

指宿温泉観光情報誌

いぶすき

2023

No.51

鹿児島県指宿市観光協会
<http://www.ibusuki.or.jp>

well-being

南の端に散りばめられた
宝物に逢いに行く、指宿の旅

contents

- 01・02 砂むし温泉
- 03・04 温泉
- 05・06 自然
- 07・08 食
- 09・10 歴史・文化
- 11・12 指宿市マップ
- 13 交通のご案内・イベント
- 14 指宿市へのアクセス

いぶすき観光ネット



指宿温泉観光情報誌 いぶすき | 2023 | No.51

公益社団法人指宿市観光協会 鹿児島県指宿市湊2丁目5-33 ☎0993-22-3252



鹿児島 砂むし温泉
指宿白水館



homepage



facebook



Instagram



twitter

詳しくはWEBをご覧ください。

〒891-0404 鹿児島県指宿市知林の里 ☎0993-22-3131 <http://www.hakusuikan.co.jp>

鹿児島営業所 ☎099-226-4171 大阪営業所 ☎06-6245-3545 福岡営業所 ☎092-419-1160

海と空と、このお湯に包まれて、
旬の奏でる美味の饗宴においでください



Ibusuki Seaside Hotel

旅は南へ、いぶすき砂むし温泉

指宿シーサイドホテル

〒891-0402 鹿児島県指宿市十町1912番地
TEL 0993-23-3111(代表) FAX 0993-22-4231 予約専用 TEL 0993-23-3111
E-mail info@ibusuki-seaside.co.jp <http://www.ibusuki-seaside.co.jp>





砂むし会館「砂楽」 P11～P12地図 | H-8

目の前浜辺で天然砂むしが味わえる。サウナ・シャワー・リラックスルームを館内に完備しているのがうれしい。

【住所】指宿市湯の浜五丁目25番18号 【電話】0993-23-3900 料金詳細はこちら [砂むし会館 砂楽](#) [Q](#)



指宿温泉の歴史

指宿温泉の歴史は古く、1543年の方柱板碑(ほうちゅういたび)には、「湯豊宿」という文字が刻まれており、戦国時代にはすでに湯が豊かであったことを想像させます。砂むし温泉についても、江戸時代の1843(天保14)年に編纂された三國名称圖會(さんごくめいしょうずえ)においても、諸病を直すと記されているほか、フランシスコ・ザビエルの来日以前に日本の様子を記し、事前情報として報告されたジョルジュ・アルパレスの「日本見聞記」にも砂むしを思わせる記述があり、1500年代半ばには砂むし温泉が行われていたことになります。日本の南の玄関口であった指宿の歴史に思いを馳せながら入浴してみるのもよいかもしれません。」

指宿温泉の特徴

美人湯 温泉に含まれる「メタケイ酸」という成分。温泉1mg中に100kg以上含まれていれば、美肌効果が高いと言われています。指宿温泉は、多いところでは300mg以上含まれており、まさに美人湯と言えます。

ストレッチ温泉 指宿の主な泉質「塩化物泉」は、保湿効果や筋肉を和らげる効能、擦り傷に良いという特徴があり、運動選手に重宝されます。スポーツ合宿などにぜひご利用ください。

温泉ゾーン&夫婦露天風呂の隠れ宿

指宿温泉

総離庵

夫婦露天風呂の宿

指宿温泉

吟松

夫婦露天風呂の宿

霧島温泉

天テラス

夫婦露天風呂の前

藤のや

黒川南・白川温泉

好きというかわりに夫婦旅に誘おう。

ふじリゾート ふじリゾート予約センター 0993-22-2217 (吟松内) 夫婦 ふ〜ふい〜な

料理と温泉自慢の宿

指宿温泉

翔月

〒891-0406 鹿児島県指宿市湯の浜2丁目12-7
TEL 0993-22-2241 FAX 0993-23-3110



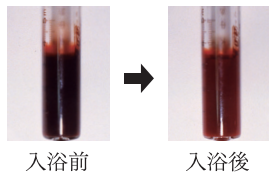
指宿の砂むし温泉は、海岸から湧き出る温泉により、温められた砂に体を埋める世界的にも珍しい天然の砂むしです。波音を聞きながら、砂の中に横たわると、大自然に抱かれるような夢見心地の感覚です。

指宿天然砂むし温泉

医学的に効果が実証された砂むし温泉

鹿児島大学医学部 田中教授らの調査によると、砂むし温泉に入ると心拍数が増え、身体の深いところの温度が上がるなど多くの効き目があることがわかりました。また、寝て入るという特徴は、血液が心臓に還流しやすく、砂の圧力で心臓から送り出される血液量も増加することに加えて、55度前後の高温により血液が拡張され、心機能を高め全身還流を促進する作用があります。これは、老廃物等の排出に繋がり、人の体をリフレッシュさせているのだそうです。この調査では、砂むし温泉の効果はなんと普通の温泉の3～4倍だと結論づけるに至りました。

