

※現時点では予約が出来ないため、
事前に使用状況を確認するのがおすすめです。

※施設により備えている充電器の種類が異なりますので、事前にお問い合わせください。



ちりりんロード(砂州)
の出現予測は
こちらから♪

スマホで使える
便利なデジタル
イラストマップ

いぶスキップMAP



自分

指宿をもっと楽しむなら♪

指宿グルメ



指宿での
お食事・カフェは
こちらから♪

指宿まるごと
観光ガイド



指宿市を知る動画や
パンフレットがたくさん。
指宿観光するなら、
まずはここから
見てみよう♪

指宿温泉



指宿市内には誰もが入れる
温泉から、温泉好きの方も
楽しめる温泉までさまざま。
サイクリングで疲れた体を
癒してみては？



A

パワースポットを駆け巡る
指宿コース

全長
約32km



約3時間
※移動のみ

神秘の島と呼ばれる知林ヶ島や美しい日本庭園がある寺院など、指宿市内の海側と山側のどちらも満喫できるコースです。

- START
- 1

指宿駅
- 2

青隆寺
- 3

観音崎展望所
(道の駅いぶすき)
- 4

知林ヶ島
- 5

砂むし会館「砂楽」
- 6

指宿駅
- GOAL!

2

知林ヶ島

鹿児島湾(錦江湾)に浮かぶ美しい無人島。3月から10月にかけての大潮または中潮の干潮時の限られた時間だけ、長さ約800mのちりりんロード(砂州)が出現し、知林ヶ島に歩いて渡るができます。※島に渡る際は、必ず砂州の出現予測を確認し、時間に余裕をもって大自然をお楽しみください。



2

青隆寺

1990年(平成2年)に開山された真言宗の寺院。標高300メートルの山の中に、九州では珍しい本格的伽藍が配されており、約3万坪の敷地には僧侶により作庭された日本庭園が広がります。写経道場で写経体験も可能です。ここが洗われる空間で、安らぎのひと時を過ごされてみては？



3

観音崎展望所
(道の駅いぶすき)

付近の道の駅いぶすき 彩花菜館(さかなかん)では、地域の特産品等も販売しています。同施設内にある「海鮮レストラン 海音」では、指宿産の鮮魚を主にし、海鮮丼や寿司定食など海の幸をふんだんに使った料理を提供しています。

B

指宿の名所と
ポケふた巡りコース

全長
約12km



約1時間
※移動のみ

観光スポットの近くや歩道上に9枚の「ポケふた」を設置しています。ポケふた巡りと併せて市内の周遊観光をお楽しみください。

- START
- 1

指宿駅前
- 2

セントラルパーク
指宿
- 3

ふれあいプラザ
なのはな館
- 4

知林ヶ島
- 5

砂むし会館「砂楽」
- 6

夫婦露天風呂の宿
吟松
- 7

時遊館
COCCOはしむれ
- 8

指宿図書館
- 9

指宿駅裏
- 10

指宿駅前
- GOAL!

7

時遊館COCCOはしむれ

国指定史跡である「指宿橋牟礼川(はしむれがわ)遺跡」にある考古博物館です。隣接する橋牟礼川遺跡には、縄文時代が弥生時代よりも古いということ在日本で初めて明らかにした遺跡です。博物館には、古代のムラを再現した「古代ドーム」があり、迫力の音響と美しい光で古墳時代の1日の様子を体験できます。



イーブイマンホール

「イーブイ好き → イーブいすき → いぶすき」と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ポケモンのマンホールを世界で初めて設置しました。ポケモンのマンホール「ポケふた」は、それぞれデザインが異なる世界に1枚だけのマンホールとして作られており、指宿市を始め日本各地に設置されています。

※ポケふたは、すべて「Pokémon GO」のポケストップとして登場しています。
©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・クリエーション・ゲームフリークの登録商標です。

