

Kumamoto



シ
ゴ
ト
終
わ
り
の



熊本県PRキャラクター「くまモン」
©2010熊本県くまモン#K34955

熊
本
ガ
イ
ド

遊びをプラスすると、
出張がもっと楽しくなる！
シゴトがワクワクに変わる、
ビジネスパーソン向け
熊本ガイドができました！



Bleisure



Guide

©尾田栄一郎/集英社

ブレジャーとは

Business (ビジネス) とLeisure (レジャー) を組合せた造語のこと。出張などの仕事で訪れる機会をうまく使って、せっかくだから現地での滞在時間や日数を延ばして、余暇も楽しもうという過ごし方。



Bleisure

新たな旅のスタイル 『ブレジャー』で 熊本を旅しよう!



「仕事が終わったら、すぐに帰る…」なんてもったいない! だって、熊本には観光名所はもちろん、海や山などの大自然、温泉地、名物グルメ、買い物など、あげるとキリがないほど魅力がいっぱいだから。そこで働き方が多様化している近年にもマッチする、仕事と旅を掛け合わせた新たなスタイルをご提案。気軽な日帰りコースから1〜2泊コースまで、こんな新スタイルが叶うのは熊本だからこそ。

あなたにピッタリの
ブレジャータイプが見つかる!

シゴト終わりの

市内を巡るコースや、少し足を伸ばして阿蘇や天草へと、多様な4コースをご紹介します。滞在時間やお好みで、コースを選んでGO!

おすすめ
4コース!

熊本ガイド



観光

熊本城

熊本地震からの復旧が進み、特別見学通路の完成、そして2021年4月には天守閣内部公開がスタートと、うれしいニュースが続々。築城から現代までを紹介する映像や模型など、展示も全面リニューアル。今の熊本城に触れられる。

画熊本城運営センター ☎096-223-5011
〒熊本県熊本市中央区本丸1-1 園9時〜17時(最終入園16時30分) ※天守閣の入場は16時30分まで 休2022年12/29(2023年は要確認) 高校生以上800円、小・中学生300円、未就学児無料 国九州道熊本ICより25分 ②二の丸駐車場210台(200円/2時間、以降1時間毎100円)



加藤清正の手腕が光る
「最強の城」を鑑賞しよう。

▲天守閣最上階から城や市街地の眺望が楽しめる。春は桜の名所としても有名

おやつ

桜の馬場 城彩苑 「桜の小路」

◎さくらのばば じょうさいえん
さくらのこうじ

食事やお土産処、体験施設、観光案内所などが並び、熊本の食文化や歴史に触れられる観光施設内にある「桜の小路」。銘菓の陣太鼓を混ぜ込んだソフトクリームや馬肉のメンチカツ、とろ〜りウニが入ったコロッケなど、見逃せない名物グルメばかり。

☎096-288-5577 熊本県熊本市中央区二の丸1-1-2 園お土産処9時〜18時、お食事処11時〜18時 休なし 国九州道熊本ICより25分 ②58台(200円/2時間、以降1時間毎100円)もあり



各種イベントも随時開催している



馬肉、うに、銘菓…
熊本名物を手軽に食べ歩き。



▲右から／うにコロッケプレミアム390円(1個)、馬肉メンチカツ250円、陣太鼓ソフト432円(テイクアウト)

Free Wi-Fi



フリーWi-Fiが
利用できます

A course

歩きでサクッと

元気をチャージ

(熊本城周辺)

所用時間: 4時間 プレジャー指数 3

日本三名城の一つといわれる熊本城は、やっぱり見たい! 徒歩で巡って、熊本グルメもしっかり味わえるお気軽コース。

Schedule

PM ●シゴト
夕方 ●熊本城周辺観光
夜 ●帰路へ

ランチ

熊本ラーメン

豚骨スープに鶏ガラなどをブレンドしたスープに、コシが強いと越しの良い中太ストレート麺。そしてにんにくを揚げたチップや「マー油」などのトッピング、具材にキクラゲがのっているのも熊本ラーメンの特徴。クセがなくマイルドでクリーミーな味わい。

