

高知県

観光商品素材集 2011年4月 ▶ 9月

五感で
楽しむ
土佐の国

室戸シオハーク森林鉄道

元親龍馬巡り家族向けプラン

足摺・竜串 四万十川

東部エリア

中部「物部川流域」

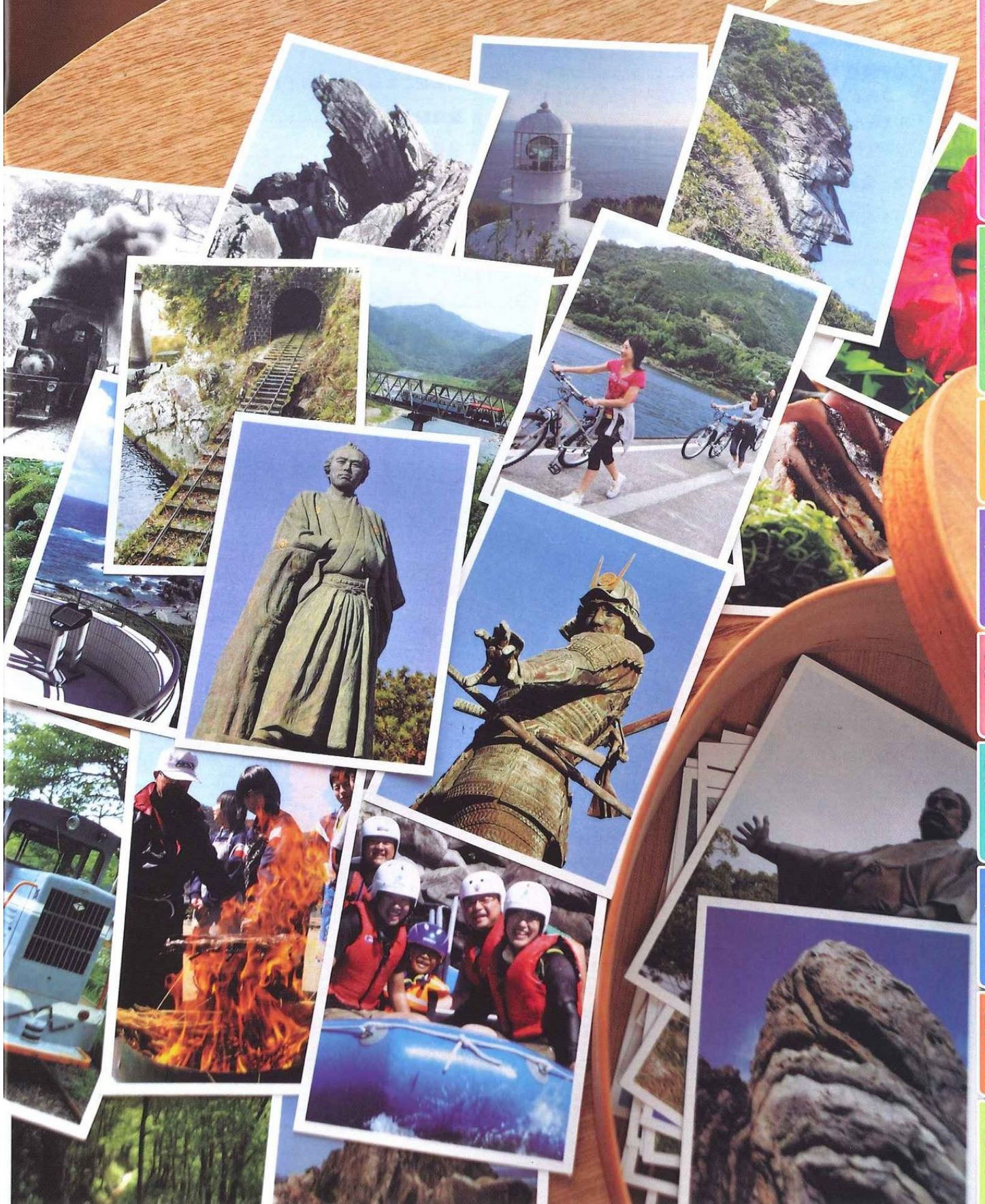
中部「窪北」

中部「高知市内」

中部「長川流域」

西部エリア

その他



INDEX

掲載内容は平成22年10月現在の情報です

今号のおすすめ

- 室戸ジオパーク 3
- 魚梁瀬森林鉄道遺産 5
- 長宗我部元親、見参！ 7
- 龍馬の町巡り 9
- 高知色満点！体験コース 11
 - ラフティング・カヌー 11
 - ホエールウォッチング・シーカヤック 12
 - 漁業体験・鯉のタタキづくり 13
- 足摺・竜串 14
- 四万十川まるごと体感!! 15

地域からのご提案 - エリア別情報 -

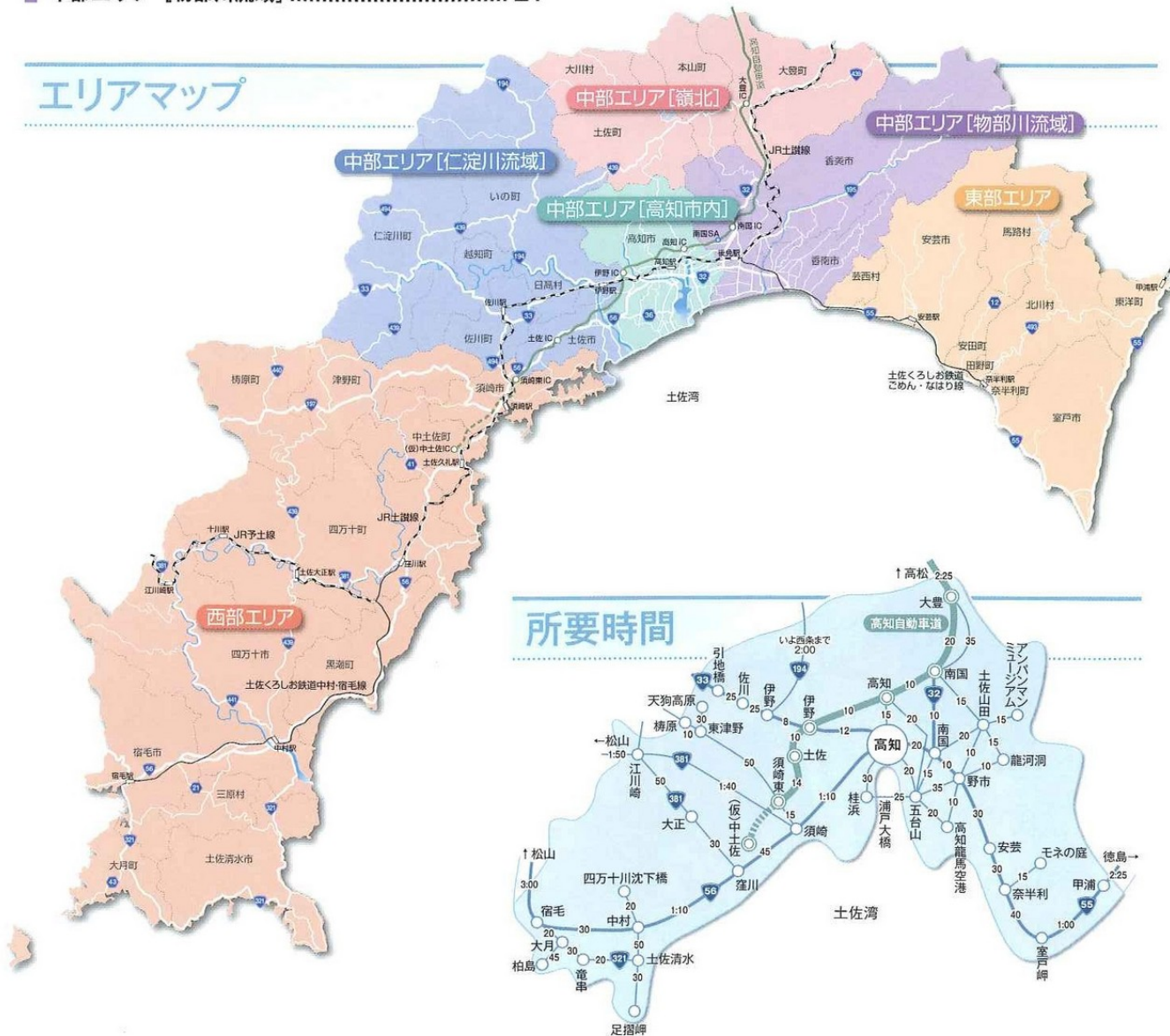
- 東部エリア 17
- 中部エリア [物部川流域] 21

- 中部エリア [嶺北] 24
- 中部エリア [高知市内] 26
- 中部エリア [仁淀川流域] 27
- 西部エリア 30

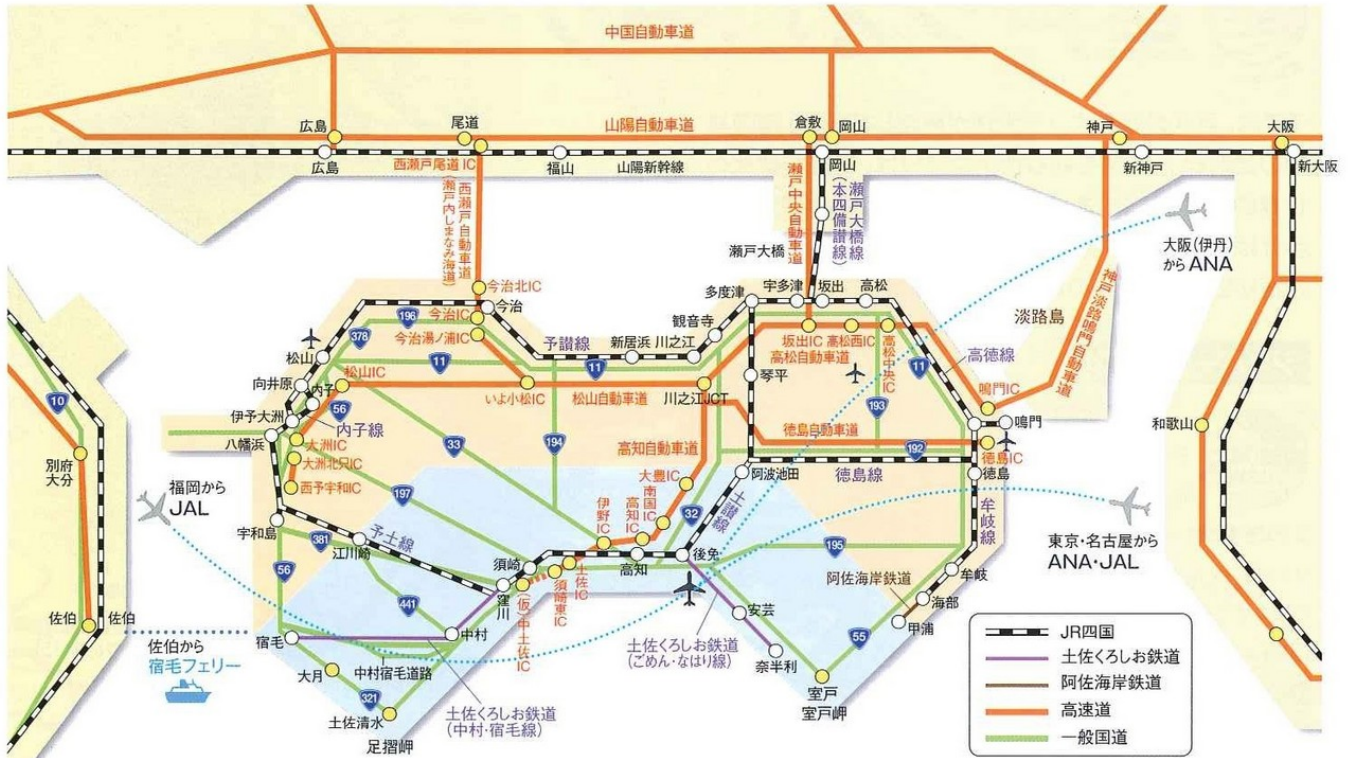
その他

- 高知花ごよみ 見ごろガイド 34
- 歳時記カレンダー 35
- 観光タクシーガイド 36
- おすすめ！高知旅プラン 37
- テーマ別索引 39
- KOCHI ROAD MAP 41

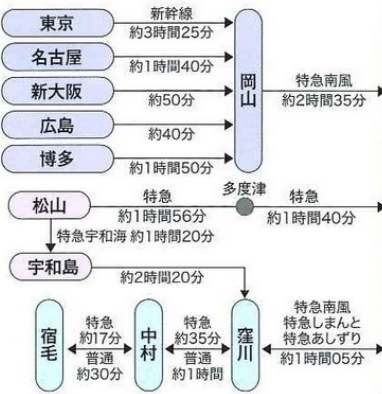
エリアマップ



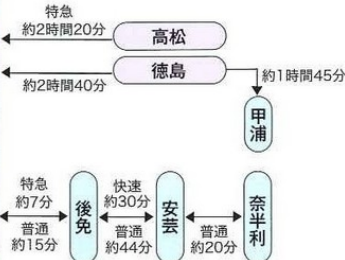
高知県へのアクセス



JRで ※乗換時間を含みません



お問い合わせ先
 ■JR高知駅(案内所) TEL 088-822-8229
 [時刻・運賃・鉄道企画商品に関するご案内]
 JR四国電話案内センター TEL 0570-00-4592(8:00~20:00年中無休)
 ■土佐くろしお鉄道
 中村駅 TEL 0880-35-4961 安芸駅 TEL 0887-34-8800



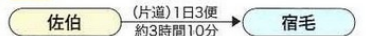
飛行機で



※1)平成23年3月で廃止(予定)

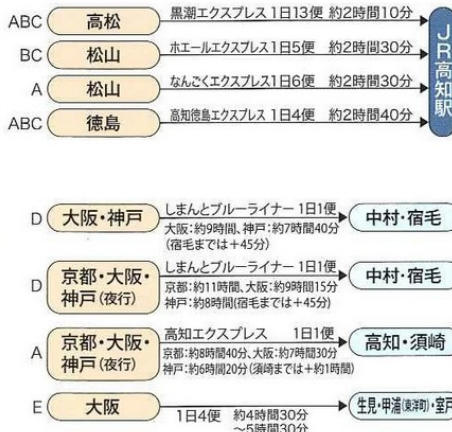
お問い合わせ先
 ■JAL国内線ご予約・ご購入・ご案内
 TEL 0570-025-071<有料>
 ■ANA国内線予約・案内センター
 TEL 0570-029-222<有料>

フェリーで



お問い合わせ先
 ■宿毛フェリー TEL 0880-62-1100

高速バスで



車で



お問い合わせ先
 [出発地の前のアルファベットと連動]
 A: JR四国バス TEL 088-866-2489
 B: 高知県交通 TEL 088-884-5666
 C: 土佐電気鉄道 TEL 088-884-5666
 D: 高知西南交通 TEL 0880-34-6736
 E: 徳島バス TEL 088-622-1826
 F: 中国バス TEL 084-954-9700

※JR、高速バス、空路、フェリーとも季節や天候、交通事情等により便数や所要時間に変動がある場合があります。ご利用前に、事前のご確認をお勧めします。
 (平成22年10月現在)

海と陸が会い、新しい大地が誕生する最前線



室戸ジオパーク

そこは、巨大地震によって大地が隆起し続ける「地殻変動の最前線」。黒潮を臨む壮大な景観は、地質学研究的な世界的スポットでもあります。海岸沿いの乱礁遊歩道を歩けば、ダイナミックな地層や亜熱帯植物の群生、空海が悟りを開いた伝説の地が、すぐ目の前に！

ジオパークとは？



「ジオ」はギリシア語で「大地・地球」を意味する言葉。「ジオパーク」とは大地の公園であり、大地と人のつながりを実感できる場所です。地域の自然遺産を守りながら、観光や教育資源として活用し、地域振興につなげていくことを目的としています。今、世界各国で「ジオツアー」（エコツアーの発展型）が注目されています。

ジオパークはユネスコの支援で平成16年に設立された世界ジオパークネットワーク(GGN)によって、世界各国で推進され、平成22年9月現在、世界ジオパークは66地域(21カ国)、日本ジオパークは14地域が認定(世界ジオパーク4地域含む)されました。室戸ジオパークは、四国で唯一日本ジオパークの認定を受けており、平成22年9月には、世界ジオパーク加盟の国内候補地に推薦されています。

室戸ジオパークの多様なテーマ性を持ったジオサイト一覧



室戸ならではのジオツーリズム

ジオに注目する旅が「ジオツーリズム」です。ここ室戸ジオパークでは大地の成り立ちに気づき、生態系、さらには伝統文化や歴史とジオとの関係について理解を深めることができます。半島沖の海底では、海洋プレートが大陸プレートの下に沈み込んでおり、その結果起こる「大地が生まれる瞬間の姿」が世界一簡単に観察できますし、100~150年に一度の巨大地震によって、今なお隆起する海岸に直に触れることもできます。

津波を起こす巨大地震は脅威ですが、隆起した大地で育まれた雄大な自然環境のもと、亜熱帯植物などの多様な天然記念物が見られます。また、高知県唯一の重要伝統的建造物群保存地区の「吉良川の町並み」などの文化遺産もあります。さらに、地形を活かした海洋深層水の取水や農林漁業も盛んで、季節の豊富な食材が楽しめますし、ダイビングやホエールウォッチング、イルカとの触れ合いなど海洋レジャーも魅力的で、数々の地域資源に恵まれたエリアです。

地元のボランティアガイドも充実しており、ジオツアーを体験すれば、大地が形成されるまでの時間の流れを知り、室戸半島の雄大さや地域の豊かさに触れる貴重な旅となるでしょう。

南国土佐の中でも、特に冬の温暖さで知られる室戸半島は、一年を通して、海と陸の繋がりが実感できる地域です。



深海から届いた隆起の証拠。大きく変形した地層から大地形成のヒミツが分かる。

室戸ジオパークの案内人



案内風景(イメージ)

ガイドが案内する室戸岬サイトは、室戸ジオパークの中でも特に地質遺産が集中しているエリアです。目の前にある岩や地層の特徴を分かりやすく教えてくれる他に、室戸の地域文化やガイド自身の体験談も交えた楽しいツアーを実施中。

■ 対応人数と1人あたりの料金：1人の場合900円、2人の場合450円、3人～10人までは300円、11人以上270円

☒ 高知市内から室戸岬まで車で約2時間

お問い合わせ／室戸ジオパーク インフォメーションセンター
☎0887-23-1610 ※要予約

MAP上の記号

- 車道
- 遊歩道
- 地質の見所
- 弘法大師ゆかりの地
- 史跡・観光ポイント
- 動植物ポイント
- 各種施設
- ジオサイト

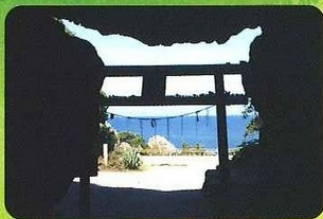
室戸スカイライン

ヤッコカンザシの巣の化石を使った最新の研究によって、1200年前(空海が修行に来ていた頃)の波の化石であると解明された。



生きているヤッコカンザシ

3000年以上前に波の力で作られた洞窟。空海伝説が残るパワースポット。



天狗岩 19 御厨人窟 (大型バス可) 20

至徳島市→

55

H ホテル明星

青年大師像

(大型バス可) P WC
P (大型バス可)
H 室戸岬最御崎寺へんるセンター



(大型バス可)

常性植物樹林

WC P (大型バス可)

H 岬観光ホテル 土佐日記御崎の泊
ヤッコカンザシの生痕遺骸 16 17

エボシ岩 18

ポットホール 21

行水の池

ピシャゴ岩 23

15 最も新しい大地

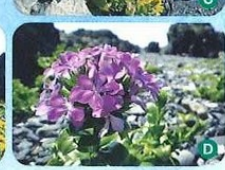


地震のたびに大地が形成されてきた現場。次の南海地震で数メートルの隆起が予想されている。



地中深くで起こったマグマ活動の痕跡。大地の隆起によって地上に現れた。

[室戸岬サイトを彩る花々]
A ハイビスカス B ハマアザミ
C アゼトウナ D ハマナデシコ
E シオギク



モデルコース(徒歩)

20分コース 大地の隆起と植物の営みを短時間で実感! ②室戸ジオパーク インフォメーションセンター(集合)→⑦ウバメガシの林→⑧タービダイト層→⑨灌頂ヶ浜→⑩アコウの大木→④室戸市観光協会(解散)

60分コース 隆起した地層や伝説スポットを集中的に! ⑩御厨人窟(集合)→⑮最も新しい大地→⑯ヤッコカンザシの生痕遺骸→⑱エボシ岩→㉑ポットホール→㉓ピシャゴ岩→㉒行水の池→㉒御厨人窟(解散)

120分コース 植物・地質・歴史などを網羅した欲張りコース! ㉒御厨人窟(集合)→㉒行水の池→㉓ピシャゴ岩→㉑ポットホール→⑱エボシ岩→⑯ヤッコカンザシの生痕遺骸→⑮最も新しい大地→⑭亜熱帯植物樹林→⑫目洗いの池→⑪月見が浜→⑩アコウの大木→⑨灌頂ヶ浜→⑧タービダイト層→①中岡慎太郎銅像→③展望台(恋人の聖地)→④室戸市観光協会(解散)

お問い合わせ 室戸ジオパーク推進協議会事務局 室戸市浮津25番地1 室戸市役所内 ☎0887-22-5161 (MAP) P42-G2

山が栄えた良き時代が今、よみがえる

魚梁瀬森林鉄道遺産

明治44年から昭和38年まで、地域一帯に繁栄をもたらした魚梁瀬森林鉄道。木材や物資、人や文化も運んだ通称「りんてつ」。当時のトンネルや橋など18物件が平成21年、近代化産業遺産群に認定され、同年、国の重要文化財にも指定されました。

鉄道遺産と森林浴・温泉に浸る旅

魚梁瀬森林鉄道は、銘木・魚梁瀬杉の産地として知られる馬路村と木材の積み込み場である海岸の町とを結ぶ動脈でした。田野町に至る「安田川線」と奈半利町へ至る「奈半利川線」があり、本線で85km、支線を含めると240kmを越す総延長は日本最大規模を誇りました。開設当初は人畜頼りのトロッコ輸送でしたが、大正時代に機関車が導入されると輸送能力が飛躍的に向上し、山間部には多くの人が住み着き、沿線には旅館・飲食店が栄え、海岸部には商家が建ち並び、地域経済を山から切り出される木材が支えました。

しかし自動車の普及により昭和38年に全線が廃止となり、最奥地にある旧魚梁瀬集落もダム建造によってほとんどが湖底に沈みました。そのため「りんてつ」施設の大部分は撤去されたり、湖底に沈みましたが、このたび石積みのトンネルや美しい造形美を誇るアーチ橋など18物件が国の重要文化財の指定を受け、わたしたちの目の前によみがえったのです。一帯が杉の原生林におおわれ、今も往時の面影を色濃く残す千本山とともに、これら遺産群は地元ガイドの案内によって山が栄えた良き時代の鼓動を響かせることと思います。近くには復元した「りんてつ」の運行に加えて、インクライン、温泉施設も整備されています。

森林鉄道の
あの頃の鼓動が
この地域には残っている
橋に 隧道に 石積み
そして人々の語りに

写真(上)大正10年の風景(下)昭和26年の風景

魚梁瀬森林鉄道遺産と湯の旅 おすすめコース

車での移動

半日コース (3~3.5時間程度)

安田町

④ 明神口橋 ③ オオムカ工隧道

10km (15分)

D 馬路温泉

徒歩1分

E 馬路森林鉄道体験乗車

2km (3分)

⑩ 河口隧道

19.6km (31分)

⑬ 堀ヶ生橋

4.6km (7分)

⑭ 二股橋

6.9km (11分)

F 北川村温泉ゆずの宿

奈半利町

1日コース (6~7時間程度)

安田町

④ 明神口橋 ③ オオムカ工隧道

12km (18分)

⑩ 河口隧道

27km (47分)

A 魚梁瀬千本山

12km (23分)

B 魚梁瀬森林鉄道体験乗車

徒歩1分

C 森林保養センター やなせの湯

18.6km (30分)

⑬ 堀ヶ生橋

4.6km (7分)

⑭ 二股橋

奈半利町

D 馬路温泉前駅弁当 (馬路温泉)

平成22年1月に東京・京王百貨店「第45回元祖有名駅弁と全国うまいもの大会」にも出展した、1日10個限定のお弁当。川魚の甘露煮と山菜を使った田舎寿司や煮物が中心で、デザートは柚子ようかんや、田舎寿司の酢飯には馬路村の柚子が使われています。



馬路温泉 ☎0887-44-2026

林鉄ガイド

地元のガイドが鉄道遺産、その他地元の歴史などをご案内します。

- ◎ 半日 (約4時間まで)
ガイド1名につき5,000円
- ◎ 一日 (約8時間まで)
ガイド1名につき10,000円
- ※ ガイド1名につき20人まで (原則)
(21人以上はガイド1名追加)

☎高知市内から安田町まで車で約1時間30分

問い合わせ先

MAP P42-G2

馬路村ふるさとセンター (まかいちよって家)
☎0887-44-2333
中芸地区森林鉄道遺産を保存・活用する会
☎080-2985-8163

①～⑱ 重要文化財「旧魚梁瀬森林鉄道施設」



B 魚梁瀬森林鉄道

- 📍 馬路村魚梁瀬 丸山公園内
- 🕒 日、祝日(8月は土曜も運行)
9:30~12:00、13:00~15:30
(11~3月は15:00まで)
- 🎫 大人400円、小人200円、
運転体験1,000円など
- 📞 馬路村役場魚梁瀬支所 ☎0887-43-2211

E 馬路森林鉄道・インクライン

- 📍 馬路村馬路 馬路温泉前
- 🕒 日、祝日8:30~16:00
(8月は毎日運行)
- 🎫 馬路森林鉄道
大人300円、小人200円
団体(20名以上)
大人200円、小人100円
インクライン
大人300円、小人200円
- 📞 馬路温泉 ☎0887-44-2026

写真提供①、③～⑯、⑱：清水隆行 (Beface Creative inc.)

