

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是同等大小。九州及山口的全輪都有機場，飛往台灣的航班也非常多。飛往福岡的班機不到一個小時，到沖繩只要1小時20分鐘，距離非常近。九州及山口擁有豐富多樣的自然環境，雄偉的山、美麗的海岸線等景色。騎自行車之後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小時。

電壓：100V
日本電壓跟台灣電壓差10V。

交通：九州各縣有協同而完善的港灣、機場和高速公路，可迅速連接首都和上海的亞洲市場以及大阪和東京的日本國內市場。九州各縣有完善的機場設施，8個機場皆有飛往亞洲各城市的定期航班，與亞洲交通往來的便捷性可以說是九州的特色。

氣候：九州及山口地方是在日本地區當中，僅次於小笠原群島的溫暖地區。而沖繩縣與鹿兒島縣奄美地方以南的地區，與種子島以及屋久島地方以北的地區，則是平均氣溫有很大的差距。

日本國定假日一覽表

1月1日	元旦	7月3日	第3個星期一	海之日
1月第2個星期一	成人之日	8月11日		山之日
2月11日	建國紀念日	9月第3個星期一		敬老之日
3月20日~22日的其中1天	春分之日	9月22日~24日的其中1天		秋分之日
4月29日	昭和之日	10月第2個星期一		體育之日
5月3日	憲法紀念日	11月3日		文化之日
5月4日	綠之日	11月23日		勤勞感謝日
5月5日	兒童節			

出發前的準備

- 隨身裝備：努力把行李轻量化，盡量帶最少的東西上路。
- 安全標：有認證標準的產品為佳。
- 眼睛防護：眼鏡類要選擇有抗UV、防風、防塵功能的产品為佳。
- 自行車騎行穿著：可以的話盡量穿著騎行車專用的服裝比較好，如果要穿一般衣服，挑選不會捲入鍊條或齒片的款式，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，記得要盡量精簡，讓行李轻量化。
- 個人物品：按實際氣候考量準備2-3套合適衣物。(包含禦寒衣物等) 簡單的雨衣外套與輕便雨衣為必需品。行動電話等易受損機器建議裝入防水袋。長程騎行需要耗費較多熱量，可準備麵、香腸和餅乾等等在身上。

自行車出問題

- 修理爆胎：自行車最常見的機械故障「爆胎」。很多人都會準備備胎以進行這種情況，不過如果能事先學會如何以補胎貼片真正把爆胎修好的話，相信會大有幫助。

九州・山口各縣自行車騎乘旅行相關網站連結

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

山口縣網站	福岡縣網站	佐賀縣網站
騎乘自行車巡遊山口縣	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
日向自行車巡遊宮崎	愛上鹿兒島之旅	運動群島 沖繩

新冠疫情期間的自行車騎乘禮儀

- 注意身體健康勿勉強
- 盡力防範飛沫噴濺
- 休息時要配戴口罩
- 維持2車身車距
- 手指勤消毒、勤洗手
- 同團人數盡量壓低

一起努力維護交通安全吧！

在交通意外當中，有不少案例的加害者就是自行車騎乘者，因此在道路交通法修正案於2016年(平成27年)6月1日實施上路後，於騎乘自行車時一再發生危險違規行為者，將必須接受自行車騎乘者講習。

- 自行車原則上騎乘於車道，人行步道為例外
- 人行步道應以行人優先，並靠車道側行駛
- 配戴安全帽
- 車道為左側通行

- 遵守安全規則：禁止酒後騎乘、禁止雙載、禁止並騎、夜間要開車燈、遇到十字路口要暫停下並確認安全、遵守交通規則
- 遵守交通規則、配戴安全帽，帶著「與他人共享道路」的體貼之心，享受騎乘自行車的樂趣。

