

Welcome to Uruma city

めんそーれ うるま

うるま市スポーツ合宿ガイドブック

URUMA CITY TRAINING GUIDE BOOK



TABLE TENNIS

SOCCER

BADMINTON

BASEBALL

MARATHON

うるま市

BASKETBALL



A B O U T U R U M A C I T Y

WELCOME OKINAWA URUMA

26°22'45"
north latitude

Average
temperature

23°

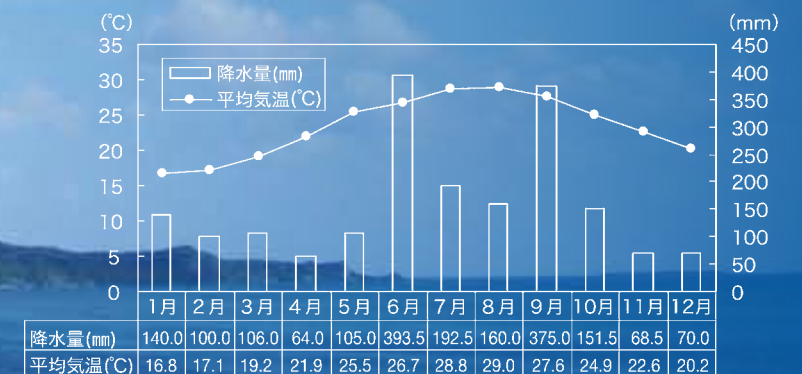
127°51'27" east longitude

ようこそ 沖縄県うるま市へ

**うるま市は、沖縄本島の中部に位置し、
緑あふれる街並みと8つの島々からなる
とても魅力的でスポーツにぴったりのまちです。**

「さんごの島」という意味を持つ沖縄の言葉「うるま」から名付けられたうるま市は、その名のとおり、コバルトブルーの海に囲まれた島々と美しい橋「あやはし」で結ばれる『海』・『橋』・『空』が調和した風光明媚なまちとして知られています。那覇空港から車で約50分の場所に位置し、豊かな自然と温暖な気候に恵まれたうるま市はスポーツにふさわしい環境で、プロの野球チームやサッカーチームに利用されているうるま市具志川総合運動公園をはじめ、さまざまなスポーツ施設が整っています。

気象は亜熱帯海洋性気候に属し、月別の平均気温が17℃から29℃、年降水量は約1,900mmで、年間を通じ温暖で暮らしやすい気候となっています。



資料：沖縄気象台

うるま市 マップ

うるま市DATA

誕生: 平成17年4月1日、
具志川市、石川市、
勝連町、与那城町の
4市町が合併して
うるま市が誕生。

位置: 北緯26° 22' 45"
東経127° 51' 27"

面積: 86.08平方キロメートル

人口: 124,544人
(2020年2月1日現在)

世帯数: 53,533戸
(2020年2月1日現在)



石川体育館



エナジックススタジアム石川

おすすめ
うるマルシェ



具志川野球場



具志川多種目球技場

具志川ドーム

おすすめ
世界遺産「勝連城跡」



世界遺産「勝連城跡」

具志川バスターミナル



・あやはし館
・海の文化資料館



海中道路

海中道路

HY記念碑
屋慶名バスターミナル

うるま市役所
与那城出張所

平敷屋港
(津堅島へ)

うるま市役所
勝連出張所

津堅島まで
約4km



うるま市具志川総合運動公園



コンパクトにも必要な設備が整ったうるま市具志川総合運動公園 那覇空港から車で約50分の近さです

韓国プロ野球チームの春季キャンプ場に選ばれた球場や、プロサッカーチームのキャンプ地として芝の手入れが行き届いた具志川多種目球技場。さらに、2009年に完成した具志川ドームは、高密度人工芝が敷設され、県内唯一の移動式土俵も設置されています。

