

ACCESS



교통기관

후쿠오카	후카타	JR 특급 110분	이시하라	시마바라 철도 70분	시마바라
덴진	덴진	고속버스 120분	이시하라 I.C	국도 57호선 60분	
덴진	덴진	니시테쓰 특급 60분	오무타	버스 8분	미이케항
				고속선 50분	

자가용

후쿠오카	후쿠오카	30분	도스 JCT	70분	이시하라 I.C	60분	국도 57·251호선	
		50분	난칸 I.C	40분	나가사키항	45분	아리아케 페리	20분
구마모토	구마모토	나가사키항	아리아케 페리 45분	다이라항	20분			
방면	방면	구마모토 항	구마모토 페리 60분	다이라항	20분	시마바라항		
		구마모토 항	구마모토 페리 30분	다이라항	20분	시마바라항		
		오니이케항(아마쿠사)	시마바라 페리 30분	구치노쓰항	50분	국도 251호선		

비행기	나가사키 공항	버스 40분	이시하라	시마바라 철도 70분
-----	---------	--------	------	-------------

문의처

시마바라시 산업부 시마바라관광 오모테나시과

(우)855-8555 나가사키현 시마바라시 우에노마치 537번지

TEL 0957-63-1111

E-mail kanko@city.shimabara.lg.jp

규슈 올레에 관하여

올레란

한국의 제주도에서 시작된 '올레'는 제주도 사투리로 '큰 길'에서 '좁은 골목길'이라는 뜻입니다. 제주도의 풍요로운 자연환경 속에서 트레킹을 즐기는 사람들이 점점 늘어나자, '올레'라는 단어는 트레킹 코스를 부르는 말로 변화하게 되었습니다. 현재 '올레'는 한국 트레킹의 중심 코스로 자리잡았습니다. 올레의 매력은 해안길과 산길(오름) 등의 오감으로 느껴져 자신만의 페이스로 여유롭게 코스를 즐길 수 있다는 점에 있습니다.

규슈 올레는 제주 올레의 자매길입니다. 규슈는 제주도와 마찬가지로 사계절의 아름다운 풍경을 간직하고 있으며, 지역의 역사와 음식 등 즐길 거리도 많습니다. 규슈 올레 스탬프 랠리 행사도 실시하고 있습니다. 각 코스에서만 느낄 수 있는 매력을 만끽하려 떠나보는 건 어떨까요?

규슈 올레 코스 지도



※2020년 2월 현재



올레길 걷는 법

코스 곳곳에는 '간세'라 불리는 말(馬) 모양을 모티프로 한 오브제와 파란색·빨간색의 리본, 그리고 목제 화살표와 페인트칠된 화살표 등의 이정표가 설치되어 있습니다. 이정표를 따라 걸어보세요.



올레길 매너

- ① 사유지나 정원 등에 함부로 들어가지 않습니다.
- ② 사람이나 개인의 소유물 등을 촬영할 때는 반드시 동의를 구합니다.
- ③ 쓰레기는 꼭 다시 챙겨갑니다.
- ④ 길가에 있는 농작물에 함부로 손대지 않습니다.
- ⑤ 길가에 핀 꽃이나 나뭇가지를 꺾지 않습니다.
- ⑥ 크게 소리를 지르거나 떠들지 않습니다.
- ⑦ 다음에 찾아올 올레꾼을 위해 리본을 가져가지 않습니다.
- ⑧ 길 안내용 간판에 손대지 않습니다.
- ⑨ 비포장 도로에서는 정해진 경로로만 다닙니다.
- ⑩ 풍경을 즐기며 여유롭게 걸어봅니다.
- ⑪ 차도에서는 달리는 차에 주의하며 걸음니다.
- ⑫ 코스에서 벗어난 급경사지 등에서 위험한 행동은 하지 않습니다.
- ⑬ 오며 가며 만나는 여행자나 지역 주민에게 미소를 보이고 인사를 나눕니다.

시마바라 시내의 볼거리



시마바라 온천

시마바라 온천은 피부에 자극적이지 않은 중성천으로, 특히 베인 상처, 화상, 만성 피부병 등에 효과가 있습니다. 또한 식용으로도 이용할 수 있으며 만성 소화기병, 당뇨병, 통풍, 간장병에도 효과가 뛰어납니다.

