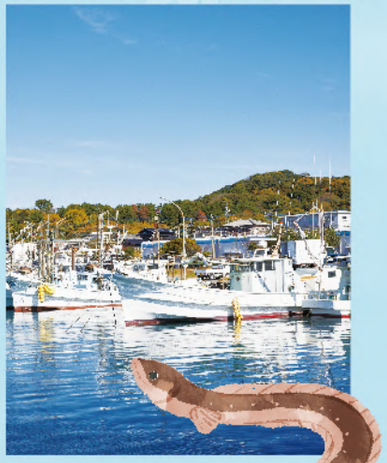
宗像市
観光ガイド

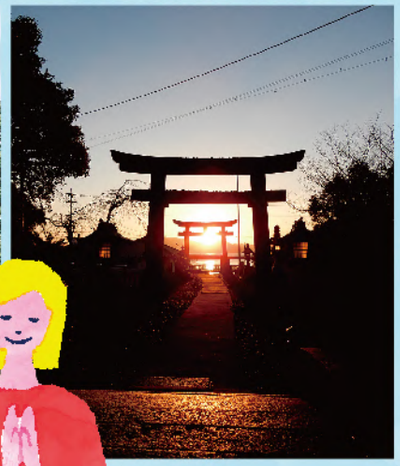
宗像の旅がもっと楽しくなる

MUNAKATA GUIDE BOOK

Published by Munakata City 2024

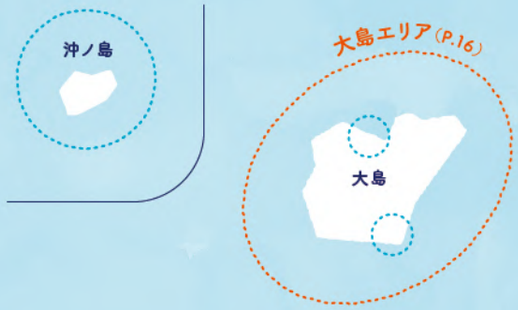
豊かな自然と、受け継がれる歴史





アジア大陸につながる玄界灘に面し、他の三方を山に囲まれた宗像市。豊かな自然環境とそれらがもたらす山海の幸、歴史と信仰に彩られた世界文化遺産など、多くの魅力にあふれています。ここでしかできない体験・見ることのできない景色に出会う旅に出かけましょう。

文化・自然・食を楽しむ 5つのエリア



「神宿る島」
宗像・沖ノ島と関連遺産群

「『神宿る島』宗像・沖ノ島と関連遺産群」は2017年7月にユネスコ世界文化遺産に登録されました。古代から発展し継承されてきた信仰と文化を、現在も守り続けています。

世界文化遺産に登録された「『神宿る島』宗像・沖ノ島と関連遺産群」とは？

宗像大社の三宮（❶❷❸）に加え、小屋島、御門柱、天狗岩（❹❺❻）、大島の宗像大社沖津宮遙拝所（❼）、本土の新原・奴山古墳群（❽）の8つの遺産を指します。

宗像大社とは？

本土・大島・沖ノ島にそれぞれある三宮（❶❷❸）の総称。『古事記』『日本書紀』にも登場する日本最古の神社の一つです。交通安全の神としても知られており、年間を通して多くの方が安全祈願に訪れます。

1

島全体が御神体の沖ノ島に鎮座する
沖津宮

2

大島の人々の暮らしの中にある
中津宮

3

宗像大社の神事の中心
辺津宮

航海安全・大漁を願う海上パレード
みあれ祭
（毎年10月1日）

宗像大社の秋季大祭の初日に行われる、海上神幸「みあれ祭」。2隻の御座船を大漁旗を掲げた百隻以上もの漁船が取り囲んで海を渡る様子は圧巻です。

祀られているのは
三姉妹の女神様

天照大神と素戔嗚尊との契約で生まれた「宗像三女神」。沖津宮（沖ノ島）に田心姫神、中津宮（大島）に湍津姫神、辺津宮（本土）に市杵島姫神をそれぞれお祀りしています。すべての道の守護神とも言われており、迷った時に参拝する方も。

SPOT 1 辺津宮

まずはここから参拝 宗像大社の総社

市杵島姫神を祀るお宮。交通安全や厄祓いなどの祈願、自動車の御祓いを受ける人も。本殿の周辺には大小のお社(摂末社)が24社あり、121の神様が祀られています。お札、お守り、御朱印を入手したいならまずここで!

