



Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve

祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク推進協議会
Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve Promotion Council

- 大分県事務局／大分県生活環境部自然保護推進室 ☎097-506-3025(直通)
- 宮崎県事務局／宮崎県総合政策部中山間・地域政策課 ☎0985-26-7035(直通)
- ・大分県佐伯市観光・国際交流課 ☎0972-25-4118(直通)
- ・大分県竹田市商工観光課 ☎0974-63-4807(直通)
- ・大分県豊後大野市商工観光課 ☎0974-22-1117(直通)
- ・宮崎県延岡市地域・離島・交通政策課 ☎0982-22-7039(直通)
- ・宮崎県高千穂町総合政策課 ☎0982-73-1260(直通)
- ・宮崎県日之影町地域振興課 ☎0982-87-3801(直通)

- Oita office: Oita Prefecture, Life and Environment Department, Nature Conservation Promotion Office ☎097-506-3025 (direct)
- Miyazaki office: Miyazaki Prefecture, General Policy Department, Hilly and Mountainous Areas Policy Division ☎0985-26-7035 (direct)
- ・ Oita Prefecture, Saiki City, Tourism and International Exchange Division ☎0972-25-4118
- ・ Oita Prefecture, Taketa City, Trade, Industry and Tourism Division ☎0974-63-4807 (direct)
- ・ Oita Prefecture, Bungo-ono City, Trade, Industry and Tourism Division ☎0974-22-1117 (direct)
- ・ Miyazaki Prefecture, Nobeoka City, Underpopulated area, Remote island and Transportation Policy Division ☎0982-22-7039 (direct)
- ・ Miyazaki Prefecture, Takachiho Town, General Policy Division ☎0982-73-1260 (direct)
- ・ Miyazaki Prefecture, Hinokage Town, Regional Development Division ☎0982-87-3801 (direct)

詳しい情報は公式ホームページやSNSでお知らせしています！
More detailed information is available on our website or SNS!



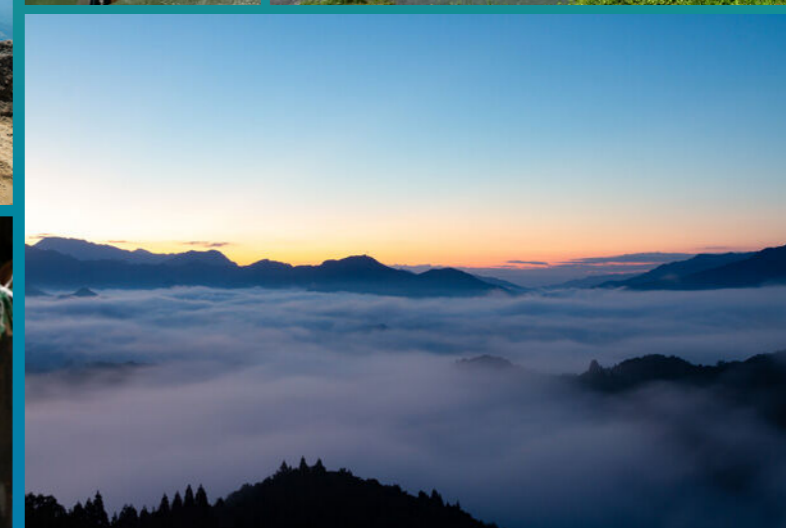
ホームページ
website



Facebook
Facebook



Instagram
Instagram



そぼ かたむき おおくえ
祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク

そ ぼ かたむき おおくえ
祖母・傾・大崩
ユネスコエコパーク

Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve

大分県と宮崎県にまたがる祖母・傾・大崩山系とその周辺地域は、九州でも屈指の高さを誇る山々が連なる地域です。険しい山々を頂点に、麓に下るにつれて美しい渓谷などの自然景観や豊かな植生が広がり、多様で貴重な生態系が発達しています。

この地域に住む人々はこれらの自然を敬い守ると共に、上手に活用しながら農業や林業などのなりわいや日々の生活を営み、神楽など独特な文化を受け継いできました。

こうした豊かな自然と人との共生の歩みが評価され、2017年6月、『ユネスコエコパーク』に登録されました。

The Sobo, Katamuki and Okue Mountains - which straddle Oita and Miyazaki Prefectures - and their surrounding areas are home to some of the tallest mountains in Kyushu. The area has developed a diverse and precious ecosystem with abundant vegetation and spectacular scenery, such as the beautiful gorges descending from the steep mountains.

The people living in the region have long respected and protected this plentiful nature while making good use of the bounty it offers. They have made a living through agriculture, forestry, and other occupations, and have passed on unique ways of living and culture, such as kagura (Shinto music and dance).

In June 2017, the area was registered as a UNESCO Biosphere Reserve in recognition of this rich history of coexistence between nature and people.



CONTENTS

祖母・傾・大崩ユネスコエコパークについて

About the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve

取組P4
 Measures

自然的特徴P6
 Natural Features

自然と人との共生P8
 Symbiosis between nature and people

祖母・傾・大崩ユネスコエコパークのまちとみどころ

Towns and Highlights of the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve

佐伯市(大分県)P10
 Saiki City (Oita Prefecture)

竹田市(大分県)P11
 Taketa City (Oita Prefecture)

豊後大野市(大分県)P12
 Bungo-ono City (Oita Prefecture)

延岡市(宮崎県)P13
 Nobeoka City (Miyazaki Prefecture)

高千穂町(宮崎県)P14
 Takachiho Town (Miyazaki Prefecture)

日之影町(宮崎県)P15
 Hinokage Town (Miyazaki Prefecture)

ユネスコエコパークとは What are UNESCO Biosphere Reserves?

ユネスコエコパークは正式名称を『Biosphere Reserves(生物圏保存地域)』(略称BR)といい、豊かな生態系を有し、地域の自然資源を活用した持続可能な経済活動を進めるモデル地域です。生態系の保全と持続可能な利活用の調和を目的として、1976年にユネスコが開始しました。『世界自然遺産』が手つかずの自然を守ることを原則とする一方、ユネスコエコパークは自然保護と地域の人々の生活とが共生した持続的な発展を目的としています。登録総数は136ヵ国の759地域にわたります。(2024年7月現在)

UNESCO Biosphere Reserves are model areas that have rich ecosystems where sustainable economic activities utilizing local natural resources are promoted. They were initiated by UNESCO in 1976 with the aim of balancing the conservation and sustainable use of ecosystems. While the fundamental principles of Natural World Heritage sites are to protect unspoiled nature, UNESCO Biosphere Reserves aim for sustainable development where nature conservation and local people's livelihoods coexist in harmony. A total of 759 regions in 136 countries are registered as of July 2024.

