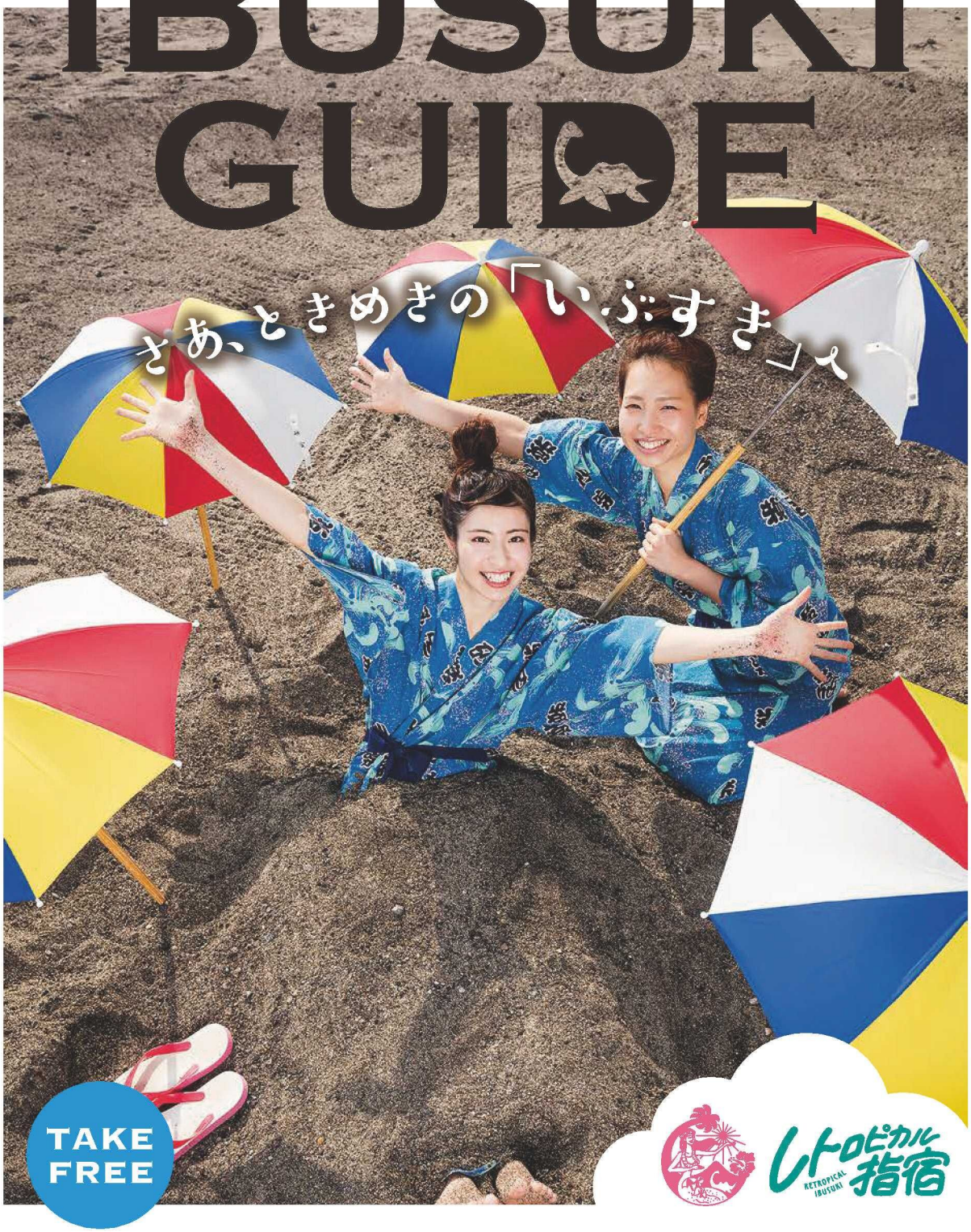
鹿児島県指宿市観光ガイドブック

IBUSUKI GUIDE



TAKE FREE

レトロピカル指宿
RETROPICAL-IBUSUKI

レトロピカル指宿

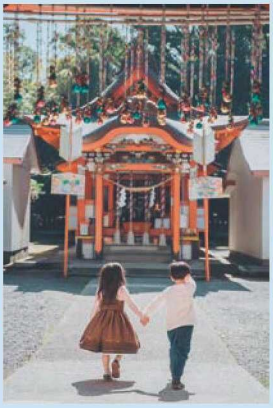
RETROPICAL IBUSUKI

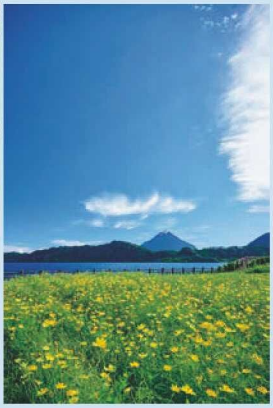
はじめての、なつかしさ

特設サイトはこちらから











P8・P13・P17で
「指宿ガイドARムービー」
が楽しめます!!

①スマホ無料アプリ「COCOAR」を
右記からダウンロードし、
アプリを起動させてください。

Google play

Available on the App Store

②「COCOAR」を起動し、右マークのある写真に
スマホをかざし、スキャンしてください。
データが一時的にダウンロードされ、
「指宿ガイドARムービー」が流れます!!

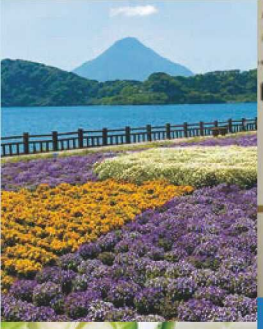
※ご使用の際は電波の良い場所でご使用ください。※機種によってはご使用できない場合がございます。※試聴の際のパケット通信料はお客様のご負担となりますので、各社パケット定額サービスへのご加入を推奨いたします。本コンテンツは、期間が終了すると予告なく見られなくなりますので、予めご了承ください。

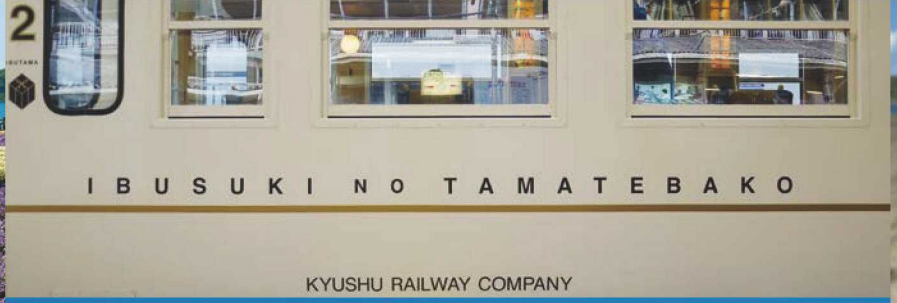
◎視聴期限／令和6年12月末まで

IBUSUKI GUIDEの
アイコンについて

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪

①のったり・おりたりマイプラン　②JR　③路線バス　④駐車場　⑤バリアフリー　⑥バリアフリートイレ　⑦トイレ
⑧案内所　⑨FREE Wi-Fi スポット　⑩いぶりん　⑪ペット同伴可能

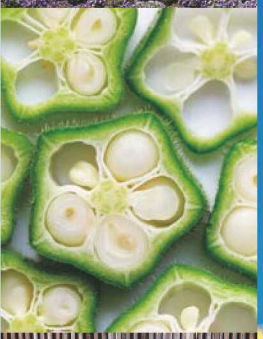






IBUSUKI GUIDE CONTENTS

指宿の四季 ❺
温泉 ❼
グルメ ⓫
パワースポット ⓭
観光スポット ⓯
歴史 ⓳
特産品 ㉒
体験型観光 ㉕
イベント・花ごよみ ㉖
モデルコース ㉗























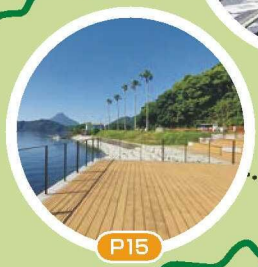


IBUSUKI MAP

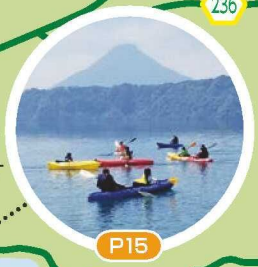
指宿の話題のスポットを紹介！



青隆寺
P14



P15



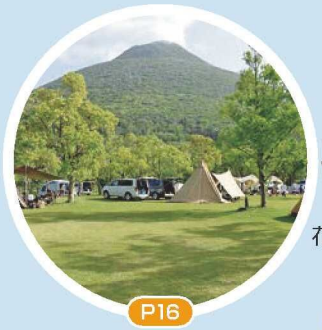
P15



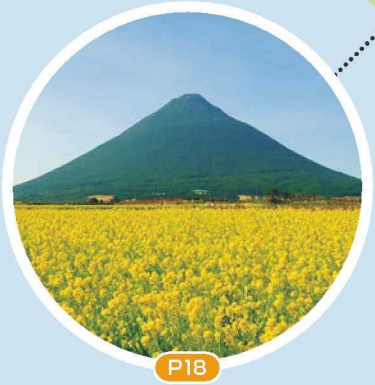
唐船峡
そうめん流し
P12



池田湖
P17



P16



P18



P13

道の駅いぶすき
「彩花菜館」

篤姫ゆかりの地

薩摩今和泉駅

青隆寺

宮ヶ浜駅

えぷろんはうす
池田

揖宿神社

IKEDAKO PAX

池田湖

鰻温泉郷

鰻池

瀬平公園

唐船峡
そうめん流し

枚聞神社

開聞駅

かいもん山麓
ふれあい公園

花瀬望比
公園

開聞山麓
香料園

開聞山麓
自然公園

開聞岳

西大山駅

山川砂むし温泉
「砂湯里」

徳光神社

川尻海岸

長崎鼻
パーキング
ガーデン

龍宮神社

長崎鼻

27
245
17
28
236
247
226
241
243



いぶすき砂の道
ちりりんロード

P13

知林ヶ島

魚見岳

指宿市役所

二月田駅

薩摩伝承館

指宿港

指宿駅

砂むし会館
「砂楽」



P7

子宝ロード
若宮神社

岩崎
美術館

山川駅　山川港

道の駅山川港
「活お海道」



指宿市考古博物館
時遊館COCCOはしむれ

P19



ヘルシーランド
露天風呂
「たまて箱温泉」

P8



フラワーパークかごしま

P15

\イーブイすき 指宿市/
イーブイマンホール設置

※名前の語呂が似ていることから人気ポケモンのイーブイとその進化形のポケモンたちのマンホールが設置されました。

マンホール設置場所

① イーブイ	指宿駅前
② シャワーズ	夫婦露天風呂の宿　吟松付近
③ サンダース	ふれあいプラザなのはな館敷地内
④ ブースター	砂むし会館「砂楽」敷地内
⑤ エーフィ	セントラルパーク指宿付近
⑥ ブラッキー	指宿駅裏
⑦ リーフィア	指宿エコキャンプ場（知林ヶ島）付近
⑧ グレイシア	時遊館 COCCO はしむれ付近
⑨ ニンフィア	指宿図書館付近

いぶすき観光ネット
https://www.ibusuki.or.jp
イーブイマンホール周辺マップ



©Pokémon. ©Nintendo/Creatures Inc. /GAME FREAK inc.
ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは任天堂・クリーチャーズ・ゲームフリークの登録商標です。