宗像市田島2331　0940-62-1311

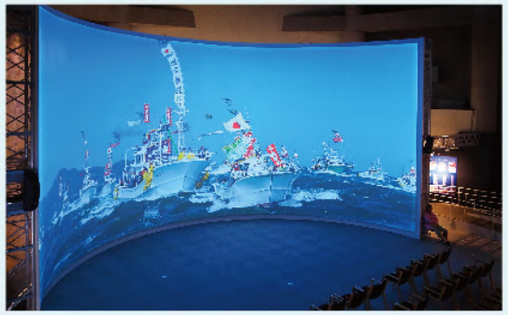
SPOT 2 むなかた茶愉

参拝後はカフェでひとやすみ

参拝客向けの休憩所として、2023年にオープン。宗像三女神にちなんだ名物「姫餅」はおみやげにも。

宗像市深田106
050-8887-2672
定休日なし
10:00～15:00
土日祝／9:00～16:00
※繁忙時期は営業時間を変更します。詳しくは公式インスタグラム(@munakata_chayu)をご確認ください。

SPOT 3 海の道むなかた館



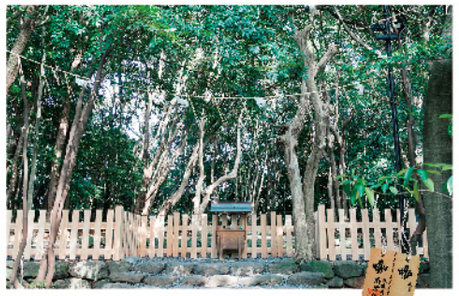
沖ノ島や宗像の歴史を楽しく学べる

辺津宮の正面にある、世界遺産ガイダンス施設。沖ノ島の3D映像や古墳群のジオラマ、数々の展示物で知識をインプットしてから、宗像大社へ向かうのがおすすめ。

宗像市深田588
9:00～18:00
0940-62-2600
月曜(祝日の場合は翌平日)、年末年始

巫女さんに教えてもらった

辺津宮の注目ポイント



願い事を書いて半分に割る「割符守」

参道奥の高宮祭場でパワーチャージ

市杵島姫神の降臨の地とされる、全国でもめずらしい社殿のない古代祭場。現在でも月次祭が行われ、秋季大祭の最終日である10月3日には夜神楽(悠久舞)が舞われます。

三宮すべてにお参りできる第二宮・第三宮

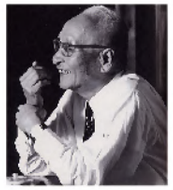
伊勢神宮の古い社殿を移したもので、第二宮には田心姫神、第三宮には湍津姫神のご分霊が祀られています。この二つを参拝することで、沖津宮(沖ノ島)、中津宮(大島)へお参りしたことになります。

月に2回の恒例神事・月次祭

毎月1日・15日には必ず、高宮祭場や敷地内の施設で神事が行われており、毎月訪れる方も多くいます。一般観覧も可能。

島民の手で作る長さ4mの大しめ縄

辺津宮の本殿前にある直径約20cm×長さ4mの大しめ縄。毎年11月下旬に、大島で地元の方々によって作られています。



かつては荒廃していた宗像大社再建の立役者

出光興産の創業者であり宗像出身の出光佐三。自らの私財を投げ打って『宗像神社史』の編纂、本殿の修復を行いました。

「交通安全の神様」として有名になった理由は?

古代から大陸との交流において海上交通の要衝だったこと、『日本書紀』で宗像三女神が「道主貴(最高に高貴な道の神)」と記されていることから。

ガイドブックに載ってないことももっと深～く知りたい!

宗像歴史観光ボランティアの会

市の養成講座を修了したボランティアガイドが世界文化遺産をご案内します。詳細はHPにて。

【お申込み・問い合わせ】
0940-62-3811(宗像観光情報コーナー)

必見！8万点の国宝

神宝館の国宝ギャラリー

辺津宮の境内にある神宝館。宗像大社にまつわる歴史的資料を所蔵しています。なかでも沖ノ島から出土した奉献品は全て国宝に指定されており、その数8万点！定期的に入れ替えながら展示されています。

鋭い眼と後ろへ湾曲する角が迫力大

金銅製龍頭

横向きの獣像が駆け回る様子が描かれた

六獣帯鏡

馬を装飾する革帯に下げられた飾り金具

金銅製心葉形杏葉

金銅製棘葉形杏葉

古墳時代前期、最上級の仕上がりの仕方製鏡※

半円方形帯方格規矩鏡

※中国大陸で作られた中国鏡を模造した銅鏡

柔らかい滑石で人や馬、舟をかたどった

滑石製人形

新羅の王族に愛された花文が施された

金製指輪

沖ノ島から数多く見つかっている色とりどりの玉類

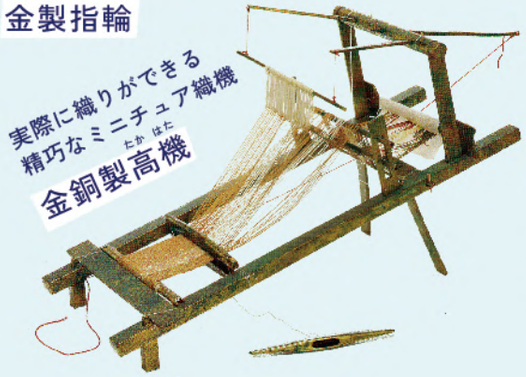
滑石製臼玉・ガラス製玉類

航海の無事を祈る国家祭祀のために焼かれた

奈良三彩小壺

実際に織りができる精巧なミニチュア織機

金銅製高機



SPOT 4 神宝館

宗像市田島2331
0940-62-1311
9:00～16:30（最終入場16:00）
休 なし

SPOT 5 中津宮

大島の御嶽山のふもとに佇む

湍津姫神を祀るお宮。辺津宮と海を隔てて向かい合う場所に鎮座しています。境内には天の川が流れ、その左側には「織女神社」、右側には「牽牛神社」が。七夕伝説発祥の地とされ、縁結びのご利益が有名です。

