

구마모토의

농산어촌을 즐기는 법 BOOK

맛있고 즐겁고
건강해질 수 있는!
190곳을 소개

이 안내 책자에 관한 문의

구마모토현 농림수산부 농촌진흥국 농촌진흥과 Tel.096-333-2415

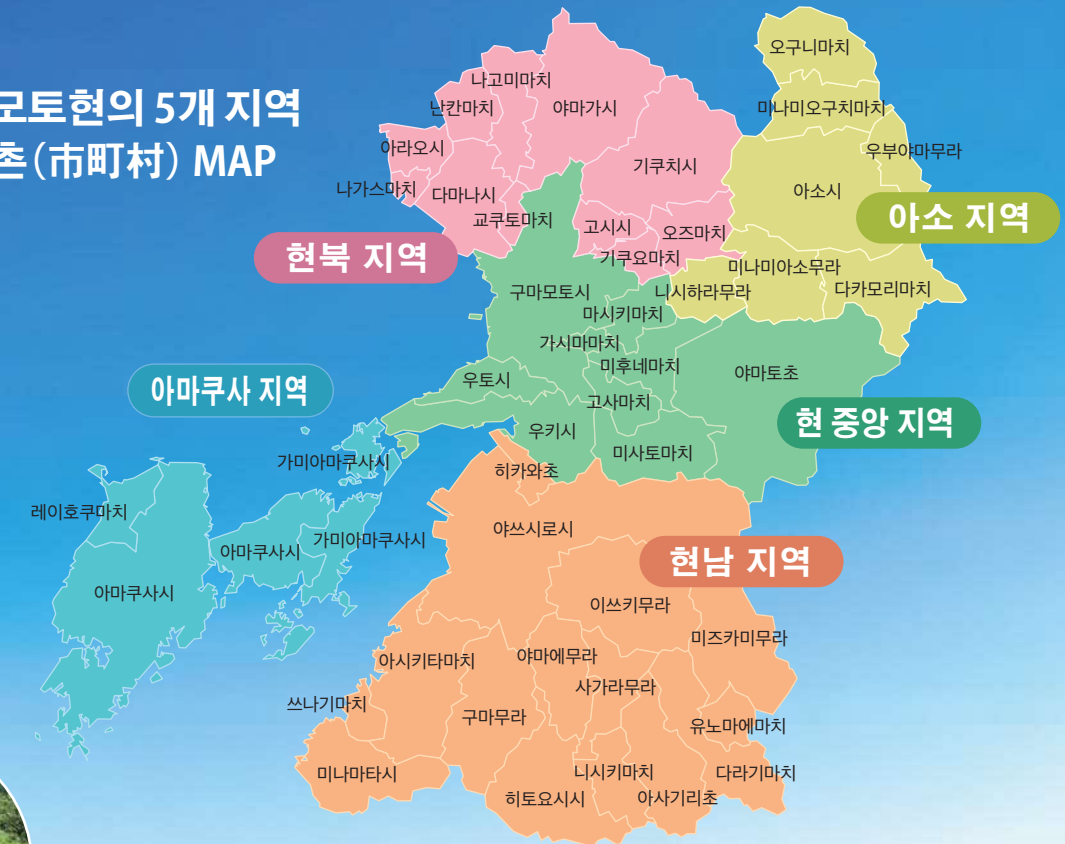
발행처: 구마모토현
소속: 농촌진흥과
발행연도: 2023년도

구마모토의 농산어촌에 오신 것을 환영합니다

대자연을 무대로 한 엔터테인먼트 그것이 "구마모토의 농산어촌"

산지가 많은 구마모토현은 현 토지 면적의 70프로 이상이 도시와 평지 이외의 중산간 지역으로 알려져 있습니다. 또한 연안부와 섬들을 포함하면 현내의 많은 지역이 농촌, 산촌, 어촌, 즉 "농산어촌" 지역이라 할 수 있습니다. 구마모토현은 전국 유수의 관광지이기도 하지만, 예를 들면 구로카와 온천이 있는 아소나 아마쿠사는 농산어촌이라고 할 수 있는 지역입니다. 그렇습니다, "구마모토의 농산어촌"은 그야말로 즐거움이 가득한 엔터테인먼트 명소이며 현지인들도 오모테나시를 위한 준비를 하고 여러분들을 기다리고 있습니다. 그러한 "구마모토의 농산어촌"에서 즐길 수 있는 다채로운 프로그램과 여러 장소들을 이 한 권으로 정리해 보았습니다. 페이지를 넘기면서 "이번 휴일에는 이 체험을 해보지 않을까?" "다음에는 이 지역에도 가 보자!" "기왕이면 숙박을 하며 여러 곳을 돌아볼까"라고 많이들 호응해 주시길 바랍니다.

구마모토현의 5개 지역 시정촌(市町村) MAP



INDEX

수확, 수공업품 만들기에 자연체험,
현지 요리와 민박 등

P3~
P4

구마모토의 농산어촌에서 즐길 수
있는 비장의 여행 체험 코스 10

지역별

구마모토의 농산어촌은 어떤 곳?

P5~
P6

현북 지역

P7~
P8

아소 지역

P9~
P10

현 중앙 지역

P11~
P12

현남 지역

P13~
P14

아마쿠사 지역

온천지 근처에서 즐길 수 있는

P15~
P16

농산어촌
추천 체험

머물며 돌아보면 더욱 즐겁습니다!

P17~
P18

농산어촌
1박 2일 여행 바다와
산의 추천 경로

원천 총수, 용출량이 전국 5위의 원천 왕국인 구마모토현. 예를 들면 아래의 온천지와 세트로 이런 체험을 해보는 것은 어떨까요? 농산어촌에서 잘 배우고, 많이 놀고, 온천에서 개운하게 시간을 보내면 몸도 마음도 재충전이 가능합니다!



1 절경

당장이라도 카메라를 들고 밖으로 나가고 싶어지는 풍경들.

산간 지역이 많은 구마모토에는 일본의 들판 풍경인 다랑논이나 전원 풍경이 여기 저기에 많이 있습니다. 그리고 역동적인 폭포와 계곡, 환상적인 구름바다와 아침이슬의 바다 등, 농산어촌에는 감동적인 풍경이 많습니다.



구마모토의 농산어촌에서 즐길 수 있는 10가지

맛있는 음식이 가득한 구마모토현. 그것은 전부 농산어촌의 자연이나 농업과 어업을 운영하는 분들의 덕분입니다. 자연이 풍부한 각지에는 두근거리는 감동적인 만남이나 체험으로 가득합니다.

