

[お問合せ先]

一般社団法人 土佐市観光協会

〒781-1101 高知県土佐市高岡町甲1892-7

TEL : 088-881-3359

FAX : 088-881-3360

(受付時間 8:30~17:30)

MAIL : info@tosacity-kankou.com



ホームページ



X(旧twitter)



Instagram

発行日 / 2025年12月

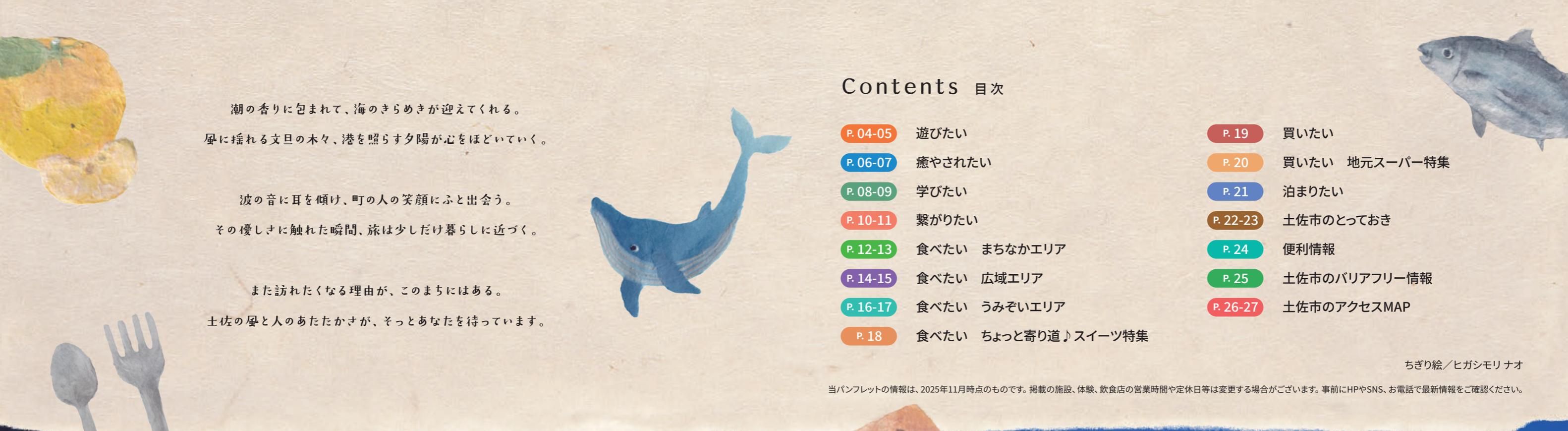
土佐市観光



ガイドブック

めぐりあったとさ。





潮の香りに包まれて、海のきらめきが迎えてくれる。
風に揺れる文旦の木々、港を照らす夕陽が心をほどいていく。

波の音に耳を傾け、町の人々の笑顔にふと出会う。
その優しさに触れた瞬間、旅は少しだけ暮らしに近づく。

また訪れたい理由が、このまちにはある。
土佐の風と人のあたたかさが、そっとあなたを待っています。

Contents 目次

- P. 04-05 遊びたい
- P. 19 買いたい
- P. 06-07 癒やされたい
- P. 20 買いたい 地元スーパー特集
- P. 08-09 学びたい
- P. 21 泊まりたい
- P. 10-11 繋がりたい
- P. 22-23 土佐市にとっておき
- P. 12-13 食べたい まちなかエリア
- P. 24 便利情報
- P. 14-15 食べたい 広域エリア
- P. 25 土佐市のバリアフリー情報
- P. 16-17 食べたい うみぞいエリア
- P. 26-27 土佐市のアクセスMAP
- P. 18 食べたい ちょっと寄り道♪スイーツ特集

ちぎり絵／ヒガシモリナオ

当パンフレットの情報は、2025年11月時点のものです。掲載の施設、体験、飲食店の営業時間や定休日等は変更する場合がございます。事前にHPやSNS、お電話で最新情報をご確認ください。



遊びたい

潮風を浴びて、クジラに会いに行こう。
海辺を駆け抜け、まちなかを自転車でめぐる。
土佐市には、遊び心を満たす体験が待っています。



宇佐ホエールウォッチング

高知の玄関口「高知駅」と「高知龍馬空港」から約40分と、県内で最も近いホエールウォッチング出港地。
カツオクジラを対象としたホエールウォッチングは、日本でもこの高知県だけです。
クジラの潮を浴びたり、イルカの群れに囲まれたり、大自然の中での素晴らしい感動をぜひ体験しに来てください!ご予約や詳細につきましてはお問い合わせください。

高知の海と
大自然を味わって



晴瀬さん

体験情報

所要時間: 約5時間
体験料:
大人(中学生以上)8,000円 / 小学生以下(3歳以上)4,000円
※最小催行人数6人未満の場合 / 1隻貸切料金50,000円
人数: 1隻6名 ~ ※1隻に最大12名乗りで登録船は3隻
体験可能期間: 5月1日 ~ 10月末まで
出港時間:
5月 ~ 9月: 午前8時 / 10月: 午前9時
※お盆の時期は、午前8時と午後1時30分の2便出航します
※内容は変更となる可能性があります。
集合時間: 出港15分前
予約方法: ホームページおよび電話

HPへ



宇佐しおかぜ公園

高知市中心部から車で約30分。入口にある大きな親子クジラのモニュメントが目印です。ホエールウォッチングの出港場所でもあり、宇佐大鍋まつりや宇佐港まつりの会場にもなっています。

住 土佐市宇佐町橋田浜2752-7
P 77台、大型バス4台他



新居緑地公園

県内最大級のふわふわドームをはじめ、たっぷり遊べるアスレチック遊具がファミリー層に人気!小さいお子様が楽しめる遊具スペースもあります。海のすぐ近くにあるのでロケーションも良く、気持ちのいい爽やかな潮風を感じられる公園です。※ペットとの入園は不可

住 土佐市新居38-1
🕒 9:00 ~ 17:00
🎫 無料
休 水曜(メンテナンスのため)
P 30台以上 ※臨時駐車場あり



手ぶらで釣り体験

船釣り初心者の方でも楽しめるように丁寧にガイドしてくれます。釣り具一式をレンタルできるのも嬉しいポイント。
女性やお子様連れの場合にも対応してくれますので、お気軽にお問い合わせください。



体験情報

詳しい内容は
ホームページをご覧ください。

●竹村貸舟店
住 土佐市36-77
☎ 088-856-0043

HPへ



●genki fishing club
住 土佐市波介4384-3
☎ 088-852-7146

インスタへ



●CENTER FLAT
住 宇佐町宇佐2753-95
☎ 088-856-0345

HPへ



土佐市“宇佐ぶら” 食べ歩き体験

現在とほぼ変わらない鯉節の燻製法を編みだし、世に広げた「改良土佐節」発祥の地、土佐市宇佐町。
迷路のような細い路地を進むと、旨味を凝縮した香ばしい鯉節の香りが、風に乗ってふわりと漂ってきて、歩いていると思わず炊き立てのご飯が欲しくなる町です。
老舗の鯉節工場おすすめの「鯉節」や、高知名物の「アイスクリン」、土佐市銘菓の「真珠もなか」を味見しながら地元ガイドと一緒に歩いて、より深い土佐市の魅力に触れてみませんか?



