

おんせん県でポカポカ女子旅

温

ON

活

KATSU



公益社団法人ツーリズムおおいた

〒874-0828 大分県別府市山の手町 12-1 ビーコンプラザ 1F
Tel.0977-26-6250 / Fax.0977-26-6252
URL <http://www.visit-oita.jp/>

日本一のおんせん県

検索



日本一のおんせん県おおいた 味力も異質

※この冊子の情報は平成26年6月現在のものです。情報が変更となる場合もございます。ご了承ください。

CONTENTS

- 3~4 杵築市 和服でめぐる、乙女の杵築。
- 5~6 国東市・宇佐市 パワースポットで癒しの旅。
- 7~8 竹田市 『城下町散策』と『高原ドライブ』
- 9~10 日田市 天領・日田の『町歩き』と『食べ歩き』。
- 11~12 由布市 【歩いてめぐる、素顔のゆふいん。】
- 13~14 由布市 憧れの「お宿」を日帰りで愉しむ。
- 15~16 ターゲット別 『湯のまち・べっふの楽しみ方』
- 17 [テーマパークガイド]
- 18 佐伯市 ~佐伯の手塩にかけたおもてなし!~
- 19~20 臼杵市 臼杵市野津町でグリーンツーリズム体験!
- 21~22 九重町 日帰りで満喫!九重・1dayトレッキング
- 23~24 わくわく体験プラン
- 25~26 花に恋セヨ! ~花咲き誇るおんせん県へ~
- 27~28 18市町村おみやげワンアイテム

おおいたはおんせん県。

だけど温泉だけじゃない!!

女性による、女性のための、女性だからこそできる

おおいたの旅をギュッギュッと詰め込みました。

おおいたで、心も体もゆったり、ほっこり、

ポカポカ温もってもらいたい。

そんな想いが伝わりますように…。

杵築



〔杵築市〕

和服でめぐる、乙女の杵築

日本一ちっちゃいと いわれるお城

1394年の築城以来、600年もの間この町を見下ろしてきた杵築城。城跡にそびえる三層の天守閣は在りし日の城の姿を偲ばせてくれます。天守閣からの海を望む絶景は必見です！

杵築城
 〒杵築市杵築 16-1
 ☎0978-62-4532
 観一般300円、小中生150円

和服で入館無料



w a f u k u

小京都とも呼ばれてきた杵築は、街並みのいたるところで江戸の風情が香り、訪れる人を江戸の時間旅行にいざなってくれます。せっかくなら着物に着替えて、いつもと違った特別な一日を過ごしてみませんか？



“カラダにおいしい”天然醸造のお味噌

明治33年の創業以来変わらない昔ながらの製法で作られ続ける天然醸造のお味噌屋さん。県内産大豆や国産の米を使用するなど素材にもこだわり、昔ながらの味わいを今に伝えている。

あやべ みそ しょうごうもと
綾部味噌醸造元
 〒杵築市谷町 169
 ☎0978-62-2169



和服で全商品50円引き



歴史に思いを馳せながら 和の心を感じる

江戸時代より280余年続くお茶の老舗。店内には江戸時代からの茶壺・茶臼・天秤などが展示され、まるで「お茶の資料館」のよう。店先に腰掛けて、落雁や最中をお供に一服すれば旅の疲れも吹き飛びます。

お茶のとまや
 〒杵築市大字杵築新町 385
 ☎0978-62-2139

和服でサービスあり



武家屋敷のお座敷で ひと休み

杵築藩主・松平家の出身地である“三河国能見”を姓とする能見家の屋敷の中にあるお茶処。和菓子やケーキの付いたお抹茶セットやパフェ、甘味付きのランチなども味わえます。

台の茶屋 (能見邸)
 〒杵築市大字杵築 208-1
 ☎0978-62-0330



大原邸
 情緒あふれる茅葺屋根や優雅な回遊式庭園などが残る杵築藩の家老屋敷。

和服で入館無料



古民家カフェで癒しの時間

築80年以上の古民家を改築したカフェはどこか懐かしい雰囲気。パスタなどの食事メニューからパフェなどの手作りデザートまで、すべて手作りの優しい味わい。

カフェ食堂あおぞら
 〒杵築市杵築 1312-1
 ☎0978-66-1234



杵築市観光のお問合せ…
 杵築市観光協会
 TEL.0978-63-0100



まずはここから！

杵築といえば“和服の似合う町”。『和楽庵』なら着物レンタルと着付けで2400円。着物姿で町を散策すると、杵築城や武家屋敷等の入館料が無料になったり、市内約30店舗で食事割引や粗品進呈などのうれしい特典満載。

わらくあん
和楽庵
 〒杵築市南杵築 372-4
 ☎0978-63-1210



きもの感謝祭
 毎月第3土曜は、和服で散策するとプロカメラマンによる無料撮影&写真プレゼントなどさらにうれしい特典が！（予約優先）



宇佐

国東

パワースポット

トで癒しの旅。

素敵なお縁がありますように…

●宇佐神宮

「宇佐神宮」は、全国4万社余りの八幡社の総本宮。緑に囲まれた境内は、整然とした空気に包まれ、歩を進めるほどに身が引き締まる思いに。社殿は三棟並び、二之御殿には女性の神様が祀られています。御神木の楠は、圧倒的な存在感で、周囲を一周してから御神木に触れ、御神徳をお受けするといひそう。境内に隠れている♡マークも探してみてください！

〒宇佐市南宇佐 2859
☎0978-37-0001
開宝物館 9:00～16:00 ※その他は問合せを
因なし ※宝物館のみ火曜 回 有料Pあり

宇佐神宮の参拝は
出雲大社と同じ
二拝四拍手一拜。

●両子寺

国東半島のほぼ中央、両子山の中腹にある六郷満山の総持院・両子寺は、子授け、安産祈願でも知られているお寺。新緑や紅葉ともに美しく、「全国森林浴の森百選」にも選ばれたほど。自分を見つめ直したいとき、心を落ち着かせたいとき…そんなときは坐禅・写経体験をしてみませんか？ 坐禅と写経は各1000円(拝観料200円込※要予約)。頭をからっぽにして気持ちをリセットできそうです。

〒国東市安岐町両子 1548
☎0978-65-0253
回 150台

子授けの祈願所として知られ、「子授け祈願袋」とよばれる子授けの袋を作って祈願する寺としても知られている

静寂に包まれて、座禅で心をリセット



お立ち寄り



あじむ ぶどうしゅこうぼう
安心院葡萄酒工房

安心院で収穫された良質のブドウから芳醇なワインを醸す社のワイナリー。緑あふれる園内では、醸造場、貯蔵庫、ブドウ畑、試飲ショップなどがあり、ワインの試飲もできます。

〒宇佐市安心院町下毛 798
(家族旅行村安心院エリア内)
☎0978-34-2210
開 9:00～16:00
因 火曜 ※祝日の場合は営業、年末年始
回 160台



ひがししいや
東椎屋の滝

栃木県日光の「華厳の滝」に似ているところから「九州華厳」とも称されている滝。高さ85mの断崖を直下型に落下する様は迫力満点。渓谷や溪流の美しさを堪能してね。

〒宇佐市安心院町東椎屋
☎0978-34-4839
(宇佐市観光協会安心院支部)
回 有料Pあり



たいこん
からあげ太圓

「からあげ専門店発祥の地」・宇佐の人気店。創業当時から変わらぬ醤油ベースの秘伝のタレを活かした味付けにはファンも多く、平日でも行列ができるほど。冷めても美味しい！

〒宇佐市園 492-3
☎0978-33-3766
開 10:00～19:00
休 月曜(祝日の場合は翌日)
回 あり

column



くみみはアートのまち!?

豊かな自然と人に魅せられてさまざまな芸術家たちが集まっている国見エリア。春と秋には「国見町工房ギャラリーめぐり」も開催しているのでぜひ出掛けてみて♪

お立ち寄り



どういりょう
湊音寮

古い着物や帯を使った屏風や掛け軸などが鑑賞できるギャラリー。茶房では国見の地だこを使った「たごめし御膳」やカフェメニューもあり。お庭を見ながら和を感じて。

〒国東市国見町伊美 2017
☎0978-82-1328
開 9:00～17:00
因 火曜(祝日の場合は開館)
回 20台
開 200円(喫茶のみご利用の方は無料)



美味しい炭火焙煎珈琲と手料理
そうそうあん
舂舂庵

フォービートのジャズの名曲が流れる炭火焙煎の珈琲店。スイーツの宝箱のような「デザートプレート」も一緒にどうぞ。

〒国東市安岐町下原菖蒲 1431-3
☎0978-67-0345
開 10:00～17:00 ランチ 11:30～14:00、
金曜 10:00～21:00(LO20:00)
因 月・火曜 回 8台

高原ドライブ

自然を満喫

ボートに乗った後は 恋愛祈願♥

長湯ダム

恋愛祈願の他にも釣り具と専用の船を借りてワカサギ釣りや、近くの『くろみ食堂』でジェラートが食べられるなど…ダム周辺には遊べるところがたくさん。カップルや家族、友達と楽しんで。

