

A BRAND NEW CHAPTER @KOCHI
TOSABUSHI

とさぶし

TAKE FREE

No
51



SUPER
LOCAL
高知家

道の駅で出会う

地域のたからもの



高知の道の駅



道の駅ってそもそも何?

「道の駅」とは、日本全国にある道路沿いの休憩施設のこと。制度を管理しているのは国土交通省。「24時間利用可能な無料駐車場・トイレの提供」「地域情報の発信機能」「観光レクリエーション施設などの地域の連携機能」の3つの基本機能を満たしていることが登録要件となっている。

「海の駅」や「村の駅」との違いは?

道の駅とその他の「○○の駅」との違いは、国が定めた登録・認定の制度の有無。道の駅は国が認める「地域の重要な公共インフラ」として機能している。

県内にはいくつかの道の駅がある?

全国で登録されている道の駅は1230駅(令和7年1月31日時点)で、そのうち高知県にあるのは26駅。地図の番号は登録された順を表す。



道の駅 地域のたからもので出会う

道の駅って何だかワクワクしませんか?

そこで出会うのは、食・もの・風景・人など、道の駅に集まってくる「地域のたからもの」。どうして道の駅にはたからものが集まるのか? その謎を解くカギを探してきました。



しゃっぱっ
しんこう



実施しました！

アンケートを

高知の道の駅に

高知の道の駅のこと

とさぶし
調べ

●年間利用者数

第1位 **約40万人** ビオスおおがた
まきのさんの道の駅・佐川



●駅長在任歴

第1位 **26年** みやがわ たくや
宮川 卓也 駅長
(かわうその里 すさき)



道の駅は、私の人生そのもの。運営を通じて出会った地域の方々や、観光施設、市や県の職員の皆さんは、かけがえのない宝物です。

●駅長推薦「スゴイ!と思う道の駅」

第1位 **ビオスおおがた** (4票) 「売り場のメンテナンスが完璧。ローコストで魅力を伝えている『伝わる売り場』」「ラーメンなど食事も美味しい!」「積極的にランチメニューなどを開発していて、活気がある」etc…

●地域の産品の中で一番売れているもの

田舎寿司
(田野駅屋、633美の里)

小夏ジュース(すくも)
土佐あかうし(土佐さめうら)
仁井田米(あぐり窪川)

**文旦や
柑橘類**
(「ビオスおおがた、
なぶら土佐佐賀」)

**原木
しいたけ**
(ゆすはら)

鮮魚

(東洋町、大月)

中土佐町の完熟苺(なかとさ)
メロン(やす)

地元のお茶
(布施ヶ坂)

紫黒うどん
(土佐和紙工芸村)

地乳(まきのさんの道の駅・佐川)



高知の道の駅の特徴は？

高知の道の駅の特徴は、仁淀川・四万十川や太平洋、四国山地に近い場所にあり自然との一体感が感じられること。近年は、イベントの共同開催や情報の相互発信を行うなど、横のつながりも生まれている。



道の駅に集まる

旬の味覚、工芸品、自然、そして人。地元ならではの「たからもの」に出会えるからこそ、道の駅を訪れる醍醐味。今回の取材では、こんなたからものを見つけてきました！

たからもの

見つけた！

なぜ道の駅は 地元の魅力の宝庫に？

「道の駅高知県ブロック会」で会長を務めた矢野さんによると、ドライバーの休憩施設として始まった道の駅だが、現在では「地方創生や観光を加速させる拠点」という役割を担うまでに進化。施設の運営側も「ここにしかない魅力」を掘り起こし、地元の個性を生かした道の駅づくりを行っているという。二番のたからものは、やっぱり「人」。道の駅には個性的な地元民がたくさん関わっているからこそ、多くのたからものが集まってくるんですよね。

教えてくれたのは！



20年以上
道の駅 南国風良里に勤めた

や の の ぶ や
矢野 信也さん

道の駅 南国風良里
土佐打刃物



有限会社トヨクニ
はまぐち せい
濱口 誠さん



「道の駅 南国風良里」では、鎌倉時代から受け継がれる伝統の「土佐打刃物」の数々が専用の陳列棚にズラリ。地元・南国市の鍛冶職人たちが打ち鍛えた刃の美しさは、思わず見入ってしまうほど。

丈夫で長持ち！南国市産の特産刃物

道の駅
四万十大正
山菜うどん



椎茸、虎杖(いたどり)、筍(たけのこ)など、山菜のうま味が溶け込んだ温かいうどん。春になると地元の山でスタッフたちが山菜採りしており、時には常連さんも届けてくれるという。昔から変わらず、人と人をつないできた一杯。



30年変わらない山菜の味わい

あんぱん面白いですね！毎日ワクワク。土佐弁特集お願いします。(高知県・20代)

はみだしコラム



道の駅 大山
内原野焼

株式会社 陽和工房

にしむら いづる

西邨 出さん



国内屈指の生産量を誇る地元自慢のゆずと茄子を、同じく地元自慢の「内原野焼」で表現した愛らしい小皿。「道の駅で手にした人が安芸市を思い出すきっかけになれば」と、香りや感触を想像できる色味に仕上げている。

地元自慢のコラボレーション

ふわっと分厚い

玉子が特徴!



道の駅 田野駅屋
玉子巻



血鉢料理などの一品として田野町で愛されてきた「玉子巻」。地元の仕出店が道の駅にて単品で販売すると瞬く間に人気を集め、すっかり看板商品に。上写真の左が、仕出し・弁当「直(なお)」、右が仕出し・寿司「さくら」と、それぞれの店が作った玉子巻。どちらもファンが多い。

元気をもらえる宿毛のシンボル!



宿毛湾が目の前に広がる「道の駅すくも」。太陽の光や心地よい海風も、もちろん地元のたからものだ。とりわけ、寒暖差が大きくなる11月から2月頃に見られることがある「だるま夕日」は、地元で「幸運の夕日」と親しまれている。

道の駅 すくも
だるま夕日

港町の道の駅が生んだ万能たれ!

漁師町・久礼にある「道の駅 なかとさ」のマルシェでは、地元の熟練漁師さんが釣り上げ、自ら出品する鮮魚が並ぶ。品質も鮮度も地元住民が太鼓判を押すほど。開店と共にクーラーボックスを持参してやってくるお客さんまで!

道の駅に漁師直送の鮮魚市!?

