

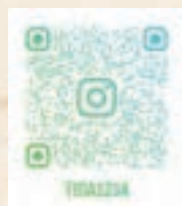
MIYAKOJIMA BEACH T-SHIRT

THE
BEACH

宮古島
限定

島にしかない
オリジナルブランド！

県内に3店舗展開中！！



※デザイン及び言語は 特許取得の為 使用できません。



上野店にはカフェが併設。
買い物と合わせてのんびりカフェタイム！



幸せを呼ぶ！神の島のカワイイ妖精☆



#miyakojima_beach

南国雑貨TIDA北谷店
沖縄県中頭郡北谷町字美浜34-2
レクー沖縄北谷スパ&リゾート1F
定休日 不定休
Open 12:00 - 19:00
tel : 098-989-5220



南国雑貨TIDA上野店
島cafeとうんからや
沖縄県宮古島市上野字新里1214
定休日 月曜日/木曜日
Open 11:00 - 17:00
tel : 0980-76-2674
MAP P41-G1



南国雑貨TIDA平良店
沖縄県宮古島市平良字下里4
定休日 不定休
Open 12:00 - 18:00
tel : 0980-73-6320
MAP P46-A3



TAKE FREE

たのしま

TANOSHIMA

宮古島版 2025

Vol.50

企画・営業・取材・編集・制作・運営
※本誌掲載の写真・図版・記事などを許可なく無断で転写・転記することを禁じます。

宮古島

池間島・来間島・多良間島・伊良部島
Ikema/Kurima/Tarama/Irabu Island

MIYAKO

便利なMAPうれしい特典付き!! アンケートに答えてプレゼントをもらおう!

Winter



2025.11 Vol.50

GUIDE BOOK



第8回 TANOSHIMA PHOTO CONTEST #大好きな宮古島 グランプリ @ayaka_com 様

Location : 宮古島東急ホテル & リゾーツ



CONTENTS vol.50



最新情報は
たのしまWEBで
CHECK

おきなわピース
空と海が360度に広がる、宮古島最果ての絶景岬「東平安名崎」
沖縄の島々で出会える小さな魚が抱える大きな危機
冬の沖縄、海に響くクジラの歌声

宮古島市を応援しよう！

離島ガイド
多良間島 P.10 伊良部島/下地島 P.11
池間島 P.12 来間島 P.13

おすすめグルメ特集

海だけじゃない！街歩きを楽しもう！

すぐりむん特集
アンケートに答えてプレゼントをもらおう！

TANOSHIMA OKINAWAN's STYLE

ショッピング

体験

リラクゼーション

宮古島グルメ旅

まーさん島ごはん

アクティビティ

モデルコース

レンタカー

移住計画

MAP

P.5	Piece of Okinawa The sky and sea stretch out 360 degrees at HigashiHennazaki The Great Crisis Facing Small Fish Found in the Islands of Okinawa Winter in Okinawa, the whales' songs echoing across the sea
P.8	Let's support Miyakojima City!
P.10	Travel Guide for remote Islands P.10 Tarama Island P.11 Irabu/Shimoji Island P.12 Ikema Island P.13 Kurima Island
P.15	Recommended Gourmet
P.16	Miyako Island is not only about the sea. Let's Enjoy walking around town!
P.18	Excellent product from Okinawa Islands
P.20	TANOSHIMA OKINAWAN's STYLE
P.22	Shopping
P.24	Experience
P.26	Relaxation
P.28	Gourmet Journey Through Miyako Islands
P.30	Taste Miyako Islands Gourmet
P.32	Activity
P.34	Model course
P.36	Rent a car
P.37	Make your dream of living in OKINAWA come true
P.38	MAP

◀このマークがあるお店で「たのしま特典」を受けられます！
たのしま特典 有効期限：2026年3月31日まで



たのしま公式
沖縄の情報発信中!!



※本誌へ掲載されている金額は全て総額表示（税込）となります。
※本誌情報の掲載に関しては、万全を期しておりますが、情報内容に誤りや欠陥があった場合、いかなる保証もいたしません。
また、本誌掲載の写真・図版・記事などを許可なく無断で転写転載することを禁じます。
Do not transcribe or reprint photographs, illustrations, articles, etc. in this magazine without permission.

＜個人情報保護について＞
IJU 株式会社が主体となって、読者からお預かりした個人情報は、当社が責任を持って管理します。当社ではご本人の承諾無しに、収集した個人情報を第三者に提供する事はありません。なお、本誌掲載の広告主が収集する個人情報の取扱いに関しましては、各々の広告主にお問い合わせください。

2025年11月発行 たのしま宮古島版 vol.50
【企画・営業・取材・編集・制作・運営】
IJU 株式会社 Published by IJU Co.,Ltd.
■沖縄宮古島営業所
沖縄県宮古島市平良字松原548-8
TEL.0980-73-3433
tanoshima-info@tanoshima.jp
■本社
沖縄県那覇市久茂地2-22-12
久茂地UFビル3F
TEL.098-988-4681
【沖縄石垣島営業所】
【東京中野営業所】

広告のお申し込み・お問合せは、上記までご連絡ください。

イオン琉球 ～沖縄のいいもの全国へお届け～ オンラインショップ

沖縄の「いいモノ」、全国にお届け！

イオン琉球オンラインショップでは、沖縄の人気のお菓子、沖縄そば、タコライスの素、泡盛など沖縄の「いいもの」を豊富にご用意しています。南国ならではの季節のフルーツは贈答用にも最適！沖縄で食べたあの美味しさをもう一度楽しみたいときは「イオン琉球オンラインショップ」で探してみよう！

イオン琉球の産地直送ギフト

お世話になったあの方へ、
季節の贈り物にどうぞ。



沖縄のお土産や、沖縄県民には欠かせない「定番」の食料品など、
本土ではなかなか手に入らないアイテムを取り揃えています。

人気のお土産



郷土菓子



お茶・飲料



ビール・泡盛



缶詰



簡単・便利



MaxValu マックスバリュ 宮古島のおすすめ品

宮古島産の泡盛や人気の特産品を数多く取り揃えております。

宮古ブルーナッツ
南都物産



魅輝舗 宮古島まもる君ちんすこう



雪塩サンド
株式会社宮古島の雪塩



塩キャラメル
ナッツサブレ
南風堂



宮古牛
せんべい



宮古そば



MAP P42-D5

お買上金額 1,000円以上で **お土産品5%割引** ※プロモーション番号:6494

マックスバリュ宮古南店

年中無休24時間営業
宮古島市平良字松原631
TEL:0980-73-7711

マックスバリュ宮古西里店

年中無休24時間営業
宮古島市平良字西里1290
TEL:0980-74-2255

有効期限：2026年3月31日まで ※他クーポン・他サービスとの併用不可※直営店のみ使用可、コピー使用不可、一部割引対象外有り



MAP P43-F1



Welcome to OKINAWA



沖縄の最新情報発信

見やすい！



たのしま 公式 web サイト



使いやすい！

沖縄旅行を楽しむ
アクティビティがたくさん！



ENJOY TANOSHIMA

ここでしかできない
特別体験を
今すぐ予約

予約ができる
ようになったよ！

ココカラ
目的地へGo！
今いる場所から
周辺情報がわかる MAP



ココカラ
MAP



冊子にはない最新情報や観光スポット
イベント情報など役立つ情報が満載！

もっと知りたい

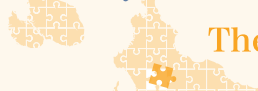


空と海が 360 度に広がる、宮古島最果ての絶景岬「東平安名崎」
The sky and sea stretch out 360 degrees at HigashiHennazaki

全長約2kmにわたって海へと伸びる細長い岬で、国の名勝にも指定される宮古島屈指の絶景スポット。左右に広がるコバルトブルーとエメラルドグリーンの海、白亜の灯台が織りなす風景はまさに圧巻。冬の澄みきった空気の中では、水平線まではっきりと見渡せ、朝日や夕陽のグラデーションがいつそう鮮やかに映えます。元旦には初日の出を拝もうと多くの人が訪れます。爽快なドライブの終点として、自然と歴史が調和した宮古島を代表するスポットとして、ぜひ訪れてみてください。

Stretching nearly 2 kilometers into the sea, Higashi-Hennazaki is one of Miyako Island's most iconic scenic spots, designated as a National Place of Scenic Beauty. Flanked by cobalt blue and emerald green waters, the slender cape leads to a striking white lighthouse that crowns the view. In winter, the crisp air offers crystal-clear visibility all the way to the horizon, making sunrises and sunsets especially vivid. On New Year's Day, many visitors gather to witness the first sunrise of the year. Whether as the final stop on a refreshing coastal drive, here is a must-see destination.





