

あなたの声が次号に繋がる！

アンケートに答えて
阿蘇の特産品をゲットしよう！



アンケートにお答えいただいた方の中から5名様に当たる！



スマホ・タブレット
で今すぐアクセス！



応募〆切：2025年8月31日

←応募はこちらから

※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。

阿蘇の魅力が詰まった
逸品が勢ぞろい



道の駅阿蘇館内



阿蘇のご当地カレー



お土産コーナー



道の駅阿蘇のおすすめ商品を
ホームページでご紹介中！

QRコードを読み取ると
ホームページに
アクセスできます



うまかあ豚ラー

道の駅阿蘇 × 阿蘇中央高校の共同開発。
高校生が、アニマルウェルフェアを取り入れた飼育方法で
育てた豚を使用。ピリ辛がクセになる一品。



あか牛肉めしの素

阿蘇のあか牛をたっぷり使ったレトルトパック。
炊き立てのご飯に混ぜるだけで、手軽に
本格的なあか牛肉めしをお楽しみいただけます。



ASO CYCLE COFFEE

道の駅阿蘇とプロサイクルチーム
「Sparkle 大分」が共同開発したコーヒー。
濃厚な風味とやわらかな口当たりを両立。



パネトーネ

ASO MILK を乳酸発酵させた天然酵母と
国産小麦を使用。ふんわり生地にナッツと
ドライフルーツの食感が広がります。



おにぎりたかな

温かいご飯にサッと混ぜるだけで、美味しい
高菜おにぎりが簡単に作れます。
もちろん、そのままお漬物としても楽しめます。



阿蘇伏流水コーヒーゼリー

阿蘇白川水源の水を使用した甘さ控えめな
本格派のコーヒーゼリー。
お好みでクリームをかけてお召し上がりください。

COLNAGO部長の阿蘇サイクリング

真夏の熱中症対策

これから暑くなる日が続きますので真夏のサイクリング対策について紹介しましょう。
最近の日本の夏の暑さは異常ですが、標高500mの阿蘇市中心部でもそれなりの暑さになります。そこで気をつけてほしいのが熱中症対策。その基本は水分補給です。1回に飲む量を少なくして、こまめに水分補給すべきです。喉が渴いてから飲むのでは遅いことが多いので意識的に摂取しましょう。ボトルは2本持ちで1本は体の冷却用と予備、飲用の1本は保冷ボトルだとより効果的です。

休憩する回数を増やすことも大切なことです。涼しそうなところで意識的に休憩しましょう。サイクルウェアは通気性・速乾性がよく黒っぽいものは避けた方がいいと思います。紫外線対策も大切、日焼け止めは2〜3時間ごとに塗り直す効果を持続します。UVカット機能や冷感機能が備わったアームカバーを使用することもおすすめです。

最後に普段とは違う体調の変化は「熱中症警戒アラート」だと自覚すべきです。そして、「もしも」のことを考えて、車や人が少ない山間部への単独行は避けましょう。

ととん満喫阿蘇サイクリング

ガイドツアーや牧野（ぼくや）ライド、無料駐車場利用など、全国のサイクリストの方に阿蘇を遊びつくしていただくための様々なサービスをご用意しています。

申込特典

- 専用更衣室（予約制）
- ソフトクリーム割引券
- 無料駐車場（予約制）
- 温泉割引券

詳しくはこちら

“Demo Day in 阿蘇” レポート

3回目の企画となる道の駅阿蘇主催によるスポーツバイクの大試乗会、「Demo day in 阿蘇」が4月に道の駅阿蘇第2駐車場で開催されました。
試乗車や自分の自転車に試乗ホイールをつけて走るライドイベントがあり、ロードバイク、グラベルバイク、マウンテンバイク、ミニベロのそれぞれのタイプに合わせたコースで阿蘇サイクリングを楽しんでもらいました。そのなかであまり知られていないフォトスポットと、人気の立ち寄りカフェがありましたので紹介しましょう。

阿蘇の穴場スポット

昨年、阿蘇中央公園にできたモニュメントと「くまモンカップルベンチ」は記念撮影におすすめです。内牧商店街に近いので、暑い日には補給食を買って公園の木陰で休憩するといでしょう。