☎0974-75-2171 (長湯湖チケットハウスくろみ食堂)
☑竹田市直入町長湯
☑貸ボート3人乗り30分1000円
☑釣り船(漁協券付ボート)3人乗り2時間2000円
※別途1人あたり魚遊券1000円が必要
☑11:00~15:00※変更あり
☑園火・水曜 ☑25台



知られざる 緑の中のパワスポ 清滝

小道を抜けると、そこには清らかな流れの滝が出現。マイナスイオンをたっぷりと浴びることができる。木橋や、四季折々の自然が楽しめる。

☎0974-75-2214
(竹田市直入支所産業建設課)
☑竹田市直入町長湯
☑10台

泡で覆われる 良質な湯を堪能

ラムネ温泉館

浴槽に小さな気泡が発生する高濃度の天然炭酸泉で、サウナも完備。32℃のぬめぬめの露天風呂にゆっくりと浸かれれば銀色の泡が体を包み、芯から温めてくれます。

☎0974-75-2620
☑竹田市直入町長湯 7676-2
☑10:00~22:00
☑500円、小人200円、家族風呂2000円
☑第1水曜※1・5月は第2水曜 ☑30台



高原の別荘気分を満喫できる貸切湯

レゾネイトクラブくじゅう

「阿蘇くじゅう国立公園」の中にある温泉は、ミネラルや炭酸ガスを多く含み、鉄分が多いため、空気に触れると茶褐色になるのが特徴。リゾート気分を満喫するなら離れ貸切風呂「稲星の湯」へ!

☎0974-76-1223 ☑竹田市久住町大字有氏 1773
☑日帰り温泉 12:00~19:00
☑泊朝食付1万円~(2名1室利用)、立ち寄り湯550円、子ども350円、家族風呂(60分)2000円、離れ貸しきり湯「稲星の湯」(90分)4000円
☑園なし ☑60台



ワイナリーで楽しむ 本格ピッツア 久住ワイナリー

自社農園でのみ栽培されたブドウを使ったワイナリー。ワインを使ったソフトクリームや本格石窯ピッツアが楽しめる。お土産を買って帰るのも忘れずに。

☎0974-76-1002
☑竹田市久住町大字久住字平木 3990-1
☑ワイナリー 10:00~18:00(冬期~17:00)、レストラン 11:00~17:00(冬期~16:00)
☑園なし※冬期レストラン金曜休み ☑70台



竹田観光のお問い合わせは
竹田市観光ツーリズム協会
☑竹田市大字々々 2250-1(竹田温泉花水月内)
☎0974-63-0585

丘一面に広がる、 ロマンティックな花畑の絨毯 くじゅう花公園

久住高原に位置し、くじゅう連山や遠くに阿蘇五岳を背景とした美しい自然が満喫できる花公園。広い敷地に約500種500万本の花々が咲き誇る景色はまさに圧巻!

☎0974-76-1422
☑竹田市久住町大字久住 4050
☑8:30~17:30
☑高校生以上1300円、シニア(70歳以上)1100円、小人(5歳以上)400円
☑園なし※冬期休園あり ☑500台



竹田の豊かな食材が 創作フレンチに

Bistro&Cucina Champi

本格フレンチを気軽に味わえるビストロ。フランスでの修業経験もある竹田市育ちのシェフが、新鮮な野菜やジビエなど地元の食材を使って美しい一皿を作り上げてくれます。

☎0974-63-1553
☑竹田市竹田町 416
☑11:30~L14:00/17:30~L20:30
☑水曜※不定休あり ☑なし

城下町に出来た かわいいパン屋さん

かどばん

30種類ほど並ぶ自家製酵母パンは、豊後大野市緒方町のパンカフェ「キッチンウスタ」がプロデュース。パンと野菜たっぷりのスープセットや、極上フレンチトーストなど、パンが主役のメニューが楽しめます。

☎0974-62-3714
☑竹田市竹田町 2624-1
☑10:30~18:00 ☑日・月曜 ☑5台



“一生祈願”も できちゃいます♪

愛染堂(願成院本堂)

岡藩2代藩主の中川久盛が建立したお堂。縁結びの仏様として親しまれており、人生に関わるお参りもできます。

☎0974-62-3684
☑竹田市竹田 1773



☑ご住職が閉眼入魂した「コンカウキツネ」を手に入れて恋愛成就?



銭湯を改築した レトロなカフェ

アートスペース&カフェ 大蔵清水湯

登録有形文化財に指定されている蔵を改築してできた「清水湯」は、銭湯の雰囲気そのまま残したカフェ。歴史ある懐かしさを感じさせる店内で、午後のひとときを過ごしてみては?

☎0974-63-3321
☑竹田市竹田町 507
☑11:00~16:00
☑園不定 ☑2台



瀧廉太郎の曲が 流れるトンネル

廉太郎トンネル

『瀧廉太郎記念館』の近くにある小さなトンネル。中を歩くと瀧廉太郎の曲がオルゴールの音色で「荒城の月」「ほととぎす」「秋の月」の3曲がランダムに流れてきます。

☎0974-63-0585(竹田市観光ツーリズム協会)
☑竹田市竹田町



バスを待つ間も 「おんせん県」は足湯です!

竹田温泉 花水月

JR豊後竹田駅から徒歩数分の温泉施設の入り口に設けられた足湯。バスの停留所にもなっていて誰でも気軽に楽しむことができ、タオルを無料で貸出ししてくれるのもうれしい。

☎0974-64-1126
☑竹田市会々 2250-1
☑11:00~22:00
☑足湯/無料(タオル無料貸出しあり)、大浴場/大人500円、小学生200円
☑家族湯/2000円(60分)※未就学児無料
☑園水曜 ☑77台

散策途中に 竹田の焼きたて銘菓を たじまやしんや 但馬屋新屋

新城下町・竹田の代表銘菓。香ばしい皮となめらかな自家製餡は素材で昔ながらの味。店頭や店内では、焼きたて1個130円(個包装は1個/151円)もいただけるので散策中にぜひどうぞ。箱入りは6個837円~。

☎0974-63-4121
☑竹田市竹田町 440
☑10:00~16:30(焼きたては~16:00まで)
☑園水曜 ☑3台
http://www.tajimaya-roho.co.jp



城下町散策



新旧スポットをめぐる

天領・日田の

「町歩き」と「食べ歩き」

天領・水郷・小京都などさまざまな表情を持ち、温泉も楽しめる日田エリア。
情緒あふれる豆田の町並みを眺めながら美味しいものを食べ歩きちゃおう。



豆田エリア

暮らしに 取り入れたい 「日田スタイル」 エリアス Areas



小鹿田焼の器で食事をし、日田のソファでくつろぐ…。"日田のいいもの"を集め、生活をトータルで提案するライフスタイルショップ。職人と共同開発したオリジナル雑貨などもあり、日田ゆかりの作家の作品も置いている。

☎050-1048-7757 日田市豆田町7-20
図9:30～19:00 困不定 図なし

栗丸ごとが うれしい おまんじゅう 旭饅頭



慶応元年創業の老舗。栗を丸ごと1個包んだ「栗そば饅頭」130円は、添加物を使用せずにつくらと蒸し上げているので、そばの風味と栗の甘味が絡む絶品。全国菓子博覧会で毎年大賞や金賞を受賞しているお菓子です。

☎0973-22-4751 日田市豆田町5-20
図9:30～18:00※売切次第終了 困不定 図なし

チーズケーキを 生地にした ロールケーキ 豆田ロール 粹



豆田で評判のロールケーキ専門店と言えます。一番人気のマスカポーネクリームとクリームチーズを使った生地ロールケーキは、スフレのようにふわりした食感が斬新。濃厚なのにさっぱりとした味わいがみつきに。

☎0973-22-3395 日田市豆田町3-13
図10:30～17:00 困不定 図なし

歴女も酒豪女子も 愉しめる 薫長酒蔵資料館



江戸時代の町並みが残る豆田町のシンボリックな蔵元。当時から現存する酒蔵の一部を開放し、酒造りに使用される道具など展示、昔の酒造りの様子が学べる。蔵元限定のお酒の販売はもちろん、試飲もOK。吟醸酒のアイスケーキもお薦め。

☎0973-22-3121 日田市豆田町6-31
図9:00～16:30 図年始 図10台

だんごに抹茶？ それとも珈琲？



珈琲談議所 嶋屋
約150年前に建てられた町屋をそのまま使用した店内には、歴史を感じさせる家具やひな人形を展示しているの、和の空間をゆったり体感しよう。旬の食材を使った「四季彩弁当」や「抹茶だんごセット」などのメニューも豊富です。

☎0973-24-0851 日田市豆田町10-8
図10:00～17:00 図月曜※月曜祝日の場合翌日休み 図5台

隈町エリア



日田市観光のお問合せ…
日田市観光案内所(JR日田駅横)
TEL.0973-22-2036
営業時間/9:00～17:00

グルメ女子注目！ 日田野菜のつまった ヘルシー寿司 寿し金



日田のご当地グルメとして注目を浴びているのが「ひたん寿司」。日田発祥と言われる「たか菜巻」を中心に、日田近隣の野菜やフルーツをネタにしたもので、通常の寿司とはまた違った風味を楽しめると好評。市内4店舗で展開しているのでぜひ味わってみて。

