



高知縣國際交流協會

高知市本町4-1-37

TEL.088-875-0022/FAX.088-875-4929

8:30~17:15 (休 週日、國定假日、年底年初、8月的週六)

高知市“i”旅客資訊中心

高知觀光情報發信館“Tosaterasu”內②

高知市北本町2-10-17

TEL088-826-3337

8:30~17:00 提供給外國人洽詢

發行/高知市觀光振興課

2016年3月

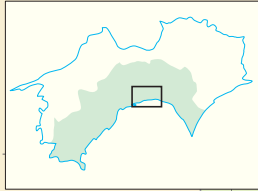
高知導遊

高知市綜合觀光指南

WELCOME TO KOCHI!



MAP A 高知縣中部地區



A

B

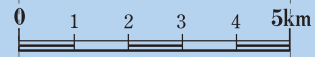
C

D

E

F

01



MAP B 高知市的中心部

- 洗手間
- 投幣式儲物櫃
- 神社
- 學校
- 郵局
- 觀光問詢處

500m



A 高知站週邊巴士站

高知赤十字病院 ●
高知站巴士終點站
巴士售票處
JR高知站
路面電車站
天橋

往 播磨屋橋 ↓

MY遊巴士(五台山、桂濱路線)
【MY遊巴士問詢處】
高知縣會展協會
TEL.088-823-1434

B 播磨屋橋週邊巴士站

中央公園
播磨屋橋
播磨橋十字路口
往 高知站
電鐵終點站大樓前

往 縣政府前
往 棧橋 ↓

往 桂濱、長濱方向
賽馬場、春野方向
高知站、醫大、田井方向

往 高岡、宇佐、須崎方向
伊野、岩目方向

電鐵終點站大廈前
往 去高知龍馬機場
高速巴士、國道客運
安藝方向
MY遊巴士(五台山、桂濱路線)

播磨屋橋 往 AEON商城高知
南播磨屋橋 往 桂濱方向

高知縣國際交流協會
高知市本町4-1-37
TEL.088-875-0022 / FAX.088-875-4929
8:30~17:15 (休 週日、國定假日、年底年初、8月的週六)

高知市“i”旅客資訊中心
高知觀光情報發信館“Tosaterasu”內
高知市北本町2-10-17 (歡迎外國人的諮詢)
TEL.088-826-3337
8:30~17:00 提供給外國人洽詢

高知站週邊、追手筋、中心商店街週邊、高知市政府週邊為“禁止走路吸煙等區域”。詳情請查看高知市環境部環境政策課網站首頁。

Tosa Fiefdom and Samurai Culture

坂本龍馬

將日本從封建時代，邁向近代社會的開端過程中，留下的各種功績偉業的重要人物

1835年11月15日，出生於高知城附近的上町。幼少時雖內向愛哭，但透過苦練劍術的過程中使他奮發圖強。1861年與親友結立「土佐勤王黨」後，因無法接受排斥外國人的思想而脫離藩籍。創辦日本最初的商社「龜山社中」，完成在歷史上著名的「船中八策」、使薩長（鹿兒島縣和山口縣）締結同盟，將大政奉還給朝廷，做出打倒江戶幕府的動機，並立下許多宏偉的功績。之後，在1867年11月15日京都的近江屋與盟友中岡慎太郎一起被襲擊而身亡享年33歲。3個月後，在明治時期誕生了新政府。他不追求自身的飛黃騰達，不懼怕改變，堅守自己的信念龍馬的風貌形像，至今仍牽動著許多人的心。



龍馬誕生地紀念館

MAP 1-C

開設在龍馬出生成長的上町。透過影像、聲音、電腦繪圖介紹龍馬的少年時代。龍馬坐像的旁邊是拍攝紀念照的推薦景點。有語音導覽系統“筆讀”用英語・漢語・台灣語・韓語4種語言，將館內的展示為您做簡單的介紹。



