

3 しまんと100の問い合わせ先

Contact / Information

このパンフレットの制作費の一部は、地方創生応援税制(企業版ふるさと納税)により、ご賛同いただいた寄付金を活用しています。なおご賛同いただいた企業の詳細は、四万十市公式ホームページでご覧になれます。(www.city.shimanto.lg.jp)

旅の途中、困ったことや迷うことがあれば
3つの施設のいずれかにご連絡ください

1 四万十市観光協会

Shimanto City Tourism Association

- 🏠 四万十市駅前町8-3
- ☎ 0880-34-1555
- 🕒 8:30~17:30
- 🌐 <https://www.shimanto-kankou.com/>



2 四万十市郷土博物館

Shimanto City Museum

- 🏠 四万十市中村2356 為松公園内
- ☎ 0880-35-4096
- 🕒 9:00~17:00
- 🌐 <http://www.city.shimanto.lg.jp/museum/>



3 道の駅よって西土佐

Michi-no-eki, Yotte Nishi-Tosa

- 🏠 四万十市西土佐江川崎2410-3
- ☎ 0880-52-1398
- 🕒 7:30~18:00
- 🌐 <https://yotte.jp/>



平成27年度にスタートした四万十市のシティプロモーション計画。川を中心とした歴史や暮らし、豊富な地域資源があることが本市の強みでもあることから、市のコンセプトとして「川とともに生きるまち」という言葉とロゴマークが生まれました。



しまんとひやく

四万十でしたい100のこと

Welcome to Shimanto City!

しまんとは **自然** と **ひと** が、ええがよ。



Shimanto 100 enjoy lists.

しまんとひやく

四万十でしたい100のこと

Welcome to Shimanto City!

四万十には、数えきれないほどの魅力があります。でも、たくさんありすぎて、四万十に来てくれた皆さんを迷わせてしまっては申し訳ないので、「いま体験して欲しい100のこと」に絞りました。あなたが「ピンときた」ことから、どんどんチャレンジしてみてください。

