

高千穂・延岡

A guidebook to the setting of the Hyuga mythology and tourist attractions of TAKACHIHO and NOBEOKA.

日向神話の舞台と
観光名所を巡る
ガイドブック



天孫降臨街道を行く



今から1300年以上前につくられた、日本という国の始まりを記録した歴史書『古事記』・『日本書紀』。この中で太陽や山、海、川などの存在は、それぞれ「神」に見立てられた。ここに記された神々による国づくりの物語は長い年月をかけて高天原神話、出雲神話、日向神話という3つの神話となり、後世へと語り継がれている。

日向神話のなかでアマテラスオオミカミの孫・ニニギノミコトが国を治めるために地上に降り立ったという天孫降臨が記された話の舞台となつたのは、「神話のふるさと」と言われる宮崎県の北部地域だ。高千穂に降臨した後、延岡に渡つたとされるニニギノミコト。日向神話の本舞台とされるこの地には、どのような物語が残つているのだろう。

日向神話ゆかりの地を巡りながら、ニニギノミコトの伝説を知る旅に出かけよう。

日本神話つてぜんな話？

まずは日本神話がどういう話なのか、全体の流れを知つておこう。
教えてくれるのは、元延岡市副市長で日向神話研究会顧問・のべおか観光大使
の杉本隆晴さんだ。

大地、海、生きもの：
すべてを生み出した神々の誕生

國や自然、そして人間の成り立ちを
神々のストーリーでつづる日本神話は
大きく分けて3つの物語に分類されます。
まずは日本神話の冒頭部にあたる
神々が暮らす天上界の話を描いた「高
天原神話」から見ていきましょう。こ
こでは日本という國の始まりや生命の

誕生といった自然界の根本的なテーマが描かれています。物語はイザナギノミコトという男神とイザナミノミコトという女神が、協力して島々を生み出します。“国生み”から始まります。2人は最初に「オノゴロ島」という小さな島を作ったのち、そこに移り住み、淡路

島や四国、九州といった島を生み日本列島を作つていきます。その後、海の神や山の神、風の神など、ありとあらゆる神々を生み出していくのです。これはいわゆる生命の誕生を意味しています。

人々が集まつた天安河原

ん坊で周りに迷惑ばかりかけていたため神の国を追放された
ナオノミコトは、母のイザナミノミコトがいる黄泉の国に向かう
に。その道中に姉・アマテラスオオミカミのいる高天原を訪ね
サノオはここでも悪事を繰り返す。怒ったアマテラスオオミカ
ミ我慢できずに、天岩戸という大きな岩屋に隠れてしまう。太陽
神がいなくなったことで世界が真っ暗になったため、八百万の神
の河原に集まり神議を行ったと伝えられている。洞窟の中には
頑をする人々が積み重ねた無数の石積みが見られる。



のべおか観光大使
杉本 隆晴さん



■天安河原
宮崎県西臼杵郡高千穂町岩戸

舞台は天界から地上世界へ

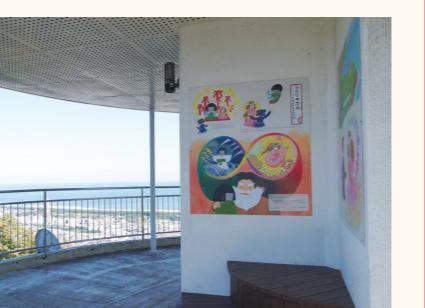


その後、火の神を生んだ際にイザナミノミコトは大やけどを負い、黄泉の国^{よみみ}死後の世界へ行ってしまいます。イザナギノミコトはイザナミノミコトを追いかけて黄泉の国に行きますが、完全にあの世のものとなつたイザナミノミコトの姿に恐れおののき逃げだして、地上に帰り禊^{みよき}をします。その禊によつて生まれたのが高天原を治めるアマテラスオオミカミ、夜の世界を治めるツクヨミノミコト、海原を治めるスサノオノミコトです。

中巻部はスサノオノミコトの子孫・オオクニヌシノミコトが地上世界を治める「出雲神話」。神話の中では地上世界のことを「葦原中國^{あしはらのなかに}」というんですよ。オオクニヌシノミコトが登場する「因幡の白兎」の伝承は知つていません。

初めての「寿命」誕生！

オオヤマツミノカミは、コノハナサクヤヒメと一緒に姉のイワナガヒメもニニギノミコトと結婚させることに。しかしひニギノミコトはイワナガヒメとの結婚は拒否し、彼女を送り返してしまう。実はイワナガヒメにはオオヤマツミノカミから永遠に続く石のような生命力が与えられており、彼女との結婚を逃したニニギノミコトは永遠の命を逃してしまう。ここで初めて神にも「寿命」というものができたとされており、これは人々の命は永遠でなく、いつか必ず尽きてしまうものということを意味していると言われている。



延岡市の愛宕山展望台には、この話も含めた日本神話全体の流れが描かれている（→P12）

天孫ニニギノミコトの軌跡

アマテラスオオミカミの孫、ニニギノミコトが地上に降り立つ。天孫降臨の話から始まる日向神話。この神話の舞台は諸説あるが、その一つに宮崎県北部地域があげられる。ここからは杉本さんの解説を混じえながら、宮崎県北部地域に残るニニギノミコトゆかりの地を巡り、彼の軌跡を追つていこう。