道の駅 なかとさ
朝獲れ鮮魚

地元漁師

しばた こうじ

柴田 皓司さん



道の駅
かわうその里 すさき
土佐丼のたれ



新鮮な海の幸が味わえる須崎。道の駅では鰹がたっぷり乗った豪快な「土佐丼」が人気だが、こちらのたれもまた絶品!あまりの美味しさに地元民から「分けてほしい」と声が上がって商品化。万能調味料として愛されている。



になる の道の駅

大人気の

四万十流域バイキング!

「十和おかみさん市」の方々との連携で始まった「四万十とおわ」の人気バイキング。四万十流域の郷土料理を中心に20種類以上のメニューを味わえると、わざわざ訪れるお客さんが絶えない。



地元のたからものに
会うため
四万十の山奥へ!

雄大な四万十川が流れる山あいの風景に、溶け込むように佇んでいる「道の駅 四万十とおわ」と「道の駅 よって西土佐」。どちらも山奥にありながら、県内外からわざわざ人が訪れるほど人気の道の駅として知られている。その人氣が生まれた背景には、四万十川や山奥という地域性を活用し、従来の道の駅のような「立ち寄る」というコンセプトではなく、「目的地」として駅づくりが進められてきたことが大きく影響している。

この地に最初の道の駅が誕生したのは平成19年。「四万十とおわ」は、四万十町十和（とおわ）地域の自然や食文化、特産品といった「地のもの」に出会える駅として一躍話題に。とりわけ、地元の女性たちによる「十和おかみさん市」も協力の四季折々の手づくり料理のバイキングは行列ができるほど。訪れた人に「ここにしかない」を提供するスタイルは、後にオープンする「よって西土佐」にも影響を与えたという。



のどかな風景に佇む「四万十とおわ」。平成19年のオープンの際は、1日で当時の地元住民の総数に匹敵するおよそ3000人が訪れた。





西土佐のたからもの！

あゆの塩焼きも地元住民も

「ここにしかない」から目的地 四万十の山奥

四万十川が静かに流れる山あい、県内外から多くの人たちが訪れる道の駅が二つ。その魅力の出どころはいったいどこにあるのだろう。



川魚を塩焼きやフライで楽しめる「よって西土佐」の「鮎市場」は、元々四万十川漁協組合の鮎市場で働いていたという、駅長こだわりの場所。リーズナブルな地元価格も人気の理由だ。

道の駅 よって西土佐

はやし たいすけ

林 大介 駅長

平成27年にオープンした「よって西土佐」は、「四万十とおわ」から車で15分ほどの距離ながら、十和とはまた違った、四万十市西土佐地域ならではの個性が感じられる場所。道の駅のコンセプトは「てんねん」。店内に採れたての野菜を載せた軽トラックが停まっていたり、あゆの塩焼きの実演販売が行われていたり、活気があふれている。

「道の駅は地域のダイジェスト版であり、生活を発表する場です！」と話すのは、駅長の林さん。庭先の畑で育てた野菜や手づくりの工芸品が誰かに買われる喜びや、地元発のアイデアが成功する楽しさ。そういつた、地元住民が道の駅を舞台に日々感じている活気こそ、そのまま道の駅の魅力になると言う。二つの道の駅に、地域のたからものが集まってくるのは、まさしくそんな思いがあるからこそ。わざわざ山奥まで足を運ぶようになるのは、地元の皆さんから元気をもらえるからかもしれない。

道の駅の魅力は
地域と人から
生まれてくる

手づくりの惣菜やお菓子も販売している。「道の駅とあわせて、直販所『十和の台所』にも寄ってよ〜」。



道の駅 四万十とおわ

「十和おかみさん市」の皆さん

の「あ の 味」に 会 い に

あの道の駅のあの味…。思い出したら無性に食べたくなってしまうたからものには、ワケがある！
話題の逸品を訪ねて、その誕生秘話を聞いてみると、その地域ならではの食文化があった。

「畜産の町らしい名物を作ろうと、今から10年以上前にできた豚丼なんです」と教えてくれたのは、創業当時から「道の駅 あぐり窪川」で働いており、現在は駅長を務める武内さん。この丼を食べへにはるばる遠方からやってくる常連客も珍しくないという。もともとメニューにあった「みそ漬け定食」をアレンジして作られたもので、その時から味付けに使われていたのが四万十町の「じんさい味噌」。こちらは地元で半世紀以上の

オール四万十町の こだわりの名物豚丼



四万十町神ノ西(こうのさい)の主婦グループが作り始めた、じんさい味噌。道の駅でも購入できる。

歴史がある「じんさい味噌組合」の主婦グループが手がけており、「仁井田米」と「窪川大豆」を使った味わい深い田舎味噌。町内の給食にも使われていることから、子どもの頃からこの味に親しんできた町民も多い。「四万十ポーク」の下に隠れるご飯も、もちろん仁井田米と、まさしく「オール四万十町」のこだわり豚丼。「四万十ポークどんぶり街道」の盛り上げ役として愛されている。



田舎味噌の風味がたまらん！

道の駅 あぐり窪川

たけうち ひさのり

武内 寿典 駅長

道の駅にある旬のたからもの！

グリーンレモン

道の駅
ビオスおおがた

6月中旬～9月上旬

海風のミネラルを受け、
風味豊かなグリーンレモンは黒潮町の名産。

四万十川の天然なまずは上質な白身が特徴で臭みがゼロ。フライにすると美味しさがい際立つ。

天然なまず

道の駅 四万十とおわ、
道の駅 よって西土佐

4月～10月



まほろばトマト

道の駅 南国風良里 (JA高知県 風の市)

2月～5月

水やりを控え、減農薬で栽培される。トマト本来の甘みと豊かな風味が特徴。



余すことなく食べられるうどや、溪流沿いに育つ葉わさび、「山菜の王様」とも呼ばれるタラの芽など、春になると津野町の自然で育った山菜が並ぶ。

山菜 道の駅 布施ヶ坂

2月下旬～5月



完熟苺

道の駅 なかとさ

12月～5月頃

地元のいちご農家が手がけた種まで赤い「完熟苺」は、道の駅でも大人気！

道の駅

海辺の町ならではの逸品サバカツ

無性に食べたくなるワケを探してきました

青く澄んだ太平洋が目の前に広がる、黒潮町の「道の駅 ビオスおおがた ひなたや食堂」で根強い人気を誇るメニューが、「サバカツ定食」だ。こちらのサバカツ、なんと一度干物に加工されたものを使用しており、ひと口頬張れば、旨みがぎゅっと凝縮されたサバの味わいに思わず驚くほど。この「干物を揚げ物にする」というアイデアは、食堂に長く勤めた元板長が考案したもので、使用している干物も、その元板長の実家である黒潮町の港町、田野浦の海産加工

