

あかうしのあくび

Akaushi no Akubi

Vol.39 Summer 2024

読者プレゼント
阿蘇の特産品が当たる!!



『阿蘇ツーリング』おすすめランチをご紹介
モーニングが食べられるお店「乙姫の森」
知る人ぞ知る、穴場絶景スポット!
道の駅阿蘇・新企画 グラベルライドをご紹介

道の駅阿蘇からおよその	距離	所要時間
草千里	13km	25分
大観峰	12km	30分
熊本IC (国道5号経由)	36km	60分
熊本空港 (国道57号経由)	32km	50分
熊本駅	50km	100分
黒川温泉 (やまなみハイウェイ経由)	33km	50分
別府 (やまなみハイウェイ経由)	95km	120分
高千穂	60km	90分

阿蘇山公園道路料金
自動車 → 1000円
二輪車 → 400円

阿蘇中岳火口

火口見学は天候や風向き、ガスの状況により、規制されることがあります。火口の規制情報や見学可能時間は、阿蘇火山防災会議のHPでご確認ください。

温泉
寺
神社
水源
キャンプ場

©Eiichiro Oda/Shueisha

道の駅阿蘇ネットショップ

Summer Gift



LINEお友だち登録で
501円クーポン配布中!

道の駅阿蘇
ネットショップ

COLNAGO 部長の阿蘇サイクリング



阿蘇の大自然を楽しむ方法として、自分の力で好きなところに行って、絶景を眺めながら写真や動画を撮り、その感動をリアルにSNSで発信できるのは、人間の作った乗り物の中でも断トツのエネルギー効率を誇る自転車だと思えます。そんな軽快に長距離を走る自転車のなかでも、前輪や後輪を簡単に外して車に乗せたり、輪行袋があれば電車や飛行機など公共交通機関で移動が可能なロードバイクが便利でしょう。また、サイクリングは自宅からひとりでスタートできますので、健康を目的とした継続的な運動としてもおすすめです。天気の悪い日や外を走る時間がない場合は、サイクルトレーナーという気軽に自宅でトレーニングできるアイテムもあります。

そこで今回は初心者にお勧めのロードバイクを紹介しましょう。ドロップしたハンドルのロードバイクは、見た目は同じようですが、レースを闘うための高価なモデルから、日常の足として使用できるモデルまで価格も種類もさまざまです。代表的なものとして軽量化とスピード重視でありながら快適性も高い「エンデュランスロード」や、上り性能を重視したタイプ、平地を高速走行するタイプなど、いずれも舗装路を対象にしたものに対して、未舗装路も快適に走る設計の「グラベルロード」があります。

私がお勧めするのは、1台で様々な用途に使えて価格も比較的押さえられたグラベルロードです。道の駅阿蘇でグラベルライドがスタートして、エンデュランスロード10年、20年の経験者にグラベルロードで舗装路や未舗装路を走った感想を聞くと、「こんなに楽しく、気持ち良く、安全に走れるバイクはない」ということでした。私もまったく同じ感想で、走る場所を選ばず、ゆったりと走りたくなり、ちょっとした探検気分にもなるスポーツバイクだと感じています。

グラベルロードには、ワイドな35c~45cのタイヤ装着されているためパンクリスクが少なく、空気圧も下げられることから通勤や通学における道路の段差など危険箇所にも安心です。また、別のホイールに細めのタイヤを用意すれば、エンデュランスロードのようにオンロードを軽快に走ることも魅力のひとつです。

グラベルロードの中にも走る目的に応じたタイプがありますので、サイクルショップに相談して自分のライフスタイルに合ったグラベルライドに挑戦してみてください。汗まみれの夏にグラベルバイクで阿蘇の爽やかな風を感じながら、何十年経っても記憶の片隅にキラキラ残る一枚の写真のシャッターチャンスがそこには必ずあります。

阿蘇サイクリング!
とことん満喫
参加者募集中!

豪華賞品プレゼント!

お菓子の味幸 阿蘇ミルクチーズプリン 6個入



アンケートにお答えいただいた方の中から5名様に当たる!

あかうしのあくび読者アンケートはこちら

※当選の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。 応募締切2024年08月31日

無料駐車場 (予約制) 温泉割引券 (第1・第3月曜休み) ソフトクリーム割引券 (9:30~17:00) 専用更衣室 (予約制)

全国のサイクリストへの様々なサービスをご用意しています! 詳しくは 道の駅阿蘇とことん 検索

阿蘇の夏を大満喫!!

とっておきの穴場スポットをご紹介します

道の駅 阿蘇

春夏秋冬、阿蘇市で採れた新鮮なお野菜が並ぶ道の駅。館内は新鮮な旬のものを求めて来館されるお客様で賑わいます。初めて来館された方は当施設にレストランがないことに驚かれますが、阿蘇の名物「あか牛」「高菜めし」を始め、お饅頭やパン類などバラエティー豊かに揃っています。購入したものは、広々とした休憩室でお召し上がりいただけます。



あか牛お弁当

あか牛お弁当コーナーには丼ものから箱もの、あか牛の牛筋にあか牛メンチなどたくさんあります。お時間に余裕をもってどうぞ。



商品紹介

ソフトクリーム

阿部牧場ミルクソフト
→牛乳本来の甘味が口の中に広がります
阿部牧場ヨーグルトソフト
→飲むヨーグルトそのままのさっぱりした味
竹原牧場ミルクソフト
→まろやかなコクがあり絶品です



