

**路線18** 有明海一周路線  
大牟田市-太良町

這裡有眾多歷史景點，例如水柳柳川、三池港和三池煤礦宮原坑等。可以推著自行車穿過長尾川昇開欄。佐賀享有世界遺產三重津海軍所遺址、肥前濱宿等知名景點。也能欣賞佐賀平原和多良岳橙色海道的風光，享受大自然。

總騎乘距離 約116.77km 總爬升 約533m

VIEW POINT  
1 三池港 (三池津原景台) 2 有明海的定湯 (佐賀縣立高尾山)

BREAK POINT  
3 ROOTH2-3-3 4 稻穂餐廳

當地特色  
5 飯後川昇開欄 6 柳川Yokamon屋 7 肥前濱宿 8 大魚神戶的海中鳥居

**Google My Map**

途中順路景點 & 需注意通行之路段  
詳情請參考此處

九州沖繩・山口一周路線 (九州・山口區圖)  
九州沖繩・山口一周路線 (沖繩區圖)

九州北部橫穿路線 九州南部橫穿路線 有明海一周路線

QR codes for route maps.

**路線19** 有明海一周路線  
諫早市-荒尾市

繞行有明海岸一周的路線。在島原半島欣賞平成新山的壯麗景致，然後轉運至熊本縣的天草。沿著海岸騎行，左側可以看到有明海，穿過天草橋後朝著北方前進。也能欣賞熊鷹眺望熊本市街景的金峰山景色。

總騎乘距離 約239.43km 總爬升 約2,327m

VIEW POINT  
1 諫早灣干拓堤防道路 2 寶山(Genyama) 廣雲公園

BREAK POINT  
3 島原城遺址公園 4 霧水源

當地特色  
5 遇見神代小路 歷史文化公園 島島宅邸 6 原城遺址 7 高舞登山 8 金魚和鯉魚之鄉廣場

**九州・山口概況**

九州在日本列島的西南端，山口縣是本州島的最西端，沖繩縣位於台灣和九州島的中間，除去離島之後的九州和台灣同等大小。九州及山口的全縣都有機場，飛往台灣的航班也非尋常。飛往福岡只需不到一個小時，到沖繩只需1小時20分鐘，距離非常近。九州及山口擁有豐富的自然環境，雄偉的山、美麗的海洋線穿黃色。騎自行車之後還可以在各地享受溫泉的快樂。因為是這樣自然豐富的地區，所以各個地區都有豐富的食材和特色料理。可以一邊騎自行車，一邊享受各個地區的美食。

時差：1小時 日本時間比臺灣快1個小時。  
電壓：100V 日本電壓跟台灣電壓差10V。

交通 信用卡 氣候 日本國定假日一覽表

**九州・山口廣域推廣路線為何？**

本自行車地圖中介紹的4條路線是與九州、沖繩、山口各縣和商界合作設定的路線，可以騎自行車遊覽九州、沖繩和山口。同時，還介紹了路線沿途可以欣賞到的雄偉美麗的群山、波光閃閃的大海、溫泉、歷史和文化、Instagram打卡景點和享受美食等魅力的景點。請參考本地圖瀏覽九州、沖繩和山口地區，享受騎自行車的樂趣吧。可透過二維碼掃描Strava、Ride With GPS、Google my map 和各個縣的網站，查看詳細信息。

**九州・沖繩・山口一周路線**  
這是周遊九州各縣和山口縣的乾貨滿滿的長路線。如果在騎行過程中從機場飛到沖繩，就可以享受九州、沖繩、山口三縣的豪華之旅。在不同的地方可以看到九州、沖繩、山口海濱的不同面貌。可以充分享受各縣不同地區魅力所在的騎行。如知名景點、特產等。

**九州北部橫穿路線**  
從空崎到鹿兒島橫穿九州北部的路線。在騎行途中可以享受美麗的河流、湖泊、瀑布等水景以及九州特有的自然面貌。根據季節可以看到不同美景是其魅力所在。

**九州南部橫穿路線**  
從空崎到鹿兒島橫穿九州南部的路線。在騎行途中可以享受美麗的河流、湖泊、瀑布等水景以及九州特有的自然面貌。根據季節可以看到不同美景是其魅力所在。

**有明海一周路線**  
這是逆時鐘繞有明海一周的路線。日本漲退潮差最大的有明海，大片沖開帶濕地面積，在日本數一數二，可以在此看到別無僅有的生物。歡迎來感受九州獨有的騎行體驗。

封面圖案是以各縣的觀光資源為概念進行設計。  
山口縣：元元禰神社、福岡縣：豚骨拉麵、佐賀縣：呼子烏賊、長崎縣：教堂、熊本縣：熊本城、大分縣：溫泉、宮崎縣：高千穗丸、鹿兒島縣：沙浴、沖繩縣：琉球舞蹈

