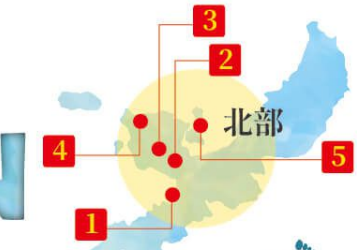
地區介紹 1

NORTHERN

沖繩本島北部地區



行腳沖繩
BEACH&SUNSHINE&OKINAWA

邂逅稀有且多樣的生物

沖繩本島北部受到海拔300 ~ 500m 的群山覆蓋，被稱為「山原。有著山原水雞與野口啄木鳥等珍貴的動物棲息在森林裡。

消耗的體力值 | 停留時間 1hrs

1 海中公園

位於沖繩縣北部、距離部瀨名岬（部瀨名海岬）170m洋面上的沖繩本島唯一的海中展望塔，於此您可身著自己的服裝欣賞海中世界的美麗景色。這兒可謂一處欣賞著熱帶魚放松心靈的樂園。

20mins

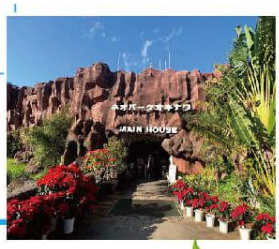
沖繩北部行程之1

1 海中公園
2 名護動植物公園 20mins
3 百年古家大家 10mins
4 今歸仁城跡 25mins
5 古宇利海灘 古宇利塔 15mins

消耗的體力值 | 停留時間 90mins

2 名護動植物公園

在佔地25萬平方公尺的名護動植物公園，是個適合全家大小一起來遊玩的地方，有多達170種以上的稀有動物，以及3600種仙人掌。園內的國際物種保存研究中心，可以看到許多外面少見的動植物。



10mins

消耗的體力值 | 停留時間 80mins

3 百年古家大家

安里家第七代的晋芳於1901年在，在名護市的中山建造了此建築。2001年8月正好屋齡100年，經過修復並維持到現在。“大家（Ufuya）”這個名字來自安里家族的名字。在沖繩，因為姓氏相同的人很多，古時候不常叫個人的姓名，而是多以家族的屋號稱呼。“Ufuya”這個屋號，在沖繩有本家的意思。

25mins

消耗的體力值 | 停留時間 1hrs

4 今歸仁城跡

15mins

築城時間據傳是13世紀左右，雖然沒有現存的建築物，但在沖繩的御城當中規模最大。長達1.5km的城牆描繪著雄偉美麗的曲線，1月下旬到2月上旬期間會舉辦櫻花祭，晚上有夜間打光。

消耗的體力值 | 停留時間 90mins

5 古宇利海灘、古宇利塔

從屋我地島連接古宇利島、全長1960m 的橋。兩側翡翠綠的大海一望無際，由此眺望的美景令人嘆為觀止。海拔高度82m的白色展望塔，是能一望古宇利大橋的絕佳位置。1樓有展示著古宇利島歷史的古宇利島資料館，2樓、3樓是室內展望樓層，屋頂則有甲板露台，能夠看到美麗的大環景。

地區介紹 2

NORTHERN

沖繩本島北部地區

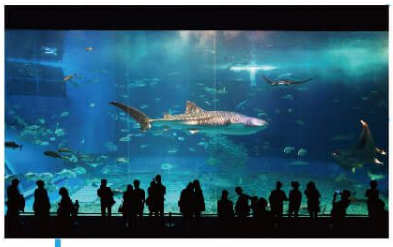
行腳沖繩
BEACH&SUNSHINE&OKINAWA

30mins

消耗的體力值 ★ | 停留時間 90mins

1 Orion啤酒工廠

在日本Orion和朝日，麒麟等都是大品牌，1957年創業，在沖繩北部的名護市建有工廠，占沖繩啤酒產量的5成以上。工廠每天9:20-16:40之間，有免費的工廠見學tour。工廠標榜0污染，所有的玻璃瓶回收利用，所有的啤酒糟粕可以用來做飼料，同時嚴格控制用電，用水。



消耗的體力值 ★★★ | 停留時間 2hr20mins

2 海洋博公園與美麗海水族館

為紀念1975年舉辦的沖繩國際海洋博覽會而建造的廣大國營公園。沖繩美麗海水族館也位於其中。另有可以免費觀賞的海豚秀、擁有閃亮白沙的翡翠海灘、展示超過2,000株蘭花的熱帶夢幻中心、海洋文化館、天文館等設施。