- <당일치기 입욕 시설>
- 유토로기노유 ● 호텔 난푸로 ● 료칸 가이보소
 - HOTEL 씨사이드 시마바라
 - 신야마 온천 우에노유
 - 아리아케 종합복지센터 '비진노유(미인탕)'
- <죽욕탕>
- 센겐 공원 죽욕탕(시마바라항 터미널 옆)
 - 유토로기 죽욕탕

잉어가 헤엄치는 마을

맑고 깨끗한 물이 샘솟아 흐르는 수로에 화려한 비단잉어가 유유히 헤엄칩니다. 지역 주민들의 힘으로 아름답게 유지되고 있는 물의 도시 시마바라의 볼거리 중 하나입니다.



시마바라성

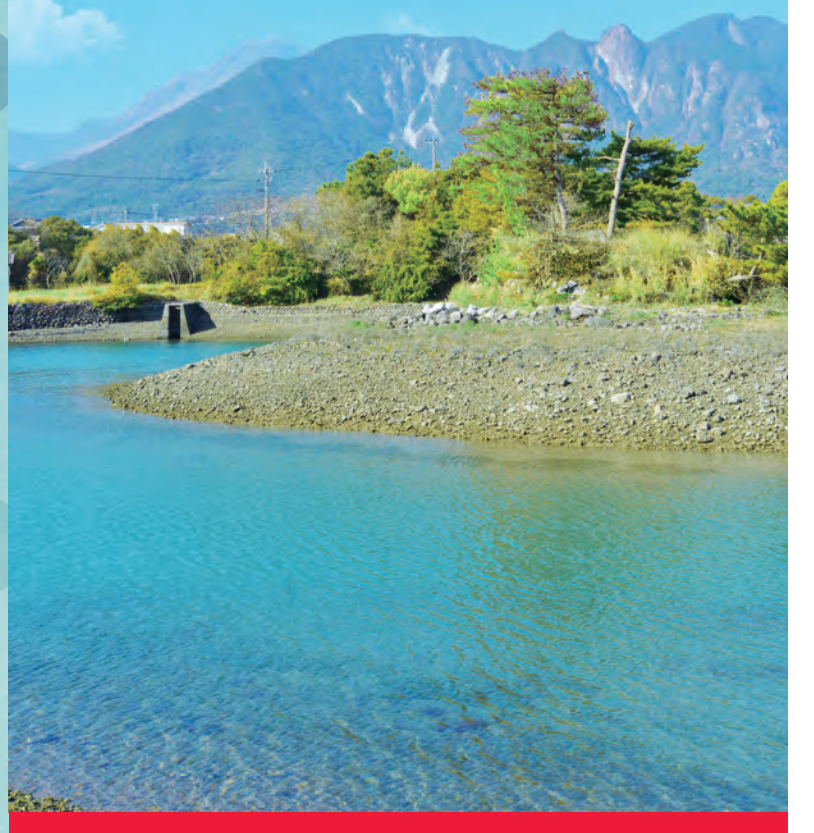
마쓰쿠라 분고노카미 시게마사가 1618년부터 약 7년에 걸쳐 쌓은 시마바라성. 현재 복원된 천수각에는 가톨릭 관련 사료와 향토 사료, 민속 사료 등이 전시되어 있습니다.

무가 저택(부케야시키)

시마바라성 축성 당시, 서쪽 외곽에는 녹봉 70석 이하의 무사들이 주거하는 주택 단지도 함께 건설되었습니다. 전쟁 중에는 소총(땃포)을 주력으로 사용하는 하급무사(보병) 부대의 주거지로 이용되었기 때문에 땃포초라고도 불립니다. 길 중앙의 수로는 용수를 충분히 끌어오기 위한 시설로, 오랫동안 생활 용수로로서 소중하게 보호되어 왔습니다.



