

# Discover Saiki

おいしい、たのしい、  
うれしい時間が  
たっぷり

One  
大分県  
佐伯市  
観光ガイドブック

時間を忘れることのできる  
一番贅沢な一日。

佐伯市観光案内所  
Tel 0972-23-3400  
大分県佐伯市駅前2丁目6番37号  
佐伯市観光課  
Tel 0972-22-3942  
大分県佐伯市中村南町1番1号

佐伯市の観光情報サイト  
「佐伯市観光ナビ」

日本一の  
おんせん県おおいた  
味力も満載

大分県 佐伯市 観光ガイドブック

One

佐伯風土  
に出会う

Saiki food



味力全開!

九州一  
佐伯

# 佐伯は「一休み」しに来るところ。

ゆっくり流れる時間

おいしい食べもの

のんびり生きる人々との交流

佐伯で「一休み」していきませんか。

九州一の広さを持つ佐伯市には

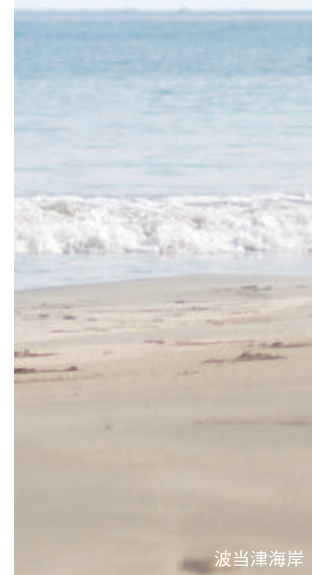
どこにも負けない、おいしい、楽しい魅力がいっぱい。

自分らしく、笑顔でいられる時間を過ごす

たっぷり「さいき」を体感する旅にでかけましょう。

おいしい、たのしい、  
うれしい時間が  
たっぷり  
**One**  
大分県  
佐伯市  
観光ガイドブック

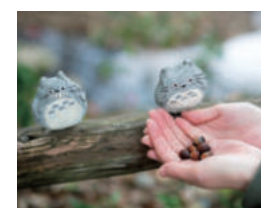
**Oneに込めた想い**  
九州一の広さを持つ「九州一佐伯」の「1」にかけて、どこにも負けない佐伯の「一番」の魅力を詰め込んだガイドブックです。佐伯市の旅は海＝湾から広がっていくような、ゆっつりのんびりとした時間を、佐伯市で過ごしてください。



波当津海岸



歴史と文学のみち



## CONTENTS

- Discover Saiki 4-7 感動の景色に出会うさいき絶景ドライブ
- 8-11 さいきで“やってみたい!”を叶えよう
- 12-17 市内観光おすすめの旅程
- 18-19 佐伯市街浦里ぐるっとマップ

Saiki Food ニ～五 [特集:グルメ]佐伯風土に出会う



九州オルレ さいき・大入島コース「舟隠」



城下町観光交流館

# Saiki Drive

どこまでも続く  
青い景色に  
見とれよう。



## 見渡す限りの 絶景に会いたい!

遥か彼方まで続く水平線を眺めていると、心が旅のスイッチに切り替わります。刻々と移りゆく海や漁港、山々の力強い姿に、情緒豊かな気分をおおられて思わず深呼吸…。太平洋岸に広がる美しい海、そして内陸には緑豊かな農村風景。自然の美しさ輝くビュースポットが多く点在する佐伯市は、たくさんの絶景に出会えるまちでもあります。

なかでも米水津と蒲江を結ぶ見晴らしの良いドライブルート、通称『豊後くろしおライン』は、爽快なシーサイドドライブに最適なコース。高い所ではおよそ標高250mから豊後水道を眼下に望み、好天の際は大海原の後方に四国の山並みを見ることが出来ます。