美しい自然、
癒やしの温泉、
美味しいグルメ。
春夏秋冬
いつでも楽しい
指宿市で
ときめきの
ひとときを。

Ibusuki



♥ ○ ▽ #青隆寺

Ibusuki



♥ ○ ▽ #フラワーパークかごしま

Ibusuki



♥ ○ ▽ #魚見岳から望む知林ヶ島

Ibusuki



Ibusuki



Ibusuki

Ibusuki



#ふれあい公園 桜ロード

Ibusuki



#長崎鼻

Ibusuki



#IKEDAKO PAX

Ibusuki



Ibusuki



#JR日本最南端の駅　西大山駅

Ibusuki



#知林ヶ島 ちりりんロード

Ibusuki



#池田湖アクティビティ

Ibusuki



#いぶりん

Ibusuki

Ibusuki



#指宿砂むし温泉

Ibusuki



#たまて箱温泉

Ibusuki



#唐船峡 そうめん流し

Ibusuki



温　泉 HOT SPRING

市内のいたる所から湧き出る泉源は1,000ヶ所を超え、名物の砂むし温泉は世界的にも珍しいものです。ぜひ天然のサウナで、ととのってみてはいかがでしょうか。デトックス作用満点の天然砂むし温泉と、リラクゼーション効果抜群といわれる指宿の湯をお楽しみください。

2020年12月に「指宿温泉」と「指宿砂むし温泉」が地域団体商標登録されました。



館内にはサウナ、シャワー、リラックスルームなどがあり、大潮の干潮時には、目の前の浜辺でも天然砂むし温泉が体感できます。またバリアフリー対応のシャワー個室棟も完備しています。

砂むし会館「砂楽（さらく）」

指宿市湯の浜五丁目25-18　☎0993-23-3900
受付時間　平　日／8:30 ～ 12:00、13:00 ～ 20:30（21:00閉館）
土日祝／8:30 ～ 20:30（21:00閉館）
※年中無休（ただし、7月・12月は温泉設備等の点検を行うため臨時休館があります。）



お得なたまて箱温泉とのセットがオススメ。周りの自然と一体感を味わえる砂浜の浴場です。

山川砂むし温泉「砂湯里（さゆり）」

指宿市山川福元3339-3　☎0993-35-2669
受付時間　9:00 ～ 16:30（17:30閉館）

砂むし温泉の入浴方法

砂むし会館「砂楽」の場合

①受付

受付ロビーにて、入浴説明を聞き、浴衣を借ります。



※砂むし入浴の際、フェイスタオルが必要になり200円で販売しています。持ち込み可。バスタオルは200円（レンタル）

※ご注意ください
高血圧（180/100mmHG以上）・心臓病・不整脈・狭心症・肺疾患・炎症・発熱の方はご遠慮ください。

②脱衣室

男女脱衣室の入口で靴を脱いでビニール袋に入れ、衣服を脱いでロッカーの中に入れ、裸の上に浴衣を着てください。フェイスタオルを持ちビーチサンダルを履いて砂むし場へ。



※貴重品ロッカーあり（有料100円）

③砂むし入浴

指定された砂の上に仰向けになり、約50度～55度の砂をかけられます。
個人差がありますが、約10分間で全身に汗が吹き出し、砂から出るとさわやかな気分になります。好みにより砂の深さで温度を調節します。

※ご注意ください
砂むし入浴は10分を目安にしてください。熱いときは体を動かし、ご遠慮なく係員に申し付けください。



④入浴後

砂むし入浴後は、浴衣を脱ぎ、専用BOXに入れ、シャワーで砂を落とします。浴室に入る前に、きれいに砂を落としましょう。



⑤温　泉

砂むしでかいた汗をきれいさっぱり、天然の温泉、そして遠赤外線サウナでゆっくり、リラックスしてください。温泉でさっぱりしたら、脱衣室へ。



⑥脱衣室

脱衣室で着替えます。
（ドライヤー・くしあり）



海に面した高台にあり、開聞岳の美しい山容が眺められます。

大自然のパノラマを独り占め。絶景のロケーションと温泉の贅沢が味わえるたまて箱温泉。
爽涼の風を浴びながらの露天風呂は、日々の喧噪を忘れさせ、心と体を同時に癒してくれます。
和風と洋風があり、男女日替わり制（和風露天風呂は奇数日が女湯）です。



・ヘルシーランド露天風呂「たまて箱温泉」
・ヘルシーランド
大規模改修のため現在休館中です。営業再開は2025年5月を予定しています。

たまて箱温泉和風露天風呂

温泉保養館、露天風呂、クラブハウス、多目的広場、子供広場で構成されています。中でもサウナや岩風呂、歩行浴などバラエティに富んだ浴槽のある和風・洋風の大浴場が魅力です。

ヘルシーランド露天風呂「たまて箱温泉」

受付時間　9:30～19:00（19:30閉館）
定休日　毎週木曜日（祝日の場合は翌日になります）　指宿市山川福元3292　☎0993-35-3577

ヘルシーランド

ヘルシーランド大浴場（温泉保養館）
受付時間　10:00～20:30（21:00閉館）
定休日　毎週火曜日（祝日の場合は翌日になります）
指宿市山川福元3292　☎0993-27-6966

温水プール
※営業時間、定休日は大浴場（温泉保養館）と同じ
（温水プールをご利用いただくと、大浴場も入浴できます）



温泉保養館



温水プール

砂むし温泉の効果

① 寝て入るため血液が心臓に還流しやすい。
② 砂の圧力によって心臓から流れる血液の量が増加する。
③ 55℃前後の高温により体が温められ、血管が拡張されることによって心機能が高まる。
これらの作用により血液が全身に巡り、老廃物や炎症性物質・発症性物質の排出を促すことで、様々な効果が現れます。

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

気になる 周辺の人気スポット



伏目海岸の塩田跡
昭和39年まで全国でも珍しい温泉熱を利用した製塩工場がありました。現在は建物は残っていませんが、塩田跡や噴出する大量の蒸気は、当時を偲ばせます。たまて箱温泉の改修時は立ち入りをご遠慮ください。



山川発電所
ここでは、1,800m～2,100mの深さから地熱を取り出し、約3万kwの電気を作り出しています。また、敷地内の展示室では、地熱発電のしくみを映像などを交えて、わかりやすく紹介しています。
指宿市山川小川2303
☎0993-35-3326

【指宿温泉の効能】入浴することにより皮膚の血行を促し、目にこそ見えませんが皮膚に塩分が付着し、汗の蒸発を防ぐため、保温効果に優れているといわれています。



河原湯(こらんゆ)温泉

指宿市東方7582-1
☎0993-24-2550
営業時間 7:00～19:00
入浴料 大人300円、小学生以下100円
※年中無休



殿様湯

指宿市西方1408-27
☎0993-22-2827
営業時間 7:00～20:30
入浴料 大人400円、小人100円、小学生未満50円
定休日 毎週金曜日（祝日の場合は営業）



家族温泉 野の香

指宿市東方834-1
☎0993-22-4888
営業時間 10:00～23:00
入浴料 1時間1部屋（大人4名まで）（平日）1,650円、（土日祝日）1,980円
定休日 毎月第1・3・5火曜日



指宿 こころの湯

指宿市東方9227-6 ☎0993-24-1126
営業時間 6:00～10:00、10:00～22:30
入浴料 （平日）大人700円、小人350円 幼児100円
（土日祝日）大人750円、小人370円 幼児100円
※年中無休
※時間帯によって入浴料が異なります。



弥次ヶ湯温泉

指宿市十町1068
☎0993-22-3030
営業時間 8:00～21:00
入浴料 大人400円、小人100円、小学生未満50円
定休日 毎週木曜日

公衆浴場

地元の人たちに親しまれている公衆浴場。誰もが気軽に入れる温泉から、温泉好きの方にも楽しめる温泉までさまざまです。



松元温泉 玉利浴場

指宿市十町2558-1
☎0993-22-3147
営業時間 15:30～19:40
入浴料 大人400円・小人100円、小学生未満50円
定休日 1月1日・2日・メンテナンスで不定休あり



村之湯温泉

指宿市大牟礼三丁目16-2
☎0993-23-3713
営業時間 8:00～22:00
入浴料 大人350円、小人100円、小学生未満50円
※年中無休



いぶすき 元湯温泉

指宿市湯の浜五丁目19-25
☎0993-24-2701
営業時間 12:00～21:00
入浴料 大人350円、小人100円、小学生未満無料
定休日 毎月第1・第3月曜日



家族温泉はなのゆ

指宿市東方950-1 ☎0993-23-8889
営業時間 10:00～22:00
入浴料
（スタンダード）60分1部屋 1,980円～
（プレミアム）60分1部屋 2,500円～
定休日 毎週木曜日



東郷温泉

指宿市大牟礼三丁目16-58 ☎0993-23-4500
営業時間 6:00～20:00
入浴料 大人400円、小人100円、小学生未満50円
定休日 毎月15日と30日の午前中



吉乃湯

指宿市湯の浜四丁目2-41
☎0993-22-3556
営業時間 14:00～21:30
入浴料 大人350円、小学生150円 幼児（3歳以上）80円
定休日 毎週木曜日



美肌の湯 徳光温泉

指宿市山川岡児ヶ水58-1
☎0993-35-0811
営業時間 15:30～20:00
入浴料 大人150円、小学生以下・80歳以上75円、3歳以下無料
定休日 毎月1・10・20日、4月の第1日曜日（変更の場合があります。）
※毎月26日は割引有り（大人120円、小学生以下・80歳以上60円）



浜児ケ水区営温泉

指宿市山川浜児ケ水178
営業時間
（6～8月）15:30～20:00
（9～5月）15:00～19:30
入浴料 130円 小学生未満は無料 回数券2,000円（20回分） ※区民は別料金
定休日 毎月第2・第4木曜日



レジャーセンター かいもん

指宿市開聞川尻5401-6
☎0993-32-5584
営業時間 10:00～20:00
入浴料 大人340円、3歳以上小学生まで170円
定休日 毎週水曜日（祝日の場合は翌日）

気軽に楽しめる足湯

リラクゼーション効果・免疫機能向上・病状改善など、半身浴に匹敵する効果があるといわれている足湯。お気に入りの場所で一休み。



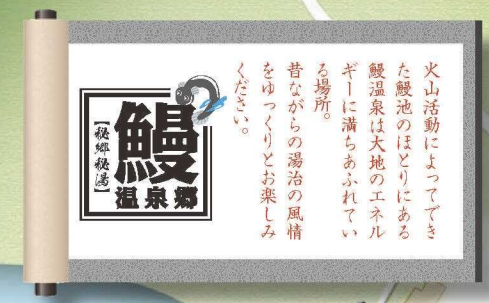
指宿駅前 足湯

指宿市湊一丁目1−1
☎0993-22-2473
営業時間 8:00頃～JR最終便前後
※年中無休



砂むしの里 交流の広場

指宿市湯の浜五丁目25-18
☎0993-23-3900
営業時間 8:30～20:30
※年中無休
（ただしメンテナンスの場合あり）



西郷どんが愛したゆかりの地

温泉好きだった西郷隆盛は、湯治でたびたび指宿を訪れており、鰻温泉には13匹の犬を連れ、1ヶ月程滞在しました。





Check
天然のかまど「スメ」で作る温泉卵も楽しめます。



区営鰻温泉



指宿市山川成川6517
☎0993-35-0814
営業時間　8:00～20:00
（6月～9月は13:00～15:00昼休あり）
入浴料　大人300円、小人100円、乳幼児50円
定休日　毎月第1月曜日（祝日の場合　次週月曜日）

