

旅・宿情報満載！もっとオトクで楽しい旅に出よう！

九州おとなの旅日和

第2号

2024.6.1

半額宿泊券が
98組に当たります！

自然の中で憩う夏

特集 くじゅう／津久見／佐伯
リゾートホテル休暇村への旅
暑さやわらぐ水辺スポット

九州の夏旅を愉しむ宿
読者くちコミ
このお店のランチが
本当に美味しい(らしい?)
九州遺産の旅

¥0
Take Free



半額宿泊券の
応募はコチラ！

九州おとなの旅日和

Vol.2

2024年6月1日発行

九州産業交通ホールディングス株式会社
九州 おとなの旅日和編集部

〒860-0803 熊本市中央区新市街1番28号 THE PLACE花畑4階
[URL] <https://www.kyusanko.co.jp/ototabi/jp>
[e-mail] ototabi@kyusanko.co.jp

熊本 阿蘇
2024.03.15
RENEWAL OPEN
魅力ひろがる！阿蘇観光のランドマーク
◆ コスギリゾート！



Kosugi Resort
Aso Otohime since 1982

お問い合わせ

〒869-2226 熊本県阿蘇市乙姫2052 FAX: 0967-32-3359

tel. 0967-32-5500

詳しくは
こちら→



1p 半額宿泊券応募要項

自然の中で憩う夏

特集

2p くじゅう

9p リゾートホテル 休暇村への旅

14p 津久見

16p 佐伯

20p 暑さやわらぐ水辺スポット

19p 九州の夏旅を愉しむ宿

読者くちコミ

26p この店のランチが本当に美味しい(らしい?)

コラム

28p 『九州遺産の旅』 国宝 通潤橋 (熊本県山都町)



◎表紙写真／くじゅう花公園
阿蘇国立公園内の久住高原に位置し、くじゅう連山や阿蘇五岳を借景に美しい花々が咲き乱れます

天草の「食いたい」「買いたい」「遊びたい」が集まる場所

HAVE FUN!

ミオカミーノ天草

この施設を中心として天草地域全体に観光の道が広がっていくことをイメージして、スペイン語で「道」を意味する「camino(カミーノ)」と名付けました。更にスペイン語で「私」という意味の「mio(ミオ)」を加え、美しい天草の景色、新鮮なグルメ、楽しい時など自分だけの天草を見つけて楽しんでいただける場所になる様に思いを込めました。



海鮮 BBQ

新鮮な魚介やお肉など豊富な食材をオトクに食べられるミオカミーノ天草のよくばりBBQプラン。目の前に広がるオーシャンビューを眺めながらワイワイとお楽しみください。新たな天草の「食」の形としてファミリーやカップル、団体旅行など様々なニーズに対応します。

よくばり海鮮セット 2,400円(税込)～
飲み放題プラン 1,800円(90分)

STORE & FOOD COURT

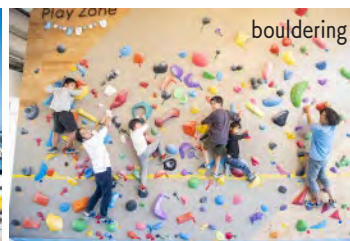
天草エリアの美味しい食材や魅力的な雑貨を揃えた場所です。また、天草の旅を楽しむアイテムや、日常に天草を取り入れるライフスタイルを提供します。



dolphin watching



seakayac



bouldering

ACTIVITY

イルカウォッチング、シーカヤック、パラセーリング、サイクリングにボルダリング。天草を満喫できる様々な体験コンテンツを集結しお客様をお迎えします。

地区名	旅館・ホテル名	当選組数	料金	半額宿泊券内容	有効期限	掲載頁
福岡県	福岡市 休暇村 志賀島	6組	15,000円×2名 =30,000円を 15,000円	《玄界灘海鮮ビュッフェ 1泊2食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。	2024年 11月29日(金) 泊まで	10
	赤水温泉 阿蘇白雲山荘	7組	17,600円×2名 =35,200円を 17,600円	《ジャパニーズ・スーペリアルーム 阿蘇山側 1泊2食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。 ※半額宿泊券のご利用は、1日1組限定です。 ※入湯税150円は別途		6
	黒川温泉 瀬の本高原ホテル	12組	17,950円×2名 =35,900円を 17,950円	《本館リニューアル和洋室(阿蘇側) 1泊2食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。		8
	高森町 休暇村 南阿蘇	7組	13,500円×2名 =27,000円を 13,500円	《阿蘇・くもと蔵選味覚ビュッフェ 1泊2食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。		11
	熊本市 熊本 和数奇 司館	12組	10,000円×2名 =20,000円を 10,000円	《ツインルーム 1泊朝食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。 ※半額宿泊券のご利用は、1日1組限定です。		19
熊本県	阿蘇乙姫温泉 コスギリゾート	3組	16,200円×4名 =64,800円を 32,400円	《4名1室 一棟貸しコテージ・「湯ら庵ら」入浴券1回分付 1泊素泊まり》 ※8/1～31、土曜日、祝前日の利用はできません。 ※3名様以下での利用も可(ただし料金の払い戻しはありません)		裏表紙
		10組	8,800円×2名 =17,600円を 8,800円	《2名1室 ロングトレイラー・「湯ら庵ら」入浴500円 割引券付 1泊素泊まり》 ※8/1～31、土曜日、祝前日の利用はできません。		
		8組	8,800円×4名 =35,200円を 17,600円	《4名1室 ロングトレイラー・「湯ら庵ら」入浴500円 割引券付 1泊素泊まり》 ※8/1～31、土曜日、祝前日の利用はできません。 ※3名様以下での利用も可(ただし料金の払い戻しはありません)		
大分県	久住温泉 フリューゲル久住	6組	35,000円×2名 =70,000円を 35,000円	《天然露天風呂付和洋室(テラス付) プレミアムディナープラン 1泊2食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。		7
	佐伯市 海鮮の宿 まつ浦	10組	25,800円×2名 =51,600円を 25,800円	《伊勢海老会席プラン 1泊2食付》 ※8/1～8/31、土曜日、祝前日の利用はできません。		18
鹿児島県	桜島マグマ温泉 レインボー桜島	6組	14,000円×2名 =28,000円を 14,000円	《薩摩大根×黒豚料理 1泊2食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。		12
	指宿温泉 休暇村 指宿	6組	15,000円×2名 =30,000円を 15,000円	《薩摩料理×ハーブビュッフェ 1泊2食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。		13
	鹿児島市 ホテル吹上荘	5組	24,810円×2名 =49,620円を 24,810円	《テラックスツイン 季節の和食会席 1泊2食付》 ※8/10～17、土曜日、祝前日の利用はできません。		19

mio camino
AMAKUSA

- 車、レンタカー／熊本市内から約1～1.5時間
熊本空港から約1.5～2時間
駐車場約260台(大型バス10台)
- バス(快速あまくさ号)／桜町バスターミナル・熊本駅 発着
熊本市内から約1.5～2時間



熊本県上天草市松島町合津6215-17

TEL:0969-33-9500

ミオカミーノ天草

検索





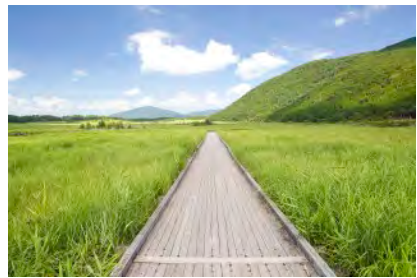
瀬の本高原

熊本県南小国町の東端、標高約800メートルの高原地帯で、見渡す限りの大草原が広がっています。南に阿蘇五岳、北にくじゅう連山を一望でき、その中をやまなみハイウェイが走っています。



やまなみハイウェイ

日本でも有数のワインディングロード。長者原～飯田高原を貫く直線道路は、まるで空中ドライブしているようで気分爽快！



タデ原湿原

標高約1,000mに位置する国内最大級の湿地帯。国際的にも貴重な湿地としてラムサール条約にも登録されています。

くじゅう登山や温泉巡りに！
熊本～湯布院・別府間を結ぶバス

九州横断バス

熊本県のJR熊本駅から大分県のJR別府駅まで約5時間。車窓からの眺めも良く、雄大な阿蘇五岳の風景が楽しめます。車内には、やまなみハイウェイの歌や観光案内のアナウンスが流れ、座席ポケットに「九州 おとなの旅日和」も設置。長時間の乗車でも退屈しません。「くじゅう登山口」や「黒川」「由布院」にも停車するので、登山や温泉巡りにも便利です。

【問】 熊本高速バス予約センター（9:00～17:00） ☎0570-09-3533

特集 自然の中で憩う夏

竹田市北部から玖珠郡九重町にかけて広がる「くじゅう連山」。九州本土最高峰の中岳（標高1791m）をはじめ、標高約1700m級の山々が連なり、九州の屋根、とも呼ばれています。5月下旬から6月中旬にかけては、その一部が国の天然記念物に指定されているミヤマキリシマが山頂をピンクに染め、登山客を楽しませてくれます。また、国道442号線方面に足をのばせば、広大な草花

の楽園「くじゅう花公園」があり、初夏から秋にかけて、さまざまな高原の花々が咲き誇り、訪れる旅人の心を癒してくれます。くじゅう連山の麓に広がるのは、ゆるやかな丘陵と牧歌的な雰囲気、漂う飯田高原や久住高原。その中を九州屈指のドライブコース「やまなみハイウェイ」が縫うように走っています。その沿道には、寒の地獄、釜の口、長者原など個性豊かな温泉が点在する「九重・夢・温泉郷」をはじめ、久住高原の麓には、日本一の炭酸泉との呼び声高い「長湯温泉」など、大自然に抱かれながら温泉巡りが楽しめます。

日本一高い“天空の散歩道”で
絶景体験！

九重“夢”大吊橋

長さ390m、高さ173m、幅1.5m、歩道専用として日本一の高さを誇る「九重“夢”大吊橋」。すぐ目前に「日本の滝百選」にも選ばれた、「震動の滝・雄滝」や「雌滝」を望み、足下に筑後川の源流域を流れる鳴子川渓谷の渓谷林が広がります。彼方には三俣山や涌蓋山など雄大なくじゅう連山も見渡せ、360度に広がる大パノラマは、まさに“天空の散歩道”にふさわしい絶景です。



【問い合わせ】九重“夢”大吊橋観光案内所
☎0973-73-3800（営）8:30～16:30（最終受付）
※季節により変動あり（料）大人500円、小学生200円

阿蘇北外輪山に広がる
雲の上のヴィレッジ

瀬の本レストハウス

大分県別府市と熊本県一の宮町を結ぶ「やまなみハイウェイ」の中間に建つドライブイン。2階の「雲の上レストラン」では、360度見渡す限り山と空に囲まれた瀬の本高原の風景を眺めながら、特産のあか牛料理がいただけます。ゴーカートやサイクリング、キャンプ場など大自然を活かしたアクティビティ、自家焙煎テイクアウト可能なカフェメニューなども充実しています。



☎0967-44-0011 熊本県阿蘇郡南小国町満願寺5621-7（営）売店／夏季8:30～17:30、冬季9:00～17:00、レストラン平日11:00～14:00、土日祝11:00～15:00（休）不定休（料）赤牛ハンバーグセット1,950円、赤牛丼セット2,680円 ほか、テイクアウトメニュー多数



くじゅう

大分県

きらめく深緑と爽やかな風
高原に咲き乱れる花々を愛でる旅へ



眺望抜群のテラス席で
ワインと本格石窯ピザを

久住ワイナリー

くじゅう花公園にも程近い、6haもの葡萄畑がくじゅう連山の麓に広がる絶景スポットです。自社農園葡萄を使った久住産ワインの有料・無料試飲ができ、併設されたレストラン石窯工房の本格的な石窯ピザはリピーターが続出！濃厚な葡萄ジュースや名物ワインソフトなども人気。くじゅう連山を眺めるテラス席もあり、高原の風を感じながら寛げます。



☎0974-76-1002 竹田市久住町大字久住字平木3990-1（営）売店／10:00～18:00（12月～2月は17時まで）、レストラン11:00～17:00（12月～2月は16時30分まで）（休）無休（料）ピザ・オルトナラ1,780円（その他ピザ1,230円～）その他フードメニューあり