体験情報

所要時間: 約90分 ~ 120分
体験料: 3,000円(1名)
人数: 2名 ~ ※20名以上の場合は、班分けにて対応いたします。
実施日: 日・祝日・年末年始以外
集合場所: 高知県漁業協同組合 宇佐統括支所
受入時間: 午前10時 ~ ※ご希望の時間がある場合はご相談ください。
注意事項: ガイドの確保ができない場合は、お受入ができないことがあります。
申込期限: 個人: 原則5日前 / 団体: 原則1カ月前
キャンセル料: 前日より発生(体験料100%)



浜田さん

P5のお申し込みは、
土佐市観光協会まで



E-bike(イーバイク)

電動アシスト付き自転車・E-bikeで街中を楽しく巡ってみませんか。
歩いていくには遠い場所や、道が狭くて車で行きにくい場所でもスイスイ移動が可能です。軽い力で運転できるので、体力に自信のない方でも疲れにくいので安心です。
風光明媚なドライブコースとしても人気が高い横浪半島を爽快に走ったり、のんびりと町並みを走りながら、お買い物や食事を楽しんだり。
軽い力で運転できて、小回りがきくE-bikeなら旅行プランに合わせて自由に楽しむことができます。



体験情報

利用料金:
2時間 2,500円、半日(4時間) 4,000円、1日 6,000円
(保険料、ヘルメット貸出料を含む)
申込受付: 3日前まで
注意事項: 雨天時は貸出できません。

青龍寺道ハイキング

2016年、国の史跡に指定された「土佐遍路道青龍寺道」は、新鮮なカツオを担いで駆け抜けた「夜売りの道」とも言われています。今も残る貴重な遺物や高知県では珍しい磨崖仏、休憩所からは植物学者の牧野富太郎博士もスケッチに残した絶景など、約5kmのコースを地元ガイドが様々なエピソードを交えながらご案内します。

住 塚地休憩所(土佐市塚地)
P 8台



体験情報

所要時間: お遍路散策コース約3時間30分
体験料: 3,000円(1名)(ガイド料、お茶菓子代、お土産代、保険料含む)
受入: 通年(但し6月、8月は除く)※相談可
集合場所: 塚地休憩所(土佐市塚地) Pあり
人数: 2名 ~ ※20名以上の場合は、班分けにて対応いたします。
キャンセル料:
前日より発生(参加費100%)
申込受付: 原則5日前まで、20名以上の場合は1ヶ月前まで



手ぶらで 海鮮バーベキュー

専門メーカー Weber社の本格BBQグリルのレンタルを受け付け中。
貝の専門店が海鮮、産直市で野菜などを現地調達して、自然いっぱいの中で楽しんでみませんか。

体験情報

料金: BBQ道具一式 2,000円(炭1.5kg付)、チムニスターター 500円、
チェア・テーブルセット 500円
申込受付: 前日17:00まで

癒やされたい

海・山・川が織りなす景色に包まれて、心ほどける時間が流れる土佐市。訪れるたび、新しい癒やしに出会えます。

清瀧寺

四国霊場第35番札所。高さ約15mもある薬師如来像が境内にそびえ立ち、参拝者を温かな面持ちで迎えます。清瀧寺は厄除けの名刹としても知られ、多くの方が祈願に訪れます。

住 土佐市高岡町丁568-1
☎ 088-852-0316
P あり



京間の大イチョウ

仁淀川堤防に大きくそびえたつ「京間の大イチョウ」。土佐市のランドマークとして親しまれ、昭和43年4月に市天然記念物に指定されています。それぞれの木が密集しているように見えますが、地中ではつながっており、一本の木で形成されています。(樹齢は不明)11月下旬～12月上旬には見事な黄金色に染まり、とても綺麗なことから市内外からも見に来る方や写真を撮りに来る方が沢山います。

住 土佐市高岡町丙
P なし



波介山展望公園

園内には展望所が5ヶ所、公園が2ヶ所、休憩所が1ヶ所あり、南に太平洋、北には高岡町の市街地を見渡すことができます。よく晴れた日には東西に室戸岬と足摺岬が見えることもあり、石鎚山をはじめ四国の霊峰の山々が一望できます。さらに夕日も格別で、土佐市の中でも随一の絶景スポットです。また、3月中旬から4月は園全体で桜やツツジが咲き誇るので、ハイキングにもピッタリ。

住 土佐市波介
P あり(各展望所)



鎌田井筋・天崎水車

土佐藩奉行職・野中兼山によって建設された農業用水路、鎌田井筋。30年余りに及ぶ大規模な事業で仁淀川の水が平野部に引かれ、豊かな田園地帯の基礎を作り上げました。今でも土佐市の田園と景観に潤いを与え続けています。八天大橋から土佐市方面、県道39号線沿いには大きな天崎水車があり、見応えがあります。

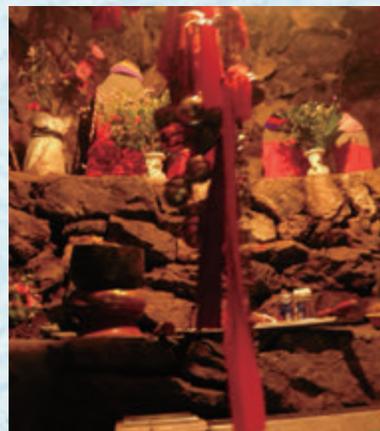
住 土佐市高岡町乙3013-2
P あり



穴地藏さま

鼻や耳など「穴」に関する病気にご利益があるといわれています。毎年2月最終日曜日、12月第1日曜日の縁日には、満願成就した人が年の数だけ餅投げをしたり、穴のあいた石などを奉納する風習が残っています。

住 土佐市谷地986



おみろく様

土佐市中島にあるおみろく様(弥勒大明神)は昔からいびら(イボ・できもの)にご利益があるといわれており、全国からお参りに来られます。毎年2回の祭日があり、夏の祭日は、旧暦5月8日に、秋の祭日は、旧暦9月8日に行われています。

住 土佐市中島
P あり



仁淀川

全国一級河川水質ランキングで何度も一位を獲得し、その神秘的な美しさから「仁淀ブルー」と呼ばれる清流・仁淀川。ゆるやかな流れと、美しく広大な川の景色は、心を穏やかに癒してくれます。自然と一体になれる川遊びが魅力的で、夏場にはあちらこちらから、楽しそうな声がどこからともなく聴こえてきます。



学びたい

和紙を漉き、水引を結び、歴史をたどる。
自然と文化にふれるほど、心が豊かになる。
土佐市には学びの楽しさが広がっています。



土佐和紙ワークショップ

土佐市の中心部から少し離れた場所に佇む「井上手漉き工房」。
そのはじまりは明治時代と歴史は長く、現在4代目となる井上みどりさんは、土佐和紙の可能性や楽しさを幅広い世代に伝える取り組みを積極的に行っています。
先人の知恵の素晴らしさや自然の恵み、土佐和紙の歴史を感じながら本格的な「紙漉き体験」や、自分で漉いた和紙で作る「タペストリーづくり体験」など、季節に合わせた体験メニューをご用意しています。

紙の中に、自然と知恵が息づいています。

井上さん

体験は日時・所要時間・人数等によって金額が異なります。詳細についてはホームページをご覧ください。

問い合わせ先：
088-852-0207
090-5147-7839



亀泉酒造 / 酔鯨酒造 土佐蔵

高知県内には19の蔵元がありますが、そのうち土佐市には2つの蔵元「亀泉酒造」と「酔鯨酒造 土佐蔵」があります。波光山の麓にあり、仕込み水には仁淀川水系の伏流水(軟水)を使い、高知県産の米、酵母にこだわって、おいしい酒づくりを行っている「亀泉」。
土佐市甲原に最新鋭の「土佐蔵」を竣工し、純米大吟醸酒を中心にハイエンド商品の拠点として、2018年秋から酒づくりを始めた「酔鯨」。
ともに、高知の豊かな自然から生み出された、土佐酒を代表する銘柄です。

亀泉酒造 蔵見学

情緒あふれる酒蔵を見学後、好きなお酒を呑み比べできます。味わいのあるカウンターでじっくりと堪能してみたいかがでしょうか。

所要時間:約60分(平日の営業日、8:30~12:00 / 13:00~16:30)
体験料:550円(試飲付き)
人数:1~10名
予約:088-854-0811(原則7日前までにご予約ください。)

お願い:仕込みの時期は受入をお断りする場合がございます。ドライバーやお酒が飲めない方は仕込み水をご用意します。



住 土佐市出間2123
時 8:30~17:00
休 土曜、日曜、祝日
P あり



酔鯨 土佐蔵 蔵内見学

主に高級酒を製造している土佐蔵では、こだわった日本酒づくりの工程を見学できます。スタイリッシュなストアで出来立てのお酒の試飲やお買い物の他、酒粕や甘酒を材料に用いたオリジナルスイーツを味わえます。

所要時間:約30分(1日3回/10:30~、12:30~、15:00~)
体験料:500円(試飲2杯、オリジナルお猪口のプレゼント付き)※2026年から値上げ予定です。
人数:1~10名
予約:要予約/酔鯨酒造公式ホームページ



住 土佐市甲原2001-1
時 10:00~17:00
休 無休
P 15台



土佐和紙クラフトと水引レッスン

土佐市用石にショップを構える「cocoro*kurumu(ココロクルム)」。
伝統ある土佐和紙や水引を使って、お花のキャンドルライト等の和紙雑貨や水引アクセサリー作りなどの水引体験を行っています。

