

# 久留米

## directory 01

## ほんものとの出会い 美食のある、いい旅時間。

### DAY 1



### DAY 1

#### 朝食

09:00

久留米市  
大手町



### 早起きは、美の徳なり

外食が当たり前という台湾の朝食文化を参考に、朝から食べたくなるメニューを提供するお店。鶏ガラやホタテなどの出汁がしっかり効いた食べ応えのあるお粥や、つるんとした食感の豆花<sup>トウフア</sup>は何度も食べたくなる美味しさ！

#### SOYS&SOFA

久留米市大手町5-33  
0942-32-0942



#### パワースポット

10:30

久留米市  
瀬下町



### 美、開運！パワースポットで深呼吸！

子宝・安産祈願にご利益がある神社として、全国各地に鎮座する水天宮の全国総本宮がこちら！九州最大規模の大河・筑後川のほとりに建ち、県外の参拝客もたくさん訪れる久留米を代表するパワースポットとしても有名。

#### 全国総本宮 水天宮

久留米市瀬下町265-1  
0942-32-3207



#### ランチ

11:30

久留米市  
山本町



### 足を延ばしても！マクロビランチ！

耳納連山の麓で築120年になる古民家を改装した菜食レストラン。旬の野菜や久留米の豊かな食材を使ったマクロビオティックがベース。自然を大切にしたナチュラルな食材に手間暇かけて仕込まれた技術が生きている。

#### 古民家レストランHaze

久留米市山本町豊田1849-1  
0942-27-6750



#### 買い物

14:00

久留米市  
通東町



### スニーカーのまちを、闊歩

地元が生んだスニーカーブランド・ムーンスターや、アサヒシューズの工場生産されたスタイリッシュなシューズを幅広くラインナップするカジュアル系の衣料品店。靴以外にも品揃え豊富でこだわりの品々が人気。

#### American Clothing Company

久留米市通東町2-15  
0942-37-9322



#### 宿

15:30

久留米市  
三瀧町



### 張りつめた心の糸をゆるめて

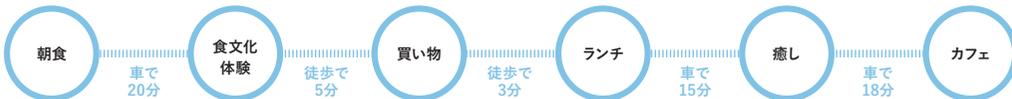
約4000坪の広大な敷地に建ち、とろとろの天然温泉と無添加の自然食を堪能できる温泉宿。江戸時代より続く旧家を改装し、190年以上前から使われていた柱などを再利用している。全客室に内湯と露天風呂を完備。

#### 天然田園温泉 ふかほり邸

久留米市三瀧町西牟田6552  
0942-54-6681



## DAY 2



### DAY 2

#### 朝食

08:00

久留米市  
三瀬町



## 栄養たっぷりの朝食に舌鼓

源泉掛け流しの温泉はとろみがある泉質。朝風呂でリラックスした後は、釜戸で炊き上げる栄養たっぷりの十六穀米と自然養鶏の卵、旬野菜のサラダなどヘルシーな朝食。美しい田園風景に包まれて最高な一日のスタートを。

### 天然田園温泉 ふかほり邸

久留米市三瀬町西牟田6552  
0942-54-6681



#### 食文化体験

10:00

八女市  
本町



## キレイの作法！茶どころで茶道体験

八女福島白壁の街並みに建つ風情ある古民家で、作法を気にすることなくカジュアルなスタイルで茶道を体験できる。八女抹茶を点ててもらい「一服体験」のほか、自分でも立てて味わう「二服体験」がある。

### まる舎茶房

八女市本町154  
0943-22-9540



#### 買い物

11:30

八女市  
本町



## 地域×もの文化の世界に触れる

九州・筑後地域をメインとした地域文化やものづくりを紹介し、またそれにまつわる商品（全国の伝統工芸品など）を販売。もんぺをメインとした「衣」に関する商品を販売する「うなぎの寝床旧丸林本家」も徒歩3分の場所。

### うなぎの寝床 旧寺崎邸

八女市本町327  
0943-24-8021



#### ランチ

13:00

八女市  
元町



## 地産地消、古民家宿で美食ランチ！

山と川、さらに海の幸も豊富なエリアに位置する八女の、お茶をはじめ、八女ならではの旬の食材を使ったフレンチ。スイスのグランメゾンで活躍したフレンチのシェフが郷土料理の技法も取り入れたスタイルのランチを。

### NIPPONIA HOTEL 八女福島 商家町

八女市元町西京町204  
0120-210-289



#### 癒し

14:30

みやま市  
瀬高町



## 日本有数の炭酸含有量！

炭酸含有量は日本一とされている長田鉱泉。レトロ風な建物の中に汲み場があり遠方から訪れる愛飲家がいるほど。近くにある売店・長田鉱泉場ふれあい館では、鉱泉水を用いた地元産の炭酸飲料『コガ・コーラ』も販売中。

### 長田鉱泉

みやま市瀬高町長田2633-1  
0942-52-3224



#### カフェ

15:00

みやま市  
高田町



## 美味しくて体に優しい料理！

筒井時正玩具花火製造所が、100年の古民家に再び命を吹き込み、地域の風土や文化を残しながら伝えていきたいという強い思いからスタートさせた宿に併設された古民家カフェ。酒粕や甘酒を使ったパンやケーキなどが人気。

