

ด้านที่ 9

ข้อมูลเศรษฐกิจและสังคม

1.ประวัติศาสตร์เมืองพัทลุง

ตราประจำจังหวัดพัทลุง



เป็นรูปภูเขาอกทะลุสูงเด่น อยู่บนที่ราบมองเห็นจากที่ไกลได้ทุกทิศ บนยอดเขามีเจดีย์เก่าสร้างเอาไว้ องค์หนึ่ง ซึ่งในปัจจุบันนี้ยังเหลือ เฉพาะฐาน ชาวเมืองจึงถือเอาภูเขาอกทะลุเป็นสัญลักษณ์ประจำจังหวัดพัทลุง

จังหวัดพัทลุง เป็นจังหวัดหนึ่งในภาคใต้ของประเทศไทย ที่มีประวัติความเป็นมาอันยาวนาน ตั้งแต่ สมัยก่อนประวัติศาสตร์ ดังปรากฏหลักฐานจากการค้นพบขวานหินขัดในท้องที่ทั่วไปหลายอำเภอในสมัยศรีวิชัย (พุทธศตวรรษที่ 13 –14) บริเวณเมืองพัทลุงเป็นแหล่งชุมชนที่ได้รับวัฒนธรรมอินเดียในด้าน พระพุทธศาสนาเถรวาทมีหลักฐานค้นพบ เช่น พระพิมพ์ดินดิบจำนวนมากเป็นรูปพระโพธิสัตว์ รูปเทวดาโดยค้นพบบริเวณถ้ำคูหาสวรรค์และถ้ำเขาอกทะลุ

ต่อมาในพุทธศตวรรษที่ 19 เมืองพัทลุงได้ตั้งขึ้นอย่างมั่นคงภายใต้การปกครองของกรุงศรีอยุธยา ใน สมัยพระบรมไตรโลกนาถ ได้ปรากฏชื่อเมืองพัทลุง ในกฎหมายพระอัยการนาทหารหัวเมือง พ.ศ.1998 ระบุว่า เมืองพัทลุง มีฐานะเป็นเมืองชั้นตรี ซึ่งนับได้ว่าเป็นหัวเมืองหนึ่งของพระราชอาณาจักรทางใต้ ที่ตั้งเมืองพัทลุง ในระยะเริ่มแรกนั้น เชื่อกันว่า ตั้งอยู่ที่เมืองสทิงพระ จังหวัดสงขลาในปัจจุบัน มักจะประสบปัญหาโดนโจมตี จากกลุ่มโจรสลัดมาเลย์ อยู่เสมอ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มโจรสลัดราแจะอารูและอุยงคตนะ ได้เข้าปล้นสดมภ์ โจมตีเผาทำลายเมืองอยู่เนืองๆ

ในรัชสมัยพระเจ้าทรงธรรม ดะโต๊ะโมกอล ชาวมุสลิมที่อพยพมาจากเมืองสาเลห์ บริเวณหมู่เกาะชวา ซึ่งเป็น ต้นตระกูลของสุลต่านสุไลมาน แห่งเมืองสงขลาได้เข้ามาตั้งถิ่นฐานค้าขาย ณ หัวเขาแดง แล้วตั้ง ประชาคมมุสลิมขึ้น ตรงนั้นอย่างสงบ ไม่มีการขัดแย้งกับชาวเมืองที่อยู่มาก่อน ปักหลักอยู่ยาวนานจนมีผู้คน อพยพมาอาศัยอยู่มากขึ้น ในที่สุดก็พัฒนาขึ้นมาเป็นเมืองท่าปลอดภาษี มีเรือสำเภาแวะเข้ามาซื้อ

คำขวัญจังหวัดพัทลุง

”เมืองหนังโนราห์ อุ้นาข้าว พรานน้ำตก แหล่งนกน้ำ ทะเลสาบงาม เขาอกทะลุ น้ำพุร้อน”

