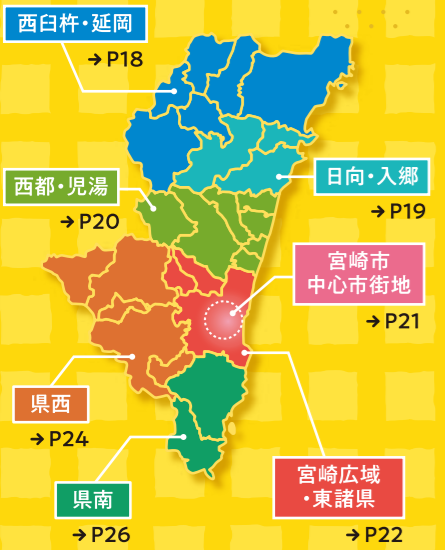




運動 スポット INFO



雨の日OK

左のアイコンがついているスポットには天候に左右されずに利用できる屋内・屋根付き施設があります。

※開園日や営業時間などの情報は各スポットのWebサイトにてご確認ください。

西白杵・延岡

Nishiusuki
and
Nobeoka

日之影町

いや 癒しの森運動公園

日之影町七折12125

- #森林セラピー #「ひのかけ渓谷まつり」開催地
- #駅伝大会発着点 #ウォーキング・ジョギング
- #野球・ソフトボール #サッカー #ゲートボール
- #グラウンドゴルフ #遊具 #ピクニック



延岡市

延岡植物園

延岡市天下町1235-1

- #四季折々の花で彩られた植物園
- #ウォーキング #遊具 #ピクニック



延岡市

すみえ 須美江家族旅行村

延岡市須美江町1450-2

- #環境省の快水浴場百選「須美江海水浴場」
- #レジャーを楽しむ #遊具が充実 #草ソリ場
- #ウォーキング・ジョギング #テニス
- #パターゴルフ #ピクニック #ドッグラン



高千穂町

高千穂町総合公園

高千穂町大字三田井1498

- #名勝高千穂峽を見下ろす #ウォーキング・ジョギング
- #テニス #陸上競技場 #野球・ソフトボール
- #サッカー #ゲートボール #武道館



五ヶ瀬町

雨の日OK

五ヶ瀬町総合公園G-パーク

五ヶ瀬町三ヶ所9223

- #全天候型陸上競技場 #スポーツ合宿に最適
- #ソフトテニス #野球・ソフトボール #サッカー
- #バドミントン #卓球 #バレーボール #剣道
- #トレーニングルーム #ピクニック



延岡市

雨の日OK

北川運動公園

延岡市北川町川内名7330

- #ウォーキング・ジョギング #テニス
- #野球・ソフトボール #バドミントン
- #バレーボール #トレーニングルーム



延岡市

にしな 西階運動公園

延岡市西階町1丁目3800

- #ウォーキング・ジョギング #陸上競技場 #プール
- #野球・ソフトボール #サッカー #ラグビー
- #グラウンドゴルフ #弓道 #遊具 #ピクニック



日向・入郷

Hyuga and Irigou

日向市

ひゅうがみさき

日向岬グリーンパーク

日向市日知屋682-148

- #日向灘を臨む #ピクニック
- #ウォーキング・ジョギング



門川町

雨の日OK

かどがわ温泉 心の杜

門川町庵川1942

- #門川湾を一望できる #ウォーキング・ジョギング
- #バドミントン(室内) #卓球 #バレーボール
- #ミニテニス #遊具 #ピクニック



日向市

ぼくすい 牧水公園

日向市東郷町山陰1267

- #若山牧水の生誕地・東郷町 #山々に囲まれた公園
- #ウォーキング・ジョギング #テニス #河川プール
- #遊具 #草ソリ場



日向市

日向サンパーク

日向市幸脇303-5

- #日向灘を臨む #道の駅に隣接 #ウォーキング・ジョギング
- #テニス #グラウンドゴルフ #遊具
- #幼児用遊具 #ピクニック #ドッグラン
- #草ソリ場



美郷町

美郷レイクランド

美郷町西郷田代5812-1

- #ダム湖の湖畔にあるレジャー施設
- #ウォーキング #トレーニングルーム #プール
- #遊具



西都・児湯

Saito and Koyu

木城町

なかばえ 中八重緑地公園(ピノックパーク)

児湯郡木城町石河内1246-14

雨の日でも遊べる屋根付き広場
#大型トランポリン「ふわふわドーム」
#サッカー #ラグビー #遊具 #健康遊具

雨の日OK



高鍋町

高鍋町スポーツセンター

児湯郡高鍋町大字上江7790

#テニス・ソフトテニス #弓道 #ミニバレー
#バドミントン #卓球 #トレーニングルーム
#ランニングコース(室内)



