

高知市での暮らしを体験したい方必見!

かがみ暮らし体験滞在施設

高知市
× 移住



しいの木

気軽に、じっくり
高知市を知る。

かがみ暮らし体験滞在施設。しいの木





300年以上の歴史を持つ日曜市



鏡地域の棚田



五台山から望む高知市街地

高知市

に住んでみる。

高知県の県都・高知市は、北に山地があり、南には太平洋に臨む、自然に恵まれた都市です。気候は温暖（2018年の平均気温17・4℃）で、年間日照時間、年間降水量とも全国トップクラス。気候や風土に根差した食の恵みが、年間を通してあります。

高知市は、土佐二十四万石の城下町として、県の政治・経済・文化の中心として発達し、高知城・桂浜など観光の拠点にもなっています。

また、平成10年には四国初の中核市となり、平成17年に鏡村・土佐山村、平成20年には春野町と合併し、都市部、中山間地域、田園地域のバランスが取れた街となりました。

人と自然と暮らしを体験

かがみライフ

鏡川の中流域に位置する高知市鏡地域（旧鏡村）は、中心市街地から車でわずか20分ほどの距離にある山里です。地域のシンボルである鏡ダムの周辺は桜の名所として、シーズンになると多くの方で賑わいます。また、鏡ダムのすぐ下流は鮎釣りのポイントとなっており、釣り人の姿をよく見かけます。鏡川の支流である吉原川、的淵川などの清流沿いには、雪光山、平家の滝といった景勝地があり、訪れる人を楽しませてくれます。

鏡地域には、お試し

滞在施設「しいの木」があり、中山間地域の暮らしを体験することができます。また、農業も盛んな地域で、市街地へむけて生鮮野菜、山菜などを出荷し、日曜市を中心に街路市に出店している方もたくさんいます。

公共交通機関（路線バスと乗合タクシー）の本数が少なく、自家用車がないと少し不便ですが、鏡地域は、人と自然と暮らしがある日本の原風景を感じられる地域です。



鏡地域のシンボルは、鏡川と土佐鏡湖（鏡ダム）です。鏡川周辺には桜や夏のカヌー・キャンプを楽しむ人、そして鮎釣り期間中の釣り人など、大勢の人が訪れます。また、鏡庁舎の近くには、温泉・図書室・ギャラリー白雲・鏡公民館などがある複合施設「鏡文化ステーションRIO」（☎ 088-896-2345）があります。

鏡地域の生活データ

面積/約60km² インターネット環境/一部地域で利用可能（光回線は未普及） 携帯電話/ほぼ全域で通話が可能 保育園・幼稚園/2園 小学校/1校 中学校/1校 病院・診療所/1施設 商店/あり ※鏡庁舎から車で10分以内に総合病院（救急外来対応）があります。中心市街地までは車で約20分です。

かがみ暮らし 体験滞在施設

しいの木



かがみ暮らし体験滞在施設「しいの木」は、高知市への移住を希望されている方が、事前に地域の生活を知り、地域の方と交流を深めることを目的に、平成27年8月に開所した高知市のお試し滞在施設です。

高知市の中心市街地から車で20分程度の都市近郊にもかかわらず、豊かな自然環境に恵まれた「しいの木」には、短期滞在ができるように家具・家電がそろっており、調理室や交流室も完備。また、Wi-Fi（無線LAN）への接続も可能で、

無料でインターネットもご利用いただけます。

小鳥のさえずりや川のせせらぎ、緑に癒されながら、気軽にじっくりと、高知市での暮らしをご体験ください。



施設の外観



居室スペース



調理室

施設の概要

所在地 ▶ 高知県高知市鏡今井 2548 番地

居室 ▶ 2室（各室に浴室・洗面台つき／定員5名）

【備え付け備品】ローテーブル・チェスト・ハンガー・ゴミ箱・懐中電灯・洗濯機・ホットカーペット・室内物干し・洗面器・風呂用椅子

共用 ▶ 調理室・交流室・トイレ・Wi-Fi（無線LAN）

【備え付け備品】冷蔵庫・炊飯器・オーブンレンジ・トースター・調理器具・食器類・テレビ・掃除機・掃除用具・物干し台

休所日 ▶ 12月29日～1月3日（臨時に休所する場合があります）



利用案内

【利用になれる方】

- 次の①～③の全ての要件を満たす方がご利用いただけます。
- ① 高知市外に住所を有し、高知市への移住を希望されている方
 - ② 日本国内において居住をされている方
 - ③ 中山間地域の住民と円滑かつ積極的に交流を持てる方

