

みなまた・あしきた シーサイドロード

MINAMATA ASHIKITA SEASIDE ROAD

海と島を眺めながら、ペダルを踏んで風になろう！

水俣・芦北シーサイドロードとは

八代海と天草の島々を眺めながら進む風光明媚な約80kmのコース。道沿いには柑橘類の畑が続き、見晴らしの良い岬や白い砂浜、肥薩おれんじ鉄道が走る風景など、とても魅力的なロケーションが広がっています。もちろん地元の海の幸や、特産の柑橘類、芦北牛などの美味しいグルメも堪能できるうえに、コース上やその付近にある温泉街で、宿泊しながらのんびり楽しむこともできます。



DISTANCE
約80km
🚲

二見田浦線の景観

八代市二見と芦北町田浦を結ぶ県道254号。海岸に沿うように、肥薩おれんじ鉄道と並行して走ります。八代海をすぐ近くに感じられる絶好のポイントです。



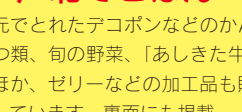
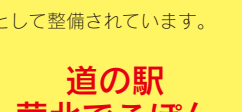
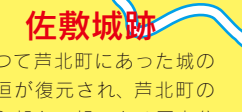
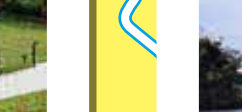
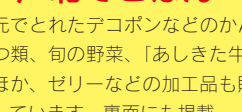
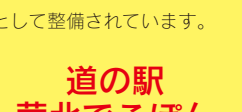
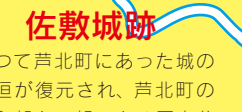
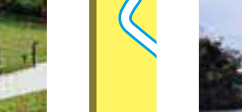
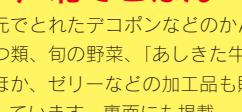
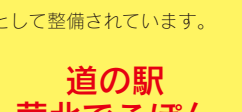
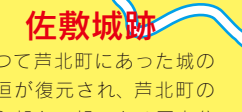
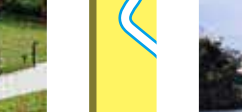
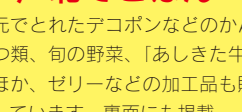
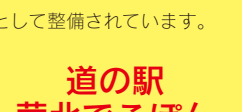
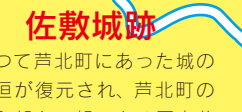
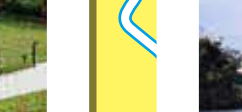
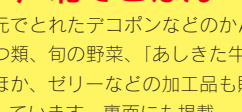
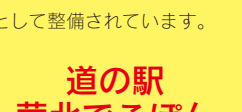
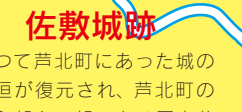
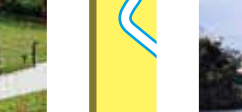
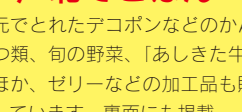
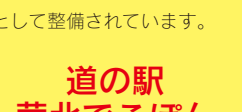
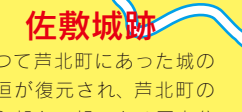
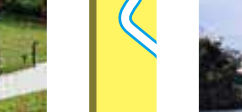
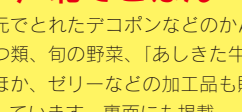
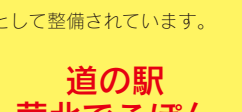
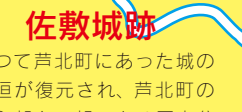
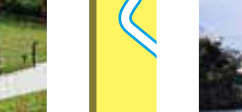
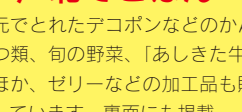
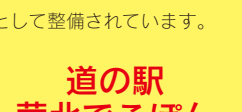
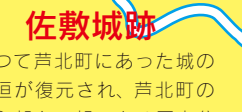
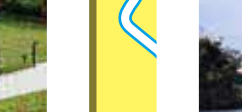
