

うぶらり、 うみまち。



宇美町（うみまち）

福岡市の東に位置する宇美町は歴史や自然に恵まれた町。日本最古の古代山城『大野城跡』をはじめ、県内最古級の『光正寺古墳』など、歴史上極めて重要な史跡が残るほか、古くから安産信仰文化が息づく『宇美八幡宮』も毎年多くの参拝者で賑わっている。



宇美町観光情報サイト

<https://www.town.umi.lg.jp/site/kankousab-site/>



宇美町公式Instagram

『うみんすたぐらむ』

@umi_nstagram



発行

宇美町 シティプロモーション課

〒811-2192 福岡県糟屋郡宇美町宇美5-1-1

Tel: 092-934-2370

モデル／新木さくら

制作

Fukuoka

2024年3月発行

2025年8月改訂

本誌に掲載している情報は2025年8月現在のものです。その後の料金や時間など内容が変更されている場合があります。あらかじめご了承ください。



宇美町から 何を見つける？

博多湾から多々良川、宇美川を
遡り、屏風のように連なる三郡山
地の麓にたどり着くと、そこが宇
美町。四王寺山を間に挟んで太宰
府とは背中合わせ。時間を遡れ
ば、およそ1350年もの大昔、
国を守るために山全体がお城にな
った大野城。さらに400年遡る
と、宇美川沿いには多くの古墳が
造られ、宇美町には魏志倭人伝に
記されている不彌国があったので
は？といった説も語られる。今こ
の井野山に立ち、眼下に広がる住
宅地を眺めながら、大きな歴史の
動きを空想してみるのも楽しい。
歴史、文化、伝統、自然、おいしい
お店——さまざまな好奇心の翼
を広げ、あなたはこの宇美町から
何を見つけるのだろうか。



360° 絶景の低山 井野山 236m

MAP A-2



楽ちん散歩気分でこの眺め！



階段が見えたらあと少し



舗装路だから歩きやすい

麓の井野頓宮から舗装さ
れた道（自家用車は侵入禁
止を歩くことおよそ45分。
山頂に登ると、そこは周囲
360度 視界を遮るものは
何もない。眼下に宇美町の
住宅街が手に取るように見
え北は福岡市街地から博
多湾、志賀島、糸島、さら
に南は小郡、久留米、耳納連山
までよく見える。古くは「唐
山城」という戦国時代の山
城だったという記録もあり、
竖堀や堀切も残っている。
宇美町観光のはじまりを、
ここからスタートしてみる
のもおすすめです。

※火気厳禁。夜間の登山はご遠慮ください。駐車場はありません。



井野山の麓にある「井野頓宮」では、2年に1度、宇美八幡宮の
子安大祭「御神幸（御遷宮）」の御旅所として神事が行われる



真紅のガードパイプが
オシャレな『あいさつ通り』



スパイスカレーの名店が宇美町に!

かぶりつけないほどボリュームー
肉汁あふれる本格ハンバーガー

地元の精肉店に特注した合い挽き肉に秘伝の
スパイスを合わせたこだわりのパティは、肉汁た
っぷり! 一緒にパンズで挟んだしゃきしゃきレタ
スや分厚く切ったトマトも食べごたえ満点。しお
味、チーズ味など、10種類のフレーバーをチョイ
スできる『フライドポテトS』(250円)も合わせて。

ハンバーガー工房 grin grin

〒宇美町宇美5-13-8 ☎080-5604-4271
営業11:00~20:00※売切次第終了
休日・月曜
☒JR香椎線『宇美』駅より徒歩1分
MAP I-3



一番人気の
ベーコンエッグバーガー
(800円)

8.
8がつ8にち
☎P20



タルトが評判の人気店

7.
marumi cafe
☎P16



健康や
癒
ったヘルシーメニュー

9.
宇美町立
歴史民俗資料館 ☎P8



日本での1点のみ!「蜻蛉形銅金具」

宇美八幡宮



10.
NADO ☎P17



宇美町役場



宇美駅前といえはここのU



ちょこっと Yori-michi ☎P19

マルト醤油醸造元
ギャラリー旬花 ☎P12



昭和21年創業の老舗の醤油蔵

5.
まずは駅前から
歩いてみよう!

まずは駅前から
歩いてみよう!

6.
料理店 HAYASHI
☎P16



お箸で切れるふんわりハンバーグ



JR香椎線の終着駅

JR宇美駅

三郡山系の地下水を使った
もっちり『わらび餅』が大人気

駅前で紅紫色の看板がすぐに目につく和菓子
店。人気は宇美町の岩盤地下水を使う『わらび
餅』。紫芋の餡子をわらび餅で包んだ、餡入りわ
らび餅『河原のしずく』や、葛と寒天で作った生ミ
ルクプリンに、わらび餅や大納言小豆を併せた
『うみプリン』など、手土産に最適。

菓房 野乃香

〒宇美町宇美5-13-6 ☎092-692-4550
営業11:00~16:00 休日曜・水曜・他不定
☒JR香椎線『宇美』駅より徒歩すぐ
MAP I-3



うみプリン(380円)



餡入りわらび餅『河原のしずく』(600円/6個)

料理店 HAYASHI

料理店 HAYASHI

★宇美駅前周辺の詳細マップはP25を参照

宇美駅前散歩



国の天然記念物に指定される『湯蓋の森』と『衣掛の森』は、共に樹齢2000年を超えているといわれている。この巨大なクスノキを中心とした境内全体を『蚊田の森』と呼んでいる



「できるだけ丸い石を選ぶのがいいと思います」と伊藤佳和宮司。境内奥に積まれた『子安の石』は、安産祈願の後「お産の鎮め」として石を預かり、出産後には新しい石に子どもの名前を記して、預かった石と共に再びここへ返す。独特の慣わしが今もずっと続いている



