

Course.1

### 癒やし\*たび

コース

木々に囲まれて、  
ゆっくりした「癒やし」の  
時間をご案内。

- ヒグラシカフェ  
車で約60分
- みずたまカフェ  
車で約60分
- カフェテラス  
TAKACHIHOYA

Instagram! 新ストープでほっこり



### ヒグラシCAFE&PIZZA

窯元と併設している、隠れ家風カフェ。ビール酵母で発酵させた軽い食感の本格ピッツァや吉無田水源の水で入れた自家製ブレンドのコーヒーがおススメ。石窯で焼いた自家製ベーコンを使ったピザは絶品。店内では、陶器や雑貨、アクセサリーの展示販売もある。

熊本県上益城郡御船町田代8405-375  
☎0962-85-2426 ⑧11:00～18:00 ⑨木曜 ⑩有り

Instagram! 山都町の素材を使った自家製スイーツは身体にも優しいよ



### カフェテラス TAKACHIHOYA

地元高級旅館が立ち上げた「神話の里高千穂」をイメージしたカフェ。灯笼や庭木が置かれた店内は都会の喧騒を忘れさせ、心も体も癒してくれる。高千穂の食材を使用したビーガンカレーが人気。おススメは和食プレート(要予約)で、手作りの御惣菜など16品が1プレートで楽しめる。平成29年7月オープン。

宮崎県西臼杵郡高千穂町大字三田井1171-4 ☎0982-82-2006 ⑧11:00～17:00 ⑨不定休 ⑩有り

Instagram! まるで神社みたい。狛犬さんがお出迎えしてくれるよ



#グリーンミックススムージー #ティモヒート #テイクアウト #ドリンク

### みずたまカフェ

山奥にひっそりとあるカフェ。壁全体を窓にした店内からは遠く阿蘇五岳を見渡せる。近隣で採れた野菜を使ったパスタやピザなどのランチや有機野菜のフルーツジュースなどが人気で、店内にはおしゃれな雑貨の展示販売もある。空の上にいるような感覚になれる山頂の隠れ家的空間。

熊本県上益城郡山都町尾野尻819-2 ☎0967-82-2685 ⑧11:00～日没(ランチ10:14:00) ⑨火曜、水曜 ⑩有り ※冬期休業(2～3月)有り、要お問い合わせ。

#### 五ヶ瀬町当地グルメ

##### 特ホル丼

1頭の豚からわずかしかなれ「豚ハラミ」を秘伝のタレに漬けて作った「特ホル」を、シャキシャキのキャベツと餡色に炒めたタマネギと一緒にトッピング。特製タレと豚のうまみがとけあってご飯がすすむ。町内の各食事処でオリジナル「特ホル丼」が食べられる。

(お問い合わせ) NPO法人 ござせ観光協会 ☎0982-82-1200

#### 延岡発祥当地グルメ

##### 延岡辛麺

秘伝のスープに細かく刻まれた唐辛子、にんにく、ニラ、挽肉がたっぷり入り、卵を絡めていただく独特な麺料理。麺はそば粉と小麦粉で練られてコシを強くした「コンニャク麺」が特徴です。うま辛スープはやみつき!

(お問い合わせ)(一社)延岡観光協会 ☎0982-29-2155

##### チキン南蛮

延岡市内の各店舗では、発祥の地ならではの1タルタルソースをかけた一般的なチキン南蛮や、こだわりの甘酢タレだけで味わうシンプルなチキン南蛮と、店独自の味が楽しめる。

Course.2

### まなび\*たび

コース

日向往還の  
歴史にせまる「学び」  
スポットをご案内。

- 八勢目鑑橋  
車で約45分
- 通潤橋  
車で約30分
- 馬見原商店街  
車で約30分
- 高千穂神社

### 八勢目鑑橋と八勢石畳

日向往還の最大の難所だったが、約160年前、豪商・林田能寛が私財を投じて完成させた悲願の石橋で、橋に続く苔むした石畳は500mにもなる。西南戦争では薩軍の敗走ルートになったとされ、趣ある景観を残して



Instagram! 八勢目鑑橋は歩いて渡れます H30.4～

### 通潤橋と五老ヶ滝

1854年に布田保之助が尽力し、水不足に悩む白糸台地へ水を運ぶために建設。国の重要文化財で日本最大級の石造りアーチ水路橋。橋の上には3本の石の通水管が敷設されており、現在も周辺の田畑を潤している。橋中央部からの放水は迫力があり、圧巻。熊本地震の影響により現在放水は中止しているが、雄大な石橋は見学可能。※一部立入禁止 もう一歩足を延ばしてみると、山都町最大の「五老ヶ滝」があり、瀑布の眺めは壮観。



