

上天草

# みしらん

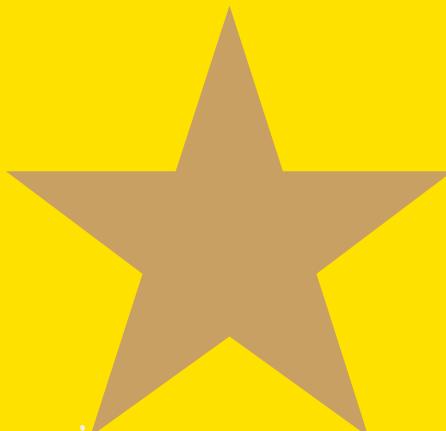
ガイドブック

Kamiamakusa Mishiran Guide Book



第4回

ふるさと  
パンフレット大賞  
受賞  
大賞



熊本県  
上天草市





## いくつ知ってる?

## 上天草の見知らんブランドもん

- ★モリンガ 03
- ★南国サーモン 03
- ★電照菊・菊ぱり 03
- ★真珠 04
- ★酪農 04
- ★天草大王 04

## 上天草を愛してやまない女たち

- ★湯島焼酎 05
- ★ミューズのアミューズ 06

上天草で  
食べておきたいものがあります

- ★元祖ファストフードの  
ミスターべーガー 07
- ★2つの顔を持つヒミツの店 08
- ★刺身食べホの兄弟船2号店 09

上天草で  
会っておきたい人がいます

- ★向陽寺のギター和尚 11
- ★湯島のあまちゃん 12
- ★・・・の老舗乾物屋さん!? 13

## “ものがたり”のあるうまかもん

- ★まいいたか朱次郎 15
- ★ご当地かりんとう 15
- ★大砲巻き 16
- ★天草サブレ 16

上天草の  
見知らん植物＆生き物たち

- ★絶滅危惧種の  
アマクサミツバツツジ 17
- ★世界最小級のハッショウトンボ 17
- ★真っ白なハサミの  
ハクセンシオマネキ 17
- ★神秘の渡り蝶アサギマダラ 17

## 見知らんパワスポ祭り

- ★天草新四国八十八ヶ所霊場 20
- ★湯島灯台のハート 21
- ★龍ヶ岳のハート岩 21
- ★上天草の“モン・サン=ミッシェル” 21

- ★個性がすごい“アコウの木” 22
- ★上天草の奇岩2景 23
- ★落ちそうで落ちないだご石 24
- ★せますぎるトンネル 24
- ★松手地蔵尊 24
- ★謎の道しるべ 24

## ちょっといっぷく、旅の着休め

- ★知る人ぞ知る神社 25
- ★世界の匠が手掛けた  
ミューイ天文台の反射鏡 25
- ★水戸岡銳治氏がデザインした  
クルーザー 26
- ★四郎スタンプカード 26
- ★日本屈指の大洞窟風呂 26
- ★上天草のマンホール 26
- ★パイプタバコが  
充実しまくりのお土産店 26

## 離れ小島の秘な楽しみ方

- ★島民と猫の談合島!? 27
- ★出会えればラッキー♪  
「ユシマニア」なコト・モノ 27
- ★灯台も擬人化! 27
- ★宿泊者限定!  
「ユシマニア」なコト・モノ 27

## 上天草の春夏秋冬

- ★上天草の春 10
- ★上天草の夏 14
- ★上天草の秋 18
- ★上天草の冬 28

## この冊子は

上天草のあまり「みしらん」情報を

紹介していく、ちょっと変わったガイドブックです。



静かな海と、そこに浮かぶ島々、雄大な山々に囲まれた上天草。

しかしそこには、謎解きのような「みしらん」モノ・コト・ヒトがいっぱい。

ギター和尚? 南国サーモン?

聞いただけでは何だか怪しげな、ディープでインパクトのある上天草を

「みしらん度」という星の数でご紹介します!



見知らん情報ばっかいばーい♪



01

いくつ知ってる？上天草の

# 見知らん ブランドもん

みしらん度 ★★★

**90種の栄養素**  
つて…すごすぎでしょ。

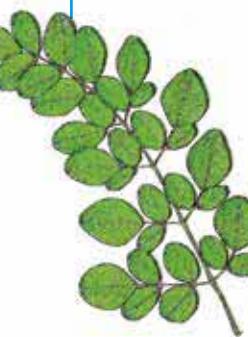
南国・熊本で  
**養殖に成功**  
しゃいました！

“気配り”  
の意味を持つ花

きらきら輝く  
**海の宝石**

九州酪農  
**発祥の地**  
つてホント？

強いの?  
大きいの?  
どんな王様?



問い合わせ

A 天草モリンガファーム  
(Ten Herb天草)  
☎0964-59-5200  
園上天草市大矢野町中4434-2

B 株式会社マルマサ浜田鮮魚  
☎0964-56-0303  
園上天草市大矢野町上6609-2

C 藤島(菊ばり)農園  
☎0964-56-1642  
園上天草市大矢野町中2325-1

D 松岡真珠  
☎0969-56-2190  
園上天草市松島町阿村5440-8

【天草大王】

【酪農】

【真珠】

【電照菊・菊ばり】

【南国サーモン】

【モリンガ】

いな海で育つ“アコヤ貝”は、天草の海に適しているとか。以前は五橋が架かる海の両側に多くの養殖網があったそうですが、現在は電照菊の花と呼ばれる所以もこのことから。『松岡真珠』は平成30年に真珠の品質を競う全国花珠真珠品評会(花珠部門)で日本一となる農林水産省が賞を授賞した。

E 酪農の産地といえば阿蘇や菊池を思い浮かべる人が多いかもしないが、上天草・大矢野は実は九州酪農発祥の地として知られる場所。熊本に住んでいる多くの人が「見知らん」かも…。昔から「花とミルクの島」と呼ばれていたこともあり、「道の駅・上天草さんばーる」で楽しめる酪農フットクリークの甘く濃厚な牛乳はまさに絶品。

F 日本最大級の鶏・天草大王。雄鶏の背丈は90センチ、体重は約7キロ。明治から大正時代にかけて天草地方で飼われていたものの、昭和初期に絶滅…。そこで、平成4年から約10年の歳月をかけて復元に成功した幻の鶏。通常のブロイラーの約2倍、100日ほどかけてじっくり飼育するため、彈力のある歯ごたえとコクのある味が最大の魅力。まさに味も大きさもトップクラスの王様。

A 北インドを原産国にもつ“モリンガ”。世界中の植物と比較しても並外れた栄養素と薬効を持ち善玉菌を増やす作用がある。このモリンガの情報を集め、「日本の人々の健康に役立てよう」と、自然農が天草の地で本格的に栽培・販売を手掛けたのが天草モリンガファーム。モリンガを使って、サプリメントやお茶を製造。そのブームは全国に広がっているとか。

