

暮らすにぼっちり通信

7・8
月号

海へ、山へ、車で約25分。都会と田舎、両方の魅力をほどよく持った高知市の暮らしをご紹介します。



今月の
イチオシ

高知新港のモニュメント

太平洋を臨む撮影スポット。豪華客船が着岸している時は、迫力ある光景が楽しめますよ!

高知の街中に、外国人の姿が一気に増えるタイミングが定期的にあります。そんな時は、ここ高知新港にクルーズ客船が停泊していることがほとんど。高知城に登る人、ひろめ市場でグルメを楽しむ人、帯屋町商店街を散策する人、いろんな国籍の方々が高知市ならではの魅力に目を輝かせているのを見ると、こちらもなんだか嬉しくなります。

ちなみに、高知新港のクルーズ客船寄港数は、2025年度に初めて100回超の大会を記録し、過去最多となりました。2026年度も当初計画や予約段階で100回を超えるなど、2年度連続で3桁をキープする非常に好調な推移を見せています。

ちょっとディープな

土佐弁講座

今月のひと言

「びっと」

【意味】ほんの少し

※量を表現する土佐弁を多い順に並べてみました
ちくと>ちつくと>ちいと>ちつと>びつと>めくそ

vol
55

もうびつと待ってやー。
(もう少し待ってねー)



今月の高知速報

8月9～12日にかけて「第73回よさこい祭り」で盛り上がった高知市。祭り前の予報では天気の崩れも心配されましたが、期間中は天候に恵まれ、今年も県内外197チーム約1万8,000人の踊り子が参加して、高知市内の16会場は大勢の観客で賑わいました。
そんな熱気に溢れる中で、10・11日の本祭が終わった翌12日の朝は気温が下がり、肌を撫でる涼しい風に秋の気配を感じました。夏から秋へ表情を変える高知には、どんな魅力があるのか今から楽しみです。



SNSでも随時情報発信しています!

高知市の魅力や旬な情報、イベント情報など、移住・定住についての楽しい情報を随時お知らせしています! ぜひフォローやいいね!をお願いします!

高知市 × 移住



高知市公式Instagram

「暮らすにぼっちり高知市移住・定住」



高知市公式フェイスブック

高知市 × 移住「こうちらいふ」





高知市内の商店街など16会場には大勢の観客



よさこい大賞受賞チームの演舞。整った隊列が美しい

今号の特集：

盛り上がった「第73回よさこい祭り」。
踊り子・観客の皆さまを迎えるまでの、
高知市の様子を知ってみませんか。



8月12日の後夜祭フィナーレ 中央公園での総踊り



約1万8,000人の踊り子と、約100万人の観客が訪れるよさこい祭り。
その舞台となる各競演場・演舞場の準備の様子が気になる！

● 追手筋本部競演場



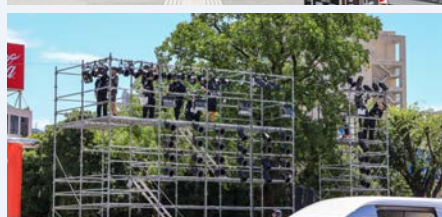
開催1週間前には既にゲートが完成していた追手筋。その下を普通に車が走っていたりと、高知は日常の中によさこい祭りがあるんだと改めて感じる光景です。厳しい暑さの中、審査員席や観覧席を手作業で仕上げてくれる職人さんの姿も。

● 高知城演舞場



高知城という絶好のロケーションに細長い突き出しのステージで、横から演舞が楽しめる会場。開催5日前に訪れると、舞台や足場が美しく組まれ作業は大詰め段階。職人さんが手作業で寸法を整え、会場装飾を施したり、看板を設置してくれたりしていました。

● 東洋電化中央公園競演場



よさこい祭り期間中は大型ステージが設置され、前進する「流し踊り」ではなく「ステージ踊り」をショーのように楽しめるメイン会場。開催5日前には公園の四方を取り囲むように足場が組み上げられ、圧巻の光景が広がっていました。その上では、たくさんの専門スタッフの方々が音響設備や照明を組み込んでいて、いよいよ本番が間近に迫った緊張感ある雰囲気です。

