レンタサイクル情報

■一ツ葉レンタサイクル

県立阿波岐原森林公園、みやざき臨海公園、国際海浜エントランスプラザの3公園でのレンタサイクルです。この3公園のステーションであれば、どこででも自転車の貸出・返却ができるため一ツ葉エリアを巡るのにとても便利です♪

種類	料金
大人自転車	1日　500円
子ども自転車	1日　200円
タンデム自転車	1日　1,000円

※タンデム自転車の貸出は県立阿波岐原森林公園のみです。

貸出・返却場所

県立阿波岐原森林公園 管理事務所
時 8:30～17:00（年中無休）　☎ 0985-23-2635

みやざき臨海公園 北ビーチ管理棟
時 9:00～17:00（年中無休）　☎ 0985-29-7844

国際海浜エントランスプラザ 管理事務所
時 5月～9月　9:00～19:00
10月～4月　9:00～17:00　☎ 0985-32-1369

■フェニックス・シーガイア・オーシャン・タワー（アクティビティーセンター）シーガイア・フォレスト・コンドミニアム（フロント）

アクティビティーセンターとシーガイア・フォレスト・コンドミニアムの2ヵ所で自転車の貸出・返却ができます。

●レンタサイクル（シティ・キッズ・電動アシスト）
500円/1時間、900円/2時間、1,300円/1日（3時間以上）
※チャイルドシート付もございます

※他のタイプもございます。料金等はお問合わせください。

貸出・返却場所

フェニックス・シーガイア・オーシャン・タワー2F アクティビティーセンター
時 8:00～夕方（季節により返却時刻変動）　☎ 0985-21-1324

シーガイア・フォレスト・コンドミニアム フロント
時 8:00～夕方（季節により返却時刻変動）　☎ 0985-21-1333

■市民の森　貸自転車

貸出・返却場所

阿波岐原森林公園 市民の森管理事務所
料 無料（市民の森公園及び北エントランス内のみの利用）
時 9:30～16:30（使用時間1時間以内）　☎ 0985-39-7308
休 年末年始

一ツ葉エリアの公園

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
E-mail：awaki@mppf.or.jp
URL https://www.mppf.or.jp/awaki/
HP

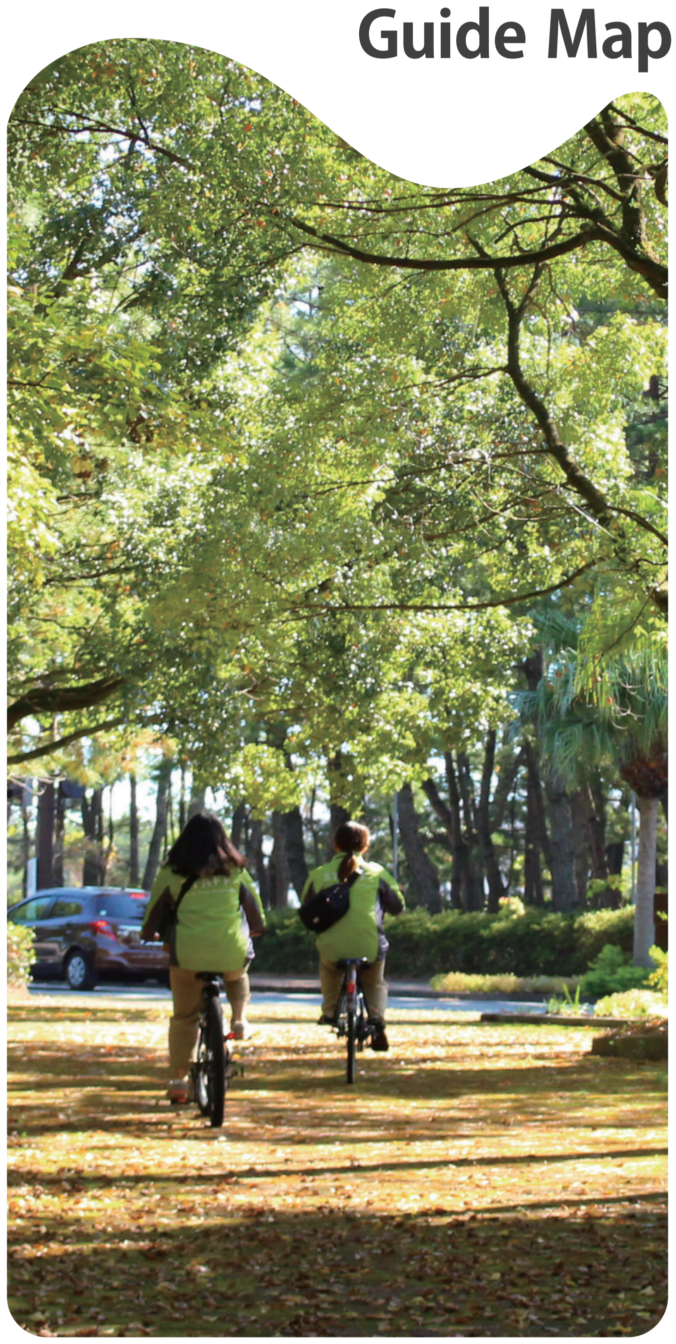
みやざき臨海公園 マリンセンター（管理事務所）
〒880-0834　宮崎市新別府町前浜 1400-16
TEL：0985-62-2665　FAX：0985-62-2773
E-mail：marineparks@mppf.or.jp
URL https://mppf.or.jp/marineparks/
HP