B “サーモン”=寒いところの魚という概念を見事にひっくり返してくれたのが、“南国サーモン”。南国・熊本の天草の海でサーモンを養殖し、2015年春に見事デビュ。活魚サーモンの養殖はもちろん九州初の試み。気になるお味は…身がとろとろと脂が乗って美味！

C 四季をとおして温暖な気候の大矢野町は、花の栽培がさかん。特に注目されているのが電照菊のハウス栽培。そして、良質な菊を安定供給するために立ち上げられたのがブランド“菊ばり”だ。夜間に圃場内を電照し、人工的に日照時間を調整することで花の咲く時間をコントロール。現在一軒の菊農家が栽培。

D 上質な美しさを誇る天草産の真珠は、ほかの真珠には見られない繊細さと透明感のある美しい光沢が特長。天草での真珠の歴史は約60年になり、穂やかできれいな天草の地で本格的に栽培・販売を手掛けたのが天草モリンガファーム。モリンガを使って、サプリメントやお茶を製造。そのブームは全国に広がっているとか。

E モリンガ=寒いところの魚といふ概念を見事にひっくり返してくれたのが、“南国サーモン”。南国・熊本の天草の海でサーモンを養殖し、2015年春に見事デビュー。活魚サーモンの養殖はもちろん九州初の試み。気になるお味は…身がとろとろと脂が乗って美味！

F 上質な美しさを誇る天草産の真珠は、ほかの真珠には見られない繊細さと透明感のある美しい光沢が特長。天草での真珠の歴史は約60年になり、穂やかできれいな天草の地で本格的に栽培・販売を手掛けたのが天草モリンガファーム。モリンガを使って、サプリメントやお茶を製造。そのブームは全国に広がっているとか。

やっぱり地元がいちばん！

みしらん度



# 愛してやまない女たち

「上天草への愛情は誰にも負けない！」  
そう豪語する、太陽のよつた女性たちが  
手掛ける“うまかモン”とは…？



湯島でできた初めての焼酎。  
お土産の定番になりそう

**上天草に来た人たちのおいしい記憶をつくりたい**

湯島大根食べたことがあるね？ 湯島の名物のステーキ、なんかあるとやけど、太くじゅーシーで、本当においしいから、昔から「この派な湯島大根を使って何かできないか」と思ってメモリ化したよ。最初の出会いは平成15年。もうずいぶん前の事になるかな。生産者の人に分けていただきながら、県内外の色々な料理人の方に紹介してきたの。大根のおいしさはもちろん、ひとつだけ、ちょっと前に、林田さん、湯島は「唐芋」もうちます。湯島は天ぷらをいただいて。甘くてほくほくで、もううなるよ。おいしさだった。（笑）。そこで、甘い芋でつくる甘い焼酎があったら面白か?じゃな

いかと思つて、「天草酒造（天草市新和町）」の芋を持って行った。今、少しすつ名が知れてきた湯島の名物を作りたいという気持ちと、昔から変わらないのは、上天草に来た人たちのおいしい記憶をつくりたいという想いかな。スタッフと一緒に何度も湯島に足を運んで、芋の植え付け、収穫の手伝いをして。天草酒造の皆さんと一緒に、焼酎作りに取り組んだ。最初の一滴が生まれた瞬間、代表（天草酒造）が、「焼酎は本当に香りがよく」とつぶやいた。実はこれがお酒の味を聞いたのが嬉しかったね。実はこれお酒の味を、湯島大根やぶり大根、だんご汁、珍味のタコを出している。私の使命は、「伝えていく」こと。若い人たちの感覚を取り入れて、天草全体の魅力をより多くの人たちに伝えていきたい。天草最南端まで天草一体を盛り上げて行くわよ！



林田恵美子さん（『天慎』女将）

## 和食・すし処 天慎（本店）

☎0964-56-0656  
■上天草市大矢野町登立1216-6  
■11:00~15:00  
(オーダーストップ14:00)  
17:00~21:00  
(オーダーストップ20:00)  
予約がおすすめ

因木曜 ■20台  
※湯島島内や熊本県内の一部の飲食店でも味わえる。（その年の在庫がなくなり次第提供終了）

## 【湯島焼酎】

2015年11月に湯島で販売が開始された焼酎。甘くておいしい湯島の唐芋を使用し、まるやかでフルーティーな味が特長。昨年出荷分はほぼ売り切れたそうだが、『天慎』（上天草市大矢野町）ではグラス一杯から提供中。



## 「Muse Amuse」（ミューズのアミューズ）

上天草市の女神（ミューズ）たちの手によって生まれた  
上天草の自然の恵みを手軽に味わえるチグルメブランド



山口博子さん  
天草大王専門店 姫ココ俱楽部

水野美奈子さん  
みづの果樹園

田脇智子さん  
田脇水産

林田恵美子さん  
和食・すし処『天慎』

私は『天草大王』を使って、一口サイズの炭火焼ともちり弾力のある燻製を出してます。元々は父が、家族の猛反対を押しのけ始めた養鶏業だったの。最初は300羽からスタートし、一生懸命頑張っている父の後ろ姿を見て、私たちもなお応援したくなつて。当時は羽数も少ない上、認知度もほとんどなくて。でも誇めなかつた。最初は美味しさを分かってもらつて、イベントや商談にも参加して天草大王を知つたらうたつに必死だった。私はね、地元の子供たちが大人になつたときに誇れる“天草大王”を作つていただきたい。それが父から受け継いだ私の使命だし、この仕事を通じてたくさんのご縁をいただけることにも感謝したい。

夫と果樹園と一緒にやってたけど、20年くらい前のJA加工品部会の立ち上げをきっかけにゼリーやシャーベットを作るようになつた。今は、柑橘ジャム、シャーベット、肉に合うジャム、ドレッシングを作つていて、地元の道の駅のレストランでドレッシングを出してもらつてる。評判も○。私は、柑橘農家をする人が増えるといつたつて思つて。きつい仕事だけど、自分が楽しんでる姿を見せていくことで、魅力を伝えていきたい。たくさんの人々に上天草に来つてもらつて、時間がゆくつり流れるこの上天草でのんびりしていって欲しい。それから、おいしい上天草のお肉、お魚、柑橘とかの特産品を味わつてもらつたら最高。そういう上天草が潤つてくれると嬉しい♪

うちでは真鯛とシマアジをメインに養殖しています。卵から成魚まで一貫して育てるのに2~3年かかるんですよ。旨味が豊富で健康な魚を育てていて、たくさんの人にこの美味しさを届けたいという想いから、活魚販売だけじゃなくて、そのまま食べれる加工品をつくりました。何度も試行錯誤してできたのが、『天草いぶし桜鯛』と『シマアジの生ハム』です。真鯛は10%程度しか取れない希少な腹身のみを使用し、シマアジも脂の乗りがよい魚を選んで製造しています。添加物を一切使わずに手作業というこだわりの逸品です。冷凍品で、美味しいさはもちろんのこと、流水で手早く解凍してそのまま食べられるという手軽さも大好評！どうぞ、一度ご賞味ください。

