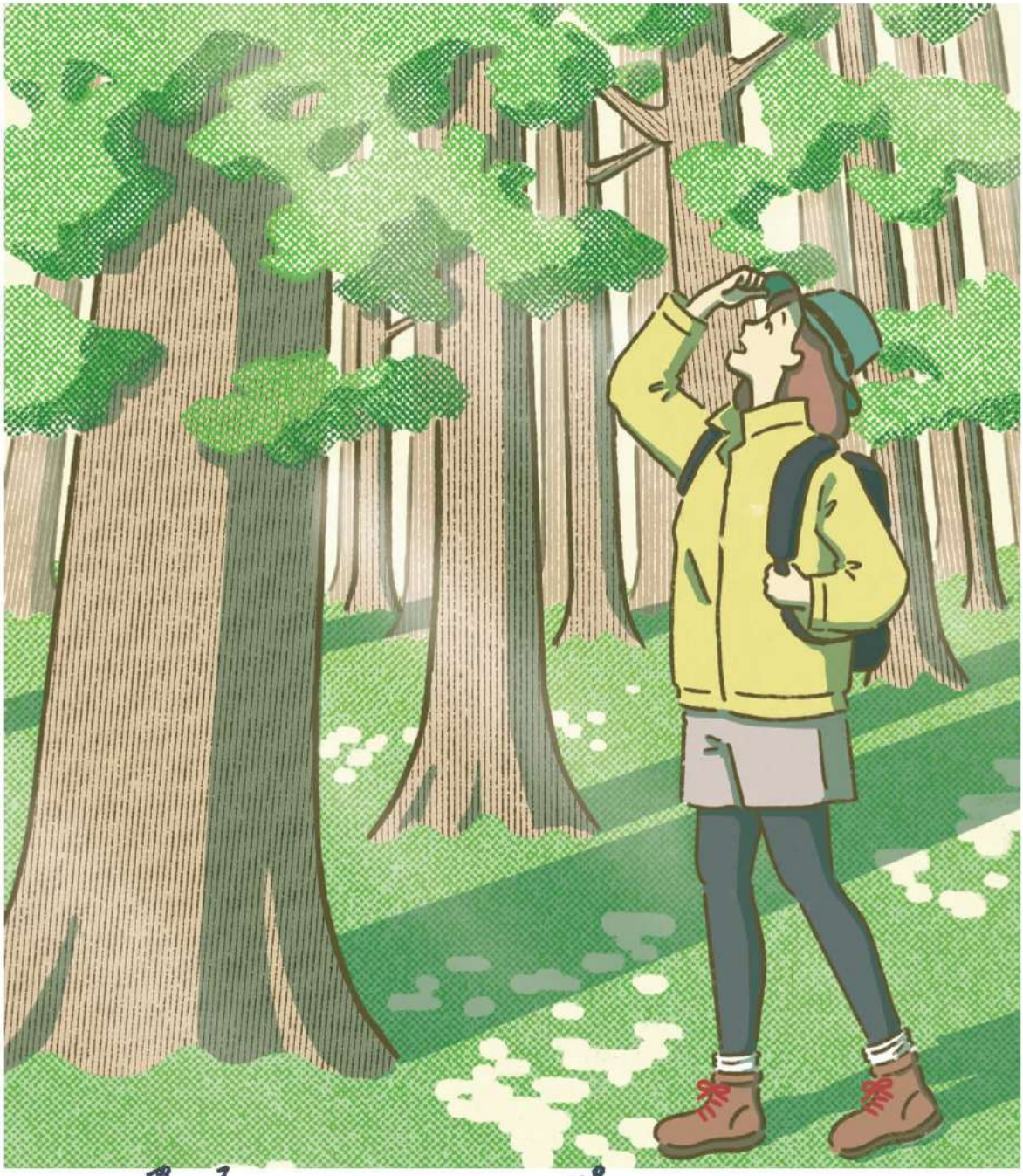
TAKE FREE

Mine

HIGASHI KOCHI

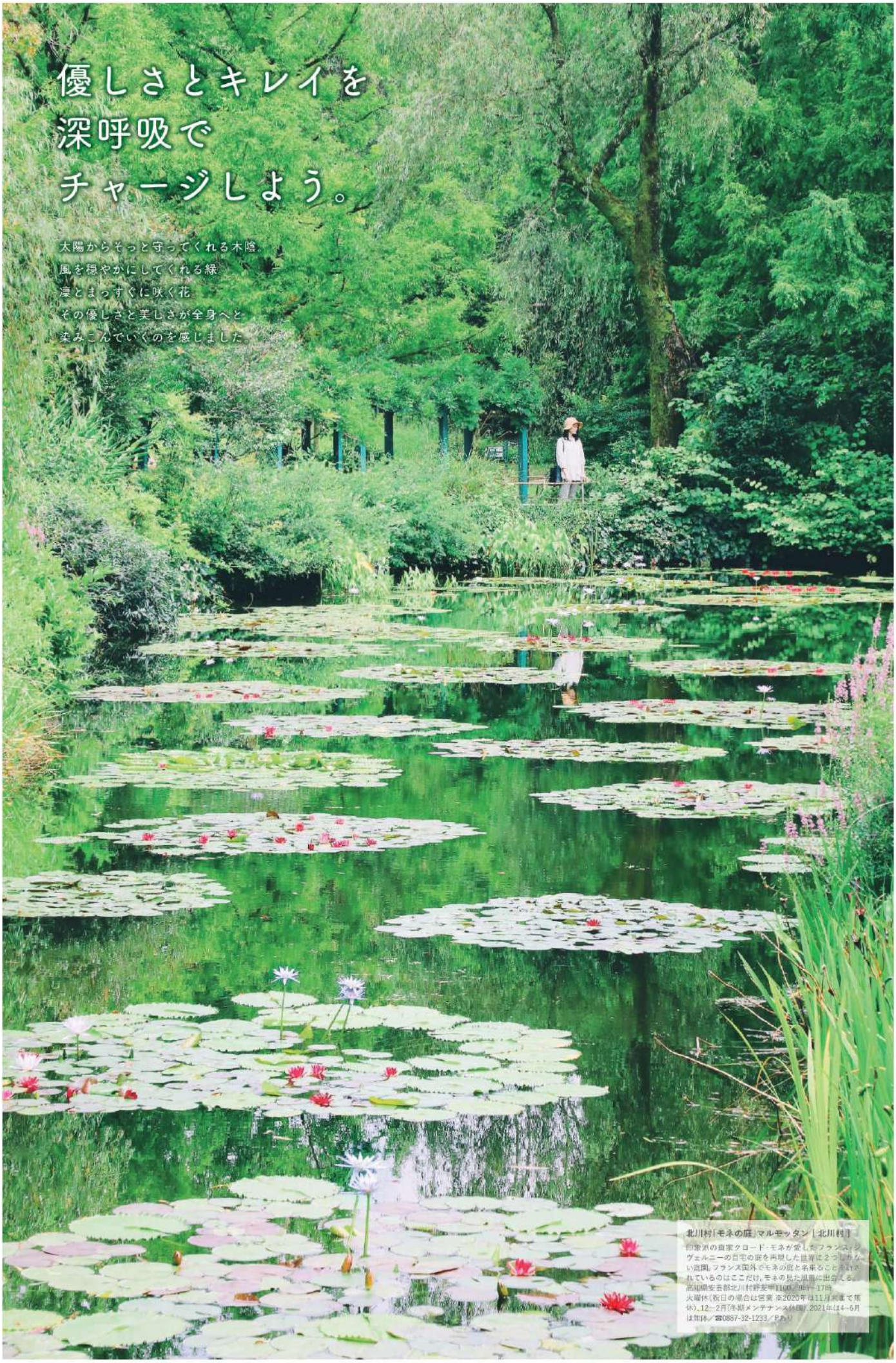
高知県東部 中芸エリアを"ナチュラル"に旅する。



HIGASHI KOCHI

私に還る、
ネイチャートリップ。

自然のまま。ありのまま。
ひがしこうち旅



優しさとキレイを深呼吸でチャージしよう。

太陽からそっと守ってくれる木陰。
風を穏やかにしてくれる緑。
凛とまっすぐに咲く花。
その優しさと美しさが全身へと
染みこんでいくのを感じました。

北川村「モネの庭」マルモッタン［北川村］

印象派の画家クロード・モネが愛したフランス・ジヴェルニーの自宅の庭を再現した世界に2つしかない庭園。フランス国外でモネの庭と名乗ることが許されているのはここだけ。モネの見た風景に出会える。
高知県安芸郡北川村野友甲1100／9時～17時
火曜休（祝日の場合は営業 ※2020年は11月末まで無休）、12～2月（冬期メンテナンス休園）、2021年は4～6月は無休／☎0887-32-1233／Pあり

