



のんびり楽しもう

レンタサイクルの利用方法

レンタサイクルの利用方法について紹介します。交通ルール、走行マナーを守って、安全に自転車を利用ください。靴は動きやすいもの、ズボンには裾が広がっていないものをおすすめです。



①準備するもの

免許証や学生証など、本人確認のできるものを準備。不明な点は電話で尋ねてからレンタサイクルを利用しましょう。



③レンタサイクル申込書に記入

申込書に必要事項を記入し、料金を支払います。料金や自転車の種類はレンタル場所異なるので下表で確認しましょう。



②レンタサイクル申込書をもらう

申込書に書かれている注意点をしっかり読みましょう。※身長制限などにより利用できないことがあります。



④自転車をレンタル

申し込みが終わればレンタル開始。サイクリングでしか味わえない達成感や面白さを満喫してください。

レンタサイクル情報

	車種	料金	返却場所	貸出時間	申込・問合せ
八代駅	シティサイクル	1日 500円	八代駅	9:00~17:00	八代駅 0965-39-7555
くまナンステーション 【要予約】	電動自転車	8時間 2,000円	くまナンステーション	9:00~17:00	DMO やつしろ 0965-31-8200
SUNABACO	クロスバイク ロードバイク 電動自転車	1日 2,000円 宿泊者は 1,000円	SUNABACO	平日 12:00~18:00 土曜日 10:00~18:00	下記二次元コードから申込 
佐敷駅 【要予約】	E-BIKE	6時間 2,500円 3時間 1,500円	佐敷・水俣駅	10:00~16:00	佐敷駅 0966-61-3100
つなぎ温泉 四季彩	シティサイクル 電動自転車	無料	つなぎ温泉四季彩	10:30~16:30	つなぎ温泉四季彩 0966-78-4126
つなぎ 美術館	シティサイクル 電動自転車	無料	つなぎ美術館	10:30~16:30	つなぎ美術館 0966-61-2222
津奈木駅	シティサイクル	無料	津奈木駅	10:30~16:30	津奈木町商工会 0966-78-3580
水俣駅 【要予約】	E-BIKE	6時間 2,500円 3時間 1,500円	佐敷・水俣駅	10:00~16:00	水俣駅 0966-68-2011
新水俣駅	電動自転車	無料	みなまた観光物産協会など	9:00~17:00	みなまた観光物産協会 0966-63-2079

【八代七浦広報グループ特集】サイクルツーリズム

ペダルを踏めば始まる新しい旅

自転車に乗って旅に出かける——。日本各地では地域の魅力を生かしたサイクルツーリズムが大人気です。国が進める活用推進の政策に加え、コロナ禍を機に「密にならない移動手段」として、自転車の価値が改めて注目されるようになりました。ゆっくり旅することで、美しい風景や多くの人々にも出会えるはず。サイクリングを通じて、八代~水俣地域の新たな魅力を再発見してみましょう。

※この特集は、八代市・芦北町・津奈木町・水俣市の広報担当者が協力して作りました。



自転車旅行を官民で推進 注目を集める旅のスタイル

自転車は環境にやさしい乗り物。しかも、サイクリングは健康的なライフスタイルをもたらしてくれます。行動範囲を広げ、地域とのふれあいや仲間とのつながりまで生んでくれる自転車の魅力を生かそうと、2017年に「自転車活用推進法」が施

行。各自治体や地域の団体など、官民が協力しながら自転車の活用を推し進めています。こうした流れの中で生まれたのが自転車を使った観光振興、サイクルツーリズムの推進です。県内でもサイクリングマップが作成され、魅力を発信しています。さらに、昨今のコロナ禍でサイクリングの人气が高まっています。密を避けながら、各地を巡る旅ができることや、運動不足の解消につながる事が主な理由です。自転車の需要も増え、世界的に品薄状態が続いたこともありました。