2つの居城、ゆかりの地に武将魂が輝く

長宗我部元親、見参!



長宗我部家の家紋
ななつがたほみ
七鳩許草

戦国の世に、土佐の一領主から身を起こし、四国をほぼ統一した武将、長宗我部元親。代々の本拠地であった岡豊城、そして海に面した新天地、桂浜は浦戸城。両エリアの史跡やミュージアムを訪ねれば、今の世にも残る元親の輝きが、鮮やかに迫ります。

おこら 岡豊と浦戸、それぞれの城

戦国時代を舞台にしたゲームソフト「戦国BASARA」がきっかけとなり、若い歴史ファンにも熱く支持されるようになった長宗我部元親。激動の時代に生まれ、関ヶ原の戦いの前年に没するまで、一度は四国全土をほとんど手中に収めた、土佐の戦国武将です。

長宗我部氏が代々居城とした岡豊城跡のあ

る岡豊山には、県立歴史民俗資料館が建っています。平成20年に「岡豊城跡」が国史跡指定を受け、地元ガイドによるツアーも行われるようになりました。この地は古来より「土佐のまほろば」と呼ばれ、土佐の政治的・文化的の中心地だったところでした。

一方、元親は四国の覇者を目指したが、豊臣秀吉に敗れ、土佐一国の主にされたのち、高知市桂浜に浦戸城を築城します。ここは初陣で宿敵本山氏に勝利した地であり、海運・海防の要衝の地でもありました。

また、文武に優れた元親は、各地の社寺の修復や領地の寄進もしており、現在も当時の建物を文化財として見ることができます。長宗我部家は元親の後を継いだ盛親の代で歴史の表舞台から姿を消しましたが、長宗我部元

親の残したものは、土佐という国の形そのものだったと言っても過言ではありません。

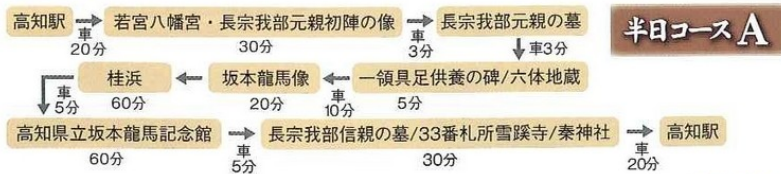
MAP P42-E2

【長宗我部元親略年譜】

- 1539年 岡豊城に生まれる
- 1560年 初陣で本山氏に勝利
- 1575年 土佐を統一
- 1583年 四国をほぼ統一
- 1585年 秀吉に降り、土佐一国を拝領
- 1586年 豊後戸次川の合戦
- 1591年 浦戸城に移る
- 1592~1593年 文禄・慶長の
- 1597~1598年 役で朝鮮半島出兵
- 1599年 京都にて没す



港南エリア - 高知市長浜の初陣、そして浦戸城時代 -



若宮八幡宮
初陣の戦勝を祈願



長宗我部元親初陣の像



第33番札所 雪蹊寺
元親の法号にちなむ名



長宗我部元親の墓
愛馬の内記黒(ないきぐろ)も近くで眠る



浦戸城跡
高知立坂本龍馬記念館周辺に碑と散策路がある



もじちかくん



秦神社
元親を祭神として祀る



土佐神社
土佐一の宮。元親が戦勝を記念して社殿を寄進



岡豊城跡
国の史跡。一角に県立歴史民俗資料館が建つ



第29番札所 国分寺
元親と父の国親が本堂を再建



もとちかくん



もとちかくん

岡豊エリア - 南国市から高知市に広がる、全盛期 - **半日コース B**

高知駅 高知IC 高知自動車道 高知IC 土佐神社・善楽寺 高知県立歴史民俗資料館 岡豊山散策 国分寺 後免駅

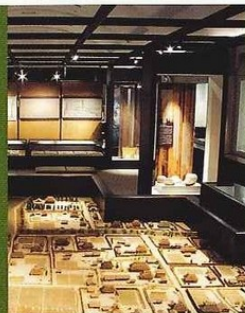
高知駅 → 高知IC (車20分) → 土佐神社・善楽寺 (15分) → 高知県立歴史民俗資料館 (40分) → 岡豊山散策 (40分) → 国分寺 (5分) → 後免駅 (30分)

半日コース A + 半日コース B 半日コースAとBを併せて1日コースも設定できます。

高知県立歴史民俗資料館

KOCHI PREFECTURAL MUSEUM OF HISTORY

長宗我部家代々の城があった岡豊山に建つミュージアム。平成22年に展示を全面リニューアルし、新たに待望の長宗我部氏の誕生から滅亡までの歴史を辿る長宗我部展示室が登場しました。総合展示室も一新され、古代から現在に至る高知県と土佐人の軌跡が展開されています。



☎ 088-862-2211 (MAP P42-E2)
 時 9:00~17:00
 休 年末年始(12月27日~1月1日)
 ※臨時休館有
 料 [常設展] 大人(18歳以上)450円、
 団体(20人以上)360円
 高校生以下無料
 ※企画展・特別展開催時は別料金
 住 南国市岡豊町八幡1099-1
 交 高知市内から車で約30分、
 南国ICから車で約10分



写真：高知県立歴史民俗資料館蔵

「長宗我部フェス」

平成22年の第1回は全国の元親ファン、800人が参加。講演会やライブ、戦国バーなど、盛りだくさんのイベント。中でも盛り上がったのは仮装コンテストで、平成23年も熱い期待が寄せられています。

開催／平成23年5月21日(土)・22日(日)
 主催／長宗我部フェス実行委員会 長宗我部最高委員会
 県立歴史民俗資料館
 会場／高知県立歴史民俗資料館 他
 問い合わせ／088-862-2211

龍馬さんが生まれた、高知城下の思い出。

龍馬の町巡り MAP P42-E2

高知市は、高知城を中心にして、鏡川や筆山など、少年時代の龍馬も愛した自然が身近に息づくコンパクトな市街。懐かしい路面電車が走り、青空のもと街路市が開かれ、幕末の史跡が数々残っています。維新の立役者、坂本龍馬はこの街に生まれ、大志を抱いて飛翔しました。

龍馬の生地にして聖地

坂本龍馬は、1835(天保6)年11月15日、現在の高知市上町で生まれました。先祖は南国市の才谷から高知城下へ移り住み、本家は才谷屋という、当時の三大豪商でした。曾祖父の代に郷土となっています。

幼いころの龍馬は泣き虫だったと言われますが、姉の乙女らに守られて



国立国会図書館蔵

たくましく成長しました。武市半平太の土佐勤王党に参加しながら、志を抱いて脱藩。勝海舟の門下となった後の活躍はめざましく、薩長同盟を導き、新政府の構想・船中八策を残して、33歳で暗殺されました。

高知市上町にある「高知市立龍馬の生まれたまち記念館」は、龍馬ゆかりの地を巡るツアーの拠点となっています。

高知市立龍馬の生まれたまち記念館 MAP P42-E2

幕末の英雄坂本龍馬が生まれた地・高知市上町。世界や国家の変革期にあって、その困難を乗り越えさせた龍馬という人材が、なぜここに育ち世に出たのかを紹介した施設。



- ☎ 088-820-1115
- 📍 高知市上町2丁目6-33
- 🕒 無休
- 🕒 展示館 8:00~19:00(最終入館時間 18:30)
- 💰 300円(高校生以下無料・団体割引・障害者等割引あり)
- 🚗 普通車用10台程度有、バス用駐車場1台

高知県立坂本龍馬記念館 MAP P42-E2

桂浜の高台に建つ資料館。龍馬の手紙を真物5通を含め42通も所蔵しており、一箇所ですでに多くの龍馬の手紙を展示しているところは、他にはみられない。他に「海援隊約規」など貴重な資料も所蔵しており、龍馬を敬愛する者ならまずは足を運んで欲しい「龍馬の殿堂」ともいえる施設。



- ☎ 088-841-0001
- 📍 高知市浦戸城山830
- 🕒 無休
- 🕒 9:00~17:00(最終入館時間 16:30)
- 💰 大人(18才以上)500円、団体(20人以上)400円、高校生以下無料
- 🚗 大型バス4台、普通車50台

観光ガイドと歩こう!

龍馬誕生コース (約80分)

近代日本の夜明けに大きな功績を残した坂本龍馬。龍馬は、1835(天保6)年11月15日、高知市上町に生まれています。このコースは、龍馬の誕生地をはじめ、龍馬が剣術修行に通った日根野道場跡や亀山社中のメンバーだった近藤長次郎邸跡などを巡ります。

内助の功コース (約100分)

関ヶ原の戦いの功績により、土佐二十四万石を与えられ、一国一城の主となった山内一豊。妻千代のへそくりで名馬を購入し、一豊の出世につながったという話は有名。千代と名馬の銅像や山内家下屋敷長屋などを巡るコースです。

大政奉還コース (約120分)

1867(慶応3)年10月14日、徳川慶喜は政権を朝廷へ返上しました。大政奉還を進言した幕末の四賢侯の一人15代土佐藩主山内容堂と、西郷隆盛との会見の地や、船中八策をまとめ大政奉還に道筋をつけた後藤象二郎の誕生地などを巡ります。

- 凡例
- 龍馬誕生コース
 - 内助の功コース
 - 大政奉還コース
 - 龍馬と仲間達コース
 - はりまやブリッジコース
 - 龍馬青春コース



龍馬の生まれたまち歩き ~とさっ歩~

龍馬と仲間達コース (約120分)

龍馬と行動を共にした近藤長次郎や池内蔵太、勤王の志士望月亀弥太、弘瀬健太郎跡などを巡ります。また、龍馬の兄権平、姉栄、乙女などが眠る坂本家の墓所や、平井収二郎の墓なども巡ります。

はりまやブリッジコース (約90分)

『土佐の高知のはりまや橋で坊さんかんざし買うを見た』とよさこい節に歌われ、純信・お馬の恋物語で知られるはりまや橋。はりまや橋の歴史や、龍馬と親戚関係にあり、土佐勤王党を率いた武市瑞山殉節の地などを巡ります。

龍馬青春コース (約90分)

岩崎弥太郎、河田小龍ら1,000人とも言われる塾生が学んだ儒学者岡本寧浦塾跡や、坂本龍馬や中岡慎太郎、岡田以蔵など多くの勤王の志士が出入りした武市瑞山の道場跡、西郷隆盛の宿舎木屋家跡、自由民権運動の指導者であり「東洋のルソー」と言われる中江兆民の誕生地を巡るコースです。

定員:各コース10名

申込方法:電話にて予約受付

(各コースとも予約は1カ月前より受付)

集合場所:高知市立龍馬の生まれたまち記念館

出発時間:10:00、14:00

参加料:大人700円、中・高校生500円

小学生以下は無料

(高知市立龍馬の生まれたまち記念館の入館券付き)

申込先:高知市立龍馬の生まれたまち記念館

高知市上町2丁目6-33 営業時間 8:00~19:00

☎088-820-1115

<http://www.inforiyoma.or.jp/hometown/>

※日によって実施コースが決まっていますので、詳細はお電話またはホームページにてご確認ください。



※その他、新コースを検討中



高知色満点!体験コース 吉野川・四万十川編

体で感じる水の流れ、 遊びながら自然を知る



ラフティング

日本三大河川の一つ「四国三郎」の通称で知られる吉野川や、「日本最後の清流」四万十川で体験できる。変化に富む流れの中でスリル満点、川下りが楽しめる。

大豊町

① ハッピーラフト

MAP P42-F1

- ☎ 0887-75-0500
- 料 1日コース10,000円～、
半日コース 5,500円～
- 所 大豊町岩原10-4
- 交 大豊ICから車で約20分
- P 有 50台

② ビックスマイル

MAP P42-E1

- ☎ 0771-29-5370
- 期 7月1日～10月末まで毎日(集合時間午前
コース9:00、午後コース13:30)
- 料 4,980円～
- 所 大豊町黒石196-1
- 交 大豊ICから車で約20分 P 有

③ FOREST & WATER 四国

MAP P42-F1

- ☎ 0887-75-0920
- 料 半日コース6,000円～
1日コース12,500円～
- 所 大豊町永瀬6-1
- 交 大豊ICから車で約20分
- P 有 20台

④ モンベル岩原店 (M. O. C 岩原)

MAP P42-F1

- ☎ 0887-75-0898
- 料 半日コース 6,000円
- 所 大豊町大久保1-3
- 交 大豊ICから車で約20分
- P 有 15台

⑤ LuckyRaft

MAP P42-E1

- ☎ 0887-72-0235
- 料 《ファミリーコース》大人6,000円～
- 所 大豊町川口2050-43
- 交 大豊ICから車で約1分
- P 有 10台

⑥ リバーランプラス

MAP P42-F1

- ☎ 0883-76-8004
- 料 半日コース5,500円～、
1日コース10,500円～

- 所 大豊町東土居210
- 交 大豊ICから車で約30分
- P 有 8台

四万十町

① 川遊びの拠点 ふるさと交流センター

MAP P41-B3

- ☎ 0880-28-5758
- 期 4月～9月
- 時 スタート時間 10:00、13:00
- 料 1隻10,000円
- 所 四万十町昭和671-2
- 交 須崎東ICから車で約1時間。JR予土線土佐昭和駅から徒歩5分 P 有

② グッドリバー

MAP P41-B3

- ☎ 0895-30-2250
- 期 4月中旬～10月中旬
- 時 スタート時間 9:00、10:00、13:00
- 料 《四万十満喫ツアー》大人7,000円～
- 所 四万十町昭和と三島キャンプ場
- 交 須崎東ICから車で約1時間20分。JR予土線土佐昭和駅から車で約5分

カヌー

全長196km、豊かな自然が残る四万十川は、カヌーラフティングなどのレジャースポットがもりだくさん。その中でも、カヌーは初心者でも楽しむことができるアウトドアレジャー。

四万十市

① OUT DOOR SHOP 唐変木

MAP P41-B4

- ☎ 0880-37-6755
- 料 《カナディアン》半日7,000円～
《カヤック》半日4,500円
- 所 四万十川渡川1丁目3-5



- 交 土佐くろしお鉄道中村駅から、車で約5分
- P 有 5台

② 佐田沈下橋カヌー屋

MAP P41-B3

- ☎ 090-1329-6330
- 料 《川下りコース》5,000円～
《体験コース》※約1時間 2,000円～
- 所 四万十市佐田2448-1
- 交 土佐くろしお鉄道中村駅から車で約10分

③ シマムタ共遊園

MAP P41-B3

- ☎ 0880-54-1601
- 料 3,000円～
- 所 四万十市西土佐口屋内
- 交 土佐くろしお鉄道中村駅から国道441号を通り車で約30分
- P 有 2台

④ 四万十カヌーとキャンプの里かわらっこ

MAP P41-B3

- ☎ 0880-31-8400
- 料 《カヤック》半日3,500円～
《カナディアン》半日5,000円～
- 所 四万十市田出の川24
- 交 土佐くろしお鉄道中村駅から国道441号を通り車で約20分
- P 有 40台

⑤ 四万十楽舎

MAP P41-B3

- ☎ 0880-54-1230
- 料 《カヌー》半日2,800円～
- 所 四万十市西土佐中408-1

- 交 JR予土線江川崎駅から車で約20分
- P 有 30台

⑥ 四万十・川の駅カヌー館

MAP P41-B3

- ☎ 0880-52-2121
- 料 半日カヌースクール 3,675円～
- 所 四万十市西土佐用井1111-11
- 交 JR予土線江川崎駅から車で約5分

⑦ 四万十川ユースホステル

MAP P41-B3

- ☎ 0880-54-1352
- 料 カヌー初心者講習 5,775円～
- 所 四万十市西土佐中493-2
- 交 JR予土線江川崎駅から車で約20分
- P 有

⑧ 四万十塾

MAP P41-B3

- ☎ 0880-38-2045
- 料 《1日》大人12,000円～
- 所 四万十市楠24
- 交 土佐くろしお鉄道中村駅から国道441号を通り車で約20分
- P 有

⑨ 四万十フィールドガイド ark

MAP P41-B3

- ☎ 0880-38-2626
- 料 《ネイチャーガイドツアー》
1日コース大人10,000円～
- 所 四万十市川登1298
- 交 JR予土線江川崎駅から車で約5分
- P 有 70台

高知色満点!体験コース 土佐湾編

鯨やイルカに会おう、 大海原へ乗り出そう



ホエールウォッチング(黒潮町)

ホエールウォッチング

クジラ・イルカが群れなす高知の海で迫力満点の体験ができる。所要時間4時間程度。すべて要予約です。

室戸市

- ① 佐喜浜漁港 MAP P42-G2
 ☎ 0887-27-2572
 期 通年 時 8:00~
 料 3人まで2万円、追加1人につき5,000円
 所 室戸市佐喜浜 佐喜浜港
 交 南国ICから車で約2時間15分 P有

- ② 高岡漁港 MAP P42-G3
 ☎ 090-3183-9083
 期 通年 時 要相談 料 5人まで15,000円、追加1人につき3,000円
 所 室戸市室戸岬町高岡
 交 南国ICから車で約2時間30分 P有

高知市

- ホエールウォッチング in 桂浜 MAP P42-F2
 ☎ 088-848-0639 (予約)
 期 4月~10月中旬 時 8:00~、13:00~
 料 大人6,000円、小学生4,000円、幼児3,000円
 所 高知市浦戸183-1 浦戸漁港 (☎088-842-2850)

シーカヤック

奈半利町

- 奈半利町海辺の自然学校 MAP P42-G2
 ☎ 0887-38-8182 (奈半利町地域振興課)
 期 5月1日~10月31日までの土・日・祝日 (夏休み期間中は、全日)
 時 9:30~、13:30~
 料 小学生1,000円 大人2,000円
 所 奈半利町乙1659-1
 交 ごめん・なはり線 奈半利駅下車 徒歩20分 南国ICから車で約1時間30分 P10台

香南市

- 特定非営利活動法人 YASU 海の駅クラブ MAP P42-F2
 ☎ 0887-57-1855
 期 5月~10月
 休 毎週月曜日 (祝日の場合は直近の平日)
 時 8:30~17:30 (土・日・祝日の場合は8:30~19:00)
 料 半日コース: 大人(高校生以上)3,000円: 子供2,000円、一日コース: 大人(高校生以上)4,000円: 子供3,000円

- ☎ 高知市内から車で約30分/JR高知駅から「桂浜行」終点下車、徒歩10分 P10台

土佐市

- ホエールウォッチング USA MAP P41-D2
 ☎ 088-856-1133
 期 4月20日~9月30日
 時 8:00~、10:00~、12:30~
 料 1名あたり大人(中学生以上)6,000円、小学生3,000円
 所 土佐市宇佐町橋田浜272-7 宇佐しおかせ公園 交 土佐ICから車で約20分 P50台

中土佐町

- 中土佐ホエールウォッチング MAP P41-D3
 ☎ 088-834-0751 (090-3185-6061)
 期 5月~10月 時 要相談
 料 1名あたり大人(中学生以上)5,000円、小学生3,000円 所 中土佐町上ノ加江漁港
 交 須崎東ICから車で約30分 P有

黒潮町

- ① 佐賀漁港 MAP P41-C3
 ☎ 0880-55-3131
 期 5月~10月 時 9:00~、13:00~

- 料 大人(中学生以上)5,000円、小学生3,500円、幼児(小学生未満)1,000円
 所 黒潮町佐賀 佐賀漁港
 交 須崎東ICから車で約1時間 P20台

② 大方遊漁船主会 MAP P41-C3

- ☎ 0880-43-1058
 期 4月末~10月
 時 8:00~、10:00~、13:00~
 料 大人(中学生以上)5,000円、小学生3,500円、幼児(小学生未満)1,000円
 所 黒潮町入野漁港他
 交 須崎東ICから車で約1時間30分 P有

土佐清水市

- ① 窪津漁港 MAP P41-C4
 ☎ 0880-82-7111
 期 4月~10月 時 8:00~、13:00~
 料 5名まで25,000円、追加1名5,000円、小学生3,500円 所 土佐清水市窪津
 交 須崎東ICから車で約2時間50分 P50台

② 下ノ加江漁港 MAP P41-C4

- ☎ 0880-84-0723
 期 5月~10月 時 8:30~、13:30~
 料 1名5,000円 所 土佐清水市下ノ加江
 交 須崎東ICから車で約2時間 P有

- ※両コース、インストラクター付き
 所 香南市夜須町千切536-19
 交 高知駅から車で約55分 南国ICから車で約45分 P100台



シーカヤック(香南市)

須崎市

- すさきスポーツクラブ事務局 MAP P41-D2
 ☎ 0889-49-0200
 期 通年 時 8:30~17:00
 料 (団体)10人迄23,000円、20人迄37,000円
 所 須崎市浦ノ内東分2688
 交 高知市から車で約40分
 P 普通車100台、大型バス10台

大月町

- ① 大月エコロジーキャンプ場 MAP P41-B4
 ☎ 0880-74-0303

- 期 4月~11月 時 9:00~17:00
 料 1人乗り1,500円、2人乗り2,000円(いずれもライフジャケット1着貸代)
 所 大月町大字周防形500
 交 高知市内から車で約3時間 P有(大型バス可)

② 特定非営利活動法人 黒潮実感センター MAP P41-A4

- ☎ 0880-62-8022
 期 3月中旬~11月上旬
 料 1グループ6~10名(3時間程度)1名5,000円(ガイド料、フローティングベストレンタル代含む。底が透明なクリアカヌー)
 所 大月町柏島625 (旧柏島中学校)
 交 高知市から車で約3時間10分 P有



クリアカヌー(大月町)

高知色満点!体験コース 漁師体験編

生産者と触れ合い、 おいしさの理由を実感



漁村体験 in 栄喜

上ノ加江漁業体験

元親 龍馬巡り 家族向けプラン

漁業体験

上ノ加江漁業体験

MAP P41-D3

漁師の暮らしを体験してみよう、
海の本当の面白さを教えちゃお!

漁師の暮らしを体験

～漁業体験施設「わかしや」～

中土佐町上ノ加江は昔から延縄(はえなわ)漁が盛んな漁師町。アカムツなど赤物といわれる種類が多く水揚げされることから、「赤物の上ノ加江」と呼ばれてきました。そんな漁師町で漁業体験のさまざまなメニューを用意しました。漁師独特のロブワークから、かご漁や網漁、和船体験、漁師との楽しい会話、そして、獲れたての魚料理など、自然と食に関するメニューが盛りだくさんです。カニかご漁(通年)、イカかご漁(5月～9月)、たこかご漁(6月～8月)、伊勢えび漁(9月16日から4月30日)、鯉のタタキづくり体験も可。

☎0889-54-0111(上ノ加江漁協)

※食事・体験とも7日前までに要予約

電話予約(平日8:30～16:30)

☎所要時間約4時間 数100人

☎中学生以上7,000円、小学生5,500円、小学生未満500円

☎中土佐町上ノ加江2574

☎高知市から車で約1時間

かつお 鯉のタタキづくり

かつおをさばき、藁で炙(あぶ)る。本場高知の鯉のタタキづくりをまるごと体験しよう!黒潮の恵みを味わおう!

※鯉の価格は日によって変動するので要確認

室戸市

海の駅「とろむ」

MAP P42-G3

☎0887-22-0051

☎通年(水曜日休)、要予約(3日前まで)

☎10名まで 料1,000円(ごはん、味噌汁付き)+魚代

☎室戸市室戸岬町6810

☎高知市内から車で約2時間

☎有、大型バス可



鯉のたたくづくり(黒潮出)

窪津定置網観光

MAP P41-C4

足摺近海は、他地域からも船がくる好漁場。窪津浦の定置網漁は、手ごたえ十分

定置網観光には3つの楽しみがあります。それは、「何かかかっているのかわからない」こと、「大物から小魚まで、魚種が豊富」なこと、「捕れたての新鮮な海の幸をいただける」ことです。漁師になった気分で大海に出る体験は、なかなかできるものではありません。観光定置網を楽しんでみませんか。

☎0880-82-7111(窪津漁業協同組合)

☎通年 時1時間程度の乗船になります。

☎30人 料中学生以上¥2,000、小学生以下¥1,000。当日、現金でのお支払いになります。キャンセル料は発生しません。

☎土佐清水市窪津482-2 ☎高知ICから車で約3時間 P有(徒歩すぐ)

※食事処有、直販センター有

乗物酔いなどなされる方は、事前に酔い止め薬を飲まれた上でご乗船下さい。



窪津定置網観光

漁村体験 in 栄喜(さかき)

MAP P41-B4

海の幸 山の幸 人の幸 うれしい
出会いがあなたを待っています

漁業を体験しながら、宿毛(すくも)湾の大海原を体感し、海の恵みを堪能してください。

◎漁業体験の流れ

事前説明→乗船・出港→養殖餌やり体験、チヌかご漁体験→帰港→刺身作り体験→試食

・養殖餌やり体験

漁船に乗り宿毛湾に浮かぶ養殖場へ行き、真鯛の餌やり体験。餌をまいた瞬間の鯛の群れがしぶきを上げる様子は迫力満点!

