

PRESENT CAMPAIGN

アンケート回答者の
中から抽選で20名様に
**5,000円分の宿泊券
プレゼント!**



対象

アクティブる天草をご利用+
アンケートをご回答いただける方

応募
方法

アンケート専用フォームサイトからご回答いただきます。
右のQRコードから専用サイトへアクセスしてください。

発表

当選発表は、当選者様
への賞品発送をもって
返させていただきます。

賞品

5,000円分の宿泊券
アクティブる天草の対象宿泊施設で
ご利用いただけます。

さらに!

『アクティブる天草』参加者の方に

**天草観光商品券
500円分を進呈!**

- 天草観光商品券には限りがあり、上限に達した時点で予告なしで終了となります。
- 天草観光商品券を利用できる対象施設は天草宝島観光協会ホームページ、または
右記QRコードからご確認いただけます。

宿泊

+

体験

天草観光
商品券
対象施設



一般社団法人
天草宝島観光協会

主催:天草宝島観光協会 本渡支部



〒863-0023 熊本県天草市中央新町15番7号 天草宝島国際交流会館ポルト内1階
TEL0969-22-2243 営業時間 9:00~18:00 (12/31・1/1休館)

あなたに合わせた体験プランとお好きなお宿を選んで天草をとことん満喫!

アクティブる
天草

AMAKUSA
HONDO

体験 &
サイクルマップ



坂道も
らくらく♪

電動アシスト自転車

レンタサイクル

街中散策やサイクリングはもちろん
運動不足解消にもお気軽にご利用ください♪



1日プラン
1,500円/人

半日プラン
(午前 or 午後)
800円/人



爽快!



新たな発見!



たまに、まったり♡



潮風が気持ちいい〜♪



レンタサイクルは下記施設までご予約ください

- ホテルアレグリアガーデンズ天草 ☎ 0969-22-3161
 - 天草プリンスホテル ☎ 0969-22-5136
 - アマクサ サンタカミングホテル ☎ 0969-22-0100
 - 天草プラザホテル ☎ 0969-23-5511
 - 栄美屋旅館 ☎ 0969-22-3207
 - 和み宿新和荘 海心 ☎ 0969-22-3653
 - プラザホテル アネックス ☎ 0969-23-3000
 - 宝島レンタカー ☎ 090-3191-4680
- 営業時間/8:00~20:00 年中無休 ※パンク・故障時は宝島レンタカーまで!

【注意事項】●自転車にお乗りの経験が1ヶ月未満の方のご利用はご遠慮ください。●出発前には車輪、ハンドル、ブレーキ等の点検をしてください。不良な点がありましたら出発前に必ず貸出施設のスタッフへ申し出てください。●自転車使用中(サイクリング)は、交通規制を遵守し、安全運転をお願い致します。●サイクリング中の事故について貸出施設は一切の責任を負いません。●自転車から離れる場合は必ず施錠をしてください。●自転車貸出中の破損・パンク・紛失には実費を申し受けます。●パンク・故障時は、宝島レンタカー(090-3191-4680)まで、速やかにご連絡ください。



ActiveRu AMAKUSA



体験期間：5月中旬～10月



ワクワクSUP体験

足が届く浅瀬で乗るから
SUP初体験の方でも安心!



詳しい体験内容・コロナ対策についてのお問い合わせは Playfull (090-8769-3483) まで

- 申込締切 出発の3日前まで
- 体験時間 1時間
- 体験料金 4,000円/人
- 出発時間 9:30・11:00・13:00・14:00・16:30
- 催行人員 2名様～
- 体験場所 本渡海水浴場
- 準備物 水着、サンダル、帽子、飲み物



facebook

HP

体験期間：5月中旬～10月



SUPクルージング体験

海岸線や岩の間を
進むコース!



コロナ対策についてのお問い合わせは WAVE ACT (0969-24-5144) まで

- 申込締切 出発の3日前まで
- 体験時間 2時間
- 体験場所 鬼海ヶ浦周辺 (天草町)
- 催行人員 1名様～
- 出発時間 ①9:00 ②13:00 ※30分前集合
- 準備物 水着、サンダル、帽子、飲み物
- 体験料金 ① 9:00～ 6,000円/人
②13:00～ 7,000円/人

face
book



3名様以上
500円引/人

HP

体験期間：5月中旬～10月



シュノーケリング

スタッフによる
安全講習付き!