### Feuille cafe

みやま市高田町飯江1170  
090-3160-0270



### 毎週水曜日のみオープン！体質改善を“山の家”から

Feuille cafeと山を家の定休日にオープンしている鍼灸所とジビエイタリアン。3名の鍼灸師が鍼灸プランを提供。体がスッキリした後は極上のジビエコースでお腹も満たされて至福の時を過ごそう。

山の家鍼灸所 0944-67-0764



### 花火のワークショップ体験も！（要問合せ）

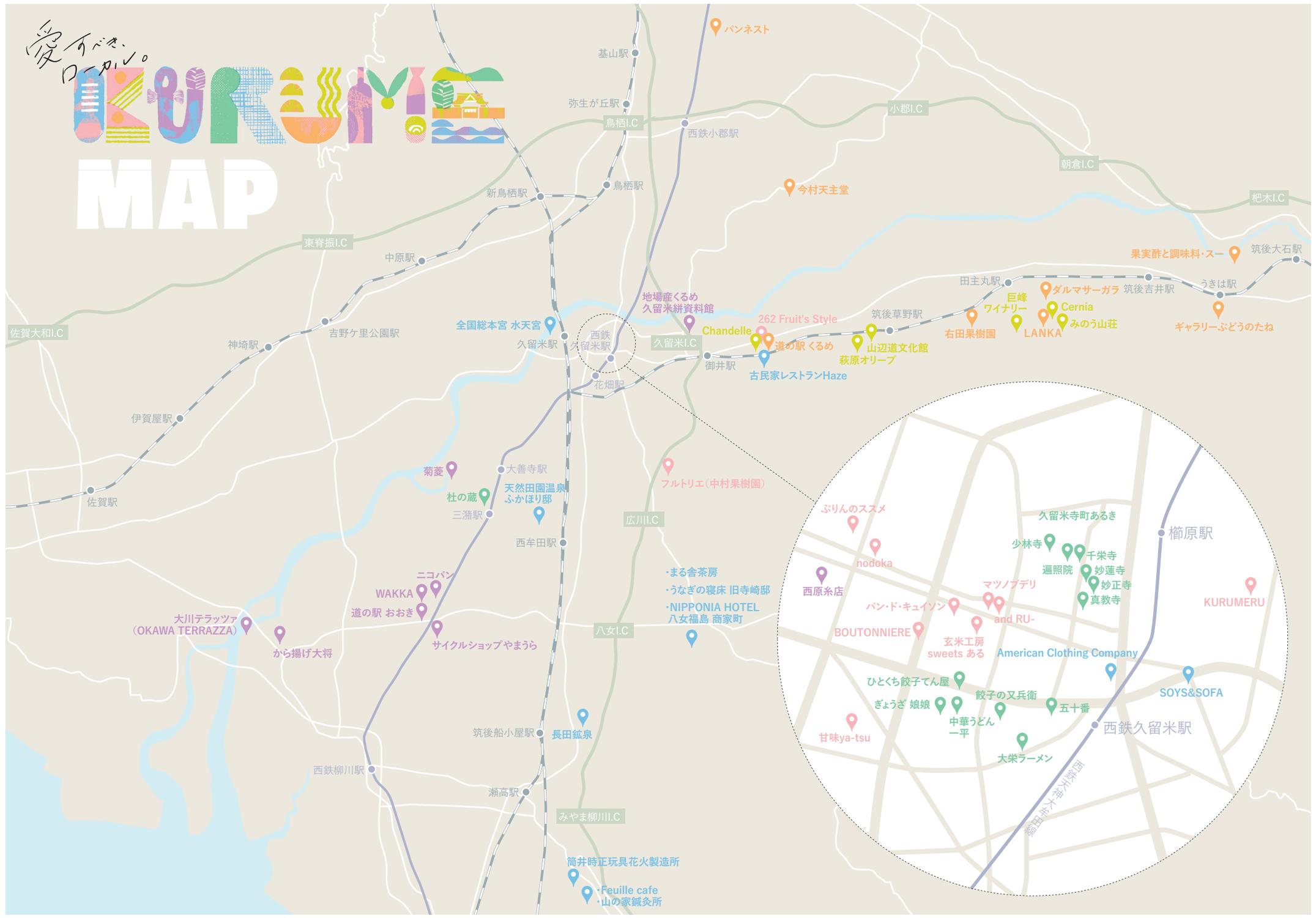
線香花火の歴史や素材の解説から始まり職人による作り方の説明を聞きながら線香花火づくり体験や、筒型の手持ち花火のまわりに絵を描く子供向けの体験もいかが？  
筒井時正玩具花火製造所 みやま市高田町竹飯1950-1 0944-67-0764



筑後久留米の  
DOKUJO



# MAP



**久留米市街地詳細マップ**

- ふりんのススメ
- nodoka
- 西原糸店
- BOUTONNIERE
- 玄米工房 sweets ある
- ひとくち餃子てん屋
- ぎょうざ 娘娘
- 甘味ya-tsu
- ふるりのスズメ
- マツノブデリ
- band・キューソン
- 和菓子 又兵衛
- 中華うどん 一平
- 大衆ラーメン
- 久留米寺町あるき
- 少林寺
- 遍照院
- 千栄寺
- 妙蓮寺
- 妙正寺
- 真教寺
- KURUMERU
- SOYS&SOFA
- 西鉄久留米駅
- American Clothing Company
- 五十番
- 餃子の又兵衛
- and RU-
- ふるりのスズメ
- ふるりのスズメ
- ふるりのスズメ