田原さん

所要時間:約30~60分
体験メニュー:

- ・土佐和紙のお花キャンドルライト(60分)3,000円
- ・60色から選ぶ水引のイヤリング又はピアス(60分)3,000円
- ・初めての水引結び(30分)1,000円

問合せ:
cocoro.kurumu@cpost.plala.or.jp



木毛工場見学・サシェづくり体験

木毛(もくめん)とは、木材を薄さ0.1ミリに削った天然の緩衝材。「戸田商行」は国内で唯一の木毛製造の専門工場です。工場内は見慣れない巨大な製造機械が稼働しており、レトロでノスタルジックな雰囲気が目前に広がります。見学の他、香り袋を作るクラフト体験も楽しんでいただけます。(クラフト体験は5名様まで、6名様以上はお土産付き)

戸田さん

所要時間:約1時間
体験料:1,500円 人数:4~30名
受入可能日:土日祝のそく平日の1日5回(10:00、11:00、13:00、14:00、15:00)
予約:じゃらんから(戸田商行ページ内)
申込受付:2日前まで
※刃物を扱う工場のため、見学対象者は15歳以上。
※こちらの体験はリクエスト予約になります。



文旦発祥の地

日照時間が長く、寒暖の差が大きい宮ノ内地区は、土佐文旦発祥の地。昭和18年に苗木が植えられて以来、先人により改良が繰り返され、栽培の基礎が築かれてきました。以来、土佐文旦は土佐市を代表する特産品になり、その偉業を称える石碑が近くに建てられています。土佐文旦の収穫体験は行っていませんが、レモンやライム等のリーフレグランス体験ツアーについては、お問い合わせください。

☎ 088-855-1352



白木さん



い草

土佐市東鴨地で量総合資材販売を行う「(株)野村商店」。
国産の高品質ない草を全国に出荷することが、い草農家を守ることにつながる、という想いから、土佐ブランド「龍馬」を開発。水質日本一を誇る、仁淀川水系の粘土質土壌で栽培されているため、丈夫で良品質な土佐市のい草の中でも130cm以上の一番草を選びすぐり、麻糸と綿糸を2本使用し厚く破れにくく製織した畳表を天日干して、光沢と耐久性を高めた畳表です。全国の取引先からはその美しさから「青いダイヤモンド」と呼ばれています。

自宅でもできる手鍋コーヒー豆焙煎体験

渡辺さん

焙煎中に聞こえる「パチパチ」と豆がはぜる音や、沸き立つ香り、煎った直後のコーヒーが味わえるのは、自分で焙煎するからこそ。丁寧にお伝えしますので初めての方でも大丈夫です!



所要時間:約2時間
体験料:3,000円(保険料込み)
実施日:日曜
定員:最大4名様まで
お申込みの際は
◎申込代表者の氏名
◎人数
◎体験希望時間 等をお知らせください。



お花屋さんのワークショップ

土佐市の商店街にお店を構える「金子生花店」では、月に1回、ドラゴン広場でワークショップを開催しています。季節に応じた作品作りが楽しめます。

花と一緒に、楽しい時間を過ごしましょう

濱田さん

ワークショップの詳細はInstagramをご覧ください。
問合せ:088-852-0276



食べたい

まちなかエリア

個性豊かな飲食店が集まる土佐市。
新鮮な海の幸や山の恵みを生かした料理や甘味、
弁当まで幅広く揃い、どの店も人の温もりにあふれています。
旅の途中に立ち寄っても、特別な日に選んでも、
心に残る“おいしい出会い”が待っています。



土佐市ドラゴン広場

地元の新鮮な野菜や海産物、
グルメが集まる複合施設。食事のほか、
旅のお土産探しや買い物にもどうぞ。

鶏ガラ香る、飽きのこない土佐の一杯

3 鍋焼ラーメン 悟空

住 土佐市高岡町甲2116-3(ドラゴン広場内)
☎ 080-4564-0641
🕒 11:30~14:00
休 水曜(臨時休業あり)
P あり



人気居酒屋「時空」が手がける鍋焼きラーメン専門店。鶏ガラ出汁だけで仕上げた澄んだ味わいのスープに、香り高い仁井田米のごはんが絶妙に合います。シンプルながら奥深い土佐の味を、ぜひ堪能ください。

いきつけにしたい町中のごはん処

3 ごはん処 龍(ドラゴン)食堂

住 土佐市高岡町甲2116-3(ドラゴン広場内)
☎ 088-852-0737
🕒 11:00~18:00(L.O. 17:00) / 金曜・土曜 11:00~21:00(L.O. 20:00)
休 月曜 / 第1火曜 / 第3日曜
P あり



一番人気のとり甘酢をはじめとする、ボリューム満点の各種定食やスパイシーなカレーが揃います。惜しまれつつ閉店した、名店「がしら亭」の味を受け継ぎ、地域に愛される食堂として賑わいを届けています。



ボリューム満点、毎日食べたいお弁当



1 いちゆい

住 土佐市高岡町乙170-2 2F
☎ 080-8060-6105
🕒 8:30~予約受付 ※なくなり次第終了
休 土曜 / 日曜 (定休日もまとまったご注文がございましたらお受けいたします)
P なし

「安くて美味しく、お腹いっぱい」をモットーに、日替わりでボリューム満点のお弁当を提供。お肉メインの満足感ある内容で、1の付く日は「いちゆいの日」として最大150円引きに。毎日でも食べたくなるお弁当屋さんです。

希少部位まで
味わえる、
肉好きの楽園



2 焼肉義塾



住 土佐市高岡町甲1885-8
☎ 088-828-7202
🕒 平日17:00~22:00(L.O. 21:00) / 土日祝16:00~22:00(L.O. 21:00)
休 不定休(要問合せ)
P 10台



赤身肉やホルモンなどの定番はもちろん、希少部位まで揃う充実のラインナップ。テーブル席や掘りごたつ個室も完備し、家族や仲間とゆったり焼肉を満喫できます。肉本来の旨みを存分に堪能できる一軒です。



地元の恵みを洋風で楽しむ一皿

6 酔食屋 譲司

住 土佐市高岡町甲2085 パールビル1F
☎ 088-854-1881
🕒 17:00~24:00(L.O. 23:00)
休 水曜
P あり



地元食材をふんだんに使った洋食を中心に、バリエーション豊かな創作料理が楽しめる一軒。その日の仕入れで変わるオーナーおすすめメニューも魅力です。目印は大きなオレンジ色の看板。気軽に立ち寄れる洋風居酒屋です。

心ほぐれる、
ひと息の時間を



8 ふう(時空)

住 土佐市高岡町甲2036
☎ 088-852-7686
🕒 17:30~23:00(L.O. 22:30) / 土のみ 17:30~23:30(L.O. 23:00)
休 水曜 / 第1火曜
P あり



仕事帰りにゆったり過ごせる居心地の良い空間。和洋から創作まで約100種の料理を揃え、ご飯ものには自家製の仁井田米を使用。ドリンクメニューも豊富で、幅広いシーンで楽しめます。

地元産シャモが
自慢の焼き鳥店

11 夢鳥

住 土佐市高岡町甲2053-2
☎ 088-828-7077
🕒 17:00~22:00 (食べ物L.O. 21:00 / ドリンクL.O. 21:30)
休 月曜 / 第2火曜
P 5台



約30年受け継ぐ自家製タレと塩で焼き上げる、せせり串やもも、ねぎまが人気の焼き鳥居酒屋。実家で丹精込めて育てた「アスリートシャモ」は鍋料理で味わえます。焼き鳥はテイクアウトも可能です。

厳選素材へのこだわり

12 居酒屋 へんしも

住 土佐市高岡町甲1975
☎ 088-852-6999
🕒 17:00~22:00(L.O. 21:00)
休 日曜
P なし



須崎や久礼の魚市場で自ら競り落とした新鮮な地魚、北川村の実生柚子、安芸畑山の生産者から直接仕入れる土佐ジローなど、こだわりの食材を使った美味しさをぜひ味わってください。