宇美八幡宮

〒宇美町宇美1-1-1 ☎092-932-0044
 営9:00～17:00(祈願受付) 休なし
 図JR香椎線・宇美駅より徒歩6分
 MAP H-2



大きなクスノキの空洞

『宇美八幡宮』は、神功皇后が応神天皇八幡大神を出産した伝説に由来した神社。文献によると平安時代頃より既に安産祈願が行われていたとされ、古くから安産信仰の伝説地として親しまれている。境内には『湯蓋の森』、『衣掛の森』など巨大なクスノキが枝を伸ばし、多くの参拝者を

優しく見守ってきた。また境内奥には、無事に出産できた感謝や生まれた子どもへの想いを記した『子安の石』が無数に積み重ねられ、脈々と続く安産祈願の風習が今も残っている。境内にはいつも子ども連れの家族や安産祈願の夫婦の姿があり、ほんわか優しい雰囲気に誰もが癒されるだろう。

心ほんわか
 宇美八幡宮へ
 お参りに



宇美神楽

明治時代から受け継ぐ 宇美町の伝統文化

『宇美神楽』は、宇美八幡宮の神楽殿を舞台に、毎年『御誕生大祭(1月5日)』、『子安大祭(4月中旬)』、『放生会大祭(10月15日、16日)』で奉納される筑前岩戸神楽。糟屋郡内に広まっていた神楽の流れをくみ、清楚で敬謙な舞風から、昭和48年に福岡県の無形民俗文化財に指定されている。演目はおなじみ『天磐戸』や『大蛇退治』、『天孫降臨』をはじめ、『桑舞』や『蛭児舞』など。とくに蛭児神が魚釣りをする『蛭児舞』は、蛭児神と観客とが魚を引っ張り合うなど、子どもから大人まで楽しめる演目。昔ながらの地域の祭り風情を感じさせる楽しい場面に心が和む。

MAP G-2



アマテラスオオミカミが隠れた天の岩戸を開く、アメノタチカラオノミコトの力強い舞



新米を折敷に盛り、それを両手に持って米がこぼれないよう回転しながら舞う『桑舞』

宇美町立歴史民俗資料館

古代から昭和レトロまで 宇美町の歴史が詰まってる

国の特別史跡・大野城跡や光正寺古墳など、多くの遺跡が点在する宇美町。これまでの調査により発掘された貴重な文化財を広く知ってもらうための施設として、昭和55年に『宇美町立歴史民俗資料館』を開館。旧石器・縄文時代からの考古資料や懐かしい近代の民俗資料など、宇美町の生い立ちやその時々の暮らしぶりを垣間見ることができる。注目は『観音浦古墳群』で出土した古墳時代のものとしては日本で唯一とされる『蜻蛉形鞘金具(とんぼがたさやかなぐ)』。古代の宇美町には、とても有力な権力者がいたことが想像できる一品である。

〒宇美町宇美1-1-22

☎092-932-0011

(営)8:30~17:00(入館は16:45まで)

(休)月曜(月曜祝日の場合は翌日休館)

☒JR香椎線・宇美駅より徒歩10分

MAP H-3



日本では1点しか発見されていない『蜻蛉形鞘金具』。古墳時代の装飾品で、刀の鞘に付けるものとされている



福岡県立宇美商業高等学校書道部による揮毫で制作した御城印「大野城」も好評販売中。白色・若草色・びわ色の3種類あり、各1枚300円で各700枚限定販売。

※通信販売や郵送での販売対応なし

※お一人様1種5枚までの販売枚数制限あり



宇美八幡宮から歩いて5分ほど。駐車場があるので車で来ることできるが、天気が良ければ散歩がてら、ゆっくり歩くことをおすすめしたい

参拝後、ふり向くと、そこには今歩いてきた道と、その先には子安の杜・宇美八幡宮の美しい森が豊かな緑を温えている。「ここからの眺めが一番好きなんです」と伊藤宮司もおすすめの場所らしい。

宇美八幡宮の社殿奥からさらに奥宮へとつづく道へ。宇美川にかかる赤い橋をわたると、小高い丘の上に祠が祀られている。ここは胞衣ケ浦(えながうら)と呼ばれ、この地で生まれた応神天皇の「胞衣」が納められた場所といわれている。胞衣とは、産後に放出される胎盤や臍帯(へその緒)のこと。臍帯は親子の絆を象徴するものとしてこれを大切に保管する風習は現代でも根強く残っているが、ここに来ると改めて親子がつながっていた事実を想い、お互いの絆を実感することができそう。



社殿左にある『子安の木(槐・えんじゅ)』は、神功皇后がこの木に取りすがって無事に出産したといわれる



『胞衣ケ浦』は胞衣を宇美川ですすぎ、宮に入れてここに奉安したという伝説の場所

子安の杜は 親子の絆へとつづく

宇美八幡宮をさらに散策

MAP H-1

境内参道脇に並ぶお店でみつけた人気のスイーツ



子安餅

甘さ控えめに練り上げられた北海道十勝産の小麦粉を、佐賀県産の良質のもち米を使用した餅でつくった包んだ『子安餅』(150円)。

●宇美八幡茶屋
☎0120-446-883
MAP G-3



産み愛す

『KOYASU FARM』が、大安・戌の日に製造する山羊ミルクアイス『産み愛す』(350円)。低脂肪で低カロリー。あまおう、抹茶、ココアなど4種類。

●『茶房うみはち』にて販売
☎092-932-0137(小林商事)
MAP G-3



筑前鯛笑

親子2サイズの鯛焼き。あずき、しる餡、カスタード(親250円、子190円)に、スモークチキンハムと卵のハムエッグ(270円)も人気。

●筑前鯛笑 宇美八幡宮本店
☎092-410-3824(季のせ)
MAP G-3



80000大福

宇美八幡宮ならではの人気の和菓子『80000大福』(243円)は、「8」の字をかたどった縁起の良い大福。ひねりの効いたデザインから見える大粒小豆がアクセント。

●季のせ: ☎P18
MAP G-3



版築ってなに?

城は全長約8kmに及ぶ城壁(土壁)で囲まれているが、そのほとんどは『版築(はんちく)』と呼ばれる技法により築かれている。『版築』とは、質の違う土を層状に重ねて突き固める工法で、防壁として急峻な角度をつくることができる。



誰がつくった?

