

TAKE FREE

スタンプラリー
BOOK

れいほく体験博覧会
Reihokuru

魅力あふれる、れいほくの大自然を
満喫しながら楽しむ
14の体験プログラム

四国の



まんなか

土佐れいほくへようこそ！

2025.9.28

sun

Start!

photo by 前田 博史



土佐のれいほく(嶺北)は、四国の **まん中**に位置する四国のてっぺん(四国山脈)のお膝元にあります。

そのロケーションが育んだ豊かな自然を全身で「感じ」、おいしいものを存分に「喰らって」いただく、「れいほく体験博覧会「れいほくる。」」を開催いたします。

今回、秋の「れいほく」に「くる。=来ていただく」ことで、れいほくの新たな魅力をどっぷりと体験いただけますように、新登場を含めた厳選メニューをご用意して、皆様方をお待ちしております。

イベントカレンダー

9	28 日	No.08	
10	04 土	No.04	No.10
	11 土	No.14	
	12 日	No.09	
	16 木	No.11	
	17 金	No.11	
	18 土	No.08	
	19 日	No.03	No.05 No.06
	20 月	No.03	
	21 火	No.12	
	22 水	No.03	No.12
	23 木	No.03	No.12
10	24 金	No.03	No.12
	25 土	No.01	No.03
	27 月	No.03	
	29 水	No.03	
	30 木	No.03	
	31 金	No.03	
11	01 土	No.03	
	02 日	No.03	No.04
	08 土	No.13	
	15 土	No.02	
	22 土	No.01	
	23 日	No.07	
	29 土	No.06	

四国のまん中 れいほく

意外に近くて、
便利なアクセス



高知のてっぺん

- ① 高知駅から**30分**
※高知駅～大杉駅(特急)の所要時間
- ② 高知ICから**25分**
※高知IC～大豊ICの所要時間
- ③ 高知龍馬空港から**40分**
※高知龍馬空港～南国IC～大豊ICの所要時間

四国のまんなか

- ④ 松山から**80分**
※松山IC～大豊ICの所要時間
- ⑤ 高松から**60分**
※高松中央IC～大豊ICの所要時間、
高速バス(高松駅～大豊IC)あり
- ⑥ 岡山から**90分**
※岡山IC～大豊ICの所要時間、
高速バス(岡山駅～大豊IC)あり
- ⑦ 徳島から**90分**
※徳島IC～大豊ICの所要時間

大杉駅、大豊ICからの交通機関

｜ 線路バス ｜

嶺北観光自動車 0887-82-0199

｜ タクシー ｜

嶺北ハイヤー 0887-76-2108
大豊ハイヤー 0887-72-0143
豊永観光 0887-75-0315
川田ハイヤー 0887-82-0035

｜ レンタカー ｜

ロータス小笠原大豊町店 0887-72-0181
※大杉駅、大豊ICまで送迎あり
はらオートサービス 0887-72-9145
※高知龍馬空港、JR高知駅前には各社レンタカーがあります。



Program

01

スタンプ
2つ

天然写真家と行く「れいほく山歩」

さんぽ

- フォトリッキングガイド -



前田 博史 Hakushi Maeda

1961年高知県高知市生まれ
(在住)
自然の理力、循環と調和、
そこにある気配ごと天然色
を写し届ける。
四国山地を軸に、白神山地
や大山、屋久島、土佐湾を
撮影。

スコットランドフィンドホーン財団
ダイアリー "Tree for life"
連年(2003~09)採用

一写真展開催ー

エプソン「ギャラリーエプサイト

東京写真月間」

2010『命の起源』開催 ※招待作家

富士フィルムフォトサロン東京・大阪(2016)

オリンパスギャラリー東京・大阪(2017)



10/25 (土)

9:00 集合 15:00 頃 解散

集 合 大川村白滝の里

住 所 〒781-3704

土佐郡大川村朝谷 26

野地峰
コース

11/22 (土)

9:00 集合 15:00 頃 解散

集 合 土佐れいほく

観光協議会

住 所 〒781-3601 長岡郡

本山町本山 582-2

白髪山
コース

2コース共通

定 員 4人～10人程度

参加費 10,000円／1人(弁当、アフターコーヒー、保険料込み)

問合せ tel: 0887-72-9400 (土佐れいほく観光協議会)



