



ENJOY!  
OITA KUNISAKI  
GUIDE BOOK

# く に さ き ご 期 待

G O K I T A I  
K U N I S A K I

観  
た  
い  
、  
食  
べ  
た  
い  
、  
行  
き  
た  
い  
国  
東  
。

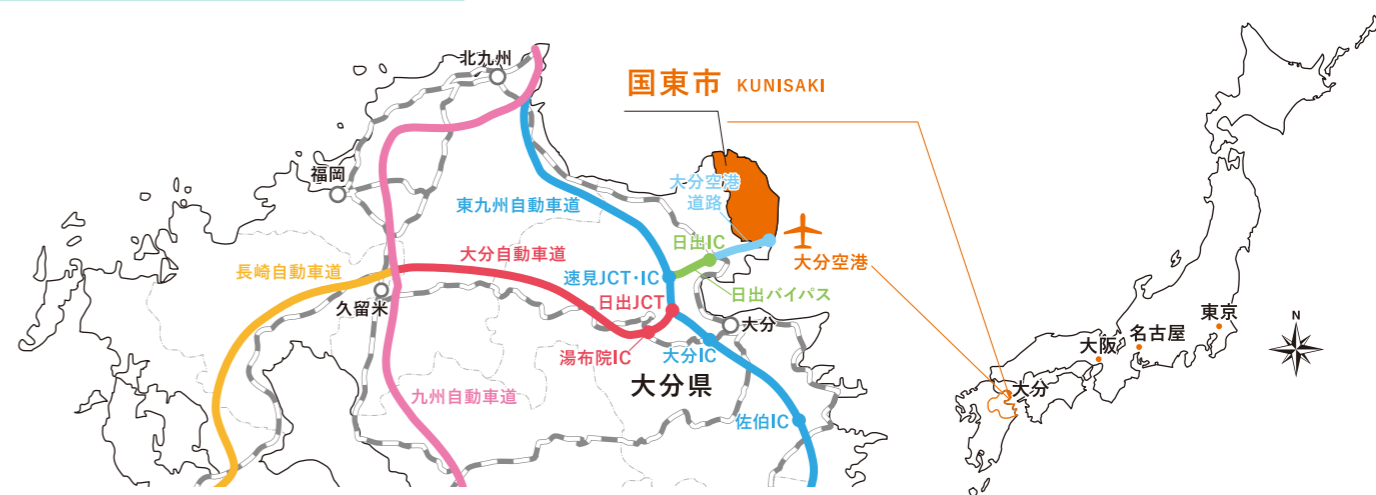


楽しい旅を  
ご期待  
ください!

大分県 国東市

## KUNISAKI MAP

大分県の国東半島東部に位置する国東市。  
瀬戸内海と緑豊かな自然に囲まれながらも空港や港はすぐ近く!  
東京へは日帰りもできるほどアクセス抜群です。



### く に さ き に 泊 ま ろ う 泊まる国東

01 部屋数 15部屋  
受入数 83名

#### 梅園の里

国東市安岐町富清2244

TEL.0978-64-6300



05 部屋数 8部屋  
受入数 30名

#### お宿 シーサイド大沢

国東市国見町榎来212-41

TEL.0978-82-0024



02 部屋数 33部屋  
受入数 147名

#### ホテル ベイグランド国東

国東市国東町小原4005

TEL.0978-72-4111



06 部屋数 7部屋  
受入数 27名

#### 和の宿 割烹 三國屋

国東市国見町伊美2280-1

TEL.0978-82-0168



03 部屋数 35部屋  
受入数 135名

#### ホテル ヴィラ・くにさき

国東市国東町小原3204-1

TEL.0978-72-2116



07 部屋数 12部屋  
受入数 48名

#### 国見温泉 あかねの郷

国東市国見町赤根2064-3

TEL.0978-82-1571



04 部屋数 10部屋  
受入数 30名

#### 国東温泉 海喜荘

国東市国東町鶴川452

TEL.0978-72-0059



08 部屋数 11部屋  
受入数 33名

#### 湯の里 溪泉

国東市国見町赤根180

TEL.0978-82-1300



国東市観光課 TEL.0978-72-5168

大分県国東市国東町小原2662番地1(国東市サイクリングターミナル内)

たびさき、くにさき



国東の  
最新観光情報は  
こちらから!