大野城は『朝鮮式山城』と呼ばれ、憶礼福留と四比福夫という2人の百済高官の技術指導で築造されたといわれる。山頂を鉢巻のように土壁で囲み、谷に石壁と城門をつくるなど、大野城には朝鮮の山城築造技術の影響が顕著に表れている。



炭化米の秘密

尾花礎石群の周辺では黒く炭化した米が見つかったことから『焼米ヶ原』と呼ばれている。これは礎石建物に米が収められていたと推測でき、大野城は敵が攻めてきた時、籠城するための城として、多く食糧を蓄える必要があったのでは...と。



涸れない池?

増長天礎石群のそばに「鏡ヶ池」と呼ばれる直径5mほどの池がある。池の水は水源がないにも関わらず、どんな渇水期でも涸れないといわれ、雨乞いに関する行事や伝説が数多く伝えられるほか「武器浸けの池」とも呼ばれている。水が涸れない理由は解明されていない...



現在は緑の芝に覆われ、古墳公園として親しまれている『光正寺古墳』

邪馬台国の謎に迫る発見! この地を治めた権力者の墓

全長約54m、後円部径約34m。出土した土師器甕(はじきかめ)の製作年代から、3世紀(西暦200年代)後半に造られたものとされ、糟屋郡内では最大かつ最古級の前方後円墳となる。その規模や位置から『魏志倭人伝』に登場する『不彌国(ふみこく)』の王墓であれば、『邪馬台国』の謎に迫る重要な発見として注目される。

こうしようじこふん 光正寺古墳

〒宇美町光正寺3-4537-11
公園に関することは ☎092-934-2226(宇美町環境課)
古墳に関することは ☎092-934-2370(宇美町シティプロモーション課)
☒JR香椎線「宇美駅」より徒歩25分
MAP B-1



大野城は『すり鉢』のような山の形の縁に1周約8kmの長大な土壁を築いて城壁とした

大宰府天満宮の北西。今は「四王寺山」と呼ばれている大きな山は、かつて山全体が巨大な山城だった。今からおおよそ1350年前。日本(当時は倭国)は「白村江の戦い(663年)」において、唐・新羅連合軍から百済を救うため朝鮮半島に出兵した。しかし、戦いに敗れたため、今度は反転して唐・新羅連合軍から日本の重要拠点・大宰府を防御する目的で「水城(664年)」と「大野城(665年)」を築造した。

『大野城』は、文献上では日本最古の古代山城。近年の発掘調査でも様々な発見が相次ぎ、日本史上とても重要な遺跡だ。城壁となる土壁の形がわかりやすい『焼米ヶ原』付近や、城跡最大の石垣『百間石垣』、江戸時代に建立された『三十三体石仏』など、歴史的にも価値の高い見所が多い。忘れ去られた時の変遷を想像し、感じながら、散策を楽しむのにぴったりな場所だ。

おおのじょうあと 大野城跡(四王寺県民の森)

〒宇美町四王寺
☎092-932-7373
(県立 四王寺県民の森 管理事務所)
☒JR香椎線「宇美駅」より車で14分
MAP C-4



江戸時代に博多の商人や宇美、太宰府の人々が建立した33体の石仏が点在している

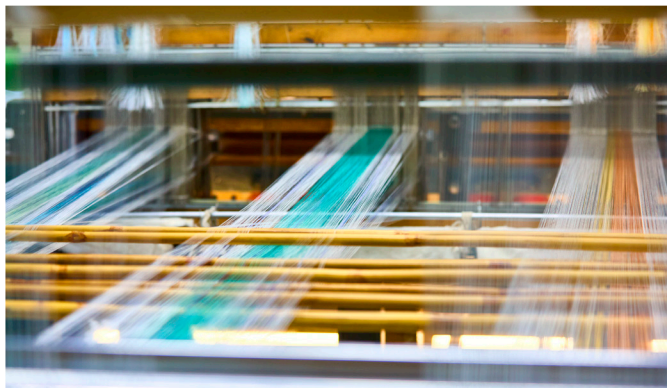


全長約180m。大野城跡最大の「百間石垣」は強固な「総石垣」構造に。また「増長天礎石群」をはじめ、山中には至るところに礎石群が残っている



日本最古の古代山城 国指定特別史跡「大野城跡」

大宰府天満宮の北西。今は「四王寺山」と呼ばれている大きな山は、かつて山全体が巨大な山城だった。今からおおよそ1350年前。日本(当時は倭国)は「白村江の戦い(663年)」において、唐・新羅連合軍から百済を救うため朝鮮半島に出兵した。しかし、戦いに敗れたため、今度は反転して唐・新羅連合軍から日本の重要拠点・大宰府を防御する目的で「水城(664年)」と「大野城(665年)」を築造した。



博多織と農産物が織りなす ものづくりがテーマの新スポット

2023年5月にオープンした『織りめぐり』は地元野菜や果物などを販売する農産物直売所。そんな白菜やみかんが並ぶ店の奥をよーく見ると、そこは福岡の伝統工芸・博多織の織物工場。ここは創業120年を超える『森博多織』が運営する、朝採れ野菜と博多織の工場が直結するとてもユニークなスポット。工場見学もでき、何台もの力織機が軽快な音をたてながら、博多織独特の『献上柄』を巧みに織り上げる様子を間近に見ることができる。見学の後は地元野菜や博多織製品をお土産に！

森博多織／織りめぐり

所 宇美町桜原3-4-7
☎092-985-2600
営 9:00～17:00
休 お盆、年末年始運営カレンダーによる
図 JR香椎線『宇美』駅より車で5分
MAP C-2

「博多織を織る様子をここまで見れるのはうちだけ」と四代目の森謙夫さん。工場見学では博多織の手機体験も(4名以上、1週間前までの要予約)

