

夢のながれ

四万十川





1,000万本の菜の花の森 (入田ヤナギ林)



黒尊溪谷



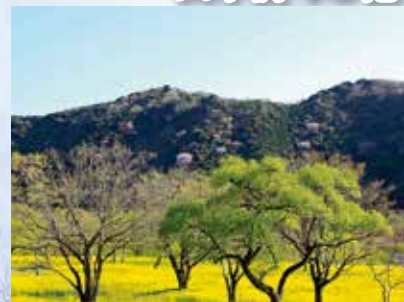
佐田沈下橋



三里沈下橋

清流を彩る
四季折々の花々

四万十川 花紀行



入田ヤナギ林 菜の花

●3月上旬～3月下旬
●入田ヤナギ林

川沿いにつづく約2kmのヤナギの自然林、その足元を菜の花が真っ黄色に染めます。



香山寺 藤

●4月下旬
●香山寺市民の森

市民の森として親しまれている「香山寺」では、世界中の藤の花を楽しむことができ、訪れた方の心を和ませてくれます。



安並水車の里 紫陽花

●6月上旬
●安並水車の里

安並水車の里が、青・薄紅色・紫色の紫陽花で彩られ、水車が回る郷愁をさそう田園風景が広がります。



為松公園 桜

●3月中旬～4月上旬
●為松公園

桜の名所である為松公園で開催され、期間中はボンボリが点灯され、夜桜を楽しむことができます。



トンボ自然公園 睡蓮

●5月上旬～10月中旬
●トンボ自然公園

毎朝約3,000輪の色とりどりの睡蓮が園内を彩ります。



入田ヤナギ林 曼珠沙華

●9月下旬
●入田ヤナギ林

四万十川沿いに真っ赤に咲く曼珠沙華が楽しめます。



玖木 つつじ

●4月中旬～下旬
●西土佐玖木

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、山菜採り、あめご釣り体験など自然満喫の体験イベントが開催されます。



トンボ自然公園 花菖蒲

●5月下旬～6月上旬
●トンボ自然公園

昔、何処にでもあった里山の風景の園内には、約10,000株の花菖蒲が満開となります。



黒尊溪谷 紅葉

●11月上旬～中旬
●西土佐奥屋内

四万十川支流の中で、最も透明度の高い黒尊川。溪谷沿いでは、美しい紅葉を楽しむことができます。

四万十川 歳時記



四万十川リバーサイドフルウォーク

●4月第1土、日曜日

清流四万十川の美しい河畔をゆっくりと歩き、豊かな春の自然を満喫できるいろいろなコースがあります。菜の花の咲くころの四万十川の風物詩ともなっています。



土佐一條公家行列(藤祭り)

●5月3日

前関白一條教房公の中村入府を再現した一大時代絵巻。雅楽が流れるなか、室町時代の衣裳をまとった公家行列が土佐の小京都を練り歩きます。



しまんと市民祭(踊り・提灯台パレード)

●7月最終土曜日

小京都中村に夏の訪れを告げるイベント。なかむら踊りや市街地を練り歩く勇壮な提灯台パレードのパフォーマンスは一見の価値あり。



岩間舟遊参(いわまふなゆさん)

●7月第4日曜日

岩間天満宮の夏祭りでは、舟に神輿を乗せ、四万十川を渡り、対岸の茅生(かよう)集落の川原で神事を行います。2艇の川舟に載せられた神輿が、岩間沈下橋をくぐって下り、対岸の川原にいきます。



四万十川水泳マラソン大会

●7月最終日曜日

全国で唯一の水泳マラソン大会。体力に合わせて、2つのコースがあります。四万十川の鮎と一緒に泳いでみませんか。



全日本女将ぐも相撲大会

●8月第1土曜日

宮中の女性達の遊びであったと言われて、今では、子どもたちの夏休みの楽しみになっています。大会には、100匹をこえるクモが参加します。観光客も飛び込み参加できます。



大文字の送り火

●旧暦7月16日

十代地山(間崎)が赤く燃え上がり、幻想的な風景を見ることができ、小京都中村に夏の終わりを告げる風物詩となっています。



権谷の念仏踊り

●8月15日

お盆の供養の行事。1665年頃より現在まで受け継がれており、鐘、太鼓を鳴らし念仏が唱えられ、河原で松明をともして水まつりをし、施餓鬼供養と新仏供養が行われます。



しまんと納涼花火大会

●8月最終土曜日

町の中心部、赤鉄橋たもと四万十川河川敷で打ち上げられ、頭上に降り注ぐ花火。花火が川面を染め、小京都の夜空を美しく照らします。



不破八幡宮大祭

●9月中旬

全国でも類を見ない貴重な神様の結婚式。川を挟んで対岸の一宮神社の女神様をのせた神輿が運び込まれ、結納、結婚を行い、神輿をぶつけあって結婚を祝う伝統的な神事です。



山路のヨッキリヨ

●10月中旬

四万十市山路地区に江戸時代から伝わる民俗芸能です。市の無形民俗文化財に指定されている伝統的な踊りで、2本の棒を使った独特の踊りです。



四万十川ウルトラマラソン

●10月中旬

100kmと60kmの2つのコースがあり、四万十川の大自然を駆け抜けます。全国を代表するマラソン大会です。



落ち鮎解禁

●12月1日

産卵保護のため獲ることが規制された落ち鮎の漁が解禁となるこの日は、県内外から四万十川にたくさんの釣りが訪れます。



シラスウナギ漁

●12月上旬～3月上旬

四万十川河口付近で行われ、極寒の夜に美しい光のシンフォニーを見ることができます。



スジアオノリ漁

●12月上旬～3月下旬

河口付近で採れるスジアオノリは、香り、色、味も日本一と言われている。川底から丹念に採取するアオノリ漁。その風情は四万十川の冬の風物詩となっています。



橘御輿の舟渡り

●10月29日

橘地区八坂神社へと川を挟んで対岸の白岩神社より運ばれた御神体が、祭りの当日神輿とともに舟に乗り、白岩神社へと帰っていきます。



半家の秋祭り(花取り踊り・牛鬼)