・チヌかご漁体験

海底30mの魚道へ沈めた「チヌカゴ(2m四方)」を漁師が揚げる様子を見学。さらに小型のチヌカゴを漁師と一緒に引き揚げる。運がよければ、鯛やグレ、タコなどたくさん魚が入っていることも。

☎0880-67-0111(すくも漁業協同組合栄喜支所)

☎4月1日～11月31日

☎所要時間 約2時間

☎3人～54人

☎1人3,000円から

☎宿毛市小筑紫町栄喜181-46

☎高知市から車で約3時間、四万十市から車で約1時間

高知市

土佐タタキ道場

MAP P41-E2

☎088-847-3255

☎通年 料1,200円(個人)、2,100円(団体)

☎高知市仁井田201-2「かつお船」敷地内

☎高知市内から車で約20分

☎有 大型バス可

須崎市

須崎市観光協会

MAP P41-D2

☎0889-42-2575

☎通年(要相談)、要予約(2週間前まで)

☎15～200人 料3,150円/1人

☎須崎市浦ノ内東分 須崎市立スポーツセンターカーヌー場研修棟

☎高知市内から車で約40分 P有 大型バス可

中土佐町

黒潮工房

MAP P41-D3

☎0889-40-1160

☎4月～10月 要予約 数家族・グループ

☎向き 料かつお料金(時価)+500円/1人

(初級)、1,000円/1人(中級)

☎中土佐町久礼 黒潮本陣内 ☎高知市内から車で約1時間 P有

黒潮町

カツオふれあいセンター 黒潮一番館

☎0880-55-3680

MAP P41-C3

☎3月中旬～11月中旬 要予約 数5～200名

☎料3,150円/1人(食事代含む)

☎黒潮町佐賀海雲寺374-9 ☎高知市内から車で約2時間 P有 大型バス可

土佐清水市

①土佐清水市観光協会

MAP P41-B4

☎0880-82-3155

☎通年、要予約 数団体可 料3,150円/1人(食事代含む)

☎土佐清水市養老303

☎高知市から車で約3時間 P有

②松尾さえずり会

MAP P41-C4

☎0880-88-1203

☎通年 要予約(3日前まで) 数5～20名

☎料約2,000円/1人(食事別途) ☎土佐清水市松尾321

☎高知市内から車で約3時間20分 P有

大自然のつくった造形と人情、再発見

足摺・竜串

足摺宇和海国立公園、四国最南端の足摺岬周辺は、黒潮打ち寄せる温暖な気候の中、ダイナミックな景観が随所に展開しています。そうした自然、海の恵みを誇る足摺・竜串での様々な体験交流を通して、新たな旅の感動を味わってください。

足摺エリア

ジンベエスイム

以布利大敷組合が沖合に設置した大きな「いけす」で飼育されているジンベエザメとシュノーケリングと一緒に泳いでみよう。

期 7～10月 時 所要時間60分 数 1人から 料 8,000円 住 土佐清水市以布利

シーカヤック体験

「海の駅あしずり」前の港内でのんびりシーカヤックが楽しめます。ガイドが操作方法を指導します。

期 5～10月 時 所要時間120分～ 数 2人から 料 4,200円



漁船で行く足摺岬海上遊覧体験

足摺岬灯台までの往復コース。

期 通年 時 所要時間120分 数 4人から 料 1人4,500円 住 足摺岬沖



新着トピックス



ジョン万まち歩きガイド

坂本龍馬をはじめ、幕末の志士に西洋事情を伝えた郷土の偉人ジョン万次郎の生誕地を地元ガイドにより散策。平成22年10月31日生誕地に復元される予定のジョン万生家や中濱萬次郎翁記念碑などを巡ります。

期 通年 時 9:00～16:00 (約2時間)

数 5人から 料 1,000円から 住 土佐清水市中ノ浜

竜串エリア

高知県立足摺海洋館

H22年4月からゴマファザランシが仲間入り!

「土佐の海と黒潮の魚たち」をテーマに、約200種類3,000点の魚類などを展示する水族館。亜熱帯性の巨大魚が悠々と泳ぐ大水槽は圧巻。夏休み期間中の大水槽でのダイビング体験が大人気。年間パスポート購入者の特典として偶数日には大水槽エサやり体験も実施中。平成22年4月からゴマファザランシが仲間入りした。

☎ 0880-85-0635

時 8:00～18:00 (4月～8月)、9:00～17:00 (9月～3月) 休 12月の第3木曜日

料 700円 (18歳以上)、350円 (児童・生徒等)



足摺海底館

海面下7m、全方向に設けられた直径60cmの大きな海中窓からは、あざやかなサンゴや色とりどりの熱帯魚の姿がのぞめます。普段着のまま海底散歩を楽しもう。

☎ 0880-85-0201

料 大人900円、子供450円 (4才～高校生)



半潜水型ガラスボード体験

竜串海中公園の様子を真横のガラス窓を通して鑑賞できます。

期 通年、要予約 時 所要時間50分 料 2,000円

竜串見残り奇岩パークツアー

地元の案内人が不思議な海岸で癒しの世界へ誘います。

期 通年、要予約

時 所要時間1時間30分 数 2名から

料 1,000円から



各メニューの詳細は

土佐清水市観光協会

☎0880-82-3155

全長196kmの流れをたどる 四万十川まるごと体感!!

四万十川りんりんサイクル

 21段変速マウンテンバイク100台常備
(サイズは全て26インチ)

乗り捨て可能レンタサイクルで四万十を楽しもう。四万十川中流域の江川崎駅から下流域の小京都・中村まで約40km間7つのターミナル(ふるさと案内所、カヌー館、四万十楽舎、しゃえんじり、かわらっこ、新ロイヤルホテル四万十、四万十市観光協会)どこでも借りられます。四季を通じて四万十川を五感で満喫できる。(江川崎駅⇄中村駅間:片道4時間目安)

☎ 0880-52-2121 (株)西土佐四万十観光社「四万十川の駅 カヌー館」
期 通年(年末年始除く) 期 8:30~17:00 休 定休日は各ターミナルにより異なる
料 1日(8:30~17:00までの当日のみの利用)1,000円、
24時間(借し出した時間から翌日の同じ時間まで)1,500円。

各ターミナル連絡先

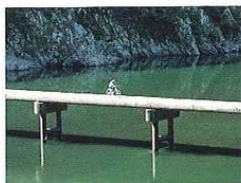
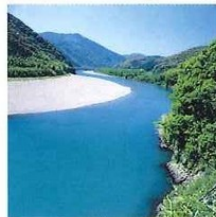
- A ふるさと案内所(江川崎駅)**
☎ 0880-52-1984
- B 四万十川の駅カヌー館**
☎ 0880-52-2121
- C 四万十楽舎** ☎ 0880-54-1230
- D しゃえんじり** ☎ 0880-54-1477
- E かわらっこ** ☎ 0880-31-8400
- F 新ロイヤルホテル四万十**
☎ 0880-35-1000
- G 四万十市観光協会**
☎ 0880-35-4171

- *一部道幅が狭く大型車の通行がありますので、安全には十分注意を払ってください。
- *営業時間内にターミナルに到着できない場合(夜間返却等)や予定変更する場合は必ず17時までにカヌー館へ連絡してください。
- *走行中の事故などについては誓約書でご確認ください。

四万十川観光遊覧船

- 川の駅 カヌー館 ☎ 0880-52-2121
- 大川遊覧船 ☎ 0880-38-2255
- なっとく ☎ 0880-38-2918
- 四万十の碧 ☎ 0880-38-2000
- 三里観光舟 戎大師 ☎ 0880-38-2321
- 神川 ☎ 0880-35-2668
- さこや ☎ 090-5147-4023
- 松廣屋 ☎ 0880-35-0022
- 船辰(ふなたつ) ☎ 0880-35-2312
- 四万十川観光開発 ☎ 0880-36-2227

※詳細は各業者へお問い合わせください。貸切料理付遊覧は予約が必要となります。業者は上流より紹介しています。





① 四万十川源流点
☎ 0889-55-2021
(津野町産業建設課)



② 早瀬の一本橋
四万十川支流(北川川)にかかる木の橋
☎ 0889-55-2021
(津野町産業建設課)



③ 高樋沈下橋
四万十川最上流にかかる沈下橋
☎ 0889-52-2473
(中土佐町水産商工課)



④ 天満宮前キャンプ場でのカヌー
☎ 0889-40-2892
(NPO四万十ナイスリバー・プロジェクト事務局)



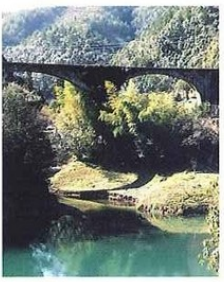
⑤ 一斗儀沈下橋
四万十川に現存する最古の沈下橋。
昭和10年建設。国の登録有形文化財
☎ 0880-29-6004
(四万十町観光協会)



⑥ 第一三島橋とトロッコ列車
しまんとグリーンラインと呼ばれるJR予土線をトロッコ列車で体験。トロッコ列車のお問合せは
☎ 087-825-1635 (JR四国営業部販売促進課)



⑦ 川舟下り
☎ 0880-29-1005
(四万十かっぱ組合)



⑧ 下津井めがね橋
トロッコ列車の軌道橋として昭和19年頃完成
☎ 0880-27-0113
(四万十町大正総合支所)



⑨ オートキャンプ場ウェル花夢
☎ 0880-27-1211 (ウェル花夢)

- 凡例
- JR土讃線・予土線
 - 土佐くろしお鉄道
 - 高知自動車道
 - 国道・県道
 - 道の駅
 - 沈下橋
 - 各ターミナル連絡先
 - 遊覧船

- アクセス
- 車で須崎東ICから維新の門(枋原町)まで約50分、土佐くろしお鉄道中村駅まで約1時間30分、道の駅「四万十とおわ」まで約2時間。
車で土佐くろしお鉄道中村駅からJR江川崎駅まで約1時間。

四万十川上・中流域も 見所豊富

室戸半島ひと巡り、
魚梁瀬の森と海沿いの町並み
岩崎弥太郎の生地で歴史に浸る

馬路村
北川村
東洋町
安芸市
安田町
田野町
奈半利町
室戸市
芸西村

東部エリア

東部エリア おすすめモデルコース

高知市内

↓ 車 約1時間

野良時計・土居廓中(安芸市)

安芸市観光ボランティアの案内で、野良時計や土居廓中を散策(約1時間)

↓ 車 約40分

北川村モネの庭マルモッタ

ここでしか見ることのできない「青い睡蓮」などを鑑賞(約1時間)

↓ 車 約40分

室戸ジオパーク

地元ガイドの案内で、室戸ジオパークを見学(約1時間)

↓ 車 約2時間

高知市内

五社神社祭り

東洋町
MAP P42-H2



五社神社宮は家内安全・海上安全・豊漁祈願に御利益がある神様。正午ごろから神輿の宮出しがあり、各氏子の地区を神輿が練り歩く。見どころは、神輿の他にだんじり(いわゆる山車)も出て、激しくぶつかり合う場面!このクライマックスは本祭の20時ごろから。

☎0887-29-3395(東洋町産業建設課)
開4月下旬から5月上旬の2日間 開東洋町白浜地区 車車で高知市から約2時間30分 料175台

生見海岸

東洋町
MAP P42-H2



徳島県との県境、高知県東端の東洋町にある生見海岸は、季節を問わず多くのサーファーや、ボディボーダーが集う全国屈指のサーフスポット。

☎0887-29-3395(東洋町産業建設課)
開通年 車車で高知市から約2時間30分 料210台

白浜海水浴場

東洋町
MAP P42-H2



白砂青松が広がる美しい海岸、入江になっており沖からの波のうねりが入りにくく、100m以上の浅いビーチになっている。キャンプ場、温浴施設、シャワー室、トイレなど施設も充実している。

☎0887-29-3395(東洋町産業建設課)
開7月~8月 料無料 車車で高知市から約2時間30分 料無料175台

吉良川の町並みガイド散策

室戸市
MAP P42-G2



室戸市にある吉良川町は平成9年10月31日に国の重要伝統的建造物群保存地区に選定された。吉良川の集落は、海岸に近い下町と山側の上町で構成されている。趣を感じさせる切妻造りの町家や土佐漆喰の水切り瓦、いしぐろで囲まれた集落を地元ガイドが分かりやすく案内してくれる。

☎090-8978-4516(吉良川町並み保存会)
開通年。要予約 開1~2時間 料1~40名程度 料1名~5名1,000円、6~10名1人200円、11名以上2,000円(※観光バスについては要相談) 車車で高知市内から約1時間40分。東部交通バスで奈半利駅から約25分「吉良川学校通り」下車すぐ 料バス2台、車6台

シレストむろと



室戸海洋深層水を100%使用した健康増進施設。館内には、温浴プール・フィンランドサウナ・露天風呂などがあり、メタボリックシンドローム・生活習慣病の予防や改善に無理なく取り組むことができる。また、レストランや売店も併設しているので、観光客の方にも楽しんでいただくことができる。

- プール
大人1,400円
小人(4歳以上小学生まで)500円
会員1,100円
ゴールド会員(75歳以上)500円
- フリーパス券
1ヶ月5,500円、6ヶ月32,000円
- 入浴のみ 500円
- 団体ご利用プラン
(10名以上20%割引)
プール 1400円→1,120円
入浴のみ 500円→400円など

☎0887-22-6610
開10:00~21:00 水曜日 料1~30名程度 開室戸市室戸岬町3795-1 車車で高知市内から約2時間10分。東部交通バスで奈半利駅から約1時間5分。※高知市内からの送迎バスあり(詳細は要問合せ) 料バス2台、車56台

アクアファーム

室戸市
MAP P42-G3



水深374mから、1日4千トンの海洋深層水を取り出し、市民や企業などに提供している施設。館内では、パネルやビデオなどで分かりやすく紹介。深層水関連商品の販売も行っている。

☎0887-24-2822
開9:00~17:00 開団体利用の場合は要問合せ 料見学無料 車車で高知市内から約2時間10分。東部交通バスで奈半利駅から約1時間10分「高岡神社前」下車徒歩1分 料15台

道の駅キラメッセ室戸



室戸市吉良川町の国道55号沿いにある道の駅「キラメッセ室戸」は、地産地消にこだわったレストラン「食遊」・新鮮な地元の特産物や野菜・果物を販売する直販所「楽市」・鯨文化の歴史とジオパークを解説した資料館「鯨館」からなる複合施設。休日には、多くの観光客で賑わいをみせる。

☎0887-25-3500(食遊) ☎0887-25-2918(楽市)
☎0887-25-3377(鯨館)
開月曜日(※月曜日が祝日の場合は翌日) 料大人(18歳以上)200円、小人(小学生~高校生)100円、身障者・小学生未満無料 車車で高知市内から約1時間50分。バスで奈半利駅から約30分「平尾第一」下車すぐ 料45台(大型バス5台・自家用車40台)

室戸ドルフィンセンター



室戸ドルフィンセンターは、イルカと間近で触れ合うことのできる体験施設。センターに着くと、2頭のイルカ[名前「いるは」・「ピワリ」ともにメス]がお出迎え。体験メニューはイルカと一緒に泳ぐドルフィンスイム、トレーナー体験、ドルフィンタッチなど、イルカと触れ合いリラックスした癒しのひとときを体験できる。



◎0887-22-1245 (NPO法人室戸ドルフィンプロジェクト)
 開通年 開20分～40分程度 要相談 要相談
 「ハロールドルフィン」大人(中学生以上)420円、子ども(4歳以上)315円、4歳未満 無料。「ドルフィンタッチ」大人(中学生以上)735円、子ども(4歳以上)630円。「トレーナー体験」大人(中学生以上)2,100円、子ども(5歳以上)2,100円。「ドルフィンスイム」3月～10月」大人(中学生以上)8,400円、子ども(小学生以上)5,250円。その他にも、各種プログラム・団体割引(例「ハロールドルフィン」バス1台1万円)など有。詳細は直接センターへ要問合せ 車で高知市内から約2時間、海の駅とろむ」内東部交通バスで奈半利駅から約50分「室戸営業所」下車徒歩約5分 150台(大型バス3台、自家用車147台)

室戸市

MAP P42-G3

2011ふるさと室戸まつり



室戸の夏を代表する一大イベント。古式捕鯨の歴史と文化を伝える「土佐室戸鯨舟競漕大会」や花火大会などが行われる。

◎0887-22-5134 (室戸市商工観光課)
 開7月 開9:00～21:00まで 室戸市岬漁港新港(海の駅「とろむ」) 車で高知市内から約2時間。バスで奈半利駅から約50分「室戸営業所」下車徒歩5分 3バス3台、車650台

サンゴウォッチング



奈半利町ふるさと海岸前に設置された離岸堤には、サンゴが群生しており、底がガラス状になった観覧船で美しいサンゴを鑑賞することができる。

◎0887-38-6500 (奈半利町観光案内所)
 開通年、要予約 開約40分 火曜日、年末年始 開1回 定員12名 大人800円、小学生500円、小学生未満無料 車で南国ICから約1時間30分。ごめん・なはり線奈半利駅下車徒歩約5分

西山台地のサツマイモ収穫



室戸市吉良川町にある西山台地では、独特の地形(海成段丘)を活かした農作物の生産が盛んに行われている。その中でも、サツマイモは、甘みが強く美味しいと評判。そのサツマイモを自分の手で収穫できる。

◎0887-25-2614 (アグリキラボ)
 開8月～10月、要予約 開約2時間程度 要相談 1kg 500円～800円(要問合せ) 車で高知市内から約1時間40分 要問合せ

町並み散策



藤村製絲株式会社(近代化産業遺産)

奈半利を歩くと、いたるところでその風情のある伝統的な建造物を見ることができ。中でも旧道沿いに建てられた民家は、それぞれが風格を備え、在郷町として栄えていたときにタイムスリップしたかのよう。ひときわ目をひく赤レンガの蔵やレンガアーチの出入口のある屋敷、石積みの中に見られる巧みなバリエーション、どの家も意匠の中に風格をたたえて、変化に富んだ味わいのある街並み。全コースをゆっくりまわっても、徒歩で約2時間。

◎090-1570-2225 (浦の会会長)
 開年末年始を除く終年、予約制 開1～2時間 開40名程度まで 10名以上2,000円～(応相談) 車で南国ICから約1時間30分。ごめん・なはり線奈半利駅下車すぐ 有(奈半利駅)

シーカヤック・シュノーケリング体験



奈半利町ふるさと海岸前の海で、ガイド付きのシーカヤック・シュノーケリング体験ができる。海岸近くに設置された離岸堤には、サンゴが群生しており、初心者の方でも鑑賞することができる。

◎0887-38-8182 (奈半利町地域振興課)
 開5月1日～10月31日までの土・日・祝祭日(夏休み期間中は、全日)。要予約(受付は前日の午前中まで、役場就業時間内)で土・日・祝日は不可 開約1時間30分 開1回につき、2名～12名まで 小学生1,000円、大人2,000円 車で南国ICから約1時間30分。ごめん・なはり線奈半利駅下車徒歩約20分 10台

大野台地で農業体験



■農業体験について
 ・野菜収穫体験(要相談)
 ・トラクター乗車体験
 ・大野台地おふくろの味づくり体験(要相談) など

■大野台地について
 地盤の隆起などによりできた海岸段丘がある。大野台地は、太平洋や田野町の町並みが見渡せる眺望が抜群の場所。ここでは、米をはじめ、ナス・オクラ・ジャガイモなどの栽培や、畜産農業(肥育・酪農)が営まれている。

■大野倶楽部について
 農業体験の指導してくれるのが、住民グループの「大野倶楽部」。地域おこしに取り組み、大野台地のPRや情報発信などを行っている。

■持ち物・服装等
 汚れてもいい服装、履物、カッパ、着替え

◎0887-38-2813 (田野町まちづくり推進課)
 開通年、予約制 開1時間～(要相談) 開10名程度(要相談) 体験メニューによって異なる 車で南国ICから約1時間10分、ごめん・なはり線田野駅から約5分 有

天日塩づくり体験



■天日塩づくり体験
 田野海岸から汲み上げた海水を使っての天日塩づくりの体験ができる。ビニールハウスの中での海水攪拌(かくはん)作業から脱水、塩ができるまでの全工程を体験。

■田野屋塩二郎について
 田野屋塩二郎で製造されている完全天日塩は、火を一切使わずに太陽と風という自然の力で作る。工程は、まず、汲み上げた海水を「採かん装置」で循環させ、約2週間かけて、かん水(濃縮水)に濃縮。次に、ビニールハウスに運び、太陽の熱で水分を飛ばし、夏場は約2週間、冬場は約2カ月かけて結晶化させる。こうして丁寧に作られた塩は、海水のミネラル分がバランスよく含まれ、苦みと甘みがブレンドされた深い味わいとなる。

■持ち物・服装等
 タオル・エプロン・帽子(バンダナ)など

◎0887-38-2028 (田野屋塩二郎 佐藤京二郎)
 開通年 開1時間～(要相談) 開20名程度(要相談) 1,000円～要相談 田野町2703-6 車で南国ICから約1時間10分、ごめん・なはり線田野駅から約3分 有

歴史文化体験



■岡御殿について
 藩政時代、田野町には「安芸郡奉行所」が設置され、安芸郡における政治経済の中心地として栄えた。現在、県指定文化財に指定されている。「岡御殿」は、歴代藩主の本陣として利用された屋敷。書院造の屋敷内には、駕籠や銭函、茶弁当などの歴史資料を展示している。

◎0887-38-2511 (田野町教育委員会)
 開通年、予約制 開1時間～(要相談) 開30名程度(要相談) 大人500円、中学生300円 田野町2703-6 車で南国ICから約1時間10分、ごめん・なはり線田野駅から約3分 有

中芸軍鶏組合安田場所 安田町 MAP P42-F2



昔から闘鶏が盛んな土地柄だったことから造られた闘鶏のための施設。もともと気性の荒い軍鶏(しゃも)の中から、選りすぐりの喧嘩上手を育て上げ、直径2m程の丸く囲った土俵の中で戦わせる。実際に見る闘鶏は迫力もあり見ごたえ十分。

☎0887-38-5709 (中芸軍鶏組合(西岡貞美さん宅))
 12月第1日曜日から翌年6月最終日曜日までの毎日曜日 9:00~14:00頃 安田町西島 安田闘鶏場 車で高知市内から約1時間20分

ピザ焼き体験 安田町 MAP P42-G2



特設の焼き窯を使った本格的なピザ焼き体験ができる。ピザ生地と、トマト・ピーマン・チーズ・ベーコン・ツナ・ピザソース(トマト味)などの基本的な具材は準備してくれる。独自のトッピングをしたい人は、自由に持参してOKだ。また、希望者は生地づくりから体験が可能。要予約。



☎0887-39-2266 (安田川アユおどる清流キャンプ場)
 開通年(金、土、日、祝日の10:00~15:00)。要予約※平日は要相談 1~2時間 3~10名 小学4年生以上 1,500円(ピザ生地1枚、具材込み)、ピザ生地・具材の追加600円 安田町大字船倉500番地 車で高知市内から約1時間40分 20台

せせらぎの郷 小川 そば打ち、田舎寿司づくりなど 安田町 MAP P42-F2



平成17年、旧小川小学校の講堂を改装してできた地域交流施設。昔懐かしい田舎の学校風景を実感するとともに、自然豊かな山村の暮らしを体験できる。地元で採れた食材を使用して、田舎寿司・こんにやく・そば打ち・もち・まんじゅうづくりなどの体験教室を行っている。1週間前までに要予約。また、夏には施設前の川をせき止め、自然河川プールとしても利用している(利用時間:10:00~15:00、天候により休み)。

☎0887-38-5711 (安田町教育委員会)
 開通年。1週間前までに要予約 10:00受付。約3時間 5~20人 大人1,000円、昼食の希望(1人1,000円)も受付 車で高知市内から約1時間40分 5台

北川村モネの庭 マルモッタン 北川村 MAP P42-G2

モネの愛した庭として有名なフランス、ジヴェルニーにある「モネの庭」。彼は43歳から生涯の半分をこの庭とアトリエのある邸宅で過ごし、「最高傑作」と自慢する庭をつくりあげた。そうしたクロード・モネの思いを高知の自然の中で再現したのが北川村「モネの庭」マルモッタン。園内にはテーマ別に三つの庭があり、それぞれ違った景観を楽しむ事が出来る。

「花の庭」では四季折々の花が一面に咲き乱れている。「水の庭」では画家モネがこだわり続けた睡蓮の咲く池に思わず目が止まる。「光の庭」ではモネが描いた地中海の風景作品をテーマとして造るという世界初の試みから生まれた庭。レストラン「モネの家」では地元の食材を活かした多種多様なメニューがあり、北川村特産物の柚子を使用した料理も楽しむ事ができる。「手づくり工房」では、手作りのパンやクッキー、ソフトクリーム等も販売している。

☎0887-32-1233
 10:00~17:00 9月~毎週火曜日(祝日の場合は営業・翌日休業)、年末年始(12月26日~1月1日)、冬期メンテナンス休園(1月第2火曜~2月末日) 1~30名程度 大人700円、小・中学生300円 北川村野友甲1100 車で高知駅から約1時間30分。村営バスで奈半利駅から約10分 バス6台、車94台

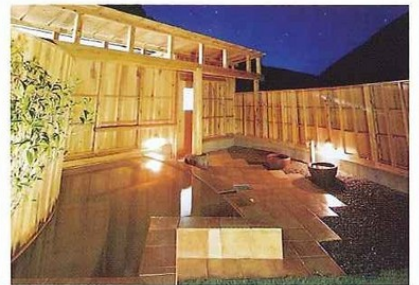


●春のスイレン開花鑑賞会
 開園前のひととき、睡蓮の開花と朝食が楽しめる。(モネの絵の風景)
 7月下旬、要問合せ 9:00~10:00 (入園料含)大人1,800円、小学生以下1,300円

●夜間開園
 夜咲く睡蓮をはじめ夏の夜の花と音楽のイベント。フリーマーケット等も予定。
 7月~9月、要問合せ 17:00~21:00 (入園料含)大人700円、小・中学生300円

●秋の睡蓮開花鑑賞会
 開園前のひととき、睡蓮の開花と朝食が楽しめる。(青い睡蓮の咲く風景)
 9月、要問合せ 9:00~10:00 (入園料含)大人1,800円、小学生以下1,300円

北川村温泉 ゆずの宿 北川村 MAP P42-G2



「お肌美人」が生まれる温泉。関節痛、動脈硬化、糖尿病など、多様な効果を持つ日本でトップクラスの泉質の温泉。露天付き貸切風呂を、家族や友人で利用できる。レストランでは、川エビ、鮎、猪、鹿など地元新鮮素材を用いた料理を食べる事もできる。

☎0887-37-2321
 開年中無休 日帰り入浴9:00~21:00、チェックイン14:00、チェックアウト10:00 入浴料大人700円、小・中学生300円 北川村小島 車で高知駅から約1時間40分。村営バスで奈半利駅から30分 20台

