

海边的波涛，南国风光度假胜地

宫崎 STYLE

Miyazaki City Tourism Guidebook

无论何时季

宫崎市总是充满乐趣!

总有数不尽的美味等待品尝! MIYAZAKI CITY

游览旅游景点的标准旅行方式

但你好不容易大老远来到宫崎市了

不如再多探索探索

这沁人心脾的天空、海洋、太阳和微风

感受神话和历史的浪漫...

享受食物的美味...

无论何时，无论何地，乐趣无穷.....

快来宫崎，激发你的“激情”，让我们一起探索乐趣吧!

TAKE FREE

公益团体法人 宫崎市旅游协会

contents

- 02 青岛地区
- 04 雨天游玩景点
- 05 一叶地区
- 07 宫崎美食
- 11 自驾游·神话之旅
- 13 住宿设施
- 背面 导视地图
- 背面 交通
- 背面 活动

青岛 Aoshima 区域



青岛

D-5- 青岛区域地图

日本宫崎的一个周长约1.5公里的岛屿，岛上亚热带植被生长茂盛，周围被称为“鬼之搓衣板”的波状状岩石。这里有供奉神话传说中的神的青岛神社，以及日向神话博物馆。附近还有一个海滩，一个亚热带植物园和其他热带景点。同时还提供温泉和住宿设施。



冲浪、海上运动

面对太平洋，宫崎县一年四季都有冲浪和海上运动，这要得益于受日本暖流影响的温暖海水和“全年无休”的高质量海浪。



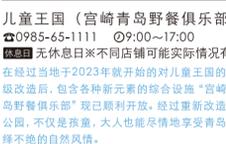
宫崎市青岛海滨浴场中心

海滩上的救生警戒点 (青岛)

0985-65-1055 09:00~17:00

休息日 星期三

一年四季都会举办各种活动，同时，救生员也会驻扎在现场，所以可以放心体验海上运动，同时您也可以向他们咨询，他们会非常热心地为您提供旅游资讯等服务。



儿童王国 (宫崎青岛野餐俱乐部)

0985-65-1111 09:00~17:00

休息日 无休息日 不同店铺可能实际情况有异

在经过当地于2023年就开始的对儿童王国的升级改造后，包含各种新元素的综合设施“宫崎青岛野餐俱乐部”现已顺利开放。经过重新改造的公园，不仅是孩童，大人也能尽情地享受青岛绵绵不绝的自然风情。



青岛神社

0985-65-1262 06:00到日落为止

该神社位于青岛区域内，被称为结婚婚姻神社。它还供奉着神话中提及到的各种神灵。

青岛宫交植物园

0985-65-1042 08:30~17:00

该植物园具有热带风情，其中种植了棕榈植物、亚热带开花植物和热带果树，包括原产于青岛的棕榈科扇叶葵。



从这里便可以眺望太平洋的伟大景观!



堀切峠/“道之驿”凤凰

D-5

0985-65-2773

特产商城 9:00~17:00

堀切峠是日南海岸人口的一个不错的观察点，从这里可以望见波状状岩石(鬼之搓衣板)和下方的美丽大海。“道之驿”凤凰有一个特产商城，旁边还有各种餐厅和观景站。

即使在雨天也可以尽情玩耍的地方!

从自然、科学、文化和艺术再到历史和我们的日常生活，以简单的方式来理解生活中各种各样的事情，来一次满足求知欲的旅行吧!



宫崎科学技术馆

0985-23-2700 09:00~16:30

休息日 星期一

其最为标志性的东西是一个实物大小(高40米)的H1火箭模型，以及一个直径为27米天文台圆顶，是九州最大的圆顶之一。



宫崎艺术中心

0985-22-3115 01:00~22:00

休息日 星期二

这里有一个儿童区、一个会话沙龙、一间图书馆和其他设施，还会根据季节来组织各种活动和展览。



大淀川学习馆

0985-20-5685 09:00~16:30

休息日 星期一

你可以了解流经宫崎市的大淀川的全部情况，包括学习自然观察、自然体验和以及环境教育等。



宫崎县立艺术博物馆

0985-20-3792 01:00~18:00

休息日 星期一

除了展览室之外，还有一个高清画廊、一个艺术图书馆、一个艺术工作室和一个艺术大厅。



宫崎县综合博物馆

0985-24-2071 09:00~17:00

休息日 星期二

这里介绍了宫崎的自然历史和民俗。博物馆还有一个植物园作为户外展览，里面有复原重建了的江户时代的建筑。

公益团体法人 宫崎市旅游协会

〒880-0811 宫崎市锦町1-10号

宫崎Green Sphere一番馆3楼

联系电话 0985-20-8658

宫崎市旅游咨询中心 (在JR宫崎站) 0985-22-6469 09:00~18:00(每年1月1日和2日不营业)