交通

高知站乘路面電車約15分鐘在“上町一丁目”站下車

交通

從高知站搭車約30分鐘
路線巴士“前往桂濱”
（請在南播磨屋橋巴士站乘車）
或者乘坐MY遊巴士（P16），
在“桂濱”下車

景色絕佳之地

桂濱

MAP 4-E

從龍頭岬到龍王岬這一帶有一片白沙青松，海灘上有五彩濱紛的石頭，小山上龍馬像，在著裡看的亮月特別優美，所以被讚稱為名月之處，能將來訪的遊客引入迷人的世界。海邊附近有水族館可以觀賞海獅的表演。在土佐犬公園裡能與土佐犬的小狗做互動活動。另外在土產品中心裡有販賣許多代表高知縣的土特產，種類很豐富應有盡有。



坂本龍馬紀念館 MAP 4-E

介紹坂本龍馬的生涯和人物形像（風貌）。建於可眺望著太平洋的桂濱公園的山坡上，有收藏並且提供與龍馬有相關資料的情報中心。



坂本龍馬像 MAP 4-E

為將龍馬的功績傳於後世，高知縣的青年們在全國展開募捐活動，於1928年建此雕像。身著和服靴子、懷揣雙手眺望太平洋的身姿甚為雄壯。



高知城

MAP 2-B

交通

從高知站乘路面電車約10分鐘。
在“高知城前”下車，步行5分鐘

聳立於高知市中心的高知城，是在1601年由第一代土佐藩主山內一豊築城。現在被指定為國家重要文化遺產。具備天守閣和追手門的城池在國內僅有三處，而且能將這兩座建築物拍在同一個鏡頭裡的城池全國僅此一座。追手門的周邊有自由民權運動的領導者板垣退助，山內一豊，和一豊的妻子千代的影像，她以賢內助而聞名。



街道觀光



播磨屋橋 (HARIMAYABASI)

MAP 4-B

播磨屋橋在日本很有名。是以和尚純信和商人女兒阿馬之間所釀出悲傷的愛情故事而聞名的一座橋。以此地為舞台背景拍攝成電映《THE HARIMAYABASI BRIDGE》曾在2009年上映。東邊的機械音樂鐘每逢戶整點，會演奏夜來曲的旋律，而且從時鐘的四個方向出現拿著嗚子跳舞的少女隊、高知城、播磨屋橋、桂濱等的登場。



機械音樂鐘 9:00~21:00 (每整點)
※會因強風暴雨而暫停

路面電車

路面電車對市民來是不可欠缺的交通工具，在生活上有著密切的關係。土佐電鐵的電車是現存路面電車中歷史再悠久的。以軌道線路的距離來說是日本第一。有葡萄牙號、挪威號、奧地利號、維新號等電車也可以包車行駛。



高知夜來資訊交流館

MAP 5-B

新的景點誕生於夜來節祭的發源地。入館後請先到左邊的「夜來祭圓形廣場」這裡為您介紹夜來節祭的歷史和充滿魅力之處。接著通過「夜來祭時光墜道」前往「夜來祭方形廣場」在體驗區可試著製作嗚子，在夜來節祭的舞蹈會上不可欠缺的道具，並且可體驗傳統的舞蹈，親自的感受到夜來祭的情熱活力。



來去逛週日集市吧

MAP 3~4-B

交通

從高知站步行10分鐘

週日集市具有 300 年以上的歷史，同時也是市民的生活集市。

從高知城的追手門向東延展約 1.3 公里、400 多家的攤販鱗次櫛比，有許多新鮮的蔬菜水果、海產品、盆栽、古玩、骨董品等，從日常用品到稀罕物品的各種商品應有盡有。

【開店時間】

(包括開張、收攤的準備時間)

4月~9月/5:00~18:00

10月~3月/6:00~17:00

停止營業/1月1日・2日，

以及夜來節祭期間(8月10日~12日)



親身感受豐富的自然環境

南有一望無際的太平洋，北有層層連密的群山，在豐富的自然景觀中高知還有許多景點值得您隨興慢慢探訪。

交通

從高知站乘車20分鐘

乘坐MY遊巴士(P16)在“五台山展望台”、“牧野植物園正門前”、“竹林寺前”下車

五台山 MAP 5-D

位於市中心的東南部，以櫻花和杜娟花聞名。從山頂的展望台可遠望高知平原，美麗的夜景也相當有名。



牧野植物園 MAP 5-D

為了顯彰世界著名的植物學者牧野富太郎博士而設立。植物園內有許多和博士有淵緣的植物約 3000 多種。在展示館內有紹介博士的偉業和生平。溫室裡在每個季節中有各種罕見的熱帶植物。