●11月8日

半家天満宮秋祭りは、沈下橋を、牛鬼やお神輿・花取り踊りの若者や子供達が練り歩きます。その後、境内で、花取り踊りが披露されます。



金刀比羅祭(五ツ鹿踊り)

●11月第4日曜日

金刀比羅祭りに奉納される伝統の踊りで子どもたちに代々受け継がれています。金刀比羅宮がある西ヶ方は、自然豊かな景勝地です。



一條大祭

●11月22日～24日

文久2年(1862年)、一條神社の建立以来、盛大に行われるようになりました。稚児行列など、数多くの行事が開催されます。

今も残る原風景のなかで 自然に抱かれて ほっとするとき

四万十川観光遊覧船

四万十川の風景を楽しみ、風情あふれるひとときを味わうことができます。

定時に運行する船や、貸し切り船、予約お食事付き遊覧船、白い帆を張った舟母などがあります。

定期船：1時間おきに船が出ます。 随時運行：いつでも船が出ます。
料理付遊覧も可能です。 詳細は直接お問い合わせください。
料金：大人 2,000 円（舟母 2,500 円） 小人（小学生）1,000 円（舟母 1,250 円）
※川の状況により船が出ない場合がありますので、お電話にてご確認ください。

1 川の駅 カヌー館	☎0880-52-2121	四万十市西土佐用井	要予約
2 なっとく	☎0880-38-2918	四万十市田出ノ川	定期船 8:00～(4月～9月) 9:00～(10月～3月)
3 四万十の碧	☎0880-38-2000	四万十市三里	定期船 9:00～（予約送迎あり 〔片道〕）
4 さこや	☎090-5147-4023	四万十市佐田	予約優先の随時運行
5 舟母浪漫 松廣屋	☎090-9458-3644	四万十市入田平元	定期船



1



2



3



4



5



5 月末～6 月初旬には舟母船も運行します。詳しくは四万十市観光協会へお問い合わせください。

各遊覧船乗り場は11・12ページの四万十川エンジョイマップに記載しております。



A 四万十・川の駅カヌー館

初心者向けのカヌー教室があり、インストラクターの指導で半日コースと1日コースの基本講習を受けることができます。館内では、世界のカヌーも展示しています。川の駅でもあり、四万十川りんりんサイクルも行っています。
住所■四万十市西土佐用井1111-11
TEL0880-52-2121
FAX0880-52-2424
開館時間■8時30分～17時30分
レンタサイクル8時30分～17時
休館日■1月1日～1月3日
<http://www.canoe-kan.com/>
E-mail:info@canoe-kan.com



B 四万十楽舎

廃校舎を再活用した体験参加型の宿泊施設。イカダやカヌー、シュノーケリング体験もでき、農林漁業体験も企画しています。合宿や修学旅行、野外活動にも利用できます。
住所■四万十市西土佐用井408-1
TEL0880-54-1230
FAX0880-31-9788
休館日■原則として毎週水曜日、12月28日～1月4日(GW、7、8、9月は無休)
<http://www.gakusya.info/>
E-mail:shimantogakusya@gmail.com



C 四万十カヌーとキャンプの里かわらっこ

四万十川のほとり、豊かな自然に囲まれた四万十カヌーとキャンプの里。初心者でも気軽にカヌー体験もできます。
オートキャンプサイト26区画(流し台・給水施設)・バンガロー・カヌーツアー・スローラフト(フロートラフト)・四万十川りんりんサイクル・シャワー室・更衣室・コインランドリー・トイレ
有料/宿泊サイト使用15時～翌日の13時
一時使用10時～16時電話で予約受付
住所■四万十市田出ノ川24
TEL0880-31-8400
FAX0880-31-8401
休業日■10月1日～6月30日は毎週月曜日(祝日の場合は火曜日)/7月1日～9月30日は無休
<http://www.kawarakko.com>



平野・双海サーフビーチ

土佐西南大規模公園入口から車で5分の場所にあるサーフィンのメッカ。
四国内はもちろん、全国から大勢のサーファーが訪れます。



一條鶴井公園(せせらぎ水路)

中心市街地を流れる水路で、その水は四万十川から汲み上げられています。水路の途中にある一條鶴井公園は、四万十川の水が流れる休憩スポットになっています。
住所■四万十市中村小姓町



四万十川キャンプ場

四万十市街からも近い四万十川橋(赤鉄橋)具同側上流部にあるキャンプ場。無料で利用でき、給水施設・移動式トイレ施設を完備。
利用届出先■四万十市公園管理公社
TEL0880-37-0608



香山寺市民の森(世界の藤の里)

市民公園として整備された香山寺山の一帯は、ハイキングや森林浴に最適のスポットです。園内には弘法大師ゆかりの香山寺があり、展望台からは、四万十川や中村の町並みを見渡せます。また春には世界中の藤の花、32種のうち約20種類を見ることができます。
住所■四万十市坂本974-1
開園時間■3月16日～9月30日 9時～18時30分
10月1日～3月15日 9時～16時30分



