

外海に流れる時間の中で大切な時間を過ごす 贅沢をとっておきの思い出に変えてみませんか？

ソウは外海の大自然をカラダごと 体験して感動するの♪

泊は
民宿しながら
体験することも
できます!!

田舎農体験

季節ごとに旬の果実・山菜採りを体験できる
「田舎農体験」です。

TEL.0959-25-0765(東 洋一)

長崎市新夜野町580
●受入時期/【1月】4月～5月
【ぶどう狩り】8月～9月
●定員/【たけのこ掘り】5～10人 【ぶどう狩り】5～20人
●料金/2,000円

パン・お菓子作り

パンとお菓子を作って、スープとサラダでランチしよう。
角力満の絶景もお楽しみいただけます。

TEL.0959-25-0598(平ペーカリー)

長崎市赤音町446
●受入時期/【通年】午前10時～(約3時間)
●定員/4～8人
●料金/2,000円



おにぎり・うどん打ち

棚田で作るおにぎりと、大中尾の家庭料理でもある
うどん打ちが体験できます。

TEL.0959-24-0533(大中尾棚田保全組合長宅)

長崎市神浦上大中尾町727
●受入時期/【通年】(約2時間)
●定員/10～100人
●料金/1,500円

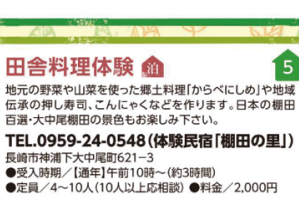


フラワーアレンジ、ブーケ作り

バラ園に咲き誇るきれいなバラを使って、
フラワーアレンジやブーケ作り体験をします。
バラの香りで、リッチ&リラックス。

TEL.0959-24-0382(杉ちゃんちのバラ園)

長崎市神浦上大中尾町646
●受入時期/【通年】午前10時～(1～2時間)
●定員/4～10人
●料金/2,000円



田舎料理体験

地元の野菜や山菜を使った郷土料理「からべしめし」や地域
伝承の押し寿司、こんにやくなどを作ります。日本の棚田
百選・大中尾棚田の景色もお楽しみ下さい。

TEL.0959-24-0548(体験民宿「棚田の里」)

長崎市神浦下大中尾町621-3
●受入時期/【通年】午前10時～(約3時間)
●定員/4～10人(10人以上応相談) ●料金/2,000円

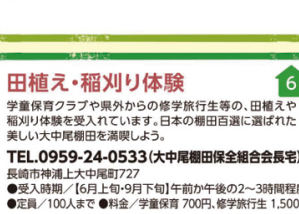


田舎体験(石窯パン作り)

小麦粉と水、塩だけで作る、素朴な石窯パン。
焼きたての石窯パンと一緒にハーブティーもどうぞ。

TEL.0959-25-0575(日宇スギノ)

長崎市西出津町1020
●受入時期/【通年】午前10時～(2～3時間)
●定員/4～20人(20人以上応相談)
●料金/2,000円



田植え・稲刈り体験

学童保育クラブや県外からの修学旅行生等の、田植えや
稲刈り体験を入れています。日本の棚田百選に選ばれた
美しい大中尾棚田を満喫しよう。

TEL.0959-24-0533(大中尾棚田保全組合長宅)

長崎市神浦上大中尾町727
●受入時期/【6月上旬～9月下旬】午前午後2～3時間程度
●定員/100人まで ●料金/学童保育 700円、修学旅行生 1,500円



池島まんじゅう・かりんとう作り体験

池島のお土産として作られた、池島まんじゅうとかりんとうを
一緒に作ってみませんか。イメージは石炭です。

TEL.0959-26-2555(ステップUP池島研究会)

長崎市池島町154
●受入時期/【通年】午前9時～(3時間)
●定員/8人
●料金/1,000円(材料費別途人数割)



外海の直売所・販売所はこちらです!

