

TOPICS

40g
486円

30g
702円

1 クミスクチン茶 (左) & 秋の忘れな草 BLEND HERB TEA (右)

最近、注目度が高まっている宮古島のハーブティー。ウコン、グアバと並んで「沖縄三大薬草」に数えられるクミスクチンなど、珍しいものが手に入ります。



1,000円

3 宮古みそ 結和

沖縄本島からの観光客にも人気だという宮古みそ。国産大豆を使い長期熟成させた深い味わいです。



810円

4 宮古豚ソーセージ プレーン (上) & もとぶ牛ウィンナー (下)

頭数が少なく、ほとんど市場に出回らない「宮古豚」や、沖縄県産黒毛和牛「もとぶ牛」を使った逸品です。

1,080円

宮古島みやげはこれで決まり

ぜひ持ち帰って味わいたい島のめぐみを紹介します。

約3人前
800円



2 ジーマミー豆腐 てづくりキット

自宅でジーマミー豆腐（ピーナツ豆腐）が作れるキット。ピーナツをすりつぶすためのミキサーを用意して挑戦してみましょう。

720ml
889円



9 菊之露 ブラウン

菊之露酒造を代表するロングセラー。琉球石灰岩の地質が生んだ硬水で仕込む定番泡盛です。



720ml
1,775円

10 菊之露 古酒 V.I.P ゴールド

約8年間貯蔵・熟成した古酒を繰り返しブレンドし、コク深い味わいに仕上げられています。

250円



5 宮古島サイダー
宮古島の「雪塩」を使ったご当地サイダー。ほんのり塩味がクセになります。

520円



380円



7 南国 宮古島塩もずく

国内流通量の約9割を沖縄県産が占めるといわれる「もずく」。宮古島産のものはたくて歯ごたえ抜群です。

8 宮古島メロン

糖度14度以上の「宮古島メロン」は香りの良さと濃厚な甘みが特徴。旬は初夏メロンが4～5月、冬メロンが12～1月です。



価格は重さや時期によって異なります

お求めはこちらで

- 1～4 ファーマーズマーケット みやこ「あたらす市場」
- 5～8 島の駅みやこ
- 9～10 菊之露酒造

※商品等の価格は税込み表記です。

スケジュールなどは変更の可能性があります。各主催者へご確認の上お出かけください。

宮古島の主な年間イベント

4月中旬

宮古島 全日本トリアスロン宮古島大会

0980-73-1046

(宮古島トリアスロン実行委員会)

与那覇前浜ビーチほか宮古島各地

旧暦5月4日(2023年は6月21日)

宮古島 ハーリー (海神祭)

0980-78-3119

(伊良部漁業協同組合)

宮古島各漁港

旧暦9月上旬(2023年は10月下旬)

島尻 パートウ

0980-79-6611

(宮古島観光協会)

島尻地区

11月上旬

平良 クイチャーフェスティバル

0980-79-6611

(宮古島観光協会)

JTAドーム宮古島ほか

宮古島へのアクセス



各空港から

- 飛行機で宮古空港 (羽田空港から約3時間15分、中部国際空港から約2時間50分、関西国際空港から約2時間40分)
- 飛行機で下地島空港 (羽田空港から約3時間30分、成田国際空港から約3時間45分、神戸空港から約2時間40分)

那覇空港から

- 飛行機で宮古空港 (約55分)
- 飛行機で下地島空港 (約55分)

新石垣空港から

- 飛行機で宮古空港 (約30分)

構成：徳留尚弥 文：矢野あゆみ イラスト：船越谷 香

※掲載情報は2023年1月末現在のものです。なお、新型コロナウイルス等の影響により営業時間等に変更が生じる可能性があります。

沖縄県 宮古島市編

宮古島さんぽ



歩いて健康

クリスタルブルーの海と島グルメを楽しみながら宮古島を歩きます。



FUJIFILM
Value from Innovation

3 きくのつゆ 菊之露酒造

沖縄の飲食店でおなじみの「菊之露」で知られる泡盛の酒蔵。創業は昭和3年(1928)と古く、古酒の貯蔵量は県内随一を誇ります。

TEL: 0980-72-2669 / 宮古島市平良字西里290 / 営業時間: 8:30~18:00 / 定休日: 土・日曜



贈答用などに人気の5年古酒「壺浪漫」。サイズは5合〜5升までの4種類。

上 / 3代目社長の下地一盛(しもじいっせい)さん(左)と弟で専務の柳盛(りゅうせい)さん(右)。下 / 事前に予約すれば本社工場を見学することもできます。



「宮古そば大」600円。カツオ節と豚骨で出汁をとったスープはあっさりとした味わいです。

2 だいわ 大和食堂

「麺の下に具を隠す」という昔ながらのスタイルで宮古そばを提供。その理由については諸説ありますが、かつて年貢の取り立てが厳しかった時代、庶民が贅沢を隠し「そばに具も入れられない」とアピールするためだったともいわれています。

TEL: 0980-72-0718 / 宮古島市平良字西里819-3 / 営業時間: 9:40~L.O.15:30, 17:15~L.O.18:30 / 定休日: 火曜



上 / バターナッツ、冬瓜、ウリズン豆など、季節の野菜が並びます。右 / 「幻の豚」と呼ばれる「宮古豚」の商品も扱っています。

1 ファーマーズマーケットみやこ「あたらす市場」

JAおきなわが運営する農産物直売所。「あたらす」は宮古島の言葉で「愛おしい」という意味です。

TEL: 0980-72-2972 / 宮古島市平良字西里1442-1 / 営業時間: 9:00~18:00 / 定休日: 第4水曜(6~8月と12月は無休)、年始