# 国東半島峯道 ロングトレイルに魅せられて

「国東半島峯道ロングトレイル」は、国東半島で行われてきた六郷満山峯入りのコースをベースにしたトレイルコースです。多種多様な植物で覆われた豊かな自然の中へと一歩足を踏み出せば、石仏や磨崖仏など往時の半島の歴史を感じさせてくれる文化遺産とあちこちで遭遇することができます。歩いて、見て、感じて：飽くことのないトレイルの世界へと、さあ、出発！



今回は国東市役所観光課の東佑衣奈さん、安達菜々世さん、国東市観光協会の浅野千愛さんがトレイルに同行(写真左から)。

スペインの巡礼道、カミーノ・デ・サンティアゴに代表されるロングトレイルが、欧米では大変な人気で、世界中から人々が訪れているといえます。自然の中をゆったりとしたペースで歩くトレッキングの楽しさに加えて、歴史や文化と触れ合うトレイルが、いかに魅力的なのかを物語っている好例ですが、その醍醐味は国東半島で存分に味わうことができます。

国東市と豊後高田市で10コースが整備されている「国東半島峯道ロングトレイル」がそれです。国東市には6コースがあり、今回はK-1コースとK-2コースを紹介します。



大不動岩屋を目指して  
尻付岩屋からスタート♪



大不動岩屋から奇峰を望む。



旧千燈寺跡の仁王像。  
かつては六郷満山中山本寺として栄えた。



断崖の中に建つ五辻不動尊。



1.参道のまぶしい新緑にしばし見とれる。  
2.重要文化財に指定されている文殊仙寺の仁王石像。  
3.K-2コースのスタートは岩戸寺から。  
4.山口池から見えるのは国東の山々。



山ツバキが咲く山道をゆつくりと歩けば、遠くで鳴く鳥や動物の声、小川のせせらぎ、風のささやきなど、自然が生み出す心地良い音色であったりは満たされています。この一帯は国立公園ということもあり、その素晴らしさの中に身を委ねることができ一方、養老2年(718年)に六郷満山を開基した仁聞菩薩から、1300年以上にも及ぶ神仏習合の文化を間近に見られることも大きな魅力です。名もない石塔や仏の姿もあれば、貴重な磨崖仏や石像との出会いもあります。

宝篋印塔を見ることができ、「旧千燈寺跡」の生き生きとした半肉彫の仁王像は、周囲に独特のオーラを発し、かつてそこにあった大寺院の姿を明示しているようです。六郷満山の息吹が感じられるK-2コースには、国重要文化財の国東塔をはじめかやぶきの講堂などが配された「岩戸寺」や、令和5年、ご本尊の文殊師利菩薩が12年に一度のご開帳となった「文殊仙寺」など、今も信仰の歴史を未来へと繋ぐ寺院も組み込まれています。

景は、その達成感に通じるものがあります。例えば大不動岩屋からは、国東らしさを象徴するともいえる奇峰が眼前に。イギリスの彫刻家であるアントニー・ゴームリーの彫像を横目にしながら、鎖を手繰りつづ到着する「五辻不動尊」からは、貨物船がゆつくりと進んでいく豊後水道が眼下に広がっています。

もちろん、千燈寺前の菜の花畑や山口池など、里山らしいのどかな風景をたつぷりと楽しむことができるのも国東ならでは。一度、このトレイルを経験したら、誰もがその強い引力から逃れられなくなるはずだと自負しております。



今回のコース

K-1コース

④ 五辻不動尊

③ 旧千燈寺仁王像

② 千燈寺菜の花

① 大不動岩屋

K-2コース

③ 文殊仙寺

② 山口池

① 岩戸寺



# 走る国東

爽やかサイクリング



## Kunisaki Cycle Journey



### 現代アート

五感を刺激!

