



八代、水俣・芦北地域 サイクリングマップ



① 球磨川ルート

雄大な球磨川の流れが生んだ風景をたどる
距離：48.4km 所要時間：4時間50分 獲得標高：542m レベル：中級



ルート紹介

日本三大急流の一つであり、エメラルドグリーンに輝く「球磨川」。このルートでは球磨川の河口となるくまモンポート八代を起点に、球磨村までを川に沿って走るルートだ。荒々しく雄大な球磨川の自然を眺めながらの道は、比較的傾斜も緩やかで初心者にも優しい。ルート周辺には道の駅や、歴史を感じさせる温泉旅館、鍾乳洞などの観光スポットがあり、のんびりと旅してみたい魅力に溢れている。令和2年7月豪雨により大きな被害を受けたが、少しでも早く地域の人々の笑顔が戻る日を願いつつ、本ルートが走れるようになった日には、このルートを訪れることで球磨川流域を応援したい。現在一般車両通行止め (R5.3.1現在)。



③ 八代〜水俣 シーサイドルート

柑橘と海が織りなす絶景ロード。九州の地中海をめぐる
距離：78.0km 所要時間：9時間45分 獲得標高：1451m レベル：上級



ルート紹介

八代海と天草の島々を眺めながら進む風光明媚な約80kmのルート。肥後二見あたりまではフラットだが、その先はリアス海岸のアップダウンが連続するため走り応えある道となっている。ただ、その道沿いには柑橘類の畑が続き、見晴らしの良い畔や白い砂浜、ローカル鉄道が走る風景など、とても魅力的なロケーションが広がる。もちろん地元海の幸や、特産の柑橘類、あじきた牛などの美味しいグルメも堪能できる。さらにルート上には温泉街が2ヶ所あるので、宿泊しながらのんびり楽しむなんてことも。肥後おれんじ鉄道のサイクルトレインを利用することもこのルートの楽しみのひとつだ。

温泉紹介

日奈久温泉

開湯 600 年の歴史を持つ八代海に面した温泉。レトロな建物や昭和の雰囲気を残す街並みに心癒される。無料で入れる足湯や、期間限定で暖白地風呂も楽しめる。日奈久温泉観光案内所 ☎0965-38-0267 ☎H7

湯の児温泉

水俣中心部から北西の海岸線に沿った温泉。湯の児とエメラルドグリーンの海が象徴的な温泉地。内海で波が穏やかな海水浴場が隣接し、夏は海水浴客や SUP マリニアアクティビティの体験客で賑わう。 ☎0966-63-0213

湯の鶴温泉

水俣市中心部から9kmほど山間へと入った場所にある温泉。豊かな自然環境で、泉質は自然にやわらかく昔から湯治場として親しまれてきた。名湯を気軽に楽しめる立ち寄り湯や足湯もあるのが嬉しい。 ☎0966-63-2079 ☎C13

八代及び水俣・芦北地域

八代及び水俣・芦北地域サイクルツーリズム推進協議会

くまモンポート八代

国際クルーズ船の受け入れ拠点として八代港に整備された施設。敷地内には旅客ターミナルの他、ショップエリア、全84体のくまモンがお出迎えする「くまモンパーク」が併設されている。全長約6mのビッグくまモンやズリと並ぶくまモン会館は見応え十分。 ☎9:00-17:00 水曜、年末年始 ☎0965-62-8246 ☎G4

八代城跡

前川と球磨川の間にあった妻島城が1619年の地震で崩壊したため、1622年新たに現在の場所に築城された城。石垣には八代産の石灰岩が使用され、現在は八代堂が鎮座する。八代有数の桜の花見スポットでもあり、約200本のソメイヨシノがある。 無料 ☎H4、八代中心部趾大園

やっぴろ全国花火 鼓持大会

全国から集まる有名な花火師たちが競う西日本で唯一の全国花火競技大会。例年10月に八代市の球磨川たけ。石垣には八代産の石灰岩が使用され、現在は八代堂が鎮座する。八代有数の桜の花見スポットでもあり、約200本のソメイヨシノがある。 無料 ☎H4、八代中心部趾大園

晩白柚

通常の大きさが20cmほどにもなる世界最大の柑橘類。全国生産量の約90%を八代・水俣産が占める八代地方の特産品だ。マレー半島から台湾を経由して、昭和26年に八代で栽培が始まった。上質な香りと日持ちの良さが特徴で、室内に飾って見た目と香りを楽しんでもらえるのが一般的。毎年12月ごろから収穫が始まり、1月〜3月ごろが旬。