下は入浴前と入浴後に採血した血液の写真です。黒い血が鮮やかな赤色になっているのがお判りいただけます。



効能 神経痛・リウマチ・腰痛・関節痛・骨折・脳卒中後麻痺・むちうち・火傷・虚弱児・アトピー・痔・ぜんそく・糖尿病・胃腸病・月経障害・不妊症・貧血・冷え性・便秘・肥満・全身美容など。なお、著明な高血圧(180/100mmHG以上)・心臓病・不整脈・狭心症・肺疾患・妊娠中・生理中・炎症・発熱の方はご遠慮ください。

砂むし会館「砂楽」の目の前に佇む全7室の宿

旅館

月見荘

鹿児島県指宿市湯の浜5-24-8
天然砂むし温泉「砂楽」前
TEL.0993-22-4221
http://www.tsukimi.jp/

まごころ込めておもてなし致します。ー。

いよてき 秀水園

〒891-0406 鹿児島県指宿市湯の浜5丁目27-27
http://www.syusuien.co.jp/
ご予約 / TEL 0993-23-4141

秀水園 玄関

Well-being、 豊かな温泉に包まれて 究極のリラックスタイム。

日常の煩わしさや、人との優しい繋がりを思い、
そして指宿で心を解放したら、また戻って行く。
無心にはなかなかないけれど、
指宿の海から湧き出る温泉に体を浸して、砂に心も埋めたら、
海のさざめきが語りかけてくれるでしょう。
指宿の豊富な温泉とロケーションが癒しの世界へ。

地熱の恵みがもたらす独特の温泉文化に触れる。



大きな空を感じ、
豊かな碧に癒される

絶景露天風呂 たまたて箱温泉 (ヘルシーランド露天風呂)

【住所】鹿児島県指宿市山川福元3292
【電話】0993-35-3577
料金詳細はこちら



山川製塩工場跡

たまたて箱温泉から歩いていける指宿で
最も大地のエネルギーを感じるスポット。



西郷どんが湯治に訪れた静かな里。鰻温泉

区営鰻温泉 【住所】指宿市山川成川6517 【電話】0993-35-0814



鰻温泉をガイドの案内で歩く



色鮮やかに蒸されたにんじん、
かぼちゃ、さつまいも、スナッ
プエンドウ、地の里芋、そして少し
時間をおいて卵。



ほっこり特別に甘い
さつまいも。



通りから鰻池に続く景色は神秘的な雰囲気。

鰻温泉に隣接する鰻池は今から約5,700年前の
火山噴火でできたカルデラに水が溜まってできた
カルデラ湖で、大ウナギが獲れたことから
「鰻池」と名付けられたと言われています。
西郷隆盛も1ヶ月ほど滞在した記録が残されており、
記念の銅像もあります。



スメ

鰻温泉は単純硫黄泉で噴気活動がとても盛んです。
この温泉には「スメ」と呼ばれる高温の噴気を利用した
自然の蒸し器があり現在でも炊事に利用されています。
地区の方に教えて頂きながら、鰻地区特有の
自然のかまど「スメ」で蒸し料理を楽しみいただけます。



河原湯温泉

P11～P12地図[D-2]

100年以上の歴史を持つ古い温泉。隣には地区で経営する会員の共同温泉もあるがこちらは誰でも入浴できる。

【住所】指宿市東方7582番地1
【電話】0993-24-2550
【入浴料】大人300円、小学生以下100円
【営業時間】7:00～20:00
【定休日】年中無休



殿様湯温泉

P11～P12地図[D-2]

薩摩藩主の別荘があった場所で、昔の浴槽が残る。現在は、タイル張りの浴場に、島津家の紋章が入った湯船がある。

【住所】指宿市西方1408-27
【電話】0993-22-2827
【入浴料】大人350円、小人100円、幼児50円
【営業時間】7:00～21:00
【定休日】毎週金曜日

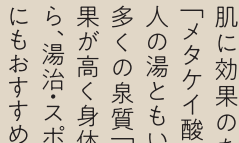


村之湯温泉

P11～P12地図[G-6]

商工会議所前交差点から東へ500m。長い歴史を持つ温泉では地元ではヒゲン湯として親しまれている。

【住所】指宿市大牟礼三丁目16番2号
【電話】0993-23-3713
【入浴料】大人350円、小人100円、幼児50円
【営業時間】8:00～22:00
【定休日】年中無休

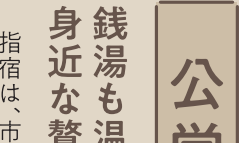


弥次ヶ湯温泉

P11～P12地図[D-2]

弥次さんが見つけた、という伝説のある温泉で、古くから庶民に親しまれ、湯治湯としても有名な由緒ある温泉。

【住所】指宿市十町1068番地
【電話】0993-22-3030
【入浴料】大人350円、小人100円、幼児50円
【営業時間】8:00～21:00
【定休日】毎週木曜日



松元温泉 玉利浴場

P11～P12地図[D-2]

国道226号線沿いにある唯一の温泉。車で指宿を通る方はぶらりと入浴してほしい。

【住所】指宿市十町2558番1号
【電話】0993-22-3147
【入浴料】大人350円、小人100円、幼児50円
【営業時間】15:30～19:40
【定休日】年中無休

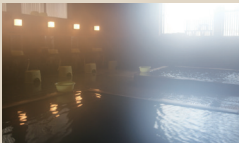


家族温泉 野の香

P11～P12地図[C-2]