- 申込締切 前日夕方まで
- 体験時間 約2～3時間
- 催行人員 2名様～
- 体験料金 半日プラン (午前または午後) 6,000円/人・午前午後満喫プラン 9,000円/人 ※貸出品レンタル料込み
- 出発時間 9:30・13:00
- 集合場所 体験先の海岸集合
- 体験資格 5歳以上で健康な方
- 貸出品 シュノーケリング道具一式
- 持参品 タオル、着替え、水着、サンダル、飲み物、酔い止め等

体験期間：5月中旬～10月



スキューバダイビング

インストラクターが
講習・指導
案内します♪



- 申込締切 前日夕方まで
- 体験時間 約3時間
- 催行人員 2名様～
- 体験料金 [2名以上] 1ダイブ 10,000円/人・2ダイブ 18,000円/人
- 出発時間 9:00・13:00
- 体験場所 体験先の海岸集合
- 体験資格 10歳以上で健康な方
- 貸出品 スキューバ用具一式
- 持参品 タオル、着替え、水着、サンダル、飲み物、酔い止め等

お問い合わせ先 熊本ダイビングサービス よかよか TEL090-7291-0661

シュノーケリング・スキューバダイビングの詳細や、コロナ対策についてはHPをご覧ください。



facebook

HP

アクティブる天草体験 見る 釣る

アクティブる天草体験のご予約は対象宿泊施設 (P11~P12掲載) まで!

海にジャマー

見る・釣る

丁寧体験

宿泊施設

イルカウォッチング

お問い合わせ先: 天草市イルカセンター TEL 0969-33-1616



体験期間 1年中(年末年始休業)
 申込締切 出発の前日まで
 体験時間 約1時間
 集合場所 天草市イルカセンター
 出発時間 10:00・11:30・13:00・14:30
 16:00 ※期間により増便あり
 催行人員 1名様～
 対象年齢 幼児以上※小学生以下は保護者同伴
 準備物 酔い止め・レインコート(雨天時)
 貸出品 ライフジャケット
 注意事項 波が高い場合は欠航となります。
 支払先 お泊まりの宿泊施設
 体験料金 大人 2,700円/人
 小学生 1,800円/人
 幼児 900円/人



マグロウォッチング

お問い合わせ先: 網元旅館はまや TEL 0969-46-2305



体験期間 1年中
 ④ 日・年末年始・お盆
 申込締切 前日の午前中
 体験時間 午前10時～(約1時間)
 集合場所 天草漁業協同組合 新和支所
 催行人員 1名様～33名様
 対象年齢 5歳以上※小学生以下は保護者同伴
 準備物 酔い止め・レインコート(雨天時)
 貸出品 ライフジャケット
 注意事項 波が高い場合は欠航となります。
 支払先 網元旅館はまや
 体験料金 中学生以上 2,500円/人
 小学生 1,500円/人



天草うお市場探検

お問い合わせ先: 天草海部 TEL 050-5360-6529



体験期間 基本的に開市日
 ④ 水・日・祝日
 申込締切 ご予約の前々日12時まで
 集合場所 本渡水産荷さばき施設玄関前
 催行人員 1～15名様
 対象年齢 3歳以上 ※小学生以下は保護者同伴
 準備物 長靴 ※貸し出しあり
 体験料金
 ①市場探検のみ 7:00～7:40
 大人 2,000円/人・小学生以下 1,000円/人
 ②市場探検と市場飯 7:00～8:30
 大人 2,500円/人・小学生以下 1,500円/人



釣り堀

手ぶら
OK!



体験期間 1年中(年末年始休業)
 申込締切 体験日の前日まで
 体験時間 約1時間 ※釣り放題・魚はリリース
 集合場所 天草市イルカセンター
 出発時間 9:00～17:00
 催行人員 1名様～
 対象年齢 2歳～※小学生以下は保護者同伴
 支払先 お泊まりの宿泊施設
 体験料金 釣り竿レンタル代込(1名につき1本)
 中学生以上 2,500円/人
 小学生以下 2,000円/人



イルカウォッチング + 魚釣り(釣り堀)



体験期間 1年中(年末年始休業)
 申込締切 体験日の前日まで
 体験時間 1時間 イルカウォッチング
 1時間 釣り放題 ※釣り放題・魚はリリース
 集合場所 天草市イルカセンター
 催行人員 1名様～
 対象年齢 2歳～※小学生以下は保護者同伴
 支払先 お泊まりの宿泊施設
 体験料金 釣り竿レンタル代込(1名につき1本)
 大人(中学生以上) 4,700円/人
 子供(小学生) 3,300円/人
 幼児(2歳以上) 2,400円/人



