

香美市  
観光ガイド  
ブック  
高知県

# かみんぐ



kamin&

KAMICITY GUIDEBOOK

香

美



ふらっと香美たび



ふらっと

# 香美ing

伝説が色濃く残る神秘の物部地区、  
文化の薫りと風光明媚の香北地区、  
歴史上の人物が駆けめぐった土佐山田地区。

時代を越えて受け継がれる  
土佐打刃物やフラフ  
地酒などの【**伝統**】があり、



昔ながらの山菜料理  
ジビエ料理  
おしゃれな古民家カフェでも  
山の幸が【**味**】わえ、

公園やキャンプ場  
日帰り登山など  
アウトドアで思いっきり  
【**遊**】べる場も多く、



ing



豊かな森や龍河洞に  
足を踏み入れれば  
ワンデイ【**秘境**】  
トリップも満喫でき、



あなただけの特別な  
【**体験**】もたくさんある。



香美たび ①

# おいしいを探しに!

パン屋さんにカフェに居酒屋。香美市には「おいしい」がたくさん。何度も通いたくなる楽しいグルメプランをご紹介します。

香北のカフェに行ってみよう!



## A ふらっと半日ドライブ



12:00

オーチャ

### Ocho 8 でランチ

店主が自ら育てる鶏の卵を使ったオムライスは絶品! プリンなどのデザートでほっこりコーヒータ임もおすすめ。オリジナルのキャンプ道具も充実している。

香北町永野207 ☎ 0887-59-3759

【営】11:00~

【休】不定休

営業については、お電話やSNS等でご確認ください。



14:00

### うずまき舎でブックハント

お山の本屋さん  
知っちゃう?

くねくねとした山道を登っていくと現れる古民家を改装した本屋さん。古書や新刊などの書籍と、コーヒーやお菓子なども販売している。

香北町中谷309 ☎ 090-3612-0296

【営】13:00-18:00

【休】木・金・第一土曜

イベントなどで定休日以外もお休みとなる場合があります。

また、道路工事などで通行制限をしている場合があります。通行時間や迂回路、営業日については、ホームページかお電話でご確認ください。



香北町太郎丸510-1 ラフディップ1F

☎ 0887-59-2500

【営】11:00-17:00

【休】金曜(冬季は火・金曜)・不定休

15:30

### 道の駅美良布

にろう

#### 韭生の里直販でお買い物

地元の人々が作った野菜や果物、田舎寿司、お弁当やパンなどが豊富に揃う直販。香美市ならではののおみやげを探すもの楽しい。

香北町美良布1211

☎ 0887-59-3156

【営】7:00-17:00

(食堂7:30-16:30)

【休】1月1日



しいたけ丼!



寄り道スポット

### ラフディップ たろまるギャラリーで かき氷食べよ!

フォトスタジオ併設のカフェの自慢は、フォトジェニックなかき氷。味も器もこだわりのかき氷は、冬でも提供している。

香北町太郎丸510-1 ラフディップ1F

☎ 0887-59-2500

【営】11:00-17:00

【休】金曜(冬季は火・金曜)・不定休

## B 列車とバスにゆられて

ごゆるりと



11:00

### 香美市立美術館へ

桜の名所、八王子宮のすぐそばにある美術館。近代から現代に至る様々な作品を収蔵。年5~6回、展覧会を開催しているよ!

土佐山田町262-1

☎ 0887-53-5110

【営】9:00-17:00(入館は16:30まで)

【休】月曜



12:30

駅前の

### クアットロスタジオーニでランチ

国登録有形文化財・百年舎の一角のイタリアン。四季折々の風景を楽しめるテラス席で特別な時間を過ごせる。



染元



14:30

### ハチロー染工場 でフラフ見学

高知の青空にはためく、ビビッドな色合いのフラフ。のぼりや大漁旗、男の子の成長を願う印として明治時代から愛された伝統の技に触れることができる。

土佐山田町楠目76 ☎ 0887-53-2276

【休】不定休

(天候などにより染作業をしてない日もあります)



駅前  
レンタサイクル



寄り道スポット

チムニー

### Chimney

レンタサイクルで、パンの店 Chimneyへ。煙突が目印のかわいいパン屋さん。



土佐山田町神通寺346-2

☎ 0887-52-2628

【営】9:00-18:00

(パンなくなり次第閉店)

【休】水・木曜

17:30

### とさのひるねで乾杯!

ここは酒屋のマスターが創作料理の腕をふるう隠れ居酒屋。高知のレアな地酒を飲み比べつつ、マスターの料理に舌鼓を打ってみては?

土佐山田町神母ノ木310 ☎ 0887-53-2345

【営】18:00-23:00 【休】水・木曜



あ  
ス  
イ  
ツ  
も



もっとある!

# 味なスポット 9



## 1 カフェIVY

エメラルドグリーンの物部川を臨むログハウスのテラスは一番人気! お肉を使わない日替わりランチやカレーが評判。景色を堪能しながら、カフェタイムも気持ちいい。

土佐山田町佐竹17-1  
☎ 土日祝月火 090-3786-3290  
水 木 金 080-6380-6903  
【営】11:30-16:00(L.o 15:40)  
【休】不定休 [f](#) [i](#)



## 3 美酒百膳 文蔵

明治期から続く酒蔵をリノベーションしたお食事処。フレッシュな地酒「文佳人」に合う魚料理や創作料理が味わえる。



土佐山田町西本町1-4-1  
☎ 0887-53-3055  
【営】17:00-22:00  
【休】月・木曜 [f](#)

## 2 湖畔遊

物部川のダム湖を臨む静かな湖畔カフェは、体にやさしい里山料理からパスタまで楽しめる。自然の風を感じながら、くつろぎの時間を過ごすことができる。

香北町有瀬100 ☎ 0887-59-4777  
【営】11:00-15:00  
【休】火・水曜 (祝日は営業) [i](#) [f](#) [i](#)



## 4 カフェ モグ・カミーノ

自家焙煎のコーヒーが自慢のカフェ。木をふんだんに使ったインテリアと暖炉のある空間はほっこり落ち着ける。



土佐山田町東本町4-2-36  
☎ 0887-52-2035  
【営】9:30-16:30  
【休】日曜・祝日 [f](#) [i](#)



## 5 ベークショップ ヒジリ

地元産のやっこねぎを使ったご当地パンをはじめ、約150種類のパンが並ぶ。子どもからお年寄りまでが通う、駅前のパン屋さん。

土佐山田町西本町1-2-18  
☎ 0887-52-0266  
【営】7:00-19:00  
【休】月曜 [i](#) [f](#)



やなせ先生のサイン発見!

