

道の駅・産直所と九州・沖縄のまちを結ぶ旅の情報誌

# ふらっと

2014年・冬号

**TAKE  
FREE**

価格0円

**VOL.16**

特集 ● ふらっとの旅 [熊本県]

熊本の温泉は健康の源泉たっぷり!!

## あったか湯で冬の健康アップ

新春企画 ● 「ふらっと」ファンクラブ会員・購読者限定プレゼント付き!

食べなきゃ、行かなきゃ、初春じゃない!

今すぐ松浦市・平戸市・佐々町へ

差し上げます!

道の駅・産直所からのプレゼント!

グルメ ● おいしい道の駅・産直所

本土最南豚 / 「道の駅」根占 [鹿児島県]

うどん・そばバイキング / 「道の駅」やまくに [大分県]

山うにとうふ / 「道の駅」子守唄の里五木 [熊本県]

まつようの太切りたい茶漬け / 「道の駅」松浦海のふるさと館 [長崎県]

セルリー / 「道の駅」みやま [福岡県]

完熟きんかんたま / 「道の駅」山之口 [宮崎県]

写真 / 親和苑(阿蘇・内牧温泉)



熊本の温泉は健康の源泉たっぷり!!

# あつたか湯で冬の健康アツプ

特集

ふらっとの旅

大自然と一体になれる  
充実の体験プログラム

〔阿蘇市内牧温泉〕

冬はやっぱり温泉で温まりたい。体を温めるのは健康にも良い。ならば熊本で温泉プラスαの健康アップ旅はいかが？まずは阿蘇の内牧温泉にて温泉十様々な体験メニューで気持ちのいい汗を流し、ヘルシーなかき牛を食べてすっきり健康に。

文人にも愛された温泉地で

スポーツ&エクササイズを体験

世界最大級のカルデラと、それを取り囲む巨大な外輪山。現在も活発な火山活動が続ける阿蘇山だが、その恩恵といえるのが豊富な温泉資源だ。北外輪山の麓に位置する内牧温泉は、与謝野鉄幹、晶子夫妻や夏目漱石といった文人にも愛された歴史ある温泉地。阿蘇五岳を望む露天風呂を持つ宿や、卓越した包丁技で魅せてくれる料理宿など、旅人を魅了する宿だけでなく、地元客が連日足を運ぶ公衆浴場も充実しているなど、多彩な顔を持っている。

親和苑では森の静寂を感じながらの湯浴みを楽しめる。  
熊本県阿蘇市内牧1354  
☎0967-32-0330  
1泊2食12,050円～

阿蘇五岳を一望できる阿蘇プラザホテルの露天風呂。  
熊本県阿蘇市内牧1287 ☎0967-32-0711 1泊2食10,950円～







ボルダリング体験は30分1100円～。シューズと滑り止めのチョークも貸し出してくれる。『阿蘇サイクル&クライミングベース クランプ』  
熊本県阿蘇市内牧48 ☎0967-32-0928 [営] 11:00～20:00(土日祝日は10:00～) [休] 木曜日(祝日の場合営業) 12月29～1月4日



ティッシュ・コンディショニングは60分2200円で要予約。  
問い合わせは「ラパン」 ☎0967-22-3327 <http://aso-lapin.com>



馬上から見る自然の雄大さは格別。乗馬体験は20分4000円～。『エル・パティオ牧場』熊本県阿蘇市一の宮町三野2305-1  
☎0967-22-3861 [営] 9:00～16:30最終受付 [休] なし

その内牧に古い酒蔵を利用したボルダリング施設「クランプ」がある。ボルダリングとはフリースタイルクライミングの一種で、専用のシューズと滑り止めのチョークのみで岩壁をよじ登るスポーツ。壁に無数のホールドが設置してあり、指定された番号のホールドのみを使ってよじ登っていくのがルールだ。8段階の難易度が設定してあり、壁の傾斜がゆるい部分もあるので、全くの初心者でも気軽に体験できる。腕力勝負かと思いきや、足を上手く使わなければならぬ全身運動であり、ルートの組み立てなど頭の柔軟性も必要。最初はおっかなびっくりでも、気がつけば無心に壁に挑み続ける自分がいることだろう。

さらにその2階では、「ティッシュ・コンディショニング」というエクササイズが体験できる。これは、ティッシュという天井から吊された巨大な布を使って、全身のバランスを整えるというもの。ピラティスやヨガの要素を取り入れており、ティッシュに全身を預けることで無理なく様々なポーズを取る事ができる。ストレッチ効果やリラクゼーション効果抜群で、肩こりの解消などにも役立つ。

## 草原での乗馬体験と阿蘇食材の健康グルメ

阿蘇の大自然を全身で体感したいという人は、乗馬はいかがだろうか。「エル・パティオ牧場」は北外輪山の草原をフィールドにした、ウエスタンスタイルの乗馬施設。20分から75分まで7コースの体験メニューがあるが、いずれのコースでも草原に出て乗馬ができることがウリだ。「一番短いコースでも草原にお連れしますよ。馬はしっかりと調教していますので、初めての方でも1人で乗ることができます」と話すのは、トレーナーの大山裕一郎さん。ここで飼育されているのは、アメリカ原産のアメリカンクォーターホースという品種。性格も温厚な上、なんといっても西部劇にも多数登場している品種の馬だけに、草原を闊歩する

姿は本当にかっこいい。ワイルドにカウボーイ気分を満喫しよう。

スポーツ・エクササイズで健康になったら、グルメもヘルシーな物を選びたい。そんな希望を叶えてくれるのがあか牛である。阿蘇の牧草を食べ、のびのび育ったあか牛は、赤身が豊富で脂肪分が少ないが肉は柔らかで旨味もたっぷり。阿蘇の飲食店ではあか牛料理をヘルシーなメニューとして提供している。例えば「お食事処 はなびし」の自慢は「あか牛カツ重」。レアな赤みが鮮やかなモモ肉のカツをご飯の上になっ

ぷり敷き詰め、わさび醤油とおろし醤油の2種類のタレで、どちらもサッパリと味わえる。阿蘇の湯、自然、エクササイズ、そして健康育ちのあか牛料理。ヘルシー温泉旅行のでき上がり!



ジューシーで柔らかな、あか牛カツ重(並 1,890円)  
「お食事処 はなびし」  
熊本県阿蘇市一の宮町宮地3093  
☎0967-22-0896  
[営] 11:00～16:00(OS) [休] 不定

## 立ち寄り道の駅

### 道の駅阿蘇

阿蘇市でとれた新鮮な野菜やお米はもちろん、お弁当や饅頭、お土産品も充実している。併設された観光案内所では、阿蘇の旬の情報や独自に制作した地域マップを提供している。



熊本県阿蘇市黒川1440-1  
☎0967-35-5088  
[営] 9:00～18:00  
[休] 年中無休  
[アクセス] 九州自動車道  
熊本ICから国道75号で約60分





特集

ふらっとの旅

# 美味なる薬草料理で

# 体の中からすっきりきれいに

## 「玉名市 玉名温泉」

1300年の歴史を持つ温泉地・玉名。今、この地に薬草料理の文化が静かに、しっかりと根付きつつある。薬草が持つ知られざる効用と美味しさとは？ 体の中も外もきれいになる、健康美人を目指す旅へいざ！



小岱山薬草の会・会長の宮永マス子さん



ノビルを練り込んだ  
ウィンナー(350円)。  
添えられた万能ソースを付けて  
味わう



秋～冬に旬を迎えるノビル。ネギのような香りで体を温める効果があるという

### 良薬でも口に苦くない!? 薬草から生まれる自然の美味しさ

薬草料理と聞くと、どのような味を想像するだろう。苦い？青臭い？いずれにしろ、多くの人が「良薬口に苦し」のことわざから連想されるイメージに近い味を想像するのではないだろうか。そのイメージを覆そうという動きが、玉名市で静かに広がっている。仕掛け人は「小岱山薬草の会」会長の宮永マス子さん。平成19年の発足以来、美味しく体が喜ぶ料理をテーマに、薬草を使った料理レシピの紹介や薬草料理教室などの活動を続けている。「薬草は良薬ですが苦いものばかりではないのです。たとえ

どんなに体に良い料理でも、美味しくなければ意味はないですし、美味しくないと我慢して食べても逆に不健康ですからね」と宮永さん。

彼女が薬草料理に目覚めたのは、崇城大学の村上光太郎教授との出会いがきっかけ。薬草のことはもちろん、なじみ深い野菜の調理法などについても、目から鱗が落ちる発見の連続だったという。「これまで常識だと思っていた食べ方の、まったく真逆の食べ方などを教えてもらったんです。そうしたら本当に美味しくなりました。例えば、ピーマンは種を取り除くことなくそのまま食べる。種がある状態で輪切りにしてピザに乗せて焼いたら、それまでピーマン嫌いだった子供が美味しいと言ってすんなり食べたのだとか。薬草にしても、わざわざ山中深くに分け入って摘み取ってくるのではない。身近な野山に多種類の薬草が生えており、そのことを知るだけで、これまで何気なく見過ごしていた野山の見方が変わったとい





「竹水苑」熊本県玉名市玉名2020-1  
☎0968-72-2165  
[料] 1泊2食10950円～



薬草バスセット 850円。「薬草ダイニング たんぽぽ」熊本県玉名市両迫間308  
☎0968-57-9663 [営] 10:00～18:00 [休] なし



竹水苑の薬草会席プラン料理一例



「玉の湯」熊本県玉名市岩崎高津原391-1  
☎0968-73-2087 [営] 5:30～21:00  
[休] 毎月25日(土日祝日の場合翌月曜休) [料] 大人200円