宗像市大島1811　0940-72-2007

「沖津宮遙拝所」から沖ノ島を拝む

上陸禁止の沖ノ島にある沖津宮を拝むことのできる遙拝所。天気の良い日には、沖ノ島が見えることも。

鎌倉時代から続く七夕祭

毎年8月7日に開催。境内の外にも装飾やステージや出店が並び、島全体が七夕のお祭りムードに。

立ち入れない！

SPOT 6 沖津宮

神職以外の上陸禁止・巨岩群に守られる社殿

沖ノ島全体が御神体とされ、島の中腹に社殿があります。1,000年以上ものあいだ手つかずのまま守られてきた島内から出土した遺物は、全て国宝に指定されています。神職以外の上陸は禁止されており、渡島できません。

☑ 立ち入ることのできない場所

世界遺産登録を機に、完全に立入禁止に。
1,000年以上前の祭祀の跡が現在も残っています。

☑ 島に入れるのは宗像大社の神職だけ

島に入れるのは神職たった一人。10日交代で、毎朝、海に浸かり心身を清める「禊」と神事を行っています。

☑ 神聖な島を守る禁忌

「島で見聞きしたことを口外してはならない」「一木一草一石たりとも持ち出してはならない」など、はるか昔からの数々の掟を守っています。

美しい玄界灘と、とびきりおいしい海の幸

海側エリア

宗像大社の外港であった神湊漁港と、県内トップクラスの漁獲量を誇る鐘崎漁港のある、海沿いのエリア。日本有数の漁場として知られる玄界灘に面し、大島への渡船の発着と近海漁業の拠点となっています。外の世界につながる青い海と宗像グルメを存分に楽しんで。

SPOT 1 道の駅むなかた

九州売り上げNo.1の道の駅 宗像の山海の幸が勢ぞろい

玄界灘で獲れた活きのいい魚や、地元産の農産物、ブランド肉など、宗像の“うまかもん”が広い店内にずらり。漁師・農家料理が食べられるレストランや宗像・福津産のお米を使った米粉パン工房を併設。

宗像市江口 1172
0940-62-2715

9:00〜17:00
㊡ 毎月第4月曜(祝日の場合は翌平日)、8月15日〜17日、年末年始

おうちでも楽しめる宗像グルメ!

注目のおみやげ大集合

オンラインでもお買い物できます

1 ブランド牛を家庭で手軽に食べられる
「むなかた牛ビーフシチュー」

2 炊き立てご飯に混ぜるだけですぐ完成!
「むなかた鶏かしわめしの素」

3 ほんのり感じる大島の天然塩の風味がさわやか
「すっぴん塩サイダー」

4 バラエティ豊富すぎるラインナップが話題の
「ナカマル醤油」

5 人気シュークリーム専門店が作る、大島の塩を使った
「宗像シュー」

6 福岡土産の定番「めんべい」の宗像オリジナル
「宗像あなごめんべい」

7 大福を丸ごとパイ生地で包んだ
「さかした製菓 もちパイ」

8 市内の農家から直に仕入れたフルーツをぜいたくに使った
「宗像コンフィチュール」

9 人気の仕出し屋さん「仕出し ふか田」が作るご飯のおとも
「むなかた牛しぐれ煮」

10 発売以来、万能調味料としてリピーター続出!
「大島産天然わかめ使用 わかめドレッシング」

11 年間、約2万個が売れている!
「宗像大島産天然葉わかめ入りのり佃煮」

12 漁師町らしい甘めの味つけにやみつき!宗像の名店の味
「美々庵謹製 鯛茶たれ」

13 大島で水揚げされた天然魚の燻製を使った
「漁師のお茶漬け」

14 一家に一つ!九州らしい味わいの
「マルヨシ卓上醤油」

SPOT 2 鎮国寺（ちんこくじ）

季節ごとに魅力がある何度でも訪れたい寺院

弘法大師が中国から帰朝した、大同元年(806年)に建立したと伝えられる真言宗最古の寺院。四季折々の花が楽しめる名所として知られ、「花と祈願の寺」とも呼ばれています。

宗像市吉田 966　0940-62-0111

花々がおりなす季節の景色

40種以上約300本のサクラ
(3月下旬〜4月上旬)

一面に広がるツツジの絨毯
(4月上旬)

約2万本のヒガンバナ
(8月下旬〜9月中旬)

境内を彩るカエデ
(11月下旬)

SPOT 3 カナディアンキャンプ乗馬クラブ

馬に乗ってビーチを散歩

「ビーチ乗馬体験」や「ミニ遠乗り」、流鏑馬体験など宗像の自然を非日常なシチュエーションで満喫できるさまざまなプランが人気です。

宗像市神湊 44-1　9:00〜18:00
0940-62-1912　(休) 火曜(祝日の場合翌平日)

SPOT 4 北斗の水くみ海浜公園

北斗七星が海の水を汲んでいる!?