## 7

## さくらベーカリー

天然酵母と国産小麦にこだわったパンは、噛めば噛むほど深い旨味が広がる。根強いファンの多いパン屋さん。

土佐山田町百石町1-7-26  
☎ 0887-53-1433  
【営】7:00-18:00  
【休】金・土曜 [i](#)



土佐酒粕食パン



## 8 まるしん

昼には行列ができることもある、手打ちうどんのお店。麺は太め、つゆは甘めで、ワサビや柚子酢を添えても美味。

土佐山田町楠目339-1  
☎ 0887-53-3575  
【営】11:00-15:00  
(麺が売り切れ次第終了)  
【休】月曜



## 6 ファンベック

ハード系からソフト系、ボリューム満点のサンドまで並ぶパン屋さん。長時間熟成で香ばしく焼き上げられた店主こだわりのバゲットは、小麦本来の風味が楽しめる。



土佐山田町451-11  
☎ 0887-53-5431  
【営】8:00-20:00  
【休】日曜



## 9 久五

大将が考案した甘く煮詰めたダシの「からころうどん」が人気の老舗うどん店。きつねや肉などトッピングもいろいろ。

土佐山田町東本町3丁目1-39  
☎ 0887-53-4474  
【営】11:00-21:00  
(麺が売り切れ次第終了)  
【休】火曜





# アクティブ・ホリデー

2016年3月にリニューアルオープンしたアンパンマンミュージアム。その周辺にある食べたり、体を動かしたり、家族や仲間で楽しめるスポットをご紹介します。



新鮮な野菜がいっぱい!



## 10:00 山田のかかし市で買い出し

土佐山田町に3店展開するスーパーの産直コーナー。地元の人たちが作る農産物やお寿司、お惣菜などが揃っている。  
土佐山田ショッピングセンター  
❖バリュノア  
土佐山田町222 ☎0887-52-2131  
❖バリュあけぼの  
土佐山田町344-5 ☎0887-53-5055  
❖バリュかがみの  
土佐山田町百石町2丁目6-16 ☎0887-53-5196

## A お気軽ピクニックドライブ



### 11:00 三谷ミートで手羽先GET!



カリッと揚がった手羽先は人気ナンバーワン! 赤身と霜降りのバランスが優れた土佐あかうしも販売している。  
土佐山田町栄町11-3  
☎0887-53-5125  
【営】8:30-19:00  
【休】水曜

### 12:00 鏡野公園でピクニック

「さくら名所100選」の一つで、約200m続くサクラトンネルが自慢。芝生やベンチが整備され、気軽にピクニックが楽しめる。  
土佐山田町宮ノ口



### やなせたかし ほんのき 朴ノ木公園

やなせたかし先生夫妻が眠る朴ノ木地区の公園。静かな田園風景に囲まれている。アンパンマンミュージアムから車で5分。

寄り道スポット



たなかう アンパンマン像

## B バスに揺られて アクティブコース



10:00 ほきがみね 甫喜ヶ峰森林公園で自然体験



公園や遊歩道、キャンプ場に展示館まである広大な森林公園。里山体験やネイチャーゲームなど、週末は親子で楽しめるイベントが盛りだくさん。  
土佐山田町平山1491-2 (県立森林学習展示館)  
☎0887-57-9007  
【営】9:00-16:30  
【休】12月29日-1月3日



寄り道スポット

### ほっと平山でピザ焼き体験

山の中の木造の小学校を利用した施設は、まさに、ほっとできる空間。本格石窯で焼くピザは、平山地区で採れた野菜やゆず味噌など、山の恵みを堪能できる。  
土佐山田町平山459 ☎0887-53-2076  
【営】8:30-17:00  
【休】12月29日-1月3日  
ピザは1枚1,650円で、4枚分から体験可能。3日前までの予約が必要。

### 14:00 やなせたかし記念館 アンパンマンミュージアム

やなせたかし先生の故郷に建つ美術館。ここでしか見られないアンパンマンの絵画作品や絵本原画を展示している。



シナイアント たんだんたん像

目がツルツル...



### 16:00 じんざんこうえん 秦山公園でアスレチック



### エアトランポリンもあるよ!

小学生向けのローラー滑り台「大きな森の物語」や、幼児向けの「どんぐりの森」が人気!

土佐山田町植 ☎0887-57-0698 (秦山公園管理事務所)  
【営】4月-9月 8:30-18:00  
10月-3月 8:30-17:00  
【休】第3水曜、1月1日

香北町美良布1224-2 ☎0887-59-2300  
【営】9:30-17:00 (7月20日から8月31日までは9:00開館)  
【休】火曜  
©やなせたかし  
©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV





# アウトドアスポット 8



## 5 みやびの丘

親子や登山初心者でもピクニック感覚で気軽に登れる。頂上には小さな休憩所があり、白髪山の四季の景色を味わえる。

西熊溪谷奥の白髪山登山口から約30分。  
☎ 0887-58-3111  
(香美市役所物部支所)



## 1 香北町良心市利用組合



アウトドアに欠かせない食材は、良心市でGET! ボックス型の陳列がユニークで、まるで宝探し感覚。冬場のいちごを目当てに訪れる人も多い。

香北町美良布1293  
【営】 7:30-16:30  
【休】 1月1日-3日

## 2 健康センターセレネ

温水プール、トレーニングルーム、テニスコートを備える総合健康施設。アンパンマンミュージアムや遊具広場、直販店、自然公園も隣接し、子どもから大人まで楽しめる。

香北町美良布1211  
☎ 0887-59-3111  
【営】 13:00-22:00(夏休みは10:00-)  
【休】 火曜(祝日の場合は翌日)、春休み、GW、夏休み、冬休みは無休。HP



## 3 べふ峡キャンプ場

べふ峡温泉から約500m上流のキャンプ場。バンガローや炊事棟、トイレも設備されていて、アウトドア初心者でも楽しめる。

物部町別府 ☎ 0887-58-4181(べふ峡温泉)  
【営】 7月15日-9月15日  
車は農林漁業体験実習館駐車場へHP



## 6 白髪山

ヒノキの巨木が迎える入山口を登っていくと、笹原のじゅうたんが広がる。頂上からは三嶺が間近に一望できる。

西熊溪谷奥の白髪山登山口から約1時間。  
☎ 0887-58-3111(香美市役所物部支所)



春夏秋冬の絶景に出会えるかも?!