ようこそ四万十へ

菜の花の
ライトアップ
を見る

06

07

四万十川学遊館で
生き物探しゲーム

08

地元人と2次会に行く

1000万本の
菜の花を撮る

09

イカダ遊びに
チャレンジ

10

04 遊覧船乗船

05

香山寺で
藤を眺める



四万十川で
カヌー

01

02 返杯をする

四万十川学遊館で
ピラルクにエサやり

03

11

「撮つちよ木」で
写真撮影

居酒屋
はしごで
料理と
お酒の味比べ

16



紫陽花と水車の
コントラストを
確かめる

19

四万十市のまちを築いた
偉人のお墓めぐり

23



地元の
郷土料理を食べる

24



川バス、トロリーバス、
しまんと・あしずり号に
乗ってみる

25

12



だるま朝日を見る



13



四万十市の様々な
コースをサイクリング

14

天然温泉で
疲れを癒す

17



土佐西南
大規模公園から
太平洋を望む

15



飲む
耐ハイを

18

21

「フォトジェニック」探索

22



沈下橋の
沈下した姿を
目撃する

27

リピーターバッジをもらう

26



楽しむ
キャンプを

28



全日本女郎ぐも
相撲大会に
参加する

29 四万十オリジナルエコバッグを買う

30 喫茶店めぐり

31 予土線に乗り西土佐の風景を楽しむ

為松公園と桜つつみ公園でお花見

32 郷土博物館で四万十市の歴史を学ぶ

33 なかむら踊り提灯台パレードに参加し中村の文化に触れる

34 LOILOIしまんとのガイドを体験する

35 料理上手なお母さんたちと郷土料理をつくる

36 黒尊溪谷の紅葉を楽しむ

間六口さんのバナナのたたき売りでバナナを買う

37 日本一の暑さを記録したまち、江川崎に行く

38 平野・双海サーフビーチで四万十市の波を楽しむ

39 中村の塩タタキを食べる

40 花火大会でた〜まや〜

41 大文字の送り火を見る

42 黒尊むらまつりで四万十市の魅力を満喫

43 四万十牛を食べる

44 道の駅よつて西土佐でおみやげを買う

45 曼殊沙華を見る

47 らぶらぶベンチで記念撮影

48 火振り漁を見学

49 ホタル舟に乗る

50 一條神社で参拝する

51 四万十天文台で星空観測

四万十市の特産品を買う

52 四万十川でSUPを体験する

53 日本一遅い新幹線に乗る

54 西土佐運動会に出場

55 神社めぐり

56 西土佐産産業祭に行く

57 河原で蛇紋岩探し

58 「藤祭り」公家行列を観覧

59 鍛冶屋体験

毎月22日は玉姫の日

60 道の駅よつて西土佐でスイーツ三昧

61 KIMONOLOIで中村の街を歩く

62

63

64



65

雪が積もった
幻想的な沈下橋を見る



68

予土線
ジオラマを見る



69
落ち鮎漁の
風景を見る



72
石見寺の
頂上まで
ハイキング



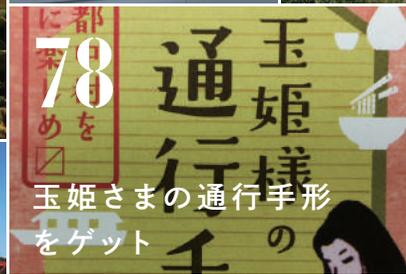
75

四方十川の
支流でも
特に美しい
といわれる
黒尊川を見る



77

四方十市観光協会
で
タンデム自転車
をレンタル



78

玉姫さまの通行手形
をゲット



79
四方十川で
ラフティング



66

四方十川
ウルトラマラソン
に挑戦



70

パン+みそ汁の
モーニングを
食べる



73

四方十市内にある
9つの沈下橋を
写真に収める



67

のを
様を見
婚式
結



71
土佐くろしお鉄道に乗り
中村の風景を楽しむ



74

テナガエビ
を食べる



81

八面山登山



82

四方十川
ウルトラマラソンの
ボランティアに参加



83

ひんやり沢歩き



84

四方十川流域の
栗を食べる



90

半家天満宮で
牛鬼のお練り
を見る



98

四方十川リバーサイド
フルウォークに参加



86

商店街を散策



87

鮎の塩焼きを
食べる



92

堂が森の女相撲に参加する(見る)



93

木工ものづくり体験



94

川漁師体験



99

江川崎駅で
会える
予土線3兄弟



99



朝霧のかかる
幻想的な
沈下橋を見る

88



89
黒尊神社に参拝後
奥の院前の淵で
卵投げ



95
パワー
スポット
めぐり



96
薫的神社で
必勝祈願



97
ツガニを味わう



100
四方十川
水泳マラソン
に参加

100

ちょこっと解説

しまんとひやく

More information

これら100の情報は、環境や時期などにより変わる場合があります。
体験してみる際は、お気軽に裏表紙のお問い合わせ先にお尋ねください。

01 カヌーは1年中、色んなところで体験できる

02 お酒をつぎ合う文化(地元人に聞いてみよう)

03 毎日午後4時から体験できる

04 ゆったりした時間を過ごしたい人にオススメ

05 4月下旬～5月上旬がオススメ

06 昼間の菜の花とは違った幻想的な風景

07 要予約!小学3年生以上が対象、20名以上

08 約2kmに渡って一面の菜の花が楽しめる

09 四万十楽舎で6月～10月初旬に体験できる

10 一緒に飲んだら、もうお友達

11 撮影スポットで絶景写真をぜひ

12 平野・双海で運が良ければ見れるかも

13 ぶしゅまるくんのマンホールは市内に一つだけ

14 天然温泉に入れば疲れもすぐに吹き飛ば

15 近くにキャンプサイトがある

16 地元民が愛する居酒屋がたくさん

17 駅からレンタサイクルで四万十川満喫

18 「ぶしゅかん」を使った爽やかなご当地酎ハイ

19 5月下旬～6月上旬がオススメ

20 一條公、秋水餅、泰作さんなど

21 自分だけの映えスポットを探す

22 大雨が降った後がねらい目

23 一條家や幸徳秋水のお墓など

24 地の食材を使った料理がたくさん

25 観光地巡りに便利、運行時期に注意

26 夏の観光シーズンは早めの予約を!