### サイクリング

今回、紹介するサイクリングコースは国東市内に点在する現代アートを巡る新たなコース。国東市在住のタレントとして活躍する河原紗希さんにコースを走ってもらいました。

### 今回のコース



市観光課の情報では、訪れた人が「育てていく」作品でもあるとのこと。さらに「祇園山に登る前に、どこでもいいので石を拾って持って行ってください」というアドバイスをもらいました。が果たして...? 自転車を止めて階段のない参道・光る道を進むと、頂上には大小さまざまな石が円形をつくっています。なるほど! この円こそ祇園山にささげる首飾りをイメージしたもので、どうやらこれらの石はこの場所を訪れた人が持ち寄ったものようです。紗希さん

んと一緒に石を並べ、このアートが明日にはどんな形をしているのか想像してみると、何だかとても考え深い。下山までに要した時間は約20分。スケジュールに余裕のある人は、住民の方々の交流施設である「旭日テラスひのわ」に立ち寄ってみるのもおすすめ(営業日は要確認)。トイレ休憩には道中の「ソニー潮の香公園」があります。

を流しながらも、坂道を下ったときの疾走感や浮遊感は気分が良いです。「旭日地区から鶴川地区に移動しますね」と紗希さん。鶴川商店街を抜けて住宅地を走ると、民家が立ち並ぶ一角に突然、日本家屋の内部をコンクリートで型取った作品が姿を現しました。イギリスの著名な女性彫刻家レイチェル・ホワイトリードさんによる「クニサキハウス」が、まさかこんな場所に溶け込んでいるなんて。家具や建築物にコンクリートなどを流し込んで型抜きし、原寸大のレプリカにするのが彼女の作風の特徴です。

周囲には空也上人の開基とされる「興導寺」や、宇佐八幡宮の御分霊を祀り、国東郷の中心的役割を果たしてきた「櫻八幡神社」もあるため、小回りが効く自転車は観光に最適なツールだと改めて実感!

紗希さんも「体を動かすことがポジティブになれますし、目的地に着いたときに感じられる達成感もサイクリングの面白さだと思います。アートのハードルの高さを感じる一方で、ぜひサイクリングを通じて作品に触れていただき、新たな発見をしてみてくださいね」と旅の魅力を語ってくれました。

## 初夏の風に乗って♪ くにさきサイクルジャーニー

「慌ただしい毎日に息苦しさを感じたら、それは日常から少しだけ離れて本来の自分を取り戻す作業が必要なサインかも...。そんなときは、数あるアクティビティの中でもサイクリングがうってつけ。

自分のペースでゆるりと目的地を目指す旅では、心地良く肌を撫でる穏やかな風や、優しく降り注ぐ陽光、視界いっぱい広がる初夏の景色が心をリフレッシュさせてくれるはずです。

伊予灘からの潮風や波音をBGMに、海岸沿いのサイクリングロードを駆け抜ける国東市。市内には「国東市サイクリングターミナル」を基点に2つのルートがあり、1つは片道約13・2キロメートルのコースを70分程で走る「Northコース」。より気軽さを求めるビギナーのために、約3キロメートルのコースを30分ほどで1周する「Southコース」も設けられています。



それでは行ってきます~!

「朝もランニングをしてきました!」と爽やかな笑顔で出てきてくれた紗希さん。自転車に乗るのは十数年ぶりになると話しながらも、すでに淡い水色のカラーが晴天の町並みに映える一台を迷うことなく相棒に任命。未知なる旅の始まりにドキドキしながら、紗希さんと呼吸を合わせていざ出発...! すると松林のトンネルの隙間からのぞく空と海の青、砂浜の白色など、次々に視界を流れる自然の美しいこと。乗り始めて間もないにも関わらず、五感刺激の多さにびっくり。そしてユニークな立ち寄りスポットとして知られる『おしり岩』に到着。大自然による造形美:いや、お尻の再現性の高さに笑い合いながら記念撮影。

緊張を緩めてくれた『おしり岩』に感謝しつつ次に向かったのは、国内外のさまざまな場所を舞台にパフォーマンスやインスタレーション作品を制作・発表する国際的アーティスト・島袋道浩氏が手掛けた作品が待つ国東町旭日地区。地域にある標高80メートルの祇園山には、「光る道」と「首飾り」という2つの作品が設置されているそうです。事前に話を聞いた国東

### 光る道



1・祇園山の斜面に沿って伸びる1本の白い手すりは、日没~22時に点灯します。 2・神社を包む鎮守の森はスタシイが群生し、県の天然記念物に指定。 3・興導寺にて仁王様と写真撮影。 4・外壁には障子や引き戸などの細部もしっかりと型取られています。

### 首飾り



頂上からは旭日地区の景色や海を望めます。

### おしり岩



満潮の場合はお尻が隠れてしまうようになります。



2 櫻八幡神社

3 興導寺

4 クニサキハウス



**案内人/河原紗希さん**  
山口県生まれ、東京育ち。国東市在住。サハラ砂漠マラソンなどに出場・完走するというライフワークや宇宙食開発などの活動が注目を浴び、「BSよしもとチャンネル」にて、「爆走SAKI」として地域の魅力をPR!





屋外プールがリニューアル!

