

大自然の中でアクティビティを楽しみたい人

美味しいグルメを味わいたい人

心洗われる絶景に酔いしれたい人

ゆっくりと流れるノスタルジックなひとときを過ごしたい人

新しいふるさtoを見つけたい人

⋮

津野町は、みんなを待ちうけね。

# 津野 ぶらBook



## 車でお越しの方

- 高知IC～須崎東IC～津野町役場本庁舎 約55分
- 川之江JCT～須崎東IC～津野町役場本庁舎 約1時間50分
- 松山IC～大洲IC～津野町役場本庁舎 約2時間20分
- 松山市～(R33)～久万高原町～(R440)～津野町役場本庁舎 約2時間35分

## バスでお越しの方

- 高知駅～須崎駅～葉山役場(現津野町役場本庁舎)前 約2時間

お問い合わせ 津野町役場本庁舎 観光推進課 〒785-0201高知県高岡郡津野町永野471-1 TEL/0889-55-2021

※掲載データは2023年1月時点のものです





# 津野町

*Tsuno Town*

高知県中西部に位置する津野町は  
日本三大カルストの一つ「四国カルスト」と、  
日本三大清流の一つ「四万十川」を有する  
大地と水に恵まれた自然溢れる山間の町。

川や森のアクティビティから  
グルメや特産品、  
文化や歴史ロマンにも触れられる。  
津野町がもつ魅力の数々を  
味わいつくす小さな旅へ。

四国山地に抱かれた大自然の中で  
特別な時間をお過ごしください。

## INDEX

津野町観光定番コース .....	P.03
津野町お立ち寄りスポット .....	P.09
こころ弾む津野体験 .....	P.17
津野町の宿泊施設 .....	P.29
津野町グルメスポット .....	P.33
津野ふら MAP .....	P.43



# 満天の星ふる高原へ

## 天空の爽回廊「四国カルスト」へようこそ!

日本三大カルストの中で最も標高の高い「四国カルスト」。雲と同じ高さから周りの山々を見渡すことができ、あたりに点在する石灰岩や放牧中の牛たちがのんびりと過ごす様子を間近で見られる感動スポットで、ドライブもトレイルも楽しめます。

また、夜になると満天の星が輝き、天の川を肉眼で見ることのできるロマンチックな場所です。室内からでも空を見上げられる客室や、雨の日でも星空観察ができるプラネタリウムを併設した「星ふるヴィレッジTENGU」もオススメ。



## 森林セラピーロード

足首や膝への負担を軽減するヒノキチップを敷いた遊歩道を歩き、森林浴ができる天狗高原。セラピーロードは4コースあり、体力にあったメニューが選択できます。



森の響きに  
耳を傾けるひととき



## カルストテラス

絶景を眺められるテラスを併設した自然学習館。館内ではカルストにまつわる資料のほか、ドリンクの販売や、e-bikeレンタルサイクルもおこなっています。



手を伸ばせば届きそうな  
満天の夜空

SPOT

心に残るロマンチックな星空体験を...

星ふるヴィレッジ  
TENGU

詳細は  
P29



景色を楽しむパノラマルームに、天井がガラス張りになった星空客室、プラネタリウムと非日常を味わいながら、心と体を癒してくれる場所。  
※プラネタリウム/一般800円、小中学生400円



空を見上げるための  
特別な窓



# 風とせせらぎを感じる

20基の風車が出迎える自然公園

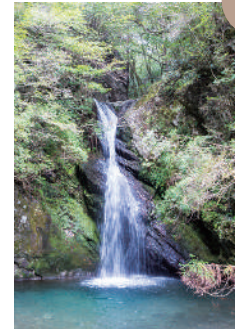


## 風の里公園

高さ68mの大きな風車に周りを見渡せる展望台がある広大な園内。天気が良いれば四国カルストや石鎚山、太平洋や室戸岬まで見渡すこともできる。

## 四万十川源流点

標識を頼りに不入山の登山道を進むとたどり着く、日本三大清流の一つ「四万十川」の源。道中の原生林やあちこちに流れる水の美しさも見もの。



源流点手前にある「追合の滝」

詳細は P22



四万十川源流点  
Shimantogawa River Source

日本最後の清流  
はじまりの地

地元のお母さんたちが、その日採れた食材で作る家庭の味。野菜たっぷりのおかず、羽釜で炊くごはん、香り深いほうじ茶とどれもが癒し。



川の音を耳を澄ませるくつろぎの時間



SPOT 2

ありのままの自然が出迎えてくれる

## 遊山四万十 せいらんの里

詳細は P30

## 見て、触れて、食べて、五感で感じる津野町の大自然

国道197号沿いから少し足を伸ばして車を走らせると、いろんな世界に繋がっている津野町。迫力満点の風車がそびえ立ち、どこまでも走っていけそうな風の里公園や、高知県を代表する河川・四万十川の源流点がある山まで、ちょっと探検してみたくなる場所があちこちにあります。さらに、津野町の食材を使ったおふくろの味が楽しめたり、山間地域ならではの体験メニューがあったり、宿泊ができる施設など、津野町をとことん満喫できる場所をご紹介します。

目の前の四万十川源流に癒されるひととき



# 大自然を空中散歩



山が丸ごと  
テーマパーク!



場内には、いろんな文字が書かれた記念撮影用のプレートがあるので自由に写真を撮ってみて。

SPOT 3

## スリル満点のアドベンチャー フォレスト アドベンチャー・高知

詳細は  
P19

登って、渡って、滑走して  
山を丸ごと遊び尽くす!

豊富な自然をフル活用したサステナブルでダイナミックな空中アスレチック施設。ハーネスについている安全器具を操作して木々の間を空中移動します。特に人気のアドベンチャーコースは地上7mの高さから網に向かってスイングしたり、季節によって変化する絶景を楽しめるロングジップスライドが目玉のアクティビティです。



## 津野町の特産品と グルメがずら〜り!

津野町へ来たら、行きも帰りもふらっと寄ってみたいのがこちらの道の駅。地元の野菜はもちろん、特産品のお茶から、町内にあるお店のとっておきスイーツにハンドメイド雑貨まで、「何か買って帰ろうかな」とつい手に取ってしまうモノに出会える場所。併設の食堂には、津野町ならではの食材を使ったグルメもご用意。

里芋担々麺(写真)、満天の星特製豚角煮ラーメン、レモンガラスの塩ラーメンなど津野町ならではの食材や名物を使った食事が楽しめる。



詳細は  
P34

SPOT 4

津野町の味覚が一堂に会する

## 道の駅 布施ヶ坂



# 地元食材が揃う道の駅



わざわざ行きたい名所を紹介！

# 津野町 お立ち寄りスポット

津野町の歴史スポットや景勝地、地元の伝統行事など  
地域に根ざしたおすすめスポットをご紹介します！  
津野町を訪れる際には、ぜひお立ち寄りください！



## 早瀬の一本橋



現存する沈下橋の原型  
木で繋いだ一本橋

津野町芳生野を流れる四万十川の支流・北川川に、長さ9メートル、幅60センチ、厚さ30センチほどの木の板3枚を架けたシンプルな橋。一本橋は四万十川にいくつも架かる沈下橋の原型といわれ、また、大水の際には流れてしまうことから、流れ橋とも呼ばれます。

◎高岡郡津野町芳生野甲 ☎0889-55-2021 (津野町観光推進課)

## 貝ノ川の棚田

代々受け継がれた棚田が織り成す  
日本の原風景に癒される

大小様々な形の田んぼが幾重にも連なる棚田。オーナー制度のもと、町内外のオーナーさんたちが愛情込めて育てたお米が、夏には鮮やかな緑、秋には黄金色に染まる、四季折々の美しい姿が見られます。10月には「棚田キャンドルまつり」も開催。集落で1番高い展望所から見下ろすと棚田の形が等高線状に波打っている様子が見られます。

◎高岡郡津野町貝ノ川 ☎0889-55-2311 (津野町まちづくり推進課)



## 長沢の滝

美しい滝と自然美が作り出す  
絵画のような景観！

深い緑の中を流れ落ちる落差約34メートルの滝。手前に架かる苔の生えた橋とあわせると、フォトジェニックな美しさを体感できます。特に紅葉の時期は最高の写真スポット。また、滝が流れ出している岩穴の部分がハート型のように見えることから、恋愛成就のパワースポットとしても人気だとか!?