シゴト終わりの身体に
にんにくパワーを注入。



熊本ラーメンのお店を探そう

くまもとラーメンナビ



立ち寄り

霊巖洞

◎れいがんどう

▶熊本市西区にある、肥後に来た宮本武蔵が生涯の集大成ともいえる兵法「五輪書」を記した洞窟。ビジネスパーソンとして学ぶべき点の多い著作は必読の価値あり



サウナー憧れのスポット！
移動疲れのカラダを芯から
ととのえる

▲備長炭蒸し風呂など、男女共に3つのサウナがあり。男湯の水風呂の水深はなんと171cm！

サウナ

湯らっくす



ドイツ式、地獄蒸し風の備長炭蒸風呂、瞑想をするように過ごせるメディテーションサウナがあり、毎分250ℓの水が落ちてくる水風呂にはきれいな阿蘇の伏流水を使っているという贅沢の極み。プラス外気浴で「ととのおう」。

☎096-362-1126 熊本市中央区本庄町722 湯温泉・サウナ/10時～翌8時 閑なし 入浴のみ/県外大人990円、4歳～小学生300円、湯らっくすコース（フリーコース）/大人1300円（平日）、1500円（土日祝）、4歳～小学生300円※深夜料金（1時～5時）は大人・4歳～小学生共追加1500円（大人は土日祝 追加1800円） 熊本市ICより22分 回170台



▲全国、遠く海外からもサウナ好きが訪れる



▲ドイツ式のアウフグースサウナはスタッフが熱風を

サウナーの聖地！
サウナ天国熊本市で
叶えたとのい時間

サウナ愛好家、通称「サウナー」が一度は訪れてみたい聖地と熱視線を集める熊本市。「湯らっくす」をはじめ、個性的なサウナはもちろん、熊本市水がきれいなため、水風呂も心地良いと評判なのだ。

サウナ体験ができる施設



夜ごはん

▲熊本城のすぐ近くという好ロケーション

熊本屋台村 ◎くまもとやたいむら



地元で人気の飲食店をはじめとする18店舗が並び、熊本市内初の屋台村。馬刺しや地元産の魚介などの熊本グルメ、また中央には全27蔵元の球磨焼酎を1杯100円で味わえる自販機があり、いろんな味を楽しめる。

☎080-4974-2179 熊本市中央区城東町2-22 開12時～23時30分※店舗により異なる 閑第1・3・5水 熊本市ICより30分 回周辺に有料駐車場あり

屋台村から
地域活性化を目指して

2016年の熊本地震で甚大な被害を受けた熊本県を「もっと元気に、盛り上げたい」との思いから、そして熊本の「生の情報」を発信でき、地元の人々や客同士の交流が生まれる場になるべく屋台村として2020年に誕生。



馬刺し

▶17カ国25種の豆は販売も。焙煎中にコーヒー1杯サービス



コーヒーショップ

珈琲回廊

◎こーひーざらりー

築120年の町家をフルリノベーションしたコーヒーショップ。新旧が融合された和モダンな店内に5台の焙煎機があり、生豆から焙煎。パティシエが手掛ける独創的な和菓子を月替わりで提供。

☎096-325-1533 熊本市中央区西唐人町20 開10時～19時※時短営業中 閑なし、12/30～1/3 熊本市ICより30分 回周辺に有料駐車場あり

和モダン&ステキな町家で
コーヒーとメールチェックタイム。



▲元々の面影を残しつつ、モダンな雰囲気



▲ドリップコーヒー450円、和菓子240円～

▲広報 堀さん

会社へのお土産はココで！
かわいいとおいしいをお持ち帰り。

辛子連根



おみやげ

熊本銘品蔵（肥後よかモン市場）

◎くまもとめいひんぐら

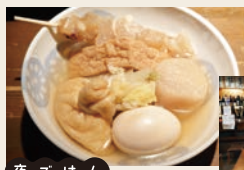


JR熊本駅に隣接し、食品や雑貨など「ここに来れば熊本土産はOK」の充実ラインナップ！ジュシーなあか牛のハンバーグや、遊びながら食べられる型ぬきバウム、馬肉のカレーなど迷ってしまう♪