這份地圖當中的騎乘距離及爬升參考「Strava」程式所標示的數據。

發行九州・山口自行車騎乘旅行推廣委員會

**自行車地圖上的標誌圖案一覽表**

機場 新幹線 渡輪 途中入浴設施  
自行車友善住宿設施 自行車休息站 道之驛 旅遊服務中心

新幹線 JR 國道 縣境

**九州・山口各縣自行車騎乘旅行相關網站連結**

山口縣網站 福岡縣網站 佐賀縣網站  
騎乘自行車遊覽山口縣 CYCLE & TRAIL FUKUOKA SAGA Cycling CLUB.  
長崎縣網站 熊本縣網站 大分縣網站  
Enjoy Cycling in Nagasaki 熊本旅遊景點 Cycling OITA  
宮崎縣網站 鹿兒島縣網站 沖繩縣網站  
日向自行車旅遊宮崎 Discover Kagoshima 運動群島 沖繩

**九州・山口各縣自行車騎乘旅行相關網站連結**

山口縣網站 福岡縣網站 佐賀縣網站  
騎乘自行車遊覽山口縣 CYCLE & TRAIL FUKUOKA SAGA Cycling CLUB.  
長崎縣網站 熊本縣網站 大分縣網站  
Enjoy Cycling in Nagasaki 熊本旅遊景點 Cycling OITA  
宮崎縣網站 鹿兒島縣網站 沖繩縣網站  
日向自行車旅遊宮崎 Discover Kagoshima 運動群島 沖繩

**九州・山口各縣自行車騎乘旅行相關網站連結**

山口縣網站 福岡縣網站 佐賀縣網站  
騎乘自行車遊覽山口縣 CYCLE & TRAIL FUKUOKA SAGA Cycling CLUB.  
長崎縣網站 熊本縣網站 大分縣網站  
Enjoy Cycling in Nagasaki 熊本旅遊景點 Cycling OITA  
宮崎縣網站 鹿兒島縣網站 沖繩縣網站  
日向自行車旅遊宮崎 Discover Kagoshima 運動群島 沖繩

各縣資訊由此點入  
騎乘自行車在九州  
https://www.welcomelyushu.jp/cycle-in-kyushu/links/

**九州・山口各縣自行車騎乘旅行相關網站連結**

山口縣網站 福岡縣網站 佐賀縣網站  
騎乘自行車遊覽山口縣 CYCLE & TRAIL FUKUOKA SAGA Cycling CLUB.  
長崎縣網站 熊本縣網站 大分縣網站  
Enjoy Cycling in Nagasaki 熊本旅遊景點 Cycling OITA  
宮崎縣網站 鹿兒島縣網站 沖繩縣網站  
日向自行車旅遊宮崎 Discover Kagoshima 運動群島 沖繩

**日本交通規則**

基本規則  
在日本的基本規則，就是自行車和汽車都是左側通行，行人則是右側通行。行人優先通行。自行車被歸類在輕型車輛，原則上應騎於車道。在車道上請靠左排成一排騎乘吧。自行車可以騎在人行道上，通常都是標示有標明可供乘車上。或是因為騎在車道上太危險的狀況等等。那麼騎乘時切勿妨礙行人通行，有號誌的十字路口，請務必遵從燈號指示。此外，在十字路口請兩段式右轉。

違規  
● 酒後騎乘 ● 擅拿騎乘 ● 一邊用行動電話或智慧型手機一邊騎乘  
● 對角穿越十字路口 ● 夜間騎乘沒開車燈 ● 騎乘於步道上妨礙行人  
● 於車道靠右側騎行 ● 並排騎行 ● 不遵守號誌

道路標誌  
自行車與其他車輛一樣，從道路標誌、標示、車道上有時候會出現「自行車」、「自行車專用通行路段」、「箭頭標示」。這是在告知自行車通行位置的標示。  
禁止進入 自行車也不得進入 (除持有特別許可證外，自行車騎乘者除外)  
車道禁止通行 含有自行車內的所有車輛 全部禁止通行  
禁止左轉 暫時停下 務必等對向車確認左右 (周邊) 是否安全  
行人專用 僅限行人可通行的專用道路  
自行車及行人專用 僅限行人和自行車可通行的專用道路  
自行車穿越道 為自行車穿越路口時所通過的場所  
自行車禁止通行 禁止自行車通行  
連續彎道 請以立即降低的速度騎乘 (自行車中停時)  
箭頭標示  
自行車專用通行路段 箭頭標示  
自行車專用通行路段 箭頭標示  
自行車專用通行路段 箭頭標示

