レトロピカル指宿

RETROPICAL IBUSUKI

IBUSUKI Guide Book



TAKE FREE

レトロで
トロピカルなまち、
指宿

薩摩半島最南端に位置する指宿市。年間平均気温は、暖流の影響もあり約18度と高く、1960年代のハネムーンブーム時には「東洋のハワイ」とも謳われました。世界的に珍しい天然の砂むし温泉や池田湖、開聞岳など、雄大な自然がもたらす数々の魅力に溢れ、その温かい気候によりオクラやそらまめ、鰹節などのグルメも豊富。温暖でHAPPY、懐かしさ感じるレトロでトロピカルな雰囲気…。人も気候もあたたかい指宿を楽しんでください。

INDEX

P01, P02 いぶスキップMap

P03, P04 温泉・砂むし
- 砂むし温泉
- 絶景温泉
- ほのぼの公衆浴場

P05, P06 美味グルメ
- レトロピカルグルメ
- 温たまらん丼
- いぶすき勝武士ラーメン
- いぶから
- そら豆スイーツ
- そうめん流し

P07 観光スポット

P08 パワースポット

P09, P10 指宿の楽しみ方

P11, P12 おすすめお土産

P13 宿泊情報

P14 指宿旅に便利なアレコレ

指宿の便利な交通

指宿市は、市内周遊バスや観光タクシー、レンタル自転車など、様々な交通手段で主要な観光スポットを巡れます。バスやJRをご利用の際は時刻表をご確認ください。



指宿のたまて箱

JR鹿児島中央駅～指宿駅間を結ぶ、D&S列車「指宿のたまて箱」。浦島太郎が登場する“竜宮伝説”をモチーフにしており、玉手箱のように開けてびっくりの仕掛けがたくさんです！

いぶスキップMap

観光やグルメなど、様々な情報が登録されたデジタルイラストマップです。GPSと連動できるので、地図上に表示される自分の位置を確認しながら、行きたい場所を探すことができます。

温泉・砂むし





一日あたり総湧出量約12万トンもの温泉が湧出する指宿温泉。
地熱を利用した名物・天然の砂むし温泉はもちろん、
旅館や温泉施設、公衆浴場など様々な場所で温泉を堪能できます。

Onsen.Sunamushi



世界的にも貴重！天然の砂サウナ。

砂むし温泉

眼前に海を臨む砂浜で、天然の砂むし温泉を。約50度～55度の砂をかけたら10分ほどで全身から汗が噴き出てスッキリ！血液の循環促進によって老廃物の排出し、デトックス効果が期待できます。サウナ効果はもちろん、砂の感触や波の音もあり、リラクゼーション効果も。

！ご注意！ 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。

How to Bath 入浴の仕方

1. 受付で入浴説明を聞き、浴衣を借ります。
2. 脱衣所で浴衣に着替え、タオルを持って移動します。
3. 指定された場所で仰向けになり、砂をかけてもらいます。
4. 約10分～15分経ったら砂から出て、体が“整う”体験を。
5. 浴室に移動し、浴衣を脱いでシャワーで砂を落とします。
6. 施設にある温泉浴場などでゆっくり入浴を楽しみます。

砂むし体験できる入浴施設はこちら ※そのほか、砂むし体験できるホテルもあり



2024年12月リニューアル

詳細はこちら

山川砂むし温泉「砂湯里（さゆり）」

今も昔も。砂むし温泉を味わうならココ。

昔から観光客、地域住民に親しまれてきた「砂湯里」が2024年12月に改装オープン。東シナ海に面した伏目海岸からは開聞岳を眺められ、絶景と開放感を楽しみながら砂むし体験ができます。