☎096-351-3187 熊本市西区春日3-15-30 JR熊本駅肥後よかモン市場内 開7時～21時 閑なし 熊本市ICより25分 回JR熊本駅ビル第1～3駐車場利用（150円/30分、購入金額に応じて割引サービスあり）

▲上から／熊本和牛 あか牛ハンバーグ2160円、くまモン型 型ぬきバウム540円、馬肉コロコロス パイシーカレー648円

／しっぽり熊本郷土料理を楽しみたいなら／



夜ごはん

味はち ◎みはち

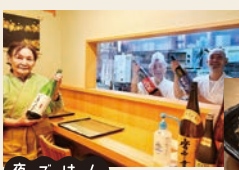
▲おでんは15種以上。一度行くとファンになるとか！



▲こぢんまりとした店で、ほっと心が落ち着く

希少な地酒や各地の銘酒が多様な揃い、多くのりピーターが愛するおでん屋。おでんはもちろん、名物の馬刺しや馬ヒモたきなどのご当地メニューもあるよ。

☎096-359-5701 熊本市中央区下通1-12-12 ロンドンビル1F 開17時～23時 閑日 熊本市ICより25分 回周辺に有料駐車場あり



夜ごはん

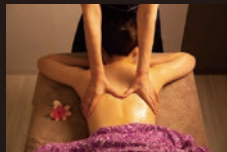
郷味 洲さき ◎すさき



▲本格和食料理に、遠方からのお客さんも多い

大将と若大将が腕をふるう郷土料理の数々と、種類豊富に揃う日本酒や焼酎を心ゆくまで味わえる。馬刺しやからし連根などの単品メニューからコース3500円～とお好みで。

☎096-354-5579 熊本市中央区安政町5-20 安政ビル2F 開17時30分～23時（LO）※昼は要予約 閑不定 熊本市ICより30分 回周辺に有料駐車場あり



エステ

▲他エリアから比べてリーズナブルに施術が受けられると評判の熊本市内のエステ。空き時間に日々の疲れを癒してみたいいかが？



予約はこちらから

その他
こんな
楽しみ方...



ネイル

▲市内はネイルも安めの価格帯で設定している店舗が多い。流行に敏感な都市として知られる熊本市で、トレンドのネイルに挑戦しよう。



予約はこちらから



阿蘇の大自然に包まれて
ストレス発散サイクリング！

標高10000mまで車で自転車を運
び、米塚付近からサイクリングスタート

観光

大観峰展望所

◎だいかんぼうてんぼううしよ

阿蘇エリアをぐるりと囲むようにそびえる
北外輪山に位置する景勝地。標高936mに
位置し、阿蘇市の田園風景や阿蘇五岳、く
じゅう連山まで見渡せるビュースポット。運
が良ければ早朝に雲海が見られるかも！

阿蘇大観峰茶店 ☎0967-32-3856
阿蘇本県阿蘇市山田2090-8 阿蘇茶園
阿蘇九州道熊本ICより1時間 阿150台



▲▲ここから望む
阿蘇五岳はお釈
迦様の寝姿に見
えると話題！

阿蘇を代表する絶景スポット！
全方位ぐるっと名山ビュー。



アクティビティ



▲気軽に阿蘇サイクリ
ングができる人気

CLAMP クランプ

内牧温泉街にあるボウリング&サイクリ
ング専門店、大人も子どもも楽しめるアクティ
ビティが揃う。おすすめのパノラマサイクルは
阿蘇山上まで自転車と人を車で運び、そこから
高低差700m、内牧温泉目指してダウンヒル！

☎0967-32-0928 阿蘇本県阿蘇市内牧48
阿11月～2月/10時～18時、3月～10月/9時～
18時 阿木※祝日は営業 阿九州道熊本IC
より50分 阿5台

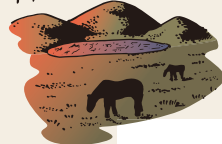
体験DATA

パノラマサイクル

●時間：午前の部/10時、午
後の部/13時 ●所要時
間：約3時間※午前の部・午
後の部共、当日17時までに
返却 阿ベーシックプラン
(MTB) 5500円・(電動自
転車) 6000円 (1名催行の
場合) ●対象：18歳以
上・身長150cm以上