会社が作り続けてきたもの。サバカツ定食は、厨房で手間をかけて一本一本骨抜きするため数量限定のメニューだが、田野浦産の干物は道の駅の売り場にも並んでおり、地元民はもちろん、観光客などにもファンが多い。このサバカツ定食は、肉よりも海産物が身近な海辺の町だからこそ生まれてきたものなのかもしれない。



歯応えのある衣に包まれた、ふっくらしたサバの身。海の旨みがぎゅっと詰まっている。

※サバカツ定食は土曜、日曜限定の提供ですが、提供が無い場合もあります。事前のご確認をおすすめします。



干物を揚げた海の町の「馳走

道の駅 ビオスおおがた
ひなたや食堂 厨房スタッフ

とくます たつひろ
徳増 達宏さん

地元でも滅多にお目にかかれない本マグロ。脂がのった「本ヨコ」と呼ばれる本マグロの子もおすすめ。マンボウは近くの漁港で水揚げされた時にだけ並ぶ。

本マグロ、マンボウ

道の駅 東洋町

12月～2月

自然薯

道の駅 田野駅屋

11月下旬～1月中旬

強い粘りが特徴。採れたてが並ぶので香りが強く、天ぷらやお好み焼きにしても美味。



南国市白木谷が名産地。旬の時期になると採れたてのものや土佐煮にした加工品などが並ぶ。

四方竹

道の駅 南国風良里

10月中旬～11月上旬



かりかり桃子

道の駅 美良布

7月中旬頃

幻ともいわれる桃で、かわいらしいその名の通り、独特の食感が特徴。



夜須町特産のエメラルドメロンは道の駅でも大人気。食べ頃を売り場で教えてもらえる。

エメラルドメロン

道の駅 やす

6月～7月

津野町の里芋が 地元の連携で絶品の担々麺に！

令和4年に誕生して以来、「道の駅 布施ヶ坂」で話題の「里芋担々麺」。濃厚かつクリーミーな味わいながら、ヘルシーな里芋が主役とあって、リピーターを続々と生み出している。もともと津野町の特産品だった里芋だが、規格外のものを活用しきれないという課題があった。そこに目を付けたのが、津野町役場と道の駅、そして地元の実業者である「満天の星」の三者。「里芋に新たな価値を」と、アヒー

ジヨや缶詰など、次々に新商品を誕生させたそう。パースト状にした里芋を使ったポスタージュまで開発が進んだところで、ラーメンを愛する「満天の星」社長、竹村典徳（たけむらふみのり）さんの発想が融合し、見事、この担々麺が誕生。道の駅の店長、久川さんも「津野町の特産品をたっぷり使った自信作を、観光客や地元の方に知ってもらえて嬉しいですね」と胸を張って提供している。



昔から「タイモ」とも呼ばれて親しまれてきた里芋。連携する津野町役場もPRに励んでいる。

濃厚ヘルシーなお山の担々麺



道の駅 布施ヶ坂

ひしかわ のぶゆき

久川 伸行 店長

美味しいものを届ける

地元民を育てること

「どの道の駅もかわいいたが子みたい。プロデュースを離れても、やっぱり気になりますよ」。そう話すのは、数々の道の駅で名物グルメを生み出してきた大原さん。地元ならではの美味を作り出す秘訣は、レシピはもちろん、実は地元民を育てることにあるという。「名物グルメが結果だとしたら、目標となるのは地元との信頼関係を築くことです。実際、「大原さんと出会って人生が変わった」と嬉しそうに話す人も少なくない。名物の味の影には、料理人として成長した地元民がいることにも思いを馳せてみたい。



フードプロデューサー

おおはら いちろう

大原 一郎さん

炭によもぎ、
カツオ出汁まで!

地域の素材を「ひんやり」いただく♪

道の駅は「地元アイス」の宝庫!

道の駅の逸品メニューでお腹いっぱいになっても、スイーツは別腹!しかも道の駅のアイスは、
その土地ならではの食材を生かしたものが目白押しなのだ。

まきのさんの道の駅・佐川

ごちそうあまざけ ソフトクリーム

佐川町の酒蔵「司牡丹」の米麴を使ったあまざけの優しい甘さが特徴。癖がなくノンアルコールなので子どもでもペロリと食べられる。

道の駅 キラメッセ室戸

炭ッキー

ジオパークの岩をイメージし、炭パウダーを練り込んだ手作りジェラート。炭クッキーの食感もいいアクセントに。

道の駅 大月

大月ソフト (ばんかん)

地元の牛乳を使用した自家製のソフトクリームに、大月町産の晩柑ソースがたっぷり。爽やかな香りとさっぱりした味わいが楽しめる。

道の駅 なぶら土佐佐賀

黒糖ソフト

200年前からサトウキビを生産する黒潮町。トッピングされているのは地元産の黒糖と糖蜜で、コクのある上品な甘さを堪能できる。

道の駅 布施ヶ坂

よもぎ アイスクリーム

道の駅のスタッフによる手摘みのよもぎを使ったアイスクリーム。3月～6月限定で味わえる、津野町ならではの山の恵みの味。

道の駅 なかとさ

カツオ ソフトクリーム

カツオ出汁を練り込んだソフトクリームに、豪快にカツオ節をまぶした漁師町のソフトクリーム。ほのかな塩味が甘さを際立たせる。

たからもの

いろいろな思いを胸に、道の駅で働く人たち。地域を盛り上げる大事な役割を担う道の駅では、駅長をはじめ、若手や移住者も活躍している。どんな思いがあるか、聞いてみよう。

「道の駅 土佐さめうら」の和田さんは、駅長として活躍し、12年目のベテラン。「道の駅から土佐町を元気にしたい」と、嶺北地域の名産「土佐あかうし」の牛串の販売や、手ぶらで楽しめるBBQといった取り組みを展開し、道の駅を年間6万8000人が訪れる観光拠点に成長させた。そんな和田駅長に影響を受けたと話すのが、移住者でデザ

イナーの高橋さん。移住してすぐに、地域活性化に関する集まりで二人は意気投合。和田駅長の「土佐町愛」も、高橋さんにしっかりと受け継がれ、観光客のために民泊を始めたたり、閉館していた地元の旅館の再生プロジェクトに参加したりと、地域の盛り上げ役として活動している。そんな二人の思いが形になつたものが道の駅のオリジ

ナルトートバッグだ。「ここにしかない商品を作りたい」という和田駅長の思いに、「それならみんなが使えるトートバッグはどうだろう?」と考えた高橋さんがデザインし、商品化。「これからも道の駅を充実し、土佐町を活性化させて、ゆくゆくは町の人口を増やしたい」と語り合う二人。同じ夢に向かって挑戦を続けていく。

駅長から移住者へ受け継がれる地元愛 道の駅から地域を盛り上げる!