◆活動理念 Principles

祖母・傾・大崩ユネスコエコパークでは下記の理念を掲げ、この地域の豊かな自然環境のほか、自然への畏敬の念とともに発展を遂げてきた人々の営みを、しっかりと次世代へ継承していくことを目指しています。

The Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve states the following principles with the aim of handing down to the next generation the rich natural environment of the region as well as the way of life of the people who have accomplished its development while revering nature.

尖峰と溪谷が育む森と水、いのちの営みを次世代へ
～自然への畏敬をこめて～

Handing down the forests, waters and way of life nurtured by the peaks and valleys to future generations
-Holding nature in awe-



傾山 Mount Katamuki

◆取組の基本方針 Basic action policies

祖母・傾・大崩ユネスコエコパークでは、「保存機能(生物多様性の保全)」「学術的研究支援」「経済と社会の発展」という3つの機能を十分に発揮するため、下記の基本方針に沿った取組を関係機関が一体となって進めています。

In order to fully carry out its three functions of conservation function (preservation of biodiversity), academic research support, and economic and social development, the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve works closely with related organizations to implement measures in line with the below basic policies.

(1) 貴重な生態系の持続的な保全 Continuous conservation of precious ecosystems

- ① 調査研究の推進による保全機能の充実 ② 地域住民主体の保全活動の推進
- ① Enhance conservation functions by promoting research surveys ② Promote conservation activities to be done by local residents

(2) 学術的研究や調査・研修への支援 Support for academic research, surveys, and training

- ① 学術研究体制の構築による調査研究の推進 ② 地域との連携によるESDの推進 ③ 国内外の課題解決のモデルとしての貢献
- ① Promote research surveys by constructing an academic research system ② Promote ESD in coordination with communities ③ Contribute as a model for solving issues in Japan and overseas

(3) 自然と共生した持続可能な発展 Sustainable development through symbiosis with nature

- ① 時代に即した持続的利活用による地域の発展 ② 次世代の担い手の確保、育成
- ① Develop the region through sustainable use in keeping with the times ② Secure and develop the next generation of leaders

◆祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク推進協議会のあゆみ

History of the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve Promotion Council

- 2015年2月 祖母傾ユネスコエコパーク大分・宮崎推進協議会設立
- 2016年8月 国内推薦の決定(日本ユネスコ国内委員会MAB計画分科会)
- 2017年6月 登録決定(ユネスコMAB計画国際調整理事会)
- 2017年9月 祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク推進協議会設立・管理運営計画書策定
- 10月 祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク学術委員会発足
- 2018年4月 祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク行動計画書(前期)策定
- 〃 祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク調査研究基本計画(前期)策定
- 2023年4月 祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク行動計画書(後期)策定
- 〃 祖母・傾・大崩ユネスコエコパーク調査研究基本計画(後期)策定



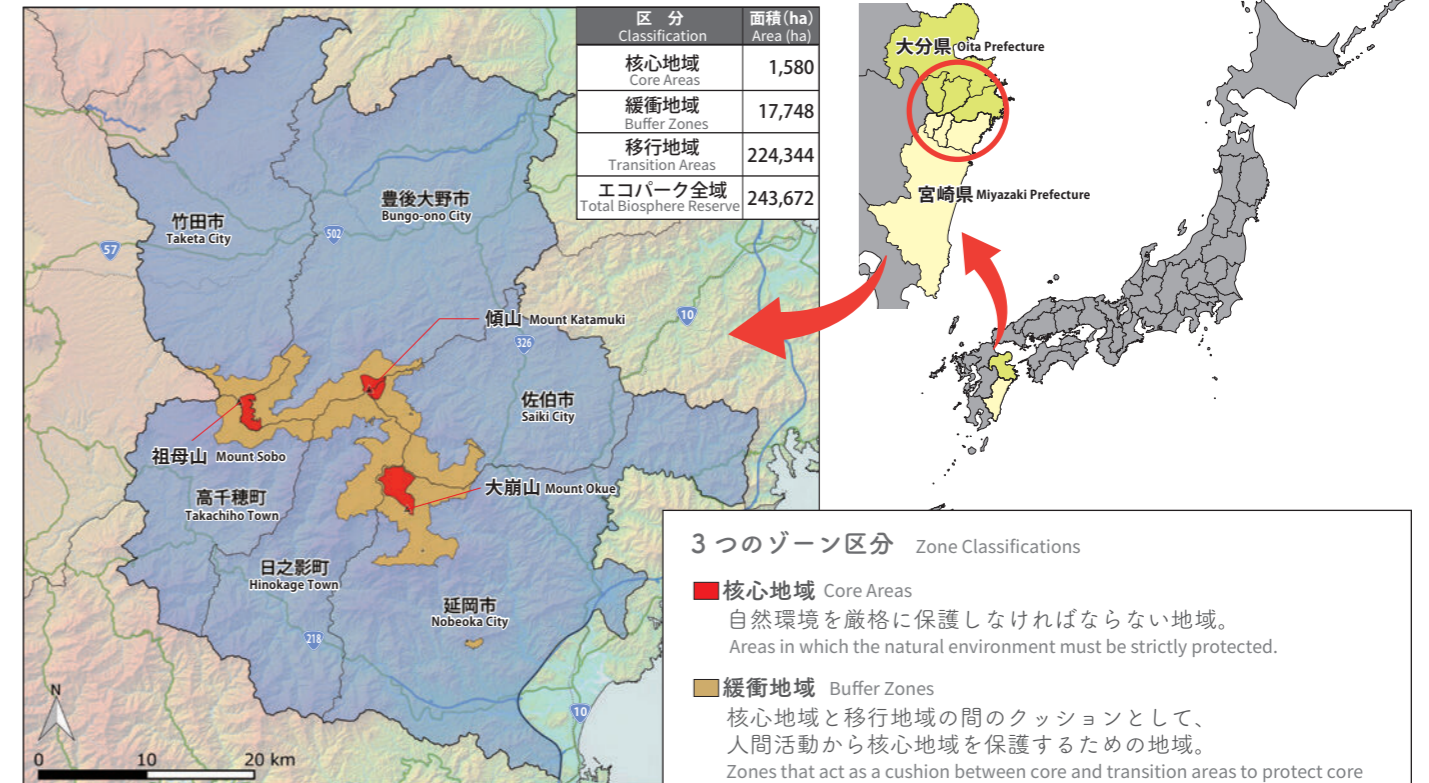
- February 2015 Sobo Katamuki UNESCO Biosphere Reserve Oita and Miyazaki Promotion Council established
- August 2016 National recommendation determined (Japanese National Commission for UNESCO, MAB planning subcommittee)
- June 2017 Registration decided (UNESCO MAB planning international coordination board of directors)
- September 2017 Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve Promotion Council established, management and operation plans formulated
- October Sobo, Katamuki and Okue BR Academic Committee
- April 2018 Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve Action Plan (stage 1) formulated
- Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve Study and Research Basic Plan (stage 1) formulated
- April 2023 Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve Action Plan (stage 2) formulated
- Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve Study and Research Basic Plan (stage 2) formulated