西洋風の建物が高原の
緑と青空に映える

ガンジー牧場

国内では珍しいイギリス原産の乳牛「ガンジー牛」を大切に育てています。その牛から搾乳された「ゴールデンミルク」と呼ばれる貴重な牛乳を使った乳製品を製造・販売しています。そのゴールデンミルクで造られた「ガンジーソフトクリーム」は、売上個数日本一の記録を持ち、まさに絶品！バニラベースにゴールデンミルクたっぷり、濃厚な甘さとなめらかな舌触り、切れの良い甘さが後を引きます。

☎0974-76-0760 竹田市久住町久住4004-56（営）9:00～17:00／レストラン11:00～15:00 ※焼肉レストランは土日祝のみ営業（夏休み除く）・レストランは冬季休業（休）無休 ※冬期12月～3月上旬休業（料）入場無料、ガンジーソフトクリーム400円ほか



緑あふれるくじゅうの山々に
抱かれた花の楽園

くじゅう花公園

阿蘇くじゅう国立公園の標高約850mの位置にあり、年間を通して500種類500万本の様々な花が咲き乱れる西日本最大級の癒しの花畑です。22万平米という広大な園内から、花阿蘇五岳やくじゅうの山々、青空と花々が織りなす絶景を満喫できます。園内にはレストランやジェラート屋さん、雑貨屋さん、体験工房などのショップも充実しています。



☎0974-76-1422 竹田市久住町久住4050（営）8:30～17:30（最終受付17:00）（休）シーズン中無休、冬期休園12～2月（料）入園料／高校生以上1,300円、5歳以上500円



勇気を出して入浴したい
河原に涌く無料の露天風呂

長湯温泉 ガニ湯

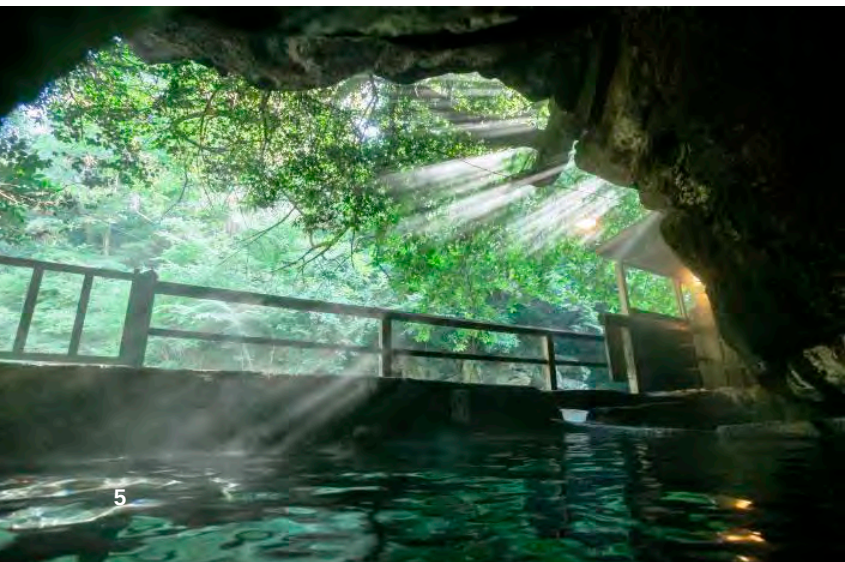
長湯温泉の名所で、24時間無料で利用できる開放感抜群の混浴露天風呂です。川沿いにある混浴露天風呂は柵も囲いもなく、開放感たっぷり！入るのに少し勇気が要りますが、女性は水着の着用が可能ですので、ぜひチャレンジを！湯温はぬるめなので夏におすすめです。

☎0974-64-1400 (御前湯) 竹田市直入町長湯 (営)24時間 (休)無休 (料)無料 (川の増水等により利用できない場合もあり)



岩壁から湧き出すぬる湯で
夢ごこち

壁湯温泉 福元屋



鉄分を含んだ茶褐色のお湯が沁みわたる

釜の口温泉共同浴場

川端康成が長期滞在した湯治場として有名な釜の口温泉にある共同浴場。鉄分を多く含んだ炭酸水素塩泉の黄土色の湯は、まるで漢方薬のような独特のにおい。効能豊かでひなびた湯処です。

☎0973-73-5505 (九重町観光協会) 九重町田野釜の口 (営)24時間 (水曜:21:00~22:00、土曜5:30~8:00の間は、清掃のため入浴不可) (休)無休 (料)入浴料300円

褐色の湯が大量に湧き出る
掛け流しの炭酸温泉

七里田温泉 館 木乃葉の湯・下ん湯

「ラムネの湯」という愛称で呼ばれる、高濃度炭酸泉の秘湯。岡藩の殿様も入ったという歴史ある温泉で、湯に浸かると大きな泡が体一面につきまします。内湯からも露天からもくじゅう連山を眺めながら入浴できます。湯温が低いので4月末～10月頃の利用がおすすめ。



☎0974-77-2686 竹田市久住町有氏4050 (営)9:00~21:00 (休)第2火曜日 (料)木乃葉の湯／大人400円、中学生以下300円(3歳未満無料)、下ん湯／大人800円、中学生以下400円(3歳未満無料)／木乃葉の湯・下湯セット1,000円



吟味された国内産の素材だけを使った
こだわりのそば
手打ちそば 風来坊

九州では珍しい信州の流れを汲むそば処。メニューは盛りと大盛りのみと至ってシンプル。北海道産の石臼挽きそば粉を使い店主自ら手打ちする麺は、程よいコシとノドゴシの良さで評判。阿蘇の無農薬大豆や枕崎産の鰹節を使ったダシ、長群馬伊勢崎産の辛味大根、伊豆湯ヶ島産のわさびなどの薬味との相性も抜群。そば粉100%のそば湯もソフトで濃厚な風味です。



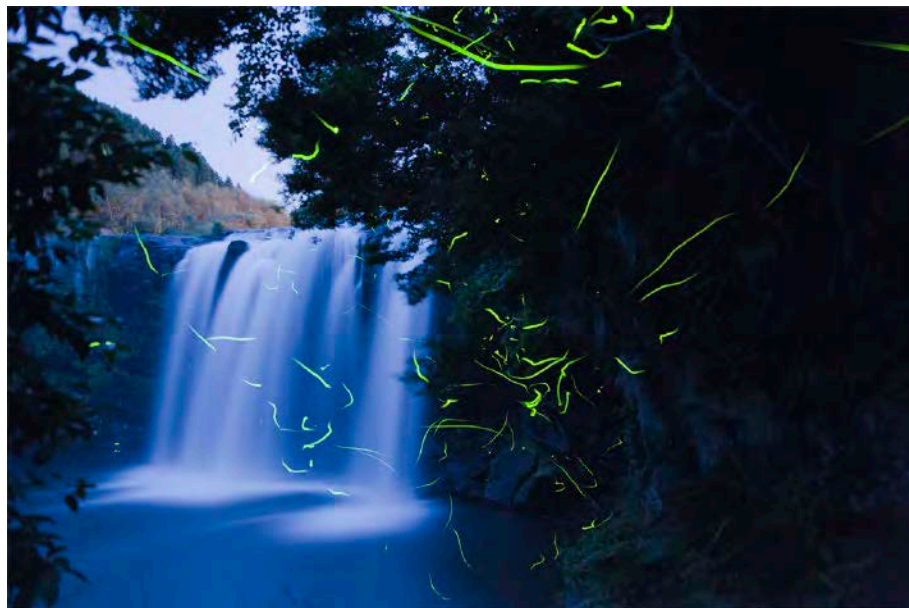
☎0973-79-3490 九重町田野1726-298 (営)11:00~14:00 (売切れ次第終了) (料)盛りそば1,000円、大盛りそば1,400円 (休)水曜日、冬季休業あり

自然の中で憩う夏
大分県
くじゅう

くじゅう連山をピンクに
染上げ咲き誇る

ミヤマキリシマ

6月中旬頃まで、ミヤマキリシマ(一部天然記念物)がピンクのじゅうたんを敷き詰めたように山一面を覆います。登山道から開けた斜面に広がるミヤマキリシマの大群生は、言葉では表現できないほど圧巻の風景です。



★宝泉寺温泉 ホテルMEMO

見頃:6月上旬~7月上旬
規模:数万匹
種類:ゲンジボタル、ヘイケボタル
※蒸し暑く、無風の日の20~21時頃に多く飛び交います

境内を彩る
1万株のアジサイ

宝八幡宮

奈良時代に宝山の中腹に創建され、1300年の歴史を誇る「豊後七宮八幡」の一つ。境内には、アジサイ約1万株が植栽され、6月中旬から7月下旬にかけて、初夏の境内を涼しげに彩ります。

☎0973-76-3129 九重町大字松木1371
※散策自由



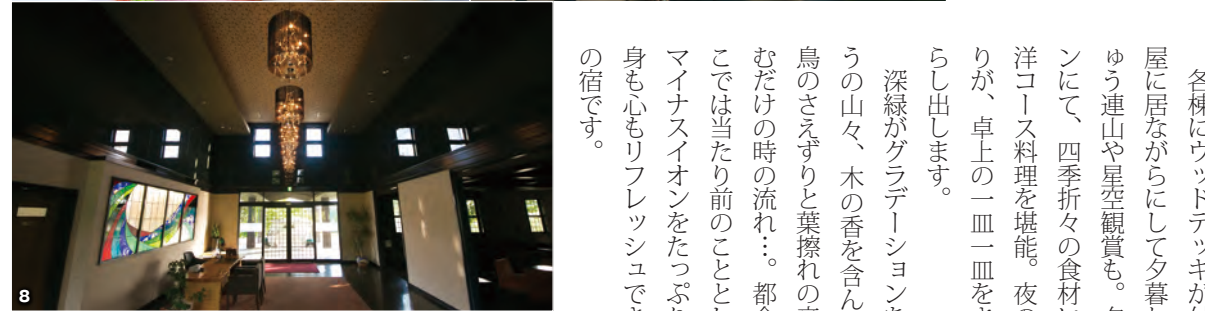
アジサイの見頃:6月中旬~7月下旬

夜空にきらめくホテルの乱舞

宝泉寺温泉郷

九州にあるホテルの名所の中でも、およそ1か月にわたりホテルが飛び交うエリアは、ここ宝泉寺温泉郷だけ。肌にやさしい極上の湯も一緒に楽しめます。





②全室離れのスイートルームで至福の時間が過ごせます ③シェフの繊細な技と厳選された食材が光る創作洋コース料理の一例 ④内湯、露天風呂ともに源泉掛け流し、炭酸水素塩泉の良質な美肌の湯です ⑤総ガラス張りで開放感あふれるレストラン ⑥美しい緑と澄み渡る空気が心地よい「フリューゲル久住」 ⑦やさしい陽の光を浴びながらいただく洋朝食フォカッチャサンド ⑧ステンドグラスやアンティークな調度品が配され、モダンな雰囲気が漂うエントランス

大分県
久住高原

深緑あふれる広大な敷地に全室スイートの離れ10棟 満天の星空を眺めながら過ごす大自然のリゾート

①上質なくつろぎをお届けする60㎡のゆったりした造りのスイートルーム

大分県久住の大自然の中、一万二千坪の広大な敷地に建つ全室スイートタイプの離れの宿です。客室内には、全て源泉掛け流しの内湯と露天風呂が設けられており、満天の星を眺めながらの入浴が愉しめます。

各棟にウッドデッキが付いており、部屋に居ながらにして夕暮れに染まるくじゅう連山や星空観賞も。夕食はレストランにて、四季折々の食材に彩られた創作洋コース料理を堪能。夜の落ち着いた灯りが、卓上の一皿一皿をさらに美しく照らし出します。

深緑がグラデーションを奏でるくじゅうの山々、木の香を含んだ澄んだ空気。鳥のさえずりと葉擦れの音、陽が出て沈むだけの時の流れ…。都会の非日常がここでは当たり前のこととして存在します。マイナスイオンをたっぷり浴びながら、身も心もリフレッシュできるとっておきの宿です。