☎ 0993-35-2669
指宿市山川福元3339-3



詳細はこちら

砂むし会館「砂楽（さらく）」

波の音をBGMにデトックス！

大潮の干潮時には波打ち際で海を眺めながら、満潮時や雨天などの時は屋根付きのスペースで砂むし温泉を体験できます。サウナやシャワーなど施設も充実！

☎ 0993-23-3900
指宿市湯の浜5-25-18



温泉

絶景も、ほのぼのも。

他にも公衆浴場や旅館の温泉など、“ほのぼの”温泉たくさん。

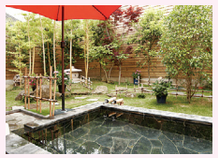


その他公衆浴場も多数！ぜひチェックしてみて。

詳細はこちら



昭和初期に開業した公衆浴場「殿様湯」。市の文化財でもある。



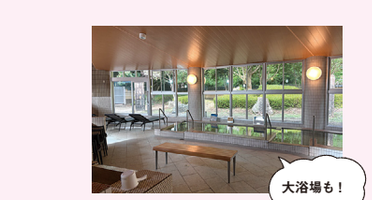
「吉乃湯」では、和洋2種類の内湯と露天風呂が男女日替わり。

区営鰻（うなぎ）温泉

西郷さんも湯治に訪れた、歴史ある名湯。

男女内湯のみのシンプルな造りで、指宿温泉地区で珍しい硫黄泉が楽しめる公衆浴場。西郷隆盛公が湯治に訪れたこともある熱めの湯を目当てに、県内外より温泉ファンが訪れています。

☎ 0993-35-0814　指宿市山川成川6517





2025年11月リニューアル

大浴場も！

温水プールも！

ヘルシーランド露天風呂「たまて箱温泉」

数々の絶景温泉ランキングでNo.1に！

目の前に広がる東シナ海と一帯になったかのような、日本有数のインフィニティー温泉。開聞岳を一望する和風露天風呂と竹山と呼ばれる奇岩を望む洋風露天風呂があり、男女日替わりで楽しめます。

☎ 0993-35-3577　指宿市山川福元3292

詳細はこちら

Delicious!

美味グルメ

豊かな自然が育んだ野菜やお肉もたっぷりの指宿市。
ランチにピッタリのご当地グルメ＆お土産にも嬉しいスイーツがいっぱいです。
指宿に来たら「たもってみやんせ」！

提供店舗は
こちらから。
店舗写真を
クリックしてください。

Gourmet


A


B

どこか懐かしい レトロメニュー


C


D


E

華やか・鮮やか トロピカルメニュー


F

2025年誕生の指宿新ご当地グルメ。
レトロピカルグルメ

昔ながらの懐かしさを感じさせる「レトロ」と、南国らしい明るく鮮やかな食材を使った「トロピカル」、その両方を掛け合わせた「レトロピカル」の3つのテーマを軸に、地元食材を使用して“指宿らしさ”を詰め込んだご当地グルメ。グルメもスイーツも、ズラリと揃う豊富なメニューも魅力です。

Check!
指宿の農水産物や加工品を使用。レトロ・トロピカル・レトロピカルの3つのテーマで約30もの逸品グルメが揃います。(2026年1月現在)

懐かしさもある南国風 レトロピカルメニュー


G


H


I

A 道の駅山川港 活お海道　B 元祖指宿ラーメン二代目　C cafe&bar EL SOL 87
D ゆるり十　E たいやき絲や　F 瑠風
G ダンケンコーヒー いけだ湖パクス店　H Paddle　I Michelle

他にもたくさん、いぶすきグルメ

そら豆が色んなスイーツに七変化？



M

自然の甘みをスイーツにして。
そら豆スイーツ

指宿で採れたそら豆は、濃厚でしっかりとした味わいが特長。そのしっかりとした味わいを、モンブランや大福、アイスクリーム、どら焼きなどに使用しました。複数の店舗で提供されており、各店舗で上品な甘さと風味のそら豆スイーツを堪能できます。

M ケーキハウス アンデルセン

詳細はこちら



とろ〜り温泉たまごを丼ぶりにON！


J

温たまのまろやかさが旨さを倍増！
温たまらん丼

砂むし温泉にも利用されている源泉で作った「温たま」を載せる、オリジナル丼ぶり。具材は黒豚、黒毛和牛、オクラ、海鮮など何でもOK！市内複数の店舗で個性豊かな丼ぶりを味わえます。

J 黒豚郷土料理 青葉

鰹節を使用した2つのオリジナルグルメ


L

から揚げにも鰹節で旨みをプラス。
いぶから

高級な「本枯本節」の出汁に漬けこんだり、仕上げに鰹節をかけたりと、指宿鰹節×からあげをコラボした「いぶから」。中華風や蕎麦店のから揚げ、黒コショウが利いたおとな風味…と複数の店舗で提供中。どれも鰹節の風味と旨みを味わう逸品ぞろい！

L 味彩 むさし


K

篤姫が恋した？勝武士がたっぷり。
いぶすき勝武士ラーメン

「本枯本節」をたっぷりと使用した、指宿のご当地ラーメンを市内複数の店舗で提供。鰹節の旨みがしっかりと溶けだしたスープは最後まで飲み干せる逸品！トッピングとサイドメニューにも鰹節を使用しています。