☎0973-22-5516 日田市亀山町5-10
図11:00～14:00/17:00～深夜1:00※ひたん寿司は要予約
困不定 図5台

お料理女子は 立ち寄ろう



原次郎左衛門味噌醤油蔵
味噌や醤油、ラムネの工場見学もできる味噌醤油蔵。カラフルな虹色ラムネやパリの三ツ星レストランでも使用されているという「鮎魚醬」はお土産にもってこい。母屋には「九州郷土玩具館」があり、雛人形・五月人形・かっぱ人形などの季節に応じた展示も楽しみ。

☎0973-23-4145 日田市巾着町5-4
図9:00～17:30 図なし(1/1～5は休み)
図10台

地上50mから 川を望む 天空の露天！



小京都の湯 みくまホテル

九州で最も高い位置にあるといわれる屋上露天風呂。眼下には水郷日田の清流・三隈川と日田の町並み、遠くにはくじゅう連山まで見渡せる。展望露天のほかにも、180度ガラス張りの展望大浴場や露天付きの貸切風呂も眺望良し。

☎0973-23-3000 日田市隈1-3-19
(立ち寄り湯) 図12:00～16:00※当日の状況により変動あり
図500円、5歳～小学生300円、貸切1名500円+1部屋50分2160円
困なし 図60台

“日田やきそば”を あなたどるな！



三隈飯店

地元の庶民の味として長年愛されてきたのが「日田やきそば」。茹でた麺をパリッと焼き、大量のモヤシを投入することで、日田やきそばは独特のパリパリ麺とモヤシのシャキシャキ感が堪能できます。日田温泉街の散策途中に立ち寄ってみて。

☎0973-22-7261 日田市隈1-5-21
図11:00～21:00 困不定 図4台

クリークス
CREEKS
雑貨&カフェ
カフェ、雑貨、ギャラリー、音楽。ひとつでも興味がある人は行ってみたい！そんな素敵な空間。

クラフト館蜂の巣
雑貨&カフェ
12角形のログハウスが目印のクラフト館には、可愛い木工雑貨がずらり。2階はカフェ。

えんじ
(名苑と名水の宿 梅園)
カフェ&バー
「梅園」の敷地内にあるカフェ&バー。ランチをするのと梅園の入浴券サービスあり！ランチと絶景温泉をセットで！

受け月
洋菓子&カフェ&チョコレート
スイーツの販売や、2階のギャラリーではアート鑑賞しながらカフェも楽しめる。

Jam kitchen cafe kotokotoya
カフェ&ジャム
自家製ジャムが自慢のお店。カフェではジャムを使ったスイーツも味わえます。

Cafe La Ruche
洋菓子&カフェ
金鱗湖を眺められるカフェ、併設するセレクトショップで自分土産を探すのも楽しい。2階は美術館。

B-speak
スイーツ
『山荘無量塔』プロデュース、湯布院ロールケーキ専門店の「Pロール」。売切れることも多いので、散策中は早めに立ち寄ろう！

Siesta
雑貨&カフェ
白を基調としたナチュラルカフェ。かわいいアンティーク雑貨も購入できるよ。

洋菓子&カフェ
由布岳を望むテラス席があるカフェ。地産地消と手作りにこだわった商品が並び、お土産選びにもオススメ♪

アトリエとき
雑貨
山里の雑木を素材にして作った木のクラフトショップ。手作りの温もりが伝わってくるお箸やお皿、器などをお土産に選んでみては？

ラ・リュージュ
洋菓子&カフェ
金鱗湖を眺められるカフェ、併設するセレクトショップで自分土産を探すのも楽しい。2階は美術館。



アートホール
大分県出身の建築家・磯崎新氏設計による、モダンなデザインが印象的な『JR由布院駅』構内にあるアートギャラリー。列車の待ち時間にも芸術鑑賞できるというのもうれしい。



レンタルサイクルもあるよ！



金鱗湖には雁がいるよ！



金鱗湖
湖底の一部から温泉と清水が湧き出る不思議な湖で、霧のベールに包まれる冬の早朝は幻想的。湖の周りには散策路が整備されており、澄んだ湖面からは、魚や水鳥が泳ぐ姿を眺めることができる。



春は桜と菜の花がきれい！



辻馬車でのどかな田園をのんびり♪

大杵社
『宇奈岐日女神社』の末社がこの大杵社。大きく伸びた迫力ある大杉は根元の周囲が13.3m、高さは38m。根元には畳2〜3枚ほどの空洞があり、樹齢は1000年以上とも言われている。国指定天然記念物。



宇奈岐日女神社
別称「六所宮」と呼ばれ、古くより地元の人に親しまれてきた神社。朱塗りの拝殿や神楽殿を取り囲むように、数百年を経た御神木など3つの切り株が並んでいる。



佛山寺
平安時代に創建され、古くから由布岳の山岳信仰の場として親しまれてきた臨済宗のお寺。銅板葺き屋根の本堂や檜造りの観音堂、杉を使った庫裏、座禅堂があり、予約すれば座禅や写経も体験可能。



歩いてめぐると、素顔のゆふいん。観光客でいつも賑わっている湯布院の町なみだけれど、ちよつと足を延ばせば、昔と変わらない美しい風景がいつばい。意外と知らない自然を楽しむゆふいんの町歩き。ひとり旅のゆつくりとした散策にもおすすめですよ。



もっと「素顔」を知りたい方は私にお任せ！
YUFUIN + CREATURE + CREAT + YUCREA
「ゆふいん」と「CREATURE(生き物)」「CREAT(創造)」の単語を組み合わせて「ユクリエ」。大分弁の「ゆつくりやるうえ」にも似ています。ユクリエの町歩きガイドと一緒に歩いて由布院の自然や暮らし、町の魅力について解説します。
☎0977-85-2466
http://yucra.exblog.jp/



由布院 玉の湯

☎0977-84-2158
〒由布市湯布院町川上 2731-1 ☎30台
<http://www.tamanoyu.co.jp/>



亀の井別荘

☎0977-84-3166 〒由布市湯布院町川上 2633-1 ☎50台
<http://www.kamenoi-bessou.jp/>

【由布院エリア】

憧れの宿には人々を魅了するだけの理由があります。
ここでは一人でも気軽に訪ねられる、日帰りで愉しめる宿の施設をご案内。
食事処で、カフェで、美術館で、心ほどこける至福の時間を約束してくれそう。

cafe ティールーム Nicol ニコル

四季それぞれに美しい庭を眺めながら優雅なひとときを過ごせるティールーム。メニューは、コーヒーは神戸「にしむら」、紅茶は「ディンブラ」、ほかに別府「友永」のあんぱんなどこだわりのものばかり。旬のフルーツを盛り、上品な甘さに仕上げた「クリームあんみつ」もまた外せない逸品。

☎0977-85-2160
☎9:00~17:00
☎なし



shop 由布院市 いち

自家製食品を中心に、九州の焼き物、大分の木工品・竹製品も充実しているショップ。お土産の1番人気は自家製ジャム。青森の有機栽培のりんごを使った「りんごジャム」や、地元の柚子を使った「柚子ジャム」など各種が揃う。宿で使用している陶器や雑貨も購入可。

☎0977-85-2056
☎8:00~19:30
☎なし



cafe 天井棧敷 てんじょうさじき

江戸末期の造り酒屋を改造した茶房は、「珈琲・果汁・音楽・読書」をテーマにした大人の質空間。由布岳の雪化粧を象った「モンユフ」は、クリームチーズに生クリーム、そしてラムレーズン、パウダーシュガーをトッピングしたこの名物。深煎り珈琲とともに味わって。

☎0977-85-2866
☎9:00~18:00
(19:00~LO23:00はバー山猫として営業)
☎なし(※バーは水曜定休)



shop 鍵屋

雑貨や食品、オリジナル商品などを取り扱う土産物店。「柚子煉り」などのれん商品に加え、県内外の名産や土産など、センスあふれる雑貨がずらり。「生パスタ」や「椎茸ペースト」など新作も登場。カウンターで食べる「おはぎ」もおすすめ

☎0977-85-3301
☎8:00~20:00
☎なし



山荘 無量塔

☎0977-84-5000 〒由布市湯布院町川上 1264-2 ☎35台
<http://www.sansou-murata.com>



art artemio アルテジオ

音楽にまつわるアートを集めた美術館。マティスやジョン・ケージといった眼と耳を自由に横断した画家たちの作品が、美しい音楽と共に展示。現代アートを鑑賞しながらくつろげるソファ席で寛いだり、アート関係の本を読んだりしながら自由に楽しんで。

☎0977-28-8686 ☎10:00~17:00
☎大人600円・小学生300円 ☎不定(年2回)



shop cafe thé théo テ テオ

アート鑑賞後は、ティールームでほっと一息。ホットチョコレートや焼き菓子とチョコレートの盛り合わせ「テテオ・プレート」など上質なチョコを堪能できるスイーツや、「イペリコ豚の煮込みハンバーグ」などのランチメニューも。婦りに併設のチョコレートショップで湯布院土産を選んでみては？

☎0977-28-8686 ☎10:00~17:00 ☎不定(年2回)

お食事処 Murata 不生庵 ふしょうあん

晴れた日は由布院盆地を目下に、遠くはくじゅうの山々も眺められる蕎麦処。トロトロに煮込まれたチャーシュー、たっぷり白髪葱のつた温かい「黒豚蕎麦」は、リピーターの絶えない人気メニュー。黒胡椒をはらりと掛けると上品な味にアクセントが加わりより美味しい。

☎0977-85-2210
☎11:00~17:00(L.O16:30)
☎不定(年2回)



お食事処 湯の岳庵 ゆ たけあん

田舎家の雰囲気の中でのおどり料理が楽しめる食事処。湯布院産のすっぽんや豊後牛、そして野菜は地元の契約農家で栽培されており、山菜なども楽しめる。ランチでお薦めは「野飯」。地元素材で作られる旨味あふれる料理の数々を堪能できるコースです。

☎0977-84-2970
☎11:00~22:00(L.O21:00)※ランチ~15:00
☎なし



ファミリーカップル向け

アクティブガールも!

