車で行ける、奇跡の景色へ

にこ淵・UFOライン&いの町を楽しみつくす！

いの町観光ガイド

Ino Town TOURIST GUIDE



上 UFOライン　下 にこ淵

一生に一度は
見ておきたい



にこ淵

奇跡の景色が
あります



UFOライン（町道瓶ヶ森線）











でも、
それだけじゃ
もったいない！

いの町には
「おもしろい」が
たくさん
あります。

みなさんは
「にこ淵」
「UFOライン」という
名を見聞きしたことは
ありますか？
どちらも絶景や秘境と賞され
SNSやメディアでも
たくさん紹介されている
スポットです。

実はこの二つはどちらも
高知県の「いの町」にあります。
仁淀ブルーと雄大な山々を
有する豊かな自然と
その自然を愛する
町の人々によって
いの町では奇跡の景色を
二つもお楽しみ
いただくことができます。













美しすぎる青 にこ淵

伝説が残る神聖な滝壺で一期一会の美しさを

いの町を流れる仁淀川こと、《仁淀ブルー》の色合いは場所ごとに異なりますが、中でも神秘的な発色で人々を惹きつけているのが「にこ淵」です。渓谷に佇む滝壺で、透明度もさることながら、太陽光の入り方よって色が移り変わり、その日その瞬間だけの美しさに出逢うことができます。

元々にこ淵は水神の化身である大蛇が棲むという伝説が残る神聖な場所で、地元では静かに守り続けてきた歴史があります。広く知られるようになって来訪者が増え、安全性を考慮して遊歩道やトイレなどを整備しましたが、地元にとっては今も変わらず大切な場所です。あたたかく清らかな心で神秘の仁淀ブルーをお楽しみください。



事前にチェック

にこ淵の最新情報を発信中!

安全ににこ淵をお楽しみいただけるようにWEBサイトやライブカメラで現地の天気などの最新情報を発信しています。ご来訪前にぜひご確認ください!

YouTube ライブカメラ

いの町観光協会 公式HP

いの町観光協会公式HP「にこ淵」
https://www.inofan.jp/spot/recommended/n497/



この冊子では、「にこ淵」「UFOライン」の徹底ガイドとともに、一緒にお楽しみいただきたいの町の観光情報をまとめました。
奇跡の景色をきっかけに、いの町で旅の思い出をたくさんつくってくださいね。



contents

07 美しすぎる青 にこ淵
13 空を走ろう! UFOライン
19 にこ淵・UFOラインだけじゃ、もったいない! いの町をもっと体感!
23 イベントカレンダー
24 にこ淵・UFOラインに行く人のためのグルメ情報
28 いい宿あります! いの町で泊まろう
30 お土産はなにを買えばいい? コレに注目! いの町の特産品
31 いの町観光MAP
32 プランニングしてみました! いの町 旅のしおり
34 ふるさと納税のご案内

※掲載情報は2026年6月時点のものです

もっと詳しく! 詳細MAP



ナビの設定は「グリーン・パークほどの」で



ナビでは「にこ淵」が出なかったり、異なる場所に案内される場合があるため「グリーン・パークほどの」を入れることをおすすめします。

駐車場・臨時駐車スペース

比較的にこ淵に近い第1～5駐車場のほか、混雑時は臨時駐車スペースも利用可に。数百m離れる場合もあるので歩く準備を!

第1駐車場

臨時駐車スペース

にこ淵トイレ

洋式・水洗タイプ。地域の方が週3回清掃しています。多目的トイレ有。

国道194号からの入り口



国道194号からにこ淵へ続く道の入り口は、「ほどの」と書かれたゲートや「にこ淵」の看板が目印。国道からにこ淵までは、幅が狭い道路が約1.6km続くため、すれ違いに注意して!

4 手前にある電光掲示板で 混み具合の確認を!

にこ淵に向かう途中に、駐車場の状況が分かる「電光掲示板」を設置しています。主要5ヶ所の駐車場について、《満車…駐車不可》《混雑…空きが少ない》《空車…駐車可能》でリアルタイムの状況をお知らせしていますので、事前にご確認をお願いします。



表示5ヶ所に駐車できない場合は、道中にある臨時駐車場をご利用ください

3 にこ淵を隅々まで見れる! おすすめの服装

なだらかな遊歩道が整備されていますが、水辺は滑りやすいので足元はスニーカーなど動きやすい靴で。また、害虫や肌寒さ・日焼けなどを防ぐため、長袖・長ズボンがおすすめです。



にこ淵～仁淀川流域 広域MAP



※ナビでにこ淵へ行く際は「グリーン・パークほどの」を入れることをおすすめします

2 にこ淵を守るために・・・ 協力金にご賛同を!

自然と人が共存できる環境を維持するため、「にこ淵協力金」へのご協力をお願いします。協力金は周辺の清掃、警備、管理に活用しています。現金のほか、電子決済が使用可能です。



協力金箱はにこ淵の各遊歩道入り口に設置

1 大切な場所だから守ってほしい にこ淵でのマナー

神聖な場所なので水辺での飲食、入水はお止めください。また周辺も含めて火気使用、喫煙は厳禁。ゴミは必ず持ち帰りを! ペットの同伴はご遠慮願います。



知っておいて! にこ淵観光のお約束

あなたはどう観る!?

ルート別 にこ淵との出会い方

難易度や見え方が異なるルートを選んでにこ淵を観光より楽しいものにしましょう

快適! 遊歩道ルート

にこ淵まで快適に歩いていけるのが遊歩道です。こちらは、より安全に観光を楽しんでいただけるように、にこ淵協力金などを活用して2025年に整備を行った最新ルートとなっています。足元は滑りにくい素材を使い、なだらかなスロープと、段差が低めの階段でにこ淵までの行き来が可能。ルートの途中で、遠目からにこ淵を眺めることができるのも魅力です。道幅は決して広くはありませんので、ルート上でのすれ違いや撮影は譲り合ってお願いします。







遊歩道ルートをご利用の方はトイレ近くの入り口から

急峻! 感動増し増しルート

にこ淵との出会いをより感動的に体感したい方は急峻な第2ルートへ! ここは遊歩道ができる以前に使われていたもので、段差のきつい階段を使って行き来。下りている途中はずっと木に囲まれていますが、たどり着いたその瞬間に視界が開け、にこ淵の景色が一気に飛び込んできます! 高低差を実感できるので、にこ淵が秘境といわれる所以もリアルに感じ取れるはず。足腰に自信のある方はぜひチャレンジを。



第3駐車場近くにある第2ルートの入り口



段差のきつい階段!
木に囲まれていてにこ淵の姿は見えない…

バリアフリーな展望台も!

にこ淵は元来の地形からバリアフリー化が難しい場所ですが、遊歩道にはスロープで行ける展望台があり、やや遠目からになりますが安全にご覧いただけます。車椅子の場合、介助の方と共にお越しください。

一気に視界が開けて
にこ淵と感動的な対面!



帰りは傾斜のなだらかな遊歩道を通るのがおすすめ
無理は禁物

にこ淵のことをもっと知りたい!

伝説や詳細なデータなど、多くの謎に包まれているのもにこ淵の魅力……とはいえ、やっぱり知りたいことはある! 観光目線で知りたいことをリサーチしました。

1 なぜ青く見えるの?

