

※通行可能時間7時～19時

菊池阿蘇スカイライン



8:30～18:00 (17:30ゲート閉門)
※火口見学は天候や風向きにより
規制されることがあります。

阿蘇山公園道路料金
小型二輪 200円
軽自動車 600円
普通自動車 800円

通行止 平成30年3月現在
実際の交通規制に従って走行してください。

※中岳火口見学は、3/19まで冬季時間【9:00～17:00
(16:30ゲート閉門)】となります。





阿蘇をもっと身近に

道の駅阿蘇 ネットショップ



年中無休
土日祝も発送！
☎0967-35-5088
9:00～18:00

こんにちは。道の駅阿蘇ネットショップ担当・米食味鑑定士の OZIMA です。
今回は、世界最高基準のお米を作り続ける農家と、そのお米を最高のおもてなしで提供する旅館をご紹介します。

● 米食味鑑定士の OZIMA ●

世界最大規模のお米の大会「米・食味鑑定分析コンクール：国際大会」。この大会には、およそ 5,500 点の日本全国のご腕米職人達によって作られたお米が集結します。

お米のオリンピックともいえるこの大会において、金賞を3度も受賞し、世界最高米にも選出されたことのある米農家の中山北斗さん。中山さんは父親の美智也さんと共に、美味しくて体に優しい米づくりを目指し、オリジナルの自然栽培に取り組んでいます。

そして、この最高峰のお米を提供する旅館が日本にただ一軒存在します。阿蘇内牧温泉「親和苑」です。

親和苑は、地元食材にこだわった料理と天然かけ流し温泉が自慢のお宿です。中山さん親子の作ったお米に感動したオーナー兼料理長が、最高の調理法でお米を堪能できるプランを今年1月にプロデュースしました。

このプランでは、宿泊客の食事時間に合わせてお部屋ごとに土釜でお米を炊き上げます。そして、お米をさらに引き立ててくれるのは、阿蘇の雄大な草原で育ったあか牛の料理や阿蘇産野菜で作った自家製のお漬物です。「阿蘇でできた素晴らしい食材の味を引き立て、お客様へご提供するのが私の仕事だと思っています。」というオーナーの熱い想いの詰まったプランです。



また、残念ながら今すぐ阿蘇に行くことができない方へ… 中山さん親子のお米は、道の駅阿蘇ネットショップでもご購入いただけます。

阿蘇内牧温泉 親和苑

〒869-2301 熊本県阿蘇市内牧1354

☎0967-32-0330

HP: <http://www.shinwaen.com/>

道の駅阿蘇 ネットショップ



お米を炊く土釜のフタを開けると、お米の1粒1粒がまるで宝石のように光り輝きます。ごはんを口に入れると、パラパラとほどけ、優しい甘味が口中に広がります。

米・食味鑑定士 OZIMA

<https://store.shopping.yahoo.co.jp/mitinoekiaso/>

めざせ！世界一うまい米づくり



あくびライターのおススメ

阿蘇カドリー・ドミニオン

TVでおなじみ、パンくんの娘プリンちゃんショーで有名な動物ふれあい王国。80種類600頭羽もの動物が集まるここでは、様々な動物たちと間近でふれあうことができます。カピバラの池やペンギンの滝、ちびっこ動物広場など、新しい施設が続々登場し、日々進化を続けています。こぐまとのふれあいができるのは西日本ではここだけ。3月下旬にはくまの赤ちゃんのお披露目も。家族連れはもちろん、動物好きの方におすすめです。たくさん動物たちに癒されてみては？



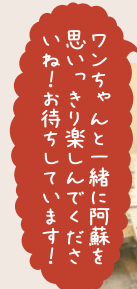
動物たちとの出会いとふれあいをたっぷりお楽しみください



入園料
大人（高校生以上）2,400円
子供（小・中学生）1,300円
幼児（3歳以上）700円

〒阿蘇市黒川2163
☎0967-34-2020
休 無休
営 9:30～17:00
(土日祝は9:30～17:30)
※夏(3月中旬～10月中旬)の営業時間

ぼくのお宿 風の音



看板犬イ君(10歳)とオーナーの由美さん



よもぎ蒸し 30分
2,000円

2017年12月から道の駅阿蘇にて「あか牛ビーフシチュー」と「あか牛弁当」を絶賛販売中のぼくのお宿 風の音さん。素敵なお夫婦が経営されるペットと泊まれるお宿です。あか牛や地元の食材を使った美味しい食事が評判で、希望者にはワンちゃんのお食事をご用意できます。女性の健康や美容に話題のよもぎ蒸しや美容ドームも体験できます。



