

あっちいき、こっちいき。

Take Free

土佐巡里

Ver.2

体験

tosameguri

Tea Picking



Train



Cycling



River



Country sushi



pounding mochi

Sea kayak



Whale



あっちいま、こっちいま。 **体験**

土佐巡里 Ver.2

tosameguri

集落活動センターを
知っていますか？

集落活動センターとは、住み慣れた地域への愛着と、「これからもここに住み続けたい」という想いを持つ地域住民の方々が、旧小学校や集会所などを拠点に、それぞれの地域の困りごとや、取り組んでみたいことに、チャレンジする仕組みです。

この冊子では、そんな集落活動センターの中から、様々な自然・文化体験ができるところをご紹介します。

Contents

03 | 安芸エリア

シーカヤック・シュノーケリング・お茶摘み体験・ゆずとり体験・魚梁瀬森林鉄道乗車 運転体験

05 | 物部・高知市エリア

ピザ焼き体験・竹細工教室・陶芸教室・木工教室

07 | 嶺北エリア

霧石渓谷トレッキング・石窯ピザ焼き体験(なめかわ)・もちつき・酒まんじゅう作り・田舎寿司作り
かりんとう作り・アメゴつかみ体験・アメゴの塩焼き・芝もち作り・竹箸づくり体験・そば打ち体験
石窯ピザ焼き体験(清流館)・田舎体験・苔玉づくり体験

13 | 仁淀川エリア

そば打ち体験・花炭づくり体験・ピザ焼き体験・コンニャクづくり体験・山菜採り体験
アメゴ釣り・ソバ打ち体験・煎りモチづくり体験・石窯ピザづくり体験

19 | 高幡エリア

歩いて郷Go!・郷でひといい貸切プラン・船戸の田舎豆腐づくり体験・しらいしピザ焼き体験
シーカヤックツアー・ウォーキングイベント・横浪黒潮ラインウォーキング・韓国風サウナ・キムチ作り体験
久保谷森林セラピーロードウォーキング・龍馬脱藩ウォークin葎ヶ峠

23 | 幡多エリア

ピザ焼き体験・三原村の巨木めぐり・レンタサイクル・若山楮 紙漉き体験・若山楮 蒸し剥ぎ体験
健康ウォーク・田舎寿司づくり体験・そば打ち体験

27 | イベントカレンダー

29 | 集落活動センターinformation



高知フォトスポット100景
土佐でおい感動風景

表示アイコン

思い出の1枚を残せるフォトスポットを各マップの中にアイコンで表示しています。旅のプランの参考にぜひご利用ください。

詳細は、**とっちょこうち** 検索

QRコードの使い方

QRコードを読み取ることで、あなたが今いる場所から行きたい観光地、スポットまでの移動時間、距離等をご案内します。

- 1 本誌にあるQRコードを読み取ります。
- 2 読み取り内容・ピックアップ内容どちらを選んでもOK。選んだ方をタップします。
- 3 右下の青いマークをタップ。
- 4 目的地までの距離・所要時間が表示されます。

※QRコードを読み取る専用のアプリをダウンロードする必要があります。
※スマホ・タブレット端末での位置情報を有効にする必要があります。

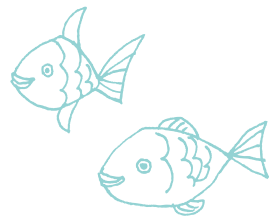
安芸エリア

Aki Area

太平洋を見渡しながら振り返れば、山ではゆずとり体験やお茶摘み体験もできる高知県東部の安芸地域。

海では船に乗ってシュノーケリングを楽しむとさまざまな海洋生物とのふれあい体験ができ、山では復元された機関車に乗って、森林鉄道

道の歴史を感じる体験ができ、運転体験も楽しめます。



東川集落活動センター「かまん東川」
【お茶摘み体験】【ゆずとり体験】

集落活動センターやなせ
【魚梁瀬森林鉄道乗車・運転体験】

集落活動センターなはりの郷
【シーカヤック、シュノーケリング】

集落活動センター なはりの郷 シーカヤック、シュノーケリング



約70種類のサンゴや、周辺に生息する熱帯魚が見られる「奈半利町ふるさと海岸」での体験です。カヤックに乗りながら、色とりどりのサンゴや魚がたくさん見られますし、シュノーケリングでもっと幻想的な海の中を散策することもできます。

● 4月1日～10月31日
● 2時間ガイド付き / 5,000円
1時間半ガイド付き / 4,000円
2時間ガイドなし / 3,000円
● 奈半利町海浜センター「海辺の自然学校」
● 安芸郡奈半利町甲2293-2
● 0887-38-5127
● 開催条件: 1週間前までに予約



Photo spot



ふるさと海岸
奈半利町の自慢のひとつ、コバルトブルーの太平洋の潮風と波音を身近に感じられる浜辺。石段とレンガで作られた海岸からは、美しく整備された港、はるか沖をゆく漁船や飛び交う海鳥を見ることができ、あわただしい日常を忘れてのんびりとした時間を過ごすことができます。

● 撮影地: 奈半利町乙
高知市から約57km (車で約1時間30分)
● 撮影シーズン: 通年

集落活動センター「かまん東川」 ゆずとり体験



深まる秋の中、山里の自然の中でのゆずの収穫体験です。高知と言えはゆずですが、実際に収穫したことがある方は少ないのではないのでしょうか。この機会に是非。

● 11月下旬
● 大人/2,500円・小人/500円
● 東川地域おこし協議会
● 安芸市入河内588
● 0887-32-3031
● 開催条件: 1週間前までに予約



Photo spot



魚梁瀬ダム・魚梁瀬ダム湖
魚梁瀬ダムは奈半利川の最上流部に建設された発電用のロックフィルダムで、高さは115メートルと四国最高。魚梁瀬ダム湖はさめうら湖に次いで四国では屈指の規模を誇ります。県道沿いの展望台から、ダムやダム湖を見渡すことができます。湖畔の魚梁瀬丸山公園は春にはソメイヨシノが咲き誇り、秋の紅葉も見所です。

● 撮影地: 馬路村魚梁瀬ダム
高知市から約88km (車で約2時間15分)
● 撮影シーズン: 通年

集落活動センター やなせ 魚梁瀬森林鉄道乗車・運転体験



魚梁瀬丸山公園では、昔、木材や人を運んだ森林鉄道の機関車に乗ることができます。運転体験も楽しめます。

● 通年・日曜祝日(8月は土曜も運行)
10時～15時30分
● 乗車体験 大人 400円、子ども 200円
運転体験 1,000円(小学生以上)
● 馬路村役場魚梁瀬支所
● 安芸郡馬路村魚梁瀬
● 0887-43-2211
● 開催条件: 予約不要



Photo spot



千本山
県木魚梁瀬形で有名な千本山。樹齢250年を超える杉の巨木が立ち並びます。「森の巨人たち100選」に選ばれた登山口すぐの「橋の大杉」や、姿が美しいことで名付けられた「真優美杉」、鉢巻が頭から落ちるほど見上げないと木のてっぺんが見えない「鉢巻落とし」など、見所がたくさんあります。

● 撮影地: 馬路村大字魚梁瀬千本山
高知市から約99km (車で約2時間45分)
● 撮影シーズン: 通年



集落活動センター「絆の里・いわはら」

霧石渓谷トレッキング



かつての生活道路が、トレッキングコースとして蘇ります。霧石渓谷や棚田などの名所はもちろん、コースから望む大豊町の絶景はまさに唯一無二です。

- 毎日
- 環境整備協力金(パンフレット込)1,000円
ランチ1,000円
- 株式会社ハッピーラフト
- 長岡郡大豊町後木221-1
- ☎ 0887-75-0500
- ◆ 開催条件:各自自由散策
*パンフレット、ランチを希望する場合は、上記へ要問い合わせ