沖縄の島々で出会える小さな魚が抱える大きな危機

The Great Crisis Facing Small Fish Found in the Islands of Okinawa

もっと知りたい



沖縄の川と海を行き来する小さな魚「ミナミヒメミミズハゼ」は、琉球諸島固有の魚。沖縄科学技術大学院大学(OIST)の研究で、沖縄本島・久米島・石垣島・西表島それぞれの個体群が遺伝的に孤立していることが判明しました。わずか23キロしか離れていない石垣島と西表島間でも交流は見られず、生息地が失われれば島ごと絶滅の恐れがあります。観光で訪れる楽園の自然には、こうした小さな命が息づいています。ゴミを持ち帰る、立ち入り禁止区域に入らないなど、小さな配慮が大きな保護につながります。

Luciogobius ryukyuensis is a small goby fish endemic to islands of Okinawa. Although it moves between rivers and the sea, recent research by OIST shows that populations on Okinawa Island, Kume Island, Ishigaki Island, and Iriomote Island are genetically isolated—even between Ishigaki and Iriomote, which are just 23 km apart. This means that if a habitat disappears, the unique population on each island could be lost. Tourists enjoy a paradise that relies on these fragile ecosystems. Simple actions—like taking trash home and respecting restricted areas—can help protect these hidden treasures..

資料提供: 沖縄科学技術大学院大学(OIST)



Photo by 前田健(OIST)



Photo by アルファダイブ沖縄 安田崇人

もっと知りたい



冬の沖縄、海に響くクジラの歌

Winter in Okinawa, the whales' songs echoing across the sea

沖縄の冬は、青い海と澄んだ空が広がる特別な季節。11月から3月にかけて、北の海から南下してきたクジラたちが沖縄周辺に姿を現します。体長13~15m、体重30トンもの巨体が豪快にジャンプし、尾びれを打ち付ける姿は迫力満点。特に沖縄本島西海岸沖では、親子クジラや、時にはカップルのクジラに出会えることもあります。平均気温15~20度と穏やかで観光地もゆったり楽しめる冬の沖縄。雄大なクジラの歌声に耳を傾けながら、自然の鼓動を感じてみませんか。

Okinawa's winter is a special season with expansive blue seas and clear skies. From November to March, whales migrating south from the northern seas appear around Okinawa. You might encounter mother-and-calf pairs or even whales swimming together as couples. Witnessing these massive creatures leap powerfully and slap their tails against the water is truly awe-inspiring. With average temperatures between 15 and 20 degrees Celsius, winter in Okinawa offers mild weather and relaxed enjoyment of tourist spots. Listen to the majestic songs of the whales and experience the grandeur of nature firsthand.

クジラに出会える体験は
Diving house CHABAGuaで



詳細は
こちらから

宮古島市を応援しよう！

ふるさと納税

おすすめ品ご紹介

MEETS MORE MIYAKOJIMA

さあ、心で旅をしよう。

宮古島市は、宮古島を中心に、池間島、来間島、伊良部島、下地島、大神島の6つの島で構成される亜熱帯の温暖な地域で、約5.5万人が暮らしています。地形は平坦で河川が少なく、海への土砂流出が少ないため、周辺の海は「MIYAKO BLUE」と称されるほどの透明度を誇ります。

宮古島市には南国ならではの特産品も豊富です。自然豊かな宮古島の魅力は何よりも「人のあたたかさ」とも言われており、毎年多くの方が訪れています。旅で心に残った「あの美しい景色」や「心温まるおもてなし」を、未来へと繋ぐ力にしませんか？

あなたのご支援は、美しい自然の保全、子どもたちの未来、そして次世代の観光資源を守るために大切に使われます。

たんでいが～たんでい
ふるさと納税

選べる使い道

- ① エコアイランド宮古島応援コース
- ② スポーツアイランド宮古島応援コース
- ③ 宮古島の子育て応援コース
- ④ 宮古島の人材育成応援コース
- ⑤ がんずう（健康）宮古島応援コース
- ⑥ 芸術・文化振興の宮古島応援コース
- ⑦ 市長お任せコース

他にも多数の
返礼品があります！



詳しくはこちらから

受託事業者：一般社団法人 宮古島観光協会

MIYAKO SOBA

やさしい味に、あたたかい心

鰹出汁をベースにした、澄んだ透明感のあるあっさりとしたスープが主流。つるつとした食感のストリート麺がスープに絡みやすいのが特徴です。

宮古そば

MEAT

豊かな大地が育んだ旨みたっぷりのお肉

宮古島のミネラル豊富な土壌と栄養価の高い飼料で育った宮古牛は、非常に希少なため、宮古島でも限られた飲食店でしか味わうことができません。ぜひこの機会を逃さずに、厳選された極上の味をお楽しみください。

宮古牛

FRUITS

太陽の恵みをいっぱいを受けて育った南国フルーツ

地元の農家さんが大事に心を込めて育てた個性派揃いの新鮮なトロピカルフルーツが人気です。定番フルーツから見たこともないフルーツまで、「おいしい」を通じて、島の文化と魅力をお届けします。

果物

TRAVEL

美しい自然を存分に楽しむ

現地宮古島の自然を満喫できるツアーやアクティビティの数々。またリゾートホテルなどの宿泊券もご紹介します。

宿泊や体験アクティビティ



多良間ブルーと琉球風水に護られた
「日本で最も美しい村」
An island with the "most beautiful
village in Japan" that values nature and culture

多良間島 Tarama Island

多良間村は多良間島と水納島の2島からなり、「日本で最も美しい村」として認定された沖縄県唯一の村です。村落は「琉球風水」の思想を受けて形成されたといわれています。伝統や自然が大切にされており、国の重要無形民俗文化財に指定された豊年祭「八月踊り」や伝統祭祀「スツブナカ」などの行事があります。村内には、ピンダ(多良間の方言でヤギのこと)が至る所におり、「山羊の島」と呼ばれることもあります。平坦な島なのでレンタサイクルを借りて、のんびり自転車で巡ってみてください。

Tarama Village consists of two islands, Tarama Island and Minna Island, and is the only village in Okinawa recognized as the "most beautiful village in Japan". On Tarama Island, ancient traditions and nature are cherished, and there are festivals and other events that have been designated as national important intangible folk cultural assets. Pinda (goats in the Tarama dialect) are everywhere in the village, and it is sometimes called "Goat Island". The island is flat, so rent a bicycle and enjoy a leisurely bicycle tour.

島へ渡る方法 How to cross to the island

飛行機《宮古島-多良間島》Flyer Miyako - Tarama
約20分 1日2往復 for 20 minutes 2 round trips per day
フェリー《宮古島-多良間島》Ferry Miyako - Tarama
約2時間 1日1往復(日曜は運休)for 2 hours 1 round trip per day
(no service on Sundays)

島内の移動手段 Transportation on the island

- ・宿泊施設の送迎サービス Hotel shuttle service
- ・レンタカー Rental cars ・レンタバイク Rental motorbikes
- ・レンタサイクル Rental bicycles
- ・空港と各港を繋ぐ路線バスあり Local buses route connecting the airport and two ports ※タクシーはありません No taxi

- ①多良間ブルーの砂紋Tarama blue sand ripples
- ②八重山遠見台Yaeyama Observatory
- ③黒糖Brown cane sugar



10◆TANOSHIMA



詳しくは
WEBからcheck



宮古諸島で2番目に大きな伊良部島と、細い海峡を挟んで6つの橋で繋がる下地島。"みやこ下地島空港ターミナル"を中心に、宮古ブルーを体感できるビーチや史跡、宮古島を一望できる展望台など、宮古島の魅力が凝縮された2つの島です。These two islands are packed with the charm of Miyako Island, including beaches where you can experience the Miyako blue, historical sites, and observation decks from which you can get a panoramic view of Miyako Islands.



伊良部島 Irabu Island

下地島 Shimoji Island



島へ渡る方法 How to cross to the island

宮古島と橋で繋がっており、車で行ける離島
These are connected to Miyako Island
by a bridge and accessible by car.

