



Wonders of Oita

Nature and outdoor activities



The splendor of nature in Oita Prefecture originates far back to the eruptions of Mt. Aso 90,000 and 120,000 years ago.

After the explosive volcanic activities, the mountainous regions of Oita were left with fierce-looking megaliths and strange rock formations.

The unique geographical features and greeneries growing around them are in natural harmony and fascinate every visitor.

Stand on top of a mountain and meet the unique panorama of both the sea and the city beneath!

This guidebook takes you to such mesmerizing locations and is produced by Mr. Moon, a Korean who walked all the routes to introduce them from the perspective of a foreigner.

We verify each signboard and dangers along the paths and provide all the other necessary information in detail.

If you happen to flip through the pages and think, "Let's take a little stroll!", we will be delighted!

Here we proudly present this guidebook with hopes to spread the charm of nature that overflows in Oita!

はじめに

大分県の自然の素晴らしさを語るには、9万年前、12万年前の阿蘇山の噴火にまでさかのぼらなければなりません。

火山の噴火によって形成された大地には、山間部を中心に巨石や奇岩が点在しています。

山々には岩肌や木々が調和を保ち美しく、見るものを魅了します。

山頂に立てば、海や街が眼下に広がり、一望できるのも大分県の景観の特徴でしょう。

この本は、韓国人のムンさんが外国人の目線ですべての道を歩き制作した、大分県の山や自然を紹介するガイドブックです。

サインはあるか、道は危険でないかなどをひとつずつ検証し、その情報を詳細に掲載しています。

本のページをパラパラめくり、「ちょっと歩いてみようか」と思ってもらえたら……こんなに嬉しいことはありません。

ひとりでも多くの人に、大分県にあふれる自然の魅力が伝わりますように！

Wonders of Oita: Nature and outdoor activities Table of Contents

Beppu・Yufu・Hiji 別府・由布・日出エリア

- 4 Shidaka lake・Kagurame lake・Mt Ojika・Mt Tsurumi 鶴見山・志高湖・おじか山・神楽女
- 6 Higashiyama・Inoseto 東山・猪瀬戸
- 8 Mt Ôhira (Ôgiyama) 大平山(扇山)
- 10 Mt Tsurumi・Uchiyama・Garandake・Tsukahara 鶴見岳・内山・伽藍岳・塚原
- 12 Garandake 伽藍岳
- 13 Tsukahara Plateau 塚原高原
- 14 Uchinari・Mt Takasaki 内成・高崎山
- 16 Kanagoe mountain range 鹿鳴越連山

Kuisaki・Bungotakada 国東・豊後高田エリア

- 20 Kunisaki Course <K-1> 国東 K-1 コース(国東半島峯道ロングトレイル)
- 24 Bungotakada Course <T-1> 豊後高田 T-1 コース(国東半島峯道ロングトレイル)
- 26 Bungotakada Course <T-4> 豊後高田 T-4 コース(国東半島峯道ロングトレイル)

- 28 ・Waterfall / Canyon 滝・溪谷
- 30 ・Cycling サイクリング

Bungo-ôno・Taketa 豊後大野・竹田エリア

- 32 Ogata 緒方
- 34 ・Unique adventures available only in Ogata 豊後大野レア体験
- 36 Mt Sobo 祖母山

Islands in Oita 大分県の島

- 38 Onyujima island 大入島
- 40 Himeshima 姫島
- 42 ・Highlights from the Oita Prefecture!

! CAUTION ! 注意!

The listed routes may not be available depending on weather and natural disasters. Be sure to check in advance. 天候や自然災害によって、記載しているルートが通れない場合があります。必ず目的地に関する事前確認を行ってください。

Oita Prefecture Mountaineering
Regulation Information
大分県登山規制情報



Please note that in case the mountains and areas in this publication have multiple names, we are using the most commonly known ones.

山や地域の名称について：本書では複数の呼び方がある場合、一般的なものを採用しています。

Oita Prefecture 大分県

- A Mt Tsurumi 鶴見岳
- B Higashiyama・Inoseto 東山・猪瀬戸
- C Mt Ôhira (Ôgiyama) 大平山(扇山)
- D Garandake 伽藍岳
- E Tsukahara 塚原
- F Uchinari・Mt Takasaki 内成・高崎山
- G Kanagoe mountain range 鹿鳴越連山
- H Kunisaki Course 国東コース <K-1>
- I Bungotakada Course 豊後高田コース <T-1>
- J Bungotakada Course 豊後高田コース <T-4>
- K Ogata 緒方
- L Mt Sobo 祖母山
- M Onyujima 大入島
- N Himeshima 姫島

Check the hiking information of Oita prefecture! There are videos too! WEB で大分県のハイキング情報を発信中! 動画もあるよ。



Shidaka lake・Kagurame lake・Mt Ojika・Mt Tsurumi 志高湖・神楽女湖・おじか山・鶴見岳

Take a walk along the lakeside and
get enchanted by mysterious legends.

Suitable for families. Admire little plants and encounter
with wild animals as you walk along gentle slopes.

神秘的な伝説に彩られた
湖畔を散策

家族連れでも安心のゆったりコース。歩きやす
い道で、動植物との出会いを楽しみましょう。



memo

Legend of Lake Shdaka

Once upon a time, there was a quarrel between the spirits of Mt Yufu and Mt Sobo over the love of beautiful Mt Tsurumi. Mt Yufu, also known as Mt Fuji of Bungo won and the tears shed by broken-hearted Mt Sobo became Shidaka lake.

Origin of Lake Kagurame

During the time of Heian (794 to 1185), there was a shrine maiden who dedicated ceremonial songs and dances (Kagura) to the spirit of Mt Tsurumi. The lake was named "Kagurame" as she lived on its shores.

志高湖の伝説

遠い昔、美しい鶴見岳をめぐる由布岳と祖母山が争いました。その結果、鶴見岳に選ばれたのは「豊後富士」と呼ばれる由布岳。恋に破れた祖母山の流した涙が、志高湖になったといわれています。

神楽女湖の由来

平安時代、鶴見岳社に歌と踊りをささげた巫女がいました。彼女が湖のほとりに住んでいたため、「神楽女湖」という名称になったと伝えられています。



1

"Shidaka Meisui" for the delicious spring water. Fill up your bottles before the start of a walk.

おいしい天然水「志高名水」を汲める場所。散策前に水筒に入れておきましょう。

2

The road is very wide as it also serves as a firebreak.

広くて歩きやすい防火帯の道。



3

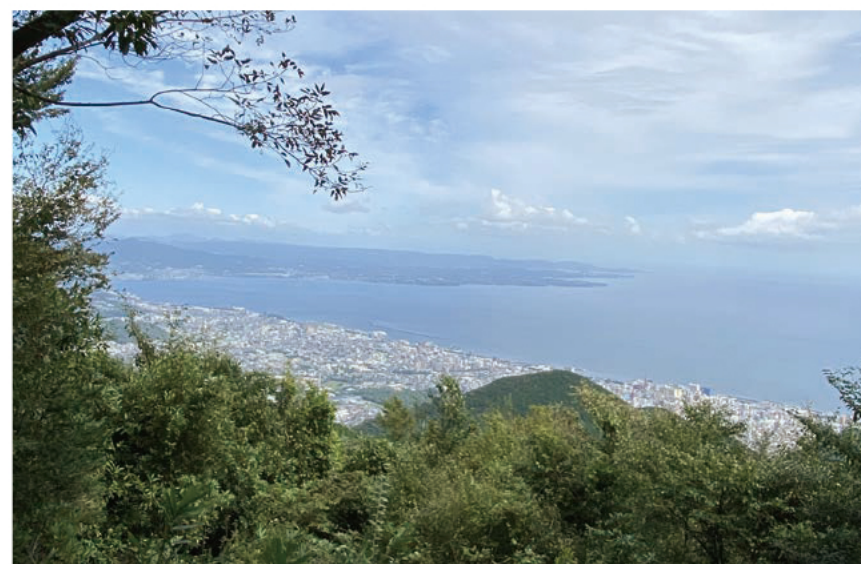
A signboard for the Mt Ojika trail

看板あり。おじか山登山道へ行く道です。

4

A little steep trail with ropes. Find Akebi fruit (Chocolate Vine) in autumn!

少し険しい道。ロープがあります。季節によって野生のあけびを食べられるかも。



5

Top of Mt Ojika, overlooking the Beppu bay
おじか山頂上 (728m)。別府湾などが一望できる絶景ポイントです。

6

The path leading to Kagurame lake. There is a bench. An area with many mushrooms.

神楽女湖方面へおりの道。ベンチあり。きのこがたくさん生えているエリアです。



7

Bamboo chips makes the road soft to walk on!

竹のチップを敷いてあり、道がふわふわしています。



8

Spacious rest area with a bench

広々とした休憩所。ベンチあり。



9

Shidaka Hakuryu Shrine, built in 1950. There is a Hokora (small shrine) after the stairs. 1950 (昭和 25) 年建立の「志高白龍神社」。小さな祠があります。



Refresh your mind and body with a therapeutic walk in the forest

An easy trail among trees with crisp air and a view to the magnificent Mt Yufu. No steep part and enjoyable for both young and old.

森林浴で 心身をリフレッシュ

樹々の間を通り雄大な由布岳を眺め、澄んだ空気の中をゆったり歩くコースです。険しい道はないので、老若男女問わず楽しめます。



1

The starting point to "Higashiyama Ikoi no Mori" is directly opposite of the Mt Yufu trailhead. You will have a splendid view of Yufu from the observatory. 「東山いこいの森」。由布岳登山口の真正面がスタート地点。雄大な由布岳の姿を拝めます。

2

A trail through a forest of towering larch trees
カラマツ林の中を歩きます。

3

The path from Aoumedai is easy and cool in summer. Feel the healing power of nature by "Forest bathing"!
青梅台からは夏も涼しく歩きやすい道。歩きながら森林浴しましょう。

4



Wide and flat trailroad. Easy for children and families with elderlies. 広くて平たん、子供や年配連れの家族にも歩きやすい道です。

5

A signboard at the crossroad. The right is to the Inoseto but too treacherous! 分かれ道のサインあり。右に進むと猪瀬戸方面ですが、道が急で危険なのでおすすめしません。

6

The top of Mt Mizuguchi (896 meters) 「水口山」 山頂。標高 896m

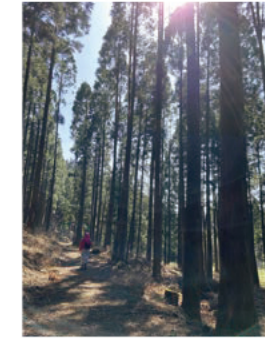


8

The path is wide and easy to walk. The panoramic view of the Kijima plateau can be seen from the observatory. 広くて歩きやすい道。展望スポットでは城島高原が一望できます。

7

A trailhead of "Inoseto trekking route" with a parking space for 5 cars. 「猪瀬戸トレッキングコース」 入口。5 台ほどの駐車スペースがあります。



9

Forest bathing: Let nature work its magic! 森林浴を楽しみましょう。



10

A spot with the magnificent Mt Yufu in front
雄大な由布岳が目の前に見えるスポット。

11

Going under the Yamanami Highway
やまなみハイウェイの下をくぐります。

12

Enjoy seasonal plants such as Primroses. Walk on wooden paths in the meadow. 季節の植物を楽しめます。春はサクランソウがキレイ。草原の中、板張りの道を歩きましょう。

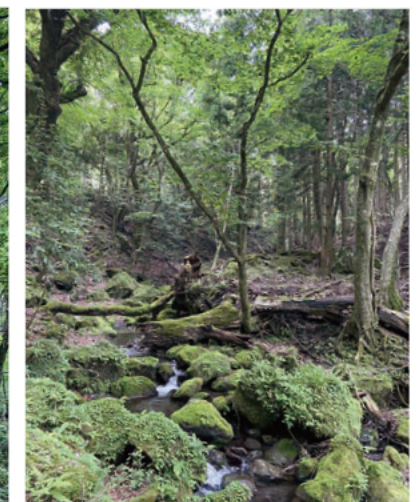
13

Varieties of flowering plants like Lycoris sanguinea (late July)
季節の植物が美しいスポット。夏はオオキツネノカミソリが開花します(7月下旬)。



14

The forest is chilly even in summer. A serene stream adds a refreshing atmosphere. Find the ruin of ice storing hut "Himuro".
夏でもひんやりした森。小川があり、さわやかな空気に包まれた場所です。かつて氷を作っていた「氷室小屋跡」があります。