20mins

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 90mins

3 御果子御殿&恐龍園

元祖紅芋菓子本鋪　御菓子御殿名護店「山原亞熱帶之森」於2016年5月3日（週二）重新開幕，改裝後以恐龍為主題，並更名為「DINO恐龍PARK　山原亞熱帶之森」。是日本唯一的筆筒樹原生林，誕生於一億年前的巨大蕨類植物筆筒樹在這裡茂密生長，遊客可以輕鬆地在此漫步於太古森林。這次的改裝一共在亞熱帶植物叢生的「山原亞熱帶之森」中新配置大小不一的52座恐龍模型。

5mins

消耗的體力值 ★ | 停留時間 70mins

4 名護鳳梨園

乘坐著造型可愛、會自動駕駛的不可思議遊園車「鳳梨號」，探索亞熱帶森林、鳳梨田及鳳梨花！
全天候型設施，即使下雨也不用煩惱。在充滿亞熱帶植物的熱帶花園裡散步，享受植物們所釋放的負離子之浴；前往鳳梨工廠參觀，各式各樣的鳳梨產品等您試吃，還有珍貴香甜的鳳梨酒與充滿濃郁香氣的鳳梨蛋糕，更是在此不可錯過的獨家土產！！

行腳沖繩 BEACH&SUNSHINE&OKINAWA

地區介紹

NORTHERN
沖繩本島北部地區

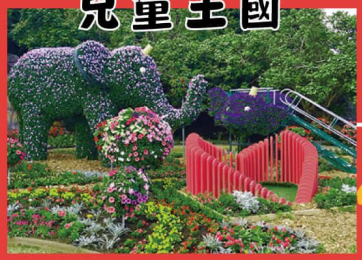
主要祭典

1 本部町
八重岳櫻之森公園

2020年1月18日(星期六)至2月2日(星期日)

沖繩的緋寒櫻是全日本最早盛開的櫻花。
沿著八重岳山路，海拔453公尺，大約有7,000株琉球緋寒櫻美麗盛開。 與日本本土品種不同，緋寒櫻的顏色是深層的粉色，櫻花舒展伸出的樹枝自然成拱形，形成了一條美麗的櫻桃隧道。

3 沖繩市
兒童王國



2020年2月27日(星期四)
至4月5日(星期日)9：30 - 17：30
(4月5日之後 9：30 - 18：00)

沖繩兒童王國的花卉是一個讓您享受微風和春天舒適的地方，在柔和的光線下，花朵令人愉悅。 以日本最好的花牆 “春天的小路與花同行” 為主題，到處都是春天的花朵的 “花牆-花之花-” 將出現，並將迎來沖繩兒童王國開幕50週年。

2 本部町
海洋博公園
中央噴泉廣場

2020年1月25日(星期六)
至4月5日(星期日)8：00 - 19：00

海洋博公園的每個角落都裝飾著五顏六色的鮮花。園區有很多美麗景色，推薦可以與家人和朋友合影。 此外，在此期間還將舉辦 “ 2020年沖繩國際蘭花博覽會” 。 當花園裡開滿鮮花的時候，請務必藉此機會來到海洋博覽公園。

地區介紹 1

NORTHERN

沖繩本島中部地區

行腳沖繩
BEACH&SUNSHINE&OKINAWA

中部的超人氣行程!

不容錯過的主題公園與世界遺產

沖繩本島中部遍布著以歷史、文化、自然為主軸的主題公園。此外，受到珊瑚礁包圍的淺海不僅有美麗的景觀，還能體驗到海水浴、帆船、釣魚等樂趣。

★★★ 消耗的體力值 | 停留時間 40-90mins

1 Bios之丘

BIOS之丘，體會生命的氣息，與大自然的零距離接觸，和家人一同在此閑靜悠然度過沖繩旅行時光。在BIOS之丘，親子一同乘坐獨木舟、遊湖船、水牛車，也可以和園內動物近距離接觸玩耍，深入沖繩亞熱帶的自然環境，是親子能安心同樂的景點。

