

四国 海の秘境vs山の秘境

The unexplored region of an ocean
The unexplored region of a mountain

四国を代表する二大秘境、
山の秘境「大歩危・祖谷」と、
海の秘境「あしづり」が、秘境のプライドを賭けて対決!!
その舞台である秘境スポットを巡る旅。
秘境なればこそその謎や未知なる神秘が、ここには数多く残っています。
絶景、絶品、もしや絶叫!?秘境対決、いざ開幕です!



壮大で、実は勇猛な太平洋の「別の顔」

高知が生んだ偉人・ジョン万次郎の銅像を横目に進んで約100メートル。北緯32度、四国の最南端の地が足摺岬です。太平洋に向かつて突き出るような足摺半島の先の岬からは、270度の大パノラマで太平洋を見られ、地球は丸い、という当たり前のことを改めて感じることができます。

太平洋というとなだらかな海をイメージする人が多いと思いますが、足摺岬ではその違った一面を見

高知が生んだ偉人・ジョン万次郎の銅像を横目に進んで約100メートル。北緯32度、四国の最南端の地が足摺岬です。太平洋に向かつて突き出るような足摺半島の先の岬からは、270度の大パノラマで太平洋を見られ、地球は丸い、という当たり前のことを改めて感じることができます。

ことができます。そもそも足摺岬は、花崗岩が隆起と沈降を繰り返して出来上がった断崖で、海水が打ちけることによって変化に富んだ地形になります。足摺岬展望台から見られるのは、壮大で勇猛な、本来の海の姿。また、岬の西側、白碧うすばえは、黒潮が直接ぶつかる日本唯一の場所で、岩に荒々しくぶつかる黒潮本流が生み出す豪快なしぐが見られます。



海×山 絶景対決

トオルマの夕日

見られるのは春分・秋分の日の前後4日間。洞穴から差込む赤い光が海面を染める様はまさに神秘。

鵜ノ岬展望台

土佐の荒波が生み出す洞窟や崖など、大自然の雄大な景色を一望できる。

竜串・見残し海岸

砂岩と泥岩が長年にわたって波と風によって侵食されて出来た奇形の海岸。いずれも足摺宇和海国定公園内。

祖谷のかずら橋

秘境・祖谷にかかる国の重要有形民俗文化財指定のかずら橋。19時～21時のライトアップは圧巻。

大歩危・小歩危

2億年の時を経て、吉野川の激流が生み出した結晶片岩の渓谷。ラフティングの名所でもある。

落合集落

石垣と畠が急斜面に広がり、なつかしい山村の風景に出会える。国の重要伝統的建造物群保存地区。

高知 あしづり温泉郷

海の秘境って?

海の秘境、高知県土佐清水市の「足摺」には、四国最南端の岬「足摺岬(あしづりみさき)」や日本初の海中公園「竜串海中公園」があります。

近隣には四十川や柏島など多くの大自然もあり、南国情緒にあふれています。

海の恵みは、なんといっても黒潮海流。その黒潮が日本列島の中で最初に接岸し、潮の流れを見る事も出来ます。

刻々と表情を変える日の出と日の入りの景観は特に美しいと言われています。

土佐の雄大な自然が生み出した開放的な眺望を、海の秘境「足摺」の旅で心ゆくまでお楽しみください。

徳島 大歩危・祖谷温泉郷

山の秘境って?

日本三大秘境の一つ、桃源郷を思い起こさせる「大歩危・祖谷(おおぼけ・いや)」。

山の秘境「大歩危・祖谷」は、徳島県三好市にあります。

天高くそびえる劍山(つるぎさん)や大歩危小歩危(おおぼけこぼけ)をはじめ雄大な自然に恵まれています。

また、平家落人伝説に彩られた歴史ロマンや、人々を惑わせた妖怪たちの伝説も数多く残されています。

山里に残る人々の暮らしまは、懐かしい日本の原風景そのものです。時間を忘れる安らぎの旅をお楽しみください。

別名「四国三郎」の異名を持つ暴れん坊・吉野川が長い年月をかけて深い山を切り裂いて出来たV字型の渓谷美。古くは壇ノ浦の合戦で敗れた平家の落人が逃れた地ともされ、日本三大秘境としても名高い祖谷は、その場にいるだけで悠久の歴史を感じさせてくれます。