◆ゾーニング図

Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve Zoning map

祖母・傾・大崩ユネスコエコパークには、「保存機能(生物多様性の保全)」「学術的研究支援」「経済と社会の発展」という3つの機能を果たすために3つの地域を設定しています。

Three areas have been established in the Reserve to fulfill three functions: conservation function (preservation of biodiversity), academic research support, and economic and social development.



3つのゾーン区分 Zone Classifications

- **核心地域 Core Areas**
自然環境を厳格に保護しなければならない地域。
Areas in which the natural environment must be strictly protected.
- **緩衝地域 Buffer Zones**
核心地域と移行地域とのクッションとして、人間活動から核心地域を保護するための地域。
Zones that act as a cushion between core and transition areas to protect core areas from human activity.
- **移行地域 Transition Areas**
人が暮らしを営み、環境に配慮した産業活動など持続可能な発展を目指す地域。
Regions that aim for sustainable development such as human habitation, environmentally friendly industrial activity, etc.



急峻な山と深い渓谷

Steep mountains and deep valleys

急峻な山岳地形と雄大な稜線美で知られる祖母・傾・大崩山系は、起伏に富んだ岩峰群や切り立った崖、谷あいを通る幾筋もの溪谷など、複雑な地形地質をもち、四季折々で表情を変えるその独特な景観が、訪れる人々を魅了します。

Famous for its steep mountainous terrain and magnificent ridgelines, the Sobo-Katamuki-Okue Mountain Range has a complex topography and geology, including undulating rocky peaks, precipitous cliffs, and a network of gorges running through the valleys, creating a unique and seasonally-changing landscape that delights all who visit.



祖母山【そぼさん】 Mount Sobo

MOVIE



鋭く尖った稜線や岩壁など荒々しい姿を持ち、人々の畏敬の念を集めてきました。

With its sharp ridgelines and sheer rock faces, the ruggedly-shaped Mount Sobo evokes awe among the people of the region.

■標高1,756m Altitude 1,756 m
■竹田市/豊後大野市/高千穂町
Taketa City/Bungo-ono City/Takachiho Town

MOVIE

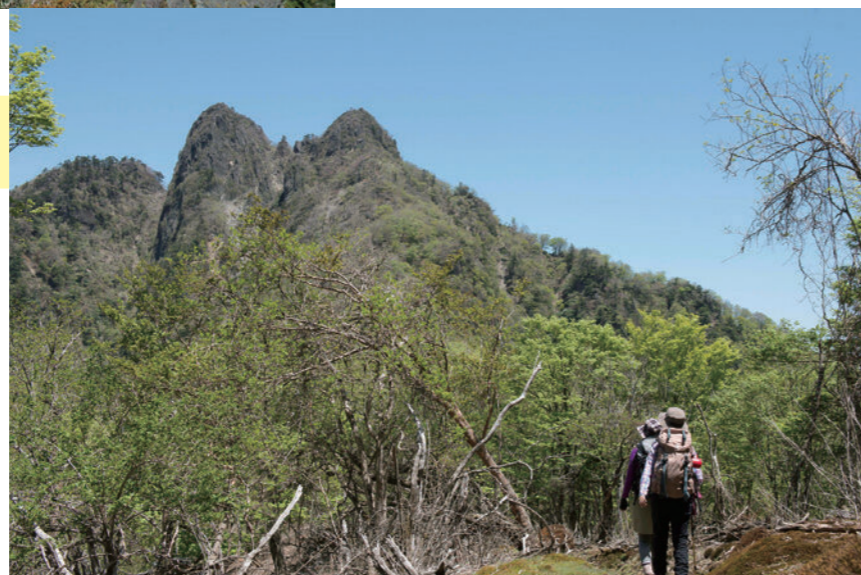


傾山【かたむきやま】 Mount Katamuki

祖母山へと傾いた形からその名がついた傾山は、雄大な岩峰が特徴です。

The name "Katamuki" means "tilting," and was given to this mountain because it tilts towards Mount Sobo. Its special feature is its magnificent rocky peak.

■標高1,605m Altitude 1,605 m
■佐伯市/豊後大野市/日之影町
Saiki City/Bungo-ono City/Hinokage Town



大崩山【おおくえやま】 Mount Okue

MOVIE



花崗岩の岩壁が圧巻の大崩山は、春にはアケボノツツジが彩りを添えます。

With its stunning granite cliffs, Mount Okue is adorned with Akebono azaleas every spring.