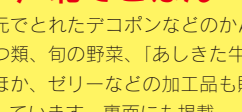
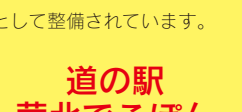
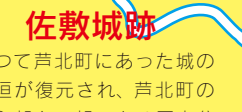
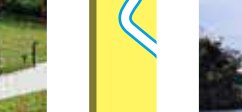
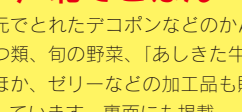
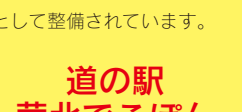
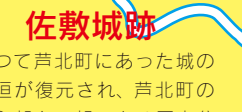
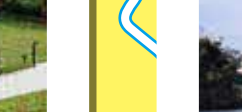
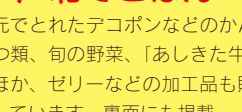
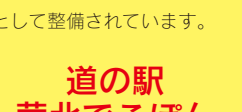
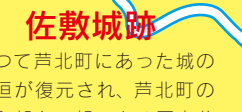
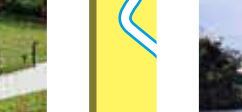
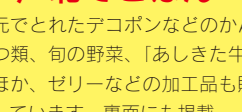
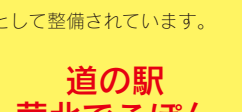
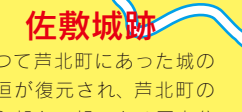
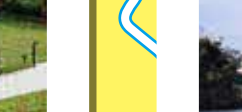
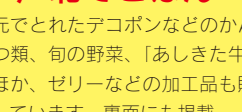
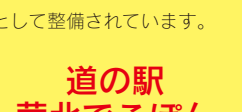
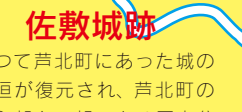
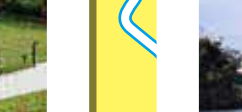
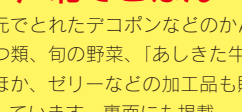
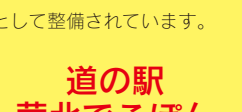
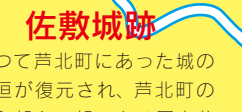
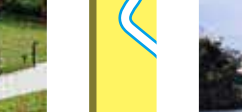
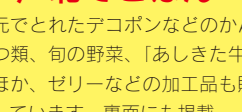
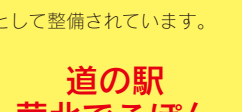
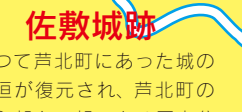
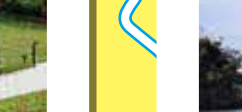
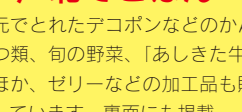
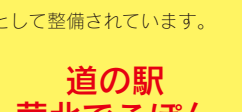
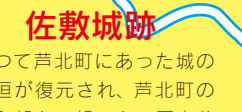
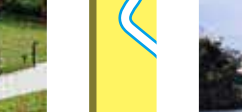
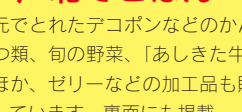
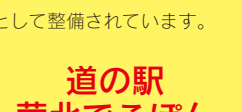
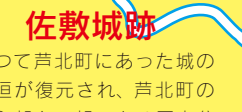
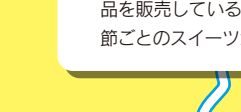
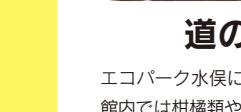
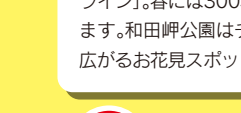
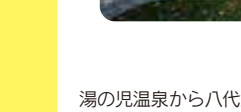
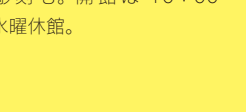
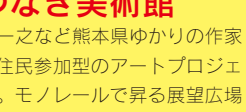
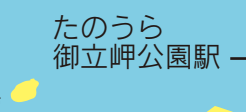
波多島漁港