仁淀川全体にいえることですが、「急峻な地形を流れるため水の流れが速く、不純物が堆積しにくい」「水温が低めで藻が繁殖しにくい」「硬い岩石が多いため砂や泥が少ない」などの要因から、川の水の透明度の高く保たれ、さらに、流域に多く見られる「緑色片岩」が青緑色をしていることから、独特の青色に見えていると考えられています。中でもにこ淵は、滝壺の水深や太陽光の入射角などの偶然が重なり、神秘的な青色に見えているのです。



夏は青緑色、冬は青色に見えやすい

2 雨の日もきれいなの?

雨や曇りの日は滝壺の色が深みのあるグリーンになり、数ある伝説との親和性を感じさせる落ち着きのある美しさを見ることができます。また、雨が降った後は滝の流量が増えるため迫力が増すのもポイント! ただし岩場は滑りやすくなるので、足元には気をつけて。



雨の日のにこ淵



大雨や荒天の際は増水するため注意!

3 なぜ“にこ”淵という名前なの?

地元の方によると、昔はこの地に残る伝説に由来して「巫女淵」と呼ばれていたとか。それが訛って伝わり「にこ淵」という呼び名に変化したそうです。

みこ淵 ⇣ にこ淵

にこ淵をもっと深掘り!
観光ルートに歴史あり

長らくにこ淵には歩道や階段などはなく、どうしてもその景色を見たいという人はロープやハシゴを使って道なき道を進むしかありませんでした。その名残であるハシゴは、今も遊歩道のそばに残っています。



昔のにこ淵までの道



今も残るハシゴ

Interview

にこ淵と観光客をつなぐ 地域の人々の思い

快適なにこ淵観光を支えているのは地域有志のみなさんです。活動にかける思いをうかがいました。

人けのない場所だったかつての時代から、大人気の観光地となった今も、にこ淵を守り続けている地域の人がいます。その一人がにこ淵の近くで生まれ育った山中清光さんです。

「にこ淵は神聖な場所として守り続けてきた歴史があり、以前は歩道も看板もありませんでした。迷ってうちに『にこ淵はどこですか？』と訪ねてくる人が時々いた程度でした。それが広く知られるようになって、人がどんどん増えていき、中にはマナーの悪い人もいて、地元では立ち入り禁止にしようという声もありました。しかし、最終的には『観光客のみなさんを信じよう』と話をして、受け入れることになったんです」



左から山中さんご夫婦、筒井さんご夫婦

現在、山中さんは妻の美和子さんや近隣地区の方とともに、にこ淵を守る活動に取り組んでいます。駐車場や沿道のゴミ拾い、草木の手入れ、トイレ清掃など地道な活動ですが、その中で喜びも実感しているそうです。

「私は観光客の人につい話しかけてしまうんですが（笑）観るだけじゃなく、会話があったかなと思いまして、にこ淵のことや、お客さんの地元の名所についての話も聞いて、〝行ってみたいなぁ〟と思ったり…。昔、バイクで日本中を旅した時に、地元の人に親切にしてもらった経験があるから、そのご恩返しで〝おもてなし〟をしたいと思っています」



気持ちの良い遊歩道に

そんな山中さんは、にこ淵の魅力についてこう語ります。

「透き通った色がえい！きれいなブルーに見えるのは岩質が関係しているといわれています。それにこんなに形の整った滝壺は、日本中を探してもなかなかないですよ。昔、土砂が流れてきて、滝壺が大きな岩で埋まったことがありました。〝にこ淵はもう終わりだ〟と思いましたが、数年すれば元通りに戻った。改めて不思議な場所だと思いました。きっと、にこ淵が地域を守ってくれているので、地域もにこ淵を守っていく。そういう心がけで、これからも活動をしていきたいです」



⇦筒井さん手作りの杖と椅子。トイレ横に設置しているので、にこ淵へ降りる際にご活用を。使用後は元の場所へ返却ください



トイレもピカピカに☆

＼にこ淵の文字入りキャップ！／

地域有志のみなさんのトレードマーク。見かけたらご挨拶を!



お話を聞いた人

山中 清光さん

「みなさん、にこ淵がある下ばかり注目されていますが、上に広がる山もきれいですよ! 自然全体を観ていってくださいね」





空を走ろう！ UFOライン

INO TOWN HONGAWA
UFO Line 27,000m

11月末～4月中旬は冬季閉鎖のため車での立ち入りはできません



目に映る全てが新鮮 天空の世界を満喫！

高知県と愛媛県の県境に位置する町道瓶ヶ森線・瓶ヶ森西線は、「UFOライン」という愛称で呼ばれている絶景のドライブコースです。西日本最高峰の石鎚山を背景に、標高1300～1700mの尾根沿いを走る約27kmの道は、間近に迫る空、眼下にある山、風で下や横から飛んでくる雲など地上では観られない景色と出会うことができます。登山やサイクリングなどのアクティビティにもトライして、天空の世界をとことん遊びつくしましょう！

UFOライン最新情報&問い合わせ

天候などによって通行規制がかかることもあります。来訪前に右記のWEBサイトやインスタグラムアカウント（@ufoline_info）で最新情報をご確認ください。

石鎚山系 公式WEBサイト

UFOライン 山の案内所

いの町観光協会
088-893-1211
時 8:30～17:00
休 年末年始

いの町役場 本川総合支所
088-869-2115
時 8:30～17:00
休 土・日・祝

“もしもの時”のために路面の数字をチェック！

路面の数字は現在地を示すもので、高知県側の入り口・寒風茶屋を起点に1km毎に0～26まであります。緊急時に通報する際は近くの数字をお伝えください。



寒風山トンネル側のUFOライン入り口

UFOラインのなにがすごい??

林業生産の向上を図るための専用林道として開設された瓶ヶ森林道は、後に町道となって四国屈指の観光名所となりました。その魅力を改めてご紹介!



1 標高がすごい!

UFOラインは、伊予富士(1756m)~瓶ヶ森(1897m)へと連なる稜線沿いに位置しています。全長27kmに及ぶ道そのものの標高は1300~1700mともなり、西日本で一番高い場所にあるドライブコースとなっています。

2 季節ごとの景色がすごい!

夏は植物の緑と青空が相まって爽やかな景観が広がり、秋は木々の紅葉によってドレスアップをしたかのような鮮やかさを見せてくれます。また、歩き登山でしか入山できませんが冬は幻想的な白銀の世界に包まれます。





3 車で行けるのがすごい!

登山をしない人でも車やバイクを使って1700m級の山へ行け、その眺望を楽しめるって、改めてすごいことだと思いませんか!?



真相を追いかけろ! UFOラインにUFOはいるのか!?

以前は“雄大な峰が続く道”という意味で「雄峰(ゆうほう)ライン」と呼ばれていましたが、登山者が撮影した写真に謎の飛行物体が写り、地元で大騒ぎに。そこから「UFOライン」と呼ばれるようになりました。近くの集落には「山に大きな光が落ちる」などの言い伝えも残っているとか…信じるかどうかはあなた次第!

UFOラインで撮影された未確認飛行物体のシルエット

くにゃくにゃした「山」のような形



案内看板にもUFOのイラストが!



