

はた旅体験ガイドブック

もうひとつのはた旅

hata-trip

アクティビティだけじゃない！
四万十・足摺エリアの魅力

もっと地球を感じましょ！
HATA AREA KOCHI はた旅
黒潮・清流・里山の恵みを体感！

自然だけじゃない！四万十・足摺



近代日本初となる3代にわたって大臣を輩出したエリート一家「林家」の住まいを現代に



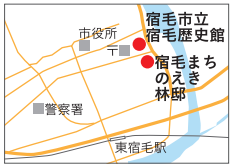
宿毛まちのえき 林邸

林邸は、林有造、林譲治、林迶、3代続けて大臣を輩出した名家の邸宅で、近代建築様式を顕著にみせながら、同時に独特の政治機能を多彩かつ優美に盛り込んだ、貴重な建造物です。細やかな建具の細工なども一見の価値あり！

MAP B-3　中村駅から約30分

高知県宿毛市中央3-1-3
TEL：0880-79-0563

営業時間　9:00～17:00
料　　金　無料
休 業 日　月曜日(祝日の場合は翌日)、12/29～1/3
アクセス　中村駅から車で30分／
土佐くろしお鉄道東宿毛駅下車徒歩約10分





林邸の向かい！

宿毛市立宿毛歴史館

吉田茂元首相、早稲田大学を設立した小野梓など、幕末維新に端を発して多くの人材を輩出した宿毛。城下町として栄えた宿毛の歴史など、貴重な資料を展示しています。

MAP B-3　中村駅から約30分

宿毛市中央2-7-14
TEL：0880-63-5496

営業時間　8:30～17:00
（最終入館16:30）
料　　金　大人：200円 小人：100円
休 業 日　月曜（祝日の場合は翌日）
アクセス　中村駅から車で30分／
東宿毛駅から徒歩約10分



歴史の面影そのままに現代に再生

2階に上がる階段。昔の町家ではよく見られた、箪笥階段に！！



日本人初の国際人ジョン万次郎の生涯にふれる



ジョン万次郎資料館

幕末の日本に世界を伝えた国際人、ジョン万次郎。捕鯨中に遭難したジョン万次郎の日本帰国を解説するスペースでは、捕鯨シーンを再現したトリックアートなど、体感的にジョン万次郎の生涯に触れることができます。

MAP D-5　中村駅から約45分

高知県土佐清水市養老303
TEL：0880-82-3155

営業時間　8:30～17:00
料　　金　大人：400円 小人：200円
休 業 日　無休
アクセス　中村駅から車で45分／
高知西南交通バス「養老」下車徒歩約7分



四万十市郷土博物館

2019年2月1日にリニューアルオープンした、四万十市郷土博物館。四万十市の歴史や文化が学べ、施設最上階展望室からは市街地が一望でき、四万十川と後川に挟まれた、自然豊かな四万十市を眼下に見下ろすことができます。

MAP C-3　中村駅から約12分

高知県四万十市中村2356 為松公園内
TEL：0880-35-4096

営業時間　9:00～17:00(最終入館16:30)
料　　金　大人:430円 高校生:170円
　　中学生以下:無料
休 業 日　毎週水曜日
アクセス　中村駅から車で12分





中村駅から
ちょこっと
ぷらっと
3時間レンタル

四万十のカルチャースポットで小京都の街並みを一望



ちょいのりプチレンタで四万十カルチャーを満喫！

四万十市を観光するなら、土佐くろしお鉄道中村駅の側の「トヨタレンタリース・軽自動車レンタカー」。四万十川観光でおさえておきたい「佐田沈下橋」や「高瀬沈下橋」までも楽々移動で、トンボ自然公園や四万十市内でランチを楽しんで、3時間ワンパッケージを満喫。







四万十・足摺プチレンタ

定　　員　1名～4名／1日最大6組(2台あり)
料　　金　1台:3,300円
実施時間　8:30～17:30
所要時間　3時間
営・休業日　年末年始(12/29～1/3)休み
当日集合・　土佐くろしお鉄道中村駅前
受付場所　ロータリー内(駅を出てすぐ)
　　高知県四万十市駅前町8-2
アクセス　中村駅下車すぐ