御立岬公園

天草の島々を見渡せる御立岬一帯に作られた自然豊かなレジャープーク。500m以上続く白い砂浜の海水浴場や、本格的なゴーカート場、テニス、キャンプ場、温泉センターなどがあり、様々な遊びを満喫できる。また愛の力伝説のスポット、シンボリックタワーからの眺めも素晴らしい。 施設により異なる ☎第2・4水曜 ☎0966-87-0737 ☎E9

遠仏

かつて憩いの森として整備された森の中に、33体の金色の仏像が生木を直接彫り出されて作られている。地域の人々の活力ある未来を祈る場として世界的に著名なアーティスト、西野達矢が制作した。森に溶け込むように佇む仏像たちは、訪れるもの不思議な空間へと誘う。西野氏の作品が公共的な空間において常設されているのは世界でもフランスとここだけだ。 施設により異なる ☎第2・4水曜 ☎0966-83-8888 ☎E10

足赤えび

うたせ船による伝統的な漁法が残る芦北町。そこで水揚げされた芦北産の足赤えびを使い、えびでグダを取った特製つゆをかけて頂く贅沢な天丼。芦北漁協の女性のチャレンジから生み出された浜のかあちゃんたちが作る美味しい「ひやがり(お昼ご飯)だ。 11:00-15:00 (オーダーストップ14:00) ☎水・木曜、年末年始 ☎0966-83-8888 ☎E10

スイートスプリング

温州みかん八八八を交配して作られた柑橘類。旬の初めとなる12月頃から食べごろな見た目のグリーンを取った特製つゆをかけて頂く贅沢な天丼。芦北漁協の女性のチャレンジから生み出された浜のかあちゃんたちが作る美味しい「ひやがり(お昼ご飯)だ。 11:00-15:00 (オーダーストップ14:00) ☎水・木曜、年末年始 ☎0966-83-8888 ☎E10

列車に自転車をそのまま持ち込める「サイクルトレイン」のご案内

※時間帯によりご利用いただけない場合があります

肥後おれんじ鉄道では、列車内に自転車をそのままの状態で持ち込める「サイクルトレイン」を運行している。 ※時間帯、乗車区間、台数などの利用条件はQRコードをチェック!

九州の真ん中、熊本県南東部の八代海に面した【八代、水俣・芦北地域】は、西側には海を挟んで天草の島々が広がり、東側には九州山地が連なる。その山地を縫って日本三大急流・球磨川が流れており、海、山、そして川と三拍子揃ったエリアだ。歴史と個性豊かな数々の温泉や、海の幸や川の恵、また山には特産の柑橘類が実り、和牛も美味しい。風光明媚な海岸線には白いビーチや畔からの絶景。そんな風景を眺めながら利用できるサイクルトレインだって君が来るのを待っている。さあ、サイクリングでこのエリアを全部まとめて楽しんでしまおう!

② 八代・氷川周遊ルート

八代・氷川エリアの見どころを自由に楽しむ
距離：55.7km 獲得標高：269m (有佐駅-鹿路橋間) レベル：初級 (有佐駅-鹿路橋間のみ中級)

ルート紹介

八代市街地を中心に、隣接する水川町、日奈久温泉までを繋ぐルート。見どころも豊富なので、ルート上の好きな場所から気になったスポットまで走ることもおける。JR八代駅が近く市内を走ってみたいなら、駅前からすぐに始まる「八代緑の回廊線」が全長約7kmの周回ルートとなっている。前川沿いには河童伝説のスポットや、たくさんのくまモンに会える「くまモンポート八代」へと繋がる気持ちの良い道だ。両へ田園風景の中を進めば、レトロな街並みの600年の歴史ある日奈久の温泉街が待っている。また電北公園を起点にすれば、火の国発祥の地・宮原地区や、立神峠、石橋が数多く残る石工の郷へと足を伸ばすことができる。

④ 水俣・芦北 山間部ルート

里山の棚田風景と激坂の峠を駆け抜ける
距離：61.9km 所要時間：6時間45分 獲得標高：942m レベル：上級

ルート紹介

石積みの棚田風景が広がるのどかな山間部を走るルート。起点の「道の駅大野温泉」から「道の駅芦北でこぼん」までは、比較的緩やかな川沿いの道が続き、澄んだ空気の中をのんびりと走ることができる。最大の難所、古石地区から久木野地区へと抜ける時には、勾配10%以上の激坂が脚自慢たちの挑戦を待ち受ける。久木野地区は寒川水源や美しい棚田が広がるエリアだ。そのあとはJR山野緑の廃線跡を利用して作られた「日本一長い運動場」という全長14kmの自転車歩行者道も、一気に水俣駅まで下る。沿道には綺麗なトイレや水飲み場も整備されており快適だが、スピードの出過ぎには気をつけて。

