

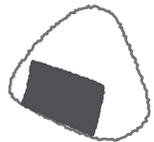
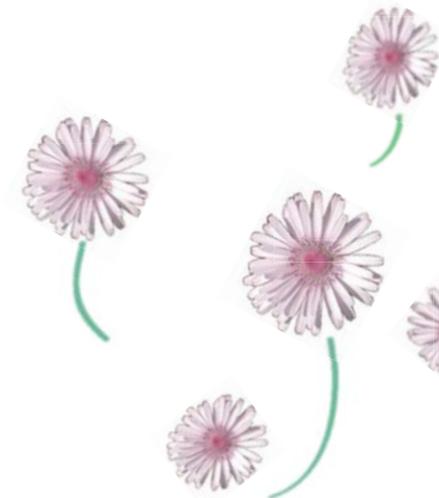
PARK GUIDE

2014
Vol.5

パークガイド

Let's go on a picnic!!

遠足・ピクニックの **ススメ**



パークガイド NO.5 2014年3月発行

Let's go on a picnic!!

遠足・ピクニックのススメ



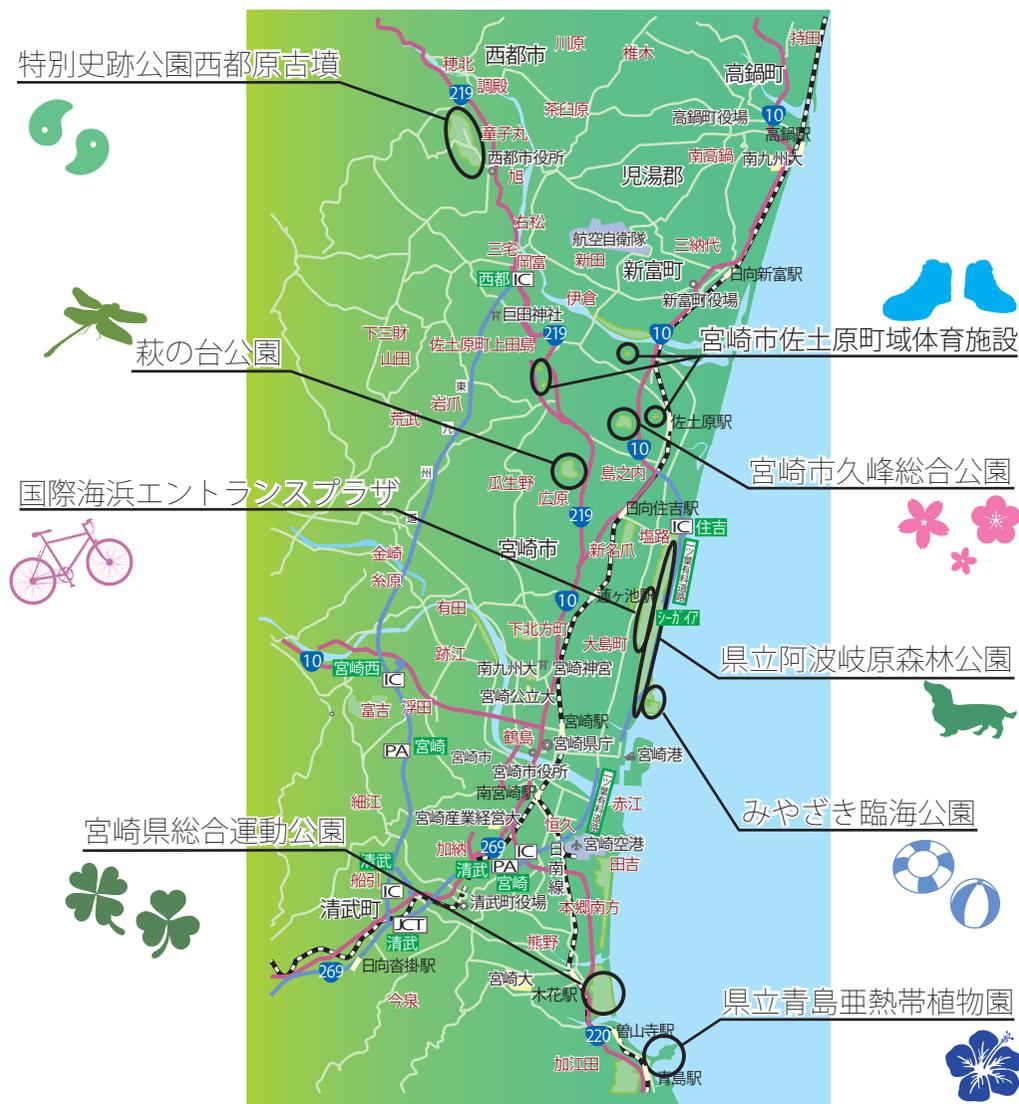
このパークガイドは、一般財団法人みやざき公園協会が指定管理者として管理している公園の情報をお届けするものです。今回は、遠足・ピクニックにオススメな広場やサービス、公園の活用方法などを紹介します。

