホテル内にあるレストラン。

【住】平良字下里335-1 ホテルサザンコースト1F(バイナガマビーチ向かい)【営】7:00~10:00、11:30~13:55(L.O)【休】火曜と木曜のランチ

TEL(0980) 75-3352

ホテルのレストランでランチを

ウニソースが決め手の白身魚のボワレ。ホテル内にあるレストラン。

【住】平良字下里335-1 ホテルサザンコースト1F(バイナガマビーチ向かい)【営】7:00~10:00、11:30~13:55(L.O)【休】火曜と木曜のランチ

TEL(0980) 75-3352

新しい琉球中華を堪能できる

バラエーション豊富な料理が楽しめる。毎日仕入れる新鮮な魚介。

【住】平良字西里607-3【営】12:00~14:30、17:30~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0120) 18-6688

島中華 蒸籠工房 宮古島本店

地元の食材を活かした島の中華レストラン。オリジナルの蒸籠料理や豊富なフード、ドリンクが揃う。沖縄の伝統文化も感じられる美しいお店で美味しい琉球中華を。

【住】平良字西里607-3【営】12:00~14:30、17:30~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0120) 18-6688



フランチャイズオーナー募集中!
あなたの街でダグズ・グリルを始めてみませんか?
info@dougsburger.comまで。

多良間牛
DOUG'S GRILL®
Individually grilled by Doug's Burger

多良間牛 ダグズ・グリル宮古島本店
宮古島市平良字西里567-1
電話番号 0980-79-7070
営業時間 18:00~23:00 (L.O. 22:00) 木曜日定休

QRコード
P.15-D3

**宮古島に
この塊肉あり!**

宮古牛のステーキ
伝統の沖縄料理
海産物の刺身
近海魚の料理
ビール日本酒

宮古牛のステーキ
4,400円
伝統の沖縄料理
4,000円
海産物の刺身
近海魚の料理
ビール日本酒

サンセットアワーの
店内の様子

DOUG'S DINER & BAR®
Individually invited by Doug's Burger

フランチャイズオーナー募集中!
あなたの街でダグズ・ダイナー & バーをはじめませんか?
info@dougsburger.comまで。

ダグズ・ダイナー & バー HOTEL LOCUS店
宮古島市平良下里338-40HOTEL LOCUS 2F
TEL : 0980-79-0244
営業時間 朝食 07:00-10:30 (L.O.10:00)
ランチ 11:00-15:00 (フードL.O. 14:00) ドリンクL.O. 14:30
サンセットアワー 16:00-

QRコード
P.14-B5

DOUG'S DINER & BAR®
Individually invited by Doug's Burger

ダグズ・ダイナー & バー HOTEL LOCUS店
宮古島市平良下里338-40HOTEL LOCUS 2F
TEL : 0980-79-0244
営業時間 朝食 07:00-10:30 (L.O.10:00)
ランチ 11:00-15:00 (フードL.O. 14:00) ドリンクL.O. 14:30
サンセットアワー 16:00-

QRコード
P.14-B5

伊良部島の背後に沈む
雄大なサンセットを眺めながらの
アイランドタイムをお楽しみください!

宮古牛
ステーキ 1,200円
ステーキ 1,000円
ステーキ 800円
ステーキ 600円
ステーキ 400円
ステーキ 200円

最高級A5ランク、こだわりの宮古牛。
しゃぶしゃぶ・すき焼き専門店。最高級の宮古牛、アグー豚と新鮮な島野菜をシンプルに。落ち着いた空間で贅沢なひとときを過ごそう。

宮古牛・アグー豚専門店 **総本家しゃぶ庵**
[住] 平良字西里176-2 シティライフ宮古ラビニール1F
[営] 11:30~14:30 (L.O.)、17:30~21:30 (L.O.) [休] 無
TEL (0980) 75-7511

Instagram: @shabuan_miyakojima

沖縄海鮮料理と沖縄和牛の店

写真とは本物の宮古牛。識別番号の枝肉を卸問屋共栄ミートから買い付ける。

▲カウンター10席。奥に座敷があり大勢で寛げる。
▲漁師から直接仕入れた魚を多彩な技法で仕上げる。

沖縄の食材をふんだんに取り入れて生み出した料理や定番沖縄料理、美しい海の鮮魚、島野菜、宮古牛、バスタなど、食事が好きな人のために食と酒を想いながら料理を提供している。宮古島の土を使った器や珊瑚石を使用した落ち着いた空間で再訪者も多い。予約が確定。喫煙席あり。詳細は下記QRコードで。

島食材 **magara** まがら
TEL (0980) 73-1367

宮古牛のステーキ
4,400円
伝統の沖縄料理
4,000円
海産物の刺身
近海魚の料理
ビール日本酒

宮古牛のステーキ
4,400円
伝統の沖縄料理
4,000円
海産物の刺身
近海魚の料理
ビール日本酒

[住] 平良字西里245 [営] 17:30~22:00 (L.O.) [休] 無

Instagram: @magara_miyako

焼肉屋 やきにくや

▲店で取り扱う宮古島牛は登記書付きなので安心。
手頃な値段で宮古島牛が味わえる(数量限定)。塩と季節の野菜は宮古島産、米は自家精米したものを使用。エディカード利用可。

焼肉屋 焼肉屋
[住] 平良字西里992-2
[営] 17:30~21:30 (L.O.)、日曜21:00 (L.O.) [休] 不定
TEL (0980) 74-3006

焼肉 権兵衛 こんべえ

▲家族連れもゆっくりくつろげる落ち着いた店内。
創業45年、宮古島で最初にできた老舗の焼肉店。肉は一部宮古牛も取り扱っており、自家製キムチやナムルなども人気で地元客に好評。

焼肉 権兵衛
[住] 平良字西里303-2F [営] 17:30~ [休] 不定
TEL (0980) 72-0408
Instagram: @gonbei_miyakojima

ブルシン宮古島店

▲にんにくたっぷりの焼肉で活力MAXに。
にんにく焼肉と2時間制セルフ飲み放題の店。120種類以上の飲み物が2時間制で999円+税。「ガイドブック見た」でぶるしんキムチを1皿サービス。

ブルシン宮古島店
[住] 平良字下里83-3 [休] 火曜
[営] 17:00~22:00 (フードL.O.)、22:30 (ドリンクL.O.)
TEL・FAX (0980) 79-5529
Instagram: @purushin_miyakojima

大人から子どもまで楽しめる客船のようなステーキハウス

伝統的な赤瓦の古民家を改築したオシャレな外観。
伊勢えびとタンダーロインステーキのセット。
アメリカンサイズのリブアイステーキ。

宮古島の大きな古民家を改築し、客船をイメージして作られた店。アメリカ人のオーナーが世界各国から集めたオーナーメントで彩られた店内は、まるで船の中にあるような空間。大航海時代の南国を訪れたような雰囲気味わえる。希少な宮古牛のほか、上級ランクの赤身牛だけを厳選し、アメリカンサイズのカットで提供。人気メニューはタンダーロインステーキと伊勢えびのセットや骨の重量を含めると400gを超えるトマホーククラブアイなど味だけでなく見た目も楽しめるステーキが豊富。座敷もあるので子ども連れでも安心。ドリンクメニューも豊富。

キャプテンメリアン
TEL (0980) 72-7815

●トマホーククラブアイ...9,900円 ●伊勢えびとタンダーロインステーキのセット...7,480円 ●タンダーロインフィレステーキ (200g)...6,050円
●サーロインステーキ (300g)...4,345円 ●やんばる地鶏ステーキ...2,145円

[住] 平良字西里597-6 [営] 17:00~ [休] 日曜

上質な宮古牛一頭買いの焼肉屋

SNS映え間違いなしの「なかお特選盛り」。
ここでしか(?)金粉ヒレステーキ。
宮古牛希少部位5種盛り合わせ。
焼きしゃぶ(サーロイン)。
塩・醤油で楽しめる「宮古牛炙り握り」。

宮古牛が味わえる焼肉屋さん。柔らかくきめ細やかな肉質の宮古牛を一頭買いしている。部位の種類が豊富で食べ方も様々。SNS映えするメニューもたくさんあって女性に人気。無煙ロースターなので、服や髪ににおいがつきにくいと好評。泡盛・日本酒・焼酎・ワインなどお酒の種類も多い。カウンターから最大20名までの個室もあり、シーンに合わせて利用できる。洗練されたモダンで落ち着いた空間で贅沢なひとときを過ごそう。

個室は少人数から大人数まで対応可能。

焼肉 なかお
TEL・FAX (0980) 79-0429

[住] 平良字西里244 [営] 17:00~ [休] 不定

これにいいと言われている...

宮古島の特産品

動脈硬化予防 モスウ
解熱 ぶもぎ
肝臓病 うこん
血糖値抑制 シークワーサー
老化防止 黒糖
高血圧予防 パッションフルーツ
糖尿病 グレープ
胃もたれ パパイア
消化促進 バイナップル
美肌整腸 マンゴー
美白効果 ドラゴンフルーツ

ゴヤー...食欲不振
紅いも...胃腸炎
アセロラ...貧血予防
アサ...便秘
島とうがらし...健胃効果
長命草...動脈硬化
イカスミ...ガンの予防

アロエ...消炎
ビーツ...胃腸病
海へび...滋養強壮
塩(マース)...ミネラル補給
豚肉...脳卒中予防
泡盛...抗アレルギー
トウガン...風邪予防

[住] 平良字西里244 [営] 17:00~ [休] 不定

串揚げとおでん

くしお

KUSHIO MIYAKOJIMA

TEL.0980-79-7096

衣ざっぱり 創作串揚げ

出汁が自慢の 島おでん

宮古島市平良字西里251-1 D-LIFEビル2F

営業時間:17:00~23:30(L.O)

P.16-B1

▲宮古島の海の幸が味わえる海ぶどう丼とシャコ貝のお造り。沖縄料理や海産物料理が充実している。一品料理や定食類で味わうことができる。掘りこたつが人気で、座敷も広くゆったり座れる。

割烹レストラン まんぶく

【住】平良字東仲宗根243-5 【営】11:30~21:30(L.O)【休】不定

TEL(0980) 72-0544

30席 カテ座席 個室 禁分 P.15-D1

▲1年を通して鍋料理が楽しめる(夏場は前日要予約)。地元で鍋といえどここ！様々な鍋料理が堪能できる。伊良部島佐良良直送の新鮮な刺身や揚げ物などの居酒屋定番メニューも幅広く揃う。

藤本陣 ふじほんじん

【住】平良字下里771-6【営】18:00~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0980) 73-3191

Instagram: @fujihonjin3191

50席 カテ座席 個室 禁分 P.15-D4

▲泡盛などお酒にもよく合う郷土料理の数々。和モダンな店内で郷土料理を中心に北海道料理や創作料理を堪能できる。泡盛も10種類あり一合から飲める。団体はもちろん1人でも気軽に楽しめる店。