※レンタカー利用料(3時間以内)、保険料、免責補償料、ガソリン代、消費税

利用条件・利用に必要なもの

◆参加条件：普通自動車免許有資格者
◆必要なもの：普通自動車免許証、初心者の方は初心者マーク

注意事項：免許証を忘れた場合はレンタル不可

予約TEL　**0880-31-0233**
〈受付時間 8:30～17:30〉

一般社団法人 **幡多広域観光協議会**
高知県四万十市駅前町15-16

予約締切：実施日の前日

※状況により当日予約が可能な場合もありますのでお問い合わせください。



四万十川散策もらくらく！

四万十市周辺モデルコース

中村駅・トヨタレンタリースで手続き、出発(0:00)▶佐田沈下橋(0:15-0:30)▶遊覧屋形船(0:40-1:30)▶高瀬沈下橋(1:40-1:55)▶四万十川ビューポイント(2:00-2:05)▶トンボ自然公園または四万十市立郷土資料館または市内で軽くお食事(2:25-2:55)▶トヨタレンタリース中村店で返却(3:00)

四万十川学遊館 あきついお(トンボ王国内)

世界のトンボ標本約1,000種が見られる「トンボ館」と、淡水・汽水魚約300種を飼育展示する「さかな館」からなる、自然博物館。四万十川のアカメを見てみませんか？

MAP C-3　中村駅から約10分

高知県四万十市具同8055-5(トンボ王国内)
TEL：0880-37-4110

営業時間　9:00～17:00
料　　金　大人:860円 中・高生:430円 小人:320円
休 業 日　月曜定休、祝日の場合は翌日
　　春夏冬休みとGW期間中は無休
アクセス　中村駅から車で10分／
　　西南交通まちバス「トンボ公園」下車すぐ







足摺海洋館

黒潮海域に住む大小多種多様な海の生物200種約3,000匹が見られます。中でも大水槽では、迫力の魚たちの様子が見られ感動的です。

ダイナミックな土佐の海を再現！



MAP C-5　中村駅から約50分

高知県土佐清水市三崎字今芝4032

TEL：0880-85-0635

営業時間　8:00～18:00 ※9月～3月は17:00まで
料　　金　大人:720円 小人:360円
休 業 日　通年営業 12月第3木曜休
アクセス　中村駅から車で50分／
西南交通バス「竜串海洋館前」下車すぐ







海のギャラリー

「日本におけるモダンムーブメントの建築100選」の1つに認定された建物に、学術的にも貴重な貝を含む、色とりどりの美しい貝達、約3,000種類50,000点！！

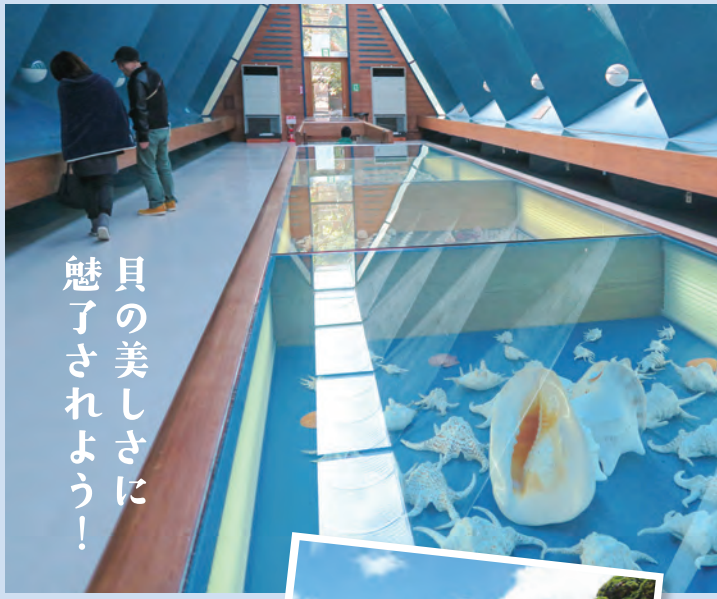
MAP C-5　中村駅から約50分

高知県土佐清水市竜串23-8

TEL：0880-85-0137

営業時間　9:00～16:00※7月・8月は17:00まで
料　　金　大人:300円 小人:100円
休 業 日　木曜定休
アクセス　中村駅から車で50分／
西南交通バス「竜串」下車徒歩2分