周辺エリアのサイクリングマップ

発行：人吉球磨地域サイクルツーリズム推進協議会

天草サイクリングマップ
発行：天草地域観光推進協議会

阿蘇サイクリングマップ
発行：阿蘇市観光課、阿蘇サイクルツーリズム学校「コギダス」協議会

自転車安全利用五則

車道が原則、左側を通行歩道は例外、歩行者を優先

右側の標識等があるときや、13歳未満・70歳以上・身体の不自由な人が自転車乗車中のみ、歩道を通行できる。

交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

自転車も「止まれ」の標識に従う必要がある。

夜間はライトを点灯

相手から視認しやすいように。また自分の走る先が見えるように。点滅するライトは不可。

飲酒運転は禁止

二人乗りや二台並んでの走行も禁止。

ヘルメットを着用

子ども大人もヘルメットをかぶろう。

熊本県では令和3年(2021年)10月1日から「自転車損害賠償保険等」への加入が義務付けられています。詳しくは、熊本県HPをご覧ください。

日本遺産 JAPAN HERITAGE

立神峠遺跡公園

立神峠遺跡公園は、肥後の空滝と呼ばれる大岩壁がそびえる県立自然公園「立神峠」。その豊かな自然の中で環境学習や登山体験ができる公園施設。園内には昭和30年頃の古民家やイメージした里地屋敷やロッジなどの宿泊施設が整備され、キャンプやバーベキューも楽しめる。公園内の2本の吊り橋はスリル満点だ。 ☎0965-62-1543 (受付時間：8:30-17:30 火曜を除く) ☎L3

竜北公園

丘の上に作られた広大なエリアに九州屈指の126mローラー滑り台「レッドドラゴン」、クリフクライマー「グランドドラゴン」、野外ステージ、お祭り広場などがある公園。園内には探アジサイが広く植えられており人気のお花見スポットだ。展望広場からは景色は絶景。 水川町ウォーキングセンター(管理棟) ☎9:00-17:00 ☎月曜、12月28日-1月4日 ☎0965-62-2999 ☎K2

日奈久ちくわ

開湯600年の歴史を持つ熊本県産産・日奈久温泉。この名の由来は竹輪。明治16年若崎和兵衛が当時焼いたてで捨てていた魚をもったいないと竹に巻きつけたのが始まりらしい。ハチ・グチ・エゴ・ユリグダイ・スプンウラなど新鮮な自身魚が原料。湯上がりには日奈久の竹輪を堪能しながら温泉街を散歩すれば旅気分も盛り上がる。

エコパーク水俣

水俣湾を埋めて立てられた41.4ヘクタールの広さを持つ花と緑に包まれた公園。志路駅から水俣水俣湾や各種スポーツ施設がある花、竹林園や熊本県環境センター、水俣病資料館が隣接する。パーク入り口の「道の駅みなまた」には、レストランや物産館、また、春、秋には800種、5,000株咲くバラ園があるなど見どころが多い。 ☎0966-62-7501 ☎B13、水俣中心部趾大園

中尾山公園

標高333mの中尾山頂上付近に位置する見晴らしの良い公園。展望台からは水俣市街や八代海が一望できる。また園内には1500本の梅林や、桜並木、また秋には5万本のコスモスが咲き誇るなど、四季折々の花が楽しめるスポットだ。 ☎0966-61-1618 ☎C14

みなまた茶・和紅茶

みなまた茶は市の特産品として作られている90年以上の歴史を持つ銘柄。無化学農薬、無化学肥料での栽培で自然にも人の健康にも優しい茶づくりに取り組む。近年ではその茶葉を完全発酵させてつくる国産紅茶「和紅茶」も注目されている。

あじきた牛

八代海と九州山地に囲まれた豊かな自然の中で、こだわりの飼料と芦北の生産者のたのぶりの愛情を注いで育てられた黒毛和牛。「あじきた牛」の大半は、銘柄牛であるくまもと黒毛和牛プレミアム(和牛)の称号を受けている。美しい霜降りの上質な脂と赤身の絶妙なバランスをご賞味あれ。

周辺交通図

公共交通で

車で

八代、水俣・芦北地域サイクリングマップ

八代及び水俣・芦北地域サイクルツーリズム推進協議会

八代地域
熊本県 県南広域本部総務部振興課 (八代総合庁舎内) 電話番号：0965-33-3149

水俣・芦北地域
熊本県 芦北地域振興局総務課振興課 (芦北総合庁舎内) 電話番号：0966-82-4445

発行者：熊本県南東広域本部総務部振興課 〒866-8555 熊本県八代市西片町1660
発行年：2023年2月