釣り堀・イルカウォッチング+魚釣り 図 ドルフィンクルーズ TEL0969-33-0881

鯛釣り

体験期間
7月～11月

申込締切 7日前まで
 体験時間 午前6時～(約4時間)
 体験料金(一人)
 10,000円 ※エサ代込
 釣り竿一式レンタル代:1,000円



集合場所 五和漁協
 催行人員 2名様～

対象年齢 小学生以上
 ※中学生以下保護者同伴。
 ※同伴の方も料金が発生します。

五目釣り

体験期間
7月～11月

申込締切 2日前まで
 ※団体様は1～2ヶ月前まで
 体験時間 午前8時～(約2時間)
 体験料金(一人)
 5,000円 ※エサ代込
 釣り竿一式レンタル代:1,000円



持参品 クーラーボックス・酔い止め
 支払先 天草漁協 五和支所



鯛釣り・五目釣り 図 天草漁業協同組合 五和支所 TEL0969-33-0211

アクティブラ草 体験 工芸

※アクティブラ草「工芸体験」は各体験施設がお申し込み先となります。

海・ジャズ

見・釣り

工芸体験

宿泊施設

そば打ち体験



お申し込み先 茶州屋かかしの里店
TEL 080-8451-6200

ニハそばを打ってみよう!!



開催場所 道の駅 宮地岳かかしの里
天草市宮地岳町5516-2

開催日時 毎日(第一・第三水曜日定休)

体験時間 ①10:30~ ③13:00~

催行人数 2名様~(1クラス16名様まで)

体験料金 一人 1,500円~

※参加人数で変動します。

※材料費、道具貸与、指導料、料理代(持ち帰り容器)含む

持参品 エプロン・三角巾・タオル・マスク(要着用)・
保冷剤や保冷バッグ(夏季)



陶芸体験



お申し込み先 天草 陶楽庵(とうらくあん)
TEL 0969-76-0777

初めての方も気軽に
陶芸をお楽しみいただけます!



開催場所 天草陶楽庵
天草市河浦町新合2068

申込締切 当日可 ※予定が空いてる場合可能です

体験日時 毎日9:00~17:00(火曜休み・不定休あり)

催行人数 1名様~

体験料金 電動ろくろ体験 3,300円/人

手びねり体験 2,200円/人

絵付け体験 1,000円/人~



ガラス体験



お申し込み先 ガラス工房 カリヒロ
TEL 0969-32-0044

小さな子と一緒に親子で体験できます♪

サンドブラスト 時間 30分~1時間程
料金 1,000~1,500円/人

ガラスの表面に専用の機械を使って砂を高速でぶつけ、絵や文字を掘り込みます。デザイン絵を決めておくと作業がスムーズです。コップは1時間半~2時間以上かかります。

アクセサリ作り 時間 40分程度
料金 1,500円/人

土台となるガラスに小さなガラスパーツをのせてデザインを決めます。後日、当工房にて高温で溶かしつけ、10日前後にお渡しとなります。箸置きや帯止めなどアイデア次第で素敵な小物ができちゃいます♪

開催場所 ガラス工房カリヒロ 天草市五和町御領6850-1
催行人数 各体験 1名様~ ※小学生以下は保護者同伴

申込締切 3日前まで
体験日時 9:00~17:00(水曜定休)



天草更紗体験



お申し込み先 染元 野のや
TEL 0969-24-8383

開催場所 天草更紗 染元 野のや
天草市佐伊津町2212-2

申込締切 7日前まで

体験日時 約1時間

催行人数 1名様~

体験料金 1,500円/人+更紗代

桃山時代南蛮船に乗って渡来した更紗。古くから伝わる柄を大切にしながら異国情緒を漂わせる草木(いろ)型(かたち)の南蛮更紗を作ってみませんか。



みょうとくじ

明徳寺



島原・天草一揆の人心平定とキリスト教からの改宗を目的として建立された曹洞宗の禅寺。開山は中華珪法。山門には仏陀の正法をひろめ耶穌の邪宗を破るという意味の額が掲げられ、天草キリシタンの歴史を物語っている。



天草市本渡町本戸馬場1148
TEL0969-23-1111 (天草市観光振興課)