星座と水平線交わる光景

夏から秋にかけての夜、ここから「北斗七星のひしゃくが海の水を汲んでいるように見える」現象が見られます。珍しい天体ショーが楽しめるスポットです。

宗像市神湊 1278-1

SPOT 5 織幡神社（おりはた）

鐘崎の岬にある宗像五社の一つ

周りを海に囲まれた由緒ある古社。長い階段の先、御社殿の周りはさまざまな角度から海を眺められる隠れ絶景スポット。

宗像市鐘崎 224

SPOT 6 さつき松原海岸

海岸に続く松原をウォーキング

「日本の白砂青松100選」に選出された、松林と海岸の景色を同時に楽しめる景勝地。展望所からは沖ノ島が見えることも。

宗像市江口

SPOT 7 鐘の岬活魚センター

新鮮な魚を求めて漁協直営の活魚センターへ

県内トップクラスの漁獲高を誇る鐘崎漁港で、季節ごとの魚介を入荷し一般販売も行っています。手作りの「いかしゅうまい」など、加工品のおみやげも人気。

宗像市鐘崎 778-6　0940-62-1570　(休) 水曜

鐘崎産の旬の魚介類がずらり。

採れたての魚をその場で購入。

SPOT 8 粋工房

ここでしかできないガラス工芸体験

絵付けや吹きガラスの体験工房。鮮やかな「沖ノ島朱」を使った作品が作れるのはここだけ。

宗像市田野2331　0940-62-0272

風情ある街並みを散策 山側エリア

歴史ある街並みと今もなお続く人々の営みを感じられるエリアです。食べて、飲んで、おみやげも買って…気ままな散歩も旅の醍醐味。少し足を延ばせば、スポーツや自然体験ができるスポットも。

SPOT 1 唐津街道

人々の往来を支えた道

江戸時代に整備された、小倉から長崎県平戸をつなぐ北部九州の交通・物流の大動脈。宗像市内には東西に5kmほど街道が走り、「赤間宿」と「原町」エリアが現在も昔ながらの景観を残しています。

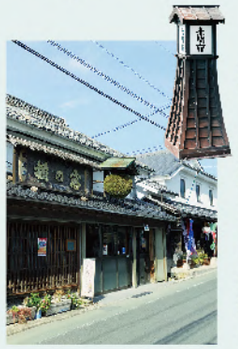
ふたつの街を歩いてみよう

〈 INFORMATION 〉
街道の駅 赤馬館 ✆0940-35-4128

原町

江戸時代の佇まいを今に残す街並み

灯篭の設置や古民家の修繕などを行い、歴史的な景観を守っているエリア。通りには野菜の直売所や蕎麦屋、美術館、古美術店なども。



赤間宿

白壁や格子窓など、建物のディティールに注目

「筑前21宿」のひとつとして栄えた宿場町。造り酒屋や商家が多く、出光佐三氏の生家もこの通りに。2月には赤間宿まつりと酒蔵開きで賑わいます。

SPOT 2 街道の駅 赤馬館

必ず立ち寄りたい観光拠点施設

観光情報コーナーから歴史展示室、地元の食材を使った喫茶・食事処、特産品が並ぶおみやげコーナーまで。宗像の旅はここからスタートすれば間違いなし。

宗像市赤間4-1-8
0940-35-4128
10:00～17:00
お食事 10:30～16:00(OS15:30)
休 月曜(祝日の場合は翌平日)、8/13～15、12/28～1/4

宗像食材を使ったランチ&デザート

▼大島の塩ラーメン

◀季節のパフェ

▲鯛の兜煮定食

おみやげを揃っています

▲宗像あかもくそうめん

▲大島の塩

▼大島宗像金平糖

▲フミ子の生ゆず胡椒大吟 青

3日前までに予約で着付け体験もできます!

SPOT 3 勝屋酒造

“宗像の地”に根付いた日本酒

宗像大社への信仰があつく、御神酒として奉納している「沖ノ島」や、ご神木から名前をいただいた「楢の露」が代表銘柄。

宗像市赤間4-1-10
0940-32-3010
9:00～17:30
休 日・月曜

4月～9月は酒蔵見学が可能!
詳しくはお問い合わせを

(左)
純米 沖ノ島
(右)
上撰 楢の露

SPOT 4 伊豆本店

極上品種のまろやかな味わい

1717年創業の老舗酒造。一度絶滅しかけた幻の酒米「亀の尾」をよみがえらせ、昔ながらの手作業で作り続けています。

宗像市武丸1060
0940-32-3001
9:00～17:00
休 日曜・祝日、不定休

(左)
特別純米酒 亀の尾
(右)
ゆめ宗像 特別純米酒

SPOT 5 グローバルアリーナ

個人も団体も使える多目的スポーツ総合施設

レストラン、ベーカリー、BBQなどが併設された複合施設。最大960人が宿泊可能。入場無料。

宗像市吉留46-1
0940-33-8400
8:30～22:00
休 不定休

海と自然、歴史に囲まれる離島

大島エリア

神湊港渡船ターミナルからフェリーで約25分、あっという間に大島へ到着します。世界遺産・沖ノ島に最も近づける場所であり、中津宮・沖津宮遙拝所を有する、歴史ある神聖な島。同時に、自然豊かなレジャースポットでもあります。

