



サイクリングMAP

さあ、サカ活。

空を感じろ！

四国カルストに隣接した5市町を巡るモデルコース

四国カルスト周辺市町観光情報

各コースの発着点である5市町に関する詳しい情報は各市町観光協会WEBサイトでも紹介しています。ぜひお立ち寄りください！

西予市(愛媛県)

愛媛県の南西部に位置し、標高差1400mの海から山まで多彩な自然が彩ります。

TEL:0894-62-6437(一社)西予市観光物産協会



久万高原町(愛媛県)

西日本最高峰の石鎚山や、仁淀川の源流域に広がる面河溪など自然遺産の宝庫！

TEL:0892-21-1192(一社)久万高原町観光協会



内子町(愛媛県)

愛媛県のほぼ中央に位置し、美しい佇まいの町並みが残る風光明媚な町。

TEL:0893-44-3790(一社)内子町観光協会



榛原町(高知県)

雲の上の町として知られ、世界的建築家の隈研吉氏設計の建築群を巡ることもできます。

TEL:0889-65-1187(一社)ゆずはら雲の上観光協会



津野町(高知県)

お茶の産地として有名で、日本最後の清流、四万十川の源流があることも知られています。

TEL:0889-55-2021(津野町役場観光推進課)



四国カルスト広域連携推進協議会(事務局/津野町役場観光推進課)TEL:0889-55-2021 FAX:0889-55-2022 web/Instagram 四国カルストリー