■標高1,643m Altitude 1,643 m
■延岡市 Nobeoka City



幅広い植生と希少性

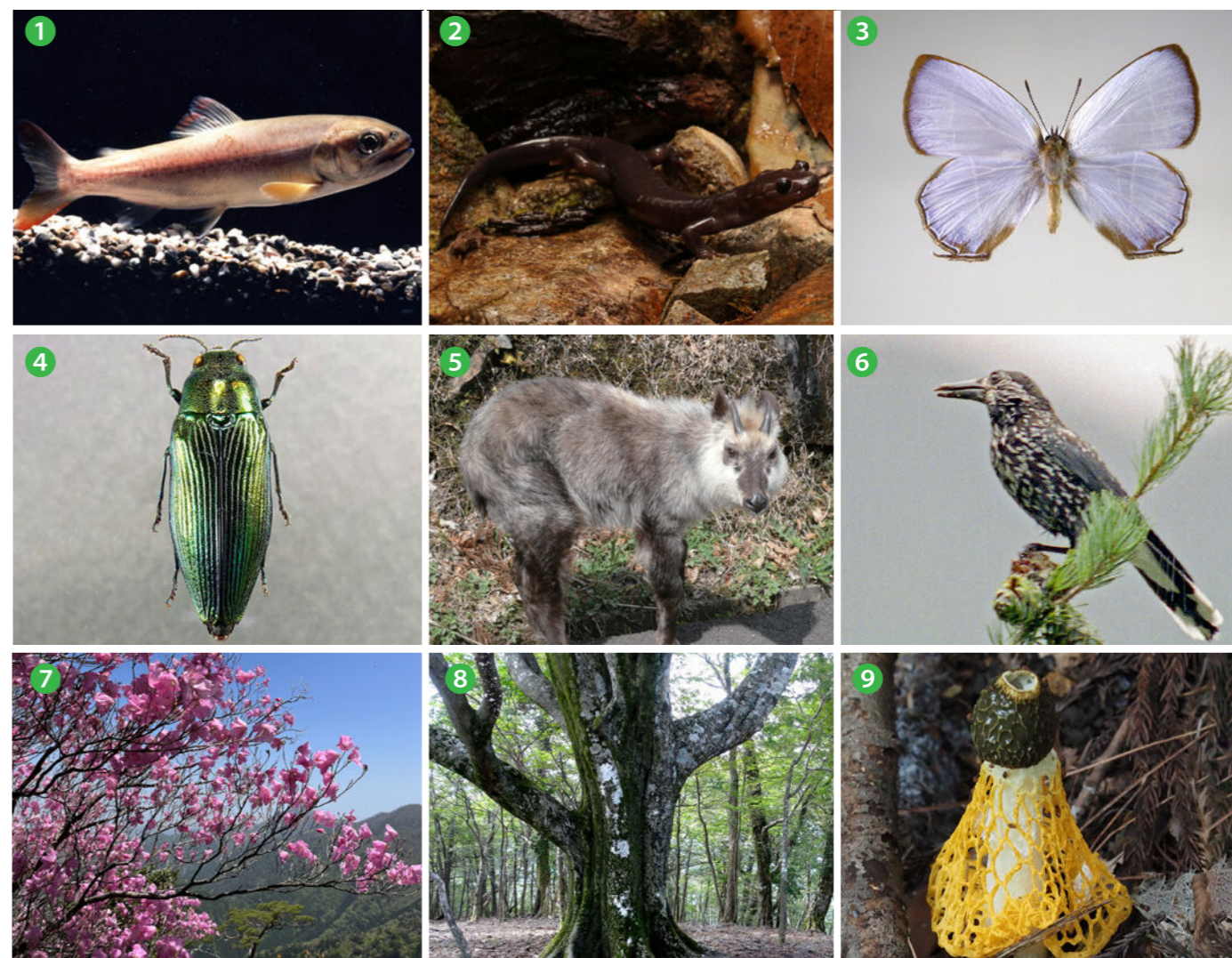
Wide range of vegetation and rare species

標高が高く原生的な天然林が多く残された祖母・傾・大崩山系では、山の高さに応じ、暖温帯から冷温帯までの幅広い植生を見ることができます。また、特別天然記念物のニホンカモシカや、日本列島の成り立ちを表すとされる「襲速紀(そはやく)要素」の植物など、限られた地域にしか生育・生息しない希少な動植物が数多く存在する貴重な地域です。これら希少な動植物は絶滅の危険性にさらされており、分布地域の環境を大切に守っていく必要があります。

Many natural forests remain at high altitudes in the Sobo-Katamuki-Okue Mountain Range, where a wide range of vegetation from warm-temperate to cool-temperate can be found depending on the mountain height. It is a precious area, home to many rare plants and animals with limited habitats, such as the Japanese serow (a special natural monument), and the "Sohayaki Elements" group of plants, said to represent the origins of the Japanese archipelago. These rare species are endangered, so it is necessary to carefully protect their natural habitats.

そはやく
「襲速紀要素」 Sohayaki Elements

日本列島のうち、古くから陸地であった紀伊、四国、九州の山地帯に共通して分布する日本固有種のこと。Endemic species distributed evenly over the mountainous regions of Kii Province, Shikoku, and Kyushu, the areas of the Japanese archipelago that have been dry land for a very long time.



- 1 祖母山系イワメ Sobo Mountain char (写真提供: 木村 清朗 Photo credit: Seiro Kimura)
- 2 ソボサンショウウオ Sobo salamander (写真提供: 永野 昌博 Photo credit: Masahiro Nagano)
- 3 ウラクロソジミ Iratsume orsedice (写真提供: 三宅 武 Photo credit: Takeshi Miyake)
- 4 アオタマムシ Ao tamamushi beetle (写真提供: 三宅 武 Photo credit: Takeshi Miyake)
- 5 ニホンカモシカ Japanese serow
- 6 ホソガラス Spotted nutcracker (写真提供: 日本野鳥の会 大分県支部 Photo credit: Oita Branch of the Wild Bird Society of Japan)
- 7 ツクシアケボノツツジ Akebono azaleas
- 8 プナの巨木 Giant beech (写真提供: 岩本 俊孝 Photo credit: Toshitaka Iwamoto)
- 9 ウスキキノガサタケ Phallus luteus (写真提供: 村上 康明 Photo credit: Yasuaki Murakami)



奥山地域における植生等の調査
Surveying vegetation, etc. in remote mountain areas

◆貴重な自然を守り、育み、次世代へ

Protecting and nurturing precious nature for future generations

祖母・傾・大崩山系の豊かな自然を守り、その姿を次世代へ残していくため、貴重な原生林の保護を図るとともに、生態系等に関する調査、鳥獣被害対策などが行われています。

The local people work to protect precious native forests to preserve the rich nature of the Sobo-Katamuki-Okue Mountain Range and pass it on to future generations. At the same time, ecosystem surveys, wildlife damage prevention measures, etc. are also carried out.