ナイトプールも楽しめます

プールサイドでは、BBQビアガーデンやフードコートも営業。  
また、大分空港が近いので飛行機が間近を通ることもあります。  
プール利用は夏季のみ。

国東市 国東町 ホテルベイグランド国東

長年多くの人に親しまれてきた『ベイグランド国東』のプールが、2022年にリニューアルオープン。更衣室やシャワースペースもきれいになり、以前にも増して遊びに行きたくなるスポットとなりました。なんと、今回のリニューアルでナイトプールも楽しめるようになったので、恋人や家族など大切な人と“夜の国東”を楽しんでみては。

〒 国東市国東町小原4005  
☎ 0978-72-4111  
🕒 プール10:00~20:00(最終受付19:00)  
🍽 大人520円、小学生以下310円、3歳以下210円  
🚫 なし 📄 150台  
📱 カード使用: プール利用は不可



国東市 安岐町 梅園の里キャンプ場

木々に囲まれた静かな環境で、全8つのテントサイトや給仕棟、トイレを完備。ロッジなどの宿泊施設もあります。また敷地内にはレストラン『梅の庵』や入浴施設『うめの湯』、星座、惑星、星雲などを観察することができる『天球館』があり、観望会や講座も定期的で開催しており天文ファンから初心者まで楽しめます。

星降る素敵なキャンプ場



山荘タイプのうち3棟はベットと泊まれるお部屋を用意しています。5名様分のシングルベッドがありご家族皆様でお楽しみいただけます。

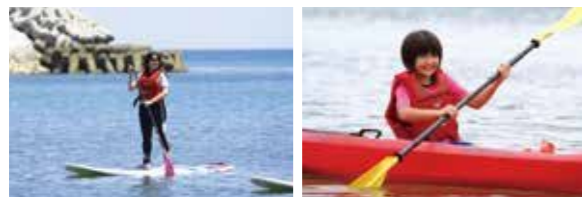


〒 国東市安岐町富清2244  
☎ 0978-64-6300  
🕒 3月~11月 チェックイン13:00、チェックアウト:11:00  
🍽 キャンプ場利用料 大人700円、中学生350円  
【団体10名以上】大人560円、中学生280円  
🚫 なし 📄 50台  
📱 カード使用:不可



真夏の太陽の下

マリンスポーツにチャレンジ!



子どもから大人まで、世代を問わずに楽しめます。

国東市 国見町 くにみ海浜公園 「マリンスポーツ施設」

今年の夏も、『くにみ海浜公園』に県内屈指の総合マリンスポーツ施設がオープンします。ここでは、SUP(スタンドアップパドルボード)やウインドサーフィンといったマリンスポーツが楽しめ、講師から指導を受けることができる体験スクールも開催中。どこまでも続く青い空と海の中、思いっきりはしゃいでこの夏を遊びつくそう!

〒 国東市国見町伊美  
☎ 0978-72-9191  
🕒 10:00~17:00  
🍽 【SUP】体験スクール3000円、レンタル2000円  
【ウインドサーフィン】体験スクール4000円、レンタル3000円  
【シーカヤック】:レンタル1000円(1人用)、2000円(2人用)  
※すべてのコース2時間利用の料金  
🚫 9/1~9/30は毎週金曜休み  
📄 109台 📱 カード使用:不可



アウトドアの思い出は、国東で作りませんか?

県内屈指のアウトドア遊びスポットの国東には、キャンプやサイクリングなど楽しいことがいっぱい! 思いっきり遊んで、日頃のストレスなんて吹き飛ばしてしまいましょう。



ビギナーにもオススメ!

仲間と過ごすキャンプ時間

日ごろ食べている料理でも、キャンプ場での味はまた格別です。



施設内にはドッグランスペースもあり、ワンちゃんも一緒に楽しめます。



海の向こうに目を向けると、姫島がはっきりと!

