



# LET'S GO TO AMAKUSA KUMAMOTO, JAPAN



ようこそ、日本の宝島「天草」へ



九州の中央、熊本県の南西部に位置する天草。美しい海と大小約 120 の島々からなる天草は、海岸線を中心に雲仙天草国立公園に指定されています。一年中出逢うことのできる野生のイルカ、恐竜の島での化石採集、島に息づくキリシタン文化、そして美味しい食材の数々。心ときめく絶景と体験を求めて、天草を旅してみませんか。

#### 高舞登山の夕陽

「日本三大松島」の一つ、天草松島。高舞登山からは海に浮かぶ島々と島を結ぶ天草五橋を一望することができます。ここから見える夕陽は「日本の夕陽百選」にも選ばれており、多島海景観の奥に沈んでいく光景は幻想的です。

01 住 / 上天草市松島町阿村  
☎ 372 668 278\*57



**大ヶ瀬の夕陽**

水平線に沈む美しい夕陽が見られることから、多くの夕陽スポットがある天草。見渡す限りの大海原に沈みゆく夕陽には思わずため息がこぼれます。

02 住 / 天草市天草町大江 (西平橋公園)  
☎ 474 342 322\*07

**これまでに体験したことのない  
非日常を求めて**



**人間と猫が仲良く暮らす  
小さな島「湯島」**



**湯島**

「猫島」として人気の観光地「湯島」。周囲約4kmの島で、港につけば、すぐに沢山の猫が出迎えてくれます。港近くを歩くと見えてくるのは、ハートの形をした大きなアコウの木。大切な人と是非訪れてほしいスポットです。猫に先導されながら小さな路地を散策。時間の流れさえも忘れてしまうようなゆったりとしたひとときを過ごすことができます。



03 住 / 上天草市大矢野町湯島  
☎ 173 055 560\*55  
江樋戸港から湯島港まで定期船で約25分  
1日往復5便  
料 / 片道：大人(中学生以上) 600円、小人 300円



遭遇率95%以上！  
野生のイルカに癒されるひととき

### イルカウォッチング

天草には、野生のミナミハンドウイルカが約200頭生息しており、一年を通してイルカに出会うことができます。好奇心が強く、人なつこいイルカたちが船に近づいて愛嬌たっぷりに泳ぎ回る姿は、多くの観光客を魅了しています。

04 天草イルカインフォメーション  
住 / 天草市五和町二江 4689-1  
料 / 大人(中学生以上)2,500円、小学生1,500円、幼児(2歳以上)500円  
Tel / 0969-26-4500 ☎ 254 751 030\*37

05 株式会社シークルーズ  
住 / 上天草市松島町合津 6215-22  
料 / 大人4,500円、中学生3,500円、小学生2,250円、幼児1,500円(ネット割引あり)  
Tel / 0969-56-2458 ☎ 372 666 699\*18



## 一年中楽しめる海、化石が見つかる 恐竜の島で一生の思い出づくり

天草は、1億年の時が刻まれた大地、風光明媚な島々と美しい海、そして豊かな生態系からなる自然に囲まれた地域で、日本ジオパークに認定されています。大自然の中でのアクティビティで、天草を体感してください。



海の上を  
散歩してみませんか？

### SUP&シーカヤック

ボードの上に乗って、パドルを漕いで海上散歩を気軽に楽しめるSUP(スタンドアップパドルボード)や、潮風を感じながらのんびりと海を満喫できるシーカヤックは天草で人気のアクティビティです。

Tel / 0969-22-2243 (天草宝島観光協会)  
0964-56-5602 (天草四郎観光協会)



アンモナイトの  
化石も  
見つかるかも？

### 化石採集

天草市御所浦町は大小約18の島々からなり、恐竜やアンモナイトなど1億年前・白亜紀の貴重な化石が発見されています。「恐竜の島」ともいわれるこの町では、化石採集や島々を巡るクルージングが体験できます。

06 御所浦白亜紀資料館  
住 / 天草市御所浦町御所浦 4310-5  
料 / 資料館観覧料 大人200円、高校生150円、小中学生100円  
化石採集場 無料  
Tel / 0969-67-2325 ☎ 254 025 085\*83



### スキューバダイビング

透明度が高いことから、多くのダイバーが集う天草の海。海に潜ると、色とりどりのサンゴや亜熱帯の魚を間近で見ることができます。

Tel / 0969-22-2243 (天草宝島観光協会)

