

AMAKUSA CYCLING MAP

AMA-ICHI 21 Stages (14Routes,7climbs)

天草の海と山を満喫できる
“アマイチ”全21ステージを
完走しよう

- 1, OHYANO-Healing Route** (49.3km)
大矢野ヒーリングルート/大矢野のピュースポットを
巡りながら島を一周できる満喫コース
- 2, DRAGON Route** (19.2km)
ドラゴンルート/龍ヶ岳〜倉岳〜榎木の漁村を
走り、適度な高低差もポイント!
- 3, HIMEDO Coast Route** (10.5km)
姫戸コースルート/穏やかな海を眺めながら走る。
平坦でビギナーでも安心
- 4, Orange-line Route** (23.2km)
オレンジラインルート/名前が甘いコースはあまく
ない! 約23kmの絶景ルート
- 5, HAIYA Route** (30.5km)
ハイヤルート/海上に架かるハイヤ大橋を渡り、
魚貫〜内ノ原を巡る約31kmのコース
- 6, BIG-Challenge Route** (13km)
ビッグチャレンジルート/団体のコースに選ばれた名
コース。坂を登りきった頂上には美味しい湧き水が!
- 7, Dolphin Route** (29.5km)
ドルフィンルート/鬼池港から下田、鬼海ヶ浦まで
の約30km。途中にはおっぱい岩なども!
- 8, AMAKUSA Sunset-line Route** (34.2km)
天草サンセットラインルート/崎津教会や大江教会、
十三仏堂、下田温泉を巡る天草西海岸線コース
- 9, [劇場版弱虫ペダル] Route** (80.2km)
「劇場版弱虫ペダル」ルート/「熊本県の国やまなみレース」
1日目天草でのコース。あの名シーンを体験しよう。
・BD&DVD好評発売中!
・各動画配信サービスで配信!

国道など交通量の多いルートで集団走行する
場合、自動車が容易に追い越せるように、5人
以下での走行を心がけましょう。自転車と自動
車がお互いを思いやり、気持ちよく共存できる
環境づくりに努めましょう。

- 自転車店
- 温泉施設
- 絶景ポイント
- コンビニエンスストア
- サイクルラック
- トイレ
- 水補給可
- 水補給不可
- スタート/ゴール
- 走行注意



1, OHYANO-Healing Route

橋の上を走行する時は、道幅が狭いので大
型車や横断など十分気をつけて下さい。
また、転倒事故防止のため、できる限り集
団走行を避けるよう心がけましょう。

ちゃんぽん大福
ラーメン、ちゃんぽんはもちろんの事、
モツ鍋込みや豚足などもメニュー。

天草四郎ミュージアム
大矢野町にある、天草四郎の生誕地。天草四郎の生誕地を
再現した建物。島原・天草の戦いの
歴史を学ぶ。

フレンド
お弁当が美味しいと評判の店。
お昼ご飯の休憩はここで済ませよう!

天然厚もっちゃん
天然酵母を使ったパンが
自慢の一品。地元の
食材にこだわったパン
は地元で大人気。

ファミリショップえの
「天草大王コロケ」、「大
砲巻き」が小児向けにビタ
リ! 黄色い派
手な看板が目印。

オキナコ天草
イルカウォッチングや
シーヤック、レンタサ
イクルからボートクル
まで、天草旅の出発点。

リゾテラス天草
天草の海辺を彩るリゾ
テラス。レストラン
やカフェ、バー、工房
なども
好評。

シークルーズ
天草宝島ラインの自
転車持込み乗船無料(輪
行袋に入れて、そのま
まは大人料金の半額)

ケーキ工房パンパキ
50cmの「天草ロール」、桃の
姿そのままの「桃カルド」は、
連日売り切りの人気商品。

AMA-ICHI-NEW 新設5コース

1 大矢野島・
天草上島
コース

2 天草下島
コース

3 上天草
シーサイド
コース

4 天草西海岸
サンセット
コース

5 苓北町
(高岡) 周遊
コース

自転車店

名称	電話	所在地
植田自転車本店	0964-56-0113	上天草市大矢野町1531-1
松尾自転車店	0964-56-0160	上天草市大矢野町中478-10
ナガシマサイクル	0969-22-2198	天草市志村町6327-21
かみなかサイクル	0969-22-2913	天草市南町2-21
サイクルプラザあまくさ	0969-23-8500	天草市太田町15-10
斎藤商会	0969-35-0115	天草郡苓北町志村4-5
ヤマダオートワールド	0969-22-2715	天草市中央新町2-3
鮫島サイクル	0969-35-0252	天草郡苓北町富岡3309
河浦輪業	0969-76-1131	天草市河浦町河浦5042-2

