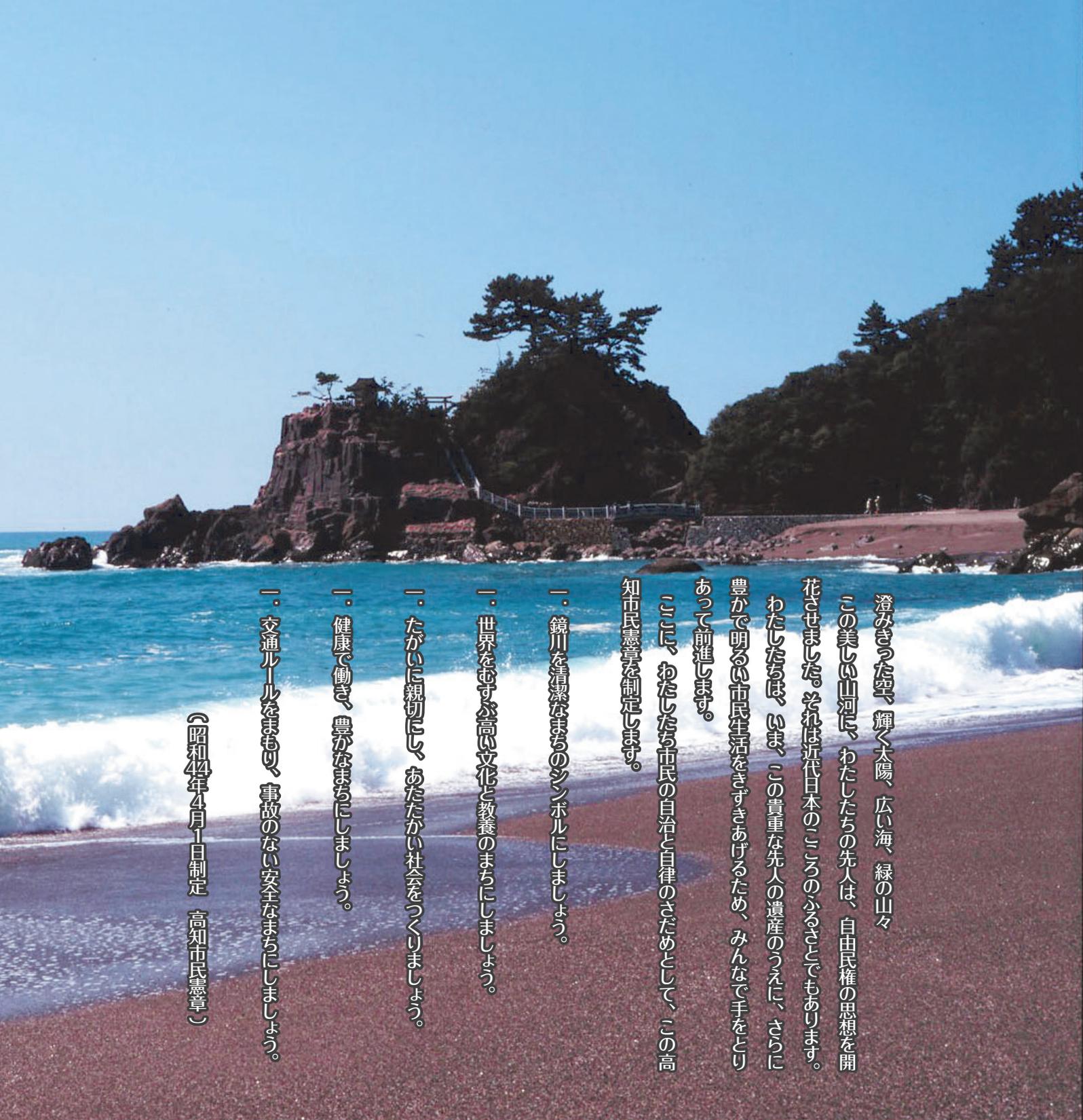


# 高知市の概要

2016

KOCHI  
CITY  
GUIDE





澄みきった空、輝く太陽、広い海、緑の山々

この美しい山河に、わたしたちの先人は、自由民権の思想を開花させました。それは近代日本の「こころ」のふるさとでもあります。

わたしたちは、いま、この貴重な先人の遺産のうえに、さらに豊かで明るい市民生活をきずきあげるため、みんなで手をとって前進します。

ここに、わたしたち市民の自治と自律のさだめとして、この高知市民憲章を制定します。

- 一・ 鏡川を清潔なまろのシンボルにしましょう。
- 一・ 世界をむすぶ高い文化と教養のまちにしましょう。
- 一・ たがいに親切に、あたたかい社会をつくりましょう。
- 一・ 健康で働き、豊かなまちにしましょう。
- 一・ 交通ルールをまもり、事故のない安全なまちにしましょう。

〔昭和44年4月1日制定 高知市民憲章〕

## 市長あいさつ

高知市は、四国南部のほぼ中央に位置し、市の北方には急峻な四国山地があり、その支峰である北山に源を発する鏡川の下流域を中心に都市が形成されています。平成10年4月には四国で最初の中核市に移行するとともに、平成17年1月に鏡村・土佐山村、平成20年1月には春野町と合併し、中山間地域、田園地域、都市部のバランスの取れた人口約34万人の中核市となりました。

一方では、全国的な人口減少社会の到来による少子高齢化により、人々の日常生活を守っていくための社会保障の在り方や地域経済の活性化と雇用の促進、さらには新エネルギーの推進や南海トラフ地震対策など、将来にわたる課題への早急な対応が求められます。

# 高知市の概要

## CONTENTS

高知市民憲章	1
市長あいさつ	1-2
高知市のプロフィール	3
姉妹都市・友好都市	4
高知市総合計画	5-6
こうち子どもファンド	7
百歳体操	8
高知市今昔物語	9-10
高知市ゆかりの人々	11-12
土佐の歴史を辿る	13-14
高知の人	15-16
高知の食	17-18
高知の祭	19-20
高知の催	21-22
高知散歩	23-24
高知市のあゆみ	25-26



高知市長  
岡崎 誠也



このような中、高知市では平成23年度からの新たなまちづくりの羅針盤となる「2011高知市総合計画」を策定し、自由と創造の精神に満ちた新しい共生都市を築くことをめざし、「森・里・海と人の環」自由と創造の共生都市「高知」を将来の都市像として定め、にぎわいに満ちたたくましい未来の実現をめざしています。

この冊子は、こうした市勢の概要を中心に、観光情報なども併せてご紹介しておりますので、高知市をご理解いただく上で参考にしていただければ幸いです。

# 高知市の プロフィール

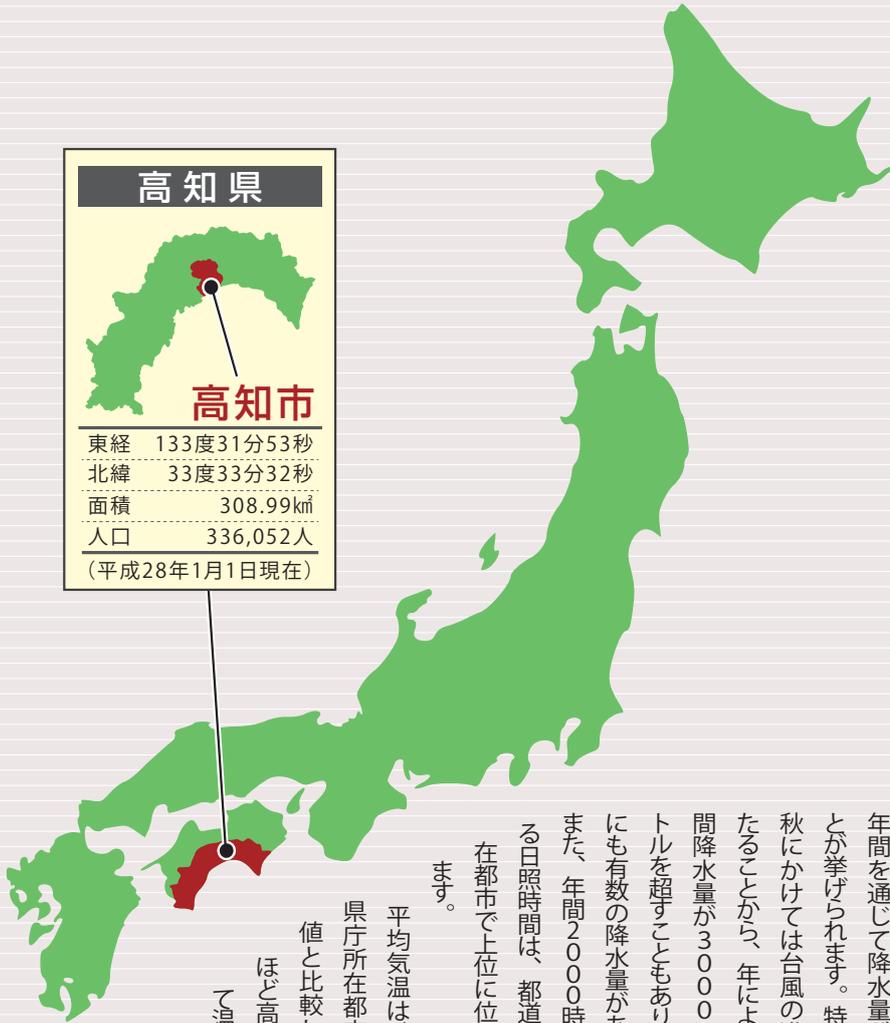
**高知県**



**高知市**

東経	133度31分53秒
北緯	33度33分32秒
面積	308.99km <sup>2</sup>
人口	336,052人

(平成28年1月1日現在)



高知市が誕生したのは1889（明治22）年4月1日で、当時の市の面積は2・81平方キロメートル、人口は2万1823人でした。その後、幾度も合併を経て、現在では県民人口の4割以上の人々が暮らす地方中核都市として、南四国の発展を支えてきました。

高知の気候の特徴としては、年間を通じて降水量が多いことが挙げられます。特に夏から秋にかけては台風の進路に当たることから、年によっては年間降水量が3000ミリメートルを超すこともあり、世界的にも有数の降水量があります。また、年間2000時間を超える日照時間は、都道府県庁所在都市で上位に位置しています。

