

# ガイドブック

'22-'23  
改訂版

わかりやすい!

役に立つ!

楽しい!



宮古島市  
イメージキャラクター  
みーや

# 宮古島

Google マイマップ

島旅おすすめ  
モデルコース 付き

伊良部島

下地島

池間島

来間島

#宮古島東急ホテル  
& リゾート



#伊良部大橋



#保良泉ビーチパーク



FREE 無料

お店や最新情報を  
WEB・SNSで発信中!!

Instagram



GUIDEBOOK\_MIYAKOJIMA

公式サイトも  
みてね



宮古島ねっと

絶景動画も  
見られる  
ドローンの



#シギラビーチハウス



#ダグズ  
バーガー



#ダグズ・グリル

#与那覇前浜ビーチ

便利な地図付き

カーナビ用  
マップコード

路線バスの時刻表付き

島旅は  
この一冊に  
おまかせ♡



# 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



Crystal Villa MIYAKOJIMA SUNAYAMA BEACH

クリスタルヴィラ宮古島砂山ビーチ



P.8-C3



Crystal Villa IMGYA

クリスタルヴィラインギヤ



P.8-D6



Crystal Villa VILLAGE

クリスタルヴィレッジラニカイ



P.8-C4



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。

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。

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

(P.9)



SHIGIRA SEVEN MILES RESORT



超特選宮古牛・アグー豚専門店

総本家 **しゃぶ庵**

ご予約: TEL 0980-75-7511



P.12-C2



Lavenir

シティライフ宮古ラヴニール

分譲コンドミニアム



P.12-C2



宮古CRYSTALCOURT

宮古クリスタルコート

賃貸コンドミニアム



P.10-A4

## 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。  
「バカンスの時くらい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。

## 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・バーガー創業者 **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島  
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？



**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 広島駅前**  
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 (L.O.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 (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



P.10-C3



多良間牛は(株)ダグズ・バーガーの登録商標です。

http://www.dougsburger.com





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！



営業時間 朝 食：07:00 - 10:30(和定食もあるよ。Walk-in も大歓迎！)  
ラ ン チ：11:00 - 15:00(ダグズ自慢の各種メニュー！)  
サンセットアワー：16:00 - (乾杯とタパスの時間！)



サンセットアワーの  
店内の様子



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



ダグズ・ボロネーゼパスタ



バッファローチキンウイング

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スマリー風味  
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  
サンドイッチ各種

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

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



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



P.12-B5

フランチャイズオーナー募集中！  
info@dougsburger.com

# うまいの酒場 芳野商店®

Where Mom's homemade dishes are served



福岡の魚市場から  
毎日空輸される  
玄界灘の美味しい魚



芳野家自慢の鶏唐揚げ

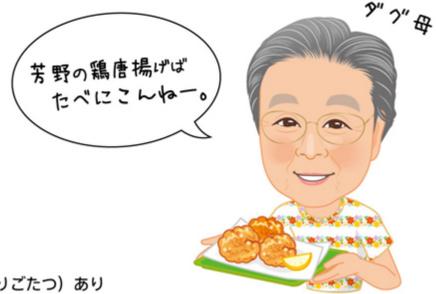
## 芳野商店ストーリー

ダグズ・グループの創業者ダグは三人兄弟の家庭に生まれました。姉・ダグ・弟。その中で姉と弟は明らかに父親似、そしてダグだけが母親似です。ダグは幼少のころから「芳野（ダグ母の旧姓）のおじいちゃんにそっくり」と親戚からも言われ、それが理由でダグは「あなたは芳野の子」とダグ母に耳元で囁かれながら育ったのです。ダグ母は博多・警固出身。そこで芳野商店では、福岡の魚市場から毎日空輸される玄界灘の美味しい魚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。

角ハイボール 418円  
ザ・プレミアム・モルツ 495円

メニューカテゴリー

- ・はじめに(おつまみ各種)
- ・自慢のお刺身(宮古島の魚もあるよ！)
- ・芳野家の食卓(オススメ！)
- ・一般居酒屋料理(おいしいよー)



禁煙だからお子様も安心 お子様連れ・団体様用の座敷席(掘りごたつ)あり



芳野商店宮古島本店  
営業時間 17:00 - 23:30 (L.O. 23:00) 水曜日定休  
沖縄県 宮古島市 平良下里 535-5-1F  
TEL : 0980-79-7284



P.12-C4

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。

### 池間島

周囲約10kmのサンゴ礁に囲まれた小さな島。マリネジャーの人気スポット「八重干瀬」に近く、レジャーショップがたくさんあります。



### 宮古島



白い砂浜とエメラルドグリーンとの与那覇前浜ビーチ、風洞やビーチを見降ろす砂丘が美しい砂山ビーチ、日本の都市公園100選に選ばれ、ダイナミックな景観が楽しめる東平安名崎など、沢山の見どころがある宮古島。周囲にある伊良部島、池間島、来間島とも橋で結ばれ、絶景ドライブも楽しめます。

### 伊良部島



緩やかな弓状に美しい砂浜が続く「渡口の浜」、国の名勝及び天然記念物に指定されている「通り池」など見どころが盛りだくさん。

※伊良部島の詳しい情報はP.30~33へ



★赤いワケで囲まれた空港周辺の地図はP.10~11に掲載してあります。

### 下地詳細地図



### 来間島

さとうきび畑が広がる周囲約9kmの小さな島。島の北東部にある集落やその手前にカフェや雑貨屋が点在しています。

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



Table with 2 columns: Store Name and Map Code. Lists various shops like Shigira Beach House, Niraikanai, and Subaru Collection Place.

★赤いワケで囲まれた市街地の地図は P.12~13に掲載してあります。

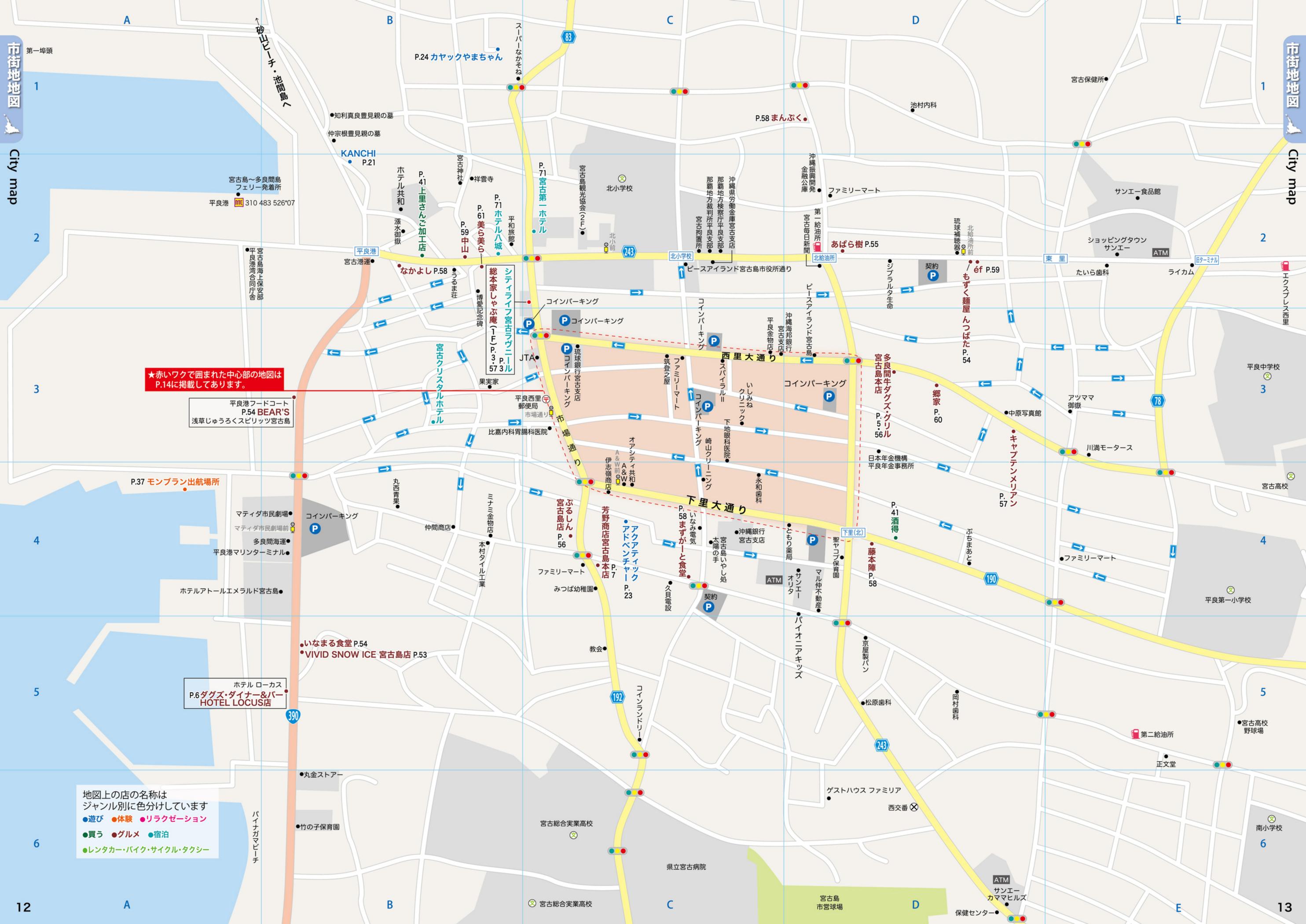


地図上の店の名称はジャンル別に色分けしています

- 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



0 500 1000m



★赤いワクで囲まれた中心部の地図は P.14に掲載してあります。

平良港フードコート P.54 BEAR'S  
浅草じゅうろくスピリッツ宮古島

P.37 モンブラン出発場所

ホテル ローカス P.6  
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



地図上の店の名称はジャンル別に色分けしています

- 遊ぶ ●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

**西里大通り**  
宮古島の市街地にある商店街。415mほどの細い通りの両側に飲食店や土産物屋が軒を連ねる宮古島のメインストリート。一方通行なのでレンタカーの場合は逆走に注意。周辺にコインパーキングも多くあり、買い物や食事にも便利。

**下里大通り**  
西里通りから約200m、飲食店や個性的なセレクトショップが多くショッピングも楽しい。緑豊かな街路樹が南国の雰囲気を演出している。

## 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)を誇っています。宮古島市の総人口は55,424人(2022年1月末現在)。宮古本島の総面積は約204.5km<sup>2</sup>で大阪市の面積(約222km<sup>2</sup>)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機会がなかったため、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、冬にはマンダが見られたりと一年中マリンスポーツを楽しむことができます。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・大和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月下旬に梅雨が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2022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、プライベート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の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。それ以外は本誌運動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。
- 上記を熟読していただき、詳細などにつきましては各掲載店に直接問い合わせください。
- ※取材時は新型コロナウイルス感染症対策を行い、取材・写真撮影を行なっています。
- ※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、㈱デンソーウェブの登録商標です。

### 地図番号の見方

各掲載店ごとに地図上で場所記号を記しています。本誌では各ページに掲載店舗位置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。

※地図上でガイドブック宮古島の掲載店をカテゴリー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」および「MAPCODE」は、㈱デンソーの登録商標です。

### アイコンについて

共通	飲食店	買う・体験	レジャー	リラクゼーション	宿泊
[C]交[交]P[駐]W[パ]H[ホ]F[フ]I[イ]G[グ]T[ト]W[ワ] ク交コ駐Wパホフイツイ レ通1車1リ1エン1 ジ系ド場Fアムイスタツ 支系あ1フベスタタ ト払支り1フベスタタ カ1払い1ジック ド可1対1クム	[E]50座カテ座個テ禁分ベ ネットウイ1数室ラ煙煙ツ ショップ 1席	[B]買[買]P[ペ] ネット ショップ あり	[A]遊[遊]E[エ]D[ド]あり	[R]出[出]個[個]妊[妊]妊[妊]複 予出個女妊複 約強室性婦数 制可専用同時可	[S]禁分細ベエクハWCQTV浴 禁分Aベエアクバトテ冷 煙煙Eツアースイレ蔵 Dトコンラーレビ庫 設置(冷暖房のみ)



伊良部大橋 Iribu Bridge

TEL 310 420 839\*61 P.10-A6

宮古島 観光ス amazing  
どこへ行く? 何をする? ポット編 fantastic



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)。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。



与那覇前浜ビーチ Yonahamaehama Beach

TEL 310 211 651\*30 P.8-7



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では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。



来間大橋 Kurima Bridge

TEL 310 181 506\*34 P.8-C6

ドローン動画



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.8-C1

ドローン動画



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間近に見られる。



砂山ビーチ Sunayama Beach

TEL 310 603 263\*55 P.8-C3

ドローン動画



市街地から約4km。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。



イムギヤーマリンガーデン Ingya Marine Garden Park

TEL 310 193 428\*12 P.9-D6

ドローン動画



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。



竜宮城展望台 Ryugujo Observatory

TEL 310 180 520\*47 P.8-C6



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

TEL 310 841 572\*55 P.8-C1



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

TEL 310 458 511\*26 P.9-C4

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



川満 mangrove Kawamitsu Mangrove

TEL 310 304 643\*04 P.9-C5

与那覇湾に面した川満漁港近くに広がる mangrove 林。



島尻 mangrove Shimajiri Mangrove

TEL 310 724 717\*73 P.9-C2

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。



東平安名崎 Cape Higashihennazaki

TEL 310 205 235\*52 P.9-E6



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)



# 島旅モデルコース

おすすめ

Googleマップを使って  
楽々ドライブ



GO! スキャンして



宮古空港発  
宮古島一周コース  
所要時間 約4時間

※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みません。



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

白鳥崎

フナウサギバナタ

サバ沖井戸

牧山展望台

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

イムギヤーマンカトン

宮古空港

**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。

**編集長おすすめ!!**

八千代タクシー (0980)72-3001  
三交タクシー (0980)72-2320  
協栄タクシー (0980)72-0799

## ガイドブック宮古島編集部がおすすめ レンタカーショップ

レンタカーショップの詳細は P72~73 にも掲載しています。

<b>富浜モータース</b>  ☎0980-72-3031 住 平良字西里288 営 9:00~18:00 ☎310 454 782*46 P.14-D1	<b>宮古島アウトレットレンタカー</b>  ☎0980-73-3241 住 平良字西里1350-1 営 9:00~18:00 ☎310 426 147*82 P.11-D2	<b>フジレンタカー宮古島</b>  ☎0980-72-8877 住 平良字東仲宗根892-1 営 8:00~19:00 ☎310 455 530*56 P.10-C2
<b>スカイレンタカー宮古店</b>  ☎0980-72-8002 住 平良字下里2422-1 営 8:00~20:00 ☎310 366 821*88 P.11-D4	<b>OTSレンタカー宮古空港前店</b>  ☎0980-72-1104 住 平良字下里2199-1 営 8:00~19:00 ☎310 396 043*46 P.11-D4	<b>ちゅらさんレンタカー</b>  ☎0980-79-0385 住 平良字西里935-48 営 9:00~19:00 ☎310 426 720*24 P.11-C2
<b>オリックスレンタカー宮古島</b>  (宮古島マングローブ店) ☎8:00~19:00 (宮古島空港店) ☎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.11-C2 ☎310 426 232*05 P.11-D2	<b>すなかぎレンタカー</b>  ☎0980-76-3135 住 上野字宮国733-1 営 8:00~19:00 ☎310 158 806*82 P.9-②	<b>南西楽園レンタカー</b>  ☎0980-74-7730 住 上野字宮国765-1 営 8:30~19:00 ☎310 158 809*25 P.9-②
<b>パインレンタカー宮古空港本店</b>  ☎0120-385-960 住 平良字西里1455-3 営 8:00~19:00 ☎310 397 784*36 P.11-D2	<b>アズーレンタカー</b>  ☎0980-73-1312 住 平良字松原145 営 8:00~19:00 ☎310 392 635*33 P.10-B6	<b>トモリレンタカー</b>  ☎090-5748-1274 住 平良字下里2025-3 営 8:00~18:00 ☎310 396 235*20 P.11-D3

宮古島	マップコード	地図	宮古島	マップコード	地図
福里給油所	310 317 005*86	P.9-D5	JA JAひららセルフSS	310 426 117*33	P.11-D2
中休給油所	310 369 248*11	P.9-D5	シーサー給油所	310 425 646*80	P.11-C3
大米給油所	310 514 568*61	P.9-C4	JA JA宮古セルフSS	310 423 323*57	P.10-C4
城辺給油所	310 315 772*32	P.9-D5	エクスプレス西里セルフ	310 454 473*23	P.13-E2
JA 下地給油所	310 273 107*45	P.8-①	池間島		
JA 上野給油所	310 218 873*23	P.9-C6	池間石油	721 614 675*58	P.8-②
第一給油所	310 454 877*83	P.13-D2	伊良部島		
第三給油所	310 455 260*58	P.10-C2	佐良浜石油	721 310 501*86	P.30-C
第二給油所	310 454 182*67	P.13-E5	豊見山石油	721 245 880*45	P.30-B
宮古空港前給油所	310 425 484*40	P.11-C3	伊良部給油所	721 244 298*42	P.30-B

※このコンテンツはGoogleマップを利用したサービスです。ご利用の上で生じたトラブル、損害について弊社では保証いたしかねます。あらかじめご了承の上ご利用ください。  
※Googleマップアプリのアップデート等で操作方法や、見え方が異なる場合があります。※お使いの端末や設定により利用できない場合があります。※本サービスは予告なく内容の変更、終了する事があります。

# 宮古島 ポ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 **13,200円**(税込) 子供 **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 **7,700円**(税込) 子供 **7,150円**(税込)  
 ※現地集合・現地解散  
 カヤック+鍾乳洞探検

## 半日でカヤックもシュノーケリングも体験出来ちゃう 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 **8,800円**(税込) 子供 **7,700円**(税込)  
 ※現地集合・現地解散  
 カヤックのみ or シュノーケリングのみも可能です ※要相談

## 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 ポラガービーチ リゾートパック

来店時や当日予約もOK 9:00~17:00(最終受付 15:00)  
 大人 **2,200円**(税込) 子供 **1,650円**(税込)  
 ※現地集合・現地解散  
 パラソルチェア+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! 全コース 子供:小学生 大人:中学生~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 (9:00 ~ 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

※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。

◆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(9:00/13:00)  
 ※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、初めての人で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 ばるーんふいっしゅ みやこじま  
 TEL.080-7980-6009 Instagram:@balloonfish.miyakojima

◆ポート体験ダイビング **16,500円**  
 ◆ファンダイビング(2ポート) **14,300円**  
 (3ポート) **19,800円**  
 ◆八重干瀬ポートシュノーケリング **13,200円**  
 温水シャワー、シャワートイレ完備の大型クーラーで快適な海遊びを。1人1人のリクエストを聞きながら、個性豊かなインストラクターが宮古島の海を幅広く案内してくれる。密にならないよう自社ポートを少人数制限にするなど、新型コロナウイルスの感染予防対策を行なって営業中。カード払いOK。送迎無料。  
 https://kanchi32.com/

ダイビングステーション KANCHI かんち (注) 平良字西仲宗根2-5 (愛) 8:00~20:00  
 TEL.090-7590-5531 Instagram:@miyakojima\_diving\_kanchi

◆ポート体験ダイビング(3~6H) **16,500円**  
 ◆ポート体験ダイビング+宿泊パック **21,700円**  
 ◆ファンダイビング(2ダイブ) **14,300円**  
 ◆ファンダイビング(2ダイブ)宿泊パック **17,850円**  
 ◆ファンダイビング(3ダイブ) **19,800円**  
 ◆ファンダイビング(3ダイブ)宿泊パック **23,350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。

マリンサービスMIYAKO まりんサービス みやこ (注) 平良字久貝670-1 (愛) 7:30~21:00  
 TEL.(0980) 72-9383 Facebook:@MarineServiceMiyako

◆間近で海亀とシュノーケリング(2H) **5,500円**  
 99%の遭遇率を継続中。インストラクター1名につき3組までの少人数で行くシュノーケルツアー。+5,000円で1組限定貸切も可。  
 ◆鍾乳洞ツアー(2H) **9,500円**  
 宮古島の大自然をカヤックで探検。エメラルドグリーンに輝く鍾乳石の奥には、数億年の歴史を重ねた幻想的な空間が待っている。  
 ◆パンパン鍾乳洞洞窟ツアー(4H) **15,000円**  
 感動体験、満足度No.1コース。+10,000円で1組限定貸切も可。  
 写真(データ送信) 1,000円 ウェットスーツレンタル 1,000円  
 泳げなくても、1人でも参加可。空気があれば当日予約可。LINEでの予約可(トークに参加日と人数、連絡先を入力)。

ウミガメツアー (注) 城辺字新城(新城海岸) (愛) 7:00~21:30  
 TEL.090-1940-4172 LINE:@miyako8healing

◆こみこみバック ファンダイビング(2ダイブ) **14,850円**  
 (3ダイブ) **20,350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) **9,900円**  
 (1ポート) **13,200円**  
 ◆追加1ダイブ **5,500円**  
 ◆ダイビングライセンスCMAS ネット講習(2日間) **38,500円**  
 所有ポートで、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 まなふくろ (注) 平良字荷川取518-6 (愛) 8:30~18:00  
 TEL.(0980) 73-4039・090-7062-9291 Instagram:@manafactory.miyakojima

宮古島の海で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(ちゅうらみ)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。  
 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、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、領収書はなくさないようにお願いします。  
 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

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 **13,500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 **11,500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  
 各種ダイビングメニューもあります!お問合せください。  
 大型ダイビング船で快適な海遊び!  
 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

MIYAKO ISLAND DIVING SERVICE BLUE SPACE  
 TEL・FAX(0980) 75-3306  
 http://blue-space-miyako.com  
 宮古島市平良字荷川取104-2 P.10-A1  
 ※天候・海況によってはポイントを変更する場合あり※漁協との協定により美ら海協力金500円が別途必要

「安全・安心・快適」がモットー  
 ◆体験ダイビング **16,500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 **14,300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 **21,450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〜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。ダイビング専用ポ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オーニングで日焼け対策も万全の「快適」設計。ポ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」へ案内してくれる。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ケタイム。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 だいぶきっず  
 (注) 平良字下里397-5 (愛) 8:00~19:00 (休) 無  
 TEL・FAX(0980) 72-7338

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 **5,000円**・小人 **4,000円**  
 海に入ると元気なサンゴがいっぱい、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(終了後フリー)→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) ※地元割あり  
 夏の海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、魚と同じ目線で見られ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  
 (注) 平良字下里356-63 (愛) 8:30~18:00  
 TEL.(0980) 73-7060

宮古島を遊び尽くそう！思い出に残る海遊びをサポート



シーカヤックを楽しみながら神秘的なパンキン鍾乳洞へ。ウミガメと一緒に泳ごう。 ナイトシュノーケリングで夜の海へ。

泳いで入ると大きなカボチャ型の鍾乳石がお出迎え。

- ◆シーカヤックでパンキン鍾乳洞(約2.5H) 6,000円  
神聖な場所・竜宮城へ。経験を積んだインストラクターが丁寧にガイド。
- ◆ウミガメシュノーケリング(約2H) 6,000円  
ウミガメと一緒に泳ごう。たくさんの熱帯魚にも出会う。

- ◆ナイトシュノーケリング(約2H) 6,000円  
神秘的な夜の海を冒険するドキドキ、スリル満点のコース。寝ている魚や綺麗な夜光虫、運が良ければアバサー(ハリセンボン)に出会えるかも。

※上記2ツアーは対象年齢5歳~75歳、毎日集合時間が変わるので事前に確認を。

MARINE FORD

まりん ふおーど  
TEL.080-6482-6169 〔住〕平良字下里2382-3-7〔受〕8:00~20:00(冬季18:00)

https://www.marineford.net

下を向いてたら虹を見つけられないよ。今日を新しい一日にしてみませんか？10名以上で幹事無料！



写真の良い写りを教えてもらおう。パワースポットのパンキンホール。漕ぎ方も教えてくれるので安心。 綺麗なビーチで定番バナナボートも。日々の溜まったストレスも発散。 非日常体験で気分爽快！

使い方の説明もしてくれるので初めてのシュノーケリングも安心。

- ◆人気NO1! 間近でウミガメシュノーケリングとパンキン鍾乳洞ツアー(4H) 13,500円  
洞窟まではカヤックの体験も出来る。セットになったお得な特別限定プラン。
- ◆人気NO2! ウミガメとシュノーケリング+マリン3種(3H~) 13,500円
- ◆人気NO3! 竜宮城ツアー+マリン3種(5H~) 21,000円
- ◆遭遇率99%! 至近距離で泳ぐウミガメシュノーケリング(2H) 6,500円
- ◆竜宮城ツアー+マーマイド(5~6H) 20,500円

- ◆マリン3種/バナナボート+マーマイド+ジェットスキー(40分~) 7,500円
- ◆ウミガメとシュノーケリング+マリン3種/バナナボート+マーマイド+ジェットスキー+ウェイクボード(4H~) 17,000円

青色のシーズン

TEL.090-1347-1645 〔住〕下地字与那覇1200(前浜港)〔休〕無〔受〕7:00~21:30

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。 キレイな熱帯魚がたくさん。 プバ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  
野生のウミガメとシュノーケリングしたりキレイなサンゴやクマノミなどの熱帯魚を見ることが出来るツアー。野生のウミガメに高確率で会える。船が苦手な人でも安心なビーチエントリで講習も付いているので、初心者や子どもから上級者まで楽しめる。
- ◆1組限定貸切シュノーケリングツアー(2~2.5H) 8,000円  
初心者、グループ、ゆったりしたい人向けのツアー。

- ◆伊良部島シュノーケリングツアー(約2.5H) 7,500円  
キレイなサンゴや海洋状況が良ければ深場のダイナミックな地形を見ることが出来る。
- ◆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  
日没より島の遊歩道を散策。南国ならではの植物や動物、天気が良ければきれいな星空を見ることが出来る。スタッフによる説明付き。ヤシガニ遭遇率99%。7月~9月のみ開催。

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〕平良字東仲根790〔受〕9:00~19:00(冬季は18:00)

宮古島マリンサービス 310 212 143\*50

### ボートチャーター

シュノーケリング  
フィッシング  
クルージング  
etc.