1 長崎市みなと漁協 外海支所直売所

外海近海で捕れた新鮮で美味しい
魚介類や加工品、野菜などを販売。

●長崎市神浦江川町554-6 ●TEL.0959-24-0315
●営業時間/9:00～18:00
●定休日/第1、第3水曜日



2 道の駅太陽が丘そとめ

小高い丘の上にある道の駅。自然豊かな外海で
育てた新鮮な野菜や地元の特産品、工芸品の
販売の他レストランもあり、休憩ポイントに最適。

●長崎市東出津町149-2 ●TEL.0959-25-1430
●営業時間/【4月～9月】9:00～19:00
【10月～3月】9:00～18:00
●定休日/1月1日～1月3日 レストランは無休



美味満喫 外海・池島でゴハン!

<食事>

いけす 久栄

長崎市下黒崎町1411-2
TEL.0959-25-0052
営業時間/11:30～20:00
定休日/水曜日

お手軽刺烹 波矢司

長崎市下黒崎町1165
TEL.0959-25-0036
営業時間/11:00～14:00
17:00～19:00
定休日/火曜日

道の駅レストラン ラ・メール

長崎市東出津町149-2
TEL.0959-25-1430
営業時間/11:00～19:00
定休日/無休

食べ処 ヴォスロール

長崎市西出津町2696-2
TEL.0959-25-0018
営業時間/11:00～16:00
定休日/月曜日

ルートカフェ

長崎市西出津町3217
TEL.0959-25-1921
営業時間/
【5月～10月】10:00～19:00
【11月～4月】11:00～19:00
定休日/水曜日

お食事処 海望

長崎市上大野町1775-1
TEL.0959-24-1691
営業時間/
【午前】11:00～15:00
【午後】18:00～20:00
※水曜日は11:00～14:00
定休日/第3月曜日

レストラン レスカル

長崎市神浦江川町657-2
TEL.0959-24-0390
営業時間/
【午前】11:00～14:00
【午後】17:00～20:00
定休日/月曜日、木曜日

鰻処 笹野食堂

長崎市神浦下大中尾町45
TEL.0959-24-0161
営業時間/(要予約)
【午前】11:00～15:00
【午後】17:00～21:00
【土・日・祝】11:00～21:00
定休日/不定休

みなと亭

長崎市池島町154
TEL.0959-26-2555
営業時間/11:00～16:00
(夜については事前予約にて対応)
定休日/土・日・祝祭日

かあちゃんのお店

長崎市池島町1597
TEL.0959-26-1123
営業時間/10:00～18:00
定休日/不定休

<カフェ>

峠茶房202

長崎市永田町670
TEL.0959-25-1920
営業時間/10:00～18:00
定休日/不定休

アンシャンテ (遠藤周作文学館)

長崎市東出津町77
TEL.0959-37-6011
(遠藤周作文学館)
営業時間/10:00～17:00
定休日/12月29日～1月3日

平ペーカリー

長崎市赤音町446
TEL.0959-25-0597
営業時間/11:00～日没まで
金、土、日のみ営業
定休日/月・火・水・木曜日

ひなたの匂い

長崎市下大野町2535
TEL.090-4345-5913
営業時間/11:30～日没まで
金、土、日のみ営業
定休日/月・火・水・木曜日

Welcome to
Nagasaki
Nagasaki
"SARUKU&DRIVE"
Course Map

Area
09

"Sotome"

長崎さるくコースマップ

外海

輝く海と
キリシタンの里
恋する夕暮れ

Course/1 夕陽が美しいクリシタンの里

～遠藤周作が魅せられた町～



1 黒崎永田湿地自然公園

湿地面積は約9.8ヘクタール。絶滅に瀕した生物も多く見られ、特に日本有数のトンボの生息地として高い評価を受けています。珍しい生物や植物を観察しながらの散策はおすすめです。