木城町

いしかわうち 石河内テニスコート

児湯郡木城町石河内533

#スポーツ合宿に最適 #団体宿泊施設に隣接
#テニス



高鍋町

ルピナスパーク

児湯郡高鍋町大字持田5732

#水遊び施設「ウォーターランド」 #遊具が充実
#ウォーキング・ジョギング #ピクニック



木城町

かわばら 川原自然公園(キッズピコパーク)

児湯郡木城町大字川原476

#森の中で遊ぶ #ウォーキング・ジョギング
#プール #遊具 #ボルダリング #カヌー
#マウンテンバイク #ストライダー



都農町

ふじみ 藤見公園

児湯郡都農町川北11798

#ウォーキング・ジョギング #テニス #陸上競技場
#野球・ソフトボール #サッカー #遊具
#ピクニック



川南町

川南町運動公園

児湯郡川南町平田2334-1

#屋根付き運動場 #テニス #陸上競技場
#野球 #サッカー #ラグビー #遊具
#ピクニック



新富町

新富町総合文化公園中央広場

児湯郡新富町上富田6374

#ウォーキング・ジョギング #遊具 #ピクニック



西都市

きよみずだい 清水台総合公園

西都市大字清水松元迫地内

#ウォーキング・ジョギング #野球 #サッカー
#パークゴルフ #遊具 #ピクニック #草ソリ場



宮崎市 中心市街地

Miyazaki city
Central area

宮崎市

へいわだい 平和台公園

宮崎市下北方町越ヶ迫6146

#春は桜、秋は紅葉の名所 #ピクニック
#400体もの「はにわ」が鎮座 #野球
#ウォーキング・ジョギング #健康遊具
#グラウンドゴルフ #遊具 #人工草ソリ場



宮崎市

宮崎中央公園 文化の森

宮崎市宮崎駅東1丁目2-5

#街中の緑地 #ウォーキング・ジョギング
#遊具 #ピクニック



宮崎市

イオンモール宮崎

宮崎市新別府町江口862-1

#ショッピングモールで運動ができる
#ウォーキング・ジョギング #遊具



宮崎市

宮崎県総合文化公園

宮崎市船塚3丁目210

#文化施設と隣接 #ウォーキング・ジョギング
#ピクニック



宮崎市

でみずぐち 出水口公園

宮崎市祇園2丁目79

#野球・ソフトボール #遊具



宮崎市

りんかい みやざき臨海公園

宮崎市新別府町 前浜1400-16

#ウォーキング・ジョギング #バスケットボール
#スケートボード #マリンスポーツ



宮崎市

べっぶがいく 別府街区公園

宮崎市広島1丁目2-1

#グルメや買い物を楽しめるイベントが催される
#ウォーキング・ジョギング #遊具 #ピクニック





宮崎市

天神山公園

宮崎市大坪東1丁目14

#竹林園のある公園 #桜の名所 #ピクニック
#ウォーキング・ジョギング #遊具



宮崎市

大坪池公園

宮崎市花山手東3丁目25-1

#図書館と隣接 #ウォーキング・ジョギング
#遊具 #ピクニック



宮崎市

赤江ふれあい広場

宮崎市大字田吉山内92-3外

#宮崎空港に近い公園 #飛行機が頭上を滑空
#遊具 #ピクニック



宮崎広域 ・東諸県

A suburb of Miyazaki city
and Higashimorokata

宮崎市

久峰総合公園

宮崎市佐土原町下那珂
13754

#桜の名所 #ウォーキング・ジョギング
#テニス #陸上競技場 #野球 #サッカー
#ゲートボール #バタールゴルフ #弓道
#遊具 #ピクニック #草ソリ場



宮崎市

萩の台公園

宮崎市広原7149

#ウォーキング・ジョギング #テニス #サッカー
#軟式野球 #弓道 #遊具 #ピクニック
#草ソリ場



宮崎市

清武総合運動公園

宮崎市清武町今泉甲530

#ウォーキング・ジョギング #テニス #野球
#サッカー #弓道 #トレーニングルーム #遊具
#ピクニック



宮崎市

ひなた宮崎県総合運動公園

宮崎市熊野1443-12

#3km・5km・10kmのウォーキングコース有
#屋内運動場・武道館 #陸上競技場 #テニス
#野球・ソフトボール #サッカー #ゲートボール
#バドミントン #卓球 etc...