大島でやってみたい3大アクティビティ

SPOT 1 うみんぐ大島

手ぶらでOK！なマリンレジャー施設

人気の海上釣り堀や波止場釣りのほか、シーカヤック、ろ漕ぎ、海中観察などが楽しめる海洋体験施設。多くの道具はレンタルができるので、家族連れもビギナーも気軽にチャレンジできます。

釣り専用の大きな防波堤

完全予約制の海上釣り堀

- 宗像市大島 1822-4
- 0940-72-2361
- 4月～10月／8:00～17:00、11月～3月／8:00～16:00
- 火曜（祝日の場合は翌平日）、12月28日～1月4日

SPOT 2 Bravo! MUNAKATA OSHIMA

オフロードを走るスリル満点のバギーライド

四輪バギー体験ができるほか、BBQが楽しめるエリアも。

- 宗像市大島 2325-1
- bravo-munakata-oshima.com

SPOT 3 カナディアンキャンプ大島牧場

大島一の絶景スポットで馬たちとふれあう

手つかずの自然の中、馬と一緒にトレッキング。馬上からの景色は一生の思い出になること間違いなし。

- 宗像市大島 2804-1
- 0940-62-1912

SPOT 4 九州オルレ

山・海・世界遺産 大島の魅力を網羅したコース

自然を感じながらトレッキングを楽しむ「九州オルレ」。宗像・大島コースは、美しい景観とともに、宗像大社中津宮や大島の最高峰である御嶽山の頂上を目指します。

SPOT 5 大島交流館

大島・沖ノ島の伝統としきたりを知る

「神宿る島と神守る島」をテーマに、島民たちの目線で大島と沖ノ島の伝承を紹介。3D映像や貴重な展示、パネルから島の自然や歴史を学ぶことができます。
※1F展示部分は撮影不可

- 宗像市大島901-4
- 0940-72-2797
- 10:00～16:00
- 月曜（祝日の場合は翌平日）、12月29日～1月3日

大島周遊にはレンタサイクル

大島の移動には、景色の移り変わりや海風を感じられる自転車がおすすめ！大島港渡船ターミナル内、大島観光売店・案内所にて電動アシスト付きのレンタサイクルを貸し出しています。

料金	1,000円（1回）
時間	8:00～18:00

【お問い合わせ先】
0940-72-2226（大島観光案内所）

大島内の移動には、バス・タクシー・レンタカーも。詳しくはP27へ。

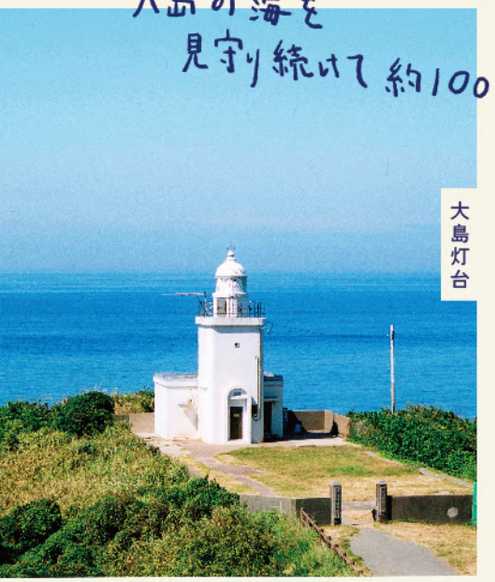
「大島絶景写真館」

四方を海に囲まれた島のいたる所で見られる、絵画のような見事な景色。ぜひ足を延ばしてここでしか見ることのできない絶景を目に焼き付けて。

御嶽山展望台

標高224m、
大島の最高峰の山頂

大島の海を
見守り続けて約100年


大島灯台

島の最西端
から眺める
夕日

津和瀬の夕日

目の前に大海原
ひろがる大草原、

大島風車展望所

朱色の鳥居と
松の緑が美しい
小島

夢の小夜島

ふたつの
鳥居をくぐる
光の参道

中津宮の朝日

空気の澄んだ日には 沖ノ島が
いちばん近くで望める

沖津宮遙拝所

地域の賑わいを次世代につなげる

ひのさとエリア

約50年前に完成した九州最大級の集合住宅である、日の里団地を中心としたエリア。現在の課題に向き合い未来の暮らしをつくる団地再生プロジェクト「さとづくり48」の始動により、地域外からも注目を集めています。

団地の壁をクライミング

SPOT 1 ひのさと48

自然と人が集い 笑い合うさとづくり

老朽化によって解体予定だった日の里団地の48号棟をリノベーション。カフェ、ブリュワリー、DIY工房、保育園などが集まる「地域の生活利便施設」として生まれ変わりました。

宗像市日の里 5-3-98 日の里団地48　0940-25-9299

コミュニティカフェ「みどりtoゆかり日の里」

大人から子どもまで!!