※遵守交通規則、配戴安全帽，帶著「與他人共享道路」的體貼之心，享受騎乘自行車的樂趣。

九州・山口的攜車移動一攜帶自行車搭乘大眾運輸的各種服務

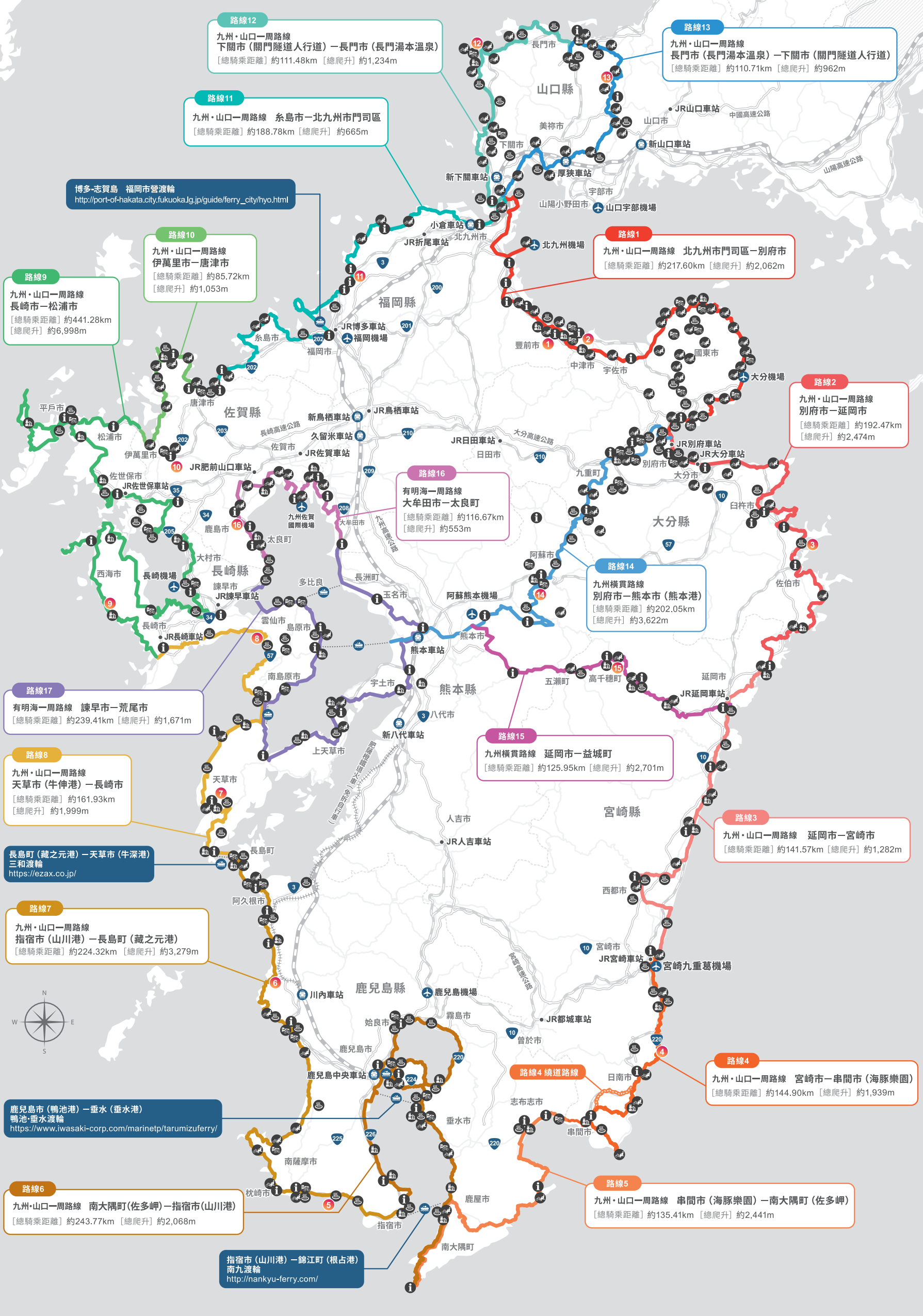
- 攜帶自行車搭乘票：原則上都要掛置或是拆卸後裝入攜車袋。
- 注意：每個交通運輸機關有各自的限制和尺寸要求，請在各機關官網確認詳情後，再攜自行車搭乘。使用各種服務之前，請務必先到各官網確認使用條件。

- 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。如超過限制則可能會產生費用。
- 中華航空：https://www.china-airlines.com/tw/zh/fly/prepare-for-the-fly/baggage/sporting-equipment
- 長榮航空：https://www.eva-air.com/zh-tw/fly/prepare/baggage/special-baggage/sporting-equipment/
- JAL：https://faq.sr-zhant.jal.co.jp/app/answers/detail/a_id/17288/c/631
- ANA：https://www.ana.co.jp/zh/travel-information/baggage-information/checked-baggage/anchor-bulky-oversize-fragile