UFOライン広域マップ



UFOライン絶景スポット

UFOラインを遠くまで眺望できるスポット。車やバイクは路肩に停車を。

氷室の大瀧展望台

高さ約35mの名瀑「氷室の大瀧(ひむろのおおたび)」が対岸に。

一ノ谷渓谷のUFOライン案内看板

一ノ谷渓谷からの入り口には、UFOが車を吸い込んでいる様子を描いた可愛く、ユーモアたっぷりな案内看板があります。

いの町観光タクシープラン

UFOラインに向かう道は道幅が狭くカーブも多め。車の運転に不安がある方や、車中からの景色を楽しみたい方は「いの町観光タクシー」をご利用ください。

- UFOラインプラン……5時間
- サクッとにこ淵プラン……3時間
- 仁淀ブルー満喫プラン…4時間30分

※各プランとも当日現金払いのみ、最大4人まで。詳細はいの町観光協会のホームページへ
※UFOラインは11月末~4月中旬まで冬季閉鎖

いの町観光協会HP 観光タクシープラン

UFOラインに行く前に

ガソリンは必ず満タンに

UFOライン周辺にはガソリンスタンドがないため、出発前に必ず満タンに!いの町内のガソリンスタンドは奥地になるほど土日祝休業が多いので、市街地である枝川地区などで入れておくと安心です。

道中は安全第一!

道が狭く、カーブが多い上、紅葉の時期には混み合います。すれ違いの際は十分にご注意ください。

携帯の電波が繋がりにくい

UFOラインにおいて携帯電波は、どのキャリアもつながりにくい状況です。スマホのナビを使う場合は、道の駅木の香など電波の入る場所で予め設定を。

酔い止めの持参がおすすめ

カーブが多い山道に車酔いする方も少なくありません。いの町内のドラッグストア等でご準備を!

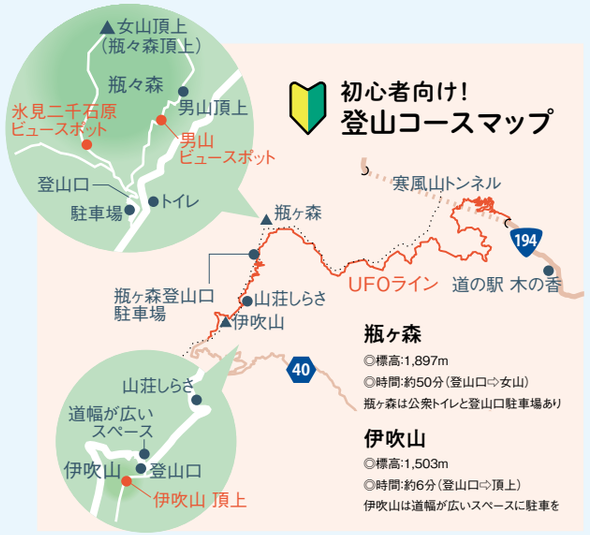
山歩きも楽しもう！

UFOラインにある登山口からプチ山歩きに挑戦！



UFOラインにはいくつかの登山口があり、中には〝あっという間〟に山頂や絶景へたどり着く登山道があります！

まず、標高1800m級の山・瓶ヶ森のビュースポットである「男山」と「氷見二千石原」はそれぞれ徒歩15分程で到達。そして、標高1500m級の「伊吹山」の山頂にはわずか徒歩6分程で到着！ 季節の高山植物も探しながら山歩きを楽しみましょう。




伊吹山の登山口


男山中腹にあるビュースポット


笹原が広がる氷見二千石原

UFOラインの高山植物


イシズチザクラ


タマガワホトトギス


アケボノツツジ

登山の必需品！



- 日陰が少ないので日除け対策を！
- 防寒具は必須 夏場でも羽織り物を
- 自販機がないので飲料水は多めに
- 足元がぬかるんでいる場合もあるので滑りにくい靴で



サイクリングもおもしろい！

絶景をじっくり眺めるなら、お手軽サイクリングはいかが？

おいしい空気も楽しんでね

車のスピードでは見落としてしまう景色も、自転車ならじっくりたっぷり楽しむことができます。いの町のアクティビティガイド「やりたい事は今やっとけ！」では、レンタルEバイクによる「UFOライン天空ライド&ハイク体験」を行っています。UFOラインに詳しい竹並さんが楽しく安全にガイドしてくれるので、サイクリング初心者でも安心です！

初心者でも快適に走れるEバイクで！

Eバイクってなに？

Eバイクとはスポーツバイクに電動アシストユニットが付いたもので、長距離の走行でも疲れにくく、サイクリング初心者にうってつけです！

事前準備しよう！

身長150cm以上の方なら体験可能。飲料水や防寒対策など事前準備は自身でしっかりと！


代表の竹並さんがガイド！



やりたい事は今やっとけ！Eバイクサイクリング

090-4803-2317（竹並）
https://www.yaritaikoto.net
※要予約。コースの詳細や事前の準備物は上記HPにてご確認ください

UFOラインのおともに

道の駅木の香の木の香ブルーソフトクリーム

仁淀川をイメージしたさわやかな青色のソフトクリーム。テイクアウト、店内飲食ともOK。建物の横を流れる吉野川で涼みながら食べられます。バニラミックスもあり。

道の駅木の香（木の香温泉）

088-869-2300 所 いの町桑瀬225-16
営 レストラン 11:00～18:00
休 なし（12～2月は火曜定休）
P あり MAP B-1


川の土手に階段があり降りることもできます


道中のおやつにひんやりスイーツ



本川直売所のあけぼの弁当

地元特産のジャガイモや山菜が味わえる「本川直売所」の手作り弁当。1週間前までに要予約。土日祝は1個から、平日は15個から注文受付。お弁当は3月から販売開始。

本川直売所

088-869-2455 所 いの町桑瀬225-4（道の駅木の香 対岸）
営 9:00～16:00 休 平日、冬期休業（12月中旬～3月中旬）
P 10台、大型車不可 MAP B-1

山荘しらさも満喫したい！

UFOライン唯一の宿泊施設＆カフェで、とっておきの時間を！





石鎚山系の国定公園内にある「山荘しらさ」は、宿泊ロッジに加えて、宿泊者以外も利用できるカフェやショップを併設。宿泊では、夜や早朝のＵＦＯラインを観ることができ、晴れていれば満天の星や雲海を目撃できるチャンスも！

一方、カフェではスープカレーやチーズケーキ、コーヒーに至るまでオリジナルにこだわった味を提供。山の上ならではゆるりとした時の流れを体感して。

山カフェ

宿泊者以外の方も気軽に利用できる「山カフェ」。薪ストーブがあるあたたかな空間で、こだわりの料理、スイーツ、ドリンクを楽しめます。テイクアウト可。







上／「UFOライス」
下／「お山のチーズケーキ」

一番人気は熱々の「チキンと野菜のスープカレー」



ロッジ宿泊

木の香りに癒やされるロッジはお風呂、トイレ、ミニキッチンを完備。定員は3名と4名の2タイプですが1名から利用可。バリアフリー対応のロッジもあります。



LOGOS Premiumのテーブルやチェアなど、アウトドア感のあるインテリアがワクワク感を向上



便利なサービスも！



レインウェアやトレッキングシューズのレンタルもあり。展望テラスも必見！



山荘しらさ

090-2235-1400 所 いの町寺川175
営 カフェ11:00～16:00、ランチ11:00～15:00
宿泊 チェックイン15:00、チェックアウト9:30
休 月・火、11月末～4月中旬 P あり MAP A-1
https://sansoshirasa.com

ショップ

センス溢れるオリジナルグッズが充実。ここでしか手に入らないグッズも多いので買い逃さないように！



⇧UFOラインが描かれたかわいいペンケース



⇦ユニーク！オリジナルキーホルダー&ステッカー

⇩山の名前と標高が書かれたプレート。3種あり





町内には予約なしで紙漉き体験ができる施設が2ヶ所あります。その一つ、「いの町紙の博物館」では紙漉き体験の他に、土佐和紙の歴史、道具、原料などを紹介する展示室があり、土佐和紙をより深く知ることができます。毎月第1日曜には職人による「流し漉き」の実演も開催！