ตราสัญลักษณ์ และเอกลักษณ์ จังหวัดพัทลุง

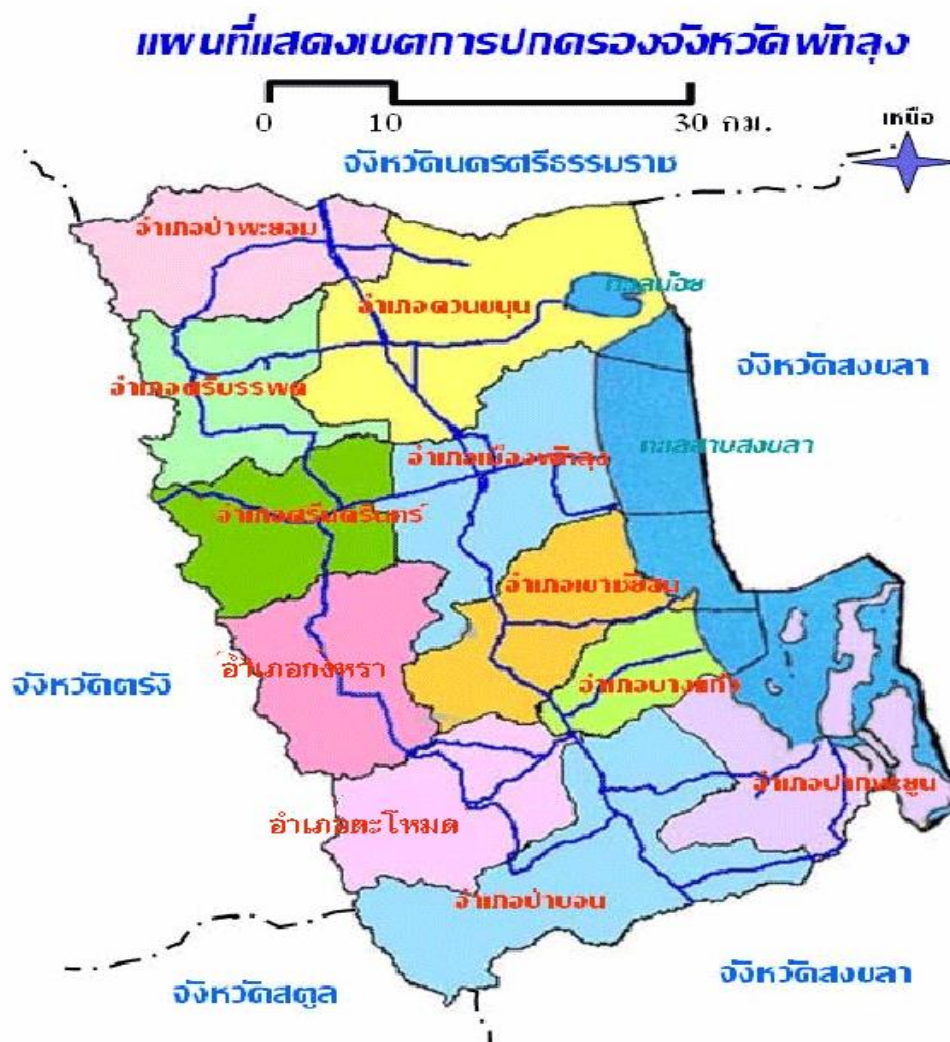


“ดอกพะยอม” ดอกไม้ประจำจังหวัดพัทลุง



พื้นธงสีม่วง มีตราจังหวัดคือภูเขาอกทะลุ แถบสีเหลือง

ข้อมูลการปกครอง



มีอาณาเขตติดต่อกับพื้นที่ใกล้เคียง ดังนี้

ทิศเหนือ ติดต่อกับ อำเภอลำชะอวด อำเภอห้วยไทร จังหวัดนครศรีธรรมราช และอำเภอระโนด จังหวัดสงขลา