◎高岡郡津野町芳生野乙5422 ☎0889-55-2021 (津野町観光推進課)





新莊川

ニホンカワウソが日本で最後に目撃された美しい清流！

津野町にある標高約1,100メートルの鶴松森の南側を源流とし、隣接する須崎市を流れ、太平洋に注ぐ「新莊川」。総延長は約25キロと短い、豊富な水量があり、下流まではダムなどの大きな構造物がないため、清らかな水質が保たれています。夏には川遊びやキャンプ、シーズン中は天然の鮎釣りスポットとしても人気です。



桑ノ川わんぱく河川プール

小さい子どもたちも安心して川で遊べるように、毎年夏休み前に新莊川の一部を石で囲い、ゆるやかな流れにした天然のプール。トイレ・更衣室の設備もあります。

◎高岡郡津野町赤木 ☎0889-55-2021 (津野町産業課)  
④夏季のみ



新土居河川

国道197号沿いにある沈下橋の架かった川原。新莊川で川遊びが楽しめます。

◎高岡郡津野町新土居 ☎0889-55-2021 (津野町産業課)

かわうそ自然公園

カワウソのオブジェ探しも楽しい自然いっぱい公園♪

ニホンカワウソが最後に目撃された川として有名な、新莊川沿いの公園。芝生が広がる園内には、20体以上のカワウソのオブジェがあちこちに配置されているほか、複合遊具もあり、1日中楽しめます。公園から川に下りられる道もあり、川遊びも満喫できます。

◎高岡郡津野町永野251-1 ☎0889-55-2381 (農村体験実習館 葉山の郷)  
④無休



津野山古式神楽

古来より津野山郷に伝わる神話を劇化した神楽

津野山古式神楽は、延喜13年(913)に藤原経高が津野山郷を来国した際に、この地方に伝えられたとされる神楽です。国の重要無形民俗文化財にも指定されており、面や刀を使った舞や、太鼓や笛を使った速い拍子が特徴で、17演目で構成されます。秋の祭りでは、五穀豊穡、無病息災を祈願して、いくつかの神楽が奉納されます。

◎高岡郡津野町 北川、高野、芳生野 他 ☎0889-62-2258 (津野町教育委員会)  
④11月中旬～下旬



脱藩の道(朽木峠越え)

日本の未来を切り開いた志士たちが駆けつけた希望の道

隣接する佐川町斗賀野から津野町三間川へと続く道は、坂本龍馬が土佐を脱藩した際に歩いた道です。朽木峠には関所を模した門があり、ここから津野町に入ります。毎年龍馬が脱藩した日(3月24日)に一番近い日曜日には「龍馬と歩こう脱藩の道」というイベントも開催。維新の志士たちの足跡を辿りながら、思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

◎高岡郡津野町三間川 ☎0889-55-2021 (津野町観光推進課)  
④3月下旬







片岡直輝・直温生家

日本の財政界に名を残した片岡兄弟の生家

片岡直輝、直温兄弟が帰郷した際に利用するため建てられた別邸を、復元建設した施設。瓦葺き平屋建て、間取りなども旧宅に似せて作られており、池を配した本格的庭園を西側に、土佐藩の厳しい監視をかわすため、勤王党の同志が密談をしたとされる奥の間などが再現されています。また、施設の東側には郷土資料館を併設しており、民俗文化や歴史に触れることもできます。

◎高岡郡津野町永野468 ㊟0889-55-3810  
 ㊟9:30~17:00 ㊟火曜日、祝日、年末年始



吉村虎太郎邸

復元された志士の館で地域の歴史と暮らしを知る

明治維新の先駆けとして、天忠組を組織し討幕に命を燃やした吉村虎太郎の生家を復元。邸内は無料で見学でき、虎太郎の残した貴重な資料が復元・展示されたコーナーをはじめ、地域の歴史に触れることができます。また、四万十川流域の重要文化的景観ガイド施設でもあり、地元食材たっぷりのお食事や、各種体験なども楽しめます。

◎高岡郡津野町芳生野甲1456-1  
 ㊟0889-62-2601  
 ㊟9:00~16:00 ㊟火曜日、年末年始



高野の舞台

神社の境内に佇む明治のカラクリ舞台

明治6年(1873)に三嶋神社の境内に建築された「鍋蓋上廻し式皿回し式」の舞台。舞台裏にハンドル操作で舞台を回転させる装置が取り付けられているのが特徴で、この様式では日本唯一の残存する舞台とされ、国の重要有形民俗文化財にも指定されています。4年毎の秋には、高野農村歌舞伎保存会によって「高野農村歌舞伎」が上演されています。

◎高岡郡津野町北川2257-1  
 ㊟0889-62-2258(津野町教育委員会)



義堂・絶海

五山文学の双壁と謳われたふたりの高僧の銅像

津野町出身の義堂・絶海は、いずれも室町・南北朝時代の高僧であり、五山文学の双壁ともいわれ、將軍足利義満からも厚い信任を得ていたとされています。船戸から四万十川源流点へ向かう峠道には、その偉大なる功績を称え、津野の山々をバックにどっしりと佇む二体の銅像が建てられています。

◎高岡郡津野町船戸  
 ㊟0889-62-2258(津野町教育委員会)







姫野々城跡

津野町と栲原町を開拓した  
土佐七雄・津野氏の本拠地

津野町の名前の由来にもなっている津野氏は、戦国時代に土佐七雄の一人として数えられた人物。天曆3年に築かれた「姫野々城」は、別名、半山城とも呼ばれ、標高193メートルの山頂に存在していました。現在は遊歩道が整備されており、山頂までは自然の地形を利用した堀切や竪堀の跡、溝状遺構や石組みの跡などを見ることができます。

◎高岡郡津野町姫野々901  
☎0889-62-2258(津野町教育委員会)

堂の口開け

無病息災を祈願する  
魔よけの巨大わらじ!

津野町宮谷地区では、一年で最初の神仏のまつり始めをする日(堂の口開け)になると、住民総出で藁を持ち寄り、「魔よけの大わらじ」や「注連縄」を作り、地区民の無病息災を祈願して奉納する伝統行事が続いています。国道沿いの地区の入り口には、この巨大わらじが吊るされており、間近で大きさを体感することができます。

◎高岡郡津野町宮谷 ☎0889-62-2258(津野町教育委員会)  
🗓2月最終日曜日



大引割・小引割

国の天然記念物に指定された大地の裂け目

天狗高原と鳥形山のほぼ中間に位置する2本の地割れ。長さ80~100m、深さ20~30mにも達するその亀裂は、有史以前の大地震によってできたという説が有力で、このような亀裂が埋没せずに残っているのは学術上貴重なものとして国の天然記念物に指定されています。付近の地層は「チャート」と呼ばれる岩石で、四国カルストの石灰岩とほぼ同時代のものと言われています。

◎高岡郡津野町芳生野丙  
☎0889-55-2021(津野町観光推進課)



花取踊り



◎【葉山花取踊】三島神社、春日神社、白雲神社 他【津野山花取踊り】船戸地区  
☎0889-62-2258(津野町教育委員会) 🗓【葉山花取踊】10月【津野山花取踊り】11月



古来より神社の祭礼に奉納された  
絢爛豪華な太刀踊り

無形民俗文化財に指定されている「葉山花取踊」や「津野山花取踊り」では、鳥毛の被り物や華やかな衣装を身にまとった子どもたちが、太刀や締太鼓をつかって各地区で踊りを奉納します。一説には、戦国時代に一条勢が津野氏の花取城を攻めた際に、敵を油断させるために踊ったことが起源ともいわれています。

津野町総合保健 里楽  
福祉センター

泳いだり、汗をかいたり  
心も身体もリフレッシュ!

25メートルの温水プールや子どもたちに大人気のウォータースライダー、ジャグジーやジェットバス、2種類のサウナなどを完備した年代を問わず楽しめる施設。併設のトレーニングルームでは、ランニングマシンやエルゴメーターなどで有酸素運動をすることもできます。利用料金は大人1,000円、高校生以下400円。(町民料金・回数券等もあり)

◎高岡郡津野町姫野々431-1 ☎0889-55-2183  
🗓10:00~21:30 ※受付は20:30まで  
🗓火曜(祝日の場合は翌日)、年末年始



三島様大祭

1100年以上の歴史があると  
伝わる神社の秋の大祭

津野氏が伊予より土佐に入国した際、伊豆の三嶋大社より神霊を勧請したと伝えられている神社で、祭神は大山祇大神、木花咲耶姫。10月下旬の土曜には宵祭り、日曜には大祭が開催されます。大祭では、子どもたちによる「葉山花取踊」の奉納のほか、時代衣装を身にまとった町民が練り歩く「おなばれ」が行われます。

◎高岡郡津野町姫野々604-4(三島神社)  
☎0889-62-2258(津野町教育委員会) 🗓10月下旬





津野町の自然をめいっぱい味わえる感動アクティビティ!

# こころ弾む 津野体験

ありのままの森林を活かしたアスレチックパークなどの自然体験や  
地元で愛され続けている郷土料理作り体験、手仕事ワークショップなど、  
津野町の魅力が存分に味わえる体験メニューがずらり!