うまかあ豚ラー

アニマルウェルフェアから生まれた阿蘇中央高校の生徒さんとコラボして誕生した大人気商品。辛さがやみつきになり、アレンジ料理にもってこいの一品です。



1 珈琲と紅茶 瑞季



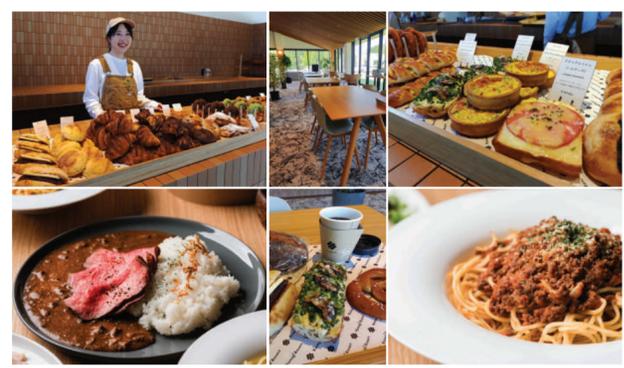
阿蘇の湧水で淹れる、美味しいコーヒーや紅茶が楽しめるお店。紅茶コーディネーターの資格を持つ奥様が、お客様にピッタリな紅茶を提案してくれます。コーヒーは世界中の豆のうち上位5%のスペシャルティコーヒーのみを取り扱っており、新鮮であと味スッキリ♪日替わりの手作りケーキは、甘さ控えめで大人気。落ち着いた店内で、贅沢なティータイムはいかがでしょう。ご来店の際は、事前にお電話でのご予約をお願いします。

SNS 11:30~17:00 一の宮町宮地5977-73 0967-22-0505

木/金/不定休



4 コスギリゾート カフェ&ベーカリー



国道57号線沿いのコスギリゾート内にカフェ、ベーカリーが登場！ランチメニューのおすすめは、ルーにチョコレート(カカオ)を使用し、あか牛のローストビーフを添えたココのあるカレー。阿蘇では珍しいパスタも楽しみいただけます。熊本県産小麦を配合し、米由来の天然酵母仕込みの手づくりパンの販売は、10時の焼き上がりから閉店の17時まで。明るく広いカフェ店内でおいしいお飲み物やスイーツと一緒にイートインもできます。ショップ、さらには足湯も併設と魅力がいっぱいのカフェ&ベーカリーでどうぞゆっくりとお過ごしください。

カフェ: 7:30~10:30 (モーニング) 11:00~14:00 (ランチ)
ベーカリー: 10:00~17:00

0967-32-5568 熊本県阿蘇市乙姫 2052

SNS

2 ひばりカフェ Hibari Cafe



約15年前のお店設立以来、1番人気はご存知、「ヒバリドッグ」で地元産のソーセージの上にあか牛を使った特製ミートソースが乗った一品ですが、今年のゴールドウィーク明けから「ライダードッグ」という新商品が発売され、ペッパーフランクフルトのソーセージだけでもボリュームある商品で、このボリュームな「ライダードッグ」と「ヒバリドッグ」と食べくらべされてもヨロシイのでは？他にも、チーズドッグ、チリドッグ、バジルドッグ、ベーコンドッグ、激辛ドッグなど、お好きな味のホットドッグをお楽しみ頂けます。

Homepage 11:00~16:30 阿蘇市一の宮町中通640番地1 0967-22-1894

火定休



5 田子山

田子山は内牧温泉街からほど近い場所にある標高653mの小高い山です。阿蘇谷を一望できる山頂の「そらふねの棧橋」はインスタ映えもバッチリなので、昨今では人気のスポットになりつつあります。ところが山頂近くまで続く車道は農林業用の作業道であるため道幅が非常に狭く、一般の自動車やバイクは通行禁止となっており、登山口の駐車場(のぼり旗が目印)や内牧菅原神社、内牧温泉街の駐車場に駐車いただき、徒歩や自転車での通行をお願いします。と、阿蘇市の観光サイトでは伝えていますが、事前に確認の上、お出かけ下さい。

Google Map 阿蘇市三久保

3 荻岳

波野高原に位置している荻岳。標高843mの展望所からは西に阿蘇五岳、北にくじゅう連山、南には祖母山を望む360度パノラマ絶景をご覧ください。頂上には「朝日稲荷神社」が鎮座し、神社に繋がる鳥居もおすすめ。お車は近くの中江神社に停め、山頂までウォーキングコースで大自然の中のみびり散策してみたいかがでしょうか。阿蘇の絶景をお楽しみください♪ ※山頂まで道が狭いため、お気を付けてお越しください。



Google Map 阿蘇市波野大字中江

6 ライダーズカフェ Rider's Cafe TORQUE



2023年7月にオープンしたライダーズカフェトルクは、阿蘇の山々を眺望できる場所に位置し、四季折々の景色が楽しめます。落ち着いた雰囲気の内には大きな窓があり、自然の中で食事をしているような気分に。メニューは幅広く、ビーガンの方も楽しめるメニューが充実！人気メニューはスモークチキンサンド。新鮮なお野菜と、柔らかいチキンの相性が最高です。また、タイ風ドライグリーンカレーは、お野菜をベースにしたビーガンバージョンもご用意。阿蘇の絶景と一緒に、お楽しみください！バイク乗りではない方も大歓迎♪お待ちしております。夏季シーズンのみモーニング営業もしますので、詳細はSNSをチェック！

10:00~17:00 阿蘇市狩尾1360-2 080-2489-1140

SNS

ROUTE 57 ASO 道の駅 阿蘇

阿蘇の観光に役立つ季節の情報や、イベント、道路状況、また道の駅阿蘇の商品情報など、最新のニュースを毎日お届けしています。



毎日更新中!!

発行: 道の駅阿蘇 (NPO法人ASO 田園空間博物館) TEL: 0967-35-5088 千869-2225 熊本県阿蘇市黒川1440-1 FAX: 0967-35-5085

道の駅 阿蘇 検索