

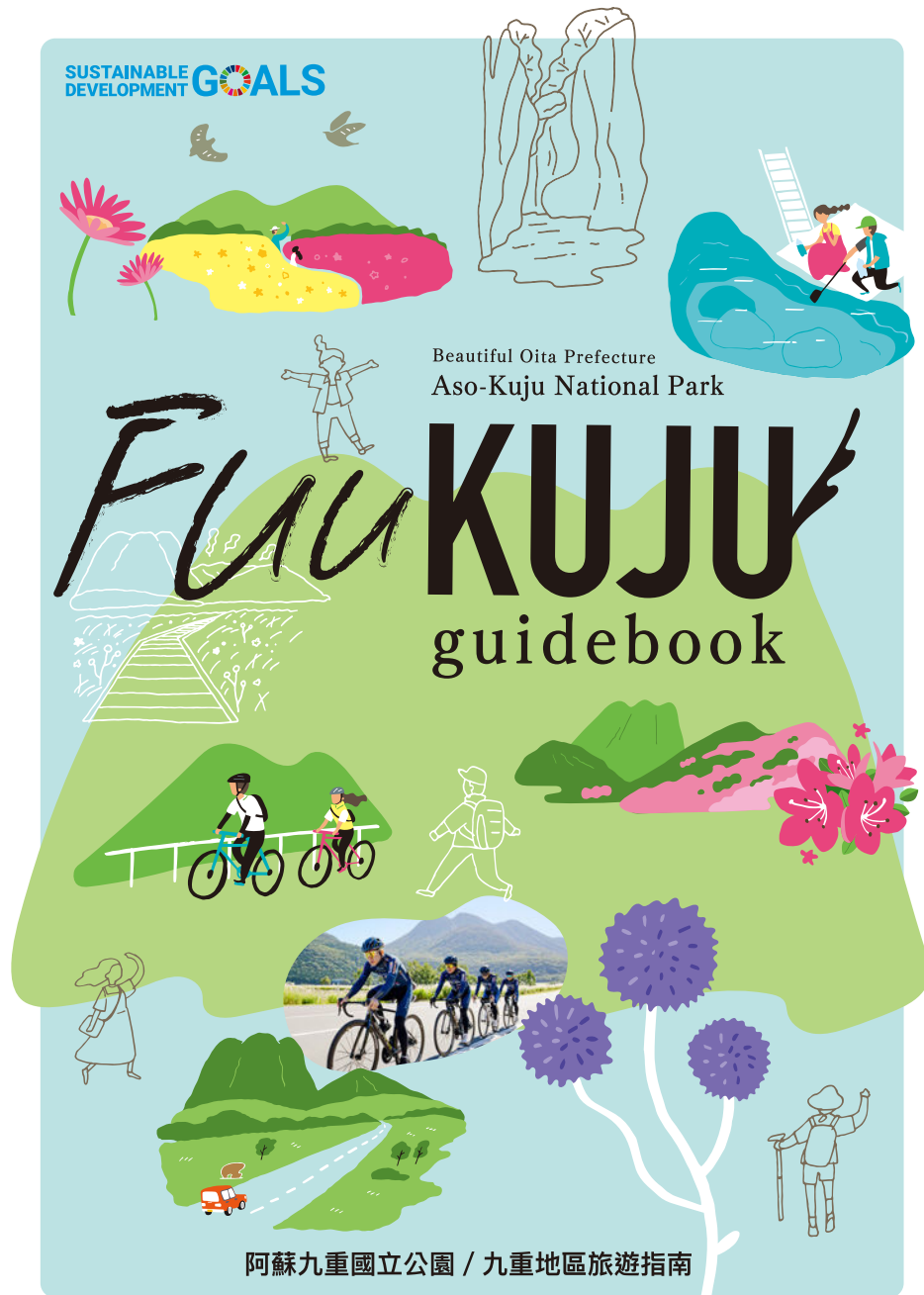


阿蘇九重國立公園

阿蘇九重國立公園位於九州中央，橫跨大分縣與熊本縣，是以雄偉的阿蘇破火山口與九重連山為中心、自然資源豐富的區域。由放牧與燒荒所孕育出的平緩草原綿延不絕，透過四季變換的山色、溫泉、健行等多樣樂趣，能親身感受大自然的生命脈動。

