

Aso area Map

阿蘇エリアMAP

今まで知らなかった
阿蘇の魅力を発見する旅へ

1. もくもく温泉の湯気で、食材の美味しさ倍増 蒸し場体験 P.7 (グルメを楽しむ)

2. 農泊で大切なことに気づき、学ぼう 農家体験 P.12 (学び・農家体験)

3. 満天の星空の下で ロマンチックに 月夜の乗馬体験 P.6 (自然を満喫する[NIGHT])

4. 自然の渓流に 放流された川魚が釣り放題 溪流釣り体験 P.4 (自然を満喫する[DAY])

5. 阿蘇の伏流水で育った 旬の恵みをいただきます いちご狩り体験 P.10 (阿蘇の恵みを楽しむ)

6. 自分で打った そばの味は格別！ そば打ち体験 P.7 (グルメを楽しむ)

7. 動物とふれあって 心もリフレッシュ 牛の乳搾り体験 P.9 (ふれあい動物)

8. 阿蘇の夕日と心地よい風を 全身で体感しよう サンセットフライト P.5 (自然を満喫する[NIGHT])

9. 360度大パノラマ！ 雄大な広がる大草原で 最高の乗馬体験！ P.9 (乗馬に挑戦する)

北阿蘇エリア

南阿蘇エリア

阿蘇エリア

小国町 南小国町 産山村 阿蘇市 高森町 西原村 南阿蘇村

九州自動車道 大分自動車道

至長崎 至福岡 至別府・大分市 至由布市 別府市 至竹田市 至高千穂町

鳥栖JCT 筑後小部IC 甘木IC 朝倉IC 杷木IC 日田IC 天瀬高塚IC 玖珠IC 九登IC 久留米IC 広川IC 八女IC みやま柳川IC 南関IC 菊水IC 熊本IC 益城熊本空港IC 小池高山IC

南阿蘇鉄道 2023年7月 全線運行再開

パンフレット掲載の一部をご紹介！
詳しくは各ページをご確認ください。

阿蘇を旅「する」観光パンフレット

TRIP DO ASO

観る、食べる、
泊まるだけでは
感じ得ない阿蘇の大自然を
体いっぱい体験して
感じる旅へ。

とりっぷDo阿蘇

阿蘇を旅「する」観光パンフレット とりっぷDo阿蘇

発行：熊本県阿蘇地域振興局
〒869-2612 熊本県阿蘇市一の宮町宮地 2402 TEL 0967-22-3903



阿蘇地域の道路状況や通行止めの区域など、天候などによって変更になる場合があります。お出かけ前に事前にご確認ください。
令和6年(2024年)2月1日作成



阿蘇を旅「する」観光パンフレット

とりっふDo阿蘇

世界最大級のカルデラに代表される阿蘇の雄大な大自然は時に優しく、時に厳しくも幾多の名勝や温泉、農畜産物という恵みをそこに住む人々の文化とともに育んできました。

観る、食べる、泊まるだけでは感じ得ない阿蘇の大自然を体いっぱい体験して感じる旅、それが「とりっふDo阿蘇」。

今まで気づくことのなかった阿蘇の魅力に触れ、大自然を体験する旅へと、さあ出かけてみましょう。



ACCESS

🚗 お車でお越しの方

九州自動車道を利用する場合

熊本 IC 国道57号 約50分 阿蘇駅前

大分自動車道を利用する場合

日田 IC 国道212号 約1時間25分 阿蘇駅前

九重 IC 国道387号・212号 約1時間10分 阿蘇駅前

✈️ 飛行機でお越しの方

電車で阿蘇に向かう

阿蘇くまもと空港 バス(空港ライナー)で約15分 肥後大津駅 豊肥本線 約50分 阿蘇駅

バスで阿蘇に向かう

阿蘇くまもと空港 特急やまびこ号(九州産交・大分バス)約1時間 阿蘇駅前

レンタカーで阿蘇に向かう

阿蘇くまもと空港 県道36号線・207号線経由 約20分 大津 IC 国道57号北側復旧ルート 約20分 阿蘇西 IC 国道57号 約10分 阿蘇駅前

🚊 電車・バスでお越しの方

熊本駅から電車で阿蘇へ向かう

熊本駅 豊肥本線 肥後大津行 約35分 肥後大津駅 肥薩本線 宮地行 約50分 阿蘇駅

大分駅から電車で阿蘇へ向かう

大分駅 豊肥本線 九州横断特急 熊本行 約2時間 阿蘇駅

熊本駅からバスで阿蘇へ向かう

熊本駅 九州横断バス 約2時間 阿蘇駅

とりっふDo阿蘇 CONTENTS

このパンフレットについて/アクセス	01-02	乗馬に挑戦する/ふれあい動物	09
自然を満喫する [DAY]	03-04	阿蘇の恵みを楽しむ	10
自然を満喫する [NIGHT]	05-06	おとな旅に癒やされる	11
グルメを楽しむ	07	学び・農家体験	12
ものづくりをする	08	モデルプラン	13-14

※表示価格は令和6年2月1日現在の消費税込価格です。 ※掲載内容は予告なく変更になる場合がございます。予めご了承ください。 ※感染症の拡大状況により、体験内容が変更になる場合があります。最新の情報は各施設にお問い合わせください。



日本屈指の雄大な自然と美味しいものがたくさん！

阿蘇ってこんな所！

This is ASO!

