

\*\*\* 在“宜居之城”中畅游旅行 \*\*\*

# も〜っとあじ良

深入体验始良



## 目录

用始良的午餐，填饱肚子，也温暖心情

给自己的奖励 温泉

始良的亲子之旅

推荐行程路线

始良市推荐特产

始良市地图／主要住宿地点／主要活动



### 蒲生八幡神社

由蒲生氏初代——蒲生上总介舜清，从丰前国的宇佐八幡宫勧请神明分灵而建立。作为蒲生地区的总社，一直受到当地人的崇敬。



### 武家门街

蒲生地区至今仍保留着自江户时代以来的街景、武士宅邸以及武家门。其中，只有蒲生观光交流中心别馆（→第4页）内的武家宅邸可以免费入内参观。

### 蒲生大樟树

这棵巨树矗立于蒲生八幡神社境内，被指定为日本国家特别天然纪念物。在1988年由环境厅实施的调查中，被认定为日本最大的巨树。树龄约1500年。树干内部有一个直径约4.5米的空洞（内部不对外开放参观）。



### 金山桥

这是一座横跨网挂川上游的拱形石桥。桥的深处可以看到板井手瀑布，瀑布倒映在水面上，与石桥一同构成完整画面，因此这里也作为摄影打卡点而广受欢迎。



### 高仓展望台

这里是位于露营地“鸟鸣之森（→第8页）”内的观景台。可一览始良市的街景、锦江湾，直至樱岛。夜晚还能欣赏到美丽的夜景。

### 龙门瀑布

自古以来被视为萨摩名胜，并入选日本百大名瀑的著名瀑布。瀑布高46米，宽43米。从停车场步行约3分钟即可到达观景台。附近还有龙门瀑布温泉以及流水素面（→第9页）。

# 一路走，一路被治愈的始良之旅。

### 重富海岸

这里是雾岛锦江湾国立公园内的一处海岸，夏季也作为海水浴场而深受欢迎。在大潮时，海水会后退约700米，显现出一片广阔的滩涂。海岸内还设有介绍锦江湾生物的“海滨博物馆（→第8页）”



### 布引瀑布

这是一座因从约20米高处倾泻而下的水流看起来宛如披上一层白布而得名的瀑布。通往瀑布的途中设有整备完善的步道，可步行前往。



### 白金酒造 石仓博物馆

自明治时代起一直用于烧酒酿造的珍贵石造酒窖，被指定为日本国家登录有形文化财。馆内设有试饮区和销售柜台。据说西乡隆盛也曾到访此地。



店铺地图，  
从这里查看！



## 鹿儿岛县产的新鲜鱼类， 当地特色美食也绝对不能错过！

本店以使用从市场和渔港采购的鹿儿岛产鲜鱼以及全国各地捕获的当季海鲜制作的料理为自豪。采用始良当地特色食材——飞鱼下颚肉制作的飞鱼味噌午餐也很受欢迎，用特制味噌腌制而成的甜咸口味下颚肉，与米饭堪称绝配！此外，还提供定食、单品料理以及多种套餐可供选择。

### 海鲜七海

☎0995-70-0314  
📍始良市西饼田3289-2  
🕒11:00~14:00 (最后点单)  
18:00~22:00 (最后点单)  
🚪周一、周二为休息日 (仅在周二晚间接受10人以上的套餐预约时营业)  
🚗30台



飞鱼味噌午餐

## 新鲜海鲜的海鲜盖饭 及经过四天熬制的绝品咖喱

以当季海鲜制作的海鲜盖饭以及用四天慢炖的鹿儿岛县产猪软骨咖喱为两大招牌。店主亲自前往市场，以精准眼光挑选食材，经过活杀去神经处理后保存的海鲜，能够保持高度新鲜。除了海鲜盖饭之外，还可以通过生鱼片或鱼头炖煮等方式尽情品味这些海鲜。

### 海鲜与咖喱餐厅 木花家

☎0995-63-1724  
📍始良市加治木町小山田68-1  
🕒11:30~14:00 (最后点单时间)  
🚪周二、周三及每月第三个周四休息  
🚗10台