沖縄酒場 ろく

【住】平良字下里576-2【営】18:00~【休】不定

TEL(0980) 79-9664

Instagram: @osakaba6

22席 カテ座席 個室 禁分 P.16-C2

▲パクタンとんぶり左 11500円
にぎり寿司右 12000円
タコ味噌炒め左奥 10000円

▲泡盛に合う郷土料理など様々な味が楽しめる。

にぎり寿司から郷土料理まで地元の食材を使ったメニューが揃う。海の幸や納豆などをごはんや混ぜて食べるパクタンとんぶりがオススメ。

大衆割烹 いろは亭 いろはてい

【住】平良字下里633【営】18:00~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0980) 73-1892

25席 カテ座席 禁分 P.15-D5

▲特上にごり写真... 2300円
島魚のマース煮... 19000円
上にぎり... 15000円

▲その日仕入れた新鮮な魚介を使ったにぎり。島で獲れた淡白な白身魚を誰にでも好かれる味にするために工夫された料理が味わえる。三枚下ろしにしたグルクンの唐揚げも人気がある。

割烹 浅草 あさくさ

【住】平良字西里826-6【営】18:00~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0980) 73-1021

32席 カテ座席 禁分 P.12-C2

▲宮古牛にごり(右) 12200円
海ぶどう丼(左) 18700円

▲海ぶどう丼(左)と宮古牛にごり(右)が人気ベスト2。絶品の海ぶどう丼は旬の島魚が盛られた人気メニュー。宮古牛にごりは炙って食べれば旨さアップでリピート間違いなし。駐車場は向かいのホテルの裏。

割烹 清風亭 せいふうてい

【住】平良字西里567【営】17:00~21:00(L.O)【休】不定

TEL-FAX(0980) 73-2244

20席 カテ座席 禁分 P.15-D3

▲煮物盛合わせ(左手前) 19000円
近海魚刺身(右奥) 9000円
ゴキヤールチャップル(右手前) 7500円
ナーベラ味噌炒め(中央) 7500円

▲島食材を使ったあばら樹人気のメニュー。石積みの壁に赤瓦の屋根が目印。昼は宮古そばを中心にした琉球定食を、夜は宮古島ならではの郷土料理を安い料金で楽しめる。

琉球居酒屋 あばら樹 あばらぎ

【住】平良字西里399-1【営】11:00~23:30(L.O)【休】無

TEL(0980) 73-6655

140席 カテ座席 禁分 P.15-D2

▲宮古島の食材を活かした創作料理も自慢のひとつ。▲赤瓦と緑提灯が目印。

沖縄(うちなー)料理をはじめ、島の旬の野菜や魚、肉を使った創作料理が美味しいと評判。毎日行われる三線ライブでは歌って踊ってステージも客席も一体となり大盛り上がり。食事とライブで宮古島の夜を満喫しよう。事前予約が確実。下記QRからお店のHPと動画を見ることができる。

泡盛と沖縄料理 郷家 こーや

【住】平良字西里570-2【営】17:30~21:00(L.O)【休】不定

TEL(0980) 74-2358

158席 カテ座席 禁分 P.15-D3

▲鳥魚の刺身盛合せ(手前) 2053円
ラフテゴキヤールチャップル(右奥) 8558円
宮古焼きヤシロバ左奥 8255円

▲新鮮な魚介を使ったメニューが豊富。▲三線ライブで盛り上がる。

料理7品付飲み放題コース 4500円
漁師直送島魚のお刺身盛り合わせ 16500円
とろとろソノキの塩煮 7800円
季節の島野菜サラダ 8000円

三線ライブ酒場 美琉太陽 みるてい一だ

【住】平良字東仲宗根427-7【営】18:00~22:00(L.O)【休】木曜

TEL-FAX(0980) 79-0262

65席 カテ座席 禁分 P.12-B2

創業32年の老舗居酒屋

▲契約漁船より毎日新鮮なカツオ、マグロ、シイラ等を仕入れ、琉球料理から創作料理までメニュー数は180以上。カツオ刺しや機内誌にも取り上げられたカツオ

海鮮居酒屋 中山 ちゅうざん

【住】平良字西里1-10【営】16:00~24:00(L.O)【休】月曜

TEL(0980) 73-1959

150席 カテ座席 禁分 P.14-B2

▲刺身盛り合わせ(2~3人前)写真大(右中) 1958円
墨入り鳥焼そば(写真大左奥) 8558円
カツオの腹皮フワフワ揚げ(写真大左手前) 528円

地元で採れた野菜や魚を使った料理が堪能できる。の腹皮フワフワ揚げ、コラーゲンたっぷりのとろとろ足てびちが人気。オリオン生ビールの他ドリンクなど16時~19時までタイムサービスを毎日開催。

割烹 幸蔵 こうぞう

【住】平良字下里568【営】11:30~13:30(L.O)、17:30~22:30(L.O)【休】不定

LINE: @744dckhj

50席 カテ座席 禁分 P.16-B2

ガイドブック宮古島 電子書籍 もちろん無料!

いつでもどこでも手軽にお店探し!

▲ヤシガニなど地元料理が楽しめる。地元料理専門店。新鮮な地元食材をふんだんに使ったオリジナル郷土料理おまかせコース(ヤシガニは別)に人気がある。

割烹・居酒屋 すえひろ

【住】平良字荷川取133-1【営】17:00~21:30(L.O)【休】不定

TEL(0980) 72-3099

30席 カテ座席 禁分 P.12-A1

▲ヤシガニニ 3500円
郷土料理おまかせ 12000円
海鮮スミチャールハン 12000円
魚のあら煮(コース) 12000円
イカスミそば 2000円

▲新鮮な魚介を使ったメニューが豊富。▲三線ライブで盛り上がる。

漁師直送の獲れたて島魚から、極上の宮古牛、新鮮な島野菜など宮古島のおいしい食材を使った沖縄料理が味わえる。見所の三線ライブは、毎日開催。楽しいライブを聞きながら料理とお酒が楽しめる。1人でも気軽に行けるアットホームな雰囲気。詳細はfacebookにて。

三線ライブ酒場 美琉太陽 みるてい一だ

【住】平良字東仲宗根427-7【営】18:00~22:00(L.O)【休】木曜

TEL-FAX(0980) 79-0262

65席 カテ座席 禁分 P.12-B2

▲料理7品付飲み放題コース 4500円
漁師直送島魚のお刺身盛り合わせ 16500円
とろとろソノキの塩煮 7800円
季節の島野菜サラダ 8000円

三線ライブ酒場 美琉太陽 みるてい一だ

【住】平良字東仲宗根427-7【営】18:00~22:00(L.O)【休】木曜

TEL-FAX(0980) 79-0262

65席 カテ座席 禁分 P.12-B2

▲刺身盛り合わせ(2~3人前) 19508円
にぎり寿司10貫 8550円
墨入り鳥焼そば 528円
生搾りゴキヤール 5500円
もすく天ぷら 528円
シイラ豆腐 528円

▲新鮮な海の幸と郷土料理、島酒、三線ライブを一度に楽しめる。地元客と一緒に盛り上がるアットホームな観客参加型のライブで宮古島の濃い夜を満喫しよう。

島唄楽園 美ら美ら ちゅらちゅら

【住】平良字西里182【営】18:00~24:00(L.O)【休】月曜

TEL(0980) 73-3130

30席 カテ座席 禁分 P.14-B2

珍しい料理があると噂の居酒屋

居酒屋では珍しいメニューの鉄板ステーキ。のれんをくりたくなる店。

地元客が多く、宮古島の空気感を味わえると観光客にもリピーターが多い。味にも定評があり、他にはない珍しい料理も味わえる。まずはーと(とりあえず)行ってみよう。

居酒屋 まずがーと食堂

【住】平良字下里546-4-1F【営】18:00~24:00(L.O)【休】日曜

TEL(0980) 79-9674

65席 カテ座席 禁分 P.15-C4

▲肉と魚と琉球料理の人気居酒屋

▲鉄板ステーキ(写真大) 16500円
豚のしほ煮 5380円
生搾りゴキヤール 5500円
もすく天ぷら(写真小上) 528円

▲人気のもずくたご焼き。

▲店主一押しの本マグロ。

見た目にも美しいおまかせ刺身盛り合わせ。ひときわまるい店構え。

地元から観光客まで幅広く人気の店。肉料理、魚などの島料理、寿司や丼物、宮古そばまで居酒屋メニューが充実。特に本マグロの刺身は絶品で家族連れにも好評。

宮古島 幸蔵 こうぞう

【住】平良字下里568【営】11:30~13:30(L.O)、17:30~22:30(L.O)【休】不定

LINE: @744dckhj

50席 カテ座席 禁分 P.16-B2

おまかせ刺身盛り合わせ(1人前) 19800円
墨だら西京焼 10780円
名物天丼 8580円
ブリリ海苔マヨ 8580円

▲刺身盛り合わせ(2~3人前)写真大(右中) 1958円
墨入り鳥焼そば(写真大左奥) 8558円
カツオの腹皮フワフワ揚げ(写真大左手前) 528円

▲人気のもずくたご焼き。

▲店主一押しの本マグロ。

見た目にも美しいおまかせ刺身盛り合わせ。ひときわまるい店構え。

地元から観光客まで幅広く人気の店。肉料理、魚などの島料理、寿司や丼物、宮古そばまで居酒屋メニューが充実。特に本マグロの刺身は絶品で家族連れにも好評。

宮古島 幸蔵 こうぞう

【住】平良字下里568【営】11:30~13:30(L.O)、17:30~22:30(L.O)【休】不定

LINE: @744dckhj

50席 カテ座席 禁分 P.16-B2

宮古島ねっと はこちらから

ガイドブック宮古島の掲載店の情報はインターネットでも見ることができます。

https://www.miyakozima.net

宮古島ねっと

アットホームな三線ライブ居酒屋

ライブは19:30と21:00の2回(不定期開催)。郷土料理や海の幸も自慢。

新鮮な海の幸と郷土料理、島酒、三線ライブを一度に楽しめる。地元客と一緒に盛り上がるアットホームな観客参加型のライブで宮古島の濃い夜を満喫しよう。

島唄楽園 美ら美ら ちゅらちゅら

【住】平良字西里182【営】18:00~24:00(L.O)【休】月曜

TEL(0980) 73-3130

30席 カテ座席 禁分 P.14-B2

▲刺身盛り合わせ(2~3人前) 19508円
にぎり寿司10貫 8550円
墨入り鳥焼そば 528円
生搾りゴキヤール 5500円
もすく天ぷら 528円
シイラ豆腐 528円