目次 (Contents)

- * 特別史跡公園 西都原古墳群
古代ロマンと広大な景観に魅せられて... 01
- * 萩の台公園
遠足にビオトープ学習をプラス! 03
- * 宮崎市久峰総合公園
緑のなかでピクニック! 05
- * 宮崎市佐土原町域体育施設
楽しくスポーツ! 健康管理!! 06
- * 国際海浜エントランスプラザ
松林に囲まれた公園でのんびりしましょ♪ 07
- * 県立阿波岐原森林公園
花や緑を楽しむ散策ルート♪ 09
- * みやざき臨海公園
南国ムードたっぷりのビーチで自然と遊ぼう! 11
- * 宮崎県総合運動公園
広い園内をぐるっとハイキング! 13
- * 県立青島亜熱帯植物園
宮崎ならではの植物を学ぼう! 15

凡例 トイレ 身障者対応トイレ オストメイト対応トイレ
 駐車場 レンタサイクル

◆今回紹介する公園◆



遠足・ピクニックを利用する前に・・・

遠足やレクリエーション等で芝生広場などの無料施設を利用されたい団体の皆様には、「施設使用届」等の提出をお願いしております。

詳しくは各公園のHPが管理事務所にお問い合わせください。

特別史跡公園 西都原古墳群

古代ロマンと広大な景色に魅せられて…



芝生広場



春の風景



秋の風景



夏の風景

特別史跡公園西都原古墳群は、自然豊かで構築物が少なく、木々の間からのぞく古墳の神秘的な佇まいには目を奪われます。東西2.6km・南北4.2kmに渡って300余基の古墳が広く分布します。九州最大の前方後円墳・女狭穂塚や帆立貝形古墳・男狭穂塚をはじめ、内部を見学できる13号墳や鬼の窟古墳が有名です。古より存在する古墳を眺めながら雄大な自然の中ゆっくりと羽を伸ばしてみませんか？また公園内を彩る花や木々も観光スポットとして人気です。春は桜や菜の花、夏はヒマワリ、秋にはコスモスと四季を通して楽しめ、考古博物館近くの高取山は、ミツバツツジの名所として知られています。土地に根付いた野草も多く見られ、西都ならではの自然があふれています。

西都原古墳群の歴史を学べる「宮崎県立西都原考古博物館」や古代人の生活を体験できる「古代生活体験館」、地元食材の販売や味覚を味わえる「西都原ガイドンスセンターこのはな館」など西都原公園の魅力を楽しめる施設がありますので、是非ご利用下さい。



竹之内 彩

Staff Comment ♪

一年を通して、景色が大きく映り変わるのが魅力です。特に、春に咲く桜と菜の花は毎年多くの人を楽しんでいます。また第二古墳群の芝生広場は、日差しや木陰もちょうど良く、お友達と遠足や家族でピクニックに最適ですよ。自然の中を散歩しながら、西都原の四季を楽しませてはいかがでしょうか。



園内 MAP

赤、ピンク、オレンジ、紫…高取山のミツバツツジは圧巻！

古代生活体験館

西都原考古博物館

ガイダンスセンターこのはな館

西都原考古博物館

酒元ノ上横穴墓群

鬼の窟古墳

第1古墳群

第2古墳群

第3古墳群

4号地下式横穴墓

男狭穂塚

女狭穂塚

鬼の窟古墳

このはな館で食べられる、西都の食材を使った季節限定メニューは絶品！

古代のロマンがよく分かる…

レンタサイクル
このはな館内「西都市観光協会の案内所」にて無料でレンタルできます。

遠足におすすめな芝生広場

ウメの時期も美しい早春の香りが広がる

鬼の窟古墳
コクハナサクヤヒメに恋をした、鬼の伝説が残っている…

最寄りの駐車場をご利用ください。料金はすべて無料です。

○特別史跡公園 西都原古墳群についてもっと知りたい方はホームページまたは下記の宛先までお問合せください。

西都原ガイドンスセンターこのはな館 TEL：0983-43-6230 開館時間 9:00～17:00
(休館日：月曜日(月曜日が国民の祝日の場合、その翌日))