竹林寺 MAP 5-D

被例為日本文化遺產「四國八十八箇所靈場」也稱為「遍路」。是弘法大師空海在 815 年開創的。高知縣內有十六箇所靈場，竹林寺是第三十一番巡拜處。





發源於高知的 夜來節祭



1954年為擺脫當時經濟的不景氣，鼓舞市民而在高知開始舉辦這項慶典。現在不僅在日本，“夜來節”也漸漸的向世界各國在濶展。

原本當地的夜來節祭於每年8月9日的前夜祭開始為期4天，在高知市內的17個會場舉行。

10日・11日夜來節祭的正式表演會有190多組、2萬多位的男女老幼來參加。每組舞蹈隊依照各組的風格個性，來設計具有特色的服裝，搭配著非常有創意的音樂和舞蹈動作，將充滿活力的舞步，和嗚子的響音使整個街道在這期間中響徹於夜來節祭中的熱潮。

12日舉行夜來節祭的後夜祭和夜來節全國大會。

請一定要親身來感受一下最代



【夜來節祭的前夜祭】

期間 8月9日

場所 中央公園

【夜來節祭的正式表演】

期間 8月10日、11日

場所 除追手筋外高知市內的各競技表演場、舞蹈表演場

【夜來節祭的後夜祭・夜來節全國大會】

期間 8月12日

場所 追手筋、中央公園、帶屋町拱頂商店街、高知城

夜來節 全國大會



現在已推廣到全國200多處的“夜來節”，將每各地域的特色融合在一起，持續不斷的在發展。夜來節全國大會就是來自全國各地的參賽隊與夜來節正式表演的得獎隊伍同場登台競舞。



高知市納涼焰火大會

讓夏季夜空五彩繽紛的焰火大會。
會燃放約4千多發的空中焰火和花樣焰火。

期間 8月9日

場所 綠的廣場





美食廣場・HIROME市場

MAP B3-B

HIROME市場內有“城下廣場”、“龍馬大街”等7個區域，匯集了鮮魚店、精肉店、雜貨店、洋貨店、餐飲店等各具特色的店舖。

市場內有準備許多的桌椅板凳，遊客們可以到各個店舖去買自己喜歡的想吃的東西，然後坐在一起享用。用餐後，把餐具整理放在桌上，工作人員會來清理回收。可以吃點小吃、喝點飲料、買點東西，或只是逛逛看看自己喜歡的東西。

市場內有許多高知的當地人，縣外、海外的觀光客的來訪，從早到晚都非常熱鬧興旺。與坐在鄰座的人隨意聊聊天，這種好客親切的交流方式很受遊客歡迎。



交通

從高知站乘路面電車約10分鐘。
在“大橋通”站下車



【時間】

平時・週六・節日8:00~23:00
週日7:00~23:00
(各店舖的營業和休息時間不同)



得天獨厚的飲食文化

在豐富的自然資源中與悠久的傳統文化融合一體，共同創造土佐的飲食文化是我們最自豪的地方。

👉 稻香鰹魚生魚片

高知縣號稱鰹魚的消費量為全國第一。鰹魚的吃法有很多種，其中用稻草將鰹魚表面稍微香烤後，加上大蒜、蔥、蕁荷等的調味佐料後沾上特製醬汁的料理方法是高知最具有代表性的食物。因店舖和地區的不同，所加的佐料或是特製的醬汁也會有所差異，因此可以品嚐到各種口味。最近不加特製醬汁而將香烤的鰹魚沾鹽的吃法也很受歡迎。