K 元祖　指宿らーめん　二代目

夏だけじゃない！指宿のそうめん流し





唐船峡そうめん流し

回転式そうめん流し発祥の地。

環境省「平成の名水百選」に選ばれた唐船峡京田湧水。1日10万tもの湧水量と年間平均13℃という冷たい湧水で通年そうめん流しが楽しめます。マスの塩焼きや鯉のあらいなど、湧水地ならではのメニューと一緒にどうぞ。



◎長寿庵 開聞唐船峡店
☎ 0993-32-3155
指宿市開聞仙田77



◎唐船峡そうめん流し 鱒乃家
☎ 0993-32-2084
指宿市開聞仙田80

詳細はこちら

◎指宿市営 唐船峡そうめん流し
☎ 0993-32-2143　指宿市開聞十町5967



龍宮神社（りゅうぐうじんじゃ）

浦島太郎はココから竜宮へ旅立った？

空と海の青に映える朱塗りの鳥居や社殿が、まるで竜宮に来たかのよう。竜宮伝説発祥の地の一つで、浦島太郎と豊玉姫（乙姫様）が出会った縁結びの神社として人気。貝殻に名前と願い事を書くユニークな貝殻祈願もあります。

☎ 0993-22-2111（指宿市観光課）
🏠 指宿市山川岡児ケ水1581-34

詳細はこちら



長崎鼻

晴天時には屋久島も望む絶景岬。

薩摩半島最南端に突き出た岬。眼前には大パノラマの海と砂浜、端には開聞岳を望む絶景が楽しめます。浦島太郎が竜宮へ旅立った岬とも言い伝えられており、付近には乙姫様を祀った龍宮神社もあります。

☎ 0993-22-2111（指宿市観光課）
🏠 指宿市山川岡児ケ水長崎鼻

詳細はこちら



魚見岳（うおみだけ）

知林ヶ島や市街地を一望。

ハワイのダイヤモンドヘッドに似た標高215mの山。山頂まで車で行くことができ、春は約600本の桜が、初夏にはツツジが咲く風光明媚なスポット。晴天時は桜島や佐多岬まで見渡せます。

☎ 0993-22-2111（指宿市観光課）
🏠 指宿市東方

詳細はこちら



黄金の鳥居

池田湖と開聞岳を望む、神秘的な鳥居。

鳥居から池田湖と開聞岳を一望するパワースポットで、「黄金の鳥居」と「幸せの水を吹く金豊龍（きんぽうりゅう）」が祀られています。金運にご利益があると言われており、鳥居上のカゴに向かって投げる投げ銭や、玉を投げて入ると噴水が出る投げ玉などがあります。

☎ 090-9723-2242/黄金の鳥居（池田湖を愛する会）
🏠 指宿市池田3146-8

詳細はこちら



知林ヶ島（ちりんがしま）

干潮時に現れる砂の道を通って、無人島へ。

本島から約800mほど離れた無人島・知林ヶ島。3〜10月の大潮・中潮の干潮時のみ砂道“ちりりんロード”が出現し、歩いて知林ヶ島へ渡ることができる神秘的なスポットです。陸地と繋がることから縁結びの島とも言われ、島には遊歩道や「鳴らすと幸せが訪れる」という願いを込めた鐘「Chirin's BELL」がある展望台も。

☎ 0993-22-2111（指宿市観光課） 🏠 指宿市西方
※令和8年1月現在では、豪雨による土砂崩れで島内の周遊ができません。（渡島は可）
最新情報はHPをご確認下さい。

詳細はこちら

Power spot パワースポット

Power!

不思議で、神秘的で、素敵。
そんな指宿のパワースポットに出かけませんか。
恋に効く？願いが叶う？
行くだけで元気になれる、癒しの場所へ。



不動山青隆寺（ふどうさんせいりゅうじ）

約3万坪の敷地に広がる日本庭園。

標高300mの山中に、九州では珍しい本格的伽藍が配されている寺院。僧侶により作庭された日本庭園は見事で、巨石や苔、石燈籠が配され、つつじや枝垂れ桜などの花々や紅葉など四季折々の風景が楽しめます。アメリカンテイストのカフェやうどんなどを食べることもできます。

☎ 0993-26-2306 🏠 指宿市小牧1874-9

詳細はこちら







Tourist attractions 観光スポット

Good!