宮崎市

阿波岐原森林公園 市民の森

宮崎市阿波岐原町産母128

#松竹や照葉樹林に囲まれた公園 #ピクニック
#はなしょうぶが咲き誇る #遊具 #健康遊具
#ウォーキング・ジョギング



宮崎市

天ヶ城公園

宮崎市高岡町内山2007

#桜の名所 #体育館 #ウォーキング・ジョギング
#軟式野球 #バタールゴルフ #バドミントン #遊具
#バスケットボール #バレーボール #ピクニック

雨の日OK



国富町

国富町運動公園

国富町大字本庄4884-1

#ウォーキング #テニス #野球 #サッカー
#ゲートボール #幼児プール #遊具



宮崎市

生目の杜運動公園

宮崎市跡江4461-1

#ウォーキング・ジョギング #テニス #陸上競技場
#野球・ソフトボール #サッカー #フットサル
#ゲートボール #ソフトバレーボール #ドッジボール

雨の日OK



国富町

法華嶽公園

国富町深年4106-18

#オールシーズン家族で遊べる #幼児用プール
#ウォーキング・ジョギング #テニス #草ソリ場
#グラススキー #バタールゴルフ #マウンテンボード
#イベント広場 #ピクニック #ドッグラン #遊具



綾町

綾馬事苑

綾町北俣2687

#桜の名所 #馬と触れ合える #乗馬体験
#ウォーキング・ジョギング #遊具 #ピクニック



ひといきコラム

Break time!

緑豊かな環境が暮らしのすぐそばに。 宮崎暮らしで外に出ないのもったいない!

温暖な気候と自然に恵まれた宮崎県は、道路にある樹木や自然景観を保護するとともに新たに草花などを植栽する「沿道修景美化条例」を全国に先駆けて制定。暮らしと自然が心地よく融合した街づくりに積極的に取り組んでおり、一人あたりの都市公園面積はなんと全国第5位の広さを誇ります。緑に囲まれた環境でのびのびと身体を動かすことができるのは宮崎ならではの暮らしですね。

※出典:国土交通省「都市公園データベース」(令和4年3月31日 現在)





県西

Western Miyazaki

小林市

のじりこびあ

小林市野尻町東麓5160

#家族で楽しめるレトロなレジャー施設
#ウォーキング・ジョギング #ピクニック
#プール #バターゴルフ #遊具が充実



小林市

小林総合運動公園

小林市南西方208号

#北には九州山脈 #南には霧島連山
#ウォーキング・ジョギング #テニス #サッカー
#陸上競技場 #プール #野球・ソフトボール
#遊具 #ピクニック



都城市

川の駅公園

都城市都島町82

#本格的なアウトドアスポーツが楽しめる
#ウォーキング・ジョギング #3on3バスケット
#クライミング #スケートボード #マウンテンバイク
#インラインスケート #親子で乗れるおもしろ自転車



都城市

しわち 志和池中央ふれあい広場

都城市上水流町1952-3

#霧島連山を望む #パークゴルフ #遊具



都城市

いちどうがおか 一堂ヶ丘公園

都城市山田町山田8529-1

#8.8mの巨大なかかしモニュメント
#ウォーキング・ジョギング #パークゴルフ
#遊具



えびの市

永山運動公園

えびの市大字永山785

#令和5年にリニューアル #テニス #サッカー
#ウォーキング・ジョギング #ゲートボール
#グラウンドゴルフ #ラグビー #遊具
#ピクニック #草ソリ場



高原町

おうじばる 皇子原公園

高原町大字蒲牟田3-251

#木の中で木と遊べる公園 #小動物と触れ合える
#ウォーキング・ジョギング #木育遊具施設
#屋根付き大型木製遊具



小林市

いこま 生駒高原

小林市南西方8565

#高原を埋め尽くす一面の花々
#春はネモフィラ・カリフォルニアポピー
#秋はコスモス #ドッグラン #ウォーキング
#ピクニック #入園料がかかります



都城市

たかざき 高崎総合公園

都城市高崎町大牟田1366

#たちはな天文台 #ウォーキング・ジョギング
#テニス #サッカー #陸上競技場 #野球
#パークゴルフ #フットサル #バスケットボール
#バレーボール #遊具 #ピクニック