## 7 カフェmotteレンタサイクル

おしゃれなスポーツバイクで香北町内をサイクリング。自転車で湖畔のような物部川周辺を巡るのも楽しい。アンパンマンミュージアム前にあるセレネ広場で遊べるキックバイクもあります。

希望日に営業しているかは、☎090-1579-3400までHP f  
香北町葎生野396  
(保健福祉センター香北の南隣)  
【営】 土・日のみ、不定休あり  
11:00-16:00

【料金】 スポーツバイク  
1台1,000円~(ヘルメット付き)  
キックバイク  
1台500円(ヘルメット付き)



## 8 香北の自然公園



やなせたかし記念館の裏山にある公園。地元出身のキャスター福留功男さんのふるさとに寄せる思いから生まれました。約70種類14,000本もの草花が四季折々にお出迎え。

香北町美良布2441  
☎0887-52-9286  
(香美市役所香北支所)

## 4 塩の道うおーく

かつて海の町・赤岡から塩を運んだという「塩の道」のウォーキングツアー。ガイドと一緒に歩いた人だけが予約できる、地元の食材で作られた「おばやんの竹弁当」も人気。(拓、庄谷相、黒見地区限定)

体力や希望に合わせて、ガイドが案内します。10日前までに要予約。(有料)  
☎ 0887-52-9880  
(香美市いんふおめーしょん)HP f



# 伝統と文化を味わう

江戸時代から続く伝統工芸に、ロマン薫る史跡、タイムスリップしたかのような風景。香美市独特の文化のプランを紹介します。

## A 徒歩とバスで 伝統の町を巡る

10:30 平成日曜市でお買い物とランチ



♪ 本店の人との会話も楽しい♪



♪ ちょっと早めのランチもいいね



朝どれの野菜や果物、手作りの田舎ずしに、駄菓子や焼き鳥。食べ物だけでなく、野菜の苗や花、しぎび、さかき、骨董品まで、お店が立ち並ぶ。屋根付きなので、雨の日も安心してお買い物できる。

土佐山田町宝町1-3  
【営】日曜 6:30-14:00



12:30 (協)土佐刃物流通センターへ



400年以上の歴史を持つ、土佐打刃物。職人の手による自由鍛造が最大の特徴で、どんな形もお手の物。多種多様な包丁や、アウトドアやガーデニングにも役立つ万能ナイフなど、手に取って選ぶことができます。

土佐山田町上改田109  
☎ 0887-52-0467  
【営】平日 8:30-17:00  
土日・祝祭日 10:00-16:00  
【休】年末年始(その他臨時休業あり)



14:00 松尾酒造で酒蔵見学

国登録有形文化財に登録された酒蔵。物部川の伏流水で仕込んだ、淡麗辛口、キレのあるお酒が特徴。早稲品種を使って9月頃に発売する「松翁にごり酒」は、ソーダ割りにしてもおいしい。繁忙期以外は、見学も受け入れしている。



土佐山田町西本町5-1-1  
☎ 0887-53-2273 ※要問合せ  
見学は4~12月頃まで、少人数でタイミングがあれば、無料で受け入れています。酒蔵で直接お酒を買うこともできます。

♪ 趣のある壁画! ♪



## B 歴史や信仰の世界に たっぷり浸かるワンデイドライブ



寄り道スポット

合格祈願の小旗

谷秦山の墓

学問の神様として、多くの人が合格祈願に訪れる。谷重遠(谷秦山)は江戸時代の儒学者で、土佐天文学の先駆者。土佐藩教育の中心となり、多くの人材を輩出してのちの明治維新の原動力となった。ここでは、日章旗に願い事を書いてお供える習わしが。



土佐山田町前山  
小旗、お守りは谷秦山先生墓所案内所(土佐山田町592-2)、八王子宮、メモリアル十季、ハチロー染工場で販売している。

♪ お守りも買っちゃおう♪



♪ 手打ちそば、おいしそう! ♪



10:30 野中神社へ



土佐藩の家老・野中兼山を祀った野中神社。大原富枝の小説『婉という女』の主人公、兼山の娘・婉が建立した。今でも兼山や婉をしのぶ人たちが多く訪れる市指定史跡。土佐山田町中組

11:00 山田堰跡へ

物部川を横断する「水取り堰」。野中兼山は26年かけて大量の石材と松材を使って長さ327メートル、幅11メートル、高さ約1メートル50センチの堰を築きあげた。舟入川は、下流の平野稲作や、高知城下との水運となり、土佐藩の経済に大きく貢献した。

土佐山田町小田島



♪ 江戸時代につくったものなんだー!



12:00 平家の茶屋でランチ

山、川の幸をふんだんに使い、ボリューム満点! 自家製手打ちそばは、つなぎを一切使っていない、そば粉100%。週替わりのおかずが6種類ついたそば定食が人気。モーニングもやっている。

香北町橋川野597 ☎ 0887-59-3780  
【営】7:00-材料がなくなり次第終了  
【休】火曜、第4水曜



14:00 いざなぎ流を体験



物部地域に古くから伝わる民間信仰「いざなぎ流」。その起源は明らかにはなっていないものの、安倍晴明の陰陽道とも通じる要素がある。べふ峡温泉には、いざなぎ流祭儀の一つ「宅神祭」を再現した部屋が設けられていて、保存会による舞神楽実演や衣装を着て舞うこともできる。

☎ 0887-53-1082(香美市生涯学習振興課)  
0887-58-4181(べふ峡温泉)  
【料金】舞神楽鑑賞(1時間)1,500円/人  
舞神楽体験(1-2時間)2,000円/人  
御幣切り体験(2時間)2,000円/人  
【定員】10-20人  
一ヶ月前までにお電話でお問い合わせください。



御幣(ごへい)は神々と精霊が宿るものとして和紙を切って折袴に使われているんだ。



もっとある!

