

砂むし温泉 (*Steam Sand Bath*)

砂むし会館砂楽と砂むし温泉「砂湯里」では、浴衣を着たゲストが温泉の熱で温められた砂で覆われます。砂に埋もれて、蒸気で悩みを吹き飛ばしましょう。癒しの砂に包まれた後はシャワーを浴びて、伝統的な温泉 (*hot spring*) の水でくつろぎましょう。

開聞岳

これは馴染みがあるかも？ 別名「薩摩富士」（鹿児島県の旧名）とも呼ばれる開聞岳は、日本一有名な円錐型の山にそっくりです。924m の頂点までくねくねと進むハイキングコースからは、周囲の山や湖、海、島などを一望できます。

池田湖

火山性クレーターのカルデラ湖の中で九州最大の池田湖は周囲 15km、深さ 233m になります。湖ではカヤックツアーやウェイクボード、ウェイクサーフィンなどの活動がたくさんあり、ウォータースポーツが盛んです。ただ、池田湖の伝説のモンスター、イッシーには気をつけて！

鰻池

指宿市から 4km 南西に行ったところにある山に佇む鰻池。ここでは「スメ料理」とよばれる独特な調理方法がみられます。スメとは、火山の噴気孔の力を活用し、じゃがいもや鶏肉、卵などあらゆる食材を蒸すのに使われる調理器です。

指宿名物

指宿は真のグルメパラダイスです。鰹のタタキ (*seared skipjack tuna*) の燻った香りと風味を楽しむのもいいし、地元の焼酎（さつま芋の蒸留酒）を、お湯で薄めて伝統的な黒い薩摩陶器「黒茶家」に入れて飲む薩摩スタイルで味わうこともできます。