平均気温は、都道府県庁所在都市の平均値と比較して1.2度ほど高く、総じて温暖です。

市の鳥

## セグロセキレイ



白と黒で尾の長い小鳥で、河原のある河川にすむ日本だけに繁殖する留鳥です。市内各河川で一番多く見かける鳥として、1979（昭和54）年11月に決定されました。

市民の花

## トサミズキ



高知県の特産種で、高知市周辺の蛇紋岩地帯のみに自生しています。花は可憐で、土佐の名がついた高知市を代表する花として、1996（平成8）年12月に決定されました。

市民の木

## センダン



南国の木で、花や実など四季折々に楽しめます。富田碎花の短歌に詠まれるなど、高知市を代表する木にふさわしいとして、1996（平成8）年12月に決定されました。

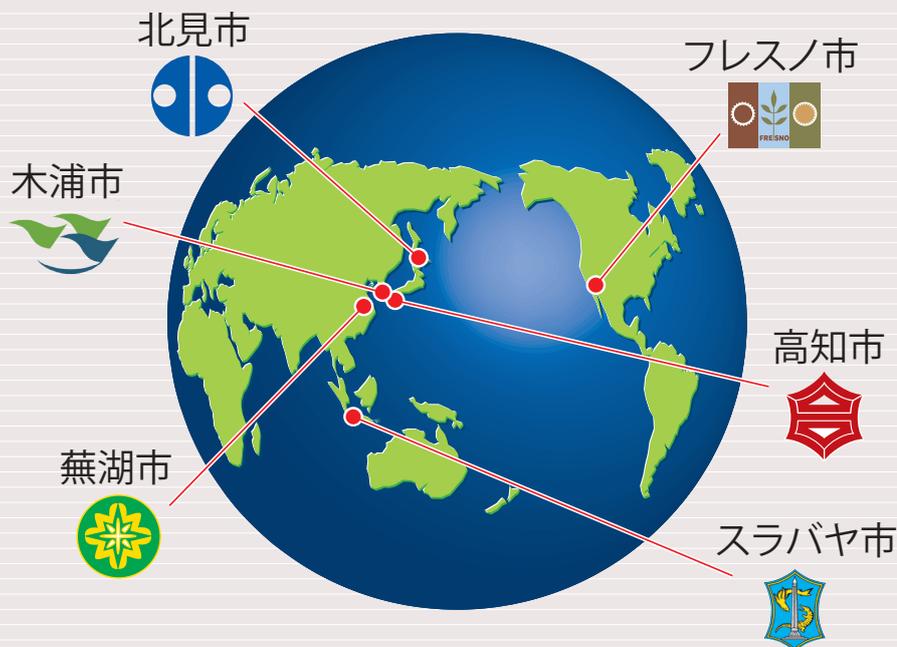
## 市章



高知の「高」の漢字をデザイン化したもので、1920（大正9）年2月15日に制定されました。

# 姉妹都市

# 友好都市

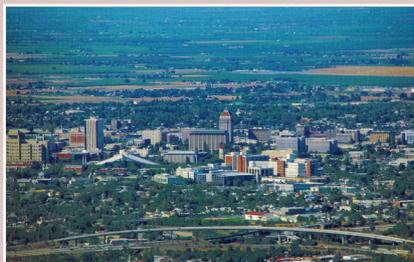


**蕪湖市 (中華人民共和国)**  
1985年4月19日友好都市提携



上海から西へ車で約4時間、安徽省の東南部、長江の中下流域に位置する蕪湖市は、人口約385万人の歴史ある都市です。2015年の提携30周年記念事業では、蕪湖市神山公園に桜の苗木を100本寄贈、植樹しました。

**フレスノ市 (アメリカ合衆国)**  
1965年2月11日姉妹都市提携



カリフォルニア州の中央部にあり、人口約49万人の美しい都市で、レーズン・アーモンドともに全米有数の生産量を誇るなど農業の盛んな地域です。ヨセミテ、キングス・キャニオン、セコイア国立公園への観光拠点としても発展しています。

高知市は、1965（昭和40）年2月11日にアメリカ合衆国フレスノ市と姉妹都市提携し、その後中華人民共和国蕪湖市、北海道北見市、インドネシア共和国スラバヤ市とそれぞれ姉妹・友好都市提携を結んでいます。また、2012（平成24）年11月9日には大韓民国木浦市と友好交流協定を結んでいます。それぞれの都市とは教育、文化、その他さまざまな分野での交流を図り、相互の発展と理解、親善を深めています。

**北見市 (日本国北海道)**  
1986年4月28日姉妹都市提携



北見市は人口約13万人、面積1,427.41 km<sup>2</sup>（全国第4位の広さ）の北海道東部・オホーツク圏の中心都市です。特産品の「玉ねぎ」は生産量日本一を誇ります。高知からの移民団が開拓で大きな功績を記すなど、高知とは強い絆で結ばれています。

**スラバヤ市 (インドネシア共和国)**  
1997年4月17日姉妹都市提携



インドネシア共和国東ジャワ州の州都スラバヤ市は、首都ジャカルタに次ぐ人口約295万人の都市です。2003年からは高知のよさこいとインドネシアの伝統的な衣装や振り付けを融合した「スラバヤよさこい祭り」が開催されています。

**木浦市 (大韓民国)**  
2012年11月9日友好交流協定



大韓民国全羅南道西南部に位置する、人口約25万人の都市です。朝鮮王朝時代末期に発展した港町で、日本や中国との交易で栄えました。本市出身の故・田内千鶴子さんが3,000人の孤児を育てた「木浦共生園」があるなど、高知とゆかりのある市です。

# 高知市総合計画

## 〔2011〕～2030年度

### 森・里・海と人の環

### 自由と創造の共生都市 高知

わたしたちのまち高知市は、太平洋に開かれた豊穡の地にあり、豊かな自然と長い歴史の中で培われた、明るく闊達で慣習にとられない、自由と創造の精神に満ちた土佐の風土の中で発展を続けてきました。

このまちを未来に向かって持続的に発展させ、次世代へと伝えていくために、森に発し、里を経て海へと通じる清流をはじめとする豊かな自然とそこに住む人々が共生しながら、さらにまちの発展が調和する、「環境」を基軸とした新しい共生文化を自由な精神を持って創造する都市をめざし、

『森・里・海と人の環

自由と創造の共生都市 高知』

を将来の都市像と定め、明るさとにぎわいに満ちた元氣あふれる高知市を築き上げます。

わ  
環

森・里・海の自然豊かな「環境」の中で、  
連携・協力し合う人々の「和」を地域の「輪」に広げる  
共生都市の創造



04

## 地産の環



地域の産業の特色や機能、優れた地域の資源を最大限に活かしながら、地方中核都市として広域の需要を担い、人や物が活発に交流する活力ある産業活動を実現するために、県域全体の発展に貢献する「地産の環」を構築します。

05

## まちの環



中山間地域、田園地域、都市部それぞれの地域がその特性を活かしながら発展し、各地域で人々が安心して心豊かに生活できるように、自然と人とまちとが調和する、地方中核都市ならではの安全で快適な都市空間を創出する「まちの環」を形成します。

06

## 自立の環



地域が将来にわたって持続的に発展できるように、県域における連携・交流をリードするとともに、健全な行財政運営の下で市民ニーズに的確に対応した独自の自治を進める「自立の環」を確立します。

01

## 共生の環



自然と人とまちのそれぞれが調和し共生する地域社会を創造していくために、自然を理解し保全するとともに、人と人々が平和で互いに尊重しあい協力しあう、「共生の環」を創造します。

02

## 安心の環



誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができる地域社会を構築するために、地域社会全体で人と人々が互いに支えあう「安心の環」を充実します。

03

## 育みの環



次代を担う子どもたちが健やかに育ち、すべての人々が生涯を通じていきいきと学び楽しみながら向上していけるように、子育てへの支援や教育を充実し、文化を振興する「育みの環」を展開します。



## 活動までの流れ

### 申請

申請期間中は、事前説明会の開催や「こどもファンドアドバイザー」を派遣するなど、申請団体を支援しています。



### 書類審査

### 公開審査会

大人審査員とこども審査員が質問をしながら、どの団体に助成するかを話し合います。最終的には、こども審査員の過半数が助成したいと考えた団体に助成を決定します。



### まちづくり活動

### 活動成果の発表会



「こつちこどもファンド」とは、子どもたちが自ら考え、仲間と力を合わせて行う「高知のまちをより良くするための活動」「まちづくり活動」に対して、高知市が助成を行う制度です。子どものまちづくり参画の先進地であるドイツ・ミュンヘン市の取り組みを参考に、平成24年度から実施しています。

こどもファンドでは、18歳以下の子どもが3人以上、20歳以上の大人が2人以上参加しているグループを対象に、1グループにつき20万円以内を助成しています。制度の大きな特徴は、①子どもたち



## 子どもたちによる まちづくり活動

自身の発案による、まちづくり活動の提案②子どもたち自身の手によるまちづくり活動の実施③こども審査員による助成団体の決定——の3つが挙げられます。

子どもたちがまちづくり活動に携わることで主体性やコミュニケーション能力、市民性を育み、大人たちが「まちづくり」を考えるきっかけにもなります。そうして子どもたちの感性やアイデアを反映させた住みやすく、子どもに優しいまちの実現をめざしています。

また高知市では、この制度にご賛同いただいた各企業や団体、市民の方からの寄付金を積み立て、子どもたちによるまちづくり活動に活用しています。



- 1 消防分団屯所に絵を描き、防災意識の啓発に取り組んだ「キッズ土佐山」
- 2 看板設置や防災マップの作成、講演会の開催など、地域と連携して防災・減災に取り組んだ「旭中学校生徒会」
- 3 平成27年10月、本事業が第3回プラチナ大賞で特別賞を受賞し、プラチナシティとして認定される。

## とさっ子タウン



「とさっ子タウン」は、毎年夏休み期間中にのみ現れる「架空のまち」です(2009年度から開催)。

このまちの市民は、小学4年生から中学3年生までの子どもたち。まちの中には市役所・税務署・銀行・ハローワーク・新聞社・飲食関係の仕事などがあり、専門家から仕事を教わりながら体験をしたり、自分で稼いだお金で遊んだりすることができます。また、市長選挙や議会を開いて政治や都市運営など、協力し合いながら自分たちのまちをつくり、変えていくことができます。このような社会体験を通して、①社会の仕組みを知ること②子どもたち同士のコミュニケーションを図る③生まれ育った地域に対して誇りを持つ——などの「きっかけ」をつくることをめざしています。



消防局の救急搬送業務の様子

tosacco town

# 百歳体操で健康寿命を延ばそう

「健康寿命」とは、一生の生活で日常生活を健康で支障なく送れる期間のこと。高知市では、この健康寿命を延ばし、市民ができるだけ元気な体で過ごせることを目的に、さまざまな介護予防活動に取り組んでいます。その代表が「いきいき百歳体操」「かみかみ百歳体操」「しゃきしゃき百歳体操」です。

## いきいき百歳体操 例

三角筋の筋力運動。腕を前に上げます。



太もも裏のストレッチ。左右両側で行います。



**い** きいき百歳体操は、米国立老化研究所が推奨する運動プログラムを参考に、平成14年に高知市が開発

## 例 かみかみ百歳体操

口の体操。しっかり口をすぼめます。



口の体操。大きく口を開けて声を出します。

舌のストレッチ。舌をできるだけ前に出します。



**か** みかみ百歳体操は、食べる力や飲み込む力を付けるために、平成17年度に高知市が開発した体操です。椅子に座って口の周りや舌を動かす約16分間のプログラムです。椅子に座って

した重りを使った筋力運動の体操です。椅子に腰をかけ、準備体操、筋力運動の3つの運動を行います。筋力運動では、0キログラムから2キログラムまで11段階に調節可能な重りを手首や足首に巻きつけ、ゆっくりと手足を動かしていきます。

## しゃきしゃき百歳体操 例

焼肉

鯉



足踏み+ 昨日の食材が献立

20秒間、一定のリズムで足踏みをしながら昨日食べた食事の献立や料理の名前をできるだけ多く言います。  
(例) 肉じゃが→アジフライ→キンピラゴボウ→卵→...