もしものときの医療機関

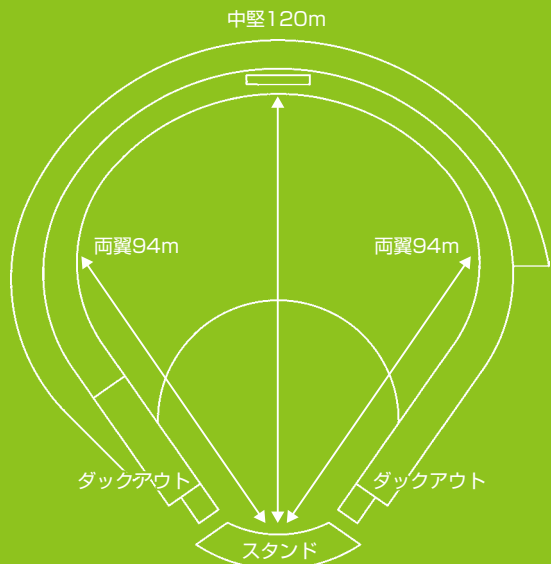
沖縄県立中部病院 ☎098-973-4111
うるま市宮里281

中頭病院 ☎098-939-1300
沖縄市字登川610番地

与勝病院 ☎098-978-5235
うるま市勝連南風原3584



具志川野球場



広いグラウンドとナイター設備、
静かな環境で練習に
集中することができます

公式戦に対応した広いグラウンド面積と、外野の天然芝が特徴です。韓国プロ野球チームのキャンプ地として利用された実績もある球場です。また、軟式野球やソフトボールにも対応し、ナイター設備も整っています。



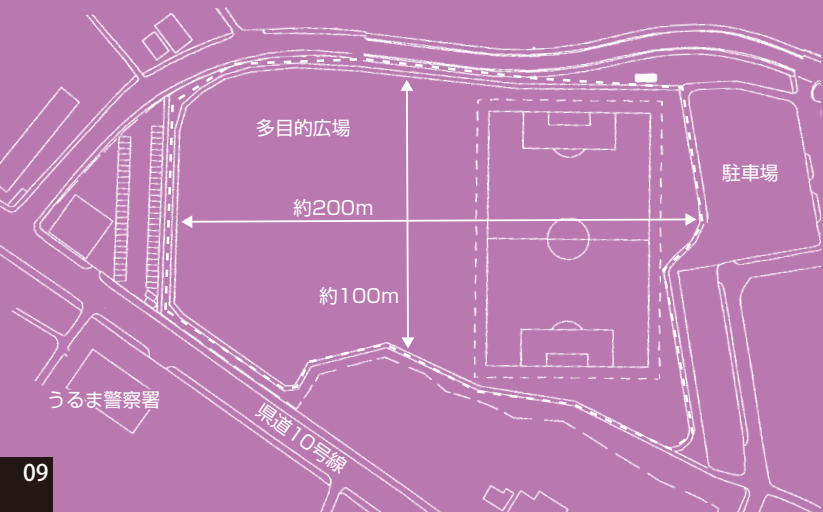
【施設概要】
グラウンド面積：1,360㎡
中堅：120m（県内最大規模）
両翼：94m
硬式・軟式可、天然芝、金網フェンス、約4,300人収容
その他設備：ブルペン、ナイター設備、更衣室
バリアフリー対応：駐車場、トイレ
【主な利用実績】
・韓国プロ野球キャンプ
・自主練習（プロ野球選手）

具志川多種目球技場



手入れの行き届いた天然芝のグラウンドは、プロサッカーチームにも利用されています

県内の大会はもとより、J2リーグ所属チームの春季サッカーキャンプにも使用されるグラウンドは、その天然芝の手入れに定評があります。また、広々としたグラウンド面積は、ポジションごとのパート練習などでも使いやすくなっています。近隣の交通量も少なく、澄んだ空気と静かな環境の中で、練習に集中することができます。