Do! Watch! Eat! Stay!

젖을 짜고 먹이를 주며 동물들과 친해져 봅시다.



7 동물들과의 만남

농업, 어업뿐만 아니라 축산업도 구마모토의 매력 중 하나. 대자연 속, 초원에서 한가로이 풀을 뜯고 있는 소들과 만나거나 소 젖짜기나 먹이 주기 등의 목장 체험을 경험해 볼 수 있는 곳도 있습니다.

4 요리 체험/가공품

요리 실력이 뛰어난 현지의 명인이 만들고, 알려주는 맛있는 요리.

구마모토의 농산어촌에는 신선한 야채와 생선 등을 활용한 맛있는 요리가 많습니다. 요리 실력이 뛰어난 현지의 명인이 만든 야채가 가득 들어간 단고지루와 곤약 만들기 등의 향토 요리 교실도 개강중입니다.



8 과일 따기 체험

계절별로 제철과일을 체험! 역시 바로 따서 먹는 것이 가장 맛있어요.

1년 내내 다양한 과일을 맛볼 수 있는 구마모토현. 계절별 과일 따기를 즐길 수 있는 관광 농원도 많이 있습니다. 12월~4월은 딸기와 굴 따기 시즌. 바로 딴 것을 한 입 가득 먹을 수 있는 것은 산지에서만 즐길 수 있는 특권입니다.



2 어업 체험

어부와 함께 넓은 바다로 맛있는 물고기를 잡을 수 있을까?

아리아케해, 야쓰시로해, 아마쿠사나다 3개의 바다에 면해 있는 구마모토. 그곳에서 살고 있는 어부들이 물고기를 잡는 방법이나 손질 하는 방법 등, 어촌 생활의 즐거움과 삶의 지혜 등도 알려줍니다.



3 임업 체험

날개술로 지은 밥과 죽세공 등 산에서의 생활과 놀이를 체험.

통나무를 쪼개 장작을 만들어 아궁이에 불을 피우고, 큰 날개술로 밥을 짓거나 산에서 잘라온 대나무를 사용하여 대나무 잠자리를 만들거나 합니다. 산에서의 생활과 문화를 즐기며 배워보지 않겠습니까?

5 농림 어가 민박

하루에 1~2팀 한정. 실제로 생활하는 기분으로 농산어촌에서 숙박.

농가나 어부 등이 경영하는 민박. 그 중에는 한 채를 전체 대여하는 방식도 있습니다. 주인과의 교류나 제철 식재료가 가득한 식사, 산에서 잘라온 대나무를 사용한 죽세공 체험 등, 농산어촌의 생활 그 자체를 즐길 수 있습니다. 따뜻한 오모테나시에 마음이 편안해집니다.



6 농업 체험

맛있는 야채를 키우는 방법, 수확하는 법을 알려 드립니다!

잡아 당기면 큰 고구마가 모습을 드러냅니다. 야채 수확 체험을 비롯해 농부와 함께 즐기는 농업 체험. 이것을 계기로 야채를 좋아하게 된 아이들도 많습니다. 겨울에는 전골 요리에 빠질 수 없는 배추 등의 겨울 야채가 기다리고 있습니다. 11월 경부터는 전골 요리에 빠질 수 없는 배추 등의 겨울 야채가 기다리고 있습니다.



10 풋패스

풋패스란 영국에서 시작된 "걷기를 즐기기 위한 오솔길"을 의미합니다. 구마모토의 농산어촌에도 삼림이나 전원, 오래된 거리 등을 즐기는 풋패스 코스가 많이 있으며, 그런 코스에 가이드가 동행하는 투어도 인기가 많습니다.

있는 그대로의 풍경을 즐기는 영국에서 시작된 산책 체험.



9 산지 직판장

농산어촌이 자랑하는 맛과, 뛰어난 기술로 만들어진 제품들을 선물로.

농산어촌의 각지에는 산지 특유의 신선함과 저렴함이 자랑거리인 농산물 직판장이 여러 곳에 있습니다. 이런 저런 맛있는 음식뿐만 아니라 그릇이나 목공, 죽세공, 무첨가 비누에 액세서리 등 수제 잡화도 두루 갖추어져 있습니다.



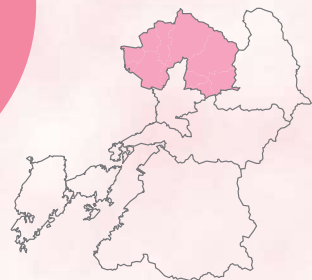
구마모토의
농산어촌은
어떤 곳일까요?



현북 지역

현북 지역은
어디일까요?

아라오시, 다마나시,
야마가시, 기쿠치시,
고시시, 교쿠토시, 난칸마치,
나가스마치, 나고미마치,
오즈마치, 기쿠요마치



현북 지역의 농림수산물



서쪽으로 아리아케해,
동쪽으로는 완만한 산들이
이어지는 **현북 지역**

바다, 과일, 쌀에 고기, 진수성찬이 가득

현북 지역은 기쿠치가와 강이나 아리아케해 등과 같이 수원이 풍부하여 다채로운 농림수산물이 있습니다. 그 근원이 되는 것이 기쿠치가와 강입니다. 그 유역에는 미네랄이 풍부한 청류와 사양토의 논이 펼쳐져 있어서 낮과 밤의 일교차 속에서 자란 쌀은 높은 평가를 받고 있습니다.

또한 축산업도 활발하여 구마모토현산 브랜드 소인 "구마모토 구로게 와규"와, 쌀을 먹고 자란 "에코메규" 등의 브랜드 소도 키우고 있습니다. 과일 수확 체험 등을 즐길 수 있는 관광 농원도 많이 있습니다. 아리아케 해변에는 국내 최대급의 갯벌인 "아라오히가타 갯벌"이 있어서 양식 김이나 천연 대합 등 갯벌의 자원도 풍부합니다.

또한, 걸쭉한 느낌의 수질을 가진 야마가 온천과 히라야마 온천, 다마나 온천 등 수질은 좋은 온천도 융출되고 있습니다.



향토 요리

●오히메상다고지루

구마모토를 대표하는 향토 요리
"다고지루". 기쿠치시 등 현북 지역의
일부에서는 밀가루와 물 외에
고구마를 반죽한 "다고(경단)"를 사용.
부드러운 식감은 물론, 고구마의
단맛이 맛에 깊이를 더합니다!

공주님의 피부처럼 부드럽고
쫄깃한 다고(경단)이 들어가
있습니다.