注意事項：山登り
です。軽登山ので
きる服装をお願い
します。



アフタートーク ☺

「れいほく山歩」の小旅行が終われば、前田博史さんとの
トークタイムで旅の締めくくりをします。

当日撮影した写真を見ながら、大川村を拠点に営業している
「山田のパンとコーヒー」のコーヒーと手作りの菓子パンで
旅の余韻をお楽しみください。



山田のパンとコーヒー



二人の丘散歩道（梶ヶ森）の整備& ご当地ジビエバーガーの限定味比べランチ



四国の“ど”まん中に鎮座する梶ヶ森は、麓に清流吉野川が流れ、山腹には美しい棚田の景観、山頂からは、四国のてっぺんの石鎚山系、剣山系、さらには土佐湾の雄大な姿が360度のパノラマで一望することができます。山頂近くにあります「山荘梶ヶ森」を拠点として、県立公園の散歩道をゆったりと散策するのは、とても爽快ですよ。

今回は、山荘からほど近い「二人の丘」までのルートを、私たちと一緒に環境整備しながら、思い出に残る特別な一日を過ごしてみませんか？ランチには、特別に**当日限定「ジビエバーガーのコラボセット（大歩危&大豊）」**をご用意して、皆様をお待ちしています。



大歩危ジビエバーガー

Café & ジビエ
オーナー

「れいほくる。」
応援しています！

大田口カフェ
オーナー夫妻

大田口ジビエバーガー



11/15 (土)

10:00~13:00

定員 5人～20人程度

集合 山荘梶ヶ森

住所 〒789-0255

長岡郡大豊町佐賀山 1248-3

参加費 4,000円 / 1人

(ランチ、保険料、オリジナルバッジ込み)

問合せ tel: 0887-74-0360 (山荘梶ヶ森)



※画像はイメージです。

カジガもる？

注意事項：環境整備（草刈など）に必要な道具はご用意しますので、作業のできる服装でお越しください。



Program

03

スタンプ
1つ

標高 777m ! 雲海デッキからの絶景 天空パノラマ view カフェ



標高777mのラッキーナンバーにある雲海デッキから眺める雲海と四国の尾根の山々が織りなす大パノラマは、ここでしか見ることのできない絶景です。

とりわけ、秋から初冬にかけての時期は、雲海の発生頻度も高く、天空につながるような澄み渡る青空を眼前に、オープンカフェで雲海珈琲のモーニングを楽しんでみてはいかがでしょうか。



ゆとりすとパークおとよ

10/19 (日) ~ 11/2 (日)

7:00~9:00 ※10月21日、26日、28日を除く

定員 20 席程度 / 1 日
(予約者優先となります。)

集合 ゆとりすとパークおとよ
(管理棟駐車場)

住所 〒789-0315

長岡郡大豊町中村大王 4037-25

参加費 1,200 円 / 1 人 (雲海珈琲、軽食付き)

問合せ tel : 0887-72-0700

(ゆとりすとパークおとよ)

注意事項 : 雲海は、自然が生み出す現象ですので、天候により発生しない場合があります。



オートバイ神社誕生 (四国2カ所目・高知県初)

第3番讃岐輪楽オートバイ神社 (香川県三木町) につづいて、四国2カ所目 (高知県初) となるオートバイ神社が、ゆとりすとパークの第1駐車場に第55番オートバイ神社として誕生!

記念として「天空パノラマ view カフェ来場者の

先着200名様に、
オリジナルステッカー
(特別仕様の限定非売品)

を進呈 (無料) !!



※イメージ



Program

04

スタンプ
1っ

収穫したての柚子玉で スイーツづくり or チンキづくり体験

秋の香りいっぱいの柚子畑で、収穫から加工まで“まるごと”体験をしてみませんか？ご家族でワイワイしても、お一人でふらっと参加でも大歓迎♪
笑顔と香りが広がる時間を、一緒に楽しみましょう！



※ 柚子スイーツ (イメージ)

10/4 (土)・11/2 (日)

両日ともに10:00~13:30

10/4 青玉でスイーツづくり

11/2 黄玉でチンキ(香りの自然エキス)づくり

定員 3人~10人程度

集合 相川コミュニティセンター

住所 〒781-3406

土佐郡土佐町高須 305

参加費 4,500円 / 1人 (材料費、保険料込み)