### 天草大王 炭火焼

雄大な自然の中で120日以上かけてのびのびと育てられたこだわりの地鶏



☎0969-58-2723



旬の「あまくさ晩柑」を使用した  
果汁100%のリッチなシャーベット

☎0964-56-2154



獲れたての真鯛から10%しか取れない  
脂身を軽く炙って、うま味がぎゅっと凝縮

☎0969-63-0339



肉厚で甘みが濃厚な有明のたこ  
をやわらかく炊き上げた

☎0964-56-0656

# 03

# 上天草で 食べて おきたい もの の があります。

みしらん度 ★★★★

その町に吹く風や、匂いや、  
情緒を思い起こさせる。  
旅をして、土地の風土に根付いたものを  
食べるのはとても刺激的なこと。  
ずっと愛されてきた味、  
これからずっと愛してほしい味。  
つくり手の皆さんへの愛も  
一緒にいただきます！

「ミスバ行こ！」と聞えば「」。  
元祖ファーストフードの店

開店は1979年。県内でもまだハンバーガーショップは大手を含め、ほんの数えるほどしかなかつた頃だ。シャキシャキレタスが乗った変わらぬ味の手作りバーガー。子どもの頃の思い出がたっぷり詰まつたこの場所に、帰省のたびに訪れる地元の人も多いとか。

店主の山口さん。モグモグ、グブグブ、「ニコニコ」...。店内は「バーガータイム」をひとしきり楽しむ子どもたちの憩いの場。とびきりの笑顔に満ちています。



手作りハンバーグの  
“ハンバーガー”



11種のバーガーのほか、ナゲットや  
ワッフルも  
**ミスター・バーガー**  
0964-56-0259  
11:00~17:00  
不定休 国14席 国6台

## 04 不動の 寿司か、ラーメンか。 魅惑の ラーメンか。

みしらん度 ★★★★

寿司もラーメンも民宿も。  
超よくばりなこの店、おもしろい！

2つの顔を持つヒミツの店。

「ラーメンにチキンカツってどんだけ～!?」とツッコミたくなる“チキンカツラーメン”

書かれた暖簾のかかる入り口  
が、大阪の食料理店で長年修行  
を積んだ料理人気質に溢れる店  
主。お客さんを喜ばせたいと作  
始めたラーメンは、今は醤油味  
噌、塩、豚骨スープを揃え、「うめ  
ろしラーメン」をはじめ、地元では  
人気を博しファンも多い。「うちの  
寿司は関西風」と出してくれる  
寿司ももちろん。流。ネタの良さに  
も満足だ。仲睦まじい奥さんと二  
人三脚で民宿も経営する多忙な毎  
日を笑顔で切り盛りしている。

寿司屋の暖簾の横にラーメンと



写真はにぎり(並)。ボリュームがあり、脂の乗ったネタが特長。奥さん手作りの無添加醤油をつけて

店主の釜元さんご夫妻



天草2号橋近く。2つの入り口に  
それぞれ暖簾がかかっている



きくはる  
貴久春寿し

0964-59-0075

国上天草市大矢野町中4470-4  
11:00~14:00、17:00~翌2:00

不定休 国38席、ラーメン9席 国10台



「食いたい



寿司の「寿司」と「ラーメン」

が、

か。

05

いくら海の幸の宝庫とはいえる…

みしらん度 ★★★★

# “刺身食べ放題”なんてココだけ？

刺身がなんと食べ放題！  
太っ腹すぎる刺身定食

水産会社を経営する漁師の、  
提供される刺身の旨いこと。これ  
だけでも大満足なのだが、なんと  
刺身は1時間お替わり自由。感涙  
ものの太っ腹サービスだ。刺身は  
旬のものは当たり前。季節によつ  
て種類が変わっていく。魚を知り  
尽くした漁師、種類によっては1  
日置いたらしつつ、甘味が最高に  
乗ったタイミングで提供している  
という。他にも“あらだき”などの  
定食から、海鮮丼、自社生産の  
とらふぐのから揚げまで、旨い海  
鮮料理が目白押しだ。



平日ランチ限定の刺身定食  
食べ放題の刺身はもちろん、トラフグのから揚げも絶品



オーナーの益田一利さん



部屋はほぼ個室仕様。  
カラオケ付きの座敷もあり



## 兄弟船2号店

☎0964-56-1266  
■上天草市大矢野町中3338-1  
■朝 11:00～14:30  
夜 17:00～21:30(オーダーストップ 21:00)  
■木曜夜 ■310席 回り



—上天草の春夏秋冬—  
1年を通じて魅力いっぱいの上天草市。  
季節の風物詩をご紹介します。

上天草の  
**春**

天草パールラインマラソン

「遅いあなたが主役です。」

あまりにも有名なこのキャッチフレーズ。

今や、全国的なフレームとなっている

健闘マラソン発祥の地として知られる

天草パールラインマラソン大会は

昭和48年からはじまった。

大切なのは、自分に合ったペースで  
ゆっくりと走ること。

風光明媚な「天草パールライン」を駆け抜け、  
爽やかな春の潮風を感じ、  
完走を目指しましょう。

競技ではなく、  
“健康”をゴールにしたマラソンは  
年代を問わず多くの人に愛されています。

このマラソンの開催とともに、  
上天草市に春がやってきます。

## 健康マラソン発祥の大会・天草パールラインマラソン



同天草パールラインマラソン大会事務局  
☎0964-56-4701(大矢野総合体育館内)

06

# 上天草で会つておきたい

みしらん度 ★★★★

いますよ、いますよ。

上天草で会つておきたい人がホラここに。  
ちょっと風変わり…をとおりこして、  
この方たちはずいぶんと個性たっぷり！  
そのあふれる個性を作っているのは、  
'Brien自分の生き方だつたり、  
仕事への譲れない愛情だつたり。

いますよ、いますよ。

全国から多くの方が  
足を運ぶギター和尚の

「お元気説法」

ジャンジャカジャカジャカジャーン！  
木魚の代わりにかき鳴らすはギター。あ  
りがたい説法と一緒にメロディアスに奏  
では愛の歌「ユーハーマイサンシャイ  
ン」。もはやどこから突っ込んでいいかわ  
からないその出で立ちと、唯「無二」のお  
説法スタイル。この人こそ、「ギター和  
尚」の名で知られる向陽寺のご住職。渡  
邊紀生さん。全国放送のテレビでも何度  
も取り上げられるなど、その知名度は全  
国クラス。ご住職いわく、もともとは東京  
で結婚し家族と帰郷後、よく知る近場の  
海に潜って獲った貝が小さいと笑われた  
のがきっかけだという。悔しくて父に教え  
を仰ぎ、沖合の深場で男達に混じり潜  
りはじめた。もちろん怖いし、大変な仕  
事。だけど海は子どもの時の遊び場。  
学校のプールも海だったし…と屈託の  
ないキヨートな笑顔を見せてくれた。彼  
女の食堂『乙姫屋』では獲つばかりの蛸  
にさざえにアワビ、ウニ等、とびっきり新  
鮮な魚介を提供してくれる。また春はわ  
かめ漁季の季節。この「カメのしゃぶしゃぶ」  
が実際に絶品なのだが。湯に浸けた途端、  
すっと鮮やかな色に変わるのは、ここな  
らでの新鮮な証だ。