萬一遇到交通意外  
① 確保安全  
② 協助及保護受傷的人，並通報 119 叫救護車  
③ 就算認為只是小意外，也務必撥打 110 找警察來  
※ 以應對多國語言，所以即便不懂日文也请放心撥打。

**轉乘交通與觀光資訊**

歡迎使用所推薦的 APP。如何運用複數交通工具轉乘和觀光資訊都十分詳細。

日本旅遊官方 App  
有關日本旅遊的最新資訊  
推特 @JapanSafeTravel

主要刊登最新消息。所介紹的內容例如：警察局或消防隊等緊急熱線，以及天氣預報等資訊。此外，只發布刊登新到觀光資訊網頁的連結，當發生天然災害時，也會發送推播給身處相關地區的手機 APP 用戶，以用戶可確實獲得安全資訊。

在日本旅遊所需的必備資訊  
裡列出旅遊服務中心、能以外文因應的醫院、換匯處等場所，這些都是安心旅行時的必要資訊。

周邊觀光資訊  
藉由透過 APP 取得的 GPS 資訊，登載 APP 使用者所在地周邊觀光景點場所和資訊。

預約與購買功能  
介紹可以預約或購買機票、住宿設施、當地旅行行程和活動等等網頁。此外，也有登載在日本如何購買票券和租借車輛方式等等「How To」資訊。

在日本國內移動的交通方式  
可以搜尋在地區之間移動的交通方式，JR、巴士、開車、走路等所有的移動方式都能搜尋。

其他  
除了介紹對旅行中的外國旅客來說方便的 APP 和網站。在日本期間有困難時能派上用場的日文短句之外，也會發送需注意資訊和大使館資訊。

**九州、山口的攜帶移動一攜帶自行車搭乘大眾運輸的各種服務**

攜帶自行車搭乘時，原則上都要求裝妥或拆卸後裝入攜帶袋。  
● 注意 ● 每個交通運輸機關有各自的限重和尺寸要求，請在各機關官網確認詳情後，再攜自行車搭乘。使用各種服務時，請務必到各官網確認使用條件。

航空班機  
若重量、尺寸皆在規定範圍內，可視為託運行李免費運送。如超過限制可能會衍生費用。  
● 中華航空 https://www.china-airlines.com/tw/zh/zh/prepare-for-the-fly/baggage/sporting-equipment  
● 長榮航空 https://www.evaair.com/zh-tw/prepare/baggage/special-baggage/sporting-equipment/  
● JAL https://faq-sr-zhant.hajl.co.jp/answers/detail?aid\_id17288/c631  
● ANA https://www.ana.co.jp/tw/travel-information/baggage-information/checked-baggage/anchor-bulky-over-size-8jgk

鐵道、新幹線  
若重量、尺寸皆在規定範圍內，可放入巴士下方等置物箱內運送。若置物箱太小或已有其他乘客的行李而放不下運送的話，恕無法乘車。請帶「一泊巴士」夜行巴士一輛可運送兩台。預定巴士車票時，必須預約攜帶自行車上車的選項。攜帶自行車費用約為每台 1500 日圓。  
● 九州交巴士 - 攜帶自行車之相關說明與使用日語資訊 https://www.kyusaniko.co.jp/answer/busq/  
● 西鐵巴士 - 攜帶自行車之相關說明與使用日語資訊 https://www.shinetsu.jp/bus/highwaybusguide/pdf/  
● 藍色班次 https://www.busunor.jp/sr/prinko/