参加するときは  
余裕をもった時間で  
集合しましょう



ふさわしい服装で参加!  
スタッフの説明は  
ちゃんと聞きましょう

*Attention*

## 津野町アクティビティを楽しむ「体験の心得」

- ① 事前申し込みが必要な場合は指定の方法で申し込む
- ② 体験に適した服装を用意しておく
- ③ 支払い方法を確認しておく(現金・クレジットカード・電子マネー)

### 体験メニューに関する留意事項

- 体験には事前予約が必要な場合があります
- 子ども料金の設定がない場合は一律料金です
- 天候などの条件により施設、サービスがご利用できない場合があります
- 各体験メニューに適した服装をご用意ください
- ※ 野外活動や軽い運動を伴う体験については、安全のためスニーカーやトレッキングシューズなど、動きやすい履き物をご用意ください
- 体験メニューにより定員がある場合がございます
- 予約が必要な体験をやむを得ずキャンセルする場合は参加できないと判断した時点で提供施設へ申し出を行ってください
- 各施設が定める新型コロナウイルス感染予防ガイドラインに従ってご参加ください
- ※ 発熱やせきなどの症状がある場合は参加をお控えください
- ※ 感染拡大状況、もしくはその他の社会状況によって中止になる場合がございます

＼ CHECK! /  
津野ぶらWEB  
体験ページでも  
情報公開中!







**遊ぶ** 森の中を冒険する  
スリル満点のアウトドアパーク

6本のジップラインに、足がすくむような高さからのターザンリング、スラックラインに吊り橋など、森の中を空中移動しながら遊び尽くすことができる「フォレストアドベンチャー・高知」。山から山へ滑るジップラインでは、季節ごとに表情を変える山の景色を楽しんだり、友達同士で動画や写真撮影をしながらアクティビティが楽しめます。体力や運動能力に自信のない人でも自分のペースでゆっくり回れるので、幅広い年代に対応。

**フォレストアドベンチャー・高知**

場所／津野町芳生野乙5422 問い合わせ先／080-2347-3318  
料金／アドベンチャーコース：大人4,100円・小人3,800円、キャノピーコース：3,100円、ロングジップスライドコース：2,500円  
所要時間／コースにより異なる 予約／必要 定休日／水曜日

**備考** ● 年末年始および冬季の休みは変則につき要問い合わせ ● 動きやすい服装でご来場ください ● 天候等によりコースクローズすることがあります ● アドベンチャーコースは小学4年生以上もしくは身長140cm以上、体重110kgまで、17歳以下は地上からの見守りが必要(中学生以下は保護者同伴が必要) ● キャノピーコースは身長110cm以上、体重110kgまで、17歳以下は地上からの見守りが必要(小学2年生以下は保護者同伴が必要) ● ターザンリングはアドベンチャーコースのみ利用可



**遊ぶ** 里山の自然と暮らしを  
五感で感じる大人の散策

古民家や馬屋などが現存する小さな山間の集落を起点に、近隣の渓谷や観光スポットを、農家食堂の美味しい昼食付きで楽しめる地域散策プラン。渓流沿いの静かな林道を歩きながら、ありのままの自然を体感できる「いらす渓谷コース」や「長沢の滝コース」、茶畑と古民家が織りなす日本の原風景をじっくり散策できる「古民家周遊コース」などがあり、道中ではガイドさんが地域の成り立ちや、地域に残る古き伝承なども解説してくれます。

**自然まんきつ!歩いて郷!GO!**

場所／高岡郡津野町芳生野乙810(集落活動センター奥四万十の郷)  
問い合わせ先／0889-43-9155 実施日／土・日・祝日(平日は8名以上からご相談ください) 予約／希望日の3日前までの電話予約  
定員／ガイド1名につき4名~15名まで 料金／食事付きひとり2,500円、散策のみひとり1,500円)

**備考** ● 長沢の滝コース(約5.2km・1時間30分) ● いらす渓谷コース(約4km・1時間30分) ● いらす渓谷/古民家周遊コース(約8km・2時間30分)  
※歩きやすい服装・靴でお越しください ※山の天気は不安定です。体温調整ができるよう準備ください ※天候により実施できない場合は事前に連絡します。



**遊ぶ** 風情ある風景に溶け込む  
幕末志士になりきり体験

茅葺き屋根の邸宅と、その一帯に広がる田舎の風情あふれる情景の中を、古風な和装でのんびり過ごしてみませんか? 吉村虎太郎邸では男性用、女性用、子供用の貸し衣装をご用意しています。刀などの小物も充実しているので、幕末ファンの方にはとくにおすすめ! 縁側やのどかな風景をバックに記念撮影をしてみてください。

**レンタル衣装体験**

場所／高岡郡津野町芳生野甲1456-1(吉村虎太郎邸)  
問い合わせ先／0889-62-2601  
料金／1人500円 実施時間／9:00~16:00  
所要時間／着付け時間5分程度 予約／不要 定休日／火曜日

**備考** ● 貸し出し衣装類／男性用衣装(2着)、女性用衣装(2着)、子供用衣装(1着)  
● その他／小物類の貸し出しも可能





ツノトク定期周遊



せいらんの里トウトクレンタカー



### ツノトク定期周遊(4月~11月)

場所/コースにより異なる  
 問い合わせ先/0889-55-2021(津野町観光推進課)  
 料金/無料(町内施設でのご飲食・お買い物レシートが必要)  
 所要時間/約30分 予約/不可(定員に達し次第締め切り)

- 備考
- お荷物は極力持ち込まないようお願いいたします
  - 子ども(小学生低学年以下)のみのご乗車はできません
  - 乗車定員6名 ●マシントラブルや天候により運行できない場合がございます ●集合場所利用条件等、詳しい情報は<https://tsunotuk.com>をご覧ください

### せいらんの里トウトクレンタカー

場所/高岡郡津野町船戸1321(遊山四万十せいらんの里)  
 問い合わせ先/090-7785-2996(せいらんの里・谷脇)  
 料金/4時間まで7,000円、8時間まで13,000円(保険代含む)  
 予約/必要

- 備考
- 運転は普通免許(AT限定可)をお持ちの方に限ります
  - レンタル時間の延長など応相談 ●運転免許取得後1年未満の方はレンタル不可 ●乗車定員7名 ●大きな荷物を置くスペースはございません ●チャイルドシートの設備はございません

### とことん観光を楽しむなら トウトクに乗って町内一周!

タイの三輪タクシーとしてお馴染みのトウトクに乗って、津野町をドライブしてみない?月ごとにコースが変わる「ツノトク定期周遊」では町内施設で飲食や買い物をすると周遊コースを無料で乗車可能。また、お客様自ら運転することもできるトウトクレンタカーも人気です。津野町の澄んだ空気を感じながら天狗高原エリアや四万十川源流点エリアなど、町の魅力を余すことなく楽しもう!



### 四万十川源流点を目指して 大自然の宝庫を気ままに トレッキング

原生林と数多の山野草が生息する神秘的な山道を歩きながら、四国一の大河196kmの旅の始まり、四万十川源流点を目指す散策体験。事前に予約すれば知識豊富な地元ガイドさんが同行してくれるので、初めての方でも安心。地元民しか知らないちょっとした小ネタや楽しみ方なども教えてもらえます。また、付近にある鍾乳洞「稲葉洞」では簡単なケビンも可能なので、アドベンチャーな体験にご興味のある方は、ぜひ合わせて楽しんでみてください。

### 四万十川源流点散策

場所/高岡郡津野町船戸  
 問い合わせ先/0889-55-2021(津野町観光推進課)  
 料金/ガイド1人につき5,000円~ 所要時間/約1時間(ガイド内容により異なる) 予約/要事前予約

備考

- 「源流の碑」から徒歩約25分で「源流点」へ到着します
- 動きやすい服装、靴を履いてお越しください ●天候等の状況により中止になる場合があります
- ガイドの内容は事前に相談可能です ●四万十川源流点付近にトイレはありません
- 稲葉洞のケビン体験の詳細はP25「稲葉洞冒険ガイドツアー」をご覧ください



津野町コラム

## 津野町は隠れたお茶の名産地

高知の名産品といえば鰹に金目鯛、鯖などの海産物や柚子、文旦といった柑橘類が有名ですが、実はお茶どころとしても全国的に非常に高い評価を獲得しています。

特に、四国山地の山間部に位置する津野町は、昼夜の寒暖差が激しく、四万十川の清流にも恵まれおり、お茶の栽培に最適。そんな津野町の風土に育まれたお茶は、旨味と甘味、そして苦味のバランスが絶妙で、澄みきった色からは想像できないほどの深い味わいが楽しめます。

春から初夏にかけての新茶のシーズンには津野町布施ヶ坂の茶畑も新緑に染まり、景観も抜群。

香りや味わいだけでなく、景色としても癒しをくれる「つの茶」をぜひお楽しみください。



### つの茶を使った商品



四万十川源流茶  
かぶせ茶パウダー



四万十川源流茶  
上級煎茶



津野山ビール



四万十川源流茶  
みるく豆



津野山テロワール



満天の星大福

道の駅 布施ヶ坂・風車の駅・津野町内飲食店等で販売・提供中



### じっくり茶葉に火を入れて 自分で焙じるつの茶は別格の味

お茶どころ津野町で栽培されたお茶の葉を自分で焙じる体験コース。素焼きのほうろくを使ってじっくりと火を入れていくと、あたりが香ばしいお茶の香りに包まれる癒しの空間へと変わっていく。浅煎りと深煎りを飲み比べてみたり、自分の好きな煎り方を探りながら焙じてみて。作ったお茶は、お土産として持ち帰りもOK!