▲新鮮な海の幸と郷土料理、島酒、三線ライブを一度に楽しめる。地元客と一緒に盛り上がるアットホームな観客参加型のライブで宮古島の濃い夜を満喫しよう。

島唄楽園 美ら美ら ちゅらちゅら

【住】平良字西里182【営】18:00~24:00(L.O)【休】月曜

TEL(0980) 73-3130

30席 カテ座席 禁分 P.14-B2

グルメニ線ライブ Restaurants with live performances using folk instruments

三線ライブを聴きながら、うちな(沖縄)料理を堪能



目の前で聴く「三線」にうっとり。五感全てで沖縄を感じられる。各テーブルでの三線ライブは臨場感満点。



海ぶどうの冷製パスタ。 さっぱり美味しいもずくソーメン。 宮古牛ブロースステーキ。

店名の「うまりずま」とは方言で「生まれた島」という意味で、宮古島を大切にしようという気持ちが込められている。昔ながらのうちな(沖縄)を楽しめるように、店内には赤瓦、かやぶき家、琉球庭園など、様々な癒しの空間が広がる。さらに地元の「みゃ〜く(宮古)美人」が生で三線を弾きながら各テーブルをまわり、宮古島の夜を盛り上げてくれる(不定期開催、要問合せ)。泡盛、古酒、琉球料理はもちろん、旬の食材で作るうちな(沖縄)創作料理も楽しめる。予約が確実。



市場通りと下里通りの交差点にある店。

うまりずま [住] 平良字下里556 [営] 17:00~24:00 (L.O) [休] 不定
TEL-FAX (0980) 79-0335

アフリック [住] 平良字下里574-2 [営] 19:00~24:00 [休] 日曜、祝日
TEL (0980) 72-0889

洋風な造りと柔らかな照明が大人の落ちつきある雰囲気を出す店。やすらぎと活力を与えてくれる癒しの空間に包まれよう。ボトルキープもできる。カラオケ(1曲200円)有。予約をすれば日曜はもちろん、早い時間でもOK。

スナック アフリック [住] 平良字下里574-2 [営] 19:00~24:00 [休] 日曜、祝日
TEL (0980) 72-0889

Instagram も見てね!

#ガイドブック宮古島
#宮古島観光
#宮古島グルメ
#宮古島の土産
#宮古島好きな人と繋がりたい

Follow Me

GUIDEBOOK.MIYAKOJIMA

ガイドブック宮古島 @guidebook_miyakojima



▲宮古島のフルーツを使ったカクテルは絶品。落ち着いた雰囲気、居心地の良い店。フルーツをメインとしたBARでスイーツやお酒を楽しめる。コーヒー・紅茶も充実で夜カフェとしても利用可。

Sweet's & Bar 果実家 かじつや
[住] 平良字西里153-3 [営] 20:00~26:00 (L.O) [休] 月曜
TEL 090-2127-1000 Instagram: @bar_kajituya



▲1994年創業、落ち着いた雰囲気、居心地の良い店。大人が集う「楽園」という名の酒場。手作りのスピーカーとアンプからはジャズやボサノバが流れる。ウイスキーに合う自家製の生チョコが美味しい。

Bar PARADISO ばらでいそ
[住] 平良字下里575 [営] 20:00~ [休] 日曜
TEL (0980) 72-6747



▲1988年から浜松で創業するバーの宮古島店(NBA加盟)。オーセンティック・バーだが堅苦しさは無く、軽装でもOK。出張や接待でも利用でき、一人でも安心して飲める静かで落ち着いた大人の空間。リゾート型の正統派バー。3名以上の団体予約は不可。

MALT WHISKY & COCKTAILS BAR THINK 1988 シンク
[住] 平良字西里231-2F [営] 18:00~23:30 (L.O) [休] 無
TEL (0980) 73-6009 Facebook: @barthink.miyakojima



▲地元出身オーナーの温かいもてなしでくつろぎの時間を。カウンターがあるのでカクテルや夫婦で静かに過ごすことができる。1人で行ってもスタッフが話し相手になってくれるので大丈夫。カラオケ、個室(2,000円)あり。

éf いふ
[住] 平良字西里381 [営] 19:00~24:00 [休] 日曜
TEL (0980) 73-7210

島グルメ

ガイドブック宮古島編集部がオススメする島料理の数々!
宮古島に来たからには食べなきゃもったいない!



個性が強すぎるウォッシュチーズ達
クリーミーでコクがあり好きな人は必ずハマるワインの親友。熟成度によっては無いときも。
P.16-A2 0980-72-9714 18:00~22:00 不定休
DeMONE (59ページ)



豚のしぼ煮
コラーゲンがたっぷりでも病みつきになるほどとっても美味しい豚のしぼ煮。
P.15-C4 0980-79-9674 18:00~24:00 日曜日
まずがーと食堂 (62ページ)



海ぶどう・ジーマ豆腐・島らっきょうの三点盛り
美味しく体に優しい宮古島の海と山の名物料理が、一気に食べられる。お酒のおつまみにも最適。
P.14-B2 0980-73-1959 16:00~24:00 月曜日 中山 (62ページ)

お酒

AWAMORI COFFEE
泡盛とコーヒーがコラボしたとっても飲みやすい泡盛コーヒー。口当たりが甘くて女性ファンが増えそう。気に入れば購入もできる。
P.16-B1 0980-73-6009 18:00~23:30 無休
THINK (64ページ)



シェフのスペシャルティ “極み”パエリア
島で獲れた新鮮な魚介を中心に、「カルタファタ」で旨みや風味を閉じ込めた味わい深い一品。
P.11-D 0980-76-3322 7:00~10:00, 18:00~20:30 不定休
シギラタートルベイ (50ページ)



ゴーヤチャンプル
沖縄料理の定番ゴーヤチャンプル。ゴーヤの苦みはクセになる味。宮古島に来たからには100%食べておきたい一品。
P.16-D1 0980-72-2630 11:00~22:30 無休
のむら (59ページ)



島おでん
出汁が自慢の島おでん。カツオの風味がおでんの旨みを引き立たせている。
P.16-B1 0980-79-7096 17:00~23:30 店くしお (62ページ)

※営業終了時間はラストオーダーの時間を表記しています。

グルメ・三線ライブ・ナイトスポット

Restaurants with live performances using folk instruments, Bar & Hostess bar



日替わり刺身盛り合わせ
福岡の玄界灘で獲れた魚介を宮古島に直送。地元の魚介も合わせた旬の味を満喫できる。
P.14-C4 ☎0980-79-7284
17:00~23:00 水曜日
芳野商店宮古島本店(8ページ)

海鮮



にぎり寿司各種
地元で獲れた車エビ、白身など選りすぐりの新鮮な魚介を本格江戸前寿司で堪能。
P.11-② ☎0980-74-7320
17:00~21:00 水曜日
すし屋のかつ勘(50ページ)



宮古島の珍味ヤシガニ
珍味のヤシガニは濃厚かみそがたまらない。宮古島に来たからには食べなきゃもったいない。
P.12-A1 ☎0980-72-3099
17:00~21:30 不定休
すえひろ(63ページ)



宮古鮮魚のお刺身盛り合わせ
白身・赤身など、漁師から直送される新鮮な魚の刺身はどれも旨いと地元客に評判。
P.12-B2 ☎0980-79-0262
18:00~22:00 水曜日
美琉太陽(63ページ)



にぎり寿司盛り
その日獲れた島魚を誰にでも好まれる味に変身させる。にぎり一筋の大將が握る魚本来の味が楽しめる逸品。
P.12-C2 ☎0980-73-1021
18:00~22:00 不定休
浅草(62ページ)



特選和牛各種
和牛を炭火焼で。上質な霜降りは誰もが唸る旨さで肉本来の旨みが味わえる。
P.11-② ☎0980-74-7229
17:00~21:30 不定休 琉宮苑(50ページ)



多良間牛サーロインステーキ
多良間島で生まれた黒毛和牛のサーロインをステーキで。なかなか食すことが出来ない希少な多良間牛。その深い味わいに虜になる事間違いなし。
P.15-D3 ☎0980-79-7070
18:00~22:00 水曜日
ダグズ・グリル宮古島本店(6ページ、60ページ)



本物特選宮古牛のステーキ島ハーブ添え
厳選された宮古牛の脂と赤身肉の深い味わいがたまらない。
P.16-B1 ☎0980-73-1367
17:30~22:00 無休
magara(60ページ)

お肉



セミアビの姿蒸し
宮古島の希少な「セミアビ」を豪快に食する、贅沢な料理。
P.11-② ☎0980-74-7100
18:00~20:30 無休
マラルンガと琉創作(50ページ)



宮古島産和牛炙りにぎり
宮古島産の和牛をにぎりで。軽く炙った牛肉とシャリが絶妙で肉の旨みが実感できる。
P.15-D1 ☎0980-72-0544
11:30~21:30 不定休
肉まんぶく(63ページ)



宮古牛特選ヒレステーキ
霜降りがたまらない宮古牛のヒレステーキがこんなに肉厚で。ワサビで食す至福のひととき。
P.16-B1 ☎0980-79-0429
17:00~ 不定休
なかお(61ページ)



宮古島牛
黒毛和牛特有の霜降りがたまらない。程よくさしの入った肉は誰もが唸る旨さ。
P.12-C3 ☎0980-74-3006
17:30~21:30(日曜日21:00) 不定休
焼肉屋(61ページ)



宮古牛リブプロースステーキ
宮古牛のリブプロースステーキ。肉の柔らかさと肉汁の旨みがたまらない。
P.16-A3 ☎0980-79-0335
17:00~24:00 不定休
うまりずま(64ページ)



タンポップ
国産牛の希少部位タンモトを使用した、1日数量限定メニュー。
P.14-C4 ☎0980-79-5529
17:00~22:00 火曜日
ブルシン宮古島店(61ページ)



宮古牛握り
やさしい口当たりの脂身とゴハンの相性が抜群の宮古牛握り。焼肉とは違った味わいが楽しめる人気のメニュー。
P.14-B2 ☎0980-73-3130
18:00~24:00 月曜日
美ら美ら(63ページ)



宮古島和牛炙り寿司
薄くスライスした宮古和牛の肉は口に含めるととろけるような肉の脂身が口の中で広がって幸せな気分。
P.11-D6 ☎0980-74-7723
18:00~20:30 木曜日・日曜日
おふくろ亭(48ページ)



超特選A5ランク宮古牛のすき焼き
なかなか食することが出来ない最高級ランクの宮古牛をすき焼きで。
P.14-C2 ☎0980-75-7511
11:30~14:30, 17:30~21:30 無休
総本家しゃぶ庵(60ページ)



すき焼き3人前
有名な鍋料理店のすき焼き。肉や野菜など食材はもちろん汁も美味しいと地元ではデリバリーするほど人気。
P.15-D4 ☎0980-73-3191
18:00~22:00 不定休
藤本陣(63ページ)