👉 田舎壽司

使用了時令食材的健康壽司。竹筍、琉球藍、蕁荷、香菇、魔芋等，根據地區和季節的不同，可以品嚐到各種風味的鄉村料理。



👉 帽子麵包

帽子形狀的麵包源自於高知。帽頂部分蓬鬆暄軟，帽簷部分是鬆脆的，類似蜂蜜蛋糕的口感。在高知的麵包店大部分都有在賣。

👉 水果

土佐是水果王國。文旦、小夏、柚子等都很很有名。香甜又多汁的水果、讓您吃得過癮。



👉 芋堅幹

紅薯用油炸制後裹上砂糖的點心。外層香甜酥脆，一根接一根愈吃愈順口。男女老少深受歡迎。



👉 冰淇淋

高知特產的冰淇淋，口感介於冰淇淋和刨冰之間，口味清爽，能懷念昔日的古早味道深受大家喜愛。剛開始只在桂濱販賣，但現在在各個旅遊景點都能購買到。

品嚐酒文化

在高知不論男女以喜好美酒而聞名所以被稱為“酒國·土佐”，高知縣在各個地區有很多色彩濃郁的地方酒。高知的酒清味道偏辣，但口感清澈又爽口非常順口很好喝。另外還有高知縣獨有的“筷子拳”、“可杯”是在其它地區無法體驗到很獨特的宴會文化。



酒

⇒ 筷子拳



在土佐傳統宴會中2人對戰，猜測對方袖口中隱藏的筷子數目的遊戲。規則是輸得一方喝酒，酒酣耳熱之際遊戲進入白熱化。



⇒ 菊花

將很多酒杯倒扣，其中某個杯子中藏入菊花。按順序翻開酒杯，若杯中有菊花則中籤。中籤的人要把翻開的所有空酒杯倒上酒，並全部喝光，是種很有趣的宴會遊戲。

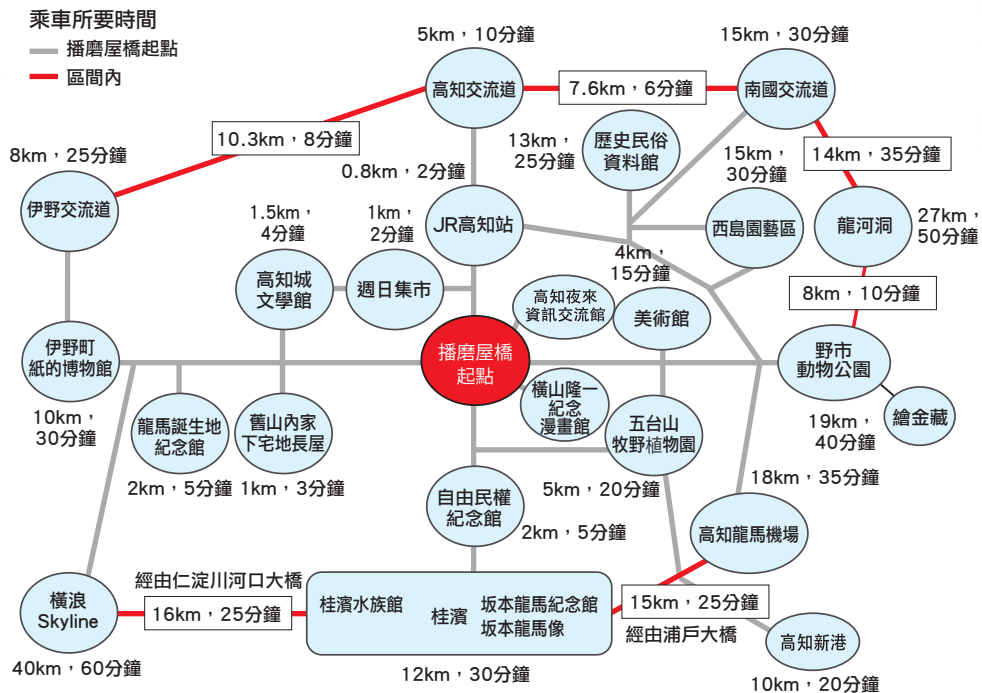
⇒ 可杯

也是傳統宴會的遊戲之一，使用骰子擲出後被指到的人拿杯子喝酒。這種杯子底部不平衡而且有開洞，舉杯喝乾之前不能放下。



🚗 高知市內觀光交通指南

高知市週邊距離MAP



🚌 MY遊巴士

前往五台山或是桂濱觀光時非常方便

■車票 (1日自由乘車)

