

ぼーっとしたい人のための
乗り過ごし
マニュアル

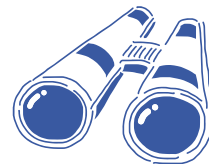


The Complete Breather

南鉄沿線マップ付

発行元：一般社団法人みなみあそ観光局（0967-67-2222） 2025年3月発行

風景や生き物を
観察する



観

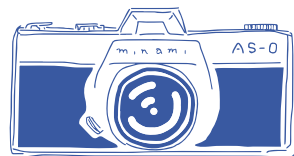
カルデラの中はどこ方角を眺めても山がある。
草むらに目を向けると都会では珍しい虫や鳥、
運がよければキジやキツネを拝めるかも。

写

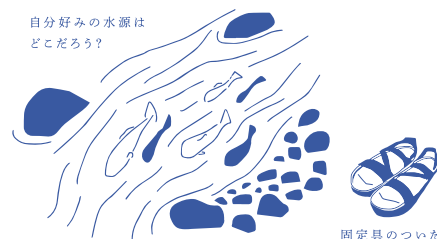


山の天気だからからこそ様々な風景
が楽しめる。幻想的な瞬間をお気に
入りのカメラと気長に待つのも良い。

幻想的な
瞬間を待つ



自分好みの水源は
どこだろう？



固定具のついた
サンダルがおすすめ

鉄道で水源を巡る

巡

駅を起点に水源を巡ると偶然の
発見やネットには載ってない情報
があるかも。着替えは必須！

茶

それぞれの駅や最寄りの店には美味
しい「時間」が流れている。駅長こだわ
りの喫茶、老舗の甘味もお土産に。

どこの駅でも
「美味しい」が
見つかる

75th.ST
ドリップコーヒー



久永屋
オリジナル資本ケーキ



駅のベンチで
本を片手に

バックパッカーのバイブルと
いわれる名著『遊歩大全
The New Complete Walker』



読

駅のホームはどこも明るく風が心地よいの
で待ち時間に本を読むにはちょうどいい。

温泉へ
歩いてゆく

温

地元民はわりと
持ってる入浴セット



天気が良い日に雄大な自然を
寄り道しながら歩く。自分の
足でたどり着いた温泉は格別。

南阿蘇鉄道沿線 ガイドマップ

時刻表や地図をじっくり読んで 「こんな乗り方ができるかも」って 思いついたあなたに乗ってほしい

旅の計画は考えるだけで楽しい。地震の被害で7年間も不便な時期があったけれど、運転が再開したから可能になった過ごし方がたくさんある。時刻表を眺めて思いついた自分なりのワクワクする南鉄の使い方を試してみてその旅の思い出を親しい誰かに話してほしい。

片道の最短	最寄り駅	立ち寄り湯
徒歩圏内	A 21分 B 30分	南阿蘇水の生まれる里 白水高原駅 → 竹の倉山荘 11:00-15:00 中松駅 → 四季の森温泉 6:30-21:00
しっかりと歩く	C 34分 D 48分 E 49分	長陽駅 → 小山旅館 12:00-17:00 長陽駅 → 阿蘇キャニオンテラス＆ロッジ 12:00-21:00 立野駅 → アコンカグアリゾート 12:00-21:30



長陽駅

久永屋

陽気な駅長の
資本ケーキとウクレレ
弾き語りが楽しめる



阿蘇下田城駅

阿蘇カラクリ研究所

不思議で怪しい
機械仕掛けの
発明品がお出迎え



中松駅

ひみつ基地 ゴン

特撮系コレクション
満載の駅舎で味わう
ジビエカレーと湧水菓子



阿蘇白川駅

75th.ST

アメリカン
アンティークと
穏やかな喫茶室



白川水源駅

Café 俱利伽羅

なんさん（とにかく）
安くて美味しい
名物手作りバーガー

高森駅

南阿蘇鉄道 株式会社

復興の汽笛が鳴り響く
夕日の見えるプラットホーム

天気の良い 混んでいる日は テイクアウトを 駅や水源で

土日祝、天気の良い日はランチ
難民も多くなる南阿蘇。コロナ禍
以降は持ち帰り予約のできる店
もずいぶん増えているし、実は人口
あたりのパン屋の数が日本一！?と
も言われる。たまにはテイクアウト
したお昼を駅のベンチや水源の
休憩所で食べるのも良い。家族や
友人とピクニック気分でお弁当を
持ち寄ってワイワイするのも楽し
そう。