BLUE AND WHITE DESIGN 代表

たかはし ゆうへい 高橋 雄平さん

京都府生まれ。令和2年に、東京から奥様の故郷である土佐町に移住。現在はデザイナーとして地域振興に貢献している。



3月から11月の土日祝日には、地域を訪れた人に気軽に味わってもらおうと、道の駅で焼く「土佐あかうし牛串」も登場する。



オリジナルのトートバッグは、なんと全部で10種ほど! 道の駅には他にもいろいろな作家の商品が所狭しと並んでいる。



道の駅 土佐さめうら

わだ けいし 和田 啓士 駅長

町議会議員を経て、平成26年に駅長に就任。道の駅の運営はもちろん、現在は「土佐町観光温泉地化計画」も企画しているという。



若者・
移住者も
活躍!

地域を元気にする “人”も道の駅

地域経済に貢献するため
住民と協力しながら
誰からも愛される道の駅に

「駅長つていうのは肩書きだけで、私はみんなに支えられてばかりなんです」と話すのは、「道の駅 東洋町」の三瓶 駅長。現在28歳の移住者だ。もともと「地域経済に貢献できるような仕事があったい」という思いがあり、縁があつて東洋町へ。知らない土地でやっていけるか不安もあつたが、「家に招いてくれるなど、地域の皆さんが温かく迎え入れてくれた」と移住してからの生活を振り返る。今では、休日を近所のおじいちゃんと過ごすほどのなじみつぶりだ。そんな三瓶さんが大切にしているのが「地元で手に入れた、地元の食材を食べてほしい」という思い。生産者

の野菜を並べたり、道の駅同士のつながりを生かして高知県産の商品を仕入れたりと、車で20分かかる町外のスーパーに行かなくても、地元で買いたい物が完結できるように売り場を充実させた。「売り場にスイーツコーナーを設けたら、地元の方が積極的に出品してくれるようになったんです」。新しい取り組みに協力的な地元住民がいることも心強い。「『ここで働きたい』と思ってもらえる道の駅にすることが、今の私の目標。そのうえで、地域内外の方から愛してもらえる道の駅にしていきたいです」と、目を輝かせている。



甲浦(かんのうら)港でその日に水揚げされた魚を、鮮魚店がさばいて道の駅の店頭へ。旬の海の幸を目当てに、毎年訪れるリピーターも。



道の駅 東洋町

さんべい あさみ

三瓶 杏沙美 駅長

平成9年、埼玉県生まれ。まちづくり会社に就職し、令和6年4月に現職に就任。東洋町の「地域おこし協力隊」としても活動している。



令和6年8月に道の駅に登録されたこちら。白浜海水浴場とキャンプ場が隣接しており、カツオの薬焼き体験も提供している。

そこにあるのは「あたたかさ」 人と人をつなぐ 道の駅の産直市

横のつながりで仲間が増えてきた
香北町らしい直売所

香美市香北町の「道の駅
美良布」で、直販店「韭生（に
ろう）の里」を運営している
のは、出品者たち自らによる
協同組合。現在は300名
ほどの組合員が出品してい
るという。その多くは専業農
家ではなく、畑仕事や加工品
づくりを暮らしの一部にし
ている地元住民。近所の人から
「あんたも出してみんか
え？」と誘われたなど、町内
の横のつながりもあって、出
品者が徐々に増えてきたそ
う。

生産者がグループを組ん
で地元らしい商品を開発。販

売していることも、韭

生の里の特徴のひ
とつ。女性グルー
プ「にろうまい

こ」が生んだ
「韭生 玄米か
るかん」は、いまやこの地の
名物お菓子。「奥ものべじ
ばあんぜん会」も、地域の
ゆず皮を材料に新商品を展
開している。そこには
「ちよつと」一緒にやってみよう
や」という、この町らしい仲
間感覚、フットワークの軽さ
も、大いに働いているのだと
か。

山椒、小梅、大葉、椎茸など、奥物部地域らしい、
季節ごとの山の恵みも売り場に並んでいる。



道の駅のお楽しみといえば、やっ
ぱり産直市！地元のたからものが
集結する売り場は、住民を中心と
する出品者たちの生きがいの場
にもなっている。そこには、人と人
をつなぐ温かさがあふれている。



香北町は、アンパンマンの生みの親、やなせたか
しさんのゆかりの地。道の駅には子どもたちも多く
訪れる。

「にろうまいこ」の皆さん



アスリートや頑張っている方を特集してほしい。（愛媛県・40代）

はみだしコラム

キーワードは
「地域と共に!」

地元に寄り添うことも 道の駅の大事な役割!

昨今、地域の観光振興を意識した道の駅づくりが進められる一方で、「ドライバーのための休憩所だったり、地元産品の販売所だったり、あえて道の駅らしい原点を大切にしています」と話すのは、いの町にある「道の駅 633美(むささび)の里」の駅長の尾崎さん。売り場をのぞいてみれば、たぬき油や野草茶、わら草履など、昔ながらの山の暮らしを感じさせる産品を見つけることができる。「地元の生産者さんには、好きな時に好きなだけ出してもらえたら」というのが、尾崎さんのスタンス。売り場に商品が間に合わない時は、お客さんに「入荷次第、また連絡します」と伝える。その地域らしい暮らしや、地元の生産者のペースを大事にすることも、道の駅に地域のたからものが集まってくる理由のひとつかもしれない。



道の駅 633美の里

おさき たつや

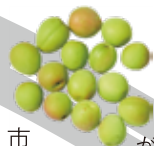
尾崎 立也 駅長



うえだ ともこ
上田 智子さん

のむら ゆい
野村 唯さん

「ここがなかったら生活に張りがない。儲けやないのよ」と上田さん。夜須町の若手農家が育てる野菜や果物も、やすらぎ市の自慢で、秋には、田代さん(左写真)ご家族の水晶文旦も並ぶ。



「赤生姜」のシロップは、そんなやすらぎ市らしい商品のひとつ。

「道の駅やすらぎ」にある直売所「やすらぎ市」は、もともと町内にあった良心市が、道の駅のオープンとともに移転したもの。そのため出品者も昔からの顔なじみが多く、お互いを気遣う一体感が根付いている。ドーナツなどを出品する上田さんは、売り場に出ると他の出品者の商品まで傷みがないか見てまわる。世話役としても信頼される山岡さんは、誰に頼まれずともつばめの巢のフン受けを設置している。温かい助け合いがあふれているのだ。