いの町紙の博物館

088-893-0886 所 いの町幸町110-1 営 9:00～17:00（最終受付16:00）
休 月（祝日の場合は翌日休） 料 ハガキ8枚または色紙2枚 500円
※別途入館料要 P あり MAP C-4
※工事に伴い2026年11月16日（月）～2027年3月31日（水）まで臨時休館を予定



展示室のほか、和紙製品が豊富にそろうショップも

にこ淵・UFOラインだけじゃ

もったいない！いの町をもっと体感！

いの町は感動体験の宝庫！超定番の土佐和紙づくりを筆頭に、仁淀ブルーのアクティビティやディープな体験、さらに歴史に触れる伝統行事も…体験しなきゃもったいないですよ。

触れて知って土佐和紙を体感



もう一つの道の駅土佐和紙工芸村では、自分で漉いたハガキや色紙に草花や色紙などで飾り付けが可能。旅で拾った落ち葉の持ち込みもOKです。



道の駅土佐和紙工芸村（和紙体験実習館）

088-892-0127 所 いの町鹿敷1226 営 9:00～17:00（最終受付16:00）
休 水 料 草花入りハガキ8枚または色紙2枚 800円 P あり MAP B-4

コラム

土佐和紙といの町

日本三大和紙の一つ「土佐和紙」は、いの町を代表する特産品です。町を流れる仁淀川によって紙づくりに欠かせない清らかな水に恵まれ、楮や石灰など良質な原料も豊富にとれたことが、その発展の背景にあります。明治時代には、町出身の紙漉き職人・吉井源太が「土佐の大桁」と呼ばれる大型の紙漉き用具を開発。これによって高品質の和紙を量産できるようになり、土佐和紙の普及に大きく貢献しました。薄いのに破れにくく、水分をよく吸うなどの特長を持つ土佐和紙は、日本画などの用紙や、貴重な文化財の修復、インテリアや雑貨の材料など幅広いニーズがあり、現在も町内では手漉きや機械による土佐和紙の生産が行われています。





いの町を

非日常体験に大興奮!! ディープに体感

気になったら体験すべし！
仁淀川やその周辺の自然を舞台に
ここでしか味わえない時間を
楽しみましょう。

川遊び体験
（ラフティング、カヌー、SUP）



仁淀川では、ラフティングやカヌーなど、さまざまなアクティビティが体験できます。プロのガイドさんが教えてくれるから、初心者や子どももレッツトライ。流れがゆるやかで、ライフジャケットを装着するので泳ぎが苦手な人も安心です。ボートやカヌーの上から周囲の大自然や川を泳ぐ小魚、川底のカラフルな石を眺めて癒やされてください。川遊びのあとは、土佐和紙工芸村くらうどの大浴場でゆっくりくつろいで。



リバークルーズ
088-892-1001 所 いの町鹿敷1226（土佐和紙工芸村くらうど内）
料 ラフティング 大人7,000円～、カヌー 6,000円～、SUP 7,000円～（要予約） MAP B-4

ナーフスポーツ体験



当たっても痛くないソフト弾を使ったスポーツ感覚のシューティング体験。手ぶらOKで予約も不要。屋内だから雨でも遊べます!

E.W.C エキサイティングフィールド・ホワイトクロー
088-802-8154
所 いの町駅南町1415-1
営 土日祝8:30～16:30、平日13:00～21:00
料 1日遊び放題で2,980円（5歳から。小学生以下は保護者も要参加） MAP C-4

石探し



種類が豊富で、水につけると色が変化することでも知られる仁淀川の石。説明書を見ながらカラフルな石を探しましょう。

土佐和紙工芸村くらうど
088-892-1001
所 いの町鹿敷1226
休 水 料 1人800円 MAP B-4



はた織り体験



仁淀川のほとりで楽しむはた織り体験。好きな絹糸を選んで世界に一つの作品が作れます。工房は築140年の古民家で居心地も最高。

はた舎
088-892-3872 所 いの町鹿敷1226（土佐和紙工芸村くらうど敷地内） 休 水 料 テーブルセンター 1,500円（要予約）
MAP B-4

ゴリ釣り体験



子どもも大人も楽しい釣り体験！糸と河原の石で簡単な仕掛けを作って川に投げ入れましょう。簡単にゴリ（ヨシノボリ）が釣れます。

088-893-1211（いの町観光協会）
所 波川公園（いの町波川2093）
休 11～6月 料 1人2,000円（要予約）
MAP C-4



体験期間は7～10月。
仁淀川の清流で水遊びも楽しんで!



にこにこBBQ





清流を眺めながら、気軽にバーベキューを！お肉は地元産の絶品土佐あかうし！コンロやアウトドアテーブル、食器などがセットになっているので手ぶらで来てもOK。アウトドアチェアやパラソルなどの貸し出しもあり。

水辺の駅 仁淀川 にこにこ館
088-893-5085 所 いの町波川1862-4
休 火（ハイシーズンは除く）
料 にこにこBBQ 定番コース 1人3,500円 MAP C-4

BBQやゴリ釣りが楽しめる
川遊びの聖地
波川公園



遊具付きの杉林の公園ではキャンプも楽しめます



川遊びにはライフジャケットの着用が必須です！
大人も子どもも着用を。お酒を飲んでの水遊び・水泳は厳禁

じつは湯処！ いい湯も体感

いの町には泉質自慢の温泉や雰囲気のいい温浴施設が充実！日帰り利用もできるので、観光と一緒にぜひお立ち寄りください。



鉄分を含むあかね色の湯が評判。

天然の湯 吾北むささび温泉
088-867-3105 所 いの町小川東津賀才53-1
料 大人800円 MAP B-3



仁淀川の伏流水で贅沢な湯浴みを。

土佐和紙工芸村くらうど
088-892-1001 所 いの町鹿敷1226
料 大人800円 MAP B-4



自然と調和する、森の癒やしの温泉。

木の香温泉（道の駅木の香）
088-869-2300 所 いの町桑瀬225-16
料 大人800円 MAP B-1



眺望も自慢！塩分高めの心地よい湯。

亀の井ホテル 高知
088-892-1580 所 いの町波川1569
料 大人900円 MAP C-4

川辺でサウナも！



自然の中でサウナ&水風呂&外気浴。

本川サウナ ニジュマル 090-7103-9241
所 いの町中野川34-1 料 1人3,500円（2人から。1日3組限定・要予約） MAP B-2

人々が大切に守ってきた歴史と文化を体感

いの町には長い歴史を持つ文化財や、自然環境と人々の営みから生まれたこの地ならではの名所が多数あります。それらはまさしく、いの町の宝物！ 受け継いできた人々の想いに心を馳せながらご覧ください。



山王の舞

本川神楽

白雪が降り始める、11月中旬から12月上旬の夜。四国の霊峰・石鎚山麓の山里、いの町本川地区の神社では、仮面を着けた舞手たちが、大太鼓や銅拍子の囃子に合わせて神秘的な舞を奉納。この伝統芸能が、500年以上にわたってこの地に守り継がれている本川神楽です。夜を中心とする「夜神楽」として知られ、高知県無形民俗文化財、国の重要無形民俗文化財にも指定。冬にいの町を訪れた際は、神々が舞い降りる幻想的な神楽の世界をぜひ体感してみて。