現在、いきいき百歳体操は市内331カ所、かみかみ百歳体操は市内280カ所、しゃきしゃき百歳体操は市内237カ所、市民が主体となって週1〜2回開催されています。

近年では、日本をはじめ海外からも注目され、今では国内35道府県141市町村、遠くは海外のタイ・パラグアイなどにまで広がっています。

**し** しゃきしゃき百歳体操は、認知機能の維持、向上を目的に、平成27年に高知市が開発した体操です。椅子に座った状態で映像に合わせて、2つの動作を同時に行います。認知機能(注意力・判断力など)の改善に効果があると言われてしています。

## えがお こうち 笑顔マイレージ

「こうち笑顔マイレージ」は、高齢者の社会参加・介護予防を目的に、平成26年度からスタートした制度です。介護保険施設等でのボランティア活動に参加したり、いきいき百歳体操へ参加したりすることで、ポイントがたまり、そのポイントを商品券などに交換することができます。



いきいき百歳体操へ参加したりすることで、ポイントがたまり、そのポイントを商品券などに交換することができます。

区分	ボランティア活動	健康づくり活動
対象	高知市に住民票がある65歳以上の方	
主な活動	市が指定する介護保険施設等でのボランティア活動 【例】施設等での話し相手、囲碁や将棋の相手、清掃、手芸、行事の手伝いなど	市社会福祉協議会に登録されているいきいき百歳体操への参加
ポイント	1時間…4ポイント ※1日の上限は2時間まで ※年間の上限は200ポイント(5,000円)まで	1回…1ポイント ※1日の上限は1回まで ※年間の上限は40ポイント(1,000円)まで
ポイント交換	ですかポイント、商品券(VJAギフトカード)、QUOカード、地域福祉活動への寄付 ※ポイント交換については、要支援・要介護認定を受けておらず、介護保険料の滞納がないことが要件です。 ※還元は40ポイント(1,000円)単位となります。	

※ボランティア活動・健康づくり活動はそれぞれに登録が必要で、たまったポイントの合算はできません。

# 高知市 今昔物語

現在の高知市が「高知」と呼ばれるようになったその名前の由来について、歴史的な視点から探る。

## 天

正十六（一五八八）年、長宗我部元親が岡豊城から現在の高知城のある大高坂山に移転した。ところが、「四方皆大河にて、しかも北に洞島の洲（略）東に太布が洲 籠が洲 知寄など云 底もなき洲 なれば、たやすく埋草も及ぶ所にあらず、其上奥山より流れ出る水つよく、堤崩れ、町屋へ洪水入る事度々なりしかば、貴賤上下、こはいかにせんとぞ悲しみける」（『土佐物語』巻十五）というありさまで、河川の治水に失敗。同十九年には元親は城を放棄して、現在の桂浜に位置する浦戸城へ移転せざるを得なくなった。

## 慶

長六（一六〇二）年、土佐に入国した山内一豊は、元親と同じく大高坂山に築城を開始し、同八年に入城式を行い、河中山と改名した。築城工事は着々と進行していったが、城下では相変わらず洪水に襲われ、町づくりは困難を極めていた。

そこで二代藩主・山内忠義は行動に出る。『山内氏時代史料初稿』の慶長十五（一六一〇）



年九月の条に、「山内忠義竹林寺ノ僧空鏡ヲシテ河中山ノ文字ヲ改メシメ高智ト称ス」とある。河中山での築城中に五台山・竹林寺の空鏡和尚に頼み、山名を高智山に改名したのである。

空鏡和尚は、忠義との問答の中で、「高智とは、大聖文珠の浄土を申とかや、抑、城地を何故佛土に比しけるぞと事の意尋れば、此の城より一里計東に山あり、五臺山金色院竹林寺と号す(略)されば此城地も文珠擁護の地と称して、高智山と名付たり」(「土佐物語」と、改名の理由を述べている。

高智とは、文殊菩薩加護の土地を意味している。五台山から見て西にある河中山を西方浄土になぞらえ、築城や町づくりにより、文殊様の高い知恵を借りたいとの強い思いがあつたよつである。河中と高智とは同じ字首であり、そこからさらに現在の表記・高知に転じた。



がて、高知城が完成。元和七(一六二一)年時点で「土佐守殿借銀今の分には御身上相果つべく候」(藩志内篇)と言わしめるほどに切迫していた財政状況を、藩政改革によって見事に立て直した。

## 「河中▼高智▼高知」

高知という名称は、このような変遷を辿り、現在に至っている。

## やまうち かつとよ 山内 一豊

土佐藩祖  
1545 ~ 1605年

尾張に生まれ、織田信長に仕え、朝倉攻めで戦功をたて、長浜唐国400石を領す。関ヶ原の戦いで徳川家康に属し、戦後土佐24万石を与えられ、翌年1月浦戸に入城した後、大高坂山に高知城を築き、領国経営に尽力した。



「山内一豊像」  
(土佐山内家宝物資料館所蔵)

## ちようそがべ 長宗我部 元親

戦国武将  
1538 ~ 1599年

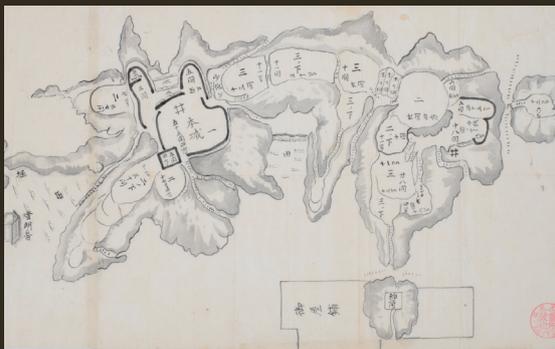
本山氏や一条氏などを滅ぼし、土佐の統一を果たす。その後四国で勢力を強めるが、豊臣秀吉の四国征伐に降伏、土佐一国の領有を許された。元親の行った「長宗我地検帳」は、当時の社会を知る上でも貴重な文化遺産である。



「絹本著色長宗我部元親像」  
(秦神社所蔵・高知県立歴史民俗資料館写真提供)



▶鏡川、江ノ口川の河川を外堀として町割りを形成し、新しい近世城郭を築いた。「かうち之城図」(高知市民図書館平尾文庫所蔵)



▶高知を代表する景勝地「桂浜」の背後の山「帯が浦戸城跡である。」「浦戸城古城之図」(高知市民図書館平尾文庫所蔵)

## 高知 城下の町名

高知市の町名は、江戸時代から引き継がれた歴史的な町名が多数残っています。これら歴史的な町名を保存伝承するために、平成13年の高知城築城400周年記念行事の一環として標識を旧町域に設置しました。



### はりま やちよう 播磨屋町

江戸時代初期、豪商播磨屋と豪商櫃屋の間の堀川に橋が架けられ、それに通じる町筋が通称「ハリマヤ丁」と呼ばれていた。藩政期には播磨屋町(現在ははりまや町)という町名はなく、播磨屋橋という橋とその周辺が城下の中心の商人街となっていた。

### おび やまち 帯屋町

江戸時代初期に豪商帯屋助勤が住んでいたことに由来する町名。西端に高知城南門や藩主の下屋敷があり、「御屋敷筋」または「会所筋」とも言われた。その後、町家はなくなり、家老深尾家、五藤家の郭中屋敷、南会所(藩庁)、幕末に活躍した参政・吉田東洋の屋敷などがあつた。

- 升形
  - 鷹匠町
  - 丸ノ内
  - 菜園場町
  - 廿代町
  - 本町
  - 九反田
  - 水通町
- などの町名は現在でも使用されています。

# 高知市ゆかりの人々



05

やまうち  
**山内**  
とよしげ  
**豊信**

土佐15代藩主・1827～1872年

吉田東洋を抜擢し、「安政改革」を進めた。將軍の跡継ぎ問題では大老・井伊直弼と対立して隠居謹慎となる。隠居後は「容堂」と名乗り、謹慎が解かれた後は、隠居の身でありながら藩政に関わった。後藤象二郎の進言を受け、15代將軍・慶喜に大政奉還を建白。



03

よしだ  
**吉田**  
とうよう  
**東洋**

幕末の土佐藩重職・1815～1862年

私塾「少林塾」を開き、後藤象二郎・板垣退助・岩崎弥太郎らを指導。山内容堂に抜擢され、「安政改革」を行う。公武合体の立場であったが、城中より帰宅の途中に土佐勤王党の黨員の手にかかり、暗殺される。



01

けんしょういん  
**見性院**

山内一豊の妻・1557～1617年

名前は千代またはまつと伝えられるが定かではない。一豊のために10両の金を出して駿馬を買った逸話や、まな板代わりに枡を裏返して使い節約した話など、「内助の功」で夫を支えた賢婦の鏡として知られる。



06

たけち  
**武市**  
ずいざん  
**瑞山**

土佐勤王党盟主・1829～1865年

土佐藩同志による土佐勤王党を結成。藩の体制を刷新するため、勤王黨員の手による吉田東洋暗殺を実行。しかし、前藩主・山内容堂の土佐勤王党の弾圧により、瑞山も投獄された。龍馬が龜山社中を結成した慶応元(1865)年、獄中で切腹。

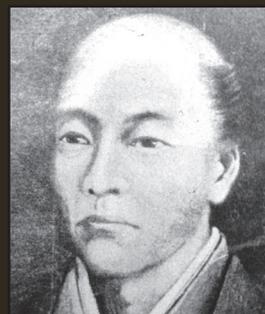


04

かわだ  
**河田**  
しょうりょう  
**小龍**

画家・1824～1898年

漂流より帰郷したジョン万次郎(中浜万次郎)の取り調べに当たり、「漂異紀略」を著す。坂本龍馬に海運と海防の構想を説き、大きな影響を与えた。また、画塾「墨雲洞」を開き、龜山社中・海援隊に参加する近藤長次郎、新宮馬之助、長岡謙吉らを育てた。



02

のなか  
**野中**  
けんざん  
**兼山**

政治家・1615～1663年

奉行職としておよそ30年間、藩の政治を任される。学問を盛んにし、多くの学者を育てる一方、土佐各地に用水路を造り、3,000町歩の新田開発を行った。彼の造った用水路、港などは現在でも使われているものが多い。

参考文献：『高知県人名事典 新版』(『高知県人名事典 新版』刊行委員会編集、高知新聞社発行、2000年)