租赁自行车 ●接待·开放时间/10:00~17:00 ●费用/500日元(含税) ※租借时需要提供身份证明 ※每台需要另外单独交纳1000日元的押金作为押金。 ※在使用过程中，如果钥匙丢失或损坏，将再额外收取费用。

寄存行李，轻松旅游服务 ●接待时间/9:30~11:00 ●费用/1000日元(含税)

手持行李短期存放 ●接待时间/9:30~17:00 ●费用/1000日元【大】(含税) / 500日元【小】(含税)

Wi-Fi租赁 ●接待·开放时间/9:30~17:00 ※详情请前往柜台确认。

其他各种旅游产品的销售

宫崎叶子花机场

寄存行李，轻松旅游服务柜台

080-9369-7090 (株式会社solutions)

接待时间 08:00~18:30

寄存行李，轻松旅游服务 ●接待时间/8:00~11:00 ●费用/1000日元(含税) ※详情请查看网站

Wi-Fi租赁 ●接待·开放时间/9:30~17:00 ●费用/1000日元【大】(含税)

详细旅游信息，请点击这里查看

公益团体法人

宫崎市旅游协会主页

http://www.miyazaki-city.tourism.or.jp/



▲推特



▲Instagram



▲Facebook

上述平台的官方账号也会发布各种宫崎市的旅游信息!

2024.8

一叶 Hitotsuba 地区



宫崎凤凰喜凯亚度假村

0985-21-1111

度假村包括喜来登太平洋度假酒店和其他住宿设施以及休闲设施，如温泉、水疗、高尔夫球场和网球场。您可以在这里尽情享受度假的乐趣。

江田神社

0985-39-3743 09:00~17:00

这座宫崎县具有神话色彩的最古老的神社，奇特地矗立在阿波岐原森林中。其古老的名字，不仅会在日本全国各地神社的新神仪式中出现，更是在日本平安时代中期的《延喜式》中也曾被提到过。



御池

0985-39-7308 (管理局)

位于公民森林公园内，传说伊弉那岐为了净化自己被黄泉之国污秽的身体，在此举行了净化仪式。



FLORANTE 宫崎

0985-23-1510 09:00~17:00

休息日 星期二

种植着季节性鲜花以及各种植物的花卉公园，不仅如此，内部还有不同主题的园艺园区，游客可以在这里欣赏到季节性的花卉和植物，在自然的海洋中度过舒畅的一天。



阿波岐原森林公园 市民森林

0985-39-7308

这里不仅有红花、紫藤花、睡莲、梅花、茶花等各种花簇，还有松树、橡子、枫树等树林所组成的森林。其中，草坪广场和其它游乐设施也非常适合散步以及野营。



宫崎市凤凰自然动物园

0985-39-1306 09:00~17:00

休息日 星期三

在俯瞰太平洋的大约140,000平方米的松冈丘陵上，饲养着约100个种类的共1200只动物，其中包括亚洲象、非洲动物园、黑猩猩森林区等动物展示区域。

约70只火烈鸟展示的“火烈鸟表演”，能够近距离感受到“大象散步”等，饲料喂养体验和与小动物亲密接触等活动也非常受欢迎。园内还设有游乐园和夏季季节性的流水游泳池等，可让人整日尽情享受。



宫崎海滨公园

0985-62-2665

0985-62-2665 09:00~22:00

在这里不仅可以享受海上运动、钓鱼和烧烤。其完美的地理位置和海景也吸引着人们前来野餐、慢跑健身和骑车游玩。

宫崎的太阳码头拥有宫崎唯一的全规模人工海浜，可以停泊游艇和摩托艇。还有一个可供海钓爱好者钓鱼的区域。

Gourmet [美食]

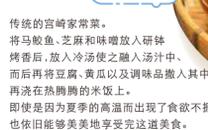
说到宫崎市，那可是美食的宝库。其临海靠山的地理位置，可以充分利用季节性的海鲜以及山区农作物的菜肴，不仅如此本地也有非常多的民间美食，来!让你的舌尖邂逅美味吧!