えんけいじのかぶとうめ

延慶寺の兜梅



花の見ごろは2月下旬から3月上旬の
天正年間(16世紀後半)の天草の合戦で、武将木山弾正の妻、お京が鎧兜を身にまとい敵陣の中に割って入った時、兜の緒がこの臥龍梅にからまり討ち取られたため、「花は咲けども実は成らせまじ」と怨念を木にこめたといういわれのある、樹齢500年以上の梅の古木です。
未だに実はつかないとか。



天草市浜崎町9-32
TEL0969-22-3365 (延慶寺)

どうこうじ

東向寺



幕府の威光を示すため本堂内に徳川家康をはじめとする徳川家の位牌があり、本堂や庫院の天井には美しい花や鳥の絵が描かれています。創建は慶安元年(1648年)。15世住職の天中和尚が、瀬戸焼の陶祖・加藤民吉を高浜焼窯元上田家に仲介したことから、境内に記念碑があります。



天草市本町新休27-1
TEL0969-22-3384

すずきじんじや

鈴木神社



島原・天草一揆後の天草復興に力を注いだ初代代官鈴木重成公、兄の鈴木正三和尚、息子の二代目代官鈴木重辰公を祀る神社です。境内には、重成公の遺髪塚や、本渡市指定文化財鈴木明神伝碑があります。



天草市本町本681
TEL0969-23-3249

ほんどれきしみんぞくしりょうかん

本渡歴史民俗資料館



本渡市街地北部にある県指定遺跡「妻の鼻墳墓群」から出土した勾玉や鉄剣などの古代遺物から江戸時代の古文書、さらには民具や民芸品などの民俗資料約2,000点を展示。
天草の古代からの歴史の流れを知ることができる資料館です。

天草市今釜新町3706 TEL0969-23-5353
入館料 無料
開館時間 8:30~17:00 (最終入館16:30)
休館日 毎週月曜(祝日時は翌日) 12/29~1/3



あまくさきりしたんかん

天草キリシタン館



島原・天草一揆で使用された武器や国指定重要文化財の天草四郎陣中旗、キリシタン弾圧期の踏み絵、隠れキリシタンの生活が偲ばれるマリア観音など、約200点が展示されます。
4つのゾーン(天草キリシタン史、南蛮文化の伝来と島原・天草一揆、乱後の天草復興とキリシタン信仰)に分け、解りやすく解説。

天草市船之尾町19-52(城山公園内) TEL0969-22-3845
入館料 一般300円、高校生200円、小中学生150円、団体割引は20人以上で2割引
開館時間 8:30~17:00 (最終入館16:30)
休館日 毎週火曜(祝日時はその後の最も近い休日でない日)、12/30~1/1



山の口焼

Yamanokuchiyaki



天草市本渡町本渡1755-3
Tel・Fax:0969-24-2072
営業時間 10:00~18:00
定休日 不定休(要電話)
@yamanokuchiyaki



丸尾焼

Maruoyaki



天草市北原町3-10
Tel 0969-23-9522
営業時間 10:00~17:00
定休日 年中無休
@maruoyaki



水の平焼

Mizunodairayaki



天草市本渡町本戸馬場2004
Tel 0969-22-2440
営業時間 9:00~18:00
定休日 年中無休



天草更紗 野のや

あまくさでさうさののや
更紗とは、海外から舶載された外來の模様布のことです。築百年の昔ながらの町家に工房をかまへ、日々商品の制作を行なっています。
商品アイテムは、洋服やアクセサリー、バッグやファッション雑貨など幅広い商品を揃え、商品には良質な素材を使用し、ひとつひとつ手作業で想いを込めて制作しています。