温泉

名称	電話	営業時間	定休日
スパ・タラソ天草	0964-56-1126	10:00~22:00 (受付は~21:30)	第2・4火曜(祝日の場合は翌日)
道の駅有明 さぎ波の湯	0969-53-1126	10:00~21:30	第2水曜(祝日の場合は翌日)
河童ロマン館	0969-54-5526	10:00~21:00	第2火曜(祝日の場合は翌日)
鯉泉の湯	0969-35-3770	10:00~21:00	第1・3木曜(祝日の場合は翌日)
ユメ館	0969-26-4011	10:00~21:00	第2・4火曜(祝日の場合は翌日)
白鶴館	0969-42-3375	9:00~21:00	第4水曜(祝日の場合は翌日)
愛夢里	0969-76-1526	10:00~21:00	第1月曜(祝日の場合は翌日)
牛深温泉センター やすらぎの湯	0969-72-6666	9:00~21:00	第3火曜(祝日の場合は翌日)
天然温泉ペラルラの湯	0969-22-3161	6:30~8:30 / 13:00~22:00	なし

宿泊施設

- ホテルシーガル亭
全ての部屋から、島内に沈む夕
日を見ることができ、主人の調
理する島の珍味や旬魚も名物。
- 望洋閣
天草西海岸に面したオーシャ
ンビューの宿。源泉かけ流し
の美しい湯も人気。
- 山口屋旅館
「気取った泊まる宿」をモッ
ト、コースに合わせたサー
ビスでもてなす老舗旅館。
- ホテルアレグリア
ガーデン 天草
温泉で汗を流すもよし、泊まっ
て海の幸を味わうもよし、天草
を満喫できるホテル。
- 民宿旅館 はまや
「前元」として築き出、そのまま直
送する海鮮料理や天草の地産が自
豪感から海に昇る朝日を見られる。
- ホテル松園海星
南国のリゾートを思わせるお
洒落なホテル。海に開かれた
露天風呂からの眺望も◎

- 潮の香る甲ら家
大浴場の立寄り湯は250円で
利用できる。全室オーシャ
ンビューの客室が人気。
- よしやホテルきらら亭
島の海岸線に佇む家庭的な
ホテル。若旦那が厳選した
海鮮料理も自慢。
- ホテル松泉閣ろまん館
天草の海と島を眼下に見
ながら露天風呂は開放感抜群。
- 旅館 なかし荘
目の前に、美しい天草の海が
広がる。温泉の露天風呂と露
天風呂を備えた温泉も魅力だ。
- 松島観光ホテル 岬亭
本格銘茶レストラン「吉布伊
倉」、庭のある露天風呂と露
天風呂を備えた温泉も魅力だ。
- アマクササンカミングホテル
サンタの優しいおもてなしや
に包まれたホテル。ロビーで休
息も、笑顔対応のスタッフ!
- ホテルシーガル亭
全ての部屋から、島内に沈む夕
日を見ることができ、主人の調
理する島の珍味や旬魚も名物。
- 望洋閣
天草西海岸に面したオーシャ
ンビューの宿。源泉かけ流し
の美しい湯も人気。
- 山口屋旅館
「気取った泊まる宿」をモッ
ト、コースに合わせたサー
ビスでもてなす老舗旅館。
- ホテルアレグリア
ガーデン 天草
温泉で汗を流すもよし、泊まっ
て海の幸を味わうもよし、天草
を満喫できるホテル。
- 民宿旅館 はまや
「前元」として築き出、そのまま直
送する海鮮料理や天草の地産が自
豪感から海に昇る朝日を見られる。
- ホテル松園海星
南国のリゾートを思わせるお
洒落なホテル。海に開かれた
露天風呂からの眺望も◎
- 大洞窟の宿 湯楽亭
2つの温泉を持つ宿。温泉の日
帰り入浴は500円可能。天草
の四季を味わえる料理も評判。
- 小松屋旅館
部屋から釣りや美しい海を
眺めながら、温泉を満喫す
る。温泉と新鮮な魚料理も自
慢!
- 民宿 貴久春
このこもったおもてなしと手
料理「貴久春」1Fの券
明・ラーメン店も人気。
- アマクササンカミングホテル
サンタの優しいおもてなしや
に包まれたホテル。ロビーで休
息も、笑顔対応のスタッフ!

龍仙島(片島)