

NEWS LETTER

関係者各位



株式会社 南西楽園リゾート

2026年9月4日

SSMR2026-04

SHIGIRA RESORT

SEVEN MILES

秋風と波音に包まれて、宮古島でととのう。

田中律子さんと楽しむSUPヨガ、天然温泉で心ほどける特別な一日
～2026年10月11日開催・宮古島 シギラビーチにてSUPヨガ体験～



ユニマットグループの株式会社南西楽園リゾート（本社:沖縄県宮古島市/代表取締役会長 高橋 洋二）が運営する、沖縄県宮古島市のリゾートシティ〈シギラセブンマイルズリゾート〉は、2026年10月11日（日）、リゾート内の美しい『シギラビーチ』にて、SUPヨガ教室を開催いたします。当日は、ヨガインストラクターとしても活躍する田中律子氏をお迎えし、参加者の皆様にSUPヨガの指導を行っていただきます。

暑さが和らぎ、海と空のコントラストがひととき美しくなる秋の宮古島。爽やかな風を感じながら波の上でヨガを楽しんだあとは、参加特典の『シギラ黄金温泉』で心身をゆったりと解きほぐします。SUPヨガと天然温泉を一日で楽しむ、この時季ならではの特別なウェルネス体験をご提供いたします。

【イベント概要】

開催日時：2026年10月11日（日）（全3回開催）

①10:30～11:30 ②13:30～14:30 ③15:30～16:30

会 場：シギラビーチ（沖縄県宮古島 シギラセブンマイルズリゾート内）

参加費：¥5,500/人

定 員：各回20名（事前予約制）

SHIGIRA RESORT
SEVEN MILES

特典：参加者全員に『シギラ黄金温泉』利用チケット付

対象者：リゾート内ホテルご宿泊のお客様

(10歳以上、身長110cm以上 ※15歳未満の方は保護者同伴・事前予約制)

※妊娠中の方、およびその可能性がある方のご参加はご遠慮ください。

備考：当日、強風や大雨等の悪天候により、海上での実施が危険と判断された場合は、SUPヨガに代え室内でのヨガ教室を実施いたします。

なお、気象状況によりイベントを中止する場合がございます。



SUP (Stand Up Paddle Boarding) ヨガは、水の上でヨガのポーズを取りながらバランス感覚を養い、心身ともにリフレッシュできるアクティビティです。

不安定な水面でバランスを保ちながら身体を動かし、波のゆらぎや潮風を感じることで、陸上のヨガとはひと味違う爽快感をお楽しみいただけます。日本サップヨガ協会理事長でもある田中律子氏が、初めての方にも丁寧にレクチャーいたします。

【申し込み方法】

参加ご希望の方は、[シギラセブンマイルズリゾート公式ウェブサイト]

https://shigira.com/news/eventinfo_supyoga2026

または、下記のURL・QRコードからもお申し込みいただけます。

▶ご予約専用ページ

<https://act.shigira.com/top/products/a06e523e-779a-50d3-8fb8-bb61ac63ce22?lng=ja>

※参加希望者多数の場合は、先着順とさせていただきますので、お早めにお申し込みください。



過ごししやすい秋の宮古島で、波の上のヨガと天然温泉をぜひお楽しみください。

皆様のご参加を心よりお待ちしております。

■田中律子さんご紹介



1971年7月17日生まれ。俳優、タレント。

日本サップヨガ協会 理事長。

NPO法人アクアプラネット 理事長。

現在はタレントとしてさまざまなメディアで活躍する傍ら、サップヨガのインストラクター養成やサンゴの保護活動など、海を中心に幅広く活動している。

田 中 律 子 I n s t a g r a m : <https://www.instagram.com/ri2kotanaka/>

NPO法人アクアプラネットホームページ : <https://www.aqua-planet.org/>

日本サップヨガ協会 ホームページ : <http://jsya.or.jp/>

日本サップヨガ協会 I n s t a g r a m : <https://www.instagram.com/japansupyogaassociation/>



■日本最南端・最西端の天然温泉『シギラ黄金温泉』で、くつろぎのひとときを

SUPヨガイベントの参加者には、リゾート内の『シギラ黄金温泉』の利用チケットをご用意しています。

地下1,250mから湧き出す天然温泉は、源泉温度50℃、日量800トンという豊かな湯量を誇り、黄金に輝くお湯の色が特徴です。日本最南端・最西端の日帰り天然温泉で、南国の自然に包まれながら、ゆったりとした癒やしの時間をお過ごしいただけます。