#### 自分で焙じるお茶活体験

場所/高岡郡津野町船戸1321(遊山四万十 せいらんの里)  
問い合わせ先/0889-43-9025 料金/1人2,000円※茶葉の  
佃煮付き 所要時間/約1時間 予約/3日前まで 実施時  
間/10:00~15:00 定休日/水曜日

●定員は1~15名  
●「彩りお茶缶づくり体験」とセットで500円オフ  
●カセットコンロを使用するので、小さいお子様と体験の場合  
は火の扱いにご注意



### 好きな和紙を選んで貼って お茶缶づくりをしよう!

自分好みの和紙を選んで缶に貼り付け、オリジナルのお茶缶を作る体験。丸い缶へ和紙を貼る作業はちょっとコツを覚えたら意外と簡単。模様の重なり具合に気を付けながら自分だけの作品を作ってみて。部屋に飾っておきたくなる出来栄に、毎日のお茶の時間がさらに楽しくなり、気分が上がること間違いなし!

#### 彩りお茶缶づくり体験

場所/高岡郡津野町船戸1321(遊山四万十 せいらんの里)  
問い合わせ先/0889-43-9025 料金/1人2,000円※茶葉の  
佃煮付き 所要時間/約1時間 予約/3日前まで 実施時  
間/10:00~15:00 定休日/水曜日

●定員は1~15名  
●「自分で焙じるお茶活体験」とセットで500円オフ





- 備考**
- 動きやすい服装、靴でお越しください
  - 天候等の状況により中止になる場合があります

**遊ぶ** 2億2千万年前の地層へ！  
神秘の世界を体験しませんか？

ガイドと一緒に四万十川の流れる鍾乳洞「稲葉洞」を探検する体験ツアー。一般の人が見てもなかなか見つけにくい化石の断面などもわかりやすく紹介してくれます。ヘッドライトやヘルメット、軍手の貸し出しもあるので、神秘的な稲葉洞を気軽に体験してみてください。

**稲葉洞冒険ガイドツアー**

場所／高岡郡津野町船戸4727  
問い合わせ先／090-7785-2996(せいらんの里・谷脇)  
料金／1人1,500円 所要時間／約1時間  
予約／7日前まで 実施時間／10:00～15:00



- 備考**
- 冬季は積雪等の影響で通行不可の場合あり
  - 長袖、長ズボン、虫除けスプレー、日焼け止めなど季節に応じた装備でお越しください

**癒し** 森のささやきに耳を傾け  
大自然と触れ合おう

津野町の自然の中を満喫できるウォーキング。カルスト台地に芽吹く草花を楽しめる「高原コース」や、原生林をハイキングする「天狗の森コース」、足への負担が少なくリラックスできる「カラマツ林コース」、上級者向けの「天狗ヒメシャラ・引割りコース」など、好みや体力に合わせて大自然を満喫してみてください。

**四国カルスト天狗高原セラピーロード**

場所／四国カルスト天狗高原  
問い合わせ先／0889-62-3188(星ふるヴィレッジTENGU)  
料金／ガイド1人5,000円～ 所要時間／コースにより異なる  
予約／7日前まで 実施時間／応相談



- 備考**
- 虫対策、日焼け対策をお忘れなく
  - 雨天・増水時は中止
  - タオル、この時間を楽しんでいただくためのお好きなアイテム(本、飲み物など)をご持参ください

**癒し** イスひとつで手軽にできる  
四万十川の源流と触れ合う時間

目の前を流れる四万十川でちょっとした遊びたい、自然を満喫したい人にオススメの体験。川の中にイスを置き、そっと足をつけるとひんやり気持ちいい水がすり抜けていく。日々の喧騒から遠く離れ、川のせせらぎや野鳥のさえずりに耳を傾け、本を読んだり、写真を撮ったり、ドリンクを飲んだりと思いおもいの時間をお過ごしください。

**四万十川でチェアリング！**

場所／高岡郡津野町船戸1321  
問い合わせ先／0889-43-9025(遊山四万十せいらんの里)  
料金／1人1,000円 所要時間／好きなだけ  
予約／3日前まで 実施時間／10:00～14:00 定休日／水曜日



**食べる** 大自然に囲まれた木造校舎で  
本格石窯ピザ焼き体験！

旧白石小学校を活用した「集落活動センターしらいし」の屋外交流棟で、津野町の自然を感じながら、ピザ焼き体験はいかが？体験には、施設が用意した自家製ピザソースや季節野菜を中心とした食材を使用できるAコースと、自分の好きなピザソースや具材を持参するBコースの2種類があり、どちらも手作りの生地でピザ焼き体験が楽しめる。生地を伸ばし、トッピングを乗せて、石窯で焼き上げたら完成。焼きたての美味しいピザを堪能しよう！

**ノスタルジックな校舎と自然あふれる  
津野町白石で石窯ピザ焼き体験**

場所／高岡郡津野町白石甲 1421(集落活動センターしらいし)  
問い合わせ先／0889-56-3870  
料金／A【ピザソース・トッピングあり】1枚1,500円、  
B【ピザソース・トッピングなどを持参】1枚1,000円  
※1回の体験で5枚以上～  
所要時間／約2時間 予約／7日前  
体験可能時間／10:00～14:00

- 備考**
- 定員／45名様まで
  - エプロンをご持参ください
  - 天候などにより中止になる場合があります



- 備考**
- 5名以上から受付可能
  - 定員／5～20名
  - エプロンをご持参ください
  - 小学生以下は保護者同伴

**食べる** 土佐の料理传承人が伝える  
高知の郷土料理

高知県で古くからつくられてきた色鮮やかな田舎ずしと、手作り田舎味噌を使ったお味噌汁を、津野町・久保川地区のお母さんたちと一緒に作る体験です。食材はあらかじめ下ごしらえされているので、体験では酢飯を握って、ネタをのせていきます。完成したらみんなで試食タイム。山の幸を使った郷土の味をお楽しみください。

**田舎ずしづくり体験**

場所／高岡郡津野町永野251-1(農村体験実習館 葉山の郷)  
問い合わせ先／090-1323-5940(久保川生活改善グループ)  
料金／1人2,500円 所要時間／約1時間30分  
予約／7日前まで 実施時間／9:00～16:00





- 備考**
- 定員5～10名(応相談)
  - エプロン、保冷バッグ(持ち帰り用)をご持参ください

## 作る 地元のお母さんたちと一から作る田舎豆腐

豆乳に苦汁を入れると豆腐ができるという何となく知っている豆腐作りの工程を、一から作るのがこちらの体験。すりつぶした大豆を鍋で煮ることから始まり、専用の型に流し込んでしばらく待つと田舎豆腐が出来上がります。そのほか、加工途中にできる出来立ての豆乳の試飲や、副産物のおからもお土産にどうぞ。

### 田舎豆腐作り

場所/高岡郡津野町船戸1309-1(集落活動センター ふなど)  
問い合わせ先/0889-43-9771  
料金/1人1,500円 所要時間/約2時間  
予約/3日前まで 実施時間/要相談



- 備考**
- 定員2～15名
  - 体質によってはかゆみが生じます。お肌が敏感な方はお気をつけください
  - エプロンをご持参ください

## 作る 芋の処理からスタートする優しい味わいの田舎こんにゃく

地元で採れたこんにゃく芋を使ってこんにゃくを作ってみよう。市販のこんにゃくとは一味違ったほっこりした味わいで、出来立てを刺身で食べるのがオススメ。小さい子どもでも作ることができるので、形成するときの感触を楽しんだり、普段食べているこんにゃくが芋からできるという食育の一環として、親子での体験もぜひ。

### 田舎こんにゃく作り体験

場所/高岡郡津野町船戸1321(遊山四万十 せいらんの里)  
問い合わせ先/0889-43-9025  
料金/1人1,000円 所要時間/約1時間～1時間半  
予約/7日前まで 実施時間/10:00～14:00