県道 254 号近くの漁港。自然石の護岸と石積み防波堤、アコウの群生が残り、昔ながらの景色が見られます。



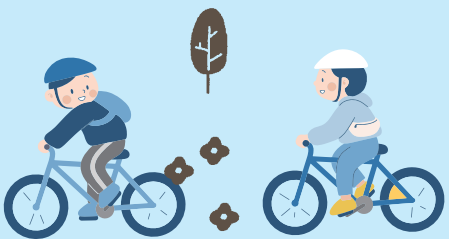
道の駅たのうら

特産品の甘夏やデコポン、新鮮な野菜や海産物などがそろっています。併設のレストランでは地元の海の幸などの料理が楽しめます。裏面にも掲載。



Youtuber けんたさんが行く 水俣芦北サイクリングロードの旅！

「日本にもっと豊かなサイクルライフを！」をテーマにYoutuberとして活躍中のけんたさんに、水俣・芦北シーサイドロードを走ってもらいました！



JR八代駅

肥薩おれんじ鉄道線のスタート地点。JR 鹿児島線と肥薩線も乗り入れている交通拠点です。



二見田浦の景観

八代市二見と芦北町田浦を結ぶ県道254号。海岸に沿うように、肥薩おれんじ鉄道と並行して走ります。



けんたさんの動画はこちらをご参照ください



御立岬

岬の地形を利用したレジャーランドが、八代海と天草の島々を見隔らす高台にあります。



芦北海浜総合公園

曲がりくねったコースを走行するローラーリージュや、球体の中に入り斜面を転がるZORBなどが楽しめます。



つなぎオイスターバル

地元漁協が開設。小ぶりながら濃厚な津奈木産マガキに3種の洋風トッピングが人気です。



旧赤崎小学校

日本で唯一、海の上にある小学校として話題に。目の前の小島には干潮時に歩いて渡ることが出来ます。



湯の児温泉

風光明媚なリアス海岸沿いにある温泉地。八代海を眺めながら、開放的な気分が味わえます。



道の駅みなまた

エコパーク水俣内にあり、かんきつ類や野菜などの特産品を販売。紅茶とスイーツが味わえるカフェも。



水俣駅

肥薩おれんじ鉄道や水俣市のレンタサイクル貸し出し・返却拠点。

温泉でホッと一息

おたちみさき 御立岬温泉センター



夕日と八代海を眺めながら温泉に浸る至福のひととき

夕日と八代海が見渡せる高台のビュースポットにあります。少量の湯を含んだお湯で、露天風呂に浸かりながら眺める夕日は、まさに至福のひととき。館内の売店では、温泉塩「岬の御塩」を使った特産品や加工品なども販売しています。

営業時間	10:00～21:00
住所	津奈木町岩城 435
休 日	第1水曜日
TEL	0966-87-2555
入 場 料	一般 400 円、小学生 300 円、3 歳以上就学前 200 円、0～2 歳無料

つなぎ温泉四季彩 モノレールで行く展望露天風呂は必見！

国道3号沿い、自然の岩肌を生かした温泉施設として人気です。内湯、露天、家族湯と、モノレールで行く展望露天風呂があります。レストランや休憩室も備えているので、食事と休憩を兼ねて利用してみてもいいです。

営業時間	10:00～21:00
住所	津奈木町岩城 435
休 日	第1水曜日
TEL	0966-78-4126
入 場 料	大人 400 円、小学生 300 円、身障者 300 円、未就学児無料
その他	モノレール往復乗車券は別途 100 円