宗像産の野菜を使ったやさしい食事やデザートを楽しみたい大人も、駄菓子屋コーナーに夢中な子どもたちも集まり、自然と会話が生まれます。

101号室にはビールの樽が!!

クラフトビール醸造所「ひのさとブリュワリー」

団地の一室から生まれる、宗像産大麦を使った手作りのビール。国際的なビールコンテストに入賞する本格的な味わいです。時期により種類が変わるので何度も足を運んでみて。

SPOT 2 宗像ユリックス

地域の文化活動も健康も支える複合施設

文化体験やスポーツに利用できる広大な総合公園。施設内にはコンサートホールやプラネタリウム、プール、そしてスポーツやイベントにも使える広場などがあります。

宗像市久原400　0940-37-1311

ここは食材の宝庫

宗像グルメ特集

gourmet

温暖な気候と豊かな自然に恵まれた宗像市にはおいしい食材がたくさん！玄界灘で獲れるさまざまな魚介類、こだわりのえさで育った牛や鶏、みずみずしいフルーツ。四季折々の食を存分に楽しんで。

海の幸

活いか

とろっとした甘みと コリコリ食感がたまらない

いけすに泳ぐいかを直前にさばくので、透き通るように美しく、口の中でも動き続けるほどの新鮮さ。

鐘崎 天然とらふく

高級料亭にも出荷される 冬の味覚の王様

締まった身の歯ごたえと甘み・風味が絶品で、最高級ともいわれる天然フグ。旬を迎える12月～3月にかけて味わうことができます。

ブランド肉

むなかた牛

安心・安全な食を届ける 宗像発信のブランド牛

九州産の飼料米や自家製飼料で育てた牛の赤身肉。赤身の旨みとあっさりとした甘みのある脂、やわらかく歯切れのよい食感が特徴です。

宗像あなごちゃん

地元だからこそ味わえる レパートリー

玄界灘で育った、ほどよく脂がのり身が引き締まったあなご。蒸し・焼き・揚げ…どれも美味ですが、新鮮なお刺身は宗像ならでは。

むなかた鶏

緑豊かな地域でのびのびと育てられた鶏

平飼いの鶏舎で、宗像産の米や海藻を使った飼料で飼育されたブランド鶏。水炊きや唐揚げに向いたやわらかい肉質です。

地島わかめ

宗像大社を通じて皇室にも献上される

色目がよく、肉厚な歯ごたえがあり、そのうえなめらか。玄界灘の荒波にもまれて海の栄養をたっぷり含んだ最高級のわかめです。

旬の地魚を郷土料理「茶漬け」でいただく

茶漬けまつり

春の鯛、夏のあなご、冬の寒ぶり…シーズンごとに地元の飲食店が10軒ほど参加して開催される「茶漬け祭り」。旬の魚を使ったオリジナル茶漬けを提供します。お店によって、味付けも食べ方もさまざまなのでお気に入りを見つけて。

大島あかもく

栄養満点の スーパーフード としても注目！

さわやかな磯の香りと強い粘りが特長の海藻。そのままポン酢をかけても、味噌汁やうどんの具としても。いろいろな使い方ができます。

鐘崎さわら

おいしさの秘密は 船上での“高鮮度処理”