渡輪  
亦可視為特殊行李攜帶上車 (需付費)。  
有地方則規定若裝在攜帶袋中當作隨身行李的話就免費。若客滿或是已經超過載重量的話，就請等下一班渡輪。九州渡輪也有部分日期可預約訂位。  
● 福岡市發運輪 (福岡市內的渡輪航線) ※ 只限用繁體中文的自動翻譯。每種語言 https://www.city.fukuoka.lg.jp/kowan/kyakusen/hakata-port/ferry\_city.html  
● 九高渡輪 (鹿兒島~熊本之間的渡輪航線) ※ 限制用繁體中文。有提供用繁體中文的說明書。每日日文資訊 https://www.kyushu-ferry.co.jp/attention/  
● 櫻島渡輪 (鹿兒島~櫻島之間的渡輪航線) ※ 請利用繁體中文的自動翻譯。每種語言 https://www.city.kagoshima.lg.jp/sakurajima-ferry/ryohoho/index.html  
● 島嶼渡輪 (青島~天草之間的渡輪航線) ※ 請利用繁體中文的自動翻譯。 https://zh-tw.shimatetsu.co.jp/ferry/

**九州及山口 Yamaguchi Cycle Map**

九州及山口 Yamaguchi Cycle Map  
九州及山口 Yamaguchi Cycle Map  
九州及山口 Yamaguchi Cycle Map  
九州及山口 Yamaguchi Cycle Map

**因應緊急情況的各種服務**

發布與新冠肺炎有關的入境日本前後與停留日本期間，疫情相關緊急應對等資訊。  
日本觀光資訊網站  
台灣旅客請從此處查看網站

**中文-日文口譯服務**

客服中心  
● 日本遊客熱線  
+81-50-3816-2787  
24 小時/全年無休緊急協助 (英文、中文、韓語、日語的服務)  
● 九州・山口多語言客服中心  
+81-92-687-6639  
24 小時/365 天  
這是為了不會說日文的外國旅客等所開設，透過電話中提供口譯支援的服務。  
● 沖繩多語言客服中心  
+81-570-077-262  
9 點~17 點/365 天  
此服務提供外國觀光客，有關旅遊資訊、門口譯服務及遇到颱風等災害時該如何處理的援助。我們也有採用可免費通話的 IP 電話，可於連接無線網路的場所使用。

旅遊保險和醫療資訊  
這是為了讓您在日本安心旅遊。在日本接受醫療救治之際，緊急時請撥打此專線。

**自行車寄送服務**

在九州・山口除了以機車寄送之外，也有免拆車就可搭乘的火車和自行車寄送服務。期於讓您的旅遊計畫更加完善。  
● 免拆車搭火車資訊 ※ 以下資訊僅刊登於日語資訊。  
不用拆解自行車，就能登上火車！真厲害的行動範圍就是魅力所在。  
● 沖繩鐵道免拆車搭火車 (長崎縣、佐賀縣) http://matutei.com/publics/index/1316/  
● 熊本鐵道免拆車搭火車 (熊本縣) https://www.kumamotoetsu.co.jp/ticket/service/bicycle.html  
● 肥後鐵道免拆車搭火車 (熊本縣、鹿兒島縣) https://www.hs-orange.com/page75.html

自行車寄送 ※ 以下資訊僅刊登於日語資訊。  
● 袋裝自行車攜帶急便/袋裝自行車運送急便 (西運輪) http://www.cycle-seino.jp

**出發前的準備**

隨身裝備  
努力把行李輕量化，盡量帶最少的東西上路。  
● 安全帽 有認證標章的產品為佳。  
● 頭部穿戴用品、手套、鞋類 一般運動鞋也可以。  
● 眼睛防護 眼鏡類選擇有抗 UV、防風、防護功能的產品為佳。  
● 自行車腳踏車 可以的話盡量選擇適合自行車專用的服裝比較好，如果要穿一般衣服，抵運不會插入線條或扣式的產品，並且要適合氣候，這些都是很重要的。  
● 隨身攜帶物品 隨身攜帶物品除了禦寒衣物之外，記得要盡量輕簡，讓行李輕量化。  
● 個人物品 按實際氣候考慮準備 2-3 套適合衣物。(包含禦寒衣物等) 簡單的外套與輕便雨衣為必需品。行動電話等易碎機器類建議裝入防水袋。長程旅行時應準備較多熱量，可準備咖啡、香蕉和餅乾等等在身上。

**自行車出問題**

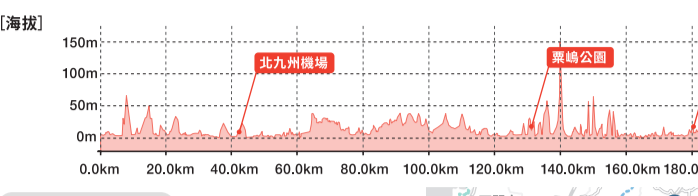
● 修理爆胎 自行車最常見的機械故障「爆胎」。很多人都會準備備品以應付各種情況，不過如果車身學會如何以補胎貼片真正把爆胎修好的話，相信會大有帮助。 https://youtu.be/l5wz2n-ckp8