鉄輪に来た名物「地獄蒸し」を体験! 温泉の噴気による蒸し料理は美味しくヘルシー



別府温泉保養ランド
紺屋地獄という高温の温泉をそのまま使った泥湯が人気の温泉。
別府市明礬5組 ☎0977-66-2221

みんな大好きプリンは別府ご当地スイーツ



▲地獄の噴気で作られる「岡本屋売店」のプリン

別府には美味しいプリンがいっぱいあるよ



プリオ君



湯屋えびす
バラエティに富んだスパ体験ができる施設。
別府市明礬4 ☎0977-67-5858



ひょうたん温泉
砂湯や蒸し湯など様々な温泉が楽しめる温泉施設。立ち寄り湯は14タイプ。
別府市鉄輪159-2 ☎0977-66-0527

明礬エリア

車で10分

鉄輪エリア

里の駅 かなわ
別府市鉄輪北中1組 ☎0977-66-1233

地獄蒸し工房 鉄輪
別府市風呂本5組 ☎0977-66-3775

かなわ敷地内

貸切湯

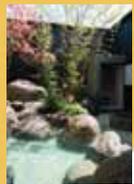
家族やカップルで温泉にゆっくり浸かりたい... そんな時は貸切湯へ。

無料で足湯で気軽に温泉体験

いでゆ坂ポケットパーク
足湯の他に箱蒸し型の「足蒸し」も体験できる休憩所。
別府市風呂本5組 ☎0977-66-3775 (地獄蒸し工房鉄輪)



貸切風呂 みゆきの湯
「ホテル鉄輪」敷地内にある貸切湯。8室中4室は露天風呂付き。
別府市鉄輪幸3 ☎0977-75-8200



効能倍増!?
機能温泉浴のすすめ
泉質や効果の異なる温泉を組み合わせると、その効能はパワーUP!
*美肌つるつるになりたい 竹瓦温泉 砂湯のあと 鉄輪温泉
*スリムになりたい 竹瓦温泉 砂湯のあと 鉄輪温泉 むし湯 etc...

親子旅

潮騒の宿 晴海

食事処は和食・創作料理など館内に3カ所あり、食事をすれば、「潮騒の湯」の入浴が無料に。湯は源泉掛け流し、眼前には別府湾が広がり、ゆったりと贅沢な時間が過ごせそう。

別府市上土ヶ谷町6-24 ☎0977-66-3680
ランチ 11:30~14:30 (LO13:30)
*ランチ開始時間は各食事処により異なるので問合せを 入浴 11:30~15:00



ランチ



温泉

ホテル・旅館が多い 湯のまち・別府だからこそお得なプランもいっぱい。

ランチ + 温泉で至福の時間

別府温泉 ホテル白菊

ランチと客室での休憩やエステを組み合わせたらさまざまなプランあり。ランチもエステも両方楽しめるプランは1人4800円~。自分好みにチョイスしてね。

別府市上田の湯町16-36 ☎0977-21-2111
ランチ 11:30~14:00、
エステ 14:00~23:00、
入浴 13:00~22:00



ランチ



エステ

温泉

ターゲット別

『湯のまち・べっぷの楽しみ方』

おひとり様でぶらり



駅から徒歩約5分

SELECT BEPPU * 雑貨

築100年の長屋を改装して作られたセレクトショップ。2Fではマイケル・リンの模絵も鑑賞できる(鑑賞料100円)。

撮影:久保貴史 / ©別府現代芸術フェスティバル「混浴温泉世界」実行委員会

別府の観光情報はココへ!
別府駅前案内所 (JR別府駅構内)
☎0977-24-2838
営業:8:30~17:30(年中無休)

Slowly Market

毎週土曜に小さなフリーマーケットが開催。

ディーブデアツイ

北高架商店街

ReNTReC.
レンタルレコード・雑貨本など



rötter
ロゼッタ
雑貨

Antenna
オンテナ
洋服・イスなどのリメイク

Oni Pain
café 別府店
オニパンカフェ
パン



駅から徒歩約13分

寿温泉 * 温泉

レトロ風情溢れる共同浴場で子宝の湯としても有名。

なかむら珈琲店

蔵ギャラリー
喫茶しばた

西法寺通り

やよい天狗通り

新宮通り

喫茶なつめ

北浜通り

駅前通り

トキハ別府店

ココストア

流川通り

竹瓦温泉通り



駅から徒歩約10分

竹瓦温泉 * 温泉

別府のシンボリックな共同浴場。普通浴場はもちろん、名物の砂湯も体験してみてください。



駅から徒歩約5分

CAFE COBACO * カフェ

昼はランチ、ティータイムも楽しめる隠れ家カフェ。



TAKEYA * カフェ

竹瓦温泉前にあるカフェ。注文を受けてから揚げるサクサク「カレーパン」が名物。

駅から徒歩約10分

宿泊先にチェックイン後や、夕食前後の時間に!

ひとり旅でも参加できる

竹瓦・夜の路地裏散歩 別府八湯竹瓦倶楽部 ☎0977-23-4748
毎月第2・4金曜、流しの「はっちゃん・ぶんちゃん」とディーブな別府の路地裏を散歩(料1000円※記念タオル付き)。20時30分に「竹瓦温泉」前から出発!

竹瓦・ゆうぐれ散策 別府市旅館組合連合会 ☎0977-22-0401
毎日開催。別府の古き良き時代の名残を残す路地裏を散策。16時に「花菱ホテル」を出発! 料大人500円/お茶+おやつ付

市内八湯のそばにあるよ

別府八湯ウォーク

歩くに見える、ディーブな別府 別府八湯を地元住民ボランティアガイドが案内するウォーキングツアー。地元住民おすすめスポットをゆっくりと解説を交えながら楽しく歩きます。詳細はHPを見てみてね。

<http://walk.beppu-navi.jp/>

「別府駅~鉄輪~明礬」はわかりやすいこのマークが目印! さあ路線バスの旅へ。

亀の井バス ☎0977-23-0141

佐伯の手塩にかけたおもてなし!

豊後水道の大パノラマが広がる佐伯は、ドライブにも人気のエリア。

美しい大自然に癒されつつ、食のおもてなしを堪能しましょう。



斜め向かい

万能調味料・糀を使って 家庭の味をワンランクUP♪

塩糀ブームの火付け役といえばこのお店。糀はもちろん、塩糀や甘糀など家庭の食卓を豊かにする糀の調味料が並ぶ。創業320年の歴史をもちながら新商品も続々と開発中。糀の素晴らしさ・美味しさを伝えるため、月に一度、糀を使った料理講習会も行っている。

糀屋本店
〒佐伯市船頭町 14-29 ☎0120-166-355
☎9:00~17:00 休日曜、祝日
http://www.saikikoujiya.com/



ココロもカラダも 喜ぶカフェ

風情ある城下町に佇む老舗旅館内にあるスローカフェ。ヘルシーな「玄米定食」(2名~要予約)など、オーガニック素材が織りなすシンプルな味わいを堪能できる。「シフォンケーキ」などのスイーツや佐伯名産の因尾紅茶なども楽しめるので、ドライブ途中に気軽に立ち寄って。

slow cafe 茶蔵
〒佐伯市船頭町 14-28(宝来家旅館内)
☎0972-22-0120
☎11:30~17:30(LO17:00)
※18:00~21:00(夜は要予約)
休日・月曜
http://www.houraiya-chakra.jp/



▲錦寿司



▲辛寿司

佐伯といえば やっぱりお寿司!

複雑に入り組んだリアス式海岸の豊後水道は日本でも有数の漁場。佐伯で水揚げされる魚は量、魚種ともに多く、寿司ネタのほとんどを地元で仕入れることができるため、新鮮な魚で寿司を握ることができます。各店ごとにある女性向けメニューのお寿司を食べ比べてみて。

佐伯市観光案内所
☎0972-23-3400

佐伯観光案内所 (JR佐伯駅横)
☎0972-23-3400
☎9:00~18:00

体験すると女子カアッ!

デキる女は 塩にもこだわる!

塩なのにほんのり甘い、自然が作る昔ながらの「なすな塩」は、原生林が海辺まで迫る、風景も海水も美しい間越(はごこ)海岸で製塩。天日塩、釜炊塩、加工塩の3種類があり、自然派志向の女子に大人気!