問合せ tel:080-4231-1300 (穀 (長谷岡))



Program

05

スタンプ
1っ

ツリークライミング& ピザ焼き体験

ロープとサドル(専用のハーネス)を使って大きな木に登るアクティビティです。いつもとは違う目線で木々や森に広がる景色を見て触れて体感できます。ぜひ、樹上の世界を味わってみませんか？昼食は、地元の食材を使ったピザの窯焼きで二度満足！

10/19 (日)

1回目 9:30~

2回目 12:00~

定員 3人~5人 / 1回 (小学生以上)

集合 帰全山公園駐車場

住所 〒781-3601

長岡郡本山町本山

参加費 4,800円 / 1人

(保険料込み)

問合せ tel:070-9394-4190 (岡)

注意事項:安全用具(ヘルメット等は、ご用意しています。)





Program

06

スタンプ
1つ

古都の風情「本山まちあるき」 懐かしい駄菓子屋でのお買い物& 希少なあかうしのローストビーフ丼を堪能



嶺北地域の中心として、古都の風情が残る本山地区をガイド付きで一緒に“まちあるき”しませんか？

平安時代から交通の要衝として栄えてきた街並み、土佐藩家老であった野中兼三が築いた水路、旧の裁判所跡にある大原富枝文学館や寺社、城跡などを巡る小さな旅です。

旅の終わりには、昔懐かしい駄菓子屋でお買い物をしたり、幻の土佐あかうしローストビーフ丼を堪能して、どっぷりと本山町を楽しんでいただきます。

本山小橋をご案内
約2m 2〜3歩



足跡
2〜3歩分



駄菓子屋まっくん



旧本山大橋
145m 昭和9年完成



10/19 (日)・11/29 (土)

両日ともに10:00~13:00 雨天決行 ※大雨を除く

定員 両日ともに5人～10人程度

集合 さくら市西側の町有駐車場（無料）

住所 〒781-3601

長岡郡本山町本山 582-2

参加費 5,000円／1人（ガイド料、
駄菓子屋お買物券1,000円分、ローストビーフ丼込み）

問合せ tel: 090-2820-4034（本山さんぽラボ 上地）



まるごと・あかうし！



Program

07

スタンプ
2つ

生産者とあえるく天空の郷& 日本一の米のおむすび + あかうし B B Q堪能



「つなぐ棚田遺産」に選定された天空の田んぼでは、その気候により育まれたおいしいお米を収穫できます。

品評会で二度の日本一に輝いた自慢のお米「土佐天空の郷」を生産する私たちと一緒に、絶景を散策しましょう。

散策の後には、そのお米を使用したおむすびと地元で育てられた幻のあかうしのBBQを味わってみてください。



モンベルアウトドアヴィレッジ・レストラン
ハーベステラス



11/23 (日) 10:30～14:00

10:30 出発(10:00受付開始)

10:50～11:40 棚田ガイド

12:00～14:00 B B Q

※荒天な場合は中止します。

※集合場所と棚田の間は、マイクロバスでの移動となります。

定員 5人～20人

※グループ数が複数の場合、BBQグリルを共有でご使用いただくことがあります。

集合 モンベルアウトドアヴィレッジ本山

住所 〒781-3601

長岡郡本山町本山 2133-1

参加費 8,000円／1人(ガイド料、BBQ料金、保険料込み)

問合せ tel: 0887-72-9670 (モンベルアウトドアヴィレッジ本山)



Program

08

スタンプ
1つ

日本の原風景が残る豊永郷 定福寺 土佐豊永万葉植物園散策



日本最古の歌集「万葉集」の歌碑120本が建立され、歌碑に詠まれた草花が周辺に咲いています。万葉植物を愛で、参加者と共に日本茶を点て、お菓子を頂きながらゆったりとした時間をお過ごしください。豊永郷の民俗資料12,000点が保存され2017年にグッドデザイン賞を受賞した豊永郷民俗資料館を豊永郷の歴史や文化と共にご案内いたします。希望者は写経や写仏も体験頂けます。住職兼学芸員の私が皆様をエスコートいたします。

9/28 (日)・10/18 (土) 両日ともに 13:30~16:30

定員 40人まで

集合 定福寺駐車場

住所 〒789-0167

長岡郡大豊町栗生 158

参加費 5,000円 / 1人

(入館料、ガイド、お茶菓子代込み)

※参加者に散華(さんげ) & 記念品プレゼント

問合せ tel: 0887-74-0305 (定福寺)



Program

09

スタンプ
1つ

白滝鉱山遺構巡り(ガイド付き)散策 & 激レア黒牛「大川牛」のBBQ



高知県最大の規模を誇った白滝鉱山は、時代の流れとともに1972年に閉山しました。その当時に活躍していた火薬庫や鉱石の選別施設などを巡り、しばしのタイムスリップ! 山の散策のあとには、激レア黒牛の「大川牛」BBQをご堪能あれ!!