フリューゲル久住

☎0974-64-7839

大分県竹田市久住町都野6049-89 <https://www.flugel-kuju.com/>
 料お一人様1泊2食30,800円～ ※休前日2,200円増
 開 IN:15時/OUT:11時 園10棟
 園母屋、レストラン 園炭酸水素塩泉
 園JR)豊肥本線豊後高田駅から車で30分、
 車)大分自動車道湯布院IC～やまなみハイウェイ経由で約60分、
 熊本IC～やまなみハイウェイ経由で約90分



深緑きらめく夏の到来！

くじゅう 周辺の宿

いよいよ夏休みまでカウントダウン
暑さも本格化するこの季節は
忙しい日常や街の喧噪を離れ
涼やかな風吹き渡る
くじゅう高原の爽快ドライブへ。
夏のくじゅう高原の旅にピッタリの
旅館・ホテルをご紹介します。



①1、琉球風の風合いに癒される「ジャパニーズ・スーベリアルーム」 ②美しい阿蘇のやまなみを眺めながら入浴できる大浴場 ③④阿蘇の郷土料理をはじめ、バラエティ豊かなメニューが揃うレストラン。高原の風を感じながら食事ができるテラス席もあります ⑤一棟貸しコテージや温泉付き離れなどもあり、さまざまな旅のスタイルに対応できます

赤水温泉 阿蘇白雲山荘

☎0967-35-0111

熊本県阿蘇市無田7-1 <https://aso.ns-hotels.jp/>
 料お一人様1泊2食14,450円(税込)～ ※入湯税別途
 開 IN:15時/OUT:10時
 園66室 園大浴場、レストラン、ほか
 園ナトリウム・マグネシウム・カルシウムー硫酸塩温泉
 園九州自動車道熊本ICより約50分

おすすめ
プラン

グランドオープン記念謝恩プラン

料金:お一人様1泊2食 14,450円(税込)～

※夕・朝食ともレストランにて ※お盆期間は特別料金

北外輪山の麓に位置する赤水温泉郷、阿蘇カルデラ盆地の中に静かにたたずむ天然温泉のリゾートホテルです。全客室から壮大なスケールの阿蘇の山並みを一望。自慢の温泉は、阿蘇の名湯・赤水の湯に優しく湯上りの爽快感は格別で、女性客を中心に人気です。敷地内には、一棟貸しのコテージ4棟、2023年4月に増築された天然温泉付き離れなども備えており、夏休みの家族旅行にもオススメです。

お食事は、朝夕ともに館内のレストランにて。壁一面の大きな窓から阿蘇の山々を眺めることもでき、明るく開放的な空間で、ビュッフェスタイルの美味しい料理が愉しめます。

熊本県
赤水温泉

2022年7月にグランドオープン！
阿蘇の山々を一望できる高原の温泉リゾート



熊本県
黒川温泉

2024年3月、本館和洋室をリニューアル！ 阿蘇くじゅうの山々を見渡せる高原リゾート



阿蘇くじゅう国立公園の雄大な自然に抱かれた「瀬の本高原ホテル」。2024年3月1日、本館の和洋室をリニューアル、さらに快適な高原リゾートホテルとして生まれ変わりました。
改装された客室は、明るいカラーの壁紙で飾られカジュアルな雰囲気。地元の小国杉を使用したベッドが配され、ほのかに漂う木の香りに癒されます。ベッド

下部には荷物の収納スペースがあり、部屋が広く使えるのも嬉しい限りです。
また、「絶景鼻の湯」と名付けられた展望露天風呂もこの宿の名物。その名の通り阿蘇の大草原を一望に見渡せる眺望絶佳の露天風呂で、緑あふれる阿蘇の大パノラマや、満天の星空眺めながらの入浴はまた格別です。
夕食は、ご当地メニューをはじめ50種以上の料理が味わえるディナーバイキング。夕食の後に毎日開催される体験型イベント「星空さんぽ」も、このホテルの楽しみのひとつです。

①リニューアルされた本館和洋室 ②阿蘇五岳を一望に見渡せる展望露天風呂「鼻の湯」 ③夕食バイキング。ステーキやローストビーフ、とり天など九州のごちそうがたくさん！ ④⑤ガラス張りのダイニングでいただく朝食「阿蘇パノラマバイキング」。テラス席は早い者勝ち！ ⑥ホテル自慢のインスタ映えスポット「草原プランコ」 ⑦阿蘇くじゅう国立公園を一望に見渡せる高原リゾート「瀬の本高原ホテル」

星空ガイドと往く星空観察会「星空さんぽ」

星空案内人の資格を持つスタッフが、季節の星空やその日に見える星などを丁寧に解説。星降るような高原の夜を満喫できます。



おすすめ
プラン

ディナーバイキングプラン

熊本の「美味しい」を集めた
ディナーバイキングを
食べ放題＆飲み放題で！

1泊2食付 お一人様 14,800円(税込)～

【特典】90分飲み放題付き
(17:30～20:30、L.O. 20:15)

※お盆期間は別料金

瀬の本高原ホテル

☎0967-44-0121

熊本県阿蘇郡南小国町大字満願寺5644 <https://hotel.senomoto.com/>
旧本館1泊2食お一人様 14,800円～、新館21,600円～

開館IN:15時/OUT:10時 室69室
露天風呂、露天風呂、貸切湯、プール(夏季限定)、新館専用ラウンジ、売店ほか
園アルカリ単純泉
園バス)桜町バスターミナルから九州横断バスで約3時間、瀬の本下車後徒歩5分、西鉄バス)天神バスターミナルから高速バスで約2時間20分、瀬の本下車後、徒歩5分、車)九州自動車道熊本IC・大分自動車道日田ICから約90分



夏の九州 絶景をめぐる

自然と人、人と人をつなぐ
リゾートホテル・休暇村への旅



九州の景色を代表する国立・国定公園にある休暇村。
山・海の雄大な自然が広がる場所で、
くつろぎのお部屋や新鮮な地元食材を使った料理、
のんびり浸れる温泉などを
ファミリィで、カップルで、はたまた一人旅で：
旅は人生の大きな楽しみのひとつ。
まだまだ知らない九州が、休暇村にはあります。

自然豊かな九州の休暇村。この夏も元
気に営業しています。各施設で、「郷土」
「体験」「名物」などをテーマとした、
リーズナブルな宿泊プランをご用意！こ

の時期ならではの郷土にふれるさまざま
なタイプの旅をご提案しています。「お
すすめプラン」を利用して、この機会に
ぜひ、九州の休暇村を体験してください。

九州には4つの休暇村があります。



休暇村 指宿

TEL0993-22-3211

〒891-0404 鹿児島県指宿市東方
10445

【URL】<http://www.qkamura.or.jp/ibusuki/>



休暇村 志賀島

TEL092-603-6631

〒811-0325福岡県福岡市東区
大字勝馬1803-1

【URL】<http://www.qkamura.or.jp/shikano/>



レインボー桜島

TEL099-293-2323

〒891-1419 鹿児島県鹿児島市桜島
横山町1722-16

【URL】<http://www.qkamura-s.com/sakurajima/>



休暇村 南阿蘇

TEL0967-62-2111

〒869-1602熊本県阿蘇郡高森町
高森3219

【URL】<http://www.qkamura.or.jp/aso/>



自然にときめくリゾート 休暇村

4つの九州休暇村グループホテルに泊まってスタンプを集めて、ステキなプレゼントをもらおう！

【期間】2024年10月31日(木)まで

①箇所目の押印は
各休暇村の
オリジナル
温泉の素
をプレゼント！

②箇所目の押印で
休暇村オリジナル
柚子胡椒
ドレッシング
をプレゼント！

③箇所目の押印で
各休暇村おすすめの
産直便
(約5,000円相当)
が抽選で当たる!!(10組)

④箇所目の押印で
ペア宿泊券が
抽選で当たる!!
(4組)

※キャンペーンの詳細内容は、上記4箇所の休暇村グループ施設にお電話にてお問合せください。

ぐるっと
九州
おかけ
キャンペーン

碧くきらめく海と空
穏やかな風が誘う至福の楽園に遊ぶ

玄海国定公園 志賀島

玄界灘と日本海の境目に位置し、島が一本の細道で繋がっている様から「九州のモンサンミッシェル」と称される志賀島。自然豊かな美しい島は、金印が発見された島としても有名。夏場は海水浴のメッカとして、また絶景パワースポットや名物タルメなど、お楽しみも盛りだくさんです。



マリワールド海の中道

約350種類、3万匹の生物が観察でき、「海」をより身近に体感できる絶好のスポットです。優雅に泳ぐイルカを見ながら食事を楽しめるレストランや、ペンギンたちを至近距離で観察できるゾーンなども！

【特典】会員証のご提示で入場料100円引き(65歳以上は一律2,200円)

※休暇村 志賀島から車で約25分

志賀島の夕景

玄界灘を望む志賀島の西側は、夕日の美しさで知られるスポット。漁から帰ってくる漁師たちに「紅洋(こうよう)」と呼ばれるほどの鮮やかさです。

国営海の中道 海浜公園

大人から子供まで一日中楽しめる花いっぱい公園。お花畑あり、動物とふれあい、遊具施設あり、公園内のレンタサイクルの貸出もあります。

※休暇村 志賀島から車で約15分

阿蘇五岳を一望する
水と緑あふれる山里に憩う

阿蘇くじゅう国立公園 南阿蘇

九州の中央部、世界最大規模の阿蘇カルデラの南山麓に位置する風光明媚な南阿蘇。休暇村が位置する阿蘇カルデラは、九州の水瓶とも言われ、名水百選に登録されている11カ所もの水源があるなど、「水の生まれる郷」とも呼ばれています。



高森湧水トンネル公園

旧国鉄時代のトンネル工事の際、途中大量の出水に見舞われ工事は中止に。その跡地にできたのがこの公園です。長さ2055m、湧水量は毎分32t。水玉が不思議な動きをする仕掛け噴水「ウォーターパール」は必見！7月には「七夕まつり」も行われます。

※休暇村 南阿蘇から車で約10分

上色見熊野座神社

南郷谷の総鎮守で、参道には百基近くの灯籠が並び神秘的な雰囲気。社殿から歩いて5分程にある縦横10m以上の大風穴・穿戸岩(うげといわ)は、「合格・必勝」のご利益があると評判のパワースポットです。

※休暇村 南阿蘇から車で2分

南阿蘇鉄道 トロッコ列車

阿蘇山のカルデラの中をのんびり走るトロッコ列車「ゆうすげ号」。2023年7月、熊本地震から約7年ぶりに全線で運行再開。車掌さんの軽妙な解説で人気です。

※休暇村南阿蘇から車で10分

お泊まりは

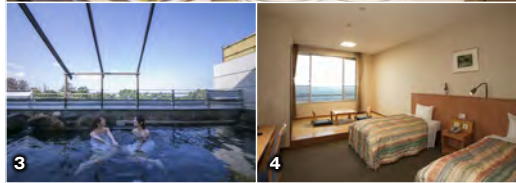
玄界灘の魚介に思わず舌鼓！
温泉と金印、万葉の島に憩う旅



①②博多玄海の恵みや旬の食材が満載の「玄界灘海鮮ビュッフェ」と厳選した旬の素材が堪能できるビュッフェ ③島内にある唯一の温泉「金印の湯」。目の前に広がる紺碧の海や茜色の夕陽に心癒されます ④玄界灘を一望できる全室オーシャンビューの客室

博多湾を囲むように伸びる海の中道の先端にある「志賀島」は玄界灘のアイランドリゾート。後漢の光武帝が倭の奴の国王に贈った「金印」の発掘や万葉集にも登場する歴史深い場所です。玄界灘に沈む美しい夕陽、どこまでも続く海岸線を望みながら露天風呂での入浴が愉しめます。

夕食は、海の幸や九州の豊かな土地が育んだ新鮮野菜を使用した「玄界灘海鮮ビュッフェ」。季節により、おすすめ逸品料理プランもご用意。レストラン内のライブキッチンにて調理してご提供しています。



玄界灘海鮮ビュッフェ
厳選された玄界灘の幸を愉しむ人気のビュッフェ
1泊2食 お一人様15,000円(税込)
(Q会員) 14,000円(税込)
※お盆期間は特別料金、入湯税150円別途