~시마바라반도 유네스코 세계 지오파크를 느껴보자~ 시마바라 코스 SHIMABARA COURSE



~시마바라반도 유네스코 세계 지오파크를 느껴보자~

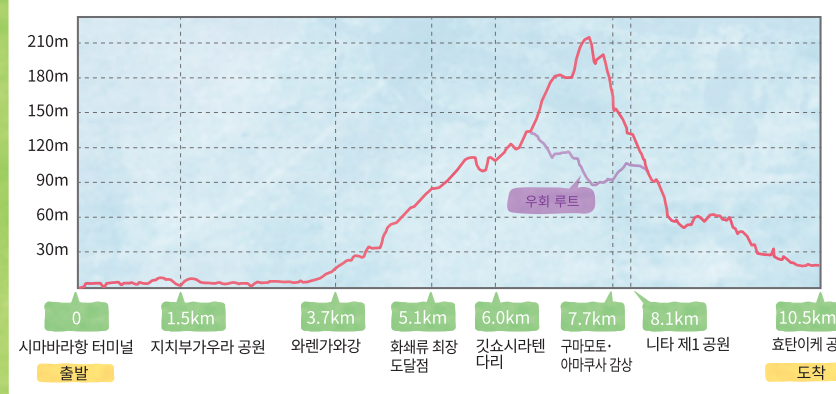
시마바라 코스

SHIMABARA COURSE

시마바라 코스는 일본에서 가장 최근에 형성된 '헤이세이신산'을 감상하며 걷는 '지오파크(화산)' 테마 코스입니다. 1990년부터 약 5년간 계속된 헤이세이 분화로 인한 재해의 흔적, 그리고 1792년 분화 활동으로 형성된 섬들과 지형의 모습 등 인간과 활화산이 지금까지 어떻게 공생해 왔는지를 직접 느낄 수 있습니다. 해안선부터 산골짜기까지 포함되어 있어 '산+바다' '산+거리' '바다+거리' 등 다양한 조합으로 풍경을 즐길 수 있는 코스입니다.

- 거 리: 10.5km
- 소요시간: 3.5시간~4시간
- 난이도: 중급

올레 코스	화장실	기념품점
우천 시 우회 루트	버스정류장	당일치기 운전
우회 루트	식당	족욕탕
명소	편의점	국도
	스텝	



시마바라 코스에서 주목할만한 명소

지오의 불거리
지치부가우라 공원
1792년 운젠다케산의 활발한 화산 활동으로 시마바라시 뒷편에서 아름다운 능선을 보여준 마유산이 크게 무너져 내리고 말았습니다. 이때 대량의 흙과 모래가 성하 마을을 덮치고 바닷가까지 밀려들며 유례없는 대참사가 발생했습니다. 공원 앞에 보이는 섬들(나가레야마)이 바로 그 당시의 흔적인 쓰쿠모섬입니다. 바다 공원으로 사랑받고 있는 지치부가우라는 1970년에 시마바라반도 현립 공원으로 지정된 경승지입니다.

지오의 불거리
마유산의 붕괴로 형성된 나가레야마 (쓰쿠모섬)
1792년 분화 활동으로 생겼다고 알려진 용수 스못입니다. 한동안 주민들의 생활용 수원지로 활용되다가, 1991년 6월 30일 대규모의 토석류가 이 지역을 덮치면서 괴멸되는 피해를 입었습니다. 다행히 수원지는 토석에 묻히지 않고 기적적으로 살아남을 수 있었습니다.

지오의 불거리
와렌가와강
1792년 분화 활동으로 생겼다고 알려진 용수 스못입니다. 한동안 주민들의 생활용 수원지로 활용되다가, 1991년 6월 30일 대규모의 토석류가 이 지역을 덮치면서 괴멸되는 피해를 입었습니다. 다행히 수원지는 토석에 묻히지 않고 기적적으로 살아남을 수 있었습니다.

지오의 경치
니타 제1 공원
공원 내에는 '운젠후겐다케 화산 재해 희생자 추모비'도 세워져 있습니다. 대규모 화쇄류가 발생한 6월 3일에는 매년 많은 방문객이 찾아와 희생자의 명복을 빕니다. 니타단지 제1 공원에서는 마유산이 붕괴하면서 생긴 벽을 관찰할 수 있으며, 수많은 나가레야마가 만들어낸 독특한 지형(쓰쿠모섬 등)을 한눈에 담을 수 있습니다.