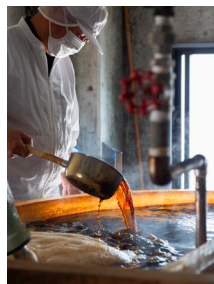
醤油づくり40年の松元佳輝さん(右)と今年3年目の安藤陸さん。これまで培われてきた味を次の世代に受け継いでいく

永年、家庭で親しまれた味 これからも受け継いでいく味

昭和21年創業の『マルト醤油醸造元』は、宇美町近隣に住む家族の味を守り続けてきた老舗の醤油蔵。福岡県の醤油が得意とする旨み豊かな醤油で、これ1本あれば煮物の味がピシッとキマる…そんな味わい深い九州醤油を造っている。一般の家庭に直接届ける独特の配達文化は今も続いて、地域と共に育む味覚文化が息づく。工場・店舗にはギャラリーも併設され、ライブや美術展なども開催されるなど、醤油に限らず地域との文化的な接点もとても大切にしている。

マルト醤油醸造元／ ギャラリー旬花

所 宇美町宇美5-12-7
☎092-932-0525 営 10:00～18:00
(『ギャラリー旬花』は10:00～17:00)
(休 日曜(イベント時は営業))
図 JR香椎線『宇美』駅より徒歩1分
MAP I-3



醤油づくりの工程でとても大事な火入れ作業。琥珀色に輝く醤油が美しい! 宇美町の健康診断で配られ好評だった『やさしいおしょうゆ』(378円/200ml)。併設の『ギャラリー旬花』では雑貨・衣類も販売



洗米し浸漬させた酒米が蒸される様子。1つの釜で最大500kgの米を蒸し上げる



おすすめは、スッキリとした中に旨味を感じる『超辛口純米酒 博多の森』。冷でも燗でも楽しめる『萬代上撰』。併設の『萬代 酒工房』で購入できる



宇美八幡宮の近く、田畑や森林に残る豊かな自然の中で旨い酒が醸造されている



小林酒造本店/萬代 酒工房

所 宇美町宇美2-11-1
☎092-932-0543
営 10:00～18:00 休 水曜
図 JR香椎線・宇美駅より徒歩10分
MAP G-2

県産の素材にこだわり、 丁寧な酒造りを行う老舗酒蔵

江戸時代中期の1792年に創業し230年以上にわたり、宇美町で「旨い酒づくり」にこだわってきた『小林酒造本店』。『萬代』と言えは酒好きにはお馴染みだ。この名前は2代目・勝平の時代に老亀に似た形の奇石を手に入れ、亀は万年のことわざになみ、家蔵酒に『萬代』の名をつけたという。その後、全国品評会で有功金牌を獲得するなど、全国的にも高く評価されている酒蔵だ。福岡県産の酒造好適米「山田錦」や「夢一献」、三群山系の伏流水で仕込みを行なうなど地元・福岡産にこだわりの丁寧な酒造りを今も続けている。広い敷地内には、直販店『萬代 酒工房』があり、多彩な酒を購入できるほか、酒蔵見学(5名以上要予約)もできる。

馬出で人気のあのラーメン店の
総本店が宇美町にオープン！

2024年1月1日、馬出の人気ラーメン店『駒や』が、宇美町に総本店をオープン。昼は昔ながらの豚骨臭強めのまろやかスープのラーメン単品(800円)に、ワンタンめん(980円)などが食べられる。18時以降はラーメンも食べられる居酒屋へと変身。町内では唯一、夜中まで営業している。看板メニューは『鉄板豚焼肉』で、その他、夜限定でしか食べられない味のラーメンも。「お腹いっぱい食べてほしい」と大将・倉田承司さん。どこか懐かしいと感じる豚骨臭強めのまろやかスープをぜひご堪能あれ！

博多ラーメン 駒や 総本店

〒宇美町光正寺2-14-7
☎092-233-6117
営業11:00～15:00/18:00～翌3:00
※不定休
JR香椎線『宇美』駅より車で7分
MAP A-1



夜の人気メニューは『鉄板豚焼肉』(1100円～)。4人前の量が盛られた『チャレンジ盛り』(3800円)もあり



複雑に絡み合うスープの旨みがたまらない『だいく玉中華そば』(750円)。スパイスと唐辛子で辛味に旨味を加えた『大人の担々湯麵』(700円)も是非！



イタリアンの技法が光る
創意あふれる魚介系中華そば

県道68号線沿いは、ラーメン人気店が点在することから「ドラゴンロード」とも呼ばれている。そんな福岡屈指のラーメン激戦区で「宇美町にわざわざ足を運んで食べてもらえるような一杯を作りたい」と、店を構えた店主の田上雄基さん。3種の煮干しや香味野菜などをじっくりことごと煮込む工程は、イタリア料理店で腕を磨いたという、ブイヨンづくりの手法が活かされているとか。旨みが複雑に絡み合うスープは、すべて飲み干したくなる。

麵屋 だいく

〒宇美町光正寺2-15-2
☎092-688-5967
営業11:00～05:14:30
17:00～05:20:30
※月曜、不定
JR香椎線『宇美』駅より車で7分
MAP A-1

つなぎ無し、十割で味わう
繊細な蕎麦の粹

十割と聞くと田舎風のためのそばを思いがちだが、『竹亭』の十割そばは、つなぎ無し、石臼挽きのそば粉で打った生地を、江戸前と同じく、キリッと引き締まった細めのそばに。歯ごたえ、喉ごしも抜群。店主が興味ではじめた蕎麦の有機栽培が高じて、本格的なそば粉づくりの全行程を会得。ついには『江戸東京そばの会』でそばづくりを学び、宇美町に『竹亭』を開業した。そばつゆも県産丸大豆を原料にした特注・無化学調の生揚げ醤油をベースにするなど、すべてを天然にこだわっている。

十割そば 竹亭

〒宇美町宇美1-7-1
☎092-932-0530
営業11:00～05:15:45
※なし(1月1日、2日は休み)
JR香椎線『宇美駅』より徒歩10分
MAP G-2