阿蘇地域は熊本県の東部、大分県・宮崎県との県境近くに位置しています。阿蘇地域のシンボルは何と言っても、世界最大級のカルデラを有する活火山・阿蘇山。圧倒的なスケールの大自然が広がり、その独特の景観は必見です。また、周辺には火山の恵みを感じられる数多くの温泉地があったり、熊本で誕生した和牛「あか牛」をはじめとするグルメが楽しめたりと、阿蘇ならではの魅力がいっぱいです！五感を使って楽しめる阿蘇での体験を満喫しましょう！

自然を満喫する[DAY]

体を動かすことが好きな方に
ぴったりな体験をご用意しました。
雄大な阿蘇の大地だからこそできる
アクティビティが目白押し！

阿蘇の自然を 全身で感じる 絶景 × 感動体験！

西日本初！
ロシアからやってきた
全地形対応型車両で
阿蘇の原野を
走り回ろう！

全身で阿蘇を体感！



阿蘇アドベンチャータック体験 最少催行 2名 体験時間 20分
阿蘇エリア / 阿蘇市

ロシアからやって来た全地形対応型車両「TS4」では、これまで体験したことのない乗り心地が体験できます。高低差 100mのコースを登り始めると、まさにそこは絶景ポイント。日本百名山に入る大分県の九重山、宮崎県の祖母山、阿蘇火山の噴火口を間近に臨むことができます。阿蘇の原野の凸凹や急な上り下りを縦横無尽に走破してみましょう！(火口周辺の立ち入り規制の場合は運休します)

阿蘇ネイチャーランド
070-4282-3247/0967-32-4196
〒869-2301 阿蘇市内牧 1092-1
料金 【パノラマコース】4,000円/お1人様
※アドベンチャータック体験乗車代、ガイド料、ヘルメットレンタル込料金
営業時間 11:00~17:00 ※最終受付 16:00(3~10月)
11:00~16:00 ※最終受付 15:00(11月)
開催期間 3~11月
定休日 木曜(祝日営業・荒天時中止) Pあり

猫ファンにも人気のパワースポット！
招き猫洞窟「免の石」を目指す
ガイド付きトレッキング



免の石(めんいし)
トレッキングガイドツアー

南阿蘇エリア / 南阿蘇村
最少催行 2名 体験時間 2-3時間
※1名様での催行は2名様分の料金をいただきます

2016年熊本地震で石が落ち、ネコのシルエットが現れた不思議な洞窟をガイドの解説とともに目指しましょう！洞窟までの「往復コース」とその先の風穴や巨木など手つかずの原生林を歩く「周回コース」が選べます。※2021年4月より「往復コース」に限りガイド無しでも入山可能。(登山届・入山料 500円が必要)

南阿蘇観光案内所
0967-67-2222
〒869-1412 阿蘇郡南阿蘇村久石 2807
料金 【周回コース】ガイドツアー[約4~5時間] 大人(中学生以上)6,000円/小学生以下3,000円
【往復コース】ガイドツアー[約2~3時間] 大人(中学生以上)4,000円/小学生以下2,000円
※山料、ガイド料、保険料込み※3日前までの要予約
営業時間 9:00~17:00 開催期間 通年
定休日 年中無休 Pあり



阿蘇トレッキング

南阿蘇エリア / 南阿蘇村
最少催行 4名 体験時間 1-6時間 ※コースにより異なります
料金 大人(中学生以上)6,600円~、子ども(小学4年生以上)3,300円~
※コースにより料金が変わります。お問合せください。
営業時間 10:00~17:00
開催期間 通年※スノートレッキングのみ1月~3月頃に限り
定休日 不定休 P スタート場所に現地集合となります

季節や山ごとに違う
阿蘇の景色を堪能！

北外輪山から阿蘇を一望でき、運が良ければ美しい日の出や雲海の景色に出会えるサンライストレッキングや、本格雪山登山にチャレンジできるスノートレッキングなど、様々なコースがあります。ラベリング体験や犬と一緒に参加できるコースも！詳しくはお問い合わせを。



空気が澄んだ早朝、
熱気球で5分間の空の旅へ！
阿蘇の雄大な景色を
上空から見下ろす感動体験！

#絶景を楽しむ
#ファミリー向け



#グルメを楽しむ
#ファミリー向け

自然の溪流に放流された川魚が釣り放題！

溪流釣り体験 最少催行 2名 体験時間 4時間
南阿蘇エリア / 高森町
木郷滝自然つりセンター
0967-64-0440
〒869-1811 阿蘇郡高森町草部 750
料金 【エサ釣り(4時間)】
大人4,500円、小学生3,900円
【フライ・ルアー(5時間)】
大人4,500円、小学生3,900円
※別途預かり金500円必要(遊魚券返却時に返金)
※消耗品別売り(エサ・釣針・ウキ等)
営業時間 【釣り】8:00~17:00
【食堂】9:00~15:00
開催期間 通年
定休日 定休日なし(元旦のみ) Pあり
※荒天時要問い合わせ

阿蘇の町を自由にサイクリング！
どこか懐かしい風景に癒されるアクティブな旅へ

本格的なマウンテンバイクはもちろん、初心者でも乗りやすいEバイクを完備。万能なMTBで遠出もOK、内牧から阿蘇神社まで片道30分強のお気軽コースなども人気です。レンタサイクルの他、阿蘇山からダウンヒルできる「パノラマサイクリング」、阿蘇の美味しいものを食べながらサイクリングができる「たべコギ」などのプランもあります。

レンタサイクル

阿蘇エリア / 阿蘇市
最少催行 1名 体験時間 コースにより異なる
CLAMP(クランプ)
0967-32-0928
〒869-2301 阿蘇市内牧 48
料金 【3時間】ベーシックプラン
・MTB:2,200円
・Eバイクプラン(電動自転車):3,300円
【6時間】ベーシックプラン
・MTB:3,300円
・Eバイクプラン(電動自転車):4,400円
※1時間ごとに550円で延長可能
営業時間 9:00~18:00(3~10月)
10:00~18:00(11~2月)
※受付時間に関係なく、最終返却時間は17:00までとなります
開催期間 通年 定休日 木曜(祝日営業) Pあり