う。特に玉名市北部にある小岱山は約150種類もの薬草が自生しており、宮永さんにとってはまさに宝の山だったのだ。

JR新玉名駅には、宮永さんがプロデュースする店「薬草ダイニングたんぽぽ」がある。店内にはタンポポやオオバコ、ノビルなど、代表的な薬草の効用などを解説したパネルが飾っており、メニューも薬草を活用した料理がズラリ。パスタ、カレー、だご汁といった、なじみ深い料理に薬草を取り込んでいる。ノビルの香りが程よいアクセントになっているあつさり味のだご汁のように、どの料理も薬草が旨みの1つとして加わった優しい味わいだ。

## 歴史ある湯の安らぎと薬草との相乗効果

「たんぽぽ」の他、玉名市内の様々な飲食店で薬草料理を提供しているが、温泉宿でも薬草料理を味わえる。それが旅館街から少し離れた場所に佇む宿「竹水苑」。薬草会席プランでは、前菜や天ぷら、茶碗蒸しなど、

薬草を使用した様々な料理が登場する。また、この宿は温泉にも並々ならぬこだわりを持っており、掛け流しで使用されるお湯は、適温に調節された加水も沸かしもしない源泉100%。大浴場や宿泊者専用の貸切風呂、隣接する日帰り貸切風呂施設「竹乃香」で湯三昧を楽しめる。肌の調子を整えてくれる湯に浸かってじっくりと温まり、様々な効用を持つ薬草料理で体の中もすっきりきれいにする。温泉と薬草との相乗効果で健康な素肌美人を目指そう。

大型の温泉宿が建ち並ぶイメージの強い玉名温泉だが、各旅館が営む日帰り温泉施設も充実しており、立ち寄りでも温泉を十分に楽しめる。温泉街の入口にある「玉の湯」は、玉名温泉唯一の公衆浴場で、連日常連客で賑わう地元住民にとつての憩いの場所だ。目の前には「しらさぎの足湯」が設置された立願寺公園があり、ここにもものんびりと座って会話をを楽しむ地元客の姿が。その中に混じり、のどかな雰囲気の中疲れた足を休める。旅の締めくくりには最高のロケーションだろう。

## 立ち寄り道の駅

### 道の駅きくすい

すぐそばを流れる菊池川では、通年カヌー体験が可能。物産館内には豆腐とまんじゅうの工房があり、毎朝館内で手作りされてきたアツアツの味が、おやつにもお土産にも大人気だ。2階には、天然鉱石・光明石を使用した人工温泉が注がれる温浴施設「菊水ロマン館」もあり(大人300円)。



熊本県玉名郡和水町江田455  
☎0968-86-3100  
[営] 9:00～20:00  
レストラン11:00～15:00  
(なごみ庵)OS14:00  
[休] 月曜(レストランのみ)・12月31日～1月2日  
[アクセス] 九州自動車道菊水ICから県道16号で約5分





# 森や木が持つ力を取り込む 森林セラピー「水上村湯山温泉」

奥深い山里に民宿や旅館が点在するひなびた温泉地・湯山温泉。自然の滋味を満載した料理や、トロトロの湯で評判の湯の町が、大自然の力で心と体を元気にしてくれる森林セラピー基地として、注目を集めている。

## 五感で感じる森の生命力 科学が証明した癒やし効果

森に入り、野山を歩く時に感じる心安らぐ思い。多くの人が味わうであろうこの感覚を科学的データを元に裏付けようという試みがある。それが森林浴から一歩進んだ森林セラピーと呼ばれるもので、欧米では医療の一形態としても注目を集めている自然体験プログラムだ。森林セラピーの舞台となるのが、セラピー基地・ロードというエリア。実際にモニタリングし、その効果が実証された場所だけが認定を受けること



森林セラピストの西さんの案内で癒しの森を散策



### 特集

## ふらっと旅

ができ、現在、国内に57カ所の基地・ロードがある。

人吉球磨地方の東部に位置する水上村は、日本三急流の一つ、球磨川の源流点がある山里。2010年に村内の森林すべてがセラピー基地に認定された。中心部には、美肌の湯としてリピーターに愛されている湯山温泉があり、森と湯の癒やしを体感することがができる。

その湯山温泉の一軒「市房観光ホテル」は、社長の西和入さんが森林セラピストの資格

を持ち、セラピーの拠点とするのに最適な一軒。自然派が集う宿のキャッチフレーズを持つだけに、薪ストーブのあるロビーや、鳥のさえずりが間近に聞こえるウッドデッキなど、随所に水上の自然を肌で感じられるポイントがある宿だ。料理にもこのコンセプトは生きており、山菜を始めとした近隣で採れた山の幸をふんだんに使ったごちそうがテーブルに並ぶ。今の季節の主役は、鹿肉や猪肉などのジビエで、鹿刺し

セラピーロード沿いにある杉の巨木。平安杉、双子杉、新夫婦杉、千手観音杉と名が付けられており、スラリと天に伸びる美しい姿を見せてくれる





市房観光ホテルの夕食例。季節の山菜や猪肉、鹿肉など山の幸尽くし



市房観光ホテルの大浴場。適温に加温された源泉を掛け流しで使用している。pH値9.9を誇るアルカリ性の湯が肌をすべすべにしてくれる



「市房観光ホテル」  
熊本県球磨郡水上村湯山357  
☎0966-46-0234  
【料】1泊2食8790円～



「森林セラピー」  
問い合わせ・申し込み  
水上村企画観光課 ☎0966-44-0312  
【料金】1名2000円～  
(参加人数によって異なる・セラピー弁当、入浴券付き)

森林セラピーのコースとなるのは、水上村の背後にそびえる市房山の麓。市房山キャンプ場から4合目にある市房山神宮へと至る森の中にルートが整備されている。散歩感覚で楽しめるものから、ガイドの案内で3時間30分程度かけて歩く健脚向けトレッキングコースまで、3コースあるが、足腰に不安がないのであれば見所が詰まった健脚向けトレッキングコースをオススメしたい。樹齢800年ともいわれる杉の巨木が道標のように森の中に点在しており、それをたどりながら森林散

## 神の宿る山で出会う 威風堂々たる巨大杉

や猪肉の塩焼き、猪鍋で山里の滋味を堪能できる。また、大浴場に注がれ続ける湯も絶品。硫黄の匂いが漂うトロリとした肌触りの湯で、pH値も熊本県内で有数の高さを誇る。全身にまとうりつくような軟らかさは、時間を忘れて浸かり続けてしまうほどの心地よさだ。



水上村の米、野菜、球磨川源流の水を使用した弁当。  
地元食材のみで作った、手作りの優しい味

策ができる。中でも、市房山を代表する4本には平安杉、双子杉、新夫婦杉、千手観音杉の名が付けられており、枝を広げながらまっすぐ天へと伸びる堂々たる姿には畏敬の念すら感じてしまうほど。コース上には小川が流れ、葉擦れの音と共に聞こえてくるせせらぎが心地よく耳を打ち、心を清涼感で満たしてくれる。このロケーションで地産地消の素材を生かしたセラピー弁当を広げれば、その素材で優しい味わいも極上のごちそうとなる。

案内をしてくれた西さんは「水上には国指定天然記念物の蝶・ゴイシツバメシジミが生息しているなど、都会で失われた自然が数多く残っています。この地で育った私にももちろんのことですが、水上を訪れる人にもここに故郷を感じて欲しいですね」と語る。その目には、野山を駆けまわっていた少年の時の輝きがそのまま宿っていた。



## 立ち寄り道の駅

### 道の駅 錦

自然の起伏を生かした6.4haの広大な芝生公園「錦・くらんど公園」に隣接。農産物直売所くらんど市内には、地元生産者が持ち寄った季節の農産物が並ぶ。これからはイチゴの最盛期を迎え、館内は甘酸っぱい香りでいっぱい。地元農業高校で育てた卵と地元産牛乳を使用した「とろけるプリン(300円)」も絶品。



熊本県球磨郡錦町大字一武1544-1  
☎0966-34-5550  
【営】9:00～18:00  
【休】第3水曜日(祝日の場合翌日)、1/1～3  
【アクセス】九州自動車道人吉ICから国道219号で約20分





近年耳にする「6次産業化」(※)とは1次産業である農林水産事業者が、農畜水産物を、加工製造(2次産業)から流通販売(3次産業)まで手がける一貫体制のこと。(株)HAMASOLリユーシヨonzは、安全と信頼のフードビジネスを通じて地域社会に貢献するをテーマに、農林水産省の総合化事業計画の認定を受けた1次産業事業者等と、九州のホテル・観光旅館(230社)や飲食等フードビジネス事業者のマッチングを進めている。今回は、同認定業者であり、自社ブランドの有田エモール牛で新商品の開発・販売事業を進める「有限会社有田牧畜産業」の有田米増社長に話をうかがった。



有限会社有田牧畜産業 社長 有田米増氏

#### 有限会社有田牧畜産業

本社宮崎県西都市 飼育頭数5,500 平成25年10月31日、農林水産省の総合化事業計画認定 平成27年4月、宮崎県西都市に新たな食肉加工工場が稼働予定。

#### 薬漬けの牛はもういらない！ エモール牛飼育にかける決意

◎創業50年を超えたそうですが、「薬を与えない牛、エモール牛」というのはどのようなものですか？

有田：私が生まれた時から家は畜産業を営んでいましたが、ある時まで牛を増やすことだけを考え、牛のためを考えることはしませんでした。一つの柵の中に牛を10〜15頭を飼う「密飼い」が当時は当たり前。しかし、それではエサを十分に食べられない牛が出ます。ストレスもたまる。そのため弱って病気になった牛には毎日のように抗生物質を与え