休憩所
休憩所
うなぎカフェ

西郷隆盛逗留記念碑



西郷どんが滞在したことを記念した石碑です。

西郷隆盛の石像

民宿 うなぎ湖畔

指宿市山川成川6526
☎0993-34-1954



公民館

地熱・火傷注意！

看板

うなぎ温泉 松前

指宿市山川成川6518
☎0993-34-0856
営業時間　10:00～20:00
（7月～9月は13:00～15:00昼休あり）
入浴料　大人300円、小人100円、幼児・乳児50円
定休日　毎週金曜日





温泉地ならではの風景

この辺りでは至る所で温泉の噴気が上がっています。



広場のスメ

噴出する温泉の蒸気を利用した天然のかまど。一般の方も利用できます。（1回300円）

西郷さんが連れてきた13匹の犬の石像があるので探してね！



鰻地蔵板碑

亡くなった方の供養を願う鰻参りが行われる板碑。

登り窯跡

薩摩が世界に誇る白薩摩の試験窯跡。

観光客用駐車場

国道226号線からココに出てきます。

【アクセス方法】
指宿市街地より国道226号線（成川バイパス）を枕崎方向に車で20分。鰻温泉の看板を右折して道なり。



いぶすき秀水園足湯・砂足湯

指宿市湯の浜五丁目27-27
☎0993-23-4141
営業時間
14:00～21:00
入浴料　500円（ワンドリンク付き）
※宿泊または食事をした場合は無料
※休館日あり（要問合せ）雨天中止



指宿海上ホテル足湯

指宿市十二町3750
☎0993-22-2221
営業時間
9:00～22:00
※年中無休
（ただし、ホテルが休館日の際は休み）



指宿こころの湯足湯

指宿市東方9236-7
☎0993-24-1126
営業時間
19:30～20:00
※年中無休（雨天中止）

グルメ GOURMET

旬の地元食材をふんだんに使った本格グルメを、シェフたちが厳選した素材の味を
活かしながら、個性的で多彩な味に作り上げました。
ぜひ、南国の美味しいグルメを食べつくしてください。

温たまらん丼 ONTAMARANDON



パラダイス丼



むさし鰹丼



いぶすき黒豚丼



黒豚そぼろ丼



板前まかない丼



スタミナ丼



薩摩赤鶏温たまらんそぼろ丼



オクラ丼



黒豚チャーシュー丼



黒豚温たまらん丼



モ〜たまらん丼



はいから温たまらん丼



かつお蒲焼き温たまらん丼刺身セット



黒さつま鶏たま丼



温玉帆立黒焼カレー丼



あつあつ石焼きタコライス丼

温たまらん丼・温たまらん豚を味わえるお店

01	池田湖パラダイス（パラダイス丼）	☎0993-26-2211
02	味彩むさし（むさし鰹丼）	☎0993-23-3888
03	黒豚と郷土料理 青葉（いぶすき黒豚丼）	☎0993-22-3356
04	長寿庵 指宿店（黒豚そぼろ丼）	☎0993-22-5272
05	さつま味（板前まかない丼）	☎0993-22-2614
06	中国料理 紅龍（スタミナ丼）	☎0993-22-6837
07	純手打ちそば 信州庵（薩摩赤鶏温たまらんそぼろ丼）	☎0993-22-3883
08	めん処 小牧庵（オクラ丼※12月〜4月は菜の花丼）	☎0993-24-4571
09	元祖指宿ラーメン二代目（黒豚チャーシュー丼）	☎0993-23-4035
10	瑠風（黒豚温たまらん丼）	☎0993-22-3003
11	炭火焼肉 山乃神（モ〜たまらん丼）	☎0993-24-5050
12	ふぁみり庵 はいから亭 指宿店（はいから温たまらん丼）	☎0993-27-0013
13	道の駅 山川港 活お海道 市場食堂「鶴の港」（かつお蒲焼き温たまらん丼刺身セット）	☎0993-27-6507
14	休暇村 指宿（黒さつま鶏たま丼）	☎0993-22-3211
15	ハートヒール（温玉帆立黒焼カレー丼）	☎0993-23-2222
16	EL SOL 87（あつあつ石焼きタコライス丼）	☎070-2646-7376

「温たまらん丼」の命はなんと言っても温泉卵（通称＝「おんたま」）。この「おんたま」は、指宿の砂むし温泉の源泉で作ることにこだわっています。こだわりの“温泉卵”と“美味しくてたまらない”という言葉をかけて、新ご当地グルメ「温たまらん丼」が生まれました。

指宿山川産本枯本節使用の“ご当地ラーメン”

あの篤姫も恋をした!?
指宿の勝武士たち。
その麺士達が
遂に生み出した
逸品です!!

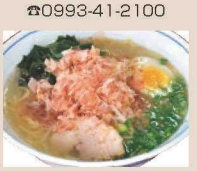
いぶすき 勝武士ラーメン ～篤姫の本節～


（しょうゆ）
元祖 指宿らーめん 二代目
☎0993-23-4035


（塩梅肉）
札幌ラーメン あらた
☎0993-41-2100


（醤油・とんこつ・味噌納豆）
TAKETORA
☎0993-22-5338


（緑茶をかける茶節風）
中国料理 紅龍
☎0993-22-6837


（和風）
札幌ラーメン 休次郎
☎0993-32-3180


（しょうゆ）
道の駅 山川港 活お海道 市場食堂「鶴の港」
☎0993-27-6507

いぶすき そら豆スイーツ
Ibusuki Soramame Sweet

生産量日本一のそら豆の甘美な変身。小腹も満たすお手軽スイーツです。

"温たまらん丼"と時を同じくして開発が進められた、もう一つのご当地グルメ。それが"そら豆スイーツ"です。生産量日本一を誇る指宿のそら豆を使って、和・洋菓子店がオリジナルスイーツを製作しています。


01 そら豆アイス


02 そらまめドラ焼


03 そらまめ大福


04 そら豆アン入りドラ焼


05 そら豆モンブラン


06 そら豆タルト


07 ジュリエットリング（そら豆オランジュ・そら豆レモン）


08 そらっち

そら豆スイーツを味わえるお店

01 有岡村商店（そら豆アイス） ☎0993-22-3118
02 03 新和堂（そらまめドラ焼・そらまめ大福） ☎0993-22-6267
04 御菓子司 鳥越屋（そら豆アン入ドラ焼） ☎0993-22-3878
05 06 ケーキハウス アンデルセン（そら豆モンブラン・そら豆タルト） ☎0993-22-4505
07 パティスリー レミュー（ジュリエットリング（そら豆オランジュ・そら豆レモン）） ☎0993-23-3227
08 お菓子の小田屋 指宿店（そらっち） ☎0993-26-3337

是非一度食べてもらいたい！そんな指宿発のグルメを紹介！

指宿商工会議所 指宿市大牟礼一丁目15-13 ☎0993-22-2473

https://ibusukiumaimon.wixsite.com/site
指宿うまいもん 検索

木の香りと水の音に包まれながらのお食事は、心の中まで満たしてくれます。

指宿市営 唐船峡そうめん流し

指宿市開聞十町5967 ☎0993-32-2143
営業時間 10:00～15:30(LO15:00) 年中無休(時季や天候等により変更あり)



一日10万t湧出する唐船峡京田湧水は、環境省の「平成の名水百選」に選ばれています。湧水の年間平均温度は13度。この冷たい水を使った回転式流し台で、そうめん流しが楽しめます。ここ「唐船峡」は回転式そうめん流し発祥の地です。

主なメニュー

•A定食(鯉のあらい付)	2,000円	•B定食	1,600円
•いなり定食	1,700円	•そうめん(1人前)	700円

※令和6年4月1日現在の料金です。

長寿庵 開聞唐船峡店

指宿市開聞仙田77 ☎0993-32-3155
営業時間 5・6月10:00～17:00(LO16:30)
(土・日・祝10:00～19:00(LO18:30))、
7・8月10:00～20:00(LO19:30)、
9～4月10:00～16:00(LO15:30)
※1月中旬から2月末まで休み。 ※天候により変更あり

唐船峡そうめん流し 鱒乃家

指宿市開聞仙田80 ☎0993-32-2084
営業時間 10:00～15:00 ※不定休

パワースポット
SPIRITUAL PLACE

指宿周辺には様々なパワースポットがあります。恋愛成就・縁結び、子宝・安産祈願、大切な人との絆など、あなたの願いに合わせた場所を訪れてみては？



竜宮伝説発祥の地

「浦島太郎伝説」のモデルとなった「山幸彦・海幸彦神話」の豊玉姫（乙姫）を御祭神としています。海の神に習い、航海関係者や漁業関係者の信仰を集めています。付近の海岸には海ガメが産卵に上陸する砂浜もあります。また、縁結びのご利益があることで知られており、多くの観光客が訪れます。



縁結びと恋愛成就を祈願

神社入口には貝殻が沢山置かれています。1枚100円で購入（無人販売）し、裏に名前、表に願いを書いて左側の壺に入れ奉納します。浦島太郎と乙姫様が結ばれたこの地ならではの夢祈願です。

御朱印は神社近くの「にしき屋」でお受け取りいただけます。

営業時間／8:00 ～ 17:00

※営業時間は変更となる場合があります。

問い合わせ先／

にしき屋 0993-35-0301



指宿市山川岡児ヶ水1581-34

縁結びの島

周囲約3km、面積約60ha、最高点90mの美しい無人島。3月から10月にかけての大潮・中潮の干潮時には、長さ約800mのいぶすき砂の道ちりりんロード（砂州）が出現し、島まで歩いて渡ることができます。道が消えても必ず繋がることから別名"縁結びの島"ともいわれています。結婚前に二人で力をあわせ、歩みを揃え1周するとゴールインできるとの噂もあります。



島内には遊歩道があり、約3kmの距離を歩いて1時間30分から2時間かけて一周できます。







砂州情報

砂州を渡るのに片道約20分かかります。時間には余裕をもって行動しましょう。特に、島から帰ってくる時間は、「知林ヶ島の砂州情報」に掲載されている時間帯よりも、早めに設定しましょう。





幸せの鐘「Chirin's Bell」

チリンズベル

知林ヶ島の南展望台にあるベル。想いを込めて鳴らすと願いが叶うかも…。



恋愛成就の「Chirin's Heart」

チリンズハート

渡島口にある、大きさの違う2つのオブジェが、ある角度から見るとハート型になります。

幸せ繋ぐ「いぶすき砂の道ちりりんロード」

3月から10月の大潮・中潮の干潮時に出現する砂の道"ちりりんロード"。島まで歩いて渡ると幸せが訪れるかも。

指宿市西方（指宿エコキャンプ場近く）

青隆寺



日本の美しさを感じる寺院

約3万坪の敷地には、思わず息をのむ美しい日本庭園が広がります。35トンの巨石をはじめとする多くの石や苔、歴史ある石灯籠が配され、つつじや枝垂れ桜、もみじなど四季折々の花々が庭園を彩り、訪れた人々の心を癒します。写経や瞑想など気軽に体験できることも魅力の一つといえます。