ニニギノミコト（瓊瓊杵尊）
 ・高天原を治めるアマテラスオオミカミの孫
 ・妻はコノハナサクヤヒメで子はホデリノミコト・ホスセリノミコト・ホオリノミコト
 ・御利益は五穀豊穣や国家安泰、良縁成就などその他多数ある



高千穂町国見ヶ丘にあるニニギノミコトと先住民の石像
 ■国見ヶ丘
 宮崎県西臼杵郡高千穂町押方

アマテラスオオミカミからの命令を受けたニニギノミコトは、天と地の境界線にある天の八衛で待っていたサルタヒコノオオカミの道案内を受け、地上に降り立つ。高千穂町にはニニギノミコトが降臨したとされる場所がいくつもある。ひとつは槵觸神社のある槵觸の峰。また、高千穂町と隣の五ヶ瀬町との境にある男嶽・女嶽の2つの峰に分かれる二上山も天孫降臨の場所といわれている。

A 「五伴緒神」という政

天照大神

Q 天孫降臨の場所になぜ高千穂が選ばれたの？



アマテラスオオミカミから国をつくり、人々の暮らしを豊かなものにするための暮らしを豊かなものにするためとされています。地上世界を新たに作るために、どこに降り立つかも重要。降臨する場所には2つの条件があったと言われており、一つは天界から来る神々をあたかく受け入れてくれる先住民がいること。もう一つは水田を開くためには必要な肥沃な大地や豊富な水があること。ニニギノミコトは地上に降臨する際にアマテラスオオミカミより稻穂を授かっていたため、この稻を使つて稻作を始めようとしていたんだでしょうね。宮崎県北部地域はこれら2つの条件に当てはまつたため、天孫降臨の場所として選ばれたのではないで



出会いの聖地＝延岡

そうして高千穂町に天孫降臨をしたニニギノミコトは、国を治めるのに適した土地を求めて五ヶ瀬川沿いを下つて延岡を訪れる。ニニギノミコトは高千穂から延岡に渡る道中、隣の日之影町に立ち寄つたと言われており、この地にある高城山で国見をしたという伝説も。延岡に到着したニニギノミコトは、笠沙の岬でコノハナサクヤヒメと出会う。絶世の美女だったと言われるコノハナサクヤヒメに一目ぼれしたニニギノミコトはすぐにプロポーズし、無事結婚することに。2人が出会つた笠沙の岬は海水位の低下により笠沙山という小高い山へと変わり、現在は「愛宕山」という名称で親しまれている。

2人が出会ったとされる愛宕山（旧笠沙の岬）

その後ニニギノミコトはホデリノミコト（海幸彦）・ホスセリノミコト・ホオリノミコト（山幸彦）という3人の息子に恵まれる。イワナガヒメの一

件（→5ページ）以来寿命が与えられた彼は葦原中國を治めた後に亡くなり、延岡の中心部から向かって北側にある「可愛岳」に葬られたと言われている。



神武東征お舟出の地＝日向市

ニニギノミコトのひ孫として生まれたカムヤマトイワレビコノミコト。彼は日向の高千穂の宮殿で国を治めていたが、東側の地にはここよりももっと素晴らしい土地が広がっているという噂を聞き、兄のイツセノミコトと相談し「天下を治めるために東へ行こう」と決意する。日向（現宮崎県日向市美々津）を出発した一行は、まず宇沙（大分県）を経由して、筑紫の岡田宮（現福岡県北九州市）に滞在し、安芸（広島県）、吉備（岡山県）、白肩津（大阪府）、熊野（和歌山県）などを経て、大和（奈良県）に到着。ここで豪族を倒し、畝火檍原宮（うねびのかしらのみや）を建て天下を治めることに。このようにして初代神武天皇が誕生したと言われている。神武天皇が美々津をお舟出の地に選んだ理由は諸説あるが、一つは入江が深く波が比較的穏やかな港であったからとされている。また上流地域には深い森林があり、船の材料となる木材が容易に確保できたからという理由もあるようだ。

教えて！

杉本さん

Q どうして笠沙山は愛宕山と呼ばれるようになったの？



A 延岡城跡が残る、大瀬川と五ヶ瀬川の間の小さな山に、しかし江戸時代の武将・高橋

笠沙山が愛宕山をこの地に築くことになり、愛宕神社は笠沙山に移されたと言います。その際、笠沙山は愛宕神社を有したことにより、人々から「愛宕山」と呼ばれるようになつたのです。ちなみに大瀬川と五ヶ瀬川も時代が変わらなかで表記の仕方や呼び名が変化しているんですよ。大瀬川は愛

宕山の麓を流れしており、ニニギノミコトとコノハナサクヤヒメがこの川で逢瀬を重ねたとされること。五ヶ瀬川は漢字は同じでも読み方が変化しています。今は「ごかせがわ」と呼ばれていますが、江戸時代には神武天皇の兄であるイツセノミコト（五瀬命）の名前にちなんで「いつせがわ」と呼ばれていたんですよ。