ทิศตะวันออก ติดต่อกับ อำเภอสิงหนคร อำเภอสทิงพระ อำเภอกระแสดำ และอำเภอระโนด จังหวัดสงขลา
อำเภอห้วยไทร จังหวัดนครศรีธรรมราช

ทิศใต้ ติดต่อกับ อำเภอควนเนียง อำเภอรัตนบุรี จังหวัดสงขลาและอำเภอควนกาหลง จังหวัดสตูล

ทิศตะวันตก ติดต่อกับ อำเภอควนกาหลง และกิ่งอำเภอมะนัง จังหวัดสตูล อำเภอปะเหลียน อำเภอย่านตาขาว อำเภอนาโยง อำเภอเมืองตรัง อำเภอห้วยยอด และอำเภอรษฎา จังหวัดตรัง

ชื่ออำเภอ	ตำบล
อำเภอเมือง	ตำบลคูหาสวรรค์ ตำบลเขาเจ็ยก ตำบลท่ามิหรำ ตำบลโคกชะงาย ตำบลนาท่อม ตำบลปรางหมู่ ตำบลท่าแค ตำบลลำป่า ตำบลตำนาน ตำบลควนมะพร้าว ตำบลร่มเมือง ตำบลชัยบุรี ตำบลนาโหนด ตำบลพญาขัน
อำเภอกงหรา	ตำบลกงหรา ตำบลชะรัด ตำบลคลองเฉลิม ตำบลคลองทรายขาว ตำบลสมหวัง
อำเภอเขาชัยสน	ตำบลเขาชัยสน ตำบลควนขนุน ตำบลจองถนน ตำบลห่านโพธิ์ ตำบลโคกม่วง
อำเภอตะโหมด	ตำบลแม่ขรี ตำบลตะโหมด ตำบลคลองใหญ่
อำเภอควนขนุน	ตำบลควนขนุน ตำบลทะเลน้อย ตำบลนาขยาด ตำบลพนมวังค์ ตำบลแหลมไตนด ตำบลปิ่นแต ตำบลไตนดด้วน ตำบลดอนทราย ตำบลมะกอกเหนือ ตำบลพนางตุง ตำบลชะมวง ตำบลแพรกหา
อำเภอปากพะยูน	ตำบลปากพะยูน ตำบลดอนประตู ตำบลเกาะนางคำ

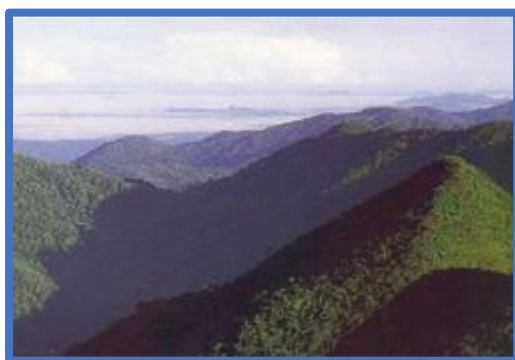
	ตำบเลาะหมาก ตำบปลาละมี ตำบลหารเทา ตำบลดอนทราย
อำเภอศรีบรรพต	ตำบลเขาย่า ตำบลเขาปู่ ตำบลตะแพน
อำเภอป่าบอน	ตำบลป่าบอน ตำบลโคกทราย ตำบลหนองธง ตำบลทุ่งนารี ตำบลวังใหม่
อำเภอบางแก้ว	ตำบลท่ามะเตี๋ย ตำบลนาปะขอ ตำบลโคกสัก
อำเภอป่าพะยอม	ตำบลป่าพะยอม ตำบลลานข่อย ตำบลเกาะเต่า ตำบลบ้านพร้าว
อำเภอศรีนครินทร์	ตำบลชุมพล ตำบลบ้านนา ตำบลอ่างทอง ตำบลสำสินธุ์