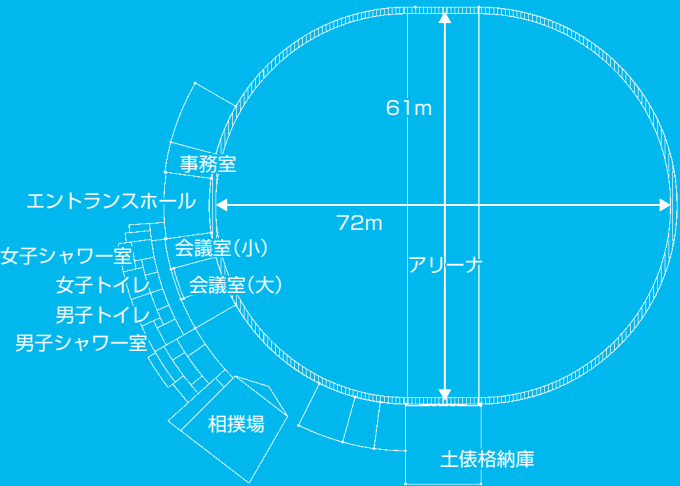
【施設概要】
グラウンド面積：23,000㎡
縦：約200m
横：約100m
サッカー・フルコート／最大2面可能
ゴールポスト(フルサイズ)2セット (フットサルゴール)／2セット ※ドーム設備にて、要確認
マーカー等：無し
ラインカー：石灰は持ち込みにて
ペイントライン：料金・許可ともに要確認
天然芝品種：(夏)バスマラム 冬：ペレニアルライグラス)
フェンス設置
その他設備：更衣室等は体育館設備を利用
バリアフリー対応：駐車場、トイレ
【主な利用実績】
・FC琉球、沖縄SV練習(トップチーム)
・サッカーキャンプ(J2、なでしこ)

具志川ドーム



明るく広い天井高の屋内施設。 高密度人工芝や移動式土俵などマルチに対応

あらゆる天候にも対応する屋内練習場は、明るく天井高も広くとられています。高密度人工芝が敷設され足の負担を軽減し、フットサルや野球の屋内練習場として多機能的に多目的に使用できます。県内では唯一の移動式土俵と本格的な稽古場を備え、2010年の美ら島総体で相撲競技会場に選ばれました。



【施設概要】
グラウンド面積：3600㎡
縦：約72m
横：約61m
フットサルコート／最大2面可能
ゴールポスト(フットサル用)／2セット
高密度人工芝
その他設備：シャワー、トイレ、会議室
バリアフリー対応：駐車場、トイレ
【主な利用実績】
・相撲(高校総体相撲大会、大相撲沖縄場所)
・トランボリン選手権大会
・韓国プロ野球キャンプ
・国内プロ野球キャンプ

石川地域の運動施設



エナジックスタジアム石川



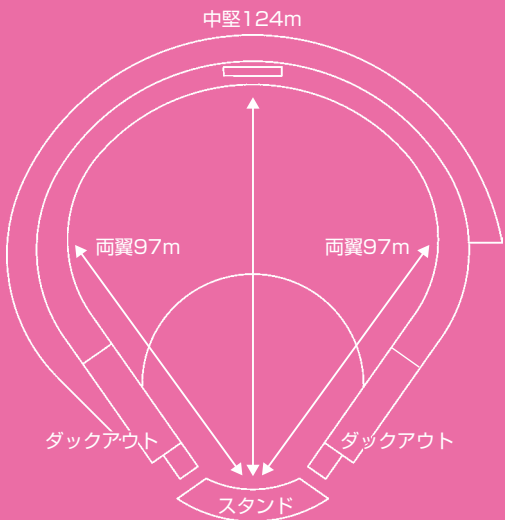
石川インターチェンジから車で約5分
2階構造の体育館や野球場、多目的グラウンドが配置
さらに砂浜が広がるビーチまで隣接しています