20mins

★★ 消耗的體力值 | 停留時間 30-40mins

2 萬座毛

位於沖繩本島西海岸恩納村的國家自然公園。萬座毛的由來為「可供萬人齊坐的草原」，「毛」在沖繩指的是原野。地如其名，天然的草原在眼前展開，周圍群生的植物，已被指定為縣立的天然紀念物。此外，還有隆起如象頭般的珊瑚斷岩絕壁，波浪襲來，令人不禁贊嘆大自然的雄偉。

沖繩中部行程之1

1 Bios之丘
2 萬座毛
3 殘波岬燈塔
4 座喜味城跡
5 美國村

★★ 消耗的體力值 | 停留時間 30-50mins

3 殘波岬燈塔

40mins

本地人也會前來釣魚的景點。以白色的大型燈塔為標識的地方。從崖上可以看到大海，海浪拍打著崖邊的巨石，給旅客最震撼的衝擊感。眺望夕陽沉落的完美景點。最近利用這美麗景點拍攝婚紗攝影的外國觀光客也日漸增多。

20mins

★★★ 消耗的體力值 | 停留時間 30-50mins

4 座喜味城跡

建於海拔125米的山坡上，能夠把西海岸盡收眼底。城牆用琉球石灰岩建成，基部為相方砌法，而拱門及其兩側為整齊的布砌法。座喜味城跡的高超石造建築技術，是沖繩城跡中首屈一指的遺跡之一。

30mins

★★★★ 消耗的體力值 | 停留時間 60-120mins

5 美國村

美國村是位在沖繩中部地區北谷町的美濱，距離那霸機場大約20公里，開車需花費40分鐘左右。沖繩曾在第二次世界大戰後被美國統治，歸還給日本後留有美軍駐紮的基地。最初是利用駐日美軍歸還的土地與填海地區所規劃建造而成，由於鄰近的美軍設施與居民為數眾多，遂洋溢著濃厚的美國風情。

地區介紹 2

NORTHERN

沖繩本島中部地區

行腳沖繩
BEACH&SUNSHINE in OKINAWA

消耗的體力值 ★★★ | 停留時間 40-60mins

1 東南植物樂園

30mins

東南植物樂園歷史悠久，早於美治時代的 1968 年揭幕，為當時少數的大型公園，堪稱沖繩人的共同回憶。2010年曾休園，直至2013 年才重開。樂園面積達 15 公頃，分為 Botanical Garden植物園及 Water Garden水上樂園兩部分，一年四季都能賞到不同的花及植物，包括日本最大的龍血樹、猴麵包樹及椰子樹群，為日本最大規模的植物園。

30mins

消耗的體力值 ★★★ | 停留時間 30-50mins

2 琉球村

讓您體驗沖繩文化、藝術，還能夠享受道地美食的超人氣觀光景點琉球村」。村內除了有多種當地土產的商店外還設有各式休息場所、餐廳，讓您能夠全天都在村內快樂遊玩。除了當地的居民以外，遠方而來的觀光客們也非常歡迎您來到琉球村內留下快樂的回憶。

消耗的體力值 ★★★★ | 停留時間 40-60mins

3 泊城公園

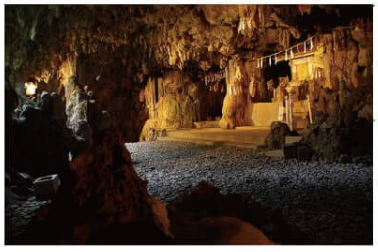
25mins

泊城公園位於沖繩本島西海岸的讀谷村，殘波岬、座喜味城跡皆是周邊的人氣景點。雖然泊城公園並未被沖繩政府定位為觀光景點，但因為地理位置優異，可以欣賞到絕美的海景，近年來也吸引不少遊客前往。

消耗的體力值 ★★★★ | 停留時間 60-120mins

4 美國村

美國村是位在沖繩中部地區北谷町的美濱，距離那霸機場大約20公里，開車需花費40分鐘左右。沖繩曾在第二次世界大戰後被美國統治，歸還給日本後留有美軍駐紮的基地。最初是利用駐日美軍歸還的土地與填海地區所規劃建造而成，由於鄰近的美軍設施與居民為數眾多，遂洋溢著濃厚的美國風情。