教えて！

杉本さん

Q 天孫降臨の場所になぜ高千穂が選ばれたの？

天孫二ニギノミコト ゆかりの地散策

高千穂編

あまのまない
天真名井

「日向神話」のなかでアマテラスオオミカミの孫であるニニギノミコトは、地上世界を統治するために高千穂に降り立つたとされているが、『日本書紀』や『古事記』のなかに記述されている高千穂がどこの場所を指しているのかは定かではなく、天孫降臨伝説が残る地は宮崎県や鹿児島県など複数ある。宮崎県高千穂町もその伝説が残る場所のひとつ。ここからはこの地に残るニニギノミコトが降り立つたとされる2カ所について（一社）高千穂町観光協会観光振興課の佐藤碩希さんに案内してもらおう。

神々たちの世界、高天原を治めるアマテラスオオミカミより、地上世界をまとめ、人々が幸せに暮らせるような国づくりをするよう命令を受けた孫のニニギノミコトは、神々を従えて下界に降り立つ。ニニギノミコトが降臨した場所について古事記や日本書紀では「高千穂」という記述がされており、同じ地名を持つ宮崎県の高千穂町には、ニニギノミコトが降り立つたとされる地としていくつかの場所が言い伝えられている。一つが同町内にある小高い山「槻觸の峰」

だ。天孫降臨をした場所について、古事記には「久士布流多氣」、日本書紀には「槻觸峯」という記述があり、同じ名前を持つこの場所が天孫降臨地の有力候補の一つだ。

また、天孫降臨の地として日本書紀では「槻日二上峯」、日本風土記では「高千穂二上峯」とも記されていることから、ニニギノミコトは高千穂町と隣の五ヶ瀬町にまたがる「二上山」に降り立つたのではないかとも考えられている。

山全体をご神体とする「槻觸の峰」のなかに建つ神社。社殿は1694（元禄7）年に建てられ、ニニギノミコトの力比べが相撲の始まりと伝えられている。境内には土俵があり、毎年10月に行われる高千穂の秋祭り「槻觸神社例大祭」では、子どもから大人まで参加可能な相撲大会が行われるほか、1～2歳の幼児たちによる、先に泣いた方が勝利となる「うなり相撲」も開催され、おおいに盛り上がる。



ニニギノミコトをはじめ、降臨に従えた神々が祀られている



春の高千穂神社例祭、秋の槻觸神社例祭では神様が休憩する場所となり、神輿の安置や神樂の奉納が行われる

槻觸神社から徒歩約6分の場所にある天真名井。ニニギノミコトが降臨した時、まだ地上には水がなかつたため、天からここに水種を移したと伝えられている。大きな槻の木の根元からは、今も透き通った水が湧き出ている。

■天真名井
宮崎県西臼杵郡高千穂町三田井 472

夜泣き石



■夜泣き石
宮崎県西臼杵郡高千穂町三田井 698・4



境内には
ご神木として、
大きな銀杏の木
あります！

二上神社の甲斐重寛宮司は二上山の男岳と女岳をつなぐ直線上に二上神社、ニニギノミコトやコノハナサクヤヒメをご祭神とする高千穂神社、アマテラスオオミカミが隠れた岩をご神体とする天岩戸神社があることを発見。さらにこの直線を本州まで伸ばしてみると国生みを行ったイザナギノミコトを主祭神として祀る、淡路島の伊弉諾（いざなぎ）神宮が示す『レイライン』とほぼぴったりと当てはまるという神秘的な神々の繋がりに気づいたそう。

※レイラインとは、遺跡や神社などが一直線に並ぶように配置された線のこと。伊弉諾神宮を中心とした太陽の道しるべを線でつないでみると、同神宮から見て夏至・冬至・春秋仲日日の出と日没の方向線上に、国内の重要な神社が揃っていると言われている。

Information

第41回 神話の高千穂建国まつり

高千穂町では「建国記念の日」に合わせて、毎年2月11日に「高千穂建国まつり」を開催。前夜祭で行われる「神様コンテスト」で選ばれたミスター神様や女神様などが高千穂神社から槻觸神社までを練り歩くパレードのほか、高千穂町役場駐車場では踊りのパフォーマンスや玉入れ大会、バザーなどさまざまなイベントが楽しめる。

期 2026年2月11日（水・祝）
所 メイン会場／高千穂町役場駐車場、パレード／高千穂神社～槻觸神社
問 0982・73・1212（建国まつり実行委員会）※土日祝は除く



昨年開催された「第40回神話の高千穂建国まつり」の様子

夜泣き石

天真名井の側にある大きな石。ニニ

ギノミコトとの子どもを3人身籠つたコノハナサクヤヒメは、燃え盛る炎に包まれた産屋の中で出産したと伝わっているが、あまりの難産にこの石に抱きついてお産をしたという伝説が残っている。元々は天真名井の下を流れる神代川の中についたが、河川整備により岸辺に移された。村に災いがある時、石が夜にうごめいて知らせたことから夜泣き石と呼ばれおり、夜泣きの激しい赤ん坊はこの石に触ると泣き止むという言い伝えも。



■二上神社
宮崎県西臼杵郡高千穂町押方 2375・1
☎ 0982・83・1373

二上神社

男嶽と女嶽という2つの峰か

らなる二上山にニニギノミコトが降臨したという言い伝えがあり、女嶽の中腹にはこの山を神体とする二上神社が建つ。ここには国生みを行い日本列島を始め多くの神々を生んだ、イザナギノミコトとイザナミノミコトがご祭神として祀られている。