太平洋を楽しむ！



雄大な太平洋を一望できる展望室から、らせん階段を降りると、水深7mの海底に！直径60cmの大きな窓から海中を見渡せます。まるで海の中にいる感覚を味わいませんか？

足摺海底館

MAP C-5　中村駅から約55分

高知県土佐清水市三崎4124-1

TEL：0880-85-0201

営業時間　8:30～17:00 ※9月～3月は9:00から
料　　金　大人:900円 小人:450円
休 業 日　年中無休(荒天時臨時休業あり)
アクセス　中村駅から車で55分／
西南交通バス「海底館前」下車すぐ





2020年足摺海洋館、周辺施設リニューアル！



万次郎足湯

目の前広がる太平洋と白山洞門の景色を眺めながら、ゆったりと足湯。最高です！

MAP D-5

中村駅から約60分

高知県土佐清水市足摺岬482-1

TEL：0880-82-1212

営業時間　8:00～19:00
料　　金　無料
休 業 日　水曜日
アクセス　中村駅から車で60分／
高知西南交通
「白皇神社前」



雨でも体験可能なプログラム特集！

当日または前日予約可能な体験プログラム

四万十市

四万十川で鍛冶屋体験！

自然の中の工房で真っ赤に焼けた
鉄から鍛える道具づくり体験

定　　員　1名～6名／1日
料　　金　小学5年生以上：15,000円
実施時間　9:00～17:00
所要時間　約7時間
営・休業日　通年営業
当日集合・　工房くろがね
受付場所　※右記住所と同じ
アクセス　四万十市中村から車で35分／
西南交通バス「口屋内」
下車徒歩15分



手頃な半日体験も！

定　　員　1名～3名／1回
料　　金　小学5年生以上：5,000円
実施時間　①9:00～12:00 ②13:00～16:00
所要時間　各約3時間

※料金に含まれるもの：刃物制作材料代、インストラクター

参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：小学5年生以上
◆必要なもの：天然素材の服装、
靴（スリッパ・サンダル不可）

注意事項：※女性も可。※フリースなどの起毛素材や化学繊維の服装などやけどの恐れがありますので不可。

予約TEL　0880-54-1811
080-5663-8336
〈受付時間 8:00～20:00〉

たたら製鐵・古式鍛造 工房くろがね
高知県四万十市西土佐口屋内天王山944

予約締切：実施日の前日　MAP C-2



黒潮町

天日塩づくり体験

龍馬パスポート対象プログラム

塩ができるまでの不思議を体験！

定　　員　1名～36名
料　　金　小学生以上：1人1,500円
実施時間　9:00～16:00
所要時間　90分
営・休業日　不定休
当日集合・　ソルティーブ 灘製塩場
受付場所　※下記住所と同じ
アクセス　四万十町中央ICから車で35分／
西南交通バス「灘」下車徒歩5分

※料金に含まれるもの：インストラクター、塩のお土産

参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：小学生以上 ◆必要なもの：活動しやすい服装
注意事項：夏場は飲み物と帽子があると好ましい

予約TEL　0880-55-3226
〈受付時間 9:00～17:00〉

ソルティーブ（土佐の塩丸）
高知県幡多郡黒潮町灘333

予約締切：実施日の前日　MAP E-2







予約TEL　0880-85-0635
〈受付時間 8:00～18:00〉
※9月～3月は9:00～17:00

高知県立 足摺海洋館
高知県土佐清水市三崎字今芝4032

予約締切：実施日の前日　MAP C-5

土佐清水市

超感動！魚びちくる！海洋大水槽の真上から「エサやり体験」

水族館のバックヤード・大水槽の真上から
エサやり体験！

定　　員　1名～30名
料　　金　18歳以上（高校生除く）：1,000円
小中高生：500円 ※幼児無料
実施時間　①11:00～ ②14:00～
所要時間　60分
営・休業日　通年営業 12月第3木曜休
当日集合・　足摺海洋館受付
受付場所　※左記住所と同じ
アクセス　四万十市中村から車で50分／
西南交通バス「竜串海洋館前」下車すぐ