大分縣生活環境廳 自然保護推進室自然保護科

大分市大手町3-1-1 tel 097-506-3035





以花為造型的
霜淇淋也很受
歡迎。

久住花公園 20 B-5 (くじゅう花公園)

位於海拔 850 公尺的久住高原上的花卉樂園。從春到秋，約 500 種、500 萬株花卉競相綻放，可欣賞不同季節的色彩。園內亦設有餐廳與咖啡廳，可悠閒度過時光。



九重連山 31 B-3、B-4 (くじゅう連山)

從九重町延伸至竹田市北部的一連串山岳。以九州本島最高峰中岳 1,791 公尺為中心，1,700 公尺級山峰連綿不斷，被稱為「九州的屋脊」。

《看點》

- ・5 至 6 月 深山霧島杜鵑 (國家天然紀念物)
- ・夏季 新綠 · 秋季 紅葉 · 冬季 雪景



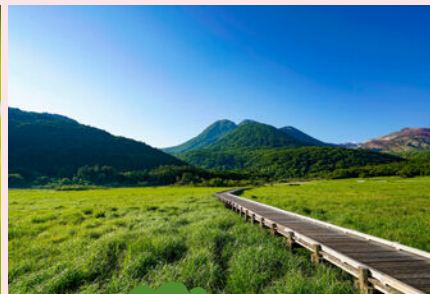
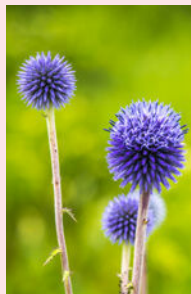
九重滑雪場

18 D-3
(くじゅうスキー場)

海拔 1,300 公尺，擁有全長 2,500 公尺雪道的九州最大級滑雪場之一。雪質優良、路線多樣，從初學者到進階者皆可盡情享受。



被四季色彩包圍的九重地區。由春天的燒荒揭開序幕，初夏時深山霧島杜鵑為山坡染上色彩，夏季綠意閃耀，秋天金黃色的芒草隨風搖曳，冬季白雪靜靜包覆山峰。隨著四季更迭而變化表情的自然之美，不妨放慢步調，細細感受。



蓼原濕地 15 C-3

(タデ原湿原)

海拔 1,000 公尺，為日本國內最大級的中間濕地。夏季可見藍紫色的藍刺頭，秋季芒草隨風搖曳，展現象徵九重自然的景觀。2005 年，與坊之鶴一同收錄進濕地條約，為大分縣首例。



七里田櫻花 26

(七里田(しちりだ)の桜) A-4

在岳麓寺周邊盛開的重瓣櫻花，點綴村落周邊的山林景致風景。



鶴見岳 1 A-1 (鶴見岳)

位於阿蘇九重國立公園東端，可搭乘別府纜車直達海拔 1,300 公尺的山上。據說其山形宛如展翅的仙鶴，為名稱由來。

《看點》

- ・5 至 6 月 約 5,000 株深山霧島杜鵑
- ・夏季 比平地低約 10 度的避暑勝地
- ・秋季 壯麗紅葉
- ・冬季 夢幻的霧冰景觀



由布岳 2 A-1 (由布岳)

海拔 1,583 公尺的雙耳峰。因優美的山形而被稱為「豐後富士」，春季時由布院盆地中櫻花與油菜花盛開。

FOOD

山並休憩屋 12 C-3

(レストハウスやまなみ)

位於長者原登山口附近的人氣休息點。可享用使用在地食材的料理與甜點，一邊眺望九重連山，一邊品嚐九重夢漢堡。

影像



於町內
店鋪提供。
使用在地食材
精心製作的
特色漢堡。



在一望無際的藍天下，感受吹拂過眺望九重連山高原的微風吧。包圍在山並公路清新的空氣中，與能感受到自然呼吸的風一同度過的時光，正是九重地區旅行的最大樂趣。



長者原遊客中心 13 C-3 (長者原ビジターセンター)

介紹九重地區自然的展示設施。透過季節影像、衛星照片與立體模型，能淺顯易懂地體驗阿蘇九重國立公園的魅力。

NU:KUJU 11 C-3 (ヌー・クジュウ)
誕生於九重草原的自然體驗場域。設可有與動物互動的自由放牧區、花園、廣大的狗狗活動區，並備有能享受九重美食的餐廳與商店，是連結自然與人的新景點。