カットステーキ
美味しくて柔らかいお肉とソースがたまらない。食べやすいサイズにカットされていて大人から小さい子どもまで人気のメニュー。
P.16-D3 ☎0980-74-2205
7:00~21:00 無休
ジョイフル宮古店(58ページ)



宮古牛の霜降り
宮古島の老舗の焼肉屋さんで出される宮古牛の霜降り肉はとろけるような美味しさで、肉本来の旨みが味わえる。
P.16-C1 ☎0980-72-0408
17:30~ 不定休
権兵衛(61ページ)



伊勢えびとタンダーロインステーキのセット
伊勢えびとステーキがセットになった豪華&ボリュームたっぷりの人気メニュー。海鮮と肉料理を同時に楽しみたい人に最適。
P.15-D3 ☎0980-72-7815
17:00~ 休日曜日
キャプテンメリアン(60ページ)



宮古島産車海老の濃厚味噌そば
宮古島産の車海老が2尾入った贅沢なおそば。自家製麺に濃厚スープとチャーシューすべてが車海老との相性がバッチリで一度食べるとハマる美味しさ。
☎ P.12-C2 ☎ 0980-79-0597
🕒 10:30~16:00, 17:30~20:00 📅 土曜日・日曜日の夜
📍 サマー太陽 (58ページ)



ぶた出汁まぎゆし豆腐そば
濃厚なぶた出汁のスープが新感覚の宮古そば。ゆし豆腐との相性が抜群。
☎ P.11-C5 ☎ 0980-79-5829
🕒 11:30~14:30, 17:00~21:15 📅 不定休
📍 春おばあ食堂 (49ページ)



焼そば
製麺所が作る本格焼そば。今まで食べたことのない食感がとても新鮮でハマる人が多いとか。
☎ P.12-C4 ☎ 0980-72-8304
🕒 11:00~16:00 📅 水曜日
📍 古謝そば屋 (58ページ)



宮古焼きヤキソバ(生麺)
もちもちとした食感の宮古そばを使ったヤキソバ。宮古そばのだし汁で味付けした宮古風ヤキソバで一度食べたらやみつきに。
☎ P.15-D3 ☎ 0980-74-2358
🕒 17:30~21:00 📅 不定休
📍 郷家 (63ページ)



バクダンどんぶり
海鮮・納豆・卵…。色んな味が一緒に楽しめる昔ながらの沖縄郷土料理。
☎ P.15-D5 ☎ 0980-73-1892
🕒 18:00~22:00 📅 不定休
📍 いろは亭 (62ページ)



海鮮丼
マグロ・白身魚・イクラなど新鮮な魚介がたっぷり乗った人気の海鮮丼。汁物や小鉢も付いて満足すること間違いなし。
☎ P.12-A4 ☎ 0980-72-0897
🕒 11:30~13:30, 17:30~20:30
📅 不定休、日曜日のランチ
📍 悟空 (59ページ)

麺類



激辛ファイヤーラーメン
唐辛子で作ったジャン油を使用した激辛のラーメン。暑い宮古島にピッタリの味でハマる人が続出。
☎ P.12-C3 ☎ 0980-73-3591
🕒 11:00~15:00, 17:30~21:30 📅 水曜日
📍 とん太 宮古島店 (58ページ)



島やきそば(にんにく醤油味)
ソースではなく、にんにく醤油味のやきそば。ありそうでなかった一品。一度食べた人のリピート率が高い。
☎ P.11-C5 ☎ 090-1943-9932
🕒 10:00~19:00 (冬18:00) 📅 不定休
📍 てんとむし (48ページ)



宮古島産マグロのユッケ丼
マグロの赤身が美味しい。卵と相性がバッチリでネギとゴマが合わさったユッケの王道。
☎ P.11-C5 ☎ 0980-76-2501 ☎ 11:00~15:30
📅 火曜日、第1・3・5水曜日 📍 湧泉家 (48ページ)



名物天丼
天ぷらが豪快に盛られた名物天丼。旬の食材を使ったお店イチオシの逸品。
☎ P.16-B2 ☎ 0980-79-5551
🕒 11:30~13:30, 17:30~22:30 📅 不定休
📍 幸蔵 (62ページ)



海ぶどう丼
たっぷりと宮古島産の海ぶどうが乗った人気の丼。島で獲れた新鮮な魚が美味しさを倍増させる贅沢な海ぶどう丼。
☎ P.15-D3 ☎ 0980-73-2244
🕒 17:00~21:00 📅 不定休
📍 清風亭 (62ページ)



まるかみそば
軟骨ソーキがのった贅沢なそば。コシのある自家製麺とカツオの旨みたっぷりのスープがクセになる。
☎ P.10-C6 ☎ 070-8306-4642
🕒 11:00~15:00 📅 日曜日・不定休
📍 沖縄そば まるかみ (48ページ)



ラフティー入り宮古そば
ホテルで作られる宮古そばはスープもラフティーもひと味違う。10時間低温調理したラフティーが口の中とどろけそう。
☎ P.10-C ☎ 0980-76-2109 (代表)
🕒 11:30~21:00
📍 BAR MOONHELL (宮古島東急ホテル&リゾート内) (79ページ)



アーサそば
磯の香りが食欲をそそる。地元で食べ継がれているアーサが贅沢に入った郷土食。
☎ P.13-D2 ☎ 0980-72-0548
🕒 10:00~20:00 📅 水曜日
📍 ばっしらいん (59ページ)



和風亭御膳
刺身・天ぷら・小鉢などがついて驚きのボリューム。しかもごはんは釜飯! 大満足間違いなし。
☎ P.13-D4 ☎ 0980-73-8811
🕒 10:30~21:00 📅 無休
📍 和風亭 宮古島シティ店 (58ページ)

鍋



薬膳火鍋

白濁のマイルドスープとコクのある辛味の赤いスープで代謝アップ。女性に嬉しい薬膳火鍋。
☎ P.11-C ☎ 0980-74-7430
🕒 17:00~21:30 📅 不定休
📍 小肥羊 (51ページ)

定食



チキンソテー
ジューシーな鶏肉がネギ塩ソースと絡み合って美味しく仕上がっているレストランの人気メニュー。
☎ P.12-A4 ☎ 0980-75-3352
🕒 7:00~10:00, 11:30~13:55
📅 火曜日と木曜日のランチ
📍 Soleil (59ページ)



もずく麺天ざるセット

もずく麺にもずくの天ぷら、もずく酢ともずく三味の贅沢でボリューム満点のもずく麺天ざるセット。
☎ P.15-D2 ☎ 0980-79-7983
🕒 11:00~18:00 📅 日曜日
📍 もずく麺屋 つかばたまていだ通り店 (58ページ)



季節の蕎麦(月替わり)

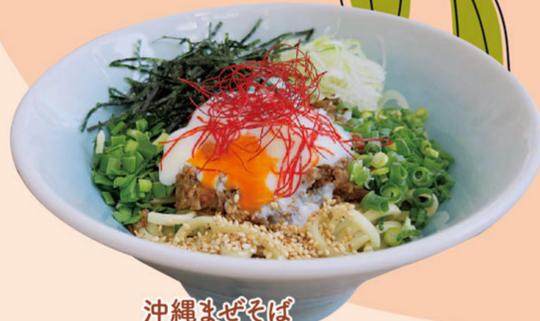
宮古島産のそば粉を使った手打ち蕎麦。香り高い麺とつゆで本格派の味を楽しめる。
☎ P.11-C ☎ 0980-74-7177
🕒 17:00~21:30 📅 不定休
📍 彩海 (50ページ)



冷やし宮古そば

人気NO.1メニュー。島の幸がたくさん入った贅沢宮古そば。
P.11-② ☎0980-74-7340
11:00~18:00 不定休
店 シギラ黄金温泉(カフェ森の泉)(41ページ)

カフェ エニ 飯



沖縄まぜそば

一度食べたらやみつきになる大満足一杯。
P.11-② ☎0980-74-7001
11:00~17:00 不定休
店 シギラビーチ フードコート



宮古牛100% タコライス温玉のせ

宮古牛100%と自家製スパイスのタコスミートのタコライス。温玉が乗って野菜もたっぷり女子には嬉しいかも。
P.10-C3 ☎0980-79-0550
11:30~18:00 不定休
店 スナヤマカフェ (49ページ)



ランチコース (一例)

Grand Bleu Gaminの絶品日替りランチ。前菜+パスタorメイン+デザートコース。
P.11-C3 ☎0980-74-2511
12:00~14:00(ランチ)17:30~22:00(ディナー)
ランチ月曜日、火曜日 Grand Bleu Gamin (57ページ)



ガーリックシュリンプレート

ハワイ、ノースショア名物のガーリックシュリン。プリプリのエビとパンチの効いたガーリックソースがたまらない。
P.10-C1 ☎0980-72-5610
11:00~17:00 無休
店 ハリーズシュリンプレートトラック (49ページ)



ダグズ・池間 フレッシュフィッシュ カツバーガー

船上で神経締めされた文字通り「フレッシュ」な地魚をバーガーに仕上げた逸品。
P.10-② ☎0980-79-6888
11:00~17:00 第2水曜日
店 ダグズ・バーガー池間島店(9ページ)



宮古牛100%バーガー

宮古牛の美味しさをギュッと凝縮！噛んだ瞬間からジュワッと肉汁と脂の甘みが溢れ出る食べごたえ抜群の絶品バーガー。
P.11-② ☎0980-74-7100
9:30~11:30、12:00~16:00
無休 店 マイヨール(51ページ)



アメリカンクラブハウス サンドイッチ

しっとり仕上げた鶏むね肉と半熟玉子、ホテル特製のオリジナルピリ辛トマトソースで仕上げた本格的アメリカンサンド。
P.10-② ☎0980-76-2109(代表) 11:30~21:00
店 BAR MOONHELL(宮古島東急ホテル&リゾート内)(79ページ)

ハンバーガー サンドイッチ



ダグズ・プレミアム多良間牛 DO.W.A.T.チーズバーガー 《LAVA》

多良間島で育った黒毛和牛を使ったまさにプレミアムなハンバーガー。ジューシーな肉とチーズと天然酵母のパンが食欲をそそる。
P.12-C3 ☎0980-79-0930
11:00~19:30 第3水曜日
店 ダグズ・バーガー宮古島本店(4ページ)



ふわとろタコライス

タコライスだけでも美味しいのに、なんとふわとろの玉子が乗っちゃった。宮古島では珍しくてもしかしたら食べられるのはここだけかも？
P.14-B3 ☎0980-79-7822
12:00~22:00 火曜日
店 BEAR'S(58ページ)



石焼きタコライス

チーズ・挽肉・ピリ辛ソースが絶妙の沖縄のソウルフード、タコライスがアツアツの石焼でさらに美味しく。
P.16-C2 ☎0980-79-9664
18:00~ 不定休
店 沖縄酒場ろく(63ページ)