国東市 国見町 GongenCamp (権現崎キャンプ場)

「キャンプをしてみたいけど、まずは何を準備すればいいの?」そんなキャンプ初心者、ぜひこちらでデビューを。管理人の常駐する土日祝日なら、有料でテント張りの手伝いをしてくれるほか、食器セットなどのレンタル品も幅広くそろいます。近くのスーパーや道の駅で食材を現地調達でき、分別さえすればゴミもここで捨てられるので帰りに荷物が増えることもありません。まさに「手ぶらで訪れることができるキャンプ場」です。

〒 国東市国見町伊美4652  
☎ なし  
🕒 土・日曜、祝日:9:00~18:00(管理人駐在時間)、月~金:区画貸しのみ、シャワーなどのサービスは利用不可  
🍽 入場料:大人500円、小人300円 (シャワー使用料込み、土・日曜、祝日のみ)、フリーサイト:3000円、区画サイト:6000~8000円  
🚫 なし 📄 約30台  
📱 カード使用:不可

予約・問い合わせは  
二次元コードから





# 祭り国東

豊かな自然と  
伝統を体感できる祭りは  
人々の暮らしに受け継がれ、  
四季折々に催されます。  
美しい国東の伝統文化と  
今を感じよう！

## Autumn 秋



### ケベス祭 (国選択無形民俗文化財)

毎年10月14日の夜に行われる火祭りです。白装束に木彫りの仮面という姿のケベスは火を守る差又をもった当場と呼ばれる男たちと、火をめぐって押し問答を繰り返します。その後、当場たちは差又に火の付いたシダの束を突き刺し、参拝者たちに火の粉を浴びせ、無病息災を願います。境内は悲鳴と歓声が響き、最後にケベスがワラヅトを地面にたたき付け、翌年の五穀の豊凶を占います。

ケベス祭り



諸田山神社御田植祭

### もろたさんじんじゃおんだうえまつり 諸田山神社御田植祭 (県指定無形民俗文化財)

毎年、春季例祭(春分の日)、五穀豊穰・氏子繁栄のため行われます。神社境内が御田植祭りの水田として用いられ、水田の一隅に神座として大きなのを設け、これを射り鉤取りの田ならしあぜ塗り、暴れ牛を追っての代かき、種まき、苗運び、早乙女に扮した男児の田植え、最後にはおやつを持ってきた女性が産気づいて出産するという模擬の農作業が鉦・太鼓・笛の囃子や古風なセリフを交えながら滑稽に演じられます。

## 春

## Spring



### よしひろがく 吉弘楽

### ユネスコ無形文化遺産 (国指定重要無形民俗文化財)

吉弘楽は、国東市武蔵町の「楽庭八幡社」に伝わる舞楽で、五穀豊穰、虫害防除の祈禱(昔は武運長久・戦勝祈願)のため、毎年7月の第4日曜日に行われます。南北朝の時代に領主吉弘正賢公が戦勝や五穀豊穰を祈願して始めたと伝えられ、太鼓を打ち鳴らしながら踊る「太鼓踊り」で念仏踊りの系譜を引く芸能で、2022年、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。



吉弘楽

## 夏

## Summer



修正鬼会

### しゅじょうおにえ 修正鬼会

### (国指定重要無形民俗文化財)

成仏寺(旧正月の5日)と岩戸寺(旧正月の7日)が隔年で行っています。六郷満山寺院を中心に行われてきたこの行事は春を迎える伝統行事で、福をもたらす鬼が、火のついた松明を持って参拝者を加持し、さらに集落へと家内安全・疾病消除の祈禱をしに回ります。そのとき各家では酒やごちそうを出して、鬼たちをもてなします。

## 冬

## Winter





**01 梅園の里**

〒 安岐町富清2244  
☎ 0978-64-6300  
🕒 11:30~14:00(os13:30)  
🗓 火曜日  
🚗 普通車80台・大型10台  
📇 カード使用:可

**梅園の料理長おまかせ膳 1,800円**

※仕入れ状況や季節により内容は変わります。

収容人数 80人

**02 両子河原座**

〒 安岐町両子1594-1  
☎ 0978-64-6305  
🕒 11:00~14:30(os14:00)  
🗓 火曜日  
(シーズンにより営業の場合あり)  
🚗 普通車40台・大型3台  
📇 カード使用:不可