27 また来て欲しいと思う人に渡すバッジ

28 毎年8月第1土曜日に開催されます

29 「観光協会」「道の駅よって西土佐」で販売

30 お気に入りの喫茶店を見つけてみて

31 3月中旬～4月上旬がオススメです

32 車窓から見える四万十川を堪能

33 提灯台を担ぎ、四万十市の街を練り歩く

34 9時～17時まで!休館日は毎週水曜日

35 ガイドと一緒に四万十市の歴史に触れる

36 15名以上の団体向けで14日前に予約を

37 11月上旬～11月下旬がオススメ

38 全国各地で口演、一條大祭で買えるかも

39 全国から大勢のサーファーが集まる

40 2013年8月に41度という日本一の暑さを記録

41 毎年旧暦の7月16日に開催

42 西土佐地域の美味しいものもたくさん

43 8月最終土曜日(予定)に行う1万発の音楽花火

44 地元産酢みかん使用の塩だれが美味しい

45 ノンストレスで育った四万十市のブランド牛

46 西土佐地域の地場産品が集まる場所

47 離れて座ろうとしてもくっついてしまうベンチ

48 四万十市の伝統漁法

49 ホタルが見れる時期限定の遊覧船

50 境内には、一條氏ゆかりの旧跡がある

51 山川海の特産品がたくさん

52 星空の街で一面に広がる星を眺めてみて

53 江川崎駅から乗車できる

54 サーフボードの上に立って漕ぐアクティビティ

55 西土佐地域の“ええもん”が集結

56 歴史ある神社を参拝

57 磁石につく不思議な石、やすりで磨くと輝く

58 西土佐地域で開催される参加型運動会

59 9月中旬～下旬がオススメです

60 市内の対象店に並ぶ赤い旗が目印

61 時代絵巻さながらの衣装を着て練り歩く

62 これぞ匠の技!火と鉄と向合う真剣勝負

63 地元のものを使って作られたケーキがたくさん

64 呉服店で着付けてもらい映えスポットで撮影

65 実は年に数回、雪が降り積もることがある

66 毎年10月中旬に開催

67 全国的にも珍しい神事、本殿は重要文化財

68 道の駅よって西土佐の2階で見れる

69 12月～1月末に赤鉄橋たもとで見れるかも

70 えっ!?!と思うでしょ?それが魅力!

71 太平洋の展望が180度連続展開

72 頂上までは約1時間ほどで登頂できる

73 橋ひとつひとつで趣が違う

74 唐揚げにして食べると美味しい

75 サンショウウオが生育できるほど澄んだ透明度

76 観光名所などをタクシーで巡る周遊コース

77 目の不自由な方もサイクリングを楽しめる

78 加盟店で見せると嬉しい特典がもらえる

79 1年中楽しめる天然ジェットコースター

80 播州皿屋敷伝説がある奥屋内の滝

81 天気の良い日は宇和海、九州も一望できる

82 松山市・高知市発のツアーもある

83 四万十楽舎で2つの沢コースを体験できる

84 夏と冬の気温差が大きい四万十川流域で収穫

85 ウナギは4月～10月頃が旬

86 碁盤の目状の街並みを散策してみて

87 アユは6月～10月が旬

88 朝のウォーキングもかねてぜひ

89 生卵を投げ割れなければ願いが叶うといわれる

90 半家沈下橋を牛鬼やお神輿を担ぎ練り歩く

91 泳ぐ時にはライフジャケットの着用を

92 参加するもよし!観戦するもよし!

93 流木や自然木などを使って様々な作品を作る

94 川漁師さんと一緒に伝統漁法を体験

95 君が淵、半家天満宮、白綾の滝など

96 学問・スポーツの神様として崇められている

97 独特のコクと旨味がつまった川ガニ

98 毎年4月上旬に開催!6つのコースがある

99 3種類の特徴ある列車は遊び心満載

100 毎年7月末に開催、みんなで泳ごう!