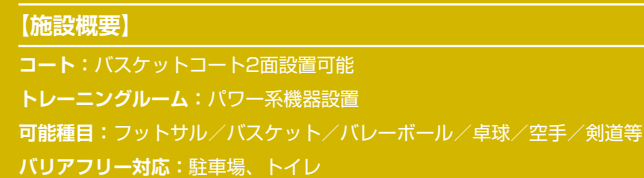
那覇空港から車で約50分で到着する石川地域には、石川体育館やエナジックスタジアム石川球場など、コンパクトながらも使い勝手の良いレイアウトの体育施設が整っています。練習前後のストレッチやジョギングなどビーチサイドも活用できるので、リラックスして行うことができます。また、街中にも近く、カフェや沖縄ならではの定食が並ぶ食堂など、食事にも困ることはありません。沖縄の日常を感じられる施設です。

落ち着いた雰囲気漂う球場レイアウト。
韓国プロ野球チームもキャンプに訪れる

海に向かって立つバッターボックスは解放感たっぷりです。球場の2方向が海に面し、公式戦に則したグラウンド設計は、中堅が120mを超える大きさを誇ります。外野は手入れの行き届いた天然芝で覆われています。



【施設概要】
グラウンド面積：12,000㎡
中堅：124m
両翼：97m
硬式・軟式可、金網フェンス、約4,000人収容
その他設備：更衣室、シャワー、体育館施設利用
バリアフリー対応：駐車場、トイレ
【主な利用実績】
・韓国プロ野球
・中国プロ野球



うるま市の宿泊施設

※ご予約、問い合わせにつきましては各施設へご連絡ください。
※食事場所については貸切でのご利用ができない場合もございますのでご了承ください。

番号	エリア	施設名	住所・連絡先	収容人数	客室数					食事場所 (収容人数)	会議室 (収容人数)	wi-fi
					ツイン	シングル	和室	ダブル	その他			
1	石川	ココ ガーデンリゾート オキナワ	うるま市石川伊波501 098-965-1000	268	78			15	3	105	—	○
2		アンサ沖縄リゾート	うるま市石川山城 1468番地 098-963-0123	256	79	33			11	170	会議室 :12 宴会場 :110	○
3		THE GRATIAS HOTEL RESORT	うるま市石川曙2-1-15 098-987-8544 (10時～18時)	62	11				8	—	—	○
4		ホワイトビーチイン石川	うるま市石川白浜 2-3-26 098-989-6644	16	4					—	—	○
5		HIDEOUT OKINAWA URUMA	うるま市石川東恩納1710-1 098-963-0600 (8時～21時)	154					23	—	—	○
6		ホテル潮騒	うるま市石川白浜 1-11-15 098-964-2248	40	9		4	6		食堂と兼用:20		1Fのみ
7		安間商店 民宿 酒の家	うるま市石川2-25-11 098-964-2243	8					2	—	—	○
8	具志川	春日観光ホテル	うるま市字赤道179-1 098-973-1121	100	35	5	6			30	会議室 :50 宴会場 :100	○
9		民宿ちねん& ゲストハウス憩	うるま市字赤道252-2 098-974-0292	31	2	8	4	1		共有スペースと 兼用:10		○
10		ホテルハーバー	うるま市字平良川94 098-973-3720	22	1	2		9		食堂と兼用:10		○
11	与勝	AJリゾートアイランド 伊計島	うるま市与那城伊計 1286番地 098-983-1230	364	56		28			100	50	○
12		コテージ伊計 海の唄	うるま市与那城伊計471番地 098-977-7565 (9時～21時)	45					5	—	—	—
13		ホテル浜比嘉島リゾート	うるま市勝連比嘉202 098-977-8088	80	25	1			3	40	50	○
14		民宿ゆがふの郷	うるま市勝連比嘉1527 098-977-8263	20	2		5	1	3	食堂と兼用:10		—
15		413はまひが ホテル&カフェ	うるま市勝連浜548-2 098-983-1413	14	3				3	12	—	— ルーター 貸出あり (要予約)
16		観光ビジネスホテル平安	うるま市与那城平安座 2421-1 098-977-8230	46	14	4	1		4	食堂と兼用:30		○
17		URUMA DOME	うるま市与那城饒辺 1007-7 予約はネットのみ	18	9					—	—	○