ลักษณะภูมิประเทศ

สภาพพื้นที่มีลักษณะเป็นภูเขาและที่ราบสูง ทางด้านตะวันตกอันประกอบด้วย เทือกเขาบรรทัด มีระดับสูงจากน้ำทะเลปานกลาง ประมาณ 50 - 1,000 เมตร ส่วนใหญ่เป็นป่าไม้ เช่น สวนยางพารา สวนไม้ผลและไม้ยืนต้น ถัดลงมาทางด้านตะวันออกเป็นที่ราบสลับที่ดอน มีความสูงจากระดับน้ำทะเลปานกลางเฉลี่ย 0 - 15 เมตร บริเวณนี้ ส่วนใหญ่ปลูกข้าว ยางพารา มะพร้าว พืชผัก และพืชไร่ชนิดต่างๆ โดยมีอัตราความลาดชัน 1: 1,000 จากทิศ ตะวันตกมาสู่ทิศตะวันออกของจังหวัด

สภาพภูมิอากาศ

สภาพภูมิอากาศมี 2 ฤดูกาล คือ ฤดูร้อน และฤดูฝนได้รับอิทธิพลจากมรสุมตะวันออกเฉียงเหนือ และมรสุม ตะวันตกเฉียงใต้ ปริมาณน้ำฝนโดยเฉลี่ย 1,853.5 มิลลิเมตรต่อปี จำนวนวันฝนตกเฉลี่ย 154 วัน ต่อปี อุณหภูมิ สูงสุดเฉลี่ย 29.3 องศาเซลเซียส ในเดือนเมษายน และอุณหภูมิต่ำสุดเฉลี่ย 26.7 องศาเซลเซียส ในเดือนธันวาคม อุณหภูมิเฉลี่ยตลอดปี 28.14 องศาเซลเซียส ความชื้นสัมพัทธ์อยู่ระหว่าง 75 – 83 เปอร์เซ็นต์ โดยเฉลี่ย 78.7 เปอร์เซ็นต์ และความเร็วลมประมาณ 1-2 เมตรต่อวินาที ปริมาณการระเหยของน้ำประมาณ 3.3- 5.5 มิลลิเมตรต่อวัน



เทือกเขาบรรทัด แหล่งกำเนิดต้นน้ำลำธารและชีวิต



เมืองอู่ข้าวอู่น้ำแดนใต้แห่งสยาม จากอดีตถึงปัจจุบัน



ผืนดินจรดทะเลสาบสงขลา หล่อหลอมวิถีชีวิตคนเมืองลุง



ผืนแผ่นดินและผืนน้ำอันอุดมสมบูรณ์ หล่อเลี้ยงสรรพชีวิต

2.เอกลักษณ์และสัญลักษณ์เมืองพัทลุง



ตราสัญลักษณ์ประจำจังหวัด

จังหวัดพัทลุง ได้ย้ายที่ตั้งเมืองมาแล้ว 12 ครั้ง ครั้งสุดท้ายในปี พุทธศักราช 2467 ย้ายจากตำบลลำปำ มาอยู่ที่ตำบลคูหาสวรรค์ ใกล้กับภูเขาอกทะลุซึ่งสูงเด่น อยู่บนที่ราบ มองเห็นจากที่ไกลได้ทุกทิศ บนยอดเขา มีเจดีย์เก่าสร้างเอาไว้องค์หนึ่ง ซึ่งในปัจจุบันนี้ยังเหลือแต่ฐาน ตั้งแต่นั้นชาวพัทลุงก็ไม่ต้องระเห่ร่อนอีกต่อไป ชาวเมืองจึงถือเอาภูเขาอกทะลุเป็นสัญลักษณ์ และหลักเมืองของจังหวัด