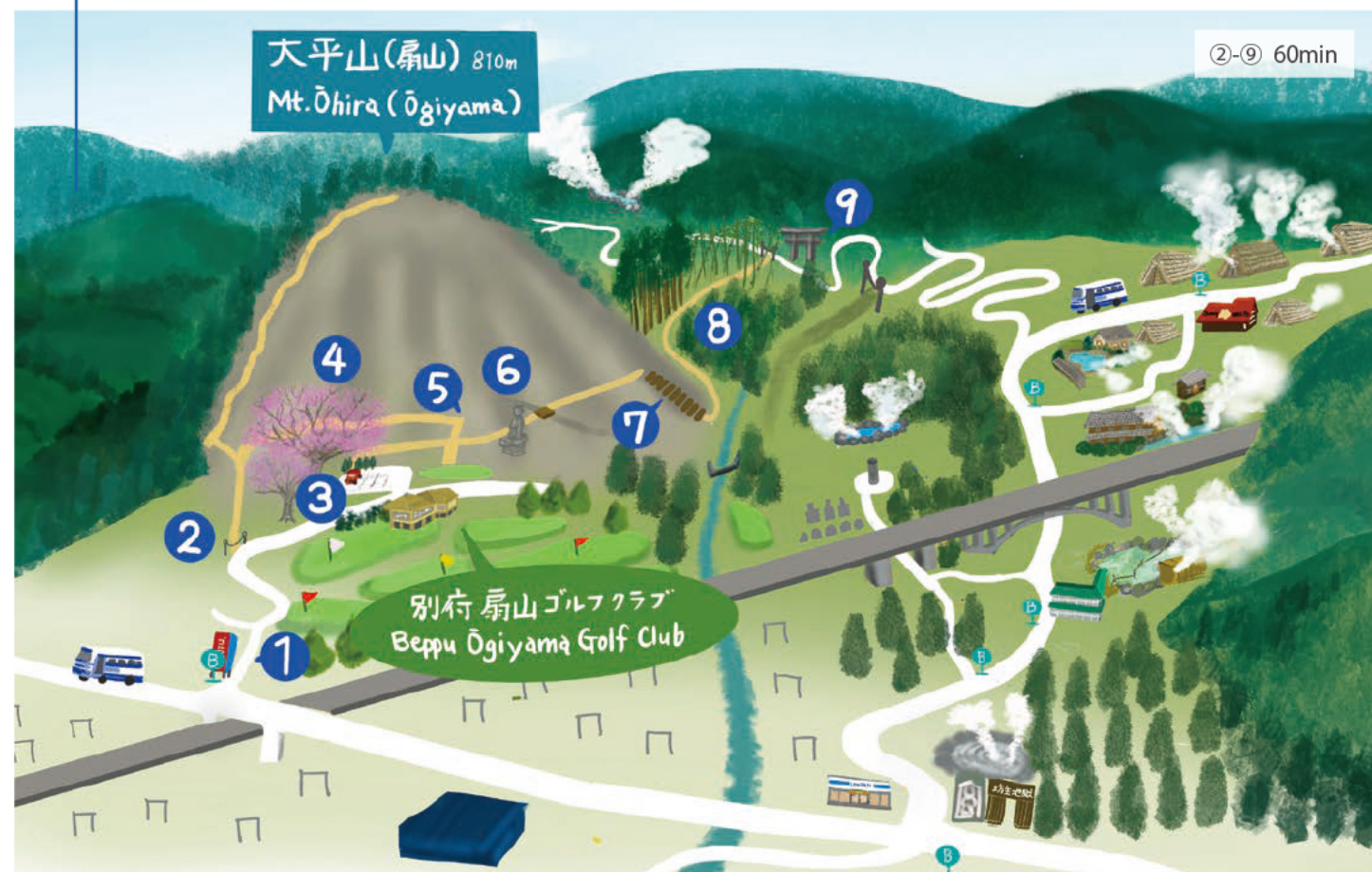


Walk in the grassy hill with the panoramic view of the bay and the city

Mt Ōhira is well-loved by locals. The route is through an open path, secret hot springs, and a shrine.

海と町の景観を楽しみながら草原を歩く

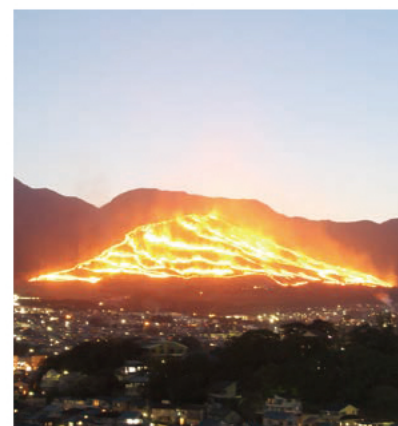
遠くまで見渡せる道が多く気持ちよいルート。野湯や神社など立ち寄りスポットも満載です。



- Find the big signboard of "Beppu Ōgiyama Golf"
「別府扇山ゴルフ倶楽部」看板が目印。

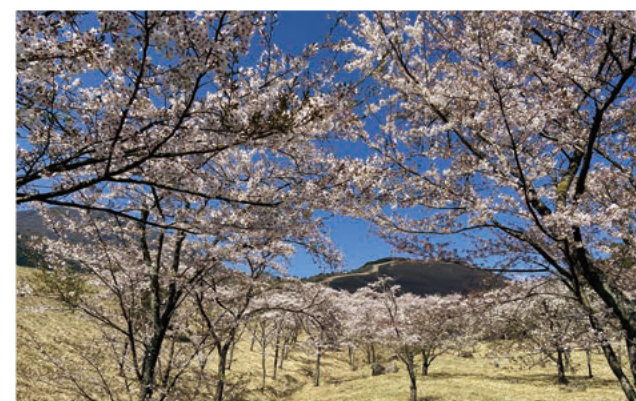
- A trailhead. There is a chain on the left side of the road.
登山口入口。道左側に鎖があります。

memo



Mt. Ohira
Mt Ōhira is visible from anywhere in the city. Its nickname is Ōgiyama, and loved by locals. The part of the slope differs in color as it is burnt every spring at the Ōgiyama Fire Festival.
大平山
別府のそこかしこから見られる「大平山」。「扇山」と呼ばれ地元の人に親しまれています。中央部分だけ山肌の色が違うのは、「扇山火まつり」で野焼きが行われるためです。

- Another trailhead. No signboard. Enter from the far left of the parking lot.
登山口入口。看板はなし。二段駐車場の左奥が入口。

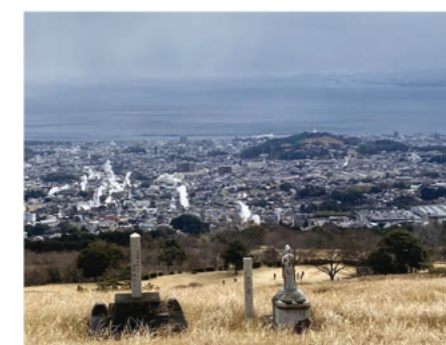


- A panoramic viewpoint of Beppu Bay. Also one of the best places to admire cherry blossoms in the city with its incredible 6000 Sakura trees!
別府湾を一望できる眺めのよい場所。春には約6000本の桜が花開く、別府屈指のお花見スポットです。

Wonderful!



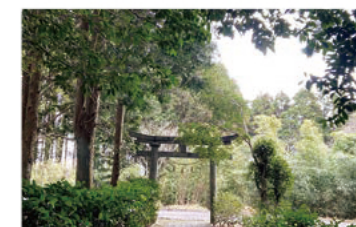
- Intersection. Go straight down to the right for the golf clubhouse. Take a break to enjoy the panorama of Beppu.
交差点。右下にまっすぐ下りるとゴルフクラブハウスが見え、別府湾を一望できます。



- Intersection. for Watatsukai Otohime Kannon and Mangoku Memorial Tower
「綿津海乙姫観音」と「萬國慰霊塔」に行ける交差点。

- Careful at the steep stairs!
急な下りの階段あり。

- Find a chain at the end of the cypress forest and bamboo grove. Proceed toward the right.
ヒノキの森と竹林の先に鎖があり、右に進みます。



- Ebisu Shrine with a stone Torii gate and a small Hokora shrine.
石の鳥居と小さな祠がある「恵比寿神社」。

memo



Not only this trail has many points of interest, but it starts from a bus stop at "Beppu Ōgiyama Golf Club" and ends at another in "Myoban", making it so convenient even without a car! Let's hop on a bus for an adventure!
ここで紹介したのはスタート地点のゴルフ場も、帰りの「明礬」もバス停があるコース。交通の便がよく見どころ満載なので、気軽に挑戦してみましよう。

Mt Tsurumi・Uchiyama・Garandake・Tsukahara 鶴見岳・内山・伽藍岳・塚原



Experience the power of sleeping volcanos

This mountainous route takes you through volcanic fumes and unique hot springs! Get on the Beppu ropeway to start the trek from the top of Mt Tsurumi!

眠れる火山の パワーを体感する

火口から上がる煙や個性派温泉を楽しみながら歩く連山ルート。「別府ロープウェイ」を使うと鶴見岳山頂からのスタートは簡単です。



1

The top of Mt Tsurumi. Find a signboard at the back of the TV antenna and proceed towards Uchiyama and Tsukahara.
「鶴見岳」山頂。テレビアンテナの裏へ行くと看板あり。内山・塚原方面へ歩きます。



2

There is a closed signboard for "Umanose".
「馬の背」は通行止めの看板あり。

3



Go down from the top until you find the signboard of "Funazoko".
山頂から「船底」の看板まで下ります。

4

"Funazoko Shindo" is the detour. The path is flat with a view to Mt Yufu. Watch out for pebbles. Find the signboard.
迂回路「船底新道」は由布岳が見える平坦な道ですが、足元の石に注意しましょう。看板あり。



5

Go towards Uchiyama while following colored ribbons. There are some uphill. 内山方面へはリボンを確認しながら、上り坂を歩きます。



6

Mt Uchiyama summit (1,275 meters)
標高 1,275m の「内山」頂上。

7

volcano observatory 火山観測局



8

A view point to the volcanic steam. There are ropes.
伽藍岳の湯けむりが見えるポイント。ロープがあります。

9

A signboard on the mountain trail
登山道の看板あり。

See page 12 for details on Garandake. 「伽藍岳」の詳細は 12 ページへ >>

High iron ion content. 1st in Japan / High acidity, 2nd in Japan
Lots of aluminum ions. 2nd in Japan

日本1位 鉄イオンの多さ / 日本2位 酸性度の高さ
日本2位 アルミニウムイオンの多さ



10 Tsukahara Onsen Crater Spring 塚原温泉 火口乃泉

"Tsukahara Onsen Crater Spring" is one of Japan's 3 major medicinal springs with its strong acidity and 800 years of history. People come from far and wide to enjoy the unusual quality of water and spectacular scenery. Worth coming even only for a visit to the crater.

日本三大薬湯といわれる「塚原温泉 火口乃泉」は、800 年以上の歴史がある酸性泉。珍しい泉質や絶景が楽しめるため、日本全国から湯治客が訪れます。火口見学だけでも楽しめます。

- Inquiry information -

TEL: 0977-85-4101

Address: 1235 Tsukahara, Yufuin, Yufu, Oita

Open: June-August 9:00-19:00 (reception until 18:00)

September-May 9:00-18:00 (reception until 17:00)

Closed: New Year holidays, bad weather

Facilities: Indoor or open-air bath, private bath

電話: 0977-85-4101 住所: 大分県由布市湯布院町塚原 1235

営業時間: 6-8 月 9:00 ~ 19:00 (受付 18:00) / 9-5 月 9:00 ~ 18:00 (受付 17:00)

定休日: 年末年始、悪天候時 施設: 内湯、露天風呂、家族風呂



Enjoy the volcanic fumes and the panorama of Beppu

The route through a unique landscape with volcanic vents. The summit provides a magnificent 360° panorama.

火山の噴煙と別府のパノラマを満喫

噴煙が立ち上る、独特な景観の中を進むコース。頂上は 360° のパノラマで抜群の解放感です。



① A parking lot. There are chains for climbing.
駐車場あり。鎖があります。

② Crossroad, the left is for Tsukahara Onsen and the right is for the Garandake.
交差路。左は「塚原温泉」方面。右が「伽藍岳」頂上への道です。

③ Crossroad, the left is to the craters and the right is to the summit. Go up while watching the steams on your left.
交差路。左は火口、右は頂上への道。噴煙を見ながら上ります。

④ Crossroad, the right is for Uchiyama & Mt Tsurumi. Straight for Myoban, and the left is for Garandake.
交差路。右は「内山・鶴見岳」の縦道、直進は「明礬」。伽藍岳は左に進みます。

⑤ Beppu bay suddenly appears in front.
ふいに、別府湾が目の前に現れます。



⑥ Garandake summit (1045m) after going up narrow paths
「伽藍岳」山頂 (1045m)。狭い道をひたすら上るとたどり着きます。

⑦ Proceed a little more from ⑥ to reach "Nishimine (west peak)" How thrilling to look down on the craters!
⑥から少し進むと「西峰」に到着。真下には火口が見えてスリル満点！

memo



Garandake
Also known as Mt Iou, is the very source of Beppu hot springs!
伽藍岳
別名「硫黄山」と呼ばれ、別府温泉の熱源域とされています。



Stroll around in a world of fairy tales

The legend of "Kujū-kuzuka" says that Oni (Japanese ogre) made the mounds of Tsukahara. A small village existed from the 4th century. A quiet, quaint, and compact community.