集落活動センター なめかわ

石窯ピザ焼き体験



自家製ピザ生地を麺棒で伸ばし、こだわりのピザソース・具材を載せ、石窯で焼き上げ、食べる体験です。ベースとなるピザソースはトマトソースとにんにく味噌の2種類。ハーフ&ハーフでお楽しみいただくこともできます。

- 予約対応
- 2,000円
- ふれあいの里なめかわ
- 所 長岡郡本山町下関1621-1
- ☎ 0887-76-3017
- ◆ 開催条件:5名以上・1週間前までに予約



Photo spot



岩原

急峻な山の間を縫うように流れるエメラルドグリーンの吉野川。一年中水量が安定していること、緩急に富んだ豊かな表情を持つことからラフティングやカヌーの愛好者にとっては憧れの川で、県内外から大勢のファンが訪れます。

- 撮影地:大豊町岩原
高知市から約53km(車で約1時間)
- 撮影シーズン:夏

Photo spot



八畝の棚田

一番てっぺんの田の中に祠があり八幡さまが祀られた珍しい棚田で、各地の棚田の中でも有名な写真スポットです。昔ながらの手植えが見られる田植えの時期から、緑のじゅうたんを敷き詰めたような夏、秋には風にゆれる黄金の穂とともにあぜみちに咲く彼岸花や秋の七草を見ることができ、美しい日本の棚田風景を楽しむことができます。

- 撮影地:大豊町八畝
高知市から約53km(車で約1時間10分)
- 撮影シーズン:春から秋

嶺北エリア

Reihoku Area

2019年7月7日～同年12月25日の期間、高知県北部の嶺北地域で観光型キャンペーン「土佐れいほく博」を開催しています。

汗見川地域での自然を感じる田舎体験や食の体験はもちろん、工芸品づくり等も楽しめます。

廃校を再活用した宿泊体験もあり、地域の方々様が様々なおもてなしの準備をしております。

集落活動センターいしはらの里
もちつき



地元のおんちゃんたちと一緒に昔なつかしい餅つきを楽しめます。親子連れで参加すると良い思い出になります。ついた後は、できたてのお餅を自分で好きな形に丸めて食べられます。

- 📅 不定期(要予約)
- 🎫 1,000円
- 📍 集落活動センターいしはらの里
- 📍 土佐郡土佐町西石原1228
- ☎ 0887-72-9328
- ◆開催条件: 5~30名の受入れ



集落活動センターいしはらの里
酒まんじゅう作り

地域で長年愛されている地酒「桂月」の酒粕の風味が広がるまんじゅうをお母さん達と一緒に手作りできます。

- 📅 不定期(要予約)
- 🎫 1,000円
- 📍 集落活動センターいしはらの里
- 📍 土佐郡土佐町西石原1228
- ☎ 0887-72-9328
- ◆開催条件: 5~30名の受入れ



集落活動センターいしはらの里
かりんとう作り



地元のおんちゃんとお交流しながら、ショウガのきいた食べ応えのあるこだわりのかりんとうを作れます。お好みでショウガなしも作れます。

- 📅 不定期(要予約)
- 🎫 1,200円
- 📍 集落活動センターいしはらの里
- 📍 土佐郡土佐町西石原1228
- ☎ 0887-72-9328



Photo spot



早明浦ダム
長岡郡本山町と土佐郡土佐町にまたがる早明浦ダムは一級河川吉野川の上流部にあり、総貯水量は3億立方メートルを超える四国最大のダムで「四国のいのち」とも呼ばれています。ダムによって作られた「ざめうら湖」は「ダム湖100選」に選ばれた美しい湖。春の桜並木や秋の紅葉が大変美しいです。

- 撮影地: 土佐町田井
高知市から約49km(車で約1時間)
- 撮影シーズン: 春

Photo spot



高須の棚田風景

吉野川の最上流にある標高350メートルの山間部に連なる棚田。見事に手入れをした美しい田で、どの農家もわが子のように丹精込めて米作りに励んでいます。とても近くに感じる空や雲、周りの山々、アジサイやコスモスといった花の咲くあぜ道など、季節ごとに移り変わる棚田の風景を楽しむことができます。

- 撮影地: 土佐町高須
高知市から約56km(車で約1時間10分)
- 撮影シーズン: 通年

集落活動センターいしはらの里
田舎寿司作り



石原地域のたけのこ等の山菜を中心とした田舎寿司を楽しめます。ほっとする懐かしい味です。血鉢料理やお弁当に盛り付けることも可能で色とりどりのお寿司は写真映えすること間違いなし!

- 📅 不定期(要予約)
- 🎫 1,500円
- 📍 集落活動センターいしはらの里
- 📍 土佐郡土佐町西石原1228
- ☎ 0887-72-9328
- ◆開催条件: 5~30名の受入れ



集落活動センターいしはらの里
アメゴつかみ体験



透き通った石原の川で元気いっぱいのアメゴを捕まえます。素早く動き回るアメゴを捕まえるのに子供は夢中になること間違いなし! また、大人も忙しい日常を忘れ童心に帰って川遊びができます。

- 📅 不定期(要予約)
- 🎫 1,500円
- 📍 集落活動センターいしはらの里
- 📍 土佐郡土佐町西石原1228
- ☎ 0887-72-9328
- ◆開催条件: 10~50名の受入れ



集落活動センターいしはらの里
アメゴの塩焼き



つかみ取りをした取れたてのアメゴを自分でさばいて、バーベキューコンロで炭を使って塩焼きにします。焼きたてを「はふはふ」とほおばり、綺麗な川で育ったアメゴをおいしくいただけます。

- 📅 不定期(要予約)
- 🎫 1,500円
- 📍 集落活動センターいしはらの里
- 📍 土佐郡土佐町西石原1228
- ☎ 0887-72-9328
- ◆開催条件: 10~50名の受入れ



宿泊施設

土佐町石原
いしはらの里

- 📅 年中
- 🎫 石原コミュニティセンター
4,000円/1名(人数1~60名)
いしはらの木の家
5,000円/1名・6,000円/2名
8,000円/3名・10,000円/4名
12,000円/5名以上(人数1~10名)
- 📍 集落活動センターいしはらの里
(予約: 石原コミュニティセンター・木の家)
- 📍 土佐郡土佐町西石原1228
- ☎ 080-6286-3028



Photo spot



アメガエリの滝

エメラルドグリーンに輝く滝つぼに流れ落ちる水しぶきと、苔むした岩が美しい滝。「アメゴが登りきれずに引き返す」滝ということで、この名前と呼ばれるようになったと言われています。

- 撮影地: 土佐町瀬戸
高知市から約44km(車で約1時間30分)
- 撮影シーズン: 通年

集落活動センターいしはらの里
芝もち作り



地元のお母さんに教えてもらいながら芝もちづくりができます。気軽に田舎体験がしたい方におすすめです。

- 📅 不定期(要予約)
- 🎫 1,000円
- 📍 集落活動センターいしはらの里
- 📍 土佐郡土佐町西石原1228
- ☎ 0887-72-9328
- ◆開催条件: 5~30名の受入れ



集落活動センター「汗見川」
竹箸づくり体験



小刀を使って、汗見川地域の竹を加工し、箸や器を手作りする体験です。削る作業はシンプルですが、ついつい熱中してしまいます。オリジナルのお箸や器をつかうと、食事が一層楽しくおいしくなります。