鮮度を保ったままお店や食卓に届けるために、釣ったさわらは船上ですぐ活〆に。淡白な身に脂がのる11月～3月ごろが旬。

フルーツ

いちご

農家が大事に育てた「博多あまおう」

宗像の温暖な気候を利用して栽培されるブランドいちご。人気品種を食べ比べられるいちご狩り農園もあります。

大島甘夏

温暖な気候で育った特産品

「甘夏みかん」と「宝来柑」は船に乗って買い求められるほどの人気。手作業で作られる「甘夏ゼリー」はおみやげにもぴったり。

いちじく

贈答品にも喜ばれる 秋のプレミアムフルーツ

主に栽培されているのは福岡県限定のブランド「とよみつひめ」。とろりとしたなめらかな食感と糖度17度の甘さが特徴です。

ふるさと納税も宗像市で！

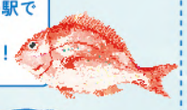
＼ 1日でもこんなに楽しめる！ ／

おすすめモデルコース

PLAN 1 宗像満喫ドライブコース

宗像の主要なスポットを網羅した
大満足の王道コース！

9:00 1 道の駅むなかた（P10）
まずは朝イチの道の駅で新鮮な食材やおみやげをGET！



クーラーボックス持参がおすすめ！

車で5分

10:00 2 海の道むなかた館（P6）
大社へのお参りの前に歴史を学ぼう

歩いて5分

10:30 3 宗像大社辺津宮（P6）
パワースポットの高宮祭場、国宝8万点が眠る神宝館にも足を延ばして

まずは交通安全祈願！

車で5分

11:30 4 鎮国寺（P12）
花々を見て季節を感じて

車で5〜10分

12:00 5 海側エリアでランチ（P10）
国道495号線沿いには海の幸が味わえるお店がいっぱい

車で5分

13:20 6 北斗の水くみ公園（P13）
きれいな海を眺めて少し休憩

車で20分

14:00 7 勝屋酒造（P15）
老舗の酒蔵を見学
※期間限定。詳しくはお問い合わせください。

歩いてすぐ徒歩！

14:30 8 赤馬館（P15）
まったりスイーツ＆おみやげタイム

そのあとは赤間宿をお散歩♪

車で10分

15:30 9 ひのさと48（P19）
ここでしか買えないクラフトビールをおみやげに

安全運転で帰ったあとのお楽しみ

PLAN 2 大島巡りサイクリングコース

レンタサイクルで気軽に
体も心もリフレッシュ！

8:30 1 JR東郷駅

博多駅から約30分！

西鉄バスで15分

9:25 2 神湊港渡船ターミナル発
船の時刻表はP.27

船で約15〜25分

10:00 3 大島港渡船ターミナル着
今日の移動手段、レンタサイクルの受付(P27)

ターミナル内で借りられます

自転車で1分（徒歩4分）

10:20 4 宗像大社中津宮（P9）
湍津姫神にお参り
天の川・牽牛神社・織女神社もチェック

自転車で10分（徒歩20分）

11:00 5 沖津宮遙拝所（P9）
空気の澄んだ日には沖ノ島が見えるかも？

自転車で20分（徒歩40分）

11:30 6 風車展望所
小高い丘の上の赤い風車

フォトジェニックな絶景ポイント！

自転車で15分（徒歩50分）

12:20 7 大島交流館（P17）
世界遺産や大島についてインプット。海の見えるコワーキングスペースもあり！

自転車で1〜10分

12:50 8 ランチ
大島交流館やターミナルの周辺に戻ってランチタイム

漁師サンドや海鮮丼が人気

自転車で2分（徒歩9分）

14:00 9 さよしま
ターミナルすぐそばの漁協直売所でおみやげ購入

大島甘夏やあかもくを使ったおみやげがおすすめ！

自転車で1分（徒歩2分）

14:40 10 大島港渡船ターミナル発

レンタサイクルの返却の時間を計算して早めに到着しておこう！

船で約15〜25分

15:10 11 神湊港渡船ターミナル着

宗像MAP

世界遺産構成資産
九州自動車道
国道
県道・一般道
JR
玄界灘
響灘
沖ノ島
宗像大社沖津宮
地島
つばきロード
白浜港
つばきロード
厳島神社
泊港
大島
大島灯台
風車展望所
砲台跡
宗像大社沖津宮遙拝所
カナディアンキャンプ大島牧場
かんす海水浴場
大島交流館
夢の小夜島
御嶽山展望台
宗像漁協大島直売所「さよしま」
宗像大社中津宮
大島港渡船ターミナル（大島観光案内所）
うみんぐ大島
Bravo! MUNAKATA OSHIMA
神湊港渡船ターミナル
織幡神社
鐘の岬活魚センター
上八（環状交差点）
湯川山
メルキュール福岡宗像リゾート&スパ
瀬戸
高向
岡垣町
さつき松原
浄光寺
玄海ゴルフクラブ
玄海少年自然の家
北斗の水くみ海浜公園
サニックス玄海グラウンド
道の駅むなかた（宗像観光情報コーナー）
孔大寺山
池田
大王寺
山田地蔵尊増福院
ホタルの里公園
カナディアンキャンプ乗馬クラブ
神湊
ユーアイゴルフクラブ
釣川
又田橋
宗像コモン西
宗像コモン東
金山
桜京古墳
山田
ふれあいの森
城山
海の道むなかた館
宗像大社前
鎮国寺
宗像市
宗像大社辺津宮
神宝館
ぐりえいと北
福岡教育大学
城山
八所宮
伊豆本店
須恵橋
くりえいと南
赤間西
教育大前駅
武丸
亀石橋
城西ヶ丘入口
赤間駅
街道の駅 赤馬館
勝屋酒造
赤間宿町
富地原
平山口
上釣川
東郷橋東
東郷橋西
宗像市役所
唐津街道赤間宿
新原・奴山古墳群
赤間構口
正助ふるさと村
グローバルアリーナ
田熊
日の里北口
田熊石畑遺跡
徳重
福津市
東郷高塚古墳
メイトム宗像
日本赤十字九州国際看護大学
東郷駅
宗像ユリックス
光岡八幡宮（大樟）
宮田橋
リサーチパーク入口
日の里8丁目
日の里2丁目
ユリックス西
光岡
野坂
ひのさと48
原町
自由ヶ丘南
新立山
王丸
宗像王丸・天然温泉やまつばさ
唐津街道原町
八並
許斐山
宮若市
東福間駅
宗生寺
福岡国際CC
若宮I.C
山口
九州自動車道
沼口
宗像市
北九州市
福岡市
福岡県