パスタセット

子どもから大人まで大好きなパスタ。ミニサラダとドリンクがついたお得なセットが人気。
P.11-② ☎0980-74-7225
11:30~14:00、17:00~21:30 不定休
店 スターダストガーデン(51ページ)



ダグズ・イエローフィッシュカレー

伊良部島に沈むサンセットを眺めながらアイランドタイムが楽しめる。
P.14-B5 ☎0980-79-0244
7:00~10:00、11:00~14:00、16:00~
店 ダグズ・ダイナー&バーHOTEL LOCUS店(7ページ、61ページ)



宮古島産の生もずくと沖縄県産豚の オリジナルハンバーガー

生もずくと沖縄県産豚の相性がバツグンのハンバーガー。地産地消にこだわって地元の素材で作ったヘルシー料理。
P.11-D6 ☎0980-76-2674
11:00~17:00 休月曜日
店 とぅんからや(47ページ)



奇跡のわらび餅3種盛り

毎朝手作りしている生わらび餅。宮古島産の白ウコンを使っているから元気をもらえそう。
P.12-A4 ☎070-3305-6779
7:30~19:00 木曜日・第3水曜日
店 Spice&Fresh(58ページ)

スイーツ



紅いももち

おもちに紅いもが入ったスイーツで海美来さんでしか買えない地元では人気のお菓子。わざわざ遠くから買いに行く人も多い。
P.10-② ☎0980-75-2121
9:00~17:00 無休
店 海美来(48ページ)



友利さんの カツオなまり節& 海ぶどうサンドウィッチ

伊良部島の特産品カツオのなまり節の味わいと海ぶどうのプチプチ食感が人気のサンドウィッチ。
P.32-B ☎0980-78-6603
9:00~19:00 無休
店 coral port Grab&Go(34ページ)



季節限定 フルーツパフェ

季節ごとに旬のフルーツを使いパティシエが一手作りする人気のパフェ。
P.14-B3 ☎090-2127-1000
20:00~26:00 休月曜日
店 Sweet's&Bar果実家(64ページ)



Coralフルーツパンケーキ

マンゴー、パイナップルなどの南国フルーツが乗った特製のパンケーキ。
P.32-D ☎0980-78-3516
11:30~22:00 不定休
店 Coral Island(34ページ)



マンゴーソフト
自家農園で獲れたマンゴーを使ったソフトクリーム。マンゴーの果肉も入ってとっても贅沢な逸品。
P.11-C6 ☎0980-76-2949
10:00~17:00 日曜日
ユートピアファーム宮古島(52ページ)



ブレンドアイス
(バインミント・ドラゴンバイン)
島の季節のフレッシュフルーツを使ったアイスはどれも美味しそう。サクサクコーンとの相性もバッチリ!
P.10-D ☎0980-74-7830
10:00~17:00
無休(4月~9月)、水曜日(10月~3月)
まいばり(53ページ)



黒糖サタバシビンアイス
黒糖サタバシビンだけでも美味しいのにアイスがついてさらにパワーアップ。今までなかったのが不思議だ。
P.11-D6 ☎0980-76-2674
11:00~17:00 月曜日
とんかつ屋(47ページ)



ブルーシールサンデー
(紅イモ+塩ミルク)
沖縄で地元の人に愛されているブルーシールアイス。ソフトクリームとアイスと一緒に became サンデーは好きなアイスとソフトクリームが選べる。沖縄らしい紅イモと塩ミルクが人気。
P.12-A4 ☎0980-79-0310
10:00~20:00
ブルーシール宮古島/イナガマ店(57ページ)



はちみつジェラート
宮古島に咲く南国の花々から蜜蜂たちが集めてきたはちみつをたっぷりつけた贅沢なジェラート。
P.11-E5 ☎11:30~14:00 月曜日
高原養蜂所(48ページ)



フレッシュマンゴースムージー
宮古島産マンゴーを使用。クリーミーな果肉と芳醇な香りが爽やかなスムージー。
P.12-C4 ☎0980-73-2620
11:00~21:00 無休
宮古島とんかつ琉宮(59ページ)



フルーティーマンゴーシェイク
ブルーシールアイスと濃厚なマンゴーをひんやりシェイクに。口の中にフルーティーな香りが広がる。
P.12-C4 ☎0980-73-2620
11:00~21:00 無休
宮古島とんかつ琉宮(59ページ)



ヤギミルクのソフトクリーム(カップ)
ヤギのミルクで作ったとても珍しいソフトクリーム。ヤギミルク特有のクセが無く濃厚だけどサッパリとした味わい。一度食べるときっとハマるソフトクリーム。
P.11-C5 ☎090-5443-4936
12:30~16:30
木曜日(祝日の場合営業)
ツンツン牧場(49ページ)



島のレモンと生姜のソーダ
季節ごとに島素材の酵素シロップを作って美味しいソーダドリンクに。
P.16-B3 ☎11:00~18:00 水曜日
RICO gelato(57ページ)



プレミアムマンゴースムージー
宮古島の夏にはこれ! 宮古島産マンゴーを100%使った絶品スムージー。
P.12-C3 ☎0980-79-0963
8:00~16:00 水曜日
ダグズ・コーヒー 宮古島本店(5ページ)



ふるふる「マンゴーヨーグルト」
宮古島産のマンゴーをたっぷり使用したフルードリンク。
P.12-C3 ☎090-9400-0385
11:00~18:00 月曜日
Fruits Parlor 果実家(57ページ)



オリジナルレモネード
独自製法で抽出した非加熱のレモネードベースを味わえる優しい甘さのオリジナルレモネード。
P.12-A4 ☎0980-79-0205
10:00~20:00
レモネード by レモニカ宮古島店(57ページ)

◆**ぴっちゃがま(ちょっとした)タクシーコース(3H)** 11,600円
ホテル・空港→東平安名崎→イムギヤーマリンガーデン→うへのドイツ文化村→ホテル・空港

◆**ブーゲンビリアタクシーコース(4H)** 15,500円
ホテル・空港→うへのドイツ文化村→東平安名崎→宮古島市熱帯植物園→池間大橋→池間島→ホテル・空港

ベテランドライバーが楽しく案内するタクシー観光。自然や文化を詳しくわかりやすく説明してくれる。プロの案内で観光をすれば何倍も印象的な旅になるはず。ゆっくりと時間の流れる宮古島を自分に合う形で散策しよう。

協栄タクシー きょうえいたくしー (注) 平良字西里712-1
バス/TEL(0980) 72-2414・タクシー/TEL 72-0799

◆**伊良部島・下地島(貸切バス・タクシー)コース(3~4H)**
空港(ホテル)→佐和田の浜→下地島空港→通り池→渡口の浜→空港(ホテル)

◆**宮古島5島めぐり(貸切バス・タクシー)コース(8~9H)**
空港(ホテル)→来間島→佐和田の浜→下地島空港→通り池→渡口の浜→牧山展望台→池間島→東平安名崎→空港(ホテル)

青い空と透明な海が美しい宮古島観光は、ゆったりとしたバスやマイペースでのんびり楽しめるタクシーで。貸切タクシーは島のことを知り尽くしたドライバーに予算・予定に合わせた宮古島を代表する観光スポット巡りを気軽に相談しながら宮古島観光を楽しもう。

八千代バス・タクシー (注) 平良字東仲根394
バス/TEL(0980) 72-0677・タクシー/TEL 72-3001

宮古島周遊 観光タクシー

宮古島の達人ドライバーたちが 上質の観光をプロデュース!

安全・快適・感動の旅!

観光地巡りは タクシーにおまかせ



宮古空港-平良(市場通り)		宮古空港-うへのドイツ文化村	
◆系統5 ◆系統4 ◆系統2【協栄バス】	◆系統5 新里・宮国線【協栄バス】	宮古空港発	うへのドイツ文化村発
9:53	8:54	9:12	9:27
9:59	8:55	11:22	11:37
10:28	9:29	13:52	14:18
11:59	11:04	16:22	16:37
12:24	11:45	18:02	18:28
14:33	13:34	所要時間 約15~26分	
15:12	14:15	宮古空港-うへのドイツ文化村(宮国下車)…300円	
16:42	15:44		
16:59	16:04		
18:25	17:35		
18:43	17:44		
所要時間 約15分			
宮古空港-平良(市場通り)…220~250円			

伊良部島方面

◆系統7 佐和田・伊良部・佐良浜経由平良線(貸切/バス)

宮古島市役所発	佐和田発
7:30 △(上)	6:20 △
8:30 △(上)	7:00 △
9:00 △(上)	7:30 △
9:30 ▲(上)	8:00 ▲
10:30 ▲(上)	9:00 ▲
11:30	10:00
13:30	12:00
15:00	13:30 (上)
16:20	15:00 (上)
17:30	16:15 (上)
18:00 ▲	16:45 ▲(上)
19:00 △	17:45 △(上)

△平日のみ運行 ▲土・日・祝のみ運行 (上)上里商店通り

みやこ下地島空港リゾート線

◆系統9 不定期路線【協栄バス】

みやこ下地島空港ターミナル
↓
渡口の浜入口
↓
平良港(マティダ市民劇場前)
↓
市場通り
↓
宮古島市役所
↓
宮古空港
↓
宮古島東急ホテル&リゾート

時刻表はこちらのQRコードからご確認ください。

みやこ下地島エアポートライナー

◆不定期路線【中央交通】

みやこ下地島空港ターミナル
↓
平良港(マティダ市民劇場前)
↓
市場通り
↓
宮古空港
↓
宮古島東急ホテル&リゾート
↓
シガラセブンマイルズリゾート

時刻表はこちらのQRコードからご確認ください。

池間島方面

◆系統6 池間一周線【八千代バス】

宮古島市役所発	池間(漁協前)発
6:30(皇居発)	7:20
8:20	9:00(皇居発)
10:10	10:50(皇居発)
12:00(皇居発)	12:50
13:40	14:20(皇居発)
15:20	16:00(皇居発)
17:10 ※	18:00 ※
18:50	19:40

大神島へは「島尻入口」「島尻港」で下車
平良-池間(漁協前)…520円

来間島方面

◆系統4 与那覇・嘉手苧線【協栄バス】

協栄車庫発	来間島発
14:00 ○	9:35 ○
	14:54 ○

協栄車庫-来間島…480円

◆系統2 長北・山北線【協栄バス】

協栄車庫発	比嘉発
9:25 ○	10:05 ○
15:40 ○	16:25 ○

うへのドイツ文化村方面

◆系統5 新里・宮国線【協栄バス】

協栄車庫発	うへのドイツ文化村発
7:20 ※	7:42 ※
8:50 ○	9:27 ○
11:00 ○	11:37 ○
13:30 ○	14:18 ○
16:00 ○	16:37 ○
17:40 ○	18:28 ○