- 📍 予約対応
- 📄 2,000円
- 👤 汗見川ふれあいの郷 清流館
- 📍 長岡郡本山町沢ヶ内626
- ☎ 0887-82-1231
- 📌 開催条件: 5名以上・1週間前までに予約
*10名以上から1割引
*龍馬バスポート参加施設



Photo spot



吉延・大石の棚田

吉野川の支流壱ノ川沿いに開かれた棚田群。昔ながらの姿をそのまま残し大切に受け継がれてきたこの棚田の付近には、四国山地を越える街道「北山越え」のルートがあり、江戸へ剣術修行に向かう坂本龍馬もこの景色を見たと言われます。

- 📍 撮影地: 本山町吉延
- 📏 高知市から約47km(車で約1時間)
- 🌿 撮影シーズン: 春から秋

Photo spot



京柱峠

徳島県と高知県の県境にあり、標高は1,130メートル。峠を越える国道439号(通称ヨサク道)の最大の難所で、ヘアピンカーブの続く登り下りは、四国の山深さを実感する峠の中の峠と言われています。条件が良ければ眼下に幻想的な雲海を見ることもでき、美しさと感動を味わえる峠です。

- 📍 撮影地: 大豊町西峰
- 📏 高知市から約66km(車で約1時間30分)
- 🌿 撮影シーズン: 通年

集落活動センター「汗見川」
そば打ち体験



汗見川地域で昔から栽培されている、そば粉を使って地元そば打ち名人に教わる手打ちそばづくり体験です。山菜や特産の原木椎茸を盛り付けてお召し上がりください。

- 📍 予約対応
- 📄 2,000円
- 👤 汗見川ふれあいの郷 清流館
- 📍 長岡郡本山町沢ヶ内626
- ☎ 0887-82-1231
- 📌 開催条件: 5名以上・1週間前までに予約
*10名以上から1割引
*龍馬バスポート参加施設



集落活動センター「汗見川」
石窯ピザ焼き体験

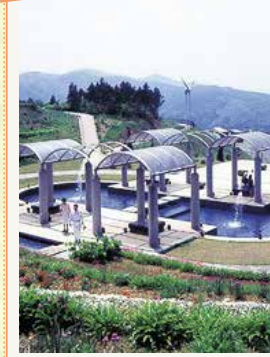


生地をこねて伸ばし、具材をトッピングしたピザを薪と石窯で焼き上げるピザ焼き体験です。地元の山菜や野菜、果物をトッピングして、自然の恵みたっぷりのピザをお楽しみください。

- 📍 予約対応
- 📄 2,000円
- 👤 汗見川ふれあいの郷 清流館
- 📍 長岡郡本山町沢ヶ内626
- ☎ 0887-82-1231
- 📌 開催条件: 5名以上・1週間前までに予約
*10名以上から1割引
*龍馬バスポート参加施設



Photo spot



ゆとりすとパークおおとよ標高750mの高原リゾート、四国山地の雄大な山並みを一望する360度のパノラマが広がり、秋から春にかけての早朝は雲海を頻繁に見ることも出来ます。夜は、満天の星空で覆いつくされます。コテージは明るく清潔で様々なシーンに合わせて利用でき、オリジナルBBQや焼肉セット、超ロングソーセージなどBBQメニューなども利用できます。(要予約) 又、鹿や猪のジビエ料理も人気で、ゆとりすとでしか味わえない料理も多くあります。

- 📍 撮影地: 大豊町中村大王
- 📏 高知市から約46km(車で約1時間)
- 🌿 撮影シーズン: 通年

集落活動センター「汗見川」
田舎体験



昔ながらの道具を使った川遊び、稲刈り、間伐など相談に応じて対応可能な田舎ならではの四季折々の体験を提供します。

- 📍 予約対応
- 📄 要相談
- 👤 汗見川ふれあいの郷 清流館
- 📍 長岡郡本山町沢ヶ内626
- ☎ 0887-82-1231
- 📌 開催条件: 5名以上・1ヶ月前までに予約
*龍馬バスポート参加施設



集落活動センター「汗見川」
苔玉づくり体験



汗見川地域に生えている苔や山野草を使い、風流な苔玉を手作りする体験です。汗見川地域の自然を活かした風流なオリジナル苔玉づくりです。

- 📍 予約対応
- 📄 2,000円
- 👤 汗見川ふれあいの郷 清流館
- 📍 長岡郡本山町沢ヶ内626
- ☎ 0887-82-1231
- 📌 開催条件: 5名以上・1週間前までに予約
*10名以上から1割引
*龍馬バスポート参加施設



Photo spot



小金滝

山頂付近の険しい岩壁から流れ落ち、吉野川へと水を育む落差約100メートルを有する四国でも最大級の滝です。水量や四季に応じてその山菜水明なる美しさの見所を変えます。雨の多い梅雨の時は運がよければ虹がかり、秋は周辺を点描画のように美しく彩る紅葉の中で優雅な姿を楽しめます。

- 📍 撮影地: 大川村高野
- 📏 高知市から約72km(車で約1時間30分)
- 🌿 撮影シーズン: 通年

宿泊施設

本山町汗見川
汗見川ふれあいの郷
清流館

- 📅 年中
- 👤 大人1名3,500円・中学生以下1名2,000円
※その他の料金はホームページでご確認ください。
<http://town-motoyama.jp/seiryukan/shisetu.html>
- 📍 汗見川ふれあいの郷 清流館
- 📍 長岡郡本山町沢ヶ内626
- ☎ 0887-82-1231
- *龍馬バスポート参加施設





集落活動センター山村自然楽校しもの郷
 [コンニャクづくり体験] [山菜採り体験]
 [アメゴ釣り] [ソバ打ち体験]
 [煎りモチづくり体験] [石窯ピザづくり体験]

集落活動センター柳野
 [そば打ち体験]
 [花炭づくり体験]

尾川地区集落活動センターたいご岩
 [ピザ焼き体験]

集落活動センター柳野
 そば打ち体験



水車挽きの挽きたてのそば粉を使ったそば打ち体験(約2時間)です。打ちたてのそばの味は格別です。

- 定休日(火・金曜日)を除く9:00~17:00
- 約 2,000円/1人
- 集落活動センター柳野
- 吾川郡いの町小川柳野2482
- 088-868-2148
- ◆ 開催条件:2名以上・1週間前までに要予約
- ◆ *龍馬バスポート参加施設

Photo spot



UFOライン(町道瓶ヶ森線)
 西日本最高峰の石鎚山系へ続く四国一高い道です。ここからは北に瀬戸内海、南に太平洋を見下ろす絶景に出会えます。

- 撮影地:いの町寺川
高知市から約86km(車で約2時間10分)
- 撮影シーズン:春から秋
(11月下旬~4月上旬は閉鎖)

集落活動センター柳野
 花炭づくり体験



炭窯を使い、松ぼっくりで観賞用の炭をつくる体験です。(体験時間約20分、完成は1週間後)松ぼっくりの形そのままを活かした炭ができていきます。

- 定休日(火・金曜日)を除く9:00~17:00
- 約 2,000円/1人
- 集落活動センター柳野
- 吾川郡いの町小川柳野2482
- 088-868-2148
- ◆ 開催条件:2名以上・1週間前までに要予約
- ◆ *龍馬バスポート参加施設

仁淀川エリア

Niyodogawa Area

連年で水質日本一に選ばれた「奇跡の清流仁淀川」の流域、高知県中西部の仁淀川地域。清流でのアメゴ釣りや地域で伝承されている煎りモチづくりなど仁淀川地域ならではの体験や、コンニャクづくりやピザ焼き、そば打ちなどのさまざまな食体験メニューも楽しめます。

