

30分

海をわたって おとなりさんぽ

南島原⇔天草

長崎県

南島原市 ぐるり周遊 スポット

- 1



両子岩(モアイの黄昏)
まるで人間の頭みたい！
土石流堆積物が
波に削られてできた
不思議なカタチの岩。
- 2



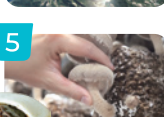
前浜海水浴場
白い砂が美しく、
南島原市内人気No.1。
海辺の木製のプランコも
楽しめる。
- 3



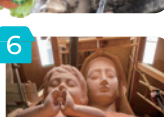
瀬詰崎灯台
ロマンチックな風景の島原半島南端にある灯台。
3～6月の大潮時には直径20mのうず潮も現れる。
- 4



口之津歴史民俗資料館
海の玄関口。
口之津港ターミナルにある
資料館では、港町として栄えた
口之津町の歴史が学べる。
- 5



サンエスファーム
しいたけ工場見学と
収穫体験ができる場所。
併設のみなめキッチンで
食事と買い物ができる。
- 6

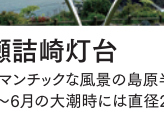


原城聖マリア 観音ホール
彫刻家・親松英治氏が40年
かけて作った高さ10mもある世界
最大級の木彫りのマリア像に感動！

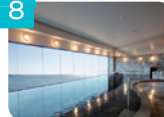
- 7



有馬キリシタン 遺産記念館
250年にわたる
キリスト教の潜伏や
島原・天草一揆を学べる。
原城跡に行く前にGO！
- 8

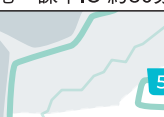


原城温泉真砂
原城跡に隣接する
温泉宿泊施設。
有明海を望む大浴場は
立ち寄り湯もOK。
- 9



谷水棚田
春はじゃがいも、
夏秋は稲が育ち
四季折々の姿を
見せてくれる。

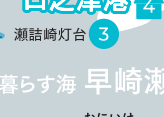
- 10



原城跡
天草四郎が総大将の
島原・天草一揆の舞台。
キリシタン大名の
有馬氏の出陣だった。
- 11



原城跡 世界遺産センター
世界文化遺産の構成資産
「原城跡」に隣接地に
位置するガイダンス施設。
物産販売所や、観光案内所、
イベントスペースなども併設。
- 12



エコ・パーク 論所原
雲仙・天草国立公園内の施設。
ケビン、キャンプ場、
レストランなどがあり、
動物とのふれあいもできる。
- 13

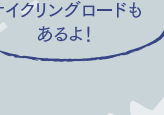


そうめんCafe KOYORI
名店・麺商須川 面喰いの
味わいを受け継ぐ店。
バラエティ豊かな
そうめんが堪能できる。

- 14



古民家Café Ryu龍
万博スペイン館の責任者を
務めたオーナー婦人が再現！
マドリッドの母直伝の家庭風
パエリアをサラダ・惣菜セットで。
- 15



Galletto
石焼きの本格ピザ、
パスタを楽しむお店。
フルーツたっぷりの
パフェも人気！
- 16

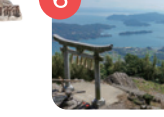


cafe kULa
はねぎ搾りの酒蔵・
吉田屋にあるカフェ。
甘酒プリンやスイーツ、
日本酒などを楽しめる。
- 17

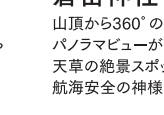


麺商ふるせ
お店には南島原市
特産のそうめんがずらり。
そうめん手延べ体験も
できる(要予約)。

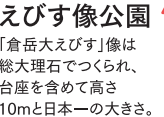
- 18



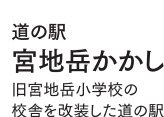
鶏の白石 南島原本店
地元っ子に愛されて
45年以上の実力店。
自慢の唐揚げは
テイクアウトもOK！
- 19



天・空・海展望所
有明海や雲仙普賢岳の
パノラマが広がる絶景スポット。
島原半島の雄大な自然を
体全体で感じることが出来る。
- 20



鮎帰りの滝
雲仙・天草国立公園内に
あり、滝壺まで徒歩1分。
夏は涼しく、秋は紅葉を
眺められる。
- 21



ガトーフリアン
洋菓子店&カフェ。創業者は
日本で初めてチーズケーキの
レシピを考案したと
いわれる中村信次さん。

南島原市と天草市は陸路をクルマ移動すると、
通常5時間30分もかかる距離。
フェリーならわずか30分で到着するので、
海を渡って旅したい！

島原半島は
日本初のユネスコ
世界ジオパーク

島原駅→道の駅ひまわり 約15分

南島原市

口之津港－諫早IC 約80分

フェリーがあるから
両市を気軽に行き来
できるよ！

イルカが暮らす海 早崎瀬戸

フェリー乗船中
イルカの群れと
出会えるかも！

夕陽タイムの
ドライブ最高！

鬼池港－下田温泉 約35分

鬼池港－崎津ガイダンスセンター 約50分

鬼池港－牛深 約90分

南島原市⇔天草市
島鉄フェリーで
30分

鬼池港－三角 約70分

鬼池港－倉岳町 約50分

倉岳町・棚底港から
フェリーで
最短20分！

化石採集が
できる島。
恐竜好きも集まれ！

鹿児島県
長島とのフェリー
航路も30分

**おみやげ選びは
ローカル感いっぱい！**
南島原市のおみやげ選びは、2023年にリ
ニューアルした「道の駅ひまわり」や「原城温泉
真砂」「口之津港ターミナル売店」がオス
メ。天草には「宮地岳かしの里」「うしぶか海
彩館」など5つの道の駅があり、それぞれ個性
いっぱい営業中。「南蛮菓子工房 S.PORT
(TEL:0969-23-6827)」のスイーツも絶品！