## 坂本龍馬語録

幕末の動乱の中、大胆な発想と行動力で時代を切り開いた坂本龍馬。そんな彼の生きざまを感じる事ができる名言をほんの少しだけご紹介。

其ノ巻

世の人は  
われを何とも言わば言へ  
わが成すことは  
我のみぞ知る

これは龍馬が神戸にいた時期に詠んだ歌と考えられる。通常、脱藩した志士は、反幕府方として活動する人が多かったが、龍馬は幕臣の勝海舟の弟子となった。周りの人から理解を得られないが、自分の信念を貫く気持ちを詠んだ歌。(出典…詠草二和歌)



其ノ巻  
君がため  
捨つる命は惜しまねど  
心にかかる国の行く末

龍馬は文久3(1863)年に勝海舟に頼まれ、神戸海軍塾開業資金を福井藩に借りに行く。そこで由利公正や熊本、横井小楠と出会い、詠んだ歌。好きな人のために命を捨てることは惜しまないが、心に国の行く末が引つかかっている。国のこと



11  
植木  
枝盛

自由民権家・1857～1892年

「東洋大日本国々憲案」起草。彼の記した基本的人権の思想は、現行の日本国憲法に重要な影響を与えた。また「立志社建白」など、多くの重要文章を起草し、常に自由民権運動の中核で活躍。「民権自由論」などの著書のほか、新聞論説多数。



09  
後藤  
象二郎

政治家・1838～1897年

大監察として土佐勤王党盟主・武市瑞山らを弾圧。その後、坂本龍馬の提案である船中八策に基づき、山内容堂による将軍・徳川慶喜への大政奉還を進言する。維新後は板垣退助の自由党結党に参加し、逓信大臣、農商務大臣を務めるなど活躍した。



07  
坂本  
龍馬

幕末の志士・1835～1867年

土佐勤王党に参加。その後脱藩し、亀山社中の設立や薩長同盟の斡旋、大政奉還の推進、船中八策の提唱など歴史的偉業の達成に尽力した。京都近江屋で土佐の盟友・中岡慎太郎とともに襲撃され、明治維新を見届けることなく33歳の若さで闘死。



12  
寺田  
寅彦

地球物理学者・1878～1935年

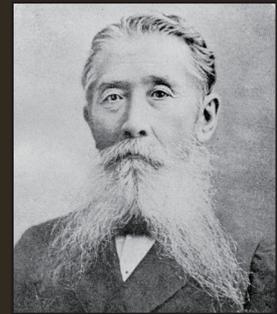
「天災は忘れられたる頃来る」とは彼の言葉。日常身の諸現象を分析して、何らかの法則性を発見しようとするところに寅彦の物理学の特徴がある。随筆や俳句も手掛け、その他にも油絵、水彩画、バイオリンなど多芸多能であった。



10  
中江  
兆民

思想家・1847～1901年

フランスに留学し、帰国後、仏学塾を開く。西園寺公望らと「東洋自由新聞」を創刊。自由民権運動の代表的思想家の一人であり、ルソーの「民約論」を翻訳したことなどから、「東洋のルソー」と呼ばれた。



08  
板垣  
退助

政治家・1837～1919年

立志社を創設し、国会開設をめざして、自由民権運動を全国に広め、自由党の総理として活躍した。彼の「板垣死すとも自由は死せず」という言葉は、自由の尊さを表したものとして有名。明治31(1898)年に内務大臣になる。晩年は社会改良運動を進めた。

写真提供：土佐内家宝物資料館（見性院・山内豊信）、高知県立歴史民俗資料館（野中兼山・吉田東洋・河田小龍・武市瑞山・坂本龍馬・後藤象二郎）、高知市立自由民権記念館（板垣退助・中江兆民・植木枝盛）、高知県立文学館（寺田寅彦）

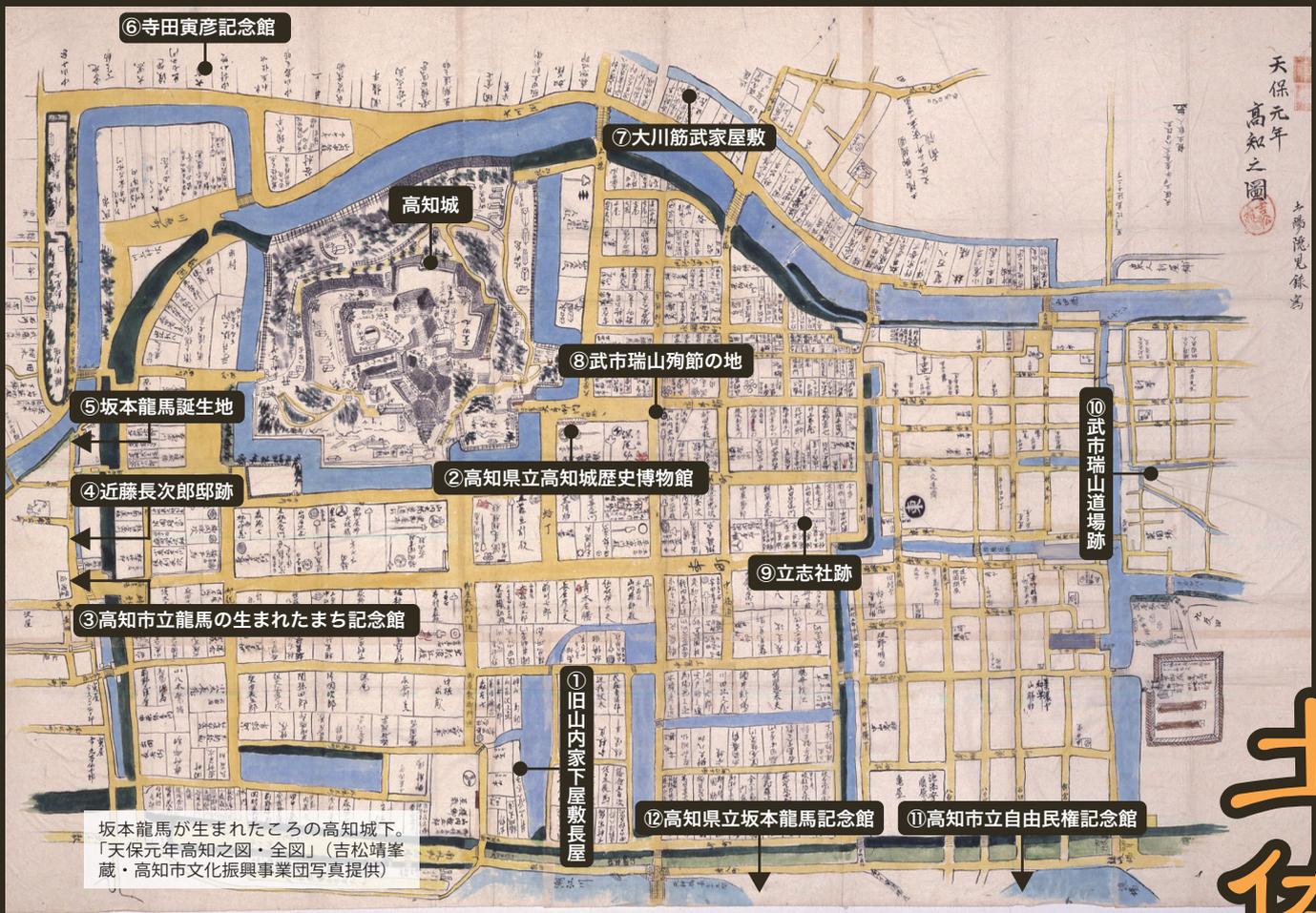
其ノ四  
日本を今一度、  
せんたくいたし申候

神戸海軍塾に入っている時期。長州藩が下関で外国と戦争をした際、幕府は戦争で傷ついた外国船を修理していた。龍馬はそれを知り、幕府の役人に激怒した。同じ日本人である長州の味方をせず、外国の味方をすると何事だ。そんな腐りきった役人を一時に撃ち殺して日本を洗濯したい、という過激な決意を語った手紙。(出典…文久3年6月29日坂本乙女あて書簡)

其ノ参  
国のため  
天下のため  
力を尽くしおり申候

龍馬が脱藩後に書いた最初の手紙。文久2(1862)年暮れ頃に勝海舟に会い、弟子入りした。「今は勝海舟という日本第一の人物の弟子になって、日本のために精一杯働いています。これからは国のため、天下のために力を尽くそうと思っております」という決意を語った手紙。非常に前途洋々の時期に書いた手紙なので、力強さが出ている。(出典…文久3年3月20日坂本乙女あて書簡)

を考えると、あなたのために死ぬことはできないという歌ではないかと考える。(出典…文久3年5月16日、三岡八郎居宅で謡ったとされる。「子爵由利公正伝」より)



# 土佐の歴史を辿る

高知城下は坂本龍馬も幼少時代を過ごしたまち。市内には多くの歴史を色濃く感じることのできるスポットがあります。龍馬が生まれたころの地図で高知城下をご紹介します。

## ① 旧山内家下屋敷長屋 DATA 高知市鷹匠町 1-3-35

鷹匠公園の石畳の坂道を挟んで、旧山内家下屋敷長屋がある。かつてここには山内容堂の下屋敷があり、後に山内家の私邸となった。現在は足軽武士が生活した長屋だけが残り、国の重要文化財に指定されている。



## ② 高知県立高知城歴史博物館 (2017年3月開館予定)

DATA 公益財団法人土佐山内記念財団 ☎ 088-873-0406

土佐藩主山内家に伝わる美術工芸品や古文書などの資料をはじめ、土佐藩・高知県ゆかりの歴史資料の数々を収蔵、展示する。体験型の展示や映像などで土佐や日本の歴史・文化に親しむことができるほか、年間を通して多彩な企画展も開催。館内には、隣接する高知城を一望できる展望ロビーをはじめ、城下町や高知県全域の文化・観光情報を紹介するコーナーや資料閲覧室、ミュージアムショップ、喫茶室等も併設される。



## ③ 高知市立龍馬の生まれたまち記念館 DATA 高知市上町 2-6-33 ☎ 088-820-1115 (年中無休)

幕末の英雄・坂本龍馬が生まれ育ったまちである上町に開館。龍馬が土佐を脱藩するまでの少年・青年時代のエピソードをパネルや映像、音声などで紹介。龍馬が生まれてから脱藩するまでのさまざまなシーンを龍馬の目線で体験できるコーナーなどもある。

また、龍馬の生まれたまち記念館を起点として、高知市内に点在している坂本龍馬ゆかりの史跡等をめぐる「龍馬の生まれたまち歩き 土佐っ歩」や、観光ガイドボランティアによる記念館内の案内も行っている。



▲全国的にも珍しい座った姿の坂本龍馬像(左)と近藤長次郎像(右)。



#### ④近藤長次郎邸跡

DATA 高知市上町 2

坂本龍馬と海援隊を設立した近藤長次郎は家業が饅頭屋であったため、「饅頭屋長次郎」と呼ばれた。幼少から剣道・学問を好み、河田小龍にも学んだ。長州藩より得た報賞金で、独断でイギリス留学を計画したことが露見し、その行為が亀山社中の社規に反するものであったため、切腹。29歳であった。