Photo spot



程野の滝
 高さ50~100メートルの絶壁を駆け下る東滝、西滝、権現滝、大樽の滝の4つの滝の総称、周辺には遊歩道や展望台が整備されています。

- 撮影地:いの町清水上分
高知市から約53km(車で約1時間25分)
- 撮影シーズン:通年

尾川地区集落活動センターたいご岩
 ピザ焼き体験



ピザのトッピングはお好きな具材の持ち込みも可能です。
 *Aコース/生地から作る本格的コース(約1時間30分)。
 *Bコース/ピザ生地成形とトッピングの簡単コース(約30分)。

- 不定休
- 約 1,000円/1枚
- 尾川地区集落活動センターたいご岩
- 高岡郡佐川町本郷耕372
- 0889-22-1994
- ◆ 開催条件:5枚以上・要予約
- ◆ *エプロン、三角巾、飲み物を持参
- ◆ *龍馬バスポート参加施設

Photo spot



宇佐ホエールウォッチング
高確率でクジラに出会うことができます、土佐市宇佐漁港発のホエールウォッチングです。所要時間は約5時間です。

- 撮影地：土佐湾
高知市から約20km（車で約30分）
- 撮影シーズン：春から秋

Photo spot



長者の棚田

400年以上前から開かれ受け継がれてきた長者の棚田。石を丹念に積み上げた100枚を超える田が広がります。石垣棚田の傍には樹齢1,200年あまりの大銀杏がそびえ立っています。

- 撮影地：仁淀川町長者
高知市から約59km
（車で約1時間30分）
- 撮影シーズン：通年

Photo spot



沢渡の茶畑

四国山地に抱かれた山里。仁淀川町は県内一の茶の産地で、県内の40パーセント近くの土佐茶が生産されています。清流からの朝霧・夕霧、昼夜の温度差、石灰質を多く含む地層。茶の育成に適した自然風土から生まれるお茶は、香りとコクの高さも全国トップクラスを誇ります。古来より自然の山茶が自生していたという緑の山々。今もさわやかなお茶の香りが漂ってきそうな風景です。

- 撮影地：仁淀川町沢渡
高知市から約60km（車で約1時間30分）
- 撮影シーズン：春

Photo spot



小村神社

587年の創建と伝えられ、ご神体の「金銅荘環頭大刀」は古墳時代後期の作とされ、1958（昭和33）年に国宝に指定されました。ほかに銅鏡や木造菩薩面など数多くの文化財が残されています。

- 撮影地：日高村下分字宮の内
高知市から約16km（車で約40分）
- 撮影シーズン：通年

集落活動センター 山村自然楽校しもの郷
コンニャクづくり体験



コンニャク芋（1kg）からつくるコンニャクづくり体験（約2時間）です。その場で食べることも、お持ち帰りすることも可能。ぶるぶるの食感です。

- 休館日（水曜日、祝日の場合は翌日）を除く
9:00～17:00
- 800円/1人
- 山村自然楽校しもの郷
- 吾川郡仁淀川町下名野川619
- 0889-36-0005
- 開催条件：5名以上・要予約
*エプロン持参

集落活動センター 山村自然楽校しもの郷
山菜採り体験



ワラビ、イタドリ、フキノトウ、ヨモギなど季節の山菜を採って帰りテンプラにして食べる体験（約2時間）です。採りたての山菜で揚げたてのテンプラを楽しめます。

- 休館日（水曜日、祝日の場合は翌日）を除く
9:00～17:00
- 1,000円/1人
- 山村自然楽校しもの郷
- 吾川郡仁淀川町下名野川619
- 0889-36-0005
- 開催条件：4～5月開催・5名以上・要予約
*軍手・長靴持参

Photo spot



しだれ桜

樹齢約200年。枝を張った直径が15メートルもある見事なしだれ桜は、旧別枝村の庄屋中越家の庭にあります。かつての関所番市川家にも樹齢約60年、幹の高さが9メートルもあるしだれ桜があり、2本のしだれ桜は仁淀の春を彩る伝説の名物桜となっています。

- 撮影地：仁淀川町別枝本村
高知市から約66km
（車で約1時間40分）
- 撮影シーズン：春

宿泊施設

仁淀川町下名野川
山村自然楽校しもの郷



- 年中（定休日 水曜日）
- 業泊まり（自炊）／大人4,500円・小中学校3,800円・幼児3,000円
1泊2食付き／大人7,500円・小中学生6,900円・幼児5,400円
※その他の料金はホームページでご確認ください。
<https://www.shimona23.com>
- 山村自然楽校しもの郷
- 吾川郡仁淀川町下名野川619（旧下名野川小学校）
- 0889-36-0005

集落活動センター 山村自然楽校しもの郷
アメゴ釣り



しもの郷周辺の中津川（指定区間）でのアメゴ釣り（約3時間）です。釣ったアメゴは持ち帰り自由です。

- 休館日（水曜日、祝日の場合は翌日）を除く
9:00～17:00
- 1,000円/1人 貸釣具半250円/1本 エサ 700円
- 山村自然楽校しもの郷
- 吾川郡仁淀川町下名野川619
- 0889-36-0005
- 開催条件：宿泊客限定・3名以上
要予約
*お子様は保護者同伴

集落活動センター 山村自然楽校しもの郷
ソバ打ち体験



自家製ソバ粉(500g)を使ったソバ打ち体験(約2時間)です。打ちたての美味しいソバをご賞味できます。

- 休館日(水曜日、祝日の場合は翌日)を除く 9:00~17:00
- 1,000円/1人
- 山村自然楽校しもの郷
- 吾川郡仁淀川町下名野川619
- 0889-36-0005
- ◆開催条件:5名以上・要予約
- *エプロン持参



Photo spot



佐川文庫庫舎

鹿鳴館時代の面影を残した、県下最古の木造洋館。明治19年に須崎警察署佐川分署として建設され、その後は青山文庫・佐川文庫となり文教の町佐川のシンボルとして町の人々に親しまれてきました。「歴史的風致地区」に指定されている上町に復元移築され、新たな歴史を刻み始めています。

- 撮影地:佐川町上町 高知市から約28km(車で約1時間)
- 撮影シーズン: 通年

集落活動センター 山村自然楽校しもの郷
煎りモチづくり体験



地域に伝わる煎りモチ(小麦粉500g使用)を粉練りからつくる体験(約2時間)です。仁淀川町で昔からつられていた煎りモチを一から作れる体験です。

- 休館日(水曜日、祝日の場合は翌日)を除く 9:00~17:00
- 1,000円/1人
- 山村自然楽校しもの郷
- 吾川郡仁淀川町下名野川619
- 0889-36-0005
- ◆開催条件:5名以上・要予約
- *エプロン持参



集落活動センター 山村自然楽校しもの郷
石窯ピザづくり体験



生地づくりから後片付けまで約3時間の体験コースです。トッピングからの体験も可能です。焼き上がりはバリバリでふんわり。主に仁淀川町産の新鮮な素材と自家製トマトソース、味噌ソースを使用します。

- 休館日(水曜日、祝日の場合は翌日)を除く 9:00~17:00
- 3名以下2,700円/1人・4名以上2,000円/1人
- 山村自然楽校しもの郷
- 吾川郡仁淀川町下名野川619
- 0889-36-0005
- ◆開催条件:3日前までに要予約

Photo spot



仁淀川

全国の一級河川の水質ランキングで連年の第一位を記録した「奇跡の清流仁淀川」。このラフティングでは、五感すべてを使って、緩急や起伏に富んだ手つかずの自然を体感できます。