5名様まで  
1日 90,000円  
半日 50,000円

◇ご利用人数により料金が変わります  
(最大定員10名様)

地図/P.8-C6

### 天然プラネタリウムツアー

STAR GAZING TOUR

7人(中学生以上) 2,500円  
3人(小学生) 1,500円  
幼児(4才以上) 500円

地図/P.8-D

SUBARU Marine Activity SUBARU Hoshizora Navi

090-1349-0386

### 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ボート) 14,000円 (7H/3ボート) 18,000円
- ◆体験ダイビング(4H/1ボート体験) 14,000円 (4H/2ボート体験) 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  
〔住〕平良字下里543-1-101〔受〕7:00~22:30  
TEL.(0980) 79-5009

### 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  
宿泊先迎え(8:30/12:00/15:30)→体験ダイビング→解散(11:30/15:30/18:30)
- ◆専属ガイドボート体験ダイビング(8H) 15,000円  
宿泊先迎え(8:00)→体験ダイビング→オプションダイブ(+4,500円)orシュノーケリング→解散(16:00)
- ◆貸切ビーチシュノーケリング(3H) 6,000円  
宿泊先迎え(8:30/12:00/15:30)→シュノーケリング→解散(11:30/15:30/18:30)
- ◆貸切ビーチファンダイビング(3H) 7,700円
- ◆2ボートファンダイビング 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 mo0gr もーぐる  
〔住〕上野字野原925-7〔受〕8:00~20:00  
TEL.(0980) 79-0601

### 海洋プラスチック問題に関心を！ No!Plastic!!

世界の海に存在するプラスチックごみは約1億5千万トンと言われていて、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？ オキシベンゾール、オクチルメチルサルシレート、パラベン、香料、アルコール、紫外線吸収剤、香料、アルコール、紫外線吸収剤、香料、アルコール、紫外線吸収剤

自然環境に優しいものを選びましょう。

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しましょう。

### 宮古島で体験ダイビングに挑戦！

スキューバダイビングは通常、ライセンス所持者(Cカード)のみ参加できますが、ライセンスがなくても参加できるのが体験ダイビングです。せっかく宮古島にきたのに「ライセンスを持っていないから潜れない」「興味はあるけどなんだか不安」なんてあきらめてはダメです。簡単に楽しく海中世界を体験できる「体験ダイビング」をやっているショップはたくさんあります。美しいサンゴやカラフルな熱帯魚などがたくさんいる宮古島の海で体験ダイビングに挑戦してみませんか？

1. ボートでポイントに到着。透き通った青い海に感動！
2. インストラクターさんが機材の使い方や水中での注意事項などを丁寧にレクチャーしてくれたよ。
3. 海面で水中での呼吸を練習。意外と簡単！
4. ゆっくり海の中へロープをついたいながら
5. わくわく楽しい！今度こそライセンスをとっちゃおうかなあ
6. 海の中って楽しい！！今度はライセンスをとっちゃおうかなあ

※体調が悪いとき、飲酒後、二日酔い、また当日飛行機に乗る予定の人は参加出来ない場合があるので、詳しくは各ショップに問い合わせを。

**NEW 360度の絶景!!**  
パラセーリング  
感動の空中散歩

水着でなくてもOK!  
水着でなくてもOK!

写真&動画も撮れる!

★シングル(1名様) 8,000円  
★ペア(2名様)、トリオ(3名様) 7,000円(お一人様)  
※付き添い乗船は2,000円  
飛行時間:約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分前迄にトリッパーマリーナ集合  
※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名まで

**初心者も丁寧なレッスンで安心! SUPを楽しもう!**

◆SUPで行く楽園ツアー・経験者コース(2H) 6,000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、海上に現われる砂浜が作り出す美しい光景を満喫できる。

◆SUPで行く無人島ツアー(2H) 6,000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) 5,500円  
朝日を浴びながら、または海に沈む夕陽を見ながらSUPを楽しめる。

◆SUP&シュノーケル(2.5H) 9,000円  
SUPとシュノーケリングがセットになった欲張りなツアーで人気急上昇中。

◆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。

※SUP、シュノーケルツアーは潮位の関係で日程、時間の限定あり  
※全ツアー開催時間要問い合わせ ※料金は保険料込み

SUPA(日本スタンドアップパドルボード協会)・JSYA(日本サップ協会)認定インストラクターが在籍している。宮古島スタンドアップパドルボード協会加盟店。

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

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

前浜ビーチから上空へ。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。現地集合で1人1,000円割引。

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)

◆シーカヤック&シュノーケリング体験ツアー(3H) 大人 8,600円、小学生以下 6,600円  
※午前or午後

◆シーカヤック体験ツアー(2.5H) 大人 6,800円、小学生以下 5,800円  
※午前or午後

◆大神島シーカヤック上陸ツアー(6H) 大人 15,500円、小学生以下 13,500円  
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。詳しくは問合せを。

**カヤック やまちゃん**  
【住】平良字東仲宗根279 [受] 8:00~20:00  
TEL 090-3793-4589 LINE: @kayakyama

**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**  
TEL 0980-76-2109

**ジェットスキー レンタルツーリング** 1時間 22,000円 2時間 33,000円  
要特殊船免許、ガイド料・燃料・保険込

**ポートチャーター クルージング** 1時間 33,000円~  
最大10名まで 10名だと1人3,300円小  
トイレ エアコン 完備

**新しい宮古島の海遊び**  
シュノーケリング フィッシング SUP ドローン撮影

**ジェットスキー ツーリング (シュノーケリング)** 1時間 8,800円 2時間 13,200円  
後部座席、免許不要

**宮古島JETクルーズ** 0980-79-0990  
http://jet-cruise.com P.10-A4  
〒906-0013 宮古島市平良字下里247-2-101

**船に乗らずビーチスタート! ツアー写真&動画プレゼント**

◆海亀ツアー(2H) 6,000円  
◆「幻の島」ゆにの浜ツアー(2.5H) 8,000円  
※潮位によってツアー時間の変動あり

◆海亀&カヤックツアー(3H) 10,800円  
◆海亀&カヤックドローン空撮ツアー(3.5H) 12,000円  
※国土交通省包括申請取得済み  
JUIDA認定ドローンパイロット講師が案内

上記ツアー全て2部制:8:30~13:00~  
クリアカヤックは追加1名につき+1,000円  
ウェットスーツレンタル 1,000円  
送迎は要問合せ  
meltingspot.seamelt@gmail.com

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

**水中スクーター**

◆ウミガメツアーと新城海岸シー・スクーター(3.5H) 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。

◆シー・スクーターで行くパンキン鍾乳洞ツアーと新城海岸シー・スクーター(3.5H) 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新城海岸でシー・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6,000円

◆スーパー・エデンの園コース(2H) 6,500円  
透明で綺麗な吉野海岸の絶景アウトリフに案内してくれる。

◆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ので泳いで行く事ができない広範囲なポイントにいる、たくさんの熱帯魚や珊瑚を見ることができる。※ガイドなしの場合は5,000円  
※水中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。操作は至ってでもシュノーケリングが楽しめる。

**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 (0980) 77-7840

**カヤックを漕いで海に浮かぶ砂の島「ゆに」へ行こう!**

カヤックでしか行けない、海に浮かぶ「ゆに島」に上陸しよう。

◆カヤックツアー  
海亀ウォッチング+ゆに島上陸(3H) ※満潮時 大人(中学生以上) 8,000円、小人(5歳以上) 6,000円  
チャレンジカヤック(2.5H) ※人工島一周コース 大人(中学生以上) 7,000円、小人(5歳以上) 5,000円  
サンセットカヤック(1H) 5,000円  
マングローブカヤック&散策+海亀ウォッチング(3H) ※満潮時 ※4月~10月開催 大人(中学生以上) 9,000円、小人(5歳以上) 6,000円

◆SUP  
ゆに島上陸(2H) 7,000円  
体験SUP(1.5H) 6,000円  
◆大神島シュノーケリング&散策+マングローブカヤック(5H) 11,000円  
※2名~6名 ※ランチ付 ※4月~6月開催

※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が発生

伊良部大橋の下を通過して海に浮かぶ砂の島「ゆに島」に上陸するツアーは感動すること間違いなし。不思議なドリーネ状態のパワーホール、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倶楽部**  
【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)

**気をつけて!! 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近づかないこと。

**アンボイナガイ**  
赤褐色の網目模様があり殻長10cmになる大きな巻き貝。体の中に毒矢を持っている。刺されると痛みはないが身体がしびれておぼれる危険性がある。

**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、触れると毒針が発射される。

**ガンガゼ**  
長くすどいトゲを持つ黒いウニ。トゲは折れやすく、刺されると激しい痛みがある。

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

**フサウンバチイソギンチャク**  
乳白色で人の指のような突起がたくさんびていてソフトコーラルのように見える。この指状の突起に刺胞球がたくさんある。

**ウンバチイソギンチャク**  
直径10~20cm。猛毒を持つイソギンチャクで、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。

**ミノカサゴ**  
動きがゆっくりで、近づいてもあまり逃げないが、背ビレと腹ビレ、腎ビレに毒がある。

**オコゼ**  
背ビレに毒がある。色・形が石や岩に非常に似ているため気づきにくい。砂の中にもぐっていることもある。

**応急処置法**  
●毒を口で吸い出しながら、早急に病院へ運ぶ。  
●海水で刺胞球や触手を洗い流し、氷や冷水で冷やす。  
●酔は絶対に使わないこと。酔により刺胞の発射が促進される場合がある。  
●刺された部分は絶対にこすらない。  
●酢(食酢)を患部にたっぷりかける。  
●触手を手でそと取り除く。  
●痛いときは氷や冷水をビニール袋などに入れて冷やす。  
●目み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。

### 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。

- ◆八重干瀬シュノーケリング(5~6H) ※器材込 **11,500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 **16,500円**
- ◆ファンダイビング(5~6H/2ダイブ) **14,500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) 9,000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**  
TEL090-4708-9575 〔住〕平良字池間118-1 〔受〕7:00~21:00

Facebook: @cartemarine  
C 交 Pay P 電話 HP fb IG TW LINE Instagram P.8-7

### 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(5~6H) **10,000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**
- ※1~8名までの料金、1名増えるごとに+10,000円、最大12名まで  
※魚釣りをしてい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(15:00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！八重干瀬をメインにサンゴ礁の海で1日ゆったり  
のんびり遊ぼう。シュノーケリング専門  
店なので初心者でも安心して楽しめる。♪  
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。ポートは日よけ、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  
TEL090-8357-5522

- ◆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** しめーけりんく やびじ  
〔住〕平良字前里274 〔受〕7:30~21:00  
TEL070-3803-1129 Instagram: @snorkeling\_yabiji

- ◆八重干瀬シュノーケリング半日ポートツアー **9,500円**
  - ※午前(8:30集合)or午後(12:45集合)
  - ※集合場所は池間食堂前駐車場
  - ※ツアー内容・料金は変更になる場合あり
  - ※別途美ら海協力金として1日1人500円が必要
- 八重干瀬に一番近い池間島から出港。その日のベストポイントへ。経験豊富なインストラクターが安全第一にサポートしてくれるので、初めての人や子どもでも安心。仲間同士で思い切り遊べる貸切プランも。ボートは日よけ・トイレ完備。ショップでシャワーも使える。新型コロナ感染防止対策として除菌・洗浄を徹底。詳細はHP、SNSもしくは電話にて問合せを。

**八重干瀬マリンサービス** やびじまりんきーびす  
〔住〕平良字池間93 〔受〕8:00~21:00  
TEL080-1148-7349 LINE: @911rwgsb

### ベテランガイドがその日のベストポイントへ案内



- ◆八重干瀬シュノーケリング(5H) **11,000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) **14,500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を2~3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20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。シュノーケリングの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癒しのサンゴポイントはもちろんだら、豪快な地形、大型回遊魚のポイントまで幅広くカバー。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、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  
TEL090-3790-3015

### 国の名勝・天然記念物、八重干瀬へ



- ◆八重干瀬ポートシュノーケリング(3H) **8,500円**
- ※器材込 ※午前or午後
- ◆八重干瀬体験ポートダイビング(3H/1ダイブ) **13,000円**
- ※器材込 ※午前or午後 ※シュノーケリング付
- ◆2ポートファンダイビング(4H) **14,000円**

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(13:00)→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

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  
TEL080-3374-4720

## 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ると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してしまい、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しましょう。

- 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・ウェ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ェ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ンレジャーを楽しみたいときは専門のショップ(2ページ・20~29ページ・32ページに掲載)を利用することをお勧めします。

**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

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

**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(足ヒレ)
- ライフジャケット(救命胴衣)
- ウェットスーツ
- グローブ
- マリンブーツ

マスクをかぶるときは、髪の毛などはさまらないよう注意しましょう。マスク内に海水が入る原因になります。

浮力を確保するためにウェットスーツやライフジャケットを着用しましょう。

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シャツ、スパッツなどで体を保護しましょう。

## 知っておこう！心肺蘇生法の手順

- 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。
- 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。

ガイドブック宮古島  
編集長  
オススメの

レジャー  
ショップ  
リスト

宮古島ねっとへ  
GO!

詳しいレジャー情報は  
こちらから  
探せます!




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



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
<b>スキューバダイビング</b>				
シギラビーチハウス	0980-74-7206	体験ダイビング	10,450円	2
カルトマリヌ	090-4708-9575	フルフェイス体験ダイビング&シュノーケリング	16,500円	26
Marine Shop ヤビジ	080-3374-4720	八重干瀬体験ポートダイビング	13,000円	27
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	27
DIVE KIDS	0980-72-7338	体験ダイビング	16,500円	21
moOgr	0980-79-0601	貸切ビーチ体験ダイビング	9,800円	23
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	23
KANCHI	090-7590-5531	ポート体験ダイビング	16,500円	21
mana Factory	0980-73-4039	こみこみバックファンダイビング(2ダイブ)	14,850円	21
マリナーサービスMIYAKO	0980-72-9383	ポート体験ダイビング	16,500円	21
<b>シュノーケリング</b>				
SUBARU	090-1349-0386	ポートチャーター(1日)	90,000円	23
青色のシーズン	090-1347-1645	人気NO1! 間近でウミガメシュノーケリングとパンブキン鍾乳洞ツアー	13,500円	22
青色のシーズン	090-1347-1645	人気NO2! ウミガメとシュノーケリング+マリナー3種	13,500円	22
宮古島マリナーサービス	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	22
宮古島マリナーサービス	0980-79-0454	1組限定貸切シュノーケリングツアー	8,000円	22
カルトマリヌ	090-4708-9575	八重干瀬シュノーケリング	11,500円	26
MARINE FORD	080-6482-6169	ウミガメシュノーケリング	6,000円	22
Marine Shop ヤビジ	080-3374-4720	八重干瀬ポートシュノーケリング	8,500円	27
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	11,000円	27
BLUE SPACE	0980-75-3306	シュノーケリングツアー	10,000円	21
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	5,000円	21
海メルト	080-3246-0399	海亀ツアー	6,000円	25
Coral Cove	090-8357-5522	八重干瀬シュノーケリング	10,000円	26
八重干瀬マリナーサービス	080-1148-7349	八重干瀬シュノーケリング半日ポートツアー	9,500円	26
BalloonFish宮古島	080-7980-6009	シュノーケリングツアー	6,500円	21
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	21
シュノーケリング八重干瀬	070-3803-1129	シュノーケリング	8,000円	26
<b>シースクーター</b>				
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	6,500円	25
<b>カヤック</b>				
保良泉ビーチ・プール(アイランドワークス)	0980-77-7577	カヤック&シュノーケリングツアー	8,800円	20
保良泉ビーチ・プール(アイランドワークス)	0980-77-7577	ボラガービーチ リゾートバック	2,200円	20
MARINE FORD	080-6482-6169	シーカヤックでパンブキン鍾乳洞	6,000円	22
宮古島シーカヤック倶楽部	0980-72-0230	海亀ウォッチング+ゆに島上陸	8,000円	24
宮古島シーカヤック倶楽部	0980-72-0230	チャレンジカヤック	7,000円	24
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	8,600円	24

ショップ	電話番号	おすすめメニュー	料金	掲載ページ
<b>スタンドアップパドルボード</b>				
Smile Sunny	080-6565-4649	SUPで行く楽園ツアー	6,000円	24
<b>パラセーリング</b>				
空人	080-3954-4996	パラセーリング	8,000円	24
Blue honu	090-9789-5776	パラセーリング	9,000円	24
<b>水中観光船</b>				
シースカイ博愛	0980-76-6336	水中観光船	2,000円	2
<b>クルージング</b>				
宮古島JETクルーズ	0980-79-0990	ボートチャータークルージング	33,000円~	25
モンブラン	0980-72-6641	ランチクルーズ	4,500円	37
<b>水上バイク</b>				
宮古島JETクルーズ	0980-79-0990	ジェットスキーレンタルツアー	22,000円	25
<b>伊良部島</b>				
ゆうむつ	090-4519-6998	船長オススメ! 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	13,500円	32
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	11,500円	32
ハーミットクラブ	080-6486-7019	ラクラク宮古島満喫ツアー	7,000円	32
伊良部島マリンセンター	0980-78-4178	ボート体験ダイビング	14,300円	32
しまそらBicycle Rental	0980-73-7311	自転車レンタル	1,500円	33
OneByOne	080-1628-4973	青の洞窟&ウミガメシュノーケリング	9,000円	32
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	32
<b>星空ウォッチング</b>				
SUBARU	090-1349-0386	天然プラネタリウムツアー	2,500円	23
<b>島内周遊(観光タクシー)</b>				
宮古協栄タクシー	0980-72-2414	-	-	69
八千代バス・タクシー	0980-72-0677	-	-	69
三交タクシー	0980-72-2320	-	-	69
<b>ゴルフ場</b>				
エメラルドコーストゴルフリンクス	0980-76-3232	-	-	45
シギラベイカントリークラブ	0980-76-3939	-	-	-
<b>街歩き</b>				
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	4,000円	37

## 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	080-3967-1844	琉球月桃オイルボディ	10,500円	38
シギラ黄金温泉	0980-74-7340	入館料	1,530円	38
ゆるりあ(宮古島東急ホテル&リゾート内)	0980-76-2109	琉球アロママッサージ	-	39
LOOCHOO.	090-1948-2220	リンパボディ	11,000円	39
furaha	070-8534-6161	タイ古式ボディケア	9,000円~	39
まほうのじかん (葉草サロンうたたね) (おうちサロンてとは)	090-1818-7564 080-6497-8287	フォーハンドソロトリートメント	20,000円	39
La mahina	070-5401-9822	宮古島スペシャル	13,860円	38
尚	090-9700-8691	リラクゼーション	3,500円	38
ターチムーチ	0980-72-0900	全身もみほぐし	3,900円	39
GRANDSEA	090-4053-8193	ボディトリートメント	14,000円	39

# 伊良部島

IRABU ISLAND

●人口4,992人(2022年1月31日現在)  
●面積29.06km<sup>2</sup>

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16ページをご覧ください。



サンゴと熱帯魚



サシバ

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。



伊良部島のビーチ



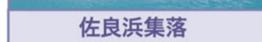
水路のマングロブ群落

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



佐良浜ハーリーとカツオが宙を舞うおおばんまい

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。



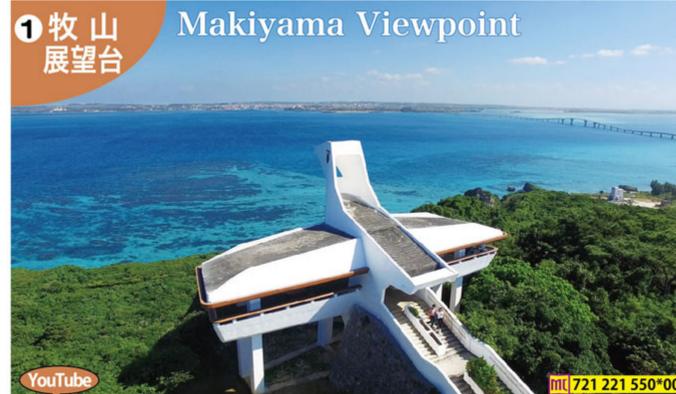
佐良浜集落

# 伊良部島 景勝地

下地島の



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。



伊良部島に渡ってくるサン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、地間大橋などが眼下に一望できる。



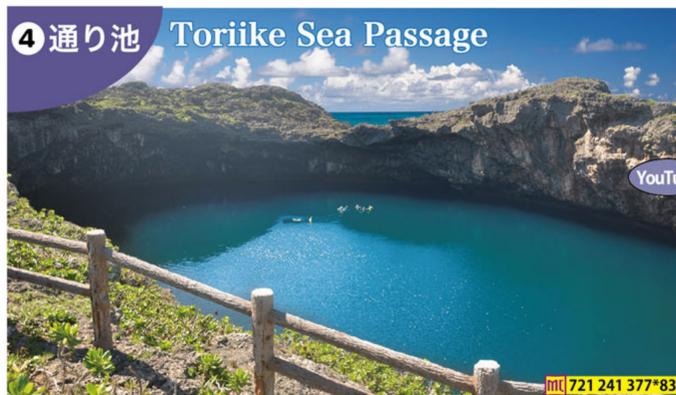
サンゴ礁がビーチのすぐ近くまで迫り、様々なサンゴや魚を見ることができる。



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。



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。



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。



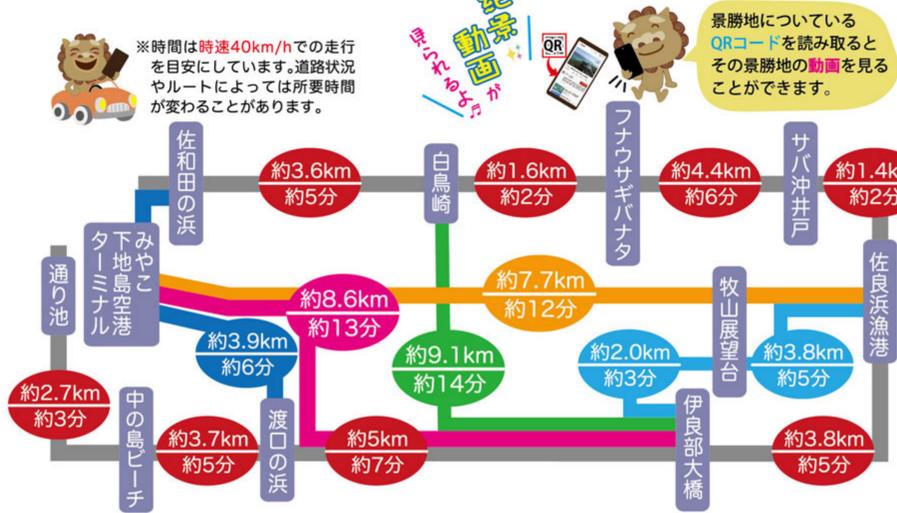
フナウサギバナタとは「船を見送る岬」という島の方言で沖繩本島などに旅立つ家族などの無事を祈り船出を見送った場所。眼下に美しいサンゴ礁の海を見晴らすことができる。