童話のような世界を歩く

オニが作ったという「九十九塚伝説」がある塚原。4 世紀には集落が存在したとの記録が残っています。



① Find more at the Tsukahara Plateau Tourist Information Center.
「塚原高原観光案内所」で情報収集しましょう。



② A beautiful path with a view of Mt Yufu over the vast plateau
広々とした高原の向こうに由布岳を見ながら歩く、贅沢な散歩道。

＼Cleanse your mind & body!／



③ "The sense of wonder holistic glamping" is the place for a resort-style gorgeous camping experience.
「the sense of wonder holistic glamping」。リゾートスタイルのゴージャスなキャンプができる施設です。

①-③
1,500m

①-④
1,200m

③-④
1,000m



④ Enjoy the reasonably priced, natural yeast bread in "Onipan Cafe"! Tasty baked goods made with lots of love!
リーズナブルな天然酵母のパン屋さん「オニパンカフェ」。

①-⑤
1,000m



⑤ "Kirishima Shrine", famous for the soft and delicious spring water
柔らかくおいしいと評判の名水が湧く「霧島神社」。

⑥ Easily accessible from the Yufudake PA Smart IC
アクセスが便利な「由布岳 PA スマート IC」。



Beautiful rice terraces and open hiking trails

Uchinari, a village with historic rice terraces. Mt Takasaki has an easy hiking course with an open view. Plenty of interesting places!

美しい棚田と開放的なハイキングコース

歴史ある棚田の集落「内成」と、歩きやすくて開けた景色が気持ちいいハイキングコース「高崎山」。見どころが多く、多彩な楽しみが待っています。



- 1** Uchinari Community Center. There are a toilet and a bus stop. Maps also available.
「内成自治公民館」。内成のマップ、バス停、トイレあり。

- 2** The large ginkgo tree is over 1,500 years old!
樹齢 1500 年越えといわれる大イチョウ。

memo

Meet wild monkeys!

Do not look into their eyes when you encounter them!

サルに会える!?

運がよければ、高崎山でサルに遭遇するかも。そのときは、目を合わせてはいけません。

Find messageboards at Mt Takasaki

Take a moment to read different messages on the hiking trail!

高崎山からのメッセージを探そう

ハイキングコースの随所にメッセージがあります。ぜひ読んでみてください。



- 3** Walk down the footpath just below "Taromaru" bus stop and veggie stall to find the spectacular view of Hurricane lilies (late September) and rice terraces.
バス停「太郎丸」と野菜直売所。すぐ下のあぜ道を歩いていくと、ヒガンバナ（9 月下旬）と棚田の絶景スポットがあります。



- 4** Farmers sit on "Tsukimi stone" to admire the moon after work.
「月見石」。人々は農作業の後、ここに座り月を眺めたといえます。



- 5** Enjoy your lunch overlooking the spectacular view of the village. A table, bench, and parking are right here!
駐車場、ベンチ、テーブルがある絶景スポット。お弁当を食べるのにぴったり。

- 6** "Mizunashi Waterfall" runs dry during the rice planting season.
「水無の滝」。田植えの時期には水がなくなります。

- 7** Ōgamine Shrine, surrounded by greenery and tranquility.
緑に囲まれ静けさが漂う「大神峰神社」。

- 8** Mt Takasaki trailhead. Open the gate to enter. Make sure to close every time.
高崎山入口。ゲートは手で開けて中に入れます。開けたら閉めること。

- 9** A composting toilet.
No water.
バイオトイレ。

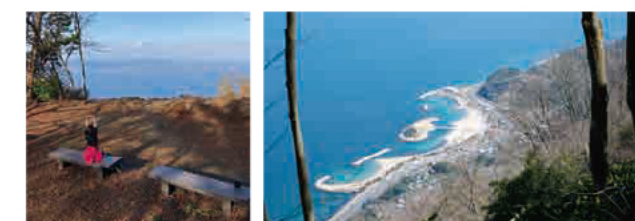


- 10** A scenic route overlooking the town of Hazama. Beautiful foliage in autumn and cherry blossoms in spring.
狭間の町を見下ろせる景色のいい道。秋は紅葉、春は桜が楽しめます。

- 11** Find remnants of Mt Takasaki castle and medieval battles. The place was used to guard against foreign ships and send smoke signals at the end of the Tokugawa shogunate.
かつての戦いの拠点、高崎山城の名残がある場所。幕末には外国船を監視し、のろしを上げるために使われていたそうです。



- 12** Forest therapy road. Lie down in the center of the square surrounded by tall cedar trees and gaze at the sky.
森林セラピーロード。その先に高い杉の木に囲まれた広場があります。寝転んで空を眺めてみましょう。



- 13** Mt Takasaki (628m), with a view to the breathtaking coastline of Tanoura Beach
「高崎山」山頂 (628m)。「田ノ浦ビーチ」の美しい海岸線が見られます。

Kanagoe mountain range 鹿鳴越連山

A trail through a mountain range with intriguing histories

The course is through a mountain range with 6 peaks including Mt Nanatsuishi, Mt Kyōzuka, and Shiroyama. Select different routes depending on your physical strength and mood.

深い歴史と物語を感じる 連山コース

「七ツ石山」「経塚山」「城山」など6つの山が繋がっている連山です。体力や気分に合わせて、さまざまなルートを楽しみましょう。



memo

Kanagoe Mountain Range

The name means "a treacherous path that makes even deer bleat". But have no worries, the course offers a variety of routes for every level.

Climb up from "Nishi Kanagoe ⑩-⑭" and down from "Higashi Kanagoe ⑱-⑰" to circle the area to enjoy different routes.

鹿鳴越連山

“鹿が鳴くほど険しい道”が由来とされる「鹿鳴越連山」は、トレッキングを楽しむために多彩なコースが用意されています。上りは「西鹿鳴越道 ⑩-⑭」、下りは「東鹿鳴越道 ⑱-⑰」を通れば、同じ道を使うことなく一周できるのも大きな魅力です。



1

"Yokotsu shrine" Go up the path near the bamboo grove to find the trailhead. 「横津神社」。竹林そばの道を上ると登山口あり。

2

Hike up to the Torii gate at the summit from this point. Go straight ahead for the parking lot. 頂上の鳥居へ行くにはココから山道に入るのがおすすめ。入らずまっすぐ進むと駐車場です。



3

Shiroyama with an impressive view of Hiji town beneath. Jizo statues are guardians of children and travelers. 「城山」山頂。日出町が眼下に広がる迫力ある景色です。たくさんのお地藏様がいます。

4

A bumpy and narrow path 道が狭い岩場を歩きます。

5

The summit of "Mt Yurino" 「百合野山」山頂。



6

Find a signboard for Yamaga (山香) to go to ⑧,⑨ サインあり。⑧、⑨へ行くには山香方面に進みます。



7

A small sign on a tree. Go down to the right for 5 minutes and find a steep climb with a rope. 木に取り付けた小さなサイン。右へ5分ほど下ると、急な山道をロープで登る道があります。



8

Mt Itago with an excellent view of Beppu Bay. 「板川山 (いたごさん)」。別府湾が見下ろせる絶景ポイントです。



- 9 The summit of "Mt Nanatsuishi" with 7 large boulders. Enjoy the view from the top!
「セツ石山」頂上。7つの大きな石があります。石の上から絶景を眺めましょう。



- 11 Stones were cut out here at the old quarry.
旧石切場。昔、ここから石を切り運び出していました。



- 12 Have a break on a stone bench!
石のベンチ。一休みするのにぴったりで。

- 10 Stop at "Yamada Yūsui" for delicious spring water.
山田湧水。おいしい水を汲める給水ポイントです。

- 13 Beppu Bay viewing spot
別府湾を見下ろせる絶景スポット。

- 14 A crossroad: the right is for Mt Nanatsuishi and the left is for Mt Kyōzuka.
分岐点。右は「セツ石山」、左は「経塚山」。



memo

Tonosama road

The "Higashi Kanagoe ⑰-⑱" path is where feudal lords once used to travel on a palanquin. Old stone walls are the remnants of those bygone times.

Xavier's path

The path ⑩-⑭ has a trail that is believed to have been taken by Francis Xavier, a famous missionary who introduced Christianity to Japan.

殿様道

「東鹿鳴越道 ⑰-⑱」は、かつて籠に乗ったお殿様が通った道。今でも古い石垣などが残っており、当時の名残を感じながら散策できます。

ザビエルの歩いた道

日本にキリスト教を伝えた宣教師、フランシスコ・ザビエルが通ったとされる道⑩-⑭が残っています。



- 15 Find a sign of the road that missionary Xavier took. ザビエルが通った道のサインがあります。



- 16 Mt Kyōzuka summit offers a rare sight of Miyama Kirishima, alpine azalea, on the 600m class mountains. (early-mid May)
「経塚山」山頂。600m級の山頂では珍しい、ミヤマキリシマの群生がみられます(5月上旬～中旬)。

- 17 A trailhead of "Tonosama road"
「殿様道」入口。



- 18 Tonosama road with stone walls
「殿様道」。石垣の道が続いています。

- 19 "Ishizuchi Shrine" has a path with cherry blossoms!
「石槌神社」。桜の道があります。

Itogahama Beach park 糸ヶ浜海浜公園



A park with auto-camping sites, log cabins, tennis courts, and a baseball field!
海水浴場を中心にオートキャンプ場、ログキャビン、テニスコートがあり、野球もできる運動場を備えたレジャー公園です。

Reservation / inquiries

Itogahama Management Office (inside the Itogahama Seaside Park Management Building)

TEL: 0977-72-0555

Address: 6842 Ōga, Hiji-machi, Hayami-gun, Oita

Closed: Every Monday (If Monday is a national holiday, the next day) * Open daily in July and August.

糸ヶ浜管理事務所(糸ヶ浜海浜公園管理棟内)

電話: 0977-72-0555 住所: 大分県速見郡日出町大神 6842

定休日: 毎週月曜(祝日の場合は翌日) ※7・8月無休



Venture into the unknown and touch the ancient history and nature

Admire the strange formation of rocks and trees! The 11km route offers many points of interest like the quaint remains of a mossy temple, a carved rock, a contemporary artwork, and many more.

歴史と自然のロマンに 圧倒される未知の体験

大自然の作り出した奇岩や植物を愛でながら進みましょう。苔むした寺の跡や大きな岩屋、現代美術作品鑑賞など、全長 11km の見どころたっぷりのコースです。



memo

"Rokugo Manzan"

Rokugo Manzan is a general term for temples and shrines scattered among 6 villages centering Mt Futago between Usa and Kunisaki. A monk named Ninmon opened this religious realm in the Yorō 2 (718). The unique culture of "Shinbutsu Shugō" (syncretism of Buddhism and Shintoism) continues here for 1,300 years.

Kunisaki Hantō Minemichi Long Trail

The trails have been used by monks from old times for the practice of religious austerities called "Rokugo Manzan Mineirigyō".

六郷満山

六郷満山は、宇佐・国東の中央にある両子山を中心に、6つの郷に点在する寺社の総称です。718(養老2)年、仁聞菩薩が開基したといわれ、独自の文化である「神仏習合」は1300年前から現代まで続いています。

国東半島峯道ロングトレイル

「国東半島峯道ロングトレイル」は、六郷満山の僧侶が古くから行う修行「六郷満山峯入行」をベースに構成されています。



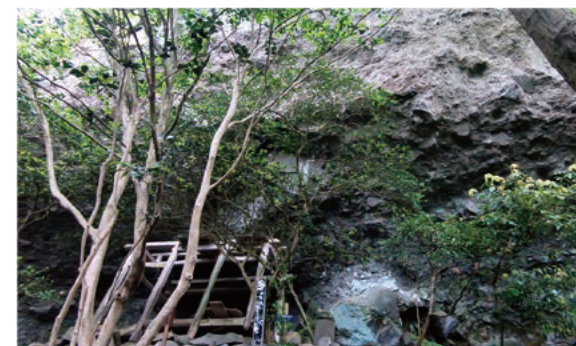
1 3 temples and shrines: "Reisenji temple", "Jissō-in", "Rokushogū" line up in the east of the scenic Ebisudani valley, also known as Ebisuyaba.
「靈仙寺」「実相院」「六所宮」。大分県の名勝である「夷谷(えびすだに)」(夷耶馬とも呼ばれる)の東に、3つの寺社が並んでいます。



2 Ushironogoe trailhead
「後野越入口」。

3 Wari-ishi (Split stone)
「割石」。

4 A colony of Mitsumata, the Oriental paperbush. Yellow flowers bloom all around in spring.
春には黄色の花が咲く、ミツマタ群生地。



5 Ōfuji Iwaya with a decaying Amidadō temple
「大藤岩屋」。朽ちかけた阿弥陀堂があります。

4-5 Some steep paths with chains and ropes
鎖やロープの険しい道あり

5-6 A cliff on the left. Go on a rope.
左側が崖、ロープに捕まり進みます



6 "Amidagoe" with a view to strange rock formations, perfect for a break. Use a chain to go down.
「阿弥陀越」。奇岩の景観を楽しめる見晴らしのよい場所で、休憩にもぴったり。下り道には鎖があります。

6-7 Do not get lost here! Go up towards left to reach **7** 迷いやすい場所! 左斜めにのぼる道を行くと**7**へ行けます。



Expose yourself to the Buddhist culture and get the feel of a pilgrimage!