やさしい波音に肌を撫でゆく潮風、一面に広がる海と溶け合う空。ライフスタイルの変化により旅のカタチが変わっても、いつでも雄大な自然はあなたを受け入れてくれます。

### はとうづ 波当津海水浴場

日本の白砂青松100選にも選出された白砂と青松のコントラストが美しい海岸。県の最南端にあり、夏は海水浴場として人気を誇ります。



**空の公園** 豊後くろしおラインの沿線にあり、眼下には雄大な太平洋。晴れの日には四国の山々まで見渡すことができます。家族のお出掛けにもぴったり。

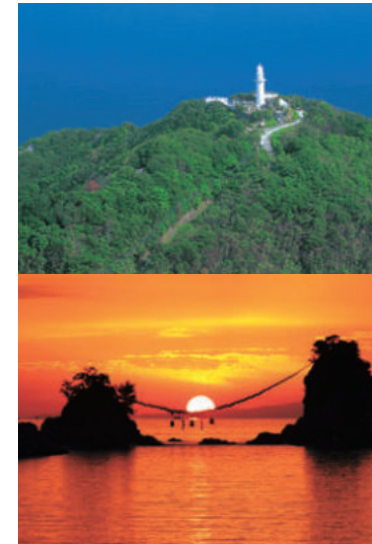


### 幸せの鐘

佐伯市が誇るテッパン絶景スポットであるマリノポリス記念公園・鶴御埼灯台・空の公園・たかひら展望公園の4カ所にあるこの「幸せの鐘」は、鳴らすと願いが叶うといわれています。友だちと、大切な人と、鳴らしてみよう。

## 佐伯のシーサイド「恋ロード」をめぐる

リアス海岸で知られる佐伯市の浦エリアに、恋のチャンスを引き寄せるパワースポット「恋ロード」があります。上浦・鶴見・米水津・蒲江の4地域に16カ所のポイントが点在していて、どの場所も大切な人とのデートに最適なロケーション。例えば上浦地区のシンボル「豊後二見ヶ浦」では、頑丈なしめ縄で結ばれた夫婦岩が家庭円満や恋愛成就、縁結びに力を貸すと言われています。潮風が香る絶景に恋のバックアップをお願いすれば、運氣上昇も間違いなし!?



### つるみき 鶴御埼灯台

九州最東端に位置する「鶴御埼灯台」は、九州で一番早い日の出を望めるスポット。絶景を見渡しながら幸せの鐘を鳴らしてみよう。



### ぶんごふたみがうら 豊後二見ヶ浦

上浦地区のシンボルとして愛される「豊後二見ヶ浦」。切れず、落ちず、強く結ばれたしめ縄が2人の絆を深めてくれるかも。

### たんがぼうだいえんち 丹賀砲台園地

軍事的防備施設である要塞が、平和をテーマとする公園に生まれ変わっています。広場から眺める元ノ間海峡の急流は絶景。



### 進水式

新造船の門出を祝う昔ながらの進水式見学。こうした風景は国内でも珍しくなっていますが、造船業が盛んな佐伯市では郷土の発展に欠かせない儀式です。



開放感あふれる船からの眺めを楽しめるクルージング。春夏秋冬、四季折々の風景を肌で体感できます。

## 佐伯の自然、食や文化と 佐伯へ訪れる人々を結ぶ…

九州一広い面積を誇る佐伯市には食や歴史、自然など様々な文化があります。

この広大なまちに点在する“佐伯市ならではの”要素すべてを観光資源と考えていて、地元の市民にも協力してもらいながら様々な体験を提案しています。大迫力の進水式では、巨大な船が轟音と共に水しぶきを上げてゆっくりと海に進水していく様子は圧巻! 新造船の門出を祝う壮大な儀式をぜひ一度ご覧ください。

ほかにも美しいリアス海岸の景色を楽しむクルージングや、地元漁師による釣り体験、マリトレジャーなど、訪れた人々へ佐伯市の魅力を伝えていきます。

# Sea Side

# Saiki Drive

ゆっくり、深呼吸しよう。



## ととろのバス停 里

佐伯市宇目南田原

静かな山里はトトロの里のような雰囲気、無数のトトロ人形や猫バスなどがお出迎え。「ととろ」は、佐伯市宇目に実在する地名で、以前この場所に路線バスが停まるバス停があり、その停標識が今も残っています。