うるま市の主な観光スポット&イベント



海中道路

与勝半島から平安座島を結ぶ海の上を通っている道路。道路の両サイドには海が広がる。ウインドサーフィンやシーカヤック・SUPなどのマリンスポーツも盛んに行われている。
住所:うるま市与那城屋平



【世界遺産】勝連城跡

2000年ユネスコの世界遺産に登録された。傾斜を利用して積み上げられた城壁が特徴で、そこから望む眺望は雄大。
住所:うるま市勝連南風原3908
連絡先:098-978-7373(休憩所・9時～18時) 定休日:なし 施設利用料:無料



うるま市エイサーまつり

市内各地に受け継がれている伝統エイサーが一堂に会す大イベント。



あやはし海中ロードレース大会

両側に青い海が広がる海中道路を舞台としたハーフ・トリムマラソン大会。



全島闘牛大会

県内唯一のドーム型闘牛場「石川多目的ドーム」で春・夏・秋の年3回開催。



うるまシマダカラ芸術祭

島しょ地域を巡りながら「島」の魅力と芸術作品を楽しめるアートイベント。

うるま市の体験プラン



SUP体験

波の穏やかな海中道路は遠浅で初心者でも安心。体験中は海を熟知したインストラクターが丁寧にサポート。
参加料金:大人(13歳以上)4,000円
こども(7歳～12歳)3,000円
参加条件:2名～
所要時間:約1時間30分



レンタサイクル

海中道路から先の島々を巡るのは自転車もおすす。島の砂浜や古民家の残る集落、亜熱帯の植物など見どころもたくさん。
レンタル料金:2,000(電動2,500)円/1日
参加条件:1名～(身長140cm以上)
貸出時間:10時～16時



紅型染め体験

沖縄の伝統的な染色技法「紅型」。エイサーや闘牛、海中道路などの絵柄を選んで染める。
参加料金:大人2,500円
参加条件:2名～
所要時間:約2時間



要予約

連絡先:098-978-0077
(うるま市観光物産協会)

うるマルシェは、沖縄・うるまの台所、食の情報発信基地。農家さん漁師さん事業者さんなどの作り手と、お客さまを繋ぐ直売所です。ここでしか食べられないうるま食材を使用したフードコートやレストランもあり、食にまつわるイベントも開催されています。



住所:うるま市宇字前原183-2
連絡先:098-923-3911
定休日:不定休
営業時間:
直売所/9:00~20:00
うるま市民食堂/11:00~22:00(LO21:00)
フードコート/10:00~19:00

農家直営黄金芋専門店「黄金茶屋」
うるま市の特産品「黄金芋」。黄金色に輝き
甘みが強いのが特徴です。伊計島の
5000坪の自社農場で育った。安心・安全
な黄金芋の専門店。沖縄のうるままでしか味
わえない、低温でじっくり焼き上げた鮮や
かな黄金に輝く芋の魅力をお届けいたし
ます。

勝連漁協のてんぷら屋
勝連漁協はもすくの一生産地です。「もすくの日」に行列のできる「もすく天ぷら」全国ブラテックス30に選出されたもすく餃子など、もすくの一産地ならではのメニューをご賞味ください。



海中道路の中ほどに建つ船の形の「海の家 あやはし館」は、バーベキューや手作りのいもチップス、うるま市が生んだロックバンドHYのオフィシャルグッズが購入できるショップ。さらに地元産もすく(すぬい)を使用した、沖縄そばを堪能できます。