ゲンジボタルの再生
Fireflies along the restored Hakusan River

◆自然を感じ、学び、その大切さを次世代へ

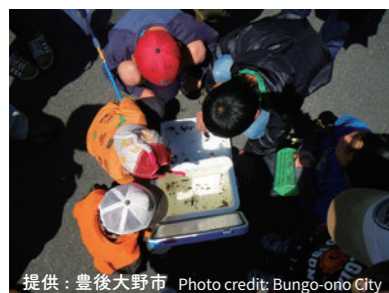
Appreciating and learning about nature and passing on those values to future generations

祖母・傾・大崩山系の自然の豊かさや保全の重要性を次世代へ伝えていくため、共生に関する教育や研修が行われています。また、名だたる登山スポットでもある祖母・傾・大崩地域では、地域内外へその魅力を発信するため、自然環境を活かしたエコツーリズムやキャニオニング、ボルダリングといった自然体験も盛んに行われています。

Education and training on symbiosis is carried out in order to pass on the rich nature of the Sobo-Katamuki-Okue Mountain Range to the next generation and convey the importance of its conservation. The Sobo, Katamuki and Okue region is also a famous mountain climbing spot, and to convey its attractions to people outside the region, tourism agencies are actively promoting outdoor experiences that utilize the natural environment, such as eco-tourism, canyoning, and bouldering.



提供：佐伯市 Photo credit: Saiki City
藤河内溪谷のキャニオニング
Canyoning in Fujigawachi Gorge



提供：豊後大野市 Photo credit: Bungo-ono City
子どもたちとの環境教育・自然観察会
Environmental education and nature watching event with children

◆自然を敬い、受け継がれてきた伝統を次世代へ

Respecting nature and passing on traditions to the next generation

この地域では古くから、日々の営みに密接に関わっている祖母・傾・大崩山系の恵みに感謝し、豊作や安全を祈願する祭礼が行われ、神楽や獅子舞などが奉納されてきました。自然を敬う気持ちを今でも忘れずに、その伝統を次世代へ受け継ぐ取組が行われています。

Since ancient times, people in this region have been grateful for the blessings of the Sobo-Katamuki-Okue Mountain Range, with which they closely interact in the course of their daily lives, expressing their thanks as well as praying for a bountiful harvest and their safety by performing kagura and lion dances at festivals. To this day, they retain this respect for nature and are taking steps to pass their traditions on to future generation.



提供：日之影町 Photo credit: Hinokage Town
九州唯一の農村歌舞伎
The only village kabuki in Kyushu



提供：高千穂町 Photo credit: Takachiho Town
夜を徹して三十三番の神楽を奉納する夜神楽
Yokagura No. 33, an all-night dance offering to the gods

◆自然の恵みを活かし、紡いできた暮らしを次世代へ

Using what nature provides and handing down a traditional way of life to future generations

急峻な地形という厳しい自然環境の中でその恵みを最大限活かそうと、人々は古くから知恵と工夫を重ねてきました。かつては日本屈指の鉱山として賑わいをみせた一方、農業、林業、竹細工など様々な産業が脈々と受け継がれ、現在では全国有数の木材、しいたけ、仏事に用いられるシキミなどの産地となっています。

In the challenging natural environment of this steep terrain, residents have accumulated the knowledge and skills to make the most of what nature provides. The region once prospered as a leading mining area, and various industries such as agriculture, forestry, and bamboo work have been passed down from generation to generation. Today, it is one of Japan's main producers of timber, shiitake mushrooms, and Japanese star anise used in Buddhist rituals.



提供：日之影町 Photo credit: Hinokage Town
竹細工
Bamboo work



提供：日之影町 Photo credit: Hinokage Town
棚田
Terraced rice fields



●かんのんだき
観音滝
Kannon Falls

藤河内溪谷の基点となっている滝で落差はおよそ77m。冬には凍ることもあり、陽を受けて輝く氷壁の景観は壮観です。

At the head of the Fujigawachi Gorge, this waterfall has a height of around 77 meters. It sometimes freezes over in winter, and the view of the ice walls glistening in the sun is spectacular.



●ふじがわちけいこく
藤河内溪谷
Fujigawachi Gorge

祖母・傾山系の夏木山(1,386m)を源に、水源の観音滝から藤河内集落までの分流を併せて約8km続く溪谷。いたるところに臼状、渦巻状、瓢箪状、流線状などの花崗岩の罅穴群があり、すばらしい景観を呈しています。巨大な花崗岩の一枚岩を、桑原川が長い年月をかけて刻んでできた景観です。

With its water source on Mount Natsuki (1,386 m) in the Sobo/Katamuki Mountain Range, the gorge stretches approximately 8 km (including branch streams) from Kannon Falls at its head to Fujigawachi Village. The large number of potholes in the rocks have a wide range of shapes, such as mortars, spirals, gourds, and flow lines, together presenting a wonderful sight. This spectacular scenery is formed of enormous granite slabs worn away over the centuries by the Kuwabara River.



藤河内溪谷では
キャニオニングも
楽しめます!

Thrill seekers can also enjoy canyoning in the Fujigawachi Gorge!



●うめしゅうたいさい
うめ秋大祭
Ume Autumn Grand Festival

宇目地域を代表する秋祭りである「椿原祭典」と「八匹原祭典」を合同開催。宇目地域に継承される楽、獅子、白熊、杖など伝統芸能が一堂に会します。

The Tsubakihara Festival and the Hachihikibaru Festival, definitive autumn festivals of the Ume area, are held jointly. Traditional performing arts passed down over generations in the Ume area, such as music, shishi (lion), haguma, and cane dances are performed in one place.



Towns and Highlights of the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve



提供：うめキャンプ村 Photo credit: Ume Camp Village

●うめきやんぷむら
うめキャンプ村
Ume Camp Village

道の駅宇目に隣接するキャンプ場。広々とした芝生広場のそばにケビンやオートサイトがあり、炊事棟やシャワー棟など設備も充実。星空も美しく、エコパークの自然を体感できます。

A campground next to Roadside Station Ume. Cabins and RV sites are located near a spacious open grass area, with extensive facilities such as a cooking building and shower building also available. The beautiful starry sky brings you close to the nature of the Biosphere Reserve.