中岡慎太郎館 北川村 MAP P42-G2



中岡慎太郎館は、北川村出身の幕末の志士、中岡慎太郎の生涯と業績を紹介する歴史資料館。1階ではドラマ仕立ての映像とパネル等で慎太郎の生涯と激動の幕末について解説し、2階では慎太郎の遺品や書画などを展示している。平成22年1月にリニューアルオープン。慎太郎館周辺には慎太郎の生家や慎太郎の髪を埋葬した墓などゆかりの史跡も散策できる。

☎0887-38-8600
 9:00~16:30(入館は16:00まで) 毎週火曜日(火曜日が休日の場合はその翌日)、年末年始(12月28日~1月2日) 大人500円、小・中学生300円 北川村柏木 車で高知市内から約1時間10分。村営バスで奈半利駅から約15分 15台(バス3台、車8台)

曲げわっぱ体験 馬路村 MAP P42-G2



ご飯が冷えてもベタ付かず、ほんのりと漂う木の香りが食欲をそそるお弁当箱、曲げわっぱ。杉を薄く曲げてつくるこの弁当箱は、作り始めて完成まで、全工程に約2日間かかる。

☎0887-44-2333
 (馬路村ふるさとセンターまかいちよって家)
 開通年。要予約 受付時間 平日8:30~17:00、日曜・祝日10:00~16:00 約1時間30分 15名 2,000円 馬路温泉別館横 有

馬路おしどりマラソン大会 馬路村 MAP P42-G2



夫婦仲良く手をつないでゴールする3kmコース、5kmコースのマラソン大会。

☎0887-44-2216 (馬路村教育委員会)
 9月第3日曜日 夫婦で5,000円(傷害保険料、弁当代を含む) 馬路村大字馬路443 車で高知市内から約1時間50分

内原野つつじ祭り 安芸市 MAP P42-F2



約15,000本のつつじが花を咲かせる内原野公園にて行われるイベント。土日にはコンサートなど様々な催しが行われている。公園内には「全国ため池百選」にも選ばれた弁天池があり、期間中は貸しボートも楽しめる。

☎0887-35-7500 (安芸市観光協会) 3月下旬~5月上旬 内原野公園 車で安芸駅から約10分 有料

弘田龍太郎曲碑 安芸市 MAP P42-F2



数ある童謡の中でも、ひとときわ光彩を放っている弘田龍太郎のうたの世界。安芸市出身である弘田龍太郎の業績をしのび、市内10ヶ所には、様々な形をした曲碑が建てられている。

☎0887-35-1011 (安芸市商工観光水産課)
市内10箇所に点在しており、駐車場やトイレの設置については、要問合せ。

釜あげちりめん丼 安芸市 MAP P42-F2



安芸市の海岸沿いでは特産のちりめんじゃこを干す風景が見られる。温かいご飯にふんわりとした釜あげちりめんをたっぷりとせた丼をご当地グルメとして、市内15店舗で提供。

☎0887-34-1311 (安芸商工会議所)
写真付で各店舗を紹介する冊子も発行している。団体の場合は事前にお問い合わせ。

内原野陶芸館・ガラス工房 安芸市 MAP P42-F2



気軽に手びねりや絵付けによるオリジナル陶器を作ることができる。また、ガラス工房(要予約)では、バーナーワークによるトンボ玉づくりや、サンドブラストによるオリジナルグラスづくりなどが体験できる。

◆手びねり体験 個人…Aコース2,100円(2点まで)、Bコース2,830円(3点まで) 団体(20名以上)…Cコース1,680円(1点まで)、Dコース2,620円(3点まで)

◆絵付け体験 小皿730円、中皿1,260円、大皿3,150円、飯椀1,260円、湯飲み840円、マグカップ1,570円、角皿840円

◆バーナーワーク体験 Aコース2,300円(トンボ玉3点まで)、Bコース2,300円(トンボ玉1点+サンドブラスト)

☎0887-32-0308
9:00~17:00(作陶受付は~15:00) 園約2時間、団体は要予約 毎週水曜日・年末年始 園1~300名 園安芸市川北乙1607-1 園有

観月の宴 芸西村 MAP P42-F2



延々と続く琴ヶ浜の松林をバックに、太鼓の演奏に耳を傾けながら、お月見を楽しんでいたイベント。篝火(かがりび)に映し出された勇壮(ゆうそう)な太鼓の演奏は圧巻。

☎0887-33-2114 (芸西村企画振興課)
9月9日 園17:30頃 園琴ヶ浜野外劇場 園車で高知市から約40分 園バス5台、車100台

高知東海岸観光周遊バス

月~金曜日コース

9:00 (バス乗車)土佐ロイヤルホテル前
9:20 (バス乗車)高知東部交通安芸営業所
9:30 (バス乗車)土佐くろしお鉄道 安芸駅
9:40 (バス乗車)安芸観光情報センター(仮称)

●岡御殿 ●北川村モネの庭マルモッタン(各自昼食※別料金) ●岩崎弥太郎銅像 ●岩崎弥太郎生家 ●野良時計、弘田龍太郎曲碑 ●土居廓中(武家屋敷)

16:10 (バス降車)安芸観光情報センター(仮称)
16:20 (バス降車)土佐くろしお鉄道 安芸駅
16:30 (バス降車)高知東部交通安芸営業所
17:00 (バス降車)土佐ロイヤルホテル前



☎0887-35-3148 (高知東部交通株式会社 安芸営業所)
4月1日~11月30日 園8時間(バス移動時間含む) 園45人まで※団体の場合は要予約 園大人2,200円、高校生・中学生1,500円、小学生500円※施設入場料、ガイド料含む※昼食代は別途 園安芸市千歳町15番地26号 園(乗車場所①)高知東部交通安芸営業所(土佐くろしお鉄道 ごめんなはり線球場前駅下車徒歩約3分※マイカーの方は、球場前駐車場に駐車可能)。(乗車場所②)土佐くろしお鉄道 ごめんなはり線安芸駅。(乗車場所③)安芸観光情報センター(仮称)(土佐くろしお鉄道 ごめんなはり線安芸駅下車徒歩約5分)

岩崎弥太郎生家・銅像 安芸市 MAP P42-F2



三菱グループの創始者、岩崎弥太郎の生家。平成22年に登録有形文化財に指定された。屋根などは葺き替えられているものの、骨組みなどは弥太郎が過ごした当時のまま。銅像は昭和61年に生誕150周年を記念して建てられた。右手を広げて風を受けとめている姿は圧巻。



☎0887-35-1011 (安芸市商工観光水産課)
園無料 園生家車で安芸駅から約10分。銅像車で安芸駅から約5分 園生家・銅像有

野良時計・武家屋敷散策 安芸市 MAP P42-F2



『野良時計』は、明治20年頃、この地の地主だった畠中源馬氏が製作した。西欧の時計を何度も分解し、その仕組みを覚え、分銅も歯車も全て手作りによる時計を一人で作りに上げた。藩政時代の付まいたに今に残す武家屋敷「土居廓中」は当時の風情を伝えている。事前に申し込みをすれば「安芸市観光ボランティアガイドの会」による説明を聞くこともできる。



☎0887-35-1011 (安芸市商工観光水産課)
園通年。一週間前までに予約が必要 園1~2時間 園(ガイド料)団体観光バス1台につき2,000円、個人無料

芸西村納涼祭 芸西村 MAP P42-F2



黒松の松林が約4kmにわたって並ぶ美しい海岸「琴ヶ浜」は、太平洋を一望できる地形。その地形を活かして整備された野外劇場で開かれる納涼祭は、鳴子踊りや花火大会を主としたイベント。

☎0887-33-2400 (芸西村教育委員会)
7月7日 園18:00頃 園琴ヶ浜野外劇場駐車場周辺 園車で高知市から約40分 園バス5台、車100台

琴ヶ浜 芸西村 MAP P42-F2



松林の中をサイクリングロードがあり、青空のもと風とともに走るシーサイドサイクリングが人気。周辺には海水を利用した「海水健康プール芸西」や琴ヶ浜松原野外劇場、地場産品直販所「かっぱ市」などがある。また、龍馬の妻「お龍と妹君枝の像」が見られる。



☎0887-33-2114 (芸西村企画振興課)
◆海水プール
園平日:12:00~21:00、土日祝:10:00~21:00 園毎週火曜日(年末年始も営業) 園大人(高校生以上):800円、高齢者(65歳以上):700円、小人(小学生・中学生):500円、幼児(3歳以上):100円、団体(10人以上):2割引 園車で高知市から約40分 園バス5台、車80台

静かなまほろばの里、
ビーチレジャーでにぎわう海辺
物部川に沿って上流へ

香美市
南国市 香南市

中部エリア [物部川流域]

高知県立のいち動物公園



西日本有数の広さを誇るサバンナ展示場や、中南米、東南アジアの熱帯雨林を再現するジャングルミュージアムなど多様な展示方法のもとで、本来の生息地に近い自然豊かな環境のなかに生き生きと暮らす動物たちを見ることが出来る。中でも、世界でも例を見ない、母親による自然保育で育つ双子のチンパンジーや、西日本で初めて展示される超個

性的な鳥、ハシビロコウ(H22.8に新展示)など、貴重で珍しいものも数多く飼育している。

●お楽しみタイム

- ・モルモットふれあい(平日)11:00~12:00 (土日祝)11:00~12:00/14:00~15:00
- ・ウマのニンジンタイム(土)13:10~先着30名様(日・祝)11:30~先着30名様
- ・リスの小道散歩タイム(日・祝)14:00~15:00(雨天中止)
- ・カラクリ時計の演奏(平日)10:00~16:00 1時間毎、(土日祝)10:00~16:30 30分毎

●夜の動物公園「のいちdeナイト」

ライトアップされた園内では普段見ることのできない夜の動物たちの生態を見ることが出来る。平成23年8・9月も開催予定。

☎0887-56-3500

☎9:30~17:00(最終入園16:00) ☎毎週月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始(12月27日~1月1日) ¥450円※18歳未満・高校生/無料、団体(有料20名以上)/360円(2割引)
☎香南市野市町大谷738 ☎車で南国ICから約20分。ごめん・なはり線のみね駅から徒歩約20分 ☎310台(大型バス10台、自家用車約300台)

絵金祭り



赤岡町には、絵金の描いた芝居絵屏風、23点が残されている。屏風絵は現在、年に一度、赤岡町須留田八幡宮の神祭と夏祭りの宵にだけ蔵の中から目覚め、商店街の軒先にその姿を現す。

●プログラム内容

- ・土佐絵金歌舞伎伝承会による絵金歌舞伎上演
- ・絵金蔵夜間臨時開館
- ・芝居絵屏風展示19:00以降(日没から)
- ・ビアガーデン
- ・お化け屋敷 など

●土佐絵金歌舞伎

土佐絵金歌舞伎は、絵金の芝居絵に描かれている芝居を演じようと、地元有志により平成5年に始められた地歌舞伎。絵金祭りの2日間に合わせて上演される。

●須留田八幡宮宵宮

7月14、15日、八幡様の氏子たちが中心となり、芝居絵屏風が並ぶ通りの街灯を消して、絵金が芝居絵を描いた当時の暗闇を彷彿させる闇の世界を演出している。

※注意事項

平成21年4月、高知県保護有形文化財になったのを機に、路上展示の際、フラッシュを用いての撮影は禁止。

☎0887-54-3014 (香南市商工会)

☎7月第3土曜・日曜 ☎19:00~21:00頃まで ¥無料 ☎香南市赤岡町691-2 ☎車で高知駅から約45分、南国ICから約35分。ごめん・なはり線あかおか駅から徒歩約5分 ☎620台(大型バス20台、自家用車600台)

観光地曳網



早朝から地元の漁師が網を仕掛け、体験前には沖から海岸近くまでひいてきてくれる。そこからは全員で力を合わせ、網をひきあげる作業に入るので、一度に大勢が楽しめる。網に入った魚は、各自持ち帰り可能。網に掛かる魚の種類は、シラス・コノシロ・イワシ・イカなど。捕れる量は日によってばらつきがあるものの、比較的午前中の方が網に掛かりやすい。但し、当日朝の天候次第では体験が中止になる場合もあるので注意。

中部エリア [物部川流域] おすすめモデルコース

高知市内



車 約1時間

龍河洞

「暗やみ体験ツアー」(約1時間20分)



車 約20分

観光地曳網

地元漁師と共に新鮮な魚類を引き上げる(約1時間30分)



徒歩 約15分

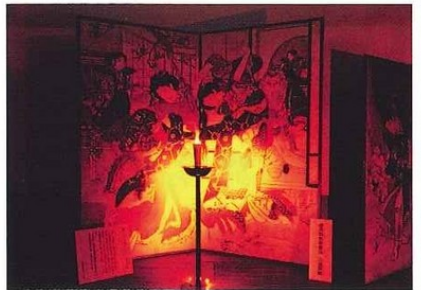
絵金蔵

絵金蔵見学の他、地元を町並みを「あかおかルタ」で巡る(約1時間)



車 約40分

高知市内



●絵金蔵

「絵師金蔵」、略して「絵金」。もとは土佐藩家老桐間家の御用を勤める狩野派の絵師だったが、贋作事件に巻き込まれ、城下追放となる。野に下った絵金は叔母を頼りに赤岡の町に定住、酒蔵をアトリエに数々の絵を描いた。絵金蔵では、赤岡町内に残された23枚の絵金の屏風絵を収蔵、保存している。

☎0887-57-7117

☎通年 ☎9:00~17:00(最終入館16:30) ☎月曜(祝日の場合は翌日)、年末年始(12月29日~1月3日) ¥大人500円、高校生300円、小・中学生150円(団体50円引き) ☎香南市赤岡町538 ☎14台(大型バス2台、自家用車10台、障害者用2台)

どろめ祭り



●プログラム内容
 ・地曳綱
 ・漁船パレード
 ・大杯飲み干し大会など

●食事について
 屋台等出店がある他テント内の会席券(どろめ、どろめ汁、地酒付き2,500円)を販売している(当日券も多少販売)。

●どろめ

どろめは、釜揚げちりめんの生で、土佐の方言でいわしの稚魚のこと。

●大杯飲み干し大会

男性1升、女性5合の酒の飲みっぷりを競う。早い人で男女とも12秒前後で飲み干す。「ぐうっ」との掛け声で飲み始めるが、こぼす量が多くなるとタイムが速くても優勝はできない場合もある。

☎0887-57-7520 (香南市商工水産課)
 4月最終日曜 9:00~15:00頃まで 無料 香南市赤岡町海浜 車で南国ICから約35分。ごめんなはり線あかおか駅から徒歩約5分 620台(大型バス20台、自家用車600台)

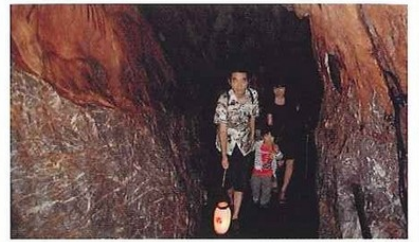
あかおカルタ



絵金蔵では、赤岡の町歩きカルタ(町の風景をカルタにしたカード)・地図などの入ったバグー式の貸出を行っており、カルタと町歩きマップでポイントを見つけながら自由に町を散策できる。昔懐かしの瓶入りラムネ付き。

☎0887-57-7117 (絵金蔵)
 9:00~16:30 30分~120分程度(コースによって異なる) 3日曜(祝日の場合は翌日、年末年始(12月29日~1月3日)) 300円 香南市赤岡町538 車で南国ICから約35分。ごめんなはり線あかおか駅から徒歩約10分 14台(大型バス2台、自家用車約10台、障害者用2台)

龍河洞暗やみ体験ツアー



観光コース1kmのうち400mの電気設備を全て切り、ちょうちんの明かりだけで入洞する。鍾乳石、石盾が多く見られる龍河洞の見どころ残り600mは通常の観光を楽しめる。

☎0887-53-2144 ((財)龍河洞保存会)
 団体向け...8月、3連休を除く毎日(1週間前までに要予約)。一般向け...毎月第2日曜日(8月を除く) 団体向け...9:00~13:30。一般向け...10:00~11:00(最終入洞10:40) 大人1,000円、中学生650円、小学生500円、幼児は父母同伴であれば原則無料 車で南国ICから約25分

塩の道ウォーク



塩の道は、平成16年に日本ウォーキング協会が選定した「美しい日本の歩きたくなる道500選」に選ばれている。「ちょっと散策してみたい」、「本格的に山道を歩いてみたい」など様々なニーズに対応できるよう多様なコースが設けられている。現在、香美市物部町大板から香南市赤岡町の約30キロの区間が「塩の道」として整備されている。スタンプラリーも実施しており、スタンプポイントは全10ヶ所。全てを集めたら、交換所で11個目のスタンプを押し、完歩賞として記念品がもらえる。

●コース

・香美市物部町大板~香南市赤岡町1コース(30キロ)
 ・香南市7コース(3.4キロ~14.5キロ)
 ・香美市8コース(1.0キロ~15.2キロ)

●交換所

香南市...香南市観光協会、とさを商店、あぐりのさと(営業は土・日のみ)
 香美市...香美市観光協会、香美市いんふおめーしよん、奥物部ふるさと市、葎生の里美良布直販店

●食事について

弁当を持参し、休憩所等で食べることもできるが、下記4ヶ所で弁当の注文やバイキングの予約も可能。

〈香美市〉

たけの子会(090-5274-0025・公文寛伸)
 ・香北いきいき生産部(0887-59-3156)

〈香南市〉

あぐりのさと(0887-54-2128)
 ・とさを商店(0887-54-3235)

☎090-5274-0025 (土佐塩の道保存会 香美支部)
 ☎0887-55-5210 (土佐塩の道保存会 香南支部)
 ☎0887-53-1084 (香美市観光協会)
 ☎0887-56-5545 (香南市観光協会)
 通年※ベストシーズンは春・秋 20名~80名程度(ガイドがつく場合) 無料、ガイド1名につき半日6,000円、1日10,000円 大板~車で南国ICから約45分。赤岡~車で南国ICから約35分 有

第3回塩の道 朝から晩まで30kmウォーキング大会



平成23年4月2日 要問合せ 土佐くろしお鉄道ごめんなはり線あかおか駅から徒歩約10分

香美市立やなせたかし記念館 アンパンマンミュージアム 詩とメルヘン絵本館



子どもたちが大好きなアンパンマンに会える、夢と冒険のミュージアム。地下から4階には、パン工場やばいきん城などがあり、仲間たちが勢揃い。さらに、庭園のいたるところがアンパンマンワールド。隣接する「詩とメルヘン絵本館」は、やなせたかし氏のイラストなどを展示した大人も楽しめるギャラリー。

☎0887-59-2300
 9月11日~7月19日 9:30~17:00、7月20日~8月31日 9:00~17:00 毎週火曜日(火曜日が祝日の場合は、その翌日) ※但し3月25日~4月6日、4月29日~5月5日、7月20日~8月31日、12月24日~1月7日の期間は無休 やなせたかし記念館共通(一般)大人700円、中学生500円、小人(3才~)300円、(団体)大人630円、中学生450円、小人(3才~)270円。詩とメルヘン絵本館(一般)大人400円、中高200円、小人(3才~)100円、(団体)大人360円、中学生180円、小人(3才~)90円 香美市香北町美良布1224-2 車でJR土佐山田駅から約20分 100台

健康センターセラネ



健康センターセラネは天空を月が移動する軌跡をモチーフにして全体をレイアウトしたロマンチックな施設。屋内・屋外温水プール、ミストルーム、トレーニングルーム、テニスコート等がある。

☎0887-59-3111
 13:00~22:00(最終受付 20:30) ※7月20日~8月31日の期間は10:00~22:00 火曜日(火曜日が祝日の場合は翌日) ※ただし春休み、GW、夏休み、冬休みは無休 大人(中学生以上)1,000円、小人(小学生)500円、幼児(3歳以上)300円 香美市香北町美良布1211 車でJR土佐山田駅から約20分

やきもの作り・木工体験



平山やきもの塾「風の窯」では、焼き物作り、絵付け、電動ロクロ体験に親しむことができる。また、隣接の平山木工所では自分のアイデアでオリジナル家具、工芸品などを作ることができる。

☎0887-57-0933 (平山やきもの塾「風の窯」)
 焼物作り・絵付け・電動ロクロ体験...通年(要予約)。家具・工芸品作り等...日曜日(9:00~15:00まで) 焼物作り体験粘土600g 1,000円。絵付け体験 500円。電動ロクロ体験粘土2kg 2,500円。木工具使用料500円。材料費は別途 香美市土佐山田町平山459 車で南国ICから約20分

奥物部湖湖水祭 香美市 MAP P42-F1



永瀬ダム建設犠牲者の霊を慰め、水没した集落をしのぶとともに五穀豊穡を祈願する物部川流域のお祭り。奥物部湖に浮かぶ5000個の灯ろうと夜空に打ち上げられた花火、広大な湖畔を彩る光と音の競演で見物客を魅了する。

☎0887-58-3111 (香美市物部支所業務管理課)
 開平成23年8月14日(日) 開柳沢グラウンド(香美市物部町大板) 開<車>車で南国ICから約40分、高知龍馬空港から約40分。<公共交通機関>JR四国バス大板駅から徒歩約5分(高尾方面の臨時駐車場～大板駅間無料送迎バス有)

GWウェルカムサービス 南国市 MAP P42-E1



GW期間中に南国市を訪れる観光客に観光案内やお茶などのサービスを行う。よさこい踊りやしばてん踊り、演奏などの催しも行われる。



☎088-880-6560 (南国市商工水産課)
 開平成23年5月3-4日 開10:00～15:00 開無料 開道の駅南国風良里 開車で南国ICから約5分 開大型バス4台、自家用車約100台

西島園芸団地 南国市 MAP P42-E2



約200種類の熱帯の花が咲き乱れる楽園で、巨大ハウス群で栽培される西島ブランドのメロンやスイカ、ジュース・シャーベット(有料)などの試食もできる。トマトカレーなどの食事やコンフィチュール(高級ジャム)などのお土産も好評。

☎088-863-3167
 開750円(メロン・スイカ付 ※15名以上は、1名につき50円引) 開南国市甘枝600 開車で南国ICから約10分 開約105台(大型バス約5台・自家用車約100台)

岡豊山さくらまつり 南国市 MAP P42-E2



長宗我部元親の居城跡、岡豊山の高知県立歴史民俗資料館で、「食」「音楽」「歴史ロマン」を楽しむイベント。夜間の桜のライトアップ、地元グルメ料理No.1を競う「土佐の食1グランプリ」、桜をテーマにした各種コンサート、親子で楽しめる「もどちか君クイズラリー」など、様々な催しを行う。(※内容は平成22年度のものを)

☎088-880-6560 (南国市商工水産課)
 開平成23年4月上旬(予定) 開10:00～20:00(予定)
 開高知県立歴史民俗資料館 開車で南国ICから高知大学医学部(臨時駐車場)まで約15分。そこから無料シャトルバス有(予定) 開臨時駐車場有(約500台)

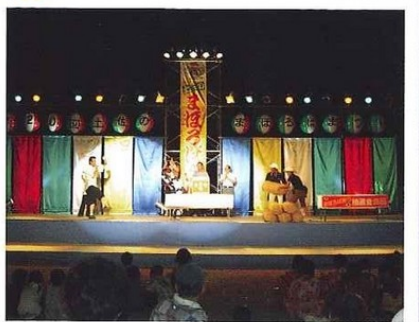
地産地消ごめんの軽トラ市 南国市 MAP P42-E2



軽トラックを店舗に見立て、地元でとれた農作物やその加工品、飲食物などの販売を行う。抽選や太鼓などの催し、子どもの遊び場などもある。

☎088-864-3073 (南国市商工会)
 開平成23年5月(予定) 開9:00～13:00(予定) 開無料 開南国市後免町商店街 開車で南国ICから約15分 開臨時駐車場有(約300台)

土佐のまほろば祭り 南国市 MAP P42-E2



平成元年から始まった夏祭り。太鼓、踊り、ライブなどのステージや外国人留学生による郷土料理などの夜店の出店がある。フィナーレには花火が打ち上げられる。

☎088-880-6560 (南国市商工水産課)
 開平成23年8月第1土曜日(予定) 開15:00～21:00(予定)
 開南国市大浦乙 吾岡山文化の森特設会場(予定) 開車でJR高知駅から約30分 開臨時駐車場有(約500台)

中部「物部川流域」

志国 SHIKOKU KOCHI 高知

2011年3月5日開幕予定 **龍馬ふるさと博** (仮称)

龍馬を育んだ「土佐の風土」をまるごと体感

新着情報

新パビリオン

JR高知駅南口に平成23年夏オープン予定「龍馬伝」に登場した龍馬の生家セットを再現!
 高知観光情報発信館「とさてらす」併設



生家セットイメージ図



龍馬のふるさと

志の偉人伝

坂本龍馬、武市半平太、中岡慎太郎、岩崎弥太郎、ジョン万次郎など土佐の偉人の企画展・イベントを県内各地で順次開催



龍馬のふるさと

食まつり

じゃらん食の満足度全国1位 高知のうまいもんを味わいつくすイベント多数!

カツノのたたき



龍馬のふるさと

花絵巻

西日本で唯一の展示温室を備えた牧野植物園、世界に2つしかない「モネの庭」を中心に優雅な花々でお出迎え

牧野植物園



龍馬のふるさと

まるごと体験

魅力あふれる南国高知の自然と文化を体感しよう!