島内の移動手段 Transportation on the island

- ・タクシー Taxi
- ・レンタカー Rental cars
- ・レンタバイク Rental motorbikes
- ・レンタサイクル Rental bicycles
- ・路線バス Local buses





日本最大級のサンゴ礁群と沖縄県最大の
野鳥の生息地、大自然を体感できる島

An island with coral reefs and
a habitat for wild birds, where you can
experience the great outdoors.

池間島 Ikema Island

「幻の大陸」と言われシュノーケリングスポットとして知られている日本最大級のサンゴ礁群「八重干瀬(やびじ)」は、池間島の北側30分ほどの距離にあります。南北12km、東西8kmにわたって広がる広大なサンゴ礁群が、年に数回の大潮のときだけ姿を現すため「幻の大陸」と言われています。「池間湿原」は隣り合った2つの島が繋がり、隔てていた海峡が取り残され淡水化し湿原となった場所です。今では沖縄県最大の野鳥の生息地として野鳥愛好家などに人気があります。池間島は2つの大自然以外にも今も島の神々を敬う御嶽信仰の風習が根強く残っており、民俗学的にも注目されています。

Yabiji, one of the largest coral reef groups in Japan, is located about 30 minutes north of Ikema Island. "Ikema Marsh" is the largest bird habitat in Okinawa and is popular among bird lovers. In addition to the two natural wonders, Ikema Island still retains a deep-rooted custom of Utaki worship that honors the island's gods and is of great interest from a folklore perspective.

島へ渡る方法 How to cross to the island

宮古島と「池間大橋」で繋がっており、車で行ける離島
It is connected to Miyako Island by the "Ikema Bridge" and is a remote island accessible by car.

島内の移動手段 Transportation on the island

- ・タクシー Taxi
- ・レンタカー Rental cars
- ・レンタバイク Rental motorbikes
- ・レンタサイクル Rental bicycles
- ・路線バス Local buses

- ①フナクスFunakusu beach: 池間島で一番有名なビーチ。砂浜から向かって右側には琉球石灰岩の岩盤がむき出しになった岩場もあり写真スポット。
- ②ハート岩Heart-shaped rock: NHK連続テレビ小説「純と愛」で有名になった干潮時にしか見られないスポット。
- ③カツオモニュメントMonument of bonito: カツオ公園内の巨大モニュメント。かつてはカツオ漁が盛んで今でも鰹節は特産品として知られている。



12 ◆ TANOSHIMA



詳しくは
WEBからcheck



プライベート感溢れる観光スポットで
ゆったり離島を満喫できる島

An island where you can enjoy a relaxing and
remote island experience.

来間島 Kurima Island

You can enjoy the crystal clear ocean at the Kurima Bridge, feel the relaxing time of the remote islands , and even enjoy the sunset and starlit sky at Kurima island. The island can be circumnavigated in about 40 minutes by bicycle or 15 minutes by car.

宮古諸島の中で5番目の大きさ。島内は自転車で約40分、車なら約15分程度で一周でき、島内の大半をサトウキビ畑などの農地が占めている、のどかな島です。島を美しく維持するための独自の憲法「来間島憲法」があります。来間大橋で透明度の高い海を満喫し、島内で離島のゆったりした時間を感じ、サンセット・星空まで堪能することができます。

島へ渡る方法 How to cross to the island

宮古島と「来間大橋」で繋がっており、車で行ける離島
It is connected to Miyako Island by the "Kurima Bridge" and is a remote island accessible by car.

島内の移動手段 Transportation on the island

- ・タクシー Taxi
- ・レンタカー Rental cars
- ・レンタバイク Rental motorbikes
- ・レンタサイクル Rental bicycles

- ①竜宮展望台Ryugu Observatory: 「来間大橋」も「与那覇前浜ビーチ」も一望できる大パノラマが楽しめる。
- ②長間浜 Nagama beach: サンセットから星空まで満喫できる、きめ細かな白い砂浜が広がるビーチ。
- ③タコ公園 Octopus Park: 亜熱帯の遊歩道の先にある巨大モニュメント。タコ公園下ビーチは岸壁に囲まれ波が穏やかなビーチ。



TANOSHIMA ◆ 13

パソコン便利機能を構築します。

毎月お弁当一個の費用で、業務がすこぶる改善すると評判良いです。

お店独自の予約システム構築します。

ダイレクトに
お客様と繋がろう！
毎月数千円～

- ✓ Wブッキング防止
- ✓ スタッフ配置
- ✓ クレジット事前決済他

ご希望の機能を組み入れます。
顧客動向分析も出来て売上Up収益向上に直結します。

ホームページから
Webサイトへ。

看板要素しかないホームページ
(それでもホームレスより良いけれど)から

**動く広報、
仕組みのあるデジタル、
考え分析するWeb構築**

ご相談下さい。
毎月1万円から、
デジタルディレクタースタッフが
丁寧に対応致します。

iju 株式会社

中小零細企業DX推進部

TEL.098-988-4681

Mail:top@ij-u.co.jp
沖縄県那覇市久茂地2-22-12 久茂地UFビル3F

**旅の前にも、旅の途中にも役立つ情報発信中！
フォローしてチェックしてね！**

沖縄本島・石垣島・宮古島を楽しむための観光情報をお届け!!

Follow me!!



たのしま公式 Instagram

**プレゼントキャンペーン！
Present Campaign**

**おきなわの“いま”！
Real time okinawa**

**観光スポット！
Sightseeing Spots**

**イベント情報！
Event**

**おすすめ店！
Recommended Stores**

#たのしま #沖縄本島 #宮古島 #石垣島 #okinawa

Recommended
たのしま
おすすめグルメ
Gourmet

沖縄県産あぐー豚が食べれるお店！
宮古そばもあるよ！
Let's eat Okinawan Agu pork! You can also eat Miyako soba!

宮古島とんかつ 琉宮
Miyakojima Tonkatsu Ryuuguu

宮古島市平良字松原551-14 2F
11:00～21:30 (LO.21:00)
年中無休 ☎0980-73-2620

詳細P30

松阪ロースかつ膳 2,398円



伊勢エビとステーキロインステーキのセット

船の中にいる様な雰囲気でお食事を楽しめる店！
A restaurant where you can enjoy your meal in an atmosphere as if you were on a cruise ship.

**ステーキハウス
キャプテンメリアン**
Steak House Captain merians

宮古島市平良字西里597-6
17:00～
日曜定休 ☎0980-72-7815

詳細P30

オリジナルスパイスで仕上げたスパイシーな宮古牛ミートと自家製サルサソースが相性抜群！定番の沖縄ソウルフード！！
Taco rice with spicy Miyako beef, original spices and homemade salsa sauce! Okinawa's classic soul food!

島cafe とうんからや
Shima cafe Tounkaraya

宮古島市上野字新里1214
11:30～17:00 (LO.)
月曜・木曜定休 ☎0980-76-2674

詳細P28

宮古牛の自家製タコライス 1,540円



1 宮城かまぼこ屋

創業60年以上の3代続く宮古島のかまぼこ屋です。朝はできたてのかまぼこをご購入いただけます。真空商品は、お土産にもどうぞ！



☎0980-72-2837
宮古島市平良字下里15
7:00~12:00まで
日曜・祝・祭日定休
駐車場あり
MAP P44-C3



2 宮古島市公設市場

公設市場では、地元で取れた農産物から海産物、畜産物、加工食品、島コスメ商品、お菓子などあらゆる商品が安く購入でき、市場の食材を使用した食も堪能できます。おすすめの楽しみ方は、公設市場内のお店の人との会話です。



宮古島市平良字下里1
8:00~20:00
※各店舗ごとに営業時間
定休日は異なります。
駐車場あり
MAP P46-A4

3 南国雑貨TIDA 平良店

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な衣類や雑貨を豊富に取り揃えています。宮古島のビーチをイメージした「MIYAKOJIMA BEACH」シリーズなど、ここにしかない、ここでしか買えないオリジナルの商品を心を込めて手作りしています。



ネオプレートート



キャンバス Beach トート



ミヤコジマ
Beach Tシャツ

☎0980-73-6320
宮古島市平良字下里4
新大見ビル1F
12:00~18:00
不定休
駐車場なし
MAP P46-A3

海だけじゃない！
Miyako Island is not only about the sea.

WEB からも CHECK!



街歩き を楽しもう！

Let's enjoy walking around town!

