

土佐市で ごはん BOOK

令和8年9月発行／土佐市観光協会

一般社団法人土佐市観光協会

〈 住所 〉 土佐市高岡町甲1892-7

〈 電話番号 〉 088-881-3359

〈 営業時間 〉 8:30-17:30

土佐市ドラゴンバス、とさでん交通
いずれも『土佐市民病院』前停留所より徒歩1分

<https://tosacity-kankou.com/>

〈 X(旧Twitter) 〉 @tosa_tourism

〈 Instagram 〉 tosa_tourism



タクシー連絡先

▶ 土佐市観光 088-852-1237

▶ 高岡ハイヤー 高岡営業所 088-852-0769

▶ 高岡ハイヤー 宇佐営業所 088-856-0125

土佐市ドラゴンバス〈コミュニティバス〉

料金（令和8年10月1日より）／ 大人（中学生以上） 200 円

小人（小学生）・未就学児 無料

▶ 土佐市観光 088-852-1237

パンフレットの情報は、令和8年8月時点のものです。

掲載の飲食店、施設、体験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。

なに食べる？



MORNING



LUNCH



DINNER



CAFETIME



TAKEOUT

M A P ごはんと 土佐市で

8つの地区で構成される土佐市は、
太平洋・仁淀川・山、様々な自然の恵みを受けて
独自の文化が育まれました。
新しいお店から老舗まで、それぞれの料理人が
地元の素材を愛し美味しいものを生み出しています。

清瀧寺



四国霊場35番札所。高さ約15mの
薬師如来像が温かな面持ちで参
拝者を迎えます。

清瀧寺

16



四季折々の新鮮な野菜が並ぶ
直コーナーに、県産食材を使った
加工品など豊富な品揃え!お買い
物のあとは併設の食堂で一休み♪

地のもん市場
ハレタ

地のもん市場ハレタ

土佐IC

広場
ドラゴン



高岡商店街の中にある複合施設。
お食事処や魚屋さんもあります。

サンシャインオリビオ

ドラゴン広場

土佐警察署

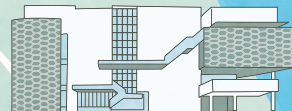
土佐市民病院

土佐市観光協会

土佐市バイパス

25

土佐市複合文化施設
つなで



地域交流センター、市民図書館、商工
会などがひとつになった複合文化施
設。ホールや天体観測室もある。

34

10

高岡周辺

昔から栄えてきた土佐市の中心部では
こだわりの料理を味わえる割烹から専門店、
安くてお腹がいっぱいになる大衆食堂まで
個性豊かなお店が多数。

仁淀川

つなで

国道56号

県道39号

Welcome to
Tosa City

高岡
周辺

宇佐・新居
周辺

- 1 ベーカリーカフェイワゴー
- 2 SUIGEI SAKE LAB CAFÉ
- 3 アガータ珈琲店
- 4 レストラン樹里
- 5 ごはん処 龍(ドラゴン)食堂
- 10 お好み焼 彦兵衛
- 12 焼肉義塾
- 13 鍋焼ラーメン 悟空
- 14 豚太郎 高岡店
- 15 黒潮うどん
- 16 さぬきうどん清瀧
- 18 ~異喰間~ 広
- 19 夢鳥
- 20 居酒屋 かさご亭
- 21 酔食屋 譲司
- 22 居酒屋 へんしも
- 23 一八
- 24 ふう(時空)
- 25 風来屋
- 27 魚菜 稲月
- 28 焼鳥燻製居酒屋ひととせ
- 29 割烹 松尾 居酒屋「和み」
- 31 wa bar KIRI 桐
- 32 紫季
- 33 ジョイ
- 34 カラオケ喫茶 YES
- 36 亀泉酒造
- 37 酔鯨酒造土佐蔵
- 38 焼き鳥396(みくる)
- 39 いちゆい
- 41 のしや本家
- 42 コリーヌ洋菓子店
- 43 小さな焼き菓子店 zuzu