- 備考**
- 予約受付は10名以上20名以下の人数制限あり

## 作る 農家食堂で楽しむ風情あふれる絵手紙づくり

田舎の農家食堂で、自分だけの絵手紙を作れる体験プログラム。作り方は地元のお母さんがゆっくりレクチャーしてくれるので、初めての方でも気軽に参加可能です。季節の食材や野花など、多様な題材をご用意しています。また、農家食堂で人気のランチ付きで楽しめるプランもあるので、旅の思い出づくりにぜひ。

### 絵手紙づくり

場所/高岡郡津野町芳生野乙810(集落活動センター奥四万十の郷)  
問い合わせ先/0889-43-9155 料金/1人1,000円、昼食付き2,500円  
所要時間/約2時間30分 予約/14日前まで(10名～20名)  
受入れ可能日/土曜、日曜



- 備考**
- 消しゴムはんこづくり体験/1人500円
  - 新聞バッグづくり体験/1人500円

## 作る 幕末の志士へ思いを馳せながらユニークなアイテム作り

吉村虎太郎邸の邸内では、消しゴムを彫刻刀で削って作るユニークな「消しゴムはんこづくり体験」や、新聞紙を折って組み立てていく「新聞バッグづくり体験」を行っています。お子様でも参加できるので、家族連れの方にもおすすめです。歴史ある生家でのんびり過ごしながら、自分だけのアイテムを作ってみませんか？

### 消しゴムはんこづくり体験・新聞バッグづくり体験

場所/高岡郡津野町芳生野甲1456-1(吉村虎太郎邸)  
問い合わせ先/0889-62-2601 料金/1体験につき1人500円  
所要時間/約2時間 実施時間/9:00～16:00  
予約/10日前まで ※当日可能な場合もあり、要問い合わせ



- 備考**
- 5名以上から受付可能
  - 定員5～15名 ※15名以上は要相談

## 作る ノスタルジックな木造校舎で新聞を使ったエコバッグづくり

新聞ばつづくりや販売などを行っている「白石にゆうすべいばあず」に教えてもらいながら、おしゃれてエコな新聞ばつを作れます。新聞ばつはマチありかマチなしを選択可能。紙とは思えないほど丈夫な仕上がりになるので、カバンとしてはもちろん、贈り物を入れる袋としても使えます。体験後はゆったりコーヒータイムもあり。

### 古新聞と自然に優しいのりでひとつひとつ折りあげる新聞ばつづくり体験

場所/高岡郡津野町白石甲1421(集落活動センターしらいし)  
問い合わせ先/0889-56-3870  
料金/1人1,000円 所要時間/約2時間  
予約/3日前まで 実施時間/9:00～16:00



- 備考**
- 定員1～20名まで
  - 12月29日～1月3日は休み

## 作る 山の中にある焼物工房でオリジナルの器づくり！

緑に囲まれた静かな工房で、世界にたったひとつの陶芸作品をつくってみませんか？体験では、手回しろくろを使い、手びねりで器やコップなどを作ります。地元の陶芸クラブのメンバーが、ひとつひとつの工程を丁寧に教えてくれるので、陶芸が初めてという方も気軽に楽しむことができます。

### 陶芸体験

場所/高岡郡津野町白石甲3247(焼物工房)  
問い合わせ先/0889-55-2381(農村体験実習館 葉山の郷)  
料金/1人2点1,800円 所要時間/約2時間  
予約/7日前まで 実施時間/8:30～16:30



喧騒とは無縁の癒し宿

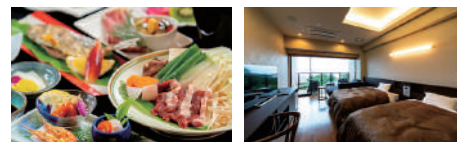
# 津野町の宿泊施設

津野町に来たなら日帰りなんてもったいない！  
ここでしか味わえない味覚や無二の体験を楽しみ尽くすなら宿泊がおすすめ。  
ホテルや旅館、民宿などお気に入りの宿がきっと見つかる♪




## カルストと星空に包まれながら 高原リゾートでお泊まり

ガラス張りの天井がある星空客室や、大開口の窓を設けた広いデッキの部屋、子ども連れや年配の方に嬉しい和室など6タイプの部屋を用意。昼はカルストの景色を眺め、夜になるにつれて輝き出す星を楽しみ、雲海の朝を迎える、ここでしか見られない風景が魅力的。また、浴場からは高原や太平洋、石鎚山などの眺望が楽しみ、自家製のプロシュート(生ハム)や、山・川・海の幸をいただける夕食もあり、贅沢なひとときをお約束。



### 星ふるヴィレッジTENGU

📍高岡郡津野町芳生野乙4921-22 ☎0889-62-3188  
🏠宿泊/火・水曜 レストラン/水曜  
宿泊料/1泊2食付:1名様11,220円～、キャビン1棟1泊/13,200円～(2023年4月オープン予定) ※宿泊者はプラネタリウム無料



## 目の前の四万十川を眺めながら スローな時間を過ごすお宿

ひめじやら、ちゃばな、ねむのきなど津野町に原生する木々の名前を採用したお部屋は、高知県産木材をふんだんに使ったぬくもりのある空間が広がり、全てのお部屋から四万十川の源流を眺めることができます。全室にテラスを併設し、家族、友人同士、一人旅にとシーンによってサイズ感の違うお部屋が全6室あります。

### 遊山四万十 せいらの里

📍高岡郡津野町船戸1321 ☎0889-43-9025  
🕒火曜17:00～水曜 宿泊料/1泊2食付:1名様(大人)9,950円～、素泊まり:5,000円～  
定員/1～5名



## カルストの麓にひっそりと たたずむ貸し切りの湯宿

四万十川源流域にある貸し切り専門の温泉宿。深い山の木々に抱かれた宿のすぐそばには、四万十川の支流・北川川が流れており、絶好のロケーションが魅力。温泉は源泉掛け流しのアルカリ硫酸単純泉。とろとした肌触りで、入湯後は肌がツルツルに♪敷地内から石段をおりるとプライベート川原が広がり、夏は川遊びなども楽しめます。

### 四万十源流癒しの里 郷麓温泉

📍高岡郡津野町北川8308 ☎0889-62-2336 🏠要問合せ  
宿泊料/スタンダードルーム1泊2食付:1名様13,200円～(2名1室利用)  
内風呂付き特別室1泊2食付:1名様18,700円～(2名1室利用) ※電話予約価格  
貸切日帰り入浴/11:00～15:00(最終受付14:00)



## 手作り料理が美味しい 家庭的な雰囲気のお宿

気さくなご主人の真心あふれるおもてなしや、地元の山や川の幸を使った手作り料理が魅力のお宿。思わずゴロンと寝転びたくなる客室は、懐かしさを感じる寛ぎの畳部屋です。収容人数は26名まで対応可能なので、団体での宿泊にもおすすめ。近くにはコンビニエンスストアやスーパーマーケットなどもあるので、旅の拠点としても最適です。

### 松山旅館

📍高岡郡津野町姫野々584 ☎0889-55-2511  
🕒年中無休 宿泊料/1泊2食付:1名様6,500円(大人)、5,500円(小学生)、素泊まり:1名様4,000円(大人)、3,500円(小学生)





### 昭和時代にタイムスリップ！ 懐かしい木造校舎で宿泊

旧床鍋小学校の雰囲気そのまま残した宿泊施設。周囲には、集落や田んぼなどの日本の原風景が広がり、近くを流れる川には夏に蛍が飛び交います。個人での利用はもちろん、団体での利用も可能。追加料金で釣りやアウトドアサウナ、キャンプファイヤーなども楽しめます。ここに集まって交流し、また帰って来られる「巣箱」へ、ぜひお越しください。

#### 農村交流施設 森の巣箱

📍高岡郡津野町貝ノ川床鍋392-2 ☎0889-40-1703  
📅1月1日～1月3日 宿泊料/1泊2食付:1名様6,500円、素泊まり:1名様4,500円



### 田舎の“おもてなし”を堪能 明治の家で過ごす宿泊体験

隣接する明治時代に建てられた「明治の家」での宿泊ができ、気さくなおばあちゃんがお出迎えしてくれる民宿です。田舎の家に帰ってきたような落ち着いた雰囲気が魅力で、気兼ねなくゆっくり過ごしたい方には特におすすめ。手作りのお料理も人気があり、事前に予約すれば、皿鉢料理やサバ寿司の注文もできます。

#### 民宿 天山

📍高岡郡津野町北川2306-1  
☎0889-62-2537 📅1月1日～1月4日  
宿泊料/1泊2食付:1名様6,500円(大人)、5,000円(小学生)、3,000円(小学生未満)