仏教文化を全身で感じ、お遍路さん気分になるコース



- 7 Ōfudo Iwaya is a spiritual spot with an enormous rock carved by nature. A stone Buddha is enshrined in the back. 「大不動岩屋」。自然が作り上げた大きな岩屋は、感動的なパワースポット。奥には石仏が鎮座しています。



- 8 "Shiritsuki Iwaya" with 6 Kannon (Goddess of Mercy) enshrined 「尻付岩屋」。6体の観音様が安置されています。

- 9 Sentoji temple. Stop for a toilet break. Continue if no time. 「千燈寺」。トイレあり。時間がない場合はショートカットできます。

- 10 The entrance of the former Sentoji temple. Go under the aged Torii gate and follow the mountain path. 「旧千燈寺」の入口。壊れかけた鳥居をくぐって山道を進みましょう。



- 11 Nio statues stand on the ruins of the main hall of the former Sentoji Temple. 「旧千燈寺」の本堂跡に一对の仁王像が佇みます。

memo

The former Sentoji Temple once prospered and used to be called "Mt Kōya of the west". The temple is abandoned but the remnants of that time remain. かつて「西の高野山」と称され繁栄した「旧千燈寺」。廃寺となった今も、当時の面影が残ります。



- 12 "Former Sentoji Okunoin" is built in a cave with numerous stone Buddhas. 「旧千燈寺奥の院」。岩窟の中に建てられており、たくさんの石仏が出迎えてくれます。



- 13 A superb view point 絶景ポイント。



Mossy Gorintō towers in a quiet forest
苔むした五輪塔

- 14 "Gorintō" towers (five-part gravestones) Don't get surprised at the first sight, there are many more as you go further. 五輪塔の大群。奥に進む程数が多くなり、圧巻です。

- 15 "Fudō-chaya" with a parking lot and a toilet. Take a break inside. 「不動茶屋」。駐車場やトイレがあり、建物の中で休憩できます。



- 16 "Itsutsuji Fudō", built as if sticking to the boulder. A superb viewpoint to Himeshima and the islands of the Seto Inland Sea. 「五辻不動」。岩に張り付くように建てられており、姫島や瀬戸内海の島々が見えます。

- 17 A life-sized iron sculpture "ANOTHER TIME XX" by Antony Gormley. 191cm / 629kg. アントニー・ゴームリー (Antony Gormley) が作った等身大の鉄の彫刻『ANOTHER TIME XX』があります。191cm・629kg。

- 18 "Iwatoji Goe" hut for a rest inside with a bench and a table. 「岩戸寺越休憩小屋」。小屋の中にベンチとテーブルがあります。



The Nio statues on the approach of "Iwatoji Temple" were carved during the Muromachi period (1336-1573) and are the oldest of their kind. Go up to the end of the stone steps and find a Hokora shrine giving off a sacred atmosphere at the foot of a large rock. 「岩戸寺」。参道の仁王像は室町時代のもので、国内最古の石仏仁王像といわれています。石段をのぼりきった先には大きな岩が待ち構えており、その足元には小さな祠があります。神聖な空気が漂う場所です。

Fascinating landscapes created by human and nature

The route starts from "Kumano Magaibutsu" where the largest stone Buddha statue in Japan is enshrined. Enjoy the impressive scenery created and conserved by the ancestors with their admiration for the majestic nature.

歴史と自然のロマンに 圧倒される未知の体験

日本最大級の石仏「熊野磨崖仏」からスタートするコースです。自然の雄大さを生かしつつ、先人たちが作り、守り続けてきた風景に心打たれます。



①-③ 120min
③-⑥ 60min
⑥-⑨ 70min
⑨-⑪ 50min
⑪-⑫ 40min



1 Kumano Magaibutsu is the oldest and largest stone cliff Buddha in Japan. The long steps leading from the Torii entrance are said to have been built in overnight by Oni, the Japanese ogre.
「熊野磨崖仏」。鬼が築いた険しい石段の先にある、日本最古・日本最大級の磨崖仏です。

memo

Tashibunoshō
A landscape with rice paddies, unchanged for 1200 years. Once used to be Shōen manor of Usa Jingu Shrine and passed down as a national heritage.
田染荘（たしぶのしょう）
1200 年前からほとんど変わらない景観の荘園。宇佐神宮の農園として誕生し、現代に受け継がれています。



2 Denjōji temple (Makiōdō) with 9 giant Buddha carvings. The statue of Daiitokumyōō is the largest in Japan.
「傳乗寺（真木大堂）」。巨大な仏像が 9 体安置されています。「大威徳明王像」は日本一の大きさです。

3 Go left after crossing the bridge.
橋を渡ったら左に進みます。



4 Anaido Kannon, also called Wet Kannon, is enshrined inside a cave with bats.
「穴井戸観音」。コウモリがいる洞窟の中に観音様が安置されており、「濡れ観音」とも呼ばれています。



5 Asahi (Sunrise) Kannon and Yūhi (Sunset) Kannon. A view spot to Tashibunoshō.
「朝日観音」と「夕日観音」。「田染荘」を見渡せるビュースポットです。

6 Enjuji Temple, built in 1641.
1641 年に開かれたお寺、「延寿寺」。

7 Hotaru no Yakata (A House of Fireflies) for toilet stops.
「ほたるの館」。トイレがあります。



8 Koriba, the place where they bathed in cold water for purification before praying to the gods and Buddha.
「垢離場（こりば）」。神仏への祈願前、冷水で身を清めた場所です。

9 Ōuchi Iwaya Kannon. Stop by if you have the physical strength and time!
「大内岩屋観音」。体力と時間がある人は立ち寄りましょう。



10 Oku-atagosha shrine, built in 722 in the Nara period.
「奥愛宕社」。奈良時代・722 年創建と伝えられる古い神社です。



11 Utsugi Tōge Ike pond, an open and peaceful atmosphere.
「空木峠池」。広々としてのどかな場所です。

12 Kōzanji Temple, built at the end of the Heian period. Burnt down in the Edo and was reconstructed in Showa 59 (1984)
「高山寺」。平安時代末期の建立で、江戸時代に焼失。1984（昭和 59）年に再建されました。

Bicycle rental レンタサイクル

Go for a ride around the Tashibunoshō area!
田染地域を自転車でゆったり散策

Maps also available.
マップもあるよ！



Inquires
[TASHIBU KURABITO 田染交流館蔵人（くらびと）]
588 Tashibumanaka, Bungotakada, Oita
"Tourist Information Center"
Open: Wednesday, Friday, Saturday 10:00-16:00
Rental fee (electric bicycle): ¥500/day
大分県豊後高田市田染真中 588
「観光案内所」営業：水・金・土曜日 10:00～16:00
レンタル料金（電動自転車）：500 円／日



Impressive megaliths, strange rock formations, and stone circles

Kunisaki in Oita Prefecture has many legends and places associated with rocks. Let's go find out!

迫力の巨石・奇岩・ストーンサークルめぐり

石にまつわる物語やスポットが点在しているルートをめぐっていきましょう。



- 1** Matama Onsen Sansui-sō (Spa Land Matama), with hot springs, restaurants, and rest areas
「真玉温泉山翠荘 (スパランド真玉)」。温泉、レストラン、休憩所などがあります。

- 2** Mt Inomure trailhead. No signboards on the way. Proceed to the sign and enter the road next to the building.
「猪群山入口」。途中に案内がないので看板まで進み、建物の横の道を入ります。

memo

Matama Onsen

Located in a famous sunset spot, Matama, this hot spring is known for the richness in minerals and also mentioned in the old literature from 670 years ago.

真玉温泉

夕陽スポットとして有名な真玉にあり、ミネラルたっぷりて泉質がよいと評判。およそ 670 年前の文献にも記されている、歴史ある温泉です。

- 3** Yamano-kami. Go up the stone steps to reach the Nio statues after the Torii gate.
「山の神」。石段を上り鳥居をくぐって進むと、仁王様の姿があります。

＼ Incredible! ／



- 4** "Tateishi" is a massive rock with a height of 11m on the mountain slope. There are ropes on the path.
「立石」。山の斜面にある高さ 11m の巨石です。前後の道にはロープがあります。



- 5** Ippuku-Bō. A superb observatory to distant mountains.
「いっぷく望」。遠くまで見渡せる絶景ポイント。

- 6** The top of Mt Inomure. (458 m) Once used to be a sacred place closed to women.
「猪群山」山頂。標高 458m、かつては女人禁制の霊場でした。



- 7** The stone circle, estimated to be 1,800 years old. A famous spiritual healing spot full of mysteries. A great viewpoint.
1800 年前のものと推定されるストーンサークル (環状列石)。謎に満ちた人気のパワースポットで、見晴らしのよい景色も楽しめます。



- 8** Inomure Shrine. After going through the Torii gate, you'll see the big stone carving of a cow!
「飯牟礼神社」。鳥居をくぐって進むと大きな牛の石像があります。



- 9** Myōkengū shrine.
「明鏡宮 (みょうけんぐう)」。

- 10** A junction of mountain trails. Go down the trail from here on.
登山道合流地点です。ここから先は下り道。



- 11** "Reisenji temple", "Jissō-in", & "Rokushogū" have parking lots and toilets.
「霊仙寺」「実相院」「六所宮」。駐車場・トイレあり。

A soul-stirring nature! 心揺さぶる時間が待ち受ける

Waterfall / Canyon 滝・溪谷

A magnificent waterfall in an unexpected place, a ravine with limpid waters and spiritual healing power... Here are the destinations to receive the beautiful blessings of water with all your senses!

突然目の前に現れる雄大な滝、清らかな水に触れ心癒される溪谷——。水の恵みを五感で受け取る、おすすめスポットをご紹介します。

Also known as
Uraminotaki
別名「裏見の滝」



① Fukinonotaki Falls 福貴野の滝
Souzu, Ajimomachi, Usa City, Oita Prefecture
大分県宇佐市安心院町寒水

A waterfall with a vigorous
flow and legend of a dragon.
圧倒的な水量で豪快に流れる



② Ameushinotaki Falls 黄牛の滝
Ōaza Kariono, Taketa City, Oita Prefecture
大分県竹田市大字刈小野

Very popular with families. Promenade of the clear stream!
家族連れにも大人気！清流の遊歩道



③ Takkiri Keikoku Ravine 岳切溪谷
1731 Jobetto, Innaimachi, Usa City, Oita Prefecture 大分県宇佐市院内町定別当 1731