溶岩を使った浴槽や、酒樽作りの職人が作った酒樽を浴槽にしたお風呂など、珍しい浴槽が話題の家族露天風呂。

【住所】指宿市東方834-1 【電話】0993-22-4888
【入浴料】平日1室1時間1,650円(税別)
土日祝1室1時間1,950円(税別)
※大人4名まで(追加料金お1人330円)
【営業時間】10:00～23:00
(22:00受け付け終了)
【定休日】第1・第3・第5火曜日
【URL】http://nonoka-onsen.com/



いぶすき元湯温泉

P11～P12地図[H-8]

指宿市でも老舗の元湯温泉は、指宿駅から南東へ徒歩15分ほど。砂むし会館「砂楽」近くの湯治旅館街にあります。

【住所】指宿市湯の浜五丁目19番25号
【電話】0993-24-2701
【入浴料】大人350円、小人100円
(小学生未満無料)、回数券10枚2,500円
【営業時間】12:00～21:00(8:00～10:00要予約)
【定休日】第1・第3月曜日(臨時休業あり)



吉乃湯

P11～P12地図[G-8]

箱庭と小さな露天風呂を備えた源泉かけ流しのお風呂は和と洋の二種類。男女日替わりでご利用になれます。

【住所】指宿市湯の浜四丁目2-41
【電話】0993-22-3556
【入浴料】大人(中学生以上)300円、中人(小学生)140円、小人(小学生未満)70円、3歳未満無料
【営業時間】14:00～21:30(21:00まで受付)
【定休日】毎週木曜日(臨時休業あり)



弥次ヶ湯温泉

P11～P12地図[D-2]

弥次さんが見つけた、という伝説のある温泉で、古くから庶民に親しまれ、湯治湯としても有名な由緒ある温泉。

【住所】指宿市十町1068番地
【電話】0993-22-3030
【入浴料】大人350円、小人100円、幼児50円
【営業時間】8:00～21:00
【定休日】毎週木曜日



松元温泉 玉利浴場

P11～P12地図[D-2]

国道226号線沿いにある唯一の温泉。車で指宿を通る方はぶらりと入浴してほしい。

【住所】指宿市十町2558番1号
【電話】0993-22-3147
【入浴料】大人350円、小人100円、幼児50円
【営業時間】15:30～19:40
【定休日】年中無休



ヘルシーランド露天風呂「たまたて箱温泉」

P11～P12地図[C-4]

人気口コミサイトで5回日本一に輝いた絶景露天風呂。開聞岳と東シナ海を望む和風露天風呂と、竹山(別名:スヌーピー山)と海が見渡せる洋風露天風呂がある。2つの露天風呂は男女日替わりで、どちらも雄大な大自然のパノラマを楽しむ。

【住所】指宿市山川福元3292 【電話】0993-35-3577
【営業時間】9:30～19:30(受付終了19:00) 【入浴料】大人(中学生以上):510円 小人:260円
【定休日】毎週木曜日(祝日の場合、翌日) 【URL】http://www.seika-spc.co.jp/healthy/



ヘルシーランド温泉保養館

P11～P12地図[C-4]

和洋の大浴場、サウナ、低周波浴、気泡浴の他、家族で楽しめる貸切風呂、温水プールを備えた温泉保養施設です。

【住所】指宿市山川福元3292 【電話】0993-27-8966
【営業時間】10:00～21:00(受付終了20:30)
【入浴料】大人(中学生以上):340円 小人:170円
(貸切風呂1時間)750円+入浴料
【定休日】毎週火曜日(祝日の時は、翌日)
【URL】http://www.seika-spc.co.jp/healthy/



指宿こころの湯

P11～P12地図[D-2]

露天風呂、炭酸泉風呂、ゲルマニウム風呂等12種類ものお風呂を持つスノー銭湯。こころ癒す快適空間。

【住所】指宿市東方9236-7 【電話】0993-24-1126
【入浴料】平日/大人700円、小学生350円、幼児(小学生未満)100円
土日祝/大人550円、小学生300円、幼児(小学生未満)100円
【朝風呂】6:00～8:00 【営業時間】10:00～22:30
(22:00受付終了) 【定休日】年中無休(調整休業あり)
【URL】http://www.busukikokoro.jp



東郷温泉

P11～P12地図[G-6]

湯の里地区という湯量が豊富な場所
で古くから創業し、朝早くから入浴で
きる事など、入浴客に人気がある。

【住所】指宿市大牟礼三丁目16番58号
【電話】0993-23-4500
【入浴料】大人350円、小人100円、幼児50円
【営業時間】6:00～20:00
【定休日】毎月15日・30日の午前中



レジャーセンターかいもん

P11～P12地図[B-5]

25メートルの温泉プール、サウナ、気泡浴、全身浴、水風呂などがあり、ゆったりと楽しめる温泉施設です。

【住所】指宿市開聞川民5401-6
【電話】0993-32-5584
【営業時間】10:00～20:00(受付終了19:30)
【入浴料】大人(中学生以上)340円 小人(3歳以上)170円
(全裸利用)大人(中学生以上)570円 小人(3歳以上)280円
【定休日】毎週水曜日(祝日は営業し、翌日が定休日)



うなぎ温泉松前

P11～P12地図[C-3]