自行車租借 5 C-2 (レンタサイクル)

若想一邊感受高原之風一邊巡遊，推薦租借自行車。附導遊行程可用五感體驗飯田高原的風景與自然。



騎馬體驗 6 C-2 (乗馬)

以九重連山與阿蘇五岳為背景，初學者也能體驗騎馬。與馬一同漫步在平緩丘陵上，可感受與風融為一體的舒暢。



九重「夢」大吊橋 8 C-2 (九重「夢」大吊橋)

位於海拔 777 公尺處、全長 390 公尺、高 173 公尺，為日本最長、最高的行人專用吊橋。從橋上可一覽震動瀑布與鳴子川溪谷的原生林，新綠與紅葉等四季景色在腳下展開。



男池 28 B-3 (男池)

是自黑岳山麓湧出的湧泉，其魅力在於可清楚看見池底的高透明度。相鄰的原生林內設有步道，即使在夏季也能在舒適的氣溫下，盡情享受森林浴與健行。



觀星 14 C-3 (星空觀察)

由 1,700 公尺級群山環繞的九重地區夜晚，澄澈空氣與深邃夜空交織成天然的天文館。在滿天星斗閃耀的夢幻空間中，度過被寧靜包圍的特別時光。

久住酒莊 23 B-5 (久住ワイナリー)

位於海拔 850 公尺高原的酒莊，從歐洲系葡萄栽培到釀造一貫作業。在餐廳可搭配披薩、義大利麵品嚐在地葡萄酒。



霜淇淋與義式冰淇淋

4 C-2 8 C-2 22 B-5 25 B-4
(ソフトクリーム&ジェラート)

九重地區使用牧場牛乳與特產打造的原創霜淇淋與義式冰淇淋相當豐富，不妨挑戰各店的吃比拚。



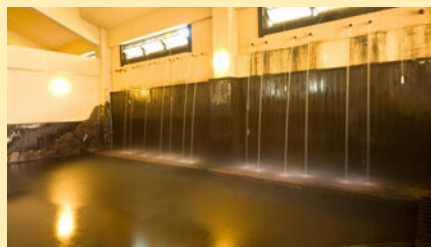
FOOD



釜之口溫泉 ⑦ C-2

(釜の口(うけのくち)温泉)

含鐵與硫的金色碳酸泉，被認為有益腸胃，是文豪川端康成曾下榻的名湯。在蒸氣中流淌著文學氣息的靜謐時光。



筋湯溫泉 ⑰ C-3 (筋湯温泉)

位於海拔1,000公尺山中的溫泉地，擁有超過千年的歷史。如瀑布般流淌的溫泉被傳說對筋骨疾病有效，在蒸氣升騰的小松地獄可感受地熱的震撼。

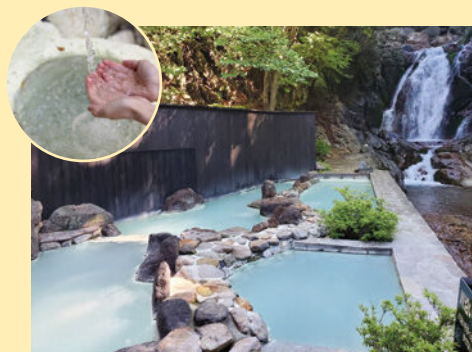


寒之地獄溫泉 ⑱ C-3 (寒(かん)の地獄温泉)

湧自海拔1,100公尺高地的冷泉，可穿著泳衣進入13至14度的冷泉，是相當少見的體驗。亦設有柴火桑拿，一年四季皆可享受。



山間溫泉蒸氣繚繞、靜謐時光流轉的九重溫泉鄉。被清新空氣與豐富自然包圍，溫暖的湯水溫柔療癒旅途的疲憊。泉質與風情多樣，請盡情享受讓身心放鬆的時光。



法華院溫泉 ⑳ B-3 (法華院(ほっけいん)温泉)