※料金に含まれるもの：入館料・エサやり体験料

参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：なし ◆必要なもの：特になし



予約TEL　0880-43-4336
〈受付時間 9:00～17:00〉

海辺のガラス工房kiroroan
高知県幡多郡黒潮町入野208-6

予約締切：実施日の前日　MAP D-3

※状況により当日予約が可能な場合もありますのでお問い合わせください。



黒潮町

とんぼ玉づくり体験

龍馬パスポート対象プログラム

アクセサリーにもなるガラスのビーズ（とんぼ玉）を
作ってみませんか？

定　　員　1名～6名 ※人数応相談
料　　金　1,800円
実施時間　9:00～17:00
所要時間　1名40分
営・休業日　火曜定休
当日集合・　海辺のガラス工房kiroroan
受付場所　※左記住所と同じ
アクセス　四万十市中村から車で15分／土佐くろしお鉄道「土佐入野」駅から徒歩15分

※料金に含まれるもの：トンボ玉2個の制作代

参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：小学生以上 ◆必要なもの：特になし

注意事項：作品の受け渡しは翌日以降となります。配送希望者は宅配便にて送付します。（配送料別途かかります。）

土佐清水市

ビーチを散策して キャンドル＆ フォトフレーム作り体験

近くの砂浜でビーチコーミングした後、集めた貝殻やサンゴのかけらでキャンドルやフォトフレームを作ります。

定　　員　1名～10名／1回
料　　金　[キャンドル] 高校生以上：1,300円
　　小中学生：1,100円 小学生未満：1,000円
　　[フォトフレーム] 高校生以上：800円
　　小中学生：600円 小学生未満：500円
実施時間　10:00～15:00
所要時間　60分
営・休業日　木曜日休館
当日集合・受付場所　海のギャラリー受付
アクセス　※右記住所と同じ
　　四万十市中村から車で50分
　　西南交通バス「竜串」
　　下車徒歩2分

※料金に含まれるもの：材料代、入館料、インストラクター料

参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：なし ◆必要なもの：砂浜を歩ける靴
注意事項：なし



予約 TEL **0880-85-0137**
〈受付時間 9:00～16:00〉
※7月・8月は17:00まで

土佐清水市立貝類展示館 海のギャラリー
高知県土佐清水市竜串23-8

当日の受付可能　MAP C-5







宿毛市

サンゴの アクセサリー作り体験

お守りになるサンゴの
楽しいアクセサリー作り。

定　　員　1名～30名
料　　金　3,000円
実施時間　8:30～17:30の間随時開催
所要時間　約60分
営・休業日　通年（但し年末年始は休み）
当日集合・受付場所　土佐くろしお鉄道宿毛駅1階の
　　宿毛市観光協会
　　※下記住所と同じ
アクセス　土佐くろしお鉄道 宿毛駅構内／
　　高知道・四万十町中央ICから車で95分／
　　松山道津島岩松ICから車で60分

※料金に含まれるもの：ブレスレットまたはアクセサリー1個分
相当の材料、インストラクター料

参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：なし ◆必要なもの：なし
注意事項：なし

予約 TEL **0880-63-0801**
〈受付時間 8:30～17:30〉

(一社)宿毛市観光協会
高知県宿毛市駅前町1-703

当日の受付可能　MAP B-3

雨でも体験可能なプログラム特集！

四万十市

蛇紋岩磨き

磁石がくっつき、磨くと輝く不思議な石、
蛇紋岩で宝物を作ろう♪

定　　員　1名～20名／1回
料　　金　大人：1,360円 中高生：930円 4歳～小学生：820円
実施時間　①11:00～ ②14:00～
所要時間　60分
営・休業日　月曜定休、祝日の場合は翌日
　　春夏冬休みとGW期間中は無休
当日集合・受付場所　四万十川学遊館受付
アクセス　※右記住所と同じ
　　中村駅から車で10分／
　　西南交通まちバス「トンボ公園」下車すぐ

※料金に含まれるもの：材料費、インストラクター料、四万十川学遊館入館料



参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：4歳以上 ◆必要なもの：なし

予約 TEL **0880-37-4110**
〈受付時間 9:00～17:00〉

公益社団法人 トンボと自然を考える会
高知県四万十市具同8055-5 トンボ王国内

予約締切：実施日の前日　MAP C-3







予約 TEL **0880-82-9208**
〈受付時間 8:00～17:00〉

たけまさ商店
高知県土佐清水市中浜236

予約締切：実施日の前日　MAP D-5

土佐清水市

伝統の宗田節 節納屋体験

和食の味を支える宗田節。
旨味が増す「うまみ醤油の素」のMyボトルも作ります。

定　　員　2名～40名
料　　金　大人：2,000円 小学生：1,500円 ※15名以上の団体は1割引き
実施時間　9:00～15:00
所要時間　60分
営・休業日　不定休
当日集合・受付場所　たけまさ商店
アクセス　※左記住所と同じ
　　四万十市中村から車で45分／
　　西南交通バス「中ノ浜」下車徒歩1分