1人1泊2食 11,000円～

〒阿蘇市西湯浦1234-1
☎0967-32-0605

阿蘇スロー窯

あなただけの世界に1つだけのものを作ってみませんか。



体験料：2,000円

阿蘇の自然の中で、陶芸が学べる阿蘇スロー窯では、毎週開講されている、本格的な陶芸講座

〒阿蘇市小里478-20 阿蘇スロー窯 陶芸教室
☎0967-32-3511

サイクルショップ Nao's BASE



自転車はおもちゃ！
どんなに楽しんで！

オーナーの松山直樹さんは、日本でも屈指のバイクトライアルのプロとして活躍しながら、阿蘇を愛し、阿蘇を“自転車というおもちゃ”で遊びつくす達人。とはいえ自転車はあくまで手段であり、「自転車をとおして、その先のものにつなりたい」と語る。“その先のもの”とは、世代を超えて家族で共有できる時間であり、見知らぬ旅人と地元の方との出会いであり、地域で育つ子どもたちが本格的な自転車の楽しみ方に触れ、阿蘇ならではの文化として根づかせていく種まき。まもなく内牧に『阿蘇マウンテンバイクパーク』オープン予定のナオさんに、これからも目が離せません！

〒阿蘇市内牧255-2
休 不定（イベント時に臨時休業あり）
☎0967-32-5820
営 11:00～19:00

道の駅阿蘇 お弁当セレクション！

昨年冬以降、新登場したおススメのお弁当をご紹介します。

村上笑店



あか牛ローストビーフ丼 ¥850(税込)

熊本県産あか牛を使用しています。牛肉の旨味をしっかり閉じ込めたローストビーフをたっぷり使ったオシャレ丼です。

中華丼 ¥650(税込)

野菜、豚肉、海鮮のおいしさがたくさん詰まった身体にも優しい中華丼です。

食の彩 吉笑



とり南ばん丼 ¥480(税込)

こだわりのとり南蛮は、2度揚げしてジューシーに、さらに手作りの甘酢につけていて、何度でも食べたくなります。

ぼくのお宿 風の音



あか牛ビーフシチュー ¥500(税込)

じっくり煮込んだ阿蘇のあか牛を使った絶品シチューです。お肉が大きめで、とてもコクがあり、見た目は生クリームでかわいく飾り付けされています。

アンケートに答えてプレゼントをGETしよう！

「あか牛のあくび」読者アンケート 応募締切：平成30年6月30日(土)

プレゼント内容



阿部牧場
ASOMILKのむヨーグルト
小10本セット 5名様

下記のいずれかの方法でモバイルサイトへアクセスして、アンケートにお答えください。

① QRコードからアクセスする。

QRコード読み取り機能のある携帯電話をお持ちの方は右記のQRコードを読み込み、アクセスしてください。

② スマートホンまたは携帯電話にURLを入力しアクセスする。

下記のURLを携帯電話に入力し、アクセスしてください。

URL: http://www.aso-denku.jp/akubi_enquete/

※当選の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。



発行：NPO法人ASO田園空間博物館（道の駅阿蘇）

〒869-2225 熊本県阿蘇市黒川1440-1

TEL: 0967-35-5077 FAX: 0967-35-5085



とことん満喫 阿蘇サイクリング！

～参加者受付中～

道の駅阿蘇では、サイクリングで阿蘇を楽しみたい方へお得なサービスを提供中です。（参加無料）
無料駐車場の提供や市内協力店舗でのおもてなしサービスで、阿蘇サイクリングをとことん満喫！サイクリスト専用マップもあります。

詳しくは

道の駅阿蘇 とことん



わがまち紹介 名水の里で 神話と伝説めぐり

阿蘇市手野集落
案内人：手野名水会 山部賢次会長



手野集落は、阿蘇神社から北へ5kmほど離れた外輪山の麓に位置し、湧水あふれる農村地域です。各地から溢れ出る湧水、由緒ある国造神社（こくそうじんじや）、そして、点在する古墳の存在がこの集落の特徴です。

集落の氏神である国造神社は、阿蘇神社と深い繋がりがあり、阿蘇神社と同様の祭礼を私たち氏子が継承しています。境内には、平成3年の台風19号によって倒木した樹齢2,000年の「手野の大杉」の幹が大切に保存されており、参拝される方がその大きさに驚かされている姿をよく目にします。