農林水産事業者とホテル・旅館、飲食等フードビジネス事業者を6次産業化の輪で結び、九州を元気に！

## 健康な牛の美味さを余すことなく広める



EMO牛の脂肪は不飽和脂肪酸であるオレイン酸が平均値58.5%も含まれ、脂のしつこさがない

ていました。



セリで入れた生後10か月ほどの仔牛は「導入牛」と呼ばれ、3、4か月育てた後に別の牛舎に移す。生育時期に合う飼料を与えるため、牛舎は月齢で変わる

重量を増やすため増量剤をエサに加えることも行われてきました。ある日、ふと思いました。「自分たちの子どもや孫に薬漬けの牛肉を食べさせていいのか」と。さらにスーパのバイヤーから「有田さんの牛肉も牛の味がしなくなった」と言われ、本当の牛飼いの原点に戻ろうと決意しました。それが28年前です。「EMO(エモール)」とはearth medicine(大地に薬は0を目指す)という意味から取ったものです。

◎それ以来、牛舎のあり方なども随分改善されたそうですね。

有田：「密飼い」を止めて一つの柵にそれまでの半分の頭数を入れしました。周囲は「バカじゃないか、もったいない」と言いましたけどね(笑)。牛舎の天井を高くし、自然光が差すようにするなど、牛が健康的に暮らせるようにしました。水は尾鈴山から流れる清冽な井戸水、与えるエサも国家資格の「飼料製造管理者」を取得した私が自家配合しています。

#### 長期熟成肉の開発などで付加価値の高い肉を販売

◎エモール牛は健康そのものの牛肉で、うま味成分のオレイン酸も豊富だと聞きました。

有田：お肉の中に55%以上のオレイン酸が含まれる牛を鳥取県では「オレイン55」と評価しています。これは鳥取県での飼育牛の3割程度ということですが、しかし、当牧場の牛の脂肪はオレイン酸数値が最高値61%です。つまり、それだけ美味しく、しかも消化吸収が早く、胃にもたれません。

◎食肉加工では手作りハンバーグなども作っておられますが、27年春には新しい加工場ができますね。

有田：エモール牛の加工をさらに強化する目的です。また、イースト菌によって肉を保護し、旨味を閉じ込めて60日間熟成させる「有田式熟成牛肉」の加工にも力を入れます。これは熟成中に肉の繊維が壊れ、柔らかな肉になり、肉本来の旨味成分が引き出されるのです。これからも付加価値のある肉を開発し、ホテル、レストラン等に提供していきます。



生後28〜30か月の後期牛、人間で言えば18歳前後の牛の肉質が一番良く、この頃に出荷される

※農林水産省の「6次産業化・地産地消法」は、農林漁業生産と加工・販売の一体化、地域資源活用による新たな産業の創出促進で、所得確保、雇用の創出と確保を目的とする。生産者が力をつけ、日本の食を支えていく重要な意味がある。



## 食の価値と物語を売ってこそ 生産者のやりがいになる

弊社は2年前からブランド卵「つまんでご卵」のFCとして事業展開しています。そもそものはこの卵にほれ込んだのがきっかけであり、養鶏場の代表に「卵の作り方を教えるからブランドを広げよう」と誘われたのです。半年間養鶏を学びました。1個80〜100円の価値を保って作り、それを売るのは大変です。



株式会社益正グループ 常務取締役  
草野雅彦氏



しかし、例えばこの卵を旅館の朝食にすれば付加価値になります。夜は他の店で食べても朝は必ず宿で食べます。ですから朝食による差別化ができるはずです。生産者の強みでもある「食の価値」を売れるのです。それは生産者のやりがいにもなるでしょう。宿や飲食店が生産者の知識を共有するのも大切です。食材の利用法を話し合い、発見の可能性を広げられます。私どもでも「つまんでご卵」を使つたメニュー開発を様々な広げているところです。

## コスト削減と安心安全で 宿とお客様にプラス返還

当ホテルは文久3年創業と平戸でも歴史が古く、規模は150室と平戸最大です。ホテルというのは実は食材費管理が弱い。生産者からダイレクトに調達できれば、その分コストは削減できますが、一方で商社会社に任せれば全て揃う利点もあります。

HAMAソリューションズは宿の課題であるコスト管理、用度部門のシステム管理をサポートする上で、生産者と宿を結び役割を担ってくれます。管理栄養士と共にレシピ改善とレシピのデータベースも構築します。宿は新鮮で安全な食材が調達でき、しかもそれが二次加工、三次加工されていけば調理場の手間が省けます。それらがコスト抑制となり、お客様には安価で、しかも安心な国産品の食材による料理が提供できるようになるでしょう。



平戸千里ヶ浜温泉ホテル蘭風 社長  
田口満氏



### 青島グランドホテル

宮崎県  
宮崎市

¥1泊朝食付 8,000円(税別)〜  
TEL 0889-2162 宮崎県宮崎市青島1-16-64  
FAX 0985-65-0111 FAX 0985-65-0117  
HP <http://www.aoshima-gh.co.jp>  
ご朝食は日本の和を存分に、和朝食膳にてご提供しております。白米は、宮崎県産の市農協の宮崎県産米、お味噌汁は、長い旅をしてきた大きな渡り蟹の味噌汁です。地元では旅の安全を祈る縁起物とされ、お客様の出発の朝に出す習わしがございます。



### 茶心の宿 和楽園

佐賀県  
嬉野市

¥1泊2食 15,000円(税別)〜  
TEL 0843-0302 佐賀県嬉野市嬉野町下野甲33  
FAX 0954-43-3181 FAX 0954-43-3187  
HP <http://www.warakuen.co.jp>  
嬉野茶を浸した露天のお茶風呂は、お茶と温泉成分で美白・美肌効果があるとされ、オリジナルのお茶パックはお茶の香りと共に、顔や腕などをパッチング出来ます。夕食では吉田焼の蒲鉾で茶を揚げ、お好みの料理にふりかけお茶の風味と共に召し上がれます。



### ホテル白菊

大分県  
別府市

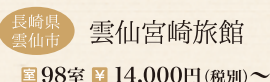
¥1泊2食 17,700円(税別)〜  
TEL 0874-0908 大分県別府市上田の湯町16-36  
FAX 0977-21-2111 FAX 0977-21-5633  
HP <http://www.shiragiku.co.jp/>  
いい素材は無論、風味を活かす工夫、感動する味を生み出す技の研究を惜しみません。旬なものを旬に、温かいものは温かいうちに、最もいい状態でお出しするのは当たり前。ご飯もお客様の食べ具合を見計らって土鍋でふつふつと炊き上げます。



### 平戸千里ヶ浜温泉ホテル蘭風

長崎県  
平戸市

¥1泊2食 12,000円(税別)〜  
TEL 0859-5132 長崎県平戸市川内町55  
FAX 0950-23-2111 FAX 0950-24-2114  
HP <http://www.hotelranpu.com>  
千里ヶ浜を見渡す全室オーシャンビュー、西日本最大級の露天風呂や九十九島が望める展望風呂などが自慢です。夕食は管理栄養士と共に考案した全14品で700キロカロリーの安心ヘルスケア会席料理を、多様なショーと共にシアターにてご堪能下さいませ。

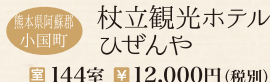


### 雲仙宮崎旅館

長崎県  
雲仙市

室 98室 ¥14,000円(税別)〜

TEL 0854-0621  
住 長崎県雲仙市小浜町雲仙320  
FAX 0957-73-3331 FAX 0957-73-2313  
HP <http://www.miyazaki-ryokan.co.jp>



### 杖立観光ホテル ひぜんや

熊本県阿蘇郡  
小国町

室 144室 ¥12,000円(税別)〜

TEL 0869-2503  
住 熊本県阿蘇郡小国町大字下城4223  
FAX 0967-48-0141 FAX 0967-48-0510  
HP <http://www.hizenya.co.jp>



### 萬昇閣・敷島

佐賀県  
嬉野市

室 39室 ¥12,000円(税別)〜

TEL 0843-0304  
住 佐賀県嬉野市嬉野町大字岩屋川内甲114-1  
FAX 0954-43-3135 FAX 0954-42-1326  
HP <http://www.bansyoukaku-sikisima.co.jp>

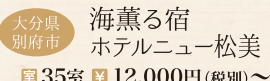


### 翠嵐楼

熊本県  
人吉市

室 29室 ¥12,000円(税別)〜

TEL 0868-0084  
住 熊本県人吉市温泉町2461-1  
FAX 0966-23-2361 FAX 0966-22-2128  
HP <http://www.suiranrou.jp>

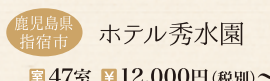


### 海薫る宿 ホテルニュー松美

大分県  
別府市

室 35室 ¥12,000円(税別)〜

TEL 0874-0920  
住 大分県別府市北浜3-14-8  
FAX 0977-23-2201 FAX 0977-21-5879  
HP <http://www.new-matsumi.com>



### ホテル秀水園

鹿児島県  
指宿市

室 47室 ¥12,000円(税別)〜

TEL 0891-0406  
住 鹿児島県指宿市湯の浜5-27-27  
FAX 0993-23-4141 FAX 0993-24-4992  
HP <http://www.syusuien.co.jp>

## HAMA“安全と信頼のフードビジネスを通じて地域社会に貢献する”

株式会社HAMAソリューションズ 代表取締役社長 高橋良一 〜6次産業化ビジネス支援とキャッシュフロー改革&人材基盤強化〜

■福岡オフィス: TEL 0812-0039 福岡県福岡市博多区冷泉町1-3-1109 TEL (092)517-0343 FAX (092)262-5631

■宮崎オフィス: TEL 0880-0822 宮崎県宮崎市権現町101-4 (株)オリナス内 TEL (0985)23-0941 FAX (0985)23-0942