10/12 (日) 9:30 集合 ~13:30

小雨実施

※ 散策は、約3時間の山道(未舗装)です。

定員 2人~10人まで

集合 白滝の里

住所 〒781-3704 土佐郡大川村朝谷 26

参加費 6,000円 / 1人 (ガイド料、BBQ、保険料込み)

問合せ tel: 0887-84-2201 (大川村ふるさとむら公社 近藤)





Program

10

スタンプ
1つ

親子で！さめうらダム湖遊歩道ウォーキング エコツアー&流木雑貨づくり



さめうら湖畔のウォーキングエコツアーでは、美しい景色を楽しみながら、ゴミ拾いや草引きなど、クイズも取り入れた形で自然を守るための活動を体験していただきます。途中、親子で写真撮影したものをカードにしてプレゼントします。エコツアーのあとは、ゴミとして回収された流木を有効活用して、この世に1つだけのオリジナル雑貨を親子で作成します。是非、素晴らしい思い出が残せる機会にしてください。



10/4 (土)



【イベント詳細】

13:00~14:30

定員 10人〔親子（小学生）での参加〕

※5人以上で実施

集合 さめうらカヌーテラス

住所 〒781-3521

土佐郡土佐町田井 146-1

参加費 大人 1,500円 / 1人

子ども 700円 / 1人

(材料費、写真カード、保険料込み)

問合せ tel: 0887-72-9919

(さめうらカヌーテラス)



さめうらカヌーテラス



Program

11

スタンプ
1つ

Eバイクで行く「三樽権現の滝」 ショートトリップ ～さめうらの風と緑を感じて～



Eバイクでゆったりと楽しむ小さな旅。早明浦ダムから土佐町の隠れ名所「三樽権現の滝」を目指す片道約13kmをご案内します。湖畔の風、森の匂い、渓谷の音に包まれながら、贅沢なひと時と一緒に堪能しましょう。

10/16 (木)・17 (金) 両日ともに
9:45~13:00 小雨実施

定員 5人 (中学生以上)

集合 さめうらカヌーテラス

住所 〒781-3521

土佐郡土佐町田井 146-1

参加費 2,500円 / 1人

(Eバイクレンタル料、弁当、ペットボトル、保険料込み)

問合せ tel: 0887-72-9919 (さめうらカヌーテラス)



【イベント詳細】



Program

12

スタンプ
2つ

絶景さめうらテントパークで 幻の和牛を味わおう！ 「土佐あかうし 1kg つき デイキャンププラン」



絶景の早明浦ダム湖を眼下に眺めながら、幻の土佐あかうしをがつつり(1kg)と堪能してみませんか？

秋のこころ良い季節に、ご家族、ご友人などと一緒に、ゆったりとした時間をお過ごしいただけるプランをご提案します。

4日間限定

10/21 (火)~24 (金)

11:00~16:30

定員 1日 1組限定

集合 さめうらカヌーテラス

住所 〒781-3521

土佐郡土佐町田井 146-1

参加費 18,000円 / 1組

(キャンプサイト料、あかうし 1kg 込み)
+2,000円 / 1組で宿泊 OK

問合せ tel: 0887-72-9919

(さめうらカヌーテラス)



【イベント詳細】



注意事項：コンロ、タープ、焚き火台、焚き火シート、テーブル、イス貸出有。着火剤類、紙皿類、炭、トング、軍手はご用意します。その他は持参で。



Program

13

スタンプ
1っ

11/8(土)

10:00~14:00

定員 5人~

15人まで

集合 清流館

住所 〒781-3622

長岡郡本山町沢け内 626

参加費 4,400円 / 1人

(材料費、保険料込み)

問合せ tel:0887-82-1231 (清流館)