休暇村 志賀島

☎092-603-6631 福岡市東区大字勝馬1803-1
http://www.qkamura.or.jp/shikano/

お泊まりは

世界一のカルデラの中で
阿蘇・くまもとの郷土料理を堪能



標高650m。世界最大級のカルデラと阿蘇五岳、外輪山など、火の国・熊本らしい壮大で美しい景観が楽しめます。赤い屋根と白壁が調和するリゾート基地には、各種スポーツ施設、野草園などがそろう、周辺には多数の観光スポットも点在。また、開放感あふれる露天風呂「しきみの湯」から望む阿蘇五岳も絶景。お肌がスベスベになる「美人の湯」としても人気です。

夕食は、地産地消・旬の素材を活かした「阿蘇・くまもと厳選味覚ビュッフェ」。地元の郷土料理に加え、熊本ブランド牛「あか牛」「肥後のうまか赤鶏」「馬肉料理」などに、色鮮やかなスイーツコーナーも加わり、熊本の味覚を思う存分堪能できます。

阿蘇・くまもと厳選味覚ビュッフェ

地産地消・旬の素材を活かしたビュッフェを堪能！

1泊2食 お一人様 13,500円(税込)～
(Q会員) 12,500円(税込)～

※お盆期間は特別料金、入湯税150円別途

休暇村 南阿蘇

☎0967-62-2111 熊本県阿蘇郡高森町高森3219
http://www.qkamura.or.jp/aso/



知林ヶ島

錦江湾に浮かぶ美しい無人島。緑結びの島とも言われ、周遊道路や展望台、「チリンズベル」と名づけられた鐘なども整備されています。大潮・中潮の干潮時のみ、約800mの砂洲「ちりりんロード」が出現し、歩いて渡れます。

※休暇村 指宿から「ちりりんロード」入口まで徒歩10分



シーカヤック&シュノーケリング体験

錦江湾の美しい風景を眺めながら、シーカヤック&シュノーケリング体験。ひとたびカヤックで大海原へ漕ぎ出すと、誰もが興奮！その後、波穏やかな無人島でのシュノーケリングも楽しめます。

夏の九州 絶景をめぐる④ 鹿児島県

ほつとするように懐かしい レトロピカルな温泉地 霧島錦江湾国立公園 指宿

薩摩半島の南東部に位置する指宿市。この地の最大の魅力は、「砂むし温泉」に代表される独特な温泉文化と、開聞岳や知林ヶ島、魚見岳などの眺望絶佳の自然景観です。また、テレビドラマで有名になった「篤姫」のゆかりの地などもあり、歴史ロマンを感じさせてくれます。



DX手ぶらでキャンプ

上質なキャンプギアでより快適に過ごせます。

料金：【BBQ～黒～】大人10,000円、小学生、6,500円、幼児4歳以上6,000円 【BBQ～極～】大人12,200円、小学生、8,700円、幼児4歳以上8,200円

夏の九州 絶景をめぐる③ 鹿児島県

時とともに移り行く 桜島を眺めながら癒しのひととき 霧島錦江湾国立公園 桜島

錦江湾に浮かぶ桜島は、鹿児島県のシンボル。霧島錦江湾国立公園にも指定されており、現在も毎日のように小規模な噴火を繰り返しています。噴煙を上げ続ける桜島の姿は、多くの人々を魅了し、生きた火山を一目見ようと、海外からも多くの観光客が訪れます。



いおワールドかごしま水族館

本港新町にある九州最大規模の水族館。鹿児島を取り巻く美しい海の素晴らしさ、その海に暮らす生きもののたちの生態を余すところなく紹介する観光スポットです。

※レインボー桜島からフェリーで約40分



「桜島」溶岩なぎさ公園足湯

全長100mの日本最大級の足湯は、地下1,000mより湧出する天然温泉で、雄大な桜島と錦江湾を一望できるスポットとして大人気です。

※レインボー桜島より徒歩約2分



叫びの肖像

今も語り継がれる、75,000人もの観客を集めた長洲剛のオールナイトコンサート。会場だった赤水展望広場には、桜島溶岩を使ったモニュメント「叫びの肖像」が建ち、数多くのファンがこの地を訪れます。

※レインボー桜島から車で3分

お泊まりは

海と山と大空に包まれた 南国リゾートで憩いのひととき



①②潮騒を聴きながら、指宿名物「砂むし温泉」や「足湯」を愉しめます ③フォトジェニックな「知林ヶ島」まで海さんぽ ④旬の素材を選び抜いた会席料理と逸品揃いのハーフビュッフェ

薩摩半島の先端に建つ「休暇村 指宿」。目の前に錦江湾、背に魚見岳を望む絶好のロケーション。大浴場「知林の湯」は露天風呂付きで、掛け流しの天然温泉が愉しめます。内湯には畳が敷き詰められ、滑りにくく優しい造り。指宿名物砂むし温泉「癒砂」、リニューアルした開放感抜群の貸切半露天風呂「癒湯」、海風に吹かれながら浸れる足湯温泉「癒流」が自慢です。

夕食は、厳選した旬の素材を盛り込んだ薩摩料理とご当地グルメ満載のハーフビュッフェをご用意。旬の味を極めたこだわりの食材と四季の恵みが堪能できます。

薩摩料理×ハーフビュッフェ 鹿児島の郷土の味覚が盛りだくさん！

1泊2食 お一人様 15,000円(税込)
(Q会員) 14,000円(税込)

※お盆期間は特別料金、入湯税150円別途

休暇村 指宿

☎0993-22-3211 鹿児島県指宿市東方10445
http://www.qkamura.or.jp/ibusuki/

お泊まりは

桜島の名湯で湯浴みの後は 旬の厳選食材と鹿児島ブランド肉に舌鼓



①「黒毛和牛」や幻の極上かんばち「桜勘」を使用した調理長自慢の夏会席料理 ②毎日地元の人や観光客でにぎわう温泉大浴場 ③錦江湾を見渡せる洋室 ④フェリー乗り場や桜島ビジターセンター、長〜い足湯などへは徒歩圏内

さつまの魚介と黒牛×黒豚料理

鹿児島特産の夏のpremium料理を贅沢に♪

1泊2食付き お一人様 15,500円(税込)
(Q会員) 14,500円(税込)

※お盆期間は特別料金、入湯税150円別途

国民宿舎 レインボー桜島

☎099-293-2323 鹿児島市桜島横山町1722-16
http://www.qkamura-s.com/sakurajima/

日本ジオパーク「桜島・錦江湾」に囲まれ、大地の鼓動が間近に体験できる宿「レインボー桜島」。地下1000メートルから湧き出る温泉が自慢で、掛け流しの湯が常にあふれ、湯上がり後しばらく経っても足先までぽかぽか。

また、鹿児島特産の黒毛和牛や黒豚料理、旬の魚介を贅沢に使用した会席料理もオススメ！桜島の大自然の中で、名湯&美味しいとこ取りの南国旅をお楽しみください。



「イルカと泳ごう」スペシャル★イルカに押されて海を滑走！
イルカの吻先で足の裏を押して水面を滑走する「プッシング」という技に挑戦していただける、日本で“ここだけ”の体験プログラムです。所要時間は 40 分程度。水着にウェットスーツとマリンシューズを身につけ、スタッフに教えてもらいながらイルカと一緒に技に挑戦します。この夏の素晴らしい体験になるはずです。



★お一人様 16,000 円
(参加料：14,000 円＋スーツレンタル料 2,000 円)
スーツレンタルは、ウェットスーツとマリンシューズのセットです。(ご持参の場合、上記から 2,000 円お引きします) 中学生以上、各回 1 組 5 名まで。
<https://www.tsukumi-irukajima.jp/program/#boat>

つくみイルカ島の「SDGs」



★流木を利用したインテリア

「つくみイルカ島」では 2011 年のオープン以来、海を守ろうという趣旨のもと、施設周辺の海周りのごみ収集を続けています。2023 年 4 月より、来場者にも“SDGs”への取り組みを理解してもらうため、ごみ拾いの際に収集した流木等を利用して観葉植物を育てる「アップサイクル」としてのインテリア制作販売を始めました。来場者へのワークショップも人気です。

★アカウミガメの飼育

津久見や佐伯の海岸（砂浜）にはウミガメの産卵地があります。近年マイクロプラスチックなどの海洋ゴミを食べて死んでしまう事例があることから、「海を守ろう」のスローガンのもと、ここ「つくみイルカ島」ではアカウミガメの赤ちゃんを引き取って育てています。

セメント味(?)のソフトクリーム

津久見市は、市内に「セメント町」という町名までつけられるほどセメント産業で有名です。そこで、「つくみイルカ島」に隣接する「つくみマルシェ」でも、ヒマワリの種でグレーに色付けしたソフトクリームを販売。味は黒胡麻のソフトに似た美味いものでした。



大分 MAP



津久見市 MAP



まぐろの町★津久見の《ひゅうが丼キャンペーン》～9月1日(日)まで
おおいたグルメグランプリ金賞受賞の「ひゅうが丼」を召し上がれ♪

- ①津久見ひゅうが丼(市内 8 店舗)を食べてスイーツまたはお土産(市内 10 店舗)を 500 円以上買う ②アンケートに答える
▶「お食事券」「特産品」「イルカと泳ごう券」等の素敵なプレゼントが当たる♪



四季彩源兵衛

津久見市中央町 8-30
0972-83-5778
11 時～14 時(13 時半 L.O.)
17 時～22 時半
(22 時 L.O.)
※日・祝は 21 時半まで
(21 時 L.O.)
火曜定休



マグロ味噌カツとひゅうが丼セット
1,480 円(ランチのみ)
※ひゅうが丼単品 1,080 円



ミニひゅうが丼とまぐろ南蛮の定食 1,400 円
※ひゅうが丼単品 980 円～

亀吉

津久見市高州町 3824
0972-82-5519
11 時～14 時半
(14 時 L.O.)
17 時～22 時
木曜定休



1 大空にジャンプするバンドウイルカ 2 イルカの背につかまって泳ぐ「体験プログラム」参加者 3 イルカと握手する来場者 4 イルカと一緒に写真撮影

大分県の東海岸に位置する津久見市は、珊瑚礁や貝類等が何億年もかけて海底に積もった良質な石灰石を産出する、日本を代表する一大石灰石(セメント)産地です。また同じく海の恵みであるリアス海岸に囲まれた風光明媚な観光地でもあり、それを代表するのが「つくみイルカ島」です。「つくみイルカ島」は、車なら津久見 IC から約 20 分、電車なら JR 津久見駅から路線バスなどを使って約 25 分の距離にある、自然の海にイルカたちが暮らしイルカと人の「ふれあい・癒し」をテーマにした、イルカと遊びつくせるオーシャンリゾート。イルカのショーを見て楽しむだけでなく、イルカと一緒に泳いだり、海を滑走したりする「ふれあい体験プログラム」に挑戦できるのが、他にはない最大の特徴です。イルカといっしょに泳ぐという夢を叶える「イルカと泳ごう」の他にも、電動小型ボートを操ってイルカを間近に観察する「アドベンチャーイルカボート」、海上のデッキでイルカたちに直接餌をあげる「餌やり体験」、自然の魚たちを相手にキャッチ・アンド・リリースの魚釣りができる「フアミリーフィッシング」など、豊富な体験プログラムが用意されています。(詳細はホームページ参照)

5 緑の山と青い海に囲まれた「つくみイルカ島」 6 入場者の目の前で繰り広げられるイルカパフォーマンス 7 たくさんのイルカ達が一斉にジャンプ!