指宿市小牧1874-9
☎0993-26-2306

枚聞神社



開聞岳の北麓にある薩摩一の宮

開聞岳を仰いで参拝するために、北向きに建てられた珍しい社殿です。向拝のついた勅使殿は朱漆塗極彩色の美しい、鹿児島地方独特の建物です。また宝物殿には、国指定の重要文化財である松梅蒔絵櫛笥が収蔵されています。



指宿市開聞十町1366
☎0993-32-2007

揖宿神社



樹齢千年を超える巨樹

樹齢1,130年・目通り8mを越える楠の巨樹8株を始め、樹齢500年の大銀杏・椋・那岐等の大樹が群生。「揖宿神社の社叢＝(森)」として鹿児島県天然記念物に指定されています。

指宿市東方733
☎0993-22-4052

徳光神社



さつま芋のルーツ

「からいも翁」前田利右衛門を祀った神社。宝永2年(1705)、利右衛門が琉球から持ち帰ったさつま芋は、飢饉から多くの人々を救うことになりました。子宝や安産にご利益があるとされています。

指宿市山川岡児ヶ水386-10
☎0993-35-0811（徳光公民館）

池田湖



黄金の鳥居

池田湖、開聞岳を一望できる、池田湖のパワースポットです。かつて池田湖にあった大谷金山と池田湖の竜宮伝説にちなんだ、「黄金の鳥居」と「幸せの水を吹く金亀龍」が祭られていて、金運にご利益があると言われています。

指宿市池田3146-8
☎090-9723-2242

南九州市

番所鼻自然公園 南九州市



吉鐘の祈願

鳴らす回数によって、健康、恋愛成就、安産などのご利益があると言われています。隣接したタツノオトシゴハウスでは、本物のタツノオトシゴを見ることができます。



タツノオトシゴハウス
番所鼻自然公園内 ☎0993-38-1883
入場料／無料　営業時間／10:00～16:30
定休日／火曜日(祝日・正月・お盆は営業)

南九州市頴娃町別府5202-2

釜蓋神社 南九州市



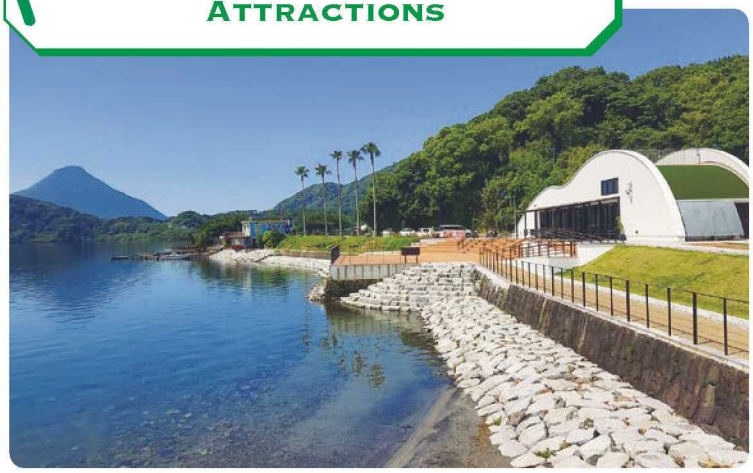
釜蓋でご利益

鳥居から拝殿まで釜の蓋をかぶって、最後まで落とさずに参拝すると願いが叶うと言われています。また、神社の右側3mほど下に置かれた釜に素焼きの釜蓋を願いを込めて投げる釜蓋投げもあります。



南九州市頴娃町別府6827

観光スポット
ATTRACTIONS







カフェでゆったりと大自然を満喫。

IKEDAKO PAX

池田湖観光施設公園「IKEDAKO PAX(いけだ湖パクス)」がオープンしました。ここでは、カフェを楽しむこともでき、水上デッキを併設しているので、池田湖や開聞岳を眺めながら、指宿の大自然をゆったり満喫することができます。周辺にはお土産などの購入や、水上アクティビティが体験できる施設もあります。

営業時間　9:00～18:00※年中無休

指宿市池田5123番地7　☎0993-23-1411



池田湖マリーナWARNA

世界中で大人気の水上アクティビティを、池田湖で国内最多の体験数を1日中自然の中でご家族・グループで楽しめます。

営業時間　10:00～18:00
定 休 日　不定休

指宿市池田5123-4　☎0993-28-1696





レイクグリーンパーク(えぷろんはうす池田)

開聞岳、池田湖を一望でき、レストラン・スワンボート・シーカヤック・SUP・キャンプなどを楽しめます。

営業時間　9:00～17:00
休 館 日　毎週月曜日(祝日の場合は翌日になります)

指宿市池田3537　☎0993-26-2799



フラワーパークかごしま

天然の松林に囲まれた地形を生かした世界各地の植物が楽しめる植物公園です。

営業時間　9:00～17:00(最終入園16:30まで)
入場料　大人630円・小人310円・幼児無料　**休館日**　12月30・31日

指宿市山川岡児ケ水1611　☎0993-35-3333



長崎鼻パーキングガーデン

亜熱帯植物群が生い茂る熱帯ジャングルを再現しており、放し飼いの動物たちともふれあえる。動物たちによるショーも開催。

営業時間　8:00～17:00
入 場 料　大人1,200円・小人600円　※年中無休

指宿市山川岡児ケ水1571-1　☎0993-35-0111



かいもん山麓ふれあい公園

本格的なログハウスやオートキャンプ場等、自然を満喫できる宿泊施設を備え、登山者のサポートも行っています。
営業時間　9:00～17:00(4月～9月は18:00開園)、ログハウスはイン16:00、アウト10:00
休 館 日　毎週火曜日(祝日の場合は翌日になります)

指宿市開聞十町2626　☎0993-32-5566



JR日本最南端の駅　西大山駅

北緯31度11分に位置するＪＲ指宿枕崎線の西大山駅は、JR日本最南端の駅です。テレビでも時折紹介されるこの駅は、素朴な風景に最南端という旅情もあり、鉄道ファンに限らず車や自転車、バイクなどで訪れる旅行客にも人気があります。
営業時間　8:30～16:30※年中無休

かいもん市場 久太郎／指宿市山川大山860-2　☎0993-34-0132



開聞山麓自然公園

展望所からの景観は絶景で、園内には天然記念物のトカラ馬が放牧され南国ムードいっぱい。隣接したゴルフ場もあります。
営業時間　8:00～17:00
入 場 料　大人370円・小人220円
※年中無休

指宿市開聞川尻6743
☎0993-32-2051



開聞山麓香料園

日本初のハーブ園。香料植物の収穫体験や蒸留見学ができます。(月に1回程度)また、芳樟などの精油やハーブティー、香水なども販売しています。
営業時間　9:00～17:00
休 園 日　毎週火曜日
入 園 料　無料

指宿市開聞川尻6229-2
☎0993-32-3321



かつお焼き

道の駅山川港 活お海道

新鮮な魚と、地元産の野菜などを使った料理が味わえるレストランをはじめ、鮮魚や地場産品を取り揃えています。かつお焼きの販売は10月～4月。
営業時間　8:30～17:30
休 館 日　第3水曜日(祝日の場合は翌日になります)、1月1・2日

指宿市山川金生町1-10
☎0993-27-6507



オクラソフトクリーム

道の駅いぶすき 彩花菜館

錦江湾を一望できる休憩スポットです。新鮮な農林水産物やオクラソフトクリームなど、指宿の味覚が勢揃いです。
営業時間　9:00～17:30 ※12月31日は9:00～15:30
休館日　5月、8月を除く第1水曜日、1月1日

指宿市小牧52-4　☎0993-27-9022



緑・ピンクのポスト

見晴らしの良い展望台に設置されたカラフルな珍しいポスト。緑のポストには「家族・友達との絆」の意味が込められ、ピンクのポストには「縁結び・恋愛成就の意味」が込められています。



Pomai kai の鐘

Pomai kaiはハワイ語で幸福・恵・祝福を表す言葉です。鐘を鳴らす回数によって「健康」「愛・恋愛成就」「達成・成功」と意味が変わります。幸せを願って鳴らしてみて下さい。



展望台

オーシャンフロントの展望台。自然の海岸線と錦江湾に浮かぶ桜島・大隅半島・知林ヶ島を一望できます。道の駅いぶすきの敷地内にあり、最高の休憩スポットとなっています。

※各スポットの問い合わせ先：指宿市観光課　☎0993-22-2111



池田湖

大昔の火山活動によってできた周囲15㎞、水深233mの九州最大の湖です。湖水は藍色に澄み、薩摩富士と呼ばれる開聞岳が望めます。体長2m、胴回り50㎝の大うなぎが棲息しており、幻の怪獣「イッシー」の湖としても有名です。



鰻　池

指宿市街から南西へ4㎞ほどの山中にある、周囲約4.2㎞の神秘的な雰囲気の漂う湖です。ほとりにある鰻温泉は、指宿区域の中で唯一の単純硫黄泉で皮膚病に効果があるといわれています。西郷隆盛が湯治に訪れたことでも有名です。



魚見岳

風貌は、ハワイのダイヤモンドヘッドに似ているといわれる魚見岳。標高215mの山頂まで車で登れ、桜、ツツジなど、四季の花が美しいところです。山頂周辺は魚見岳自然公園となっており、展望台からの眺望は絶景大パノラマです。



花瀬望比公園

開聞岳初期噴火時に流れ出た溶岩流によってできた縄状玄武岩で覆われています。この公園には、比島戦没者慰霊碑が建設されており、第二次世界大戦の戦没者慰霊と世界各国の平和を祈念しています。



長崎鼻

薩摩半島最南端にある長崎鼻には白い灯台が立ち、雄大な開聞岳と岩礁に砕け散る白い波しぶきの眺めに、時を忘れるほどです。ここは竜宮伝説発祥の地といわれ、近くには龍宮神社があります。灯台は県内で初めて「恋する灯台」に選ばれています。



瀬平公園（南九州市頴娃町）

国道226号沿いにあり、ここから眺める開聞岳は格別です。洋々と広がる水平線には竹島・硫黄島・黒島、また遠く屋久島が浮かび、ドライバーの休憩所としても最適です。与謝野鉄幹、晶子歌碑もあります。

開聞岳登山情報



登山道路途中の●は、救助ポイントです。



開聞登山に掛かる時間の目安

◎登り／3時間　◎下り／2時間30分

登山に関する問い合わせ及び登山証明書発行窓口

かいもん山麓ふれあい公園管理棟

☎0993-32-5566　FAX0993-32-5568

開聞岳登山口（ふれあい公園）まで

- JR指宿駅から車で約30分
- JR開聞駅下車徒歩約20分
- 鹿児島交通バス開聞登山口から徒歩約20分

注意事項
登山前に登山届を提出しましょう。

開聞岳

開聞岳は、山頂からの整ったなだらかな稜線が見事です。周辺に山がないため、南薩のほとんどの地域からその円錐形の姿を見ることができ、まさにシンボルというにふさわしい美しさです。

宿泊施設	施設の概要
ログハウス 12棟	4人棟＝5棟、5人棟＝2棟、6人棟＝2棟、10人棟＝2棟、22人棟＝1棟
オートキャンプ場	電源および水道付き、53区画
フリーキャンプ場	炊飯棟、トイレあり

