

天岩戸五社めぐりサイクリングコース

高千穂の雄大な自然と、原風景が一望できるサイクリングコース。
天岩戸五社を巡れば、御朱印をもらう事が出来ます！

距離：34.4km
所要時間：3時間30分

- ① 天岩戸神社** (あまのいわとじんじや) **START** 滞在時間：30分

天照大御神がお隠れになった天岩戸を御神体としてお祀りしている。日本神話に記されている天岩戸神話を伝える神社。御利益…所願成就

移動距離：1.7km
移動時間：10分
- ② 落立神社** (おちたちじんじや) 滞在時間：15分

古くから子授安産と防火の神様としてお祀りしている。800m先に妙見様と子授けの湧水がある。御利益…子授安産・防火の神・身体健康・良縁成就

移動距離：7.3km
移動時間：30分
- A 上岩戸大橋** 移動距離：3km
移動時間：20分
- ③ 鉾神社** (ほこじんじや) 滞在時間：15分

祖母嶽大明神の下宮八社の一つ。風難除けの神様としてお祀りしている。境内から望む集落は絶景。御利益…五穀豊穡・風難除けの守護神

移動距離：7.1km
移動時間：20分
- ④ 二嶽神社** (ふたつだけじんじや) 滞在時間：15分

宝年4年(1707年)の刻印のある神鏡があり武家の守護神をお祀りしている。御利益…家内安全・勝負事の神

移動距離：11.2km
移動時間：25分
- ⑤ 石神社** (いしがみじんじや) 滞在時間：15分

十社大明神の使牛を畜産の神としてお祀りしている。境内には牛像が置かれている。御利益…牛馬畜産の守護神

移動距離：4.1km
移動時間：15分

天岩戸神社 GOAL

御朱印情報

天岩戸五社の御朱印が天岩戸神社でもらえます(有料)



注意

※カーブの箇所にこの注意看板が設置してあります！
気をつけて走行しましょう。



START&GOAL

①天岩戸神社 徒歩 15分

天安河原
八百万の神々が集まり神議されたと伝えられるパワースポット！



B 常光寺の滝

祖母山から湧出する自然水が作り出す荘厳な滝。



A 上岩戸大橋

眼下に望む景観と広大なパノラマは絶景！



C 八大龍王水神社

境内にはえのきの老木があり、複雑に絡み合う様は龍神の様である。御利益…勝負事の神




常光寺の滝 ※鉾神社から常光寺の滝まで 移動距離：1.7km 移動時間：7分

上岩戸大橋

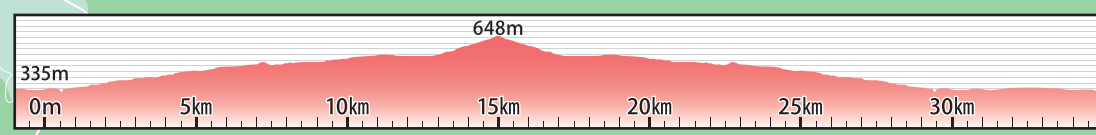
農家カフェ風の道 お問い合わせ先(要予約) TEL:0982-76-1450

③鉾神社

④二嶽神社

⑤石神社

凡例
→ 五社めぐりコース
神社
お手洗い
写真スポット
喫茶



高千穂サイクリングマップ



サイクリングマナー

- 自転車は車道を左側通行しましょう。また、車道は一列になって走りましょう。
- 自転車通行可能な歩道を走行する場合は、歩行者優先で徐行しましょう。
- 薄暗くなってきたら、周りに存在を気づかせるために、ライトを点灯しましょう。(トンネル内も同様) また、後続車に気づかせる為、赤色の尾灯もしくは反射材を付けましょう。
- 当該地区には、信号のない交差点もあります。出会い頭の事故を防ぐため、スピードは控えましょう。
- 飲酒運転は絶対にやめましょう。
- コース付近には野生動物が非常に多いので、走行には十分に注意しましょう。
- 交通量が多い区間がありますので、走行には十分に注意しましょう。

サイクリングマップの注意事項

●本マップで紹介しているコース及び施設には、サイクリングに最適な環境が整備されているわけではありません。コースの一部区間には、整備の悪い箇所や幅員の狭い箇所などがありますので、十分に注意して走行して下さい。

お問い合わせ先
高千穂町観光協会 まちなか案内所
〒882-1101 宮崎県西臼杵郡高千穂町大字三田井802-3
TEL.0982-73-1800

ひなたサイクリング宮崎 検索

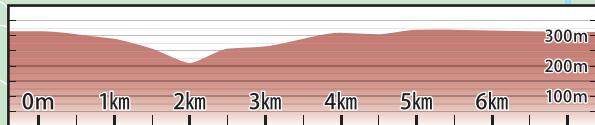


高千穂サイクリングコース

Aコース

高千穂峡を中心とした峡谷美を堪能できるオススメのサイクリングコース!