088-893-1922（いの町教育委員会）
所 いの町本川地区内神社
※公演スケジュールは毎年異なるため、詳細はお問合わせください


般若の舞

椙本神社（すぎもと）

創建1200年を超える、由緒ある神社。「いの大国さま」の愛称で地域の人々に親しまれ、福徳開運、縁結び、商売繁盛などのご利益で知られています。神社が賑わうのは、春と秋の大祭。五穀豊穣とこの年の幸せを祈願する春の大祭には、笹の葉に俵と短冊を結んだ当神社特有の縁起物「古式福俵」が境内に並びます。また秋の大祭では、国の重要文化財である八角形漆塗神輿（模作）を中心とした御神幸と呼ばれる行列が町を練り歩き、風雅な雰囲気を醸し出します。



088-892-0069
所 いの町大国町3093 MAP C-4

名越屋沈下橋

仁淀川には、台風や大雨の増水時にあえて水没するよう設計された「沈下橋」が点在しています。名越屋沈下橋は、仁淀川で最も下流にかかる長さ191mの橋。欄干のない橋と清流がのどかな風景をつくり出し、フォトスポットとして大人気です。

名越屋沈下橋は現在も住民の生活道として利用されていて、比較的交通量が多くあります。橋の上には待機所が4ヶ所あるため、自動車が通る際は待機所に避けるなど注意して観光を楽しんでください。

088-893-1211（いの町観光協会） MAP B-4





町並みや自然を体感するなら

レンタサイクルを！

クロスバイク&シティサイクル、E-BIKE（要予約）の2タイプを準備しています。

◎受付場所／いの町観光協会、亀の井ホテル 高知、道の駅土佐和紙工芸村くらうど など

※受付場所により予約方法が変わります詳しくはいの町観光協会HPをご覧ください





まち歩きでもっと知ろう

土佐和紙産業で栄え、紙の文化があちらこちらに根づく町内をガイドと一緒に散策する“まち歩き”もおすすめ。小さな路地裏にも発見が！

いの町まち歩き
088-893-1211（いの町観光協会いの町ガイドくらぶ事務局） MAP C-4



いの町の観光のことはなんでもおたずねください！

いの町観光協会
088-893-1211
所 いの町1692-9 ※JR伊野駅から徒歩5分
営 8:30～17:00 休 年末年始 MAP C-4

公式HP

イベントカレンダー

3月		大国祭（春まつり）（旧暦1月22日の前の日曜日）
4月	上旬	UFOラインアタック
5月	3~5日	仁淀川紙のこいのぼり
		本川山菜まつり
8月	上旬	いの町民祭 仁淀川まつり
	15日	吉野川源流本川まつり
	中旬	吾北地区ふるさとまつり花火大会
10月	上旬	四国のてっぺん酸欠マラソン大会
		仁淀川神楽と鮎と酒に酔う
		仁淀川 国際水切り大会
11月	中旬	体験の国 ほのほの王国
	23日	大国祭（秋大祭）

※各イベントの詳細はいの町観光協会HPをご覧ください

名物イベントも体感

いの町では賑やかなお祭りやスポーツ大会など一年を通じて様々なイベントを開催。その日にしか体感できない感動をぜひ！

おすすめイベント

10月上旬



四国のてっぺん酸欠マラソン大会

標高1400mの場所にある「山荘しらさ」をスタートし、UFOライン（町道瓶ヶ森線）を往復。まさに「四国のてっぺん」を走る大会です。

仁淀川国際水切り大会

10月上旬



河原の石を投げて水の上を跳ねさせる、昔ながらの遊び「水切り」の国際大会です。チャンピオンシップ・男性・女性・こどもの4部門があります。



5月3~5日

仁淀川紙のこいのぼり

いの町特産の「不織布」で作った紙のこいのぼりが仁淀川を泳ぐ、初夏の恒例イベント。橋や土手の上、そして川舟からも楽しむことができます。

にこ淵・UFOラインに行く人のための テイクアウトグルメ

にこ淵から車でかかる時間
UFOラインから車でかかる時間

山と川

8:30 OPEN

35分
110分

直販所の中にある食堂。地元のきじ肉入りコロッケバーガーはテイクアウトOK。古代米を加えて手打ちした「紫黒うどん」もおすすめ。

088-892-1117
所 いの町鹿敷1226
土佐和紙工芸村「くらうど」直販所
営 8:30～16:00（7・8月は16:30まで）
休 水 P あり MAP B-4



11:00～提供

「きじコロバーガー」は、いの町手箱山で飼育されたキジ肉使用



直販所オープン当初から愛される名物うどん



イートインもOK！



ごはん処 山屋紅

7:00 OPEN

25分
100分

地元食材で作るおかずをバランスよく詰めた6種のお弁当が人気。チキン南蛮弁当は自家製タルタルソースとたっぷりキャベツがおいしさの決め手です。イートインはツガニラーメンや鮎の定食類、おでんほか豊富なラインナップ。

088-897-0002 所 いの町柳瀬石見1200
営 お弁当7:00～14:00 イートイン／モーニング7:00～10:30、ランチ10:30～14:00 休 日、年末年始 P あり MAP B-4





7:00 OPEN

中嶋製パン所

40分
120分

素朴で懐かしい味のパンは、いの町民青春の味。名物の「サラダぱん」はジャガイモ、キュウリ、春雨、ゆで卵のマヨサラダをコッペパンにたっぷりと。昔ながらのあんパンは、薪窯で丹念に炊き上げた優しい甘さの粒あん入り。

088-892-0378 所 いの町藤町2
営 7:00～17:00 売り切れ次第終了
休 月～水 P あり MAP C-4



カップ入り味噌汁も！

7:00 OPEN

おむすび米太郎

約45分
約120分

おむすび1個から購入可能。具は梅、鮭、タラコなどの定番おむすびから、豚の生姜焼き、生姜の佃煮、自家製味噌なども。ふっくらおむすびによく合う唐揚げやウインナー、玉子焼きなどおかずとのセットもあり。

088-892-0304 所 いの町新町1704
営 7:00～17:00 休 月
MAP C-4

フレッシュマート キシモト

6:00 OPEN

30分
110分

塩サバや鮭など4種の魚からメインを選べる幕の内弁当は、ごはんがぬくぬく。また、新鮮ネタのにぎり寿司はリーズナブルでボリューミー。市場で生きのいい魚を仕入れた時だけの販売です。年末年始は数量限定で皿鉢の予約も。

088-850-5014
所 いの町楠瀬851
営 6:00～20:00
休 ほぼ無休 P あり
MAP B-4



リカー&フード かどた

6:00 OPEN

10分
85分

日替わり弁当はおかずが盛りだくさん。定番の海苔おにぎりのほか、薄焼き玉子で巻いたものも好評。お弁当の作り置き対応も可能。

088-867-2406 所 いの町上八川甲4507-1
営 6:00～18:00 休 日※早めの閉店、臨時休業あり
P あり MAP B-3



ドライブのお供に!

岡林食品の カムカムカール

噛んで眠気対策



仁淀川のきれいな水で作るこんにゃくを乾燥させたジャーキー風おつまみ。低カロリーでにおいも少ないので、ドライブ中のおやつにもピッタリ。プレーン、梅、唐辛子入り、ブラックペッパーの4種。



購入場所／道の駅633美の里、道の駅木の香、レストパークいの



Berry農園山本

30分
105分

町内のイチゴ農家が直営するカフェ。赤色に染まるショーケースには、大切に育てたイチゴを使ったスイーツや土産品などがずらり。カップ入りのパフェやスムージーなどもあり、テイクアウトにも最適です!