WEB

海鲜盖饭

旅行的最大乐趣就是品尝美食！  
我们精心挑选了使用当地食材的餐厅、能品尝到当地特色美食的店铺，以及当地人喜爱的热门餐厅为您介绍。

# 用始良的午餐， 填饱肚子， 也温暖心情

飞鱼下颚肉辣味碎肉咖喱

## 坐落在自然丰饶的森林中 鲜为人知的咖喱店

店主自学研发的原创咖喱吸引了许多从远方慕名而来的食客。以始良产飞鱼下颚肉制作的招牌菜“飞鱼下颚肉辣味碎肉咖喱”，以保留充分肉感的粗碎肉为主角。请与随季节更换的配菜充分混合后享用，风味最佳。

### 辣味美食 Ajin

☎080-9240-7461 📍始良市加治木町西别府3490 (鸟鸣之森管理中心内)  
🕒11:00~15:00 (最后点单; 周五为~14:00) 🚪周一至周四休息  
🚗使用鸟鸣之森停车场



蒲生山菜米粉面

## 在拥有120多年历史的古民居里 尽享始良的“美味”

这里不仅可以品尝到使用当地特产与食材制作的料理和甜点，店内还在障子上使用了“蒲生和纸”等，处处展现出浓浓的“始良风情”。采用始良产大米制作的蒲生山菜米粉面，搭配大量当季山菜，是一道清爽健康的料理。午餐附有沙拉、汤品和饮料。

### Cafe Rabyu

☎080-2772-5644  
📍始良市蒲生町上久徳2324  
🕒11:00~17:00 (餐食最后点单时间为15:00, 甜点·饮品最后点单时间为16:00) 🚪全年无休  
🚗使用蒲生观光交流中心停车场



美汤猪肩里脊黑醋糖醋肉

## 仅有14个座位的“小店” 需要提前预约的人气创作中餐。

以鹿儿岛县产蔬菜为主，使用日本国产食材制作的创意中餐广受好评。白天提供定食套餐，晚上则供应单点料理以及自然派葡萄酒等。照片中的糖醋肉附有前菜、汤品和米饭。停车可使用附近的投币式停车场。仅接受电话预约。

### motto

☎0995-73-3622 📍始良市宫岛町14-6  
🕒11:30~14:00/18:00~  
🚪周一休息 (另有不定期休息日) 🚗1台



## 历经世代喜爱 每天早晨手打的二八荞麦面

这是一家创立于昭和2年(1927年)的老字号荞麦面店。店内使用现磨荞麦粉手打的二八荞麦面为招牌特色，温养麦面的汤汁还加入了当地天然的鲇鱼(鲜鱼)高汤，别具风味。推荐菜品是锅烫荞麦面，可搭配荞麦汤一起品尝。首先建议只用柚子胡椒调味，细细品味其原汁原味。

### 荞麦面专门店 Niina

☎0995-52-0028  
📍始良市蒲生町上久徳2546  
🕒11:30~15:00 ※售完即止  
🚪周四休息 (※此外，可能会有临时休业)  
🚗10台



釜煮荞麦面



店铺地图，  
从这里查看！



## Fontana (喷泉) 之丘 Kamou



弱碱性的“美人汤”  
让肌肤水润光滑♪

由含碳酸氢根离子等三处源泉混合而成的温泉，以优良的温泉成分而广受好评。在干净整洁的大浴场和宽敞的露天温泉中，可以尽情享受极致的疗愈时光。馆内还设有直销市场和健康餐厅，也非常值得一并体验。

☎0995-52-1218  
📍始良市蒲生町久末434-1  
🕒8:00~20:00 (最晚入浴时间为19:00)  
🚫全年无休  
💰成人600日元，小学生及以下300日元，3岁以下免费 🚗146台



犒赏系  
甜点

## 蒲生茶廊 zenzai

宛若艺术作品的  
和风圣代

拥有150年以上历史的武士家宅邸咖啡馆。除使用自家种植蔬菜和有机蔬菜制作的“曲木便当午餐”外，还提供特制红豆甜汤和圣代甜品。每年冬季至春季期间，还会推出使用蒲生草莓制作的松露蛋糕甜品 (Trifle)。

草莓松露甜品



☎0995-52-1164  
📍始良市蒲生町上久徳2425  
🕒11:00~17:00 (午餐点单截止至14:00, 甜点与饮品点单截止至16:30)  
🚫周五休息 (遇节假日则照常营业)  
🚗9台