ศาลาจตุรมุข ประดิษฐานพระพุทธรูปโรคนไตรยชัยวัฒน์ฯ เห็นภูเขาอกทะลุเป็นฉากหลัง



พระพุทธรูปโรคนไตรยฯ พระคู่บ้านคู่เมืองแห่งแดนทักษิณ

พระพุทธนิรโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ

พระสี่มุมเมืองหรือเรียกชื่อเต็มๆว่า "พระพุทธนิรโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ" เป็นพระพุทธรูปประจำภาคใต้ และพระคู่บ้านคู่เมืองของพัทลุง ประดิษฐานอยู่ภายในศาลาจัตุรมุขหล่อด้วยสำริด ปางสมาธิ ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ภูมิพลอดุลยเดช โปรดเกล้าฯ พระราชทานไว้ที่จังหวัดพัทลุง เมื่อ พ.ศ.2511 ตั้งอยู่ระหว่างศาลากลางกับศาลจังหวัดพัทลุง

คำขวัญประจำจังหวัด

"เมืองหนังโนรา อู่นาข้าว พราวน้ำตก แหล่งนกน้ำ ทะเลสาบงาม เขาอกทะลุ น้ำพุร้อน"



ดอกไม้ประจำจังหวัด

ดอกพะยอม ดอกไม้ประจำจังหวัดพัทลุง



ธงประจำจังหวัด



พื้นธงสีม่วง มีตราจังหวัดคือภูเขาอกทะลุ แถบสีเหลือง

3. ศิลปะ วัฒนธรรมและประเพณีท้องถิ่น

1. งานประเพณีแข่งโพนลากพระ (ชักพระ)

นิยมทำกันทั่วไปในภาคใต้ ในช่วงเดือน 11 (แรม 1 ค่ำ เดือน 11) การลากพระมีอยู่ 2 ลักษณะ ตามความเหมาะสมของภูมิประเทศ คือ ลากพระทางบกและลากพระทางน้ำ สำหรับจังหวัดพัทลุงเป็นการลากพระทางบก ซึ่งจะมีการตีโพน (กลอง) เพื่อควบคุมจังหวะในการลากพระ ขบวนพระลากของแต่ละวัดก็จะมีผู้ตีโพนอยู่บนขบวน และเมื่อผ่านวัดต่างๆ ก็จะมีการตีโพนท้าทายกัน ทำให้มีการแข่งขันตีโพนเกิดขึ้น และทางจังหวัดพัทลุงก็ได้จัดให้มีการแข่งขันตีโพนขึ้นเป็นประจำทุกปี ในเทศกาลลากพระเดือน 11



โพน หรือที่รู้จักกันว่า กลอง นันเอง



การแข่งขันตีโพน



ชาวบ้านต่างร่วมใจกันลากพระในงานประเพณีลากพระ ประเพณีลากพระ หรือชักพระ ส่งเสริมความสามัคคี

2.การละเล่นชั้ดตัม

ประเพณีชั้ดตัมมีที่มำอันเกี่ยวข้องกับประเพณีลากพระกล่าวคือ ในสมัยพุทธกาลเมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จกลับจากจำพรรษา ณ สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ลงมายังโลกมนุษย์ซึ่งตรงกับวันแรม 1 ค่ำ เดือน 11 จะมีพุทธศาสนิกชนรอ เข้าเฝ้าเพื่อถวายภัตตาหารแด่พระพุทธองค์ แต่เนื่องจากพุทธศาสนิกชนมีเป็นจำนวนมาก ทำให้ไม่สามารถถวายภัตตาหาร ได้อย่างใกล้ชิด จึงได้มีการนำใบไม้มาห่อหุ้มภัตตาหาร ซึ่งเรียกกันว่า "ข้าวตัม" หรือ "ตัม" และพยายามโยนตัมเหล่านั้นให้ลงบาตร แต่การโยนทำให้ตัมพลาดไปถูกเหล่าพุทธศาสนิกชนด้วยกันเอง ต่อมาจึงกลายเป็นการละเล่นชั้ดตัม และพัฒนาเป็นการแข่งขันด้านไหวพริบ และความรวดเร็วว่องไวในการชั้ดและหลบหลีกตัมซึ่งจัดทำอย่างพิเศษ (ใช้ข้าวตากผสมกับทรายห่อด้วยใบตาลเป็นรูปตะกร้อสี่เหลี่ยม) การละเล่นชั้ดตัมต้องอาศัยความกล้าหาญเป็นอย่างมาก เพราะถ้าไม่สามารถหลบหลีกตัมของคู่ต่อสู้ อาจจะเป้นอันตรายได้ ปัจจุบันการชั้ดตัมหาได้ค่อนข้างยาก ทางจังหวัดพัทลุงจึงได้จัดให้มีการแข่งขันชั้ดตัมรวมอยู่ในงานประเพณีแข่งโพนลากพระใน เดือน 11 ด้วย