羽尾地区で赤生姜を栽培してきた長野省三さん(右)と、地区の世話役の山岡和三さん(左)。山岡さんが出品するパウンドケーキは絶品。

赤生姜とは、町の奥地にある羽尾(はお)地区で栽培されてきた、鮮やかな赤みが特徴の珍しい生姜だが、収穫して間もないうちに黒く変色してしまつたため、流通には乗りづらいもの。そんな赤生姜を守ろうと、やすらぎ市が製造しているのがこのシロップなのだ。旬の11月頃には、鮮やかな生の赤生姜もこの売り場に並ぶ。

夜須町の産品を守るため
出品者たちが結束して助け合う





地元業者の協力のもと店内の改装工事を行った。商品のラインナップも新しくなりお客さんも増えたという。



「この地域で頑張っている企業や人がいることをもっと多くの人を知ってもらいたい」と言う鯖戸さん。メニュー開発などにも積極的に取り組んでいきたいと意気込む。

やった分だけ形になる これから走り続けるのみ

令和7年7月から、道の駅
四万十大正で新代表を務める
鯖戸さんは、今から3年前、縁
もゆかりもなかった高知に地
域おこし協力隊としてやって
来た。「協力隊の仕事を探して
いた時、地元に関づく道の駅に
ピンとききました。前職で経営
支援の仕事をしていたことも
あって『継続していく上で困っ
ている』と書いてあった、「四万

十大正」のことが気になって頭
から離れなくなり、ここ1本
を目標して来ました」と振り
返る。そうして協力隊の任期
中は、道の駅と周辺地域をよ
り深く知るため、とにかく人
に会い、話を聞き、関係づくりに
専念。その甲斐あって、新た
な商品が仲間入りしたり、地
元の業者が協力して改装工事
を行ったりと、地道に築いてき

た関係が形になっていくこと
を実感。この仕事の面白さに
気づき、次期代表を決める場
でただ一人手を挙げた。「峯味
さんをはじめ一緒に働く仲間
や地域の方、みんなが支えて
くれているので本当に心強い
です。やった分だけ必ず形にな
るので、学びながら走ってい
たいと思います！」と笑顔で力
強く話してくれた。

今回の関係

新代表
前代表

道の駅 四万十大正 新代表

さばと りお
鯖戸 梨央さん

平成11年生まれ、愛知県出身。令和4年7月に「道の駅四万十大正の運営サポート」をミッションに掲げる四万十町大正地域の地域おこし協力隊に着任。令和7年6月に任期満了。



道の駅に登録される前から長年愛されている山菜うどん。
「代々受け継がれたきた味をこの先も守ってほしい」と水間
さんは話す。



道の駅 四万十大正 前代表

みま みねみ
水間 峯味さん

昭和26年生まれ、四万十町出身。もともと農協女性部に所
属しており、道の駅に登録される前の平成3年頃から勤務。
平成25年より代表を務め、令和7年5月をもって退職した。

「四万十大正」は前身が農協
女性部が運営していた休憩施
設ということもあり、ずっと地
元の女性たちが働いてきた過去
がある。水間さんもその中の一人
で、30年以上にわたる勤務歴の
約半分の年月を代表として務
め、女性陣を引っ張りながら地
域を盛り上げてきた。「ここまで
長く続けてこれたのは人間関
係の良さ。働くみんなのチーム

ワークがとても良かったです
ね」と振り返る。そんなチームに
3年前に入ってきたのが鯖戸さ
んだ。ちょうど水間さんが「情報
発信の仕方」を模索していた頃
で、若い感性でどんどん情報発
信し、人脈を広げ、切り開いてい
く姿に驚かされた。「彼女は私
からしたら孫のような存在。他
のメンバーにも、みんなで支え
て助けちゃらんといかんと常

に伝えていきます」。
退職することになったん区切
りはつけるものの、いつでも応
援し、見守り続ける姿勢は変わ
らない。「失敗してもかまっ
ましいかんかってても何回でもや
り直せる。とにかくやってみん
ことには始まらんき、何でも
やってみいや!」と、エールを
送った。

見守り、支え、応援する とにかく何でも挑戦してほしい

作る人、伝える人、つなぐ人、遺す人…
ここ高知で、そんな仕事や活動をしている人と
その人がリスベクトする人にスポーツを当て
2人の関係性、双方の思い、そしてこれからことなど
胸に秘めたる熱い思いをひもといていく

「いろいろ励ましてくれるから
チャレンジしやすい」と鯖戸さ
ん。「いつも応援しゆきね」と水
間さん。2人の絆が感じられた。



はみだしコラム 高知県、2回行って大好きな場所になりました。遠いけど…

どさぶしも毎号欠かさずチェックしますね! (岐阜県、40代)

ワカモノがゆく! vol.4

土佐文化体験記

高知県内各地で脈々と継承されてきた地域の文化を、ワカモノたちが体験!
今回は、いの町の「和紙体験実習館」で、地元の高校生が土佐和紙草花入りハガキ作りに挑戦。



土佐和紙は
何回見てもきれいです!



体験者(代表)

なかおか まなと

中岡 愛斗さん

高知市出身。伊野商業高等学校
3年生。和紙研究部の部長を務
める。文化を紹介する発表会や、
イベントで土佐和紙の魅力を発
信している。

いの町の産業を支えた

土佐和紙の新たな価値に

息吹を吹き込む

1000年以上の歴史があ
り、いの町の産業を支えてきた土
佐和紙。かつては仁淀川下流域に
紙漉き(すき)職人や物流の人々
が集まり、にぎわいを見せてい
た。しかし時代の流れで和紙の需
要は減り、機械化も進む中で、伝
統の継承が難しくなっている。

そんな中、土佐和紙の伝統を
未来につなげていこうと作られ
たのが土佐和紙工芸村「和紙体
験実習館」。誰でも気軽に楽しめ
る紙漉き体験から、過去には職人
の育成まで行っていた。今回は、
地元高校生が「草花入り土佐和
紙ハガキ作り」に挑戦した。

一つとして同じものがない

土佐和紙

若い世代に魅力を届ける



いの町

土佐和紙

高知県のいの町や土佐市で、1000年以上前から作られてきた日本三大和紙のひとつ。清流として知られる仁淀川のきれいな水と、山間で育つ、楮(こうぞ)、三桠(みつまた)、雁皮(がんぴ)の生産量が多いことから、製紙技術が発展してきた。薄くて破れにくいという品質の良さから、国の伝統的工芸品に指定されている。