国際海浜エントランスプラザ（管理事務所）
〒880-0836　宮崎市山崎町浜山 414－1
TEL：0985-32-1369　FAX：0985-32-1380
E-mail：plaza@mppf.or.jp
URL https://www.mppf.or.jp/entrance_plaza/
HP

阿波岐原森林公園 市民の森（管理事務所）
〒880-0835　宮崎市阿波岐原町産母 128
TEL：0985-39-7308　FAX：0985-39-7328
E-mail：shimin@mppf.or.jp
URL https://mppf.or.jp/shimin/
HP

マリンパークス ／ 代表構成団体：一般財団法人みやざき公園協会
2025年5月発行

Miyazaki Hitotsuba
Cycling & Walking Guide Map



一ツ葉をぐるっと味わえる サイクリングモデルコース

四季折々の草花が楽しめるパークウェイを走りつつ、ガーデンハウスでお茶を楽しむなど、一ツ葉地域をゆったりと満喫できるコースを設定しました。

赤色のコース（約13㎞）

- 県立阿波岐原森林公園 管理事務所スタート
- 1.1㎞ ❶ パークウェイ入口
- 4㎞ ❷ 国際海浜エントランスプラザ「英国式庭園」
- 3㎞ ❸ 松林園路北側入口
- 3.5㎞ ❹ みやざき臨海公園 北ビーチ
- 2㎞ ❺ 一ツ葉入江
- 350m 県立阿波岐原森林公園 管理事務所ゴール

※1周約1時間～1時間半（休憩時間を除く）

フェニックス・シーガイア・リゾートがオススメするコースです。坂道の少ないフラットな園路のため、親子でサイクリングを楽しめます。

青色のコース（約7㎞）

- フェニックス・シーガイア・オーシャン・タワー スタート
- 1.2㎞ ❶ 松林園路北側入口
- 3.2㎞ ❷ シーガイア・フォレスト・コンドミニアム
- 2.6㎞ フェニックス・シーガイア・オーシャン・タワー ゴール

※1周約30分～1時間（休憩時間を除く）

入口に注意！車にも気をつけて横断しましょう！

松林園路北側入口

松林に一歩入ると、まるで違う世界に来たような気分に。木漏れ日が園路に落とす陰は幻想的で目を奪われます。

みやざき臨海公園 サンビーチ一ツ葉 北ビーチ

トンネルを抜けると、目の前に青い空と海が広がっています！この景色はこれまでの疲れを吹き飛ばしてくれるでしょう。

トンネルは頭上注意！

一ツ葉入江

野鳥観察にぴったりの入江です。空気が澄んでいて気持ち良いですよ。

こまめに水分補給！

国際海浜エントランスプラザ 英国式庭園

サイクリングの合間に、ちょっと一息。英国式庭園ガーデンハウスでティータイムはいかがですか♪

シーガイア・フォレスト・コンドミニアム /シーガイア・フォレスト・コテージ

フィットネスジムもあり、スポーツ合宿や長期滞在にオススメの施設です。津波避難ビルにも指定されています。

県立阿波岐原森林公園 パークウェイ

一ツ葉地域の施設を結ぶ公園道路「パークウェイ」。四季折々の草花や樹木の美しい景色を楽しむことができます。

- サイクリングコース
- ベンチ・東屋等休憩ポイント
- AED設置場所　トイレ
- レンタサイクルステーション

※実際の交通規制に従って走行してください。

一ツ葉エリア　おすすめポイント！

■The BEACH BURGER HOUSE

時 11:00～17:00（L.O 16:00）
☎ 0985-34-9085
休 毎週火曜日・水曜日

■英国式庭園 ガーデンハウスカフェ

時 11:00～16:30（L.O 16:00）
休 不定休

■市民の森 売店「PARK&SUGAR」

時 11:30～16:00
営業日 土曜日・日曜日・祝日 ※年末年始休業

■フェニックス・シーガイア・リゾート

☎ 0985-21-1324（アクティビティセンター）
☎ 0985-21-1333
（シーガイア・フォレスト・コンドミニアム フロント）

■フローランテ宮崎

時 9:00～17:00　☎ 0985-23-1510
休 火曜日（祝日の場合は翌日水曜日）、12月31日（イベントにより変更あり）

※営業日については変更になる場合があります。最新の情報は各施設のHP等をご確認ください。