- 撮影地: 越知町片岡 高知市から約35km(車で約1時間)
- 撮影シーズン: 春から秋

Photo spot



横倉山

横倉山は約4億年以上前の日本最古級の化石が発見された山で、植物学者・牧野富太郎の研究の場としても有名です。ただ山を歩くだけでなく、自然を楽しみ、植物や化石や地層、歴史伝説などに触れながら横倉山を楽しめます。また、トレッキングツアーも体験できます。

- 撮影地: 越知町横倉山 高知市から約32km(車で約50分)
- 撮影シーズン: 通年

Photo spot



牧野公園

牧野公園は、佐川町出身の植物学者・牧野富太郎博士により贈られたソメイヨシノの苗を植えたことを契機に桜の名所として整備され、「日本さくら名所100選」にも選ばれました。平成20年から老木化した桜の再生と共に、牧野博士ゆかりの山野草が楽しめる公園作りに取り組んで、今では、地域のみんなで育てた350種以上の四季折々の山野草が迎えてくれます。

- 撮影地: 佐川町甲 高知市から約28km(車で約1時間)
- 撮影シーズン: 通年

Photo spot



にご淵

美しい娘と大蛇伝説の舞台となった神秘的な青い滝壺で、光の量や角度により刻一刻と印象が変わる「仁淀ブルー」を代表するスポットです。急な坂や階段を降りるので汚れても良い格好や靴を持参し、入水や飲食は厳禁です。

- 撮影地: いの町清水上分 高知市から約47km(車で約1時間10分)
- 撮影シーズン: 通年

宿泊施設

越知町横島

山笑心横島集落活動センター

- 年中
- 宿泊まり 高校生以上4,000円 小学生~中学生3,000円 3歳~未就学児2,000円・3歳未満無料
- ※その他の情報はホームページでご確認ください。 <https://yamawarau-yokobatake.jimdofree.com>

- 山笑心横島 集落活動センター
- 高岡郡越知町横島中1847-1(旧横島小学校)
- 0889-26-1106





郷地区集落活動センター「奥四万十の郷」
歩いて郷Go!



長沢の滝、不入溪谷など、地元ガイドとともに散策します。農家食堂cafeイチョノキの食事付き。新緑、紅葉シーズンにぴったり！山の空気感の中、ゆったり散策したあとのイチョノキのランチは格別です。

- 🕒 通年・土日祝日のみ
- 🍽️ 食事付き/2,500円・散策のみ/1,500円
- 📍 郷地区集落活動センター「奥四万十の郷」
- 📞 津野町芳生野乙810
- ☎️ 0889-43-9155
- 👤 ◆開催条件：最小人数4名～
*龍馬バスポート参加施設



郷地区集落活動センター「奥四万十の郷」
郷でひいとい貸切プラン

絵手紙、チラシ寿司づくり、アメゴ焼き、よもぎ饅頭づくり、散策ガイドなどの体験プログラムから2つを選択できます。(昼食(ビュッフェ)、体験メニュー2つ、おやつ込み)
10～15時まで、地域のおばあちゃんたちとゆったり過ごすプラン。古民家での絵手紙づくりや、よもぎまんじゅうづくりなど、田舎に帰ったような感覚で癒やされます。

- 🕒 通年・曜日限定(火・水・木・金)・10時～15時頃
- 👤 ひとり3,000円～
- 📍 郷地区集落活動センター「奥四万十の郷」
- 📞 津野町芳生野乙810
- ☎️ 0889-43-9155
- 👤 ◆開催条件：5～20名程度
*龍馬バスポート参加施設



集落活動センター ふなと
船戸の田舎豆腐づくり体験



昔ながらの釜炊きでつくる田舎豆腐づくりの体験。できあがった豆腐、おからはお土産としてプレゼントします。できたて豆乳や汲み豆腐のやさしい味わいは、手作りだからこそ味わえる味。地元のおかあさんたちとお喋りにも癒やされます。

- 🕒 通年・受付時間/10時～14時
- 🍽️ 1,000円
- 📍 集落活動センターふなと
- 📞 津野町船戸1309-1
- ☎️ 0889-43-9771
- 👤 ◆開催条件：5～10名
3日前までに要予約
*龍馬バスポート参加施設



Photo spot



風の里公園
標高1000メートルの稜線に沿って、羽の直径が61メートルタワーの高さが68メートルもある巨大な風車が連なる姿は壮観。周囲の眺望もすばらしく、お天気のよい日は石鎚山、室戸岬まで見渡すことができます。公園内には展望ゾーンや森林浴の森などが整備されており、四季折々の自然が体感できます。

- 📍 撮影地：津野町白石甲
高知市から約61km(車で約1時間50分)
- 🕒 撮影シーズン：通年

高幡エリア

Koban Area

清流四万十川やしんじょう君で有名な新庄川が流れる高知県西部の高幡地域。四国カルストなど雄大な自然の中で四季を通じてのトレッキングや、太平洋を感じながらのシーカヤックが楽しめます。また地域の食材を使っのピザ焼体験や、キムチや豆腐など加工品の調理体験もできます。

集落活動センター しらしい
しらしいピザ焼き体験



生地を伸ばし、自由にトッピング、自分好みのピザを石窯で焼きあげるピザ焼き体験です。生地を伸ばすことが意外と難しく、釜で焼いた本格的な焼きたてピザは普段味わうことのできない感動があります。

- 🕒 通年・10～14時
- 🍽️ しらしいピザ(手ぶらコース)1枚/1,500円
オリジナルピザ(トッピング持ち込み)1枚/1,000円
- 📍 集落活動センターしらしい
- 📞 津野町白石甲1421
- ☎️ 0889-56-3870
- 👤 ◆開催条件：7日前までに要予約
最少人数5名～30人まで、5枚以上から受付



集落活動センター あわ

シーカヤックツアー



壮大な太平洋で遊びましょう！太平洋に浮かぶ無人島や、カヤックでしか行けないシークレットビーチを目指します。お子様連れの方や初心者の方、経験者の方、どなたでも楽しめるコースをご用意します！

- 通年
- のんびり安和コース/大人:5,500円、子ども:4,500円
- よくばり神島コース/大人:6,500円、子ども:5,500円
- ガンガン横浪三里コース/大人:12,500円、子ども:10,500円
- スペシャル大巻コース/大人:14,500円、子ども:7,500円
- スクール 6,500円
- レモレモカヤックス
- 所 高知県須崎市安和1171-8
- 電話 鈴木 伸明 090-8103-3961
- ◆開催条件:3歳以上



集落活動センター あわ

ウォーキングイベント



安和海岸の景色を楽しみながら、昔のお遍路さんの足跡をたどってみませんか？
コース概要:安和海岸や海岸と安和駅の景色を見ながら、旧遍路道を歩きます。安和地区の歴史や文化について随時説明しながら約4kmのコースを設定します。(所要時間:約1時間)

- 7月上旬(七夕ウォーキング)
- 1月上旬(初日の出ウォーキング)
- 500円
- 集落活動センターあわ
- 所 高知県須崎市安和905
- 電話 0889-59-1595
- ◆開催条件:要相談(荒天中止)



集落活動センター うらのうち

横浪黒潮ラインウォーキング



横浪半島の絶景や鳴無神社等の地域の観光資源を活かしたウォーキングコースを設定します。地元特産品の抽選会等も行われます。横浪黒潮ラインの絶景、土佐の宮島とも言われる鳴無神社や武市半平太像など美しい風景と歴史、地域の営み等、見所が盛りだくさんです。