ここから2km程行った田園風景が広がる西小園地区には、「MARUGO DONUTS」が古民家をリニューアルしたお洒落なドーナツカフェになっています。敷地が広いので気軽に自転車を置けるエイドとしても自転車乗りに好評です。夏場の阿蘇サイクリングは朝の涼しいうちに山に登り、あとは内牧温泉や阿蘇神社付近など補給しやすいコースで楽しみましょう。

- ▶①DemoDay in 阿蘇②阿蘇神社楼門前③阿蘇中央公園モニュメント④⑤MARUGO DONUTS



Welcome to Aso

阿蘇エリア地図付き Vol.1

食べて、巡って、楽しむ阿蘇！道の駅阿蘇からの旅案内

「米塚」緑の草原と青空が織りなす夏景色



SDG SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

Produced by 道の駅阿蘇

道の駅阿蘇

道の駅阿蘇を中心に畜産農家、野菜農家、観光事業者、地域住民と観光客を繋ぎ、草原を保全しながら適切に活用する循環型の取組を実現させています。このしくみが成立することで、初めて阿蘇の大事な地域資源としての草原(牧野)を次世代に繋いでいくことが出来ます。阿蘇にいらしたお客様には草原の魅力を満喫していただくことで、貴重な資源を未来に繋いでいく持続可能な活動の一員になっていただければ幸いです。

BOKUYA ADVENTURE

牧野プラン

普段は入れない阿蘇の牧野(草原)へ。初心者から上級者まで楽しめる多様なコースを、経験豊富なガイドが案内します。草原は人の手で守られてきた貴重な地域資源です。ツアーでは、牧野を歩きながらその魅力を伝え、参加費の一部を草原の保全に役立てています。阿蘇ならではの特別な体験をお楽しみください。

The best adventure experience

道の駅 Michi no Eki Aso

Follow Us on Social Media

Homepage Instagram Facebook X



草千里	13km	25分
大観峰	12km	30分
熊本IC (国道57号経由)	36km	60分
熊本空港 (国道57号経由)	32km	50分
熊本駅	50km	100分
黒川温泉 (やまなみハイウェイ経由)	33km	50分
別府 (やまなみハイウェイ経由)	95km	120分
高千穂	60km	90分

火口見学は天候や風向き、
ガスの状況により、
規制されることがあります。
火口の規制情報や見学可能時間は、
阿蘇火山防災会議のHPでご確認ください



今回ご紹介した店舗は
Google Mapsでも
ご確認いただけます



鳴鳳堂について

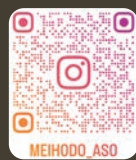
阿蘇山麓の雄大な自然に包まれた鳴鳳堂は、敷地面積56,000平米を誇る文化リゾートです。伝統の美と現代の快適性が調和する空間で、阿蘇の自然を感じ、心身ともに癒される非日常のひとつをお過ごしください。

可蘇の大自然に囲まれた『鳴鳳堂』では、空手・剣道・試し斬りなどの武道体験や、太鼓・茶道・盆石・華道・滝行などの伝統文化体験が楽しめます。家族旅行やカップルの思い出作りにも人気のプログラムです。



テーマの異なる貸切宿で、静かに流れる特別な時間を。
地元の味と自然に触れ、心ほどける体験をお楽しみください。
すべての体験は日本語・英語に対応し、完全予約制で承っております。
詳細は公式サイトをご覧ください。

株式会社鳴鳳堂
熊本県阿蘇市永草 1943-28
Email: meihodoliving@gmail.com
HP: www.meihodo.com



赤身が多く脂控えめなあか牛
のパテは、**牛肉本来の旨み**と
香りがしっかり感じられます。
爽やかなソースが引き立て役
となり、思わず笑顔になる美
味しさです。

阿蘇に来たらぜひ味わいたい
ご当地自慢の一品！



Yamakaze 岳風
OPEN ① 11:30~
定休日:木曜日
熊本県阿蘇市一の宮町
宮地3080

見渡す限り巨大な壁のように続く北外輪山の最高峰。展望所からは、阿蘇の山々が涅槃像（お釈迦様が横たわる姿）に見える絶景を楽しめます。昔は「遠見ヶ鼻」と呼ばれていたましたが、徳富蘇峰が「大観峰」と命名し、今では阿蘇を代表する観光地として広く知られています。

