



**Mountain climbing & Trekking in Tosa Reihoku**

**土佐れいほくの登山 & トレッキング**

四国山地に位置する嶺北地域は魅力的な山々が多く、登山・トレッキングが盛んです。春にはアポロツツジやシャクナゲが咲き誇ります。また、山頂付近にはヒノキの白樺林が林立しています。

**桐ヶ森**  
しらがやま/標高1469.4m 本山市  
登山コースには日本の海鳥-土佐の水木40種の生息地があります。春にはアポロツツジやシャクナゲが咲き誇ります。また、山頂付近にはヒノキの白樺林が林立しています。

**大丸山**  
いなるやま/標高1506.2m 土佐市  
稲村ガムの登山口から人工林を抜け出ると、比較的に緩やかな道が続きます。シャクナゲのトンネルを抜けると山頂へ、絶景が待っています。

**おおざれやま**/標高1587m 大川村  
小学生でも気軽に登ることのできる起伏の少ない登山道。道中の巨大アブ原生林は圧巻。たぐひの高山植物が生息し四季折々に楽しめます。



**99 高知県 Highway Map**

**れいほく**  
高知家  
Tosa Reihoku Area  
土佐れいほくエリア

土佐郡/土佐町・大川村 長岡郡/大豊町・本山市  
Tosa T. Okawa V. Otoyō T. Motoyama T.

ゆとりとパークおとよからの雲海 大豊町  
かがていふかーいふかーの雲海 土佐町

おでかけ前にもまずコチラ。目的地の情報満載!  
観光・歴史・自然・宿泊・グルメ・レジャー・カルチャーイベントなど  
http://wowmap.jp

英公社株式会社 わおマップ 検索

星空と雲海に出会いに行こう。

HPで雲海情報公開中

風とあそびふろ  
ゆとりとパーク  
大豊町  
お泊りの予約・お問い合わせ  
TEL 0887-72-0700  
高知県長岡郡大豊町中村4-4037-25  
大豊町民会館

http://www.yutorioto.jp

**ようこそれいほくへ!**

うたう山、轟る川、笑う人々。ありのままに素晴らしい。そのことを教えてくれたのは、この地を訪れた人々たちです。高知でありながら、四国のまんなか位置する嶺北地域。古くから伝わる祭りやイベント、自慢の食、そして自然体験を通じて、嶺北地域の魅力をぜひ味わってください。

おいでよ! 四国のまんなかへ  
**土佐れいほく観光ポータル**  
高知県長岡郡本山市1585-2  
一般社団法人 土佐れいほく観光協議会 ☎0887-72-9400

おでかけ前にもまずコチラ。目的地の情報満載!  
https://wowmap.jp

わおマップ 検索

**Take Free** 目的エリアの道路情報、観光、レジャー、産業などの情報がわかる便利な「わおマップ」などを設置しています。

**WOW** 観光情報ポータル

- 01 わおステーション 海老名 各都道府県/上野市
- 02 わおステーション 岡崎 新築名産品/上野市
- 03 わおステーション 岡崎 新築名産品/上野市
- 04 わおステーション 四国 新築名産品/上野市
- 05 わおステーション 四国 新築名産品/上野市

**室戸岬**  
豊永郷民俗資料館  
高知県長岡郡大豊町室戸158 TEL0887-74-0305

**スリル満点の川下り ラフティング**  
四国三島・吉野川は、急流地帯も多く、ラフティングの世界大会もわかれた本邦屈指のオアレーを誇る川です。また美しいだけだけでなく、ダイナミックな落差の美しさも心癒されるでしょう。吉野川の川下りも、川下りの楽しさを味わうことができます。3歳から参加できるコースもあるので予約時に確認してください。

**大川村おすすめグルメ**  
大川黒牛牛すじ汁 大川黒牛と土佐はちきん地鶏のBBQ

**絶対! 棚田でつべんウォーキング**  
【開催時間】毎月  
【時間】13:00~17:00(土70分)  
【参加費】個人 ¥1,300(2名以上)  
【集合場所】相川コミュニティセンター(高知県土佐市佐野町305)  
【申込】相川コミュニティセンター TEL0887-74-0204

**さあ、川を流してみよう! はらシャワークライミング**  
【時期】5~9月 【時期】3週間川に入る時期は2週間程度  
【料金】大人 ¥5,500/小学生 ¥3,000(参加費は小学生以上) 【期間】15名  
【装備】ヘルムット、ライフジャケット、ウェットスーツ、川靴は貸し出し  
【集合場所】相川コミュニティセンター 高知県土佐市佐野町305  
【問合せ】Jomya 090-316-8664 tosachonsume@gmail.com