ホエールウォッチング

◆お問い合わせ 〒780-8570 高知県高知市丸ノ内1-2-20 高知県観光振興部 観光政策課 TEL.088-823-9606 FAX.088-823-9256

四国の水がめ、早明浦ダム
吉野川が結ぶ町
ここは豊かな森のふところ

大川村 本山町 大豊町
土佐町

中部エリア [嶺北]

中部エリア [嶺北地域] おすすめモデルコース

高知市内

↓ 車 約1時間

日本一の大杉、美空ひばり顕彰碑

国の天然記念物にもなっている「日本一の大杉」や、美空ひばりを称える公園の見学(約40分)

↓ 車 約30分

旧立川番所書院

江戸時代、参勤交代で使用された藩主宿泊所の見学(約20分)

↓ 車 約50分

早明浦ダム

「四国の水がめ」と呼ばれるダムの見学(約40分)

↓ 車 約20分

大豊IC

ゆとりすとパークおおとよ 大豊町 MAP P42-E1



海拔750mの公園は四国山地の雄大な山並みを一望する360度のパノラマが広がる。園内には、ハーブ園、芝生広場、ハーブ温室、風車、オートキャンプ場(利用別料金)、コテージ(利用別料金)などがある。

☎0887-72-0700

☎通年 ☎10:00~17:00 ☎12月~2月は火・水曜休み、3月は火曜休み ☎一度に入場500人程度 ☎大人500円、中学生300円、小学生100円(20名以上2割引) ☎大豊町中村大王4037-25 ☎車で大豊ICから国道32号を南へ約20分、JR大杉駅から約15分

日本一の大杉・美空ひばり遺影碑 大豊町 MAP P42-E1



3000年の時を越えて、八坂神社の境内に日本一の巨木はどっしり立っている。南北に分かれた二株が根元でくっついているので、夫婦杉とも呼ばれる。北大杉は周囲16.5m、高さ57m。南大杉は周囲20m、高さ60mで堂々の日本一。国の特別天然記念物に指定されている。また大杉のすぐ隣りに美空ひばり遺影碑と歌碑を建立している。9才の頃、大杉付近でバス転落事故に遭い九死に一生を得た彼女は日本一の歌手になれるようにと大杉に祈願した。遺影碑からはボタンスイッチで【川の流れのように】【龍馬残影】【悲しき口笛】の3曲が流れる。

☎0887-73-0811 (大豊町観光開発協会)

☎通年 ☎8:30~17:30 ☎1月1日のみ ☎一度に入場100人程度 ☎大人200円、小人(小学生以上中学生以下)100円、20名以上大人160円、小人80円 ☎車で大豊ICから国道32号を南へ約5分、JR大杉駅から約3分 ☎20名以上の団体で、ガイドの要望があれば要問合せ

旧立川番所書院 大豊町 MAP P42-E1



立川下名口(立川関)の歴史は古く、日本後記に延暦16年(797)に丹川すなわち立川駅が置かれたとある。それより国府への官道として立川駅は利用されていた。藩主参勤交代の通路となつたのは、それまでの海路を陸路に改めた六代豊隆公の享保三年(1718)からで、立川番所は土佐路最後の藩主の宿所となった。立川番所は、藩主参勤交代の本陣として重要視され、岩佐口番所、池川口番所とならんで土佐の三大番所の一つであった。現在の立川番所跡建物は寛政年間(1789~1800)に建築したものであったが、明治時代になって個人の手にわたり旅人宿となって一部改築せられていた。昭和49年旧立川番所書院として国の重要文化財に指定された。

☎0887-73-0811 (大豊町観光開発協会)

☎通年(建物内部公開は日・祝日のみ) ☎9:00~17:00 ☎20分 ☎12月29日~1月3日は休館 ☎一度に入場50人程度 ☎大人210円・小人(小学生以上高校生以下)100円。20名以上大人160円・小人80円 ☎車で大豊ICから県道5号を北へ約15分 ☎15台(中型バス3台、自家用車15台)大型バスは県道5号に駐車し徒歩約5分 ☎20名以上の団体で、ガイドの要望があれば要問合せ

梶ヶ森山頂 大豊町 MAP P42-F1



標高1,400mの梶ヶ森は、山頂まで車で登れる数少ない山。四季折々の風景を望め、澄んだ空気とみどりがあり、まさに身近な大自然の宝庫。山頂からは剣山、石鎚山、高知市街、太平洋が望める。

☎0887-74-0256 (山荘 梶ヶ森)

☎通年(山荘 梶ヶ森は4月~11月毎日営業、冬季(12月~3月)毎週火曜・水曜定休日 ※祝日は休まず営業) ☎山頂一帯は特に制限無し。山荘宿舎は70名程度、☎天文台(※要予約)…大人300円、高校生250円、小学生200円。大人20名以上2割引、小中高大生20名以上は5割引。宿泊…1泊2食7,350円 ☎車で大豊ICから国道32号・439号を経て約1時間。車でJR豊永駅から約40分 ☎40台(中型バス3台、自家用車30台)

汗見川ふれあいの郷清流館 本山町 MAP P42-E1



廃校となった小学校を改装し、H20年5月にオープンした体験型宿泊施設。嶺北産ヒノキ、スギをふんだんに使った室内は来訪者に人気がある。山菜などを使った田舎料理を味わえる(要予約)ほか、地元産のそば粉を使ったそば打ち体験や、箸などの木工体験、山野草を使ったこけ玉作りなども楽しめる。なお、夏場は施設周辺で川遊びも楽しめるため家族連れでの利用も多い。

☎0887-82-1231 (汗見川ふれあいの郷清流館)

☎0887-82-1754 (川村商店) ☎通年。電話予約のみ ☎30名 ☎大人3,000円、小人(中学生以下)2,000円 ☎車で大豊ICから約30分。バスで田井営業所から約15分、JR大杉駅から約45分 ☎10台

第23回高知 本山汗見川清流マラソン大会 本山町 MAP P42-E1



汗見川流域で真夏に開催されるマラソン大会。6km、10km、ハーフマラソンの部があり、清流を眺めながらのコースは人気が高く900人以上の参加がある。町内外の大勢の人々に汗見川、白髪山など美しい自然を楽しんでもらうとともに地元の特産品や見所を知ってもらい、交流を深めることができる。

☎0887-76-2084 (汗見川清流マラソン実行委員会事務局[本山町プラチナセンター])

☎7月最終日曜日 ☎10:00スタート ☎大人3,500円、小人(高校生以下)2,000円 ☎吉野クライミングセンター集合 ☎車で大豊ICから約25分。バスで田井営業所から約10分、JR大杉駅から約35分 ☎600台 ☎申込方法…郵送・インターネット

特別栽培米 土佐天空の郷



特別栽培米「土佐天空の郷」の栽培地「本山町」は、北は石鏡山地、南は剣山に属し、四国の中央部に位置している。水田は、一部の僅少な平地部分を除き、ほとんどがその峡谷に添うように標高250mから850mの棚田が広がっている。

坂本龍馬も眺めた棚田もほとんど変わることなく残っている。「土佐天空の郷」は、この地で、古より代々伝わる農業文化を伝承し、環境に配慮した農業を展開するエコファーマーたちが、特別栽培米(化学肥料・農薬当量比5割減)の基準で丹誠込めて創り上げた一品。

ふっくらと炊きあがり、小粒がないのでべたつかない特徴をもつ。なお、大粒の厳選は、田んぼの自然力を十分に吸収した実張りの良いお米だけとなり、必

然的に食味が向上する。この「土佐天空の郷」は、本山町の棚田を後世へつなぐため後継者たちが魅力ある農業を展開出来るように取り組みを進めてきた一品である。

☎0887-76-4333
(本山町農業公社)



棚田

棚田



嶺北地域(土佐町を含む4町村)には、約1,200haの棚田があり、全国的にも棚田の多い地域。その中において、土佐町は特に棚田での米作が盛んで良質米の産地。

棚田は、農業生産の場としての機能をはじめ、国土・環境の保全、農村の美しい風景の形成や伝統文化の継承等多面的機能も有している。こうした棚田地域の魅力を多くの方々を知ってもらうため、自然のままを博物館とみ立てて「棚田ミュージアム」として情報を発信している。

☎0887-82-0400 (土佐町産業建設課)

☎車で大豊ICから約40分。バスでJR大杉駅から約45分 有

汗見川岸ツツジほのぼの体験ツアー



4月最終日曜日に開催されているイベントで、平成22年に10回目を迎えたイベント。毎年40名ほどの参加がある。汗見川沿いに咲くキシツツジを眺めながら、約4kmのコースを歩き昼食は手打ちそばや山菜の天ぷら、その他地元食材を使った料理が提供される。昼食後には体験イベントとして餅つきやマイ箸づくり、山野草を使ったコケ玉づくりも楽しめ、春の一日を満喫できる。

☎0887-76-3916 (本山町まちづくり推進課)

☎4月最終日曜日 ☎9:00~14:30 大人3,000円、小人(中学生以下2,000円、小学生以下1,000円) 吉野クライングセンター集合 ☎車で大豊ICから約20分。バスでJR大杉駅から約25分 有 ☎申込方法…電話、メールで受付

もとやま花まつり



3月下旬から5月上旬にかけて開催される。「花の町もとやま」のまつり。桜やツツジなどが町内各公園で楽しめる。なかでも帰全山公園のシャクナゲは人気がある。4月中旬から下旬にかけての見頃には、週末毎にイベントが催されており多くの花見客で賑わいをみせる。

☎0887-76-3916 (本山町まちづくり推進課)

☎3月下旬~5月上旬 無料 帰全山・上街公園ほか ☎車で大豊ICから約15分。バスでJR大杉駅から約20分 有

早明浦ダム



四国三郎「吉野川」は四国一の大河。その上流域に建設された「早明浦ダム」は多目的ダムの中で日本第2位の貯水容量を誇り、「四国の水がめ」として、多くの人々の暮らしや産業を支えてきた。湖畔沿いの道路は、春には2,000本の桜やつつじの回廊となり、初夏には紫陽花、秋には紅葉と四季折々の彩りを見せる。

また、早明浦ダム湖は、ウォータースポーツ(ジェットスキー、ウエイクボード)や釣りを楽しむこともできる。(ダム湖を利用するためには登録が必要)

☎0887-82-0400 (土佐町産業建設課)

☎車で大豊ICから約25分。バスでJR大杉駅から約30分、徒歩約20分 有 ☎バス5台、車30台

瀬戸川渓谷

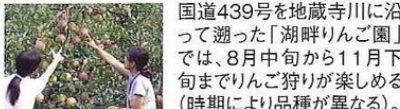


『吉野の青石』と呼ばれ、庭石として珍重される岩が累々と積み重なり、渓谷を覆う木々は四季折々にその姿を変える。4月中旬からアケボノツツジをはじめとする花の季節を迎え、その後の新緑そして10月下旬の紅葉は見事。

☎0887-82-0400 (土佐町産業建設課)

☎車で大豊ICから約75分。バスでJR大杉駅から約50分 有 ☎バス1台、車10台

湖畔りんご園



国道439号を地蔵寺川に沿って遡った「湖畔りんご園」では、8月中旬から11月下旬までりんご狩りが楽しめる(時期により品種が異なる)。

☎0887-83-0559

☎8月中旬~11月末 ☎9:00~16:00 団体(20名以上)は要予約 大人600円、小学生400円、幼児300円 土佐町地蔵寺3143 ☎車で大豊ICから約40分。バスでJR大杉駅から約45分 有 ☎バス2台、車40台

白滝キャンプ場



夏場でも涼しい標高750mの高地に位置し、周囲を雄大な四国山脈と吉野川源流の綺麗な谷川に囲まれた自然豊かなキャンプ場。車のまま乗り入れが可能なオートキャンプ場で、場内は水道、電源もあり、キャンプ用品レンタルや、薪の販売等がある。また近くには村産の「大川黒牛」や「土佐はちきん地鶏」バーベキューハウス、レベルに応じて選択可能な複数の登山道の他、木工教室、豆腐やこんにやくづくりが体験できる施設(有料・要事前予約)もある。

☎0887-84-2201 (社団法人 大川村ふるさとむら公社)

☎4月~9月の間は休みなし(バーベキューハウスは火曜日定休) 体験活動の時間は予約時に要相談 団体50人 1泊800円 ☎車で大豊ICから約1時間30分 有 ☎バス5台、車30台

やまびこカーニバル



早明浦ダムを背景にした花火大会、星空バーベキューコンサート、ビンゴゲーム(中学生以下)、よさこい鳴子踊り、ダム施設見学、スポーツイベントなど開催予定。

☎0887-82-0400 (土佐町産業建設課)

☎8月第1土日曜日 有 入場料は無料、バーベキューのチケット3,000円 土佐町田井(早明浦ダム直下「ふれあい広場」等) ☎車で大豊ICから約20分。バスでJR大杉駅から約25分 有 ☎バス可、車250台

森岡りんご園



国道439号を地蔵寺川に沿って遡った「森岡りんご園」では、8月中旬から11月下旬までりんご狩りが楽しめる(時期により品種が異なる)。

☎0887-83-0279 ☎8月下旬~11月下旬 ☎9:00~16:00 団体は要予約 大人600円、小学生400円、幼児300円 土佐町地蔵寺1953 ☎車で大豊ICから約40分。バスでJR大杉駅から約45分 有 ☎要問合せ

お城下のにぎわい今も、
街路市に集う笑顔、
よさこい祭りは晴れ舞台

高知市

中部エリア [高知市内]

第58回よさこい祭り



高知市 MAP P42-E2
毎年8月9日から4日間の日程で開催。昨年の受賞チームが出演する9日の「前夜祭」を皮切りに、10・11日の本番は市内16カ所(予定)の競演場・演舞場で約190チームの踊りが披露される。最終日の12日には「よさこい全国大会」が開催され、よさこい鳴子踊りの発祥の地高知で、県外からのエントリーチームと、よさこい祭り本番の受賞チームが華やかに競演する。

☎088-875-1178 (よさこい祭振興会)
☎088-823-4016 (社団法人高知市観光協会)
開催期間 毎年8月9日～12日 開催競演場・演舞場によって異なる 観覧無料※追手筋本部競演場のみ、有料観覧席あり(昨年料金自由席1,300円、指定席1,800円) 観本番追手筋など市内16カ所、全国大会追手筋など5カ所 車で高知ICから約15分(追手筋)。JR高知駅から徒歩約15分 周辺の有料駐車場を利用可



中部エリア [高知市内] おすすめモデルコース

高知IC

↓ 車 約20分

高知市九反田

高知市観光遊覧船で、船上より五台山や桂浜を見学

↓ 船 約1時間

桂浜・坂本龍馬記念館

「坂本龍馬銅像」や、桂浜に建つ「高知県立坂本龍馬記念館」で龍馬について触れる(約1時間20分)

↓ 車 約30分

高知市内

龍馬の生まれたまち歩き ~土佐っ歩~

オプション

8月後半には、夕方、高知市内で「よさこいアンコール」が開催される。

2011よさこいアンコール



平成23年で第7回目を迎える「よさこいアンコール」。全国的に広がっている「よさこい鳴子踊り」。高知での本祭終了後も、高知市を訪れる観光客の方々に「よさこい祭り」を楽しんで頂くために企画。
①よさこい鳴子踊りの披露
②正調よさこい鳴子踊りの体験
その他抽選会などを予定。

☎088-823-5941
(高知市旅館ホテル協同組合)
開催期間 平成23年8月18日～31日の
全日 18:00～18:45 大橋通り商店街(予定) 周辺の
有料駐車場を利用可



高知観光 人力車



他都市での人力車の経験豊富で、非常に明るく人情味のあるガイド(大輝さん)とともに、人力車で高知の観光地を巡る。他では聞くことのできない、観光地のマル秘裏情報などを聞くことができる。
【案内コース】 ●大遊覧南国土佐を感じる旅(15分)1名2,000円、2名3,000円 ●城下町をめぐる幕末歴史の旅(30分)1名4,000円、2名5,000円 ●龍馬の生まれた町をめぐる旅(60分)1名8,000円、2名10,000円 ※新コース(45分)有、体験コース(1～2名)1,000円有

☎090-7011-8543 (大輝さん)
開催日 ほぼ毎日 10:00～17:00頃 高知城下 追手門前から出発 車で高知ICから約20分。バスでJR高知駅から約10分 周辺の有料駐車場を利用可

高知市納涼花火大会



「よさこい祭り」のオープニングを飾る西日本有数の市民の花火大会。スターマインや仕掛花火、長さ約650mのナイアガラなど、約4,000発の花火が夜空を彩る。

☎088-823-4016 (高知市観光協会)
開催日 8月9日 19:30～21:00 高知市鏡川河畔柳原 車で高知ICから約20分 周辺の有料駐車場を利用可

高知市観光遊覧船



土佐の大自然と、歴史人物の散策の旅へご案内。慶応3年9月、坂本龍馬が震天丸で帰郷した際に船上から目にした桂浜や浦戸湾を遊覧船でめぐる約1時間20分の遊覧。

●遊覧コース紹介
堀川～丸山台～月見台～袂石～桂浜乗降場所～桂浜と龍馬像

☎088-879-4567 (NPO法人 さらりこち都市づくり)
開土曜日、日曜日、祝日は定時運行(平日:団体貸し切り可。個人乗り合いの場合は要相談) 大人2,000円、小人(小学生)1,000円。※乳幼児は大人1名につき1名無料 車で高知駅から約5分 有(有料) 予約専用電話090-5715-2990。貸し切り:1隻大人12名～3隻36名まで対応(平日のご利用)。飲食物の持ち込みOK

高知県立牧野植物園

昭和33年に、高知県が生んだ植物学者・牧野富太郎博士の業績を顕彰する施設として、高知市五台山に開園。園内には博士ゆかりの植物など約3,000種が四季を彩っている。2010年春オープンした新温室も見所。



☎088-882-2601
9:00～17:00 無休(ただし年末年始の12月27日～1月1日を除く) 高知市五台山4200-6 一般700円(高校生以下無料)、団体600円(20名以上)

千年の土佐和紙、
香り高い土佐茶、
仁淀川と季節を遊ぶ

いの町
仁淀川町
越知町 日高村
佐川町 土佐市

中部エリア [仁淀川流域]

中部エリア [仁淀川流域] おすすめモデルコース

高知市内

↓ 車 約20分

紙漉き体験

「紙の博物館」又は「土佐和紙工芸村くらうど」で紙漉き体験(約1時間)

↓ 車 約20分

佐川・上町まち歩き

酒蔵ロード、青山文庫、牧野富太郎博士の生誕地を巡る(約1時間)

↓ 車 約30分

横倉山自然の森博物館

牧野博士の研究フィールド横倉山の麓にある地球学博物館で日本列島誕生の謎に迫る(約50分)

↓ 車 約40分

伊野IC

町道瓶ヶ森線・吉野川源流

瓶ヶ森UFOライン

いの町
MAP P41-D1



国道194号の旧寒風山トンネルと予佐越(よさこい)峠を結ぶ全長約17kmの町道。標高1,300m~1,700mの尾根筋を走り、石鎚山(1,982m)など石鎚国定公園の「雄大な峰」の眺めを楽しめることからUFOラインの愛称で呼ばれている。春はアケボノツツジやシャクナゲ、秋は見事な紅葉が楽しめ、四国内外から多くの人が訪れる。登山者も多く、特に瓶ヶ森(1,896m)は登山口の駐車場から歩いて約15分で愛媛県西条市側の氷見二千石原(ササ原)へ行けるなど、初心者でも楽しめる。「山荘しらす」は山岳観光の拠点になっている。

☎090-1177-5633 (山荘しらす)
いの町寺川175

☎088-893-1211 (いの町観光協会)
道路面が凍結する冬期(11月末~4月上旬)は安全確保のため閉鎖される ❷車で高知市から約2時間、西条ICから約1時間

瓶ヶ森男山

山荘しらす

バウムクーヘン作り

いの町
MAP P41-D1



「グリーンパークほどの」のパーベキュー棟でバウムクーヘンを作る。青竹に土佐ジローの卵を使用した生地を重ね、一層一層丹精込め炭火でじっくり焼きあげる。自分達で焼くからおいしさ倍増。「グリーンパークほどの」はキャンプ場やバンガローを備えた森林公園になっており、様々な体験観光が楽しめる。

☎088-867-3705 (グリーンパークほどの)
開通年。要予約 ❷約2時間~2時間30分(受付8:30~14:30) ❸団体可 ❹1本2,500円、2本目から1本2,000円
いの町清水上分2995 ❶車で伊野ICから約1時間10分

紙の博物館

いの町
MAP P41-D2



土佐和紙の歴史資料や道具の展示、紙漉きの見学、体験ができる博物館。1000年以上続く土佐和紙の歴史が、パネルや模型でわかりやすく紹介されている。紙に関する展示も企画され魅力いっぱい施設になっている。体験時間約40分。

☎088-893-0886
❷9:00~17:00 ❸月曜休館(祝日の場合は翌日) ❹大人(18歳以上)520円(20人以上の団体420円)、小学・中学・高校生100円(20人以上の団体の場合80円)、[紙漉き体験:色紙2枚またははがき8枚で420円] ❶いの町幸町110-1
❷車で高知市から約20分、伊野ICから約10分 ❸大型バス3台、普通車40台

道の駅「土佐和紙工芸村くらうど」

いの町
MAP P41-D2



清流仁淀川沿いに位置する自然景観に恵まれた道の駅くらうど。カヌー、紙漉き、はた織りなど体験型観光メニューも充実している。カヌースクールは4月から10月にかけて開催され、初心者から上級者まで楽しめるコースが設定されている。平成23年からは1人乗りカヤック半日で5,000円。宿泊施設有り。日帰り入浴(薬湯)可。

☎088-892-1001
開通年。体験メニューは要予約 ❶いの町鹿敷1226(国道194号沿い)
❷車で高知市内から約30分

第17回仁淀川紙のこいのぼり

いの町
MAP P41-D2



土佐和紙発祥の地の町ならではのイベント。仁淀川の清流に色鮮やかな紙のこいのぼりの魚影が輝く。

☎088-893-1115 (いの町産業経済課)
開平成23年5月3日~5月5日(予定) ❶国道33号[仁淀川橋]付近の川原 ❷車で伊野ICから約10分。JR伊野駅から徒歩約15分

かんぽの宿 伊野

いの町
MAP P41-D2



いの町の高台に立地し、全室から仁淀川の美しい清流を眺めることができる。露天風呂から見える土讃線の列車に旅情が自然とわいてくる。

☎088-892-1580
❶入浴料500円(12歳以上)、300円(6歳以上、12歳未満)
いの町波川1569 ❷車で伊野IC、土佐ICから約15分

一の谷やかた

いの町
MAP P41-D1



一の谷やかたは吉野川の源、美しい渓谷にある四国・高知のかくれ宿。囲炉裏を囲んで野趣あふれる山里料理を味わえる。

☎088-869-2666
❶冬期休業 ❷いの町桑瀬325 ❸日帰り入浴(500円)
❹車で伊野ICから約1時間、西条ICから約40分



人と自然を大切に共生の里 日高村を楽しむ周遊コース

日高村
MAP P41-02

周遊時間約4時間 車で高知市から日下川調整池まで約30分

1 日下川調整池

県内最大級の内陸型湿地(約14ha)。メダカ、トンボ、野鳥など自然の宝庫。池のアジサイも楽しめる。

☎0889-24-5113

(日高村総務課) 車でJR岡元駅から徒歩約5分

↓(車で約15分)

2 猿田洞

石灰石の洞窟。大きな鍾乳石や石筍はあまりないが、自然のままの深淵がある。洞内を探索する約50分のコースと途中分岐して約1時間20分の冒険コースもある。入洞の際は許可が必要。夏は涼しい。

☎0889-24-5115 (日高村教育委員会)

車で国道33号日下大橋から約10分 20台



↓(車で約15分)

3 錦山公園・ドウダンツツジ

蛇紋岩地帯特有の植生が見られ、トサミズキ等高知県固有の植物の他、ここにだけ自生するドウダンツツジ(花の時期は4月中旬~下旬・秋は紅葉が見事)やニシキアカマツが有名。

☎0889-24-4647 (日高村産業環境課)

車で国道33号妹背口から約15分

↓(車で約10分)



4 名越屋沈下橋

清流仁淀川最下流にかかる沈下橋。

車で国道33号千本杉から約15分

↓(車で約10分)

5 小村神社

土佐二の宮として有名。用明天皇2(586)年に創建され、国宝「金銅荘環頭大刀(コンドウソウカントウノタチ)」がご神体。毎年秋の大祭(11月15日)でのみ拝観することができる。社殿の裏には樹齢1000年を超える牡丹杉と呼ばれる杉があり、有事の前に光るといふ伝説から燈明杉とも呼ばれている。

☎0889-24-7466 (小村神社)

JR小村神社前駅下車徒歩約1分。国道33号沿い



四国霊場札所とへんろ道

土佐市
MAP P41-02

◆第35番札所 医王山鏡池院 清瀧寺

真言宗豊山派の寺院。薬師如来像の台座の中で「戒壇めぐり」をすると厄除けの御利益があるとされている。

☎088-852-0316

(清瀧寺)

土佐市高岡町丁568-1

車で土佐ICから約15分

10台未満程度、大型通行不可



◆へんろ道

昔からのへんろ道が今も残っている。特に清瀧寺への登りや、青龍寺に向かう塚地峠越えは現在でもへんろ道の難所と言われている。多くのお遍路さんは今でもこの道を通っている。



◆第36番札所 独結山伊舎那院 青龍寺

真言宗豊山派の寺院。空海が開いたとされている。本尊は波切不動明王で、海難守護の御利益があるとされ、地元からは「波切不動さん」と呼ばれて親しまれている。

☎088-856-3010 (青龍寺)

土佐市宇佐町電163 車で土佐ICから約25分 有、大型バス通行不可

へんろ道の間合せは…

☎088-852-7679 (土佐市産業経済課)



ジョン万次郎出航の地

土佐市
MAP P41-02



万次郎出航の地

ジョン万次郎こと中浜万次郎は、土佐清水市出身で、幼少時に父親を亡くして以来他家に奉公に入って家計を助けていたが、その後土佐市宇佐町で漁師の手伝いをするようになる。天保12(1841)年、宇佐から出漁漂流してアメリカに渡り、日本開国の原点となった。万次郎顕彰碑の立つ宇佐しおかぜ公園からは現在、ホエールウオッチングの船が出航している。



万次郎顕彰碑

(宇佐しおかぜ公園)
土佐市宇佐町宇佐2752-7
車で土佐ICから約20分 有
☎088-852-7679
(土佐市産業経済課)