南国ムード溢れる指宿は、自然溢れるスポットや絶景も楽しめるオシャレな施設、写真映えする場所など、行きたくなる場所がたっくさん。

フラワーパークかごしま

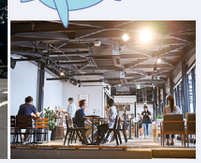
世界各地の花で溢れる楽園。

長崎鼻近くに位置する、花のテーマパーク。温暖な気候と天然の松林に囲まれた地形を生かし、36.5ヘクタールの広大な敷地に南国ムード溢れる世界各地の亜熱帯植物や温帯植物を多数植栽。12月は光で彩るイルミネーションなど、季節のイベントも楽しめます。

☎ 0993-35-3333 🏠 指宿市山川岡児ケ水1611

詳細はこちら





池田湖には、ぼくイッシーがいるかも？

IKEDAKO PAX（いけだこパクス）

池田湖と開聞岳を一望する観光施設。

2022年10月に誕生した、池田湖湖畔にある観光スポット。鹿児島で人気のカフェもあり、こだわりのコーヒーやパン・スイーツを楽しんだり、湖に面した水上デッキでのんびりしたりと、開放的な雰囲気でゆっくりと自然に触れることができます。

☎ 0993-23-1411 🏠 指宿市池田5123-7

詳細はこちら

西大山駅

正面には開聞岳！ＪＲ日本最南端の駅。

北緯31度11分に位置する日本最南端の駅で、眼前には雄大な開聞岳を望みます。駅にある幸せの黄色いポストに旅先の思い出を絵葉書に書いて投函したり、「幸せの鐘（ベル）」を鳴らしたり、楽しみ方もいろいろ。隣接する「かいもん市場 久太郎」では『JR日本最端の駅到着証明』の発行もできます。

☎ 0993-34-0132（かいもん市場 久太郎内） 🏠 指宿市山川大山

詳細はこちら









かいもん山麓ふれあい公園

春は花見、夏はプール。キャンプや登山も！

指宿市のシンボル・開聞岳の麓にある、約5万5千坪の広さを誇る自然豊かな公園。500本もの桜が咲き誇る春はお花見スポットとして、夏季にはスライダーも備えたウォータープールも楽しめます。そば打ち体験ができる施設やゴーカートは通年楽しめ、キャンプ場も完備！

☎ 0993-32-5566 🏠 指宿市開聞十町2626

詳細はこちら





時遊館COCCOはしむれ

古墳時代にタイムスリップ！楽しく歴史を学ぼう。

国指定史跡である指宿橋牟礼川遺跡に隣接する博物館。橋牟礼川遺跡から発掘された土器や石器などの出土品を展示するほか、約1500年前の古墳時代のムラを実物大で再現した展示室では、光と音の演出で当時の1日を追体験できます。

☎ 0993-23-5100 🏠 指宿市十二町2290

詳細はこちら

いぶすきの **楽しみ方、** おしえ ます。

歩いて、ドライブで。モデルコース3

指宿の街は歩いても、車でも、自転車でも周遊可能。
隠れた指宿名物・名所を見つけてみては？

おすすめモデルコースはこちらにも掲載！

1 1泊2日で行く！指宿イイとこどりコース

レンタカー利用で指宿周辺のイイとこを巡るコースです。指宿の砂むし温泉やグルメ、名所などの王道スポットに加え、南九州市知覧の武家屋敷や平和会館まで足を延ばして。どこも行きたい！楽しみたい！という欲張りな方に。

- A 知覧武家屋敷庭園
- B 番所鼻自然公園
- C 唐船峡そうめん流し
- D JR西大山駅
- E 長崎鼻
- F 温たまらん井（青葉）



2 バス＆徒歩で行く！指宿名物＆スイーツ堪能コース

JR指宿駅から市バスと徒歩で、約4時間の市街地観光を。砂むし温泉を楽しんだ後は、老舗菓子店での指宿名物の甘味など、女性に嬉しいスイーツも満喫しましょう。

- A 勝武士ラーメン（TAKETORA）
- B 砂むし会館「砂楽」
- C 「砂楽」の階段にはアートが！
- D 「砂楽」敷地内の「ブースター」のマンホール
- E 「鳥越屋」の名物・いぶすき路
- F 「鳥越屋」にはタヌキケーキも



3 レンタサイクルいぶりんで行く！イーブイマンホール巡りコース

世界で初めてポケモンマンホールを設置した“イーブイ 好き”指宿市。ポケモンで人気の「イーブイ」とその進化形のポケモンがマンホールに！レンタサイクルいぶりんで可愛い「イーブイたち」を探しませんか。