心地よい雰囲気のカラオケスナック

7 紫季

住 土佐市高岡町乙3523-5
☎ 088-852-6211
🕒 19:30~24:00
休 木曜(祝日は営業)
P なし



ミラーボールが照らすレトロな空間で、こだわりの音響と美味しいお酒を満喫。気さくなママや常連さんとの会話が弾む、女性一人でも立ち寄りやすいカラオケスナックです。



歌って飲んで、
笑顔が集まる場所

9 ジョイ

住 土佐市高岡町乙160-5
☎ 090-9455-3345
🕒 20:00~24:00
休 日曜 / 火曜 / 水曜
P なし



お一人様3,500円で飲み放題&歌い放題をたっぷり満喫できるスナック。気の合う仲間と少人数でゆったり過ごすのはもちろん、最大20名までの貸し切りにも対応。歌とお酒を囲んで、心地よいひとときをどうぞ。

地元の味と笑顔に
酔いしれる場所

10 wa bar KIRI 桐

住 土佐市高岡町甲2090-5
☎ 090-1323-9879
(予約をお願いします)
🕒 18:00~24:00
休 水曜(第3水曜は営業) / 日曜(不定休あり)
P なし



料理上手でお酒の知識も豊富、そしておしゃべり好きなママとの会話が楽しいと評判のお店。地元の旬食材を生かした料理や、厳選した地酒も揃い、訪れる人を温かく迎えてくれます。



素材と技で極める、本物の味わい

13 割烹 松尾 居酒屋「和み」

住 土佐市高岡町甲2080
☎ 088-852-1158
🕒 水曜~月曜 17:30~22:00(L.O. 21:30) / 木曜~土曜 ランチ有 11:30~14:00(L.O. 13:20)
休 火曜(月に1回不定休あり)
P 10台



先代から受け継いだ伝統の郷土料理から四代目に継ぐ創作日本料理まで、高知の海の幸を中心にした逸品を味わえます。県外のお客様へのおもてなしにも最適です。

世代を超えて歌でつながる、
アットホームなカラオケ喫茶

14 カラオケ喫茶YES

住 土佐市高岡町甲1951-1
☎ 090-2820-5263
🕒 昼12:00~17:00 / 夜19:00~23:30
※土曜は夜営業のみ
休 水曜 / 第1日曜 / 土曜昼
P あり



幡多弁のママとマスターが迎えてくれる、気取らず楽しめるカラオケ喫茶。大画面モニターとステージを備え、持ち込み自由のフードと夜はソフトドリンク飲み放題で、誰もがのびのび歌える空間です。

食べたい 広域エリア



天然出汁香る、コシ自慢のうどん

15 さぬきうどん清瀧

住 土佐市高岡町乙2089-1
 ☎ 088-852-0078
 🕒 11:00~14:00
 📅 月曜
 📵 20台



清瀧寺への道すがらにある、セルフ式のうどん店。化学調味料を使わず、天然出汁のやさしい旨みと、強いコシの自家製麺が魅力です。かけうどんや釜揚げうどんは400円と手頃な価格で、気軽に立ち寄れます。



深煎りの香りで始まる一日

17 アガータ珈琲店

住 土佐市高岡町乙749-2
 ☎ 088-852-3709
 🕒 7:00~17:00
 📅 日曜
 📵 あり



深入り焙煎とネルドリップにこだわる、自家焙煎珈琲が自慢の喫茶店。朝はモーニング、昼は軽食とともに、香り高い一杯を楽しめます。珈琲豆の販売もあり、自宅でもその味を堪能できます。珈琲豆の手焙煎のワークショップも受付中。



鮮度と技が光る、魚料理の極み

19 魚菜 縮月

住 土佐市蓮池2185-1
 ☎ 050-8884-3396
 🕒 11:00~14:00 (L.O. 13:30)
 17:00~22:00 (予約制)
 📅 不定休
 📵 20台



毎日仕入れる新鮮な魚介を中心に、丁寧なひと手間を加えた料理を提供。お造りは特に自慢の逸品です。ランチはもちろん、4名以上・5,000円以上で楽しめる夜のコース料理も好評。ゆったりとくつろげる席で、贅沢な海の幸を堪能できます。



旬の味と笑顔で迎える、地元の割烹

21 割烹 玉杯

住 土佐市高岡町乙38
 ☎ 0120-026-678
 🕒 11:30~13:00 / 17:00~21:30 (L.O. 21:00)
 📅 月曜
 📵 8台



カツオのたたき定食や、仁淀川で獲れた旬の料理が人気の割烹。県外からの常連客も多く訪れます。カウンター席や小上がりのある居酒屋風の店内で、気さくな女将の笑顔と共に心温まるひとときを過ごせます。お寿司のテイクアウトもできます。



好きなものを好きなだけ、日常に寄り添う大衆食堂

16 ごはん家 ハレタ

住 土佐市高岡町乙3308-1
 ☎ 088-852-1105
 🕒 7:00~19:00 (L.O. 18:30)
 📅 無休
 📵 74台



手づくりのおかず50種類が並び、親しみやすい大衆食堂。セルフで好きなものを好きなだけ選ぶもよし、オーダーでできたを味わうもよし。その日の気分に合わせて食事が楽しめます。リーズナブルで毎日通いたくなる一軒です。



100種の串揚げで広がる味の世界

18 風来屋

住 土佐市高岡町乙3416-5
 ☎ 0120-39-9494
 🕒 17:00~22:00 (L.O. 21:30)
 📅 月曜 / 火曜 (不定休あり)
 📵 1台



創業30年以上、100種類以上の串揚げを提供する専門店。旬の食材を使った定番はもちろん、フルーツやアイスを使ったユニークな串も揃います。揚げたてを次々楽しめるおまかせコースで、最後まで飽きない味わいを。



人情味あふれるおかあさんに会いたくなる焼き鳥屋

20 焼き鳥396(みくる)

住 土佐市高岡町乙3558-1
 ☎ 088-852-3960
 🕒 12:00~18:00 ※なくなり次第終了
 📅 日曜(月2回 / 日曜以外に不定休あり)
 📵 あり



高岡商店街ふれあい公園隣、50年受け継がれたタレが自慢!子どもから大人まで地元の人に長年愛されています。気さくな店主が焼き上げる絶品焼き鳥のほか、ウィンナーや名物チューリップも人気です。

ふわとろ食感、心まで温まるお好み焼き

22 お好み焼き 彦兵衛

住 土佐市高岡町甲1063-3
 ☎ 088-855-9017
 🕒 8:00~21:00 (L.O. 20:30) / モーニング 8:00~11:00 / ランチ 11:00~14:00
 📅 火曜
 📵 15台



山芋入りのふわわり生地で焼き上げる、こだわりのお好み焼きが自慢。朝はモーニング、昼はランチ、夜は居酒屋メニューと、時間帯ごとに違った楽しみ方ができる地域密着の人気店です。

天然ダシ香る、心ほぐれる一杯

23 黒潮うどん

住 土佐市高岡町甲237-1
 ☎ 088-852-3729
 🕒 11:00~14:30
 📅 水曜 / 第2木曜 (不定休)
 📵 40台



無添加・天然ダシにこだわった手打ちうどんのセルフ店。人気No.1は、梅肉と大根おろしを合わせた爽やかな味わいの「梅肉おろしぶっかけ」。揚げたてのかき揚げなど、多彩なトッピングも楽しめます。