道の駅かまえ Buri Laboratory

蒲江の新鮮な海の幸がたっぷり味わえる道の駅。併設するレストラン「海鳴り亭」では、名物の海鮮丼をはじめ、蒲江の食が堪能できます。また、物産館「きらり蒲江館」では、蒲江の特産品の各種干物やすり身のてんぷら、名物の緋扇貝（ひおうぎがい）など、様々なお土産がズラリと並びます。
佐伯市蒲江大字蒲江浦 5104 番地 16 050-5527-1818
(営) 売店 9 時～17 時、レストラン 11 時～15 時 (休) 年末年始

発酵文化のまち佐伯 さわって！味わって！楽しい！観光工場「麴の杜」



佐伯市直川にある創業 114 年の酒造メーカー（ぶんご銘醸株式会社）が、麴（こうじ）文化の発信拠点として、見て・さわって・味わって・お買い物も楽しめる、麴づくしの観光工場「麴の杜（こうじのもり）」をつくりました。（見学無料、予約不要）出来たての「あまざけ」が試飲できる（甘酒はアルコール分を含みません）ほか、



敷地内には「あまざけソフトクリーム」などのスイーツからお酒まで、いろいろなオリジナル商品が購入できるお店も併設されています。麴の杜のあまざけは、地元産と厳選された国内産の米と米麴だけを原料に、余計なものは一切加えず、素材本来のやさしい甘みをじっくり引き出します。美容と健康のためにぜひお試しください。

大分県佐伯市上岡字船河内 2810-28 0972-48-9386 10 時～17 時 木曜定休

佐伯市本匠の大水車



1993 年（平成 5 年）に完成した、西日本最大級の大さを誇る水車です。直径 18.18 m、6 階建てのビルと同じ高さで、九州屈指の清流「番匠川」のモニュメント。周辺には、キャンプ場、川沿いをのんびり散歩できる遊歩道も。隣接する水車茶屋では、蕎麦料理、竹の子寿司、天然鮎（*）の塩焼きなども味わえます。
* 鮎は入荷時に限る。

佐伯市本匠大字小半 107 0972-56-5566
大水車／常時開放 ※キャンプ場／要予約
水車茶屋なのはな／お食事（営）11 時～14 時頃（休）年末年始 ※臨時休業日あり



10周年 日豊海岸岩ガキまつり



日豊海岸沿い四つの市町（大分県佐伯市、宮崎県延岡・日向市・門川町）の観光協会などが共同で取り組む「日豊海岸 岩ガキまつり」が開催中です。3 市 1 町の 19 店舗（佐伯市では 9 店舗）が参加し、各店舗オリジナルメニューで養殖や天然の地どれ岩ガキが堪能できるほか、プレゼントキャンペーンも実施中。8 月 31 日まで。



1



2

鶴見海望パーク

鶴見崎半島の有明湾を望む和風海鮮レストランです。眺めの良いお席で、地元漁師から仕入れる新鮮な海の幸を堪能してください。2 階の食事処では釜めしや海鮮丼などの海鮮料理を中心に、カフェではドリンクや軽食、スイーツなどを提供しています。しらすを練り込んだ「しらすジェラート」にさらにしらすを追加した 1「追いしらすジェラート」（550 円）や、季節のフルーツをもちもちの求肥に包んでいただくお抹茶付きの 2「手巻き大福」（1,500 円）が大人気です。

佐伯市鶴見有明浦 24 080-5261-7657（海鮮の宿まつ浦共通） 2 階食事処 / 11 時～14 時、17 時～21 時（20 時半 L.O.）
2 階カフェ / 11 時～17 時（1 階は、テイクアウトのカフェメニュー用飲食スペース 11 時～17 時）月曜定休



佐伯市は、九州最東端の大分県南東部に位置し、平成 17 年、旧佐伯市と大分県南海部郡の 5 町 3 村が合併して誕生した、九州で一番広い面積をもつまちです。九州最東端の岬として豊後水道を一望できる「鶴御崎」や、豊後水道一帯の守備要塞として重要な役割を果たした軍の要塞跡「丹賀砲台園地」などがフォトスポットとしておすすめ。
海、山、里が揃う自然豊かな地域で、なかでも県内随一の水産都市として豊かな海産物に恵まれた佐伯市は、生鮮魚介類を素材とした「食のまち」としても売りに出しています。市内には道の駅が 3、里の駅が 1 あり、山海の幸や郷土料理などを堪能することができ、特産品販売コーナーも充実しています。岩ガキのシーズンである 5 月～8 月には「日豊海岸岩ガキまつり」も開催中です。
海の眺めが素晴らしい海鮮レストラン「鶴見海望パーク」は、今年の春にオープンしたばかり。天気の良い日には対岸の四国の姿も見え、眺望絶佳です。佐伯の発酵文化の発信拠点「麴の杜」もぜひ一度訪れてみてください。お酒からスイーツまで、いろいろなオリジナル商品が購入できます。

丹賀砲台園地



丹賀砲台は、大正 15 年から昭和 8 年、8 年の歳月をかけて建設し、町は工員で賑わったそうです。昭和 16 年 12 月の真珠湾攻撃から大戦が始まりましたが、翌年の昭和 17 年、戦闘に備えて実射訓練中に砲弾の 1 発が砲身の中で暴発するという悲劇が起こりました。その慰霊碑がある丹賀砲台からは、鶴御崎半島と大島の間にある「元の間海峡」を眺めることができます。

鶴御崎灯台



九州本土の最東端に位置する鶴御崎にある灯台で、海抜約 200m の断崖絶壁に立っています。公園の先端にある展望台からは四国が見えて絶景です。鶴御崎は古くから豊後水道を守るための軍事上の要衝でした。1894 年に海軍望楼が設けられ、その後灯台が建設されて、1981 年に初点灯。高さ 14m の灯台の光は対岸の四国まで届くそうで、豊後水道を行き交う船舶の安全を見守っています。



①無圧布団やマイナスイオンを発生するベッドなどで快適に過ごせる客室 ②量敷きでお子様や年配の方でも安心して入浴できる「天空の湯 満月」 ③街の喧騒を忘れさせてくれる落ち着いた和の風情溢れるホテル ④ご当地食材を盛り込んだ和洋約20種類の料理が並ぶ朝食バイキング ⑤夏場は夜間に特別公開が行われる熊本城

熊本 和数奇 司館

☎096-352-5101

熊本市上通町7-35 <http://www.wasuki.jp/>
料 1人様1泊朝食8,000円～ 開 IN:15時/OUT:11時
室 59室(ツイン16、ダブル27、和室16)
施 男女別人工温泉大浴場、食事処、宴会場ほか
図 JR)熊本駅から車で10分、通町筋電停から徒歩3分

おすすめプラン 朝食付スタンダードプラン

1室2名利用 1泊朝食付き お一人様 8,000円～
期間:2024年8月31日まで
※お盆期間は特別料金

九州有数のショッピングゾーン・上通りや下通りまで徒歩圏内。熊本城まで徒歩約5分という抜群の好立地で人気の宿です。古き良き日本の伝統文化が活かされた瀟洒な佇まいの館内には、レトロな和筆筒や京障子などのインテリアが配され、風情たっぷり。2階の食事処「五輪」では、滋味豊かな創作和食が饗され、熊本の旬味を存分に堪能できます(※要予約)。

また宿の最上階には、人工ラジウム泉を湛えた大浴場も備えており、街歩きや熊本城散策などで疲れた身体もゆつくりほぐせます。

熊本県
熊本市

緑あふれる森の都の夏旅におすすめ
和の情緒漂う熊本唯一の和創ホテル



ホテル吹上荘

☎099-224-3500

鹿児島市照国町18-15(照国神社前)
<https://www.fukiagesou.jp/>
料 1人様 1泊素泊まり シングル9,850円～、
ツイン11,850円～、1泊2食15,350円～
開 IN:15時/OUT:10時
室 55(シングル18、ツイン5、デラックスツイン1、
和洋室1、和室30) 施 男女別大浴場、レストラン、
無料駐車場(台数限り有) 図 単純アルカリ泉
図 JR)鹿児島中央駅より車で約5分、車)九州自動車道鹿児島北ICから国道3号線を照国神社方面へ約7分

おすすめプラン 鹿児島の黒豚祭り宿泊プラン

1室2名利用 1泊2食付き お一人様 24,810円～

【特典】①ワンドリンクサービス
②レイトチェックアウト11時まで

期間:2024年9月30日まで ※お盆期間は特別料金

①②段差が少なく、ご年配のお客様でも安心して利用できるデラックスツイン客室。エキストラベットを入れて3名様でもご利用可能 ③地下700mより湧出する肌にやさしい天然温泉を湛えた展望大浴場 ④鹿児島の旬の恵みを思う存分味わえる夕食「だししゃぶ会席」の一例 ⑤照国神社や西郷隆盛像、宝山ホールなど、徒歩圏内に多数の観光スポットも

鹿児島市の中心、照国神社前に建つ「ホテル吹上荘」。天文館から徒歩5分、JR鹿児島中央駅から車で約5分という抜群のロケーションで人気の和風旅館です。繁華街近くにありながら、館内は閑静で落ち着いた雰囲気。客室は、心和む和室からモダンな洋風、広々とした和洋室、特別室など多種多彩。一人旅からファミリーまで快適に過ごせます。

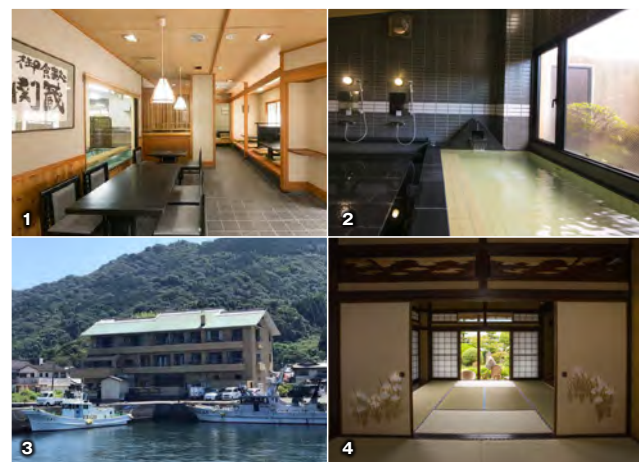
また、街中ながら、天然温泉の大浴場があるのもこの宿ならでは。自慢の温泉は、地下700mから湧出する良質の単純アルカリ泉で、湯上りの肌はしっとり、もっちり。ガラス張りの大きな窓から城山の緑が望め、爽やかな風を感じながら手足を伸ばせば、旅の疲れも癒えます。

鹿児島県
鹿児島市

緑多き城山の麓に建つ老舗旅館で
地元食材を使用した会席と天然温泉を堪能



「伊勢海老のお造り」をはじめ、季節感・素材感が活きる海鮮懷石の一例



①館内にある食事処「関蔵」は、ランチ利用でも人気 ②保温や疲労回復に効果があるといわれる天然鉱石・ブラックシリカを使用した大浴場 ③佐伯市街から少し離れた閑静な海辺にたたずむ「海鮮の宿 まつ浦」 ④宿の道向かいには、庭付き離れ「別邸 三好」もあります

おすすめプラン 旬の伊勢海老を味わう 贅沢会席プラン

伊勢海老の姿造り・具足煮・味噌汁など
伊勢海老をふんだんに使った
特別会席を堪能!