**天むすざるセット 1,200円**

収容人数 50人

**03 和食工房 東**

〒 武蔵町糸原123  
☎ 0978-66-7676  
🕒 11:00~14:00(os14:00)、  
17:00~20:30(os20:00)  
🗓 月曜日・  
祝日の場合は翌火曜日  
🚗 普通車20台・大型2台  
📇 カード使用:不可

**レディースセット 1,330円**

収容人数 85人

**04 ホテル  
バイグランド国東**

〒 国東町小原4005  
☎ 0978-72-4111  
🕒 11:30~14:00(os13:30)  
🗓 年中無休  
🚗 普通車100台・大型5台  
📇 カード使用:可

**太刀重 1,800円**

収容人数 115人

**05 道の駅くにさき  
銀たちの郷**

〒 国東町小原2662-1  
道の駅くにさき内  
☎ 0978-73-2170  
🕒 11:00~15:00(平日)、  
11:00~16:00(土日祝)  
🗓 第4水曜日  
(祝日の場合は翌日)、  
12/31、1/1  
🚗 道の駅くにさき駐車場利用  
📇 カード使用:不可

**太刀重 1,400円**

収容人数 50人

**06 松風**

〒 国東町富来浦699-19  
☎ 0978-74-1200  
🕒 11:30~15:00(os14:30)、  
17:00~21:00(os20:30)  
🗓 火曜日  
🚗 普通車30台・大型2台  
📇 カード使用:可

**たこちゃんぽん 1,200円**

収容人数 40人

**07 割烹 志まる**

〒 国東町田深923-2  
☎ 0978-72-2779  
🕒 11:30~14:00、  
18:00~22:00  
🗓 不定休  
🚗 普通車30台・大型5台  
📇 カード使用:可

**志まる御膳 2,420円**

収容人数 100人

**08 道の駅くにみ 嘉宴**

〒 国見町伊美4252-1  
道の駅くにみ内  
☎ 0978-89-7055  
🕒 11:00~15:00  
🗓 火曜日  
🚗 共有P利用  
📇 カード使用:不可

**車海老とタコ飯のセット 2,200円**

収容人数 50人

**09 涛音寮  
(茶房 さんがいや)**

〒 国見町伊美2017  
☎ 0978-82-1328  
🕒 11:30~15:00  
(os14:30)  
🗓 火曜日  
(祝日の場合は営業)  
🚗 普通車15台・大型2台  
📇 カード使用:可

**たこめし御膳 1,210円**

収容人数 40人

**10 和の宿  
割烹 三國屋**

〒 国見町伊美2280-1  
☎ 0978-82-0168  
🕒 11:00~15:00、  
17:00~21:00  
🗓 不定休  
🚗 普通車35台・大型5台  
📇 カード使用:可

**懐石料理コース 4,000円~**

収容人数 100人



**七島イ草**  
青木本店  
☎ 0978-67-2721

**太刀魚天 姫ご天**  
林田かまぼこ  
☎ 0978-72-0450

**国東半島産エクストラバージン  
オリーブオイル**  
大分県農業協同組合東部エリア  
☎ 0978-72-0617

**国東  
みやげ**  
旅の思い出とともに

**たこ飯の素**  
国東物産(株)  
☎ 0978-68-0283

**西の関**  
萱島酒造  
☎ 0978-72-1181

**酒粕プリン**  
萱島酒造  
☎ 0978-72-1181

**とっぱい**  
南酒造  
☎ 0978-67-0024

**国東しいたけ 香りちゃん**  
大分県椎茸農協国東支部  
☎ 0978-72-0024

**国東わかめ**  
(有)竹永海商  
☎ 0978-72-0299

**ケベス漬け**  
民宿コンセグロ  
☎ 080-5276-0313

**黒津崎**(国東産わかめ入り)  
池田菓子店  
☎ 0978-72-1075

**五郎一醤油**  
安永醸造(有)  
☎ 0978-68-0025

**オリーブコンフィ ナッツ&お芋**  
キュウセツAQUA 株式会社  
国東クリーブガーデン  
☎ 0978-73-2255