なすな塩
〒佐伯市米水津間越
☎0972-34-8155

世界でひとつのオリジナル。 忘れられない旅のお土産に...

佐伯で手塩にかけて大切に育てられた真珠を使ってパールジュエリー作りにチャレンジ! パーツやチェーンを選べるのでオンリーワンのパールのジュエリーを作ることが出来ます。完成品はもちろんお持ち帰りいただけるので、大切な方へのプレゼントや自分へのご褒美にぜひ。佐伯市内なら出張体験もできますのでお問い合わせを!

松田真珠

〒佐伯市観光協会
☎0972-23-1101(8:30~17:00)
〒佐伯市鶴見、他市内各所(応相談)
☎5000円※1名から対応可、2週間前までの予約
※出張体験の場合、人数により要会費 所要時間:約2時間



別府市 城島高原パーク
人気観光地湯布院や別府から車で15分の場所にある、遊園地・ホテル・ゴルフ場等を有するレジャー施設。泊まりがけて遊びたい!
〒別府市城島高原123
☎0977-22-1165
☎10:00~16:00※天候等により変動あり
※不定※季節によって変動あり
大人1500円、小学生600円
☎2000台 別府IC~車で20分

別府市 別府ロープウェイ
標高1300mの鶴見岳山上へ上るロープウェイ。360度の大パノラマの中、春は桜のほかに約5000本のミヤマキリシマが咲き誇る絶景に出会える。
〒別府市大字南立石字寒原10-7
☎0977-22-2278
☎9:00~17:00(3/15~11/14)
9:00~16:30(11/15~3/14)
※不定※設備点検や天候による運休あり
大人1600円、4歳~小学生800円(往復)
☎250台 別府IC~車で5分

別府市 別府ラクテンチ
ケーブルカーで登って行くお山の上の遊園地。小さな子どもでも乗れるアトラクションや、大人も楽しめる温泉施設まであり、世代を越えて大満足の場所。
〒別府市流川通り18丁目
☎0977-22-1301
☎10:00~16:00※季節・天候によって変更あり
※火曜※祝日、長期休暇中は営業、冬期一部休業あり 料メインゲート(ケーブルカー往復付き)1300円、3歳~中学生600円、乙原ゲート1100円、3歳~中学生500円
☎700台(有料) 別府IC~車で10分

宇佐市 九州自然動物公園
アフリカンサファリ
園内には70種1400頭の動物が、マイカーやジャングルバスに乗って野生動物を観察できる『サファリゾーン』は迫力満点で、大人も子どもも大興奮!
〒宇佐市安心院町南畑2-175-1
☎0978-48-2331
☎9:00~17:00※11~2月は10:00~16:00
※不定
大人2500円、4歳~中学生1400円
※ジャングルバス利用1100円、4歳~中学生900円
☎1500台 ETC搭載車は別府湾スマートIC~車で約6分 ※別府湾スマートICは下り方面からのみ利用可能。

大分市 高崎山自然動物園
野生のニホンザルが周辺に見られ、30分おきに行われる餌づけの時間は多くのサルがエサ場集まる。かわい子ザルたちにも会えるよ。
〒大分市大字神崎字ウト3098-1
☎097-532-5010
☎8:30~17:00 園なし
大人510円、小・中学生250円、幼稚園以下無料、モレール(往復)100円
☎1000台 別府IC~車で約20分

大分市 大分マリンパレス水族館
「うみたまご」
海と一体化したダイナミックな施設。1日2回の「うみたまパフォーマンス」では、セイウチの腹筋など、動物たちのユニークなショーが楽しめる。
〒大分市高崎山下海岸
☎097-534-1010
☎9:00~18:00 園不定
大人1950円、小・中学生970円、4歳~小学生未満640円、ナイトチケット(GW、夏休み等の限定期間)1630円、小・中学生810円、4歳~小学生未満490円
☎800台(有料) 別府IC~車で約20分

津久見市 うみたま体験パーク
「つくみイルカ島」
イルカと人間の「ふれあい癒し」がテーマの体験型施設。自然の海につくられた空間で、ショーやイルカとのスキンシップができる。
〒津久見市大字四浦2218-10
☎0972-85-3020
☎10:00~16:00
☎1月中旬~3月中旬まで休場。
大人870円、小人540円、4歳以上430円
☎150台 津久見IC~車で20分

日出町 サンリオキャラクターパーク
ハーモニーランド
ハロキティやマイメロディなどサンリオキャラクターのショーを毎日上演。楽しいアトラクションも多数。シーズンごとにキッズ向けのプールやイルミネーションも開催。
〒速見郡日出町大字藤原5933
☎0977-73-1111
園変動制(夜間営業あり、HPまたは電話にて要確認)
※不定(HPまたは電話にて要確認)
大人870円、小290円
☎1580台(有料) 別府IC~日出IC約15分、日出IC~車で約20分

グリーンツーリズム (GT) とは…?

農村の自然や文化、人との交流、体験を楽しむ活動のこと。
農村に住む人々の生きがいの場でもあり、
地域活性に繋がる有効な手段として今注目を浴びています。



白杵市野津町でグリーンツーリズム体験! 心も体もデトックスできる女子旅♪

米良ICから
車で30分

日頃仕事やプライベートに頑張りすぎている女子。
たまにはのんびりと、大自然に囲まれて人の温かさに触れて…。
都会では味わうことの出来ない笑顔あふれる田舎体験で、
GT(グリーンツーリズム)の魅力に浸ってみませんか。



初心者さん
には…

日帰り 体験



取材協力「いなか家」
〒白杵市野津町王子 3085
☎0974-32-2705
1,000円~(内容により異なります)



10:00



収穫体験

ニラ農家さんのお父さんにビニールハウスに連れていってもらい、鎌で収穫体験。



11:00



郷土料理体験

大分県の郷土料理「だんご汁」と収穫したニラで「ニラ醤油」作りに挑戦。小麦粉を脱穀して一からだんごを作りました。

ニラ醤油完成!

冷奴にかけると絶品♪



12:30



食事

みんなでいただきます!



白杵城下町まち歩き
おもしろガイド付きがおススメ!

GTの魅力
いっぱい

1泊2日の 農泊体験



取材協力「へもどっち亭」
〒白杵市野津町大字垣河内 562
☎0974-32-2337
6,500円(1泊2食付・体験料別)

1日目



到着

今回お世話になるおうちへ到着。まずはご挨拶と自己紹介から。その後10分ほど山の中へ移動。ご飯の支度の前に「炭窯」を見せていただきました。

START!

お世話になります!



白杵の農業は土作りから。完全有機栽培だから野菜の甘みが違うよ~



食材調達

お母さんと一緒に畑で夕食用の野菜を収穫。収穫したての新鮮野菜を、贅沢に串揚げに

夕食

今日の夕食は暖かいかぼちゃのスープや野菜の串揚げ、猪肉など田舎ならではの馳走をいただきました。受入家庭と本当の家族のように過ごす楽しい時間が他にはないGTの一番の魅力です。

夜もふけると自然と笑みもこぼれて…



／がんばーい!／

2日目



朝の森林浴

いつもはしない早起きをして朝ごはん前のウォーキングを決行。おいしい空気吸って体を動かした後の朝ごはんは格別です!



▲朝食はこちら



竹細工体験

白杵市は県内でも有数の竹の産地。お父さんに教えてもらいながら、のこぎりやノミなどで「一輪押し」を製作。自分へのお土産ができました!

完成!



楽しかった農泊も残りわずか…



お母さん、お父さん、涙のお別れ…また来るね!

帰りに野菜の直売所「funnel」に行つて、野津の新鮮野菜をたくさん購入。ここは地元のおじいちゃん、おばあちゃんのおすそわけ野菜を販売。形は悪いけど、ここのお野菜は安くて味が濃い!



+α



事務局の想い

親戚の家に遊びに行く感覚で気軽に遊びに来てください。吉四六さん村は楽しいいっぱい!あなたらしいすごし方が出来ますよ。わからないことは何でも気軽にお聞きください。待ちっよんでー!



問い合わせ先
吉四六さん村
グリーンツーリズム
研究会
☎0974-32-7239
(農泊部長 西元)
<http://heartland.geocities.jp/kichi46gt/index.html>

吉四六さん村GT研究会
で検索!!

その他にもこんな体験が…!!

いけばな体験

吉四六話体験

ポーセラーツ体験

ピザ焼き体験

など



やまとさき
大和 沙姫さん
速見郡日出町在住
バレエ部で培った根性を生かして(?)いつか挑戦してみたいなあと思っていた登山に初トライ。初心者でも登れました!がんばって辿り着いた頂上は絶景でした。

日帰りで満喫! 九重・1dayトレッキング

トレッキング=山登り・山歩きがアクティブ女子の定番。それを象徴するかのよう、週末のくじゅうは人でいっぱい! 「何が楽しいんだろう!」と思っている人こそ、一度登ってみてください。経験したことのない「何か」が、きっと、待っていますから。

目指すは、久住山

大分県には、登山者から愛される山が数あれど、なかでもくじゅう連山は特別な人気。九州最高峰の1791mを誇る中岳をはじめ、久住山、星生山、三俣山など、初心者も挑戦しやすく、経験者もまた行きたい!と思う山々が尾根を連ねているのです。今回は、そんなくじゅう連山の登山道から、トレッキ

ングの醍醐味を味わうのにぴったりな牧の戸登山口へ至る「牧の戸峠コース」を紹介します。スタート地点は、やまなみ

みハイウェイに面した、牧の戸峠登山口。往復5〜6時間はかかるので、日差しの強い夏場なら、スタート時間はお早めに。

登山口から約15分くらいは、少し急なコンクリートのアップローチ。ここがちよっとキツいけれど、越えてしまったら楽しいことの連続です。左手に、星生山や三俣山のシルエットが次々、



▲春掛山の頂上付近からの眺め。ずーっと続く美しい尾根



▲水分補給も忘れずに!