090-4501-7567 所 いの町上八川甲1160-2 道の駅633美の里内 営 10:00～16:00 休 年末年始
P あり MAP B-3



ブルーが爽やかなドーナツ「レモン」が人気

定番のほか月替わりもあるので、定期的に覗くのも楽しい

YAIRO DONUTS

40分
120分

かわいいデコレーションにテンションアップ! 定番のストロベリーや抹茶チョコのほか、地元の生姜やレモン、ミレービスケットや芋けんぴなどを使った個性豊かなドーナツも。ソフトな生地はもっちり、外はサックリ。

なし 所 いの町藤町15 上田ビル1F
営 11:00～18:00（土日は17:00まで）
休 月 P あり MAP C-4

もみのき山の

ケーキ茶屋 MOMA

地元の果物や食材を使ったケーキや焼き菓子いろいろ



15分
90分

ドライブ休憩でも食べやすいカップ入りのケーキはいかが。シフォンは地元ユズの自家製ジャム入り。旬果実たっぷりのショートケーキとともに甘さ控えめ。

080-6900-2724 所 いの町下八川甲378-1
営 土・日・祝 11:00～18:00 休 月～金、不定休 P あり MAP B-3

高知アイス売店

25分
100分

仁淀ブルーの眺めと手づくりスイーツを存分に! 土佐ジローの卵を使ったソフトクリームはひんやり濃厚。お土産コーナーも充実。

090-3787-8511
所 いの町柳瀬上分807-1
営 平日11:00～17:00（LO16:30）
土日祝10:30～17:00（LO16:30）
休 第2・第4月（7・8月除く、月曜が祝日の場合は翌火曜）、年末年始
P あり MAP B-4



おやつ

イートイングルメ

にこ淵から車でかかる時間
UFOラインから車でかかる時間

食事処はちきんや

10分
85分

道の駅633美の里にある人気店。清流で育つツガニの料理は、秋からなくなるまでの季節限定! 地元のお母さんたちが作る名物ツガニうどんは、山菜や地元育ちのナス、キュウリなども入り、出汁にツガニのうまみがたっぷり!



088-850-5300 所いの町上八川甲1160-2 道の駅633美の里内
営10:00～16:00 休年末年始 Pあり MAP B-3



自由軒 伊野出来地店

25分
95分

揚げたてのカツがドドンと乗った味噌カツラーメンは不動の人気! その味を求めて県内外から訪れる人々で行列ができるほど。

088-897-0262 所いの町柳瀬上分548-1 営11:00～20:00
休月(祝日の場合は翌日)、第2・第4火、年末年始 Pあり MAP B-4



うちごはん空 Kuu

20分
95分

お家にいるようなくつろぎ空間でごはんを! 吾北地区の野菜で作る10食限定ランチや、終日OKのモーニングも人気。

080-8638-9000
所いの町下八川乙243-1
営9:00～15:30
休日～水
Pあり MAP B-3

吾北の新鮮野菜や高知食材で作るメニューが好評です



居酒屋くわな

20分 100分

居酒屋さんの人気ランチ。ボリューム満点の玉子焼きや唐揚げ定食や、和洋中バラエティ豊かなメニューが楽しめる日替わり定食も! どれもコーヒー付きです。

088-867-2340 所いの町下八川乙280-1
営ランチ11:30～13:30 夜17:00～22:00
休木・日・祝 Pあり MAP B-3

お酒もすすむ夜ごはん

あんど亭



45分 125分

唐揚げは生姜ベースの自家製たれが味の決め手。ほのかに甘い唐揚げは、ごはんにもビールにもピッタリ! お昼は日替わりや定食メニューも。

088-892-0559 所いの町1469-8
営11:00～14:00、17:00～20:00 休月
Pあり MAP C-4

季節料理

かつ庵



45分 125分

旬の料理で地酒を堪能。店主いちおしは脂ののった鯖の棒寿司です。
刺身やタタキはもちろん、アヒージョなど洋メニューも人気。

088-803-6455 所いの町2273 営18:00～23:00
休日 MAP C-4

にこ淵・UFOラインに行く人のための

ジビエ

cafe&bistro

木の根 に萌す。

20分
70分

野性味あふれるジビエや地域の名産品、こだわりの自家菜園野菜。これら厳選食材で作る至福の料理を静かに流れる時の中で楽しめる隠れ家ビストロです。自家製ドリンクや海外ビール、ワインほかランチ限定メニューも。



080-8632-0841
所いの町戸中171
営金18:00～22:00
土・日・祝11:00～22:00
※ランチは15:00まで
休月～木 Pあり MAP B-2



鮮魚



みやもと鮮魚店

40分
115分

食堂スペースがある鮮魚店。ランチは数種の魚から選べる「さしみ定食」と、藁焼きカツオの「タタキ定食」(期間限定)があり、どちらも多彩な小鉢付きでお腹がしっかり満たされます。テイクアウトの刺身やタタキの注文もぜひ!

088-892-0161 所いの町3042
営ランチ11:30～14:00 鮮魚9:00～18:00
休水・日・祝 Pあり MAP C-4



ツリーハウスカフェ

perch(パーチ)

15分 100分

090-7627-2978 所いの町小川東津賀才433 営11:00～17:00
休月～金(祝日は営業) Pあり
MAP B-3



ごはん家 レストパーク

45分 120分

088-893-4688 所いの町418
営7:00～19:00 休年中無休
Pあり MAP C-4

駅前食堂 楽家



45分 120分

夜メニューで人気の山芋入りの玉子焼きは、ふんわり玉子と山芋のシャキシャキ食感が絶妙。お昼は日替わりランチも食べられます。

090-3184-2344 所いの町新町36
営ランチ11:45～14:00 居酒屋18:00～22:00 休不定休 MAP C-4

焼肉牛苑



45分 120分

店主厳選の肉だけを提供。ホルモン類は全て地物、土佐あかうしや土佐黒牛がメイン。自家製のショウガだれが食欲をかきたてます。

088-892-0003 所いの町新町58-2
営16:00～22:00 休火
Pあり MAP C-4

いい宿あります！

いの町で泊まろう

にこ淵から車でかかる時間
UFOラインから車でかかる時間

大自然の中で



バンガロー・キャンプ場

グリーン・パークほどの

5分
80分

エアコン付きバンガロー、オートキャンプ場、テントサイトなどがある、にこ淵にもっとも近い宿泊施設。昼間は釣りやパークゴルフで遊び、食事はバーベキュー!夜は星空観察や焚き火トークでしっぽりと…そんな大自然の中だからこそ楽しめる時間を謳歌して。

088-867-3705(9:00～17:00)
所 いの町清水上分973-8 休 木
料 バンガロー 4,950円～
森の○○な家 22,000円～
オートキャンプ場 2,750円～
テントサイト 1,100円
MAP B-2



管理人・細川さん

／ 4名以上で利用できる宿泊棟もありますよ ＼



1棟限定の「森の○○な家」
地元産ヒノキでつくられた円形の空間で秘密基地っぽさが魅力。



バンガローは定員2名までと4名までの2タイプあり
焚き火台を持参すれば棟の前で焚き火も可!