問い合わせ先／088-892-0127
(道の駅 土佐和紙工芸村
和紙体験実習館担当)



1.仁淀川の伏流水を使用して、紙を漉く生徒達。 2.土佐和紙の講師を務める中岡孝幸(なかおかたかゆき)さん。 3.贈る人のイメージに合わせて草花を並べる。 4.いの町出身で「土佐紙業界の恩人」といわれる吉井源太の製法で和紙を製造する職人さんと話し、部活動で得た知識を目の当たりにする。

講師の中岡さんから説明を受け、慣れた手つきで手際よく紙を漉いていくのは伊野商業高等学校の和紙研究部に所属する生徒たち。和紙研究部では、土佐和紙の認知度向上や後継者不足の課題を解決すべく、さまざまな活動をしているという。「和紙は繊維の方向によって二つの表情が異なり、同じものがないのが魅力です。そんな土佐和紙のことを自分たちよりもっと若い世代に知ってもらいたい」と話すのは、3年生で部長の中岡さん。和紙研究部は、地元の子どもたちに自分たちが住む地域の特産品である土佐和紙に触れて関心を持つてもらうことを目的に、小学生を対象にした和紙工作教室も行っている。

かつては日用品として用いられた実用的な価値を担っていた土佐和紙も、今では、外国人観光客をはじめとした人々が体験を求めて訪れる、文化的価値へと役割が変わった。講師の中岡さんは変わりゆく価値とともに、これからも多くの人に土佐和紙の存在を伝えていきたいと、生徒たちの様子を優しく見守りながら話してくれた。

高知の薬味の底力

赤しそ

今回は

キラリ、そして「ピリリ」と放つ存在感。高知の食文化に欠かせない、辛くて香り高い「薬味」の数々

歴史、産地、そしてその薬味を使った料理のことをもっと知りたくありませんか？



汗見川地区と赤しその関わりは古く、昔から家の庭先などで栽培されていた。特に

本山町の山里で育つ
爽やかな赤しそ

独特の爽やかな風味を持ち、古くから日本料理の脇役として親しまれてきた「しそ」。「青しそ」と「赤しそ」の2種類あるが、今回紹介するのは本山町汗見川（あせみかわ）地区の赤しそ。



汗見川地区で栽培される赤しそは、葉の表が緑色で、裏が赤紫色の「裏赤しそ」と呼ばれる品種。独特の爽やかな香



30年の時を経て 庭先のしそが名産に

汗見川地区と赤しその関係が深まったのは今から約30年前。現在の人気商品「しそごち（しそジュース）」の原型を、地元女性らが「汗見川マラソン」のランナーのために作ったことがきっかけだ。本格的に栽培が行

近年は搾汁を使った加工品が人気を集め、出荷時期（7～8月）に生産者総出で行われる搾汁作業は、地域の文化を映す夏の風物詩にもなっている。

われるようになったのもこの時期からで、以降も若者の地域離れや住民の高齢化が進む中、地元住民らがそのレシピを継承・改良し、近年は地域の加工会社とも協力して全国へと発信している。長年、汗見川地区の地域活性化に従事してきた山下さんは「汗見川のしそは多くの人

はみだしコラム 冷凍の甘酒に興味を持ちました。（高知県・50代）

話し手

汗見川活性化推進委員会 会長

やました ふみかず

山下 文一さん

昭和16年生まれ、本山町出身。集落活動センターを拠点に地域活性化に従事。赤しその栽培、加工品開発にも携わる。



四国カルストが見守る畑で育つ
ミネラルたっぷりの野菜たち



朝から収穫、出荷作業をしたら、
午後は2人で植え付けや種まき作業を行う

は
じ
め
る
！
と
す
で
は
じ
ま
る
さ
っ
と

朝から収穫、出荷作業をしたら、
午後は2人で植え付けや種まき作業を行う

自然体で過ごせる梶原町で
大好きな農業を！

「雲の上ガーデン」を運営する
尾森さん夫妻は「多品目を少量ず
つ栽培するのは手間がかかりま
すし、儲かりません」と笑う。しか
し「野菜は文句を言わないし、毎日
太陽と一緒に作業ができるのが農
業の魅力です」と話すとおり、毎日
畑に通うだけでなく、たまの休
みの日も家庭菜園の世話をしたり
と、とにかく農業が好きな2人。
平成29年に移住した梶原町は、年
間を通じて農業ができる気候で、
地域の人も大らかな性格で、2
人にとってこの上ない移住先とな
った。現在は、古くから県内の山
間部で栽培され、おやつとしても
親しまれていた「もちきび」など
聞きなれない品種のものまで、
年間80種類もの野菜を栽培。「自
由度が高い暮らしができて幸せ。
これを維持することが今後の目標
です」と笑顔で話してくれた。



おもしろいへい さわち
尾森 昇兵さん、沢智さん
@kumonouegarden

農業第一の昇兵さんは北海道出身の43歳、虫や鳥が好きな沢智さんは静岡県出身の32歳。ふるさと納税やネット通販で、季節の野菜セットを販売。少量多品目のため、余剰に採れた時には町内の道の駅等にも出荷している。暮らしの中で唯一辛いことは、海と夕日を見られないこと。

何事もまずは飛び込んでみる
自分次第で生活は楽しくできる



つ
な
い
で
つ
む
い
で

県史編さん室

高知県史(自治体史)とは？

高知県について伝え残されたさまざまな資料を調査し、県の歴史を詳細に記したもの。郷土の歴史を知る、大切な手

受け継がれる文化の記録

高知県文化財の

調査がスタート



過去を未来に
引き継ぐための調査を
行っています！

高知の文化財といえば、何が
思い浮かぶだろうか。

文化財には、お城や寺社、江戸時代の暮らしを伝える古民家などのような建造物、仏像や絵画、古文書などの美術工芸品、紙すきの技術などの無形文化財、地域の風習やお祭り、道具などの民俗文化財、自然が作り出す風景や地質鉱物、希少で珍しい動植物、山城跡、庭園などのような記念物、そして文化的景観、伝統的建造物群保存地区などがあり、実に多岐にわたる。

これらの文化財に焦点を当て、高知県史文化財編を刊行するため、令和7年4月に新しく文化財部会が発足した。主に高知県内の国、県指定文化財の保存や保全の状況、現状について調査していく方針である。また、今後の保存や活用につなげられるよう、文化財の指定を受けるに至った経緯や理由なども調査していく予定だ。