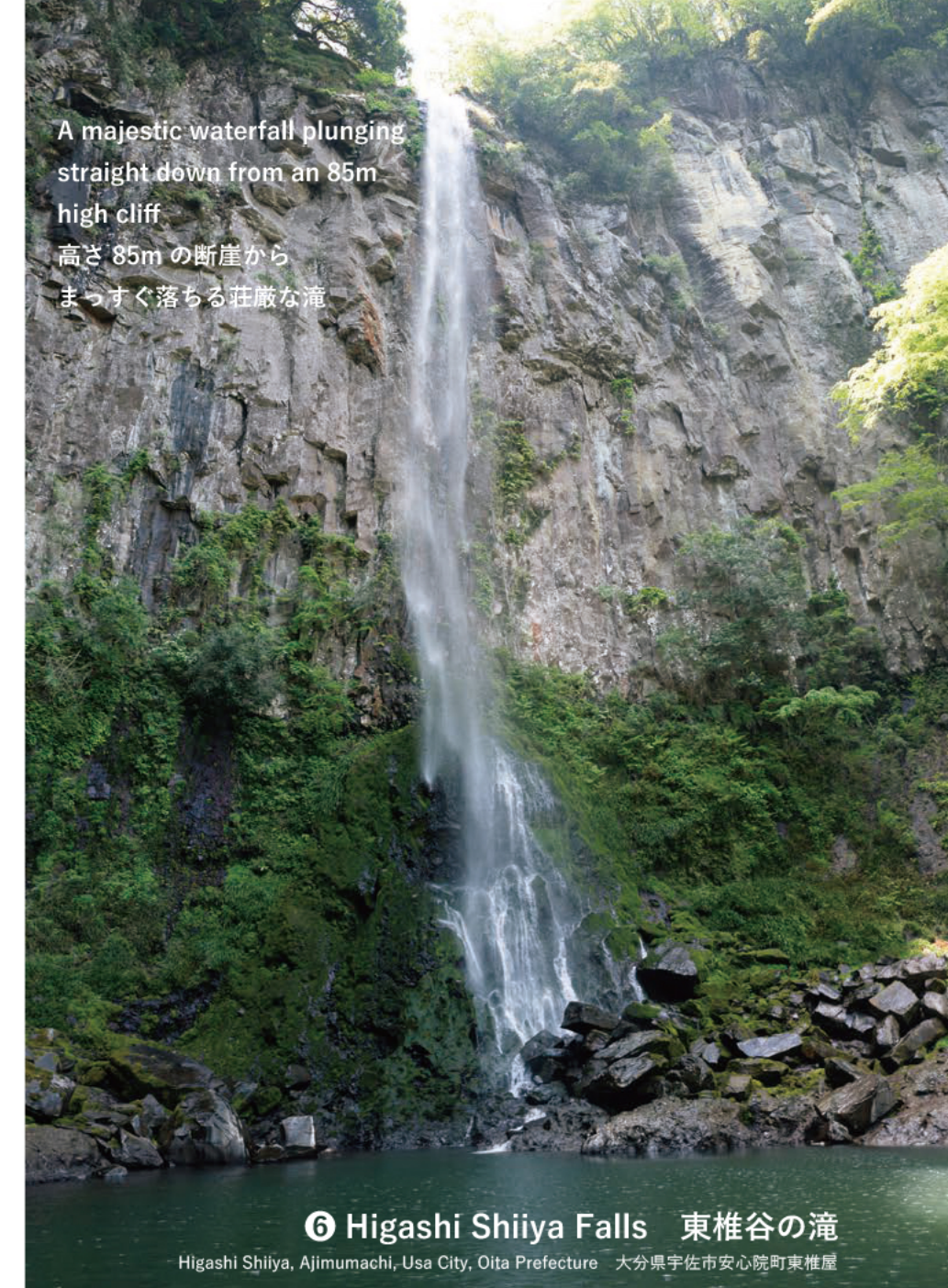
④ Ryumonnotaki Falls 竜門の滝

Matsugi Ryūmon, Kokonoe-chō, Kusu-gun,
Oita Prefecture
大分県玖珠郡九重町松木龍門



⑤ Meisuinotaki Falls 名水の滝

Asono, Shonai-cho, Yufu-City, Oita Prefecture
大分県由布市庄内町阿蘇野



A majestic waterfall plunging
straight down from an 85m
high cliff
高さ 85m の断崖から
まっすぐ落ちる荘厳な滝

⑥ Higashi Shiiya Falls 東椎谷の滝

Higashi Shiiya, Ajimomachi, Usa City, Oita Prefecture 大分県宇佐市安心院町東椎屋



Two sacred waterfalls guarded by Fudō Myōō
不動明王が見守る神秘的なふたつの滝

⑦ Otobarunotaki Falls 乙原の滝

Otobaru, Beppu City, Oita Prefecture 大分県別府市乙原



Feel the exhilaration of biking through nature!
自然の中を走り抜ける爽快感！

Cycling

Nakatsu 中津

Splendid views along a graceful bike ride
スイスイ進めば絶景の連続



Listed as one of the most scenic places in Kyushu. The old railroad has been maintained as a cycling path, making its slopes gentle and easy to ride
九州屈指の景勝地「耶馬溪」。勾配も穏やかで走りやすく、見どころ満載



1. Yabakei is about the spectacular rock peaks!
 2. Cycle through endless tunnels. Park your bike at "Aonodomon" for a stroll.
 3. Yabakei Bridge, the longest stone bridge in Japan
 4. Shimogo Town Tourism Association is a unique agricultural cooperative that deals only with organic products. Try the delicious yogurt drink.
1. 耶馬溪といえば大迫力の岩峰群 2. いくつかのトンネルをくぐります。「青の洞門」は自転車をとめて歩くのがおすすめ 3. 日本一長い石橋「耶馬溪橋」 4. 「下郷町観光協会」は、有機栽培宣言をしている、日本では珍しい農協。飲むヨーグルトが絶品



Inquiries

"Yabakei Cycling Terminal"

TEL: 0979-54-2700

Address: 353 Oaza Kakisaka, Yabakeimachi, Nakatsu, Oita

Open: October-April 8:30-17:00 / May-September 8:30-19:00

Closed: Wednesday (December-February is Tuesday / Wednesday), New Year holidays

Bicycle rental fee: Adults (3 hours) 400yen, (Free time) 500yen / High school students and younger 200yen

* Free showers available if you rent a bike.

* Information and maps available

〔耶馬溪サイクリングターミナル〕

住所：大分県中津市耶馬溪大字柿坂 353

電話：0979-54-2700

営業時間：10月-4月 8:30-17:00 / 5月-9月 8:30-19:00

定休日：水曜日（12月-2月は火曜日・水曜日）、年末年始

レンタサイクル料金：大人 400円（フリータイム 500円）

高校生以下 200円

※サイクリング利用者はシャワー室を無料で利用可

※情報・マップが置いてあります



Kunisaki 国東

Cycling in the comfort of the sea breeze
海風を浴びてのびのびサイクリング



Get a cycling map!
サイクリングマップを
GETしよう!



A well-maintained coastal road.
Awaken all your senses and enjoy the beautiful sea.

整備された海岸沿いの道が続きます。
キレイな海を五感で味わいましょう



1. Let's ride on the long bridge dedicated only for bicycles! 2. An odd attraction "Oshiri-oka" (Butt boulder) 3. Beautiful and exhilarating scenery of the coastline

1. 自転車専用の橋で海の上を走ります 2. 珍スポット「おしり岩」
3. 美しい海岸線の景色が広がって、爽快！

Inquiries

"Kunisaki Cycling Terminal"

2662-1 Owara, Kunisaki-machi, Kunisaki, Oita

TEL: 0978-72-5168

Open: 8:30-17:00

Closed: New Year holidays

Bicycle rental fee (1 day): Adults 500yen, High school students and younger 300yen

〔国東サイクリングターミナル〕

住所：大分県国東市国東町小原 2662-1

電話：0978-72-5168

営業時間：8:30-17:00

定休日：年末年始

レンタサイクル料金（1日）：大人 500円、
高校生以下 300円



Beppu 別府

Enjoy them all! Mountains, sea, and hot spring!
山・海・温泉を丸ごと楽しもう

The convenient hub to start a trip!
Experience the city like a local!
駅前スタートで便利！ローカルな別府に出会おう



Inquiries

"WANDER COMPASS BEPPU ワンダーコンパス 別府"

TEL: 0977-75-8716

Address: Ekimachi 1-chome Beppu BIS South Building

12-13 Ekimae-cho, Beppu, Oita

Open: 9:00-18:00 daily

住所：大分県別府市駅前町 12-13 えきマチー丁目別府 BIS 南館内

電話：0977-75-8716 営業時間：9:00-18:00 定休日なし



A downhill bike ride from the Jumonji observatory (500 meters altitude)
海拔 500m「十文字展望台」から走り抜ける！



Inquiries

"Beppu Downhill Cycling 別府ダウンヒルサイクリング"

Price: 3,000yen

* Reservation necessary (2-6people)

Search for "Beppu Downhill Cycling"

料金：3,000円

※事前予約が必要です (2-6名)

「別府ダウンヒルサイクリング」で検索



Rural landscapes with irrigations and sceneries with mighty waterfalls

A hiking route next to the flow of water. Enjoy locally harvested vegetables grown with limpid water and fresh air!

水路を中心にした田園風景とダイナミックな滝の景観

水の流れをあちこちに感じられるハイキングコース。水・野菜・空気がおいしくて新鮮！



- 1** "The Vege Cafe Ms.(Rigakunosato)" A restaurant with local ingredients selected by a Vegetable Sommelier. You can also rent a bicycle here.
「ベジカフェ Ms.」(倶楽の郷)。野菜ソムリエによる地元野菜を使った料理店。自転車レンタルできます。



- 2** A siphon-type waterwheel, able to distribute water to fields located higher than the waterway.
水路より高い土地にある田畑にも配水できる、サイフォン式水車。

memo

The town of irrigations (Iro)

In ancient times, rice harvested in Ogata was paid as taxes to the Usa Jingū Shrine. For securing precious water for cultivation, irrigation got expanded far and wide. It was originally made in the Heian period(794-1185), and the culture that values water is still rooted deeply in the area.

水路（井路）のまち

その昔、緒方町で獲れた稲は「宇佐神宮」に献上されていました。稲作に欠かせない水を確保するため、町中には縦横無尽に水路（井路）が広げられたのです。その原型は平安時代に作られ、今でも水を大切にする文化が根付いています。

- 3** Kira Shuzō, a historical sake brewery, founded in Meiji 4 (1871)
「吉良酒造」。1871（明治4）年創業の歴史ある日本酒の酒蔵。

- 4** Hamashima Shuzō (Takakiya), a sake brewery founded in Meiji 22 (1889). Also a cafe.
「浜島酒造（鷹来屋）」。1889（明治22）年創業の酒蔵。カフェもあります。

- 5** Sannomiya Hachiman Shrine, One of the 3 important shrines of Ogata and locates on a hill overlooking the city.
緒方三社のひとつ「三宮八幡社」。街を見下ろす高台の上にあります。



* A boat tour available upon reservation.

For the details -> page 34

※予約すればボートで滝見学も可能。

詳細は 34 ページ

6

Harajiri Falls, also known as the Oriental Niagara Falls. An astonishing cataract in a peaceful country scape with rice terraces. Enjoy and feel its force up close from directly above and below!

東洋のナイアガラとも呼ばれる「原尻の滝」。田園風景の中に突然現れ、滝の間近で迫力ある姿を楽しめます。

- 7** There are shops, restaurants, toilets, and rest areas.
「道の駅 原尻の滝」。トイレ、売店、レストラン、休憩所があります。



8

Ninomiya Hachiman Shrine, another one of the 3 important shrines of Ogata. Its Torii gate is built inside the river just upstream of Harajiri Falls.
緒方三社のひとつ「二宮八幡社」。「原尻の滝」のすぐ上流、川の中に鳥居が建っています。

- 9** Ichinomiya Hachiman Shrine, the last of the 3 Ogata Shrines. Go up the slope from Ninomiya Shrine, through the gates for blocking wild boars. Make sure to close every time.

緒方三社のひとつ「一宮八幡社」。二宮社から坂をのぼると到着します。途中で猪よけの扉があるので、開け閉めして通しましょう。



- 10** Miyasako Magaibutsu, built in the Kamakura period (1185-1333)
「宮迫磨崖仏」。鎌倉時代に造られたといわれています。



- 11** "Shizumibashi" submerges when the water rises.
増水すると水没する「沈み橋」。

memo



Ogata Sansha

3 Hachiman shrines, Ichinomiya, Ninomiya, & Sannomiya, built by Ogata Saburo Koreyoshi. The deities are related and meet only at the annual Kawakoshi Festival.

緒方三社

緒方三郎惟栄が建造したといわれる一宮、二宮、三宮の3つの八幡社。三社の祭神は親子で、再会できるのは年に一度の「川越し祭り」だけ。

Unique adventures available only
ここでしかできないレア体験

in Bungo-ōno
豊後大野

Get active and play in nature! 大自然をダイナミックに楽しみ遊びつくす!

Challenge activities unique to Bungo-ōno! Unforgettable experiences await you.
豊後大野ならではのアクティビティに挑戦! 忘れられない体験が待っています。

Harajiri Falls Boat Tour 原尻の滝 ボートツアー



An exciting boat ride in the plunge pool 滝下で迫力満点ボート体験

Feel the full impact of the Harajiri waterfall up close. Enjoy privately with your friends and family. A thrilling experience under the powerful water sprays and many rainbows. * Reservation necessary

原尻の滝を間近で感じられるボートツアー。友達や家族など、限定した仲間だけで楽しめます。流れ落ちる滝の下で水しぶきを浴びながら、ダイナミックに滝を堪能しましょう。たくさんの虹も見えます。※要予約

■ Reservation / Inquiries
NPO Okubungo Tourism Research Institute
TEL: 0974-42-4822
Address: 388-1 Baba, Ogata-machi, Bungo-ōno, Oita Okubungo Ogata-so, the town of Ogata
Email: bungoono.jk@gmail.com
[NPO 法人おくぶんごツーリズム研究所]
住所: 大分県豊後大野市緒方町馬場 388-1 おくぶんご緒方荘倶楽の郷内
電話: 0974-42-4822
メール: bungoono.jk@gmail.com

Taizako Canyon River trekking 滞迫峡リバートレッキング



Follow the clear stream of emerald green along the precipitous cliff.