期間:2024年11月30日まで
料金:1室4名利用 1泊2食付き
お一人様 21,950円～

※8/1～31は除く



8畳の和室とツインベッドを配した洋室を備え、広々とした造りの角部屋和洋室



眺めがよく、落ち着いた雰囲気の和室。2～3名で宿泊でき、カップル、ファミリーでの利用も可能

佐伯藩の城下町として栄え、「佐伯の殿様、浦でもつ」と言われる程の豊富な海の幸と山の幸に恵まれた佐伯市鶴見。そんな漁師町の一角に建つ「海鮮の宿 まつ浦」は、新鮮な魚介と精肉店直営の上質な黒毛和牛で人気の宿です。

この宿では、お刺身のことを「お造り」と呼びます。それは、海鮮食材のほとんどが地物であるという何よりの証。「ふるさと鶴見の新鮮な海の幸の醍醐味を、ありのまま味わってほしい」と、料理長は言います。そんな匠の腕で仕上げられ

る海鮮懷石は、季節の旬の素材との組み合わせも抜群で、食通をも唸らせる逸品揃い。また、地元酒蔵のオリジナル日本酒が味わえるのも、この宿の愉しみのひとつです。

客室は、全客室から松浦の海を一望できるオーシャンビュー。碧くきらめく鶴見湾の美しい風景を眺めながら、保湿効果バツグンの大浴場で思いっきり手足を伸ばし、ゆっくりしつとり、旅の余韻に浸りましょう。

海鮮の宿 まつ浦

☎0972-33-1191

大分県佐伯市鶴見地松浦550-30 <http://matsuura-kaisen.com/>

料 1泊2食 お一人様16,750円～
開 IN:15時/OUT:10時
室 9室 ※全館禁煙
施 男女別大浴場、食事処、広間、離れ「別邸 三好」、駐車場
図 JR)日豊本線佐伯駅から車で約20分/車)東九州自動車道 佐伯ICから約20分



大分県
佐伯市

素朴なおもてなしと洗練された匠の技
風光明媚な鶴見松浦の隠れ別荘に憩う

とどろききょう

長崎県

轟 峡

多良岳に水源を発する「轟溪流」は、大小30余りの滝を連ねる県下有数の清流。虹を架けながら流れ落ちる「楊柳の滝」など自然の宝庫です。周囲に広がる轟の森林は「水源の森百選」にも指定されています。



流れる水は名水百選にも選ばれるほど。周りの木々が木陰を作ることです涼しく、避暑地としても人気です

虹をかけて流れ落ちる美しい「楊柳の滝」

轟狭には大小合わせて30余りの滝があります



お問い合わせ☎0957-22-1500(諫早市商工観光課)
長崎県諫早市高来町善住寺大山 随時開場
随無料 随なし 随無料/280台 随長崎諫早ICより車で約40分

❗ 滑りにくい靴、動きやすい服装がおすすめ

しらみず

大分県

白水の滝

大野川の源流であるこの滝の雄大な飛瀑は、訪れるものを幽玄の世界に誘います。「大分県百景」の一つで、下流の陽目渓谷は野外レクリエーション地。春は新緑、夏はキャンプ、秋には紅葉が楽しめます。その名の由来は「幾筋もの糸のような滝となって流れ落ちて、その滝水が白く見えることから」「99本の滝筋があり、100に1つ足りなかったので、百から一の横棒を抜いて白水の滝とした」というふたつの説が残っています。



いくつもの岩間から水が流れ落ちる姿は訪れた人を幽玄の世界に誘います

お問い合わせ☎074-68-2210(陽目の里 名水茶屋)
随大分県竹田市荻町陽目 随常時開放(陽目の里 名水茶屋:9:00～17:00) 随無料/※キャンプ場:コテージ3棟、バンガロー4棟、テントサイトにて宿泊できます(詳しくは陽の里キャンプパーク公式サイトにて) 随なし(陽目の里 名水茶屋:毎週火・水曜日(祝日は営業)、冬季休業 随無料 随豊後竹田駅より車で30分・豊後萩駅より車で10分)

❗ 駐車場より徒歩10分歩きやすい靴がお勧め。

かつて修験者がこの滝に立ち寄り、手を洗い身を清めたことからその名付いたとか



豪快な水しぶき 天然ミストシャワー

おちようず

佐賀県

御手洗の滝

九千部山(くせんぶざん)の南山麓にある、高さ22mの美しい滝。滝の周辺には数々の仏様が祀られ神秘的な雰囲気。冷たくて美しい清流は絶好の避暑地で、カジカが鳴き、下流には杉木立に囲まれたキャンプ場や無料の河川プールもあります。



御手洗の滝から流れる小川沿いのキャンプ場。森に囲まれた涼しい空間



夏休み期間中は、約1km下流に河川プールも開設されます

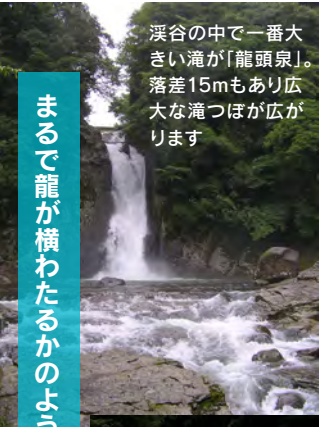
お問い合わせ☎0942-85-3605
随佐賀県鳥栖市立石町
随滝:常時開放/キャンプ場:夏休み期間のみ開設(7/20～9/1まで10:00～17:00)
随滝:無料/キャンプ場:常設テント・持込テント宿泊1張り2,000円、持込テント宿泊1張り1,000円、常設テント・持込テント日帰り1張り1,000円 随なし 随無料/30台 随長崎自動車道鳥栖ICから約30分

ちわた

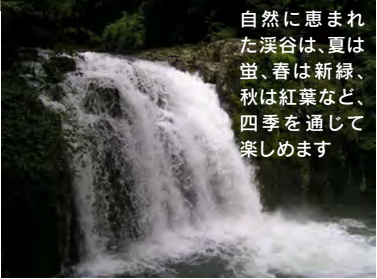
長崎県

千綿渓谷(龍頭泉)

龍頭泉の名で知られる千綿渓四十八潭は、千綿川の清流に沿って48の滝と淵が連なる美しい渓谷です。「龍頭泉」という名の由来は、江戸時代の儒学者・広瀬淡窓が、大村藩主に招かれて千綿溪に遊んだ際、その美しさに心を打たれ、「まるで巨大な龍が横たわっているかのようだ」と評し、名付けたものと伝えられています。



渓谷の中で一番大きい滝が「龍頭泉」。落差15mもあり広大な滝つぼが広がります



自然に恵まれた渓谷は、夏は蛍、春は新緑、秋は紅葉など、四季を通じて楽しめます

まるで龍が横たわっているかのよう 48の滝が連なる渓谷

お問い合わせ☎0957-46-5354
随長崎県東彼杵郡東彼杵町太ノ浦郷154-4 随常時開場
随無料 随なし 随無料/30台 随長崎自動車道東そのきICから車で15分

❗ 一番大きな滝まで駐車場から沢治いの岩場のある道を徒歩15分。滑りにくい靴がおすすめ

いのかわ

福岡県

猪野川

久山町の猪野と山田を縦断する猪野川。九州のお伊勢さんと呼ばれる伊野天照皇大神宮前の流れは、伊勢神宮にちなんで五十鈴川と呼ばれています。夏には冷たく澄み切ったせせらぎの涼を求めて多くの家族連れが訪れます。



春には桜、秋には紅葉など、四季を通して楽しめます

お問い合わせ☎092-976-1111
随福岡県粕屋郡久山町大字猪野
随無料 随なし 随無料/60台 ※夏季有料期間あり
随福岡ICから10分、県道筑紫野古賀線経由で約2.5km

❗ ゴミ持ち帰り。河川敷、公園内などすべて火器厳禁。バーベキュー、花火等は禁止

きよみず

佐賀県

清水の滝

嘉瀬川に流入する祇園川の支流、清水川の上流部にあり、別名「珠簾(たますだれ)の滝」とも呼ばれます。滝に向かう途中には、観音菩薩信仰の霊場「清水観音竈地院」があり、境内には樹齢500年を超える樹木が茂り、鬱蒼とした雰囲気。遊歩道には風鈴棚が設置され、せせらぎの音とともに清涼感ある風鈴の音にも癒やされます。(風鈴棚設置期間:7月中旬～9月末)



清流が落差75mで崖を垂直に落ちてくるさまは、豪快かつ優美



竈地院の参道に並ぶお店で、名物鯉料理も味わえます

江戸時代からの観光地 避暑で賑わう小城の奥座敷

きよみず

佐賀県

清水の滝

嘉瀬川に流入する祇園川の支流、清水川の上流部にあり、別名「珠簾(たますだれ)の滝」とも呼ばれます。滝に向かう途中には、観音菩薩信仰の霊場「清水観音竈地院」があり、境内には樹齢500年を超える樹木が茂り、鬱蒼とした雰囲気。遊歩道には風鈴棚が設置され、せせらぎの音とともに清涼感ある風鈴の音にも癒やされます。(風鈴棚設置期間:7月中旬～9月末)



清流が落差75mで崖を垂直に落ちてくるさまは、豪快かつ優美



竈地院の参道に並ぶお店で、名物鯉料理も味わえます

江戸時代からの観光地 避暑で賑わう小城の奥座敷

❗ 急配のある坂道が続くので、すべらない靴がおすすめ

暑さやわらぐ水辺スポット

県指定の名勝。滝の近くまで行くことができるため、水しぶきを存分に味わえます



話題沸騰の糸島で大人気の天然涼スポット

福岡県

白糸の滝

標高900メートルの羽金山の中腹に位置し、マイナスイオンと自然あふれる憩いの場としてファミリー層に親しまれています。落差約24m。周辺には、約5000株10万本のあじさいが植樹され、6月中旬から7月上旬にかけて見頃を迎えます。



滝周辺では、ヤマメ釣り体験や名物そうめん流しも楽しめます

お問い合わせ☎092-323-2114 随福岡県糸島市白糸460-6
随9:00～17:00(7～8月は18:00まで) 随無料 随4月～11月は無休、12月～3月は水曜日、年末年始(12月29日～1月3日)
随無料/200台 随西九州自動車道、東交差点より車で約20分

❗ 山道でカーブが多いので運転注意



公園内を流れる万之瀬川を泳げる流水プールとして開放。一番下流はベット可エリア

天然の流水プール。全身で自然を満喫

流水プール以外に幼児用のプールやウォータースライダー(1回100円)もあり



場内にはロッジ、テントなどが並びます

❗ 流水プールなどの注意や、開園期間はHPで要チェック

鹿児島県

きよみずいわずや 清水岩屋公園・キャンプ場

全国的にも貴重な「清水磨崖仏」に隣接。川辺仏壇の技術を結集して作られた銀閣寺を思わせるカフェ『サクラノヤカタ』、1年を通じて利用される本格的なキャンプ場、遊具施設などが設置されています。春は桜、夏は天然の川を利用した流水プールやウォータースライダー、秋は万の瀬川沿いに並ぶ紅葉が愉しめます。

お問い合わせ ☎050-3529-6424
〒鹿児島県南九州市川辺町清水3882
☎7:00～22:00(キャンプ場受付9:00～17:30)
※キャンプ場の予約は原則オンライン予約のみ
☎無料 困なし ☎無料/500台
☎指宿スカイライン川辺ICから約10分、川辺やすぎの郷バス停下車、徒歩約30分



大河ドラマのオープニングにも登場した造形美豊かな滝

鹿児島県

おかわ 雄川の滝

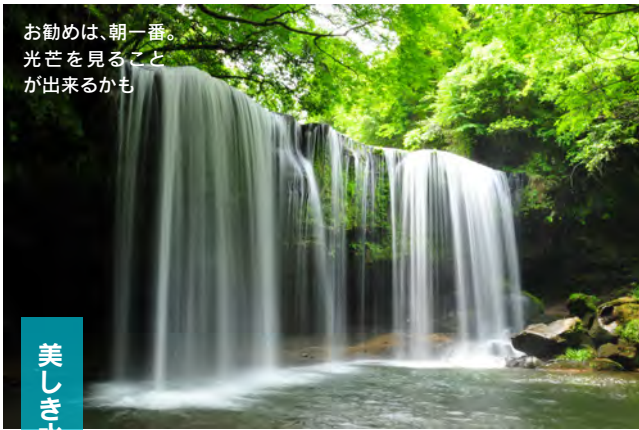
落差46m、幅60m。視界いっぱいに広がる断崖と壁面に伝う絹のような滝を一望できます。NHK大河ドラマ「西郷どん」や、映画「キングダム」のロケ地としても有名。駐車場から滝壺まで約1,200mの遊歩道があり、渓流の音にも癒されます。



滝までの道のりに見える川の青や木々の緑も美しい

お問い合わせ ☎0994-24-3115 鹿児島県肝属郡南大隅町根占 ☎8:00～日没
☎無料(令和6年7月1日から大人(中学生以上)300円、小学生150円、未就学児無料)
困なし※荒天による立ち入り規制あり ☎無料/100台
☎鹿児島空港から車で2時間30分、鹿児島中央駅から車で2時間30分

❗ 勾配のある遊歩道ですのでトレッキングできる服装がおすすめ



お勧めは、朝一番。光を見ること出来るかも

美しき水のカーテン。間近から眺める幻想的な滝の風景

熊本県

鍋ヶ滝公園

落差約10m、幅約20mの滝で、お茶のCMのロケ地にもなった人気スポットです。阿蘇のカルデラをつくった約9万年前の巨大噴火でできたとされ、溶岩がつくる山の段差から、カーテンのように幅広く水が流れ落ちるさまがとても優雅。滝の流れを間近に見ることができます。



お問い合わせ ☎0967-46-2113(小国町役場産業課)
〒熊本県阿蘇郡小国町黒淵 ☎9:00～17:00(最終入園16:30)
☎高校生300円、小中学生150円、小学生未満無料 ☎12/28～1/3
☎無料/123台 ☎JR阿蘇駅からバスで約1時間、ゆうステーション下車後、タクシーで約15分、大分自動車道九重ICから約45分

❗ 滝周辺は濡れていて、滑りやすく、階段が120段あるため、スニーカーなどの歩きやすい靴がおすすめ

鹿児島県

曾木の滝

大口盆地の中央を川内川とその支流が流れ、市の南西部で一大瀑布となつて鶴田ダムへと注いでいます。奇岩のそそり立つ滝は、滝幅210m、高さ12m。滝幅は日本一を誇ります。一帯は公園として整備され、春は桜やつつじが彩り、秋には銀杏や紅葉が流れの中に鮮やかに浮かび上がり、季節ごとに訪れる人々を魅了します。

お問い合わせ ☎0995-28-2600(曾木の滝観光案内所)
〒鹿児島県大口市宮内628-41
☎常時開放 ☎無料 困なし
☎無料/200台、バス10台(第1、第2合わせて)
☎九州自動車道栗野ICから30分、新水俣駅から車で40分、鹿児島空港から車で約50分



夏は水量も多く豪快そのもの

別名「東洋のナイアガラ」。流れ落ちる水流とその轟音に、訪れた人はもう釘づけ!