元々二上山は女人禁制の靈山で、かつては山頂で祭祀を行つていたそうだが、898（自泰元）年に二社に分かれ、現在の場所に創建された。分社は男嶽の麓に「中登神社」という名前で鎮座している。

槻觸神社

くじふる



（一社）高千穂町観光協会
観光振興課 佐藤 碩希（おうき）さん

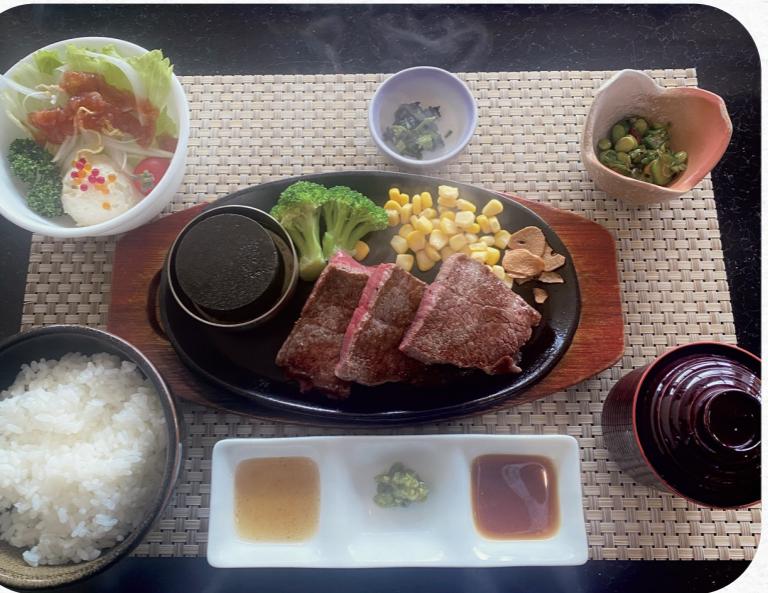
槻觸神社から徒歩約6分の場所にある天真名井。ニニギノミコトが降臨した時、まだ地上には水がなかつたため、天からここに水種を移したと伝えられている。大きな槻の木の根元からは、今も透き通った水が湧き出ている。

■天真名井
宮崎県西臼杵郡高千穂町三田井 472

高千穂グルメを楽しもう！

高千穂牛

高千穂町・日之影町・五ヶ瀬町のある自然溢れる緑豊かな宮崎県西臼杵郡内で生産肥育されるブランド和牛。等級A4以上の厳選された和牛のみが「高千穂牛」という称号を得ることができ、きめ細やかな霜降り肉で、とろけるような旨味と柔らかい肉質が特徴だ。地元ではからし醤油をつけて食べる人が人気で、年代別問わず多くの町民に親しまれている。

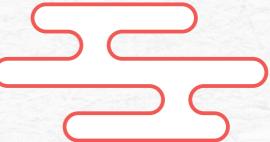


『高千穂牛ステーキコース』ランチ 100 g /2,600 円～、ディナー 150 g /3,300 円～

高千穂牛レストラン 和（なごみ）

高千穂牛を鉄板焼き・テーブルステーキ・焼肉の3種のコースで楽しめる、JA直営のレストラン。ステーキコースでは赤身・ロース・サーロイン・ヒレの中から好みの部位や量を選ぶことができる。夜は、シェフが目の前で調理する「鉄板焼きコース」も人気。肉汁がぎゅっと詰まった高千穂牛は柔らかく、口に入れた瞬間にほろっととろける。

■高千穂牛レストラン和
宮崎県西臼杵郡高千穂町三田井 1099・1
☎ 0982・73・1109
當 11:00～14:30 (ステーキ OS14:00)、
17:00～21:00 (焼肉 OS20:00、ステーキ OS20:30)
休 水曜



竹をくり抜いて作った筒の中に下味をつけた鶏肉や野菜などを詰め、竹ごと火にかけて蒸し焼きにする、高千穂に伝わる郷土料理。「かっぽ」は高千穂の方言で「竹」のことを指し、かっぽ(竹)を器として使用するのがこの料理の特徴のひとつだ。食材を蒸し焼きにすることで、竹から出る香りや油分が具材と混じり合い、まろやかで独特的な風味の料理が出来上がる。

かっぽ鶏



かっぽ鶏作り体験はおにぎり、うどん付

■民宿神楽の館
宮崎県西臼杵郡高千穂町岩戸 92・3
☎ 0982・73・1800 (高千穂町観光協会旅行センター)
時 10:00～14:00 (所要時間約2時間)
料 4,200 円/1名
※1週間前までの要予約、2名～予約可能



竹筒ごと炭火にかけて蒸し焼きに

そば

標高1,000メートルを超える険しい山々に抱かれた高千穂町は、古くから耕作地の少ない環境と向き合いながら、そばをはじめとする雑穀文化を育んできた土地だ。厳しい自然の中で受け継がれてきた食の知恵は、いまも町のあちこちに息づき、そば焼酎や手打ちそばを味わえる店が数多く軒を連ねる。