在复古氛围中尽情享受温泉的乐趣  
附设桑拿的奢华包租浴池。

共设有13间家庭包租浴室，每一间都配备露天温泉、室内浴池、远红外线桑拿、地下水冷水池以及休息室，空间宽敞舒适。在充满古民家风格的沉稳氛围中，可尽情享受源泉直流的浑浊温泉。

☎0995-73-7964  
📍始良市加治木町木田2357-1  
🕒10:00~24:00 (最晚入浴时间为23:00)  
🚫全年无休  
💰每间60分钟 2,500日元起  
🚗26台



## 古民家村·家庭汤 天空 始良店

犒赏系  
甜点  
驾车约3分钟

犒赏系  
甜点

## 满腹曲奇饼干 tomorrow

入口即化、口感细腻的刨冰

这是一家销售以石臼研磨面粉制作的面包、甜甜圈及烘焙点心的店铺，并全年(12月除外)提供口感蓬松的刨冰。不使用一滴水，而是刨削“牛奶冰”制成，入口瞬间即融的细腻顺滑口感正是其最大魅力。

☎070-8426-6069  
📍始良市加治木町木田2849  
🕒9:00~17:00 (周日为10:30~16:00※刨冰售完即止)  
🚫周三休息  
🚗10台

原味牛奶



# 给自己的奖励 温泉

温泉 & 甜点

犒赏系  
甜点

## 茶句庭 Nagano



Kamou红茶曲奇饼干

Kamou红茶蛋糕



拥有118年历史的老字号点心店  
创立于明治40年(1907年)。以招牌商品瑞士卷为首，备有丰富多样的日式与西式点心。使用始良市产“蒲生红茶”制作的酥脆饼干与口感湿润的蛋糕，充分展现了红茶的浓郁香气，广受好评。

☎0995-52-0013  
📍始良市蒲生町北266-1  
🕒9:00~19:00 (咖啡厅: 10:00~16:30, 最晚点单16:30)  
🚫周二休息 (如遇节假日则营业, 另有调休)  
🚗6台



驾车约3分钟

## 楠之汤



设有全天候型露天温泉等多种浴池  
可尽情享受天然温泉的魅力

以可遮风避雨的带顶露天温泉为首，还配备电气浴、放松浴等多种功能型浴池。桑拿之后，可在水深1米的天然冷水池中清爽一新！在卫生管理与隐私保护方面也十分用心，这也是这里的一大特色。

☎0995-52-9976 📍始良市蒲生町白男1504  
🕒10:00~21:00 (最晚入浴时间为20:30)  
🚫周一休息 (如遇节假日则营业, 次一工作日休息)  
💰成人300日元, 小学生·中学生150日元  
🚗54台



犒赏系  
甜点

## 甜点小屋 Hinata



始良市产  
裸麦  
烤甜甜圈

使用对身体温和的食材制作的点心

店内销售使用有机斯佩尔特小麦等严选食材制作的甜点。产品种类会随时变化，具体有哪些美味，要亲自来店才能发现♪ 其中，使用始良市产裸麦制作的烤甜甜圈是人气常备商品。

☎无电话 📍始良市东餅田2481-1  
🕒11:00~16:00※售完即止  
营业时间可能会有所变动  
🚫休息日不固定  
🚗1台



驾车约12分钟

## 鹿儿岛温泉馆 福如云 FUKUGUMO



全室配备露天温泉与庭院  
尽显奢华感的包租温泉。

这是一间配有庭院露天温泉的包租浴池，让你尽情享受四季变换的景致。在极致氛围中浸泡pH值8.7的温泉，充分享受富含钠盐氯化物和硫酸盐的泉质带来的美白、肌肤保湿与恢复活力的功效。

☎0995-73-8388  
📍始良市平松川窪1233-1  
🕒10:00~22:00 (最晚入浴时间为21:00)  
🚫周一休息 (遇节假日则照常营业, 另有调休)  
💰每间90分钟 2,700日元起 (周六、周日及节假日每间60分钟) 🚗20台