消耗的體力值 ★★ | 停留時間 30-50mins

5 普天滿宮

普天滿宮是日本沖繩縣的一座神社，位於宜野灣市的普天間。它是琉球八社之一，也是宜野灣市唯一一座神社。普天滿宮建於一個全長約280m的鐘乳洞中。琉球第一尚氏王朝尚金福王至尚泰久王在位期間，在這個鐘乳洞裡建立了琉球第一座神社-普天滿宮。

行腳沖繩

地區介紹

NORTHERN

沖繩本島中部地區

主要祭典

やちむんの里

2020 2/22(六) - 2/23(日)

10:00 - 19:00

讀谷藝術村

讀谷陶器市集

陶器之里位於沖繩本島中部、恩納村的下方，著名的景點有列入世界文化遺產的「座喜味城遺跡」、斷崖美景「殘波岬」及燈塔，以及集結了陶器工房，這邊相當適合安排開車自駕前往，喜歡買碗、沖繩陶器等藝術工藝品的朋友，一定不能錯過啊～

讀谷藝術村交通：
從那霸國際機場開車過來約 42.5km，車程約60分鐘左右。
Mapcode 請輸入：33 855 144

地區介紹 1

SOUTHERN
沖繩本島南部地區

知性琉球歷史與沖繩文化王國

由7個市町構成的沖繩本島南部。擁有許多觀光景點，除了絕美景點，還有製作沖繩傳統工藝品的設施，以及沒有人工造作的自然海灘等。

行腳沖繩
BEACH&SUNSHINE&OKINAWA

波上宮，為琉球八社之首。雖然波上宮歷經戰爭與重建，但仍保有琉球建築的特色，並與日本本土文化相融，孕育出沖繩特有的建築風格。

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 30mins

1 波之上神宮

40mins

消耗的體力值 ★★★★ | 停留時間 60mins

2 平和祈念公園

位於本島南部的「沖繩戰結束之地」摩文仁，處於能夠眺望到陡峭美麗的海岸線的高原上的公園。展示著照片和遺物等資料的平和祈念資料館。安置著雕刻著沖繩戰所有死去的人名的平和之礎，和安魂及祈求和平用的祈念像的平和祈念堂。

沖繩南部行程之1

1 波之上神宮
↓ 40mins
2 平和祈念公園
↓ 40mins
3 奧武山公園
↓ 10mins
4 國際通

40mins

消耗的體力值 ★★★★ | 停留時間 60mins

3 奧武山公園

除了有著名的超長溜滑梯外，是個融合性的公園，包含棒球場、武道館、田徑場等運動設施，也是日本職棒讀賣巨人隊的訓練基地，那霸馬拉松、那霸大綱挽祭等活動也都在此舉行。

10mins

消耗的體力值 ★★★★ | 停留時間 90-120mins

4 國際通

國際通位於那霸市中心，為那霸最熱鬧的一條街，又稱「奇跡的一英里」，全長1.6公里，餐廳、百貨、土產紀念品店、服裝店、藥妝品店林立，轉進小巷中則可探訪特色小店、海鮮市場及居酒屋。

地區介紹 2

SOUTHERN
沖繩本島南部地區

行腳沖繩
BEACH&SUNSHINE&OKINAWA

消耗的體力值 ★★★★ | 停留時間 90mins

1 國際通

30mins

無論日夜皆熱鬧的國際通，可說是全沖繩最好逛的街，所有來到沖繩必吃的推薦美食、必買的伴手禮和紀念品等，在這條大街上就能一次滿足。

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 90mins

2 ParcoCity

購物中心在2019年6月誕生啦！這裡有許多從時尚品牌、化妝品、伴手禮及雜貨等店舖，另外壽司、燒肉、拉麵到日本料理店也應有盡有。

40mins

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 90mins

3 ParcoCity

自從瀨長島上開設「琉球溫泉瀨長島飯店」後，這裡逐漸成為觀光地，2015年更因白色的露天商場「瀨長島 Umikaji Terrace」開幕，被冠上沖繩地中海、小希臘的美名，成為拍照打卡聖地。大家不但可以在此一邊欣賞美景一邊享用美食，在海風吹拂下悠哉購物，還能眺望夕陽泡溫泉呢！