壮大なスケールで豪快。東洋のナイアガラ



菊池渓谷にはいくつもの名所があり、季節や訪れる時間で違った表情に

熊本県

菊池渓谷

菊池川の源をなす菊池渓谷は、うっそうとした天然生広葉樹で覆われ、その間を縫うように流れる渓流と美しい森林のコントラストは、まさに絶景です。また、夏でも平均水温が13℃と低く、身を切るような清流は、避暑地としても最適。秋は紅葉、春は新緑、冬は全山に霧氷の花が咲き、四季を通じて訪れる人々の心を和ませてくれます。



年間平均気温は11～15度。天然のクーラーと称されます



広葉樹の原生林に覆われ、小鳥たちの楽園

お問い合わせ ☎0968-27-0210 熊本県菊池市原 ☎8:30～17:00
☎高校生以上1人300円(維持管理協力金として)
困なし(12月～2月は係員不在) ☎普通車425台
☎JR熊本駅から車で約90分、九州自動車道植木ICから約50分

❗ 大雨や台風など、天候による入谷制限あり。ベツト連れ入谷不可。スニーカーなどの歩きやすい靴がおすすめ



「日本の名水百選」にも選ばれた水源。6月下旬～7月上旬の夜は、幻想的なホタルの舞も



近くにはヒゴタイ公園があり8月中旬～9月中旬は「ヒゴタイ」が見ごろを迎える

熊本県

池山水源

環境省の名水百選にも選ばれた水源で、恒温13.5℃、毎分30tという豊富な湧水を誇ります。一帯は、樹齢200年以上ともいわれる巨木や樹木に囲まれており、とても神秘的な雰囲気。湧水池の中央には“水神様”も祀られています。

お問い合わせ ☎0967-25-2211(産山村企画振興課)
〒熊本県阿蘇郡産山村田尻14-1
☎常時開放
☎無料 困なし ☎無料/30台(大型バス駐車可能)
☎大分自動車道日田ICから約90分、九州自動車道熊本ICから約90分

大分県

ひがししいや

東椎屋の滝

日光華厳の滝に似ているところから、「九州華厳」とも称されています。また、高貴端麗な名瀑で、滝つぼから流れ出る清流の渓谷、渓流の見事さもこの滝の特色です。清水に新緑の映える春、紅葉の秋ともに素晴らしい景観を誇っています。



近くには地獄極楽洞窟もあり、地獄めぐりと極楽めぐりも楽しめます

お問い合わせ ☎0978-34-4839(宇佐市観光協会安心院部会)
〒大分県宇佐市安心院町東椎谷875-2 ☎常時開放
※河川が増水して危険な場合は立ち入り規制あり
☎無料 困なし ☎有料(60台。大型バス可、乗用車300円、バス1,000円、バイク100円) ☎東九州自動車道宇佐ICから約30分、安心院ICから約15分

❗ 足元が滑りやすいので、運動靴など滑りにくい靴がおすすめ



清流「氷川」の川辺にそそり立つ絶壁「建神ノ岩」は下から見上げると圧巻

たてがみきょう

立神峡公園

「立神峡」は、清流・氷川が古生代の石灰岩を浸食してつくった高さ75m、幅250mの大岩壁で、別名“肥後の空滝”とも呼ばれています。火の国発祥の地として、古から神々の伝説が残り、神竜が封印されたとも伝わるパワースポットです。公園内には遊歩道が整備されており、ハイキングコースとしても親しまれています。

お問い合わせ ☎0965-62-1543 熊本県八代郡氷川町立神648-4
☎常時開放(管理棟受付時間8:30～17:30)
☎無料 困なし(管理棟休館日:火曜日、年末年始) ☎無料/70台
☎九州自動車道宇城・氷川スマートICから約10分、八代ICから約20分



つり橋から眺める景色はスリル満点



浅瀬では川遊びができ、公園内にはキャンプ場(有料)も整備されています



きでくりゃい、カリコボーズの里

にしめらそん

宮崎県 西米良村の夏

にしめら川床 かわどこ (西米良温泉ゆた〜と敷地内)

西米良の夏を楽しんでいただくため、「にしめら川床」をはじめました。涼しげな川のせせらぎを聞きながらお食事ができ、贅沢なひとときが過ごせます。

期間:7月13日(土)〜9月16日(月・祝)
営業時間:11:00〜14:30(火・水曜はお休み)

■利用方法:サーモン押し寿司・ソーメンセット(2,000円)の電話予約をする。
※席のみの予約は不可、前日正午までの予約が必要
予約先:米良の庄(☎0983-36-1833)
※平日9時〜17時受付 ※イラストはイメージです



川面を吹き渡る涼風に誘われて…
清流のせせらぎを全身で体感♪「にしめら川床」

深緑の山々と清流・一ツ瀬川のせせらぎが心地よい宮崎県西米良村。7月13日から、恒例の「にしめら川床」が期間限定でオープンします。川風と瀬音に包まれたお座敷でお食事ができます。村の名物「西米良サーモン」の押し寿司とソーメンのセット、「おがわ四季御膳」は、この時期に村では是非味わいたい逸品です。夏にぴったりのアクティビティもあつて、楽しみも倍増！涼やかな風そよぐ西米良の夏に出掛けてみませんか？

グランピング&ダッキー

優雅な九州中央山地を背景に気軽に贅沢なキャンプが楽しめるグランピング「STELLA SPORTS(ステラスポーツ)」。



【問】☎0983-36-1305 STELLA SPORTS

古民家・コワーキングスペース

上質な空間・上質な料理・上質なロケーションを演出する古民家「REBORN(リボーン)」で贅沢な時間をどうぞ。また、お仕事や休憩など用途に合わせ、さまざまな利用ができる「STELLA PLUS(ステラプラス)」もご用意。

【問】☎0983-36-1605 ハマテック



天空の透間 REBORN



コワーキングスペース STELLA PLUS

西米良温泉ゆた〜と

緑の山々に囲まれ、ゆたーと温泉タイムを過ごしませんか？すべすべした泉質は美人の湯として評判高く、露天風呂では、森の風や鳥の声を聞きながらくつろげます。食事処では、川床期間中、「どんぶりフェア」を開催。

【定休日】毎週水曜日 【問合せ】TEL0983-41-4126



西米良サーモンが食べられる

おがわ作小屋村

令和の桃源郷と称される小川地区に再現された茅葺のお食事処。近くを流れる小川のせせらぎを聞きながら味わう「おがわ四季御膳」には、地採れの食材とおばちゃんたちの愛情たっぷり。

【定休日】毎週木曜日 【問合せ】TEL0983-37-1240



「おがわ四季御膳」16皿の小皿が並ぶ



人吉ICから西米良村まで約1時間

■観光に関するお問い合わせ／西米良村観光協会
☎0983-36-1111 (西米良村役場内)

西米良の観光情報は [西米良info](https://nishimera.info/) [検索](#)
<https://nishimera.info/>



宮崎県 行藤の滝

幅20m、落差77m、別名「矢筈(やはず)の滝」とも呼ばれ、絶壁を伝い流れ落ちる滝は壮大な眺めです。滝壺の直近まで行くことで、圧倒的な高さの滝からはとばしる水飛沫まで体感できます。熊襲征伐で日向にきた日本武尊(ヤマトタケルノミコト)が、この山を見て「むかばき」の名をつけ、滝を「矢筈の滝」と名づけたとの伝説が残っています。

お問い合わせ☎0982-29-2155(延岡観光協会)
延岡県延岡市行藤町
随時開放 随無料 困なし
随無料/10台(2カ所)
随延岡ICより車で25分



日本武尊(ヤマトタケルノミコト)が、「布引の 矢筈の滝を射てみれば 川上タケル落ちて流れる」と詠んだのだとか

！ 歩きやすい服装、靴がおすすめ。(特に滑りにくい靴や濡れない服装は不要)



屏風のような岸壁。そそり立つ一枚岩から落ちる滝

宮崎県 関之尾滝

大淀川の支流庄内川にかかる幅40m、高さ18mにも及ぶ関之尾滝。滝正面に吊り橋が架けられており、轟音をたてて流れ落ちる滝を間近で見ることができる。飛沫と光の当たり方によっては虹を見ることがも。滝の上流には罅穴群があり、最大幅80m、長さ600mの規模は世界一と言われています。

お問い合わせ☎0986-57-8881
延岡県都城市関之尾町6615-2
(スノーピーク都城) 随時開放 随無料 困なし 随無料
随JR日豊線都城駅から車で20分、西都城駅から車で15分、都城ICから20分



長い年月をかけ、水の力で礫が回転し形成された世界一の罅穴群

「日本の滝100選」に選ばれた名瀑と世界一の罅穴群

高千穂峡

四季折々の自然を感じる神話の里

宮崎県北部、九州脊梁山地のほぼ中央に位置する高千穂町。古事記・日本書紀に伝わる天孫降臨の地としても知られ、「神話の里」とも呼ばれています。古えからの豊かな自然も多く残り、パワースポットとしても国内外から注目の癒しの里です。

「路線バスの旅」は、熊本市内を出発し、九州内の各名所を訪れることのできるツアーブランド。「高千穂コース」では、熊本からバスで高千穂まで直行し、まずは昼食で地元食材を使った高千穂牛の陶板焼きを堪能。その後、約3時間のフリータイムでは、『高千穂峡』の名所「真名井の滝」や「高千穂神社」などの必見ポイントを、自分のペースでじっくり巡ることができます。

神秘的空間「高千穂」は、私たちが日頃忘れがちな、古き良き日本の心を思い出させてくれることでしょう。

お得に旅をするなら「路線バスの旅」

高千穂峡と高千穂牛の昼食

■出発日
6/1(土)〜9/30(月) (※8/10〜18、9/15を除く)
■料金
お一人様 9,500円(税込)／小人同額
■行程
熊本駅前/熊本桜町バスターミナル/熊本空港
＝たかちほ号(延岡行)＝高千穂バスセンター
＝送迎タクシー＝高千穂峡