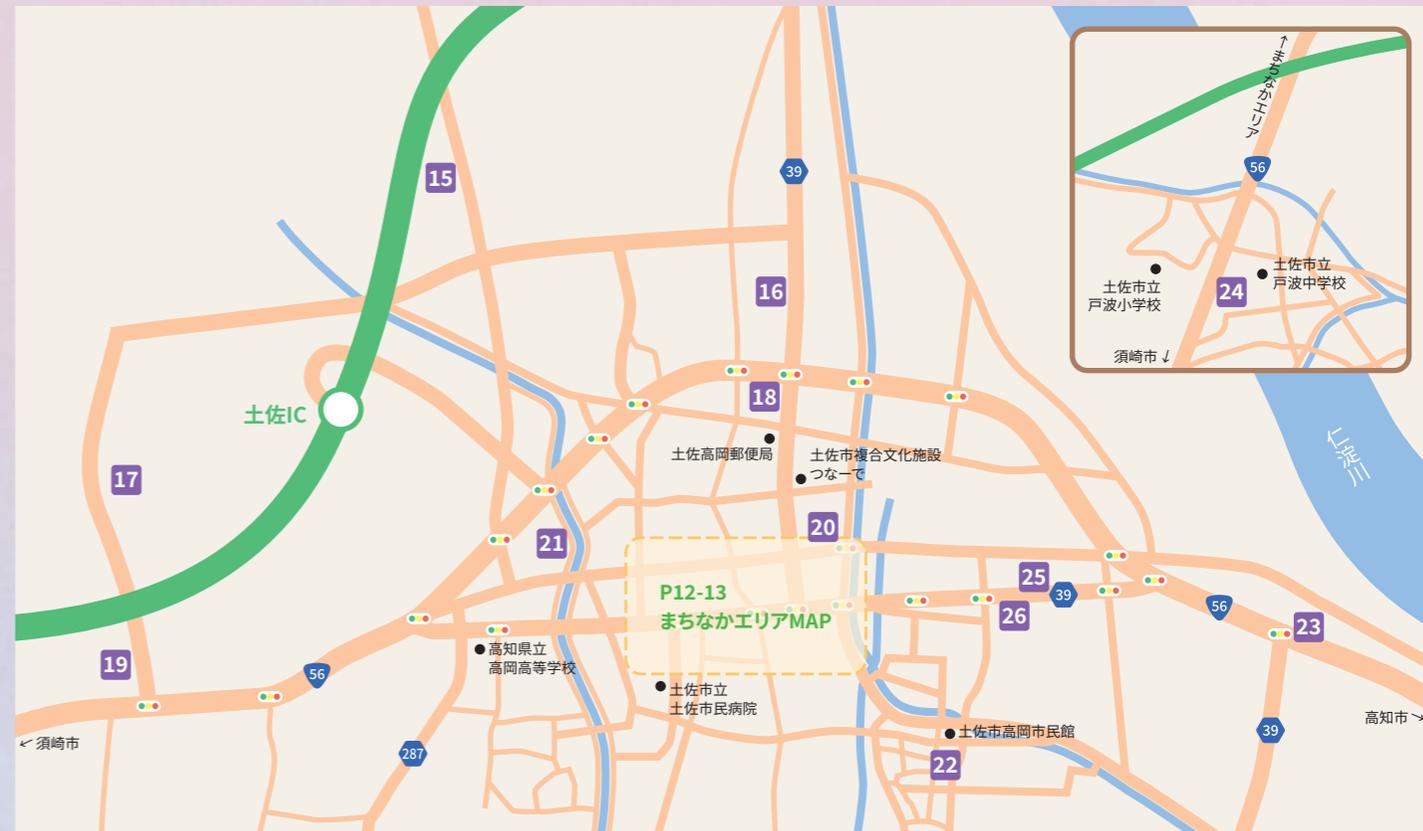
喧騒を離れ、非日常を味わう隠れ家Bar

24 ~異食間~ 広

住 土佐市家後1109-1
 ☎ 088-855-0909
 🕒 ランチタイム 11:00~14:00 (L.O. 13:30) / 17:00~23:00
 📅 火曜
 📵 5台



街の喧騒を離れた落ち着いた空間で、絶品料理とオーナーの楽しいトークが楽しめる隠れ家Bar。個人から団体まで幅広く対応し、夜はもちろん、こだわりの本格ラーメンが味わえるランチ営業も行っています。



唐揚げ好き必見! クセになる満足定食

25 レストラン 樹里

住 土佐市高岡町甲725
 ホームセンターリッチ店内
 ☎ 088-852-3693
 🕒 8:00~16:00 (O.S. 14:30)
 📅 元旦、1月2日
 📵 300台



モーニングからランチまで賑わう人気店。豊富なメニューとボリューム満点の料理が魅力で、一番人気は「唐揚げ定食」。ジュシーでクセになる味わいが、多くのファンを惹きつけています。



創業30年以上、地元で愛される老舗ラーメン店。看板メニューの「みそ五目ラーメン」をはじめ、お好み焼きや定食など、豊富なメニューが揃います。座敷席もあり、家族連れにもぴったりです。



地元で愛され続ける、昔ながらの味わい

26 豚太郎 高岡店

住 土佐市高岡町甲738-1
 ☎ 088-852-6451
 🕒 11:00~21:30 (L.O. 21:00)
 📅 木曜
 📵 10台





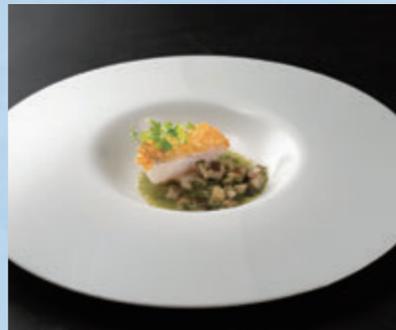
旬の味覚と出会う、
漁師町の隠れ家食堂

27 海町食堂ヒナサク

住 土佐市宇佐町宇佐1143-5
☎ 088-856-0565
🕒 月・火・金のみランチ11:30～/
17:00～22:00
(L.O. 料理21:00 / ドリンク21:40)
休 水曜
P 3台



宇佐の漁師町にひっそりと佇む、温もりあふれる居酒屋。地元の新鮮な魚介と旬の野菜をふんだんに使い、季節ごとに変わる味わいを楽しめます。週3日だけの特別な日替わりランチも評判です。



フィレンツェで腕を磨いた北村友和シェフが、地元食材を使い特別な一皿を仕上げます。「料理を通して非日常を楽しんでほしい」という想いが込められた、ここでしか味わえない体験。ランチ、ディナーともに完全予約制です。



一皿で感じる、非日常の贅沢

28 logue(ローグ)

住 土佐市宇佐町599-6
(ヴィラ サントリーニ内)
☎ 088-856-0007
(電話受付11:00～20:00)
🕒 12:00～14:30 /
18:00～(Closed 21:30)
(完全予約制)
休 不定休
P 20台



港町のやさしい味、
手作りごはんて
ほっとひと息

29 手づくり食堂 ひろみの店

住 土佐市宇佐町宇佐679-5
☎ 088-856-3340
🕒 8:00～17:00
休 木曜
P 3台(軽自動車のみ)



漁師町の超ローカル食堂

31 宇佐もんや

住 土佐市宇佐町宇佐1757
☎ 088-856-0019
🕒 11:00～15:00
休 水曜/第2・4木曜
P あり



漁協からすぐの場所にある食堂。漁師町ならではの新鮮な魚を使ったメニューが自慢です。地元感満載の気さくなおばちゃんたちの接客も魅力。ぜひおしゃべりも楽しんで。(写真は4種の海鮮漬け丼)



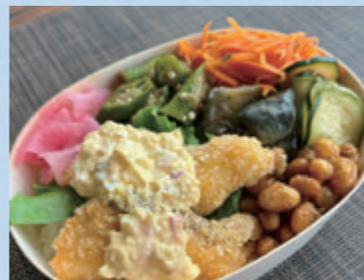
笑いとお酒で夜が更ける、
宇佐最古の Snackbar

33 スナックポニー

住 土佐市宇佐町宇佐2757-26
☎ 088-856-1913
🕒 18:00～24:00
休 木曜
P 10台



創業40年以上、宇佐で一番歴史ある Snackbar 喫茶。名物ママは「どろめ祭り大杯飲み干し大会」で3度優勝の強者。お酒を片手に、笑いあふれるエピソードが楽しめます。



旬の恵みをぎゅっと詰めた、
彩り豊かなわっぱ弁当

35 むすび食堂

住 土佐市宇佐町宇佐2753-95
☎ 090-9776-1447
🕒 11:30～なくなり次第終了
(イートインは要予約)
休 金曜から火曜
P あり



地元の新鮮な野菜や魚を中心に、7～8種類のおかずを詰め込んだわっぱ弁当が人気。イベントでは、鯛の炊き込みご飯など特別メニューも登場します。メニューや営業日の詳細はインスタグラムをご覧ください。



海の恵みを
炭火で味わう
贅沢BBQ

30 土佐のかき小屋

住 土佐市新居38-33
☎ 080-9830-0004
🕒 平日 11:00～15:00 (L.O. 14:30)
土日祝 10:00～18:00 (L.O. 17:30)
休 木曜/悪天候の日
P あり



一年を通して楽しめるカキは、夏場に岩手県石巻から直送。土佐湾で獲れた新鮮な魚介も炭火焼で堪能できます。名物のがんがら焼きや干物、定食など、多彩なメニューが揃い、大満足間違いなし。