噴気を源泉とする温泉であり、地熱を利用した天然かまど「スメ」で蒸した卵、芋を注文できます。

【住所】指宿市山川成川6518 【電話】0993-34-0856
【営業時間】7月～9月/10:00～13:00、15:00～20:00(受付終了19:30)
10月～6月/10:00～20:00(受付終了19:30)
【入浴料】大人(13歳以上):200円 子供:100円 乳幼児:50円 【定休日】毎週金曜日



区営鰻温泉

P11～P12地図[C-3]

鰻池の湖畔にたまたて江戸時代から続き、西郷隆盛も滞在した湯治場として知られる。熱めの湯でシシマルな遊びです。

【住所】指宿市山川成川6517 【電話】0993-35-0814
【営業時間】6月～9月/8:00～13:00、15:00～20:00(受付終了19:30)
10月～5月/8:00～20:00(受付終了19:30)
【入浴料】大人(中学生以上):200円 小学生:100円 小学生未満:50円 【定休日】毎月第1月曜日

波の鼓動が聴こえてくる…。



ゆったりとくつろぐ大浴場
そして夕暮れの海を見つめながら、
砂むし温泉に横たわる
目をつぶると波の鼓動が旅情を誘う
政府登録/国際観光旅館/館内砂むし浴場

指宿海上ホテル
鹿児島県指宿市十二町3750
☎ (0993) 22-2221
FAX (0993) 22-5926
メールアドレス kaj@oregano.ocn.ne.jp
ホームページ http://www.kaiyohotel.co.jp

トヨタレンタカー



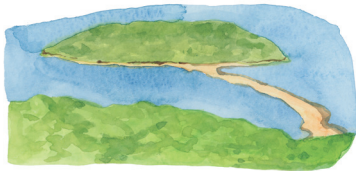
●指宿駅前店
〒891-0406
鹿児島県指宿市湯の浜1丁目2-28
【営業時間】8:00～20:00
☎(0993)26-3600
●本 社 ☎(099)268-0100
県内店舗乗捨料金無料!



IBUSUKI ROYAL HOTEL
指宿ロイヤルホテル
〒891-0403
鹿児島県指宿市十二町4232-1
tel.0993-23-2211
fax.0993-23-2214



海中に現れる稀有な「砂の道」で潮風を感じる。



知林ヶ島

「鹿児島湾(錦江湾)」に浮かぶ美しい無人島。
初夏から秋、干潮時には、砂の道(砂州)が出現して知林ヶ島と繋がります。

【住所】指宿市西方
【電話】指宿市観光課 0993-22-2111

指宿でWell-Beingを感じる

自然 nature

point

2



指宿には花畑が多い。
ここは街の中に
植えられた菜の花畑。
いろいろなスポットで
花々を楽しもう！



いぶりん(レンタル自転車)で
指宿市内をサイクリング



Well-being、
幸せとは心を無にして
空と海、自然に解き放つこと

九州一の、大自然に囲まれた池田湖の畔で深呼吸。
両サイドが海というこの地ならではの砂の道で潮風を感じ、
花々咲く景勝地でなだらかな稜線の山を眺める。
心を解き放つ指宿の大自然。



向こうに小さく見える長崎鼻まで指宿の景色を眺めながら歩きます。



JR日本最南端の駅
西大山駅



幸せを届ける黄色いポスト

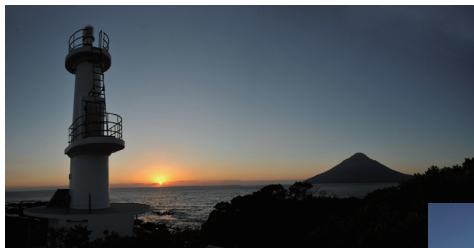
黄色いポストは幸せを届けるポスト。
最南端の駅から大切な人にお手紙を。



大自然の中にあるJR最南端の駅。

かいもん市場久太郎

【住所】指宿市山川大山860-2 【電話】0993-34-0132



薩摩半島の最南端に突き出た岬、
どこまでも続く広大な東シナ海と
遠く開聞岳を望み、
マジックアワー時には観光客が
映える写真を撮りに集まってきます。

長崎鼻



龍宮神社は、竜宮伝説発祥の地である
長崎鼻にある豊玉姫(乙姫様)を祀った神社。
浦島太郎と乙姫様が出会った
縁結びの神様です。



フリーキャンプ場

テントやタープを持ち込んで
キャンプをしていただくエリアです。



開聞岳(かいもん山麓ふれあい公園)

薩摩半島の最南端、標高が924m日本百名山の一つです。
薩摩富士とも呼ばれ、指宿のシンボルとも言える
美しい山です。登山も人気で親しみやすく
頂上登山する人も多く、その大パノラマは圧巻で、
霧島、屋久島、鹿児島島の観光名所を一度に味わえます。

【住所】指宿市開聞十町2626 【電話】0993-32-5566



開聞山麓自然公園

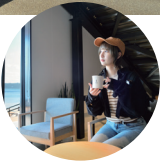
開聞岳の麓に位置する園内には天然
記念物のトカラ馬が放牧されています。
ありのままの自然を活かした名門「いぶ
すきゴルフクラブ」もあります。