■開館/9:00～17:00

2 黒崎教会堂

ド・ロ神父の指導で敷地を造成。信徒達が奉仕と犠牲の結晶として一つ一つ積み上げた煉瓦造りの聖堂は大正9年(1920)完成。簡素な構成が煉瓦の美しさを際立たせており、深い奥行の内部はステンドグラスが印象的です。付属する鐘楼は隠れクリスタンの輝きを願って設置されました。



■見学/8:30～17:00
(ミサ等実施時は入場制限あり)
■見学科/無料

3 サン・ジワン枯松神社 (市指定史跡)

ここは日本人伝道士バスチャンの師であるサン・ジワン神父を祀るクリスタン神社です。江戸時代、黒崎の隠れクリスタンがここに密かに集まり、オラショ(祈り)を捧げ伝承してきた聖地で、祠の手前に「祈りの岩」という大きな岩が残されています。



神聖なる空気が漂う祠周辺

さるくコツ

クリスタン時代の記憶をたどってみよう!

黒崎・出津エリア最大の特徴であり最大の魅力は、クリスタンをはじめとする独自の歴史と文化を持ち、その文化が今も受け継がれていることです。黒崎・出津の両教会は、いずれも信徒達の多くの犠牲と汗の奉仕によって建てられた心の拠り所。また、牧野地区の山中にあるバスチャン屋敷跡は、クリスタン迫害時代、熱心に布教した日本人伝道士バスチャンの隠れ家と伝えられ、隠れクリスタン時代を物語る貴重な史跡です。地名にも注目してみましょう。黒崎に「子捨川(こすてごう)」と呼ばれる所があります。

迫害時代、この地を治めていた大村藩は経済安定を計るため、人口増加を防ぐ策として長男を残し、その他の子どもの間引きを強制していました。子捨川の名は、この際、産から我が子を受け落とした悲惨な出来事によって由来しています。また同時代の黒崎海岸は、我が子を残さず、自らの信仰を貫ける新たな定住地を五島に求めた海外の人々が命をかけて船出した場所です。このように歴史を見守った場所へも足を運び、ぜひ周辺をさるくしてみましょう。

10 遠藤周作文学館

遠藤氏の代表作『沈黙』は、外海を舞台に描かれました。この文学館は遠藤氏がクリスタンの里である外海の景観を気に入っていたことから、平成12年、夫人の協力を得て設立されました。敬虔なカトリック信者の側面が窺える彼の生涯と足跡を辿った展示物、約2万5000点はどれも興味深いものばかりです。また、館内のレストラン「アンシャンテ」では、外海名物のド・ロ様そめんとバスタを味わうことができます。



■開館/9:00～17:00
(入館受付16:30まで)
■休館日/12月29日～1月3日、臨時休館あり
■入館料/大人360円、小中高生200円
■TEL.0959-37-6011

11 道の駅 夕陽が丘そとめ

外海の魅力の一つが角力灘(さうなだ)の夕陽。穏やかな海が刻々と赤く染まっていく光景を見ようと、人々が集まり、晴れた日には五島列島をも見渡せるのがこの道の駅です。道路情報や観光情報が入手でき、休憩場所としても最適です。特産品の販売コーナーやレストランもあります。



海と空が黄金色に! 角力灘の落日



出津文化村内

4 外海歴史民俗資料館

外海の先人達の遺産や暮らしぶりを生き生きと展示、なかでもマリア観音など隠れクリスタンの資料は、他に例を見ないほど豊富です。

■開館/9:00～17:00
※ド・ロ神父記念館との共通入館券です。
■休館日/月曜、12月29日～1月3日
■入館料/大人300円、小中高生100円
■TEL.0959-25-1188

5 沈黙の碑

外海が遠藤氏の『沈黙』の舞台となったことにちなみ建立。「人間がこんなに哀しいのに、主よ海があまりに碧いのです」と刻まれています。



出津文化村内

ド・ロ神父遺跡(国指定重要文化財)

6 ド・ロ神父記念館(国指定重要文化財)