**イルカウォッチングは
南島原と天草の
両市で楽しめる！**
南島原と天草を結ぶフェリーが
通る「早崎瀬戸」はイルカが泳ぐ
海。南島原には3施設、天草には
10施設のイルカウォッチングの乗
船窓口があるので予約してみよう。

熊本県

天草市 ぐるり周遊 スポット

- 1



天草イルカウォッチング
ミナミハンドウイルカが約200頭も
生息する天草の海の旅に出発しよう！
イルカ遭遇率98%！！
- 2



天草空港
イルカの飛行機が発着。
阿蘇くまもと空港、
福岡空港、伊丹空港
への便がある。
- 3



天草キリシタン館
島原・天草一揆で
使用されたものや
キリシタン弾圧期の
品々などを展示。
- 4



祇園橋
1832年、地元の庄屋が
発起してつくった石橋。
国指定文化財で、
国内最大級の大きさ。
- 5



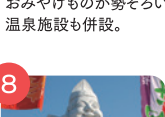
**道の駅有明
リップランド**
名物のタコを使った料理や
おみやげものが勢ぞろい。
温泉施設も併設。
- 6



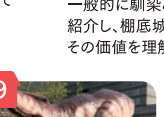
倉岳神社
山頂から360°の
パノラマビューが望める
天草の絶景スポットで
航海安全の神様。
- 7



天草戦国ミュージアム
一般的に馴染みのない天草の中世史を網羅的に
紹介し、棚底城跡とセットで見学することで、
その価値を理解しやすくなるためのガイダンス施設。
- 8



えびす像公園
「倉岳大えびす」像は
総大理石でつくられ、
台座を含めて高さ
10mと日本一の大きさ。
- 9



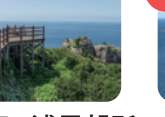
御所浦恐竜の島博物館
2024年にリニューアル
オープンした博物館。
天草の様々な化石から現在の生物、
恐竜の全身骨格などを展示。
- 10



**道の駅
宮地岳かしの里**
旧宮地岳小学校の
校舎を改装した道の駅。
かしの常設展示や
そば打ち体験で知られる。
- 11



下田温泉
源泉温度51.3℃で
湯量も豊富。
疲労回復にぴったりの
源泉100%掛け流しの湯。
- 12



鬼海ヶ浦展望所
海と夕陽がきれいな
天草西海岸のスポット。
日本夕陽100選にも
選ばれている。
- 13



十三仏公園
白鶴浜海水浴場と
妙見浦を望む公園で
夕陽スポット。
春は桜鑑賞もできる。
- 14



上田家庄屋敷
1815年に再建された屋敷。
ハリウッド映画の
ロケ地として知られ、
高浜焼も購入できる。
- 15



西平椿公園
真っ赤な花びらの
ヤブツバキが約2万本。
ラピタの木も
ジブリファンに人気。
- 16



大江教会
キリスト教解禁後、
天草で最も早く
つくられた教会。現存の
建物は1933年建造。
- 17



天草ロザリオ館
隠れキリシタンの
貴重な遺物を
集めた資料館。
玩具資料館も併設。
- 18



**崎津集落
ガイダンス
センター(崎津集落)**
世界遺産の構成資産、
崎津集落の情報を発信！
- 19



天草コレジヨ館
日本人神父養成のための
神学校・コレジヨや
日本初の活版印刷に
ついて紹介する施設。
- 20



茂申海水浴場
美しい天然の白砂と
透明度を誇るビーチ。
シュノーケリングで
熱帯魚と出会う。
- 21



牛深海域公園
グラスボートに乗れる
日本初の海域公園。
カラフルな熱帯魚や
サンゴの群生は必見！
- 22



道の駅 うしぶか海彩館
牛深エリアの観光拠点。
新鮮な海鮮が味わえる
食堂や資料館などが
揃う充実の道の駅。
- 23



牛深ハイヤ大橋
海の上を通る
全長883mの橋。
歩いて渡ることもでき、
夜はライトアップされる。

＼天草市をwebで深堀り！／

- 

天草宝島
観光協会web
- 

観光協会
Instagram
- 

観光協会
youtube
- 

天草市イルカ
ウォッチング

＼南島原市をもっと知りたい！／

- 

南島原
ひまわり観光協会
- 

観光協会
Instagram
- 

突撃！
南島原情報局
- 

南島原市イルカ
ウォッチング



**道の駅
ひまわり**
地元の野菜や特産品、
レストランもあり。
島原半島唯一の道の駅。
おみやげも購入できる。

鹿児島県
長島

▼至 鹿児島