#1名催行
#カップル向け

バルーンの中の空気をガスバーナーで温めることで宙に浮く熱気球。ロープで係留した熱気球は高さ約40mまでゆっくりと上昇し、雄大な景色を見下ろすと気分爽快です。バーナーで火を焚く操作をやってみたい人はパイロットにお願いしてみましょう。バーナーの「ゴォーッ！」という爆発音と迫力を肌で感じることはできません。

朝の絶景を楽しもう！
熱気球体験(早朝)
阿蘇エリア / 阿蘇市
最少催行 15名 体験時間 30分
※搭乗時間約5分、所要時間10~30分

阿蘇ネイチャーランド
0967-32-4196
〒869-2301 阿蘇市内牧 1092-1
料金 幼児1,000円 ※3歳以下無料・保護者同伴
小学生1,500円/中学生以上2,500円
営業時間 9:00~18:00(3~10月)
9:00~17:00(11~2月)
開催期間 通年
定休日 木曜(祝日営業・荒天時中止) Pあり

阿蘇の大自然と
その魅力が詰まった
「阿蘇カルデラツアー」で
思い出づくりしませんか？

「阿蘇カルデラツアー」は、米塚周辺溶岩トンネル体験ツアー、乙姫スターライトトレッキング、涅槃像雲海ツアーなど、四季折々に合わせた阿蘇の大自然とその魅力を体験できる宿泊者限定の特別なツアー。あなたも「今だけの阿蘇」を満喫してみませんか？※対象施設に宿泊された方向け。他にも様々なツアーがあるので詳しくは公式サイトでチェックを。

阿蘇カルデラツアー
阿蘇エリア / 阿蘇市
最少催行 2名 体験時間 30分 ※体験の長さによって異なる
料金 米塚周辺溶岩トンネル体験ツアー6,000円/乙姫スターライトトレッキング6,000円/涅槃像雲海ツアー2,000円
※その他ツアーの料金は公式サイトをご確認ください
営業時間 9:00~17:00
開催期間 通年 ※ツアーによって実施期間が異なります
定休日 なし
P ツアーごとに出発場所が異なります
阿蘇温泉観光旅館
協同組合
https://onsen.aso.ne.jp/calderatour/
0967-32-3330
〒869-2307 阿蘇市小里 781

阿蘇のきれいな
星空を眺めながら乗馬体験。
非日常の世界が待っている！



緑に囲まれた阿蘇ハイランドゴルフコース内を、星空を見上げながら馬で散歩できる人気のコース。運が良ければ流れ星も見られるかも！身長 130cm 以上であれば誰でも参加可能。専門のガイドが案内してくれるので、初心者でも安心してチャレンジしてみましょう。乗馬後には、温かい飲み物をサービスしてくれるのが嬉しい。

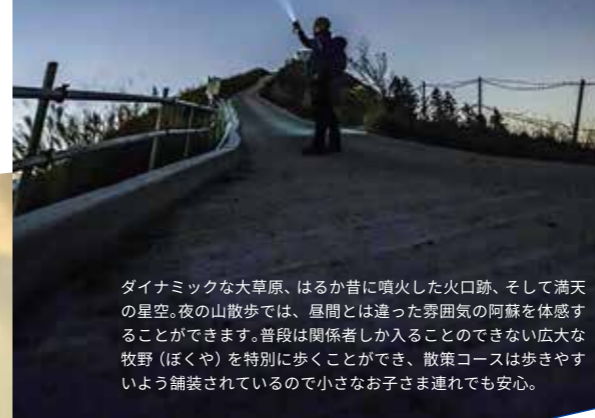
スターライトトレッキング

阿蘇エリア / 阿蘇市
料金 6,000円 ※器具一式レンタル料・ドリンク代込み
090-1848-3704
〒869-2226 阿蘇市乙姫 2167-3
営業時間 9:00~17:00
開催期間 通年 定休日 木曜日 Pあり

#ファミリー向け
#乗馬



ちよっぴり不思議な山散歩！
阿蘇の牧野(ぼくや)の大草原を歩こう



ダイナミックな大草原、はるか昔に噴出した火口跡、そして満天の星空。夜の山散歩では、昼間とは違った雰囲気のアソビを体験することができます。普段は関係者しか入ることのできない広大な牧野(ぼくや)を特別に歩くことができ、散策コースは歩きやすいよう舗装されているので小さなお子様連れでも安心。

南阿蘇 夜の山散歩

南阿蘇エリア / 南阿蘇村
株式会社 REASO
HPよりお問合せください
<https://enjoy-my-aso.jp/>
[集合場所] 阿蘇南登山道(阿蘇吉田線)池ノ窪園地駐車場
料金 中学生以上1,000円/1名 小学生500円/1名、未就学児無料
営業時間 [4月~11月]20:00~22:00 (受付時間 19:30~19:50)
開催期間 予約不要・毎週土曜+α開催
定休日 不定休
P池ノ窪園地駐車場(集合場所)

#ファミリー向け
#お子さまOK



産山の高原の夜空に輝く 素晴らしい星々を大望遠鏡で楽しもう！

四方に開けた大自然の中で、眼の限界といわれる6等星や天の川まで見える素晴らしい産山の澄んだ星空を楽しみませんか？銀河や星雲なども天文台の大型望遠鏡や大型双眼鏡から観察できます。月食や流星群などの天文現象などに合わせた天文台イベントの場合は日時を合わせて開催。季節ごとの天文台イベントなど詳しくは公式サイトをチェック！

天体観測(うぶやま天文台)