3.ประเพณีชิงเปรต

เป้นงานประเพณีซึ่งจัดขึ้นในเทศกาลสารทไทย ปีหนึ่งจะมีการจัดงานชิงเปรตขึ้น 2 ครั้ง คือในวันแรม 1 ค่ำ เดือน 10 และวันแรม 15 ค่ำ เดือน 10 อีกครั้งหนึ่ง ตามคติโบราณที่เชื่อกันมำว่า ผู้ตายไปแล้วนั้นมิจำนวนไม่น้อย ไปตกนรกหมกไหม้ เพราะเมื่อครั้งมีชีวิตอยู่ได้ทำบาปไว้มาก ผู้ที่ตกนรกนี้ชาวพัทลุงเรียกว่า "เปรต" ครั้นพอถึงวันแรม 1 ค่ำ เดือน 10 ยมบาลจะปล่อยตัวเปรตเหล่านั้นออกจากนรกมาบนโลกมนุษย์เพื่อรับเซ่นสังเวยจากญาติพี่น้องของตนเอง และจะอยู่ได้จนถึงวันแรม 15 ค่ำเดือน 10 เท่านั้น จะต้องกลับลงนรกในวันนี้ ด้วยคตินี้เอง ชาวเมืองพัทลุงจึงจะพากันไปทำ บุญอุทิศส่วนกุศลให้ญาติพี่น้องของตน โดยจัดสำรับเครื่องคาวหวานใส่สำรับไปถวายพระ พร้อมกับนำขนมและอาหารคาว หวานอีกส่วนหนึ่งตั้งไว้ตรงปากทางเข้าวัดเรียกว่า "ตั้งเปรต" พอทำบุญเสร็จก็มีการชิงเปรต คือมีการแย่งอาหารคาวหวานและขนมที่ตั้งไว้ โดยถือว่าการแย่งหรือชิงเครื่องเซ่นสังเวยเปรตบรรพบุรุษนั้นกินแล้วจะโชคดี พิธีชิงเปรตนี้จึงทำกันครั้งแรก ในวันแรม 1 ค่ำ เดือน 10 ถือเป้นวันต้อนรับเปรตที่ขึ้นมาจากนรก และทำอีกครั้งในวันแรม 15 ค่ำ เดือน 10 ถือเป้นการส่งเปรตกลับสู่นรก

4.งานวันอนุรักษ์มรดกไทยและงานมหกรรมชิงแชมป์หนังตะลุง [อ่านเรื่องหนังตะลุงเพิ่มเติม]

เป็นงานที่จัดขึ้นในช่วงต้นเดือนเมษายนของทุกปี กิจกรรมภายในงานจะเป็นการจัดนิทรรศการ การละเล่นพื้นบ้านปักษ์ใต้ และการประกวดหนังตะลุงซึ่งได้รับความสนใจจากศิลปินพื้นบ้านเข้าร่วมการ ประกวดมากมาย งานดังกล่าวนี้จะจัดขึ้น ณ บริเวณสนามหน้าศาลากลางจังหวัดพัทลุง