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



©Pokémon.©Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.
ポケットモンスター・ポケモン・Pokemon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。

指宿でしかできない！とっておき体験6



砂むし温泉だけじゃない、指宿ならではの体験を紹介♪
とっておきの体験で思い出もお土産に。

いぶすき観光ネットの体験ページ

NPO法人指宿観光＆体験の会

自然や歴史、文化、食、温泉など様々なカテゴリから指宿の魅力を体感できるプログラムを約30ほど揃えています。ガイドと周遊するツアーも人気です！

鰹節製造工程見学茶ぶし手作り体験付き



指宿市山川の特産品「鰹節」の工場を見学。本枯節を自ら削り、茶ぶし作りを体験します。

小学生➡大人同伴、15歳未満➡大人同意 / 2日前の17時まで / 90分

不動山青隆寺で写経体験



見事な日本庭園が広がる寺院で、写経や寺院見学、庭園散策など心洗われる時間を過ごせます。

小学生➡保護者同伴、15歳未満➡保護者同意 / 2日前の17時まで / 120分

うなぎ温泉とスメ体験

レトロなうなぎ温泉周辺を散策、「スメ」と呼ばれるかまどで野菜などの食材を蒸す体験を。食後は集落内に点在する西郷どんの愛犬ツンの13匹のオブジェを探索します。



小学生➡保護者同伴、15歳未満➡保護者同意
2日前の17時まで
90分

いぶすき極上体験プログラム

「いぶすき極上体験チケット」を購入してお好きな体験をチョイス。砂むし温泉やグルメ、アクティビティや陶芸・絵付など、様々な指宿の体験をお得に楽しむことができます。





絵付工房 秋月窯

希少な白薩摩焼の窯元で、お茶碗に好きな絵を描いてオリジナルを作ろう。焼き上がりは1ヵ月後。送料別途要。

全年齢対象 ※7歳以下は保護者同伴
前日まで
30分～60分

池田湖水上アクティビティ

穏やかで九州最大の広さを誇る池田湖で水上アクティビティを。フライボードやシーカヤック、バナナボートなどで小さなお子さまから上級者まで楽しめます。



池田湖マリーナWARNA

アクティビティによって異なる
アクティビティによって異なる
90分～120分



えぶろんはうす池田

アクティビティによって異なる
アクティビティによって異なる
90分～120分

指宿ブルーオーシャンツーリズム

指宿の海をとことん満喫したい方にお勧め。釣りやクルージングはもちろん、獲れた漁獲物をお土産にできる漁の体験や魚の捌き方体験などもご用意！



アクティビティによって異なる
前日まで
クルージング 60分～90分、その他体験は3時間以上

指宿 git 14

指宿の美味しいモノ、
素敵なモノを持ち帰り。



11 山川漬

薩摩半島の大根を寒中に吊り干し、かめ壺に漬け込んだ指宿の郷土料理「山川漬」。漬け込む酢や配合などで、各店舗で味は異なるので、お気に入りを見つけてみるのもお勧めです。



12 指宿温泉手ぬぐい

砂むし・イッシー・ハイビスカス・オクラ…指宿の名物をたっぷり盛り込んだ可愛い手ぬぐい。レトロな風合いのイラストが素敵と、大人気です。指宿温泉巡りのお供にいかがです？



13 芋焼酎ハイボール 指宿しゅわっち

指宿酒造の芋焼酎「赤利右衛門」を使用したハイボール。甘さ控えめで焼酎の風味とコクを楽しめます。焼酎苦手な方も飲みやすい、キレのある味わい。レモンを添えてどうぞ。



14 指宿温泉サイダー キーホルダー

指宿で人気のお土産「指宿温泉サイダー」をキーホルダーに。レトロ可愛いサイダー瓶に加え、一緒に栓抜きまで付いている可愛さ！多数のお土産店で取り扱っていますよ。



8 オクラっ娘

生産量日本一！鹿児島県指宿産「オクラ」を醤油漬けにした逸品。オクラの緑色も残っており、風味も豊か。指宿産かつお節も入っています。副菜やお酒のおつまみなどにぴったり。



9 指宿マンゴープリン

指宿産マンゴーをプリンに！口に入れたら、濃厚なマンゴーの風味がいっぱいに広がります。クリームやアイスを添えても◯。パッケージも可愛いので、お土産に喜ばれること間違いなし！