지오의 불거리
시마바라항 터미널 (관광안내소)
출발

지오의 불거리
헤이세이신산
헤이세이신산은 점성이 강한 안산암(dacite) 성분의 마그마가 분화구 위로 솟아오르며 생긴 용암돔으로, 2004년 4월에 국가 천연기념물로 지정되었습니다. 현재의 해발은 1,483m이며, 산 정상 주변은 경계 구역으로 지정되어 있어 출입할 수 없습니다.

지오의 체험
가마다스 돔(운젠다케 재해기념관)
화산을 보고 느끼고 즐기며 배우고 휴식하자. 화산에 관한 지적 엔터테인먼트로 가득 찬 대형 공간입니다. 1990년 11월 운젠후겐다케산의 분화 활동이 시작되고 1996년 5월 분화 활동이 종식되었음을 선언하기까지, 무슨 일이 일어났으며 무엇이 남았을까요? 대자연의 경이로움과 그에 맞선 사람들의 뛰어난 지혜를 고스란히 전시합니다.
<9:00~18:00(입장은 17:00까지)>

지오의 체험
화쇄류 최장 도달점(후카에 사쿠라 파크)
1993년 7월 19일에 발생한 대규모 화쇄류는 산 정상에서부터 약 5.6km를 흘러내렸고, 국도 57호선을 80m 이상 지나친 이 지점까지 도달했습니다. 과거, 화쇄류와 토석류가 흘러내렸던 이곳도 지금은 가족끼리 여유롭게 시간을 보낼 수 있는 공원으로 탈바꿈했습니다.

지오의 체험
화쇄류 최장 도달점(후카에 사쿠라 파크)
1993년 7월 19일에 발생한 대규모 화쇄류는 산 정상에서부터 약 5.6km를 흘러내렸고, 국도 57호선을 80m 이상 지나친 이 지점까지 도달했습니다. 과거, 화쇄류와 토석류가 흘러내렸던 이곳도 지금은 가족끼리 여유롭게 시간을 보낼 수 있는 공원으로 탈바꿈했습니다.

지오의 불거리
효탄이케 공원
1792년 마유산이 크게 무너졌을 때 흙과 모래가 만들어 낸 작은 산(나가레야마) 위에 위치해 있습니다. 크기는 현존하는 나가레야마 중 최대 규모를 자랑합니다. 표면의 굴곡으로 연못이 생성되었고, 그 이후 효탄이케 공원으로 정비되었습니다.

먹거리·기념품 정보

간자라시
말린 참쌀가루로 만든 작은 작은 경단을 '시마바라 용수'로 식힌 후, 특제 꿀을 바른 차가운 디저트입니다.

간바 데침
시마바라에서는 '복어'를 '간바'라고 부릅니다. 도룡린 생선살을 살짝 데치면, 탱탱한 식감이 중독을 부릅니다!

체리마메
기름에 튀긴 누에콩을 설탕과 생강, 물엿을 졸인 소스로 코팅한 콩과자. 설탕의 달콤함과 생강의 퐁미가 가득 담긴 콩과자를 맛볼 수 있습니다.

헤이세이신산 용암 로스팅 커피
헤이세이신산과 운젠다케산 용암석의 원적외선 효과를 이용하여 로스팅한 커피입니다. 부드러운 맛이 나도록 저온에서 충분한 시간 동안 로스팅했습니다.

구조니
해산물과 산 작물 등 십수 종류의 재료가 들어간 조니(떡국). 시마바라의 난과 관련된 역사적 향토 요리입니다.

아리아케가네
이 지역에서는 아리아케가네라고 부르는 꽃게의 한 종류입니다.

수제 간자라시 키트
시마바라의 명물 간자라시를 집에서 맛볼 수 있는 수제 키트. 레시피로만 따라하면 이 지역에서 사랑받고 있는 추억의 가게 '킨쇼이'의 맛을 재현할 수 있습니다.

시마바라야키
사용하기 편리할 뿐만 아니라, 온근한 센스까지 돋보이는 인기입니다. 시마바라의 흙을 베이스로, 운젠후겐다케산의 화산재를 천연 유약으로 활용했습니다. 차분한 색조로 구성되어 있으며 손으로 만질 때마다 편안한 기분이 듭니다.