土佐和紙にかこまれて

土佐和紙工芸村くらうど

35分
100分

仁淀川沿いに建つ上質な空間が魅力の宿泊施設。館内の至るところに土佐和紙が使われており、優しく包み込まれているような居心地の良さを体感できます。仁淀川の河原で朝食をいただけるなど、宿泊者限定の体験があるのも魅力。

088-892-1001
所 いの町鹿敷1226
休 水
MAP B-4





澄み渡る空気を感じながら川辺で朝食を



宿泊者限定の土佐和紙のランプシェードづくり体験もぜひ。草花などを飾って世界に一つだけの灯りを

木の温もりが伝わってくる和モダンなお部屋。窓からは、目前に広がる自然豊かな景色を楽しめます



仁淀川のそばで

ゲストハウス

そらやまゲストハウス

15分
85分

にこ淵と安居渓谷のほぼ中間に位置。ゲストハウス眼下には透明度の高い仁淀ブルーが! ダイニングでは他のゲストとの交流も楽しんで。

090-3975-8466
所 いの町下八川甲366
休 不定休
MAP B-3



ゲストハウス

Casolare Verde Blu

15分
85分

問 Instagram(@casolareverdeblu)
所 いの町下八川甲202 休 不定休
MAP B-3

ゲストハウス

ログハウス GOD VALLEY

35分
100分

090-7147-9129
所 いの町神谷448 休 不定休
MAP B-4





ゲストハウス

Yananose House

30分
95分

問 yananosehouse@194inocho.com
所 いの町柳瀬本村219-1 休 水
MAP B-4

駅近くで♪



ホテル

亀の井ホテル 高知

45分
110分

JR波川駅から徒歩約15分。全室から仁淀川を眺望でき、泉質の良い温泉にも癒やされます。

088-892-1580 所 いの町波川1569
MAP A-5



＼その他の宿泊施設／

UFOラインにある宿泊ロッジ

山荘しらさ

090-2235-1400 所 いの町寺川175
MAP A-1 95分 20分

キャンプ場

木の根ふれあいの森

088-850-5658 所 いの町脇ノ山171
MAP B-2 20分 60分

白猪谷オートキャンプ場

088-869-2115 所 いの町寺川白猪谷185-5
MAP A-2 50分 40分

旅館

藤崎旅館

088-892-0433 所 いの町1702-2
MAP B-5 45分 125分

川又屋旅館

088-867-2607 所 いの町清水下分928
MAP B-3 5分 85分

お土産はなにを買えばいい？

コレに注目！いの町の特産品

紙製品

いの町は紙の町。伝統工芸品の土佐和紙は優しい風合いが魅力で、文具やアクセサリーなどさまざまな雑貨としてショップに並んでいます。また、町内にある製紙工場がつくった高級トイレットペーパーも人気！旅のお土産だからこそ贅沢な一品を！







ショウガ

高知県の特産品・ショウガは、約100年前にいの町から栽培が始まったといわれています。現在も町内でのショウガ栽培は盛んで、ミネラル豊富な赤土と清らかな仁淀川の水によって良質なショウガが育ちます。お土産品ではショウガの加工食品が人気。調味料や甘味系など種類も豊富です。



川の恵み

仁淀川や支流では、アユやアメゴなど美味な川魚が育っています。その貴重なおいしさを気軽に楽しむなら甘露煮などの加工食品がおすすめ。



アユ



アメゴ

里山の恵み

豊かな自然が残る町内では農業が盛ん。季節ごとの野菜や山菜をはじめ、文旦やマンゴーなどの果物、日本蜜蜂の天然はちみつ、貴重なキジ肉「手箱きじ」など多彩な食材が育まれています。



文旦



手箱きじの鍋セット

地酒

「酒の国」といわれる高知県には銘酒が多数あり！いの町でも仁淀川の豊かで清らかな水を生かして、芳醇な味わいの地酒が造られています。創業140年以上の酒蔵・高知酒造が造る銘酒「仁淀川」などがおすすめです。



※いの町紙の博物館は、工事に伴い2026年11月16日(月)～2027年3月31日(水)まで臨時休館を予定

いの町観光MAP

プランニングしてみました！

いの町 旅のしおり

※プラン内の時刻は目安です

あなたの旅のプランを書いてみよう！

寄り道も楽しもう にこ淵&仁淀ブループラン

8:30　いのICから
にこ淵に向けて出発

途中、いろいろと寄り道
・椙本神社さんで旅の安全を祈願
・水辺の駅あいの里や、道の駅633美の里にも立ち寄りたい
（椙本神社の愛称「いの大国さま」）

10:00　にこ淵に到着
11:00　にこ淵を出発
------→お店でランチ
（予約を忘れずに！）

13:30　リバークルーズでSUP体験
持っていくもの
□水着 □タオル □飲み物
□ビニール袋（濡れたものを入れる）

16:30　体験終了・着替え
くらうどでお土産を購入
友達に渡すお土産は
土佐和紙の小物にしよう！

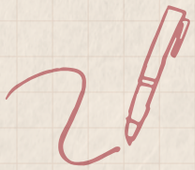
17:00　市街地へ移動

17:30　夜ごはん
SUPで体力を使うので夜は焼肉！
特産のショウガを使ったタレが
おいしいらしい



いの町産のショウガは
香りと風味が抜群だそう
高知県はショウガの
生産量が日本一

19:00　帰路





登山に挑戦！ UFOライン堪能プラン

7:00　いのICから
UFOラインに向けて出発
（UFOラインまで車で約2時間）
途中、道の駅でトイレ休憩しよう

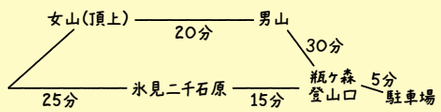
9:00　UFOラインに到着



瓶ヶ森登山口から
男山に向けて出発
15分くらいでビュースポットに到着

男山から氷見二千石原へ移動
45分くらいでビュースポットに到着

瓶ヶ森の登山ルート



12:00　登山口まで下山
------→休憩

13:00　山荘しらさへ移動
カフェでランチ♪ スイーツは別腹！
ショップでお土産も買うよ

14:00　UFOラインを出発

15:30　日帰り温泉で汗を流す
木の香温泉、吾北むささび温泉が近い

16:30　いの町の市街地へ移動

17:30　夜ごはん
居酒屋さんでカツオも食べたい！

19:00　帰路



KATSUO

にこ淵とUFOライン どっちも観るぞ！の 前乗りプラン

前夜　いの町内で前泊
（念のため酔い止め薬を買っておく）



6:00　起床・朝ごはん

6:30　UFOラインに向けて出発

道中、昼食用のお弁当を購入
（P.24のテイクアウトのお店をチェック！）

8:00　UFOラインに到着
（山荘しらさがオープンするまでに周辺を散策）
→山荘しらさまでドライブ
オリジナルブレンドの
コーヒーが飲みたい

11:30　ベンチでお弁当を食べる
瓶ヶ森の登山口駐車場に
ベンチあり（↖山荘しらさから車で10分くらい）

12:00　UFOライン出発、にこ淵へ

13:00　道の駅で休憩

13:30　にこ淵に到着
写真をいっぱい撮る！

14:00　にこ淵を出発
（にこ淵キャップ帽の人がいたらごあいさつ）

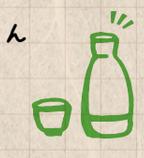
14:30　おやつを購入

仁淀川流域の景色を楽しむ
名越屋沈下橋は絶対観る！

15:30　土佐和紙づくり体験
紙の博物館で！
土佐和紙の歴史も知りたい
ショップも立ち寄ろう
※体験受付は16:00まで

16:30　お土産を購入
ショウガ商品が気になる
地酒もほしいな

17:00　夜ごはん



18:30　帰路



土佐マンゴー

注目返礼品 食

南国土佐の太陽をたっぷり浴びて育ったリピーター続出のマンゴー。箱を開けた瞬間から笑顔になる甘く濃厚な香り!そして、口の中ではとろけるような食感を楽しませてくれます。

かおる! とろける!