てくてくデータ

移動時間 約133分
所要観光時間 約9時間
距離 約10250m
消費カロリー 約489kcal

※スタッフが実際に歩いてコースの安全性などを確認していますが、時間と距離は目安です。
※消費カロリーは、体重60kg・分速80mで歩行了した場合(厚生労働省の「健康づくりのための身体活動基準2013」より算出)。
※移動時間に乗船時間は含まれません。
※商品等の価格は税込表記です。

宮古島さんぽ

ゴール	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	スタート
公設市場前バス停	眞茶屋	島の駅みやこ	パイナガマビーチ	Paina Terrace	ベイクルーズ・宮古島 Mont-Blanc	宮古神社	漲水御嶽	菊之露酒造	大和食堂	「あたらす市場」	宮古空港
← 徒歩2分 100m	← 徒歩23分 1800m	← 徒歩15分 1200m	← 徒歩2分 100m	← 徒歩7分 500m	← 徒歩10分 750m	← 徒歩3分 200m	← 徒歩9分 650m	← 徒歩17分 1350m	← 徒歩25分 2000m	← 徒歩20分 1600m	

4 はりみずうたき 漲水御嶽

「御嶽」は祭祀などが行われる神聖な場所。宮古諸島だけで約900もの御嶽があるといわれますが、一般の人が入れる場所はどこもありません。漲水御嶽はその一つですが、訪れる際にはマナーを忘れずに。

TEL: 0980-79-6611 (宮古島観光協会) / 宮古島市平良字西里8



宮古島の創生神話など、多くの伝説の舞台になっています。

5 宮古神社

建立は天正18年(1590)。那覇市にある「波上宮」から勧請した「熊野三神」と、かつて宮古島を統治した「豊見親三神」を祀っています。

TEL: 0980-72-6137 / 宮古島市平良字西里5-1

右 / どことなくシーサーっぽい狛犬。下 / 神社本庁包括下の神社としては国内最南端に位置します。



※神仏の分身、分霊を他の地に移して祀ること。



サンセットスポットとして有名なパイナガマビーチ。

伊良部大橋



宮古島での夜は島唄ライブで盛り上がりましょう！

6 ベイクルーズ・宮古島 Mont-Blanc (モンブラン)

宮古島の美ら海を満喫できるクルーズプラン。宮古ブルーの海を眺めながら食事が楽しめるほか、ボトムデッキの「アクアラウンジ」からは魚やサンゴの様子を見ることがもできます。

TEL: 0980-72-6641 / 宮古島市平良字下里108-11 / 出航時間: ランチクルーズは12:30、ディナー&サンセットクルーズは18:00(10~3月は17:00) / 定休日: 不定休および荒天時 / 乗船料: ランチクルーズは一般5,000円、ディナー&サンセットクルーズは一般7,000円



上 / 海中展望型旅客船「Mont-Blanc」。左下 / 食事は和・洋・中のbuffestail。右下 / 船底に設えられた「アクアラウンジ」。(全ての写真提供: はやて)



宮古空港を出発して、島で最も賑わう平良(ひらら)の中心部に向かいます。

10 まつちや 眞茶屋

宮古島の伝統スイーツ「宮古ぜんざい」が評判のカフェ。4種類の雑穀を多良間島産黒糖で炊きあげた「宮古ぜんざい」は食感が抜群。店主が「ご飯とスイーツの間」というだけあって、お腹もいっぱいになります。

TEL: 0980-72-7727 / 宮古島市平良字下里1 宮古島公設市場本館2F / 営業時間: 11:00~L.O.16:30 / 定休日: 不定休



上 / さたばんびん(サーターアンダギー)などがセットになった「宮古ぜんざい」715円。左 / 「宮古ぜんざい」に使われている4種類の雑穀。

9 島の駅みやこ

「食」を通して宮古島の魅力を発信する」をコンセプトにした土産店。旬のフルーツ、菓子、調味料などが豊富に揃います。

TEL: 0980-79-5151 / 宮古島市平良字久貝870-1 / 営業時間: 9:00~19:00(10~3月は18:00まで) / 定休日: 無休



宮古島の特産品がズラリと並び店内。飲食ができる広いテラス席も併設されています。

地図はイラストですので、デフォルメされた部分があり、実際の距離とは異なる場合があります。ご了承ください。

8 パイナガマビーチ

市内の中心部にあり、地元の人々の憩いの場になっています。また、伊良部島方面に沈む夕日が映えるサンセットスポットとしても有名です。

TEL: 0980-79-6611 (宮古島観光協会) / 宮古島市平良字下里



市街地にあるので気楽に立ち寄れます。

スタート



7 Paina Terrace (パイナテラス)

ビーチを見おろす絶好のロケーションで食事が楽しめる「飯バル」。ランチの人気メニュー「チキンサンド」1,200円(スープ&ドリンク付)は、とろりとした半熟卵が絶妙なアクセントになっています。

TEL: 0980-79-5870 / 宮古島市平良下里215-3 2F / 営業時間: 11:00~14:00, 17:00~21:00 / 定休日: 水曜



左 / 「オリジナルフローズンドリンク」各880円。右 / 「チキンサンド」はボリューム満点！