沖縄の天然石を配し、緑と花々に囲まれた、海を望む展望露天風呂をはじめ、天然源泉を使用した水着着用の「ジャングルプール」など、多彩な温浴空間を備えています。ご家族やパートナー、ご友人同士でも、それぞれのスタイルでお楽しみいただけます。

SUPヨガで心地よく身体を動かしたあとは、豊かな自然に包まれた天然温泉へ。

シギラセブンマイルズリゾートならではの、心安らぐ時間をご堪能ください。

■シギラ黄金温泉概要

住 所 : 沖縄県宮古島市上野新里1405-223

営業時間 : 11:00~22:00 (最終入館 21:30)

入 館 料 : 大人 (12歳~) ¥2,000/こども (4~11歳) ¥1,000 ※リゾート宿泊者割引あり

泉 質 : ナトリウム塩化物温泉 (低張性・弱アルカリ性・高温泉)

施 設 : 露天風呂、展望風呂、ジャングルプール (水着着用)、サウナ、
プライベートルーム (貸切露天風呂付)

付帯施設 : カフェテラス「森の泉」 (11:00~18:00)

備 品 : バスタオル・フェイスタオル・シャンプー・リンス・ボディソープ・綿棒 無料

■ウミガメとの出会いに心躍る、宮古ブルーの『シギラビーチ』

シギラセブンマイルズリゾートのほぼ中央に位置する『シギラビーチ』は、宮古ブルーと称される透明度の高い海と、きめ細かな白砂が広がる宮古島屈指のビーチです。

遠浅で穏やかな海は、大人から子どもまで楽しみやすく、沖合では色とりどりの熱帯魚やサンゴ礁を眺めながらシュノーケリングを満喫できます。運が良ければ、悠々と泳ぐウミガメに出会えることも。宮古島の豊かな海の世界を、すぐそばに感じていただけます。

ビーチ内の「シギラビーチハウス」では、シュノーケルセットをはじめとする各種マリン用品のレンタルをご用意しており、思い思いのリゾートタイムをお過ごしいただけます。

■シギラビーチ概要

住 所 : 沖縄県宮古島市上野新里1405-214 (シギラビーチハウス)

営 業 期 間 : 2026年3月21日(土)～2026年11月末日予定(無休)

営 業 時 間 : 9:00～17:00 (7月～9月 9:00～18:00)

施 設 情 報 : シャワールーム(リゾート宿泊者は無料)、更衣室・ロッカー完備

駐 車 場 : 有料完備

レンタル用品: シュノーケルセット(マスク・シュノーケル・フィン・ライフジャケット)、
ウェットスーツ(ウェットスーツ・ライフジャケット)、フロートマット、マリンシューズ、
箱メガネ、浮き輪、お砂場セット、カバナテント、デッキチェアセットなど

アクティビティ: シュノーケルツアー、カヤックツアー体験、ダイビング体験など
(いずれもインストラクター付)



宮古島の大自然が広がる「シギラセブンマイルズリゾート」

沖縄本島より南西に約300 km、世界屈指の美しい海と自然に囲まれた、琉球文化が息づく宮古島。「シギラセブンマイルズリゾート」は、宮古島の南岸に沿って広がる約140万坪の敷地に、カジュアルタイプからラグジュアリークラスまで、幅広いニーズにお応えする9つのホテル、約40店舗の多彩なレストラン、ビーチ、ゴルフ場、天然温泉など、リゾートステイの醍醐味のすべてが揃う、まさに南国の楽園です。

■ホテル一覧



ザ シギラ



ホテル シギラミラージュ



シギラバイサイドスイート アラマンダ



アラマンダ インギヤールヴィレッジ



ホテルブリーズベイマリーナ



ホットクロスポイント サンタモニカ



ホテル シーブリーズコーラル



ウェルネスヴィラ プリッサ



2026年4月29日誕生 アラマンダ スプレンドイド

■シギラセブンマイルズリゾート概要

リゾート総称：シギラセブンマイルズリゾート

本社所在地：〒906-0203 沖縄県宮古島市上野宮国775-1

アクセス：宮古空港より車で約15分 または みやこ下地島空港より車で約50分

公式HP：<https://shigira.com/>

Instagram：<https://www.instagram.com/shigira.seven.miles.resort>

Facebook：<https://www.facebook.com/SHIGIRA.SEVEN.MILES.RESORT>

公式YouTube：<https://www.youtube.com/@shigirasevenmilesresort>

本件に関する報道関係者からのお問合せ先

「シギラセブンマイルズリゾート」PR事務局

担当：大森・中山

TEL：080-8163-9795（中山）

メール：press-info@nanseirakuen.com