

(4)サイクリング

実施形態	指導可能 ※指導依頼をせずに団体での自主活動が可能		自然体験・感性	克服・達成	創意・工夫	自主性・協調性	リフレッシュ・体力
提出書類	指導依頼用紙 ※団体が自主で活動する場合は提出不要		★	★★			★★★
必要経費	なし						
概要 (セールスポイント)	マウンテンバイクや自転車に乗って神話コース（約23km）、水基コース（8km）を回るダイナミックな活動プログラムです。急なのぼり坂、くだり坂もあるので、ゴールした達成感を味わうこともできます。 事前下見をして、道路の状況を知っておくこと。 交通事故に注意すること。						
諸条件	場 所	阿蘇市内 阿蘇市郊外		対 象	学校団体、自然体験活動団体、企業や子ども会などの団体 小学校中学年以上		
	所用時間	阿蘇の神話コース（23km）全日 水基コース（8km）半日		人 数	40 人程度まで		
	時 期	通年		天 候	大雨・雷雨時は中止		
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物			
	自転車 18 インチ～26 インチ マウンテンバイク 45 台 26 インチ自転車 20 台 ヘルメット サイクリングマップ 無線機 等			救急用品 笛 等 活動前に代表者が安全指導を職員から受け、安全指導の徹底を図ること。			
活動内容 (手順)	所用時間	項目	内容				備考
	30分	準備・事前指導 安全指導	<団体もしくは交流の家職員> 自転車・ヘルメット貸し出し、点検・調整 サイクリングの注意、試走				
	阿蘇の神話 コース (23km) 全日 水基コース (8km) 半日	活動	<団体> ①自転車は、体に合わせて調整しよう。 ②交通ルールは、必ず守ろう。 ③ヘルメットは、必ず着用しよう。 ④後方にも注意をはらい、急な進路変更はしないようにしよう。 ⑤車間距離を十分にとろう。 ⑥道路での競争はやめよう。 ⑦疲れないうちに休憩をとろう。 ⑧荷物はリュックに入れ、常に両手を使えるようにしよう。 ⑨雨天や下り坂等での急ブレーキはやめよう。 ⑩協力しながら、楽しい活動にしよう。				引率者が最低2名必要です。 隊列の先頭と最後尾に車両を配置しましょう。 小グループに指導者がつき、グループ単位で動くスムーズに流れます。
	30分	後片付け	<団体> 帰着人員の確認及び健康観察 借用物品のメンテナンスと返却				

阿蘇の神話コース サイクリングMAP

※赤い線の道路をたどってください。

交流の家
9:30発

(7 km)

霜宮神社
10:00~

(7 km)

国造神社
11:10~

(5 km)

阿蘇神社
13:00~

(4 km)

交流の家
15:00

健甕龍命(タケイワタツノミコト)が阿蘇の湖の立野をけり崩した。そのとき湖に住んでいた全長15kmの大なますが流れ口にひっかかる。その時なますの尻尾が国造神社付近まで達していた。そのなますが祭られているのが、ここ国造神社である。

国造神社は、手野の大杉があり、豊かきれいな水で育ったからこそこれほど大きく育ったといえるであろう。今でも湧き水が湧き、地域は勿論、遠くは県外から水を求めてやってくる人々も多い。

小嵐山

ホケットパーク湧水

霜神社
(霜宮)

霜宮農村公園

新東岳川橋東交差点

国造神社

先導()

第1グループ
8名程度

班()

第2グループ
8名程度

班()

第3グループ
8名程度

班()

第4グループ
8名程度

班()

第5グループ
8名程度

班()

後尾()

四季彩

阿蘇神社

健甕龍命(タケイワタツノミコト)は、阿蘇の創造神ともいわれ、ここ阿蘇神社にまつられている。また、周辺の仲町通りは『水基めぐり』でも有名な湧水地である。

阿蘇青少年
交流の家

鬼八は、足が速く、疲れを知らない大変な健脚であった。そこで、健甕龍命の放つ矢を拾ってくる役目をしていた。

ある日、健甕龍命が石的にめがけてはなった100本の矢を集めているとき、最後の1本を拾わず足の指に挟んで健甕龍命の方にけり返した。

それを見ていた健甕龍命が腹を立て、鬼八の首をはねた。首は天高く舞い上がっていった。

その年から早霜で作物が実らなくなり、村人は困り果てた。これは鬼八の恨みであると考え、健甕龍命が、鬼八を祭るために火焚神事を行った。その場所が霜宮神社であり、現在も毎年その神事は受け継がれている。