指宿市　ふれあい公園　検索

歴　史 HISTORY

縄文時代～平安時代の橋牟礼川遺跡に始まり、歴史を刻んできた数々の遺跡や、
近代日本の礎となった偉人、彼らが残した文化財が数多く所在しています。
ここ指宿では幅広い歴史にふれることができます。

指宿市考古博物館

時遊館COCCOはしむれ

IBUSUKI ARCHAEOLOGICAL MUSEUM　指宿市十二町2290　☎0993-23-5100

時遊館COCCOはしむれに隣接する橋牟礼川遺跡。大正13年に国指定史跡に指定。公園内には、８世紀頃の竪穴式住居が４棟復元されています。







時遊館COCCOはしむれは、日本で初めて縄文土器が弥生土器より古いことを証明した国指定史跡・指宿橋牟礼川遺跡の北側に建つ考古博物館です。橋牟礼川遺跡から発掘された土器や石器などの出土品の展示をはじめ、触れて学べるレプリカやスケールの大きいジオラマなど魅力いっぱい。また館内の歴史劇場では、橋牟礼川遺跡の発見から発掘に至るまでのドラマを上映するほか、古墳時代と西暦874年の開聞岳噴火で埋まった平安時代の集落模型を見ることができます。古代日本人の暮らしを浮き彫りにする貴重な映像や展示は、あなたを古代の世界に誘うことでしょう。レジン製勾玉（500円）、石製勾玉（150円）や指宿でしか体験できないオリジナル採取体験（200円）もお楽しみください。

営業時間　9:00～17:00（入館受付16:30）
休 業 日　毎週月曜・毎月第4水曜日（祝日の場合は翌日になります。）年末年始（12月29日～1月3日）
料　　金　大人：510円、大学・高校生：410円、小・中学生：300円



指宿まるごと博物館マップ

指宿まるごと博物館とは、指宿市全体を博物館ととらえ、市域にある文化財、自然、産業、施設、郷土芸能、伝統技術、伝統行事、イベントなどのすべてを貴重な「展示品」と位置づけて、それらをまちづくりに活かしていく考え方や実践のことです。
マップには9つの見所スポットが写真付きで紹介されています。

- 国際貿易港に吹く風
- 西郷が愛した温泉
- 神秘の湖
- 古代の息吹と太平次
- 指宿発祥の地
- 斉彬の休日
- 篤姫の渚
- 竜宮神話の玉手箱
- 火山銀座探検

他、国や県、市の指定文化財、史跡・遺跡、城跡・館跡、田の神、仏さま、火山地形、民俗芸能、神話・伝説・伝承のある位置等も記されています。

問い合わせ先
指宿市教育委員会生涯学習課
☎0993-23-5100



宮ヶ浜港防波堤捍海隄（かんかいてい）

指宿市西方宮ヶ浜

昔、宮ヶ浜の海は遠浅で、船を安全に停泊させるところがなく、台風で船が転覆するおそれがありました。それを知った第10代薩摩藩主島津斉興が長さ230m、高さ5mの防波堤を築かせました。工事は天保4年（1833）の12月に始まり、翌年の7月には完成。
当時の指宿地方では、最大の防波堤でした。

平成20年国登録有形文化財に登録



薩摩伝承館

指宿市東方12131-4
☎0993-23-0211

「指宿白水館」敷地内にあり、「ここに来れば薩摩が分かる」をコンセプトに、およそ3,000点のコレクションのうち、薩摩焼、中国磁器など380点を展示しています。

営業時間　9:00～18:00（水曜、木曜日以外）
　　（水曜日）9:00～13:00
　　（木曜日）13:00～18:00
料　　金　大人：1,500円、大学生：1,200円、
　　高校生：600円、小・中学生：300円
※年中無休（メンテナンス休業日あり）



岩崎美術館

指宿市十二町3755
☎0993-22-4056

19世紀以降のフランス絵画や現在の外国作家の絵画並びに郷土や日本作家の絵画などを収集・展示しています。

営業時間　8:00～17:00（入館16:30まで）
入 館 料　一般・大学生300円・高校生以下無料
休 館 日　ホテルの休館日に準ずる

ボランティアガイドと巡るまち歩きコース

西郷どんが愛した 風情あふれる、ひなの里巡り



かつて西郷隆盛が心身を癒すために、湯治に来たことで知られている鰻温泉。地区内には、温泉の蒸気熱を利用した「スメ」と呼ばれる天然のかまどが点在し、今でも蒸し料理などに使われています。大地のエネルギーと、明治維新の立役者も愛した風情あふれる町並みを体感してみませんか。



❶ 西郷隆盛石像



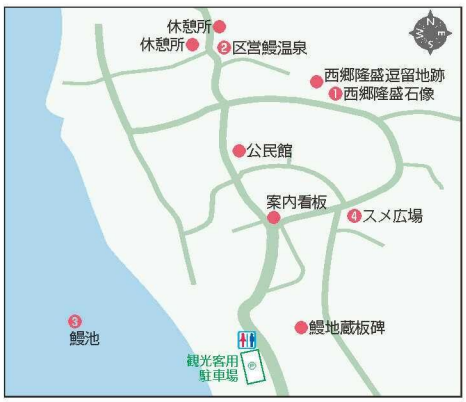
❸ 鰻池



❷ 区営鰻温泉



❹スメ体験



参加費 中学生以上2,000円　3歳以上～小学生500円　所要時間 60分
※ガイド案内、スメ体験（温泉卵と季節の野菜、茶ぶし）。
※地区内には高温の噴気孔が点在しています。危険箇所に立ち入ったり、火傷をしないよう充分注意してください。

風情あふれ由緒ある 篤姫ゆかりの地を巡る

昔の風情が残るこの今和泉の地で、篤姫は18歳まで過ごしたといわれています。現在、今和泉島津家の別邸跡は小学校となり、錦江湾に面する海岸に当時の石垣と松林（隼人松原）があります。

別邸跡（今和泉小学校内）には、篤姫が使ったと伝わる手水鉢や井戸があります。また、平成24年9月に幼少の篤姫（於一）像をモチーフにした銅像が建立されました。



❸ 今和泉島津家伝来の手水鉢（市指定）



❶ 当時を偲ばせる町割



❷ 今和泉島津家井戸



❹ 豊玉媛神社



❺ 於一像

参加費 中学生以上1,000円、小学生500円（小学生以下無料）
所要時間 60分
※コースは最長で3㎞歩きます。動きやすい格好でお越しください。

国立自然公園を歩こう

ＪＲ日本最南端の駅西大山駅をスタートし、薩摩富士と呼ばれる開聞岳を間近に見ながらのゆっくりウォーク。そんなコースをあなたのペースで、あなたが五感を感じとれるように自然に付き添いガイドします。休憩地点では、鰻温泉の天然蒸気（スメ）を使用した蒸かしサツマイモなどの振る舞いがあります。ゴールでは、完歩証明書としてオリジナル缶バッジがプレゼントされます。



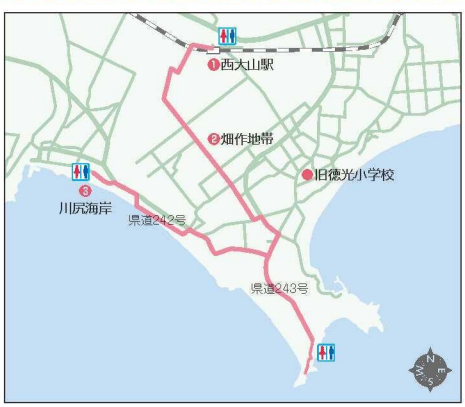
❶ スタートは西大山駅



❷ のどかな国立公園を歩く



❸ ゴールは川尻海岸



参加費 中学生以上3,300円　3歳以上～小学生550円
JR西大山駅集合、所要時間 120分～250分
※コースは5～8㎞歩きます。動きやすい格好でお越しください。

◎お申し込み・お問い合わせ先　NPO法人 指宿観光＆体験の会　※全コース前日までに要予約

☎ 0993-23-8800　FAX 0993-23-8801
https://www.ibusukikankoutaiken.com/　指宿観光＆体験の会　検索



錦江湾の雄大な大パノラマを一望できるD&S列車
が指宿竜宮伝説へと誘います。

特急『指宿のたまて箱（いぶすき）』



海側が白、山側が黒というユニークな縦のツートンカラーの列車



木をふんだんに使った内装



煙に見立てたミストの演出



海側を向いた座席

いぶたまから始まる『魅力満載☆JRローカル線の旅』

JR指宿枕崎線



JR日本最南端の駅

- 鹿児島中央
- 指宿のたまて箱運行区間
- 指宿
- 山川（JR日本最南端の有人駅）
- 西大山
- 枕崎（JR日本最南端の終着駅・始発駅）

車両の海側が白、山側が黒の、特徴的な外観が目を引く通称「いぶたま」は、鹿児島中央駅から指宿駅を、錦江湾沿いに1日3往復。車名の由来は、指宿に伝わる竜宮伝説によるもので、ドアが開くと玉手箱の煙をイメージしたミストが吹き出すしかけになっています。また、木をふんだんに使った内装は、海に面したカウンター席や、指宿に関する書籍を集めた本棚などがあり、旅を楽しむ演出が満載の観光特急です。平成23年3月の運行開始以来、多くの方に乗車いただいており、平成31年4月に乗車100万人を達成し、令和3年3月には10周年を迎えました。全席指定となっていますので、ご乗車の際はご予約を。

▼列車予約はこちら

◎お問い合わせ：JR九州案内センター　☎0570-04-1717（9:00~17:30）
JR九州インターネット列車予約案内センター　☎0570-01-8814（8:00~20:00）
※予約はみどりの窓口またはネット予約のみとなります。

車内で買える「いぶたま」オリジナルフード

※商品については変更になることがあります。
※数量限定のため、無くなり次第販売終了。



クラフトビール
各750円（税込）
原料に小麦麦芽を使用し、軽やかなボディーと口当たりでコリアンダーの香りが爽やかなウィートエールビール。焙煎した麦芽を使用し、強く濃厚なコクのある味わい。コーヒーを思わせる香りと苦み、少しの酸味も感じられるスタウトビール。



いぶたまプリン
450円（税込）
フレッシュな卵と牛乳で作られたクレームと黒ごまの2層になったプリンです。甘い香りと濃厚な味わいに仕上がっています。



いぶたまサンド
1,000円（税込）
鹿児島名産、黒豚を使用した厚切り黒豚サンドと新鮮な卵を使用した厚焼卵サンドのつめ合わせです。

■運行時間

【下り】
（指宿のたまて箱1号）
鹿児島中央　9：56発　－　指　宿10：47着
（指宿のたまて箱3号）
鹿児島中央11：56発　－　指　宿12：48着
（指宿のたまて箱5号）
鹿児島中央13：56発　－　指　宿14：49着

【上り】
（指宿のたまて箱2号）
指　宿10：56発　－　鹿児島中央11：48着
（指宿のたまて箱4号）
指　宿12：57発　－　鹿児島中央13：48着
（指宿のたまて箱6号）
指　宿15：07発　－　鹿児島中央16：00着