# ゆっくり、のんびり なつかしい ふるさとさんぽ

人の暮らしと多様な生きものを育む自然が調和した、日本ならではの美しい環境・里山。人と自然が響きあう美しい風景を訪ね、手つかずの緑や昔ながらの生活文化に触れてみませんか。特別なものではなくても、豊かな空間に身を置くだけで心はいつの間にか軽くなっていくかのよう。佐伯市の里エリアである宇目・直川・弥生・本匠には、のどかな田園や四季折々に色づく山々、普段着の笑顔があふれています。映画「となりのトトロ」の舞台を彷彿させ、今にも本物のトトロが現れそうな森から、そのむかし農作業の動力源として活用されていた大水車を再現したユニークなモニュメントまで、その特色は地域によって本場に様々。そう、里山を歩く旅では“大きなもの”にひたすら身を委ねる、という快感と安心感があるのです。豊かな景色と地元で根ざした物語を感じるひとときは、心に深く刻まれるはず。



## 本匠の大水車 里

佐伯市本匠小半

“大水車の郷”と呼ばれる本匠地区には、木造水車のモニュメントがあります。直径18.18m、羽目板128枚という水車は木造では日本でも有数の大きさを誇ります。水車茶屋「なのはな」ではそば打ち体験もできます。



## 唄げんか大橋 里

大分県と宮崎県の境目にある、北川ダムのダム湖にかかる橋。幾何学的な造形美でこのエリアのシンボリックなスポットです。すぐそばには「道の駅宇目」も。

## ホテルの里遊歩道 里

佐伯市を流れる一級河川・番匠川ではかつて西日本一といわれた圧倒的な数のホテルの乱舞を見ることができます。なかでも本匠の鹿淵(かぶち)地区が一番の見どころで、6月上旬には多くの見物客が訪れます。



藤河内溪谷



思い出橋

# Mountain

## 佐伯の湯

— 温浴施設 —

海と山に個性的な湯が5つ。ドライブでめぐって、ちょっと休憩しよう。



**かぶとむしの湯 里** 佐伯市直川赤木1252 ☎0972-58-3311  
**鉱泉センター直川** ☎10:00~21:00(10~4月)、10:00~22:00(5~9月)  
 ☎木曜(祝日の場合その翌日) 大人500円・小人300円



**里の駅 唄げんかの湯 里**  
**歴史の里「木浦名水館」**  
 佐伯市宇目大字木浦鉱山 ☎0972-55-4154  
 ☎10:00~19:00(4~10月)  
 10:00~18:00(11~3月)  
 ☎水曜 ☎大人430円・子ども210円



**塩湯 浦**  
 佐伯市上浦浅海井浦2920-3 ☎0972-27-8309  
 ☎10:00~23:00 ☎水曜  
 大人500円・小人300円  
 家族風呂1,800円(1時間)

**やよいの湯 里**  
 佐伯市弥生大字上小倉898-1 ☎0972-46-5841  
 ☎10:30~23:00(受付22:15まで)  
 ☎第2火曜  
 大人500円・小人300円  
 家族風呂1,500円(90分・予約)



**藤河内湯〜とびあ 里**  
 佐伯市宇目木浦内1297 ☎0972-54-3938  
 ☎10:30~17:00(4~10月)  
 10:30~16:00(12~3月)  
 ☎水曜 ☎大人430円・小人210円



column

## 大切な宝ものを守りたい。 祖母・傾・大崩山系周辺地域 ユネスコエコパークに登録

ユネスコエコパークとは、地域の豊かな生態系や生物多様性を保全し文化的にも経済・社会的にも持続可能な発展を目指す取り組みのこと。

大分県(佐伯市・竹田市・豊後大野市)と宮崎県(延岡市・高千穂町・日之影町)の県境に連なる祖母・傾・大崩の山々を中心とした地域が2017年6月にユネスコエコパークに登録されました。

九州最高峰級の山岳地帯と美しい渓谷やイチイガシなどの照葉樹林からブナなどの紅葉が美しい夏緑樹林までの幅広い種類のある原生林を残しています。ニホンカモシカやソボサンサンショウウオなどの絶滅の危機にある固有種も生息する希少な場所です。

祭礼や神楽など民族芸能が各地で伝承されていて自然への畏敬の念が地域の文化として根付いています。自然豊かな地域をまもり次世代につなげるために生物調査や自然体験キャンプ、トレッキングやアウトドアイベントなど様々な活動を行っています。

