

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 須崎浦ノ内東分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 (構想天外)

🕒 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」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る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

西部エリア