安並水車の里

野中兼山が開発した用水路(四ヶ村溝)から水田に水を汲み上げるために造られたもので、水路でゆったりと回る水車の行列は、なんとも懐かしい素朴な風景です。
閑散期には水車が廻っていないことがあります。
住所■四万十市安並



G オートキャンプ場とまろっと 土佐西南大規模公園

清流四万十川の河口、太平洋を眼下に臨むオートキャンプ場。施設も充実で、初心者でもOK! 気軽にアウトドアを楽しめます。また近くには青く澄んだ太平洋と水平線を見渡すことができるオブジェ「うつろう」があります。キャンピングサイト22棟・テングアローサイト5サイト・テントサイト47サイト・総合管理棟(売店、喫茶、コインランドリー、シャワー)・多目的棟・炊飯棟3ヶ所・バーベキューサイト・トイレ・シャワー・イベント広場・遊具
住所■四万十市下田3548 ゲート開放■8時～21時45分
TEL0880-33-0101 FAX0880-33-0202
休業日■年中無休
<http://www.tomarotto.com/>
E-mail:camp@tomarotto.com

各カヌー施設は11・12ページの四万十川エンジョイマップに記載しております。

まちを築いた歴史を訪ねる

今から約 550 余年前、一條氏が応仁の乱をさけて京都から下向し、京都に擬えて造られた町並みは碁盤目状に広がり、祇園、京町、鴨川、東山などの地名があり「土佐の小京都」とよばれています。
藩政時代には、山内一豊の弟・康豊が治め、後に3万石の中村藩が誕生しました。
今なお一條時代、藩政時代の歴史の足跡が点在する四万十市。時のながれを、ゆっくりとのんびりと歴史散歩でお楽しみください。

土佐の小京都 中村



大文字の送り火(旧暦7月16日)



一條大祭(11月22日～24日)

《土佐一條家の歴史》

土佐一條家は、一條教房が応仁 2 年(1468 年)、京都から所領であった幡多荘(現在の四万十市)に下向したことに始まります。二男の一條房家は、京都に戻らず在地領主になり、京都さながらのまちづくりを行いました。その後、房冬、房基、兼定と 106 年にわたって、公家大名としてこの地を治めたのです。



公家大名土佐一條氏の初代
一條房家(肖像画)



一條教房の墓

一條教房の墓 (P.15 **A**)

前関白一条教房は、(父は摂政、関白、太政大臣を歴任した一條兼良) 応仁 2 年(1468 年)、京都から中村へ下向しました。文明 12 年(1480)に 58 歳で亡くなるまでの在 13 年間に、荘園を復活、中村を土佐の中心的商都として建設した功績は大きいものでした。教房の菩提寺である妙華寺は、ほぼ現在の中村高校正門附近にあったと推測されています。



玉姫の墓

玉姫の墓 (P.15 **C**)

玉姫は伏見宮邦高親王王女で、土佐一條家第二代房冬の夫人です。大永元年(1521年)降嫁のため土佐に下向しました。玉姫様が嫁がれた 6 月 22 日と亡くなった 8 月 22 日にちなみ、地元の商店街婦人部では毎月 22 日を玉姫様の日とするなど今でも市民に親しまれています。



不破八幡宮



一條神社

小京都とは

室町時代以降、各地で京都を真似た町づくりをし、古い町並みや風情が京都に似ていることから、「小京都」として各地で名づけられたまちの愛称です。

小京都と呼ばれる地域が集まる「全国京都会議」において3つの加盟基準が定められており、四万十市(旧中村)は全ての要件を満たす伝統ある小京都です。

①京都に似た自然と景観

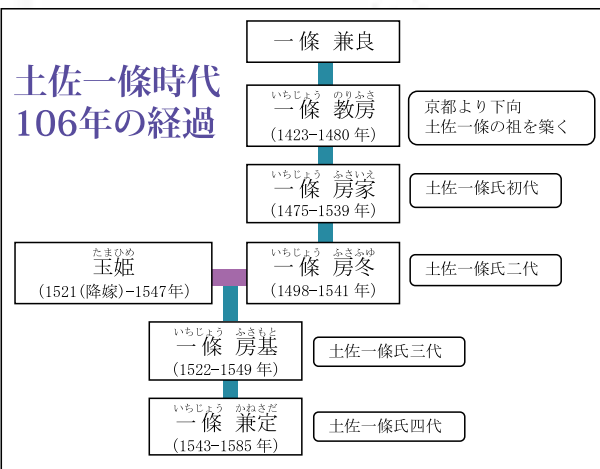
昭和 21 年の南海大地震で昔ながらの町並みはほとんど残されていませんが、碁盤の目の町並みや、鴨川、東山など京都に見立てた地名が今も残っています。

②京都との歴史的なつながり

応仁の乱を避け、下向した公家の一條教房公が京をしのんで造られたまちです。

③伝統的な産業と芸能があること

大文字の送り火、一條大祭などの伝統行事が続けられています。



不破八幡宮 (P.16 **B**)

文明年間(1469～1487)に、一條氏が京都の石清水八幡宮から勧請して幡多の総鎮守としたもので、本殿は三間社流造り、屋根はこけら葺き、室町時代の建築様式が色濃く漂っています。国の重要文化財に指定されています。

一條神社 (P.15 **D**)

文久 2 年(1862 年)、中村御所跡と伝わる一面に、中村の文化・経済の発展に尽くした土佐一條氏の遺徳を偲ぶ群民によって建立された神社です。境内には、御化粧の井戸など一條氏ゆかりの旧跡が残されています。



御化粧の井戸

《市街地エリアでの歴史探訪》

中村城跡 (P.15 **E**)