土佐市の旨いもん

土佐市
MAP P41-02



うつぼのタタキ
うつぼの独特な歯ごたえと上品なおいしさを楽しめ、コラーゲンもたっぷり含まれている。



土佐文旦

爽やかな香りとまるやかな口あたり。甘くてジューシーな土佐文旦は土佐で生まれたみかんの王様。

☎088-852-7679 (土佐市産業経済課)



うるめの丸干し

新鮮ないわしを昔ながらの方法で天日干し。おいさがぎゅっと凝縮する匠の技が生きている。



佐川・上町まち歩き

佐川町
MAP P41-02



竹村家住宅



青源寺



司牡丹・酒ギャラリー「ほてい」

☎0889-22-5240

(NPO法人佐川くろがねの会)

竹村家住宅の一般公開は毎月第2日曜日10:00~15:00 1時間~1時間30分(要予約) 駐車場あり料金100円/人 車で高知市内から約45分。特急でJR高知駅から約25分、JR佐川駅から徒歩約5分 有

酒造会社の司牡丹の本社・工場・白壁の酒蔵が軒を連ねる上町(うえまち)には、江戸時代からの作り酒屋で有力商人だった黒金(くろがね)屋の建物で国の重要文化財「竹村家住宅」、書家・北古味可葉氏の「スタジオ可葉」、酒ギャラリー「ほてい」(試飲可)、洋館の旧青山文庫、世界的な植物学者・牧野富太郎博士の生誕地など見所豊富。「ほてい」の角を曲れば、奥の土居と呼ばれる静かな空間に、藩政期・幕末明治維新期の歴史の宝庫「青山文庫」、400年の歴史を誇り、県指定文化財の庭園を持つ禅寺「青源寺」がある。そんな落ち着いたたたずまいの上町をNPO法人佐川くろがねの会の案内で巡ってみませんか。

●第4回佐川・酒蔵ロード劇場2011

切り絵作家・酒井敦美さんの切り絵をプロジェクターで上町のあちこちの白壁に映し出すという幻想的な屋外展示会。白壁に映し出された光の影絵の前で様々なミュージシャンが演奏する。光の切り絵と音楽とそれを見る人々も切り絵のなかに投影されて一体となる楽しいお祭。当日は飲み物、食べ物コーナーも設置される。平成23年7月30日(土)刻刻より開催予定





佐川地質館

佐川町
MAP P42-D2



「地質の宝庫」佐川の地質を楽しく学べる。珍しい化石が展示され、日本の地学の基礎を築いたエドムント・ナウマン博士自筆の詩も必見。

☎0889-22-5500

開通年。体験メニューは要予約 9:00~17:00(月曜休館)
観覧料大人300円、高校生以下100円(団体割引あり)
開佐川町甲360 車で高知市から約50分、JR佐川駅から約3分 有、大型可



青山文庫

佐川町
MAP P41-D2



土佐藩筆頭家老深尾氏、坂本龍馬、中岡慎太郎、田中光顕の直筆を含む藩政期・幕末明治維新期の史料を展示している。そのほとんどすべてがレプリカではなく、本物。「青山文庫」の青山(せいざん)は佐川町出身の明治時代に宮内大臣を務めた田中光顕の雅号にちなんで名づけられたもので、開館は大正14(1925)年。

☎0889-22-0348

9:00~17:00 日曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始
大人400円、中・高200円、小100円 開佐川町奥の土居
車で高知市内から約40分、JR佐川駅から徒歩約6分



鳥形山森林植物公園

仁淀川町
MAP P41-C2



鳥形山森林植物公園は希少な高山植物の宝庫。山に自生する植物を保護するために造られた公園内には遊歩道が整備され、展望台からは四国山脈を眺望できる。

鳥形山展望台から

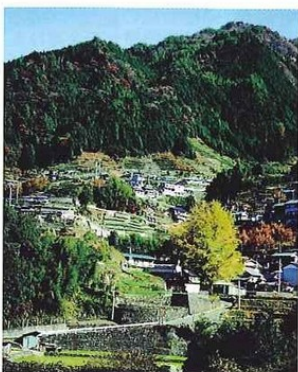
☎0889-32-1113 (仁淀総合支所地域振興課)

車で高知市から約3時間(国道33号、439号経由)



長者の棚田

仁淀川町
MAP P41-C2



長者地区の棚田の中にはかつて映画館やパチンコ店が並び繁華街があった。棚田博士こと中島峰広棚田学会会長は「他に類を見ない見事な景観」と述べている。南米アンデスのマチュピチュ遺跡にも匹敵する天界集落が今も煌めいている。

☎0889-32-1113 (仁淀総合支所地域振興課)

車で高知市から約2時間(国道33号、439号経由)



越知町観光物産館「おち駅」

越知町
MAP P41-D2



平成22年4月に国道33号線沿いにオープンした「おち駅」では、清流・仁淀川と自然の森・横倉山に代表される豊かな自然を満喫できる観光情報を発信するとともに、多種多様な越知町の産品をそろえている。おち駅内にある越知町観光協会ではカーニバル体験を受け付けている。

●カーニバル体験

5月~11月(火休) 半日4,500円、1日6,000円

☎0889-26-1004 (越知町観光協会)

8:00~17:00(無休) 越知町越知甲1736-7 車で伊野ICから約45分 8台



大樽の滝

越知町
MAP P41-D2



「日本の滝百選」の一つに数えられる県下屈指の名瀑で落差は34m。越知市街地の近郊にある。滝の本体が「三滝花崗岩(さんたきかこうがん)」と呼ばれる4億年以上前の極めて古い岩石からできている。横倉山県立自然公園の一部で、春は新緑、秋は紅葉が美しい。

☎0889-26-1004 (越知町観光協会)

開越知町山室宇大樽 車で伊野ICから約35分(国道33号越知橋を桐見ダム方面へ) 有、約5台(駐車場より徒歩約15分)



横倉山と横倉山自然の森博物館

越知町
MAP P41-D2



横倉山と仁淀川

横倉山自然の森博物館は世界的な建築家・安藤忠雄氏の設計による純然たる自然系博物館。横倉山への導入施設で、横倉山の地質・化石、植物、歴史・伝説の3つを主なテーマとし、併せて地球の歴史をも学習できる“地球学博物館”。

☎0889-26-1060 (横倉山自然の森博物館)

9:00~17:00 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日) 越知町越知丙737-12 車で伊野ICから約45分 大人500円、高校・大学生400円、小・中学生200円(各20名以上の団体は100円引き)

横倉山は、日本最古の化石の産地であり、日本で最も古い部類の4億年前後のシルルーデボン紀の地層が連続的に広く分布する所として地質学的に有名。オーストラリアや南中国と共通する化石を産するなど、日本列島の歴史のみならず地球の歴史を考える上でも重要な存在である。日本唯一とも言われるアカガンの原生林が残り、日本屈指の植物の宝庫として有名で、世界的な植物学者・牧野富太郎博士のフィールドとしても知られている。また、源平の戦いに敗れた安徳天皇が落ち延び、ここを終焉の地としたという潜幸伝説が残り、「安徳天皇陵墓参考地」(宮内庁管轄)がある。



安居渓谷

仁淀川町
MAP P41-C1



千切峡

☎0889-34-2114

(池川総合支所地域振興課)

車で高知市から「宝来荘」まで約1時間30分

開仁淀川町大屋



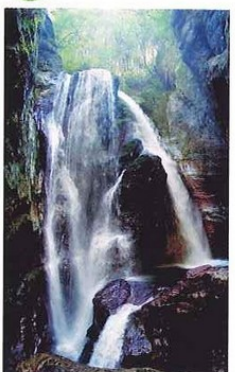
宝来荘(イメージ)

安居渓谷県立自然公園は、石鏡園に隣接し原生林に囲まれた森と渓谷は類まれな絶景。「みかえりの滝」「飛龍の滝」「昇龍の滝」「千切峡」など見所が多い。渓流沿いの宿「宝来荘」(☎0889-34-3719)は平成22年9月に新装された。



中津渓谷

仁淀川町
MAP P41-C2



雨竜の滝

☎0889-35-1083

(仁淀川町産業建設課)

開「ゆの森」まで車で伊野ICから国道33号を約1時間10分、松山ICから国道33号を約1時間30分 開仁淀川町名野川



ゆの森

国道33号より500mほど上がったところにある県立自然公園。入口から約2.3kmの遊歩道が整備されている。「紅葉の滝」「雨竜の滝」「龍宮淵」「石柱」等壮大な水の森を楽しもう。おもてなしの宿「中津渓谷 ゆの森」(☎0889-36-0680)の温泉でくつろぐことができる。入浴料大人600円。

カツオ一本釣りと清水サバ、
四万十川の恵みを堪能し、
龍馬脱藩の道を歩こう



西部エリア

西部エリア おすすめモデルコース

【1日目】 高知IC

↓ 車 約30分

須崎東IC

↓ 車 約2時間30分

四万十花まつり

3月～6月にかけて四万十市内で咲き誇る花々を見学(約2時間)

↓ 車 約40分

体験交流施設 海の駅 あしずり

カツオのタタキ体験を始め、様々な体験メニューを準備(約2時間)

↓ 車 約40分

【宿泊】足摺温泉郷

【2日目】 足摺温泉郷

↓ 車 約3時間30分

梶原

「坂本龍馬脱藩の道」を地元ガイドと共に散策(約1時間30分)

↓ 車 約1時間

四国カルスト

四国カルスト、天狗高原の散策(約1時間)

↓ 車 約2時間

高知市内

ドラゴンカヌー・シーカヤック体験

須崎市
MAP P41-D2



ドラゴンカヌー

浦ノ内坂内カヌー場は、外海(太平洋)からはかなり入り込んだ場所にあるため、海面がたいへん穏やかで、高知県内でも屈指のコンディションを誇っている。体験では四季折々の野鳥や植物を、カヌーならではの視線で眺めながら、ゆったりとした時間を過ごすことができる。カヌー体験は須崎名物のドラゴンカヌーとシーカヤックのコースがあり、グループやファミリー、学校、企業などの団体まで楽しむことができる。



・初心者コース 往復約2km

☑体験時間 ドラゴンカヌー40分、シーカヤック60分

・中級者コース 往復約2km

☑体験時間 ドラゴンカヌー60分、シーカヤック90分

・上級者コース 往復約15km

☑体験時間 ドラゴンカヌー120分、シーカヤック160分

・自然観察コース 往復約15km

☑体験時間 ドラゴンカヌー140分、シーカヤック180分



☎0889-49-0200 (すさきスポーツクラブ事務局)

☎通年 ☑ドラゴンカヌー体験料金(団体)(ドラゴンカヌー8艇、1艇24人)、24人迄3万円、48人5万円、72人6万6千円、96人8万2千円、120人9万8千円 ☐シーカヤック体験料金(団体)(1人乗り29艇、2人乗り13艇、合計55名)、10人迄2万3千円、20人3万7千円、30人5万1千円、40人6万円、50人6万9千円 ☑須崎市浦ノ内東2688 須崎市立スポーツセンター内 ☑車で高知市から約40分 ☑大型バス10台、普通車100台

三世代で楽しもう 小草ふれあい公園パークゴルフ場

中土佐町
MAP P41-D3



誰でも気軽に始められるパークゴルフは子どもからお年寄りまで楽しめるスポーツ。人気の湯宿・黒潮本陣(☎0889-52-3500)の近くに平成22年8月オープンした。コースは全18ホール。目の前に広がる太平洋を眺めながらゆったりプレーを楽しむことができる。

☎0889-40-1222 (小草ふれあい公園管理棟)

☎0889-52-2365 (中土佐町企画課)

☑(4月～9月)9:00～18:00、(10月～3月)9:00～17:00

☑木曜日 ☑(1日)中学生以上500円、小学生以下250円

☑車で高知市から約50分 ☑有、大型可



黒潮本陣

海洋堂ホビー館 四万十 [2011.04.29.OPEN(予定)]

四万十町
MAP P41-C3



四万十の緑あふれる大自然の中に海洋堂ホビー館 四万十が出現!

※展示物・イラストはイメージ



フィギュア(海洋堂館長 宮脇 修氏)

・BOMEフィギュア
・各種リボルテックフィギュア
・チョコエッグコレクション
・なつかしのプラモデル
(その他盛り沢山展示予定)

☎0880-29-6118 (崎奇想天外)

☑四万十町打井川 ☑車で高知市から約1時間40分、松葉川温泉から約50分、道の駅「四万十とわわ」から約40分、JR打井川駅(予土線)から約8分



イメージ



打井川駅前

漁師町散策と久礼大正町市場

中土佐町
MAP P41-D2



久礼大正町市場

漫画「土佐の一本釣り」(青柳裕介作)の舞台となった中土佐町は400年以上の歴史を誇る鯉一本釣りの町。また、四万十川周辺の木材を搬出す物流基地としても同様に発展してきた。町では、「鯉一本釣りの町と四万十の物流基地の足跡」をガイドと巡る約1時間のコースを用意しており、楽しいまち歩きと旬の味が楽しめる。コースのなかの「久礼大正町市場」は漁師のおかみさんの直販市場として町内外からのたくさんの人でにぎわっている。

☎0889-52-2473 (中土佐町水産商工課)

☑車で高知市から約45分。JR高知駅から特急で約50分

松葉川温泉

四万十町
MAP P42-C2



四万十川の支流、広葉樹の森に囲まれた日野地川の渓谷に湧く温泉。その効用は数多く、四国有数の泉質を誇る。夏には近くで螢を見ることができる。

☎0880-23-0611 (ホテル松葉川温泉)

☑温泉入浴のみ大人500円(小人250円) ☑四万十町日野地605-1 ☑車で須崎東ICから約1時間 ☑50台、大型可



ようこそ、癒しの高原へ 天空の爽回廊

森林セラピー基地「四国カルスト天狗高原自然休養林」

津野町
MAP P42-C2



日本三大カルストの一つ「四国カルスト天狗高原」(標高1,000m~1,484m)に建つ「天狗荘」を拠点とした森林セラピー。カラマツ林に向かうならかなセラピーロード散策が癒しの森林パワーを私たちに与えてくれる。

静かなゆっくりとした時の流れのなかで、究極のリラックスタイムを味わえる。夏は避暑に、冬はダイヤモンドダストや南十字星を見ることができる。高知県と愛媛県にまたがる天狗高原遊歩道もおすすめ。

癒し効果が科学的に検証された「森林浴効果」

- (1) ストレスホルモンの減少
- (2) 副交感神経活動の高まり
- (3) 交感神経活動の抑制
- (4) 収縮期・拡張期血圧、脈拍数の低下
- (5) 心理的に緊張が緩和し気力が上がる
- (6) NK活性が高まり免疫機能が上がる
- (7) 抗がんタンパク質の増加

*NK活性とはナチュラルキラー細胞の活性化のこと。NK細胞を増強・活性化させることは、がんの予防・治療に有効と考えることができる。



セラピーロード

●カラマツ林コース

片道1,000mのロードにはヒノキのチップを敷いており、長く歩いても足が疲れないように整備している。(所要時間往復約1時間)

●ヒメシャラ林コース

カラマツ林コースの1,000mを併用した片道4,500mのコース。大小300本ほどのヒメシャラの群生に触りながら歩くことができる。(所要時間往復約3時間)



セラピー弁当 要予約(1,000円)

☎0889-62-3188 (高原ふれあいの家 天狗荘)
👤ガイド1名、約2時間5,000円(要予約) 📍津野町芳生野乙
🚗車で高知市、松山市から天狗荘まで各約2時間 📍200台、大型バス可



森林セラピー(ウォーキング)

梼原町
MAP P41-C2



森林浴の効果は昔から言われていたが、森林の持つ「癒し」の効果の科学的解明や活用が近年行われており、今では森林セラピーと呼ばれ親しまれている。森林セラピーロードに認定されている延長3km近いこのロードは、先人から受け継がれてきた水路と並行に進み、森林を映した流れがゆっくりと動く様子を満喫できる。また、ここは久保谷景勝地といわれる渓谷を形成していることから、平日休日を問わず訪れる方も多い。

☎0889-65-1250 (梼原町環境推進課)
📍申し込みに応じて随時。要予約 約2~3時間 📍要相談
👤参加者1名につき千円(ガイド1名につき5名程度を上限に受け入れ。参加者数に応じてガイド数が増える) 📍梼原町松原
🚗車で須崎ICから国道197号を愛媛方面へ約40分、国道439号を四万十町方面へ約40分 📍10台程度、松原郵便局近く(大型・中型バス不可)



坂本龍馬脱藩の道 ウォーキング

梼原町
MAP P41-C2



脱藩の道イメージ



掛橋和泉邸

梼原町内中心部にある、坂本龍馬等ゆかりの史跡を約1時間半から2時間かけてガイドが案内して回るウォーキング。ご要望に応じて、野越え(脱藩の道 梼原町の入口)から葦が峠(県境)までの案内もできる。(別途料金必要)



維新の群像
(中央が龍馬)



龍馬ガイド



六志士の墓



脱藩定食

龍馬ストラップ



葦が峠

☎0889-65-0489 (坂本龍馬脱藩の郷ゆすはらであいの会(事務局 梼原町商工会))
📍申し込みに応じて随時 約2時間 📍1名~ 👤ガイド1名につき3千円(ガイド1名で10名程度受け入れ。参加者数に応じてガイド数が増える) 📍梼原町中心部 🚗車で須崎ICから国道197号を愛媛方面へ50分 📍50台程度、大型バス可



津野山神楽

梼原町
MAP P41-B2



国の重要無形民俗文化財に指定されている津野山神楽は千年以上の歴史を持ち、リズムカルな囃子に合わせて舞われる荘厳さが人気。

☎0889-65-1350
(津野山神楽保存会・梼原町教育委員会)
📍四国神楽大会は6月第1日曜日開催予定 📍無料 📍梼原町内
🚗車で須崎ICから国道197号を愛媛方面へ約50分



四国カルスト

梼原町
MAP P41-B2



四国カルストは東西25kmにも及び、東は天狗高原、西は大野ヶ原に繋がっている。カルスト特有のカーレンやドリネなどの景観を楽しみ、夏には放牧された牛を見ることが出来る。

☎0889-65-1250 (梼原町環境推進課)
📍梼原町、津野町 🚗車で須崎ICから約1時間30分



マルシェ・ユスハラ

梼原町
MAP P41-B2



☎0889-65-1288
(マルシェ・ユスハラ)
📍梼原町梼原1196-1
🚗車で須崎ICから国道197号を愛媛方面へ約50分

平成22年8月28日にオープンした「まちの駅ゆすはら」。茅葺きをイメージした鉄筋コンクリート3階建ての1階は梼原町の物産館、2、3階は「雲の上のホテル」の別館「マルシェ・ユスハラ」。部屋数は22~47㎡の15室で収容人数34名、宿泊料金は1人6,500円~9,000円(税別)。物産館にホテルが併設されるという全国でも初めてのケースで、「四国・ゆすはら・宿場町」を目指す町の拠点として期待されている。



まちの駅ゆすはら



Tシャツアート展

黒潮町
MAP P41-C3



「写真・絵画展は室内でするもの」という考え方を打破した、世界でもめずらしい砂浜での美術展。Tシャツをキャンバスに見立て、砂浜に杭を打ち、ロープを張り、洗濯物を干すようにTシャツを並べていく。風にはためく真っ白なTシャツは壮観。砂浜美術館ではTシャツアート展の他にも砂浜をはだして走るシーサイドはだしマラソンや、砂浜に打ち上げられた漂流物を集めた漂流物展なども開催している。

☎0880-43-4915 (NPO砂浜美術館事務局)
📍5月上旬予定 📍黒潮町入野海岸 🚗車で高知市から約2時間、四万十市から約30分 📍有、大型バス可



自然と花



食



まちめぐり



酒蔵



温泉



体験



観光施設
スポット



神社仏閣



ウォーキング
トレッキング



祭り・
イベント

四万十花まつり

四万十市
MAP P41-B3

●菜の花まつり

菜の花まつり期間中の土・日には、地域による物産販売と会場内案内が行われる。



☎0880-35-4171 (四万十市観光協会)
開平成23年3月中旬～4月上旬 開入田河川敷
☎車で中村駅から約10分
🚗100台、大型バス要相談

●桜まつり

四万十市の高台にある桜の名所「為松公園」で行われる春のイベント。期間中は桜のライトアップとポンボリの点灯により、夜桜も楽しむことができる。



☎0880-35-4171 (四万十市観光協会)
開平成23年3月下旬～4月上旬 開為松公園 開車で中村駅から約10分 開為松公園下に30台、大型バス駐車可

●玖木の1日橋めぐり・つつじ祭り

四万十川支流黒尊川流域でのつつじ見学と沈下橋めぐり、めし炊き、山菜採り、あめご釣り体験に参加し、地元の人たちとの交流を深めませんか。自然満喫の体験イベント。要事前申込み



☎0880-52-1111 (四万十市西土佐総合支所産業課)
開平成23年4月中旬 開四万十市西土佐玖木 開車で中村駅から約1時間

●香山寺ふじまつり

市民の森として親しまれている「香山寺」は、例年4月下旬から5月中旬に藤の花の見頃を迎える。イベント当日は藤の花に囲まれながら、琴の演奏や野点などが行われる。



☎0880-35-4171 (四万十市観光協会)
開平成23年4月中旬 開香山寺市民の森(世界の藤の里)
開車で中村駅から約10分 開50台、大型バス駐車可

●花菖蒲まつり

世界初のトンボ保護区である四万十市トンボ自然公園では、園内がハナショウブで満開となる時期に合わせてぜんざいの販売や生き物探しゲームなどが行われる。



☎0880-35-4171 (四万十市観光協会)
開平成23年6月上旬の土曜日 開四万十市具同8055-5
開車で中村駅から約10分 開100台、大型バス駐車可

●紫陽花まつり

安並水車の里で、水車が紫陽花に包まれる時期、ぜんざいやお茶の接待所、観光案内所を設置。青や桃色のあじさいを眺めながら、野点を楽しむこともできる。



☎0880-35-4171 (四万十市観光協会)
開平成23年6月上旬の土曜日 開安並水車の里 開車で中村駅から約5分 開50台、大型バス駐車可

「ジョン万次郎資料館」2011年4月リニューアルオープン(予定)

土佐清水市
MAP P41-C4

土佐・龍馬であい博の土佐清水会場「ジョン万・くろしお社中」を設置していた体験交流施設「海の駅あしずり」は、平成23年4月(予定)より同社中を「ジョン万次郎資料館」としてリニューアルオープンし郷土の偉人ジョン万次郎を観光資源として活用する。入場料・営業時は未定。であい博と共に新設したレストランスペース(屋内45席・ウッドテラス32席)は、ジョン万次郎資料館のオープンに合わせて営業を再開し、くろしお社中のシアターコーナーも引き続き利用し演出効果を高める。また、土・日・祝日に地産市場「どいっち場」を開催し、四万十・足摺エリアの特産品の即売や鯉のタタキ発祥の地・足摺本場の薫焼きたたきを試食できるようにする。団体・ツアー客へは事前予約にて平日でも「どいっち場」を開催し、特産品に対するニーズに応えていく。



イメージ

☎0880-82-3155
(体験交流型施設 海の駅あしずり[土佐清水市観光協会])
開土佐清水市養老303 開車で高知市から約3時間
🚗有、大型可



イメージ

天日塩づくり体験

黒潮町
MAP P41-C3



塩の攪拌、採塩、選別、袋詰めなどの体験を通じて天日塩ができるまでの過程を学ぶことができる。お楽しみは、精製の過程でできるマグネシウム成分たっぷりの「浴用塩」を使った歯磨きや洗顔。お肌もさっぱりする。塩の小袋のお土産付き。

☎0880-55-2040 (企業組合ソルトビー)
開通年。攪拌作業(ハウス内)が高温になるため、午前中の体験がおすすめ。土日祝日を除く3日前までに予約 開約1時間～1時間30分 開1人～30人 開黒潮町熊野浦90-4 開車で高知市から2時間、四万十市から約1時間 開有、大型バス可 開タオル、エプロン、ハンダナを要持参

シーカヤック

黒潮町
MAP P41-C3



青い海に青い空、ほかに何も無い遊海生活始めませんか。スタッフは現役の漁師。海の魅力をご案内します。初心者の方やお子様連れにおすすめのイーザーカヤックやハーフデイクヤックで夏の思い出づくりにびったり。

☎0880-55-3667 (遊海[ゆうみ])
開通年 開イーザーカヤック約2時間、ハーフデイクヤック約3時間 開1人～16人 開黒潮町佐賀港周辺 開車で高知市から約2時間、四万十市から約40分 開有 開要予約

海ガメ卵の保護体験

黒潮町
MAP P41-C3



黒潮町には6月から8月にかけてアカウミガメが産卵するために上陸する。卵が無事に孵化して海に帰るように保護活動を行う地元ボランティアの説明を受けた後、海岸に設置した孵化場を見学する。体験場近くで産卵があれば卵を掘る体験を、孵化していれば放流体験を一緒に行う。

☎0880-31-0233 (一般社団法人福多広域観光協議会) 開産卵保護:5月中旬～8月中旬。放流体験:8月末～10月中旬 開8:30～14:00 開1～2時間(要相談) 開1～40人(事前に電話予約) 開黒潮町入野海岸 開車で高知市から約2時間、四万十市から約30分 開有、大型バス可 開要タオル・帽子・水筒

幡多・マーケット
海辺の日曜日

黒潮町
MAP P41-C3



「海辺の日曜日」は、風土に根ざした地域産品を創造することにより、エコロジカルで堅実な地域経済を支援し、地域に賑わいを生むことを目的に開催されている。新鮮な果実や農水産物、手造りの加工品が盛り沢山。主催は特定非営利活動法人高知県西部NPO支援ネットワーク。

☎0880-43-2113 (黒潮町産業推進室商工観光係)
毎月第2日曜日9:00~14:00 土佐西南大規模公園・体育館横(黒潮町入野388) 車で高知市から約2時間、四万十市から約30分 有(大型バス可)