築120年の古民家で味わう、
四季と旬の饗宴

32 民家おにわ

住 土佐市新居1054-1
☎ 088-856-1530
🕒 17:00～22:00
※完全予約制
休 火曜/水曜/木曜
P 10台～15台



築120年の古民家を生まれ変わらせた、風情漂う完全予約制の大人の隠れ家。コース料理には、高知の旬を活かした逸品が揃います。四季折々の景色を映す庭園を眺めながら、ゆったりとした時間と食事をお楽しみください。



海の幸も肉も、
焼きたてを
堪能できる人気店

34 萩の茶屋

住 土佐市宇佐町宇佐2739
☎ 088-856-1908
🕒 11:00～21:30 (L.O. 料理20:30)
休 第2火曜/水曜(祝日の場合は
営業、翌日休み)
P 20台



ハマグリ、長太郎、サザエ、伊勢エビなどの海鮮から焼肉まで、目の前で焼いて味わえる贅沢なスタイルが魅力。刺身や定食、鍋料理などメニューも充実し、店内からは美しい海の景色が広がります。



海を眺めて楽しむ、
贅沢な貝類バイキング

36 あみ浜食堂

住 土佐市宇佐町513-1
☎ 088-856-2239
🕒 11:00～17:00 (最終受付15:30)
休 月曜/
火曜(祝日の場合は営業)
P あり



土佐湾の絶景を眺めながら、新鮮な貝類をはじめ、お寿司、焼き料理、お刺身、デザートまで多彩に楽しめる食べ放題の食堂。三世代で訪れても、それぞれが満足できる豊富なメニューが揃っています。

食べたい

ちょっと寄り道♪

スイーツ特集



常時180種類以上のパンや焼き菓子が並び、人気のパン屋。モーニングはもちろん、実はパスタやオムライスなどランチセットも味・ボリュームともに大満足と評判。お昼時にもぜひ訪れたい一軒です。

パンだけじゃない、お昼も主役。
37 ベーカリーカフェ
イワゴー

住 土佐市高岡町甲1973-1
☎ 088-852-1218
🕒 7:00~19:00
(食べ物L.O. 18:00 / ドリンクL.O. 18:30)
📅 毎月第3水曜
🅑 10台



伝統の技で紡ぐ、四季の甘味

38 のしや本家

住 土佐市高岡町乙169-1
☎ 088-852-0162
🕒 8:30~18:00
📅 第1、第3日曜
その他日曜は午後休み
🅑 2台



嘉永年間創業の老舗和菓子店。四季折々の風情を映した生菓子を、手づくりで丁寧に仕上げています。土佐市特産の小夏を使った「小夏最中」は、昭和初期から続く看板商品。長く愛される確かな味わいです。



百余年の伝統が息づく、
手作り和菓子の老舗

40 北代菓子店

住 土佐市宇佐町宇佐1743-3
☎ 088-856-0157
🕒 9:00~19:00
📅 日曜
🅑 なし



創業1910年、地元で愛され続ける北代菓子店。看板商品の「土佐真珠(真珠最中)」は、ぎっしり詰まったつぶ餡に真珠を思わせる求肥を忍ばせた逸品です。四季折々の和菓子もすべて丁寧な手作業で仕上げられています。



笑顔を届ける、まちの洋菓子屋さん

39 コリーヌ洋菓子店

住 土佐市高岡町甲2158-2
☎ 088-852-3835
🕒 7:00~19:00
📅 元日
🅑 5台



ふんわり香るパンから、焼き菓子・ケーキまで種類豊富。広々とした店内にはギフトにぴったりのお菓子もそろい、手土産選びにも最適。きっとお気に入りが見つかります。



土佐市の工房からお届けする
心ゆるむ日々のおやつ

41 小さな焼菓子店 zuzu

Instagram
はこちらから



県内イベントや委託販売で出会う、心を込めた焼き菓子。工房で丁寧に焼き上げた、日常をちょっと幸せにするおやつをお届けします。(@zuzu_oyatsu)



酒粕とあま酒のやさしい甘みを、
アルコールフリーで

42 SUIGEI SAKE LAB CAFE

住 土佐市甲原2001番地1
☎ 088-856-8888
🕒 10:00~17:00
📅 年末年始
🅑 15台



酒粕やあま酒を使ったソフトクリームやドリンクが味わえるカフェ。全メニューがアルコールフリーで、お子様連れやドライバーも安心して楽しめます。

買いたい

朝どれ野菜や旬の果物、海の幸。
市場や直売所には、土佐の恵みがあふれています。
旅の思い出になる、とっておきがきっと見つかります。



お土産も揃う、土佐市の小さなマーケット
ファーマーズマーケット
ひなた(ドラゴン広場内)

住 土佐市高岡町甲2116-3(ドラゴン広場内)
☎ 088-802-5708
🕒 9:00~18:00
📅 年末年始
🅑 あり



朝採れの新鮮野菜や土佐和紙製品、生花、お惣菜やお弁当等、たくさんの「旬」と「魅力」がおしゃれな店内に並んでいます。お土産物も充実しているので、土佐市に来たら立ち寄りたいたスポットです。イベント等も行っていきますのでInstagramの最新情報をぜひご覧ください。



旬の味と手作りの温もりが集まる場所
地のもん市場 ハレタ

住 土佐市高岡町乙3308-1
☎ 088-852-1105
🕒 7:00~19:00
📅 年中無休
🅑 あり



2016年7月にオープン。直販コーナーを設けた物販売り場では、旬の野菜果物をはじめ地酒や加工品、お土産物、お総菜まで幅広いラインナップを取り揃えています。老若男女問わず、特に人気なのが手作り出来立てにこだわった食堂!お昼時は満席になることも。



こだわりと活きがたくさん詰まった
海の幸をお届け!

さかなの森澤

住 土佐市家後1026-1
☎ 088-855-0923
🕒 10:00~18:00
📅 水曜/お盆明け/正月明け
🅑 あり



土佐料理森澤は本店に始まり、蓮池店、宴会場を展開している地元で愛される鮮魚店です。新鮮でおいしい魚を届けたいというこだわりから、その日良い魚がなければ無理に仕入れることはありません。丁寧に調理されたバリエーション豊かなお刺身の他、おかずやサラダなども並びます。(蓮池店は、魚菜 稲月の横に併設されています。)宴会場は予約のお客様のみのご利用となっているため、詳細はお問い合わせをお願いします。



屋上にはBBQスペースもあり。詳細はお問い合わせを。



海から汲み上げた新鮮な海水で、伊勢海老やワタリガニをはじめとする多彩な魚貝を鮮度そのままに管理。年間を通じて旬の味覚を厳選し、伊勢海老は一匹から、貝類は一枚から気軽に購入できます。

海の恵みを
新鮮なままお届け
西村水産

住 土佐市宇佐町宇佐2760-23
☎ 088-856-2801
🕒 9:00~18:00
📅 火曜/第1、3水曜
🅑 あり



創業70年以上、武市水産は多彩な貝類を取り扱い、量販店や飲食店への卸しはもちろん、小売や全国発送にも対応しています。アサリやハマグリ、長太郎、マテ、サザエ、牡蠣は香ばしい焼き貝に。マイゴやチャンバラ、ニナ、ヨダレ、イソツブは旨みあふれる茹で貝でどうぞ。

70年超の信頼と実績。
貝のごならおまかせ
武市水産

住 須崎市浦ノ内灰方1152-22
(渡船乗り場の裏)
☎ 088-856-0209
🕒 8:00~17:00
📅 年中無休
🅑 あり



買いたい 地元スーパー特集

惣菜やお弁当、新鮮な魚や肉まで。
地元の人が通うスーパーには、暮らしの味が詰まっています。
旅の途中に寄れば、土佐市の日常をちょっと体験できます。



創業50年を迎えた、 宇佐町唯一の地元スーパー 宇佐ショッピングセンター

住 土佐市宇佐町宇佐1689-5
☎ 088-856-0154
🕒 8:00~19:30
📅 年中無休(年始を除く)
🅑 あり



店内製造のお惣菜、お寿司、お弁当が人気です。
また漁協からほど近い場所にあるので、何といてもお魚が新鮮！
お肉にもしっかりこだわっていて、品質の良さと価格の安さに驚きます。
市内外から足しげく通う常連さんが多い理由がよくわかります。
土曜日はお惣菜が108円(税抜)均一!焼き鳥の移動販売もあります。