敷地内には、昭和63  
年に認知症（ボケ）  
封じにと建てられた  
「松島慈光觀音」が。  
全国から参拝客が  
耐えない



「お元気説法」は約1時間程度。軽快な冗談の中にも、「生き  
ること」や「生老病死」の苦しみなどがくとくと語られる  
で「芸能人を目指していた」「そうなの  
が運とチャンスに恵まれず……帰郷。大  
人しく5代目に就任。ある時、いつもの説  
法途中で得意のギターをかき鳴らして  
みたところ、大ウケ！」「こんなに楽しく  
ためになる説法なら毎日でも聞きた  
い」と、全國から人が押し寄せせるハッピ  
なお寺にならったのだ。



カレンダーや飴などオリジナル  
グッズもあり



ギター和尚  
わたなべきょう  
渡邊紀生さん  
曹洞宗大悲山  
向陽寺5目住職



向陽寺

09069-56-0200

園上天草市松島町合津2856

「お説教=退屈、足が  
しびれる」という概念を  
変えたいんです。仏教は  
生きているうちに学ばな  
いといかん！」とご住職

07

## 湯島に来れば

# あまちゃん に逢えます

みしらん度 ★★★★★

海女さん振る舞う新鮮魚介  
旅心くすぐる湯島へ！



湯島の  
あまちゃん  
姫野千月さん  
『乙姫屋』店主

今は息子さんも  
素潜り漁参戦!!



乙姫邸

素泊まりプランは、1泊2食付き、  
1泊2食釣り船セットもあります！  
詳細はお問合せください。



傾斜地に家が並び、路地の散策も楽しい湯島



海女ちゃん定食(日替わり)。※前日まで要予約



築100年以上の古民家。  
島ならではのゆったりとした時間が流れます。

海女ちゃん食堂 乙姫屋

080-5604-4292(完全予約制)  
園上天草市大矢野町湯島610 窓11:00～不定時  
(漁の状況によって予約が出来ない場合あり)

園火曜 園35席



「海女の仕事は日々が宝探し。島で最初  
の海女になり10数年が経つ姫野さん。東京  
で結婚し家族と帰郷後、よく知る近場の  
海に潜って獲った貝が小さいと笑われた  
のがきっかけだという。悔しくて父に教え  
を仰ぎ、沖合の深場で男達に混じり潜  
りはじめた。もちろん怖いし、大変な仕  
事。だけど海は子どもの時の遊び場。  
学校的なブルも海だったし…と屈託の  
ないキヨートな笑顔を見せてくれた。彼  
女の食堂『乙姫屋』では獲つばかりの蛸  
にさざえにアワビ、ウニ等、とびっきり新  
鮮な魚介を提供してくれる。また春はわ  
かめ漁季の季節。この「カメのしゃぶしゃぶ」  
が実際に絶品なのだが。湯に浸けた途端、  
すっと鮮やかな色に変わるのは、ここな  
らでの新鮮な証だ。



傾斜地に家が並び、路地の散策も楽しい湯島



## ・・・の老舗乾物屋さん!?

創業60年以上、上天草市の  
老舗乾物店の3代目。

会社を経営しながら、演芸(落語)を披露したり、ラジオ番組でギュラーでMCをやっていたり、モデルをやつたり… 趣味の空手では、シニア部門の日本代表でもあります。(2002年度の世界大会でばバズー8)「20代の頃、スカウトされて東京の芸能事務所に所属しながら、格闘技団体でもトレーナーとして働いていました。その後帰郷して自家業の会社に入り、2度と芸能や格闘技と関わることは無いと思っていたが…」

いろんな御縁やキッカケがあり、再開することに。もともとアグレーヴな性格なんだ、いろんな事やってるほうが性に合ってると思いました(笑)』と三代目。

# 何刀流?

## 落語家

林将宏さん  
『林商店』店主



地元産のワカメ等をはじめ美味しい海産物をたくさん揃えている店内



ラジオ MC



硬式空手シニア日本代表



林商店

☎0964-56-0213  
島上天草市大矢野町上830  
■8:00~17:00 固なし(お盆・正月休み有)

—上天草の春夏秋冬—  
1年を通じて魅力いっぱいの上天草市。  
季節の風物詩をご紹介します。

上天草の夏  
マリンレジャー

いよいよ夏本番を迎えると、上天草のビーチでは一日中楽しそうな声が響き渡ります。

マリンブルーの海には、海水浴だけでなく、浜辺の散策やピクニック、磯あそびなど、癒しを求める人々で大にぎわい。いかにも夏らしい風景を、上天草のあちこちで見ることができます。

思い切り海で泳いで遊ぶのはもちろん、シーカヤックで無人島に上陸したり、バナナボートを楽しんだり、ウエイクボードやフライボードなど話題のマリンレジャーも。泳がない派の人たちは、船に乗ってイルカウォッチングなんてどうでしょう。かわいい野生のイルカに出会うことができますよ。

まさに、眺めてよし、泳いでよしの上天草海遊び。

熊本の夏は長いから。  
自分らしい楽しみ方で  
海を満喫するのがおすすめです。

眺めて、泳いで。五感で夏を感じるマリンレジャー



# “ものがたり”のあるうまかもん

みしらん度 ★★★★

ひとつ一つの背景にある“物語（ストーリー）”を知れば、そのグルメがちょっと特別なものに感じられます。

かわいい子供の名前なんかじゃありません。「朱次郎（あかじろう）」とは、次郎丸鶴のふもとで収穫される新鮮な鷹のソメを粉末状にしたものの、現在松島町にある3軒の農家が集まつた組合で作っているもの。年間100キロしか収穫できない大変貴重な唐辛子。口に入れた習慣はまるやかなのに、30秒後はカツンとする強烈な辛さ！「まいった・まいったよ…」。そんな一言がもれてしまつパンチ力にカンパイ。料理のかくし味にぜひ。