## 道の駅・里の駅・売店

### 道の駅 宇目

佐伯市宇目大字南田原2513-5 ☎0972-54-3090  
 ☎売店9:00~18:00  
 レストラン10:30~18:00  
 テイクアウト10:00~17:30  
 ☎年中無休



### 道の駅 かまえ

佐伯市蒲江大字蒲江浦5104-1 ☎0972-42-0050  
 ☎直売所9:00~17:00  
 レストラン10:30~16:00(OS15:30)  
 ☎年末年始



### 道の駅 やよい

佐伯市弥生大字上小倉898-1 ☎0972-46-5951  
 ☎弥生びかいち8:30~17:30  
 やよいの湯10:30~23:00  
 ☎弥生びかいち 元日のみ  
 やよいの湯・番匠おさか館 第2火曜



### 大入島食彩館

佐伯市久保浦1059-11 ☎0972-23-2535  
 ☎食事・お土産9:00~18:00  
 ☎水曜・年末年始



### 鶴見食資館

佐伯市鶴見大字地松浦1059-1 ☎0972-33-1056  
 ☎売店8:00~16:30  
 ☎火曜・年末年始



### かまえインターパーク 海への市

佐伯市蒲江大字森崎浦142-16 ☎0972-44-5515  
 ☎9:00~18:00  
 海のレストラン笑魚(わらいよ)  
 平日11:00~15:30(OS15:00)  
 土日祝10:30~16:00(OS15:30)  
 ☎元日



### 里の駅 たかひら展望公園

佐伯市蒲江大字竹野浦河内 ☎0972-42-1880  
 ☎10:00~16:00(4~11月)  
 10:00~15:00(12~3月)  
 ☎水曜・12/29~1/3



大自然と一体化する




## Canyoning

キャニオニング

フランス発のウォータースポーツ・キャニオニングのステージとなるのは、佐伯市宇目にある秘境「藤河内溪谷」。大自然が創り出したアートのキャンパスに飛び込んで泳いでみたり、ときにはよじ登り滑ってみたり…。自然のギャラリーでしか感じることができない壮大な体験があなたを待っています。

うめキャンプ村  0972-54-3088



ふじがわち 藤河内溪谷 

佐伯市宇目大字木浦内  
遊歩道も整備されており、不定期のトレッキングツアーも行われている。



秋は景観を彩るあざやかな紅葉も見応えあり。遊び疲れた体を「秘湯、藤河内湯〜とびあや木浦名水館 (p07)」で癒すのがおすすめです。

エコパーク推進室  0972-25-4118



## Surfing

自然の偉大さをまさしく“肌で味わえる”のがサーフィン。豊後水道の豊かな海が広がる佐伯市にも、白砂と青松のコントラストが美しい「波当津海岸」や「元猿海岸」などのポイントがあります。日常のストレスも波がきつと洗い流してくれるはず。




ただただ感動するばかり!!

## Scubadiving

舞い踊るように泳ぐ愛らしい熱帯魚や、サンゴ礁が彩るカラフルな海中景観。陸上とはまるで異次元の世界を堪能できるのが、スキューバダイビングの醍醐味です。離島ならではの自然に触れられる「深島」や「屋形島」などのポイントは、非日常の深い癒しを体験できるリゾートのよう。



はざこ ネイチャーセンター  浦  
佐伯市米水津大字浦代浦  
1751番地

ウミガメの飼育や放流を通してその生態を学ぶ自然体験館。1年を通して大自然を満喫する体験プログラムが多数用意されています。

0972-34-8448



# Sai ki Nature Activity

さくらまで “やってみたい!” を 叶えよう。

## Trekking

トレッキング


2018年3月に九州オルレコースに認定された「さいき・大入島コース」。波音を聞きながら歩く海岸沿いや、四国や豊後水道のほか、佐伯市街地を一望できる360度パノラマの「遠見山展望所」、島の今昔を肌で感じられる集落道など、島ならではの特色を活かしたコースとなっています。潮風に背中を押されながらウォーキングすると、ゆったりとした島時間に心地よさを感じます。