成人 1000日圓

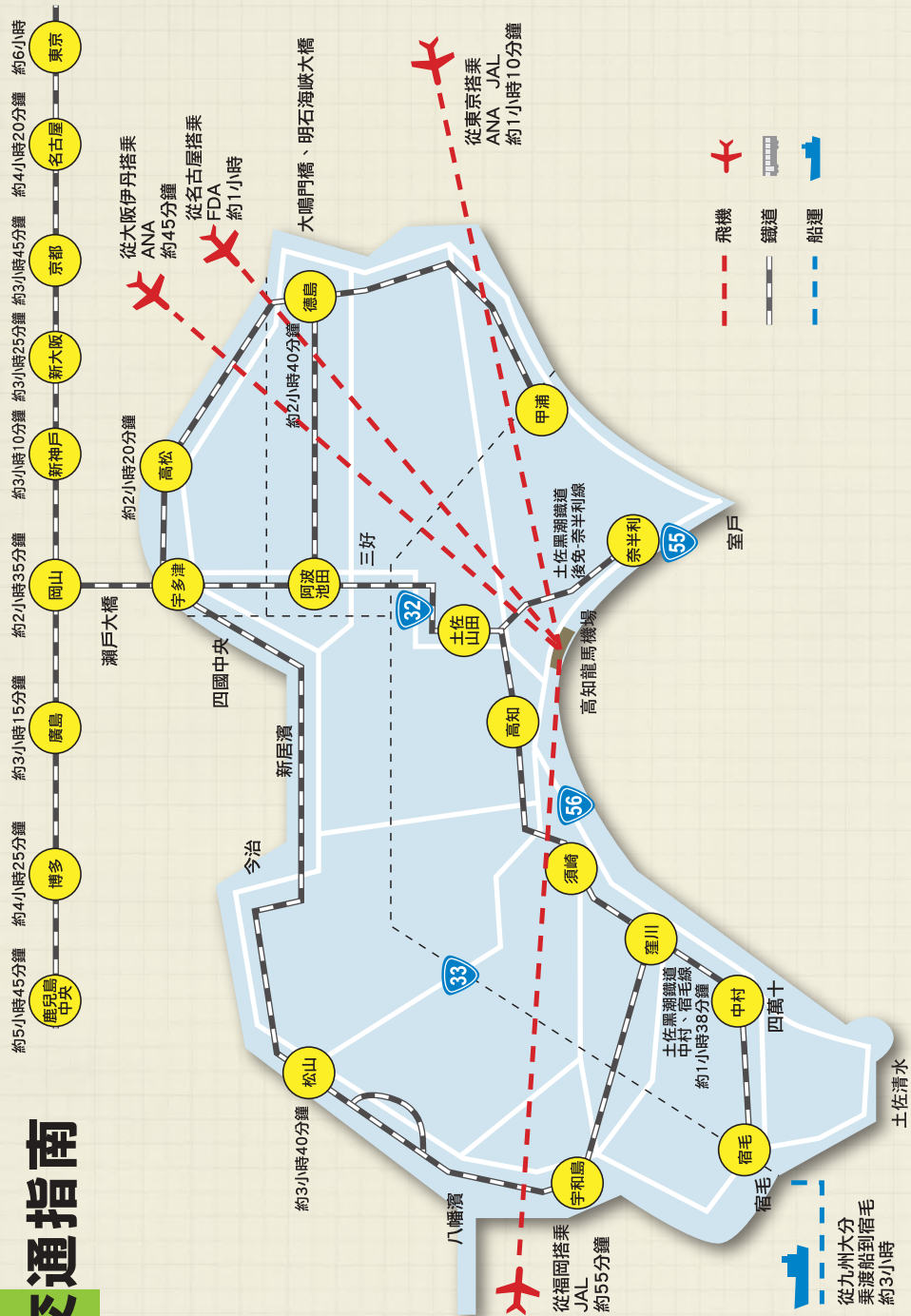
兒童 500日圓



【購入方法】

MY遊巴士車內
 高知站南口的“Tosaterasu”
 JR高知站北口的高知站巴士發站
 指定的旅館・飯店
 JR四國的站綠色窗口・
 Warp分店等進行銷售

交通指南



旅客施設指南

名稱	地址、聯絡方式	利用時間	門票	休館日、備註
寺田寅彦紀念館	高知市小津町4-5 TEL(088)873-0564	9:00~17:00	免費	星期三 12月27日~1月3日
高知縣立牧野植物園	高知市五台山4200-6 TEL(088)882-2601	9:00~17:00	成人720日圓 高中生以下免費 團體門票20名以上600日圓	12月27日~1月1日
舊山內家下宅地長屋	高知市鷹匠町1-3-35 TEL(088)832-7277 (高知市政府民權・文化財課)	7:00~17:00	免費	全年無休 ※有臨時休館
高知城懷德館(天守閣)	高知市丸之内1-2-1高知城内 TEL(088)824-5701	9:00~17:00	成人420日圓 高中生以下免費	12月26日~1月1日
高知縣立文學館	高知市丸之内1-1-20 TEL(088)822-0231	9:00~17:00	常設展 成人360日圓 高中生以下免費	12月27日~1月1日 ※有臨時休館
大川筋武家別墅資料館	高知市大川筋2-2-15 TEL(088)871-7565	9:00~17:00	免費	星期三 12月27日~1月3日
高知市立龍馬誕生地紀念館	高知市上町2-6-33 TEL(088)820-1115	8:00~19:00	300日圓 高中生以下免費	全年無休(有義工導遊 紹介周邊的史跡)
橫山隆一紀念漫畫館	高知市九反田2-1文化港灣内 TEL(088)883-5029	9:00~18:00	成人410日圓 高中生以下免費	星期一(如果是節日或 者換休日則閉館) 12月28日~1月4日
高知夜來資訊交流館	高知市播磨屋町1-10-1 TEL(088)880-4351	10:00~18:30	免費	星期三 12月29日~1月1日