## Story1 感わざ言っちゃうよね…「ま、まいりました！」



まいったか朱次郎  
ダイエット効果や健康食品としても注目度大。ペーストタイプもあり

※道の駅上天草さんばーる、上天草市内のスーパーで購入できます



## Story2 栄養とカルシウムたっぷりの“ご当地かりんとう”



龍ヶ岳は、昔からちりめんじやこ漁がさかんな地区。毎年、春秋の最盛期には、釜揚げされたチリメンジヤ「あちこちに天日干しがされ、まるで白いじゅうたんのような風景が広がる。そんな龍ヶ岳の地で、子どもやお年寄りのカルシウム不足解消のために開発されたのが素朴なご当地かりんとう。ジャコを練り込んであるだけに素朴な甘さと香ばしさがマッチして意外なおいしさ！ひとつ、また一つ…といい手が伸びてしまう自慢の逸品だ。2つの店舗で完全手作りされるから、それぞれの味を楽しんでみて！



キララきたざと  
0969-62-0076  
上天草市龍ヶ岳町高戸4137-14  
「くまもと健康づくり応援店」に指定されています！

龍星グループ加工部会  
0969-62-0009  
上天草市龍ヶ岳町高戸2901

## 天草地域では馴染み深い“大砲巻き”がB級グルメに！ Story3

竹輪の中に手作りのコロッケを詰めて揚げる「大砲巻き」。大砲巻きといつて40数年前から天草市の学校の給食で出されていて地元では馴染みの懐菓だ。松島町で食料品店を営む植野さんから製造販売を受け、昨今はB級グルメとしてメディア等でも取り上げられ話題上升中、天草のグルメアイテムには非追加しない品店では他にも「だっこ爆弾」、「天草大王ロロッケ」等、B級グルメ参戦メニューが次々と登場。



ファミリーショップうえの  
0969-56-1255  
上天草市松島町阿村506-1  
9:00~18:00 土日祝 10台



次々と天草B級グルメの開発を行う植野さん。「松島のトコロさん」なんてあだ名も(笑)

### 大砲巻き

「大砲巻き」は、当時の横綱からという説や形状から大砲と名付けた等諸説有り

## 天草五橋とともに50年…愛されみやげの大本命 Story4



天草サブレ  
サクサクとした口あたりとミルクの風味が格別  
熊本菓房  
096-380-3535

九州本土と天草を結ぶ「架け橋」となった天草五橋の開通から半世紀、その開通を記念して作られたのが「鉢巣天草サブレ」だ。開発者は「くまもと菓子工場」創業者の布井寛治氏。当時、現・天草市にて「さぼてん製菓」という小さな菓子パン屋を営んでいたが、「新たな天草土産を作りたい」と念を起して誕生させたもの。旅館で出てくるお茶請け菓子の定番である。



南蛮文化を彷彿とさせるレトロなパッケージ。誕生当初の貴重なもの

## 上天草に秋の訪れを告げる天草五橋祭



### —上天草の春夏秋冬— 1年を通じて魅力いっぱいの上天草市。 季節の風物詩をご紹介します。

## 上天草の 秋 天草五橋祭

宇土半島先端の三角から、  
天草諸島の大矢野島、永浦島、  
池島、前島を経て、天草上島までを結ぶ「天草五橋」。

天草五橋は昭和41年に開通しました。  
五橋の開通を記念して、  
毎年9月に開催されるお祭りが「天草五橋祭」。

「道中踊り」や「白龍船競漕」「海洋花火大会」…。  
上天草に興奮の渦を巻き起こす2日間。  
海洋花火大会では、  
大輪の光の花が海や夜空に咲き乱れて  
迫力満点です。

秋の始まりを告げるビッグイベント  
「天草五橋祭」は秋に開催されます。  
この祭りが終わると、  
上天草の秋支度がはじまります。

□上天草市観光おもてなし課  
0964-26-5512



### 真っ白なハサミの ハクゼンソマネキ

- 活動期 4月～10月頃
- 大きさ 体長20mm前後
- 生息地 上天草市松島町合津永浦島

砂質干潟に生息するスナガニ科のカニ。松島町に特に多く、永浦島の干潟は全国一の大群生地。干潟に深さ20～30センチ程の巣穴を堀り、その周囲をなわばりにする。毎年夏にはたくさんの白いハサミで観光客を迎えてくれる。

### 世界最小級の ハッショウトンボ

- 観察時期 5月～10月
- 大きさ 体長15mm前後
- 生息地 白嶽湿地(上天草市姫戸町姫浦)

世界最小級のトンボ「ハッショウトンボ」。成熟すると雄は赤色、雌は褐色と黄色の模様になる。なかでも、白嶽湿地は離島のハッショウトンボの生息地として日本でも貴重な場所。雌は植物のあるきわの浅い水面を、尾っぽでたたくようにして連続して卵を産む。

### 絶滅危惧種の アマクサミツバツツジ

- 花の時期 4月中旬頃
- 群生地 姫戸白嶽森林公園  
(上天草市姫戸町姫浦)

枝先に葉が3枚ずつ集まって付くミツバツツジの仲間。世界中で天草の上島にしか生育していない「絶滅危惧種」。花の時期は4月中旬頃で、枝の先に赤紫の花を1個ずつつける。同じ時期によく似たオンツツジも花をつけるが、こちらは花が大きめで、枝先に1～3個つく。

上天草で出合える希少な生き物たちをご紹介。

# 見知らん植物&生き物たち

みしらん度 ★★★

10



# 見知らん パワースポット祭り

みじらん度

もう、ツツウの旅では満足しないツツウな皆さんへ。  
地元の人しか知らないレアな場所をめぐる旅へご案内。

ただ事  
ではない  
スポット

## その1 「天草新四国八十八ヶ所霊場」 て知つとる?

住職 田中省吾さん  
**金性寺** きんじょうじ  
☎0969-57-0024  
岡上天草市松島町  
教良木2365 回70台

曹洞宗金性寺の境内から裏山の淘汰山にかけて、四国八十八ヶ所から拝受された砂を祀り八十八の石仏が安置され信仰を集めている。その全長約1.4kmを巡る小道は、四国八十八ヶ所の実際の位置を考慮に入れ設計されている。また淘汰山一帯は県指定の緑地環境保全地域。天草本来の照葉樹林が残り、コース中の木々には札が掛けられ樹木について学べるようにもなっている。心静かに歩いてみよう!