- | | | |
|---------------|-------------|------------|
| 6 手作り食堂 ひろみの店 | 11 土佐のかき小屋 | 35 スナックポニー |
| 7 宇佐もんや | 17 海町食堂ヒナサク | 40 むすび食堂 |
| 8 萩の茶屋 | 26 民家 おにわ | 44 北代菓子店 |
| 9 あみ浜食堂 | 30 logue | |

アイコンの見方

- ☀️ … モーニング
 - ☀️ … ランチ
 - 🌙 … デイナー
 - ☕ … カフェタイム
 - 🛍️ … テイクアウト



cafe

カフエ



モーニングからランチ、一息ついた
カフェタイムまで個性豊かなお店
が営業中。お気に入りの一軒を見つ
けませんか。



SUIGEI SAKE LAB CAFÉ

スタイリッシュな空間で
オリジナルスイーツを

🏠 土佐市甲原2001番地1
 ☎ 088-856-8888
 🕒 10:00~17:00
 🗓 年末年始
 📞 あり



ベーカリーカフェ イワゴ

地元内外のお客様で連日にぎわう有名店

🏠 土佐市高岡町甲1973-1
 ☎ 088-852-1218
 🕒 7:00~19:00
 (食べ物LO 18:00/ドリンクLO 18:30)
 📅 毎月第3水曜 📍 あり



アガータ珈琲店

自家焙煎の小さな喫茶店
珈琲豆の販売の他、
手鍋焙煎体験も受付中

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





食堂



地元のお客さんでわいわい賑わう食堂で会話も食もはずみます♪家庭料理から新鮮な海の幸を存分に味わえるグルメを満喫！



レストラン樹里

ボリューム満点！クセになる美味しさ

▲ 土佐市高岡町甲725 ホームセンターリッチ内
☎ 088-852-3693
🕒 8:00～15:00 (OS 14:00)
📅 元旦、1月2日 ☑ あり



4



宇佐もんや

漁師町ならではの新鮮な魚を使ったメニューが自慢

▲ 土佐市宇佐町宇佐1757
☎ 088-856-0019
🕒 11:00～15:00
📅 水曜、第2・第4木曜 ☑ あり



7



萩の茶屋

海鮮・焼肉・定食まで何でも美味しい超人気店！

▲ 土佐市宇佐町宇佐2739
☎ 088-856-1908
🕒 11:00～21:30 (料理LO 20:30)
📅 第2火曜、水曜 (祝日の場合は営業、翌日休み)
☑ あり



8



ごはん処 龍 (ドラゴン) 食堂

毎日通いたいバラエティー豊かな定食

▲ 土佐市高岡町甲2116-3 (ドラゴン広場内)
☎ 088-852-0737
🕒 11:00～18:00 (LO17:00)
金土 11:00～21:00 (LO20:00)
📅 月曜、第1火曜、第3日曜 ☑ あり



5



手作り食堂 ひろみの店

地元のご近所さんやお遍路さんが集う食堂

▲ 土佐市宇佐町宇佐679-5
☎ 088-856-3340
🕒 8:00～17:00
📅 木曜 ☑ あり (軽自動車のみ)
おかず・タコ焼き・お好み焼
※テイクアウトもあり



6



あみ浜食堂

土佐湾の景色を眺めながら新鮮な活きた貝を生け簀からご自身で取って浜焼きが楽しめる、浜焼きバイキングのお店。ご家族3世代皆様でご利用いただけます。

▲ 土佐市宇佐町電513-1
☎ 088-856-2239
🕒 11:00～17:00 (最終受付15:30)
📅 月曜、火曜、年末年始
(※月曜・火曜が祝日の場合は営業) ☑ あり



9



various



美味しさ 色々



定番グルメのラーメンにうどん、お好み焼に焼き肉まで。バラエティに富んだ、土佐市の食をご堪能あれ♪



お好み焼 彦兵衛

落ち着いた雰囲気のと空間でランチはいかが？

▲ 土佐市高岡町甲1063-3
☎ 088-855-9017
🕒 8:00~21:00 (LO 20:30)
モーニング 8:00~11:00 / ランチ 11:00~14:00
🍷 火曜 🍷 あり