「千穂の家」で昼食後、高千穂峡でフリータイム(滞在約3時間30分)
＝高千穂バスセンター＝たかちほ号(熊本行)＝熊本空港/熊本桜町バスターミナル/熊本空港





旬の野菜を
ふんだんに使った月替わり御膳
色々な料理を少しずつ
小鉢で楽しめる

熊本県 南阿蘇村

ランチ&カフェ
ふわら

ジャンル/カフェ

ふわら御膳は小鉢にたくさん手作り料理があり、見た目も豪華でとても美味しいです。

推薦者: 熊本市 PN/さおりん 54歳 女性

☎0967-67-3270 熊熊本県阿蘇郡南阿蘇村河陰13-1
圖11:00~、13:00~の二部制 図火曜日
料ふわら御前2,500円、日替わりランチ1,300円、ほほ肉のビーフシチュー2,000円ほか

手入れのされた美しい庭に
新鮮な野菜を中心とした食材を
ふんだんに使った癒やしのランチ

宮崎県 宮崎市

農家カフェ
しあわせ時間

ジャンル/カフェ



農家カフェというくらいなので、サラダの量が半端ではないですが、野菜好きの方にはおすすめです。しっかりと肉料理もあり…旦那さん担当の庭園も魅力的です。メニューは1つだけなのです。ゆっくり過ごせますよ。

推薦者: 宮崎市 PN/なべさん 56歳 女性

☎090-3739-4583 鹿宮崎県佐土原町下田島168-1
圖11:30~14:00※要予約、コーヒータイトム~16:00 (LO15:30)
図月曜日・火曜日 ※ほか不定休あり
料しあわせ膳 (2,500円)



目の前に錦江湾と桜島！
店内インテリアにもこだわった
身も心も満たされる
シーサイドカフェ

鹿児島県 鹿児島市

ファクトリー
factory

ジャンル/カフェ

全部おいしいのですが、バーガーのセットがボリュームたっぷりでおいしいです。店内もおしゃれで映えスポットがたくさんあり、磯海水浴場の目の前なので海と桜島を一望できます。

推薦者: 鹿児島市 PN/あかね 34歳 女性

☎099-295-0609 鹿鹿児島市吉野町9679-10 ※駐車場あり
圖11:00~19:00 (L.O. 18:00) 図不定休
料各種バーガーセット1,400円~、ふわた口卵のオムライスセット1,500円ほか、各種ドリンク、バスクチーズケーキなど



精肉店直営ならではの肉肉メニュー
熊本名物あか牛丼や
デカ盛りグルメ

熊本県 熊本市

肉食堂 よかよか
サクラマチ店

ジャンル/食堂

オススメは「肉屋本気の盛り盛り定食」！昼飯をがっつり食べたい時には最高です。ほかにも、あか牛の塩だれ肉炒め定食やチャンピオンかつ丼定食、大きな具がゴロゴロ入った阿蘇山カレー定食、名物の「あか牛丼」など、どのメニューもボリューム満点。肉食系の方なら是非！

推薦者: 熊本市 PN/タナカ 40歳 男性

☎096-245-6229 鹿熊本市中央区桜町3-10 SAKURAMACHI kumamoto B1F
圖11:00~21:00 図不定休
料あか牛の塩だれ肉炒め定食 1,980円、チャンピオンかつ丼1,580円
阿蘇山カレー定食1,000円 ほか

調理方法にこだわった肉カフェ
ローストビーフライスが人気NO.1

大分県 大分市

バートン
BURTON
cafe&kitchen

ジャンル/カフェ



お店の雰囲気がおしゃれで料理もとても美味しいです！
ローストビーフ丼は味付けも完璧で食べ応え抜群です！

推薦者: 大分県 PN/チャー坊 20歳 男性

☎097-507-6925 鹿大分県大分市小池原644-3
圖月~水、金、祝前日: 11:00~17:00 (料理L.O.16:00 ドリンクL.O.16:00)
18:00~22:00 (料理L.O. 21:00 ドリンクL.O. 21:00) 土、日、祝日: 11:00~22:00 (料理L.O. 21:00 ドリンクL.O. 21:00) 図木曜日
※詳しい情報は、Instagramアカウントを参照 burton20180209



いわしの本当の
美味しさを知れる店
刺身、塩焼き、煮付け、フライ...
いわし料理が勢揃い

鹿児島県 出水市

漁亭いわし茶屋

ジャンル/和食

いわしの刺身が絶品！です。外食でいわしをメインに食べるのは珍しいので、人を連れて行ってみたいくなります。お刺身が新鮮で臭みがなくとても美味しいです。

推薦者: 鹿児島県さつま町 PN/よっぴー 35歳 女性

☎0996-62-8858 鹿鹿児島県出水市武本3063-1
圖11:00~14:00、17:30~20:00 図火曜日
料いわし膳1,550円、刺身定食2,050円ほか



創業100年を誇る老舗
鮮魚店が提供する定食
お勧めは海鮮丼定食

福岡県 久留米市

重永鮮魚店

ジャンル/和食

魚屋が営むだけあってどれも新鮮。店頭にはお惣菜も販売しており、魚やお刺身、テンプラ等盛りだくさん！帰りは鯖の煮付けのお土産を忘れずに！

推薦者: 福岡県久留米市 PN/ピットりんこ 45歳 女性

☎0942-32-3288 鹿福岡県久留米市六ツ門町7-31
圖定食提供時間11:00~15:00、夜の部(居酒屋)
/18:00~22:00 (21:30os) 図日曜日
料海鮮丼セット1,050円、煮魚定食840円、寿司定食1,050円ほか



名物ランチはスペアリブと鍋焼き麻婆
本格中華をランチでリーズナブルに!!

☎092-718-3377 鹿福岡県中央区天神3-8-18イルグラッツィア天神 圖11:30~14:00 (料理L.O. 14:00 ドリンクL.O.14:00)
17:00~21:30 (料理L.O. 20:30 ドリンクL.O. 20:30) 図無し料スペアリブ定食1,300円、日替わり定食DX1,500円、麻婆丼980円ほか



福岡県 福岡市

ゆうきゅうしゃんはい

侑久上海
YUKYU SHANGHAI

ジャンル/中華

スペアリブ定食は煮込んであるのでおはしで食べられ、ご飯に合います。絶品です。他に、鍋焼き麻婆丼やチャーハンもおすすめてです。

推薦者: 福岡県大木町 中村 吉孝さん



江戸時代の藩主・松平家の
殿様蔵でいただく
採れたて旬の有明海、
長崎の海鮮料理

長崎県 島原市

漁人市場
とととと

ジャンル/食堂・和食

あら炊き定食、七宝丼、海老天丼、etc…。ボリュームも必見ですが、食材の新鮮さと味が素晴らしいです。島原市へ行くときは必ず立ち寄ります。昼のみ営業です。

推薦者: 福岡県柳川市 PN/はなちゃん 60歳 男性

☎0957-63-9911 鹿長崎県島原市湊新地町451
圖11:00~15:00 (L.O. 14:30) 図木曜日
料海鮮丼(小鉢・香の物・味噌汁)1,700円、海老天丼(小鉢 香の物 味噌汁)1,800円ほか



島原名物「具雑煮」が
付いた御膳がお勧め
日帰り温泉と併せて
行きたいお店

長崎県 南島原市

レストラン
はる乃

ジャンル/和食

1,980円の「真砂御膳」がコスパ最高で美味しいです！島原名物の具雑煮をはじめ、天ぷら、お刺身、茶碗蒸し、デザートまでついて、素晴らしいです。施設内の温泉の泉質も良いです。

推薦者: 熊本県大津町 大串 えりさん

☎0957-85-3155 鹿長崎県南島原市南有馬町133
圖11:30~14:00 (L.O.13:30) ※土日祝日のみ14:30までの営業
図なし
料真砂御膳1,980円、具雑煮750円ほか

人気車種のご案内!!

ダイハツ・スズキ 試乗車 あります!



※試乗車は変更になる場合があります。

お問い合わせ先

九州産交オートサービス株式会社 営業課
TEL 096-359-7595



“メンテナンスフリー リン酸鉄リチウムイオン電池”
搭載フォークリフトで、九州・熊本における
カーボンニュートラルの実現に貢献します!

- ✓ CO2 排出ゼロ
- ✓ 鉛電池比、約 3 倍の電池寿命 & 急速充電に対応し高稼働を実現
- ✓ ディーゼル / LPG 車両のように パワフル、かつ故障率も低減
- ✓ 電気による稼働で 低ランニングコストでの運用と クリーンな職場環境づくり



BYD お問い合わせ先

九州産業交通ホールディングス株式会社
営業企画推進プロジェクト

詳細はホームページをご参照下さい
<https://www.kyusanko.co.jp/byd-forklift/>



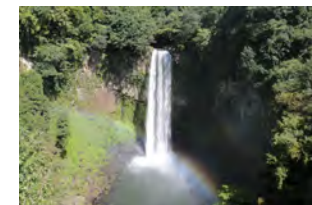
上空から弧を描いてほとばしる、豪快な「通潤橋」の放水シーン。アーチ橋の技術史上極めて重要な建造物として、国宝に指定されている

緩やかな曲線のフォルムを描く優美なたたずまい。その構築の精緻さと、自然石による石積の造形美に驚嘆しないものはいないであろう。そして、石橋の中央から轟音と共にほとばしり出る、雄大な水のアーチが、さらにその姿を彩っている。ここは熊本県山都町（旧矢部町）、肥後の石工の最高傑作とのか呼ぶ声高い、「通潤橋」である。全長約78・0m、橋幅約6・6m、橋高約21・3mにも及ぶ近世最大級の石橋で、橋の上に3列並べた凝灰岩製の通水管を通して水を渡す、アーチ水路橋である。

この橋が架かる以前、矢部郷の白糸台地は、周りを川に囲まれていながら、深い谷にはばまれ、水の乏しい貧しい土地であった。この恵まれない村々をなんとか救済しようとして立ち上がったのが、矢部手永の惣庄屋・布田保之助である。彼はまず、谷を超えて6kmも離れた笹原川から水を引き、新田を造成しようと考えた。そして種山石工（※注1）の手により建造された美里町の「霊台橋」（※注2）を研究し、石橋による台地への架橋の現実性を確信。さらに石橋にサイフォンを載せる前例のない組み合わせを採用し、



通潤用水の取水地近くに造られた「円形分水」。内円筒から溢れ出た水が、灌漑面積に応じて仕切られた外円から一定量ずつ、通潤橋や他の水路に流れるよう設計されている



矢部48滝の中で最大の落差を誇る「五老ヶ滝」。周辺には「通潤橋」へと続く遊歩道が整備されており、気軽に散策にもおすすめ。



「通潤橋」からもたらされる豊富な水の恵により、菅迫田をはじめ「日本の棚田百選」に選ばれた美しい景観が保たれている

建設に取り掛かった。1852年（嘉永五年）十二月に着工、一年八ヶ月の星霜を経て、保之助の指導の下、種山石工をはじめ矢部郷の多くの住民の辛苦を伴いながらも、一人の犠牲者も出さず、1854年（安政元年）八月、橋は見事に完成した。竣工当日、保之助は紋服に威儀を正し、懐に刀を忍ばせて橋の中央に端坐し、現場に立ち会ったと伝えられている。

橋は、2016年4月の熊本地震により橋上部が損傷。さらに2018年5月の豪雨で石垣が崩落するなどの被害を受けたものの、地元自治体や住民らによる懸命な保存修理により、2020年、約4年ぶりに放水が再開された。通潤橋を通う豊かな水は、竣工から百七十年経った現在も、白糸台地の100haの水田を

※注1 種山石工（たねやまいしく）
藤原林七を始祖とし、幕末から明治にかけ、種山村（現熊本県八代市東陽町）を本拠地に活動した石工集団。橋本勘五郎などの名工を輩出し、東京都千代田区にある万世橋も種山石工の業績である。

※注2 霊台橋（れいたいきょう）
緑川本流の最大の難所・船津峡に架けられた日本最大の単一アーチの石橋。弘化4年（1847）に時惣庄屋藤原善兵衛の下、地元峠原の木工棟梁の伴七、種山石工の卯助兄弟が建造した。

DATA
通潤橋
熊本県上益城郡山都町下市41-3
(同)山都町観光協会
TEL0967-72-9450
※詳しい放水スケジュール、アクセスなどはこちら
<https://tsujunbridge.jp/>



幾多の大災害を乗り越えて尚美しい
心も潤す虹の架け橋

熊本県山都町

国宝

通潤橋

取材・文 前田信次

つうじゅんきょう