都城市

都城市南部ふれあい広場

都城市大岩田町5812-7

#花々に彩られた公園 #ウォーキング・ジョギング
#夏はひまわり #秋はコスモス #サッカー
#パークゴルフ #遊具 #健康遊具 #ピクニック



三股町

かみよね 上米公園

三股町大字榊山115-3

#桜の名所 #都城盆地を一望できる #遊具
#ウォーキング・ジョギング #パークゴルフ
#ピクニック



都城市

おきみずがわ 沖水川市民緑地

宮崎県都城市下川東地先

#小さい子でも安心の水遊び場 #ソフトボール
#ウォーキング・ジョギング #ピクニック



都城市

もちお 母智丘公園

都城市横町6633

#桜の名所 #ウォーキング・ジョギング #遊具
#ソフトボール #サッカー #ラグビー
#ピクニック



都城市

はやみず 早水公園

都城市早水町3867

#ウォーキング・ジョギング #バドミントン #卓球
#ソフトテニス #バスケットボール #バレーボール
#ミニバレー #柔道 #剣道 #弓道 #遊具
#ピクニック



都城市

かんばしら 神柱公園

都城市中原町36

#神柱宮を中心に整備された公園 #相撲場
#ウォーキング #遊具 #健康遊具 #ピクニック



都城市

かんのんいけ 観音池公園

都城市高城町石山4195

#九州最長のスライダーや県内唯一の観覧車
#桜の名所 #ウォーキング・ジョギング
#プール #グラススキー



県南

Southern Miyazaki

日南市

はなたて 花立公園

日南市北郷町郷之原甲2784

#桜の名所 #5~6月頃は虫が見頃
#ウォーキング・ジョギング



日南市

日南総合運動公園

日南市大字殿所2200

#多目的体育館 #おびすぎドーム #陸上競技場
#ウォーキング・ジョギング #プール #遊具 #テニス
#野球・ソフトボール #サッカー #グラウンドゴルフ
#バドミントン etc...



雨の日OK



日南市

はちのす 蜂之巣公園

日南市北郷町郷之原甲2850-1

#ウォーキング・ジョギング #テニス #温泉
#コテージ #オートキャンプ場 #ドッグラン



日南市

雨の日OK

南郷中央公園

日南市南郷町西町1-1

#全天候型施設「南郷くろしおドーム」
#ウォーキング・ジョギング #テニス #サッカー
#野球・ソフトボール #弓道 #トレーニングルーム
#遊具



日南市

ちっこうえん 竹香園

日南市星倉5556-2

#桜の名所 #日本庭園 #テニス #野球
#サッカー #ウォーキング・ジョギング



日南市

ハマボウ公園

日南市下北方付近

#海賊船をモチーフにした大型遊具
#ウォーキング・ジョギング #ピクニック



日南市

いざきはな 猪崎鼻公園

日南市大字隈谷甲

#日南海岸を一望
#予約不要の無料キャンプ場
#ウォーキング・ジョギング

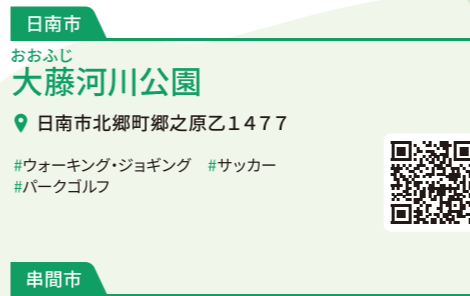


日南市

おおふじ 大藤河川公園

日南市北郷町郷之原乙1477

#ウォーキング・ジョギング #サッカー
#パークゴルフ

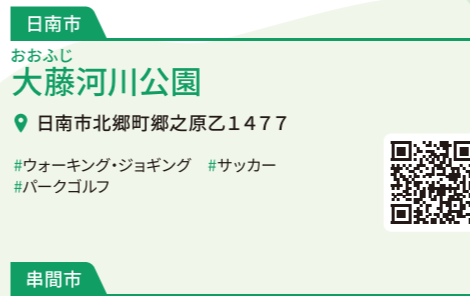


串間市

高松海水浴場

串間市高松

#県内最南端の海水浴場 #海開きは7月中旬から
#キャンプ場を併設 #ピクニック



日南市

道の駅なんごう

日南市南郷町大字贅波3220-24

#日南海岸固定公園 #日向灘を望む
#ジャカランダの森 #垂熱帯作物支場に隣接
#ウォーキング・ジョギング



串間市

と い み さ き 都井岬

串間市大字大納

#野生馬が生息 #国の天然記念物「御崎馬」
#ウォーキング・ジョギング



串間市

串間市総合運動公園

串間市西方9080-1

#ウォーキング・ジョギング #テニス
#陸上競技場 #サッカー #プール
#野球 #弓道 #遊具