鴨汁蕎麦または鴨南蛮蕎麦に、天ぷら、炊き込みご飯が付く人気の『竹亭膳』(2310円)。平日限定として前菜の盛合せも新たに提供。夜は『鴨鍋コース』(4名以上・要予約)も楽しめる。竹をあしらった店内は趣豊かで、2019年にはミシュランガイドにも掲載



ランチタイムの『ざるそばとおにぎりのセット』(1020円)。パリッとした海苔が巻かれた白むすびは宇美町産のお米。そばつゆと同じ出汁を使った『出汁巻き卵』のファンも多い

本物志向の店主が打つ蕎麦
見事なこだわりを堪能しよう

鮮度と手打ちにこだわった本物志向の蕎麦をいただける『そば処 松本』。ソバの実には新蕎麦の季節に合わせて選んだものに、休耕田を活用して栽培された宇美町産も使用。「喉ごしの良さなら二八蕎麦。蕎麦そのものを味わうなら十割蕎麦がおすすめ」と店主の松本洋さん。打ち立てのツヤツヤとした細蕎麦は、素朴さの中に豊かな風味を届けてくれる。素材そのものを活かした手仕事ならではの味をいただくのは、なんとも贅沢だ。

そば処 松本

〒宇美町宇美中央1-1-30
☎092-957-6740
営業11:30～14:30
要予約で17:30～20:30も営業
※火・水曜
JR香椎線『宇美』駅より徒歩10分
MAP C-2

お肉ふんわり、少ーし甘め、
誰もがホッとする優しい味わい

初めて訪れる店でも、席に着いた途
端に、ここは居心地がイイと感じる店
がある。愛嬌のあるホールスタッフ、明
るく清潔な店内、控えめなBGM…。こ
こは宇美町でも評判のハンバーグの名
店。2007年に先代・林正二郎さんが
開業し、2021年に新オーナー・深川真
志さんに継承。国産ビーフのふんわり
としたハンバーグや、4種類のソースは
変わらず、先代からの味をしっかり受
け継ぎ守っている。味付けは少し甘め
に、お年寄りから子どもまで、誰もが
好むホッとするおいしさだ。

料理店 HAYASHI

〒宇美町貴船1-1-7
☎092-933-6678
🕒11:30～OS14:30(土曜OS15:00)
📅日祝日
📍JR香椎線「宇美」駅より徒歩5分
MAP I-4



ハンバーグはトマトとブイヨンの味が効いた『煮込みハンバーグ』(上)をはじめ、『デミグラスハンバ
ーグ』、『和風ハンバーグ』、『タルタルソースハンバーグ』の4種類(各1100円/ごはん、サラダ、スープ付きセ
ット1600円)。食後はイタリアンデザート『セミフレッド』(450円)もおすすすめ

お宮参りのそのあとは
日本料理で季節を感じて

季節の食材の持ち味をいかし、盛り
付けにも工夫を凝らす。『なだ万』をは
じめ日本料理の名店で腕をふるってき
た店主・河村亮さんが、もっと身近に日
本料理が味わえる店をと2017年に開
業。安くて質のいい食材を自ら買い付
けに走り、価格は抑えつつも味は本
物、美しい正統派の料理でもてなして
くれる。宇美八幡宮からのお宮参りの
流れや記念日などに利用されることが
多いという。とろりと柔らかい名物の
『豚の角煮』や、酒粕を使った『クリーム
チーズ吟醸焼き』など単品もおすすすめ。

なごみどころ げっほ
和処 月歩

〒宇美町光正寺1-3-51
☎092-410-5610
🕒11:30～14:30/18:00～22:00
📅水曜
📍JR香椎線「宇美駅」より車で5分
MAP B-2



先付け、茶碗蒸し、お造り、揚げ物、焼き物、煮物に釜炊きご飯、デザートも付く『月歩コース』
(4200円/全8品)の他、6300円、10000円のコースを用意(要予約※写真上はコース料理の
一部)。地元産の味噌と萬代の酒粕を使用した『クリームチーズ吟醸焼き』は酒の肴に最適!



ひとりでも、大勢でも
やさしく迎えるハートフルなカフェ

女性と子どもにやさしい賑わいの場
をつくりたいと、オーナー・丸田宏幸さ
んが2022年に宇美駅前にオープン。
美肌効果、整腸効果があるという麹を
使ったヘルシーなメニューがいただけ
ると評判だ。人気の『日替りランチ』
(1100円)は、塩麹むすび2つ、おかず
3品、ミニサラダ、野菜の塩麹漬け、さ
らには具だくさんスープがついた食べ
ごたえ充分なヘルシーランチ。飛び飽
の模様が美しい小石原焼のプレート
も優しく料理を引き立てる。

marumi cafe

〒宇美町宇美4-9-1
☎092-710-8066
🕒11:30～23:00(OS22:30)
📅日曜
📍JR香椎線「宇美」駅より徒歩1分
MAP I-3



『塩麹むすび』は、宇美町の塩麹と糟屋地区で収穫されたお米『元気つくし』を使用。『日
替りランチ』は基本の塩麹むすび(白)1つと、日替りの2種類の中からもう1つ選べる。
『塩こうじ入り白いナポリタン』(980円)もワインと一緒に



3種の味で最後まで美味しく
郷土料理『ごまさば』を井で食す

福岡県民のソウルフード『ごまさば』
を、食べ応えたっぷりの井で提供して
くれる『竜宮の鯖』。店で扱う九州産の
マサバは、鮮度を保ったまま醤油漬け
にされており、豊かな旨味とプリプリ
の食感を楽しめる。まずは特製胡麻た
れに漬けた厚切りのサバをご飯と一緒
に。そのあとに手づくりの『秘伝!焼鯖
みそ』で味変を楽しんだら、メはセルフ
サービスの『鯖だし』をかけてサラサラ
と。『ごまさば』の新たな魅力を発見で
きる新感覚の味わい方をご体験あれ!

