

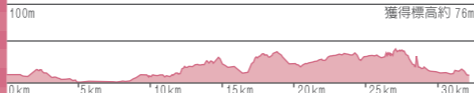
# NORTH SATSUMA CYCLING MAP

北薩摩  
阿久根市  
出水市  
薩摩川内市  
さつま町  
長島町

## 北薩摩サイクリングマップ

### 1 ツルと武家屋敷出水満喫コース

走行距離：約 32.5 km  
想定所要時間：約 2 時間 10 分



出水市の 2 大観光スポットを巡るコース。万羽鶴をまちかで見ることができ、出水麓武家屋敷群では、400 年前にタイムスリップした感覚を味わえます。

#### 自然



#### ●出水ツル渡来地

目の前に広がる万羽鶴の美しさに感動。(11～3月)  
夏の田園風景もおススメです。(5～8月)



#### グルメ

#### ●いづみ親子ステーキごはん

鶏肉・鶏卵生産額日本有数の出水市のご当地グルメ。ジューシーな鶏肉とメは専用しょうゆで食べる玉子かけご飯が絶品です。出水市内 4 か所で提供中です。



#### ●出水ようかん

さつま芋を使用したようかん。サイクリストの補給食にぴったりですね♪



#### 歴史

#### ●出水麓武家屋敷群

国の重要伝統的建造物群保存地区に選定されている麓武家屋敷群は、美しい石垣や生垣、風格ある武家門などが江戸時代の武家集落の面影を残しています。日本最大級の広さを誇ります。



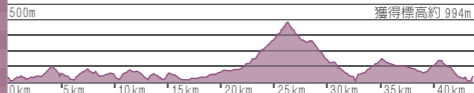
#### 歴史

#### ●感応寺

島津家ゆかりの日本最古の禅寺の1つ。境内には、忠久、忠時、久経、忠宗、貞久の島津家5代の墓碑、五廟社が残されています。

### 2 長島大陸1周コース

走行距離：約 43.7 km  
想定所要時間：約 2 時間 54 分



長島を 1 周するコース。起伏が富んでいて綺麗な海が眺められる。地元サイクリストはよく訪れていて、その人気が伺われます。

#### 自然



#### ●長崎鼻灯台公園

灯台も魅力的ですが、灯台へ続く道が海へと続く道みたく、ペダリングも爽快にできます。



#### グルメ

#### ●鯛王

日本一の養殖ブリ産地、長島町が誇る「鯛王」。クセのない旨味と健康的な脂のりが特徴です。ステーキやブリカツなど様々なブリ料理をご堪能ください。



#### ●赤まき

あんなの優しい味わいで、みんなから愛されている、長島町の銘菓です。



#### 自然

#### ●行人岳

約 384m を登り切ったら、絶景が待っています。天気がよければ天草まで一望でき、2 月中旬から 3 月にかけて、気象条件によっては出水市からシベリアへ向かうツルの北帰行を見ることができます。



#### 自然

#### ●梶折鼻公園

長島町にわたる橋の手前がある阿久根市・梶折鼻公園は、橋の全貌が見渡せる写真スポットです。時間帯によっては、渦潮も見ることができます。

### MAP



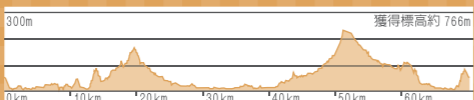
#### ●サイクリストの皆様へ

- ・ 自転車は車道の左側を 1 列になって走りましょう。
- ・ 安全のためヘルメットを着用しましょう。
- ・ 市街地はスピードの出しすぎに注意しましょう。
- ・ 地域の方に会ったら、挨拶をしましょう。