旧いわし綱工場跡の建物はド・ロ神父の設計です。『ド・ロ版』や神父愛用のカレンダーなどゆかりの品が多数展示されています。

■開館/9:00～17:00
※外海歴史民俗資料館との共通入館券です。
■休館日/12月29日～1月3日
■入館料/大人300円、小中高生100円
■TEL.0959-25-1081

7 旧出津救助院(国指定重要文化財)

ド・ロ神父が住民を困窮から救うために創立。ここで織物やマカロニ・そめん製造などの技術を教えました。独自の工法で築いたド・ロ塙も必見です。

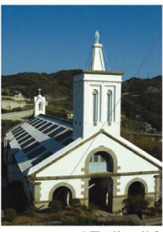
■開館/9:00～17:00
(日曜日、8月15日、11月7日、12月25日 11:00～17:00)
■休館日/月曜、12月29日～1月6日
■入館料/大人300円、小中高生150円
■TEL.0959-25-1002



8 出津教会堂(国指定重要文化財)

明治15年(1882)、ド・ロ神父の設計施工で建てられた教会。低く堅牢な造りは、台風被害を避けるためです。鐘楼の鐘は神父がフランスから取り寄せたもので、朝夕に美しい鐘の音を谷間一帯に響かせていました。近年、さだまさし原作の映画『解夏』の撮影が行われたことで話題になりました。

■見学/8:30～17:00
(ミサ等実施時は入場制限あり)
■見学科/無料
■TEL.0959-25-0428



白亜の美しい教会

9 ド・ロ神父の墓(野道クリスタン墓地)

ド・ロ神父が愛した多くの信徒達と共に眠る墓地。多くの人が訪れ祭典などが行なわれることもあり、入口に立派な墓碑が建てられています。



感動エピソード

外海の人々の肉体と魂を救ったド・ロ神父

明治12年(1879)、外海地方の主任司祭として赴任したフランス人宣教師ド・ロ神父は、布教はもちろん、困窮を極めた暮らしを続ける人々を魂と肉体の両面から救うため、農漁両面に力を注ぎました。ゆかりの地を訪れると建築、製粉、搾油、パン、マカロニなどの製法、農機具、イワシ網工場など、神父があらゆる知識と能力を持ち合わせていたことに驚かされます。また、神父が外海を支えた証である建物や点在する出津文化村以外にも、神父が開墾した農耕地や私財を投じて掘った井戸、農作業小屋などが残っています(大平地区)。それらは外海の歴史を今に伝えると共に、深い人類愛を持って外海の人々に生涯の全てを捧げたド・ロ神父の偉大さを静かに物語っています。



ド・ロ神父像
ド・ロ神父愛用のオルガン(現在旧出津救助院に展示)
ド・ロ神父 大平作業場跡(市指定史跡)



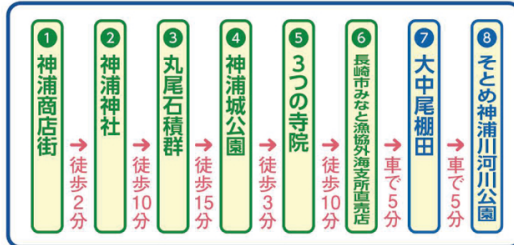
さるく茶屋とは……
このマークがあるお店には、さるくマップや各種情報誌があります。トイレもご利用頂けます。

♥ AED設置場所

①～⑪=約4時間30分コース (長崎市街地往復・見学時間含む)

Course/2 日本一の清流と伝統的な町並み・神浦

～のんびり・ゆったり・そぞろ歩き～



①～⑧＝約4時間30分コース（長崎市街地往復、見学時間含む）

6 長崎市みなと漁協外海支所直売店



店内の大きな生け簀には、外海近海で水揚げされた活魚が回遊。その他、水産加工品、農産物など新鮮素材が購入できます。毎月第2日曜にそとめ朝市開催！

■営業 / 9:00～18:00
■休業 / 第1・3水曜
■お問合せ TEL.0959-24-0315

1 神浦商店街



どこか懐かしい香りのする商店街。ここを中心に平成14年からスタートした神浦散歩未知(みち)は、地図を片手に歩きながら神浦を満喫するというもの。自然やリサイクルなどのこだわり作品を展示販売する商店や自宅が開放されます。