竜宮の鯖

〒宇美町光正寺1-5-41
☎070-8496-6527
🕒11:00～15:00
📅月曜
📍JR香椎線「宇美駅」より車で6分
MAP B-1



一番人気の『博多名物!ごまさば丼』(1400円)。食べ応えのあるサバの大きさに、まず驚いてほしい。
一緒にテーブルに置かれる『秘伝!焼鯖みそ』は隠れた名脇役と、店長・由美さんもすすすめ!

美しく、美味しく、 めぐる季節を菓子にのせて

季節を菓子にのせる——店に並ぶ上生菓子はリアルにその季節を表現している。林檎、みかん、柿、芋、さらにはモンブランや恵方巻きも!?作っているのは、新しい感性で菓子作りと素直に向き合う若き菓匠・山脇喜歩さんと、和洋菓子界での豊かな経験と技術の高さでサポートしてくれる師匠の宮部聖さん。なんでもトライしてみようという柔軟な発想に、和洋菓子の技術を駆使して、洗練された菓子が生まれる。進化していく『季のせ』にこれから注目!

とき 季のせ

〒宇美町宇美1-1-24
☎092-410-3824
🕒9:30~16:30
📍不定
📍JR香椎線・宇美駅より徒歩10分
MAP G-3



みかんの実がとてもリアルな『み柑』(418円)と、リング果肉入りの林檎餡を白餡でくるんだ『りんご』(418円)(冬限定)。瑞々しい特選あまおうを練乳ミルク餡でくるんだ『いちご大福』(398円)は一番人気の商品。季節を表現するこれら期間限定の生菓子の登場が楽しみになる



宮崎産の柑橘『へべす』が爽やかに香る『へべす×梨』と、巨峰とシャインマスカットのジュレ、ミルクシロップ、カシムースが織りなす『巨峰×シャインマスカット』など、ツキニのかき氷はその時期の旬が織り込まれる。メニュー内容はInstagramで公開される

マイベースだからこだわれる 本当に美味しいかき氷を追求

静かな住宅街にひっそりと佇む、完全予約制のかき氷店『ツキニ』。「月に一度のご褒美を」をコンセプトに、旬の素材を使った“やさしいかき氷”を提供している。お子さまから大人まで安心して楽しめるよう、化学甘味料・着色料・保存料は一切不使用。店主の松本友紀さんが、ご自宅を開放して営むお店には、「こんなかき氷初めて!」という声が全国から届く。Instagramからの予約のみで営業しており、季節ごとに変わる期間限定メニューが人気。商品価格は1600円~2000円(仕入れ状況により変動あり)。

ツキニ

〒宇美町 (詳細は予約時にお知らせ)
🕒営業日・営業時間はSNSで告知
[完全予約制]
Instagramからの予約
Instagram @tsukini0707

パスタも食材も妥協しない 店主の思いがこもるオリジナル

生パスタの上に山盛りのトマトソースとモッツアレラチーズが溶ける!『La Festa』のパスタ料理は、どれもその存在感が半端ない。時間をかけ手間をかけ、敢えて面倒な方法で作るという完全オリジナルの熟成生パスタは、モチッとした独特の弾力、歯切れにファンも多い。ソースの素材、ふんだんに盛り込まれる食材も妥協なく良いものを探し出したもの。「こだわり」という言葉では語りつくせない、店主・井上剛さん流のスタイルが表現されている。

ラ フェスタ

La Festa

〒宇美町宇美中央3-22-7
☎092-405-5592
🕒11:00~15:00
18:00~22:00
📍日曜
📍JR香椎線『宇美駅』より徒歩8分
MAP B-2



茹でたてのパスタに500℃の高温石窯で熟したチーズを瞬時に溶かし込む『石窯焼きモッツアレラチーズの自家製トマトソース自家製生パスタ』(1800円)。出された瞬間、黒胡椒とナッツの香りが鼻をくすぐる『木の実とベーコンのカルボナーラ自家製生パスタ』(1700円)も食をそそらせる



チキンやダル、サグなどのカレーの他、キャベツやインゲンのポリヤルなどがある『カレープレート』(1500円)。カレーや添え物の種類が変わる『カレーライス』は1000円。宇美八幡宮からも近い、路地裏の古民家はとても落ち着く

高砂のカレーNADOが 宇美町の路地裏古民家に復活!

2022年5月に閉店した高砂の『カレーNADO』が、2023年12月、宇美町に復活。車も入れないような細い路地裏。店主・廣田孝士さんの自宅を改装した店舗は、和でも洋でもない無国籍な空間で不思議と居心地がいい。メニューは、カレープレート、カレーライス、ドリンクのみ。「インドの北も南もごちゃ混ぜ(笑)」と廣田さん。おらかな性格で七福神みたいな笑顔が愛らしい。宇美町までわざわざ足を運ぶ価値ありなスパイシーカレーをぜひ!

ナド NADO

〒宇美町宇美4-3-13 ☎なし
🕒11:00~15:00
📍不定
※営業日時はInstagramで確認を
📍JR香椎線『宇美駅』より徒歩8分
Instagram: @currynado
MAP H-3



瑞々しいフルーツがたっぷり 至福のタルトを宇美町で発見！

タルトが評判の小さなケーキ屋さん。週に1～2日という営業日にはオープン前から行列ができるほど。ショーケースの中には7～8種類のタルトが並び、定番の「フルーツのタルト」と、季節限定の『あまおう莓タルト』は、お店の二枚看板。ベースのビスケットは2度焼きでサクサク感を強調。食べやすいサイズにカットされた色鮮やかなフルーツはまるで宝石のよう。

8がつ8にち

〒宇美町宇美4-6-5 ☎080-4698-0808
 営業13:00～売切次第閉店(土日12:00～)
 休不定 ①JR香椎線『宇美』駅より徒歩5分
 ※営業日はインスタグラムにて公開
 Instagram @8gatsu_8nichi
 MAP H-3