# 玩乐 Play!



## 住吉池公园

直径约550米的火口湖——住吉池。不仅可以垂钓和散步，夏季还会开放露营村。租赁自行车骑行也是推荐体验。

☎0995-66-3145(鹿儿岛县始良市商工观光课观光科)  
📍始良市蒲生町上久徳890-1  
🚶自由散步  
🚗88台



WEB



## 始良市龙门陶艺·健康之乡陶梦乐园

这是一座配备多功能大厅和研修室等设施的综合场所。由于附近有龙门司烧的窑炉，绘画装饰、手工工程制以及电动拉坯等陶艺体验非常受欢迎。

☎0995-62-1000  
📍始良市加治木町小山田1583-1  
🕒9:00~22:00  
🚪周一休息(遇节假日则照常开放, 改在次日休馆)  
🚗90台



WEB



## 鸟鸣之森

坐落于自然丰饶的高地，场内设有露营地和“高仓展望台”。石窑烤披萨体验全年开放(需提前4天预约)。

☎0995-62-6666  
📍始良市加治木町西别府3490  
🕒9:00~17:00  
🚪周一休馆(遇节假日则照常开放, 改在次日休馆)  
※7、8月期间无休 🚗100台



# 美食 Eat!



## Kids Café & Bar LINK

这家咖啡馆随处可见对亲子家庭的贴心关怀，设有哺乳室及儿童游乐区。店内除咖喱和吐司外，还提供可自由定制配料的可丽饼。

☎0995-55-8512  
📍始良市平松5778  
🕒11:00~15:30(最后点餐时间)  
🚪休息日不固定  
🚗15台



# 始良的亲子之旅



以“玩乐”“学习”“美食”三个主题，向亲子家庭推荐适合一起享受的景点。通过有趣的体验和学习，肯定能让始良之旅成为难忘的回忆!

推荐地质景点!

WEB



## 重富海岸自然交流馆 海滨博物馆

本设施旨在介绍雾岛锦江湾国立公园，特别是锦江湾地区的魅力及其生态物种。有关自然体验及生态旅游的信息，请搜索“楠之木自然馆”。

☎0995-73-3146  
📍始良市平松7675  
🕒9:00~17:00  
🚪周二闭馆(如遇法定节假日则照常开放, 顺延至次日闭馆)  
🚗可使用Nagisa停车场及Higata停车场



## 心地厨

在这里，您可以亲身体验亲手烤制披萨的乐趣(预约优先)，这可是此地的独家特色。快来品尝一份选用当地有机蔬菜制作的原创披萨吧!

☎050-5469-4832 📍始良市蒲生町上久徳2777  
🕒11:00~16:00(最后点餐时间)(午餐段最后点餐至15:00)  
🚪周一、周二闭馆(如周一遇法定节假日则照常营业, 改休周三) 🚗7台



## 始良市历史民俗资料馆

这是一座展示始良市历史、民俗和文化的资料馆，并陈列珍贵资料。除了特别企划展外，暑假期间还会举办体验学习活动。

☎0995-65-1553  
📍始良市东饼田498  
🕒9:00~17:00(入馆截止至16:30)  
🚪周一休馆(如遇节假日照常开放, 翌一工作日休馆)  
每月25日休馆(周六、周日除外)  
🚗13台



WEB



## 流茶寮一禅

这里是唯一一处可以一边眺望“龙门瀑布”壮丽景色，一边体验“流水素面”的绝佳地点。图中“A套餐”所附的味噌汤每日更换，鱼类也会根据季节调整(如鲑鱼或花鱼)。

☎0995-63-3939  
📍始良市加治木町木田5268-1  
🕒11:00~14:30(最后点餐时间)(周六、周日为11:00~14:30/17:00~19:30 最后点餐) ※12月至2月期间, 流水素面需提前预约  
🚪周一休息※7、8月暑假期间不休 🚗15台



挂桥坂

## 始良的三板

江户时代作为街道整修的“白银坂”“龙门司坂”“挂桥坂”。现在仍保留着的石板路，边走边可以想象当时人们的生活景象。

☎0995-67-6052(始良市观光协会)  
🚶自由散步  
🚗有停车场



WEB



## 始良市立天文台 Starland AIRA

本县唯一拥有天文馆和大型望远镜的天文台。还有各种有趣的活动，如天体观测会(无需预约)和周日手工活动(需预约)。

☎0995-68-0688  
📍始良市北山997-18  
🕒9:00~16:30(周六、周日为13:00~21:00)  
🚪周一、周二休馆(如遇节假日照常开放)  
🚗30台



WEB



## 北山传承馆

可以通过竹工艺、和纸、和太鼓和乡土料理教室学习当地传统技艺。此外，还可随时体验轻松有趣的造纸和竹工艺活动(约1小时起, 需预约)。

☎0995-54-4125  
📍始良市北山852-1  
🕒9:00~17:00(竹工艺、和纸体验截至16:00)  
🚪周一休馆(如遇节假日照常开放, 翌一工作日休馆)  
🚗60台



WEB



## BAKERY chata

与当地餐饮店合作的面包也很受欢迎。其中，使用蒲生“大桶亭”炸鸡的“大桶汉堡”是店里的招牌之一。店内也可用餐!