国重要文化財「高知城天守・本丸御殿」



県無形民俗文化財
「土佐の花取踊(太刀踊)連池
太刀踊(撮影者:島本慶子氏)」



国天然記念物
「平石の乳イチョウ」

高知県の文化を後世へ 県民と歩む保存の道

部会をまとめる岡本桂典部会長（高知県文化財保護審議会長）と三浦要一副部会長（高知県立大学文化学部長）に、これからの文化財部会の活動方針や意気込みを伺った。

「高知県の文化財の現状を把握し、今後の保存や活用につなげるためには、文化財編の編さんに向けた調査活動は非常に重要です。特に指定年が古い文化財ですと、指定経緯や理由が分からなくなっているものもあるので、これを機にしっかりと調査する必要があります。そして、高知県の文化財の歴史や成り立ちを、多くの県民の方々に知っていただきたいですね。」と二人は語ってくれた。

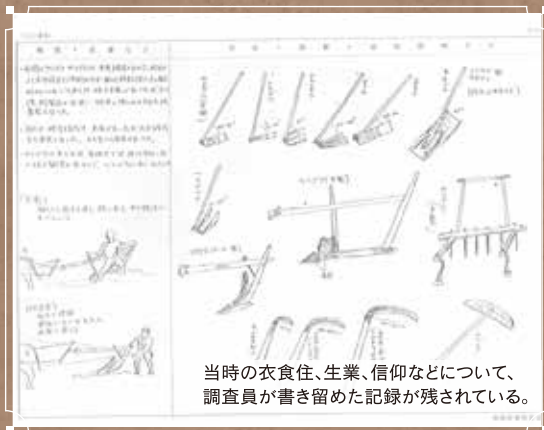
文化財部会では令和7年度から、県内全市町村を巡り文化財とそれに関する資料の調査を始めている。保存に携わる地域の方々にも協力してもらいながら、文化財にまつわる資料を一つ一つ集めていく。



第13回 高知県史民俗部会

史料が語る ものの語

昭和56、57年度の「高知県民俗文化財分布調査」では、県内各地の明治生まれの古老たちが経験した民俗の記録が収集された。調査成果は『高知県民俗地図』としてまとめられ、かつての県内における民俗の分布を知ることができる。



当時の衣食住、生業、信仰などについて、調査員が書き留めた記録が残されている。



当時記録された調査表が、高知県立歴史民俗資料館に保管されている。

新たな高知県史と「民俗地図」

高知県史民俗部会では、県内全域でアンケート調査を実施し、「民俗地図」を作成することを計画している。

「民俗地図」とは、ある種類の民俗事象の分布を地図上にプロットしたもの。『高知県民俗地図』の中から一例を挙げると、「餅つきに使う臼を何と呼ぶか？」という質問について県内の分布を示した図が作られている。図を見ると、県全域で「ツキウス」やそれに近い呼び方が見られる中で、高岡郡から吾川郡にかけての一部地域には「タチウス」という呼称が特徴的に分布していたことなどが分かる。

ただし、有効な民俗地図を作るにはデータの採集時期や調査方法を揃えることが必要だ。その点で、全県的な調査を一齐に行える高知県史編さん事業は「高知県民俗文化財分布調査」以来の民俗地図を作るチャンスと言える。この調査表は、新たな高知県の民俗地図を描くにあたって大切なヒントを示しているのだ。

高知県の
歴史に触れる

県史特集

受け継がれる

入野松原の風景

今回のテーマは、黒潮町の景勝地「入野松原」。
太平洋を目の前に白砂青松の絶景が広がる。
数百年以上に渡って地域で受け継がれてきた
その風景の歴史とこれからを訪ねた。



「道の駅ビオスおおがた」の支配人。祖父の実家が黒潮町であることから、子どもの頃から入野松原を訪れていた。

ど い み か
土居 美香さん

「特定非営利活動法人 NPO砂浜美術館」理事長。神奈川県生まれ。砂浜美術館に惹かれ、黒潮町に移住。

むらかみ けんたろう

村上 健太郎さん

黒潮町旧大方町で
受け継がれてきた名勝
入野松原の歴史

高知の現代を「くらし」の視点から明らかにするため、県内外で資料調査と聞き書き調査を進めている高知県史の現代部会が、今回足を運んだのは黒潮町。この地で名高い景勝地である「入野松原（いりのまつばら）」は、地元住民が古くから受け継いできたものだ。入野海岸の松の植生は「入野松原学習ノート」によると縄文時代にまで遡り、江戸時代以降、地域の先人たちの手で松林として大切に守り育ててきた歴史がある。そんな入野松原の風景について、「NPO 砂浜美術館」の理事長、村上さんと、「道の駅ビオスおおがた」の支配人、土居さんに話を聞いた。

「防砂や防風、防潮、それに薪の供給源など、入野松原は住民たちの暮らしに欠かせないもので、だからこそ受け継がれてきたんだと思います」と村上さん。住民たちによる松原の植林の記録は多く、例えば、嘉永7年（1854年）の「安政南海地震」では、大津波で傷ついた松原を復旧するために各戸が6本の松苗を植え、それが19年間も続けられたと伝えられている。

活用されることで 受け継がれていく 入野松原のこれから

そんな入野松原を、砂浜美術館は「常設展示のアート作品」と位置付けている。今からおよそ25年前、村上さんが初めて黒潮町を訪れたのも、松原を会場に開催されている「潮風のキルト展」のボランティアスタッフに応募したからだった。「富士山とか屋久島みたいな、

圧倒的な自然があるわけではないけれど、地域にあるものを美術館の作品と捉える発想に惹かれて」。村上さんは、その時の松原に響く楽しそうな声や、穏やかな木漏れ日、潮風の心地よさを覚えていたという。「これからも入野松原を受け継いでいくために、今年は『入野松原学習ノート』をつくりました。アートの観光に、松原のいろいろな活用方法を考えていきたいと思っています」。



海風や大津波から町を守ってきた入野松原。現在も黒潮町や「入野松原保存会」が保全活動を行う。

道の駅で生まれる 入野松原の未来 新しい活用方法を探る

観光地はもちろん、住民の憩いの場でもある松原を身近で見てきたのは、道の駅の土居さんも同じだ。「毎週土曜日に松原で開催されるランニングイベントを走り終えた人たちが、道の駅に立ち寄ってくれますね」。取材中は「入野松原を素材に道の駅のオリジナル商品を開

発できないかな」と考える瞬間も。「走ったり、歩いたり、足をとめて草花や野鳥を観察してみたり。道の駅で買い物や食事を楽しんでもらいながら、入野松原で一日を楽しんでもらえたら」。3年後の令和10年、入野松原は、国の名勝に指定されて100年を迎える。新しい活用方法が生まれることで、その歴史がますます刻まれていくはずだ。