▲帰りには中岳方面に寄り道。御池(みいけ)がある

トレッキングガイド

由布岳 (由布市) 1584m
YUFUDAKE
「豊後富士」と呼ばれ、ミヤマキリシマや紅葉、霧氷と年内を通じて県内外から多くの登山者が訪れている。



黒岳 (竹田市・由布市) 1587m
KURODAKE
山とは様相の違う、森林浴をしながら歩くコース。夏でも涼しい「風穴」や湧水スポット「男池」など見どころも多い。



万年山 (玖珠町) 1140m
HANEYAMA
山頂付近の「吉武台牧場(八合目)」まで車で行ける。ここから「がんばらずに!」山頂まで登れる。山頂からの展望は絶景。



女子旅九重オルレ 歩いてみよう!

九州オルレ 九重・やまなみコース

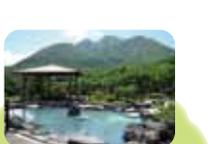
韓国でブームになっている「済州オルレ」が、九州でも「九州オルレ」としてスタートしました。大分県の「九重・やまなみコース」は、九重「夢」大吊橋からラムサール条約に登録されたタテ原湿原のある長者原を結ぶ、主に「阿蘇くじゅう国立公園」内を歩く約12kmのコースです。地図を片手にコースに設置された標識やリボンを目印に、自然と歴史に触れ合いながら、自分のペースでのんびりと楽しんでみて。スタート地点やゴール地点には多くの温泉・宿泊施設があるので、疲れを癒してくれますよ!

●観光のお問い合わせ
九重町観光協会
☎0973-73-5505



出発から約2時間半、噴気がもくもくと立ち上る硫黄山が見えたら、頂上はもうすぐそこ。目の前にそびえる、とんがった三角形のアタック(頂上)が、ゴール地点です。最後は、小さな

な岩がゴロゴロ転がった道をひたすら登るため、会話も少なかりがち;そんなとき、下山してくる人たちが「こんにちは!」と声をかけてくれるので、自



九重星生ホテル
くじゅう連山を一望できる展望露天「山恵の湯」の絶景は見事。4つの泉源があり、4種類の温泉が楽しめる。
☎0973-79-3111
〒玖珠郡九重町田野230
立ち寄り湯: 10:00~21:00、
休前日~19:00※受付~18:00、
火・金曜 13:30~ 困なし
¥800円/2歳~小学生500円 ②100台



▲三俣山(右)と硫黄山(左)が見える山頂付近。遠く阿蘇山も望む

然と笑顔になり、足は上へ、上へ。「久住山」の杭が見えれば、登頂成功です! まずは、久住山にチャレンジを。そして、次はどこに行きますか!?



ガンジー牧场
ガンジー牛のゴールデンミルクを使ったソフトクリームを堪能! 動物のエサやり体験もできる。
☎0120-20-4092
〒竹田市久住町大字久住4004-56
⑨9:00~17:00
⑩なし ⑪250台

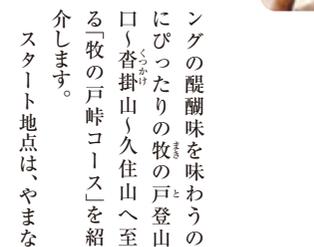


▲秋には赤くなる馬酔木の花芽
▲(上)9月頃には可愛らしいリンドウが応援してくれる
▲(下)ミヤマキリシマのじゅうたん(5~6月)

久住山から約15分くらいは、少し急なコンクリートのアップローチ。ここがちよっとキツいけれど、越えてしまったら楽しいことの連続です。左手に、星生山や三俣山のシルエットが次々、



九重「夢」大吊橋
標高777mの地点に架かる長さ390m、高さ173mを誇る日本一の歩行者専用の吊り橋。九重連山の壮大な景観を堪能しよう。
☎0973-73-3800
〒玖珠郡九重町大字田野1208
⑨8:30~17:00※7~10月~18:00
⑩なし※荒天時入場制限あり
⑪中学生以上500円・小学生200円、小学生未満無料 ⑫275台



▲長者原ビジターセンター

長者原ビジターセンター
くじゅうの大自然をハイビジョン映像や手作りの展示で解説。隣接のタテ原湿原を中心に自然観察会も開催。
☎0973-79-2154
〒玖珠郡九重町田野255-33
⑨9:00~16:00※5~10月~17:00
⑩12/29~1/3 ⑪450台



久住山
久住山(1786.5m)の登山口。往復5〜6時間はかかるので、日差しの強い夏場なら、スタート時間はお早めに。



ACCESS
【車】九重ICから「牧の戸峠登山口」まで車で約40分
【電車】阿蘇方面より瀬ノ本から「牧の戸峠登山口」まで車で約10分
【バス】JR久大本線 久留米駅から豊後中村駅...[特急]約2時間
【バス】豊後中村駅から路線バス「九重登山口」下車...約1時間
「牧の戸峠」下車...約1時間10分
①日田バス日田営業所
☎0973-22-7105
別府から湯布院経由路線バス「牧の戸峠」下車...約2時間
②豊後中村駅から路線バス「久住山」下車...約1時間
③久留米駅から路線バス「久住山」下車...約2時間
④久留米駅から路線バス「久住山」下車...約2時間
⑤久留米駅から路線バス「久住山」下車...約2時間

毎日の食卓が楽しみに変わる



お箸作り
【由布市】
●料金 **2,700円**(+送料別途)
●所要時間/1時間半~2時間
(個人差あり)

由布院に育った山桜の木を小刀で削って世界にたった一つのお箸を製作。サンドペーパーのみで仕上げる方法もあるので、小刀が苦手な方や子どもでも安心です。

箸屋一膳

〒由布市湯布院町川上2093-2 ☎0977-84-4108
☎9:00~18:00 ㊟火曜(祝日の場合営業)
http://848ichizen.com/

気持ちも華やく



押し花作り
【日田市】
●料金 **1,620円**
お手軽押し花額体験
●所要時間/30分~

台紙に自分の好きな押し花をセットし、オリジナルの定規や額を制作。色とりどりのお花があって、簡単そうにみえて...意外と迷っちゃいます！しおりとはがきは367円~体験可。

ひた押し花美術館

〒日田市隈2-2-1 ☎0973-25-5060
☎9:00~17:00(要事前予約) ㊟水曜
http://www.youkanya.co.jp/osibana/
http://hitaoshibana.shop-pro.jp/

伝統工芸品を体験



竹細工
【別府市】
●料金 **400円**~
※1週間前までの要予約
(入館料高校生以上300円、小中学生100円が別途必要)
●所要時間/30~60分

伝統的工芸品に指定されている別府竹細工が体験(事前予約制)でき、「四海波(しかいなみ)、花かご」1000円などが製作できます。奥深い竹の世界に気軽に触れてみませんか？

別府市竹細工伝統産業会館

〒別府市東荏垣8-3 ☎0977-23-1072
☎8:30~17:00 ㊟月曜※月曜が祝日の場合は翌日
http://www.city.beppu.oita.jp/06isetsu/takezaiku/takezaiku.html

竹田銘菓を作って味わう！



三笠野作り体験
【竹田市】
●料金 **1,200円**
(1人5個制作)※5名~
●所要時間/1時間程度

竹田に古くから伝わる伝統菓子「三笠野」作りを体験でき、その場で自分が作った焼ききたての菓子と一緒に抹茶も堪能できます。お土産に持ち帰る人も多とか。

但馬屋新屋

〒竹田市竹田町440 ☎0974-63-4121
☎10:00~16:30※要予約(10日前まで)
※焼ききたて16:00 販売16:30 ㊟水曜
http://www.tajimaya-roho.co.jp

キレイなものを綺麗なお心で



スタンドグラス作り
【由布市】
●料金 **1,500円**~
(入館料1000円が別途必要)
●所要時間/1時間~

美術館の所蔵物を堪能した後は、併設する体験工房で色とりどりの美しいガラスを使ったスタンドグラス製作に挑戦。作るものはフォトフレームもしくは鏡から選べます。

由布院スタンドグラス美術館

〒由布市湯布院町川上2461-3 ☎0977-84-5575
☎9:00~17:30(要予約 最終16:00まで) ㊟なし
http://www.lbbiq.jp/yufuin.sg.mu/index.htm

「よこのブランド?」って言わせちゃおう!