清流と大絶壁の溪谷を進む

The route is through the Taizako gorge created by the volcanic activities of Mt Sobo and Aso. Many spots to get sprayed by waterfalls, explore caves, or jump in the water. Simply floating on stream gazing at a sky and the surrounding trees are also fun.

* Reservation necessary

祖母山と阿蘇山の火山活動によってできた溪谷「滞迫峡」をいくトレッキングツアー。滝や洞窟があり遊べるポイントがたくさん。空や周りの木々を眺めながら、のんびり流れるのも楽しい体験です。※要予約

■ Reservation / Inquiries
"Toyotabi Office"
TEL: 0974-22-3706
Address: 606-3 Miemachi Ichiba, Bungo-ōno, Oita
Open: 9:00-18:00 (until 17:00 on Saturdays and Sundays)
Fee: Adults 2,500yen, Elementary school students 1,500yen
Email: info@toyotabi.net
[豊旅オフィス]
住所: 大分県豊後大野市三重町市場 606-3 電話: 0974-22-3706
営業時間: 9:00-18:00 (土・日 17:00 まで) 料金: 大人 2,500 円 小学生 1,500 円
メール: info@toyotabi.net

Tsujigawara stone bath 辻河原の石風呂



Stone baths scattered only in Ogata of Bungo-ōno

豊後大野の緒方にだけ点在する石風呂文化

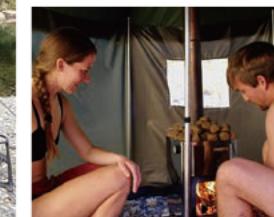
Ishiburo, a unique sauna in a hollowed-out stone, existing only in this area. The medicinal herb "Sekisho" (Japanese Sweet Flag) is laid as bedding after a bedrock is heated by fire for a day. The rock surface is engraved with Sanskrit characters and believed to have been a Buddhist facility. In modern times, locals heat the rock annually on New Year's Day.

* Free to visit

Tsujigawara stone bath
Address: 304-1 Tsuji, Ogatamachi, Bungo-ōno, Oita
辻河原の石風呂
住所: 大分県豊後大野市緒方町辻 304-1

石風呂は石を人工的にくりぬいたサウナで、緒方にだけ存在する文化です。24 時間火をたき中の岩盤を熱し、床に「せきしょう」という薬草を敷いて利用します。岩肌には梵字が彫られており、仏教施設だったようです。今では毎年元旦のみ、地元の人たちによって火がたかれます。※見学自由

Kiyokawa Campsite River Sauna ロッジきよかわ JOKI SAUNA



Deep relaxation! Jump into the river when it gets hot!

サウナ後は川へ!
ディープリラクゼーション

As "JOKI" means river in Finnish, this is a Finnish tent sauna.

Get heated in a sauna and jump in the cold stream of Okudake River! There's nothing more luxurious than a natural water bath!

* Reservation necessary

フィンランド製のテントサウナを使ったアウトドアサウナです。フィンランド語で「JOKI」は川の意味。サウナ後は、目の前の清流・奥岳川に飛びこんでクールダウンしましょう。贅沢な天然の水風呂が満喫できます。※要予約

■ Reservation / Inquiries
"Lodge Kiyokawa"
TEL: 0974-35-3601 Address: 158 Utaeda, Kiyokawa-machi, Bungo-ōno, Oita
Open: 10:00-17:00 Fee: 1,500yen Email: info@joyvillage.co.jp
[ロッジきよかわ]
住所: 大分県豊後大野市清川町宇田枝 158 電話: 0974-35-3601 営業時間: 10:00-17:00
料金: 1,500 円 メール: info@joyvillage.co.jp

Kōbaru, the village of gods with the legend of the snake and the princess

Mt Sobo is listed as one of "The 100 mountains of Japan", offering extreme mountain climbing experiences. For now, we introduce you to an easier hiking route and points of interest along the way!

大蛇と姫の伝説が残る神の里「神原（こおばる）」

日本百名山のひとつで、本格的な登山も楽しめる「祖母山」。ここでは手軽に挑戦できるハイキングコースと、その周辺の見どころを紹介します。



1

Kōbaru trailhead. A parking lot, a foot-washing area, and a stream nearby. An ideal location for lunch!
「神原登山口」。駐車場や足洗い場があり、すぐそばに川が流れています。ここで弁当を食べるのもおすすめ。

2

Keep walking in the forest.
木々の間をひたすら歩きます。



3

As you hear the sound of water, you'll find a spot overlooking the rocky stream.
水音とともに、岩場を流れる沢を見下ろすスポットがあります。

4

"Fifth station hut". Toilets available.
「五合目小屋」。トイレあり。



5

A small wooden bridge. Be careful not to slip in wet weather.
小さな木の橋。水量が多い時はすべらないように注意。

6

A narrow and slightly dangerous area on a rope and a river beneath.
沢を見下ろしながら、ロープ伝いに歩く山道。狭くて少し危険な場所です。

7

"Kami no Sato Kōryū Center Odamaki". A cultural center where you can enjoy delicious homemade dishes prepared by locals.
「神の里交流センター緒環（おだまき）」。地元の人たちが作る絶品手料理が食べられる交流館です。



There are waterfalls all over the place.
あちこちに滝があるよ！

8

"Takeo Shimokorihiko Jinja · Miyukisho" A shrine surrounded by tall trees
「健男霜凝日子神社・神幸所（たけおしこりひこじんじゃ・みゆきしょ）」。大きな木に囲まれた神社です。



9

At Anamori Shrine, explore the deep cave, which was once home to a monster serpent. The legend says that it was crawling out of the den night after night to meet the princess. Their child later became a warlord who ruled the land.
「穴森神社」には、大蛇が住んでいたとされる深い洞窟があり、探検可能です。大蛇は夜ごと洞窟から抜け出して姫の元に通り、やがて生まれた子供がこの地を治める武将になったという伝説が残っています。

10

Kōbaru Valley Ōhashi. Enjoy the stunning scenery of mountains and clear streams of the valley. There are beautiful colors of foliage in autumn.
「神原溪谷大橋」。神原溪谷の清流と山々の織り成す景観を楽しめます。

11



"Meisei Iro Daiichi Kōsekikyō", commonly known as "Rokuren Suirobashi (aqueduct)", is 78 meters in length and has six consecutive arches of waterway stone bridges carrying the titles of the country's records. Completed its construction in the Taisho 8 (1919)
「明正井路第一拱石橋（めいせいいろだいいちこうせききょう）」。通称「六連水路橋」と呼ばれ、78mの長さで6連の連数は、水路の石橋として日本一です。

Relaxing walk on a
little island

Onyujima, a gourd-shaped island in Saiki Bay, is a tiny island with a perimeter of 17km. Enjoy the sea breeze as you take a walk.

小島を歩く
ゆったり時間

佐伯湾に浮かぶひょうたん型の「大入島」は、周囲 17km の小さな島。潮風を感じながら、のんびり歩きましょう。



8-minute boat ride 8分間の船の旅

- ① "Saiki Umi no Ichiba Maru": a place for local specialties from both land and seas. Gomadashi udon noodles and soft ice cream with marine lemon flavor (!?) are very tasty!

農産物や海産物など特産品が揃う「さいき海の市場〇(まる)」。佐伯名物ごまだしうどん、マリンレモンソフトクリームも絶品です。



- ② Be careful! There are 2 ferry terminals. One near ① and the other one ② is a little farther away.
フェリー乗り場はふたつ。①の乗り場よりも少し先に、「常栄丸」の乗り場②があります。

- ③ "Shokusaikan" in front of Horikiri port offers light meals and bicycle rental (300yen for 3 hours). Find a map of Onyujima here.
[Shokusaikan] TEL: 0972-23-2535 / Open 9:00-17:00 / Closed on Wednesdays
「堀切」の港。目の前にある「食彩館」には軽食・レンタサイクル(3時間 300円)あり。大入島のマップを入手しましょう。
【食彩館】電話 0972-23-2535 / 営業時間 9:00-17:00 / 水曜定休日

- ④ Komainu, the magnificent lion-dogs guarding the Ebisu shrine
立派な狛犬が出迎える「恵比寿神社」。

- ⑤ "Funakakushi" puzzles you with the sudden sight of the sea when walking towards the woods! We recommend walking on a very narrow path on the sea! Be careful!
森に行くつもりで進むと、背後にあったはずの海が急に前に現れ不思議な気持ちになる「舟隠」。「海の細道」を渡りましょう。

- ⑥ Kamosha shrine with a large Ginkgo tree
「加茂社」。境内に大きなイチョウがあります。



- ⑦ "Sky Observatory" with a superb view of Shikoku island in a good weather condition.
「空の展望所」。天気がいよい時には四国を見渡せる絶景ポイント。

- ⑩ A 360-degree panoramic view from the Tomiyama observatory. Cherry blossoms in full bloom in spring.
360度の大パノラマ「遠見山展望所」。春には満開の桜。



- ⑧ Kangaroo Square
「カンガルー広場」。

- ⑨ Shirahama beach 「白浜海岸」。

- ⑪ The port of the Onyujima sightseeing ferry, "Ishima"
大入島観光フェリーの到着場所「石間」。

Canyoning in the Fujigawachi ravine
藤河内溪谷キャニオニング

Dive into the natural waterslide!
天然のウォータースライダーへダイブ!



Reservation / inquire

"Otter"

TEL: 090-9600-7781

* Limited time offer from May to September

電話: 090-9600-7781 ※5-9月の期間限定

Let's have fun in the
abundant nature of Saiki
豊かな自然の佐伯で遊ぼう

HAZAKO Nature Center
はざこネイチャーセンター

Meet their rescued sea turtles!
ウミガメもいるよ!



Reservation / inquire

[Hazako Nature Center はざこネイチャーセンター]
1751 Urashiroura, Yonouzu Oaza Umemizutsu, Saiki, Oita
876-1301
TEL: 0972-34-8448
Open: 9:00 - 17:00
Closed: Tuesday (excluding Golden week and summer vacation), New Year holidays (Dec. 30-Jan. 3)
電話番号: 0972-34-8448
住所: 大分県佐伯市米水津大字浦代浦 1751
営業時間: 9:00 - 17:00
休館日: 火曜日 (GW・夏休み期間除く)、年末年始

A legendary island full of mystery
and stories

Himeshima is located in the northeastern part of Oita prefecture with about 2,000 residents. Being surrounded by the rich sea and nature, the island is perfect for a leisurely walk.

神秘とロマンに満ちた
伝説の島

大分県の北東部、2,000 人ほどが暮らす「姫島」。豊かな海と自然に囲まれ、のんびり歩くのにぴったりです。



- 1** Ask for a map at the tourist information center in front of the port.
フェリー乗り場前の観光案内所でマップをもらいましょう。

- 2** A trailhead sign between the trees and a graveyard.
樹とお墓の間に登山口のサインあり。



- 3** Mt Daruma with many Hokora shrines along the way
道中、たくさんの祠がある「達磨山」

- 4** Shiroyama with an altitude of 62meters 標高 62m の「城山」。

memo

Himeshima island

A volcanic island, 20 minutes by ferry from the port of Imi. "Himejima" which appears in Kojiki (the oldest extant literary work in Japan) is said to be this island.

Seven Wonders of Himeshima

"Sennindō", "Ukisu", "Upside down willow", "Kanetsuke stone", "Hyōshimizu", "Ukita", "Amida oyster", 7 legendary points of interest with spiritual power.

姫島

伊美港からフェリーで約 20 分で到着する、火山によって生み出された島。古事記に登場する「女島」は、「姫島」であるといわれています。

姫島七不思議

「千人堂」「浮洲」「逆さ柳」「かねつけ石」「拍子水」「浮田」「阿弥陀牡蠣」。この 7ヶ所はそれぞれに伝説が残る場所で、パワースポットとして人気を集めています。



- 5** There are old tools used by the ancestors at "Koshōke"
「古庄家」には、昔の人が使っていた古い道具がたくさんあります。

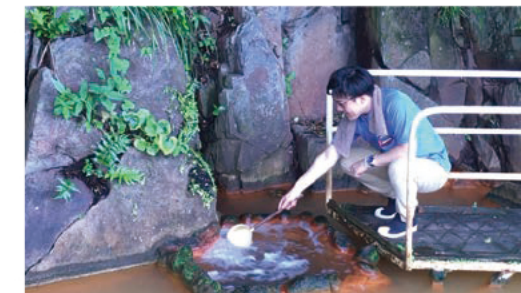
- 6** One of the 7 wonders of the island, "Sennindō", on an obsidian cliff.
姫島七不思議のひとつ「千人堂」。黒曜石の断崖に建っています。



- 7** The only traffic light on the island
島で唯一の信号。

- 8** A signboard of Asagi Madara (Chesnut tiger) butterfly.
アサギマダラの看板があります。

- 9** The highest mountain in Himeshima, Mt Yahazu, is 266 meters.
姫島で一番高い「矢筈岳」は、標高 266m。



- 10** Get refreshed in Hyoshimizu Onsen after a walk. It is also drinkable.
歩いた後は「拍子水温泉」で汗を流しましょう。飲泉もできます。



- 11** Himekoso-sha is the oldest shrine on the island. According to the "Nihon Shoki", a princess born from a white stone settled here to become the god of "Himekoso" after running away from a marriage proposal from a prince.
姫島で最も古い神社「比売語曾社（ひめこそしゃ）」。
日本書紀には、「白い石から生まれた姫が王子からの求婚を逃れて姫島に辿り着き、比売語曾の神になった」と記されています。

- 12** "Heart-shaped stump" appeared after a local cut down an Ōshima cherry tree that fell during a typhoon. Himeshima lighthouse was built in Meiji 37 (1904)
「ハートの切り株」は、台風で倒れたオオシマザクラを伐採したら現れたもの。「姫島灯台」は、1904（明治 37）年に建設されました。

Ride on the Ultra-compact Mobility! 超小型モビリティに乗ろう!