中村城跡は、為松山頂にあった4つの城の総称で、連立式の城郭であったと考えられています。ここに残っている石垣は、昭和 40 年に発見されたもので、山内 2 万石 2 代藩主山内政豊(別号良豊)時代の慶長 18 年(1613 年)、新たに中村城として修復された時のものだと考えられています。



中村城跡



山内政豊(良豊)の墓

山内政豊(良豊)の墓 (P.15 **F**)

初代藩主である康豊の二男で寛永 6 年(1629 年)に亡くなった政豊は、中村山内家の第 2 代当主でした。葬られた妙因寺は現在の上小姓町の山麓にありましたが、明治 4 年(1871 年)に廃寺になってしまいました。今では、石段の上に政豊の墓が残されています。



南仏上人座像

金剛福寺(土佐清水市足摺岬)の興隆に尽力した僧で、その木像は高知県指定文化財になっています。香山寺山の麓の南仏堂に祀られていたもので、郷土博物館に保管されています。



四万十市立郷土博物館

P.15 **G**

中村城跡(為松公園)の一面に建つ城の形をした歴史博物館。天守閣風の館からは、四万十川、東山を臨み、市街地を一望することができます。平成 31 年 2 月にリニューアルした館内には、”川とともに生きるまち”四万十市のまちの歴史や、一條氏ゆかりの物や七星剣、幸徳秋水の遺品など幡多郷土のさまざまな資料を展示しています。また、為松公園は、桜の名所でもあります。有料/9 時～17 時(入館は 16 時 30 分まで) 休館日 毎週水曜日※臨時休館有 TEL0880-35-4096

一宮神社 七星剣

一宮神社(四万十市間崎)に古くから伝承される由来不明の宝剣。銀象嵌の文様は北斗七星を示すといわれています。七星剣は、四天王寺や法隆寺に伝わるものと共に数少ない貴重な古剣であり、他のものが片刃であるのに、一宮神社の七星剣は両刃であり、極めて珍しいものであり、現在は郷土博物館に保管されています。



太平寺



幸徳秋水

1871 年～1911 年

⇒幸徳秋水の墓 (P.15 **I**)

幸徳秋水は本名、伝次郎。明治 4 年(1871)に中村の豪商、俵屋に生まれました。幼少から秀才と言われ、明治 20 年(1887)に上京、林有造の書生となり、やがて中江兆民に師事、万朝報社などの新聞記者として活躍しました。以降も社会主義運動に挺身し、『社会主義神髓』等数多くの著書を残しています。明治 44 年(1911)、いわゆる大逆事件の首謀者とみなされ、死刑に処せられました。近年、社会主義思想家としての評価を見直す声が高まり、市議会は平成 12 年 12 月議会に於いて「幸徳秋水を顕彰する決議」を採択し約 90 年を経てその名誉が回復された。命日にはこの地で墓前祭が行われています。



樋口眞吉

1815 年～1870 年

⇒樋口眞吉の墓 (P.15 **J**)

文化 12 年幡多郡中村(現四万十市中村小姓町)の郷土(足軽)の家に生まれる。19 歳で学問に志し遠近鶴鳴に学び、のち諸国を遊歴して剣術・槍術・砲術を修行。23 歳のとき筑後柳川の大石神陰流に入門し、印可(免許)を受け帰郷後、中村に家塾を開き、門弟は 1,000 人に及ぶ。幡多・香我美郡及び高知城下町奉行の下役を歴任。土佐西部の勤王党の盟主として知られ、藩主の上京に扈從。武市瑞山の下獄後、勤王党の善後策協議には自重論を唱えた。戊辰戦争に従軍、凱旋後留守居組に昇進。明治 3 年大納言徳大寺家の公務人となったが同年 6 月 14 日、東京で病没。享年 56 歳。



スイレン池とショウジョウトンボ

トンボ王国の楽しみ方ベスト 3



ハナショウブ



生き物さがしゲーム(レベル5)

- ①**トンボウォッチング**
3月中旬から12月下旬まで、観察や撮影が容易く行えます。
- ②**花ウォッチング**
GWのカキツバタ、初夏の花菖蒲、夏期のスイレンは圧巻です。
- ③**自然体験メニュー**
遠足や修学旅行など団体には、生き物さがしゲームとジャブ池ミニ水族館(要予約)、ご家族や個人の方には、ザリガニ釣りや学遊館クラブ、7月最終日曜日に開催される親子トンボ捕り大会がおすすめです。

＊トンボが飛び交う水辺を、レジャーセンターと感じられる人を増やしていくことが、トンボ王国の活動理念です。



ザリガニ釣り



ギンヤンマ



チョウトンボ



メダカすくい



じゃもんがん蛇紋岩

開館時間■9時～17時 駐車場■有
休館日■月曜日(祝祭日の場合は翌日、春休、GW、夏休冬休は無休)
入館料■大人(18歳以上)860円 団体680円
中高生430円 団体340円 小人(4歳以上小学生以下)320円 団体250円(団体20名以上)

四万十川学遊館あきついお

- ③**充実の体験メニュー**
遠足や修学旅行など団体には、推理ゲーム(要予約)、ご家族や個人の方には金魚すくいのボイを使うメダカすくい、トンボ王国グッズがもらえる3択10問のトンボ王国クイズ、11月の全日本トンボフォトコンテスト人気投票、毎日イベント四万十川の蛇紋岩磨き&ビーズトンボの携帯ストラップ作り(要実費)など、いかがでしょうか。