IKEDAKO PAX(いけだ湖パクス) danken COFFEE いけだ湖パクス店

2022年10月にオープンした観光施設。
鹿児島県で人気のdanken COFFEEで深呼吸。

【住所】指宿市池田5123番地7
【電話】0993-23-1411



池田湖で遊ぼう

真水の池田湖は
自然の素晴らしいゲレンデ。
外国から長期で滞在する人々もいます。



池田湖マリーナWARNA

池田湖に展開する遊びの天才warna所有の
サップやフライボードなど様々な
水上アクティビティが楽しめます。

【住所】指宿市池田5123-4 【電話】0993-28-1696

えぶろんはうす池田

【住所】指宿市池田3537
【電話】0993-26-2799



ここがwarnaの基地。
ボートにサップに色々遊べます。



指宿のお土産ならー
ふるさとショップ。
「砂楽」・「指宿駅」
指宿市観光協会直営店
[砂むし会館「砂楽」内]
指宿市湯の浜5-25-18
TEL 0993-22-3259
[JR指宿駅構内]
指宿市湊1-1-1
TEL 0993-22-4114

～風かおる眺望の宿～



指宿フェニックスホテル
〒891-0403 鹿児島県指宿市十二町 4320



TEL:0993-23-4111
https://phoenixhotel.co.jp/



指宿民宿
千成荘

〒891-0406
鹿児島県指宿市湯の浜5-10-9
TEL 0993-22-3379
FAX 0993-22-3753
チェックイン 15:30 / チェックアウト 9:30

緑の濃い山と
紺碧の海を臨み
指宿名物「砂むし温泉」
天然温泉が楽しめる宿。

休暇村 指宿
自然ときめくリゾート



TEL 0993-22-3211
〒891-0404 鹿児島県指宿市東方10445
http://www.qkamura.or.jp/ibusuki/



食と人と心と身体。

「食」は、人にとって欠かせないもの。
鹿児島、指宿はその食を支え全国に届けるとともに、
指宿を訪れたお客様に、独自の食を提供しています。
豊かな自然で育てられた農作物、
3方を海に囲まれた指宿ならではの豊かな海産物。
豊かな自然と美しい景観が作った透明な味覚は、
well-beingそのもの。



黒ジョカ

桜島の形から「長太郎焼本窯」の初代・有山長太郎氏が
考案したと言われている焼酎独自の容器。

芋焼酎(さつまいも伝来の地)

焼酎は昔から鹿児島の魂の酒です。そしてその原料であるさつまいもを
琉球から持ってきてさつまいもの生育に向く開聞岳の麓にある畑で
収穫されたさつまいもで指宿の焼酎は作られています。



徳光神社

琉球からさつまいも(カライモ)の苗を持ってきたと
言われる前田利右衛門を祀っている。



さつまいも

痩せた指宿の土地で育んださつまいもは
やがてここでしか取れない品種になった。

開聞山麓香料園とハーブ体験

開聞山麓香料園は1941年に開園した
日本で最初のハーブ農園です。
その広大な敷地の中には1万本以上の
芳樟(ホウショウ)の木や、
レモングラスやローズマリーをはじめとした
様々なハーブを育てています。
ここで生産されたハーブは
指宿のあらゆる場面で
新しい価値を生み出しています。



【住所】指宿市開聞川尻6229 【電話】0993-32-3321

JIN7



KOJI TYPE WHITE
SWEET POTATO : さつまいも
KOGANESENGAN : 黄金千貫
(こがねせんがん)
BASE SPRITS: ベーススピリッツ
本格芋焼酎【薩摩の誉 白麴】を使用。

大山甚七商店 JIN7 series00 ACOU RUM

【住所】指宿市西方4657
【電話】0993-25-2410

創業1875年、約150年の歴史を持つ老舗蔵元・大山甚七商店は、
現在にいたるまで数々の銘焼酎を作り続けてきました。
そして、芋焼酎の製法を守るとともに、次なる焼酎の進化に向けて取り組んでいます。
中でも「JIN7 series00」は、開聞山麓香料園の貴重な芳樟と、
指宿産の「木頭柚子」をふんだんに使用したクラフトジン。
個性豊かなハーブの味わいと、さわやかな柑橘の香りに隠れた
芋の余韻をお楽しみください。



鰹節ラーメン

指宿市内のラーメンは
鰹節ラーメンとして人気があります。



鰹節を作っている山川地区

中世から栄えた
天然の良港「山川港」は
食の宝庫



綺麗な
削り節



鰹節

何度も燻して燻製を作りカビを
つけていく難しい製法の鰹節。
山川は鰹節の最高級品
「本枯本節」の生産日本一を誇ります。

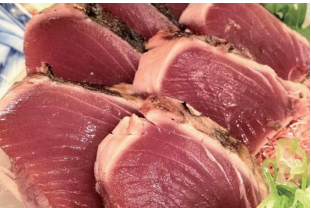


鰹の街 散策

通りに鰹節が天日干されています。



カツオのタタキ



高い火力で皮を焼きタタキは、
鰹本来の味を最大限に引き出します。

農産物



マンゴー

温室内のマンゴーは特殊な農法で
大切に栽培されています。



たまて箱パフェ
(マンゴーの森)



