

# 上天草市 ハイキングマップ

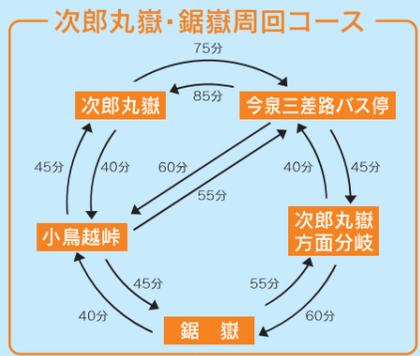
山頂で思いっきり背伸び!天草の自然に思わず歓呼。

有明海(島原湾)



- 凡例
- 遊歩道 (Hiking path)
  - 主要地方道 (Main local road)
  - 一般道路 (General road)
  - バス停 (Bus stop)
  - P-WC 駐車場・トイレ (Parking/Restroom)

八代海(不知火海)



観海アルプスコース

高舞登山	3.0km	60分	金比羅山	1.5km	35分	牟田峠	3.5km	85分	白嶽	4.0km	75分	二井当峠	80分
二井当峠	105分	3.5km	念珠岳	120分	5.9km	ミュウイ天文台	105分						

【キャンプ場問合せ】

- ①白嶽森林公園キャンプ場 TEL0969-56-0777
- ②小島公園キャンプ場 TEL0969-56-0777
- ③龍ヶ岳山頂キャンプ場 TEL0969-63-0466

【宿泊・その他観光 についての問合せ】

天草四郎観光協会 TEL0964-56-5602

【最寄りの救急指定病院】

上天草総合病院 TEL0969-62-1122

【タクシー問合せ】

大 矢 野		
藤川	タクシ	TEL0964-56-0107
協和	タクシ	TEL0964-56-0204
柳	タクシ	TEL0964-57-0007
松 島		
松島	タクシ	TEL0969-56-1160
姫 戸		
姫戸	タクシ	TEL0969-58-3456
龍ヶ岳		
龍ヶ岳	タクシ	TEL0969-62-1100

【レンタカー問合せ】

三角駅前うきうきレンタカー TEL0964-53-0566  
 ミオ・カミーノ天草 TEL0969-33-9500

【産交バス(株)】

産交バスサービスセンター TEL096-325-0100  
 三角営業所 TEL0964-52-3135

上天草市公式ホームページ

上天草市への交通アクセス情報は  
 こちらでチェック



縮尺 1 : 44,000  
 0 1000m

# 熊本県 上天草市 ハイキング マップ



**上天草市**  
KAMI AMAKUSA  
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  
TEL 0964-26-5512

**TOURISM**  
大自然からの贈り物  
**特産**

不夜火 パール柑  
モリンガ あまぐさ漬物  
とろがし

上天草のすばらしい  
自然環境の中で  
育まれた豊富な  
「海の幸」、「山の幸」

天草赤貝 渡り蟹 温泉大根  
はちま 天草焼肉ポーク  
真鯛 とろろく

**道の駅 上天草さんばーる**  
上天草市の新鮮な農産物と海産物を豊富に取り揃えた物産館。地元の新  
鮮な食材を使った料理も併設のレストランでお楽しみいただけます。

**特産品の  
問合せ**  
道の駅 上天草さんばーる  
(営業時間 8:00~18:00)  
熊本県上天草市大矢野町11582-24  
TEL0964-58-5600 FAX0964-58-5602  
http://www.sunpearl.jp/

**SPA**  
上天草 温泉郷  
KAMAMOTO AMAKUSA  
極上のひとときを  
**温泉**

上天草の温泉が  
山登りで疲れた体を  
癒してくれます。

**松島温泉**  
別名「美人の湯」と呼ばれ、神  
経痛・慢性消化器病・疲労回復・  
きりきず・慢性婦人病に効果があ  
ると言われています。

**大矢野温泉**  
大矢野に湧き出す5つの温泉の総  
称を「大矢野温泉」といいます。  
特色ある温泉が幅広い年齢層の  
方々に好評をいただいています。

**スパ・タランソ草**  
国内でも珍しい上天草市の  
美しい海を活かしたタランソ  
ラビー施設です。温かな海水  
でのアクティビティーや  
パーソナルケアを目的にした  
トリートメント、また天草陶石  
を使った露天風呂から眺め  
る夕焼けは最高です。

住所/上天草市大矢野町上732番地14  
温泉/大人500円 小人300円  
10:00~22:00 (優待21:30まで)  
プール/大人1,000円 小人500円  
10:00~22:00 (優待21:00まで)  
休館日/休館日は、毎月第2・第4火曜日です。  
(祝日の場合は、営業します)  
問合せ/TEL0964-56-1126

**温泉の  
問合せ**  
天草四郎観光協会  
熊本県上天草市大矢野町中11582-36  
TEL0964-56-5602  
http://kami-amakusa.jp/

**CLIMBING**  
絶景の大パノラマ  
**登山**

アマクサミツバツツジ  
ハッチョウオシシズ

**九州百名山 認定**  
りゅうがだけ  
**龍ヶ岳**

**コースの特徴**  
龍ヶ岳山頂を訪れた詩人の野口雨情  
は、「阿蘇や雲仙、霧島までも龍ヶ岳  
からひとながめ」とその絶景を詩にした  
ためている程。その他、山頂には50  
cmのカセグレレンズ反射型望遠鏡を備え  
惑星はもちろん、星雲、星団までもが  
観察できるミュージアム天文台やキャンプ場  
も完備されています。