色々えらべる観光スタイル アクセス案内

宗像へのアクセス

バス・JRの詳細はコチラ！ 宗像市ふれあいバス・コミュニティバス　西鉄バス　JR九州

＼もっと詳しく宗像市の情報を観るならコチラをチェック！／

https://www.muna-tabi.jp/　muna-tabi 検索

宗像市
〒811-3492 福岡県宗像市東郷一丁目1番1号
TEL 0940-36-0037
WEB https://www.city.munakata.lg.jp/

宗像観光情報コーナー
道の駅むなかた内
TEL 0940-62-3811
WEB https://www.genkai.com/

タクシー

- 宗像西鉄タクシー株式会社 ☎0940-32-4131
- 宗像グリーンタクシー有限会社 ☎0940-33-3303
- みなとタクシー株式会社 ☎0940-33-1331
- 新星交通有限会社 ☎0940-36-2138

大島島内 ・みなとタクシー 大島営業所 ☎080-1741-3710

レンタカー

- キャルレンタカー 東郷店・森林都市店 ☎0120-076-014
- トヨタレンタカー 赤間駅前店 ☎0940-32-0100
- オリックスレンタカー 宗像店 ☎0940-38-8333
- ガッツレンタカー 宗像店 ☎0940-72-5589

大島島内 ・レンタカー大島 ☎080-1764-2103

市営渡船

船に乗って島へ遊びに行こう!! 神湊から大島まで25分、地島まで15分。運行情報はQRコードから。ウォーキングや海洋体験など島ならではのスポットがたくさん！

【大島渡船】大島港渡船ターミナル（0940-72-2535）

便名	神湊発		大島発	
	船名	時刻	船名	時刻
第1便	フェリー「おおしま」	7:40	フェリー「おおしま」	6:50
第2便	フェリー「おおしま」	9:25※	フェリー「おおしま」	8:35※
第3便	旅客船「しおかぜ」	11:15	旅客船「しおかぜ」	10:15
第4便	フェリー「おおしま」	13:50	フェリー「おおしま」	13:00
第5便	旅客船「しおかぜ」	15:30	旅客船「しおかぜ」	14:40
第6便	フェリー「おおしま」	17:10	フェリー「おおしま」	16:20
第7便	フェリー「おおしま」	19:00	フェリー「おおしま」	18:00

「※」は、地島航路のフェリー就航日の大島就航・第2便は、しおかぜで運航します。

●料金（片道）大人570円、子ども290円
●所要時間フェリーおおしまで約25分、旅客船しおかぜで約15分

【地島渡船】神湊港渡船ターミナル（0940-62-3494）

便名	神湊発			地島発		
	船名	神湊発	泊発	船名	白浜発	泊発
第1便	ニュージのしま	7:45	8:00	ニュージのしま	6:45	6:55
第2便	ニュージのしま	10:05	10:20	ニュージのしま	8:40	8:50
第3便	ニュージのしま	12:20	12:35	ニュージのしま	11:30	11:40
第4便	ニュージのしま	15:10	15:25	ニュージのしま	14:10	14:20
第5便	ニュージのしま	16:40	16:55	ニュージのしま	15:55	16:05
第6便	ニュージのしま	18:20	18:35	ニュージのしま	17:30	17:40
フェリー	―	9:15※	―	―	10:25※	―

「※」は、地島航路のフェリー便。
第2・第4水曜日のみ運航、それ以外は旅客船ニュージのしまで運航します。

●料金（片道）【神湊～泊】大人380円、子ども190円／【神湊～白浜】大人410円、子ども210円
●所要時間【神湊～泊】約15分／【神湊～白浜】約25分

大島観光バス みあれ号・グランシマール号

【時刻表】

停留所	第1便	第2便	第3便	第4便	第5便	第6便	第7便
大島ターミナル	10:10	10:50	11:50	13:00	13:40	14:30	15:10
大島交流館	10:13	10:53	11:53	13:03	13:43	14:33	15:13
沖津宮遙拝所	10:17	10:57	11:57	13:07	13:47	14:37	15:17
御嶽山入口	10:21	11:01	12:01	13:11	13:51	14:41	15:21
砲台跡	10:24	11:04	12:04	13:14	13:54	14:44	15:24
御嶽山入口	10:27	11:07	12:07	13:17	13:57	14:47	15:27
沖津宮遙拝所	10:31	11:11	12:11	13:21	14:01	14:51	15:31
大島交流館	10:35	11:15	12:15	13:25	14:05	14:55	15:35
物産直売所	10:38	11:18	12:18	13:28	14:08	14:58	15:38

●料金300円／1乗車、800円／1日乗車
※乗車券は車内で現金にてお求めください。※毎年冬期間（12月～2月）は運休

大島 レンタサイクル

料金　1,000円／1回
営業時間　8:00～18:00

【受付・貸出場所】
大島観光案内所
（大島港渡船ターミナル内）
☎0940-72-2226

※本誌記載の内容は、2024年4月1日現在の料金及び時刻表になります。その後におきまして内容に変更がされる場合がございます。予めご了承ください。

宗像市