四万十川学遊館あきついお ートンボ(あきつ)と魚(いお)の展示館ー 四万十川学遊館の楽しみ方ベスト 3



とんぼ館

- ②**魚の生息分布から
四万十川の今を知る**
常時約130種を飼育展示している四万十川水系の魚が、四万十川の今を教えてください。



さかな館

＊四万十川学遊館あきついおの収益金はすべて、トンボ保護区の維持管理と、環境学習推進のために活用しています。

住所■四万十市具同8055-5 TEL0880-37-4110 FAX0880-37-4113 <http://www.gakuyukan.com> E-mail:shimanto@gakuyukan.com

トンボ王国

(トンボ自然公園) ー四季の花咲くトンボの楽園ー 三大特長

- ①**世界最初のトンボ保護区**：1985年から整備が始まった、世界初の本格的トンボ保護区。
- ②**トンボの種類数が日本一**：整備舞台の池田谷(約50ha)で、これまでに77種を記録。
- ③**四季の花が充実**：四季を通し、スイレンやハナショウブなどの花が水辺を彩ります。



四万十いやしの里

四万十いやしの里

土佐西南大規模公園内、清流四万十川が太平洋へと躍り出る河口を見下ろす丘の上にある「四万十いやしの里」。ここには、「四万十いやしの湯」や「レストラン山川海」などがあり、人と環境にやさしく、「気」のエネルギーを活かした空間が広がっています。
住所■四万十市下田3363
TEL0880-31-5111 FAX0880-31-5112
<http://www.shimanto-iyashinosato.com>



レストラン



温泉・薬湯風呂



海水露天風呂

四万十いやしの湯

温泉はもちろん、漢方の薬湯、遠赤外線式のサウナ風呂、雄大な太平洋から汲み上げた海水露天風呂を、大自然の風景や風を感じながら、心ゆくまで楽しむことができます。
営業時間■4月～10月 6時～22時

11月～3月 6時30分～22時 (受付21時30分まで)
入浴料■大人(高校生以上)680円 子供(中学生以下)340円 ※20人以上は団体割引あり
湯上がりには、床下に炭を敷き詰めた「なごみの間」や小鳥のさえずりや潮騒を体感しながらリラクセスできる「いやしの間」、体調チェックができる「診の間」、気功や太極拳の研修も可能な「太極の間」、「気の間」、「学の間」など、いやしをテーマにそれぞれの時が過ごせます。



ホテル星羅四万十

ホテル星羅四万十

四万十川を見下ろす高台にあり、自然に包まれたロケーションも最高。名物料理は、四万十川のアユや川エビ、四万十牛の焼き肉など、自然の恵みをたっぷりと味わえます。
住所■四万十市西土佐用井1100
TEL0880-52-2225 FAX0880-52-2004
入浴時間■7時～9時 16時～22時
土・日・祝日は11時～14時の間も入浴できます。
入浴料■大人(中学生以上)800円・子供(小学生以下)400円
レストラン■8時～21時(ラストオーダー20時15分)
<http://www.seirashimanto.com/>
E-mail:mail@seirashimanto.com