크고 작은 여울과
못, 폭포가
만들어내는
아름다운 계곡과
숨을 즐길 수 있는
"기쿠치 계곡"



석양 명소이기도 한 아라오히가타 갯벌.
쨍처럼 볼 기회가 없는 날아오는 물새들의 모습도 즐길 수 있습니다

필수 코스



에도시대의 가부키의 가부키 극장 양식을
현재까지도 전해주는 국가지정 중요문화재

●야치요자(야마가시)

1910년에 야마가의 실업가들이 건조. 천장의 대형
광고와 낚시로 만든 상설리에 등도 당시 그대로입니다.
현재에도 가부키를 비롯한 공연이나 행사가 열리는 것
외에도 내부 견학도 즐길 수 있습니다.

이어져 온 다랑논 유산

기쿠치가와 강이 구불구불하게
흐르는 구릉이 절경을 이루는
다랑논.



※"이어져 온 다랑논 유산"이란 다랑논 지역의 부흥에 관한 노력을 평가하고 다랑논 지역의
활성화와 기능 이해를 도모하는 것을 목적으로 한 포스트 "다랑논 100선"의 인정 제도

●다키타나다
(기쿠치시)

기쿠치 계곡의 하류
지역의 물가에 개간된
다랑논. 기쿠치가와 강
건너편에는 다랑논을
한눈에 볼 수 있는 곳도
있으며, 봄에는 벚꽃나무
가로수, 여름에는
해바라기, 가을에는
코스모스와 단풍 등 각
계절 별로 꽃들이 멋진
경치를 만들어냅니다.

향토 선물

국내외에서 고품가. 현지 농가와
함께 만들어내는 현지의 와인.

●기쿠카 와인(야마가시)

야마가시 기쿠카마치에서 재배된 와인용 포도를 원료로 하는 순수
일본산 와인. 특히 샤르도네는 일본 국내외의 와인 경연대회에서
수많은 상을 수상. 포도밭과 병설되어 있는 양조장이 있는 "기쿠카
와이너리"에는 시음 코너와 맛있는 와인이 다양하게 갖추어진
셀렉트샵도 있습니다.



이벤트

오곡풍양을 기원하며 서로 경쟁하는
박력 넘치는 대형 쌀가마니 굴리기 레이스!

●다마나 오다와라 마쓰리(다마나시)

에도시대, 쌀의 집적지였던 다마나의 역사와
오곡풍양에 감사하는 축제. 특히 무게 1톤, 가로폭
4m, 직경 2.5m의 거대한 쌀가마니를 굴리는 대형
가마니 굴리기 레이스는 박력이 넘칩니다! 매년 11
월 23일(국경일)에 개최됩니다.



온천



마을 온천, 족탕, 료칸 온천,
다채로운 온천을 당일치기나
숙박으로.

●야마가 온천, 기쿠치 온천,
다마나 온천 등

야마가 온천을 비롯해 현북 지역의
온천은 매끈한 촉감의
약알칼리성의 단순 온천, 이른바
피부에 좋은 온천입니다. 온천 여관
외에도 공동 목욕탕이나 가족탕
등의 당일여행으로 즐길 수 있는
시설도 많습니다.

아소 지역



아소 지역은 어떤 곳일까요?

아소시, 미나미오구니마치, 오구니마치, 우부야마무라, 다카모리마치, 니시하라무라, 미나미아소무라

아소 지역의 농림수산물



각 지역의 품목별 생산량 상위 5품목 중에서 발췌



화산이 만들어낸 웅대한 자연 경관과 자원이 풍부한 아소 지역

세계 최대 규모의 칼데라에서 사람들도 동물들도 릴렉스

아소 지역의 상징은 세계 최대급의 칼데라를 가진 활화산인 "아소산"입니다. 정확히는 다카다케(高岳)나 나카다케(中岳) 등의 아소 오악(다섯 봉우리)을 중심으로, 외륜산도 포함한 전체가 "아소산"이라고 불리고 있습니다. 칼데라의 남쪽에 위치하는 미나미아소무라에서는 한가로운 전원 풍경 외에 곳곳에서 솟아나는 맑은 물도 방문하는 사람들의 마음을 치유해 줍니다. 아소 지역은 쌀과 야채뿐 아니라 축산업도 번창하고 있습니다. 아소산의 산기슭이나 외륜산 주위에 있는 지역에서는 대초원 속에서 한가로이 풀을 뜯고 있는 "아카규"라는 목가적인 풍경과도 만날 수 있습니다. 또한, 화산의 산물인 온천도 많으며 아소 지역은 수질도 매우 다양하고 풍부합니다.

나카다케를 조망하고 대초원과 큰 연못, 방목장이 상징인 "구사센리가하마"



향토 요리

칼데라가 키운 맛있는 쌀과 갖이 조화를 이룬 요리



다카나메시(아소 갓 절임)

화산재가 쌓인 배수가 잘되는 흙과 겨울의 혹한 속에서 자란 아소의 갓. 봄에는 줄기를 수확하여 새롭게 절여 먹는다는 점에서 봄을 알리는 풍물시(風物詩)로 사랑받고 있습니다. 새로 절인 것은 물론이고, 묵은 절임을 볶아서 밥과 비빔 다카나메시(갓밥)의 맛도 특별합니다!



※"이어져 온 다랑논 유산"이란 다랑논 지역의 부흥에 관한 노력을 평가하고 다랑논 지역의 활성화와 기능 이해를 도모하는 것을 목적으로 한 포스트 "다랑논 100선"의 인정 제도

향토 선물

완숙 토마토 케첩 등 아소 야채를 활용한 훌륭한 제품들이 가득.

아소의 이야기

진한 "토마토 케첩"을 비롯해 드레싱, 잼이나 야키니쿠 소스 등 아소의 건강한 채소와 과일로 만든 가공품 시리즈. 미치노에키(휴게소) 아소 등에서 판매중입니다.



이벤트

불을 활용하여 초원을 되살리는 1000년 전부터 이어지고 있는 봄의 행사.

노야키(아소시, 미나미아소무라 외)

사람과 가축에게 유해한 해충 구제나 소와 말의 사료가 되는 새로운 풀이 자라게 하는 것을 목적으로 매년 2월, 3월에 이루어지는 노야키. GW 이후까지 볼 수 있는 선명한 녹색의 계절과는 좋은 대조를 이루는 단조로운 목초지도, 봄에만 즐길 수 있는 아소의 경치 중 하나입니다.



이어져 온 다랑논 유산

약 25년의 세월을 거쳐 부활! 아소오악을 조망하는 다랑논 66필지.