HP <http://hama.orinas.co.jp>





レストランの人気メニューの一つ、とんかつ定食(1,100円)で本土最南豚の美味さを味わってみよう(写真は盛り付けの一例)

## 鹿児島県／南大隅町 本土最南豚

本土最南端の道の駅の美食は、  
もっちり肉のべっぴん豚！

大隅半島南部にある「道の駅根占」はうまい豚肉料理が食べられることで、道の駅ファンの間で評判になっている。使用する豚はその名も「本土最南豚」。本土最南端の佐多岬を擁する旧佐多町で農業組合法人岬養豚が飼育していることからこの名が付いた。

静かな山間の環境の中、ヨーグルト入りの水と黒ゴマを加えた飼料とで大切に育てられた白豚の肉質は弾力に富み、柔らかできめ細かい。程よい脂とほんのり甘い味も自慢だ。中でも特に美味しそうな雌豚が「本土最南豚」の名を与えられるのだとか。

「道の駅根占」は同法人のグループ会社が運営しており、そのためこの「本土最南豚」が惜しみなく味わたるのだ。トンカツ定食、カツカレー、豚丼など豚肉好きにはたまらない。べっぴんな豚の美味しさを本土最南端の道の駅で実感してほしい。



### 道の駅根占

鹿児島県肝属郡南大隅町根占山本6868  
☎0994-24-5113

〔営〕9:00～18:00〔休〕12月31日～1月3日  
〔アクセス〕◎東九州自動車道国分ICから国道10号経由、国道220号で約2時間



レトルト商品化した豚の軟骨とひき肉のカレー、豚丼もある。写真はレトルトの豚丼(540円)。二人分の量があり、お得な商品だ



人気のお土産は、炊き込みご飯の素「耶馬溪鉄道」味飯シリーズ。五目ちらしや地鶏めしなど11種類で540円～



鳥セット(980円)「唐揚げは、鳥の半身を丸ごと揚げたもので、切り離し用のハサミが添えられていることから、いかに大きいか分かる。



## 道の駅やまぐちに

大分県中津市山国町中摩358-4  
☎0979-62-3680

【営】11時～15時(土日祝日は～17時)※物産館は8時～18時 【休】なし 【アクセス】◎大分自動車道日田ICから国道212号で約30分。

# 大分県／中津市 うどん・そばバイキング

「道の駅やまぐちに」で注目を集めているのは、食事処の驚きのシステム。それは、15種類のうどん・そばを注文すればすべてに無料の総菜バイキングが付いてくることだ。バイキングの内容は日替わりとなるが、その数なんと28種類以上。うどん・そばのトッピングにできる天ぷらや、地元野菜をふんだんに使った煮物、サラダなど、厨房で手作りされた料理がカウンターに並び、郷土料理の煮いをはじめとした、山の幸グルメを60分間食べ放題できるのだ。

一番人気のメニューは、鳥の唐揚げとうどん・そばを組み合わせた「かぶりつき



うどん・そばは600円～。バイキングは、心とむ田舎料理が中心で、館内の直売所に並び季節野菜を使って手作りされている

揚げたてでパリッと香ばしく、中はジューシー。甘い特製の醤油タレが、さらなる食欲をそそる。豪快にかぶりついて、そのボリュームを堪能しよう。また4歳未満であれば、うどん・そばを注文しなくても無料でバイキングを利用できるというのも嬉しい限りだ。



## バイキング付きのうどん・そば カウンターに並び山の幸が食べ放題

五木村のもう1つの特産品が、鹿肉製品。写真は鹿肉ジャーキー(100g700円)



漬けたと言われる。通常は1週間程度漬けて込むが、この山うにとろふは半年間もの間、じっくり漬けてこんだ長期熟成品だ。とろけるような滑らかなさ、味噌のkokoroと共に豊かな甘

まったく無関係に思える言葉が組み合わさった名前だが、一口食べればそのネーミングに納得してしまう。それが「山うに豆腐」である。これは平家の落人が考案したと伝えられる保存食「豆腐の味噌漬け」をさらに発展させたものだとか。

# 熊本県／五木村 山うにとろふ



山うにとろふ(648円)。豆腐の味噌漬けは人吉球磨地方に広くあるが、とろけるような山うにとろふは五木村だけのもの

## コクと甘み、とろけるような舌触り 山中に生まれた極上のウニ

みがウニに例えられる。ご飯にも酒にも合う。さて、「道の駅子守唄の里五木」のもう一つの自慢は鹿肉ジャーキー。鹿肉は元々低カロリー、高タンパク、そしてミネラルも豊富なヘルシー肉であり、欧州では高級ジビエだ。くせもなく、食べやすい。地元では新鮮な野生鹿の肉をソーセージ、ジャーキーなどに加工。鹿肉ジャーキーは洋酒や球磨焼酎にも合うので、ぜひお試しを。



## 道の駅子守唄の里五木

熊本県球磨郡五木村甲下手2672-54  
☎0966-37-2301

【営】8:00～17:00(12～3月、4～11月は～18:00)【休】年末年始 【アクセス】◎九州自動車道松橋ICから国道3号、国道443号経由、經由県道25号で約70分。







本来なら身が少ない鯛の身を惜しげもなく使いながら、2人前で450円という安さには頭が下がる！好みの薬味を添えるとなお良い



## 長崎県／松浦市 まつようの太切りたい茶漬け



### 道の駅松浦海のふるさと館

長崎県松浦市志佐町庄野免226-30

☎ 0120-062-004

【営】8:30～19:00 【休】なし

【アクセス】◎西九州自動車道唐津伊万里道路北波多ICから国道202号経由、国道204号で約1時間



長崎県は水揚げされる魚類の豊富さ、量ともに全国でもトップを争う「大漁県」。「道の駅松浦海のふるさと館」がある松浦市の魚市場も活気があふれ、アジ、サバの水揚げは全国有数を誇る。当然ながら、道の駅の館内には水産加工品が目白押し。その中から駅長が選んだおススメ品が「まつようの太切りたい茶漬け」だ。

使用する真鯛は養殖だが、しつかり身がついて肉厚でプリプリとしている。県の養殖魚品評会で県知事賞を受賞しているだけのことはある。はなから茶漬けにして食べるのもいいが、まずはご飯に乗せて海鮮丼風に味わい、次に湯をかけて茶漬けで食すのもいい。そう、鯛のひつまぶし風だ。1袋2人前入りなので、一人で味わう時にはこんな贅沢をしても罰は当たらないだろう。さて、もう一つのお勧めは道の駅オリジナルの「玉ねぎカレー」。直営農場で育てた

賄い料理の鯛茶漬けにあらず！  
肉厚の鯛を茶漬けで食す贅沢！



「玉ねぎカレー」は1袋380円、3袋なら1,000円。軽食コーナーでは季節野菜のトッピングを添えて500円で提供している

玉ねぎをたっぷり使い、サラリとしたルーに仕上げている。香辛料の香りが立ち上がりが、味は辛さや刺激を追うのではなく、むしろマイルドでややフルーティな味。「毎日食べても飽きないカレー」を目指したという。駅の軽食コーナーのメニューにもなっている。



## 清涼な香りと歯ごたえが身上 午前中には売り切れ必至の香り野菜

長野県、静岡県に次いで、セロリ生産量第3位を誇る福岡県。そして福岡県内でセロリ栽培のほとんどを担っているのが、みやま市だ。

みやま市周辺では「セルリー」の名で親しまれているセロリ栽培の歴史は、戦後まもなくの頃にさかのぼる。進駐していた米軍向けに始めたのが起りで、その後、国内向けへと出荷はシフトしていくものの、強い匂いと苦みを持つセロリは、日本人の味覚にはなかなか馴染まなかった。そこで品種改良を施し、苦みと匂いを抑えた、現在の品種が誕生した。今では食の多様化も進み、はつきりと味の好みに分かれるとはいえ、セロリも日本人の食卓に定着。鮮烈な香りと心地よい歯ごたえ、そして何より食べやすさを併せ持つみやまのセロリは、全国的にもその名を知られるほどの人気ブランドとなっている。



セロリの最盛期は11月下旬～6月初旬。朝採れの新鮮なものだけが並び、午前中には売り切れることが珍しくないとか

加工品の豊富さも、みやまのセロリの特徴。シャキシャキの歯ご



**道の駅みやま**  
福岡県みやま市瀬高町大江2328  
☎0944-67-6477

【営】9:00～18:00 【休】1月1日～4日  
【アクセス】◎九州自動車道みやま柳川ICから県道775号で約5分。



たえを生かした粕漬けや、爽やかな香りが引き立つセロリズッペン（スープ）など、生産者が地元有志が考案した品が揃っている。

## 宮崎県／都城市山之口町 **完熟きんかんたまたま**

## 目に鮮やかなオレンジ色 高い糖度も自慢の熟れっ子



袋入り2L玉500円、3L玉500円、箱入りは2L玉1kg 2,500円、3L玉1kg 3,000円、シロップ漬けは1袋200g入り310円で販売

まずは見てほしい、この鮮やかなオレンジ色の輝き！つややかで、丸々として、かじればたつぷりの果汁と共に甘みが広がる。まさに太陽の恵みを一身に受けて育った「育ちの良さ」。宮崎の完熟きんかんのことである。宮崎県は国内のきんかん生産の7割をも占め、押しも押されもしない「きんかん日本一」だ。県では糖度16度以上、大きさ1玉以上の完熟きんかんに「たまたま」のブランド名を冠しているという。

「道の駅山之口」では毎年1月頃から



道の駅山之口の特産のひとつ、「山の芋」。粘り、味、香りが自然薯そっくりのつくね芋だ。このところと魚のすり身を加えて揚げた「山の芋のてんぷら」も名物。1パック300円



**道の駅山之口**  
宮崎県都城市山之口町山之口2304-6  
☎0986-57-5222

【営】9:00～18:00(3～10月は～19:00)  
【休】12月31日・1月1日 【アクセス】◎宮崎自動車道都城ICから国道10号経由、国道269号で約20分、田野ICから県道28号経由、国道269号で約20分



地元農園の「完熟きんかんたまたま」を売り出す。サイズは2L玉と3L玉。皮ごと食べられるきんかんはビタミンCがその分多く摂れる。まさにこの時期の風邪予防に最適だ。また、果物の中ではカルシウムも豊富だとか。さて、生のきんかんは3月初旬までが旬だが、駅では加工センターできんかんのシロップ漬けを作り、一年中買い求められるようにしている。こちらは手軽なお茶づけにも良く、菓子作りにも使える。完熟きんかんはやはり熟れっ子なのである。



# 新春企画

「ふらっと」ファンクラブ会員・  
購読者限定  
プレゼント付き!