レストラン星の郷



温泉浴場

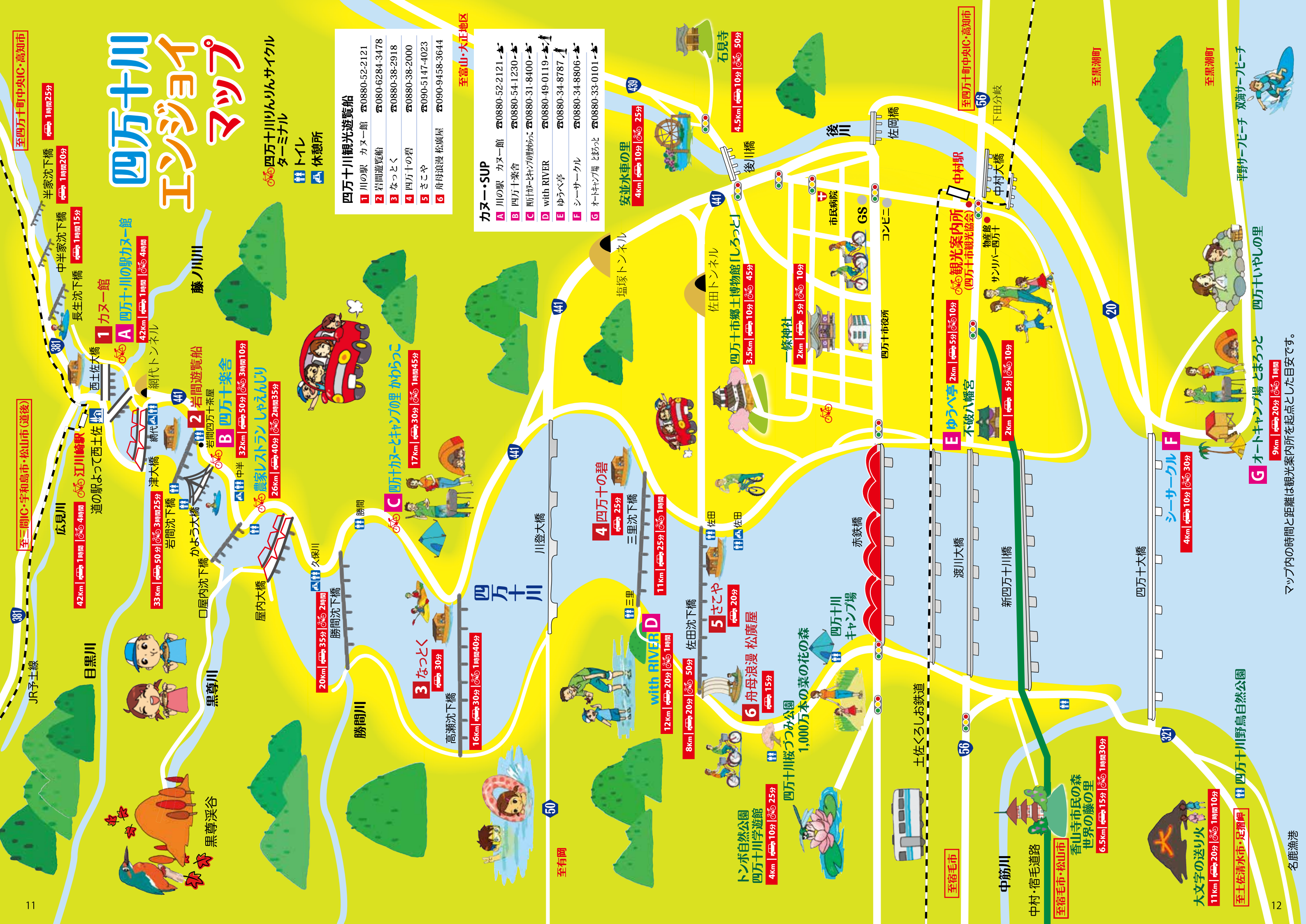
四万十天文台

旧西土佐村は、旧環境庁から「星空の街」に認定されるほど星がきれいに見える里。平成25年4月にリニューアルした4mの観測ドームには、36センチの反射望遠鏡があり、専門員が星の楽しさを伝えてくれる。
(原則、展望希望日の前日までに予約)

住所■四万十市西土佐用井1101-5
お問合せ ホテル星羅四万十
TEL0880-52-2225
展望時間■午後8時～9時(1日1回)
休館日■毎週水曜日
定員■1回10人程度
利用料金■大人(高校生以上)510円
子ども(小中学生)300円
※幼児は無料



四万十天文台



至四万十町中央IC・高知市

至三間IC・宇和島市・松山市(道後)

381

JR土予線

目黒川

広見川

道の駅よって西土佐

西土佐大橋

1 カヌー館

A 四万十川の駅カヌー館

42km | 徒歩 1時間 | 自転車 4時間

網代トンネル

33km | 徒歩 50分 | 自転車 3時間25分

津大橋

2 岩間遊覧船

岩間四万十茶屋

B 四万十楽舎

32km | 徒歩 30分 | 自転車 50分 | 自転車 3時間10分

口屋内沈下橋

黒尊川

黒尊渓谷

屋内大橋

26km | 徒歩 40分 | 自転車 2時間35分

農家レストランじゃえんじり

勝間川

20km | 徒歩 35分 | 自転車 2時間

勝間沈下橋

勝間

久保川

川登大橋

三里

with RIVER D

12km | 徒歩 20分 | 自転車 1時間

佐田沈下橋

8km | 徒歩 20分 | 自転車 50分

5 さこや

舟母浪漫 松廣屋

4km | 徒歩 10分 | 自転車 25分

四万十川桜づつみ公園

1,000万本の菜の花の森

四万十川

キャンプ場

土佐くろしお鉄道

中筋川

中村・宿毛道路

至宿毛市・松山市

香山市市民の森 世界の藤の里

6.5km | 徒歩 15分 | 自転車 1時間30分

大文字の送り火

11km | 徒歩 20分 | 自転車 1時間10分

至土佐清水市・足摺岬

四万十川野鳥自然公園

至黒潮町

平野サーフビーチ 双海サーフビーチ

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

至黒潮町

四万十市観光案内マップ

しまんとトロリーバス

市内の観光周遊に便利な「しまんとトロリーバス」が運行中です。1日500円（小学生以下半額・乳幼児無料）で各停留所にて乗り降り自由。市内観光にぜひご利用ください。



【運行日】GW、夏休み、冬休み、3月（土日・20日）
 【停留所】中村駅・中央公民館・市役所玄関前・新ロイヤルホテル四万十前・郷土博物館前・佐田沈下橋・一条通2丁目・中村プリンスホテル前・トンボ自然公園

◎各ターミナルで借りて・返して、自由自在のレンタサイクル◎

トロリーバスと合わせて市内観光をお楽しみください。

【料金/マウンテンバイク】
 5時間以内:1,200円
 24時間:1,700円

【ターミナル】
 ・四万十市観光協会
 ・新ロイヤルホテル四万十
 ・中村プリンスホテル
 ・トンボ自然公園

レンタル着物でまち歩き



KIMONOLOILOI きものロイロイとは？
 四万十市観光協会Aで借りた着物を、地元の呉服店で美しく着付けてもらい、土佐の小京都四万十の街並を着物を着てゆっくり散策してください。
 夏季/浴衣レンタル(5月~10月)
 冬季/着物レンタル(11月~4月)
 8:30 ~ 16:00 ※男性用もあります。
 ●お問合せ 四万十市観光協会
 TEL0880-34-1555

A 観光案内所



・幡多地域の総合観光案内
 ・レンタサイクル
 ・四万十川観光遊覧船チケット販売
 TEL0880-34-1555



風を感じながら、のんびりとサイクリングを楽しもう！ 気軽にレンタサイクル

四万十川レンタサイクル

トンボ公園や佐田沈下橋など4~5時間くらいの観光にぴったり！

- <シティサイクル/マウンテンバイク>
 5時間以内:1,000円
 24時間:1,500円
- <電動アシスト付自転車(ナビチャリ付)>
 5時間以内:2,000円
 ※17:30までに返却
- <タンデム自転車>
 5時間以内:2,500円
 ※17:30までに返却