10



鍋焼ラーメン 悟空

土佐市の人気居酒屋が営む鍋焼きラーメン店

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



13



豚太郎 高岡店

家族みんなで楽しめる定番の味

▲ 土佐市高岡町甲738-1
☎ 088-852-6451
🕒 11:00~21:30 (LO 21:00)
🍷 木曜 🍷 あり



14



土佐のかき小屋

新鮮な貝を豪快に！
海鮮BBQが楽しめるお店

▲ 土佐市新居38-33
☎ 080-9830-0004
🕒 平日 11:00~15:00 (LO 14:30)
土日祝 10:00~18:00 (LO 17:30)
🍷 木曜、悪天候の日 🍷 あり



11



焼肉義塾

美味しさをとことん追求したお肉を堪能

▲ 土佐市高岡町甲1885-8
☎ 088-828-7202
🕒 平日 17:00~22:00 (LO 21:00)
日祝 16:00~22:00 (LO 21:00)
🍷 なし
🍷 あり



12



黒潮うどん

こだわりの無添加天然だしと手打ちうどん

▲ 土佐市高岡町甲237-1
☎ 088-852-3729
🕒 11:00~14:30
🍷 水曜 🍷 あり



15



さぬきうどん清瀧

自家製麺と天然だしのセルフうどん店

▲ 土佐市高岡町乙2089-1
☎ 088-852-0078
🕒 11:00~14:00
🍷 月曜 🍷 あり



16

izakaya
edining

居酒屋 割烹 レストラン

こだわりの食材を使用したお料理に
美味しいお酒。お店の雰囲気も一緒
に味わいながら、心ほどける少し贅
沢な夜を。



海町食堂ヒナサク

レトロな雰囲気も魅力的な
港町の小さなお店

◆ 土佐市宇佐町宇佐1143-5
☎ 088-856-0565
① ランチ（月曜・火曜・金曜のみ）11:30～
17:00～22:00（LO 料理21:00/ドリンク21:40）
② 水曜 ③ あり



17



居酒屋かさご亭

新鮮な刺身が大人気！
飲み放題コースなど気軽に相談を

◆ 土佐市高岡町甲1885-4
☎ 090-6289-2669
① 17:00～23:00（LO 22:00）
② 木曜 ③ あり（3台）



20



酔食屋 譲司

地元食材を使用した洋風の創作居酒屋

◆ 土佐市高岡町甲2085 パールビル1F
☎ 088-854-1881
① 17:00～24:00（LO 23:00）
② 水曜 ③ あり



21



～異喰間～ 広

街中の喧騒から離れた隠れ家的 Bar☆
こだわりのラーメンランチも大好評営業中！

◆ 土佐市家後1109-1
☎ 088-855-0909
① ランチタイム 11:00～14:00（LO 13:30）
17:00～23:00
② 火曜 ③ あり



18



夢鳥

シャモ生産者が営む焼き鳥店

◆ 土佐市高岡町甲2053-2
☎ 088-828-7077
① 17:00～22:00（LO 食べ物21:00/ドリンク21:30）
② 月曜、第2火曜 ③ あり



19



居酒屋 へんしも

こだわりぬいた究極の食材を満喫

◆ 土佐市高岡町甲1975
☎ 088-852-6999
① 17:00～22:00（LO 21:00）
② 日曜 ③ なし



22



一八

四十万鶏使用！
土佐備長炭で焼き上げる絶品焼き鳥

◆ 土佐市高岡町甲1881-2
☎ 090-9778-3913
① 17:30～23:00
② 日曜、月曜 ③ なし



23



ふう (時空)

和洋創作料理と豊富なドリンクで
ふーっと一息

▲ 土佐市高岡町甲2036
☎ 088-852-7686
🕒 17:30～23:00 (LO 22:30)
土のみ 17:30～23:30 (LO 23:00)
🍷 水曜、第1火曜 🍷 あり