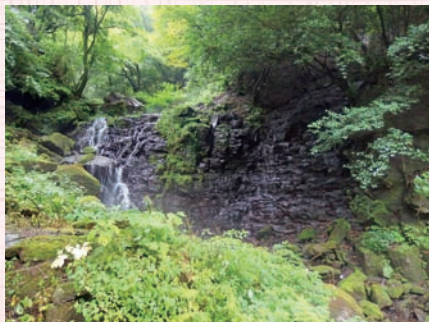
手野の大杉

また、秋篠宮殿下が研究のために立ち寄られた「鯉社」もあり、神社に関する一つ一つが住民にとっては意味があり、大切なものだと感じています。

神社の近くには、熊本県の指定文化財に登録されている「上御倉古墳（かみおくらこふん）」があり、古墳の中に入って見学することもできます。実は、この古墳、私が子供のころはちゃんち坊主たちの遊び場でもありました。

そして、今回一番ご紹介したいのは、平成24年に北部豪雨災害で大きな被害を受けた後、再興を果たした「たるたんの滝」です。

豪雨災害では、滝自体の被害は少なかったものの、滝までの道が土砂で大きく流されてしまい、滝に祀られていたお不動さんも流失してしまいました。その後、有志の方が、昨年再度お不動さんを祀られ、道も整備し、再びみなさまをご案内できるようにしました。



たるたんの滝

「たるたんの滝」そして、遠方からも多くの方が水を汲みに訪れている「手野の名水」など、集落のあちこちから湧き出る湧水はとておいしい水として重宝されています。また、集落から見る阿蘇五岳は阿蘇市内で一番（と自負しています）の眺めが堪能できる他、カエルの形をした「わくど石」、



手野集落から見る阿蘇五岳

私たち手野名水会が作った水車や草泊まり、チューリップ畑など、集落の見どころは尽きませんが、ぜひ一度お出でになり、それらを楽しみながら散策してみてください。



道の駅阿蘇観光案内スタッフのフランク（熊本在住 5 年目）。
大好評のフランクの目から見る阿蘇の魅力やおすすめスポット第5弾！

フランス人スタッフ・フランクからみた阿蘇のおすすめスポット! Vol.5

Let's eat Akaushi beef in Aso! 阿蘇に来たらあか牛を食べよう!

Akaushi beef is maybe one of the most famous local specialty of Aso. Many restaurants here propose Akaushi beef on their menu. That's why for this new edition of Akaushi no Akubi, I will introduce you to three of my favorite places to eat Akaushi beef.

あか牛は、阿蘇の特産品の中でも一番有名と言っても過言ではないかと思いますが、阿蘇の多くの食事処で、あか牛が食べられますが、今回は、私のお気に入りあか牛食事スポットのうちの3ヶ所をお伝えします。

Restaurant Rosso

阿蘇市乙姫1768-1

☎0967-23-6130

レストランロッソ(緑の資産)

http://www.midorinoshisan.co.jp/

Situated on road 57 in Otohime area, restaurant Rosso is a special place for Akaushi in Aso. This is not only a popular restaurant but also a place where you can directly buy Akaushi beef to bring back home and then cook it yourself. The owner takes pride in the fact that the meat he provides is high quality and comes from healthy cattle. Restaurant Rosso also provides Akaushi beef to several famous restaurants all over the area. An English menu is available so do not hesitate to ask for it.

国道57号線沿いの乙姫地区にある「レストランロッソ」は、阿蘇のあか牛専門店です。こちらは、人気レストランのみならず、あか牛肉直売店となっています。あか牛肉を購入して、自宅に持ち帰り、料理することが出来ますよ。阿蘇地区の様々な有名レストランへの納品も行っています。オーナーは、ヘルシーで、高品質なあか牛を提供していることに誇りを持っています。英語のメニューもありますのでご遠慮なく尋ねてくださいね。

I got to try the hamburger steak set! For 1500 yen you got 200g of minced meat with rice, salad, some pickles and tomato sauce. The meat was so delicious! In Japan minced meat is almost always composed of beef mixed with pork meat. At restaurant Rosso you can enjoy a hamburger steak only made with Akaushi beef!