【便利なナビチャリ使ってね】
 ナビチャリとは音声ナビ&ガイド端末(音声による道案内・観光ガイド)です。

四万十川りんりんサイクル

中村~江川崎間、約40km。
 大自然四万十川をたつぷり味わいながらの移動手段に！

<料金>
 当日(17:00まで) 1,500円
 24時間 2,000円
 マウンテンバイク(1台)
 [延長料 200円/1時間]
 <営業時間> AM8:30~PM5:00
 ●お問合せ カヌー館
 TEL0880-52-2121

<7つのターミナルのどこでも、借りて、返して、自由自在>

- 江川崎駅(四万十川ふるさと案内所) TEL0880-52-1984
- カヌー館 TEL0880-52-2121
- 四万十楽舎 TEL0880-54-1230
- 口屋内「しゃえんじり」 TEL0880-54-1477
- カヌーとキャンプの里かわらっこ TEL0880-31-8400
- 新ロイヤルホテル四万十 TEL0880-35-1000
- 四万十市観光協会 TEL0880-34-1555

G 佐田沈下橋

四万十川で一番下流にあり、最長の沈下橋です。市内には、他に、三里、高瀬、勝間、口屋内、岩間、長生、中半家、半家の沈下橋があり、いずれも川と人との関わりを感じられる風景が見られます。

H 一條神社

文久2年(1862)中村御所一画に、中村の文化・経済を土佐一條氏の遺徳をよって建立された神社です。境内には、化装の井戸など一條氏ゆかりの旧跡が残されています。

I 四万十市郷土博物館「しろと」

中村城跡の一画に建つ城の形をした歴史博物館。館からは四万十川や市街地を一望することができます。館内には土佐の小京都とも呼ばれるまちに伝わる古文書や美術工芸品など貴重な資料を展示しています。

J 安並水車の里

野中兼山が開発した用水路(四ヶ村溝)から水田に水を汲み上げるために造られたもので、水路でゆったりと回る水車の行列はなんとも懐かしい素朴な風景です。
 【見頃:6月上旬~下旬】

B 四万十川桜づつみ公園

C 1,000万本の菜の花の森

D トンボ自然公園 四万十川学遊館

F 赤鉄橋

E 不破八幡宮

K 四万十市立中央公民館

B 四万十川桜づつみ公園

入田地区内の堤防に桜を植栽。最後の清流「四万十川」沿いにあり、桜と川の両方の景観が楽しめる。オススメのスポットです。
 【見頃:3月下旬~4月初旬】

C 1,000万本の菜の花の森

四万十川沿いにつづく約2kmのヤナギの自然林。その足元を菜の花が真っ黄色に染めます。川の水・ヤナギの新緑・菜の花の黄色と、四万十川の春が満喫できます。
 【見頃:3月上旬~下旬】

D トンボ自然公園 四万十川学遊館

世界初のトンボ保護区では、トンボがこれまでに77種が見つかっています。学遊館では約130種の四万十川水系の魚の展示や、蛇紋岩磨きなどの自然を使った体験もできます。

E 赤鉄橋

四万十川(赤鉄橋)は大正15年に完成した、四万十市中村地区の中心部にある橋です。河口から約9kmの地点に架かる鉄橋です。

F 不破八幡宮

文明年間(1469~1487)に一條氏が京都の石清水八幡宮から勧請して幡多の総鎮守としたもので、本殿は三間社流造り、屋根はこけら葺き、室町時代の建築様式が色濃く残っています。国の重要文化財。

市内飲食店 宿泊施設マップ 中村地域

(四万十市観光協会 0880-34-1555)

市外局番(0880)

四万十市観光協会会員・四万十黒潮旅館組合員・中村料理飲食店組合員・四万十市西土佐商工会会員

宿泊施設(中村地域)

- | | | | |
|------------------------------|---------|-------------------|---------------|
| 1 民宿・喫茶 ほてい家(次項) | 35-1213 | 1 Hata's Kitchen | 35-0567 |
| 2 新口イヤルホテル四万十 | 35-1000 | 2 料亭 吾妻 | 34-2155 |
| 3 旅の宿 寿吉 | 35-3552 | 3 あや食堂 | 34-5825 |
| 4 中村第一ホテル | 34-7211 | 4 鮎千 | 34-7074 |
| 5 中村プリンスホテル | 35-5551 | 5 旬菜 一水 | 34-7727 |
| 6 なごみ宿 安住庵 | 35-3184 | 6 居酒屋 いなか | 35-6060 |
| 7 ビジネスホテル 一条 | 34-1500 | 7 炭や 一風 | 35-5508 |
| 8 福田旅館 | 35-4108 | 8 やまさき料理店 | 35-5101 |
| 9 民宿 四万十川 | 34-4100 | 9 居酒屋 牛若丸 | 34-4364 |
| 10 ペンション ひらの(次項) | 33-1839 | 10 昭和ブギウギ食堂 のらくろ | 35-0620 |
| 11 ホテル クラウンヒルズ中村 | 34-2811 | 11 中国料理 広東李 | 34-2275 |
| 12 ホテル 四万十の宿(次項) | 33-1600 | 12 串カツ 瓦 | 35-6059 |
| 13 ホテル センチュリー四万十 | 35-0033 | 13 居酒屋 喜八 | 34-0633 |
| 14 レンタルロッジフィールド(次項) | 36-2757 | 14 さこや[四万十料理](次項) | 34-7786 |
| 15 民宿 こばん | 34-5923 | 15 御料理 良水 | 34-3815 |
| 16 民宿 さくら | 34-3062 | 16 川漁師の店 四万十屋(次項) | 36-2828 |
| 17 民宿 鈴 | 34-5655 | 17 ふるさと酒場 寿吉 | 34-6353 |
| 18 民宿 土佐 | 34-2929 | 18 常連 | 35-2360 |
| 19 ニュー民宿 中村 | 34-9311 | 19 四万十料理 寿し一 | 35-2853 |
| 20 四万十りばーさいど(次項) | 34-1518 | 20 炭火焼 炭火屋 | 35-1190 |
| 21 ペンション Bee(次項) | 31-9115 | 21 居酒屋 千里 | 34-7252 |
| 22 川辺のコテージ(次項) 090-4782-8894 | | 22 大漁寿し | 35-3063 |
| 23 ホテル KOKOMO | 35-1133 | 23 居酒屋 たくみ | 090-3184-8454 |
| 24 四万十川の宿 ゆうべ亭 | 34-8787 | 24 季節料理 たにぐち | 34-3388 |
| 25 民宿 中村 | 34-3059 | | |
| 26 ホテルサンリバー四万十 | 34-8875 | | |
| 27 民宿せせらぎ荘 | 34-1653 | | |