『天照コース』3,000 円

■そば処 天庵
宮崎県西臼杵郡高千穂町三田井 1180・25
☎ 0982・72・3023
當 11:00～14:30、17:00～20:00 (夜は要予約)
休 木曜



高千穂の伝統神事 夜神楽

ディナーの後の
お楽しみ



手力雄（たぢからお）の舞



御神体の舞

※夜神楽日程については「高千穂町観光協会」
HP を要確認

【毎晩奉納の高千穂夜神楽について】

☎ 0982・73・1213 (高千穂観光協会)

【夜神楽日程表について】

☎ 0982・73・1212 (高千穂町企画観光課)

日本神話に登場する神々が総出演する。同じ夜神楽でも舞う順番や題目は各集落で異なる。高千穂神社にある神楽殿では毎晩20時より1時間夜神楽を開催しており、1年中舞を楽しむことができる。

天孫二ニギノミコト ゆかりの地散策

其のき
二 延岡編 三

高千穂町に降り立つた後、延岡市に移ったとされるニニギノミコト。ここからは延岡市商工観光文化部観光戦略課の長友俊さんに案内してもらなながら、延岡に残るニニギノミコトの伝承地を散策しよう。

延岡市中心部にある標高約251メートルの愛宕山。かつてここは山ではなく、天孫降臨をしたニニギノミコトとコノハナサクヤヒメが出会い、結ばれた場所「笠沙の岬」であつたと言われている。これまで神様に結婚という概念はなく、ニニギノミコトはプロボーズを初めて行つた神様であり、神話の中で結婚について描かれたのはこの2人が初めてだ。このようなロマンチックな神話が残つていることから、愛宕山は「出会いの聖地」とされ、現在も多くの方々が訪れる。麓から山頂までは車で約5分。整備された登山道もあるので、天気の良い日はハイキングもおすすめだ。

二神の愛が芽生えた 愛宕山

(愛宕山笠沙の御崎公園)



■愛宕山展望台
宮崎県延岡市愛宕山
0982・29・2155
(延岡観光協会)



延岡市商工観光文化部
観光戦略課 長友 俊さん

愛宕山(愛宕山笠沙の御崎公園)展望台

山頂には延岡市街や日向灘など一帯を360度見渡せる展望台がある。ニニギノミコトとコノハナサクヤヒメが逢瀬を重ねた大瀬川や、ニニギノミコトが葬られた場所とされる可愛岳などを望むことも。ここからの景色は「日本夜景遺産」や「日本百名月」に選ばれており、夜になるときらきらと輝く町の夜景と、月の明かりに照らされた海の景色が広がる。満月の日にのみ見られる、月明かりで出来た光の道が海上に浮かび上がる様子は、幻想的でロマンチックだ。



展望台下には「出会いの聖地」にちなみ設置された鍵掛けモニュメントも。ここで出会い結ばれたニニギノミコトとコノハナサクヤヒメにあやかろうと、カップルや夫婦などが、永遠の愛を願いに南京錠を掛けに来る。モニュメントの隣には「出会いの鐘」も※南京錠は要持参

愛宕神社

主・有馬直純の妻である日

神社は、愛宕山山頂に向かう道中にある。「出会いの聖地」として親しまれている愛宕山だが、愛宕神社は「火の神」や「火防の神」としてあがめられている。山頂には、愛宕神社の奥宮が祀られており、最も天に近いという意味から「極天さん」という愛称も。元々愛宕山は女人禁制の山とされていたが、徳川家康と織田信長のひ孫で延岡藩

向御前が言い伝えを破り山に登つたことから、女性も入山することができるようになつたという逸話が残つており、境内では登頂した際に奉納したとされる鳥居が見られる。

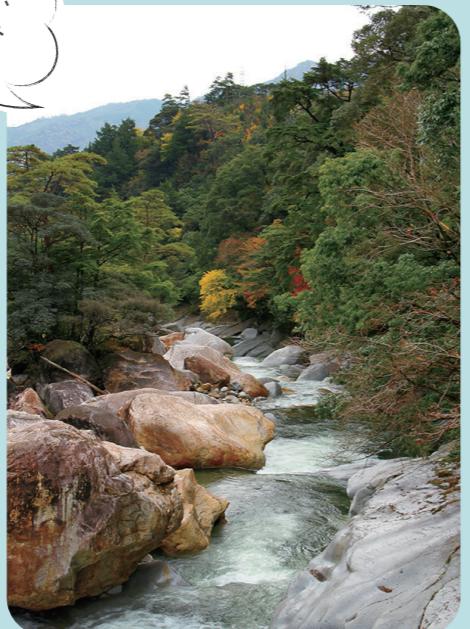
延岡×ホオリノミコト

愛宕山の名前の由来になつた愛宕

神社は、愛宕山山頂に向かう道中にある。「出会いの聖地」として親しまれている愛宕山だが、愛宕神社は「火の神」や「火防の神」としてあがめられている。山頂には、愛宕神社の奥宮が祀られており、最も天に近いという意味から「極天さん」という愛称も。元々愛宕山は女人禁制の山とされていたが、徳川家康と織田信長のひ孫で延岡藩

■愛宕神社
宮崎県延岡市愛宕山
0982・32・2520 (春日神社)