- 鐵道・新幹線：若重量、尺寸皆在規定範圍內則可視為隨身物品搭乘。至於新幹線，也可以預定與特大行李放置空間對應的座位(附特大行李放置空間座位)。
JR九州：https://www.jrkyushu.co.jp/chinese/

- 巴士・高速巴士・夜行巴士(藍色班次)：若重量、尺寸皆在規定範圍內，可放入巴士下方等置物櫃內運送。若置物櫃大小或已有其他乘客的行李而放不進去的話，恕無法乘車，請等下一班巴士。夜行巴士一輛可運送兩台。預定巴士車票時，必須將攜帶自行車上車的選擇。攜帶自行車費用均為每台1500日圓。

- 九州產交巴士：攜自行車騎行之相關說明列於日語頁面。西鐵巴士：攜自行車騎行之相關說明列於日語頁面。https://www.nishitetsu.jp/bus/highwaybus/guide/pe/
- 藍色班次：https://www.busunno.jp/rinko/
- 自行車快速：https://cycloexpress.co.jp



九州・山口的攜車移動一攜帶自行車搭乘大眾運輸的各種服務

- 沖繩縣路線也預定進行製作！
- Google My Map：途中道路景點&需注意通行之路段詳情請參考此處。九州・山口一周路線：九州橫貫路線、九州山口一周路線、九州山口一周路線(長門湯本溫泉)。
- 免拆車搭火車資訊：不用拆解自行車，就能搭上火車！寬廣的行動範圍就是魅力所在。
- 松浦鐵道免拆車搭火車(長崎縣、佐賀縣)：https://matutetu.com/publics/index/136/
- 熊本電氣鐵道免拆車搭火車(熊本縣)：https://www.kumamotoentetsu.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.nis-orange.com/page75.html
- 九州產交巴士：攜自行車騎行之相關說明列於日語頁面。
- 西鐵巴士：攜自行車騎行之相關說明列於日語頁面。

- 自行車寄送服務：在九州山口，除了以攜車袋運送之外，也有免拆車就可搭乘的火車和自行車寄送服務。期待讓您的旅遊計畫更加完善。
- 免拆車搭火車資訊：不用拆解自行車，就能搭上火車！寬廣的行動範圍就是魅力所在。
- 自行車快速：https://cycloexpress.co.jp
- 袋鼠自行車活動宅急便/環自行車運送宅急便(西瀨運輸)：https://www.cycle-seino.jp

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	新幹線	JR	高速公路	鐵道	環境
自行車友棧	自行車休息站	道之驛	旅遊服務中心	網美照景點				

日本的交通規則

- 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，原則上應騎行於車道。在車道內請靠左排成一排騎乘。自行車可以騎在人行道上，通常都是標示有標明可騎乘於人行道上或是因為為在車道上太危險的狀況等等，那麼騎乘時切勿妨害行人通行。有號誌燈的十字路口，請務必遵從號誌指示。此外，在十字路口請兩段式右轉。
- 違規：酒後騎乘、攔拿騎乘、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，應從道路標誌、標示、車道上時候會出現「自行車道」「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(除自行車外所有車輛、自行車專用通行路段)。
- 車道禁止通行：含自行車在内的所有車輛全部禁止通行。
- 禁止於紅綠燈下通行：務必等待確認下確認左右(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。
- 自行車穿越道路：為自行車穿越路口時所通過的場所。
- 萬一遇到交通意外：確保安全、協助及保護受傷的人、並通報119叫救護車、就算認為只是小意外，也務必撥打110找警察來。*

