



四國交通地圖

Shikoku the journey with in.
體驗四國的鄉村風情，
享受特別時光。



去安芸・室戶的交通方式

飛機 新幹線 鐵路 巴士或租車

去高知的交通方式

羽田機場	大約1小時20分鐘	高知龍馬機場	新大阪站	大約45分鐘	岡山站	大約2小時30分鐘	高知站
伊丹機場	大約45分鐘		廣島站	大約40分鐘	岡山站	大約2小時30分鐘	
名古屋小牧機場	大約1小時		高松站	大約2小時10分鐘			
福岡機場	大約50分鐘		松山站	大約3小時45分鐘			

從高知市內出發

高知站	15分鐘	後免站	大約40分鐘	安芸站	大約20分鐘	奈半利站
高知市	大約50分鐘	芸西村	大約15分鐘	安芸市	大約50分鐘	室戶市

從德島市內出發

德島站	大約80分鐘	牟岐站	大約15分鐘	海部站	大約10分鐘	甲浦站
德島IC	大約2小時20分鐘	東洋町	49分鐘			室戶市

洽詢、申請處



Japan. Endless Discovery.

鄉下體驗內容
Shikoku the journey with in.

What Fun! 四國

—Shikoku—

[好好玩！四國]

高知篇
安芸・室戶



What Fun!
四國
高知篇
安芸・室戸

被四國的大自然所創造出來的雄壯景觀所環繞著



莫奈庭園 Marmottan



室戸世界地質公園

伊尾木洞



01

室戸市

炙烤鯉魚和海豚訓練員體驗

剛烤好的絕品炙烤鯉魚和海豚的互動交流

從海豚訓練師那裡學習，用手勢語源和海豚進行交流。或是餵飼料給海豚。

從室戸岬周邊海域捕獲的新鮮鯉魚，點燃茅草，自己親手燒烤。從最初的處理過程開始，一直到料理完成，擺盤位置，製作出當地室戸的特色美食「炙烤鯉魚」。剛做好的「炙烤鯉魚」是非常好吃的。

- 2160日圓 ● 室戸海豚中心
- 高知縣室戸市室戸岬町字鯉浜6810番地162地先
- <http://www.muroto-dc.jp/index.html>
- 高知縣東部觀光協會 Email:tobukochi@vesta.ocn.ne.jp(日語・英語)
- 1位 ● 4位 ● 整年 ● 9點~16點 ● 週三 ● 2小時
- 需要預約 需要翻譯

03

馬路村

體驗用柚子為原材料做化妝品和馬路溫泉・品嚐農家壽司

參觀使用馬路村的特產品「柚子」為原料的化妝品工廠，體驗做化妝品。

住宿在美膚之湯「馬路溫泉」，晚餐品嚐本地鄉土料理「農家壽司」

- 需要詢問 ● 馬路溫泉
- 高知縣安芸郡馬路村3654-1
- <http://www.umaj.gr.jp/index.php>
- 高知縣東部觀光協會 Email:tobukochi@vesta.ocn.ne.jp(日語・英語)
- 10位 ● 需要商量 ● 整年 ● 體驗做化妝品30分鐘



02

室戸市

享譽世界的地質公園 由地方導遊陪同一起參觀室戸世界地質公園

步行在天涯海角大地誕生的最前線

地方導遊陪同一起參觀室戸世界地質公園。地質公園的地層是由1600萬年前，地殼隆起和火山爆發後緩慢冷卻後形成的斑巖岩石，公園中有南國亞熱帶風情的植物，使遊客流連忘返與其中。

和本地導遊一起步行與其中，一起來找到地殼運動的證據吧。

行程內容，時間可以客制化，例如在海角的最先端，想要多花點時間，緩慢的步行也可以。

請告訴我們您的需求。

- 900日圓 ● 室戸世界地質公園
- 高知縣室戸市室戸岬町1810-2
- <http://www.muroto-geo.jp/>
- 高知縣東部觀光協會 Email:tobukochi@vesta.ocn.ne.jp(日語・英語)
- 1位 ● 需要商量 ● 整年
- 9時~17時 ● 無 ● 1時間
- 需要預約 可以對應英語 每15位客人配1位導遊同行。

04

安芸市

200多年歷史，內原野燒陶器體驗

挑戰日本傳統燒陶

擁有200多年歷史的內原野燒

在其燒物之鄉，內原野陶藝紀念館裡，輕鬆體驗製作陶器。製作世界上唯一的作品。也可以購買窯內的作品。

- 1500日圓 ● 內原野陶藝館 ● 安芸市川北乙1607-1
- <http://www.uchiharano-tougeikan.jp/index.html>
- 高知縣東部觀光協會 Email:tobukochi@vesta.ocn.ne.jp(日語・英語)
- 1位 ● 6位 ● 整年 ● 9:00~14:30 ● 週三 ● 30分鐘
- 需要翻譯同行 作品運費另收費。



05 芸西村

這是自然的甜味！體驗製作貴重的上白糖 江戶時代的傳統， 製作上白糖

上白糖 白玉糖是比通常的紅糖顏色更為白，不僅是作為調味料，白玉糖還可以作為茶點使用。在芸西村傳承館內，忠實再現了以前的製糖工藝。解說完製糖工藝後，榨好的糖汁在鍋內煮幹，用這種古老的製糖工藝製作上白糖。200CC的糖汁只能精煉出20克糖。做好的糖可以作為禮品帶回。

● 2000日圓 ● 芸西村傳承館
● 高知縣東部觀光協會 Email:tobukochi@vesta.ocn.ne.jp(日語・英語)
● 4位 ● 20位 ● 1/中～10月末 ● 10時～ 或是 13時30分～
● 週二・週四的中午 ● 2小時
● 需要在10天前預約 需要翻譯同行



06 東洋町

色彩鮮豔！品嚐傳統料理 體驗製作KOKERA壽司

KOKERA壽司是有柚子醋的香味的箱形壽司。從前，大米量少，是貴重品，只有在慶祝的時候才拿出來招待客人。現在也使用在高知的傳統料理皿鉢料理中。這種壽司的香味會讓您聯想到家鄉的口味。午餐是由您親手做的KOKERA壽司，湯，3種季節性小菜所組成的套餐。

● 3000日圓 ● 野根KITCHEN ● 安芸郡東洋町甲浦708-18
● 高知縣東部觀光協會 Email:tobukochi@vesta.ocn.ne.jp(日語・英語)
● 5位 ● 20位 ● 需要確認 ● 9:00～13:00
● 需要確認 ● 3小時 ● 需要翻譯通行



07 東洋町

在日本具有代表性的衝浪區 輕鬆體驗 初學者也可以輕鬆體驗 滑板衝浪和立式衝浪

感受從太平洋直接傳過來的湧浪，從初學者到職業選手，每年約有10萬多衝浪愛好者光顧這裡。輕鬆挑戰滑板衝浪和立式衝浪。當地有讓人放心的租憑方式，出租滑板，運動裝，還帶有保險，衝浪授課。

● 5500日圓 ● 高知縣東洋町生見海岸
● 高知縣東部觀光協會 Email:tobukochi@vesta.ocn.ne.jp(日語・英語)
● 1位 ● 20位 ● 需要詢問 ● 需要詢問 ● 需要詢問 ● 2小時

推薦行程 四國環遊 5晚6天