- 

1

イーブイ
指宿駅前



2

エーフィ
セントラルパーク指宿
付近



3

サンダース
ふれあいプラザなのはな館
敷地内



4

リーフィア
指宿エコキャンプ場
(知林ヶ島)付近



5

ブースター
砂むし会館「砂楽」
敷地内



6

シャワーズ
夫婦露天風呂の宿 吟松
付近



7

グレイシア
時遊館COCCOはしむれ
付近



8

ニンフィア
指宿図書館付近



9

ブラッキー
指宿駅裏

C

薩摩半島最南端の絶景を巡る
山川コース

全長
約30km



約2時間30分
※移動のみ

あの西郷隆盛も訪れた知人ぞ知る秘湯や、絶景の露天風呂など、薩摩半島の最南端を満喫できるサイクリングコースです。

- START
- 1

かいもん市場久太郎
(西大山駅)
- 2

鰻温泉スメ広場
- 3

道の駅山川港
活北海道
- 4

ヘルシーランド
露天風呂
たまで箱温泉
- 5

長崎鼻
- 6

かいもん市場久太郎
- GOAL!

5

長崎鼻

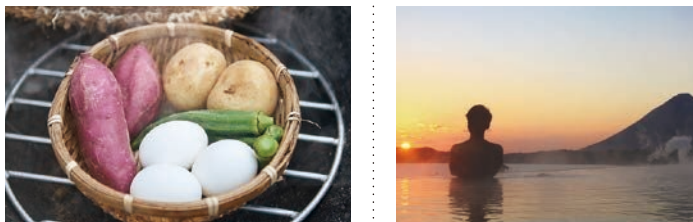
長崎鼻は、薩摩半島の最南端に突き出た岬で、霧島錦江湾国立公園区域に指定されています。ここから、海にせり出す開聞岳の勇壮な姿を見ることができます。天気の良い日には、南の洋上に屋久島などを望むことも。また、岬にある薩摩長崎灯台は、鹿児島県で初めて「恋する灯台」に認定され、大きなハートのモニュメントも設置されています。



1

かいもん市場久太郎
(西大山駅)

JRの日本最南端に位置する小さな無人駅です。薩摩富士と呼ばれる開聞岳と、ローカルな列車との写真を撮ることができる人気の駅です。幸せを届ける黄色ポストや幸せの鐘(ベル)もあり、隣接する「かいもん市場久太郎」では観光案内もっており、JR日本最南端の駅の到着証明や絵葉書を購入することができます。



2

鰻温泉スメ広場

スメとは、鰻地区の多くの家庭にある火山性の天然蒸気カマドのことです。蒸気を利用して、卵や野菜などを蒸すことができ、この地域では昔から揚げ物以外の調理で使われています。食材を持ち込む観光客も気軽に利用することができます(1回300円)。
※煮し時間の目安
卵:約7分、葉物野菜やオクラ:約2〜3分、芋類:40分

4

ヘルシーランド露天風呂
たまで箱温泉

人気口コミサイトの「行ってよかった日帰り温泉&スパ」部門で4年連続1位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ります。
※現在、大規模改修工事に伴い休館となっております。(2025年中、再開予定)

D

九州最大のカルデラ湖「池田湖」と
薩摩富士「開聞岳」を巡る
池田・開聞コース

全長
約20km



約2時間
※移動のみ

開聞岳の麓から九州最大のカルデラ湖までを満喫できるサイクリングコース。道中では、指宿名物の「回転式そうめん流し」も体験できます。指宿のグルメもぜひお楽しみください。

- START
- 1

かいもん山麓
ふれあい公園
- 2

枚間神社
- 3

玉乃井
- 4

市営唐船峡
そうめん流し
- 5

池田湖
IKEDAKO PAX
池田湖マリナーWARNA
- 6

えぶろんはうす池田
- 7

黄金の鳥居
- 8

かいもん山麓
ふれあい公園
- GOAL!