食べなきや、行かなきや、  
今すぐ松浦市・平戸市・佐々町へ



旬さば刺身

松浦市

## 旬さばまつり

～2015年1月31日(土)

市内の参画宿泊施設・飲食店

10月から2月にかけて五島海域から対馬海峡で獲れる寒さばの中でも400g以上のものが「旬さば」。脂が程良くのって、しかも身が締まっているため、刺身、塩焼き、鍋など、どんな調理法でもたまらない美味しさが味わえる。口の中ですとろける美味しさに、幸せあり!

問合せ先:  
まつうら海鮮街道実行委員会 ☎0956-72-2151



旬さば鍋

## とらふぐまつり

～2015年3月31日(火)

市内の参画宿泊施設・飲食店

松浦市は全国有数のとらふぐの養殖地。松浦産とらふぐは丸々とした体、肉質の良さなど天然ものにも劣らない。丹精込めて育てられたとらふぐはプリプリとした食感で、ふぐ好きにはたまらない逸品だ。さっぱり、ぜいたくな美味しさを満喫しよう!

問合せ先:  
まつうら海鮮街道実行委員会 ☎0956-72-2151



ふぐフルコース

佐々町

## 河津桜・シロウオまつり

2015年2月中旬～3月中旬

佐々川の両岸に約70基の足場を組み、四手網を使う伝統のシロウオ漁は見学や体験ができる。シロウオ料理は踊り食い、卵とじなど。あっさり淡泊な味わいは初春の味覚。また、この時期には早咲きの河津桜260本が河畔に咲き、河津桜と伝統のシロウオ漁は、心に染みる風景だ。

さらに、古川岳麓の「真竹谷」は長崎県一のしだれ桜の名所。3月下旬から4月初めに11品種60本のしだれ桜が流麗な姿を見せ、これだけの品種のしだれ桜が一度に眺められるのは、全国でも数少ない。

問合せ先:佐々町役場産業経済課 ☎0956-62-2101



シロウオ料理



真竹谷のしだれ桜



平戸市

# 平戸あごだしちゃんこ鍋つエア

～2015年2月28日(土) 市内の参画宿泊施設・飲食店

平戸の豊富な食材と相模文化を活かして開発された新名物料理「平戸あごだしちゃんこ鍋」。厳選された食材を使い、こだわりと平戸の味力がギュッとつまんだ贅沢なちゃんこ鍋だ。食材の宝庫平戸ならではの味として各店自慢の味を楽しもう。

問合せ先:平戸市地域資源ブランド化推進協議会(平戸市商工物産課内) ☎0950-22-4111



平戸あごだしちゃんこ鍋



平戸あごだしちゃんこ鍋キャラクター「ひらちゃん」  
＜プロフィール＞ちゃんこ鍋とお相撲さんをあわせたキャラクター。  
出汁からは飛魚(あご)の旨みが飛び跳ね、あごすり身、スボかまぼこ、  
ひらどロマンなど、平戸の食材がてんこ盛りに!

## 平戸天然ひらめまつり

2015年1月16日(金)～3月31日(火) 市内の参画宿泊施設・飲食店

獲れたての天然ひらめは、上品な甘さともっちり食感が特徴。その醍醐味を産地の特権でお得感たっぷりに味わえるのが「平戸天然ひらめまつり」だ。豪快な姿造りはもちろんのこと、握りや茶漬け、炭火焼など、協賛の宿や飲食店で多彩なひらめ料理が満喫できる。特別イベントとして1月17日(土)午前10時から、平戸市漁業協同組合(長崎県平戸市宮の町655-1)でひらめの公開解体ショー「平戸天然ひらめ開き」を予定。これも見逃せない!

問合せ先:(一社)平戸観光協会 ☎0950-23-8600



平戸天然ひらめの刺身

**3市町から各5,000円相当の商品をプレゼント!**

※ご応募いただけるのはふらっとファンクラブ会員・年間購読者の方のみです。

松浦市からのプレゼント

1名様

### よくばり詰合せ アクアファームセット

松浦産の魚を使用し、無添加で製造。魚の味をしっかりと堪能できる逸品だ。特に「まぐろの胃袋ボン酢和え」は、本まぐろの貴重な胃袋を使い、コリコリとした食感が珍しく、くせになる美味しさと評判!

【セット内容】タイ茶漬け50g×3、ブリ茶漬け50g×3、おさかなで作ったハンバーグ100g×2、まぐろの胃袋ボン酢和え80g×1



鯛茶漬けイメージ



平戸市からのプレゼント

1名様

### 平戸の酒の肴セット (じゃがいも焼酎付き)

味付け焼きあご、平戸特産あご、焼きあじみりん、平戸川内えそ、じゃがいも焼酎「じゃがたらお春」をセットで。今夜の酒の肴はこれで決まり!



(写真はイメージ)

佐々町からのプレゼント

1名様

### 合鴨無農薬米と 無農薬緑茶

合鴨農法で栽培した安心安全なお米2キロとエコファーマー認定茶農家が育てた美味しい緑茶をセットに。日本人なら、やっぱりふっくらお米と香り高いお茶だ。



合鴨無農薬米



無農薬緑茶イメージ

【応募方法】ハガキに住所・氏名、ご希望の商品を記入の上、下記までご応募ください。

〒810-0021 福岡市中央区今泉2-4-31-204 株式会社チームふらっと内「ふらっと新春企画プレゼント係」

【応募締切】2015年1月31日 賞品の発送を以って当選とさせていただきます。

長崎県北部は今は海幸グルメの旬。松浦市、平戸市のグルメイベントが真っ盛りだ。そして佐々町は川の幸、シロウオ漁の季節が始まる。こたつでヌクヌクもいいけど、旅に出て「口福三昧」に。初春の縁起かつぎは味覚からだ。



## 道の駅「えびの」

宮崎県えびの市永山1006-1 ☎0984-35-3338

【営】9:00～18:00 【休】第3火曜（祝日の場合翌日）、1月1・2日



●道の駅「えびの」駅長 大塚勉さん

前職は鹿児島県の道の駅「たるみず」の支配人。道の駅「えびの」のオープン前から運営に携わり、現在はえびの市に単身赴任中。やはり温泉好きで、特に白鳥温泉上湯はそのロケーションの良さで好きになったという



今回、道の駅「えびの」の大塚駅長が推薦したのは「白鳥温泉上湯」。えびの市営の公共の温泉だ。道の駅から県道53号、30号をえびの高原方面に車を走らせて約20分足らず。白鳥神社を過ぎ、さらに「白鳥温泉下湯」を過ぎると木立の中から白煙が見える。その先に「上湯」がある。管理人さんによると、今しがた見えた白煙は「下湯」の源泉蒸気だという。上湯の源泉地獄は温泉館の裏山にあり、黄白色に染まった地肌から蒸気が立ち上る。「上湯」はこの蒸気を利用した「蒸し風呂」があり、発汗作用によるデトックス効果が狙えるのだ。

「そもそも白鳥温泉は白鳥山に古くから湧く湯であり、湯治場でした。下湯は後からできたもので以前は『白鳥第二温泉』と呼ばれていたんですよ」と管理人さん。かの西郷隆盛は征韓論に破れて後、この現在の「上湯」で心身を癒したとか。展望広場

絶景眺望の湯に  
どっぷり浸かって  
心の窓も全開に！



標高850mの露天風呂は爽快そのもの！加久藤カルデラ平野の全景が見渡せる。源泉温度は65.5℃、毎分66ℓ。筋肉痛、神経痛、関節痛などに効能あり



白鳥温泉上湯

宮崎県えびの市永山1470

☎0984-33-1104 【営】温泉7:00～20:00

物産販売所 白鳥茶屋11:00～19:00(OS18:00)