駐車場がないお店やお店の駐車場が満車の場合 近くのコインパーキング **P** をご利用ください

If the store does not have a parking or store's parking is full, please use a nearby coin-operated parking.

★
宮古神社



宮古島空港から車で15分

ホテル八城

←港へ

宮古
第一ホテル

宮古島北小学校

マティダ通り

ホテルピースアイランド
宮古島市役所通り

シティライフ宮古
ラヴニール

スマイルホテル
宮古島

ホテル
ピースアイランド
宮古島

Hotel385Project by ReZARD

ホテル
アイランドコーラル

西里郵便局

コンビニ

ホテル
ピースリーイン
宮古島NEXUS

観光ホテル
セイライン宮古島

ホテル
オアシティ共和

DESIGN MATCH

コンビニ

沖縄銀行

↓カママ嶺公園へ

4 MIYAKOJIMA GIFT ちゅらかじ

宮古島の名産品から美しい海を表現したオリジナル雑貨やアクセサリまで、様々な商品をご用意しております。商品にまつわるストーリーと共に宮古島の魅力をお伝えします。



星砂入りの「海のしずくネックレス」



☎0980-79-7912
宮古島市平良字西里300-5
15:00~22:00
不定休
駐車場なし
MAP P46-C2



宮古島産
マンゴースムージー
売り切れ次第終了



5 PAPAYA

オーナーこだわりのデザインには、宮古島がたくさん詰まっています。パリエーションも多数。一点ものの手染めTシャツ(4,400円〜)がオススメです!!あなたに合う一枚をどうぞ。



☎0980-73-0685
宮古島市平良字下里597-2-102
お昼過ぎ〜19:00頃
不定休
駐車場なし
MAP P46-C4



Back
可愛い
トートバッグ

オリジナルTシャツ
(2,800円〜)
ご予約
ご覧ください。



ちょっと
小話



カママ嶺公園
Kamama-mine Park

市街地から車で約10分の場所にある、ファミリーに人気の公園。迫力満点の朱色のシーサー型すべり台が特徴で、子どもたちに大人気。さらに、白いピラミッド型の展望台があり、市内や伊良部大橋を一望できます。展望台の2階にはデッキスペースがあり、市内でテイクアウトした食事を楽しみながら、ピクニック気分を味わえます。高台に位置するため、朝日・夕日・夜景まで楽しめる、地元で愛されている公園です。

About a 10-minute drive from the city center, this park is popular among families. It features a large vermilion shisa-shaped slide that is very popular among children. In addition, there is a white pyramid-shaped observatory from which visitors can enjoy a panoramic view of the city and the Irabu Bridge. On the second floor of the observatory is a deck space where visitors can enjoy a picnic while enjoying take-out food from the city.

観光農園
ユートピアファーム宮古島



☎ 0980-76-2949
宮古島市上野宮園1714-2
10:00~17:00 (LO.16:30)



オンラインショップでも
買えます!

1つ1つ手作りにこだわったオリジナル商品

当社の農園で大切に育て、一番美味しい時期に収穫したフルーツを使った
人気の各種オリジナル商品。三尺バナナケーキ、完熟マンゴーケーキ、
パッションフルーツバター、マンゴーバター等!!
HPの通販サイトからの購入も可能です。

美らさん化石サンゴ配合
洗顔ソープ



石垣島生まれの洗顔ソープ「美らさん」は、地元石垣島
のお客様にも数多く利用されています。配合されている
珊瑚の粉末が、肌の汚れや皮脂、古くなった角質、
毛穴の汚れまでを吸着して除去して透明感のある美し
い素肌を保ちます。



美らPeach.ユーグレナモール店

☎ 0980-87-9008

石垣市大川206上原ビル1-D (ユーグレナモール東口入口)
10:00~19:30第2・4木曜定休

十五番地の
ハム・ソーセージ詰め合わせ



石垣島の手づくりハム工房 十五番地
厳選された石垣島産・沖縄県産の豚肉
や、石垣の塩、西表島黒糖、石垣島産の
香辛料やハーブを使用し作ったハム・ソ
ーセージです。やさしい味わいが特徴
のハム・ソーセージです。

石垣島ハム・ソーセージ十五番地

☎ 0980-87-8686 (ハムハム)

石垣市新栄町15-6
10:00~19:00

宮古島
Miyako Island

島の素材を活かしたヘルシーなかまぼこ



八重山を代表する特産品の定番と
して全国の方々に愛されています。
「八重山かまぼこ」は、沖縄料理の必
需品。もずくや島胡椒、アーサ、ゴー
ヤなど島の食材を活かした他では
味わえないかまぼこです。

かみややき小かまぼこ店

☎ 0980-82-2347

石垣市石垣270-1
7:00~18:00

石垣島
Ishigaki Island



たのしま
CHOICE

おきなわの すぐりむん

集まれー!!

お土産はもちろん、
自分へのご褒美や贈り物にも
ぴったりの「すぐりむん」。
その土地ならではの厳選素材や
こだわりの感じる逸品を、
ぜひ手に取ってお楽しみください。

TVでも紹介され
たふるさと納税返礼品!
常温OK!



極旨もずくキムチ

宮古島産のもずくをいくつものダシとニンニクが
ほのかに香るキムチダレに漬け込んだ最強ご飯のお供!
冷やっこや納豆などのトッピングにも相性抜群!
とろみのあるタレが米や麺などに絡み、アレンジ豊富に楽しめます。

MIYAKOJIMA GIFT ちゅうらじ

☎ 0980-79-7912

宮古島市平良字西里300-5
15:00~22:00 不定休

宮古島
Miyako Island

「すぐりむん」は沖縄の言葉で
「優れたもの」って意味だよ!



Excellent product
from Okinawa Islands.



詳しい情報は
WEBをCheck!

このページの掲載商品がもらえるかも!?
プレゼントキャンペーン
実施中!

毎月実施

アンケートに答えて
プレゼントをもらおう!

たのしま公式
@Instagram



琉装ロケーション撮影なら
ヘアメイク・衣装・撮影全部込みの46st.へ

沖縄中部のリゾート地で琉装フォト
沖縄らしい撮影を記念にいかがですか?

* 宮古島本店で人気の琉装フォトプランが
沖縄本島でも撮影ができるようになりました *

沖縄本島 新プランキャンペーン

115,000円→70,000円

プランに
含まれるもの

・2名様プラン
・撮影データ80カット(URL納品)
・ヘアセット&フルメイク
・オリジナル髪飾り
・琉装1式
・琉装着付け

46st.

EST. 2021
LIFE IS EXCITING

46st. ヨンジュウロクスト

宮古島市平良下里2905-2
0980-73-2848



TANOSHIMA OKINAWAN'S STYLE

Vol.02

おしゃれに敏感な
“おしゃれニスタ”たちも
注目する

We chose and collected fashionable items.
Let's find “OKINAWAN'S STYLE” items
that you can only find here.

You will surely find items to enjoy fashionable style.
We recommend you to buy them as a memory of
your trip or as a reward for yourself.

伝統とトレンドが融合する沖縄のファッションや雑貨をご紹介。
ここでしか出会えない“オキナワスタイル”が勢ぞろい。
あなたもぜひ取り入れてみて。旅の思い出に、自分へのご褒美に…
おしゃれを楽しむアイテムがきっと見つかるはず。

詳しい情報は
WEBをチェック！

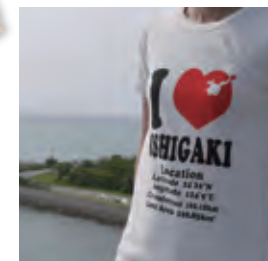


Ishigaki



西表島干立集落の
節祭に登場する
ユーモラスな神を
デザイン♪

- ohoho (オホホ) Tシャツ 2,850 円
- 各種オリジナル Tシャツ 2,850 円～
- キッズ Tシャツ 2,530 円～
- トートバッグ・キャップ 2,200 円～