協栄車庫-うへのドイツ文化村…430円

東平安名崎方面

◆系統1 新城・吉野・保良線【協栄バス】

協栄車庫発	保良発
7:40	7:35(吉野発)
11:00	8:25(吉野発)
13:30(吉野発)	11:45(吉野発)
15:30(吉野発)	14:21(吉野発)
17:30(吉野発)	16:21

「保良」下車、東平安名崎へ徒歩50分
協栄車庫-保良、吉野…560円

前浜ビーチ方面

◆系統4 与那覇・嘉手苧線【協栄バス】

協栄車庫発	上地南発
8:40 ○	7:52 ※
11:30 ○	9:47 ○
14:00 ○	12:14 ○
17:20 ○	14:44
	18:04

「上地南」下車、前浜ビーチへ徒歩15分
協栄車庫-上地南…360円

イムギヤーマリンガーデン方面

◆系統3 友利線【協栄バス】

協栄車庫発	友利発
7:20 ※	7:50 ※
8:40	9:25
11:30	12:10
14:00	14:35
17:20	17:55

「友利」下車、イムギヤーマリンガーデンへ徒歩10分
協栄車庫-友利…400円

市内ホテルから宮古空港行き 最寄りのバス停

ホテル名	バス停	地図
ホテルピースアイランド宮古島	北給油所前	P.15-D2
ホテルピースアイランド宮古島市役所通り	北小前	P.14-C2
宮古第一ホテル	北小前	P.14-C2
ホテル八城	北小前	P.14-C2
ホテルオアシス共和	北小前	P.14-C2
ホテルサンコース宮古島	市場通り	P.14-C3
ホテルアールエミラルド宮古島	市場通り	P.14-C3

宮古島市内 全路線バスの 運行状況をリアルタイムで確認できます。

http://miyakojima.bus-go.com/

路線バス

◆系統6 池間一周線
◆系統7 伊良部佐良浜経由平良線
◆系統1 新城・吉野・保良線
◆系統2 長北山北線
◆系統3 友利線
◆系統4 与那覇・嘉手苧線
◆系統5 新里・宮国線
◆系統9 みやこ下地島空港リゾート線
◆みやこ下地島エアポートライナー



ホテル トリフィート宮古島リゾート

TEL(0980)75-7700・FAX75-7701



南国リゾートの雰囲気を堪能できるパブリックプール付き(季節営業)。

宮古空港が目の前！到着後すぐにリフレッシュ

※料金は朝食付
 全室禁煙、喫煙所あり、シャワートイレあり、洗濯機・乾燥機あり(共同)、送迎あり(要予約)

＜部屋タイプ＞
 スタンダードツイン・スーパーアツイン
 スーパーファミリールーム
 デラックスファミリールーム

宮古空港のすぐそばに新しくオープンしたホテル。宮古島旅行の時間を有効に使って、身体も心もたっぷりリフレッシュできる。宮古島の中央部にあるので、伊良部島・池間島・来間島・東平安名崎など、色々な観光地へも車で約10分～30分でアクセスできる。
<https://torifito.jp/miyakojima/>

明るく、清潔感あふれる室内。
 広々とした開放的なレストラン。
 高級感のあるオシャレなロビー。
 地場の食材を使用した朝食も人気。

ホテル ライジングサン宮古島

TEL(0980)79-0077・FAX79-0007・予約専用ダイヤル098-943-2557

【住】平良字久貝1063【宮空】10分【IN】14時【OUT】11時

宮古島観光協会認定感染予防対策優良施設

優良店マークの「みやビエ」が目印。
 オリジナリティ溢れる家具を配置したロビー。
 レストランでは島食材の朝食が食べられる。

機能性の高いデラックスツインルーム。

【8,000円～(1名・朝食付き)】
 【15,600円～(2名・朝食付き)】

全館Wi-Fi接続無料
 全室禁煙、館外に喫煙室あり、洗濯機・乾燥機あり、ダイバースロッカー(洗い場、干場)あり
 各種マリンスポーツ用品受付カウンター設置

＜部屋タイプ＞
 シングル・ダブル・エコノミーツイン
 スタンダードツイン・デラックスツイン
 スイート・ユニバーサル

島の空気感と利便性が同居した洗練のホテル。開放感のある吹き抜けロビーに、館内全体にオリジナル家具を配したこだわりのデザイナーズホテル。高台に位置しているため島全体を見渡すことができ、海に沈みゆく夕日の眺めは最高。シングル・ダブルルームともに広々としたベッドを備え付けていて、ゆったりと寛ぎの時間を過ごすことができる。
 駐車場1台1泊550円。
<http://hotel-risingsun.com/>

病院・診療所		夜間	
● 県立宮古病院 (0980)73-3151 P15-C6 外科、内科、小児科、他	● 宮古島徳洲会病院 (0980)73-1100 P12-C5 外科、内科、小児科、他	● いけむら小児科 (0980)73-4970 P12-C2 小児科	● 松原歯科 (0980)73-1788 P15-D5 歯科
● 比嘉内科胃腸科医院 (0980)73-2161 P16-A2 内科、胃腸科	● 池村内科医院 (0980)72-3500 P15-D1 内科、皮膚科、他	● 稲村耳鼻咽喉科 (0980)74-1187 P12-A4 耳鼻咽喉科	● 下地眼科医院 (0980)73-2228 P16-C3 眼科
		● 宮里動物病院 (0980)73-6130 P12-B4	

Ronsard Resort IRABU

TEL(0980)79-7961・FAX79-7964



全部屋テラスにジャグジーを完備した一年中楽しめるプライベートプール。

絶景に佇む開放的なプライベートヴィラ

roomC・D / 50,000円～(1～2名迄/朝食付)
 60,000円～(3名/朝食付)
 roomA・B・E / 75,000円～(1～2名迄/朝食付)
 80,000円～(3～4名迄/朝食付)
 90,000円～(5名/朝食付)

洗濯乾燥機、キッチン、電子レンジ、電気ポット、コーヒーマシン、空気洗浄機、シャワートイレ、バスタブ、ドライヤー、スピーカー、無料Wi-Fi、各アメニティあり
 ※詳細はHPにて確認

絶景に佇む開放的なプライベートヴィラが2022年伊良部島にオープン。海の眺めに溶け込むインフィニティプールの目の前に伊良部ブルーの海が広がる。光の降り注ぐ大きな窓と最大109㎡以上の広々としたラグジュアリーな部屋。最高のロケーションで味わう厳選された食材を贅麗に作ったガーデンBBQが(オプション)楽しめる。

ラグジュアリーな広い部屋。
 光の降り注ぐ大きな窓。
 落ち着いたきのあるインテリア。 ガーデンBBQを楽しめる。

宮古島皆愛マンション

TEL(0980)74-2112・FAX76-2205

【住】下地字与那覇皆愛原1388-5【宮空】10分【IN】11時【OUT】11時

賃貸形式で我が家のように過ごす

我が家のようにゆったり過ごせる広い部屋。
 眺れた日の来間島の眺めは最高。

快適な眠りを提供してくれる寝室。
 来間大橋のたもと静かな場所にある。

ウィークリー / 56,000円～(2名)
 マンスリー / 180,000円～(2名)
 1泊 / 8,000円～(2名)

※完全予約制
 洗濯機あり

絶景ロケーションの長期滞在型マンション。賃貸形式での滞在もOK。部屋はキッチン・バス・トイレ完備され自炊も可。ベランダも含めて20坪以上あり部屋も広々。スー

79ページ、裏表紙の掲載店マップコード

宮古島東急ホテル&リゾート 310 241 358*00

ザシギラ 310 160 686*6 ホテルシギラミラージュ 310 160 868*6
 アラマンダインギヤールヴィレッジ 310 192 264*83
 シギラベイサイドスイートアラマンダ 310 190 286*73
 ホットクロスポイントサンタモニカ 310 160 813*12
 ホテルシーブリーズコーラル 310 160 845*48
 ホテルブリーズベイマリーナ 310 159 818*27
 ウェルネスヴィラブリッサ 310 158 463*11

ホテル サザンコースト宮古島

TEL(0980)75-3335・FAX75-3345

【住】平良字下里335-1【宮空】12分【IN】15時【OUT】11時

ワンランク上を求めるならここ

【8,700円～】 【11,000円～(2名)】
 【15,600円～(2名)】 【17,600円～(2名)】

※料金は全て朝食付
 洗濯機あり(共同)、ドライヤー・電気スタンド・アイロン(貸出)、コインランドリー(有料)、ダイビング器材保管庫あり

パイナガビーチの目の前にあり、ビーチで遊びたい人に最適。窓から見えるサンセットも最高で、ファミリーやカップルに人気。部屋のタイプはシングル15.5㎡、ツイン19.2㎡、DXツイン27㎡とゆとりのある広さで快適にくつろぐことができる。禁煙・喫煙で分かれているのも嬉しい。全室24時間高速インターネット回線を完備し、ビジネス利用にはもちろん宮古島の観光情報収集にも便利。女性限定でアメニティグッズをプレゼント。オンライン予約もOK。
<http://h-scm.jp/>

宮古島	マップコード	地図
福里給油所	310 317 005*86	P.11-D5
中休給油所	310 369 248*11	P.11-D5
大米給油所	310 514 568*61	P.11-C4
城辺給油所	310 315 772*32	P.11-D5
JA 下地給油所	310 273 107*45	P.10-①
JA 上野給油所	310 218 873*23	P.11-C6
第一給油所	310 454 877*83	P.15-D2
第三給油所	310 455 260*58	P.12-C2
第二給油所	310 454 182*67	P.15-E5
宮古空港前給油所	310 425 484*40	P.13-C3
JA JAひららセルフSS	310 426 117*33	P.13-D2
シーサー給油所	310 425 646*80	P.13-C3
JA JA宮古セルフSS	310 423 323*57	P.12-C4
エクスプレス西里セルフ	310 454 473*23	P.15-E2
池間島	マップコード	地図
池間石油	721 614 675*58	P.10-⑦
伊良部島	マップコード	地図
佐良浜石油	721 310 501*86	P.32-C
豊見山石油	721 245 880*45	P.32-B
伊良部給油所	721 244 298*42	P.32-B

旧車バイクレンタル宮古島

TEL(0980)78-5231・FAX78-5232

【住】伊良部字池間添6-8
【営】9:00~17:00



旧車バイクで宮古島を走り抜けよう。



旧車バイクで宮古島を楽しもう

バイク好きにはたまらない旧車バイクのレンタルショップ。カワサキのZ900RS 50周年記念車など各メーカーの乗りたくなる旧車バイクが揃っている。期間限定で格安キャンペーンをする時があるのでお得にレンタルできるかも。伊良部島の佐良浜漁港のすぐ目の前にショップがあるので海を見ながら宮古島のツーリングを楽しもう。対人・対物保険も加入済なので安心。料金などの詳細はHPから確認を。
<https://kyuusha385.com/>