宮崎県立西都原考古博物館 TEL：0983-41-0041 開館時間 10:00～18:00
(休館日：月曜日(国民の祝日と重なる時は翌日)、休日の翌日(土曜日、日曜日又は休日に当たるときを除く)、年末年始)

特別史跡公園西都原古墳群 管理事務所 〒881-0005 西都市大字三宅西都原 5670
TEL：0983-42-0024(利用時間 8:30～17:30) HP：<http://mppf.or.jp/saito/>

萩の台公園

遠足にビオトープ学習をプラス！



トンボ池



生き物観察



ショウジョウトンボ



チョウトンボ



ヒメガマ



カンガレイ



萩の台公園オリジナルの環境紙芝居

萩の台公園はゴミの埋め立て処分場跡地を整備してつくられました。その一番低い所に水たまりができ、草が生え、どこからともなく生き物がやって来たのが「トンボ池」と名付けたビオトープです。

ひと昔前にはどこにでも見られたガマやヨシが生い茂る風景は最近では珍しいものになりました。春には野草が一斉に花開き、池ではオタマジャクシが泳ぎ回ります。初夏になるとトンボ池の女王のように、チョウトンボが美しい羽を輝かせながらヒラヒラと舞い、赤トンボが群舞します。水のなかでジッと獲物を待つウシガエルも見られます。

トンボ池でビオトープ学習を遠足に取り入れてみてはいかがでしょうか。子供たちが自然の生き物に興味を持ち、自然の成り立ちなど様々なことをここで自発的に学んでくれるはずです。内容を深めようために生き物紹介のリーフを管理事務所に置いてありますし、また、スタッフによる「環境紙芝居」でも子どもたちにもわかりやすいビオトープの解説を行っています。遠足の予約の際などに管理事務所でお問い合わせください。



小林 勝昭

Staff Comment

家族みんなで楽しめる遊具広場や草スキー場、走ったりお弁当を広げたり、いろいろ楽しめる芝生広場、赤トンボやチョウトンボが乱舞するトンボ池など、自然のなかで思いっきり楽しめるのが萩の台公園の魅力です。また、スポーツ施設も充実していますのでぜひ遊びにきてください。



園内 MAP



○萩の台公園についてもっと知りたい方はホームページまたは下記の宛先までお問合せください。

萩の台公園管理事務所
〒880-0125 宮崎市大字広原字竹増迫 7150
TEL: 0985-30-2163 FAX0985-39-5940
E-Mail: haginodai@mppf.or.jp
HP: <http://mppf.or.jp/haginodai/>

開園時間: 5～9月…9:00～19:00、10～4月…9:00～17:00
休園日: 年末年始、毎月第1・3月曜日(第1・第3月曜日が休日の場合、その翌日)



宮崎市久峰総合公園

緑のなかでピクニック！



荒木 浩輔

Staff Comment♪

久峰公園の初春から夏にかけては誠に美しいものであります。梅の花に続いて、河津桜、山桜、染井吉野といった桜たちが咲き、桜が終わればツツジたちが咲いて、アジサイもそれに続くのです。

花木が綺麗な春～初夏にかけて、ピクニックでも如何でしょうか。冒険広場も人気のスポットです。ロングスライダーをはじめとする15種類の遊具があり、休日ともなれば多くの家族連れでにぎわいます。さらに！山手には森林浴の出来る遊歩道があります。

久峰公園・佐土原体育館オリジナルの「佐土原げんき弁当」がオススメです！疲れも吹っ飛んで、午後からも元気モリモリに活動できますよ。試合会場や所定の場所までの配達もできますので、お気軽にご相談ください。(事前にご予約が必要です。)

Flower!



芝生広場でピクニック



アジサイ



梅



冒険広場



春の風景

○久峰総合公園についてもっと知りたい方はホームページまたは下記の宛先までお問合せください。

宮崎市久峰総合公園管理事務所

〒880-0212 宮崎市佐土原町下那珂 13754

TEL・FAX：0985-73-2782

MAIL：hisamine@mppf.or.jp

HP：<http://mppf.or.jp/hisamine/>

開園時間：8:30～22:00 休園日：年末年始



宮崎市佐土原町域体育施設

楽しくスポーツ！健康管理！！



石川 純子

Walking!