Instagram! 落差50m。四季折々の風景も醍醐味

#### 通潤橋史料館

熊本県上益城郡山都町下市182-2 ☎0967-72-3360 ⑧10:00～16:00 ⑨12/29～1/3 ⑩大人300円、小中学生150円 ⑪有り (資料館は有料) ※通潤橋の観覧は無料

### 高千穂神社

約1900年前に創建され、日向三代の神々やその配偶神など祀る神社で、平安期から高千穂郷八十八社の総社とされている。樹齢約800年の「秩父杉」や、大好きな人と手をつないで3回廻れば幸せになるといわれる「夫婦杉」があるなど、恋愛のパワースポットとしても人気。神社本殿と所蔵品の鉄造狛犬一対は国の重要文化財に指定されている。

宮崎県西臼杵郡大字高千穂町三田井1037 ☎0982-72-2413 ⑩有り

### 馬見原商店街

日向往還の宿場町として栄えた商店街。かつて商業の発達により、たくさんの馬が見られたことがその名の由縁とされ今なお、白壁造りの町並みが継承されている。若山牧水が修学旅行で訪れ、「馬見原ハ、シャレタ町ナリ」と日記に残している。周辺の自然散策とともにまち歩きがおススメ。見所を案内してくれるガイドと散策するのも楽しい。



#### 馬見原バーガー

馬肉を使った桜コロッケを手作りパンズで挟んだご当地バーガー。4種類から選べる高圧ドリップコーヒーとのセットがおススメ。

肉のみやべ 熊本県上益城郡山都町馬見原61-3 ☎0967-83-0032 ⑧9:00～20:00 ⑨水曜 ⑩有り

#### 三河羊羹

創業100年の歴史を誇る手練りで作る三河羊羹。すべて手作りで小豆の風味は他にないほど絶品。

甲斐商店 熊本県上益城郡山都町馬見原94 ☎0967-83-0044 ⑧7:00～18:00 ⑨不定休

Instagram! ノスタルジーな雰囲気がいっぱい



#### 岩城屋

レトロな雑貨やオリジナル手ぬぐいなどを扱う、馬見原商店街の雑貨屋。

熊本県上益城郡山都町馬見原109 ☎0967-83-0015 ⑧8:00～18:00 ⑨不定休

# 日向往還

## ドライブマップ

熊本県熊本市から宮崎県延岡市までの約136kmに及ぶ旧藩時代の古道。昔の人が生活の道として使用していた古道は、今なお往時の面影をとどめています。そして九州島発祥の地として太古のエネルギーを秘めた雄大な自然、語り継がれている日本創生神話といった豊かな文化が息づく、魅力たっぷりのエリアです。知れば知るほど好きになる。日向往還を巡りませんか?

- 御船町
- 山都町
- 五ヶ瀬町
- 高千穂町
- 日之影町
- 延岡市

九州中央自動車道のうち小池高山ICから北中島IC(仮称)までが平成30年度開通予定! 当該区間は無料です。

### 日向往還へのアクセス

九州新幹線	高速道路
・新大阪 - 熊本…最速2時間57分	・太宰府IC～御船IC…約1時間5分(103.1km)
・博多 - 熊本…最速32分	・鹿児島IC～御船IC…約2時間(163km)
・鹿児島中央 - 熊本…最速43分	

日向往還里歩き広域連携事業実行委員会 (事務局/熊本県上益城地域振興局 総務振興課) TEL.096-282-3044 日向往還に関する情報はこちら [日向往還](#) 検索

### 市や町のお問合せ先

御船町について	御船町役場	TEL.096-282-1226
山都町について	山都町役場 (一社)山都町観光協会	TEL.0967-72-1158 TEL.0967-72-3855
五ヶ瀬町について	五ヶ瀬町役場 NPO法人 ござせ観光協会	TEL.0982-82-1717 TEL.0982-82-1200
高千穂町について	高千穂町役場 (一社)高千穂町観光協会	TEL.0982-73-1212 TEL.0982-73-1213
日之影町について	日之影町役場 日之影町観光協会	TEL.0982-87-3910 TEL.0982-78-1021
延岡市について	延岡市役所 (一社)延岡観光協会	TEL.0982-22-7075 TEL.0982-29-2155

発行年月: 2018年1月



# 日向往還

## ドライブマップ



山都町 通潤橋

日本最大級の石造りアーチ水路橋。肥後の石工たちの技術を結集し建設した石橋で国指定重要文化財に指定。目の前には道の駅通潤橋も。

熊本県上益城郡山都町長原  
※熊本地震により放水は休止中  
●駐車場/有



山都町 道の駅清和文楽邑

農村文化の原型を伝える、清和文楽人形芝居の劇場「清和文楽館」と清和物産館からなる道の駅。文楽館では、定期公演が行われている。

熊本県上益城郡山都町大平152  
☎0967-82-3001  
●営業時間/レストラン 11:00~15:00、清和文楽館 9:00~16:30  
●休館日/火曜日(祝日の場合は閉館)  
●駐車場/有