아소미즈카케 다랑논(아소시)

아소오악을 조망하는 이 다랑논은 풍부한 토양과 구마모토 명수 백선에 선정된 "오토가와유스이군"의 혜택을 받아 다시 양식미를 생산함과 동시에 지하수 함양에도 큰 효과를 발휘하고 있습니다. 일설에는 야요이 시대에 아소에서 농경이 시작되었을 때 가장 빨리 경작된 장소라고도 알려져 있습니다.



온천

실내탕, 노천탕에서 증기탕, 진흙탕 등 종류도 다양합니다.

구로카와 온천, 우치노마키 온천, 미나미아소 온천지 등

온천가를 산책하는 것도 즐거운 구로카와 온천이나 유명한 작가들의 사랑을 많이 받은 우치노마키 온천, 진흙탕도 즐길 수 있는 미나미아소 온천지. 또한 온천의 증기를 활용한 요리도 즐길 수 있는 쓰에타테 온천과 와이타 온천지 등, 장소가 바뀌면 온천 탕의 분위기도 달라집니다. 여러 곳을 돌아보며 즐겨봅시다.

필수 코스

다이칸보(아소시)

표고 936m, 아소 북외륜산에 있는 절경 명소. 부처님이 자고 있는 모습을 닮았다고 하여 "네한조"라고도 불리는 아소오악과 구중 연봉, 그리고 아소의 거리와 전원 풍경을 대형 파노라마로 즐길 수 있습니다.

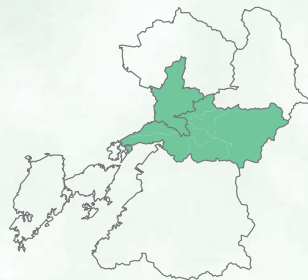


정면에 아소오악, 눈 아래로는 전원 풍경 봄과 가을의 이른 아침에는 운해(雲海)의 모습도 볼 수 있습니다.

현 중앙 지역

현 중앙 지역은 어떤 곳일까요?

구마모토시, 우토시, 우키시, 미사토마치, 미후네마치, 가시마마치, 마시키마치, 고사마치, 야마토초



현 중앙 지역의 농림수산물

- | | |
|------------|-------|
| 쌀 | 생강 |
| 토마토 | 표고 버섯 |
| 한라봉류 (데코폰) | 죽순 |
| 온주말감 | 잎담배 |
| 밤 | 차 |
| 수박 | 서양란 |
| 멜론 | 공작아스타 |
| 배 | 바지락 |
| 연근 | |

각 지역의 품목별 생산량 상위 5품목 중에서 발췌



돌다리를 건너는 산골마을에서 해산물의 마을까지 이어진 현 중앙 지역

동쪽의 산간, 서쪽으로 뻗어 있는 반도, 구마모토현의 중앙 지대를 대횡단.

현 중앙 지역은 구마모토 시의 남쪽에 인접한 지역으로 우토 반도에는 어패류는 물론 야채와 과일 등 대지의 자원도 풍부합니다. 또, 우키시는 서양란 등의 화초도 성행하고 있습니다. 규슈 산맥 쪽으로 가면 레이다이교를 비롯한 이시바시노사토와 국보로 인정받은 "쓰준교" 등 마을 인근 산의 풍경을 즐길 수 있는 거리가 많이 있습니다. 또한, 한가로운 풍경이나 오래된 거리를 걸으며 즐기는 영국에서 시작된 "풋패스"를 규슈에서 빠르게 시작한 지역도 있으며 다채로운 풋패스 코스를 제안하는 것 외에도 이벤트를 정기적으로 개최하고 있습니다. 이 지역에는 현내 굴지의 차 산지로 "가마카"라는 향이 특징인 "가마이리차"로 유명한 지역도 있습니다.



간조 시에는 아름다운 모래 곡선이 나타나는 우토시의 "오코시키 해안". 일본의 100대 석양으로도 선정되었습니다



온천 ●아미즈 온천 외

아미즈 온천을 비롯한 현 중앙 지역에는 매끈하고 깨끗한 피부로 만들어 준다는 알카리성 단순 온천을 즐길 수 있습니다. 미사토마치의 미치노에키(휴게소) 미사토 "사마타노유" 등 둘러보기 좋은 시설들이 많은 것도 좋습니다.



1829년 미사토마치의 청류, 사카인가와 강에 놓여진 "후타타타교"

산골짜기의 미치노에키(휴게소)와 천연온천 100% 현 도로변의 공중탕에서 느긋한 시간을 보내십시오.

향토 요리

곶감의 풍미와 자연의 달콤함 고급 화과자와 같은 전통식.

●마키가키

정성스럽게 씨를 뺀 곶감을 여러 개 겹쳐 대나무 껍질이나 짚으로 말아줍니다. 마키가키라는 이름에는 "복을 가져 온다"라는 마음이 담겨져 있으며, 정월의 엔기모노(길조를 상징하는 것) 등으로서 예전부터 먹어 왔습니다.



필수 코스

일시(日時) 한정으로 물을 대량으로 방수하는 모습도 즐길 수 있는 일본 최대 규모의 석조 아치형 수료교.

●쓰준교(야마토초)

1854년 농업용수 확보를 위해 건조된 일본 최대급의 아치형 수료교. 높이 20.2m, 길이 75.6m, 아치의 반경 27.6m를 자랑합니다. 5월 초순~7월 중순을 제외한 주말, 국경일 등에는 1일 1회 15분간, 다리의 중앙에서 대량으로 방수를 하는 장면도 즐길 수 있습니다.

향토 선물

볼록 튀어나와 있는 껍질 속에는 달콤하고 육즙이 풍부한 과실이 가득.

●한라봉류(데코폰)

"기요미"와 "폰칸"을 교배하여 만들어진 감귤류. 당도 13도 이상, 산도 1도 이하의 기준을 충족시킨 것이 "데코폰(한라봉)"으로서 출하됩니다.

이벤트

대나무, 삼나무, 참역새 등으로 만든 "오쓰쿠리모노(대형 조형물)"가 마을을 돕니다.

●하사쿠 마쓰리(야마토초)

하사쿠라고 불리는 음력 8월 1일(현재는 9월의 제1토요일)에 열리는, 약 260년의 역사를 가지고 있는 오곡풍양과 풍년을 기원하는 축제입니다. 특히 자연의 재료로 만들어진 정교하고 거대한 예술 작품 "오쓰쿠리모노"를 마을 안에서 끌고 다니는 풍경은 압권입니다!