Rent a round-shaped electric car with two seats. Breathe in the fresh air and enjoy the freedom!
丸いフォルムが可愛い、二人乗りの電気自動車がレンタル可能。おいしい空気をいっぱい吸い込んで、解放感あふれる観光をしてみませんか。

■ Inquiries

Himeshima Eco-Tourism Centre

TEL: 080-6452-0263

Address: 2069 Himeshima Village, Higashikunisaki, Oita
Open: 9:00-18:00 (Last reception 17:00) * Open daily in May, August & October. Schedule changes in winter.

Closed: Irregular holiday * Check in advance.

[姫島エコツーリズム事務所]

住所: 大分県国東郡姫島村 2069

電話: 080-6452-0263

営業時間: 9:00-18:00 (最終受付 17:00) ※冬季は時間変更あり

定休日: 不定休 ※要事前確認。5・8・10 月は無休

Highlights

from the Oita Prefecture!

Incredible views!



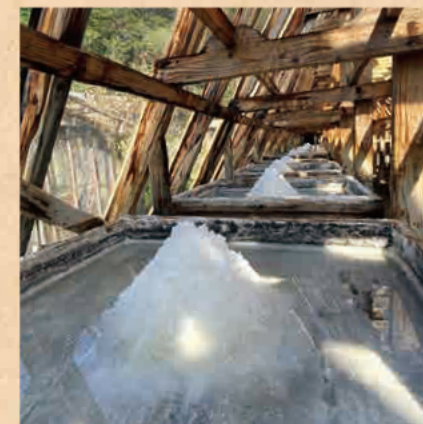
#Kagurame lake
#神楽女湖



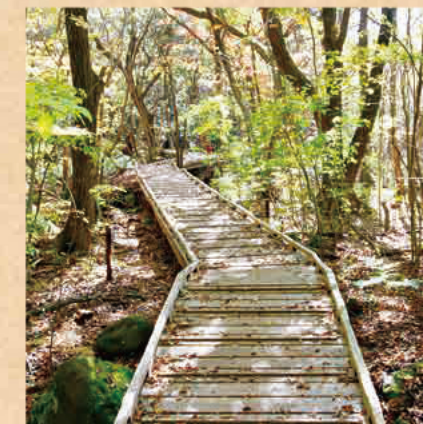
#Mt Kirikabu
#伐株山 #ハイジブランコ



#Shidaka lake
#志高湖 #スワンポート



#Nazuna salt #Saiki
#なずなの塩 #佐伯



#Tadewara wetlands
#タデ原湿原 #草原森もりコース



#Garandake
#伽藍岳



#Fururakan
#古羅漢 #陸の軍艦島



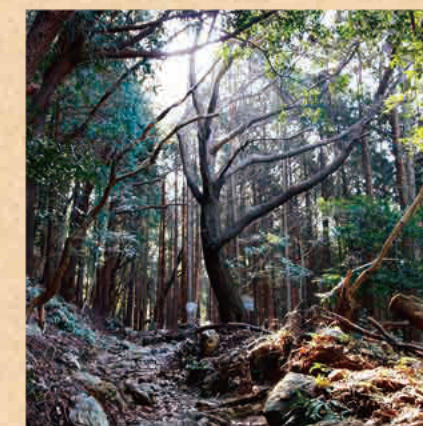
#Oike Yusuigun
#男池湧水群



#Nakatsu #Uso
#中津 #宇曾



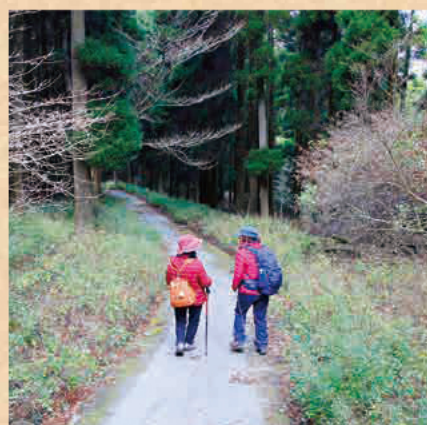
#Onyijima
#大入島



#Mt Chinnan
#鎮南山



#Rural landscape
#田園風景



#Ōgiyama
#扇山



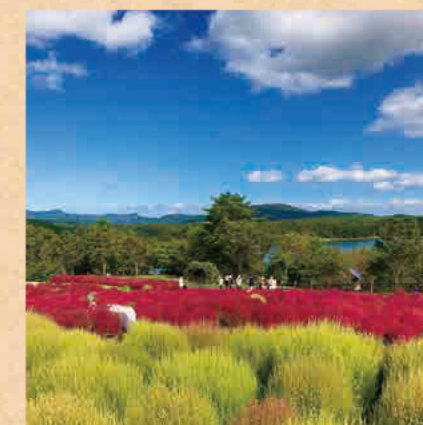
#Taizako Canyon
#滞迫峽



#Mt Ontake
#御嶽山



#Himeshima Vuitton
#姫島ヴィトン



#Oita Agricultural Park
#大分農業文化公園



#Departure
#出発

So many places to go!



#Kyōshuho
#競秀峰 #妙見窟



#Nagasakibana
#長崎鼻



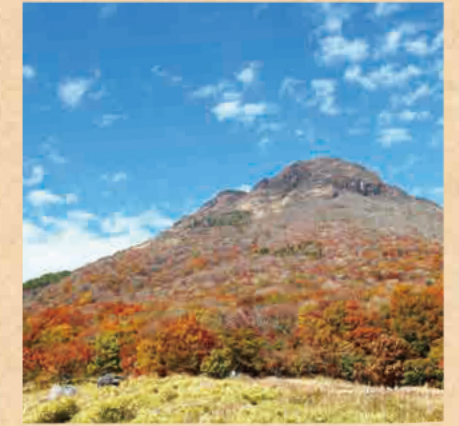
#Oike Promenade
#男池遊歩道 #黒岳の麓



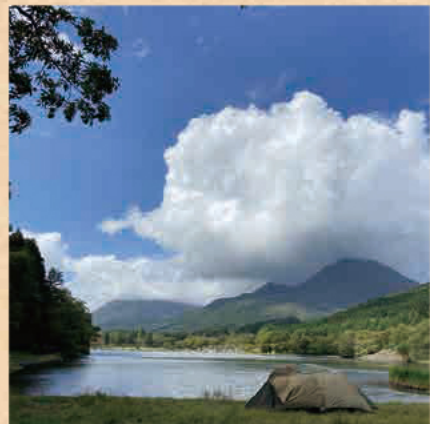
#Forest therapy road
#森林セラピーロード



#Frog
#かえる



#Mt Yufu
#由布岳



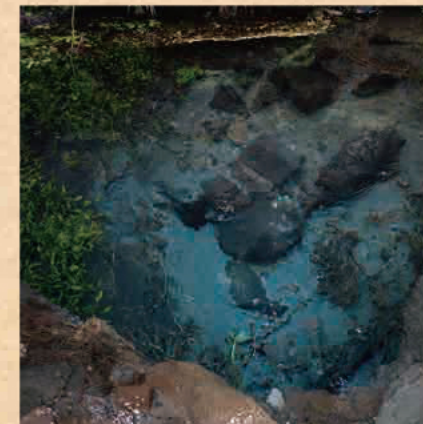
#Shidaka lake camping ground
#志高湖キャンプ



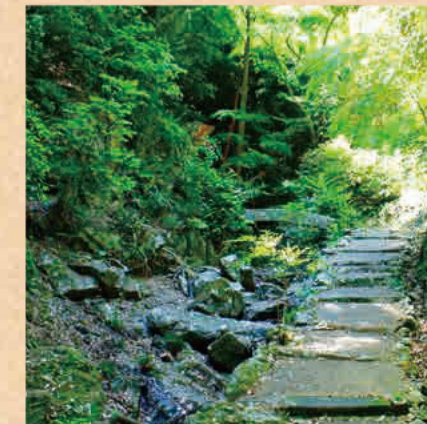
#Mt Tsurumi
#鶴見岳



#Meisuinotaki Falls
#名水の滝



#Oike lake
#男池



#Hakubakei
#白馬溪



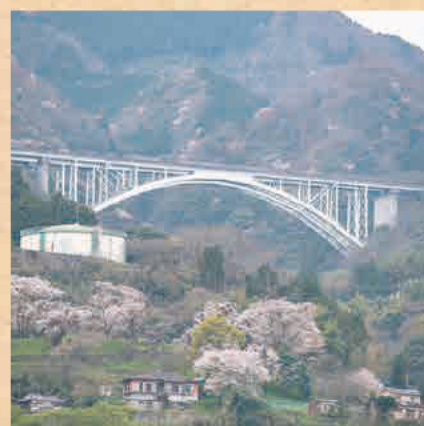
#Wisteria flowers
#藤の花



#Ogata
#緒方 #水車



#Kōbaru trailhead
#神原登山口



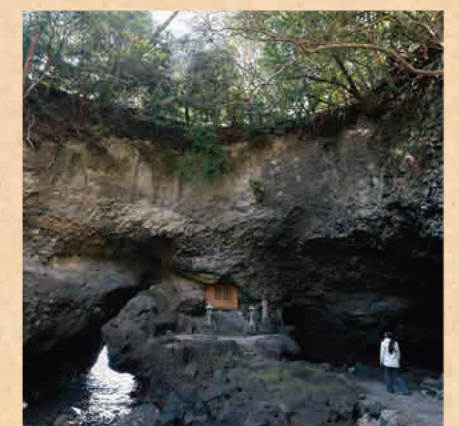
#Cherry Blossom
#桜



#Mt Motogoe
#元越山



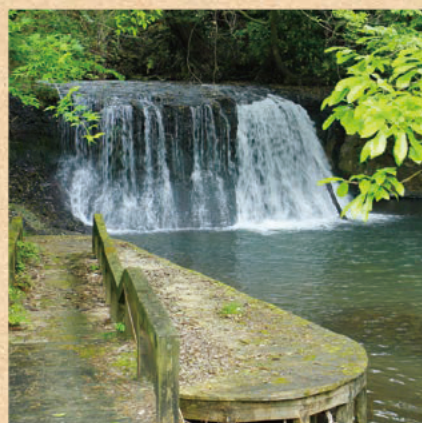
#Sekisaki lighthouse
#関埼灯台



#Gyōjya Dōketsu
#行者洞穴



#Mt Imorigajyō
#飯盛ヶ城



#Mamiana Falls
#狸穴の滝



#Kujyū mountain range
#久住連山



#Kanagoe mountain range
#鹿鳴越連山



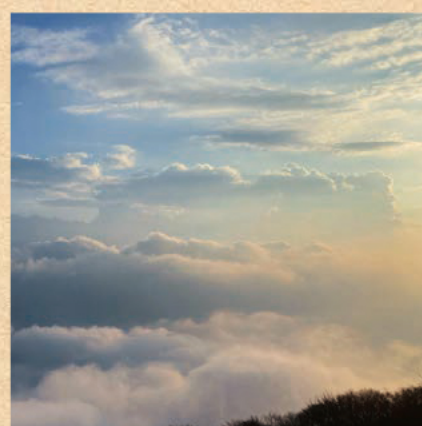
#Ōga farm
#大神ファーム



#Oni no Sewari
#鬼の背割り #両子山



#Mt Fukuman
#福万山



#Tsurumi Sanjyō Station
#鶴見山上駅



#Aonodōmon
#青の洞門

Who are we?



Moon Mooje 文武齊 (ムン ムジェ)

■Video production / Guide 動画制作 / 案内人

In the time of the pandemic, the way we interact changed so much, and I began to think, "We need to regain health and smiles!" Walking along the routes in this guidebook helped me heal the body and mind, and it is a great honor to take you to such beautiful places. I want to thank Mrs. Inazumi and everyone in the 'Be-Beppu' family for giving me such an opportunity!