山都町 道の駅そよ風パーク

宿泊施設も完備した泊まれる道の駅。おかちゃんシェフ手作りのランチバイキングは、採れたて新鮮野菜や山菜と常時20種類以上の料理が味わえる。

熊本県上益城郡山都町今297  
☎0967-83-0880  
●駐車場/有



高千穂町 高千穂神社

約1900年前に創建。高千穂郷八十八社の総社。樹齢約800年の「秋父杉」や、好きな人をつないで3回廻れば幸せになるという「夫婦杉」がある。

宮崎県西臼杵郡大字高千穂町三田井1037  
☎0982-72-2413  
●駐車場/有



高千穂町 高千穂峡

阿蘇山の噴火によって流れ出た火砕流が、数十万年かけて寝食されて作り出された渓谷。貸しボートから眺める真名井の滝は大迫力。

※カーナビは高千穂峡淡水魚水族館 0982-72-2269を設定  
宮崎県西臼杵郡大字高千穂町三田井御境  
●駐車場/有



高千穂町 高千穂がまだせ市場

新鮮野菜や加工品が手に入る物産館や高千穂牛が味わえるレストランなど高千穂の魅力が詰まったスポット。釜入茶や金柑を使った季節のソフトクリームがある。

宮崎県西臼杵郡大字高千穂町三田井1099-1  
☎0982-72-5002  
●営業時間/9:00~18:00  
●駐車場/有



日之影町 日之影温泉駅

全国的にも珍しい旧駅と温泉が合体した施設。温泉以外にも、特産品やレストラン、癒しのスポット。

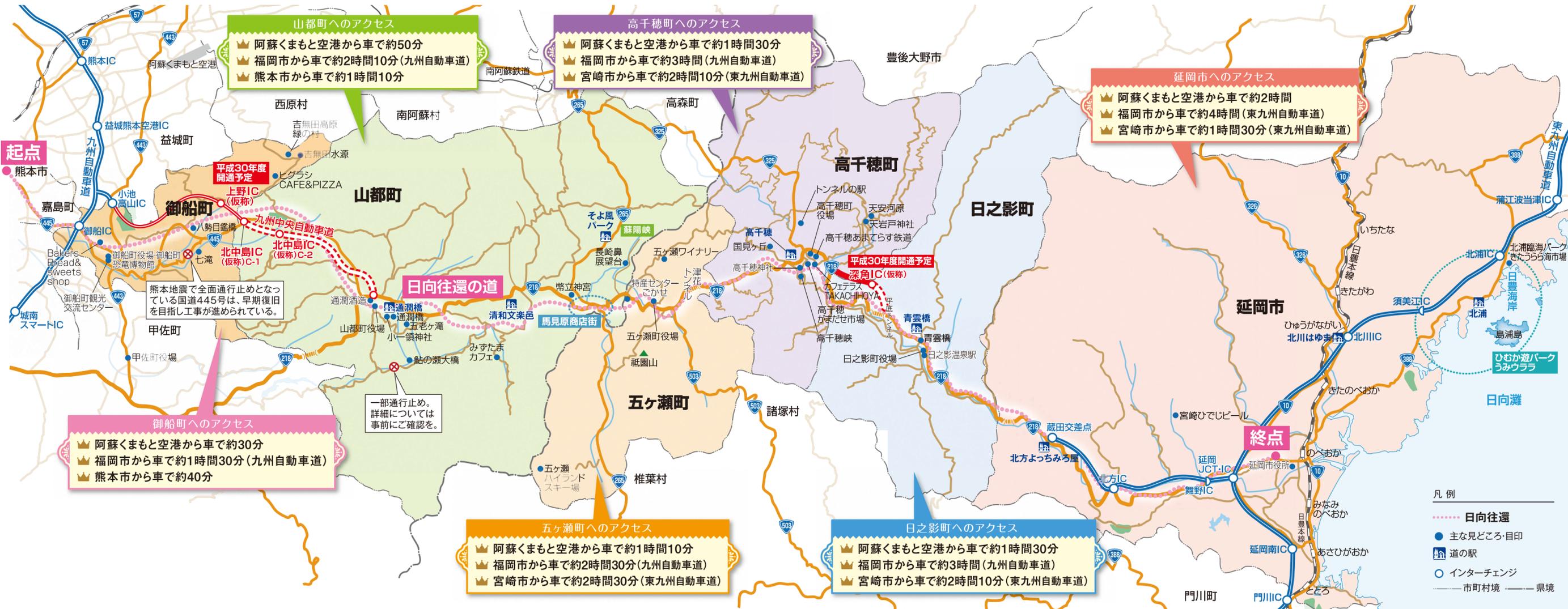
宮崎県西臼杵郡日之影町大字七折3235-5  
☎0982-87-2690  
●営業時間/10:00~21:00  
●休館日/毎月第4月曜  
●料金/大人500円、中学生400円、小学生300円  
●駐車場/有