南蛮鸡肉

宫崎作为南蛮鸡肉的发源地，早已将这道具钻研至极致。将炸好的鸡肉蘸上酸甜甜塔酱食用，这样一个看似简单的烹饪方法，也因为店铺的不断创新有着各种拿手风味，他们在道具的发源地百家争鸣，不断地吸引饕餮美食爱好者。

冷汤



传统的宫崎家常菜。将马鲛鱼、芝麻和味噌放入研钵烤香后，放入冷汤使之融入汤汁中，而后再将豆腐、黄瓜以及调味品放入其中，再浇在热腾腾的米饭上。即是因为夏季的高温而出现了食欲不振的情况，也依旧能够美美地享受这道美食。

出锅乌冬面



出锅乌冬面也是一道宫崎的特色美食，先在新鲜且有嚼劲的乌冬面条上，蘸上以酱油打底的热汤，最后再加上煎蛋与此许佐料，美味至极，特别适合在酒后享用。

辛辣面



在炽热的红汤中放入的是被当地称为“魔芋面”的富有嚼劲的面条。根据每家餐馆特色的不同，面条之中融入汤汁的汤底风味也有所不同。这种容易让人上瘾的美味，只要吃过一次就难以忘却。

生菜卷

用丰满的大虾包裹在酥脆的生菜和蛋黄酱中的寿司。非常受孩子们的欢迎。



青岛产的伊势龙虾

一旦进入到冬季，龙虾捕捞的限制解除以后，就可以品尝到新鲜的伊势龙虾。



肉包饭团

肉包饭团是广受宫崎当地好评的特色美食，其特色是用秘制酱汁腌制的猪肉裹在饭团外面，再在烤箱里炙烤成金黄色。



饺子

事实上，宫崎市的饺子消费量在全国也是顶级的!已经成了新的宫崎名物。



炭火烤鸡



炭火烤鸡是宫崎县最有名的美食特色之一，其在明火的火柱中豪放地烤制而成。炭火烤制的鸡肉表面散发着木炭的香气，口感鲜嫩有弹性，咀嚼时肉汁四溢，满口香味。烤制方法虽然乍一看很豪放，但是鸡的品种、烤制方法，以及烤制师傅的功力都会影响口感和味道。而且柚子胡椒和炭火烤鸡简直是天仙之配。



宫崎牛肉

宫崎牛肉曾在“全国和牛能力共进会”上三连冠夺得日本第一的荣誉。其特点之一是具有香甜柔軟的口感，同时还以日本国内最高的品质而自豪。不管是牛排还是烤牛肉，都可以在宫崎的各种店铺中品尝到。

奶酪包



来自宫崎的流行点心，在航空公司的宣传下，宫崎的这款点心在日本全国也逐渐成为了知名的品牌。它的做法看似只是简单地将奶油奶酪包在西式面团中，但每家店都有自己的独到之处，比如面团的种类、奶酪的种类和形状都不一样，大家的口味也都各不相同。

佐土原原羊羹



这一传统的日式点心，据说起源于岛津第五代领主惟久，当他还是个孩子的时候，他的生母许下愿望，希望他长大后像羊一样强大强壮，从而创作了这一道名为【佐土原原羊羹】的点心。



日向夏

日向夏是一种宫崎特产的柑橘，口感清爽宜人，且它的果皮甜酥十足，不用剥皮也可以与果肉一起食用，这也是它的特点之一。



全熟芒果

宫崎的芒果是在树上完全成熟后自然掉落的，当然，在芒果树下会事先准备好网进行收获。其浓郁的甜味，只要一旦尝试过就停不下来。

季节: 12-4月初 |

季节: 4月中旬-7月中旬 |



宫崎市最大的娱乐区

西橘大道

宫崎市中心地图

宫崎市最大的餐饮区，以市中心的西橘大道为中心，包括邻近的中央大道、惠比寿大道、高松大道和西银座大道。

当地人会习惯性地称它为“西橘”。

街道两旁挂满了暖色的灯笼，灯光随风摇曳，街道古色古香，令人心旷神怡。

许多餐馆和酒吧都紧凑地在这里，使得“西橘”也成为了一个喝酒的好去处。

即便是一个人来也不用担心，你肯定会找到让你心怡的店铺。



现拥有日本销量最高之称的宫崎县“正宗烧酒”，轻松一哈!

宫崎县除了美食外，还是领先于日本九州地区的烧酒王国!

与九州其他地方相比，宫崎县的烧酒是用包括红薯、大麦、大米和荞麦等不同原料进行生产制作的，因此也有很多口味可以享用。

“轻松一哈!”是宫崎方言，中文的字面翻译是“消除疲劳”，皆在一天劳累工作后的晚上小酌一杯，轻松轻松。

在宫崎的夜晚，还是得用“正宗烧酒”来轻松一哈!



宫崎县各地的酿酒厂都生产着各具特色的好酒。如果您是初次尝日本烧酒的话，那请一定要来品尝宫崎县独特的“20”烧酒。