ハンバーグステーキセットを食べてきました。200gのハンバーグにトマトソース、ご飯、漬物、サラダがついて1,500円です。お肉がとても美味しかったです！日本では牛と豚と合わせた合挽肉が多いですが、こちらのレストランロッソでは、あか牛肉100%のハンバーグが食べれますよ。

Torimiya

阿蘇とり宮



阿蘇市一の宮町宮地3092-2

☎0967-22-0357

http://torimiya.com/

When you visit Aso Shrine, you can also enjoy a walk in the shopping street area called Monzenmachi. This is where Torimiya, a very popular place for its delicious croquettes, is situated. But I'm here to talk about Akaushi and that's lucky because Akaushi beef skewers are available for takeout here. Just ask for Akaushi Kushiyak! One skewer costs only 500 yen and I can say that you won't regret it if just like me you're a meat lover. It is seasoned only with salt and pepper just as I like it and as you can guess I definitely recommend it.

阿蘇神社を訪れる時には、必ず立ち寄ってもらいたいの、門前仲町という商店街。その商店街の中にあるのが、美味しい馬ロッケで有名な「阿蘇とり宮」さん。今回私は、馬ロッケではなく「あか牛の串焼き」が目的！テイクアウトできますよ。あか牛串焼き 1本たったの500円で、私みたいな肉好きをうならせてくれます！私好みの塩と胡椒だけの味付けでした。絶対おすすめです！



Teppan-yaki Mabou

鉄板焼き阿蘇まーぼー

阿蘇市一の宮町宮地1870-1

☎070-5410-0546

https://www.facebook.com/tetupanyakiasomarbou/

Also situated near Monzenmachi, Teppanyaki Mabou is also a very popular place to eat Akaushi beef. Teppanyaki is a Japanese style of cooking where the aliments are cooked on an iron plate. I highly recommend you seat at the counter if possible so you can enjoy the chef's performance. It's like watching a dance show!

こちら「鉄板焼きまーぼー」は門前仲町近くにある、人気店です。鉄板焼きとは鉄のプレートで食べ物を調理する日本独特のスタイルです。出来ることなら、カウンター席に座り、シェフの料理パフォーマンスを楽しむことを強くお勧めします。ダンスショーを見ているみたいですよ！

I had the chance to eat the most popular item on the menu, Akaushi garlic rice (1600-yen tax included)! What to say except that is absolutely delicious and that I would be able to eat it every day. Garlic rice, a fried egg and, on the top, an already cut piece of steak. On the side I also got some miso soup with yamaimo in it (my first time enjoying yamaimo in a soup). Highly recommended!

メニューの中で一番人気のあか牛ガーリックライス (1,600円) を食べてきました！毎日食べてもいいくらい、間違いなく美味しい！としか言いようがないです。ガーリックの効いたご飯に目玉焼き、そしてまたその上にカットされたステーキ肉がのっています。山芋入りの味噌汁もついてます。絶対オススメ！



阿蘇んもんのかきばなし④

左京が橋

阿蘇中岳火口には「湯だまり」と呼ばれる、美しいエメラルドグリーンの火口湖があります。古くから神霊池（しんれいち）として崇拝され、神霊池の異変により、天変地異、国の変災を予知するという火山信仰にまで高まり、火の神を鎮める祈禱が盛んにおこなわれるようになったとのことです。今回は、この神霊池にまつわる言い伝えのひとつをご紹介します。

昔の話です。阿蘇中岳、阿蘇神社山上本堂近くに、ごく小さな橋がかかっておりました。橋といっても、板を渡したばかりの簡単なものだったようです。この橋を渡らねば、お池さんにお参りすることはできません。阿蘇の火口には、神霊池と呼ばれる池があり、その水の色の変わるのを見て吉凶（良いこと、悪いこと）を占ったと伝えられていたのです。阿蘇の火口を見物するという軽い気持ちでの阿蘇登山ではなく、神の宿る場所へのお参りというのが、阿蘇登山をする意味になっていたのです。

けわしい山道を若い侍が登ってきました。左京という名の侍です。左京がこの橋を渡ろうとする

と、橋のたもとに小さなへびが横たわっており、

「わしが行く手をじやまだていたすか！こしやくなへびめ。」

若い左京は、血気にはやって腰の大刀を抜き払い、へびめがけて切りつけたのです。すると、にわかに風がおこり、雲を呼んで真っ黒な渦巻きになりました。へびはみるみる大きくなって竜となり、渦巻きの渦に乗って空に昇って行ったのです。