● 帯屋町演舞場



開催1週間前、商店街には大きなフラフが掲出され、提灯・垂れ幕も。お店の方も、行き交う人々も、祭りが始まるのを楽しみにしているような雰囲気です。

● はりまや橋競演場

高知県産木材で作られたアーケードが趣ある雰囲気のある商店街。よさこい祭りの開催を祝うフラフや、テレビ中継の日時を告知する垂れ幕が掲出されています。ここは本祭期間中に、高知さんさんテレビの生中継もある会場。東向きに抜けた先には「高知よさこい情報交流館」もあるのでぜひ訪ねてみてくださいね！



● 梅ノ辻競演場



全16会場内、最も準備が早いと思われるのがここ。開催の1ヶ月前あたりからゲートや万国旗の美しい装飾が完成し、その光景を眺めたり写真を撮るのも楽しいですよ。よさこい祭りを見る会場としても、道路が広く混みすぎているのでオススメです。

● 高知駅前競演場



開催5日前。ステージを組む様子を龍馬像が眺めています。いよいよ、よさこい祭りの夜明けぜよ！



地方車とは

音響設備や照明などを積み込み、踊り子たちの隊列を先導しながら音楽を鳴らすトラックなどの車両のこと。歌舞伎や日本舞踊で三味線や唄などの音楽・伴奏を担当する人(地方・じかた)に由来した名前です。

よさこい祭りの大迫力は、地方車(じかたしゃ)があってこそ。 各チームいろいろな車があるけど、どうやって準備してる？

地方車を制作している会社を訪問し、
見学＆お話を聞かせていただきました！

取材・撮影協力 T-project



倉庫内に見える地方車。出番を待っているこの雰囲気から、既にかっこいい！



木枠を制作した後は、音響機器や照明などノリのいい職人さん。制作から楽しむ！



自分たちで地方車を
制作しているチームも！

取材・撮影協力 夏帰島



地方車に取り付ける看板を入れる木枠を、工具を使って手作りで制作しています。



夏帰島(なつきちょう)のメンバー

高知の大学生を中心に活動するよさこいサークル「旅鯨人」の卒業生で、土佐学生よさこい大会を創設した沖本さんが立ち上げたチーム。かつての仲間が夏に帰って来られる場所というコンセプトで、和気藹々とした雰囲気が魅力でした。



アンプとスピーカーを組み付け。真夏の日中の暑さと振動への対策が肝心。



倉庫内には地方車が並び、発電機のストックもたくさん。よさこい祭り期間外は木枠をそのまま保管するなど、広大な空間が大活躍。



T-project 代表 宮本 朋(とも)さん

よさこいとの関わりは、チームのサポートメンバーを経て代表を務めたことから本格的に。周りの人たちから様々な相談を受ける中で「仕事として地方車を制作してほしい」との依頼をきっかけに、よさこいを総合的にプロデュースするT-projectがスタート。「よさこいに本気で取り組んでいるチームを助けたい」という想いを胸に、準備のアドバイスや本祭中のトラブル対応にも全力を尽くす、男気溢れる熱いよさこい人！

他にもぜひ注目したい。よさこい祭りをサポートする取り組み。

● 手作りのメダル



↑各会場で踊り子さんに贈呈されるメダルは手づくり。今年も愛宕商店街では恒例の風景が見られました。

←万々競演場で初めて作られた花メダルは青色。みんな笑顔で楽しく取り組む姿が素敵です！

● 女性踊り子用トイレ



混んでいるトイレに行く回数を減らすために水分を補給しないことが、熱中症の可能性を引き上げる。そんな危険を防ぐことを目的として「女性の踊り子専用トイレトレーラー」がおまち多目的広場に設置されました。

～ 編集後記 ～

よさこい祭りの前から、だんだんと空気が変わる高知の街。多くの方をお迎えするために、いろんな人たちが本気で取り組む様子をぜひ知ってほしいと思いました。会場は全部で16会場(2026年)ありますし、掲載事項以外にも、各チーム・競演場・演舞場の代表者が集まる「代表者会議」や、よさこい祭り中に各チームの状況をリアルタイムに確認できる「どこいこサービスNeo」、その他にも様々な準備が整えられています。この記事だけで全てをご紹介できてはいません。すいません。また、たくさんの企業の支援や、踊り子・スタッフご家族のサポート、何より高知市民の理解とご支援があってよさこい祭りは成り立っています。関わる人たちの想いがひとつになって、長く存続している祭りであり、高知の文化である。そんな意識を持つことで、よさこい祭りの魅力がもっと見えてきますよ。