☎0995-70-1447  
📍始良市蒲生町上久徳2557  
🕒8:30~17:00(周六、周日及节假日为7:00~)  
🚪周一、周二休息(如遇节假日照常营业, 另有调休) 🚗14台



店铺地图, 从这里查看! →



# 推荐行程路线



## 闺蜜旅行

〈所需时间：半天〉



樱岛服务区



Cafe Rabyu



蒲生八幡神社  
蒲生大樟树



蒲生茶廊  
zenzai



Fontana (喷泉) 之丘  
Kamou



## 家庭旅行

〈所需时间：1天〉



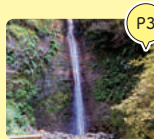
JR帖佐站·  
旅游咨询处



海滨博物馆



Kids Café & Bar  
LINK



布引瀑布



福如云  
FUKUGUMO



## 王道路线

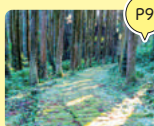
〈所需时间：1天半〉



樱岛服务区



龙门瀑布



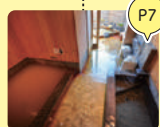
龙门司坂



辣味美食 Ajin



陶梦乐园



古民家村·家庭汤  
天空 始良店



重富海岸



白金酒造  
石仓博物馆



步行漫步

### 始良步道



“Footpath (步道)” 源于英国，指适合步行的小路。何不一边漫步，一边欣赏始良保存至今的街景与原生态风光呢？

☎ 0995-67-6052 (始良市观光协会)

🌐 [https://aira-kankou.jp/foot\\_path/](https://aira-kankou.jp/foot_path/)

# AIRA-CITY MAP

始良市立天文台  
Starland AIRA  
北山传承馆



## 主要活动

**3月**

**加治木名产 初市**

拥有约200年历史的加治木初市，是县内三大市集之一。作为扎根于当地的传统活动，长期以来深受人们喜爱。

☎ 0995-63-2295  
(加治木初市执行委员会 (设于始良市商工会加治木支所内))

📍 Kamoda通商店街 · Hayama通 (始良市加治木町)

**6月 第3个星期日**

**始良市加治木町斗蜘蛛大会**

据说斗蜘蛛起源于岛津义弘公在“文禄·庆长之役”期间，为鼓舞士兵士气而开始的活动。每年都会吸引广泛关注。

☎ 0995-66-3145 (始良市商工観光課光係)

📍 始良市政府加治木支所多功能大厅 (始良市加治木町)

**8~9月**

**始良市烟火大会**

可欣赏约1万发烟火的烟火大会。不仅有在空中绽放的烟火，还有舞台活动、抽奖等丰富看点。

☎ 0995-65-2211 (始良市商工会)

📍 加治木港 (始良市加治木町)

**11月**

**日本第一大楠神与秋祭**

这是始良市蒲生町一年中最热闹的一天。以“感恩”为主题，除了销售当地农林水产品外，还将上演地区传统艺能。

☎ 0995-66-3145 (鹿儿岛县始良市商工観光課光科)

📍 蒲生小学 (始良市蒲生町)

## 主要住宿地点

- |  |  |
|--|--|
| <p><b>1 Airaiku HOTEL kagoshima</b></p> <p>☎ 0995-67-0055</p> <p>📍 始良市东饼田399-2</p> | <p><b>2 Fun Court Land Hotel</b></p> <p>☎ 0995-67-2221</p> <p>📍 始良市东饼田433-15</p> |
| <p><b>3 Fontana (喷泉) 之丘 Kamou</b></p> <p>☎ 0995-52-1218</p> <p>📍 始良市蒲生町久未434-1</p> | <p><b>4 HOTEL AZ 鹿儿岛始良店</b></p> <p>☎ 0995-66-3101</p> <p>📍 始良市勳元481-1</p>        |
| <p><b>5 加治木温泉酒店</b></p> <p>☎ 0995-63-2626</p> <p>📍 始良市加治木町木田2041-1</p>             | <p><b>6 Good Inn 加治木</b></p> <p>☎ 0995-62-8811</p> <p>📍 始良市加治木町新富町210-5</p>      |

把旅行的回忆带回家!