路線1 九州・沖繩・山口一周路線 北九州市門司區一別府市

這是可以同時享受北九州、京畿地區魅力的路線，包括悠閒舒適的鄉村道路。在北九州機場連接橋上彷彿奔馳於海上的暢快，還有門司港的懷舊風情等。亦可當作前往大分和山口的長途騎行中一部分的路程。

【總騎乘距離】約217.60km 【總爬升】約1,767m



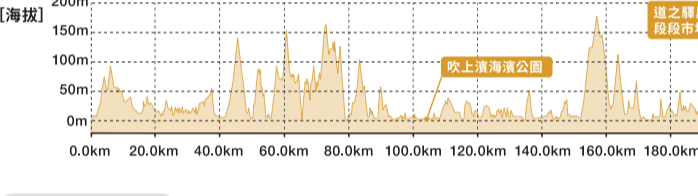
VIEW POINT: 1 北九州機場連接橋, 2 貝玉海岸, 3 水杉森林博物館, 4 道之驛國東

當地特色: 1 門司港舊區, 2 今川自行車道, 3 宇佐神社, 4 別府地獄燒

路線7 九州・沖繩・山口一周路線 指宿市(山川港)一長島町(藏之元港)

前半段是世界上獨一無二的路線，一邊聞著鯉魚片的香氣，一邊沿著台灣海岸的起伏地形暢快騎行前進。沉醉在藍天碧海的美景之中，沿著東海岸奔馳並感受著涼爽的微風。

【總騎乘距離】約224.32km 【總爬升】約3,280m



VIEW POINT: 1 耳取嶺觀景台, 2 上濱・沙兒的梯田, 3 江口蕎麥麵, 4 大瀨藩士鯉魚飯

當地特色: 1 鯉魚, 2 流水煮麵, 3 薩摩海軍留學生紀念館, 4 肥後檜鐵道

路線13 九州・沖繩・山口一周路線 長門市(長門湯本溫泉)一下關市(關門人行海底隧道)

從山口縣歷史最古老的長門湯本溫泉出發，前往日本三大喀斯特台地之一的秋吉台，欣賞海洋到山巒的景色變化。在下關市，走訪高杉晉作起兵的功山寺、墓地，東行庵等與明治維新有關之處。

【總騎乘距離】約110.71km 【總爬升】約962m



VIEW POINT: 1 秋吉台, 2 長府城下町, 3 美福秋吉台地質公園中心 Karatar, 4 花之海

當地特色: 1 秋芳園, 2 東行庵, 3 台觀望(置業相模洞), 4 Drive In 瀨瀨(蛤蜊湯)

路線2 九州・沖繩・山口一周路線 別府市一延岡市

從福岡通過往豐後水道的悠閒沿海路線。除了谷海灣交織出變化萬千的景觀之外，還可以在保留城下町風情的白杵和佐伯感受當地的歷史氣息。騎完車之後，建議享受日本溫泉和湧泉最多的溫泉。

【總騎乘距離】約192.46km 【總爬升】約2,474m



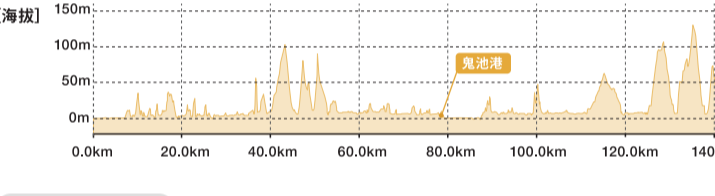
VIEW POINT: 1 二王座歷史之路, 2 天空公園, 3 田之浦海濱休息小棧, 4 道之驛津江

當地特色: 1 雞肉天婦羅, 2 臼杵石佛, 3 日向井, 4 網代島

路線8 九州・沖繩・山口一周路線 天草市(牛深港)一長崎市

熊本の牛深港到鬼池遺之間分布著許多景點，包括天草西海岸沿線、以及列入世界遺產之一的崎津教會等。搭船前往島原半島，在日本最長的足浴中體驗片刻。穿越舊鐵道遺址，綠色隧道前往觀光都市，長崎的路線。閃耀著光芒的夕陽美景。