左京は地にひれふし、わが身の無事を祈っていました。しかし、その後不幸なことに左京は病気になるしました。日に日に病気は重くなつて、とうとう亡くなったということです。

こんなことが起こってから、この橋を左京が橋と人々と呼ぶようになりました。この橋を渡ろうとする者で、悪い心を持っていれば、結っているまげが、たちどころに解けてしまい、顔つきまで鬼のように変わってしまうのです。無事に橋を渡ることのできたものは、正直な人として、肩身が広いのだが、そうでなければ「人で無し」といわれることにもなりかねない、とされたのです。

古い歌に、

「音にきく左京が橋に来てみれば まこといおうの 匂いこそすれ」

というのがありますが、これは、へ有名な、左京が橋にやって来て見ると、人のうわさのとおり本当に何かおこりそうな気配がただよってきますね。と

いった意味の歌だと思えます。また「まこといおう」は「言おう」と「硫黄」のかけ言葉になっており「まこと言おう」と「硫黄の匂い」とが重なった言い方になっているのです。

※平成26年8月から中止となっていた火口見学も、いよいよこの春からオープン！

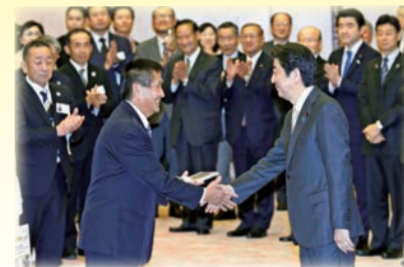
第4回 ディスカバー農山漁村(むら)の宝 最優秀賞(グランプリ)受賞

NPO法人ASO田園空間博物館は、海外客増加や特産品開発・販売など、地域の活性化に貢献したとして、内閣官房及び農林水産省共催の「第4回 ディスカバー農山漁村(むら)の宝」において、全国844件もの応募の中から、栄えある最優秀賞「グランプリ」に選ばれました。

「ディスカバー農山漁村(むら)の宝」とは、「強い農林水産業」、「美しく活力ある農山漁村」の実現のため、農山漁村の有するポテンシャルを引き出すことにより地域の活性化、所得向上に取り組んでいる優良な事例を選定し、全国への発信を通じて他地域への横展開を図るものです。

選考段階で、全国844件の応募の中から31地区が優良事例に選出。昨年11月22日に総理大臣官邸で、「第4回ディスカバー農山漁村(むら)の宝交流会」が開催され、最優秀賞「グランプリ」と5つの特別賞の発表・表彰式が行われました。その際、グランプリを受賞した当法人に、安倍晋三内閣総理大臣から表彰状が授与されました。

ASO田園空間博物館は、今後も、サテライトを中心とした阿蘇市の地域振興に取り組む中で、市民の皆様、阿蘇市、会員店舗と連携した活動を行い、阿蘇市の交流人口の増加を目指していきます。



中岳の火口見学が再開されました！ 約3年半ぶりの解禁となる“活火山”の姿！

平成26年8月30日より立ち入りが規制されていた阿蘇山中岳火口周辺エリア。規制開始から約3年半が経った2月28日、ついに立ち入り規制が解除に！ 約3年半ぶりに中岳火口の見学が可能となりました。現在の中岳山上では、昨年の噴火で噴出したという約34トンの巨岩や、色がより染まった第3～7の火口壁（地層）など、噴火を経て変化した“活火山中岳”の姿を随所に見ることができます。それはまさに生きている阿蘇の大地を象徴する景観。ぜひこの機会に、生きる阿蘇山の新たな姿をじっくり堪能してみたいはいかがでしょうか。今回はそんな中岳火口見学の再開に合わせて、阿蘇山の魅力をより味わえるアクティビティ体験をピックアップ。待ちに待った火口見学と一緒にぜひお楽しみください！

阿蘇ジオガイドツアー 「中岳火口コース」

学びと旅を楽しむ、
阿蘇の大地が専門の
ガイドツアー

阿蘇のさまざまなジオ（地形や大地）への理解を深めながら、景観を楽しく旅するというのが阿蘇ジオツーリズム。中岳立ち入り規制の解除によって、これまで中止されていた中岳火口コースのジオガイドツアーも再開。認定を受けたジオガイドと一緒に火口周辺を巡り、活火山中岳の悠久の歴史を紐解きながら、湯だまりや砂千里ヶ浜などの景観をより深く味わうことができます。ガイドコースは利用者の希望に合わせて設定（事前予約が必要です）が可能。また阿蘇地域に点在するあらゆるジオサイトと組み合わせて、阿蘇をより大きいスケールで旅することもできます。



