プロ野球「阪神タイガース」キャンプ地
安芸市営球場（安芸タイガース球場）

市民が行う野球の試合・大会などのほか、プロ野球「阪神タイガース」のキャンプや大学等の合宿に利用されています。令和2年度には、球速計測システム（スピードガン）を設置しています。【安芸市】

NO.5

高知ICいりな 専用場外車券売場 サテライト安田
高知県安芸郡安田町唐浜231 ☎0887-38-2200 高知けいりん 競輪 検索
※券の購入は20歳になってから。適度に楽しみましょう。

NO.6

たのへきいや
四国一小さな町にも、四国一元気な道の駅があります。
道の駅 たのえきーや 田野駅屋
営 7:30～17:30 P 普通車30台 大型3台
安芸郡田野町 1431-1
TEL･FAX0887-32-1077

NO.7

東洋町で水揚げされた鮮魚を味わえる！
鮮魚・農産物・地場産品・レストラン
海まで徒歩0分の直販所 道の駅 東洋町
営業時間／9:00～17:00 定休日／元日
高知県安芸郡東洋町大字白浜88-1 TEL 0887-23-9955
Instagram

NO.8

純粋！ドラム缶風呂
清流の里 野根川オートキャンプ場
東洋町の海をおもいっきり楽しめる！
海上でスポーツ！ Beach Hopping 四国最大級！ 夏季限定
高さ9m長さ16mのジャンボスライダー 夏季限定
サーフィンとポンカンと鮎の町
（一社）東洋町観光振興協会
高知県安芸郡東洋町大字河内102-7 TEL.0887-23-9500
https://toyo-kochi.com 東洋町観光振興協会 検索

楽しさいっぱい キャンプ場

■魚梁瀬森林公園オートキャンプ場 ❶
大型のキャンピングカーも駐車できる広さで、魚梁瀬ダム湖を眺められる最高のロケーション。芝生キャンプサイトは18区画、大人向きのログハウスは5棟あり、美しい自然に囲まれながら、のんびりとしたひとときを過ごせます。【馬路村】

■安田川アユおとる清流キャンプ場 ❷
令和3年4月24日、中四国初のコールマンパートナーフィールドとして新たにドッグフリーサイトやツリーハウス広場、木漏れ日広場などが整備され、誰もが「また来たい!」と感じるフィールドにリニューアルオープンしました。桜や紅葉など、年間を通して美しい自然の中でキャンプを楽しめます。【安田町】

■MUROTO base 55 ❸
小高い山の上にあるグランピング施設。インテリアはイケアがコーディネートを行い全部屋異なるデザインに。昼間は空と海、夜は満天の星空が楽しめます。【室戸市】

■室戸岬夕陽ヶ丘キャンプ場 ❹
室戸スカイラインを登った先にある山の上のキャンプ場。サイトは全部で24区画あり、温水シャワーは24時間利用可能。展望台からは太平洋に沈む夕陽を見ることができます。【室戸市】

住まいと土地 KOMATSU 小松不動産
（社）宅地建物取引業協会会員 賃貸不動産管理業協会会員
■借りたい ■貸したい ■買いたい ■売りたい
不動産のことなら お気軽に御相談ください。
〒784-0001 高知県安芸市矢ノ丸1丁目1-12
TEL.0887-35-2300
FAX.0887-35-2301
https://www.komatsu-fudousan.com

新四国曼荼羅霊場第60番札所
曹洞宗 閑慶院 安芸市井ノ口乙2029-3 TEL0887-34-2455

浄土宗 西山禅林寺派 智海山 妙山寺 安芸市本町1丁目1-21 TEL0887-35-3244

地元産の牛乳を使ったソフトクリーム
手作り大判焼き
土佐の元気市 輝るぽーと安田 安芸郡安田町安田 1716-6 TEL0887-38-3320
営業時間 /8:30～18:00 実演販売 /9:00～17:00 定休日/第3水曜日、年末年始

和工房 じねん 営業時間/7:00～15:00 お食事は～14:00 定 休 日/第3木曜日・年始 安芸郡安田町正弘 566 TEL0887-39-2366 FAX0887-39-2367

■白浜キャンプ場 ❺
四国屈指の通浅（約30～50mにわたり浅瀬）白砂の海岸である「白浜海岸」にあるキャンプ場。ゴールデンウィークや8月中旬は多くの人で賑わいます。【東洋町】