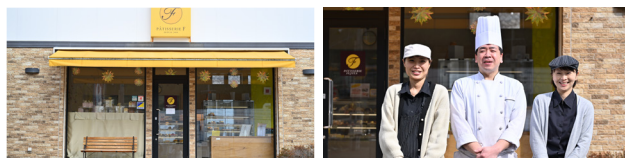


宇美町に根付く「福岡の味」 こだわりのスイーツ召し上がれ

地元食材を積極的に取り入れたスイーツを提供する『PÂTISSERIE F』。『宇美んシュー』(220円～)は、嘉麻市の『命水卵』を使ったシュー生地とクリームでつくるこだわりの一品。注文後にフレッシュなクリームを注入してくれるので、シューはパリパリのまま。甘さ控えめの生クリームをしっかりとしたスポンジ生地で巻く『Fロール』や『フルーツロール』も定番人気商品だ。

パティスリー F

〒宇美町ゆりが丘1-4-6
 ☎092-934-1171
 営業10:00～18:30 ①水曜
 ②JR香椎線『宇美』駅より車で5分
 MAP C-3



菓子職人のこだわりが詰まった 素材そのものを味わうマドレーヌ

こちらの主役は、こんがりときつね色に焼けた『マドレーヌ』。ホワイトチョコレートを混ぜ合わせたという生地は、コクとロトけの良さを感じられるやさしい口あたり。柑橘の香りをほのかにまとう『ブレーン』や、志免町『kukuluce』の焙煎珈琲が使われている人気の『コーヒー』、さらに季節の味をコーティングした期間限定マドレーヌまでバリエーションも豊か。

パザパ pas à pas

〒宇美町宇美3-13-13 ☎092-517-7058
 営業10:30～18:00 ①水曜・休不定
 ②JR香椎線『宇美』駅より徒歩12分
 Instagram :@pas_a_pas9
 MAP B-2



丘の上の住宅街のパン屋さん 誰もが認める『食パン』を是非！

誰もが口を揃えて「この食パンはおいしい」という噂のベーカリー。フワフワで、キメの細かいしっとりと滑らかな食感が特徴で、優しい味わいの食パンは、角型食パン『ハビネス』(280円)と山型食パン『パン・ド・ミ』(260円)の2種類。粉の配合や水分量にこだわったという独自製法により作り出された食パンの傑作！ただし売切れるのが早いので予約がおすすめ。

ヨシュアツリー

〒宇美町明神坂1-11-58
 ☎092-932-8295
 営業9:30～19:00 ①月曜・日祝日
 ②JR香椎線『宇美』駅より徒歩10分
 MAP I-1



かわい猫のパンが出迎えてくれる 住宅街の中にあるパン屋さん

猫好き双子姉妹が2022年10月にオープンしたパン屋さん。10年間修業した姉の弥生さんが素材選びからこだわりのパンを焼き、妹の佳澄さんがサポート。世界自然遺産・白神山地で発見された「白神こだま酵母」と九州産小麦「南のめぐみ」を使った、小麦の甘みを感じるパン。毎日20種類ほどのパンが並び、月に2回程度新作を用意。新しい味との出会いが待っている。

ねこねこぱん

〒宇美町桜原1-9-1
 ☎090-6634-2375
 営業10:00～17:00
 ①日・月曜
 ②JR香椎線『宇美』駅より車で5分
 MAP C-2



焼菓子からコーヒーまで 駅前の小さなパン屋さん

2024年1月、「宇美」駅前に登場した『ちょこっとYorimichi』は、粕屋町の人気店『古民家パン屋YORIMICHI』の姉妹店。小ぢんまりとした店内には50種類ほどの商品がところ狭しと並び、一度食べて頂きたいのがYORIMICHIでNO.1の人気を誇る「明太デニッシュ」、クリームチーズとバジルソースで味付けした「明太ジェノベーゼ」もあり、サクッと軽い食感がクセになる一品。

ちょこっとYorimichi

〒宇美町宇美5-11-11 ☎080-9104-8128
 営業9:00～17:00 ※売切次第終了 ①月・火曜
 ②JR香椎線『宇美』駅より徒歩1分
 Instagram :@chocotto_yorimichi
 MAP I-3



自然に抱かれながら 宇美町の夜景も大満喫

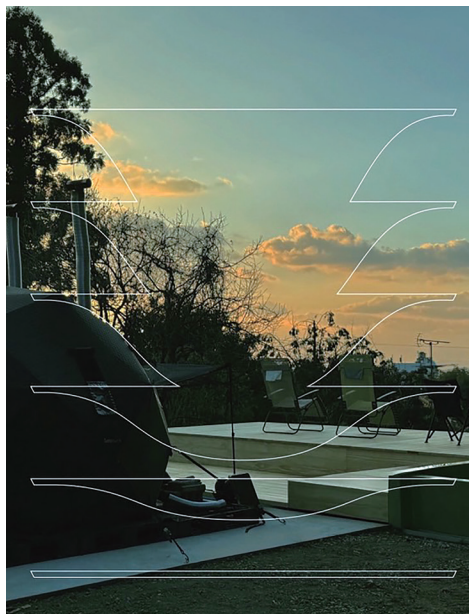
2023年6月、砥石山中腹にオープンした無人キャンプ場。敷地内にはサイトが10区画あり、すべてにAC電源も設置。清潔なシャワー付きトイレやシャワー室、さらに無料で使える共同ビザ窯もあり！無人キャンプ場だが、防犯カメラも設置されているのでセキュリティ対策も万全。到着後は場内のQRコードにアクセスし、スマホで利用案内をチェックできるので安心快適。山の自然に抱かれ、宇美町の街並みを眺めて、のんびり過ごすことができる。

うみのもり umi no mori

〒宇美町神武原5-8
☎チェックイン13:00/チェックアウト11:00
☎公式サイトにて確認を
☎JR香椎線「宇美」駅より車で11分
予約は「なっぷ」サイトから受付
<http://www.nap-camp.com/fukuoka/16422>
Instagram: @uminomori_camp
MAP D-1



一番奥のサイトからは眼下に宇美町の景色も楽しめる。各サイトとも車を横付けできるのもありがたい。場内はとてもオシャレにデザインされ、シャワー室や洗い場もとても清潔だ