**交通アクセス**  
(熊本市方面から) 国道266号線沿い。  
松島総合センター「アロマ」手前を姫戸・  
龍ヶ岳町方面に左折し龍ヶ岳町に入る  
とすぐ案内標識あり。登山口から山頂  
まで車で約30分。

**九州百名山 認定**  
じろうまるだけ たろうまるだけ  
**次郎丸嶽・太郎丸嶽**

**コースの特徴**  
次郎丸嶽と太郎丸嶽は兄弟嶽。標高  
の高い次郎丸嶽の方は、九州百名山  
にも選ばれており、九州内を中心に多く  
の登山愛好家が訪れています。山頂  
から眺める天草五橋や、天草島原の  
乱でキリシタン信者の代表が集まり作戦  
会議をした島として知られている湯島  
「談合島」をはじめとした有明海、不知  
火海に浮かぶ島々の美しさはまさに絶  
景です。

**交通アクセス**  
(熊本市方面から) 国道324号線沿い  
の松島町今泉バス停から山頂まで徒歩  
約1時間。登山口に駐車場あり。

**しらだけ**  
**白嶽**

**コースの特徴**  
観海アルプスの中ほどに位置する白嶽を周遊する  
コースは、白嶽の中腹にある白嶽森林公園キャン  
プ場まで車で行くことができるので、子供から大  
人まで気軽に山登りを楽しめます。白嶽山頂から  
の眺望は登山者をとりこにしてしまうほどの美しさ  
体力に自信のない人は、白嶽だけでもおすすめ。  
周辺には、パワースポットの巨石群(ドルメン)や  
珍しい生物が観察できる湿地があります。

**交通アクセス**  
(熊本市方面から) 国道266号線沿い。松島総合  
センター「アロマ」手前を姫戸・龍ヶ岳町方面に  
左折し、姫戸町の幸田トンネルを過ぎると案内標識  
あり。白嶽森林公園キャンプ場から徒歩15分。

**たかぶとやま**  
**高舞登山**

**コースの特徴**  
高舞登山は九州自然歩道の観海アルプ  
スコースのスタート(ゴール)地点。展  
望台からは天草松島の美しい眺めを満  
喫できます。また、高舞登山からの夕  
陽は、日本夕陽百選に選ばれており、  
多くの写真愛好家が写真を撮りに訪れ  
ています。山頂近くに駐車場があるの  
で車で登ることも出来ます。

**交通アクセス**  
(熊本市方面から) 国道266号線沿い。  
松島総合センタ「アロマ」手前を姫戸・  
龍ヶ岳町方面に左折し約1キロ付近に  
案内標識あり。登山口から山頂駐車場  
まで車で約5分。

**なんしゅうだけ**  
**念珠岳**

**コースの特徴**  
観海アルプスコースの山の中で最も標  
高が高い念珠嶽。白嶽と龍ヶ岳の中  
間程に位置しています。短い距離で  
すが、歩道から山頂までは、樹林の  
急登を、細い木々に頼りながら登るこ  
とになります。

**交通アクセス**  
山頂付近までは車で行くことは出来な  
いので、白嶽側か龍ヶ岳側から九州自然  
歩道を歩いて登ることになります。

**天草の山々はこうして形つくられました**

- 1億年から3,500万年前の地層(沖積堆積物・新第三〜四紀・古第三紀・白亜紀)で天草の島々はできています。
- アジア大陸の縁から移動
- 1,500万年前に現在の位置に到達
- 褶曲や断層で形が変わる火成岩が地質に貫入する

有明海や八代海が今の姿になったのは約1万年前  
同時に天草諸島も今の形になった

天草上島東部の北面・南東方向の地質断面

アジア大陸の縁に位置していた天草諸島は、およそ1,500万年前に現在の位置  
に移動しました。それと前後して、水平方向からの力が作用して褶曲した地形  
が作られます。その後、褶曲の頂点(山の頂上)部分が地質密度の高まりで  
不安定なもろい状態であったため、風雨等により浸食を受けて逆に谷間を作りま  
した。それはちょうど古い山の頂上付近が陥没して、残された稜線部分が新た  
な山頂として連なったような形で残されたのです。そのため諸島全体が緩やかな  
背斜・向斜構造をしています。その大部分は古第三紀系の砂岩などに被われ  
ています。これにはさむ形でアンモナイト  
や恐竜の化石を含む白亜紀層が、天  
草の東・西沿岸部にやや帯状に分布  
しています。さらに花崗岩、流紋岩(砥  
石・陶石)、石灰岩、蛇紋岩などの火  
成岩が貫入しました。

**山登りの心得**

晴れの日が安全です。

安全快適な登山のために

登山に無理は禁物です。  
登山時のスタイルには  
こだわろう。

くろぶしまで保護できる登山専用を。

マイペースで登りましょう。  
あると便利なアイテム

酸素スプレーや化繊素材の下着。