10 6蔵飲み比べセット

指宿市にある6つの蔵元の代表銘柄焼酎を6本セットにしました。真摯に酒造りに向き合う蔵元ならではの味わいを楽しんでください。各焼酎のお勧めの飲み方などを記載した案内書付き。



5 鰹本枯節生ふりかけ

ふわふわしっとり食感で、鰹節の旨味がたっぷり！「鰹本枯節」を贅沢に削り、九州産の醤油でふっくらと炊き上げた生ふりかけ。アオサと味噌・ハイビスカス・柚子・ほうじ茶の4種類。



6 砂吉

砂むし会館「砂楽」限定のマスコットフィギュア。指宿観光大使である動物造形作家、朝隈俊男氏によるデザインで、長崎鼻に伝わる竜宮伝説から亀をイメージして作られています。



7 いぶすきの秘密

指宿温泉の旅館の女将さんたちの団体「指宿温泉華の会」がプロデュースした入浴剤。美人肌成分が豊富＆高い保湿性を誇る指宿温泉を配合しています。ほんのりお茶の香りも。



1 いぶすき路

地元の菓子舗「鳥越屋」が作る、さつまいも餡の焼きまんじゅうにシナモンをまぶした、しっとりお菓子。昭和天皇にも献上し、昭和34年には総理大臣賞を受賞した指宿銘菓です。



2 菜の花ドレッシング

指宿産菜の花の、新芽のやわらかい茎と、花はボイルして使用したドレッシングです。菜種油でヘルシー、食べれば指宿の春を感じられる爽やかな逸品。



3 SUBSOUP茶節

頴娃産茶葉「ゆたかみどり」と指宿山川産「鰹本枯節」を使用した、即席みそ汁。お湯を注ぐだけで深みある鰹節の旨味とコクを感じられます。鰹本枯節は別添なので、最後に振りかけて。



4 指宿温泉サイダー

レトロで可愛いラベルが目を引く、甘さ控えめなサイダー。平成の名水百選にも選ばれた開聞唐船峡の天然湧水と上質の砂糖を使っています。95㎖入りのミニボトルもあり！

購入はこちらで。



取り扱い 2 4 8 9 11 12 14

詳細はこちら

かいもん市場 久太郎(中園久太郎商店)
☎ 0993-34-0132
指宿市山川大山860-2



取り扱い 2 3 4 5 9 10 11 13 14

詳細はこちら

道の駅 山川港 活お海道
☎ 0993-27-6507
指宿市山川金生町1-10



取り扱い 1 2 3 4 5 8 9 10 11 13 14

詳細はこちら

道の駅いぶすき 彩花菜館
☎ 0993-27-9022
指宿市小牧52-4



取り扱い 1 2 4 6 7 9 11 12 14

詳細はこちら

ふるさとショップ 「砂楽」
☎ 0993-22-3259
指宿市湯の浜5-25-18



取り扱い 2 4 6 7 8 9 10 11 12 13 14

詳細はこちら

指宿駅構内 ふるさとショップ
☎ 0993-22-4114 指宿市湊1-1-1(JR指宿駅構内)

指宿に泊まる



指宿へ来たならぜひ宿泊を。市内には様々な種類の宿泊施設があるので、予算やお好み、旅スタイルに応じて選ぶことができます。温泉はもちろん、砂むし温泉を備えた指宿ならではの宿も！