観光に便利!

- | | |
|--------------------------|---------|
| ・レンタサイクル | 34-1555 |
| ・りんりんサイクル | 52-2121 |
| ・観光タクシー | 34-1555 |
| ・まちバス | 34-1269 |
| ・川バス（4月の春休み・GW・夏休み・土日祝日） | 34-1266 |
| ・トロリーバス（GW・夏休み・冬休み・春休み） | 34-1266 |

観光案内所

(四万十市観光協会)

(昼) …昼営業あり (予) …予約要
 (多) …多言語メニューあり

■…公園 GS…ガソリンスタンド BK…銀行 〒…郵便局
WC…トイレ 人…コインランドリー

令和元年9月改訂

至土佐清水市(足摺岬)

レンタカー・レンタサイクル

- ① (株)トヨタレンタリース西四国中村店 35-6200
② レンタカー四万十 34-2350

おみやげ

- | | | | |
|-----------------|---------|-------------------|---------|
| ① 右城松風堂 | 34-6161 | ⑥ 物産館サンリバー四万十 | 34-5551 |
| ② 加用物産(次項) | 35-2380 | ⑦ マルバン醤油 | 35-2238 |
| ③ 地酒 酒蔵 ことぶきや | 35-2531 | ⑧ 中村駅売店 | 35-4961 |
| ④ 林鯉節店 | 34-7333 | ⑨ 地場産品直売所 彩市場(次項) | 31-5500 |
| ⑤ 泰作さん本舗 藤家(次項) | 34-3533 | | |

緊急時

- 四万十市立市民病院 34-2126
中村警察署 34-0110
四万十消防署 34-5881

アクティビティ

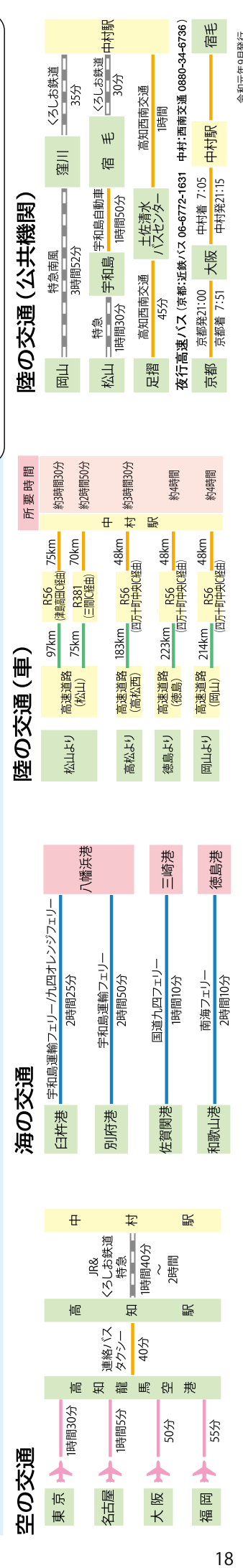
- ① withRIVER 49-0119(次頁) ② シーサークル 0120-760-092

文化・公園施設

- | | | | |
|-------------|---------|----------|---------|
| 四万十川キャンプ場 | 37-0608 | 高知西南交通 | 34-1266 |
| 四万十市立図書館 | 35-2923 | 中村駅 | 35-4961 |
| 安並運動公園 | 34-2071 | 鈴ハイヤー | 34-2413 |
| 四万十市立中央公民館 | 34-7311 | 〃 | 35-3319 |
| 四万十市立文化センター | 35-4887 | | |
| 四万十市郷土博物館 | 35-4096 | 平和観光タクシー | 34-1414 |

交通

- | | |
|----------|---------|
| 高知西南交通 | 34-1266 |
| 中村駅 | 35-4961 |
| 鈴ハイヤー | 34-2413 |
| // | 35-3319 |
| 平和観光タクシー | 34-1414 |



空から降りて 山を緑に染め
四季を彩り いのちを満たす
川を流れて 空の青をうつし
海へたどり 空へのぼる
水のめぐり 水のながれ

清流 四万十川



(一社)四万十市観光協会
〒787-0014高知県四万十市駅前町8-3
TEL:(0880)34-1555
FAX:(0880)34-1144
URL:<http://www.shimanto-kankou.com>
E-mail:info@shimanto-kankou.com

四万十市観光協会 検索

※本紙は令和元年9月に増刷いたしました。令和元年10月の消費税増税に伴い、表示の価格に変動がある場合がございます。

岩間沈下橋(国道441号線より望む)
※現在全面通行止め