小道は緩やかに山を登っていく

苔むした石組みが風情ある禅寺だ



林を抜け向こうに金性寺が見えるコース終盤



一带には天草の自然林が残り、札が掛けられ樹木について学べる



七十五番の薬師如来は耳の病に靈験があるそう。竹筒で耳に息を吹きかけ、祈願が成就すれば穴の空いた石を置くという習わしがあるそうだ



約40分程の遍路歩き。道は境内に戻りここが最後の八十八ヶ所目となる



ただ事ではないスポット

その2

見つかるかな？

湯島灯台のハート

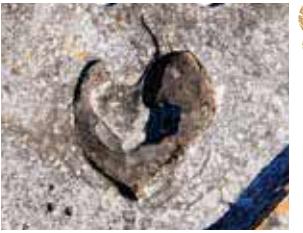
離島湯島にある灯台周辺に描かれてる肉球のイラストの中

にハートの模様が。島を散策しながら探してみて。



ただ事ではないスポット  
その③ 幸せになりたい…

恋愛運アップ？  
龍ヶ岳のハート岩



標高470メートルの龍ヶ岳。頂上の展望台には阿蘇や雲仙霧島までも見渡せる大パノラマが広がる。素晴らしい景色を堪能したら、ハート岩へ。ハート岩とは断崖にあるハート形の岩のくぼみのこと。意中の人に想いながら手をかざすと恋が叶うかも…♥



■上天草市龍ヶ岳町大道3360-47

ただ事ではないスポット

その4

勝手に認定！

おおー。

上天草発の“モン・サン＝ミシェル”！

モン・サン＝ミシェル、とはフランスで圧倒的な人気を誇る世界遺産。周りは海に囲まれた島となっていて、潮の干満の差が激しいことで知られている。干潮時には干潟が現れて、島へ歩いて渡れることができるが、実は上天草にこの“モン・サン＝ミシェル”風の海岸が3ヵ所ほど存在する（笑）！ フランスに行った気分を味わって♪



ほかびらかいひん  
外平海浜自然観察公園

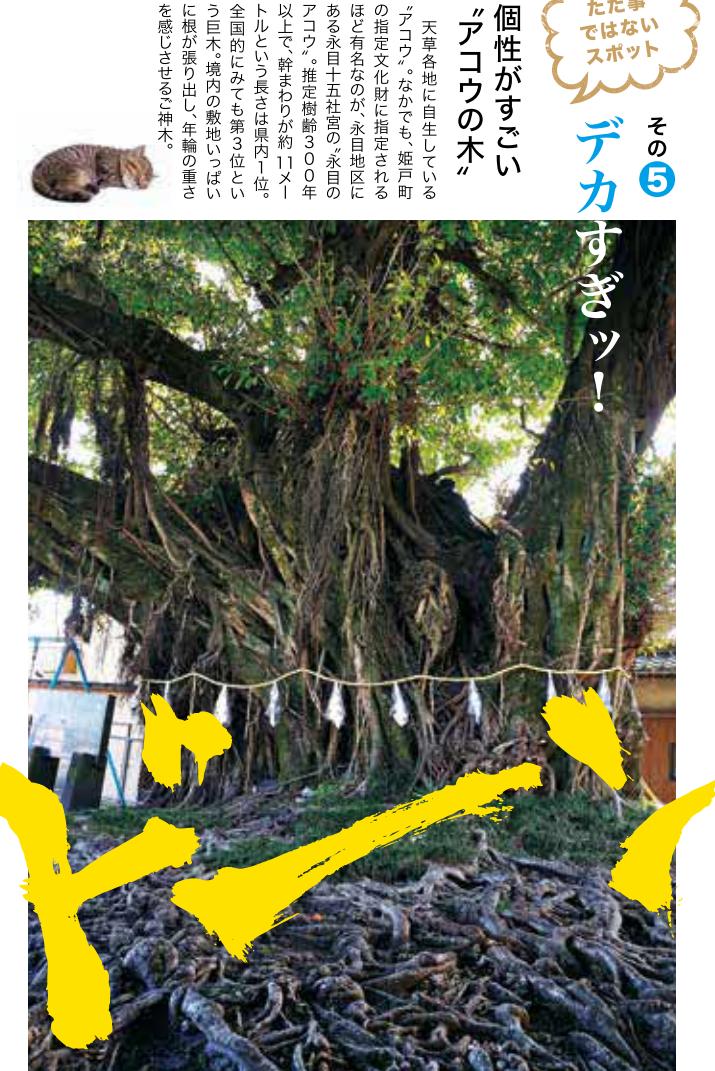
手つかずの自然が残る島。海の透明度も高く、地元の人のみぞ知る超穴場スポット。絶滅危惧種に指定されている貴重な生き物も暮らしているとか。潮が引けば、近くの島と陸続きになる。

■上天草市松島町合津樋合地区

とうせんがはま  
唐船ケ浜

野金島にあり、天気の良い日は雲仙普賢岳が美しく見える。海水の透明度が高く波も穏やかで磯遊びを楽しむこともでき、干潮時には唐船島に渡れる。

■上天草市大矢野町上野金地区



こっちもスゴイらしい。



湯島のハートのアコウの木

大矢野町の沖合に浮かぶ、離島“湯島”にあるアコウ。100年を超える大木で、お祈りすると恋が叶うという素敵なお守りも♡

■上天草市大矢野町湯島



下桶川の鳥居アコウ

龍ヶ岳町下桶川地区の不動神社にある、鳥居の形をしたアコウ。実は数十年前にあった鳥居にアコウが根付き、もともとあった鳥居ものみ込んでしまったとか！ まさに見知らん…

■上天草市龍ヶ岳町樋島下桶川地区

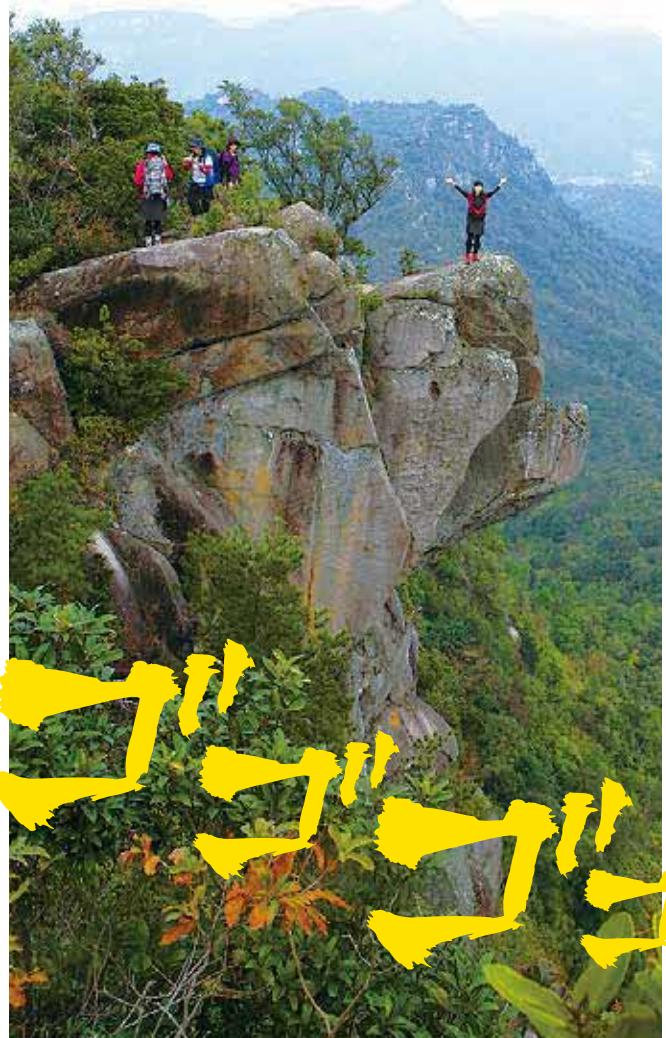
永目のアコウの木  
■上天草市姫戸町姫浦永目地区

ただ事  
ではない  
スポット

その  
⑥

だいぶコワいんですけど。

## 上天草の奇岩2景



勇気がある方はこちらも。  
ただ事  
ではない  
スポット

## 次郎丸嶽のライオン岩

兄弟岳として有名な、次郎丸・太郎丸嶽。亀次郎の名をもつのが“ライオン岩”。巨大な大岩をロープで登る。“次郎落とし”とともに、次郎丸嶽の名所のひとつ。ガオーッと吠えるライオンの鼻先に登れるか!?