自然が生み出した美味を堪能

ぎゅーぎゅー亭



地元 JA あしきたが経営するレストラン・焼肉店。『あしきた牛』や県産牛など地元食材を使った料理が味わえます。あしきた牛焼肉定食 1280 円（税込み）が人気。

営業時間	11:00～15:00、17:00～21:00
住所	芦北町佐敷 443（道の駅芦北でこぼん隣）
休 日	火曜日
TEL	0966-82-3691

福田農場

八代海と天草の島々を一望する高台にある農場レストラン「パレンシア館」。スペインの伝統料理を和風に仕上げたバリエアコース 1800 円（税込み）がお薦め。地元食材をふんだんに使ったバリエアや、自家野菜のサラダなどが味わえます。コース料理やテイクアウト用ビザなども。

営業時間	昼 11:00～16:00、夜 17:00～21:00
住所	※平日夜の部は前日までに要予約
休 日	水曜日 12:25
TEL	※休 日（年末年始除く）0966-63-3900

おすすめスイーツ



鬼塚日昭堂

和菓子から洋菓子まで豊富にそろった地元で愛されるスイーツの店。あんこがずっしり入った「かりんとう万十」、柔らかなもちで包んだ「生くりもち大福」が人気。お土産にも。

営業時間	8:00～19:00
住所	水俣市百間町 2 丁目 1-6
TEL	※不定休 0966-62-2611



おるがんと商店

営業時間	10:00～19:00
住所	水俣市栄町 1 丁目 6-1
休 日	月曜日、第 4 火曜日
TEL	0966-83-8699

オシャレなカフェ。自家製の天然酵母パンのサンドイッチと、沖縄産コーヒー豆の本格エスプレッソが人気です。サンドイッチはカレー・チキンサンド、ジュシービーフサンドなどメニューも豊富。テイクアウトも OK。

心に残る宿

湯の児温泉



湯の児温泉



山あいたたずむ温泉郷です。湯出川沿いに4軒の旅館と立ち寄り湯があり立ち寄り風情は、まさに「秘境の隠れ湯」。令和4年に国民保養温泉地に指定されています。泉質は単純硫化水素泉。長期滞在で湯治を楽しむ人も多く、昔から湯治場として親しまれています。

営業時間	9:00～19:00
住所	芦北町佐敷 443
休 日	第1水曜日
TEL	0966-61-3020

道の駅でちょっとお土産を

道の駅芦北でこぼん



中核施設「Shop&Cafe ミナマタ」は特産品のセレクトショップ。『みなまた木のおもちゃ館きらら』や、上質な紅茶とスイーツが味わえるカフェも。別棟「石窯ピュッフェ」は、お土産に最適な焼き菓子。ランチ専門店。カキの時期には地元漁協のカキ小屋も。

営業時間	9:00～17:00
住所	水俣市月浦 54-162（エコパーク水俣内）
休 日	第1水曜日
TEL	0966-62-2003

湯の児温泉 白梅湯裸楽



源泉かけ流しの露天風呂も女性にうれしい専用岩盤浴

八代海に面した湯の児温泉の一面にある、源泉かけ流しの入浴施設。弱アルカリ性炭酸泉で、内湯、露天風呂のほかに女性専用の岩盤浴も。大人 1 泊 4500 円、子ども同 2500 円で素泊まりも。

営業時間	12:00～20:30
住所	水俣市大迫 1213-23
休 日	※1月5日、8日は変更になる場合も
TEL	0966-62-1234
入 場 料	一般 400 円、3 歳～小学生 200 円

水俣・芦北地域のおすすめ柑橘



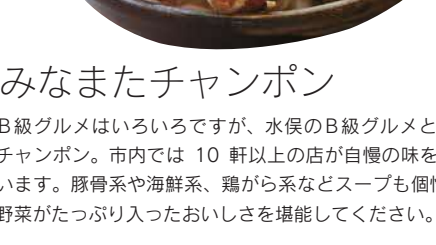
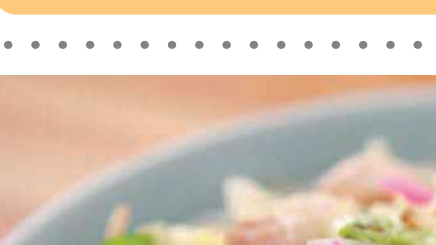
デコポン