การแกะตัวหนัง



การเชิดหนังตะลุง

5.โนราห์ นาฏศิลป์เมืองใต้

เป็นการละเล่นพื้นเมืองภาคใต้ที่มีมาแต่โบราณ ประมาณอายุตามที่หลาย ๆ ท่านสันนิษฐานไว้ ตกสมัยศรีวิชัย หรือไม่ก็ราวพุทธศตวรรษที่ 19 เป็นอย่างน้อย ด้วยกาลเวลาผ่านมานานเช่นนี้ ทำให้ประวัติ ความเป็นมาของโนราห์เล่าผิดเพี้ยนกันจนกลายเป็นตำนานหลายกระแสเล่าโดย

ขุนอุปถัมภ์นารากร(โนราห์พุ่มทewa) อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง ความว่า พระยาสายฟ้าฟาดเป็น กษัตริย์ครองเมือง ๆ หนึ่ง มีชายาชื่อนางศรีมาลา มีธิดาชื่อนวลทองสำลี วันหนึ่ง นางนวลทองสำลีสุบินว่ามี เทพธิดามารายรำให้ดู ทำรำมี 12 ท่า มีดนตรีประโคมได้แก่ กลอง ทับ โหม่ง ฉิ่ง ปี่ และแตระ นางให้ทำเครื่อง ดนตรี และหัตถ์รำตามที่สุบินเป็นที่ครึกครื้นในปราสาท

กระแสที่ 2 เล่าโดยโนราห์วัด จันทรเรือง ตำบลพังยาง อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา ความว่า เมืองปัญญา เจ้าเมือง ชื่อท้าวแสงอาทิตย์ ชายาชื่อ กฤษณา มีโอรสชื่อ ศรีสุธน มีชายาชื่อกาหนม มีพรานป็น หนึ่งคน ชื่อบุญสิทธิ์ พรานออกป่าล่าเนื้อมาส่งส่วยทุก 7 วัน ครั้งหนึ่งหาเนื้อไม่ได้ แต่ได้พบนาง 7 คน มาอาบน้ำที่สระโนดัด ครั้นกลับมาเฝ้าพระราชาและทูลว่าหาเนื้อไม่ได้ จึงถูกภาคทัณฑ์ว่าหาหาเนื้อไม่ได้อีก ครั้งเดียว จะถูกตัดหัว พรานจึงคิดจะไปจับนางทั้ง 7 มาถวายแทนสัก 1 คน ครั้งหนึ่ง ขณะนางทั้ง 7 คนอาบน้ำ ที่สระโนดัด พรานบุญลักปีกหางนางโนราห์ แล้วไปขอร้องพญานาคเกลามาช่วยจับ พญานาคนี้เดิมเคยถูก ครุฑเฉี่ยว พรานบุญได้ช่วยชีวิตไว้ ครั้นพรานขอร้องจึงให้การช่วยเหลือ พรานนำนางโนราไปถวายพระศรีสุธน พระศรีสุธนรับไว้เป็นชายา ต่อมาข้าศึกเมืองพระยาจันทรยกมาตีปันจา พระศรีสุธนออกศึก แล้วตามไปปราบ ถึง เมืองพระยาจันทรอยู่ข้างหลัง นางกาหนมหาอุบายจะฆ่านางโนราห์ โดยจ้างโจรให้ทำนายว่า พระศรีสุธนมี พระเคราะห์จะไม่ได้กลับเมือง ถ้าไม่ได้ทำพิธีบูชาญ การบูชาญนี้ให้เอานางโนราห์เผาไฟ นางโนราห์จึงอุบาย ขอปีกหางสวมใส่เพื่อรำให้แม่ผัวดูก่อนตาย และให้เปิดจาก 7 ดับเพื่อรำถวายเทวดา นางรำจนเพลินแล้วบิน หนีไปเมืองไกรลาศ พระสุธนตามไปจนได้รับกลับเมือง

