

上宫

宇佐神宫的祭典仪式和祈祷活动大多都在上宫举行。这里供奉着神宫的三尊主祭神：八幡大神——传说中的日本第 15 代天皇应神天皇的神格化身，被视为国家和皇室的守护神；神功皇后——应神天皇的母亲，保佑安产；比卖大神——三位海洋女神的合称，是保护航海安全的神祇。

通常，参拜神社的方式是：鞠躬两次，拍手两次，双手合十默祷，最后再鞠一躬。但在宇佐神宫稍有不同，需要拍手四次。此外，无论在上宫还是下宫，都建议参拜者不要只参拜中间的本殿（正殿），应对供奉三位主祭神的三座御殿一视同仁，逐一参拜。

上宫的三座御殿都是起源于宇佐神宫的八幡造式样，其主要特点在于前后排列的双重屋顶中间，有共用的雨樋（排水槽）相连。因此，虽然侧面看来像是隔着走廊的两栋独立切妻造（悬山顶）建筑，但其实是同一座社殿。殿内分为外厅和内厅：外厅设神座，称“御椅子”；内厅设有带幔帐的寝台，称“御帐台”。人们相信，神祇白天在外厅听取祈祷，夜晚回到内厅休息。三座御殿内部都绘有凤凰，装饰富丽堂皇。据说日本共有大约 4 万座八幡神社，但保留传统木结构八幡造社殿的不足 10 家。

上宫区域内还有三个较小的神社，分别是三座本殿的守护神社。春日神社是守护八幡大神的御殿，社内供奉着自古就胁侍天照大神、八幡大神的神明。北辰神社是守护比卖大神的御殿，供奉宇佐神宫所在地的土地神。值得注意的是，北辰神宫也是宇佐神宫内又一座八幡造建筑范例。住吉神社是守护神功皇后的御殿，社内供奉三位为神功皇后祈福的神明。除了以上神社之外，上宫的围墙边还有一株大楠木（樟树），是祭祀八幡大神子女的地方。

八幡大神的第一座御殿于公元 725 年在小椋山建成，现在的上宫重建于 1859 年至 1861 年之间。经过了 2012 年至 2015 年的大规模修葺，如今这座有着朱红柱子、雪白墙壁和桧皮葺屋顶的殿宇，在蓝天与周边树木的映衬下显得格外美丽。上宫的三座御殿都被指定为国宝，北辰神社、南中楼门、西大门则被指定为大分县物质文化财产。