※掲載情報は2025年1月時点のものです

レンタサイクル情報

料金システムなどの詳細は各施設にお問い合わせください

MAP / C-3 E-Bike クロス

四国西予ジオミュージアム

① 愛媛県西予市城川町下相945番地 ② 0894-89-4028 ③ 9:00~17:00 ④ 火曜 ※祝日の場合は翌日が休館

MAP / D-3 E-Bike クロス

宝泉坊ロッジ

① 愛媛県西予市城川町高野子64番地 ② 0894-83-0151 ③ 無休

MAP / A-8 E-Bike クロス

entohouse BAR&GUESTHOUSE

① 愛媛県西予市野村町野村9-180 ② 080-6503-2544 ③ 不定休 ※SNS(Instagramやfacebook)や予約ページで要確認

MAP / E-Bike クロス マウンテン

文化の里休憩所

① 愛媛県西予市宇和町卯之町3丁目223 ② 0894-62-3843 ③ 9:00~16:30 ④ 月曜(祝日の場合はその翌日が休館)、年末年始

MAP / E-Bike クロス

あけはまーれ

① 愛媛県西予市明浜町高甲山461-1 ② 0894-64-1616 ③ 11:00~21:00 ④ 水曜

MAP / E-Bike クロス

ユートピア宇和 游の里温泉

① 愛媛県西予市宇和町明間6125 ② 0894-67-0077 ③ 10:00~20:00 ④ 毎月第4日曜

久万高原町

MAP / G-6 E-Bike クロス

四国カルストレンタサイクル

① 愛媛県上浮穴郡久万高原町西谷8109 ② 0892-21-1192 ③ 9:00~16:00 ④ 月~金曜(祝日は営業)、11月~3月は冬期休業

MAP / A-4 E-Bike クロス 普通自転車

内子町ビジターセンター

① 愛媛県喜多郡内子町内子1995 ② 0893-44-3790 ③ 9:00~16:30 ④ 木曜、年末年始

MAP / A-4 E-Bike 普通自転車

内子旅の案内所 旅里庵

① 愛媛県喜多郡内子町内子324 ② 0893-43-1450 ③ 9:00~17:00 ④ 年末年始

MAP / A-4 E-Bike クロス ロード

Ted's

① 愛媛県喜多郡内子町内子1973 ② 0893-23-9533 ③ 不定休

MAP / E-8 E-Bike クロス

ゆずはら雲の上観光協会

① 高知県高岡郡榛原町榛原1426-2 ② 0889-65-1187 ③ 9:00~17:00 ④ 年末年始

榛原町

MAP / H-6 E-Bike

カルストテラス

① 高知県高岡郡津野町芳生野24921-48 ② 0889-62-3371 ③ 9:00~17:00 ④ 月曜 ※祝日の場合は翌日振替

津野町

MAP / H-6 E-Bike

カルストテラス

① 高知県高岡郡津野町芳生野24921-48 ② 0889-62-3371 ③ 9:00~17:00 ④ 月曜 ※祝日の場合は翌日振替

サイクリストに優しいお宿

料金システムや宿泊形態などの詳細は各施設にお問い合わせください
充電器はご持参ください

西予市

MAP / D-3

宝泉坊ロッジ

① 愛媛県西予市城川町高野子64番地 ② 0894-83-0151

西予市

MAP / A-8

entohouse BAR&GUESTHOUSE

① 愛媛県西予市野村町野村9-180 ② 080-6503-2544

久万高原町

MAP / G-6

姫鶴荘

① 愛媛県上浮穴郡久万高原町西谷8109 ② 0892-55-0057

内子町

MAP / A-4

内子の宿

① 愛媛県喜多郡内子町内子1995 ② 090-5273-5735(受付時間10:00~18:00)

内子町

MAP / A-4

Ted's

① 愛媛県喜多郡内子町内子1973 ② 0893-23-9533

榛原町

MAP / F-6

まちの駅マルシェ・ユスハラ

① 高知県高岡郡榛原町榛原1196-1 ② 0889-65-1288

津野町

MAP / H-6

星ふるヴィレッジTENGU

① 高知県高岡郡津野町芳生野24921-22 ② 0889-62-3188

西予市

MAP / D-7

遊子川ゲストハウス コッコロロ

① 愛媛県西予市城川町野井川3379 ② 0894-89-4384

西予市

MAP / A-8

宇和パークホテル

① 愛媛県西予市宇和町上松葉 325 ② 0894-62-2211

久万高原町

MAP / F-1

ガーデンタイム

① 愛媛県上浮穴郡久万高原町久万1471 ② 0892-21-0005

内子町

MAP / A-4

HOTEL AZ 愛媛内子店

① 愛媛県喜多郡内子町内子1529-1 ② 0893-44-3371

榛原町

MAP / G-8

ライダーズイン雲の上

① 高知県高岡郡榛原町太郎川13761-1 ② 0889-65-1077(10:00~18:00,当日予約可)

榛原町

MAP / G-8

ゆずはらキャンプ場

① 高知県高岡郡榛原町太郎川3799-3 ② 090-7626-6845

津野町

MAP / H-6

星ふるヴィレッジTENGU

① 高知県高岡郡津野町芳生野24921-22 ② 0889-62-3188

休憩所&フオトスポット

トイレ 飲み水

西予市

MAP / D-5

男水自然公園

① 愛媛県西予市野村町小松

久万高原町

MAP / G-4

西谷農産物直売所 ししまる

① 愛媛県上浮穴郡久万高原町西谷10673-1

榛原町

MAP / G-6

蓮ヶ峠

① 高知県高岡郡榛原町井高

津野町

MAP / H-7

長沢の滝

① 高知県高岡郡津野町芳生野24921-48

久万高原町

MAP / H-4

福地藏の水

① 愛媛県上浮穴郡久万高原町柳井川地区

榛原町

MAP / E-7, E-6, G-7

茶堂

① 高知県高岡郡榛原町内

榛原町

MAP / G-6

永野いやしの里

① 高知県高岡郡榛原町永野(河内白王神社近く)

津野町

MAP / H-6

カルストテラス

① 高知県高岡郡津野町芳生野24921-48

安全で楽しいひとときを
四国カルストサイクリングの
注意事項

- 急勾配・急カーブの下り坂が多くあります。スピードの出しすぎに注意してください。
- 補給食や水分は十分に持って走行してください。
- 道の駅やコンビニ、飲食料品販売所など、複数の補給ポイントがありますが、山岳部は少なめです。トイレなども含め事前にルートと施設情報をご確認ください。
- 標高の高い地点を通過するコースもあります。天候の急変に備えてレインウェア・防寒具等の準備をしてください。
- バック等への備えのために、修理器具を持参してください。
- 掲載している各コースの所要時間は目安です。各人の技量や条件等により変動するので、しっかり計画して走行してください。
- コース途中では一部携帯電話の通信ができない箇所があります。
- 落石・落葉、グレーチングなど、路面の状態に気をつけながら注意して走行してください。
- 出発地点の施設等で駐車場を利用する際はスタッフに声をかけ、了承を得てから駐車しましょう。
- 12~3月は冬閉鎖の道があるので事前にご確認ください。
- 畑や牧場の敷地内には立ち入らないようにしましょう。