日之影町 道の駅 青雲橋

日之影町のシンボル「青雲橋」の袂にある道の駅。物産館やレストランになっていて、ドライブの休憩ポイントとしても賑わう。

宮崎県日之影町大字七折8705-12  
☎0982-87-2491  
●営業時間/物産館 8:00~18:30 レストラン 10:00~16:00  
●休館日/年中無休  
●駐車場/有



御船町 御船町恐竜博物館

九州最大規模の恐竜博物館。骨格標本「恐竜進化大行進」は大迫力。化石の発掘も体験できる。

熊本県上益城郡御船町大字御船995-6  
☎096-282-4051  
●開館時間/9:00~17:00  
●休館日/月曜(祝日の場合はその翌日)  
●入館料/大人500円、高校・大学生300円、小・中学生200円  
●駐車場/有



御船町 吉無田高原 緑の村

草スキーやロードバイクなどが楽しめる広場。バーベキュー施設もあり、ファミリーや友達どうしでわいわい楽しめる。化石発掘体験場所も併設。

熊本県上益城郡御船町大字田代8405-24  
☎096-285-2210  
●営業時間/9:00~17:00  
●定休日/月曜、年末年始  
●料金/大人220円、小・中学生110円  
●駐車場/有



御船町 御船町観光交流センター

化石発掘体験や御船の物産ブランド「いさぎ」の販売、週末限定で恐竜カフェなどが楽しめるカフェなど、町の情報発信スポット。

熊本県上益城郡御船町大字御船1003  
☎096-282-4700  
●営業時間/9:00~17:00  
●定休日/月曜(祝日の場合はその翌日)、年末年始



山都町 馬見原商店街

肥後(熊本)と日向(宮崎)を結ぶ街道の中心にあった古くからの宿場町。最盛期は造り酒屋が軒を並べていた、現在もその当時の面影を残す。

熊本県上益城郡山都町馬見原  
☎096-282-4700  
●営業時間/9:00~17:00



五ヶ瀬町 五ヶ瀬ワイナリー

標高600mの丘の上にあるワイナリー。五ヶ瀬産ブドウを100%使用してつくられたワインは、みずみずしく溢れるフルーティーな味わい。

宮崎県西臼杵郡五ヶ瀬町桑野内4847-1  
☎0982-73-5477  
●営業時間/9:00~17:00



五ヶ瀬町 五ヶ瀬ハイランドスキー場

日本で一番南にある、天然雪のスキー場。初心者用や上級者用とそれぞれコースがあるので、友達同士や家族でも楽しめる。

宮崎県西臼杵郡五ヶ瀬町大字鞍岡4647-171  
☎0982-83-2144  
●営業時間/8:00~16:30  
●休館日/営業期間中無休(例年12月上旬~3月中旬)



五ヶ瀬町 祇園山(祇園神社)

九州島発祥の地とも言われている山。山開きシーズンには、満開のあけぼのつつじが楽しめる、トレッキングスポットとして人気。山に向かう途中には、由緒ある竹まいの祇園神社があります。

宮崎県西臼杵郡五ヶ瀬町大字鞍岡  
☎0982-83-2144



延岡市 宮崎ひでじビール

宮崎のクラフトビール。宮崎の地で育まれた上質な天然水と自家培養酵母を使用した製造されていて、マンゴーや日向夏を使用した宮崎ならではの商品もある。

宮崎県延岡市行徳町747-58  
☎0982-39-0090  
●営業時間/10:00~17:00  
●定休日/土曜・日曜



延岡市 道の駅 北川はゆま

延岡の新鮮な野菜や地元の高校生とのコラボスイーツなど、名産品が揃う道の駅。毎日焼きたてのはちまべーカーやレストランもおすすり。

宮崎県延岡市北川町長井5751-1  
☎0982-24-6006  
●営業時間/お土産8:30~18:00(土日は19:00)、レストラン9:00~17:30(土日は19:00)  
●駐車場/有



延岡市 道の駅 北浦

海水浴場に隣接し、レストランや物産館、キャンプ場と1年中海を満喫できる。レストランでは、海岸線を眺めながら、獲れたて新鮮な海の幸が味わえる。

宮崎県延岡市北浦町古江3337-1  
☎0982-45-3811  
●営業時間/物産館9:00~17:30、レストラン11:00~20:00(L.O.19:00)  
●駐車場/有