轉乘交通與觀光資訊

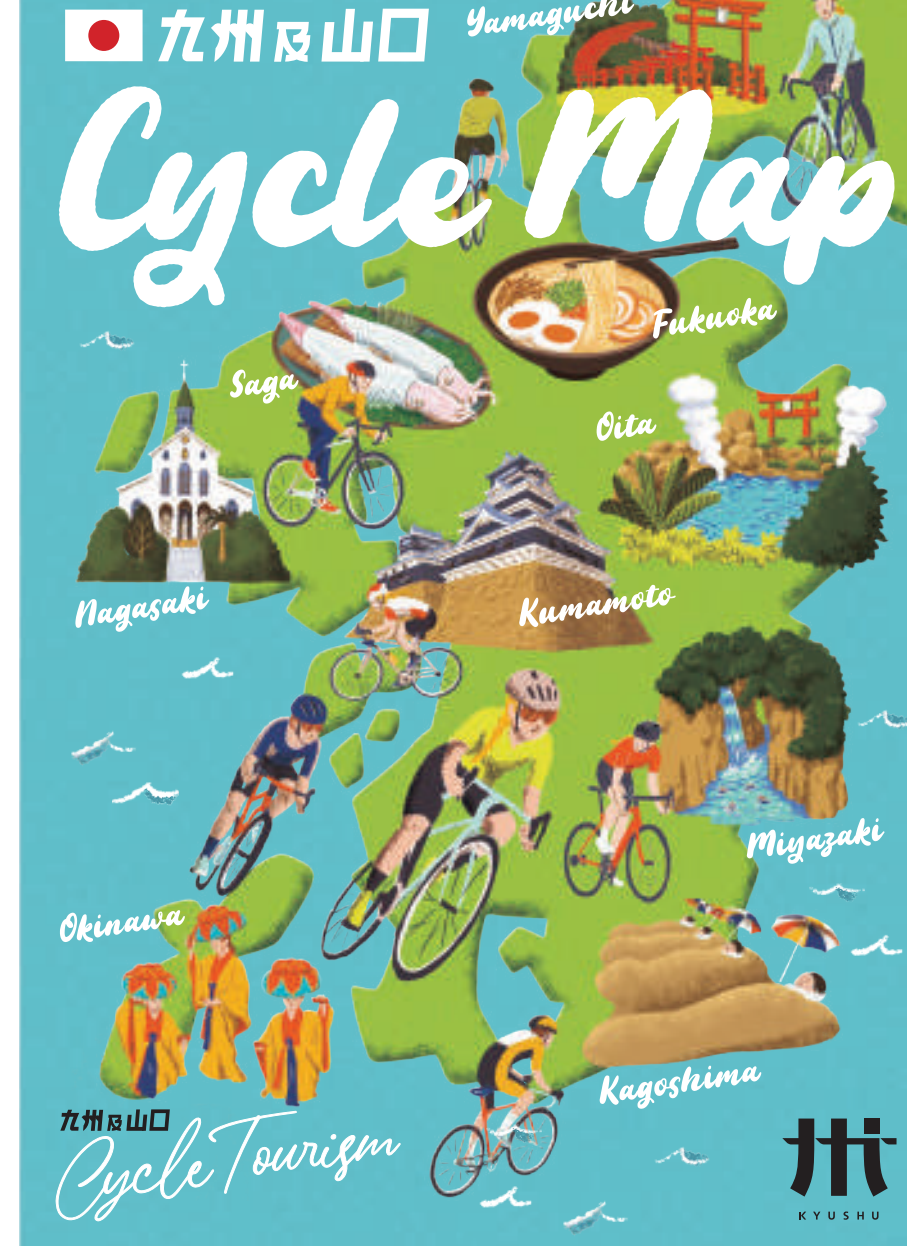
- 歡迎使用所推薦的APP：如何使用複雜交通工具轉乘和觀光資訊都十分詳細。
- 日本旅遊官方App：有關日本旅遊的最新資訊。@JapanSafeTravel
- 主要刊登最新消息：所介紹的內容例如，警察局或消防隊等緊急熱線，以及天氣預報等資訊。此外，不只發布刊登最新冠肺炎資訊網頁的連結，當發生天然災害時，也會發送推播給身處相關地區的手機APP用戶，以使用戶可確實獲得安全資訊。

中文-日文口譯服務

- 客服中心：日本遊客熱線 +81-50-3816-2787。九州・山口多語言客服中心 +81-92-687-6639。沖繩多語言客服中心 +81-570-077-202。

旅遊保險和醫療資訊

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



因應緊急情況的各種服務

- 發布與新冠肺炎有關的入境日前後與停留日本期間，發病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。九州・山口多語言客服中心 +81-92-687-6639。沖繩多語言客服中心 +81-570-077-202。

旅遊保險和醫療資訊

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

九州・山口廣域推廣路線為何？

這份自行車地圖所介紹的3條路線，是與九州與山口各縣的商業團共同合作設定，希望讓遊客以騎自行車的方式玩遍九州、山口。同時也會一併介紹路線當中，可以充分享受雄偉而壯麗的山群、溫泉、歷史、文化及美食等魅力的景點。歡迎參考這份地圖，來九州及山口地區享受騎乘自行車的樂趣吧。