フェア 中国四国もうひとつのふるさと探しフェア



中国四国地方の
各県や団体が
それぞれの特色を
生かしなが、
地方での暮らしや
滞在などの
魅力を発信します！

9月26日(土)

大阪会場

日時：2026年(令和8年) 9月26日(土)

会場：難波御堂筋ホール7階(ホール7)

内容：中国四国9県の自治体相談コーナー(出展によるPR及び相談)

資料コーナー(移住に関する情報全般の提供)

ブース相談ラリー(4県以上のブースで相談された方に名産品プレゼント)

参加費：無料

フェア 四国において！四国暮らしフェア in 東京



17回目の開催となる
東京でのフェア。
四国4県で連携し、
地方移住を
考えている方々に
魅力をPRします！

10月18日(日)

東京会場

日時：2026年(令和8年) 10月18日(日)

会場：東京交通会館12階 カトレアサロンB

内容：四国各県から移住や定住を推進する自治体・団体が集まる
移住相談ブースの設置

参加費：無料

Yoshida's column

ツボをおさえて元気に！「ツボゲン！」



肘を曲げた時にできるシワから
指3本分の間隔

毎日の疲れをその日のうちに
ケアしたい方へ！腕の万能ツ
ボ「手三里(てさんり)」で
セルフメンテナンスを始めま
しょう。つらい首・肩こりや
腕のだるさを和らげるほか、
胃腸の健康維持にも効果的
です。スキマ時間に優しく押し
ほぐし、体を軽やかに整えて
いきましょう。日頃から家族
や仕事のために「手」を貸し
て頑張っている皆さん、たま
には自分の「手」もしっかり
労わって、「手」遅れになる前
にケアしましょう！

押し方のコツ：親指の腹をツボに当て、息を吐きながら「痛気持ちいい」と
感じる強さで5秒ほどじっくり押します。左右それぞれ3～5回繰り返します。

よさこい高知文化祭2026 情報



よさこい高知文化祭2026の開
幕に向けて、盛り上がりを見せ
た「カウントダウンカーニバル
(令和8年7月26日)」がイオン
モール高知で開催されました！



会場では「みんなで踊るよさこ
い演舞」が披露されたほか、県
内の多彩な文化や体験ブースが
集結し、大盛況となりました。
参加した人々の笑顔と熱気に包
まれ、2026年秋の開会に向けた
期待が一気に高まる一日に。
みんなで高知の文化を盛り上げ、
本番を笑顔で迎えましょう！

本番まであと少し！

ほっちり
コラム 高知の夏の川遊びは最高です！

高知市地域おこし協力隊の西條です。先月号の特集、覚えていますか？「もうすぐ夏がやってくる！高知市の自然遊びは、土佐山&鏡の2地域で間違いなし!!」というテーマで、おすすめスポットを紹介しました。その際に訪れた川に、今度は娘&息子連れで遊びに行ってきましたよー！2週連続で土佐山地域を訪ねて「大穴境」と「鏡川源流憩いの広場」で楽しんできました。真夏の日差しに照らされる川は、取材に行った6月よりもさらに透明度が高く感じました。水温は抜群に冷たくて気持ちいい！息子と思いっきりはしゃいで、いい思い出づくりになりました。次は、鏡地域の「鏡吉原ふれあいの里」に行く予定(実は昨年行ったのですが、そこも本当に綺麗なんです)。自然遊びの際は、蚊やアブがいることも。虫刺され対策はしっかりしましょう！



大穴境



鏡川源流憩いの広場

転入者アンケートにご協力をお願いします

高知市へ転入された方を対象に、転入窓口で「転入者アンケート」をお配りしています。

アンケートにご協力いただいた方の中から抽選で毎月18世帯に、高知市に縁があるアイテムや、高知市での暮らしに役立つ景品をプレゼントしています。アンケート用紙を窓口で受け取られていない方や紛失された方がいらっしゃいましたら、アンケートを再交付いたしますので高知市移住・定住促進課までご連絡ください！

高知市役所 移住・定住促進課

〒780-8571 高知市本町5丁目1番45号本庁舎3階 Tel:088-823-8813 Fax:088-823-2631 Mail:kochi-life@city.kochi.lg.jp

高知市の移住・定住に関する情報は

こちららいふ

検索

