

Kumamoto



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ら、
ビジネスバーソン向け
熊本ガイドができました!

熊本ガイド



熊本県PRキャラクター「くまモン」
©2010熊本県くまモン#K34955

Bleisure



Guide



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

サウナ

湯らっくす

Free Wi-Fi



▲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熟風を

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250㍑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 國熊本県熊本市中央区本荘町722 置温泉・サウナ/10時~翌8時
なくなし □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) 國九州道熊本ICより22分 □170台



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

Free Wi-Fi

地元で人気の飲食店をはじめとする18店舗が並ぶ、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 國熊本県熊本市中央区城東町2-22 置12時~23時30分※店舗により異なる
団第1・3・5水 國九州道熊本ICより30分 □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。



＼しっぽり熊本郷土料理を楽しみたいなら／



▲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

味はち

○みはち

希少な地酒や各地の銘酒が ☎096-359-5701 國熊本県熊本市中央区下通多種多様に揃い、多くのリ本店で人気の飲食店。1-2-12 ロンドンビル1F
ビーチーが愛するおでん屋。17時~23時、毎日おでんはもちろん、名物の馬刺しや馬ヒモたたきなどのこ九州道熊本ICより25分
當地メニューもあるよ。



夜ごはん
郷味 洲さき



▲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。馬刺しやからし蓮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 國熊本県熊本市中央区安政町5-20 安政ビル2F 置17時30分~23時 (LO) ※昼は要予約 夕不定 九州道熊本ICより30分
□周辺に有料駐車場あり

予約はこちから



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てはいかが？

その他
こんな
楽しみ方もある



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。



B course

歩き人+市電・バスで

シゴトのあとは 話題のスポットを堪能

(熊本市内)

所用時間:1泊2日

プレジャー指數 5

熊本市内で巡りたい、人気&注目のスポットをピックアップ。全国的に話題沸騰中のサウナやニューオープン店、地元で愛される店など、大満足！

Schedule	1日目	PM●シゴト 夕方●熊本城周辺観光	A course
	2日目	AM&PM●熊本市内観光 夕方●帰路へ	

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



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。

Free Wi-Fi

珈琲回廊

○こーひーぎゃらー

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 國熊本県熊本市中央区西唐人町20 置10時~19時※時短営業中なくなし、12/30~1/3 國九州道熊本ICより30分 □周辺に有料駐車場あり

▲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。



辛子蓮根



おみやげ



熊本銘品蔵(肥後よかモン市場)

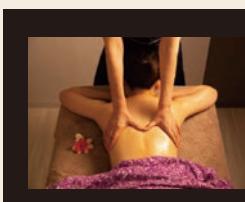
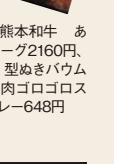
○くまもとめいひんぐら

Free Wi-Fi

JR熊本駅に隣接し、食品や雑貨など「ここに来れば熊本産はOK」の充実ラインナップ！ジュー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 國熊本県熊本市西区春日
3-15-30 JR熊本駅肥後よかモン市場内 置17時~21時
なくなし 國九州道熊本ICより25分
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
か牛ハンバーグ2160円、
くまモン型ぬきバウム540円、馬肉ゴロゴロス
パイシーカレー648円



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てはいかが？

その他
こんな
楽しみ方もある



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。





▲標高1000mまで車で自転車を運ぶ、米塚付近からサイクリングスタート!

観光

大觀峰展望所

◎だいかんぼうてんばうしょ

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!?

■阿蘇大觀峰茶店 ☎0967-32-3856
■熊本県阿蘇市山田2090-8 地図
■九州道熊本ICより1時間 [P]150台



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。

CLAMP ◎クランプ

内牧温泉街にあるボルダリング＆サイクリング専門店で、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、内牧温泉を目指してダウントヒル!

☎0967-32-0928 ■熊本県阿蘇市内牧48
■11月～2月/10時～18時、3月～10月/9時～18時 ■休日は営業 ■九州道熊本ICより50分 [P]5台

憧れの阿蘇山のふもとで
「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、攻略する楽しみも満点!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 ■熊本県阿蘇郡西原村小森2178
■8時～17時※季節により変動 [12/31、1/1、他1月～3月に1日ずつ定休日あり] ■季節により変動、電話にてご確認下さい ■九州道熊本ICより40分 [P]200台

カフェ

Free Wi-Fi

草千里珈琲焙煎所

◎くせんりこーひーばいせんしょ

熊本県の人気店「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ご一緒にどうぞ。

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

時間をお忘れ
豊かな自然にホッと一息。



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で
明日からのパワーチャージ。



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

▲黒川温泉の冬の恒例イベント。温泉街に流れれる川の原川を舞台に、竹で作られた約300個の灯ろうが設置され、やさしい火が温泉地を明るく照らす

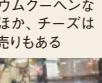
黒川温泉

▲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」という考え方の下、温泉街全体でおもてなしを行っており、大きく7種もの泉質を有するのも魅力。湯巡りできる温泉手形(1300円)も

家族へのお土産に
チーズやスイーツをゲット。



▲JapanCheeseAwards2022
ウォッシュ部門で銀賞を受賞したウォッシュタイブチーズ
1296円(左)、阿蘇の草原ミルクの小枝550円(右)



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、そしてバラードが備わる。牛乳で作るおいしいものがたくさん。

☎0967-23-6262 ■熊本県阿蘇市小里1781
■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※バラードのみ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) ■なし ■九州道熊本ICより50分 [P]200台



気軽に立ち寄ってください。
チーズ工房見
は窓越しに
学べます。
チーズ製造
責任者の
井上さん



▲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
熊本県天草市五和町
二江4689-10 置9時
~17時(電話受付8時~
22時)※冬季の夕方の
便は要確認 困なし
九州道松橋ICより2時
間10分 [P]50台

予約はこちから

▲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 [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
¥8500円 ●予約: 2日前までに予約

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 ブレジャー指數 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	A course
	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	

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
イト・ブラック各2916
円(各150ml)



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

おみやげ

天草オリーブ園AVILO

○アピーロ

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 熊本県天草市五和町御領塙1580-1
営業時間: 9時~17時 (休)年末年始 ※営業についてはお問い合わせください
[P]20台

宿泊なら



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かれれば、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&デコポン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

Free Wi-Fi

▲ジエラードが並ぶ

塩パンと一緒に
コーヒーもどうぞ。



▲スタッフ
松藤さん

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 熊本県天草市松島町合津字北6215-16 営業時間: 9時~17時30分、土日祝は~18時※季節により変更あり (休)なし、12/31~1/1 [P]180台



▲海外リゾートみたい
な雰囲気が漂う