こだわりの地元食材と地域の味

生かつお土佐盛

宇佐漁港や久礼漁港で水揚げされた、新鮮そのものの生かつお。土佐の海の恵みを存分に味わえる人気の商品です。
※天候や水揚げ状況により販売がない場合があります。



イタドリと豚肉の炒め煮

油揚げの旨味と甘味がイタドリに染み込んだ、昔ながらの高知の家庭の味。こはんがすすむ一品です。
※イタドリが無くなり次第、販売終了。



四万十鶏・佐竹さんちの豚

ほどよい歯ごたえとクセのない味わいが魅力の「四万十鶏」、上品な脂の甘みと深い旨味が特長の「佐竹さんちの豚」。和洋中どんな料理にも合う、自慢の高知ブランドです。



地域密着!トマトのオブジェが目印

サンプラザ

各店舗の営業時間、電話番号、住所はHPからご確認ください。



土佐市で長年地元民から愛されているスーパーと言えます。創業した昭和37年から60年以上にわたり地域に密着し、買い物のみならず様々な取り組みを行っています。高岡にある、土佐ショッピングセンターは昭和48年に開店。

まとめ買いにも、日常の買い物にも

業務用食品スーパー ポプラ

住 土佐市高岡町甲940-1
☎ 088-852-2300
🕒 9:00~21:00
(年末年始は営業時間が変わります)
📅 年中無休 🅑 あり

業務用の特大商品や食料品、日用品など豊富な商品をリーズナブルに買えると人気。DAISOも併設されており便利です。



泊まりたい

泊まってこそ味わえる土佐市の魅力。
旅の拠点にぴったりの
宿泊情報を集めました。

リゾートホテル ヴィラ サントリーニ



エーゲ海に点在する島々の中でも、圧倒的なロケーションの美しさを誇るサントリーニ島を見事に再現した、ヴィラ サントリーニ。土佐湾に面した横浪半島の高台に建てており、空と海が織りなす、青々とした美しい景観は日本をあることを忘れてしまうほど。断崖に横穴を掘って作る伝統的な建築様式に倣った洞窟型の客室、象徴的な青いドームやペルタワー、現地で買付けた装飾品や小物の数々。喧騒から離れて、非日常の世界へと誘ってくれます。



住 土佐市宇佐町電599-6
☎ 088-856-0007
料 22,000円~(1室2名利用の1名様料金/税込・朝食付き)
IN 15:00
OUT 11:00



土佐龍温泉 三陽荘(さんようそう)



県内唯一の高濃度&高温温泉が自慢の宿。日帰り入浴のほか、無料の足湯も設置されており、目の前に広がる太平洋を眺めながら、心も身体もリフレッシュできると評判です。高知県ならではの食材を使ったお食事にもこだわっています。三十六番札所青龍寺のほど近くにあり、お遍路さんにも人気。ホエルウォッチングの乗船場まで車で約10分、桂浜へは約30分とマリンレジャーや観光にも便利です。
また、海沿い・山沿いとそれぞれの位置に面した、1棟貸し切りタイプの客室を全4棟配置したグランピング施設「〜リヴィラスパークUSA〜」を2023年にオープン。



住 土佐市宇佐町電504-1
☎ 0120-15-4592
料 14,300円~(1名様/税別・1泊2食付き)
IN 15:00
OUT 10:00



おへんろ・ゲストハウス りり庵



かつてお遍路参りでお接待やご利益を受けた店主がお返しの気持ちで始めた宿です。海が見えるロケーションにあり、部屋は全3室。田舎のおばあちゃんの家に来たような雰囲気、ホッと落ち着きます。お遍路さんだけでなく、レジャーや女子旅などにもお気軽にご利用ください。1棟貸しにも対応しています。宇佐が大好きで、明るく素敵な店主のおしゃべりもぜひ楽しんでください。

住 土佐市宇佐町宇佐2841-41
☎ 090-3786-9914
料 4,800円(1名様/税込・素泊まり)
IN 16:00
OUT 9:00



温古社



三十五番札所清瀧寺から約500m、山の中腹にある遍路宿です。お遍路参りをしているときに土佐市を気に入り、移住したオーナーが古民家を改修して民泊をはじめました。
夏場は蚊帳、冬場は囲炉裏といった、日本の昔ながらの文化に触れる事もできます。国内外問わず、お遍路さんから非常に人気が高く、「すぐに仲良くなれる」、「気さくで楽しい」、とクチコミサイトでも評判です。

住 土佐市高岡町丁845
☎ 088-821-7488
料 4,500円(1名様/税込・素泊まり)
IN 15:00
OUT 9:00



ビジネスイン土佐



土佐市の中心部にあるビジネスホテルで、徒歩圏内にはスーパー、居酒屋、パン屋などがあり便利です。高知市中心部から約30分と、観光やレジャー、ビジネスの拠点としても、ちょうど良い場所に位置しています。客室は、和室・洋室(シングル・ダブル・ツイン)をご用意しており、様々なシーンでご利用いただけます。また、三十五番札所清瀧寺と三十六番札所青龍寺のほぼ中間にあるので、お遍路さんにも最適です。

住 土佐市高岡町甲1975-15
☎ 088-852-5322
料 4,840円~(1名様/税込・素泊まり)
IN 15:00
OUT 10:00



旅の思い出や贈り物にぴったり。
自然の恵みと職人の技から生まれた、
ここでしか出会えない土佐市の逸品をご紹介します。

★ 土佐市の

★ 青果

※青果名横の○マークは取扱スポットです。



中 J ショウガ

香り高い良質なショウガは、料理になくはない存在。新鮮なお刺身との相性もバッチリです。



中 輝 トマト

太陽の光が降り注ぐ中、清流と太平洋の恵みを受けて育てられたトマトは、旨味がぎゅっと詰まっています。



中 J 輝 ピーマン

土佐市では、色鮮やかで光沢があり、肉厚な冬春ピーマンが育てられています。



中 J 白池 石 森 水 ぶんたん

高知県を代表する柑橘の王様。土佐市宮ノ内地区は、土佐元旦発祥の地。爽やかな香りがたまりません。



中 J 白 石 小夏

小ぶりで甘酸っぱい柑橘。名産地の波介地区には、山波(やまなみ)・丸波(まるなみ)というブランド小夏があります。



中 J 近 梅ロン

土佐市は県内随一のメロン産地。プリンセスニーナ、仁淀ブルーなど種類も豊富です。

中 中村青果

住 土佐市高岡町甲1015-1
☎ 088-852-0738



J JA高知県土佐市支所

住 土佐市蓮池948-1
☎ 088-854-0321



輝 ファーム輝

住 土佐市高岡町甲883-3
☎ 088-852-1778



しんちゃんトマト

住 土佐市新居528
☎ 088-856-0631



植 (株)植田ファーム

住 土佐市甲原4018
☎ 088-855-4780



白 白木果樹園

住 土佐市宮ノ内435
☎ 088-855-1352



池 池果樹園

住 土佐市高岡町丁1509
☎ 088-852-1683

石 石元果樹園

住 土佐市高岡町丁1287
☎ 088-852-0853

水 土佐水谷農園

住 土佐市高岡町乙1944-2



森 森澤果樹園

住 土佐市北地1900
☎ 080-2983-3959



近 近澤メロンランド

住 土佐市新居1042-2



★ 土佐元旦 産直協同組合

住 土佐市積善寺926番地
☎ 088-828-6777



土佐市の元旦生産者12人が「季節を問わず、元旦を味わってほしい」と元旦の加工商品を開発。果肉や皮が入ったゼリーやマーマレードジャムのほか、元旦そのもののおいしさを楽しめるシロップ「まるごとぶんたん」を販売しています。

宇佐もん工房

住 土佐市宇佐町字佐3161-29
☎ 088-856-1146



土佐市宇佐町の地域の活性化、地域のブランド化を目指すために、地域の各団体の協力のもと、企業組合への出資メンバー約30人で構成される会社です。飲食店「宇佐もんや」の営業や漬け丼の素をはじめとする加工品の製造、販売を行っています。

田野屋銀象

住 土佐市新居129-1
☎ 088-881-7372



田野屋塩二郎氏に師事。2019年に修行を終え、2021年、田野屋白鯉の名をもつ塩杜氏・晴果さんと2人で土佐市に工房を構えました。全工程で人工的な熱を一切使用せず、太陽と風だけでじっくりと海水を蒸発させる、完全天日塩をオーダーメイドで製造しています。