北阿蘇エリア / 産山村
産山村教育委員会
0967-25-2214
(電話受付時間 平日 8:30~17:15)
〒869-2702 阿蘇郡産山村大利 585
料金 小中学生200円/高校生以上300円/未就学児無料
営業時間 [開館時間] 19:00~22:00(4~9月) / 18:00~22:00(10~3月)
※電話受付は、平日 8:30~17:15(産山村教育委員会)
開催期間 通年
定休日 [閉館日] 月、火、木、日曜
※天文台イベントは定休日に開催する場合もあります
※産山村教育委員会の定休日 土日、祝日、12/29~1/3
Pあり(50台)

#1名催行
#ファミリー向け



夕暮れに染まる大地 満天の星空 未体験の阿蘇

夕焼けに照らされた
雄大な大自然の絶景に心洗われ
満天の星空はすべてを包み込む…
心に刻まれる感動体験を

自然を満喫する[NIGHT]



#ファミリー向け
#お子さまOK

1日2名様限定の スペシャルコース！ サンセットフライト

阿蘇エリア / 阿蘇市
阿蘇ネイチャーランド
0967-32-4196
〒869-2301 阿蘇市内牧 1092-1
料金 10,000円/お1人様
※施設使用料・保険代・装備レンタル代
営業時間 9:00~18:00(3~10月)
9:00~17:00(11~2月)
開催期間 通年
定休日 木曜定休、祝日営業、荒天時中止
Pあり

美しい空へ
思い切りダイブ！
阿蘇の夕日と心地よい風を
全身で体感しよう

空を飛ぶという、日常では味わうことのできない浮遊感を体験できるパラグライダー。テイクオフした後、眼前に広がる阿蘇の雄大な景色と美しい夕日に、言葉にならない感動を感じるはず。その高さは約90m(ビル30階分に相当)にもなりますが、インストラクターとの2人乗りだから初心者でも安心！阿蘇の風を全身で体感してみませんか？1日2名様限定の夕方特別体験メニューなので早めに予約を。



あなたはいくつ知っている？ ナイトアクティビティを体験したあとは阿蘇が誇る温泉へ！

阿蘇のオススメ 温泉地紹介

ピックアップ！

阿蘇市



内牧温泉

文豪らが宿泊した温泉地としても有名。ちよっぴり熱めの湯は無色透明で飲用にも適しています。ここをベースに阿蘇観光を楽しむ旅行者も多く、阿蘇観光の魅力の一つです。中でも人気があるのが、「町湯」と呼ばれる公共温泉めぐり。今なお、地元の人々の憩いの場として愛されている「町湯」が6軒並んでいます。

南小国町



南小国温泉郷

南小国町には、個性豊かな温泉がたくさんあります。露天風呂めぐりのできる黒川温泉、夏にホテルの舞う田の原温泉、歴史ある満願寺温泉、そして自然が主役の小田・白川・扇温泉地も、春夏秋冬四季々を楽しむことができます。

小国町



杖立温泉・わいた温泉

杖立川の渓谷沿い、川を挟んだ町のあちらこちらからのぼり立つ湯けむりがあがる「杖立温泉」。はるか昔から泉質の良さが評判となり「湯治の街」として愛されてきました。わいた温泉郷は、小国富士とも呼ばれる蒲蓋山(わいたさん)麓に広がる、数箇所ある温泉地の総称です。わいた温泉郷は、6箇所ほどの温泉地があります。

南阿蘇村



地獄・垂玉温泉

阿蘇五岳の一つである烏帽子子岳の南西中腹(標高約700m付近)に湧く秘湯の温泉地として知られている南阿蘇村の地獄・垂玉温泉。紅葉の時期には、周辺の落葉樹が色彩豊かに色づき、美しい紅葉が眺められます。

他にも阿蘇地域には
温泉がたくさん！



詳しい温泉の情報は
くまもつ湯美人の
サイトへ



グルメを楽しむ

作って楽しい出来たてグルメ! 阿蘇の美味しい料理体験

阿蘇ならではの素材で、いつもと一味違う料理体験を。
出来たての味は格別! 大人も子どもも一緒に楽しもう!

極上のBBQを 阿蘇の大自然の中で!



#BBQ
#ファミリー向け

大草原に囲まれた特等席で、日本バーベキュー協会検定資格者によるスマートBBQでの本格的な料理がいただけます。阿蘇の畜産農家が提供する「あか牛」や地元野菜をはじめ、選りすぐりの食材を用意していますので、ぜひお楽しみください。

阿蘇草原BBQ

最少催行 6名 体験時間 2-3時間

※期間限定で2名様からご案内することもあります。お問合せください

料金 5,000円(レギュラー)/お1人様
6,000円(スペシャル)/お1人様

営業時間 開始時間 11:00~13:00
※夕方開催の場合は要相談

開催期間 阿蘇の野焼き終了次～
12月初旬の土・日曜、祝日※相談可能

定休日 開催期間以外の日

お問い合わせはメール (info-aneco@aneco.jp) もしくはHPお申込みフォームにてご連絡ください。
https://aneco.jp/

【開催場所】米塚下園地そばの草原 ※「米塚下園地」で検索してください

阿蘇エリア / 阿蘇市

阿蘇千年草原コンソーシアム ANECO

最少催行 6名 体験時間 2-3時間

料金 5,000円(レギュラー)/お1人様
6,000円(スペシャル)/お1人様

営業時間 開始時間 11:00~13:00
※夕方開催の場合は要相談

開催期間 阿蘇の野焼き終了次～
12月初旬の土・日曜、祝日※相談可能

定休日 開催期間以外の日

お問い合わせはメール (info-aneco@aneco.jp) もしくはHPお申込みフォームにてご連絡ください。
https://aneco.jp/

【開催場所】米塚下園地そばの草原 ※「米塚下園地」で検索してください

もくもく温泉の湯気で、食材の 美味しさ倍増!