オクラ



ソラマメ

指宿市はそら豆の生産高日本一。
鹿児島県で有機栽培で生産されたそら豆。

指宿市は、オクラの生産量も日本一！
その温暖な気候を活かし、鹿児島県産オクラの
8割を生産する一大拠点となっています。

指宿ご当地グルメ

地元の食材を使い、指宿名物「砂むし温泉」の
源泉で作られた温泉卵(通称:温たま)を
トッピングした各店自慢の味を楽しめる料理。
また、温たまらん豚は指宿産の黒豚をメインにした
焼酎と楽しめる料理です。



温たまらん丼



温たまらん豚



唐船峡の名前の由来、まわる冷水で食べる
全国でも珍しいそうめんについて話してみよう。



唐船峡の水源地を
祀っている川上神社。
池には鯉、虹鱒、
チョウザメが
悠然と泳ぎます。



回転式そうめん流し発祥の地 唐船峡そうめん流し

地下から湧き出す澄んだ冷涼な水を通して
口に運ばれるどんな食通もひれ伏す自然の味覚

【住所】指宿市開聞十町5967
【電話】0993-32-2143



時遊館COCCOはしむれ

橋牟礼川(はしむれかわ)遺跡は、縄文土器が弥生土器よりも古い時代の土器であることが初めて学術的に明らかとなった遺跡です。大正13年に国指定史跡に指定されており、史跡地内には4つの古代住居が復元されている他、多数の出土した土器や貝塚等が展示されています。



国指定史跡指宿橋牟礼川遺跡に再現された竪穴式住居。



館内にある縄文時代と弥生時代の人と食べ物を再現している。



学芸員による案内もあります。(要予約)



一万年弁当

縄文・弥生時代からある食材を使い、時遊館COCCOはしむれの遺跡からの出土品や文献に基づいて現代風に再現した「一万年弁当」。

市内の日本料理店「日高」と「COCCOはしむれ」が共同で開発しました。

【問】指宿市総合観光案内所 【電話】0993-22-4114



薩摩伝承館

「ここに来れば薩摩がわかる」をコンセプトに、平等院鳳凰堂を思わせる外観で平成20年(2008年)に開館しました。薩摩の文化を象徴する美術工芸ならびに、西郷隆盛をはじめとする明治時代の元勳たちの事跡と、日本の文化に大きな影響を与えた中国の陶磁器の名品などを展示しています。他に宋・明・清時代(11~19世紀)にいたる皇帝遺愛の大変貴重な官窯磁器が展示されています。

【住所】指宿市東方12131-4 【電話】0993-23-0211



島津家の籠

指宿白水館に収納されている島津家の姫君たちが乗った籠。姫君ものったかもしれません。



岩崎美術館

鹿児島島の発展のために尽くしてきた岩崎與八郎氏が南日本の芸術文化の向上を願って開館しました。フランスや外国作家の絵画、日本作家の油彩画や日本画墨書等を展示。黒田清輝、藤島武二の貴重な作品の展示もあります。

【住所】指宿市十二町3755 【電話】0993-22-4056

指宿でWell-Beingを感じる

歴史・文化 history & culture

point
4

天璋院篤姫ゆかりの地「今和泉」



今和泉島津家墓地

今和泉島津家初代の忠郷から、代々の当主とその家族などが埋葬されている。またそれ以前の和泉家の先祖を祀る五重塔も建立されている。その多くが山川湾付近のみで産出される独特の色合いをした山川石で造られている。篤姫の父である忠剛や、兄忠冬などもこの地に眠る。

時の彼方に心を遊ばせれば、
自由な気持ちと
体の活力が湧いてくる。



不動山 青隆寺

1990年に開山された真言宗の寺院である不動山 青隆寺は、標高300mの指宿山中にあり、約3万坪の敷地に日本庭園が広がり四季折々の草花や巨石が楽しめます。「安らぎと癒しの空間」が広がる寺院は、瞑想につなげる呼吸法や写経など体験いただけます。敷地内にはカフェや食堂もあり、僧侶がつくるメニューを味わう一時もまた、安らぎの時間です。

【住所】指宿市小牧1874-9 【電話】0993-26-2306



今和泉島津家別邸跡

のちの篤姫、江戸幕府の正室天璋院になった幼名が一が幼少期過ごしたと言われる別邸跡です。



篤姫銅像

今和泉海岸に建てられた篤姫の幼少期の姿を再現した於一像。



枚間神社全景

薩摩一宮 枚間神社

元々は開聞岳を神体とする山岳信仰に根ざした神社であったと考えられ、当初は開聞岳の南麓に鎮座していたといわれているが、貞観年間の噴火により指宿神社の所に一時避難、その後北麓の現在の場所に遷座されたという。交通の神様。





指宿市へのアクセス

博多から最速1時間16分(2023年2月現在)で鹿児島中央へ！
特急「指宿のたまて箱」で指宿まで最速51分！

九州新幹線「さくら」「みずほ」



新大阪ー鹿児島中央間が最速3時間41分！
九州新幹線が全線開通するとともに、山陽新幹線と九州新幹線(新大阪ー鹿児島中央間)を直通運転する「さくら」「みずほ」が2011年3月より始動しました。これにより新大阪ー鹿児島中央間が最速3時間41分と、鹿児島をより身近な場所として訪れていただけるようになりました。