REKIO・GORES

TEL:0980-82-1351 (本店)
【本店】石垣市大川256 9:30～21:00
【港店】離島ターミナル内 8:00～17:00

可愛く、面白く、格好よく！
日常生活や遊びから生まれた
オリジナルデザインは 100 種類以上！

Miyako

糸間島の集落の中に
佇むオリジナル
Tシャツのお店



Front

Back

■ NRTC Tシャツ レインボー



Tシャツの他にもトレーナー、
パーカー、トートバックなど
多数揃えてお待ちしております。

ISLAND T-SHIRTS HOUSE
NAMIMA

TEL:0980-79-8351
宮古島市下地来間370-6
10:00～ 不定休

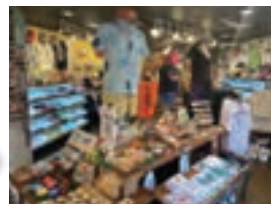
Okinawa

沖縄をテーマにした
デザイン Tシャツが
たくさん。

■ 男の子ジンベエ



■ 女の子ジンベエ



サイズは子ども用から大人用まで
あるので、ご家族、お友達同士で
お揃いができます！！

JAM MARKET 国際通り店

TEL:098-867-0917
那覇市松尾2-8-9
9:30～22:00

Okinawa

親子でイラストが
繋がる！

子ども用

大人用



■ ジンベエザメ
大人用と子供用をくっつけたら
1つの絵になります！
子供と子供、大人と大人でもOK！
※その場合は一人はうしろを向いた状態



沖縄で活躍しているアーティストの
商品も取り扱っているので
沖縄を感じられるショップです！！

JAM MARKET 美浜店

TEL:098-989-6069
北谷町美浜9-12 アメリカンデポ B棟 1F
10:00～20:00

Okinawa

那覇市のアーケード
「新天地通り」
エキゾチック雑貨 &
アクセサリー！

- アフリカンワンピース
- 沖縄県民必須アイテムぎょさん



世界各国の伝統工芸品やアクセサ
リー、アフリカンファブリックを
使用したオリジナルの洋服を中心
に取り扱い！

ALAN EGZOTIK

TEL:098-800-1908
那覇市松尾2-21-14
10:30～18:00 不定休 ※詳細はInstagramにて

あなたの旅コーデ、もっと素敵に。
旅先で、最高に映える一枚を。

OKINAWAN'S STYLEが
輝くロケーションを
QRでチェック！

おすすめスポット



LOCATION
OKINAWAN'S STYLE

Find and buy
"something unique to Miyako"



**All kinds of
souvenirs from
Miyako Islands**





**A variety of
souvenirs**

from
Miyako Islands!
Here you can
find everything
from fresh food
to daily
necessities!

ドン.キホーテ

Don Quijote Miyakojima

TEL.0570-073-511 MAP P.43-F2 8:00 ~ 2:00 Open every day

1283 Hiraraazanishizato Miyako-City Okinawa <https://www.donki.com/>



宮古島店

我可以免税









Experience

宮古島で夢中になれる体験を。

An experience to
be able to be absorbed
in Miyakojima.

ていだががま

太陽が窯

今日は…
シーサーを
つくろう



絶景工房で
海が見える

・陶芸体験・・・3850円(税込)
・絵付け体験・・・2200円～(税込)

〒906-0202 宮古島市上野字新里 1214 ☎0980-76-2266

Instagram @tidagagama MAP P41-G1

たのしま持参で1グループにつき1つプレゼント

南国フルーツや熱帯花木を見学できる観光農園と、宮古産の新鮮トロピカルフルーツを使ったスイーツ。南国のフルーツや花々に囲まれた癒しの空間を是非お楽しみ下さい。

当店一番人気のマンゴーパフェ

園内で収穫したフルーツをブレンドしたフルーツソフト

MAP P40-C5

観光農園ユートピアファーム宮古島

宮古島市上野字宮国 1714-2 ☎0980-76-2949
10:00～17:00(LO.16:30) 定休日 日曜日

お土産にも人気のオリジナル商品 utopiafarm miyakojima

熱帯植物園内
体験工芸村 TEL.0980-73-4111(団体受付)
一般の方のご予約は各工房にお問い合わせ下さい。
住/平良字東仲宗根派 1166-286 ☎10:00～18:00 休/年中無休

体験メニューの内容はこちらからご覧下さい

各工房、手作りのオリジナル
商品も販売しています♪



お土産も、思い出も、
手作りしよう♪

最終受付16:00迄
(※体験により異なります。)

宮古ならではの
楽しい手作り体験！

カーナビ「熱帯植物園」検索



料理体験

☎090-8668-9036

シーサー体験

☎0980-72-8981

**宮古織物体験
藍染め体験**

☎090-7165-9862

**宮古牛の角体験
島ぞうり作り体験**

☎080-8398-4059

**宮古島思い出
アート工房**

☎080-1920-1048

貝がら体験

☎0980-79-0087

民具体験

☎090-4986-2413

**琉装・万華鏡体験
ジェルキャンドル体験**

☎0980-74-3511

体験希望の工房に
事前に電話予約を
オススメしております♪

“入場無料”

クラブハウス内ショップにて
ゴルフウェア・アクセサリー・
オリジナルグッズ他
好評発売中!!

ゴルフショップのみの
ご利用も大歓迎です♪

取り扱い商品、メーカーは変更となる場合がございます。

ダイナミックな海越えの名物16番ホールを始めバラエティ豊かな
本格チャンピオンコース

エメラルドコースト ゴルフリンクス
TEL.0980-76-3232
https://www.emeraldcoast.jp
〒906-0305 沖縄県宮古島市下地字与那覇 1591-1 MAP P40-B6

宮古島にフレッシュなスポット誕生!

まいぱり

宮古島熱帯果樹園

営業時間/10:00～17:00
定休日/10月～3月の毎週水曜日

施設営業時間・料金

トロピカル ガイドツアー	
時間	10:00～16:30 (約25分)
料金	大人:1,400円 子供: 700円

まいぱりご来店のお客様
ウェルカムドリンク1杯サービス

MAPコード:310212793*18

〒906-0305 沖縄県宮古島市下地字与那覇 1210
TEL: 0980(74)7830
https://maipari.jp MAP P40-A5

Relaxation

ゆっくり流れる南国時間で
心も身体もリフレッシュ。

Let's refresh your mind and body with
the slow flow of tropical time!



島風が運ぶ癒やしの香り、琉球ハーブの女王「月桃」の恵み

爽やかで甘い独特の香り。それが、琉球の伝統的なハーブ「月桃（げっとう）」の魅力です。沖縄の野山や庭先に自生するショウガ科のこの植物は、地元で古くから「命薬（ぬちぐすい）＝命の薬」として大切にされてきました。自然の力で、心と体をやさしく整えるそんな月桃の香りに、沖縄の人々が大切にしてきた「癒しの文化」が息づいています。

もっと知りたい



Getto: Okinawa's Natural Remedy for Beauty and Balance

Getto (*Alpinia zerumbet*) is a traditional Ryukyuan herb cherished for centuries across Okinawa. Growing naturally in gardens and hillsides, this ginger-family plant is known locally as “nuchigusui” — medicine for life, a symbol of wellness and care. It gently supports relaxation and wellness—body and soul.

シギラ温泉内にあるリラクゼーションサロン



男性 OK！4名様同時に OK！23時まで OK！

選べる3店舗！

シギラ黄金温泉内

住 / 上野字新里 1405-223 TEL.080-1770-5691

ホテルブリーズベイマリーナ 1F (サロン直通) MAP P41-E1

住 / 上野字宮国 784-1 営 / 14:00 ~ 23:00 TEL.080-8355-2397

伊良部大橋近くの本店 (本店のみ脱毛メニューあり) MAP P40-A2

住 / 平良字久貝 248-9 営 / 9:00 ~ 23:00 TEL.090-8835-7666

本店のみ対応メニュー

- ・脱毛全身 (お顔、VIO含む) 22,000円 (レディース価格)
- ・脱毛全身 (お顔、VIO含む) 26,500円 (メンズ価格)

学割脱毛、パーツ脱毛あり

- ・光フェイシャルでお肌プルプル！ 13,000円
- ・ホワイトニングで輝く歯を！ 5,500円
- ・パルス電磁場でエネルギーチャージ 30分 3,000円

★お得な回数券あり

web予約
詳しくは
こちらから



宮古島素材で肌美人になれる

カイマナオリジナル
宮古方言メニュー

90分 20,000円
120分 26,000円
150分 32,000円

あなたも宮古美人！

あばらぎ
(美人プラン)

- ・宮古島満月の月経オイルボディケア & フェイシャルケア くちやバック
- ・座布団ドライヘッド&フットフラワーバス

クチャッて何？南西諸島に広く分布する海底に堆積した泥特に宮古島のものをクチャと言います。

凝りの解消に！

まていだ (太陽のようなあつたプラン)