蒸し場体験

最少催行 1名 体験時間 15分

※葉もの野菜・玉子の場合

料金 無料

営業時間 24時間

開催期間 通年

定休日 なし P 共同駐車場利用

蒸し場近くの
コイン販売機では、
蒸し用の食材販売も
あります!

源泉が熱いことで知られる杖立温泉。情緒たっぷりの温泉街には100度近い温泉の蒸気が噴き出している「蒸し場」があり、自由に使うことができます。好きな食材を持参し、蒸して頬張れば、いつもと一味違った美味しさに驚くかも!

#自由参加
#ファミリー向け

杖立温泉観光協会
0967-48-0206
〒869-2503
阿蘇郡小国町下城 4173-5

北阿蘇エリア / 小国町

自分で打ったそばは格別の味!



そば打ち体験

最少催行 1名 体験時間 40分

※15名を超える団体の場合は、事前予約が必要

料金 [2名まで]3,300円/1組
[3名まで]3,930円/1組
[4名まで]4,560円/1組
※お持ち帰り場合は容器代として別添 360円が必要

営業時間 10:00~17:00
[食事受付]10:00~16:30 (オーダーストップ)
[体験受付]10:00~15:30 (受付終了)

開催期間 通年

定休日 第2水曜(不定休)
※休まず営業する月や臨時休館日もあり

P あり

店内の窓からは阿蘇の美しい景色が望める『あそ望の郷くぎの』内にあるそば道場では地元・南郷谷で作られたそば粉を使ったそば打ち体験ができます。指導スタッフが丁寧に教えてくれるので初心者もお子さまも安心。子ども用エプロンや踏み台も用意されているのでご家族みんなで楽しめます。

#お子さまOK
#ファミリー向け

丁寧な指導で
お子さまも楽しめる!

阿蘇郡南阿蘇村久石 2776

南阿蘇 そば道場

最少催行 1名 体験時間 40分

料金 [2名まで]3,300円/1組
[3名まで]3,930円/1組
[4名まで]4,560円/1組
※お持ち帰り場合は容器代として別添 360円が必要

営業時間 10:00~17:00
[食事受付]10:00~16:30 (オーダーストップ)
[体験受付]10:00~15:30 (受付終了)

開催期間 通年

定休日 第2水曜(不定休)
※休まず営業する月や臨時休館日もあり

P あり

土の感触を楽しもう! 完成が楽しみ!

阿蘇山からの恵みの材料を使って、 あなただけの器を作ってみませんか?



ろくろや手びねりで器を作る体験、皿に筆で絵付けをする体験ができます。湯のみやサラダボウルなど好きなものをなんでも作れます。窯元のご主人と奥さまがやさしく教えてくれるので、ファミリーでもお子さまでも楽しく体験できます。

#お子さまOK
#ファミリー向け

店舗では陶器の
販売もあります!

南阿蘇焼窯元

最少催行 1名 体験時間 1時間

料金 [ろくろ体験]3,000円 [手びねり体験]2,500円
[絵付け体験]2,000円

営業時間 10:00~日没

開催期間 通年

定休日 不定休 P あり(20台)

〒869-1412
阿蘇郡南阿蘇村大字久石 3092

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

0967-67-1230



3才から体験可能!
自由な発想で!手びねり体験

最少催行 1名 体験時間 1時間

料金 [ろくろ体験]3,000円 [手びねり体験]2,500円
[絵付け体験]2,000円

営業時間 10:00~日没

開催期間 通年

定休日 不定休 P あり(20台)

〒869-1412
阿蘇郡南阿蘇村大字久石 3092

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

0967-67-1230



白川水源の水を使った紙すき体験で
あなただけの和紙を作ろう!

日本名水百選のひとつ「白川水源」の清らかな水を使った紙すき体験。色水や押し花で模様付けして、世界でたったひとつのオリジナル作品を作ることができます。手づくりハガキやタペストリー、しおりなど和紙製品のほか、国産タオルも販売しています。体験の後は、白川水源を散策して帰りましょう。

#お子さまOK
#ファミリー向け

紙すき体験

最少催行 1名 体験時間 30分

※乾燥機含む

料金 1,200円/1回

営業時間 9:30~17:00 (体験受付は16時まで)

開催期間 通年

定休日 不定休(夏休み・観光シーズン無休)

P あり ※白川水源駐車場(無料)をご利用ください

〒869-1502
阿蘇郡南阿蘇村白川 2040

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

あーと和紙工房白水

0967-62-3264



自分だけのオリジナル
アイテムが作れちゃう!

阿蘇の原野に自生するススキを使ったマイほうきや、ガラスの棒を溶かしてつくとんぼ玉、石膏の型模様を彫り、溶けた錫を流し込んでつくる本格的な錫のアクセサリーなどを手作りできます。その他、竹で笛づくりや鉄で小物づくり、万華鏡づくりなどの体験も可能。

#ファミリー向け
#1名催行

自分だけのオリジナル
アイテムが作れちゃう!

阿蘇の原野に自生するススキを使ったマイほうきや、ガラスの棒を溶かしてつくとんぼ玉、石膏の型模様を彫り、溶けた錫を流し込んでつくる本格的な錫のアクセサリーなどを手作りできます。その他、竹で笛づくりや鉄で小物づくり、万華鏡づくりなどの体験も可能。

とんぼ玉・ススキdeほうき・
錫のアクセサリーづくり

最少催行 1名 体験時間 1-2時間

料金 大人(中学生以上)2,000円
子ども1,000円 ※材料費込・すべての講座

営業時間 10:00~18:00(土・日のみ)
[体験]10:00~17:00

開催期間 通年

定休日 月~金曜日 P あり(5台)

〒869-1505
阿蘇郡南阿蘇村中松 2789-1

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

阿蘇ものづくり学校

090-5288-4416 (担当高木)



ものづくりをする 自分だけの作品を! 素敵な旅の思い出に。

阿蘇の自然素材を使った、ものづくり体験目白押し! 初心者にも安心の丁寧な指導で、世界に一つだけのあなただけの作品を作ろう。旅の素敵な思い出・お土産にぜひ!