이어져 온 다랑논 유산

●시라이시노의 다랑논 (미사토마치)

미사토마치 서남부의 산기슭에 펼쳐져 있는 구릉 지대의 다랑논 풍경. 가을의 피안 시기에는 논두렁길에 피는 새빨간 피안화(彼岸花)와 황금색 벼이삭과의 조화를 즐길 수 있습니다. 미사토마치에서는 이 절경을 즐길 수 있는 풋패스 코스로 준비되어 있습니다.

※"이어져 온 다랑논 유산"이란 다랑논 지역의 부흥에 관한 노력을 평가하고 다랑논 지역의 활성화와 기능 이해를 도모하는 것을 목적으로 한 포스트 "다랑논 100선"의 인정 제도



가을에는 피안화(彼岸花)가 붉게 물들이고 산기슭에 펼쳐져 있는 완만한 경사의 다랑논

현남 지역

현남 지역은 어떤 곳일까요?

야쓰시로시, 히토요시시, 미나마타시, 히카와초, 아시키타마치, 쓰나기마치, 니시키마치, 다라기마치, 유노마에마치, 미즈카미무라, 사가라무라, 이쓰키무라, 야마에무라, 구마무라, 아사기리초



구마가와 강 유역에서 야쓰시로해 연안으로 펼쳐져 있는 현남 지역

산도 역사도 깊은 구마 지역, 산해진미로 가득한 야쓰시로와 아시키타.

현남 지역은 야쓰시로해에 접한 지역, 구마가와 강 유역의 지역입니다. 이 지역은 갈치나 전어 등의 어패류와 소금토마토와 셀러드 양파, 만백유, 배 등 산과 바다에서 모두 식자재가 풍부합니다. 산들로 둘러싸인 분지에 일본의 3대 급류 중 하나인 구마가와 강이 흐르는 자연이 풍부한 지역에는 은어, 산천어 등의 민물고기와 깨끗한 물로 주조된 구마 소주 등 강의 산물들이 많이 있습니다. 급류를 활용한 가와쿠다리(벧놀이)나 래프팅도 인기가 많습니다. 또한, 시내의 50여 곳에 원천을 가지고 있는 "히토요시 온천"을 비롯해 현내에서 가장 오래된 온천가인 "히나구 온천" "유노코 온천" 등 정취가 넘치는 다수의 온천지도 현남 지역의 매력 중 하나입니다. 또한 다다미의 원료인 이구사(골풀)의 약 90%를 재배하는 일본산 이구사(골풀)도 있습니다.

출발지에서 히토요시조시를 재래식 목조선으로 유람하는 "바이카노와타시", 겨울에는 고타쓰를 실은 배도 등장



야쓰시로해에서는 참새우와 게, 갯가재를 범선으로 잡는 전통 어법 "우타세아미료"도 등장

치즈같은 진한 맛과 농후함
밥과 술과의 궁합이 ◎인 일품.



향토 요리

●가즈라 두부의 된장 절임

야쓰시로시 사카모토마치 아유가에리 지구에서 만들어지는 약간 단단한 묵면두부 "가즈라 두부"를 물기를 빼고 1주일에서 반년 정도 된장에 절여 만드는 야쓰시로 지구의 산골 마을에 전해지는 보존식.

현남 지역의 농림수산물

쌀	양파
육용우	생강
우용우	표고 버섯
토마토	임답배
하귤	차
한라봉류 (데코폰)	골풀
만백유	골풀 돗자리
배	꽃도라지
밤	카라꽃
딸기	스톡꽃
멜론	국화
오이	갈치
양배추	전어

각 지역의 품목별 생산량 상위 5품목 중에서 발췌

필수 코스

단풍 명소이기도 한 다니가와와 상류와 하류에 늘어서 있는 2개의 줄다리.



●전나무 줄다리(야쓰시로시)

단풍의 명소로 알려진 야쓰시로시의 고카노쇼에 있는 스틸 만점인 2개의 줄다리. "야야토리교"는 전장 72m, 높이 35m. 그것을 올라다보듯 하류에 있는 것이 전장 59m, 높이 17m인 "샤쿠나게교". 2개를 한눈에 바라볼 수 있는 전망대도 있습니다.



●기지우마, 하나데바코(화장품 함)

오동나무 등의 목재로 만든 히토요시쿠마 지역의 공예품으로 헤이케(平家) 진영의 패잔병이 도읍지를 그리워하며 만들기 시작했다는 전설도 있습니다. 바퀴가 붙어 있는 기지우마는 엔기모노(길조를 상징하는 것)로 사랑 받고, 산뜻한 디자인의 하나데바코(화장품 함)는 사이즈도 여는 방식도 다양합니다.

향토 선물

800년 이상의 역사를 자랑하는 우아하고 화려한 목공 완구.



●히토요시쿠마의 히나마쓰리

매년 2월~3월 말에 개최. 구마무라의 규센도를 비롯해, 히토요시쿠마 지역의 10개 시정촌(市町村)에서 히나 인형을 전시합니다. 주말에는 무대 쇼와 노다테(야외에서 하는 다과회), 벼룩시장이나 각종 체험을 즐길 수 있는 이벤트도 있습니다.

이벤트

10개 시정촌(市町村)에서 개최.
히토요시쿠마에 봄을 알리는 오히나사마 이벤트.

5월에는 등불 이벤트도 개최
돌담도 아름다운 미나마타의 다랑논



이어져 온 다랑논 유산

●구기노무라 교구의 다랑논들(미나마타시)

미나마타시 동부의 "사무카와와 다랑논" 외에 복수의 다랑논으로 이루어진 축벽의 다랑논들. 이곳에서 수확되는 향미는 인근의 아이린칸에서 구입 가능합니다. 모내기 전인 5월에는 수전(水田)을 비추는 환상적인 등불을 즐길 수 있는 이벤트도 있습니다.



※"이어져 온 다랑논 유산"이란 다랑논 지역의 부흥에 관한 노력을 평가하고 다랑논 지역의 활성화와 기능 이해를 도모하는 것을 목적으로 한 포스트 "다랑논 100선"의 인정 제도

●히토요시 온천, 히나구 온천, 유노코 온천, 유노쓰루 온천 외

약 1900년 전에 발견되었다고 전해지는 유노코 온천을 비롯하여, 역사적인 온천지가 여러 곳에 있는 현남 지역. 좋은 수질은 물론 옛날 그대로의 공중탕과 정취가 넘치는 탕치 마을 등 향수를 불러일으키는 분위기에도 힐링이 됩니다.