オリジナル調香体験
【別府市】
●料金 **2,200円**
(お持ち帰りの香水・香水ピン含む)
所要時間/30~40分

世界でも珍しい「香水」の博物館で体験できるのは、自分の好きな香りを組み合わせ作り上げるオリジナル香水作り。世界で一つの自分だけの香水をお土産に持って帰ってね。

大分香りの博物館

〒別府市北石垣48-1 ☎0977-27-7272
☎10:00~18:00 ㊟なし
http://oita-kaori.jp/index.html

国際派女子にオススメ



APUの雰囲気
を
カフェテリアで楽しむ
【別府市】

留学生と日本人が半数ずつ在籍するAPU。キャンパス内の食堂(景観よし)は、誰でも気軽に食事で交流、エスニック料理などが味わえます！留学生との異文化・交流を体験してみませんか。

立命館アジア太平洋大学 (APU)

〒別府市十文字原1-1 ☎0977-78-1173(カフェテリア直通)
http://www.apu.ac.jp/

蕎麦処で本格蕎麦打ち体験



そば打ち体験
【中津市・豊後高田市】
●料金 **3,500円**(1鉢5人前)
●所要時間/約40~50分
●料金 **3,600円**(1鉢3名~6名)
※2060円(1人の場合)
●所要時間/約1~2時間程度

それぞれ地元産のそば粉を使用して、自分でオリジナルのそばを気軽に打てます。打ちたてのそばは、その場で食べることも持ち帰ることもでき、老若男女問わず人気。

耶馬トピア そば打ち道場

〒中津市本耶馬溪町曾木2193-1 ☎0979-52-3030
☎10:00~受付14:00(要予約) ㊟水曜 http://www.doumonsoba.com/
豊後高田そば道場
〒豊後高田市玉津987 ☎0978-24-3668
☎9:00/11:00/13:00/15:00(1日4回)※要予約 ㊟月曜(祝日の場合は営業、翌日休み)
http://www.city.bungotakada.oita.jp/nousin/page_00031.html

み仏の里で日本人の魂に触れる旅



国東半島峯道ロングトレイル
【国東市】
●料金 **ガイド希望の場合はガイド料が発生**
●所要時間/自分次第

国東半島で古くから行われてきた六郷満山峯入り入りのコースを基本とし、それにトレーニングやウォーキングの醍醐味がプラスされた、楽しく心地よく歩けるトレイルコース。

国東半島峯道ロングトレイルクラブ

☎info@kunisakihantou-trail.com
http://www.kunisakihantou-trail.com/index.html

乗馬で感じる自然豊かなおんせん県



乗馬
【九重町他】
●料金 **所要時間**
※施設にお問い合わせください

初心者でも安心の指導で、馬に乗りながら雄大な大自然を満喫できます。馬上しか見ることができない眺めや爽快なスピード感、ストレス解消にもなります。

ウエスタン乗馬クラブ エル・ランチョ・グランデ

〒玖珠郡九重町大字田野野鳴川1726-320
☎0973-79-2217 ☎9:00~17:00 ㊟なし
http://www.elrancho.jp/

自然と向き合うのんびりロード



九州オルレ奥豊後コース
【豊後大野市・竹田市】
●料金 **朝地観光案内所で支払い(岡城入場料300円)**
●所要時間/5~6時間

豊後大野市と竹田市にまたがるコースは、自然と歴史の調和した、約12kmの道のり。自分のペースでゆっくりと歩けます。

豊後大野市・竹田市

☎豊後大野市観光協会 ☎0974-22-2616
http://www.bungo-ono.jp/kanko/asaji/15asajimile
☎竹田市観光ツーリズム協会 ☎0974-63-0585
http://www.taketan.jp
九州オルレ http://www.welcomekyushu.jp/kyushuolle/

スピード感と迫力を全身で体験!



レンタルカート
【宇佐市】
●料金 **10分2,100円**~
※運転免許所持者かジュニア講習(身長145cm必要)を受けた方に限る
●所要時間/10分~

1周1080mのJAF公認レーシングカートコースは、全国屈指のロングコース。開放感あふれるロングストレートと攻め応えのあるテクニカルコースは、初心者から上級者まで楽しめます。カートの楽しさが満喫できます。

ソニックパーク安心院

〒宇佐市安心院町木葉985-1 ☎0978-44-0322
☎9:00~受付17:00 ㊟火曜 http://www.sonicpark.co.jp/

子供の頃の夢...「イルカの調教師」叶います!



イルカふれあい体験
【津久見市】
●料金 **500円**~
(入館料が別途必要)
●所要時間/内容により異なる

イルカとの「ふれあい癒し」がテーマの体験型施設。イルカに触れたり、つかまって一緒に泳いだりできる「ふれあい体験」は感動と興奮いっぱいプログラム。

うみたま体験パーク つくみイルカ島

〒津久見市大字四浦2218-10
☎0972-85-3020 ☎10:00~16:00 ※季節により延長あり
☎1月中旬~3月中旬まで冬季休業あり
http://www.tsukumi-irukajima.jp/

これぞ大人の川遊び



キャニオニング
【由布市・佐伯市】
●料金 **7,000円**~
(保険料込)
●所要時間/6時間程度(変動あり)

由布市の由布川峡谷と佐伯市の藤ノ内渓谷で開催されているリバースポーツ。水面へ飛び込んだり、滝を滑り降りたり、泳いだりしながら、爽快に川遊びを楽しめます。

OTTER down river club

☎090-1971-9401
http://www.otter-drc.com/
体験時間、料金等要確認

毎日の食卓が楽しみに変わる



魚釣り体験
【佐伯市】
●料金 **男性1万円、女性・中学生7,000円、小学生以下5,000円**
(渡船料...別途500円)

マダイやカンパチ、ブリなど的高級魚を放流した、定額制釣り放題の海上釣り堀。軽装や手ぶらでもOKだから、初心者でも快適に楽しく釣りの醍醐味を味わえます。

かまえ海上釣り堀 釣っちゃ王

〒佐伯市蒲江森崎浦1992
☎080-2690-9347(予約専用) ※完全予約制
☎6:40~13:10 ※電話予約受付/月・水~日曜8:00~18:00、火曜12:00~15:00 ㊟火曜 http://kamae-turijp

わくわくのミステリーツアー



穴森神社物語と不思議体験ツアー
【竹田市】
●料金 **3,000円**
(1グループ) ●所要時間/3時間程度

国民的古典「平家物語」第八巻の緒環の章に登場する、由緒ある社殿と大蛇伝説が残る洞窟を探検。洞窟内の小石の一つ持ち帰ると子宝に恵まれるとの言い伝えもあります。

神の里交流センター緒環

〒竹田市神原1931 ☎0974-63-0585 ㊟竹田観光ツーリズム協会
☎9:00~15:00※要予約(10日前まで) ㊟火曜
http://www.taketan.jp/spots/detail/172

大分の味力を
セットで

大分ブランドクリエイト
OITA AGURU
(大分のおつまみ)

新鮮な海の幸をそのまま
べい！焼いて乾燥させた
めざと赤えび、ちりめんの3
おつまみセットです。

大分空港2F ☎0978-67-1175
トキハ本店 ☎097-538-1111



これぞ、大分の定番 困った時はココへ！

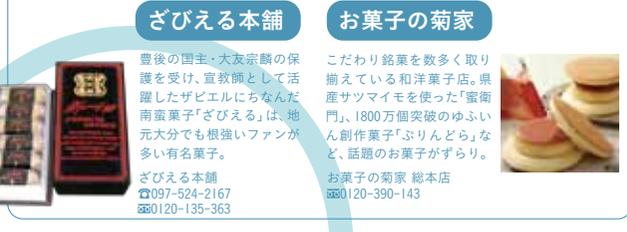
ざびえる本舗

豊後の国主・大友宗麟の保
護を受け、宣教師として活
躍したザビエルにちなんで
南蛮菓子「ざびえる」は、地
元大分でも根強いファンが
多い有名菓子。

ざびえる本舗
☎097-524-2167
☎0120-135-363

お菓子の菊家 総本店
☎0120-390-143

こだわり銘菓を数多く取り
揃えている和洋菓子店。県
産サツマイモを使った「蜜衛
門」、1800万個突破のゆふい
ん創作菓子「ぶりんドラ」な
ど、話題のお菓子がずらり。



わたしたちが
選びました！

編集担当

18市町村 おみやげ ワンアイテム

旅の楽しみでもある、お土産♥
お友達にはもちろん、自分にも買いたくなっちゃうものばかり。



別府市

2592円(200g)
1296円(80g)

エッチ美容室

べっぴん泉

別府温泉の温泉水を使用した化粧水。天然
の保湿成分で「べっぴん(美人)」になるう！
「メタケイ酸」たっぷり美容効果絶大。

エッチ美容室 ☎0977-22-4005



由布市

1296円

由布院観光総合事務所

YUFUIN MIST

成分は由布院温泉に湧き出る良質な温泉水
と蜜素だけ。防腐剤などを一切使用しない、
完全無添加。

由布院観光総合事務所 ☎0977-85-4464



日田市

832円(115ml)

まるはら

みそ汁、
スープにも
入れてみて

鮎魚醬

大豆を一切使用せず、原材料は鮎と塩のみ
という鮎魚醬。ジャンルを問わずいろんな
料理に使える万能な天然調味料。

まるはら ☎0973-23-4145



国内には
ハーブが
たくさん

日出町

1600円
(50g)~

大神ファーム

ハーブティー

ハーブに精通したハーブ園ならではのオリ
ジナルブレンドハーブティー。効果もそれ
ぞれなので、いろいろ試してみてください。

大神ファーム ☎0977-73-0012



うぶふっ
地ワインを
堪能♪

宇佐市

各1800円
(720ml)

安心院・小さなワイン工房

gigi(ジジ) 無濾過ワイン

地元産ブドウ100%使用しているワイン。瓶
底に溜まっている「オリ」は、自然なワイ
ンの副産物。オリを沈めたまま楽しんで。

安心院・小さなワイン工房
☎0978-44-4244



ヒノキの
香りで
リラックス

中津市

ヒノキ
1296円(3ml)~

久恒森林

エッセンシャルオイル各種

100%耶馬溪産。ヒノキとスギの未利用材か
ら抽出した無添加のアロマオイル。

大分空港2F 旅人 ☎0978-67-1175



究極の
手抜き料理！
忙しい女子に
ピッタリ！

佐伯市

770円(200g)

漁村女性グループ めばる

佐伯ごまだし

その日に水揚げされた魚を使うので鮮度抜
群。うどんの上のせたり、チャーハンやサ
ラダにもどうぞ。

漁村女性グループ めばる ☎0972-33-0274



飲んだら
一言
ももっつ!!