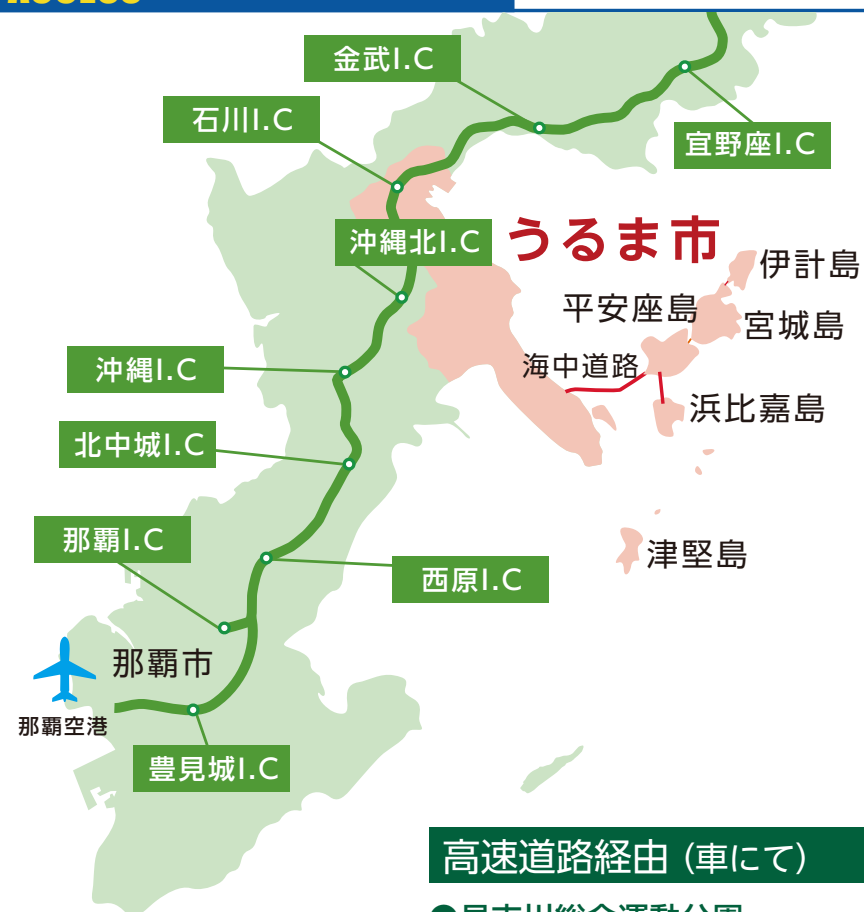
また、海にまつわる文化資料館が2階に設置され、立ち寄るだけでも楽しむことができます。



住所:うるま市与那城屋平4
連絡先:098-983-0220
定休日:なし
営業時間:9:00~18:00

ACCESS

那覇空港から車で約1時間



高速道路經由 (車にて)



●具志川総合運動公園

那覇空港～豊見城IC～沖縄北IC～球場までの所要時間：約50分

●うるま市石川公園

石川インターチェンジ
那覇空港～豊見城IC～石川IC～球場までの所要時間：約50分

琉球バス交通具志川営業所
電話:098-974-1145

沖縄バス屋慶名出張所
電話:098-978-2205

東洋バス泡瀬営業所
電話:098-974-8080

平安座総合開発株式会社
電話:098-977-8205(巡回バス)

日興タクシー
うるま市字兼箇段1888-1
電話:098-973-9494

石川タクシー
うるま市字栄野比96
電話:098-972-5406

平良川タクシー
うるま市字田場371-2
電話:098-973-4949

勝島交通(名)
うるま市字西原88-1
電話:098-972-3308

水仙タクシー
うるま市字赤道763-45
電話:098-974-4567

あづまタクシー
うるま市勝連平安名1611
電話:098-978-2126

美星タクシー
うるま市与那城屋慶名2102-1
電話:098-978-2535



うるま市



発行

沖縄県うるま市

問い合わせ先

沖縄県うるま市経済部観光振興課

〒904-2292

沖縄県うるま市みどり町一丁目1番1号

TEL098-923-7612

ホームページ <http://www.city.uruma.lg.jp/>

2020年2月発行