### 自家製どぶろくが味わえる 農家民宿でほっこり過ごす

津野町の豊かな自然に囲まれた、四万十川流域にある農家民宿です。自家農園で収穫したお野菜や地元の鮎、アメゴを使った美味しい料理をはじめ、食前酒には自家製のどぶろく「竹城」をお楽しみいただけます。ご予約時に2名様以上のご利用で追加料金にて屋外でのバーベキューも承っているほか、浴室にはミストサウナも完備しています。

#### のうか民宿 竹城

📍高岡郡津野町北川3859 ☎090-3780-5072 📅12月28日～1月5日 宿泊料/1泊2食付:1名様8,300円(大人)、4,000円(小学生)、素泊まり:1名様5,500円(大人)、4,000円(小学生) 定員/1組4人



### 茶畑風景に溶け込む 一棟貸しのゲストハウス

津野町の豊かな自然に囲まれた田舎風景を、1日1組限定で満喫できるゲストハウスです。津野町産の食材や、オーガニック、無添加にこだわった美味しい料理を堪能することができ、また、料理は事前にご相談いただければ可能な限りお応え。その他、自然を生かしたワークショップも体験可能です。(要事前申込)

#### ゲストハウス はるなつ家

📍高岡郡津野町芳生野丙3427  
☎090-5914-3017 📅不定休  
宿泊料/1泊2食付:1名様6,800円、素泊まり1名様3,500円  
※小学生以下半額、未就学児(布団なし)1名様1,000円



### 和の趣を感じる宿で 寛ぎのひとときを…

宿泊はもちろん、各種研修にも利用できる「葉山の郷」は、自然豊かな「かわうそ自然公園」の一角にあります。木をふんだんに使った温もりのある館内は、大広間に設けられた囲炉裏を囲むように客室が並ぶ、和やかな雰囲気が魅力。大自然に囲まれた趣のある空間で、時間を忘れてゆったりとしたひとときを過ごせます。

#### 津野町農村体験実習館 葉山の郷

📍高岡郡津野町永野251-1 ☎0889-55-2381  
📅12月29日～1月3日  
宿泊料/素泊まり:1名様3,150円(大人)、1,575円(小学生)



### 四国カルストの麓にたたずむ のどかなコテージ

溪流に沿ってのどかな風景が広がる芳生野地区にオープンした宿泊コテージ「Stay Room 郷」は、田舎での非日常やアクティビティを満喫したい方におすすめの宿。一帯で人気の散策をはじめ、宿を拠点にトレッキングに出かけたり、不入溪谷に赴いての森林浴や、夜には宿のテラスで天体観測なども楽しめます！

#### Stay Room 郷

📍高岡郡津野町芳生野乙1060-1  
☎0889-43-9889 📅不定休  
料金:大人(1名)7,000円～、子供(1名)3,000円～  
素泊まり:大人(1名)3,500円～、子供(1名)1,500円～





お腹と心を満たす地元味

# 津野町 グルメスポット

津野町には豊かな自然が育んだ山の幸や川の幸を使ったグルメがたくさん！定番のグルメから地元民に愛される味、テイクアウトのお店も揃っているので津野町ならではの味わいを余すことなくお楽しみください♪



## 地元食材を食べ尽くす ランチビュッフェ

津野町で採れる季節の野菜をふんだんに使った煮物、揚げ物、炒め物などが、1人前1,430円で楽しめるビュッフェスタイルのレストラン。羽釜でふっくら炊いたごはん、色とりどりのおかずと温かい汁物などが並び、おかわり自由。デザートには、満天の星のほうじ茶大福とコーヒータンが揃ってくる。

### 遊山四万十せいらんの里 ●ゆさんしゅんとせいらんのさと

〒高岡郡津野町船戸1321  
☎0889-43-9025  
🕒金土日祝の11:00~14:00(L.O.13:30)  
※月火木は団体予約のみ 🚿水曜 📍12台

## 星ふる山の ごちそうレストラン

土佐和牛のステーキ丼やハンバーグカレー、地鶏の親子丼に四万十ポークのカツ丼やカツカレーといった高知県産食材を使った贅沢メニューを提供。ちょっと小腹が空いたという人にはソフトクリームがオススメ。また、宿泊のお客様には、お子様ランチやお子様定食もあるので、子ども連れでもしっかりとグルメを楽しめます。

### 星ふるヴィレッジTENGU ●ほしふるヴィレッジてんぐ

〒高岡郡津野町生野乙4921-22  
☎0889-62-3188 🕒11:00~14:30(L.O.14:00)  
🚿水曜 📍100台

## 特産品で作る 地元グルメが並ぶ食堂

里芋がたっぷり入った濃厚スープが決め手の担々麺、満天の星特製の豚角煮を使用した醤油ベースのラーメンや、スープにレモングラス、鶏団子にミョウガを使った塩ラーメンなど、どれも津野町の特産品をたっぷり使ったメニューが自慢の「道の駅布施ヶ坂」。他にも、四万十定食やカレー、丼ものに四万十紅茶などのドリンクもあります。

### 道の駅 布施ヶ坂 ●みちのえきふせがさか

〒高岡郡津野町船戸654-1  
☎0889-62-3225  
🕒店内7:30~17:30、食堂9:00~16:00  
🚿1月1日 📍57台

## 津野町の美味しい食材を 食べたり、買ったり♪

地元の美味しい食材を盛り込んだ「豚バラ辛みそうどん」や「鶏卵そば」をはじめ、定食やカレーライスなども取り揃えた食堂。イチオシは、道の駅布施ヶ坂とここでしか食べられない、鶏団子に加えたミョウガの香りが爽やかな美味しさを生み出す「レモングラスの塩ラーメン」。併設された直売所では、地域の特産品なども販売。

### 風車の駅 ●ふうしゃのえき

〒高岡郡津野町永野553 ☎0889-55-2570  
🕒(モーニング)7:30~11:00、(ランチ)11:00~15:00、  
(ドリンクのみ)15:00~17:00  
🚿1月1日 📍15台





地元メシ 地元食材が彩る絶品うどん



地元食材を使った手作り料理が味わえる農家食堂。人気の「津野山はいからうどん」は、ミノルグループの創業者・岡林シェフの指導のもと考案。出汁にもこだわり、自家製カツオラー油、クレソン、トマト、レモンが美しく彩ります。

農家食堂 café イチョウノキ

〒高岡郡津野町芳生野乙810  
☎0889-43-9155  
🕒 モーニング8:00～15:00、ランチ11:30～15:00  
📅 月曜～金曜(平日は要予約) 🍽️20台

地元メシ 歴史ある生家で地元料理を満喫



吉村虎太郎邸では、観光情報を発信するかたわら地元食材たっぷりのお食事も提供。おすすめは旬の山菜や川魚がいただける「虎太郎御膳(要予約)」。野菜の天ぷらやこんにゃくの唐揚げなど、多彩な品目をご賞味ください。

吉村虎太郎邸 ●よしむらとらたらうてい

〒高岡郡津野町芳生野甲1456-1  
☎0889-62-2601  
🕒 9:00～16:00  
📅 火曜日、年末年始 🍽️5台

地元メシ 緑豊かな自然を感じながら美味しい料理を味わおう♪



トーストやサンド、和食など10種類以上のモーニングに加え、日替わりランチや丼物、唐揚げやハンバーグ定食など多彩なメニューを揃えたカフェ。夜は、マスターのおまかせ料理を楽しめます。新莊川を眺められるテラス席もあり。

みどりの森のカフェ もくもく

〒高岡郡津野町杉ノ川乙1034-3 ☎0889-56-3933  
🕒 【モーニング】8:00～11:30、【ランチ】11:30～L.O.13:30、【ディナー】17:30～21:00 ※売切れ次第終了  
📅 火曜、第2水曜 🍽️10台

地元メシ 「不入山」を眺めながらゆったりとお食事タイムを



四国カルストの麓にあり、一日中モーニングセットが食べられるコテージ。写真の洋食のセットのほか、和食セット(焼き魚)や焼きそば等の単品もあります。天気が良ければ外のテラス席でのんびり過ごすこともできます。

Stay Room 郷 ●ステイルーム ごう

〒高岡郡津野町芳生野乙1060-1  
☎0889-43-9889  
🕒 8:00～17:00  
📅 不定休 🍽️4台

地元メシ 野菜をたっぷり味わえる手作り家庭料理のバイキング



野菜を中心とした煮物や和え物のほか、肉や魚料理、カレーや焼きそばなど、約30種類の料理が並ぶバイキング。コーヒーやジュースも付いているので、お腹も心も満たされます。テーブルと座敷席を完備。

いろは食堂 ●いろはしょくどう

〒高岡郡津野町赤木1151  
☎0889-56-3322  
🕒 11:00～13:30、17:30～21:00頃  
📅 水曜、第3火曜 🍽️15台

地元メシ のどかなお山の喫茶店



山麓の緑に囲まれた小さな集落に、ひっそりとたたずむ喫茶店。新鮮な地域の食材で作る「山里のごちそう」を味わえる「ふくろう定食(要予約)」をはじめ、抹茶や茶菓子といった和風なカフェメニューが人気です。

喫茶 ふくろう

〒高岡郡津野町芳生野丙1621-1  
☎0889-62-3031  
🕒 9:00～16:00  
📅 不定休 🍽️4台

地元メシ 地元で愛される老舗喫茶 味わい、ボリューム共に満点!