春から夏にかけては、川の水面に木々の深い緑が

映されるエメラルドグリーンが秋から初冬には紅葉

が高い祖谷は、その場にいるだけで悠久の歴史を感じさせてくれます。

春から夏



足摺国際ホテル

足摺サニーサイドホテル
天然薬用露天風呂には、女性が戦闘した匂の薬草だけを使用。足摺の自然を全身で感じられる。足摺テルメ
天然薬用露天風呂には、女性が戦闘した匂の薬草だけを使用。足摺の自然を全身で感じられる。ホテル足摺園
絶景かな丘の上から太平洋を一望できる露天風呂。希少な天然ラドン泉でエナジーチャージを。足摺パシフィックホテル花椿
ホテルの屋上には男女の展望露天風呂と貸切露天風呂が。海と空の景色をゆったり堪能できる。

海 山 露天風呂対決

清流のせせらぎが
聞こえる山の湯

湯元新祖谷温泉 ホテルかずら橋
ケーブルカーで登らないと辿り着けない天空露天風呂から、眼下に広がる渓谷美を堪能できる。

峡谷の湯宿 大歩危峡まんなか
渓流を間近に望む展望露天風呂。夜にはライトアップされた神秘的な藤川谷に魅了される。

祖谷渓温泉 ホテル秘境の湯
徳島の青石を組み合わせて作られた露天風呂は、周囲の自然と相まって日本庭園のような美しさ。

大歩危温泉 サンリバー大歩危
「若返りの湯」として地元でも親しまれている所以は、ph9.57という強アルカリ泉質にあり。

**全國的にも
貴重な源泉
体に優しい
天然ラドン温泉**

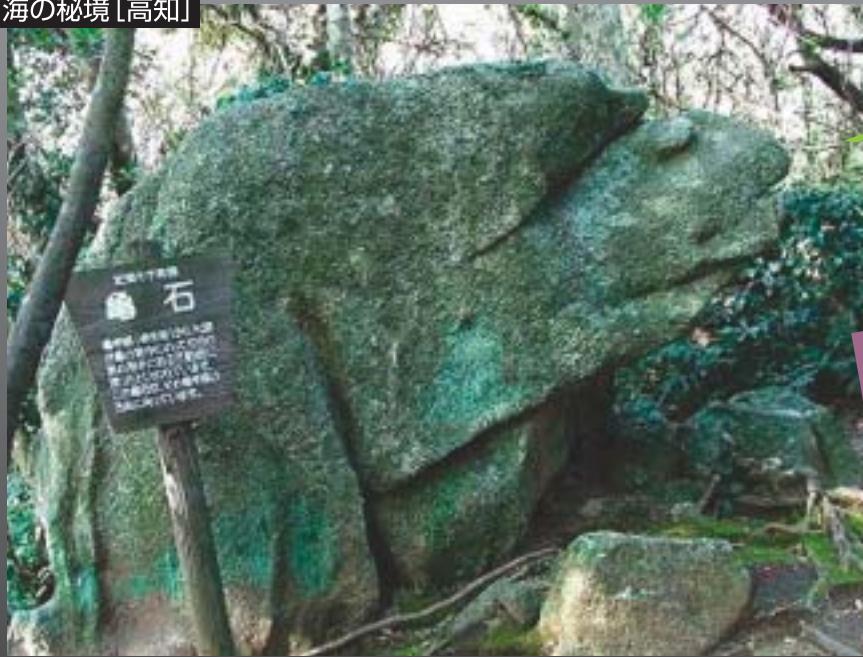
開湯の歴史は1200年前(?)。弘法大師が金剛福寺を建立した際、谷川に湧き出ていた水につかって疲れを癒したのが始まりとされています。実は、嘉永7年(1854年)の安政南海地震によって温泉の湧出が止まつてしまましたが、平成11年に行われた掘削作業によって再度、温泉が湧出。あしらず温泉郷として再出発する形となりました。

湯質は弱アルカリ性。新陳代謝の活性化を促す効果があり、くすみを落とし、潤いのある艶やかな肌へと変身させてくれます。また、国内では貴重な天然のラドンを含んだ単純弱放射能泉という特徴も。自己治癒力と免疫力を高める効能があり、痛風や高血圧、循環器障害などに効くと言われています。雄大な太平洋を前に温泉につかれば、疲れや病気だけでなく、悩みなんかも吹き飛んでしまいそうです。