강가, 바닷가, 산속에서 분출되는 정취가 넘치는 역사적인 온천들.



아마쿠사 지역

아마쿠사 지역은 어떤 곳일까요?

가미아마쿠사시, 아마쿠사시, 레이호쿠마치



각 지역의 품목별 생산량 상위 5품목 중에서 발췌

아마쿠사 지역의 농림수산물

- | | |
|--------------|-------------|
| 쌀 | 꽃도라지 |
| 돼지 | 금어초 |
| 우뚝가사리 | 참돔(양식) |
| 미니 토마토 | 참새우(양식) |
| 한라봉류 (데코폰) | 복어류(양식) |
| 가와치 만감 (감귤류) | 줄무늬전갱이 (양식) |
| 오이 | 전갱이(양식) |
| 양상추 | 진주(양식) |
| 숙근안개초 | |

바다에 떠 있는 크고 작은 120여개의 섬들 이국적인 정서도 느낄 수 있는 **아마쿠사 지역**

다리를 건너며 섬들에서 만나는 섬의 제철산물과 역사와 문화.

아마쿠사 오교를 비롯해 수많은 다리로 연결되어 있는 아마쿠사 지역의 관문 지역은 참새우 등의 해산물 외에 아마쿠사 만감 등의 감귤 류, 숙근안개초 등의 꽃들도 특산품입니다. SUP나 패러세일링 등, 아름다운 바다를 무대로 한 해양 스포츠가 인기입니다. 아마쿠사 가미시마의 서쪽과 시모시마, 고쇼우라지마 등이 있는 지역에는 어패류와 감귤류 외에 국내 최대급의 크기를 자랑하는 구마모토의 토종닭 "아마쿠사다이오" 등의 특산품이 있습니다. 시모시마의 서해안에는 도자기의 원료인 아마쿠사 도석의 산지입니다. 또한 돌고래를 볼 확률 98%를 자랑하는 돌고래 관찰, 세계유산에 등록된 사카스 집락 등, 아마쿠사 특유의 체험과 역사, 문화에도 주목하고 있습니다.

레이호쿠마치와 시모다 온천이 있는 시모시마의 서쪽은 석양 명소로서도 유명합니다. 가미아마쿠사시의 "다카부토야마 전망대". 아마쿠사 오교와 섬들, 그리고 운젠도 한눈에 볼 수 있습니다.

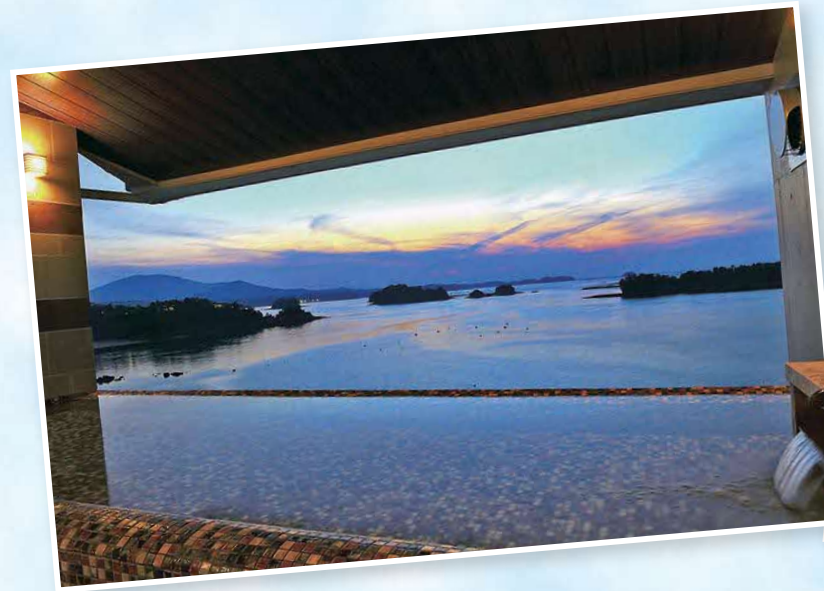


필수 코스

●아마쿠사의 사키쓰 마을(아마쿠사시)

세계유산 "나가사키와 아마쿠사 지방의 잠복 기리시탄 관련 유산"의 구성 자산 중 하나인 해변의 마을. 중후한 고딕 양식의 "사키쓰 교회" 등의 산책은 물론, 타이핑이 맞으면 마을을 지키는 요카쿠 만의 환상적인 아침 안개 풍경을 즐길 수 있습니다.

잠복 기리시탄의 역사와 문화가 남아 있는 한가로운 마을.



●가미아마쿠사 온천지와 시모다 온천

오야노지마의 오야노마치와 아마쿠사 가미시마의 마쓰시마마치에 산재되어 있는 2대 온천을 중심으로 한 지역인 가미아마쿠사 온천지는 바다를 조망할 수 있는 온천도 많습니다. 아마쿠사 시모시마의 서해안에 있는 시모다 온천은 창업 340년. 많은 시설이 원천 가케나카시 방식입니다. 그 외에도 섬의 여기 저기에 온천 시설이 많이 산재되어 있습니다.



향토 요리

●다코메시(문어밥)

맛도 탄력도 좋은 참문어가 일년 내내 잡히는 아마쿠사. 예전부터 여름 더위를 식히는 데에 문어를 먹는 습관이 있으며, 다코메시(문어밥)는 그 대표격입니다. 현지에서는 말린 문어를 맛이 밴 국물을 우려낸 육수로 밥을 지어 맛을 냅니다.

생 문어가 아니라, 응축된 맛의 말린 문어를 사용하는 것이 현지식입니다.

향토 선물

아마쿠사에서 생산, 아마쿠사에서 짜낸 희소성이 높은 고급 퓨어 오일.

●올리브오일 상품

일조 시간이 길어 겨울은 따뜻하고 여름은 비교적 시원합니다. 지중해의 기후를 닮은 아마쿠사 시모시마에서는 올리브 재배도 번성하였습니다. 매년 가을에 수확되는 열매로 만든 식용 오일 외, 크림 등 미용 상품도 있습니다.



온천

절경 노천의 갈색 온천, 원천 온천 100% 등 다양성이 풍부합니다.



에도 막부가 개척한 "시마바라, 아마쿠사의 난" 후에 부흥된 다랑논.

이어져 온 다랑논 유산

●오사쿠야마의 센마이다 (가미아마쿠사시)

야쓰시로해에 떠 있는 섬들을 바라보며 아마쿠사 가미시마의 남단에 위치하는 류가타케 산. 그 중턱에 300년 이상의 역사를 가진 다랑논이 펼쳐집니다. 녹음이 우거진 여름이나 황금빛이 아름다운 가을 풍경도 훌륭합니다.