ヘタの部分が飛び出た愛嬌のある姿が特徴です。品種名は「不知火」。海沿いの緩やかな傾斜地などで栽培されますが、寒さに弱く、温暖な芦北・水俣地域は最適な環境です。日さや適度な酸味、みずみずしさ、食感を現地で体感してください。



甘夏

上品な甘さとさわやかな酸味、そしてほろ苦さ。ピタミントやクエン酸をたっぷり含み、夏/テ予防に最適。マーマレードやジャムにしてもおいしく、お土産にどうぞ。



みなまたチャンポン

B級グルメはいろいろですが、水俣のB級グルメと言えばチャンポン。市内では 10 軒以上の店が自慢の味を競っています。豚骨系や海鮮系、鶏がら系などスープも個性豊か。野菜がたっぷり入ったおいしさを堪能してください。

検 索 でかっく水俣 みなまたチャンポン

レンタサイクル

駅から手軽に自転車です！

※対象は 18 歳以上ですが、保護者同伴の場合は中学生から利用できます。 ※予約や団体申し込みはできません。

肥薩おれんじ鉄道

肥薩おれんじ鉄道の佐敷駅（芦北町）、新水俣駅（水俣市）、水俣駅（水俣市）にはレンタサイクル（貸し自転車）があります。申し込み時には免許証や学生証などの身分証明書の提示が必要です。

■佐敷駅

車種・台数 E-bike BESV PSA1 2 台、Votani H3 3 台
料金 E-bike 2500 円/日 1500 円/3 時間
返却 佐敷駅か水俣駅に返却
貸し出し時間 10:00～16:00
申し込み・問い合わせ 要予約。佐敷駅 TEL0966-61-3100

■水俣駅

車種・台数 E-bike BESV PSA1 2 台、Votani H3 3 台
料金 E-bike 2500 円/日 1500 円/3 時間
返却 佐敷駅か水俣駅に返却
貸し出し時間 10:00～16:00
申し込み・問い合わせ 要予約。水俣駅 TEL0966-68-2011



詳細はこちらをご参照ください

水俣市

水俣市は「自転車市民共同利用システム」を運用しています。事前に会員登録をすれば、観光客も市内 4 カ所のサイクルステーションで自転車を、無料で借りることができます。観光客が借りる際の注意点を紹介します。

■会員登録の場所

水俣市役所地域振興課（平日の 8:30～17:15）、道の駅みなまた（9:00～17:00）、新水俣駅（みなまた観光物産協会 9:00～17:00）、肥薩おれんじ鉄道水俣駅（9:00～17:00）

■サイクルステーションの場所

道の駅みなまた（インフォメーションセンター内）、エムズシティ、新水俣駅、水俣駅前広場

※自転車は借りたサイクルステーション以外でも返却できます。

■問い合わせ

水俣市地域振興課 TEL:0966-61-1607

肥薩おれんじ鉄道 サイクルトレインの使い方

自転車をそのまま、電車に持ち込める！

肥薩おれんじ鉄道では、列車内に自転車をそのまま持ち込める「サイクルトレイン」を運行しています。

料 金	自転車の持ち込みは無料。利用者の乗車運賃だけ
対象区間	八代駅～上川内駅
対象列車	平日：9 時～15 時までの対象列車 休日（土日祝日）：終日（始発～最終までの全列車） ※公式ウェブサイトでご確認ください。

時刻表等 詳細はこちらをご参照ください
時刻表等 詳細はこちらをご参照ください



肥薩おれんじ鉄道株式会社 営業部
TEL 0966-63-6860（9:00～17:00）

■サイクルトレイン区間

八代駅	肥後高田駅	日奈久温泉駅	肥後二見駅	上田浦駅	たのうら御立岬公園駅	肥後田浦駅	海浦駅	佐敷駅	湯の児温泉駅	津奈木駅	新水俣駅	水俣駅	袋井駅	米ノ津駅	上川内駅まで
-----	-------	--------	-------	------	------------	-------	-----	-----	--------	------	------	-----	-----	------	--------