#### ⑤坂本龍馬誕生地

DATA 高知市上町 1-7

坂本龍馬は郷士・坂本八平と幸の次男として、この地で誕生した。誕生地の碑の文字は、当時の首相・吉田茂が昭和 27 (1952) 年 5 月に書いたもので、昭和 43 年に行われた明治百年記念行事の一環として整備されたものである。龍馬の誕生日であり、命日でもある 11 月 15 日には、この記念碑の前で盛大な誕生祭が行われ、全国各地から龍馬ファンが集う。



#### ⑥寺田寅彦記念館

DATA 高知市小津町 4-5

☎ 088-832-7277  
(水曜日、年末年始は休館)



寺田寅彦が、幼年から少年時代にかけて住んでいた住宅。旧家屋は昭和 20 (1945) 年 7 月、戦災により一部焼失した。現在の建物は主屋、居宅 (寅彦の勉強部屋)、茶室など寺田家所有の「家相図」をもとに復元、または移設改築したものである。

#### ⑦大川筋武家屋敷

DATA 高知市大川筋 2-2-15

☎ 088-832-7277  
(水曜日、年末年始は休館)

約 150 年前の幕末期に建てられた高知城下に唯一残る武家屋敷で、長屋門・主屋・築地塀・そてつの木がそろって残っている。この屋敷の持ち主であった手嶋家は、山内一豊に従って入国した家禄が 250 石の御馬廻りで中級の位の武士であった。現在、高知市保護有形文化財に指定されている。



#### ⑧武市瑞山殉節の地

DATA 高知市帯屋町 2-5-18

土佐勤王党は弾圧され、多くの同志とともに瑞山はこの地に投獄された。獄中の中には瑞山に心酔した者がおり、瑞山は牢にありながらも同志との通信ができた。自画像を書くための紙・筆・墨はもとより、朱肉まで取り寄せることができたという。



#### ⑨立志社跡

DATA 高知市帯屋町 1-11

立志社は、帯屋町の旧兵舎跡で葬会式をあげ、その後旧町会所跡を山内家から買い取って本拠地とした。愛国公党によって建白された民撰議院の開設を期待する政治思想を折り込んだ結社として、この地で発足した。



#### ⑩武市瑞山道場跡

DATA 高知市桜井町 1 (横堀公園内)



龍馬の遠縁に当たる武市瑞山は、妻の叔父・島村寿之助と共同で道場を開いた。門人は約 120 人と推定され、若き日の中岡慎太郎や“人斬り以蔵”と恐れられた岡田以蔵なども武市道場の門人である。

#### ⑪高知市立自由民権記念館

DATA 高知市棧橋通 4-14-3

☎ 088-831-3336 (月曜日、祝日の翌日、年末年始は休館)



立志社の憲法見込案や板垣退助が岐阜で襲われた時の凶器の短刀など貴重な資料を展示しているほか、土佐の運動を中心に自由民権運動の歩みを紹介している。また、ホール等は映画上映会や演奏会などにも広く利用されている。

#### ⑫高知県立坂本龍馬記念館

DATA 高知市浦戸城山 830

☎ 088-841-0001 (年中無休)

坂本龍馬に関する貴重な歴史資料を分かりやすく展示するとともに、人柄や業績、考え方についても紹介している。また、龍馬の手紙や龍馬と中岡慎太郎が暗殺された京都・近江屋の復元展示もあり、龍馬の人間性や臨場感を感じることもできる。平成 3 (1991) 年、龍馬の誕生日であり命日でもある 11 月 15 日に開館。桂浜公園内に建ち、「空白のステージ」「屋上展望」からは、太平洋の水平線を一望できる。



高知の

1 Part

いごっそうと  
はちきん

高知県の中央部に位置する高知市は、坂本龍馬や板垣退助をはじめとする多くの偉人が誕生した土地。豪気でチャレンジ精神が旺盛な彼らは、時世に新風を吹き込み、近代日本の発展に貢献してきました。

太平洋と四国山脈に囲まれて、独特の文化を育んできた土佐の人々。ちょっと頑固で、言葉が荒々しいのはご愛敬。土佐人は自由と人をこよなく愛する、情の厚い人間なのです。

男性

いごっそう  
igossou



高知の男性の代名詞「いごっそう」という言葉。土佐人気質の典型としてよく使われるが、語源には多くの説がある。最も有名なのが「異骨相」説。言動も異なるが、よく見れば骨相まで異なっていたという。

また他説では、東北地方で「ごっ・一徹のことを」「いごっく」といい、これが山内氏とともに土佐入りし、反骨的な土佐人の相貌が山内氏らには「いごっくな相」に見え、それがやがていごっそうに

なっただともいわれている。ほかに「べつじ」を意味する土佐の方言「いごっ・いごっ」説や「いごじ」と何らかの関係があるという説までがある。

元親や龍馬、慎太郎などの土佐を代表する人物は、自然に人を威圧し、かつ威服・畏敬させる豪傑であり、またそのいう相貌をしていることから「威豪相」「畏豪相」と表現された。

大切なのは、いごっそうは単なる頑固・一徹・負けず嫌いというだけでなく、ユーモア・大らかといった愛すべき一面も持ち合わせているのである。

女性

はちきん  
hachikin



土佐の男性「いごっそう」に対して、土佐の女性を「はちきん」と呼んでいる。これは、極端に男勝りな女性のことを総称する言葉である。そして、「いごっそう」と同様、語源には多くの説がある。

明治の土佐の郷土史家・松野尾氏によると「説あり、一つは藩政時代に針屋金蔵というお調子者がいて、その名前が由来となった説。もう一つは、八綿金右衛門という剛強の馬鹿者あり、それより至って馬鹿者を「八金」と言い始めた」と



01 ぼうしパン



高知の名物パンとして、テレビや雑誌にも取り上げられる「ぼうしパン」。誕生のきっかけは一つの失敗だったとか。

昭和30年ごろのある日、メロンパンを作ろうと下準備をしていたパン職人。上に乗せるビスケット生地を切らしてしまい、仕方なく代わりにカステラ生地を使ってみると、生地が流れて広がり、麦わら帽子のようなかわいい形のパンができた。当初は「カステラパン」という商品名で売られていたが、その独特な形から、いつしか「ぼうしパン」という名で親しまれるようになり、ついには商品名までもそう変わったのだそうである。

02 珊瑚(さんご)



江戸時代後期に日本で初めて土佐湾で発見され、その後、採取・加工は土佐の主要地場産業となった。現在では国内だけでなく、海外にまで輸出されている。

いう説で、両説とも元々は男性にも使われる言葉であったよつである。

また他説では、漢字にすると「八金」となるところから、平均的女性を十金とすれば、二金ほど女らしさに欠けているのだから八金という説や、四人の男性と対等に渡り合えるたくましい女性だから八金という説まである。

### 言葉

## 高知の方言

hougen

土佐の方言は、四国山脈が大きな言語の壁となつて、ユニークな方言となつてゐる。

四国地方の方言は大きく分けると、阿讃予方言（徳島県・香川県・愛媛県）と土佐方言（高知県）に分類される。

阿讃予方言では、京阪方言・中国方言の影響を相当受け、一般に比較的やさしい感じを伴つ。一方土佐方言では、京阪方言の影響も受けているが、中国・九州・和歌山・東北地方とも相当の共通点があり、荒削りで男性的な言葉ぶりが特徴である。

「のうが悪い」 具合・機能が悪いこと

「あし」 わたし、わし

「おんし」 きみ、あなた

「げに」 まことに、大変に

「へんしも」 急いで、ただちに

「びちくる」 暴れる、もがく

「たっすい」 弱い、物足りない

「ごじゃんと」 徹底的に、十二分に

### 酒宴

## 土佐流おもてなし

おきやく



shunyu



「酒の国土佐」と呼ばれるほど、酒好きが多いといわれる高知県。その昔、国司として土佐にやってきた平安時代の歌人・紀貫之も、酒を飲んで大騒ぎする土佐の人々の姿を「土佐日記」に記している。

高知県では酒宴のことを「おきやく」という。その語源は、四国八十八カ所巡りのお遍路さんをもてなした「お客」が由来といわれている。

おきやくには、おいしいお酒はもちろん、土佐の郷土料理「皿鉢料理」も登場する。皿鉢料理とは、約40センチメートルほどの大きな皿に、海・川・里の幸といたたごちそうがdeenと盛り込まれた料理で、まさに豪快な土佐人の精神そのものといえる。

さらに、自分の杯を目上の人に差し出しお酒を注ぐ「献杯」や、その杯にお酒を注ぎ返す「返杯」、酒宴を大いに盛り上げる「しばてん踊り」「可杯」「菊の花」「箸拳」などの「お座敷遊び」も、土佐で生まれた独自の文化として、現在も息づいている。

初めて会った人同士でも、世代・性別・立場を越えてみんなで大いに盛りあがる。それが、土佐流の酒宴「おきやく」である。

## 菊の花

人数分の杯をお盆に伏せて、その内の1つの杯に小菊の花を1個だけ隠しておく。全員で「菊の花〜菊の花〜、あけてうれい菊の花〜」と歌い、一人ずつ杯をあけてお盆を回す。当たった人は、その時点で空いている杯の数だけお酒を注いで飲まねばならない。そして、負けた（飲めるとい意味では勝ち？）人が次に菊を隠す。



## しばてん踊り



相撲を取るの大好きな、カッパに似た男の子の妖怪「しばてん」。ユーモラスなほろ酔い顔を染めた「しばてん手ぬぐい」を頭からかぶり、しばてん音頭に合せて輪になって踊れば、お座敷は大いに盛り上がる。

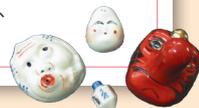
## 箸拳（はしけん）

二人で勝負する、威勢の良い遊び。向きあって3本ずつ箸を持ち、その何本かを片方の腕の下へ隠してじゃんけんのように突き出し、箸の数の合計を当て合う。負ければ杯を一気飲み。掛け声も勇ましく、中には見とれるほどの名人芸も。毎年10月1日の「日本酒の日」に、高知市では「土佐はし拳全日本選手権大会」が開催されている。



## 可杯（べくはい）

お面の形をした3つの杯は、お酒を注ぐと飲み干すまで置けない仕掛けが、赤色の「てんぐ」が最も大きく、鼻が高いので安定しない。口に穴があいた「ひよっこ」、小さい「おかめ」。歌いながらこまを回し、止まったこまの先に居た人が、出た絵の杯で飲み干さなければならない。お酒に弱い人が当たったら、すかさず誰かが助けをあげるのも、これまた一興。



## 03 土佐錦魚（とさきん）



高知市を中心に限られた地域で飼育されている土佐独特の金魚。琉金の体型に水平の尻尾の前側が腹部に沿って反転しており、その姿は金魚の女王と呼ばれるにふさわしく開いた扇のよう。大量生産は難しく、愛好家が伝承保存に取り組んでいる。