観光特急「指宿のたまて箱」



鹿児島中央→指宿を結ぶ竜宮伝説
「いぶたま」の愛称で親しまれる観光特急「指宿のたまて箱」は、人気の観光地、長崎鼻や開聞の竜宮伝説から生まれました。海側が白、山側が黒のツートンカラーがお洒落な外観。車内は海の中をイメージするディスプレイにあふれています。車両の出入り口の上方から吹き出す白い霧は、たまて箱の白い煙をイメージしたアイデアです。

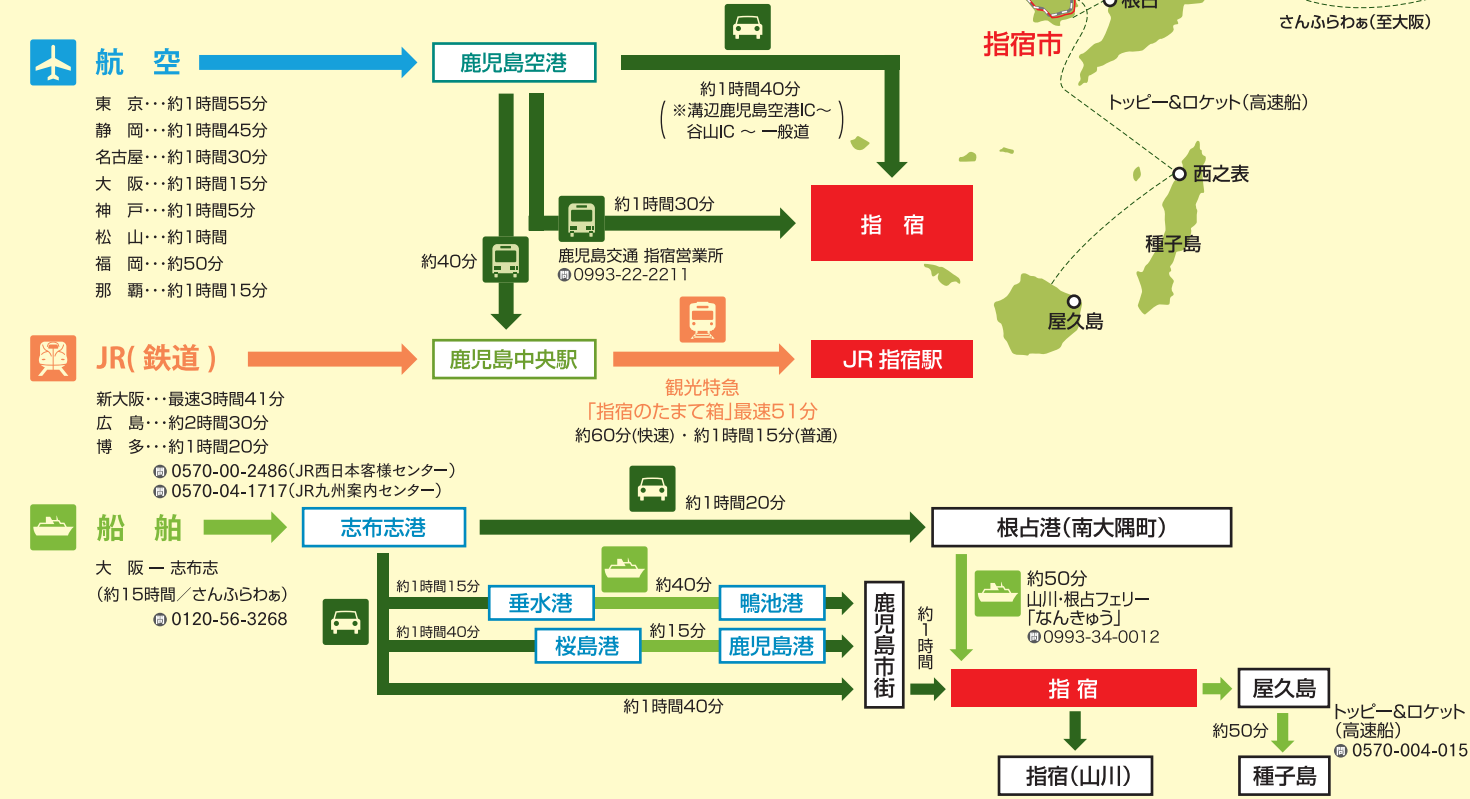
鹿児島中央→指宿		指宿→鹿児島中央	
鹿児島中央発	指宿着	指宿発	鹿児島中央着
09:56	10:47	10:56	11:48
11:56	12:48	12:57	13:48
13:56	14:49	15:05	16:00

※2020年3月14日現在

鹿児島空港 リムジンバス



鹿児島空港→指宿を結ぶリムジンバス
飛行機でお越しの方は、鹿児島空港から指宿まで便利な空港バスをご利用下さい。
＜料金＞2,400円 所要時間 約1時間30分
■お問い合わせ／鹿児島交通 指宿営業所 0993-22-2211



指宿市内の観光巡りに LET'S GO!