# 文化、伝統、歴史スポット ⑥



## 1 おおかわかみびらふ 大川上美良布神社

1500年以上前に創建され、美良布の川上様として親しまれている。夏や秋の大祭の日には、古式豊かな神事が行われる。明治初期の名匠たちによる美しい社殿の他、弥生時代の「袈裟禪文銅鐸」、やなせたかし先生の絵馬や、ちばてつや先生、西原理恵子先生など32人の漫画家が奉納した天井絵など見どころも多い。祭典の日是一般公開される他、その他の時期も都合が合えば見学できる。

香北町荻生野243  
☎ 0887-59-2878 [HP](#)



## 2 香美市立吉井勇記念館

「命短し、恋せよ少女」でおとめ  
「命短し、恋せよ少女」で有名なゴンドラの唄の作詞や、祇園の甘美な世界を詠むなど、明治・大正・昭和の三代にわたり文芸界で活躍した吉井勇。再起のきっかけになった猪野々で過ごした日々、自筆の作品や貴重な写真、映像などを展示している。



香北町猪野々514  
☎ 0887-58-2220  
【営】9:30-17:00  
【休】月・火曜（祝日の場合は翌日）  
12月28日-1月4日  
【料金】420円、香美市民および高校生以下無料 [HP](#)



吉井勇が隠棲した溪鬼荘。  
(国登録有形文化財)

## 3 山田太鼓伝承会



「自分達のまちの音楽は自分達で作ろう」を合言葉に結成した。和太鼓の音にパフォーマンスは迫力満点。毎年8月第1土曜の土佐山田まつりでは、太鼓演奏と花火でお祭りのクライマックスを盛り上げる。

土佐山田町山田1867 ☎ 090-3185-4959  
◆ふりいらいぶ  
毎月1回、山田太鼓村(山田太鼓練習場)で約1時間程度の太鼓のライブを行なっています。  
【料金】500円(ワンドリンク付き) [HP](#)

本殿に奉納されている やなせたかし先生の絵馬



県指定文化財  
けさだすきもんどうたく  
袈裟禪文銅鐸

## 6 穂岐山刃物(土佐刃物会館)



100年の歴史を持つ刃物総合メーカー穂岐山刃物(株)。1980年代半ばにセラミック包丁を生みだし、欧州を中心に各国に輸出されるロングセラーとなっている。



土佐山田町栄町3-15  
☎ 0887-53-5111  
【営】9:00-16:30  
【休】第1・3土曜、日曜、祝日、年末年始

## 4 湖水祭

物部町大板  
毎年8月14日(荒天時は順延および中止) [HP](#)



通称「お山のディスコ」として有名で、県内外から5,000人近い人が詰めかける。永瀬ダム建設犠牲者の霊を慰め、水没した集落を偲ぶとともに五穀豊穡を祈願するお祭り。奥物部湖に浮かぶ5,000個の灯ろうと夜空に打ち上げられる花火は美しい。

## 5 ひっそり続く、ダンシング盆踊り



老若男女が踊る夏祭りは、湖水祭だけではありません!  
上葦生地区の夏祭は、今も民謡、歌謡曲、洋楽などを流して、夜更けまで踊っている。

☎ 0887-52-9289(香美市役所物部支所)  
笹普賢堂(旧暦6月23日)、久保堂ノ岡(8月13日)、五王堂(8月15日)

## 語り継がれる伝説



物部川上流には、安徳天皇や平家の落人にまつわる伝説が語り継がれています。「こうのいたやま高板山」や「ごさいしやま御在所山」など、安徳天皇が亡くなったとされる場所が5か所もあり、県内の市町村では最多。その他、山姥、山女郎、山爺、山猫など、様々な山の妖怪伝説も多数残っています。







# 秘境で癒される

豊かな森を抱く物部川流域は、しっとりとした空気に包まれた場所。曇りや雨の日の表情も楽しい秘境をご紹介します。



## B バスでゆったり、四季が織りなす絶景コース



## A 自然のミストに包まれる ドライブ・フルコース



春はスイセン、初夏は30種のアジサイが咲くガーデンカフェ。季節の花々を眺めながら、ランチはいかが?  
土佐山田町佐古敷286-29 ☎0887-52-3686  
【営】8:00-17:00  
【休】火・水曜



### 12:00 山の食堂Hanaでランチ

山の中にぽつんと立つ山小屋風のカフェ。手作りのピザやカレーが人気のお店。席に限りがあるため、電話で予約が必要。

香北町岩改2248-1 ☎0887-59-4831  
【営】11:00-L.O.13:00  
【休】月・火・水曜

### 14:00 おおれ 大荒の滝へ

2匹の龍が大竜巻に乗って舞い降りたという伝説が残る。遊歩道を20分くらい歩くと、轟音をあげて40m余り落下する滝壺の近くまで行ける。

香北町大東

マイナスイオンでお肌しっとり



展望台から3段の滝壺が撮れるよ



### 15:00 とどろ 轟の滝へ

合計落差 82メートル、3段それぞれにある滝壺が有名で、玉織姫にまつわる平家伝説が伝わっている。歌人・吉井勇も訪れたと言われ、県指定文化財、日本の滝100選にも選ばれている。

香北町猪野々木

### 16:00 湖畔遊で日帰り温泉



香北町有瀬100 ☎0887-59-4777  
【営】11:00-16:00  
【休】火・水曜(祝日は営業)  
【料金】850円(中学生以上)

物部川のダム湖を臨む日帰り温泉。淡いうぐいす色の天然にがり湯を100%かけ流しで楽しめる。男湯と女湯は岩風呂と大理石風呂が一日ごとに入れ替わる。

### 鹿肉を使ったジビエ料理も味わえる



癒される~

### 16:00 べふ峡温泉で温泉ステイ



奥物部の静かな温泉宿。木をふんだんに使った本館や、渡り廊下でつながるバンガローもレトロな雰囲気。泉質は体がポカポカすると評判。  
物部町別府452-8 ☎0887-58-4181  
【営】7:30-21:30 【休】なし(臨時休業あり)  
【料金】宿泊:大人(1泊2食)/11,000円~(入湯税別) 入浴:630円(中学生以上)  
家族風呂/1,780円



もっとある!