わたしを森へ、連れてって。

山に囲まれた小さな村で、
かっこいい乗りものに出会いました。
それは昔、大きな木材を山から海の町へと運んでいた
"力持ち"な森林鉄道。

運転手さんが合図をすると「ゴトンゴトン」と
ゆっくり動き出し、わたしを森へと連れていく。
小さな鉄道だけど、とても遠くを旅した気分。

馬路森林鉄道・インクライン［馬路村］
馬路温泉前から出発する森林鉄道はSL風のディーゼル機関車で渓谷を周遊。すぐ近くには水力で急勾配を上るケーブルカー・インクラインも。
高知県安芸郡馬路村馬路3564-1
9時30分～16時30分
日曜・祝日運行（8月は無休・雨天時休）
☎0887-44-2026（馬路温泉）／Pあり

魚梁瀬（やなせ）森林鉄道［馬路村］
丸山公園を一周する森林鉄道は一風変わったデザインの機関車が、魚梁瀬杉製の木造客車を引っ張ります。
高知県安芸郡馬路村魚梁瀬 丸山公園内
10時～15時30分（12時～13時休）
日曜・祝日運行（8月は土曜も運行・雨天時休）
☎0887-43-2211（馬路村役場 魚梁瀬支所）／Pあり

空のなかを、川のうえを、ゆっくり歩こう。

澄んだ水が流れる安田川。
その道沿いに、青い空と緑の山に映える
赤鉄橋を見つけました。
足下から川が見えてドキッとしたのは
少しスリルがあって、
すごくキレイだったから。

明神口橋（みょうじんぐち）［安田町］
安田川沿いの山々の緑に映える通称「赤鉄橋」は、日本遺産構成文化財のひとつでもあり、経産省の近代化産業遺産群にも認定されています。橋の表面は格子状の鉄板になっていて、川が透けて見えるのがなんともスリリング！
高知県安芸郡安田町小川
☎0887-30-1865（中芸のゆずと森林鉄道 日本遺産協議会）

もっと知りたい、自然の楽しみ方。

リトリート（隠れ家）で、わたしだけのコスメを手づくり。
ゆっくり滴るアロマオイル…
ずっとこの家にある椅子…
ここだけに流れる、愛おしい時間がありました。

いなかじかん［安田町］
アスリートでセラピストの店主が営むアロマサロン。
体にやさしいランチが楽しめるカフェも併設。
高知県安芸郡安田町正弘731
（アロマサロン）月・火・木・金10時～17時、19時～22時。
（カフェ）水・土・祝日11時～15時／日曜休
☎0887-39-2088／Pあり

ゆずの香りと とろとろの湯に包まれて。

深い緑におおわれた山を眺める、
ゆずの里の温泉へ。

頭からつま先までゆずの香りの泡で
包み込んでリラックス。
そして、とろとろのお湯に浸れば
身も心もとろけそう。

北川村温泉 ゆずの宿［北川村］
美肌の湯として親しまれているお湯は源泉100%。少しとろみのある肌触り。贅沢気分を味わいたいなら信楽焼の貸切風呂がおすすめです。食事だけ、入浴だけの利用もお気軽に。
高知県安芸郡北川村小島121／日帰り入浴11時～21時
火曜休／☎0887-30-1526／Pあり

香りまでおいしい 里山のごちそう。

師匠は地元のおかあさん。
ゆずの香りに包まれながら
天然色の田舎寿司をつくろう。

味工房 じねん［安田町］
生産者が丹精込めて作った野菜や特産品の販売所。食事処では、広名の由来にもなっている自然薯をたっぷり使った「じねん丼」が人気。田舎寿司づくり体験もできます。（要予約）
高知県安芸郡安田町正弘566
7時～15時／第3木曜・年始休
☎0887-39-2366／Pあり

とおい昔の人も愛した、 緑・光・風。

その昔、土佐藩のお殿様が訪れていたお屋敷は
庭園を眺めるための縁側や、光と影を楽しむ欄間があって
いつの時代も心地良い風をつれてきてくれます。

岡御殿［田野町］
土佐藩主が東部巡視の際に本陣とした、田野の豪商・岡家の屋敷。格式高い御殿造りの建物で、御殿、奇の間、土蔵などが保存復元され、藩政時代の雰囲気を今に伝えます。
高知県安芸郡田野町2147-1／9時～16時30分
火曜（祝日の場合は翌平日）・年末年始休
☎0887-38-3385
Pあり（田野町ふれあいセンター）