## 04 アイスクリン



高知の観光地や道端でよく売られている「アイスクリン」。砂糖・卵・脱脂粉乳・バナナ香料で作られているため、アイスクリームよりも脂肪分が少なく、さっぱりとした味。数十年前までは全国どこでも売られていたが、現在は限られた地域で見掛けることができない。最近では、イチゴ味やソーダ味などバリエーションも豊か。

## 05 グロリオサ

グロリオサは、和名で「アカバナキツネユリ」や「ユリグルマ」と呼ばれているユリ科の球根植物。高知市三里地区は国内有数の産地で、全国の生産量70%のシェアを誇る。ここで栽培されたグロリオサの品種「ミサトレッド」は、2002（平成14）年にオランダで開催された「インターナショナルフラワードショー」でグランプリを受賞し、世界的にもその品質が認められている。



## 高知の食

## Part 2

こじゃんと  
おいしい

## 土佐の味自慢

黒潮が流れる土佐湾は、昔から日本有数の漁場。また、農作物の生育に必要な降水量や日照時間も全国トップクラス。豊かな自然に恵まれた高知は、他県ではあまり目にするのではない、珍しい食材や古くからの料理のほか、土佐ジローやフルーツトマトなどの新しい食材も加わり、まさに食の宝庫。そんな高知自慢の海の幸・山の幸を一挙ご紹介。



## 土佐の干物

おいしい魚の多い高知では、干物もまた有名。冬から初夏まで出る「土佐うるめ」の味はまた格別。1本1本が淡青色で光沢を帯び、都会で見られるメザシの類いを大きく引き離す味と姿である。



## 鮮魚

山や海の幸に恵まれた土地柄だけに新鮮な材料をふんだんに使い、素材のうま味をそのまま生かした料理が特色。中でも、土佐湾で捕れる海の幸は、カツオ・ブリ・ハマチ・マグロ・石鯛・ヒラマサ・シマアジ・ヒラメなど、食材には事欠かない。

しゅとう  
酒盗

その名のように、これを食べていると酒を盗んでまで飲みたくなるというカツオの塩辛。内臓を水洗いし、塩漬にして半年ほど貯蔵し、うまみが出たら地酒・蜂蜜・みりん・タマネギに刻んで漬け込む。酒どころ土佐とカツオの伝統漁法が巧みにマッチしたビタミン豊富な一品。

## ドロメ



高知の代表的な珍味で、生のイワシの稚魚を三杯酢やめたで食べる。ほのかな苦みがあり、酒の肴によく合う。片口イワシの稚魚が最も美味とされており、これを釜ゆでにしたものを「ちりめんじゃこ」と呼んでいる。

とさぶんだん  
土佐文旦

土佐独特のみかんとして好評を博している。果実は大きく350~500グラムほどで、果糖が多く風味が良い。昭和の初めから研究が始まり、昭和30年ごろから名称を土佐文旦と統一し、土産品として知られるようになった。

にいたかなし  
新高梨

在来の梨を交配改良したもので、重さが1キログラム以上もある大きな梨。肉質は乳白色で在来種よりやや軟らかく、香气、味とも非常においしい。高知市針木地区では国内で最も早い昭和5年に栽培が始まり、「まるはり」ブランドとして全国へ出荷している。

こなつ  
小夏

宮崎県の日向夏を改良したみかんで、初夏の味覚の果物として「ニューサマーオレンジ」という名前で親しまれている。皮と果実の間にある白い甘皮を残したまま、リンゴの皮をむくように皮をはぎ、その甘皮と果実とを一緒に食べる。



## ユズ

さわやかでとても香りが高い柑橘類の一つで、果実は果実酢に、皮は薬味として使用される。高知ではとてもポピュラーな食材。果実を搾ったユズ酢やマーレード、ゼリーなど加工品も数多く作られている。

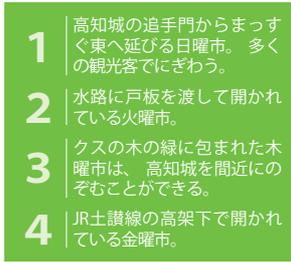
01 さわち  
血鉢料理

血鉢料理は、直径40センチメートルぐらいの大きな皿や鉢にいろいろな料理を盛り付けた、一種のバイキング料理である。江戸時代には上流武士社会の料理であったが、明治維新後急速に庶民の間に普及した。

血鉢料理の基本的な献立は刺身、カツオのたたき、寿司(サバの姿寿司)、組み物の4種類で、これに祝い事的时候は鯛の生け造りが加わることもある。

土佐では、昔から宴会といえは必ずこの血鉢料理。宴会には2~3人に一皿の割合で血鉢料理が並べられ、客は小皿に自分の好きなものを好きなだけ取って食べることで、非常に合理的な土佐の郷土料理である。





## しほうちく 四方竹



ちょっと小ぶり  
で、切り口が四角  
い形のタケノコ。採れたてを調理する  
と心地よい歯触りとかすかな苦みが  
とてもおいしい秋の山菜で、中山間地  
域の特産品である。空洞に酢飯を詰め  
た「ひとくち寿司」のほか、天ぷらや  
サラダにしてもおいしい。

## フルーツトマト



高知の温暖な気候と  
独特の土壌で育った、  
糖度10度前後の甘い  
トマト。特に一宮徳谷地区で栽培さ  
れる「徳谷トマト」は、小ぶりだが糖  
度が10~13度と、その甘さは果物の  
リンゴやイチゴほど。一般のトマト  
の旬は夏だが、フルーツトマトは冬  
から春にかけてが最盛期となる。

## ショウガ



高知市の北西部や  
春野地区で盛んに栽  
培されている。高知の豊かな土壌が  
育むショウガは香りが高く、風味や  
辛みがしっかりしていると評判で、高  
知県は全国一の生産地として知られ  
ている。ジャムやドリンクなど、加  
工品への利用もされている。

## 田舎寿司



酢飯にユズ酢を効  
かせ、リュウキュウ・  
シイタケ・ミョウガなどをネタにし  
たにぎり寿司や、タケノコ・コンニャク  
などの詰め寿司など、山里の食材を用  
いて盛り合わせた山間部に伝わる郷  
土料理。街路市や直販所、量販店でも  
日常的に販売されている。

# 土佐の街路市

こじゃんと  
楽しい

お城下に広がる街路市——高知市  
では週に4日、公設の市が開催され  
ている。

高知市の街路市の歴史は古く、  
1690（元禄3）年、土佐藩4代  
藩主・山内豊昌の時代に、藩法で開  
催日と場所が定められたことに始ま  
る。以来、街路市は人々に親しまれ  
る「生活市」として、300年以上  
もの長い歴史を歩んできた。

街路市の中で最大の規模を誇る日  
曜市は、終日路上で開かれる市とし  
ては、出店数・距離ともに日本一。  
高知城追手門から東へ約1.3キロメー  
トルにわたって、ずらりとテントが  
並ぶ。野菜や果物をはじめ、土佐  
刃物、骨とう品、植木、金魚まで  
「え？こんな物まで!？」とビックリ

するほどの品ぞろえだ。  
地元農家を中心に430店ほ  
どのテントがひしめく日曜市は、  
見る、食べる、買う、と一日中  
過ごしても楽しみが尽きない。

## 街路市の開催日

(平成27年4月1日現在)

**日曜市** (追手筋一・三丁目) 出店数 ▶ 426店  
距離 ▶ 1,314.5m

終日路上で開かれる市としては日本一の規模を誇り、  
「売っていない物はない」といわれたほど。毎週、平均1  
万7,000人の人出でにぎわう。

**火曜市** (上町四・五丁目) 出店数 ▶ 40店  
距離 ▶ 248.5m

市が開かれるときは、幅2mほどの水路に戸板を渡し  
てテントが並ぶ。龍馬の生まれたまちとしても知られ、  
買い物を楽しみながら周りの歴史ある風情も楽しめる。

**木曜市** (県庁前) 出店数 ▶ 77店  
距離 ▶ 278.5m

県庁や市役所などの官庁やオフィスビルが建ち並び  
好立地から、日曜市に次いで人気が高く、昼休みには  
たくさんの会社員らでにぎわう。

**金曜市** (愛宕町一丁目) 出店数 ▶ 32店  
距離 ▶ 233m

JR土讃線の高架下に店が並ぶ。古くからの住宅地  
に隣接しており、買い物客の多くは地元の方。出店者  
ともすっかり顔なじみで、楽しい話に花が咲く。



## 02 カツオのたたき

高知県名物といえは「カツオのたたき」。その発祥には諸説がある。戦国末期  
長宗我部元親が四国を平定する際にカツ  
オをカヤで焼いて食べたとする説。江戸  
中期の食中毒防止のために土佐藩が生食  
を禁止したけれども、カツオの刺身を表  
面だけ焼いて焼き魚として食べ続けたと  
いう説。刺身を食べ飽きた一本釣り漁師  
が船上で作った料理がベースになった説  
などがある。

魚を焼いて刺身にする食習慣は、鹿児  
島・和歌山・千葉などにもその記録があ  
るが、塩やたれを振って叩くのは高知県  
だけ。焼いて刺身にしてから、塩やたれ  
を叩きながら振って味をなじませる——  
この叩く動作が「たたき」の語源となっ  
たよつである。

カツオの脂は酸化しやす  
いため、さまざまなたれをつ  
けて食べられている。三杯酢  
や醤油だれ、特産ユズ酢な  
どが好んで使用され、最近  
では新鮮なカツオを  
塩たたきとして食する  
ことも多くなっている。  
また、カツオの臭みを弱め  
るため、薬味としてニンニク  
やネギ、タマネギ、大葉、シヨ  
ウガ、ミョウガなども使われ  
ている。



# 高知の祭

## Part 3

# よさこい

# 発祥の地

高知で生まれた「よさこい鳴子踊り」は、①曲の中に原曲「よさこい鳴子踊り」のフレーズを入れる②鳴子を持って前進する——などのルールを守れば、衣装も音楽も自由。まさに、個性を重んじる土佐人気質を感じる祭りである。

### よさこい鳴子踊り

作詞・作曲/武政 英策

ヨッチョレヨ

ヨッチョレヨ

ヨッチョレヨ ヨッチョレ

ヨッチョレヨ

ヨッチョレヨ ヨッチョレ

ヨッチョレヨ

高知の城下へ来てみいや ソレ  
じんまも ばんばも よう踊る  
鳴子両手に よう踊る よう踊る  
土佐ノ ヨイヤサノ サノサノ  
高知のはりまや橋で  
ヨイヤサノ サノサノ  
坊さんかんざし買うをみた ソレ  
よさこい よさこい ホイホイ



南国の青い空に鳴子の音が響きわたると、土佐の真夏の祭典「よさこい祭り」が開幕する。エネルギーギッシユで華やかな南国土佐の夏の祭典として、今や全国のみならず世界各地で踊られている「よさこい」は、もとは戦後の不景気を吹き飛ばし、市民を元気づけよつと、1954（昭和29）年に高知で誕生した祭りである。当初750人ほどが参加したよさこいは、祭りを愛する市民の手によって大きく