※全席指定席（運転日にご注意ください。）
※2024年3月16日現在の情報です。

特産品
SPECIALITY PRODUCTS GIFT

（特産品に関する問い合わせ先）
指宿市ふるさと納税課　特産品振興係



本枯本節（鰹節の最高級品）

●旨味たっぷりのダシを生む、職人自慢の鰹節の中の最高級品、本枯本節。

指宿は温暖で日照時間が長く本枯本節を作るのに適した風土。熟練した技と伝統的な製法を守り、一本一本丁寧に４ヶ月から半年の時間と人手をかけてじっくり作られています。指宿の本枯本節は、全国の約７割の生産量を誇っています。



鰹のタタキ

●鰹の旨みを凝縮した逸品

日本有数の鰹水揚港である山川港で水揚げされた鰹は、良質のタンパク質、カルシウムなどを多く含み、栄養も豊富で老若男女問わず美味しく味わえる魚です。
鰹を炙ることで、薫せいにも似た香ばしさがつき、身の余分な水分が減り食感が良くなり、味も濃厚になる効果があります。





ダシ

●本格的な和食の原点を食卓へ

職人が丹精込めて製造した鰹節の出汁をご自宅でも簡単に味わえるよう、出汁のティーパックや粉末タイプなど、様々な形になって商品化されています。



茶節（SUB SOUP）

お碗に味噌と鰹節を入れて緑茶かお湯を注ぐだけでできる「茶節」。古くから地元で農作業の合間など様々なシーンで愛され続けている郷土料理を手軽に味わえます。

鹿児島 いぶから 指宿からあげ

指宿鰹節使用

指宿鰹節と唐揚げのおいしいコラボ。指宿を愛する12店舗の料理人がお届けする"いぶから"の競演。あなたのベストワンを見つけてください。


黒豚と郷土料理 青葉


やきとり あっちゃん


道の駅 山川港 活お海道


うっかり八兵衛


くり屋食堂旅館


中国料理 紅龍


信州庵


レストラン とも


元祖指宿ラーメン 二代目


小料理 美庵樹


味彩 むさし


居酒屋 和ゆう

▲いぶからサイト



そらまめ

●ひとあし早い春の訪れ

日本一の生産量を誇る指宿産そらまめは、1～3月に旬を迎え、寒さをしのいだ糖度の高い味わいが特徴です。塩ゆでのほか、さやをまるごとグリルで焼くとさらにうまみが増しておすすめ。地元の和菓子屋によるそらまめスイーツなども開発されています。



オクラ

●指宿の元気野菜

指宿市はオクラの生産量日本一で、人にも環境にもやさしいIPM栽培に取り組んでいます。オクラはビタミンやミネラルなどの栄養価が高く、便通改善やダイエット効果、血糖値上昇抑制効果があります。また、オクラ漬やオクラパウダー、ポタージュ、化粧品なども作られています。



さつま揚げ

●地元で愛される伝統の味

主原料は魚の上丸すり身。山芋と豆腐を加えることでより特徴のある食感を出しています。鹿児島では古くから家庭料理として親しまれています。郷土を代表する食の逸品です。



いぶすき菜の花カンパチ

●ほどよく脂ののった鹿児島ブランド

平成19年11月にかごしまのさかなブランドとして認定された「いぶすき菜の花カンパチ」。気候が温暖な鹿児島県は、カンパチ養殖にとても適しており、全国シェアの50%を占める全国一の産地となっています。



マンゴー・熱帯果樹

●こだわり南国フルーツ

南国指宿は甘い香りが漂う、マンゴーをはじめとするパッションフルーツやドラゴンフルーツなど熱帯果樹の楽園です。太陽を燦々と浴びた果物本来の甘さとビタミン、ミネラルが豊富な果物のフレッシュなおいしさをそのままお届けします。



めんつゆ

●鹿児島夏の涼味

天然の湧き水と指宿産の鰹節を贅沢に使用し、鹿児島のめんつゆとしてはやや甘めですがすっきりとした仕上がりで暑い夏も食が進みます。そうめんのつゆとしてだけではなく、天つゆ・丼つゆ・だし等様々なお料理にお使いいただけます。



ACOU RUM WHITE

●指宿産クラフトラム

指宿市で製造されたオーガニックの糖蜜と鹿児島県産の黒糖そして蔵に湧き出る地下天然水で仕込み生まれたスタンダードなホワイトラムです。サトウキビ由来の華やかな香りと甘いニュアンスが特徴です。ブランド名ACOU（アコウ）の由来は蒸溜所のある宮ヶ浜地区の御神木「アコウの木」から生まれました。



焼酎

●市内6蔵のこだわりを飲み比べ

さつまいもを世に広めた前田利右衛門のふるさとである指宿は、伝統ある蔵元が市内に6か所あり、それぞれの蔵元のこだわりや個性の違いのある焼酎を味わえます。



【製造】
◆ワークショップみんなの家　◆指宿マーチ
◆kizuna工房

オクラと米粉のサブレ

●指宿の健幸食

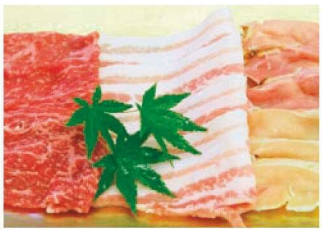
指宿観光大使でフレンチシェフである黒岩功氏監修のもと、市と就労支援事業所が共同で開発したサブレです。生産量日本一のオクラを使用し、発酵バターの香りと岩塩のアクセントをお楽しみいただける一品です。



山川漬

●寒風でカラカラに乾燥させる昔ながらの漬物

琉球貿易の際に保存食として積んだのがはじまり。薩摩半島の山川地方を代表する漬物で、寒風と潮風にさらし、約1カ月間天日干しした大根を、塩だけで半年以上壺に密閉して漬け込み、発酵させたものです。



黒牛、黒豚、黒さつま鶏

●鹿児島の黒ブランド

きめ細かな美しい霜降りならではのまろやかなコクとうま味の鹿児島黒牛（写真左）、ほのかな甘さとやわらかい口あたりは豚肉の常識を超えた味わいの黒豚（写真中央）、アミノ酸などの旨み成分を多く含み、地鶏肉のなかでも脂肪が多くジューシーさがあり、鶏刺し、焼き、唐揚げ、煮物など幅広い料理でおいしく味わえる黒さつま鶏（写真右）は自慢の品々。



観葉植物

●生活に癒やしを与える観葉植物

指宿市では、温暖な気候を活かした観葉植物の生産が盛んで、全国でも有数の産地となっています。また、温泉熱を利用したエコな栽培にも取り組んでいます。最近では癒やしや緑を求めて、お部屋のインテリアとして人気があります。



薩摩焼「白薩摩・黒薩摩」

●国の伝統的工芸品にも指定されている薩摩焼。

400年ほど前、朝鮮出兵に参加した薩摩藩主島津義弘が李朝陶工を連れ帰ったことに始まります。
錦手や上絵、精巧な透彫りがほどこされた白薩摩と素朴な温もりを感じさせる漆黒の黒薩摩があります。



つげ櫛

●髪の美しさを導く逸品

指宿はツゲの中でも格別に高品質な銘木薩摩ツゲの産地です。ツゲは他の木よりも成長が遅く、緻密で弾力があることから、櫛の原木として使用されてきました。その性質から表面は滑らかで櫛通りがよく、頭皮への刺激も優しい櫛になります。女性ならではの美しさを目覚めさせてくれる逸品です。



体験型観光



指宿 Blue Ocean Tourism

指宿漁協所属の遊漁船で、錦江湾の魅力を満喫！
初心者でも・グループでも、もちろん釣り上級者の方もみんなで楽しめます。

指宿漁業協同組合／☎0993-22-2236（平日9:00～17:00）
http://jfibusuki.com/



いぶすき極上体験プログラム

指宿砂むし温泉や各種体験、アクティビティ、グルメなど、指宿の旬の体験ができる「いぶすき極上体験プログラム」。「極上体験チケット」を利用することにより、通常価格よりお得に体験いただけます。

指宿市観光協会／☎0993-22-3252
https://www.ibusuki.or.jp/tourism/experience/gokujo/

指宿大好き体験

魅力的な指宿の観光資源を観光ガイドがご案内します。指宿の旅が10倍楽しくなる旅へ誘います。
指宿観光&体験の会／☎0993-23-8800　https://www.ibusukitaiken.com/

◎主な体験内容一覧

	体験内容	時間／分	定員／人	体験可能期間／月
	自然体験			
1	指宿名物砂むし温泉	120	4～40	通年
2	池田湖マリンスポーツ（バナナボート&マーブルシーカヤック）	120	10～40（40人超は要相談）	通年
3	国立自然公園を歩こう	5km 120	5～40	通年
4	鰻温泉散策&スメ体験	120	5～50	通年
5	知林ヶ島渡島体験	120	10～30	1 2 3 11 12
6	星空観察（夕食後の体験）	120	5～40	通年
	製作体験			
1	ハーバリウム作り	120	5～30	通年
2	火山の宝石「オリビン」の採集	120	5～40	通年
3	木工	120	5～40	通年
4	薩摩焼の窯元から教わる手びねり	120	5～40	通年
5	藍染め	120	5～20	通年
6	草木染め	180	5～20	通年
7	コケリウム作り	120	5～30	通年
8	フラワーアレンジメント（リース作り）	120	5～30	通年
9	オクラの手すきハガキ作り	120	5～20	1 2 3 4 5 6 12
10	彫金キーホルダー作り	120	5～20	通年
	漁業体験			
1	かつお節製造工場見学&茶ぶし手作り	120（午前中のみ）	5～40（40人超は要相談）	※土日祝日・9月上旬は休み、午前中のみ
2	魚釣り	120	5～40	1 2 通年
	農林業体験			
1	手もみ茶	120	5～20	通年
2	季節野菜の収穫体験（夏:オクラ、冬:豆類）	120	5～80	通年
3	イチゴ収穫	120	8～24	5 6 7 8 9 10 11 12
4	森林間伐	120	5～40	1 2 3 11 12

	体験内容	時間／分	定員／人	体験可能期間／月
	料理体験			
1	地元の家庭の味 さつまあげ作り	120	5～40	通年
2	黒豚100%パティのハンバーガー作り	120	7～20	通年
3	溶岩プレートで作るピザ	120	7～40	通年
4	オクラうどん打ち	120	7～20	通年
5	カツオのたたき作り	120	5～40	通年
6	旬の野菜を使ったホットサンド作り	120	7～20	通年
7	田舎料理作り	120	5～30	通年
8	野菜スイーツ作り	120	5～15	通年
9	季節野菜ガレット	120	5～20	通年
10	さつまいもチップ作り	120	5～20	通年
	文化体験			
1	フラレッスン	120	5～20	通年
2	古代人のネックレス	120	5～40	通年
3	不動山青隆寺庭園散策&ヨガ体験	120	5～40	通年
4	薩摩の剛剣「薩摩示現流」体験	120	20～40	通年


製作体験②


製作体験⑤


料理体験①


料理体験②

※体験プログラムは都合等により予告なしに内容等を変更する場合がございます。
※体験プログラムの定員は目安です。定員以上の場合はお問い合わせください。
※感染症拡大などの予期せぬ事態の発生や社会情勢の変動により、体験の受け入れや体験の定員人数などを制限することがあります。