## 秘境と癒しのスポット 8



### 1 八王子宮の桜

大きな鳥居をくぐると、参道の両脇に桜が立ち並ぶ。かつて室町時代に勧請され、江戸時代に野中兼山がこの地に移したとされる、古くから桜の名所。

土佐山田町136 [HP](#)



### 2 平山親水公園の桜



土佐山田町平山 [HP](#)

野鳥や水生生物観察など楽しめるふれあいパーク。桜の時期は、ダム周辺に桜が咲き乱れ、散策やピクニックを楽しめる。

### 3 いげのき 神母ノ木の大楠

樹齢500年以上と推定される神母神社の大楠。高さ15メートル、枝張り19メートル、根廻り6メートル。香美市指定天然記念物。

土佐山田町神母ノ木 [HP](#)



### 4 岡ノ内の棚田

大栃から別府に向かう途中。岡ノ内地区は山の傾斜に石垣を築いた棚田が広がっている。初夏から秋にかけて見られる田んぼの風景は圧巻。



物部町岡ノ内

### 5 川口の森林軌道橋脚跡



大正時代、山で伐った木をトロッコに載せて運んだ森林軌道。川口の採掘場の隣に、「練り継ぎ」と呼ばれるレンガ調の美しい橋脚が今も残っている。

物部町岡ノ内

### 6 ボルダリングスポット



ひのみこ日ノ御子から川を少し上流に上ると、河原に巨大な岩がゴロゴロ！実はボルダリングの有名選手も訪れるという、秘密のスポット。香北町日ノ御子



### 7 夢の温泉

物部川中流域のほとりにある温泉宿。お風呂は日帰りでも利用でき、窓からはまるで湖のような物部川を眺めることができる。

土佐山田町宮ノ口364 ☎ 0887-52-2334

【営】10:00-21:00 (受付終了20:00)

【休】なし

【料金】800円 [HP](#) [f](#)



### 8 龍河温泉

平成元年に掘り当て、翌年に開業したアルカリ泉の温泉宿。巨大な緑起狸の置物が迎えてくれる。どこか懐かしい雰囲気が漂う。

土佐山田町佐古藪430-1

☎ 0887-53-4126

【営】15:00-21:00

(土・日・祝祭日 11:00~21:00) (受付終了20:00)

【休】水・木曜日 (変更あり)

【料金】800円 (中学生以上) [HP](#) [f](#)

# 特別な体験をあなたに

## 自然体験編

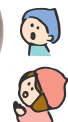
普通の観光では物足りない！というあなただけの、体験プランが香美市にはいっぱい。特別なひと時を香美で過ごしてみませんか？

### ① 山菜狩り&天ぷらパーティ

春の山の幸といえば、ゼンマイやワラビ、セリなどの山菜にタケノコ。案内人と一緒に山菜狩りをし、天ぷらでいただきまーす。シーズンは3月中旬～4月上旬。

【料金】大人 3,000円 小学生 2,000円  
オプションでタケノコ掘りもできます。

体験農場 夢の里公文農園 代表：公文照  
物部町庄谷相543  
☎ 090-8281-4989 / 0887-58-3370 (FAX 兼用)  
7日前までにお電話でご予約ください。



+α

その他、きのご狩り(原木シイタケ、ナメコ11-3月)、田植え・稲刈り(6月中旬/10月中旬)、栗ひろい(9月中旬)、銀杏狩り(9月下旬-10月)、芋掘り・焼き芋パーティー(11月)なども可能です。料金は大人 2,000~3,000円、小学生 1,500円~2,000円。電話でご相談ください。

### ② 物部の食文化体験

手打ちそばに豆腐、田舎寿司、地元の女性から習う料理体験。もちろん手作りしたものはその場で実食！物部の山里の味を堪能できる。11月～4月まではコンニャク玉の料理体験もできる！

【料金】1コース 1人 2,000円  
小学生以下 1,000円

農林漁業体験実習館  
物部町別府 373-5  
☎ 0887-58-2916  
7日前までにお電話でご予約ください。LP



## 龍河洞



### ③ 新演出

2019年夏より洞窟内の演出がパワーアップ!新しくなった照明や音響が秘境の冒険へ導いてくれる。洞窟の最奥で鍾乳石に映し出されるプロジェクションマッピングは必見。

【料金】高校生以上1,200円  
(中学生以下と団体には割引あり)



### ④ 冒険コース

狭く薄暗い鍾乳洞の中を、這ったり、はしごを登ったり……。これぞまさしく冒険! 観光コースにはないルートをナビゲーターが案内してくれる。さあ、タイムスリップしたかのような冒険の旅へ!

【料金】入洞料1,200円にプラス1,700円  
【所要時間】約1時間30分

参加当日は汚れてもかまわない服装・靴でおいで下さい。探検用の装備のヘルメットとヘッドランプは無料。他、つなぎ服・長靴のレンタル(1,000円)も行なっております。前日までにお電話でご予約ください。



### ⑤ 西本洞コース

龍河洞を形成してきた上龍河からの地下水の流れを感じながら進む新たな体験コース。

水に濡れても寒くない4月29日～10月末までの期間限定。

【料金】入洞料1,200円にプラス1,200円  
【所要時間】約45分

水に濡れる可能性があります。参加当日は濡れてもかまわない服装・着替え・タオルをご準備ください。※前日までの要予約制

### (公財) 龍河洞保存会

土佐山田町逆川1424  
☎ 0887-53-2144  
【営】8:30-17:00 (12-2月は16:30まで) LP

## クラフト体験編



使いたい木を  
おまかせ



+α

竹を使ったお洒落なランプシェードも作れる。  
半日 (1人あたり) 2,000円  
※材料費含む / 5人以上参加にて実施  
10日前までにお電話でご予約ください。

## 2 陶芸教室

「絵付け」「焼き物作り」「電動ろくろ」。  
ほっと平山に隣接する「風の窯」では、  
お好みに合わせて食器や小物を作る  
陶芸体験ができる。

【料金】

絵付け 600円~2,500円  
焼き物作り 1,500円  
電動ろくろ 3,000円  
※各料金に材料費含む

平山焼き物塾 風の窯

土佐山田町平山459  
あったかいwa 平山ふれあい館内  
☎ 0887-57-0933

【製作時間】皿2枚の場合、2時間程度、  
仕上げは3週間後  
3日前までにお電話でご予約ください。HP f



## 1 木工教室

間伐材を使って、木のおもちゃや小物など  
を作ってみよう！ 工作室には小型の  
機械も揃っており、一人ひとりの希望に  
合わせて作ることができる。ベテランス  
スタッフがいるので、初心者の方でも安心。