3

市営唐船峡そうめん流し

年間、約20万人の方が訪れる唐船峡。真夏でも涼しい中、平成の名水百選に認定された湧水で冷やしたそうめんが味わえます。そうめん、おにぎり、マスの塩焼き、鯉こく、鯉のあらいがセットのA定食が一番人気です。



5

IKEDAKO PAX
(danken COFFEEいけだ湖パクス店)

九州最大の湖「池田湖」のほとりにある施設。中には、鹿児島でベーカーリーを展開する「ベッカライダンケン」が提案するコーヒESHOPが入っています。また、外には水上デッキや芝生広場もあり、池田湖や開聞岳を眺めながらゆったりとした時間を過ごすことができます。



5

池田湖マリナーWARNA

池田湖水上アクティビティ体験総合施設。ホバーボードやウェイクサーフィンなど、世界中で大人気の水上アクティビティをご家族やグループで楽しめます。それぞれの体験には、水上キャリア約20年のベテランインストラクターが付くので、安心してお楽しみください。また、ミニジープや四輪バギーのレンタルもあります。

6

えぶろんはうす池田

九州最大のカルデラ湖「池田湖」で開聞岳の雄大な景色を眺めながらスワンボートやシーカヤック・SUP・バナナボートなどのアクティビティ体験ができます。また、池田湖に潜む幻の怪獣こと「イッシー」のモニュメントと、開聞岳を入れた写真も撮影できる人気の場所です。

指宿レンタサイクル
「いぶりん」

いぶりんについてのご案内

JR指宿駅構内総合観光案内所や指定のホテル・旅館などでレンタルすることができます。

【貸出時間】 指宿市街地 9:00~17:00
(施設により異なります)

【基本料金】	電動アシスト自転車
2時間以内	2,000円
4時間以内	3,000円
8時間以内	4,000円
	普通自転車
2時間以内	1,000円
4時間以内	1,500円
8時間以内	2,000円

※エリアをまたいでの乗り捨てはできません

貸出スポット 14箇所

※各施設の貸出時間等は、いぶりんサイトをご確認ください。

JR指宿駅内 指宿市総合観光案内所
〒891-0405 指宿市湊一丁目1-1 JR指宿駅構内
0993-22-4114

指宿フェニックスホテル
〒891-0403 鹿児島県指宿市十二町4320
0993-23-4111

指宿シーサイドホテル
〒891-0402 鹿児島県指宿市十町1912
0993-23-3111

指宿ロイヤルホテル
〒891-0403 鹿児島県指宿市十二町4232-1
0993-23-2211

指宿温泉ホテル翔月
〒891-0406 鹿児島県指宿市湯の浜2-12-7
0993-22-2241

休暇村指宿
〒891-0404 鹿児島県指宿市東方10445
0993-22-3211

こらんの湯錦江楼
〒891-0311 鹿児島県指宿市西方4507
0993-22-3377

えぶろんはうす池田
〒891-0312 鹿児島県指宿市池田3537
0993-26-2799

JR西大山駅(中国久太郎商店)
〒891-0514 鹿児島県指宿市山川大山860-2
0993-34-0132

指宿海上ホテル
〒891-0403 鹿児島県指宿市十二町3750
0993-22-2221

指宿市役所開聞庁舎(支所)
〒891-0692 鹿児島県指宿市開聞十町2867
0993-32-3111

かいもん山麓ふれあい公園
〒891-0603 鹿児島県指宿市開聞十町2626
0993-32-5566

池田湖マリナーWARNA
〒891-0312 鹿児島県指宿市池田5123-4
0993-28-1696

たまで箱温泉
〒891-0511 鹿児島県指宿市山川福元3292
0993-35-3577

充電スポット 3箇所

指宿市役所指宿庁舎(本庁)
〒891-0497 鹿児島県指宿市十町2424
0993-22-1111

指宿市役所山川庁舎(支所)
〒891-0504 鹿児島県指宿市山川新生町35
0993-34-1111

指宿市役所開聞庁舎(支所)
〒891-0692 鹿児島県指宿市開聞十町2867
0993-32-3111