Staff Comment♪

「佐土原体育館」は平成23年に完成した新しい体育館で、バスケット2面、バレーボールが3面張れる大きさです。そのため、毎週土日は大きな大会が開催されています。他にもバドミントンやミニバレー、ソフトバレーなどができます。

今回、私がお勧めするのは、佐土原体育館2階のランニング・ウォーキングコースです！夏は暑い陽射しから、冬は乾燥した冷たい風から守ってくれる、女性に優しく嬉しいコースです。もちろん男性にもお勧めです！花粉の時期や雨天時の利用にもご活用いただいております。眺めがいいので、景色を楽しみながらのウォーキングはいかがですか？利用は無料です！！

宮崎市佐土原町域体育施設

宮崎市佐土原体育館	バレーボール3面、バスケット2面、バドミントン8面、フットサル1面、ミニ・ソフトバレー8面、ソフトテニス3面、卓球台24台、ハンドボール1面
西体育館	バレーボール2面、バドミントン6面、ミニバレー6面
農村環境改善センター	バレーボール1面、バドミントン3面
西運動広場	軟式野球2面、サッカー1面、テニス3面



みんなで遊んで健康に



ランニング・ウォーキングコース



広々とスポーツ

○佐土原町域体育施設についてもっと知りたい方はホームページまたは下記の宛先までお問合せください。

佐土原体育館

〒880-0211 宮崎市佐土原町下田島 20688-74

TEL：0985-73-7223 FAX：0985-75-0155

MAIL：sad-sports@mppf.or.jp

HP：<http://mppf.or.jp/sadowara/>

利用時間：9:00～22:00 休館日：毎週火曜日、年末年始



県立阿波岐原森林公園

花や緑を楽しむ散策ルート♪



遊歩道でサイクリング



パークウェイ



冒険広場



一ツ葉入江

県立阿波岐原森林公園には、四季折々の美しい草花や樹木に彩られた4.2kmのパークウェイを始め、森林の中や一ツ葉入江沿いを通る園路など、1日では周りきれない程の散策ルートがあります！通るだけでもリゾート気分が味わえる、一押しエリアです。

爽やかな空気に包まれた松林の中で森林浴を楽しんだり、野鳥や海の生き物達の楽園「一ツ葉入江」で生き物観察など・・・。 散策、サイクリングなどで楽しみながら、自然を感じ「花・みどり・生き物」と触れ合ってみませんか？日頃、気づく事がない新たな発見ができるかもしれませんよ♪管理事務所では、散策マップを配布しておりますので、ご参考どうぞ♪

「サイクリングをしたいけど自転車がない」 という方でも大丈夫です！管理事務所では、年中無休で自転車の貸出しを行っています。大人用、子ども用、マウンテンバイク、2人乗り用などバラエティ豊かな自転車揃っていますので、是非ご利用ください★



Staff Comment ♪

花や緑など自然あふれるこの公園では、散策やサイクリング、ピクニックなどの楽しみ方以外にも、子どもの遊び場・冒険広場や、愛犬とおもいっきり遊ぶ事ができるドッグランでも楽しむ事ができます♪

休みの日には、是非ご家族そろってお越しください！

眞鍋 梨絵



Dog run!

園内 MAP

こちらに掲載しているマップは公園の一部なので、管理事務所まで散策マップをもらってね！



○県立阿波岐原森林公園についてもっと知りたい方はホームページまたは下記の宛先までお問合せください。

県立阿波岐原森林公園管理事務所
〒880-0834 宮崎市新別府町上和田 1336-1
TEL: 0985-23-2635 FAX: 0985-23-2636
MAIL: awaki@mppf.or.jp
HP: <http://www.mppf.or.jp/awaki/>
利用時間: 8:30 ~ 17:00 (年中無休)



みやざき臨海公園

南国ムードたっぷりのビーチで自然と遊ぼう！



南ビーチ



北ビーチ



バーベキュー



シーカヤック

「みやざき臨海公園」は、夏の海水浴シーズンはもちろん、ピクニックやスポーツなど家族そろって一日中楽しめるよう整備された施設です。

サンビーチツ葉南ビーチでは海水浴場がオープンすると大賑わい！波も静かでお子様連れのご家族も安心して海水浴ができます。また、更衣室やシャワー、トイレなども整っているので、快適にご利用いただけます。海の家「浜茶屋」では一年中お食事を提供しており、また、お弁当もありますので、お好きな場所で海を眺めながら食べられますよ！