窓から緑豊かな自然や小鳥を眺められる喫茶店。人気のモーニングは、トーストやホットサンド、和定食などを13時30分まで楽しめます。ランチは、地元野菜を盛り込んだ「日替わり定食」や「ミックスフライ定食」などをご用意。

喫茶 ブルーム

〒高岡郡津野町杉ノ川甲1  
☎0889-56-3110  
🕒 8:00～13:30 ※17:00からはスナックとして営業  
📅 月曜、第3日曜 🍽️10台

地元メシ 美味しいモーニングが13時まで楽しめるお店



プレートトーストの「Aモーニング」や、たまごトーストとプレートトーストが半分ずつ楽しめる「Bモーニング」などがいただけます。セットには、おむすび、サラダ、ゆで卵、みそ汁、コーヒーが付いて大満足!

風々 ●ふうふう

〒高岡郡津野町姫野々391-7  
☎0889-43-9609  
🕒 8:00～13:00 ※18:00からはスナック「銀の月」として営業  
📅 火曜、水曜 🍽️6台





リピーターの多い定食屋さん



ハンバーグ、エビフライなどの各種定食から、ピリッとした刺激がくせになる「台湾ませそば」まで、豊富なメニューを取り揃える定食屋。家族連れから年配まで利用でき、ランチタイムは大人気。予約で夜営業も可能です。

つぎん

① 高岡郡津野町北川15169  
☎ 0889-62-2985  
🕒 11:30~14:00 ※予約で夜営業可  
🏠 土曜、日曜、祝日 📍あり



創業50年以上を誇る  
人気ラーメン店の味！



高知名物「みそカツラーメン」をはじめ、醤油や塩ラーメン、葉山店オリジナルの「しおにんにくラーメン」などを取り揃えています。そのほか、ギョーザや唐揚げ、鉄板メニューなど、一品メニューも豊富にあります。

豚太郎 葉山店 ●とんたろう はやまてん

① 高岡郡津野町姫野々538-2  
☎ 0889-55-2322  
🕒 11:30~14:00、17:30~売り切れまで営業  
🏠 月曜 ※臨時休業あり 📍15台



濃香な燻製に感動



四国カルストの麓に構えられた燻製専門店。北海道産生乳100%のスモークチーズやスモークナッツをはじめ、オリジナルのキッシュなども販売しています。香りの強さととことんこだわった「濃香」な味わいをお楽しみください。

自家製スモーク工房 CaCooo -カコ-

① 高岡郡津野町芳生野乙644-1  
☎ 無し 🕒 10:00~15:00  
🏠 月曜~金曜 ※詳細はInstagram (@cacooo\_smoke) にてお知らせ 📍あり



フレッシュで濃厚な味わい



ジャージー牛の搾りたて牛乳を使ったスイーツが評判のお店。人気のソフトクリームは、空気の含有率が少なく、美味しさがギュッと詰まった濃厚な味わいが特徴です。手作りのプリンやチーズケーキもおすすめの一品。

You Farm ●ユーフาร์ม

① 高岡郡津野町北川14883-1  
☎ 0889-62-3302  
🕒 10:00~17:00 ※11月~2月は16:30まで  
🏠 火曜 📍10台



県内外から多くの人々が訪れる  
ラーメンの名店！



自家製チャーシューを5枚もトッピングした人気の「チャーシューラーメン」をはじめ、「みそカツラーメン」や「五目ラーメン」、「ピリからみそラーメン」など、種類も豊富。セットメニューやご飯物、一品料理などもあります。

自由軒 葉山店 ●じゅうけん はやまてん

① 高岡郡津野町杉ノ川甲308-1  
☎ 0889-56-3744 🕒 11:00~20:00  
🏠 月曜、第2火曜 ※祝日の場合は営業、翌日休み  
📍20台



高知名物！味噌カツラーメン



高知県のご当地ラーメンといえば「味噌カツラーメン」。サクサクの揚げたてのカツに、じっくり時間をかけて作るあっさりスープが相性抜群で、隠し味のニンニクがアクセント。県外からも根強いファンが訪れる一軒です。

豚太郎 東津野店 ●とんたろう ひがしつてん

① 高岡郡津野町力石  
☎ 0889-62-3360  
🕒 10:30~16:00  
🏠 水曜、木曜 📍あり



山の幸を使った  
豪快なメニューでおもてなし



津野町の峠のお茶屋といえばこちら！看板商品の山賊焼きをはじめ、アメゴの塩焼き、おでんなど、バックからはみ出んばかりのお惣菜を販売しています。テイクアウトもイトインもOKで、店内で振る舞ってくれるお汁も美味！

山賊茶屋 ●さんぞくちや

① 高岡郡津野町船戸1816-1  
☎ 0889-62-3319 🕒 9:00~17:00  
🏠 月~水曜 ※年末年始は不定休  
📍10台



専門店で嗜む、至福の一杯



珈琲豆の個性を最大限に活かし、焙煎から抽出までを手掛ける直焙煎珈琲店。ハンドドリップで淹れる香り高い「四万十源流点ブレンド」をはじめ、「抹茶ショコラ」などの手作りケーキも日替わりで提供しています。

コーヒー7不思議 ●コーヒーななふしぎ

① 高岡郡津野町桑ケ市2417-4  
☎ 080-5655-2636  
🕒 10:00~18:00  
🏠 水曜、木曜 📍あり





**ザクザク食感がクセになる  
大きめスコーンの専門店**



プレーンやチョコチップといった定番の味から、季節限定のスコーンまで7~8種類をご用意。オーナーの理想が詰まったスコーンは、クセになる食感と程よい甘みが、おやつにぴったりです。そのほか、ドリンクや雑貨の販売もあり。

**JACKSON スコーンズ ●ジャクソン スコーンズ**

📍高岡郡津野町赤木559-1 📞無し  
🕒11:00~16:00  
📅月曜、火曜、土曜、日曜、祝日 ※詳細はInstagram (@jacksonscones)にてお知らせ 📍1台



**小さな山小屋に並ぶ  
身体に優しい無添加パン**



自家製酵母と天然酵母を使用した、香り高くもちりとした食感のパンが人気。ドライフルーツたっぷりの「カンパニュリュイ」や、津野町産のお茶を使った「かまん茶パン」など、素材ひとつひとつにこだわったパンが並びます。

**小屋 ●こや**

📍高岡郡津野町杉ノ川甲13-1 📞090-7781-9954  
🕒11:00~18:00 ※売り切れ次第終了  
📅月曜、火曜、木曜、土曜、日曜 ※第2土曜は営業 ※詳細はInstagram (@koya\_bread)にてお知らせ 📍あり



**人気のチキン南蛮弁当をはじめ  
魅力的なお弁当やお惣菜がズラリ！**



店主こだわりの手作りタルタルソースがかかったチキン南蛮弁当や唐揚げ弁当、エビフライ弁当やハンバーグ弁当など、その日によって変わる10種類以上のお弁当やお惣菜が並びます。店頭では、自家製「ばあばのおみそ」なども販売。

**ほっか葉しまさき ●ほっかさいまさき**

📍高岡郡津野町姫野々489-1  
📞0889-55-2005  
🕒10:00~13:00 ※手羽先のみ販売17:00~19:00  
📅土曜、日曜、祝日 ※予約があれば可能 📍6台



**事前予約もできる  
できたての手作り弁当！**



大きなおむすびセットからトンテキ丼にキムトン丼、ガパオライスにチンジャオロースといった多国籍なメニューまで、毎日15種類ほどのお弁当が日替わりで並びます。ちょっとお弁当持って外で食べようかな、なんて日にいかが？

**Yショップますや**

📍高岡郡津野町北川15171-1  
📞0889-62-2790  
🕒平日6:00~20:00、日曜7:00~19:00  
📅無休 📍あり



**菓子パンから惣菜系まで  
週末オープンの山のパン屋さん**



道の駅布施ヶ坂の横で週末にオープンするパン屋さん。「パンが好き、美味しいものが好き」と大阪から津野町へ嫁してきた女性が切り盛りしています。おやつパン、サンドイッチ、惣菜パン、タルトなど種類豊富なパンをご用意。