日産レンタカー宮古空港店

TEL(0980)73-7723・FAX73-4766

【住】平良字下里2511-1【営】9:00~18:00



- ★ 無料送迎(一部地域除く)
- ★ チャイルド・ジュニアシートあり
- ★ 全車カーナビ付き
- ★ ビジネス特別料金割引あり
- ★ 23泊ナスクラブ会員割引あり
- ★ JALマイレージポイントあり

空港目の前。期間限定割引あり。島内最大級の補償制度で安心。軽からワゴンまで車種豊富。ディーラー系ならではの行き届いた整備とサービスも魅力。

24レンタカー宮古島空港

TEL(0980)72-3233

【住】平良字西里1444-6
【営】24時間



いつでも借りられていつでも返せる

- ★ 無料送迎(宮古空港)
- ★ チャイルドシートあり(有料)
- ★ ジュニアシートあり(無料)
- ★ 全車カーナビ付
- ★ 禁煙車・喫煙車あり
- ★ 中長期・月貸しあり
- ★ ビジネス割引あり

出発手続きは自動貸渡精算機で簡単に行えるから24時間いつでも出発、返却ができて便利。1日料金ではないので賢く使えばお得に利用できる。月貸し、ビジネス割引あり(要問合せ)。予約はHPから24時間可能。電話の予約もOK。電話での問合せ、送迎などは9:00~17:00まで。
<https://miyakojima.24rentajp/>

ALIVIOレンタカー

TEL(0980)79-6900・FAX79-6689

【住】平良字松原12-3【営】9:00~19:00



綺麗なミニバンが多数揃う。



落ち着いた雰囲気店内。



全車フリップダウンモニター付。

綺麗で快適なミニバンでワンランク上の島旅を

- ★ 無料送迎(宮古空港から店舗まで)
- ★ 無料配車(繁忙期以外は応相談)
- ★ 乗り捨てOK(宮古空港、下地島空港。繁忙期は宮古空港のみ)
- ★ チャイルド・ジュニアシートあり(有料)
- ★ 全車カーナビ・バックカメラ・Bluetooth付
- ★ 全車禁煙車
- ★ 任意保険車両付
- ★ シュノーケルセット・ライフジャケット・サイベックスリベルベビーカー貸出あり

車内広々のミニバン専門レンタカーショップ。ナビにはオススメ観光地が地点登録されているので迷わずにドライブが楽しめる。小さな子どもと一緒に楽しめるフリップダウンモニター付。貸出のチャイルドシートはISOFIX取り付けで確実に固定されるから安心。チャイルドシートをレンタルすると砂場セットを無料貸出。店外でも対応可能な各種クレジット、QR決済済みあり。
<https://alivio-rent.jp/store/>

軽自動車専門 ちゅらさんレンタカー

TEL・FAX(0980)79-0385

【住】平良字西里935-48【営】9:00~18:00【休】無



- ★ 免責保険料・消費税込
- ★ 宮古空港のみ送迎無料

ハイビスカスが目印のレンタカー屋さん。宮古島での快適なドライブを全面的にサポートしてくれる。料金設定がわかりやすく、良心的な地元のレンタカー屋さんだから安心してレンタルできる。
<http://www.churasan-rentacar.com>

トモリレンタカー

TEL090-5748-1274

【住】平良字下里2025-3【営】8:00~18:00



- ★ 無料送迎(宮古空港)

軽自動車・軽ワゴン・軽トラック4,000円(24時間、現金払い、オフシーズン料金、オプション別途)。店は宮古空港から約1分の場所にあり、出発・返車が便利。予約は電話1本でOK。

スカイレンタカー宮古店

TEL(0980)72-8002・FAX72-2233

Instagram:@sky_rentacar_miyako



【住】平良字下里2422-1【営】8:00~19:00

- ★ 無料送迎(一部地域除く)
- ★ チャイルドシートあり
- ★ ジュニアシートあり
- ★ 全車カーナビ付
- ★ CD全車標準装備
- ★ 保険料込

宮古空港に近くとても便利。旅行に最適な人気車やゆったりワゴンタイプまで豊富な車種が揃っている。お得な期間限定割引プランあり。

ユウ・アイレンタカー宮古島店

TEL(0980)79-9166・FAX79-9311

【住】平良字西里1472-37【営】8:00~19:00



- ★ 無料送迎(宮古空港)
- ★ チャイルド・ジュニアシートあり(有料)
- ★ 全車カーナビ付
- ★ 全車禁煙車

宮古空港から車で5分と近く、島の中心に営業所があるのでどこに行くにも便利。保証も充実。バックモニター付きの車種もあるので駐車も安心。
<http://www.you-i.okinawa/miyako/>

UK RENTAL

TEL090-3796-8294

Instagram:@uk.rental9



【住】平良字西原1183-2【営】9:00~18:00

- ★ 無料配車(要問合せ)
- ★ 連泊・長期レンタル割引あり
- ★ 対人・対物補償込

免許不要で誰でも乗ることができるe-bike(電動アシスト付き自転車)の専門レンタルショップ。新しいアクティビティで老若男女みんな気軽に楽しめる。週末には地元出身のスタッフが案内してくれるプライベートツアーを開催。宮古島の大自然を肌で感じて特別な旅をしてみよう。

オリックスレンタカー宮古島

マンガー店 TEL(0980)73-2939

宮古島空港店 TEL(0980)73-5500

下地島空港店 TEL(0980)74-5088

Instagram:@oracmiyakojima



【住】平良字西里882【営】8:00~19:00

【住】平良字西里1332-3【営】8:00~19:00

- ★ 無料送迎(一部地域除く)
- ★ チャイルドシートあり
- ★ 全車カーナビ・AUX端子付
- ★ JAL・ANAマイレージポイントあり

宮古空港と下地島空港の両方に受付カウンターがあり、手続き・貸出しができるので便利。普通車をはじめ、軽トラックやワゴン車まで車種も豊富。
<http://www.orac-miyakojima.com>

南西楽園レンタカー

TEL(0980)74-7730・FAX74-7731



【住】上野字新里1405-226(シギラフィールドハウス)【営】9:00~18:00【配車】17:00

- ★ チャイルドシート1台目無料
- ★ 全車カーナビ付

軽・普通自動車をはじめ、オープンカー、福祉車両もあり。全車大型任意保険加入なので安心。スケジュールに合わせたドライブルートの提案もしてくれるので、気軽に相談しよう。シギラセブンマイルズリゾート内にあり、営業所とリゾート内ホテル間は送迎あり。

OTSレンタカー宮古空港前店

TEL(0980)72-1104・FAX73-1091

0120-34-3732



【住】平良字下里2199-1【営】8:00~19:00

- ★ 宮古空港のみ送迎あり
- ★ チャイルド・ジュニアシートあり(有料)
- ★ 全車カーナビ付
- ★ 全車禁煙車
- ★ モバイルで簡単に予約(1時間前でもOK)

宮古空港から近く、新車が多く乗り心地最適。ハイブリッドカーが多数揃っている。期間限定や会員割引あり。下地島空港内にもカウンターがあり、そこから貸出しができるので便利。

マンガーレンタカー

TEL(0980)79-6949

Instagram:@mango_rental



【住】平良字西里1946-7【営】10:00~19:00

- ★ 無料送迎(宮古空港)
- ★ チャイルド・ジュニアシートあり(有料)
- ★ 全車カーナビ付
- ★ 全車禁煙車
- ★ 任意保険車両付
- ★ 免責保険料・消費税込

コンパクトカーや新型アルファードが借りられる。1日4,500円~。HPから24時間予約OK。ウエットティッシュなどの車内装備品が無料でついているのが嬉しい。

なごみレンタカー宮古島

TEL(0980)79-9080・FAX79-9087

Instagram:@nagomi.0401



【住】平良字西里928-3【営】8:00~18:00

- ★ 無料送迎(宮古空港、平良港、市内ホテル等)
- ★ チャイルドシートあり
- ★ カーナビ付車あり
- ★ 全車禁煙車
- ★ 任意保険車両付

軽自動車からコンパクトカー、ミニバンまで揃う。全車保険料込。チャイルドシートは1台目無料。店内にはマッサージルームがあり旅の疲れを癒すことができる。出張もあり。
<https://www.nagomi-miyakojima.com>

富浜モータース

TEL(0980)72-3031



【住】平良字西里288【営】9:00~18:00

- ★ 原付バイク (1時間) 400円 (1日) 2,000円
- ★ 100cc~110ccバイク (1時間) 700円 (1日) 3,500円
- ★ レンタサイクル (1日) 1,000円
- ★ レンタマウンテンバイク (1日) 1,500円

飲食店やお土産店が立ち並び宮古島の中心街・西里大通りにある老舗レンタルバイク&サイクル店。食事や買い物ついでに立ち寄り便利。

パインレンタカー

0120-385-960

Instagram:@pine-rentacar



【住】平良字西里1455-3【営】8:00~19:00

【住】伊良部字佐和1727【営】8:00~19:00

- ★ 無料送迎(宮古空港)
- ★ チャイルド・ジュニアシートあり(有料)
- ★ 全車カーナビ付
- ★ 全車禁煙車

軽自動車からワゴン車まで新車が揃う。本場で借りて下地島空港店まで返却やその逆もできるので便利。保障も充実。安全装置付新車多数有り。
<https://pine-rentacar.jp>

すなかぎレンタカー

TEL(0980)76-3135・FAX76-3172



【住】上野字宮宮733-1【営】8:00~19:00

- ★ 格安車あり
- ★ 長期・ビジネス割引あり
- ★ カーナビ付車あり
- ★ チャイルドシートあり(無料)
- ★ クラールBOX貸出あり(無料)

ドイツ村正面ゲート横にあり、近くのホテルから徒歩2分の近さで便利。料金の相談も可能。
<http://www.sunakagi.jp>

フジレンタカー宮古島

TEL(0980)72-8877・FAX75-3334



【住】平良字東仲宗根892-1【営】8:00~19:00

- ★ 空港・ホテル送迎無料(一部地域除く)
- ★ チャイルド・ジュニアシートあり(無料)
- ★ シュノーケル・アイスBOX・パラソル貸出あり(無料/数量限定)
- ★ クレジットカード・Edyカード利用可

予約は電話1本でOK。軽自動車24時間まで2,800円(保険込・ハイシーズン除く)。その他、軽〜ワゴンまで格安車あり。
<http://www.arasaki.jp>

アウトレットレンタカー

0980-73-3241

Aクラス

Bクラス

Cクラス

●24時間365日ロードサービス対応!

●補償プラン充実!

●法人プラン大好評!

●長期格安プラン有!

24時間 2,500円~

1ヶ月 30,000円~

車のタイプや時期により料金が異なります。

宮古島本店

石垣島支店

★年中無休★

ファミリーマート

ドン・キホーテ

ネットで見学できます!!