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。)



牧山展望台の下にあるトラパーチンの巨岩。海がすぐ近くにあり、道路を隔てて、陸側に海水が流れ込んでいる。(市指定史跡)



※時間は時速40km/hでの走行を目安にしています。道路状況やルートによっては所要時間が変わることがあります。

景勝地についてQRコードを読み取るとその景勝地の動画を観ることができます。



広々とした店内からは海が一望できる。店内で製作しているハンドメイドジュエリーをはじめ、オリジナルTシャツやオーナー自らセレクトした商品が並ぶ店。

DESIE sail out to the sea

TEL(0980) 78-3573

【注】伊良部字伊良部759-1【営】11:00~18:00【休】不定



その日に漁港で揚がった新鮮な魚を使った料理。朝獲れた魚や契約農家の野菜・自家栽培のハーブなど旬の食材を使い、100%地産地消を目指した料理が味わえる。事前予約がオススメ。

琉宮

【注】伊良部字伊良部1492-13【営】18:00~23:00(L.O)【休】火曜

TEL(0980) 78-6544



伊良部ブルーの海を一望できる抜群のロケーション。宮古牛や島食材を使用した料理とお酒が楽しめる伊良部島のリゾートダイニングカフェ&バー。

Coral Island

TEL-FAX(0980) 78-3516

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



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。気分はマーメイド。ドローン撮影もおまかせ。



度付マスクも豊富に完備。水中スクーターも体験可。珊瑚礁は魚がいっぱい。神秘的な青の世界。温水シャワー完備。

- ◆船長オススメ！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) 13,500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) 11,500円
◆青の洞窟&ウミガメコーラルWシュノーケルツアー(2~2.5H) 9,000円
◆超お手軽！青の洞窟ボートシュノーケリングツアー(1~1.5H) 6,000円

※料金は全ツアー必要器材、保険料、施設使用料込み。
※八重干瀬コースは10歳から、その他のコースは4歳から参加OK(参加年齢以下は電話相談可能)
※海況次第ではコース変更または中止あり ※ドローン撮影のオプションあり

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をモットーに、初心者やプランクのある人でも歓迎してくれる。オススメは青の洞窟&八重干瀬コーラルスペシャルシュノーケリングツアー。

伊良部島観光ガイド ゆうむつ
TEL090-4519-6998(0980) 78-4367(店舗)



- ◆ボート体験ダイビング(約3H) 14,300円
◆2ボート体験ダイビング(約3H) 20,900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
※1名から催行 ※水中カメラ無料レンタル
※午後発は応相談

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

【注】伊良部字伊良部765-1【受】9:00~18:00

TEL(0980) 78-4178

Instagram:@imc\_staff



- ◆青の洞窟&ウミガメシュノーケリング(約2.5H) 9,000円
◆ビーチシュノーケリングツアー(約1.5H) 6,000円
◆青の洞窟探検ツアー(約1.5H) 6,000円

伊良部島生まれの島人ガイドが地元ならではのローカルな旅へ案内。シュノーケルリーダーの資格を持ち、年間1,000人以上のガイド経験をもとに、安心・安全なツアーを提供。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
TEL080-1628-4973

宮古島の情報が満載
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。

満喫ツアーでとびつきりの時間を！
◆ラクラク宮古島満喫ツアー(4H) 7,000円
◆SUP&シュノーケリングツアー(3.5H) 10,000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
◆ナイトシュノーケリングツアー(2.5H) 6,000円

伊良部島ガイドピクニック
◆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

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。
人気果物のスムージー。
島食材のサンドウィッチ。

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
宮古島の食材を使った色鮮やかなメニューをご用意！

羽田・成田・神戸・那覇・香港へ
計5路線就航！
下地島空港から気軽に旅行に出かけませんか？

伊良部漁協の直営食堂でランチ
新鮮なマグロがたっぷりのった人気No.1の海鮮丼。ボリューム満点の刺身定食。
おーばんまい定食
海鮮丼(写真大) 1,160円
マクロ丼(カツオ) 1,000円

Villabu Resort
店内席とテラス席どちらも絶景オーシャンビュー。
伊良部島のオーシャンフロントに建つオールヴィラリゾートホテル&レストラン。水平線が一望できるレストランで極上の時間をゆったりと。

しまさらBicycle Rental
◆自転車レンタル(2H) 1,500円
◆自転車レンタル(1日) 2,500円
17endコース、渡口の浜コース他。
※1泊2日~の輪行コースあり(応相談)

# どこ行く? 何する?

## #トンボ玉作り体験



とんぼ玉とは穴の開いたガラス玉(ビーズ)。ガラスをバーナーで溶かし、自分好みのアクセサリが作れる。

**海工房**  
TEL 0980-73-0849  
【営】11:00~19:00【休】不定休  
【掲載ページ】P43  
📍 310 483 143\*36 地図 P.14-A1

## #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?

**与儀民謡研究所(宮古木工芸)**  
TEL 0980-73-3001  
【営】9:00~18:00【休】日曜日  
【掲載ページ】P41  
📍 310 367 005\*74 地図 P.11-E4

## #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】P37  
📍 310 453 003\*75 地図 P.10-B4

## #陶芸教室



**みやこ焼**  
TEL 0980-72-3948  
【営】9:30~17:00【休】日曜日  
【掲載ページ】P36  
📍 310 426 739\*53 地図 P.11-D2

## #陶芸教室



**太陽が窯(ていだがかま)**  
TEL 0980-76-2266  
【営】10:00~19:00【休】月曜日  
【掲載ページ】P36  
📍 310 191 538\*37 地図 P.9-D6

## #陶芸教室



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。

**シーサーモノガタリ**  
TEL 0980-75-0660  
【営】10:00~18:00【休】不定休  
【掲載ページ】P40  
📍 310 393 299\*61 地図 P.11-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。

**シーサー陶房 球**  
TEL 0980-72-8981  
【営】10:00~18:00【休】不定休  
【掲載ページ】P36  
📍 310 458 481\*88 地図 P.9-C4

## #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。サーターアングリー作り体験など一日中遊べる体験施設。

**まいぱり**  
TEL 0980-74-7830  
【営】10:00~17:00  
【休】4月~9月/無休、10月~3月/水曜日  
【掲載ページ】P45  
📍 310 212 793\*18 地図 P.8-①

## #貝細工



砂浜にある貝やサンゴを使って自分だけのアートを作ろう。沖縄らしく貝でシーサーを作ったりオリジナルの表札など自分が作ってみたいものにチャレンジしてみよう。

**マーメイド**  
TEL 090-5734-1202  
【営】10:00~17:00【休】不定休  
【掲載ページ】P36  
📍 310 273 138\*63 地図 P.8-②

## #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【休】火曜日  
【掲載ページ】P37  
📍 310 458 481\*88 地図 P.9-C4

## #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を作ろう。対象:12歳以上要予約

**Guru Guru Glass**  
TEL 080-3001-9990  
【営】13:00~18:00【休】日曜日  
【掲載ページ】P44  
📍 310 274 547\*82 地図 P.9-C5

## #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】P37  
📍 310 458 481\*88 地図 P.9-C4

## #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【休】日曜日  
【掲載ページ】P45  
📍 310 248 085\*31 地図 P.9-C6



**瀧水御嶽** 市指定文化財  
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)と姑意玉(こいたま)の二神が漲水に天降り、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。



**大和井** 県指定文化財  
1720年頃に掘られたものとされる井戸。宮古島の井戸のなかで最も手を凝らしたものであり、首里王府や薩摩藩から派遣された役人専用の井戸であったといわれている。



**仲宗根豊見親の墓** 県指定文化財  
15~16世紀初め、宮古島を統治していた仲宗根豊見親が、父の霊を弔うために築造したと伝えられる。宮古在来の「みやーか」といわれる巨大墓様式と沖縄本島風の横穴式墓を組み合わせた造りになっていて、宮古島を代表する史跡。



**人頭税石** 県指定文化財  
琉球王府が、1637年から1903年まで島民に課していた税制の名残。15~50歳でこの石(高さ143cm)を超える背丈になった者には男は粟、女は上布の納付が義務づけられた。宮古島の悲惨な歴史を伝える史跡の1つ。



**久松五勇士顕彰碑** 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。電信局から連合艦隊に打電した。その功績を讃えた顕彰碑。



**宮古島市地下ダム資料館** TEL.0980-77-7547  
降水が琉球石灰岩の土壌面から浸透して地下水となり、海へ流れ出ているのを地下でせきとめて利用できるようにしたのが地下ダム。資料館では、宮古島と地下水の関わりを知ることができる。



**宮古島市総合博物館** TEL.0980-73-0567  
宮古島の自然、歴史、民俗、文化を一堂に展示。島の人たちの生活様式がリアルに再現されている模型も見もの。博物館主催の企画展や講座も開催している。



**うえのドイツ文化村** 明治時代に宮国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ッダ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。

美しい宮古島の海に抱かれて...  
**自然葬という選択**  
 チャーター散骨プラン ¥220,000~  
 亡くなった後はお葬ではなく  
 好きだった宮古島の海で、自然の中に...  
 そんな想いにお応えします。  
**TEL 0980-79-0010**  
<https://darwin-sankotsu.com> 宮古島市平良字御川取 352-35

貝工房 **マーメイド**  
**TEL 090-5734-1202**  
 Instagram: @kaikouboumermaid  
 [住] 下地字上地518-1  
 [営] 10:00~17:00 [休] 不定  
 プレスレット作り(30~60分) 2,000円  
 アンクレット作り(30~60分) 2,000円  
 貝殻シーサー作り(120分) 3,500円  
 表札作り(120分) 3,500円  
 体験メニューは全部で15種類あり、何を作るかはお店に行った時に選べる。要予約で予約の際は日時と人数(付き添い合わせて6名まで)だけでOK。お土産も多数販売している。宮古空港から車で10分。詳細はHPで確認を。  
<https://shellymermaid.com>

技と芸術 **みやこ焼**  
**TEL FAX (0980) 72-3948**  
 [住] 平良字西里1292-5 [休] 日曜  
 [営] 9:30~17:00(陶芸教室/受付9:30~15:00)  
 体験陶芸教室 1人 3,300円  
 ※水・土・祝日、休み  
 みやこ焼は沖縄の伝統的な南蛮焼の手法を取り入れた焼き物。沖縄県認定工芸士の佐渡山さんは、昭和59年に窯を開いて以来、現代日本芸術協会会長賞をはじめ様々な賞を受賞している実力派。宮古島の土を使った体験陶芸教室では、カップ・皿やオリジナルシーサー、陶器作りができ、親切丁寧に教えてくれる。シーサー、カップなども販売している。

**郵便局 ATM リスト**

宮古郵便局 (0980)72-3370 P.10-C2	郵便 ATM 平日 9:00~19:00 土曜 9:00~15:00	長間郵便局 (0980)77-4109 P.9-D5	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 土曜 9:00~12:30
平良西里郵便局 (0980)72-1617 P.14-A2	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 平日 8:00~19:00 土日祝 9:00~17:00	城辺郵便局 (0980)77-4104 P.9-D5	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 平日 9:00~17:30 土曜 9:00~12:30
平良久貝郵便局 (0980)72-8387 P.10-B4	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 平日 8:00~20:00 土日祝 9:00~19:00	池間郵便局 (0980)75-2014 P.8-⑦	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 平日 9:00~17:30 土曜 9:00~17:00
下地郵便局 (0980)76-6004 P.8-④	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 平日 9:00~17:30 土日祝 9:00~17:00	佐良浜郵便局 (0980)78-4966 P.30-C	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 平日 9:00~17:30 土曜 9:00~17:00
上野郵便局 (0980)76-6904 P.9-D6	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 平日 9:00~17:30 土日祝 9:00~17:00	伊良部郵便局 (0980)78-4965 P.30-B	郵便 ATM 平日 9:00~17:00 平日 8:45~17:30 土日祝 9:00~17:00

**パームゴルフ ホテルカリフォルニア店**  
**TEL 070-7579-5243**  
 [住] 平良字東仲宗根903-25 (ホテルカリフォルニア内)  
 [営] 10:00~22:00 (最終受付21:00) [休] 不定  
**屋内施設で快適練習 レンタル完備 手ぶらで練習OK**  
 大画面でフォームをチェックしながら楽しめる。 雨の日でも快適に練習できる。

プロも愛用する本格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本格シミュレーションで楽しめる。ハイスピードカメラがシャフトのしなりまで再現し、ヘッドの動きまでリアルに映像化。実際のコースでプレイしているようなリアル感と臨場感あるグラフィックが特徴。ラウンド数を選ぶので自分の都合で時間を調整でき、ドライバーだけ、パターだけといった自由な練習も可能。ラウンド前の練習にも最適。初心者から経験者まで一人で楽しむのももちろん仲間とラウンドを楽しむこともでき、男性だけでなくゴルフ好きの女性にも支持されている。ゴルフシューズ、ゴルフクラブのレンタル無料(グローブ、靴下は販売)。1名から1ブース最大4名まで、2ブース完備(右打席のみ)。宮古空港から車で8分。宮古工業高校近くにあるアメリカ西海岸の街並が特徴のホテルカリフォルニア内。利用料金など詳細は右上のQRから確認を。WEB予約は24時間OK。当日予約は電話にて。

**太陽が窯**  
**TEL FAX (0980) 76-2266**  
 [住] 上野字新里1214 [営] 10:00~19:00 (最終受付17:00) [休] 月曜  
**海が一望できる絶景でシーサー作り**  
 陶芸体験シーサー作り 3,300円  
 陶芸体験雑器作り 3,300円  
 漆喰シーサー絵付け体験 2,200円~  
 水平線を見ながらゆったりと。 水平線まで見渡せる高台にある工房。ゆっくりとした時間の中で、自分だけのオリジナルシーサーを作ってみよう。一見作るのが難しく見えるけれど、良い作品作りができるよう親切丁寧に教えてくれるので子どもから年配の人まで気軽に参加できる。制限時間がなく、納得がいくまで作ることができるのも魅力。キッズルーム完備で小さな子ども連れでも安心。1名から最大50名までOK。クーラー完備で雨の日も快適に過ごせる。  
<https://www.nangokutida.com>

**シーサー陶房 球 きゅう**  
**TEL FAX (0980) 72-8981**  
 [住] 平良字東仲宗根1166 (体験工芸村内) [営] 10:00~18:00 (受付16:00) [休] 不定  
**シーサー一つくってみませんか?**  
 体験シーサー作り 3,300円  
 体験器作り 3,300円  
 ※シーサーなど陶器の販売あり  
 宮古島市熱帯植物園にある体験工芸村内のシーサー陶房。宮古島の土から自分の手でシーサーを作ることにより、物を創造する喜びを体験することができる。「大人は子どもの頃に、子どもは自由な発想をもってシーサーを作ってほしい」と先生。自分だけのオリジナルのシーサー作りは旅の思い出にもなる。周りが緑に囲まれた場所であり、のんびりと静かに作品作りが楽しめる。  
<http://miyakotaiken.com/46.html>

**シーサー陶房 球 きゅう**  
**TEL FAX (0980) 72-8981**  
 [住] 平良字東仲宗根1166 (体験工芸村内) [営] 10:00~18:00 (受付16:00) [休] 不定  
**シーサー一つくってみませんか?**  
 体験シーサー作り 3,300円  
 体験器作り 3,300円  
 ※シーサーなど陶器の販売あり  
 宮古島市熱帯植物園にある体験工芸村内のシーサー陶房。宮古島の土から自分の手でシーサーを作ることにより、物を創造する喜びを体験することができる。「大人は子どもの頃に、子どもは自由な発想をもってシーサーを作ってほしい」と先生。自分だけのオリジナルのシーサー作りは旅の思い出にもなる。周りが緑に囲まれた場所であり、のんびりと静かに作品作りが楽しめる。  
<http://miyakotaiken.com/46.html>

**宮古島ひとときさんぽツアー**  
**TEL (0980) 73-7311**  
 [住] 平良字久貝870-1 (島の駅みやこテラス) [予] 前日18:00まで [休] 無  
**島のガイドと一味違った宮古島遊び**  
 島人と「のんびり」港釣り 4,000円  
 うぶぎの森ナイトツアー 4,000円  
 魚さばき体験ランチ(カツオorマグロの刺身と島しゃぶセット) 5,000円  
 千代ちゃん料理体験 5,000円  
 歴史まち歩き「英雄物語」 3,000円  
 伊良部の摘み草まち歩き&ハーブティ・島しゃぶランチ 7,000円  
 港での釣りは小さな子どもも楽しめる。  
 島のガイドと島時間をのんびり楽しもう! 宮古島の自然、歴史、暮らし、食文化に触れることができるディープな宮古島体験プログラムが多数。普通の観光では気づかない宮古島の隠れた魅力を発見でき、新たな感動を体感できると好評。最小催行2名~。詳しくは「ひとときさんぽ」で検索!  
<http://planet4.co.jp/hitotokisampo>

**ベイクルーズ モンブラン**  
**TEL (0980) 72-6641**  
 [住] 平良字下里108-11 (マリナーミナル2F) [営] 9:00~17:00 (受付) [休] 不定  
**絶景&食事を楽しむ最高のひとときを**  
 ランチクルーズ(12:30~14:00)  
 大人(中学生以上) 4,500円  
 小人(小学生) 2,500円  
 幼児(0歳~未就学児) 500円  
 サンセット・ディナークルーズ(4~9月/18:00~20:00、10~3月/17:00~19:00)  
 大人(中学生以上) 6,500円  
 小人(小学生) 4,500円  
 幼児(0歳~未就学児) 500円  
 クルーズ船で宮古ブルーの海を眺めながらbuffetスタイルの食事を楽しもう。窓の外にはキラキラと輝くエメラルドグリーン海やダイナミックな伊良部大橋。海中を見渡せる船底アクアラウンジでは海中散歩気分を味わえる。窓の外に広がる美しい景色を眺めながら、贅沢なひとときを過ごそう。海況により運休、時間変更あり。

**体験工芸村**  
**TEL (0980) 73-4111** tel.090-2961-4111  
 [住] 宮古島市平良字東仲宗根1166-286  
 [営] 10:00~18:00 年中無休 P.9-C4  
**宮古島で楽しい手作り体験!**  
 各工種、手作りのオリジナル商品も販売しています!  
 カーナビ「熱帯植物園」で検索  
**体験工芸村MAP**  
 南国の雰囲気味わえる体験が色々。  
 インスタントタワーとして人気のヘナタワーやジャグアタワーで南国感を味わおう。チョコレートをはじめ、島の材料を使ったアロマワックスパー作りや宮古島の海を感じる海レジンボード作り体験(写真下)なども楽しめる。南国ならではのオリジナルメニューで宮古島の楽しい思い出作りをサポート。

**宮古島思い出アート**  
**TEL 080-1920-1048**  
 [住] 平良字東仲宗根1166 (体験工芸村内) [営] 10:00~18:00 (受付16:00) [休] 火曜  
**南国感たっぷりの体験を楽しもう**  
 ヘナタワー・ジャグアタワー (30分/1カ所はがきサイズ) 2,800円~  
 チョークアート体験 (60分/ミニサイズ) 2,200円  
 (120分/A4サイズ) 3,800円  
 アロマワックスパー作り体験(60分/2個) 3,300円  
 海レジンボード作り体験(90分/2枚) 6,000円  
 ※15時以降開催、要予約  
 インスタントタワーとして人気のヘナタワーやジャグアタワーで南国感を味わおう。チョコレートをはじめ、島の材料を使ったアロマワックスパー作りや宮古島の海を感じる海レジンボード作り体験(写真下)なども楽しめる。南国ならではのオリジナルメニューで宮古島の楽しい思い出作りをサポート。

**宮古島方言講座**  
**みやこ方言**  
**ばたごうごう**  
 おなかがいっぱい: ばたごうごう  
 目がまわる: みいくくる  
 ドキドキびっくりしている: どうまびてる  
 身体がこぼれる: くばりてる  
 すごく・とても・超〜: だいた  
 しかし・でも: あすがどう  
 ありがどうございます: たんでいーたんでいー  
 おはようございます: しゃーかんからやー  
 いらっしゃいませ: んみやーち  
 お元気ですか: がんずうーかりうまんやー  
 お久しぶりです: ながーふみいやーみいーんやー  
 ごめんなさい: まつがいどー  
 頭にくたなあ: がかます!  
 うるさいなあ: んぎやまつぎ  
 ない・ありません: じゃーん  
 しまった!: しまい  
 腹が立つ・むかつく: ばたあさり  
 男: びきどらん  
 女: みどらん  
 母: あんな  
 父: うや  
 子ども: やらび  
 友: どうす  
 おねえさん: ねえねえ  
 おにいさん: にいにい  
 甘い: あまーあま  
 塩辛い: すうからーすうから  
 苦い: んぎやーんぎや  
 美味しい: んまあーんまあ  
 薄味: あばあーあばあ  
 やわらかい: やばあーやばあ  
 ふかふか: あひあひ  
 かたい: くばあーくばあ  
 冷たい: びいくるーびいくる  
 いい香り: かばあすーかばあす  
 小さい: ぶさーぶさ  
 きれい: かぎーかぎ  
 番外編  
 ※「ん」で始まる言葉  
 んつあ: そうだ  
 んにやだ: まだ  
 んなまんでい: 急に  
 んぎやーん: 昔  
 んまぬば: 南東

# 宮古島で癒しのひとときを エステ リラクゼーション

癒し人 **ぐっぴい**  
TEL 080-4150-1840  
Instagram: @iyashibito\_guppy

**リラクゼーション** [60分] 6,980円  
※交通費込 ※10分毎に+1,000円(最長120分まで)

出張専門のリラクゼーション。宿泊先など好きな場所で施術が受けられる。癒しに徹底特化した施術が心身の疲れを癒してくれる。開始後10分の間に合わないと感じたら、その時点で中止して、全額返金の保証あり。施術中は予約電話に対応できないが、折り返し連絡してくれる。国家資格免許番号129813号

リラクゼーションサロン **La mahina** まらみな  
TEL 070-5401-9822  
【注】平良字久良1069-3-2F【営】10:00～20:00(時間外相談可)【休】不定

**島の光や風を感じながら癒しのひとときを**

宮古島スペシャル [130分] 13,860円  
アロマオイルケア [60分～] 16,000円～  
ボディケア(もみほぐし) [60分～] 4,620円～  
リフレクソロジー [40分～] 4,180円～  
フェイスクア [50分] 4,400円  
※その他メニュー有り、メニュー組み合わせ可

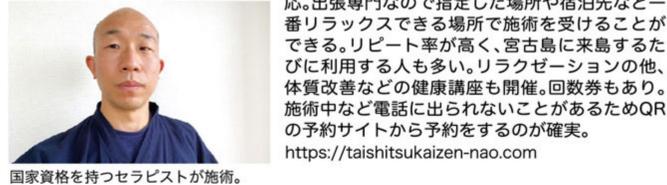
人気No.1の宮古島スペシャルは、雪塩や月桃・アロエ・クチャなど島の素材を贅沢に使い、ヘッドからフット、フェイシャルまで全身をケアしリラクゼーションさせてくれる。質にこだわり、確かな技術で男女問わず幅広い年齢の客層に対応。最新機器を使った脱毛と光フェイシャルも人気。ほぐし整体・オイルケアの技術講習スクールも開催していて、スキルアップや転職・就職を考えている人など、それぞれに合わせて習得できる。予約制。

健康になれる体質改善 **尚** nao  
TEL 090-9700-8691  
【営】18:00～(時間外要相談)【休】無  
Instagram: @naccy74

**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。癒しを求めてい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。リラクゼーションの他、体質改善などの健康講座も開催。回数券もあり。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をすることがある。https://taisuitsukaizen-nao.com



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

**自分の色(輝き)を思い出したい人へ**

個人コンサルテーション [30分] 4,400円、[60分] 18,800円  
[90分] 12,100円、[120分] 16,500円  
グループセッション(2～6名) [120分] 6,600円  
アートギャラリー: アートカード他雑貨 385円～

Hue(色)man(人)=人間=色の人。呼びかけてくる色との共鳴は個性や才能の開花へ導いてくれる。存在価値を強める色は仕事や人間関係、自分自身に優しさを更けに与え、色(輝き)の認識は新たな出発勇気をもらえる。全国から生徒も多く20年目を迎える。心の色で描かれる人気のアートの予約は1年待ち。海と夕日が綺麗な癒し空間サロン。

琉球エステ&リラクゼーションSPA **pocota** ぽこた  
TEL 080-3967-1844  
【注】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取っておこう。 洗練された技術に夢うつつひと時を...