# 始良市 推荐特产

用当地食材制作的果酱、饼干以及传统工艺品等，充满始良特色的“伴手礼”种类丰富！无论是送给家人和朋友，还是买给自己，都能找到让人想带回家的好物

## 帖佐人偶

据说其起源是岛津义弘公从朝鲜带回的陶工所制作的陶制人偶。其特点是融入了大众文化元素，并被指定为鹿儿岛县传统工艺品。



## 龙门司烧

开窑已有300多年历史，是代表萨摩烧“黑萨摩”的窑场。其特色在于只有龙门司烧才能见到的多样釉色，并被指定为市级无形文化财产。



## Rhubarb Jam

在鹿儿岛，食用大黄是一种相当罕见的蔬菜。蒲生町漆的年轻种植者挑战了在鹿儿岛被认为不适合种植的食用大黄，并开发出了相关产品。



## Muggy

使用县内产量第一的裸麦制作的饼干。共有原味、巧克力豆、抹茶和安纳芋四种口味，特别受到年轻一代的欢迎。富含膳食纤维，对身体也很有益。



## 柠檬桑叶茶

由始良的桑叶专卖店“Wakuwaku园”和龙樱高中以“美与健康”为主题共同开发。在有机栽培的桑叶茶中加入淡淡的柠檬草香气，制成茶包。



## 加治木馒头

据说酒馒头起源于岛津义弘公用作茶点。甘酒风味的面皮搭配丰富的红豆馅，风味绝佳！目前在始良市的多家店铺有售。



## 应季生点心

这是位于始良市西饼田的“点心店Aji福”生产的生果子。店里会根据季节销售各式各样的和果子，照片中展示的是3月份推出的“sakurasakura”与“uraraka”。



## 油菜花梅酒

由白金酒造打造的人气梅酒。严选产自鹿儿岛县中北部萨摩町的“西乡梅”，结合以木桶蒸馏的手烧酎，并加入“菜花蜂蜜”作为点睛之笔。西乡梅恰到好处酸味与淡淡的甜味完美融合，不仅适合作为餐前酒，也非常推荐作为餐中酒享用。



## Kajihara 布丁

坚持使用鹿儿岛县产的原材料，每一份甜点都由手工精心制作而成。口味种类丰富，其中包括使用种子岛产安纳芋制作的“黄金安纳芋布丁”（照片右侧）等。



## Kingo Kingo

名字在鹿儿岛方言中意为“漂亮”、“肌肤亮泽”。这款热销40年的经典洁面乳，特别添加了能吸附并洗净毛孔污垢的白土成分。此外还推出了鹿儿岛限定版。



## Carrot系列产品

产自加治木町的隈原台地，由获得县政府认证的“阿古农户”所培育的胡萝卜，其糖度竟然高达9度左右。这种胡萝卜被当地人亲切地称为“Kumahai胡萝卜”。除了被加工成胡萝卜汁以外，还有果酱等多种相关产品。



## 始良轻羹铜锣烧

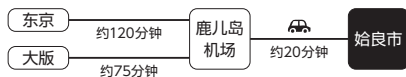
“菓子处 加治木庵”专门经营以始良特有的名胜和文化为主题的点心。其中，取名自“始良火山口” (Aira Caldera) 谐音的铜锣烧——轻羹铜锣烧，共有红豆馅与白芸豆馅两种口味。



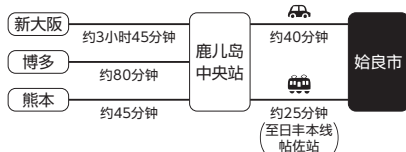


## ACCESS

### ✈ 飞机 (至鹿儿岛机场)



### 🚅 新干线 (至JR鹿儿岛中央站)



〒899-5492 鹿儿岛县始良市宫岛町25号  
TEL: 0995-66-3111



始良市



始良市商工观光课



故乡纳税



Deep Aira Stories  
~我回来了, 始良。  
~



Aira's four  
Seasons