10mins

沖繩唯一一間Outlet，集結100多家品牌精品店，Outlet為半開放式的空間，即使下雨也能盡情享受購物樂趣，是許多人來沖繩必逛的購物中心。

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 90mins

4 Ashibinaa Outlet

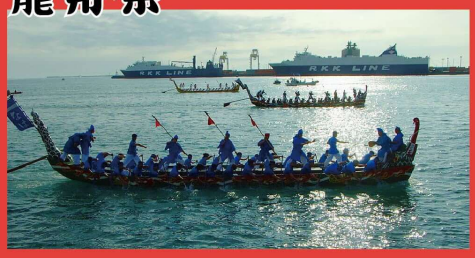
行腳沖繩 REACH & SUNSHINE & OKINAWA

地區介紹

SOUTHERN
沖繩本島南部地區

主要祭典

1 那霸市 龍舟祭



5月日本黃金週連假

沖繩的龍舟文化起初在農曆五月初五舉行，隨著日本改用新曆後，划龍舟也改變舉行的時間，抹些地區則仍保有以農曆來過傳統節日的習慣。雖然沖繩各地舉行划龍舟的時間有異，但基本上是在夏天舉行。

2 那霸市 大拔河

10月上旬
日本 國定假日
「體育之日」前後

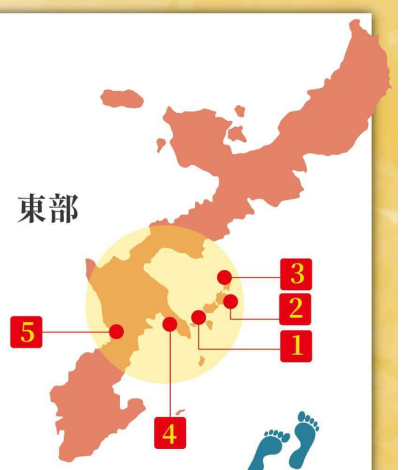
那霸大拔河是沖繩著名的大型拔河比賽，兩旁參與的民眾可以使用支繩拉動粗繩拔河，拔河活動結束後，也能夠在工作人員指示下將一部分的繩子帶回家，有著「把幸福帶回家」的意思。一連三天晚上在奧武山公園皆有放煙火，讓祭典期間不論白天或夜晚都充滿著熱鬧的氣息。

3 沖繩全島 太鼓舞祭

每年不固定，大約8月下旬～9月上旬沖繩全島太鼓舞祭是為期三天的大祭典，集結了沖繩全島的和樂器樂團，讓太鼓、三線、以及沖繩特有的樂音在會場內飄揚，讓人聽得如癡如醉。

地區介紹 1

EASTERN
沖繩本島東部地區



行腳沖繩
BEACH&SUNSHINE&OKINAWA

縱橫絕美夢幻琉璃色海岸線

沖繩東部留有許多神話故事中的能量景點，美麗又耐人尋味。廣闊的海岸線令人心曠神怡。

沖繩東部行程之1

1 海中道路
↓ 20mins
2 命御庭製鹽產
↓ 20mins
3 大泊沙灘
↓ 25mins
4 勝連城跡
↓ 20mins
5 激安殿堂宇流麻市

消耗的體力值 ★ | 停留時間 45mins

1 海中道路

全長4.7公里的跨海大橋「海中道路」通向四座小島，這裡留有許多神話故事中的能量景點，美麗又耐人尋味。

20mins

消耗的體力值 ★★★★ | 停留時間 60mins

2 命御庭製鹽廠

命御庭內的餐廳，提供了使用自家製命之鹽的沖繩麵、咖哩、義大利麵、甜點等料理，也在商店內販售著只有在這裡才買的到的限定商品，值得一見的是，從工廠見學中的透明窗，可欣賞到由鹽堆積而成如同雪景般的美麗場景。