夏は釣りや川遊び、
キャンプを楽しむ
人も多い



ホオリノミコトが幼少期を過ごした場所

大崩山の麓に位置する神さん山には、ホオリノミコトが幼少期を過ごしたという伝説がある。登山道入口から約15分登っていくと、高さ24メートルと15メートルの大きな岩が支えあってできた巨大な岩屋を見る事ができる。この岩屋がどのようにしてできたかは今も謎に包まれており、一説ではホオリノミコトの住居だったのではないかとも言われている。

■神さん山
宮崎県延岡市北川町川内名 10386
0982・29・2155 (延岡観光協会)



■愛宕神社
宮崎県延岡市愛宕山
0982・32・2520 (春日神社)

愛宕神社の境内は
緑に包まれた
神秘的な雰囲気

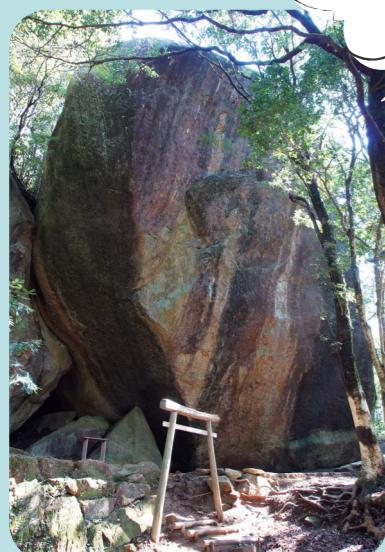


ホオリノミコト(山幸彦)が 産湯に使った祝子川

ニニギノミコトとコノハナサクヤヒメの三男として誕生したホオリノミコト(山幸彦)。延岡市にある大崩山(おおくえやま)の山中を流れる祝子川(ほううりがわ)は、ホオリノミコトがこの川の水を産湯に使つたことからこう呼ばれるようになったと言われている。巨大な石と清らかに流れる水で作り出された渓谷も広がつてお、その壮大な景色は来る人々を魅了する。

■祝子川渓谷
宮崎県延岡市北川町川内名
0982・46・5010
(延岡市役所北川総合支所)

支えあつた2つの岩の間に、
約2メートルの大きさ
正三角形の岩がすっぽりと
はまっている



ホオリノミコトが幼少期を過ごした場所

大崩山の麓に位置する神さん山には、ホオリノミコトが幼少期を過ごしたという伝説がある。登山道入口から約15分登っていくと、高さ24メートルと15メートルの大きな岩が支えあってできた巨大な岩屋を見る事ができる。この岩屋がどのようにしてできたかは今も謎に包まれており、一説ではホオリノミコトの住居だったのではないかとも言われている。

■神さん山
宮崎県延岡市北川町川内名 10386
0982・29・2155 (延岡観光協会)

時空を超えた出会いの西郷隆盛

ニニギノミコトと西郷隆盛



天孫ニニギノミコト 御陵墓参考地



■天孫ニニギノミコト御陵墓参考地
宮崎県延岡市北川町長井
☎ 0982・29・2155 (延岡観光協会)



最後の軍議の様子を再現した部屋



資料館は入館料、駐車場代
無料。高速「北川IC」からも
車で行くことができ、近隣には
延岡の名産品がぎゅう道の駅
「北川はゆま」もあります！

西郷隆盛宿陣跡資料館

ニニギノミコトの終焉地とされる可愛岳の麓に位置するこちらは、彼の御陵墓参考地とされ、現在は宮内庁によつて管理されている。入口にはニニギノミコトが地上に降り立つ際にアマテラスオオミカミから与えられた三種の神器（八咫鏡・八尺瓊勾玉・草薙劍）のオブジェが展示されている。神聖な場所であるため、御陵墓の周りは柵と扉で囲われている。古くから毎年4月3日に地元民による御陵祭が開催されており、通年県内外から多くの観光客が集まる。

西郷隆盛率いる薩軍が宿陣として選んだ児玉熊四郎邸。和田越決戦で大敗した西郷隆盛はここで軍議を開き、薩軍に解散布告令を出したそう。現在、この宿陣は当時の民家をそのまま活用し資料館として整備され、西郷に関するさまざまな資料が展示されている。明治天皇を敬愛していたとされる西郷だが、日本に1着しかなかつた陸軍大将の軍服を、宿陣地の前庭で焼いて、敬愛する明治天皇の祖先神であるニニギノミコトの御陵にお返ししたのではないかと言われており、敷地内では焼却場所を見るこども。

2~4月までの約2カ月間にわたって、延岡市内3カ所の花の名所を会場に、次々と訪れる花の開花に合わせてさまざまなイベントを開催。五ヶ瀬川堤防沿いの300本の「天下一ひむか桜」と100万本の菜の花が見ごろを迎える2月下旬には、祭りのメインイベントとなる「このはなウォーク」が行われる。特設ステージでは、延岡の郷土芸能や歌謡ショーを楽しめるほか、河川敷には延岡グルが食べられる露店が出店。またイベント中には、市内から選出されたニニギノミコトとコノハナサクヤヒメが登場し、来場者との写真撮影を行ってくれる。