【料金】半日 1,000円  
※材料費別 / 間伐材使用

ほっと平山

土佐山田町平山459  
☎ 0887-53-2076

【営】9:00-12:00 (日曜のみ)  
HP f



みてー！

すま  
ご姉  
ちゃん

## 3 鳴子作り教室

よさこい祭りに欠かせない鳴子。好きな色や絵をつけて  
オリジナル鳴子を作ることができる。

【料金】2,000円~ (材料費含む)

やまもも工房 鳴子ぎやらりー

土佐山田町佐古藪636  
☎ 0887-52-4707

【営】11月-2月 (ご相談に応じます)

【定員】4-10人

7日前までにお電話でご予約ください。HP



## 4 革の小物教室

半日から1日で革小物を制作できるワンデイワークショップ。まずは何を  
作りたいかを考え、先生と相談しながら革や糸など材料選び。世界に  
一つだけのオリジナル小物を仕上げることができる。

例：ベビーシューズ / スリッパ / サンダル / かばん / ベルト / 名刺入れ  
 / 小銭入れ / さいふ / バスケース / ベンケース / キーケース / めがね  
 ケース / ブックカバーなど

【料金】1時間1,200円 (税別、道具貸出込)

※材料代別 (作りたいモノに応じてご相談ください)

base works 高知

物部町大西82 ☎ 0887-58-3566

【営】HPを確認またはTELにて確認 9:00-16:00

【持ち物】エプロン・お弁当 (1日通しの場合)

事前にご予約ください。HP f Instagram



+α

本格派におすすめ、自分の靴を手作りできる教室。

【料金】12,000円 (税別、月謝制、木型・道具貸出込)

※材料代別 (短靴目安 15,000円~)

【持ち物】エプロン

# 旅のおそろい

香美市には個性のかつ、地元の人に愛される食べ物や雑貨がたくさん。ちょっとした土産にも、また自分用の旅の思い出にも欲しくなるおみやげを集めてみました。

## 1 香美のプリン



**A OKABAのプリン**  
第1回スイーツグランプリ in 高知の洋菓子部門で優勝した、とろけるプリン。

**B ボクサープリン**  
全国放送もされた生クリームたっぷりの吸って食べる新感覚のプリン。

**ココヤ買え3**  
◆ コンビニおかばやし (A B) f i  
香北町美良布1347-1 ☎ 0887-57-1441  
【営】7:00-19:00  
【休】なし

## 3 香美市の地酒

土佐山田には、松尾酒造、アリスア酒造の2軒の酒造メーカーがあり、それぞれ独自の地酒を作っている。

**山田太鼓 (松尾酒造)**  
地元・土佐山田で愛されるお酒は、THE 土佐の淡麗辛口。

**文佳人 リズール 純米吟醸 (アリスア酒造)**  
穏やかな香り、口中でさらさらとほろける旨味。酸味と甘味のバランスが心地よい食中酒。

**ココヤ買え3**  
◆ 山崎酒店 f i  
土佐山田町神母ノ木312-1  
☎ 0887-53-2345  
【営】10:00-19:00  
【休】木曜  
◆ 土佐山田ショッピングセンター (P8参照)



## 2 香美の地ビール

**TOSACO**  
(高知カンパニーニューブルワリー)

ゆずやお米、日本酵母など高知の食料を使用した、創造性と遊び心をもって造られた高知ならではのビール。

**ココヤ買え3**  
◆ 土佐山田ショッピングセンター (P8参照)  
◆ 山崎酒店



## 4 クジラナイフ



江戸時代から続く打刃物の技術を駆使した、かわいいクジラ形のナイフ。子どもの手にも握りやすい、本格ナイフです。マッコウ、ザトウ、ニタリ、ミンクなど型は5種類。

## 9 ベル峡・保勝会の瓶もの

奥物部のべふ峡の女性たちが手作りする、山里の味。物部のゆずを使った「柚子みそ」はおでんにぴったり。「ゆずつくだに」「ふき佃煮」は毎日のご飯のお供に。

**ココヤ買え3**  
◆ 土佐山田ショッピングセンター (P8参照)  
◆ べふ峡温泉 (P17参照)  
◆ 奥物部ふるさと市

## 5 ベル峡・鹿肉ジビエ



物部の森に生きる天然の鹿たちは、近年、繁殖のし過ぎで問題視されることも。そこで、山の恵みをおいしくいただく取り組みとして、べふ峡温泉が手軽に食べられるジビエ商品として、ソーセージ、味噌漬、ローストの3種を開発! 食べるシカない?!

**ココヤ買え3** べふ峡温泉 (P17参照)

## 6 塩の道 しおゆず商品



400年以上前、海の町・赤岡で作られた塩を山奥の物部まで運ぶため、人と馬が行き来していた「塩の道」。物部のゆずに田野の天日塩を隠し味に使った「マーマレード」「おかず」「びーる」は、海の町と山里をつなぐ商品でもある。

**ココヤ買え3**  
蕪生の里 直販店 (P4参照)

## 10 おおき 大抜茶

江戸時代後期から明治時代にかけて香美市物部町で生産されていた土佐三大銘茶の一つ。人々の記憶から失くなっていましたが、令和元年に復活生産されました。

**ココヤ買え3**  
◆ 土佐山田ショッピングセンター (P8参照)  
◆ 奥物部ふるさと市

## 6 ニホンミツバチのはちみつ、みつろう

古来から日本に生息するニホンミツバチが集めた「はちみつ」を自然に落下させる抽出方法で瓶詰め。また、自然素材そのままの「みつろう」は、保温、柔軟、殺菌作用があり、クリームやキャンドル、インテリアのワックスにも利用できる。

**ココヤ買え3** 蕪生の里 直販店 (P4参照)

## 8 ゆずドリンク

香美市で採れたゆずを使ったゆずジュース。濃縮タイプなので、ゆずスカッシュやホットゆず、お酒に入れても Good!