各市町へのアクセス情報

四国カルスト

西予市 へのアクセス

松山空港 東郷生IC→西予宇和IC 国道197号 車で約70分 車で約100分

久万高原町 へのアクセス

松山空港 東郷生IC→井門IC、国道33号 国道440号 車で約50分 車で約60分

内子町 へのアクセス

松山空港 東郷生IC→内子五十鈴IC 国道56号 車で約45分 車で約100分

榛原町 へのアクセス

高知龍馬空港 高知龍馬空港IC→須崎東IC 国道440号 車で約100分 車で約35分

津野町 へのアクセス

高知龍馬空港 高知龍馬空港IC→須崎東IC 国道197号 車で約60分 車で約60分

東京 飛行機で約80分 松山空港/高知龍馬空港

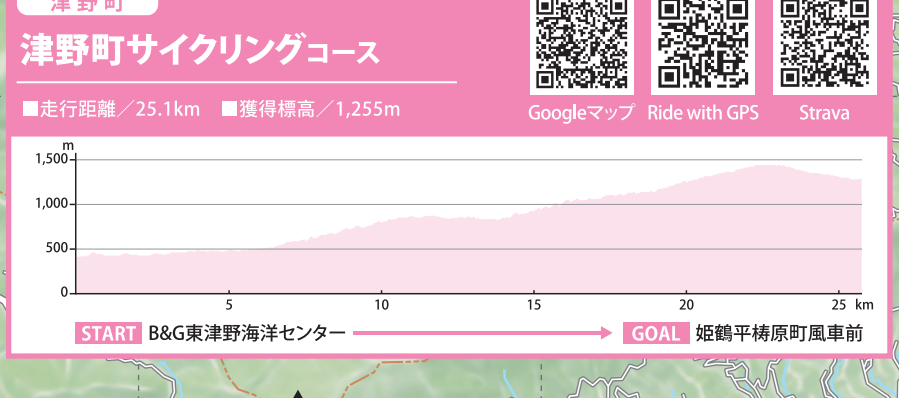