### 九州屈指の ダイビングスポット



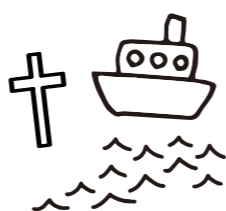
## 信仰を守りつづけた漁村集落



### 崎津集落

静かな漁村とその中央にたたずむゴシック様式の崎津教会。教会内は珍しい畳敷きになっており、祭壇が置かれている場所は禁教時代に絵踏みが行われた場所とされています。

07 住 / 天草市河浦町崎津 539 (崎津教会)  
Tel / 0969-78-6000 (崎津集落ガイダンスセンター)  
☎ 474 228 070\*84



## 天草に息づくキリシタン文化

天草におけるキリシタン文化は「伝来」「繁栄」「弾圧」「潜伏」「復活」という世界的にも珍しい歴史をたどりました。崎津集落は、歴史の面影が今なお残る場所であり、「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の構成資産として、2018年世界文化遺産の登録が期待されています。

## 丘の上に建つ、白亜の教会



### 大江教会

キリシタン教解禁後に天草で最初に建てられたロマネスク様式の教会です。敷地内にはルルドの聖母マリア像もあり、キリシタン教の歴史が感じられます。

08 住 / 天草市天草町大江 1782  
Tel / 0969-22-2243 (天草宝島観光協会)  
☎ 474 314 012\*18



## 夕景に浮かび上がるマリア像

### マリア像の夕陽

1974年にキリシタン教信者などによって建てられ、漁師たちの安全を見守っています。夕陽と重なるその姿は幻想的で、撮影スポットとしても人気です。

09 住 / 天草市河浦町崎津  
Tel / 0969-22-2243 (天草宝島観光協会)  
☎ 474 197 595\*07



### 旅館の面影を感じながら、崎津のキリシタン文化を学ぶ 崎津資料館みなと屋

崎津集落の歴史や文化を紹介する資料館。建物は1936年に建てられた旅館を改修したもので、間取りは当時のまま残してあります。

10 住 / 天草市河浦町崎津 463  
料 / 無料 Tel / 0969-75-9911  
☎ 474 228 041\*15



### 崎津の観光案内所

崎津集落ガイダンスセンター 崎津集落の散策前に立ち寄っていただきたいのがこちら。観光案内のほか、崎津教会での拝観マナーを教えてください。

11 住 / 天草市河浦町崎津 1117-10  
料 / 無料 Tel / 0969-78-6000  
☎ 474 228 579\*50

## キリシタン文化の歴史

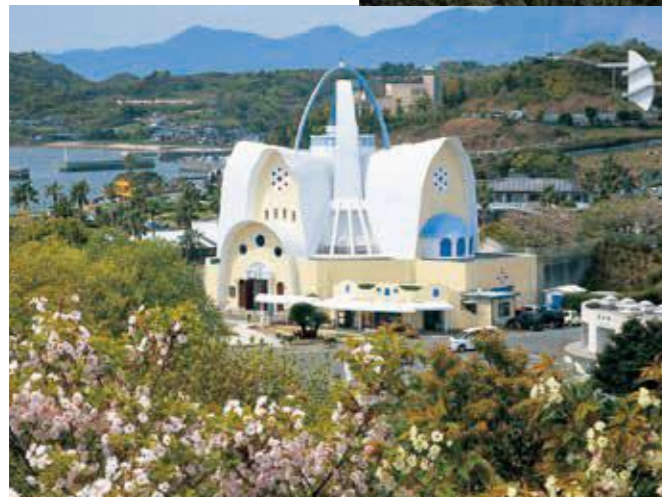
1566年、ポルトガル人宣教師によって天草にキリシタン教が伝わりました。キリシタン教は瞬く間に広がり、天草の地で繁栄していきます。しかし、1614年に江戸幕府がキリシタン禁制を発令。天草でも弾圧が厳しくなります。さらに、過酷な年貢の取り立てが続き、耐えかねたキリシタンたちが1637年に幕府を相手に一揆を起こします(島原・天草一揆)。この一揆を契機に、江戸幕府による禁教政策は強化されますが、天草のキリシタンは密かに信仰を守り続けました。やがて、1873年に禁教を掲げた高札が撤去され、キリシタン教は解禁。1933年には大江教会が、1934年には崎津教会が建てられ、今もなお天草各地でキリシタン教の信仰が守られています。