▲春は山菜狩り、
初夏はホテル観
賞など、季節限定
サイクリングも

草千里



予約はこちらから /



C course

レンタカーで

休日を利用して 大自然でリフレッシュ

《阿蘇エリア》

所用時間：2泊3日 プレジャー指数 7

熊本市街地から車で1時間ほどの阿蘇エリア。ゴルフ
やサイクリング、展望所からのパノラマビューと雄大
な自然を満喫！非日常感に浸りながら遊び尽くそう。

Schedule

- 《1日目》PM●シゴト
夕方～●熊本城周辺観光
宿泊●熊本市内
- 《2日目》AM&PM●阿蘇エリア観光
夕方●黒川温泉
- 《3日目》AM&PM●阿蘇エリア観光
夕方●帰路へ

A course

憧れの阿蘇山のももど
「ナイスショット！」。



▲阿蘇外輪山を望む丘陵に
広がる18ホールズ、パー72

▲アップダウンがあり、
広くのびのびと
ショットできる

ゴルフ

阿蘇グリーンヒル カントリークラブ

絶景を眺めながら、ゴルフをプ
レイ。自然を活かした変化に富ん
だコースは、攻略する楽しさも満
点！また施設内には温泉やレスト
ランが併設されているので、ゴル
フの後はゆったりくつろごう。

☎096-279-2888 阿蘇本県阿蘇郡西原村小森2178
阿8時～17時 ※季節により変動阿12/31、1/1、他1月～3
月に1日ずつ定休日あり 阿季節により変動、電話にてご
確認下さい 阿九州道熊本ICより40分 阿200台

Free Wi-Fi

予約はこちらから /



カフェ

草千里珈琲焙煎所

◎くさせんりこーひーばいせんしよ

熊本市の人気店「珈琲回廊」がプロ
デュース。カフェラテに竹炭パウダーを
入れた「チャコールラテ」などオリジナ
リティーあふれるメニューと、目の前に広が
る草千里ヶ浜の眺望を一緒にどうぞ。

☎080-3519-5151 阿蘇本県阿蘇市
永草2391-15 阿10時～17時30分
(LO17時) 阿不定※阿蘇山の噴火
状況により変更 阿九州道熊本ICより
1時間10分 阿500台 (普通車500
円) ※9時～17時

時間を忘れて
豊かな自然にホッと一息。



▲抹茶ラテ600円、チャコールラテ650円

▲スタッフ菊池さん

コーヒード
や熊本土産
もあります。



▲ミルク味やトマ
ト味など熊本産の
素材を使用した
ジェラートも人気。
シングル500円、
ダブル600円

ランチ

あか牛

▶和牛本来の香
りと味があり、赤身
のおいしさと良質で
程よい脂のバランス
が特徴。丼やステー
キ、ハンバーグな
ど、各店さまざまな
あか牛メニューを提
供している

必食のご当地ブランド牛肉で
明日からのパワーチャージ。

あか牛が食べられる
お店を探す



宿泊なら



街全体で景観を保つ
風情たっぷりの人気温泉地。

Check!



湯あかり

期間：2022年12月17日～
2023年4月2日

黒川温泉

▲熊本県奥地にある山間の温泉。30軒の宿と里山の
風景全てが「一つの旅館」という考えの下、温泉街全
体でおもてなしを行っており、大きく7種の泉質を有
する魅力。湯巡りできる温泉手形 (1300円) も

▲黒川温泉の冬の恒例イベン
ト。温泉街に流れる田の原川を
舞台に、竹で作られた約300個
の灯ろうが設置され、やさしい
灯りが温泉地を明るく照らす

家族へのお土産に
チーズやスイーツをゲット。



▲Japan Cheese Awards 2022
ウォッシュ部門で銀賞を受賞
したウォッシュタイプチーズ
1296円 (左)、阿蘇の草原ミ
ルクの小枝550円 (右)