- ・波音オイルボディケア & 他のもまで温める
- ・ホットストーンセラピー & フットフラワーバス



癒しをお求めの方に！

ゆさらび
(夕日に感謝プラン)

- ・宮古島満月の月経オイルボディケア & 瞑想ヘッドリラックスジェル & 月経香ホットアイマスク
- ・フットフラワーバス



人気
メニュー

島割引あり

- ・Kaimanaスペシャル(全身くまなく&お顔ケア) 165分 38,500円
- ・波音オイルボディ 60分 12,000円 90分 18,000円
- ・南風もみほぐし 60分 9,000円 90分 13,500円

フライダルぷからすプラン

ハワイの南国香ピカケボティオイルケア & フェイシャルケア
丁寧な泡洗顔付き & 極上ドライヘッド & フットフラワーバス

105分 23,000円 135分 29,000円 165分 35,000円

フライダルソフトシェービング 3,000円



MIYAKO ISLANDS

Gourmet

follow me



たのしま公式Instagram>>
沖縄の“今”を発信中！

Gourmet Journey Through Miyako Islands

Delicious discoveries along
the way on a trip to Miyako Islands

On Miyako Islands, “delicious island food”
awaits you on your journey to fill your heart
and stomach. In between sightseeing, on a road
trip, or during a relaxing afternoon, you will
surely find “delicious” food on Miyako Islands
to make your trip a memorable one.

Takeout

青空の下でピクニック気分！



ドラゴン
トロピカルボウル
¥1,200

島バナナスムージー
¥720

「まいぱり」の園内で採れた季節のフルーツを使用した、トロピカル
ジュースとアイスクリームは絶品です。特にマンゴーとパッションフ
ルーツは人気No.1!!!!ジュースやアイス进行しながらカートに乗っ
て園内を巡るトロピカルガイドツアーもお楽しみください。

まいぱり 宮古島熱帯果樹園

☎ 0980-74-7830

宮古島市下地字与那覇1210
10:00～17:00
年中無休（冬季：水曜定休）
詳細 P25



Cafe

旅の合間にひとやすみ

島 cafe とうんからや

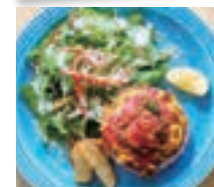
宮古ブルーの眺めと、島の美味しい時間を！

高台にあり、店内カウンター席とオープンエアの
テラス席からは目前に青い海を、プランコなども
ある広い庭からは水平線まで眺められる抜群の
ロケーション!!!

■サタバシンアイス（全7種） 770円
■オリジナルホットドッグプレート 1,210円

TEL*0980-76-2674

住/上野字新里1214
営/11:30～17:00(LO.)
休/月曜日、木曜日
※駐車場あり
MAP P41-G1



宮古牛の自家製タコライス

オリジナルスパイスで仕上
げたスパイシーな宮古牛
ミートと自家製サルサソース
が相性抜群!定番の沖縄ソ
ウルフード!!! 1,540円



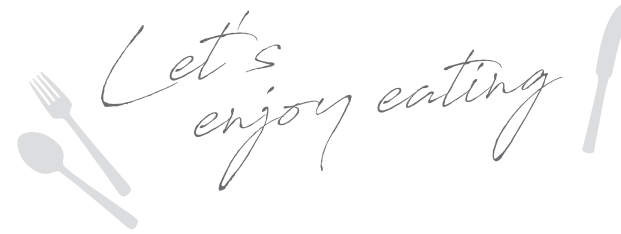
スムージー

島のフルーツをふんだんに
使用した、それぞれの美味し
さそのままのスムージー!!!
880円～



宮古豆の氷ぜんざい

希少な宮古小豆を贅沢に
100%使った、沖縄かき氷。
シロップもトッピングのアイ
スも全て自家製!!! 1,100円



Lunch

心もお腹も満たされる



海美来

大神島を眺めながら、池間ののんびり
した雰囲気が楽しめるお店。

海はもちろん池間大橋を一望できちゃう店
内には、池間島ならではの土産物も販売。
なかでも手作り紅芋もちはオススメ。す
ごい味のあるサザエにあっさりカツオ出
汁のきいたスープがよく絡む。サザエが入
ったそばはここでしか食べられない一品。

☎ 0980-75-2121

宮古島市平良字池間1173-7
9:00～18:00
年中無休
※駐車場あり
MAP P38-D2

■サザエのつぼ焼き	500円
■サザエそば	1,000円
■宮古そば	800円
■カレーライス	1,000円
■ゴーヤーチャンプルー	1,000円
■海ぶどう	400円
■紅芋もち	200円
■きびジュース	300円
■バナナケーキ	700円
■紅いもすいと	1,100円

Miyako Soba

サクサク、じゅわ〜っと至福の一杯。
1日限定20食！

当店名物!大胆に、厚みのあるロース
カツを上にのせた宮古そば。食べ始め
はサクサク食感のロースかつにだんだ
んと宮古そばのダシが染み込み、更に
ジューシーに!
当店でしか味わえない贅沢な1品です。

ロースかつ入り宮古そば
1,628円

宮古島とんかつ 琉宮

☎ 0980-73-2620 詳細P30



スープ:カツオ



Miyako soba is characterized by
its light broth and sticky straight noodles.

あっさり系の出汁、
もちもちストレート麺が特徴



宮古島には、美しい海や自然だけでなく、旅人の心とお腹
を満たす「おいしい島ごはん」が旅の途中であなたを待っ
ています。観光の合間に、ドライブのおともに、のんびり過
ごす午後のひとときに一。宮古島で見つける「おいしい」
を、ぜひ旅の思い出に。

旅の途中に見つける“とっておきのグルメ”

宮古島グルメ旅

Taste Miyako Islands Gourmet

ま～さん島ごはん

"Ma-san" means Delicious

In Okinawan dialect, “maasan” means “delicious.” On Miyako Island, you might be greeted with a warm smile and a cheerful “Maasan doo!” — “It’s tasty!” — as you enter a local eatery. The sound of the word itself carries the island’s warmth and hospitality.

「まーさん」とは、沖縄方言で「おいしい」の意味。
宮古島では「まーさんどー（おいしいよ）」と笑顔で迎えてくれるお店も。言葉の響きから、島のあたたかさが伝わってきます。

宮古島とんかつ 琉宮

本格派トンカツ専門店！
沖縄県産あぐー豚が食べれるお店！
お肉卸店からの直送で安全、安心。揚げ油はもちろん、食材全てにこだわっています。外はサクサク、中は肉厚ジューシー。食べた時の溢れる肉汁はやみつき！

☎ 0980-73-2620
宮古島市平良字松原551-14 2F
11:00～21:30(LO.21:00)
年中無休

MAP P42-D5 P



- ロースかつ膳 (小) 1,738円
- ヒレかつ膳 (小) 1,848円
- レディース膳 (デザート付き) 1,848円
- 特選あぐー豚と海老フライ膳 3,828円

※カードOK
※個室・座敷あり (席数129席)

たのしま持参でお食事ご注文の方10%OFF

Steak House Captain marians

ステーキハウス キャプテンメリアン

客 船 を イ メ ー ジ し て
作 ら れ た ス テ ー キ ハ ウ ス

船の中にいるような雰囲気でお食事を楽しめる店内、希少な宮古牛のほか、上級ランクの赤身牛を厳選し仕入れアメリカンサイズなカットで提供。人気のメニューはテンダーロインステーキと伊勢海老のセットや300gリブアイステーキ、骨付きラムチョップステーキなど、味だけではなく見た目も楽しめるステーキが豊富。店内の奥には座敷もあるのでお子さま連れでも安心。



MENU

伊勢海老とテンダーロインステーキのセット
リブアイステーキ
やんばる地鶏のステーキ
ハンバーグステーキ
伊勢海老のオープン焼き

📞 0980-72-7815
📍 平 良 字 西 里 5 9 7 - 6
MAP P45-F3
OPEN 17:00～
日曜日定休
※駐車場・個室/座敷/団体席あり

沖縄旅行を楽しむための注意点

Point to keep in mind to enjoy your trip to Okinawa.