発行 鹿児島県北薩地域振興局  
住所 鹿児島県薩摩川内市市田町 1-22  
電話 0996-25-5107  
監修 出水市サイクルツーリズム推進協議会

### 3 阿久根・薩摩川内 海山満喫コース

走行距離：約 70.3 km  
想定所要時間：約 4 時間 41 分



阿久根市から薩摩川内市を 1 周するコース。阿久根市では、東シナ海の綺麗な海を、薩摩川内市では山間部の自然を満喫できます。

#### 温泉



#### ●川内高城温泉

レトロな町並みは、思わず自転車を止めて写真を撮りたくなります。



#### グルメ

#### ●伊勢えび

秋の漁期に合わせ「伊勢えび祭り」が開催されます。阿久根市の伊勢えびは急潮で育っているため、プリっとした歯ごたえと、甘みが強いのが特徴です。

#### ●ちんごだんご

新米の米粉を使った醤油味の小さい団子が、サイクリストの小腹を満たしてくれます。薩摩川内市のソウルフードです。



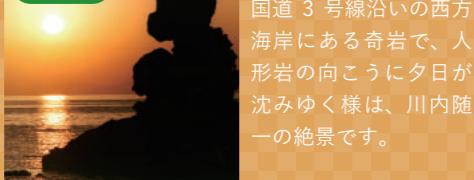
#### お土産



#### ●道の駅あくね

東シナ海に面した、絶景の道の駅。サイクリストはここでよく写真撮影をしています。物産館とレストランが併設しているので、休憩ポイントとしてもよく利用されています。特産品のポンタンが入った、ソフトクリームもおススメです。

#### 自然



#### ●人形岩

国道 3 号線沿いの西方海岸にある奇岩で、人形岩の向こうに夕日が沈みゆく様は、川内随一の絶景です。

#### ●藤川天神

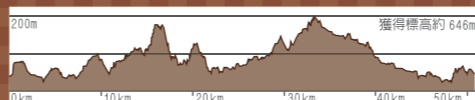
菅原道真公にゆかりがある神社です。毎年 2 月中旬から 3 月上旬に、薄いピンク色の花と甘い香りの、「臥竜梅」を楽しめます。



#### 自然

### 4 さつま町周遊コース

走行距離：約 50.8 km  
想定所要時間：約 3 時間 23 分



さつま町を巡るコース。ダムや滝など沢山の見どころがあります。町内には多数の温泉や薩摩切子のお店があり、サイクリングの後も楽しめます。

#### ダム



#### ●鶴田ダム

九州最大の重力式コンクリートダム。サイクリングで向かっていると、目の前に突如現れる巨大建造物の迫力は圧巻です。鶴田ダムによって誕生した、大鶴湖の周りを走るのもおススメです。

#### グルメ

#### ●ダムカレー

鶴田ダムを形どったさつま町のご当地グルメ。現在 16 店舗で提供中です。お店ごとで異なるカレーなので、いろいろなお店で試してみるのもいいですね。



#### 自然



#### ●観音滝公園

四季折々のあふれる自然に包まれた公園です。観音滝を中心に風情ある四季が楽しめます。

#### ●薩摩びーどろ工芸

観音滝公園内に工房があり、薩摩切子の製造・販売・ガラス工芸体験・工房の見学ができます。



#### お土産

#### ●宮之城鉄道記念館

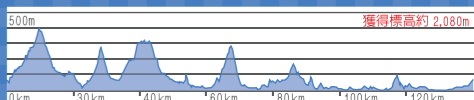
宮之城線の駅跡にある鉄道記念館。中には観光案内所があり、さつま町の特産品の購入ができます。



#### お土産

### 5 サイクリストおすすめチャレンジコース

走行距離：約 140.3 km  
想定所要時間：約 9 時間 21 分



北薩地域をぐるっとめぐる、上級コース。獲得標高 2,000m オーバーの走りがいのあるコースになります。

#### 自然



#### ●蘭牟田池

国際的条約「ラムサール条約」登録湿地です。7 つの外輪山に囲まれた静かな池。周囲約 4km の湖畔には梅や桜などの並木があり春は花見、秋は紅葉を楽しむことができます。地元サイクリストが集まる人気スポットです。

#### 自然 グルメ



#### ●寺山いこいの広場

標高 247 メートルの高台にある公園です。ポニー広場やゴーカートコースもあります。また、市街地を展望できるカフェもあり、自家製のチーズケーキやコーヒーで疲れを癒せます。

#### お土産 グルメ



#### ●にぎわい交流館阿久根駅

水戸岡鋭治氏デザインのオシャレな外観。カフェやお土産を購入できます。

#### ♫温泉にはいろいろ！

鹿児島県といえば温泉が有名ですが、北薩摩地域にも、たくさん魅力的な温泉があります。西郷隆盛にゆかりのある温泉や、江戸時代は島津家しか入れなかった温泉など、皆さんのお気に入りの温泉を見つけてみては？

#### ♫焼酎はいかがですか？

温泉と並んで有名なのが焼酎。鹿児島といえど芋焼酎ですよ。同じ芋焼酎でも、それぞれの地域によって、すっきり飲みやすいものや、甘みのあるもの、辛口など特徴が違うので、サイクリング後は、焼酎で疲れをいやしてくださいね。おみやげにもおススメですよ。