



TAKE
FREE

ご自由にお持ち帰り
ください

Asobo Atso

九州有数の観光地・熊本県阿蘇を
自転車で駆け巡るフリーペーパー

創刊号

01

2016
December

『あそぼあそ』

P2-3 SPECIAL ISSUE 特集

「阿蘇を“自転車”で楽しもう！」



P4-5 STORY

自転車もん語り

松崎 猛さん

P6 LANDSCAPE

風景ハンター

荻岳

P7 GOURMET

阿蘇のうまいもん

あか牛井

P7 SOUVENIR

とっておきみやげ

蛍丸サイダー

P8 PLEASURE

旬の阿蘇あそび

氷瀑 古閑の滝



「阿蘇を“自転車”で楽しもう！」



地 域の観光をより楽しむためのツールとして、ここ最近注目を集めているのが「自転車」です。自転車は、歩きよりもスピーディかつ長距離を移動することができます。また自分のペースで動けるので、目的地だけでなく、道中もゆったり楽しむことができます。途中で立ち止まり、降りて景色を楽しんだり、まちの人と話をしてみるのがいいかもしれません。

そんな新しい観光のスタイルとして、この自転車を活用した観光を海外では「サイクルツーリズム」と呼び、世界中で大きな注目を集め、すでにたくさんの方に楽しまれています。

そして世界ジオパークに認定されたこともあり、いまや国際的な観光地と

なった阿蘇においても、自転車に乗った海外観光客を見かけることが増えてきたように感じます。もちろん、国内の方もそうです。勘が鋭い方々は阿蘇がこの「サイクルツーリズム」とすごく相性が良いということにも気づいているのかもしれませんがね。

豊かな自然、温泉、宿、グルメ、寺社仏閣などの文化、そしてまちなみや壮大なスケールの自然風景。もともと観光地としてのポテンシャルが高い阿蘇でのサイクルツーリズムは、魅力がいっぱいあるのです。

この特集では、「なぜ阿蘇とサイクルツーリズムの相性がいいのか」というポイントを、もう少し詳しく紹介していきます。

point 1

大自然が舞台だから楽しい



阿蘇は熊本・大分にまたがる「阿蘇くじゅう国立公園」にも指定され、大カルデラにそびえる熊本のシンボル阿蘇山を有するエリアです。阿蘇カルデラは、およそ27万年前以降の度重なる火山活動で作りだされた、東西約18km、南北約25kmに広がる世界最大級のサイズ。中央部には、阿蘇山の中核をなす阿蘇五岳(中岳、高岳、根子岳、烏帽子岳、杵島岳)があり、まさに大自然の舞台となっています。

point 2

寄り道が楽しい



火山地帯に多い湧水や内牧温泉に代表される温泉地など、大自然の恵みから得た魅力があります。また、1,000年以上にわたって放牧、採草、野焼きなど自然との共生を図りながら継承してきた独自の景観、集落内には、暮らしの中で受け継がれてきた歴史や文化を伝える痕跡や史跡、地元の素材を使ったグルメなど、自転車であちこち寄り道しながら楽しめる場所が各所に点在しています。

point 3

レベルが選べて楽しい



広大な草原を有し、比較的平坦地の多い阿蘇谷(標高約450~550m)と、起伏に富み傾斜地の多い阿蘇外輪山(標高約800~1,000m)で形成された、様相の異なる多様な自然環境があります。平坦地をゆったりと回れるルートから、アップダウンを楽しむルート、ハードな山道など、サイクル初心者から、本格派サイクリストまで、どんな方でも自分にあった楽しみ方が見つかります。



乗る楽しさ、駆け抜ける魅力。多くの人々を惹きつけてやまない「自転車」という存在。
これは、阿蘇という土地ならではの自転車の楽しみ方を、自転車好きのみなさんに語っていただくコーナーです。