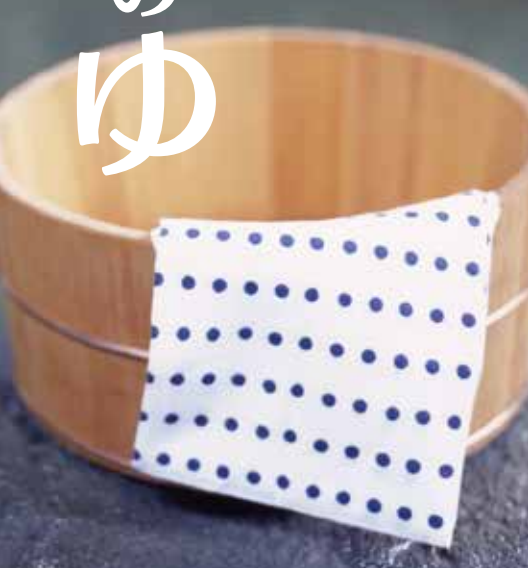
【休】第1火曜 【料】大人310円、小人210円

【アクセス】九州自動車道えびのICから県道53号経由、30号で約20分



駅長さんが地元の  
人気温泉を紹介！  
道の駅長  
おすすめのゆ

道の駅の駅長さんは地元の情報源。温泉情報だつて知る人ぞ知る隠れた名湯、穴場の秘湯を聞きだせる。流行や人気より、通好み渋好みの温泉に入りたいなら、道の駅の駅長さんに聞こう！



には彼の文学碑が立つ。



西郷隆盛の文学碑には子の地で詠んだ漢詩3篇が刻まれている。彼は明治7年7月から10月まで滞在し、温泉と狩猟を楽しみながら、地元の若者を指導したという

名増につき大人3500円だ。自炊OKの素泊まりだが、食事は隣接の売店食堂で食べられる。メニューはうどん、カレー、とんかつなどだが、黒豚の肉うどんなど、いかにも畜産県宮崎らしい。卵を煮て地獄蒸しにして温泉卵もできる。のんびり宿泊しながら絶景の湯を好きなだけ堪能してはいかが？



白鳥山の北側斜面に湧く白鳥温泉上湯。源泉の地獄へは本館から5分ほど斜面を登った先にある。足元には十分注意して行こう



# ふらっと お便りボックス



## 九州沖縄以外からの便り

△宇佐市内にても行きたくなりました！長崎の眼鏡橋や通潤橋、鹿児島島の石橋には行きましたが、大分はなかなか行く機会がなくて後回しにしていたが、記事を読んだがぜん行く気になりました。（東京都多摩市 あつこさん）

△石橋めぐり、龍岩寺にとても興味を持ちました。この石橋にどれだけの石工さんの苦難、そして頑張りがあったのだろうと想像しながら、ぜひ見てみたいと思いました！（兵庫県姫路市 真理さん）

△東北のドライブで九州の情報誌を手にするなんて、まず驚き！とくても遠いんですけど、定年退職後、レンタカーでも借りて、ゆつくり九州を回ってみたいなくらい思いました。定年まであと8年！（秋田県大館市 寿美子さん）

△懐かしかった…。九州から福島県へ復興支援のために単身赴任中！「わぁぁ」。こんなに叫んだのは久しぶり。行ったことのある所、ない所、どこも楽しく読んで職場の皆に「九州の良さ」を伝える毎日です。（福島県郡山市 恭子さん）

△「ふらっと編集室」は九州沖縄以外でも一部配布されています。そこへは遠方からのお便りの一部をご紹介します。秋田県の寿美子さん、定年後の九州旅行の際はぜひ「ふらっと」を参考にしてくださいね。福島県の恭子さん、復興支援に奮闘する毎日、お身体を大切に。

## お勧め、お気に入りの道の駅

△先日は旅行で出水郡長島町の「道の駅長島」に行きました。「赤巻」というお菓子が有名で、求肥の中にスポンジとあんが入っています。お茶と一緒に頂くのが最高です！（鹿児島県鹿児島市 えり奈さん）

△「道の駅宇目」に行ったのですが、トイレのオムツ換えスペースに子供が喜ぶように手作り、人気キャラクターのイラストが描かれていました。子供がとても喜んで、オムツ換えもスムーズにできました。とても温かい気持ちになりました。（大分県大分市 美和さん）

△「道の駅北川はゆま」でチキン南蛮カレーを食べました。とても美味しかったです！（熊本県南関町 千春さん）

△「道の駅太良」の食堂のちゃんぽんは麺がシコシコして美味いですよ。スープも格別です。（長崎県佐世保市 雄二郎さん）

△「ふらっと編集室」各道の駅の美味しい情報、嬉しい情報をお待ちしています。実は駅長さんたちもじっくり読んでいますよ。

## ふらっとへの質問・意見

△「ふらっと」を見ていろんな道の駅へ行っています。ポイントカードがある所とない所があるのはなぜ？（福岡県筑後市 真規子さん）

△「ふらっと」の道の駅一覧に電気自動車充電設備の有マークを付けてもらえれば嬉しい。（福岡県古賀市 寛人さん）

△年間購読会費は安いですが、現金書留はもったいないと思います。口座振り込みだと数千円です。（福岡県北九州市 恵美子さん）

△「ふらっと編集室」真規子さん、道の駅の運営業者がそれぞれ異なるためなんです。寛人さん、スペースを検討したいのですが…。もう少しお待ちください。恵美子さん、銀行間が異なることもATM手数料が4000〜5000円前後になります。現金書留と大差ないようです。

## ●ふらっと編集室より

皆さんからの便りでよくある質問に「道の駅の基準についてのお問い合わせ」があります。道の駅とは国土交通省が認定する公共サービスの施設であり、大きな意味では高速道路のサービスエリア・パーキングエリアに代わるドライバーの休憩施設を目的としています。そのため、24時間使用可能な駐車場、トイレの設置が義務づけられています。物産館や飲食施設の有無は問いません。また近年は防災拠点施設としての役割も担っています。樹木と屋根の下にいる人物のシンボルマークがあるかないかがそれが分かりやすい目安かもしれません。因みに港尾施設を兼ねた「海の駅も国土交通省の管轄です」。「ふらっと」では道の駅のみ地図に表記していますが、道の駅以外の産直所等も取り上げますので、お気に入りの産直所の情報もぜひお寄せください。

「宛て先」〒810-0021 福岡市中央区今泉2-4-31・204

（株）チームふらっと

# ふらっとからののお知らせ

## 年間購読会員のご案内

道の駅ファンだけど、近くに道の駅がない。「ふらっと」がほしいけど、手に入れにくい。そんな方に「ふらっと」をお届けいたします。会費は送料負担で2年間千円です。今後、臨時増刊号も発行していく予定です。それらもお手元にお送りいたします。またファンクラブ会員としてのご案内もいたします。ご希望の方は現金書留封筒に千円同封の上、住所・氏名・年齢・メールアドレス（お持ちの方）を明記の上、ご郵送ください。



会費は送料負担で  
2年間1,000円です。

〒810-0021 福岡市中央区今泉2-4-31-204  
株式会社チームふらっと 年間購読係

## ふらっとファンクラブのご案内

ふらっとは九州沖縄の道の駅と旅の情報を発信すると同時に、道の駅との様々な企画を行っています。今後、読者の方にも道の駅に関わる企画やモニター旅行などに参加していただく「ふらっとファンクラブ」を開始します。入会は無料です。また、年間購読会員の方も同様にファンクラブ入会とさせていただきます。入会をご希望の方は読者プレゼントご応募の際に「ファンクラブ入会希望」を明記しメールアドレス（お持ちの方）もご記入ください。また入会のみご希望の方はハガキに住所・氏名・年齢・メールアドレス（お持ちの方）を明記の上、ご郵送ください。

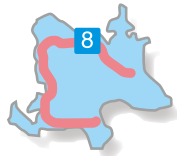


長崎県佐々町でのモニターツアーの様子  
（長崎県佐々町・西鉄グループ観光委員会委員会協力）

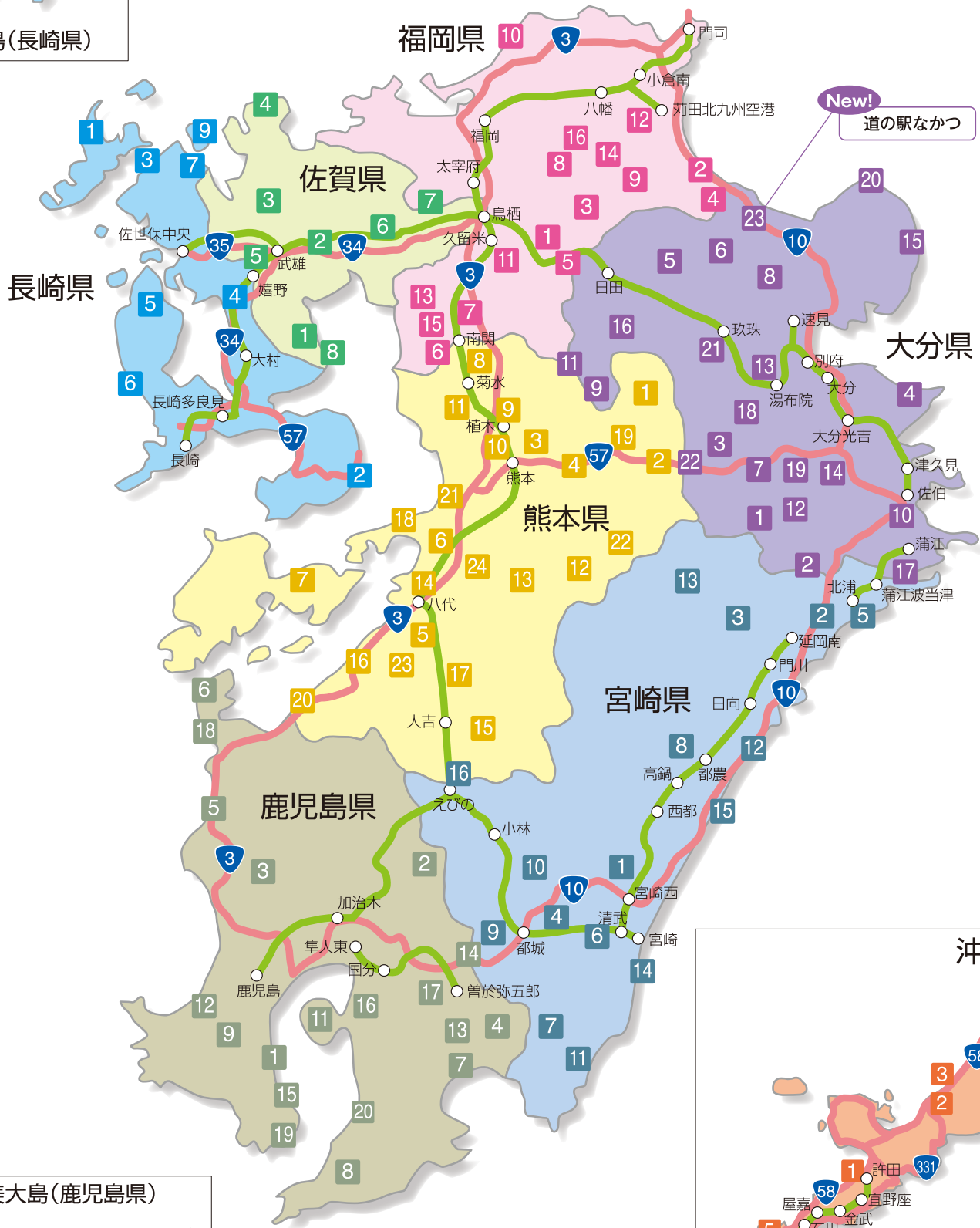
〒810-0021 福岡市中央区今泉2-4-31-204  
株式会社チームふらっと ファンクラブ係