▲バウムクーヘン
などのほか、チーズ
は量り売りもある



おみやげ

ASO MILK FACTORY

◎アソ ミルク ファクトリー

数々の受賞歴を誇る牛乳「ASO MILK」を手
掛ける阿部牧場の直営店で、カフェやレストラ
ン、ショップ、チーズ工房、そしてバラ園が備
わる。牛乳で作るおいしいものがたくさん。

☎0967-23-6262 阿蘇本県阿蘇市小里
781 阿ショップ・カフェ/9時30分～18
時、レストラン/11時～22時※ディナーは
要問合せ、ローズガーデン/9時30分～17
時※バラドームのみ10時～16時30分 (12
月～4月中旬、8月～10月中旬 剪定作業
のため一時閉館) 阿なし 阿九州道熊
本ICより50分 阿200台

▲チーズ製造
責任者の
井上さん

気軽に立ち
寄ってください。

▲チーズ工
房は密
着しに
学で
できる

▲チーズ工
房

▲チーズ工
房

▲チーズ工
房

▲チーズ工
房

▲チーズ工
房

▲チーズ工
房



▲地元の漁師さんが案内してくれる

アクティビティ

ドルフィンクルーズ

Free Wi-Fi

天草でしたい憧れ体験と言えばイルカウォッチング。青い海が広がる五和町の沖合には約200頭のハンドウイルカが生息しており、一年を通して野生のイルカの群れを見られる。ほか釣り船や釣り堀など、手ぶらでOKの体験も充実。

☎0969-33-1616

熊本市天草市五和町二江4689-10 ⑨9時～17時(電話受付8時～22時) ※冬季の夕方の便は要確認 ⑩なし ⑪九州道松橋ICより2時間10分 ⑫50台

予約はこちらから



▲春～初夏にかけては赤ちゃんイルカが見られるかも

体験DATA

イルカウォッチング ●出航時間: 10時、11時30分、13時、14時30分、16時 ※15分前までに受付 ※大人1名より出航 ●所要時間: 約1時間 ⑫大人3000円、小学生2000円、2歳以上1000円 ●予約: 当日予約可、予約優先



▲釣った魚は、追加料金なしで持ち帰りが可能

体験DATA

釣り船 タイラバ ●時間: 8時、13時 ※大人2名より出航 ●所要時間: 4時間 ⑫8500円 ●予約: 2日前までに要予約



D course

レンタカーで



パソコンをOFFにして海絶景に癒される

〈天草エリア〉

所用時間: 2泊3日 プレジャー指数 10

熊本市街地から天草五橋・1号橋まで車で約1時間10分、リゾートアイランド・天草へ! 地元の食や文化を堪能して、リゾート感あふれる非日常を味わおう。

Schedule

- (1日目) PM●シゴト 夕方～●熊本城周辺観光 宿泊●熊本市内
- (2日目) AM&PM●天草エリア観光 夕方●下田温泉
- (3日目) AM&PM●天草エリア観光 夕方●帰路へ

A course

上質なオリーブから作るオイルやコスメを同僚に。

自然の中でゆったり過ごしてください。

▶右から大崎さん 黒田さん



▲エクストラバージンオリーブオイル 天草スペシャルブレンド ホワイブラック各2916円(各150ml)

おみやげ

天草オリーブ園AVILO

◎アビーロ

1.8haの敷地に10品種1300本のオリーブの木が育つ。一粒ずつ丁寧に手摘みし、24時間以内に搾油したオリーブオイルは食用として、またコスメ商品に。ファンも多数。

☎0969-32-0366

熊本市天草市五和町御領堂目1580-1 ⑨9時～17時 ⑩年末年始 ※営業についてはお問合せください ⑪九州道松橋ICより2時間 ⑫20台



▲天草オリーブモイストリップ 880円、天草オリーブハンド&ネイルクリーム1320円



▲青い空と海が広がる昼はもちろん、夕暮れ時も美しい

大きな商談の前にGO! 絶景神社へお参り。

観光

倉岳神社

◎くらたけじんじゃ

天草諸島の最高峰、標高682mの霊山・倉岳山山頂に立つ神社。漁や航海の安全を祈願して祀られ、眼下には八代海に浮かぶ御所浦の島々、さらに振り返ると有明海、島原半島まで一望の絶景が広がる。