乗ると人生が変わる。
それを伝えたい。

👉 ひとりめ

松崎 猛さん

Takeshi Matsuzaki

Tea room 茶のこ 店主

<http://chanoko.net>

自転車との「再会」が 人生を変えた

自転車には子どもの頃から乗っていました。でもバイクが好きで、当時はその練習だと思ってました。小国から内牧の本屋さんまで、毎月バイク雑誌を買うために行っていたんですよ。その後、念願が叶いバイクに乗っていましたから、このぐらいの年齢になって同じような道を走るとは思ってもみなかったですね。

自転車との本格的な「再会」は10年前ですかね。義理の父が「2輪が好きなん

だったら」ということで、イタリアのデローザというメーカーの自転車を譲り受けたんです。お義父さんは相当の道楽の人なので、この自転車も30年以上前のものですが、本当によく走るんですね。これで自転車の魅力にハマってしまって、すぐにレースに参加するようにまでなっちゃいました。「Tea room 茶のこ」をはじめた当初は自転車の要素は出していなかったんですが、だんだん自転車のお客さんが増えてきて。震災後お客さんが途絶えがちだった時も、自転車好きのお客さんたちは訪ねてくれて、嬉しかったですね。

困難が楽しいなんて 他にはない

自転車乗りは自然とアクティブな方が多くなるんですが、本格的に自転車に乗るのは精神的にも大変なんですよ。でも、その「困難」を楽しんじゃうところが、自転車の魅力ではないかと。特に、小国で自転車の国際レースがあり、スタッフとして参加した時に世界観というか、意識が変わったんです。自転車乗りってなぜかクリエイターがたくさん集まるんです。創造的な方々を魅了する力があるですよ。その一方で、ス

スポーツに縁遠かった40代の方が自転車に乗りはじめ、かなりハマって50代でトライアスロンに出ちゃったりする。仲間で「朝練」しよう!となると、長い時間乗りたいから夜中の3時からスタートとかになったり(笑)。3時は朝じゃない!深夜徘徊だと怒られたこともありますね。常識に縛られず自分次第で、自由に楽しめるのが自転車の大きな魅力だと思います。

そんな世界に関わることで、自転車用のジャージをデザインする機会に恵まれたり、「九州Heaven Ride」というイベントの主催者になったりしたんですね。以前にチームで出場したレースで優勝して目標が叶い、これから何しよう?と考えた際に、ああ僕は自転車、ロードバイクの良さを伝える人になろうと思ったんです。

阿蘇はどこを走っても楽しい

地元の人間にとっては日常の風景なんですけど、初めて訪れた方々にとっては、阿蘇は走っていてとっても気持ちの良い土地ではないかと思います。実際、訪れた方々は喜びますし、心が癒されるという方もいらっしゃいますね。無心にトレーニングで走る人には向いていないかもしれませんが、「ここを見たい」「ここを食べたい」と旅するのは、本当に素敵な体験になると思います。阿蘇はどこを走っても楽しいですよ。

「九州Heaven Ride」については、もう困難に困難を重ねたような真冬の大会です。レース云々というよりも冒険活劇というか。正直、震災被害のこともあり、今年は開催するかどうか悩んだんですけど、とにかく楽しみにしている方が多くて。「やろうよ!」「阿蘇のこの季節にやるからいいんじゃない!」という声に支えられて、今年もやることになりました。マウンテンバイクじゃなくてロードバイクでの出場とい

う、やや無謀な大会なんですけど、みなさん子どもに戻ったように嬉々として自転車に乗っている。自転車って、続けていると身体づくりも変わるんですが、大げさじゃなくて人生も変わるんです。努力がそのまま結果につながるので、自分だけでなく他人の努力も見えるようになるんですよね。だから他人のことも素直に認められる。自分の人生は自転車に再会することで、とても幸せなものになりました。これから乗られる方々にも、ぜひそれを体験して欲しいです。