山と海の大絶景!  
感動まちがいない

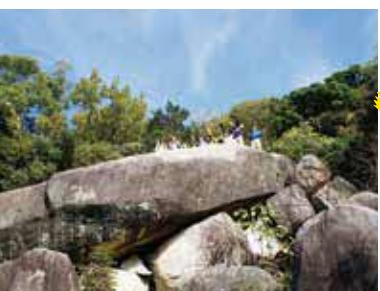


次郎丸嶽の“次郎落し”  
団上天草市松島町今泉

## ガルル！百獸の王やで！

やたけ

## 白嶽の矢岳巨石群



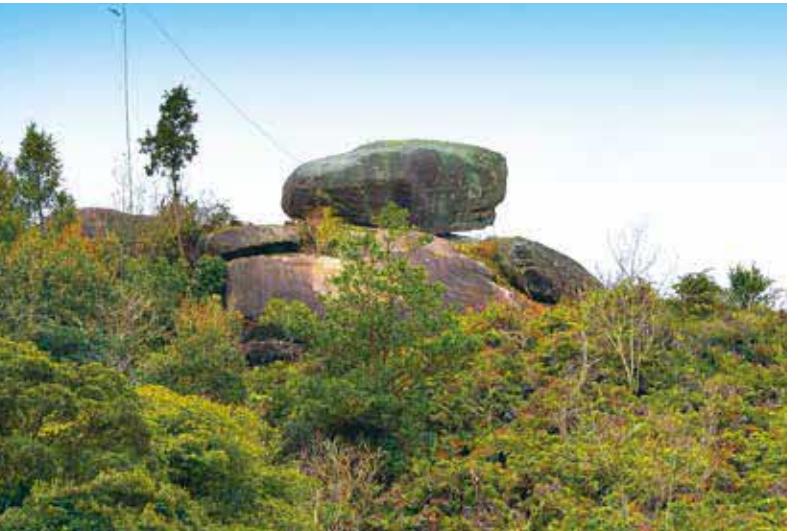
標高約370mの白嶽。山麓には巨石が点在し、矢岳神社近くにある古代神殿のような巨石は、ドルメン(支石墓)とすれば世界最大級といわれる。眺望も抜群で、海と岩からダブルでパワーがもらえそう。

団上天草市姫戸町姫浦

ただ事  
ではない  
スポット

その  
⑦

落ちそうで落ちない“だご石”  
落ちんのか〜い！



上天草市松島町知十地区の岩場の頂上部  
分に鎮座する“だご石”。岩の大きさは、縦約5メートル、横約3メートル。国道324号に近い地上約50メートルあり、幹線道路から見上げることができる。その落ちそうで落ちない状態にあやかって、受験にご利益があるという説も。受験生、力モー!



団上天草市松島町  
今泉知十地区

ただ事  
ではない  
スポット

その  
⑩

人生の道案内も  
お願いします。



謎の道しるべ

「九州オルレ」の案内標識で、千巖山周辺や維和島などに設置。他にも馬の形をしたカンセと呼ばれる標識や、赤と青がセットになったリボンが目的地へと導いてくれる。

団上天草市大矢野町維和(維和島オルレ)  
松島町合津、今泉(松島オルレ)

その  
⑨

## 松手地蔵尊

「一回にはひとことぞ」とおっしゃる、ありがたへい“ひとこと地蔵”への名前を心の中で唱えて真剣に念じれば、願いかねうといわれる。近年は「宝くじの高額当選にご利益がある」として密かに話題を呼んでいる。

団上天草市大矢野町登立坂本地区



その  
⑧

宝くじの高額当選に  
ご利益が！

まあ…通れますけどね。



## せますぎるトンネル

『藍のあまくさ村』を過ぎてちょっと左を下ったところに突如出現。地元の人たちの「生活道路」として、ひっそり使われてきたトンネル。もちろん「離合」ムリ!

団上天草市大矢野町登立坂本地区

その  
⑦

宝くじの高額当選に  
ご利益が！

まあ…通れますけどね。

# 誰かに話したくなる？

みしらん度 ★★

上天草の超ローカルネタ一気見せ。

※この情報を知らなくても、

上天草の旅は十分楽しめます(笑)。

**木々に囲まれた小さな神社は  
知る人ぞ知るパワースポット**

島原天草一揆の参謀  
者一人で、オランダ  
にも渡航し医学者でも  
あつた森宗意軒の供養  
塔を祀った神社。故・  
山田風太郎氏の小説  
「魔界転生」にも妖術  
師として登場するが、  
地元では、「もりすけさ  
んの愛称で親しまれ  
ここでお参りすると  
体の調子がよくなつ  
た」「手や足の痛みが  
とれた」など「靈験」  
を伝える逸話を多い。



柳の瀬戸を見渡す城山”という高台にひっそり佇む

森宗意軒神社

☎090-3322-1808(宮守・津留和子さん)  
匝上天草市大矢野町中柳地区



島原天草一揆を描いた極豪色の強い『絵本天草軍紀』(明治初期の出版)で、妖術を使って魚に乗る森宗意軒『天草四郎ミュージアム』に複写を展示)



**望遠鏡内部の反射鏡は  
“世界の匠”が手掛けたもの**

星空日本に選ばれた実績を持つ天文台で、口径  
50センチのカセグレン式反射型望遠鏡を備える。これ  
には反射鏡作りの国内第一人者であり、現代の名  
工に選ばれるほど有名な苗村敏夫さんが研磨した  
「苗村鏡」を使用。



ミューイ天文台  
☎050-1725-1279(要予約)  
匝上天草市龍ヶ岳町大道3360-47  
匝13:00~21:30 困月曜

**水戸岡銳治氏が  
デザインした  
クルーザー**

『シークルーズ』が所有する  
クルーザーには、JR九州のデ  
ザイン顧問として知られる水戸  
岡銳治氏が監修したクルーザー  
一覧がある。これらは特急  
「A列車で行こう」と同じコン  
セプトでリニューアルデザイン  
されたもの。高級感あふれる内  
外装がカッコいい!



平成28年には、「エルミラ」が誕生!!