馬路村の
ゆず愛にときめく。

ゆずの果汁だけじゃなく皮や種まで
大切につかって生まれた、おいしいものたち。
その香りとゆず愛に、キュンとときめきました。

ごっくん馬路村

ゆずグラッセ

ゆず酢ドレッシング

ゆずの森直売所［馬路村］

高知のソフトドリンク「ごっくん馬路村」をつくっている馬路村農協の直売所。すぐ近くの工場で製造された多彩なユズ製品を販売しています。旧角茂谷林鉄道の元駅舎を使った味のある建物にも注目。
高知県安芸郡馬路村馬路3888-1／8時15分～17時
年末年始休／☎0887-44-2323／Pあり

甘い幸せは、
田園の向こうに。

田んぼのあいだを通ってたどり着くお店には
素材を大切にするパティシエさんがいました。
愛された素材たちは、とびきりおいしそうな姿になって
なんだかとても幸せそうに見えました。

気ままsweets 甘音［奈半利町］

田園地帯に佇むかわいらしい建物の正体は、素材を活かした和菓子が人気のケーキ屋さん。フルーツやロールケーキなどを包んだ「クレープばくだん」が人気。
高知県安芸郡奈半利町乙3059-1／11時～19時
月曜休（祝日の場合は火曜）
☎0887-30-1847／Pあり

むむ！これはハマるかも！

海の町で生まれたご当地グルメ。
お魚や野菜がたっぷり入って
ジューシーな食べ心地。
なのにヘルシーで体も喜んでいる♪

中芸食材工房［田野町］

地酒の酒粕を使ったお菓子など、地元食材をユニークな形に加工するお店。いちおしは、魚のすり身フライを使った「すりみードッグ」。完生のゆずを使ったゆずジュースとのセットもおススメ。
高知県安芸郡田野町1386-1／9時30分～17時30分
不定休／☎0887-38-5600／Pあり

地元の人気モノ、発見！

食べるとふわふわ。口のなかで、
パインがサクッと鳴って爽やかに香る。
素朴な見た目だからって
油断できないおいしさ。

小松ベーカリー［田野町］

地域で長く愛されるパン屋さん。名物は、ふわふわのパンに小さく角切りしたパイナップルが入った、ほどよい甘さの「パインパン」。木曜日のみの販売なので事前予約がおすすめです。（道の駅田野駅屋でも木曜日に販売）
高知県安芸郡田野町2813-4／7時～18時
木・土曜のみ営業／☎0887-38-2320／Pあり

山と話せそうな距離感。

魚梁瀬（やなせ）ダムの湖畔のそばにあるキャンプ場は、
山々がとても近くに感じられる場所。
展望台から景色を眺めたり、
近くの釣り堀でアメゴを釣れば、
自然と仲良しになれた気分。

朝霧をまとう美しい山は
忘れることのできない景色です。

魚梁瀬森林公園オートキャンプ場［馬路村］

山々に囲まれ、魚梁瀬ダムを一望できる絶好のロケーション。芝生キャンプサイトは18区画、ログハウスは5棟完備。空山川に囲まれて、おだやかな時間を過ごすことができます。（要予約）
高知県安芸郡馬路村魚梁瀬813-5／無休（12～3月は閉園）
☎0887-43-2215（平日9時～17時）／Pあり

わたしがキレイになった理由。

清流・安田川のほとりに建つ温泉宿は、
デッキに座るだけで澄んだ空気が
体に染みこんでくる。
温泉で肌を潤わせて、
ゆずが香るレストランでヘルシーな
里山のお料理を楽しむ…

のんびり過ごしただけなのに
キレイになった気がします。

馬路温泉［馬路村］

深い緑の山々に抱かれた温泉宿。温泉はお肌がつるつるすべすべになると女性からも好評です。お部屋は畳ながらの和室、ロフト付きの洋室、グループで泊まれるバンガローの3種類。
高知県安芸郡馬路村馬路3564-1／10時～21時／不定休（8月は無休）
☎0887-44-2026／Pあり

ゲストハウス よろずや［奈半利町］

60歳で生まれ故郷にUターンしたオーナーが、自分の実家のようにくつろいでほしいと始めた1日1組限定のゲストハウス。希望者には、周辺で楽しめるシーカヤックやトレッキングを案内してくれます。
高知県安芸郡奈半利町乙702／☎0887-30-1989／Pあり