お米

仁淀川の水で育ちました

仁淀川の伏流水と農家さんの愛情で育ったいの町産のお米は、うま味だけでなく香りまで豊か。白ご飯だけでもお箸が止まらなくなるおいしさがあります。

新高梨

高知県特産の梨でとても大きく、果汁たっぷりでずっしり重みもあるのが特長。みずみずしい食感で甘みも際立ち、「梨の王様」と呼ばれています。

梨のキング!





土佐文旦

香りと食感がクセになる

食べ応えのある大きな果肉から広がる、ジューシーな果汁と爽やかな甘み!ほんのりビターな香りも絶妙で、一度食べたらハマってしまうかも!

仁淀川の天然鮎

清流でなければ生息できない天然鮎。仁淀ブルーの中で育った鮎は、臭みが気にならず、豊かな香りと味わいが楽しめるのが魅力です。

貴重な天然もの





本川地区のきじ肉

貴重なお肉!

かつてお殿様に献上していた歴史を持ついの町本川地区の「きじ肉」。クセになる歯ごたえと深みのあるうま味が魅力です。



高知アイスのアイスクリーム

地元の厳選素材を使用

高知県を代表するアイスクリームメーカーで、いの町に工場と直営カフェを構える「高知アイス」。いの町産のイチゴなど地元素材にこだわったアイスをご賞味あれ。

ふるさと納税は下記ポータルサイト、郵送・FAX・メールで受付中

WEB 各サイトにて「いの町」で自治体検索をお願いします

- ふるさとチョイス
- 楽天ふるさと納税
- ANAふるさと納税
- ふるなび
- Yahoo!ふるさと納税
- JRE MALL ふるさと納税
- さとふる

郵送・FAX・メール

いの町役場 総合政策課
郵送 〒781-2192 高知県吾川郡いの町1700番地1
FAX 088-892-0353
MAIL sougouseisaku@town.ino.lg.jp

お問い合わせ　いの町役場 総合政策課　TEL 088-893-1129（平日8:30~17:15）



いの町の自然を一緒に守りませんか?

ふるさと納税のご案内



いの町では、ふるさと納税の寄附金の使い道として「子どもたちを守り育てる事業」「元気いっぱいのいの町をつくる事業」、そして、「豊かな自然と生活が共存するまちづくり事業」に取り組んでおります。令和5年度には、町を流れる川の源流域となる森林の整備や、観光客の皆様が多く利用する波川公園の整備などの事業を実施しました。にこ淵やUFOラインをはじめとする町の美しい自然環境を守っていくために、皆様からのご寄附を心よりお待ちしております。





おしり大感動

高級トイレットペーパー

各社のこだわりが詰まった高級トイレットペーパーは人気の返礼品。極上の肌触りやうっとりするほどの高い香りなど“贅沢”をご堪能あれ。

注目返礼品 紙製品



お肌にうれしい!

高級ティッシュペーパー

紙のまち・いの町には、特色のある製品をつくる製紙会社が多数あります。各社がつくるティッシュペーパーは、おしゃれな透かし模様入りや、お肌を優しくいたわるような柔らかさが特長のもの、さらににこ淵がパッケージにデザインされたBOXセットなど多彩!





備えあれば憂いなし

備蓄トイレットペーパー

町内の製紙会社が開発! 真空パックによって10年間保管が可能。梱包している段ボールを簡易トイレとして利用できるセットも人気です。

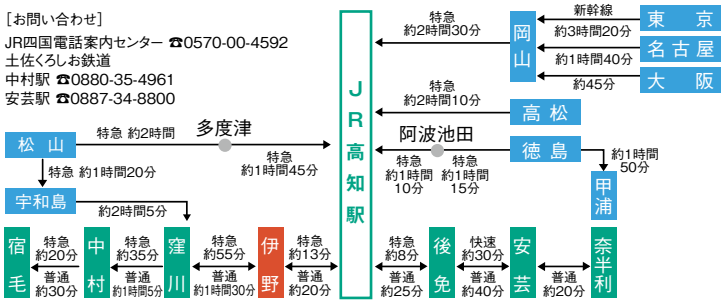




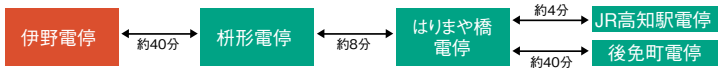
ACCESS
いの町までのアクセス

鉄道 ※乗換時間を含みません

［お問い合わせ］
JR四国電話案内センター ☎0570-00-4592
土佐くろしお鉄道
中村駅 ☎0880-35-4961
安芸駅 ☎0887-34-8800

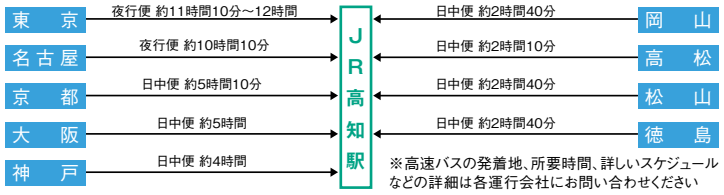


路面電車 ※乗換時間を含みません



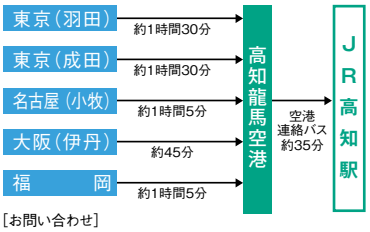
「JR高知駅」から、いの町への直通便はありません。
「JR高知駅」からは「桟橋五丁目」「枡形」行きほかへ乗車いただき、乗り換えしていただく必要があります。
詳しくは乗務員にご確認ください

高速バス



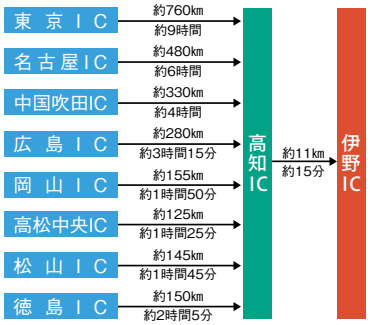
※高速バスの発着地、所要時間、詳しいスケジュールなどの詳細は各運行会社にお問い合わせください

飛行機



［お問い合わせ］
日本航空（JAL） ☎0570-025-071
全日空（ANA） ☎0570-029-222
フジドリームエアラインズ（FDA） ☎0570-55-0489
ジェットスター（JJP） ☎0570-550-538

車 ※伊野ICはETC専用です



西条市方面（国道11号）から伊野ICまでは、国道194号を利用して、約1時間50分です。

※季節や天候、交通事情などにより便数や所要時間に変動がある場合があります。事前のご確認をお勧めします（2026年2月）

どっぷり高知旅
SUPER LOCAL KOCHI

［発行・お問い合わせ］一般社団法人いの町観光協会
〒781-2110 高知県吾川郡いの町1692-9 TEL.088-893-1211
https://www.inofan.jp ※2026年6月時点の情報です