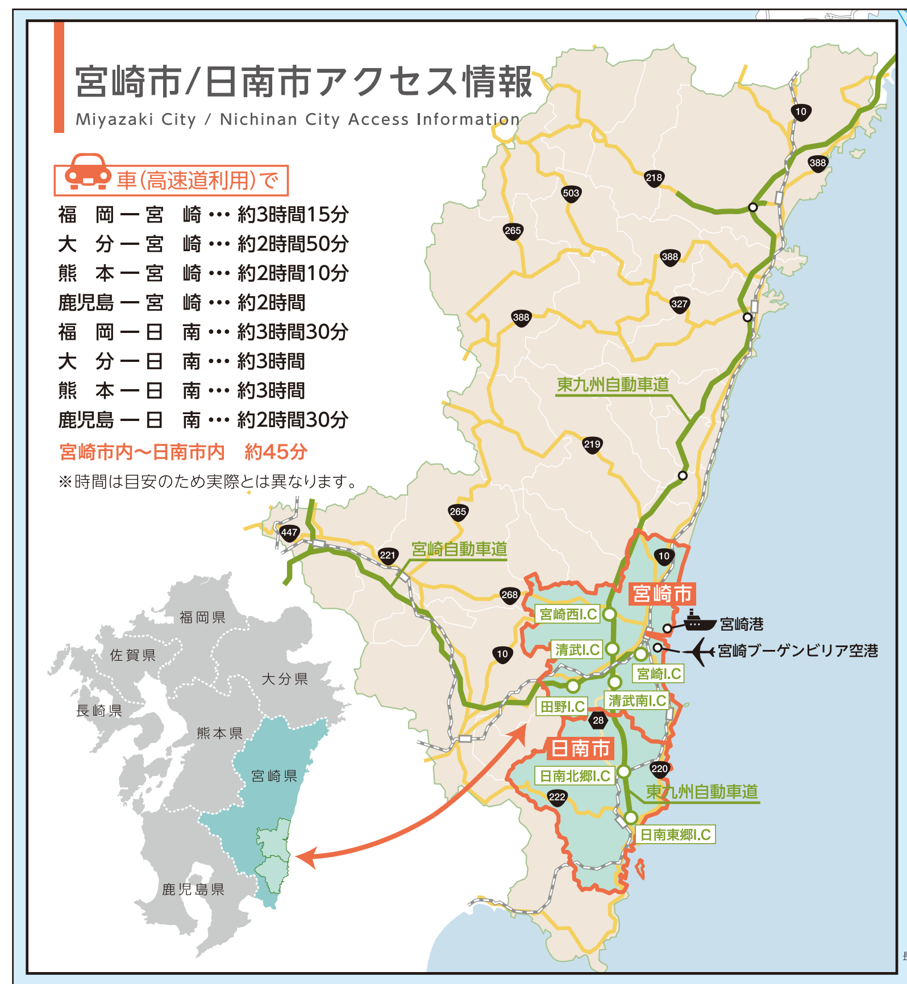
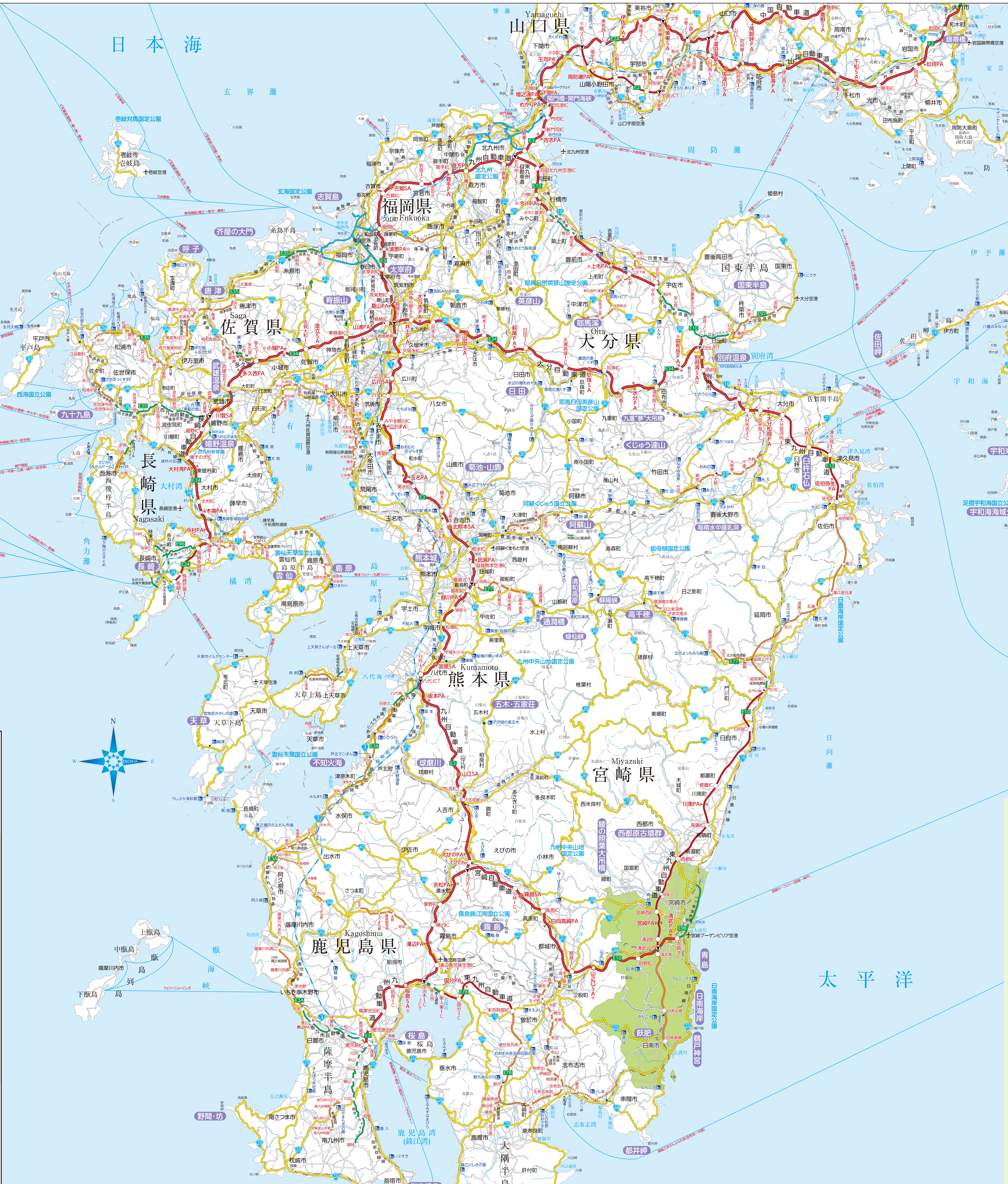
宮崎市/日南市アクセス情報
Miyazaki City / Nichinan City Access Information