レンタカー受付 9:00~17:30

宮古島市平良東仲宗根888-1 地図P.12-C2

宮古島 POO 検索

宮古島市街地 駐車場マップコード

宮古島の市街地は駐車場が少ないので、レンタカーで移動する場合は特に気をつけてください。本土と比べると駐車場料金も安いし、駐車場から歩いてほんの数分。キチンと駐車場に停めましょう。

① 琉球銀行指定駐車場

TEL 310 483 114*45 P.16-A1

② 市ホーム駐車場

TEL 310 453 867*08 P.16-B2

③ ちょいおきパーキング

TEL 310 454 722*84 P.16-D2

④ ちょいおきパーキング

TEL 310 483 145*58 P.16-A1

⑤ ちょいおきパーキング

TEL 310 453 715*62 P.16-C3

⑥ SANパーク

TEL 310 454 870*50 P.16-C1

⑦ SANパーク

TEL 310 483 173*67 P.16-A1

現在地から近い駐車場を探する場合、右のQRコードを読み込めば簡単に探すことができます!

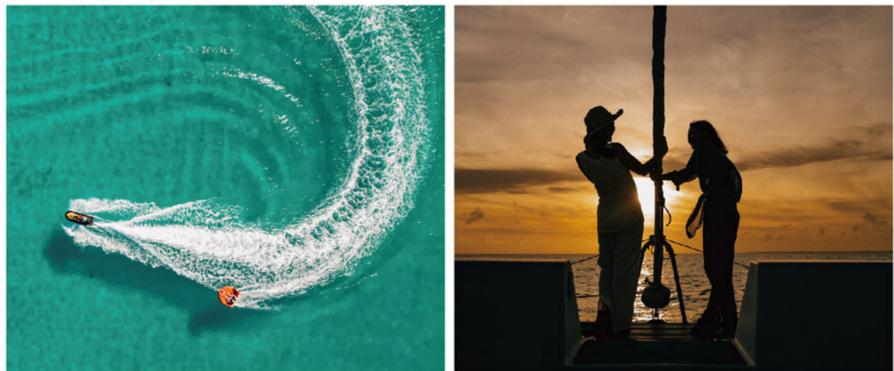
宮古島ステイ ホテルガイド

ガイドブック宮古島編集部がオススメする
宿泊施設！ココに泊まれば快適な旅行に！

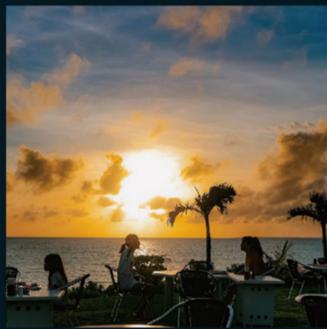
<p>リゾートホテル</p> <p>ホットクロスポイントサンタモニカ</p> <p>リゾートホテル 買い物が近くて食事や リゾートホテル 【地図】P.11-C 上野字宮国974-1 ☎ 0980-74-7300</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ホテルアリスベイマリーナ</p> <p>リゾートホテル シギラセブン 【地図】P.11-C 上野字宮国784-1 ☎ 0980-76-3000</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ホテル シギラマラージュ</p> <p>リゾートホテル 目の前にゴルフ場 【地図】P.11-C 上野字新里1405-201 ☎ 0980-74-7400</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>宮古島 東急ホテル&リゾート</p> <p>リゾートホテル ゆったりと過ごす 【地図】P.10-C 下地字与那覇914 ☎ 0980-76-2109</p>
<p>リゾートホテル</p> <p>トリフィート宮古島リゾート</p> <p>リゾートホテル 宮古島空気が目の前 【地図】P.13-D4 平良字下里2422-1 ☎ 0980-75-7700</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ウェルネスヴィラ プリッサ</p> <p>リゾートホテル 心地よい雨風を感じ 【地図】P.11-C 上野字宮国746-20 ☎ 0980-76-3870</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ブルーオーシャンホテル&リゾート宮古島</p> <p>リゾートホテル 伊良部大橋が目の前 【地図】P.32-D 伊良部字池間添1101-1 ☎ 0980-79-7971</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>シギラベイサイドスイートアラムダ</p> <p>リゾートホテル ウミガメが泳ぐと泳ぐ 【地図】P.11-C 上野字新里926-25 ☎ 0980-74-7100</p>
<p>リゾートホテル</p> <p>アラマンダインキョーコーラルヴィレッジ</p> <p>リゾートホテル 海が目の前の自然の中 【地図】P.11-D6 城辺字友利542 ☎ 0980-77-8200</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>クリスタルヴィラ インキョー</p> <p>リゾートホテル 南海岸の静かな立地 【地図】P.11-D6 城辺字友利417 ☎ 0980-79-8800</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>クリスタルヴィレッジラニカイ</p> <p>リゾートホテル サトウキビ畑が目の前 【地図】P.10-C4 平良字久貝256-1 ☎ 0980-79-8800</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>クリスタルヴィラ宮古島砂山ビーチ</p> <p>リゾートホテル 海が目の前のプライベート 【地図】P.10-C3 クリスタルリゾートクラブ ☎ 06-6232-3460</p>
<p>リゾートホテル</p> <p>クリスタルヴィラ池間</p> <p>リゾートホテル 前島にある海が目の前 【地図】P.10-C 平良字下里285-1 ☎ 0980-79-8800</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>クリスタルヴィラベイサイド</p> <p>リゾートホテル 波の音を聞きながら 【地図】P.11-C6 上野字宮国373-52 ☎ 0980-79-8800</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>Ronsard Resort IRABU</p> <p>リゾートホテル 海を眺めながら休日 【地図】P.32-D 伊良部字池間添1212-1 ☎ 0980-79-7961</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ライジングサン宮古島</p> <p>リゾートホテル スーパードリンク店が目の前 【地図】P.12-C4 平良字久貝1063 ☎ 0980-79-0077</p>
<p>リゾートホテル</p> <p>サザンコースト宮古島</p> <p>リゾートホテル 市内にあって観光・ビジネス 【地図】P.12-A4 平良字下里335-1 ☎ 0980-75-3335</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ハーモスプリングス宮古島リゾート</p> <p>リゾートホテル ゴルフ場が目の前 【地図】P.12-A4 平良字久貝654-23 ☎ 050-2018-7883</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ホテルカリフォルニア宮古島リゾート</p> <p>リゾートホテル 遊べるホテルがコンセプト 【地図】P.12-C2 平良字東仲宗根903-18 ☎ 050-2018-7883</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ホテルサンバーバ宮古島リゾート</p> <p>リゾートホテル 宮古島空気に近くどこへ 【地図】P.13-E4 平良字下里2393-3, 2334 ☎ 050-2018-7883</p>
<p>リゾートホテル</p> <p>オアシティ共栄</p> <p>リゾートホテル 飲食街やおみやげ屋 【地図】P.16-B3 平良字下里571-11 ☎ 0980-79-0555</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ホテル八城</p> <p>リゾートホテル 繁華街に買い物に便利 【地図】P.14-B2 平良字西里1-16 ☎ 0980-72-1950</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>宮古島皆愛マンション</p> <p>リゾートホテル 近所生活が楽しめる 【地図】P.10-C 下地字与那覇皆愛原1388-5 ☎ 0980-74-2112</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>シティライフ宮古ラヴニール</p> <p>リゾートホテル 街の中心地に立地 【地図】P.14-C2 平良字西里176-2-1F ☎ 0980-79-8800</p>
<p>リゾートホテル</p> <p>ペンションMU</p> <p>リゾートホテル ダイバーと周辺の 【地図】P.12-A4 平良字久貝670-1 ☎ 0980-73-7511</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>ゲストハウスあつたかや</p> <p>リゾートホテル 静かな外に位置する 【地図】P.11-C4 平良字荷川取352-35 ☎ 0980-74-2324</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>凸凹家</p> <p>リゾートホテル 波の音が聞こえない 【地図】P.10-C 平良字前里68-1 ☎ 0980-74-4777</p>	<p>リゾートホテル</p> <p>SMILE HOUSE</p> <p>リゾートホテル 市内中心地にあって 【地図】P.15-C4 平良字下里615-101 ☎ 0980-76-3656</p>



ゆったりと過ごす、リゾートの休日
青い空と碧い海、ゆっくりと流れる「島時間」をお楽しみください



RESTAURANT
NiraiKanai



BARBECUE HOUSE
MAIPAMA



大ざと



BAR ZOOM SHELL



宮古島 東急ホテル&リゾート

〒906-0305 沖縄県宮古島市下地字与那覇 914番地 地図/P.10-C
Tel: 0980-76-2109 Fax: 0980-76-6781
<https://www.tokyuhotels.co.jp/miyakojima-h/>



Movie Contents
宮古ブルーのなかで過ごす
贅沢な時間をまずは動画で
宮古島東急ホテル&リゾートで体験できる
リゾートステイをご覧ください。

心ときめく蒼の楽園 宮古島へ

MY GREAT JOURNEY



世界有数の美しさを誇る海と自然に恵まれた南西諸島。
日常のあらゆることから心と身体を解き放ち、寛ぎと喜びが抱擁してくれるアイランドリゾート。

Hotels



ラグジュアリーからカジュアルまで
様々なホテルステイで旅の癒しを。

Restaurants



沖縄料理や宮古牛を楽しめる焼肉など
20店以上のレストランからお選びください。

Activities



約130万坪の自然に囲まれたリゾートに
様々なアクティビティをご用意。

Shops



オリジナル商品や琉球工芸品など
島内随一の品揃えのショップが多数。

THE SHIGIRA



ザ シギラ

HOTEL SHIGIRA MIRAGE



ホテル シギラミラージュ

ALLAMANDA Shigira Bayside Suite



シギラバイサイドスイート アラマンダ

ALLAMANDA IMGYA CORAL VILLAGE



アラマンダ インギヤコーラルヴィレッジ

HOTEL BREEZE BAY MARINA



ホテルブリーズベイマリーナ

HOT CROSS POINT SANTA MONICA



ホットクロスポイント サンタモニカ

HOTEL SEABREEZE



ホテル シーブリーズコーラル

BRISA WELLNESS VILLA



ウェルネスヴィラ ブリッサ

SHIGIRA RESORT
SEVEN MILES

シギラセブンマイルズリゾート

P.11-②



宮古空港より車で約15分 または みやこ下地島空港より車で約50分 宿泊予約センター 0570-550-385 <https://shigira.com>

シギラセブンマイルズリゾート   

ガイドブック宮古島 Vol.16

企画・制作・発行/株式会社 たけしょう

宮古島本店 〒906-0007 沖縄県宮古島市平良字東仲宗根726-1 TEL(0980)73-8739 FAX(0980)73-3397

～色覚にハンディキャップがある人に見分けやすい配色で多くの人が美しいと感じる「色のユニバーサルデザイン」を目指して作成しています～



この印刷物は環境に優しい
「ベジタブルオイルインキ」を
使用しております。

© 無断転載を禁ず