■奈半利町海浜センター ❻
サンゴの見える町、奈半利町にある「奈半利町海浜センター」。ここでは美しい太平洋を眺めながらの海辺いキャンプを楽しめます。シーカヤックやSUPなどのマリンアクティビティや、ウォーキングバイシクルや電動キックボードのグランドアクティビティなどの体験も充実しており、日帰りでは味わえない贅沢なひとときを過ごせます。【奈半利町】

■清流の里 野根川オートキャンプ場 ❼
大自然の中で「絶景 ドラム缶風呂」が体験できます。他にもテントサウナが常設しており、目の前の清流野根川が水風呂がわり。星非「とどのい」にお越しください。【東洋町】

■赤野休憩所 ❽
太平洋と琴ヶ浜がよく見える、知られざる絶景ポイントです。屋根には内原野焼で作った特産品のナスがのっています。【安芸市】

高知東部 見どころ Pick up

■唐浜休憩所 ❾
令和2年12月に完成した安田町唐浜の国道55号沿いにある休憩所です。安田町の姉妹都市スペインモンテフリオモイメージした欧風の造りとなっており、テーブルとベンチが設置された東屋からは波の音を聞きながら太平洋を一望できます。【安田町】

高知東部 見どころ Pick up

■伊尾木洞 ❿
国道55号からすぐのところにある伊尾木洞は、波の浸食によりできた天然の海食洞。そこには天然記念物のシダ植物が自生し、神秘的な雰囲気を醸し出しています。長い年月をかけて生み出された幻想的なその景色は圧巻です。【安芸市】

高知東部 見どころ Pick up

■あこうの木 ⓫
岩を抱きしめるように伸びた「あこうの木」は室戸岬の海岸沿いにあり、国道からもすぐそばです。亜熱帯の遊歩道を歩いて、地球の生命力を感じて下さい。【室戸市】

高知東部 見どころ Pick up

だるま夕日

■だるま朝日・夕日
だるま朝日・夕日は、だいたい秋分の日から春分の日にかけて、海面の海水温と大気の温度差があるため、水蒸気に光が屈折して出現します。室戸半島は太平洋に突き出た地形なので、東にだるま朝日、西にだるま夕日を臨むことができます。【室戸市】

高知東部 見どころ Pick up

■むろと廃校水族館 ⓬
旧小学校の校舎をほぼそのまま利用。ホール や廊下には定置網で捕獲された魚たちが回遊する全国的に珍しい水槽や、夏には子どもたちの歓声が響いていたであろう25mプールには、ウミガメや様々な魚が悠々と泳いでいます。誰もがふに残る小学校の思い出と展示のおもしろさが交差します。【室戸市】

高知東部 見どころ Pick up

■室戸岬灯台 ⓮
室戸岬のシンボルは、青い空と海のはざまに立つ白亜の灯台。明治32年以来、航海者たちの安全を照らす水先案内人として活躍しています。レンズの大きさは直径2m60cmと日本最大級。毎年11月1日に近い日曜日に行われる「灯台まつり」の日には、内部を一般開放しています。【室戸市】

高知東部 見どころ Pick up

■琴ヶ浜 ⓭
東西約4kmに渡って続く美しい砂浜「琴ヶ浜」。月の名所としても有名で、中秋の名月の頃には「観月の夏」が開かれます。昼間に砂浜でゆったりと大きな太平洋を楽しむのも良し、夜に来て星と波の音を楽しむのもまた素敵です。【芸西村】

高知東部 見どころ Pick up

■ごめん・なはり線からの景色

高知東部 見どころ Pick up

たっぷりしらすピッツァ
土佐の恵みを、あなたの食卓へ
オンラインショップにて販売中！
有限会社 カネアリ水産
〒781-6410 高知県安芸郡田野町2384-1 TEL 0887-38-2805
右記のQRコードをチェック！ 商品はオンラインショップでご購入いただけます。

ゆず香る北川村で 一緒に働きませんか
有限会社 田所建設 高知県安芸郡北川村野友乙530-1 TEL.0887-38-5437

NO.13

一棟貸し宿 ゆったりした贅沢空間をどうぞ
御宿 Fuku 東洋町白浜126-4
一棟貸し宿 ファクチャンで過ごす ゆったりとした時間
人と地域をつなぐ宿 Yadorigi 東洋町白浜161
星の森 東洋町白浜1-14
お問合せ先 熊山下組・奥ファクチャンFARM ☎ 0887-29-3277
NO.9