桂濱水族館	高知市浦戶778 TEL(088)841-2437	9:00~17:30 冬季9:00~17:00	成人(高中生以上)1,200日圓 初中高中生600日圓 小學生500日圓 幼兒400日圓(3歲及以上)	全年無休
土佐犬公園	高知市浦戶6 TEL(050)3033-3166	9:00~16:30	成人500日圓 初中高中生600日圓 兒童300日圓	全年無休 ※商店營業時間 8:00~18:00
高知縣立坂本龍馬紀念館	高知市浦戶城山830 TEL(088)841-0001	9:00~17:00	常設展 成人500日圓 高中生以下免費	全年無休
國民宿舍 桂濱莊	高知市浦戶城山830-25 TEL(088)841-2201	15:00開始登記入住 10:00為止退房	成人9,720日圓起 兒童8,640日圓起 兩餐一宿、(含稅)	有休館
高知市立自由民權紀念館	高知市棧橋通4-14-3 TEL(088)831-3336	9:30~17:00	成人320日圓 高中生以下免費	星期一、節日的次日 (星期一是節日時則次日休) 12月27日~1月4日
高知WanPark(動物園)	高知市棧橋通6-9-1 TEL(088)834-1890	9:00~17:00	免費 遊樂設施1次200日圓~	星期三 (星期三是節日時則次日休) 12月28日~1月1日
高知縣立美術館	高知市高須353-2 TEL(088)866-8000	9:00~17:00	常設展 一般360日圓 大學生250日圓 高中生以下免費	12月27日~1月1日 ※有臨時休館
濱口雄幸生家紀念館	高知市五台山4377 TEL(088)832-7277 (高知市政府民權・文化財課)	9:00~16:00	免費	星期三 12月27日~1月3日
高知市田中良助舊宅資料館	高知市柴卷381 TEL(088)823-9457 (高知市政府觀光振興課)	10:00~17:00	免費	星期一至星期四 12月27日~1月3日
高知市春野郷土資料館	高知市春野町西分340 TEL(088)894-2805	10:00~18:00 (星期天、星期六 10:00~17:00)	免費	每週星期一、節日、 每月20日 12月28日~1月4日

僅供參考(上記的內容會有變更)