※料金に含まれるもの：うまみ醤油の素、インストラクター料

参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：小学生以上 ◆必要なもの：なし
注意事項：※天候により体験内容が一部変更となる場合があります。

黒潮町

すなびスタンプで Tシャツづくり



クジラ、小鳥、草花、Tシャツ、キルト…
砂浜美術館の作品をモチーフにした「すなびスタンプ」で世界にひとつだけのオリジナルTシャツを作ってみよう！お手軽に楽しめるエコバッグもありますよ♪

定　　員　1名～30名
料　　金　Tシャツ 3,500円 エコバッグ 1,000円
実施時間　9:00～16:00の随時
所要時間　1時間（5名以上は要予約）
営・休業日　通年営業。ただしGWとその前後の1週間、
　　お盆時期、年末年始を除く
当日集合・受付場所　道の駅ビオスおおがた情報館
アクセス　NPO砂浜美術館事務局※右記住所と同じ
　　四万十町中央ICから車で45分／
　　高知西南交通バス「鞭（ぶち）」下車

※料金に含まれるもの：材料代、インストラクター料

参加条件・参加に必要なもの

◆参加条件：なし ◆必要なもの：なし　注意事項：なし



予約 TEL **0880-43-4915**
〈受付時間 9:00～17:00〉

NPO砂浜美術館
高知県幡多郡黒潮町浮鞭3573-5

当日の受付可能　MAP D-2

※状況により当日受付ができない場合もありますのでお問い合わせください。



道の駅グルメいろいろ！

四万十・足摺エリア お立ち寄りスポット 物産館＆道の駅





たたき、カツ、そぼろ、
色々なかつおの楽しみ方を一度に召し上がれ！

道の駅なぶら土佐佐賀

●高知県幡多郡黒潮町佐賀1350 ●営／フードコート9:00～14:00(土日祝は18:00まで)・直販8:00～18:00・テイクアウト9:00～18:00 ●休／不定休 ●P／約70台 ●tel.0880-55-3325

すぐそばに広がる、大きな太平洋と、
こだわりグルメで、つい長居したくなる道の駅。

道の駅ビオスおおがた ひなたや

●高知県幡多郡黒潮町浮鞭953-1 ●営／朝食(モーニング)8:00～10:50 昼食(ランチ)11:00～17:00(L.O.16:30) ●休／年中無休 ●P／約100台 ●tel.0880-43-3113



苺氷りは
大月自慢のスイーツ！

道の駅大月 ふれあい パーク・大月

●高知県幡多郡大月町弘見2610 ●営／物産店8:30～17:00 レストラン9:00～21:00 ●休／レストラン毎週火曜日 物産店1月1日・2日 ●P／約85台 ●tel.0880-73-1610





新鮮野菜からお菓子まで
地元食材が豊富にそろう道の駅

道の駅めじかの里土佐清水

●高知県土佐清水市三崎671-6 ●営／8:30～17:30 各テナントで異なる ●休／不定休 各テナントで異なる ●P／約32台 ●tel.0880-83-1103



カツオを丼で！
漁師飯をお楽しみください！

レスト竜串

●高知県土佐清水市4124-1●営／8:30～17:00　※9月～3月は9:00～●休／年中無休(荒天時臨時休業あり) ●P／約150台 ●tel.0880-85-0201



土佐清水さかなセンター

足摺黒潮市場

漁師町ならではの
グルメや体験が
待っている

●高知県土佐清水市清水932-5 ●営／直販コーナー 8:00～16:30 レストラン 11:00～14:00 ※時期によって変更になる場合があります ●休／無休(不定休あり) ●P／約100台 ●tel.0880-83-0151



旬の野菜や海産物、
地元の銘菓までそろっています

道の駅すくもサニーサイドパーク

●高知県宿毛市坂ノ下1023-44 ●営／8:00～18:00(観光インフォメーションセンター)各テナントで異なる ●休／無休(観光インフォメーションセンター)各テナントで異なる ●P／約55台 ●tel.0880-63-5030