360度の大パノラマ！
雄大に広がる大草原で
最高の乗馬体験を

乗馬に挑戦する



初心者にも優しく
教えてくれる、
アットホームな
乗馬クラブ



#乗馬 #ファミリー向け

日本有数の敷地面積！

乗馬体験

【初心者向け】

阿蘇エリア / 阿蘇市

最少催行 体験時間
1名 コースにより異なる

自分たちで整地から行い手作りの乗馬クラブ。ここでは引き馬体験から体験乗馬など、初心者でもしっかりと教えてくれるから安心。普段より高い目線、そして馬が一歩進むたびに感じる振動が心地よく、非日常へ誘ってくれます。馬が走る足音と風を切る音を体感すれば、あなたも馬の虜に！

阿蘇山と九重連山を一望できる、標高850mの北外輪山に位置する乗馬クラブ。その敷地面積の広さは実に東京ドーム約32個分。外乗では、馬に乗って草原などに出かけ、歩いたり駆けたりしながら大自然を満喫できます。馬上から眺める四季折々の阿蘇の景色に感動すること間違いなし！山あり谷ありの変化に富んだ、広大でユニークなコースを楽しみましょう。

夢☆大地グリーンバレー

☎ 090-1773-3366

〒869-2305 阿蘇市湯浦 1674-18

料金 ミニトレッキング(30分)

ロングトレッキング(60分)

※料金はお問い合わせください

営業時間 10:00～17:00(冬季は16:00まで)

開催期間 通年

定休日 不定休 P 8台

かわいい動物と ふれあって 心もリフレッシュ！

大自然の中で動物たちと
ふれあうことができるのも
阿蘇の魅力のひとつ。
乗馬体験やふれあい動物園など
かわいい動物達に癒やされてみては？



阿蘇ファームランド

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

フラミンゴやカピバラ、マールなどの動物たちが広場でのんびりと暮らす空間で、エサやりなどのふれあい体験ができます。



大人気の
ビーバーに
会えます！



ふれあい動物



らくのうマザーズ 阿蘇ミルク牧場

南阿蘇エリア / 西原村

牛の乳搾りをはじめ、ポニー乗馬、ヤギや羊、ミニブタ、カモの群れなどたくさん動物を見て、ふれあえる、人気のスポットです。



阿蘇カドリー・ ドミニオン

阿蘇エリア / 阿蘇市

世界の様々な動物たちとふれあえる、「動物ふれあい王国」。世界のクマさん、わんちゃんやにゃんこ、アルパカやカピバラなど、たくさん動物たちとのふれあいが楽しめます。



阿蘇には自然の恵みが
たくさん！



プリッととした
食感ほたて
摘みたて
だからこそ！



とれたマイイチゴは
ビックピカで
とってもジューシー！



9月上旬ごろ

ぶどう

昼夜の寒暖の差が大きい阿蘇はぶどう栽培に適しており、とっても甘いぶどうが育ちます。大粒でとってもプリプリとした、最高のおいしさの摘みたてのぶどうをお召し上がりください。

阿蘇の恵みを楽しむ

収穫体験

昼夜の寒暖差が大きく、きれいな空気と栄養たっぷりの土壌、そして清らかな伏流水…そんな恵まれた環境にある阿蘇は、様々なおいしい農産物の宝庫です。とれたて新鮮な果物や野菜を味わうことができるのも収穫体験の醍醐味。季節ごとの旬の味覚をご堪能ください！



12月～5月ごろ

いちご

阿蘇の苺は、阿蘇の伏流水を使って育ちます。きれいな空気と土壌、そして溢れるほど湧き出る水、そんな豊かな環境で育った阿蘇の苺は、格別に美味しいのです。スーパーでは手に入らない、鮮度抜群のいちごを是非ご賞味ください。

主な品種
ゆうべに / 紅ほっぺ / 恋みのり



6月末～8月中旬ごろ

ブルーベリー

コロんとした実が可愛いブルーベリー。生で食べたことのある人は意外に少ないのでは？阿蘇の大地が育んだ摘みたての完熟ブルーベリーは驚くほど甘みたっぷりで、一度食べたならそのおいしさに病みつきになること間違いなし！フレッシュなブルーベリーをぜひ味わってください。

加工品も
おすすめ！
ジャムやアイス、

10月ごろ

梨

シャリシャリとした食感とみずみずしい味わいがたまらない梨。梨狩りでは、まさに完熟の梨をもぎたてで味わうことができます。完熟の梨は、ジューシーな甘みが広がります。

もぎたて
フレッシュ！



通年

お野菜

阿蘇は、名水百選の水源地をはじめ、いたるところに湧水が存在する美しい水の里。高冷地でもある阿蘇は、平地にくらべると約5度低い平均気温で、寒暖の差が大きいのが特徴です。清らかな水と高原性気候の阿蘇では、栄養たっぷりの甘みのある野菜が育ちます。とれたての野菜の美味しさは格別！



学び・農家体験

触れて、感じて、考えて。 知ると阿蘇をぐっと近く感じる。

熊本地震の記憶を未来へ遺し学ぼう。

震度6強の揺れを受けながら倒壊しなかった建物と断層が、一体的に当時のまま保存されている事例は国内に例を見ません。建物の真下を断層が貫いており、熊本地震による断層の変位による建物への影響を実際に目にすることができます。



#ファミリー向け
#1名催行
#学ぶ

熊本地震震災ミュージアム KIOKU (旧東海大学阿蘇キャンパス)

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

最少催行 1名 体験時間 30分

料金 大人500円 / 県内小中高生無料
県外中学生400円 / 県外小学生300円

営業時間 9:00~17:00 (最終入館 16:30)

開催期間 通年

定休日 月曜日 (祝日の場合は翌平日が休館)
年末年始 (12/29~1/3)

あり (30台)

〒869-1404 阿蘇郡南阿蘇村河陽 5343-1

0967-65-8065

Check! ONE PIECE のロビンも待っている!