24



風来屋

100種類以上の創作串が楽しめる
串揚げ専門店

▲ 土佐市高岡町乙3416-5
☎ 0120-39-9494
🕒 17:00～22:00 (LO 21:30)
🍷 月曜、火曜 (不定休あり) 🍷 あり (1台)



25



焼鳥燻製居酒屋ひととせ

土佐備長炭で焼き上げる焼き鳥と
自家製燻製料理を満喫

▲ 土佐市高岡町甲1975-15 ビジネスイン土佐1階
☎ 088-852-7276
🕒 17:00～23:00 (LO フード22:00/ドリンク 22:30)
🍷 日曜 (不定休) 🍷 あり



28



割烹 松尾 居酒屋「和み」

「一番うまい」を目指す
90年以上続く老舗割烹

▲ 土佐市高岡町甲2080
☎ 088-852-1158
🕒 水曜～月曜 17:30～22:00 (LO 21:30)
木曜～土曜 ランチ有 11:30～14:00 (LO 13:20)
🍷 火曜 (月に1回不定休あり) 🍷 あり



29



民家おにわ

心がくつろぐ風情ある大人の隠れ家

▲ 土佐市新居1054-1
☎ 088-856-1530
🕒 17:00～22:00 ※完全予約制
🍷 火曜、水曜、木曜 🍷 あり



26



魚菜 稲月

新鮮！鮮魚店直営のお食事処

▲ 土佐市蓮池2185-1
☎ 050-8884-3396
🕒 11:00～14:00 (LO 13:30)
17:00～22:00 (予約制)
🍷 不定休 🍷 あり



27



logue (ローグ)

五感を刺激する美しい料理を
絶景とともに味わう

▲ 土佐市宇佐町電599-6 (ヴィラサントリー二内)
☎ 088-856-0007 (電話受付11:00-20:00)
🕒 12:00～14:30
18:00～ (Closed 21:30)
※いずれも要予約
🍷 不定休 🍷 あり



30

土佐市の美味

海・山・川の恵みに育まれた
土佐市を代表するおいしい特産品。

プリンセスニーナ

まろやかで上品な甘さが魅力のメロン。

文旦、小蔓

爽やかな甘酸っぱさが広がる土佐市の柑橘。

かつおぶし

半年かけて旨味を育てる、宇佐町伝統の味。

土佐市の特産品を
ふるさと納税でCHECK!



snackbar



土佐市の スナック bar

土佐市で二次会といえば『スナック』『バー』。一見入りづらそうに見える重い扉の先には、思わぬ出会いが待っているかも!?



料理上手でお酒にも詳しい、おしゃべりが大好きなママが評判のお店。地酒や地元食材にもこだわっています。お1人様でもぜひどうぞ。



wa bar KIRI 桐

◆ 土佐市高岡町甲2090-5
☎ 090-1323-9879 (予約をお願いします)
① 18:00~24:00
② 水曜 (第3水曜は営業)、日曜 (不定休あり)
③ なし

31



カラオケ好きのお客様に愛されるお店。幅多弁のマスターとママがいる気さくな雰囲気なので、おひとり様でも入りやすいです。



カラオケ喫茶 YES

◆ 土佐市高岡町甲1951-1
☎ 090-2820-5263
① 昼営業12:00~17:00
夜営業19:00~23:30 ※土曜は夜営業のみ
② 水曜、第1日曜、土曜の昼 ③ あり

34



宇佐では最も古いスナック喫茶。どろめ祭り「大杯飲み干し大会」で3度の優勝経験を誇る名物ママにぜひ会いに来て!