■神浦散歩未知は毎年9月開催。

2 神浦神社



寛政8年(1796)に石垣を築き境内とした神功皇后を祀る神社。大祭は毎年9月中旬に行われます。境内にある腰掛け石は、神功皇后が今の朝鮮半島を征服した際に神浦に立ち寄り、当時人家にあった石に腰掛けられたと伝えられている石です。



3 丸尾石積群

この辺りは丸尾と呼ばれ、坂道、細道、至るところに結晶片岩という石を積み上げた風情ある石垣が続いています。



西彼半島「円」に点在する石積群の中でも、ここから美しいといわれる丸尾石積群。

5 3つの寺院(光照寺・得城寺・久本寺)



久本寺

海に近い方から光照寺、得城寺、久本寺と神浦には3つの寺院が建ち並んでいる。光照寺には、領主の墓守として神浦に移転してきたという寺伝が残し、境内には神浦氏の墓地があります。

光照寺
得城寺

体験スポット

池島(池島炭鉱跡) ルート外



昭和27年から49年間石炭産業が島の基幹産業でした。角力灘に浮かぶ池島は、九州最後の池島炭鉱を擁した炭鉱の島です。神浦からフェリーで30分。現在は、模擬坑道で坑内現場の作業体験や削岩機の使用などができる体験型の観光地となっています。

■見学についてのお問い合わせ先 / 三井松島リソース(株)TEL.0959-26-0888

体験スポット

7 大中尾棚田 ルート外

日本の棚田百選に選定されている大中尾の棚田は、大自然に囲まれ四季折々に様々な表情を見せてくれます。田植えや稲刈り体験もおすすめです。



外海のチャレンジミュージアム

自然は発見、感動いっぱいの博物館！



棚田体験、花摘、パン作りetc. 外海の心豊かな暮らしに触れる体験型の観光が人気を集めています。例えば大中尾棚田米作り体験では春の田植え体験、秋の稲刈り体験と1年を通じてイベント目白押し！神浦散歩未知も体験型観光の一つです。

池島で「エコさるく」

電動ハイブリッド自転車
で池島巡遊はいかが？

■利用時間：8時～15時
■受付場所：みなと亭
■利用料金：1回600円
■問合せ先：0959-26-2555



角力灘

AED設置場所

4 神浦城公園

永和年間(1375～1378)、神浦氏が標高43mの丘陵上に築いた中世の山城跡。平成16年に遺跡の範囲確認調査が実施された結果、炉跡や石組遺構などが発見されました。



神浦の町が一望できる高台に位置する公園で一息つきましょ。

8 そとめ神浦川河川公園

自然を満喫できる水と緑のオープンスペース



平成2年度に環境庁が行った水質調査の結果、日本一の清流の一つに選定された神浦川は、アユや手長エビなどが生息する本当に美しい川。そこでこの清流の豊かな自然環境を生かし、人と自然がふれあうゆとり水辺空間に整備したのがこの公園。園内には川の水を利用した河川プールや芝生広場、遊歩道、遊具などが配られています。

大野教会堂(国指定重要文化財) ルート外

ド・ロ神父設計施工。明治26年(1893)、大野地区26戸の信者のために建てられた出津教会の巡回教会。建物は現地産玄武岩自然石を積み上げ、石灰・赤土・砂混合のモルタルを使用した独特のド・ロ壁、窓は上半部が半円のロマネスク風煉瓦交互。素朴でひびきたる風土に密着した教会建築として高い評価の教会です。



長崎さるく説明板

昔のまちなみや長崎ゆかりの人物の写真等で往時を偲ぶことができます。
4か国語表記(日・英・中・韓)

A. 池田家の造り酒屋跡 B. 丸尾石積群