電動レンタサイクル いぶりん

指宿市の観光施設や宿泊施設、JR指宿駅にレンタル自転車いぶりんが設置されています。半電動の自転車だから、お年寄りや女性でも観光地巡りをお楽しみいただけます。また指宿駅と指宿市街地の一部ホテル間では乗り捨てもできて便利。自由な観光をお楽しみください。
2時間以内:600円・4時間以内:1,100円・6時間以内:1,600円
6時間以上(1日レンタル):2,100円(ワンウェイ「乗り捨て」料金/レンタル料金+300円)
※乗り捨ては指宿市街地の指宿市総合観光案内所並びに参加宿泊施設間でのみ利用可能です。
■お問い合わせ／指宿市総合観光案内所 TEL 0993-22-4114



指宿市内周遊バス のったりおりたりマイプラン

JR指宿駅から運行されている「のったりおりたり」バスに1日乗車券を購入して乗車。JR指宿駅を出発し、砂むし会館前・山川川橋(活お海道等)・フラワーパーク・長崎鼻・登山口(開聞岳)・唐船峽(そうめん流し)・池田湖と、市内の主要な観光地を回ります。2日乗車券は、知覧への観光にもご利用いただけます。

「1日乗車券」
指宿市内を周回するのったりおりたりマイプランの設定のバス停間にご利用いただけます。
＜料金＞大人:1,100円 小人:550円
「2日乗車券」
2日間利用可能で、指宿ー喜入ー武家屋敷・特攻平和会館ー知覧ー鹿児島間の路線バスでのご利用が可能です。
＜料金＞大人:2,200円 小人:1,100円

指宿遊覧タクシー



便利で快適! 指宿観光にタクシーをご利用ください
JR指宿駅から手配できる観光タクシーは、「1時間半 5,000円、2時間 7,500円」など、定額で指宿の観光地を巡るコースをご案内しています。
■お問い合わせ 指宿市総合観光案内所 TEL 0993-22-4114

レンタカー R 指宿駅近くに2店舗ございます

トヨタレンタリース鹿児島 指宿店
■お問い合わせ TEL 0993-26-3600
駅レンタカー九州 指宿駅レンタカー営業所
■お問い合わせ TEL 0993-23-3879



遊覧バス

ゆったり、ガイド付きで主要観光地をめぐる遊覧バスが1日1便運行されています。ぜひご利用ください。
■お問い合わせ 鹿児島交通 指宿営業所 TEL:0993-22-2211



指宿は楽しいイベントも満載です!



指宿温泉祭
9月 最終日曜日と前日の土曜日
指宿のいたる所に湧き出る温泉の恵みに感謝する祭り。御輿、ハンヤ踊り、花火大会など、にぎやかな催しです。セントラルパーク指宿をメイン会場に開催されます。
指宿温泉祭実行委員会(指宿青年会議所内) TEL 0993-22-5550



いぶすきフラフェスティバル
6月 第2日曜日を含む土日
アロハの街指宿で始まったフラのムーブメント。ゆるれるリズムと原色のアロハ、ムームーがとても鮮やか。指宿駅に繰り出す街角フラという企画もあり、街中がフラ一色に染まり、みんな笑顔で踊ります。
いぶすきアロハのまちづくり実行委員会 TEL 0993-22-3252



いぶすき菜の花マーチ
1月 第4日曜日と前日の土曜日
菜の花のジュエタンの中を元気に歩こう。日本マーチングリーグの公式大会にもなっており、各コース上では指宿の大会ならではの美しい景観が感動を与えます。
いぶすき菜の花マーチ実行委員会 TEL 0993-22-3253



いぶすき菜の花マラソン
1月 第2日曜日
毎年1月の第2日曜日に行われる春一番の市民マラソン大会です。黄色い菜の花が満開に咲き誇るコースを、全国各地から参加したランナーが駆け抜けます。
いぶすき菜の花マラソン大会実行委員会 TEL 0993-22-2550

かいもん夏祭り
8月11日
開聞岳の麓、かいもん山麓ふれあい公園を舞台に山の日に合わせて8月11日に開催される夏祭りです。
かいもん山麓ふれあい公園 TEL 0993-32-5566

山川みなと祭り
6月 第1日曜日と前日の土曜日
海の幸の恵みに感謝して毎年6月第1日曜日に開催されます。船団パレード、魚のつかみどりなど盛りだくさんです。
山川みなと祭り奉賛会 TEL 0993-34-1141

九州オールドカーフェスタ in指宿かいもん
4月下旬
四輪・三輪・二輪車などエントリー資格をもつ往年の名車・珍車がかいもん山麓ふれあい公園に勢揃いします。
かいもん山麓ふれあい公園 TEL 0993-32-5566

指宿をお得に楽しもう! トピックス「極上体験プログラム」
いぶすき極上体験チケットを購入して、特別なプログラムを通常よりお得に体験!名物「砂むし温泉」や人気のグルメなど、様々なプログラムをチケットでご利用いただけます。チケットはお土産との交換も可能。指宿駅構内観光案内所ほかで発売中!
2枚:2,400円(1,200円×2)
3枚:3,500円(1,200円×3)
指宿市観光協会 TEL 0993-22-3252
体験プログラムの詳細は公式HPをチェック!
<http://www.ibusuki.or.jp>