※"이어져 온 다랑논 유산"이란 다랑논 지역의 부흥에 관한 노력을 평가하고 다랑논 지역의 활성화와 기능 이해를 도모하는 것을 목적으로 한 포스트 "다랑논 100선"의 인정 제도

이벤트

산뜻한 유카타나 핫피를 입고 씩씩하게 춤추는 소오도리 대행렬.

●하이하 마쓰리(아마쿠사시)

전국의 하이하 계통 민요의 뿌리인 아마쿠사 시모시마의 우시부가마치. 매년 4월의 제 3 토, 일요일에는 하이하부시를 부르며 춤추는 "우시부카하이하마쓰리"를 개최. 가을에는 아마쿠사시청의 옆에서 "아마쿠사혼도하이하마쓰리"도 즐길 수 있습니다.





썩 낚시

다마나 온천 부근

다마나 온천에서 자동차로 30분 거리에 있는 아라오 갯벌에서 잡을 수 있는 썩. 갯가재를 닮은 소라개의 일종으로, 그 덴푸라(튀김)는 실로 일품입니다! 제철(봄의 끝~초가을) 시기에는 모조미끼를 사용한 전통 고기잡이도 즐길 수 있습니다.

굴 따기

다마나 온천의 남쪽에 있는 산골짜기는 굴의 일대 산지. 아리아케해를 바라보며 굴 따기를 즐길 수 있는 관광농원도 많고, 온주밀감이나 네이블 등, 다양한 감귤 류의 수확 체험을 즐길 수 있습니다.



온천지 근처에서
즐길 수 있는

농산어촌 추천 체험



원천 총수, 용출량이 전국 5위의 원천 왕국인 구마모토현. 예를 들면 아래의 온천지와 세트로 이런 체험을 해보는 것은 어떨까요? 농산어촌에서 잘 배우고, 많이 놀고, 온천에서 개운하게 시간을 보내면 몸도 마음도 재충전이 가능합니다!



야마가 온천 부근



진흙 염색 체험

야마가가 자랑하는 기암 명승, 부동암(不動岩). 그 기암의 적토(赤土)를 이용한 진흙 염색 체험. 섬세하고 아름다운 색조를 가진 세계에 하나뿐인 오리지널 손수건이나 스톨을 만들어보지 않겠습니까?

과일 따기



우에키 온천 부근

과일의 산지이기도 한 우에키마치. 직판장에서도 구입할 수 있지만, 가능하면 관광농원에서 직접 수확을 해보고 싶어요! 겨울~봄에는 딸기, 굴, 4월부터는 향이 풍부한 멜론 따기 등 1년 내내 즐길 수 있습니다.



가미야마쿠사 온천지 부근

아마쿠사의 바다와 물고기를 잘 알고 있는 어부들의 안내를 받으며 앞바다의 월척을 잡으려는 배낚시나 낚시를 처음 시작하시는 분들도 즐길 수 있는 방파제에서의 전갱이 낚시 등, 여러 가지 낚시 체험을 통해 아마쿠사의 제철 해산물을 잡아봅시다!



낚시 체험

다마나 온천

야마가 온천

구로카와 온천



쌀밥 짓기 체험과 산촌 마을에서 먹는 런치

구로카와 온천 부근



구로카와 온천의 료칸에서도 좋은 평가를 받고 있는 미나미오구니마치산 쌀. 밥솥으로도 충분히 맛이 좋지만, 옛날 그대로의 방식인 아궁이로 밥을 지으면 향이나 단맛이 훨씬 좋아집니다! 갓 지은 밥과 함께 먹을 수 있는 산에서 수확한 반찬 류도 일품입니다!



돌고래 워칭

시모다 온천 부근

아마쿠사 시모시마의 북부 앞바다에 사는 약 200 마리의 남방큰돌고래들. 그들의 생태에 대해 잘 아는 현지의 어부들이 안내하는 크루즈 투어가 큰 인기로, 1년 내내 즐길 수 있습니다.

유노코 온천 부근

갈치 낚시

해변 온천, 유노코 온천 주변에서 4월~11월간 즐길 수 있는, 갈치 외줄낚시 체험. 뱃사공이 미끼(셋줄멸)를 끼우는 방법에서 낚시 방법까지, 친절하게 알려줍니다. 당기는 힘, 빛이 나는 물고기에 대충본!



히토요시 온천 부근

래프팅

4월~10월 기간에 히토요시에서 즐길 수 있는 놀이라고 하면 일본 3대 급류 중 하나인 구마가와 강에서의 래프팅, 급류를 타고 내려가며 폭포수에 맞거나 바위에서 강으로 뛰어들거나 합니다. 절경, 스릴, 설레임이 넘치는 체험입니다.



수원지를 돌아보는 사이클링



미나미아소 온천지 부근

시라카와 수원(水源) 등, 헤이세이 명수 백선에 선정된 수원 7개나 있는 미나미아소무라. 기왕이면 대여 자전거를 타고 수원지를 돌아보지 않겠습니까? 가끔은 지나는 길에 들러 자신만의 마음에 드는 장소를 찾아보는 것도 좋을 것입니다.

머물며 돌아보면
더욱 즐겁습니다!

농산어촌 1박 2일 여행 바다와 산의 추천 경로

기왕이면 숙박을 하며 밤에만 즐길 수 있는 농산어촌의
음식과 풍경 등도 즐겨보지 않겠습니까? 해변과 산속에서의 1박
2일간의 여행과 함께 편하게 갈 수 있는 당일치기 여행을 소개.

아마쿠사 지역 1박 2일 여행

신선한 해산물과 함께 아마쿠사만의 독특한 역사와 문화, 액티비티도 만끽.

바다

1 일째



12:00

섬의 신선한 야채와 해산물이
가득한 아마쿠사 짬뽕.

나가사키와 함께 일본 3대 짬뽕으로
불리는 아마쿠사 짬뽕. 풍부한 야채와
해산물, 닭고기로 우려낸 깊은 맛의 국물을
만끽하고, 농산어촌 여행을 시작.



14:00

조용한 어촌 마을을 지켜온
세계유산에 등록된 교회를 견학.

아마쿠사의 기리시탄 문화를 상징하는
"사키스 천주당". 사전에 연락을 하면 미사
등의 교회 행사가 없는 9시~12시, 13시~17
시 사이에는 교회 내부 견학도 가능합니다.