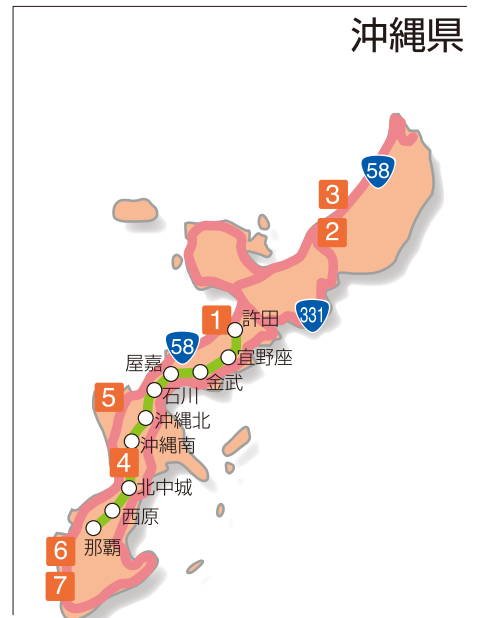
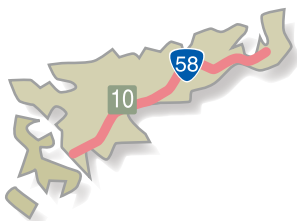
# 九州・沖縄の道の駅マップ



五島(長崎県)



奄美大島(鹿児島県)





| 福岡県       |              | 長崎県         |              | 16 たのうら     |              | 18 なかゆ温泉   |              | 4 松山           |              |
|-----------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|------------|--------------|----------------|--------------|
| 道の駅名      | 電話番号         | 道の駅名        | 電話番号         | 道の駅名        | 電話番号         | 道の駅名       | 電話番号         | 道の駅名           | 電話番号         |
| 1 原鶴      | 0946-63-3888 | 1 生月大橋      | 0950-53-2927 | 17 子守町の里五木  | 0966-37-2301 | 19 おおの     | 0974-34-3231 | 5 阿久根          | 0996-74-1400 |
| 2 豊前おこしかけ | 0979-84-0544 | 2 みずなし本陣かえ  | 0957-72-7222 | 18 宇土マリーナ   | 0964-27-1788 | 20 くにみ     | 0978-89-7117 | 6 長島           | 0996-88-5531 |
| 3 小石原     | 0946-74-2300 | 3 昆虫の里たびら   | 0950-57-0144 | 19 阿蘇       | 0967-35-5077 | 21 童話の里くす  | 0973-72-5535 | 7 くにの松原おおさき    | 099-471-6666 |
| 4 しんよしとみ  | 0979-84-7077 | 4 彼杵の荘      | 0957-49-3311 | 20 みなまた     | 0966-62-2003 | 22 すごう     | 0974-65-2211 | 8 根占           | 0994-24-5113 |
| 5 うきは     | 0943-74-3939 | 5 さいかい      | 0959-37-4933 | 21 うき       | 0964-34-0377 | 23 なかつ     | 0979-64-8830 | 9 川辺やすらぎの郷     | 0993-58-3131 |
| 6 おおむた    | 0944-50-1187 | 6 夕陽が丘そとめ   | 0959-25-1430 | 22 そよ風パーク   | 0967-83-0880 |            |              | 10 奄美大島住用      | 0997-56-3355 |
| 7 たちばな    | 0943-37-1711 | 7 松浦海のふるさと館 | 0120-062-004 | 23 大野温泉     | 0966-61-7300 |            |              | 11 桜島          | 099-245-2011 |
| 8 うすい     | 0948-62-4400 | 8 道唐使ふるさと館  | 0959-84-3555 | 24 美里佐俣の湯   | 0964-46-4111 |            |              | 12 きんぼう木花館     | 0993-77-3833 |
| 9 歓遊舎ひこさん | 0947-47-7039 | 9 鷹ら島       | 0955-48-3535 |             |              |            |              | 13 おおすみ弥五郎伝説の里 |              |
| 10 むなかた   | 0940-62-2715 |             |              |             |              |            |              |                | 099-482-5666 |
| 11 くるめ    | 0942-47-4111 |             |              |             |              |            |              |                | 0986-28-5666 |
| 12 香春     | 0947-32-8727 |             |              |             |              |            |              |                | 0993-27-9022 |
| 13 おおき    | 0944-75-2150 |             |              |             |              |            |              |                | 0994-34-2237 |
| 14 おおと桜街道 | 0947-63-4430 |             |              |             |              |            |              |                | 0986-79-1900 |
| 15 みやま    | 0944-67-6477 |             |              |             |              |            |              |                |              |
| 16 いとだ    | 0947-26-2115 |             |              |             |              |            |              |                |              |
| 佐賀県       |              | 熊本県         |              | 大分県         |              | 宮崎県        |              | 沖縄県            |              |
| 道の駅名      | 電話番号         | 道の駅名        | 電話番号         | 道の駅名        | 電話番号         | 道の駅名       | 電話番号         | 道の駅名           | 電話番号         |
| 1 鹿島      | 0954-63-1768 | 1 小国        | 0967-46-4111 | 1 原尻の滝      | 0974-42-4140 | 1 高岡       | 0985-82-4936 | 1 許田           | 0980-54-0880 |
| 2 厳木      | 0955-63-3737 | 2 波野        | 0967-24-2331 | 2 宇目        | 0972-54-3090 | 2 北川はゆま    | 0982-24-6006 | 2 おおぎみ         | 0980-44-3048 |
| 3 伊万里     | 0955-24-2252 | 3 旭志        | 0968-37-3719 | 3 竹田        | 0974-66-3553 | 3 青雲橋      | 0982-87-2491 | 3 ゆいゆい国頭       | 0980-41-5555 |
| 4 桃山天下市   | 0955-51-1051 | 4 大津        | 096-294-1600 | 4 佐賀関       | 097-576-0770 | 4 山之口      | 0986-57-5222 | 4 かでな          | 098-957-5678 |
| 5 山内      | 0954-45-6009 | 5 坂本        | 0965-45-2141 | 5 やまくに      | 0979-62-3680 | 5 北浦       | 0982-45-3811 | 5 喜名番所         | 098-958-2844 |
| 6 大和      | 0952-64-2296 | 6 不知火       | 0964-42-3300 | 6 耶馬トピア     | 0979-52-3030 | 6 田野       | 0987-26-1051 | 6 豊崎           | 098-850-8900 |
| 7 吉野ヶ里    | 0952-55-6175 | 7 有明        | 0969-53-1565 | 7 あさじ       | 0974-64-1210 | 7 酒谷       | 0982-68-3072 | 7 いとまん         | 098-987-1277 |
| 8 太良      | 0954-67-9117 | 8 鹿北        | 0968-32-4111 | 8 いんない      | 0978-42-5539 | 8 とうごう     | 0986-38-5125 |                |              |
|           |              | 9 七城メロンドム   | 0968-25-5757 | 9 せせらぎ郷かみつえ | 0973-54-3514 | 9 都城       | 0984-44-2210 |                |              |
|           |              | 10 泗水       | 0968-38-6100 | 10 やよい      | 0972-46-5951 | 10 ゆへばるのじり | 0984-44-2210 |                |              |
|           |              | 11 さくすい     | 0968-86-3100 | 11 鯛生金山     | 0973-56-5316 | 11 なんこう    | 0987-64-3055 |                |              |
|           |              | 12 清和文楽邑    | 0967-82-2727 | 12 きよかわ     | 0974-35-2117 | 12 日向      | 0982-56-3809 |                |              |
|           |              | 13 通潤橋      | 0967-72-4844 | 13 ゆふいん     | 0977-84-5551 | 13 高千穂     | 0982-72-9123 |                |              |
|           |              | 14 電北       | 0965-53-5388 | 14 みえ       | 0974-24-0010 | 14 フェニックス  | 0985-65-2773 |                |              |
|           |              | 15 錦        | 0966-34-5550 | 15 くにさき     | 0978-72-3196 | 15 つの      | 0983-25-5055 |                |              |
|           |              |             |              | 16 水辺の郷おやま  | 0973-52-3630 | 16 えびの     | 0984-35-3338 |                |              |
|           |              |             |              | 17 かまえ      | 0972-42-0050 |            |              |                |              |
| 鹿児島県      |              |             |              |             |              |            |              |                |              |
| 道の駅名      | 電話番号         |             |              |             |              |            |              |                |              |
| 1 喜入      | 099-345-1117 |             |              |             |              |            |              |                |              |
| 2 霧島      | 0995-57-1711 |             |              |             |              |            |              |                |              |
| 3 樋脇      | 0996-38-2506 |             |              |             |              |            |              |                |              |

2014年12月25日現在

▲JAF会員証 ▲クレジットカード機能付JAF会員証

マークの道の駅(JAF会員優待施設)では会員特典が受けられます。

# JAF会員になりませんか?

総合案内サービスセンター **0570-00-2811**

平日9:00~19:00、土日祝・年末年始9:00~17:30。通話料有料(固定電話1分/10円、携帯電話20秒/10円) ナビダイヤルがご利用にならない場合は、048-840-0036へ。

## 「道の駅」に行こう! JAF会員限定クイズラリー

### 九州沖縄「道の駅」記念スタンプの絵柄を答えて、特産品をゲットしよう!!

回答者の中から抽選で10名様に5,000円相当の「道の駅商品詰め合わせ」をプレゼント!