汗見川そば打ち&竹箸づくり体験



汗見川清流で「そば打ち体験」をしてみませんか？

さらに、打ちたてのそばを自作のMY竹箸で“喰らう”というダブルの思い出づくり！どっぷりと汗見の自然を感じながら、一緒に楽しみましょう。



Program

14

スタンプ
1っ

10/11(土) 11:00~14:00

※天候や川の水位などにより中止する場合があります。

定員 4人~10人まで(高校生以上)

集合 石原コミュニティセンター

住所 〒781-3334

土佐郡土佐町西石原 1228

参加費 7,000円 / 1人 (食事代、保険料込み)

サ飯・ドリンク付 (鮎の塩焼き、山の辣油焼きおにぎり、揚げたて天ぷら、ツガニ汁、オロポほか) ※お土産付

問合せ tel:0887-72-9328 (石原コミュニティセンター)

テントサウナ&極上田舎サ飯&
人の温もりで“ととのう”休日

自然豊かな土佐町の石原川で、薪ストーブのテントサウナを体験！全身を温めて、目の前の清流にダイビング。自然の水風呂で極上の”ととのい”を味わってください。サウナの後には、地元の食材を使った「極上田舎サ飯」を一緒に堪能しましょう。食・自然・交流が揃った、ここでしかできない”ととのい”体験！！



わいほくら。スタンプラリーの実施

体験メニューへの参加者に感謝の気持ちを込めて、スタンプラリーを実施します。

押印は、キリトリ線から下がスタンプ台紙(応募はがき)となっていますので、



体験メニュー主催者から配られます
アンケートに回答いただきますと、その場
でスタンプ(メニューにより1個又は2個)
を押印します。

※同一の体験メニューで、複数日の参加は、各日ごとに1個又は2個押印いたします
が、P3の天空パノラマviewカフェのみ期間中に1個限りとさせていただきます。



コラボイベント
(土佐の豊穰祭in嶺北)でのスタンプ
(1個限り)

を押印してもらってください。

スタンプの合計が **5個 または 10個** になりましたら、
所定の切手を貼って郵送してください。

＼ もれなく ／

限定の **オリジナルQUOカード** を
進呈します。



スタンプ **5個**

1,000円分の
QUOカード

※ 画像はイメージです。

スタンプ **10個**

5,000円分の
QUOカード



※ 画像はイメージです。

応募の締め切りは、令和7年12月末(当日消印有効)です。QUOカードの発送は、令和8年1月中旬を予定しています。

キリトリ ✂

スタンプラリー応募台紙

※1体験メニューで1個又は2個・土佐の豊穰祭in嶺北は1個限り

01

02

03

04

05

5個

達成

感謝状

06

07

08

09

10

10個

達成

達人証

応募券締切: 2025年12月31日(当日消印有効)

郵便はがき

7813601

高知県長岡郡本山町本山582番地2

一般社団法人

土佐れいほく観光協議会

事務局 行

所定の料金分の
切手を貼って
投函して
ください。

✂️
キリトリ

※個人情報取り扱いにあたっては、商品の発送・連絡のみに利用をさせていただきます。

差出人		
住所	氏名	電話番号
〒	() 歳	-





in 嶺北

10月26日(日)

10:00 ~ 15:00

ゆとりすとパーク (高知県大豊町)

嶺北地域の食と体験を味わう!

四国の



どっぷり
高知旅
SUPER LOCAL
KOCHI

まんなか
まつり

ズドン



龍馬パスポート
指定イベント

スタンプ押印は、1会場に
つき 500 円以上 お買い上げ
の方、1 回限りです。

ステージイベント
コスプレショー

主催：土佐の豊稗祭 in 嶺北実行委員会 (大豊町産業建設課)

オフィシャルスポンサー：公益財団法人高知県観光コンベンション協会・NPO 法人高知の食を考える会

JAバンク高知

お問い合わせ：土佐の豊稗祭 in 嶺北実行委員会 【事務局】大豊町産業建設課 tel：0887-72-0453 fax：0887-72-0474



たなだまいちゃん

土佐れいほく4町村の 観光情報はお任せください♪

一般社団法人 土佐れいほく観光協議会

〒781-3601 高知県長岡郡本山町本山582番地2
TEL.0887-72-9400 FAX.0887-76-2350