主要な空港・駅から佐伯市(宇目)への所要時間 Travel time from major airports and train stations to Saiki City (Ume)

- 『福岡空港』から車で約3時間
Around 3 hours by car from Fukuoka Airport
- 『大分空港』から車で約2時間
Around 2 hours by car from Oita Airport
- 『熊本空港』から車で約2時間15分
Around 2 hours and 15 minutes by car from Kumamoto Airport
- 『宮崎空港』から車で約2時間
Around 2 hours by car from Miyazaki Airport
- 『JR博多駅』から鉄道で約3時間10分
Around 3 hours and 10 minutes by train from JR Hakata Station
- 『JR大分駅』から鉄道&車で約2時間
Around 2 hours by train and car from JR Oita Station
- 『JR宮崎駅』から鉄道&車で約3時間20分
Around 3 hours and 20 minutes by train and car from JR Miyazaki Station



●あなもりじんじや
穴森神社
Anamori Shrine

社殿と境内にある洞窟は、『平家物語』緒環の章に登場する由緒あるもの。今では恋と出会いの場所となり参拝者も多く、洞窟内の小石ひとつを持ち帰ると子宝に恵まれるとの言い伝えがあります。

The shrine building and caves in the shrine grounds have a long history, appearing in "The Tale of the Heike," a historical epic compiled before 1330AD. Nowadays, it is visited by many worshippers seeking luck for romance and happy encounters. Legend states that people who take home a pebble from the caves will be blessed with a child.



Towns and Highlights of the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve



●なかじまこうえんかせんぷーる
**中島公園
河川プール**
Nakajima Park River Pool

自然の川を利用した夏季限定の天然プール。流れ込む河宇田の湧水は夏でも16℃とひんやり。地形を活かしたすべり台もあります。

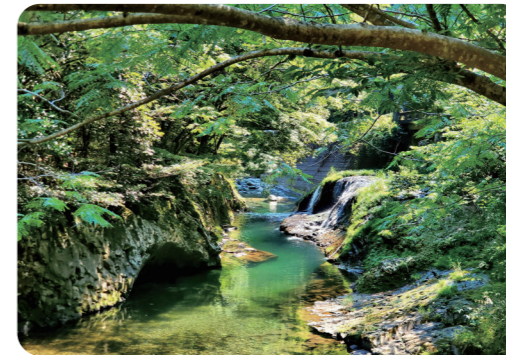
A summer-only open-air swimming pool using a natural river. The water flowing in from the Kawauda Spring is a refreshing 16 degrees Celsius, even in summer. There is also a waterslide that takes advantage of the natural topography.



●こうばるけいこく
神原溪谷
Kobaru Gorge

祖母山を源流とする神原川の溪谷で、約9kmにわたって渓流が続きます。谷沿いには祖母山登山道が整備されています。

Originating on Mount Sobo, the Kobaru River flows through this picturesque gorge for about 9 km. The Mount Sobo Trail also winds along the valley.



●たけおしこりひこじんじや しゅうきたいさい
**健男霜凝日子神社
秋季大祭**

Takeoshimokorihiko Shrine Autumn Grand Festival

祖母山の麓、健男霜凝日子神社と穴森神社と合同で秋季大祭が斎行されます。神楽、獅子舞が奉納され、地域総出で盛大に祭典を行います。

The Takeoshimokorihiko Shrine and Anamori Shrine jointly hold the Autumn Grand Festival at the foot of Mount Sobo. Kagura (Shinto music and dance) and lion dances are held as dedications to the shrine deities, and the entire community joins in a grand ceremony.



●あそほがくしや
あ祖母学舎
Asobogakusha

祖母山とその山麓の広大なフィールドを舞台にした体験交流宿泊施設。年齢を問わず"あそび方"は無制限です。

Mount Sobo and the vast fields around it are the setting for this experience interaction lodging facility. There are limitless ways for people of any age to enjoy themselves here.



主要な空港・駅から竹田市への所要時間 Travel time from major airports and train stations to Taketa City

- 『福岡空港』から車で約2時間30分
Around 2 hours and 30 minutes by car from Fukuoka Airport
- 『大分空港』から車で約1時間50分
Around 1 hour and 50 minutes by car from Oita Airport
- 『熊本空港』から車で約1時間30分
Around 1 hour and 30 minutes by car from Kumamoto Airport
- 『宮崎空港』から車で約2時間50分
Around 2 hours and 50 minutes by car from Miyazaki Airport
- 『JR博多駅』から鉄道で約3時間30分
Around 3 hours and 30 minutes by train from JR Hakata Station
- 『JR大分駅』から鉄道で約1時間20分
Around 1 hour and 20 minutes by train from JR Oita Station
- 『JR宮崎駅』から鉄道で約5時間
Around 5 hours by train from JR Miyazaki Station



●おんだげさん
御嶽山
Mount Ondake



※登山口駐車場
*Trailhead parking lot

標高568mながら、山頂では豊後大野市を一望することができます。山頂の岩は、太平洋の海底に堆積したプランクトンが固まった岩石で、プレートの動きにより、現在の位置に掃き寄せられました。

From its elevation of 568 meters, the summit offers panoramic views of Bungo-ono City. The rock on the summit is hardened plankton deposited on the floor of the Pacific Ocean and pushed up into its present position by plate movement.



●はらじりのたき
原尻の滝
Harajiri Falls



9万年前に起きた阿蘇山の噴火の火砕流によってもたらされたこの滝は、幅120m、高さ20mを誇り、「日本の滝100選」にも選ばれています

Selected as one of the One Hundred Waterfalls of Japan, this 120-meter wide and 20-meter high cascade was created by a pyroclastic flow from a great eruption of Mount Aso 90,000 years ago.



●かわかみけいこく
川上溪谷
Kawakami Gorge



豊後大野の奥座敷。春は新緑、夏は避暑、秋は紅葉と季節を問わず楽しめます。河床には白っぽい花崗岩が露出し、深い森林とのコントラストを際立っています。

An iconic scene of Bungo-ono. The area can be enjoyed in any season: fresh greenery in spring, an escape from the heat in summer, and brilliant foliage in fall. The riverbed consists of exposed whitish granite, contrasting sharply with the deep green forest.



●らんぷ ぶんごおおの
LAMP 豊後大野
LAMP Bungo-Ono

祖母山をはじめとした雄大な自然の中に位置するフィンランド式サウナのある宿泊施設。自然に囲まれながらゆっくり過ごせます。

This lodging with a Finnish-style sauna is located amid an expansive natural area, including Mount Sobo. It offers visitors gentle relaxation surrounded by nature.