サンビーチツ葉北ビーチでは、マリンスポーツやバーベキュー、陸上スポーツなどを楽しむことができます。マリンスポーツはパドルボードやシーカヤックなどあり、子ども向け、初心者向けのプログラムもご用意していますので、どなたでも遊べます(有料)。また、バーベキューセットやビーチテニスラケット・バレーボール、バスケットボールなど遊べる道具も準備していますので、家族や友達、恋人、もちろんお一人でも！

サンマリーナ宮崎では、ヨットやボートが間近に見ることができ、多目的広場ではサッカーやレクリエーション、凧揚げなど楽しめたり、展望緑地の展望台からは広大な日向灘が最高の眺めで一望できます。また、釣り護岸では釣りや遊具で遊べたりなど、魅力が盛りだくさん！

みやざき臨海公園は市街地から近く、南国宮崎ならではの植物が立ち並び、海岸沿いの散歩も最高に気持ちいいですよ！ぜひ、遊びに来てね！



緒方 栄一郎

Staff Comment♪

目の前に広がる青い海と、南国ならではの植物が生い茂るこの公園では、一年中バーベキューやマリンスポーツが楽しめます！スポーツコートや釣り公園も無料で利用できるので、遠足やピクニックに最適☆太陽の光と潮風を浴びて身も心もリフレッシュ!!!

Refresh!



園内 MAP



夏休みは海水浴をしよう！



ビーチ用車いすも
ありますよ！



遊具広場

小さな冒険者たち
集まれ！

展望緑地

親水護岸(釣り護岸)

艇庫

遊具広場

多目的広場

マリンスポーツ

浮桟橋

サンマリーナ宮崎

サンビーチツ葉

北ビーチ管理棟

ビーチハウス

バーベキュー広場

北ビーチ管理棟

サンビーチツ葉

北ビーチ管理棟



休憩だけでも
利用できますよ！

気分は
カリフォルニア！



無料休憩施設「浜茶屋」



▲海辺のストレッチは
心も体もほぐれます♪

○公園についてもっと知りたい方は
ホームページまたは下記の宛先までお問合せください。

お問合せ

◆みやざき臨海公園 管理事務所
〒880-0834 宮崎市新別府町前浜 1400-16
TEL: 0985-62-2665 FAX: 0985-62-2773
MAIL: marineparks@mppf.or.jp
HP: <http://mppf.or.jp/marineparks/>
開園時間: 5:00 ~ 22:00 (年中無休)

◆北ビーチ管理棟
TEL・FAX: 0985-29-7844
MAIL: kitabeach@mppf.or.jp



宮崎県総合運動公園

広い園内をぐるっとハイキング！



日向景修園



遊戯広場



バラ園



ソテツ広場

- 主な季節の花
- ・中央広場 花壇の花(年中) サツキ、ツツジ(4月～5月)
 - ・日向景修園 ハナシヨウブ(5月中旬)
 - ・バラ園 バラ(5月～6月・10月～12月)
 - ・県民歌通り コフシ(2月下旬～3月上旬)
 - ・女王ヤシ並木通り ジャカラランダ(5月) ダチュラ(春から秋)

運動公園は「森の中の競技施設」というコンセプトで造られており、園内には約500種42万本の樹木が植栽されています。ヤシ並木やクロガネモチ並木通り等では宮崎の自然を身近に感じることができ、特に北幹線園路では、秋にどんぐりを拾うことができます。持ち帰って工作に使ってみてはいかがでしょうか。

ほっと一息できるスポットとしては、日本人の心を思い出させてくれる県内の優れた景勝地を取り入れた日向景修園や、花の美しさと香りで私たちを惹き付け、心のオアシスであるバラ園があります。お茶やお菓子など持ち合わせて東屋で雰囲気味わってみてはいかがでしょうか。ゆったりくまったりとした時間が過ごせます。

レンタサイクルで運動公園をぐるっと一周して、あなたのお気に入りスポットを見つけに来ませんか？受付・案内所で貸出しています。車の通りも少ないので安全に園内を見回れますよ。



三浦 慎一郎

Staff Comment♪

宮崎県総合運動公園は、宮崎県置県80周年を記念して整備された、みどりの中に体育施設が点在する公園です。スポーツ施設としては知られていますが、季節によって色々な花が咲きほこり、ピクニックで楽しめるスポットが目白押しです。園内でお会いできることを楽しみにしています！

Picnic!