期 2026年2月1日(日)~4月5日(日)
※「このはなウォーク」は2月21日(土)・22日(日)
所 延岡城跡・城山公園、慧日山本東寺、五ヶ瀬川河川敷
問 0982・29・2155 (延岡観光協会)

延岡花物語



以前開催された「このはなウォーク」の様子。写真は選出されたニニギノミコトとコノハナサクヤヒメ

天孫ニニギノミコト ゆかりの地散策

其の三
延岡編

コノハナサクヤヒメの父・オオヤマツミノカミにより、神様で初めて寿命を与えられたニニギノミコト。日本書紀によるとニニギノミコトは死後、可愛山陵に葬られたとされている。この可愛岳の場所がどこかはつきりとは記載されていないものの、全国で唯一同じ名前を持つ延岡市北川町の可愛岳がニニギノミコトが葬られた山ではないかとされており、ここには彼にまつわるさまざまな伝説が残っている。近くにある可愛神社にはニニギノミコトが、天神社にはコノハナサクヤヒメが祀られている。

また幕末から明治初期まで活躍した偉人、西郷隆盛もニニギノミコトに深く関係している。明治10年、西郷隆盛を大将とした薩摩軍と明治政府の間で起きた西南戦争。熊本・鹿児島・宮崎と九州各地で激戦となり、兵力と装備の差で圧倒された薩軍はだんだんと勢いを失つていった。延岡方面へ追い詰められた西郷たちは、小高い丘が続く和田越で政府軍と衝突し、西南戦争最後の激戦と言われる「和田越決戦」が繰り広げられる。その戦いに負けてしまつた西郷は、延岡市北川町の俵野地区は三方を山に囲まれているため、敵が攻めてくれば逃げ道を作るには難しく、決して安全な場所とは言えない。ではなぜ、彼はここで宿陣

することを決めたのか。その理由に、ニニギノミコトが関係しているということが史料などで明らかになっている。この宿陣地のすぐそばに可愛岳があり、麓にニニギノミコトの御陵が鎮座している。西郷たちは明治天皇の祖先神であるニニギノミコトが祀られているこの地なら、政府軍も攻撃できないのではないかと考えた。その後、西郷たちは奇跡的に無事、故郷の鹿児島に帰ることができ、ニニギノミコトにより彼らは守られたと言わ

延岡グルメを楽しもう！

延岡三蔵

市内では焼酎、日本酒、地ビールといった異なるジャンルの3つの酒蔵が「延岡三蔵」と称され親しまれており、五ヶ瀬川、大瀬川、祝子川、北川といった一級河川の水を活かした独自の酒造りを行っている。

宮崎ひでじビール

ヤマトタケルノミコトが名づけたという伝説が残る「行縢山（むかばきやま）」の麓にあるクラフトビールブルワリー。すっきりとした飲み口と爽やかな苦み、柔らかなコクが特徴的な『太陽のラガー』をはじめ、エスプレッソコーヒーのようなほろ苦い味わいの『スタウト』、日向夏を使用したフルーティな香りの『日向夏premium』など、多様な味を楽しめる。工場では見学に加え出来たてのビールを味わうこともできる。



『太陽のラガー』 330ml
(アルコール度数 5%) 550円



■宮崎ひでじビール株式会社
宮崎県延岡市行縢町747・58
☎ 0982・39・0090
[直売所]
営 10:00～17:00

千徳酒造

高千穂を水源とする五ヶ瀬川の伏流水と宮崎県産酒造好適米を使用して酒造りを行う宮崎県唯一の清酒専門酒造会社。宮崎県産「山田錦」を使用したふくよかな旨味が特徴の『千徳 純米酒』のほか、宮崎県産酒造好適米「はなかぐら」を低温でじっくりと醸した辛口で後味すっきりの『吟醸酒 はなかぐら』などが人気。



『千徳 純米酒』 1,800ml
(アルコール度数 15.5%) 3,400円



■千徳酒造株式会社
宮崎県延岡市大瀬町2・1・8
☎ 0982・32・2024

佐藤焼酎製造場

祝子川の深層地下水と新鮮な米・麦・芋・栗などを使用した本格焼酎を製造する。まろやかな旨味とのど越しで、料理との相性もぴったりな麦焼酎『天の刻印』のほか、ほのかに甘い栗の香り感じる栗焼酎などほかにはないオリジナリティ溢れる酒が揃う。1ヵ月前までの予約で工場見学をすることもできる。



『天の刻印』 720ml
(アルコール度数 25%) 1,573円



■佐藤焼酎製造場株式会社
宮崎県延岡市祝子町2388・1
☎ 0982・33・2811
[直売所]
営 10:00～16:00
休 土日・祝

チキン南蛮

延岡が発祥の地として知られるチキン南蛮。昭和30年代に市内の洋食店でまかない料理として作られたのが始まりと言われており、一般的には甘酸ダレとタルタルソースをたっぷりとかけて食べることが多いが、延岡では甘酢ダレのみをかけたシンプルなチキン南蛮を味わうこともできる。

元祖チキン南蛮 直ちゃん



『チキン南蛮定食』 1,250円

さっぱりとした鶏胸肉を使用したチキン南蛮が人気の食事処。ここで食べられるチキン南蛮はタルタルソースをかけずに、オリジナルの甘酢ダレのみをかけたシンプルな味わいが特徴。小麦粉をまぶし、溶き卵にくぐらせた鶏肉を独自の技法で揚げることで、きめ細やかな衣ができ、一口食べるとサクサクとした食感と鶏肉のジューシーな脂が口いっぱいに広がる。