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

※HPから前日までに「W割引サービス」利用により全メニュー1,000円オフ

シギラ黄金温泉 しぎらおうこんおんせん  
TEL(0980) 74-7340  
【注】上野字新里1405-223【営】11:00～21:00(最終20:30)【休】不定

## 日本最南端・最西端の日帰り天然温泉



みんなで楽しめるジャングルプール(水着着用)。 風は海、夜は波音と星空を楽しめる展望風呂。 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。

Relassante **LOOCHOO.** りらさんてーちゅー  
TEL 090-1948-2220  
【注】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。 アロマの香りに包まれる「くつろぎ」のひととき。

オーガニックアロマボディ ※80分からは頭・顔マスク付 [60分] 18,800円 [80分] 12,000円、[100分] 16,500円  
シャイニングフェイシャル [60分] 19,800円、[90分] 12,100円  
ヘッドスパデコルテPlus [60分] 8,600円 [90分] 9,850円

禅デトックス [30分] 16,600円、[90分] 14,200円  
リンパボディ [70分] 11,000円～  
宮古島ハッピーシートストーン [70分] 11,000円～  
1日1名限定エクセレント [150分] 22,000円

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。

タイ古式マッサージサロン **furaha** ふらは  
TEL 070-8534-6161  
【注】平良字久良836-9【営】9:00～24:00【休】不定

## タイ本場の技術を体験 電話1本で予約可能

タイ本場の技術で極上の贅沢を。 脇内環境のデトックスにはチネイザン(腸揉み)。

タイ古式ボディケア [60分～] 9,000円～ カルサイ(薬丸) [100分～] 24,500円～  
チネイザン(腸揉み) [90分～] 18,000円～ ヨクトーン(腫・子宮) [100分～] 24,500円～

タイ現地で施術方法を習得したセラピストによる、本格的な完全個室プライベートサロン。一般的なタイ古式はもちろん、精力増強のカルサイ(薬丸)、ヨクトーン(腫・子宮)、チネイザン(腸揉み)など他では体験できない次世代のメニューが多い。友達同士(2名まで)やカップルでの施術もできる。クレジットカード利用可能。詳細は「タイ古式 furaha」で検索。

GRANDSEA ぐらんシー  
TEL 090-4053-8193  
LINE: @303meonw  
【注】上野字宮園1524【営】9:00～21:30(夜相談)【休】不定

ボディトリートメント [100分] 14,000円  
ボディ&フェイシャル [120分] 18,000円  
フェイシャル&ヘッド [110分] 17,000円  
ドライボディ [70分] 9,000円

宮古空港から10分。緑に囲まれた一棟貸切プライベートサロン。南国の香りに包まれて贅沢なオイルで全身トリートメント。70分から180分コースまでメニューも豊富。友達、カップル、夫婦などと一緒に施術可能。要予約。ホットペッパービューティ掲載店。

リラクゼーション整体 **ターチムーチ**  
TEL(0980) 72-0900  
Instagram: @tarchymoochy\_miyako  
【注】平良字久良1009-10【休】水曜、年末年始【営】15:00～21:00(月・木12:00～、最終受付19:00)

全身もみほぐし [60分] 3,900円  
全身オイルトリートメント [60分] 5,500円  
琉球アロマオイルセット(全身琉球オイル+足ら+琉球フェイシャル) [120分] 10,300円

女性整体師による繊細で的確な施術をリーズナブルな価格で提供する本格プライベートサロン。開業13周年を迎え、2022年春、移転リニューアルオープン。男性も「もみほぐし(60分・4,900円)」のみ施術可。大の字になれる幅130cmの広々ベッドも好評。ネット予約可。

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.miyakojima-h.tokuyhotels.jp/spa/

ここにしかない極上のリラクゼーション  
琉球アロママッサージ [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。

まほうのじかん  
薬草サロン うたね TEL 090-1818-7564  
おうちサロン てとは TEL 080-6497-8287  
【営】10:30～21:00(予約受付19:00※時間外も相談)【休】不定

## 1日1組予約限定 花に包まれる特別空間

2名のセラピストが施術する贅沢なコース。 フォーハンドソルトトリートメント(オイルボディ+ヘッド+SPフェイシャル) [90分] 20,000円  
草染めと白で調和した癒しの空間。 2名同時ペアトリートメント ※1名料金 (オイルボディ+SPフェイシャル) [90分] 16,000円  
※SPフェイシャルはお花スチームに変更可 (オイルボディ+ヘッド+SPフェイシャル) [120分] 20,000円

宮古島の季節の草花にこだわったスペシャルコラボサロン。たくさんの宮古島の植物と花に囲まれた古民家でオリジナル草花染シート・フローラルオイル・蒸留水を使った特別メニューを受けられる。非日常空間で花に包まれたちょっと贅沢な時間(=まほうのじかん)を過ごそう。極上気分を味わえる上、リラックス効果大で身体も心もほぐれるのが早いと好評。自分へのご褒美にも最適(誕生日割引あり)。

あなたのお店を 掲載してみませんか? 掲載店募集中

エステ ネイル マッサージ

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  
たけしょうの→HPに繋がります  
(株)たけしょう 0980-73-8739

**ひと味違った宮古島のお土産に**

宮古島の素材を独自にアレンジした商品が揃う。商品にまつわるストーリーも一緒に紹介。

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

●17ENDカラーヘアアクセサリー写真真中  
●極旨もずくキムチ  
●宮古島産もずく 500g 3,800円  
3,800円

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た「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グラスを使ったオリジナルアクセサリも人気。

MIYAKOJIMA GIFT **ちゅらかじ** [住] 平良字西里300-5 [営] 15:00~22:00 [休] 不定

TEL(0980) **79-7912**

**沖之光酒造** おきのひかりしゅぞう

▲「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。各お土産品店、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。

▲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、バッグ、小物などすべて好みの革でオーダーメイドできる。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** らんぷ

[住] 平良字下里1174-1 [営] 8:00~19:00 [休] 日曜

TEL(0980) **72-2245**

**宮古島の花のスパークリング**

宮古島産ハイビスカスを使ったワインやフェイスパック。行ってみる価値あり。

食事の後も立ち寄れる、夜11時まで営業。地元客も集まる安い店。試飲OK！なかなか手に入らない数量限定泡盛も買えるかも。購入後、全国発送可。

酒類専門店 **酒得** しゅとく

[住] 平良字下里779-1 [営] 10:00~23:00 [休] 無

TEL(0980) **74-2091**

**宮古島 鮫の生肝油**

軟骨のカンドロイチン100%  
アイザメの生肝油は  
α-トコフェロール 50mg/100g 含有  
スクアレン96.9%

鮫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(地原) 宮古島市平良字西仲宗根690-2あはねマンション (P.9-C4)

TEL:0980-73-4359 携帯:090-5943-1813

**焼き物販売、シーサー・器の陶芸体験**

明るく開放的な店内には個性的なシーサーがたくさん並び、まるで美術館のよう。シーサーの他にも湯のみ・皿・カラカラ(泡盛を入れる器)等の焼物も販売。オーダーや体験も可能。作品は全て手作りの為、常に新しいものが店頭と並んでオンラインショップ有り。

シーサー作り体験  
●シーサー・器  
●1人1器  
●1,980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。

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と並んでオンラインショップ有り。

シーサーモノガタリ [住] 平良字松原1135-6 [休] 不定 [営] 10:00~18:00 (受付16:00) ※夏季除く

TEL-FAX(0980) **75-0660**

**革工房 Lamp** らんぷ

▲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、バッグ、小物などすべて好みの革でオーダーメイドできる。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。

[住] 平良字東仲宗根888-6 [営] 12:00~17:00 [休] 土・日曜

TEL **080-7810-0029**  
Instagram: @lamp\_miyakojima

**上里さんご加工店** うえさとさんごこうてん

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。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る。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。

[住] 平良字西里10-1 [営] 11:00~18:00 [休] 不定

TEL(0980) **72-2814**

**染織布とキリムの店 ゆう**

オリジナルな物づくりに最適なはぎれ切り売 (10cm)も随時入荷中。

▲宮古上布を使ったハンドメイドの小物。  
▲普段使いに最適な月桃かごバッグ。

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糸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。

[住] 平良字久貝1080-12 [営] 13:00~19:00 [休] 不定

TEL **090-8589-4056**

お役立ちメモ もしもの時に...

**宮古島の主な病院**

病院・診療所

● 県立宮古病院 (0980)72-3151 P13-C6 外科、内科、小児科、他	● 宮古島徳洲会病院 (0980)73-1100 P10-C5 外科、内科、小児科、他
● 比嘉内科胃腸科医院 (0980)73-2161 P14-A2 内科、胃腸科	● 池村内科医院 (0980)72-3500 P13-D1 内科、皮膚科、他
● いけむら小児科 (0980)73-4970 P10-C2 小児科	● 松原歯科 (0980)73-1788 P13-D5 歯科
● 稲村耳鼻咽喉科 (0980)74-1187 P10-A4 耳鼻咽喉科	● 下地眼科医院 (0980)73-2228 P14-C3 眼科

夜間

● 県立宮古病院 (0980)72-3151 P13-C6	● 宮古島徳洲会病院 (0980)73-1100 P10-C5
-------------------------------	---------------------------------

動物病院

● 宮里動物病院 (0980)73-6130 P10-B4

**宮古島産 はちみつ**

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

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。

株式会社たけしょう事務所内 テーブルコーナーで好評販売中!

たけはらようほうしよ 宮古島はちみつ 70g/750円、140g/1,500円、280g/2,950円、350g/3,750円

**嵩原養蜂所 直売所** TEL.0980-73-8739 [販売時間] 午前 9:30~11:30、午後 14:00~16:30 ※土・日・祝日は休み

宮古島市平良字東仲宗根726-1 地図 P.10-C2

**三線と木工の老舗 宮古木工芸** みやこもこうげい

三線を購入すると初心者セットが無料でついてくる。職人が丁寧に作る三線は見事な仕上がりに。

常時20丁以上の三線を展示販売中。お気に入りの1本を見つけよう。原木から作品を作り出す。三線と木工で数々の賞を受賞。

[住] 平良字下里2616 [営] 9:00~18:00 [休] 日曜

TEL(0980) **73-3001**

**宮古島の代表的な食材**

<b>イラブチャー</b> 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。	<b>タマン</b> フエフキダイの仲間で刺身・煮付・汁物など調理法はいろいろ。地元では人気の魚。	<b>ミーバイ</b> 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。
<b>グルクン</b> 沖縄の果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。	<b>海ぶどう</b> 形がぶどうに似た海藻。ミネラルたっぷりで健康にいい。プチプチした食感が人気。	<b>アーサ</b> 岩のりのこと。乾燥させて保存する。水にもどすと綺麗な緑色。汁物がおいしい。
<b>アバサー</b> ハリセンボンのごとく。汁物にするとも美味しい。スタミナ食といわれる。	<b>ガサミ</b> 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。	<b>ヤコウ貝</b> 刺身やバター焼きで食べる。内側が真珠のような光沢を持ち、らでん細工の原料にも。
		<b>タカセ貝</b> 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。

**オーナーデザインのTシャツが人気**

オリジナルの可愛いイラストが人気のパーントゥTシャツ。

オリジナルリゾートウェア **パパヤ**

TEL-FAX(0980) **73-0685**

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「パーントゥ」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…2,300円～

[住] 平良字下里597-2-102 [営] 11:00～19:00 [休] 不定

**デザイナーが作るおしゃれな土産店**

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** でざいんまっち

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ぬぐい。

デザイン事務所が運営するおしゃれな土産店。パーントゥやまもろくんをはじめ、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。

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 ●まもろくんポケットTシャツ…3,300円 ●アイシングクッキー…(瓶)3,240円、(袋)950円 ●てぬぐい…1,100円

[住] 平良字下里572-3 [営] 10:00～19:00 [休] 不定

**海遊びの前にはシーダンサーへ**

シュノーケリング3点セットや水着も充実。

**SEA DANCER** しゃーだんさー

TEL(0980) **73-5882**

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ニンググッズを販売。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

**天然素材を使ったカラフルな雑貨**

宮古島の海と空の青さを感じさせる雑貨はビーチリゾートにぴったり。

南国雑貨 **TIDA** なんごくざっか ていだ

TEL(0980) **73-6320**

陶器のアクセサリ「太陽のしずく」。 オリジナルMIYAKOJIMAビーチT。 カラフルな宮古島まもろ君Tシャツ。

お店のコンセプトが宮古島の自然をテーマにしたオリジナル商品と、南国テイストの衣類や雑貨を製作・販売。宮古島のビーチをイメージした「MIYAKO JIMA BEACH」シリーズは大人気。ロンT、パーカー、トートバッグなどラインナップも豊富。

島の妖精「キジマナー」。 オリジナルキャンバストート。

上野店 平良店

[住] 平良字下里4 新大見謝ビル1F [営] 12:00～18:00 [休] 不定

**宮古島の海・空が詰まったお店**

沖繩の海を表現したような最高級天然石「ラリマー」は店内のパワースポット。 Shopの隠れ家アトリエで毎日創るResin Art。

**海工房** かいこうぼう

TEL-FAX(0980) **73-0849**

女性に人気のダンシングストーン。特許取得で高品質。

新作のMIYAKO OCEANリングや17END Glassなど、店内にはたくさんのアクセサリが揃っている。 <http://www.kaikobo.net>

●ラリマー…4,290円～ ●MARレジンアート…3,960円～ ●オリジナルミサンガ…1,540円～ ●17END Glass…1,320円～

[住] 平良字西里160 [営] 11:00～19:00 ※変更あり [休] 不定

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、ビキニ、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。

<http://www.deslie.jp>  
オンラインショップ <http://deslie-shop.jp>

[住] 平良字下里572 [営] 10:30～19:00(夏季20:00) [休] 不定

**海を感じるデザイナーのジュエリー**

K18ハンドメイドジュエリー。オーダー可能(要相談)。

Handmade Jewelry **DESLIE** ぞずりー

TEL(0980) **73-4076**

人気のBubbleシリーズ。

宮古島の海をイメージした鞆革は急な雨が多くの商品が揃っている。自分へのご褒美からちょっとしたヘアゴムや財布、リネンのワンピースなどを店の奥のお土産まで、家族、恋人、友達で楽しめる。最新情報はInstagramで確認を。 <http://soramoyo.ocnk.net>

[住] 平良字下里572-3 [営] 14:00～18:00 [休] 不定

革の鞆&財布&小物(P.51)、Tシャツ(P.52)、宮古上布

宮古島の海をイメージした鞆革は急な雨が多くの商品が揃っている。自分へのご褒美からちょっとしたヘアゴムや財布、リネンのワンピースなどを店の奥のお土産まで、家族、恋人、友達で楽しめる。最新情報はInstagramで確認を。 <http://soramoyo.ocnk.net>

●新品が増えてよりカラフルに、宮古島の海のように。人気のカメラ刺繍は海を泳いでいるよう。

●革のカゴバッグはよく見ると穴の形が魚に。内袋の色が選べる。ショルダーバッグもある。

[住] 平良字下里572-3 [営] 14:00～18:00 [休] 不定

**宮古島の生活で毎日使いたいもの**

▲宮古島まもろ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。まとめ買いで割引もあり。

Tシャツショップ **Avayu** あばゆー

[住] 平良字下里571-11 ホテルオアシティ共和1F [営] 10:00～20:00 [休] 日曜

TEL(0980) **75-3891**  
Instagram: @miyakojima.avayu

革の鞆&財布&小物(P.51)、Tシャツ(P.52)、宮古上布

宮古島の海をイメージした鞆革は急な雨が多くの商品が揃っている。自分へのご褒美からちょっとしたヘアゴムや財布、リネンのワンピースなどを店の奥のお土産まで、家族、恋人、友達で楽しめる。最新情報はInstagramで確認を。 <http://soramoyo.ocnk.net>

**soramoyo** そらもよう

TEL(0980) **73-0120**

宮古島の海をイメージした鞆革は急な雨が多くの商品が揃っている。自分へのご褒美からちょっとしたヘアゴムや財布、リネンのワンピースなどを店の奥のお土産まで、家族、恋人、友達で楽しめる。最新情報はInstagramで確認を。 <http://soramoyo.ocnk.net>

▲新品が増えてよりカラフルに、宮古島の海のように。人気のカメラ刺繍は海を泳いでいるよう。

●革のカゴバッグはよく見ると穴の形が魚に。内袋の色が選べる。ショルダーバッグもある。

[住] 平良字下里572-3 [営] 14:00～18:00 [休] 不定

**お気に入りの貝ランプをゲット**

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。貝ランプと言えばボコ。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ボコ**

[住] 平良字西里311-3 [営] 10:00～18:00 [休] 無

TEL(0980) **72-2041**

**植物検疫について**

▲本土・トカラ列島・久米島へ持ち出せないもの

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

▲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

発生地域	持ち出せないもの	害虫
沖縄県全域	さつまいもの加工品・かんぎつ類	カンキツグリーニング病
	パイナップル・マンゴーなどの果実	ミカンキジラミ
	ゴーヤ・スイカなどの果菜類	

▲アリモドキゾウムシによる被害さつまいも (約6mm)

▲イモゾウムシ (約4mm)

▲アフリカマイマイ (約4～12cm)

▲感染樹 健全樹

▲カンキツグリーニング病にかかった樹木。

ショッピング Shopping

ショッピング Shopping

### 農園直送 宮古島産完熟マンゴー

栄福果樹園 産地

6月～8月頃お届け

マンゴー農園ならはの美味しいマンゴースイーツをどうぞ

営業/5月～8月 事前に電話にてご確認ください

TEL 0980-72-9580  
http://www.islandnavi.net/eifuku/  
〒906-0011 宮古島市平良字東仲根添3481番地 P.9-C4

### ガラスの中に広がる美しい世界

花へ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** ぐるぐるぐらす

【住】下地字上地672【営】13:00～18:00【休】日曜  
TEL 080-3001-9990  
LINE: @guruguruglass

### 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  
まいばり  
エメラルドコースト ゴルフリンクス

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

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

### CROSS POINT MARKET

くらすばいんとまーけっと

TEL(0980) 74-7181

島内最大級の広々とした店内で、ゆったりショッピングができる。

特徴的な絵付けのやちむんが揃う。他では手に入らないような商品も。沖縄の伝統工芸品「ミンサー織」。

美しく豊かな自然の中で育まれた琉球文化をゆっくりと体感、体感できるマーケット。シーサー、やちむんや琉球ガラスを中心とした「作家が作る特別な土産品」は島内でも指折りの品揃え。定番のお土産菓子や特産品、泡盛なども豊富に揃っている。旅の記念や大切な人へのギフトに、ここでしか出会えない沖縄みやげがきっと見つかるはず。1万円以上購入で全国送料無料。オンラインショップで注文もできる。アクセスは下記QRから。

【住】上野字宮国974-2【営】9:00～22:00【休】無  
C 交 Pay P 家 HP IG 画 音 音 Instagram P.9-C

### 観光農園 ユートピアファーム宮古島

果物をたっぷり混ぜ込んだフルーツソフト。

南国フルーツや熱帯花木が年中見学できる観光農園。ハウスなので雨天時でも見学OK(一部傘での通行あり)。マンゴー、パイナップル、バナナ、パッションフルーツなど様々なフルーツがたわわに実る熱帯果樹園や、200品種が育つ色鮮やかなハイビスカス園、そして中でも壮観なのがブーゲンビリア園。宮古島市の花でもあるブーゲンビリアが豪快に咲き乱れ、まさにユートピアに迷い込んだかのような。直売所では宮古島の陽射しを浴びて育った採れたて果実や、旬のフルーツを使ったスイーツも味わえる。

●フルーツソフト…500円～ ●入園料(15歳以上)…360円(団体割引有)

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

### 宮古島 郊外店 MAP

宮古島は周囲約117.5km。郊外には広大なサトウキビ畑が広がり、美しいビーチや海岸線が続いていて、ドライブや周遊観光にも最適です。郊外の道路沿いや景勝地の近くには色々なお店が有ります。ドライブがたらこういってお店を訪ねてみれば、新たな感動に巡り会えるかも。

シギラベイサイドスイート アラマンダ  
マールンガ和琉創作 P.46  
マイヨール P.47  
グランマーレ P.47

P.46 南風屋台村・BBQ  
P.45 琉球の風 アイランドマーケット  
P.46 すし屋のかつ助  
P.46 南西の風  
P.46 ホテルシーブリーズコーラル  
P.47 小肥羊  
P.46 琉宮苑 彩海  
P.46 ホテルシギラミラージュ  
ザシギララウンジ P.47  
シギラートルベイ P.46

P.47 スターダストガーデン P.47  
GROSS POINT MARKET P.44  
FUNKY FLAMINGO P.47

P.49 とうんからや P.49  
TIDA P.49

アラマンダインギヤールコーラルヴィレッジ  
コーラルブルー P.47

※P.44～P.49に掲載しているお店です。

### 琉球の風 アイランドマーケット

りゅうきゅうのかげあいらんどまーけっと

TEL(0980) 74-7410

土産菓子は島内指折りの品揃え。沖縄らしい色とりどりの琉球ガラス。宮古島の酒造所を中心とした品揃え。

琉球ガラス・泡盛・お菓子・雪塩など宮古島のお土産はもちろん、八重山や奄美大島まで、離島の名産品も揃っている。リゾートウェアやマリナクティビティなどにぴったりのアイテムも豊富な品揃え。宮古島酒造メーカーの泡盛を中心に、お土産としてはもちろん、旅行滞在中に楽しめる酒類もたくさん揃う。1万円以上購入で全国送料無料。オンラインショップで注文もできる。アクセスは下記QRから。

【住】上野字宮国761-1【営】9:00～22:00【休】無  
C 交 Pay P 家 HP IG 画 音 音 Instagram P.9-C

### 人間国宝「金城次郎」の血を引き、その技を受け継ぐ。

300年余りの伝統のある壺屋焼。沖縄県伝統工芸士に認定された金城さんが、宮古島の自然を漂わせる独自の作品を生み出している。

宮古島壺屋焼窯元 **金城陶芸** きんじょうとうげい

【住】下地字川満803-1【営】10:00～18:00【休】不定  
TEL・FAX(0980) 76-6694  
Instagram: @kinjo\_togei

### 宮古上布(古布)を使ったブラウスや小物物が揃う。

宮古上布の伝統的技法で苧麻(ちよま)原料の植物を紡ぎ、藍玉やフクギなど様々な草木で染色した織物を仕立てた品が揃う店。

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

### 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

宮古島の情報が満載!!