■宏恩寺跨線橋 ⓯
奈半利町本町の西側、旧街道の北側に位置し、三光院より旧街道へ至る石造アーチ橋（跨線橋）です。森林鉄道を通す際に三光院の高台の斜面を切り崩し、跨線橋が参道の役割をしました。昭和8年、立岡～奈半利橋の開通に合わせて建造されました。【奈半利町】

日本遺産スポット

〈ひがしこうち まるごと体験〉
―ここには楽しいことがいっぱい！―

マリンアクティビティ（広域）
海洋レジャーのスポットとして絶好の場所が多く、サーフィン、シュノーケリングやサップ、シーカヤックなどが人気です。

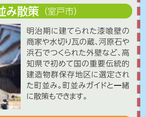
シーカヤック

生見サーフィンビーチ

吉良川町並み散策（室戸市）

明治期に建てられた漆喰壁の商家や水切り瓦の蔵、河原石や浜石でつくられた外壁など、高知県で初めての国の重要伝統的建造物群保存地区に選定された町並み。町並みガイドと一緒に散策もできます。

レンタサイクル（広域）
豊かな自然や史跡の数々、地元グルメをまるごと味わうなら、レンタサイクルを利用するのがおすすめ。



大心劇場（安田町）㉓
安田川の東岸で山に囲まれた場所にある映画館で、昔ながらのフィルム映画を月に1作ペースで上映。館一面に貼られたポスターには館主の愛情がこもっています。四季を感じられる映画館で観る映画は心が踊ります。

お遍路（広域）
四国八十八ヶ所霊場、高知県内16の札所のうち第24番最御崎寺、第25番津照寺、第26番金剛頂寺、第27番神峯寺の4つが東部地域に点在。

第二十五番 津照寺
第二十六番 金剛頂寺
第二十七番 神峯寺

（一社）高知県東部観光協会
高知県安芸市土居82-1 TEL.0887-34-0866 ひがしこうち Q

■室戸ドルフィンセンター ⓬
一緒に泳ぐドルフィンスイムや、エサやり体験などでイルカと触れ合うことができます。【室戸市】

高知東部 見どころ Pick up

イルカと触れ合ってみたらだれでも健康になるテ！
室戸 MUROTO DOLPHIN CENTER ドルフィンセンター
TEL&FAX.0887-22-1245
高知県室戸市室戸岬町字室戸岬6810-162（海の駅とろも）

NO.12

室戸とクジラの歴史をデジタルで体感
道の駅 キラメッセ室戸 鯨館
高知県室戸市吉良川町丙890-11
TEL 0887-25-3377
FAX 0887-24-5000

NO.11

食遊（レストラン）
ふらりと立ち寄って、室戸の食で、ほっとひと息。 雄大な太平洋を一望できます。
食遊（レストラン）TEL.0887-25-3500
楽市（直売市場） TEL.0887-25-2918
道の駅 キラメッセ室戸
高知県室戸市吉良川町丙890-11
休館日/月曜日（祝日の場合は火曜日）
https://www.kirameese-muroto.jp マリンスポーツ体験

NO.10

ひがしこうちエリアのご当地グルメ 絶対食べたい「丼&寿司」特集

安芸市

安芸釜あげちりめん丼
安芸市内の飲食店で食べられる特産品のちりめんじゃこを使った丼。

安田町

じねん丼
親子丼風の具材のうえに安田町特産の自然薯のフワッとした食感がたまらない。

室戸市

室戸キンメ丼
金目鯛の照焼きと季節の刺身を盛り付けた丼。出汁をかけて食べるのもオススメ。

東洋町

こけら寿司
焼いてほぐした魚の身を柚子酢に混ぜて作る香りと風味いっぱいの押し寿司。

田野町

すりみ丼
田野町自慢のすりみ天を土佐ジローの卵でとじた、甘く濃厚な味わいの丼。

馬路村

ゆず酢鳥丼
鶏の唐揚げにさっぱり風味の「ゆず酢ダレ」をかけた丼。

奈半利町

三色まぐろ寿司
酢飯の上に、天然南マグロの中トロ、赤身、びん長を豪快に盛り付けた贅沢な丼。

広域

田舎寿司
シイタケ、タケノコなどで作った山里の田舎寿司。柚子酢を効かせた酢飯も絶品。

広告掲載のお問い合せ・お申し込みは 英公社株式会社 790-0831 愛媛県松山市山田町1386-5 TEL 089-977-9333 FAX 089-977-9345

◆この地図は英公社株式会社（旅権所有）発行の最も新しい地図を調整したものです。
いかなる形式においても、著作権者に無断で、この地図の全部または一部を複製し、利用することを固く禁じます。