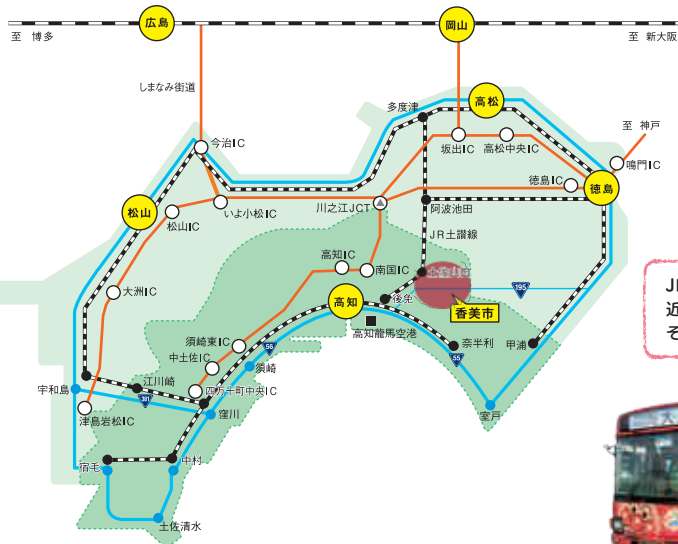
**ココヤ買え3**  
◆ 蕪生の里 直販店 (P4参照)  
◆ べふ峡温泉 (P17参照)

4、5、7、8、9のおみやげは、インターネットでも販売しています。  
土佐の香美市のばさー3  
<http://www.kamiichiba.net>



KAMICITY ACCESS

# 香美市への交通アクセス



JR 土佐山田駅までの所要時間

岡山駅から特急で、約2時間20分  
高松駅から特急で、約1時間55分  
高知駅から特急で、約15分

高知龍馬空港から15分  
南国ICから15分  
はりまや橋から30分

JR 土佐山田駅からアンパンマンミュージアム  
近くの美良市駅までは、アンパンマンと  
その仲間たちのバスが走っているよ！



香美市内のアクセス (JR 土佐山田駅起点)

	距離	自動車	バス
● ほっと平山	約10 km	約20分	約25分 (市営バス平日のみ5往復)
● 龍河洞	約10 km	約20分	約25分 (とさでん交通バス1日6往復)
● アンパンマンミュージアム	約13km	約20分	約25分 (ジェイアール四国バス1日14往復)
● 大橋	約23km	約30分	約40分 (市営バス)
● べふ峡	約45km	約1時間	約1時間15分 (大橋乗換で市営バス1日4往復)

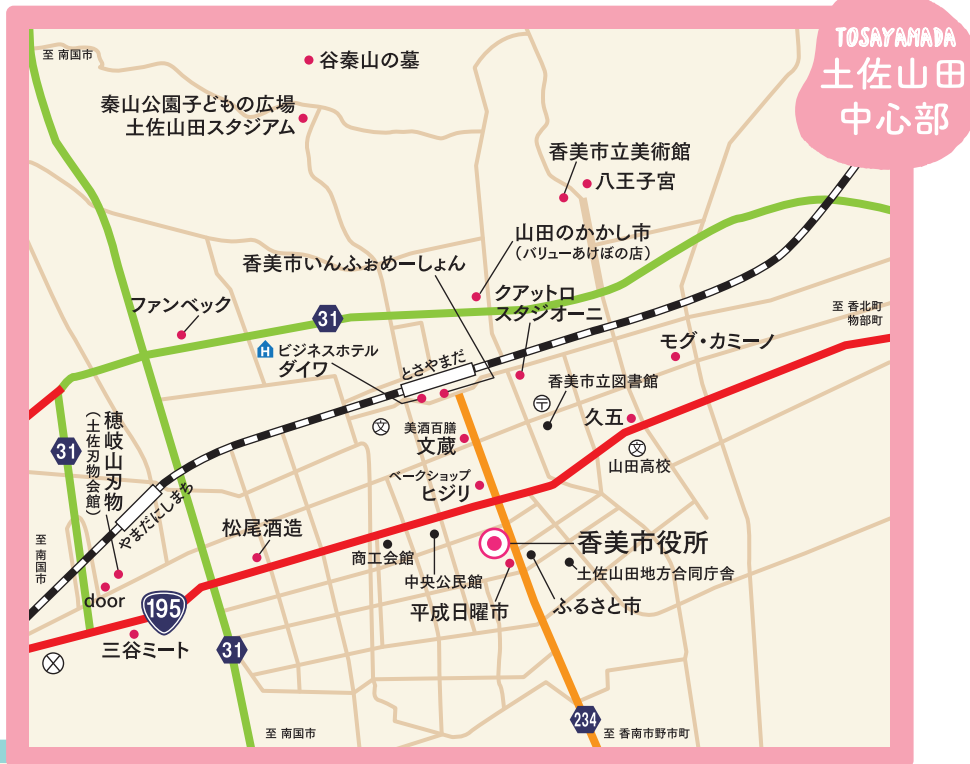
公共交通の運賃、時刻表は、各交通機関のWEBサイトをご覧ください。

JR四国 <http://www.jr-shikoku.co.jp>

ジェイアール四国バス <http://www.jr-shikoku.co.jp/bus/>

市営バス (市内一律200円) <http://www.city.kami.kochi.jp/soshiki/11/shiei-bus.html>

とさでん交通バス <http://www.tosaden.co.jp/bus/rosen/>



TOSAYAMADA  
土佐山田  
中心部



KAMIKAMI  
香北町  
中心部

## 駅前の香美市いんふぉめーしょん

JR土佐山田駅前には、香美市の観光案内所があります。旅に必要な情報からご当地イベントまで、常駐のスタッフが親切に教えてくれます。アンパンマンの看板が目印です。

インターネットでも香美市の情報を発信しています。  
<http://www.kigenhaekayo.com>



©やなせたかし/プレーベル館・TMS・NTV

### 凡例

- 高速道路
- 国道
- 一般県道
- 主要地方道
- 鉄道
- 土佐塩の道
- 🏠 宿泊施設
- ♨️ 温泉
- 🏢 市役所・支所
- 🎓 学校
- 📮 郵便局
- 🚔 警察署