PROFILE

松崎 猛 まつざきたけし

南小国町のカフェ「Tea room 茶のこ」オーナー、サイクリスト、ユニフォームデザイナー、冬の阿蘇で開催されるロードレース「九州Heaven Ride」主催者と多彩な顔を持つ。阿蘇サイクリストコンソーシアム委員。



Photo : Takeshi Matsuzaki



Photo : Takeshi Matsuzaki



Photo : Takeshi Matsuzaki



自転車で走るとじっくり楽しめる、阿蘇ならではのさまざまな魅力的な風景。
ちょっと立ち止まって、自分の足でも歩いてみたり、体験したりしてみませんか？



荻岳

おぎだけ



ぐるり360度、どこを見ても壮観。

まさに絶景

3県の山を見渡せる眺望

サイクリストやトレッキングを趣味とする方にとっては、阿蘇の大観峰や阿蘇五岳をはじめとする勇壮な山々にトライすることは馴染みが深いかもしれません。ただ初めての方にとっては、なかなかハードルが高いものです。今回は「経験がなくても眺望が楽しめる所はないかな」という方におすすめしたい風景を紹介します。波野の地に、そんな気軽な散策、散歩を楽しめる絶好のスポットがあります。

その場所は「荻岳(おぎだけ)」。道路が整備されているので、自転車・車で登

ることができます。自転車で、自力で走ってくると達成感もまた格別だと思えますが、頂上付近に駐車場もあるので、車でなら駐車後、5分程度で山頂に登ることができます。

注目すべきはその眺望です。標高843mの眺望は絶景で、西に白煙がのぼる阿蘇五岳(熊本県側)、北に九重連山(大分県側)、南には祖母・傾の峰々(宮崎県側)が望める、まさに全方位360度の眺め。絶景です。カメラを片手にしていると、どこを撮ろうか悩んでしまうほどに、ぐるりと壮観な風景が広がっています。見回していると、ついつい時間を忘れてしまいます。

秋はすすきがゆらゆらと風に揺れ、

金色に輝く風景が広がります。夏はみどりがいっぱいに広がるとも爽やかな風景です。四季折々の季節感を存分に感じられる素晴らしい眺望が体験できます。展望スポットは、熊本県側と大分県、宮崎県側の2つがあり、それぞれが丘のようになっています。現場に案内サインがありますので、合わせてご覧ください。また自転車・車でのお越しの方、登りの道中はカーブが多いので、どうぞお気をつけてお越しく下さい。

荻岳公園展望所

〒869-2805 阿蘇市波野大字中江
駐車場・トイレあり

阿蘇のうまいもん

サイクリストも燃料がなければ走れない！ぜひ阿蘇一押しグルメで栄養補給してください！
地元も認めるおいしさの「阿蘇のうまいもん」を紹介します。

あか牛丼

阿蘇育ち
牛肉本来の味

阿蘇の雄大な土地が育んだ幸の中でも、近年で最も有名になったもののひとつに「あか牛」があります。日本の和牛の5種のうちのひとつで、褐色牛と呼ばれる、黒毛和牛とは違った風貌が特徴です。大草原の中ストレスの少ない環境と無農薬の牧草で育ったあか牛は、余分な脂肪が少なく、ほどよい霜降りと赤身の本来の旨味を楽しめます。

そんな「あか牛」が注目され始めたのは2000年頃。地元ならではの名物を！という動きの中で生まれたのが「あか牛丼」でした。地元産のあか牛の肉、特



製の味噌やタレ、わさび、温泉卵、肉と相性の良い根菜なども入った、阿蘇の恵みが楽しめるメニューです。お店に

よって味もバリエーションがありますので、食べ比べも楽しいですよ！阿蘇の新名物。ぜひご賞味ください。

とっておきみやげ

旅行で外せない楽しみのひとつといえば、お土産。
阿蘇に来たことを思い出すきっかけになるような、とっておきのお土産を紹介します。

蛍丸サイダー

飲むと復興支援にもなる
おいしいサイダー

阿蘇市内の売店などで見かける、色鮮やかな美しい緑色のサイダー。内牧の「阿蘇・岡本」という酒店が開発しました。「蛍丸」は「ほたるまる」と読みます。阿蘇神社に伝わる宝刀の名前です。