距離: 6.5km
所要時間: 2時間35分



START まちなか案内所

移動距離: 1km
移動時間: 5分

① 高千穂神社

滞在時間: 30分



高千穂郷八十八社の総社で、神社本殿と鉄造狛犬一対は国の重要文化財に指定。境内には巨樹「夫婦杉」があり夫婦円満の御利益もある。御利益...縁結び・夫婦円満・所願成就

移動距離: 1km
移動時間: 5分

② 高千穂峡

滞在時間: 1時間

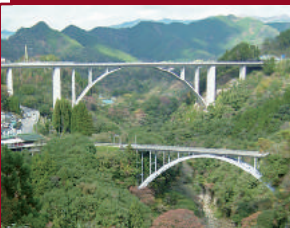


阿蘇火山活動の噴出した火砕流が五ヶ瀬川に沿って流れ出し、急激に冷却された柱状節の素晴らしい峡谷。日本の滝百選に選ばれた「真名井の滝」は絶景。

移動距離: 3km
移動時間: 20分

③ 神都高千穂大橋

滞在時間: 5分



橋長 300m、水面からの高さは約 115mと高千穂峡に架かる絶景ポイント! 高千穂峡から眺める三段橋(神橋・高千穂大橋)は全国的に珍しい。

移動距離: 500m
移動時間: 5分

④ 道の駅高千穂

滞在時間: 20分



神楽面をモチーフにした巨大なモニュメントが目印。地元特産品や新鮮な野菜を販売している物産館やレストランがある。

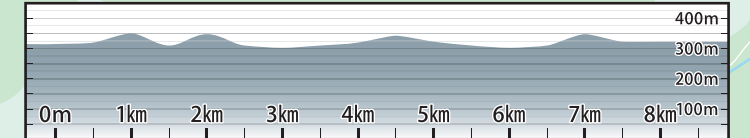
移動距離: 1km
移動時間: 5分

GOAL まちなか案内所

Bコース

神話史跡や、高千穂の原風景が残る棚田など、五感で楽しむことの出来るオススメのサイクリングコース。

距離: 9km 所要時間: 2時間



START まちなか案内所	① 荒立神社 滞在時間: 20分 移動距離: 1km 移動時間: 5分	② 天真名井 滞在時間: 10分 移動距離: 600m 移動時間: 2分	③ くしふる神社 滞在時間: 20分 移動距離: 400m 移動時間: 5分	④ 栃又の棚田 滞在時間: 10分 移動距離: 3km 移動時間: 20分	GOAL まちなか案内所
	天孫降臨の道案内をつとめた神様が結ばれ、荒木で建てた神社。芸能と縁結びに御利益のある神社として有名。御利益...縁結び、交通安全	地上に水がなかった為、神様が天上界から水種を移したと伝えられる場所。樹齢 1300 年のケヤキの根元から水が湧き出ている。	日本神話で天孫降臨の地として伝わるくしふるの峰を神山とし、武道の神様がお祀りされている神社。御利益...所願成就・武道の神	日本の棚田百選に選ばれた景観。棚田による美しい景観は全国的にも評価が高く、美しい田園風景が広がり、世界農業遺産にも認定されている。	



④道の駅高千穂
お問い合わせ先: 0982-72-9123

おおはし案内所
地元特産品販売やレンタサイクルの取次あり!
【レンタサイクル取次】
時間: 8:30~16:00
料金: 1時間/300円
1日(5時間以上)/1,500円

高千穂がまだせ市場
高千穂牛が食べられるレストランや生産者直送の新鮮な野菜を販売している物産館がある。
お問い合わせ先
レストラン和: 0982-73-1109
鬼八の蔵: 0982-73-1831

START & GOAL
まちなか案内所
【電動アシスト付き
レンタルサイクル】
時間: 8:30~17:00
料金: 1時間/300円
1日(5時間以上)/1,500円

あまてらす鉄道(高千穂鉄橋)
雲海橋から眺められ、かつては東洋一高い鉄道橋として知られていた。



- 凡例
- Aコース
 - Bコース
 - 卍 神社
 - 🚰 お手洗い
 - 📷 写真スポット
 - P 駐輪場

高千穂グルメ
情報はこちら