宮古島ねっとはこちらから

https://www.miyakozima.net

郊外のお店情報

Shop information on the outskirts of Miyako-island

郊外のお店情報

Shop information on the outskirts of Miyako-island

**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。  
和牛と海鮮、島野菜のBBQ。併設のショップは品揃え豊富。

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ランチからディナーまで気軽に利用できる。毎晩開催されるイサーや三線のライブパフォーマンス(無料)も必見。団体200名迄可。

●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～

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(土日可)  
(2部) 18:30～20:30  
ステージ 19:30～(45分)  
PRICE ¥12,000  
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

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  
スナック  
1ドリンク付

Miyakojima Funky Night!  
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。

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寿司懐石も人気。

**すし屋のかつ勤** すしやのかつ勤  
[住]上野字宮国746-8[営]17:00～21:30(L.O)[休]水曜

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...11,000円～  
シェフのスペシャルティ極み「パエリア」5,280円  
マングローブソフシエルと魚介のベストカトリレンジネ 2,420円

島的新鲜食材を使った逸品。  
開放的な店内。テラス席も。

コースメニューの他、アラカルトも充実。  
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

**プッフェダイニング ポルトフィーノ**  
郷土料理から和食、洋食まで様々な料理が揃う。シェフが目の前で仕上げる五感で感じられるパフォーマンスプッフェを提供。

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

**レストラン コーラルブルー**  
肉料理や宮古島の食材を使用した栄養バランスの良い料理をバイキング形式で堪能できる。メニューは約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

**ザ シギララウンジ**  
ティータイムは賢沢で幸せを感じるアフタヌーンティーセットを愉しめるラウンジ。夜はバーとしてゆったりとした時間を過ごせる。

**ザ シギララウンジ**  
[住]上野字新里1405-201[営]10:00～23:00(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。

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ー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。

シギラベイサイドスイート アラマンダ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**  
プールサイドやフロア席でランチを楽しもう。リゾートの雰囲気にも包まれた、いつもとは違うゆっくりとした島時間を過ごすことができる。

ラウンジ **マイヨール**  
[住]上野字新里926-25[営]9:30～11:30(L.O)、12:00～16:00(L.O)、20:00～21:30(L.O)[休]無

TEL(0980) 74-7100

**ラウンジバー ロベルトソン**  
船のデッキをモチーフにしたラウンジバー。昼間は香り高いコーヒーや軽食、夜はカクテルを楽しめる。泡盛も豊富に揃っている。

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**  
海を一望できるレストランで窯焼き本格ピッツァを。昼は焼きたてのピッツァ・パスタやスイーツ、夜は宮古島の食材を活かしたイタリアンを味わえる。

**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]不定

TEL(0980) 74-7225

**極上の宮古牛を堪能できる**  
特選コースから希少部位まで宮古牛をとことん満喫。炭火で極上の焼肉を。

地元でも入手困難な特選宮古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** りゅうぐわえん  
[住]上野字宮国974-7[営]17:00～21:30(L.O)[休]不定

TEL(0980) 74-7229

**本格手打ち蕎麦と季節の逸品を**  
宮古島をはじめ全国から旬の蕎麦の実を仕入れ、石臼引き自家製粉で本格手打ち蕎麦を提供。地元食材を活かした肴もあり、居酒屋感覚で楽しめる。

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** しゃぶふえいやん  
「医食同源」を追求し、秘伝のレシピで作られた火鍋スープには数十種類の漢方食材が配合されている。宮古島ならではの食材も楽しめる。

薬膳火鍋 **小肥羊**  
[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**  
宮古島産の島野菜や魚介類を愉しめるピッツェリア。カチャトーラやサルティンボッカなどのイタリア料理やワインをカジュアルなスタイルで。

**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]不定

TEL(0980) 74-7274

**グランマーレ**  
ラグジュアリーな雰囲気の高級イタリア料理レストラン。落ち着いた照明の店内で厳選された食材を使ったイタリアンフレンチの魅惑的な食の旅を。

**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)

# ドライブ中の注意!!

宮古島の郊外では道路にサトウキビがはみ出していたり、野鳥や小動物が飛び出したりすることがあります。また、見通しの悪い交差点があったり、農道が県道と同じくらい道幅が広いために、優先道路と勘違いして脇道から飛び出してくる車が多かったりと色々注意が必要です。制限速度も40~50km/hなので、スピードの出し過ぎにも注意しましょう。

↑  
サトウキビが道路にはみ出たりするので要注意!

野鳥や小動物の飛び出しにも注意!

▲「虹色パフェ(左)」と「アيسクリングブル(右)」。

沖繩のローカルアイス「アيسクリン」と季節のフルーツを使った「虹色パフェ」がオススメ。キビまる豚のトンカツなどのフードメニューもあり。

**アイスクリンカフェ Mi-ma** みーま  
 [住] 上野字宮国575-2  
 [営] 11:00~17:00(L.O.) ※夜は要予約 [休] 水曜  
 TEL 070-2792-8454  
 Instagram: @icecream.cafe\_mima

宮古島の生もずくと県産豚のオリジナルハンバーグ。絶景が楽しめるテラス席。

水線が一望できる島カフェ

島のフルーツスムージー。

宮古島の生もずくと県産豚のオリジナルハンバーグ。絶景が楽しめるテラス席。

南海岸の海を一望できる絶景カフェ。水線眺めながら宮古島の食材を使った手作りの料理やスイーツを味わえる。隣にはオリジナル商品が揃う雑貨店もあり。

**島cafe とんからや** 南国雑貨 TIDA なんこくざっかていだ  
 [住] 上野字新里1214 [営] 11:00~17:00(L.O.) [休] 月曜  
 TEL-FAX (0980) 76-2674  
 Instagram: @tida1214

宮古産黒あずきを使用。

さとうきび搾りジュース。 さとうきび搾り体験も可。

鮮度にこだわった、さとうきび搾りジュース。 さとうきび畑に囲まれた、島の自然を感じられる店。人気のさとうきび搾りジュースをはじめ、甘味は全て黒糖・きび糖を使用しているの、自然の甘味を味わえる。

**宮古ぎび茶屋** みやこぎびちやや  
 [住] 平良字狩俣129 [営] 11:00~16:00(L.O.) [休] 不定  
 TEL (0980) 79-0557

全席テラス席なので水着でもOK。

きれいな庭のガーデンカフェ。大きなシーサーが笑顔いっぱいでお出迎え。おいしい食事やオリジナルの黒糖ゼンザいで癒いのひと時を。

**てんとむし**  
 [住] 下地字川満558-16 [休] 不定  
 [営] 春・夏・秋10:00~19:00(L.O.)、冬10:00~18:00(L.O.)  
 TEL 090-1943-9932

▲カルピジャーニ社製のマシーンで作ったソフト。

全国でも珍しいヤギミルクのソフトクリームは安定剤不使用の無添加。牧場で放し飼いの鶏卵を使った低糖質仕上げの牧場ぷりんもオススメ。

**ツンフグ牧場** つんぶくぼくじょう  
 [住] 下地字川満800-28 [休] 水曜(祝日は営業)  
 [営] 11:00~16:30(冬季は変更あり、土日祝日10:30~)  
 TEL 090-5443-4936  
 Instagram: @tsunfugu\_farm

▲食事、デザートメニューは季節によって変更あり。

来間島、竜宮城展望台の隣にある農家レストラン。人気のデザートメニューはもちろん、季節の新鮮な島食材を使った食事メニューも豊富。

**農家れすとらん 楽園の果実** らくえんのかじつ  
 [住] 下地字来間476-1 [営] 11:00~17:30(L.O.) [休] 火曜  
 TEL (0980) 76-2991

▲軟骨ソーキと三枚肉のつた「まるかみそば」。

経の旨味たっぷりのスープと独自配合のコシのある自家製麺が自慢。プラス200円で、もずくジュシー、もずく酢付きのセットにできる。

**沖縄そば まるかみ**  
 [住] 下地字来間91 [営] 11:00~15:45(L.O.) [休] 日曜・不定  
 TEL 070-8306-4642  
 Instagram: @marukami\_okinawa

▲人気の「ソーキそばイセエビセット」。

「余情残心(心に残る価値づくり)」がモットー。地元客が多く、ボリューム満点でそばから伊勢エビまでメニューが豊富。宮古空港近く。

**庶民の味処 金吾** きんご  
 [住] 平良字西里1876-13  
 [営] 10:30~14:00、17:30~21:30(L.O.) [休] 月曜  
 TEL (0980) 73-0620

▲昔ながらの素朴な料理を今も変わらず提供する。

老舗の郷土料理店で「おきなわ食材の店」に認定されている。地元客、観光客ともに根強い人気があり、長年通い続けるリピーターが多い。

**郷土料理・海鮮料理 おふくろ亭**  
 [住] 上野字新里36-1  
 [営] 18:00~21:00(L.O.) [休] 木・日曜  
 TEL (0980) 74-7723

# 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。

フォローもよろしくね!

**#宮古島を旅行中** #ガイドブック宮古島

**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 #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。

**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 #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。

**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日以上経過後にご返信がない場合は他の方にプレゼントを譲ることとします。

・日本国内の発送に限定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

個人情報: 当選者の方には個人情報を提供いたし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。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。

▲オススメの「宮古そばde担々麺(汁あり)」。

昭和の雰囲気漂う昔ながらの食堂。丁寧に汁をとったソーキそば、湧泉そばや沖縄定番のチャンポン(写真小)は地元客にも人気。

**しま食堂 湧泉家** わくみや  
 [住] 下地字川満126 [営] 11:00~15:30(L.O.)  
 [休] 火曜、第2・4水曜  
 TEL (0980) 76-2501  
 Instagram: @simashokudo\_wakumiya

▲海ぶどうがたっぷりのつた磯井が人気。

タコ料理といえばココ。タコと海ぶどうの相性が抜群の磯井は豚肉入りももずく、ジーマミー豆腐が付いてボリューム満点。弁当の販売もあり(当日予約)。

**お食事処 すむばり**  
 [住] 平良字狩俣786-4 [営] 11:00~17:00(L.O.) [休] 水曜  
 TEL (0980) 72-5813

▲池間島に来たら必ず食べておきたいサザエそば。

池間島の食事処。サザエのつば焼き等、宮古島の特産品の直売もあり。また紅いもモチに人気があり、地元の人も買ってくる程ファンが多い。

**池間大橋売店 海美来** かいみーる  
 [住] 平良字池間1173-7(池間大橋たもと奥)  
 [営] 9:00~17:00(L.O.) [休] 無  
 TEL (0980) 75-2121

▲ハワイ・ノースショアのシュリンプトラック。

アメリカからやってきたシュリンプトラック。濃厚ガーリックシュリンブと海が見えるテラス席が人気。サンセットスポットの西平安崎にドライブ。

**ハリーズ シュリンプトラック**  
 [住] 平良字狩俣358-1(西平安崎展望台前)  
 [営] 11:00~18:00(L.O.) [休] 火曜  
 TEL (0980) 72-5610  
 Instagram: @harrysshrimptruck

▲自家製アイスクリームを添えたワッフルなど。

砂山ビーチ近くの一軒家カフェ。地産地消にこだわり、ソースやアイスクリームなども島産材を使った自家製。オリジナルのおしゃれな雑貨も販売。

**スナヤマカフェ**  
 [住] 平良字荷川取655-2  
 [営] 11:30~18:00(L.O.) [休] 日曜  
 TEL (0980) 79-0550  
 Instagram: @sunayama\_cafe

# クース

島とうがらしを泡盛につけたもの

沖縄の食堂には必ず置いてある調味料。そばをはじめ、野菜炒めや鍋物、刺身などさまざまな料理のアクセントとして使われています!

泡盛の香りとピリッとした辛さが魅力。味を強くするのは要し注意。

**豆知識**

クース

宮古島のオススメ

# 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！



愛らしーサー

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.11-C5 ● 0980-75-0660  
● 10:00~18:00 ● 不定休  
● シーサーモノガタリ (40ページ)

## シーサー



ゆんたくおとーりシーサー

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.9-D6 ● 0980-76-2266  
● 10:00~19:00 ● 月曜日  
● 太陽が窯 (36ページ)



あーぐシーサー

数々の賞を受賞してきた窯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.11-D2 ● 0980-72-3948  
● 9:30~17:00 ● 日曜日  
● みやこ焼 (36ページ)



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。シーサーも付いてとっても可愛い。

● P.9-C4 ● 0980-72-8981  
● 10:00~18:00 ● 不定休  
● 球 (36ページ)

## 宮古上布



宮古上布のトートバッグ

宮古上布で作られたトートバッグ。とってもオシャレでA4サイズの大きさで中にはポケットもあってとっても実用的。

● P.11-C5 ● 090-8589-4056  
● 13:00~19:00 ● 不定休  
● ゆう (41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.9-C ● 0980-72-6847  
● 8:00~18:00 ● 不定休  
● 西原織物 (45ページ)

## 焼き物



コーヒーカップ

伝統工芸士の金城さんから受け継いだ壺屋焼で作られるコーヒーカップは飾っているだけでも心が和む。このカップで飲むコーヒーは格別な味に間違いなし。

● P.9-C5 ● 0980-76-6694  
● 10:00~18:00 ● 不定休  
● 金城陶芸 (45ページ)



海のパネル

今話題沸騰中のレジンアート。宮古島の鮮やかな青い海と砂浜が表現されている。一目惚れすること間違いなし。

● P.14-B3 ● 0980-79-0239  
● 10:00~19:00 ● 不定休  
● DESIGN MATCH (42ページ)



Ocean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に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.14-A1 ● 0980-73-0849  
● 11:00~19:00 ● 不定休  
● 海工房 (43ページ)



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だからこれを買えば三線の名手(?)になれるかも。

● P.11-E4 ● 0980-73-3001  
● 9:00~18:00 ● 日曜日  
● 宮古木工芸 (41ページ)

## 三線

## アクセサリ

### 島の素材を使った陶器のアクセサリ「太陽のしずく」

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.14-A2 ● 0980-73-6320  
● 12:00~18:00 ● 不定休  
● TIDA (42ページ)



ウミノカケラミヤコブルーピアス

キラキラ輝く宮古島の海を思い出させるミヤコブルーのピアス。つけるといつも宮古島旅行を思い出せる。

● P.9-C5 ● 080-3001-9990  
● 13:00~18:00 ● 日曜日  
● Guru Guru Glass (44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.30-D ● 0980-78-3573  
● 11:00~18:00 ● 不定休  
● DESILIE sail out to the sea (32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なペンダントトップ。品切れ続出で早めに買いに行こう。

● P.12-B2 ● 0980-72-2814  
● 11:00~18:00 ● 不定休  
● 上里さんご加工店 (41ページ)

### 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Simoji 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.14-A1 ● 0980-73-0849  
● 11:00~19:00 ● 不定休  
● 海工房 (43ページ)



ウニランプ直径(12cm前後)

なかなか手に入らないウニの殻。気持ちや和むやわらかい光は部屋のインテリアとしても最適。

● P.14-D1 ● 0980-72-2041  
● 10:00~18:00 ● 無休  
● 909ポコ (43ページ)

## 雑貨



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.8-C3 ● 0980-79-0550  
● 11:30~18:00 ● 日曜日  
● スナヤマカフェ (49ページ)



革のスマホケース

丈夫な革で作られたスマホケース。使いやすくて長持ちしている様々な種類のスマホに対応してくれるのでオーダーしてみよう。

● P.14-B3 ● 0980-73-0120  
● 14:00~18:00 ● 不定休  
● soramoyo (43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。防水性・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.14-B3 ● 0980-73-4076  
● 10:30~19:00 (夏20:00) ● 不定休  
● DESILIE (43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。防水性・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.14-B3 ● 0980-73-4076  
● 10:30~19:00 (夏20:00) ● 不定休  
● DESILIE (43ページ)



琉球ハーブパウダー・エキス・フェイスマスク

宮古島で育ったハイビスカスを使ったハーブエキスとパウダー。鮮やかなハイビスカス色で酸味と甘味がカクテルやビールなどのフレーバーにオススメ。

● P.13-D4 ● 0980-74-2091  
● 10:00~23:00 ● 無休  
● 酒得 (41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.10-C2 ● 080-7810-0029  
● 12:00~17:00 ● 土曜日・日曜日  
● Lamp (40ページ)



リングホルダー

サンゴや貝殻で作った世界に一つだけのリングホルダー。オシャレに飾られインテリアにも最適。

● P.8-④ ● 090-5734-1202  
● 10:00~17:00 ● 不定休  
● マーメイド (36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.14-A2 ● 0980-73-6320  
● 12:00~18:00 ● 不定休  
● TIDA (42ページ)



アオウミガメ(緑)ぬいぐるみ

可愛いウミガメのぬいぐるみ。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.9-② ● 0980-74-7410  
● 9:00~22:00 ● 無休  
● 琉球の風 アイランドマーケット (45ページ)

リゾートウェア



**DIVE MIYAKOJIMA Tシャツ**  
可愛いイラストの新作Tシャツ。コップの中でダイバーがストローでシュノーケル。環境問題を考えるデザインかもね。  
P.14-C3 ☎0980-73-0685  
11:00~19:00 不定休  
パルパ(42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。こちらも今年の新作デザイン。  
P.14-C3 ☎0980-73-0685  
11:00~19:00 不定休  
パルパ(42ページ)



**カメ座Tシャツ (90~160、S~3XL)**  
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.14-B3 ☎0980-73-0120  
14:00~18:00 不定休  
soramoyo(43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」とちゅうらかがコラボしたオリジナルのTシャツ。パステルカラーが3色あってどの色もとっても可愛い。  
P.14-B1 ☎0980-79-7912  
15:00~22:00 不定休  
ちゅうらか(40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.14-B3 ☎0980-79-0239  
10:00~19:00 不定休  
DESIGN MATCH(42ページ)



**ビーチ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.14-A2 ☎0980-73-6320  
12:00~18:00 不定休  
TIDA(42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.14-B3 ☎0980-75-3891  
10:00~20:00 日曜日  
Avaluy(43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.14-B3 ☎0980-73-5882  
10:00~19:00 不定休  
SEA DANCER(42ページ)

サプリ



**宮古島の深海鮫の生肝油**  
血液サラサラ効果があると言われる鮫肝油。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.9-C4 ☎0980-73-4359  
鮫肝油(41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.10-C3 ☎0980-72-2245  
8:00~19:00 日曜日  
沖之光酒造(40ページ)



**紅いもち**  
おもちに紅いもが入ったスイーツで海美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.8-C ☎0980-75-2121  
9:00~17:00 無休  
海美来(49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.30-B ☎0980-78-6602  
9:00~19:00 無休  
みやこ下地島空港ターミナル(33ページ)

グルメ

**Grand Bleu Gamin**  
グランブルーギヤマン Private Villas  
Cafe Restaurant  
東京・恵比寿のフレンチ「オー・ギヤマン・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。  
ランチの一例    ディナーコースの一例  
LUNCH 12:00-14:00    TEL.0980-74-2511  
DINNER 17:30-22:00    宮古島市平良荷川取1064-1  
B.A.R 20:30-24:00    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.9-C3

**Fruits Parlor 果実家** かじつや  
▲SNS映える萌え断フルーツサンド(土日限定)。フルーツと自家製パン、生クリームとのバランスにこだわったフルーツサンドが人気。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。  
TEL.090-9400-0385  
Instagram: @kajituya07

**ブルーシール宮古島バイナガマ店**  
TEL(0980)79-0310  
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。  
定番から季節限定のフレーバーまで種類も豊富に揃う。色々なフレーバーの中からお気に入りを見つけよう。  
人気のフロゼンシェイク。    オリジナルグッズの販売も。  
フロゼンシェイク(シングル)…510円    ジュニアダブル…500円    アイス(シングル)…380円  
[住] 平良字久良654-23(バームタウン内) [営] 10:00~20:00(L.O.)

**レモネードbyレモニカ宮古島店**  
TEL(0980)79-0205  
抽出法にこだわった自然派レモネード  
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。  
[住] 平良字久良654-23(バームタウン内) [営] 10:00~20:00(L.O.)

**VIVID SNOW ICE 宮古島店**  
TEL.080-9129-0528  
Instagram: @vividsnowice\_miyakojima  
可愛いフォトスポットでスイーツ&シーシャを。韓国・香港発の人気スイーツ&シーシャを楽しめる店。可愛いフラワーカーテン&ハンモックのフォトスポットでSNS映える写真を撮ろう。

**宮古島のフルーツ**  
マンゴー 6~8月頃    島バナナ 年中    ドラゴンフルーツ 6~7月頃    スターフルーツ 9~10月頃    グアバ 8~10月頃  
レシブ 7~9月頃    釈迦頭 7~9月頃    シークワーサー 8~10月頃  
パッションフルーツ 6~8月頃    カニステル(エッグフルーツ) 1~4月頃    パパイヤ 年中

**しろくまカフェ宮古島店**  
TEL(0980)79-9630  
Instagram: @sns\_shirokuma  
▲熱々の肉厚カツサンドをガブッとワイルドに。    バイナガマビーチから徒歩5分にあるアニメコンセプトカフェ。子どもから大人まで楽しめる可愛くてボリュームのあるメニューが充実している。

## もずく麺屋 んつばた

いつでももずく麺が買える! 冷凍自販機がどんどん増えてます!

漁師が営むもずく麺屋

宮古島産もずくが食べ放題!

コシのある麺とこだわりのかき揚げが相性抜群 ぶっかけもずく麺 550円 真謝そば 600円

伊良部のカツオでダシをとったスープが自慢の

もずく麺屋 んつばた までい通り店  
宮古島市平良字西里 381  
久松製麺所  
宮古島市平良字久貝 1067-8  
プライダルハウスは  
宮古島市平良字西里 975-1

営業 11:00~16:00(L.O.15:00) 定休日 日曜日 宮古島市平良字西里381-1F 地図 P13-D2 インスタもチェック!