## 天草の歴史や 雲仙天草国立公園 について学ぶ

### 富岡城 熊本県富岡ビジターセンター

雲仙天草国立公園の内容や、天草地域の魅力ある自然景観、歴史、文化環境について学ぶことができます。

12 住 / 天草郡苓北町富岡 2245-15  
料 / 無料  
Tel / 0969-35-0170  
☎ 713 093 059\*76



## 天草の歴史を 楽しく学ぶ



### 天草四郎ミュージアム

1637年の島原・天草一揆の歴史や天草の南蛮文化を映像や資料で伝える歴史テーマ館。3D劇場など、メディア技術を駆使した展示で楽しく学ぶことができます。

13 住 / 上天草市大矢野町中 977-1  
料 / 大人 600円 中学生以下 300円  
Tel / 0964-56-5311  
☎ 372 845 654\*08



### 天草キリシタン館

天草のキリシタン史をわかりやすく紹介しています。中でも国指定重要文化財の天草四郎陣中旗は必見です。

14 住 / 天草市船之尾町 19-52  
料 / 大人 300円 高校生 200円 小中学生 150円  
Tel / 0969-22-3845  
☎ 254 427 700\*12



### 天草ロザリオ館

潜伏キリシタンの暮らしや信仰を伝える遺物や資料を展示。3D映像も見ることができます。

15 住 / 天草市天草町大江 1749  
料 / 大人 300円 高校生 200円 小中学生 150円  
Tel / 0969-42-5259  
☎ 474 284 705\*85



### 天草コレジヨ館

西洋楽器やグーテンベルク印刷機の複製など、天草の南蛮文化にまつわる資料を多数展示しています。

16 住 / 天草市河浦町白木河内 175-13  
料 / 大人 200円 高校生 150円 小中学生 100円  
Tel / 0969-76-0388  
☎ 474 235 363\*02



### アダム荒川の記念広場

アダム荒川は、キリスト教信者への献身と殉教が認められ、2008年、ローマ教皇により天草で初めて福者に列せられました。

17 住 / 天草郡苓北町富岡 834  
Tel / 0969-35-1111  
(苓北町商工観光課)  
☎ 713 093 176\*48



「Amacusa MUSO」シリーズ。モダンなフォルムで現代の暮らしにマッチしているのが特徴。

## 陶磁器の島、「天草」。

天草陶石で作られた磁器は、強度が高く、濁りのない透明感のある美しい白色に仕上がります。また、高温でも変形しにくいことから、世界有数の陶石として確固たる地位を築いています。現在では、国内で産出される陶石の約8割を占め、佐賀の有田焼や京都の清水焼などの主原料としても用いられています。

天草島内には30を超える窯元が存在し、窯元巡りや絵付け体験が人気です。

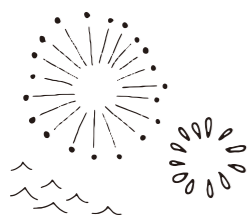
また、2018年には、天草の白磁を世界に発信する「Amacusa MUSO」シリーズが開発され、注目を集めています。

伝統を重んじながらブランド確立に挑戦する陶磁器の島、「天草」で自分好みの器を探してみませんか。



# 天草の祭りと 美しい景色を楽しむ

天草を、目で見て、耳で聞いて、そして肌で感じたい。  
そんな人には、華やかなお祭りや雄大な景色を存分に味わえる  
トレッキング、サイクリングがおすすめです。



## 牛深ハイヤ祭り

江戸時代から伝わるハイヤ節。牛深の中心街  
を練り歩くハイヤ総踊りは圧巻！  
観光客の飛び入り参加も可能です。

18 住 / 天草市牛深町中心街  
Tel / 0969-73-2111  
(牛深ハイヤ祭り実行委員会)  
時 / 4月第3週の金・土・日  
☎ 299 663 848\*23

## 約3,000人の参加者が熱狂する、 天草の伝統芸能



## 華麗な花火が空を舞う、 天草夏の風物詩



## 天草ほんど花火大会

約 12,000 発の花火が夜空を輝か  
せる一大イベント。地元の物産  
が豊富に並ぶマルシェやステー  
ジイベントも開催され、多くの  
見物客で賑わいます。

19 住 / 天草市本渡町広瀬 (大矢崎緑地公園)  
Tel / 0969-23-2001  
(天草ほんどハイヤ祭り実行委員会)  
時 / 7月下旬  
☎ 254 459 164\*81

## 青い海と 緑の島々からなる 絶景を望む



### トレッキング

天草は、低くならかな山が多  
いため初心者でも気軽に楽しむ  
ことができます。山頂からは多  
島海景観や広大な海を望むこと  
ができ、秋から冬にかけて各地  
でイベントが開催されます。

Tel / 0964-56-5602 (天草四郎観光協会)