自転車に乗って駆け巡ろう

サイクルツーリズムはこれまでとは違う、新しい旅のスタイルです。車での移動とは違い、ゆっくりと流れる時間の中で、土地の起伏、におい、風など、五感をフルに使うことで地域を感じることができ、新しい発見もあるでしょう。あなたも自転車に乗って、旅に出かけてみませんか。サイクリングだからこそ経験できることがきっとあるはず

最近の自転車事情

E-BIKE



通常のスポーツ用自転車と同じ設計で、電気モーターがアシスト。自然でダイレクトな推進力が魅力。

電動自転車



シティサイクルにアシストモーターを装備。坂道や重い荷物があっても疲れにくい設計。

シティサイクル



以前からある、街乗りを想定した標準的な自転車。いわゆる「ママチャリ」。

ルート情報 (自転車利用)

距離	78km
所要時間	9時間45分
獲得標高	1451m
ルート詳細	

八代海と天草の島々を眺めながら進む風光明媚な約80kmのルート。リアス海岸のアツプダウンが連続する走りごたえのある道となっています。道沿いには柑橘類の畑が続き、見晴らしの良い岬や白い砂浜、ローカル鉄道が走る風景など、魅力的なロケーションが広がります。もちろん地元海の幸や、特産の柑橘類、あきた牛などの絶品グルメも堪能できます。

さらに、ルート上には温泉街もあるので、宿泊しながらのんびり楽しむなんてことも。肥薩おれんじ鉄道のサイクルトレインを利用することもこのルートの楽しみのひとつです。

ルート紹介

柑橘と海が織りなす絶景ロード。九州の地中海をめぐる

八代～水俣シーサイドルート

八代駅を出発し、美しい自然や町並みを心地良い潮風を感じながら、道の駅みなまを目標に「八代～水俣シーサイドルート」。サイクルツーリズム初体験という、水俣市の谷口創太さんと岩本明日香さんがこのルートを実際に走ってみました。果たしてどんな旅になったのでしょうか。

道の駅みなま (水俣市)
道の駅みなまに着いた～！
やったね！
楽しかったね♪

達仏 (津奈木町)
待ち受けにしたらご利益あるかも！
19コッ

足赤海老うまっ！
ぽくっ

足湯気持ちいいもんね♨
日奈久温泉 (八代市)
上機嫌ですね♪

甘夏ジュースで疲れも吹き飛ば～
どん!!
福田農場 (水俣市)

モノレール乗ってみよ！
わくわく
つなぎ温泉四季彩 (津奈木町)

海浜総合公園 (芦北町)
うひょー
ローラーリュージュ楽し～い！

日奈久ちくわおいしそう♪
どれにしようかな
片山蒲鉾店 (八代市)

START
自転車で八代～水俣を満喫するぞ～！

ゴール
八代駅 (八代市)



不知火海の絶景を眺めながら風を切って走る爽快感が最高でした。ルートの途中には、SNS投稿必須の絶景フォトスポットや絶品グルメ、レジャー体験が目白押しです。

いつもとは違う休日の過ごし方を、サイクリングを通して体験することができました。

谷口 創太さん (水俣市)

体験者の声



普段、車で通れば一瞬で過ぎ去る景色も、自転車だと立ち止まって写真を撮影できたり、列車が通過するタイミングを気長に待ってみたりと自転車でしか味わえない体験ができました。

坂の勾配があっても、E-BIKEならグングン走ってくれるので、苦にならず、楽しかったです。

岩本 明日香さん (水俣市)



体力に自信がない人も安心！
肥薩おれんじ鉄道のサービス「サイクルトレイン」

肥薩おれんじ鉄道株式会社では、自転車をそのまま持ち込める「サイクルトレイン」を運行しています。アップダウンがきついところは、電車に乗って車窓を眺めながら移動するのもよいのでは？