蛍丸は1931年に国宝に指定されたものの、戦後に残念ながら行方不明になってしまったそうですが、その名前の由来にエピソードがあります。1336年筑前多々良浜の戦いで使用され激戦の中刀に刃こぼれを生じました。持ち主の恵良（阿蘇）惟澄は、蛍が刃こぼれた刀に群がり消えていくという夢を

見ます。翌朝、惟澄が刀を確認してみると、なんと刃こぼれした刀が元通りになっていた事から「蛍丸」と名付けたと言われています。

そんな蛍丸の名を冠したこのサイダー。1本の売り上げにつき100円（販売価格：1本300円、税込）を熊本地震で被災された阿蘇神社復興に寄贈する計画で販売中です。現在約10万本売れたそうですが、岡本社長が掲げた目標は100万本。「まだまだこれからですね」と語ってくれました。その場で飲むのも、旅のお土産にするのもよしです！

有限会社 阿蘇・岡本

〒869-2301 阿蘇市内牧217

TEL 0967-32-0035

<http://www.aso-sake.com>



ひょうばく こが たき

氷瀑 古閑の滝

時間が止まったかのような 圧巻の風景

古閑の滝は、雄滝と雌滝からなり、落差はそれぞれ80m、100mです。普段は、水量に乏しく、岩肌が湿る程度の流れでなかなか目立たない滝ですが、阿蘇谷に吹く冬の寒気が吹き付ける事で、その姿を一変させ、見事な氷瀑が出現します。特に落差100mの滝が凍結する雌滝は圧巻で、その姿は阿蘇カルデラ内の随所から眺望できます。

寒気が緩むと、やがて落氷の音が麓の集落にまで響き渡ります。この音は地元では春の訪れを告げる風物詩として親しまれています。国道57号坂梨交差点より駐車場(有料)まで約2km。駐車場から滝下までの遊歩道は舗装されており、滝下まで坂道を徒歩約10分の道のりです。

また古閑の滝の周囲には坂梨八十八ヶ所霊場や石仏があります。古閑の滝にも二十七番札所「十一面観音菩薩」と二十八番札所「大日如来」が鎮座しています。楽しみどころがいっぱいの古閑の滝。スリッパに気をつけながら、ゆっくり巡ってみてください。



レンタサイクル情報

RENTAL CYCLE INFORMATION

阿蘇はレンタサイクルの環境も充実しています。旅行で訪れ、移動手段として活用したい時も、自転車でしっかり遊びたい時にも、ニーズにお応えできる施設や店舗が揃っています。ぜひ、お気軽にご利用ください。
(※掲載データは11月30日現在のものです。詳細は各施設にお問い合わせください)

阿蘇インフォメーションセンター

- 【住所】阿蘇市黒川1444-2(JR阿蘇駅構内)
- 【定休日】なし
- 【TEL】0967-34-1600
- 【時間】9:00~18:00
- 【料金】300円(2h)/500円(4h)/800円(8h)
- 【台数】10台(マウンテンバイク5、電動アシスト自転車5)



CLAMP

- 【住所】阿蘇市内牧48
- 【定休日】木曜日(祝日除く)
- 【TEL】0967-32-0928
- 【時間】10:00~18:00(返却は17:00まで)
- 【料金】1,600円(3h)/2,700円(6h)
- 【台数】40台
- 【その他】マウンテンバイクスクールあり



一の宮インフォメーションセンター

- 【住所】阿蘇市一の宮町宮地1934-1
- 【定休日】なし
- 【TEL】0967-22-8181
- 【時間】8:30~17:00
- 【料金】300円(2h)/500円(4h)/800円(8h)
- 【台数】6台(電動アシスト自転車)

