



Activity

山・川・海を
まるごと楽しむ
アクティビティが
色々!



往復650mのジップス
ライドは季節で変化する
絶景が楽しめる

フォレスト アドベンチャー・ 高知

■高知県高岡郡津野町芳
生野乙5422 (長沢の滝)
■TEL.080-2347-3318

四万十川の川面から約
20m上空を滑空できる
のはここだけ

四万十川 ジップライン

■高知県高岡郡四万十町
十和川口62-9
■TEL.0880-28-5421

大きな瀬やゆったりとし
た流れの川下り体験

ナチュラル グラーヴ (ラフティング)

■高知県高岡郡四万十町
昭和144-1
■TEL.090-8979-9373

四万十川・川遊び公園 ふるさと交流センター (ラフティング/カヌー)

■高知県高岡郡四万十町
昭和671-2
■TEL.0880-28-5758



どこまでも広がる雄大な
海を独り占め

レモレモ カヤックス

■高知県須崎市安和1171-8
■TEL.090-8103-3961

※掲載の写真はイメージ
です。施設や店舗など
の掲載情報については
令和6年1月中旬までの
内容です。各施設の営業
日、営業時間等につきま
してはご確認ください。



Camp

自然の中で
キャンプを満喫!

木々に囲まれた自然の中
のキャンプ場

ゆすはらキャンプ場

■高知県高岡郡梶原町太郎川13799-3
■TEL.090-7626-6845

家族で、仲間と、グランピング体験!

スカイヒルグランピング ~四万十の星空~

■高知県高岡郡四万十町八千敷310
■TEL.080-7009-3652



Tourist attraction 観光スポット



現在5箇所6つの隈研
吾作品が集まり、町全体が
ミュージアムのような梶
原町の町並み。建築案
内人のガイドツアーで町
巡りもできます。

隈研吾 設計建築物群

■高知県高岡郡梶原町
■TEL.0889-65-1187



フィギュアメーカー海洋
堂の技術や歴史に触れら
れる「海洋堂ホビー館四
万十」。所狭しとフィギ
アなど展示しています。

海洋堂 ホビー館四万十

■高知県高岡郡四万十町
打井川1458-1
■TEL.0880-29-3355



四国霊場内で唯一5仏御
本尊が祀られている岩本
寺は、本堂の多種多様な
天井板絵も特徴的です。

四国八十八カ所 霊場第37番札所 岩本寺

■高知県高岡郡四万十町
茂田町3-13
■TEL.0880-22-0376



創建は西暦460年と伝え
られ、現社殿は1663年に
再建。本殿は国の重要文
化財に指定されていま
す。参道が海に向かって
延びており、「土佐の宮
島」と呼ばれています。

鳴無神社

■高知県須崎市浦ノ内東
分字鳴無3579
■TEL.0889-49-0533

100年以上の歴史を持つ久礼大正町
市場。庶民の台所として、昔から新鮮
な魚介類と青果類が販売されてきた
アーケードと露天の市場です。

久礼大正町市場

■高知県高岡郡中土佐町久礼6372-1(事務局)
■TEL.0889-59-1369



須崎名物鍋焼きラーメン



栗スイーツ



穏やかな内海が目の前の初心者
でも安心なキャンプ場

ロゴスパーク シーサイド高知須崎

■高知県須崎市浦ノ内東分2251
■TEL.0889-59-0601



Experience

体験

四国カルストを快適サイクリング

ゆすはら雲の上観光協会 (電動キックボード体験・レンタル レンタサイクル)

■高知県高岡郡梶原町梶原1426-2 ゆすはら・夢・
未来館1階
■TEL.0889-65-1187

カルストテラス (e-バイクレンタル)

■高知県高岡郡津野町芳生野乙4921-48
■TEL.0889-62-3371



カツオをさばいて薫で豪快に焼!
できたてのタタキは最高

カツオの薫焼きタタキ体験

黒潮工房
■高知県高岡郡中土佐町久礼8009-11
■TEL.0889-40-1160
ど礼もん
■高知県高岡郡中土佐町久礼6530
■TEL.0889-52-3822
須崎市観光協会
■高知県須崎市浦ノ内東分2269-4 須崎市
立スポーツセンターカヌー体験学習機
■TEL.0889-40-0315 (じゃらんネット受付)

おいしくて目にも鮮やかな郷土料
理! 田舎ずしづくりを体験

田舎ずしづくり体験

■高知県高岡郡津野町永野251-1
■TEL.090-1323-5940

須崎の夏の風物詩。ドラゴンカヌー
をいつでも気軽に体験できる!