EVENT CALENDAR



いぶすき菜の花マラソン大会

日本で一番早い市民マラソン。コース沿いには、黄色い絨毯を広げたような菜の花畑。沿道での温かい声援やおもてなしも魅力。



いぶすき菜の花マーチ

菜の花満開の指宿路を、あなたもご家族やご友人と一緒に歩いてみませんか。



いぶすきフラフェスティバル

本場ハワイのフラのレッスンを受けるワークショップなど、指宿の街中がハワイアンムードでいっぱいになるイベントです。



フラワーパークかごしまの イルミネーション

広大な敷地に約50万球の電飾を装飾し、幻想的な雰囲気を演出。詳しくは、ホームページをご覧ください。

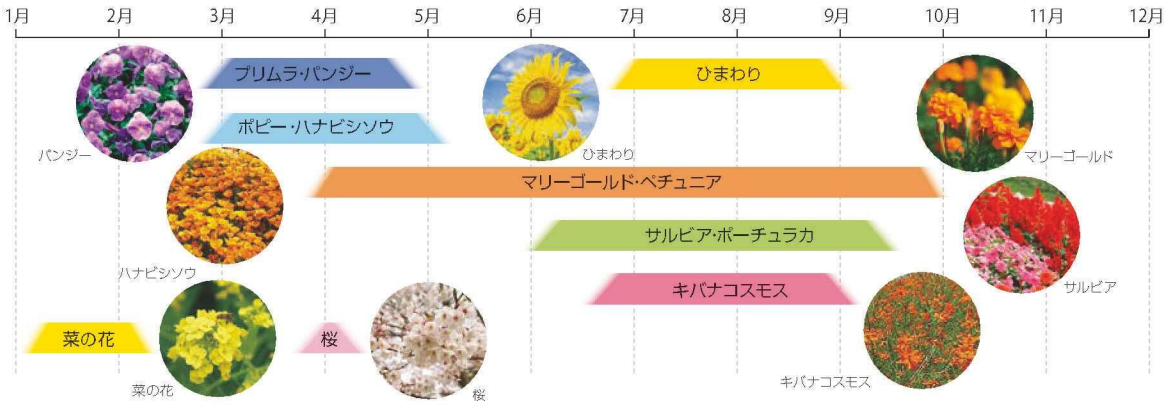
https://www.fp-k.org/ フラワーパークかごしま 検索

◎その他イベント情報

4月29日	アロハ宣言セレモニー	9月最終日曜日とその前日	指宿温泉祭
6月第1土・日	山川みなと祭り	12月第1土・日	いぶすき産業まつり
8月11日	かいもん夏祭り	4月第3もしくは第4日曜日	九州オールドカーフェスタin指宿かいもん

花ごよみ

温かい気候で育まれた、色とりどりの花々から移りゆく指宿の四季を体感されてみませんか。



MODEL COURSE モデルコース

パワースポットや温泉、
地元グルメやスイーツを

指宿王道コース


道の駅いぶすき

9.7km 14分


池田湖

4.3km 7分


唐船峡

10km 15分


砂むし会館「砂楽」

9.4km 16分


JR西大山駅

4.4km 8分


龍宮神社

指宿市内泊

バスで市内をくまなく観光
のったり・おりたり マイプランバス周遊観光

JR指宿駅 ➡ 砂むし会館前 ➡ 山川桟橋（道の駅山川港 活お海道等） ➡ ヘルシーランド入口（たまて箱温泉等） ➡ 山川砂むし温泉入口（山川砂むし温泉「砂湯里」） ➡ フラワーパーク ➡ 長崎鼻 ➡ 開聞登山口（開聞岳） ➡ 唐船峡（そうめん流し） ➡ 池田湖

と、市内の主要な観光地を廻ります。
（上記は主なバス停のみの表記です）
また、2日乗車券を購入された場合、知覧への観光へもご利用いただけます。
周辺の観光にぜひお役立てください。

料金
1日乗車券／大人：1,100円
小人：550円
2日乗車券／大人：2,200円
小人：1,100円

●鹿児島交通㈱指宿営業所
☎0993-22-2211



荷物宅配サービス

1個あたり400円

お泊まりのホテルまで荷物だけ先にお届けします。指宿に着いてすぐに観光を楽しみたい方にオススメです。

◎受付場所／ＪＲ指宿駅内指宿市総合観光案内所
☎0993-22-4114
◎受付時間／15:30まで

一時預りサービス

1個あたり300円

◎受付場所／
JR指宿駅内指宿市総合観光案内所
☎0993-22-4114
◎受付時間／17:00まで

親子旅コース


鹿児島中央駅

特急「指宿のたまて箱」
乗車時間：約53分

10km 16分


JR西大山駅

6.9km 10分


唐船峡

10km 15分


砂むし会館「砂楽」

12km 20分


龍宮神社

指宿市内泊

楽しめるコースが盛りだくさんです。

指宿・知覧満喫コース

鹿児島中央駅



知覧武家屋敷庭園

2.8km 5分



知覧特攻平和会館

16km 25分



釜蓋神社

20km 30分

指宿市内泊



砂むし会館「砂楽」

6.9km 13分



鰻温泉郷

7km 10分



JR西大山駅

レンタサイクルいぶりんコース

JR指宿駅



JR指宿駅

600m 2分



温たまらん丼

4.1km 13分



知林ヶ島

3.2km 10分

指宿駅又はホテル



砂むし会館「砂楽」

1.7km 5分



そら豆スイーツ



市内９箇所に点在するイーブイマンホール巡りと併せて周遊観光を楽しもう！

P4

イーブイマンホール巡り

電動アシスト自転車のレンタサイクル『いぶりん』



■レンタル料金
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
※エリアをまたいでの乗り捨てはできません。
※利用時間を延長される場合は、レンタル料金に上記延長料金が加算されます。

■配置場所・台数・連絡先（市外局番0993）

【指宿市街地エリア】

指宿温泉ホテル翔月（2台）	☎22-2241
JR指宿駅内指宿市総合観光案内所（10台）	☎22-4114
指宿フェニックスホテル（3台）	☎23-4111
指宿シーサイドホテル（3台）	☎23-3111
指宿海上ホテル（2台）	☎22-2221
指宿ロイヤルホテル（3台）	☎23-2211
休暇村指宿（4台）	☎22-3211
えぶろんはうす池田（3台）	☎26-2799
こらんの湯錦江楼（2台）	☎22-3377

【山川エリア】

かいもん市場 久太郎（9台）	☎34-0132

【開聞エリア】

指宿市役所 開聞庁舎（1台）	☎32-3111

■JR指宿駅からの主なスポットへの所要時間

スポット名	指宿駅からの所要時間
知林ヶ島渡り口	約18分
薩摩伝承館	約12分
砂むし会館「砂楽」	約 8分
岩崎美術館	約11分
道の駅山川港「活お海道」	約25分
JR 西大山駅	約40分

■JR西大山駅からの主なスポットへの所要時間

スポット名	西大山駅からの所要時間
フラワーパークかごしま	約17分
長崎鼻	約23分
山川砂むし温泉「砂湯里」	約21分
ヘルシーランド露天風呂「たまて箱温泉」	約25分
開聞山麓香科園	約18分
ふれあい公園（登山口）	約23分

■お問い合わせ先／JR指宿駅内指宿市総合観光案内所　☎0993-22-4114

■宿泊施設案内

※宿泊先お問い合わせ…指宿市総合観光案内所　☎0993-22-4114
9:00 ～ 17:00

ホテル・旅館名	所在地	☎(0993)	宿泊人数	備考
指宿いわさきホテル	十二町3805-1	22-2131	400	砂 露
指宿白水館	東方12126-12	22-3131	500	砂 露
指宿フェニックスホテル	十二町4320	23-4111	250	砂 露 貸切風呂・露天風呂付客室有
指宿シーサイドホテル	十町1912	23-3111	250	砂 露天風呂付客室有
指宿海上ホテル	十二町3750	22-2221	200	砂 足
いぶすき秀水園	湯の浜五丁目27-27	23-4141	150	足 砂足湯 露 貸切半露天風呂
指宿ロイヤルホテル	十二町4232-1	23-2211	180	露
温泉水プール&夫婦露天風呂の離れ宿 悠離庵	十二町6771-6	22-2217	48	露 全室露天風呂付離れ
夫婦露天風呂の宿 吟松	湯の浜五丁目26-29	22-2217	200	9F 天空野天風呂
ホテル波の上	湯の浜二丁目5-16	22-2254	60	
ローズマリーホテル	湊四丁目4-16	22-3171	24	
旅館月見荘	湯の浜五丁目24-8	22-4221	26	
昔ながらの小さな宿 川久	大牟礼四丁目10-12	23-4020	26	
旅館白波荘	湯の浜二丁目1-27	22-3024	70	料金：応相談
民宿せきちょう	湯の浜五丁目27-10	22-2068	22	
ぐりんぼてるいぶすき	湊一丁目2-7	24-3513	28	
ビジネスホテル古里	十二町3867	22-3395	13	連泊割引有・無料ランドリールーム有
指宿民宿千成荘	湯の浜五丁目10-9	22-3379	25	
やど松風	湯の浜六丁目5-11	26-3321	12	
湯豊の宿 民宿たかよし	湯の浜五丁目1-1	22-5982	14	
ウィークリーマンション海水	湯の浜五丁目17-15	22-6001	110	
指宿こころの宿	東方9227-6	23-0810	150	足 露
カプセルホテルこころの宿	東方9236-7	23-0810	100	足 露
休暇村指宿	東方10445	22-3211	165	砂 足 露 貸切半露天風呂
休暇村指宿エコキャンプ場	東方10445	22-3211	220	オートサイト
いぶすき焚き火の森ソロキャンプ場	東方532-2	HPから予約	40	
池田湖金の鳥居キャンプ場	池田3143-1	Instagram・LINEから連絡	15	ペット条件付で可
指宿温泉ホテル翔月	湯の浜二丁目12-7	22-2241	150	露 露天風呂付客室有
お食事処民宿海宝	湯の浜五丁目14-11	080-1771-3175	12	和食店併用・全室和室・禁煙・元湯温泉割引
湯の里ユースホステル	大牟礼二丁目38-20	22-5680	14	
別邸天降る丘	東方5000	26-3322	50	砂 露
元屋	湯の浜五丁目19-4	24-2852	15	トイレ付・自炊・掛流温泉
弥次ヶ湯温泉	十町1068	24-3500	9	自炊・1室3名まで・2名以上1人3,500円
民宿「良」	湯の浜五丁目22-8	22-5115	30	
こらんの湯 錦江楼	西方4507	22-3377	113	露
お宿やまびこ	十二町4325-1	27-1630	102	露
ゲストハウスまちかど	湯の浜一丁目12-14	41-9034	15	
日中観光in指宿	湯の浜一丁目8-2	26-3869	9	
民宿指宿	湯の浜五丁目24-15	23-1112	15	「元湯温泉」無料
指宿静香	湊三丁目6-21	080-6456-3769	8	
指宿静香 II	湊三丁目1-16	080-6456-3769	10	
木の香の宿ゆのとこ	湯の浜四丁目20-17	080-8544-2871	9	露 貸切半露天風呂
指宿1日船長体験の宿 明菜丸	大牟礼四丁目10-4	080-1727-0153	13	半露天風呂・自炊可・BBQ可・一棟貸切
サザンテラス	東方10703	080-8544-2871	10	一棟貸切・自炊可能
39ゲストハウス	大牟礼四丁目3-11	070-8351-7345	13	
くり屋食堂旅館	山川成川7350	34-0214	160	食堂有
旅館かめや	山川成川7422	34-0181	20	露
民宿うなぎ湖畔	山川成川6526	34-1954	25	露
おつじ旅館	山川金生町8	34-1023	12	
うなぎ温泉松前	山川成川6518	34-0856	8	自炊
ゆぅーの宿なぎ	山川成川6242	35-2552	28	
田舎や	山川福元4050	34-1423	44	4人棟5棟／6人棟4棟
ゆうゆうリゾートホーム	山川岡児ケ水1309-11	070-8351-7345	13	
かいもん山麓ふれあい公園	開聞十町2626	32-5566	84	ログハウス12棟
民宿かいもん	開聞十町1201	32-4173	8	
木の匙	開聞川尻5451	インターネット受付	8	一棟貸切