## 潮風を感じながら天草をめぐる

### サイクリング

天草の島々と美しい景観を存分に味わい  
ながら走ることができるため、人気のス  
ポーツです。サイクリストが休憩や水分  
の補給などの際に無料で立ち寄ること  
のできるスポット (サイクルステーション)  
も多く設置されています。

Tel / 0964-56-5602 (天草四郎観光協会)



サイクルステーション  
を示すマーク





毎日とれたて！これぞ本場の海の幸

#### 海鮮料理

海の幸が豊富な天草。寿司、刺身、天ぷら、海鮮バーベキューなど多くのバリエーションで新鮮な魚を食べることができます。

TEL / 0969-22-2243 (天草宝島観光協会)  
0964-56-5602 (天草四郎観光協会)

## 豊かな自然が生み出した、見た目も豪華な天草グルメ

海に囲まれた天草は食材の宝庫。水揚げされたらその日のうちに食卓に並ぶ新鮮な魚、幻の地鶏・天草大王、素材の旨みが詰め込まれた天草ちゃんぽん、「旅」に食を求めるなら、天草へ。



ウニ

天草では、季節ごとに異なる種類のウニを味わうことができます。特に、夏に食べられるアカウニは絶品。濃厚なうまみと上品な甘さが口の中に広がります。



車えび

日本有数の生産量を誇り、ぷりぷりと引き締まった身が特徴です。6月～8月頃は天然ものが、10月～2月頃は養殖ものが出荷されます。



伊勢えび

天草の西海岸は日本有数の伊勢えびの好漁場です。漁が解禁される8月下旬～12月には旅館や民宿で新鮮な伊勢えび料理が味わえます。



タコ

天草特産の「タコ」。歯ごたえがありながらもやわらかく、甘みがあるのが特徴です。タコを丸ごと煮込んだタコステーキやタコ飯等様々なタコ料理を味わうことができます。



### 日本最大級の地鶏、天草大王



#### 天草大王

日本最大級の大きさを誇る地鶏で、肉質はほどよい歯ごたえがあり、味はうまみを保ちながらもあっさりとしています。天草に来たらぜひとも食べたい一品です。

TEL / 0969-22-2243 (天草宝島観光協会)  
0964-56-5602 (天草四郎観光協会)



天草大王

### 天草島民に愛されるあったかグルメ



#### 天草ちゃんぽん

日本三大ちゃんぽんの一つである天草ちゃんぽんは天草のソウルフード。あらゆるお店でメニューに並んでおり、その提供店舗数は100以上あります。

TEL / 0969-22-2243 (天草宝島観光協会)  
0964-56-5602 (天草四郎観光協会)





## 天草松島の多島海を 眺めながら入る贅沢な温泉



### 上天草温泉郷（松島）

「美人の湯」として評判が高い松島温泉。多島海景観が望める天草松島にあり、海に沈む夕陽を眺めながら楽しむ温泉は格別です。

20 住 / 上天草市松島町  
Tel / 0964-56-5602 (天草四郎観光協会)



## 旅の疲れを癒す、至福のひととき

心身を癒してくれる温泉は、日本人にとって欠かせないものであり、日本の文化ともいえます。

日本でも珍しい、島々が連なる場所から湧き出す松島温泉と大矢野温泉は、総称して上天草温泉郷と呼ばれ、多くの観光客から親しまれています。

また、下田温泉では、源泉かけ流しの良質な温泉とともに、古き良き日本の温泉街を楽しむことができます。

## 心と体を癒やす 極上のヒーリングタイム



### 上天草温泉郷（大矢野）

大矢野地区に湧き出す5つの温泉の総称。それぞれが特色ある温泉を有しており、子どもからお年寄りまで幅広い年齢層に人気があります。

21 住 / 上天草市大矢野町  
Tel / 0964-56-5602 (天草四郎観光協会)