ドラゴンカヌー体験

■高知県須崎市浦ノ内2688
■TEL.0889-40-0315 (須崎市観光協会)

Gourmet

グルメ

海の幸、山の幸は
もちろんスイーツも充実。
奥四万十グルメを
ぜひご堪能あれ!



鯉の薫焼きタタキ



苺スイーツ(風工房)



満天の星大福(満天の星)



つの茶



Hot spring 温泉

恵まれた自然に囲まれ、
泉質も優れた温泉が点在



2月下旬頃に雄蛇森(ぼんだがもり)一帯に
咲く雪割桜。その山里にある弘法大師ゆかり
の温泉。おススメはお部屋内容がそれぞれ
に違う、半露天風呂がある5棟の離れ。

そうだ山温泉 和

■高知県須崎市桑田山乙1122
■TEL.0889-45-0055

全客室、内風呂、露天風呂から太平洋が一望で
きる温泉宿。冷泉を沸かした内風呂の大浴槽と
黒潮を沸かした汐湯の露天風呂が人気。隣接
の黒潮工房でカツオのタタキ体験もできます。

鯉乃國の湯宿 黒潮本陣

■高知県高岡郡中土佐町久礼8009-11
■TEL.0889-52-3500

四国カルストの麓にあり、山々からの風を感じ
ながら入浴できる温泉。毎月変わる葉湯や
露天風呂、打たせ湯、サウナなどが色々楽し
めます。温水プールも併設されています。

雲の上の温泉

■高知県高岡郡梶原町太郎川13785
■TEL.0889-65-1126



全国でも珍しい泉質の違う2種類の源泉を引く
温泉。とろろ触感の湯には多くのファンが。四
万十川支流の日野地川(のせせらぎ)や山の麓際
れをBGMIに入る露天風呂は至福のひとつ。

ホテル松葉川温泉

■高知県高岡郡四万十町日野地605-1
■TEL.0880-23-0611

四万十川源流点に最も近い貸切家族風呂の
温泉。テラスに内風呂が付いた特別室や
ファミリールーム、ペットOKの離れなど個性的
なお部屋もあり、知る人ぞ知る秘湯のお宿。

郷麓温泉

■高知県高岡郡津野町北川8308
■TEL.0889-62-2336

すぐ横を流れる清流四万十川から湧き出す
鉱泉から生まれた湯宿。素材な佇まいと癒し
のおもてなし、四万十の幸・ウナギ、鮎、イノシ
シなどのお料理を堪能できます。

清流四万十の里 十和温泉

■高知県高岡郡四万十町十和川口392-1
■TEL.0880-28-4811



Roadside station 道の駅

地域の美味しい特産品やお土産が満載の道の駅
個性豊かなおすすめグルメとともに紹介!



道の駅 なかとき

■高知県高岡郡中土佐町久礼8645-2
■TEL.0889-59-9090



道の駅 あぐり窪川

■高知県高岡郡四万十町平車284-1
■TEL.0880-22-8848



道の駅 布施ヶ坂

■高知県高岡郡津野町船戸654-1
■TEL.0889-62-3225



道の駅 ゆすはら

■高知県高岡郡梶原町太郎川13785
■TEL.0889-65-1126



道の駅 四万十大正

■高知県高岡郡四万十町大正16-2
■TEL.0880-27-0088



道の駅 四万十とおわ

■高知県高岡郡四万十町十和川口62-9
■TEL.0880-28-5421