牧野富太郎の道歩く

三原村は周囲を標高450~850mの山脈に囲まれ、隣接する四万十、宿毛、土佐清水の3市とは独立した立地条件にある高原の村。世界的な植物学者、牧野富太郎博士(1862~1957)が青年時代に植物採集で歩いた道を散策しながら、人と自然があやなす原風景が息づいている三原村を味わってみよう。4月はつつじ祭り(場所 三原自然公園)、9月はヒメノボタンの里めぐり(場所 星ヶ丘公園)、11月は牧野富太郎の道歩くイベント(場所 今ノ山)が開催される。

●宮ノ川ウォークコース
希少な野草の植生や樹齢100年をゆうに超える巨木が点在するコース。農家食堂もあり美味しい田舎料理やどぶろくも味わえる。

●牧野富太郎ウォークコース
牧野博士が植物採集で歩いた道を追体験できる。約3kmのウォーキングコースには多様な植生が存在する。また、QRコードが付いたプレートが設置されており、携帯電話を使ってその植物の情報を知ることができる。



ヒメノボタン

●今ノ山ウォークコース
足摺半島最高峰(865m)の今ノ山は晴れた日には九州を望むことができる。推移帯を代表とするモミ、アラカシの天然林と林床に珍しいシスラン、ヒメムカゴシなどの植生が見られる。



牧野ウォークコース



☎0880-46-2473(三原村商工会) ヒメノボタンまつり
車で高知から約2時間40分、四万十市から約30分、宿毛市から約30分

イベント・2011
沖の島アドベンチャーラン<カヌー&スイム>

宿毛市
MAP P41-A4



セツ洞探索

時の流れを忘れられる豊かな島…宿毛市「沖の島」。日本でも有数の透明度を誇る周辺の海は黒潮おどる太平洋に囲まれたマリンスポーツのパラダイス。沖の島アドベンチャーランはカヌーツーリングで大自然の芸術・セツ洞の洞窟探索や神秘的に海を飾るサンゴ群生地でのシュノーケリングなど、沖の島の海を体感・実感できるイベントです。

主催:沖ノ島アドベンチャーラン実行委員会



スタート

沖の島全景



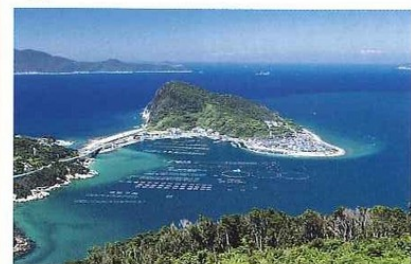
沖の島を体感

また来てね

☎0880-63-2618(宿毛市中央公民館)
平成23年7月中旬の日曜日(予定) 約35名(応援付き添い10名含む)注:中学生以上で最後まで漕ぐことができる自信のある方 カヌーツーリング8,000円(往復の船賃、昼食代、保険料含む)、応援付き添い5,500円(子供は3,500円) 宿毛市沖の島西海岸(母島~弘瀬)、コース:カヌーツーリング約7km(途中のサンゴ礁などでシュノーケリングなども行う) 車で土佐くらしお鉄道宿毛駅から約10分の片島港から定期船で約1時間

柏島

大月町
MAP P41-A4



本島と橋で結ばれ、目の前に沖の島や鶴来島を望む周囲約4kmの柏島。太平洋の黒潮と豊後水道がぶつかる周辺海域は、約1,000種の魚種と豊富なサンゴを育む豊かな海で、ダイビングやシュノーケリング、海水浴、キャンプ、磯釣りのスポットとして全国から注目を集めている。クロマグロの養殖も盛んで、脂ののったクロマグロが全国に発送されている。

☎0880-73-1115 (大月町産業振興課)
☎0880-73-1199 (大月町観光協会)
車で高知市から約3時間20分、四万十市から約1時間10分、宇和島市から約2時間20分

イカ釣り体験

大月町
MAP P41-A4

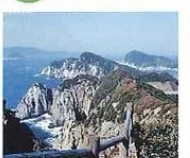


夏の夜空の下、海風を感じ、星を見ながら釣り糸を垂らしてみよう。イカの他にもトビウオやタコ、小魚も寄ってくる。釣ったイカはお土産で持ち帰れるし、船上で食べることも可。

☎0880-73-1199 (大月町観光協会)
7月~9月。要予約 約3時間 3人で13,000円(+1人3,000円) 大月町柏島等 車で高知市から約3時間

大堂海岸

大月町
MAP P41-A4



紺碧の大海原、花崗岩の断崖、青い空のコントラストが美しく、太平洋の荒波がぶつかる様子は荒々しく爽快。それらを間近に眺めることのできる大堂海上遊覧船も運行されている。

☎0880-73-1115 (大月町産業振興課) ☎0880-73-1199 (大月町観光協会) 車で高知市から約3時間20分、四万十市から約1時間10分

アズリサクラ(長沢「月光桜」)

大月町
MAP P41-B4



「アズリサクラ」は植物学者牧野富太郎博士が生前に研究した幻の山桜。四国西南地域でしか生育が確認されていない。毎年4月にライトアップし「夜桜音楽会」が開催されている。牧野博士が歩いた道を歩くイベントも春と秋に開催されている。

☎0880-73-0135 (大月町商工会)
大月町弘見長沢地区 車で高知市から約3時間

櫻西海岸

大月町
MAP P41-B4



櫻西海中公園の指定を受けている「櫻西海岸」周辺は、優美な海岸線が続き、サンゴ礁が間近に見え、シュノーケリングや海水浴、キャンプのスポットとして人気。

☎0880-73-1115 (大月町産業振興課)
☎0880-73-1199 (大月町観光協会)
車で高知市から約3時間20分、四万十市から約1時間10分

道の駅大月、ふれあい市

大月町
MAP P41-B4



人気のパンカンジュースに苺水り、きびなごサーディンなど、大月の特産品が店内いっぱい。また、朝どれの新鮮な魚や野菜、お弁当などを販売する「ふれあい市」は地元住民はもちろん、観光客にも人気。

☎0880-73-1199 (大月町観光協会)
車で高知市から約3時間、四万十市から約50分

歩き遍路体験

大月町
MAP P41-B4



土佐清水市から宿毛市へ向かう海岸ルート。大浦から月山神社を経て赤泊に通じる区間は、落ち葉の上をマイナスイオンを浴びながら歩くことができる癒しの道。

☎0880-73-1199 (大月町観光協会)
通年。要予約 3時間 大浦~赤泊 車で高知市から約3時間、松山市から約3時間 杖1本とガイド付き

高知花ごよみ | 見ごろガイド |



ひょうたん桜(仁淀川町)

桜

中部 | 物部川流域 |

桜づつみ公園

- ☎0887-57-7520(香南市商工水産課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍香南市吉川町吉原
- 🅐有 20台

さくらの広場

- 約1,000本の桜が咲き誇る
- ☎0887-57-7520(香南市商工水産課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍香南市野市町大谷
- 🅐有 50台

高知県立鏡野公園

- ☎0887-53-1084(香美市商工観光課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍香美市土佐山田町宮ノ口
- 🅐有 300台

八王子公園

- ☎0887-53-1084(香美市商工観光課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍香美市土佐山田町北本町
- 🅐有 10台

熊野神社の桜

- 神社の境内延長250mが花のトンネル
- ☎088-880-6560(南国市商工水産課)
- 📅3月下旬~4月中旬
- 📍南国市大塚
- 🅐有

中部 | 嶺北地域 |

上街公園(本山町)

- ☎0887-76-3916(本山町まちづくり推進課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍本山町本山
- 🅐有 8台

早明浦湖畔(土佐町)

- ダム湖畔周辺道路に約2,000本が咲き誇る。
- ☎0887-82-0400(土佐町産業建設課)
- 📅3月下旬~4月中旬
- 📍土佐町田井
- 🅐有 100台



香美市鏡野公園

中部 | 高知市 |

高知公園(高知市)

- ☎088-823-9457(高知市観光振興課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍高知市丸ノ内
- 🅐付近の有料駐車場を利用

筆山公園(高知市)

- ☎088-823-9457(高知市観光振興課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍高知市筆山
- 🅐有 40台

中部 | 仁淀川流域 |

ひょうたん桜公園(仁淀川町)

- 樹齢約500本のつばみがひょうたんの形をした桜。シバサクラは約1ha咲き誇る。
- ☎0889-35-1083(仁淀川町産業建設課)
- 📅3月下旬~4月上旬(※シバサクラは4月中旬)
- 📍仁淀川町桜
- 🅐有 50台

別枝中越家のしだれ桜(仁淀川町)

- 樹齢200年、樹高10mの桜
- ☎0889-32-1113(仁淀川町仁淀総合支所地域振興課)
- 📅4月初旬
- 📍仁淀川町別枝本村
- 🅐有

牧野公園(佐川町)

- 日本桜百選に選ばれた桜の名所で、牧野富太郎博士の名前が公園名の由来になっている
- ☎0889-22-7708(佐川町産業建設課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍佐川町奥の土居

西部

大坂の桜並木(中土佐町)

- 大坂谷川沿いにある250本の桜並木
- ☎0889-52-2473(中土佐町水産商工課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍中土佐町久礼中大坂
- 🅐無

家地川公園(四万十町)

- 約300本の桜が咲き誇る
- ☎0880-22-3281(四万十町商工観光課)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍四万十町家地川
- 🅐有 50台

為松公園の桜(四万十市)

- ☎0880-35-4171(四万十市観光協会)
- 📅3月下旬~4月上旬
- 📍四万十市中村2019
- 🅐有 30台

菜の花

西部

四万十川の菜の花(四万十市)

- ☎0880-35-4171(四万十市観光協会)
- 📅3月
- 📍四万十市入田、不破
- 🅐無

あじさい

中部 | 高知市 |

あじさい街道(高知市)

- 水路沿いに咲く色とりどりの紫陽花の影が水面に揺れる。
- ☎088-823-4016(高知市観光協会)
- 📅5月上旬~6月上旬
- 📍高知市春野町弘岡中 県道278号沿い
- 🅐無

ハイビスカス

東部

ハイビスカス通り(室戸市)

- 国道55号沿いにハイビスカスが植えられており、毎年赤い花が咲く。
- ☎0887-22-5134(室戸市商工観光深層水課)
- 📅7月~11月
- 📍室戸市室戸岬坂本
- 🅐無

つつじ

東部

内原野公園(安芸市)

- 県内有数のつつじの名所で約15,000本のつつじが咲き乱れる。
- ☎0887-35-1011(安芸市商工観光水産課)
- 📅3月下旬~5月上旬
- 📍安芸市内原野
- 🅐有 60台

中部 | 仁淀川流域 |

錦山公園(日高村)

- ドウダンツツジ
- ☎0889-24-4647(日高村産業環境課)
- 📅4月中旬~5月初旬
- 📍日高村大花1020
- 🅐有 20台

西部

篠山(宿毛市)

- アケボノツツジ
- ☎0880-63-1119(宿毛市商工観光課)
- 📅4月下旬~5月上旬
- 📍宿毛市橋上町楠山
- 🅐有 100台

シャクナゲ

中部 | 嶺北地域 |

婦全山公園(本山町)

- ☎0887-76-3916(本山町まちづくり推進課)
- 📅4月中旬~5月上旬
- 📍本山町本山
- 🅐有 6台

蓮

中部 | 嶺北地域 |

大賀蓮(大豊町)

- ☎0887-74-0301
- 📅6月下旬~8月中旬
- 📍大豊町栗生158 定福寺境内
- 🅐有 20台

高知に浸る | 歳時記カレンダー |

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
東部	内原野つづじ祭(安芸市)3月下旬~5月上旬	五社神社祭り(東洋町)4月下旬~5月上旬の2日間		納涼祭(東洋町)7月最終土曜日 芸西村納涼祭(芸西村)7月 シットロ踊り(室戸市)7月中旬 2011ふるさと室戸まつり(室戸市)7月 フェスティバル魚梁瀬(馬路村)7月下旬 第56回安芸納涼市民祭(安芸市)8月第1土曜日・日曜日	馬路納涼祭(馬路村)8月15日 奈半利町港まつり(奈半利町)8月16日	馬路おしどりマラソン大会(馬路村)9月第3日曜日
中部「物部川流域」	鏡野公園・八王子公園桜まつり(香美市)3月下旬~4月上旬 どろめ祭り(香南市)4月最終日曜日 第3回塩の道 朝から晩まで30kmウォーキング大会(香南市・香美市)4月2日 岡豊山さくらまつり(南国市)4月上旬	無人島長平まつり(香南市)5月下旬 地産地消ごめんの軽トラ市(南国市)5月 長宗我部フェスタ(南国市)5月21日・22日		須留田八幡宮夏祭り(香南市)7月14日・15日 絵金祭り(香南市)7月第3土・日曜日 まりんフェスティバルYASU(香南市)7月下旬 土佐のまほろば祭り(南国市)8月第一土曜日	奥物部湖湖水祭(香美市)8月14日 手結盆踊り(香南市)8月15日	
中部「嶺北地域」	もとやま花まつり(本山町)3月下旬~5月上旬	白滝ふるさとまつり(大川村)5月3日		定福寺蓮まつり(大豊町)7月中旬~8月上旬 南川百万遍祭(土佐町)7月土用の入り後の最終の日曜日 本山汗見川清流マラソン大会(本山町)7月最終日曜日 やまびこカーニバル(土佐町)8月第一土・日曜日 本山町町民祭(本山町)8月第2金・土曜日 施餓鬼舟(大豊町)8月下旬		
中部「高知市」	若宮八幡宮神田祭(どろんこ祭り)(高知市)4月第1土曜日から3日間 高知城花回廊(高知市)4月上旬		潮江天満宮夏越祭(輪投げ様)(高知市)6月30日	高知市納涼花火大会(高知市)8月9日 第58回よさこい祭り(高知市)8月9日~12日 全国高等学校漫画選手権大会まんが甲子園(高知市)8月上旬 よさこいアンコール(高知市)8月中旬~下旬 志那祿様(高知市)8月24日・25日		名月酒供養祭(高知市)9月の中秋の名月
中部「仁淀川流域」	宇佐大鍋まつり(土佐市)5月3日 第17回仁淀川紙のこいのぼり(いの町)5月3日~5日 四国のてっぺんあめご祭り(いの町)5月上旬		いの大国さま夏越祭(いの町)6月30日 蓮池ハスまつり(土佐市)7月上旬 氷室まつり(いの町)7月中旬 文殊大祭(越知町)7月下旬 宇佐港まつり(土佐市)8月第2土曜日 池川清流まつり(仁淀川町)8月中旬 土佐市大綱まつり(土佐市)8月第3土曜日 第4回酒蔵ロード劇場2011(佐川町)7月30日	大渡ダム公園茶霧湖まつり(仁淀川町)8月16日 によどかあにぼる(越知町)8月 文殊大祭(越知町)7月下旬 宇佐港まつり(土佐市)8月第2土曜日 池川清流まつり(仁淀川町)8月中旬 土佐市大綱まつり(土佐市)8月第3土曜日 第4回酒蔵ロード劇場2011(佐川町)7月30日		
西部	四万十桜まつり(四万十市)3月下旬~4月上旬 四万十葉の花まつり(四万十市)3月中旬~4月上旬 家地川桜まつり(四万十町)4月上旬 松葉川桜まつり(四万十町)4月上旬 四万十リバーサイドフルウォーク(四万十市)4月上旬 野見湾元気なお魚まつり(須崎市)4月中旬 香山寺ふじまつり(四万十市)4月中旬 こいのぼりの川渡し(四万十町)4月中旬~5月中旬 大野見アメゴ釣りな祭(中土佐町)4月下旬のいずれかの日曜日 四万十川ラジコン水上機フェスティバル(四万十市)4月下旬 玖木の1日橋めぐり・つづじ祭(四万十市)	大方シーサイドはだしマラソン大会(黒潮町)5月3日 土佐一条公家行列(慶祭り)(四万十市)5月3日 かつお祭(中土佐町)5月第3日曜日 四万十花菖蒲まつり(四万十市)5月下旬 下津井のぼたるまつり(四万十町)6月上旬 Tシャツアート展(黒潮町)5月11日~5日 四万十紫陽花まつり(四万十市)6月上旬土曜日 四万十花菖蒲まつり(四万十市)6月上旬土曜日	四国神楽大会(精原町)6月第一日曜日 土佐牛まるかじり大会(精原町)6月第一日曜日	興津海水浴場海開き(四万十町)7月1日 須崎まつり(須崎市)8月上旬 須崎市ドラゴンカヌー大会(須崎市)8月第一日曜日 津野町夏まつり(津野町)8月15日 みはら祭り(三原村)8月15日 四国カルスト高原マラソン大会(精原町)7月第3日曜日 しまんと市民祭(四万十市)8月最終土曜日 金太郎夜市(四万十町)7月中旬~8月 しまんと納涼花火大会(四万十市)8月最終土曜日 いごっそう・アクアスロンEKIDEN大会(黒潮町)7月下旬 全日本女郎ぐも相撲大会(四万十市)8月第一日曜日 砂浜美術館シーサイドギャラリー夏(黒潮町)8月中旬 沖の島アドベンチャーラン(宿毛市)7月中旬 大文字の送り火(四万十市)8月下旬	市民祭あしずりまつり花火大会(土佐清水市)8月上旬 須崎まつり(須崎市)8月上旬 須崎市ドラゴンカヌー大会(須崎市)8月第一日曜日 津野町夏まつり(津野町)8月15日 みはら祭り(三原村)8月15日 しまんと市民祭(四万十市)8月最終土曜日 しまんと納涼花火大会(四万十市)8月最終土曜日 いごっそう・アクアスロンEKIDEN大会(黒潮町)7月下旬 全日本女郎ぐも相撲大会(四万十市)8月第一日曜日 砂浜美術館シーサイドギャラリー夏(黒潮町)8月中旬 沖の島アドベンチャーラン(宿毛市)7月中旬 大文字の送り火(四万十市)8月下旬	久礼のみなとのhama-yashiki(中土佐町)9月下旬 久礼八幡宮大祭(中土佐町)9月下旬

都合により日程等が変更になる場合があります。

観光タクシーガイド



周遊観光タクシー

駅、空港から0.5時間～8時間コース。

奈半利駅起点エリア

- ゆずの里満喫コース(4.3時間)
15,400円(小型車)
- 岬めぐりコース(4.3時間)
15,400円(小型車)
- お遍路さんコース(4.3時間)
15,400円(小型車)

安芸駅起点エリア

- 安芸半日コース-A(2時間)
6,800円(小型車)
- 安芸半日コース-B(3時間)
10,300円(小型車)
- 安芸ゆっくりのんびりコース(6時間)
20,500円(小型車)

土佐山田駅起点エリア

- ゆっくりのんびりワクワクゾーン満喫コース(5時間)
17,100円(小型車)のいち駅終点
※のいち駅起点のコースもあります
- 「アンパンマンミュージアムと動物たち」のちびっ子コース(4時間)
13,700円(小型車)のいち駅終点
※のいち駅起点のコースもあります
- いごそうの風土を訪ねて(3時間)
10,300円(小型車)あかおか駅終点
※あかおか駅起点のコースもあります
- ぐるっと香南香美コース(3時間)
10,300円(小型車)夜須駅終点
※夜須駅起点のコースもあります
- アンパンマンコース(0.5時間)
2,700円(小型車)アンパンマンミュージアム終点
※アンパンマンミュージアム起点のコースもあります
- 文学散歩コース(3時間)
10,300円(小型車)夜須駅終点
- 深山幽谷コース(1.5時間)
9,000円(小型車)べふ峡温泉終点
- べふ峡温泉起点コース(1.5時間)
12,000円(小型車)土佐山田駅終点

高知龍馬空港起点エリア

- 桂浜・龍馬コース(2時間)
6,800円(小型車)
- 五台山・桂浜コース(3時間)
10,200円(小型車)
- 龍河洞・アンパンマンミュージアムコース(4時間)
13,600円(小型車)
- 安芸・北川歴史散策コース(6時間)
20,500円(小型車)
- 四万十川中流域探訪コース(6時間)
20,500円(小型車)
- 空港から高知市内ベストセレクション(6時間)
20,500円(小型車)

後免駅起点エリア

- 土佐の「まほろば」を訪ねるコース(4時間)
13,600円(小型車)
- 土佐7ヶ所参り巡礼コース(7時間)
23,900円(小型車)
- 土佐八ヶ所参り(7時間)
23,900円(小型車)

※タクシープランご利用の方は一部の施設入場料の割引があります。
(チケット購入の際にタクシー乗務員の同伴が必要です。)
※1台あたり4人まで乗車できます。
(この情報は2010年6月現在の情報です。)
お問い合わせ
(財)高知県観光コンベンション協会
TEL.088-823-1434



◎おもてなしや観光知識の研修を受けた「高知観光ガイドタクシー」の乗務員を指定することができます。(要予約)
◀「高知県観光ガイドタクシー」はこのマークが目印です



須崎駅起点エリア

- 四国カルストへの往路コース(森林セラピーロード)(2時間)
6,800円(小型車)※帰路コースもあります。
- 須崎駅発須崎コース(まち歩き又は紙漕体験)(2時間)
6,800円(小型車)
- 梶原発須崎コース(2時間)
6,800円(小型車)
- 横浪半島プラン(2.5時間)
8,500円(小型車)
- 四万十川の源流を極めるプラン(4時間)
13,600円(小型車)
- 森林セラピーロードで心身のリフレッシュプラン(4時間)
13,600円(小型車)
- 天空のカルスト台地縦走プラン(5時間)
17,100円(小型車)
- 維新回廊の志士を訪ねるプラン(5時間)
17,100円(小型車)
- 須崎駅発お遍路さんプラン(5時間)
17,100円(小型車)
- 海拔1,200mのカルスト台地から海の幸まで欲張りプラン(8時間)
27,300円(小型車)

中村駅起点エリア

- 四万十川満喫コース(3時間)
10,200円(小型車)
- 小京都散策コース(2時間)
6,800円(小型車)
- 沈下橋観光コース(1.5時間)
5,100円(小型車)
- 足摺岬めぐりコース(4.5時間)
15,400円(小型車)
- 国立公園足摺・竜串周遊コース(6時間)
20,500円(小型車)
- 竜串・見残しコース(4時間)
13,600円(小型車)
- お遍路さんコース(5時間)
17,100円(小型車) 平田駅終点

平田駅起点エリア

- お遍路さんコース(5時間)※要予約
17,100円(小型車) 中村駅終点

宿毛駅起点エリア

- 国立公園足摺・竜串・大堂柏島周遊コース(3時間)
17,100円(小型車) 中村駅終点
- 大堂柏島コース(4時間)
13,600円(小型車)
- 宿毛市内散策コース(3時間)
10,200円(小型車)
- 栄喜漁業体験コース(3時間)
10,200円(小型車) ※すくも湾漁協要予約
- だるま夕日見学コース(1時間)
3,400円(小型車) 12～2月限定



駅から観タクン高知(予定)

JR四国 お得で、お手軽なタクシー観光。
2時間～3時間コース。

駅からスグ乗れる！
名所をめぐるコース満載！
うれしい特典付！



【ご利用方法】

- 1.ご希望のコースを決めよう
- 2.ご希望で利用のタクシー券を購入(ご利用当日も発売)
JR四国の主な駅・駅ワーププラザ及び
主な旅行会社で発売しています。
- 3.ご指定の乗り場で小型・中型タクシーにご乗車
(高知駅出発コースは、中型タクシーもあります。)
※9:00～15:00のお好みの時間よりご乗車できます

高知駅出発コース

- 龍馬桂浜コース [2時間/5,200円]
- 長宗我部元親ゆかりの史跡コース [2時間/5,200円]
- 五台山周遊コース [2時間/5,200円]
- 龍馬高知お城下コース [3時間/7,800円]
- 龍馬ゆかりの史跡満喫コース [3時間/7,800円]
※月～木曜日運休

後免駅出発コース

- [1コース 2時間/4,280円]
- まほろばの里と龍馬先塲の地コース
 - 長宗我部探訪コース
 - お遍路「礼所巡り」コース
 - 「なんこく」いろいろコース
 - 牧野植物園と桂浜コース

伊野駅出発コース

- [1コース 2時間/4,280円]
- 土佐和紙のルーツ探しコース
 - によどがわ(仁淀川)自然満喫コース
 - 土佐和紙と酒蔵の町コース

佐川駅出発コース

- [1コース 2時間/4,280円]
- 歴史探訪コース
 - 地質探訪コース
 - 土佐和紙と酒蔵の町コース

のいち駅出発コース

- [1コース 2時間/4,280円]
- 動物公園とアンパンマンミュージアムコース
 - 自動車博物館とアンパンマンミュージアムコース
 - 龍馬と絵画蔵と酒蔵コース

須崎駅出発コース

- 須崎名物鍋焼きラーメンと久礼大正町市場コース
[2時間/4,280円]

お問い合わせ JR四国営業部販売促進課
TEL.087-825-1635(平日10:00～12:00、13:00～17:00)

駅から観タクンには設定除外日がありますのでご注意ください。
運転日やご利用条件等詳しくはホームページにてご案内しています。
コース内容が変更又は中止となる場合があります。

詳しくは

(この情報は2010年10月現在の情報です。)

おすすめ! 高知旅プラン

2011.4月~9月 KOCHI TRAVEL PLAN

PLAN 1 室戸ジオパークと慎太郎めぐり 1泊2日

1日目

南国IC → 1時間45分 → 吉良川の町並み (詳細P17) → 10分 → キラメッセ室戸 (詳細P17) → 10分 → 室戸ジオパーク(室戸岬) (詳細P3~P4) → 10分 → 最御崎寺・室戸岬灯台 → 10分 → 室戸宿泊

所要時間 5時間55分

土佐漆喰の残る町をガイドと歩く (滞1時間)

室戸の文化入門 (滞1時間)

地元ガイドとジオ散策 (滞1時間)

札所と日本最大級の灯台レンズを見学 (滞30分)

2日目

室戸 → 10分 → アクアファーム (詳細P17) → 1時間 → 中岡慎太郎館 (詳細P19) → 1時間 → 北川村モネの庭マルモッタン (詳細P19) → 1時間30分 → 南国IC