旅の基本情報

Travel Information

参考：気象庁HP(宮古島2024年気象データ)

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均気温 Average Temperature	18.7	20.2	20.4	25.2	25.7	28.4	30	29.4	28.9	27.5	24.4	19.8
最高気温 Highest Temperature	25.9	26.5	27.5	30.4	31.1	33.2	34.8	33.1	33.3	32.3	30.9	26
最低気温 Lowest Temperature	12.3	14.8	14.2	20	20.6	22.5	24.7	25.1	23.2	23.2	16.9	14.2

おすすめの
服装 !!



風の有無により体感気温が変わるので「天気」はもちろん、「風」の強さもチェックすると安心！
緯度が低く日差しが強いため、年間を通じて紫外線レベルが高いので紫外線対策は必須！

⚠ 海にいる危険生物に注意！

Be careful about the dangerous creatures which are in the sea!



● アンボイナガイ

毒を口で吸い出しながら、早急に病院へ運ぶ。
Geography Cone, Sea Snake : Squeeze out the poison and rush the victim to hospital.



● うみへびの仲間



● ウンバチイソギンチャク

海水で刺胞球や触手を洗い流し、水や冷水で冷やす。
※酢は絶対に使わない。
Sea anemone(Phyllodiscus semoni), Portuguesse Man O' War : Wash off the tentacles with seawater and apply ice or cold water. Do not use vinegar.



● カツオノエボシ



● ハブクラゲ

刺されたら酢をかける。触手を取り除き、水や冷水で冷やす。
Box Jellyfish : Pour plenty of vinegar on the affected area. Gently remove the tentacles. If it hurts, apply ice or cold water.



● オニヒトデ



● オコゼの仲間



● ガンガゼ



● ゴンズイ



● ミノカサゴの仲間



● ラッパウニ

目に見える大きなトゲは取り除き、40～45℃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。

Crown-of-thorns starfish, Striped catfish eel, Lionfish, Stonefish, Sea urchin, Toxopneustes pileolus : Remove any large, visible spines, and bathe in 40 to 45 °C water. You can also put hot water in a plastic bag and apply it to the affected area.



⬅ 気をつけよう!! 海のキケン生物
【沖縄県保健医療介護部衛生環境研究所】

沖縄の海を安全に楽しむために!! ➡
[Okinawa Marine Safety]



Activity

宮古島の大自然を体感しよう！

Experience the great nature
of Miyako Island!

ENJOY TANOSHIMA

豊富なアクティビティを
今すぐチェック&予約！>>>



Diving Service 碧海

4月からは八重干瀬ツアーも開催！

宮古島のポイントを知り尽くしたガイド歴
15年以上のベテラン船長がおすすめのポ
イントへご案内！
日焼け防止テント、シャワー、トイレ完備
の大型高速ボートはお子様連れにも安心！
参加者全員に記念写真プレゼント！

☎ 090-3940-3603 (予約専用)

宮古島市平良字荷川取497-3 8:00～
19:00 不定休 ※送迎あり ※要予約

MAP P39-F5

🌊 シュノーケリング・体験ダイビング500円OFF



- ボートシュノーケリング
大人11,000円～小学生以下9,900円～
- ボート体験ダイビング 14,300円～
- ファンダイビング (2ボート) 15,400円～
- ボートチャーター
77,000円 (6名様まで)

沖縄の海あそびの前に
気を付けたいこと!!

沖縄の海を安全に楽しむために



[Okinawa Marine Safety]

緊急時は迷わず118番(海難事故)、119(救急・消防)、110番(事件・事故)へ

宮古島
ひとときさんぽ
Living like an islander!

株式会社プラネット・フォー
(沖縄県知事旅行業第地域—350号)

ツアー参加の方に
オリジナルグッズプレゼント

まち歩き、ネイチャーツアー、港釣り、
自然散策、農業・漁業体験……

島のガイドと一緒に
島の暮らしや遊びを楽しむ
「島時間」体感プログラム

宮古島は珊瑚の隆起でできた島。
ビーチの砂は白く、海の青さと美しさは格別です。
でも、それだけではありません。
独自の歴史や文化、海・山・自然と関わってきた暮らしがあります。
宮古島を知り尽くした案内人と一緒に、「さんぽの速度」で「島民の話」と
「島時間」を楽しみ、「あなたの知らない宮古島」を発見してください!

お問合せ
ご予約

宮古島「ひと・ときさんぽ」ツアーデスク

島の駅みやこ テラス内(宮古島市平良久貝 870-1) MAP P42-B5

☎ 0980-73-7311

✉ hitotoki@plannet4.co.jp

※全コース前日までに要予約(当日は電話で問い合わせを)

一本釣りの新鮮なカツオ・マグロ
魚さばき体験&ランチ

SASHIMI making workshop and Lunch



- 開始時間：13:00～(約90分)
- 集合場所：海鮮食堂[UOICHIJ] (宮古島市伊良部池間添6-19)
- 料 金：¥7,000 / 人 (小学生 ¥4,000)
- 最少催行：2人 ※マグロ or カツオ 1尾 / 3～4人

手ぶらで五目釣りを楽しもう
島人とのんびり「港釣り」

Leisurely Port Fishing Tour



- 集合時間：9:30 (約150分、雨でも催行可)
- 集合場所：伊良部・佐良浜漁港「田舎屋」
- 料 金：¥5,000 / 人 (小学生 ¥4,000)
- 最少催行：2人

芝生に寝転び 双眼鏡で！
星空さんぽツアー

Starry Sky Tour at SHIGIRA SEVEN MILES RESORT



- 集合時間：7.8月20:15、9月19:45、10月19:15(60分)
- ※中止の場合、集合時間の60分前迄に予約者に連絡。
- 集合場所：シガラベイカントリークラブ駐車場
- 料 金：¥4,400 / 人、小学生 ¥3,300 / 人
- 最少催行：2人 ※双眼鏡で星空さんぽ!

Bicycle Rental

しまそらポタリング

風を感じて気ままにサイクリング♪

※2つの駅で貸し出し(片道利用、乗捨て可)

🚲 下地島空港ステーション P11

🚲 港町ステーション【平良西里 13-101 P44-B2】



- 営業時間：下地島空港 9:30～17:00、港町(平良市街) 9:00～24:00 (夜間返却は店舗裏へ)
- 料金：【変速付】2時間=¥1,800 1日=¥3,000 1泊2日=¥4,800～
- 【電動アシスト】2時間=¥3,000 1日=¥4,800 1泊2日=¥7,800～

※料金には保険料、手荷物預かり料を含む。※前カゴ、ヘルメット貸出可。※配達・回収サービスあり(有料)