※詳しくは肥薩おれんじ鉄道 HP を確認。右二次元コードから読み取り。



八代及び水俣・芦北地域サイクリングマップ



①球磨川ルート



※ルートの一部は現在も災害復旧工事が行われており、一般車両の通行ができない区間があります。

②八代・氷川周遊ルート



③八代～水俣シーサイドルート



④水俣・芦北山間部ルート



さあ今こそ、自転車と一緒に旅に出かけてみませんか

八代～水俣地域の魅力をサイクリングを通じて発信したい

海外からの観光客を増加させるためのインバウンド施策により、旅行の内容は買い物主体の「モノ消費」から体験型が主体の「コト消費」へシフトしています。その体験型観光の一つとして、サイクルツーリズムが注目されています。令和3年11月に発足した「八代及び水俣・芦北地域サイクルツーリズム推進協議会」の発足までの経緯とサイクルツーリズムの魅力、今後の展望をお聞きしました。



熊本県南広域本部 総務部 振興課 しょうじながりょう 小路永凌さん

八代、水俣・芦北地域は、不知火海や九州山地といった豊かな自然を有しており、日本遺産に認定された石橋群や古くからの温泉地がある一方で、くまもんポート八代など、新旧併せ持った歴史・観光施設が存在しています。温暖な気候のもと育まれた豊かな食文化や、美しい不知火海の景観を生かしたマリンスポーツアクティビティなど、多種多様な観光資源も有しています。

高速道路や鉄道網などの交通インフラも整備されているため広範囲からの誘客が期待でき、サイクルツーリズムには最適な地域です。自転車は子どもから大人まで幅広い世代で楽しむことができ、健康増進につながることも、環境に配慮した移動手段であることも魅力です。

令和4年11月には、八代、水俣・芦北地域の2市3町で「八代及び水俣・芦北地域自転車ネットワーク計画」を策定し、県や市町が管理する道路を中心に4つのサイクリングルートを選定。八代、水俣・芦北地域サイクリングマップを作成し、道の駅などで配布しています。県のホームページからも閲覧可能です。

すでに受け入れ環境を整えるため、自転車走行空間で路面の舗装・補修や自転車マーク、矢羽根表示などの設置も進めています。地域の人たちにもサイクリングの魅力を知ってもらえるサイクリングイベントを計画しています。

地域の食や景色、歴史・文化など、豊富な観光資源の魅力をサイクリングを通じて県内外多くの人に体験してほしいです。

参加者募集 くまもと★みなみおれんじシーサイドライド2023

八代～水俣・芦北地域で、初となるサイクリングイベントを開催。往路は自転車で行き、復路は肥薩おれんじ鉄道に乗ってスタート地点まで戻るといった全国的にも珍しいイベントです。



詳しくはこちら

自転車の基本ルール

快適で安全なサイクリングをするために、基本的なルールをしっかりと守りましょう。

【自転車安全利用のための5則】

- 1 車道が原則、左側を通行。歩道は例外で歩行者を優先
- 2 交差点では信号と一時停止を守って安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用

自転車向け汎用アプリ (Ride with GPS) との連動

ルート設定のしやすさ、シェアのしやすさなどでロードバイク乗りの使用率が高いルート作成アプリ「Ride with GPS」。ルートを設定すると詳細な距離と高低図が表示されるほか、誰かが作ったルートをなぞって走れることもできます。ナビ画面にはリアルタイムで走行距離、時間、獲得標高、平均速度などを表示。



App Store



Google Play

地域の自然・食・人とのふれあいを肌で感じる事ができるサイクリング。初めて訪れる場所、一度訪れたことがある場所、自分の足でペダルを踏み、訪れることで、まだ知らない県南地域の一面を知ることができます。歴史と個性豊かな各地域の温泉や海の幸、山の恵み。地域の特性を生かした観光資源と直接触れ合えるという点ではサイクリングは最適とも言えます。あなたも地域の魅力を再発見する旅に出かけてみてはいかがでしょうか。

特集 ペダルを踏めば始まる新しい旅(終)