【總騎乘距離】約161.88km 【總爬升】約1,994m



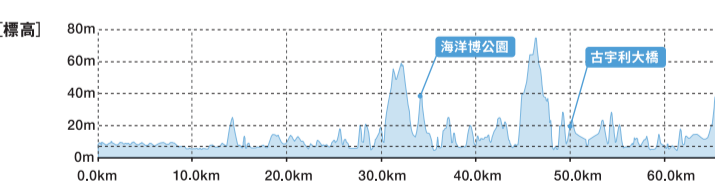
VIEW POINT: 1 牛深Hiya大橋, 2 梯田, 3 天草海鮮餐, 4 水邊之森公園

當地特色: 1 崎津教會, 2 富岡城遺址, 3 口之津濱, 4 小溪溫泉街

路線14 九州・沖繩・山口一周路線 名護市【道之驛許田(山原物產中心)】一名護市【道之驛許田(山原物產中心)】

位於沖繩本島北部，從「美麗海水族館」和「古宇利大橋」等風景名勝處眺望到的海景可以帶給您無與倫比的感動。

【總騎乘距離】約75.71km 【總爬升】約506m



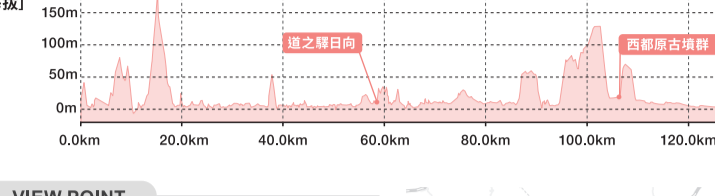
VIEW POINT: 1 名護城跡, 2 瀨瀨湖木林隧道, 3 古宇利大橋, 4 海洋標公園(美麗海水族館)

當地特色: 1 今歸仁城跡, 2 Neo Park沖繩, 3 和呂目大橋, 4 嵐山觀景台

路線3 九州・沖繩・山口一周路線 延岡市一宮崎市

以延岡的谷海灣海岸為首，還有日向市美津保留的白鹽倉庫街景、兒湯郡地區的太陽能板鐵軌延伸的道路、西郡古墳群等，景觀豐富多元。此路線也涵蓋宮崎佐土西郡自行車道，可以欣賞松林和大海的景色。

【總騎乘距離】約141.57km 【總爬升】約1,300m



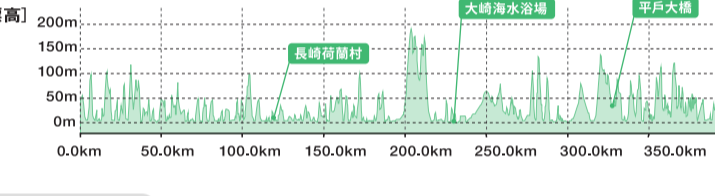
VIEW POINT: 1 下阿蘇海灘, 2 高級大師, 3 道之驛郡農, 4 此花館

當地特色: 1 辛餅, 2 美美津, 3 西郡原古墳群, 4 南薩醬

路線9 九州・沖繩・山口一周路線 長崎市一松浦市

沿著複雜漫長的海岸線登上山坡，造訪教會等世界遺產景點，欣賞優美海洋的絕景路線。由於途中大多面向西方，可在傍晚時欣賞美麗的夕陽。邀請您騎著自行車，探訪日本主要觀光區之一長崎縣的魅力。

【總騎乘距離】約441.26km 【總爬升】約6,973m



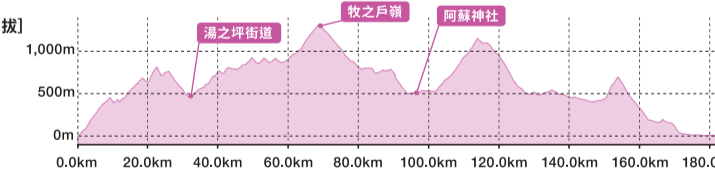
VIEW POINT: 1 長崎日落道路, 2 大村灣, 3 大村麥田農場ChouChou, 4 九十九島珍味海濱度假村

當地特色: 1 北嶺33度線觀景台, 2 崎野自然公園, 3 大崎自然公園孔雀園, 4 可以看到寺院和教會的景色

路線15 九州北部橫穿路線 別府市一熊本市(熊本港)