スナックボニー

◆ 土佐市宇佐町宇佐2757-26
☎ 088-856-1913
① 18:00~24:00
② 木曜 ③ あり

35



女性お1人様也大歓迎! レトロな雰囲気のカラオケスナック。こだわりの音づくりが評判です。常連さんやママとの会話も楽しんで。



紫季

◆ 土佐市高岡町乙3523-5
☎ 088-852-6211
① 19:30~24:00
② 木曜 (祝日は営業) ③ なし

32



2024年11月にオープンしたスナック。飲み放題&歌い放題お1人様3,500円。少人数でもお気軽にどうぞ。20名様までの貸し切りも承ります。



ジョイ

◆ 土佐市高岡町乙160-5
☎ 090-9455-3345
① 20:00~24:00
② 日曜、火曜、水曜 ③ なし

33

Column

高知県を代表する酒蔵「亀泉」と「酔鯨」

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」と「酔鯨」があります。波介山の麓にあり、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年秋から酒造りをはじめた「酔鯨」。ともにこだわりの酒づくりで、県外出荷を中心に、世界マーケットを視野に入れています。



亀泉酒造

36



酔鯨酒造土佐蔵

37

Delicious



土佐市のお菓子と ティファウト

手土産やプチギフト、自分へのご褒美にもピッタリなお菓子屋さん、特産品を購入できる直販所&直売所をご紹介します。



先代の味を絶やさず、美味しい焼き鳥を提供しています。どれもおすすめですが、特にチューリップは初めて訪れる方に食べてもらいたい逸品です！



焼き鳥396 (みくる)

◆ 土佐市高岡町乙3558-1
☎ 088-852-3960
🕒 12:00~18:00 ※売切れ次第終了
📅 日曜日 (月2回、日曜以外に不定休あり)
📍 あり

38



嘉永年間創業。『小夏最中』や定番の『かりんとうまんじゅう』、職人技が光る季節限定の生菓子も必食。



のしや本家

◆ 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
📍 あり



41



手作りケーキやパン焼き菓子まで、種類豊富な洋菓子専門店。中でも『玄米食パン』はすぐに完売する大人気商品！



コリーヌ洋菓子店

◆ 土佐市高岡町甲2158-2
☎ 088-852-3835
🕒 7:00~19:00
📅 元日
📍 あり

42



お肉メインのお弁当屋さん。ワンコインのお手頃価格で、なおかつ美味しい！と評判ですぐに完売してしまうほど人気です。



いちゆい

◆ 土佐市高岡町乙170-2F
☎ 080-8060-6105
🕒 8:30予約受付〜無くなり次第終了
(お弁当の内容はInstagramを)
※定休日もまとまったご注文がございましたらお受けします
📅 土曜、日曜 📍 なし

39



海見える街のお弁当屋さん

地元野菜や魚を中心に、7~8種類のおかずを詰め込んだ彩り豊かなわっぱ弁当が人気。

むすび食堂

◆ 土佐市宇佐町宇佐2753-95
☎ 090-9776-1447
🕒 営業時間11:30~売切れ次第終了
(イートインの場合は要予約)
📅 金曜~火曜 📍 あり
イベント出店などはインスタをチェック
→ @musubi_shokudo

40



ひとつひとつ想いを込めて丁寧に仕上げられたお菓子の数々。焼き菓子販売をメインに県内のイベントや委託先にて販売中。ご予算やご希望に応じてギフトもご用意できますので、お気軽にお問い合わせを。ふるさと納税も出品中。Instagram → @zuzu_oyatsu



小さな焼菓子店 zuzu



◆ 土佐市高岡町甲1889-12
ナカウチビル1階西
🕒 営業日など最新情報はInstagramをご覧ください
📍 あり

43



創業100年以上の老舗和菓子屋。定番から四季折々の和菓子、オリジナリティ溢れる創作菓子まで目でも楽しめる商品が多数。



北代菓子店

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

44

産直市・地元スーパー！ 専門店へ行こう！



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、旬の野菜や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。



地のもん市場 ハレタ

◆ 土佐市高岡町乙3308-1
☎ 088-852-1105
🕒 7:00～19:00
🅕 なし 🅖 あり



おすすめのお土産物

- ・老舗鰻屋の鰻製品
- ・田野屋銀象の塩
- ・霧の里の焼肉のたれ

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、土佐市にきたら立ち寄りたいスポットです。イベント等も行っていますのでInstagramの最新情報をぜひご覧ください。