ミュージアム前の広場には、「ONE PIECE 熊本復興プロジェクト」で設置されたロビン像が見守っています! 訪れた際にはぜひ記念撮影をしてみてください!

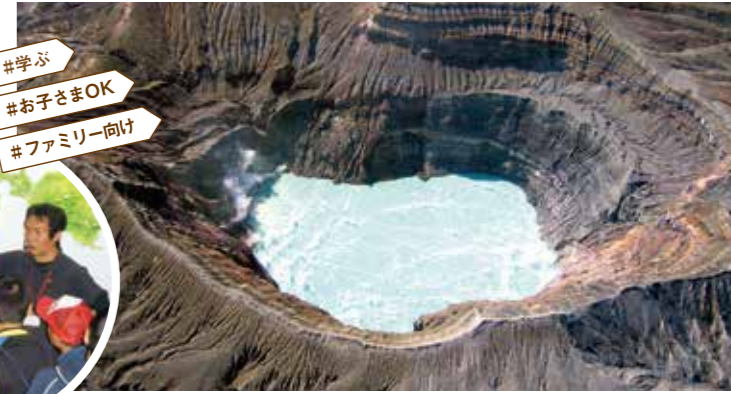


© 尾田栄一郎/集英社

阿蘇のカルデラはいつ、どのようにしてできたのか? 阿蘇の成り立ちを学ぼう!

館内ガイドによる、説明ツアーもあります!

#学ぶ
#お子さまOK
#ファミリー向け



ミュージアムツアー

阿蘇エリア / 阿蘇市

最少催行 2名 体験時間 60分/90分

料金 シニア1,200円 / 大人1,500円
大学生1,300円 / 高校生1,200円
中学生1,100円 / 小学生700円

営業時間 9:00~17:00 (最終入館16:30)

開催期間 通年

定休日 なし Pあり (200台)

〒869-2232 阿蘇市赤水 1930-1

0967-34-2111



杵島岳・烏帽子岳の麓に位置する火山博物館。活発な火山活動を続ける中岳の噴煙を間近に見ることができ、阿蘇の大地の力強さを感じることができます。目の前には草千里が広がるので、あわせて散策を楽しみましょう!

農家体験

自給自足の暮らしや農業の大切さ・大変さ。農泊で大切なことに気づき、学ぼう



小国町うるるん体験

北阿蘇エリア / 小国町

最少催行 30名 体験時間 1泊2日

※1日目午後から2日目午前中まで

料金 1泊2日(2食)9,900円 / お1人様
1泊2日(3食)11,000円 / お1人様

営業時間 8:30~17:30

開催期間 4~11月

定休日 火曜日(祝日営業) Pあり (70台)

〒869-2505 阿蘇郡小国町北里 371-1

0967-46-5560



#農泊体験
#自然を楽しむ

自然と触れ合い、人と触れ合う。心に残る大切な思い出に。

おとな旅に癒される

日常を彩る体験を阿蘇で。大人だからこそ楽しめる体験をご紹介します。のんびり、ゆったり、優雅に嗜む。特別な時間をあなたに。

絶景の中で早朝ヨガ。
阿蘇五岳と大観峰を望む
秘密の場所で
最高の一日がスタート



#ファミリー向け
#ヨガ体験

天空のヨガ

阿蘇エリア / 阿蘇市

最少催行 2名 体験時間 30分 ※移動含め約2時間

料金 お1人様 4,500円

営業時間 [店舗] 9:00~18:00 (3~10月)
9:00~17:00 (11~2月)

開催期間 6月下旬~9月末まで

定休日 木曜定休、祝日営業、荒天中止

あり

〒869-2301 阿蘇市内牧 1092-1

0967-32-4196

※体験は朝 5:45に阿蘇ネイチャーランド集合

阿蘇ネイチャーランド



早朝の澄んだ空気の中でヨガ体験ができます。ネイチャーランドおすすめの"秘密の場所"は、南に阿蘇五岳、東に大観峰を望む贅沢なロケーション! 朝日をたっぷり浴びながら深呼吸したら、どんどんエネルギーがみなぎってくるはず。

創業100年を超える老舗の醤油屋で蔵見学。

九州地方特有の甘めの醤油で、伝統の作り方を守りつつ、現代に合わせた製造や味づくりを行っている醤油屋。筑後川源流の清らかな天然湧水で作る醤油にはファンが多く、杖立温泉、わいた温泉、黒川温泉など、地元の温泉宿でも愛用されています。

醤油蔵見学

北阿蘇エリア / 小国町

最少催行 1名 体験時間 10分/15分

料金 無料

営業時間 8:30~17:00

開催期間 通年

定休日 日曜定休(電話確認を) Pあり (3台)

〒869-2501 阿蘇郡小国町宮原 1734-4

0967-46-2066



オリジナル商品にも要注目



#ファミリー向け
#1名催行
#見学

阿蘇を代表する銘酒「れいざん」を作る過程を見学しよう。

熊本を代表する阿蘇の銘酒「れいざん」を製造する、宝暦12年(1762年)創業という熊本一の歴史を誇る『山村酒造』。霊山・阿蘇の広大な外輪山より湧き出る伏流水水を使って作られた酒は、阿蘇の米、水、人によって育まれてきました。「阿蘇の酒」で自然や歴史を感じてみましょう!



