

上級者向け！ 泉南・淡路島の自然を楽しむ サイクリングコース

長距離を楽しみたいという
サイクリストさんにおすすめ！
大阪南港から淡路島まで
海や自然を満喫できる
サイクリングコースをご紹介します。

START DAY 1 1日目

夕刻
出航

新門司港フェリーターミナル



DAY 2 2日目

翌朝
到着

大阪南港フェリーターミナル

🚲 自転車約1時間



(写真提供：特定非営利活動法人
浜寺公園駅舎保存活用会)

1 浜寺公園駅旧駅舎

東京駅を手がけた辰野金吾と片岡安による辰野片岡建築事務所の設計で明治40年に建てられた、歴史ある建物です。平成10年に国の登録有形文化財に登録されました。駅としての役目を終えた現在は、ギャラリーやカフェ、イベントスペースとして活用されています。

📍 所在地 〒592-8346
大阪府堺市西区
浜寺公園町2丁232番地

🚲 自転車約2時間

2 SENNAN LONG PARK (泉南りんくう公園)

スポーツ・食・レジャーを体験できる関西最大級のレクリエーション施設です。アクティビティエリア・コミュニティエリア・マルシェエリア・グランピングエリアの4つのエリアからなるこの施設には、温泉やレストランもあるので、サイクリングの休憩にピッタリです。

📍 所在地 〒590-0535
大阪府泉南りんくう南浜2-201



(写真提供：大和リース株式会社)

🚲 自転車約40分



3 せんなん里海公園

「里海」とは海と人が慣れ親しむことを表す言葉。その名の通り、海や海の生き物とのふれあいやビーチスポーツを楽しむ場として親しまれています。さとうみ磯浜から望む夕日は「日本の夕陽百選」に選ばれており、美しい景色をバックに関西空港を離着陸する飛行機を見ることができます。

📍 所在地 〒599-0301
大阪府泉南郡岬町淡輪地先



(写真提供：岬町まちづくり戦略室)

🚲 自転車約25分

夜はウミホタルが泳ぎ回る神秘的な光景が見られる場所としても知られています。

4 深日港観光案内所 さんぽるた (深日洲本ライナーのりば)

出航時刻まで観光案内所「さんぽるた」で休憩。サイクルラックもあり、サイクリストに優しいスポットです。

📍 所在地 〒599-0303
大阪府泉南郡岬町深日3500



深日港観光案内所
さんぽるた



深日洲本
ライナー

サイクルスペース
あります！



🚢 淡路島へ船で約1時間



5 洲本ポートターミナル

📍 所在地 〒656-0022
兵庫県洲本市海岸通1丁目11-1

(写真提供：一般社団法人淡路島観光協会)

🚲 自転車約15分

6 洲本温泉(宿泊)

📍 所在地 兵庫県洲本市海岸通・小路谷ほか

DAY 3

3日目

7 南淡路水仙ライン

洲本から南あわじまで続く絶景ロード。アップダウンが多く、上級者向けのコースですが、朝日を浴びながら走る海岸沿いの道は格別です。パワースポットとして有名な沼島を眺めることもできます。

所在地 兵庫県洲本市塩屋～南あわじ市賀集八幡

洲本温泉より
自転車約1時間40分

8 灘黒岩水仙郷

日本三大群生地の一つに数えられる水仙の名所です。見頃の時期には、海を臨む急斜面に約500万本の野生の水仙の花が咲き乱れます。

開設期間：12月下旬～2月下旬（1番の見頃は1月中旬頃～2月初旬頃）
※令和4年度は、リニューアル工事のため休園

所在地 〒656-0551
兵庫県南あわじ市灘黒岩2



(写真提供：一般社団法人淡路島観光協会)

南淡路水仙ライン

自転車約1時間55分

9 道の駅 うずしお

淡路島西南端の鳴門岬にある道の駅。鳴門海峡の絶景を眺めながら、淡路島グルメを堪能できます。特産品の玉ねぎを使ったお土産も販売しています。

所在地 〒656-0503
兵庫県南あわじ市福良丙947-22



(写真提供：株式会社うずしおに南あわじ)

自転車約1時間5分

10 淡路島牧場

新鮮な淡路島牛乳を使用したソフトクリームが絶品。これを食べに牧場へ訪れる方もいるそう。ランチ後のデザートにおすすめです。

所在地 〒656-0443
兵庫県南あわじ市八木養宜上1番地



(写真提供：淡路島牧場株式会社)

自転車約1時間

洲本ポートターミナル

船で約1時間

深日港観光案内所 さんぼるた

自転車約2分

深日港駅

電車で約2時間

時刻
出航

大阪南港フェリーターミナル

GOAL DAY 4

4日目

翌朝
到着

新門司港フェリーターミナル



公式アカウントをチェック！