## 天草最古の 歴史を誇る温泉



### 下田温泉

約700年の歴史ある温泉で、とろみのある泉質が特徴です。風情漂う十数軒のホテルや旅館、民宿が立ち並びます。

22 下田温泉旅館組合  
住 / 天草市天草町下田北 1310-3  
Tel / 0969-42-3239 ☎ 474 616 343\*38

# お土産にしたい 天草の逸品



## 天草の自然の恵みで 作られた塩

### あまくさんソルト

有明海、八代海、東シナ海と周囲を3つの海に囲まれた天草の自然の恵みを受けてできた「あまくさんソルト」。それぞれの塩工房が、こだわりの製法で作っています。



## 真珠といえば天草

### 真珠のアクセサリ

天草は真珠の養殖に適した穏やかな海に囲まれた日本有数の産地です。絹のような光沢があるのが天草真珠の特徴です。



## 天草唯一の蔵元手仕込みの米焼酎

### 焼酎「天草」

天草唯一の蔵元が、熊本県産の厳選米と清麗な水を使って完全手仕込みで造っている焼酎。こくのある、まるやかな口あたりが特徴です。

## 天草の柑橘5種類を ブレンドした濃厚ゼリー

### まるごと ぎゅーっとゼリー

不知火、清見、ポンカン、あまくさ晩柑、温州みかんのストレート果汁を独自の配合でブレンドして作られています。



## 南蛮文化と日本文化が 融合した漁師のおやつ

### あか巻

あんこ入りのロールケーキを餅で巻いた伝統郷土菓子。ロールケーキはヨーロッパから伝わった南蛮菓子の一つ。体力を使う漁師が船の上で食べるおやつとして開発されました。

## 天草の柑橘の旬は、 冬から初夏まで

### 柑橘

ジューシーフルーツと呼ばれるほど果汁の多い「あまくさ晩柑」や、果肉がまるで真珠のような輝きを持つことから名付けられた「パール柑」、甘くてジューシーな「デコポン」など、多くの柑橘が育てられています。



## ロングセラーの 南蛮菓子

### 天草サブレ

サブレはヨーロッパから伝わった南蛮菓子の一つ。さくとした味わいとミルクの味が特徴の、天草のロングセラー商品です。

## いりこがアクセントの 甘辛いせんべい

### 天草大漁焼

旬の天草産いりこにあられとピーナッツを加え、職人が一枚一枚手焼きしたせんべい。お土産として人気の高い商品です。



## イチジクを 使った餅菓子

### 四郎の初恋

1591年、ポルトガル人宣教師が日本で初めて天草にもたらしたと言われるイチジク。食べるとイチジクの甘い香りが広がります。



## 天草を楽しむモデルコース

### 福岡から、天草エアライン&レンタカーで行く 天草2日間コース



### 熊本から、電車&バス&船&レンタカーで行く 天草2日間コース



# ACCESS

- 飛行機
- JR
- 九州新幹線
- 高速道路



# MAP



## 観光協会

天草を訪れたら、まず観光協会へ。詳しい天草の観光情報を手に入れることができます。

### 天草四郎観光協会

上天草市大矢野町中11582-24  
Tel / 0964-56-5602

### 天草宝島観光協会

天草市中央新町15-7  
天草宝島国際交流会館ポルト内1階  
Tel / 0969-22-2243

## フリーWi-Fi

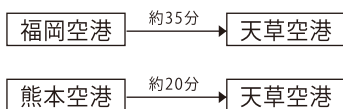
天草では無料で利用可能な公共のWi-Fiサービスを提供しています。「kumamoto-free-wifi」または「Amakusa\_Free\_Wi-Fi」という名前や下のロゴマークを見つけたら、その場所からアクセスが可能です。



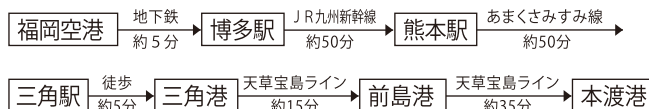
※「マップコード」および「MAPCODE」は(株)デンソーの登録商標です。  
※本誌掲載の時刻、料金についてのデータは平成30年3月末現在のものです。

## 天草へのアクセス

### ■飛行機で



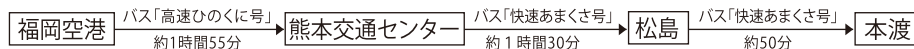
### ■電車と船で(福岡から)



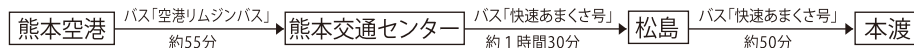
### ■電車とバスで(福岡から)



### ■バスで(福岡から)



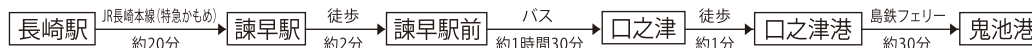
### ■バスで(熊本から)



### ■車で(福岡から)



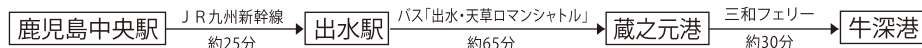
### ■電車とバスと船で(長崎から)



### ■バスと船で(長崎から)



### ■電車とバスと船で(鹿児島から)



### ■電車とバスとタクシーと船で(鹿児島から)



## VISITあまくさプロジェクト実行委員会

事務局 熊本県天草広域本部総務振興課  
 熊本県天草市今釜新町3530  
 TEL / 0969-22-4214