**肌がとろける
ような感覚に
美肌効果を
実感できる**

日本のチベットとも言われるほど神々しい山々に囲まれた祖谷には、古くから温泉が湧き出し、現在も地名に「フロノタニ」という地名が残っているほど。平家の落人もその傷を癒したと言われています。先人も頼みにしたその効能は、適度なぬめりとまつたり感から分かれます。

湯質はアルカリ性で、豊富なミネラル成分がバランス良く含まれています。のために、本来人間が持っている自然治癒力を高める効能があると言われ、特に美肌効果が期待大。皮膚が溶け出していくような感覚で、古い角質を落としてくれます。また、体の内側の浄化作用もあり、神経痛やリウマチ、疲労回復、婦人病などにも効能が。白濁した湯につかれば、時が経つのを忘れてしまうほど…ですが、のぼせないよさに気をつけてくださいね。



亀石 亀呼場から空海が亀の背中に乗り、灯台の前の海中にある不動岩に渡ったといわれています。



ゆるぎ石
弘法大師が金剛福寺を創立する時に発見された石。石の描れ具合によって孝心が試されるといわれています。



汐の満干手水鉢
潮の満ち引きで水が増減する岩のくぼみ。



弘法大師の爪書き石
弘法大師が「南無阿弥陀仏」の六文字を爪で彫ったと伝えられている石。



地獄の穴
硬貨を投げ込むと昔はチリンチリンという音が鳴り続いた穴（今はふさがっています）。



大師一夜建立ならずの華表
弘法大師が一夜で華表（とりい）を作らせようとしたが、天邪鬼が鳥の鳴き声のまねをして大師が夜が明けたと思いやめたといわれています。



亀呼場
弘法大師が前にある礁に波切不動を刻むため、亀の背中に乗って渡っていたといわれています。

海 X 山

ミステリーコンペティション

妖怪伝承



児啼翁の像

不思議な伝説が数多く伝わるこの地域は、児啼翁のふるさとです。藤の里公園には、児啼翁の像があります。

©水木プロ



妖怪まつり

様々な妖怪が登場する妖怪行列、妖怪バンドの演奏や手作り妖怪コンテストも行われます。



道の駅大歩危／妖怪屋敷

地元名産品や幸運を運ぶ石の数々、妖怪グッズなどを販売。石の博物館と妖怪屋敷があります。



妖怪の里歩き

妖怪伝承の里を、地元ガイドの案内で巡ります。妖怪の木彫りもポイントに設置中！



妖怪屋敷夏まつり

妖怪コスプレ衣装を着ての記念撮影、肝試し大会やナイトミュージアムなどが行われます。

海の秘境 [高知]



▲唐人駄場園地

1977年に高知県が整備し、キャンプ等のアウトドア活動ができる自然豊かな公園になっていました。園地内にはストーンサークル跡などの太古のロマンを感じさせるものが残っています。

▶唐人石・巨石群

高さ6~7mほどの巨大的な唐人石がいくつも点在。自然によってできたものなのか、人の手によって配置されたものなのか、いまだ謎に包まれています。

海の秘境 [高知]



▲四国霊場38番札所 金剛福寺

四国最南端の38番札所。弘仁13年(822年)、嵯峨天皇の勅願によって、弘法大師が三面千手観音を本尊として弘仁14年(823年)に開いたものです。

▶空海(弘法大師)

金剛福寺の南国情緑漂(仁王門をくぐると、正面に本堂があり、左手には真新しい大師堂があります。

海の秘境 [高知]

▶体験ダイビング

初心者でも気軽に体験できます。透明度の高い竜串の海に生息するサンゴや色とりどりの熱帯魚(クマノミなど)に会いに行こう!