■元祖チキン南蛮 直ちゃん
宮崎県延岡市栄町9・3
☎ 0982・32・2052
営 11:00～13:45 (OS)、17:00～19:45 (OS)
※仕込みが切れ次第終了
休 火曜 (月曜は昼のみ営業)

めひかり

日本料理 高浜

1916(大正5)年創業の地元延岡の郷土料理や地酒を楽しめる日本料理店。先代の女将が延岡の新鮮な旬の魚を味わってほしいと考え、めひかりの唐揚げと塩焼きを考案したと言われており、今ではこの町の郷土料理となっている。同店では唐揚げや塩焼きに加え、南蛮漬けや天ぷら、刺身などバラエティ豊富なめひかり料理を楽しむことができる。



『めひかり唐揚げ』 700円
『めひかり』 1,250円



1614(慶長19)年に延岡で作られるようになったといわれており、当初は「皇賀玉（おがたま）饅頭」という名前で親しまれていた。饅頭の形は天岩戸に隠れたアマテラスオオミカミを外に誘い出す為に神々が踊りを披露したという「天岩戸伝説」に登場するアメノウズメノミコトが手に持っていた「おがたま」の実を象ったもの。皮が破れて中の餡が見えることから「破れ饅頭」という名で親しまれるようになった。

破れ饅頭

風の菓子 虎彦 幸町本店

1949(昭和24)年創業の老舗菓子店。延岡発祥の『破れ饅頭』を始め、同市内にある神社「極天様」を名前の由来とするどら焼『極天』や、延岡の秋の風物詩鮎やなをモチーフにした『手焼き鮎やな餅』など地元に根差した和洋菓子を販売する。延岡駅近くにある同店には、さまざまなアートや工芸・手芸の展示、音楽コンサートを行う「虎彦サロン」を併設しており、購入した和洋菓子をその場で食べることができる。



『破れ饅頭』 756円 / 6個入



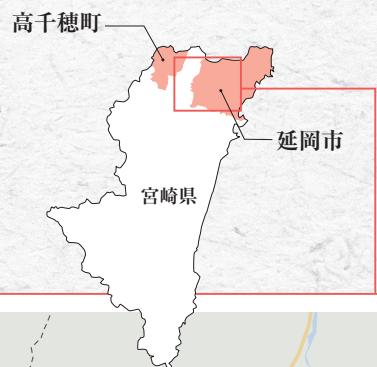
■風の菓子 虎彦 幸町本店
宮崎県延岡市幸町1・20
☎ 0982・32・5500
営 9:00～18:00 (日祝は17:00まで)

2泊3日
おすすめ
旅プラン

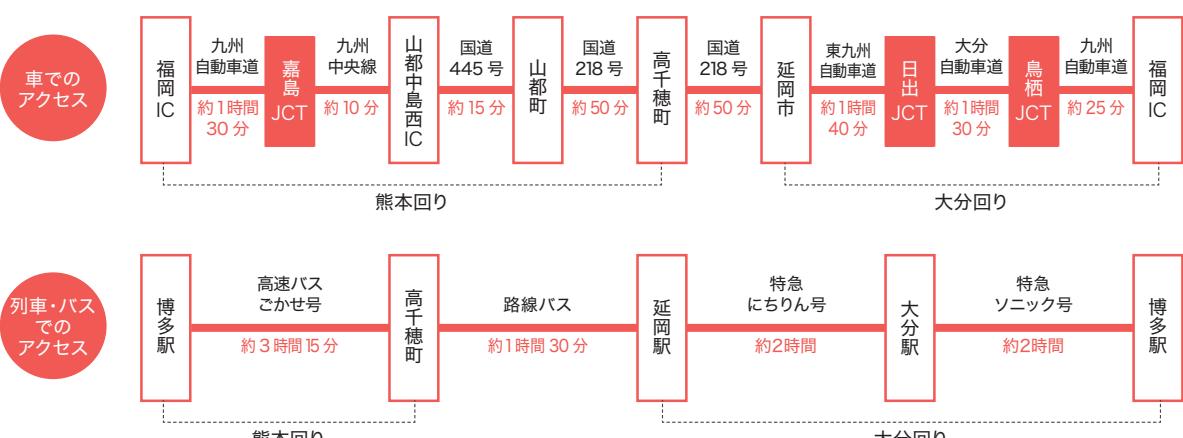
日向神話ゆかりの地が多く残る高千穂・延岡地域。福岡市街地から高千穂町市街地までは車で約3時間、延岡市街地までは車で約3時間30分のほか高速バス1本で到着することができ、程よい遠さを楽しみたい人におススメの旅行地だ。そんなミニ旅にぴったりな高千穂・延岡地域で、ニニギノミコトゆかりの地を巡るおすすめの観光ルートを紹介しよう。



宮崎県 北部地域 MAP



延岡市・高千穂町へのアクセス



©延岡市観光戦略課観光振興係 ☎ 0982・34・7833

©高千穂町企画観光課 ☎ 0982・73・1212