パノラマサイクリング体験

草原の風に吹かれて、
阿蘇山を爽快サイクリング！

阿蘇山の山腹から市街までの標高差約700mを自転車ですべて下るだけのサイクリングが楽しめるCLAMPの『パノラマバイク体験』。出発地点までは車で送迎をしてもらえるので、自転車での登りが苦手な人でも快適な阿蘇のサイクリングが楽しめます。阿蘇カルデラの眺めを一望しながら、草原のさわやかな風を切って走る自転車は格別！ また、自転車の返却時間まで、阿蘇での自転車旅を自由に楽しめるのも魅力。町巡りや大自然のサイクリングをゆったり堪能できます。自転車の乗り出し時には安全レクチャーもあるので、どなたにも安心して参加しやすい体験プログラムです。



ジオガイドツアー情報

※希望に応じて全33のジオサイトの中からさまざまなコース設定が可能
※火口への立ち入り規制がある場合、中岳火口ツアーは中止
※ガイドツアーには2週間前の事前予約が必要
予約は電話、または阿蘇ジオパークガイド協会ホームページの予約フォームにて

ジオツアー料金

（一般、3～4名の場合、一名あたり）

※ショートコース（1.5時間まで） 1,800円
※半日コース（3時間まで） 2,000円
※1日コース（6時間まで） 2,200円

ジオツアーコース

ショートコース
（所要時間：2～3時間）

中岳火口コース、杵島岳トレッキング、
草千里ヶ浜、烏帽子岳トレッキング

1日モデルコース
（所要時間：4～6時間）

- A. 地球の息吹を感じる中岳火口
- B. 世界有数のカルデラの成り立ちとその影響をたどる
- C. 阿蘇火山の恵み
～古代の暮らしと水～
- D. 火山がつくった地形と人々の暮らし
- E. 阿蘇と神話の不思議をたどる

※中央の赤い制服の方がジオガイド
「専門の知識を学んだ
ジオガイドが案内します！」



阿蘇ジオツーリズム概要

阿蘇ジオパーク内の自然遺産として設定された全33箇所の「ジオサイト」。それらを巡る旅が阿蘇ジオサイトツーリズムです。「阿蘇火山の大地と人間生活」というテーマを柱に、地形の成り立ちや歴史、文化などのさまざまな知的理解を、旅の中で深めていくことができます。

阿蘇火山博物館



阿蘇ジオパークガイド協会

☎ 7869-2232 熊本県阿蘇市赤水 1930-1
阿蘇火山博物館 1F
☎ 0967-34-2089
✉ info@aso-geopark.jp
🌐 <http://www.aso-geopark.jp>

パノラマサイクル料金

※参加には前日17:00までの事前予約が必要です。
※参加対象：18才以上・身長150cm以上

※大人1名5,400円

午前の部 9:00～（11月～2月 10:00～）

午後の部 13:30～

所要時間（目安）約3時間

（受付・レクチャー・移動を含む）

自転車の返却時間は午前、午後の部とも当日17:00まで。

阿蘇の大自然を楽しんでください！



CLAMP

古い酒倉を改装した店舗にて、ボルドーリングとレンタサイクルを中心としたさまざまなアクティビティが楽しめるプロショップ。道具の貸し出しも行っているため、阿蘇に観光で訪れた際も気軽にアクティビティ体験を楽しむことができます。内牧温泉からのアクセスも良好！

阿蘇五岳の中央に位置し「火の国」のシンボルともなっている標高1,506mの活火山、中岳。古来より続くその火山活動は有史以降の文献にも頻りに記述され、圧倒的なその存在と火山の営みに人々は昔から畏敬と信仰の念を捧げてきました。火口は7つからなり、現在活動しているのは第1火口のみ。その噴火口には鮮やかなエメラルドグリーンが美しい『湯だまり』が見え、また近くには映画撮影のロケ地としても有名な『砂千里ヶ浜』の荒涼な砂原の風景が広がります。火口近くまではマイカーで行くことができ、遊歩道も整備されているので阿蘇の定番観光スポットとして人気を博しています。誰でも火口のそばまで近づくことができるという世界的に見ても珍しいこの地は、生きている阿蘇の大地の鼓動を体感することができる地球の名スポットとなっています。