熊本市天草市倉岳支所まづくり推進課

☎0969-64-3111 ⑩熊本市天草市倉岳町棚底 ⑪参拝自由 ⑫九州道松橋ICより1時間40分 ⑬50台

ランチ

天草海鮮蔵

◎あまくさいせんくら

天草のエビやタコ、地魚など、器からあふれんばかりの魚介が8種ほどの人気No.1の「てんこ盛り海鮮丼」。また生うにコロッケは、なめらかな生地とうかが絶妙。冷凍品(5個入1458円)の販売もあるので土産にいかが?

☎0969-52-7707

熊本市天草市五和町鬼池4733-1 ⑩売店/9時～17時、食事処/11時～16時(LO) ⑪不定 ⑫九州道松橋ICより2時間10分 ⑬50台



▲併設のショップでは、加工品や土産など種類豊富に

休日タイムのびはピチピチ新鮮魚介で。



天草の魅力を体感できますよ。

▲▲てんこ盛り海鮮丼1815円、生うにコロッケ330円(1個)

▲スタッフ 松浦さん

宿泊なら

風光明媚な夕陽名所の良泉でリフレッシュ。



下田温泉

▲天草西海岸の天草灘に面し、夕陽スポットとしても知られる温泉地を観光の拠点に。川岸沿いに数軒の宿が立ち並び、中心部には足湯も。なめらかな肌触りの湯に浸れば、仕事疲れも吹き飛びそう

リゾート感あふれるカフェでココロの休息時間を。



▲▲左からフレッシュバイン&デコボ 600円、ジェラート シングル400円、ダブル600円、トリプル750円



カフェ

リゾラテラス天草アイランドスタンド

Free Wi-Fi

海が目の前の複合施設「リゾラテラス」内のカフェ。天草産の塩を使った定番の塩ミルクや季節限定の素材で作るジェラートやスムージーを味わいながらのんびり。施設内にあるパン工房の看板商品、塩パンを買ってここでイートインも可能。

☎0969-56-3450

熊本市天草市松島町合津宇北 6215-16 ⑨9時～17時30分、土日祝は～18時※季節により変更あり ⑩なし、12/31～1/1 ⑪九州道松橋ICより1時間 ⑫180台