ファーマーズマーケットひなた

◆ 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



サンプラザ

土佐市で長年地元民から愛されているスーパー。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。



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取り揃えています。DAISOも併設されており、まとめ買いにも日常使いにも便利なスーパーです。Instagramではオススメ商品やお得情報等を掲載中！ぜひご覧ください。

生鮮&業務用食品スーパー ポプラ

◆ 土佐市高岡町甲940-1
☎ 088-852-2300 🕒 9:00～21:00



地元スーパーを楽しもう！ 高知ならではの郷土の味、 自慢の一品をぜひ！

生かつお刺身

土佐市の宇佐漁港や中土佐町の久礼漁港で水揚げされた鮮度抜群の生かつお。
※天候や水揚げ状況によって販売が無い場合がございます。



イタドリと豚肉の炒め煮

昔ながらの高知の味！油揚げの旨味と甘味がイタドリと絡まってご飯がすすみます！
※販売期間5月～12月頃
(イタドリが無くなり次第販売終了)



土佐から（もも）

〔旨だし醤油唐揚げ〕
第17回 からあげグランプリ®
西日本スーパー総菜部門 金賞受賞！にんにく不使用。
高知県産しょうがの豊かな風味と、須崎市・マルキョー醤油の「小桜」を一部使用した、こだわりの味わいです。



掲載されている写真は、実物と異なる場合がございます。

サンプラザ土佐ショッピング店

◆ 土佐市高岡町乙22-25
☎ 088-852-7900 🕒 9:00～21:00



貝の炊き込みごはん！

貝の炊き込みごはんは
すぐに売り切れるほど人気



2024年4月にリニューアルオープン！宇佐の雄大な海のすぐそばにお店をかまえる『西村水産』は「貝を買うならここ！」と県内外から沢山のお客さんが足しげく通っています。その理由は、店主の間違いのない目利き力。旬のおいしいもの、おすすめのもの提案してくれる、まさに貝のプロフェッショナルです。2階のBBQスペースは予約制で営業中。詳細は店舗へお問い合わせください。

西村水産

◆ 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



絶景のオーシャンビューも楽しめる、仁淀川河口の土佐市新居にある観光交流施設。1階は新鮮な野菜など地場産品を取り揃えるコンビニ、2階は海を眺めながら、ランチから午後のカフェタイムまで楽しめるお店、3階は太平洋を一望できるテラスが楽しめます。また、津波避難タワーも一般開放しています。

土佐市立新居地区観光交流施設「Seaside MAZE」

- ◆ 土佐市新居38-34
 ☎ 1階/088-803-9599 2階/088-803-8222
 ① 1階/コンビニ7:00~23:00 2階/飲食店11:00~17:00 (LO 16:00) 3階/テラス9:00~18:00
 ② 1階/なし 2階/木曜日(臨時休業あり) ③ あり

1階のコンビニは
23時まで営業!



毎週土曜日は
お惣菜がお得!



創業50年を迎えた、宇佐町唯一の地元スーパー。店内で手作りしているお寿司・お弁当・お惣菜が大人気! 漁協の近くにあるため、魚の新鮮さが自慢です。さらに、お肉も品質にこだわっており、良質なのにお手頃価格で購入できます。毎週土曜日は、お惣菜118円均一(税抜)を開催! 市内はもちろん、市外からも多くのお客様が訪れる人気店です。

宇佐ショッピングセンター

- ◆ 土佐市宇佐町宇佐1689-5
 ☎ 088-856-0154
 ① 9:00~19:30
 ② 年中無休(年始を除く) ③ あり



こぼれりと活きが
たくさん詰まった
海の幸をお届け!