Towns and Highlights of the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve



●こだいひまつり
小松明火祭り
Kodai Fire Festival

江戸時代から伝わる伝統行事。原尻の滝周辺から緒方平野一帯に約1万灯の小松明の明かりが幻想的に浮かび上がります。

A traditional event that has been handed down since the Edo period (1600-1868). The lights of around 10,000 kodai (Japanese lanterns) float fantastically around the Harajiri Falls and across the Ogata Plain.

主要な空港・駅から豊後大野市への所要時間 Travel time from major airports and train stations to Bungo-ono City

- 『福岡空港』から車で約2時間30分
Around 2 hours and 30 minutes by car from Fukuoka Airport
- 『大分空港』から車で約1時間30分
Around 1 hour and 30 minutes by car from Oita Airport
- 『熊本空港』から車で約2時間
Around 2 hours by car from Kumamoto Airport
- 『宮崎空港』から車で約2時間20分
Around 2 hours and 20 minutes by car from Miyazaki Airport
- 『JR博多駅』から鉄道で約3時間
Around 3 hours by train from JR Hakata Station
- 『JR大分駅』から鉄道で約1時間(特急は約35分)
Around 1 hour by train from JR Oita Station (around 35 minutes by limited express)
- 『JR宮崎駅』から鉄道で約4時間20分
Around 4 hours and 20 minutes by train from JR Miyazaki Station



Towns and Highlights of the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve



●ししがわけいこく
鹿川溪谷
Shishigawa Gorge



上流の川床には、花崗斑岩の一枚岩で出来た滑らかな岩肌が続いています。11月には溪谷の両岸が紅葉で彩られ、色鮮やかな景色が広がります。

The upstream riverbed is a series of smooth rock surfaces made of monolithic granite mottled rock. The autumn foliage on the riverbanks in November creates a stunning natural landscape.



●ぱくくんいわ
パククン岩
Pakkuniwa



※登山口駐車場
*Trailhead parking lot

コンピューターゲームのキャラクターにそっくりの巨岩。鹿川キャンプ場から約1時間、鉾岳登山道脇にあり、近年、フォトジェニックなスポットとして注目を集めています。

A giant rock which looks like something out of a video game. Located about one hour from the Shishigawa Campground alongside the Hokodake Trail, the rock has been gaining attention in recent years as a highly-photogenic spot.



●かめーたいけん
カヌー体験
Canoeing Experience

4月～8月頃まで市北部を流れる清流・北川などでカヌーを体験することができます。

From around April to August, canoeing is available along rivers such as the Kitagawa, a clear stream that flows through the northern part of the city.



●ししがわきゃんぷじょう
鹿川キャンプ場
Shishigawa Campground



テントサイトやバンガローを備え、夏には多くのキャンプ客で賑わいます。キャンプ場から間近にそびえる鉾岳は圧巻。

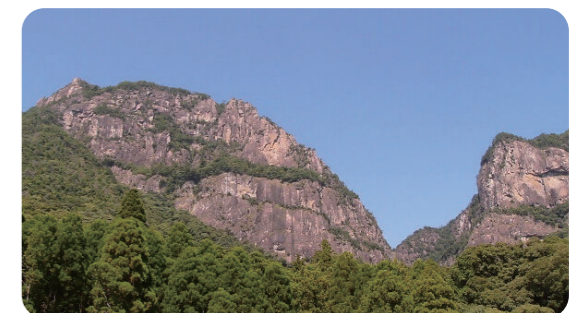
Equipped with tent sites and bungalows, the park bubbles with campers in summer. Mount Hokodake, which rises close to the campground, is a sight to behold.



●みかわうちかくら
三川内神楽
Mikawauchi Kagura

北浦町三川内には、江戸中後期から継承された神楽があり、毎年11月には五穀豊穡を祈願し「秋の大祭」が各地区で行われ、神楽が奉納されています。

Kitaura-machi Mikawauchi features kagura (Shinto music and dance) that has been handed down since the middle-late Edo period (1600-1868). Every November, an autumn festival dedicating the kagura is held in each district to pray for a good harvest.



●むかばきやま
行滕山
Mount Mukabaki



※登山口駐車場
*Trailhead parking lot

頂上が2つの岩峰からなり、その遠望が行滕(武士が狩猟、騎乗などの際に着用したもの)の形に似ていることに由来しています。

The summit consists of two rocky peaks. It takes its name from how - from a distance - it resembles the shape of the mukabaki protective leggings worn by warriors of old when hunting or riding.

主要な空港・駅から延岡市への所要時間 Travel time from major airports and train stations to Nobeoka City

- 『福岡空港』から車で約3時間15分
Around 3 hours and 15 minutes by car from Fukuoka Airport
- 『大分空港』から車で約2時間30分
Around 2 hours and 30 minutes by car from Oita Airport
- 『熊本空港』から車で約2時間
Around 2 hours by car from Kumamoto Airport
- 『宮崎空港』から車で約1時間30分
Around 1 hour and 30 minutes by car from Miyazaki Airport
- 『JR博多駅』から鉄道で約5時間
Around 5 hours by train from JR Hakata Station
- 『JR大分駅』から鉄道で約2時間
Around 2 hours by train from JR Oita Station
- 『JR宮崎駅』から鉄道で約1時間
Around 1 hour by train from JR Miyazaki Station

●たちほきょう
高千穂峽
Takachiho Gorge



MOVIE

一般社団法人
高千穂町観光協会
Takachiho Tourist
Association

阿蘇山の火山活動で噴出した火砕流が川に浸食されてできた峡谷。高さ約80mの断崖が約7kmにわたって続きます。

A gorge created by a river eroding pyroclastic flows that erupted from Mount Aso. The 80-meter-high cliffs stretch for about 7 km.

Towns and Highlights of the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve



提供：高千穂町 Photo credit: Takachiho Town



提供：高千穂町 Photo credit: Takachiho Town

●くにもがおか
国見ヶ丘
Kunimigaoka



雲海の名所として知られ、霧が高千穂盆地やとりまく山々を覆い隠します。

Famous for its sea of clouds, when fog covers the Takachiho basin and surrounding mountains.