三原村育ちのゆずを使った商品や
やまびこcafeも大人気

みはらのじまんや

●高知県幡多郡三原村宮ノ川1130●営／8:00～19:00(冬場は変更あり)●休／年末年始●P／約55台●tel.0880-46-2233



お土産から休憩、食事まで！
施設充実の四国最大級の物産館

物産館サンリバー四万十

●高知県四万十市右山383-7 ●営／平日8:00～19:30 土・日・祝日8:00～20:00(7・8月は～20:00) レストラン11:00～21:00(L.O.20:30) ●休／無休 ●P／約175台 ●tel.0880-34-5551



地域自慢のスイーツ色々！

よって西土佐

●高知県四万十市西土佐江川崎2410-3●営／7:30～18:00 ●休／3月～11月無休・12月～2月火曜定休(祝日の場合は営業) ●P／約42台●tel.0880-52-1398


四万十・足摺
エリアMAP
所要時間MAP
おおよその
移動時間の目安
松山ICまで約60分
高知ICまで約45分
三間IC
約35分
西土佐江川崎
約60分
四万十町中央IC
津島岩松IC
岩間沈下橋
口屋内沈下橋
約37分
四万十川展望台
勝間沈下橋
高瀬沈下橋
川登
約60分
約60分
入野松原
約12分
佐田沈下橋
約18分
片島港
約5分
宿毛駅
約20分
有岡
約20分
四万十市 中村
約30分(宿毛・中村間自動車道経由)
約18分
大堂展望台
約32分
道の駅大月
大岐の浜
約13分
約22分
約12分
約7分
(旧足摺スカイライン)
柏島
大堂山展望台
竜串・見残し海岸
約15分
土佐清水
約25分
約18分
観音岩
唐人駄場
臼碆海岸
竜宮神社
足摺岬
伊佐漁港
宇和島北IC
宇和島駅
宇和島市
松野町
四万十町
四万十町中央IC
窪川駅
四万十町西IC
津島高田IC
愛媛県
愛南町
江川崎駅
よって西土佐
四万十・川の駅カヌー館
岩間沈下橋
四万十楽舎
四万十川
口屋内沈下橋
農家レストランしゃえんじり
たたら製鐵・古式鍛造 工房くろがね
四万十市
勝間沈下橋
四万十カヌーとキャンプの里 かわらっこ
高瀬沈下橋
佐田沈下橋
三里沈下橋
四万十川学遊館(トンボ王国内)
土佐くろしお鉄道中村・宿毛線
黒潮町
土佐くろしお鉄道中村・宿毛線
黒潮町 拳ノ川IC
なぶら土佐佐賀
土佐佐賀駅
ソルティーブ
四万十市郷土博物館
土佐入野駅
ビオスおおがた
NPO砂浜美術館
入野海岸
海辺のガラス工房 kiroroan
四万十市役所
中村駅
黒潮町役場
四万十市観光協会
宿毛市
宿毛市立宿毛歴史館
第39番札所延光寺
平田IC
中村宿毛道路
四万十IC
物産館サンリバー四万十
オートキャンプ場とまろっと
宿毛市役所
林邸
宿毛市観光協会
宿毛駅
平田駅
片島港
すくも(サニーサイドパーク)
三原村
みはらのじまんや
やまびこcafe
三原村役場
四万十川
土佐清水市
大月町役場
大月町観光協会
大月(ふれあいパーク・大月)
大月町
宿毛市営定期船
鵜来島
大月エコロジーキャンプ場
竜ヶ浜キャンプ場
柏島
大堂海岸
樫西キャンプ場
めじかの里土佐清水
足摺サニーロード
大岐の浜
土佐清水市役所
足摺海洋館
足摺海底館
海の駅あしずり
足摺黒潮市場
ジョン万次郎資料館(土佐清水市観光協会)
レスト竜串
海のギャラリー
たけまさ商店
唐人駄場
第38番札所金剛福寺
沖の島
白山洞門
足摺岬・灯台
万次郎足湯

はた旅公式サイトもチェック！

はた旅　検索



もっと地球を楽しまんと！

HATA AREA KOCHI

はた旅

黒潮・清流・里山の恵みを体感！