天草市佐伊津町2212-2
TEL0969-24-8383
営業時間 11:30~18:00





AMAKUSAN CAFE

オーキッドカフェ



日替わりランチ (880円)
ケーキセット (720円) など



天草市栄町4-8天草プラザホテル1F
TEL0969-23-5511
[営] 7:00~20:00

万よう銘茶



一番茶を使用し、茶葉の旨みや
甘みを引き出す『葉わかけ茶』
を詰めた茶葉を販売。健康茶も。



天草市本渡町広瀬 1910-1
TEL/FAX 0969-33-8368
[営] 9:00~18:00 [休] 毎週日曜

Kona Kona Café



ロコモコなどHawaiianフードを
中心に、南国をイメージした料理
やコーヒー豆販売など。



天草市本渡町広瀬 176-5
TEL0969-23-7788
[営] 10:00~19:00 [休] 毎週水曜

たい焼きカフェ まるきん



たい焼き 150 円
(カスタード+あんこ)
くまモン焼き 120 円
贈答用もあります



天草市中央新町 11-10
TEL0969-22-2727
[営] 10:00~18:00 [休] 毎週水曜

まくろびcafe ひより



添加物を一切使用しない地球にも体にも優しいメニューが
揃う。日替わりの肉料理やハラル対応料理もあり。



天草市東町 50-1 TEL0969-23-5511
[営] 11:00 ~ 15:00
[休] 第1・第3日曜・毎週月曜

ゆかりやのティールーム



珈琲、紅茶 各300円 クレープ350円
クレープとドリンクのセット500円



天草市本渡町本泉 173-3
TEL090-9608-1733
[営] 9:00~17:00 [休] 不定休

Space かるでら



オープンテラスもあり、自然の風や野鳥の
さえずりを感じることができるカフェ。



天草市佐伊津町 1426-7
TEL0969-33-6088
[営] 14:00~22:00 [休] 不定休

茶房 カランコロン



茶屋松下園内にある大正ロマン風の
喫茶店。天草土産やギフト品も充実。



天草市北原町 5-45
TEL0969-22-4551
[営] 11:00~17:00 [休] 不定休

ミスタードーナツ 天草本渡 ショップ



どこにでもあるミスト・ここにしかないミストをショップの
運営コンセプトとして営業中!



天草市北原町 5-30 TEL0969-27-7011
[営] 9:00~21:00 / 年末年始時短営業
毎月最終月曜は 9:00~17:30 まで

町家カフェ 野のや



古民家の落ち着いた空間で、からだと
心に優しいお料理をご提供。



天草市佐伊津町 2212-2 TEL0969-24-8383
[営] ランチ11:30~14:00 [休] 水曜・不定休
※コロナによりカフェのみ休み

営業時間について

新型コロナウイルスの影響に
ともない、定休日や営業時間が
変更になっている場合が
ございますので、事前に各店舗へ
ご確認くださいm(_ _)m



アクティブる天草 宿泊

体験
ご予約先

アクティブる天草体験のご予約は下記対象宿泊施設まで！

海・ジャマー

見・釣り

工芸体験

宿泊施設

アクティブる天草の体験申し込み先は
お泊まりになる宿泊施設です。
『宿泊のご予約と一緒に体験内容など』を
お申し込みください。

※宿泊料金・お食事・空室状況・コロナ対策などについては、
各宿泊施設へお問い合わせください。

宿泊
施設

体験
施設

お申込先
宿泊料お支払い

体験料
お支払い



電動アシスト自転車 常備施設

ご利用時間はフロントにてご確認ください。
ホテル旅館以外での返却できる場合があります。
詳しくは各宿泊施設へお問い合わせください。

料金(税込)

- 1日プラン... 1,500円/人
- 半日プラン... 800円/人
午前または午後

ホテルアレグリア ガーデンズ天草



☎ 0969-22-3161



天草市本渡町広瀬996
1泊夕食

— 円～

1泊2食
15,400円～

1泊朝食
10,780円～



2名1室、
お一人様の料金

天草プリンス ホテル



☎ 0969-22-5136



天草市東町92

1泊夕食
11,000円～

1泊2食
13,200円～

素泊り
5,500円～



ホテル サンロード



☎ 0969-24-1100



天草市南新町1-5

1泊夕食
— 円～

1泊2食
— 円～

素泊り
5,800円～

プラザホテル アネックス



☎ 0969-23-3000



天草市太田町16-1

1泊夕食
— 円～

1泊2食
11,000円～

素泊り
6,600円～



アマクササント カミングホテル



☎ 0969-22-0100



天草市亀場町亀川74-3

1泊夕食
12,500円～

1泊2食
13,200円～

素泊り
8,200円～



天草プラザホテル



☎ 0969-23-5511



天草市栄町4-8

1泊夕食
— 円～

1泊2食
10,000円～

素泊り
6,300円～



ビジネスホテル 花乃月



☎ 0969-22-7575



天草市大浜町17-13-2

1泊夕食
5,500円～

1泊2食
5,500円～

素泊り
4,800円～

きせんそう 民宿 亀泉荘



☎ 0969-22-4332



天草市亀場町亀川63-9

1泊夕食
6,600円～

1泊2食
7,000円～

素泊り
4,000円～