20mins

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 60mins

3 大泊沙灘

大泊沙灘沒有許多的外國觀光客，大部分是當地人，這裡的海水相當乾淨清澈，隨處可見隨浪悠遊的小魚，足以讓人稱之為「沖繩秘境海灘」。

世界文化遺產勝連城跡勝連城跡約建於13至14世紀之間，分為南城、內城、北城三個城郭。於1972年5月被指定為國家的歷史遺跡。

25mins

消耗的體力值 ★★★ | 停留時間 45mins

4 勝連城跡

20mins

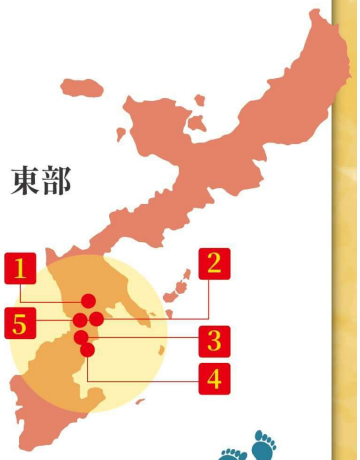
消耗的體力值 ★★ | 停留時間 2hrs

5 激安殿堂

說到日本藥妝好買的店「激安殿堂」絕對是必逛，只要去一趟就能直接把你需要的日本藥妝、電器、零食通通都購足。

地區介紹 2

EASTERN
沖繩本島東部地區



行腳沖繩
BEACH&SUNSHINE&OKINAWA

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 60mins

1 兒童王國村

有動物園、大型廣場、花園水池以及遊樂設施，裏頭還有親子餐廳，是一個非常的適合帶小朋友來玩耍複合式的親子景點，沖繩兒童王國不但深受沖繩在地人的喜愛，也非常受到外國遊客的樂愛，每到假日總是滿滿的人潮。

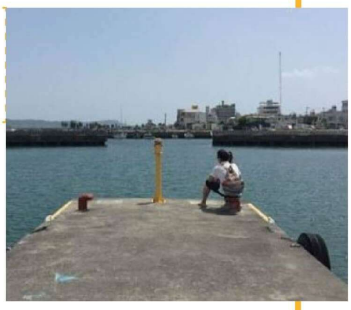
25mins

沖繩東部行程之2

1 兒童王國村
↓ 25mins
2 泡瀨漁港
↓ 20mins
3 中城城跡
↓ 10mins
4 中城公園
↓ 15mins
5 永旺來客夢

消耗的體力值 ★ | 停留時間 30mins

2 泡瀨漁港



這裡主打新鮮直送的龍蝦、海膽、生魚片等等各種海產，可以說是海鮮愛好者的天堂，不僅各國觀光客會來踩點，連當地的日本媽媽們也會定期至此採買漁貨。

20mins

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 45mins

3 中城城跡

宛如重回琉球王國時代的中城城跡。利用自然的岩石和地形建成，及當時精巧的石塊堆砌技術，親眼見證歷史之宏偉。屬於「琉球王國古城及其相關遺產」之一，被登錄為世界遺產。

10mins

消耗的體力值 ★★ | 停留時間 60mins

4 中城公園

沖繩免費遊樂設施最充實豐富的公園中城公園　是包含世界遺產中城城跡在內沖繩最大的縣營綜合公園。除此之外獨一無二的巨型跳床令人為之興奮！實為最充實豐富的公園也不為過。

15mins

消耗的體力值 ★★★ | 停留時間 2hrs30mins

5 永旺來客夢

永旺夢樂城沖繩來客夢繼續有店鋪更新，目前擁有免稅店舖108店舖，是沖繩縣內最大級。不僅店鋪眾多，美食也很豐富，且隨處都有坐著休息的地方，貼心又好買。

行腳沖繩 REACH & SUNSHINE in OKINAWA

地區介紹

EASTERN
沖繩本島東部地區

主要祭典

1 鬥牛

2020年
1月2、3、5日
2月16日
3月1、8、15日

沖繩鬥牛與西班牙自古盛行的鬥牛士鬥牛不同，而是牛與牛進行一對一的決鬥。

鬥牛用的牛隻全部採用公牛，而且皆為網羅自日本各地的強悍品種。比賽採分級制，重量級的組別是由超過一公噸的牛隻彼此相鬥。一次鬥牛大會將進行約10場比賽，一場比賽有時快的話幾秒鐘就能定勝負，慢的話也有超過30分鐘的超長比賽。

鬥牛場只有一處牛隻的出入口，並由土壘和鐵柵欄圍成一塊直徑約20公尺左右的賽場，觀眾席環繞四周，呈研缽狀層層往上。石川多目的巨蛋包含站票一次可容納約4000人同時觀賽。

2 EISA節

第15屆Uruma市Eisa節

2020 9/18(五) - 9/20(日)

以沖繩舞而聞名的艾薩（Aisa）是一種紀念佛陀舞，自古以來就在舊托盤的最後一天（農曆7月15日）散發其祖先的靈魂。 對於那些珍視祖先的沖繩人來說，這已成為重要的事件。