กระแสที่ 3 สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาดำรงราชานุภาพทรงอ้างถึงหลักฐานอันเป็นตำนานที่ได้ไปจากนครศรีธรรมราช ดังปรากฏในหนังสือตำนานละครอิเหนาวา "ในคำไหว้ครูของโนราห์มีคำกล่าวถึงครูเดิมของโนราห์ที่ชื่อขุนศรีทธาอยู่ในกรุงศรีอยุธยา มีความผิดต้องราชทัณฑ์ ถูกลอยแพไปเสียจากพระนคร แพลอยไปติดอยู่ที่เกาะสีชัง พวกชาวเรือทะเลมาพบเข้า จึงรับไปส่งขึ้นที่เมืองนครศรีธรรมราช ขุนศรีทธาจึงได้เป็นครูฝึกโนราห์ ให้มีขึ้นที่เมืองนครเป็นต้นมา"



โนราห์รุ่นเยาว์ สืบสานนาฏศิลป์แดนใต้



การแสดงมโนราห์ที่นับวันจะหาดูได้ยาก

ข้อมูลการเดินทางสู่จังหวัดพัทลุง

รถยนต์

จากกรุงเทพฯ สามารถไปได้ 3 เส้นทาง คือ

เส้นทางที่ 1 ตามทางหลวงหมายเลข 4 ถึงชุมพร (สี่แยกปฐมพร) แยกเข้าระนอง พังงา กระบี่ ตรัง จนถึงพัทลุง ระยะทางประมาณ 1,140 กิโลเมตร

เส้นทางที่ 2 ตามทางหลวงหมายเลข 4 ถึงชุมพร ให้เข้าทางหลวงหมายเลข 41 จนถึงจังหวัดพัทลุง ระยะทาง 840 กิโลเมตร

เส้นทางที่ 3 ตามทางหลวงหมายเลข 4 ผ่านชุมพร สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช แล้วเข้าทางหลวงหมายเลข 403 จากนั้นจึงเข้าทางหลวงหมายเลข 41 ที่ชุมทางเขาชุมทอง จนถึงพัทลุง

รถไฟ

การรถไฟแห่งประเทศไทย มีรถไฟผ่านอำเภอเมือง อำเภอควนขนุน อำเภอเขาชัยสน อำเภอปากพะยูน อำเภอป่าบอน อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง รายละเอียดสอบถาม โทร. 1690, 0 2223 7010, 0 2223 7020 สถานีรถไฟพัทลุง โทร. 0 7461 3106 www.railway.co.th

รถโดยสารประจำทาง

บริษัท ขนส่ง จำกัด มีบริการเดินรถกรุงเทพฯ – พัทลุง ทุกวัน มีรถออกที่สถานีขนส่งสายใต้ ถนนบรมราชชนนี สอบถามรายละเอียดได้ที่ โทร. 0 2434 5557-8, 0 2435 1199, 0 2435 1200 www.transport.co.th

เครื่องบิน

จังหวัดพัทลุงไม่มีสนามบิน นักท่องเที่ยวสามารถใช้บริการเที่ยวบินกรุงเทพฯ-ตรังหรือ กรุงเทพฯ-หาดใหญ่ จังหวัดสงขลาและ ต่อรถโดยสารไปพัทลุง

แหล่งท่องเที่ยวในเมืองลุง	
	
ทะเลน้อย พื้นที่ชุ่มน้ำแห่งแรกของประเทศไทย	วังเจ้าเมืองพัทลุง (วังเก่า-วังใหม่)
	
ศาลาจตุรมุข ที่ประดิษฐานพระพุทธรูปนาคันครุฑ	วัดคูหาสวรรค์
	
วัดเขียนบางแก้ว	วัดวัง
	
วัดถ้ำสุมะโน	อนุสาวรีย์พระยาตากสินมหาราช (ช่วย)
	
เขากทะเล สัญลักษณ์เมืองพัทลุง	น้ำตก พัทลุงมีน้ำตกให้เที่ยวชมมากมาย
	
หาดแสนสุขลำปำ	ล่องแก่งหอนามดแดง