コロナ禍の時代で人と人との繋がりが以前とは変化し、人々に「健康な気持ち、笑顔を取り戻してほしい」と考えるようになりました。今回、ガイドブックの道歩くことで自分自身が癒され、成長にもつながったと思います。そんな場所に、みなさんもぜひ足を運んで欲しいと願っています。貴重な機会を与えてくれたボス稲積さん、そしてビーベップファミリーの皆さんに感謝します。



Inazumi Kyoko [Kumada] 稲積京子 [隈田]

■General Manager / Map Illustrations 総合責任者 / イラストマップ制作

A master of Onsen, even though hot springs were not my favorite. Or I climb mountains every week, but I was never good at it. Making a guidebook can be hard at times but is very addictive! I am grateful to have the 'Be-Beppu' family who always supports and realizes my ideas.

実は温泉嫌いの私が温泉道名人になってしまったり、苦手だったはずの山登りに毎週のように出かけたり。ガイドブック作りは大変だけどやめられない。私の思いつきとワガママに付き合ってくれるビーベップファミリーに大感謝です。



NATSUKI. なっちゃん。

■Photograph 写真協力

Born in Oita city and raised in Beppu. 𠂔

Interests: photography, climbing, beautiful sceneries, Ozuru spring, being under the sun, hot spring after climbing, Highball

The sun always seems to shine when she is around!

大分市産別府育ち 𠂔

好きなもの：カメラ・山登り・絶景・おづる湧水・太陽の下・下山後の温泉・ハイボール
曇天も晴れにする生粋の晴れ女！！



Yayoi Kawahara
川原 弥生

■Translation
翻訳



Doronu Mako
泥ぬ マコ

■Editor / Author
編集 / 執筆



Malo Miyagawa
宮川 マロ

■Photograph
撮影

Let's go to the mountains with our cheerful guide, Mr. Moon!
とにかく明るいムンさんのガイドで、一緒に山へ行こう！





Wander in Oita!

Let's get lost in Oita!

Meet Oita!

Your great escape in Oita!

Wonders of Oita

Enjoy Oita!

Explore Oita!

Kunisaki peninsula long trail course

Discover the ascetic practice of Buddhism

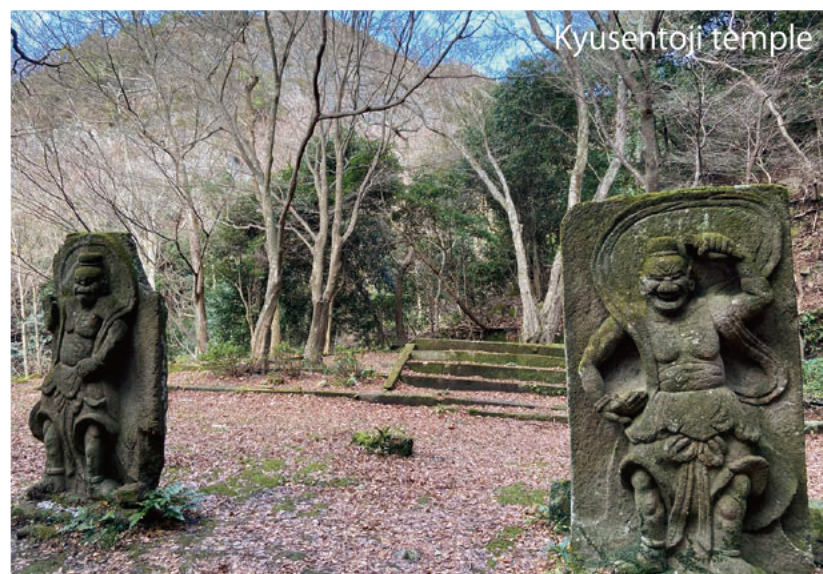
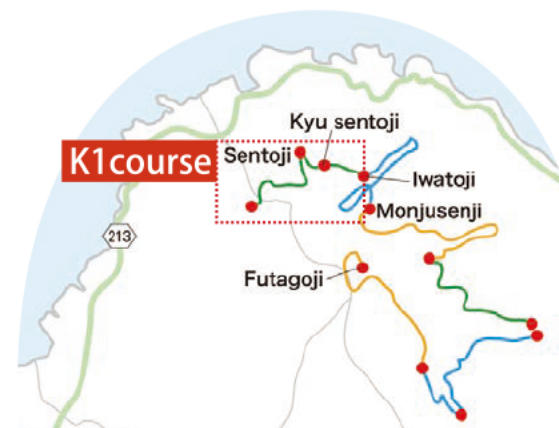
The Kunisaki Peninsula Long Trail Course follows the path with beautiful nature and countless religious archeological sites.

Walking on mountains in prayer and meditation is called Mineiri, and it has been carried out here at the Kunisaki peninsula for more than a thousand years as the ascetic practice.

In the old days, individuals used to spend a month in the wilderness while visiting sacred locations. Whereas now, groups of people team up once in ten years to follow the path. The Kunisaki Peninsula Long Trail Course was designed based partly on this religious path of Mineiri.

Kunisakihantou
Minemichi Trail
Club

<http://www.kunisakihantou-trail.com/english/index.html>



Kyusentoji temple



Gorinto



Iwatoji temple



Itsutsuji fudo



Mineiri



Toyonokuni Millennium Heritage Tourism Zone

<http://www.millennium-roman.jp/english/jikuhaku@millennium-roman.jp>



Beppu city information
Tourists' Hub & Lounge

WANDER
COMPASS



Let's travel with a local!!



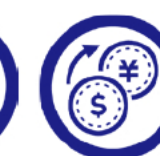
Tourist
Information



Free Wi-Fi



Lounge



Money
Exchanger



Luggage
Storage



drink



Bicycle
Rental



Guided Tour

Step 1 Consultation



First, let's talk with the staff and plan your trip!
Let us know about your interests and where you would like to visit.
We are all yours to design the perfect experience!

Step 2 Departure



Step 3 Enjoy



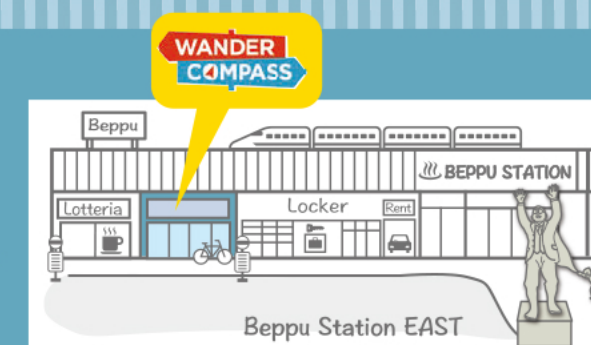
Enjoy encounters and experiences you can only have now and here!
It'll be an unforgettable journey without a doubt!



■ Address:
JR Beppu Station EAST,
Ekimaecho 12-13, Beppu,
Oita Prefecture

■ Contact : +81-977-75-8716
wc_beppu@wandercompass.jp

■ Open : Mon-Sun
9:00 am - 6:00 pm JST





Available in English, Japanese, Chinese, Korean.

<https://bebeppu.com/>

Here we present the fascinating Oita Prefecture!

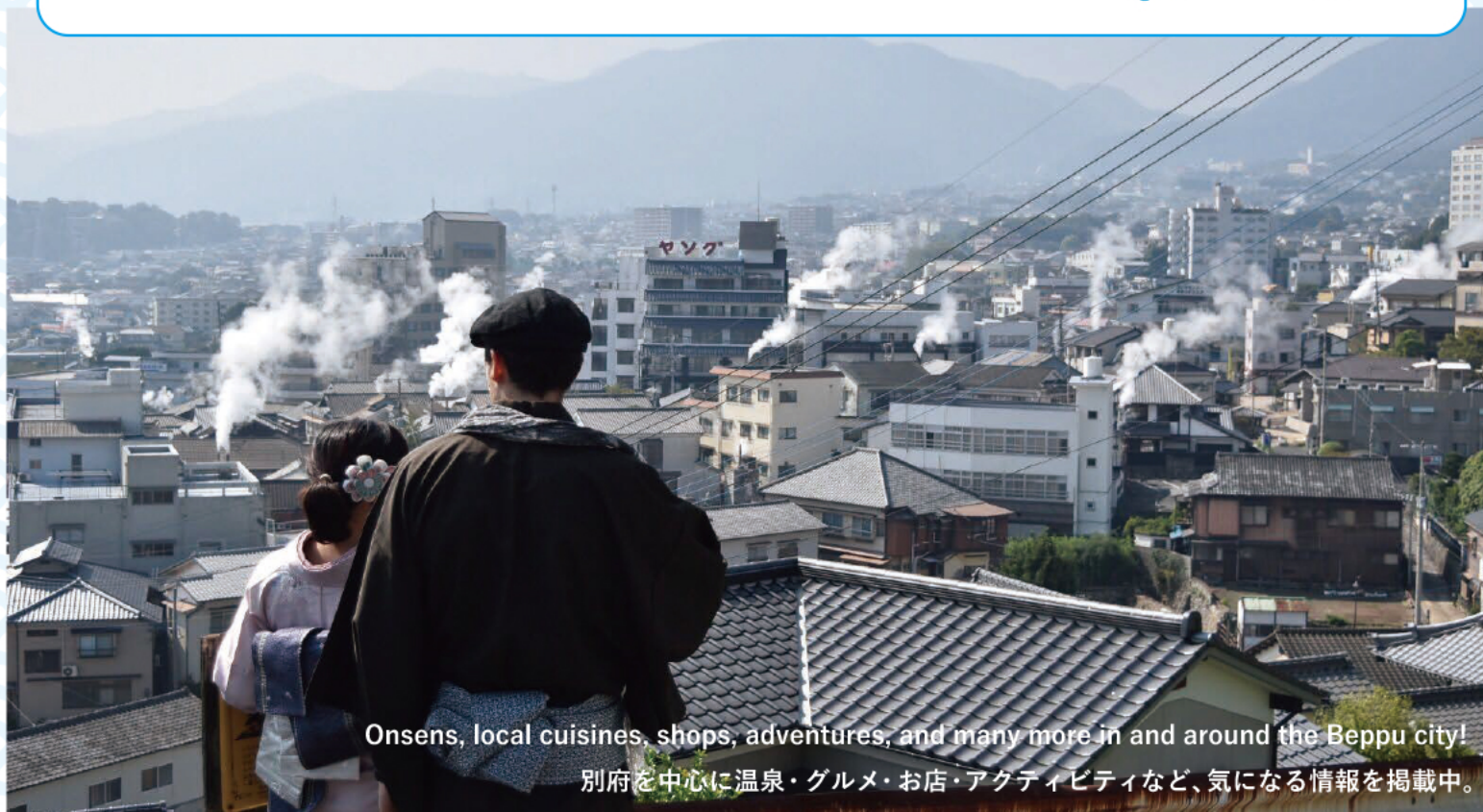
「BE@BEPPU」では、大分のあふれる魅力を紹介しています！



English



日本語



Onsens, local cuisines, shops, adventures, and many more in and around the Beppu city!

別府を中心に温泉・グルメ・お店・アクティビティなど、気になる情報を掲載中。

Wonders of Oita

Shrines
and
temples



神仏習合の発祥地
大分県で巡る
神社仏閣

八幡朝見神社／杵原八幡宮／
大分縣護國神社／春日神社／
西寒多神社／早吸姫神社／八
幡龍門神社／宇奈岐姫神社／
来迎寺／羯諦寺／宇佐神宮／
妻垣神社／鷹神社／大原八幡
宮／阿子寺／泉福寺／文殊仙
寺／興導寺／成佛寺／熊野摩
崖仏／川中不動／高貴寺／傳
乗寺／岩戸寺／普光寺／穴森
神社／扇森稻荷神社／瀬三柱
神社／白杵石仏／キリシタン
遺跡

Shrines and temples of Oita • The origin of the Syncretism of Shintō and Buddhism

Hachiman asami shrine / Yusuhara Hachimangu shrine / Oita ken Gokoku shrine /
Kasuga shrine / Sasamuta shrine / Hayasuhime shrine / Hachiman Kamado shrine /
Unagihime shrine / Raikōji temple / Gyateiji temple / Usa jingu shrine / Tsumagaki
shrine / Komo shrine / Ohara hachiman shrine / Futagoji temple /
Senpukuji temple / Monjuji temple / Kōdōji temple / Jōbutsuji
temple / Kumano Magaibutsu stone-cliff Buddha / Kawanaka fudō /
Fukiji temple / Denjyōji temple / Iwatoji temple / Fukōji temple /
Anamori shrine / Ogimori inari shrine / Takimihashira shrine / Usuki
Magaibutsu stone-cliff Buddha / Christian ruins of Oita prefecture