よさこい

# 豆 ち し き

## 鳴子

naruko



鳴子を持って踊るのは、よさこい鳴子踊りの数少ないルールの一つ。色や形に工夫を凝らしたものもあり、初めて踊る観光客の方も、鳴子を振れば自然とリズムに乗れる。鳴子を使って踊る祭りは、今や全国200カ所以上で行われている。

## 踊りと衣装

dance & costume

民謡「よさこい節」をもとに誕生したよさこい鳴子踊り。当初は、浴衣と下駄の盆踊り風が主流だったが、今では正調よさこい節からサンバ・ロック・ジャズ・レゲエなど、無数のアレンジがある。各チームのさまざまな踊りと衣装は、よさこいの大きな魅力となっている。



## 地方車

jikatasya



列を組んで踊る踊り子の前をゆっくりと進む地方車は、いわばお祭りの「やぐら」であり、車の上はよさこいのライブステージとなる。さまざまな飾り付けは各チームの腕の見せどころである。



ヨッチョシ  
ヨッチョシ

## 高知よさこい情報交流館

高知市はりまや町 1-10-1



本場高知の「よさこい祭り」の歴史や魅力を発信する「高知よさこい情報交流館」が、2013(平成25)年4月にオープン。

迫力ある150インチの大型スクリーンでよさこいの歴史を上映するほか、実際に鳴子を手にして踊りを楽しむことができるよさこい体験コーナーなど魅力満載。

- 開館時間 ● 10:00~18:30
- 休館日 ● 水曜日、12月29日~1月1日
- 入場料 ● 無料
- アクセス ● はりまや橋から東へ徒歩3分

成長してきた。  
毎年8月9日に前夜祭が行われ、10日・11日・12日の4日間にわたって開催される。踊りの会場となる追手筋や帯屋町アーケード、中央公園などでは、約200チーム、1万8000人の踊り子が衣装や踊りに工夫を凝らし、地方車を華やかに飾り付け、高知のまちをよさこい一色に染め上げる。

最終日の12日に開催される「よさこい全国大会」は、全国の「よさこい人」の交流を目的に1999(平成11)年にスタートした。全国各地から集結したよさこいチームの地域色豊かな踊りと、10日・11日のよさこい祭り本番で受賞したチームとの競演は、本場高知で開催されるよさこい祭りならではの見過ごるべきである。



3月



## 南国土佐皿鉢祭

毎年3月上旬に開催される南国土佐皿鉢祭は、皿鉢料理や活け造りのほか、和洋中あわせたさまざまな料理が展示される。

職人が丹精込めて造り上げたダイナミックかつ繊細な作品は、まさに芸術品で一見の価値あり。また、カツオのたたきの試食、地酒の展示・試飲などもあり、会場はたくさんの人でにぎわう。

4月

## 高知城花回廊



平成19年度から始まった、春の高知城を彩るイベント「高知城花回廊」。毎年4月初旬に開催され、生け花の大作や土佐和紙の灯籠などを設置して高知城全体を花と灯りで彩っている。

また、琴や尺八、笛などを中心にした「和」のステージもあり、桜舞う幻想的な宵の高知城を楽しむことができる。

5月

## こうち春花まつり



ゴールデンウィーク期間中の5月3日～5日に開催される「こうち春花まつり」。会場となる中央公園は、マリーゴールドやサルビアなど約4万鉢の色鮮やかな花々で彩られ、地場産品や軽食などの販売コーナーも立ち並ぶ。ステージの上ではよさこい鳴子踊りや歌謡ショーなどの催しも開催され、多くの家族連れでにぎわう。

# 年間予定

- 2月 嫁石梅まつり  
高知龍馬マラソン
- 3月 南国土佐皿鉢祭  
土佐のおきやく  
龍馬脱藩祭
- 4月 高知城花回廊  
神田（どろんこ）祭り  
龍馬に大接近
- 5月 こうち春花まつり  
長宗我部まつり  
あじさいまつり
- 6月 あじさいまつり
- 7月 土佐の宵まつり
- 8月 まんが甲子園  
納涼花火大会  
よさこい祭り
- 9月 桂浜観月会
- 10月 土佐の豊穰祭  
ふるさとまつり  
龍馬に大接近
- 11月 菊まつり  
大利の太刀踊り  
まんさい  
龍馬まつり  
龍馬生誕祭
- 12月 高知城 冬のきらめき

11月

## 龍馬まつり



坂本龍馬の誕生日であり命日でもある11月15日前後に開催されている。

坂本龍馬銅像が立つ桂浜でも多彩なイベントが行われ、中でも目玉は「龍馬に大接近」。高さ13.5メートルの龍馬銅像と同じ目線で眺める雄大な太平洋はまさに絶景。また、上町の龍馬誕生地記念碑前では龍馬の誕生祭などが行われ、隣接する升形商店街では、バースデーケーキの点火式やよさこい鳴子踊りなども開催されている。

11月

## まんさい



まんが王国・土佐を代表する秋の一大イベント「こうちまんがフェスティバル」(まんさい)は、見て・描いて・遊べる、まんが・アニメの祭典。11月3日の「まんがの日」にちなみ、11月上旬の週末に高知市文化プラザかるぼーとなどで開催されている。まんがグッズ作りからコスプレ、アニソンライブ、そして有名まんが家や声優ら豪華ゲストによるイベントまで、子どもから大人まで楽しめるバラエティー豊かなイベントが満載である。

8月

## 納涼花火大会



よさこい祭りに合わせて毎年開催される納涼花火大会。全長約650メートルのナイアガラやスターマイン、文字仕掛け花火など約4,000発が打ち上げられる。高低差のある3カ所から打ち上げられる花火の立体感と、周りの山々に響き渡る音の臨場感は格別で、高知の夏の夜空を華やかに彩る。



## ▶▶ 桂 浜

“月の名所は桂浜…”とよさこい節にも歌われ、高知を代表する名所の一つとして知られる桂浜。龍頭岬と龍王岬の間の砂浜が弓状に広がり、緑深い松林と五色の小石、紺碧の太平洋が調和して箱庭のような風情があります。

裏山の浦戸城跡は、戦国の昔、長宗我部元親の居城として四国統一の中心となったところです。

また、山頂には国民宿舎桂浜荘や坂本龍馬記念館などもあり、高知市のメジャーな観光スポットとして、多くの観光客でにぎわいます。

## ▶▶ 坂本龍馬銅像

全国的に有名な坂本龍馬銅像は、桂浜の龍頭岬にあります。この銅像は、薩長連合に尽力し、新政府の基本政策ともなる船中八策を草した龍馬を慕う多数の青年たちが、1928(昭和3)年、全県下を募金行脚し建立したものです。

土佐海援隊を率い、遠い外国に思いをはせていた維新の英雄・坂本龍馬は、今も変わらずここ桂浜ではるか太平洋を見据えています。



## ▶▶ 桂浜水族館

DATA 高知市浦戸 778 ☎ 088-841-2437

景勝・桂浜の浜辺に建つ80年以上の歴史ある水族館です。高知県を代表する巨大魚“アカメ”をはじめ、土佐湾に生息する海水魚やペンギン、アザラシ、カワウソなどを飼育。アシカやイルカのショーはもちろん、ふれあいイベントがいっぱいです。

## ▶▶ 鏡 川

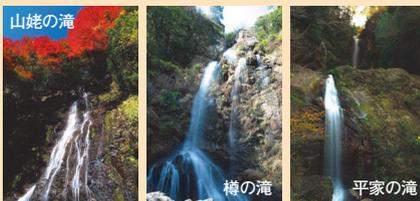
その昔、龍馬も泳いだといわれる鏡川——流れる水の美しさに、土佐藩の5代藩主山内豊房が「我が影を映すこと鏡の如し」と、その清流をたたえて名付けたことでも有名です。

高知市のシンボル鏡川は、源流域から河口までの流域全体が一つの市内に含まれている全国的にも珍しい河川です。現在でもアユの遡上が見られることや、最下流部では高知県と宮崎県にしか生息していないとされているアカメの生息が確認されるなど、豊かな生態系を有しています。

また、都市部を流れる川でありながら飲料水として取水できるほどきれいな水質を保ち、2008(平成20)年には環境省から「平成の名水百選」に選定されています。



鏡川(下流域)



山姥の滝

樽の滝

平家の滝

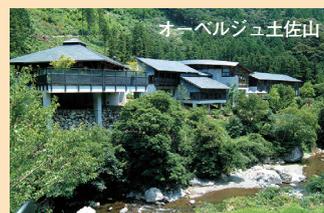
## ▶▶ 源流域



工石山

鏡川上流域には「県民の森」として親しまれている工石山があります。登山口から1時間半ほどで手軽に登ることができ、アケボノツツジが可憐に咲く春、シャクナゲが花開く初夏、森が色づく秋など、季節それぞれに多くのハイカーが訪れます。

土佐山にある「オーベルジュ土佐山」は、県産の杉や土佐漆喰、土佐和紙などをふんだんに使った落ち着いたきのある公共の宿で、忙しい日常から離れて“ほっ”とくつろぐのに最適の場所。地元では梅まつりやホテル祭りなども行われ、催しの期間中はたくさんの人でにぎわいます。



オーベルジュ土佐山

# 高知散歩



森・里・海——。  
今なお残るたくさんさんの自然の中で  
身近に四季を感じることができ  
南国のまぶしい日差しを浴びて  
気の向くまま  
高知のまちを散策してみませんか。

## ▶ 高知城かいわい



## ▶ 高知城

高知城は、関ヶ原の合戦の後、山内一豊が土佐の領主として1601(慶長6)年に入国し、大高坂山にその居城として築城されました。1727(享保12)年の大火でほとんど焼失しましたが、1753(宝暦3)年に創建当時の姿のまま再建されました。全国でも数少ない古城の一つで国の重要文化財に指定されています。

まちの中央に位置し、白亜の天守閣からは眼下に広がる高知市街と四方の眺望を楽しむことができます。城内には重要文化財として指定されている天守や懐徳館(本丸御殿)、追手門などのほか、板垣退助の銅像、山内一豊公夫人・千代の像などがあり、また周辺の高知公園には県立文学館や県立図書館、山内一豊公の銅像も建立されています。

## ▶ 日曜市・ひろめ市場・はりまや橋



ひろめ市場

毎週日曜日になると、高知城下の東方面には全国的にも有名な「日曜市」が開催されています。また、帯屋町アーケード西入り口には「ひろめ市場」があり、食事や買い物を楽しむ人々にぎわいます。

高知駅から電車通りを南へ行くと、よさこい節で歌われる「はりまや橋」があります。今から160年ほど前、五台山竹林寺の僧・純信と、恋人のお馬の恋の情熱は、二人を讃岐の国へ駆け落ちさせました。“土佐の高知のはりまや橋で、坊さんかんざし買うを見た…”時は移り、街のたたずまい、人の姿は変わりましたが、この橋をめぐる恋