TEL 0980-79-7983

## 宮古島とんかつ琉宮

最高級の松阪ロースかつを堪能

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。 イオンタウン内2Fにある。

とろける美味しさの松阪ロースかつ。ランチは安くボリューム満点。 カツオ風味のスープが自慢の沖縄そば。 イオンタウン内にあるとんかつ専門店。最高級の良質豚を使ったとんかつはもちろん、一品料理から安くボリューム満点のランチやそばまで幅広いメニューが揃う。お膳料理を注文した人は、ごはんやキャベツがかわり自由。店内は広くて開放的で、1人から子ども連れや大人数まで対応できる。

●松阪ロースかつと海老フライ膳...2,068円 ●松阪ロースかつ膳...1,738円 ●チキンかつランチ...858円  
●沖縄そば...638円

みやこじまとんかつりゅうぐう  
TEL・FAX(0980) 73-2620

[住]平良字松原551-2F [営]11:00~21:00(L.O) [休]無

C 交 換 P 可 座 個 障 禁 分 128 歳 カ テ 座 個 障 禁 分 Instagram P.10-C4

## ラーメン とな太 宮古島店

オープンから26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。

●炙り焼豚プレミアム(左) 980円  
●魚介濃厚つけ麺 880円  
●島野菜のタンメン(右) 750円  
●一口牛若キョウザ(奥) 500円

▲ラーメン とな太 宮古島店 とな太みやこじままで  
[住]平良字下里1154-9  
[営]11:00~15:00, 17:30~21:00(L.O) [休]木曜  
TEL(0980) 73-3591

## ラーメン 宮古島産車海老の濃厚味噌そば

宮古島産車海老の濃厚味噌そば

●宮古島産車海老の濃厚味噌そば 1200円  
●宮古牛ホルめん 1100円  
●季節限定めん 800円  
●しおラーメン 800円

▲宮古島産車海老が2尾入った濃厚味噌そば。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逸品。2022年6月移転。

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逸品。2022年6月移転。

ラーメン とな太 宮古島店 とな太みやこじままで  
[住]平良字西里845-1  
[営]10:00~16:00(L.O)完売次第終了 [休]土曜  
TEL(0980) 79-0597  
Instagram: @summertaiyo

## 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。

●宮古そばセット(下リンク付) 850円  
●てひちそば 780円  
●野菜そば 770円  
●かつ丼 750円

▲人気メニューのソーキそばセット。

和風亭 宮古島シティ店 和風亭みやこじままで  
[住]平良字下里1517-1 [営]11:00~16:00(L.O) [休]水曜  
TEL(0980) 72-8304

## 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。

●カットステーキ(写真上) 1098円  
●そば定食(写真下) 988円  
●チキンソテー 548円

▲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。

ジョイフル宮古店 和風亭みやこじままで  
[住]平良字下里605 [営]7:00~23:30(L.O) [休]無  
TEL(0980) 74-2205

## 和食中心のファミリーレストラン 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。

サンエー宮古島シティ店に移転、リニューアルオープン。普段着で気軽に楽しめる和食中心のレストラン。寿司や天ぷらなど、旬の食材を使ったメニューが人気。

和風亭 宮古島シティ店 和風亭みやこじままで  
[住]平良字下里2511-43 [営]10:30~21:00(L.O) [休]無  
TEL(0980) 73-8811

## 天下一品 宮古島店

ビールによく合う美味しいおつまみが勢揃い。アサヒ生ビールが安く、昼から飲める。お腹がすいたら、こってりした中華そばなどをガッツリすすらう。

●中華そば(こってり) 890円  
●アサヒ生ビール(あっさり) 390円

▲四川辛揚、餃子などビールがすすむ人気のおつまみ。ビールによく合う美味しいおつまみが勢揃い。アサヒ生ビールが安く、昼から飲める。お腹がすいたら、こってりした中華そばなどをガッツリすすらう。

天下一品 宮古島店 とな太みやこじままで  
[住]平良字久貝11047-13  
[営]11:30~22:00(L.O) [休]火曜  
TEL(0980) 79-9577

## ファミリーレストラン ぱっしらん

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。

●幕の内(手前) 1210円  
●味噌かつ丼(右奥) 880円  
●アサヒ生ビール(左奥) 880円  
●アサヒ生ビール(中央) 880円

▲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。

ファミリーレストラン ぱっしらん 和風亭みやこじままで  
[住]平良字西里934 [休]木曜(変動あり)  
[営]10:00~20:00(L.O)、水・日曜16:00(変動あり)  
TEL(0980) 72-0548

## いなまる食堂

札幌の有名店仕込みの本場ラーメンが味わえる。ラーメン屋が作る宮古そばも美味しいと地元で評判。北海道細澤牧場のソフトクリームも人気。

●札幌みそラーメン(写真上) 880円  
●ハクサイパンチ 780円  
●宮古そば 750円

▲本場の味「札幌みそラーメン」は地元の人に大人気。札幌の有名店仕込みの本場ラーメンが味わえる。ラーメン屋が作る宮古そばも美味しいと地元で評判。北海道細澤牧場のソフトクリームも人気。

いなまる食堂 和風亭みやこじままで  
[住]平良字下里338-11  
[営]11:30~15:30, 17:30~21:30(L.O) [休]水曜  
TEL・FAX(0980) 79-9321  
Instagram: @inamaru.hirosan

## 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。

ホテル直営で女性に人気の明るく開放的なレストラン。朝食からランチまで地元食材を使った郷土料理が美味しいと評判。サイドメニューも充実。

レストラン Soleil それいゆ  
[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・木曜のランチ  
TEL(0980) 75-3352(レストラン直通)

## 農場食堂 いちばしよくどろ

フルーツとマスカルポーネチーズのサラダ。 バイナガマビーチ近くの店。

野菜やフルーツたっぷりの料理と自然派ワインを楽しめる。日替りランチが人気。ディナータイムはコースのみで、シェフが作るその日一番の料理が並ぶ。

農場食堂 いちばしよくどろ 和風亭みやこじままで  
[住]平良字久貝667-1 [営]11:30~21:00(L.O) [休]日・月曜  
TEL 090-6866-9507  
Facebook: @ichibashokudo.miyakojima

## BEAR'S

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

●ふわとろタコライス(M) 1050円  
●ガバオライス(M) 1050円  
●チキンオムライス(M) 800円

▲地元のにも人気の「ガバオライス(M)」。宮古島では珍しいふわとろの玉子がのったオリジナルタコライスが味わえる。ガバオライスや丸焼きガリックチキンなど南国風メニューが人気。

BEAR'S べあーず  
[住]平良字西里57-46 [営]11:00~22:00(L.O) [休]無  
TEL(0980) 79-7822  
Instagram: @bears\_kuma

## BUTASUN curry

12時間寝かせたとろとろ三枚肉を使ったカレー。 フードコート内のカレー店。宮古牛、宮古しま豚ソーセージ、アグー豚を堪能できる。トッピングメニューも豊富で、自分だけの特別なカレーを楽しめる。

●マンゴージュース(写真上) 490円  
●ブルーベリーアイス(写真下) 290円  
●ソフトクリーム 350円

▲12時間寝かせたとろとろ三枚肉を使ったカレー。フードコート内のカレー店。宮古牛、宮古しま豚ソーセージ、アグー豚を堪能できる。トッピングメニューも豊富で、自分だけの特別なカレーを楽しめる。

BUTASUN curry ぶたさん かりー  
[住]平良字西里1283(ドン・キホーテ内)  
[営]11:00~22:00(L.O)、日・祝日15:00 [休]年末年始  
TEL 090-1084-5757  
Instagram: @butasun\_myk

## 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。

●サンゴセット(左奥) 1330円  
●刺身定食(右奥) 1165円  
●のむらランチ(右) 1100円

▲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。

レストラン のむら  
[住]平良字西里309-1 [営]11:00~22:30(L.O) [休]無  
TEL(0980) 72-2630

## お酒を飲んだ帰りはお任せください!!

【基本料金】  
0~3kmまで 1,000円  
以降1km毎に 300円増

伊良部島 ¥2,500~ 池間島 ¥4,500~  
プリズベイマリーナ ¥3,500~  
東急ホテル ¥2,500~

営業時間 / PM8:00~AM2:00

運転代行 ぴ〜す  
TEL 090-1088-8852

## 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も人気。

海鮮 悟空 せいくわ  
[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  
Instagram: @kaisengoku.miyakojima

## 琉球居酒屋 あばら樹

島食材を使ったあばら樹人気のメニュー。 石積み風の壁に赤瓦の屋根が自印。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



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.13-D3

**宮古島に  
この塊肉あり!**

Oldman, Japan  
Certified by  
DOUG'S BURGERS  
多良間牛

多良間牛は(株)ダグズ・バーガーの登録商標です。

**焼肉屋** やきにくや  
[住] 平良字西里992-2  
[営] 17:00~22:00 (L.O.)、日曜21:30 (L.O.) [休] 不定  
TEL (0980) 74-3006

▲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。

●焼肉屋カルビ(宮古島牛) 17100円  
●泡盛オリジナルポトル 300ml 1430円  
●カルビ 9970円  
●ロース 4000円

▲店に焼肉と時間無制限セルフ飲み放題の店。120種類以上の飲み物が時間無制限で777円。「ガイドブック見た」でぷるしんキムチを1皿サービス。

●宮古牛 212000円  
●ロースカルビ 170000円  
●ピピンパルク 各77000円  
●自家製ナムルキムチ 55000円

**焼肉 ぷるしん宮古島店**  
[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

●極ミックス 2200円  
●タンミックス 2200円  
●赤ミックス大(200g) 2398円  
●白ミックス大(200g) 2398円  
●新鮮レバー 9000円

▲家族連れもゆっくりくつろげる落ち着いた店内。  
創業44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。

●宮古牛 212000円  
●ロースカルビ 170000円  
●ピピンパルク 各77000円  
●自家製ナムルキムチ 55000円

**焼き肉 権兵衛** こんべい  
[住] 平良字西里303-2F [営] 17:30~ [休] 不定  
TEL (0980) 72-0408

▲アメリカンサイズの宮古牛トマホークリブアイ。  
●伊勢えびとテンダーロインステーキのセット...6,050円 ●トマホークリブアイ...5,390円 ●テンダーロインフィレステーキ(200g)...4,950円  
●サーロインステーキ...3,850円 ●アグー豚&ヤンバル地鶏のセット...2,728円



大航海時代の客船をイメージして作られた店内。



伊勢えびとテンダーロインステーキのセット。

**キャプテンメリアン**  
TEL (0980) 72-7815

▲アメリカンサイズの宮古牛トマホークリブアイ。  
●伊勢えびとテンダーロインステーキのセット...6,050円 ●トマホークリブアイ...5,390円 ●テンダーロインフィレステーキ(200g)...4,950円  
●サーロインステーキ...3,850円 ●アグー豚&ヤンバル地鶏のセット...2,728円

●宮古島のステーキ 3300円  
●海ブドウ、島伊勢海老アグー豚あぶり焼き 4000円  
●近海魚の料理、島つきょう、泡盛焼酎、インシヤンパン

▲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。

●宮古島のステーキ 3300円  
●海ブドウ、島伊勢海老アグー豚あぶり焼き 4000円  
●近海魚の料理、島つきょう、泡盛焼酎、インシヤンパン

**キャプテンメリアン**  
TEL (0980) 72-7815

▲アメリカンサイズの宮古牛トマホークリブアイ。  
●伊勢えびとテンダーロインステーキのセット...6,050円 ●トマホークリブアイ...5,390円 ●テンダーロインフィレステーキ(200g)...4,950円  
●サーロインステーキ...3,850円 ●アグー豚&ヤンバル地鶏のセット...2,728円

●宮古島のステーキ 3300円  
●海ブドウ、島伊勢海老アグー豚あぶり焼き 4000円  
●近海魚の料理、島つきょう、泡盛焼酎、インシヤンパン

**Instagram**  
も見てね!

#宮古島好きの人と繋がりたい #ガイドブック宮古島

GUIDEBOOK\_MIYAKOJIMA

@guidebook\_miyakojima

Follow Me

最新情報を お店や 発信中

ガイドブック宮古島

**A4等級以上宮古牛一頭買い**

SNS映え間違いなしの「なかお特選盛り」。

沖縄ならではの「テビチ&珍味盛り合わせ」。

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」。

宮古牛の焼肉と島料理の両方を楽しめる宮古島では珍しい焼肉屋。柔らかくきめ細やかな肉質のA4等級以上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。島食材をふんだんに盛り込んだ島料理メニューも人気。無煙ロースターなので、服や髪においがつきにくいと女性にも好評。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

**沖縄海鮮料理と沖縄和牛の店**

島食材 **magara** まがら  
TEL (0980) 73-1367

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

▲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。

●宮古島のステーキ 3300円  
●海ブドウ、島伊勢海老アグー豚あぶり焼き 4000円  
●近海魚の料理、島つきょう、泡盛焼酎、インシヤンパン

**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ポール1F  
[営] 11:30~14:30 (L.O.)、17:30~21:30 (L.O.) [休] 無  
TEL (0980) 75-7511

●宮古牛コース 42000円  
●Aランク宮古牛ひとくちステーキ 3000円

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。

**朝5時まで営業中**

**DINING BAR 'ekolu**  
MIYAKO ISLAND  
ダイニングバー エコル

TEL 0980-79-5561  
または 090-6619-3333  
営業 21:00~翌5:00  
フード L.O.4:00、ドリンクL.O.4:30  
定休日/月曜  
宮古島市平良字下里562-1 D-Court IIビル3F-B

島食材のハワイ料理が楽しめるダイニングバー

●ワインの種類も豊富 ●カラオケもあります

シーサーにも性別が...  
オスは口を大きく開けて魔物(マズムヌ)を捕まえ、メスは福をたくさん呼び込んで迷がさないとされています。

魔物(マズムヌ)から家を守る沖縄の守り神

シーサーの置き方は?  
対で置く場合は、一般的に正面から見て右が「オス」、左が「メス」になります。2体を対にして少し離して置くこと、「オス(陽)」と「メス(陰)」の間に境界ができ、悪霊を追い返すという説もあります。屋根獅子として単体で置く場合は「オス」が多いようです。

### ジーマミ豆腐

生の落花生に水を加えてすりつぶし、布などでこした汁にでんぷんを加え、火にかけて練り上げ、冷やし固めたもの。滑らかな食感と甘い上タレとの絡み合いがクセになる美味しさ。

ジーマミ(ズمامミ) = 落花生(ピーナッツ)

見た目、名前ともに豆腐のようですが、原料は落花生(ピーナッツ)です。ピーナッツアレルギーの人は注意してください。

### 島の素材をいかしたこだわりの島おでんと種類豊富な創作串揚げ

米油100%で揚げた種類豊富な創作串揚げ。

カツオ(宮古節)やテビチなどを使用した自慢のおでん出汁。

### すえひろ

▲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に人気がある。三線体験ができるのも嬉しい。

割烹・居酒屋 **すえひろ**

【住】平良字荷川取133-1【営】17:00~22:30(L.O)【休】不定

TEL(0980) 72-3099

うにく串は和牛ヒレ肉+うにくで贅沢に。 自慢のおでん出汁ベースのカレー宮古そば。 120分飲み放題付コース料理(4,000円〜)。

厳選したカツオと豚で毎朝引いた風味豊かな出汁の旨味を、じっくりゆっくりしみこませたこだわりのおでんは、あっさりとしていながらコク深い味わい。串揚げは米油を100%使用し、薄衣で絶妙なタイミングで揚げているので素材の旨みをそのまま味わうことができ、さっぱりとヘルシー。種類も豊富で、色々な串を楽しめる。料理に合わせた各種ワインをはじめアラカルトやパベもの、デザートまでメニューも充実。

●串揚げ8種盛合せ...1,408円 ●カレー宮古そば...968円 ●国産牛うにく串...968円  
●島おでん5種盛合せ...902円 ●紅芋スティックはちみつバター...539円  
●島おでん各種...132円〜 ●串揚げ各種...110円〜

高級感溢れる和モダン空間。

串揚げと島おでん **くしお**

【住】平良字西里251-1 D-LIFEビル2F【営】17:00~23:30(L.O)【休】月曜

TEL(0980) 79-7096

### 藤本陣

▲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。伊良部島佐良浜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。

割烹・居酒屋 **藤本陣**

【住】平良字下里771-6  
【営】18:00~22:00(L.O)、冬季19:00~【休】月曜

TEL(0980) 73-3191

### 沖縄酒場 ろく

▲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。

割烹・居酒屋 **沖縄酒場 ろく**

【住】平良字下里576-2【営】18:00~【休】不定

TEL(0980) 79-9664

### 沖縄料理 なかよし

▲備長炭で焼く地鶏もものあぶり焼が美味しい。

宮古島ではおそらくここでしか味わえない「宮崎、鹿児島産地鶏もものあぶり焼」や沖縄料理、泡盛が各種揃う。島とうぶがベースのデザートも人気。

割烹・居酒屋 **なかよし**

【住】平良字西里13-1【営】18:00~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0980) 72-0734

### 宮古島の情報が満載

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

宮古島ねっとスマホ用サイトはこちら

### まずがーと食堂

宮古島のタタキやチャンブルーなどのオススメ料理。 のれんをくぐりたくなる店。

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。まずがーと(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】17:00~23:00(L.O)【休】日曜

TEL(0980) 79-9674

### 割烹レストラン まんぷく

▲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。掘りごたつが人気で、座敷も広くゆったり座れる。

割烹レストラン **まんぷく**

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

TEL(0980) 72-0544

### でもねで・わいんを・ゆったりと

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。

ワイン **DeMONE** でもね

TEL(0980) 72-9714

### 落ち着いて飲めるシックな店

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醸し出す店。ママと笑顔さわやかなスタッフが迎え入れ、やすらぎと活力を与えてくれる癒しの空間。

MALT WHISKY & COCKTAILS **BAR THINK** 1988 シック

【住】平良字西里231-2F【営】18:00~23:30(L.O)【休】無

TEL(0980) 73-6009

### アフリック

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醸し出す店。ママと笑顔さわやかなスタッフが迎え入れ、やすらぎと活力を与えてくれる癒しの空間。

洋酒1本 1,430円  
ワイン1本 1,000円  
泡盛1本 1,000円

割烹・居酒屋 **アフリック**

【住】平良字下里574-2【営】19:00~24:00【休】日曜(月曜祝日の場合は営業)

TEL(0980) 72-0889

### 寿し正 すしまさ

▲新鮮でおいしいにぎり大人気。宮古牛にぎりは雪塩で。

旬の伊勢エビ、シャコ貝、グルクン刺、宮古牛刺、各島魚や島料理に舌鼓。1人でも気軽に入れて、開店PM5時は最終便の人にも安心。

割烹・居酒屋 **すしまさ**

【住】平良字西里284【営】17:00~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0980) 72-0577

### にぎり居酒屋 磯じまん いそじまん

▲全品1貫55円のお安お寿司。

オーナーが獲ってくる新鮮な魚介類のお寿司はなんと1貫55円という安さ。昼の営業は当日10時までの予約のみ。

割烹・居酒屋 **磯じまん いそじまん**

【住】平良字荷川取98  
【営】12:00~14:00、18:00~(予約制)【休】不定

TEL 080-3985-9898

### éf

▲地元出身オーナーの温かいおもてなしでくつろぎの時間を。

カウンターがあるのでカップ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、個室あり。

割烹・居酒屋 **éf**

【住】平良字西里381【営】19:30~24:00【休】不定

TEL(0980) 73-7210

### 浅草

▲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ま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・居酒屋 **浅草**

【住】平良字西里826-6【営】18:00~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0980) 73-1021

### 創設31年の老舗居酒屋 中山

契約漁船より毎日新鮮なカツオ、マグロ、シラ等を仕入れ、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。

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

### 割烹レストラン まんぷく

▲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。掘りごたつが人気で、座敷も広くゆったり座れる。

割烹レストラン **まんぷく**

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

TEL(0980) 72-0544

### 浅草

▲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ま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・居酒屋 **浅草**

【住】平良字西里826-6【営】18:00~22:00(L.O)【休】不定

TEL(0980) 73-1021

### 宮古島の健康食材

**田芋** 一種、沖縄独特でバナナがあり、肝臓の働きを助ける効果があるとされる。

**オクラ** 沖縄ではヘチマは食用としてなじみが深く、食物繊維を多く含む整腸作用がある。

**ハンダマ** 葉の表は緑色、裏は紫色で熱を加えると変色する。サラダや炒め物などに使われる。ビタミンA・Bなどが含まれる。

**ウコン** カレー粉の原料。葉は大形の四角形。肝臓に良く、飲酒後に服用すると効果があるとされている。

**トウガン** 夏の野菜。冬まで持つので「冬瓜」と言われる。水分を多く含む利尿効果、むくみの解消、腎臓病予防にいいと言われる。

**ヘチマ** 沖縄ではヘチマは食用としてなじみが深く、食物繊維を多く含む整腸作用がある。

**アロエベラ** 葉は1メートル近くになり肉厚。葉は消化吸収、皮膚は健胃、整腸効果があるとされている。

**しょうが** 肥満の原因の冷え性によいとされ、血圧を低下させる効果があるとされる。

**紫やまいも** 見た目は普通の芋だが、切るときれいな紫色をしている。カリウムとビタミンC、ポリフェノールをはじめビタミン、食物繊維なども多く含まれている。

**パパイヤ** 料理のパパイヤチャンプルでよく名前を聞く。沖縄では未熟の物は野菜として食べ、胃腸や消化不良のときに生の熟した果実を食べたり、サラダに使ったりする。

**島ニンジン** 甘みがあり香りが強く薬膳料理として用いる。ビタミンAなどを多く含む。抗酸化作用のニコチン酸を豊富に含む。

**ユウガマノミ** 酸味が強く強酸に漬けたりして使う。健胃、食欲不振、二日酔いなどにいいと言われる。

**長命草** 海岸の砂地や岩場などに生える多年草。若い葉は魚の中毒を防ぐとされていて、刺身のつまとしても美味しい。

**ゲットウ** 「ムーチーの日」に葉を餅を包み、香りのよい多年草。消化不良や食欲低下に葉や種子を煎じて飲むと良いと言われる。

**フモギ** フーチバジュシーとしてよく食べ、汁物の薬味としても使う。腰の痛み、神経痛、切り傷の止血などでも使われる。

**黒糖** ミネラル・鉄分・カルシウムなどを含んでいる。砂糖なのに血糖値抑制効果があり、血糖値が気になる人でも大丈夫と言われる。

**島ニン** 鍋料理、焼酎、味噌汁、薬味などに幅広く利用されるニンニク。ビタミンC・B2・カルシウムなどを含んだ野菜。

**ワイキョウ** 多年草で特有の香りがあり、黄色い小さな花をつける。胃の病気を予防するに効果があるとされている。

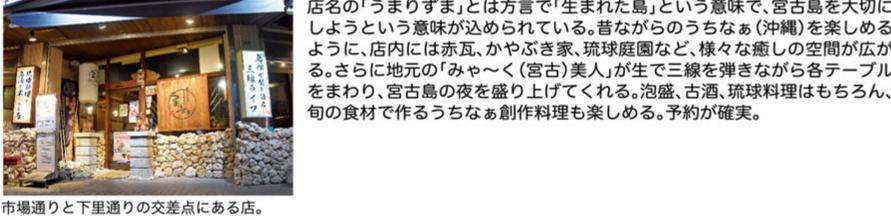
### 三線ライブを聴きながら、うちなあ(沖縄)料理を堪能



目前で聴く「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。 あぐ〜豚しゃぶ梅しそサラダ。 宮古牛和風ステーキ。



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) 無  
TEL・FAX (0980) 79-0335



宮古民謡からポップスまで楽しめるライブ。 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。駐車場完備。詳細はfacebookにて。

**三線ライブ酒場 美琉太陽** (住) 平良字東仲根427-7 (営) 18:00~22:00 (L.O) (休) 不定  
TEL・FAX (0980) 79-0262



沖繩(うちなあ)料理をはじめ、島の旬の野菜や魚、肉など大盛り上がり。食事とライブで宮古島の夜を満喫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楽しむことができます。

**泡盛と沖縄料理 郷家** (住) 平良字西里570-2 (営) 17:30~21:00 (L.O) (休) 不定  
TEL (0980) 74-2358



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。

**アットホームな三線ライブ居酒屋** 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



**美ら島** ちゅらしま (宮古牛リブステーキ...4,050円 ●ラフティ...860円 ●宮古そば...790円 ●ゴーヤチャンプル...750円 ●海ぶどう...640円) (住) 平良字西里303 (営) 18:00~24:00 (L.O) (休) 不定  
TEL・FAX (0980) 79-9788



赤瓦屋根が目目を引くアットホームな民謡ライブ居酒屋 赤瓦屋根が目目を引くアットホームな民謡ライブ居酒屋 赤瓦屋根が目目を引くアットホームな民謡ライブ居酒屋

**島唄ライブと沖縄家庭料理の店 あかがーら** (住) 平良字西里233 野津ビル1F西 (営) 17:00~22:00 (L.O) (休) 不定  
TEL・FAX (0980) 72-2030



**美味い・楽しい感動空間** 島唄を聴きながら沖縄料理が楽しめる居酒屋。寿司や刺身、煮付、マース煮などの海鮮料理が自慢。ライブは何でもありの爆笑ライブまで楽しいひとときを過ごせる。手作りのテーブルや椅子、やちむんの器なども1日3回で、本格的な三線演奏と沖縄民謡をはじめ、温かい雰囲気を作り出している。

**島唄居酒屋 喜山** きやま (住) 平良字西里244 (営) 17:00~23:00 (L.O) (休) 火曜  
TEL・FAX (0980) 72-6234

## ガイドブック宮古島に掲載してみませんか?

旅行前の情報収集で本誌が活用されています!

公式サイト「宮古島ねっと」→で掲載情報発信中!

ガイドブック宮古島 公式Instagramで掲載店情報も配信していますよ!

こちらからも問合せができます→ (株)たけしょう公式HP

TEL. 0980-73-8739

## 宮古島を楽しむならココ!

宮古島を愛する人々の声。宮古島を大切にしようという気持ちが込められている。昔ながらのうちなあ(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「みや〜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。泡盛、古酒、琉球料理はもちろん、旬の食材で作るうちなあ創作料理も楽しめる。予約が確定。

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

美ら島 ちゅらしま (宮古牛リブステーキ...4,050円 ●ラフティ...860円 ●宮古そば...790円 ●ゴーヤチャンプル...750円 ●海ぶどう...640円) (住) 平良字西里303 (営) 18:00~24:00 (L.O) (休) 不定  
TEL・FAX (0980) 79-9788

## 宮古島の生産品

これにいいと言われる...

美肌登場 マンゴー

消化促進 パイナップル

高血圧予防 パッションフルーツ

肝臓病 うこん

胃もたれ パパイア

動脈硬化予防 モスク

解熱 しょうが

ゴヤー...食欲不振 紅いも...腸炎 アセロラ...貧血予防 アーサ...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...風邪予防

あかがーら 310 483 115\*75 喜山 310 483 056\*40

Restaurants with live performances using folk instruments

Restaurants with live performances using folk instruments

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!!