提供：高千穂町 Photo credit: Takachiho Town

●みたてけいこく
見立渓谷
Mitate Valley



24kmに及ぶ日之影川の上流の渓谷で、奇岩が多く、特に新緑や紅葉の季節は美しい渓谷を織り成します。ヤマメやアユの釣り所としても知られています。

This 24-kilometer-long gorge in the upper reaches of the Hinokage River features many oddly shaped rocks, and is especially beautiful during the season of fresh greenery and autumn leaves. It is also known as a fishing spot for landlocked masu salmon and ayu sweetfish.

Towns and Highlights of the Sobo, Katamuki and Okue Biosphere Reserve



●しきみばるすこやかのもりきゃんぷじょう
**四季見原
すこやかなの森
キャンプ場**

Shikimibaru Sukoyakanomori Campground

標高1,200mに位置するため夏でも快適。阿蘇山を始め九州山地の1,000m級の山並みが見える珍しいキャンプ場です。バレルサウナも楽しめます。

Located at an altitude of 1,200 meters, the weather is pleasant even in summer. Unusually, this campground offers sweeping views of the Kyushu mountain range, including Mount Aso and other 1,000-meter peaks. Campers can also enjoy a barrel sauna.



提供：高千穂町 Photo credit: Takachiho Town

●たちほのよかぐら
高千穂の夜神楽
Takachiho-no-Yokagura

里ごとに氏神様を神楽宿にお招きし、夜を徹して三十三番の神楽が奉納されます。国の重要無形民俗文化財に指定されています。

A Shinto ritual in which the local deity of each village is invited to a private home or community center called a Kagura-yado (Kagura Inn), where 33 Kagura dances are performed throughout the night. It has been designated as an Important Intangible Folk Cultural Property of Japan.



提供：高千穂町 Photo credit: Takachiho Town

●ぼつくらふとたいけん
パクラフト体験
Packraft Experience

高千穂峽の5km上流部に位置し、奥高千穂峽とも呼ばれる「尾橋渓谷」で空気で膨らますゴムボート「パクラフト」を4月～11月頃まで体験できます。

From April to November, visitors can experience Packraft, an inflatable rubber boat, in the Obashi Gorge - also called the Oku-Takachiho Gorge - located 5 km upstream from the Takachiho Gorge.

●おおひとかぶき
大人歌舞伎
Ohito Kabuki

江戸時代から脈々と受け継がれてきた九州唯一の農村歌舞伎。地域の方などのため努力によって現代まで脈々とその技術と演目が継承されています。

Kyushu's only village Kabuki has been passed down from generation to generation since the Edo period (1600-1868). Thanks to the tireless efforts of local residents and others, the techniques and performances live on in the present day.



提供：日之影町 Photo credit: Hinokage Town

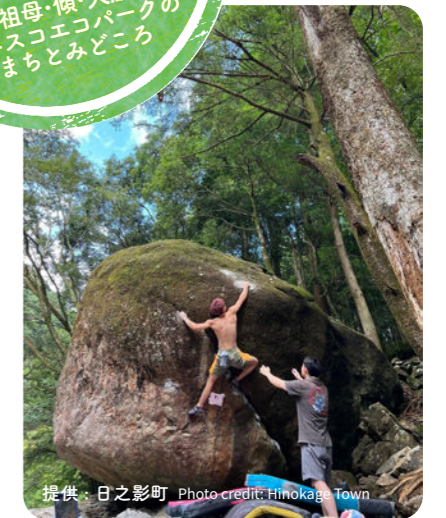


●やとかのんたき
八戸観音滝
Yato Kannon Falls



高さ45mから落ちる凜としたその姿には清らかで神々しいものがあります。滝の横には三体の観音が祀られており、女人の守護菩薩として厚く信仰されています。

With a height of 45 meters, this waterfall's graceful, pure appearance seems of the divine. Three Kannon (Goddess of Mercy) statues are enshrined next to the waterfall, and they are revered as guardian Bodhisattvas of women.



提供：日之影町 Photo credit: Hinokage Town

●ぼるだりんぐたいけん
ボルダリング体験
Bouldering Experience

日之影川沿いに平均5m程度の花崗岩・砂岩・礫岩など、さまざまな巨岩が点在しているため、難易度の異なるボルダリングが体験できます。

Various huge rocks, including granite, sandstone, and conglomerate rocks averaging about 5 meters in diameter are scattered alongside the Hinokage River, providing bouldering experiences of varying degrees of difficulty.

●ひのかけきゃんぷむら
日之影キャンプ村
Hinokage Campground

日之影川のすぐそばにバンガロー10棟とテントサイトがあり、川釣りや川遊び、森林セラピーなどが楽しめます。

The 10 bungalows and tent sites right by the Hinokage River provide enjoyment through river fishing, playing in the river, and forest therapy.



主要な空港・駅から高千穂町への所要時間 Travel time from major airports and train stations to Takachiho Town

- 『福岡空港』から車で約2時間40分
Around 2 hours and 40 minutes by car from Fukuoka Airport
- 『大分空港』から車で約3時間
Around 3 hours by car from Oita Airport
- 『熊本空港』から車で約2時間10分
Around 2 hours and 10 minutes by car from Kumamoto Airport
- 『宮崎空港』から車で約2時間
Around 2 hours by car from Miyazaki Airport
- 『JR博多駅』から鉄道&車で約4時間10分
Around 4 hours and 10 minutes by train and car from JR Hakata Station
- 『JR大分駅』から鉄道&車で約3時間30分
Around 3 hours and 30 minutes by train and car from JR Oita Station
- 『JR宮崎駅』から鉄道&車で約2時間20分
Around 2 hours and 20 minutes by train and car from JR Miyazaki Station

主要な空港・駅から日之影町への所要時間 Travel time from major airports and train stations to Hinokage City

- 『福岡空港』から車で約3時間
Around 3 hours by car from Fukuoka Airport
- 『大分空港』から車で約2時間50分
Around 2 hours and 50 minutes by car from Oita Airport
- 『熊本空港』から車で約2時間40分
Around 2 hours and 40 minutes by car from Kumamoto Airport
- 『宮崎空港』から車で約2時間
Around 2 hours by car from Miyazaki Airport
- 『JR博多駅』から鉄道&車で約4時間50分
Around 4 hours and 50 minutes by train and car from JR Hakata Station
- 『JR大分駅』から鉄道&車で約3時間
Around 3 hours by train and car from JR Oita Station
- 『JR宮崎駅』から鉄道&車で約2時間20分
Around 2 hours and 20 minutes by train and car from JR Miyazaki Station