佐伯市大入島  0972-22-3942

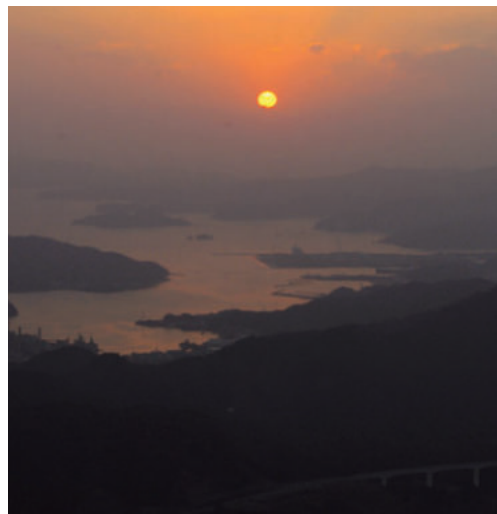


九州オルレコースに認定



もとこえさん 元越山 

佐伯市木立・佐伯市米水津  
「九州百名山」にも選定された標高582mの山は360度の眺望が自慢。晴れの日の山頂からは遠く四国の山々から豊後水道、祖母傾などの景色まで一望できます。




尺間山  佐伯市弥生

日豊海岸国定公園に指定されている。山頂には尺間神社があり霊峰として知られている。初日の出スポットとしても有名で初詣客も多い。

ファミリーや友だちとゆっくり楽しもう!



番匠おさかな館 

佐伯市弥生大字上小倉898-1  
0972-46-5922

一級河川・番匠川に生息する生きものたちを中心に展示する淡水水族館。常設展示のほかに期間限定の特別展も随時開催。美しいアユの群が泳ぐ姿が見られます。



直川憩の森公園キャンプ場 

佐伯市直川大字赤木1262番地  
0972-58-2517

「昆虫館」やローラーすべり台といった遊具が人気。150～200匹の生きたカブトムシと直にふれあえるのが魅力。




## Camp

海・山・川に恵まれた佐伯市では、どのロケーションでもキャンプを楽しむことができます。設備の整ったバンガローからオートキャンプ場まで、遊び方はあなた次第。親子の絆を深めたり、友人の意外な一面を発見したり。キャンプならではの心に残る体験をぜひ。

小半森林公園キャンプ場 

佐伯市本匠大字小半107番地  
0972-56-5566  
木造の大水車に隣接したキャンプ場。

そらのほりうめキャンプ村 

佐伯市宇目大字南田原2513番地3  
0972-54-3088  
「道の駅うめ」に隣接。一部ベットも宿泊可能。

高平キャンプ場  浦

佐伯市蒲江大字竹野浦河内  
0972-42-1880  
眼下に大海原が広がる。

瀬会公園キャンプ場  浦

佐伯市上浦瀬会  
0972-32-2700  
海に一番近いバンガロー。

Saiki Nature Activity

さいきで“やってみよう”を叶えよう

[島めぐり] Deep 深島

住みよりはるかに猫の方が多くて、流れる時間はのんびりゆったり。そんな離島に一歩足を踏み入ると、サンゴ礁が群生する清らかな海が出迎えてくれます。スキューバダイビングや磯釣りのポイントも多くありますよ。

澄んだ海を覗くと色とりどりのサンゴ礁が!

カンガルー広場  
“寝そべるカンガルー像”が出迎えてくれる「カンガルー広場」。

おおにゅうじま

大入島

佐伯湾に浮かぶひょうたん型の離島・大入島の周囲はわずか17km。リアス海岸の美しい景色をレンタサイクルならではのスピードで走る島旅や、1年を通して楽しめる釣りなど、自由気ままに過ごす島時間は癒しそのもの。



島のおばあちが受け継ぐ伝統の“かまど白みそ”に注目。



島民15人にネコが約100匹、全てのネコに名前がつけられています。

無添加のスローフード、深島食堂で食べられます。

1日3便の定期船に乗り込み、潮風を頬に感じながら辿り着いたのは小さな南海の楽園。

神の井

海に面した石造りの井戸。神武天皇が弓矢で海岸を掘り、清水が湧き出したという神話があります。

佐伯港から大入島を約7分で結ぶ「大入島観光フェリー」は1日15便。

城下町を歩こう。

大手門跡から養賢寺を巡る約700mの道のりを「歴史と文学のみち」と呼び、通りに残る石畳や白壁の土塀が城下町の風情を演出しています。江戸から続く町のカタチを感じながら、今と昔が調和したノスタルジックな空間へ潜り込もう。