### 無料レンタサイクルでチャリたび

JR土佐山田駅近辺を巡るなら、自転車の旅もおすすめ。  
 香美市いんふぉめーしょんでは、自転車(3台)の無料貸し出しを行っています。  
 (9:00~16:30まで、先着順)

- ・日帰りのみ
- ・予約不可



## 年間イベントスケジュール



7月27日  
大川上美良布神社夏祭り



8月第一土曜日  
土佐山田まつり(市民グラウンド)



8月14日  
奥物部湖湖水祭  
(大板商店街・香美市物部グラウンド)



9月  
えびす昭和横丁(えびす商店街)



10月中旬  
刃物まつり&山田のかかしコンテスト(鏡野公園)



11月3日  
大川上美良布神社秋季大祭



クリスマス頃  
龍河洞クリスマスキャンドルナイト



# 香美市のお宿

体験あり 温泉あり

## 土佐山田 tosayamada

### 1 ほっと平山

桜の名所・平山地区の小学校をリノベーションしたお宿。ピザ焼き体験に陶芸体験、自然体験もできる。



土佐山田町平山459 ☎ 0887-53-2076  
【予約受付時間】8:30-17:00  
【客室】4部屋 定員40人  
【料金】1泊2食付/5,500円～(小人料金あり)  
【IN】15:00 【OUT】10:00  
【休】12月29日-1月3日

## 物部 monobe

### 1 べふ峡温泉

物部川源流地のべふ峡にあるロッジ風温泉宿。泉質も評判。物部で獲れた鹿と猪を使ったジビエ料理も楽しめる。

物部町別府 452-8 ☎ 0887-58-4181  
【予約受付時間】7:30-21:30  
【客室】バンガロー 14室  
【料金】1泊2食付  
大人/11,000円～  
(入湯税別)  
(小人料金あり)  
【IN】16:00  
【OUT】10:00  
【休】なし(臨時休業あり)



### 2 クズメベース TOMARUKU

ドミトリ式のゲストハウスで、宿泊の方はコワーキングも利用できます。

土佐山田町楠目972-1 ☎ 0887-53-9751  
【予約受付時間】9:00-21:00  
【客室】5ベッド  
【料金】1泊/3,000円～  
【IN】15:00 【OUT】10:00 【休】不定休



### 3 夢の温泉

物部川河畔の老舗温泉。浴室や客室からは朱色の吊り橋が架かる島や四季折々の川の景色が楽しめる。

土佐山田町宮ノ口364 ☎ 0887-52-2334  
【予約受付時間】9:00-21:00  
【客室】和室/4室 はなれ/1室 洋室/2室  
【料金】1泊2食付/9,900円～(入湯税別)  
【IN】15:00 【OUT】10:00 【休】なし



### 4 龍河温泉

大きな狸が目印の山間の小さな温泉宿。季節折々の郷土会席が味わえる。

お湯はヌルヌルする美肌の湯。  
土佐山田町佐古藪430-1  
☎ 0887-53-4126  
【予約受付時間】11:00-22:00  
【客室】和洋室/2室 洋室/2室 和室/3室  
【料金】1泊2食付/11,000円～(入湯税別)  
【IN】16:00 【OUT】10:00 【休】不定休



### 2 ライダーズイン奥物部

バイクライダーとボールドリング客の多い宿泊施設。トイレ・シャワー完備の個室に加えて、交流スペースやランドリーもある。部屋に布団はないが、寝袋、マット、簡易ベッド(コト)の貸し出しをしている。(有料)

物部町仙頭3322 ☎ 0887-58-3030  
【客室】16室  
【料金】1室1人:3,300円  
1室2人:2,750円/人  
1室3人:2,200円/人  
【IN】16:00 【OUT】10:00  
【休】なし



香美たびを満喫するなら、お泊りがおすすめ。

ふるさとに帰ってきたかのような温泉宿や民宿など、個性豊かなお宿でほっこりステイはいかが？

## 香北 kahoku

### 1 ザ・シックスダイアリー かほく ホテルアンドリゾート

香美市立やなせたか記念館アンパンマンミュージアム横に建つホテル。お子さま用アメニティーも充実！  
お子さま連れのご旅行に最適なホテルです。



香北町美良布1244-2 ☎ 0887-59-2380  
【予約受付時間】10:00-17:00 (HPからは24時間)  
【客室】洋室8室/和室8室 デラックスルーム1室  
【料金】1泊2食付/平日23,100円～、  
休日前26,400円～  
【IN】15:00 【OUT】10:00  
【休】不定休



### 4 ヌックスキッチン&ロッジ

自然豊かなお庭で食事が楽しめるジビエ料理専門宿。広い庭には放し飼いのニワトリがいて、田舎暮らし体験も楽しめます。ハーブや野菜、卵の収穫、ジビエ料理の調理、星の観測などの体験もできます。

香北町吉野398 ☎ 080-3920-7471  
【予約受付時間】10:00-17:00  
【客室】2棟  
【料金】1泊3食付/30,000円～  
【休】不定休  
【IN】12:00 【OUT】13:00



### 2 平家の茶屋

食事処・平家の茶屋に隣接する宿泊棟。山の幸、川の幸をふんだんにつかった料理を堪能し、静かな環境でゆったりくつろげる。

香北町橋川野597 ☎ 0887-59-3780  
【予約受付時間】7:00-17:00  
【客室】和室5室  
【料金】1泊2食付/7,600円～  
【休】火曜、第4水曜



### 3 湖畔遊

1日2組だけの小さな隠れ宿「湖畔遊」がお贈りする新たな癒しの旅へ。全室レイクビューの露天風呂付き客室。

香北町有瀬100 ☎ 0887-59-4777  
【予約受付時間】11:00-17:00  
【客室】洋室3室  
【料金】1泊朝食付 サービス料込/36,850円～  
【休】火・水曜(祝日は営業)





観光のお問い合わせは

香美市商工観光課

TEL 0887-53-1084

香美市いんふおめーしょん  
(一般社団法人香美市観光協会)

TEL 0887-52-9880

かみんく *kamin*

香美市商工観光課

〒782-8501 高知県香美市土佐山田町宝町 1-2-1

TEL 0887-53-1084(直通) FAX 0887-53-5877

<http://www.city.kami.kochi.jp/>

巻頭写真：武内忠昭

イラスト：parade (イノウエナオミ)