豊後
大野市

905円
(720ml)

清川ふるさと物産館 夢市場

もものジュース

清川町特産クリーンピーチを使用した濃厚
な桃のジュース。冷やしてそのまま飲ん
でも、焼酎などで割っても美味しいよ。

清川ふるさと物産館 夢市場 ☎0974-35-2117



柚子派？
大葉派？

大分市

540円

(有) 植木農園

大葉胡椒

爽やかな大葉の香りが芳しい柚子胡椒なら
ぬ大葉胡椒。鍋や焼鳥、刺身などの相性も
抜群。

(有) 植木農園 ☎097-568-2898



かわいい
大人
みやげ

国東市

ムーミン
1620円

アキ工作社

D-troso

全国、世界的に有名な段ボールアートグ
ッズ。動物、ムーミン、ディズニーキャラク
ターなど種類さまざま。

大分空港2F 旅人 ☎0978-67-1175



オレイン酸で
血液
サラサラ

豊後
高田市

ひまわり油
650円(90g)
菜の花油
540円(90g)

大分ブランドクリエイト

ひまわり油・菜の花油

長崎鼻に咲いたひまわりと菜の花から搾
った天然オイル。

fiore&OLIO ☎0978-54-2200



おっ
純日本産！

杵築市

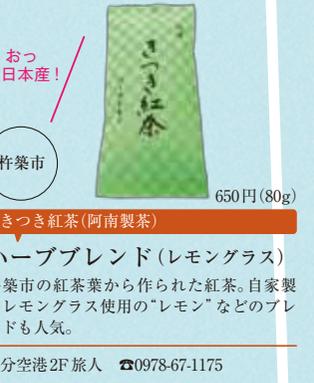
650円(80g)

きつき紅茶(阿南製茶)

ハーブブレンド(レモングラス)

杵築市の紅茶葉から作られた紅茶。自家製
のレモングラス使用の「レモン」などのブレ
ンドも人気。

大分空港2F 旅人 ☎0978-67-1175



上品
みやげ！

津久見市

1050円(8個入り)

つく実や

柑の香

津久見の農家で栽培された「小みかん」の上
品な焼菓子。生地には果皮の粉末、餡には小み
かん果汁が入った爽やかな風味の菓子です。

つく実や ☎0972-85-0293



つつい声に
出たく
なるなる♪

白杵市

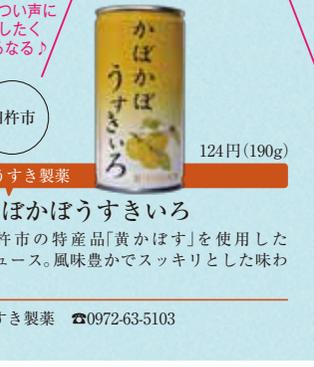
124円(190g)

うすき製菓

かぼかぼうすきいろ

白杵市の特産品「黄かぼす」を使用した
ジュース。風味豊かでスッキリとした味わ
い。

うすき製菓 ☎0972-63-5103



竹田は
トマト

竹田市

1200円

エム・ナイン

めぐみ会の赤青ドレッシングセット

完熟トマトのみを使った「赤」とまとのどれ
しんぐ」と完熟前の瑞々しい青トマトを使っ
た酸味が特徴の「青」とまとのどれしんぐ」。

エム・ナイン ☎0974-68-3153



オンザ
ロックで
試してね

九重町

各1296円
(500ml)

八鹿酒造

カランド(梅・かぼす・ゆず)

県産原料のみ使用したりキュール。女性社
員のみで開発した女子のためのお酒、イン
テリアとしても◎。

八鹿酒造 酒蔵直営店 舟来蔵(ふなこくら)
☎0973-76-2888



県民も
おもわず
買っちゃう

玖珠町

400円

手づくり夢工房

かいぞくかりんとう

「かいぞく」という名前に似合わず、優しい
甘さのかりんとう。

手づくり夢工房 ☎0973-72-4198



お姫様の
伝説を...
毎日の
洗顔に

姫島村

上 2500円(80g)
下 1200円(95g)

ひめ綴り

拍子水石鹸

姫島の七不思議のひとつ、拍子水温泉水の
炭酸泉を配合した無添加の石鹸です。

ひめ綴り ☎0978-87-2823
カノキッチン ☎097-536-5055



JR/特急

東京	新幹線(小倉乗り継ぎ)6時間30分	大分
新大阪	新幹線(小倉乗り継ぎ)3時間50分	
博多	日豊本線2時間	
小倉	日豊本線1時間30分	
宮崎	日豊本線3時間20分	
久留米	久大本線1時間40分	
JR九州案内センター TEL.050-3786-1717		由布院

飛行機

東京(羽田)	1時間30分 毎日14往復	大分
JAL/ANA/SNA	毎日2~3往復	
東京(成田)	2時間 (曜日により便数が異なります。)	
JPI(ジェットスター)		
大阪(伊丹)	1時間 毎日7往復	
JAL/ANA		
名古屋	1時間10分 毎日2往復	
ANA/IBEX		

空港バス(大分空港→各地)

別府まで約50分・大分まで約60分	別府 大分
約55分	大分097-534-7455・別府0977-67-1331
由布院0977-84-3145	由布院
中津まで約1時間35分	豊後高田・宇佐・中津
中津0979-22-0077 豊後高田0978-22-2085	
臼杵まで約1時間25分 佐伯まで約2時間	臼杵・佐伯
総合案内097-532-7000・佐伯0972-22-1852	

大分空港総合案内所 0978-67-1174

高速バス

福岡	2時間12分「とよくに」	大分バス・大分交通・亀の井バス
長崎	3時間45分「サンライズ」	大分バス・大分交通・亀の井バス
熊本	3時間30分「やまびこ」	大分バス
鹿児島	5時間40分(昼)・7時間30分(夜)「トロピカル」	大分バス
広島	6時間12分「別府ゆけむり」	大分バス・大分交通・亀の井バス
神戸 大阪・京都	10時間26分(大阪)「SORIN」	大分バス・大分交通・亀の井バス・近鉄バス

フェリー

大阪南港	11時間50分	フェリーさんふらわあ 0120-56-3268	別府
神戸	11時間20分	フェリーさんふらわあ 0120-56-3268	大分
八幡浜	2時間50分 毎日6往復	宇和島運輸 0977-21-2364	別府
三崎	1時間10分 毎日16往復	国道九四フェリー 097-575-1020	佐賀関
八幡浜	2時間25分 毎日14往復	宇和島運輸 0972-63-5118 九四オレンジフェリー 0972-62-5844	臼杵
宿毛	3時間10分 毎日3往復	宿毛フェリー 0880-62-1100	佐伯
徳山	2時間 毎日5往復	スーナーフェリー 0834-21-6405	竹田津

※各交通機関の所要時間は目安です。便によって異なります。(2013年11月現在)

● **レンタカーに関するお問い合わせ**

トヨタレンタリース大分(県内全域) ☎097-537-0100(代)
くにさぎレンタカー(国東、杵築) ☎0120-038-778(代)

● **路線バスに関するお問い合わせ**

大分交通 ☎097-534-7455
大分バス ☎097-532-7000(総合案内)
亀の井バス ☎0977-23-0141

お手持ちのお手頃情報

福岡→大分	●JR九州4枚切符使用で片道2570円 ●高速バス(福岡→別府・大分)「とよくに号」4枚綴り回数券使用で片道2055円
九州	●YOKAROバス/いつでも何度でもお越しください。 年会費5000円で九州内8ルート、乗り放題の会員制バス。 團臼杵事務局 ☎0972-83-5365、竹田事務局 ☎0974-63-0663
別府市および周辺	●MyベっぶFree!1日 or 2日間乗り放題のフリー乗車券。別府市および周辺の路線バス利用にお勧め! 1日:大人900円~ 團亀の井バス ☎0977-23-0141

各地間の距離と所要時間