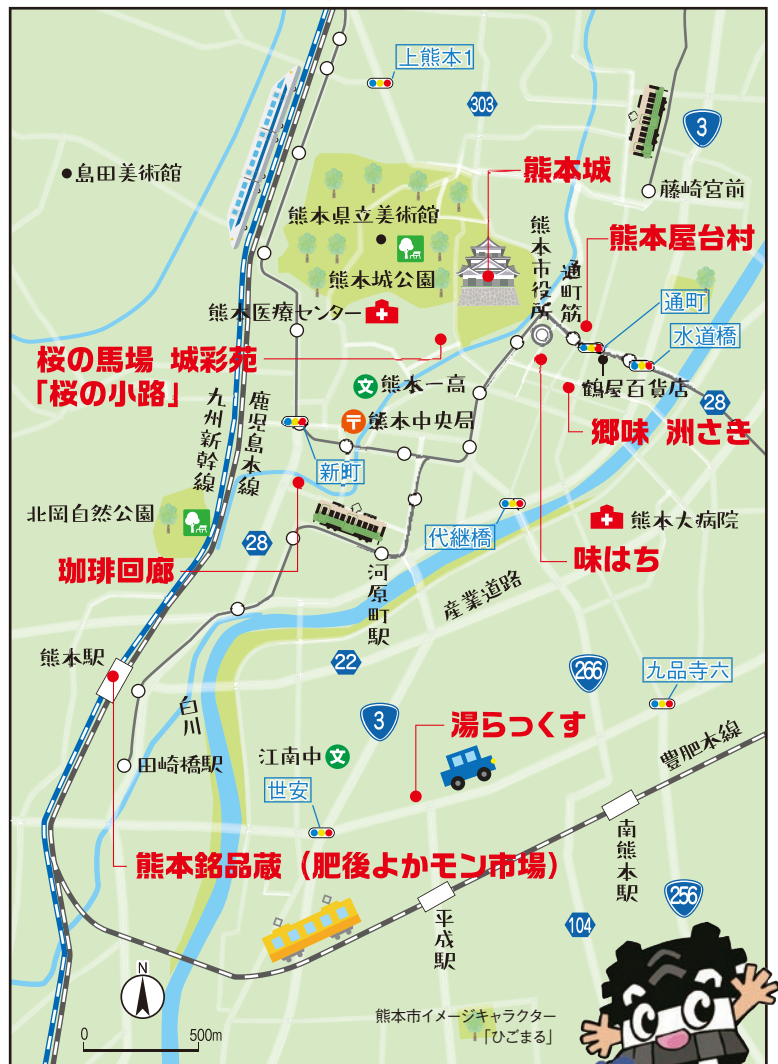
塩パンと一緒にコーヒーもどうぞ。



▲スタッフ 松藤さん

Kumamoto Infomation

Kumamoto city MAP



急なシゴト! そんな時も大丈夫!
～「みんなで作る熊本リモートワークガイド」が
できました!～

リモートワークNo.1を 目指すまち、熊本市

「みんなで作る熊本リモートワークガイド」では、
熊本市中心部にある、Wi-Fiや電源利用も可能なコ
ワーキングスペースや、仕事の合間に立ち寄れるラン
チスポットなど、熊本市内のリモートワークにお勧め
のスポットをご紹介します。



熊本市内の
リモートワーク
おすすめスポットは
ココから!



シト終わりに、クーポンを利用してプレジャーを満喫しよう!

ANAダイナミックパッケージ「熊本満喫 出張プラン」発売中!



※イメージ



「シト終わりの熊本ガイド」で紹介しているお店でも
使える**3,000円分の電子クーポン付のお得な**
航空券+宿泊プラン「熊本満喫 出張プラン」
を発売いたしております。ぜひご利用ください。

※一部ご利用いただけない店舗もございます。
QRコードからご確認ください。

販売期間: 2023年10月2日(月)～2024年3月10日(日) 出発分



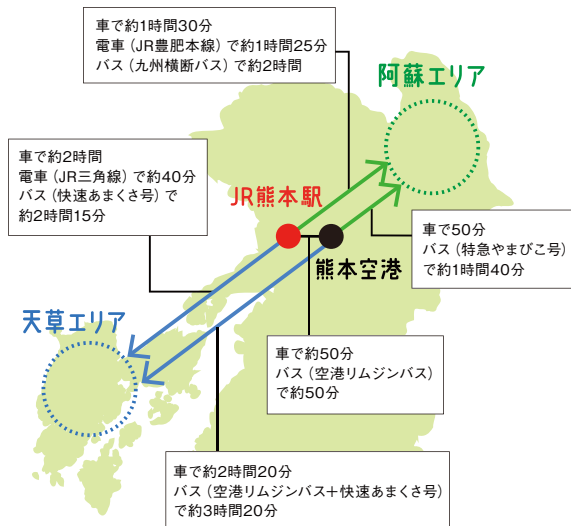
お得に
出かけよう!

TOKYO BASE 096

首都圏在住の熊本市の出身者、ゆかりのある人、熊本市が大好きと
いう人が集まり、首都圏から熊本市を応援する組織。会員による交流
会や熊本市の魅力を伝える首都圏でのイベント開催、SNS発信など
の活動を行っています。入会希望の方はQRコードから!



詳しくは
こちらを
チェック!



Aso MAP



Amakusa MAP



「観光に関するお問合せ」

- 熊本市** 桜の馬場城彩苑総合観光案内所 (9時～17時30分)
☎096-322-5060 [熊本市観光ガイド](#)
- 阿蘇エリア** 阿蘇市観光協会 (9時～17時)
☎0967-34-1600 [ASO is GOOD](#)
- 天草エリア** 一般社団法人 天草宝島観光協会 (9時～18時)
☎0969-22-2243 [熊本県天草観光ガイド](#)