從別府，由病院穿過九重山脈的「山體公路」，途中地形起伏多，草原的壯闊自然風景令人讚嘆。穿越間關十足的「阿蘇全景路線」，遠往原村和益城町的路線。

【總騎乘距離】約202.05km 【總爬升】約3,619m



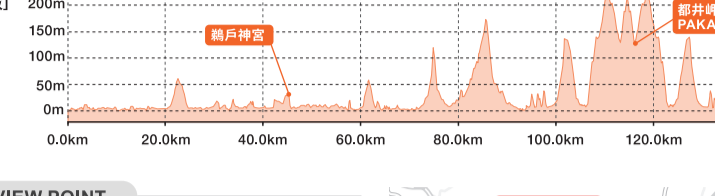
VIEW POINT: 1 長者原, 2 草千里濱, 3 湯之花街遺, 4 橫山交流館朝之里

當地特色: 1 湯之花小屋, 2 九重(夢)大吊橋, 3 高森湧水隧道公園, 4 熊本城

路線4 九州・沖繩・山口一周路線 宮崎市一串間市(海豚樂園)

九州最具代表性的觀光勝地之一，青島，是一條充滿熱帶風情的海岸路線。經指定國定公園的白南海岸，以開闊的景色最具魅力，沿途有瑰麗的超藍海景，還有國家天然紀念物的御崎馬所棲息的都井岬等地。

【總騎乘距離】約144.91km 【總爬升】約1,958m



VIEW POINT: 1 堤切嶺, 2 藍花園(5月下旬~6月中旬), 3 道之驛風嵐, 4 都井戶神宮

當地特色: 1 青島、青島神社, 2 白南海灘, 3 都井岬、御崎馬, 4 串間新鮮現成刺身魚菜便當

路線10 九州・沖繩・山口一周路線 伊萬里市一唐津市

能感受到玄界灘海風吹拂的海景路線，同時可享受到美味海鮮和精緻陶器等，也是此路線的樂趣之一。此外，穿梭在擁有約100萬株黑松樹生，且被指定為國家特別名勝的虹之松原之中，可盡情體驗非日的騎乘快感。

【總騎乘距離】約85.72km 【總爬升】約1,057m



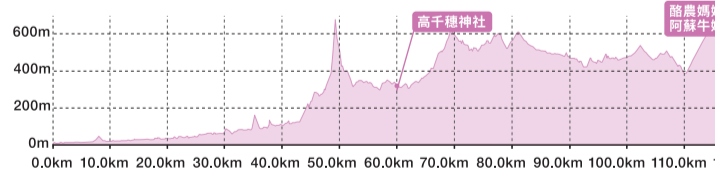
VIEW POINT: 1 波戶岬, 2 浪野濱稻田, 3 小嶋屋, 4 橋津濱邊

當地特色: 1 虹之松原, 2 呼子烏賊, 3 名饌屋城跡, 4 從津一瀧通(河裡的木乃伊)

路線16 九州北部橫穿路線 延岡市一益城町

從延岡市到日之影町，沿著河岸騎車前往留有神話與傳說的千禧橋、以及有著瀑布和瀑布等豐富自然景觀的玉瀨。途經九州下端的弊立神宮、及日本最大的拱形水塔，通過橋等熊本名勝之後，前往益城町。

【總騎乘距離】約125.96km 【總爬升】約2,708m



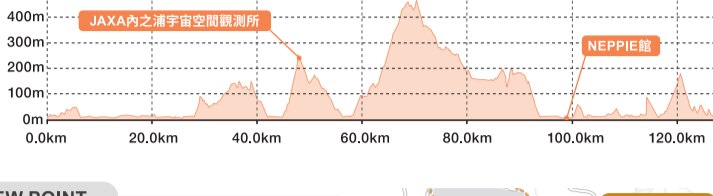
VIEW POINT: 1 梯田, 2 吉無田高原神之村, 3 道之驛青雲橋, 4 道之驛遠鏡橋

當地特色: 1 香魚漁業、香魚, 2 天若戶神社、天安河原, 3 通瀨橋, 4 熊鷹農場阿爾牛奶牧場

路線5 九州・沖繩・山口一周路線 串間市(海豚樂園)一南大隅町(佐多岬)

俯瞰太平洋，穿過松林景觀綿延不絕的海岸線之後，在靠近內之浦宇宙空間觀測所的位置馳行前進。還能欣賞花瀨自然公園和川瀨瀑布等地的自然景色。目的地是日本本土最南端的佐多岬，該地的360度出開全景最具魅力。