清潔にされている更衣室には、サウナハットや水着など手ぶらでも安心できる充実のアメニティ。昼間は風が心地よく、夜は自然の夜景が広がるロケーションを楽しめる



1日3組限定の整いスポットで 詳細非公開、新感覚の“サ活”

福岡市内から車で約30分…。
2025年3月、障子岳の緑に囲まれた高台にプライベートサウナ「U」がオープン。詳細非公開の予約制体験型サウナだが、心も体も、これまでにない深い“ととのい”を体験できるとSNSでも話題に。95℃にもなる高温のテントサウナの後は、キンキンに冷えた水風呂へ。サウナーにはたまらない、こだわが詰まっている。訪れた人だけが知ることができる“サプライズ”も用意されている。最高のロケーションで最高の“ととのい”を！

U

〒宇美町障子岳6-8-4
☎公式サイトにて確認を
☎JR香椎線「宇美」駅より車で10分
予約は公式サイトから受付
<https://www.u-sauna-private.com/>
MAP D-2



木々の間から差し込む木漏れ日や、葉ずれの音を感じながら、一杯点てのコーヒーをゆっくり味わう…非日常の幸せな時間をたっぷり味わいたい

宝満山から若杉山まで峰を重ねる三郡山系。一本松公園(昭和の森)を起点に変化に富んだ登山ルートが充実している



三郡山麓の地下120mから汲み上げたおいしい水「河原のしずく」の給水所。1リットル10円、20リットル100円で購入できる(8:00～18:00/容器要持参)。トイレは汚水処理システムを活用した環境にやさしい水洗トイレ

予約不要! 利用料もかからない 誰もが自由に使えるキャンプ場

『一本松公園(昭和の森)』は標高300m、三郡山の麓にある自然に囲まれた公園。福岡県森林浴100選にも選ばれた、彩り豊かな四季の風景が楽しめる人気スポットだ。公園内はルールを守れば、いつでも予約なしでキャンプやバーベキューを楽しむことができ、利用料金は無料(駐車場は有料)。桜、ツツジ、ホタル、川遊び、紅葉など、年間を通じて楽しめる要素が充実。なにより水洗トイレ・釜戸・炊事場も完備。地下水給水所があるのも嬉しい。

一本松公園(昭和の森)

〒宇美町大字宇美字正楽3-3
☎092-934-2226(宇美町環境課)
☎JR香椎線「宇美」駅より車で10分
MAP E-2

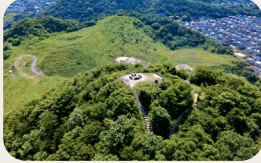
甘味コース

歩いてめぐれる人気スイーツ

- S** 11:00 ▶ 宇美駅前スタート
- 0分
- 1** 11:00 ▶  菓房 野乃香 ☎P3
- 1分
- 2** 11:30 ▶  ちょこっとYorimichi ☎P19
- 5分
- 3** 12:00 ▶  8がつ8にち ☎P20
- 5分
- 4** 13:00 ▶  季のせ ☎P18
- 10分
- G** 14:00 ▶ 宇美駅前

自然コース

四季の散策から絶景スポットまで

- S** 09:00 ▶ 宇美駅前スタート
- 9分
- 1** 09:15 ▶  宇美公園 ☎P28
- 5分
- 2** 10:00 ▶  宇美八幡宮 ☎P5
- 60分
- 3** 12:00 ▶  井野山 ☎P1
- 60分
- 4** 13:30 ▶  宇美八幡宮 ☎P5
- 6分
- G** 14:00 ▶ 宇美駅前

伝統コース

宇美町の伝統産業をめぐる

- S** 10:00 ▶ 宇美駅前スタート
- 2分
- 1** 10:30 ▶  マルト醤油醸造元 ☎P12
- 5分
- 2** 11:30 ▶  萬代 酒工房 ☎P11
- 2分
- 3** 12:30 ▶  十割そば 竹亭 ☎P13
- 10分
- 4** 14:00 ▶  森博多織/織りめぐり ☎P12
- 5分
- G** 15:00 ▶ 宇美駅前

歴史コース

日本古代史の舞台をめぐる

- S** 10:00 ▶ 宇美駅前スタート
- 5分
- 1** 10:30 ▶  宇美町立歴史民俗資料館 ☎P8
- 1分
- 2** 11:00 ▶  宇美八幡宮 ☎P5
- 5分
- 3** 13:00 ▶  光正寺古墳 ☎P10
- 20分
- 4** 14:00 ▶  大野城跡 ☎P9
- 20分
- G** 15:00 ▶ 宇美駅前





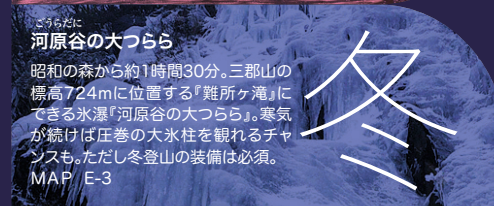


宇美公園の桜

宇美八幡宮の奥宮が鎮座する高台の森に隣接した『宇美公園』は、毎年春になると数種類の桜が順に花を咲かせていくので、比較的長期間楽しめる桜の名所として人気の場所だ。

MAP H-1

春



とつらだに

河原谷の大つらら

昭和の森から約1時間30分。三郡山の標高724mに位置する『難所ヶ滝』にできる氷瀑『河原谷の大つらら』。寒気が続けば圧巻の大氷柱を観れるチャンスも。ただし冬登山の装備は必須。

MAP E-3

冬



夏

一本松公園(昭和の森)川遊び場

一本松池から流れ落ちる滝を配した川遊び場は、木陰が多く、川の水は湧水のようにひんやり冷たくて気持ちがいい。公園駐車場に併設されているので、夏は家族連れで大にぎわい。

MAP D-2

秋

放生会(宇美八幡宮)

毎年10月15、16日に開かれる宇美八幡宮の『放生会』では、神殿で『宇美神楽』が奉納される他、たくさんの露店商がにぎやかに立ち並び、懐かしいお祭り風情が楽しめる。

MAP H-2