僅有登山者能抵達的秘湯，位於海拔1,303公尺，是九州最高處的溫泉。從湯宿可眺望大船山、平治岳、立中山，春有深山霧島，秋有紅葉，九重自然盡收眼底。



赤川溫泉 ㉑ C-5

(赤川温泉)

被譽為「日本第一的硫磺冷礦泉」的名湯。由三處源泉湧出的泉水呈現鈷藍色的濁湯。在可眺望瀑布的露天浴池中放鬆身心。



寶泉寺溫泉 ㉒ C-2

(宝泉寺(ほうせんじ)温泉)

相傳空也上人以手杖觸地之處湧出泉水，千年來不曾枯竭，滋養整個小鎮。初夏時分，町田川沿岸可見無數螢火蟲飛舞的夢幻景象。

FOOD

大分豐後牛 ㉓ B-2 (おおいた豊後牛)

農家餐廳Bebenke的燒肉丼，使用嚴選肉質等級4以上、講究美味的大分和牛。



白水礦泉 ㉔ A-3

(白水(しらみず)鉱泉)

被黑岳原生林環繞的湧水地，天然碳酸水不斷湧出，旅館中還可享用使用此水的流水素麵，品味大自然的恩惠。

Aso Kuju National Park KUJU AREA GUIDE MAP

阿蘇九重國立公園
九重地區導覽地圖

- 活動景點
- 拍照景點
- 露營場
- 餐飲
- 霜淇淋
- 自行車租借



自行車路線 Cycling Course

- 1 以長者原為中心，
享受騎乘樂趣的路線
距離 32.6km
累積爬升高度 579m
- 2 從別府續車到
長者原的路線
距離 47.5km
累積爬升高度 750m
- 3 環繞九重路線
距離 69.1km
累積爬升高度 1,657m

資訊 Information

- 長者原遊客中心
大分縣玖珠郡九重町田野255-33
- 由布院溫泉旅館組合
大分縣由布市湯布院町川北4-1
- 九重「夢」大吊橋
(九重「夢」大吊橋管理中心)
大分縣玖珠郡九重町田野1208
- 由布市旅遊資訊中心
大分縣由布市湯布院町川北8-5
JR由布院站旁
- 久住高原觀光諮詢所
(竹田市觀光旅遊協會)
大分縣竹田市久住町久住3987
- 筋湯溫泉觀光協會
大分縣玖珠郡九重町湯坪
筋湯溫泉
- 九重「夢」溫泉鄉
(九重町觀光協會)
大分縣玖珠郡九重町大字右田
714-28

Sparkle Oita Racing Team

以大分市為據點，從九州邁向世界的公路自行車競賽隊伍。作為UCI洲際車隊，活躍於國際賽事，同時也走訪在地學校，致力於推廣自行車運動與安全騎乘，為自行車文化的發展貢獻心力。自2023年起參加台灣等海外賽事，挑戰世界。



亦提供
自行車租借支援，
詳情請見：



交通方式範例 Access example

※從大分機場、福岡機場前往湯布院站前、九重交流道時，為使用高速公路的所需時間。

- 羽田機場 (飛機：約1小時50分鐘) → 大分機場 (巴士：約1小時) → JR由布院站 (由布院站前巴士中心) (巴士：約50分鐘) → 九重登山口 (長者原) (開車：約1小時) → 九重交流道 (開車：約40分鐘) → 長者原遊客中心
- 羽田機場 (飛機：約2小時) → 福岡機場 (巴士：約1小時50分鐘) → JR由布院站 (由布院站前巴士中心) (巴士：約50分鐘) → 九重登山口 (長者原) (開車：約1小時30分鐘) → 九重交流道 (開車：約40分鐘) → 長者原遊客中心
- 羽田機場 (飛機：約2小時) → 阿蘇熊本機場 (巴士：約2小時40分鐘) → 九重登山口 (長者原) (開車：約1小時30分鐘) → 長者原遊客中心
- 台灣桃園國際機場 (飛機：約2小時30分鐘) → 大分機場 (巴士：約1小時) → JR由布院站 (由布院站前巴士中心) (巴士：約50分鐘) → 九重登山口 (長者原) (飛機：約2小時30分鐘) → 福岡機場 (巴士：約2小時)
- 別府站前 (巴士：約1小時50分鐘) → 九重登山口 (長者原)