とっておき

削りたての豊かな香りと深い旨み。
土佐節は料理に力強さを与え、
日々の食卓から贈り物まで喜ばれる逸品です。

★ 土佐節(鯉節)



土佐節特集



土佐節とは、高知県で伝承されてきた「枯れ節(本枯節)」と呼ばれる硬質のかつお節のこと。大きく分けて4種類あるかつお節。そのひとつである「枯れ節」は、カビ付けや天日干しを繰り返して、完成までに約半年かかる最高級品のかつお節です。

この「枯れ節」は、江戸時代に紀州(和歌山県)の漁師が伝えたかつお節の製法に、土佐市宇佐町の播磨屋亀蔵と左之助が改良を加え、現在の製造技術を確認したと言われています。宇佐町には、改良土佐節の発祥を記念した「改良土佐節発祥の浦」の碑が建てられています。また、土佐節の製造技術は、国の登録無形民俗文化財に登録されました。

高知県内で唯一、枯れ節を製造している竹内商店をはじめ、現在ではわずか3社となった鯉節製造事業者はすべて宇佐町に残っており、今もなお伝統を守り、次世代へ伝えていくための挑戦を続けています。



土佐節を買う

吉永鯉節店

住 土佐市宇佐町字佐1707-6
☎ 088-856-0171



創業90年以上。原料となる鯉を厳選し、添加物を一切使用しない商品づくりにこだわっています。現在では、鯉節だけでなく、他の鯉製品、水産加工品も製造しています。

浜吉ヤ

住 土佐市宇佐町字佐1716
☎ 088-856-0045



明治初期(1870年)創業。代々受け継がれてきた150年の伝統を基盤に、時代のニーズに合わせた商品づくりに取り組んでいます。

竹内商店

住 土佐市宇佐町字佐2824-3
☎ 088-856-0129



唯一、枯本節を製造しており、4年に一度開催される全国鯉節類品評会にて最高賞の農林水産大臣賞を受賞しました。

土佐節を学ぶ

鯉節工場見学

2012年に全国鯉節類品評会で農林水産大臣賞を受賞した、土佐市で唯一、本枯節を製造している「竹内商店」。鯉の土佐切りから、煮沸、焙乾、カビ付け、天日乾燥など、本枯節を仕上げる昔ながらの伝統手法の一部を見学できます。

住 土佐市宇佐町字佐2824-3
P あり

一本一本に、職人の
思いを込めています。



体験情報

所要時間:40分
体験料:2,650円(お土産代、ガイド代含む)
人数:8~40名まで
時間:10:30~
受入可能日:
4月~12月(水曜が不定休の場合あり、
定休日:土日、GW、年末年始)
予約:とさ恋ツアー HP、電話(088-875-0111)
申込受付:前日17:00まで



とさぶしプロジェクト公式キャラクター

土佐野ぶしお

土佐節の美味しさを伝えるキャラクター。カツオ服と削りたて鯉節を挿んだ、い草のはちまきがトレードマークで、誰とでもすぐ仲良くなるフレンドリーさが魅力。だし取りの名人としてコツを気軽に教えてくれて、足元はぶんたんイエローのサンダル、土佐和紙ポーチに小物を詰め込んでいます。



とさぶし
プロジェクト
TOSABUSHI PROJECT

お遍路さん
必見!

便利情報

旅に役立つ便利情報をご紹介します。
お遍路さんにも観光で訪れる方にも、
移動や休憩のおともにご活用ください。

土佐市複合文化施設つな一で

土佐市中心部にある公共施設で、大小様々な多目的室や和室、茶室、工作室、調理室など貸室の他、蔵書数約96,000冊の図書館、約600席のホールなどが整備されています。
休憩スペース、自動販売機、無料wi-fiの他、コインロッカーも設置されています。

- 住** 土佐市高岡町乙3451-1
- ☎** 088-852-2111
- 🕒** 平日9:00～22:00(月曜日17:00まで)
- 📅** 年末年始、休日の月曜日
- P** あり(土佐市役所前停留所より徒歩6分、高岡小学校前停留所より徒歩1分)



お遍路用品が揃う「珊瑚工房 花虫八放」

お遍路用品を中心に、旅の途中に役立つ品々を取り揃える工房です。店内には、パワーストーンやサンゴを使ったアクセサリーや雑貨も並び、お土産や旅の記念にもぴったり。実用的なものから心を彩るアイテムまで、多彩な出会いが楽しめる、立ち寄りたくなるスポットです。

- 住** 土佐市宇佐町竜513-1
- ☎** 088-856-1787
- 🕒** 8:30～18:00
- 📅** 不定休
- P** 10台



土佐市のバリアフリー情報

誰もが安心して土佐市の旅を楽しめるように。

バリアフリー設備やサポート体制など、幅広い世代やさまざまなニーズに対応できる情報をまとめました。
お子様連れやご年配の方、いろいろな障がいのある方が快適に過ごせる旅をサポートします。



1F 授乳室
ベビシート、紙おむつ専用ごみ箱、調乳専用浄水給湯器などあり



1F 多目的トイレ
オストメイト、フィッティングシートあり



1F 貸出用車いす
計3台

土佐市複合文化施設つな一で

土佐市の地域交流施設「つな一で」は、観光やまち歩きの出発点として安心して立ち寄れるスポットです。館内にはエレベーターや多目的トイレ、授乳室などが整い、車いす利用の方や小さなお子さま連れのご家族、ご高齢の方まで快適に過ごせる工夫が随所にあります。観光案内やイベント利用も可能で、地域の人と観光客をつなぐ場としても親しまれています。

- 住** 土佐市高岡町乙3451-1
- ☎** 088-852-2111
- 🕒** 平日9:00～22:00(月曜日17:00まで)
- 📅** 年末年始、休日の月曜日
- P** あり(土佐市役所前停留所より徒歩6分、高岡小学校前停留所より徒歩1分)



土佐市ドラゴンバス

土佐市内を走るコミュニティバスです。
観光地やまちなかをつなぎ、
地元の人から観光客まで便利に利用されています。

料金／大人300円・小人100円

は乗継割引ポイント



高知市内にお泊まりの方も、ぜひ土佐市へお出かけください。土佐市役所から高知県庁前までは、タクシーで約4,500円、路線バスの利用も可能です。
地元の美味しい料理や温かな時間を、家族や友人とともに楽しみいただけます。

土佐市観光協会 荷物預かり

営業時間内(8:30～17:00)無料でお荷物を預かります。

窓口にて、荷物預かりとお伝えください。
お名前、ご連絡先などをお聞きしたうえで、事務所内でお預かりします。

※必ず営業時間内にお戻りください。
※土日祝日は、職員が不在の場合があるため、事前にご連絡をお願いします。
問合せ先: 土佐市観光協会(088-881-3359)

タクシー連絡先

土佐市内の移動には、便利なタクシーをご利用いただけます。

- 高岡ハイヤー ☎ 088-852-0769
- 宇佐観光ハイヤー ☎ 088-856-0125
- 土佐介護タクシー ☎ 088-855-1888
- 土佐市観光 ☎ 088-852-1237
※清瀬寺までの送迎プランもあります



三陽荘 (P21)
心のバリアフリー認定施設



新居地区観光交流施設 南風



地のもん市場 ハレタ (P19)



ホエールウォッチング (P4)

※QRコードでは詳細をご覧いただけます。



高知県バリアフリー観光相談窓口

高知市はりまや町1丁目1-24 タウンモビリティステーションふくねこ内
TEL: 088-824-0227 / 090-1329-2939 (9:00～17:30 ※年末年始は除く)



(一社) 土佐市観光協会の取り組み



- 入口はスロープがあり、車いすの方も安心してご利用いただけます。
- サポートが必要な方はお気軽にお声がけ下さい。



(一社) 仁淀ブルー観光協議会



車イスけん引装置
JINRIKI 貸出できます。



心のバリアフリー認定施設

住所: 高岡郡佐川町乙2060-2 (JR西佐川駅内)
電話番号: 0889-20-9511 メール: kanko@niyodoblue.jp

土佐市のアクセスMAP

土佐市をめぐる旅に役立つマップです。
観光スポットや宿泊施設、飲食店など、立ち寄りたい場所をチェックしながら、
あなただけの旅のルートを描いてみてください。心惹かれる景色や出会いが、きっと待っています。