車(高速道利用)で

福　岡－宮　崎…約3時間15分
大　分－宮　崎…約2時間50分
熊　本－宮　崎…約2時間10分
鹿児島－宮　崎…約2時間
福　岡－日　南…約3時間30分
大　分－日　南…約3時間
熊　本－日　南…約3時間
鹿児島－日　南…約2時間30分
宮崎市内～日南市内　約45分
※時間は目安のため実際とは異なります。



地図凡例

高速道路
- インターチェンジ (IC)
- ※スマートインターチェンジ (SIC)
- ハーフインターチェンジ (IC)（矢印方向への入口および出口専用）
- ジャンクション (JCT)
- サービスエリア (SA)
- パーキングエリア (PA)
- E10 高速路線番号
- 都市高速道路
- 有料道路
- 国　道
- 自動車専用道路
- 道の駅
- 青島 名勝観光地

1:700,000
0　10km　20km　30km　40km　50km

宮崎市のグルメ特集

宮崎ちりめん
最高の素材を吟味して伝統の職人技で仕上げられる宮崎ちりめん。新鮮・無添加にこだわる本物の味わいで高い評価を得ています。

辛麺
宮崎発祥の「辛麺」。もともと酒のシメというだけあって、ニンニクと唐辛子たっぷり。そこに溶き卵のマイルドさが加わり、一度食べたらやみつきです。

宮崎市・日南市のグルメ

宮崎牛
全国和牛能力共進会で4大会連続内閣総理大臣賞を受賞した宮崎牛。甘く芳醇な香りと肉汁が口の中に広がりとろける霜降りの旨みを堪能いただけます。

完熟マンゴー
宮崎の空の下、太陽の光をいっぱいに浴びて育った完熟マンゴー。「太陽のタマゴ」とも呼ばれている果物の王様で、甘味、香りともに優れています。

宮崎ブランドポーク
宮崎の温暖な気候の中で育て上げられた県産ブランド豚肉。その美味しさ、素材の良さは抜群です。

地鶏 炭火焼
品種や飼育方法、飼料などに細心の注意を払って育てられた宮崎の地鶏肉は、素朴ながらも奥深い味わいが楽しめます。

伊勢えび
日向灘の荒波にもまれ、黒潮の恵みをたっぷりと受けて身の締まった伊勢えびは、身も大ぶりで柔らかな触感です。

チキン南蛮
鶏肉を油で揚げ、甘酢に軽くぐらせた後にタルタルソースをかけて食べるチキン南蛮。宮崎県内のお店でよく目にするメニューの一つです。

日南市のグルメ特集

おびの天ぷら
小京都・飫肥に育った庶民の味として親しまれてきた「おびの天ぷら」。飫肥藩時代から伝わる数百年の歴史に磨き抜かれた独特の天ぷらです。日南海岸で水揚げされた新鮮な小魚のすり身に豆腐と黒砂糖、味噌を混ぜ合わせ揚げました。野菜炒め、そば、うどんの具や、ビール、お酒のあてにもよくあいます。

日南一本釣りカツオ炙り重
日南市公認ご当地グルメに第1号として認定。市内8店舗で、各店こだわりの2種類の漬けカツオを、七輪で炙って頂きます。生でよし、炙ってよし、茶漬けもよし。評判上々の日南自慢のご当地グルメをぜひご堪能ください。

【戸村フーズ】
戸村本店の焼肉のタレ
宮崎県での売り上げシェアNo.1の「戸村本店の焼肉のタレ」。手作りがモットーで、この信念を変えることはありません。万能調味料でしょうゆをベースに、にんにく、しょうが、たっぷりのリンゴとバナナが入っているので、いろいろなお料理にお使いいただけます。

日南の焼酎
日南市には9つもの酒造があり、種類豊富な焼酎を味わうことができます。有名な物からあまり知られていない隠れた銘酒まで。豊かな自然によって育まれた本格焼酎をぜひ!

お酒は20歳になってから。飲酒運転は絶対にやめましょう。

めいつ美々鯵（びびあじ）
南郷地域初の魚ブランド「めいつ美々鯵」は、3月～6月に南郷近海の定置網で漁獲され、目井津港に水揚げされる脂が乗った旬のアジで、大きさは90g以上、船上からセリまで徹底した鮮度管理と見た目の美しさが特徴です。

おでかけ前にまずコチラ。目的地の情報満載!
わお!マップ Take Free
東日本版 WOW! MAP EAST NIPPON
中日本版 WOW! MAP CENTRAL NIPPON
西日本版 WOW! MAP WEST NIPPON
https://wowmap.jp
わおマップ 検索
いいね!日本 WOW station わお ステーション
わおマップは右記の高速道路 SA わおステーション専用ブースで!
〈関東エリア〉海老名 東名高速道路 海老名 SA 下り線内
〈中部エリア〉岡崎 新東名高速道路 岡崎 SA 内
〈四国エリア〉四国 高松自動車道 津田の松原 SA 下り線内
専用リーフレットスタンド(宝塚北 SA/ 新名神高速道路)

宮崎市　おでかけスポット Pick up

■天ケ城公園（あまがじょう）④
標高120m、展望は抜群で大淀川の雄大な流れと西に霧島連山、東に日向灘、宮崎市街地が望めます。国道10号から見える天ケ城も雄大で、街並みとの調和も良く高岡の町を引き立てています。

■宮崎市フェニックス自然動物園⑤
太平洋を望む約130,000㎡の松の丘陵地に約100種1,200点の動物たちが飼育されています。「フライング・フラミンゴショー」など動物イベントが盛りだくさん。遊園地やスライダーのある流れるプール(夏季のみ)、ショップ&レストランなどがあります。
営)9:00～17:00
休)水曜日(祝日・GW・春休み・夏休み・冬休み期間は開園)、12月31日