園内MAP

お弁当を食べた後は遊具で遊ぼう！

秋にはどんぐりを拾って工作しよう！

美しいコミュニティと花壇があります。

中央広場

宮崎県青少年自然の家

日向景修園

木の花ドーム

運動広場

遊戯広場

ソテツ広場

児童遊園

バラ園

ソテツ広場から遊戯広場まで徒歩で30分、自転車では15分ほど。紹介したスポットをぐるっと回ってみよう。

日向景修園
ハナショウブの時期にはお茶会を開催します。

楽しい遊具がたくさんあるよ！

○宮崎県総合運動公園についてもっと知りたい方はホームページまたは下記の宛先までお問合せください。

宮崎県総合運動公園管理事務所
〒889-2151 宮崎市大字熊野 1443-12
TEL: 0985-58-6543 FAX 0985-58-4560
MAIL: undou@mppf.or.jp
HP: <http://mppf.or.jp/undou/>
利用時間: 6:00～22:00(スポーツ施設以外) 休園日: 年末年始

旧橋橋の彫刻石

宮崎市の220号大淀川に架かる5代目橋(1932～1975)に使用してあった石が多数中央広場に使用されています。先の大戦時アメリカ軍の爆撃でも落ちなかった橋です。植物のタチバナを彫刻した石が中央広場と日向景修園入口に置かれています。



県立青島亜熱帯植物園

宮崎ならではの植物を学ぼう！



芝生広場



大温室



パッションフルーツのスタードーム

ドームも木陰になって休憩にピッタリです。芝生広場のパッションフルーツのスタードームも木陰になって休憩にピッタリです。

パラボラチョコカフェでは、宮崎県産のマンガーやパイナップルを使ったフレッシュジュース、コーヒーやティーセットを販売しております。芝生広場の景色を楽しみながら休憩できます。

園内にある大温室は高校生以下、障がい者（介助要員1名含む）は無料です。また、小学校などの遠足や大人の団体ツアーでも、事前にご相談いただければガイドツアーも行っていきます。この魅力ある園内に遠足・ピクニックに出かけてみませんか？芝生広場やヤシ広場でお弁当を食べたら園内をぐるっと回ってみよう！

国の天然記念物「鬼の洗濯岩」と「ピロウ樹」がある青島神社の参道沿いの亜熱帯植物園

は、宮崎の亜熱帯気候を代表する植物が植えられています。世界三大花木のジャカランダ

やカエンボク、ブラジルヤシやワシントニア

パームなどのヤシ類、パラボラチョコなど亜熱

帯植物園ならではの植物を学ぶことができます！

Staff Comment



酒井 啓丞

青島亜熱帯植物園では、宮崎の温暖な気候の中で1年中花を楽しむことができます。園内では、芝生広場で走り回ったり、花や海を眺めながらゆっくりとした時間を過ごすことができますので、小さいお子様からご年配の方までたくさんの方の来園をお待ちしております。

Tropical!



園内 MAP



ヤシ広場

花とヤシに包まれながらお弁当を食べよう！



パラボラチョコカフェ

ブーゲンビリアの花が咲く頃はひときわ鮮やか…(4月下旬～5月)



ブーゲンマウンテン



大温室

芝生広場

郷土の森

青島参道南広場

パラボラチョコカフェ

ロータリー花壇

果樹の森

アコウの森

ヤシ広場



パラボラチョコ

カフェの名前にもなっているパラボラチョコ。トゲトゲした幹が特徴的！芝生広場にありま

トロピカルロード

レンタサイクルで紺碧の日向灘を見ながらトロピカルロードを通ったり、青島神社やこどものくにを観光してみよう♪※運動公園(P13)で乗り捨てもできます。



○県立青島亜熱帯植物園についてもっと知りたい方はホームページまたは下記の宛先までお問合せください。

県立青島亜熱帯植物園管理事務所
〒889-2162 宮崎市青島2丁目12-1
TEL: 0985-65-1042 FAX: 0985-55-4803
E-Mail: aoshima@mppf.or.jp
HP: <http://mppf.or.jp/aoshima/>
開園時間: 8:30 ~ 17:00 (年中無休)

鬼の洗濯岩で心も洗濯!