※備考欄の表記について　砂：砂むし温泉　露：露天風呂　足：足湯

■交通機関

タクシー

指宿
- ㈱南九州あづま交通…☎0993-22-1002
- 指宿観光タクシー……☎0993-22-2251
- 指宿タクシー……☎0993-22-4181
- 第一交通……☎0993-22-3191

山川
- 指宿タクシー……☎0993-34-1044

レンタカー

- 駅レンタカー九州㈱……☎0993-23-3879
- トヨタレンタリース鹿児島㈱指宿店……☎0993-26-3600
- ニコニコレンタカー指宿市役所前店……☎0993-22-6335

鉄道

- JR指宿駅……☎080-7609-4210
  (7:30 ～ 11:30・12:30 ～ 15:00)
  (年中無休)

バス

- 鹿児島交通㈱指宿営業所…☎0993-22-2211

フェリー

- フェリーなんきゅう
  山川港 ⬅ 約50分 ➡ 根占港
  山川営業所……☎0993-34-0012
  根占営業所……☎0994-24-2531
- 高速船……☎099-226-0128
  指宿➡1時間15分➡屋久島➡50分➡種子島
- さんふらわあ……☎0120-56-3268
  志布志 ⬅ 約15時間 ➡ 大阪

■観光案内所

- 指宿市総合観光案内所（指宿駅構内）
  (9:00 ～ 17:00)
  ……☎0993-22-4114
- 指宿ビジターセンター（観光協会）
  (9:00 ～ 17:00)
  ……☎0993-22-3252
- かいもん市場 久太郎 (8:30 ～ 16:30)
  ……☎0993-34-0132
- 砂むし会館［砂楽］内観光案内所
  (9:00 ～ 20:30)
  ……☎0993-22-3259
- かいもん山麓ふれあい公園 (8:30 ～ 21:00)
  ……☎0993-32-5566

■指宿市焼酎工場見学受け入れ施設

さつま芋を原材料として作られる指宿の焼酎。心を込めて作られる指宿の焼酎造りを見学してみませんか？
見学をご希望の方は各施設へ直接お問い合わせ下さい。

酒造会社名	所在地	☎(0993)	受け入れ時期	休業日
指宿酒造株式会社	池田6173番地１	26-2277	通年	不定休
中俣酒造株式会社	西方4670番地	27-9181	通年	不定休
吉永酒造有限会社	十二町645番地	22-3015	10月、11月以外	不定休
白露酒造株式会社	山川大山987番地	35-2000	通年	日・祝



砂むし会館「砂楽」のマスコットフィギュア「砂吉」は、動物造形作家として著名な朝隈俊男氏（指宿観光大使）が、指宿市長崎鼻に伝わる竜宮伝説から、亀をモチーフにして製作しました。

「砂楽」を訪れてくれる人々に「吉」がありますようにという願いが込められています。旅の記念にお一ついかがですか？

販売店

ふるさとショップ（砂むし会館「砂楽」内）
☎0993-22-3259

指宿市総合観光案内所（指宿駅構内）
☎0993-22-4114

1,500円（税込）



観光ネット　LINE　Instagram　Twitter

指宿市観光課
〒891-0497 鹿児島県指宿市十町2424番地
TEL 0993-22-2111　FAX 0993-23-4987
E-mail　kanko@city.ibusuki.jp
https://www.ibusuki.or.jp

いぶすき観光ネット　検索

いぶすき観光ネット
Ibusuki tourism net

IBUSUKI GUIDE
鹿児島県指宿市観光ガイドブック

令和6年6月改訂
※掲載の情報は令和6年6月現在の情報です。時間や料金等は予告なく変更になる場合があります。

IBUSUKI GUIDE

裏面に詳細地図があります。

指宿〜知覧 広域マップ



◎知覧の観光名所



知覧武家屋敷庭園

麓一帯を庭園化した美しい町並みで、古来より「薩摩の小京都」とたたえられている。昭和56年に国の「重要伝統的建造物群保存地区」に選定され、7庭園は国の「名勝」に指定されています。

問い合わせ先 知覧武家屋敷庭園有限責任事業組合 ☎0993-58-7878

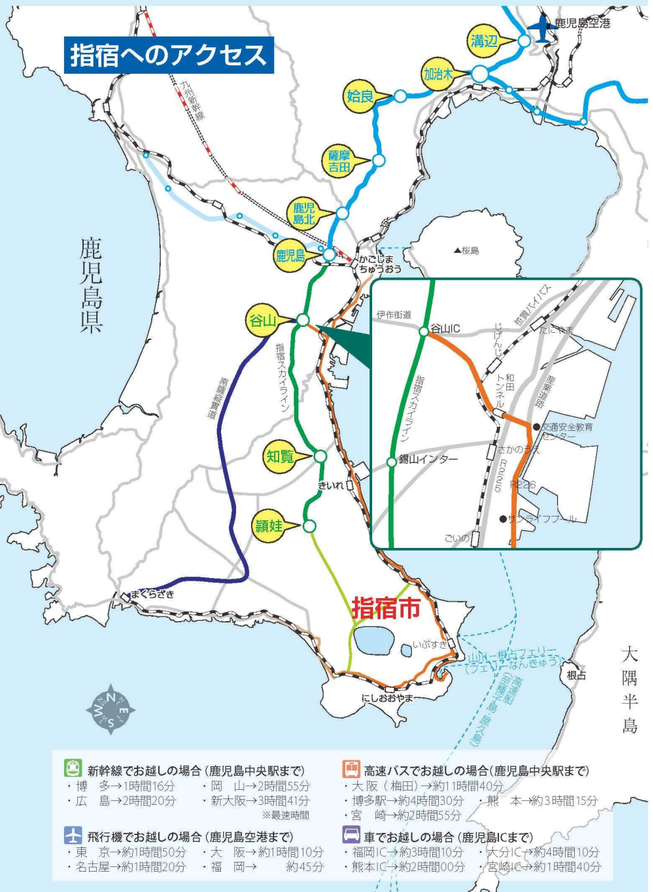


知覧特攻平和会館

太平洋戦争の沖縄戦において、特攻という人類史上類例のない作戦で、爆弾搭載の飛行機もろとも敵艦に体当たり攻撃をした陸軍特別攻撃隊員の遺品や関係資料を展示しています。

問い合わせ先 知覧特攻平和会館 ☎0993-83-2525

指宿へのアクセス



新幹線でお越しの場合（鹿児島中央駅まで）
- 博　多→1時間16分
- 広　島→2時間20分
- 岡　山→2時間55分
- 新大阪→3時間41分

※最速時間

飛行機でお越しの場合（鹿児島空港まで）
- 東　京→約1時間50分
- 名古屋→約1時間20分
- 大　阪→約1時間10分
- 福　岡→　約45分

高速バスでお越しの場合（鹿児島中央駅まで）
- 大阪（梅田）→約11時間40分
- 博多駅→約4時間30分
- 宮　崎→約2時間55分
- 熊　本→約3時間15分

車でお越しの場合（鹿児島ICまで）
- 福岡IC→約3時間10分
- 熊本IC→約2時間00分
- 大分IC→約4時間10分
- 宮崎IC→約1時間40分

◎JR指宿駅からの目安時間（車で移動）

- 今和泉まで …… 約15分
- 長崎鼻まで …… 約20分
- 開聞まで …… 約25分
- 知覧まで …… 約50分
- 鹿児島中央駅まで …… 約１時間20分

国道	
県道	
一般道	
JR	
航路	
市境界線	
のったり・おりたりマイプランパス停	
観光案内所	
コンビニ	
観光地	
ガソリンスタンド	
温泉	
歴史施設等	
神社	
宿泊施設	
パワースポット	
温たまらん丼	
そら豆スイーツ	
勝武士ラーメン	
いぶから	
FREE Wi-Fiスポット	
レンタサイクルいぶりん	
イーブイマンホール	
焼酎蔵（見学可）	

イーブイマンホール設置場所

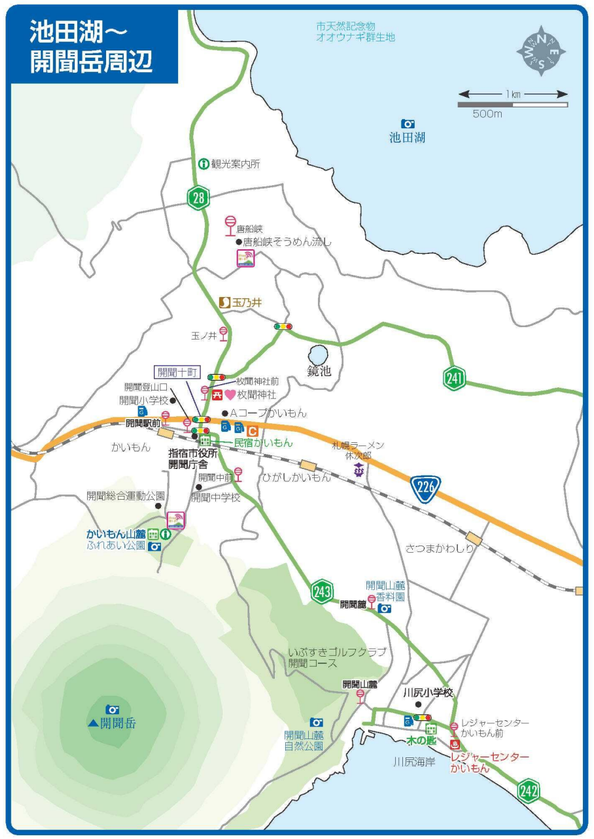
南九州市 知覧町市街地



鰻エリア



池田湖～開聞岳周辺



JR西大山駅～長崎鼻～ ヘルシーランド周辺



バスで市内をくまなく観光『のったり・おりたりマイプラン』

JR指宿駅から60分間隔で運行されている「のったりおりたりマイプラン」バスに、乗り降り自由の1日乗車券を購入して乗車。

JR指宿駅 ➡ 砂むし会館前 ➡ 山川桟橋（活お海道等） ➡ ヘルシーランド入口（たまて箱温泉等） ➡ 山川砂むし温泉前 ➡ フラワーパーク ➡ 長崎鼻 ➡ 開聞登山口（開聞岳） ➡ 唐船峡（そうめん流し） ➡ 池田湖

と、市内の主要な観光地を廻ります。（上記は主なバス停のみの表記です）

また、2日乗車券を購入された場合、知覧への観光へもご利用いただけます。周辺の観光にぜひお役立てください。

料金 1日乗車券／大人：1,100円　小人：550円　　2日乗車券／大人：2,200円　小人：1,100円

●鹿児島交通㈱指宿営業所　☎0993-22-2211

指宿駅～砂楽周辺



山川港周辺



知林ヶ島～ 摺ヶ浜周辺