- コース:8kmコースと12kmコース
- 11月予定
- 500円
- りくる浦ノ内 事務局(公民館)
- 所 高知県須崎市浦ノ内東分168-32
- 電話 0889-49-0311
- ◆開催条件:定員:各コース100名



Photo spot



黒潮本陣展望台

眼下に見える双名島は土佐十景のひとつにも数えられ、はるか昔、大波に苦しむ沿岸の人々を助けるために鬼ヶ島の鬼の親子が運んできたという伝説が残っています。久礼の漁師たちは、昔からこの島を海の守り神として信仰していて、艇船などの出航時には供え物をして航海の安全と大漁を祈願する姿を見ることができます。

- 撮影地:中土佐町久礼8009-11
- 高知市から約48km(車で約1時間)
- 撮影シーズン:通年

集落活動センター「はつせ」

韓国風サウナ



韓国式低温サウナは、岩塩とゲルマニウム鉱石の2種類。「岩塩房」は、ヒマラヤ採取の岩塩から放出されるイオンやミネラルを全身で吸収、発汗により老廃物を体外に放出します。「ゲルマニウム鉱石房」は、放出された約100ミクロンの遠赤外線と半導体マイナスイオンにより、血中の不要な物質を体外に放出します。

- 通年
- 1,000円/1人
- 高取の家
- 所 梶原町下折渡206
- 電話 0889-62-3308
- ◆開催条件:要予約・2名より
- *龍馬バスポート参加施設



集落活動センター「はつせ」

キムチ作り体験



本場韓国ペジェ大学との交流から生まれた本格的なキムチ作りが体験できます。作ったキムチはお持ち帰りもできますよ。

- 通年
- 1,000円/1人
- 高取の家
- 所 梶原町下折渡206
- 電話 0889-62-3308
- ◆開催条件:要予約・2名より
- *龍馬バスポート参加施設



集落活動センター「まつばら」

久保谷森林セラピーロードウォーキング



梶原町松原の久保谷川沿いにあります。1923年頃に出来た水田に水を引くための水路沿いを歩きます。全長3kmの高低差が約10mという、勾配のゆるやかなロードです。平坦なコースは歩きやすく、ふかふかしたコケの絨毯、落葉のクッションの道、泳いでいる魚が見えるほど澄んだ久保谷川、四季折々に咲く花、野鳥の鳴き声…森の精たちに出会えるせせせらぎの小道です。

- 通年
- 1,000円/1人・団体の場合は要相談
- あいの里まつばら
- 所 梶原町松原400-1
- 電話 0889-66-0044
- ◆開催条件:要予約
- *龍馬バスポート参加施設



集落活動センター「四万川」

龍馬脱藩ウォークin葎ヶ峠



坂本龍馬が脱藩した道を県境の葎ヶ峠まで、標高差約450m、約10kmの道のりを、龍馬の史跡をたどりながら1時間から2時間かけて歩きますので、本格的な山歩きを無理なく楽しめます。降り集合場所までバスでお送りします。

- 通年
- 2,500円/1人
- 当日集金(弁当・お茶・復路バス代・保険代・脱藩証明書発行代)
- 開催年により変更となる可能性があります。
- (株)四万川 集落活動センター四万川
- 所 梶原町六丁116-1
- 電話 0889-67-0880
- ◆開催条件:事前申込
- イベント以外の「脱藩の道ウォーク」の問い合わせ先は「ゆずはら観光交流案内所まろうど館」



宿泊施設

梶原町越知面
遊友館

- 年中
- 一般(研修)16歳以上9名以下3,000円
- ※その他の料金はホームページでご確認ください。
https://www.skcochinmen0320.com
- 越知面 遊友館
- 所 高岡郡梶原町田野々1285
- 電話 0889-68-0888





大宮集落活動センター みやの里
ピザ焼き体験

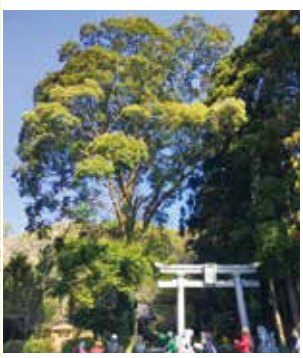


自分で生地を作ったり、好みのトッピングをしたりしながら地域の住民と一緒に美味しい料理を楽しめます。随時予約受付中です。

- 🕒 通年
- 💰 1,000円(予算に応じた対応可)
- 👥 大宮地域振興協議会
- 📍 四万十市西土佐大宮1578
- ☎️ 090-1573-7553(0880-53-2100)
- 📅 開催条件:5名〜7日前までに要予約



三原村集落活動センター やまびこ
三原村の巨木めぐり



村民の生活に寄り添い成長してきた様々な木の物語について、ガイドの説明をもらいながら、実際に歩いて体験します。農家民宿での昼食付きです。

- 🕒 通年(7月、8月を除く)(第2、第4土曜日)
- 💰 4,000円(昼食含む)
- 👥 (一社)三原村集落活動センターやまびこ
- 📍 幡多郡三原村宮ノ川1130
- ☎️ 0880-31-7839
- 📅 開催条件:2名〜10名・3日前までに要予約



Photo spot



ヒメノボタンの里
ヒメノボタンは県の絶滅危惧種に指定されているノボタン科の野草。ピンクと白の直径3センチほどのかわいらしい花を咲かせます。以前は幡多地域の各地に自生していましたが、今ではごく限られた地域でしか見ることができなくなっています。村内の宮ノ川星ヶ丘公園では愛好家が始めた保護活動が広がり、現在約5万株のヒメノボタンが9月初旬から見ごろを迎え、多くの人が訪れます。

- 撮影地:三原村宮ノ川
高知市から約129km(車で約2時間20分)
- 撮影シーズン:秋

Photo spot



沖の島
四国の最南端沖の島の魅力は、透明度30メートルという美しい海。色鮮やかな熱帯魚やサンゴを見るために全国からダイバーが訪れ、またあちこちの磯釣りや投げ釣りのスポットは、一年中太公望たちで賑わいます。急斜面に作られた段々畑や石垣など、島特有の素朴な風情ある風景は、訪れる人に安らぎを与えてくれます。

- 撮影地:宿毛市沖の島
高知市から片島港まで約133km(車で約2時間30分)
片島港からフェリーで約1時間10分
- 撮影シーズン:通年

三原村集落活動センター やまびこ
レンタルサイクル



自転車で、三原村の自然豊かな風景を楽しみながら村内を散策します。自転車貸し出しの際には、お勧めコースを記載したサイクリングマップを提示します。

- 🕒 通年
- 💰 300円/半日 500円/1日
- 👥 (一社)三原村集落活動センターやまびこ
- 📍 幡多郡三原村宮ノ川1130
- ☎️ 0880-31-7839
- 📅 開催条件:無



幡多エリア

Hata Area

高知県西南の幡多地域は、四万十川をはじめ太平洋の黒潮の恵みもありまた全国でもトップの森林面積を誇る山、海の恵み豊かな地域です。大自然の中をウォーキングや自転車を使った四季を感じる散策体験。地域の人と交流を楽しみながらそば打ち体験もできます。

集落活動センター 佐賀北部
若山楮 紙漉き体験



黒潮町の伝統工芸、若山楮を使った和紙作り体験です。地元の天然素材を使い、職人さんの手で、草花を漉き込んだ「うちわ」などを作ります。

- 📅 4月～11月の土、日、祝日
- 📍 6,000円
- 📍 黒潮町観光ネットワーク
- 📍 幡多郡黒潮町浮糠3573-5
- ☎ 0880-43-0881
- 📌 開催条件: 2名～10名まで1週間前までに要予約