MARISOL(マリソル号)  
客室内は豪華なラウンジ仕様  
☎シーカークルーズ ☎0969-56-2458



VistaBonita(ビスタボニータ号)  
平成25年3月就航! 高級感溢れるデザイン

**“四郎スタンプカード”**

上天草市内で使えるポイント  
カード。加盟店とは、四郎スタン  
プカードを使います。のピンクのば  
りがはためくなぐ、これもまた上  
天草の風物詩。加盟店でスタンプ  
を押してもらい500円のポイント  
貯まるといろいろなお買い物券  
に!~



**なぜ?  
充実しまくりのお土産店  
上天草のマンホールは  
ゆるくてラブリー♥**



大洞窟の宿 湯楽亭 ゆらくてい  
☎0964-56-0536  
匝上天草市大矢野町上弓ヶ浜5190-2  
匝立ち寄り湯10:00~15:00、16:30~20:00  
※変動有(詳細はHP、電話にてご確認ください)  
困不定 困30台



しんじゅ天草  
☎0964-52-2237  
匝上天草市大矢野町登立3943-3  
匝平日9:00~19:00  
土日9:00~20:00 困なし 困20台

上天草市松島町阿村・合津地区だけのマンホール  
入浴料金/800円



## 気軽に歩いて大自然を体感できるトレッキング



大自然との一体感を感じたら山へ。  
トレッキングで気持ちの良い汗を  
流したあとは海の幸や美肌効果の高い  
温泉でリフレッシュしましょう。

秋から冬にかけて、  
アウトドアイベントも開催されます。  
トレッキングで気持ちの良い汗を  
流したあとは海の幸や美肌効果の高い  
温泉でリフレッシュしましょう。

トレッキングは山歩きのこと。  
山頂にこだわらず、  
山の中を歩くことを目的としています。

上天草は、そのトレッキングがさかんな町として

県内外に広く知られるようになりました。  
海だけでなく山に囲まれた上天草のトレッキングの  
魅力は「気軽さと眺望の良さ」。  
一番高い山でも標高500メートルほどの  
低山でありながら山頂から望む青い海や、  
心地良く頬をなでる潮風が  
清々しい気持ちにしてくれます。

子供から大人まで気軽に楽しめる白嶽コース、  
絶景・龍ヶ岳・人気の太郎丸・次郎丸・獣に  
屋でも夕暮れでも絶景に出会える  
観海アルプス…。

一上天草の春夏秋冬—  
1年を通じて魅力いっぱいの上天草市。  
季節の風物詩をご紹介します。

上天草の  
冬  
トレッキング

同上天草市 観光おもてなし課  
☎0964-26-5512

## 出会えればラッキー♪「ユシマニア」なコト・モノ①



1. 地元農家による無人販売所。不定期に出店中。2. 冬季限定!小さな島の大きな大根。山頂の峯公園で収穫。3. 県内でも生産量上位を誇るかすみ草。4. まるでアマルフィ～(天ルフィ～)。波が穏やかな日に見ることができる。

## 宿泊者限定!「ユシマニア」なコト・モノ②



湯島には、宿泊しないと出  
会えないモノがある。夕方から  
出店する屋台「紅まる」には、  
焼き鳥のにおいに誘われて、常  
連客と猫が集まる。生ビール  
を片手に夕日を眺めるのがオ  
ン。日の出莊に宿泊すると、  
島の郷土料理「押し寿司」を  
食べられるかも(要確認)。今を  
つかう湯島の宿泊情報について  
は、天草四郎観光協会のホームページでチェック!

## 島民と猫の談合島!?

島民より多い猫たちが島民とのんびり暮ら  
している。港へ定期船が到着すると盛大なおも  
てなしが、観光客の心をわしづかみにする。  
島原天草一揆で活躍した天草四郎が、一揆  
前に談合したとして知られる湯島。今は、もつ  
ぱら島のあちらこちらで猫が談合中。

キャットケアスペシャリスト  
湯島猫部代表

出会うと幸せになれる  
オッドアイの猫

大矢野町の江幡戸港から船で  
約30分。有明海の真ん中にポツンと  
浮かぶ「湯島」。猫島として名高いが、他にも知  
られざる魅力が満載! 湯島へのショートトリップ、  
あなたはどう楽しむ?

# 離れ小島の私な楽しみ方

みしらん度 ★★★

13

私



2016年に「恋する灯台」に認定



## 灯台も擬人化!

大正時代に建てられた、当時の灯台の姿を  
保ったままの「湯島灯台」。2022年に燈  
台の守り人としてキャラクター化。このキャラ  
クターは天草四郎を連想させ、密かに「ブ  
ム」になっている。灯台には、猫のイラストが描か  
れており、猫とともに有明海を往来する船を今口  
も見守る。

も見守る。



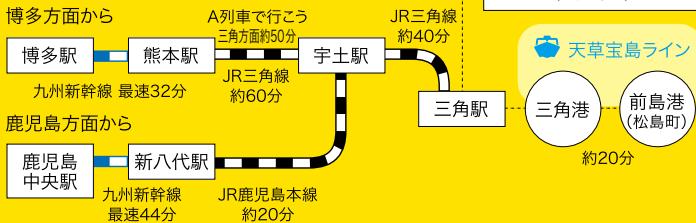


## 上天草市への交通アクセス

### 自動車でお越しの場合

松橋IC ..... 国道266号 約50分 ..... 上天草市(大矢野町)

### 鉄道と船でお越しの場合



### バスでお越しの場合



※情報は令和7年12月現在のものです。最新の情報は各施設までお問い合わせください。

## 交通アクセスのお問い合わせ先

### 【タクシー】

#### 大矢野

藤川タクシー ☎0120-056-107 ☎0964-56-0107

協和タクシー ☎0120-056-705 ☎0964-56-0204

柳タクシー ☎0120-395-700 ☎0964-57-0007

#### 松島

松島タクシー ☎0969-56-1160

#### 姫戸

姫戸タクシー ☎0969-58-3456

#### 龍ヶ岳

龍ヶ岳タクシー ☎0969-62-1100

### 【レンタカー】

三角駅前うきうきレンタカー ☎0964-53-0566

### 【レンタサイクル】

mio camino AMAKUSA(ミオ・カミーノ天草)

☎0969-33-9500

### 【産交バス】

本渡バスセンター ☎0969-22-5234

三角バスセンター ☎0964-52-3135

### 【船】

詳しくはP29～P30をご覧下さい

産交バス  
快速あまくさ号



産交バス  
あまほ



## 上天草市の観光に関するお問い合わせ

(一社)天草四郎観光協会

☎0964-56-5602

上天草市観光おもてなし課

☎0964-26-5512



ナナメ上↑  
上天草。

NANAME-UE  
KAMIAMAKUSA

発行 上天草市 観光おもてなし課

〒869-3692 熊本県上天草市大矢野町上1514

☎0964-26-5512 FAX0964-56-5107