白水高原駅

ひなた文庫

「この場所で本を
読めたら最高だ」を
きっかけに開いた古本屋



0 0 国道・県道

南阿蘇鉄道

X 温泉への道

見晴らしの良い
まっすぐな農道

水源の位置から
およそ半径500m
徒歩で約6〜7分

① 南阿蘇観光案内所
最新の情報やレンタサイクルも
あります！歩きだと大変な山道も
楽々登れる電動自転車はおすすめ
TEL 0967-67-2222

② 南阿蘇鉄道株式会社
特別列車のご予約や運行に関わる
詳しい情報はこちら⇒
TEL 0967-62-0058

旅先からの便り

さらっと一言添えたポストカードって昔は当たり前のよ
うに旅先から届いていた。デジタルな時代だからこそ
手紙特有の距離感を楽しめるのかもしれない。

高森	見晴台	白川水源	阿蘇白川	中松	白水高原	阿蘇下田城	加勢	長陽	立野	駅名
【ゆるっとバス】白水ルート久木野ルート 【たかちほ号】高千穂 延岡行き 【たかもり号】熊本行き	【ゆるっとバス】白水ルート	【ゆるっとバス】白水ルート	【ゆるっとバス】白水ルート	【ゆるっとバス】白水ルート 【たかもり号】高森行き／熊本行き	【ゆるっとバス】白水ルート バス停：川地後（徒歩3分）	【ゆるっとバス】白水ルート		【ゆるっとバス】白水野ルート 久木野ルート	【ゆるっとバス】白水ルート 【JR豊肥本線】熊本行き／宮地行き	JR/バス 乗り換え
男女別	仮設	男女別	男女別	男女別	男女共用	男女別	男女共用 和式	男女別	男女別	お手洗
各駅の待合室は午前5時頃から午後10時頃まで利用可能（消灯時間：午後11時頃）										待合室
南鉄直売店 年中無休 6時半～22時	café 俱利伽羅 土日祝 11時～17時	75th・S・T 水～月 9時半～17時	ひみつ基地ゴン 金・日祝 11時～16時	ひなた文庫 金・土 11時～15時半	阿蘇カラクリ研究所 不定休 常設展示	久永屋 奥/茶 土日祝 11時～18時				運営店 種類 営業日

駅利用早見表

南鉄の遊山大全

How To relax in Minamiaso
by taking Local Railway

慌ただしい日常を忘れ、
ゆったりとリラックス
できたら最高だ。



気の向くまま
過ぐすコッ
三選

好きな車両が

来るまで待つてみる

降りる駅を

風景で決めてみる

一日フリーきつぷで

全駅舎を巡つてみる

運賃のことを気にしながら乗り
降りするのが少し苦手な君にオ
ススメのお得な切符*もあるよ！



*詳しい情報は左下表参照



車窓からの眺めはどこ
も味のある景色ばかり。
ふらっと降りて写真や
スケッチも楽しいかも。

「なんとなく好きだから
乗ってみようかな」
その気持ちを大切に。



乗車料金	切符について	お支払い場所
普通運賃	車内に支払い (現金 or クレジットカードタッチ決済) 立野駅・高森駅では販売機にて切符も購入可 トロッコ列車・JR乗り入れ便はタッチ決済不可	車内運賃箱 もしくは 読み取り端末
一日フリーきつぷ A	南阿蘇鉄道全区間を一日中 何度でも乗り降りできる乗車券	車内および 高森駅の窓口
あそ旅のレールパス B	JR 豊肥本線・南阿蘇鉄道全区間を 24時間何度でも乗り降りできる デジタルチケット	おで活アプリ 「my route」内で 販売・チケット提示
記念きつぷ	全線運転再開記念入場券セット その他、不定期で記念きつぷを 発行・限定販売を行っています。	南阿蘇鉄道 高森駅の窓口

注) トロッコ列車乗車には運賃とは別にトロッコ料金が必要です。タッチ決済はトロッコ列車・JR乗り入れ便では一切利用できません。

きつぷ分類表

降りるとき	乗るとき	乗るまえ
降りるとき - 降車位置は列車前方 - 運賃箱に整理券と運賃もしくは切符を入れる - クレジットカード決済の場合 - 降車口付近の読取端末にカードやスマホをかざす	乗るとき - 整理券を取る - 運賃を用意する - クレジットカード決済の場合 - タッチ決済カードやスマホ画面を準備	乗るまえ - 乗車位置は列車後方 - 時刻表と運賃表を確認する - クレジットカード決済の場合 - タッチ決済カードやスマホ画面を準備

乗り降り案内