の物語は今も語り継がれています。

はりまや橋は、1998(平成10)年に純信お馬のモニュメントやからくり時計のほか、川のせせらぎを再現するなど、はりまや橋公園として再整備され、2012(平成24)年には公園東側にベギー葉山さんのヒット曲「南国土佐を後にして」の歌碑や親子鯨なども建てられました。



はりまや橋



## ▶ 高知市文化プラザ かるぽーと

DATA 高知市九反田 2-1 ☎ 088-883-5011



市民の文化創造と生涯学習の拠点として、高知市の文化を創造・発信する複合文化施設です。

大・小のホールや市民ギャラリー、中央公民館、『フクちゃん』で知られる横山隆一さんの多彩な作品の展示や入場無料のまんがライブラリーも備え



る「横山隆一記念まんが館」などがあり、広く市民に親しまれています。

## ▶ 高知県立牧野植物園

DATA 高知市五台山 4200-6 ☎ 088-882-2601

高知が生んだ「日本の植物分類学の父」牧野富太郎博士の業績を顕彰するため、1958(昭和33)年4月に高知市の五台山に開園しました。

起伏を活かした約6ヘクタールの園地では、博士ゆかりの野生植物など約3,000種類が四季を彩り、自然の中で植物に出会う喜びを感じることができます。

1999(平成11)年には植物に関する教育普及と研究の拠点となる「牧野富太郎記念館」を新設。また、2008(平成20)年、東アジアの伝統園芸植物を観賞できる「50周年記念庭園」や、2010(平成22)年に温室もリニューアルし、植物園の役割である保存・研究・教育普及・憩いの場の全てを備えた総合植物園として歩み続けています。



## ▶ わんぱーくこうち

DATA 高知市棧橋通 6-9-1 ☎ 088-834-1890

ライオンをはじめ約90種類の動物がいるアニマルランド、観覧車や遊具で遊べるプレイランド、アスレチックを設置した水辺散策広場など、園内は池を囲むように7つのゾーンに分かれています。冒険心をかきたてられる自然いっぱいの施設で、子どもたちがのびのび遊べる公園です。



## ▶ 路面電車の走るまち

DATA とさでん交通株式会社 高知市棧橋通 4-12-7 ☎ 088-833-7121

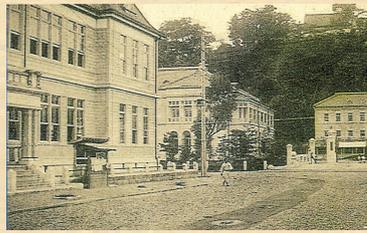
1904(明治37)年5月2日、全国で10番目、四国では最初の市街電車として高知のまちに電車が走りました。以来、明治・大正・昭和・平成と、時代を経ても変わらず身近な公共交通として市民に親しまれ、平成26年には開通110周年を迎えました。

全国的に路面電車が次々と姿を消し、路面電車の走る風景が珍しいものとなりつつある中で、高知では今なお日常の風景に電車が自然と溶け込んでいます。





昭和28年ごろの市民図書館



大正9年に改築された高知市庁舎

高知市の

# あゆみ

THE HISTORY OF CITY

年

主なできごと

1889	(明治22)年	高知市誕生(人口2万1823人) 消防機関組織される
1892	(明治25)年	高知市庁舎完成
1893	(明治26)年	伝染病院(市民病院の前身)を潮江村に設立
1898	(明治31)年	電灯が初めて市内にとまる
1899	(明治32)年	市立商業高等学校開校
1904	(明治37)年	電車開通(乗出す掘詰、梅ノ辻く棧橋間) 電話交換局設置
1907	(明治40)年	高知市大火、144戸が焼失
1909	(明治42)年	自動車が始めて高知市内を走る
1910	(明治43)年	鉄道開通(高知く須崎間)
1924	(大正13)年	上水道竣工
1925	(大正14)年	九反田生魚市場開設
1930	(昭和5)年	中央卸売市場が九反田で開場
1935	(昭和10)年	国鉄土讃線開通
1937	(昭和12)年	南国土佐大博覧会開催
1945	(昭和20)年	高知市大空襲、終戦
1946	(昭和21)年	昭和南海地震
1949	(昭和24)年	伝染病院が市立厚生病院(一般病科・伝染病科)となる
1950	(昭和25)年	市民図書館開館
1951	(昭和26)年	南国高知産業大博覧会開催 第1回高知競輪開催
1954	(昭和29)年	市立厚生病院から市民病院に改称
1958	(昭和33)年	中央公民館開館
1965	(昭和40)年	国鉄バス開通(高知く松山間) 第1回よさこい祭り開催
1966	(昭和41)年	高知市庁舎完成
1967	(昭和42)年	南国高知総合大博覧会開催 アメリカ合衆国フレスノ市と姉妹都市提携
1967	(昭和42)年	南国産業科学大博覧会開催
1967	(昭和42)年	高知市総合計画策定
1967	(昭和42)年	市民図書館・点字図書館完成
1991	(平成3)年	中央公園完成
1992	(平成4)年	障害者福祉センター完成
1993	(平成5)年	総合体育館完成
1993	(平成5)年	県庁前通り地下駐車場完成
1993	(平成5)年	個人情報保護条例を制定
1993	(平成5)年	わんぱーくこうち開園
1994	(平成6)年	中華人民共和国蕪湖市に「蕪湖・高知友好開館」落成
1994	(平成6)年	保健福祉センター完成
1994	(平成6)年	帯屋町公園駐輪場完成
1995	(平成7)年	駐輪条例を制定
1995	(平成7)年	産業活性化条例を制定
1996	(平成8)年	三里文化会館完成
1996	(平成8)年	都市美条例を制定
1997	(平成9)年	横山隆一さんに名誉市民(第1号)の称号を贈呈
1997	(平成9)年	高知市ホームページ開設
1997	(平成9)年	市民の木「センダン」、市民の花「トサミズキ」決定
1998	(平成10)年	東部健康福祉センター完成
1998	(平成10)年	仁淀川取水事業が完了、通水開始
1998	(平成10)年	インドネシア共和国スラバヤ市と姉妹都市提携
1999	(平成11)年	中核市へ移行
1999	(平成11)年	'98高知豪雨災害(浸水家屋約2万戸など過去最大の被害)
2000	(平成12)年	こうち女性総合センター「ソール」完成
2000	(平成12)年	桂浜の坂本龍馬銅像修復(70年ぶりに台座から下りる)
2001	(平成13)年	第1回よさこい全国大会開催
2001	(平成13)年	陸上競技場りょうまスタジアム完成
2002	(平成14)年	南部健康福祉センター完成
2002	(平成14)年	高知市庁舎(たかじょう庁舎)完成
2002	(平成14)年	高知城築城400年祭「高知サミット」開催
2003	(平成15)年	東部総合運動場屋内施設「くろしおアリーナ」完成
2003	(平成15)年	窓口センター、ふれあいセンター開設
2003	(平成15)年	東消防署完成
2003	(平成15)年	文化プラザかるぼーと、清掃工場、ヨネッツこうち完成
2003	(平成15)年	よさこい高知国体、よさこいピック高知開催
2003	(平成15)年	第50回よさこい祭り開催



平成10年の集中豪雨で浸水した高知市東部の様子



インドネシア共和国スラバヤ市での姉妹都市調印式



市制100周年記念パレード



前年に落成した本庁舎前でのよさこい祭り（昭和34年）

1990 (平成2) 年	1989 (平成元) 年	1987 (昭和62) 年	1986 (昭和61) 年	1985 (昭和60) 年	1984 (昭和59) 年	1983 (昭和58) 年	1982 (昭和57) 年	1981 (昭和56) 年	1980 (昭和55) 年	1979 (昭和54) 年	1976 (昭和51) 年	1974 (昭和49) 年	1972 (昭和47) 年	1971 (昭和46) 年	1970 (昭和45) 年	1969 (昭和44) 年																													
街路市開設300周年	自由民権記念館完成 東部野球場完成	鏡川清流保全条例を制定 斎場完成	中央公園地下駐車場完成 市制100周年記念式典開催	瀬戸下水処理場完成	行政情報公開条例を制定 北見市と姉妹都市提携	新競馬場完成 高知市庁舎（第二庁舎）完成	中華人民共和国蕪湖市と友好都市提携	東部環境センター（し尿処理施設）完成	84高知黒潮博覧会開催 下知下水処理場完成	潮江下水処理場完成 潮江市民図書館完成（子ども科学図書館併設）	宇賀清掃工場完成 市の鳥「セグロセキレイ」決定	針木浄水場完成 清掃車庫・事務所「クリーンセンター」開所	中央公民館開館（県民文化ホールと併設） 清掃車庫・事務所「クリーンセンター」開所	台風17号来襲、市長は非常事態を宣言 高知市庁舎（南別館）完成	浦戸大橋開通 清掃公社設立（平成3年環境事業公社に改称）	高知市庁舎（南別館）完成	消防局総合庁舎完成 中央卸売市場が弘化台に移転開場 高知市民憲章制定																												
2016 (平成28) 年	2015 (平成27) 年	2014 (平成26) 年	2013 (平成25) 年	2012 (平成24) 年	2011 (平成23) 年	2010 (平成22) 年	2009 (平成21) 年	2008 (平成20) 年	2007 (平成19) 年	2006 (平成18) 年	2005 (平成17) 年	2004 (平成16) 年	龍馬の生まれたまち記念館開館	高知市市民意見提出（パブリック・コメント）制度開始	鏡村、土佐山村と合併	市民病院閉院	高知医療センター開院	青年センター・教育研究所複合施設「アスパルこまち」完成	土佐二十四万石博開催	西部健康福祉センター完成	エコ・パーク宇賀完成	春野町と合併	JR四国高知駅高架化、新駅舎開業	花・人・土佐であい博開催	鏡川が「平成の名水百選」に選ばれる	江ノ口コミュニティセンター開館	土佐・龍馬であい博開催	総合あんしんセンター完成	高知市庁舎（たかじょう西庁舎）開館	中央卸売市場開設80周年	志国高知龍馬ふるさと博開催	歩きたばこ等の防止に関する条例を制定	暴力団排除条例を制定	御置瀨小学校閉校	大韓民国木浦市と友好都市提携	第1回高知龍馬マラソン開催	新堀・追手前小学校が閉校し、はりまや橋小学校開校	ねんりんピックよさこい高知2013開催	高知市コールセンター運用開始	台風12・11号来襲、市内全戸に避難勧告発令	土佐山学舎（小中一貫教育校）開校	クリーンセンター新築移転	南消防署南部分署開署	市役所本庁舎が閉庁し、丸の内・本町仮庁舎へ移転	市民図書館本館・点字図書館が閉館し、仮設図書館へ移転



2016

KOCHI  
CITY  
GUIDE

# 高知市の概要

2016 (平成28) 年3月発行

- 発行 高知市  
〒780-8571 高知市本町5丁目1番45号  
☎088-822-8111 (代表)
- 編集・デザイン 総務部 市長公室 秘書広報課

高知市ホームページ  
<http://www.city.kochi.kochi.jp/>

高知市公式Facebookアカウント ▶