旅館・ホテル

名前	住所	電話番号	砂むし温泉	露天
いぶすき秀水園	指宿市湯の浜5-27-27	0993-23-4141	足湯	半露天
温泉水プール&夫婦露天風呂の離れ宿 悠離庵	指宿市十二町6771-6	0993-22-2217		○
夫婦露天風呂の宿 吟松	指宿市湯の浜5-26-27	0993-22-2217		○
指宿白水館	指宿市東方12126-12	0993-22-3131	○	○
旅館 月見荘	指宿市湯の浜5-24-8	0993-22-4221		
指宿いわさきホテル ※長期休館中	指宿市十二町3805-1	0993-22-2131	○	○
指宿ロイヤルホテル	指宿市十二町4232-1	0993-23-2211		○
指宿温泉 ホテル翔月	指宿市湯の浜2-12-7	0993-22-2241		○
こらんの湯 錦江楼	指宿市西方4507	0993-22-3377		○
指宿フェニックスホテル	指宿市十二町4320	0993-23-4111	○	○
指宿海上ホテル	指宿市十二町3750	0993-22-2221	○	
指宿シーサイドホテル	指宿市十町1912	0993-23-3111	○	露天付き客室あり
ホテル波の上	指宿市湯の浜2-5-16	0993-22-2254		
ローズマリーホテル	指宿市湊4-4-16	0993-22-3171		
昔ながらの小さな宿　川久	指宿市大牟礼4-10-12	0993-23-4020		
旅館 白波荘	指宿市湯の浜2-1-27	0993-22-3024		
ぐりんほてるいぶすき	指宿市湊1-2-7	0993-24-3513		
ビジネスホテル古里	指宿市十二町3867	0993-22-3395		
指宿こころの宿	指宿市東方9227-6	0993-23-0810		○
休暇村指宿	指宿市東方10445	0993-22-3211	○	半露天
おつじ	指宿市山川金生町8	0993-34-1023		
くり屋食堂旅館	指宿市山川成川7350	0993-34-0214		
お宿 やまびこ	指宿市十二町4325-1	0993-27-1630		○
別邸 天降る丘	指宿市東方5000	050-1807-3242	○	○

民宿・ペンション

民宿せきちょう	指宿市湯の浜5-27-10	0993-22-2068		
指宿民宿千成荘	指宿市湯の浜5-10-9	0993-22-3379		
やど松風	指宿市湯の浜6-5-11	0993-26-3321		
湯豊の宿民宿たかよし	指宿市湯の浜5-1-1	0993-22-5982		
民宿 うなぎ湖畔	指宿市山川成川6526	0993-34-1954		○
民宿良	指宿市湯の浜5-22-8	0993-22-5115		
温泉宿元屋	指宿市湯の浜5-19-4	0993-24-2852		
民宿 かいもん	指宿市開聞十町1201	0993-32-4173		
ゆぅーの宿 なぎ	指宿市山川成川6242	0993-35-2552		
木の香の宿 ゆのとこ	指宿市湯の浜4-20-17	070-4457-1107		半露天
うなぎ温泉 松前	指宿市山川成川6518	0993-34-0856		
民宿 指宿	指宿市湯の浜5-24-15	0993-23-1112		
指宿静香	指宿市湊3-6-21	080-6456-3769		
指宿静香II	指宿市湊3-1-16	080-6456-3769		
指宿静香III	指宿市湯の浜6-4-20	080-6456-3769		
民宿 海宝	指宿市湯の浜5-14-11	080-1771-3175		
1日船長釣り体験 明菜丸	指宿市大牟礼4-10-4	080-1727-0153 / 0993-23-1317		
民宿 遊登里(ゆとり)	指宿市開聞十町2277	090-4844-8356		
田舎や	指宿市山川福元4050	0993-34-1423		

その他(ウィークリーマンション・民泊・ゲストハウスetc.)

ウィークリーマンション海水	指宿市湯の浜5-17-15	0993-22-6001		
カプセルホテルこころの宿	指宿市東方9236-7	0993-23-0810		○
木の匙	指宿市開聞川尻5451	インターネット予約		
弥次ヶ湯温泉 湯治宿	指宿市十町1068	0993-24-3500		
湯の里ユースホステル	指宿市大牟礼2-38-20	0993-22-5680		
ゲストハウスまちかど	指宿市湯の浜1-12-14	0993-41-9034		
サザンテラス	指宿市東方10703	080-1982-8844		
日中観光in指宿	指宿市湯の浜1-8-2	0993-26-3869		
Guest House Bluebells	指宿市山川小川1190-6	080-7888-6449		
民泊 なのはな	指宿市西方3678-1	070-5418-5416		
ペットと泊まれる宿 民泊 ひまわり	指宿市湯の浜5-9-9	090-6486-0719		
IBU　CAFE HOUSE	指宿市湯の浜5-27-11 202号室	080-2792-7616		
指宿 潮音	指宿市湯の浜2-19-20 明友ビル401号室	ibusuki.shione@gmail.com ※ご連絡の際はこちらへ		
GUEST HOUSE ラディアントA	指宿市十二町2158-1 ラディアントA102号室	080-8342-1920		
オーシャンビュー開聞岳	指宿市開聞川尻5475	099-226-7131		
民泊 icori	指宿市湯の浜2-19-20 明友ビル307	090-5798-9848		
民泊 みどりやね	指宿市湊4-17-11	090-3065-4500		