■フローランテ宮崎⑥
四季折々の花や一年中緑の芝生広場、テーマ別のガーデニングの見本園、ガーデニング体験など楽しむことができます。夏は、さまざまなイベント、冬はイルミネーションが開催されます。
営)9:00～17:00
休)毎週火曜日(火曜日が祝日の場合は翌水曜日)

■平和台公園⑦
皇紀2600年の記念事業として、昭和15年11月15日に竣工し、当時は日本一の高さを誇った建造物「平和の塔(高さ37m)」があります。標高60mの丘に広がる平和台公園は季節の花と緑が美しい公園です。全国発掘の「はにわ」を模して制作した「はにわ園」もあります。

■堀切峠⑧
眼下に広がる太平洋、海岸線に続く波状岩、フェニックス並木など、日南海岸随一の雄大な景観が展望できます。

■江田神社⑨
「みそぎ発祥の地」「祝詞発祥の地」として知られる江田神社。その歴史は非常に古く、10世紀の初期に記された『延喜式』にもその名を見ることができます。日本最初の夫婦と言われる伊邪那岐命(いざなぎのみこと)と伊邪那美命(いざなみのみこと)を祀っており、良縁を願う参拝者が多く訪れます。
参拝時間)9:00～17:00

◆この地図は英公社株式会社(版権所有)発行の最も新しい地図を調整したものです。
いかなる形式においても、著作権者に無断で、この地図の全部または一部を複製し、利用することを固く禁じます。

◆この地図の作成に当たっては、国土地理院長発行の50万分の1地方図を使用したものである。

HIGHWAY MAP
45 宮崎県

宮崎・日南 エリア
Miyazaki & Nichinan Area

宮崎市・日南市

観光 Sightseeing
歴史 History
文化 Culture
宿泊 Lodging
グルメ Gourmet
自然 Nature
レジャー Leisure
ドライブ Drive
ビジネス Business
イベント Event

ワクワク!イキイキ!情報ガイド!! WOW! わお!マップ
おでかけ前に
まずコチラ。
目的地の情報満載!
https://wowmap.jp
わおマップ 検索
英公社株式会社

青島
～宮崎が生んだ奇跡の島～
日本をはじめた
神々の国 みやざき――――。
宮崎市観光イメージキャラクター
「ミッシちゃん」

宮崎市青島の日の出　宮崎市

公益社団法人
宮崎市観光協会
〒880-0811
宮崎市錦町1番10号 KITEN3F
TEL 0985-20-8658
http://www.miyazaki-city.tourism.or.jp/

日南市観光イメージキャラクター
「にちなんじゃ様」

国指定名勝「鵜戸」　日南市

一般社団法人
日南市観光協会
〒887-0005
日南市材木町1番13号 日南市観光案内所内
TEL 0987-31-1134
http://www.kankou-nichinan.jp/

歴史と自然あふれる観光の街

ジャカランダまつり 5月～6月
油津港まつり 花火大会 7月
飫肥城下まつり 10月

日南市の観光のお問合せは
i NO.1 日南市観光案内所　TEL:0987-31-1134
http://www.kankou-nichinan.jp/　観光にちなんの旅 検索

宮崎 MIYAZAKI 青島 AOSHIMA PickUp

宮交ボタニックガーデン青島 ❶
(県立青島亜熱帯植物園)
広い園内には約300種を超える植物が生育。県木のフェニックスをはじめ、ジャカランダ、ブーゲンビリア等の亜熱帯植物が一年を通して咲き誇ります。
園内/8:30～17:00
休 園内/年中無休　大温室/火曜日(祝日は除く)

渚の交番 ❷
全国で初めて設置された「渚の交番」。ライフセーバーが一年を通して常駐し地域の安全を守っています。施設の中には海岸を広く見渡せる監視スペース、障がい者も利用できるトイレや温水シャワーも整備されています。
9:00～17:00　休 水曜日
※海水浴期間は通常と異なります。

AOSHIMA BEACH PARK ❸
四季を通して、さまざまな景色を見つけることが出来るAOSHIMA BEACH PARK。カフェ『uminoie』でくつろいだり、仕事をしたり、子どもたちが遊んだりとお楽しみいただけます。

広告掲載のお問い合せ・お申し込みは
EIKOSHA 英公社株式会社　790-0831　愛媛県松山市山田町1386-5
TEL.089-977-9333　FAX.089-977-9345
https://wowmap.jp ◆2024年12月1日調整 KI:2810 2025.01