「ただいま」って
言いたくなったよ。

旅は楽しいけれど
ホームシックになるときも、
ほんの少しある。そんなとき
温かく出迎えてくれた場所でした。

この町の楽しいコトも教えてもらえたから
「また来るね」って約束しました。

Tourist Information Center

中芸エリアの観光情報拠点

馬路村ふるさとセンター まかいちょって家

“村人かかし”が出迎えてくれる村の観光案内所で、分からないことがあればスタッフが親切に教えてくれます。施設内では特産のゆず製品をはじめ、木から生まれたおしゃれなかばん「monacca(モナッカ)」、魚梁瀬杉を使った村の匠手作りの木工芸品なども販売。また、2階では旧魚梁瀬森林鉄道の模型や、運行当時の写真など貴重な資料を展示しており、地域の人と森林鉄道の深い関わりをうかがい知ることができます。風が気持ちいいデッキにも立ち寄りを。川の景色とともに、森林鉄道の面影を残す国指定重要文化財「五味隧道(ごみずいどう)」を望めます。

高知県安芸郡馬路村馬路382-1／9時～17時／年末年始休／☎0887-44-2333／Pあり

安田まちなみ交流館・和(なごみ)

木造洋館造りの旧市川医院と伝統的和風建築の旧柏原邸を修復した、安田町内外の人々を結ぶ交流拠点。館内では坂本龍馬とともに活躍した高松順蔵や石田英吉ら地元ゆかりの偉人を貴重な資料で紹介。年間を通じて企画展も開催されています。また、建物そのものも見どころのひとつで、大正生まれのレトロな洋館風の外観や、大正から昭和初期の土佐東部の建築様式を随所に見ることができます。ていねいに手入れをされたお庭も美しく、その名の通りほっと安らぐ和みの時間に浸りながら、この地の歴史に触れてみては。

高知県安芸郡安田町安田1674-1／9時～17時／火曜・年末年始休／☎0887-38-3047／Pあり／入館無料(企画展観覧は有料)

About Eastern Kochi Area

ひがしこうちについて

ひがしこうちは、高知県東部地域にある9つの市町村(室戸市・安芸市・東洋町・奈半利町・田野町・安田町・北川村・馬路村・芸西村)で構成されています。ここから自然・暮らし・食・歴史・心の調和を楽しむ旅をご提案します。

この冊子では
中芸エリアの見所を
「ナチュラル旅」の視点から
紹介しています。

高知県へのおおまかなアクセス

自動車・バス(南国IC着)

- ●東京ICから　約9時間
- ●中国吹田ICから　約3時間30分
- ●岡山ICから　約2時間
- ●名古屋ICから　約6時間
- ●広島ICから　約3時間30分
- ●福岡ICから　約7時間

鉄道(高知駅着)

- ●東京駅から　約6時間
- ●新大阪駅から　約3時間15分
- ●博多駅から　約4時間10分
- ●名古屋駅から　約4時間10分
- ●広島駅から　約3時間10分

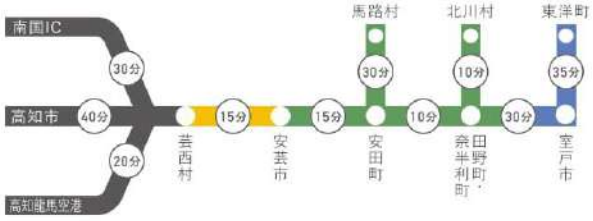
※いずれも岡山まで新幹線利用後、特急南風利用

飛行機(高知龍馬空港着)

- ●羽田空港から　約1時間20分
- ●関西空港から　約1時間
- ●名古屋小牧空港から　約1時間
- ●福岡空港から　約1時間
- ●成田空港から　約1時間40分
- ●伊丹空港から　約45分
- ●神戸空港から　約45分

東部各エリアへの所要時間

※自動車を使用した場合の所要時間です。



自然のまま。ありのまま。
ひがしこうち旅

高知県東部観光協議会

高知県東部エリアの最新の観光、イベント情報は
「ひがしこうち旅」WEBサイトにて随時更新しています。

一般社団法人 高知県東部観光協議会 〒784-0001 高知県安芸市矢ノ丸1丁目4-40
TEL:0887-34-0866 / FAX:0887-34-0865 / MAIL:tobukochi@vesta.ocn.ne.jp

ひがしこうち

※掲載の内容は、2020年9月現在のものであり、変更となる場合があります。

2020.09