宮古島の

オススメ島グルメ



宮古島黒糖&ミルクタピオカ

宮古島産黒糖とミルクのコラボが絶妙。自然な甘さとタピオカがベストマッチ。

南西の風 TEL 0980-74-7275  
[営] 8:00~16:00 [休] 火曜日  
[掲載ページ] P.46 [地図] P.9-②



オリジナルレモネード

優しい甘さが特徴の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お好みで量を変えられるのがうれしい。

レモネードbyレモニカ宮古島店 TEL 0980-79-0205  
[営] 10:00~20:00  
[掲載ページ] P.53 [地図] P.10-A4



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。

ダグズ・コーヒー 宮古島本店  
TEL 0980-79-0963  
[営] 8:00~16:00 [休] 水曜日  
[地図] P.10-C3



フルーティマンゴーシェイク

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な香りが広がる。

宮古島とんかつ琉宮 TEL 0980-73-2620  
[営] 11:00~21:00 [休] 無休  
[掲載ページ] P.55 [地図] P.10-C4



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。

宮古島とんかつ琉宮 TEL 0980-73-2620  
[営] 11:00~21:00 [休] 無休  
[掲載ページ] P.55 [地図] P.10-C4



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が一緒になった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。

ブルーシール宮古島バイナガマ店  
TEL 0980-79-0310  
[営] 10:00~20:00  
[掲載ページ] P.53 [地図] P.10-A4



フレンズアイス (パイナップル・ドラゴンフルーツ)

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!

まいばり TEL 0980-74-7830  
[営] 10:00~17:00 [休] 無休 (4月~9月)、水曜日 (10月~3月)  
[掲載ページ] P.45 [地図] P.8-④



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。

ソング牧場 TEL 090-5443-4936  
[営] 11:00~16:30 (土日祝日10:30~)  
[休] 木曜日 (祝日の場合営業)  
[掲載ページ] P.48 [地図] P.9-C5



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いるととても贅沢な逸品。

ユートピアファーム宮古島  
TEL 0980-76-2949  
[営] 10:00~17:00 [休] 日曜日  
[掲載ページ] P.45 [地図] P.9-C6



クロワッサン de サンド

福岡県のイチゴ生産農家から取り寄せたあまおうを使い仕上げたお店人気メニューのクロワッサン de サンド (あまおう)。とっても甘くて生クリームとクロワッサンとの相性バツグンの逸品。

果実家 TEL 090-9400-0385  
[営] 11:00~18:00 [休] 月曜日  
[掲載ページ] P.53 [地図] P.10-C3



糸ピンス (マンゴー)

韓国発祥のかき氷の糸ピンス。ふわふわで口の中にとろける新食感。南国宮古島にピッタリのマンゴー味は絶対に食べておきたい逸品。

VIVID SNOW ICE 宮古島店  
TEL 080-9129-0528  
[営] 12:00~22:00 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.53 [地図] P.12-B5



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。  
coral port Grab&Go TEL 0980-78-6603  
[営] 9:00~19:00 [休] 無休  
[掲載ページ] P.33 [地図] P.30-B



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。  
マイヨール TEL 0980-74-7100  
[営] 9:30~11:30, 12:00~16:00, 20:00~21:30  
[休] 無休 [掲載ページ] P.47 [地図] P.9-②



ぶりぶり海老と野菜たっぷりトルティヤ

新鮮な海老と野菜を豪快にかぶりつく逸品。  
シギラビーチフードコート  
TEL 0980-74-7001  
[営] 11:00~15:00 [休] 不定休  
[地図] P.9-②



ピタコス

もちもちのピタパンにピリ辛タコスの具が入って、見るからに美味しそうな逸品。  
シギラ黄金温泉 (カマエ森の泉) TEL 0980-74-7340  
[営] 11:00~21:00 [休] 不定休 [掲載ページ] P.38 [地図] P.9-②



ダグズ・プレミアム多良間牛 DOWAT 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。  
ダグズ・バーガー 宮古島本店 TEL 0980-79-0930  
[営] 11:00~19:30 [休] 第3水曜日  
[掲載ページ] P.4 [地図] P.10-C3



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。

BAR MOON SHELL (宮古島東急ホテル&リゾート内)  
TEL 0980-76-2109 (代表)  
[営] 10:00~23:30  
[掲載ページ] P.75 [地図] P.8-④



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。  
スナヤマカフェ TEL 0980-79-0550  
[営] 11:30~18:00 [休] 日曜日  
[掲載ページ] P.49 [地図] P.8-C3



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。  
沖縄酒場ろく TEL 0980-79-9664  
[営] 18:00~ [休] 不定休  
[掲載ページ] P.58 [地図] P.14-C2



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?

BEAR'S TEL 0980-79-7822  
[営] 11:00~22:00 [休] 無休  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.12-B3

※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。



### 伊良部島産マグロのDールプレート

伊良部産のマグロと島食材を使った南国テイストのプレートランチ。

**Coral Island TEL 0980-78-3516**

[営] 11:30~22:00 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.33 [地図] P.30-D



### 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グ

生もずくと沖縄県産豚の相性がバツグンのハンバーグ。地産地消にこだわって地元産の素材で作ったヘルシー料理。

**とんからや TEL 0980-76-2674**

[営] 11:00~17:00 [休] 月曜日  
[掲載ページ] P.49 [地図] P.9-D6

## カフェごはん

### 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。

**スターダストガーデン TEL 0980-74-7225**

[営] 11:30~14:00、17:00~21:30 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.47 [地図] P.9-㉔



### 豚のV.I.Pカレー

メンチカツ、唐揚げ、炙りチーズ、目玉焼きなどトッピングの組み合わせが400万種類以上のカレー。最近人気なのは豚のV.I.Pカレー。一度食べたなら納得の味。

**BUTASUN curry TEL 090-1084-5757**

[営] 11:00~22:00 [日曜・祝日] 15:00 [休] 年末年始  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.11-D2



### 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+ドリンクのコース。

**Grand Bleu Gamin TEL 0980-74-2511**

[営] 12:00~14:00 (ランチ) 17:30~22:00 (ディナー)  
[掲載ページ] P.53 [地図] P.9-C3



### ガーリックシュリンププレート

ハワイ、ノースショア名物のガーリックシュリンプ。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。

### ハリズシュリンプトラック

**TEL 0980-72-5610**

[営] 11:00~18:00 [休] 火曜日  
[掲載ページ] P.49 [地図] P.8-C1



### 楽園のガパオライス

宮古島産黒毛和牛とパインアップルポークのミンチで美味しく仕上がったガパオライス。辛さは控えめにパジャルの香りが美味しさを引き立てている。

### 楽園の果実

**TEL 0980-76-2991**  
[営] 11:00~17:30 [休] 火曜日  
[掲載ページ] P.48 [地図] P.8-C6



### 海鮮丼

伊良部島の港直送で鮮度抜群のマグロ・カツオがたっぷり乗った海鮮丼。漁協直営の食堂だから味も間違いなし。

### おーばんまい食堂 TEL 0980-79-7677

[営] 11:00~14:30 [休] 火曜日  
[掲載ページ] P.33 [地図] P.30-C



### 伊良部島海の恵み定食

伊良部島で獲れた魚介尽くしの定食。季節ごとの旬の魚は鮮度バツグン。ボリュームもあって満足間違いなし。

**琉宮 TEL 0980-78-6544**

[営] 18:00~23:00 [休] 火曜日  
[掲載ページ] P.33 [地図] P.30-B

## 和定食



### 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。

**和風亭 宮古島シティ店 TEL 0980-73-8811**

[営] 10:30~21:00 [休] 無休  
[掲載ページ] P.55 [地図] P.11-D4

### ぶっかけもずく麺

もずく漁師さんが作る、もずくが練りこまれたのど越し爽やかなもずく麺。追いもずくがおそばの味を更に引き立てる。

### もずく麺屋んつばた

### まていた通り店

**TEL 0980-79-7983**

[営] 11:00~15:00 [休] 日曜日  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.13-D2



### 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。

### ぱっしらいいん

**TEL 0980-72-0548**

[営] 10:00~20:00 [休] 木曜日  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.11-D2

### 宮古そば

「ラーメン屋さん作る宮古そばは絶品」と巷でうわさのいなまる食堂さんの宮古そば。とろとろの三枚肉とアーサーが絶妙なハーモニーを演出。

### いなまる食堂 TEL 0980-79-9321

[営] 11:30~15:30、17:30~21:30 [休] 木曜日  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.12-B5



### ラフティー入りの宮古そば

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時間低温調理したらラフティーが口の中でとろけそう。

### NiraiKanai(宮古島東急ホテル&リゾート内)

**TEL 0980-76-2109(代表)**

[営] 6:30~10:00、11:30~14:00、17:30~21:00  
[掲載ページ] P.48 [地図] P.8-㉔



### 長寿そば

イカスのスープがそばの麺に絡まってなんとも言えない味に。薬味のヨモギと相まってこれを食べれば長生きするかも？

### 金吾

**TEL 0980-73-0620**

[営] 10:30~14:00、17:30~21:30 [休] 月曜日  
[掲載ページ] P.49 [地図] P.9-C5

## 焼きそば



### 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ならやみつきに。

### 郷家 TEL 0980-74-2358

[営] 17:30~21:00 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.60 [地図] P.13-D3



### パンントの焼きそば

黒い麺の正体はイカスミ。独特の風味が魅力のイカスミを使って美味しく仕上げた焼きそば。

### 喜山 TEL 0980-72-6234

[営] 17:00~23:00 [休] 火曜日  
[掲載ページ] P.61 [地図] P.14-B1



### 島焼きそば(にんにく醤油味)

ソースではなく、にんにく醤油味の焼きそば。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。

### てんとむし TEL 090-1943-9932

[営] 10:00~19:00 (冬18:00) [休] 不定休  
[掲載ページ] P.48 [地図] P.9-C5



## そば

### 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。

### 沖縄そば まるかみ TEL 070-8306-4642

[営] 11:00~15:45 [休] 日曜日・不定休  
[掲載ページ] P.49 [地図] P.8-C6



### 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。

### 古謝そば屋 TEL 0980-72-8304

[営] 11:00~16:00 [休] 水曜日  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.10-C4

## ラーメン



### 激辛ファイヤラーメン

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と味がハマる人が続出。

### とん太 宮古島店 TEL 0980-73-3591

[営] 11:00~15:00、17:30~21:00 [休] 木曜日  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.10-C3



### 中華そば(こってり)

鶏がらと十数種類の野菜などでじっくり炊き出したこってり中華そば。濃厚なのにまるやかなスープが美味しくハマる人続出。

### 天下一品 宮古島店 TEL 0980-79-9577

[営] 11:30~22:00 [休] 火曜日  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.10-B4

### 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。

### 彩海 TEL 0980-74-7177

[営] 17:00~21:30 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.46 [地図] P.9-㉔

※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。



### 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つとき。

なかお TEL 0980-79-0429  
[営]17:00~[休]不定休  
[掲載ページ]P.56 [地図]P.14-B1



### 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る大人から小さい子どもまで人気のメニュー。ジョイフル宮古店 TEL 0980-74-2205  
[営]7:00~23:30 [休]無休  
[掲載ページ]P.55 [地図]P.14-D3



### 本物特撰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。magara TEL 0980-73-1367  
[営]17:30~22:00 [休]無休 [掲載ページ]P.57 [地図]P.14-B1



### 伊勢えびとテンド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。

キャプテンメリアン TEL 0980-72-7815  
[営]17:00~[休]水曜日  
[掲載ページ]P.57 [地図]P.13-D3

### タンミックス

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。

ぶるしん宮古島店 TEL 0980-79-5529  
[営]17:00~22:00 [休]月曜  
[掲載ページ]P.56 [地図]P.12-C4

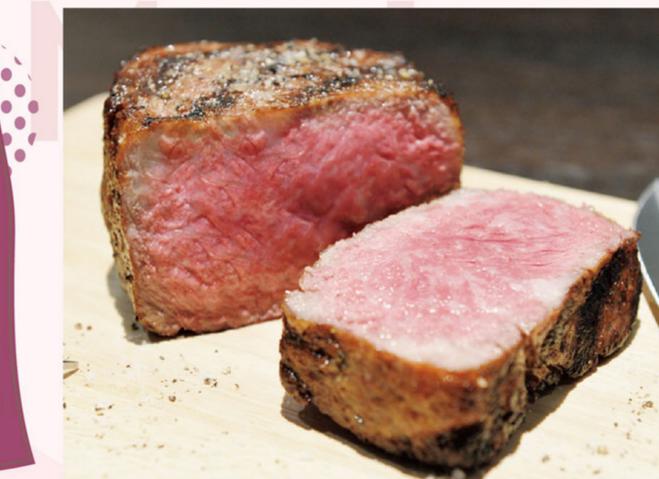
### 宮古牛の霜降り

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。

権兵衛 TEL 0980-72-0408  
[営]17:30~[休]不定休  
[掲載ページ]P.56 [地図]P.14-C1



## 焼肉



### 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。

ダグズ・グリル宮古島本店 TEL 0980-79-7070  
[営]18:00~22:00 [休]木曜日  
[掲載ページ]P.5, 56 [地図]P.13-D3



### 宮古牛和風ステーキ

宮古島に来たら一度は食べておきたい宮古牛。和風ならではの芳醇な味と香りがたまらない一品。

うまりずま TEL 0980-79-0335  
[営]17:00~24:00 [休]無休  
[掲載ページ]P.60 [地図]P.14-A3



### 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。

焼肉屋 TEL 0980-74-3006  
[営]17:00~22:00 (日曜日21:30) [休]不定休  
[掲載ページ]P.56 [地図]P.10-C3



### 宮古牛ぶつ切りステーキ溶岩焼き

肉厚の宮古牛を熱々の溶岩で焼く豪快なステーキ溶岩焼き。宮古牛のジューシーな脂がたまらない人気メニュー。

あかがーら TEL 0980-72-2030  
[営]17:00~22:00 [休]不定休  
[掲載ページ]P.61 [地図]P.14-A1



### 宮古牛各種

宮古牛を炭火焼で。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。

琉宮苑 TEL 0980-74-7229  
[営]17:00~21:30 [休]不定休  
[掲載ページ]P.46 [地図]P.9-②



### 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。美ら美ら TEL 0980-73-3130  
[営]18:00~24:00 [休]月曜日  
[掲載ページ]P.61 [地図]P.12-B2

## 牛にぎり



### 宮古島和牛寿司

薄くスライスした宮古和牛の肉は口に入れ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。

おふくろ亭 TEL 0980-74-7723  
[営]18:00~21:00 [休]木曜日・日曜日  
[掲載ページ]P.49 [地図]P.9-D6



### 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。

すし屋のかつ勤 TEL 0980-74-7320  
[営]17:00~21:30 [休]水曜日  
[掲載ページ]P.46 [地図]P.9-②



### 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。

美琉太陽 TEL 0980-79-0262  
[営]18:00~22:00 [休]不定休  
[掲載ページ]P.60 [地図]P.10-B2



### ヤシガニ

宮古島では貴重なヤシガニ。濃厚なカニみそに身をつけて食べれば虜になること間違いなし。

悟空 TEL 0980-72-0897  
[営]11:30~13:30、17:30~20:30  
[休]不定休、日曜日のランチ  
[掲載ページ]P.55 [地図]P.10-A4



### 宮古島産和牛炙りにぎり

宮古島産の和牛をにぎり。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。

まんぶく TEL 0980-72-0544  
[営]11:30~21:30 [休]不定休  
[掲載ページ]P.58 [地図]P.13-D1

## すき焼



### すきやき3人前

有名な鍋料理店のすきやき。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。

藤本陣 TEL 0980-73-3191  
[営]18:00~22:00 [休]月曜日  
[掲載ページ]P.58 [地図]P.13-D4



### 超特選A5ランク宮古牛のすき焼き

なかなか食べることが出来ない最高級ランクの宮古牛をすき焼きで。

総本家しゃぶ庵 TEL 0980-75-7511  
[営]11:30~14:30、17:30~21:30 [休]無休  
[掲載ページ]P.57 [地図]P.12-C2

## 寿司



### にぎり

大将が自ら獲ってくる島魚で握るお寿司は新鮮で活きがいいと地元で人気。

磯じまん TEL 080-3985-9898  
[営]12:00~14:00、18:00~[休]不定休  
[掲載ページ]P.59 [地図]P.10-A2



### 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。にぎり一筋の大将が握る魚本来の味が楽しめる逸品。

浅草 TEL 0980-73-1021  
[営]18:00~22:00 [休]不定休  
[掲載ページ]P.59 [地図]P.10-C2



### 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。

芳野商店宮古島本店 TEL 0980-79-7284  
[営]17:00~23:00 [休]水曜日  
[掲載ページ]P.7 [地図]P.12-C4

## 海鮮



### セミエビの姿蒸し

宮古島産の希少な「セミエビ」を豪快に食べる、贅沢な料理。

マラルンガ和琉創作 TEL 0980-74-7100  
[営]18:00~20:30 [休]無休  
[掲載ページ]P.46 [地図]P.9-②



### 宮古島産伊勢エビの刺身(要予約)

寿司職人が捌く新鮮な伊勢エビの刺身はこの上なく贅沢な一品。プリプリの身が抜群の鮮度の証。

寿し正 TEL 0980-72-0577  
[営]17:00~22:00 [休]不定休  
[掲載ページ]P.59 [地図]P.14-D2

### 宮古島の珍味ヤシガニ

珍味のヤシガニは濃厚カニみそがたまらない。宮古島に来たからには食べなきゃもったいない。

すえひろ TEL 0980-72-3099  
[営]17:00~22:30 [休]不定休  
[掲載ページ]P.58 [地図]P.10-A1



※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。

**アグー豚のハワイアンポーコンテー**

沖縄のブランド豚「アグー」がオリジナルのハワイアップルソースでさらに美味しくアップ。豚の甘みとパインの酸味がマッチしてリピート間違いなし。

TEL 0980-79-5561  
[営] 21:00~翌4:00 [休] 月曜日  
[掲載ページ] P.57 [地図] P.14-A2

**シェフのスペシャルティ「極み」パエリヤ**

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。

シギリタートルベイ TEL 0980-76-3322  
[営] 7:00~10:00, 18:00~20:30 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.46 [地図] P.9-②

**アラカルト**



**串揚げ8種盛り**

美容効果やコレステロール値を下げると言われる米油を使って牡蠣、エビなど旬のものを贅沢に美味しく仕上げた串揚げは絶品。

くしお TEL 0980-79-7096  
[営] 17:00~23:30 [休] 月曜日  
[掲載ページ] P.58 [地図] P.14-B1



**スペアリブ**

甘辛い鶏肉が美味しい。小さい子どもでも食べやすい人気。お酒のつまみにも最適。

あばら樹 TEL 0980-73-6655  
[営] 11:00~23:30 [休] 無休  
[掲載ページ] P.55 [地図] P.13-D2



**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。

のむら TEL 0980-72-2630  
[営] 11:00~22:30 [休] 無休  
[掲載ページ] P.54 [地図] P.14-D1



**鹿児島産鶏もものあぶり焼**

鹿児島から仕入れる新鮮な鶏肉をあぶり焼で。歯ごたえがあり炭火焼独特の風味が味わえる。

なかよし TEL 0980-72-0734  
[営] 18:00~22:00 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.58 [地図] P.12-B2

**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。

THINK TEL 0980-73-6009  
[営] 18:00~23:30 [休] 無休  
[掲載ページ] P.59 [地図] P.14-B1



**フォアグラのポワレ林檎と共に**

贅沢にカットされたフォアグラのポワレ。ポートワインのソースにカラメリゼした林檎を添えた一品。

DeMONE TEL 0980-72-9714  
[営] 18:00~22:00 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.59 [地図] P.14-A2



**牛フィレ肉のステーキベーコン巻き赤ワインソース**

牛フィレ肉をベーコンで巻いた、見るからに美味しそうなお肉。お肉はとっても柔らかく、盛り付けも綺麗で虜になる人続出とか。

Soleil TEL 0980-75-3335  
[営] 7:00~10:00, 11:30~13:55 [休] 火曜日と木曜日のランチ  
[掲載ページ] P.55 [地図] P.10-A4



**豚足のカスレ**

カスレとはフランスの地方の煮込み料理。豚足と豆とソーセージなどを使って沖縄らしく仕上げた一品。

竜場食堂 TEL 090-6866-9507  
[営] 11:30~21:00 [休] 日曜日・月曜日  
[掲載ページ] P.55 [地図] P.10-A4



**海ぶどう・ジーマミ豆腐・島らっきょうの三点盛り**

美味しくて体に優しい宮古島の海と山の名物料理が一緒に食べられる。お酒のおつまみにも最適。

中山 TEL 0980-73-1959  
[営] 16:00~24:00 [休] 月曜日  
[掲載ページ] P.59 [地図] P.12-B2



**もずくたこ焼**

たこ焼のように中身がもずくなのでとってもヘルシー。今まで食べたことがない食感と味にビックリ！おかわり間違いなし。

まがーと食堂 TEL 0980-79-9674  
[営] 17:00~23:00 [休] 日曜日  
[掲載ページ] P.58 [地図] P.13-C4

**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。

小肥羊 TEL 0980-74-7430  
[営] 17:00~21:30 [休] 不定休  
[掲載ページ] P.47 [地図] P.9-②

※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。



**◆宮古島観光コース(2H)** 7,750円  
東回り/東平安名崎→東海岸→ドイツ村→来間大橋→前浜ビーチ→久松五勇士→空港(ホテル)  
西回り/仲宗根豊見親の墓→砂山ビーチ→西平安名崎→池間大橋→池間島→北海岸→熱帯植物園→空港(ホテル)

**◆宮古島観光コース(3H)** 11,600円  
東回り/東平安名崎→東海岸→ドイツ村→来間大橋→空港(ホテル)  
西回り/西平安名崎→池間大橋→池間島→砂山ビーチ→空港

**◆伊良部島・宮古島観光コース(4H)** 15,500円  
宮古島を知りつくしたベテランドライバーが案内。各コースは要望に合わせて変更可能なので、気軽にお問い合わせください。

三交タクシー TEL-FAX(0980) 72-2320-TEL72-0754



**◆ぴっちゃんち(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→イムギマリンガーデン→うえのドイツ文化村→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→うえのドイツ文化村→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。

宮古協栄バス・協栄タクシー TEL(0980) 72-2414-タクシー/TEL72-0799

**宮古空港〜平良(市場通り)**

系統5 ◆系統4 ◆系統2【協栄バス】	宮古空港発	平良発
◆ 9:53 ◆ 8:54		
◆ 9:58 ◆ 8:55		
◆ 10:28 ◆ 9:29		
◆ 11:59 ◆ 11:04		
◆ 12:23 ◆ 11:45		
◆ 14:33 ◆ 13:34		
◆ 15:11 ◆ 14:15		
◆ 16:42 ◆ 15:44		
◆ 16:59 ◆ 16:04		
◆ 18:24 ◆ 17:35		
◆ 18:43 ◆ 17:44		

所要時間 約15分  
宮古空港→うえのドイツ文化村(宮内下車)…300円

所要時間 約15分  
宮古空港→うえのドイツ文化村(宮内下車)…300円

**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
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)	

**池間島方面**

系統4 ◆系統3 ◆系統2 ◆系統1	池間(漁協前)発	宮古島市役所発
6:30 (鳥尻発)	7:20	6:20 △
8:20	9:00 (鳥尻発)	7:30 △
10:10	10:50 (鳥尻発)	8:00 ▲
12:00 (鳥尻発)	12:50	9:30 ▲(上)
13:40	14:20 (鳥尻発)	10:30 ▲(上)
15:20	16:00 (鳥尻発)	11:30
17:10 ※	18:00 ※	13:30
18:50	19:40	15:00

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**

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 ○	

時刻表はこちらのQRコードからご確認ください。

※土、日、祝、春・夏・冬休みは運休。

**宮古空港〜うえのドイツ文化村**

系統5 新里・宮内線【協栄バス】	宮古空港発	うえのドイツ文化村発
9:12	9:27	
11:22	11:37	
13:52	14:18	
16:22	16:37	
18:02	18:28	