【使用料金】

宿泊料（居室）	最初の2泊まで1室につき	3,300円
	以降1泊ごとに1室につき	1,100円

- ▶ 上記宿泊料はすべて税込み金額となります。
- ▶ 宿泊料には、調理室・交流室の使用料を含みます。
- ▶ 調理室・交流室の貸出時間は10時～12時、13時～17時です。（別途貸出予約が入っている場合は利用することができません）

【利用期間】

- 期間 ▶ 最短2泊から最長28泊まで（※）
- 時間 ▶ ご利用初日の午後3時から最終日の午前10時まで
- ※ 地域を知っていただくために、少なくとも2泊以上の滞在をお願いします。

【申込方法】

① 空き状況の確認と仮予約

事前に仮予約が必要です。高知市鏡地域振興課（☎088-896-2001）までご連絡ください。受付時間は平日8時30分～17時15分です。空き状況は高知市鏡地域振興課のホームページからご確認いただけます。

高知市鏡地域振興課 HP ▶



② 使用許可の申請

申請書に必要事項を記入し、身分証明書（運転免許証など）を添付の上、原則7日前までにメール、ファクスまたは郵送でご提出ください（必着）。申請書は高知市鏡地域振興課のホームページからダウンロードできます。

③ 使用料金の支払い

審査後、ご使用いただける場合にはお電話でご連絡しますので、使用料金の振り込みをお願いします。入金確認後、使用許可証をお送りします。

注意事項

- 仮予約をされた場合でも、期限までに申請書のご提出がない場合には、仮予約を取り消させていただくことがあります。
- 寝具・タオル・洗面衛生用具（シャンプー・リンス・ボディソープ等）、調味料などは備え付けていません。
- 各居室の清掃は、ご自身でお願いします。
- ベットを連れての利用は、ご遠慮ください。
- 施設内・敷地内ともに禁煙です。
- 鏡地域には量販店はありません。日用品等必要なものはご持参ください。



かがみ見どころスポット



【鏡文化ステーションRIO (リオ)】
鏡ダムの少し下流にあり、施設内では環境に優しいバイオマス(木質)燃料で温めた温泉が楽しめます。



【土佐鏡湖公園】
高知市の水がめ「鏡ダム」周辺にある公園で、春は桜の名所として、多くの花見客で賑わいます。



【鏡吉原ふれあいの里】
鏡川の支流「吉原川」が流れる自然豊かな山里で、夏には水遊びを楽しむ子どもたちの歓声が響きます。



【樽の滝】
鏡地域に数ある滝の一つ。大水がでると大樽を揺るがすような音がすることから名付けられたと言われています。

暮らしにぼっちり

高知市
ガイドツアー

無料

高知市の中心街から、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暮らしにぼっちり(土佐弁で「ちょうどいい」「ぴったり」という意味)な高知市を、本市の移住専門スタッフが、参加者の日程・ご要望に合わせてご案内します。

市街地コース (60分)	鏡コース (120分)
土佐山コース (150分)	フリーコース (120分)

申し込みは、希望日の20日前までに移住・定住促進室までメールまたはお電話でお願いします。

ACCESS



全国から高知市(空港・駅)まで

- 飛行機**
日本の主要4都市と高知龍馬空港がつながっています。
東京(羽田)から約1時間25分、名古屋(小牧)から約1時間、大阪(伊丹)から約45分、福岡から約50分。
- JR(新幹線)**
主要都市から岡山まで新幹線、そこから特急に乗り換えて高知駅へ。
東京から約5時間50分、名古屋から約4時間10分、新大阪から約3時間15分、広島から約3時間10分、福岡から約4時間(乗り継ぎの待ち時間を除く)。
- 高速バス**
主要都市とネットワークでつながっています。
東京、名古屋、京阪神、岡山、広島、福岡、四国3県と高知駅間で運行。
- 自動車**
高速道路(高知自動車道)の高知インターチェンジで下車。
大阪の中国吹田インターチェンジから約3時間50分、岡山インターチェンジから約1時間50分が目安です。

高知駅 → 鏡庁舎前のバス路線 》》【県交北部交通】堺町・蛸橋経由 川口営業所行

かがみ暮らし体験滞在施設「しいの木」

問 高知市鏡地域振興課
〒781-3102 高知県高知市鏡小浜7 鏡庁舎内
☎ 088-896-2001 FAX 088-896-2004
✉ kc-270300@city.kochi.lg.jp

高知市への移住・定住に関する相談

問 高知市地域活性推進課 移住・定住促進室
〒780-8571 高知県高知市本町5丁目1-45
☎ 088-823-8813 FAX 088-823-9382
✉ kochi-life@city.kochi.lg.jp [こちららいふ](#) 検索