▲ホエールウォッチング

足摺岬周辺の海域は、山の豊かな栄養を含んだ水が四万十川を通じて土佐湾に流れ込み、小魚が豊富な為、一年を通してニタリクジラなどを見ることができます。

海×山 パワースポット対決

山の秘境 [徳島]

◀大剣岩(御塔石)

岩が剣のように貌く空に向かってそぞり立っていることが、剣山の名前の由来になったという説もあります。



▲剣山 剣山国定公園にある日本百名山の一つ。登山リフトを利用すれば、気軽に山登りも楽しめます。

海×山

料理対決

海の秘境 [高知]

カツオのタタキ

皮目を豪快に炙った香ばしさ、たっぷり乗った脂、そして分厚い身…。ネギやニンニク、ショウガ、ミョウガなどの薑味とともにいただけば、自然と笑みがこぼれます。



万次郎かぼちゃのチーズケーキ

高知県で開拓された品種、万次郎かぼちゃ。色が濃く、強い甘みが特徴。酸味の少ないまろやかなクリームチーズを合わせ、丁寧に焼き上げたベイクドチーズケーキ。



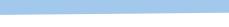
清水サバ姿寿司

潮の流れが早い土佐近海で獲れるのが、郷土ブランドの清水サバ。丸々一匹を使つた姿寿司は、豪快のひとこと。



ウツボの天ぷら

ゼラチン質に旨みがつまったウツボは、意外やさっぱり味で、鶏肉のような味わい。



祖谷そば

「祖谷の粉ひき節」にもあるように、昔は祖谷の女性が石臼でそばを挽き粉にしていました。太く短めの麺が特徴で、素朴な味わいに、心から温まります。



お美姫鍋

阿波 poker や祖谷の石豆腐、徳島産の根菜など8種類の具材を使った「末広がり」鍋。



あめごの塩焼き

祖谷の清流で育ったあめごは、上品な香りと甘さが特徴。一番美味しい食べ方と言われる塩焼きは、じっくり焼かれているため、骨まで柔らか。



海×山 歴史対決

山の秘境 [徳島]



▲平家伝説

祖谷には、平家落人や安徳天皇にまつわる数々の遺跡や伝説が残っています。



▶東祖谷歴史民俗資料館

平家伝説の里の暮らしぶりをしのぶ品々を展示しています。

海の秘境 [高知]

▶ラフティング体験

本物のエキサイティング体験。吉野川の上流「小歩危(こぼけ)峠」は日本一激しいコースとして有名です。



▲ホエールウォッチング

足摺岬周辺の海域は、山の豊かな栄養を含んだ水が四万十川を通じて土佐湾に流れ込み、小魚が豊富な為、一年を通してニタリクジラなどを見ることができます。

海×山 体験対決

山の秘境 [徳島]



▶古式そば打ち体験

古来より、祝賀の席にかかせないとされた祖谷そば。石臼をひき、粉を手でこねて、昔ながらの古式そばづくりを体験。



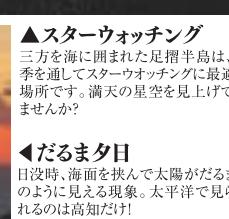
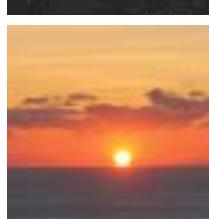
海の秘境 [高知]

▶古式そば打ち体験

古来より、祝賀の席にかかせないとされた祖谷そば。石臼をひき、粉を手でこねて、昔ながらの古式そばづくりを体験。

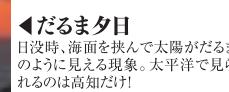
海×山 ネイチャーリー対決

海の秘境 [高知]



▲スターウォッキング

三方を海に開まれた足摺半島は、四季を通してスターウォッキングに最適な場所です。満天の星空を見上げてみませんか?



◀だるま夕日

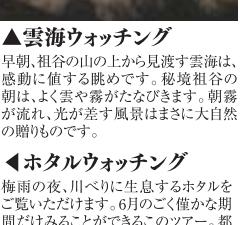
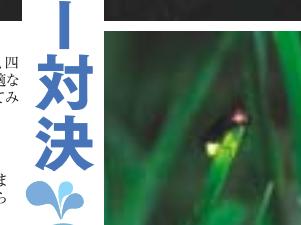
日没時、海面を挟んで太陽がだるまのように見える現象。太平洋で見られるのは高知だけ!



海×山

ネイチャーリー対決

山の秘境 [徳島]



▲雲海ウォッキング

早朝、祖谷の山の上から見渡す雲海は、感動に値する眺めです。秘境祖谷の朝は、よく雲や霧がたなびきます。朝霧が流れ、光が差す風景はまさに大自然の贈りものです。

◀ホタルウォッキング

梅雨の夜、川べりに生息するホタルをご覧いただけます。6月のごく僅かな期間だけみることができるこのツアー。都会ではなかなか見ることのできない貴重なツアーです。