所要時間 8時間30分

海洋深層水を見学 (滞40分)

龍馬の盟友・慎太郎の素顔に触れる (滞30分)

青い睡蓮を愛でる (滞2時間)



室戸岬

PLAN 2 岩崎弥太郎と森林鉄道満喫の旅 1泊2日

1日目

南国IC → 1時間 → 安芸 (詳細P20) → 30分 → 森林鉄道遺産巡り(奈半利線コース) (詳細P5~P6) → 馬路村宿泊

所要時間 6時間30分

弥太郎を育んだ歴史と文化体験 (滞2時間)

重厚な形式美を見せるコンクリート橋に圧倒される (滞3時間)

2日目

馬路村 → 森林鉄道遺産巡り(安田線コース) (詳細P5~P6) → 1時間 → 琴ヶ浜 (詳細P20) → 5分 → 芸西 (詳細P20) → 南国IC

所要時間 4時間15分

精緻な石積み感道を訪ねる (滞2時間)

君枝・お龍の銅像を見学 (滞10分)



森林鉄道遺産

PLAN 3 山・川・海!高知を大冒険する旅 1泊2日

1日目

大豊IC → 20分 → ラフティング (詳細P11) → 1時間 → 西島園芸団地 (詳細P23) → 20分 → 龍河洞 (詳細P22) → 30分 → 高知市内宿泊

所要時間 6時間50分

四国三郎「吉野川」を体感 (滞2時間30分)

「スイカ」「メロン」栽培見学 (滞40分)

「暗やみ体験」ツアーを体験 (滞1時間30分)

2日目

高知市内 → 45分 → 香南 YASU海の駅クラブ (詳細P12) → 20分 → 高知県立のいち動物公園 (詳細P21) → 30分 → 南国IC

所要時間 5時間35分

シーカヤックで高知の海を体感 (滞3時間)

動物たちと触れ合う (滞1時間)



ラフティング

PLAN 4 高知の自然と龍馬に出会う旅(中部) 1泊2日

1日目

高知IC → 20分 → 高知市観光遊覧船 (詳細P26) → 35分 → 桂浜 → 5分 → 高知県立坂本龍馬記念館 (詳細P9) → 20分 → 高知県立牧野植物園 (詳細P26) → 25分 → 龍馬の生まれたまち歩き土佐っ歩 → 5分 → 高知市内宿泊

所要時間 4時間30分

龍馬の軌跡を辿りながら桂浜へ (滞30分)

龍馬像と対面 (滞50分)

龍馬の生涯と人間像を知る (滞1時間)

四季折々の花を楽しむ (滞1時間)

龍馬の育った町をガイドと巡る (滞1時間)

2日目

高知市内 → 45分 → 横倉山自然の森博物館 (詳細P29) → 10分 → 佐川・上町まち歩き (詳細P28) → 25分 → 伊野IC

所要時間 3時間10分

横倉山から日本最古の地質を学ぼう (滞50分)

青山文庫で龍馬直筆の書と対面 (滞1時間)



坂本龍馬像

PLAN 5 脱藩の道と四万十川体感の旅(西部) 1泊2日

1日目

須崎IC → 40分 → 吉村虎太郎像 (詳細P31) → 40分 → 四国カルスト天狗高原 (詳細P31) → 40分 → 梶原 梶原宿泊

所要時間 4時間45分

龍馬に先がけて脱藩した偉人 (滞15分)

四万十源流の不入山(いらすやま)を眺望 (滞1時間)

龍馬に扮した地元ガイドと龍馬脱藩の道を散策 (滞1時間30分)

2日目

梶原 → 50分 → 川舟下り・四万十かつば組合 (詳細P15) → 1分 → 道の駅四万十とわ (詳細P16) → 10分 → 三島 (詳細P16) → 1時間 → 一斗俵沈下橋 (詳細P16) → 15分 → 道の駅あくり窪川 → 30分 → 須崎IC

所要時間 5時間46分

四万十川中流域の魅力満喫 (滞1時間)

四万十素材の商品が盛り沢山 (滞1時間)

菜の花が咲きほころぶ四万十川最大の中洲 (滞30分)

四万十川で現存する最古の沈下橋 (滞30分)

四万十町の名産が豊富 (滞30分)



天狗高原

PLAN

黒潮と四万十川体験の旅(夏休ファミリープラン)

1泊2日

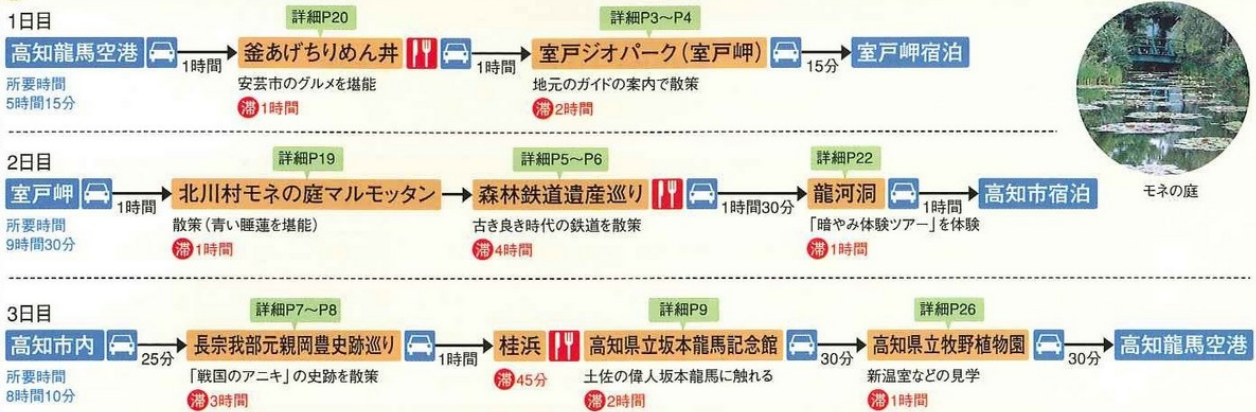


漁業体験

PLAN

高知体感コース(東部編)

2泊3日

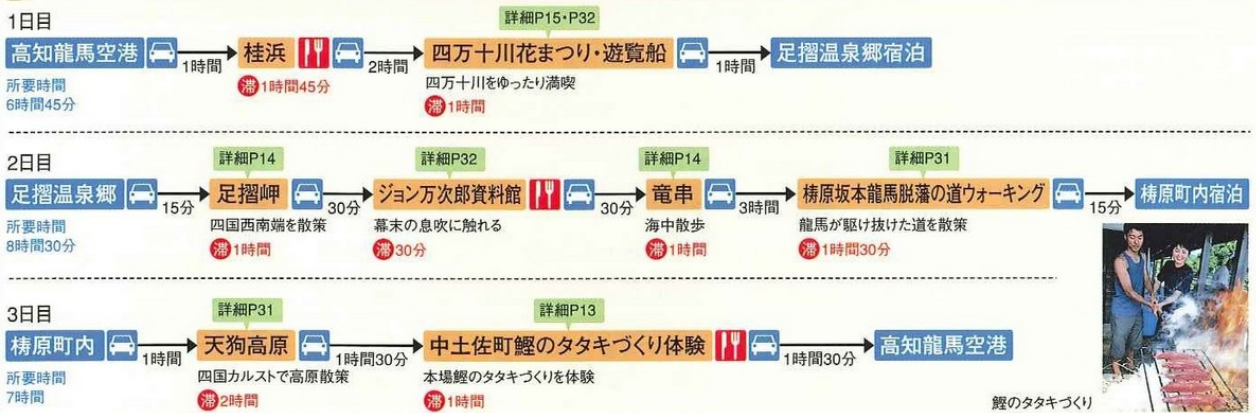


モネの庭

PLAN

高知体感コース(西部編)

2泊3日

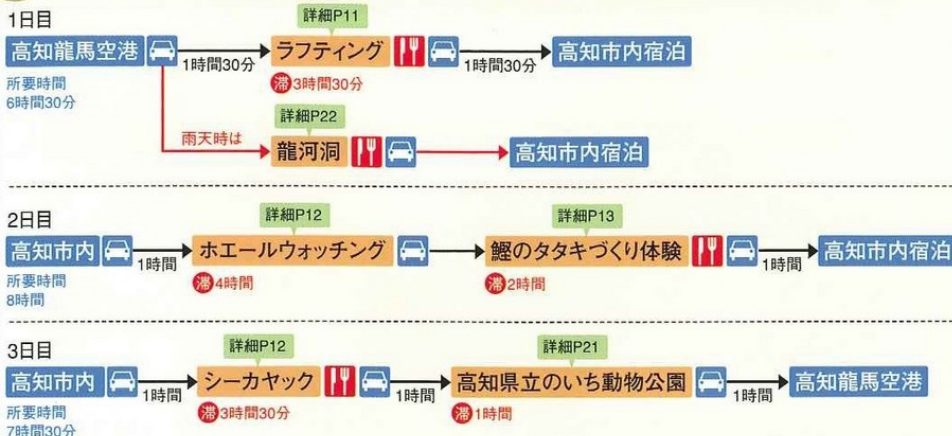


鯉のタタキづくり

PLAN

家族で楽しむ夏休みプラン

2泊3日



ホエールウォッチング

※写真は全てイメージです

テーマ別索引

自然と花

●東洋町	生見海岸	17	●越知町	大樽の滝	29	●大月町	柏島	33
●東洋町	白浜海水浴場	17	●仁淀川町	鳥形山森林植物公園	29	●大月町	大堂海岸	33
●芸西村	琴ヶ浜	20	●仁淀川町	安居渓谷	29	●大月町	アシズリサクラ (長沢「月光桜」)	33
●土佐町	瀬戸川渓谷	25	●仁淀川町	中津渓谷	29	●大月町	櫻西海岸	33
●いの町	町道瓶ヶ森線・吉野川源流 瓶ヶ森 UFO ライン	27	●梶原町	四国カルスト	31			

食

●安田町	せせらぎの郷 小川 そば打ち、田舎寿司づくりなど	19	●本山町	特別栽培米 土佐天空の郷	25	●大月町	道の駅大月、ふれあい市	33
●安芸市	釜あげちりめん丼	20	●土佐市	土佐市の旨いもん	28			

まちめぐり

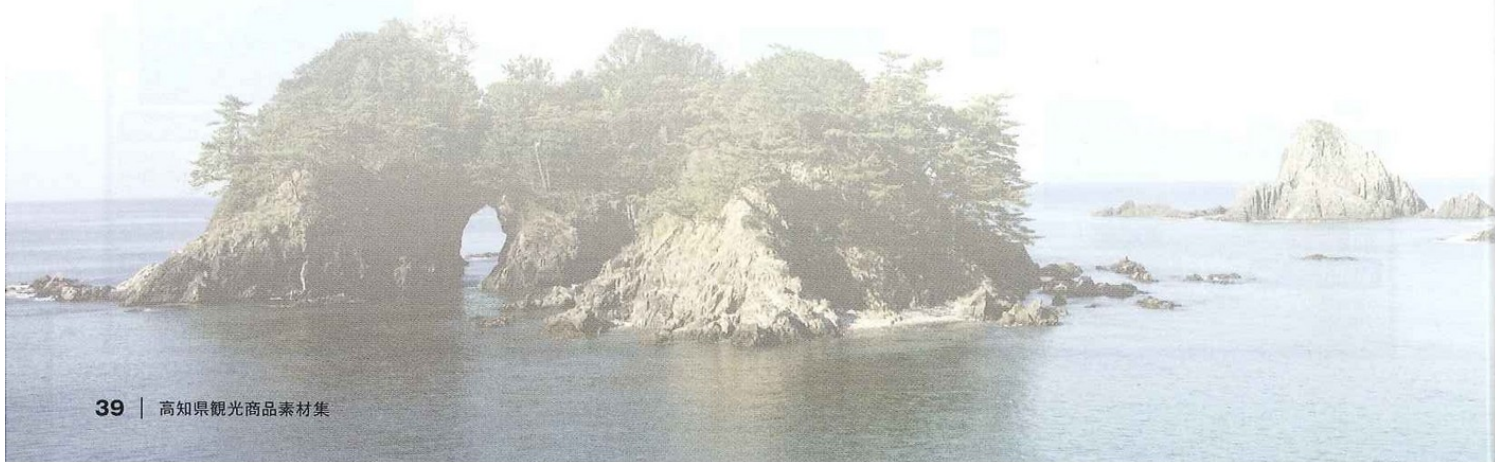
●室戸市	吉良川の町並みガイド散策	17	●安芸市	野良時計・武家屋敷散策	20	●佐川町	佐川・上町まち歩き	28
●奈半利町	町並み散策	18	●香南市	あかおカルタ	22	●中土佐町	漁師町散策と 久礼大正町市場	30
●高知県東部	高知東海岸観光周遊バス	20	●日高村	日高村を楽しむ周遊コース	28	●梶原町	坂本龍馬脱藩の道 ウォーキング	31

温泉

●北川村	北川村温泉 ゆずの宿	19	●いの町	一の谷やかた	27
●いの町	かんぼの宿 伊野	27	●四万十町	松葉川温泉	30

体験

●室戸市	シレストむろと	17	●香南市	観光地曳網	21	●いの町	バウムクーヘン作り	27
●室戸市	室戸ドルフィンセンター	18	●香美市	龍河洞暗やみ体験ツアー	22	●いの町	紙の博物館	27
●室戸市	西山台地のサツマイモ収穫	18	●香美市	やきもの作り・木工体験	22	●いの町	道の駅 「土佐和紙工芸村くらうど」	27
●奈半利町	サンゴウォッチング	18	●本山町	汗見川ふれあいの郷清流館	24	●須崎市	ドラゴンカヌー・ シーカヤック体験	30
●奈半利町	シーカヤック・ シュノーケリング体験	18	●本山町	汗見川岸ツツジ ぼのぼの体験ツアー	25	●黒潮町	天日塩づくり体験	32
●田野町	大野台地で農業体験	18	●土佐町	湖畔りんご園	25	●黒潮町	シーカヤック	32
●田野町	天日塩づくり体験	18	●土佐町	森岡りんご園	25	●黒潮町	海ガメ卵の保護体験	32
●安田町	ピザ焼き体験	19	●大川村	白滝キャンプ場	25	●宿毛市	沖の島アドベンチャーラン <カヌー&スイム>	33
●馬路村	曲げわっぱ体験	19	●高知市	高知観光 人力車	26	●大月町	イカ釣り体験	33
●安芸市	内原野陶芸館・ガラス工房	20	●高知市	高知市観光遊覧船	26	●大月町	歩き遍路体験	33



Ⅲ 観光施設・スポット

●室戸市	アクアファーム	17	●南国市	西島園芸団地	23	●佐川町	佐川地質館	29
●室戸市	道の駅キラメッセ室戸	17	●大豊町	ゆとりすとパークおおとよ	24	●佐川町	青山文庫	29
●田野町	歴史文化体験	18	●大豊町	日本一の大杉・美空ひばり遺影碑	24	●越知町	越知町観光物産館『おち駅』	29
●北川村	北川村モネの庭 マルモッタン	19	●大豊町	旧立川番所書院	24	●越知町	横倉山と横倉山自然の森博物館	29
●北川村	中岡慎太郎館	19	●大豊町	梶ヶ森山頂	24	●仁淀川町	長者の棚田	29
●安芸市	弘田龍太郎曲碑	20	●土佐町	棚田	25	●四万十町	海洋堂 ホビー館 四万十	30
●安芸市	岩崎弥太郎生家・銅像	20	●土佐町	早明浦ダム	25	●梶原町	マルシェ・ユスハラ	31
●香南市	高知県立のいち動物公園	21	●高知市	高知県立牧野植物園	26	●土佐清水市	ジョン万次郎資料館	32
●香美市	アンパンマンミュージアム・詩とメルヘン絵本館	22	●土佐市	ジョン万次郎出航の地	28			

Ⅳ 神社仏閣

●土佐市	四国霊場札所とへんろ道	28
------	-------------	----

Ⅴ ウォーキング・トレッキング

●香南市・香美市	塩の道ウォーク	22	●梶原町	森林セラピー(ウォーキング)	31
●津野町	森林セラピー基地「四国カルスト天狗高原自然休養林」	31	●三原村	牧野富太郎の道を歩く	33

Ⅵ 祭り・イベント

●東洋町	五社神社祭り	17	●香美市	奥物部湖湖水祭	23	●高知市	2011よさこいアンコール	26
●室戸市	2011ふるさと室戸まつり	18	●南国市	GWウェルカムサービス	23	●高知市	高知市納涼花火大会	26
●安田町	中芸軍鶏組合安田場所	19	●南国市	岡豊山さくらまつり	23	●いの町	第17回仁淀川紙のこいのぼり	27
●馬路村	馬路おしどりマラソン大会	19	●南国市	地産地消ごめんの軽トラ市	23	●梶原町	津野山神楽	31
●安芸市	内原野つつじ祭り	19	●南国市	土佐のまほろば祭り	23	●黒潮町	Tシャツアート展	31
●芸西村	観月の宴	20	●本山町	本山汗見川清流マラソン大会	24	●四万十市	四万十花まつり	32
●芸西村	芸西村納涼祭	20	●本山町	もとやま花まつり	25	●黒潮町	海辺の日曜日	33
●香南市	絵金祭り	21	●土佐町	やまびこカーニバル	25			
●香南市	どろめ祭り	22	●高知市	第58回よさこい祭り	26			

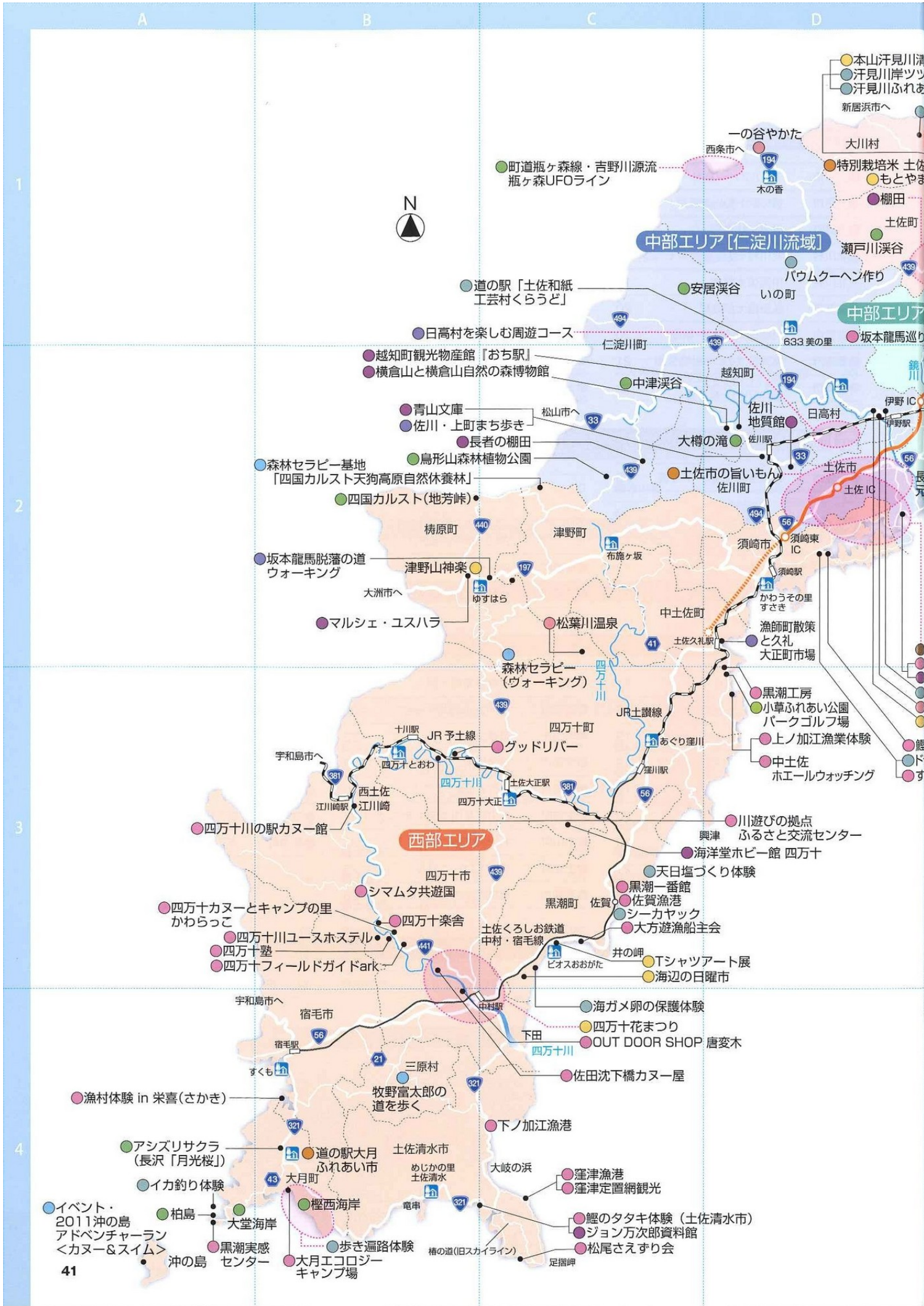
Ⅶ ゴルフ場

●中土佐町	小草ふれあい公園 パークゴルフ場	30
-------	---------------------	----

Ⅷ その他

●香美市	健康センターセレネ	22
------	-----------	----

● 東部エリア ● 中部エリア [物部川流域] ● 中部エリア [嶺北] ● 中部エリア [高知市内] ● 中部エリア [仁淀川流域] ● 西部エリア

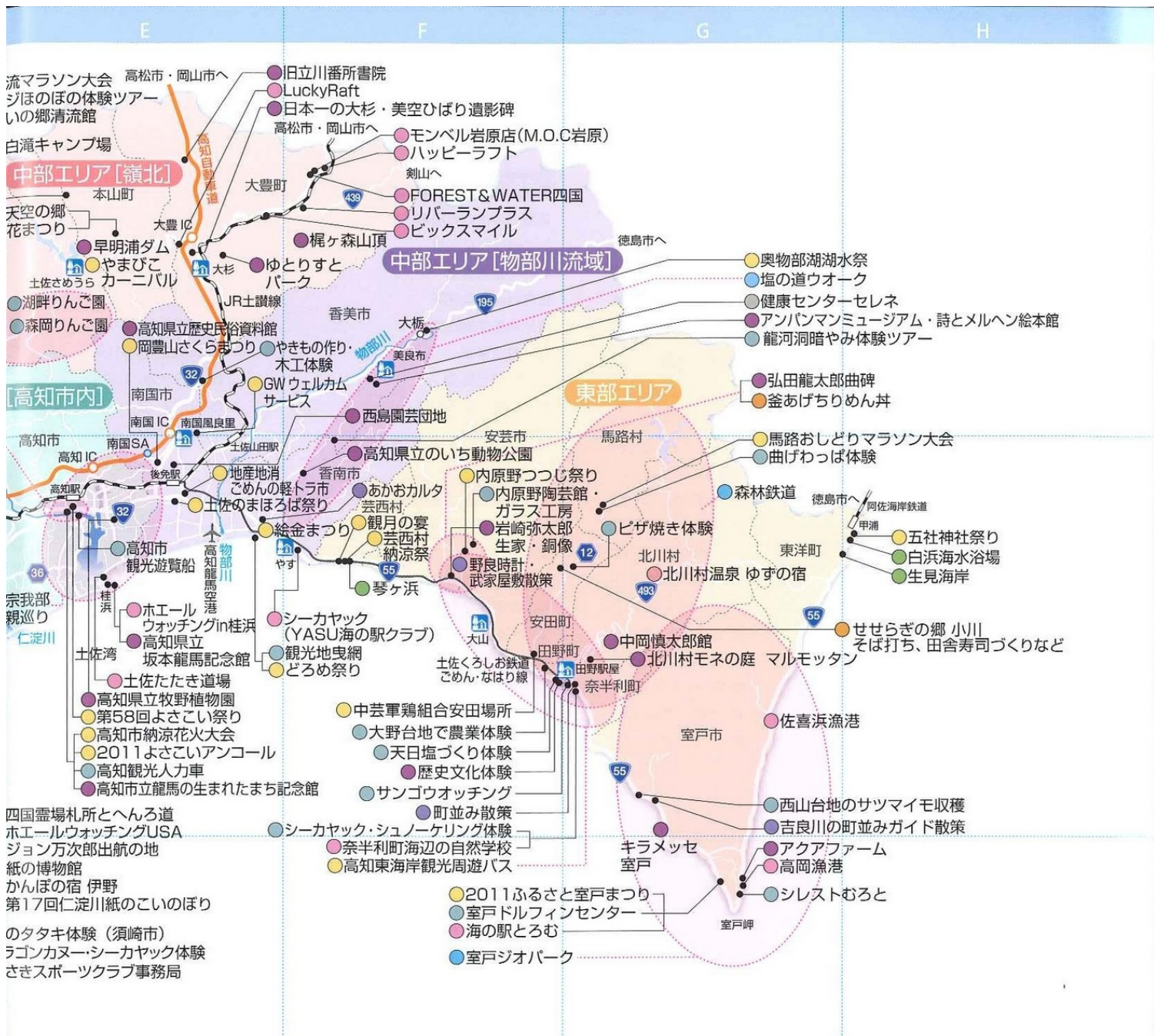


- 本山汗見川清
- 汗見川岸ツツ
- 汗見川ふれあ
- 新居浜市へ

中部エリア [仁淀川流域]



西部エリア



KOCHI ROAD MAP

※所要時間は主な国道を利用した場合です
 国土交通省四国地方整備局 道路時刻表を参照
 季節・道路事情等により増減することがあります

- 自然と花
- ウォーキング・トレッキング
- 食
- 祭り・イベント
- まちめぐり
- ゴルフ場
- 酒蔵
- その他
- 温泉
- 体験
- 室戸ジオパーク・森林鉄道
- 観光施設・スポット
- 元親・龍馬巡り・家族向けプラン
- 神社仏閣
- 足摺・竜串・四万十川