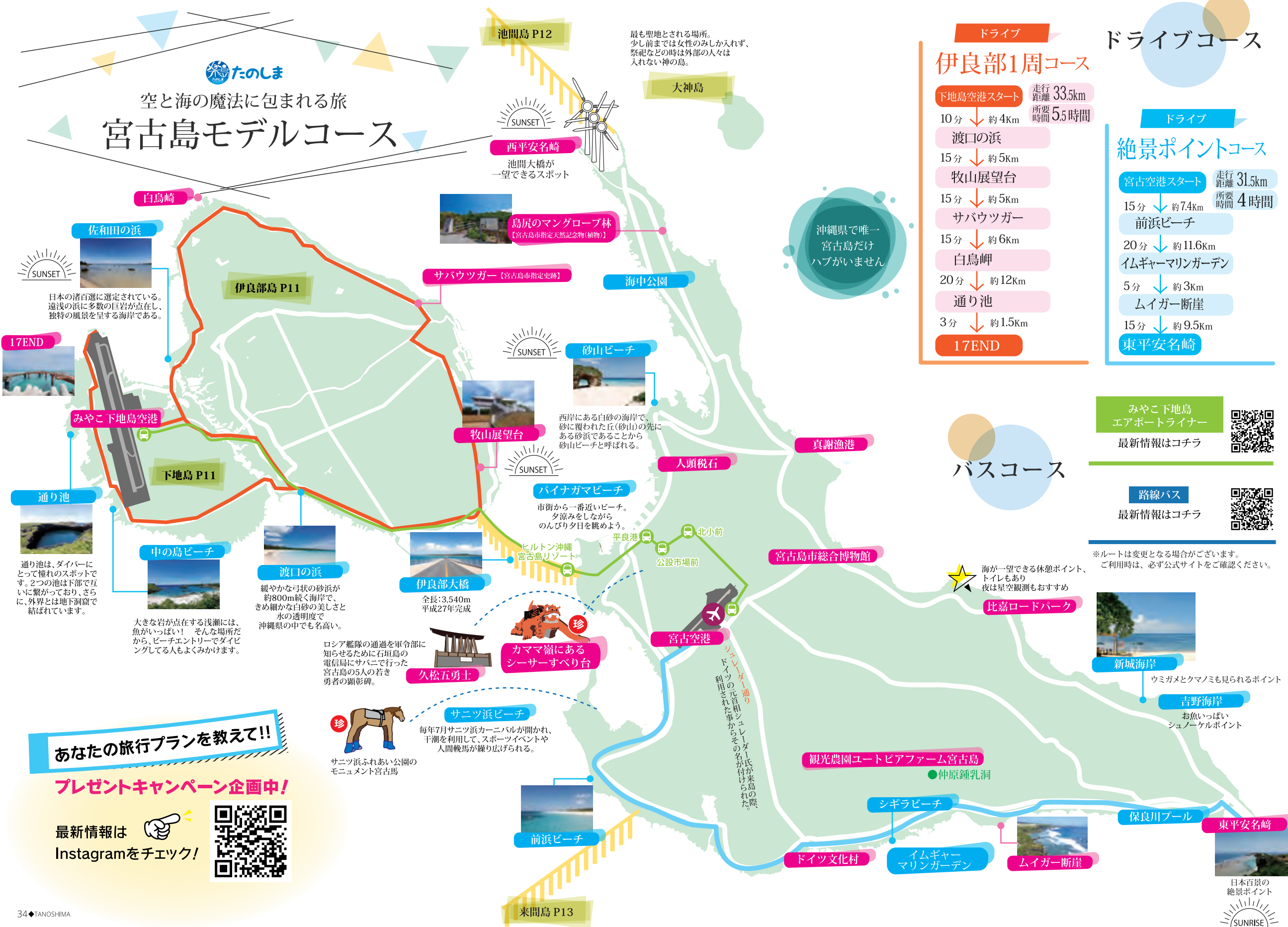
亜熱帯の森で宮古島の自然を体感
うぶきの森探検

10:00～Nature Walk / 19:00～Night Safari



- 「亜熱帯の森さんぽ」10:00 集合
- 「ナイトツアー」～9月19:00、10月～18:00集合
- 集合場所：熱帯植物園正門駐車場
- 料 金：¥5,000 / 人 (小学生 ¥4,000)
- 最少催行：2人 ※小雨決行・雨具をご持参ください

空と海の魔法に包まれる旅
宮古島モデルコース



ドライブコース



軽自動車(タント・ライフ・ムーヴなど)
／ ￥4,600～

Sクラス(デミオ・スイフト・ヴィッツなど)
／ ￥5,600～

Mクラス(ウィッシュ・フィットシャトルなど)
／ ￥9,600～

ミニバンクラス(セレナ・ステップワゴンなど)
／ ￥11,600～

おトクな特典

- ★特別価格レンタカー有り!
- ★PayPay・クレジットカード
その他QRコード決済ご利用できます!
- ★宮古空港までの送迎有り!
- ★オプションでチャイルドシート
ジュニアシート有ります!
- ★ホームページからのご予約の方限定!
- 受付の際に『たのしみを見た』とお伝えいただくと、
1日あたり1,100円(税込)お値引き!



宮古島KKレンタカーHP



宮古島KKレンタカー
ご予約、お問い合わせは
☎ 090-3793-9567

〒906-0012
沖縄県宮古島市平良西里 1513-11 (MAP P43-G1)
営業時間 8:00~20:00 (不定休)



車で5分!
空港まで無料送迎



格安レンタカー
宮古島エアレンタカー

https://www.miyakojima-rentacar.com
TEL.0980-76-3660

OPEN / 8:00 ~ 18:30 沖縄県宮古島市上野字野原83-7 年中無休 MAP P40-C4

宮古空港より車で5分（無料送迎あり）。
空港内レンタカーカウンターへお越しください。



オリックスレンタカー
営業時間 08:00~19:00
年中無休

■宮古島空港店
TEL.0980-73-5500
宮古島市平良字西里1332-3
MAP P43-G2

■みやこ下地島
空港ターミナル店
TEL.0980-74-5088
宮古島市伊良部字佐和田1727
みやこ下地島空港内
MAP P11

THE レンタカー 親切・丁寧が
モットー!!

11月～料金

軽自動車	日/3,000円～(税別)
コンパクト	日/4,000円～(税別)
セレナ	日/5,000円～(税別)

※保険料込み・安心パックとして車両補償1日500円

電動アシスト自転車でビーチに直行!!
レンタル1日2,000円

マリンスポーツ
レンタル
300円～

軽自動車マンスリー30,000円～

ご予約・お問い合わせは **TEL 090-6868-8561**
LINEまたはお電話で!

宮古島市平良字西里766-27 営業時間9:00～18:00 MAP P45-G1

旅行先での運転は普段以上に気を付けよう!
Be more careful than usual when driving on a trip.

初めての道、初めての景色などに気をとられて
注意散漫になってしまいます。
交差点や駐車場で事故が発生しております。
交差点に進行する際は優先意識を払拭し、
一時停止または徐行を確実にし安全確認を
徹底してください。安全運転を心掛け、
宮古島旅行を楽しんでください。



You may be distracted by new roads, new scenery,
and so on. Accidents have occurred at intersections
and parking lots. Please drive safely and enjoy your trip to Miyako Island.

Make your dream
of living in Okinawa
come true!!

沖縄 **に住んでみたい
移住計画**

沖縄本島・宮古島・石垣島で お部屋探しは 土地・中古住宅探しは
株式会社日宅 アパマンショップ
宮古島店

沖縄本島・宮古島・石垣島での
あなたの家・お部屋探します



まずはご相談下さい
＜お部屋をお探しの方＞ ＜土地・中古住宅をお探しの方＞
0120-73-5933 **0120-12-7537**
URL https://www.jjc-kk.com/ E-mail apamanshop@jjc-kk.com MAP P43-E2

車のプレミアムアウトレット

宮古島本店 TEL.0980-73-3241
営業時間9:00～18:00(最終受付17:30)

店舗詳細・最新情報は
QRをチェック!

※ 関西より厳選入荷!
※ 圧倒的プライス!
※ 安心の保証プラン充実

あなたの1台がきっとココにある!
**島内最大規模の
中古車屋さん!!**

お得な最新情報を発信中です!
公式LINE Instagram

法人向けも大好評!!
アットレンタカー
TEL.0980-73-3241

**レンタカー予約
好評受付中!!**

24時間 **¥2,500～**
1ヵ月 **¥30,000～**

時期や車のタイプにより、料金が異なります。
安心の免責補償料、別途頂戴いたします。

Aクラス 軽自動車 **B**クラス ワンボックス (7～8名乗り)
ゼストワゴンR等 ステップワゴン等

Cクラス コンパクトカー
フリード等

・長期格安プラン有り!
・法人向けも大好評
・補償プラン充実!
・24時間365日ロード
サービス対応

移住者インタビュー!!
～宮古島編～

住んでみて実際どう?

「憧れの宮古島へ将来的に移住したい!」「今すぐ
でも移住したい!」と思われる方も多いのでは
ないでしょうか?「でも実際に移住したら暮らしは
どうなんだろう…」と不安になりますよね。今回は
宮古島へ移住したKさん(40歳・移住歴16年目)に
リアルな声を聞かせて頂きました!

Q 移住のきっかけは?

A 元々海が好きで、子供の頃から家族と旅行で訪れていたのが将来的には移住したいなと思っていました。

Q 苦勞したことはありますか?

A 台風が来たときは大変でした。船も飛行機も止まるので食糧など生活物資がしばらく届きません。停電が長く地域もあるので、常に備蓄することが大事だと思いました。

Q 子育て環境はどうですか?

A 子供達がとても伸び伸び暮らしていける環境だと思います。地域の皆さんも優しく温かく見守ってくれているので安心しますね。

Q 実際住んでみてどうですか?

A 空港もスーパーも車ですぐに行ける距離なので楽ちんです。年間を通して暖かいので、常に半袖で過ごしています(笑)ただ天候がとも変わりやすく、冬場は陽が出ていないと肌寒くなってしまい、暖かい時期でも湿気がすごいので乾燥機は必須だと痛感しました。