所要時間 約15~26分  
宮古空港→うえのドイツ文化村(宮内下車)…300円

**伊良部島方面**

系統4 ◆系統3 ◆系統2 ◆系統1	伊良部(中)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)	

**来間島方面**

系統4 ◆系統3 ◆系統2 ◆系統1	協栄車庫発	来間島発
14:00 ○	9:34 ○	
協栄車庫→来間島…480円	14:53 ○	

**みやこ下地島エアポートライナー**

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 ○	

時刻表はこちらのQRコードからご確認ください。

※土、日、祝、春・夏・冬休みは運休。

**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！

**◆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** TEL(0980) 72-0677-タクシー/TEL72-3001

**宮古島便利メモ 路線バス**

※時刻は季節などにより変更になる場合があります。詳しくは各バス会社にお問い合わせください。

**問い合わせ先**  
 \*宮古協栄バス(地図P.10-C3) (0980) 72-2414  
 \*八千代バス(地図P.10-B2) (0980) 72-0677  
 \*共和バス(0980) 78-5084  
 \*中央交通(0980) 79-5503

うえのドイツ文化村方面	東平安名崎方面	市内ホテルから宮古空港行き 最寄りのバス停																																	
<b>◆系統5 新里・宮内線【協栄バス】</b> 協栄車庫発 うえのドイツ文化村発 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→うえのドイツ文化村…430円	<b>◆系統1 新城・吉野・保良線【協栄バス】</b> 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(吉野発) 18:21 「保良」下車、東平安名崎へ徒歩5分 協栄車庫→保良、吉野…560円	<table border="1"> <thead> <tr><th>ホテル名</th><th>バス停</th><th>地図</th></tr> </thead> <tbody> <tr><td>ホテルピースアライズ宮古島</td><td>北給油所前</td><td>P.13-D2</td></tr> <tr><td>ホテルピースアライズ宮古島市役所前</td><td>北小前</td><td>P.12-C2</td></tr> <tr><td>宮古第一ホテル</td><td>北小前</td><td>P.12-C2</td></tr> <tr><td>ホテル八城</td><td>北小前</td><td>P.12-C2</td></tr> <tr><td>ホテルオアシス共和</td><td>北小前</td><td>P.12-C2</td></tr> <tr><td>ホテル共和</td><td>北小前</td><td>P.12-C2</td></tr> <tr><td>ホテルニュー丸勝</td><td>北小前</td><td>P.12-C2</td></tr> <tr><td>ミヤコセントラルホテル</td><td>北小前</td><td>P.12-C2</td></tr> <tr><td>ホテルサザンコート宮古島</td><td>市場通り</td><td>P.12-C3</td></tr> <tr><td>ホテルアトモトラッド宮古島</td><td>市場通り</td><td>P.12-C3</td></tr> </tbody> </table>	ホテル名	バス停	地図	ホテルピースアライズ宮古島	北給油所前	P.13-D2	ホテルピースアライズ宮古島市役所前	北小前	P.12-C2	宮古第一ホテル	北小前	P.12-C2	ホテル八城	北小前	P.12-C2	ホテルオアシス共和	北小前	P.12-C2	ホテル共和	北小前	P.12-C2	ホテルニュー丸勝	北小前	P.12-C2	ミヤコセントラルホテル	北小前	P.12-C2	ホテルサザンコート宮古島	市場通り	P.12-C3	ホテルアトモトラッド宮古島	市場通り	P.12-C3
ホテル名	バス停	地図																																	
ホテルピースアライズ宮古島	北給油所前	P.13-D2																																	
ホテルピースアライズ宮古島市役所前	北小前	P.12-C2																																	
宮古第一ホテル	北小前	P.12-C2																																	
ホテル八城	北小前	P.12-C2																																	
ホテルオアシス共和	北小前	P.12-C2																																	
ホテル共和	北小前	P.12-C2																																	
ホテルニュー丸勝	北小前	P.12-C2																																	
ミヤコセントラルホテル	北小前	P.12-C2																																	
ホテルサザンコート宮古島	市場通り	P.12-C3																																	
ホテルアトモトラッド宮古島	市場通り	P.12-C3																																	
<b>◆系統4 与那覇・嘉手苅線【協栄バス】</b> 協栄車庫発 上地南発 8:40 ○ 7:52 ※ 11:30 ○ 9:48 ○ 14:00 ○ 12:13 ○ 17:20 ○ 「上地南」下車、前浜ビーチへ徒歩15分 協栄車庫→上地南…360円	<b>◆系統3 友利線【協栄バス】</b> 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、イムギマリンガーデンへ徒歩10分 協栄車庫→友利…400円	<p>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。</p> <p><a href="http://miyakojima.bus-go.com/">http://miyakojima.bus-go.com/</a></p>																																	

## 癒しとくつろぎの空間

# 宮古島の 宿泊施設

マンション  
ホテル  
民宿  
ヴィラ

### ホテル サザンコースト宮古島

TEL(0980)75-3335・FAX75-3345  
【注】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

【S】7,800円〜 【D】11,000円〜(2名)  
【T】15,600円〜(2名) 【R】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

パナガマ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・喫煙で分かっているのも嬉しい。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/>

### 宮古島皆愛マンション

みやこじまみなあい  
まんしょん  
TEL(0980)74-2112・FAX76-2205  
【注】下地字与那覇皆愛原1388-5【宮空】10分【IN】随時【OUT】随時

#### 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。 晴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)  
マンション/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。部屋は器材一式類が完備され自炊も可。ペランダも含めて20坪以上あり部屋も広々。スー

### 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  
【注】平良字久員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

オレンジ色の外観。駐車場は50台の車が停められる。

優良店マークの「みやビエ」が目印。

機能的な高いデラックスツインルーム。

オリジナル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。

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/>

### 池間凸凹家

でこぼこや  
TEL・FAX(0980)74-4777  
Facebook:@dekoboco  
【注】平良字前里68-1【宮空】30分【IN】15時【OUT】10時

【T】※インターネット予約料(朝食付)  
8,700円〜(1名利用)、7,200円〜(2名利用)  
6,200円〜(3-4名利用)  
※うちなー割あり ※素泊まり可(700円引き)  
ビーチグッズ無料貸出、BBQ可(要予約)、シャワー・トイレあり、洗濯機・電子レンジあり(共同)  
池間島の夕陽スポットにあり、夜は満天の星が望める小さなペンション。全室に特大のバスタブを備え、癒しの旅には最適。敷地内禁煙、夕食は要予約。

### OHAMAテラス ヴィラ かぎピカズ

TEL・FAX(0980)79-9920  
【注】平良字池間1058【宮空】30分【下空】50分【IN】15時【OUT】10時

【T】9,900円〜23,000円(2〜4名まで)  
※上記は1名料金(朝食付) ※全3棟ジャグジー付リゾートチェア、テラスあり  
「あなただけの時間がきつと見つかる…」がキャッチフレーズのカフェ「OHAMAテラス」に併設された隠れ家的ヴィラ。水平線から昇る太陽や月を見ることができ、各棟にあるジャグジーからは星空も満喫できる。目の前にプライベート的な綺麗なビーチや里山のある自然に囲まれた絶好のロケーション。

### 海人の宿 ペンション タカラガイ

TEL・FAX(0980)73-1331  
Instagram:@pension.takaragai  
【注】平良字久員670-4【宮空】10分【IN】13時【OUT】10時

【R】4,400円  
4,950円〜5,500円(朝食付)  
6,600円〜7,150円(2食付)  
※和洋室あり  
コインランドリーあり、モーニングコーヒーあり。ライフジャケット無料貸出あり。  
パナガマビーチ近くの高台にあり、年中花が咲く海人の宿。館内は宮古島の産物を多数展示。夕食は郷土料理が中心で、ご主人の獲った魚を使った料理が並び。

### 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堪能できるパブリックプール付き(季節営業)。

### 宮古第一ホテル

みやこだいちほてる  
TEL(0980)73-5522・FAX73-2334  
0120-53-5633  
【注】平良字西里191【宮空】15分【IN】15時【OUT】11時

【S】6,800円〜(朝食付)  
【T】13,000円〜(1室・朝食付)  
タオル、浴衣、ドライヤー、はみがきセット、ひげそり、シャワー・トイレあり  
お土産店や飲食店が立ち並び繁華街へ徒歩で行くことができるほど近く、宮古島の主要観光施設へのアクセスもスムーズなので観光はもちろん、ビジネス利用に便利なホテル。お得なネット割引あり。 <http://www.miyakodai1.jp>

### ホテル八城

やつしる  
TEL(0980)72-1950・FAX73-1735  
【注】平良字西里1-16【宮空】10分【IN】14時【OUT】10時

【R】5,000円〜5,700円  
全室インターネット接続無料  
電話、ドライヤー、電子レンジあり  
洗濯機あり(共同)  
シングルルーム中心のコンパクトなホテル。市内中心部にあり繁華街に近いので、買い物や食事に便利。観光はもちろん出張などのビジネスでの利用にも最適。 <http://www.hotel-yatsushiro.com>

### ホテル オアシティ共和

きょうわ  
TEL(0980)79-0555・FAX72-1655  
【注】平良字下里571-11【宮空】15分【IN】15時【OUT】10時

【T】5,100円〜 【R】4,600円〜  
和洋室(4名まで)4,500円〜  
大部屋(15名まで)3,500円〜  
大浴場、サウナ、コインランドリー、禁煙室あり  
中心市街地の立地。ツイン・和室・大部屋(15名まで)など様々なタイプがあり、家族連れには4名用と6名用の和室もある。大浴場もあり、宿泊者は無料で利用できる。

### ホテルカリフォルニア宮古島リゾート

TEL050-2018-7883  
Instagram:@palmsprings\_miyako\_official  
【注】平良字東仲宗根903-18【宮空】8分【下空】30分【IN】15時【OUT】11時

【T】4,417円〜(素泊り)  
※送迎あり  
洗濯機・乾燥機・キッチン・シャワー・トイレあり  
遊ぶホテルがコンセプト。BBQセットやクロスバイクなど豊富な貸出アイテムが揃う。ゴルフ場のあるキッズスペースがあり、ゴルフシミュレーションも敷地内で楽しめる。宿泊者は専用ラウンジで飲み物が無料。海外の部屋のレイアウトをイメージした広々設計で快適な滞在を満喫できる。

### ブルーオーシャン ホテル&リゾート宮古島

TEL(0980)79-7971  
【注】伊良部字池間添1101-1【宮空】20分【下空】10分【IN】15時【OUT】11時

#### 宮古空港が目の前！到着後すぐにリフレッシュ

【S】8,000円 【T】14,000円  
※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/>  
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。

### ブルーオーシャン ホテル&リゾート宮古島

TEL(0980)79-7971  
【注】伊良部字池間添1101-1【宮空】20分【下空】10分【IN】15時【OUT】11時

伊良部大橋と宮古ブルーを望む青い海と空に映えるリゾート  
ヴィラ 【T】37,500円〜 【R】33,750円〜  
ホテル 【T】25,000円〜 【R】22,500円〜  
※上記は1名料金 ※朝食付 ※空港送迎可(要予約)  
シャワー・トイレあり、ランドリーサービスあり、ビーチグッズ貸出しあり  
＜部屋タイプ＞  
ヴィラ(プライベートプール、ルーフトップテラス、ジャグジー付)、ホテル(テラス付)

### パームスプリングス宮古島リゾート

TEL050-2018-7883  
Instagram:@palmsprings\_miyako\_official  
【注】平良字久員654-23【宮空】10分【下空】20分【IN】15時【OUT】11時

【T】4,599円〜(素泊り)  
※送迎あり  
洗濯機・乾燥機・キッチン・シャワー・トイレあり  
家族で泊まれるヴィラから、ホテルタイプなど用途に合わせた多数の客室バリエーション。全室キッチン・洗濯機完備で、長期滞在にもおすすめ。宿泊者はパームタウン内のラウンジを自由に利用することができる。 <https://www.palmsprings-miyakojima.com/>

### ホテルサンタバーバラ宮古島リゾート

TEL050-2018-7883  
Instagram:@santabarbara\_miyako\_official  
【注】平良字下里2393-3,2334【宮空】3分【下空】30分【IN】15時【OUT】11時

【T】4,417円〜(素泊り)  
※送迎あり  
洗濯機・乾燥機・キッチン・シャワー・トイレあり  
ファミリーステイに優しいホテル。客室は全室キッチン・洗濯機完備で広さは42㎡以上。ツインルームから、6名で泊まれる和洋室もある。ゲストセンターには貸出アイテムが揃い、飲み物が無料。海外風のホテルデザインは写真映えにもぴったり。宮古空港から車で3分的好立地。

### ホテルカリフォルニア宮古島リゾート

TEL050-2018-7883  
Instagram:@palmsprings\_miyako\_official  
【注】平良字東仲宗根903-18【宮空】8分【下空】30分【IN】15時【OUT】11時

【T】4,417円〜(素泊り)  
※送迎あり  
洗濯機・乾燥機・キッチン・シャワー・トイレあり  
遊ぶホテルがコンセプト。BBQセットやクロスバイクなど豊富な貸出アイテムが揃う。ゴルフ場のあるキッズスペースがあり、ゴルフシミュレーションも敷地内で楽しめる。宿泊者は専用ラウンジで飲み物が無料。海外の部屋のレイアウトをイメージした広々設計で快適な滞在を満喫できる。

宮古島観光の必需品

レンタサイクル

レンタバイク

レンタカー

### アズーレンタカー

TEL-FAX(0980)73-1312

[住] 平良字松原145 [営] 8:00~19:00

- ★無料送迎(一部地域除く)
- ★無料配車(一部地域除く)
- ★乗り捨てOK
- ★CD・カーナビ全車標準装備
- ★チャイルドシートあり(無料)
- ★ジュニアシートあり(無料)
- ★長期・ビジネス割引あり

赤瓦屋根のアットホームなレンタカーショップ。1日2,980円より。(保険料・税金込)

### バインレンタカー

0120-385-960

Instagram: @pinarentacar

宮古空港本店 [住] 平良字西里1455-3 [営] 8:00~19:00  
下地島空港店 [住] 伊良部字佐和田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
- ★全車種禁煙車

軽自動車からワゴン車まで新車が揃う。本店で借りて下地島空港店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

### 南西楽園レンタカー

TEL(0980)74-7730・FAX74-7731

[住] 上野字宮国765-1 [営] 9:00~18:00 (配車は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て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。シガ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。

### オリックスレンタカー-宮古島

マンゴー店 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

### 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
- ★全車種禁煙車
- ★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。

### 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(一部地域除く)

軽自動車・軽ワゴン・軽トラック3,000円(24時間、オフシーズン免費・オプション別途)。店は宮古空港から1分の場所にある。予約は電話1本でOK。

### 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ぶ宮古島の中心街・西里大通りにある老舗レンタバイク&サイクル店。食事や買い物ついでに立ち寄り便利。

### 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 2,500円~  
1ヶ月 30,000円~

- 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!

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★

★ネットで検索できます!!

宮古島市平良西里1350-1 地図P.11-D2  
レンタカー受付 9:00~18:00

### すななぎレンタカー

TEL(0980)76-3135・FAX76-3172

[住] 上野字宮国733-1 [営] 8:00~19:00

- ★格安車あり
- ★長期・ビジネス割引あり
- ★全車カーナビ付
- ★チャイルドシートあり(無料)
- ★クーラー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

### ちゅらさんレンタカー

TEL-FAX(0980)79-0385

[住] 平良字西里935-48 [営] 9:00~19:00 [休] 無

- ★無料送迎(一部地域除く)
- ★ビジネス・中長期割引あり
- ★軽自動車専門

ハイビスカスが目印のレンタカー屋さん。女性スタッフが送迎しているので心配り◎。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。女性のひとり旅でも安心してレンタルしよう。  
http://www.churasan-rentacar.com

### スカイレンタカー-宮古店

TEL(0980)72-8002・FAX72-2233

[住] 平良字下里2422-1 [営] 8:00~20:00

- ★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。

## 宮古島市街地 駐車場マップ

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 310 483 114*45	P.14-A1
② 市ホーム駐車場 310 453 867*08	P.14-B2
③ ちよいおきパーキング 310 454 722*84	P.14-D2
④ ちよいおきパーキング 310 483 145*58	P.14-A1
⑤ ちよいおきパーキング 310 453 715*62	P.14-C3
⑥ SANパーク 310 454 870*50	P.14-C1
⑦ SANパーク 310 483 173*67	P.14-A1

カーナビ用マップコードで目的地を簡単表示!

現在地から近い駐車場を探す場合、右のQRコードを読み込めば簡単に探すことができます!

掲載店舗のマップコードを各ページに表記していますのでご利用ください。

### マップコードを使えば数字を打ち込むだけで簡単に目的地の表示ができます。

操作方法

- ①カーナビの「目的地」のスイッチを押します
- ②目的設定の画面で「マップコード」を選択します
- ③11桁の数字を入力します
- ④ピンポイントで地図が表示されます
- ⑤目的地までナビゲーション通りに行くだけ!

マップコードとは?  
地図上の位置を簡単に特定できるコードナンバーです。

このマークと11桁の数字がマップコードです

366 558 349\*75

※カーナビの操作方法は機種によって異なる場合があります。お使いの取扱説明書をご参照ください。  
※カーナビによっては\*以降の入力が不要な機種もあります。

miyakojima  
Hotel guides

# 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><b>リゾートホテル</b></p> <p>リゾートホテル</p> <p>上野字宮国974-3 ☎ 0980-74-7070 P</p>	<p><b>リゾートホテル</b></p> <p>リゾートホテル</p> <p>上野字宮国784-1 ☎ 0980-76-3000 P</p>	<p><b>リゾートホテル</b></p> <p>リゾートホテル</p> <p>上野字新里1405-201 ☎ 0980-74-7400 P</p>	<p><b>リゾートホテル</b></p> <p>リゾートホテル</p> <p>上野字宮国746-20 ☎ 0980-76-3870 P</p>
<p><b>リゾートホテル</b></p> <p>リゾートホテル</p> <p>平良字下里2422-1 ☎ 0980-75-7700 P</p>	<p><b>リゾートホテル</b></p> <p>リゾートホテル</p> <p>平良字荷川取1064-1 ☎ 0980-74-2511 P</p>	<p><b>ウイラ</b></p> <p>ウイラ</p> <p>城辺字友利542 ☎ 0980-77-8200 P</p>	<p><b>ウイラ</b></p> <p>ウイラ</p> <p>☎ 06-6232-3460 クリスタルリゾートクラブ P</p>
<p><b>ウイラ</b></p> <p>ウイラ</p> <p>城辺字友利417 ☎ 0980-79-8800 P</p>	<p><b>ウイラ</b></p> <p>ウイラ</p> <p>平良字久員256-1 ☎ 0980-79-8800 P</p>	<p><b>ウイラ</b></p> <p>ウイラ</p> <p>伊良部字伊良部817 ☎ 0980-78-6777 P</p>	<p><b>ウイラ</b></p> <p>ウイラ</p> <p>平良字池間1058 ☎ 0980-79-9920 P</p>
<p><b>ホテル</b></p> <p>ホテル</p> <p>平良字西里126 ☎ 0980-79-8800 P</p>	<p><b>ホテル</b></p> <p>ホテル</p> <p>平良字久員1063 ☎ 0980-79-0077 P</p>	<p><b>ホテル</b></p> <p>ホテル</p> <p>平良字下里335-1 ☎ 0980-75-3335 P</p>	<p><b>ホテル</b></p> <p>ホテル</p> <p>平良字西里1-16 ☎ 0980-72-1950 P</p>
<p><b>ホテル</b></p> <p>ホテル</p> <p>平良字久員654-23 ☎ 0980-79-8180 P</p>	<p><b>ホテル</b></p> <p>ホテル</p> <p>平良字西里191 ☎ 0980-73-5522 P</p>	<p><b>ホテル</b></p> <p>ホテル</p> <p>平良字下里571-11 ☎ 0980-79-0555 P</p>	<p><b>ウイークリーマンション</b></p> <p>ウイークリーマンション</p> <p>平良字西里176-2-1F ☎ 0980-79-8800 P</p>
<p><b>ウイークリーマンション</b></p> <p>ウイークリーマンション</p> <p>平良字久員668-5 ☎ 0980-79-8800 P</p>	<p><b>ウイークリーマンション</b></p> <p>ウイークリーマンション</p> <p>下地字与那覇皆愛原1388-5 ☎ 0980-74-2112 P</p>	<p><b>ペンション</b></p> <p>ペンション</p> <p>平良字下里615-101 ☎ 0980-76-3656 P</p>	<p><b>ペンション</b></p> <p>ペンション</p> <p>平良字荷川取352-35 ☎ 0980-74-2324 P</p>
<p><b>ペンション</b></p> <p>ペンション</p> <p>平良字久員670-1 ☎ 0980-73-7511 P</p>	<p><b>ペンション</b></p> <p>ペンション</p> <p>平良字久員670-4 ☎ 0980-73-1331 P</p>	<p><b>民宿</b></p> <p>民宿</p> <p>平良字前里68-1 ☎ 0980-74-4777 P</p>	<p><b>民宿</b></p> <p>民宿</p> <p>平良字下里486 ☎ 0980-79-0097 P</p>

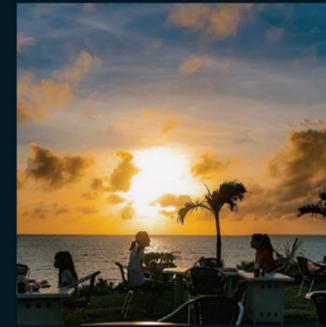
お店のマップコード

[P75] 宮古島東急ホテル&リゾート 310 241 358*00	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	アラマンダインギャーコーラルヴィレッジ 310 192 264*83	ホテルブリーズベイマリーナ 310 159 818*27
[裏表紙] ザシギラ 310 160 686*6	ホテルシギラミラージュ 310 160 868*6	ホテルシーブリーズコーラル 310 160 845*48	ホテルロベルトソナーバー 310 159 787*83	ウェルネスヴィラブリッサ 310 158 463*11

宿泊施設の詳しい情報はP70~71に掲載しています。



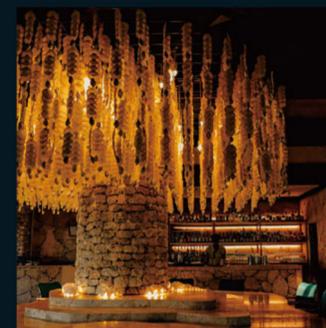
RESTAURANT  
NiraiKanai



BARBECUE HOUSE  
MAIPAMA



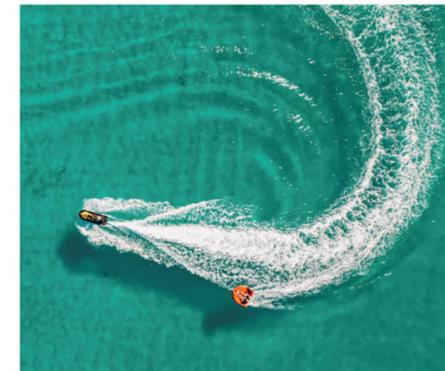
火炙り



BARB ZOOM SHELL



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



## 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.8-④  
Tel: 0980-76-2109 Fax: 0980-76-6781  
www.miyakojima-h.tokyuhotels.co.jp



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。

# 心花の蒼の楽園 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。

## Shopping



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



シギラベイサイドスイート アラマンダ



アラマンダ インギャーコーラルヴィレッジ

### HOT CROSS POINT SANTA MONICA



ホットクロスポイント サンタモニカ

### HOTEL BREEZE BAY MARINA



ホテルブリーズベイマリーナ

### 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

### Robertson HOTEL Harbor



ホテル ロベルトソンハーバー

P.9-⑨



## シギラセブンマイルズリゾート

シギラセブンマイルズリゾート予約センター 0570-550-385 <https://shigira.com> 宮古空港より車で約15分 または 下地島空港より車で約50分

シギラセブンマイルズリゾート   

## SHIGIRA SEVEN MILES RESORT

ガイドブック宮古島 Vol.15 改訂版

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