入野松原学習ノートでは、松原と入野の浜との関係性などを専門家が語っている。



道の駅の情報館では、生き物の骨の標本も展示。砂浜美術館の歩みを知れることも。



松原から望むTシャツアート展。イベントが開催されていないときでも、道の駅の情報館を訪ねることで、1日の楽しみ方を案内してもらうことができる。松原の心地よさを感じてみて。

さて、その目的は…

丑三時

— 土佐折化汁草紙 —



ザッ

何やら気になる催し事があるとか無いとか…さて、朝日が昇るまでに辿り着けるのやら…

高知県立歴史民俗資料館の企画展に「土佐お化け草紙」を展示。

令和7年7月4日(金)～9月7日(日)

「土佐お化け草紙」は、高知に伝わる妖怪絵巻。もとは江戸時代に、土佐藩の老家だった佐川氏の深尾家に伝えられた物とされる。

収録されている妖怪は18種で、巻頭に妖怪たちが黒髪山から土佐の国に集まつてきた場面があり、最後は夜が明けて退散する場面で終わる。収録された妖怪の中には、現高知市薊野(あぞうの)に出た「怪火(けちび)」や、現高知市潮江(うしおえ)に住んでいたという「骨なし女」、土佐の山中で多くの人が見たという「山父(やまちち)」など、土佐ゆかりの妖怪も含まれている。巻末には「土佐お化け草紙(幼君夜伽用)」と記されており、子どもに読み聞かせていたのではないかといわれている。

さて、妖怪たちはなぜ土佐に集まってきたのか？ 現代でそのようなことがあるとすれば、気になる催し事を見に来るためだったりして…。

高知の喫茶店やモーニング事情についてもっと知りたいです。(高知県・40代)

はみだしコラム



道の駅大月

大月ソフト(1食分) 引換券 5名様

道の駅自家製のソフトクリームはさっぱりとした味わい。大月名物のばんかん、いちご、ミルクの中から選べるのも嬉しい!



応募締切

令和7年9月20日

道の駅 なぶら土佐佐賀

土佐の鰹カレー 5名様



道の駅のレストランで提供している、人気のカレーをお家でも!鰹が溶け込んだうま味たっぷりの味わいをぜひ。

道の駅 土佐さめうら

土佐あかうし嶺北セット1000円分の割引券

10名様 P12

おひとり様也大歓迎!土佐あかうしが堪能できる、3700円の手ぶらBBQメニューを1000円割引でご提供。



P06、07

道の駅 四万十とおわ 2組様(1組2名まで) 「四万十流域バイキング」優待券

四万十流域の郷土料理など、20種類以上のメニューが楽しめるバイキングの優待券。※バイキングは毎週木曜開催



道の駅 あぐり窪川

四万十ポーク豚丼 (2食分) サービス券 3名様

四万十ポークを四万十町の味噌に漬けて焼き上げた名物豚丼。1枚あたり50gの大きなロース肉は食べ応え抜群!



QUOカードPay1000円分

10名様

※こちらの商品をご希望の方は、応募時にスマホで受信できるメールアドレスを記載してください

※QRコードが読み込めない場合はLINEアプリから友だち登録していただき、ご応募ください。

とさぶし



クイズとアンケートに答えて読者プレゼントに応募しよう!

クイズ

高知にある道の駅の数?

- 1 スマホから右のQRコードを読み込んでwebサイトにアクセス
- 2 応募フォームより必要事項を明記し、読者プレゼントに応募する

※読者プレゼントの応募は「とさぶしwebサイト」もしくは、官製ハガキから応募できます。官製ハガキで応募される場合は①年代②性別③お住まいの都道府県④とさぶしを手に入れた場所⑤とさぶしを知ったきっかけ⑥良かったコーナー(複数回答可)⑦満足度(10段階評価でお願いします)⑧とさぶしを読んで実際に行ってみたい、食べてみたいなど意識変化はありましたか?(はい/いいえ)⑨「はい」の方。その理由を教えてください⑩とさぶしを読んで、実際に冊子掲載店や場所に行ってみたり、商品を購入してみたりしましたか?(はい/いいえ)⑪クイズの答え⑫希望する商品⑬氏名⑭発送先の住所⑮電話番号⑯メールアドレス(※デジタルギフトご希望の場合)⑰はみだしコラム(※)をご記入の上、下記の宛先まで締切日(令和7年9月20日)必着でお送りください。〒781-0081 高知市北川添10-15 株式会社ほっとこうち

●読者プレゼントの応募は、1人1回とさせていただきます。 ●プレゼントの発表は、商品の発送をもって代えさせていただきます。 ●いただきました個人情報はプレゼントの発送にのみ使用します。 ※とさぶし第48号より、各ページ下にコラムの掲載を始めました(今回応募していただいたコラムは第52号に掲載予定です)。とさぶしに関する「感想」や、次回の特集テーマである「喫茶」にまつわるエピソードなど(30文字程度)をお寄せください。掲載は抽選となります。(例)毎号楽しく読んでいます。高知のお酒文化をもっと知りたい!(高知県・30代)



A BRAND NEW CHAPTER KOCHI
TOSABUSHI
とさぶし

Web
見てちゃ!

<https://tosabushi.com>

発行
高知県文化生活部文化振興課

〒780-8570 高知市丸ノ内1丁目2番20号(本庁舎5階)

Tel 088-823-9793 Fax 088-823-9296

E-mail 140201@ken.pref.kochi.lg.jp

発行日:令和7年 6月30日(季刊)

企画 とさぶし編集委員会

制作 ほっとこうち

バックナンバーの入手方法・お問い合わせ

高知県文化生活部文化振興課(上記)まで
ご連絡ください。

Facebook、LINE、Instagramでも情報配信中!



Facebook



LINE



Instagram

特集

道の駅で出会う 地域のたからもの

P02

P04

P06

P08

P11

P12

P14

たからもの見つけた!

四万十の山奥の道の駅

道の駅の「あの味」に会いに

道の駅は「地元アイス」の宝庫!

“人”も道の駅のたからもの

人と人をつなぐ道の駅の産直市

連載

P16

P18

P20

P21

P22

P24

P26

P27

憧れのボタン【新代表×前代表】

土佐文化体験記【土佐和紙】

高知の薬味の底力【赤しそ】

さつとはじまる とさではじめる!

つないでつむいで 県史編さん室

県史特集【受け継がれる入野松原の風景】

バケペディア【土佐お化け草紙】

とさぶしからの贈り物