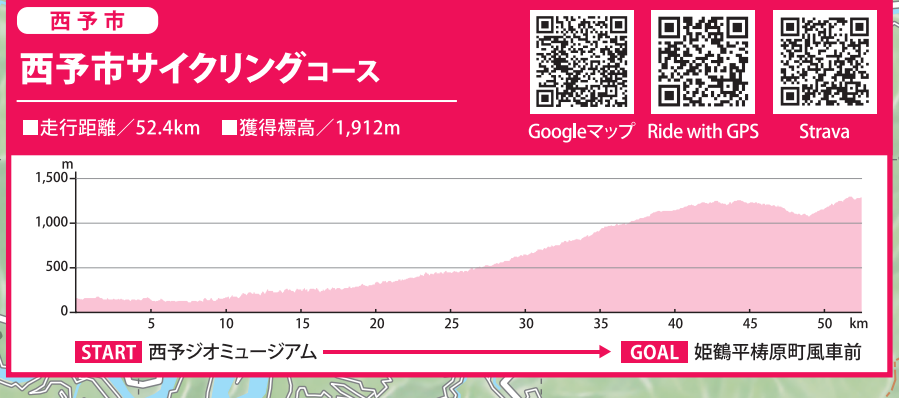
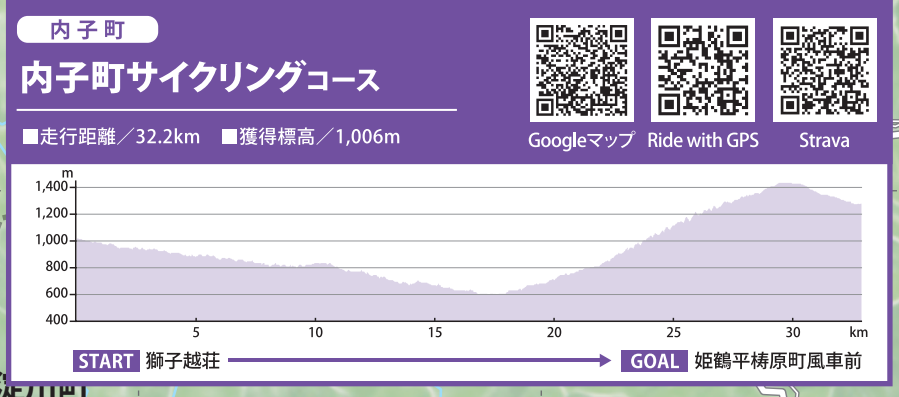
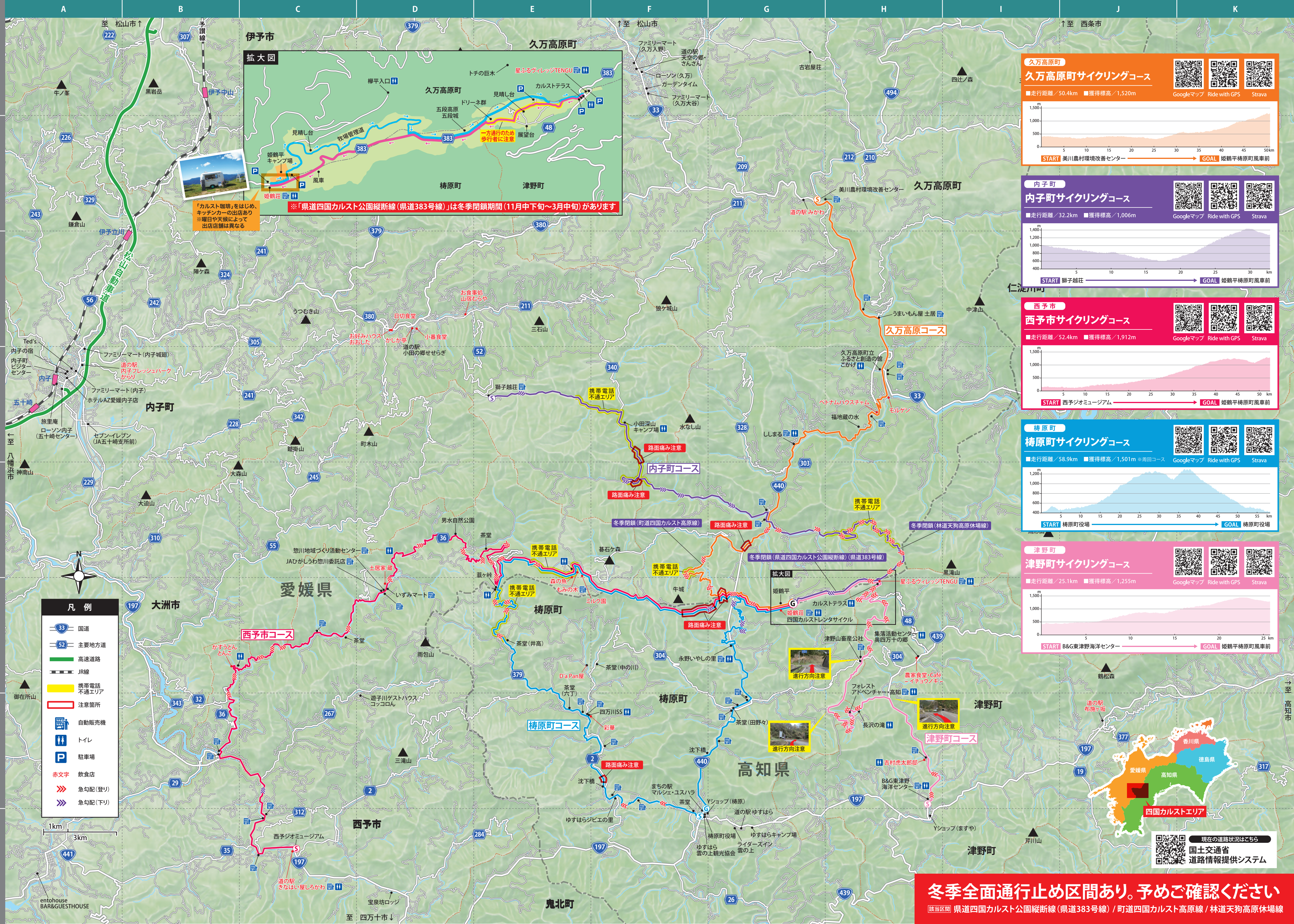
名古屋 飛行機で約60分 松山空港/高知龍馬空港

大阪 飛行機で約50分 松山空港/高知龍馬空港

関西方面 関門ICから高知自動車道経由で約3時間50分

瀬戸大橋方面 坂出ICから高知自動車道経由で約3時間

しまなみ海道方面 今治ICから松山IC、国道33号経由で約3時間



冬季全面通行止め区間あり。予めご確認ください

(該当区間) 県道四国カルスト公園縦断線(県道383号線) / 町道四国カルスト高原線 / 林道天狗高原休場線