地元で愛される鮮魚店。新鮮で美味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。お刺身の他、お惣菜なども並びます。



さかなの森澤

- ◆ (本店) 土佐市家後1026-1
 (運池店) 土佐市運池水押2185-1
 ☎ (本店) 088-855-0923
 (運池店) 088-852-5960
 ① 10:00~18:00
 ② 水曜日、お盆明け、正月明け ③ あり



花の見頃やお祭りに合わせて、
土佐市の寄り道を楽しもう!



大鍋まつり

直径2mの大鍋で豪快に炊き上げる、うるめいわしのつみれ汁! 地場産品の販売、フリマなども開催。
 ◆ 宇佐しおかぜ公園
 ● 日程 5月3日



新居緑地公園

県内最大級のふわふわドームやアスレチック遊具が人気!
 ◆ 土佐市新居38-1
 ① 9:00~17:00
 ② 水曜 ③ あり



宇佐港まつり

地元漁師さんたちの大漁祈願祭を皮切りに、約2,500発の大迫力の花火が宇佐湾の夜空を彩る。
 ◆ 宇佐漁港
 ● 日程 11月14日(2026年度)



早咲き・遅咲きのひまわり

波介川沿いの出間地区で、年2回楽しめる一面のひまわり畑。
 ◆ 土佐市出間
 ① 臨時駐車場あり
 ● 見頃 6月中旬~下旬/10月下旬~11月上旬



宇佐の神祭(宇佐八幡宮秋祭り)

宇佐八幡宮の神様を祀り、大漁祈願と五穀豊穡を願う祭り。大天狗が竜の矛と高下駄で練り歩く。
 ◆ 宇佐八幡宮から恵美須堂
 ● 日程 10月第2日曜



加茂川親水公園

水路沿い約1.5kmを色とりどりのあじさいが彩ります!
 ◆ 土佐市高岡町丙
 ① なし
 ● 見頃 6月上旬~下旬



土佐市大綱まつり

江戸初期から続く伝統の祭り。全長80m、重さ1トンの大綱を激しく引き合う。
 ◆ 県道39号線土佐伊野線(土佐市複合文化つな〜で周辺)
 ● 日程 8月第3土曜



蓮池公園

濃いピンク色の大賀ハスと、薄いピンク色の茶碗ハスが群生する。
 ◆ 土佐市蓮池1329番地
 ① あり
 ● 見頃 6月下旬~7月上旬

季節でめぐる土佐市
よりみちスポット



現在とほぼ変わらない鯉節の煙製法を編みだし、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、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き、より深い土佐市の魅力に触れてみませんか？

土佐市“宇佐ぶら”食べ歩き探検

〔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
 〔所用時間〕約90分 〔体験料〕お1人様 3,000円
 〔受入可能人数〕2人～
 ※20人以上の場合は、1班20名の班分けにて対応
 〔注意事項〕ガイドの確保ができない場合は、お受入ができない事があります
 〔申込期限〕個人：原則5日前／団体：原則1ヵ月前
 〔予約方法〕土佐市観光協会
 ☎088-881-3359 ✉info@tosacity-kankou.com
 〔キャンセルについて〕前日キャンセルより体験料100%



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ための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からの恵み、紙がどんな変化を遂げてきたかを知ってもらふ体験や季節に合わせた体験メニューをご用意しています。



土佐和紙ワークショップ

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



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、日本の中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と、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。



宇佐ホエールウォッチング

〔所用時間〕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
 〔受入可能人数〕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（2026年）
 〔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時便と午後1時30分の2便出港します。
 ※内容は変更となる可能性がございます。
 〔集合時間〕出港15分前
 〔予約方法〕ホームページおよび電話

土佐市の自然・文化・魅力を体験しよう！



土佐市用石にショップ兼工房を構える『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、はじめての水引体験を行っています。ラッピングコーディネーターが丁寧に教えてくれるので初心者の方も気軽に体験できます。

土佐和紙クラフトと水引レッスン

〔所用時間〕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（90分）3,000円
 ●初めての水引結び（30分）1,000円
 〔問い合わせ先〕
 ✉cocoro.kurumu@cpost.plala.or.jp