集落活動センター 佐賀北部
若山楮 蒸し剥ぎ体験



一次加工の作業「蒸し剥ぎ」の体験です。年に1度の収穫作業である「蒸し剥ぎ」を昔ながらの手法で行います。

- 📅 12月～1月に開催
- 📍 無料
- 📍 黒潮町佐賀北部活性化推進協議会
- 📍 黒潮町拳ノ川46-1
- ☎ 0880-55-7272
- 📌 開催条件: 無



Photo spot



浮津海水浴場

遠浅の海から打ち寄せる波と、西へ広がる砂浜、入野松原を望む景観が素晴らしい場所にある海水浴場。足触りの良い細かい砂で、子どもも安心です。と年にはキャンプサイトが併設されていて、家族でバーベキューが楽しめます。

- 📍 撮影地: 黒潮町浮津 高知市から約93km(車で約1時間40分)
- 📅 撮影シーズン: 通年

集落活動センター であいの里 蛭川
田舎寿司づくり体験



地元で採れた食材を使い、季節を感じて味わうことができる田舎寿司づくりが楽しめます。

- 📅 通年
- 📍 3,300円
- 📍 集落活動センターであいの里 蛭川
- 📍 幡多郡黒潮町蛭川660-1
- ☎ 0880-44-2010
- 📌 開催条件: 5～25人・5日前までに要予約 *龍馬バスポート参加施設

Photo spot



砂浜美術館(入野海岸)

青い空と緑の松原に囲まれた長さ4キロメートルの砂浜を美術館に見立て、さまざまなイベントが開催される「砂浜美術館」。シーサイドはだしマラソンやTシャツアート展は全国的に知られるユニークな催しです。

- 📍 撮影地: 黒潮町入野 高知市から約97km(車で約1時間50分)
- 📅 撮影シーズン: 春

集落活動センター かさせ
健康ウォーク



「地域の秋を楽しむ会」の一環として、地域の方と一緒にウォーキング。秋の風景を楽しむ年1回のイベントです。

- 📅 11月に開催
- 📍 無料
- 📍 集落活動センターかさせ
- 📍 幡多郡黒潮町馬荷3259
- ☎ 0880-43-3306
- 📌 開催条件: 無

集落活動センター であいの里 蛭川
そば打ち体験



地元で収穫したそばの実を使用して、蛭川そばのそば打ち体験ができます。

- 📅 通年
- 📍 2,750円
- 📍 集落活動センターであいの里 蛭川
- 📍 幡多郡黒潮町蛭川660-1
- ☎ 0880-44-2010
- 📌 開催条件: 5～25人・5日前までに要予約 *龍馬バスポート参加施設

Photo spot



黒尊渓谷

四万十川支流の中でも最も透明度が高いといわれ、アメゴやサンショウウオが生息する溪流。ブナの大原生林と広大なクマ笹の自生地があり、鳥島ヤイロチョウの声を聞くことができます。

- 📍 撮影地: 四万十市西土佐黒尊 高知市から約133km(車で約2時間50分)
- 📅 撮影シーズン: 秋

宿泊施設

黒潮町 蛭川
集落活動センター
かさせ

- 📅 年中(定休日: 年末・年始・お盆)
- 📍 大人1人素泊まり3,500円
- 📍 大人1人1泊2食6,000円
- 📍 集落活動センターかさせ
- 📍 幡多郡黒潮町馬荷3259
- ☎ 0880-43-3306



宿泊施設

黒潮町 蛭川
集落活動センター
であいの里 蛭川

- 📅 年中(定休日: 年末・年始・お盆)
- 📍 大人1人素泊まり3,500円
- 📍 大人1人1泊2食6,000円
- 📍 集落活動センターであいの里 蛭川
- 📍 幡多郡黒潮町蛭川660-1
- ☎ 0880-44-2010



イベントカレンダー 集落活動センター関連のイベントをご紹介します。

- 1月 下旬 氷の滝鑑賞・シシ鍋満喫ツアー(しもの郷)
- 2月 中旬 新そばとこんにやくまつり(柳野)
- 2月中旬～3月上旬 パイカオウレン花祭り(加茂の里)
- 2月中旬～3月上旬 福寿草まつり(東豊永)
- 2月中旬～3月中旬 四万十街道ひな祭り(こだま、奥四万十の郷、みなみ、しらいし、ふなど)
- 2月下旬～3月上旬 ひなまつり☆汗見川ランチバイキング(汗見川)

- 3月 月中旬～4月上旬 西川花祭り(西川地区)
- 下旬 小川ミニ二十八ヶ所巡り(柳野)
- 下旬 おがわ桜まつり(たいこ岩)
- 3月下旬～4月上旬 東川健康ウォーク(かまん東川)
- 3月下旬～4月上旬 げいせい桜まつり(げいせい)
(特定の1日のみ)

- 4月 上旬 魚梁瀬桜まつり(やなせ)
- 上旬 黒岩のおきやくとお花見ウォーキング(くろいわ)
- 上旬～中旬 お魚祭り(たのしいな)
- 中旬 龍馬脱藩ウォークin蕪ヶ峠(四万川)
- 中旬 (10日間程度) オンツツジ祭り(姫の里)
- 中旬～下旬 あめぐ釣り大会(しもの郷)
- 下旬 こしあぶらと山菜まつり(柳野)
- 下旬 春のよさく市(いしはらの里)
- 下旬 (日曜日) 岸ツツジほのぼの体験ツアー(汗見川)

- 5月 上旬 お茶摘体験(かまん東川)
- 上旬 まつばら新緑まつり(まつばら)
- 下旬 あわの浜で竹遊び!ハマアソビ×ハマルシェ(あわ)
- 下旬 (10日間程度) バラ祭り(みやの里)

- 6月 上旬 ホテル観察会(しらいし)
- 上旬 四万十川清掃・アメゴつかみ体験(奥四万十の郷)
- 中旬 牧野富太郎博士の聖地を歩く(とかの)
- 中旬 びわもも祭り(チーム福生)
- 中旬 山のなんでも市(しもの郷)

- 7月 7月下旬～9月上旬 四国カルストの麓に咲く3万株のキレンゲショウマ(四万川)
- 上旬 七夕☆汗見川バイキング(汗見川)
- 上旬 いしはら七夕まつり(いしはらの里)
- 中旬 中津川どろんこ運動会(こだま)
- 中旬 氷室まつり(氷室の里)
- 下旬 フェスティバル魚梁瀬(やなせ)
- 下旬 ふなと夏の大作戦～アメゴ・うなぎつかみ～(ふなど)



#春のよさく市(4月下旬/いしはらの里)



#びわもも祭り(6月中旬/チーム福生)



#げいせい桜まつり(3月下旬～4月上旬/げいせい)



#西川花祭り(3月中旬～4月上旬/西川地区)

通年

「白石時間割」
茶摘み、蕎麦まき、門松づくりなど季節行事
(しらいし)

- 8月 新莊川・アメゴつかみ体験(しらいし)
- 8月～9月 みなみのひまわり(みなみ)
- 8月～12月 汗見川そばの収穫祭(種まき～製粉を体験)(汗見川)
- 上旬 「ちっとええぞよ汗見川」川遊びイベント(汗見川)
- 上旬 長者七夕まつり(だんだんの里)
- 8月15日 ふるさと夏まつり(奥四万十の郷)
- 中旬 東川思い出フィルム上映会&ビアガーデン(かまん東川)
- 中旬 横畠盆踊り(横畠)

- 9月 中旬 月見会(あわ)(予定)
- 下旬 観月の宴(げいせい)