**応募期間:2015年1月1日(木)~3月31日(火)**

**JAF 会員限定!**

**道の駅商品詰め合わせGET!**

はがきで応募

ネットで応募

商品写真はイメージです

おでかけ前に、まずこちら! **アクセスは、こちら!**

総合観光情報サイト **JAFナビ**

※道の駅の特産品を使ったレシピも公開しています!

スマートフォン用アプリ **JAFお得ナビ (無料)**

【Android】Playストア(Google Play) 【iPhone】App Store

(検索カテゴリは「旅行&地域」) (マーケットの検索カテゴリは「旅行」)

(対応OS:Android OS2.1以上推奨) (対応OS:iPhone 対応OS:iOSまたは5推奨)

近日リニューアル予定!

全国33,000ヶ所以上のJAF会員優待施設を簡単検索! いつでもどこでもお得情報を逃がさずキャッチ!

■応募ルール

①九州沖縄 道の駅を3か所周り、それぞれの道の駅記念スタンプの絵柄が何かを確認。  
例:道の駅ひろさき(青森県)はリンゴ

②はがきもしくはインターネットにてJAF福岡支部へ回答を寄せる。

■応募方法

【はがきの場合】  
JAF会員番号(必須)・住所・氏名・電話番号を明記し、3か所の道の駅記念スタンプの絵柄を記入し、下記にご郵送ください。  
〒814-8505 福岡市早良区室見5-12-27 JAF福岡支部「JAF会員限定クイズラリー」キャンペーン係

【インターネットの場合】  
JAFホームページ「ようこそJAF福岡」**検索** ← から専用の応募フォームに入り、応募してください。

■応募締切

**2015年3月31日(火)必着**

※詰め合わせ商品の内容は道の駅で選定します。  
※当選の結果は賞品の発送をもって代えさせていただきます。  
※個人情報の取り扱いに関しましては「個人情報保護法」の趣旨に則り、十分に留意いたします。  
ご本人様の同意なしに第三者に提供されることはありません。

◎お問い合わせ先/「ふらっと」編集室(株式会社チームふらっと)  
TEL092-714-6540(平日月曜~金曜9:30~18:00)/FAX092-714-6552



差し上げます!

# 道の駅&産直所からのプレゼント! presents



「道の駅」錦／熊本

## A ハム・ベーコンセット

地元のハム工房「ハムのヨネザワ」の手作りハムとベーコンをセットで。おつまみにどうぞ。

3名様



「道の駅」やまくに／大分

## B 栗ようかん

甘さ控えめ、水ようかんタイプの栗ようかん。お客様へのお茶うけにもピッタリ。

3名様



「道の駅」松浦海のふるさと館／長崎

## C オリジナル玉ねぎカレー(3袋)

玉ねぎがたっぷり入った道の駅のオリジナルカレー。スパイシーな辛さが特徴です。

10名様



「道の駅」みやま／福岡

## D セロリズッペン(2袋)

セロリをメインに7種の野菜ブレンドとキノコたっぷりの2種類をセットで差し上げます。

5名様

ファクスで  
応募される方は

FAX.092・714・6552 (株)チームふらっと

住所、氏名、電話番号、ご希望するプレゼントの記号、「ふらっと」の感想を簡単に明記して上記までご送信ください。

はがきで  
応募される方は

〒810-0021 福岡市中央区今泉2-4-31-204  
(株)チームふらっと

官製はがきに住所、氏名、電話番号、ご希望するプレゼントの記号、「ふらっと」のご感想を簡単に明記して、上記までお送りください。

「ふらっと」(季刊)は道の駅と九州の町をむすぶ旅の情報誌として、2011年春に創刊いたしました。Vol.16冬号の感想をぜひお寄せ下さい。

■応募締切／平成27年2月25日(はがきは当日消印有効)

※当選の発表は商品の発送にて替えさせていただきます。

※当選の方には各道の駅より直接配送し、個人情報の取り扱いには留意いたします。



オリックスレンタカー + 九州・沖縄 道の駅

オリックスでレンタカーを借りて、道の駅でお得にショッピング!

もれなく  
1,000円分  
贈呈!!

# 九州・沖縄エリア

大好評でさらに  
期間延長

# 道の駅お買い物券プレゼント!

キャンペーン対象期間  
2014.11.1(土)~2015.3.31(火)  
ご出発分まで(土日除く)

平日がお得

レンタカー1台 + 道の駅 お買い物券(¥1,000)1枚



お買い物券をご利用いただける道の駅一覧

|             |          |               |          |           |           |             |          |            |             |           |          |                   |          |
|-------------|----------|---------------|----------|-----------|-----------|-------------|----------|------------|-------------|-----------|----------|-------------------|----------|
| 福岡          |          | 道の駅 香春        | レストラン…無  | 道の駅 桃山天上下 | レストラン…可   | 道の駅 酒水      | レストラン…無  | 道の駅 竹田     | レストラン…不可    | 道の駅 北川はゆま | レストラン…可  | 道の駅 霧島            | レストラン…可  |
| 道の駅 豊前おこしけ  | レストラン…不可 | 道の駅 みやま       | レストラン…無  | 道の駅 大和    | レストラン…無   | 道の駅 電北      | レストラン…可  | 道の駅 佐賀の関   | レストラン…可     | 道の駅 青雲橋   | レストラン…可  | 道の駅 根占            | レストラン…不可 |
| 道の駅 小石原     | レストラン…不可 | 長崎            |          | 道の駅 吉野ヶ里  | レストラン…不可  | 道の駅 阿のうら    | レストラン…可  | 道の駅 きよかわ   | レストラン…不可    | 道の駅 北浦    | レストラン…不可 | 道の駅 山川港活お海道       | レストラン…可  |
| 道の駅 うきは     | レストラン…不可 | 道の駅 みるしほ      | レストラン…可  | 道の駅 太良    | レストラン…不可  | 道の駅 阿蘇      | レストラン…無  | 道の駅 ゆふいん   | レストラン…不可    | 道の駅 酒谷    | レストラン…可  | 道の駅 都郷            | レストラン…可  |
| 道の駅 おおむた    | レストラン…可  | 道の駅 彼杵の荘      | レストラン…可  | 熊本        |           | 道の駅 みなまた    | レストラン…不可 | 道の駅 かまへ    | レストラン…可     | 道の駅 都郷    | レストラン…可  | 沖 縄               |          |
| 道の駅 たちはな    | レストラン…可  | 道の駅 さいかい      | レストラン…無  | 道の駅 波野    | レストラン…可   | 道の駅 そよ風/パーク | レストラン…可  | 道の駅 なみゆ温泉  | レストラン…無     | 道の駅 なんごう  | レストラン…可  | 道の駅 かねた           | レストラン…不可 |
| 道の駅 うすい     | レストラン…無  | 道の駅 松浦海のふるさと館 | レストラン…可  | 道の駅 大津    | レストラン…可   | 大 分         |          | 道の駅 重隆の里くす | レストラン/バーナー可 | 道の駅 日向    | レストラン…不可 | 道の駅 いとまん          | レストラン…不可 |
| 道の駅 数寄倉ひこさん | レストラン…不可 | 佐 賀           |          | 道の駅 有明    | レストラン…無/可 | 道の駅 原尻の滝    | レストラン…可  | 道の駅 すこづ    | レストラン…不可    | 道の駅 高千穂   | レストラン…可  | ※レストランでのご利用は各店舗にて |          |
| 道の駅 くるめ     | レストラン…不可 | 道の駅 鹿島        | レストラン…不可 | 道の駅 鹿北    | レストラン…可   | 道の駅 宇目      | レストラン…可  | 宮 崎        |             | 鹿 児 島     |          | ※レストランでのご利用は各店舗にて |          |

予約・  
申込は

中央予約センター

平日 / 8:00~20:00 土曜・祝日 / 8:00~17:00



0120-30-5543

オリックス自動車

ふらっと編集室(株式会社チームふらっと)

企画・編集・取材・執筆／晴野まゆみ・早野直樹 ○写真撮影／三好邦次 ○オウルデザイン 毛利孝博／スプラッシュ／デザインプール

○道の駅応援し隊／濱崎幸輝・板井亜紀子

協賛／一般社団法人九州・沖縄道の駅ネットワーク、一般社団法人日本RV協会