キャンプ場

休暇村指宿エコキャンプ場	指宿市東方10445	0993-22-3211		
指宿レイクグリーンキャンプ場 (えぶろんはうす池田)	指宿市池田3537	0993-26-2799		
池田湖 金の鳥居 キャンプ場	指宿市池田3144-1	InstagramのDM またはLINEから予約		
かいもん山麓ふれあい公園 ログハウス・キャンプ場	指宿市開聞十町2626	0993-32-5566		

〈 宿泊の問合せ 〉

指宿市総合観光案内所

☎0993-22-4114

9時～17時

指宿旅に便利なアレコレ。

レンタサイクル「いぶりん」



「指宿エリア」と「山川エリア」と「開聞エリア」の合計14スポットで電動アシスト自転車を貸出しており、乗り捨て可能なスポットもあります。

利用料金など詳細はこちら

指宿エリア

配置場所	台数	電話番号
指宿温泉ホテル翔月	2台	0993-22-2241
JR指宿駅内指宿市総合観光案内所	12台	0993-22-4114
指宿フェニックスホテル	3台	0993-23-4111
指宿シーサイドホテル	3台	0993-23-3111
指宿海上ホテル	2台	0993-22-2221
指宿ロイヤルホテル	3台	0993-23-2211
休暇村指宿	6台	0993-22-3211
えぶろんはうす池田	3台	0993-26-2799
こらんの湯 錦江楼	2台	0993-22-3377
池田湖マリーナ WARNA	2台	0993-28-1696

山川エリア

配置場所	台数	電話番号
かいもん市場久太郎	9台	0993-34-0132
ヘルシーランド露天風呂「たまて箱温泉」	3台	0993-35-3577

開聞エリア

かいもん山麓ふれあい公園	4台	0993-32-5566
指宿市役所 開聞庁舎	3台	0993-32-3111

※指宿市役所 指宿庁舎、山川庁舎、開聞庁舎が充電スポット

荷物宅配・一時預かり



到着日に宿泊ホテルまで荷物を届ける「荷物宅配サービス」と、チェックアウト後や購入したお土産など、荷物を預かり保管する「一時預りサービス」。手ぶらで指宿観光を楽しめる、2つのサービスで快適な指宿旅を。

料金

荷物宅配サービス：1個あたり700円
受付時間／15:30まで

一次預りサービス：1個あたり500円
受付時間／17:00まで

受付場所

JR指宿駅内指宿市観光総合案内所

☎0993-22-4114

指宿から行く次の旅



薩摩半島最南端の指宿に宿泊した翌日は、色んな場所に出かけることが可能！フェリーで大隅半島へ渡って南大隅町へ、車で南九州市へ、そして屋久島や種子島などの離島へも。旅がもっと豊かになります！

➡南九州市

指宿市街地から車で約40分

➡南大隅町

山川港から根占港まで「フェリーなんきゅう」で50分。

➡屋久島

指宿港から宮之浦港まで「高速船トッピー＆ロケット」で最短1時間15分。(屋久島経由)

➡種子島

指宿港から西之表港まで「高速船トッピー＆ロケット」で最短2時間20分。(屋久島経由)

※「高速船トッピー＆ロケット」は2026年4月1日から休止中です



南大隅町観光は

(一社)南大隅町観光協会

☎0994-24-3120

肝属郡南大隅町根占川北72

主な観光地／雄川の滝・佐多岬・諏訪神社



南九州市観光は

(一社)南九州市観光協会

☎0993-58-7577

南九州市知覧町郡17880(コミュニティセンター知覧文化会館1F)

主な観光地／知覧特攻平和会館・知覧武家屋敷庭園・釜蓋神社



屋久島観光は

屋久島観光協会

☎0997-46-2333

熊毛郡屋久島町安房187-1 屋久島町総合センター内

主な観光地／縄文杉・白谷雲水峡・ウイルソン株

提供：屋久島観光協会

＼離島へもいけます！／

屋久島は日本で初めて世界自然遺産に登録された自然豊かな島。指宿市と屋久島町は高速船で繋がっていて意外に近く、両方楽しむことも可能ですよ。

レトロピカル指宿
RETROPICAL IBUSUKI

指宿市観光課

〒891-0497 鹿児島県指宿市十町2424

TEL 0993-22-2111　FAX 0993-23-4987

https://www.ibusuki.or.jp

いぶすき観光ネット　検索

指宿まるごと観光ガイド

指宿市ふるさと納税

Facebook

X（旧 Twitter）

Instagram

LINE



2026年2月作成