九州・山口一周路線：這是一條相當賞心的長程路線，會把九州各縣和山口縣整個繞一圈。讓遊客能充分享受九州與山口那依不同地點展現不同風情的大海。

九州橫貫路線：這條九州橫貫路線是以別府、延岡為起點。這裡有雄偉的山群和神社以及傳統，「那不僅也來享受一番呢?」也可以從路線的終點熊本港，搭船到長崎縣的島原半島。

有明海一周路線：這是一條相當賞心的長程路線，會把日本瀨戶內海最大的有明海，大片湖灣帶進地圖中，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：元乃嶮神社、福岡縣：藤多拉提、佐賀縣：呼子鳥籠、長崎縣：教堂、熊本縣：熊本城、大分縣：溫泉、宮崎縣：高千穗城、鹿兒島縣：沙浴、沖繩縣：琉球舞踊。這份地圖中的精華圖騰及插畫是參考「Strava」程式所標記的路線。

網美照！18大推薦景點

- 1 巨大座椅：(南國縣前市下河內) 屹立于山丘上的「巨大座椅」藝術品此景點將前市區內佳節風景收入眼底。
- 2 兩神社：(大分縣中津市大字大貫209) 兩神社的神門是少見的江戶時代初期兩層樓高的三間一戶二重門形式。並且也是國家指定重要文化遺產。
- 3 寶後二見瀨：(大分縣佐伯市浦大字淺海井瀨) 此「天境」在1994年由日本最長連續黃金世界紀錄認證。也是迎接新年第一道曙光的聖地。
- 4 日南太陽花園：(宮崎縣日南市大宮町2650) 以全球唯一取得復活節島長老會特別許可，完全複製的「摩爾亞石像為象徵，從島上登上的美麗景色就會實現」。
- 5 釜蓋神社：(鹿兒島縣九州市櫻町町6827) 頭頂著鍋蓋，從島屋走到參拜的拜殿前都沒下來的話，或許願望就會實現。
- 6 瓦甲工房九武：(鹿兒島縣薩摩川內市瀨田3335-7) 除了可以參觀釜蓋甲及其製造過程之外，還設有販售鍋蓋武將相關周邊商品的紀念品店。
- 7 崎津落：(熊本縣天草市河浦町) 獲登錄於世界文化遺產的寧靜漁村。擁有「海之天主堂」美名的美麗教堂著名地標。
- 8 綠色隧道：(長崎縣壱志市小瀨町) 從春天到夏天時節，有著蒼翠茂密的樹蔭令人眩目的盎然林蔭，感到夏日白晝過時的魔術。
- 9 日落道路：(長崎縣) 這區可欣賞美麗夕陽的大海，也是長崎吸收多種文化的玄關。
- 10 大川內山：(佐賀縣伊萬里市大川內町1848) 這區有30間藏林台地，大川內山這座擁有象徵台地的中庭，可留下一張張在賞特有風情的照片。
- 11 鏡之海：(宮崎縣日向市日向町) 如鏡面般反射天空的沙灘。退潮時出現的淺灘。神妙光景淨化了心靈。
- 12 角島大橋：(山口縣下關市神門町~角島) 白色沙灘與蔚藍色海洋，以及海上延伸而去橋樑形成了絕美的度假景色。
- 13 秋吉台：(山口縣美禰市秋吉町秋吉台) 日本最大規模的喀斯特台地，大約歷經3個5~6萬年的漫長年輪而形成。
- 14 草千里瀨：(熊本縣阿蘇市草千里瀨) 草千里瀨以最佳位置著稱，能夠欣賞有象徵白濤升起的中庭。為何阿蘇代表的景色之一。
- 15 高千穗城：(宮崎縣日向市高千穗町大字三田御前) 在遠古時代已形成的這座深谷為屈指可數的景點。如果想體會壯麗感，建議可租借欣賞風景。
- 16 祐德稻荷神社：(佐賀縣唐津市古枝乙1855) 為日本三大稻荷之一，每年約有300萬人前往參拜。以朱紅色為基調的正殿為其特色。
- 17 古宇利大橋：(沖繩縣鹽屋郡今歸仁村古宇利) 五彩繽紛的街頭塗裝與復古的標誌讓的南洋塗裝異國風情。也可以享受購物樂趣。
- 18 美國村：(沖繩縣中城郡北谷町字美濱9-1) 五彩繽紛的街頭塗裝與復古的標誌讓的南洋塗裝異國風情。也可以享受購物樂趣。