- 10月 上旬 竹灯りの宵(げいせい)
- 中旬 アサギダラマージング大会(西川地区)
- 第3土曜日 おがわ秋祭り(たいこ岩)
- 第3日曜日 日南地区運動会(ひなたぼっこ)
- 下旬 秋のよさく市(いしはらの里)

- 11月 横浪黒潮ラインウォーキング(うらのうち)
- 秋のウォーキング(くろいわ)
- 加茂の里お宝発見ウォーキング(加茂の里)
- 上旬 長者deキャンドルナイト(だんだんの里)
- 上旬 ゆず採り体験(かまん東川)
- 上旬 源流ウォーキング(ふなど)
- 上旬 まつばら紅葉まつり(まつばら)
- 第1日曜日 たらふく秋まつり(とかの)
- 中旬 土佐寒蘭展示会(なかやま)
- 中旬 文化祭(たのしいな)
- 下旬 みのりの王国 芸西フェスタ(げいせい)
- 下旬 安和文化まつり(あわ)
- 下旬 ふれあいコンサート(ふなど)

- 12月 上旬 クリスマス☆汗見川ランチバイキング(汗見川)
- 上旬 若山椿蒸しはぎ体験(佐賀北部)
- 第2日曜日 なかやま山芋まつり(なかやま)
- 中旬～下旬 お魚祭り(たのしいな)
- 下旬 東川ふれあい市(かまん東川)
- 下旬 ライトアップイベント(いしはらの里)



#いしはら七夕まつり(7月上旬/いしはらの里)



#中津川どろんこ運動会(7月中旬/こだま)



#みなみのひまわり(8月～9月/みなみ)



#長者deキャンドルナイト(11月上旬/だんだんの里)



#四国カルストの麓に咲く3万株のキレンゲショウマ(花期は7月下旬～9月上旬/四万川)

集落活動センター information



仁淀川エリア

嶺北エリア

幡多エリア

高幡エリア

安芸エリア

物部・高知市 エリア

- ① 集落活動センター「汗見川」 ☎0887-82-1231
- ② 集落活動センターいしはらの里 ☎0887-72-9328
- ③ 集落活動センターだんだんの里 ☎0889-32-1833
- ④ 集落活動センター「まつばら」 ☎0889-66-0044 (あいの里まつばら)
- ⑤ 集落活動センター「はつせ」 ☎0889-62-3308 (手ムジルパンレストラン隣取)

- ⑥ 集落活動センター北郷 ☎0880-43-2177 (黒瀬町企画調整室)
- ⑦ 集落活動センターなかやま ☎0887-30-1750
- ⑧ 西川地区集落活動センター ☎0887-57-8503 (香南市地域支援課)
- ⑨ 大宮集落活動センターみやの里 ☎0880-53-2100
- ⑩ 尾川地区集落活動センターたいこ岩 ☎0889-22-1994
- ⑪ 東川集落活動センター「かまん東川」 ☎0887-32-3031
- ⑫ 三原村集落活動センターやまびこ ☎0880-31-7839
- ⑬ 集落活動センター「四万川」 ☎0889-67-0880 (しまがわSS)
- ⑭ 集落活動センター「チーム稲生」 ☎088-855-5797
- ⑮ 集落活動センター柳野 ☎088-868-2148
- ⑯ 集落活動センター佐賀北部 ☎0880-55-7272
- ⑰ 集落活動センター「西峯」 ☎0887-72-0450 (大豊町プロジェクト推進室)
- ⑱ 郷地区集落活動センター「奥四万十の郷」 ☎0889-43-9155 (農家食堂イチョウノキ)

- ⑲ 中津川集落活動センター「こだま」 ☎0880-27-0111 (大正地域振興局地域振興課)
- ⑳ 集落活動センター「仁井田のりん家」 ☎0880-22-8230
- ㉑ 越裏門・寺川地区集落活動センター「氷室の里」 ☎088-869-2771
- ㉒ 北七ツ瀬集落活動センター「たけのこの里」 ☎088-845-2112
- ㉓ 大川村集落活動センター結いの里 ☎0887-84-2233 (特のえき)
- ㉔ 集落活動センター「おちめん」 ☎0889-68-0888
- ㉕ 集落活動センターなはりの郷 ☎0887-30-1816
- ㉖ 集落活動センター「げいせい」 ☎0887-33-3017
- ㉗ 沖の島集落活動センター「妹背家」 ☎0880-63-1118 (宿毛市企画課)
- ㉘ 鷗来島集落活動センター「鷗来島」 ☎0880-63-1118 (宿毛市企画課)
- ㉙ 姫ノ井集落活動センター「姫の里」 ☎0880-74-0634
- ㉚ 集落活動センターであいの里蛸川 ☎0880-44-2010
- ㉛ 集落活動センターゆすはら西 ☎0889-65-0850

- ㉜ 集落活動センターゆすはら東 ☎0889-65-1770
- ㉝ 椎名集落活動センターたのしいな (不在時は室戸市企画調整課へ転送) ☎0887-98-7020
- ㉞ 大野見集落活動センターみなみ ☎0889-59-1360
- ㉟ 集落活動センター美良布 ☎0887-53-1061
- ㊱ 集落活動センターくろいわ ☎0889-20-9703
- ㊲ 集落活動センター加茂の里 ☎0889-20-9302
- ㊳ 集落活動センターかきせ ☎0880-43-3306
- ㊴ とかの集落活動センターあおぞら ☎0889-20-9860
- ㊵ 集落活動センター「絆の里・いわはら」 ☎0887-72-0450 (大豊町プロジェクト推進室)
- ㊶ 集落活動センター下川口家 ☎0880-86-0760
- ㊷ 東豊永集落活動センター ☎0887-72-0450 (大豊町プロジェクト推進室)
- ㊸ 山笑ふ横島集落活動センター ☎0889-26-1106
- ㊹ 集落活動センターなめかわ ☎080-2986-1700
- ㊺ 集落活動センターあわ ☎0889-59-1595
- ㊻ 集落活動センターひらやま ☎0887-52-8846
- ㊼ 集落活動センターしらいし ☎0889-56-3870
- ㊽ 集落活動センターやなせ ☎0887-43-2211 (馬路村後場魚梁瀬支所)
- ㊾ 集落活動センター山村自然楽校しなもの郷 ☎0889-36-0005
- ㊿ 集落活動センターふなと ☎0889-43-9771
- 1 集落活動センターうらのうち ☎0889-49-0311 (浦ノ内公民館)
- 2 集落活動センターあない ☎0887-72-0450 (大豊町プロジェクト推進室)
- 3 日南・大平集落活動センターひなたぼっこ ☎0887-22-5119 (室戸市産業振興課)
- 4 甲浦集落活動センターなぎ ☎0887-29-3111 (東洋町総務課)
- 5 集落活動センターおおのみきた ☎0889-57-2999
- 6 集落活動センター そばの里立川 ☎0887-72-0450 (大豊町プロジェクト推進室)
- 7 輝く能津集落活動センター ☎0889-24-5126 (白高村企画課)
- 8 集落活動センター梅の木 ☎088-823-9080 (高知市地域コミュニティ推進課)

各集落活動センターのもっと詳しい情報は
「えいとここうち」をご覧ください!

集落活動センター
ポータルサイト
「えいとここうち」
<https://www.eitoko.jp/>



高知県中山間振興・交通部 中山間地域対策課

〒780-8570 高知県高知市丸ノ内1丁目2番20号(本庁舎3階)

TEL 088-823-9600 FAX 088-823-9258

令和元年11月



集落活動センター
ポータルサイト