【總騎乘距離】約135.41km 【總爬升】約2,441m



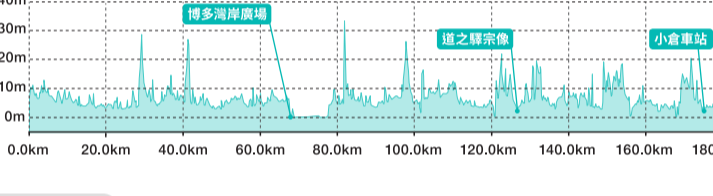
VIEW POINT: 1 瀨川瀨布上游觀景台, 2 佐多岬, 3 雷之家-SORA no IE, 4 Asuparu大崎

當地特色: 1 鱈魚, 2 龍蝦, 3 拍原海岸、魯冰花海, 4 花瀨自然公園

路線11 九州・沖繩・山口一周路線 糸島市一北九州市門司區

從濱海時尚咖啡館林立的糸島，前往「漢委奴國王」金印出土地的志賀島。穿越世界遺產的宗像大社、海邊以及懷舊的街道。沿途還可享受2次博多~志賀島、戶塚~若松的乘船之旅。

【總騎乘距離】約188.88km 【總爬升】約663m



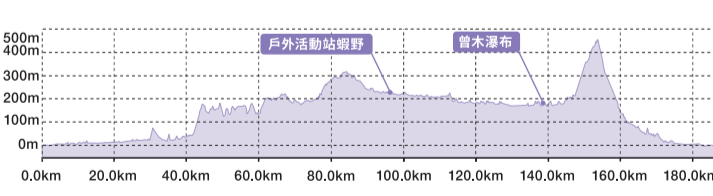
VIEW POINT: 1 前往志賀島的路線, 2 這賀宗像自行車道, 3 看百景從交流中心看博多之星, 4 Toto市場

當地特色: 1 櫻井二見瀨, 2 宗像大社, 3 小倉城, 4 門司紅磚館

路線17 九州南部橫穿路線 宮崎市一阿久根市

從宮崎市出發的前半段路線中，可以在自行車專用道上安全騎行並欣賞沿海美景。在途中四處都可以看到霧島連山的雄偉景色。進入鹿兒島縣後，可以看到日本水百選的丸池湧水，坡橋為東方尼加拉的曾木瀑布和在冬天可以看到超過一萬只鶴的出水。

【總騎乘距離】約197.84km 【總爬升】約2,063m



VIEW POINT: 1 霧島連山之景色, 2 丸池湧水, 3 綾手工藝品中心, 4 出水鶴子排戲

當地特色: 1 小林鱈魚壽司, 2 戶外活動站銀野, 3 出水鶴越各地, 4 曾木瀑布

路線6 九州・沖繩・山口一周路線 南大隅町(佐多岬)一指宿市(山川港)

繞行長江海一圍的路線，壯麗的景緻被選為日本第一。由沿海環繞的薩摩半島和大隅半島，有著道之驛和沿途景點、以及消除疲勞的溫泉等豐富設施。可以選擇搭乘渡輪，規劃符合自己需求的騎線。

【總騎乘距離】約243.76km 【總爬升】約2,068m



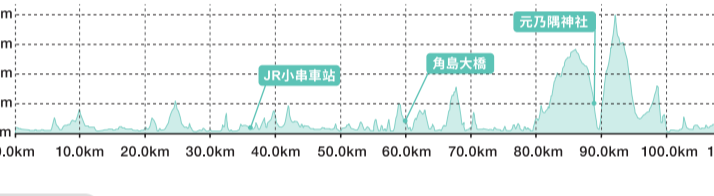
VIEW POINT: 1 荒平天神, 2 重富海岸, 3 道之驛雷水, 4 Yukuza大隅海洋學校

當地特色: 1 紅魷魚, 2 福山的黑熊, 3 櫻島, 4 沙浴溫泉

路線12 九州・沖繩・山口一周路線 下關市(關門人行海底隧道)一長門市(長門湯本溫泉)

從海城之塔下關出發，前往山口縣以優美闻名的角島大橋，途中可以眺望響瀨。經過角島之後，沿著指定為北長門海岸國定公園的環繞海岸線騎行，然後抵達長門湯本溫泉。

【總騎乘距離】約111.42km 【總爬升】約1,217m



VIEW POINT: 1 角島大橋, 2 元乃隈神社, 3 廣戶市場, 4 道之驛北浦街道壹北

當地特色: 1 關門海城(從之浦古戰場), 2 大學寺, 3 河津料理, 4 瓦片燒蕎麥麵

Table with 2 columns: 店名 (Shop Name) and 地址 (Address). Lists various shops and their locations across different cities in Kyushu.