#見学
#1名催行

れいざん酒蔵見学

南阿蘇エリア / 高森町

最少催行 1名 体験時間 90分/160分 ※12:00~13:00を除く

見学後は試飲もできます! ※20歳以上

山村酒造

〒869-1602 阿蘇郡高森町高森 1645

0967-62-0001

料金 無料

営業時間 9:00~17:00

開催期間 通年

定休日 不定休

あり (10台)



おすすめプランを 教えちゃいます!

日帰りで大満喫♪

阿蘇には魅力的な体験がいっぱい! 「あれもこれも楽しみたいけど、どんなプランで1日を過ごそうかな…」とお悩みの方に向けて、おすすめプランをご紹介します! プランを自分なりにアレンジしても楽しめちゃいます! 素敵なワクワク体験を、阿蘇で大満喫してください!



ファミリー向け

家族旅行の楽しい思い出は大きくなって心に残る大切なひととき。日常ではできない体験を通して、家族の絆を育み、最高の思い出を作りましょう!

南阿蘇エリアプラン START

01 器作りにチャレンジ!

P.08 手びねり体験

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

ろくろや手びねりで器作りにチャレンジ! 窯元のご主人と奥さまが優しく丁寧に教えてくれるので安心♪ 小さなお子さまにはお皿に自由に絵付けができる体験もあるので、家族みんなで個性溢れる創作体験を楽しめます!



焼き上がりか楽しみだね!

工房隣接の店舗では、手作り陶器の販売も! お土産を買って帰ろうかな!

10:00



みんなで食べると美味しいね!

02 美味しいランチを楽しむ

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

集中した後は、ランチタイム! 阿蘇には美しい景色を楽しみながら食事ができる、魅力的なお店がたくさん! わいわいみんなで美味しいご飯を食べると、会話も弾む♪



14:00

03 防災について考えるきっかけに

P.12 熊本地震震災ミュージアム KIOKU 南阿蘇エリア / 南阿蘇村

熊本地震による建物への影響を実際に目にすることができる、国内でも貴重な震災遺構。地震の記憶を未来へ遺し、家族みんなで防災を考える学びの機会に。ONE PIECEのロビン像と記念撮影もしよう!

阿蘇ファームランドには自然の地形を活かした、ドーム型ホテルが! そのまま宿泊するのもおすすめです!

敷地内には、お買い物やカフェ・食事が楽しめるスポットも充実! 家族みんなが思い出に残る思い出に過ごせるからいいね!



素敵な思い出がたくさんできたね! GOAL

04 かわいい動物とお友達に!

P.09 阿蘇ファームランド

南阿蘇エリア / 南阿蘇村

うさぎやフラミンゴ、カピバラ、ビーバーなどたくさんの動物が広場で自由気ままに暮らす「阿蘇ファームランド」。動物たちとエサやりなどのふれあい体験が楽しめる! どんな食べ物が好きかな? どんな鳴き声かな? じっくりと観察してふれあって、動物たちに癒されながらのんびりと過ごそう!



一緒に写真を撮ろう! 思い出の1ページに♪

カップル向け

阿蘇エリアプラン START

01 阿蘇の町を自由にサイクリング!

P.04 レンタサイクル

阿蘇エリア / 阿蘇市

2人だけの時間をたっぷり過ごせるカップル旅行では、テーマを決めておくとより楽しい!いつものデートとはちょっと気分を変えていろいろな体験にチャレンジしてみましょう!



10:00

02 サイクリング途中にランチタイム♪

阿蘇エリア / 阿蘇市

自転車での散策途中に、気になったお店でランチ休憩。地域ならではの美味しいものを堪能してパワーチャージ!

12:00



ふらっとお店に立ち寄るのも、お店を事前にチェックしておくのも◎ 2人にあった巡り方を楽しもう♪



内牧から縁結びのバースポットとしても有名な阿蘇神社まで、片道30分強の散策コースも人気! 途中にある足湯でリラックス

03 季節の果物を楽しもう!

P.10 収穫体験

阿蘇エリア / 阿蘇市

雄大な阿蘇五岳を一望しながら観光農園で果物狩りをどうぞ! ジューシーで甘酸っぱいいちごは12~5月頃、大粒でとっても甘いぶどうは9月頃など、観光農園ごとに様々な収穫体験や直売所が楽しめます! 四季折々の阿蘇の恵みをお召し上がりください。



14:00

どんないちごが甘いかな?

阿蘇市内にある観光農園「果実の国カップルズ」では、ソフトクリームやスイーツの販売も! 農園直営ならではの美味しい果物の風味を堪能しよう!



もぎたてフルーツの美味しさは格別!

04 大自然 × 夕日の絶景。大空へテイクオフ!

P.05 サンセットフライト

阿蘇エリア / 阿蘇市

1日2名様限定の夕方特別体験メニューなので早めの予約が必須! パラグライダーで大空へテイクオフした後、眼前に阿蘇の雄大な景色と美しい夕日が広がり、最高にロマンチックなひとときを過ごせます! 2人の阿蘇の旅を締めくくる、ずっと忘れられない感動体験になること間違いなし!



16:00

インストラクターの方との2人乗りなので安心してフライトを楽しめます! 時間と共に移ろう美しい景色を目に焼き付けて最高の思い出に。

温泉に行って立ち寄り湯や宿泊するのもいいね!

楽しい1日ありがとう! GOAL