城山

佐伯市のシンボルとして愛される城山。山頂からは遠く四国の山々まで眺望でき、慶長11年に毛利高政(たかまさ)が築いた城跡を示す石垣も見られます。

佐伯市歴史資料館  
佐伯市の貴重な歴史遺産を展示するミュージアム。中世から近代初頭までの歴史が主要テーマとなる常設展のほか、企画展や各種講座の開催も要チェック。



三の丸櫓門

佐伯城の現存する唯一の遺構で大分県の有形文化財!

歴史と文学のみち

三の丸  
山際通り  
神護寺通り  
本馬場通り  
田中小路  
大手前  
本町通り  
佐伯駅方面

茶室汲心亭

美しい庭園を愛でながらいただくお抹茶は格別。歴史的景観に調和する閑静な佇まいで、城下町散策の憩いの場として親しまれています。



column

海から山まで、さいき体験が目白押し!

ブルーツーリズム

沿海部の漁村や島に滞在して、その土地ならではのマリナライフを肌で体験するブルーツーリズム。リアス海岸の天然の良港に恵まれた漁師町・蒲江ではその活動が盛んで、地元の人たちとの交流を楽しみながら漁業体験や真珠の核入れ体験、マリレジャーなど、さまざまなプランに挑戦することができます。普段のまち歩きでは、発見することも見ること難しい地域の営みや文化。そこに暮らす人々との出会いも一生の宝物です。

<http://kamae-umigyo.com/>



グリーンツーリズム

手つかずの自然に昔ながらの生活文化、そして普段着の笑顔。のどかな田園風景や地域に古くから伝わる産業など、農村地域に息づく手仕事に触れる時間は、自分自身と向き合うチャンスでもあります。農家民泊をする中で、農作物の収穫から石窯を使ってのピザ焼き体験、田植え、レジャーなどさまざまな体験が待っています。



城下町佐伯 国木田独歩館

明治を代表する文豪・国木田独歩が、若き日を佐伯市で過ごしていた頃の下宿先・坂本邸を修復。展示物と合わせ、資料館として公開しています。



養賢寺

※修行寺のため参拝不可

佐伯市平和祈念館やわらぎ 佐伯海軍航空隊とともに歩んできた佐伯市の昭和初期の歴史と平和について学ぶスポット。

スイスイ爽快! レンタサイクル

貸出し・返却 ●城下町観光交流館 ●佐伯市観光案内所

「国木田独歩館」や「佐伯市歴史資料館」の半券を持参すると、自転車の利用料金が半額になるサービスも。

佐伯市観光案内所  
☎0972-23-3400  
🕒3時間200円  
(電動アシスト自転車は300円)



EVENT CALENDAR

春



- 4月上旬 さいき春まつり
- 4月上旬 仙崎公園つつじ祭り
- 4月上旬 柳瀬チューリップ祭り
- 4月下旬 傾山山開き
- 5月上旬 新茶まつり

夏



- 6月上旬 本匠ほたる祭り
- 6月下旬 海開き(元猿・波当津・瀬会)
- 7月上旬 かぶとむし木登り競争大会
- 7月中旬 さいき神武の火まつり
- 8月上旬 水辺の里の音楽祭
- 8月下旬 堅田踊りの夕べ

秋



- 9月上旬 夏宵まつり☆弥生
- 9月中旬 五丁の市(ジョーヤラ)
- 9月下旬 椿原・八匹原祭典・うめ秋大祭
- 9月下旬 つるみ豊魚祭
- 10月中旬 番匠アユやかな観光まつり
- 10月下旬 米水津おさかなまつり
- 11月中旬 たかひら展望公園のじぎく祭り

冬



- 12月上旬 豊後二見ヶ浦しめ縄張替え
- 12月下旬 豊後二見ヶ浦ライトアップ
- 1月1日 サンライズウォーク
- 1月中旬 大入島トンド火まつり
- 1月中旬 上浦おせつたい
- 2月中旬 木浦すみつけ祭り ※隔年