**パン工房 山里 ●やまざと**

📍高岡郡津野町船戸3584-1  
📞0889-62-3339  
🕒9:00~売り切れ次第終了  
📅月~金曜、臨時休業あり 📍あり



**津野町を代表する  
ほうじ茶スイーツのお店**



丁寧に炒りあげた上質なほうじ茶の販売をはじめ、ソフトクリーム(冬季は販売お休み)、大福、ロールケーキに、冬季限定のほうじ茶生チョコレートなど、さまざまなほうじ茶スイーツをご用意。お土産にオススメの商品も沢山あります。

**満天の星 本社・加工所 ●まんてんのほし**

📍高岡郡津野町船戸4939  
📞0889-62-3335  
🕒10:00~17:00 ※11~3月は16:00まで  
📅年末年始、12~2月の日曜日 📍あり



**創業50年以上の老舗スーパー**



お店の名物「サバの姿寿司」は、姿寿司に合うサバを市場から仕入れ、生の状態から漬け込んで作るというこだわりの一品。中には酢飯がギッシリ詰まっっていてボリューム満点！町内で長年愛され続ける味をぜひご賞味ください。

**高原スーパー ●こうげんスーパー**

📍高岡郡津野町芳生野甲24-11  
📞0889-62-3101  
🕒8:30~18:30  
📅日曜、1月1~3日 📍5~6台



**地元民太鼓判の鮮魚がズラリ！  
お弁当やお惣菜も人気の商店**



市場で目利きした旬の鮮魚や薫り焼き上げた鰹のタタキなど、美味しいお魚が自慢の商店。できる限り季節の野菜を盛り込んだ栄養バランスの良い日替わり弁当やお惣菜も人気です。鮎釣りシーズンには、店頭で天然鮎も並びます。

**西森商店 ●にしもりしょうてん**

📍高岡郡津野町白石甲23-1  
📞0889-56-3129  
🕒8:30~20:00  
📅1月1日 📍20台





**和食・洋食・中華など  
様々な料理を取り揃え！**



2022年に創業20周年を迎えた「遊食や 楽」。おすすめは、ジュワッと旨味溢れる大人気の「手羽先」や、自家製「恋たまドレッシング」を使った「恋たまチキンナンパン」。ほかにも和洋さまざまなメニューが楽しめます。

**遊食や 楽** ●ゆうしょくやらく

〒高岡郡津野町姫野々489-1  
☎0889-55-2009  
🕒17:00~21:00(OS20:30)  
📅日曜 📍6台



**仕出し屋の新鮮な料理を堪能**



昼は仕出し屋、夜は居酒屋として利用できる一軒。イテオシは新鮮で分厚く葉味たっぷりの「カツオの刺身」。ぶるぶるになるまで煮込んだ「豚の角煮」や彩り美しい「ほうれん草サラダ」などもおすすめ。テイクアウトもOK。

**みさや**

〒高岡郡津野町永野375-1  
☎0889-55-2118  
🕒17:00~21:00  
📅日曜、祝日 📍あり

**その他のスポット**

便利なスーパーや津野町の夜を  
盛り上げるスナックなどもぜひご利用を！

**テイクアウト**

**たこ焼き 翌栓** ●たこやきあすなる

〒高岡郡津野町永野486-1 ☎0889-55-2688  
🕒14:00~19:00  
📅日曜 📍あり

**スーパー**

**サンシャイン ディスカ**

〒高岡郡津野町姫野々501-1 ☎0120-72-3481  
🕒9:00~20:00  
📅無休 📍あり

**テイクアウト**

**ほかほかのお弁当 風の駅** ●かぜのえき

〒高岡郡津野町白石甲2166-5 ☎0889-56-3244  
🕒6:00~売り切れ次第終了  
📅木・金曜 📍あり

**スーパー**

**新田フードセンター** ●しんでんフードセンター

〒高岡郡津野町芳生野16 ☎0889-62-2118  
🕒8:30~19:00  
📅日曜 📍あり

**コンビニ**

**Yショップ 東津野店**

〒高岡郡津野町船戸2996 ☎0889-62-2448  
🕒7:00~21:00  
📅無休 📍あり

**コンビニ**

**ローソン 津野町東店**

〒高岡郡津野町新土居318 ☎0889-55-2277  
🕒24時間営業  
📅無休 📍あり

**コンビニ**

**セブンイレブン 津野町葉山店**

〒高岡郡津野町姫野々497-1 ☎0889-43-9788  
🕒24時間営業  
📅無休 📍あり

**スナック**

**ティファニー**

〒高岡郡津野町姫野々502 ☎0889-55-2084  
🕒18:00~23:00  
📅無休 📍あり

**スナック**

**散歩路** ●さんぼみち

〒高岡郡津野町姫野々557-1 ☎0889-55-2044  
🕒17:00~24:00  
📅月曜 📍あり

**スナック**

**michi** ●ミチ

〒高岡郡津野町北川5168 ☎080-4682-6038  
🕒17:00~24:00  
📅日曜、祝日 📍あり

**スナック**

**銀の月** ●ぎんのつき

〒高岡郡津野町姫野々391-7 ☎0889-43-9609  
🕒18:00~24:00  
📅水曜 📍あり

**津野町コラム**

**途絶えた地域の味をもう一度**

昔から津野町で親しまれたおやつ「もろぎや」の「つるかめ焼き」。戦後間もない頃から続く「もろぎや」でしたが、後継者がおらず、その歴史は平成28年頃を最後に途絶えてしまいました。

しかし、懐かしい味を復活させようと、地域おこし団体「精華ファミリー」のメンバーが立ち上がります。

型は本家に借り、試行錯誤しながら味の再現を試みました。子どもの頃に味わった「つるかめ焼き」を思い出しては意見を出し合い、着手から1年、ついに再現。

今は月に2回ほど精華小学校近くで販売しています。同じく「精華ファミリー」が手がける「釜ん茶」と共にぜひご賞味ください。





# 津野ぶらMAP





# 津野ぶら information

## 津野町の概要

役場の位置	東経133度12分7秒 北緯33度26分34秒
町の広がり	東西28.10km、南北15.37km
街の面積	197.85km <sup>2</sup>
主要な河川	四万十川、新荘川
土地の利用状況	林野89%、宅地等9%、耕地2%
平均気温	15°C
年間降雨量	3,300mm
積雪	冬季に西部山間部地域で見られる
人口	5,291人※令和2年国勢調査
世帯数	2,206 世帯
主な産業	農業(茶、ショウガ、ミョウガ、ナス、ネギ、花)、林業(素材生産、製材)、建設業
町の花、木、鳥	アケボノツツジ、ヒノキ、ヤマガラ

## 施設情報

GS	中山石油店	☎ 0889-55-2217	🕒 6時～19時半(日曜7時～17時)	🏠 1月1・2日、第4日曜
	鍋島石油店	☎ 0889-55-2611	🕒 平日7時～21時	🏠 1月1日
	下元産業	☎ 0889-56-3111	🕒 7時～19時半(日曜8時～18時)	🏠 1月1・2日
	高知石油東津野出張所	☎ 0889-62-3054	🕒 7時～18時半(祝日8時～18時)	🏠 日曜、1月1～3日

病院	姫野々診療所	☎ 0889-55-2001	🕒 9時～17時	🏠 土・日曜・祝日等
	杉ノ川診療所	☎ 0889-56-3333	🕒 9時～17時	🏠 土・日曜・祝日等
	つやまクリニック	☎ 0889-62-2175	🕒 9時～17時	🏠 水・土曜に午後

警察・ 消防救急	葉山駐在所	☎ 0889-55-2110
	東津野駐在所	☎ 0889-62-2178
	高幡消防組合津野山分署	☎ 0889-40-1099
	高幡消防組合津野山分署葉山出張所	☎ 0889-55-2330

タクシー	葉山ハイヤー	☎ 0889-55-2613
	新田ハイヤー	☎ 0889-62-2145

観光案内	津野町役場本庁舎 観光推進課	☎ 0889-55-2021	🕒 8時30分～17時15分	🏠 土・日曜・祝日等
------	-------------------	----------------	----------------	------------



WEB サイトでも  
津野町観光情報配信中！

津野町をぶらっと散策するための観光情報サイト

津野ぶら

<https://town.kochi-tsuno.lg.jp/tsunobura/>



@tsunobura

津野ぶら インスタ



facebook.com/tsunobura/

津野ぶら FB



高知県津野町観光ネット津野ぶら

津野ぶら Youtube



その他の津野町観光情報パンフレットも  
デジタルカタログでご覧いただけます！