16:00

섬 생활을 체험. 어촌 마을의
주택에 "실례 하겠습니다!"

숙박은 어부가 운영하는 민박에서.
숙소에서 걸어 금방 갈 수 있는 바다에서
낚시 체험도. 아마쿠사의 향토 요리로
가득한 저녁식사는 물론, 맑은 공기에
하늘의 빛나는 별도 기대해 주십시오.

2 일째



11:00

조용한 바다에 떠있는 무인도를
향해, 씨 카약을 타고 GO!

2일째에는 섬 놀이부터 시작. 베테랑
가이드가 안내하는 씨 카약 투어에서는,
조개껍데기로 만들어진 무인도에 상륙해
보거나 고대 지층과의 만남 등도 경험해
볼 수 있습니다.



13:00

머무르는 동안, 한 번은 맛보고 싶은
아마쿠사 해산물이 가득한 해물덮밥!

도미나 문어에 참새우, 성게알에 닭새우,
다랑어 등, 아마쿠사 해산물은 실로 그
종류가 풍부합니다. 제철 재료를 화려하게
담아낸 덮밥을 자랑하는 가게가 많은 것도
아마쿠사만의 매력입니다.



15:00

1박 2일 여행동안 맛있었던
이것저것을 직판장에서 GET.

6개의 마치노에키(휴게소)를 비롯해, 많은
직판장이 여러 곳에 있는 아마쿠사. 아침에
잡은 해산물과 야채, 과일 외에도 꽃의
섬이라고 불리는 아마쿠사 특산품인 생화
등에도 꼭 주목해 보시기 바랍니다.

아소 지역 1박 2일 여행

세계농업유산으로 지정된 아소에서, 사람과 자연의 공생에 의한 풍요로움을 만끽.

산

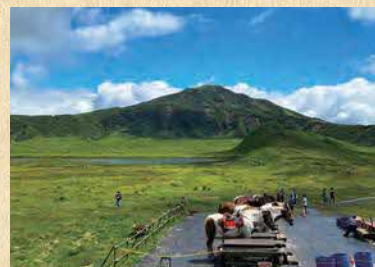
1 일째



12:00

맛과 부드러움이 훌륭한 브랜드
소인 아카규를 덮밥으로.

아소 지역은 브랜드 소인 "구마모토
아카규"의 일대 산지. 아카규 요리를 맛볼
수 있는 가게나 숙소도 많고, 특히
로제색의 스테이크 고기가 토평되어 있는
아카규 덮밥이 인기입니다.



14:00

사계절의 표정을 즐길 수 있는 아소의
경승지인 구사센리가마를 방문해 봅시다.

여름에는 산뜻한 녹림, 겨울에는 환상적인
순백의 은세계와 계절마다 다양한 모습을
보여주는 구사센리가마하. 3월 초순~11월
말까지는 스테프가 말을 끌어주는 승마
체험도 즐길 수 있습니다.



16:00

농가 민박에서 갓 채취한 야채가
들어간 전골요리에 입맛을 다십니다.

갓 수확한 신선한 야채나 쌀로 만들어진
식사는, 나도 모르게 과식해 버릴 정도로
맛있습니다! 향토 요리 만들기 등, 다양한
체험도 즐길 수 있습니다.

2 일째



11:00

좀처럼 들어갈 수 없는
목초지를 산악 자전거를 타고 질주!

가이드와 함께 평소에는 들어갈 수 없는
목초지에 전용 산악 자전거로 라이딩.
세계농업유산과 세계지질공원으로
인정되어 있는 아소의 초원을 체험.



13:00

소바 거리가 있는 미나미오구니마치에서
엄선된 수타 소바를 후루룩거리며 먹어봅시다

소바가도라고 불리는 지역을 비롯해,
아소산의 메밀가루 등을 사용해 수타만을
고집하는 소바 가게가 많습니다. 여러 곳을
돌아보며 마음에 드는 가게를 찾아보면
어떨까요?



15:00

제철 산해진미와 지역주와 함께
저지 우유로 만든 소프트 크림도 한입.

여행의 마지막은 미치노에키(휴게소)나
물산관에 들러 보십시오. 아소의 신선한
야채와 쓰케모노, 아카규와 그 가공품,
그리고 오구니 저지우의 우유를 사용한
과자 등을 선물로 구입해 보십시오.

1 DAY

히토요시 당일치기 드라이브

강의 풍부한 자원을 체험! 맛집과
액티비티를 만끽하고, 온천으로 마무리하는 하루.

12:00



즐거기 전에 배를 채우기 위해 히토요시의
명물인 장어 요리를 먹어봅시다.
히토요시 시내에는 장어 요리로 유명한
가게가 많이 있습니다. 구마가와 강에서
즐겁게 즐기기에 확실하게 에너지를 충전.

13:30



따뜻하고 편안하게 고타쓰(난로)가 설치된
배를 타고 구마가와쿠다리(벚놀이).
12월~3월에 등장하는 히토요시 겨울의 풍물시(風
物詩). 따뜻한 고타쓰(난로)에 들어가 느긋하게
구마가와 강의 겨울 경치를 즐기십시오.

16:00



온천 료칸이나 공동 목욕탕에서 부드러운
수질의 온천 탕을 만끽해 봅시다.
온천 료칸의 당일치기 입욕 외에도 1934년
창업한 모토유(원탕) 등, 카운터 계산원이
있는 레트로한 공중탕도 추천합니다.

11:00



여러 가지로 즐길 수 있는 호숫가의
캠핑장에서 BBQ 런치.
예를 들어 미사토노모리 캠핑장이라면,
BBQ와 함께 인접한 포레스트 어드벤처에서
짚라인도 즐길 수 있습니다.

13:30



아름다운 다랑논을 느긋하고 편안하게
풋패스를 즐겨보십시오.
다랑논이나 차밭, 죽림의 좁은길 등,
어딘가 정겨운 일본의 들뜬 풍경을 즐길
수 있는 15개의 풋패스 코스를 준비.

16:00



풋패스 후에는 미치노에키(휴게소)에 설치되어
있는 온천시설에서 산뜻하게 마무리
직판장이나 레스토랑과 함께 온천시설도 갖추고
있는 미사토마치 내의 미치노에키(휴게소). 수많은
대형 노천탕에서 힐링의 시간을 가져보세요.

부담없이 즐길 수 있습니다! 추천 당일 여행

1 DAY

미사토마치 당일치기 드라이브

구마모토의 거의 중앙에 있는 미사토마치에서
야외 런치, 체험, 온천을 즐기십시오.